图解经典 03

以现代手法诠释藏医第一经典

媲美《黄帝内经》的藏医巨著

图解四部医典①

医理与养生篇

宇妥·元丹贡布◉原著

zblfz@126.com



你见过对胚胎发育过程详细到每一周的描述吗?

你对自己的**体质类型**是否了解? 不同类型的人应从哪些方面**防病补身**?

红景天、藏红花……古老西藏还蕴藏着多少有待认识的珍奇宝药?

穿刺、滴鼻、灌肠……这些**独具特色**的治疗方法你又了解多少?

流传2400年并融会汉、印、藏三地医学精华的独立的藏医体系,为什么一直以来却向外界传之甚少呢?

- 雪域高原千年秘传的藏医药学,为现代人带来一种更天然、更有效、更简捷的健康理念。
- 藏医药学的奠基之作,被誉为医学临床百科全书,其养生理论堪与《黄帝内经》媲美。
- 80幅珍贵的《四部医典》曼唐——国内独一无二的医学唐卡,难得一见的稀世国宝。
- 全新的电脑绘图手段,将唐卡局部逐一分解放大,用原画解读原著,清晰明了,适合现代人阅读。

紫圖◉编绘

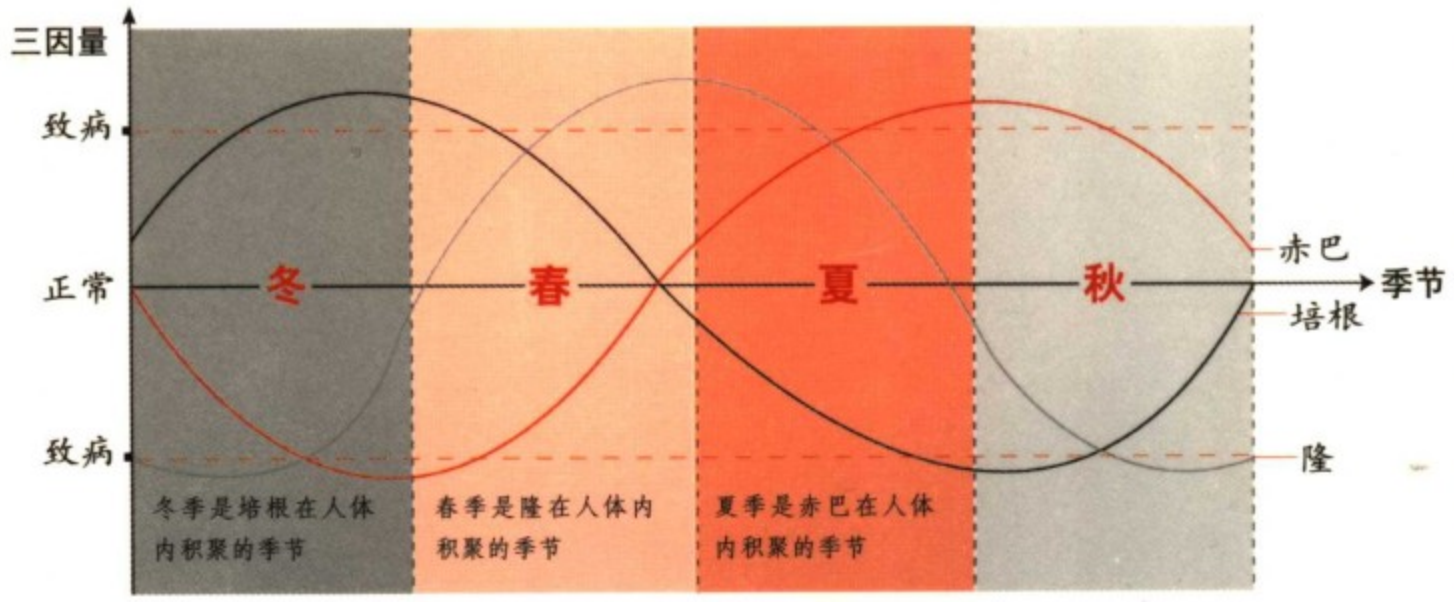
陕西师范大学出版社

本书的原则与特点

古老的西藏蕴藏着丰富的宝藏与灵感，《四部医典》就是一本有着极大实用价值和学术价值，而尚未被一般人所了解的“奁中宝玉”——因其重要，所以千年以来在传承方面都有严格的限制；也正是因其传承严格，所以才会使其自成体系，保持着纯正的原生态“血统”。上世纪80年代后，陆续开始有《四部医典》的汉译版本出现，但遗憾的是，藏医的另一瑰宝，详细表现《四部医典》医理、养生、治疗秘法的珍贵医学唐卡，一般读者却无缘一见。因此，我们在重新编著出版这部藏医巨著时力求做到：

- 以最权威的版本为基础，用通俗的文字加以表述，既忠实于原著，又适应一般读者的阅读习惯。
- 汇集80幅珍贵的《四部医典》医学唐卡，让原汁原味的唐卡艺术为您带来完美的视觉享受。
- 采用图解的形式对原图进行重构，做到使文字语言与图象语言一一对应，让您在阅读中欣赏，在欣赏中获智。

疾病与季节的关系



紫 圖 圖 書
建议上架类别：健康 社科
ISBN 7-5613-3742-6
9 787561 337424 >
R·46 定价：68元

zblfz@126.com

目录

序一：媲美《黄帝内经》的藏医巨著 /17

序二：诠释经典的最佳方式 /20

疾病治疗的树喻 /24

如何阅读本书 /26

《四部医典》几个译本的对比 /28

第1章 涉入一条伟大的河流之前：寻根溯源 /30

1. 辉煌的历史：西藏历史上的名医及南北两大流派 /32
2. 藏医理论来自于印度？《四部医典》的历史沿革 /42
3. 本书的作者：宇妥·宁玛元丹贡布 /44
4. 本书的诞生：从药王城的传说讲起 /46

第2章 土珠热白益西传讲：《四部医典》第一部　根本医典 /50

1. 提纲挈领：全书的纲目分类 /52
2. 生命的三因：隆、赤巴、培根 /54
3. 人体七大物质基础：饮食精微、血、肉、脂、骨、骨髓、精 /60
4. 成因、途径、规律、分类：疾病的一般原理 /64
5. 独特的诊断方法：问诊、望诊和触诊 /72
6. 食疗、居养、内服、外治：治疗疾病的一般方法 /78

第3章 古珠热白益西传讲：《四部医典》第二部　论说医典 /90

1. 鱼期、龟期和猪期：生命的形成过程 /92
2. 生动的比喻：身体各部位的形态与功能 /102
3. 各计其数：身体部位的正常状况 /106
4. 形形色色的人：人的生理特征和区别 /118

5. 透过细节看吉凶：死亡的征兆 /122

6. 起源、蓄积和诱发：疾病产生的内因与外缘 /134

7. 过盛、虚损与紊乱：疾病产生的机理 /140

8. 四百零四病一一说：疾病的分类 /144

9. 顺应本性，莫违时令：日常起居话养生 /146

（1）季节养生：重在与六时相合 /146

（2）日常养生：贵在好习惯的培养 /148

（3）养生要点：顺应自然本性 /152

10. 吃什么、怎样吃、吃多少：明白饮食益养生 /156

（1）吃什么：熟悉各种食物的特性 /156

（2）怎样吃：注意几种饮食禁忌 /162

（3）吃多少：把握饮食最适宜的量 /162

11. 婴儿期谈养生：小儿保养 /166

12. 晚年谈养生：养老摄生 /170

13. 药物的特性：五行与六味 /174

14. 药物的功效：八性与十七效 /178

15. 单味药的组合：药剂配方 /198

16. 针、钳、刀、镊：外治法使用的器械 /204

17. 熟习方法，把握诀窍：疾病的诊断 /210

18. 从一般到具体：疾病的治疗 /218

（1）治疗总则 /218　　（2）一般的治疗方法 /226

（3）具体疾病的治疗方法 /227

19. 为医之道：医术与医德 /236

附录：《四部医典》第一部及第二部中译版原文 /250

疾病治疗的树喻

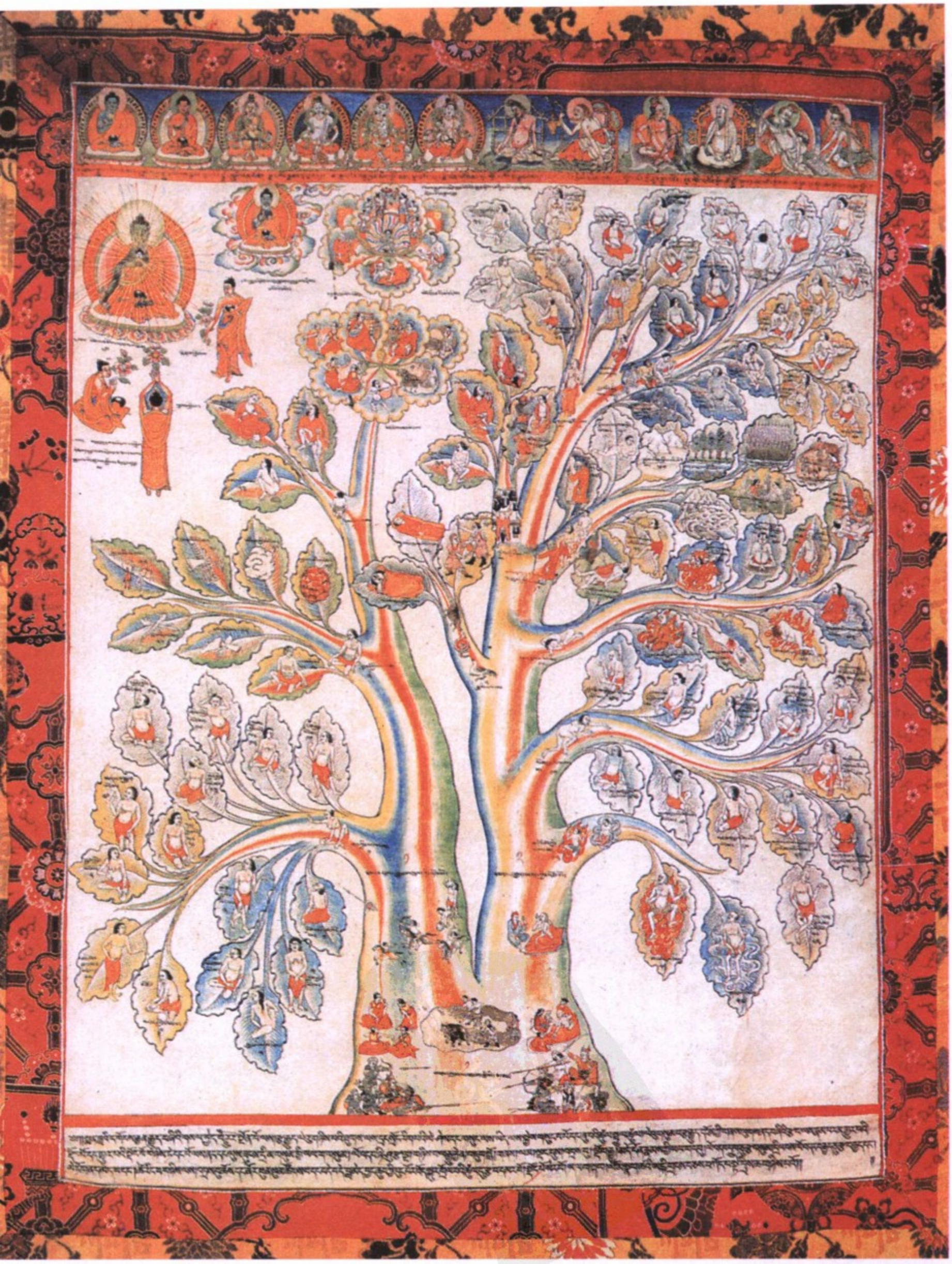
本图用树的根、干、枝、叶作比喻，系统形象地表现了关于疾病治疗的饮食选择、起居调节、用药以及手术外治的方法。具体而言，在疾病治疗的树根之上，分出饮食、起居、药物、外治方法四个主干。饮食主干上有治疗隆病、赤巴病、培根病的食物和饮料等六个树枝，其中隆病的食物树枝有十片树叶，饮料树枝有四片树叶；赤巴病的食物树枝有七片树叶，饮料树枝有五片树叶；培根病的食物树枝有六片树叶，饮料树枝有三片树叶，总共是三十五片树叶。起居的主干上有隆病、赤巴病、培根病的起居树叶各两片，总共是六片树叶。药物主干上有十五个树枝，上有标示着隆、赤巴、培根疾病治疗药物性味的树叶十八片，攻药树叶二十三片，赶药树叶九片，总共是五十片树叶。外治方法主干上有治疗隆病、赤巴病、培根病的树枝三个，树叶共七片。整幅图共有一个树根、四个主干、二十七个树枝、九十八片树叶。（详细内容见PART2第六节）



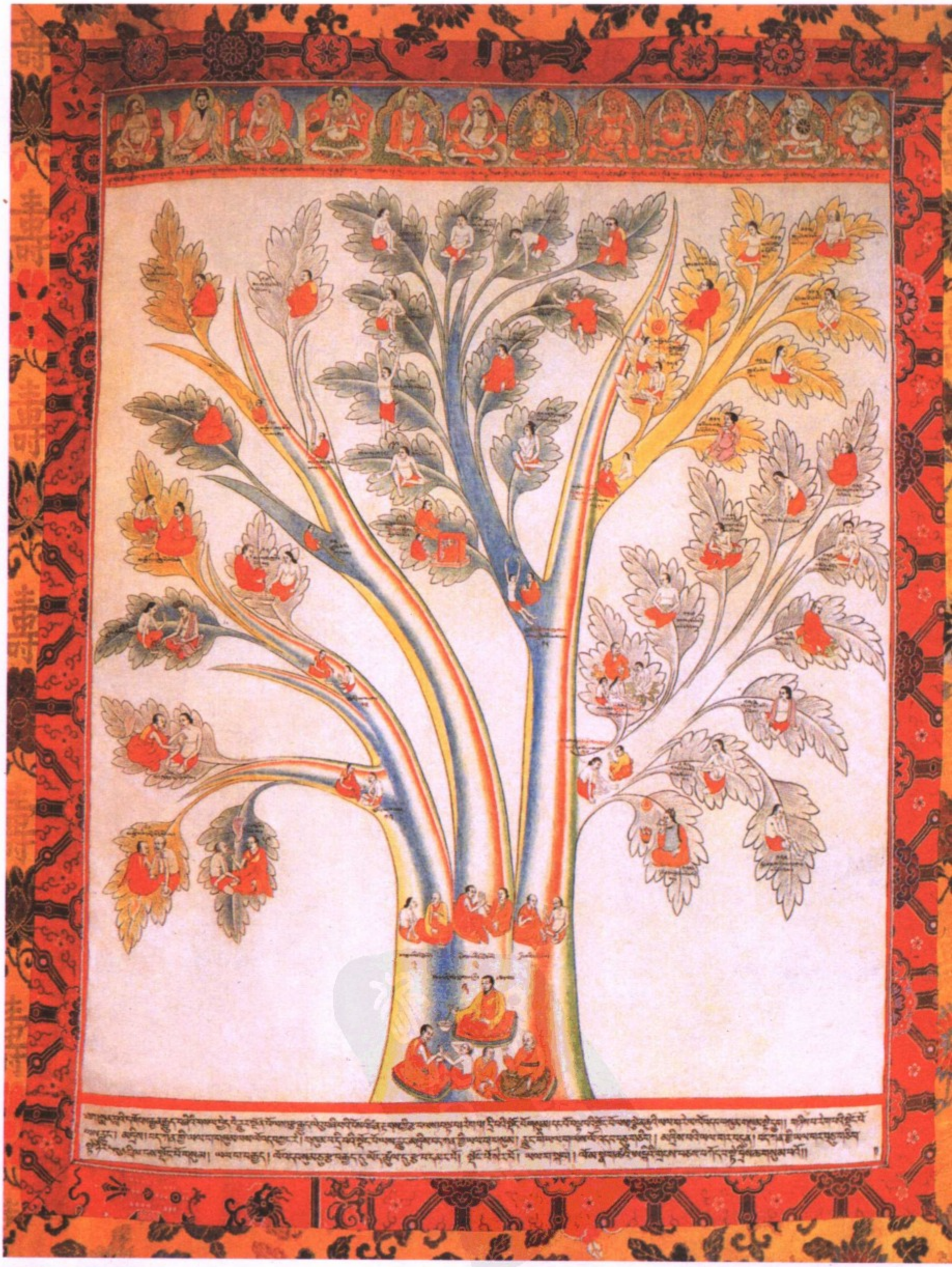

治疗隆病药物的药性之枝
治疗赤巴病药物的药性之枝
治疗赤巴病药物的药味之枝
治疗培根病药物的药味之枝
治疗培根病药物的药性之枝
治疗隆病的汤药之枝
治疗隆病的药油丸之枝
治疗赤巴病的汤剂之枝
治疗赤巴病的散剂之枝
治疗培根病的丸剂之枝
治疗隆病药物的药味之枝
治疗培根病的散剂之枝
治疗隆病的灌肠之枝
治疗赤巴病的泻下之枝
隆病的外治法之枝
治疗培根病的催吐之枝
赤巴病的外治法之枝
培根病的外治法之枝
外治主干
药物主干
起居主干
疾病治疗之树根



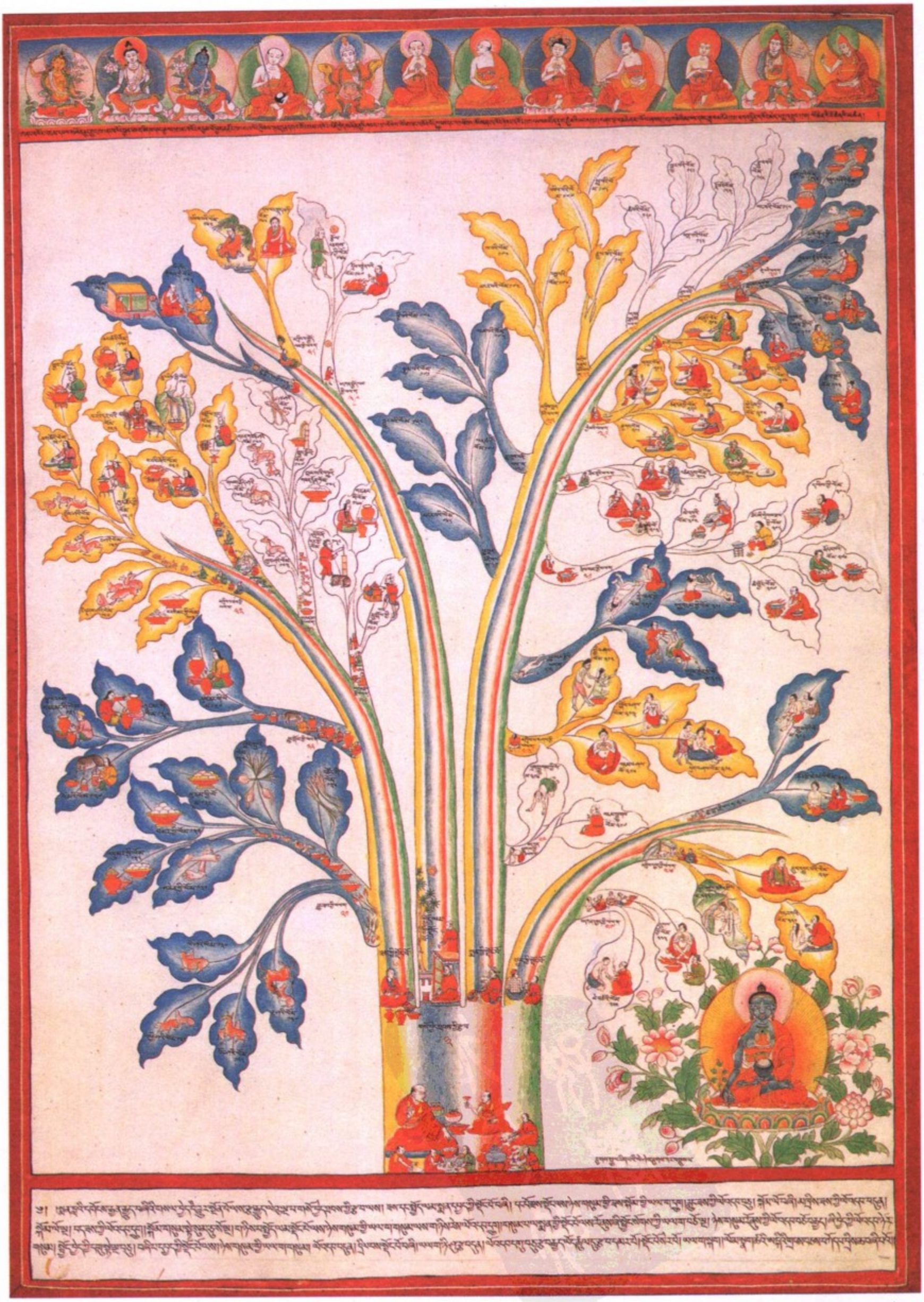
药王及药王城 《四部医典》曼唐第一图　药王城是药王门杰拉为众仙传讲医学的地方



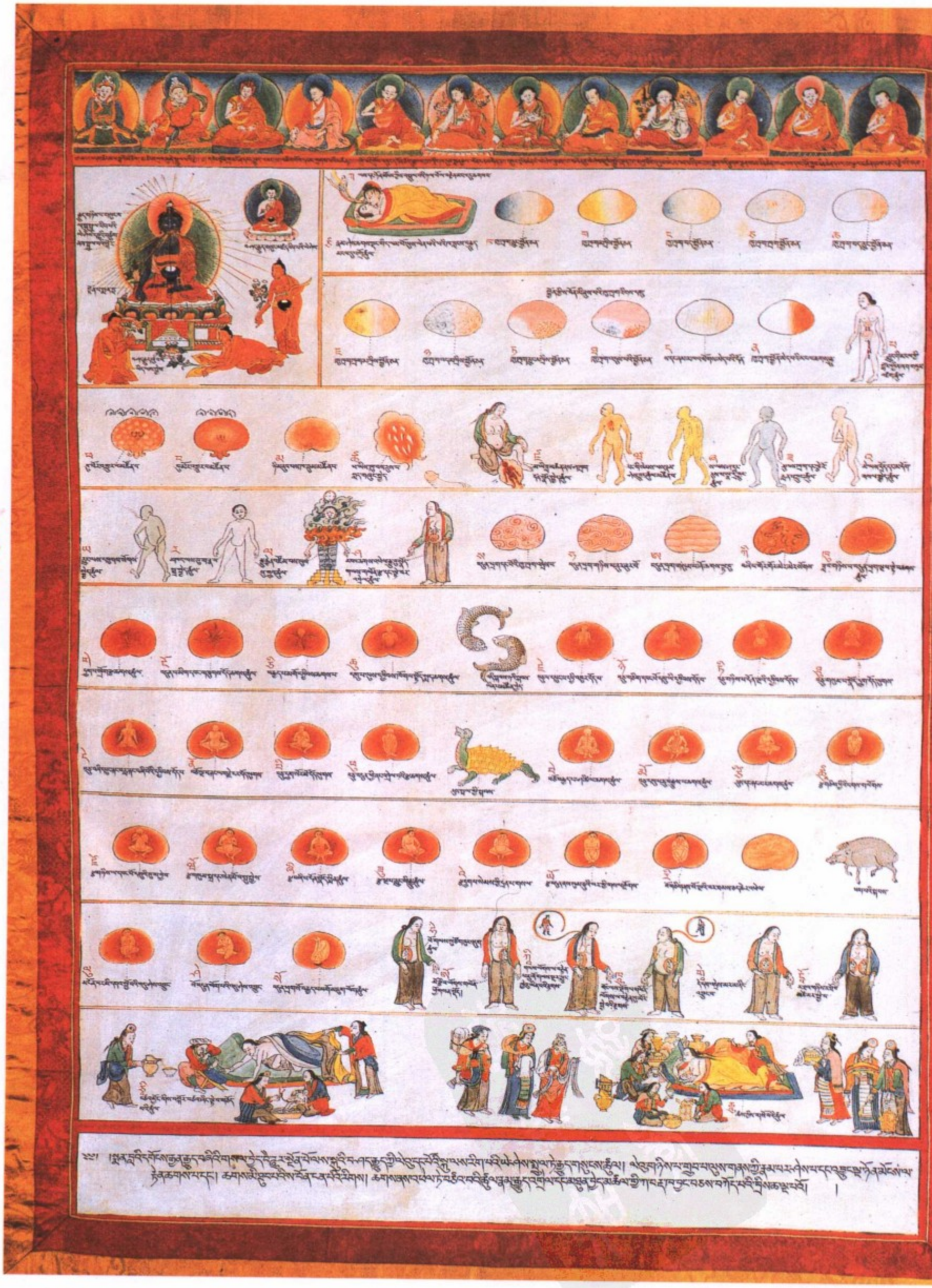
人体的生理和病理 《四部医典》曼唐第二图　本图以树为喻表现人体的生理功能和病理变化



疾病的诊断 《四部医典》曼唐第三图　　本图以树为喻表现望诊、触诊、问诊三种诊病方法



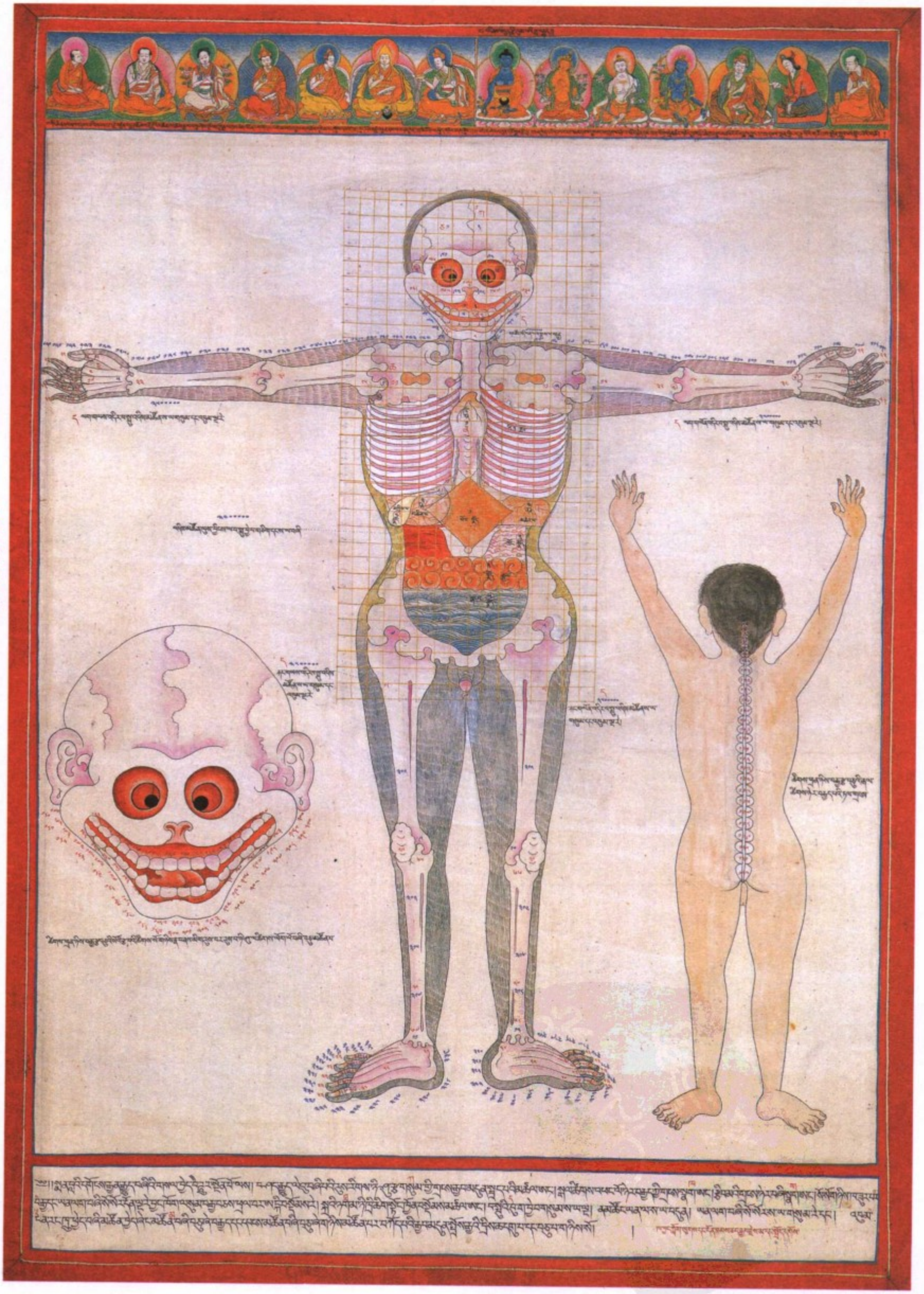
疾病的治疗 《四部医典》曼唐第四图　　本图以树为喻表现饮食、起居、用药、外治四种治疗方法



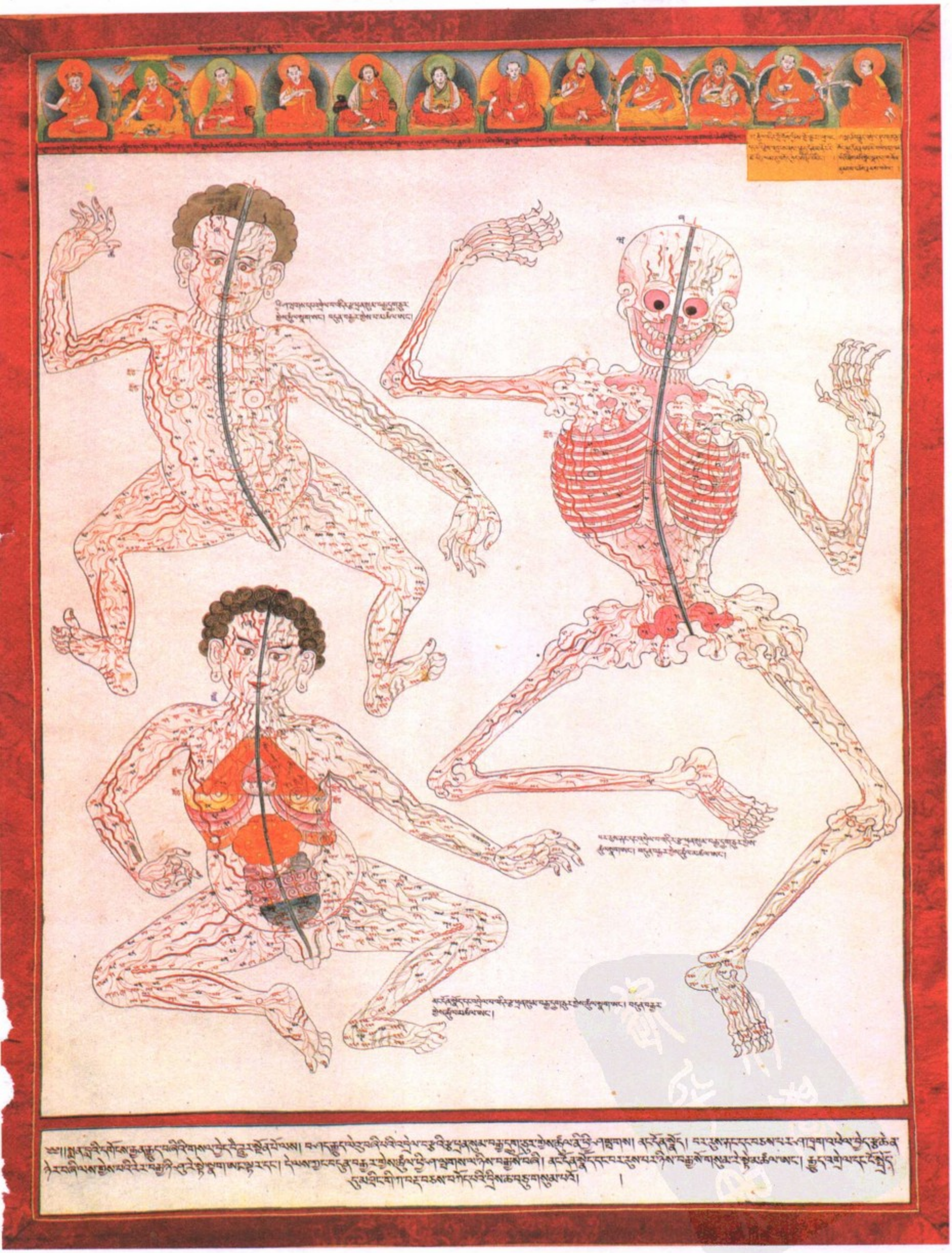
人体胚胎发育 《四部医典》曼唐第五图　本图详细描绘了胚胎的形成、发育以及生产过程

人体器官的形象比喻和物质计量　《四部医典》曼唐第八图

本图形象描绘了人体器官的比喻以及各物质要素的计量



人体骨骼 《四部医典》曼唐第九图　本图表现了人体全身骨骼和脏腑的形态



人体的连接脉　《四部医典》曼唐第十三图　　本图表现了人体由外到内的各种连接脉

起居 《四部医典》曼唐第二十二图　本图描绘了各种有关起居养生的生活场景



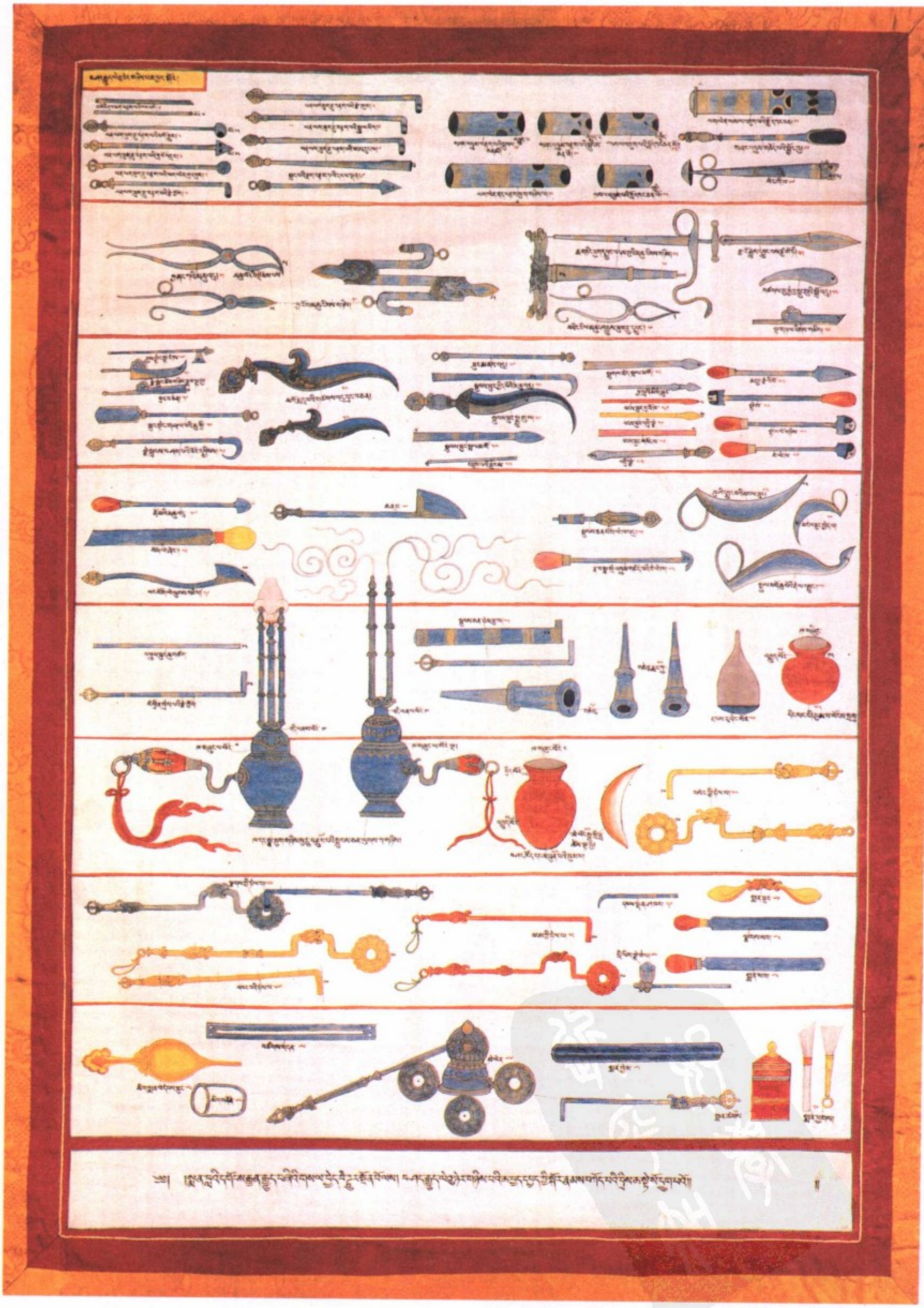
矿物药物 《四部医典》曼唐第二十五图　本图描绘了各种珍奇的矿物类药物



草类药物 《四部医典》曼唐第二十八图　本图描绘了各种珍奇的草类药物



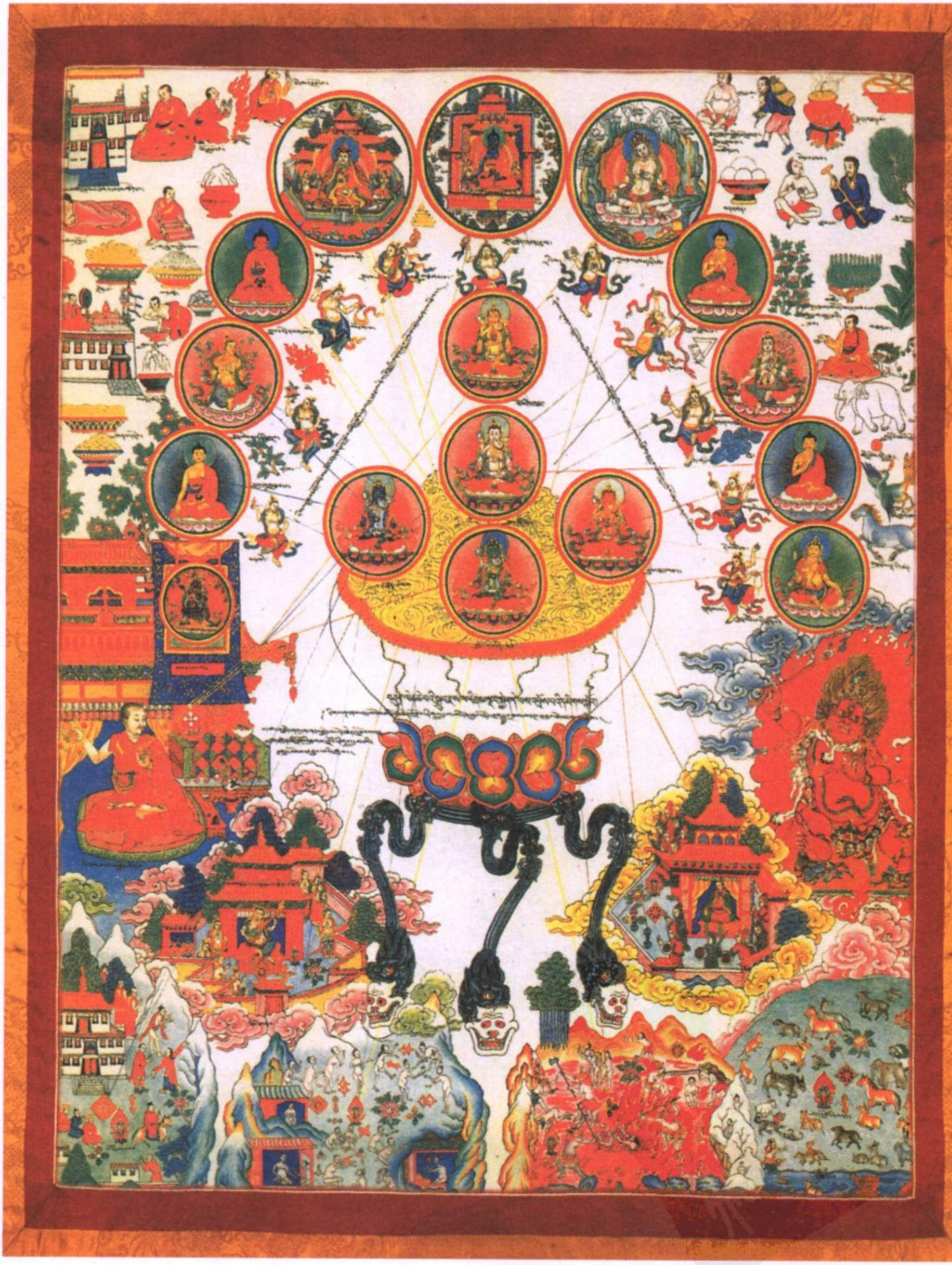
动物药物 《四部医典》曼唐第三十三图　本图描绘了各种珍奇的动物类药物



医疗器械 《四部医典》曼唐第三十六图　本图描绘了各种奇特的手术用具



病态诊治 《四部医典》曼唐第三十七图　本图主要表现医生在诊断和治疗过程中的原则和方法



养生方法 《四部医典》曼唐第五十四图　本图将养生与修行结合起来，体现了二者相互促进的关系

序一

媲美《黄帝内经》的藏医巨著

青藏高原独特的地域环境和人文背景孕育了博大精深的藏民文化，藏医作为西藏神奇文化的重要组成部分，早在1200年前就已形成了完整的医学体系，被公认为世界医学领域内历史最悠久的医学体系之一。

公元8世纪，杰出的藏医学家老宇妥·元丹贡布在融合印度医、中医、大食医以及藏族传统医学等中外医学精华的基础上，著成了伟大的藏医巨著《四部医典》，此后历代藏医学家围绕这部经典进行不断的阐释和补充，诞生了许多优秀的著作和典籍，将藏医学推向一座又一座高峰。可以说，《四部医典》是整个藏医体系的理论基础，它不仅构建了完备的理论体系和诊疗体系，而且积累了丰富的内科、外科、妇科、儿科疾病的治疗经验以及防病养生的知识。尤其值得一提的是书中的养生理论，《四部医典》非常重视养生，其养生经验丰富而独特，堪与中医最为著名的养生秘籍《黄帝内经》相媲美。事实上，如果将这两部不同年代、不同地区的古医典籍进行比较，我们还会发现其养生思想的诸多相似之处。

首先，两部医著都十分强调掌握一定的医学理论对于养生的重要性。《黄帝内经》中曾经提到："夫道者，能却老而全形，身年虽寿，能有子也。"《四部医典》更是在开篇部分就明确提出了"谁要想无病健在，谁要想治病救人，就请学习医学秘诀；谁要想长寿，就请学习医学秘诀……"可见，一个人活在世上，只有懂得一些医学知识，才可以有意识地预防疾病，从而达到养生益寿的目的。

其次，两部医著都十分重视导致疾病的内在原因，强调防病养生要着重于精神的调养。《黄帝内经》中防病保健的主导思想就是通过调养精神来防御疾病，比如认为人们应保持“恬淡虚无”、“精神内守”，从而使“真气从之”，达到“病安从来”的目的。《四部医典》在分析致病的原因时，也提到“百病总因归纳只一条，只因不解无我为愚盲。比如鸟虽展翅空中飞，总是不离地上其身影；众生虽然安居有行业，终因愚盲总难离病情”，这里将一切疾病的原因归纳为总的一点，即“不解无我为愚盲”，过分贪恋执着于外物，这种愚盲又产生出贪欲、嗔怒和愚痴三种差别病因，进而导致隆、赤巴、培根三种疾病的近因。这些观点在物欲横流的今天犹为具有启示意义，它提醒现代人，一个人如果想要拥有健康的身体，首先应该拥有健康的心态。

此外，两部医著对于导致疾病的外部原因也都做出了精辟的论述。《黄帝内经》在《素问》中提出“夫百病之始生也，皆生于风雨寒暑”的观点，并从这一观点出发，提出了“虚邪贼风，避之有时”的养生观。《四部医典》也在病之外缘章中指出，饮食起居、时令等外部因素时时作用于人体，如果这些外缘的寒热、温凉、轻重、糙腻、钝锐等性质与人体自身各大因素的状况保持平衡，就可以保证健康无病，相反，如果某一种因素过盛而发生聚集潜伏，就会诱发各种疾病。从这一观点出发，《四部医典》提出了诸如“冬夏赞热，季夏秋宜凉”的养生原则。

可见，《四部医典》与《黄帝内经》虽然产生于不同的民族，但其养生理论的精髓在本质上却是一致的。

除了完备系统的养生理论外，《四部医典》中还收录了单科药材911种、治病配方3456种，被誉为医学临床百科全书。书中将这些纷繁芜杂的医学理论、养生知识以及临床治疗经验分为四部，采用由浅入深、由概括到具体的结构方式，循序渐进，层次分明。我们在重新编辑出版这部医著时，将前两部《根本医典》和《论说医典》合并为《医理与养生篇》，将后两部《秘诀医典》和《后续医典》合并为《秘法与实用篇》，前篇侧重于讲述藏医特色的医学理论和养生知识，生动而且有趣，后篇则侧重于介绍藏医独特的治疗方法和手术方法，丰富而且实用。这样做既保留了原著科学的结构体例，又使读者可以根据自己的兴趣和需要进行选择，希望能够给读者带来便利。

在各种疑难杂症层出不穷，用常规方法已无力应对的今天，藏医神奇快速的疗效以及藏药纯天然的特性日益受到中外医学界的广泛关注，我们期待这套《图解四部医典》能够为您揭开藏医世界的面纱，让古老神秘的藏医藏药为更多的人带去吉祥和安康！



序二

诠释经典的最佳方式

您手中这本《图解四部医典·医理与养生篇》是紫图“图解经典”系列的第三本，无论您对于我们之前出版的《图解黄帝内经》和《图解西藏生死书》是否了解，但的确是前两本图解书所获得的成功以及读者对这前两本书的充分认可，给了我们继续将图解计划进行到底的信心和动力。

图解经典的初衷：

传统经典中蕴涵着无穷的灵感和智慧，它是现代科学无论怎样发展也无法脱离的源泉和根基，因此作为一名现代人，要想真正搞懂身边所发生的一切，首先还是要适当地了解一下老祖宗为我们留下的丰富遗产。然而在高速运转的现代生活节奏中，很少有人能够有时间和精力去这样做，况且由于时间距离所造成的阅读障碍，要想真正读懂这些传统经典更是一件困难重重的事情。

现实的困难永远是我们不断创新的动力。在经过长期的思考和实践以后，我们终于找到了一种诠释传统经典的最佳方式——图解，这是一个既令人兴奋又极具挑战性的工作，它使我们从线性的文字叙述方式进入到了一个三维立体的空间，让您仿佛戴上了一副3D的立体眼镜，通过一张张生动的图画与表格，使您能够既准确又轻松地掌握我们所要传达的知识重点。

我们的图解原则就是：

- **一个图像就可以解决的问题，我们不再用百字来说明。**
- **一个流程图就可以说明的复杂过程，我们不再用冗长的文字来阐释。**
- **一个表格就可以清楚的概念，我们不再用生涩的术语来叙述。**

与图解经典系列的前两本书有所不同的是，《四部医典》作为藏医史上最为重要的一部著作，本身已经拥有了一套相当全面的配套唐卡。这套医学唐卡是在17世纪末由第司·桑吉嘉措组织全藏著名书画家绘制的，共80幅，主要以《四部医典蓝琉璃》的文字内容为基础，又补充了《月王药诊》中的部分内容。

其中第一幅描绘传说中的药王城；第二至四幅用树喻图形象地表现《根本医典》中的人体生理、解剖、病理、诊断和治疗方面的内容；第五幅是胚胎发育过程图；第六至十八幅描绘人体的脉络、器官、放血部位、要害部位以及生理特征的内容；第十九至二十幅描绘各种死亡征兆；第二十一至二十四幅描绘疾病的病因及患者的饮食起居要点；第二十五至三十五幅描绘了各种药物；第三十六至三十八幅描绘治疗的方法和原则；第三十九幅专门描绘医生应具的品德；第四十和四十一幅是人体火灸、穿刺、放血的穴位图；第四十二至四十八幅描绘患病的病因；第四十九至五十二幅更为详细地绘制了人体内部解剖构造图；第五十三幅描绘毒物的来历；第五十四和五十五幅为养生方法图；第五十六至六十九幅描绘诊断方法的详细内容；第七十至七十六幅描绘各种治疗方法；第七十七至七十九幅描绘藏医的传承和《四部医典》的重要价值。第八十幅记录了藏医历代的代表人物。

这种用图像辅助教学的形式在古代其他传统医学体系中是绝无仅有的，是藏医药学的一绝。80幅唐卡作品细腻生动，散发着浓郁的藏民族风味，既是珍贵的文物，又是直观的教具。但是由于种种原因，目前对于多数读者来说却存在着如下问题：

- **80幅唐卡难得一见，虽然西藏人民出版社已经出版了一套汉文版的《四部医典系列挂图全集》，但是该书价格不菲，一般读者购买困难。**
- **即便是见到了这80幅唐卡，又如何在欣赏的同时真正看懂它？怎样将线性陈列的一幅幅图片串联起来，在阅读简短注释的过程中领会到一套立体的藏医理论？**

看来，在这两大现实的难题面前，“图解”正是最恰当最巧妙的解决方法。本书运用电脑绘图手段将唐卡局部逐一分解放大，采用图解的形式对原图进行重构，使文字语言与图像语言一一对应，可让您在阅读中欣赏，在欣赏中获智。

我们有足够的理由相信，这本凝聚了紫图主编、责任编辑、执行编辑以及绘图、设计制作人员心血，精心打造出的《图解四部医典》，定会让您获得一种轻松、愉悦的阅读体验。

如何阅读本书

本节主标题
本节所要探讨的主题

篇名与序号
本书每章节分别采用不同色块标识，以利于读者寻找识别。同时用醒目的序号提示该节在本章下的排列序号。

相关经文
可到附录查找本章相关经文。见附录“《四部医典》中译版原文”。

本章相关经文
250-255 页

独特的诊断方法

问诊、望诊和触诊

诊断疾病也称认病，认病主要依靠征候，采用问诊、望诊、触诊的方法能够准确地捕捉疾病的征候，进而诊断疾病。

问诊在三诊之中最为重要

问诊即询问病人与病情有关的情况。问诊的内容相当广泛，概括起来包括：

起病缓急：如果是突然起病则大多是急症，如感冒多会突然引发恶寒、发热、头痛；五脏六腑病则多为慢性病，在不知不觉间发生。

起病原因：有些病症患者自己可以明确指出原因或诱因，如由于暴饮暴食而发生胃痛、呕吐、腹泻等，因此诊断时应详细问明。

居住环境：居住环境的冷热、湿度以及通风情况等，都是引发疾病的重要因素，要询问清楚。

饮食起居：饮食失常将会导致胃肠病、瘟病、气息不安、呃逆、食积痞瘤等多种疾病。在问诊过程中不可忽视。

职业家庭：有些疾病与患者的职业有关，如强体力劳动者易患扩散伤热；有的疾病与患者家庭有关，如有些瘟疫病会在家庭成员中互相传染。

此外，问诊内容还应包括发病后病情的变化以及已经接受过的治疗等等，总之，询问的内容越详细，对于诊断就越有利。

望诊和触诊是准确可靠的诊断方法

从广义上来说，望诊包括对于所有肉眼能够看到的征候的观察，包括病人的神色、体型、皮肤颜色、大便、小便、痰等。狭义上来讲，望诊主要包括舌诊和尿诊。舌诊主要是观察病人的舌质和舌苔。正常人的舌是红润而且灵活的，而隆病病人的舌质红，舌苔干而粗糙；赤巴病病人的舌苔黄而厚；培根病病人的舌苔白而湿滑。尿诊是通过观察病人尿的颜色、气泡、沉淀物等情况来诊断疾病的方法。隆病病人的尿色清稀如水，且多泡沫；赤巴病人的尿呈红黄色，味道恶臭，热气大；培根病人的尿色发白，气味淡而热气小。

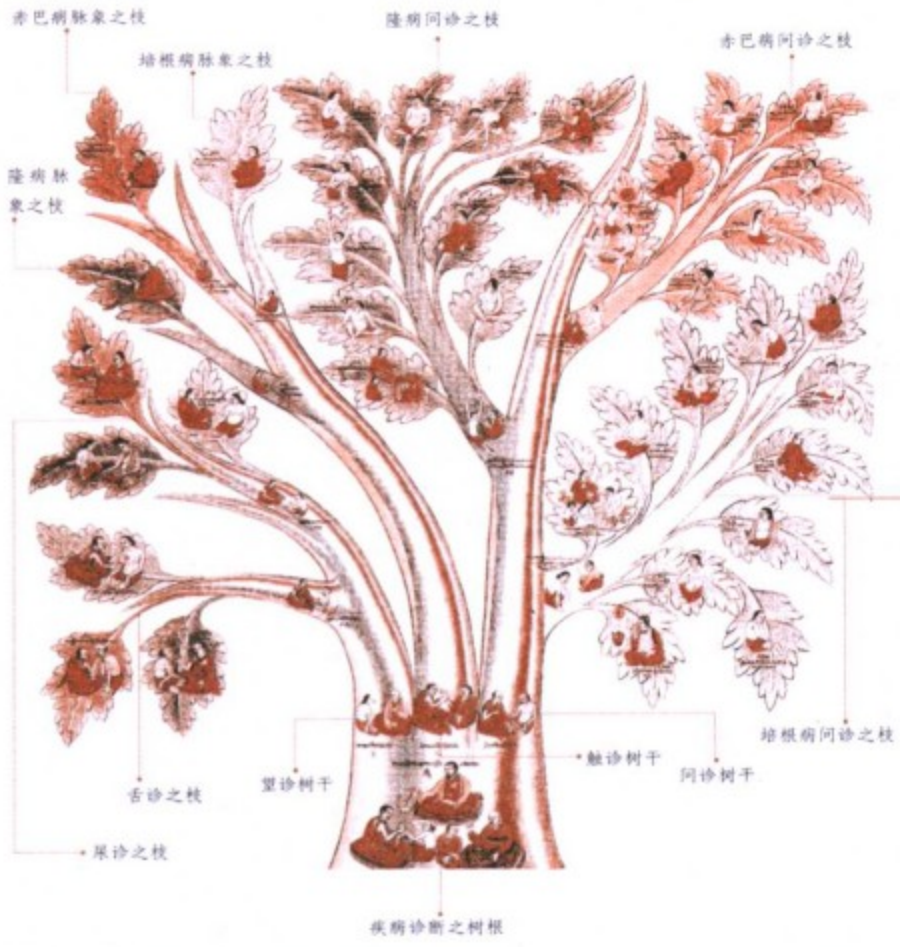
所谓触诊主要是切脉。隆病病人的脉象虚弱而有间歇；赤巴病人的脉象急数、洪大而弦紧；培根病人的脉象迟沉而微弱。

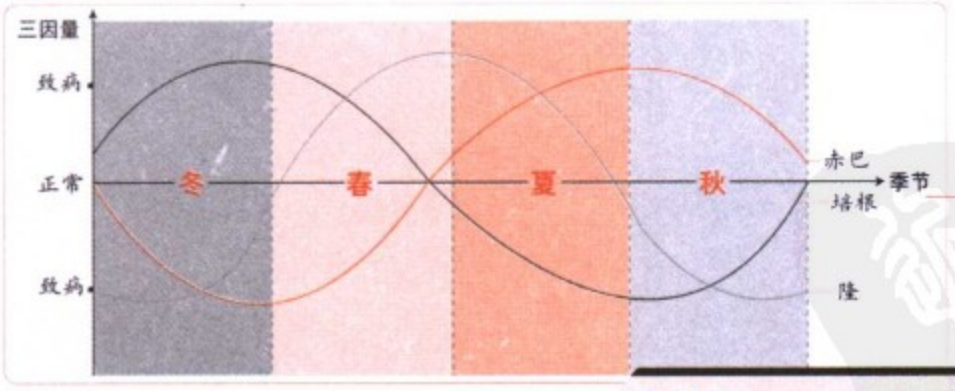
图解标题

针对内文所探讨的重点图解分析，帮助读者深入领悟。

疾病诊断的树喻

本图用树的根、干、枝、叶作比喻，系统形象地表现了望诊、触诊、问诊三种疾病的诊断方法。





插图

较难懂的抽象概念运用具象图画表示，让读者可以尽量理解原意。

图表

将隐晦、生涩的叙述，以清楚的图表方式呈现。此方式是本书的精华所在。

名词解释

四物

指酥油、牛奶、头道青稞酒和羊头汤。陈羊头汤：将羊头密封于罐内，保存一年后煮汤。三果：指诃子、毛诃子、余甘子。五根：指黄精、天门冬、藏当归、刺蒺藜、喜马拉雅紫茉莉根。

名词解释

本书的名词及概念的解说。

《四部医典》几个译本的对比

年代	书名	译者及编者	出版社
1957年	《西藏传本印度古代医经》	孙景风译	上海市卫生局内部翻译
1973年	《Tibetan Medicine》 中译名《西藏医学》	热琼仁颇切·甲白昆桑（Rechung Rinpoche Jampal Kunzang）译	
1975年	《〈据悉〉的一章》	艾默瑞克（R. E. Emmerick）译	
1976年	《Foundation of Tibetan Medicine》 中译名《藏医学基础》	[德]芬克(Elisabeth Finckh）译	
1983年	《四部医典》	李永年译	人民卫生出版社
1987年	《四部医典》	马世林、罗达尚、毛继祖、王振华译注	上海科学技术出版社
2000年	《医学四续》	李多美译	西安出版社
2004年	《新编藏医四部医典》	元气斋编注	台湾元气斋出版社有限公司

特 点
1、只节译了第一部和最后一部的第20至24章。 2、是最早的汉译本。 3、从书名可以看出当时对于《四部医典》起源的误解。
1、该书第一部分译出了《论说医典》的全部以及《后续医典》中的脉诊和尿诊两章，是最早的英文版本。 2、作者不是对藏文原文进行逐字逐句的对译，而是参考了第司·桑吉嘉措的《蓝琉璃》（这是《四部医典》的标准注解本）后写成的节译本。 3、由于作者熟谙藏文，所以译文比较可靠。
1、只对《根本医典》第三章中提到的病理、生理问题做了详尽的考证。 2、但该文系根据藏文本《四部医典》《蓝琉璃》，以及《八支心要集》等多种文献逐字逐句考证，然后翻译完成。
1、有德文和英文两个版本。 2、对《四部医典》的第一、二部做了介绍和节译。 3、总之，迄今为止国外尚未出现全译本。
1、采用直译偈颂体韵文形式译出。 2、多为九字句韵文，保持了藏文原著的风貌。但有些字句受对仗工整限制而较难理解。 3、是除18世纪的蒙文版以外的首次全译本。
1、这一版本是根据青海塔尔寺藏木刻藏文版印刷品译出，为减少错误和遗漏，在校对时又以四川德格县藏木刻版印刷本校订。 2、译文采用白话体形式，语言通俗易懂。 3、可与1983年版的偈颂体译文对照阅读。
是继1987年译本之后的又一部中文全译本。
1、基本上以1983年版的中译本为蓝本，保留了偈颂体的韵文形式，但多将每章开篇的医仙问答语言删节，使内容直指主题。 2、由于这一版本为台湾地区出版发行，因此形式为繁体竖排版。

第 1 章



涉入一条伟大的河流之前：寻根溯源

我们在涉入任何一条河流的时候，都会自然而然地产生一种疑问，那就是：这条河从哪里发源？它已经默默地流淌了多久，又经历了怎样的变迁？阅读这部光辉的藏医著作《四部医典》，就如同踏进了一条伟大的河流，它有着一千二百年的历史，其间经历了伏藏——掘藏的传奇经历，历经几代名医的校注、修改，至今对于其理论来自于印度还是西藏本土，仍然有学者进行争论。因此，在正式进入本书主题之前，让我们来共同做一件既有意义，又让人兴奋的事，那就是对这部古老的医典寻根溯源。

本篇图解

西藏历史上的名医及南北两大流派 /33-40

《四部医典》的历史沿革 /42-43

藏医理论的奠基人 /45

药王城全图 /47

西藏历史上的名医及南北两大流派

西藏的医药发展历史源远流长，其间涌现出了一大批优秀的医学家和重要的医学典籍，它们共同铸就了藏医药学辉煌的成就。

藏医的发展历史可以一直往前追溯到大约公元前1世纪，根据西藏古代史籍《述臣语录》中的记载，那时藏族人民在长期的生产实践中，就已经认识到某些野果、野菜、动物、矿物可以解除身体的病痛，并且得出了“有毒就有药”的认识，懂得了药可以解毒的道理。到了公元4世纪，人们已经懂得用融化的酥油止血，用制作青稞酒时剩余的酒糟治疗外伤，对于饮食的益处与害处也有了一定的认识，这意味着藏医药学已开始萌芽。但由于当时落后的文化发展水平以及缺乏规范化的本民族文字，从藏民族形成一直到吐蕃王朝建立，藏医药学始终没能形成一个完整的科学体系。

公元629年，松赞干布统一西藏高原，建立了奴隶制的吐蕃王朝。他制定官制和兵制等各项法律，大力发展经济，并创造了规范的文字。藏文的创制促进了藏医经验的积累和理论的升华。8世纪初，藏医第一部综合性医书《月王药诊》问世。

不久，吐蕃王朝第五代藏王赤松德赞即位，他继续推行鼓励各国名医入藏传授医术、编译医药著作的政策，大力扶持藏医药学的发展。在他执政期间应聘入藏，并荣获藏王赐名的唐朝名医东松嘎瓦最后定居西藏，为了使东松嘎瓦的医术后继有人，赤松德赞在全藏挑选出九位优秀的青年，追随东松嘎瓦学习医术。这九位青年在东松嘎瓦的培育下，最终成为吐蕃王朝中期的九大名医。而在这九大名医之中，宇妥·宁玛元丹贡布犹为著名。他跟随东松嘎瓦学医有成后，又曾到全藏各地及尼泊尔、印度等国游学，学成归国后，被赤松德赞任命为首席侍医。他广泛吸取《医学大典》《月王药诊》等前人医书及同代医学著作的精华，认真总结个人的实践经验，并博采各地民间医方，经过二十余年的辛勤劳动，终于著成举世闻名的藏医经典著作《四部医典》，为藏医药学体系的形成奠定了基础，标志着藏医学从此走上了成熟发展的道路。

西藏历史上的名医及南北两大流派

八位佛祖


茨列，意为“善相”


仁钦，意为“珍宝”


色桑，意为“赤金”


贡艾梅，意为“无忧”


曲札，意为“宣法”


前欢，意为“敌若”


释迦牟尼


门杰拉，药王

药王门杰拉传讲《四部医典》时，化身为古、松、土、元丹、赤列五位热白益西，“古”的意思是“身体”，“松”的意思是“声音”，“土”的意思是“思想”，“元丹”的意思是“智慧”，“赤列”的意思是“事业”。土珠热白益西负责传讲第一部《根本医典》，古珠热白益西负责传讲第二部《论说医典》，元珠热白益西负责传讲第三部《秘诀医典》，赤珠热白益西负责传讲第四部《后续医典》。在四位热白益西化身传讲《四部医典》的过程中，由松竹意来益提出需要解释的问题，四位化身分别作答，以使听者更方便地理解《四部医典》的内容。


土珠热白益西


古珠热白益西


元珠热白益西


赤珠热白益西


松竹意来益

远古


最早的医生，梵天

史料中有远古时期梵天王以对人类的同情心，教给人们用开水治愈消化不良症的记载。据此可推断，人类最初的医生是梵天王，最初的病是消化不良症，原始人最初的药物是开水。


赤松德赞

吐蕃王朝著名藏王，对促进藏医学发展有重大的贡献，公元754—797年在位，藏医著名译作《黄色比古经函》《紫色王室保健经函》，经典医著《四部医典》，以及吐蕃王朝中期的九大名医都产生在这一时期。

公元8世纪

- 切吉·西波
- 乌巴·却桑
- 比吉·列贡
- 宇妥·宁玛元丹贡布
- 米涅阿·荣吉
- 昌狄·杰桑
- 涅巴·曲桑
- 塔西·塔布
- 东巴·札杰

本书的原作者，九大名医之首。

九位为吐蕃王朝中期的九大名医，其中以宇妥·宁玛元丹贡布的成就最大。


查巴旺西

西藏精通医学和玄学的高僧，发掘出秘藏的《四部医典》原本，并使之流传于世。

公元11世纪


宇妥·萨玛元丹贡布

公元12世纪

中世纪西藏著名医学家，《四部医典》的全面校注、修订者。

藏医南北两大学派大约从公元15世纪开始形成，他们都坚持《四部医典》的总纲和理论，同时利用各自的智慧予以校订和阐释。以强巴·南杰札桑为代表的北方学派主要总结了北方高原地区多风湿的临床经验，对独具特点的医治方法进行了经验总结，著述医书流解，创制新药方，甚至辨别药物等，发扬了北方学派的特点。以索卡·年姆尼多吉为代表的南方学派则根据其地处河谷的特点，擅长使用清解药物治疗温热病，他们从药物味道、功用、药效、释名及其作用等方面展开论述，进行讲解，发扬了南方学派的特点，两大学派的研究对于西藏医学的理论和实践都做了有益的补充，极大地丰富了藏医药学。

公元13世纪


宇妥·布姆森

宇妥·萨玛元丹贡布的弟子。


松敦·益西松


须努益西

宇妥·萨玛元丹贡布的弟子，著有《宇妥·萨玛元丹贡布秘史》《四部医典论述本集注释》。

松敦·益西松的主要弟子。

出现了南北两大学派


昌狄·班旦措吉

十三世纪西藏萨迦王朝名医。著有《辉煌医史》《四部医典解难》《解剖明灯》《药物蓝图》等十八种医药著作。在人体解剖和药物图谱的绘制方面也有独到之处。

公元15世纪


强巴·南杰札桑

西藏帕竹王朝名医，藏医北方学派的创始人。著有《药学宝箱》《甘露源流》《所需可得》等。


索卡·年姆尼多吉

西藏帕竹王朝名医，藏医南方学派的创始人。著有《十万合利》《草药鉴别》等。

北方学派


米尼玛·图瓦顿旦


强达·札西白桑


昌松·丹巴塔杰


恰巴·索南琼培


伦汀·都孜吉美


伦汀·南杰多吉

弟子

强巴·南杰札桑的弟子，著有《医药精论》《珍贵药方选解》等。

子

米尼玛·图瓦顿旦之子，著有《四部医典解释如意树》《札西白桑医学史》等。

西藏萨迦王朝侍医伦汀·益玛之子。

昌松·丹巴塔杰之子，精于奇脉诊断。

恰巴·索南琼培之子，精于医方，擅长绘画，曾主持《达丹版四部医典》的刻版校对工作，著有《医药实践精钥》等。

伦汀·都孜吉美之子。

伦汀·南杰多吉

南方学派


坚巴·才布多吉


恰布本钦


达外旺布


仁定·洛桑嘉措


昌松·丹增益布


林堆·洛桑嘉措

弟子

索卡·年姆尼多吉的弟子。

坚巴·才布多吉的弟子，著有《十万合利目录》《恰布本钦医学史》等。

恰布本钦的弟子。

达外旺布的弟子，著有《医仙妙想》等。

仁定·洛桑嘉措的弟子。

昌松·丹增益布的弟子，五世达赖阿旺洛桑嘉措的侍医之一。

12世纪末，宇妥·宁玛元丹贡布的后裔宇妥·萨玛元丹贡布又对《四部医典》进行了认真的批注，并结合《四部医典》成书后三百余年里医药学的发展对医典做了系统的补充和修改。除此以外，他还编撰过多部解释《四部医典》的论著及《五行调和论》《本草大全》等十余种医药专著，对藏医药学的发展做出了重要的贡献。

13世纪时，西藏萨迦王朝归顺元朝，西藏正式纳入中国版图，重新恢复了统一局面。统一后西藏社会的政治经济形势日趋稳定，推动着藏医药学蓬勃发展。这一时期，萨迦王朝著名的医学大师嘎玛巴·仁钦多吉撰写了《药物总汇》，萨迦王朝世袭侍医昌狄·班旦措吉撰写了《辉煌医史》《解剖明灯》《药物蓝图》等医药名著。

15世纪，西藏社会逐渐从奴隶制向封建农奴制转变。这种社会制度的改革促进了生产力的发展，同时也带来了经济和文化的繁荣。藏医药学在这样的历史条件下空前活跃起来，逐渐形成南北两大学派。昂仁地方的名医强巴·南杰札桑首先创建了北方学派。该派擅长使用温热药物，方剂药味较多，精于艾灸、放血等外治方法和风湿性疾病的治疗。北方学派的代表性著作有《药学宝箱》《甘露源流》《所需可得》《验方集成》等。索卡地方的名医索卡·年姆尼多吉随后创建了南方学派。该派擅长使用清解药物，方剂药味较少，精于草药的鉴别、应用和温热疾病的治疗。南方学派的代表性著作有《草药鉴别》《药方汇集》《千万舍利》《医学历史》等。两大藏医学派的竞相争鸣，不仅充实了《四部医典》的具体内容，同时也活跃了整个藏医药学术领域，促进了藏医药理论的丰富和发展。

时至今日，古老神秘的藏医药学已有2400年的发展历史，它不仅是藏族文化的精华，同时也是中国乃至全世界传统医药学宝库中极其珍贵的文化遗产。

2

藏医理论来自于印度?

《四部医典》的历史沿革

大约在两三千年以前，藏族先民就已经掌握了一些医疗保健知识

6世纪后半叶

- 一些医药与历算知识自汉地传入
- 松赞干布统一了西藏，并引进佛教和医学

641年

- 文成公主入藏，带来了医方百种，诊断法五种，医疗器械六种，医学论著四种以及技工、医师若干名，其中书籍被译为藏文 → 医学大典（失传）
- 松赞干布邀请古印度、大食、唐王朝的三位医生入藏，他们合作著书 → 无畏的武器（失传）

8世纪

710年

- 金城公主入藏，带来大量医著和医生，这些医著在翻译过程中与藏医学相融合，形成 → 月王药诊（现存最早的藏医学著作）

755年

- 藏王赤松德赞十分重视发展医学，将各地医生自著或翻译的医书合编，形成 → 甘露宝瓶保健经典

8世纪末

- 宇妥·宁玛元丹贡布师从汉医东松嘎瓦，并博览医书、四方游学，经过十多年的潜心研究，终于完成巨著 → 四部医典

为躲避苯教与外来佛教斗争引发的灭佛运动，著成后即被秘藏

藏医发展史上影响最为深远的经典著作



西藏古格王朝重新弘扬佛法后，秘藏的《四部医典》终于重见天日

11世纪

老宇妥的第十三代孙——宇妥·萨玛元丹贡布对《四部医典》进行了大量的补充和修订

14世纪

藏医学上出现了南、北两大学派，他们都从不同的角度对《四部医典》进行了诠释

17世纪

第司·桑吉嘉措

主持绘制了80幅《四部医典》曼唐，堪称藏医的稀世瑰宝

收集不同版本，召集全藏名医，对《四部医典》进行全面的补充、修改和注疏



是目前所流传《四部医典》的标准版本

1745年

帝玛·丹增彭措



是《四部医典》药物知识的集大成者，既继承前作又有新的发展，成为藏医史上最重要的药物专著

结论：由此可见，在《四部医典》诞生以前的历代吐蕃王朝间，已经出现了《医学大典》《无畏的武器》《月王药诊》等巨著，虽然前两部著作现已佚失，但只要将《四部医典》与《月王药诊》进行比较就可以发现二者之间的渊源关系。因此我们可以断定，《四部医典》的理论基础并非来自于印度，只是不能否定，印度、汉地等地区的医学理论对于《四部医典》的成书的确产生了很大的影响。

本书的作者

宇妥·宁玛元丹贡布

《四部医典》的作者是宇妥·宁玛元丹贡布，他不仅是吐蕃时期的杰出医学家、藏族医学理论的奠基人，而且在世界医学史上也占有重要的地位。

宇妥·宁玛元丹贡布公元708年出生于前藏堆龙吉那地方的一个医学世家，他从3岁开始学习藏文，5岁便随父行医，到10岁时，由于与吐蕃名医辩论获胜而得到了藏王赤松德赞的赏识，成为御医，并最终成为吐蕃九大名医中最为出类拔萃的一位。

为了广泛汲取医学知识，宇妥·宁玛元丹贡布曾三次到印度、尼泊尔求学，拜印度名医陀罗比、美旺和尼泊尔名医达拉释拉哈为师，系统学习了《医术十万颂》《医续晶鉴》《月王药物补遗》《仙人耳传》《医学八支心要略论》等印度医学名著。学成回国后，他又深入到阿里等地行医治病，亲身考察、研究民间的医术经验，并来到山西五台山向中医求教，吸取了汉族医学理论。

宇妥·宁玛元丹贡布以吐蕃医学为基础，广泛吸取印度、尼泊尔、汉地等各个地方的医学精华，历经10年的辛苦劳动，终于在45岁的时候，也就是公元753年，著成了影响深远的医学巨著——《四部医典》。书中总结了前人经验，并借鉴了其他民族的医学精华，将吐蕃的医学理论提升到了一个新的高度，并为藏族医学的发展奠定了坚实的基础。通过这部不朽的医著，宇妥·宁玛元丹贡布创立了比较完整的藏医学体系，他将隆、赤巴、培根三因确立为藏医学的理论核心，并从这一理论出发，详细论述了人体的生理、病因、病理以及诊断、治疗方面的问题。此外，他还强调医者必须具有高尚的道德修养，将病人视为自己的父母，因此被人们尊为医圣、药王的化身。

宇妥·宁玛元丹贡布毕生都在弘扬医道，著有《实践明灯》《脉学师承论》等30多部论著，门徒遍布吐蕃。他德高望重，寿享125岁，于公元833年逝世。300多年以后，他的第十三代孙宇妥·萨玛元丹贡布（也被称为新宇妥）又对《四部医典》进行了全面的校注和修订。根据藏医的历史传说，宇妥·萨玛元丹贡布乃是宇妥·宁玛元丹贡布的转世化身，因此在许多书籍中，通常都习惯于将两位医学家混称为宇妥·元丹贡布。

藏医理论的奠基人

宇妥·宁玛元丹贡布是西藏吐蕃时期著名的医学家，藏族医学理论的奠基人，同时也是《四部医典》的作者。宇妥·萨玛元丹贡布是12世纪西藏著名的医学家，《四部医典》的全面校注、修订者。在藏医的历史传说中，宇妥·萨玛元丹贡布乃是宇妥·宁玛元丹贡布的转世化身，因此通常会将二者混称为宇妥·元丹贡布。



宇妥·元丹贡布

本书的诞生

从药王城的传说讲起

药王城是药王门杰拉居住的地方，他曾在城内为天神、大仙、外道、内道等四众传讲医学，这些内容流传到世间，便成为我们所看到的《四部医典》。

在遥远的地方有一座药王城，那是一座用宝石、金银、白珍珠、红珍珠、蓝琉璃建成的正方形的无量宫。无量宫内装饰着各种珍贵的药物，这些药物能够医治四百零四种疾病，使热病转凉，使寒病转暖，并可平息八万魔类。望楼、房檐上还悬挂着五种用天上宝石制成的璎珞，五种用菩提宝石制成的金顶、佛幢和屋脊，熠熠生辉、光彩照人。整座无量宫的宫墙有五层，设有东、南、西、北四门，东门由持国天王把守，南门由增长天王把守，西门由广目天王把守，北门由多闻天王把守。

在药王城的南面是锥顶山，那里阳光普照，生长着石榴、胡椒、荜茇、小米辣等热性药物，药林里草木繁茂，气味芬芳，令人心神开朗，药香所到之处，一切寒病自可解除。

在药王城的北面是雪峰山，具有月亮一般的威力，那里生长着檀香、冰片、沉香、山豆根等寒性药物，药林里草木繁茂，气味芬芳，令人心神开朗，药香所到之处，一切热病自可解除。

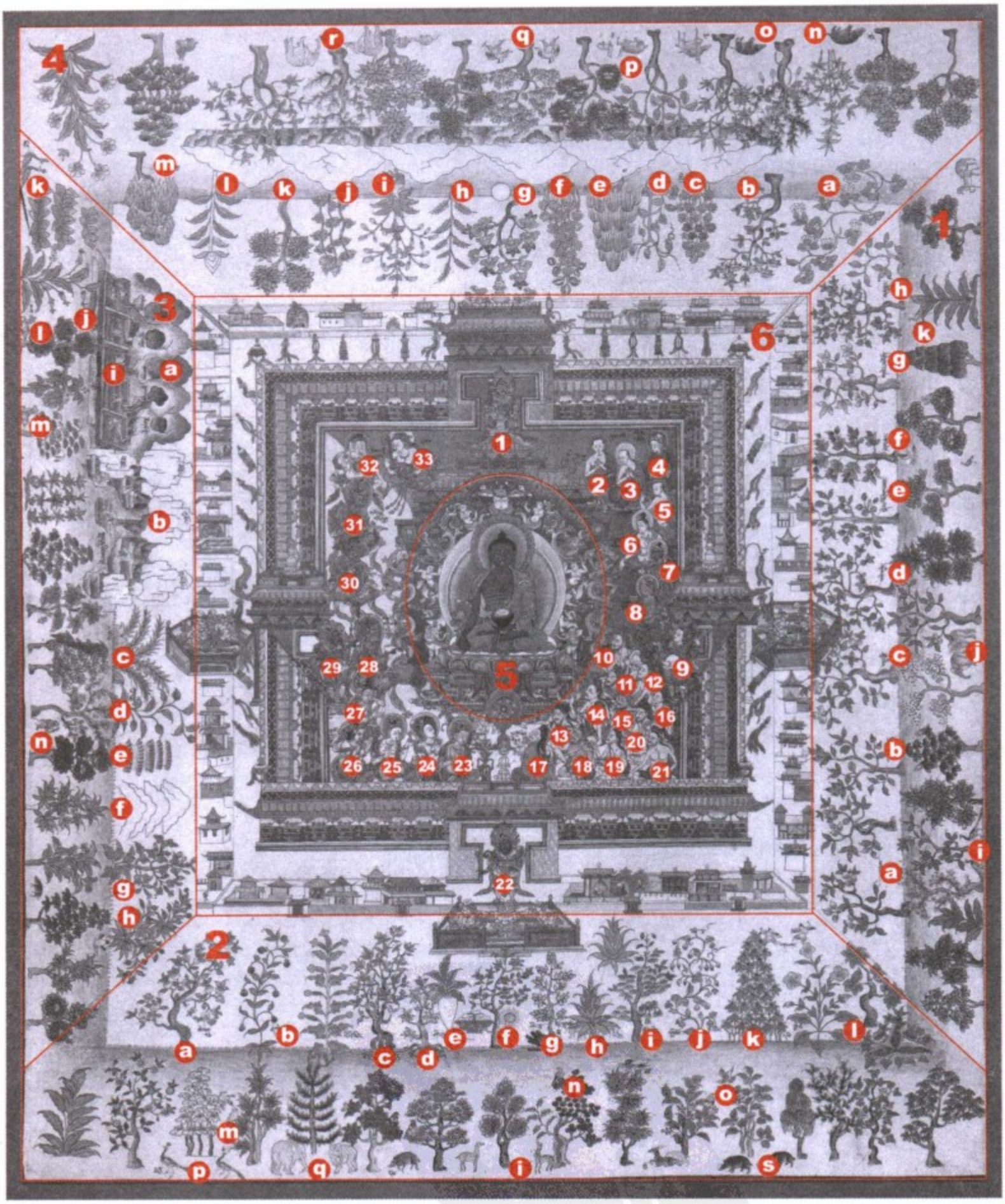
在药王城的东面是香茅山，那里生长着七种诃子林，他们的树根能医治骨病，树干能医治肌肉病，树枝能医治经络病，树皮能医治皮肤病，树叶能医治六腑疾病，花朵能医治五官疾病，果实能医治五脏疾病，顶端有五种诃子成熟，具备十七种功效，可以医治一切疾病。

在药王城的西面是马拉亚山，那里出产着六种妙药以及医治百病的五种寒水石、五灵脂，还有五种药水，五种温泉。

药林之中群鸟翔集，歌声悦耳。山下大象、熊、麝等身具宝药的走兽也应有尽有，蔚为壮观。

在无量宫的正中，摆放着用各种琉璃宝石镶嵌的宝座，宝座由神狮、神象、天马、鲲鹏、孔雀驮浮，其上端坐着药王门杰拉——药师琉璃光佛。在药王的四周，天神、大仙、外道、内道等四众簇拥，各聚一面。

药王城全图


1
2
3
4
5
6
a
b
c
d
e
f
g
h
i
j
k
l
m
n
o
p
q
r
s
1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26
27
28
29
30
31
32
33

1 药王城东方出产的各种药物

a 永胜诃子 b 无畏诃子 c 甘露诃子 d 厚皮诃子 e 皱皮诃子 f 小黑诃子 g 金色诃子 h 长嘴诃子 i 孔雀 j 豹 k 凤凰

2 药王城南方出产的各种药物

a 石榴 b 荜茇 c 朝天椒 d 次朝天椒 e 阿魏 f 五味子 g 桂皮 h 生姜 i 松 j 木通 k 小杜鹃 l 云实 m 迦陵频迦鸟 n 鹦鹉 o 杜鹃鸟 p 孔雀 q 象 r 獐 s 熊

3 药王城西方出产的各种药物

a 金、银、铜、铁、锡五种五灵脂 b 雌、雄、子、女、中性五种寒水石 c 草果 d 白豆蔻 e 草红花 f 滑石粉 g 丁香 h 肉豆蔻 i 五种温泉 j 五种药水 k 孔雀 l 麋 m 鹿 n 猴

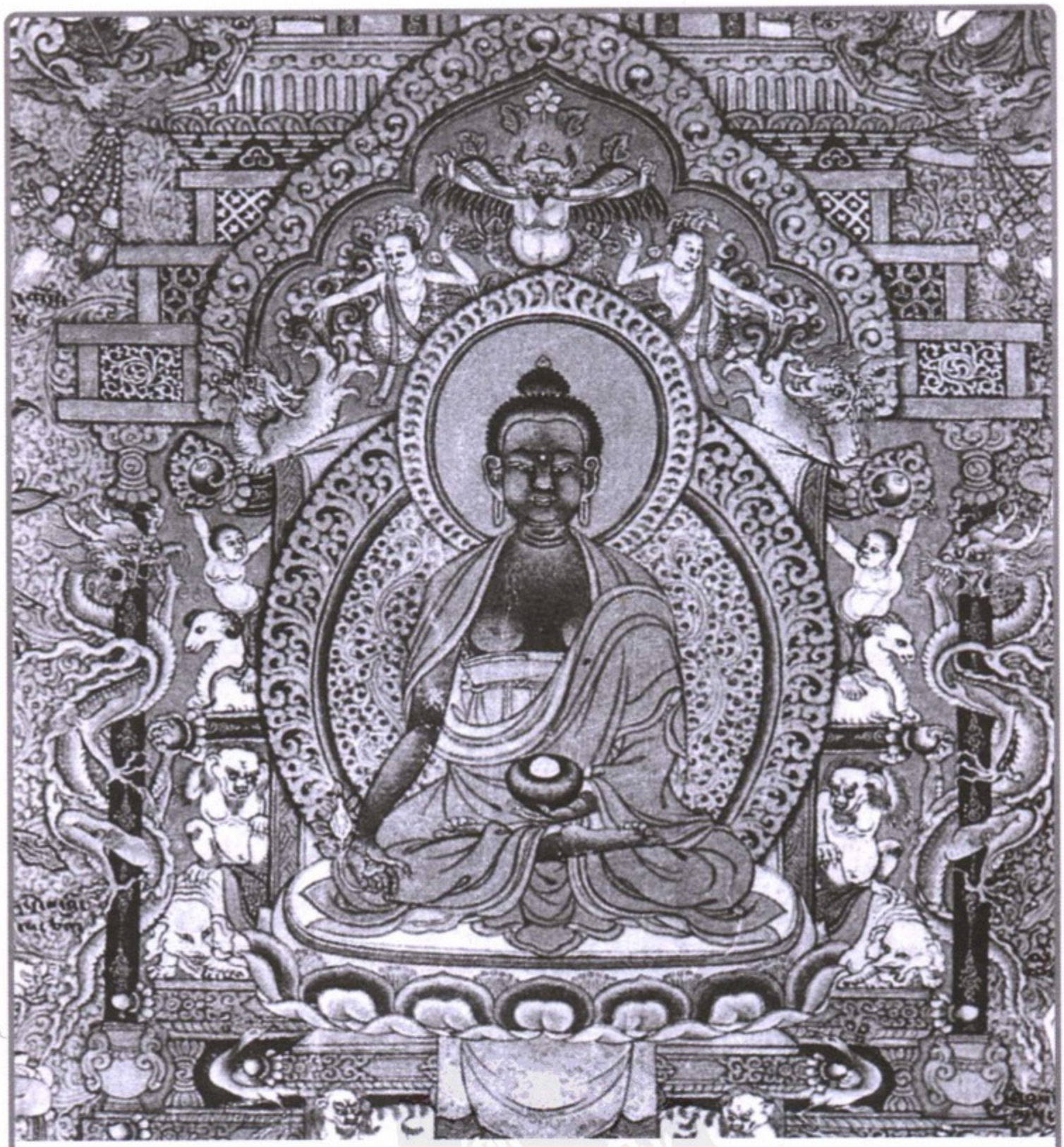
4 药王城北方出产的各种药物

a 葡萄 b 木棉花 c 金腰子 d 马兜铃 e 红檀香 f 白乌头 g 冰片 h 甘草 i 龙胆 j 苦楝 k 沉香 l 槟榔 m 白檀香 n 熊 o 犀牛 p 羚羊 q 同命鸟

5 药王门杰拉——药师琉璃光佛

6 天神、大仙、外道、内道四众

（1）多闻天王（2）迦叶（3）声闻（4）耆婆（5）阿南 （6）观音（7）普贤（8）文殊（9）持国天王（10)达伊巧（11）那索盖（12）连赞拉巴（13）米辛居（14）格尼觉（15）唐拉巴（16）贾杰那（17）君希普（18）姆君宰（19）卓君普（20）鲁那巴（21）玄珠盖（22）增长天王（23）盖圭达布（24）塔嘎尔普（25）帝释（26）拉姆都孜玛（27）梵天 （28）大自在天（29）广目天王（30）遍入天神（31）六面太子 （32）维纳耶迦（33）热玛那



导师世尊活命医圣琉璃光王为息除四百零四种病痛，化身为五位仙人，为塔嘎尔普等天庭侍医、君希普等众位医仙、梵天等外道诸神以及观音等诸菩萨传讲医学，所传讲的内容流传到世间，便成为《四部医典》。

第2章









土珠热白益西传讲：《四部医典》第一部　根本医典

药王门杰拉——导师琉璃光王为息除四百零四种病痛，即于入定后不久，从心间散射出千百条彩色光芒，普照十方，以解除众生心上的一切疾病过失，并祛除无明蒙昧所致的三毒诸症。此后那彩色光芒复又收于心间，化作土珠热白益西，驻于前方空中，面对众仙说道：

“众友当知！谁要想无病健在，谁要想治病救人，就请学习医学秘诀；谁要想长寿，就请学习医学秘诀；谁想得正果，谁想具财富和安乐，就请学习医学秘诀；谁要想解除众生病苦、受人尊敬，就请学习医学秘诀！”

就在土珠热白益西作以上训诫时，导师琉璃光王的舌间也散射出千百条彩色光芒，普照十方，以解除众生语言的一切过失，并消除一切魔障。此后那彩色光芒复又收于舌间，化作松竹益来盖，礼绕导师后，作狮子顾盼之状，伏于导师尊前代众仙求问。

土珠热白益西的回答就是《四部医典》的第一部分——《根本医典》。《根本医典》主要从总体角度来阐释人体的生理、病理、诊断以及治疗方面的一般知识。

本篇图解

人体生理与病理的树喻 /55
人体内的五种隆 /56
人体内的五种赤巴 /56
人体内的五种培根 /57
三因协调，生命运行 /59
人体内的七大物质基础 /61
人体的三种秽物 /61
七大物质的转化过程 /63
导致疾病的内因 /65
导致疾病的外缘 /65
发病的途径 /65
隆病的发病部位 /66
赤巴病的发病部位 /67
培根病的发病部位 /67
不同年龄、地域、季节的发病规律 /68
死亡的原因 /69
三种疾病的十二种变法 /70
疾病的归类 /71
疾病诊断的树喻 /73
各种疾病的舌相 /74
各种疾病的尿相 /74
各种疾病的脉相 /74
隆病问诊的要点 /75
赤巴病问诊的要点 /76
培根病的问诊要点 /77
隆病患者适宜的食物 /79
隆病患者适宜的饮料 /80
赤巴病患者适宜的食物 /80
赤巴病患者适宜的饮料 /81
培根病患者适宜的食物 /81
培根病患者适宜的饮料 /82
隆病、赤巴病、培根病患者的起居 /82
治疗隆病的汤药 /83
治疗隆病的药油丸 /83
治疗赤巴病的汤药 /84
治疗赤巴病的散剂 /84
治疗培根病的丸药 /85
治疗培根病的散剂 /85
治疗隆病使用的灌肠法 /85
治疗赤巴病使用的泻下法 /86
治疗培根病使用的催吐法 /86
隆病的外治方法 /87
赤巴病的外治方法 /87
培根病的外治方法 /87

1

提纲挈领

全书的纲目分类

四部	《根本医典》	《论说医典》	
	1、绪论	总纲	1、概说
	2、纲目分类	身体形成	2、身体的形成
	3、病理病因		3、身体的比喻
	4、辨症诊断		4、生理喻示
	5、治疗方法		5、身体哲理
	6、物质计量		6、身体的区别
			7、死亡征兆
		盛衰病因	8、疾病的内因
			9、疾病的外缘
			10、染病症状
			11、疾病哲理
			12、疾病的分类
		行业生活	13、日常行为
			14、时令行为
			15、临时行为
		营养饮食	16、健康饮食
			17、食物禁忌
			18、适量饮食
		药物方剂	19、药味与消化
			20、药物性能
			21、药物分类与配方
		器械	22、外治器械
		无病	23、疾病的预防
		辨症	24、疾病辨别
			25、诊断方法
			26、诊断分类
		调养法则	27、治疗方法
			28、治疗原则
			29、两种治疗方法
			30、特殊治法
		道德	31、医生的职业道德

十一要点

学习《四部医典》，首先应该学习《根本医典》《论说医典》《秘诀医典》《后续医典》四部医论，还要进一步学习《论说医典》所包含的十一个要点，《秘诀医典》所包含的十五个会分及八大分支，最后还要学习《后续医典》所包含的四个经分。

总之，整部《四部医典》中，《根本医典》有六章，《论说医典》有三十一章，《秘诀医典》有九十二章，《后续医典》有二十五章，四部共有一百五十四章，再加书末的概论和结尾，总计一百五十六章。本书在重新编注的过程中，基本上遵循了原著的纲目分类和结构方式，只是为了突出养生的重点，而将《秘诀医典》中的第七十一章小儿保养及第九十章养老摄生的内容调整到《论说医典》中来介绍。此外，由于篇幅有限，原《秘诀医典》九十二章的内容也只选择了部分有代表性、有特色的内容加以介绍，以达到去粗取精的效果。

《秘诀医典》

十五会 八大分支 身体部分

三邪	1、求问要决 2、隆病 3、赤巴病 4、培根病 5、合并症
内科疾病	6、消化不良 7、癌块病 8、浮肿 9、水肿 10、水臌 11、肺痨
热病	12、总热 13、要热 14、寒热间 15、初热 16、高热 17、未成型热 18、伏热 19、久热 20、浊热 21、扩散热 22、劳热 23、瘟疫病 24、瘟疹 25、疫疠肠痛 26、喉蛾热 27、感冒
头部疾病	28、头疾 29、眼疾 30、耳疾 31、鼻病 32、口腔症 33、赘疣
脏腑疾病	34、心疾 35、肺病 36、肝症 37、脾症 38、肾症 39、胃病 40、小肠病 41、大肠病
隐病	42、男性生殖器疾病 43、女性生殖器疾病
杂病	44、音哑 45、胃呆 46、渴症 47、呃逆症 48、哮喘 49、痢症 50、虫病 51、吐逆症 52、泄泻症 53、便秘 54、尿闭 55、遗尿症 56、热泻 57、痛风 58、湿痹 59、黄水症 60、白脉病 61、皮肤病 62、零星病
先天疮疥	63、核疮 64、痔疮 65、丹毒 66、败疽 67、瘿瘤 68、疝气 69、足肿症 70、会阴漏
儿科疾病	71、小儿保养 72、小儿病 73、小儿中魔 — 儿科
妇科疾病	74、总论 75、特殊妇科病 76、一般妇科病 — 妇科
邪魔病	77、癫狂症 78、健忘症 79、中风 80、麻风病 81、邪魔症 — 邪魔病
外部创伤	82、外伤总治 83、头部创伤 84、颈项创伤 85、上下躯干创伤 86、四肢创伤 — 伤科
中毒症	87、合毒症 88、转化毒症 89、物毒症 — 毒症
防老	90、养老摄生 — 寿老
滋补强壮	91、壮阳方法 92、滋阴方法 — 滋补

《后续医典》

四经分

诊脉验尿经	1、切脉辨病
	2、望镜辨尿
补益用药经	3、汤剂部
	4、散剂部
	5、丸剂部
	6、膏剂部
	7、药酥部
	8、灰剂部
	9、收膏部
	10、药酒部
	11、珍宝部
	12、草剂部
攻下用术经	13、先行油治法
	14、五业催泻法
	15、五业催吐法
	16、五业滴鼻法
	17、五业缓下法
	18、五业灌肠法
文武外治经	19、清泻反压法
	20、五械放血法
	21、五械火灸法
	22、五械熨法
	23、五械浸浴法
	24、五械涂治法
	25、五械反压穿刺法
26、结束要义	
27、诸续概说	

生命的三因

隆、赤巴、培根

隆、赤巴、培根被称为生命的三因，三者配合正常则身体健康无病，三者发生紊乱则疾病随之产生。因此，隆、赤巴、培根既指身体功能，又指疾病名称。用来指身体功能时，三者分别对应汉语的气、火、土和水；用来指疾病时，即是汉医所说的风类病、胆类病、痰类病。

● 隆——五源之气

隆在汉语中所对应的是气，它是生命活动的动力，人体的呼吸、肢体活动、血液循环、五官感觉、大小便排泄以及食物的分解和营养的输送都是由隆来决定的。隆可以分为许多种，它们各自处于人体的不同部位，并各司不同的功能。其中包括：

1．索增隆。主要存在于肉、骨、脑之中，功用在于维持生命的正常活动；
2．坚久隆。主要存在于人体的胸部，主管语言能力，增强人的活力；
3．恰布奇隆。主要存在于心脏，运行于全身各处，可以协调表情和运动；
4．麦娘姆隆。主要存在于胃脘下部，运行于五脏六腑之间，功用在于分解和消化食物；
5．吐塞隆。也叫做下泄隆，主要存在于肛门处，主管排泄和分娩。

● 赤巴——五源之火

赤巴在汉语中对应的是火，它是生命活动的能量，其功用在于产生热能并维持体温，增强胃的消化功能，使人知饥渴、能消化、润气色、壮胆量、长智慧。根据所在部位和所司功能的不同，赤巴也可以分为许多种，包括：

1．赤巴久切。也称为主消化的赤巴，存在于肠胃之间，能够产生热能，促进消化；
2．赤巴当久。主要存在于肝脏之中，可以维持人体应有的气色；
3．赤巴朱切。主要存在于心脏部位，功用在于支配人的思想意识，使人产生胆量和气度；
4．赤巴同切。主要存在于眼睛及其所连接的脉管之中，掌管视觉；
5．赤巴多塞。主要存在于皮肤，可以使皮肤细腻、润泽。

人体生理与病理的树喻

本图用树的根、干、枝、叶作比喻，系统形象地表现了人体的生理功能和病理变化。



人体内的五种隆

索增隆可维持生命；坚久隆掌管语言；恰布奇隆掌管表情和运动；麦娘姆隆可分解消化食物；吐塞隆掌管排泄和分娩。



人体内的五种赤巴

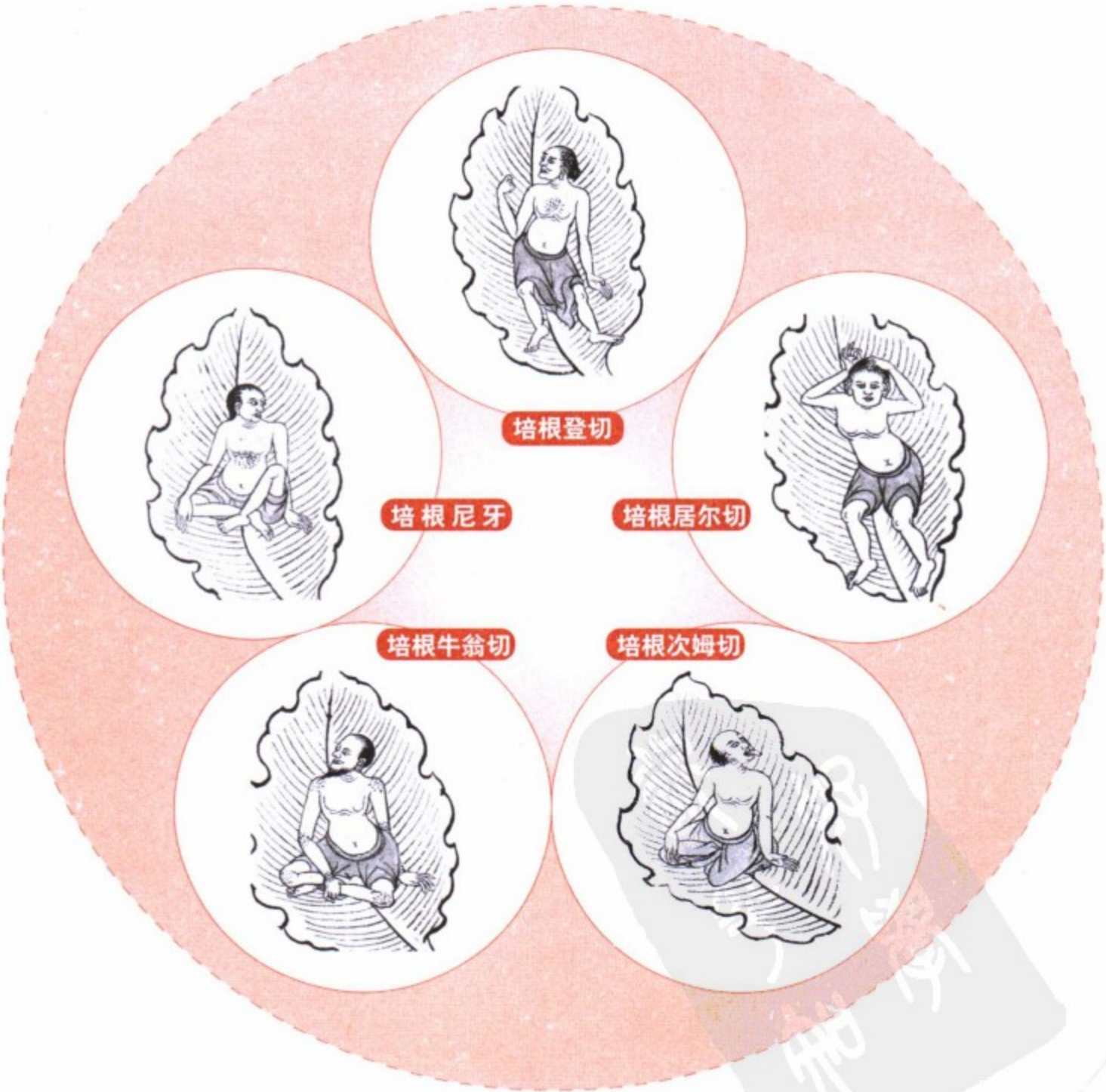
赤巴久切掌管消化，产生热能；赤巴当久维持气色；赤巴朱切支配思想意识；赤巴同切掌管视觉；赤巴多塞可润泽皮肤。





人体内的五种培根

培根登切可保持水分；培根尼牙切可磨碎食物；培根牛翁切主司味觉；培根次姆切可产生满足情绪；培根居尔切主润滑关节。



培根——五源之土、水

培根在汉语中对应水和土，它的功用主要是促消化，可以磨碎食物，增加胃液；司味觉，为人体提供营养和输送体液、保持水分；同时还能够调节人的胖瘦，滋润人的皮肤，调节睡眠，稳定情绪等等。按照所在的部位和所司功用的不同，可以分为：

1．培根登切。主要存在于胸部的骨骼之中，功用在于保持水分；

2．培根尼牙切。主要存在于胃上部食物未消化的部位，功用在于磨碎食物；

3．培根牛翁切。主要存在于舌部，掌管味觉；

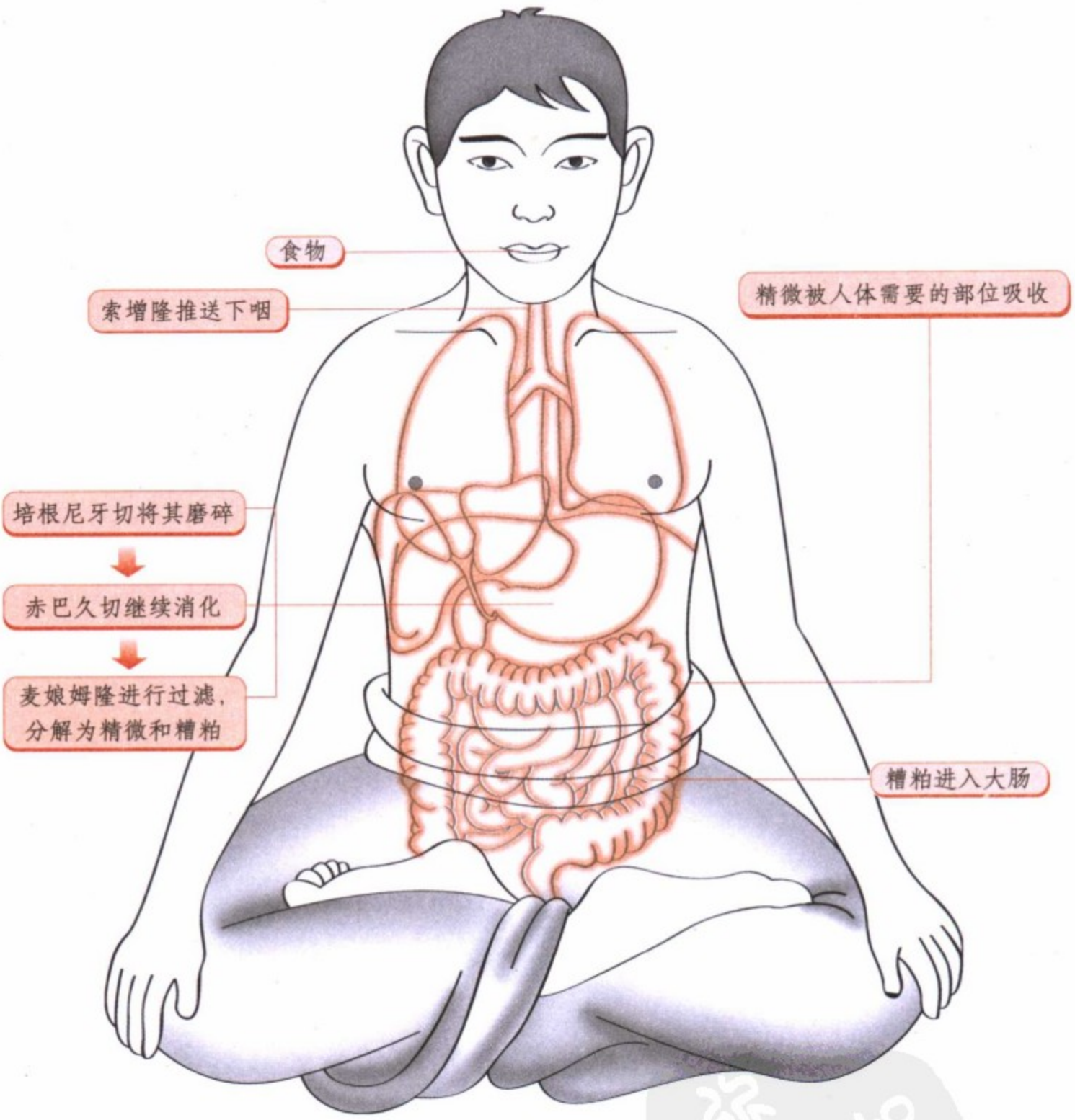
4．培根次姆切。主要存在于头部，掌管产生满足的情绪；

5．培根居尔切。主要存在于各个关节之间，主管润滑关节。

总之，当隆、赤巴、培根这三大因素保持协调时，身体就会健康无病，而一旦某一因素发生增盛，打破这种协调、有序的状态，那么它也就成为了导致疾病的内在原因。因此，三因既可以用来说明生命的正常活动，也可以用来说明疾病的过程。



三因协调，生命运行



特别提示：

隆、赤巴、培根虽然各有其功能，但并不是彼此孤立的，它们之间需要协调统一进行活动。拿人的消化功能来举例，在食物的整个消化过程中，首先要由索增隆来推送食物下咽，然后由胃中的培根尼牙切磨碎食物，继而由赤巴久切将被磨碎的食物加以腐熟分解，麦娘姆隆负责过滤，分别清浊，使糟粕进入大肠排出体外，精微则被人体吸收。

人体七大物质基础

饮食精微、血、肉、脂、骨、骨髓、精

说到人体的三大因素，就一定要提到人体的七大物质基础。七大物质基础和三种排泄物由三大因素所决定，当人们的饮食起居与三者相协调时，才能健康无恙，否则就会引发疾病。

七大物质基础

所谓人体的七大物质基础，包括饮食精微、血、肉、脂、骨、骨髓和精。其中饮食精微是形成其他六种物质的基础，在七大物质中最为重要。七种物质的转化过程大致如下：

食物在口腔中被充分咀嚼后，由索增隆推送下咽，进入胃部，胃中的胃液将其腐蚀，麦娘姆隆与赤巴久切助其消化，再由培根尼牙切将其磨碎，最终将食糜变成甘味的泡沫状物。此后，赤巴久切继续用高热对其产生消化作用，在它的作用下，将甘味转化成酸味，再由麦娘姆隆将其分解为精华与糟粕，酸味变为苦味，至此，具备五源的食物就被初步消化了。

紧接着，饮食在胃中被分解出的糟粕直接进入小肠，进而被分解为大、小便。而其中的精华部分，也就是饮食精微，将在各种赤巴的作用下逐渐成熟，并跟随恰布奇隆行遍九大脉管进入肝脏。在肝脏中，饮食精微被进一步分解为两部分，其中的糟粕变为胆汁而被排入胆囊，而精华部分则被肝加工成血液。血液在人体的血管中流淌，遍行全身各处，最终形成肌肉。肌肉也可以分解为精华和糟粕，其糟粕部分是指眼屎、耳垢、鼻涕、唾液等，它们将从人体各个孔窍排出体外，而精华部分将进一步转变为脂肪。脂肪又被分解为精华和糟粕，糟粕包括皮脂、汗液以及人体关节之间起润滑作用的物质，其精华则进一步转化为骨骼。骨骼的糟粕包括毛发、牙齿、指（趾）甲等，它们对人体可以起辅助和保护的作用，骨骼的精华则转化为骨髓。骨髓中的一部分变为肛门和毛孔上多余的油脂，而精华部分则转变为精液。我们所能看到的男精以及女子的经血和卵子只是精液中的糟粕部分，而其精华则存在于人体内部，主要在心脏，虽然它无形可见，却可以使人神采奕奕、容光焕发，是人体健康长寿的根本。

人体内的七大物质基础



人体的三种秽物


大便


小便


汗

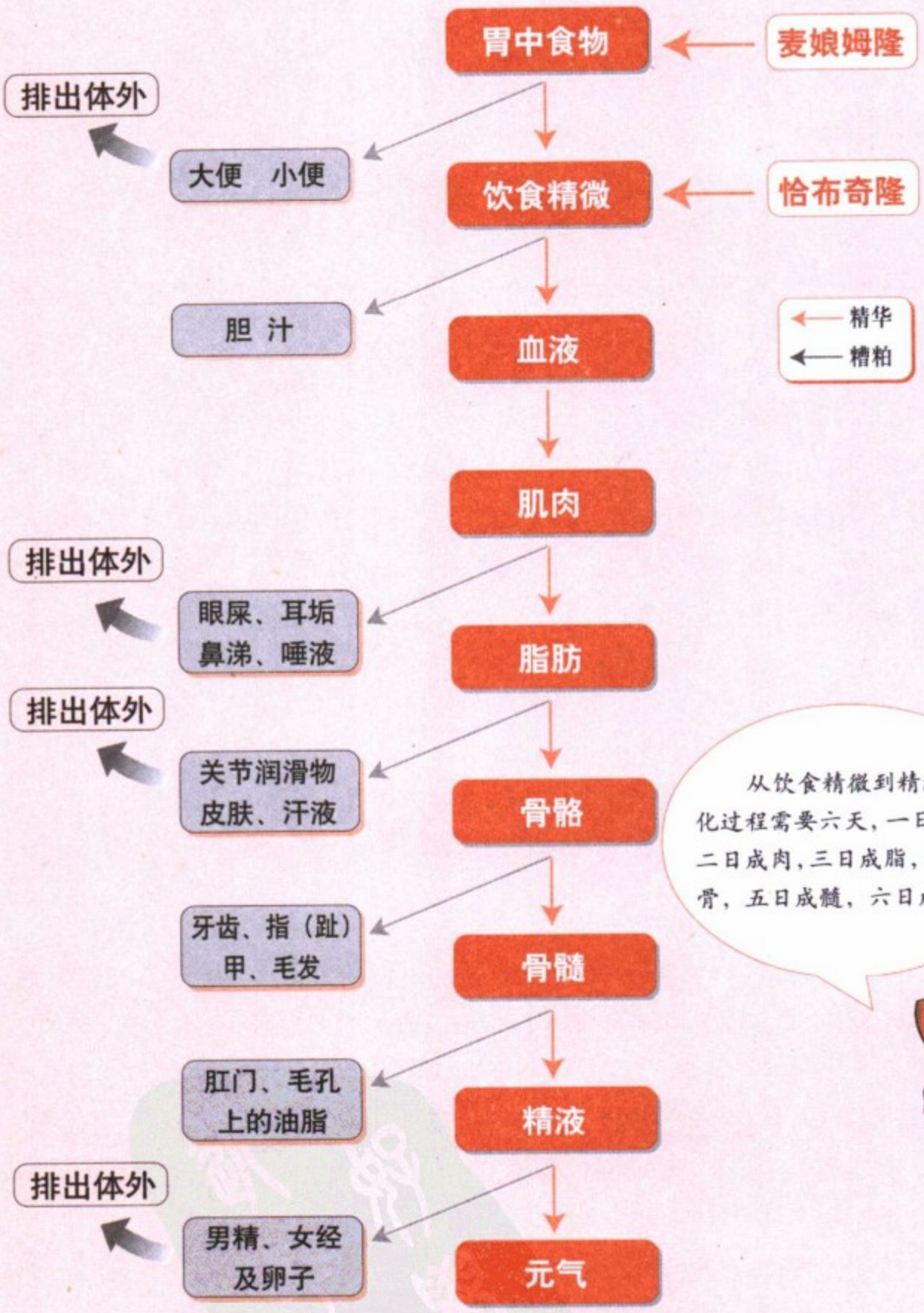
在上述七大物质的转化过程中，虽然饮食精微是形成其他物质的基础，但是其他六种物质也同样很重要。比如血可以滋润身体，并且维持着生命；肌肉是构成躯体及五脏六腑的重要原料；脂肪能够储存能量，使身体油润，气色和悦；骨骼是整个躯体的支架；骨髓能够直接促成精的产生，而精则是元气的根源，也是人们繁衍后代的保证。

三种秽物

所谓三种秽物，就是指大便、小便以及汗液三种人体主要的排泄物。内脏吸收食物的营养以后，其剩余的糟粕就会以固体和液体的形式排出体外，形成大、小便，而汗液也是人体排出糟粕的重要途径之一，它们共同维持着身体的新陈代谢。此外，牙齿、指甲、趾甲、耳垢、鼻涕、眼垢、毛发等，也属于身体的秽物。



七大物质的转化过程


胃中食物
麦娘姆隆
排出体外
大便 小便
饮食精微
恰布奇隆
胆 汁
血液
精华
糟粕
肌肉
排出体外
眼屎、耳垢
鼻涕、唾液
脂肪
排出体外
关节润滑物
皮肤、汗液
骨骼
牙齿、指（趾）甲、毛发
骨髓
肛门、毛孔上的油脂
精液
排出体外
男精、女经及卵子
元气
从饮食精微到精液的转化过程需要六天，一日成血，二日成肉，三日成脂，四日成骨，五日成髓，六日成精。

成因、途径、规律、分类

疾病的一般原理

一切疾病都是由三种内因、四种外缘所引起的，经过六种途径积聚在人体的各个部位，并与年龄、地域、时令等各种因素有着密切的联系。

● 诱发疾病的原因

形形色色的疾病归根到底都是由贪欲、嗔怒、愚痴这三毒所引起的，其中贪欲可以导致隆病，嗔怒可以导致赤巴病，愚痴则可以导致培根病，这是导致疾病的内因。从外部来看，季节变化、不适当的饮食、起居习惯等，都是诱发疾病的外缘。

● 疾病入侵的途径

疾病在入侵人体的过程中，依次要经过六道门户：首先入侵的是皮肤，进而扩展到肌肉，向里扩展至血脉，再向里侵入骨骼，有的降落到五脏，有的则坠入六腑。此外，人体的眼、耳、鼻、舌、神五官，心、肺、肝、脾、肾五脏，胃、肠、胆、膀胱等六腑，以及血管、骨、髓、脂肪、精液、粪、尿等，都是隆、赤巴、培根运行的通道。

● 疾病存在的部位

一般来说，培根依附于人的脑，因此处于上身部位；赤巴依附于人的肝和胆，因此处于身体的中部；隆依附于人的腰胯，因此处于身体的下部。

● 疾病的发病规律

疾病与年龄、地域、时令等因素有着密切的联系。从年龄角度来说，老年人体内隆的成分较大；壮年人体内赤巴的成分较大；儿童体内培根的成分较多。从地域来看，严寒霜冻的地方容易导致隆病；干燥炎热的地方容易导致赤巴病；阴暗潮湿的地方则容易导致培根病。再从时令角度来看，隆病多在夏季发作，日暮、黎明时发病；赤巴病多在秋季发生，中午、半夜时发病；培根病多在春季发生，初夜、上午时发病。

总之，福寿终结、病入膏肓、治疗失当、热症内灼、寒症冷侵、体力耗尽等等，都有可能导致死亡。隆、赤巴、培根三种疾病相互转化，可有十二种变法。所有疾病归纳起来只有寒症与热症两大类：隆病、培根病属于寒性病，血与赤巴病属于热性病，而虫病及黄水症则介于两者之间，兼有寒性和热性的特点。

导致疾病的内因



贪欲引发隆病



嗔怒引发赤巴病



愚痴引发培根病

导致疾病的外缘



时令变化



鬼邪作怪



饮食失调



起居不当

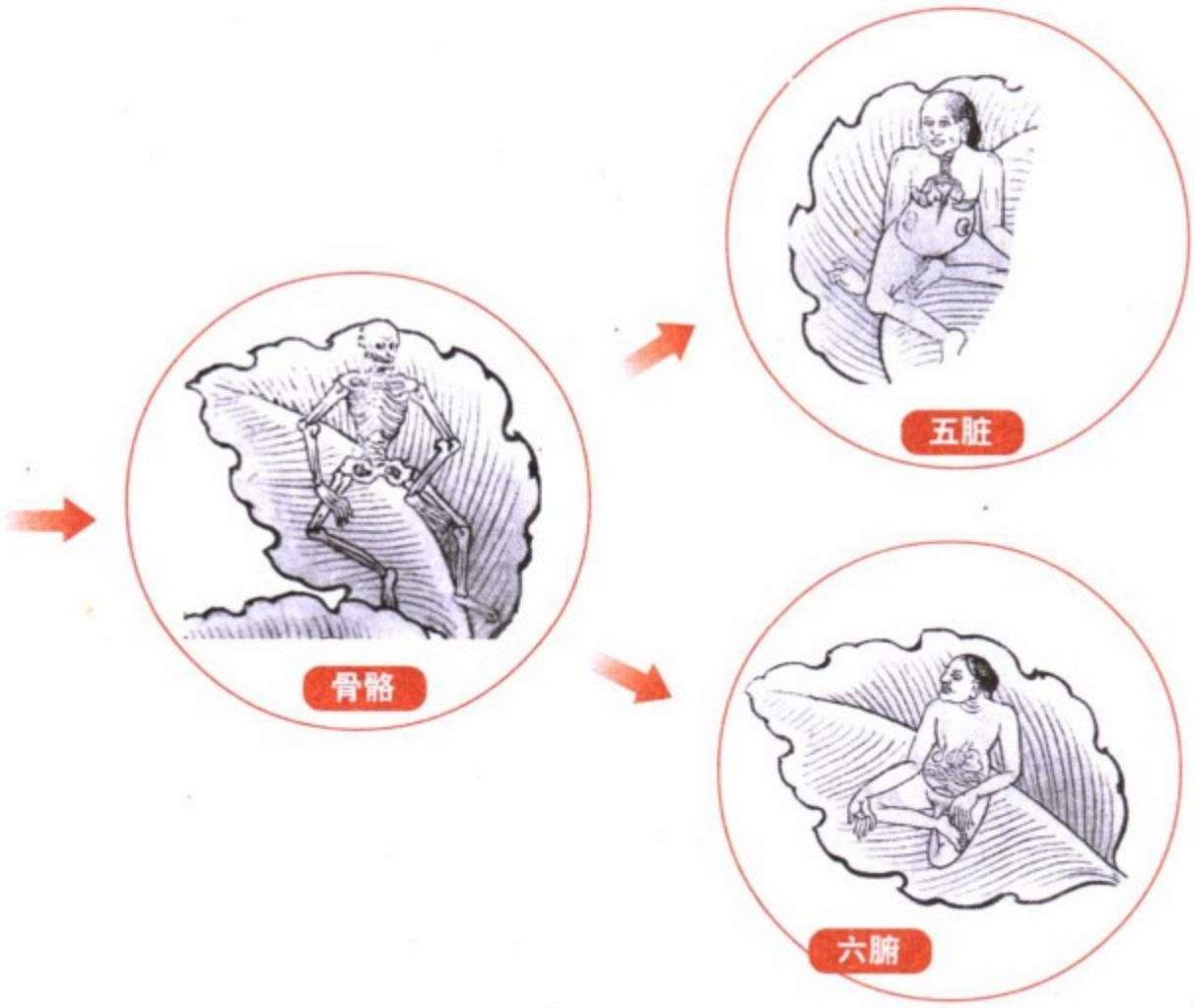
发病的途径

疾病 → 

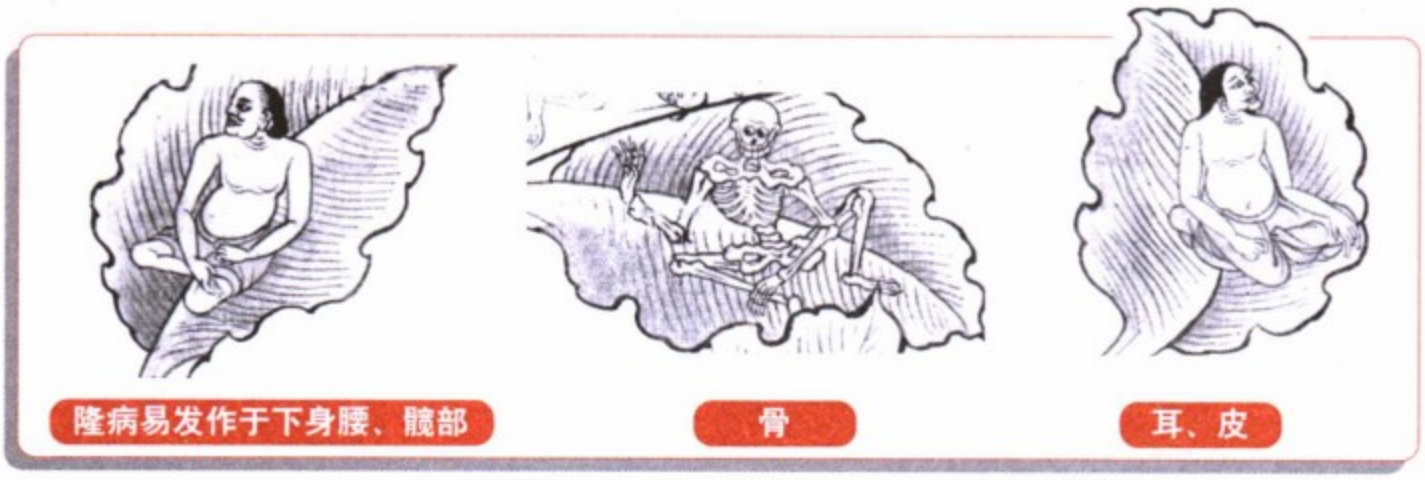
皮肤 → 

肌肉 → 

血脉 →

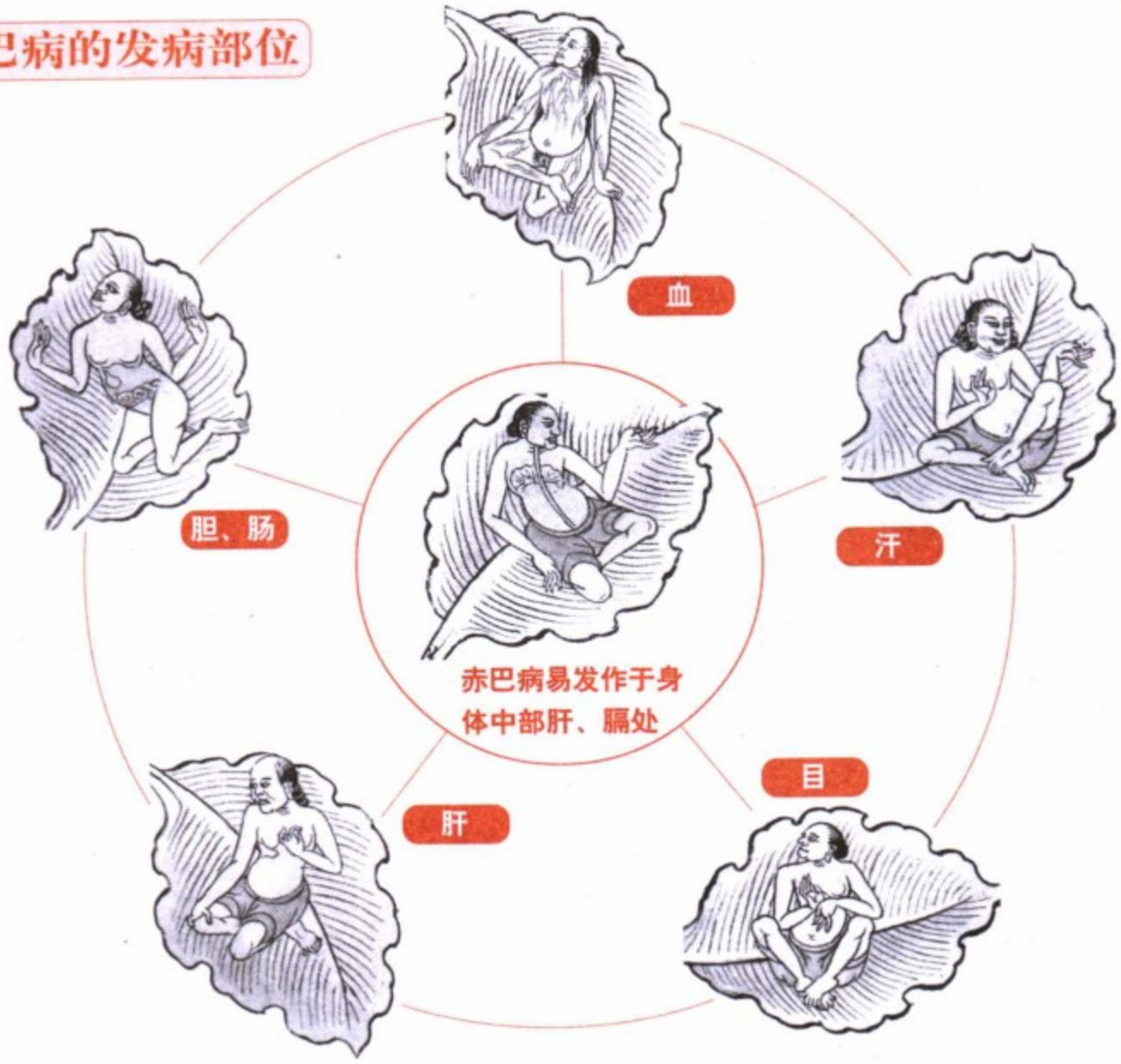


隆病的发病部位

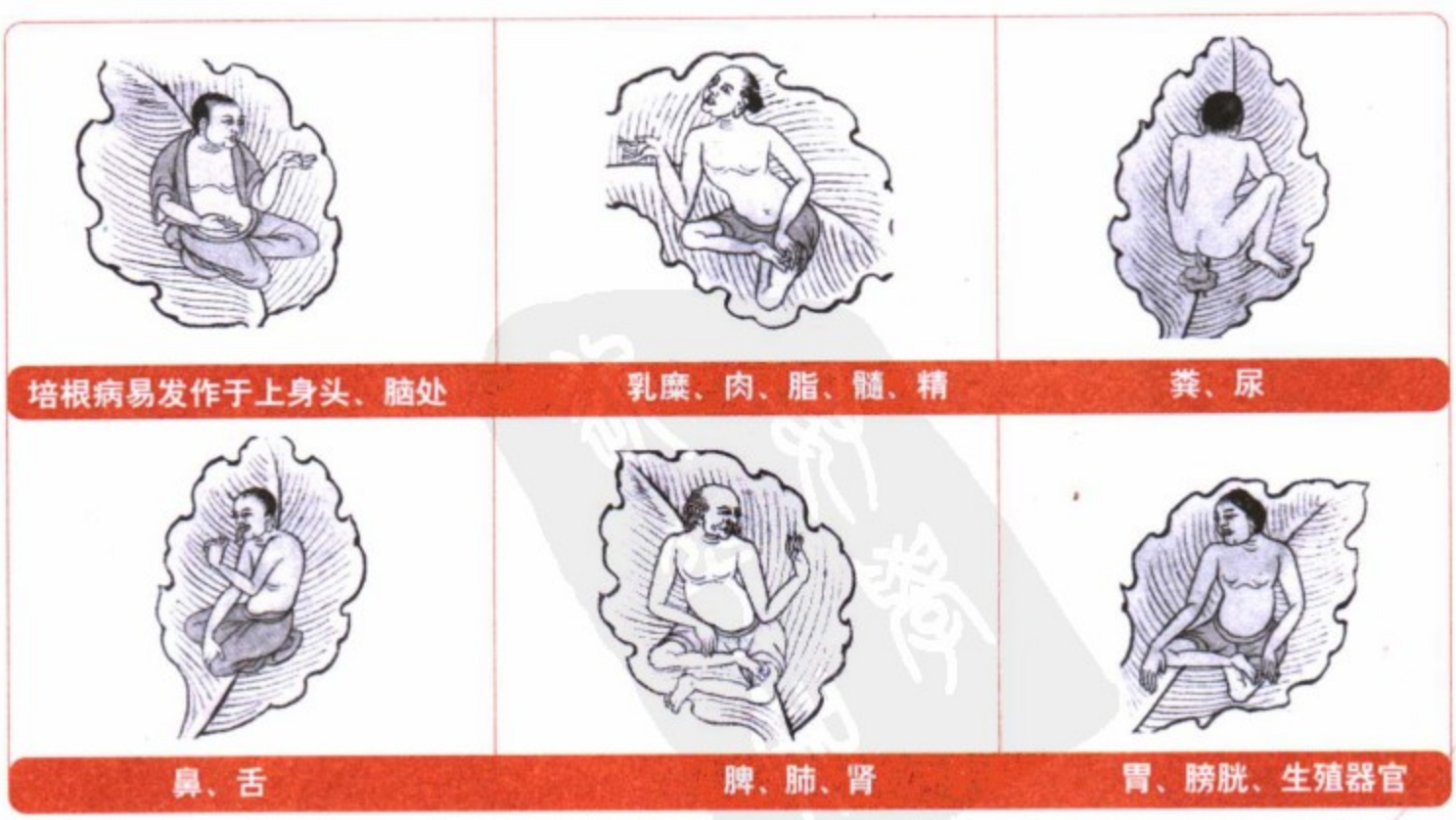




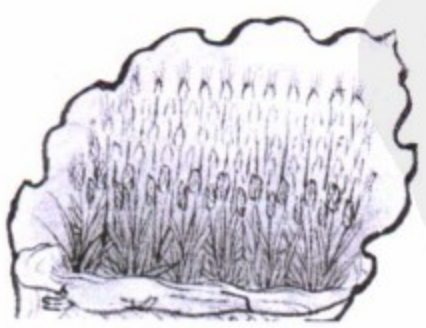
赤巴病的发病部位



培根病的发病部位



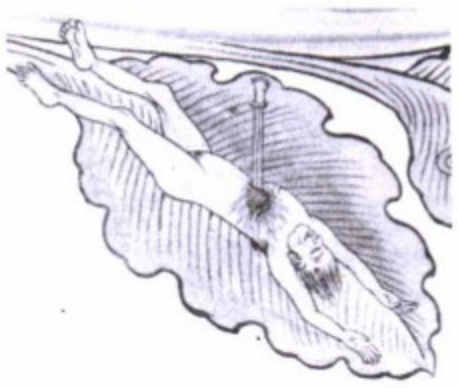
不同年龄、地域、季节的发病规律

	隆病	赤巴病	培根病
年龄	 老年人	 壮年人	 儿童
地域	 高寒地区	 干热地区	 潮湿地区
季节	 夏季，夜晚、黎明	 秋季，中午、午夜	 春季，黄昏、清晨

死亡的原因



福寿终结



伤中要害



体温耗尽



三因相克



呼吸停止



虚弱不堪



治疗失当

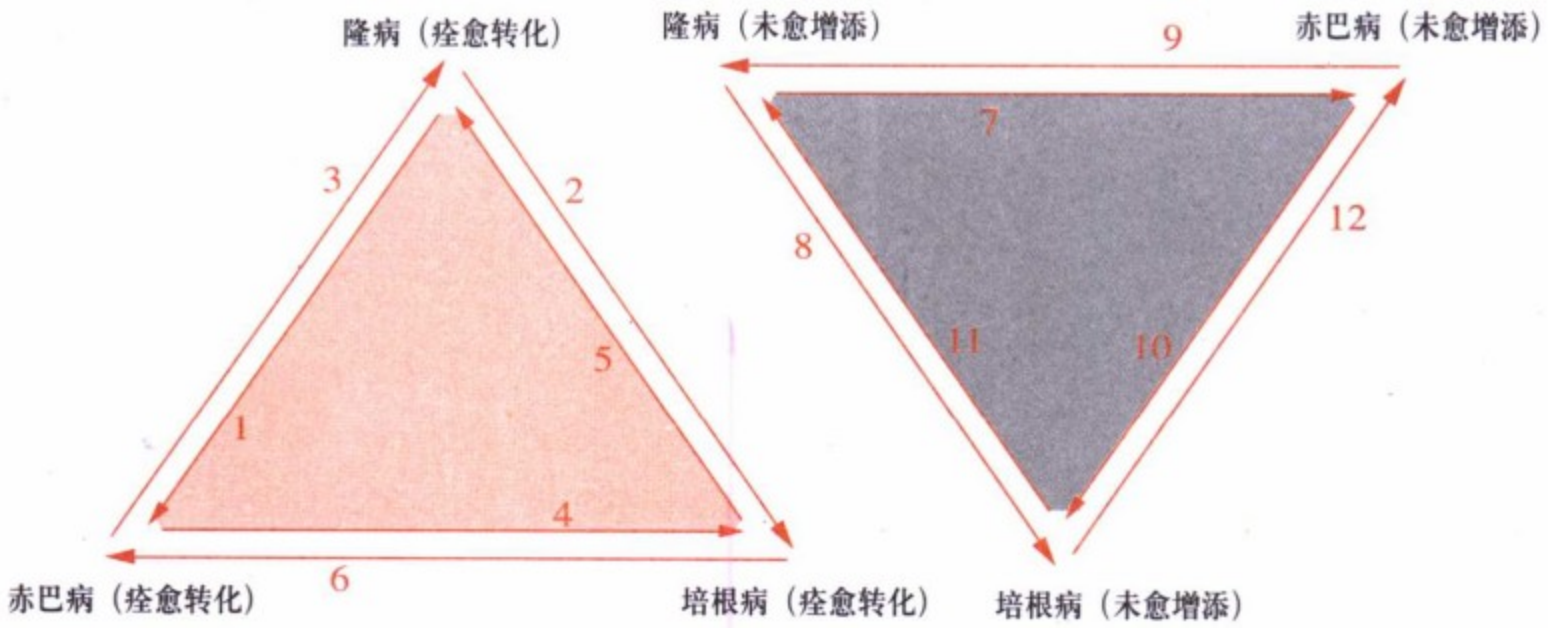


发烧过度



冤鬼索命

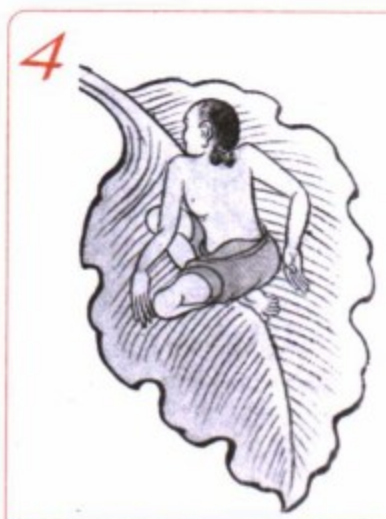
三种疾病的十二种变法




隆病痊愈，转化为赤巴病


隆病痊愈，转化为培根病


赤巴病愈，转化为隆病


赤巴病愈，转化为培根病

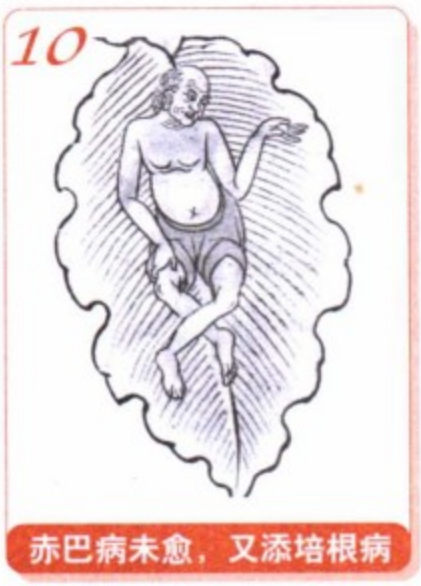

培根病愈，转化为隆病


培根病愈，转化为赤巴病


7
隆病未愈，又添赤巴病


8
隆病未愈，又添培根病


9
赤巴病未愈，又添隆病


10
赤巴病未愈，又添培根病


11
培根病未愈，又添隆病


12
培根病未愈，又添赤巴病

疾病的归类


寒性病
热性病

独特的诊断方法

问诊、望诊和触诊

诊断疾病也称认病，认病主要依靠征候，采用问诊、望诊、触诊的方法能够准确地捕捉疾病的征候，进而诊断疾病。

● 问诊在三诊之中最为重要

问诊即询问病人与病情有关的情况。问诊的内容相当广泛，概括起来包括：

起病缓急：如果是突然起病则大多是急症，如感冒多会突然引发恶寒、发热、头痛；五脏六腑病则多为慢性病，在不知不觉间发生。

起病原因：有些病症患者自己可以明确指出原因或诱因，如由于暴饮暴食而发生胃痛、呕吐、腹泻等，因此诊断时应详细问明。

居住环境：居住环境的冷热、湿度以及通风情况等，都是引发疾病的重要因素，要询问清楚。

饮食起居：饮食失常将会导致胃肠病、瘟病、气息不安、呃逆、食积痞瘤等多种疾病。在问诊过程中不可忽视。

职业家庭：有些疾病与患者的职业有关，如强体力劳动者易患扩散伤热；有的疾病与患者家庭有关，如有些瘟疫病会在家庭成员中互相传染。

此外，问诊内容还应包括发病后病情的变化以及已经接受过的治疗等等，总之，询问的内容越详细，对于诊断就越有利。

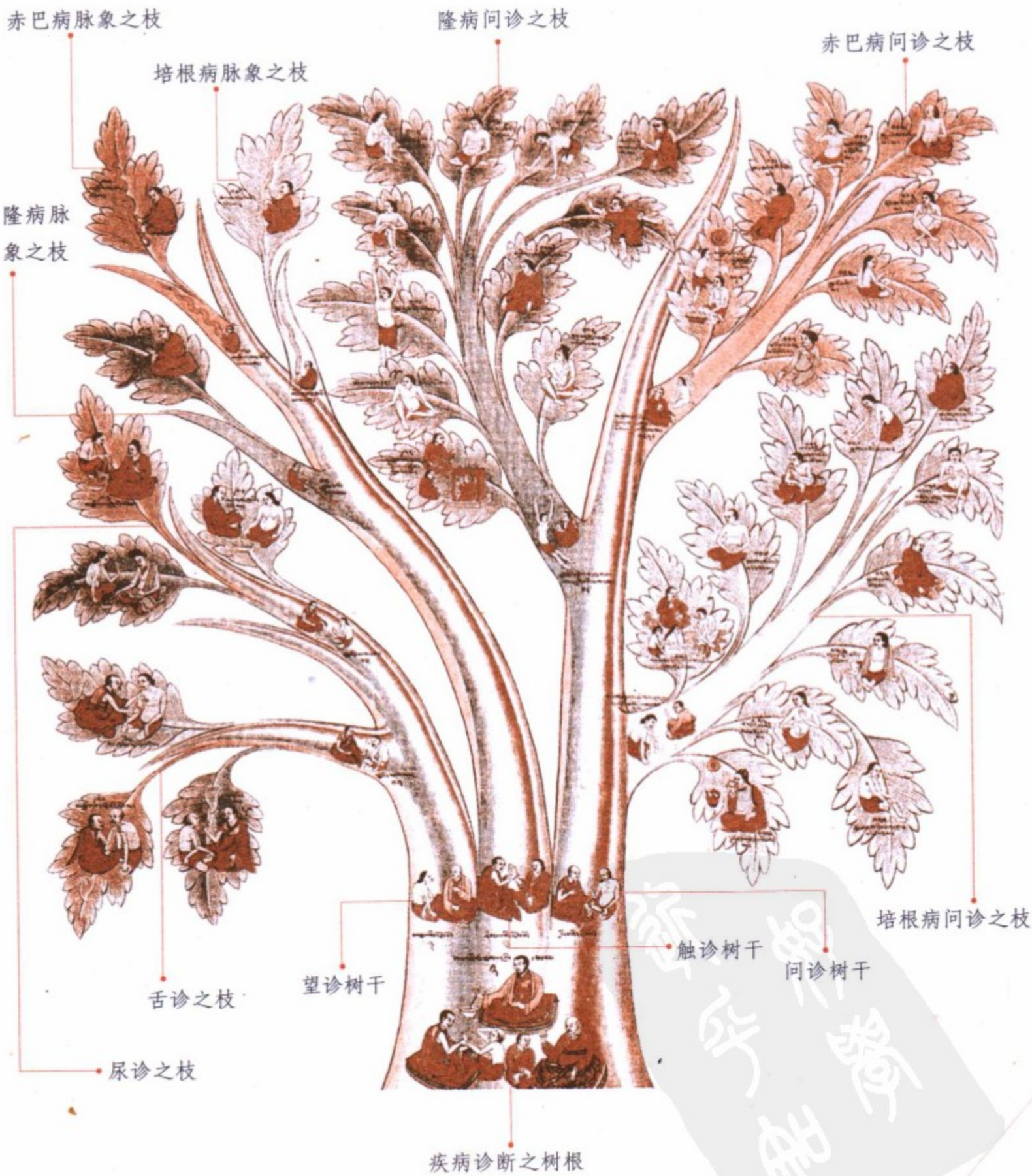
● 望诊和触诊是准确可靠的诊断方法

从广义上来说，望诊包括对于所有肉眼能够看到的征候的观察，包括病人的神色、体型、皮肤颜色、大便、小便、痰等。狭义上来讲，望诊主要包括舌诊和尿诊。舌诊主要是观察病人的舌质和舌苔。正常人的舌是红润而且灵活的，而隆病病人的舌质红，舌苔干而粗糙；赤巴病病人的舌苔黄而厚；培根病病人的舌苔白而湿滑。尿诊是通过观察病人尿的颜色、气泡、沉淀物等情况来诊断疾病的方法。隆病病人的尿色清稀如水，且多泡沫；赤巴病人的尿呈红黄色，味道恶臭，热气大；培根病人的尿色发白，气味淡而热气小。

所谓触诊主要是切脉。隆病病人的脉象虚弱而有间歇；赤巴病人的脉象急数、洪大而弦紧；培根病人的脉象迟沉而微弱。

疾病诊断的树喻

本图用树的根、干、枝、叶作比喻，系统形象地表现了望诊、触诊、问诊三种疾病的诊断方法。



各种疾病的舌相



隆病舌：色红而干燥粗糙



赤巴病舌：色淡黄，厚而腻



培根病舌：色淡白，湿而滑

各种疾病的尿相



隆病尿：清淡，搅动后泡沫大而多



赤巴病尿：颜色橙黄，有浓臭味



培根病尿：颜色发白，味淡

各种疾病的脉相



隆病脉：浮、虚、细

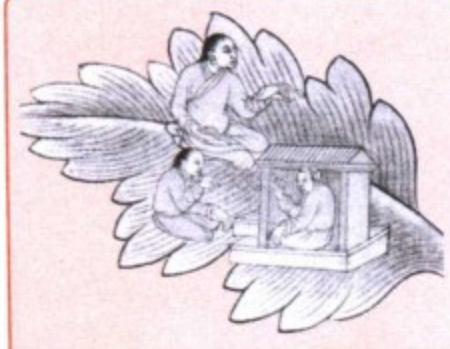


赤巴病脉：洪、弦、数



培根病脉：沉、迟、弱

隆病问诊的要点



隆病病因：
饮食轻、糙，起居失调



隆病症状：呵欠、颤抖



欠伸



发冷



骨节疼痛



全身串痛



干呕



五官失灵



烦躁不安

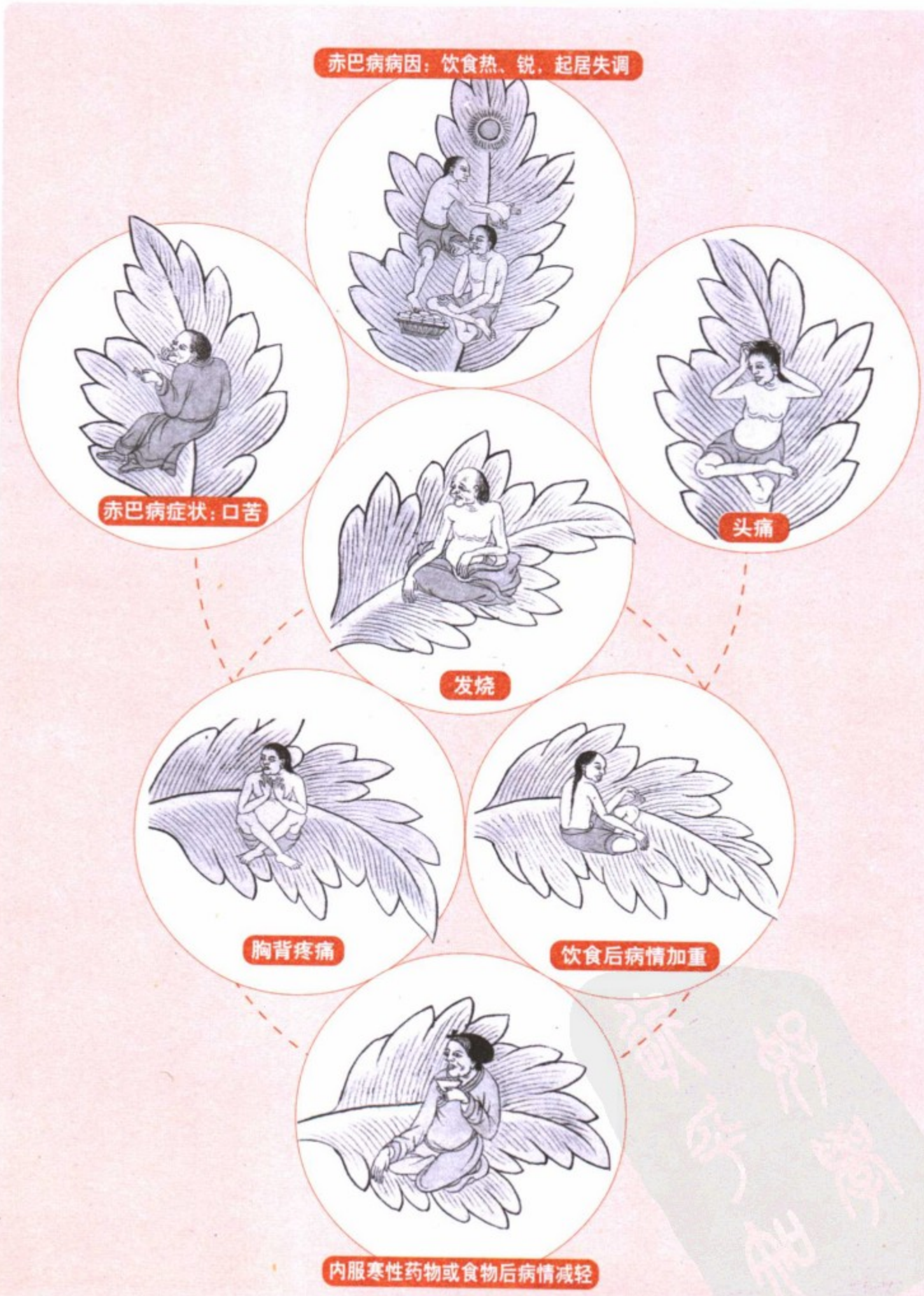


饥饿时更加严重



进食油脂、
营养食物后症状减轻

赤巴病问诊的要点



培根病的问诊要点



培根病病因：
饮食润、重，起居失调



培根病症状：食欲减退



消化不良



呕吐



无味



腹胀



呃逆



疲倦



身体冰冷



饭后病情加重

进食热性饮食、
协调起居后病情好转



食疗、居养、内服、外治

治疗疾病的一般方法

对于疾病的治疗，不外从食疗、居养、内服药剂、器械外治四个方面入手。

从饮食方面来说，马肉、驴肉、旱獭肉、经年的陈肉、人肉、植物油、经年的陈酥油、红糖、大蒜、大葱、牛乳、烧独活、黄精、发酵糌粑糕、蔗糖酒、骨酒等，都是对治疗隆病极为有益的饮食；牛乳或山羊乳做成的乳酪、新鲜酥油、野生动物肉、山羊肉、鲜牦牛肉、麦片稀粥、白花地丁、蒲公英、冷开水、凉水等，对于赤巴病的治疗有益；如果患有培根病，那么绵羊肉、野牛肉、猛兽肉、鱼肉、蜂蜜、旱地陈粟做成的热粥、牦牛乳做的乳酪、醇浓麦酒、开水等，将是上好的疗养饮食。

在起居方面，隆病患者适宜选择温暖的地方居住，身边宜有朋友相伴；赤巴病患者应该选择阴凉的地方静心休养；培根病患者则要注意经常散步，并选择温暖的地方停坐。

关于药物的选择，总体来说，隆病应当使用味甘、酸、咸，性润、重、软的药物治疗；赤巴病应该使用味甘、苦、涩，性凉、稀、钝的药物治疗；培根病应当使用味辛、酸、涩，性锐、糙、轻的药物治疗。

具体来说，各种药味和药性的药物，可以配合补、泻两种方法进行应用。补药方面，治疗隆病可以使用药露和药油滋补剂，如用骨头汤或四精绵羊肉汤配合药油、肉豆蔻、大蒜、三果、五根、乌头等制成药露；治疗赤巴病可以使用汤剂和散剂。汤剂如青木香汤、木藤蓼汤、普兰獐牙菜汤、三果汤等。散剂可用冰片、檀香、红花、竹黄等相配制成；治疗培根病可视具体情况使用丸药和散剂药物。丸剂可用乌头与各种盐类配制。丹散剂用石榴、黄花杜鹃、芡实、盐类、寒水石等配伍，烧煅成灰。

泻剂方面，治疗隆病应使用轻泻方；治疗赤巴病必须使用峻泻方；治疗培根病适宜用催吐法清胃。

外治方面，涂油、按摩、针灸、发汗、针刺放血、温熨、药水浴等各种方法，都可以视具体情况使用。

隆病患者适宜的食物





















人的脑、肉、心、血、骨、脂肪、毛发等都可以入药。但必须取自因搏斗或摔死的健康中年人身上。



隆病患者适宜的饮料


红糖青稞酒


牛奶

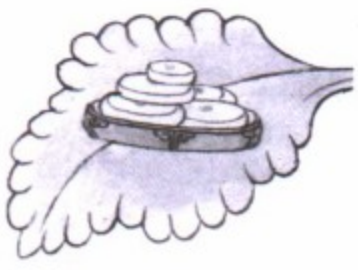

藏当归叶加黄精青稞酒


牛骨汤青稞酒

赤巴病患者适宜的食物


牛、羊酸奶


牛、羊清奶


新鲜酥油


草食野兽肉


山羊肉

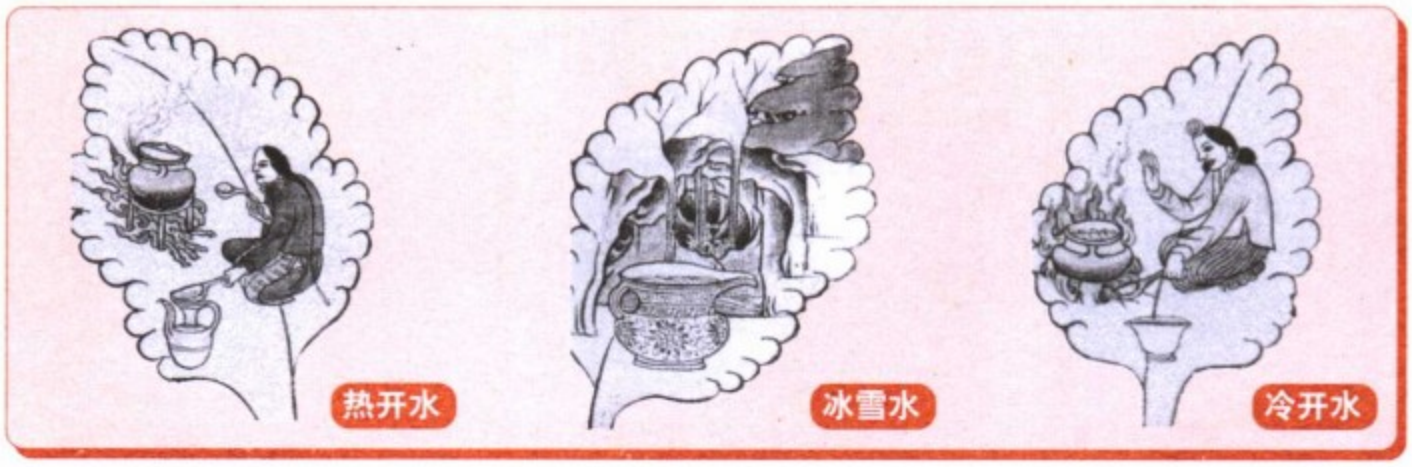

犏牛肉


青稞片

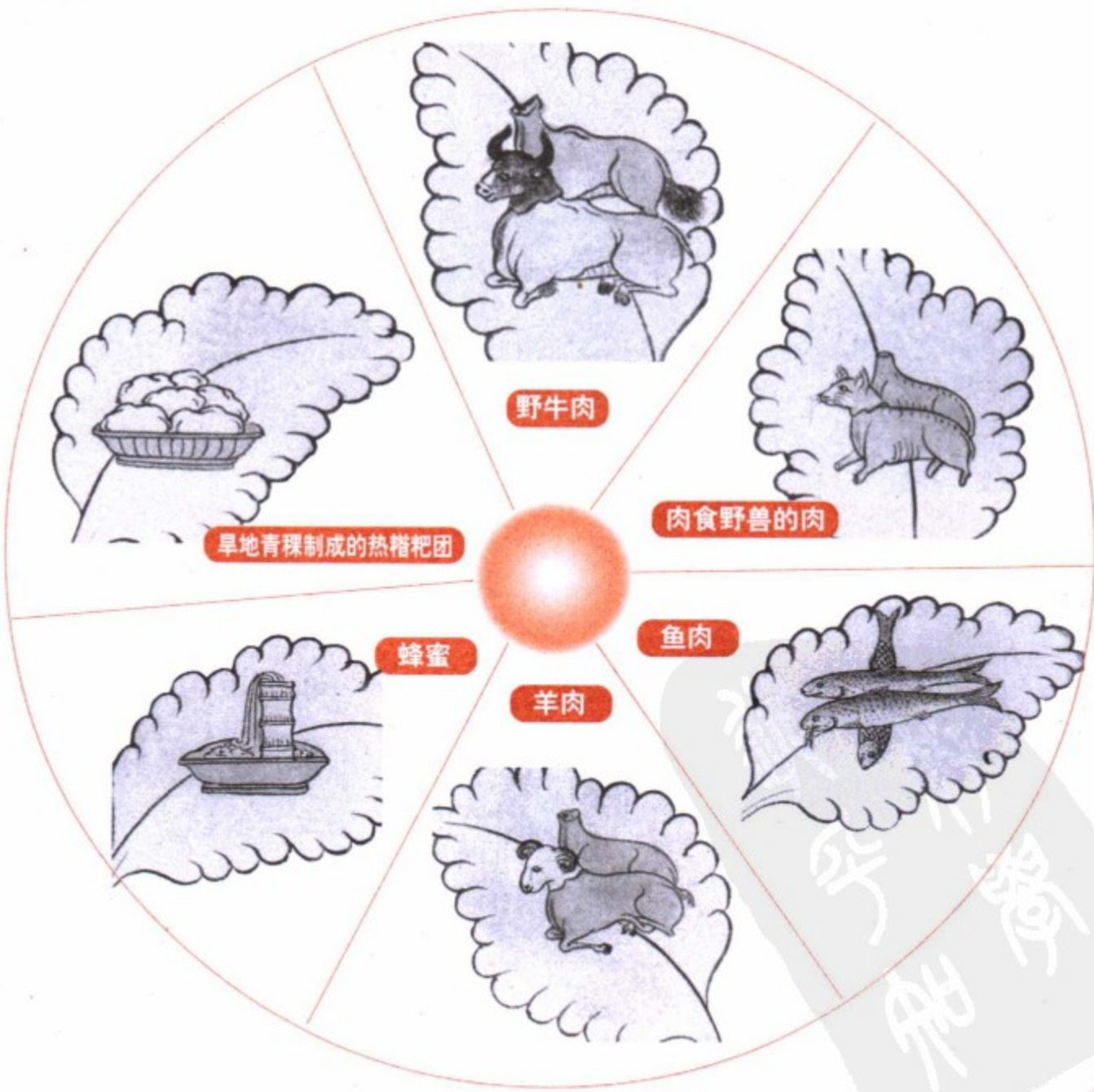

含乳蒲公英


蒲公英

赤巴病患者适宜的饮料



培根病患者适宜的食物



培根病患者适宜的饮料



牦牛酸奶或清奶



头道青稞酒



热开水

隆病、赤巴病、培根病患者的起居

隆病：宜住温暖处



有好友相伴



赤巴病：宜住阴凉处



培根病：宜适当活动



在温暖处居住



安心静养

治疗隆病的汤药



骨头汤

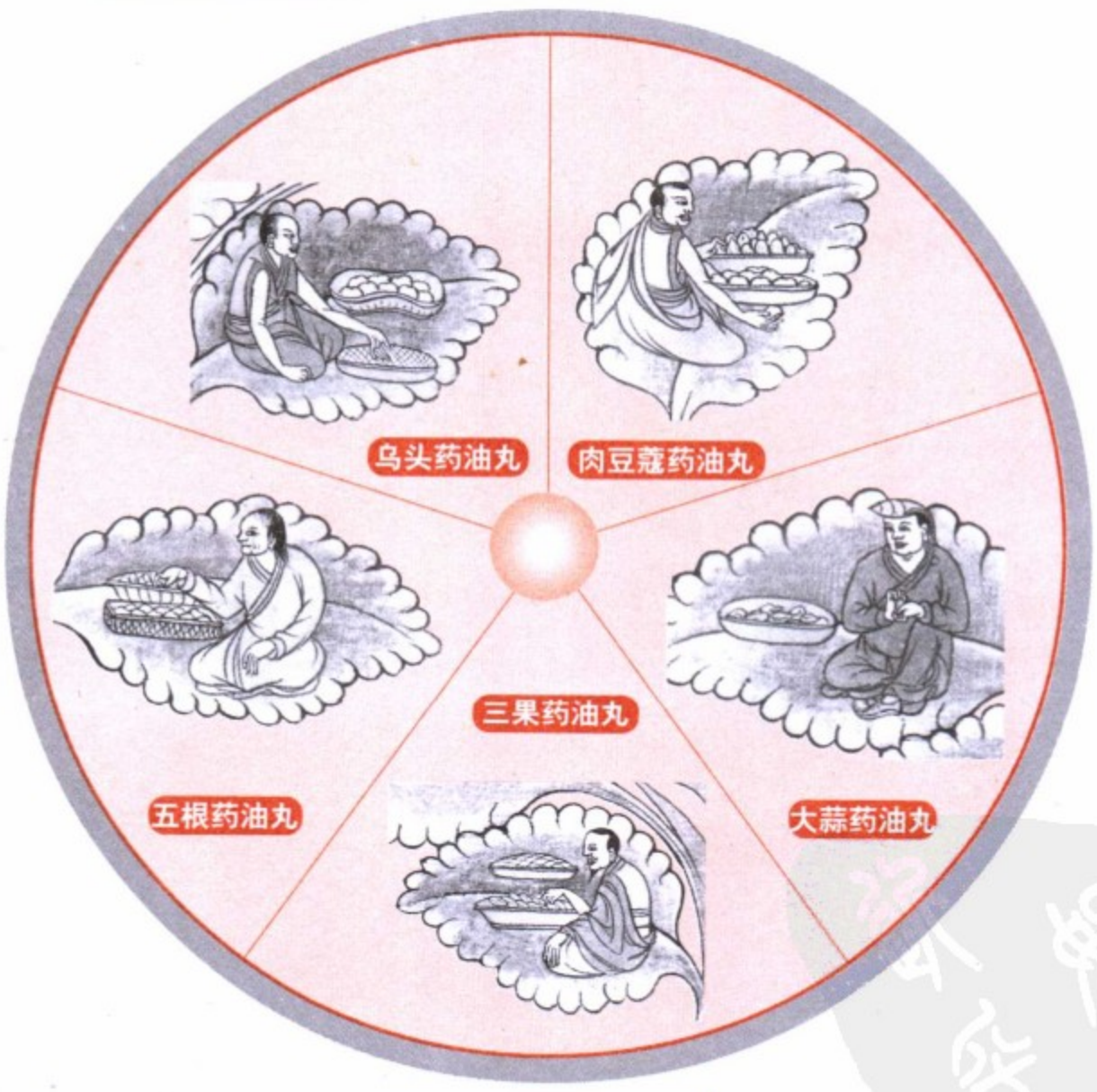


四物汤



陈羊头汤

治疗隆病的药油丸



名词解释

四物

指酥油、牛奶、头道青稞酒和羊头汤。陈羊头汤：将羊头密封于罐内，保存一年后煮汤。三果：指诃子、毛诃子、余甘子。五根：指黄精、天门冬、藏当归、刺蒺藜、喜马拉雅紫茉莉根。

治疗赤巴病的汤药


藏木香汤


宽筋藤汤


苦丁汤


三果汤

治疗赤巴病的散剂


冰片散


檀香散


红花散


滑石散

治疗培根病的丸药



乌头丸



矿盐丸

治疗培根病的散剂



石榴散



热石灰散



小杜鹃散



焦盐散



炙寒水石散

治疗隆病使用的灌肠法



一般灌肠



磕打灌肠



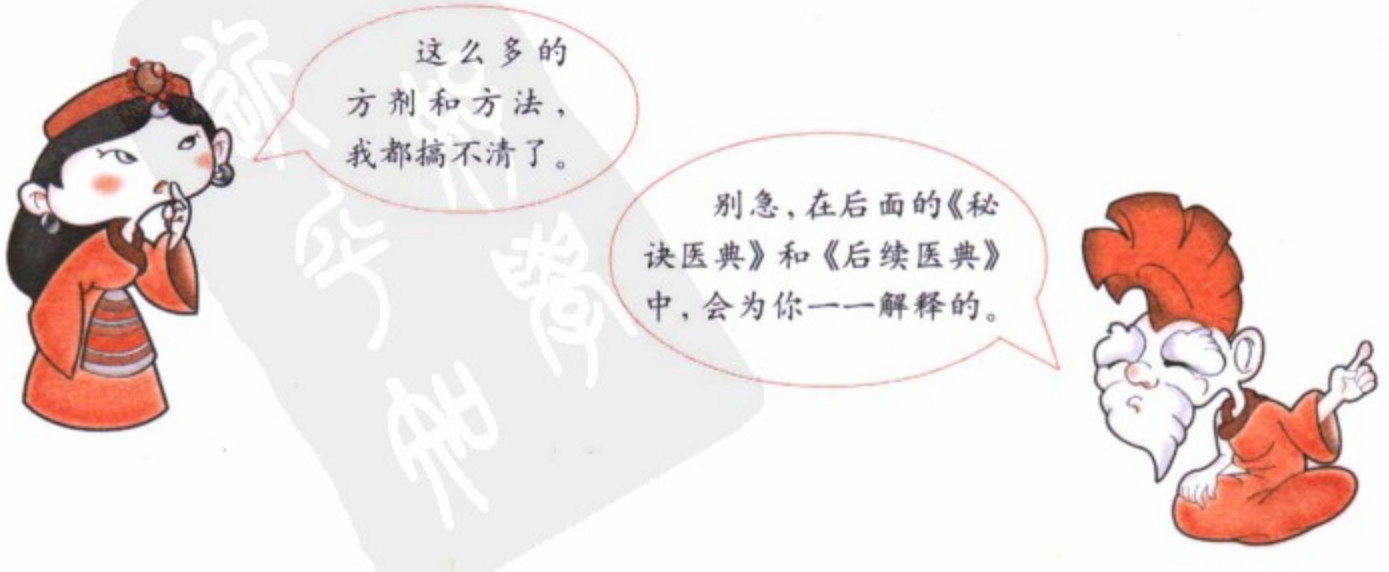
吊悬灌肠

治疗赤巴病使用的泻下法



治疗培根病使用的催吐法





隆病的外治方法



涂油按摩



布卷热敷

赤巴病的外治方法



发汗



放血



冷水浴

培根病的外治方法



热敷



艾灸



“生理、辨症、治疗三纲就如同树根。望、问、切是诊病的三门，与病变、未变、饮食、起居、药物、外治合起来共为树的九条树干。身体分出疾病、元气、秽物三枝；疾病分为病因、病缘、入门、部位、病道、发病期、结果、转因等九枝；望诊观舌、验尿与切诊察脉共分五枝；问诊需问病缘、症状、习惯共三枝；饮食、日常生活分九枝；三病的药味、药性共六枝；配方补剂共六枝；攻下方术分三枝；外治方法分三枝：以上依类总共分为四十七枝。繁枝之上又有茂叶：生理部分有二十五个叶片；疾病理论用六十三个叶片分析全；疾病诊断共有三十八个叶片；治疗方法用九十八个叶片全部概括。总计起来树叶共有二百二十四片整，花开一朵表示健康无病，三果(法果、财果、安乐果)成熟喻示着吉祥。《根本医典》主要揭示了医学的精华部分，希望上等智慧的人能够有所领悟，而资质平凡的人要想全部领会就十分困难了。”

《根本医典》至此全部传讲完，土珠热白益西重新返回药王的心中。

第3章



古珠热白益西传讲：
《四部医典》第二部　论说医典

药王门杰拉——导师琉璃光王从讲述《根本医典》的禅定中兴起，又入于说法雄狮医药的禅定中。入定后不久，从头顶上散射出千百条彩色光芒，普照十方，以解除众生身体的孽障，消除一切隆、赤巴、培根疾病。此后那彩色光芒复又收于顶门，化作古珠热白益西，驻于前方空中。

这时，导师琉璃光王的舌间也散射出千百条彩色光芒，普照十方，以解除众生语言的一切过失，并消除一切魔障。此后那彩色光芒复又收于舌间，化作松竹益来盖，礼绕导师后，作狮子顾盼之状，伏于导师尊前代众仙求问。

古珠热白益西的回答就是《四部医典》的第二部分——《论说医典》。《论说医典》将为众生详细阐述身体与疾病、药物性能、治疗方法以及医德方面的内容。

本篇图解

十种精血不能受孕 /93
受孕的道理与胎儿的形成 /94
五源聚合生成胎儿的整体 /95
胎儿的发育过程 /98
生产过程 /101
人体各部位的生动比喻 /103
身体要素的计量 /107
人体的骨骼正面 /108
人体的骨骼背面 /109
人体的脉络正面 /112
人体的脉络背面 /113
人体的连接脉 /114
人体的白脉 /115
人体的要害部位 /116
人体骨骼和白脉的要害部位 /117
形形色色的人——性的区别 /119
形形色色的人——年龄的区别与三种类型 /120
隆型人 /120
赤巴型人 /121
培根型人 /121
路遇的各种吉兆 /123
路遇的各种凶兆 /124
人的梦因及梦境 /125
梦示的吉兆 /127
梦示的凶兆 /128
反常的死亡征兆 /129
濒死的征兆 /130
临死的表现 /131
死兆的化解方法 /133
疾病的内因 /135
疾病与季节的关系 /137
隆病的诱因 /137
赤巴病的诱因 /138
培根病的诱因 /139
人体内部三因过盛与虚损的症状 /141
人体内部七大物质基础及三种排泄物过盛与虚损的症状 /141
疾病的归类 /145
人体三因在六季中的变化 /147
六季中的起居 /149
日常起居的要点 /150
常用的日常保健方法 /153
抑制的危害及补救方法 /154
常见的食物与饮料 /160
饮食的搭配与适量 /164
神秘的藏药护理法 /167
顺产与难产的对比 /168
接生的过程和方法 /168
养生之道 /171
养生方法的细部 /172
五行与药物的关系 /175
五行与药味的关系 /175
药物的药味分类 /177
异彩纷呈的藏药世界 /180
依照药味配制的方剂共有 57 种 /199
依照药物功效配制的方剂可分为调理与峻泻两类 /199
药物的分类 /200
各种类型的探针 /205
各种割痔器械 /205
各种手术钳 /205
手术镊及各种手术刀 /206
各种穿刺针 /207
挖匙和骨锯 /207
其他器械 /207
人体的五官和五境 /211
五种秽物 /211
行医的诀窍 /214
医生应该具备的素质 /214
容易治疗的病人的素质 /215
不能治疗的病人 /216
试验治疗法 /220
治疗疾病的九大原则 /224
补法与泻法 /228
泻法常用的内服外治方法 /229
补法的适用对象 /230
泻法的适用对象 /230
隆病的治疗方法 /233
赤巴病的治疗方法 /234
培根病的治疗方法 /235
医生所应具备的条件 /238
五毒与三因 /238
360 个恶魔 /239
1080 个魔障 /240
医生的四个层次 /241
十三种拙劣的医生 /241
高明医生应有的品德 /245
慈悲喜舍——四无量心 /247

本章相关原文
256-287页

鱼期、龟期和猪期

生命的形成过程

整个生命的形成过程——孕期可以划分为三十八周，胎儿在这三十八周的发育过程中又将经历鱼期、龟期和猪期三个发育阶段。

● 生命形成的先决条件

一个健康生命的诞生，首先是与健康优质的父精母血分不开的。这就如同钻木取火的原理，只有使用锐利的钻具、干燥的木头才能轻而易举地钻出火花。男子健康的精液颜色如同清晨的甘露一般洁白而具有光泽，质地比较重，味道甘甜而量较多；女子健康的经血应如胭脂或者兔子血的鲜红颜色，沾到衣服上容易洗净而不留痕迹。

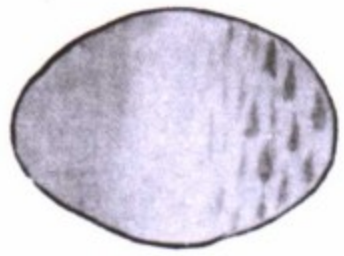
有了健康的精血，还要注意把握良好的交媾时机。十二到五十岁之间的女子，每月红道之日（十六到三十日间）经血沿子宫左右两侧大血管流到子宫中，等待精子受孕，如果不能受孕，等到白道之日（每月初一至十五），宫口打开，经血将在下泄隆的作用下与宫血一起流出体外，形成月经。女子在经期会感到身体困乏，面色憔悴，乳房、小腹、腰部颤动，性欲格外旺盛。在子宫口开启后的十二天中，最初的三昼夜和第十一天不受孕，如果在第一、三、五、七、九各日受孕的话，将会生男孩；相反，如果在第二、四、六、八几天中受孕，就会生女孩。错过这十二天就不会受孕，正如日落以后莲蕊就会关闭一样。在受孕的过程中，如果父亲的精华较多，就会形成男孩；如果母亲的精华较多，就会形成女孩；如果父母精华相当，将会形成中性人；如果精血凝结后一分为二，就会出现孪生的情况。

一旦受孕成功，女子身体将会发生变化，表现为：身体沉重，懒惰无力，四肢颤抖，心跳加快。当这些征象出现的时候，就表明一个新的生命已然开始形成了。在胎儿形成的过程中，父亲的精华为其提供了骨骼和脑髓，母亲的精华为其提供了血肉和脏腑，而其五官和神识则是从其自己的六识之中自行产生。胎儿形成的整个过程与五缘有着密切的联系。

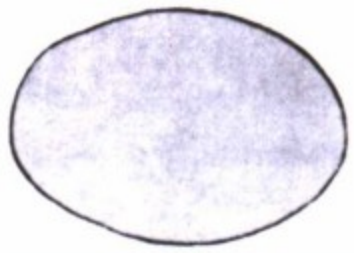
● 38周的发育过程

胎儿在子宫中形成以后，母体的精华将会积蓄到“三木赛”中，然后再通过子宫左右的两条血管运送到子宫，为胎儿源源不断地输送营养，就像在蓄水池中引水灌溉一样。胎儿将在母亲的子宫中经历38周的成长和发育，这38周又可以分为五个时期：

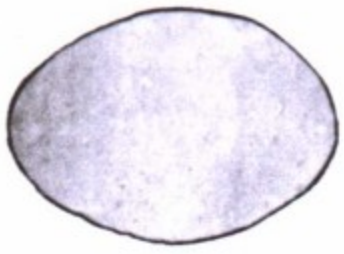
十种精血不能受孕



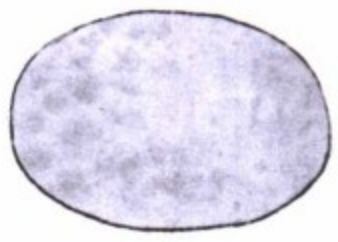
1 患有隆病的精血，色黑、粗糙、味涩



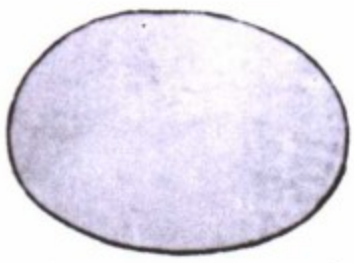
2 患有赤巴病的精血，色黄、发臭、味酸



3 患有培根病的精血，色淡、粘冷、味甘



4 患有血病的精血，腐败变质



5 患有隆与培根混合病的精液与经血互不融合



6 患有血与赤巴混合病的精液与经血像脓液



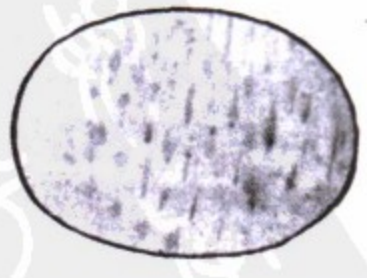
7 患有培根与赤巴混合病的精液与经血结成团



8 患有隆与赤巴混合病的精液与经血均干涸



9 患有隆、赤巴、培根混合病的精血像粪便成团块



10 精血五行短缺，缺土则不生，缺水则不成形，缺火则不成熟，缺风则不活动，缺空则不发育。

1 受孕的道理与胎儿的形成



男女在进行交媾时，如果恰好命运与贪欲相合，就会受孕。



女子十二至五十岁行经，每月一次，每次三天，行经年龄可以受孕。



能够受孕的精液色白、质重、味甘、量多，经血色浅红，易洗。



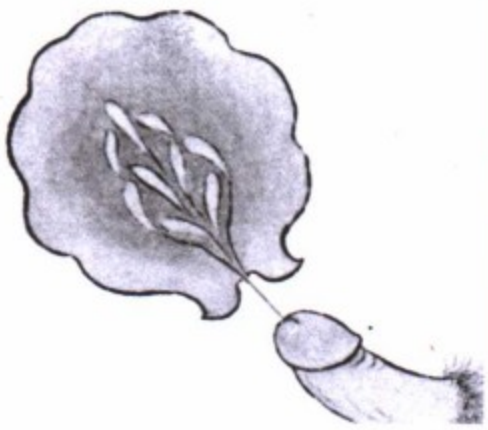
精血混合，
精液多则生男



精血混合，
经血多则生女



月经尽后，单日交合受精生男，双日交合受精生女



父精产生胎儿的骨、脑、髓

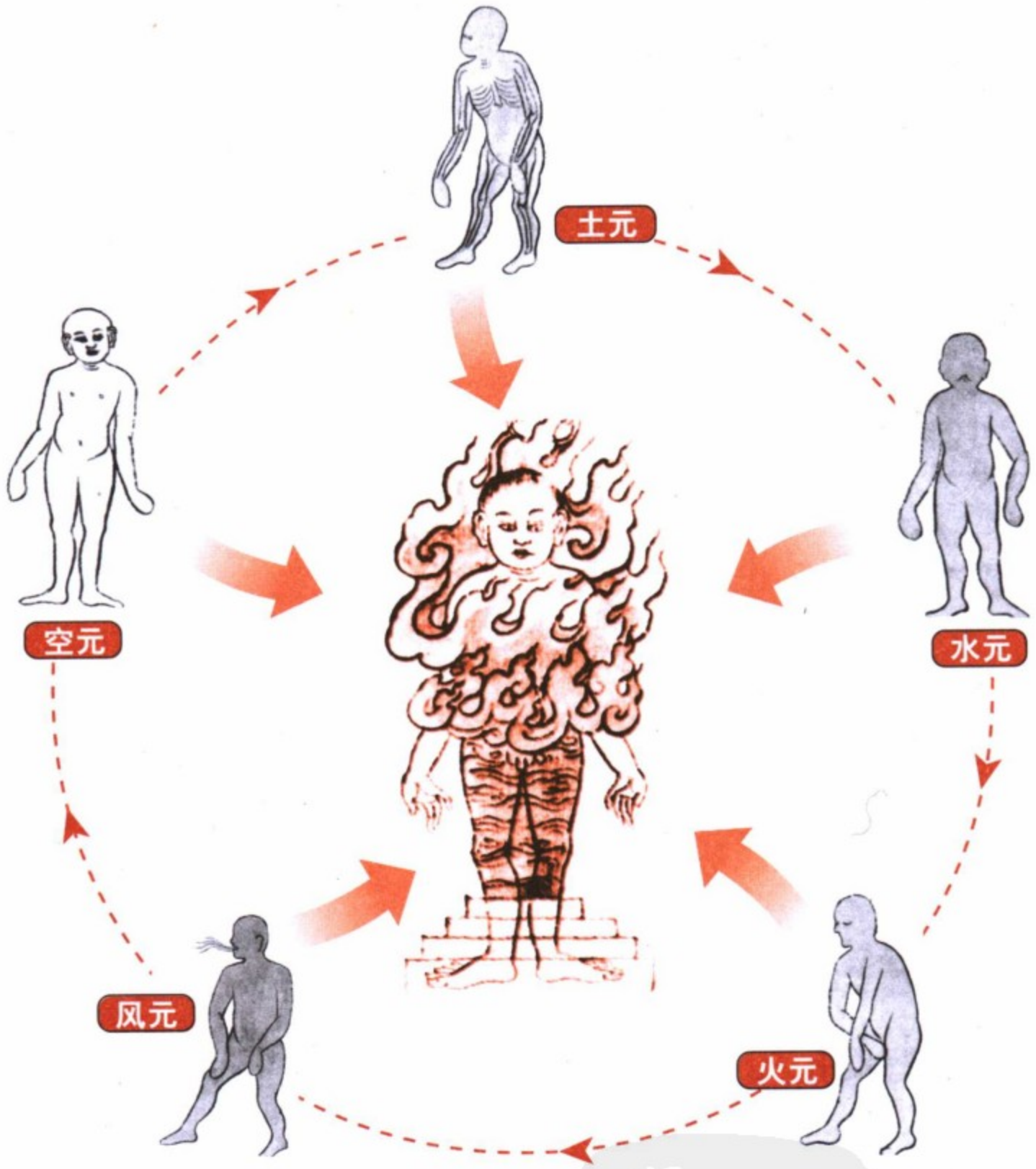
母经产生胎儿的肉、血、五脏六腑





胎儿的营养靠母体通过脐带和子宫、左右双脉输送

五源聚合生成胎儿的整体



土元：形成胎儿的肌肉和骨骼，生成鼻子，从而使胎儿具备嗅觉；

水元：形成胎儿的血和黄水等流动的东西，生成舌头，从而使胎儿产生味觉；

火元：形成胎儿的体温，生成眼睛，从而使胎儿具备分辨物体的视觉；

风元：形成胎儿的呼吸，生成皮肤，从而使胎儿具备触觉；

空元：形成胎儿的生命及七种要素运行的孔窍，生成耳朵，从而使胎儿具备听觉。

1．早期发育

这个时期大约是指胚胎形成后的第一个月。

第一周：精血如同在牛奶中放入酵母一样，充分地混合在一起。

第二周：精血继续凝结聚合，就像牛奶表层形成的皮状物一样。

第三周：精血进一步凝结为奶酪。

第四周：精血凝结成不同的块，坚实的圆团将为男孩，柔软的圆团将为女孩，圆柱形则为中性。

2．鱼期发育

这一时期是指从胚胎发育的第五周到第九周，因为此时的胚胎呈长条形，与鱼十分相似，所以称“鱼期”。

第五周：胚胎中形成脐脉轮，脐轮向四周辐射开去，成为产生所有脉络的基础脉丛。

第六周：从脐轮中央生出命脉，它是所有动脉的主干。

第七周：胎儿的眼睛等器官开始形成。

第八周：胎儿头部的形状开始形成。

第九周：胎儿生出除四肢以外的上下体腔。至此胎儿已基本具备了生命的轮廓。

3．龟期发育

从胚胎发育的第十周到第十七周称为“龟期”，因为这一阶段胎儿逐渐长出四肢，与龟十分相似。

第十周：胚胎开始显现出胳膊和股骨的雏形。

第十一周：胎儿的眼、耳、口、鼻以及二阴等九个孔窍开始形成。

第十二周：胎儿的五脏开始形成。

第十三周：胎儿的六腑开始形成。

第十四周：两上臂和大腿开始形成。

第十五周：两前臂、手和两小腿、脚形成。

第十六周：手足的20个指和趾形成。

第十七周：身体内外的连接脉开始形成。

4．猪期发育

在接下来的十八周里，胎儿的各个器官都将逐渐发育成熟，形体类似于猪，因此将这一时期称为“猪期”。

第十八周：开始形成肌肉和脂肪。

第十九周：开始形成韧带和肌腱。

第二十周：开始形成骨骼和骨髓。

第二十一周：全身皮肤开始形成。

第二十二周：包括五官在内的九个孔窍开通。

第二十三周：头发、汗毛、指甲和趾甲开始形成。

第二十四周：脏腑开始成熟，知觉产生。

第二十五周：孔窍气息开始运行，胎儿有了呼吸。

第二十六周：胎儿开始有了意识和记忆。

第二十七至三十周：胎儿全身所有器官均开始成熟。

第三十一至三十五周：胎儿的身体逐渐增长，并且与母体相互影响。

5．即将分娩

进入第三十六周以后，就要开始为分娩做准备。

第三十六周：胎儿在母体内开始产生厌烦情绪。

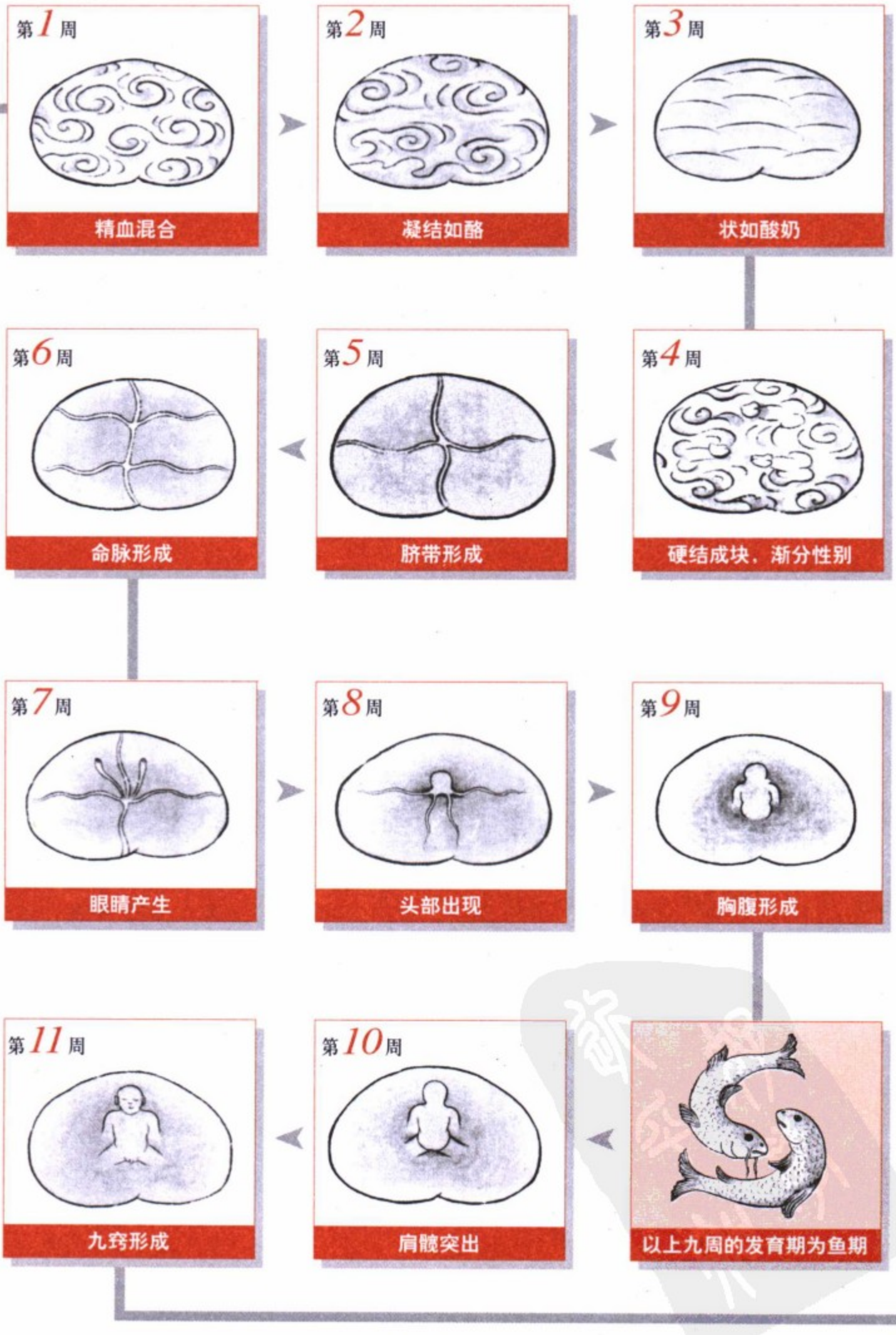
第三十七周：胎儿开始产生欲脱离母体的愿望。

第三十八周：胎儿头部开始倒转，准备出生。

一般来说，怀孕九个月零十天之后就到了分娩时期。如果孕妇肚子从右侧凸起，身体感觉十分轻巧，梦中时常见到男孩，并且右边乳房先滴出乳汁的话，将会生男孩；如果孕妇喜好唱歌跳舞，喜欢穿戴打扮，肚子从左侧凸起，身体笨重，梦中时常见到女孩，并且左边乳房先滴出乳汁的话，将会生女孩；如果小腹中部凸起，身体时而笨重，时而轻巧，梦中男孩女孩皆见，左右两乳同时滴出乳汁，将会生出中性孩子；如果小腹两侧高高凸起，中间低陷，将会生双胞胎。

孕妇临产之时会感到浑身无力，下身沉重，髋部及产门阵痛，由于产门开启，小便次数明显增多。这时需要有经验的妇女在一旁护理协助。

1 胎儿的发育过程


第1周
精血混合
第2周
凝结如酪
第3周
状如酸奶
第4周
硬结成块，渐分性别
第5周
脐带形成
第6周
命脉形成
第7周
眼睛产生
第8周
头部出现
第9周
胸腹形成
以上九周的发育期为鱼期
第10周
肩髋突出
第11周
九窍形成

第12周



五脏形成

第13周



六腑形成

第14周



上臂、大腿形成

第15周



前臂、手、小腿、脚形成

第16周



手指、脚趾形成

第17周



内外连接脉形成



以上八周的发育期为龟期

第18周



形成肌肉和脂肪

第19周



形成韧带和肌腱

第20周



形成骨和髓

第21周



长成皮肤

第22周



九窍开通

第23周



头发、汗毛、指、趾甲形成

第24周



脏腑成熟

第25周



开始有呼吸

第26周



开始有记忆

第27-30周



胎儿全身明显成熟

第31-35周



全身长大，与母体相互影响



以上十八周的发育期为猪期

第36周



胎儿在母体内开始烦闷、乱动

第37周



胎儿开始对母体产生对立情绪

第38周



胎儿头倒转，准备娩出

至此，胎儿已完成了三十八周的发育过程，完全成熟。





男孩在子宫
右侧结胎



女孩在子宫
左侧结胎



阴阳儿在子
宫正中结胎



腹部两侧隆起，中
间凹陷为双胞胎



腹部右侧隆起，
右乳汁先出，生男



腹部左侧隆起，
左乳汁先出，生女

生产过程



当孕妇生产时，要请有生育经验的妇女帮助剪断脐带，为其接生



产妇要有人陪伴、照顾，产后要注意补养身体

生动的比喻

身体各部位的形态与功能

人体是由各个部位以及五脏六腑构成的，各个部位结构不同，形状各异，同时又各自掌管着不同的职责和功能，它们就像我们日常生活中习见的事物一样，不可或缺。

● 身躯——一座精致的建筑

人的头部像高高在上的屋顶阁楼，而头上的七窍正如同楼上的门窗，头盖骨就像是坚固的屋顶，囟门像是开启的烟囱，鼻子好像佛幢，双耳仿佛屋脊两端的飞檐，头发就像是顺次排列的屋瓦，人的锁骨就像是窗檐，肩胛骨如同房屋的顶角，宽阔的胸骨好像屋梁，二十四根肋骨仿佛排列整齐的椽子，椎骨就像支撑椽子的垫木，整个脊柱好像一串叠放的钱币，而贯穿人体的命脉就如同起关键作用的石柱，胸腹像是分层的走廊，人的两臂正如屋外悬挂的彩带，髋骨像是坚硬的墙壁，两条腿如同门框一样，人全身的皮肤就如同覆盖的墙皮，筋脉像是屋顶上铺设的板条，而人体的尿道和肛门就是整座屋子的排水管道。总之，整个身躯就像是一座设施齐全，装饰华美的建筑。

● 五脏——国王统治下的“小朝廷”

心脏处于中心部位，正像统治一切的国王；肝脏仿佛王后，脾脏仿佛王妃，她们处在国王的下方，又与国王保持着密切的联系；肺脏就像是忠实的大臣和王子，永远围绕着国王，同时医典中还特别强调：大臣丧命则王亦驾崩，形象地体现了呼吸与心跳的密切关系；肾脏则如同最下层的力士，作用也十分的重要。

关于五脏（心、肝、脾、肺、肾）的比喻，正好组成了一个国王统治下的小朝廷。同时还要注意的是身体的要害部位，它们就像是国王派遣的钦差，肩负着重要的使命，一旦受到伤害就会危及心脏。

● 六腑——不可或缺的器具

在医典中，胃被比喻为烹调食物的饭锅；胆处于肝和胃之间，正像一个悬挂的皮袋；膀胱好似盛水的大水罐；三木赛就是指男性的精囊和女性的卵巢，它们就像储存珍宝的宝库。以上四腑都被形容为储存物品的容器，另外还有大肠和小肠，它们被比喻为王后的仆人，也类似于具有辅助作用的工具。

人体各部位的生动比喻



头盖似金顶，囟门似烟囱，
鼻子似佛幢，双耳似飞檐



头部似阁楼



头发似盖瓦



五窍似窗门



锁骨似窗棂



命脉似石柱



胸廓似屋梁



椎骨似椽垫



肋骨似房椽

胸腹似楼堂

肺脏似大臣

肝脏似王后

心脏似国王

脾脏似王妃

肾脏似力士

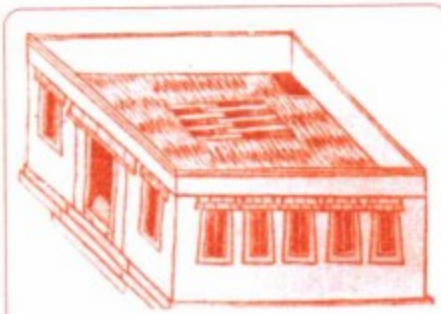
精囊似宝库

胃似饭锅

胆囊似皮袋

膀胱似水罐

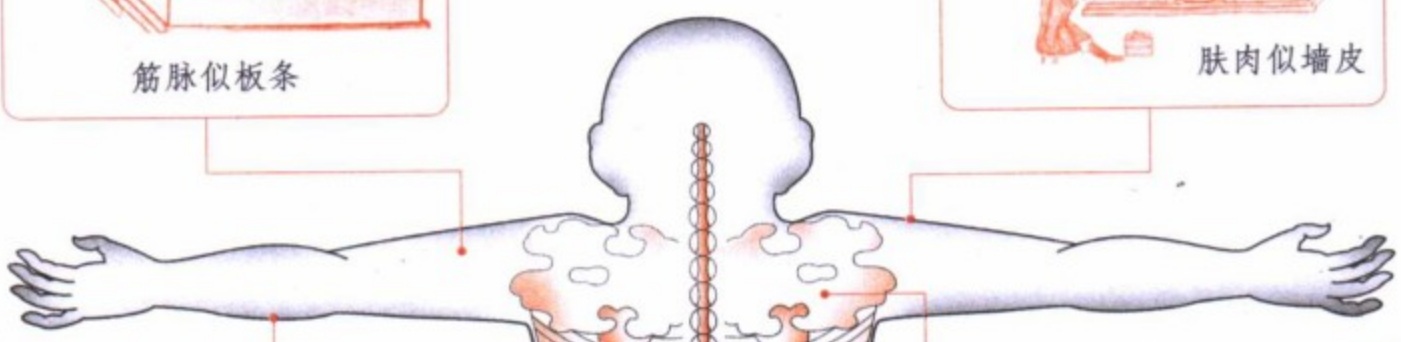
肠似佣人



筋脉似板条

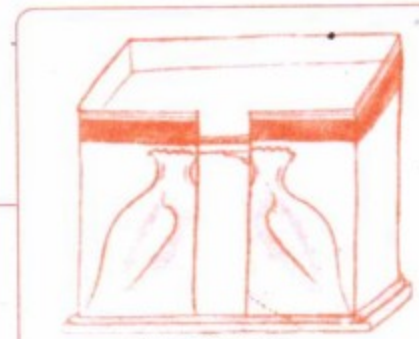


肤肉似墙皮





双臂似彩带



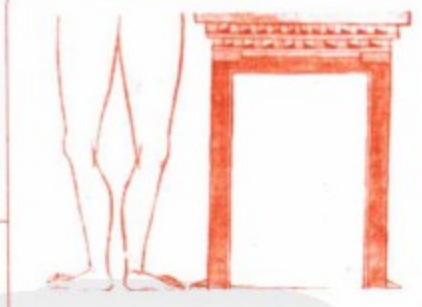
肩胛似房角



脊柱似钱串



髋骨似墙壁



双腿似门框



要害部位
似钦差



尿道、肛门似排水管

各计其数

身体部位的正常状况

身体部位包括五脏六腑、骨、肉、脉、要害、孔道等。在健康无病的情况下，它们都各自具有质与量的规定。

● 正常情况下的身体容量

在正常情况下，人体内隆的容量应是一膀胱，赤巴的容量应是盛满自己的一个阴囊，培根的容量应为自己双手的三捧，如果这三大因素中的哪一因素产生激增，就要导致隆、赤巴或者培根性疾病。

正常情况下人体血液和大便的容量应该是七捧，小便与黄水的容量应该有四捧，骨髓与脂肪的容量应为两捧，精液的总量应为一把，脑浆的容量应是一捧，男人的肌肉总共有五百把，女人的肌肉要比男人多，具体多出大腿和乳房的肌肉各十把。

人体全身的骨骼共有二十三种，其中脊椎骨共有二十八块，肋骨共有二十四条，牙齿共有三十二颗，骨块共有三百六十块。四肢的大关节共有十二个，小关节则有二百一十个。

人体全身共有韧带十六处，筋络九百根，头发二万一千根，汗毛孔一千一百万个，孔窍九处，其中包括双耳、双目、双鼻孔、口、肛门及尿道，此外，妇女又多出产门和乳头两窍。

正常人的身高应该是自己的一托，也就是两臂平伸的长度；稍矮一点的人身长也可达到自己的三肘半；如果身高低于自己的三肘半，那么就是侏儒症。

● 正常情况下的人体血脉

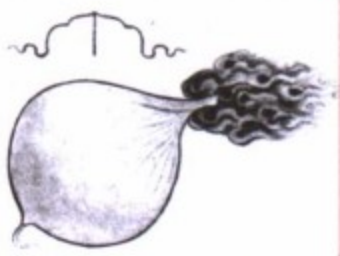
人体的血脉可以分为：初成脉、依存脉、连结脉与命脉四种。

初成脉 初成脉以脐脉为中心，自脐脉往上形成脑髓，“愚痴”在脑髓中存在，形成培根，因此培根存在于人体的上部；自脐脉贯穿中央形成命脉，“嗔恨”在命脉中存在，形成赤巴，所以赤巴存在于人体的中部；自脐向下形成生殖器官脉，“贪欲”在生殖器官中存在，形成隆，因此隆存在于人体的下部。

身体要素的计量

名词解释

捧：西藏古代计量单位，双手合起为一捧。
把：西藏古代计量单位，单手抓起为一把。


隆的总量为一膀胱


赤巴的总量为一阴囊


培根的总量为三捧


血的总量为七捧


粪便的总量为七捧


尿的总量为四捧


黄水的总量为四捧


骨髓的总量为两捧


脂肪的总量为两捧


精华总量为一捧


精液总量为一把　脑的总量为一捧


全身的肌肉共五百把


女性乳房肌肉多十把

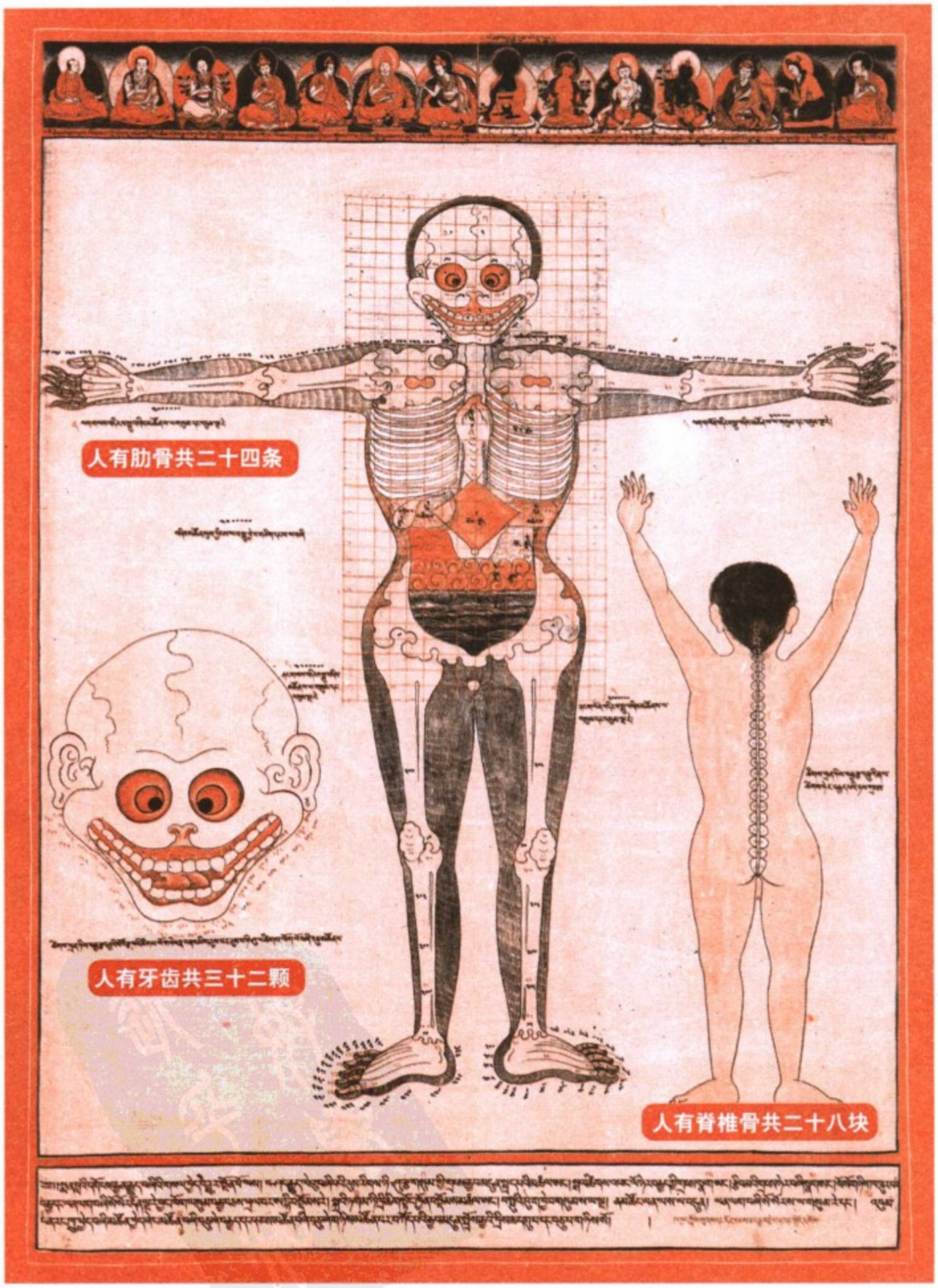

女性大腿肌肉多十把


妇女乳汁总量为两捧


妇女经血总量为四捧

人体的骨骼正面

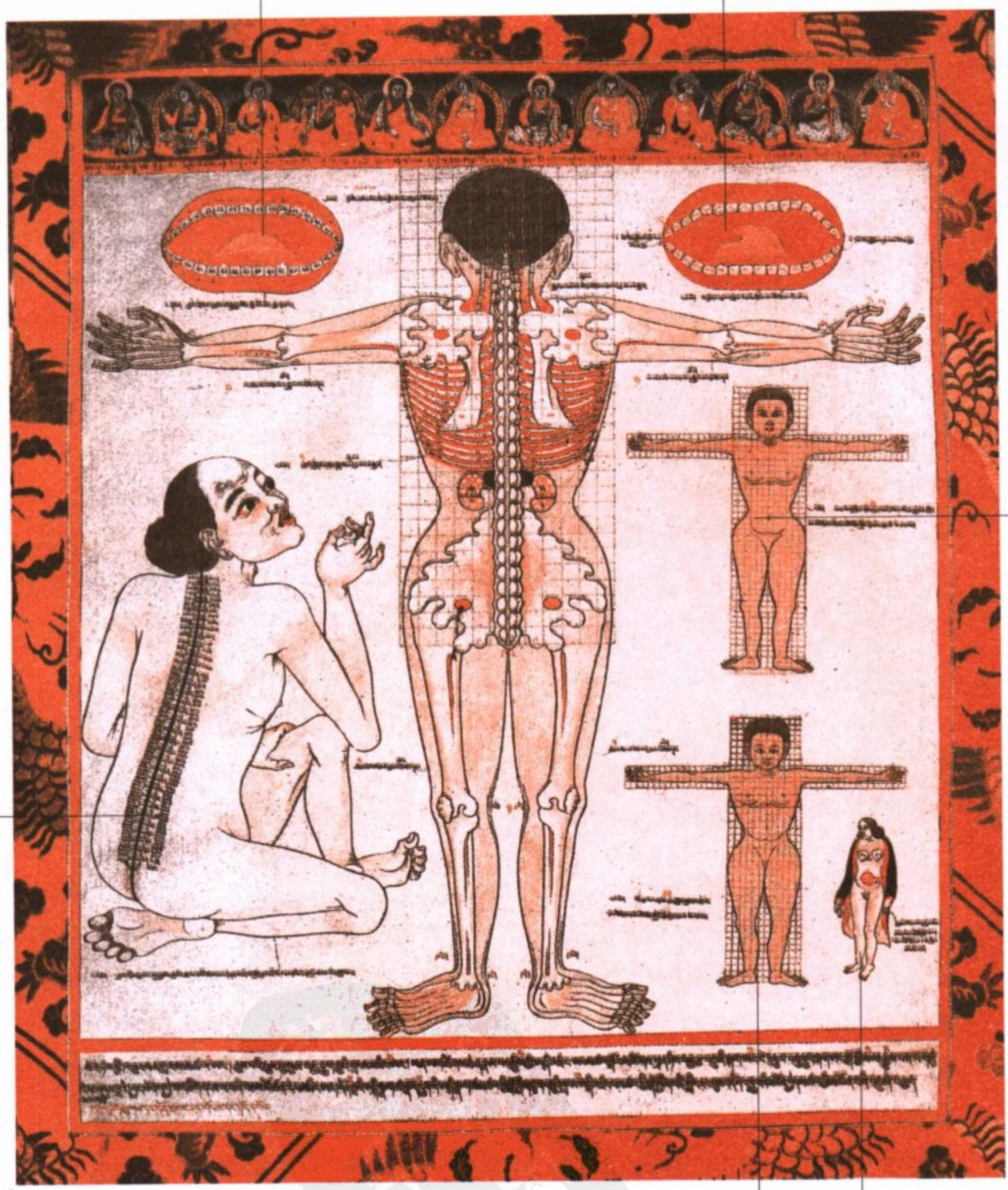
全身共有骨骼三百六十块。四肢大关节共十二个，小关节共二百一十个。



人体的骨骼背面

三十二颗牙齿包括在三百六十块骨骼之中

前十二颗牙齿用于语言，后二十颗牙齿用于咀嚼



矮人身高在三肘半以下

妇女多产门及乳头两窍

脊椎骨在体内的位置

正常人身高四肘

依存脉　主要包括：形成眼等五官感觉的脉轮，在脑部有五百条分支；形成眼识等六识五蕴的脉轮，在心脏部位有五百条分支；主肉体生长发育的脉轮，在脐部有五百条分支；繁衍后代的脉轮，在生殖器官处有五百条分支。总之，依存脉遍布周身，发挥着维持生命活动的功能。

连接脉　包括黑脉和白脉两种。

黑脉共有二十四支，其中八支隐脉分布于脏腑，十六支显脉分布于四肢。从此生出的可针刺放血的脉道有七十七条，不能针刺放血的要害脉道有一百一十二条，加起来共有一百八十九条分支小脉。小支脉共计有三百六十条，其中有一百二十支向外分布，与皮肤肌肉相连，继续分为二百三十四个分支；还有一百二十支向中分布，连接骨和髓，继续再分为二百三十三个分支；其余一百二十支向内分布，连接脏和腑，又有二百三十三个分支。在这些小支脉里又分出更细微的脉道，遍布全身。黑脉的概念大致相当于现代汉医理论中的血管。

白脉发源于脑髓，从脑部白脉的海洋里，像树根一样向下延伸出司传导的分支共有十九条，其中像丝线一样连接脏腑的隐脉共有十三条，连接四肢的显脉共有六条，从这里再继续分出十六条细微的分支。白脉的概念大致相当于现代汉医理论中的神经。

命脉　命脉可以分为三种，一种遍布全身，一种伴随着气息而在全身流通，还有一种是神游脉。命脉与气血运行于身体内外的一切孔窍相连，促使身体生长发育，维持生命的活动，它是身体的根本，因此才被称为命脉。

● 正常情况下的身体要害

人体的要害部位分布在肌肉、脂肪、骨骼、韧带、筋腱、脏腑、脉道等七个地方。肌肉受到损伤时会发生肿胀；骨骼受到损伤时会感到疼痛；韧带、筋腱拉伤时将无法正常活动；脉道、脂肪、脏腑等处如果受到损伤，则将会威胁生命，难以治疗。以上这些部位一处比一处脆弱，因此才被称为身体的要害。

具体来说，肌肉的要害共有四十五处，脂肪的要害共有八处，骨骼的要害共有三十二处，筋腱的要害共有十四处，脏腑的要害共有十三处，脉道的要害共有一百九十处，加在一起，人体共有三百零二处要害部位。这其中，分布在头部的有六十二处，分布在颈部的有三十三处，分布在

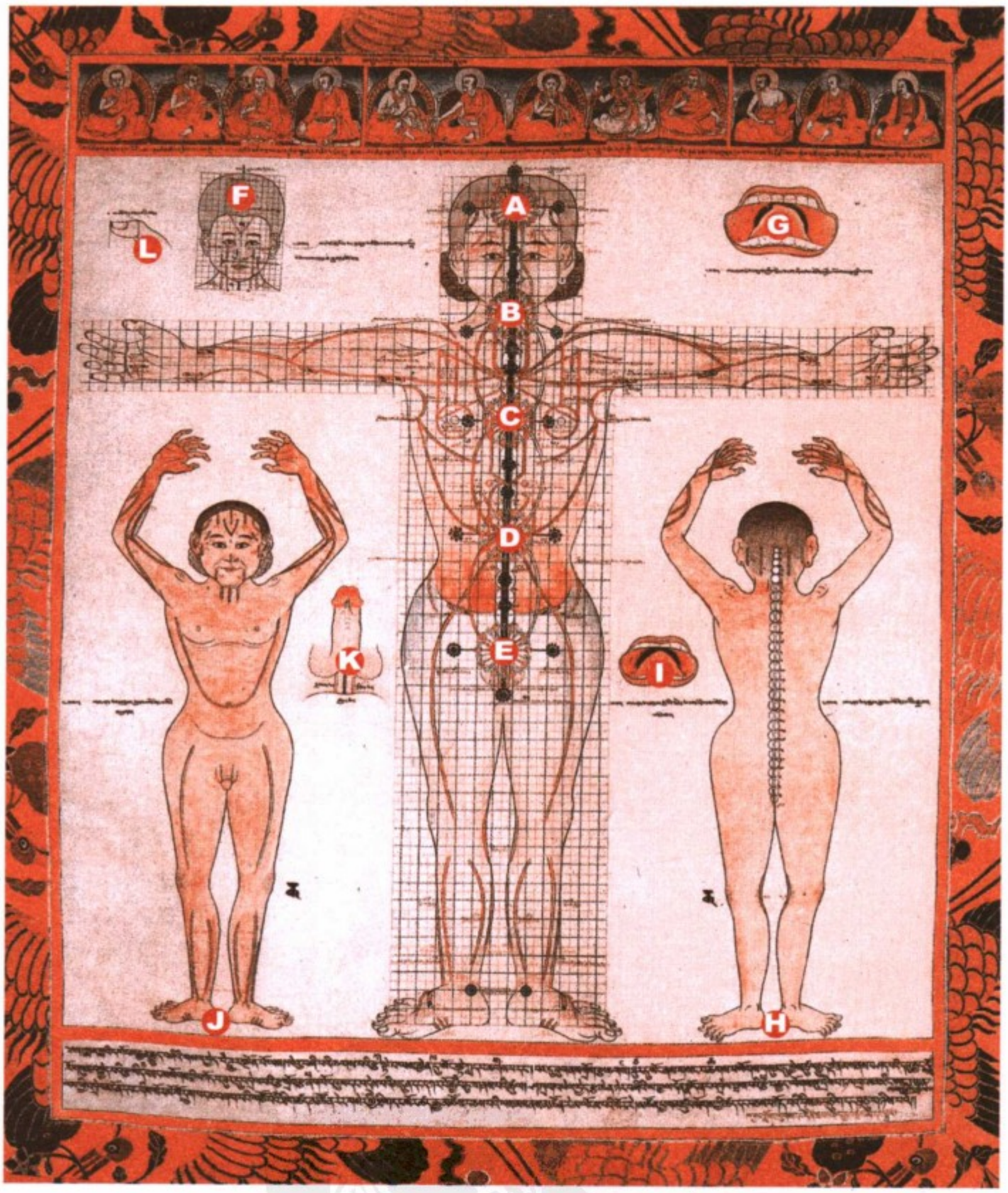
上下体腔的有九十五处，分布在四肢的有一百一十二处。在所有的要害部位中，最危险的要害部位有九十六处，这些部位一旦受损，再高明的医生也无法治疗；具有中等危险性的要害部位有四十九处，这些部位受损时，只有高明的医生才可以治疗；除此以外的要害部位都属于一般的要害部位，受损时可以医治痊愈。

● 正常情况下的身体孔道

身体的孔道包括内部孔道和外部孔道两种。人体内部有供气息、精华、秽物、水、饮食等物质流通运行的孔道十三处；连接外部的孔道中，有七处分布在头部，有两处分布在私密处，此外，妇女还多出子宫口和乳头两处。

人体的孔道多呈圆而粗、细而长的形状，彼此相通，就像叶脉一样。人体就是凭借着这些孔道来吸收营养，进行新陈代谢。如果饮食、起居等行为不协调，致使孔道受损或者堵塞不通，就会引发各种疾病。





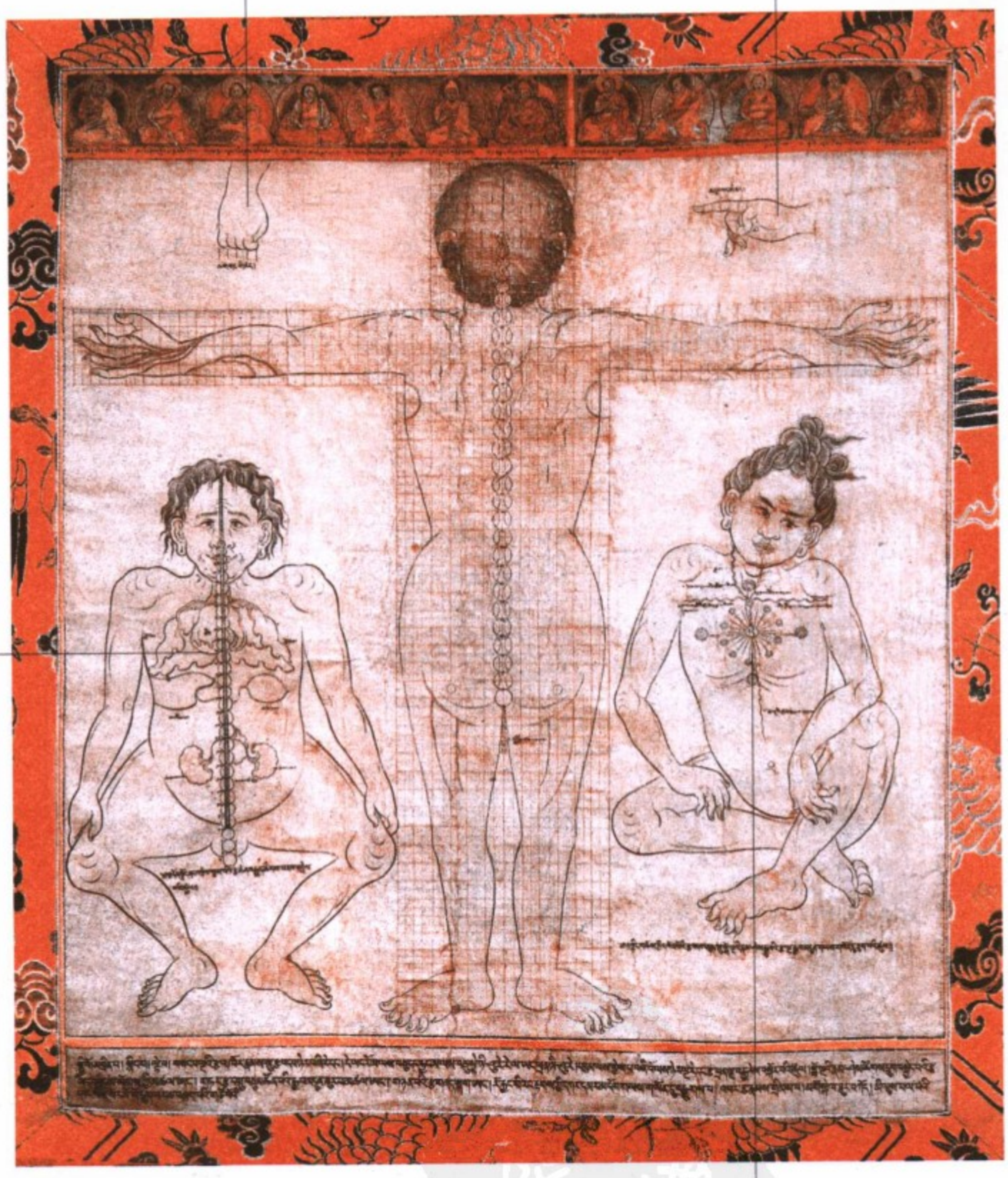
人体的脉络正面

Ⓐ头脉 Ⓑ颈脉 Ⓒ心脉 Ⓓ脐脉 Ⓔ生殖器官脉 Ⓕ头颈部的脉络及放血部位
Ⓖ南方学派制定的七十七个放血部位系统中的舌根放血部位
Ⓗ九十个放血部位背面 Ⓘ北方学派制定的九十个放血部位系统中的舌根放血部位
Ⓙ九十个放血部位正面 Ⓚ命脉、茎筋、精管 Ⓛ人体测量单位：寸康

人体的脉络背面

人体测量单位：恰康

人体测量单位：祖布康



脏腑处的八支隐脉

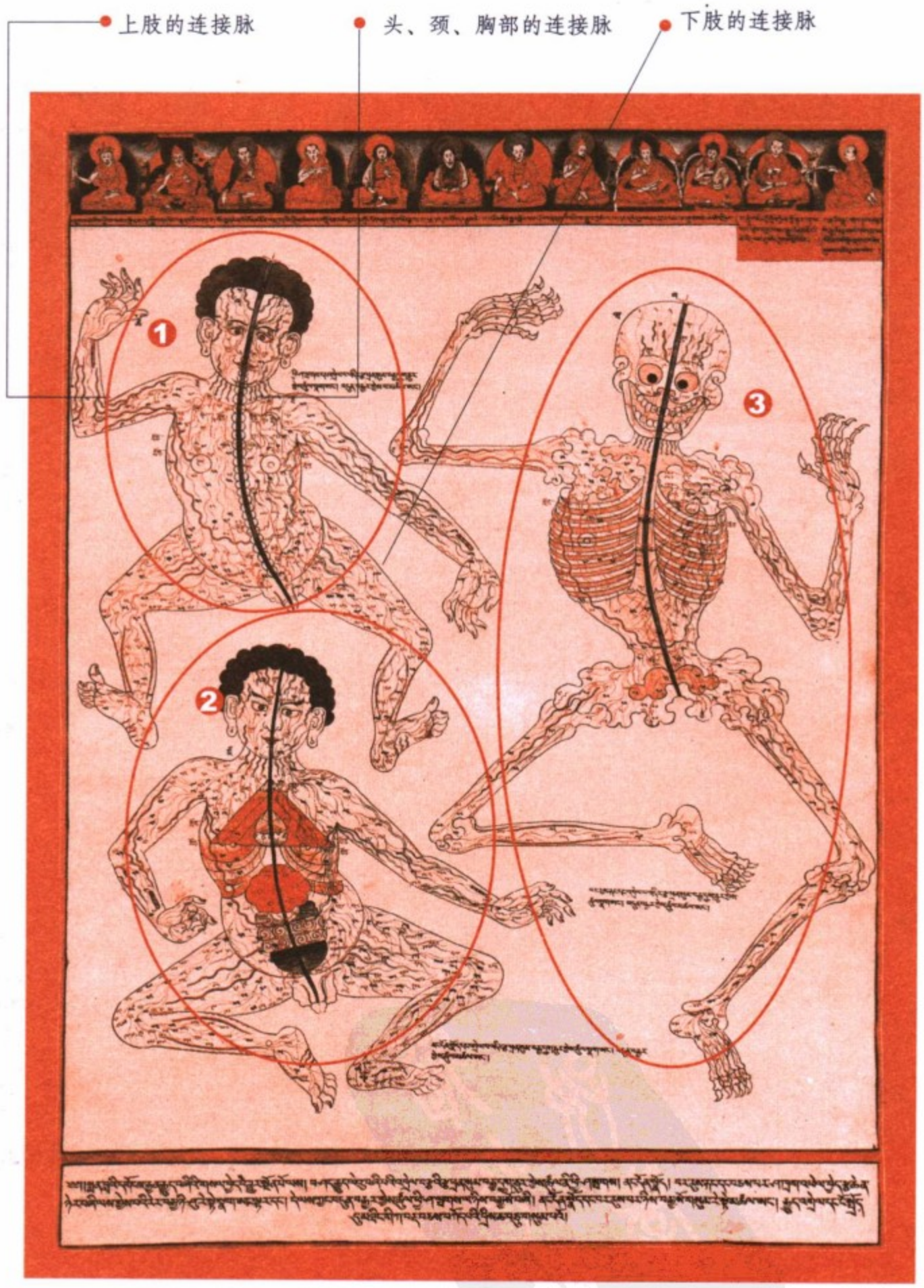
心脉一支 肝脉一支 肺脉二支

脾脉一支 肾脉二支 生殖器官脉一支

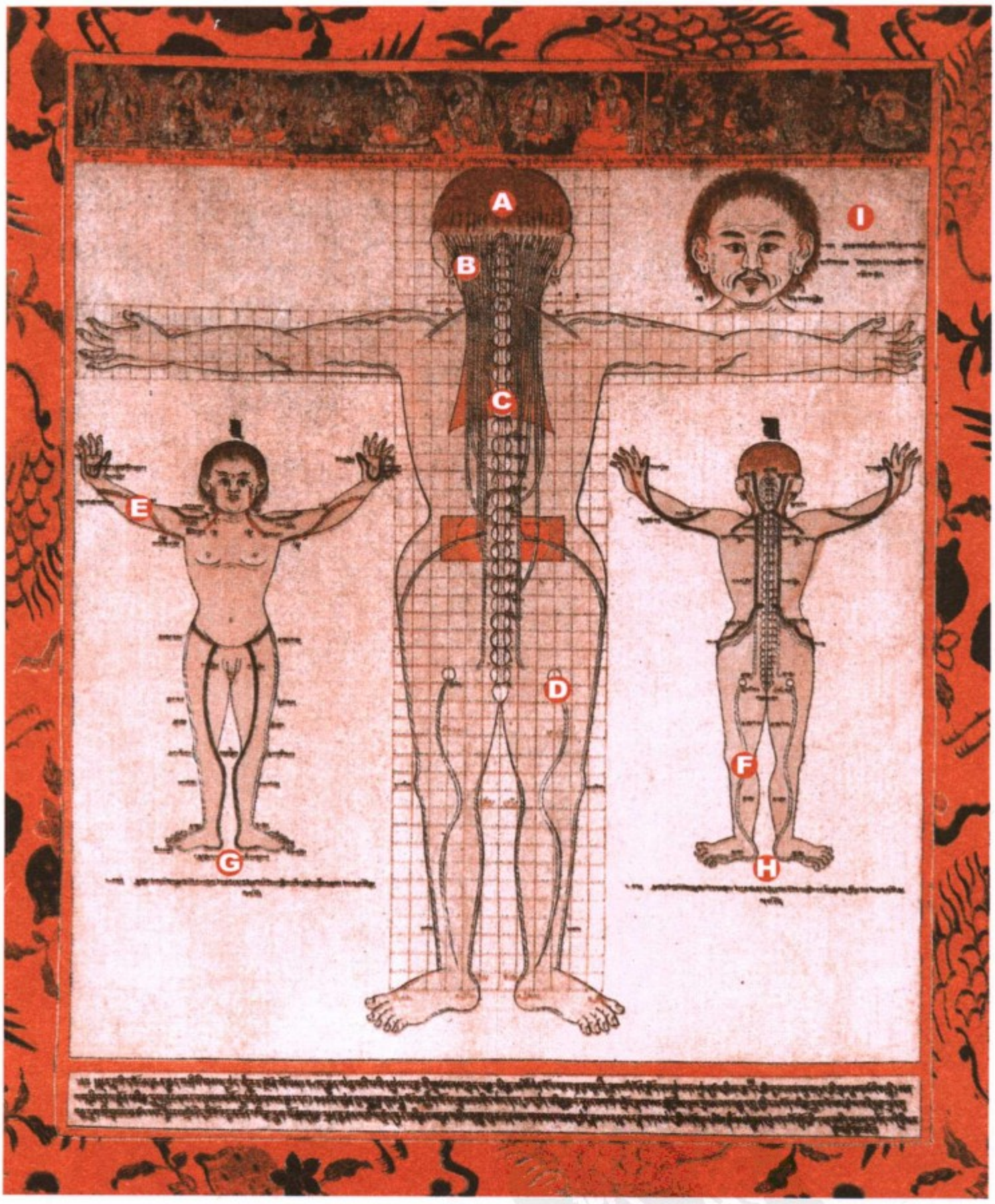
心脏的五支脉

上行脉进入脑髓，产生烦恼；中行脉进入口腔，产生喜悦；下行脉进入五官，产生感觉；左行脉和右行脉是魂魄出窍的通道。

人体的连接脉



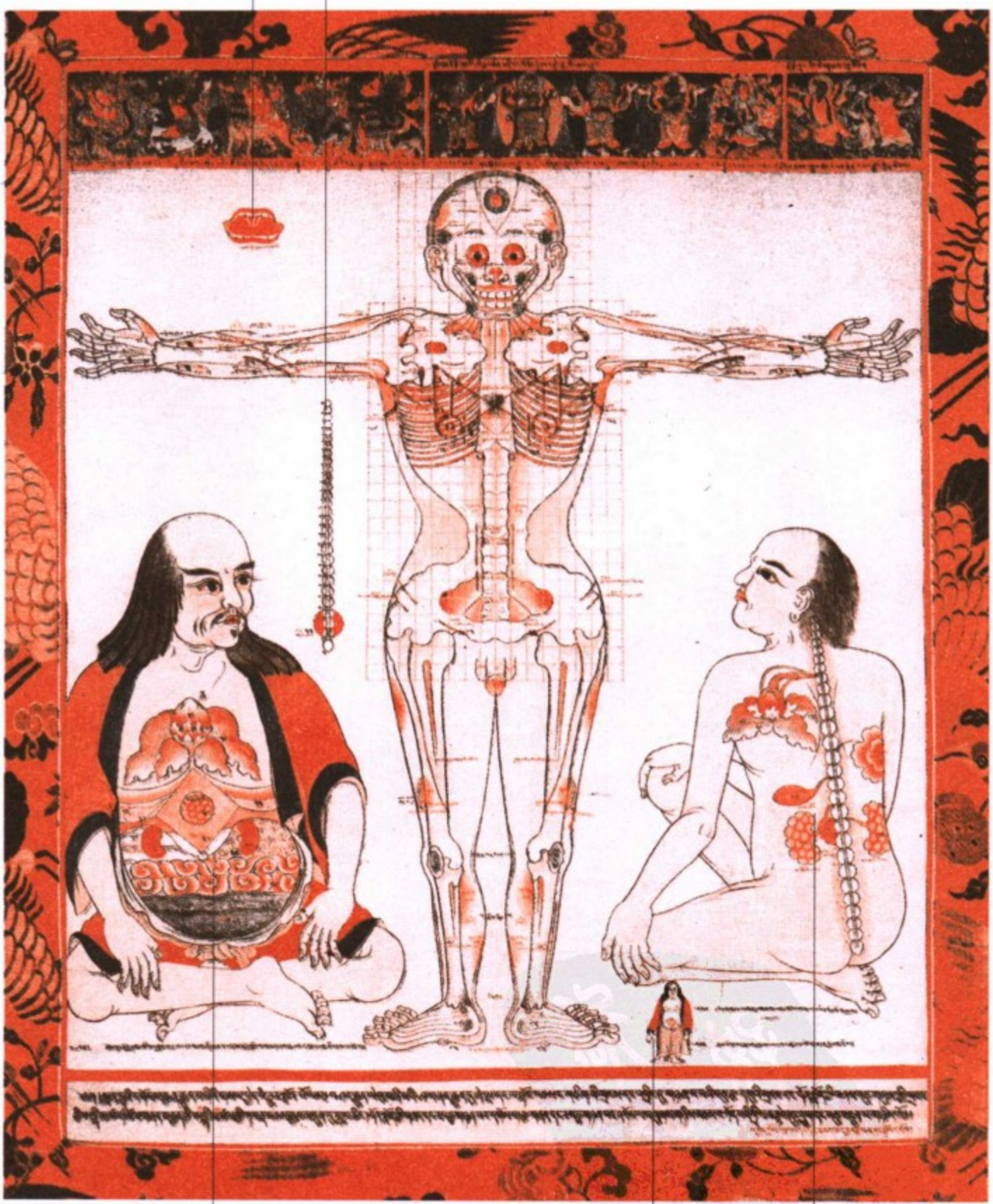
❶ 分布于皮和肉的连接脉　❷ 分布于脏腑的连接脉　❸ 分布于骨和髓的连接脉



人体的白脉

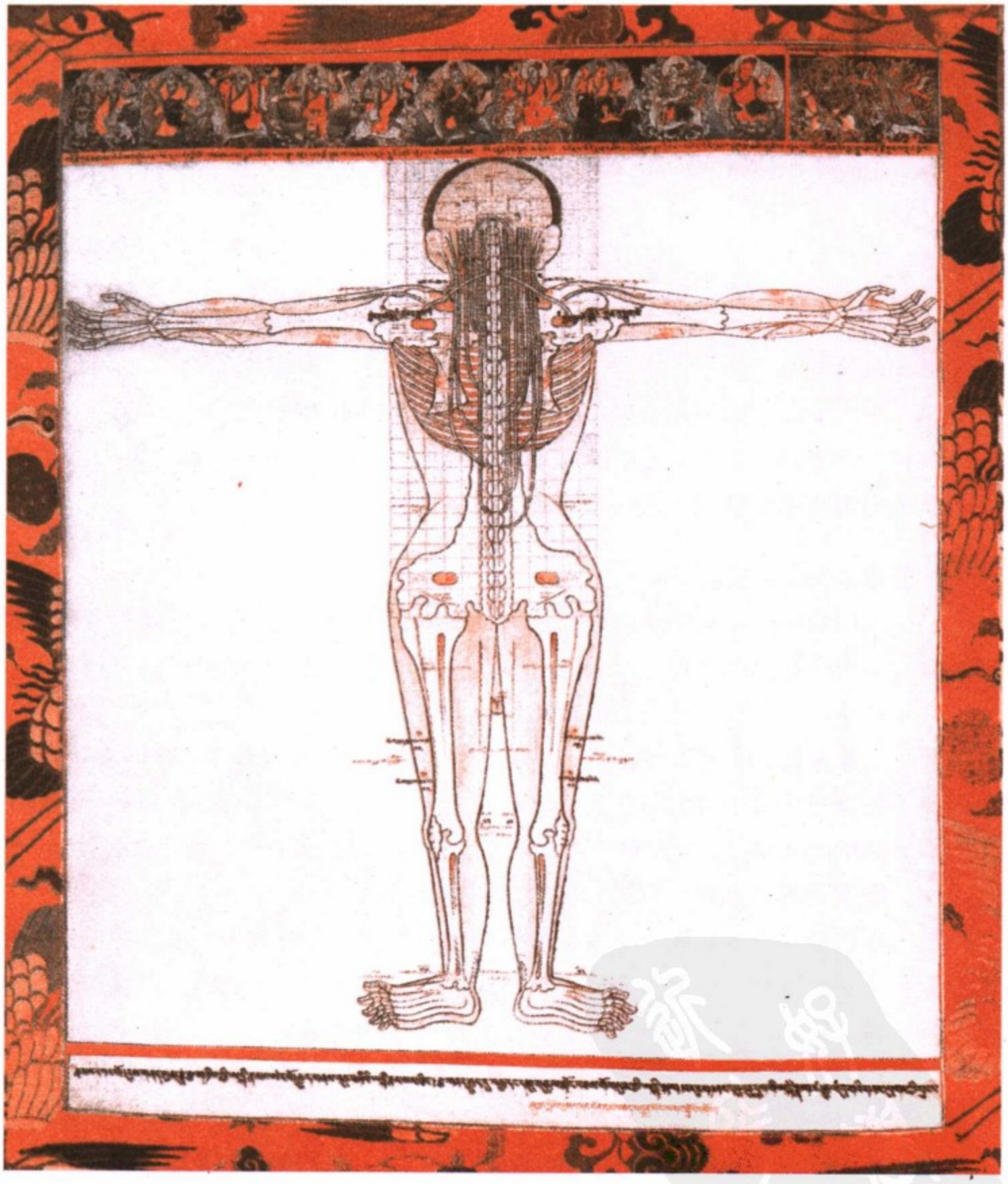
Ⓐ白脉发源于脑髓，其中有五百支小脉，司五官感觉 Ⓑ自脑髓似树枝状下行的白脉共有十九支，司运动 Ⓒ有十三支隐脉分布于胸腹内的各个脏腑 Ⓓ有六支显脉分布于四肢 Ⓔ四肢显脉在双臂处各有两支，每支又有四个小分支 Ⓕ四肢显脉在双腿处各有一支，每支又有八个小分支 Ⓖ四肢白脉正面 Ⓗ四肢白脉背面 Ⓘ两颊后部各有一条司咀嚼的肌肉，名“索兹阿代吉”。

人体的要害部位



人体骨骼和白脉的要害部位

本图标示骨的要害部位三十二处，白脉的要害部位十四处，以及突出要害部位九十六处。



形形色色的人

人的生理特征和区别

在我们的身边，不同性别、不同年龄、外貌有别、性格各异的人们，构成了一个多姿多彩的社会。

在前面一章中，我们介绍了人体各部位的形态、功能以及正常状况，人们在生理构造方面虽然大同小异，但具体的每个人又是千差万别的，这可以体现在性别、年龄、体型、性格等诸多方面。

● 性别决定形貌

所有的人都可以被划分为男性、女性或者中性，性别不同的人在外表形貌方面具有显著的差异。

● 年龄决定体力

十六岁以下称为儿童期；十六岁以后，人们的精神、器官、容颜、体力等都将发育成熟，因此十七至四十岁之间称为壮年；过了四十岁以后，人们的精气体力都将逐渐衰竭，这一时期称为老年。

● 体型决定性格和命运

人们的体型包括隆型、赤巴型、培根型、隆和赤巴混合型、培根和隆混合型、培根和赤巴混合型，以及隆、赤巴及培根三者聚合型七种。各种体型的人在生理构造、命运与性格方面有显著的差异。

一般来说，隆型人多驼背、干瘦、容颜青灰色、身材矮小，他们喜欢说话，耐不住寒冷，行走时关节作响，睡眠不实，一般财运不佳，寿命较短。爱好方面喜欢唱歌与嬉笑，爱争吵，善于射箭，且偏爱甜、酸、苦、辣等味的食物。总之，隆型人具有老鹰、乌鸦、狐狸等的性格特点。

赤巴型人不耐饥渴，头发和身体的肤色发黄，身材高大，极其聪明而且骄傲，多汗，身臭，一般寿命较长，财运中等，偏爱甜、苦、涩，以及凉性的食物。总之，赤巴型人具有老虎、猴子、夜叉等的性格特点。

培根型人体温较低，肌肉丰满，骨骼关节不显露，肤色发白，体型端直，能忍耐饥渴、烦恼以及各种痛苦，一般较长寿，多财。性情外柔内刚，喜欢睡觉，偏好辣、酸涩、粗糙的食物。总之，培根型人具有狮子等的性格特点，出类拔萃。

此外，隆和赤巴混合型人身材矮小，培根和隆混合型人身材中等，培根和赤巴混合型人身材高大，他们的行动、思维等都由混合的成分决定。聚合型人由于汇集了各种人的特点，因此发育圆满，疾病较少，具备上等的才能。

形形色色的人——性的区别



男人



女人



两性人



无性人



天阉



天变性人（上半月为男，下半月为女）



石女



阳痿

石女与阳痿实际上不属于性的区别，只是一种生理缺陷。

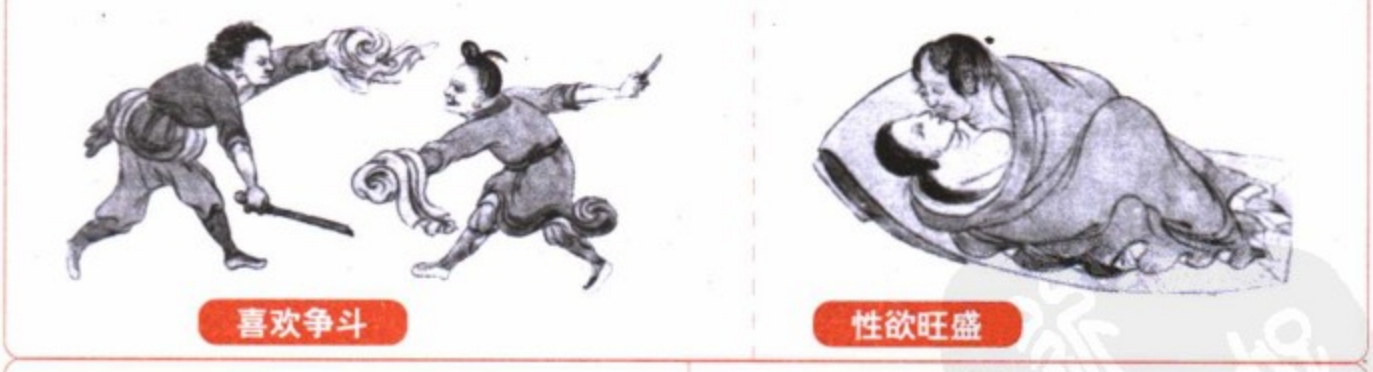


形形色色的人——年龄的区别与三种类型



隆型人







赤巴型人



中等身材，多汗，易怒，聪明，嫉妒心强，面色微黄，财命适中





性格兼有虎、猴、夜叉、猫的特点





培根型人



体格魁梧，肤色白，性温和，不爱活动



嗜睡，长寿，多财



性格具有狮的特点

透过细节看吉凶

死亡的征兆

当人们身患重病的时候，会显现出各种不同寻常的征兆，这些征兆往往隐含了或者吉祥、或者凶险的讯息。

总的说来，死亡的征兆有远近之分，也有确定与不确定之别。

● 远的征兆

当疾病初发，尚未危及生命时，一些征兆就已经暗示了病情的吉凶，这些征兆就是远的征兆，它们可以通过医生所见、患者的梦境以及患者自身的态度等反映出来。

医生所见 在医生出诊的路上，如果遇到喇嘛、苦修者，或者相类似的事物，这些都是吉祥的征兆。相反，如果途中遇到惊慌失措、大呼小叫的人，或者干坏事者、凶器、采石块的人等，都是不祥的征兆。如果请医时正好赶上医生心烦意乱不知所措，或者正在进行烧尸仪式，这是病人死亡的征兆。此外，如果恰逢每月初四、初六、初九等日，月蚀日食之际，罗喉星与彗星等凶星高照的夜晚出诊，这些也是不吉祥的征兆。出诊途中看见断绳索、烧毁东西，或者猫、猴、水獭、蛇等拦路，或者看到凶恶的形象，听到哀号声，也是不吉利的征兆。与此相反，如果出诊途中看到粮食满袋、乳酪满盘、香酒满瓶、法铃、佛灯、花朵、炒米、佛像、哈达、法事、法幢、燃烧的大火、马牛羊产崽，或者听见悦耳的乐声等，都是吉祥的征兆，预示着病人不久即将痊愈。如果看见乳酪罐被人从家中拿走，火熄灭了，器皿破碎等情况，则是凶兆。

梦示吉凶 梦境中如果看到自己骑猫、猴子、老虎、狐狸、尸体等，这是已经濒临死亡的征兆；梦见自己裸体骑在水牛、马、猪、驴、骆驼等身上去往南方时，也预示着即将死亡。如果梦见自己头顶上长出树枝，其上还有鸟窝，或者是梦见胸口上长出多罗树、有刺的树木，或者是梦见胸部长出莲花，从石崖上坠下，在坟场里睡觉，头部被打烂，被乌鸦、饿鬼、病人所包围，切割皮肉，重新投入母胎，被水冲走，陷入泥潭，被鱼吞食，拾到金属，经商失败，举行婚礼，赤身裸体，剃发和胡须，和去世的亲友一同饮酒、跳舞，穿红衣戴念珠等等景象，是已经被死神所逼迫的征兆。这些恶梦出现有可能是由于通往心脏的孔窍被病变所阻塞，但如果这种梦境反复出现，则预示着患者将有死亡的危险，一定不可以忽视。

路遇的各种吉兆


医生出诊时遇到喇嘛


信徒


骑马者


见到满筐粮食


满桶乳酪


满罐美酒


法铃


佛灯


鲜花


糌粑


佛像


哈达


讲经


高举佛幢


火堆


马生驹


羊生羔


牛生犊


人生子

路遇的各种凶兆

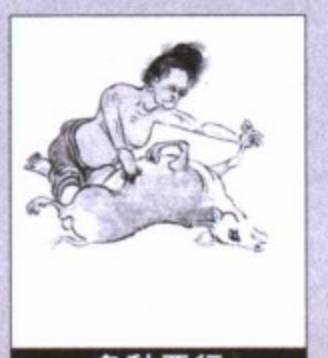

遇见行凶者


恐惧者


慌张者


采石者


大声呼叫的人


各种恶行


各种凶器

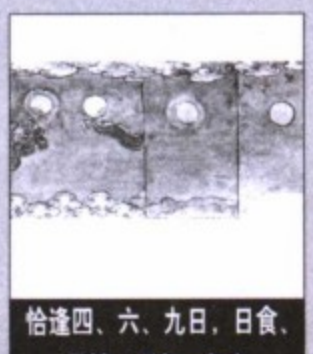

各种不吉祥


恶语


恰逢医师发怒


超度亡灵


举行火祭

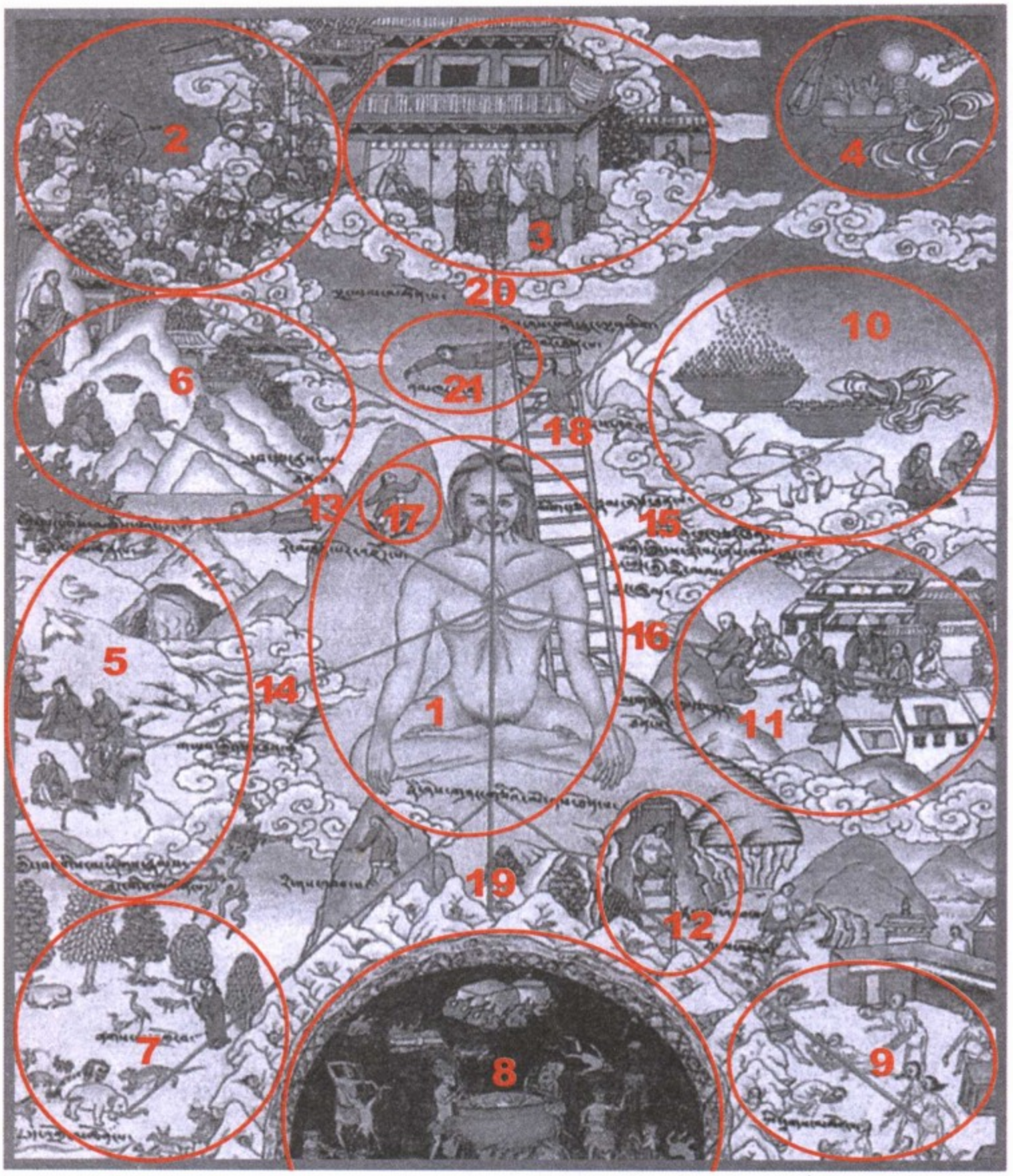

恰逢四、六、九日，日食、月蚀、正午、午夜


医师出诊时路遇扯断绳索


火灾


水罐摔破


猫、猴、水獭、蛇等拦路



人的梦因及梦境

本图表现的是梦境的成因及各种梦象。其中“灵魂进入白脉”是梦境形成的原因。隆、赤巴、培根可以造成不同的梦象。人的一生多行善事，生命终结时灵魂就可以同索增隆一起自头顶出窍，升入天道；人的一生多行恶事，生命终结时灵魂就会从尿道和肛门出窍，堕入三恶趣。在某些情况下，人的灵魂还可以通过心脉的前东、右南、后西、左北四条支脉出窍。

1.眼神　2.阿修罗道　3.天道　4.五欲　5.隆造成的梦象　6.赤巴造成的梦象　7.畜牲道　8.地狱道　9.饿鬼道　10.培根造成的梦象　11.灵魂进入白脉是梦的成因　12.下天梯，走下坡路　13.灵魂自后西脉出窍　14.灵魂自右南脉出窍　15.灵魂自左北脉出窍　16.灵魂自前东脉出窍　17.攀登高峰　18.上天梯　19.灵魂自尿道肛门出窍，堕入地狱、畜牲、饿鬼道　20.灵魂同索增隆由头顶出窍，升天　21.飞身凌空

相反，如果梦见梵天、帝释、圣贤，或者燃烧的大火、茫茫的大海、身上涂血、身着白衣、高举法幢、摘到桃子等果实、攀登高山、房屋、大树等，骑乘狮子、大象、马、牛等渡大河，向北方及东方行走、脱离危险、战胜敌人、天神奉己、父母供己等等梦境，都是吉祥的兆头，可得健康长寿、容华富贵。

梦境的原理有几种不同的情况，如果不是自己亲眼见到过类似的场景、亲耳听到过类似的事情、亲自经历过类似的情况，或者在祈祷时曾十分渴望过类似的东西，那么所梦见的情景在以后一定会发生，此外也有可能是孔窍被病魔所阻塞所致。凡是在前半夜里所作的梦，醒来以后一般就会忘记，这些梦往往不能够反映什么，而如果是在黎明前后所作的梦，印象十分深刻，往往就会暗示某些征兆。

反常的态度 患病期间，如果病人对医生、药物、上师、亲友等无缘无故地产生憎恨，无故地性情好转，身体容颜突然之间焕发，或者与此相反，容颜突然衰损，性情无故变得暴戾，无缘无故地与亲友更加亲密，凡是这些反常的态度都表明患者将要死去。容颜日渐衰损，心情烦躁，用食物喂乌鸦时乌鸦不吃，洗澡时胸口不沾水，按压手指时关节不响，进食后不能增长气力，身体散发出异味，身上的虱子增多，喜怒无常，阳光下、镜中及水中的身影不全等等，这些反常的迹象都是死亡的征兆。

● 近的征兆

当病人的死期已在眼前时，其身体的各个部位都将显示出死亡的征兆，这些称为近的征兆，又可以分为近期的死亡征兆和临死前的征兆。

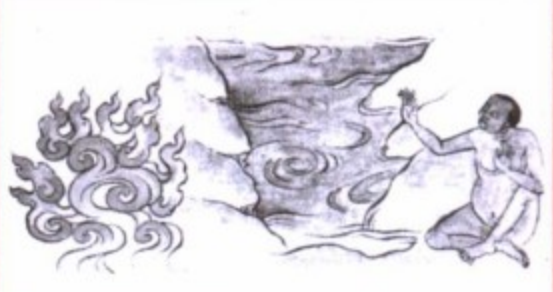
近期征兆 没有中毒或受到创伤而九窍出血，神志不清，前阴内陷，阴囊下垂，或者前阴下垂，阴囊内陷，咳嗽或喷嚏时声音奇异，嗅觉失灵，头顶油腻，头发与眉毛稀疏，头发的漩涡明显，额头出现新月状的脉纹，五官功能丧失，手腕虽然贴近眉心却看不见，按压眼球时显不出光圈，眼睛像兔眼一样鼓胀，眼眶深陷无光，压住耳朵时听不到嗡嗡声，鼻孔张开，鼻腔生垢，舌面发黑，口渴却不知饮水，唇部外翻，面部积起污垢，气息冷而凉，牙垢增多，气息上壅，身体冰凉而面部发热，用常规的方法治疗无效，用相反的方法却好像稍显疗效，以上这些都是病人即将死去的征兆。

梦示的吉兆


梦到梵天


帝释


圣贤


烈火　湖泊　用血擦身


身穿白衣


高举佛幢


桃树


苹果树


核桃树


登山


上房


爬树


骑狮


骑象


骑马


骑牛


游泳


奔向东北方、脱险


克敌取胜


天神奉己、父母供己

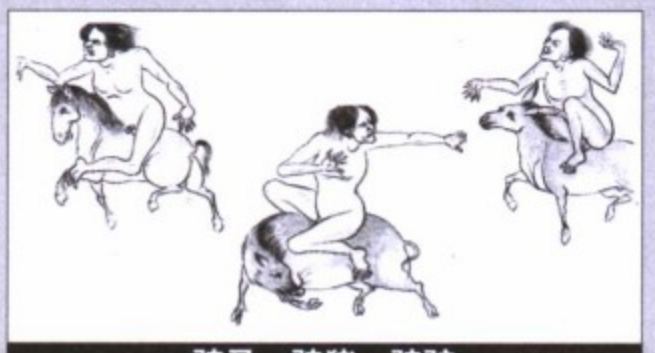
梦示的凶兆



梦到骑猫、骑猴、骑虎



骑狐狸、骑乍尸，赤身骑牛



骑马、骑猪、骑驴



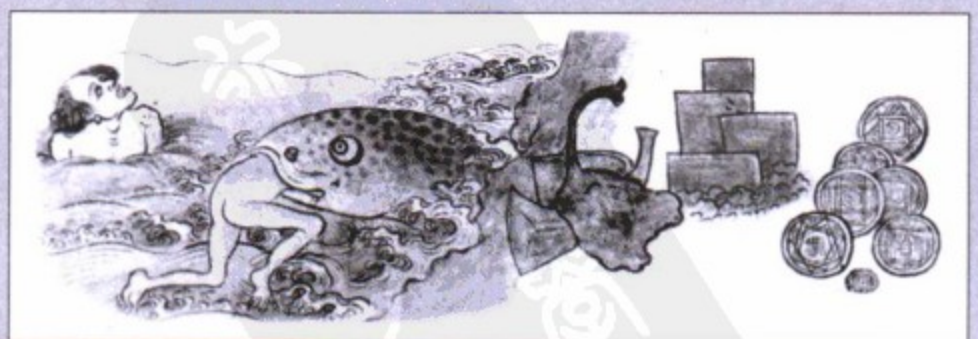
骑骆驼　身体长树　登高坠落



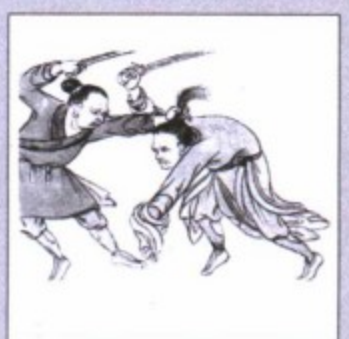
睡卧天葬场　被饿鬼或乌鸦包围



切割皮肉　重进子宫　被水冲走

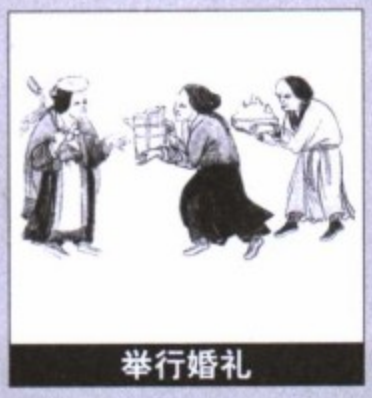


身陷沼泽　被鱼吞食　拾到金属

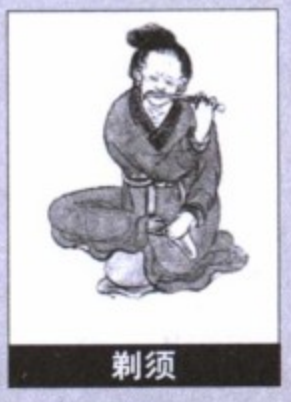


争斗失败


债主上门

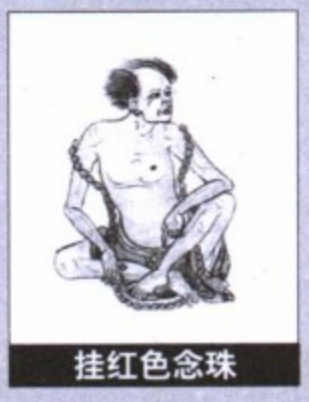

举行婚礼


赤裸身体

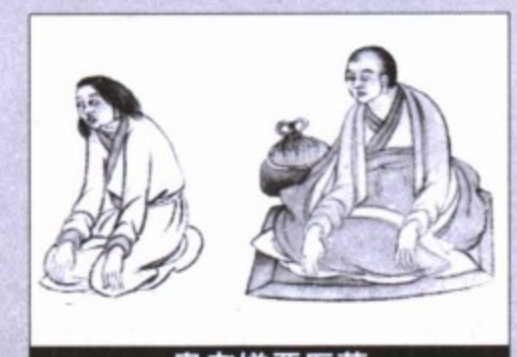

剃须


剃发


与死人一起喝酒　身穿红衣

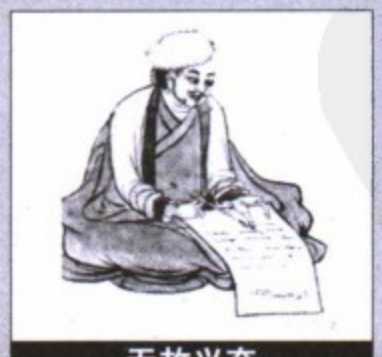

挂红色念珠

反常的死亡征兆

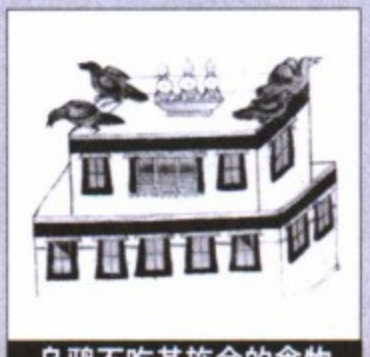

患者嫌恶医药


嫌恶喇嘛


神色不安


无故兴奋


无故萎靡


乌鸦不吃其施舍的食物


沐浴时前胸不沾水，按压手指关节无声


虱子数量增多


阳光下、镜中及水面上影像不完整

濒死的征兆


九窍出血


神志不清


前阴内陷，阴囊下垂，


前阴下垂，阴囊内陷


痰嗽声异


嗅觉失灵


头发变形


前额出现新月形脉纹，白昼能见天界乐师、饿鬼、罗刹，夜晚看不见银河及北斗星


视力衰退


双目无神


贴耳无鸣


鼻翼松弛，舌黑失语，嘴唇外翻，面色灰暗，呼气冰冷，吸气无力。

临死的表现

地

地被水溶，失明

五源分解



视觉消失



水

水被火焚，失津



听觉消失



火

火被风灭，体冷



嗅觉消失



风

风被空消，无息



味觉消失



空



病人在将要咽气的时候，将会经历五源分解以及五官感觉依次消失的过程。

形体消失



临死征兆 病人在即将咽气的时候，将要经历五源分解以及五官感觉依次消失的过程。这时将表现出以下征兆：

当土的功能被水吸收分解时，眼睛看不见一切，视觉丧失；当水的功能被火吸收分解时，九窍干枯衰竭；当火的功能被风吸收分解时，体温急剧下降；当风的功能被空吸收分解时，呼吸就要断绝，这就是五源分解的过程。

眼器官衰损，表现为视觉丧失；耳器官衰损，表现为听觉丧失，问答迟钝；鼻器官衰损，表现为嗅觉失灵，不辨气味；舌器官衰损，表现为味觉失灵；触觉器官衰损，表现为触觉迟钝。

● 不确定的征兆

前面所列举的许多死亡征兆都并不是绝对的，有些出现了死亡征兆的疾病，如果积极、正确地进行治疗，还是可以好转的，等到疾病痊愈以后，死亡的征兆也会随之消失。因此，决不能把死亡的征兆绝对化而放弃治疗。

● 确定的征兆

经过治疗病情有所好转，但是死亡的征兆却始终没有消失，这便是确定的死亡征兆。显示身体元气的肌肉、饮食、脉象等如果发生失常，便预示着一定要死亡，这也是确定的征兆。此外，虽然根据医方作了精心治疗，但如果护理工作配合不上，也将会导致死亡。

总之，作为一名行医者，一定要熟悉和掌握各种死亡的征兆，如果不了解死亡征兆就不能做一个高明的医生。此外，梦兆、态度、远兆和不确定的征兆等可以结合起来进行研究，临死的征兆一般是无法回转的。

死兆的化解方法


发放布施


祈祷


诵经


修行


积德


送鬼


参禅


赎命


苦修


招魂
放生


长寿灌顶


诵长寿经

起源、蓄积和诱发

疾病产生的内因与外缘

任何一种疾病都是内因与外因相互作用而引发的。疾病产生的内因主要是人们的无明以及人体内部隆、赤巴、培根发生变化而导致的三因失调；疾病的外缘又可分为三个方面。

疾病从何起源？这种起源又是如何蓄积并最终被诱发的？要想了解疾病的外因，就要从疾病的起源、蓄积和诱发三个方面来分析。

● 疾病从何而来

疾病起源于时令、五官以及起居行为的状况。时令的冷、热、降雨如果出现反常现象，该冷不冷或反热，该热不热或反冷，该雨不雨而干涸，都容易导致疾病；人体的五官各自掌管一种感觉，如果对五官感觉的刺激过小或者过大，或者所施刺激与所司的职能并不相符，也会造成疾病；人们的起居包括身、语、意，这三方面只有与环境相协调，才能保证健康无病，相反则会导致疾病的产生。

● 疾病在不知不觉中蓄积

疾病是一个各种因素相互作用，逐渐蓄积的过程。从饮食的角度来说，如果饮食不当，就会导致体内三种因素的异常。如过多食入性质粗糙的食物，就会导致隆的积蓄和过盛，因为粗糙的食物可使体内的热和火减少，所以人会感到寒冷而湿润不足；过多食入清凉、锐利性质的食物，会使赤巴在体内积蓄过盛，使人感到周身火热；过多食入沉重而油腻的食物，也会使人感到火热发作，身体粗糙。

从季节的角度来说，隆、赤巴、培根都有其特定的潜伏和发作季节。春季的气候与隆相适应，因此隆会在春季逐渐蓄积，在夏季隆病开始发作，而到了秋季就会痊愈；同样，赤巴在夏季蓄积，秋季发作，冬季痊愈；培根则在冬季蓄积，春季发作，夏季痊愈。

● 疾病是如何被诱发的

季节因素、起居饮食、误用毒品以及医生的误诊误治等，是各类疾病共同的诱因。此外，三邪疾病因其特性还有各自特殊的诱因。

疾病的内因

贪、嗔、痴三毒是一切疾病的根源，它们就像影子一样，永远无法摆脱。



贪欲似鸟



嗔恨似蛇



愚痴似猪

隆、赤巴、培根发生变化将导致三因失调，诱发疾病



赤巴性热，一般位于身体的下部，但也可以上升



培根性寒，一般位于头部，但也有可能会下降



隆是普遍存在于全身的，它可以使寒、热加重

隆病多是由于过量食用带有苦味且轻而粗糙的食物，房事过度，饥饿，失眠，空腹时过度劳动，大量失血，上吐下泻，受凉，劳累过度，长期营养不良，大小便时用力过度等原因造成的。

赤巴病是由于过量食用轻而辛辣锐利以及油腻的食物，暴怒，热天午睡后过度劳累，负重，挖掘坚硬的土地，强拉硬弓，行路遇险，骑马跌伤，坠落山崖，关入黑牢，受到外伤，过量进食肉、酥油、酒等饮食造成的。

培根病是由于过量进食了苦味、甜味、沉重、冷凉、油腻的食物，进食过饱又不爱活动，白天睡觉，受潮，受凉，过多地生吃鲜豆、桃子、山羊肉、干肉、脂肪、植物油，陈腐的糠萝卜、野蒜、酥油炒面以及生腐变质的食物，饮用过多的山羊奶、乳酪、凉水、凉茶，食物未经充分消化又接着大量进食等原因造成的。

合并症是由于以上各种诱因综合起来共同造成的。

总之，我们只有了解疾病的内因外缘，才能在日常生活中有意识地调整自己的起居行为，从而有效地预防疾病的发生。



疾病与季节的关系



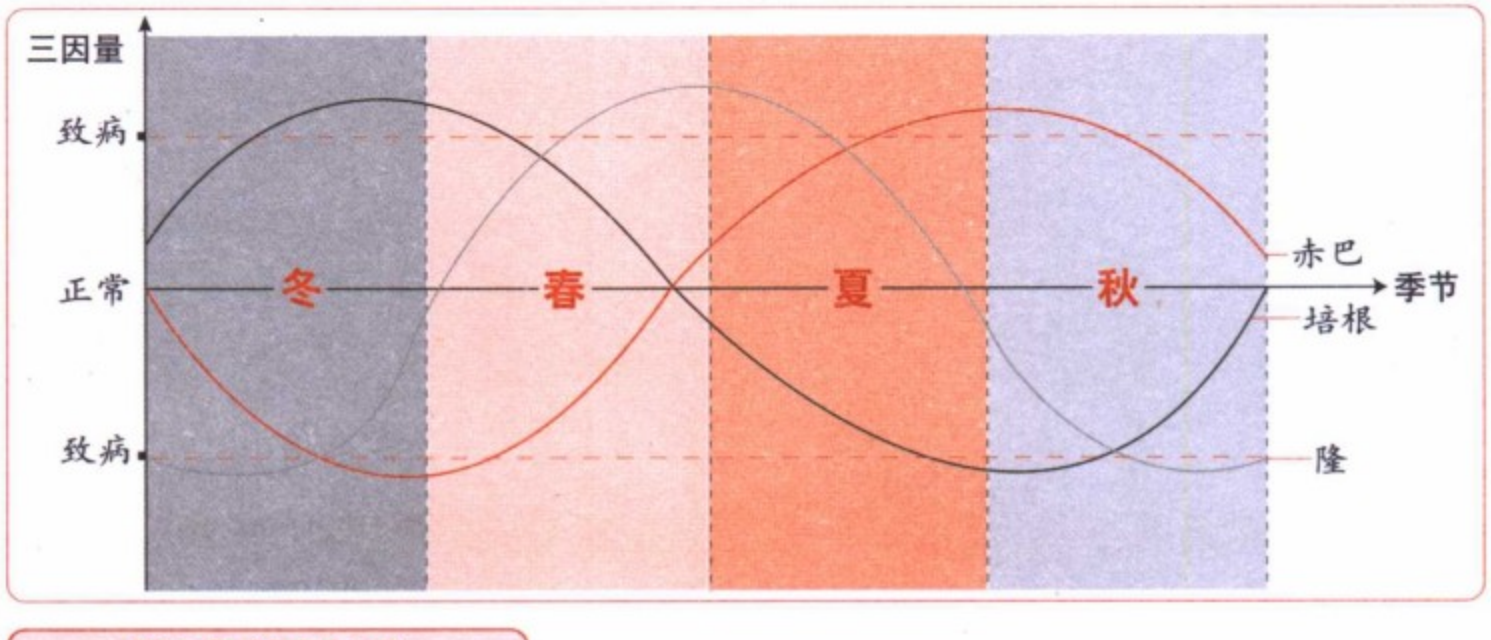
冬季是培根在人体内积聚的季节



春季是隆在人体内积聚的季节



夏季是赤巴在人体内积聚的季节



隆病的诱因



过多进食苦、轻、糙的饮食



房事过度



饮食不周



睡眠不足　饥劳过度



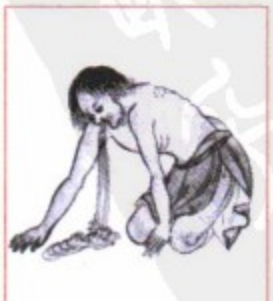
流血过多



放血过量



腹泻



呕吐



悲伤


受寒


忧虑


多语


营养不良


二便失律

赤巴病的诱因


过多进食辛辣、热、润饮食


嫉妒心强 暴晒睡眠 骤然辛劳


负载过重


垦挖硬土


强拉硬弓


摔跤


长跑


远行


坠马


高处跌落


塌方砸伤


棍棒击伤


进食肉、酥油、红糖及酒过多

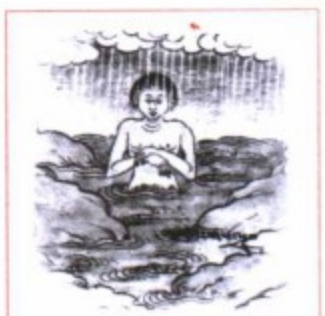
培根病的诱因


过多进食苦、甘、寒、润饮食


积食

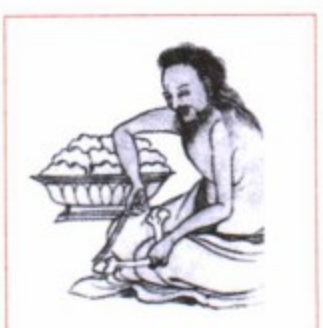

睡处潮湿


生吃鲜豆


受寒


食物发霉


吃山羊肉


吃脂肪、骨髓


吃菜籽油


吃酥油及腐烂食物


吃野菜叶


吃糠萝卜


吃野蒜及生菜


吃生奶及陈旧食物


喝不新鲜乳汁


喝冷水


喝冷茶

过盛、虚损与紊乱

疾病产生的机理

疾病产生的机理与三大因素、七种物质基础以及三种秽物的变化密切相关。这些变化包括三种状态，即过盛、虚损与紊乱。

所谓过盛，是指物质的过度增长。人体内部各要素的数量都是一定的，任何一种物质的过盛都会导致疾病。三因过盛时，就会出现以下症状：

隆过盛时，表现为肤色晦暗，身体瘦弱，颤抖，腹胀，便秘，头晕，不寐，五官功能减退；赤巴过盛时，表现为皮肤发黄，大小便发黄，发热，失眠，腹泻；培根过盛时，表现为身体发凉，皮肤苍白，消化不良，四肢怠惰，多痰，沉睡时呼吸困难等。

所谓虚损，是指物质的过度消耗。隆虚损时，表现为倦怠，寡言，记忆力衰退，培根增盛；赤巴虚损时，表现为体温下降，皮肤颜色变黑；培根虚损时，表现为头晕头痛，心悸气短，关节疼痛。

人体内部各物质机能发生紊乱时也会引发疾病，其中三因紊乱的症状如下：

隆紊乱时，会出现气虚，气喘，神情恍惚，头晕，头痛，耳鸣，眩晕，口中乏味的现象。同时还会有全身疼痛，活动困难，经常打呵欠，晨起咳嗽，夜间腹鸣，半夜常有饥饿感甚至胃疼的症状。患者脉象虚浮，舌干燥，尿色清而稀，搅之少变化。

赤巴紊乱时，会出现头痛，发热，鼻干，失眠，常有痰咳出，色黄而粘稠，感口渴，思冷饮，爱出汗，汗出有臭味，且常带有黄色。饭后常觉头疼加剧，眼眶疼痛。患者脉象多细而数，有时也表现洪脉或紧脉。尿色浑，味臭，蒸汽量多，搅之有沉渣，口中常有酸感，舌苔厚而灰黄。有时会有腹泻，呕吐，排出物状如胆汁，有恶臭。

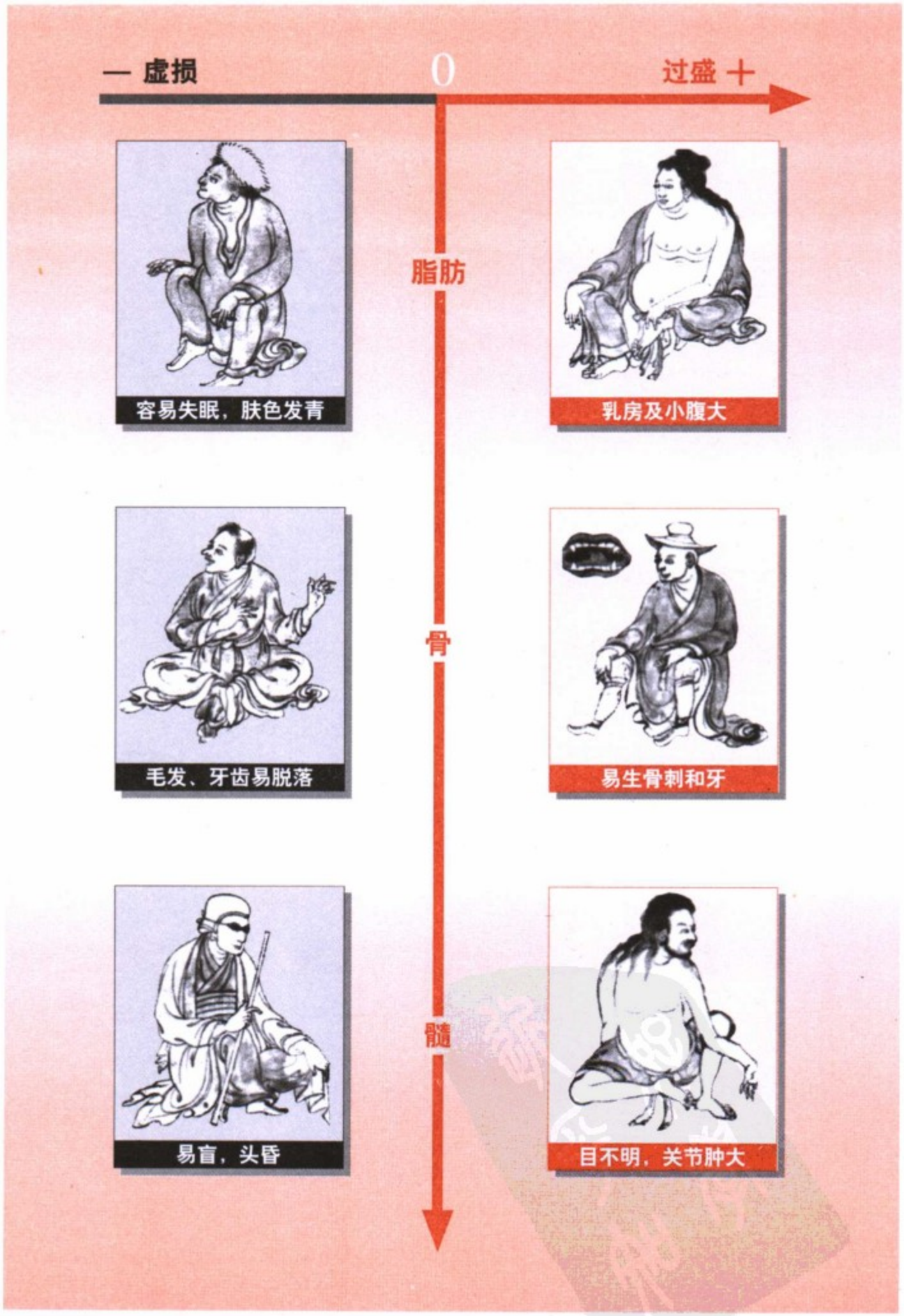
培根紊乱时，表现为尿色清而浅，眼睛肿胀，身体沉重，头晕，懒动，食欲不振，消化不良，身上、眼皮略微浮肿，嗜睡，活动不灵便，行动迟缓，周身皮肤发痒，下肢尤其是小腿总感酸疼，流鼻涕。脉象沉而缓慢。尿色浅白，无味，蒸汽也很少。舌肿而颜色浅，苔白色。

人体内部三因过盛与虚损的症状

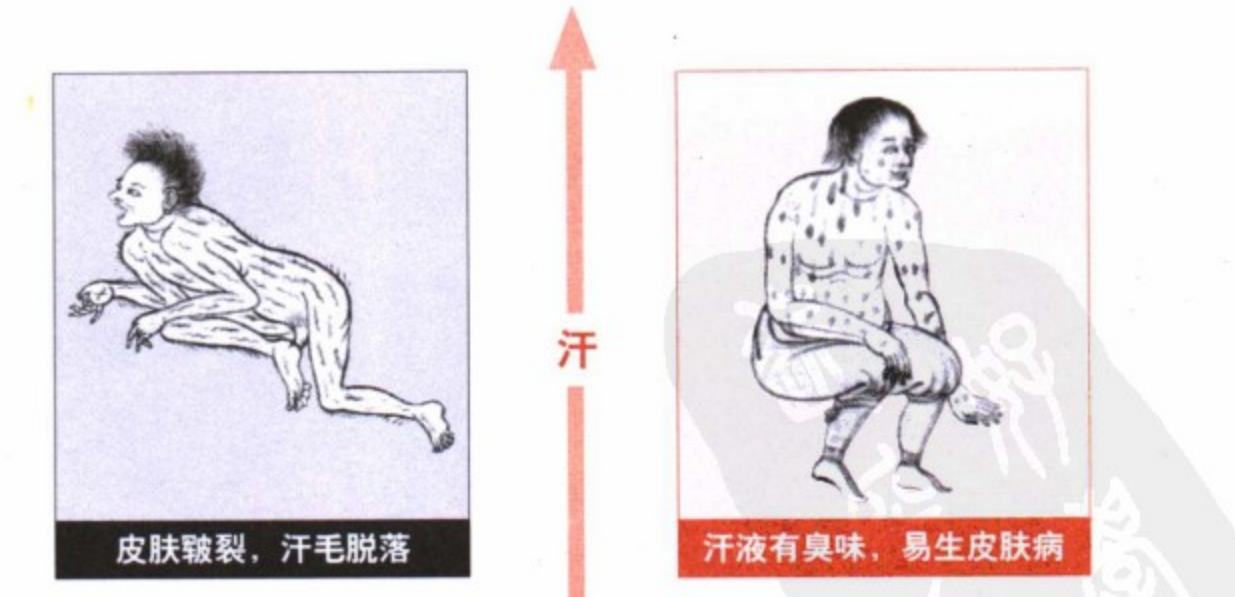


人体内部七大物质基础及三种排泄物过盛与虚损的症状




— 虚损
0
过盛 +
脂肪
骨
髓
容易失眠，肤色发青
乳房及小腹大
毛发、牙齿易脱落
易生骨刺和牙
易盲，头昏
目不明，关节肿大


+
过盛
性欲强，易患尿结石
易肠鸣，腹胀
易尿频，尿痛
0
精
粪
尿
虚损
—
阴茎灼痛，易尿血
易肠鸣，气逆行而胸闷
尿液浓，色深而量少


皮肤皲裂，汗毛脱落
汗液有臭味，易生皮肤病
汗
— 虚损
0
过盛 +

四百零四病一一说

疾病的分类

身体疾病虽然五花八门，却可以根据四种不同的分类标准分为四百零四类。

● 三因诱发的疾病

这种分类方法是按照隆、赤巴、培根来划分的。隆病共有42种，包括：单纯的隆病20种，表现于五官的隆病，如眩晕、眼花、耳鸣等共7种，特殊的索增隆病共5种，还有与培根、赤巴相混合的病共10种；赤巴病共有26种，包括：脉行、痰涎、变位等方面的病4种，五官方面的疾病7种，赤巴久切的病5种，与隆、培根的混合病10种；培根病共33种，包括：痞症共6种，根据发病不同部位又分出另外6种，五官部位的培根病7种，蔓延溃散症、扩散症、漏穿及肿病4种，与赤巴、隆病的混合病10种。以上共101种。

● 主要病

按照疾病病势进行分类，可分成本系统病与旁系统病。本系统病中可以分为过盛、极盛、特盛与虚损、极虚损及特殊虚损六类，共有74种病。而在旁系疾病中，由疾病的入侵，可以产生变病或并发病，总共是27种。以上共计101种。

● 分部病

如果按照发病部位来对疾病进行分类，大致可以分为心、身两大类。心疾有癫狂、癔症或健忘症；身疾有五官等部位疾病共9种，由喉头到肺、胃等部位疾病共计9种，以下还有肝、脾、泌尿器、肠、皮肤、脉病共计50种；随后是热症，风毒、肉毒、食物毒，虫蛇咬螫等共计51种。以上共计101种。

● 分科病

还有按疾病的性质进行分类的，大约可以分成四大类，即身体内部、外疮、热病及零星杂病。每一类病中又分成若干种病，如身体内部就有消化不良、穿漏、痰涎、风、虫、痞、结石、痞块等共计48种病症；外疮则包括疖、淋巴结肿、内脏脓疡、丹毒、痔疮、肛瘘，还有外伤、跌打、断裂等各种病计15种；热病则包括各种类型的热症如未成熟热、扩展热、虚热、热毒等共计19种；最后还有音哑、呃逆、哮喘、虫症、便闭、尿闭等等，共计又是19种。以上共计101种。

各类疾病加在一起，总共是四百零四种。

疾病的归类





所有隆病共有42种 + 所有赤巴病共有26种 + 所有培根病共有33种 = 101





分部病共有101种 + 主要病共有101种 + 分科病共有101种 = 303

+

=404






有些病只有男人罹患，有些病只有妇女罹患，有些病只有儿童罹患，有些病只有老人罹患。

顺应本性，莫违时令

日常起居话养生

日常起居是人们从事一切活动的基础，正确的起居行为可以预防疾病的发生，同时也是配合疾病治疗的有效方法。

(1) 季节养生：重在与六时相合

因为西藏冬夏长、春秋短的特殊气候环境，藏历中以两个月为一季，将一年分为六个季节，分别是初冬、隆冬、春季、盛夏、季夏和秋季。每个季节中，人体内的三因素都会发生变化，引起三因失调。因此，每个季节都各有其养生的原则。

● 初冬起居

初冬季节是指藏历的十月和十一月。这个季节天气寒冷，毛孔闭合，因此人体内部的热量开始积聚，新陈代谢加快。这就需要进食大量的食物以补充能量，如果食物摄入量不足的话，就会导致体质减弱。适宜采取以下措施：

1．尽量选择含有甘、酸、咸三味较多的食物来食用。

2．常喝肉汤，多吃酥油、乳制品等油脂含量较高的食品，经常用芝麻油涂抹全身。

3．注意御寒，穿保暖的衣服，多晒太阳，多烤火，多热敷，选择阳光充足的房屋居住。

● 隆冬起居

隆冬季节是指藏历的十二月和一月。这个季节天气更加寒冷，要依照初冬季节的保养方法，并更加小心保养。可以适当增加油腻食品，多在体内积蓄培根。

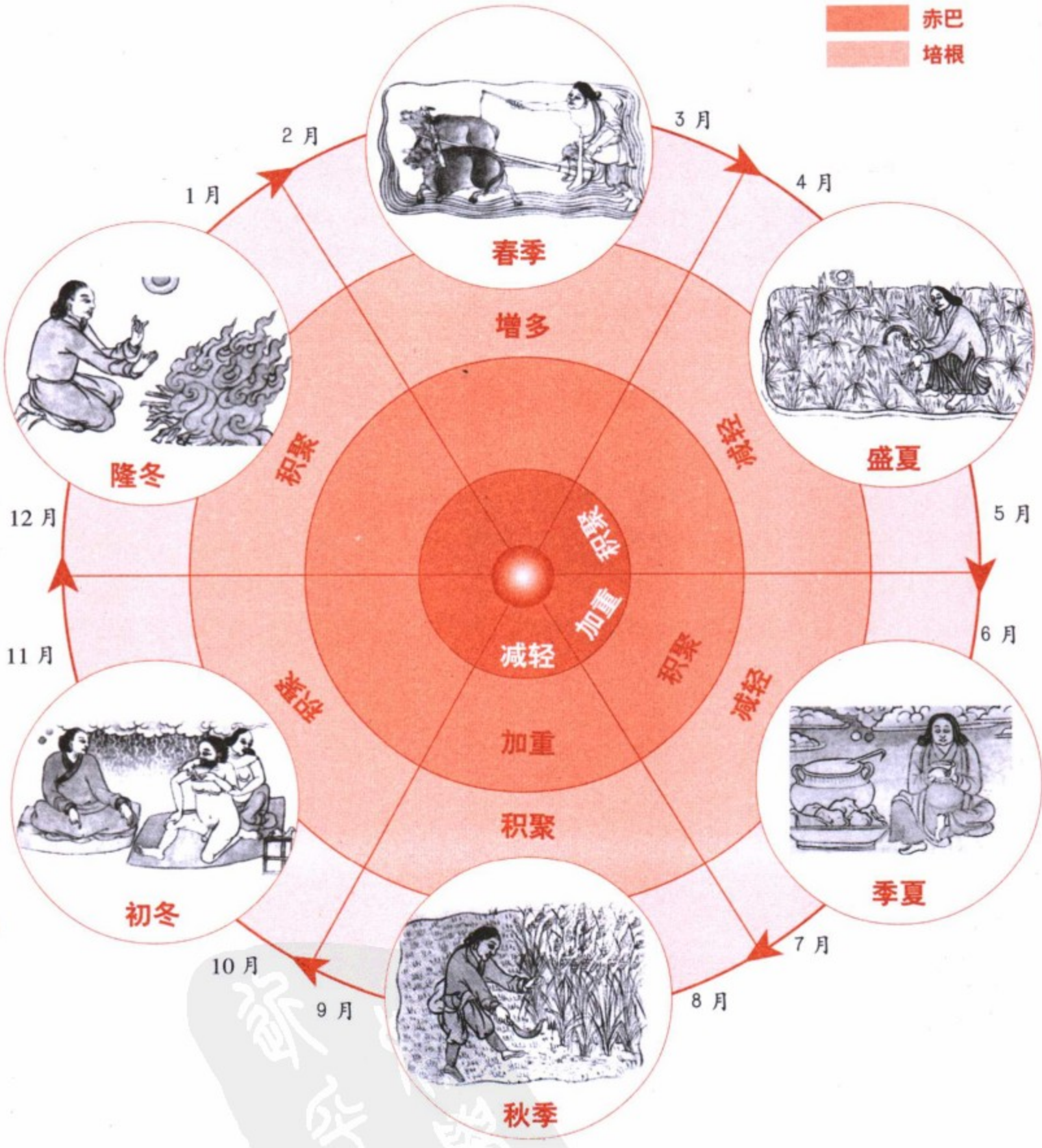
● 春季起居

春季是指藏历的二月和三月。这时阳光温和，天气转暖，人体表面的毛孔也开始张开，体内的热能逐渐散失，因此培根病比较容易发作。适宜采取以下措施：

1．多吃含有苦、辛、涩三味较多的食物，比如陈年的青稞面、旱地鸟禽的肉、蜂蜜、开水、姜汤等粗糙的饮食。

2．多到户外散步，多擦身来祛除培根病，宜在芬芳阴凉的园林中居留。

人体三因在六季中的变化



特别提示

秋季容易引发赤巴病，可以采取催泻法治疗；春季容易诱发培根病，可以采取催吐法治疗；夏季是隆病的高发期，治疗时可采用缓下法。

● 盛夏起居

盛夏季节是指藏历的四月和五月。这时阳光日渐强烈，人体所积聚的能量开始散失，体力逐渐被削弱。因此宜吃甘甜、清凉的饮食，忌食含有咸、辣、酸味的食品，忌在阳光下久晒。多用凉水冲身，饮酒要与凉水混合，穿衣宜薄，宜在清凉、芬芳的环境中居住。

● 季夏起居

季夏是指藏历的六月和七月。这时雨水丰富、空气潮湿，河流浑浊泛滥。在这种情况下，胃中的阳气容易受到损伤，因此适宜进食热性的食物，尤其是辣、涩、苦味以及油腻的食物，多喝旱谷所酿的酒，尽量居住在楼上，这样可以达到躲避寒气的目的。

● 秋季起居

秋季是指藏历的八月和九月。这时被夏雨压住的赤巴已经积蓄到一定程度，在秋天阳光的照射下，便会开始发作，容易引起赤巴病。因此宜食甜、苦、涩味的食物，多用冰片、檀香、马兰花等香草熏衣和喷洒居室，起到怡神养性的作用。

总之，冬季和季夏应该多吃热性的食物，春季应该多吃粗糙的食物，盛夏和秋季应该多吃凉性的食物。

(2) 日常养生：贵在好习惯的培养

健康的体魄向来不是一蹴而就的，只有平时养成良好的健康习惯，并且一直坚持下去，才能远离疾病的困扰。下面来介绍一些日常睡眠以及性生活等方面的保健常识。

● 睡眠的调节

养生的一个基本原则就是保持充足的睡眠。睡眠不足的危害是极大的，熬夜会使体力大大地耗损，增加隆病的发生几率。因此，如果前一天夜里不得已熬夜过晚，就要在第二天清晨禁食闭斋，并且还要在白天补充不足的睡眠，这样才能恢复耗损的体力，避免隆病的发生。需要特别强调的是，夏季昼长夜短，人也容易感到体虚乏力，导致隆病。因此，对于那些体弱多病、劳累过度、年老力衰、多语、醉酒或者受到惊吓的人，更需要在夏季里养成午睡的好习惯，以补充体力，预防隆病。

六季中的起居

初冬



要注意保暖，涂香油，喝肉汤

隆冬



要穿皮衣、靴子，烤火，晒太阳

春季



要食用陈青稞、干肉、蜂蜜和姜汤



要多运动，常擦身

盛夏



多在树阴下休息



要食用牛肉，蜂蜜，大米，注意遮阴



常洗冷水澡



喝淡酒



在阴凉处居住



要穿薄衣



多在树下乘凉

季夏



要进食羊肉、清奶和易消化的食物



要喝酒，睡在屋顶上

秋季



要进食甘、苦、涩味的食物



要穿用樟脑或檀香熏过的衣服

日常起居的要点



良药要随身携带

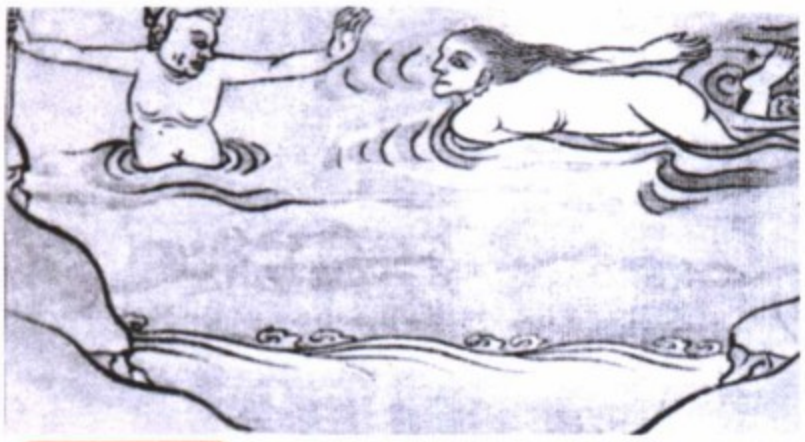
不要搭乘险船



远离殴斗



劣马不可乘骑



大河不可泅渡



夏季不要登土崖



冬季不要攀枯枝



夜晚尽量不要外出，外出需带武器



火场不宜靠近



保证充足的睡眠



月经期内禁止同房



冬季可适当增加性交次数

与之相对，睡眠过多对于人体也是有害的。如果睡眠过多，可以采取催吐的方法，以减少使人嗜睡的培根。同时，禁食和行房事的方法也可以有效地抑制睡眠。

失眠或者睡眠质量低的人，可以适当地饮用一些牛奶、淡酒、肉汤等高热量的饮料，也可以用芝麻油来涂抹面部，这些都是安眠的有效方法。

● 性生活的控制

性生活应该依据季节的变化来进行调整，适当合理的性生活可以对养生产生很大的助益。从季节的角度来看，冬季是培根积蓄的时期，这些培根在春季发散，容易导致培根病。因此，冬季只要精力允许，性生活可以适当频繁一些，以此来削弱培根；相反，夏季是隆病的高发季节，过多的性生活会导致隆的兴盛，增加隆病的发生几率，因此，夏季的性生活应该控制在半个月一次。

除了注意保持良好的起居习惯以外，适当地采取一些简便的保健方法，如涂油按摩等，也不失为明智的选择。

(3) 养生要点：顺应自然本性

人人都具备一些生理的本性，这些本性与人相伴始终，也最容易被人所忽视。事实上，违背或抑制本性的危害是极大的。

比如当人们需要进食时，就会产生一种饥饿感，如果这种感觉长时间不能得到满足，就会导致身体虚弱、胃口丧失、头晕眼花等等症状，对身体造成危害。如果饥饿后突然进食，又会产生食欲不振、吞咽困难的现象。在这种情况下，最好先食用一些口感清淡、容易消化的面糊、米粥等，待到胃口慢慢恢复，可以再增加一些含油脂的食物，比如肉汤等，以使体力逐渐恢复。

又比如当人们感到口渴的时候，表明其身体正需要水分，应该及时补充饮料，否则身体就会因为缺水而出现口干、头晕、心慌等等症状，因此，忍渴的危害也是极大的。如果有人遇到了这种情况，应马上将其移到阴凉之处，再向其头上喷洒凉水，以帮助其苏醒，然后再给他喝一些清凉的饮料。

在我们周围，暴饮暴食的现象是十分常见的。养生的关键就在于因势利导，不违本性，无论是哪一种生理现象，都应该顺其自然。因此，人们在日常生活中，应该尽量改正那些有违本性的习惯，使身体在自然的状态下得到颐养。

常用的日常保健方法

涂油按摩

经常在全身，特别是头部和四肢涂抹油脂或者芝麻油，然后进行按摩，这样可以缓解疲劳、恢复体力，并且有延缓衰老的作用。

滴眼药水

眼睛遇到属土性和水性的培根就会引发炎症，是应该重点保护的部位，所以应该坚持每隔七天就用三颗针药水滴一次眼睛，预防眼病。



搓拭身体

在用油脂涂抹身体之后，可以再用干燥的面粉反复搓拭身体，这样不仅可以吸除残留在身体表面的油脂，还可以增强肌肤弹性，治疗培根病。

洗冷水浴

经常用洁净的冷水洗澡，不仅可以消除体臭，还有健身、美容、壮阳以及延年益寿的功效。

温水洗头

洗头应该选用温水，因为过热的水对头发和眼睛有害，尤其是患有耳病和刚刚吃过饭的人，更应格外注意。

9 抑制的危害及补救方法



过饥

危害：身体虚弱、胃口丧失、头晕眼花、吞咽困难。

处理：先食用清淡食物，再食用含油脂的食物。



过渴

危害：口干、头晕、心慌。

处理：将患者移到阴凉之处，喷洒凉水，以帮助其苏醒，令其喝一些清凉的饮料。



忍呕吐

危害：食欲不振、食物堵塞、呼吸不畅，诱发哮喘、浮肿、皮炎、瘟病。

处理：先禁食，再用檀香、沉香、云木香、川木香等药物焚烧的烟熏口鼻，或煎成汁液口服。



忍喷嚏

视觉失灵、头痛、颈项僵硬、口角歪斜、面瘫、咀嚼困难。

处理：用檀香、沉香等药物焚烧的烟熏口鼻，或用肉豆蔻、阿魏与白酥油配制药剂滴鼻，或者略微抬头。



忍呵欠

危害：视觉失灵、头痛、颈项僵硬、口角歪斜、面瘫、咀嚼困难。

处理：用檀香、沉香等药物焚烧的烟熏口鼻，或用肉豆蔻、阿魏与白酥油配制药剂滴鼻，或者略微抬头。



忍喘气

危害：昏迷、晕倒，引发肿瘤、心脏病。

处理：静养，服用祛风食物或药物。



忍睡眠

危害：疲惫乏力、昏沉、视觉失灵、消化不良。

处理：进食肉汤，用芝麻油涂抹身体，恢复正常睡眠。



忍吐痰

危害：呼吸不畅、呃逆、食欲减退，诱发心脏病。

处理：内服生姜、荜茇、红糖等配制的药糊。



忍矢气

危害：造成大便干燥、诱发痞块肿瘤、脏腑胀痛、视物模糊、消化不良、心脏病。

处理：顺其自然。



忍大便

危害：引发口中异味、头痛、抽筋、感冒。

处理：顺其自然。



忍小便

危害：易发结石病、阴茎及尿道口疾病。

处理：采用导泻法、热敷法，还可内服滋补药物。



忍精液

危害：造成阴茎疼痛、小便不通、结石、阳痿。

处理：采取导泻法、热敷法，饮用植物油、牛奶等壮阳饮料。

10

吃什么、怎样吃、吃多少

明白饮食益养生

饮食不仅是维持生命活动的需要，而且对于养生也有很大的影响。俗话说：病从口入，也就是说，疾病是由不良的饮食习惯引发的。同样，科学的饮食也可以吃出健康的身体。

说到饮食养生，不外从三个方面入手，即食物的选择、食物的搭配、食物的适量，用通俗的语言来概括，就是要讲吃什么、怎样吃、吃多少的问题。

(1) 吃什么：熟悉各种食物的特性

饮食可以分为饮料和食物两大类，而食物又可以进一步分为粮食、肉、油、熟食、蔬菜调料五类。

● 粮食

主要是各种米和豆。一般说来，当年新产的粮食性质比较沉重和湿润，不好消化，且容易诱发培根病；干燥后的陈年粮食性质就会变得温而轻，容易吸收。另外，煮熟的粮食比生的粮食更加性轻，配以辅料后，更易于身体健康。

名称		性质	功效
芒类	稻米	柔软、滋润，性凉而轻	治疗三邪疾病，止泻止吐，增强阳气
	小米	性重而凉	滋养身体，促使骨折愈合
	小麦	性重镇而凉	滋养身体，治疗隆病和赤巴病
	青稞	性重镇而凉，味甘	增强体力，疏通肠道
	大麦、燕麦	味甘，性凉而轻疏	治疗三邪疾病，催生下胎
荚类	豌豆	味涩甘，性凉、轻、燥	活血化淤，治疗热病、毒病、腹泻等
	印度白豆	味涩甘，性凉、轻、燥	治疗多痰、呼吸困难、痔疮、精液结石，生血和胆汁
	红豆	味涩甘，性凉、轻、燥	祛风、益精、增力，治疗隆病，生赤巴、培根
	荞麦	味涩甘，性凉、轻	加快伤口愈合，但容易导致三邪疾病
	芝麻	性重而温	增强阳气，祛除隆邪
	胡麻	味甘、苦，性润而软	治疗隆病

肉类

各种动物可以分为生活于干地的鸟类（如雪鸡）、野兽类（如黄羊）、大野兽类（如野牛）、猛兽类（如豹），生活于不干不湿地的猛禽类（如雕）、家畜家禽类（如马）、穴居类（如蝎子），和生活于湿地的湿居类（如野鸭、鱼类）。

名　称	性　质	功　效
绵羊肉	性温、润	开胃助消化，增强体力，治疗隆病和培根病
山羊肉	性凉而重	治疗梅毒、食物中毒、黑天花、烧伤，老人、小孩和宿病人慎食
黄牛肉	性凉而润	治疗火热、痰火、湿热
水牛肉		安神助眠
猪肉	性凉、轻、润	清热，治疗疮伤、培根淤紫症
牦牛肉	性温热、滋润	治疗寒症，但易引起血病和赤巴病
野牛肉	性温热	治疗胃病、肝病等寒性疾病
马、驴、骡肉		祛风、化脓，治疗腰肾寒症及黄水病
鸡、雀肉		增生精液，治疗疮痛
野兔肉	性温而糙	增生火热，止泻，美容，防治冠心病、高血压
旱獭肉	性温、重、润	治疗瘰疬、疖痈、胃病、腰肾疾病、头部疾病、寒性隆病
鱼肉	味甘，性温	开胃、明目，治疗胃病、疮疡、瘰疬、培根病

油脂

所有油脂都具有味甘、性重凉的特点，有泻下、润肤的功效，是老人、儿童、身体瘦弱者、皮肤粗糙者、精血耗损者、脑力劳动者以及隆病患者的滋补佳品。

名　称		性　质	功　效
酥油	鲜酥油	性凉	增强阳气，焕发体力，清赤巴热，治疗肺病、赤巴病、血症、咳嗽、痔疮
	陈酥油		疏通心窍，祛隆，治疗狂症、癫痫、眩晕、健忘、神志不清
	炼酥油		提神醒脑，增强记忆力，润泽皮肤
	酸奶胶乳	性重	开胃、安神、干燥大便、增强体力、生培根
	桶酥	性温	增火热，治疗培根病和隆病

续表

植物油	菜油	味甘、性温	润燥，通便，解毒
	芝麻油	味甘、性温	治疗培根病、隆病、胃寒、头晕、便秘
	芥子油	味辛、性重	治疗隆病
骨髓油			治疗隆病，增强精力，易引起培根病
脂肪			治疗关节炎、烧伤、隆病、脑病、耳病、子宫病

● 蔬菜和调料

产于旱地的菜、干菜以及烹调过的菜性质温而轻，对祛除隆病和培根病较有帮助；而产于湿地的菜、鲜菜以及未经烹调的菜性质凉而重，可以用来消除赤巴热症。因此，不同的蔬菜具有不同的性质和功效，在食用时应该注意选择。

名　称	性　质	功　效
鲜萝卜	性轻、温，味辛微苦	破淤消结，镇咳祛痰，平喘顺气，增生胃火
老萝卜	性味辛香而凉	提升胃阳，易诱发培根病
葱、蒜	味辛，化味苦，性温	葱可祛风祛寒，蒜可解毒杀虫，消积止泻
干姜	性温热	生阳，治疗隆病
花椒		扩张脉管，疏通脉门
食盐		提味，提升胃阳，促进消化，通便
阿魏	味辛，性温	散寒杀虫，治疗隆病、胃寒、腹胀、虫病
藏茴香	味辛，性温	健胃、驱风、理气，治疗隆病、眼病、食欲不振

● 熟食

熟食是将前面所说的原材料进行烹饪后制成的食品。总体来说，经过烹调的食物性轻而软，更有利于消化。

名　称	性　质	功　效
稀粥		泻后恢复元气，防止动脉硬化
稠粥		止泻、消渴、开胃健食、消除困倦
炒米		止泻、愈合骨折
糌粑糊		治疗三邪疾病
肉汤		滋补，增生体热，祛除隆病
熟荨麻菜		祛除隆病，生体阳
熟冬苋菜		增生温热，止泻
熟豌豆菜	味甘、涩，性平，寒温均衡	开胃，排油，易诱发培根病
熟蒲公英	性凉	治疗热病
熟白蒜、青蒜	性凉	治疗热病、隆病
熟黄精、川芎		治疗培根病、隆病

● 饮料

主要是饮用奶、水和酒。在饮用水的选择上，要注意水源一定要清洁，并且最好是能够接受风吹以及日月星辰照耀的活水。

名　称		性　质	功　效
饮用奶	牛奶	味甘，性重、凉、润、镇	增强体质，培元益精、美容，治疗隆病和赤巴病
	黄牛奶		益智，强身，美容，下奶，治疗肺病、瘟疫、尿频
	牦牛奶	性温热	祛除隆病
	山羊奶	性轻、凉	平喘，治疗烦渴、呼吸困难、瘟疫
	马奶、驴奶	味辛、酸、咸	养肺祛风
水	雨水	性轻、凉	滋养精气，不伤胃和咽喉
	雪水	性凉	降胃火
酒		性锐、热、糙、油	生热，增强体质，帮助睡眠，治疗隆病和培根病


A1
a b c d e f g h i
A2
a b c d
e
A3
a b c
B1
a b c d e
f g h i j k
B2
a b c d e f g
h i j k l m n o p
B3
a b c d e f g h i j
B4
a b c d e f
g h
B5
a b c d e f g h i j k
l m n
B6
a b c d e f g h i
B7
a
b c d e f g h i j
B8
a b c d
e f g h i j k l m n o p q
r s t
C
a b c d e f g h i
j k l m
D
a b c
E
a
b c d e f g h i j k l
F
a b c d e f g h i j k l m n o

常见的食物与饮料

本图主要描绘了各种粮食、动物肉、乳品、油脂、蔬菜、软食等。

Ⓐ 粮食

A1 谷类　a 稻 b 谷 c 早熟稻 d 南方学派绘制的早熟稻 e 六棱荞麦 f 小麦 g 青稞 h 铃铛麦 i 大麦

A2 豆类　a 豌豆 b 印度白豆 c 蚕豆 d 尼泊尔红小豆 e 扁豆

A3　a 芝麻 b 胡麻 c 荞麦

Ⓑ 动物

B1 飞禽　a 孔雀 b 白松鸡 c 鹧鸪 d 寒鸦 e 黑鸟 f 鹦鹉 g 杜鹃 h 斑鸠 i 喜鹊 j 画眉 k 麻雀

B2 走兽　a 鹿 b 獐 c 野羊 d 羬羊 e 兔 f 藏羚羊 g 羚羊 h 麋 i 山羊 j 野猪 k 水牛 l 犀牛 m 黑虎 n 野马 o 野牛 p 犏牛

B3 猛兽　a 虎 b 豹 c 熊 d 罴 e 雪豹 f 狼 g 猞猁 h 狐狸 i 豺 j 黄鼬

B4 猛禽　a 鹫 b 小乌鸦 c 鹰 d 鸠 e 乌鸦 f 猫头鹰 g 鹞 h 印度鹞

B5 家畜　a 犏牛 b 牦牛 c 骆驼 d 马 e 驴 f 乳牛 g 黄牛 h 雌犏牛 i 山羊 j 绵羊 k 狗 l 猪 m 鸡 n 猫

B6 穴居动物　a 雪猪 b 刺猬 c 蛙 d 蛇 e 藏獾 f 壁虎 g 蜥蜴 h 蝎 i 雪蛙

B7 湿居动物　a 鹤 b 野鸭 c 黄鸭 d 水鸟 e 苍鹭 f 河鸟 g 兀鹫 h 雀鸟 i 水獭 j 鱼

B8 肉食　a 绵羊肉 b 山羊肉 c 乳牛肉 d 黄牛肉 e 马肉 f 野马肉 g 驴肉 h 骡肉 i 猪肉 j 水牛肉 k 牦牛肉 l 鸡肉 m 麻雀肉 n 孔雀肉 o 野牛肉 p 鹿肉 q 兔肉 r 雪猪肉 s 水獭肉 t 鱼肉

Ⓒ 乳品

a 新鲜酥油　b 陈旧酥油　c 熔制酥油　d 牛乳和清乳　e 乳汁　f 奶皮　g 奶渣　h 奶酪　i 牦牛酥油　j 绵羊酥油　k 犏牛酥油　l 乳牛酥油　m 山羊酥油

Ⓓ 油脂

a 芝麻油 b 菜籽油 c 骨髓油

Ⓔ 蔬菜

a 蒜 b 葱 c 蒲公英 d 毛连菜 e 鲜萝卜 f 陈萝卜 g 鲜蔓菁 h 陈蔓菁 i 野蒜 j 铁拐子 k 土大黄 l 亚大黄叶

Ⓕ 软食

a 稀粥 b 中粥 c 稠粥 d 干米酒 e 加药热米酒 f 肉汤米酒 g 加奶米酒 h 炒米 i 嫩青稞粥 j 干青稞粥 k 炒麦粥 l 糌粑 m 煮糌粑 n 酸奶糌粑 o 水和糌粑糊

(2) 怎样吃：注意几种饮食禁忌

这里所说的饮食禁忌，包括忌食有毒的食物以及避免因饮食搭配不合理而造成疾病。

● 毒物禁忌

有毒的食物会对人体造成危害，甚至威胁人的生命。下面介绍几种辨别有毒食物的方法：

通常来说，有毒的动物肉颜色会比正常情况下红，并且略显膨胀，用铁制器具烧灼时不会沾铁，将酒洒在上面会产生刺目的蒸汽。有毒的食物在火上烘烤时，会呈现出翠蓝的颜色，火苗盘旋，并伴有爆响声。另外据传说，乌鸦见到有毒的食物会不停地惊叫，孔雀见到有毒的食物会开屏，狗吃了有毒的食物后会立刻呕吐。

● 搭配禁忌

一些原本没有毒性的食物，如果搭配不当而发生了冲突，就会使人体的三因发生紊乱，甚至造成中毒。如未成熟的酸奶不能与新鲜的青稞酒同喝；鱼类与奶类不能同食；牛奶与水果不能同食；鸡蛋与鱼肉不能同食；熟豌豆与红糖和酸奶不能同食；鸡肉与酸奶不能同食；用菜籽油煎蘑菇会产生毒素；蜂蜜与菜油不能同食；新鲜酥油不能放在铜制容器中十天以上；不可用三颗针柴烤肉；兔肉、野鸡肉和狮肉不能一起吃；内服寒水石后不要吃蘑菇和荞麦饼；融化的酥油不能与冷水共食；鲜肉、糌粑、酸奶和酥油不能共放在一个容器内；煮肉时，不要在热气还没散开时加盖；牛奶与酸奶不能同食。

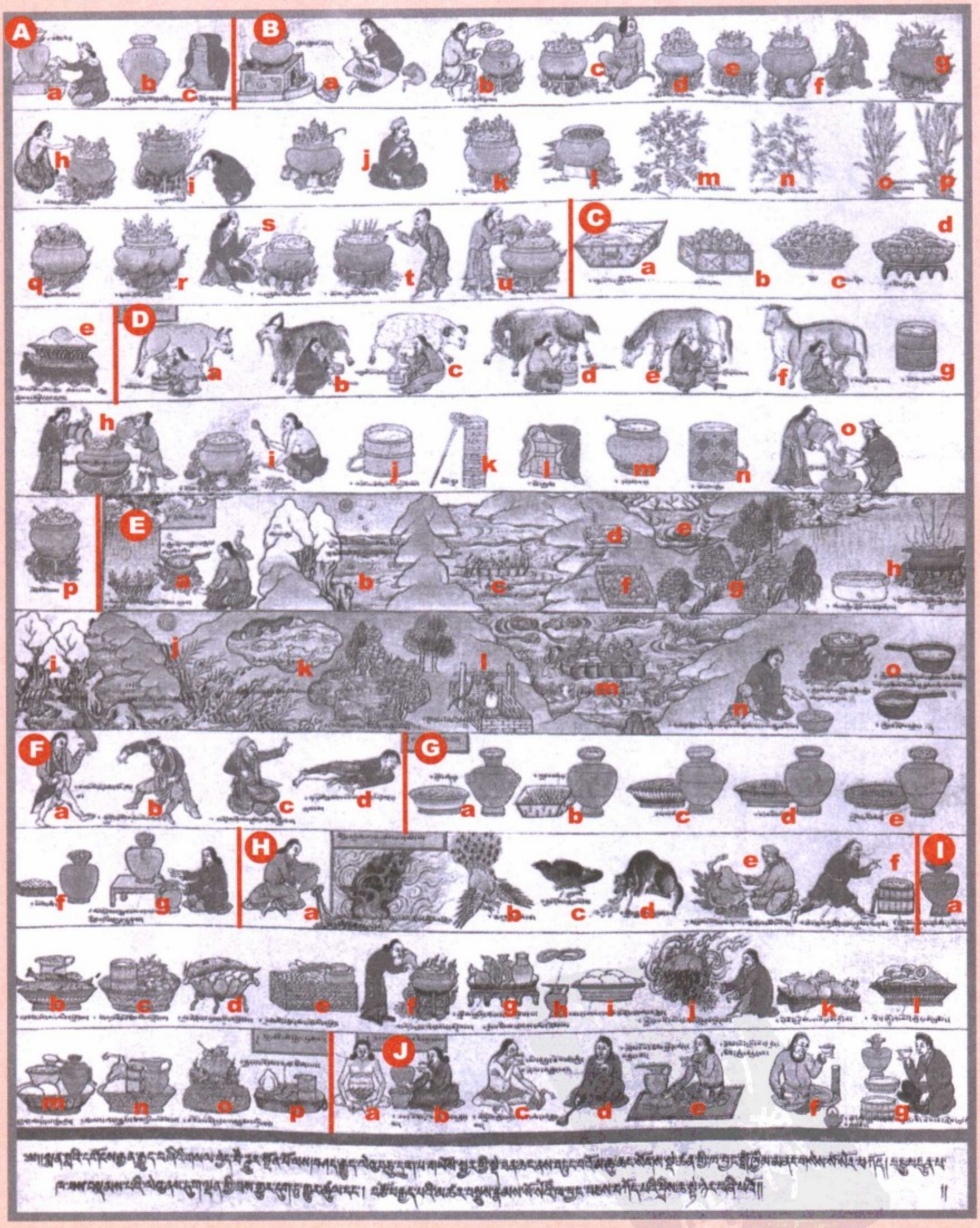
以上几种搭配的禁忌在日常生活中一定要特别注意。

(3) 吃多少：把握饮食最适宜的量

科学的饮食在量上也有要求。一个人的胃中食物应占四分之二，饮料应占四分之一，还有另外四分之一是留给隆、赤巴、培根运行的空间。人们在日常饮食中，应该区分食物的轻重，根据个人的情况适量饮食，这包括：

- 为保证食物顺利消化，性轻的食物可以吃饱，性重的食物只能吃半饱。饭后还可以适量饮一些水，以帮助消化。胃火弱的人在吃完肉类等难消化的食物后，也可以适量饮一些酒。
- 饭后适量饮酒可以增胖。
- 饭后适量喝蜂蜜水有助于减肥。
- 饮料在饭前喝可以使身体不胖不瘦；在吃饭的过程中喝可以使身体健壮；在饭后喝则可以使身体消瘦。
- 蜂蜜可以解除酸奶的毒性，因此，在吃过酸奶之后，可以喝一些蜂蜜水来解毒。
- 患腹胀或消化不良的人应多喝开水。





本图主要描绘了几种酒类、汤类、调料类、奶类、饮用水等饮食，食物的搭配禁忌以及饮食的适量。

饮食的搭配与适量

A 酒类

a 糌粑酒 b 淡青稞酒 c 浓青稞酒

B 汤类

a 肉汤 b 糌粑菜糊 c 煮藿麻 d 煮野冬苋菜 e 煮车前草 f 煮嫩天南星 g 煮灰菜 h 煮灰条菜 i 煮毛连菜 j 煮蒲公英 k 煮点头菊 l 煮豌豆 m 煮鲜豌豆苗 n 煮陈豌豆苗 o 煮白芥菜 p 煮黑芥菜 q 煮嫩当归 r 煮黄精 s 煮萝卜 t 煮大蒜 u 煮蒜苗

C 调料

a 食盐 b 花椒 c 干姜 d 阿魏 e 藏茴香

D 饮用奶

a 黄牛奶 b 山羊奶 c 绵羊奶 d 牦牛奶 e 马奶 f 驴奶 g 饮生奶易患培根病 h 饮用纯奶需兑水一半煮沸 i 纯奶久煮则饮后不易消化 j 新挤出的奶质量最佳 k 清奶 l 酸奶 m 鲜清奶 n 酸奶水 o 奶渣水 p 煮酸奶

E 饮用水

a 饮用水中，雨水的质量最佳 b 其次是能映照日月星辰的纯净雪水 c 再次是江河水 d 泉水 e 井水 f 盐碱水 g 森林中流出的水不宜饮用 h 秋季应煮沸并蒸发掉二分之一，雨水 i 冰雪水 j 雪山下的湖水均宜饮用 k 混有落叶和泥沙，小虫滋生而又不见阳光的水，容易导致疾病，均不宜饮用 l 深井水可以饮用 m 脏水 n 冷水不宜饮用 o 春季应煮沸并蒸发掉四分之一，冷开水隔夜不宜饮用

F 酒醉的表现

a 不知羞耻 b 情绪亢奋 c 举止颠三倒四 d 任意倒卧酣睡

G 酒类

a 麦酒 b 米酒 c 青稞酒 d 铃铛麦酒 e 大麦酒 f 炒青稞酒 g 新酒性重，饮用时可产生热能；陈酒变酸，可助消化，对血病、赤巴病、培根病有益

H 辨别毒物

a 有毒食物在火上炙烤，烟雾盘旋，火苗翠蓝，有爆响声 b 孔雀见了开屏 c 乌鸦见了惊叫 d 狗吃了立即呕吐 e 有毒的肉色红、肿胀，不粘烧红的铁 f 投毒者口干、出汗、发抖，神色慌张，坐立不安

I 饮食禁忌

a 未成熟的酸奶与新鲜青稞酒禁忌共食 b 鱼肉与奶禁忌共食 c 牛奶和水果禁忌共食 d 鸡蛋和鱼肉禁忌共食 e 熟豌豆、红糖和酸奶禁忌共食 f 忌用菜籽油煎蘑菇 g 鸡肉与酸奶禁忌共食 h 蜂蜜与菜油禁忌共食 i 酥油不能放在铜盘中 j 不能用三颗针柴烤肉 k 兔肉、野鸡肉与狮肉不能共食 l 内服寒水石后忌食蘑菇和荞麦饼 m 融化的酥油禁忌与冷水共食 n 鲜肉、糌粑、酸奶与酥油不能放在同一个容器中 o 煮肉时热气未散尽，不能加盖 p 牛奶禁忌与酸物共食

J 饮食的量

a 饮食需适度 b 饭后多喝水 c 消瘦的人可以饮酒、吃肉 d 腹胀或消化不良应多喝开水 e 瘦人要增胖应多饮酒 f 胖人要减肥应多喝蜂蜜水 g 蜂蜜可以解除酒和酸奶的毒性

婴儿期谈养生

小儿保养

刚刚降生的婴儿身体各方面都十分脆弱，需要特别的护理和保养，以保证其在以后漫长的人生旅途中拥有一个健康的体魄。

婴儿的出生是从娩出母体的那一刻开始，这时要小心地将脐带内的血液挤入婴儿的体内，然后在距离肚脐眼大约四寸的地方用羊毛绳挨着扎两个结，从两个结中间将脐带剪断，等到没有血滴出之后就可以用芳香的温药水为其擦洗全身了。喂乳前可以先让婴儿喝一些用麝香水和的酥油蜂蜜，并可用广木香酥油制剂涂擦肚脐。如果婴儿降生时头部先露，仰卧而出，脐带缠绕于上半身，哭声洪亮，头顶尖，颅骨坚硬，脑门小，发际高，皮肤干净，耳朵平展，吮乳有力，则代表这个孩子先天健康，容易抚养，是吉祥的征兆；如果情况恰恰相反，那么就需格外谨慎护理。

母乳是婴儿最好的食物，但随着婴儿日渐成长，可以经常为其补充一些身体所需的糖或蜂蜜。经常食用一些菜肉汤可以预防和消除皮肤病。另外，在白山羊奶或酥油中加入诃子、阿魏、藏菖蒲、藏木香、刺柏、藏黑盐研成的粉末一起煎熬，每周让婴儿服用一次，每次少许，可以使婴儿更加聪明，记忆力和语言能力都可以得到提高。

在日常起居方面，家人也需格外留意。要经常带婴儿到户外接受适当的日光浴，但是要避免强光照射婴儿的眼睛，以免造成眼睛歪斜或者玻璃眼，脚心和脑门也不可长时间暴晒，因为那样容易造成视力减退。相反，如果婴儿身体经常受凉，则会影响其听觉。要注意婴儿睡眠时的睡姿，母亲应经常给婴儿进行按摩和纠正，否则就会造成枕骨扁平、头颈歪斜或者头部变形。怀抱婴儿也应把握姿势，错误的姿势有可能会导致驼背或者曲颈。

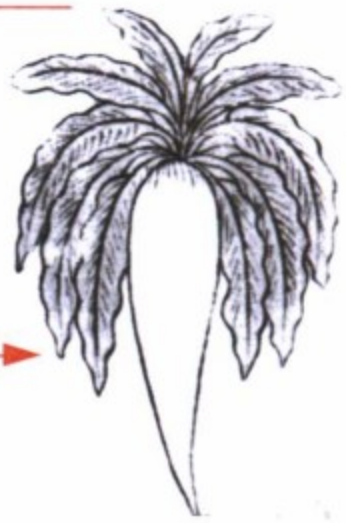
总之，只有按照科学的护理方法育儿，才能给后代一个健康、良好的生命开端。

神秘的藏药护理法



藏菖蒲：呈扁圆柱形，略弯曲，表面灰棕色至棕褐色，节明显，具纵皱纹，一面具密集圆点状根痕；叶痕呈斜三角形，左右交互排列，侧面茎基痕周围常残留有鳞片状叶基和毛发状须根。质硬，断面淡棕色，内皮层环明显，可见众多棕色油细胞小点。气浓烈而特异，味辛。

功能：温胃，消炎止痛。用于补胃阳，消化不良，食物积滞，白喉，炭疽等。



阿魏：属伞形科，多年生草本植物，全株披白色绒毛，根肥大，圆柱形或纺锤形，有时分杈，表皮紫黑色，有臭气，开黄色小花。其树脂可入药。

功能：消积，杀虫。治症瘕痞块，虫积，肉积，心腹冷痛，疟疾，痢疾。



麝香：为鹿科动物麝的雄性香腺囊中的分泌物干燥而成，是天然香料，属动物性香料之一。

功能：开窍、辟秽、通络、散淤。主治中风、痰厥、惊痫、中恶烦闷、心腹暴痛、跌打损伤、痈疽肿毒。



藏木香：多年生高大草本，高1～2米，全柱被毛。根圆锥形，具多数须根。茎直立，有纵沟纹。基生叶丛生，具长柄，边缘有锯齿，上面粗糙，下面密被绒毛；茎生叶较小，近无柄，叶片长圆形，上部叶基部苞茎。

功能：健脾和胃，调气解郁，止痛。

特别提示

书中特别记载了几种使用藏药对婴儿进行特殊护理的方法。如用脱毒的金、威武老虎的爪子研粉，可使婴儿将来延年益寿；用牛黄、藏菖蒲、藏木香研末，可使婴儿聪明伶俐；将孔雀毛、麝香、手掌参等研末，以糖与大麻仁、红块糖相调和为药引，每天早晨服用一次，可以使婴儿精神倍增，神采焕发；用新酒与麝香、穆库尔没药浸汁、阿魏、孔雀毛炭、硫磺、藏木香研成的粉末相调和制成丸剂，内服，可以使婴儿聪明伶俐，神采奕奕，同时还能延年益寿，治疗和预防多种疾病。

顺产与难产的对比

顺产



头先露出



头狭长，囟门小，脐带盘在上身



吮乳有力

难产



脚先露出



头横宽，囟门大，脐带绕在下身



需要祈祷祝福

接生的过程和方法

1



剪断脐带

2



进行洗浴


3
包裹衣被


4
舌印佛字


5
喂食菖蒲、
蜂蜜、酥油


6
在头顶和
上颚涂油


7
用广木香、
酥油擦肚脐


8
祈求神佛保
佑母子平安


正确的喂奶
方法


母亲无奶时
可以请乳母

晚年谈养生

养老摄生

人到年老之时，身体各方面功能日渐衰退，各种疾病更容易缠身。如果了解一些养老摄生的方法，就可以有效地延缓衰老，预防疾病，安详愉悦地度过晚年。

晚年养生首先要有一个良好的居住环境。所居之地最好是在一个环境幽雅、空气清新的地方，室内要保持干净、整洁，这样才能够怡神养性，使人心情舒畅。

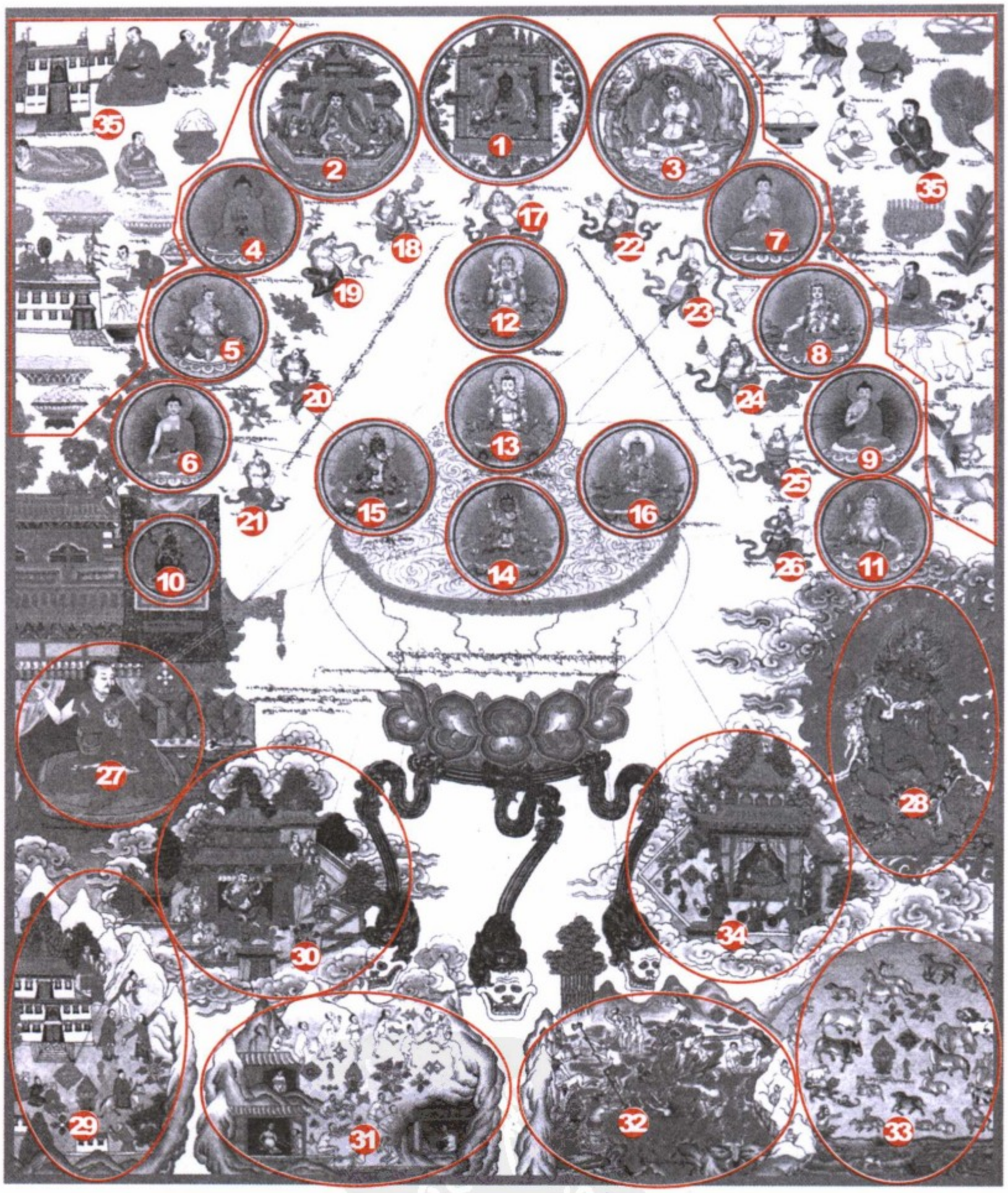
从起居方面来说，老年人需避免三个“过度”，即：

- 劳累过度：要避免进行过重的体力劳动；
- 用心过度：要避免为某事过度思虑，使得精神紧张，心情抑郁；
- 性交过度：性生活方面要适度而行。

从饮食的角度来讲，老年人应该尽量多吃柏子仁、蜂蜜、白酥油、热糌粑等，少吃酸腐生冷的食物和盐。

在用药方面，可以采用各种滋补秘方。在进行滋补之前，需首先药用诃子、余甘子、光明盐、荜茇、藏菖蒲、干姜、姜黄、酸藤果、蔗糖与黄牛溲制剂进行清泻，因为如果不先清泻，则会由于污垢的存在而使滋补失去意义。寻常的大蒜就是滋补的良药，可以剥去蒜皮，将其放在酒里浸泡一昼夜，早晨时挤压出汁液服下。然后再用牛乳、融制酥油、旱地产的动物肉煎汤令服。或者也可将大蒜与溶化的酥油配制后放在青稞堆里埋藏二十一天再服用，此法对体内隆盛的人能起到延年益寿的作用。将小米辣与蜂蜜、酥油制剂，一个月内与适合口味的食物同食，能增强体质，延年益寿，同时对于体内有培根型寒病的人，也有一定的治疗作用。另外，此方如果与黄牛溲配伍，还能医治麻风病。用诃子、毛诃子、余甘子制成药油，可以增强体力，使五官灵敏，治疗各种合并症，同时也是壮年人保持青春的良药。将春秋两季采的红花黄精根洗净后切碎，用水煎煮取汁，晾干后加三倍的小米面，制成发酵的糌粑粥或热粥服用，待到习惯以后即可不加小米面直接服用，此法能医治黄水症，同时也是延年益寿的良方。另外，将酸藤果、马钱子、干姜与蜂蜜配伍令服，也能延缓衰老。

总之，只要掌握以上这些饮食、起居、用药方面的保健技巧，就可以安详愉悦地度过晚年了。



养生之道

因为修行本身也可以被视为一种养生，所以本图既包括养生方法，又包括西方极乐世界以及六道众生图。

(1) 药王城
(2) 莲花生的净土
(3) 班旦赤旺的净土
(4) 无量光佛的净土
(5) 文殊菩萨的净土
(6) 释迦牟尼的净土
(7) 弥勒菩萨的净土
(8) 观音菩萨的净土
(9) 燃灯古佛的净土
(10) 金刚持
(11) 普贤菩萨的净土
(12) 南方黄色欢喜佛
(13) 中部白色欢喜佛
(14) 北方绿色欢喜佛
(15) 东方蓝色欢喜佛
(16) 西方红色欢喜佛
(17) 司视仙女：索布玛
(18) 司听仙女：札玛
(19) 司花仙女：麦多玛
(20) 司味仙女：茹玛
(21) 司灯仙女：玛梅玛
(22) 司嗅仙女：赤玛
(23) 司触仙女：热嘎玛
(24) 司香仙女：杜布玛
(25) 司乐仙女：如姆玛
(26) 司宝仙女：赤旺玛
(27) 诵长寿经
(28) 马明王
(29) 人间
(30) 天堂
(31) 饿鬼道
(32) 地狱道
(33) 畜牲道
(34) 阿修罗道
(35) 养生方法

养生方法的细部



住宅要舒适、清洁



注意保暖，常晒太阳


性交适度


避免负重


老者避免过劳


避免思虑过度

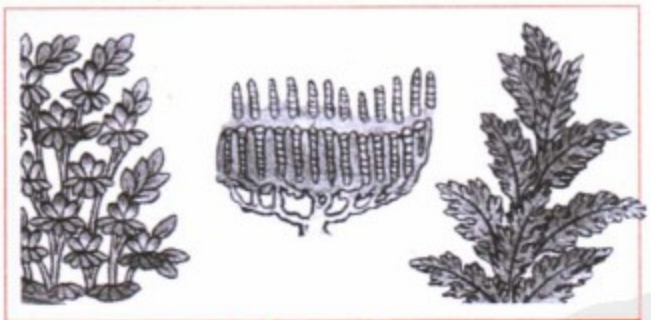

多吃柏子仁


多吃蜂蜜


白酥油

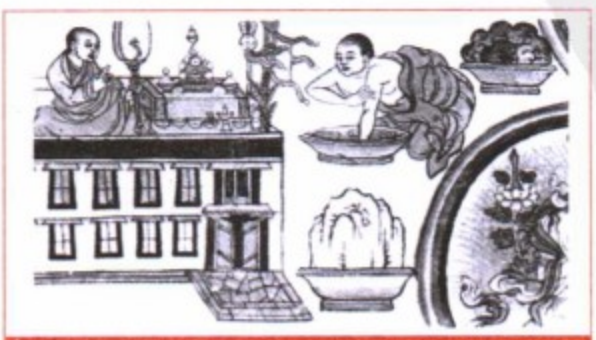

热糌粑


少吃生冷食物和盐


多吃小杜鹃、麻黄、茵陈


红糖


寿命似日月，颜色似孔雀，敏捷似奔马


寒水石、五灵脂等补药，经常沐浴，可延年益寿


容貌像十六岁的少年，灵巧得像猴子，健壮得像大象

药物的特性

五行与六味

人们在健康无病时要注意饮食起居的保养，而一旦染患疾病，就要借助于药物来进行治疗。

药物的特性包括药味、药物性能以及药物消化后的变化情况等，这与五行有着密切的关系。

● 甘、酸、咸、苦、辛、涩：药物六味

一切药味都是来自土、水、火、风、空五大种：土与水使药物生出甘味，火与土使其生成酸味，水与火使其生出咸味，水与风使其生出苦味，火与风使其生出辛味，土与风使其生出涩味。由于两大种的成分配合不同，便产生了药物的六种味道，即甘、酸、咸、苦、辛、涩。甘味在口中能长时间地停留，并可引起食欲；酸味会使牙酸痒，口水外流；咸味一接触舌头，就会使口水聚集；苦味能使口臭消失，引起反胃；辛味一到口里就会感觉刺激舌头，欲流眼泪；涩味一到口中便会感觉粘舌、粘颚，有粗糙的感觉。六味中对身体的滋养依次以前者较大。

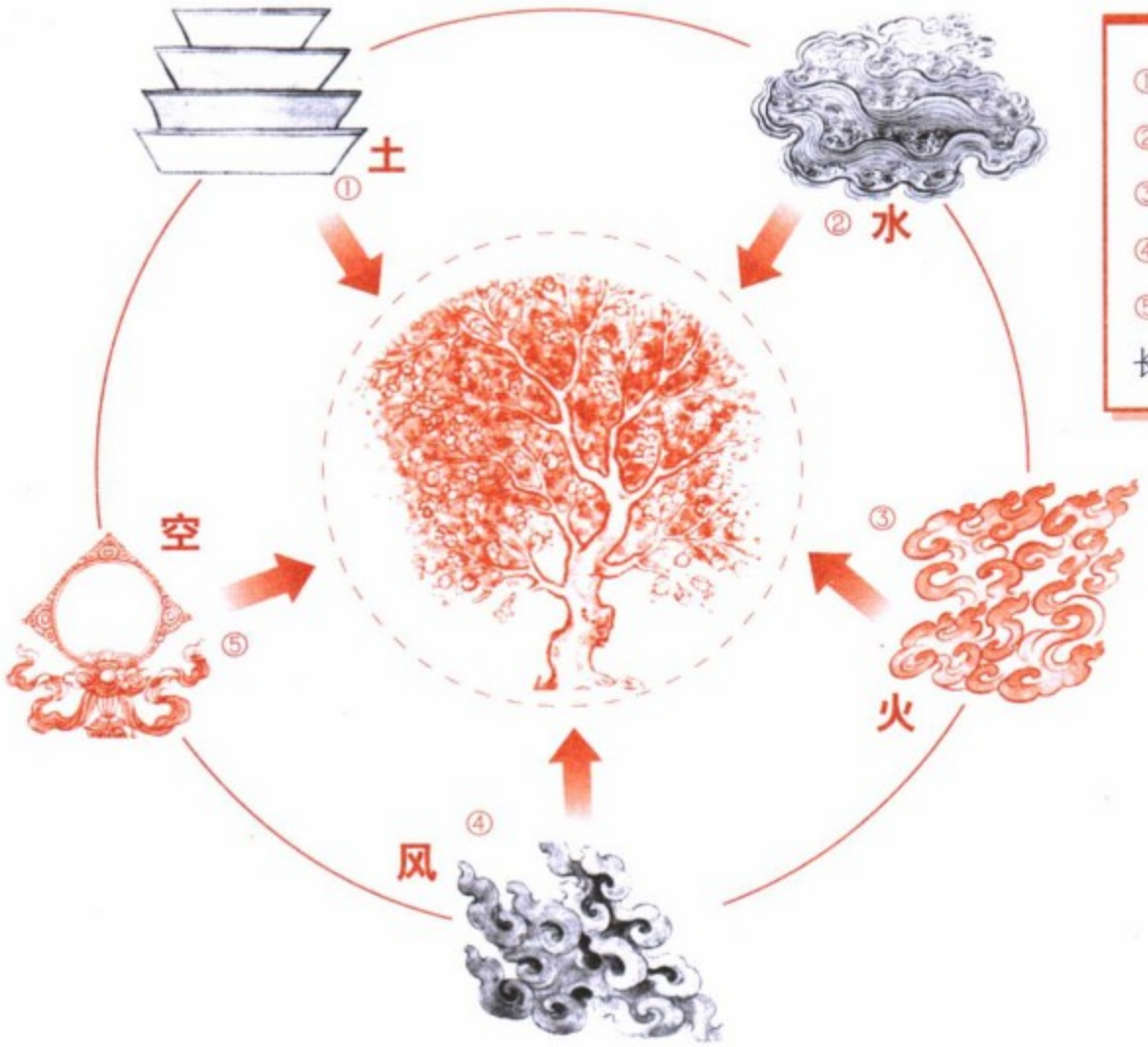
● 六味药物各具其效

一般说来，甘味药物能增长元气和体力，对老人和小孩有滋补的作用，可治疗消瘦病、气管炎、肺病等疾病，还能使身体丰满，疮伤愈合，容颜焕发，使五官灵敏，延年益寿，对于中毒症、隆病、赤巴病都有效用。但是甘味药物运用过量时，则容易诱发培根病、肥胖症、消化能力下降、遗尿症、甲状腺肿大等疾病。

酸味药物能生胃火，帮助消化，稀释油脂，还能顺气。但是用量过多的话，则会导致血液病、赤巴病，使肌肉松弛，目力昏花，头晕，产生丹毒、疥癣、皮疹、口渴、水肿、臌胀等疾病。

咸味药物能使身体坚实，有疏通作用，可以治疗闭塞梗阻症，用以罨熨时则可以产生胃火，有健胃的作用。但是如果用量过多的话，则会产生头发脱落、头发变白、面部皱纹增多、体力衰弱等现象，也能诱发麻风、丹毒、血液病、赤巴病等许多疾病。

五行与药物的关系

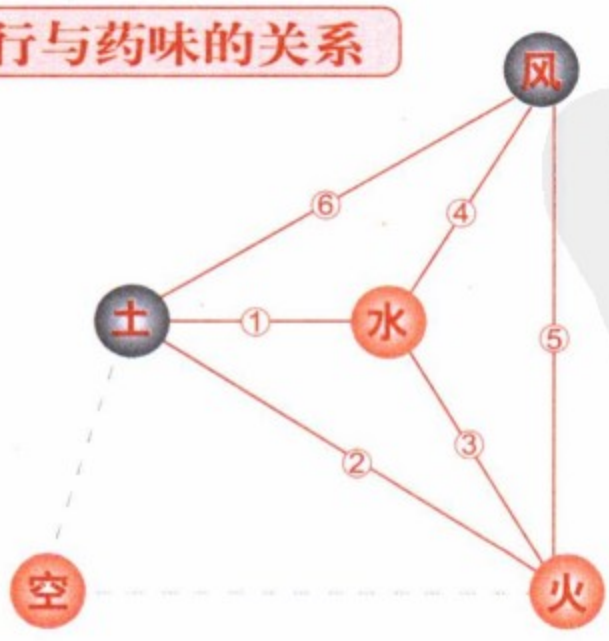


①土为产生药物的本原
②水使药物湿润
③火使药物生出温热
④风使药物运行
⑤空使药物具备发育成长的空间

特别提示

土性药物性重、稳、钝、柔、润、干，可使身体坚实，主治隆病；水性药物性稀、凉、重、钝、润、柔、软，能滋润身体，主治赤巴病；火性药物性辛、锐、干、糙、轻、润、动，能生火热，主治培根病；风性药物性轻、动、寒、糙、燥、干，可使身体坚实，精气通行，主治培根、赤巴病；空性药物统帅其他四大种所生的药物，遍行全身，主治综合性疾病。

五行与药味的关系



①土与水可使药物生出甘味 ②火与土可使药物生出酸味 ③水与火可使药物生出咸味 ④水与风可使药物生出苦味 ⑤火与风可使药物生出辛味 ⑥土与风可使药物生出涩味

苦味药物可使心智敏锐，能开胃、驱虫、止渴、解毒，也能医治麻风、晕眩、瘟疫、赤巴病等疾病，有收敛的作用，还可以干燥溃烂、脂肪、骨髓、大小便等，治疗乳房炎症、声音嘶哑等症。但服用过量时，则有诱发体力衰弱、隆病、培根病等的危害。

辛味药物能治疗下颌病、喉蛾、麻风、水肿等病，也能愈合疮伤，增加体温，开胃助消化，去腐生肌，泻下，疏通脉管等。但服用过量时，则会损耗精液和体力，发生抽搐、颤抖、眩晕、腰背疼痛等现象。

涩味药物能医治血病、赤巴病、脂肪增多症等病症，有去腐生肌、愈合伤口、润泽皮肤的功效。但如果服用过量的话，则容易产生胃液淤积、便秘、腹胀、心脏病、消瘦、肛门梗阻等症。

总之，具有甘、酸、咸、辛味的药物能医治隆病；具有苦、甘、涩味的药物能医治赤巴病；具有辛、酸、咸味的药物能医治培根病。需要注意的是，甘味药物虽然能医治隆病和赤巴病，但是除了陈青稞、干燥地方产的肉以外，一般也能诱发培根病（野牛肉、鱼肉、绵羊肉、蜂蜜等有补益作用）；酸味药物虽然能医治培根病，诱发赤巴病，但是余甘子却能医治血病、赤巴病以及热症；咸味药物虽然能医治隆病、培根病，但是除了黑盐、光明盐以外，服用过量时也能引发赤巴病，严重过量时，还会诱发培根病；苦味药物虽然能医治赤巴病，引起培根病和隆病，但是大托叶云实、木藤蓼都能医治培根病和隆病；辛味药物虽然能医治隆病和培根病，但是除了大蒜和荜茇外，也能引起赤巴病，严重过量时，由于其性轻而粗，还能诱发隆病；涩味药物虽然能医治赤巴病，但是除了诃子、毛诃子外，一般会对培根和隆有害。

● 三化味

药物被服下后，与胃火相遇，这时培根、赤巴将被隆依次消化。因此，甘味和咸味被消化后将变为甘味；酸味处于中间阶段，将被消化为酸味；苦、辛、涩之味消化后，将变为苦味。消化后的每一种药味，能医治两种疾病。

药物的药味分类



甘味药物类：除葡萄外，还有甘草、红花、滑石、腊肠果、玉竹、黄精、川芎、白糖、蔗糖、蜂蜜、肉类、酥油等。此外，凡药味与这些药物药味相同者，也都属于甘味药。



酸味药物类：除木瓜外，还有石榴、沙棘果、余甘子、柏子、五味子、乳酪、酪浆、酒曲等。此外，凡药味与这些药物药味相同者，也都属于酸味药。



咸味药物类：除芒硝外，还有光明盐、硇砂、角盐、黑盐、藏红盐、白秋石、火硝、哇擦、皮硝、灰盐、松盐、土碱等。此外，凡药味与这些药物药味相同者，也都属于咸味药。



苦味药物类：除黄连外，还有山豆根、藏茵陈、榜嘎、波棱瓜、止泻果、麝香、苦胆、小蘗、纤毛婆婆纳、岩精、秦艽、丹参等。此外，凡药味与这些药物药味相同者，也都属于苦味药。



辛味药物类：除溪岸银莲花外，还有胡椒、干姜、荜茇、鲜姜、阿魏、毛茛、天南星、葱、蒜等。此外，凡药味与这些药物药味相同者，也都属于辛味药。

涩味药物类：除大株红景天外，还有檀香、诃子、毛诃子、毛瓣绿绒蒿、臭里子、没食子、西河柳等。此外，凡药味与这些药物药味相同者，也都属于涩味药。



特别提示

冰片、亚大黄等属于混合型药味的药物，这类药物也可如此类推。

药物的功效

八性与十七效

在琳琅满目的药物世界中，每种药物都具有各自神奇的功效，但总的来说，药物的性味和效能可以分为八性和十七效，在用药时必须考虑药的味、性、效来组方。

● 八性

药物的性味可以分为重、润、凉、钝、轻、糙、热、锐八性。其中重、钝两者能医治隆病和赤巴病；轻、糙、热、锐能医治培根病；轻、糙、凉三者能诱发隆病；热、锐、润三者能诱发赤巴病；重、润、凉、钝四者能诱发培根病。同时，药物的性能又可以归结为寒、热两大类，疾病也可以归并为寒性与热性两大类，隆病和培根病属于寒性病，赤巴病和血病属于热性病，黄水病和虫病则为寒热并存的病症。总之，寒热是药物功效的主导，其他六性则介于其间，热性病要用寒性药物医治，寒性病用热性药物医治，寒热并存的病症则需寒热药物兼用。

● 十七效

总的说来，药物对疾病具有十七种对治功效，即寒—热、温—凉、干—稀、润—糙、轻—重、稳—动、钝—锐、柔—燥及软。它们大都源于药物的六味，而药味又是由土、水、火、风、空五大种所决定的，因此药物的功效也从中产生：咸、涩、甘三味依次增重；咸、酸、甘三味依次变润；涩、苦，甘三味依次变凉；苦、涩、甘三味依次变钝；酸、辛、苦三味依次变轻而糙；辛、酸、咸三味依次变温而锐。

在用药的时候，必须根据病的属性决定其药的味、性、效来组方。其中味是主导，性、效则是对治关系。病有其性，药亦有其性，同性治之必遭其祸，对性治之必得其愈。因此，异性对治是首要原则，如寒性病用热性药治之，热性病用寒性药治之。同样，温与凉、润与糙、钝与锐、稳与动、轻与重等，也都互为对治关系。

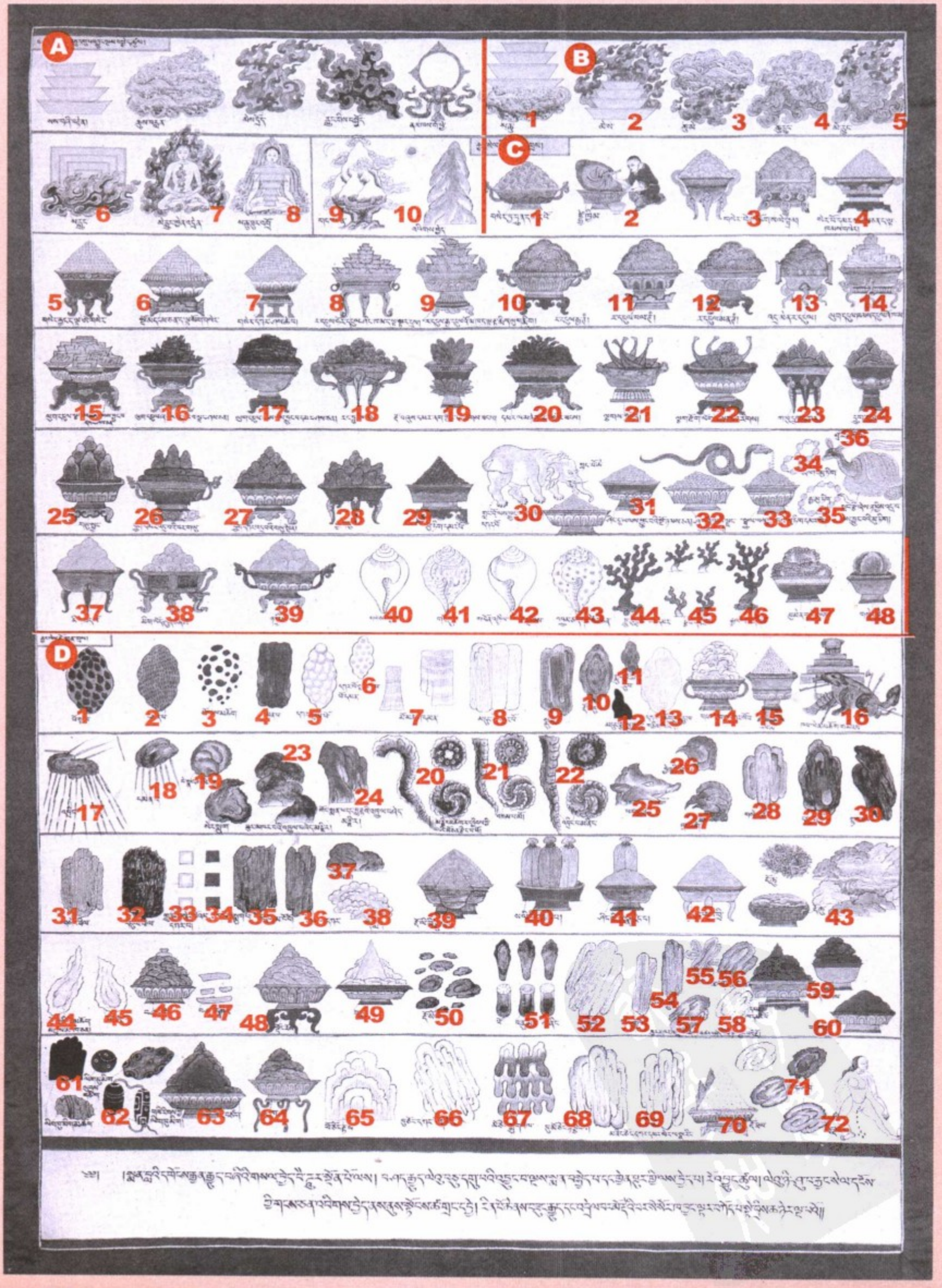
八性与十七效是药物总的功效，具体来说，药物可以分为珍宝药类、石药类、土药类、木药类、精华药类、湿生草药类、旱生草药类、动物药类，共八类，每种药物都具有各自特殊的功效。

(1) 珍宝类药物的功效

黄金	延年益寿，解珠宝毒。	白银	能使黄水、脓血干枯。
铜	能使脓血干枯、清肝热、清肺热。	铁	能解肝中毒，治眼病、医浮肿。
松耳石	能解毒，清肝热。	珍珠/珍珠母	能解毒，治脑漏。
海螺	能干枯脓液、息骨热。	珊瑚	清肝热，清脉热，解毒热。
青金石	解毒，治麻风。		

(2) 石类药物的功效

雌雄赤石脂	医治黄水症，保护骨脂，愈合骨折、预防脑病。	钟乳石、白长石、紫长石	同赤石脂。
炉甘石	消肝热。	磁石	帮助拔出体内所中的箭镞，医治脑病、骨病、脉道疾病。
红色高岭土	愈合骨折、医治脂肪疣、去腐生肌。	菊石	清骨热。
猪头石	医治黄水疮、骨损伤。	石燕	去腐生肌。
金石和银石	干黄水。	玄精石	滋骨髓、生骨色。
自然铜	养脑，医治黄水症。	硇砂	保护脉道与骨脂。
石脑	养护大脑、去腐生肌。	黄丹	医治腐烂。
水银	治疗骨折。	石中黄	治疗脉症。
锡矿石	生新肌。	雄黄、雌黄	医治脂肪疣、止腐烂。
煤	助消化，治脉症。	珠角石、阳起石、马起石	医治韧带损伤。
黄花蕊石	治疗疮面、生肌收口。	孔雀石、赭石	医眼病、治骨折、治黄水。
寒水石	止腹泻、医治培根病。	石灰	医治胃部培根凝结病。
滑石	峻泻脉病，对尿结石也有疗效。	阴性石	医治男性尿结石。


A
B
C
D

异彩纷呈的藏药世界

本图主要描绘了五行与药物、药味的关系，珍宝类药物和石类药物。

Ⓐ 五行与药物的关系

Ⓑ 五行与药味的关系

1 地水生甘 2 地火生酸 3 水火生咸 4 水风生苦 5 火风生辛 6 地风生涩 7 火风上升，利于催吐 8 地水下降，利于泻下 9 寒性药物盛产于喜马拉雅山 10 热性药物盛产于宾陀山

Ⓒ 珍宝类药物

1 黄金 2 合金 3 赤金 4 西康赤金 5 曲松金 6 蒙古金 7 白金 8 白银 9 银元宝 10 银币 11 尼泊尔银币 12 满洲银币 13 其他银币 14 西康铸银 15 含铁铸银 16 含锡铸银 17 含铜铸银 18 自然铜 19 含铁硬铜 20 含金软铜 21 铸铁 22 其他铁 23 微白绿松石 24 微红绿松石 25 纯绿松石 26 类微红绿松石 27 类微白绿松石 28 内地绿松石 29 红珍珠 30 象珠 31 蓝珍珠 32 绿珍珠 33 蛇髓珠 34 印度珍珠 35 珠母 36 小珍珠 37 无孔珍珠 38 有孔珍珠 39 珍珠蚌 40 右旋螺 41 玛瑙螺 42 左旋螺 43 棘皮螺 44 红珊瑚 45 白根珊瑚 46 黑背珊瑚 47 青金石 48 青玉

Ⓓ 石类药物

1 铁华 2 次铁华 3 雌铁华 4 次雌铁华 5 钟乳石 6 雌钟乳石 7 次钟乳石 8 白色代赭石 9 紫色代赭石 10 樟脑石 11 紫色无名异 12 黑色代赭石 13 白色无名异 14 炉甘石 15 小炉甘石 16 磁石 17 中磁石 18 次磁石 19 赤石脂 20 蛇菊石 21 雌菊石 22 中性菊石 23 南方学派绘制的菊石 24 北方学派绘制的菊石 25 猪头化石 26 鸟头化石 27 鹞头化石 28 金矿石 29 银矿石 30 无烟煤 31 密陀僧 32 玄精石 33 黄白自然铜 34 黑紫自然铜 35 朱砂 36 次朱砂 37 朱粉砂 38 石脑 39 粗黄丹 40 细黄丹 41 粘黄丹 42 尼泊尔黄丹 43 两种水成岩 44 石中黄 45 次石中黄 46 锡矿石 47 锡 48 雄黄 49 雌黄 50 煤精 51 雄性、雌性、中性珠角石 52 石棉 53 绿石棉 54 阳起石 55 锌 56 黄色的锌 57 南方学派绘制的锌 58 红色的锌 59 西藏朱砂粉 60 朱红 61 不同的云母石 62 玛瑙 63 赭石 64 红土 65 雄寒水石 66 子寒水石 67 雌寒水石 68 女寒水石 69 中性寒水石 70 石灰 71 绿滑石 72 母石

(3) 土类药物的功效

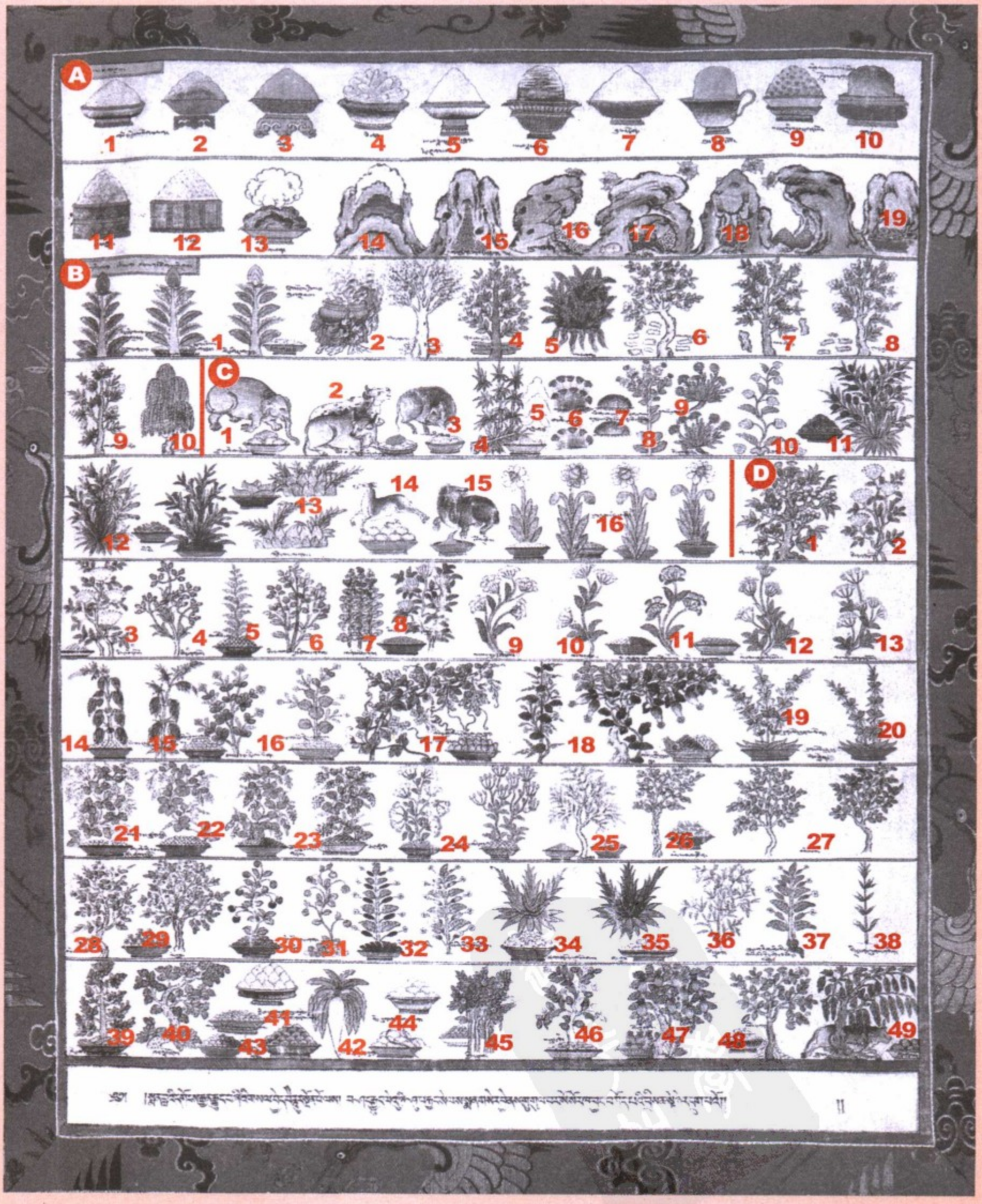
石蒜花	医治肾脏疾病及尿闭病。	火硝	化结石，医治癌块。
芒硝	增加胃火，治疗癌块。	碱花	去腐、消化糌粑。
硫磺	治邪魔病、收敛脓血。	黑矾、黄矾	去腐生肌、医治癌块。
胆矾	医治痈疽，治疗癌块，消除眼中云翳。	石花	解毒、清热。
岩精	清胃火、肝火、肾火，医治一切热症。		

(4) 精华类药物的功效

冰片	解热，对长期发热不退的痼疾有效。
紫檀香	清血热。
牛黄	治瘟疫，解毒，清肝火，治腑热。
红花	医治肝病，收敛脉口。
肉豆蔻	祛除隆病，治疗心脏病。
草果	医治脾病、胃病和寒病。
熊胆	去腐生肌，收敛脉道。
白檀香	清肺火、治心热。
沉香	清心火。
竹黄	医治各种肺病，治疗疮伤引起的发热。
小豆蔻	医治肾脏病，治疗一切寒病。
丁香	医治命脉病，寒性隆病。
麝香	解毒，医治虫病、肝炎、肾炎。
毛瓣绿绒蒿	治肺热、清肝火。

(5) 湿生草类药物的功效

木棉花瓣、花丝、辛夷	治肺热、清肝火、清心热。	桂皮	医治胃病、肝病、寒性隆病。
蛇床子	医治寒性胃病。	波棱瓜	清六腑之火，医治赤巴病。
射香黄蜀葵、草决明	医治皮肤病和黄水症。	止泻果	医治赤巴病，清热退烧。
丝瓜瓤	将赤巴向上引吐。	芜荽	医治胃部培根引起的火热。
藏木瓜	医治培根病、清热。	沙棘	补肺、活血、医治培根病。
白胡椒	医治寒性培根病。	石榴	医治一切胃病，生胃火、治疗寒性培根病。
荜茇	医治所有的寒性疾病。	生姜	升胃火、助消化，医治培根病及隆病。
香旱芹	清肺火。	干姜	医治培根病及隆病，活血。
大托叶云实	升胃火，医治肾脏疾病。	小米辣	升胃火、治水肿、医痔疮及虫病，除麻疯。
酸藤果	驱虫、升胃火。	阿魏	驱虫、医治寒性疾病，心风病。
乳香	下泻和干枯黄水。	毛七	杀虫，治骨折、医瘟病。
安息香	治邪魔病，疔疮，消炎。	毛诃子	医治培根病、赤巴病和黄水症。
葫芦、五味子、臭黑子、浸食子	医治一切腹泻症。	广酸枣 白刀豆	清除心、肾、脾的热病。
芒果核、葡萄	医治肾脏疾病。	软枣	医治褐色培根病、黄色培根病、胃病等。
川木香	医治热性的培根病。	青木香	医治隆病、血病、清热等。
姜黄	解毒，愈合骨折、消炎。	广木香	医治隆病、血病、腹胀、肺病、喉蛾等。
钩藤	清热解毒。	水菖蒲	医治消化不良、喉蛾、疔疮等，升胃火。
山莨菪	清热解毒。	甘草	医治肺病和脉病。
红乌头和黄乌头	解肉毒、解药物中毒。	獐牙菜	医治赤巴的各种热病。
木藤蓼、悬钩木和水麻	医治热性隆病。	草河车	医治瘟病、肺热、脉热。
纤毛婆婆纳	医治所有的血热病。	杜仲	愈合骨折，医治骨热。
穆坪马兜铃	医治肺热、肝热、腑热。	油松	医治培根病、隆病、寒性黄水症。
生等	医治血病和干枯黄水症。	小檗	敛毒，医治黄水症。
巴豆、蓖麻油药膏	峻泻。	娑罗子	催吐。
腊肠果	治肝病、缓泻。	余甘子	医治培根病、赤巴病、血病。


A
1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
B
1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
C
1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
D
1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26
27
28
29
30
31
32
33
34
35
36
37
38
39
40
41
42
43
44
45
46
47
48
49

本图主要描绘了各种土类药物、木类药物、精华类药物，以及部分湿生草类药物。

Ⓐ 土类药物

1 金礞石 2 次金礞石 3 禹粮土 4 硝石 5 现用的芒硝 6 真正的芒硝 7 土碱 8 硫磺 9 白硫 10 黑硫 11 黑矾 12 黄矾 13 胆矾 14 地衣 15 金五灵脂 16 银五灵脂 17 锡五灵脂 18 铁五灵脂 19 铜五灵脂

Ⓑ 木类药物

1 三种不同植物产生的冰片 2 檀香 3 白檀香 4 红檀香 5 沉香 6 黄沉香 7 次沉香 8 淡沉香 9 茴香味沉香 10 次檀香

Ⓒ 精华类药物

1 象黄 2 牛黄 3 猪黄 4 天竹黄 5 滑石 6 藏红花 7 某些书上介绍的藏红花 8 尼泊尔红花 9 草红花 10 小豆蔻 11 肉豆蔻 12 丁香 13 草果 14 麝香 15 熊胆 16 毛瓣绿绒蒿

Ⓓ 湿生草类药物

1 木棉花 2 小茴香 3 黄小茴香 4 黑小茴香 5 措那小茴香 6 印度小茴香 7 藏小茴香 8 次藏小茴香 9 白蛇床子 10 蛇床子 11 藏产次蛇床子 12 黄蛇床子 13 次白蛇床子 14 麝香黄蜀葵 15 藏产次麝香黄蜀葵 16 草决明 17 波棱瓜 18 印度波棱瓜 19 止泻木 20 藏产止泻木 21 葡萄 22 喀什米尔葡萄 23 西康葡萄 24 两种芫荽 25 醋柳果 26 上品木瓜 27 木瓜 28 次木瓜 29 石榴 30 白胡椒 31 黑胡椒 32 雌荜茇 33 雄荜茇 34 生姜 35 干姜 36 朝天椒 37 有的学派认为兹札嘎是荜茇根 38 有的学派绘制的朝天椒 39 桂皮 40 大托叶云实 41 大托叶云实果 42 阿魏 43 榼藤子 44 次阿魏 45 信筒子 46 马奴子 47 番木鳖 48 乳香 49 安息香（有牛、蛇守护）


A
1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26
27
28
29
30
31
32
33
34
35
36
37
38
39
40
41
42
43
44
45
46
47
48
49
50
51
52
53
54
55
56
57
58
59
60
61
62
63
64
65
66
67
68
69
70
71
72
73
74
75
76
77
78
79
80
81
82
83
84
85
B
1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14

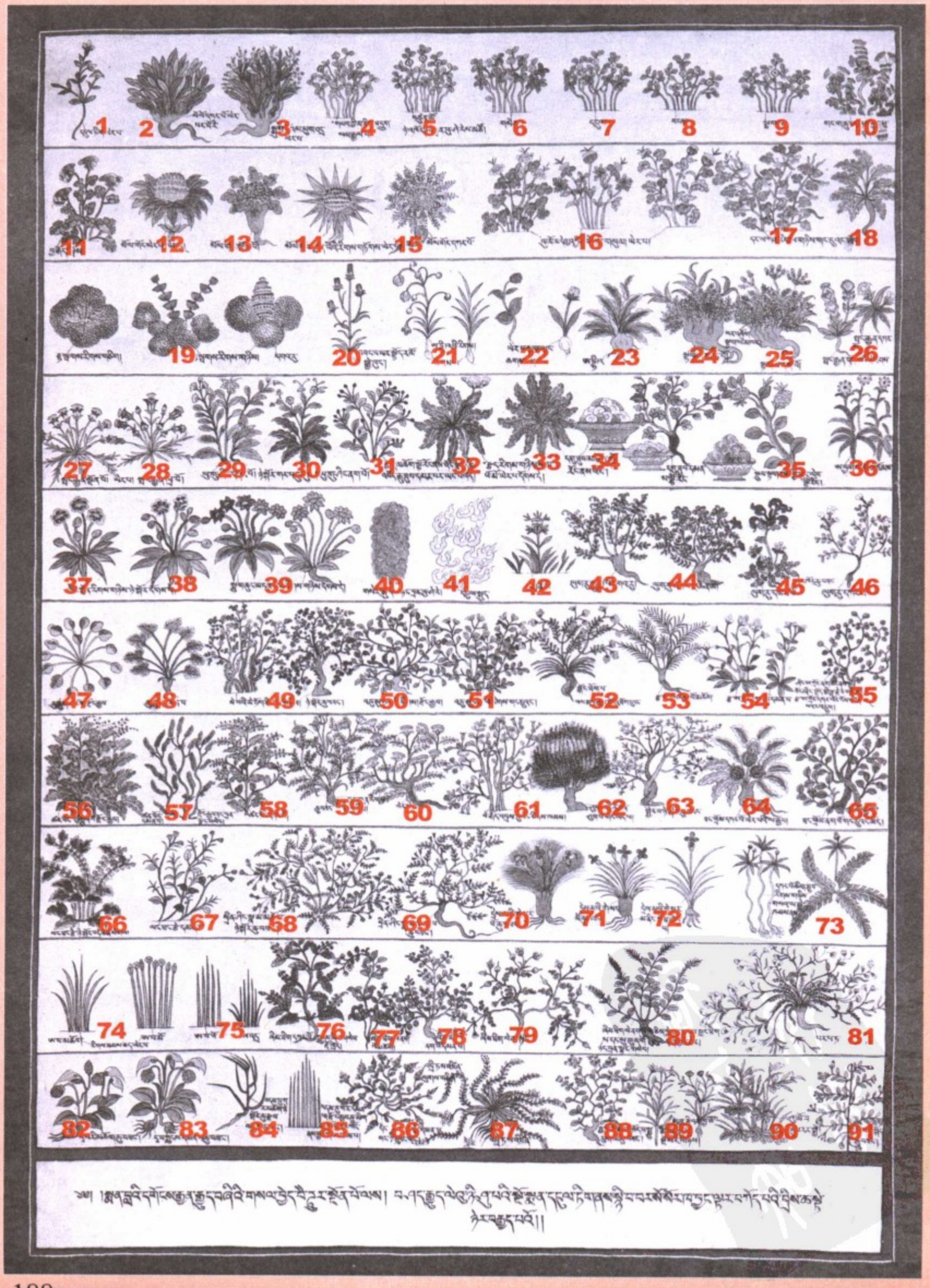
本图主要描绘了部分湿生草类药物和部分旱生草类药物。

A 湿生草类药物

1 松香 2 山产硇砂 3 人造次硇砂 4 硇砂 5 辣味红矿盐 6 紫硇砂 7 人造紫硇砂 8 岩盐 9 人造岩盐 10 兽角盐 11 灰盐 12 皮硝 13 硼砂 14 次硼砂 15 海盐 16 永胜诃子 17 无畏诃子 18 甘露诃子 19 增长诃子 20 薄皮诃子 21 金色诃子 22 长嘴诃子 23 小黑诃 24 毛诃子 25 余甘子 26 广酸枣 27 白刀豆 28 黑刀豆 29 榼藤子 30 冲天子 31 石莲子 32 类大托叶云实 33 柿子 34 红枣 35 藏木香 36 川木香 37 广木香 38 另外两种木香 39 姜黄 40 黑水菖蒲 41 白水菖蒲 42 萱草根 43 有瓜石斛 44 次有瓜石斛 45 白钩藤 46 紫钩藤 47 白商陆 48 黄商陆 49 大商陆 50 白乌头 51 黑乌头 52 黄乌头 53 甘草 54 宽筋藤 55 悬钩子 56 猪毛菜 57 印度獐牙菜 58 尼泊尔獐牙菜 59 纤毛婆婆纳 60 藏纤毛婆婆纳 61 穆坪马兜铃 62 大株红景天 63 青藏大株红景天 64 秦皮 65 油松 66 三颗针 67 雄糖茶藨子 68 雌糖茶藨子 69 次茶藨子 70 紫檀 71 次紫檀（微黄） 72 次紫檀（微白） 73 娑罗子 74 花蓖麻子 75 黑蓖麻子 76 次蓖麻子 77 木贼 78 次木贼 79 腊肠树 80 葫芦 81 小葫芦 82 五味子 83 苦楝子 84 橡实 85 次橡实

B 旱生草类药物

1 藏黄连 2 翼首草 3 黏液翼首草 4 次翼首草 5 尼泊尔紫堇 6 白秦艽 7 黑秦艽 8 伞梗虎耳草 9 唐古特青兰 10 紫花胡麻子 11 蓝花胡麻子 12 另一种蓝花胡麻子 13 两种黄花胡麻子 14 次黄花胡麻子



ཨཿ །སྒྲ་བྱྀ་དང་ཀཱ་རུ་བཞི་དེ་གསལ་བྱེད་ཅིང་རྒྱ་ཡི་ཐོ་རངས་དང་ལྡན་པ་ཞེས་བཤད། བཅཱ་རུ་ལ་ལྟོ་ཀ་ཡིའི་ཐོ་རངས་དང་ལྡན་པ་ཞེས་བཤད་ཅིང་ཡི་གེ་ཆགས་ཤིང་ཡིད་ཀྱི་ཐོ་རངས་ཏེ་རང་རྒྱུད་པའོ།།

本图主要描绘了部分旱生草类药物。

旱生草类药物

1 白花胡麻子 2 白花丛菔 3 黄花丛菔 4 猫眼草 5 次猫眼草 6 黄花猫眼草 7 白花猫眼草 8 紫花猫眼草 9 蓝花猫眼草 10 乌奴龙胆 11 囊距翠雀 12 星芒绢毛苣 13 蓝花绢毛苣 14 白花绢毛苣 15 黄花绢毛苣 16 三种假糙斗菜 17 独行菜 18 紫堇 19 三种独一味 20 乃东贝母 21 林周贝母 22 达孜贝母和林周贝母 23 贝母 24 白小叶棘豆 25 黑小叶棘豆 26 白花高山龙胆 27 蓝花高山龙胆 28 杂花高山龙胆 29 白一扫光 30 黑一扫光 31 棱子芹 32 岩川芎 33 拉萨及达孜岩川芎 34 古突 35 马钱子 36 鞑新菊 37 多刺绿绒蒿 38 拉萨多刺绿绒蒿 39 两种单叶绿绒蒿 40 红地衣 41 白地衣 42 次地衣 43 色拉寺旁奥氏马先蒿 44 黄花长筒马先蒿 45 红花马先蒿 46 白花马先蒿 47 龙王潭旁水葫芦苗 48 次水葫芦苗 49 拉萨绢毛蔷薇 50 布达拉花苜蓿 51 天蓝苜蓿 52 糖芥 53 黑艾蒿 54 白艾蒿 55 阿里常用木本艾蒿 56 一种艾 57 一种次艾 58 布达拉次白艾 59 拉萨藏当归 60 达孜藏当归 61 茶藨子果 62 香桧 63 三颗针花和果 64 矮茛菪 65 唐古特山莨菪 66 黑莨菪子 67 次莨菪子 68 矮素馨 69 次矮素馨 70 藏马蔺果 71 次藏马蔺果 72 鸢尾 73 西康大叶三七 74 三种达孜藏萝蒂 75 假萝蒂 76 黑香茶菜 77 白香茶菜 78 耕地旁产香茶菜 79 黑香茶菜 80 香薷草 81 节烈角茴香 82 天南星 83 次天南星 84 杉叶藻 85 次杉叶藻 86 拉孜草莓苗 87 草莓苗 88 角柱花 89 豌豆花 90 葫芦巴苗 91 鸡蛋参

(6) 旱生草类药物的功效

藏黄连	降血压，医治紊乱症及五脏热病。	翼首草	治瘟病，解毒，医治久热症。
矮紫堇	止血，治溃疡、多血症，清脉热。	秦艽	清腑热，医治赤巴病。
伞梗虎耳草	清肝热、清胆热。	甘青青蓝	治胃热、清肝热。
虎耳草、花锚	医治赤巴热病。	板蓝	清肺热。
肉质猫眼草	峻泻四种赤巴病。	乌奴龙胆	解毒，治热泻。
绢毛菊	医治头部外伤、解热毒。	独行菜	干枯胸部黄水，治头部骨折，保护骨脂。
独一味	保护骨髓，医治黄水症。	翻白草	医治疮伤，消炎、解毒。
高山龙胆	医治喉炎，解热毒。	接骨木	收敛伤口，解热毒。
藏川芎、古突	有解毒作用。	旋复花	医治头部伤，干枯黄水。
绿绒蒿	医治骨折，增生骨脂。	菟丝草	清肺热、清肝热、清脉热、解热毒。
粤氏马先蒿	敛毒，特别是解肉毒。	蔷薇花	医治赤巴，抑制隆病。
花苜蓿	医治疮伤，治疗肺病。	茵陈蒿	解肺热。
当归	清心热、解毒。	刺柏	治肾热、医疗疮。
三颗针	止腹泻。	马蔺子	医治腹绞痛、杀虫。
葜若子、天仙子、矮紊馨果	医治虫病。	溪岸银莲花、毛茛、铁线莲	去腐肉，增胃热，治黄水症。
大叶三七	敛毒、消炎、杀虫。	益母草	去眼中的云翳。
角茴香	治瘟病、解热毒。	天南星	杀虫，除骨刺。
杉叶藻	清肺热、清肝热、清脉热。	草莓苗	化脓、医治黄水症。
蔓麦瓶草	医治月经疾病。	金莲花	医治疮伤、脉道疾病。
卷丝苣苔	解毒，止热泻。	黄秦艽	愈合疮伤，接脉，医治肠绞痛。
草木犀及甘松	医治久热、解热毒。	臭当归	消炎、散疔疖。

菊花	解毒，治瘟病。	艾叶	止血、消除四肢肿胀。
亚大黄	医治黄水症，肾性水肿。	苍耳子	医治瘟疫，解毒，清肾热。
膜边獐牙菜	医治瘟疫。	鹅不食	医治赤巴病。
贯众及西河柳	解药物毒，解肉毒。	冬苋菜	医治尿闭症，止渴，止泻。
槟榔叶及茜草	医治肺热、肾热，治扩散热症。	淫羊藿	医治肛门梗阻。
岩白菜	愈合创伤。	苏木	活血、清血热。
忍冬果	医治心热、妇科疾病。	白花棘豆	治肾型水肿，消浮肿。
萼果香薷	去腐生肌，医治毒虫咬伤。	藏麻黄	止血，清肝热。
银端	解毒、消除四肢肿胀。	木紫菀	医治瘟疫，解毒，清脉热。
猪殃殃	治胆病、眼黄症。	叉分蓼	医治肠道和六腑的热症
兰石草	补肺，医治肺脓疡。	高山葶苈	医治肉毒。
密花角蒿	医治耳病，消腹胀。	砂生槐	催吐胆汁。
黑穗粉菌	增胃热。	茴香	清除隆引起的热病，解毒，治眼病。
黄花杜鹃	医治培根病的寒热往来症。	荠菜	止各种呕吐。
车前和翠雀	止腹泻。	佛手参	强身体、补精液。
藁吾	催吐赤巴病。	对耳草	催吐培根病。
离娄和泽漆	峻泻一切寒热疾病。	白芷	医治黄水症。
钩腺大戟	峻泻赤巴病。	大黄	解热毒、清腑热、峻泻培根。
亚大黄	消炎，使疮伤结痂。	瑞香狼毒	医治疥疮、消炎。
喜马拉雅紫茉莉	医治下半身寒性疾病，治黄水症。	川芎	医治黄水症、腰部寒性病。
玉竹和黄精	益寿延年，医治黄水症。	蒺藜	医治便淋症、痛风、肾脏疾病。


1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26
27
28
29
30
31
32
33
34
35
36
37
38
39
40
41
42
43
44
45
46
47
48
49
50
51
52
53
54
55
56
57
58
59
60
61
62
63
64
65
66
67
68
69
70
71
72
73
74
75
76
77
78
79
80
81
82
83
84
85
86
87
88
89
90
91
92

本图主要描绘了部分旱生草类药物。

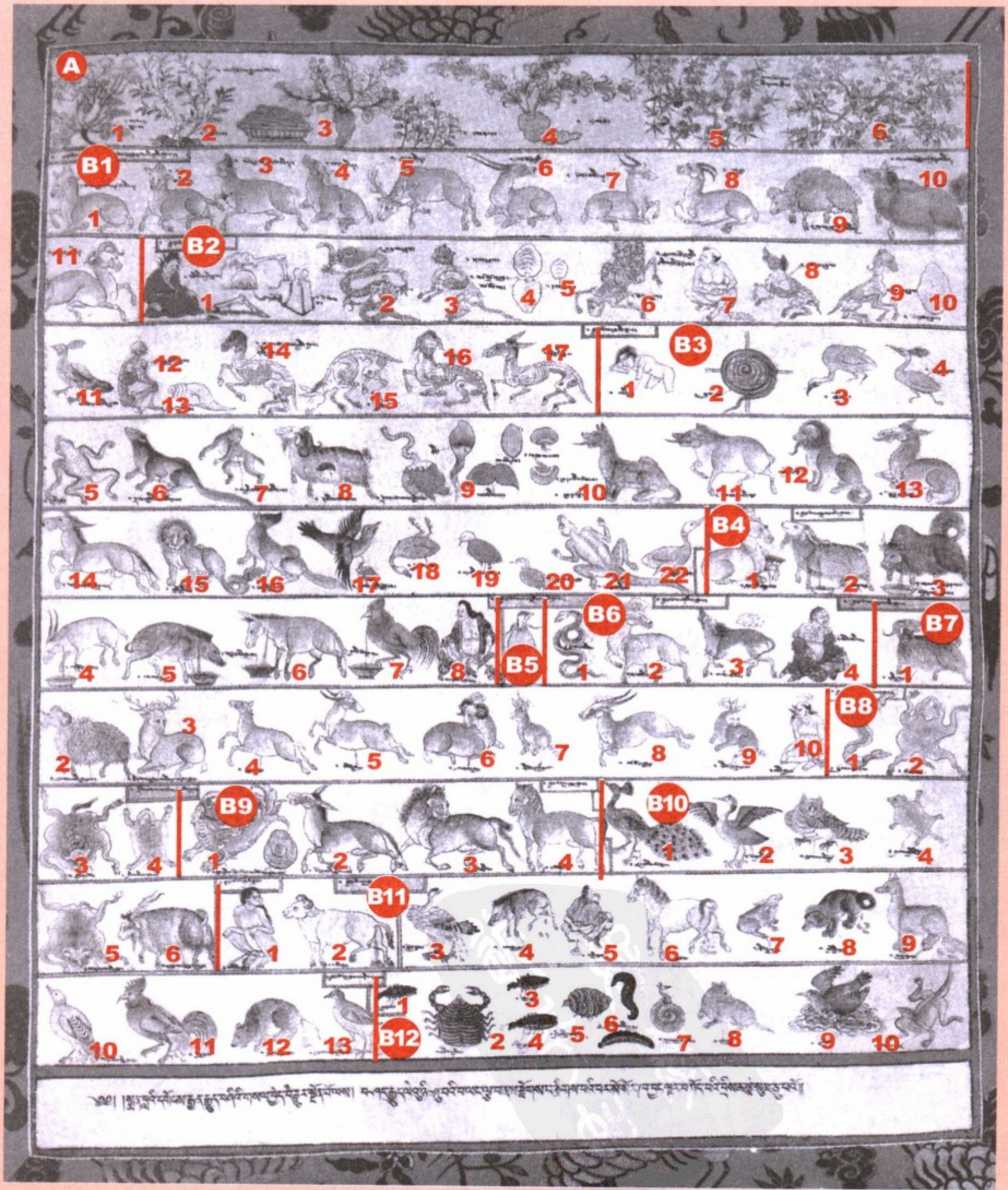
旱生草类药物

1螃蟹甲 2裂叶玄参 3次裂叶玄参 4万寿菊 5卷丝苣苔 6瓦苇 7草苜蓿 8甘松香 9黄连 10哲蚌寺旁唐松草 11千里光 12次千里光 13三种消肿去淤的伞形科植物——邦布 14苏氏紫菀 15高山苦艾 16白苦艾 17紫苦艾 18黑高贵大黄 19小野蒿 20白高贵大黄 21苍耳子 22异叶天南星 23次异叶天南星 24白杨 25粉苞苣 26次粉苞苣 27此药非粉苞苣 28铁线草 29次铁线草 30水柏枝 31灰木叶 32次灰木叶 33紫草茸 34茜草 35冬苋菜 36紫花冬苋菜 37白花冬苋菜 38中性冬苋菜 39一种报春花 40一种睡莲 41阳雀花 42鬼见愁 43益母草 44云南黄芪 45次云南黄芪 46另一种黄芪 47黄花藏香薷 48两种紫花藏香薷 49两种藏麻黄 50荪蒿 51海氏紫菀 52一种紫堇 53白猪秧秧 54黑猪秧秧 55另一种白猪秧秧 56外来蓼 57红花羊蹄 58黄花羊蹄 59水生羊蹄 60兰石草 61高山蓼芳 62藏角蒿 63砂生槐 64青稞黑粉菌 65溪岸银莲花 66次溪岸银莲花 67毛茛 68次毛茛 69两种绣球藤 70小杜鹃 71藏茴香 72三种车前草 73印度翠雀 74山地产翠雀 75平地产翠雀 76荠菜 77两种佛手参 78四种鬼手参 79次手掌参 80两种李息橐吾 81黑刺参 82白刺参 83次白刺参 84白狼毒 85次白狼毒 86大戟 87兰花参 88大戟（萝卜形根）89大黄 90三种次大黄 91瑞香狼毒 92两种当归

(7) 动物类药物的功效

角类药	犀角、狍角及鹿角	干枯胸腹的脓血、黄水。	羌鹿角	催产。
	羚羊角及黄羊角	止腹泻。	野牦牛角	增胃火、治癌块。
	种绵羊角	催产。	羚羊角	医治瘟疫病。
骨类药	人头骨	干枯黄水。	人髋骨	医治疔疮、炭疽病。
	人的肩胛骨煅灰	医治久热症。	龙骨	去腐肉，愈合伤口。
	被雷击毙动物骨	医治肠病。	虎骨	补骨脂。
	头盖骨	医治肠道疾病。	贝壳	止血，干枯脓液。
	绵羊骨	医治隆病。	猪骨	医治溃疡病。
	黄牛的髌骨	医治尿闭症。	刺猬骨	止血。
	猴骨	催产。	蜗牛壳	治虫病、肾性水肿。
	奇蹄动物的骨骼	干枯黄水。		
肉类药	蛇肉	活血化瘀，治眼病。	人肉	医治硬核大疮，治隆病，解毒，消炎。
	鹫肉	增热，治甲状腺肿大。	孔雀肉	治赤巴病，解毒。
	水獭的肝脏	医治尿闭症。	蜥蜴肉	医治腰、肾的寒性病。
	旱獭的肝脏	医治骨裂症。	山羊肝脏	医治眼病。
	狼胃	增胃火、助消化。	狼舌	医治舌肿胀。
	猪舌	医治骨刺。	狗舌	愈合各种疮伤。
	驴舌	止腹泻。	公羊睾丸	补阳。
	狗的睾丸	下胎盘。	马鸡肉	止呕吐。
	狐狸及燕子的肺	医治肺穿孔。	麻雀肉	消化青稞糌粑。
	石龙子肉	增生精液。	黄鸭肉	医治小腿抽筋和疔疮。
	鹿血	治虫病，子宫出血。	山羊血	医治梅毒，天花。

血类药	野牦牛及羚羊血	止腹泻。	猪血	解毒，收敛溃疡。
	鸡冠血	滋补肌肉、保护骨脂。	驴血	医治风湿症、关节积黄水。
	胎血	堵脉口，生新肌。		
胆	一切胆类皆能堵脉口，去腐生肌，解毒，治眼病。			
脂肪	蛇的脂肪	去箭镞。	鹿的脂肪	解毒，治虫病。
	猪的脂肪	敛毒，医治皮肤黄水病。	人的脂肪	医治隆病，湿疹。
脑类	山羊脑	医治筋络损伤。	羊脑	治头晕、脑震荡。
	鹿脑	止腹泻。	野兔脑	治肠绞痛。
皮	犀牛皮和黄牛皮	医治天花。	蛇蜕	医治白癜风、牛皮癣。
爪类	鳄鱼爪	清骨热。	驴蹄	医治尿闭症。
	骡马腋衮	医治小腿抽筋。	马蹄	治瘕块。
毛类药	孔雀翎	解毒，治肺脓肿。	水獭翎	医治尿闭症。
	猫头鹰翎	医治肾性水肿。	鼯鼠毛	医治子宫疾病。
	种山羊阴囊毛	医治疔疮炭疽病。	青羊毛	解毒。
尿	母黄牛尿	医治黄水症、久热症。	人尿	医治虫病，消炎，防止瘟疫病。
粪便类药	鹫粪	增热，医治瘕块、肿胀。	猪粪	消炎，治消化不良、瘟病、胆囊癌块等。
	野兔粪	峻泻肾性水肿。	人中黄	医治胆囊癌块，解毒、消炎等。
	狗、狼、雪鸡粪	消瘕肿。	马粪	医治虫病、赤巴病、隆病，止呕吐。
	鸟粪及老鼠粪	排脓。	鸽子粪	使肿胀化脓。
全身类	斑蝥	峻泻脉病。	螃蟹	医治尿闭症。
	蜣螂	医治急性肠胃炎。	粉蝶蛹	医治血液外溢。
	螺蛳	医治脑漏。	沙蜥蜴	治虫病，解毒。


A
B1
B2
B3
B4
B5
B6
B7
B8
B9
B10
B11
B12

本图主要描绘了部分旱生草类药物和各种动物类药物。

A 旱生草类药物

1 白芷 2 天门冬 3 两种喜马拉雅紫茉莉 4 黄精 5 刺蒺藜 6 另一种刺蒺藜

B 动物类药物

B1 角类 1 广角（白色）2 犀角（花色）3 犀角（黑色）4 麋角 5 鹿角 6 羚羊角 7 野羊角 8 山羊角 9 绵羊角 10 野牦牛角 11獐羊角

B2 骨类 1 陈旧的人骨 2 龙骨 3 虎骨 4 贝壳 5 次贝壳 6 雷电击毙人的骨骼 7 痢疾病死者的头盖骨 8 猪骨 9 羊骨 10 动物髌骨 11 “斯木”鸟骨 12 猴骨 13 螺壳 14 奇蹄类动物骨 15 野马骨 16 驴骨 17 骡骨

B3 肉类和脏器 1 人肉 2 蛇肉 3 鹫肉 4 孔雀肉 5 雪蛙肉 6 水獭肝 7 雪猪肝 8 山羊肝 9 动物的肺、心、肝、脾、肾 10 狼舌、狼胃 11 猪舌 12 狗舌 13 驴舌 14 驴睾丸 15 狗睾丸 16 狐肺 17 燕肺 18 锦鸡肉 19 山雀肉 20 麻雀肉 21 蜥蜴肉 22 黄鸭肉

B4 血类 1 鹿血 2 山羊血 3 野牛血 4 羚羊血 5 猪血 6 驴血 7 鸡冠血 8 月经血

B5 胆类 各种胆囊

B6 脂肪类 1 蛇油 2 鹿脂 3 猪油 4 人脂

B7 脑类 1 山羊脑 2 绵羊脑 3 鹿脑 4 獐脑 5 野羊脑 6獐羊脑 7 兔脑 8 羚羊脑 9 兔脑 10 人脑

B8 皮类 1 蛇蜕 2 犀牛皮 3 黄牛皮 4 鼠皮

B9 爪类 1 鳄爪、鳄鳞 2 驴蹄 3 马蹄 4 马蹄小趾

B10 毛类 1 孔雀尾翎 2 小鸟翎 3 枭羽 4 鼯鼠毛 5 野羊毛 6 山羊阴毛

B11 粪便类 1 人尿 2 雌黄牛尿 3 鹫粪 4 野猪屎 5 人粪 6 马粪 7 兔屎 8 狗屎 9 狼粪 10 松鸡粪 11 鸡屎 12 鼠屎 13 鸽粪

B12 全身类 1 斑蝥 2 螃蟹 3 水虱 4 蟑螂 5 土鳖虫 6 粉蝶蛹 7 蛞蝓 8 水鼠 9 小海鸟 10 蜥蜴

单味药的组合

药剂配方

各种药物在临床应用中往往是复方，单味药很少，药剂配方往往是按照药味和功能进行搭配的。

在前面所介绍的各种药物中，有些药物是医治某种常见疾病的主要药物，它们是进行药剂配方的基础。包括：

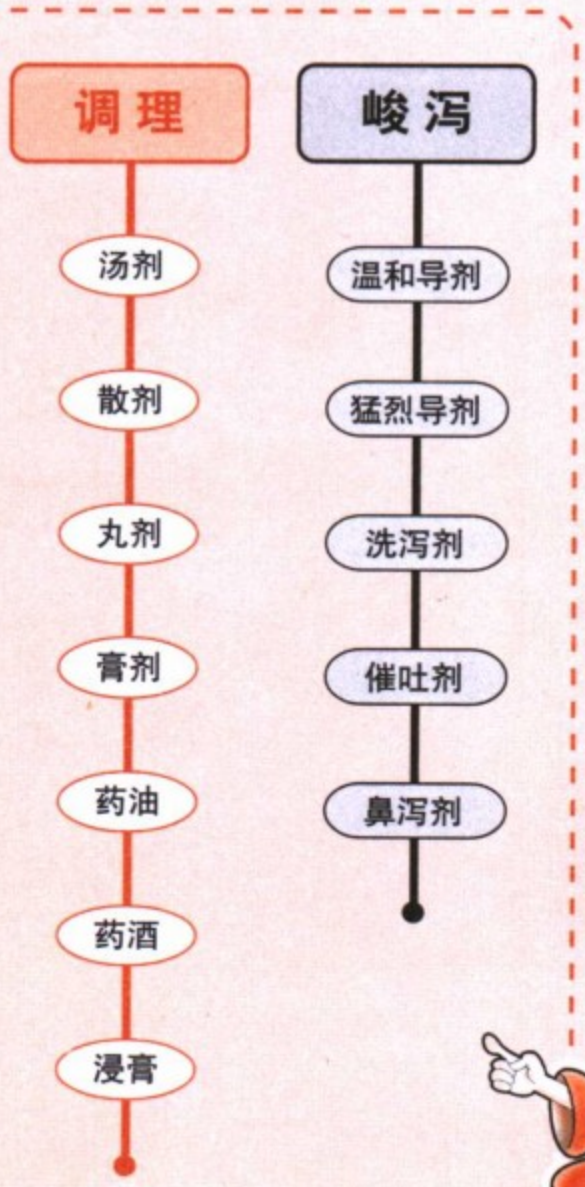
医治热性疾病的药物，如冰片、白檀香、牛黄、竹黄、红花、毛瓣绿绒蒿等；医治赤巴病的药物，如藏茵陈、波棱瓜、止泻木、钩腺大戟、秦艽、小蘗等；医治血病的药物，如红檀香、降香、黄连、纤毛婆婆纳、余甘子、矮紫堇、茜草、紫草茸等；医治瘟疫的药物，如牛黄、波棱瓜、川乌、大株红景天、角茴香等；解毒药物，如麝香、乌头、钩藤、莨菪、藏川芎、姜黄、翼首草、西河柳、龙胆、小蘗皮等；医治肺病的药物，如竹黄、甘草、葡萄、沙棘果、广木香、大株红景天、茵陈蒿、红景天、板蓝根等；医治隆病和热性培根合并症的药物，如木藤蓼、复盆子、沉香、茴香、广木香、安息香、大蒜等；医治热性培根病的药物，如木瓜、青木香、芫荽、沙棘果、绿绒蒿、石榴、干姜、余甘子等；医治隆病的药物，如肉豆蔻、蔗糖、各种骨类等；医治寒性培根病的药物，如石榴、黑胡椒、荜茇、干姜、小米辣、草果、小豆蔻、桂枝、大托叶云实、黄花杜鹃、蛇床子、铁线莲、溪岸银莲花、毛茛、光明盐、硇砂、角盐、灰盐等；医治黄水症的药物，如白芸香、草决明、降香、小蘗等；医治虫病的药物，如麝香、阿魏、大蒜、莨菪子、天仙子、蔓荆子、马蔺籽、蜗牛壳、瑞香果、天南星、花椒等；医治腹泻的药物，如葫芦、五味子、没食子、车前、紫草茸、茜草等；医治尿病的药物，如硇砂、光明盐、海金砂、螃蟹、小豆蔻等；催吐药物，如没食子、藜吾、刺参、菖蒲、草莓苗、砂生槐子、金腰子、白芥子等；下泻药物，如诃子、巴豆、腊肠果、芦荟、离娄、大黄、白芷、佛手、瑞香狼毒、亚大黄等。

以单味药为基础，在配制药剂时，有按照药味和功效配方两类。依照药味配方共有五十七种；依照药物功效配制方剂，则有调理与峻泻两大种，依此来医治四百零四种疾病。

依照药味配制的方剂共有57种

	甘	酸	咸	苦	辛	涩	共计
两种药味配合	5	4	3	2	1		15
三种药味配合	10	6	3	1			20
四种药味配合	10	4	1				15
五种药味配合	5	1					6
六种药味配合							1
							+
							=57

依照药物功效配制的方剂可分为调理与峻泻两类

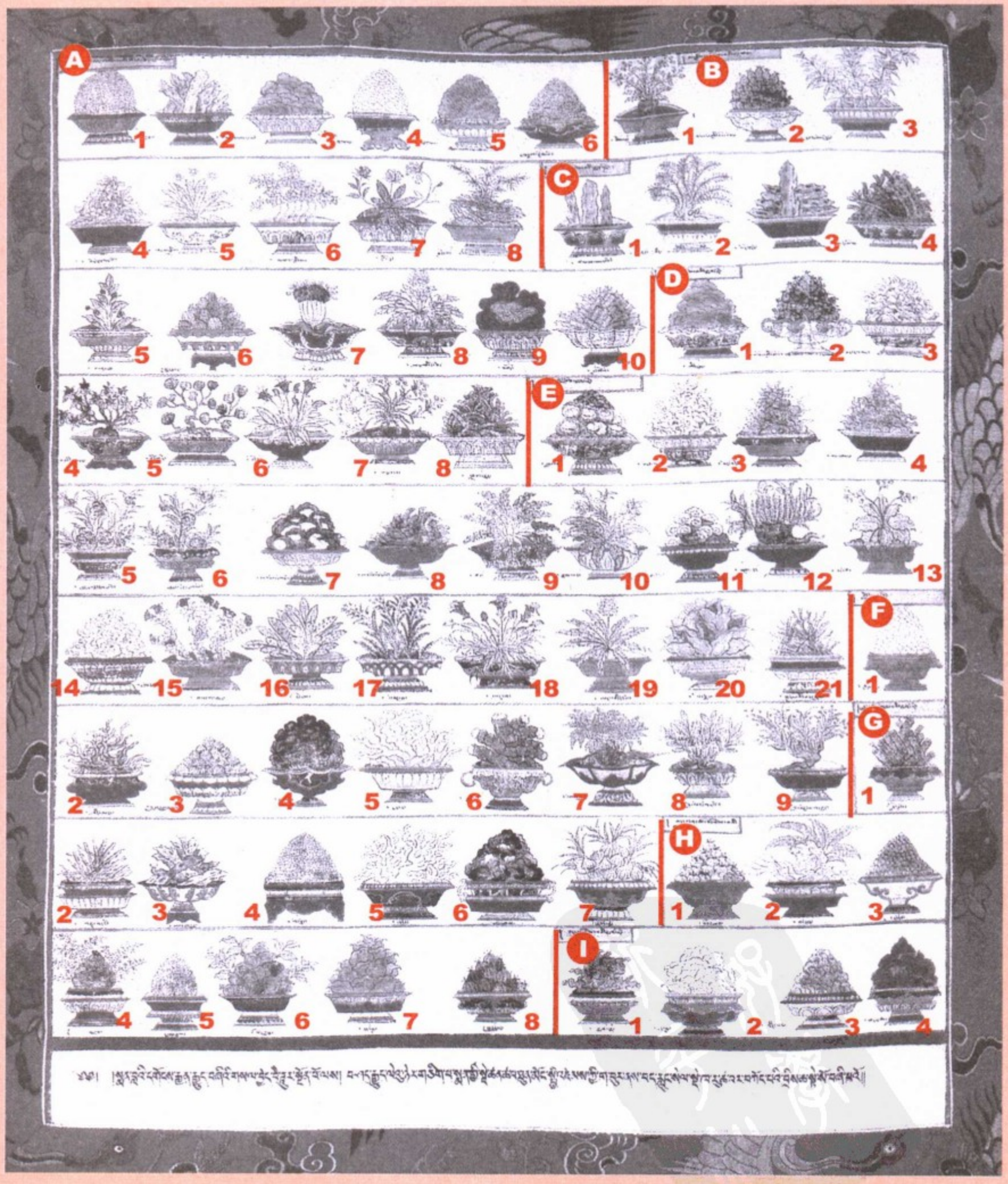




调理和峻泻到底有什么区别呢？

通俗地解释，调理是指调整人体内部出现问题部位的秩序，使其恢复健康正常的状态；峻泻则是通过将扰乱人体内部秩序的“骚乱分子”排泄出体外，从而达到恢复人体正常状态的目的。




A
1 2 3 4 5 6
B
1 2 3
4 5 6 7 8
C
1 2 3 4
5 6 7 8 9 10
D
1 2 3
4 5 6 7 8
E
1 2 3 4
5 6 7 8 9 10 11 12 13
14 15 16 17 18 19 20 21
F
1
2 3 4 5 6 7 8 9
G
1
2 3 4 5 6 7
H
1 2 3
4 5 6 7 8
I
1 2 3 4

药物的分类

本图描绘了各种治疗热性病的药物、治疗胆病的药物、治疗血病的药物、治疗瘟疫的药物、解毒药物、治疗肺病的药物、治疗风热病的药物、治疗寒热病的药物和治疗风寒病的药物。

A 治疗热性病的药物

1 冰片 2 檀香 3 牛黄 4 滑石 5 草红花 6 毛瓣绿绒蒿

B 治疗胆病的药物

1 地丁 2 波棱瓜 3 止泻木 4 船形乌头 5 粉苞苣 6 猫眼草 7 长梗秦艽 8 三颗针

C 治疗血病的药物

1 降香 2 鬼见愁 3 紫檀 4 藏黄连 5 穆坪马兜铃 6 余甘子 7 矮紫堇 8 翼首草 9 茜草根 10 紫草绒

D 治疗瘟疫的药物

1 牛黄 2 波棱瓜 3 船形乌头 4 皮氏牻牛儿苗 5 苍耳子 6 异叶天南星 7 角茴香 8 唐松草

E 解毒药物

1 麝香 2 白乌头 3 黄乌头 4 红乌头 5 白钩藤 6 紫钩藤 7 白商陆 8 黄商陆 9 岩川芎 10 一扫光 11 古突 12 小叶棘豆 13 卷丝苣苔 14 姜黄 15 乌奴龙胆 16 骨碎补 17 水柏枝 18 高山龙胆 19 翼首草 20 茶薰子 21 三颗针皮

F 治疗肺病的药物

1 滑石 2 甘草 3 葡萄 4 醋柳果 5 广木香 6 牻牛儿苗 7 艾蒿 8 绵毛丛菔 9 次丛菔

G 治疗风热病的药物

1 宽筋藤 2 悬钩子 3 沉香 4 藏茴香果 5 广木香 6 安息香 7 蒜

H 治疗寒热病的药物

1 木瓜 2 藏木香 3 芫荽 4 醋柳果 5 绿绒蒿 6 石榴 7 干姜 8 余甘子

I 治疗风寒病的药物

1 生姜 2 干姜 3 阿魏 4 紫硇砂


A
1 1 2 3 4 5 6 7 8
9 10 11 12 13 14 15 16 17
18 19 20 21
B
1 2 3
C
1 2
3 4 5
D
1 2 3 4 5 6
7 8 9 10 11 12 13 14
E
1
2 3 4 5 6 7 8 9 10
F
1 2 3 4 5 6
G
1 2 3
4 5 6 7 8 9
H
1 2 3
4 5 6 7 8 9 10 11 12

本图描绘了各种治疗培根及寒性病的药物、治疗隆病的药物、治疗黄水病的药物、治疗虫病的药物、治疗腹泻的药物、治疗水肿的药物、催吐药物以及泻下药物。

1 葱

Ⓐ 治疗培根及寒性病的药物

1 石榴 2 黑胡椒 3 荜茇 4 生姜 5 朝天椒 6 草果 7 小豆蔻 8 桂皮 9 大托叶云实果 10 信筒子果 11 小叶杜鹃 12 黑茴香 13 蛇床子 14 绣球藤 15 溪岸银莲花 16 毛茛 17 矿盐 18 硝石 19 光明盐 20 兽角盐 21 灰盐

Ⓑ 治疗隆病的药物

1 肉豆蔻 2 红糖 3 各种骨

Ⓒ 治疗黄水病的药物

1 树脂 2 草决明 3 麝香黄蜀葵子 4 生等木 5 三颗针根皮

Ⓓ 治疗虫病的药物

1 麝香 2 阿魏 3 蒜 4 马奴子 5 黑莨菪子 6 莨菪子 7 信筒子 8 藏马蔺果 9 小螺 10 结血蒿灰 11 矮素馨子 12 异叶天南星 13 花椒 14 藏牛阿风

Ⓔ 治疗腹泻的药物

1 葫芦 2 雌葫芦 3 五味子 4 橡子 5 苦楝子粉 6 平地产车前草 7 草地产车前草 8 紫草茸 9 茜草 10 翠雀

Ⓕ 治疗水肿的药物

1 硝石 2 光明盐 3 金礞石 4 螃蟹 5 小豆蔻 6 野冬苋菜籽

Ⓖ 催吐药物

1 荠菜子 2 卵叶橐吾 3 刺参 4 水菖蒲 5 王瓜 6 草莓苗 7 砂生槐子 8 猫眼草 9 白芥子

Ⓗ 泻下药物

1 诃子 2 蓖麻子 3 腊肠树果 4 木贼 5 白狼毒 6 大戟 7 大黄 8 兰花参 9 春布 10 高贵大黄 11 瑞香狼毒 12 土大黄

针、钳、刀、镊

外治法使用的器械

所谓外治，就是从身体外部将疾病治好。施行外治法需要借助于许多特殊的工具，这些外治器械都是在长期的医疗实践中发明和创造出来的。

关于外治的方法，可以笼统地分为温、强、烈三个部分。温和的治疗法包括罨敷法、药浴法、涂擦法三种；较强的治疗法包括放血法、火灸法、穿刺法三种；剧烈的外治法则包括切除、割断、剜除、拔除四种。

施行外治法所使用的外治器械可谓五花八门，归纳起来，大致可以分为查痛器械、各种手术钳、放血器械、穿刺器械以及各种小件器械五大类。

查痛器械 作用是检查身体各部位的疼痛、骨折、化脓等情况。如长度约八指，尖端有小孔的探针，是用来检查肿胀部位是否化脓的。

各种手术钳 用来取出进入身体内部的异物。如形状像狮子嘴或乌鸦嘴，长度约十八指，连结处钉有坚固的钉子，柄部铁钩处带有一个环的器械，是用来检查并取出深入骨中异物的钳子；长度约八指，形状如鸭嘴，特别细小的器械是用来检查并取出筋肉内异物的钳子；各种镊子则用来取出脉、筋及骨头内的碎片等。

放血器械 施行放血法时使用的器械。如形如麻雀羽毛的刺针，用来割刺肌肉间隙的血脉，长约六指；斧形的手术刀，用于在靠近骨上的脉道处放血；镰刀状的手术刀，长约八指，用于舌部的切割。

穿刺器械 施行穿刺疗法时使用的器械。如针尖似鸟嘴的穿刺针，用于穿刺胸部脓肿；针尖似青稞粒的穿刺针，用于穿刺脊椎的痞块；形似矛尖的探针，用于穿刺四肢的脓肿。

其他小件器械 如锯齿形，宽二指，齿细密，长度约十指的手术锯，用于割除多余骨头；长约一卡，尖端呈钩状的子宫刀，用来钩取死胎；尖端弯曲，长约十指的探针，用于烧灼虫齿；用牛角制成的吸器，高约五指，宽约三指，尖端有孔，能容纳一颗芥菜籽，用于吸取黄水；铜制的状如新月的剃刀，用于剃光头发。

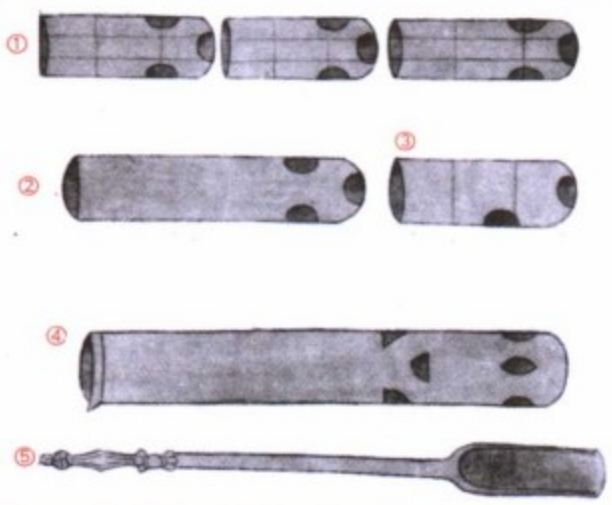
总之，外治器械应依照病情，灵活应用。

各种类型的探针



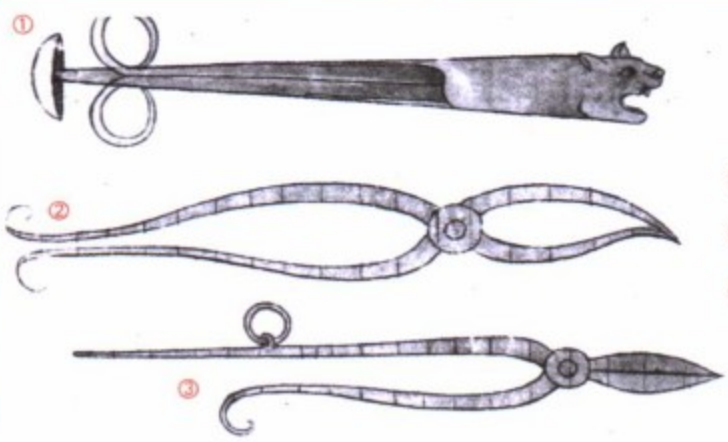
①两种头伤探针，六横指长，用于探查头部骨折。
②圆头的四肢伤探针，
③三角形头的四肢伤探针，
④钩形头的四肢伤探针，
⑤弯头的两种四肢伤探针，
⑥直弯头的四肢伤探针，
⑦蛇目形头的四肢伤探针，
⑧长号形头的四肢伤探针，以上探针均十二横指长，用于探查四肢骨折。
⑨一种查脓探针，头部有孔，八横指长，用于探查伤处脓液。

各种割痔器械

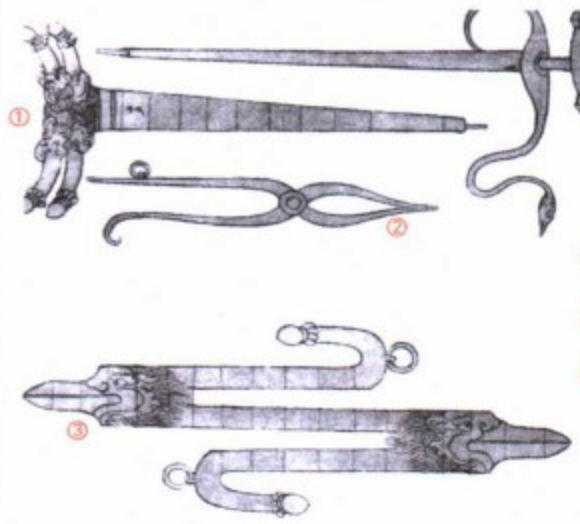


①肛门镜，圆筒状，三指长，用于检查肛门内痔疮。小的内径三指尖粗，大的男用五指尖粗，女用六指尖粗。
②观察用肛门镜壁有双孔。
③手术用肛门镜壁为单孔。
④直肠镜，内有多孔。
⑤切痔铲刀。

各种手术钳

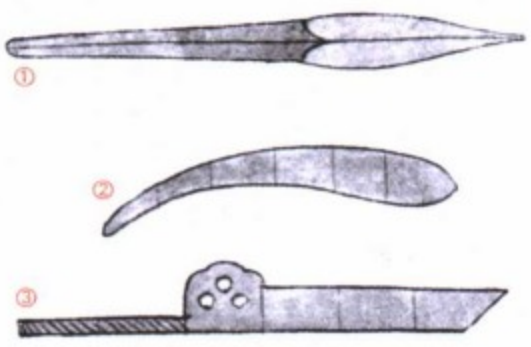


①狮头手术钳，十八指长，可用于各种手术。
②鹤嘴手术钳，十八指长，用于取出骨头上的异物。
③鸦嘴手术钳，十八指长，用途同上。

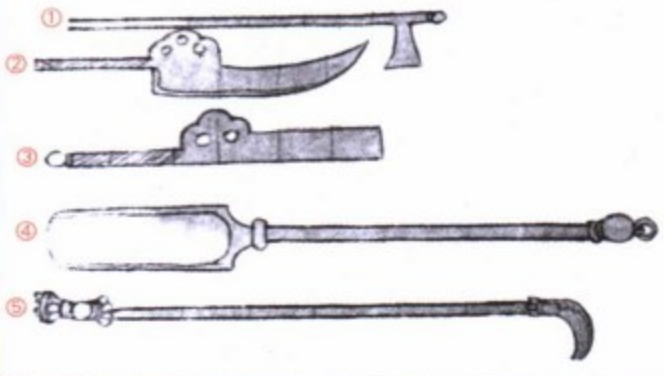


①两种中空有芯手术钳，用于取出深处异物。
②鸭嘴手术钳，八指长，用于取出肉中或脉上的异物。
③十八指长手术钳，用于取出骨头上的铁器异物。

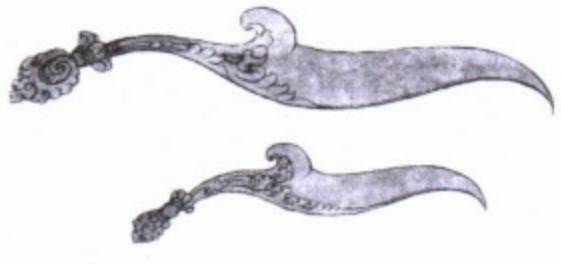
手术镊及各种手术刀



①拔刺镊。
②放血用的羽状刀。
③斜刃刀，用于切开肘、颈部血管。



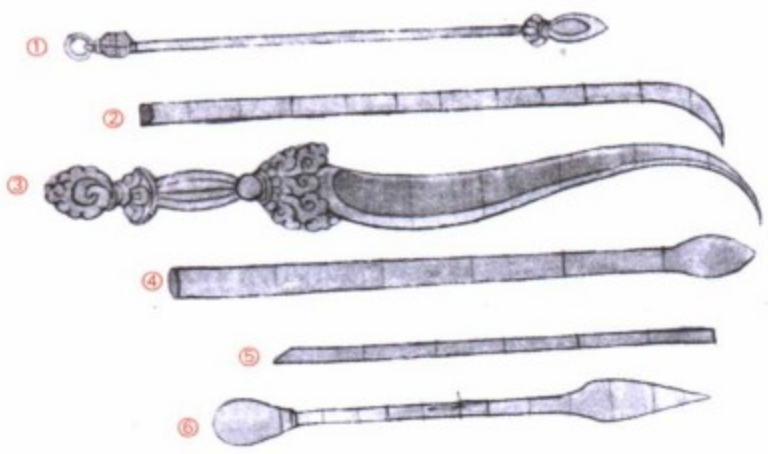
①斧状刀
②弯月刀
③平头刀
④ 圆头刀
⑤镰状刀



大小两种雀冠状刀

以上七种手术刀，
均可用于切割血管、疮肿及骨折手术。

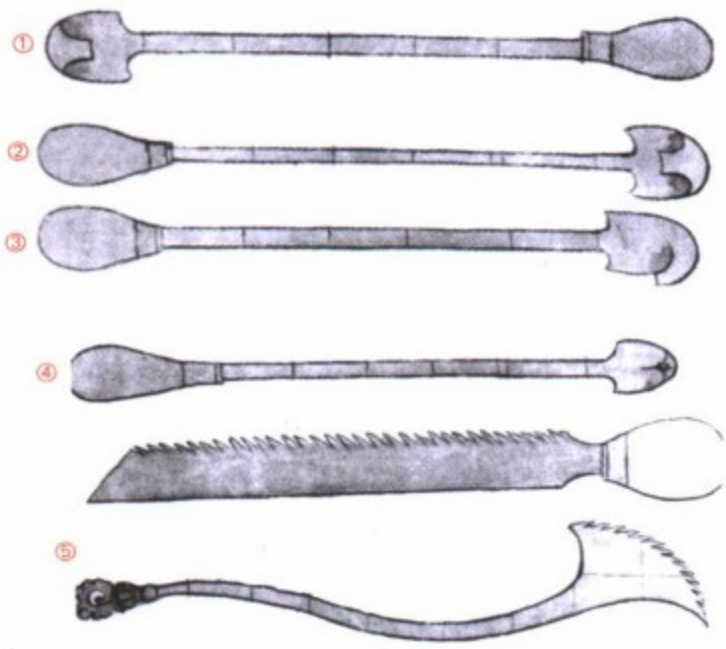
各种穿刺针



①青稞粒状穿刺针，用于穿刺脊椎的痞块。
②鸟喙状穿刺针，用于胸部排脓。
③牛角状穿刺针，用于刺放腹水。
④蛙头状穿刺针，用于心包穿刺。
⑤斜刃头穿刺针，用于除脑内脓肿。
⑥矛头状穿刺针，用于四肢及关节穿刺。

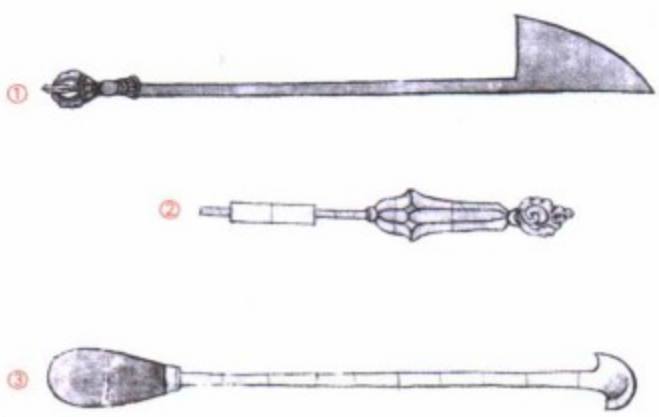
以上六种小针，均用于针拨白内障。

挖匙和骨锯



①单刃斧状挖匙。
②双刃斧状挖匙。
③钩形挖匙。
④锄状挖匙。
⑤两种骨锯刀，用于去除多余骨头。

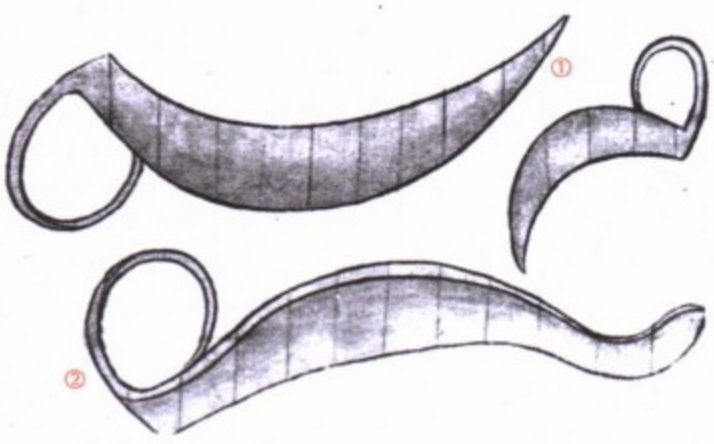
其他器械



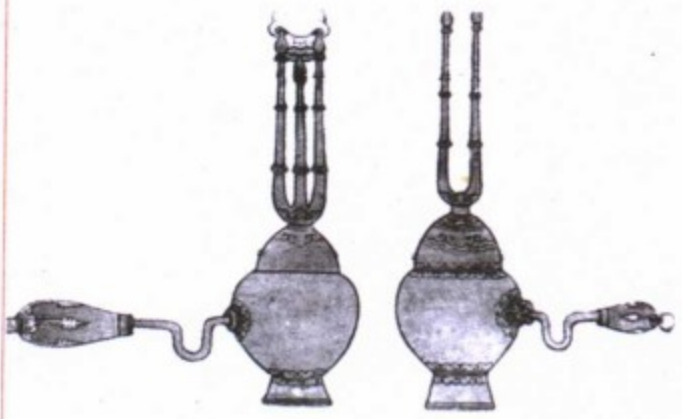
①筋脉刀，用于切除受伤的筋腱。
②骨钻，用于接骨时打孔。
③手术钩，用于割除鼻、咽部息肉。



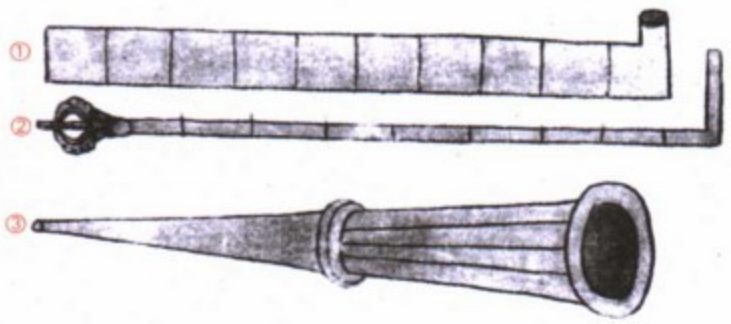
①导尿管，似麦秆粗，中空，十二指长。
②直弯烧灼器，用于烧治虫牙。



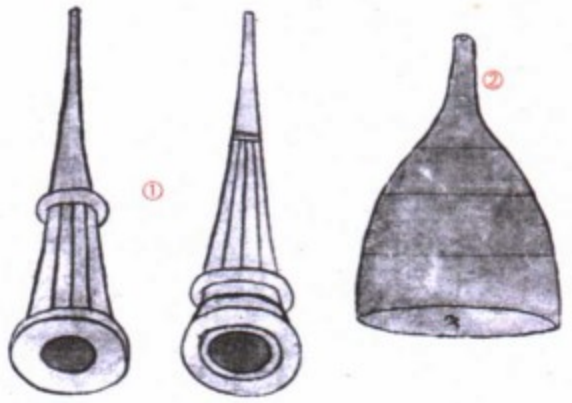
①大小两种子宫刀，用于取出死胎。
②蛇形手术镊，用于取出结石或异物。



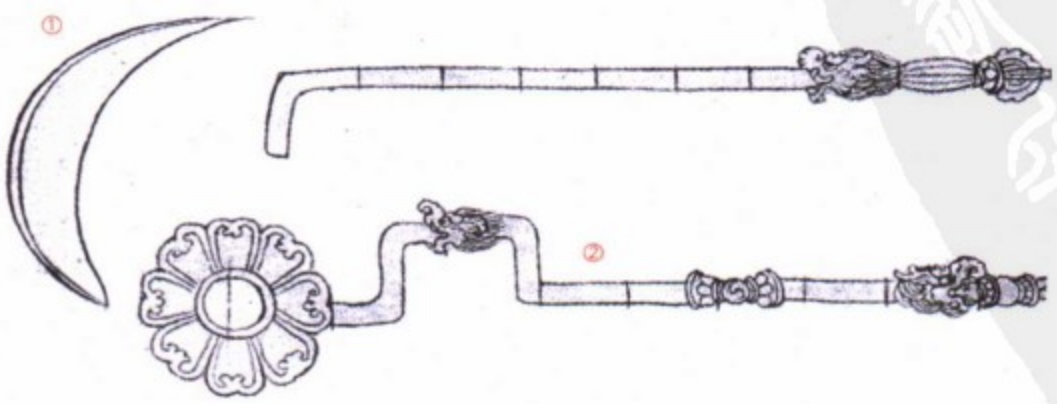
两种熏药小壶，高十横指，三叉或双叉。



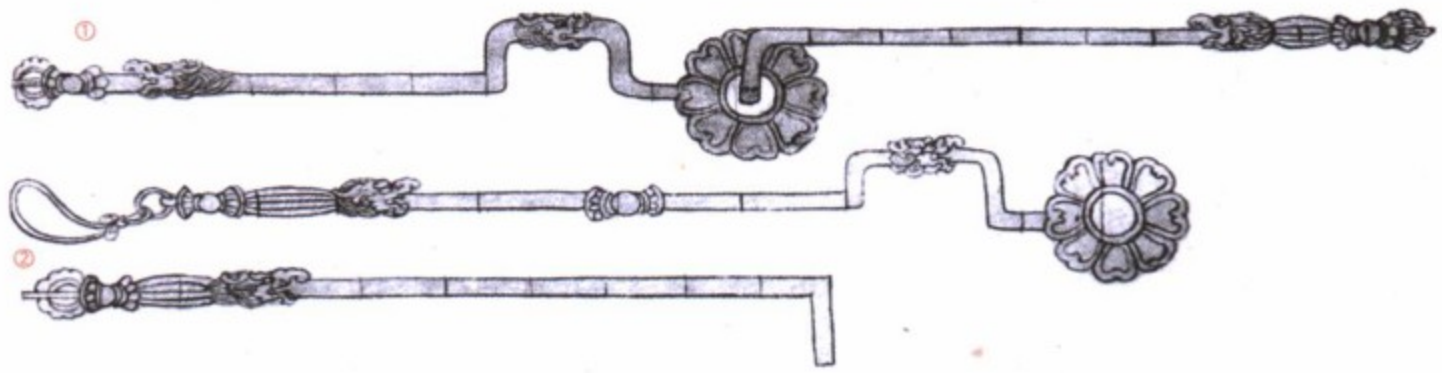
①吹药器，中空，可将药粉吹敷于咽喉部。
②扁桃体烧灼器
③灌肠器



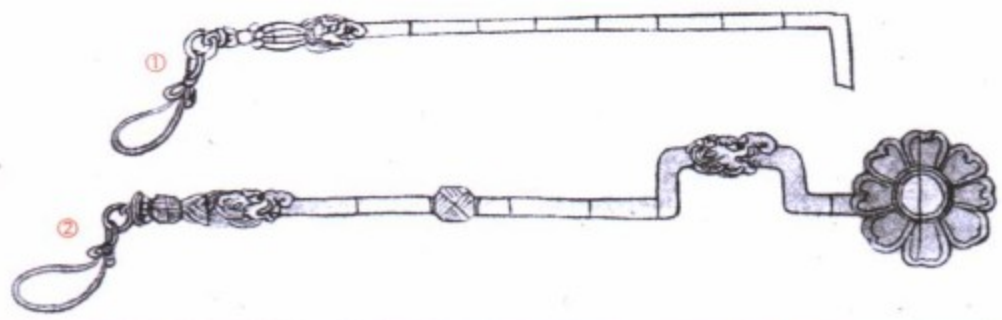
①黄水抽吸器　②牛角罐



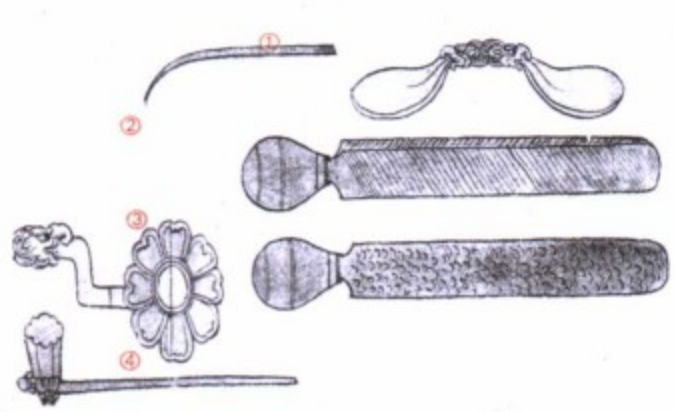
①月牙状剃发刀
②金属烧灼器(用于烧灼皮肤肿瘤)



①铁质烧灼器　②黄铜烧灼器



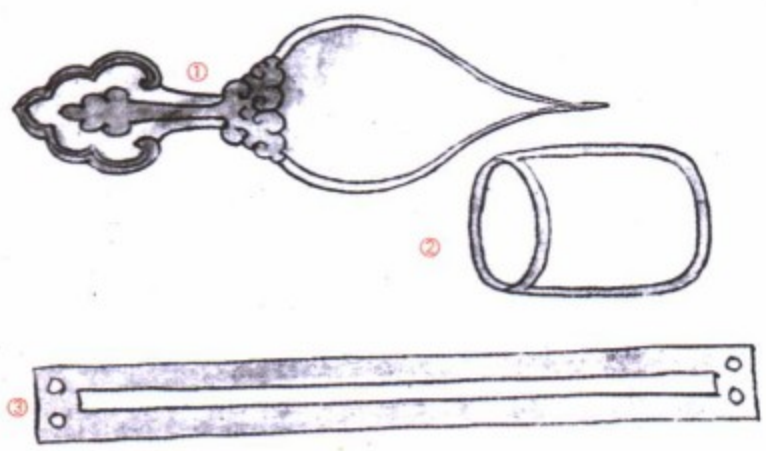
①紫铜烧灼器
②舌部烧灼器



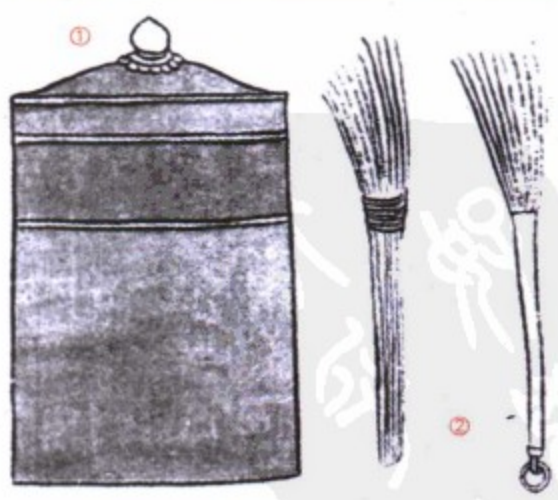
①药匙　②骨挫　③药挫　④缝针



多孔烧灼器



①眼药点药器　②眼罩　③绷脉器



①带盖药筛　②药帚

熟习方法，把握诀窍

疾病的诊断

要想做一名成功的医生，在对疾病进行诊断时，不仅要熟练地掌握各种辨别症状的方法，而且还应懂得一些行医的诀窍。

疾病诊断是疾病治疗的前提，没有准确、及时的病症诊断，那么有效、顺利的治疗实施也就无从谈起。总的说来，疾病诊断可以从三方面着手：首先应掌握各种辨别症状的方法，以准确、直接地将疾病诊断出来；其次还要注意树立起医生的威信，以使患者对医生产生信任感，这就需要了解一些行医的技巧；此外，在进行诊断的过程中，还应该对疾病进行取舍分析，以做到心中有数，并明确下一步的努力方向。

● 辨别症状

疾病的症状与疾病的关系就如同火和烟的关系：火是烟的本质，烟是火的表现。同样，症状也是疾病本质的外在表现。因此，诊断疾病最根本的就是要抓住症状。如果认不清症状，就像是错误地把烟看成是水蒸汽，或者看见天空中有云就认为是要下雨，把不可靠的征兆当作可靠的征兆。可见，辨别疾病的症状是非常重要的。

辨别症状应该抓住三个方面：引起疾病的内因外缘、疾病的性质和具体症状以及疾病的利害关系。要想做出正确的诊断，首先应该认真分析和研究引起疾病的内因、外缘、饮食、起居，任何疾病都有它的致病原因，辨症需要从它的源头找起。

考察疾病的性质和症状，首先要搞清疾病的性质。疾病的性质无非隆、赤巴、培根三种，考察时要将其增长、耗损、蓄积、诱发、紊乱等各个阶段的具体症状分析清楚，最后再将其归纳为寒性与热性两类。其次要重点考察患者的五官、五境以及五种污物。人的五官包括眼、耳、鼻、舌、身，五境是指人的色、听、嗅、味、触五种感觉，而五种污物则是指痰唾液、大便、呕吐物、尿和血五者。再次是说诊断的突破点，应该抓住地点、季节、体型、年龄、昼夜、空腹、饱食等方面进行诊断。最后是诊断的具体方法，主要包括望诊、触诊和问诊三种。

人体的五官和五境

耳 —— 听觉



舌 —— 味觉



眼 —— 视觉



身 —— 触觉



鼻 —— 嗅觉



五种秽物



痰唾



呕吐物



血



大便



尿

所谓从疾病的利害关系来诊断，就是要观察病因与疾病的性质两者之间是否相符，只有详细观察才能做出正确的诊断。

总之，医生只有全面地把握病情，才能够顺利地从饮食、起居、药物、外治等四个方面进行治疗。

● 行医诀窍

对于一名医生来说，拥有崇高的威信、美好的名望是非常重要的。试想一个没有威信的医生，就算是拥有再高明的医术，可是没有患者愿意找他来治病，那么他的医术也无法发挥。而要想树立名望和威信，不妨视具体病情采取一些技巧。

首先，医生本身要掌握丰富的医学理论和实践经验，对于各种疾病的特点都要有所了解，并做深入的研究。

其次，针对具体患者，医生应事先尽力从侧面了解其情况，如向其身边的亲友打听等。 如果不能直接询问，也可以用一些巧妙的办法进行了解。了解的重点应包括：发病的时间、疼痛的部位、最近的饮食情况、已经接受过的治疗、已经服用的药物及效果等等，然后再将这些情况仔细加以考虑。

第三，诊断要仔细，诊断的时间不妨适当延长，因为任何疾病都不可能一接触就完全掌握。在对病人进行诊脉的同时，也可以借机向其询问一下相关的病情，还可以对病人的气色、表情等进行认真的观察。

第四，一定要对病人以前的用药史做充分的了解，如过去其他医生曾进行了哪些治疗?使用了哪些药物？是否实施了放血、针灸等外治方法？疗效怎样？只有将这些因素全部考虑进去，才能够对疾病的性质做出准确的判断。

第五，不要随随便便地做出诊断结论。在病人尚未将真实的病情全部清楚地说出，或者医生尚未完全把患者的病情搞清楚之前，不能轻易地下诊断和开处方。这时医生可以向病人交代一些注意事项，比如饮食、起居方面的禁忌等等，随着谈话时间的延长，患者的病情也就会逐渐明朗，这时医生再下诊断也不迟。

第六，认真倾听，出言谨慎。有的患者话语比较多，医生应该认真倾听他们的诉说，以在心中形成一个完整的印象，同时注意言语要谨慎，不随便开口，等到时机成熟的时候再告诉患者所患的疾病,这样就能够收到一语中的的效果，使患者觉得医生的医术高明。

第七，树立威信。医生通过以上察言观色、侧面打听的方法，已经掌握了患者的病情，这样就可以说：“别的医生需要触、望、问三诊并用来诊断病情，

而我只要使用诊脉、察尿中任何一种方法就可以做出诊断。”如此一来，人们就会传言“这个医生只要看上一眼病人，就可以知道病情”，或者“这个医生诊病仔细，医术高明”等等，医生的名望也就像树在山顶上的旗子一样，远远地传播出去了。

● 取舍四边诊断法

根据疾病的性质和治疗的难异，可以将疾病分为容易治疗的疾病、不易治疗的疾病、可以尝试治疗的疾病以及不能治疗的疾病四种。医生在诊断的过程中，如果能够准确地判断出患者所患的疾病属于哪一种类型，就可以为以后的治疗确立明确的方向，这种方法称为取舍四边诊断法。

容易治疗的疾病　包括两种情况，一种是由于具备了各种治疗的条件，因此容易治疗；另一种情况是由于病人本身的素质好，因此容易治疗。

所谓具备了各种治疗条件主要是指具备了医生、药物、护理这三项条件，其中又以医生这一条件最为关键。好的医生应该技艺高超、精通医理、经验丰富，同时又有认真负责的工作态度。其次重要的是药物，所用的药物应该药力有效、丰富易得，同时药物的配制也须合适。进行护理的人员应该具备一定的护理常识，了解医生的意图，同时也需要具备认真负责的工作态度。总之，只要具备了医生、药物、护理这三方面的条件，疾病便容易治疗。

所谓病人本身的素质，一方面是指病人的年纪轻、体质好，同时又勇敢，能够承受各种治疗，经济宽裕，对医生言听计从，并且有对医生询问的问题作出回答的能力。另一方面是指病人所患的疾病，当疾病的病因少，病情轻，病情与季节、居住环境、体型不相一致，无合并症等时，都是容易医治的疾病。需要注意的是，瘟疫病与季节、居住环境等相一致时容易医治；患尿闭症而体内物质平衡时容易医治；血痞块和陈旧的疾病容易医治。

不易治疗的疾病　各种疾病如果与一些容易治疗的疾病混合发作，则不容易医治，需要采取多种方法配合进行长期的治疗。

可以尝试治疗的疾病　有些疾病虽然不可能医治，但是也可以按照患者以前的饮食起居习惯尝试着作一些治疗。

不能治疗的疾病　也包括两种情况，一种是虽然有办法治疗，但由于某些原因必须放弃治疗；另一种是确实没有治疗办法而不得不放弃治疗。前者如对国王、大善智者以及一切众生抱有仇恨态度的患者[注]，对医生不感恩图报、甚至侮辱医生的患者，没有时间接受治疗的患者，无法支付医药费的患者，寿命已尽而经常被病痛所折磨的人等，这些情况下虽然有治疗的办法也只好放弃治疗。后者是指染患了致命的九种疾病，或者已经出现了死前的征兆者等，在这种情况下只好放弃治疗。

行医的诀窍

要掌握医学理论和疾病的特点；
要善于察言观色，通过交谈侧面了解病情；
不要轻易下诊断、开处方；
语言要谨慎，做派应稳重，以使病人肃然起敬。



医生应该具备的素质



医生要有渊博的学识



有丰富的实践经验



曾追随名医系统地学习过各种医疗技术



为人正直，配药技术精良



药味全，药质优，处方适合病情



看护病人要亲切和蔼



体贴入微



讲究卫生，责任心强

容易治疗的病人的素质



比较年轻



勇敢



不怕痛





有购药能力并听从医生嘱咐，服从治疗善于休养





疾病能否治愈与患者年龄、病因及治疗的时间、环境有关



有些疾病，用药后只可治标，不可治本。

不能治疗的病人





仇恨国王的人



杀生害命的人





不敬师长的人



没有时间治病的人



诽谤医生的人



不服从治疗的人



没钱买药的人



愁苦的人



反对宗教的人



出现死亡征兆的人



生命将尽的人



对于《四部医典》原书中所流传下来的一些陈旧、偏激的观点，读者可作辩证的阅读。

从一般到具体

疾病的治疗

关于疾病的治疗，有总的治疗原则和具体的治疗方法两个部分。

(1) 治疗总则

疾病有四百零四种，治疗每一种疾病都需对症下药，在纷繁芜杂的治病方法中，只要抓住一个普遍适用的总纲，就不会像在黑暗之中射箭，射向哪里都没有目标了，这个总纲就是治疗总则，它包括总的治疗方法、治疗手段、治疗标准以及特殊情况下的治疗原则四方面的内容。

治疗方法

总体来说，对于隆、赤巴、培根等各种疾病，应该抓紧时间在它们蓄积在各个部位的时候加以根除，否则一旦发病，便很容易诱发其他疾病。如果诱发了其他疾病，应该权衡其中病势较严重的优先进行治疗，然后再依次对其他疾病进行医治。

治疗手段

总体来说，治疗疾病的药物可以分为调理与峻泻两大类。调理药物一般是在疾病的蓄积阶段使用，在运用调理方剂进行治疗时，要特别注意日常的饮食起居，以免引起其他疾病。峻泻药物一般是在疾病已经发作以后使用。临时诱发的疾病如果不及时治疗，就会变得难以医治，因此治疗一定要及时。

在服用调理药物的时候，应该根据季节、病情等情况的不同，采用不同的服药方法，这些方法大致有十种，主要与饮食和睡眠有关，包括：空腹时服、吃饭前服、吃饭中间服、吃饭后服、饭与药物交替服(吃一口饭，服一点药)、饭后隔一定时间再服、不定时服(每次服用少量)、饭和药物同时服、分饭前与饭后两次服、临睡前服。无论采取哪种服药方法，总之要明确的一点就是，不是任何药物都适合在消化的时间里服用，十种服药方法是与具体的病情密切配合的，什么药物适合怎样服用，一定要把握准确，这样才能够收到良好的治疗效果。

关于治疗方法和手段的运用，要特别强调一下消化不良症、单一型疾病以及合并症的治疗方法。

1．消化不良症　消化不良是由于胃火热能小，对于食物、饮料、精华等无法消化，最终与隆等疾病混合在一起而引发的，因此在治疗时应该以增生胃火为主，首先采用增生热能的药物将疾病制服，然后再从最近的部位选择上下

两道进行峻泻。注意使用峻泻法一定要在疾病成熟之后，否则就会损害身体的精气，把事情搞糟。

2．单一型疾病　单一的隆、赤巴、培根疾病在与其特定的饮食、起居、季节等外缘不相合时，只是在各自的部位上慢慢蓄积，待到遇见相合的外缘时，就会在这些部位上发作起来。对于由隆病引起的紊乱，应该服用既能祛除隆病，同时又能使消化培根增强势力的食物，这样就能使疾病消失。还应该在就近的部位实施峻泻，如果疾病扩散到四肢、体表，可以用通脉药物进行治疗。

3．混合型疾病　当隆、赤巴、培根疾病在自己的本位上发作以后，逐渐地就会侵入到其他的部位，使自己的本位发生紊乱。当旁系疾病的势力尚小时，可以先不加医治，只要把本位上的紊乱平息下来，疾病就会痊愈；而如果旁系疾病的势力强大，就应该集中力量医治势力强大的旁系疾病，对本位的疾病则可以置之不理，这就是擒贼先擒王的道理。

❀ 治疗标准

对疾病的治疗达到什么程度才算是痊愈，可以停止治疗了呢？一般情况下，施行治疗以后如果患者出现唾沫、鼻涕增多，身体沉重，食欲不振，消化不良，肠道干燥，体内化脓，大小便频繁，声音虚弱等状况，则表明疾病还没有被治愈；相反，如果患者未出现上述症状，则表明病症已经治愈，可以停止服药了。

❀ 特殊情况下的治疗原则

这些特殊情况包括九种：

1．一时没有把握下诊断时，要像猫等老鼠那样，耐心等待、认真观察。

当对疾病的诊断有所怀疑时，应该先用药物进行试探，观察反应，然后再作分析，最后得出结论。例如对隆病的诊断有怀疑时，可以用踝骨汤试剂进行试探。对赤巴病的诊断有怀疑时，可以用地丁汤试剂进行试探。对培根病的诊断有怀疑时，可以用光明盐、诃子、生姜三味汤试剂进行试探。对急性腹症、虫积的诊断有怀疑时，可以用五味鲲鹏丸进行试探。对血分失调病、气痛的诊断有怀疑时，可以用木香四味汤试剂进行试探。对中毒症的诊断有怀疑时，可以用二十五味红花丸进行试探。对腹泻的诊断有疑虑时，可以用长嘴诃子汤进行试探。对是否适宜针灸有疑虑时，可以用热油温熨法进行试探。对是否适宜做针刺放血治疗有疑虑时，可以用冷石敷穴位进行试探。对是否化脓有疑虑时，可以用蘸针穿刺进行试探。对于其他疾病有所怀疑时，也可以用少量药物进行试探，对一些疑点进行对比分析，哪些药味生效就用哪种药物主治。

试验治疗法

怀疑为隆病时，可以用髌骨汤进行试验 ↓





← 怀疑为赤巴病时，可以用地丁汤进行试验



？

怀疑为血分失调病、气痛，可试用木香四味汤治疗 →



↑ 怀疑为培根病时，可以用光明盐、诃子、生姜三味汤进行试验



疑虑是否适宜艾灸时，可以用热油温熨法进行试探。



疑虑是否适宜做针刺放血治疗，可以用冷石敷穴位测验。

怀疑为急性腹症、虫积，可试用五味鲲鹏丸治疗。



对中毒症的诊断有怀疑时，可以用二十五味红花丸进行试探



?



对腹泻的诊断有疑虑时，可以试用长嘴诃子汤进行治疗。



对于寒热混杂的疾病，要根据习惯来用药



怀疑是否化脓，可以用醫针穿刺试探。



经过试验性治疗得出明确的结论以后，即可将确切的结果告诉病人。

2．在进行诊断后确信可以将疾病治好时，要像在山顶上树立旗帜一样，明确地告诉患者所患疾病可以医治，并立即进行治疗。相反，如果诊断之后确信没有把握将疾病治好，也应该明确地告诉患者所患疾病、发病原因、将要采取的治疗措施、预后处理等，以使患者有充分的思想准备。

3．虽然对疾病已有了认识，但是所用药物见效不大，无法将疾病治愈时，要先搞清疾病的各个致病途径，仔细加以分析，然后再采取措施，就像野马进入纵长的跑道那样。

对于未成熟的热性疾病，要防止其遇到病缘后病情加剧，可以使用有助于培根和隆的汤剂进行治疗。实施放血时，如果病血和好血水乳交融，难以分解，可以用三果汤剂将其分离，以免损伤精气。对于培根热毒扩散症，要先将扩散的热毒收敛，然后再进行治疗，否则治疗的药物不但不起作用，反而还会加速疾病的扩散。对于虚寒症要先用热性药物压制住寒性病的势头，使它接受药物的效力，以免造成热性病病势的抬头。对于一切消化不良症，都要先用增生胃火的药物进行治疗，见效后再从靠近的部位实施峻泻。用于泻下的先行药物容易诱发各种其他疾病，如果使用不当就会像在冰上泼水一样，使情况更为严重。

4．对于其他医生曾治疗过的疾病，要详细分析其低、超、反的具体情况，然后像水鸟捕鱼一样迅速地实施治疗。用药过低时，药力小而不能根治疾病，应该马上加足药量；方剂的治疗方向反了时，会使病势加剧，应该马上更正方剂；用药超量时，过量的药物会引发其他疾病，此时应该分清病情的轻重缓急，先医治那些相对严重的疾病。

5．对于严重的疾病，要从药物、外治、饮食、起居等四个方面展开治疗，就像同敌人作战一样，须采取歼灭战的方式将疾病消除。对于严重的热症，要用“四水”进行降伏，即用冰片制剂内服和外治，称为药水和外治水；饮食方面要少食、多餐凉性的食物，称为饮食水；起居方面要选择凉爽的地方居住，称为起居水。对于严重的寒症，要用“四火”进行治疗，即用热性药物制剂内服，称为药火；采用火灸法外治，称为外治火；饮食方面用热性而富含营养的食物进行调理，称为食物火；起居方面住处要温暖，穿衣要注意保暖，称为起居火。如果不用“四水”“四火”进行彻底的根治，就会使病势愈发严重，甚至危及生命。

6．对于不严重的疾病，可以依照起居、饮食、药物、外治的次序，循序渐进地进行治疗，就像一步一步地攀登楼梯一样。

7．对于单一型疾病的治疗，要像英雄杀敌一样干净利落，不能诱发其他疾病。如果转变成十二种疾病，此病未愈而彼病又起，将会使病情变得更加复杂。

如果用苦味、辛味的药物或食物来医治隆病，不但不能将隆病治愈，反而还会转化为培根病和赤巴病；同样，如果用咸味、辛味的药物或食物来治疗赤巴病，不但不能将赤巴病治愈，反而还会转化成培根病和隆病；如果用苦味、咸味的药物或食物来医治培根病，不但不能将培根病治愈，反而还会转化成隆病和赤巴病，此外，这种用药失当的行为还会导致各种综合症。用药过量在治愈一种疾病的同时，更会诱发其他疾病。任何药物的作用都是两面的，甘味、咸味药物在治疗隆病的同时，又会诱发培根病与赤巴病；辛味、酸味药物在治愈培根病的同时，也容易诱发隆病与赤巴病；甘味、苦味药物在治愈赤巴病的同时，也能诱发培根病与隆病。

8．对于各种合并症，应特别重视四大的调和，哪种疾病严重就先医治哪种疾病。具体的调和平衡方法是以诃子和岩精两种调和佳品为基础，再根据发病的部位及具体病情来确定调理的药物。如病在心脏则加入肉豆蔻，病在肺部则加入竹黄，病在肝脏加入红花，病在命脉加入丁香，病在肾脏加入小豆蔻，病在脾脏加入草果，病在胃部加入石榴和茜芨，病在胆囊加入藏茵陈和波棱瓜，隆病加入肉豆蔻、木藤蓼和骨汤，培根病加入木香、芫荽和木瓜，血病加入纤毛婆婆纳和黄连，黄水症加入芸香、草决明和黄秋葵，炎症及邪魔病加入麝香和黑安息香。对于隆、培根、赤巴的合并症，可以将以上药物合起来使用。

当合并症均匀地发作时，在用药方面也要注意热、凉均匀。如果一种疾病的势头明显比其他疾病猛烈，病情更为严重，那么就应该先医治病势严重的疾病，或者也可以间隔开轮流进行治疗。比如在中午、半夜的时候服用凉性的药物和食物以医治胆热病；在傍晚和早晨的时候提升胃火，使用热性药物和食物来医治培根的凉性病；在晚间和黎明的时候服用热性的药物和富有营养的食物来压制零星的隆病势头。

治疗疾病的九大原则



1 在做出明确的诊断之前，要像猫捉老鼠一样，仔细观察，以免无的放矢。

2 一旦有了明确的诊断，就要旗帜鲜明地对病人宣布诊断结果，以及具体的治疗方案。





3 治病应像驾御烈马一样，要牢牢控制缰绳，掌握方向。

4 用药应像野鸭叼鱼，要看准目标，对症下药。





5 治疗严重的疾病就像与敌人狭路相逢，要尽早下手，大胆用药，切勿迟疑。



6 治疗不严重的疾病要像登楼梯一样，一步一步地进行治疗。



治疗单一的疾病要像英雄杀敌那样，力求干净利落，以免诱发其他疾病。 **7**



8 治疗合并症时，要像调节亲友斗殴一样，哪种病严重就先治疗哪种病，用药时还要注意各方的调和，切勿有所偏倚。

用药的剂量要根据病人的体质和病情全面考虑，就像运货一样，不能让牛和羊载同等的重量。 **9**



当三因发生失调时必然会有一方增盛，增盛的一方将会对其他两方产生抑制，因此在治疗的时候一定要注意对虚损因素进行扶持，以维持调和平衡。只有懂得这些道理，才能算是一个合格的医生。

9．医生要全面考虑患者体内的七大物质要素、体型、年龄、病情轻重、发病部位、体温、体质、习惯，以及外部的居住环境、季节条件等因素，以此来把握用药的剂量。

(2) 一般的治疗方法

补法与泻法是治疗疾病最一般的方法

所谓补，就是使用一切有营养价值的饮食、具有滋补作用的药物、有利于人体健康的起居习惯和外治方法，来滋补病人体内虚损的七种物质基础，平衡隆、赤巴、培根三因素，以达到增强病人身体素质，提高机体抵抗力和免疫力目的的方法。补法的适用对象是身体素质较差、免疫力较弱的人，包括老人、孕妇、隆病病人、患有肺部疾病的人以及劳累过度、失血过多、睡眠质量差、性生活过于频繁、悲伤过度的人。具体补法可以从饮食、起居、药物、外治四个方面入手。

滋补饮食　包括羊肉、红糖、蔗糖、酥油、酸奶、酒等；

养生起居　睡眠充足、心情舒畅、性生活适度；

补药　服用适宜病人体质的药油剂或“巴散”药油丸；

外治　沐浴、涂擦按摩等。

所谓泻，就是通过少吃或者不吃东西，以及服用具有消散作用的药物的方法来消除体内的疾病。泻法只适用于身体素质好，精力旺盛的人，包括体内脂肪含量过高、消化功能差、大便不畅、小便频繁、热泻呕吐、厌食、肠腔内有肿块、隆病导致双腿僵直的人，以及患有黄疸病、糖尿病、瘟病、痛风、痹病、脾病、肺病、心脏病、咽喉病、痞块症等病症的患者。冬季施行泻法最佳。具体的泻法也可以从饮食、药物、外治等方面入手。

饮食　控制食量，或选择性质较轻、容易消化的食物，如豌豆、青稞面等，适用于身体素质较差的人；

药物 中等体质或消化能力差的人，可以服用四味光明盐、五味石榴散等增热的药物，瘟热病患者可以服用四味藏木香汤；

外治 包括发汗法、火灸法、热敷法、药浴法、放血法、催吐法、催泻法、灌肠法等，适用于身体素质好的人。

(3) 具体疾病的治疗方法

治疗各类疾病的总纲已经介绍清楚，针对具体疾病的治疗还须对症下药。下面就将三灾疾病的治疗方法作一下简要介绍，无论哪一种疾病的治疗，都不外从饮食、起居、内服药剂、手术外治四个方面入手。

隆病的调养与治疗

从饮食方面来说，芝麻油是对隆病患者最有益处的补品，此外，蔗糖、酒、陈酥油、绵羊肉、旱獭肉、马肉、驴肉、人肉、大蒜、大葱等，都具有性重、润、柔的特点，在医治隆病方面也有良好的效果。在起居方面，隆病患者适宜居住在温暖的地方，身旁宜有好友相伴，保证充足的睡眠，衣着方面要注意保暖。用药方面，隆病应以甘、酸、咸三味及性温润的药物进行治疗，可服用三骨营养汤、陈羊杂碎汤、四种营养聚合汤、阿魏三味汤等；散剂可服用肉豆蔻阿魏散，并用盐姜、羊肉汤、蒜汤、黄酒等祛风，与肉豆蔻、白蒜、草乌、人骨、三果等制成的药油滋补剂合服。此外，使用陈酥油及肛门栓剂效果会更好。外治方面，可以用陈酥油涂敷按摩，用油罨敷疼痛部位，还可以在顶门及第一颈椎等隆的穴位上进行艾灸施治。

补法与泻法

补不足



在夏季进食羊肉、红糖、酥油、牛奶、青稞酒等饮食



勤洗头，多擦油



保证充足的睡眠和身心愉快



在肛门内灌注营养药

泻有余



在冬季节食，或进食炒青稞、煮糌粑等易消化的食物



经常散步活动



内服泻下药物



采用外治疗法

泻法常用的内服外治方法

















补法的适用对象

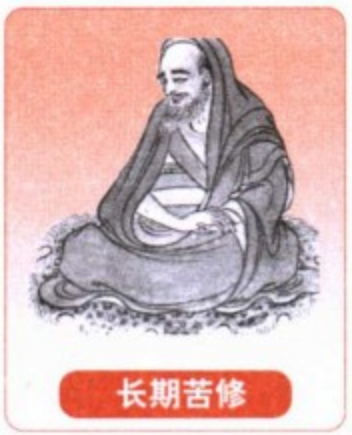

隆病患者


身体虚弱的人


老人


失眠


忧虑过度


长期苦修

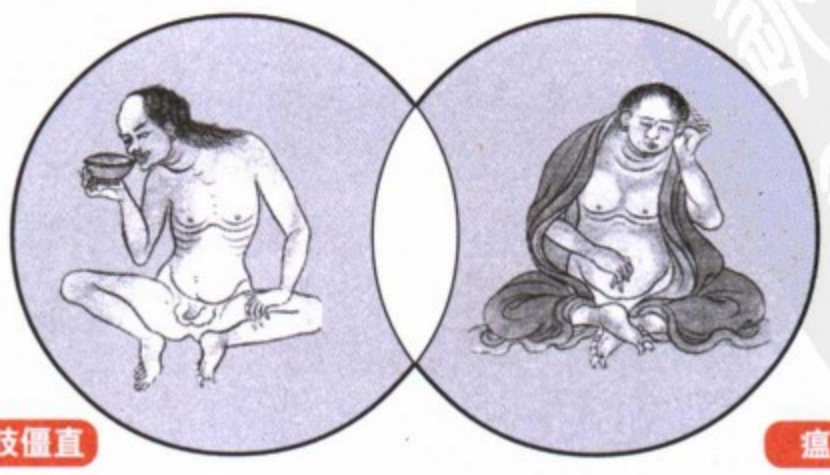

劳累过度


房事过度


产后失血过多


肺部空洞

泻法的适用对象


油脂过多，下肢僵直

瘟疫症



痛风



小便淋漓



痞块症



关节红肿



脾病



下颌疾病



脑病



消化不良



便秘、尿闭



心脏病



上吐下泻，倦怠，食欲不振



虚胖、黄水病

● 赤巴病的调养与治疗

在饮食方面，以新鲜酥油为医治赤巴病的最佳补品，此外，黄牛、野牲的新鲜肉、用山泉水和雪山水煮制的茶、用黄牛或山羊奶制成的乳酪、白花地丁菜、蒲公英、麦粥等凉性食物，也对赤巴病非常有益。起居方面，赤巴病患者适宜居住在阴凉通风的地方，保持心情舒畅，避免被人打扰，常以清凉芬芳的药物擦身。在用药方面，赤巴病适宜用味甘、苦、涩而性凉的药物实施治疗，特别是用甘味药进行泻下效果极佳，此外还可以用平地、山地所产的药物共同制剂服用，也可按照热病的轻重，谨慎选择冰片、檀香、牛黄等药物。关于外治方面，可以在脉旺的部位实施针刺放血，并配合使用冷敷法。发汗时可以用凉水洗浴。

● 培根病的调养与治疗

在饮食方面，蜂蜜是对培根病患者最具滋补功效的食品，此外，鱼肉、绵羊肉、野牦牛肉、猞猁肉、鹫鸟肉等，以及陈青稞、温热的炒面、酒、开水、生姜水等性轻而糙、温的饮食，在治疗培根病方面也有显著的效果。起居方面，培根病患者适宜烤火、晒太阳，衣着要注意保暖，多到户外散步，禁忌在白天睡觉。用药方面，培根病应该用味辛、酸，性轻而糙、锐的药物施治，尤其是用锐、糙的催吐药物可以收到显著的疗效。此外还可以服用咸、辛味药物制成的汤剂，或用石榴、黄花杜鹃配制的散剂。在外治方面，可以用盐和土坯制丸，配合猞猁、狼的毛热敷施治。病势过强时也可以采用火灸法进行医治。

总之，治疗隆病时最好用肛门栓剂和营养丰富的食物；治疗赤巴病时最好用泻下法及凉性药物；治疗培根病时最好用催吐法及性温热的药物；治疗隆与赤巴的合并症，应该用性凉的药物及富含营养的饮食；治疗培根与赤巴的合并症，应该用性凉而轻的药物及饮食；治疗培根与隆的合并症，应该用性温热而有营养的药物及饮食；治疗隆、赤巴、培根三者的综合症，应该用性凉而轻，又富有营养的药物及饮食。一切热性疾病都应该用凉性药物进行治疗，一切寒性疾病都应该用热性的药物进行治疗，这是一条普遍适用的法则。

隆病的治疗方法



居住在温暖的地方



有知心好友陪伴



保证睡眠充足



进食芝麻油、青稞酒、红糖、陈酥油、羊肉、雪猪肉、马肉、驴肉、人肉、蒜、葱等饮食。

食疗

居养

内服

外治



衣着保暖



用陈酥油灌肠



用隔年酥油涂身



火灸或艾灸隆的各个部位



用热油毡热敷

赤巴病的治疗方法



进食新鲜酥油、黄牛肉、鹿肉、冷水、茶水、黄牛和山羊奶制成的酸奶或清奶、煮含乳蒲公英、煮蒲公英、青稞粥、糌粑粥等饮食。



选择阴凉通风的地方居住



发汗





内服泻药



用寒性芬芳的药物涂身



用冷水淋浴

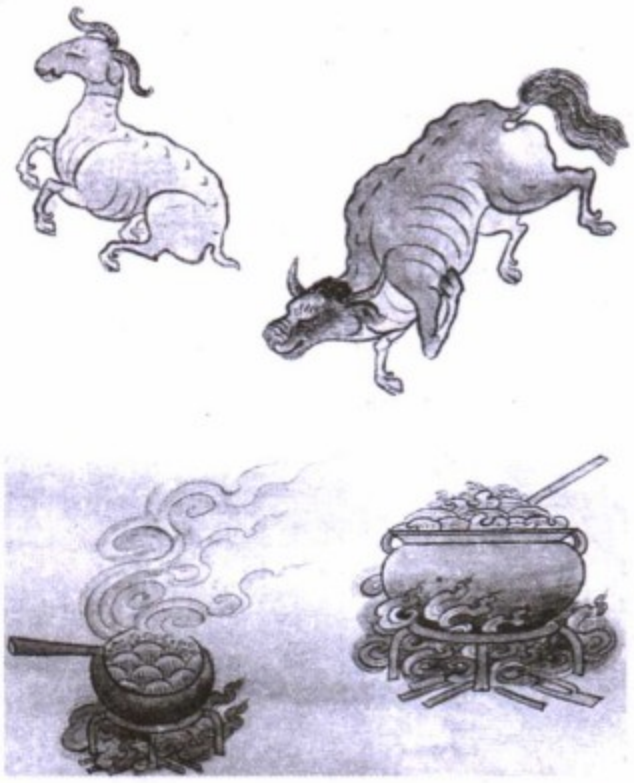


针刺放血

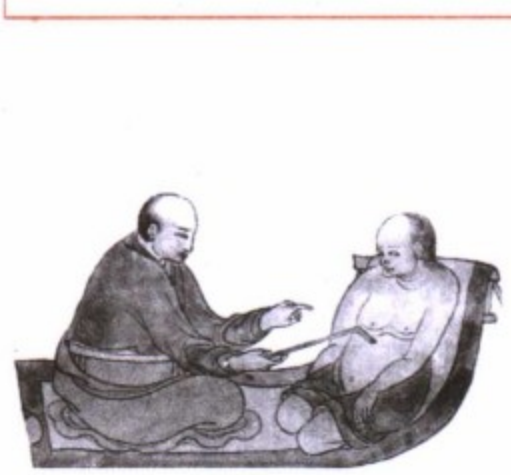
培根病的治疗方法



进食蜂蜜、鱼肉、绵羊肉、野牛肉、猞猁肉、鹫肉、热糌粑、浓青稞酒、开水、姜汤等饮食。



在干燥、温暖的地方居住，经常烤火晒太阳



火灸胃部



热敷胃部

食疗

外治

居养

内服



多在干燥的地方活动



内服催吐药物

为医之道

医术与医德

医者是为人们治疗疾病、消除苦难的人，也可以说是具有无限慈悲与智慧的佛陀在人间的化身，因此，只有掌握精湛医术并具备纯正品质的人才有资格担任这一神圣的职责。

自古以来，医生都被视为一种神圣的职业，为医之人也倍受人们的尊重和敬仰，然而这样的尊敬与赞誉却不是随随便便获得的，每一个有志成为一名优秀医生的人，都必得在专业上经历一番刻苦的研习，在做人上格外严格地要求自己。下面就从为医的条件、良医的标准、医生的层次、医生的职责以及行医的回报五个方面来谈一谈对医生应有的认识。

● 身为医生应具备六项条件

这六项条件分别是：智慧、慈悲、决心、身语意、勤奋和随顺变通。

智慧　作为一名医生，首先最重要的一点就是要有扎实的医学理论基础，同时还要善于思考，在具体的实践中应详细地考察，正确地辨别，最终得出明确的结论，不断超越各种阻碍和困难。

慈悲　作为一名医生，要具备菩萨一般的慈悲心肠，平等待人，将患者的痛苦视为自己的痛苦，给予热情的治疗。

决心　作为一名医生，要坚定地将师长当作佛陀来尊敬，将师长的教诲当作仙人的训示，将医疗理论视为佛陀的智慧，深信不疑。与同门师兄弟相处要融洽，对待病人要充满爱心。对于医疗药物及外治器械的使用传统，要遵照教导严格保持。要知道药物是“如意珠”，可以产生出欲念的一切；它也是医治百病的“甘露”；而将药物配制成方剂以后，就成为奉献给持明仙人的“供养品”，因此作为医生不可将宝物的功效搞混，要谨慎妥善地配制方剂，并将其视为蒙受福泽。医生自己要经常以药师琉璃光王为榜样，常常观想药袋就是盛放甘露的钵盂，世尊医药王是祛除三毒、医治百病的药师佛，他全身散发着琉璃光辉，可化身为三十二相、八十种子，右手持诃子药物，左手持甘露钵，向琉璃光王顶礼。医生应具备十八种学问，以获得维持生命的金丹术，并怀着慈悲的胸怀用它来为人们调理治病，向明智大仙顶礼。佛陀的智慧如同甘露，众医生的智慧则如金丹，这些药剂可以医治四百零四种疾病，并可消除一千零八十种魔障以及三百六十种恶魔。

身语意 医生的身、语、意三个方面都应该堪做众人的榜样。这里的身体是指医术，医生应该熟习各种医术；语言方面，要善于运用令人愉快舒畅的语言；意是指思想，医生的心里应该能够清楚地区分内治、外治的要点。

勤奋 所谓勤奋，一方面是指医生要对医学理论和知识进行刻苦的研习，另一方面则是指对于病人的治疗要孜孜不倦。学习医学理论要善于与同人交流，不耻下问。学习的方法以问和读为主，这是能不能达到讲、辩、著三个层次的关键。为了尽快地将医疗理论和知识学会、学精，就一定要虚心向老师学习。为人师者，必定是精通医学理论，经验丰富，不吝惜，不保留，治学严谨，对病人和学生一视同仁，充满慈爱。在向这样的老师求教的时候，一定要谦虚诚恳，老师传授的知识要认真对待，老师要求的方法要严格执行。此外还要知恩图报，始终如一。对病人的治疗要永不疲倦，全力以赴，不可拖延。就像在高墙上端着满满一碗溶酥油行走那样地专心致志，如果有一点分心，患者就会有死亡的危险。

随顺变通 作为一名医生，要能够随顺人情世故、随顺正法，有时也要对两者共同随顺。随顺人情世故是指要随机应变，尽量与患者搞好关系；随顺正法是指要皈依佛法，一切以利人利己为出发点；对两者共同随顺，比如对贫困患者要以慈悲的胸怀尽力相助。一个医生倘若能够做到这一点，那么就可以声誉与财富兼得了。

● 良医的标准

一名优秀的医生，要有医好疾病的本领，为患者消除身体上的痛苦；在进行手术外治时，要大胆而准确；对待患者要像对待自己的父母一样，全力维护。如果可以做到这几点，那么就算是国王也会尊其为“尊神”了。

● 医生的四个层次

首先，医生可以分为无上、特殊与一般三种。无上的医生能够彻底根除贪、嗔、痴三毒所导致的隆、赤巴、培根三灾疾病，这一点只有世尊佛陀才能够做到，因此，凡间的医生都无法达到这一层次；特殊的医生应具有先知的能力、并拥有大慈大悲的胸怀，直言不讳，刚正不阿；一般的医生又可以进一步分为两类：高明的医生和庸医。

医生所应具备的条件



医生要精通医学理论，善察过去和未来



要奉药王为楷模

五毒与三因

所谓五毒，是指由无明产生的嫉(嫉妒)、贪(贪欲)、慢(傲慢)、嗔(嗔怒)、痴(愚痴)；而三因就是隆、赤巴和培根，它们都是导致疾病的内在根源。



嫉



隆因素



贪



血和赤巴因素



培根因素



慢



痴



嗔



360个恶魔




外部的恶魔

120种

+


中部的恶魔

120种

+


内部的恶魔

120种

=360种



这里所谓的恶魔，就是指入侵人体皮肤、血脉、骨骼以及五脏六腑的各种灾害。

19

1080个魔障

男鬼	女鬼	无性鬼
		
强鬼90个	强鬼90个	强鬼90个
		
弱鬼90个	弱鬼90个	弱鬼90个
		
虚幻强鬼90个	虚幻强鬼90个	虚幻强鬼90个
		
虚幻弱鬼90个	虚幻弱鬼90个	虚幻弱鬼90个

360 + 360 + 360 =1080

医生的四个层次

医生可以分为四个层次，除具有超凡能力的无上的医生和特殊的医生以外，普通的医生也有高明与拙劣之别。



1 无上的医生能够根除贪、嗔、痴三毒所导致的三灾疾病，只有世尊佛陀才能够做到。



2 特殊的医生具有先知的能力，并拥有大慈大悲的胸怀，比如本书的作者宇妥·元丹贡布。



3 高明的医生精通医疗理论，熟习外治手术方法，思想高尚，品质纯正，大公无私。



4 庸医未经良师的指点，不懂得医疗理论和方法，没有丰富的实践经验，品质败坏，是残害生命的刽子手。

十三种拙劣的医生

1



品行低劣的医生，就像兽王宝座被狐狸盘踞，决不会受到病人的尊敬。

那些精通医疗理论，熟习外治手术方法，思想高尚，品质纯正，严守誓言，一切以患者利益为重，大公无私的医生，是高明的、优秀的医生，他们是持明仙长的继承者，是医药王在人间的化身，因此也是患者的救星。

与此相反，另一类庸医则是残害生命的刽子手。他们未经高师的言传身教，好像落入陷井的狐狸，永远不会受到人们的尊敬；不懂得医疗理论，就像天生的瞎子看东西，无法分辨出真伪；没有丰富的实践经验，孤陋而寡闻，倘若遇到了新的情况，虽然诊断了疾病，也还是没有确切的把握；不懂得诊断的方法，好像孤独的流浪汉，根本无法分辨出症状；不懂得观察患者两便的方法，犹如做事情尚未入门，无法判断疾病属于寒性还是热性；不懂得说话的技巧，与患者交谈时毫无头绪，却又夸夸其谈，往往会把事情搞糟；不懂得治疗方法，好像在黑暗里射击，所用的药物根本无法击中要害；不懂得饮食、起居的调养方法，犹如在战场上分不清敌我，反而助长了病势，损耗了元气；不懂得调理之法，只知盲目泻下，好像不懂得农事的农民，出现低、超、反的状况，反而诱发了其他疾病；不懂得泻下之法，犹如把水引入沙滩，只会白白地拖延病情；不懂得外治方法，好像丢失了武器的英雄，根本无力制服敌人；不懂针灸、放血的方法，往往难以实施对症的治疗。

总之，庸医往往会贻误治病的良机，而高明的医生却经常充当着重病患者与阎罗王之间的调解人。

医生的职责

医生日常所做的工作是他的基本职责，此外，医生还要履行特殊职责。

2



不懂医学理论的医生就像盲人，无法分辨病人所患的疾病。

3



没有实践经验的医生，就像在岔路口迷失方向的行人，诊断和治疗都无所适从。

4



不懂得诊断方法的医生，就像举目无亲的流浪汉，无法找到真正的疾病。

5



不会脉诊和尿诊的医生，分辨不清寒症、热症，就像派出了知情不报的探子，无法了解敌情。

6



不善于表述治疗方案的医生，就像笨嘴拙舌的头人，令人羞惭。

7



不掌握治疗原则和治疗方法的医生，就像无的放矢的射手，治疗很难达到效果。

8



不懂得饮食、起居的医生，就像镇压不住部下反抗的无能将领，治疗只会使病情更加严重。

9

不会配药的医生，就像不会耕地的农民，不容易收到治疗效果。



10



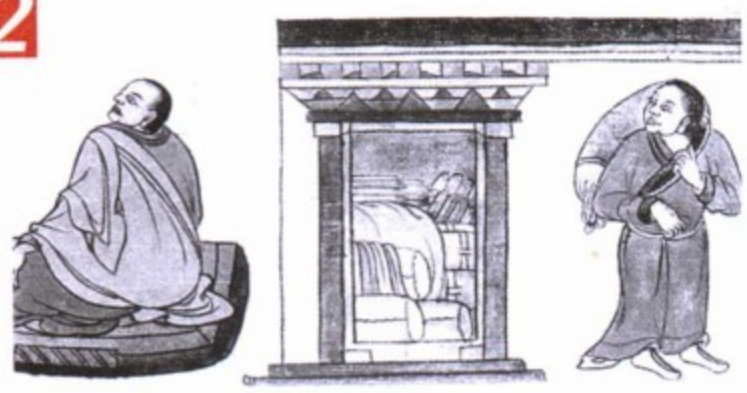
不会使用泻下方法的医生，施医就像在沙上浇水，无法将疾病疏导引流。

11



缺少治疗器械的医生，就像徒手的英雄，无法克敌制胜。

12



不懂得艾灸和放血技术的医生，就像摸不着底的盗贼，经常会弄错病情。

13



恶人伪装的医生，就像手持勾命索的阎罗王，让他医治纯属自找倒霉。

高明医生应有的品德



优秀的医生应以慈悲为怀，爱惜生命。



明确诊断之后，要像吹螺号一样公开宣布；如果诊断尚未明确，就要像蛇舌分叉一样，说两面话。





医生要具备慈悲喜舍四无量的修养，决不能像疯人一样胡乱说话。





医生要多行善事。



只要这样做，就可以终生生活幸福。

医生的基本职责包括身、语、意三个方面。身是指行为，医生的职责是把各种药物及实施手术所要使用的器械准备齐全，并积极、努力地为患者实施治疗。语是指语言，医生在经过细心的诊断之后，要像在市场上吹喇叭一样，得出明确的诊断结果；如果所患疾病有把握治愈，就要明确地把相关情况告诉患者；如果没有把握治愈，就要像舌头分两叉的蛇一样，尽量将话说得模棱两可，为自己留有余地；当病人的看法和医生相同时，也要明确告诉患者诊断结果，同时要注意不要将话说死；医生诊断的结果如果与病人事先的猜测相吻合，便可以明确地将结果告诉患者；而如果诊断的结果与病人事先的猜测不相一致，就要以迎合病人的心情为主，口头上先假装宣称诊断结果与病人所说的相同，但在治疗过程中要按照实际情况进行治疗；此外还要明确的是，在死亡、危险、痊愈等结果尚没有被确定时，不可以草率地做出肯定的诊断，而只能说能否痊愈、会不会死亡或发生危险等，要看病人与医生的运气、命运等因素。意是指思想，对于患者的病情，医生要反复思考，积极治疗。

医生的特殊职责要从看、修、行三个层次去实行。关于看，是指在辨症、用药及外治方面，要防止走上低、超、反的极端，要把握好最适合的尺度，这是看所应有的态度。关于修行方面，要努力达到“四无量心”的境界，提升自身的品质层次。关于行为方面，医生一定要舍弃任何不善的行为、疯狂的行为、粗暴的行为、荒诞的言行以及骂人的语言等，多做善事，严守戒律，精进修行。

● 行医的回报

人们做任何事情总会有回报，行医也不例外。从眼前的利益来说，医生用自己的医术来救护患者，像对待亲人一样地对待患者，时时处处为患者着想，他们所赢得的除了食物与享受以外，更有崇高的声誉以及众人的尊敬和爱戴。但是医生在面对这一切的时候不应骄傲，也不可过于贪心。必要时接受一些酬谢是可以的，然而随着时间的流逝，患者的疾病痊愈以后往往就会忘记医生的好处，可见物质方面的利益是不能够久长的。从长远的角度来看，医生只要抛弃欺骗与自私自利的行为，一心一意为患者解除痛苦，那么最终将会得到无上佛陀的地位。

慈悲喜舍——四无量心

无量就是没有边际、没有人我的境界。当医生达到这慈、悲、喜、舍四无量心境界的时候，就会对身边的每一个人，都希望他们能够远离痛苦、获得快乐，同时得到无量的福报，所以称为无量。

慈无量心

慈是愿人得乐的意思。世人多只知自求快乐，忘掉别人的痛苦，但如果具备了慈无量心，就不会只求自己的亲人得到快乐，而是希望每一个人都要得到快乐，并且脚踏实地地去帮助他们得到快乐。

喜无量心

喜是欢喜，眼看别人能够离苦得乐，自己也生出一种无限喜悦的心情。一般人只为自己得到快乐的事情而生欢喜心，很少看见别人的乐事而生起欢喜心的。但如果具备了这种喜无量心，就会不但见人得乐而心生欢喜，而且就是冤家敌人遇到了欢乐的事，也同样会表示无量的欢喜。



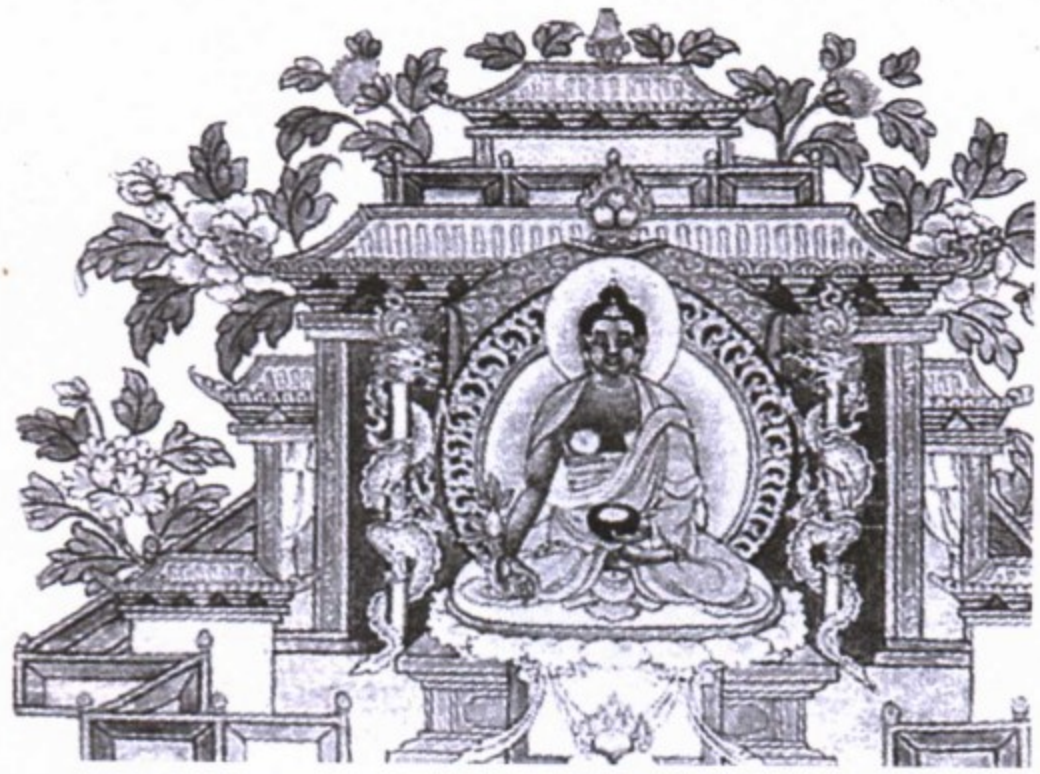
舍无量心

舍是舍掉一种分别执著的观念。行善虽然可乐，但也要把行善的怡然自得之心理舍掉，如此就会心胸广阔，心中不存执著，正如一潭秋水如镜，月穿无痕，所以称为舍无量心。

悲无量心

悲是一种悲怜他人受苦的同情心，平常人只知自求解除痛苦，不顾别人的痛苦，但如果具备了这悲无量心，就会有“我不入地狱，谁入地　　狱”的精神，为他人拔除痛苦。

医生如果能够具备以上这慈悲喜舍四无量心，死后就可以成佛，升入西方极乐世界。





“以上《论说医典》主要详细解释了《根本医典》中的医学理论，希望中等智慧的人能够有所领悟，而下等智慧的人，则需继续听授《秘诀医典》的指示，方能有所领悟。”

《论说医典》至此全部传讲完，古珠热白益西重新返回药王的顶门。

《四部医典》第一部及第二部中译版原文

甘露精要八支秘诀续第一卷　根本医典

第一章　绪论

向世尊如来佛般降凡的无敌阿罗汉功成正觉者琉璃光王顶礼膜拜！

闻名解脱恶趣苦，世尊大悲救众生；

根治三毒称医圣，琉璃光前拜目颂。

当我讲此论时，有一仙人住处名叫美观药城者，内有一座五种宝物建成的无量殿堂，饰以各种各样的珍贵药品，这些宝药能够解除由朗症、赤巴症、培根症、二合症以及聚合症等所形成的四百零四种病痛，使热病转凉，使寒病转暖，平息八万魔类。有求必应，如愿以偿。

在这座城池的南面，有一座名叫锥顶并具有太阳威力的山上，生长着诸如石榴、胡椒、荜茇、小米辣等的药树林，这些药物性热而猛烈，其味辛、酸而咸；药林里根、干、枝、叶、花、果无不气味芬芳，美不胜收，使人心旷神怡；药香所到之处，寒病自除。

在这座城池的北面，有一座名叫雪峰并具有月亮威力的山上，生长着诸如檀香、冰片、沉香、山豆根等的药草林，这些药物其性凉而缓钝，其味苦、甘而涩；药林里根、干、枝、叶、花、果无不气味芬芳，美不胜收，使人心旷神怡，药香所到之处，热病自除。

在这座城池的东面，有一座名叫香茅的山上，生长着诃子林，树根能治骨病，树干能治肌肉之病，树枝能治经络之病，树皮能治皮肤病，树叶能治腑器之病，花朵能治五官之病，果实能治脏器之病，顶端有五种诃子成熟，具备六味、八功、三消，良效十七种，可治万病。药林里气味芬芳，美不胜收，使人心旷神怡，药香所到之处，四万零四种疾病自除。

在这座城池的西面，有一名叫马拉亚的山上，出产着六妙药；那里有可解除诸病痛的五种寒水石，五种药水，五种温泉。

除上所述，山中到处红花满坡，香气缭绕，所有山崖上矿物类、盐碱类无所不全；药草山上孔雀、共命鸟、鹦鹉等发出悦耳的叫声。山下大象、熊、麝等身具妙药的畜类也十分齐全。总之，那里诸药无所不产，无所不全，并以此为饰，蔚为壮观。

在无量殿的正中，琉璃嵌镶的宝座上端坐着一位活命导师医圣琉璃光王佛。这位导师的四周天神、大仙、外道、内道等四众簇拥，其中所属天神神医九生之主速转、神医娄宿、天王帝释、甘露天女等，俱坐一面；所属大仙恒知子、如火人、辐轮持、护众子、犁行生、二苦行、原上炽、并宿生等俱坐一面；所属外道有外道祖师净梵、大天吉祥螺髻、遍入（比纽天）、六面孺童等俱坐一面；所属内道有大圣文殊师利、观自在菩萨、金刚手菩萨、阿难陀尊者、孺童医师等俱坐一面。

就在那时那刻，导师开示一语，四众按各自的教义领悟：这就是身、语、意三者贯注无失，使有失者转为无失，不协调者得到协调，谓之修仙之道。

第二章　纲目分类

就在那时那刻，导师世尊活命医圣琉璃光王为息除四百零四种病痛，即于入定后不久，从心间散射出千百条彩色光芒，普照十方，以解除众生心上的一切疾病过失，并治除由无明蒙昧所致的三毒诸症。此后那彩色光芒复又收于心间化作导师明智仙人，驻于前方空中，面对众仙说道：

“众友当知!谁要想无病健在，谁要想治病救人，就请学习医学秘诀；谁要想长寿，就请学习医学秘诀；谁想得正果，谁想具财富和安乐，就请学习医学秘诀；谁要想解除众生病苦、受人尊敬，就请学习医学秘诀!”

身化明智大仙作以上训诫的那时那刻，导师琉璃光王的舌间也散射出千百条彩色光芒，普照十方，以解除众生语言的一切过失，并消除一切魔障。此后那彩色光芒复又收于舌间，化作心生大仙，礼绕导师后，作狮子顾盼之状，伏于导师尊前代众仙求问道：

“善哉,导师明智仙长!请问想圆满成就自己和别人事业的人如何学习医学秘诀?”

一语未了，身化明智大仙道：“列位大仙，请研习医学秘诀!请学习医学秘诀的支；请学习医学秘诀的点；请学习医学秘诀的会；请学习医学秘诀的要；请学习医学秘诀的章。”

心生大仙又问道：“善哉，导师!那么怎样学习医学秘诀部呢?”

“列仙听之，”明智大仙训诫道，“首先学习四部医典：即依次学习根本医典、论说医典、要诀医典、后部医典；其次学习八支：即依次学习生理、儿科、妇科、邪魔、金伤、中毒养老和滋补等八支；再次学习十一点，即逐次学习：一、根本精华点，二、生理形成点，三、盛衰病因点，四、生活起居点，五、维命饮食点，六、药剂配方点，七、器械诊治点，八、无病情志点，九、识病症象点，十、调养疗法点，十一、行医之道点；再次学习十五会，即逐次学习：一、三邪治疗会，二、内科疾病会，三、热病治疗会，四、头病治疗会，五、脏腑疗养会，六、隐病疗养会，七、杂病疗养会，八、先天疮疥会，九、儿疾疗养会，十、妇病疗养会，十一、治邪镇魔会，十二、金伤疗养会，十三、中毒疗养会，十四、养老延年会，十五、滋补强壮会；此后，学习四要，即逐次学习：一、诊脉验尿之要，二、祛病用药之要，三、攻下操作之要，四、文武外治之要；最后，学习一百五十六章，其中《根本医典》分为六章：阐述根本医为纲：绪论、纲目和病理，识病、诊治、比兴详。

《论说医典》卅一章，本典首先为总纲，再以先后说次序，身体形成加比象。

生理、定义、体解详，病兆、病因、病缘章。病起、病义加病解，时令、偶然先日常。

食法、禁忌、食适量，药味、药性、配药方。针灸等法凭器械，无病有病诊适当。

谚称、取舍验疾良，总治、异治二疗方。体验、医道堪可称，十一要点可为纲。

三十一章纲目张，十一要点可简详；一三、三四、四五六，再加总纲卅一章。

《要诀医典》十五会，九十二章说端详：求问、三邪（朗、赤、培根）聚与紫，第一会里共四章。

痼有不消、痞硬症，浮肿、气肿及水肿②，再加一个消耗病，第二会里共六章。

总热、要热、寒热间，初热、炽热和虚热，伏热、久热加浊热，搏热、劳热、瘟疫热，痘症更有绞肠痧，喉症黑疔感冒热，各类热病十六则，第三会里一处合。

头、眼、耳、鼻、口和瘿，上身疾病分六章（第四会）。心、肺、肝、脾、肾、小肠，肠胃腑脏有八章（第五会）。隐病男女分两处（第六会），杂病共分十九章：音哑、胃呆、消渴症，呃逆、哮喘、与痧症，虫症吐泻加便秘，尿闭遗尿与热泻，湿痹、痛风、黄水症，白脉、皮肤、疝气痛（第七会）。

核疮、痔漏与丹毒，苏尔牙症和腺肿，单坠双坠脚气病，会阴漏等共八章（第八会）。小儿抚育婴病及中邪，共有三章第九会。妇女总论和分科，再加普科共三章（第十会）。魂附、疯颠和健忘，中风、地邪有五章（第十一会）。损伤总论和头部，颈项胸部与四肢（第十二会）。

毒有合毒转移毒，再加物毒共三章（第十三会）。人登老迈须颐养（第十四会），滋补养精节房事（第十五会）。

一一 、二二、和三三，四一、五六八归二，十六、十九各归一，九十二章十五会，分章归会亦详尽。

《后部医典》廿五章，分章归入四大要：脉尿汤散和丸药，膏药灰药酥油丸，膏浆药酒珍宝类，草药配伍调油法。泻法催吐吹鼻药，营卫灌肠峻泻法，清血利尿火灸法，放血温熨和浸洗，涂药再加穿刺法。二、十、七、六归四要，《后续医典》全归了。

《根本医典》有六章，《论说医典》卅一章，《要诀医典》九二章，《后续医典》廿五章。四典共计百五四，再加后记有两章，一百五十又六章。

“要诀”章节归八支，具体分属如下析：身体之部七十章，儿妇中毒各三章，中邪损伤各五章，养老只有一章提，滋补两章也应知。

第三章　病理病因

于是心生大仙向明智大仙求问道：“医学名著四典中，《根本医典》如何学，养命药王请指点！”明智大仙道：

“心生大仙听我言，一学根本精华点；将人比作三根树，三根共生九树干。

树枝四十又七条，树叶二百零四片。开花生出五异果，以树为喻根本典。

若将比喻作详解，疾病体质排泄物。体态正常身健在，体态失常生病患。

病有朗、赤和培根；维命上行及遍布、助火清下诸风窜；消食色泽多变化。

令草令视令明颜，肝胆湿热即赤巴；恃嚼味足满五种，三类计百十五功。

糜液、血、肉和脂肪，骨骼再加髓和精，人身体质七要素。秽物计有粪尿汗，叶子数至廿五片。

人体还有味能行，要与二五相协调；调则全身得发育，不调诸损把病招。起病当有三内因，四种外缘做同行。得病更有六入门，上中下部皆可屯。

疾病传经十五道，年岁地域加时令，九项更使病势翘，酿成九大危症临。

回转病情十二因，概括不外寒与热；如此六十二法清，治疗疾病成守则。

三因再加贪嗔痴，更将三病（朗、赤、培根）排比递，四缘若逢时令、邪。食、行将使病加剧；六门之道首皮肤，进而扩展至腠肌。继而趋行入血脉，更近骨髓五脏里。依次入门病入内，甚者堕入六腑盂。

三部培根依于脑，赤巴中部依肝胆。朗处下部依腰跨，部位依据各相关。

骨耳触觉包络肠，血汗眼肝胆小肠，食糜肌肉脂髓精，粪尿鼻舌肺脾胃，还有

肾脏和膀胱。以上共有十五道，包括体质和二便，感官、五脏和六腑，人体三因通行还。

九项年岁有险夷：老年属朗中年赤，幼年人属培根症：严寒凌烈为朗域，炎热干燥赤巴域，润腴潮湿培根域；朗症多在夏季生，日暮黎明是发期；赤症多在秋季生，午间、夜半易加剧；培根多在春季生，发病黄昏与早晨。

依次说到九危症，三生福寿善皆尽。土水火风四大克，配伍吞毒多贻误。病入膏肓莫奈何，过期朗病生机断。热症灼烈过极限，寒症冷损致沉疴。体质要素难支应，诸损致使体力尽。

朗赤培根回转因，息与不息两分明。生理病因二二四，三四十二数止清。两属先言朗、培根，其性寒凉属水性，血与赤巴热属火，虫及黄水兼寒热。

如此叶数八十八，病因种类讲分明。”

第四章　识病要点

明智大仙接着讲道：“大仙听之！

诊病望切问可知：望诊用眼查舌尿，此法可称望域学；切诊手指传信息，此法可称验情学；口问起缘痛饮食，此法可称闻声学。

望舌朗症红干粗，赤巴灰黄厚苔迹。培根舌白苔微薄，舌面无津软湿腴。

验尿朗症水沫大，赤巴红黄片大臭；培根尿象是白清，其味淡而冒汽子。

切诊朗症脉空虚，时而跳来时而阻；赤巴脉搏急数洪，培根沉细迟缓濡。

问诊轻粝食、行疾；身颤呵欠起寒栗；腰胯骨节无不疼，痛无定点干呕急。感官迟钝心烦躁，饿时疼痛喜油腻。

锐热食、行所致疾：口苦头痛体温升，上身食物消后痛，患者多把凉爽喜。

重腻食、行所致疾：心口不适难进食，呕吐乏味胃涨满，嗝逆身心觉疲倦，浑身内外皆发冷，饭后不适喜热暖。

上述识病诊察法，共计三十又八宗，察验诸症无贻误，必使流传且遵从。”

第五章　诊治疗法

明智大仙接着讲道：“大仙请听！

养病诊治有善方，食行药诊有四桩：食类朗症马、驴、獭，经年陈肉加刀肉。谷物油加经年油，大蒜大葱和红糖。牛乳当归与黄精，谷酒蔗酒骨酒良。

赤巴饮食牛山羊，新鲜乳酪油三样。羚鹿狍等野牲肉，羊肉牛肉青稞粥。灰条

叶和蒲公英，面汤更加清凉水，凉开水等充饥渴。

培根饮食绵羊肉，野牛野兽加鱼肉，蜂蜜旱地陈谷面，犛牛奶酪醇烈酒，更加滚水疾病痊。

行止朗症择暖地，心投友人相伴随。赤巴病人凉爽处，稳居安适莫可催。培根病人常散步，居处暖和最要紧。

药物朗症甘酸咸，油腻重而加软粘。赤巴病者甘苦涩，清凉稀而钝性药。培根药味辛酸，药性凌利粗而轻。

药性药味言配伍，不外息泻两类数。平息朗症露酥丸，赤巴汤散培根丹。

药露骨髓四精霞，绵羊脑髓连骨煮。酥油丸有肉豆蔻，大蒜诃毛余三实。五根草乌可相随。汤剂当有藏木草，蒂达三实木藤蓼。散药冰片和檀香，红花还有石灰华。丸药乌头诸盐类。丹灰石榴冬青叶，郭玛卡盐寒水石。

泻剂朗症多轻泻，赤巴峻泻培根吐。轻泻又分稀释泻，洗泻半稀半洗泻，峻泻可分总峻泻，分峻泻和急缓峻。催吐分为急和缓。

诊治初则涂油揉，还有霍尔艾灸方。次则发汗和放血，还可放水做冷浴，最后温熨及火灸，依次诊治效非常。

上述疗法九十八，无怠勤谨依如法；疾虽犹如堕泥沼，仍可迅速得自拔。”

第六章　比兴分类

明智大仙接着讲道：“大仙听之！

生理识病和治疗，三根共分九树干：病变、未变、望、问、切，食、行、药、诊根干全。

未变树枝可分三，疾病体质排泄物；病变又有病因缘，入门、病位、道、发期，经果转因和经义；望诊观舌并验尿，切脉、朗、赤、培根三；问诊起因和症状，再问病家啥习惯。

食部食饮分六类，行止起居有三项：药物药味和药性，三病各二得六枝。配伍平息方法六，泻法三枝紧相从。诊治之部有三术，四十七枝依干分。

树枝生成树叶茂，生理共计叶廿五，病因病理六十三，望六切三问廿九，朗症食部有十四，赤巴食部共十二，培根食饮九叶全。

行止六叶药性味，共占九叶药露三。酥油丸药有五种，汤散各四二叶丹。灰粉药物有五叶，非息非泻叶九片。诊治之部有七叶，病症八十又八片。识病诊查三十八，疗法九十又八片。以上比兴详分类，二百廿四树叶全。

满树盛开长寿花，结下法财康三果；以树为喻宣医道，堪称精华《根本典》。

寥寥先哲广为用，茫茫愚众求无门；如有志者索甚解，须看后来有巨著。”

讲到这里，那明智仙人便化入药王心中去了。

《根本医典》完。

甘露精要八支秘诀续第二卷　论说医典

第一章　概说

医圣琉璃光王佛从禅定中起立，复入“善述雄狮”医药禅定中。入定不久，从佛的首髻发出千百条彩光，普照十方，以解除一切众生的病痛与过失。在治疗朗、赤巴、培根等一切病症后复归首髻之中，化作明智仙人，驻于前方空中。心生大仙问道：“善哉，导师明智仙长！根本医典要义作训诫，论说医典又将如何学？”明智仙长答道：“要学二卷论说医学典，六类众生当推人为先。无病健在有病去求医，只为寿、法、财富与安然。养生医道精义做概说，被治治病治法与治者，分门别类依次讲分明。

第一被治何人有对象，治病健身明了何彷徨，再求医家清楚治什么，由此得出病因理应当。治病疗养共计有四友：行止、饮食、药物与诊治。治病四友如何疗养法，无病长寿有病求医师。

遇病先求掌握识病法，了解之后才能有治法，再用什么治疗共三法。

如此行医治病有治者，大树四根生出十一枝，以上仅将本典概说之。”

第二章　身体形成

于是心生大仙又向明智仙长求问道：“善哉，导师明智仙长！如何学习生理形成点，救命药王一一金口宣。”“心生大仙请听！”明智仙长回答道：

“首先如何行医要分明，身体形成部位要讲清：成身、图解、生理和定义，分析命业恶兆共七经。

七经之内成身第一讲，成因、成长、分娩共三项。第一父母精血无病失，意识愚昧促使动情尚。五源几聚集相结为胎因，犹如钻木生火两相象。精血朗症粗黑味涩然，赤巴使其酸黄气味恶，培根灰粘味甘性凉寒，血症腐恶培朗节节断，血夹赤

巴如脓培赤结，朗赤干硬聚症如二便，此等不能为种怀胎难。

命业未齐魂魄不入体，无土无躯无水骸难聚，无火不熟无风不发育，若缺虚空肢体怎分离?男精白重味甘数量多，月经犹如胭脂兔血红，洗之可净无病成胎活。

女龄十二直至五十间，食糜运化积血月潮泛，两大脉中行经黑红洁，风动胎口流滴整三天：其征身软憔悴无精神，乳抖腰动小腹亦震颤。

月月来红象征欲求男，胎口开启昼夜十二间，开始三天、十一不怀胎，若逢一三五七九是男，二四六八女婴保膝前。十二昼夜既过胎不结，犹如日落莲花闭蕊般。

男子精液多时将生男，女子月华多时将生女；精血相等交配为中性，中性一分为二将孪生。生相畸形身材丑陋者，此等皆因污秽气所致。

受胎母体子宫受精种，但觉欲满身重意怠倦。父精生成骨骼及脑髓，母华造就血肉脏腑全，自心生出官能意识产。土生骨肉鼻间有嗅觉，水滋血液舌味湿润感。火炽热暖色泽眼体亮，风产气息触角和皮肤，虚空生窍耳司音响间。习性使之有为见识宽，因缘依据成身皆齐全。

如此成身再将发育讲，胎儿发育其因脐带上。子宫左右二脉通脐带，二脉依据“三木赛”供营养。因之母体摄食化食糜，渐次输往胎内供增长，犹如池水渠灌保田墒。

七日一周共需三十八，九个月内气使起变化。胎儿第一月之第一周，正如酪酵投乳精血融。第二周内形如胶状物，第三周时状似奶酪凝。要想男孩用术在此时，正是性别未分之前施。此功任他前业也能敌：星宿鬼时制成男婴像，数种铁类锻打炭火烘。烧得通红牛奶之中淬，如数凉燎温汁母为饮。系腰戴首皆可为男童。日主滋阳更兼月补阴。

房事重劳夜间难成眠，昼眠憋气热锐重性餐，燥使便结润滑致下泻，八个月内更要忌针砭，皆因怕致胎儿坏死干。

四周胎儿圆满又伸延，渐次将那男女中性变。孕妇身瘦腹重胃口闭，身懒体酸乳涨打呵欠。喜食酸味心中杂念多，禁愿将致胎损丑儿男，是故虽有少损使遂愿。

身孕二月时至第五周，胎儿身上先有肚脐添。六周依脐形成命脉来，七周眼目官能已生全。八周依眼胎儿长头部，九周身躯上部和下部。

身孕三月已到第十周，腰胯突出上部生两肩。十一周时九窍身体成，十二周时五脏已长全。十三周时六腑得弥满。

身孕四月已到十四周，上肢下肢臂腿四肢全。十五周时手脚和膝肘，十六周时指趾共二十，十七周时脉络内外连。

五月十八周内脂肉生，十九周时韧带筋线添。二十周时骨骼和骨髓，二十一周

皮肤周身遍。

身孕六月二十二周内，九种官能孔窍自然开。二十三周毛发指甲添，二十四周脏腑更成熟。此时已知安适与苦痛。二十五周始有气运行，二十六周心中有意念。

身孕七月二十七周起，直至卅周之间身圆弥。

身孕八月三十一周起，直至三十五周大发育，母体胎儿色泽互转迁。

身孕九月三十六周始，不喜露面郁闷厌烦感。三十七周忤逆意识生，三十八周转首离胎盘。要是孕妇崩漏儿不长，腹大月足依然难生产。风气阻逆也要拖日限。

胎儿如此发育并成熟，超过九月才算正常产。彼时胎儿靠右右显高，身轻梦中时常见孩男，右乳先见奶汁将生男。孕妇会男歌舞喜梳扮，生女与上性情正相反。上述征象相混主中性，腹部中低边高双婴产。即将分娩孕妇软无力，腹弛下重骨盆腰部疼。肚腹尿道痛而阵痛乏，阴户开而多尿且刺痛，经验妇女助产多护理，产妇如同抛命倍补滋。”

第三章　身体比象

“再讲人体图象诸道理，左右胯骨犹如两墙边。脊椎连贯好像垒金币，命脉布身宝石柱一般。方形胸骨好似架大梁，廿四肋骨依梁布屋椽。胸脊脆骨屋椽枕木鱼，经络犹如屋顶铺枝桠。肌肤如同屋表抹泥浆，两条锁骨好像飞檐挂。左右肩胛屋内有静房，首顶居顶犹如设仙阁。感官五窍恰似开窗户，头盖颅骨屋顶上了瓦。顶门居上犹如开烟囱，左右两耳鹏首甍檐展，鼻孔美饰杆顶有飞华。头发明光犹如阴阳瓦。两手门前飘动有旗幡，胸隔上下走廊有上下。胰脏犹如房内拉幔帐，心脏如同国君正危坐，肺五母叶就是五大臣，肺五子叶好像五太子。肝脾犹如大小两妃嫔，肾如外相力士顶大梁。三木赛如同一宝库，胃可消食屋内有锅灶。大小二肠嫔妃有使女，苦胆就是炉旁挂皮袋。膀胱犹如缸内满了水，下部两门如同出水洞。两腿就是门前下马牌，要害穴位国君授权辖。”

第四章　生理喻示

“生理喻示共计有四类：一讲营养体质供给量，二讲脉理各部相关联，三讲全身要害是关键，四讲孔窍通道内外牵。

第一气（朗）之供给满膀胱，赤巴供给卵或满精囊。培根所需自手三捧量，血与粪便各需七捧量，尿与黄水各需四捧量。油和脂肪各需二捧量。色泽精液用量各一把，脑颅用量自身用一捧，肌肉用量共需五百握；妇女大腿乳房廿握余。骨骼用

量类系二十三，其中脊椎骨节二十八，肋骨数量共计二十四，牙齿数量共计三十二。全身骨骼三百六十块，四肢骨节共计十二种，细小骨节二百一十块。

筋络十六肌腱有九百，头发共有二万一千根，毫毛孔窍一千一百万。五脏六腑共开九大窍，赡部洲人身高一庹四，畸形体丑之人三肘半。

二讲脉理各部相关联，定、有、联系、寿数四种脉。

定脉又从肚脐分三根，一根上行形成大脑海，蒙昧依脑从此常住行：由此增长培根住上部。一根留于中部成命脉，嗔怒依血靠脉常住行，由此增长赤巴住中部。一根下行贯注成隐处，情欲住于男女隐密中，由此增朗下部常存留。

有脉为大又可分四类，一类官能司职现象脉，五百毛细围绕大脑行。二类记忆司职清楚脉，五百毛细围绕心脏行。三类成身司职发育脉，五百毛细围绕肚脐行。四类后代司职繁衍脉，五百毛细围绕生殖器，上下通贯全身无漏遗。

联系脉分黑白两大类；身体命脉犹如一树干，又如干生树枝往上分，增长血肉大脉二十四：脏腑内联八大隐脉藏，四肢外联十六脉路现，分出放血脉点七十七。

要害脉有一百一十二，混脉共计一百八十九，内外中层一百二十种。细脉分成三百六十条，由此再分毫脉七百整，再分微脉如网遍全身。

大脑脉络犹如海洋中，如根植土深入地表内，传导润泽水脉十九条。脏腑之间内部相联贯，犹如丝带隐脉十三条。外连四肢显脉共六路，分出细小水脉十六根。

人有寿命脉路共三条：一条便住身首一切地，一条相随呼吸常运行，一条犹如灵魂乐逍遥。

气血运行孔道内外全，连属身体发育并常安，是故命根之所称命脉。

三讲全身要害是关键，肉、脂、骨、水、筋、脏、腑共七。

肉要触肿骨要触之痛，水筋诸要触之致残废，脂和脏腑要害系性命，生死相关难医称要害。

肉要四十五处脂要八，骨骼要害共计三十二，筋要十四脏腑共十三，脉络要害一百九十处。头要六十二处项卅三，胸膈上下共有九十五，四肢要害一百一十二，都云三百零二人之要。其中险要之处九十六，断则伤命妙手难回春。中等险要之处四十九，若遇良医起死亦可为。其余之所虽然称要害，莫云要害医者皆可为。四讲孔窍通道内外牵，内部孔窍命荣秽物三，水分食物运行十三路。外部孔道头七隐处二，妇女多出胎口与两乳。

孔窍形状圆粗与长细，犹如叶背脉络之状存。食糜运化孔窍门户通，假若饮食起居不调顺，有伤通道身体将致病，多致不通各部乱窜行，无害且记净道常享通。”

第五章　身体哲理

“身体哲理定义有两般；病体病害二者起作用。病与体质再加排泄物，互为依存一物靠一物，安康入灭身体为根本。

先讲病体从中又可分：火热转变状况果实终。所害分类体质与秽物，食糜、血液再加肉和脂，骨与骨髓、精液共为七。

其中食糜健身是先行，血可润身养命肉覆体。脂肪滑利强骨可为依，髓变精华精液使怀胎。粪尿使得腐物排体外，汗使皮肤柔软毛发固。火热本是消化之基因，当指用于消化之赤巴。病与体质秽物诸种热，能使无病勤奋焕容光，长寿体强皆因火热力。

入于消门又成食路闩，有此热力消食往下传，热衰食物不消排外边。此热消食将使体质强，力强则是发育之因素。因为不消难以得发展，饮食起居恬淡加暖和，努力守得火热在体内，将使身体有力并长寿。

此等火热消食之真情，饮食凭藉气力入胃腹。饮水泡烂油物使松软，等火朗使赤巴去消食，使之胃中如同驱药力。

开头人进饮食摄六味，培根之类使其变碎烂，食物变甜泡沫培根长。中间赤巴之类来消食，使之发热变酸赤巴长。最后等火朗使分食糜，使之变苦更将朗显著。土水火风空等五源食，其功更使人体五源兴。转变消成食糜两离分，浊物入肠又分稀和稠；稀者变尿稠者变大粪。

清物体质各部成火热，食糜胃内成熟被吸引，吸入九脉又经肝道经，又在肝内变血血变肉，肉变油脂油脂又变骨，骨内变髓髓又生精液。

再剩浊物存胃成培根，胆内变汁孔窍出垢腻，齿甲汗毛粪腻羊水质。

体质精液之结又为精，虽存于心全身遍明晶，使得神采丰满延寿命。此等成果当初源食饮，食糜变精共需六昼夜；若用壮药可令精液结，服用补药仅需一昼夜。

病害病因分析有八门：区别胎成自然与热薰，肚腹各部病业和哲伦。

区别朗与赤巴和培根：因素性质比喻和结果，相伴为友依数次序成，未变安住病变入灭所。朗有区别持命与上行，遍布等火下解五相随。赤巴可分消化转色黄，情志视觉辨色五相望。培根分为进食与腐烂，嚼味满足接连五相参。

此言胎成情况作喻示：最初男精处于女血中，犹如毒虫本身由毒长。精血处胎饮食与起居，患失因出自然七病成。朗轻赤巴中等培根重，聚合上吉三合变中等。

如此胃中热重有四端：朗致不调赤巴致锐利，培根轻微聚合致均匀。肚腹朗硬赤巴致柔软，培根致使软硬刚适中。各部虽布全身重心口；肚脐依次分布下中上。

病业有失朗使呼吸通，行动做事出力潜病源，又使官能清楚随身坚。赤巴使得饥渴进食消，体热容光饶勇心地贤。培根令人身强意志坚，入眠关节韧而身润软。

更有持命朗在人之首，行于喉胸又将食饮咽。唾沫吐痰又能打嗝逆，心和五官清楚存记忆。上行朗在人身胸部游，行于鼻舌喉部语言出，力壮色泽勤劳意念清。遍布朗住心脏行全身，举物放置又可司行程，伸蜷开闭身动诸功能。等火朗在中部住胃间，行于内脏消化口内食，又分清浊健身促成熟。下解朗在下部住肛门，行于大肠膀胱腿隐间，排禁精血官能与二便。

消化良与不良二者间，解食清浊又使体生暖，更助其余四项气力添。转色赤巴住于肝中间，食糜等色无遗颜色变。情志赤巴住于心脏间，心广自豪做事按意愿。视觉住眼能将诸物见；辨色住皮能使肤色鲜。

进食培根住地在胸膛，其余四项藉此进食饮。腐烂培根消化不良藏，食饮腐烂进而使之碎。嚼味培根住舌能知味；满足培根住头感官应；接连培根四通住关节，骨接连而伸蜷自有信。

病失哲伦朗赤培根三，朗之哲伦粗而又轻便，又冷又细动而呈硬坚；赤巴哲伦油腻锐热炎，轻扬味臭下利潮相连；培根哲伦润滑且寒凉，重纯软固又呈粘糊状。”

第六章　体业分析

“人体之业身语意共三，善与不善自行非予言。分论五大感官各自持，身可分为本体与岁年。自然生病为论共有四，本体为论中性女与男。

年华十六之间为童年，从是体质官能容光焕，长到七十仍可算壮年，此后衰竭只可称老年。自然生病二合聚合七，其中朗症所动有症候：型弯肉枯色青言语多，不耐风寒走路踢踏声；财微寿短薄睡小身躯，喜歌爱笑殴斗惯射击。嗜好甜酸更有辛辣味，生就鹫鹰乌鸦狐狸性。

赤巴本质易渴又易饿，发身呈黄敏锐目自尊；汗大味臭财寿身量中，嗜好甜苦涩味饮食丛。虎猴药叉三性具一身。

培根本性身体常感凉，骨节不显肌丰肤有光。型仰耐饥忍渴经烦旱，体胖长寿多财睡甜香，克制嗔怒本质秉性良。嗜好酸辣涩粗四味食，其性生来犹如狮与象。二合聚合相混推知详。以病分析转与不转二，不转不变身居常安在，无病康泰注意加颐养，转而有病治疗更急切。”

第七章　身之恶兆

“身败恶兆共计有四项，远近无定有定共四讲。

远兆来使梦境与变相：来使若是奇异沙门僧，或是种姓相同主病愈；若与上述相反病不成，可畏可怖动辄投砖石。远处呼叫做出诸罪孽，常有不详妆饰与话语。此等来使难治病业愈。医生不防说出不详语，砍伐祭祖烧坛正做时，使者远来定主病不起。

初四六九或遇日月蚀，星曜凶恶夜出主不祥。路遇断裂烧毁与破烂，哭杀声响或见或听到，猫猴水獭长虫将路拦，此等见一都是不祥兆。

路见五谷奶酪家什满，诵经铃杵香花炒米面；佛身并有洁白无瑕饰，游方僧侣手中持旗幡。马牛羊等仔畜并火燃，悦耳声响美味又乐见；此等路遇或者来家中，善兆本是病人体可痊。奶酪乳浆从家往外拿，无风火灭器皿裂不祥。梦中骑猫跨虎或狐尸，此等皆主死神来捉拿。或梦裸体骑马猪或驴，或骑水牛骆驼南行死。头生枝条其上鸟为巢，带刺多罗生于心之坳。莲花开放跌渊身卧坟，头破乌鸦饿殍瘸疮绕。脚皮自落梦中投母胎，溺水沉泥更被鱼吞噬，拾金得铁与人决斗败，迎新娶亲又被人催债。裸身露体剃发又理须，共与亡人饮酒被拖拉。穿缎又戴红色大项珠，又与亡魂等类共跳舞，此等梦境皆兆登鬼篆。以上都是梦中不祥情，皆因心窍被病所堵塞。常有此梦有病之人亡，无病恶梦可用道场禳。

见闻体验再加做祈祷，自成病起共计有六项。初夜梦境易忘无结果，黎明入梦所见清而祥。梦见神佛名士或大象，火海血身秽物涂身上。身著白衣幡伞得果类，登山又进华屋攀树头。骑狮跨象又骑马或牛，行于东北越海渡河流。挣脱忧苦又使敌人败，供佛祭祀父母诸善行，此类梦主寿康得财由。

平素显出将死诸症兆：医生施医上师嗔谊高，无故豁达丰美呈焕发；与此相反则主死期到。常显憔悴不安心烦躁，施食喂鸟偏遇鸟不要。沐浴心窝即干不存水，自拔手指指节无声悄；虽食无力身有异味飘，虱虮突聚突散死期兆。情欲蒙昧嗔怒俱反常，以往优劣秉性大变样，此人只道速去见阎王；人在日下镜前水空间，身影无头缺肢死神牵。

再说近兆共计有两条：近与特近细分两症兆。一般近兆毒械虽未投，九窍流血出言即忘却。阳物萎缩双堕或相反，咳嗽嗝逆忽然发异声。油灯灭后其味难察觉，拭发无觉顶门油腻渗。发眉开隙中有粗旋毛，额间尿口脉现新月纹。平素五官无故生异变，职能有无互易颠倒现。眉间置肘两目不见腕，迷眼无光恰似兔眼状。眼球内陷瞳孔光衰死。手拢耳背嗡嗡之声断，头顶不见汽气之影死。鼻孔张大灰白垢痂结，舌心黑而干缩语难出。下唇垂落上唇翘而翻，脸生灰物气冷牙生垢，吸而不呼热散

定难活。身冷反觉自身热难当，为寒所苦偏将热气抛。同样为热所苦不要凉，依状治病于病无裨益，反其状而只觉身安然，此等皆主死兆古人言。特近征兆将现有五条，现于五官依次可融消：土性融于水中不见身，水性融于火中干窍门，火性融于风中聚温热，风性融于空中外气断。眼之感官一旦衰退时，不辨形色融于声觉间；耳之感官一旦衰退时，不辨声响融于嗅觉间；鼻之感官一旦衰退时，不辨气味融于味觉间；舌之感官一旦衰退时，不辨味道融于触觉间；身之官能衰退触不辨。

无定死兆病状诸征象，虽有险恶死兆已显现，病解死兆同样能消亡。虽然病解死兆固主亡，失去内外体质肉食脉，任何病人必死难挽回。为病虽然竭尽千种方，徒然无治将主病者亡。如此坏身各种死征兆，病与体质秽物相混淆。三者相克使得寿命终，时至将来如同大山崩。医者不明死兆难决策，不晓死兆更难有医名，是故愿成贤医懂兆机。

梦境变相远与无定兆，积善读修虔诚挽三生；近与无定两兆佛赅告，特近死兆无可救之成。”

第八章　病之内因

“疗养身躯五蕴生百病，要学盛衰虚实病因点，因缘入法点与定义诠，分析名义共计讲七篇。

第一因有远因与近因，远因又分总因差别因。远因各种病乱情各殊，变化无穷疼痛身不宁。其因一一喻示难说清，是故概括百病说病因：诸病总因归纳只一条，只因不解无我为蒙昧。比如鸟虽展翅空中飞，总是不离地上其身影。众生虽然安居有行止，终因愚盲总难离病情。

差别因从愚盲内产生，情欲嗔怒蒙昧三毒中，生出朗赤培根病失果。近因又分朗赤培根三，未转未变将成病因源。变相不调实为病本质，为害人体性命受熬煎。

赤巴紊乱体质受燃烧，此乃火性属于热之招。此火处下偏往上部燃，凡属热症无不由此生。朗分寒热分布全身遍，威藉太阳助火发烧燃。乘月助凉其性为清爽，全身上下内外遍行之，寒热乱而使之起发端，是故朗为诸病因素连。”

第九章　病之外缘

“因素发展条件有三缘，生育潜起诱发共三般。第一生而育之谓生育，第二潜而起之谓潜起，第三诱而发之谓诱发。

生育时令五官与起居，三者劣、淫、倒反皆致病。时令又分热冷和降雨，劣时

小冷小热与小雨，淫时过大倒反三者无。五官司职色声香味触，小或职能不符为劣时，过大过剩其职合为淫，特近极远时大时而小，可畏不适称之为倒反。起居可分身语意三者，三者小或不合劣为劣。勤苦人用余而谓之淫；阻挤扭憋十恶谓倒反。

潜起痊愈因素本质时，因素粗糙等类热朗聚，转寒起而湿润转平之。同样锐利清凉赤巴聚，转热起而纯等凉而平。沉腻清凉变为培根聚，温暖起而粗糙使之平。本质自处增长并聚集，由因致混不符本能司。起发入反自身症象现，自处平居无病得痊愈。时在季春孟夏秋朗多，赤已在夏培根在隆冬。季春孟夏轻扬并质粗，环境食欲起居皆相类，虽聚朗风温而不起发，夏时雨风生寒将发病，秋季润腻温而得平息。夏季润凉赤巴聚不发，腻温秋发初冬又平息。隆冬凉腻沉重培根聚，潜而不发直至春暖时，温而起发孟夏轻粗息。然而尽管不到生病时，饮食起居骤致病有之。

再讲‘诱发’一般与特殊，诸病诱发一般有缘起：生病时令鬼毒食不合，诊治不当或因命运蹇。特别发缘苦轻粗过甚，房劳又加半饥半睡眠。空腹劳身劳语又过繁，失血过多猛吐又猛泻。伤于寒凉胃疲加哭泣，悲哀又使忧心语叨叨。缺乏营养食品用过量，强阻气力过分加挤压，此等外缘皆致朗症发。多食辛辣锐热与油腻，秉性经常容易发盛怒，酷热中午酣睡起劳累。负载过重勉强掘硬地，引拉强弓硬弩与摔跤。强力行走奔波多冒险，被马践踏或则堕悬崖。入于阴暗或者遭飞石，肉食酥油糖酒用过量，此等外缘皆使赤巴发。苦甜沉凉油腻食过重，饱食不动白昼入梦乡。睡卧湿地潜水衣单凉，生食焦生腐烂下列详：新打麦豆龟裂陈腐食，山羊瘦肉油籽与脂肪。糟心萝卜野蒜坏酥油，山羊生奶乳酪冰凉茶。暴食暴饮饮食早过量，食物未消又将新食添。此等外缘培根寒病起，三者相混即转聚合症。”

第十章　染病之情

“如此外缘促使内因发，染病之情犹如矢投的。投掷外缘如矢分四类，一矢一的相连作估价。

朗住人体当在骨骼中，赤巴住于血汗两液内，其余各部统由培根存。如此相互依存维持情，病失使之紊乱危体质，病失紊乱又使秽物积。

病与内因相符食之精，遍行朗使扩散诸孔窍，尔时食糜何处已形成?孔窍之病此时之行止，犹如空中聚云下雨情，各在自处发展并聚集。所积相遇外缘定然发，入于六路不适病发芽。病人身体将依何处存?消化处所胯眼与骨节，触觉耳朵皆是朗处所，特别住于消化大肠中。赤巴住于脐胃与血汗，食糜黄水眼和皮肤间，特别住于消与不消间。培根住于胸肺与头项，食糜肉脂髓精与二便，鼻舌更住不消处所间。”

第十一章　病之哲理

“病之哲理增耗与紊乱，增耗又分病、质秽物三，讲其病因病理与征象。

第一病失增耗之因素，食行不思适应与不适，增耗之根弃之又施与。第二身之火热自处居，部份火热逼于体质间，燃之消亏将变增与耗。初则使得后来有盛衰，秽物时闭时出从中知。征家朗增干黑喜取暖，身颤腹胀又加大便滞，语多头晕力疲官能衰。赤巴增盛二便皮眼黄，饥渴身烧失眠又肠泻。培根增盛火衰食不消，身沉肤白中陷四肢松。涎多痰壅沉睡气又喘，食糜增盛其状似培根。血盛致使皮癣内核病，脾病癥肿血胆眼白黄，龈病行难眼和皮尿红。肌盛瘿瘤脂疣肌肉转，脂盛身疲乳房腹脂生。骨盛致使骨增生余牙，髓盛身沉眼衰骨节粗，精盛精液结而求女性。粪盛身重腹胀小肠鸣，尿盛尿道刺痛尿频数。汗盛多汗恶嗅肤生病，细类过盛垢重身搔痒。朗衰乏力言微身不安，健忘培根增盛征象全。赤巴耗衰温色褪里寒。培根耗衰自处空旷然，头眩心颤关节显弛缓。食糜耗衰消瘦食难咽，皮糙难忍巨响痛在身。血衰脉弛皮糙喜凉酸，肌衰肢节痛而皮骨粘，脂衰消瘦青灰少睡眠，骨衰脱发指甲牙齿落。髓衰骨空头晕又眼花，精衰出血自感身烧灼。粪衰小肠之内声回旋，上逆使得肋间心窝疼。尿衰其尿变色闭或溺，汗衰皮裂毛竖或脱落。细类过衰空虚轻可知。体质将依人体秽物迁，增盛耗衰体力有害焉。忧心生悲使得容颜衰，惊恐懦弱不乐衰光焕，滋养良药牛奶肉汤鲜。

紊乱征象朗症空目浮，其尿如水搅动清稀如。喜行长吁神志轻而浮，头觉迷糊耳边响轰鸣。色干红粗口味有涩觉，窜痛寒颤动则遍痛懒。僵缩如剥如折身如缚，动则剧疼毛端抽痛切。无眠呵欠喜伸怒难伏，腰胯骨节如同遭打扑。后颈前胸腮帮带刺痛，风腧诸穴开而按之疼。空呕无物黎明咳带沫，腹胀鸣转清晨消后痛。

赤巴紊乱征象脉促细，紧数尿色红黄躁汽重。头痛肤热口中酸又苦，舌苔厚腻鼻孔常干燥。眼翳红黄疼痛聚一处，夜间少眠白昼更难眠。痰呈红黄味咸又大渴，大便带血汗多气味恶。其色红黄更有烂而腐，中午半夜消化时节痛。

培根紊乱脉象沉濡缓，其溲色白味淡汽气小。谵语舌、龈发白眼白肿，鼻涕痰多头昏身心沉。胃口不适无火难消食，腰肾疼痛身臌瘿腺肿。食物常有培根吐或泻，神志不清昏睡身酸懒。痒块结痂节紧肉肿长，下雨黄昏清晨食时发。

如此哲理增耗紊乱三，据情言说征象诸病辖。二合聚合征象亦可知，未收病症诸象揽天边。”

第十二章　病之分析

“病之分析先讲因分析，再讲依据后讲类分析。第一因素为主来分析，今生罪孽以往之命运，二者相混共计有三项。今生因缘具备将生病，命生无因之力偏重大，因素较小其业混于罪。又分今生罪孽有两类：自性自处身内生病失，由于外缘病失突然生。自性自处朗赤培根三，外缘中毒金伤外邪沾。

再讲依据共计分四项：男、妇、儿、老四科互相连，再加综合普通五类全。男科疾病精耗加淋漏，睾堕阳门六九十七般。妇科胎症五种肿九种，胎之恶虫起遁共两类，经脉之病十六共卅二。儿科可分细、概、详、集八，老病五源体力衰落情。综合普科可分罪病失，主要所处重点次种类。

病失分析朗、赤、培根三，朗症又有总与分支言。总部分析类别与病点，以类分析朗症二十件。以点分析入门种类六，五官犹如花开共七般。区别朗症维命等五种，培根赤巴相混有十宗，如此朗病分析四十二。赤巴病分总与分支栏，总部分析类别与病点。类别分析汤治病症等，病点点变痰涎脉行三。以点分析六门官能七，分支消化等类共五般。朗与培根相湿有十宗，如此赤病分析二十六。培根之病自宗与他宗，自宗之病总与分支栏。总部分析类别与病点，类别分析胸痞等六种。病点分析六门官能七。分支依持等类共五般，朗与赤巴相混有十宗。他宗可分黄色紫色二，紫病蔓延、发、漏，突兀四。培根之病分析三十三，病失总计一百零一件。

摘要分析自宗与他宗，自宗仅仅显示自征象，盛与最盛特盛相连衰；他宗三类二、聚、剧病害，二合三平一最剩六类。聚合等同最中三合六，二一剩六反之则成衰。盛衰相混共进衰连六，一衰二盛反之又合六，盛衰分析共计七十四。剧发病症之上如凶病，凶病分析亦可列三类，入内、倒反、并调逐次谈：一病之位另有他病乘，此病不息又将他病转，二病争斗三九二七间，共计一百零一分析全。

病点分析可分身和心，心点之病疯颠与健忘。身点可分上下内外病，再加内外通病共五类。上身感官头部诸病症，头、眼、耳、鼻、唇、牙再加舌，上颚瘿瘤咽喉头项病。咽喉之处生病有四类：一般病与喉蛾之病发，再加喉塞之病与音哑。头项通病消渴和呃逆，哮喘胃呆感冒共五类，总计头项分析十八病。

脏腑部位之病作喻示：心肺肝脾再加肾脏病，胃病胆疾膀胱大小肠，更加三赛共计十一病。脏腑通病不消痞症肿，苏尔亚病热泻肠绞痛。腑症通病泻吐共两类。总计脏腑之病十九种。

下身痔疮外加会阴漏，便秘尿闭遗尿共五种。外部疾病部位皮和肉，脉络骨骼之上白癜风，梅毒疥疮牛皮癣骚痒，脓疖性病瘊痣与雀斑，他病扩散于皮共十宗。肌

肉之病瘿瘤与脂疣，他病扩展于肉共三类。脉病可分白脉与黑脉，他病行于脉间又三类。骨骼之病痛风与足肿，他病渗入骨骼计三类。肌肉骨骼通病为风湿，皮肌脉骨总计二十类。

内外通病共计二十种，赤巴紫病水肿臌胀痨，热症六部散混与疫热，痘疹疔疮合毒风光毒，汽毒肉毒再加不适毒，剧毒犬毒虫毒与蛇毒，类中卒中麻疯与痰核，更有丹毒再加魔病。头胸四肢颈项有疮伤，内外通病总计三十七，一百零一病点分析全。

病类分析共计有四类：内病外疮发热零星病。首先仅以内病作分析，食物不消为因痼为果。不消可分性质和种类，再加伴随时令共四因。痼疾为果可分新与旧。新有培根分属花和紫，赤巴病与毒痨共四果。培根花病胸痞与银屑，火衰喉塞风寒消瘦六。培根紫病蔓延与扩展，穿漏烂裂突兀与收卷，隐痛肿跌寒症和缓慢。赤巴痰涎脉行点位变，痼疾之毒勿分热与寒。旧痨瘤与肾水、臌胀四，痼痨耗力病加共为五。瘤分血、赤、胸痞与结石，风虫脉水硬痞有八讲。肾水蔓延滴漏漩放穿，臌可分为寒热共两类。胀有肺心肝脾黄水肿，耗力朗赤培根剧发病，内病共计四十八种多。疮伤分为先天与突发，先天内核腺肿苏尔亚，皮癣痔疮足肿会阴漏。突发疮伤可分点与类，点为头项胸部四肢处。疮伤斑剥断裂截然分，垂伸跌落穿通劈与散，共计类别十五分析全。热有未熟扩展与虚空，再加隐伏陈久与混浊，散乱疫病毒热有四类。散有外散内散分两般，乱分扩乱虚乱缓乱三，疫病羊毛疔与肠绞痛，痘症疔痈感冒共五种。毒分合毒化毒与物毒。

零星病分音哑呃逆病，胃呆消渴哮喘与痧症，虫病吐泻便秘与尿闭，遗尿热痢痛风与风湿，黄水白脉再加皮肤病，细微零星疾病十九种，一百零一病类分析全。

如是病失主类病点四，分析共计四百零四病。其中他主虽治亦无救，遍察邪病往事可解除。全成不治无救治则活，假象不治亦治共四项。每连四项四百零四病，总计一千六百一十六，为此分类无法计其数。病失身体二者二十五，单病二合聚合数病类。此类无法专指数和名。三种过失之内无病有，人身十种之上无病点；天空深处到处任鸟翔，却无可供飞鸟落脚处。

培根与朗属寒血、赤热，虽分几种归纳热与寒。病理各个有因有前情，逐次再加情变与大转。因是各自发展之条件，所谓前情分支非了然。病象变为清晰为情变，自身完毕力竭成大转。对其数列之察力为主，数列分析病类与病集。察病莫混此等皆分清，主要分清自宗与他宗。对其更具先起剧发症。病力可恃环境与时令，更有本性再加年令情。要和病体食行两分明。”

第十三章　日常行为

“治病调养身体有良方，若要学习行为起居点，常用时行暂行与行为。其中时常每日行为内，人生世俗并与圣哲贤。第一先讲人生之行为，只为长寿保命求安然，且把灵丹妙药密咒炼。常把起病二缘思且抛，身语意内弃恶要就善，舌等感官受磨非安乐。不搭疑舟拒乘不驯马，险地大河火场避不临，崖顶树尖冬夏莫攀登。驻则细察地势行察路，夜有要事持杖结伴行。夜不入睡粗卧任安眠，次为清晨空腹半闭眼。

对于酪酊力衰悲哀者，劳累多语恐怖老迈人，只因生活粗砺夜休短，体力耗损朗症乘虚入，可使油食再令白昼眠。其余昼眠培根发而肿，恍惚头痛酸懒病缠身，多睡呕吐空腹莫贪色。失眠宜饮乳酪酒肉汤，涂擦头部两耳常充油。配偶不谐房事不美好，若与孕妇交媾出险情，月经之时仰卧房事抛。冬令壮阳肥满无阻拦，春秋隔夜夏令半月间；他时寻欢求女耗官能，头晕眼花导致早死难。经常擦身老疲得缓解，平息朗症依凭首足耳。身轻脂减时而油生暖，身坚耐劳可出正常力。油腻过分将致生反常。老幼朗赤病人宜少沾。身强食油当在冬和春，培根病者勤竟常依凭。搓擦解息培根可消脂，又使皮肤光泽四肢硬。沐浴壮阳增力并延年，除垢汗臭解渴息体热。热水洗头耗发夺眼力，热泻腹胀感冒不消者，鼻眼病患都须禁生食。眼呈火性可使培根破，流泪用药黄柏膏止焉，每滴眼药时隔为七天。突发五病之敌可送行，平时平调嗜好莫异端，自言“我自搬移可循环”，如此常思可使苦痛远。

第二世俗人情学为根，坚守信约失言事可补。坏止仍防好隐争发微，详察在先事后可为善。千言无凭善为作体察，万语先虑自我经要严。莫听妇道之言重子嗣，对于慈善之人可直言。慢者深沉快者需平稳，敌者不纵从长调服焉。疼爱随从施恩放眼量，尊敬师长、父辈需勇为。交往乡亲彼此要同心，农事精耕口食用粗粮。战胜非义胜则有分寸，博学谦逊富则要知足。对下不欺对上不嫉妒，不仗恶人不仇僧与苯。不沾人财遵誓图报应。悔不烦细不为恶灌顶，心力正而义长广胸怀。万事类同乐天要知命，如此独生自欲不施人，身虽为奴将变众人官。

第三僧道之行圣哲贤，只为众生一心求安然。虽能研习博学不闻法，安为苦因佛法须勤炼，潜心向师反之则疏远。杀生偷窃奸污与淫乱，说谎胡言粗语和离间，贪婪恶念观点正相反，十恶需从身语意中抛。悲哀贫病痛苦当补益，虫蚁有生常作自我看，无欺更加和颜并直言。对于为害之敌益为主，常怀慈悲贤良菩提心。身语意调疏财多施舍，别人之事犹如自事待，此等皆为贤哲行为则。”

第十四章　时令之行

“再讲时令行为：初冬隆冬季春与孟夏，夏秋冬令上弦和下弦，瞬间须臾一次一时间，昼夜月份季节变岁年。太阳八三冬夏中间返，或说三为向北或向南。夜半中午各半为对等，八与十间止鸣无鸿雁。再说冬季腊月末尾前，太阳向北行走和运转，风与太阳能力皆逞威，月亮土阴之力全耗尽。此时辣涩苦味之力大，人之能力逐日被耗夺，雨季太阳南行重恢复。清凉月增光辉日减威，雨淋风吹地面热气息，酸咸甜味之力逐渐增。冬与长夏夏末春秋中，如是运行喻示分两类。今讲天象六时之行为，初冬寒冷使得毛孔闭。火力具而风助使其燃，少食必将导致体质减。是故当进辣涩苦三味，尔时夜长腹内觉空饥，由此易致力耗体质减，芝麻油擦肉汤油食添。常著皮衣皮鞋避风寒，取暖烤火日晒亦酌量，土屋亦在二层之内住，时至隆冬风寒更凛冽，尔时起居比前更当心。冬季易将培根积体内，春季日光渐暖体热衰。培根发而易食酸咸甜。陈年青稞旱地肉蜂蜜，开水姜汤饮而粗食餐。勤竞行走搓身祛培根，常坐芳香园林阴凉中。

季夏娇阳之光渐炎烈，只为耗力宜进甜凉食。忌食咸辣酸物忌曝光，凉水浴身酒水掺而嗜，身著薄衣宜住清香房，林阴细雨更乘和风下。盛夏天空聚云湿气沾，风湿地气浊水滞人间。火热被压当食热性餐，辣涩苦味并进油腻暖，旱谷酒饮居楼可避寒。夏凉即逝人体苦烈光，雨期体内赤巴秋天发，为除赤症甜苦涩食餐。冰片檀香马兰花俱香，薰衣其水时常洒庭院。总之食饮冬夏热食餐，春进粗食季夏秋宜凉。冬夏宜食辣涩苦三味，春食酸咸甜食初夏甜。秋季可进甜苦涩三味。春秋泻吐夏赞润滑物，低剩反常酌情可施诊。”

第十五章　暂时之行

“再讲暂时之行为，饥渴呕吐呵欠与喷嚏。睡打呼噜痰涎粪便出，排泄精尿莫用自力阻。抑饥坏身无力又胃呆，头晕宜食轻物淡味腻。抑渴口干目眩心疾生，发疯一切清凉可专治。抑吐阻制胃口气不平，臌胀丹毒疥核又生癞，眼疾咳嗽疫症一起来，腹空摄烟口涎与守斋。抑制喷嚏官能不清楚，头疼颈强口歪面颊斜，鼻烟鼻药指日可消灾，抑制呵欠上法除风害。

劳疲憋气肿痞心疾发，由此疯癫休养风奏效。抑睡呵欠多而身懒散，头重眼蒙食物又不消。饮酒肉汤、搓身入睡眠。抑痰增痰气逆哮喘来，消瘦呃逆心疾胃不开。对此消痰对症医师裁。抑涎心疾发而头疼痛，流涕头晕进而患胃呆。对此饮酒酣睡

音悦耳。抑制放屁便干粪屁闭，肿痛眼钝心疾降体温。抑制大便口中臭气薰，脑疼腿转饬而感冒生。前言病变抑尿结石沉，尿道阴茎肾内生结石。用药首先独居行药浴，再用搓身敷法酥油丸。抑精精漏必致阴茎痛，抑尿结石增而变中性。药水浸身尽性寻女人。芝麻油与牛乳酒肉食。

如是时常阻力又憋气，诸疾立时生而朗混乱，为此对症进食与用药，分病忌口病患虽消食，预防余毒善泻不复发。是故冬季寒病春可泻，初夏积病盛夏当可泻，盛夏积病秋季亦可泻，善用泻法余毒排无病。常有益身饮食和行为，循规可依无病合人情。只为诸病不生生则息，为此暂时之行可依凭。”

第十六章　饮食知情

“治病调养身体有良方：欲学活命饮食点为纲。食物饮料善用保性命，低剩病变时常把命伤。为此饮食讲求贤者贵，今讲总纲饮食要知情。二讲忌口三讲食适量。饮食知情食饮分二类，食物谷、肉、油、烹、调五种。谷有两种带芒与带荚。其中先讲芒类诸谷物：稻粟早熟谷与麦青稞，大麦黑麦消后甘味发。强筋祛风增力培根生。稻谷油润质软凉而轻，治除三病强筋止吐泻。粟糜重凉益体连残缺，早熟谷麦轻凉粗开胃。小麦重凉滋补息朗赤，青稞重凉利粪妙增力，大麦黑麦轻凉除培赤。荚类谷物豌豆和门豆，涩甘轻凉灰花阻脉门，培根热除中安可止泻。流腻润肠敷脂血赤安。蚕豆可治风痰并哮喘，疗痔血赤生而除精石。红豆镇风痰湿增精力，小豆涩甘可发三病失。粉糊息解丹毒痛风血，芝麻籽重暖而可强筋，食之还可使人息朗症。亚麻甘苦腻软益朗气，荞麦轻凉疮破三失生。谷物新鲜之时湿且重，熟则干而陈旧则变轻。生则煮而可炒诸谷物，渐次轻而易消变适口。

肉分八部水旱与两栖，孔雀雪鸡鹧鸪和寒鸦，黑鹰山雉皆属爪掘部。鹦鹉杜鹃鸽燕喜鹊喧，画眉家雀皆属啄掘部。鹿麝黄羊羱羊与野兔，藏羚等味同属野牲部。羚羊狍鹿野猪野岩羊，水牛紫犀野驴野犛牛，野生扁牛同属大野牲。虎豹黑棕熊与狼猞猁，狐狸豺猴同属野畜部。鹫雕隼鹞老鸦猫头鹰，雀鹞同属鸟类摄食部。扁牛犛牛骆驼马和驴，黄牛犊肉山羊和绵羊、猪犬家鸡猫等家饲部。旱獭刺猬蛙蛇再加獾，蜥蜴壁虎蝎子穴居部。白鹤天鹅黄鸭和水鹭，海鸥水獭鱼类水居部。八部肉类其味消后甜，自始至终水旱两栖类。旱地肉类其性轻凉粗，能息朗症培根所致热。水居肉类其性腻热重，胃肾腰部寒病有裨益。两栖肉类其性功能兼。禽畜摄食生肉为生类，其肉质粗锐利胃火增。破瘀消肿增肌除寒病。绵羊肉温增力健体质，解除朗与培根胃口开。山羊肉重且凉引三病，能治梅毒恶痘火烫伤。黄牛肉凉多油除风热。马和野驴毛驴脊梁肉，止脓又治肾腰寒黄水。猪肉性凉破疮治瘀症，水牛之肉

增肌可入睡。犛牛肉温多油可祛寒，还能生血亦可增赤巴。家鸡麻雀增精益疮伤，孔雀肉治眼病音哑老。野犛牛肉祛除胃肝寒，亦可使得人体生火热。鹿类轻凉可除并发热，兔肉质粗增温可止泻。旱獭之肉重腻温治核，又治风寒胃肾腰头病。水獭强筋能治肾腰寒。鱼肉能治胃病又开胃，明目能治培根破疮核。诸肉雄性上重雌下重，孕者皆轻四足雌性轻。各类禽鸟雄性体皆轻，头与上身胸背腰胯重。七种要素依次靠后重，新肉性凉陈肉温存养，经年陈肉息风生火热，鲜嫩冻肉烧食重难消，干肉煮食轻而易消化。

油类酥油芝麻髓和脂，味甘后者重凉腹谷油。其性纯细软和又湿润，老幼力小干瘦耗精血，泻后劳神风害可裨益。新鲜酥油凉而能强筋，能生泽力又除赤巴热，陈酥油使疯、忘、昏迷愈。消熔酥油益智增热力，千般效用延年称上品。乳酪胶奶更有干奶渣，开胃且治便秘息培根。桶打酥油能治培根风，又生火热犛牛绵羊酥，同样二种酥油祛风寒。扁牛酥油进食身平调，黄牛山羊酥凉息风热。芝麻油热锐利瘦生肌，胖者减肉变实风痰息。白芥籽油镇风生培赤。骨髓息风精力培根生。脂油能治骨节疼火灼，风疾耳病脑症子宫病。人们日常饮食靠油类，体内供热内脏可洁净。体质即补气力容颜添，五官坚固长寿到百年。蔬菜葱蒜等等辛味鲜，蒲公英与苣菜皆苦味。干旱潮湿之地各为产，干用鲜用生食或炒煎，温轻凉重各治热与寒。葱蒜多睡进食息风痰，白蒜重凉虫病风热清。鲜嫩萝卜轻温增体温，萝卜长足重凉培根生。蔓菁性味同上治毒症。一切野蒜难消食则沉，兔草大黄开胃并祛痰。蔬菜阻制脉门药力缓。

再讲烹饪熟食各部类，米粥稀稠味可分浓淡，大米干饭计轻需往前。稀粥可解渴怠消病残、消食平调生热脉管软。稠粥生热能治饥渴弱，消食更治大便秘结症。浓饭止泻如意可解渴，是故以次衰力泻后餐。大米干饭善煮加热药，轻而易消若加肉乳重。炒米止泻又能接骨折，嫩麦青稞稀粥息热滞。炒青稞片轻热适胃口，冷食糌粑生力性沉重。煮食拌汤可消轻且软，能息胃火又能治胀满。麦粥易消夺力百病除，甜醅祛风使腹热添。米醋进食除疾排浊物，肉汤补虚充饥对朗益。干饭蒸食菜团治朗效。荨麻嫩菜蒸食能祛风，亦能生热又引培赤发。冬苋菜能生热又止泻，进食天南星菜可祛风，又可收疮亦能生培赤。灰条菜羹伤目治便秘，西红柿可治除三病失。大蒲公英、苣菜凉解热，生姜之热赤热头疾解。豌豆菜能进食生培朗，排出体油能消菜籽油。豌豆新叶性平生培朗，白芥籽叶能使培赤乱，玉竹黄精之叶消风痰。萝卜味辣生热可止泻，白皮紫皮大蒜益风热。咸盐使得食物俱生味，生热易消润肠易通便。花椒启开脉门消风痰，干姜生热阿魏息诸风。各种调料调味胃口开。

饮料牛奶水与酒等类，依次除病过则将致病。乳类普遍其味前后甜，腻沉增体生泽朗赤解，强筋生津其性为凉沉，黄牛之乳透肺益于痨，可治久疫便数养心荣。山

羊之乳常服平哮喘，绵羊之乳祛风害心经。犛牛之乳有害培赤病，驴马之乳养肺人昏昧。生乳重凉生虫生培根，沸乳轻热炖之难消积。新挤温乳其性如甘露。乳之精华酸甜有乳酪，可治不调疫感扩、乱、泻。诸酪消后其味酸凉腻，可息风热开胃治便秘。酪浆涩酸质轻生火热，可治脾肿痔疮酥油积。稀酪治泻便稀脉管疾，酪汁不生朗赤培根息。乳酪煮食通便止热泻，乳白绵羊犛牛温且精，黄牛山羊轻凉扁牛平。

水分雨水雪水与河水，泉水井水盐水木中涓，以次为首为贵末为贱。空中所降味不显而香，清凉如同甘露堪荣养。雪山所出力猛冲击水，最为清凉火力难制服，饮者生虫足肿心疾露。洁地光照风吹流水良，沼泽青苔根叶树遮挡，盐咸生物遗液致病伤。凉水可治昏疲吐、酒痨、大渴身烧血赤毒病消。滚水生热消食治呃逆，培根腹胀气促治哮喘，感冒初疫立时可抗之。凉开水不生痰治赤巴，搁置一夜如毒诸病发。

酒味甜酸苦而消后酸，锐热燥细饮之微泻下。热烧壮胆贪睡息风痰，过饮心变放肆失体统。酩酊之初当为放肆境，心生妄想以为安乐情。酩酊其次大象发了疯，口出狂言乱戒坏沙门。酩酊之末失念如尸卧，不知不晓如居黑暗处。新酒质重陈酒质为轻，新酒绵软暖胃易消饮。麦酒米酒青稞酒前沉，大麦早熟谷子炒酒轻，热能治除血赤培根病。”

第十七章　食物禁忌

“食饮禁忌有毒不适食，只因危及性命祸乱防。皇宫设置养生之导师，由此食饮毒中可逃生。有毒之食其色其味反，火焚生烟孔雀喉一般。烈焰旋腾火星显窜跃，乌鸦见之聒噪孔雀欢，令犬食之腹热发吐焉。有毒之肉色红铁不粘，食之臌胀重眼热昏乱。受毒祸害之人口渴干，出汗发抖恐惧坐不安。如同羞愧移目一方看，自知中毒将害众宜抛。食物不适食之如含毒。生乳酪与新酿酒不适，鱼肉又同乳类两不宜。同样奶子不与水果合，鸡禽之蛋鱼肉两相反，豌豆菜、糖、奶酪共相逢。蘑菇若与白芥油相煎，家鸡肉与乳酪共进食，蜂蜜菜籽油食皆不适。酥油放置铜器满十日，更有黄柏火烤野畜肉，食用石灰华后食蘑菇，食用熔炼酥油饮冷水，肉已发白变酸糌粑味，所煮食物蒸笼罩七日，酸醋共与奶子同进食，前面食物未消又进食，食物不适又食两相击，不惯食物又加非时食，以上种种转毒皆宜忌。

劳者食油生热在年少，力士食之习惯当不损。适与不适禁忌若令用，应以经验依次分而学。骤忌骤食立时招病患，病害病体只缘临自身，有害无益贤者理当弃。”

第十八章　食物维护与适量

“无论何时食物皆适量，食物轻重分而审度尝：轻者食饱沉重吃半饱，美味易消只道过量防，此是养生火热滋为良。

假若食量不足常少餐，体力色泽不增风症显。食之过量不消涕液多，阻制等火风道气不通。胃内火衰各种疾病生，是故食物当与胃火连。若将腹内所需作七分，食二饮一余四气占先。

食后饮水当足腹胃遍，食物碎消补身体可健。音哑肺穿感冒与痰涎，皆因食之过量生疾患。火热小者食肉饮酒浆，不消腹胀食后饮沸汤。羸瘦转胖令其常饮酒，胖者转瘦常将蜜汁尝。食酪饮酒中毒蜂蜜解，再饮凉水立效验之良。进食中间后前若饮水，身形适量胖瘦各不齐。疾病非道不行火热燃，身轻胃开各种感官清，力壮粪尿放屁畅通行，皆是善掌食物适量因。”

第十九章　药味与消化

“治病调养身体有良方，学习药剂配方点内详。药味消化配方有四篇，第一药味所依与分析，性质部类作业五种齐。所依将从五源之内生，土为基础水润火生热，风可运行虚空分间隙，虽生此变大部非味单。土水、火土、水火、水与风，再加火风、土风生六味。属土之药重固钝柔干，腻硬能为荣养众朗敛。属水药凉稀沉钝油软，能使体润柔和聚解赤。属火药热锐干粗轻油，摇而生热使熟上色鲜，培根诸病服之功效见。属风药轻动寒粗淡干，能使身坚行动培赤敛。

药味甜酸咸苦辣涩兼，依次荣养身体猛者前。

性质入舌有感称味觉，其中先讲甘味用舌尝，形于口内之味舌生香。酸味牙酸如敛口水淌，咸味触之热辣口涎聚，苦使口内如洗食欲伤，辛味能使流泪舌如烧，涩味触于舌颚觉粗燥。

六味各自显示喻药部：甘草、葡萄、红花、石灰华，牙皂、黄精天冬和玉竹，白糖、红糖、蜂蜜、酥油、肉，此等此类皆为甘药部；石榴、沙棘、木瓜、余甘子，更有柏子仁与五味子，乳酪酪浆酒浆与酒曲，此等此类皆为酸药部；光明盐与卤砂和黑盐，角盐藏红盐与硝湖盐，芒硝碘盐皮硝与灰盐，官桂、元明粉加硷花，此等此类皆为咸药部，山豆根与地丁加乌头，胡连、波棱瓜与止泻果，麝香、苦胆、黄柏、婆婆纳，五灵脂、秦艽与紫堇，此等此类皆为苦药部；胡椒，干姜再加荜茇，鲜姜阿魏溪岸银莲花，毛茛天南星与葱蒜等，此等此类皆为辛药部；檀香诃子更有毛诃子，绿绒蒿与大株红景天，臭里子和圣柳橡栗子，此等此类皆为涩药部，冰片高山

大黄等药味，皆是二合药味可类推。

治除何病喻示味业篇：甘酸咸辛四味祛朗症，苦甘涩味可解赤巴病，辛酸咸味息除培根病。甘味药物适口长体质，老幼瘦弱喉肺皆补益。滋补愈伤生色五官明，长寿颐养解毒息朗赤。过量则生培根和油脂，火热减而又使身发胖，遗尿瘿瘤腺肿等病生。酸味药物生热开胃口，饱足截止消食治梅毒。风阻使通过量生血赤，力懈昏迷头晕水肿臌，丹毒疥疮染病口渴疫，咸味药物散坚能开塞，重熨出汗生热开胃口。过量脱发白发皱纹多，耗力渴癞丹毒血赤生。苦味药治胃呆、虫、渴、毒，癞与晕眩瘟疫与赤巴。息解腐烂脂膏二便干，聪颖乳头病与音哑症。过量体质竭而朗培生。辛味药治人体潜伏病，又治癞疮可使水臌愈。破疮生热消食胃口开，脂膏腐垢消涸脉道分。过量精液耗损身萎颤，昏晕腰部背部常疼痛。涩味药使血赤和脂膏，腐垢干而养伤脂色清。过量涕液旋而粪便滞，腹胀心疾枯瘦脉门阻。总之甘味药治朗赤病，陈青稞与旱地肉类外，虽然一般能使培根增，野犛牛肉鱼羊蜂蜜益。酸味息解培根赤巴增，余甘却使赤巴血热息。咸味能使朗症培根解，除了黑盐更与光明盐，其余咸味药使赤巴增。其量太过将使培根生。苦味祛赤虽能生风痰，建莲子与苦参解风痰。辛味药使风痰疾病解，大蒜荜茇之外赤巴生，食量太过轻粗朗症增。涩味解赤诃子毛诃子。除外一般涩药损风痰。

诸味消后若遇胃火时，培赤朗使渐次得消融，甘咸二味消后化为甘，酸化同味苦辛涩作苦，每味当使三病双双痊。

第二十章　药物性能

“药物之效味能及性能，细讲可分一般与分支。第一药味能力分三宗：重腻凉钝轻粗热和锐，药物性能共计上八种。重腻凉钝四性治赤巴，轻粗热锐四性平培根。轻粗凉性能使朗增长，热锐腻性可使赤巴增，重腻凉钝能叫培根生。

诸药功效无遗变精华，药性特别相合称伏法。雪域锥形山上日月力，无可伦比力在热与寒。其中热性药味除寒症，凉性药味可治热病患。功效可分软重温腻坚，寒钝凉柔再加稀与干，淡白辛热轻锐粗和摇，十七功效牵制二十性，因之称为功效理当然。此等多从六味之内产，六味又依土等赖五源，重腻等性因之由此生。咸甘涩味其性依次沉，同样咸酸甘味多油腻。涩苦甘三味是凉性药，苦涩甘味依次为钝性。酸辛苦三味药轻又粗，辛酸咸味药物热而锐，诸味并非造作具药力。

等味药性各个有依恃，转变配合能内将产生，不合后味可将前味镇。诸药全合药味起作用，药味无损消后可为功。药味相反性能起作用，配味配性消后又相配。

性质药品功能各为喻：药分珍宝药与土石药、木类膏汁汤剂和草药、禽畜药等

区别有八说。第一先讲珍宝药性能：金可益寿延年治宝毒，白银可使黄水脓血干。铜使脓涸肝肺热症息，铁解肝毒可治眼疾肿。绿松耳石解毒息肝热，珍珠能止脑漏解毒症。珍珠母与珍珠性能同，海螺涸脓破积息骨热。珊瑚能息肝脉毒之热，青金石治毒和黄水癞。再讲石类药物之性能；玳瑁石分阴阳共两种，黄水溃遗干涸保髓油，还可接骨脑颅得密封。白色妙药石英、钟乳石，紫色妙药云母等类同，同样炉甘石可息肝热。磁石出镞治脑骨脉病，可止涕液瘘瘤生新肌。观音土可解除骨之热，猪首石能疗骨引黄水。同样石燕亦可长新肉，金矿银矿石可引黄水。密陀僧与同属金精石，还有银精石使骨生色。自然铜能养脑引黄水，朱砂能使脉道髓油通。赤石脂使脑合养新肌。漳丹防腐水石骨折连，石胆合脉锡矿石长肉。雄黄雌黄治瘘并防腐，石炭诸石消食束脉口。珠角石与阳起阴起石，疗养大腺并治韧带筋。花蕊石可愈伤利眼疾，银朱愈伤肺肝脉热息。孔雀石和土红赭石类，可治眼疾骨热涸黄水。寒水石能止泻息痰热，石灰入胃可治培根逆。滑石泻脉渗精子结石，喻示土类药物之性能；海金沙治肾疾和尿闭，黄丹疗养断脉五脏伤，脓血干而又能治灼伤。芒硝消石化瘀破硬块，元明粉可生热消肿病。硷花防腐糌粑可熟糜，硫磺可治疯癫涸脓血。黑矾黄矾防腐肿可掘，石花解毒又息陈久热。五灵脂对诸种热症效，特别对于肝胃肾热好。木类药分根与草本茎，枝、干、皮与树胶和叶子，再加花、果共计有十种。膏汁药从草木动物取，汤剂药分根与茎干叶，花与果实区别计五宗。再说何药能治何种病：冰片能治高烧霹雳除，陈久渗透之热连根拔。白檀香使肺心昏热清，紫檀香使血液之热平，沉香使得心包心热解。牛黄息解疫毒肝腑热，石灰华治肺病疮伤热，红花可治肝病合脉门，豆蔻益肾又治诸寒症。肉豆蔻治朗症心疾愈，丁香可治命脉风寒症，草果能除脾胃寒得驱。麝香能治毒虫肾肝症，熊胆合脉防腐长新肌，绿绒蒿治肺肝热无遗。

金樱子、木棉花与辛夷，共可息解肺肝心之热。香旱芹使肺热得息解，黑种草治肝寒可驱除。蛇床子治胃可除胃寒，射香黄蜀葵治皮黄水，草决明等药性如上同。波棱瓜子可息腑肝热，丝瓜络引赤巴可上行。止泻果息赤巴止热泻，葡萄可治肺病泻热烧。芫荽入胃可息培根热，沙棘利肺化痰止培根。藏木瓜可解除培根热，石榴可治胃病全无遗，又生火热培根寒症除。黑胡椒治培根诸寒症，荜茇可使寒症全除根。生姜生热进食镇风痰，干姜可息风痰化血寒。小米辣如火燃生火热，水臌痔疮虫病癞可除。肉桂可息肝胃之风寒，建莲子使胃内生火热。阿魏杀虫寒症心风愈，蔓荆子亦除虫生火热。可瓜子药专能除虫病，毛七杀虫防腐息胃疫。芸香可消黄水且干涸，安息香治麻粉疔剧疼，乳香可使骨节黄水涸。卤砂消毒杀虫泻脉疾，又除乳蛾死肌尿闭通。光明盐解培根食积寒，黑盐亦然还可治眼疾。藏红盐与角筒盐生暖，胸闷呃逆平息祛风痰。角盐灰盐可驱腑脏寒，朴硝可化血瘀引疮水。硼砂使疮收敛

瘀血化，碘盐能将瘿瘤之症消。诃子除了咸味五味全，荣养生热消食胃口宜，朗赤培根所生诸病愈。其有五类殊胜与无畏、甘露、增益、瘦削五诃全：殊胜诃子犹如葫芦尾，朗赤培根聚合诸病除，尤其吉祥诸事可成功；无畏诃子五角眼疾著；甘露诃子肉厚瘦增肉；增益诃子治创圆如瓶；瘦削诃子多棱治儿赤。培赤黄水借重毛诃子，余甘子使培赤血症息。广酸枣与藏腰木腰三，分治心热肾热与脾热。冲天子与大叶托云实，治除肾症再加石莲子。软枣可使培根胃病痊。青木香解朗症血分热，川木香使培根之热除，广木香消胃部气臌胀，肺病喉症死肌决无遗。姜黄解毒止腐镇炎肿，菖蒲息热消食喉症解。琥珀止吐可息培根热，紫白钩藤用来解毒热，黄白野生商陆性亦同。船形乌头疫毒赤热解，红黄乌头肉毒剧毒息，甘草能解肺症经脉病。苦参解热性同覆盆子，悬勾子类亦治疫热病。地丁能使胆热息无遗，纤毛婆婆纳使血热解。木通可使肺肝腑热清，草河车使疫肺脉热平。杜仲接骨又可息骨蒸，松香可治培朗黄水寒。黄柏茶薰子收毒黄水，文官果涸黄水与血栓。娑罗（子）诸病上引催吐良，巴豆蓖麻油可使峻泻，皂角治肝又能使缓泻，抽葫芦与五味臭里子，再加橡实均止寒热泻。再讲诸种草药之性能，黄连涸血混与脏热息。翼首草使疫毒陈热除，矮紫堇能涸血息脉热。秦艽能使腑热胆热息，伞梗虎耳草息肝胆热，唐古特青兰息肝胃热，紫花地丁龙胆息胆热。桔梗可解肺热性凉平，肉质猫眼草息肝胃热。乌奴龙胆解毒祛热泻，囊距翠雀邪毒瘟疫除。绢毛苣治头骨裂毒热，谷忍草使死胎无痛出。葶苈子使胸部黄水涸，连接头部骨裂骨槽愈。玉英叶能引水养骨槽，棱砂贝母可治头骨裂，亦可治疔毒热使之平。翻白草治疮杀蛊解毒症，白花龙胆治喉清毒热。三七亦清毒热愈伤口，更有荆棘棵与万能草，再加椰木皆能疔毒茶。旋复花治黄水头骨裂，白头翁治骨折托骨槽，单叶绿绒蒿等性能同。菟丝草息肺肝脉毒热，粤氏马先蒿解肉食毒。长筒马先蒿聚水若饮，绢毛蔷薇花治胆风倪。花苜蓿伤口肺痰除，糖芥可息肉毒与混热。夏枯草入肺经息肺热，苦艾能治咽热调肺经。当归息除心热治毒症，玫瑰籽息毒热与肝火。刺柏叶解肾热治炭疽，黄柏花籽皆可止泄泻。莨菪天仙子治诸虫疾，桑树籽与兰花籽效同。马兰花蕊杀虫治痧症，人参解毒可使蛊虫息。木贼可治胸疮眼有益，益母草取眼翳复见光。角茴香驱疫病息毒热，天南星可杀虫防骨增。杉叶藻息肺肝脉热病，草莓苗引脓血与黄水。豌豆花止妇女崩带症，胡芦巴止肺脓与泄泻。贝母茯苓胃疼感冒痊，花椒枝可解除痘症热。金莲花能愈伤疔脉腐，覆盆子解毒症止热泻。瓦韦愈伤涸脓持骨槽。草木犀与甘松香两味，可息陈热又解毒热症。黄连使之饮水治疫热，黄秦艽可愈合伤口痛，亦可接脉又止痧肠热。臭当归可消肿破内核，菊花解毒又驱时疫病。艾叶止血可消四肢肿，次大黄消黄水及水肿。大小蓟治疫毒和肾火，苦荬治疫鹅食草治赤。申姜柽柳肉毒合毒愈。灰木叶与枇杷叶两味，茜草可治肺肾传经热。蜀葵籽治尿闭消渴泄，岩葵愈伤淫羊霍

脉栓。锦鸡根息肉热与脉热，苏木溶解凝血与血热。忍冬果治心热妇女病，生菜子消痞块与水肿。香薷防虫又治牛眼疮，麻黄止血又息肝经热。猫眼草治肺与肾火症，墨菜驱瘟又息瘕脉热。银端解毒亦消四肢肿，猪殃殃治赤症除眼黄。苏叶可治大小肠腑热，羌活能息创伤所生热。川芎养肺又可引肺脓，高山蓼防可解肉毒症。一枝蒿治耳病消臌胀，黄柏子引胆黄往上行。墨粉菌使胃中生火热，溪岸银莲花可引黄水，亦可止腐又能生火热。毛茛木通二味性上同。女贞子治培根寒热攻，小茴香治风热、毒、眼疾。大小车前翠雀皆止泻，齐菜止吐无遗效如神。佛手参使体力精液增，卵叶蠲吾能引赤巴症，对耳草可引动培根愈。黑丑黄水白丑胆汁消，大黄毒热腑热培根扑。亚大黄泻蛊热愈伤创，瑞香狼毒破核剧发症。玉竹黄水肾腰寒症愈，白芨黄精延年驱黄水。天花粉除下寒黄水涸，蒺藜便数痛风肾疾愈。动物所生药类骨与角，血肉胆脂脑皮甲毫毛，粪尿全身共计有十三，此等何药针对何病宣。犀角入胸脓血黄水干，麋鹿鹿角性能也依然。羚羊黄羊之角止泄泻，羚羊公羊之角可催生。野犛牝角生热亦消肿，羱羊之角驱瘟最著称。

出土人颅可使黄水涸，生锈人骨更有肩胛灰，可防陈久之热耗体力。人之胯骨可治炭疽病，龙骨止腐亦能愈瘿瘤。虎骨用补骨槽最相宜，贝可止血又可涸脓水。雷电击死动物之骨骼，肠痧头骨用以治肠痧。猪骨用以治疗紫类病，绵羊之骨用以治风疾。黄牛之骨用来治尿闭，刺猬骨骼可将失血止。猴骨利产也能用催生，蜗牛之壳祛虫消水肿，单蹄畜骨可将黄水涸。

人肉破核风毒蛊热痊，蛇肉散瘀利塞眼有益。鹫肉生热又可破腺肿，孔雀肉可解毒治赤症。蜥蜴肉驱肾腰两处寒，水獭之肝利便解尿闭。旱獭之肝骨裂可愈合，山羊之肝利眼最殊胜。肺心肝脾肾肉各治自，狼胃生热又可消食积。狼舌能将舌肿之症治，猪舌入药可防骨增生。狗舌入药愈合诸伤口，驴舌入药用来止泄泻。公羊睾丸入药可壮阳，犬阳入药接生催胞衣。狐肺燕肺可止肺穿孔，蝙蝠之肉入药可止吐。家雀野雀壁虎增精液，野鸭之肉可治腿转筋。鹿血消虫又止子宫血，山羊血治梅毒黑痘疮。野牛青羊之血止泄泻，猪血毒症紫病溃烂收。驴血痛风关节黄水愈，鸡冠之血生肌持骨槽。胎血束脉入药增新肉，各类动物苦胆束脉口，止腐生肌解毒利眼疾。

蛇脂入药人体退弹头，鹿脂入药消虫防毒症。猪脂收毒并治疮疖脓，人脂入药镇风疮疖伏。

山羊之脑可补筋伤损，绵羊之脑疗养头晕症。鹿脑入药用以止泄泻，兔脑入药可治肠痧痛，人脑入药消肿破黄水。

蛇蜕可治雀斑白癜风，犀皮象皮可解黑痣症，鼠皮入药可将脓引漏。

鳄鱼爪甲息骨热，驴蹄可将尿闭解。马蹄用于治肿症，骡马腋裘止转筋。

孔雀翎毛排肺脓，水鹭羽毛尿闭通。枭鸟之羽消肾水，蝙蝠可治妊娠病。

石羊毛可解毒症，山羊阴毛治炭疽。人尿治蛊防时疫，黄牛尿可息陈热。

鹫粪生热破瘀亦消肿，猪粪消食疫蛊胆肿愈。人中黄消痞肿亦解毒，马粪解蛊赤朗止呕吐。兔粪入药肾型水肿消，狗狼雪鸡粪可消痞肿。鸟粪鼠矢入药引脓流，鸽子粪使肿消化为脓。

斑蝥入药可泻脉类病，螃蟹水甲虫能解尿闭。臭甲虫屎克螂治霍乱，艾瓢虫收经脉失血症。螺蛳入药用以止脑漏，水鼠山雀肉可解肉毒，沙蜥蜴肉虫症毒症平。

药引红糖驱除风寒引，白糖解除血胆之热引，蜂蜜消除黄水培根引，上述各类药物性功能，诸位仙长珍视记心田。”

第二十一章　药之部类与配方

热症总药部。

地丁波棱瓜与止泻果，川乌凤尾菊与猫眼草，秦艽黄柏赤巴部类药。

紫檀香与苏木文官果，胡黄连与纤毛婆婆纳，余甘子与茜草矮紫堇，翼首草与杷叶血症类。

京牛黄与川乌草河车，大小蓟与苦坛角茴香，血胫草等时疫部类药。

麝香再加白黄红乌头，紫白钩藤商陆黄郁金，荆棘棵与万能翻白草，覆盆子与姜黄龙胆草，申姜柽柳玉簪翼首草，刺玫地骨皮等治毒类。石灰华与甘草葡萄干，沙棘木香茵陈草河车，沙参桔梗等味肺药部。苦参覆盆子与沉香味，小茴香与木香安息香，大蒜等药风热二合类。

青木香与木瓜芫荽籽，沙棘绿绒蒿与南石榴，山奈余甘子除培根热。

干姜山奈阿魏藏红盐，葱蒜解除风痰部类药。

石榴胡椒荜茇与干姜，小米辣与草果和砂仁，桂枝托叶云实蔓荆子，报春花杜鹃与南萱胜，蛇床子与木通银莲花，毛茛里盐卤砂硝湖盐，光明盐与角盐和灰盐，此等药类可驱培根寒。

豆蔻蔗糖骨类风药篇，白芸香及草决明蜀葵，文官果与黄柏黄水类。麝香阿魏大蒜可瓜子，茛菪天仙子与蔓荆子，马蔺子与蜗牛蒲公英，桑实天南星与花椒籽，艾叶等药归入杀虫类。抽葫芦与木瓜五味子，橡实臭里子与车前子，紫草茸青羚血翠雀花，此等止泻部类药中收。

卤砂光明盐与海金砂，螃蟹砂仁葵花水药部。婆罗子与卵叶藁吾等，刺参丝瓜子与草莓苗，矮骡树子白芥引吐类。

河子巴豆皂角与芦荟，赤芍狼毒大黄黑白丑，佛手大戟更与亚大黄，此等催泻药物部类中。

配伍共分味配功能配，以味相配共计五十七；味配第二甜五酸味四，咸三再加苦二辛味一。味配第三甘十酸味六，咸味有三再加苦味一。四配甘十酸四咸味一，五配甘五酸一相搭配。

第四第二十五第五六，第三二十六数配合一，单独有六共计六十三。

盛衰七十有四方应配，功能配伍平息与消泻。平息方部分类五或七；汤散丸膏酥油共五类，药酒露引共计称七种。

消泻计有缓峻吐灌肠，鼻泻三毒聚合头痛解。诸症对治四百零四病。”

第二十二章　对症外治器械

“疗养疾病对症可调治，说到器械诊疗点分明；外治诊疗器械分两宗。

身体外部诸病可驱除，何处平息外治先诊清，其法分为轻粗厉三种。

轻柔诊疗薰浴敷三法，粗糙诊治放血艾灸刺，严厉剪截拉出四大法。

所用器具查验痛楚器，钳子砭针再加小刀针。

第一先说查验痛楚器，无尖无尾圆形长六指，名叫头针察验头骨裂。圆头莽形尖曲弯头针，蛇眼铜号口形十二指，细而柔软查验四肢器。八指有刃顶端有天孔，肿处察脓验其熟不熟。筒形三指状如石钟乳，粗细男用五指女六指，查病之时当用双孔器，外治当用一孔壁孔管，用于查验痔疮与割治。

再说除痛钳子器具部，其形狮口鹭嘴鸦嘴钳，中连铆钉长有十八指，根如铁钩形状并系环，刺之入骨可将痛驱除。另有钳如鸥嘴长而细，此钳用于解除筋肉痛。管筒细坚长度十二指，从中收束号称瓶嘴钳，创伤深处之痛可驱除。尖如细齿根有镯环束，尖嘴钳可剔除残脉筋。

讲到刺肉排血砭针部，形如鸟雀翎管长六指，用于肉隙血脉单穿刺。钝背锐尖放血官颈口，形如斧刃骨上脉口针，状似弯刀可将肿部刮，八指镰形划除舌肿部，如刺膛形割除头部疮。钻孔杆刀长度计六指，头部以下刀底震探之。管筒杆刀蛙头中穿孔，排气亦可放出心肝水。空心杆刀笔刃除水臌，燕嘴杆刀用排胸部脓。青稞形刀治疗脊椎肿，蛙头刀治肺心大小肠。莽形铜刀刮剔眼翳良，犛牛舌刀挤除长一拃，矛刃杆刀钻剔四肢脓。另讲零星诊疗器具部，锛口双刃再加犊唇刀，镢刃刀长六指有把柄，好铁加钢可治头骨症。利锯口宽二指刃细密，长可十指能将残骨剔。剪刀片可伤口筋脉丝，管状锯刃刀有五指长，轮状骨病此刀可割治。十指犊唇弯尖刀为用，截治耳脓喉症疮疥类。子宫刀长一拃取死胎，蛇头刀取结石小痞块。长如中等麦杆坚且细，十二指长机刀解尿闭。

尖曲十指疗牙烧虫齿。十指根部有孔五指长，顶端分岔正可薰口鼻。筒状十指

其口若阶梯，喉部吹药又可灸咽舌。根筒之内可容大拇指，顶筒可容豌豆长八指，腰与基部有轮作缠绕，名为上筒灌肠此为用。同样制做咯细洗伤器。吸角高可五指口三指，顶孔容芥用于吸黄水。瓶径圆围可达十八指，十二指长口圆有四指，可消外肿又作吸引器。

镜面剃刀其形如新月，用于理发制作如锒头。长度十指其名称小斧，可灸核与炭疽并肿痛。尖锋扦子细弯肌肤针，皮肉破裂用此可缝弥。上述器械对症用可磋。”

第二十三章　使之无病安居

“生机无变正常健康体，无病安居道遥长寿之。第一先讲若要常无病，诸病由因再到缘生起。无缘之因何以能结果，是故应将诸病缘抛弃。

时令宜能起居与嗜味，偏离反常超余皆致病。为此行止食物药三项，正确依止无病可健在。

年岁老迈体质身已衰，晚年养老防病宜延年，摄精功效依止方法四：功效长寿风华正可茂，体泽生力五宫亦清明。净寂居处喜悦道无碍，依止身躯并非太老迈，抛欲勤奋吉日依入归。方法主要附带两大宗，主要又分先行与主体。先行油疗之后再洗浴，三实光明盐与茹茭味。干姜菖蒲姜黄蔓荆子，红糖牛溲为引洗肚肠。主体大蒜配以炼酥油，青稞之内放置三七数。治除风症延年又益寿。五灵脂制金银铜铁器，相适药配以次增量服，祛病延年蕃茄蚕豆抛。小米辣与酥油蜂蜜剂，长寿体胖又能燃火热，再配牛溲治癞肌生辉。诃子毛诃子与余甘子，配以酥油提神增力志。皆宜适病择食又择行，腐酸生烂反胃食皆抛。三月半载一年效可显。若不奏效则行附带条，期得暂时之果可生效。”

第二十四章　病失真察

“学习识病征象点，犹如见烟知有火，病症认识抓表象。无从诊断之医生，面对征象不识象，好似误将烟作汽。又将积云说下雨，无定征象执一端，是故识病密训珍。只因预言作诊治，病失真情以察究；只因称贤令欢喜，诡密谬误以诊求；只因施治作取舍，弃取四边以察诊。

病失真示作诊查，先从病之起因查，再从病之表相查，次从利弊角度查。

病起因缘食物与行止，何食何为诸病得查诊。特别病因外缘需得知，无论如何难超因生果。

表相诊查本质查病家，诊查门路方法共四项：本质朗赤培根计三类，病象盛衰

聚显与紊乱，归结寒热二种作察观。病家之查五官与五垢，五官眼耳鼻舌身为查，其境形声嗅味触五能，五垢痰涎泻吐尿与血。诊查门路境时质年令，昼夜饮食居处验查清。方法望切问诊三项全，望诊目境形量与颜色，特别舌与尿情要查诊。此乃视线所及察病源。切诊身境寒热与起伏，特别察验信息脉搏情，此乃寻究所及明断求。问诊察病其术在耳境，何症何因何处又何往，特别病因病点表象全。病因病入病点之门槛，表象乃是病类区分点。为此诊断法中问为先，此乃听觉所及说为诠。利弊食行药械共四法，先看病因病症符不符，适与不适之中识病痛。长期查究细考非管见，医师一得可知医病道。”

第二十五章　诡密谬误之诊

“诡密谬误之诊依次讲，应知表象揭短时令长。截断前情又将精义忘，守口又移藏之于邪方。

第一应知表象可令详，诸病共性个性征兆当。只此一端可知来去情，是故对此熟练贵研习。珍宝等类虽知有优劣，并非经典不载法便无。

只为揭短使者联系法，何疼如何何方又是谁，诊查时日不说应自知。

时已长久否则瞬息间，其间身语不怠作查研。忘却精义不言亦未解，不图声名妄为应作法。声称一剂奏效说诡言，待尔无能解病作何为。

所谓守口之言相对时，言语出口一语可说定。何疼医师知之不必云，一旦说清病家言诧惊。

转移若将魔法得领悟，其他脉尿病痛多察追。与我非是有人作断语，一瞥足矣声言将舌噪，或称细验堪为医中贤。

藏之邪方众皆不开言，形同予言之状密不宣。第一食行不周魔魅缠，腐酸力后生食伤身健，不计利弊平和求泰然。内陷之症病名与药名，前所未宣不晓谓奇鲜，对其虽有不解亦圣贤。”

第二十六章　取舍四边诊断法

“再谈取舍四边诊断法，易疗难疗暂疗不疗四。易疗可分具备分支病，按照众生之病易疗类。具备分支疾病易疗者，又分医师药物护理三。医师善治又登贤良辈，知晓医典知命品行端。药具仪轨又具多功能，丰富多采合剂适调配。护理精慈洁净具智慧，以上十二分支疗病易。

众生患者年纪轻且良，又具心力身可容诸药。财富遵嘱调理全领会，所询病症

善述治疗易。所谓疾病本身易治者，病因前情内涵皆显小。所染境时本质不相符，无损唯独一径治疗易。然而所谓疫与境时符，尿闭之症所损相平行，血痞陈疾等类易治者，难疗正与彼等易疗混，需用多方长时施治之。与之相反仅为利惯例，仅为苟延余年谓暂疗。不疗之症有方与无方，对于王者亲善对众嗔。医师所施不报反中伤，急痊财少不肯遵医嘱。寿尽哀伤之情坏佛事，只为有情谬论恶文字，虽然治疗有方亦不治。所谓无方弃之不疗者，完全颠倒反转呈死兆，断命九病缠身可不疗。”

第二十七章　疗法概说

“只为识得病症如何疗，调养疗法之点作喻示：对其又分医理与疗法。先对病之医理作喻示，疾病疗法虽说难估量，不讲医理箭射暗处般。医理可分医理总论篇，分解医理、特殊医理三。第一总讲怎治何物治，已治数量依次讲分晓。怎治风症等类一切症，趁其自处蓄时治疗宜。起而扩展其他病所混，无害他经将其调治之，若生他症可治大病力。治疗良方平息与泻法，蓄时平息起时泻法宜。平息慎于食行勿混之，然而不意非时积发病，只怕过时难治及时治。药剂昼夜食时需合理，服药十法与病相联系。未食食前食中与食后，食剩食际随时辄给之，与食俱进食压夜间服。

不顾疾病一概消时服，愚昧之道难以对症投，未过其时如认秤舵般。虽经诊治依然多唾涎，身重胃呆又加不消食，肠干腹溃便溺非时乱。力小声低病苗未出头，其病平息病象与前反，未息治之息则不相合。

特殊医理共计说三项；连同未消自续与他动。第一微热食饮所不消，混合风症等类损肌体。成熟生热投药病锋摧，识象就其近处将病泻，或上或下任其药不阻。未熟不泻羸弱损体质，犹如未沸粥头冷水浇。未有不消自续单纯病，只因诸病生起之内因，先入邪风后入他种病。此等不到食行骤起时，自处积聚长驻力未显，其景犹如亡者常缠乱。排之不回又不窜中间，得遇机缘乘力起病患。因其初起风邪病混乱，破坏消化食物使成熟，散病除风收聚胸腹间，其情犹如降雨压风尘。然后就近之道泻净焉，分支外处尚未聚胸腹，可从脉门内外泻外边。

他动当指险症一类病，起于自处又向他处窜，窜后自处伤乱又当先。其力尚小之时疗自处，其后力大直接治险症，养其自处无需作施治，犹如依恃盗贼之首领。

特殊医理共计分九种；未识起疑信心不足症，如猫隐伏捕鼠试摸索。得以识病信心又充足，譬之山顶插旗直接治。未得良策就想执病路，其治犹如驯服野马般。前治病症过于低超反，治法鱼鹞捕鱼骤然间。实症药器食行共四法，犹如狭路逢仇可擒拿。虚症行食药器顺序反，犹如登梯自下依次攀。单疾治如勇士降敌顽，如是无损于他合为治。二合聚合平调善施医，主为克生紊乱平调之。诸般均将体等十法系，

牛驮羊驮视情各相宜。”

第二十八章　特殊疗法详说

“特殊医理详释细开言，第一诊察病象若有疑，朗症可用试剂踝骨汤；赤巴可用试剂地丁汤；培根试剂光明盐三宗；肠胃蛊热试剂丸五鹏；血乱风痹四味青木香；合毒可用试剂多味汤；寒热相混试剂依习惯；泄泻可用试剂清道汤；火灸试用带油热薰法；放血试用冻石拍水法；脓溃试用带眼火筷砭。

另外认为彼病即此病，善开试剂令服小处方。一时病象假象云集至，何为良方施治心不慌。不作诊断信口小开河，此时不予明言作倾吐。一旦认准疾病有把握，彼病即此又知病因缘；现今此处未了转此疾，如此治之此时将痊愈。或者不治之症俟死期，旗帜鲜明言之使众知。

不得善治使其入道难，未熟热症对治为友然。其友增长其热亦增长，是故风痰为友汤剂管，病血健血水乳交融般，三实汤使恶血分出焉。不作此治其病伤肌体，痰毒热溃诸病聚而歼。未聚善歼多次病翻转，隐热寒象蒙头热出汗；何故冷法不得善解病?食积诸症熟与生热药，挫锋得状就近道可泻，泄为先行药使诸病动，病为内患冰上浇水般。

对于其他医生所治病，或低或反或过善察之。偏低病未息时细生发，倒反病力增者合为变，超过生他病时酌情压。

实热病症四种水降温；冰片细顶穴药器械水，饮食放行成为食饮水，住于凉爽之地行止水。虚寒病症四种火焰薰；合于九热称为药之火，火灸器火再加热食火，住地衣服暖和行止火，尚不奏效病剧命难存。

虚症最初行止最为慎，行止无效再用饮食疗。饮食无效可投温凉药，三法不效器械除病灶。

朗症赤巴培根单纯病，治除本病不起他病宗。不知此项反因十二变，反则本病未息他病生。朗症疾病若服辛味药，朗症不息赤巴培根增。赤巴疾病若服咸辣味，赤巴不息反成朗培症。培根疾病若服咸苦味，培根不息反为朗赤症。不适之缘成为聚合病，过则病息引发其他症：甘咸味重朗息培赤增，辛酸培根虽息朗赤生，甘苦赤巴虽息培朗盛。

二合聚合之症身平调，五灵脂与诃子总平调，点与病根各自作主持：肉蔻主心石灰华主肺，红花主肝丁香主命脉，砂仁主肾草果主脾脏，石榴荜茇主持胃部病。地丁波棱瓜主赤巴症，肉蔻苦参骨汁主朗症，青木香与芫荽宣木瓜，培根疾病上药可服用。血症纤毛婆婆纳黄连，黄水芸香草决明蜀葵，蛊热邪瘴麝香安息香，此等何

病何药连病象。一切聚合病症先压头，二合聚合相等何为主，对症相宜调治压偏高。或为先后轮番治有序，或者向背同时将病伏。午时午夜可将胆热除，凉药凉食炎热之时服。黄昏清晨可将胃火养，热药热食可驱培根寒。夜晚黎明可将风虚补，热食调料零星风症歼。盈则足赢仇视如仲昆，亏则足亏养如懒妇人，如此身无赢亏常平调。身如材料莫耗为真诠，胃腑如田时刻养火暖，识此方为维命贤良医。患者境时秉性与年岁，病体病点火热与仪表，习惯十项自小细诊察。一切相符投药善调处，若非如此酌情作施治。”

第二十九章　两种治法

“医生施治虽然有多方，不外普通特殊法两种。普通治法二境生二法，生力荣养减势守饥斋。

欲作荣养境与以何养，功效太甚治法共五宗：其境风盛体耗疲房劳，孕妇产后血漏肺穿老，失眠忧伤艰苦又劳累，春夏之交一般荣养调。其食羊肉酥油红白糖，牛奶乳酪酒等可荣养。方剂适病补以酥油丸，器治轻泻涂抹又按摩，行止疗有安眠与怡乐。由此增力诸病亦降服，譬如人处险境得增援。补之太甚生核和瘿瘤，昏沌遗尿又使痰涎增。消却痰脂依食与药物，安息香与五灵脂黄柏，调合蜂蜜可使诸胖愈。另用三实药加蜂蜜引，或者干姜芒硝蔓荆子，余甘子加青稞粉蜂蜜，胖者求瘦荣养宜酌情。

再讲饥斋境与何为削，功效过甚治法有五宗。瘟疫遗尿内核痛风脾，喉脑心疾热泻与呕吐，身重胃呆大小二便闭，肥胖黄水培赤盛诸病，力壮年富冬月饥为治。对其用药平息与泻法，不平使之平调为平息，其方食药行器四法宜。弱者饮食少进使饥渴，进食可用轻与易消品。次者药饵汤剂与粉剂，生热趋熟方药酌量用。强者昼夜劳作常出汗，艾灸薰浴放血器具治。泻令病发然后向外排；方对食积之点可引吐，已消之点导剂作灌肠，全身泻法脉症可泻脉。息泻降病功效五官明，身轻开胃处事亦勤勉，饥渴按时大便又通气。甚则体耗肌瘦头发昏，失眠憔悴声弛官能衰。口渴胃呆大小腿亦僵，尾椎肋骨心窝脑发痛，中疫欲吐朗症又发作。对其荣养之法皆生效，特别食肉动物肉轻泻，饱食沉睡如猪身发胖。增肌发胖食肉别无法，总之对境荣养莫消瘦。若用泻法先用轻泻法，需用消瘦可将荣养抛。朗盛病耗宜用荣养补，朗耗培赤增发饥可治，依与所依盛衰法类同。”

第三十章　直接疗法

“特别三失疾病各为治，双人朗症芝麻油上品，糖酒陈年酥油羊肉藏，旱獭马驴人肉葱与蒜，沉腻软热食类朗药专。行止暗扎屋内居暖处，神怡悦耳沉睡衣被暖。药用猪羊牛等三骨汤，陈年羊头捣碎配脑浆。四精汤与阿魏三味汤，散剂肉蔻阿魏研为末。盐祛肉祛蒜祛与酸祛，肉蔻蒜姜乌头和人骨，调合三实五根酥油丸，总用甘酸咸辛腻与暖，特别堪称轻泻陈酥油。器治隔年陈酥涂身擦，带油薰治可向痛点薰，百会等穴隐风灸可压。赤巴新鲜酥油为上品，新鲜黄牛鹿肉清凉茶，牛羊奶酪再加樱花菜，青稞面片凉性食物治。行止当在荫凉草坪间，漫步莫燥清爽河岸边，香郁清凉爽身随心擦。药用草药成药一般药，冰片檀香牛黄热力合。总用甘苦涩凉诸味药，特别堪称甘泻清内剂。器治发汗其水可运转，充血之脉刺之清凉薰。培根疾病蜂蜜为上品，鱼羊犛牛猞猁鹰鹫肉，陈谷热面老窖青稞酒，滚水姜汤等类轻且粗，温热食类治之最相宜。行止就火日晒暖穿戴，旱居心力劳顿且少睡，药用咸辛两味聚合汤，粉剂石榴杜鹃花灰药。总用辛酸轻粳锐类食，特别崚粳催吐药称奇。器治咸盐土块毛薰熨，重则火灸穿刺并用之。总之朗症轻泻加荣养，赤巴泄泻治法宜清凉，培根可用催吐保暖温。朗与赤巴并发清滋补，培根赤巴合并凉且轻。培朗二合之症可温补，聚合病症凉补宜轻扬。总之诸热宜用清凉药，一切寒症治如培根同，朗症寒热治法均腻暖。”

第三十一章　治者医师

“如此实行诊疗施治者，今将行医之道作喻示。因由性质定语和分析，医业结果共计分六项。

因由足智心胸善坦荡，信誓旦旦品貌亦端详，勤于本业人道又贤良。第一所谓医师足智者，雄心志坚再加细心验。诊疗经典无遗胸中藏，诸般实践精研无阻挡。聪慧察解明智微妙现，此等堪称因由最胜者。第二心胸坦荡菩提志，修成根本结业第一者，正视苦痛益众心虔诚。善恶慈嗔爱之皆平等，慈悲为舍大喜四无量。正愿菩提无上心皈依，入于根本无量可修炼，尾业喜看赞许无怨憎，如此易疗多活善为友。第三誓言记取共六项：心记有二再加知识三；心记之一导言疗器具，兄弟病人脓血此六种，佛陀仙人教导与遗训，兄弟朋辈子孙如犬猪，心记誓言六项要信守。心记之二医药持明器，记取犹如护命遵手令：心记之三药宝如甘露，奉为祭神供品有三知：一知如需如愿出珍宝，二知祛病延年作甘露，三知献神持明供品祭。为首

珍宝药物得为持，其次善调为剂施威力。自身琉璃光王药圣哲，盛药之器甘露钵常思，药圣仙人共诵吉祥偈：维命药王尊者薄伽梵，消除三毒佛陀称医圣。身色天蓝放射琉璃光，幻化之身有名有比喻。朗赤培根三失起烦恼，善治诸病右手诃子鲜。右手托有甘露长生钵，虔诚顶礼膜拜琉璃光。十八文化学部记心间，摄精长寿自在实践得。先知怜悯众生体得平，虔诚顶礼膜拜众仙尊。众神犹如甘露洒草莽，龙灵恰似顶珠献八方，尔等近于此药功无疆。朗赤培根四百零四病，起死回生疾病可平息。人有磨难一千八十关，出人意料使之得痊愈。七诵供养持明思甘露，证得正果自身病魔除。病者食之起死可回生，具誓加持吉祥福份出。第四品貌端详身语意，手业药器制作赤精良，语言悦耳患者喜心房，心意聪慧凡事不昏惶，如此方为众人之师长。第五勤于本业分自他，自身勤于本业学因由，恃缘勤于挚友理趣多。学习因由问读研习通，或废或医全仗自用功。学习外缘诚心要拜师，定义方法需要理由三。定义识广又具密训传，恭让少积财而堪可敬。方法无疑倾心亦相托，表里一致本业勤为活，恩遇感念时常图报答。需要及早学成为贤者，为友勤勉请教多提问。外境内思懒散又怠惰，无论如何此等中断仇。研习彻底见闻可为留，皆爱皆熟疑虑全消除。勤于他业主要对病者，意在奋往无废不后转。如将酥碗击墙吆呼般，施以药器不延且勤谨。第六实行人道贤者勉，其讲人性贤哲一般三。其一学习为贤善勤勉，硬性调伏三法愿实现。贤哲之道调伏善结友，知足方可自他两方便。一般对于穷人生怜悯，上等之人自我信义成，六具圆满硕果定无疑。二讲性质病体善定义，各类性质掌握谓了然。三讲定语治病利身药，勇于治病为众如救父，以是王者亦能尊崇焉。四讲分析医师为无尚，再加特殊普通共三项。三毒因果除病独无二，先知他学慈悲称仙长，授业熟练堪为众生友。贪使急求半解生命敌，然而上下哗之交口赞。出身名门具慧守誓语，熟读典籍彻底悟密诀。娴熟为主求法抛贪欲，心善王巧对众菩提心。不怠他事当作己事思，精通诸种诊疗为良医。众生病者惟一称恃怙，堪称持明仙众继承者，又言维命药王真化身。不具彼德庸医过，无名无姓充医师，犹如狐狸居王位，众人不尊不拥戴；不懂典籍之医师，如向盲者指物件，病类治法难分清；孤见寡闻之医师，加入生路易迷途，病象治法均生疑；不会察病之医师，如同独身流浪汉，不识病体不沾边；不知脉尿之医师，玩鸟不会放鸟般，病之寒热说不真；不会诊断之医师，如同主人不言谈，自惭开口惹恶言；不会施治之医师，如在暗中射利箭，药性难达病痛点；不知食行之医师，如同自政陷敌顽，病力加大体质沦；不知平息法医师，农夫不识田地般，低甚反使起病端；不知泻法之医师，如水降注在沙山，不顾病与体质情；不俱器具之医师，如无盔械之勇汉，不能破除病敌顽；不知针灸之医师，如无内应之贼汉，病与器具相分离；是故恶劣之医师，

遇事颠倒错铸成，从事医疗正相反。魔道具诸医者器，待到阎君套索绳，只因生命见证人，不做联结毁随从。

医师之业一般与特殊，一般身语意业可讲求。身之药器聚集成圆满，适应病家所需勤努力。语业但求医师作明断，识病当如闹市吹海螺，治则应诺不治指限期。尚不识病犹如蛇之舌，备乘二骑择善而从之。或者病现和顺说何妨，心意所断正与境相符，不作逃避入城杜有望；第一患者生疑医师解，与之相符对其可明讲。第二患者疑虑尔投毒，为示别处此药未出差，使之解疑何病治明喻。第三生死险情大与小，运交禄与福缘等为先。只因如何死与如何活，不便明言医师不断言。险情虽大可言治有方，虽知险小谨慎可留言。人道顺乎世间诸般情，心事不乱慎思动作勉。特别运系观修行三者，观为诸法皆为中观良，劣道余道反道皆抛弃，正确中观之见为尊贵。修炼无量驻于四气围，莫使堕于反道邪见境。行为取舍两项舍恶行，疯狂乱语粗鲁抛罪业，布施持戒忍辱又精进。医师之果暂时长久二，暂时之果此生得幸福，威望受用喜乐具转来。此等之成所依在于药，亦是自身学识谕之人。既使毁我待之如手足，诊察有度行宜善施治，以其聚积福德得声誉。所欲食饮受用间接生，此时应知分寸相与之。遇有必要食财审度取，久之忘恩彼等可不拿。长久之果抛弃诡谲情，凡事只为病人作调理。只道乐往佛陀净土地，此乃维命药王说分明。”

（据1983年人民卫生版《四部医典》整理）



图书在版编目（CIP）数据

图解四部医典／宇妥·元丹贡布原著.

－西安：陕西师范大学出版社，2006.9

ISBN 7-5613-3742-6

Ⅰ.图... Ⅱ.宇... Ⅲ.藏医－古籍－图解

Ⅳ.R291.4-64

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2006）第 115175 号

图书代号：SK6N0949



图解经典 系列

丛书主编／黄利　监制／万夏

项目创意／设计制作／紫圖圖書 ZITO®

特约图文编辑／王赛男

图解四部医典

宇妥·元丹贡布／原著

紫图／编绘

责任编辑／周宏

出版发行／陕西师范大学出版社

经销／新华书店

印刷／北京朝阳新艺印刷有限公司

版次／2006 年 12 月第 1 版

2006 年 12 月第 1 次印刷

开本／787 × 1092 毫米　1/16　18 印张

字数／150 千字

书号／ISBN 7-5613-3742-6/R · 46

定价／68.00 元

如有印装质量问题，请寄回印刷厂调换

图解经典 03

15幅国宝级彩色医学唐卡

数千张手绘图细致入微全新图解

以现代手法诠释

藏医第一经典

媲美《黄帝内经》的藏医巨著

图解四部医典

医理与养生篇

宇妥·元丹贡布／原著

紫图／编绘



陕西师范大学出版社