

佛教醫學防治身心靈疾病的研究（六）

主要治療方法——藥石治病

文／慧明法師 僧醫會創辦人



佛教醫學治療疾病的方法相當眾多，許多都是現代醫學所不曾想到和用到的。佛醫既依靠佛法的力量，也運用現實實物來治療身心靈的疾病，這些方法許多是源自古印度的佛教，具有新穎性和獨特性，並且具有療效。這對現代醫學來講，同樣具有重要的作用和價值。

（一）藥石治病

藥石，一指療病之藥餌與砭石，即醫藥與醫療器具。二又作藥食，指禪林之晚餐。佛制比丘過午不食，故禪宗寺院稱午後之飲食為藥石，亦即晚食之隱語，意謂服之以療饑渴。在早期的僧團中，有許多治療疾病和養生保健的藥石之法，時至今日，這些方法仍具有其應用價值。

1. 嚼楊枝法

嚼楊枝法，有五種利益，其中之一便是令「口無臭氣」。楊枝，是比丘常持的十八物之一，又通稱作齒木。將其先嚼成絮，再揩齒，最後刮舌，便成為古代原始簡便的牙刷。用它可以保護牙齒，防治口中的穢氣。

2. 沐浴法

佛教僧團中，提倡洗浴之法，洗浴可以去除風病、風痺，除穢垢，除寒冰，溫通經絡，促進氣血循行，除熱氣，令四大安隱無病，身體輕便，眼目精明。在佛經中，對洗浴之法和所用之物，也是有明確說明的。如「澡浴之法，當用七物除去七病，得七福報。何謂七物？一者然火，二者淨水，三者澡豆，四者蘇膏，五者淳灰，六者楊枝，七者內衣。此是澡浴之法。」可見澡浴之法有諸多益處，不僅能夠去除風濕寒諸病，還能得到七福報，如

「一者四大無病……二者所生清淨……三者身體常香……四者肌體濡澤……五者多饒人從……六者口齒香好……七者所生之處，自然衣裳，光飾珍寶，見者悚息」，實為一種簡便易行的祛病保健之法。

3. 砭石療法

砭石療法，即以石治病。古以砭石為針，也泛指各種醫療器具。在中醫經典著作《黃帝內經》中，已有「砭石」的記載。運用砭石治病的醫術稱為**砭術**，它是中國古老的醫術之一，與**針**、**灸**、**藥**、**按蹠**和**導引**等被稱為是中醫的**六大醫術**。而在古代印度，同樣有運用砭石等醫療器具治病的案例，並且許多先進的方法還隨佛教傳入了中國。印度先進的眼科醫術、外科醫術，在古代已經開始運用，如用手術刀、金篦、琉璃篦等方法醫治眼科、外科疾病，獲得良好的效果。許多事例在佛教典籍中也能找到相關的記載，體現了在古代印度的僧團中，運用砭石等醫療器具治療疾病的方法是真實存在的，並且效果可觀。

佛教醫學的藥石療病，還涉及到前文論述到的時藥、更藥、七日藥、盡壽藥、陳棄藥以及與飲食、藥物有關的藥耨度等內容。除以上種種藥石療病法外，煙火、吃茶、「為病聽酒」（以酒為藥的外用法，「身外塗創」）等療法在佛經中也有記載，這些內容在印度醫學及藏醫學中也有許多詳細的記載，茲不一一展開論述。🙏

