

佛门医药水秘经

家庭非药物自疗

中国非药物疗法专业委员会常委
国家中医药管理局科技评审专家

董亦明 教授审定

董看看 著

山西科学技术出版社



佛门医术是距今三千年前的佛祖释迦牟尼开创的，采用人们常见的食物、花草、枝叶、根茎、白
便易行。佛门医术是距今三千年前的佛祖释迦牟尼开
创的，采用人们常见的食物、花草、枝叶、根茎、白
疗方法。佛门医术是距今三千年前的佛祖释迦牟尼开
迦牟尼



佛門醫術秘經

家庭非藥物自療

董看看◎著

山西科学技术出版社

董亦明 教授审定



图书在版编目(CIP)数据

佛门医术秘经 / 董看看著. —太原:山西科学技术出版社, 2006.1

ISBN 7-5377-2639-6

I. 佛... II. 董... III. 佛教—中医治疗法—普及读物 IV.
R242-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 127325 号

佛门医术秘经

董看看 著

*

山西科学技术出版社出版 (太原建设南路 15 号)

新华书店经销

北京爱丽精特彩印有限公司

*

开本:680×920 1/16 印张:20.5 字数:183 千字

2006 年 1 月第 1 版 2006 年 1 月北京第 1 次印刷

*

ISBN 7-5377-2639-6

R·967 定价 35.00 元

如发现印、装质量问题,影响阅读,请与印刷厂联系调换。





目 录

佛
门
医
学
秘
籍

第一章 释迦牟尼食疗法 〇〇一

【佛门“五辛”疗法】 〇〇三

葱疗法 〇〇四

葱治小儿遗尿 葱治风湿性四肢麻木 葱治感冒 葱治胃痉挛

蒜疗法 〇〇六

大蒜乳汁煎剂治感冒 大蒜驱虫 大蒜治白喉 大蒜治胃痉挛 大蒜治咳嗽 大蒜治感冒 大蒜治下痢 大蒜治癫痫 大蒜治动脉硬化 大蒜治失眠 大蒜治神经性头痛 大蒜治鼻衄 大蒜治毒虫咬伤 大蒜治肩部肌肉酸痛 大蒜治龋齿 大蒜治高血压 大蒜治急慢性痢疾、肺结核、中老年高血压、动脉硬化、肝病、胃热

薤疗法 〇一一

薤治多种疾病

韭疗法 〇一二

韭菜治下痢 韭菜治食欲不振 韭菜治牛皮癣

〇
〇
一

【佛门生姜疗法】	○一五
生姜治感冒 生姜治畏寒发冷 生姜治发热无汗 生姜治风湿性 关节炎 生姜治斑秃、白癜风、手癣 生姜治恶心、呕吐	
【佛门萝卜疗法】	○一九
萝卜治头痛 萝卜治酒刺 萝卜治耳炎	
【佛门茄子疗法】	○二三
茄子治口腔炎	
【佛门南瓜疗法】	○二四
南瓜预防脑中风 南瓜治高血压 南瓜补血治贫血 南瓜治前列 腺肥大	
【佛门卷心菜疗法】	○二六
卷心菜治胃溃疡	
【佛门芋头疗法】	○二八
芋头止痛 芋头治神经痛	
【佛门丝瓜疗法】	○三〇
丝瓜水治神经痛	
【佛门魔芋疗法】	○三二
魔芋治慢性肾炎、糖尿病、肥胖症 魔芋治鼻咽癌 魔芋治甲状腺 癌 魔芋治淋巴肉瘤 魔芋治脚癣	
【佛门黄瓜疗法】	○三四
黄瓜治心脏病 黄瓜治烫烧伤	
【佛门马铃薯疗法】	○三六
马铃薯治胃癌	
【佛门芝麻疗法】	○三七
芝麻治老年哮喘 芝麻治小儿食欲不振 芝麻治脱发 芝麻治肾 虚眩晕、头发早白 芝麻治腰酸腿软、头晕目鸣 芝麻治心痛、胃痛 芝 麻治结膜炎	

佛门医本秘笈



SHANGHAI JIAOYI UNIVERSITY

目 录

SHANGHAI JIAOYI UNIVERSITY

【佛门茶疗法】..... ○四一

茶治感冒 茶治溃疡 茶治冠心病、高血压、动脉硬化
茶治妇科病 茶祛风止痛 茶治急性肠胃炎 茶治感冒咳嗽
茶治哮喘、老年性支气管炎 茶治神经性皮炎

【佛门米疗法】..... ○四六

粳米治肠风下血 粳米治小儿吐乳 粳米治体弱等症
粳米治酒糟鼻

【佛门蜜麦疗法】..... ○四九

【佛门番薯叶疗法】..... ○五三

【佛门豆疗法】..... ○五五

黑豆治腹痛 黑豆治气喘 小豆治便秘 小豆祛除雀斑
小豆治慢性肾炎

【佛门豆腐疗法】..... ○五九

豆腐治糖尿病

【佛门葛粉疗法】..... ○六一

葛粉调整肠道功能

【佛门盐疗法】..... ○六三

盐治刀伤 盐治流行性腮腺炎 盐治体质虚弱 盐治神经性疼痛、妇科病、风湿及皮肤病 盐治子宫内膜炎 盐治月经不调 盐治带下 盐治龋齿 盐治鼻腔蓄脓症 盐治慢性鼻炎 盐治眼睛结膜炎 盐治夜尿症 盐治头痛 盐治呕吐 盐治痔疮 盐治胃痉挛 盐治胃酸过多（烧心）盐治胃弛缓症 盐治便秘 盐治疝气疼 盐治受寒胃腹疼 盐祛痰、解毒 盐治肌肉关节风湿疼 盐防中暑祛疲劳 盐治头发脱落

【佛门牛奶疗法】..... ○七〇

乳汁煎剂 舔药

〇

〇

三

【佛门龙虾疗法】	○七四
龙虾治麻疹	
【佛门河蟹疗法】	○七五
河蟹治肺结核	
【佛门蛤蜊疗法】	○七六
蛤蜊治便秘	
【佛门海带疗法】	○七九
海带治痔疮 海带治高血压 海带预防脑出血	
【佛门山鸡疗法】	○八一
 第二章 释迦牟尼果疗法	 ○八三
【佛门莲藕疗法】	○八四
莲治健忘症 莲治丹毒 莲治眼部外伤 莲治鼻衄 莲治阴道出 血 莲治牙髓炎 莲治咳嗽 莲治吐血 莲治神经衰弱 莲治高血压、 动脉硬化 莲治出血症 莲治呕吐 莲治十二指肠溃疡 莲治痔疮 莲治急性肠黏膜炎 莲治心脏内膜炎 莲治低血压 莲治慢性鼻炎 莲治蓄脓症 莲治扁桃体炎 莲治咽喉炎 莲治妊娠呕吐 莲治带下 症 莲治百日咳 莲治酒醉不醒 莲治烧伤 莲滋补强壮 莲治支气 管炎 莲治肺结核	
【佛门金橘疗法】	○九三
金橘治胃溃疡	
【佛门核桃疗法】	○九四
核桃治动脉硬化症	
【佛门梅干疗法】	○九六
梅干治伤风感冒 梅干治酒醉不醒 咸梅汁治中暑	
【佛门葡萄疗法】	○九八



目 录

【佛门枣疗法】	一〇〇
---------------	-----

枣解热效力惊人

【佛门柿子疗法】	一〇一
----------------	-----

柿治贫血 柿治慢性鼻炎 柿治膀胱炎 柿治出血 柿治痔疮
柿树叶治扁桃腺炎 柿树叶预防糖尿病

【佛门苹果疗法】	一〇七
----------------	-----

苹果治腹痛

【佛门枇杷疗法】	一〇九
----------------	-----

枇杷治慢性胃肠病

【佛门无花果疗法】	一一一
-----------------	-----

无花果治痔疮

【佛门芒果疗法】	一一三
----------------	-----

芒果的药用和禁忌

【佛门甘蔗疗法】	一一五
----------------	-----

甘蔗的药用

第三章 释迦牟尼草木疗法	一一七
--------------------	-----

【佛门观音杨柳疗法】	一一八
------------------	-----

柳枝的药用 柳枝治牙痛 柳茶预防感冒 柳枝治感冒

【佛门绣球花疗法】	一二二
-----------------	-----

绣球花解热

【佛门蒲公英疗法】	一二四
-----------------	-----

蒲公英治肝病 蒲公英治黄疸病 蒲公英解热退烧

【佛门牛蒡疗法】	一二六
----------------	-----

牛蒡解热

【佛门半边莲疗法】	一二七
-----------------	-----

半边莲治中毒症状 半边莲治蛇毒

【佛门枸杞疗法】	一二九
枸杞治感冒	
【佛门松叶疗法】	一三一
松叶治肩关节酸疼 松叶治胃炎	
【佛门柏树疗法】	一三六
柏树的药用	
【佛门杉树疗法】	一三八
杉树治疗肿疮 杉树叶的烟治冻疮	
【佛门人参疗法】	一四〇
人参治低血压 人参治眼睛疲乏	
【佛门车前草疗法】	一四二
车前草治受伤或治蜂蜇 车前草治神经衰弱 车前草治小儿气喘 车前草止咳	
【佛门紫苏疗法】	一四四
紫苏治脚癣 紫苏治食欲不振	
【佛门艾蒿疗法】	一四六
艾蒿治神经痛、肩关节酸痛 艾蒿汁止下痢	
【佛门黄檗疗法】	一四八
黄檗治湿疹	
【佛门苍耳疗法】	一五二
苍耳治蜂蜇	
【佛门藜疗法】	一五四
藜治湿疹	
【佛门牵牛花疗法】	一五六
牵牛花治毒虫蜇伤	
【佛门西红花疗法】	一五七
西红花治百日咳	



目
录

【佛门白果疗法】	一五九
白果治气喘	
【佛门连钱草疗法】	一六一
连钱草治小儿腮腺炎	
【佛门鱼腥草疗法】	一六三
鱼腥草治腰痛	
【佛门梧桐疗法】	一六五
梧桐治高血压 梧桐治刀伤	
【佛门草拨、胡椒疗法】	一六七
草拨、胡椒治牙疼 草拨、胡椒治内冷 草拨、胡椒治胃寒 草拨、胡椒治消化不良	

第四章 释迦牟尼手法治疗 一六九

【佛门拿捏按摩的手法】	一七〇
-------------------	-----

【人体主要穴位及相应治疗症状】	一七三
-----------------------	-----

 头、面、颈部穴位及症状 背、腰部穴位及症状 手、足部
 穴位及症状

【对症应用的手法治疗】	一七八
-------------------	-----

 治头痛 治鼻子堵塞 治鼻子蓄脓症 治牙痛 治肩凝
 治胃扩张 治胃痉挛 治肝炎 治贫血 治失眠症 治高血压
 症 止打嗝儿 治食欲不振 治膝关节疼痛 止腿肚子抽筋
 治小孩夜尿症 空手打跟腱止血法 治疗高血压按摩法 治
 消化不良 食欲不振按摩法 神经衰弱疗法 腰痛按摩法
 消除肥胖疗法 治麦粒肿

【人体部分穴位图】	一九七
-----------------	-----

【人体部分穴位取穴方法】	二〇〇
--------------------	-----

第五章 释迦牟尼药酒疗法 二一一

金橘酒治感冒 紫苏酒安神、治贫血 苹果酒消除疲劳、增进食欲
黑大豆酒净化血液 橙子酒强健肠胃功能 柚子酒预防中风 香菇酒
防治糖尿病和动脉硬化 忍冬(金银花)酒治肾病 辣椒酒治畏寒症、风
湿病和腰痛 草木瓜酒治脚气、利尿 生姜酒治食欲不振 海带酒治高
血压 梨酒止咳解热 无花果酒治痔疮和便秘 枇杷酒治多种疾病
松子酒预防动脉硬化症 栗子酒治肝病和高血压 枸杞酒安神 菊花
酒祛头痛

第六章 释迦牟尼湿敷疗法 二二五

【湿敷疗法】 二二七

魔芋湿敷法 韭菜湿敷法 芥末湿敷法 牛扁湿敷法 竹叶湿敷
法 酢浆草湿敷法 木贼湿敷法 葱湿敷法 萝卜湿敷法 茄子湿敷
法 苦参湿敷法 栗树叶湿敷法 生姜湿敷法 菊花湿敷法 接骨木
湿敷法 紫花地丁湿敷法 荷叶湿敷法 豆腐湿敷法 牵牛花湿敷法
银杏叶湿敷法 大蒜湿敷法 甘草湿敷法 蚬子湿敷法 温水湿敷法

【盐敷疗法】 二三五

治腹痛 治胃弱、痛经、脱肛

第七章 释迦牟尼焙烤疗法 二三七

【焙烤方法】 二三八

野外焙烤法 煎锅焙烤法

【对症应用的焙烤疗法】 二四一

乳腺炎 缺奶 肺结核 下痢 肾病 腹痛 胃胀 牙龈炎 牙
疼痛 牙龈脓肿 口腔炎 鹅口疮 扁桃腺炎 晕眩 吐血 切割伤
外伤出血 烧伤 白癣 溃烂 湿疹 胎毒 风湿病 手脚疼痛 肿
物 斑秃 脱毛症 月经不调 冻伤 脱肛 跌打损伤 瘰癧(淋巴结



目 录

核) 鱼刺鲠喉 挫伤 胼胝(茧子) 痔疮 痔瘻

第八章 释迦牟尼油剂疗法 二四九

无痛分娩 支气管哮喘 便秘 增强视力 夜盲症 烧伤
中耳炎 睑腺炎 乳汁不足 白发 挫伤 眼睛疲劳 结膜
炎

第九章 释迦牟尼香疗法 二五五

【焚香和香药疗法】 二五九

【佛门瑞香疗法】 二六三

瑞香的药用

【佛门檀香疗法】 二六五

檀香的药用

【佛门沉香疗法】 二六七

沉香的药用

第十章 释迦牟尼沐浴疗法 二六九

干萝卜叶治畏寒症 石榴花治带下症 紫苏叶和桃树叶
治痄子 牛扁全草治溃烂 樟木枝和叶治疗风湿病 无花果
叶治痔疮 桃树叶治湿疹 艾蒿叶和茎治腰痛 无花果治风
湿病

第十一章 释迦牟尼发汗疗法 二七七

古印度抗火法中的12种发汗法 二八一

热湿布发汗法 热床发汗法 管蒸汽发汗法 帕里西耶
卡(音译)发汗法 阿瓦嘎哈那(音译)发汗法 阿修玛嘎那(音

译)发汗法 卡鲁修(音译)发汗法 卡台衣(音译)发汗法 布乌(音译)
发汗法 昆毕(音译)发汗法 库帕(音译)发汗法 霍拉卡(音译)发汗
法

第十二章 释迦牟尼豆粥疗法 二八五

粥疗验方 腊八粥的功效

第十三章 佛医神奇疗法 二九一

【齿木疗法】 二九二

“齿木”的药用

【佛珠疗法】 二九四

木枙子的药用

【佛门倒灌疗法】 二九六

【佛门痛“随痛处打”与“阿是穴”】 二九八

【佛门金篦术和金针拨障疗法】 三〇〇

附录 三〇三

【释迦牟尼的智慧】 三〇四

佛门常用药物的功能、特征及采摘 防止误用有毒草药 草药的
煎制和饮用知识 草药的保存方法 防止食物中毒 食物中毒后的紧
急处理方法 佛门卫生管理方法

『听食种种鱼』、『听食种种肉』的记载。但大乘佛教认为，食肉

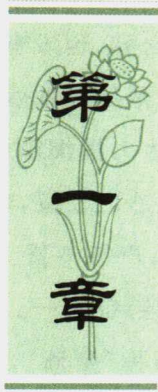
就是杀生。《梵网经》规定：『不得食一切众生肉，食肉得无量

罪。』佛教传入中国之初，也没有普遍禁止食肉。中国佛教实

行严格

笃信大

二年



释迦牟尼食疗法

形式生

年(公元

梁武帝

喊天下沙门，若有违反，严惩不贷。这样，素食才逐渐成为中

国佛教风俗习惯的主要特征之一。吃素风俗在民间俗称『吃

斋』，除出家僧尼必须坚持终身素食外，在家居士则分别在三

长斋月、四斋日、六斋日、十斋日持斋。『三长斋月』是指正月

印度原始佛教的戒律里并无“不食肉”的规定，佛言里就有“听食种种鱼”、“听食种种肉”的记载。但大乘佛教认为，食肉就是杀生。《梵网经》规定：“不得食一切众生肉，食肉得无量罪。”佛教传入中国之初，也没有普遍禁止食肉。中国佛教实行严格的素食习惯，是从南朝以后开始流行的。南朝梁武帝笃信大乘佛教，于是大力提倡僧尼禁止食肉。天监十年（公元 511 年），梁武帝集诸沙门立誓，永断酒肉，并以法令形式告诫天下沙门，若有违反，严惩不贷。这样，素食才逐渐成为中国佛教风俗习惯的主要特征之一。

吃素风俗在民间俗称“吃斋”，除出家僧尼必须坚持终身素食外，在家居士则分别在三长斋月、四斋日、六斋日、十斋日持斋。

“三长斋月”是指正月、五月、九月 3 个月当中的初一至十五持斋；“四斋日”指每月的初一、初八、十五、廿三这 4 天持斋；“六斋日”指每月初八、十四、十五、廿三、廿九、三十这 6 天持斋；“十斋日”指每月初一、初八、十四、十五、十八、廿三、廿四、廿八、廿九、三十这 10 天持斋。

佛门素食大多以豆制品和蔬菜为主，并把它们制成多种美馔佳肴，别有风味。素食丰富了中国的饮食文化，提高了民族饮食风味，同时适当的素食对人体健康也有一定的好处。时至今日，人们对素食仍不乏喜爱，有的老人还坚持少吃或不吃荤食。

佛门“五辛”疗法

佛教认为：葱、蒜、薤、韭、兴渠为五辛之物，其气上冲于脑可令头晕，实为有秽之物。魑魅妖怪反喜此物，复多增淫欲。因此，佛律戒禁五辛，以免其刺激性欲，妨碍修行。但是，在佛教医术上“五辛”却可以用于治病。直到现在，中国、印度、日本民间还流传“五辛疗法”。葱、蒜、薤、韭、兴渠五物，前四种是我们常见的，后一种“兴渠”相传流传于西域，中国不生，所以在这里不介绍“兴渠”。

导致疾病的真正原因

即使我们选择的是完美天然的食物，也可能因为已经过不适当的处理而变得有害，例如：煮得太过分、油炸过后再加上有害的调味品。正常消化的化学反应不单被这些有毒的废物扰乱，同时也被有害的化学药品（阿司匹林、青霉素、镇静剂）和不健康的生活习惯（吃得过饱、不时用餐、缺少运动、焦虑烦恼、贪爱、憎恨、恐惧）所破坏。于是毒素就停留在血液中、机体内，损坏了过滤器官和排泄器官，包括肾、肝、肠、心脏和皮肤等。这些毒素是导致疾病的真正原因，如果人体要恢复健康，就要食用天然的蔬菜、水果、胚芽麦、糙米、芝麻、瓜子、花生、酵母、鲜乳等来铲除它们。



佛门 医术秘经

第一章 释迦牟尼食疗法



〇

〇

三



◎ 葱疗法



葱是人们日常熟悉的佐食蔬菜，有 40 种以上的医疗作用。常食葱可以暖身体、助消化。

葱有一股强烈的辛辣气味，其主要成分是硫化芳基，它可以帮助身体全面吸收维生素 B₁，有活跃内脏的功能。挑选葱时，将它按压一下。葱茎饱满、不扁不泡的便是良品；青嫩而有光泽的是新鲜的。为了不影响药效，要买新鲜的葱，并尽可能生吃。

葱含维生素 B₁ 和维生素 C 等很多，生食能刺激神经，具有帮助肠胃消化、温暖身体，使人自然发汗的效力。同时，葱也能去掉各种肉、鱼食品的腥膻味，可用于各种怪味食品的烹饪。

在古代印度，人们把葱当做强壮身体功效的蔬菜来食用。佛门认为：葱的辛辣味有很强的刺激性欲的作用，食之会妨碍修行。因此，葱被释迦牟尼禁用。然而葱在佛医运用上却是一个例外。

佛教戒葱，包括戒洋葱。葱和洋葱都含有一种葱蒜辣素，具