

# 《西藏醫藥》

## 图书基本信息

书名：《西藏醫藥》

13位ISBN编号：9789867349736

10位ISBN编号：9867349733

出版时间：2009-1-1

出版社：生命潛能文化事業有限公司

作者：拉斐·福德（Ralph Quinlan Forde）

页数：176

译者：林瑞堂

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《西藏醫藥》

## 內容概要

本書作者是整體醫學顧問，也是合格的草藥師、芳療師，與西藏淵源甚深。他追隨上師致力於聞聲救苦，在英國成立「藥師佛基金會」。他以圖鑑方式介紹西藏醫療體系，共百餘張彩圖，精選數十幅古老西藏壇城、唐卡、佛像、占星圖、古代醫療典籍手繪圖等，引介西藏民族文化背景，說明傳承自西元八世紀的古老醫學智慧，如何在現代世界裡幫助人們創造身體的健康與靈性的幸福。

養生保健的內容包括：

解釋了疾病的起源，包括不良的飲食與行為，以及氣候與業果的影響。

發現你自己獨特的三種關鍵能量的組合，了解它們如何影響你的健康。

了解主要的診斷方式，包括脈診、舌診、尿液分析及占星診斷。

學習依照體質類型與季節變換來調整飲食，還有藥草、梵咒、靜坐與神聖的瑜伽姿勢。

除了實際醫理、醫藥與養生智慧等外，本書更點出了治療精髓——慈悲及佛學哲理是西藏醫學的核心。祈願世間所有疾病都得到醫治，願慈悲在四界增長，人人皆能獲致身心健康，踏上靈性自覺的旅程。

據信佛陀是世上第一個醫生，他曾在長滿藥草與植物的森林裡住了四年。在這裡，他化身成藥師佛，並且進入三摩地（了悟的境界），驅逐了西藏醫學經典中所描述的404種疾病。接著佛陀顯現為「明智大仙」，這是藥師佛「意」的化身。他說：「無論志業為何，健康最為重要。所有想要靜坐並達涅槃的人，所有追尋財富與快樂的人，都該學習醫藥的科學。」

佛陀發現了所有疾病的根本原因就是「無明」；源於內心的根本無明引發了八萬四千種心理情緒疾病。治療的方法是了解業果是一切現象的本質，並發現心靈的光明本質，無上靈藥就是「慈悲」。

# 《西藏醫藥》

## 作者簡介

他是整體醫學顧問、健康書籍作家，也是合格的草藥師、芳香療法治療師。他介紹輔助醫學的文章曾發表於英國 週日獨立報 (Independent On Sunday)、愛爾蘭觀察報 (Irish Examiner)、週日先驅報 (Sunday Herald)、週日論壇報 (Sunday Tribune)等報刊。他的佛教傳承為直貢噶舉，曾經追隨其上師學習與參加閉關，後來創辦了「藥師佛基金會」( Medicine Buddha Foundation ) 這個慈善機構，致力於聞聲救苦，並且為下一代保存治療的藝術。

## 譯者簡介

林瑞堂 ( Rainjana )

台大外文所碩士，譯有《五大元素療癒瑜伽》( 生命潛能出版 )，以及心理、商業、文學多種類型書籍，自二〇一〇年起投入密宗瑜伽鍛練。

# 《西藏醫藥》

## 書籍目錄

致謝

前言

推薦序 感謝藥師如來賜寶典《西藏醫藥》

- 釋常持法師

導論

西藏醫學的起源

靈性與醫學基礎

西藏醫師的工具

飲食在西藏醫學中的角色

治療方法

內在空間

藥師佛儀軌

詞彙表

參考書目

# 《西藏醫藥》

## 媒体关注与评论

「願所有接觸到西藏醫學的人，其生命能得到保護，讓他們痛苦的疾病能夠得到醫治，心中的焦慮能夠得到解除，更願他們能夠了悟到智慧與慈悲。」 - - 第十七世噶瑪巴欽利泰耶多傑 「《西藏醫藥》是最好的介紹說明《四部醫典》的中文書之一。這套醫療體系結合了靈性生命與身體健康，追求身體、心理、靈魂的解脫與自由。」 - - 法師 / 釋常持

# 《西藏醫藥》

## 编辑推荐

本書特色 \* 本書採圖鑑方式，共百餘張彩色插圖，精選數十幅古老西藏壇城、唐卡、佛像、占星圖、古代醫療典籍手繪圖等，還有許多精采照片，讓你認識西藏民族文化與深入藏醫內涵。  
\* 西藏醫學從古印度、中國、波斯與希臘汲取理論與技術，更融合了密宗佛教科學，創造了一個獨特的神祕醫療藝術，描繪了疾病預防與治療的原則；它是一種整體醫學，結合了飲食與行為調整、草藥配方、按摩、靜坐與靈性修持等，能使人獲得生理與靈性的整體健康。這種遵循自然的醫理哲學，正是21世紀現代人所需要的養生智慧。

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)