



論病因根本在「無明」

佛教醫學的理論基礎(四)



文／釋慧明（僧醫會創辦人）

佛教醫學的含攝範圍廣泛，不僅將超出檢驗標準的身心異常狀態視為疾病，而且將一般的生理變化和需求（老化、饑餓、睡眠等）、任一層次的心靈汙染（貪、瞋、癡等），以及過往行為（業）所招致的今生苦痛，都當作須加對治的個體不圓滿狀態。因此，佛教醫學側重於疾病的預防及身心靈問題的徹底解決。

一、病起諸緣

（一）時令代謝

《大般涅槃經》記載：「身心之病凡有三種，何等為三？一者業報，二者不得遠離惡對，三者時節代謝。」時節代謝即天時變化對人體的影響，《內經》講「正氣存內，邪不可幹；邪之所湊，其氣必虛」，說明了天時變化對人體產生影響的主要原因。

根據時令特點來認識疾病的原因，屬於中醫的「因時制宜」。佛陀在世的古印度時期，由於地域及物候不盡相同之故，佛經中記載的內容與傳統中醫的理論有差異。如《佛說佛醫經》記載：「春正月、二月、三月寒多，夏四月、五月、六月風多，秋七月、八月、九月熱多，冬十月、十一月、十二月有風有寒。」



民國 87 年，僧伽醫護基金會到埔里靈巖山寺舉行義診，恰逢母難日，收到信眾送一束鮮花，以此借花獻佛回向功德給父母親。

何以故春寒多？以萬物皆生，為寒出，故寒多。何以故夏風多？以萬物榮華，陰陽合聚，故風多。何以故秋熱多？以萬物成熟，故熱多。何以故冬有風有寒？以萬物終亡熱去，故有風寒。」其內涵與《素問·四氣調神大論》有異曲同工之妙，重在說明時令更替的規律與特點，進而更好地指導生活起居。

（二）飲食不節

飲食貴在有節。《素問·痺論》篇曰：「飲食自倍，腸胃乃傷。」說明飲食過度容易造成脾胃受損，同樣飲食過饑，營養不得補充，致使氣血虧少，正氣不足，也能損傷脾胃，變生他病。

這一點在佛經中同樣也有記載，《摩訶止觀》卷八將病因系統地分為六大類，稱為「病起六緣」，其中之一就是「飲食不節」。《大方廣佛華嚴經》記載：「如是身病，從宿食生。若諸眾生，能於飲食，知量知足，量其老少，氣力強弱，時節寒熱，風雨燥濕，身之勞逸，應自審察，無失其宜，能令眾病，無因得起。」

唐朝高僧義淨法師認為，凡人身有病生者，咸從多食而起。多食有過患，如《佛說佛醫經》曰：「食多有五罪，一者多睡眠，二者多病，三者多淫，四者不能諷誦經，五者多著世間。」說明飲食過度的危害，不容忽視。

現代損害人們生命健康的疾病，已經逐漸轉變為慢性非傳染性疾病，此類疾病的主要原因是不良的行為習慣和生活方式，例如飲食不節；俗語也講「病從口入」，可知養成合理有節制的飲食生活習慣，是現代人應當重視的一項事情。

（三）生病十因緣

生病的因緣有十，《佛說佛醫經》記載「人得病有十因緣：一者久坐不飯，二者食無貸，三者憂愁，四者疲極，五者淫泆，六者瞋恚，七者忍大

便，八者忍小便，九者制上風，十者制下風，從是十因緣生病。」這十種因緣即：久坐不食、飲食無節制、憂愁思慮、過度疲勞、淫欲不節、瞋恚（忿怒怨恨）、忍大便、忍小便、忍呼吸呵欠嘔噎等、忍放屁。

這十種生病因緣與人們的日常生活、飲食起居、情緒變化等密切相關，關係著每個人的身心健康，無論在那個層面出現問題，都會引起連鎖反應，這與中醫所講的整體觀思想一致。



民國 88 年，僧醫會第一期志工培訓在板橋中正路廣化紀念堂圓滿落幕，創辦人（右三）與全體志工合影。

二、引經據典

佛教醫學的特殊性，在於以佛法為根據的綜合性病因論。根據《大智度論》，所有疾病可分為兩大類，如「病有二種，先世行業報故，得種種病；今世冷熱風發故，亦得種種病。」這是將疾病分為由業所引起的疾病，以及起因於今世的疾病。今世的疾病再分為二，則有身病和心病，其中身病（四百四病）包括內病（內在因緣的病）如飲食不節等、外病（外在因緣的病）如寒熱等，心病則指八萬四千病。

《摩訶止觀》記載的病因論是，「明病起因緣有六：一、四大不順故病，二、飲食不節故病，三、坐禪不調故病，四、鬼神得便，五、魔神相擾，六、惡業所起。」經中所說的「坐禪不調」，相當於臥起無常，也被認為是四百四病的內在誘因。「鬼神得便」，是外界給予生命體的破壞作用，它引起的主要也是四百零四種身病。在魔神所致的疾病，重在煩惱、渴愛等的作用，它有時從外部侵入人的內心，有時發自人心自體而漸漸侵入生命深處，前者稱為「外魔」，後者稱為「內魔」，這些作用會引生心病、靈性病。最後的業病是一種導因於前世

業力的疾病，即被認為根本病因起於過去的疾病。歸納來看，《摩訶止觀》所說的六種病因可以分為以下三種：一、四大不調導致的身病；二、魔神所致的心病、靈性病；三、業病。

人類的生命是肉體與心的調和統一體，從過去流轉到現在、未來。這些病因在生命中全是一體性的相互關聯，四大不調可以引發心病，現世的病回助業病的發動，魔神的活動能透過心病攪亂生活等等。

三、疾病的總因

佛教醫學認為疾病的原因與人體的四大不調、人心的貪瞋癡三毒，密切相關。

四大不調導致的多為生理疾病，其起因與飲食不節、起居無常有關。如《南海寄歸內法傳》曰：「凡四大之身有病生者，咸從多食而起，或由勞力而發。」

而貪、瞋、癡三毒則是引發各種疾病的本質因素，佛教稱為業因。《維摩詰經》曰：「今我此病，皆從前世妄想顛倒諸煩惱生……。何謂病本？謂有攀緣，從有攀緣，則為病本。何所攀緣？謂之三界。云

何斷攀緣？以無所得，若無所得，則無攀緣。何謂無所得？謂離二見。何謂二見？謂內見外見，是無所得。」以上說明吾人的種種疾病，都是由於過去妄想所造成。

眾生執著我相，因此產生煩惱和疾病。一切疾病的根本原因，來自於我們內心攀緣外境所產生的妄念，一切疾病都是由於我們過去的妄念所造成。因此，對疾病總因的概括，就是無明。無明是一切生死煩惱的根本，《菩薩瓔珞本業經》曰：「無明者，名不了一切法，迷法界而起三界業果。」業病、煩惱病都是由此而起。《摩訶止觀》曰：「無明心與法性合則有一切病相。」

現代導致人們得病的原因多而複雜，但源頭仍是無明。人類共業所感的環境不斷被汙染，從而導致食物、食品受到汙染，呼吸的空氣受到汙染，身體髮膚也受到不良環境侵蝕。環境的破壞又引起氣候異常，地球的「四大」都不能調和，何況我們的身體！要改變現在的狀況，就要從因地上下功夫，破除無明煩惱，從起心動念處防患未然。而不是等得病了，才驚慌失措地去求醫、懺悔，「是故聖人不治已病治未病，不治已亂治未亂，此之謂也。」