

我一位學佛多年的同事姜醫師，她常給癌症病人開兩種處方：一是馬上斷葷食吃素，而且是吃自然食物。一是精進念佛或念觀世音菩薩。我觀察了幾年發現她的處方亦不無道理，確實有人受益。

致癌物雖多，但以吃的為最多

為何要改變飲食呢？由現代的醫學觀點來說，癌症並不是一天造成的，除了有致癌的體質外（目前醫學研究已找出某些家族擁有共同的癌症基因容易得某種癌，這在佛家稱為這個家族的共業），還必須有致癌物來刺激，而且需經過二、三十年後才會形成癌症，所以帶有相同基因的人會不會得癌症還得看是否接觸到致癌的物質而定（族人中有人得癌、有人不得癌，這在佛家稱為共業中有不共業，又稱別業）。

我曾對研究致癌物多年的美國教授說，雖然致癌物有數千甚至上萬種，但我以佛家構成萬物的四大要素（地、水、火、風）的觀點來看致癌物應可分為：

- 1.地（固體的物質）：如土壤及其上之動植物，譬如發霉的稻米或花生含有黃麴素，吃多了會得肝癌。肉吃太多了易得大腸癌。脂肪消耗越高國家的婦女易得乳癌。
- 2.水（液體）：飲用的水遭農藥或重金屬汙染易致癌。
- 3.火（熱能）：與能源熱量有關的物質如原子彈爆炸的照射會引起白血病。
- 4.風（氣體）：如抽菸或吸二手菸會造成肺癌。

跟我們接觸的地、水、火、風中的致癌物種類雖多，但以吃的為最多。我的教授聽了我的分析頻頻點頭稱許。我認為癌症病人為了避免再發，除了正規治療外，最重要的是要積極避免再接觸環境中的致癌物，而檢討幾十年來的飲食卻是我們最易忽略的。

近年來美國的雷久南博士提唱吃新鮮無農藥果菜及不吃人工染色或加工的素料為主的自然療食，漸受一些癌症患者的注意。我曾看到一位開過二次刀的肝癌病患，經過一年的自然食療後，超音波發現的小肝臟腫塊居然消失了。這位病例的成功鼓舞了我們，而我跟姜醫師曾對數百位同事用石蕊試紙測唾液的酸鹼值，發現素食者的唾液都呈綠色的鹼性，而嗜吃帶血牛排的人都呈紅色的酸性，更證實食物的確改變我們的體質。所以改吃自然的素食可以避免致癌物，並對癌症的再發可提供某些助力。

專心念佛，減輕痛苦，活得有尊嚴

至於精進念佛或觀世音菩薩聖號，對減輕病患的痛苦及延長生命確實有幫助。我一位女同事因子宮頸癌末期接受全身電療，她告訴我，由於一直默念觀世音菩薩聖號及大悲咒，整個電療過程下來，所有的病人都難過嘔吐，只有她沒什麼不適。

另有一位末期肺癌的病人，我發現他的胸部X光早就一塌胡塗，但他居然比專家的預測多活了兩年多。我問他如何撐過來的？他告訴我，平時有空就念佛，尤其在痛得無法忍受時他就坐到病床邊的椅子專心念阿彌陀佛，說也奇怪，經過半個鐘頭後就不痛了。後來在一個晚上，他在睡夢中很安詳地走了。念佛讓他在最後三年活得較有尊嚴及過得較不痛苦，實在不可思議。

吃素及念佛何以有效呢？在佛教徒的眼光來看，吃素不再與眾生結惡緣，不再結冤親債主。而念佛則可得佛菩薩的慈悲加持，癌症獲得痊癒的機會自然增加。另在醫學的眼光來看，吃素可與大多數致癌物的接觸減少，可減少癌症再發，而專心念佛則心有定力，加強心靈力量，可轉移痛的感覺，對於整個病程有助益。因此吃素念佛對癌症病患應是一個好的輔助療法。