

素
食
進
修
錄



財團法人台灣省中聖賢堂
聖賢雜誌
印行

素食進修錄目次

序	一
五教學說與素食	四
修道與素食	八
素食者成道較快	一二
素食與清口	一六
素食可以守仁德心	二一
素食可以消冤解孽	二四
素食可以清心寡慾，祛除乖戾	二七
素食者須具備些什麼	三〇
拜神要清香水果	三二

祈福作醮宜用五果素菜	三六
喜慶祈禳宴客不宜殺生	四三
清淨歸冥與持齋	四七
素食與營養之認識	五〇
素食菜單	五九
素食與植物食療	六六
青果驗方	六九
修道與養生	七五
論肺與防治	七七
論心與防治	七九
論肝與防治	八一
論胃與防治	八三

論脾與防治		八五
論腎與防治		八七
論膀胱與防治		八九
論小腸與防治		九一
論大腸與防治		九三
論三焦		九五
論十二經絡		九六
修道與生活		一〇三
清口茹素要有始有終		一〇七
茹淡格言		一一〇
華陀仙翁秘方第一卷		
一、春季之病痛		一一七

二、夏季之病痛……………

一二〇

(一)初夏(陽曆四月中旬)……………

一二〇

(二)五月……………

一二二

(三)六月……………

一二二

(四)七月……………

一二六

(五)八月……………

一二六

(六)九月……………

一二七

(七)十月……………

一二八

(八)十一月……………

一二八

(九)十二月……………

一二九

三、治發癢有良方……………

一三〇

四、治發燒有良方……………

一三一

五、治下痢有良方	一三一
六、外痔、內痔有奇方	一三二

華陀仙翁秘方第二卷

一、喉癌	一三四
二、肝癌	一三五
三、胃癌	一三六
四、子宮癌	一三七
育兒歌	一三八
一、一歲營養品	一三八
二、二歲營養品	一三九
三、三歲營養品	一三九
四、四歲營養品	一三九

五、五歲營養品	一三九
六、六歲營養品	一四一
七、七歲營養品	一四二

華陀仙翁秘方第三卷

一、三歲內小兒發燒通病

(一) 春天小兒發燒有良方	一四四
(二) 夏天小兒發燒有良方	一四四
(三) 秋天小兒發燒有良方	一四五
(四) 冬天小兒發燒有良方	一四五
二、兒童容易患的病痛	一四六
三、兒童感冒分爲四季治療	
(一) 春天時感冒有良方	一四七

(二) 夏天時感冒有良方 一四七

(三) 秋天時感冒有良方 一四八

(四) 冬天時感冒有良方 一四八

四、中學生容易患的病痛

(一) 春天國中學生感冒有良方 一四九

(二) 夏天國中學生感冒有良方 一四九

(三) 秋天國中學生感冒有良方 一四九

(四) 冬天國中學生感冒有良方 一五〇

五、冬天高中學生容易患的病痛

一五〇

六、農人容易患的病痛有良方

(一) 春季節 一五二

(二) 夏季節 一五二

(三) 秋天季節 一五三

(四) 冬天季節 一五四

七、教師感冒有良方

(一) 春天感冒 一五六

(二) 夏天感冒 一五六

(三) 秋天感冒 一五七

(四) 冬天感冒 一五七

八、公務人員感冒有良方

(一) 春天感冒有良方 一五八

(二) 夏天感冒有良方 一五八

(三) 秋天感冒有良方 一五九

(四) 冬天感冒有良方 一六〇

十、都市人感冒有良方

(一) 春天感冒 一六〇

(二) 夏天感冒 一六一

(三) 秋天感冒 一六一

(四) 冬天感冒 一六二

十一、糖尿病患者有良方

(一) 春天治療 一六二

(二) 夏天治療 一六三

(三) 秋天治療 一六三

(四) 冬天治療 一六四

十二、無極至尊瑤池金母菜單

(一) 春天之時 一六五

(二) 夏天之時……………

一六七

(三) 秋天之時……………

一六九

(四) 冬天之時……………

一七〇

十三、瑤池金母青果驗方……………

一七一

華陀仙翁秘方第四卷

一、患高血壓症有良方……………

一八六

二、患咳嗽病有良方……………

一八九

三、患風濕痛秘方……………

一九一

四、學生酸痛秘方……………

一九四

五、小兒咳嗽有秘方……………

一九六

六、婦女風濕痛有秘方……………

一九七

七、兒童、青少年四季乾嗽有良方……………

一九八

八、孕婦感冒有秘方	一九九
九、胖人減肥有良方	二〇〇
十、肝硬化有秘方	二〇二
十一、食物中毒有秘方	二〇五
十二、扁桃腺火有秘方	二〇五
十三、貧血患者有秘方	二〇六
十四、國中以上至大學生用腦過度有良方	二〇八
十五、華陀仙翁菜單兼驗方	二〇九
讀者來函見證	二一一

華陀仙翁秘方第五卷

一、胃炎有良方	二二一
二、胃痛胃漲有良方	二二一

三、胃部出血有良方	二二二
四、胃下垂有驗方	二二三
五、消化不良有奇方	二二四
六、胃潰瘍有秘方	二二五
七、十二指腸潰瘍有秘方	二二六
八、公務人員的胃腸病有秘方	二二七
九、一般有損害胃腸之青果	二二八
十、慢性盲腸炎有秘方	二二九
十一、小兒腸炎有秘方	二三〇
十二、四歲以下小兒消化不良有秘方	二三一
十三、五歲以下十歲小孩胃腸諸病	二三二
十四、小兒腹痛有秘方	二三三

十五、小孩胃腸消化不良有秘方	二二三
十六、強壯小孩心臟之秘方	二三四
十七、小孩上吐下瀉有秘方	二三四
十八、成人上吐下瀉有秘方	二三四
十九、乳癌有驗方	二三五
二十、小姐臉上青春痘之治療法	二四一
奇妙的靈界	二四三
取博士之經過	二四六
苦鍊內功的經過	二四七
靈魂的新發現	二四八
我所經歷的現世果報	二五三
讀者見證	二五六

華陀仙翁秘方第六卷

一、節育驗方	二七五
二、尿道發炎驗方	二七六
三、耳痛、耳鳴驗方	二七六
四、眼睛發炎、眼痛、角膜炎驗方	二七六
五、口臭、口內發炎、破裂驗方	二七七
六、雙手酸痛妙方	二七七
七、膽結石驗方	二七八
八、肺結核驗方	二七九
九、膀胱發炎驗方	二八〇
十、氣喘妙方	二八一
十一、大便秘結藥方	二八一

十二、內痔、外痔驗方……………二八二

十三、手腳酸麻驗方……………二八三

素食產婦菜單

一、正月產婦之菜單……………二八五

二、二月產婦之菜單……………二八九

三、三月產婦之菜單……………二九二

四、四月產婦之菜單……………二九四

五、五月產婦之菜單……………二九四

六、六月產婦之菜單……………二九六

七、七月產婦之菜單……………二九七

八、八月產婦之菜單……………二九八

九、九月產婦之菜單……………二九九

十、十月產婦之菜單		三〇〇
十一、十一月產婦之菜單		三〇一
十二、十二月產婦之菜單		三〇二
跋		三〇三

閩聖帝君降高示

漢湖林楊明純係士可以宣揚勸世
其功德感動天美根其先生
在西德榮授醫學博士學位時
以祝

林家有婦

敬翁姑

楊女賢能

助丈夫

明德三從

修至善

純風所被

化頑愚

壬子年十一月廿九日亥刻

台中聖賢堂 致贈

序

素食，是修身養性的門徑之一，自古以來，即被人類所喜愛，無論是宗教家，或社會各階層人士，皆廣泛的大行其道，歷古至今，雖時代已進步到太空時代，卻不因如此而被淘汰，反而愈受人類所歡迎。並已被專家確認，素食對人類之益處，其功莫可盡述也。

蓋一種學說，能歷古不衰，必有它的真理存在，以素食來說，它之能夠受到人類之歡迎，並且能夠發揚光大，一方面固然是宗教家的大力提倡，但最重要的，即是被科學界及醫學界之研究證實，對人類健康，有很大的裨益。

值此人心不古，真道普傳之際，處處有持齋修善者，這些修善者，守的是五戒十善，行的是綱常倫理，人生正道，我想

對現在社會的殺盜淫邪，種種罪惡，導致戾氣沖天，災難頻頻的浩劫，當可直接間接的影響，以端正社會不良風俗，淨化人心，使這些罪惡減少到最低程度，甚至歸於消滅，如此人人佛面佛心，個個夜不閉戶，路不拾遺，則娑婆世界改爲蓮花國，當漸臻實現矣。

進一步言之，自古以來，成大佛祖菩薩者，莫不是由持齋守戒，信心奉行，功滿恆沙，德被蒼生，始克有成，今咱既得受真道，即是習佛懿德，早斷輪迴之生死關道，而素食，是學道之最基本起步點，此區區小節，若還畏難裹足不前，當可自思也。

很多人，未素食者不知素食之好處，已素食者，不明清口之意義，以致積孽造罪者有之，開齋破戒者有之，自斷佛種，殊爲可嘆！因此本書之作，在說明素食與清口的真義及好處，

以及素食者對植物營養的認識，一方面使諸清口修士，堅定立場，自療自健，一方面，使更多的同仁，了解素食之益處，從而立願素食，習佛慈行，壽人壽世，齊脫苦海，是所厚望，並預祝諸位——早登彼岸。

五教學說與素食

五教聖人，教人修道，無不以茹素清口，爲首要課題之一，例如佛教，它最提倡素食，第一戒就是戒殺，戒殺就要茹素也，它遺留很多經典，都是明確的指示修行禁止喫肉，而是要茹素，梵網經云：「若佛子，一切肉不得食，斷大慈悲佛性種子，一切眾生見而捨去，是故一切菩薩不得食一切眾生肉，食肉得無量罪。」涅槃經內迦葉菩薩問佛：「云何如來不許食肉？」佛言：「夫食肉者，斷大慈種。」還有很多經典如楞嚴經，央掘摩經，大乘楞伽經……許多經內，都明示禁止喫肉，所以佛教的戒律是相當精嚴的。

道教之清淨無爲學說，或修爲上的齋戒科儀，或煉丹結胎，亦以清靜齋素爲重，三官經云：「世人殺生害命，罪積如山

，若不早日猛心回頭，清靜齋戒，懺悔改過，則三災八難，其劫難脫」，丹桂籍云：「或買物而放生，或持齋而戒殺，諸惡莫作，眾善奉行，永無惡曜臨身，常有吉神擁護。」混元經云：「勿貪口腹開殺戒」，玉皇普度聖經云：「施捨貧窮疾病，持齋戒殺放生，此皆寶筏明訓，修身立命之說」，以上都是道教之經典中，明示世人宜早日素食，甚勿貪食生靈而造罪孽也。

再談儒教，有人講孔子不吃素，當時孔子爲向道，不公開吃素，孔子吃素最嚴，論語第七篇所言，子之所慎齋爲首，又第十篇鄉黨，衛生之嚴，以割不正不食，又以魚餒敗推之，又以臭惡臭推之，不得其醬推之，又以失飪不時推之，最後無可奈何，仍以肉雖多，不使勝食氣推之；孟子曰：見其生不忍見其死，聞其聲不忍食其肉，皆可爲證儒教是提倡素食的。

耶教亦是主張素食的，今引例聖經的話驗證於下：「上帝說：看哪！我將遍地上一切結種子的蔬菜，和一切樹上結有核的果子，全賜給你們作食物；至於地上的走獸，和空中的飛鳥，並各樣在地上有生命的物，我將青草賜給他們作食物。」（創世紀一章廿九、三十節）。

創世紀九章，上帝又說：「凡活著的動物，都可以作你們的食物，這一切我都賜給你們如菜蔬一樣，惟獨肉帶著血，那就是他的生命，你們不可喫。」（三、四節）這多麼矛盾，凡肉皆有血，除非人造肉（黃豆做的），要吃沒血的肉簡直不可能，上帝簡直開我們的玩笑。牠的意思是我們要我們不要吃有血的肉，你就找無血的人造肉吃好了。

上帝又說：「流你們血，害你們命的，無論是獸，是人，我必討他的罪，就是向各人弟兄也是如此」（五節）「凡流人

血的，他的血也必被人所流。」（六節），這跟佛家「吃他半斤還八兩」差不多，以上是聖經所載，素食的明證，斑斑可考。

又如回教，它是不食豬肉，其實依可蘭經之原意，即是：「諸肉不食」，也就是所有的肉類不吃，而它的後學曲解爲豬肉不能吃，實在有違聖意了。

以上是五教聖人，明確指示世人，宜早戒殺，清口茹素，以早日證果成真，甚勿再迷糊造孽，大違聖意，方不致修道偏差，而輪迴不休。

修道與素食

由五教學說可知素食的重要，今天我們既入聖門修道，就當發大慈悲心，立志「爲天地立心，爲生民立命，爲往聖繼絕學，爲萬世開太平」的慈懷，來貢獻努力。蓋人爲萬物之靈，若不修道，不明三綱五常、五倫八德、三從四德的道理，所以修道，能使我們的人格圓滿，對本身及社會，都有很大的益處。

行持清口素食，是修道的功課之一，由於素食，能培養我們的慈悲心，可使自性光明，可免去因果報應，而且可使身體健康。請看人齒平與牛馬、羊相似，本應吃齋，而且三字經云：「稻梁菽、麥黍稷、此六穀，人之所食；馬牛羊、雞犬豕、此六畜、人之所飼」，所以，我們應當即刻素食清口，堅心修

道，何況，上天賜有那麼多的五穀、豆類、蔬菜和水果，有足夠的營養來維持健康的；再說清口素食要立願，對上天有所表白，便能守死善道，千魔不改，萬難不退。

濟公活佛曾訓示：

素食清口當立願	有願有憑記先天
三官大帝簿中記	此後修程大步前
大願抵住前孽債	免得修中擾心田
老師保證爾前債	以後建功漸補填
冤愆不擾好修進	家家又可出大賢
有餘功德報先祖	立願重要妙難言
願而不立無憑證	何佛敢作證人前
雖然清口味清淡	物質清高營養全
不含毒素精神爽	血脈清潔延壽年

血壓不高心臟順

血管不堅不酸肩

性命雙修無量好

佛體聖靈保成仙

以上望諸修士，皆悉其理，及早素食清口爲要，蓋天之大德曰「生」，世人之大惡曰「殺生」，性命是世間最貴重的東西，殺生是世間最悲慘的事情；佛說：「眾生皆有佛性」，只因他前世痴迷，造下罪業，今生轉畜受報，如今，我們殺他養我口福，試問天理何在？良心何存？尚且孟子曰：「見其生，不忍見其死；聞其聲，不忍食其肉。」爲人即使不能斷肉持齋，亦應當作到「自養者不食，見殺者不食，聞殺者不食，專爲我殺者不食。」四不食的修養，以培養慈悲心腸，增長福份智慧，一旦豁然貫通，從速立願清口茹素，是所厚望也。但別忘了，一但清口茹素，即代表真心修道者，所以在言語舉止要有高深的涵養，誓守綱常從德，來健全自己，立起標杆，做個頂

天立地的大丈夫，方能已立立人，已達達人，爲人所欽佩，化渡更多的眾生。

素食者成道較快

素食，到底有什麼好處呢？由於好處很多，只有自己吃素，才能曉得，如人飲水、冷暖自知，吃素有吃早齋、花齋、月齋、長齋，吃法不同，表白不同，獲福也就不同。吃素的好處除了不與六畜結冤仇外還可減少疾病之發生，對身體健康益處甚多。但最重要的，就是能煉就純陽體，較快成道也。

由於素菜，其心皆向天（向上）就是吸日月精華，得受天魂清輕之氣而生，純陽無陰，取其光明正大，人得而修之，自能煉就純陽體，清輕昇天而成就道果，而三厭其體背天（肉類）其心皆朝地，得地魄負厚濁之氣而成，純陰無陽，人得而食之，則得其陰質含重濁之氣，而墜地，此自然之理也，君可見以氫氣注入汽球中，則此汽球被其氣之引力而昇空，若注以二

氧化碳之氣則墜地，可見人若食素，則得其輕清之氣自可受宇宙之空氣吸引而上昇，若食三厭陰毒之肉類，其橫逆之氣，充滿全身，則其質毒而性重（脾氣較暴戾）如此而墜落者，其理明矣。蓋一陰一陽者人也，陰氣磨盡則仙，陽氣消盡爲鬼，將半陰之氣煉盡，則爲仙也，所以修道要激濁揚清，撥陰取陽，煉就純陽之道體，而證無上之果位，若無素食，這是很困難的。所以素食者，成道較快，也就是這個意思。

根據善書記載，如果修道者素食立願清口真修，則天上馬上有蓮台位及幻影，若道果愈精進，則此幻影愈明顯，反者，則暗淡無光，或歸於消滅，這是不會錯的，即師尊所謂「在地成象，在天成形」也，若無清口，而欲證無上之佛果，這是很困難的。

自古以來，成大佛祖菩薩，無不從素食入手，信願行兼備

，普渡群靈，德被萬物而得，我們既然修道，當然想要成道，所以既想修道成道，就必須素食，願未素食者，現在即能發願素食，已進入素食者，道心更加堅定是禱！

世傳濟公活佛在世時（宋朝）飲酒吃肉，故世人認為修道，飲酒吃肉亦能成道，蓋此本以訛傳訛。不實無稽之談，甚勿採信，自古以來那有食酒肉成道之佛祖也？但世人偏偏不信，今濟公活佛為使世人明晰，特地降鸞啓示，今恭錄於下：

「濟公活佛 訓諭

時南時北時西東

本相收藏列上穹

三昧妙玄人不曉

都譏濟顛是痴翁

哈哈！有人為我作「濟公傳」者，竟說我喝酒吃葷，甚食狗肉等葷腥，猶幸未說，濟顛娶有家室，則更可駭！此本俗本以訛傳訛，真是可笑，按老衲出世，便具宿根，故一意出家，

經眼瞎堂長老點化，後方知前身乃是紫金羅漢，以大宋國難之時，特來凡間，挽回氣數，由是抹藏本相，詐酒佯狂，指點頑愚，開化頽風，後人咸以濟顛亦吃酒肉之說，真失之毫釐，差之千里矣，世有規戒之俗僧，決無飲酒吃肉之羅漢，子等稱我爲佛，當審此以明玉石，此諭」。

以上活佛師尊所示，望諸位明辨，甚勿道聽途說，敗壞修道清規，並能堅定道心，從速清口茹素，來渡化迷途，共歸覺路，是禱！

素食與清口

素食，是否可叫做清口呢？若只素食的話那不算清口，所謂清口就是吃進入的食物要清潔衛生，講出去的話亦要謹慎口舌，不亂言、不妄語、無毒舌、無穢語、不說虛詞、詐語，不妄談人是非，不食五葷三厭（五葷者：蔥、韭、薤、蒜、藷。三厭者：飛禽天厭、走獸地厭、水族類水厭）以污口腹，不殺生害命以害身心，須食清淡芳香之品，不食葷腥之物，如此吃入講出都是清的，才能稱之「清口」。

「口」為禍福之門，俗語云：「病從口入，禍從口出」，此之謂也，一言可以為福，一言可以為禍，故古人有一句俗語曰：「話到舌尖留半句，事從禮上讓三分」，吾人這個「口」就是有如左記之一般利害關要處：

第一關要：這個口就是虛偽、誠信、是非、曲直、搬運出入的碼頭。

第二關要：這個口就是培根固本或爛胃腐腸，乃維護性命之衛生檢驗處。

第三關要：這個口就是罪孽冤債因果移入的港口。

凡是屬精神方面及關於身心方面之萬事萬情，與外界交流，皆從此口而出入，有如進出口商，內外貿易一樣的，故曰港口。人之一生，言語談笑，問答應對，最關係其人品之清高卑鄙，誠信、詐偽、是非、曲直、邪正悉由其口中吐漏出來，由此種種言詞舉動是是非非，種種態度，顯出自己的人品性格，自能招致人之憎愛，毀譽褒貶及種種情感，因此惹出種種利害關係，這便是由此口所吐漏出來的是是非非，向他人換取種種的是是非非的利害回來一樣的，恰如碼頭運搬貨物出入一般，

是以謂之碼頭。

故一言一語皆有關於性情人格不可不慎，故須謹守顏子之四勿非禮勿言，又須戒除五口。

(1) 烏鴉口：破爛嘴、破敗語、危害毒舌、壞話。

(2) 朱雀口：毒舌、穢語、亂噪、毀傷謗言。

(3) 昧心口：欺心昧良、巧言令色、巧飾藏奸。

(4) 辯護口：自欺自恕，掩惡藏拙詭辯。

(5) 海口：虛言、詐語、煽惑誇張。

此等穢語鄙言，毒舌邪說，皆可以污穢吾口，而害精神，損傷人格，損害陰德，所以修道除了要素食之外，最重要的，還是要修口，兩者兼備方可稱謂之「清口」也。

以上對清口之原理也明白的題示了，希望大家細究而奉行，今再引例仙佛降訓茹素清口之注意要點，以供諸同修參

考。

西方無量壽佛 降 詩

其一：

修道堅心口要清

身心合一鏡光明

慈航共乘超凡劫

赴會瑤池慰母情

其二：

明白勤修孝道行

知因種果報親恩

人間浩劫能超脫

今夕吟詩醒國魂

清 口 論

夫世人謂素食，則是清口，此言大錯。清者不濁，清白守規，清明守孝，守口如瓶，不可亂語胡言，清口者：

一、不罵天地不公。

二、不罵他人是非。

三、清口者罔談彼短，麀持己長。

如斯方爲修道。又天道進修諸清口者，或懺悔受過之士，應自慎重，不可一日有過。更加重大者，修道人應滿足，不可貪戀美景，盡心向道直行。現世之修，皆在火宅修身，六分可成，但這段修身，心志應堅，不可了草過去，夫婦之間，同修更妙。清口者應注意，大家和平，夫婦互尊互敬，言語應端正，不可罵上罵下，一日三省四察，自己做事，有過無過，在聖域修身之士，佛門有緣，能進一步修身，登大道而懺悔，悔過清口，修養德性，希聖希賢名符其實，替天行道才對，今夜簡單撰清口論，參作勸世之用，總而言之，口不亂言，言必國家有利；口不亂食，食必對身體有益，方是清口也。

素食可以守仁德心

仁德，就是人的良心，也就是天理，就是天命之性，咱們這一點靈性，本來是慈悲的，如果不慈悲就是違背了本性，也就不合理。在天爲理，在人爲性，從本性抱負原有良善美意純善無惡，叫做道，照本性所發出來的良善思想，去作事沒私心，愛護眾生就是德，有慈悲心，當然愛惜動物生命，不忍心害牠死，我們也就不忍心吃牠的肉了。

我們修道，就是要涵養此顆善良的仁德心，有了仁德心，比如果實有仁（種子）自能生生不息，並且能夠同情別人，原諒別人的過錯，將我們的仁德心（愛心），推廣的去愛我們的同胞姊妹，普及萬物生靈，如此俱備悲天憫人的慈懷，視萬物如同一體，來救渡眾生，貢獻社會，服務人群，普及生靈，如

此涵養此顆仁德心，非從素食培養不可。

孟子講仁民愛物，孔子教人應該遵守仁、義、禮、智、信，釋佛教人應該戒除者也有五，就是殺、盜、淫、妄、酒，佛教不殺生，就是孔子講的仁，孟子講君子以仁存心，古時候君王無故不殺牛，士大夫無故不殺羊，普通人無故不殺犬豕，實在不得已殺之。

南海古佛詩云：

其一：奉勸世人早吃齋

人性物性一處來

忍心殺食同胞肉

將心比心實可哀

其二：肉字本是兩個人

迷人不知大口吞

有人識得其中意

原來即是人吃人

有人云好心就好，何必素食，請看動物在擒捉時之恐怖，殺其生，害其命，分其屍，食其肉，能否爲好心，故孟子曰：

無惻隱之心非人也，況且生靈，靈性跟人一樣，只是輪迴異類，披毛帶角而已，今天我們修道，當然想要成道，就是要培養此顆仁德心，來行功立德，但要培養此顆仁德心，能清口茹素，這是最基本的條件了。

素食可以消冤解孽

大解冤經云：人之容易發脾氣，做錯事情，而在無形中作罪造孽，就是因爲有冤愆居在我們肝竅之中，迷昧本性，時常作弄靈明的心靈，使六神無主，而迷糊的做錯事情，得到因果之惡報，俗語云：「鬼使神差」和「鬼魂附體」等，即是這類的情形，有較高明的醫師，更是研究並證實人之慢性病及神經病，都是與冤孽有密切的關係，最近彰化基督教醫院，不是有一黃姓男子，時常鬼魂附體，講話及舉止行動，卻變成一位女子的模樣，精神科醫師找不出他的病源，後來舉辦鬼神座談會，所以這種的病例，即廣泛的被討論到。

素食，它是最能使我們消冤解孽的，它除了能夠使我們血氣調和，清心寡慾，幫助健康，最重要的，即是不與六畜結冤

仇，故欲解冤釋結，非吃齋不可。上天好生，我應放生，與人無害，不可殺生，苦是殺生，即是不仁。況豬羊雞鴨牛等動物，及至殺時，其聲至慘，牛雖不吼，但亦傷心流淚，此淒涼慘狀，何異人入法場。欲知世上刀兵劫，須聽屠門夜半聲，凡殺生過重所在，冤魂不散，災難也多，蓋動物身形雖與人不同，但靈性卻是一樣的，以世態言之，人若受人欺侮打傷或致死，對方不是反擊復仇，即訴以正法而入監獄，動物之被人所殺而充飢，它雖是無力抵抗，但它的怨氣不消，所以時常找機會尋仇，此亦是因果報應之常理也。

素食，才是廣義的博愛，我們修道，就是要涵養此顆博愛的仁德心，把這種愛，推廣的去愛我們的同胞、兄弟姊妹，萬物生靈，況且只有素食，才能夠使我們不造殺業，可以消冤解孽，凡身體有慢性病者（冤孽病）不妨發願素食，不再造罪孽

，相信，很快即會康復的，但願大家從速素食，使心身健康，來修己渡人。自能解脫轉迴之苦矣。

素食可以清心寡慾，祛除乖戾

值此叔季，大道普傳，因此有一聞道，便能信心不移，而素食，進修天道者，但有的聞了道，沒有相當研究，不明道之真義，還是吃葷的大享口福，蓋修道者，最主要的就是要清心寡欲，祛除乖戾，學佛祖的大慈大悲，普濟眾生，以期早日明心見性，證果成真。

吃素的，能夠使人清心寡慾性情柔和，而吃葷的，則都是兇殘乖戾，舉例來說：「同屬獸類，吃葷的虎狼，與吃素的牛馬比較，便是一個很明白的例子，法國生理學博士利嘉氏認為人類食牛肉、飲牛乳，所以人性日離，牛性日近。牛是吃素的，吃牛的肉，仍足以變為牛性，如果貪虎狼的肉，豈不是使性情更為兇殘乖戾嗎？」如果人能常吃素，自然不致感染畜牲兇

殘之性，而保持其本質的良善，否則，由於日近葷腥，「吃啥像啥」，也自然而感染了畜牲的本質，心不能清，慾未能寡，日漸兇殘乖戾，與所吃的畜牲，相差無幾了！

睿智先覺的人，深明「吃啥像啥」之理，所以不但教人戒食葷腥，實行素食，以期清心寡慾，祛除乖戾之氣，永遠保持人性的善良，並更進一步的，對於那些刺激性荷爾蒙的植物性食品，所謂「五葷」，亦在禁戒之列，這些五葷之物，食後不但說話時臭氣薰天，使人欲嘔，連到排洩出來的汗和糞便，都具有特殊的臭氣，佛經上說這些五葷之物「熟食發淫，生噉增恙」，所以人們如要常清常淨，慾寡心清，祛除乖戾，除了戒食肉類以外，同時還要戒食五葷。

食五葷之害處如下：

五葷

蔥——傷腎耗水氣。
韭——傷肝耗木氣。
薤——傷脾困土氣。
蒜——傷心滅火氣。
藁——傷肺散金氣。

既然三厭（天厭——飛禽、地厭——走獸、水厭——水族）其性有暴戾橫逆之氣，五葷（蔥、韭、薤、蒜、藁）能充散五臟之元氣，所以我們非戒除不可，若戒除了三厭五葷，清口茹素，自能使心性呈現五臟氣和，五炁調元，心神清爽，又能清心寡欲，惡心淨盡天理流行，自能明心見性，成道證果成真，自不爲難矣。

素食者須具備些什麼

只有素食，即可成道，證果成真嗎？這是不能一概而論的，因為素食是修道的一部份，但不一定素食者都能夠成道，何以言之，請看牛、馬、羊，不全是素食嗎？但為何沒有牛佛、馬佛、羊佛呢？終究其因，也就是動物雖然素食，但是它們沒有修道，沒有研究道理，不會行功立德罷了。

人類是萬物之靈，能行日月之全功，能載天地之大道，若是修道，定能證果成真，很多道友，一聞了道，即很快的進入清口的階段，以為如此一來，定能夠成仙做佛了，而在生活上，卻片善不修，功德不建。口德不立，如此它能夠成道嗎？所以修道雖然進入了素食，但最重要的，就是常要接近有道前賢，親近佛堂，聆聽仙佛教訓，研究真理，信受奉行，積功累德

，如此才算是一個真正的素食修道者，所以這是非常重要的。千經萬典，無一不是叫人要修身養性，指迷世人去惡從善，奉行綱常從德之指南也，故希望大家都認識此理，未素食者，從速素食，已素食者，除了須俱備著悲天憫人的一顆仁德心外，最重要的，還是要研究道理，奉行真理，因為得了真理，猶如暗室中得到一盞明燈、自能洞徹萬機，能如此，自可看開浮世，自能去名利，斷恩愛，以向學道，修道、行道之路徑進，欲成仙成佛自不難矣。

俗語云：「菜快吃，行難修」，即是說素養人人都會，但是要從素食到修行成道，並不是如食素那麼簡單，而是要效法往聖佛仙神的所做所為，得其真理，信受而奉行之，如此乃素食者，所俱備成道之基本條件哩！

拜神要清香水果

拜神佛的目的，在感聖佛的恩德，並且效法祂在世的德行，從而步祂的後塵而身受奉行，並默祈往聖佛仙神降福默佑，使能夠道途坦然，身心康泰，所祈如願以償。但往往祭拜聖神，大殺牲靈，觸犯天地好生之德，非但不能得到祭拜的成果，反而殺生害命，冤孽纏身，本欲求福，反得禍而得到相反的成果。

進一步言之，我們祭拜仙佛的對象，大部份是天公（玉皇大帝）觀音菩薩，天上聖母爲多，而這些聖神，它們都是吃素的，天公是素食，人人皆知，觀音菩薩，自幼即宿俱慧根，持齋茹素，天上聖母，七歲時即拜玄通道長爲師，並即素食禮佛，況且往聖佛仙神之能成道，無不是在世持齋茹素，精修道果

而成，它們在世，既然是茹素，成道後，在廟宇受到萬民的供拜敬仰，當然要以素食之清香水果祭拜，方為合理也。

由於世俗相沿至今，凡道觀廟堂，每達聖佛仙神的聖誕，便大排場面，葷腥滿桌，生靈大遭其殘殺，冤魂不散，哭訴無門，雖云為了拜神，其實是犯了欺神之罪也，何以言之，明知仙佛在世是持齋茹素，戒殺放生，叫我們要戒酒色財氣，要戒殺放生，奉行倫常，但切不遵聖神所啓示的去學，而偏偏為了媚神求福，致觸犯了殺牲畜命的大罪，若如此能生效的話，那仙佛豈不與世間的貪官污吏一樣嗎？所以台北霞海城隍，為了使世人明瞭起見，特降鸞啓示世人，拜神宜用清香水果，今恭錄於下：

台北霞海城隍 降訓

「談拜神宜用清香水果」

詩曰：壽誕佳辰酒肉香

神仙未醉客先狂

群黎奉聖宜清果

勿藉今宵充肚腸

其二：燮理陰陽秉至公

虔心求我自靈通

豬頭滿桌排場面

豈是貪官與世同

今日欣逢 貴地城隍誕辰，各處城隍廟皆有排場慶祝，群黎用心不爲不善，但都是葷腥滿桌，此非良俗也，神仙無形，並不能以此物充飢，佛案上神像爲木腹，更無腸，怎能酒肉吞食？

希天下眾生敬神拜佛，要以鮮花水果清香拜之就可，吾轄內全是布商，以前逢吾誕辰，酒場排宴，食客人山人海，浪費不少金錢，無益社會民生，最近已漸漸改之，此乃移風化俗好現象，希眾生要革除陋習，勿再鋪張拜神，做無益之浪費也。

以上所述，希望大家明晰，並闡揚之，使世人知道，拜神

貴取誠心誠意，清香水果者足矣，甚勿借拜神之名義，而犯了殺牲畜命的大罪也。

詩曰：求神拜佛降吉祥

鮮花水果禮最當

三牲酒醴開殺戒

不能得福反禍殃

六道輪迴君不信

親戚朋友轉牛羊

某甲殺雞原殺子

乙君屠豬竟屠娘

觀音茹素何用酒

佛祖最忌殺豬羊

神靈多是仁慈心

豈有貪腹飽肥腸

只有邪道貪口腹

未見正神壞綱常

勸君莫信三牲祭

一片誠心三柱香

多獻財帛濟貧苦

世代子孫得安康

素食不害無辜命

一年四季保平安

祈福作醮宜用五果素菜（天罡地煞科醮法）

前篇說拜神宜用清香水果，現在再談祈福作醮（大拜拜）亦宜用五果素菜。

一般善男信女，都認為三牲酒醴，殺豬宰羊，祭拜天公、神仙，這是歷古所遺傳的風俗，認為生靈是應該給人類充飢的，其實不然，尤於未知食其畜類對咱們人體危害萬千，況無形中受其創傷哉！歷世以來，個個受其累累傷口所遺害，而迷昧良知，覆轍不止。此乃神佛共悲，為今將此深奧之陰陽學呈上各位，以便對素食的好處，有一更正確的觀念，望能參研，切磋琢磨，是神人共望焉。

學過道法的人都曉得，天罡36、地罡72，這天罡36在星辰中，可以一一仔細的觀察出來，一般來說，觀察天罡36，可以

明白天數，而地煞72，也是72顆星辰，若明白其演度，能知天災地變，絲毫不差，古人拜祭天地，往往以天罡地煞的為準，演變至今，就是科醮宗。

科醮宗就是祭拜天地的方法，祈福禳災的作用，大部份爲了風調雨順，國泰民安，然而今天的科醮宗作法，確實偏差了，因爲上天有好生之德，祭天可以，但千萬不可殺牲，像一次連醮下來——殺羊數千，殺豬萬頭，其他畜牲死去無數，這些冤魂豈不是慘兮兮的嗎？上天之德乃好天下萬物之「生」，豈有好天下萬物「死」的道理。真正來享的無非是鬼類，等他們把福享盡了，然而本靈亦中毒深矣，更無法自救，以人求鬼，鬼尚無能自救，它又如何能保佑人呢？所以此時此地的科醮宗，實在是走入拜祭鬼類之途，不能達成祭拜之真正意義。

當天罡36、地煞72合計爲108的數目，此乃聖人推數的精華

，能明白其數之理，自可運轉天地靈數，自己自有潛在智覺而從人劫中脫身出來。科醮法在今日大半全錯了，殺豬宰羊徒增自己罪愆，如今用「鮮花素果供奉即可」，此乃「最簡單最可行的方便法，而且又最能感動上蒼賜福的！」

36天罡，72地煞演數公佈如下：

先天演數：天罡36用4除之成了九數目，72地煞用4除之成了18數目，「36天罡合72地煞等於108之天地數。」再將108用4除之成了27數目，而9用3除之成了3、18用3除之成了6，而27用3除之成了9；這是3、6、9乃為天地奇數，而「俗人未知其真正意義，卻以3、6、9為齋期而盲目吃齋。」於是把4和3相加就成了7，7就是一個圓滿的數字，所以最新的科醮法，為表達圓的尊天禮佛；祇須要七盤供物就行了，這七盤供品就是金、木、水、火、土五行，和山珍海味。

五盤如下：

第一盤——金。用金針菜代表。

第二盤——木。用木耳代表。

第三盤——水。用冬粉代表。

第四盤——火。用豆腐代表。

第五盤——土。用香菇代表。

第六盤——山珍。用薑代表。

第七盤——海味。用鹽代表。

看到此地會大吃一驚？怎麼這樣簡單，今天上天採用禮天地諸神聖、仙佛的方法，就是用這七盤菜，這是全素的而又不貴，況且金、木、水、火、土和山珍海味全俱了，最重要的是「再加上咱們一顆最虔誠的心」以此種拜祭禮敬之方法，乃為民俗禮拜的一大革新哩！

記得曾見過拜天公禮拜作醮時口唸曰：「弟子謹爲盡虛空界一切眾生，燃香敬禮，盡虛空界一切諸佛，一切正神，一切大菩薩緣覺聲聞聖眾，上自諸天天帝，天人、日、月、星、辰、南斗、北斗、司中司命，風師雨帥，一切主造化神靈，普同敬禮，下自地祇、大嶽溟海，群山群水，一切主造化靈神、中及人間一切掌禍福靈神，普同敬禮，祈成就一切善願。」

人的心地最重要，上天有好生之德，但願人人施用七果爲要，希望大家看了此篇闡釋以後，將殺牲拜神的陋習從速改善，減少惡類，共挽天心，以達天下清平之大同盛世也。

36天罡，72地煞演算法如下：

$36 \div 4 = 9$ $72 \div 4 = 18$ 東斗三位

$9 \div 3 = 3$ $108 \div 4 = 27$ 西斗四位

$18 \div 3 = 6$ $27 \div 3 = 9$ 南斗六位

北斗七位

9 爲陽數合初陽九劫，咱拜祭天地有用九果，而修道士九天過一關，平凡人七天過一殿（俗語云：作頭七爲證）。理天之九口，九等於推算八卦之爻數，變化無窮。

3 爲三關、三寶、三皇，還有拜天公之三層桌。

6 爲偶數配合陰數，三數併合爲 3、6、9 等於天地奇數，有的人都盲目的以 3、6、9 爲齋期，然卻未知其真正意義，（古人對於卦象數理演變較有研究，而他們知 36 天罡，72 地煞之煞氣之凶，因此以吃 3、6、9 欲消災解厄）。

72 地煞之 18 數一分枝 18 組，二陽之 18 劫，玄關一竅之十八。72 之九數加 36 之九數爲三陽之九九八十一劫數。還有九九紫陽關，眾賢士是否訝異爲何全以 3 跟 4 之數相乘呢？3 加 4 等於 7，7 即七果，所以古人教導用四果拜天地；三果三寶爲天

地圓滿之數，志誠參拜懺悔即能逢凶化吉，達到圓滿境界。

此36天罡、72地煞之演算數爲陰陽相爻，以東西南北斗星宿亦同，3、6爲左道，修道士須過此36左道之考驗，而不遭淘汰爲4，7功圓果滿，圓滿之數，然而其祭拜之最終的意義乃爲過108劫的劫數（108爲天地數），個個兄弟姊妹須過108之劫煞魔煉，方能通往理天的康莊大道，望大家，祈福作醮拜拜，宜用五果素菜即可，甚勿再殺牲畜命，望能從速戒殺清口茹素，勤修道德，待功圓果滿，自能超凡入聖矣，——願共登彼岸。

喜慶祈禳宴客不宜殺生

世人食肉，都說是應該的，乃滋以殺生，廣積怨業，相習成俗，不自覺知，昔人有言：「可爲痛哭流涕長太息者」是也。計其迷執，略有七條，開列如左，餘可例推云：

一曰、生日不宜殺生——「哀哀父母，生我劬勞。」己身始誕之辰，乃父母垂亡之日也，是日也，正宜戒殺持齋，廣行善事，庶使先亡考妣，早獲超升；現在椿萱，增延福壽，何得頓忘母難，殺害生靈？上貽累於親，下不利於己？此舉世習行而不覺其非，可爲痛哭流涕長太息者，一也。

二曰：生子不宜殺生，凡人無子則悲，有子則喜，不思一切禽畜，亦各愛其子，慶我子生，令他子死，於心安乎？夫嬰孩始生，不爲積福，而反殺生造業，亦太愚矣！此舉世習行而

不覺其非，可爲痛哭流涕長太息者，二也。

三曰：祭先不宜殺生，己者忌辰，及春秋祭掃，俱當戒殺以資冥福，殺生以祭，徒增業耳！八珍羅於前，安能超九泉之遺骨而使之食乎？無益而有害，智者不爲也。此舉世俗習行而不覺其非，可爲痛哭流涕長太息者，三也。

四曰：婚禮不宜殺生，世間婚禮，自問名納采，以至成婚，殺生不知其幾？夫婚者生人之始也；生之始而行殺，理既逆矣。又婚禮，吉禮也；吉日而用凶事，不亦慘乎？此舉世習行而不覺其非，可爲痛哭流涕長太息者，四也。

五曰：宴客不宜殺生，良辰美景，賢主佳賓；蔬食菜羹，不妨清致，何須廣殺生命，窮極肥甘，笙歌饜飫於杯盤，宰割怨號於砧几？嗟乎？有人心者，能不悲乎？此舉世習行而不覺其非，可爲痛哭流涕長太息者，五也。

六曰：祈禳不宜殺生，世人有疾，殺生祀神以祈福祐，不思己之祀神，欲免死而求生也；殺他命而延我命，逆天悖理，莫甚於此矣！夫正直者爲神，神其有私乎？奈不可延，而殺業具在，種種淫祀，亦復類是，此舉世習行而不覺其非，可爲痛哭流涕長太息者，六也。

七曰：營生不宜殺生，世人爲衣食故，或畋獵，或漁捕，或屠宰牛羊豬犬等，以資生計。而我觀不作此業者，亦衣亦食，未必其凍餒而死也，殺生營生，神理所殛，以殺昌裕，百無一人。種地獄之深因，受來生之惡報，莫斯爲甚矣！何苦而不求別生計乎？世習行而不覺其非，可爲痛哭流涕長太息者，七也。

以上所論，希望大家勤研，細究，並奉行之，際此三陽開泰，道劫並降之際，唯有忌殺生靈，廣積福德，清口茹素，在

世自能百福駢增，千祥雲集，所祈如願以償，道成後，自能仙班排列，逍遙自在也。

清淨歸冥與持齋

持齋，最主要的，就是要涵養此點靈光，使靈魂清淨光明，早昇天堂，據地獄遊記所載，亡人往生情形是這樣的：陰差如牛馬將軍，或是黑白無常，凡到善家，只要向陽人一拍，其便暈迷失神，而引導之。苦對惡人，則以手銬，加以逮捕，視同陽間罪犯辦理，然後同至城隍處報到，陽間銷名，列入鬼籍，凡是在世多行善事，陰功廣積者，陰差只到城隍處通知召人，由福神引導歸地府。若是在世持齋清口修道，道果深厚者，由各人所拜恩師提攜，有者往地獄辦理各種手續，有者往九陽關考驗，若已證道者，大都直引昇天。

聖人云：「未知生，焉知死！」但人未至死，不知死狀，死者，即是靈魂脫離軀殼也，天上聖母降示，當人呼吸欲斷，

將臨終時爲人子止於孝，宜使靈魂清爽無垢，故在移廳置床之時，急速先焚極頂線香（最好是108枝一束）然後再備淨爐，以貢末檀香，供焚不絕，能使脫離軀殼之靈魂，安然行泉路，又能淨歸魂之心，而脫離凡俗之污穢，此比超渡功德，更加一倍，而有修道者要歸空時更須焚極好檀香恭接仙佛接引。

人生之生死離別，是最痛苦之處，若呼吸斷時，屍體於兩刻之內，最好不可移動，其爲何故？因靈魂初脫離俗體，若震動俗體時，即如執刀割肉一般，深望世人，對此兩條，各謹記在心，順便勸化世人，照此施行之，此亦人生，送別之情也。自古以來，能使清淨歸冥者甚少，故靈魂不清淨，茫茫渺渺，致神佛不敢向前引化，諸位道友，如遇尊親，當歸空時，須依此而行。至於守靈七天，全家老幼，虔誠持齋，一切祭品宜素菜水果，甚勿動刀殺生，其功德遠勝超拔數倍，其爲何故？因

爲當地境主，掌握生死之權，每遇陽壽該終之人，必派陰差，善者迎，惡者拘，其人雖在生有罪，如遇子孫，虔誠齋戒守靈，陰司必感其孝行，其罪尚可准赦三分耳，惟願世人，慎終追遠，依此而行，稍報親恩於萬一，切記施行之可也。

素食與營養之認識

以上所論素食的好處那麼多，所以我們非素食不可，何況我們是修道呢？但是一旦素食，對於素菜的營養沒有研究，以致營養不良，致疾病叢生，反怪修道素食不好，以致退了道心，這是很可惜的，所以筆者，將最近科學專家，對素菜營養的成份研究，以及人類身體所需營養的份量，做一簡單的介紹，呈現給諸位清口道親，俾有一認識，依照實行，對自己身體之健康，當有所助益。

依照醫學專家之研究，人體所需之營養成份包括有：一、糖；二、脂肪；三、蛋白質；四、礦物質類鈣；五、礦物質類鐵；六、維他命A及胡蘿蔔素；七、維他命B₁；八、維他命B₂；九、維他命C；十、菸鹼酸。茲將以上這些營養之食物，其

特性，以及長期缺乏時，可能發生之症狀，說明於下，希望大家有所認識。

一、醣：

(一) 特性：醣可分爲三大類，就是1.單醣。2.雙醣。3.多醣。
(二) 長期缺乏之症：容易疲勞，熱能不足，發育不良。

(三) 素菜醣類之來源：粳米、小麥、玉米、綠豆、豌豆、香菌、芡實、紅棗、蠶豆、黃豆、乾金針、筍乾、海帶、海菜、髮菜、木耳、菱角。

(四) 水果醣類之來源：葡萄乾、柿餅、椰子、荔子、西瓜子、李、香瓜、桂圓……等。

二、脂肪：

(一) 特性：脂肪是由碳、氫、氧三元素構成，供給熱能比醣類

高，爲素食者不可缺之之食品。

(二) 長期缺乏脂肪之症：身體消瘦、無力，容易疲勞，熱能不足，發育遲緩，新陳代謝失調，畏寒、皮膚粗糙。

(三) 素菜脂肪之來源：米、高粱、小花生、玉米、白芝麻、梧桐子、黃豆、油菜、髮菜、黑芝麻、杏仁、向日葵子、青豆。

(四) 水果脂肪之來源：西瓜子、椰子、栗子、紅棗、核桃。

三、蛋白質：

(一) 特性：對水的溶度不一律，高溫度酸，鹼、光及氧化等不大影響其營養功能。

(二) 長期缺乏時可能發生之症狀：發育不良，易受疾病傳染，易感疲勞、怠惰、衰弱、貧血、懷孕時手腳腫大，小孩初

生時體重不足。

(三) 素菜之蛋白質來源：豆類、花生、酵母，全麥製品、蛋、奶、玉米、髮菜、木耳、香菌、冬菇、杏仁、黑棗、核桃、海帶、芝麻、大豆、葵子花（以上三種最豐）

四、礦物質類鈣：

(一) 特性：大部份鈣鹽難溶於水，不受溫度、光及普通氧化等影響，易溶於酸。

(二) 長期缺乏可能之症狀：牙齒、骨骼發育不良，一般發育遲緩，或停頓，精神倦怠，減少抵抗力，對於孕婦、胎兒、及兒童影響尤為嚴重。

(三) 植物鈣的來源：各種豆類，及豆製品，芝麻、綠色菜葉、海帶、蛋、奶、菠菜、空心菜、蘿蔔、髮菜、冬菇、薯仔

、芋頭、蓮子、南瓜、麥糠。

五、礦物質類鐵

(一) 特性：大部鐵鹽可溶於水，不大受溫度、光、及酸鹼等影響受氧化則改變其營養功能。

(二) 長期缺乏可能之症狀：貧血、易疲倦、全身不適。

(三) 植物鐵的來源：各種豆類、蛋類、酵母、海帶、全穀製品、髮菜、紅毛苔、菠菜、蕃茄。

六、維他命A及胡蘿蔔素

(一) 特性：溶於油脂，長時期受高溫、光及氧化則損失。

(二) 長期缺乏可能之症狀：夜盲、乾眼病、皮膚乾燥、雞皮、抵抗力減低，尤以呼吸系統，易受細菌感染。

(三) 植物維他命A的來源：綠色蔬菜、胡蘿蔔、黃紅心甘藷、

南瓜、奶油及全脂奶粉、蛋、黃瓜、茄子、青辣椒、蕃茄、玉米、各種豆類、紅、綠莧菜、薯仔。

(三) 水果類；香蕉、櫻桃、葡萄、檸檬、枇杷、芒果、木瓜、橘橙、桃、柿、柚、草莓、棗。

七、維他命B₁

(一) 特性：易溶於水，長時期烹煮，損失甚大，加鹼烹煮，可能全部損壞。

(二) 長期缺乏時之症狀：食慾不振，易感疲倦，神經不寧、心跳、腳氣。

(三) 植物維他命B來源：酵母、全穀製品、胚芽米、豆類、花生、蕃茄、白菜、芥菜。

(四) 水果類：芒果、番石榴、李子、柿、鳳梨、楊桃。

八、維他命B₂

(一) 特性：易溶於水，受熱及氧化後即有損失，可被鹼及光破壞。

(二) 長期缺乏可能之疾病：生長受影響，易疲倦，抵抗力減低，眼睛發燒癢、怕光、皮膚發小顆粒、嘴角發炎潰爛，舌現洋紅色。

(三) 植物維他命B來源：酵母、奶類、豆類、豆芽、綠色葉菜、蛋類。

九、維他命C

(一) 特性：易溶於水，在酸中安定，但是極易受高溫氧化及鹼所破壞。

(二) 長期缺乏所引起之症狀：牙齦紅腫或溢血、毛細管溢血、

壞血病、傷口不易復元，骨節酸痛，疲倦、抵抗力減低。

(三) 食物中維他命C來源：番石榴、木瓜、柑桔、蕃茄、文旦、檸檬、楊梅、青辣椒、甘藷、綠色菜與其他水果蔬菜。

十、菸鹼酸：

(一) 特性：易溶於水，受熱及氧化亦不易損失，可被鹼及光破壞。

(二) 長期缺乏可能之疾病：癩皮病，部份皮膚發紅及紅色小點，口舌紅腫酸痛，時患便秘或腹瀉，抵抗力減低。

(三) 食物中菸鹼酸來源：酵母、花生、全穀製品、胚芽米、豆類。

以上所述，我們人體內，所需要之營養，已明白的分晰，這些營養成份，植物所含的成份，遠比動物的含量豐富的很多

，況且肉類含有多量的膽固醇，對人體的影響甚重，如高血壓、血管硬化、心臟病、糖尿病等病，皆為肉食者影響為多，今天我們修道——借假修真，對於素食營養研究，不可少或缺，望大家共同研究，使身體強壯健康，標杆做好，以化渡更多的眾生。

素食菜單

前篇將人體所須要的營養，包括(1)糖(2)脂肪(3)蛋白質(4)礦物質(5)維他命(6)菸鹼酸等營養分晰，也明白的提示了，希望大家注意自己的健康，以借假修真也。

但在配合食物，煮菜時，一天菜單之配合，可分(1)早餐宜煮較溫和的菜類(2)午餐煮較清涼的食物(3)晚餐煮較補氣的食物。何以言之，蓋早上陽氣未動，陰氣未散、氣血未亂、脈絡調和、故宜溫和之（早上甚勿食補藥及吃冰喝酒等刺激之物）食物，中午宜寒涼，蓋因中午陽氣最盛，陽盛宜陰以平之使陰陽平和也，俗云午時血行至手少陰心經，故禁食傷藥行氣血之藥故也。晚上陽氣最弱，陰氣最盛，故宜服食補氣之藥，以助身體之不足。希望大家注意之，另外還要分四季，春、夏、秋、

冬之生長收藏以配合之，以下我們舉例瑤池金母菜單，與諸位參考，這是平淡中的神奇，希望大家舉一反三，研究更好的菜單，公諸道親同享。

一、春天之時：

◎上午十一點吃下甘蔗一尺多長，可補氣、補血。

◎下午四點吃下甘蔗一尺多長，可清血、通血。

(一) 早晨菜單：

1. 花生仁壓碎、炒青菜（任何青菜都可以），用花生油才好。

2. 豆腐用熱開水洗淨，切小塊沾醬油。

(二) 中午菜單：

1. 豆菜芽（綠豆芽）炒花生油，再加調味，此菜可清血。

2. 冬粉、香菜、紅蘿蔔煮湯，此菜可補血、通氣。

做法：花生油下鍋、紅蘿蔔切絲下鍋炒，一直炒至紅蘿蔔熟時才放下水，滾後再放冬粉、香菜、調味料。

調味：就是鹽與味素。

(三) 晚餐菜單：

1. 紅蘿蔔切片，芹菜切小段炒花生油，能消除一天疲勞。

做法：花生油下鍋，然後放下紅蘿蔔炒，一直炒至熟時才放下芹菜，炒幾下就好。

炒紅蘿蔔，絕對不可摻下水，因為水份會吸收養份而蒸發掉。

2. 木耳、菜頭（蘿蔔）、香菜煮湯，此菜可補氣、通血。

做法：花生油下鍋，放下木耳炒二分鐘，才放下水，滾

後再加入蘿蔔（切片），等到熟時放下香菜、鹽和味素。

二、夏天之時：

◎上午十點吃下荔枝八粒，可補血、補氣。

◎下午四點吃下荔枝五粒，可清血、通氣。

註：渣勿吞下。

(一) 早晨菜單：

1. 花生油炒青菜（任何青菜都可以）。

2. 花生仁（宜用煮的）。

(二) 中午菜單：

1. 金針炒皇帝豆（又名菜豆），此菜可補腦、補血。

炒法：花生油下鍋，待熱時放下皇帝豆，炒熟時放下金

針菜摻下鹽和味素。

2. 豆腐煮菠菜，此菜可清血、補血。

(三) 晚餐菜單：

1. 菜頭（又名蘿蔔）炒花生油，此菜可清血。

2. 竹筍、香菇、香菜煮湯，此此可解一天之疲勞。

三、秋天之時：

◎ 上午十一點吃下甘蔗一尺多長，可補血、通氣。

◎ 下午四點吃下甘蔗五寸多長，可補血、通氣。

(一) 早晨菜單：

1. 紅蘿蔔炒花生油。

2. 木耳炒青菜。

(二) 中午菜單：

1. 豌豆炒花生油。
2. 冬粉、菠菜、木耳煮湯，此菜可補腦、補氣。

(三) 晚餐菜單：

1. 高麗菜炒花生油，此菜可解除一天之疲勞。

炒法：花生油下鍋，等到熱時，放下已經壓碎花生仁，

一直炒至香味出來，才放下高麗菜，炒熟就好。

2. 紅蘿蔔、豌豆、木耳、香菜煮湯，此菜可通氣、補血。

四、冬天之時：

血液循環常受阻，平時菜單須要通氣之素菜。素菜之種類有很多，多是世人不知情，金母知情降菜單。

(一) 早晨菜單：

1. 花生油炒木耳，此菜可通氣。

炒法：花生油下鍋，待熱之時放下薑一片，炒二分鐘左右放下木耳，摻下一些鹽和味素。

2. 花生油炒菠菜，此菜在早晨可補血。

(二) 中午菜單：

1. 紅蘿蔔、花生仁用花生油炒，此菜可補腦。

2. 豌豆、冬粉、豆腐煮湯，此菜可補血、通氣。

(三) 晚餐菜單

1. 萵菜（萵苣）用花生油炒。

2. 紅蘿蔔、菜頭、香菜、木耳、摻下麻油煮湯。

素食與植物食療

各種青菜穀類，都含有豐富的營養，若是配合得當亦能治病，沒有服藥之副作用，既經濟又方便可口，今恭錄華陀仙翁菜單兼藥方，諸道友，不妨參考之：

一、香菇炒花生油，用花生油，此方用在晚餐可治婦女腰酸背痛、白帶。

二、黑芝麻、香菇、豆腐、菠菜三者沾花生油，可治高血壓，此方用在中午效力比較強。

三、黃豆（浸軟）香菇、香菜、高麗菜三者炒花生油，可治心臟無力，此方用在中午效力較好。

四、香菇、竹筍、白菜、皇帝豆（菜豆）、金針，五者炒花生油，此方可治四肢無力，心臟無力，此方用在晚餐效力比

較強。

五、香菇、豌豆、金針、豆腐、蕃茄一粒就可以，五者炒花生油，此方治風濕痛，此方用在雨天的午餐效力特奇。

七、香菇、蘆筍、黑芝麻、香菜、金針、六者炒花生油，可治風濕痛，此方用在雨天的午餐效力特奇。

七、香菇、紅蘿蔔、香菜、白木耳少許，黃豆、五者炒花生油，此方可治貧血、清血、補腦之用，此方中午或是晚餐可用（用在中午補腦，用在晚餐治貧血、清血）。

八、香菇、金針、苦瓜、花生仁、黑芝麻，五者炒花生油，可治傷風感冒，此方用在夏天的中午才有效，效力特奇。（花生仁十粒、黑芝麻二十粒就可以，其餘隨意多少皆可以。

另依專家研究青菜能治之症病如下：

一、青椒可治高血壓、糖尿病。

二、糙米可治腳氣病，使血具良性（即微鹼性，如多食肉類之人血呈酸性，即不良之血）。

三、蛋黃泡醬油（正豆油）蒸食可治心臟病。

四、芹菜能降血壓，健腦、調經、神經衰弱（血少禁用）。

五、海帶海苔含有大量的碘，能治甲狀腺炎，除蛔虫，促進頭髮烏黑。

六、蘿蔔（菜頭）葉有大量的維他命A能防止夜盲症。

七、芝麻能健腦，補心臟，含有女性荷爾蒙。

八、芥菜、蕃茄、薑、檸檬能治感冒。

九、蕃茄葉能治香港腳（新鮮蕃茄葉直接擦患處）。

十、檸檬有大量維他命C能幫助消化，美容皮膚，治鼻炎。

青果藥方

瑤池金母，降乩指示青果藥方，這些藥方全部都是水果，根據筆者調查，服用後反應者效果頗佳，但也有的吃了沒有反應，這可能跟體質有關，如果較嚴重的病，請從速找醫生治療，方是正確，若是醫師治療不好的病症，或者慢性病，神經病等，可能屬於冤孽病，最好是發願清口素食，多印善書贈送，淨化人心，多立功德，彼此回向，堅定信念，清心寡慾，相信這種病很快就會痊癒的。今將青果藥方恭錄於下，給諸位修士參考：

一、葡萄：可治十種病。

(一) 上午十一點吃下一〇粒，可治頭痛、頭重、頭暈，眼部疲

勞欲睡、偏頭痛、流鼻水。

(二) 下午四時吃下一團，可治清血、補血、補氣、清除疲勞。

二、龍眼：可治很多病。

(一) 上午十一點吃一〇粒，可治頭昏腦漲。

(二) 中午飯後二〇粒，用腦過度、眼睛疲勞、鼻塞、流鼻水、近視、四肢無力。

(三) 下午四點吃三〇粒治貧血。

(四) 下午七點吃四〇粒可治嚴重貧血（渣不可吞下，渣過多能傷胃）

三、荔枝：可治十一種病。

(一) 上午十點吃一〇粒，可補氣、通血、補血，清血、頭重、眼部疲勞。

(二) 中午飯後十二點半吃八粒，可治流鼻水、鼻塞。

(三) 下午四點吃八粒可治高血壓。

(四) 下午五點吃下八粒，可治四肢無力。

(五) 下午八點吃下八粒，可消徐一天疲勞。

四、蘋果：出產在寒帶，本質是涼性，故可治火氣。

(一) 上午一〇點吃下治肝火。

(二) 下午二點吃下治胃火。

(三) 下午五點吃下治大腸火。

五、西瓜：治夏天感冒，上午不可吃，運動家不在此限。

(一) 中午飯後吃下一小塊可治傷風感冒。

(二) 下午二點吃下一小塊西瓜沾甘草粉可治喉痛。

(三) 下午四點吃下一小塊西瓜沾蜂蜜可治高血壓（小孩不可吃

此方）。

(四) 下午五點吃下一小塊西瓜沾白糖可治清血。

(五) 下午八點吃下一小塊西瓜沾鹽可治消化不良。

(六) 下午十點吃下一小塊西瓜沾甘草粉可治牙痛、喉痛。

六、木瓜：可治十三種病。

(一) 上午八點吃下四分之一片木瓜治胃腸火。

(二) 上午九點吃下二分之一片木瓜治清血。

(三) 上午十點吃下二分之一片木瓜治肝火。

(四) 上午十一點吃下二分之一片木瓜治喉部乾燥。

(五) 下午一點吃下四分之一片木瓜沾甘草粉治消化不良。

(六) 下午二點吃下四分之一片治口臭。

(七) 下午三點吃下二分之一片木瓜治大腸火。

七、黃瓜：治夏天感冒。

- (八) 下午二點吃下四分之一片沾蜂蜜治高血壓。
- (九) 下午五點吃下二分之一片木瓜治糖尿病。
- (十) 下午七點吃下二分之一片木瓜可消除疲勞。
- (十一) 下午八點吃下四分之一片木瓜治清血。
- (十二) 下午九點吃下二分之一片木瓜沾白糖治肝火。
- (十三) 下午十點吃下二分之一片木瓜沾鹽治喉痛。

八、楊桃：治咳嗽（初夏吃楊桃要注意）。

下雨天不可吃。

※天氣較熱時要沾白糖。

※變涼時要沾鹽。

※不熱不冷時不能沾任何物品。

九、桃子：夏天如果每天睡前吃下一粒、可消除一天疲勞。

十、蕃石榴：治六種病。

(一) 上午十點左右吃下一粒，可治消化不良。

(二) 下午一點吃下一粒，可治消化不良。

(三) 下午二點吃下一粒，治糖尿病。

(四) 下午三點吃下一粒，（最成熟的）可治胃下垂。

(五) 下午四點吃下一粒，可治清血。

(六) 下午五點吃下一粒，可治胃口不開。

修道與養生

修道者，除了做些醒世、濟世、救世的工作外，最重要的，還是爲了修身養性，兼行功立德，以期明心見性，早日證果成真。

身體雖是個臭皮囊，血布袋的假體，但確假中有真，老子云：「吾患此身、吾愛此身」，所以身體健康，是修道行道的基礎，借假修真也是，因此本篇，即是對於我們人體五臟六腑的一些中醫理論，與修道者之養生，做一簡單的介紹，俾使我們素食修道者，不因缺乏營養，而疾病叢生，影響修道的前途，這是很可惜的，古云正心修身，修己渡人是也。

以下，我們將對五臟六腑之概說，與防治，以及一般疾病之預防與治療，簡單的介紹給各位修士，但這只是給諸位參考

、甚勿亂投藥石，若是較嚴重的疾病，請要速給醫師治療，才是正確也。

但別忘了，一但立願清口，甚勿受了病魔的考驗而開齋破戒，失了成道的資格，這是很可惜的，所以我們要死守善道，任魔任考，魔煉心性，方為合理也。

願共勉之——齊登聖域。

論肺與防治

夫肺臟屬金乃手太陰經之部門，肺之位置最高，肺管計有九節，上接喉嚨，其下有六片大葉，兩片小葉，中間有二十四孔，分佈清濁之氣以行諸臟。但空氣有二種，一種叫真素（氧氣），就是清氣，是最好的空氣，不僅能補益身心，更能迫出濁氣，促進血液新陳代謝，實有卻病延年之功效。一種叫炭素（二氧化碳），就是濁氣，是最劣之空氣，不僅能妨害人之身體，更能使血液濃濁，導致身體易于老化。古人入山修真養性，採取日月精華，以期長生不老一說，實是吸收真氣之功能也。

茲肺最易染者乃咳嗽，特載防治之方，作為清口諸修士參考。無痰者，服「清肺飲」。有痰者，服「蘇子降氣湯」可也。

註一：清肺飲

杏仁一錢半。貝母一錢半。桔梗一錢半。甘草一錢。五味一錢半。桔紅一錢半。生羌二片。麻黃一錢半。薄荷一錢半。防風一錢半。

註二：蘇子降氣湯

蘇子一錢半。橘紅一錢半。半夏一錢。當歸一錢半。前胡一錢半。厚朴一錢半。肉桂八分。甘草一錢半。生羌二片。

論心與防治

夫，心臟屬火，乃手少陰經之部門，是人全身之主腦。位在肺之下面，心之外面，有赤黃色之脂膜，密密包圍者，就是心包絡，其下有隔膜遮住。下面之濁氣，上蒸心肺。大凡人之感覺運動，皆是由心作主。然心之形狀似蓮花蕊。心有一個大管直接肺部，旁邊有三個小管直通「心、脾、肝」三臟。另有總發血管專主所化血汁，分行各小發血管，散佈人之全身。所以心臟可以講是人身體之總機，主宰各部門血管輸血最大之功能也。

茲特載心跳怔忡防治藥方，作為參考。
用「歸脾湯」或「天王補心丹」可也。

註一：歸脾湯

人參一錢半。白朮一錢半，茯神一錢半。遠志一錢半。龍
眼肉一錢半。黃芪一錢半。當歸一錢半。甘草一錢半。

註二：天王補心丹

柏子仁、棗仁、天冬、麥冬、生地、當歸、桔梗、遠志、
五味、人參、丹參、元參（各三錢爲丸）

論肝與防治

夫肝屬木臟，乃足厥陰經之部門，位於心之右邊。它之構造，計有七葉，左有三葉，右有四葉。在短葉下面，懸連者就是膽，但肝專主全身之筋，故人身體之活動力皆是筋爲主。因爲肝與膽合爲一體，不僅能助消化食物之汁水，更能幫助胃腸消化食物之能力。凡人急慢之性質，皆是肝氣強弱之關係。尤其是促進身體各部門之經絡，都是肝臟最大之功能也。大凡肝之疾患，乃肝硬化及黃疸病。

茲特施方如次，作爲參考。

用柴胡桂枝湯或豬苓二錢。茯苓二錢。龍膽草三錢。蘆薈五錢。

註：柴胡桂枝湯：

黃芩二錢。柴胡錢半。半夏錢半。桂枝二錢。人參錢半。
芍藥二錢。生薑三片。大棗二枚。甘草二錢。

論胃與防治

夫，胃屬土脾之腑，乃足陽明經之部門，位在心之右邊，形似皮袋，它之上口叫做賁門，大凡食物都要從這門過去，直至胃內才能腐化，故有倉廩之官，五穀之府之稱。它之下口直通小腸之上口，叫做幽門，所以身體之優劣，蓋在胃之強弱。尤其是各部門所需之營養物。必須經過胃之功能消化後，才能分行各臟腑也。

大凡胃疾有急慢性之胃炎，及胃下垂等症。
茲施方如次，作為參考。

可用「香砂六君子湯」「六君子湯」。

註一：香砂六君子湯

木香一錢半。砂仁一錢半。人參一錢半。茯苓一錢半。白朮一錢半。甘草一錢半。陳皮一錢半。半下一錢半。

註二：六君子湯

人參一錢半。茯苓一錢半。白朮一錢半。甘草一錢半。陳皮一錢半。半下一錢半。

論脾與防治

夫，脾屬土臟，乃足太陰經之部門，位在胃之左邊稍下處。它之形狀宛若鐮刀，與胃膜相連。脾最爲敏感，聽到一切聲響就動，動後胃內之食物就被磨盪，消化。內經云：脾者裨也。脾助胃氣以化穀，因爲脾受命門真火之功能，蒸化食物，變成津液，轉入肺內，再由肺之功能分佈到各臟腑。所以人之生活皆賴脾之功能最大也。

大凡脾之疾患，膨脹或小水不通，不思飲食等症。

茲施方如次，作爲參考。

可用「平胃散」或四君各一錢半加陳皮二錢。半夏一錢。補神麴一錢半。山查一錢半。麥芽一錢。北羌一錢。

註：平胃散

蒼朮二錢。厚朴二錢。陳皮二錢。生甘草二錢。

論腎與防治

夫，腎屬水臟，乃足少陰經之部門，位在脊骨下面就是第十三椎骨所在，左右有二個如豇豆形狀者腎也。計有上下帶各一條，上條連在心之小管上，下一條連在脊下中間，有一個孔就是腎帶通過之地方，是人的生命之根，能引氣通於骨髓。凡人壽命高，能耐勞，多女子，都是腎氣堅固，腎水充足之功能也。

大凡腎部之疾患，能使「腰酸」、「骨痛」。

茲處方如次，作為參考。

宜用「滋腎丸」或「六味地黃丸」或「五皮飲」皆可。

註一：滋腎丸

知母、黃柏、肉桂（此方按大小服而定量）。

註二：六味地黃丸

地黃二錢，山藥二錢，茯苓二錢，茱萸二錢，澤瀉二錢，丹皮二錢。

註三：五皮飲

陳皮二錢，茯苓二錢，生羌皮二錢，桑白皮二錢，大腹皮二錢。

論膀胱與防治

夫膀胱者腎之腑，是州都之官，津液藏焉。乃足太陽經之部門，位在腎之下，大腸之前，因為津液聚會之處，所以叫做水腑。大凡水穀經過胃之功能，泌出汁水，從下焦滲入膀胱化成尿後，才從尿道排出。但其入其出皆由氣外，若氣不化，則水歸入大腸，變為水瀉，然則小便通與不通，都是膀胱之原故。此是腎氣足與不足之關係也。大凡膀胱發炎時，能使小便短少或不通等等。

茲擬處方如次，作為參考。
用「五苓散」或「六一散」。

註一：五苓散

白朮一錢半。澤舍一錢半。豬苓一錢半。茯苓一錢半。官桂八分。

註二：六一散

滑石、甘草。

論小腸與防治

夫，小腸屬於太陽經之部門，內經稱之受盛之官，可以排化一切食物出去。位在胃之下口，連接它之上口。大凡水穀經胃之功能消化後，都是由這個地方進去。它之下口連接大腸之上口，就是這個地方分泌清濁。若水液通入膀胱內，其他渣滓歸到大腸去，因其極能分別清濁，此就是小腸之功能也。

大凡小腸之疾患或發炎，腹脹，或小水不通等。
鐵施方如次，作為參考。

宜用「導赤散」或「桂葛連香湯」皆可。

註一：導赤散

生地一錢半。木通一錢半。甘草梢一錢半。淡竹葉一錢半。
。

註一：桂葛連香湯

桂枝一錢半。葛根一錢半。木香一錢。北羌一錢。白芍一錢半。甘草一錢。木瓜一錢半。

論大腸與防治

夫，大腸者屬於陽明經之部門，內經稱之爲傳導之官，可以傳導一切物件由這地方排出。位於小腸之下面，大凡物件經小腸之功能分泌之渣滓，都是由大腸傳導出去。因與肝金相配合，肺若勁氣不足，則大腸朝下墜，如斯不僅影響內面津液乾燥，鼻孔就覺得不舒適。因爲大腸是脾胃要緊之門戶，故大腸若能盡傳導之職責，則各臟腑就不致困乏，此就是大腸之功能也。

大凡大腸之疾患，有時發炎，有時下痢，有時便秘不等。茲用方如次，作爲參考。

便秘時宜用「潤腸丸」久痢脫肛宜用「補中益氣湯」可。

註一：潤腸丸

當歸尾、羌活、大黃、桃仁、火麻仁（各三錢爲丸）。

註二：補中益氣湯

黃芪一錢半。白朮一錢半。陳皮一錢半。升麻一錢半。柴胡二錢。人參一錢。甘草一錢。當歸一錢半。生姜二片。大棗二粒。

論三焦

夫，三焦者屬手少陽經之部門，三焦是有位而無形。上焦位在胃口處，主進不主出，中焦位在胃中脘，凡食物到這地方，全靠它蒸化成為津液，上注入肺經，由肺之功能化為血液，才能培養人之身體。下焦位於闌門之下，主出不主進。茲三焦是集上、中、下三元之氣，主宰五臟六腑，促進經絡，不論上下左右，內外流暢，若稍有阻隔，就覺得週身不舒適，此就是三焦之原故也。

論十二經絡

前論臟腑部位與功能，但其中論經之部門不無疑問。經爲何物？失經者徑也，茲將手足經絡簡述如次，作爲諸修道同仁參考，以便對自身之生理現象，借中醫學理，以了解也。

凡人皮肉中間，有路徑十二就是經絡。有手太陽經（小腸）、少陽經（三焦）、陽明經（大腸）。又有足太陽經（膀胱）、少陽經（膽）、足陽明經（胃）。又有手太陰經（肺）、手少陰經（心）、手厥陰經（心包）。又有足太陰（脾）、足少陰經（腎）、足厥陰經（肝）等十二經絡。何謂太陽？就是身體最表一層之經脈，少陽是一半在內，一半在外經脈，陽明是太陽與少陽交流之處，太陰與少陰同上，厥陰是陰絡最盡頭之處，手經從上走下，足經從下走上，此就是十二經絡之功能。

也。

附一：貧血處方

素食者，對食物營養沒有注意，故患貧血者較多，以下列舉幾方君臣補血藥，與供諸位參考：

一、四物湯（出處：和劑局方）

處方：當歸二錢川芎二錢芍藥二錢地黃二錢。

效能：有補血、造血、止血、鎮靜、強心之效用

二、四君子湯（和劑局方）

處方：人參一錢半白朮二錢茯苓二錢甘草二錢生薑三片

大棗二枚。

效能：貧血、氣力衰弱、容易疲勞、健脾養胃，進益飲食。

三、十全大補湯（和劑局方）

處方：當歸錢半 川芎二錢 芍藥錢半 熟地二錢 人參一錢半
茯苓二錢 白朮二錢 甘草一錢半 桂枝一錢半 黃耆一錢半。

效能：全身衰弱、貧血、大補氣血、食慾不振、皮膚口內枯燥。

四、當歸芍藥散（金匱要略）

處方：當歸一錢半 川芎二錢 芍藥二錢 茯苓二錢 白朮二錢
澤瀉一錢半。

效能：促進血液循環、素有貧血而畏寒體質的人服用，具有滋補作用。

五、人參湯（傷寒、金匱）

處方：人參一錢半甘草二錢白朮二錢乾薑一錢半。
效能：貧血、食慾不振、有瀉痢傾向的人使用。

六、歸脾湯（濟生方）

處方：人參錢半黃耆錢半白朮二錢龍眼肉五錢酸棗仁一錢半當歸一錢半遠志一錢半木香一錢半甘草二錢。
效能：慢性貧血，或各種出血而貧血，不眠、健忘，心悸亢進、體質虛弱使用。

附二：胎產處方

有些坤道以爲要生男育女，所以認爲素食沒有營養，故畏縮不敢素食者有之，今簡錄處方以供參考：

一、保生湯（出處：醫宗金鑑）

處方：人參一錢半甘草二錢白朮三錢香附二錢烏藥二錢

橘紅二錢薑三片。

效能：妊娠惡阻、嘔吐、不思飲食。

二、保產無憂方（補遺方）

處方：當歸一錢五分。川貝一錢。黃耆八分。白芍一錢三分。菟絲子一錢四分。厚朴七分。艾葉七分。枳殼六分。川芎一錢三分。羌活五分。甘草五分。生羌二片。

效能：俗稱「十三味」，是產前調養、補血、安胎、臨產能催生（產後忌服）。

三、生化湯（傳青主女科）

處方：當歸二錢、川芎一錢半、桃仁六枚、乾薑五分、甘草一錢。

效能：本方爲新產坤道必服之方劑。凡新產後第二、三日連服數劑，能通滯和血，補虛，產後調養、補血、腹痛、惡漏不行。

四、蒲公英湯（奧函方）

處方：蒲公英二錢、當歸二錢、山藥二錢、香附二錢、牡丹皮一錢半。

效能：主治乳汁缺乏症之方劑，宜於分娩後一個月內飲服。

五、益血力（加味方）

處方：西歸一錢半。川芎二錢、芍藥二錢、地黃二錢、白朮二錢、桂皮八分、茯苓一錢半、甘草二錢、桂圓肉五錢。

效能：貧血、貧血症之眩暈、心悸、頭痛、輕微浮腫、

自汗、倦怠感、神經衰弱、失眠、低血壓等。

◎紅毛苔，對營養不良，引起之貧血，亦有良效。

◎以上處方謹供參考由醫師指示使用）

修道與生活

以上幾篇，對人體五臟六腑之生理機能，簡單的介紹給各位認識，對人體之種種生理現象，及病理之研究治療，另有專科學者（醫理），非本篇所能論及，筆者謹將簡單之理論，與諸位修士參考也。

夫，人之所貴，莫大於性命。生命之所貴，重大於生活。生活正常，則有好習慣。生活奢侈，則染成壞習慣。蓋，世上之善惡，大部受生活之影響。因為生活，皆受視、聽、言、動之所化與所習，故夫子云：非禮勿視、非禮勿聽、非禮勿言，非禮勿動等事。然際此現實社會之今天，所表現「衣、食、住、行、育、樂」莫不儘量求享受，罔顧真理。大凡所犯通病，重名利、忘道義、滅倫理，不知勤儉，好求時髦，縱情嗜慾，

生活浪漫。如斯不僅縮短壽命，更能影響做人做事之真諦。若能對養生之道，善於實行，自然永遠得保健康，自能修己渡人也。

修道者，對日常生活很重要，除了茹素清口之外，還要拜佛、研究真理，信受奉行，積功累德，方是個修道者，將來也才有成道的一天。

壇訓云：

真中假假中真

真假明辨尋至真

身與性性與身

身性兼修證金身

由此可知，我們要性命雙修，對身體的健康還是很重要的，如此也才能借假修真也，要身體健康在生活上要養成良好的習慣，以下例舉幾點，希望對諸位修士有所助益。

一、清口茹素，要有始有終，保持樂觀精進的態度。

二、要淨化心靈，萬緣皆空，舉凡一心勿二念、去三毒、飛四相、空五蘊、除六賊、平七情、卻八邪……等掃除淨盡，並親九思行十善。

三、一日三省吾身，以前罪惡，靜思已過、懺悔淨盡。

四、論常無虧，心安理得，男守三綱五常、五倫八德，女守三從四德、七出八則。

五、謹防犯罪，凡有善事，量力而為，積功累德，以消冤孽。並報答天恩師德。

六、拜佛誠勤，學聖佛在世修持之懿德，戒律精嚴，知行合一。

七、參究真理，博學審問，信受奉行。

八、任勞任怨，泰而無驕，千魔萬考，不退心志，標杆做好，以爲眾人模範。

九、不養不殺，愛護生靈，萬物同體。

十、以德報怨，肚量寬宏，心廣神怡。

十一、勤勞奮勵，三期降真道，捨身捨財，助道務隆昌。

十二、生活規律，起居有常，清心寡慾，神清氣爽。

十三、堅心定性，徹始徹終，內外勤修，信願兼行。

以上，對咱修道之日常生活，略列幾點，希望對大家有所助益。最後但願大家認識清口的意義，研究更好的素食道義，堅定我們修道之意志，廣宣揚素食之益處普及眾原靈，從快素食，速奔道程，早日脫出輪迴，歸根認母，願共勉之。

清口茹素要有始有終

『餓死事小，失節事大』，是仁人志士的自我要求及代表具生命意義的氣節。

有同學常問筆者這麼年輕就吃素，是否還有想吃葷食的一天呢？我每莞爾答以：「不可能喔！」如此爽快的答聲，倒讓他們驚嚇一番。

人最重要者，就是做人的品格，人格圓滿，人人欽敬，生在世上才有價值，人格欠缺，雖生猶死，所以我們要培養高尚完美的氣節，善養吾浩然之正氣，以法古今完人，才不枉生於斯世爲人哩！

清口茹素，是我們步入賢關聖域的大道，它不但能使我們養成悲天憫人的慈懷，來救濟眾生，普渡有緣，更能使我們的

人格圓滿，確立人生應行的目標——條道，達於真善美的最高境界——證果成真。但願大家從速清口茹素，甚勿貪肉類好吃，而誤了萬劫不朽的靈魂，輪迴六道不知回返。

有些修士，修了幾年的道，經不起環境的考驗，便開齋破戒，我想這是要不得，仙佛訓示云：「開齋破戒理難返，陰山道上受淒參，萬劫不復非小可，玄祖同墜最可嘆」。蓋開了葷，猶如打破了杯子，這是很可惜的，因為素食修道，不是一兩天的事，而是要有「一息尚存，永矢弗宣」的志節，至成道方為止。由於個人業障環境不同，所以各種考驗亦不盡相同，但無論如何惡劣的環境，一定要逆來順受，甚勿受了環境的考驗，而開齋破戒，誤了萬八前程。

嘗聞：「富貴不能淫，貧賤不能移，威武不能屈」的志氣，千魔不改萬難不退的志節，來堅心素食修道，何患道之不成

，所謂一世苦節，萬代香煙，何等名目？

詩云：

真心修道意志堅

幽蘭受焚不毀香

玉碎墨磨色不變

竹毀節在是英賢

蓋掘井九尺，不及水猶廢井也，素食修道，亦是要有始有終，支持最後五分鐘，方不致前功盡棄也。

此書之作倉促付梓，錯誤之處在所難免，望能指正幸甚，最後誠懇的呼籲大家，已清口素食者，道心更加堅定，來立身行道，未清口素食者，現在即能清口素食進修，望大家攜手共進，邁向有恒的生命及永遠的未來。

茹淡格言

一、濃肥辛甘非真味，真味只是淡，神奇卓異至人，至人只是常。

二、藜口莧腸者，多冰清玉潔，袞衣玉食者，甘婢膝奴顏，蓋志以澹泊明，而節從肥甘喪也。

三、慈悲之心，生生之機，濃處味短，淡中趣長。

四、甘醇美味，是舌根短暫時之滿足，嚥過即無，只有無味（淡泊）之味，才是永恒之真味，修道者，只要樂在其中，其味無窮也。

五、心安茅屋穩，性定菜根香。

六、莫道持齋身無補，須知養性氣有清。

七、無欲之謂聖，寡慾之謂賢，多欲之謂凡，徇慾之謂狂。

八、五味令人口爽，五色令目盲、五音令人耳聾。

九、夜叉與虎狼食人，人視爲凶惡而避之，人食動物，動物見人遠來，鳥飛魚潛，難遁羊避。

十、素食成仁一世，又添智十分。

十一、夫魚肉香濃，於身有害，瓜蔬味淡，於性無傷。

十二、持齋，養全身氣順而血清，食肉，關遍體心粗而性暴。

十三、煙火之餐，不若雲霞之嘯，林泉之隱，卻勝樓閣之棲。

十四、仙家修道，取靜而捨動，俗子養身，好餐而快飲。

十五、空門以五戒警人，遠此即心是佛，道教以三無立教，悟

茲，而性歸真。

十六、菜蔬味淡，能養真氣純清。

魚肉味濃，能使元神雜亂。

十七、持齋之人，心少火氣，吃葷之人，身多腥味。

十八、心藏六賊，精神被其所奪。

口貪五味，壽命爲其所捉。

十九、天之生人，原無止命。

人不養性，自險其生。

二十、小人之病，耳愛聽淫聲，目愛視邪色。

君子之修，心不著痴情，身不離正氣。

二十一、無形之象是實相，無聲之音爲真聲，淡中之味是真味。

二十二、菜根佳味，減輕五濁之穢。

仙果清鮮，增重三寶之英。

二十三、世人只愛長生，不曉歸真之路。

仙家不貪多福，能知脫假之身。

二十四、凡軀污穢，須藉法水以沐浴。

法身清淨，不須甘露以霑濡。

二十五、口是心非之人，死沈畜生之道。

意貪性吝之徒，沒墮惡鬼之途。

二十六、一簞食，一瓢飲，在陋巷，人不堪其憂，回也不改其樂，賢哉回也。

二十七、趨炎附勢之禍來，甚慘亦甚速。

守逸棲恬之趣味，最淡亦最長。

二十八、守口如瓶，防意如城，寧可人負我，切莫我負人。

二十九、非靜無以成學，非學無以廣才，非淡泊無以明志，非寧靜無以致遠。

三十、福不可邀，養性氣即邀福之本。

禍不可避，去殺機即遠禍之方。

三十一、人生在世，白駒過隙，吾當寸陰是惜。

一言既出，駟馬難追，吾當三緘其口。

三十二、夫牢字從牛，獄字從犬，不食牛犬等肉，可免牢獄受刑。

錢字從戈，利字從刀，莫爭錢利諸心，而無戈刀侵害。

三十三、畜生有靈，殺之能惹怨恨。

人類有念，惜之以使安寧。

三十四、修身不外，一視同仁，養道無他，諸念皆善。

三十五、欲享天年，宜戒殺以茹素。

要登聖域，須存仁以立德。

三十六、仁者，不殺生而圖口福。

善人，無爭氣以引身災。

三十七、清口茹素，而心中永無渣滓。

三十八、

絕卻葷腥，而性上常有光明。

茹淡修真，皆指明心見性四字。
遠腥卻葷，盡出俗境凡塵兩間。

華陀仙翁秘方第一卷

科學發達，日行千里，醫學也是如此，奈近來困擾醫學家、科學家諸多絕症也無法治癒，譬如癌症患者，實在真正苦，痛苦之中花金錢，錢花完身體也赴土塋，土塋之中埋下病痛身，病痛之因積勞碌，勞碌之人易病痛，工人病痛積勤勞，勞苦之身失營養，營養物品價錢高，高價物品工人吃不起，以致貧病積累成絕症，絕症難醫赴黃泉，黃泉之路不得已而走，已走黃泉棄家庭，許多家庭真悲傷，悲傷來自無錢醫，醫病之因有很多，多是醫生不知情，華陀想濟世，濟世之苦降秘方。

華陀仙翁秘方有一千多本，本來想傳世救苦，可惜昔時被人誤害。一千多本秘方被巨火燒掉，只餘一本流傳世，可惜那本秘方已遺失，遺失秘方真傷心，心中預算再降秘方，扶筆之

人六根要清淨，清淨之身，才可扶筆降秘方，世人貪財者較多，六根清淨可濟世，濟世良方才傳給她，她先生是西德醫學博士，以後與她先生可濟世，濟世秘方可與西歐科學來合作，合作治療人之病。

華陀仙翁要找扶筆人，已找到十三年，十三年前找到暗歡喜，她是六根清靜之善人，以後得道可濟世，濟世之心不貪財，她先生也是不貪財之人，兩人以後可濟世，世人病是憂傷，傷心無錢醫病痛，病痛無錢不可醫，華陀秘方是青菜與青果類，兩者醫病少花錢。

華陀秘方分四季，四季病痛有良方，良方與季節來配合，能使讀者容易來採用，用後其效如神速。

一、春季之病痛：

冬天過後寒風漸漸消失，春風寒暖不一定，天氣隨時有轉變，世人勞苦之病易招來。

(一) 流鼻涕、咽喉痛、頭重、骨頭酸有良方。

1. 馬鈴薯切片煮白水不可參鹽與糖，以防破壞成分，煮滾十分鐘喝湯就好，飯後較有效。

2. 菠菜（菠龍菜）半斤，不可切斷，洗淨後下鍋放三碗水，煮滾後十分鐘就可喝，不可參任何東西服用，吃飯前喝才有效。

(二) 打噴嚏、流目油、骨頭痛、頭痛、頸部酸痛背部酸痛有良方。

1. 甘蔗（紅皮甘蔗）不削皮洗淨切片下鍋煮，煮滾十分鐘後就可喝，吃飯前喝較有效。

(三) 手腳酸軟、四肢無力、眼睛酸、背骨酸軟、口內苦澀有良方。

1. 蕃薯切片；韭菜切斷，妙方是用花生油（土豆油）炒才有效。

2. 芋仔切絲，與麵粉、糖拌攪，然後下鍋用花生油炸。

(四) 頭痛難忍、四肢無力、呼吸難、心臟無力、高血壓有良方。

1. 蕃石榴八個切片（硬的比較有效），下鍋煮三碗水，煮滾十分鐘就可喝，飯前才有效。

2. 新鮮金針菜半斤，四碗水煮滾十分鐘就可喝，飯後喝比較有效。

(五) 頭痛難忍、腳酸難忍、心臟跳得厲害、眼睛發癢、高血壓有良方。

1. 甘草一兩（藥房買就可）三碗水煮二十分鐘用文火煮，水份才不會乾掉，一次喝一碗，每三點鐘喝一碗，吃三

次就如妙藥回春。

2. 高麗三錢，兩碗水，用文火煮二十分就可喝，一次喝半碗，每三點鐘喝一次，吃兩次後就好。

二、夏季之病痛：

春天過後，天氣變化無常，四月天氣容易招感冒，這時感冒之方有很多，多是世人不知採用，用到治方真便宜。

(一)初夏（陽曆四月中旬）感冒，大多每一年都一樣。

流鼻涕、打噴嚏、頭暈骨酸、四肢無力、咽喉痛、鼻炎、偏頭痛、消化不良。

1. 楊桃兩個，不可參任何東西，一次吃一個，吃兩個就好。
2. 小西瓜一個，一次吃半個，吃兩次就好。
3. 李仔四個，一次吃四個，吃兩次就好。

4. 香蕉一次吃一根，吃兩次，吃五次都可以（有胃病之人不可吃）。

5. 葡萄一次吃十粒，吃兩次就好。

6. 菊花葉五兩（任何菊花葉都可以）、放兩碗水煮湯喝，煮滾後十分鐘就可喝，吃三次就好。

7. 菊花朵五兩、兩碗水，煮滾十分鐘就可喝，吃二次就好。

8. 玫瑰花朵五兩（任何色都可以）兩碗水，煮滾十分鐘就可喝，吃兩次就好，此方最神速。

9. 茶花（不是山上泡茶用那種茶花）花色白、有清香，可惜世人不知採用。茶花五兩，兩碗水，煮滾十分鐘就可喝，喝一次就好，（不可參糖與鹽，恐傷藥份）。此方最爲神效。

10. 豆腐一塊，參下一些糖，不可煮，糖參下後五分鐘才可

吃。這也是世人不知採用，其功效很神奇。

(二)五月天氣漸炎熱，這時感冒中暑時常有，常有感冒未好又中暑，這種病痛最難醫，此病難醫有秘方。

1. 杏仁去藥房買三兩，順便叫藥房磨成粉末，一次吃完，用冷開水服下，此方功效神速。（吃杏仁宜在五月中旬以後。）

2. 甘草三兩，磨成粉末吃，一次吃完，用冷開水服下（溫開水不宜）。

(三)六月天氣最炎熱，炎熱之時吹電扇，扇風夜晚吹不停，炎熱之時多流汗，毛孔之汗被風吹進毛孔內，孔內溫血受涼侵，涼侵入皮下積病因，病因難治真正苦，正苦華陀仙翁降秘方。

1. 西瓜八兩，削皮削子，壓汁後過濾，甘草粉一兩，參下西瓜汁，一服見效。

2. 冬瓜八兩，削皮削子，壓汁後過濾，意仁粉一兩，參下冬瓜汁，一服見效。

3. 蕃薯葉八兩壓汁、甘蔗八兩壓汁，兩者混合一服見效。

4. 香蕉葉八兩、三碗水、下鍋滾後十分鐘可喝，一服見效。

5. 楊桃葉八兩、三碗水，下鍋滾後十分鐘可喝，一服見效。

6. 龍眼葉八兩，三碗水。下鍋滾後十分鐘可喝，一服見效。

7. 蕃薯八兩、檸檬一個，壓汁混合喝，一服見效。

8. 紅甘蔗（不可去皮）一斤，切段；菠菜四兩，兩者一齊放下鍋，六碗水，煮滾二十分鐘，就可喝，一服見效。

9. 甘藍（結頭菜）一個，切片；西瓜四兩，去皮去子，壓汁，參入甘藍菜片中，半點鐘後可吃，功效神奇。

10. 蕃石榴九個，成熟要軟的，壓汁，參下葡萄九個合下壓汁，功效如神。

(三) 六月天氣易中暑，有人感冒未好又中暑，此病最痛苦，所用之方真便宜。

1. 高麗參三錢，新鮮冬瓜五兩，兩碗水，下鍋滾十五分鐘就可喝。

2. 冬瓜三兩，冰糖三錢，下鍋煮湯，三碗水，滾後十分鐘可喝，功效神奇。

3. 木瓜一個、冬瓜三兩、黃瓜一個（梨仔瓜），壓汁，功效最神奇。

4. 西瓜、冬瓜、香瓜，各一個，去子，壓汁，一服見效。

5. 玫瑰花三兩、菊花三兩、芙蓉花三錢、三碗水，下鍋滾

十分鐘就可喝，功效神奇。

6. 楊桃花、茉莉花，各三兩，兩碗水，下鍋滾十分鐘，一服見效。

7. 茉莉花二十朵，紅玫瑰花三朵，黃玫瑰花三朵，兩碗水，下鍋滾十分鐘，一服見效。（此方老年人不可用，三十歲以上不可服此方，少年人服下此方有神奇之效。）

8. 木耳三兩，川芎一兩、高麗三錢，五碗水，下鍋滾三十分鐘，服用見效。（此方老年人，四十歲以上的人才可服用。）

9. 香蕉皮一個，蕃石榴兩個，一碗水，下鍋滾十分鐘，功效神奇（蕃石榴不可切開）。

(四) 七月天氣暑氣漸消，這時感冒有很多，多是夜晚炎熱，清

晨轉涼，是感冒之因，這時感冒秘方比較少。

1. 未成熟的楊桃五個壓汁，高麗粉三錢，一次服完，功效神速。

2. 未成熟的木瓜五個（像鴨蛋之大）壓汁，川芎粉三錢，一次服完，功效神奇。

3. 未成熟的番石榴五個，川芎三錢，兩碗水，下鍋滾十分鐘，一服見效。

(五) 八月天氣漸漸涼，涼爽之時不易防，此時感冒秘方也不多。

1. 五根草五朶，九層塔花九枝，四季春之花十四朵，三碗水，下鍋滾十分鐘可喝，功效神奇。

2. 割鼻草十兩，紅乳草十兩，兩碗水，下鍋滾十分鐘可喝（此方老年人不可服，四十歲以下才可以服用）。

3. 四季春之花三十朵，茉莉花三十朵，菊花葉三十葉，兩碗水，下鍋滾十分鐘可喝，功效神奇。

4. 紅玫瑰三十朵，菊葉三十葉，四碗水，下鍋滾十分鐘，一服見效。

5. 白雞冠花三朵，紅雞冠花三朵，一碗水，下鍋滾十分鐘，一服見效。

(六) 九月天氣暑氣消，有時炎熱像六月天，涼熱不一定，此時感冒都是受風涼。

1. 木瓜切片，楊桃切片（橫片），香蕉剝去皮切片，參下一些糖，半點鐘可吃，吃後功效如神。

2. 香蕉去皮切片，檸檬切片，參下一些糖，半點鐘後可吃。此方有胃病的人不可服。

3. 檸檬切片，楊桃切片，蘿蔔（菜頭）切片，參下多量糖，一點鐘後可吃，功效神速。

(七) 十月裏天氣漸寒冷，寒冷之際變炎熱，此時感冒有良方。

1. 高麗三錢、川芎三錢、意仁三錢，兩碗水，用文火滾三十分鐘，服下見效。血壓高的人不可吃。

2. 香蕉皮三個、柑皮三個、金針三兩（需要新鮮的），四碗水，滾十分就可喝，功效神奇。

(八) 十一月將入冬，這時感冒比較少，偶而感冒有良方。

1. 紅甘蔗、紅蘿蔔、檸檬，混合煮滾後二十分鐘就可喝下，下肚以後百病消。

2. 金錢草、四季春、枸杞，混合煮滾後十分鐘就可喝，下肚後百病消。

(九) 十二月裏天氣冷，冷風侵襲，體弱之人易招病，病痛因缺抵抗力，無力抵抗寒冷氣。此病有良方。

1. 川芎五錢、木耳五錢，三碗水，煮滾二十分就可喝，此方初感冒可用，感冒兩天以後不可用。

2. 人參、川芎、甘草各三錢，混合煮滾二十分鐘就可喝，此方下肚百病消。

四季藥方是秘方，各位讀者勿輕看，看到秘方要傳世，世人病痛最可憐，憐貧病者無藥費，費到醫院真可憐，憐貧濟世是華陀翁，仙翁行善濟貧苦，貧苦之人醫病免藥費，藥費不拿濟貧苦，苦人病痛有救星，星光燦爛濟世苦，苦心學道十三年，年年學道神仙教，教她看善書、學善良，善良之心感蒼天，蒼天賜她濟世苦，世苦華陀來幫助，幫助她行善醫貧人。

三、治發癢有良方：

可治香港腳、水蟲傷、蚊蟲咬、濕疹、無名之癢，任何癢症都適合。

(一) 芋葉：芋葉有毒素，以有毒攻毒最爲有效。

用法：摘芋葉之時，中午時間摘起才有效（因爲早晨芋葉有水份，傍晚之時摘也無效，因爲傍晚之時又有水份，水份存在不能攻毒），直接擦在患部。

(二) 枇杷葉：枇杷葉治香港腳功效如神。

用法：中午時間去摘才有效（本省各地普遍有種枇杷，故而選出枇杷葉，還有許多秘方，本省不多見，故只寫出兩種秘方）此方也是摘後直接擦患部。

四、治發燒有良方：

(一) 梨子：小兒或成人都可用。

用法：梨子洗淨切開，不可去皮，切成薄片慢慢吃，與皮吃下，吃越慢越好。

梨子：大都出產在寒冷地方，故皮是涼性的，有退燒功用。
用法：吃梨子時不可壓汁，壓汁無效，因為壓汁以後，梨汁成份會失掉。

(二) 水筍：水筍生長在水中，水中出產之物可退燒。

用法：水筍兩個，切成薄片，不可參任何東西，一片一片慢慢吃，此方功效神速。

五、治下痢有良方：

(一) 蕃石榴：越成熟的越好。

用法：蕃石榴兩個；去子、壓汁、參一些冷開水，果汁機做就可以，功效神速。

(二) 木瓜：治下痢有奇效，老年人不可用。

用法：一個木瓜切成四片，吃一片就可以，過多無效。

六、外痔、內痔有奇方（此方服下不必開刀）

良方：割鼻草，洗淨切碎，炒花生油，用文火炒二十分鐘才可吃，此方吃下不可吃任何東西。

吃法：飯後兩點鐘才可服用此方，服用此方經過兩點鐘才可以吃飯

忌吃：絕對不能吃蔥。

註：割鼻草，要炒花生油，不可參鹽及任何東西。

華陀仙翁秘方第二卷

最近幾年來科學上月球，華陀仙翁醫病也發達，達到救世之苦降秘方，秘方降在善人手，人手扶出絕症秘方來，濟世少花錢。

善人扶筆真正苦，苦心學道十一年，年年學道不如意，意求神仙來濟苦，苦苦要求華陀降秘方，秘方降下不敢來賺錢。

華陀秘方第一救絕疾，絕症科學無法來研出，研出秘方華陀翁，陀翁之秘方科學化，學化人體之病根，病根取掉醫絕症，絕症實在真痛苦，痛苦之病多花錢，花錢最後也是無效果。

善人扶筆實在真苦，因為要參禪練氣學氣功，氣功多痛苦，痛苦人生似苦海，苦海之上有慈航，慈瓶普渡眾生苦。

各地鸞堂林立，林立鸞堂處處造天梯，天梯實在教人爬上

天，上天之事實真正有，正有溪湖奉天宮有人爬上天，上天與華陀仙翁學醫理，醫理學來救世苦。

善人問華陀仙翁，現在世上有許多絕症，無法醫治，不知華陀有何妙方？

華陀仙翁曰：「凡世人有何痛苦，吾都有妙方可醫治。」善人再問：「癌症不知有何妙方可醫治嗎？」

華陀仙翁曰：「此病可根治，這是日月操勞過度，營養不足，每天消耗體力而不補充營養；養份失掉，體內機能無法照循環，新陳代謝排出體內廢物，廢物積多在何處就成何種癌症，癌症還有很多，多是世人不知情，華陀知情降秘方。」

一、喉癌：

積因都是平時感冒無根治，次次感冒積來多，操勞過度無

休息，休息方可消除疲勞，疲勞日積成病因，因為積勞過度傷到喉骨來，喉骨成傷醫生說是癌症，此症便稱為喉癌。

喉癌醫法不簡單，單方有三種：

(一) 白肉豆根五兩，洗淨下鍋。放下十碗水，煮滾以後用文火煮一點鐘就可喝，一天喝兩次，時間要配合血液循環理（時間定在上午十一點左右）因為這時血液循環至喉間，此時喝下才有效。晚間十一點半左右喝一次，此時血液循環也是到喉間，此時喝下效力才能增強（每次喝一碗）。

(二) 葡萄根五兩，洗淨下鍋，放下八碗水，煮滾以後用文火，滾後四十分鐘就可喝，時間與前相同。

(三) 龍眼根五兩，煮法與前白肉豆根相同，喝法時間都相同。

二、肝癌：

此病日月積勞苦，勞苦商人與勞工之人比較多能得此病。此病秘方有一種。

配方之法：白肉豆根八兩，高麗二錢，下鍋放十一碗水，煮滾後用文火煮四十分鐘以後就可喝。（喝法與時間照血液循環之理來配合才能收效）。

時間如果是夏天，上午九點喝一次；下午九點半喝一次，冬天上午九點半喝一次；下午十點半喝一次。（這是因為冬天血液循環比較慢，故而有此之分）。

三、胃癌：

此病日月操勞，過飢以後不感覺餓，而且營養不足之人，才會得此病。此病最難醫，秘方有一種。

白肉豆仁十兩磨粉，麵粉半碗，配合白肉豆粉，一碗半水

下鍋煮熟就可吃。

時間定在上午八點左右（吃此方以前三點鐘不可吃下任何東西，效力才可收。）下午八點左右（每次吃後要躺在床上不可動。）

四、子宮癌：

此病之人都是中年婦人佔多數，此病積因婦人多勞苦，勞苦之身又無營養之補充，此病秘方有多種。

(一) 馬鈴薯半斤，不可削皮，洗淨壓汁喝，每天吃五次，一次喝一碗（時間定在上午八點半、十點半、下午一點半、四點半，睡前再喝一次）。

(二) 雞糞藤半斤，壓汁喝。每天吃五次，時間與前相同。

(三) 金針菜半斤，壓汁喝。每天吃五次，時間與前相同。

(四) 未成熟木瓜，像鴨蛋大之木瓜半斤，壓汁喝，每天吃五次，時間與前相同。

(五) 未成熟鳳梨，像碗一般大之鳳梨，皮削掉，煮滾就可喝，一次煮一個，下鍋放兩碗水，煮滾十五分就可喝，用武火比較好，每天吃五次，時間都相同。

育兒歌

剛出生的嬰兒照顧不簡單，嬰兒一個月後漸成長，長得可愛父母必費心，心中時常不離兒，兒女必須吃些什麼食品才能長得胖嘟嘟。

無極瑤池大聖 西王金母大天尊 降下秘方給天下父母：
一、一歲嬰兒須除先天之物質，物質清理出體外才好吸收後天性之養品。

二、一歲嬰兒須母乳，母親此時必須注重營養品，品物是糙米煮龍眼，摻下一些白糖，下午四點吃一次，睡前吃一次，不怕嬰兒不壯健。

三、三歲孩子須鈣質，此時孩子已斷奶，斷奶以後須進天地精造物，物品正是糙米粉泡牛乳。

四、四歲孩子頭部漸發達，講話自如須用腦，補腦營養天地精造物，物品正是菜豆（又名皇帝豆）、糙米煮菜豆待熟摻下一些白糖，給孩子當點心吃，不怕孩子以後上學用腦過度。

五、五歲孩子手腦並用，此時須要各種營養綜合品，品物天地精造，精造之物凡人不知情，金母知情降此方：

（一）以下四種秘方用在春天。

1. 上午十點吃下葡萄干十粒。

2. 下午三點吃下蠶豆十粒。

3. 下午五點喝下一杯牛乳。

4. 睡前吃下花生仁二十粒。

(二) 以下四種秘方在夏天。

1. 上午十點吃下一粒桃子。

2. 下午三點吃下一枚香蕉。

3. 下午五點吃下蠶豆十粒。

4. 睡前吃下一杯牛乳。

(三) 以下三種用在秋天。

1. 上午十一點吃下甘蔗五寸多長。

2. 下午四點吃下龍眼干十五粒。

3. 睡前吃下一杯牛乳。

(四) 以下三種秘方用在冬天。

1. 上午十一點吃下葡萄干二十粒。

2. 下午三點吃下蠶豆二十粒。

3. 睡前吃下一杯牛乳。

六、六歲孩子頭腦漸開明，明目學習各種小手藝、亂塗、亂畫有趣味，此時也須要壯骨骼營養品、品物金母來降出：

(一) 春天之時

1. 上午十點吃下蠶豆十五粒。

2. 下午三點吃下葡萄干二十粒。

3. 睡前吃下蠶豆十五粒。

(二) 夏天之時：

1. 上午十點吃下葡萄干十五粒。

2. 下午四點吃下龍眼干十五粒。

3. 睡前吃下香蕉一枚。

(三) 秋天之時：

1. 上午十一點吃下龍眼干十粒。

2. 下午四點吃下甘蔗一尺多長。

3. 睡前吃下蠶豆二十粒。

七、七歲孩子骨骼已成熟，成熟骨骼須進學校培育智慧，智慧

之培也須要強壯身體，體力壯健多麼好，好讀賢書多明理。

(一) 春天之時：

1. 上午十一點吃下楊桃半粒

2. 下午三點吃下蠶豆十五粒。

3. 睡前吃下龍眼干十粒。

(二) 秋天之時：

1. 上午十點吃下甘蔗一尺多長。

2. 下午三點吃下蠶豆十五粒。

3. 睡前吃下葡萄干十五粒。

(三) 冬天之時：

1. 上午十點吃下蠶豆十五粒。

2. 下午三點吃下龍眼干十五粒。

3. 睡前吃下花生仁十五粒。

育兒歌唱到七歲止，八歲兒童秘方看華陀仙翁秘方第三卷裏面有。

華陀仙翁秘方第二卷

一、三歲以內的小兒通病

小孩出生之時，時時刻刻須照顧，顧養小兒不簡單，華陀仙翁觀看現今世情，世情病種日漸多，漸多病因世人不知情，華陀知情降秘方。

(一)春天之時小兒發燒有良方：

遇到小兒發燒，可用甘蔗一尺多長、龍眼子三十粒。

用法：甘蔗不可削皮，切成數段，每段再分成四片，龍眼子壓碎，兩者一同下鍋放四碗水，滾後十分鐘就好，不可摻下任何東西，每三點鐘喝一次，一次喝三湯匙。

(二)夏天之時小兒發燒有良方：

夏天天氣溫度高氣候炎熱，小兒在母胎之內吸收營養若不夠，遇到天氣熱時容易發燒，此時發燒有良方。

用法：荔枝子三十粒壓碎，荔枝皮三十個，兩者一同下鍋放三碗水，滾後十分鐘就好，摻些白糖，三點鐘喝一次，一次喝四湯匙。

(三) 秋天之時小兒發燒有良方：

用法：高麗十片，甘草十片，壓碎龍眼子十粒，三者一同下鍋放三碗水，滾後十分鐘就好，三點鐘喝一次，一次服用四湯匙。

(四) 冬天之時小兒發燒有良方：

用法：柑皮一個，楊桃一個切片，甘蔗五寸多長切段，每段分成四片，三者一同下鍋放四碗水，滾後十分鐘

就好，三點鐘喝一次，一次服用四湯匙。

二、兒童容易患的病痛

小孩到七、八歲入學以後，學校環境難適應，心裏緊張，上學之前，飯又難吃飽，此時身體抵抗力也不強。

(一) 入學以後須用腦，上學前緊張，早餐之時大多數兒童都吃不飽而匆忙上學去，去到學校十點左右，肚子已經餓得厲害，此時用腦而飢餓又無充飢，可能花掉體內基本血液二十西西。

預防方法：兒童可帶二十粒葡萄干，在十點鐘左右吃下，此方可防用腦時之飢餓。

(二) 兒童時常感到頭重、頭痛、腳酸、身體瘦弱，此時有良方：

1. 上午十點左右吃下葡萄干二十粒。

2. 下午六點吃下葡萄干十粒。

3. 睡前吃下蠶豆二十粒。

※連續服用一個月即可根治。

三、兒童感冒分為春夏秋冬四季治療

(一) 兒童春天之時感冒有良方：

柑皮、香蕉皮各一個，兩者一同下鍋放三碗水，滾後十分鐘就好，摻一些白糖，一次服用一碗，一服見效。

(二) 兒童夏天之時感冒有良方：

楊桃一個切片、甘蔗一尺多長切成數段，每段分成四片，兩者一同下鍋，放四碗水，滾後十分鐘就好，一次服用一碗，一服見效。

(三) 兒童秋天之時感冒有良方：

紅蘿蔔一條切片，葡萄干三十粒，兩者一同下鍋，放下四碗水，滾後十分鐘就好，一次服用一碗，一服見效。

(四) 兒童冬天之時感冒有良方：

柑子三十粒（柳丁子也可以）、龍眼子三十粒，兩者壓碎一同下鍋，放下三碗水，滾後十分鐘就好，摻一些白糖，一次服用一碗，一服見效。

四、中學生容易患病痛

當今社會科學發達，達到每日生活水準也提高，高舉科學，學生課業真繁忙，忙讀賢書用腦多，多是學生家長不知情，華陀知情降秘方。

(一)春天國中學生感冒有良方：

香蕉皮一枚，龍眼干二十粒、龍眼子二十粒壓碎，三者一同下鍋，放三碗水，滾後十分鐘就好，摻下一些白糖，一次服用一碗，一服見效。

(二)夏天國中學生感冒有良方：

荔枝肉三十個，荔枝子三十粒壓碎，兩者一同下鍋，放四碗水，滾後十分鐘就好，不可摻下任何東西，一次服用一碗，一服見效。

(三)秋天國中學生感冒有良方：

葡萄干二十粒，龍眼子二十粒壓碎，高麗十片，下鍋放三碗水，滾後十分鐘就好，摻些白糖，一次服用一碗，一服見效。

(四) 冬天國中學生容易患之病痛：

此時感冒比較少，少年求學時期課業繁重，重視學問而疏忽身體之保健，華陀知情降補品。

冬天之時天氣寒，寒冷之時血液循環容易受阻，受阻之血液易招疾病，病由課業積勞來，遇到冬天無抵抗力，此時所招致病痛都是過敏性鼻病。

1. 上午十一點吃下葡萄干二十粒。
2. 下午四點吃下龍眼干二十粒。
3. 睡前再吃蠶豆二十粒。

※連續服用一個月，可強身補腦，續服三個月，根治過敏性鼻病。

五、冬天高中學生容易患的病痛

少年人轉入青年之時，時刻需要營養品，品物天地精造，造出佳品養群生，生活世上奧妙多，多是世人不知情，華陀知情降秘方。

(一) 上午十一點吃葡萄干。

(二) 下午四點也吃葡萄干。

(三) 睡前改吃蠶豆。

※連續服用一個月，可壯身補腦。

六、農人容易患的病痛有良方

農家之人最勤苦，苦病生來都是飢餓過度，每日工作繁重容易飢餓，飢餓之時常忍耐，耐到吃飯之時，體內血液精力已消耗不少，年久月深常患有胃病、腰骨酸痛、手腳酸麻等病症，好在都有根治法。

(一) 春季節

1. 上午：農人上午出門工作，可帶一尺多長甘蔗，飢餓之時可充飢。

2. 下午：農人下午出門工作，帶一尺多長甘蔗，在四點左右吃下，可補血又充飢，胃部又不會受苦。

3. 睡前：吃些龍眼干，可防治胃痛、骨頭酸痛。

(二) 夏季節

夏天農人最辛苦，天氣熱飯難吞，工作又繁重，此時有天地精造物品可恢復疲勞。

1. 荔枝出產之時

(1) 上午十點吃荔枝十粒可補血。

(2) 下午四點吃荔枝八粒充飢又補血。

(3) 睡前喝一杯荔枝子茶，可除掉骨頭酸痛。

荔枝子茶做法：荔枝子十八粒壓碎，放下三碗水，滾後十分鐘就好，摻下一些白糖。只可服用一碗，喝多反而無效。

2. 龍眼出產之時：

(1) 上午十一點吃下龍眼二十粒。

(2) 下午四點也吃龍眼二十粒。

(3) 睡前喝杯龍眼子茶，可消除長年之骨頭酸痛。

龍眼子茶做法：龍眼子三十粒壓碎，放下四碗水，滾後十分鐘就好，也摻些白糖。一次服用一碗，用多無效。

(三) 秋天季節

秋天農人很繁忙，忙中身體更須保健。

1. 上午十點左右吃下甘蔗一尺多長。
2. 下午四點也吃一尺多長的甘蔗。
3. 睡前連續食用，可預防百病之發生。

(四) 冬季節

冬天之時農人須進補，補品很多都是自己雙手所收穫之天地精造品，品物高貴無人知，華陀知情降秘方。

1. 做法：蕃薯洗淨切片，不削皮，不可沾麵粉，麻油先下鍋，不可摻下薑片，加薑片無效，麻油熱時放下蕃薯片，炸熟後就可食用。

※一次吃五片，吃多反而無效。

※此方應在睡前吃下，才能夠補氣、補血，治療骨頭酸

痛。

2.做法：紅蘿蔔洗淨切片，不削皮，也不可沾麵粉，麻油先下鍋，才放下紅蘿蔔片，炸熟後就可吃（不可摻下薑片）。

※一次吃十片，吃多也是無效。

※此方也是在睡前吃下，才可通氣、通血，患有久年骨頭酸痛之人可用此方。

七、教師感冒有良方

華陀仙翁關懷國家大棟樑，樑材正是各地學院、學校教師，教師教學忠國家，國家小棟樑專賴良師來培養，養育棟樑真辛苦，辛苦教學傷力氣，許多教師常有喉部、肺部、頭部之病痛，病痛來因自每天勤教學，學校教師自己不知情，華陀知情

降秘方。

(一) 春天感冒有良方

檸檬五片，龍眼子二十粒壓碎，龍眼干二十粒，下鍋放三碗水，滾後十分鐘就好，摻下白糖，一次服用一碗，一服見效。

(二) 夏天感冒有良方

1. 桃子三粒，切成五片，桃仁三粒壓碎，下鍋放三碗水，滾後十分鐘就好，摻下白糖，一次服用一碗，一服見效。

2. 荔枝皮十個，荔枝肉十粒，荔枝子十粒壓碎。下鍋放三碗水，滾後十分鐘就好，摻些白糖，一次服用一碗，一服見效。

3. 龍眼皮二十個，龍眼肉二十粒，龍眼子二十粒壓碎，下

鍋加三碗水，滾後十分鐘就好，摻些白糖，一次服用一碗，一服見效。

(三) 秋天感冒有良方

柑皮一個，荔枝子十粒壓碎，甘蔗五寸多長切段，每段分成四片，一同下鍋放下四碗水，滾後十分鐘就好，摻一些白糖，一次服用一碗，一服見效。

(四) 冬天感冒有良方

香蕉皮二枚，柑皮二個，柑子三十粒壓碎，甘蔗頭五寸多長切段，每段分成四片，下鍋加四碗水，滾後十分鐘就好，摻一些白糖，一次服用一碗，一服見效。

八、公務人員感冒有良方

華陀仙翁關懷各地公務人員，公務人員每日忠國家，國家

每日須要公務人員來辦公，辦公之時久坐傷身體，身體內血液常受阻，受阻之部是腹部、臂部，公務人員大多不知情，華陀知情降秘方。

(一) 春天感冒有良方

1. 桃仁五粒，龍眼子十粒，荔枝子十粒，三者都要壓碎，一同下鍋放下三碗水，滾後十分鐘就好，摻一些白糖，一次服用一碗，一服見效。

2. 香蕉皮三枚，柑皮一個，甘蔗五寸多長切段，每段再分成四片，下鍋放下四碗水，滾後十分鐘就好，摻一些白糖，一次服用一碗，一服見效。

(二) 夏天感冒有良方

1. 桃子五粒切痕，每粒都切五痕，桃仁不必拿出來，下鍋

放四碗水，滾後十分鐘就好，摻下一些白糖，一次服用一碗，一服見效。

2. 荔枝皮三十粒，荔枝肉十粒，荔枝子三十粒壓碎，一同下鍋放下四碗水，滾後十分鐘就好，摻一些白糖，一次服用一碗，一服見效。

3. 龍眼三十粒，龍眼皮三十個，龍眼子三十粒壓碎，一同下鍋，放下四碗水，滾後十分鐘就好，摻一些白糖，一次服用一碗，一服見效。

(三) 秋天感冒有良方

柑皮三個，柑子三十粒壓碎，龍眼干二十粒，下鍋放四碗水，滾後十分鐘就好，摻一些白糖，一次服用一碗，一服見效。

(四) 冬天感冒有良方

1. 甘蔗頭五寸多長切段，每段分成四片，龍眼子三十粒壓碎，高麗十片，下鍋放四碗水，滾後十分鐘就好，不可再摻下糖份，一次服用一碗，一服見效。

2. 楊桃二粒切片，龍眼干二十粒，龍眼子二十粒壓碎，一同下鍋放四碗水，滾後十分鐘就好，摻一些白糖、一次服用一碗，一服見效。

十、都市人感冒有良方

住在都市之人夜晚常遲睡，睡眠之時常超過十二點，十二點以後安眠之人，常有頭部不舒服之感覺，如遇感冒之時，常有肝火與頭部之病痛。

(一) 春天感冒有良方

1. 上午十一點吃下甘蔗一尺多長。

2. 下午四點吃木瓜四分之一片。

3. 睡前喝葡萄干茶一杯，連續服用三天就好。

葡萄干茶做法：葡萄干二十粒，下鍋放下一碗半水，滾後十分鐘就好，摻一些鹽。

(二) 夏天感冒有良方

1. 上午十點吃葡萄二十粒，渣不可吞下。

2. 下午四點也吃葡萄二十粒。

3. 睡前喝下一杯蜂蜜泡汽水，連續服用三天就好。

(三) 秋天感冒有良方

1. 上午十一點喝荔枝罐頭汁一杯。

2. 下午四點再喝葡萄罐頭汁一杯。

3. 睡前吃下甘蔗一尺多長，連續服用三天就好。

(四) 冬天感冒有良方

1. 上午十一點吃葡萄干二十粒。

2. 下午四點吃甘蔗一尺多長。

3. 睡前喝梅干茶一杯，連續服用四天就好。

梅干茶做法：梅干二十粒，下鍋放二碗水，滾後十分鐘就好，摻一些白糖。

十一、糖尿病患者有良方

四季氣候常轉理，理病也要分四季，四季身體血液隨氣候循環，循環之血液與季節相互配合。

(一) 春天治療糖尿病有良方

木瓜子一百粒，龍眼子五十粒壓碎，荔枝子五十粒壓

碎，一同下鍋放下四碗水。滾後十分鐘就好，摻一些鹽。
※服用時間一定要在下午五點服用一碗，下午十一點再服用一碗，連續服用十天後，去醫院檢查是否較好？如好一點停十天後，再繼續服用十天就好。

(二) 夏天治療糖尿病有良方

楊桃子三十粒，柑子三十粒，荔枝子三十粒，三者都要壓碎，下鍋放下四碗水，滾後十分鐘就好，摻一些鹽。
※服用時間，一定要在下午四點半服用一碗，下午十點服用一碗，連續服用十天後，停止服用，再去醫院檢查是否較好，十天後再繼續服用十天就好。

(三) 秋天治療糖尿病有良方

柑皮三個，紅蘿蔔三條洗淨切片，不可削皮，龍眼子

五十粒壓碎，一同下鍋放五碗水，滾後十分鐘，摻一些鹽就好。

※服用時間一定要在下午五點，下午十一點各服用一碗，連續服用十天，再去醫院檢查，如果較好停用十天後，再繼續服用十天就好。

(四) 冬天治療糖尿病有良方

苦瓜子三十粒，柑子三十粒，楊桃子三十粒，三者都要壓碎，一同下鍋放下四碗水，滾後十分鐘就好，摻些鹽。

※服用時間一定要在下午五點服用一碗，下午十一點服用一碗，連續服用十天，再去醫院檢查是否較好？如果有較好停用十天後，再繼續服用十天就好。

◎患糖尿病者注意：忌吃梨子、柑、桔、蕃茄、糖份。

十二、無極至尊瑤池金母菜單

天地造物養群生社會人群繁忙求生計，計劃生活費用何處來？來做苦工，來服務各機關，來做生意，意求生活能安定，安定生活人人求，求得財來傷體力，體力日月操勞，操勞之時每日必須要解疲勞，解疲勞之物品天地精造，造出四季青果與青菜，青菜青果能解一天之疲勞，疲勞每天恢復可以保持身體健康，健康文章今年降不停，不停降下健康文章謂奇蹟出現。青菜有很多，多是眾生迷吃肉，肉類吃下營養多，多能阻止血液循環通，通理文章從天降，降下菜單給眾生，救世活人奇妙多。

(一) 春天之時

◎上午十一點吃下甘蔗一尺多長，可補氣、補血。

◎下午四點吃下甘蔗一尺多長，可清血、通血。

※有胃病的人在指示時間內常吃甘蔗五寸長，胃病一定可以康復。

1. 早晨菜單：

(1) 花生仁壓碎，炒青菜（任何青菜都可以），用花生油才好。

(2) 豆腐用熱開水洗淨，切小塊沾醬油。

2. 中午菜單：

(1) 豆菜芽（綠豆芽）炒花生油，再加調味，此菜可清血。

(2) 冬粉、香菜、紅蘿蔔煮湯，此菜可補血、通氣。

做法：花生油下鍋，紅蘿蔔切絲下鍋炒，一直炒至紅蘿蔔熟時才放下水，滾後再放冬粉、香菜、調味料。

調味：就是摻下鹽與味素。

3.晚餐菜單：

(1)紅蘿蔔切片，芹菜切小段炒花生油，能消除一天疲勞。

做法：花生油下鍋，然後放下紅蘿蔔炒，一直炒至熟時才放下芹菜，炒幾下就好。

炒紅蘿蔔，絕對不可摻下水，因為水份會吸收養份而蒸發掉。

(2)木耳、菜頭（蘿蔔）、香菜煮湯，此菜可補氣、通血。

做法：花生油下鍋，放下木耳炒二分鐘，才放下水，滾後再加入蘿蔔（切片），等到熟時放下香菜、鹽和味素。

(二)夏天之時

◎ 上午十一點吃下荔枝八粒，可補血、補氣。

◎ 下午四點吃下荔枝五粒，可清血、通氣。

※ 渣不可吞下。

1. 早晨菜單：

(1) 花生油炒青菜（任何青菜都可以）。

(2) 花生仁。

2. 中午菜單：

(1) 金針炒皇帝豆（又名菜豆），此菜可補腦、補血。

炒法：花生油下鍋，待熱時放下皇帝豆，炒熱時放下

金針菜，摻下鹽和味素。

(2) 豆腐煮菠菜湯，此菜可清血、通血。

3. 晚餐菜單：

(1) 菜頭（又名蘿蔔）炒花生油，此菜可清血。

(2) 竹筍、香菇、香菜煮湯，此菜可解一天之疲勞。

(三) 秋天之時

◎ 上午十一點吃下甘蔗一尺多長，可補血、通氣。

◎ 下午四點吃下甘蔗五寸多長，可補血、通氣。

1. 早晨菜單：

(1) 紅蘿蔔炒花生油。

(2) 木耳炒青菜。

2. 中午菜單：

(1) 豌豆炒花生油。

(2) 冬粉、菠菜、木耳煮湯，此菜可補腦、補氣。

3. 晚餐菜單：

(1) 高麗菜炒花生油，此菜可消除一天之疲勞。

(四) 冬天之時

- 炒法：花生油下鍋，等到熱時，放下已經壓碎花生仁一直炒至香味出來，才放下高麗菜，炒熟就好。
- (2) 紅蘿蔔、碗豆、木耳、香菜煮湯，此菜可通氣、補血。

血液循環常受阻，平時菜單須要通氣之素菜，素菜之種類有很多，多是世人不知情，金母知情降菜單。

1. 早晨菜單：

- (1) 花生油炒木耳，此菜可通氣。

炒法：花生油下鍋，待熱之時放下薑片，炒二分鐘左右放下木耳，摻下一些鹽和味素。

- (2) 花生油炒菠菜，此菜用在早晨可補血。

2. 中午菜單：

- (1) 紅蘿蔔、花生仁用花生油炒。此菜可補腦。
 - (2) 碗豆、冬粉、豆腐煮湯，此菜可補血、通氣。
3. 晚餐菜單：

(1) 萵菜（萵苣）用花生油炒。

(2) 紅蘿蔔、菜頭、香菜、木耳，摻下麻油煮湯。

十三、瑤池金母青果驗方

(一) 葡萄：可治十種病。

1. 上午十一點吃下十粒，可治頭痛、頭重、頭暈、眼部疲勞欲睡，偏頭痛、流鼻水。

2. 下午四時吃下一團，可治清血、補血、補氣、消除疲勞。

(二) 龍眼：可治很多病。

1. 上午十一點吃十粒，可治頭昏腦漲。

2. 中午飯後二十粒治：用腦過度、眼睛疲勞、鼻塞、流鼻水、近視、四肢無力。

3. 下午四點吃三十粒治貧血。

4. 下午七點吃四十粒可治嚴重貧血（渣不可吞下、渣過多能傷胃）。

(三) 荔枝：可治十一種病。

1. 上午十點吃十粒可補氣、通血、補血、清血、頭重、眼部疲勞。

2. 中午飯後十二點半吃八粒可治流鼻水、鼻塞。

3. 下午四點吃八粒可治高血壓。

4. 下午五點吃下八粒可治四肢無力。

5. 下午八點吃下八粒可消除一天之疲勞。

(四) 蘋果：出產在寒帶，本質是涼性，故可治火氣。

1. 上午十點吃下治肝火。

2. 下午二點吃下治胃火。

3. 下午五點吃下治大腸火。

(五) 西瓜：治夏天感冒，上午不可吃，運動家不在此限。

1. 中午飯後吃下一小塊可治傷風感冒。

2. 下午二點吃下一小塊西瓜沾甘草粉可治喉痛。

3. 下午四點吃下一小塊西瓜沾蜂蜜可治高血壓。（小孩不

可吃此方）。

4. 下午五點吃下一小塊西瓜沾白糖可清血。

5. 下午八點吃下一小塊西瓜沾鹽可治消化不良。

6. 下午十點吃下一小塊西瓜沾甘草粉可治牙痛、喉痛。

(六) 木瓜：可治十三種病。

1. 上午八點吃下四分之一片木瓜治胃腸火。
2. 上午九點吃下二分之一片木瓜可清血。
3. 上午十點吃下二分之一片木瓜治肝火。
4. 上午十一點吃下二分之一片木瓜治喉部乾燥。
5. 下午一點吃下四分之一片木瓜沾甘草粉治消化不良。
6. 下午二點吃下四分之一片治口臭。
7. 下午三點吃下二分之一片木瓜治大腸火。
8. 下午二點吃下四分之一片沾蜂蜜治高血壓。
9. 下午五點吃下二分之一片木瓜治糖尿病。
10. 下午七點吃下可消除疲勞。
11. 下午八點吃下四分之一片木瓜可清血。

12. 下午九點吃下二分之一片木瓜沾白糖治肝火。
13. 下午十點吃下二分之一片木瓜沾鹽治喉痛。

(七) 黃瓜：治夏天感冒。

1. 宜在上午十一點左右吃下一個。
2. 下午四點左右再吃下一個。
3. 接著下午十點左右吃下一個，其功效如神速。

(八) 楊桃：治咳嗽（初夏吃楊桃要注意）。

1. 下雨天不可吃。
2. 天氣較熱時要沾白糖。
3. 變涼時要沾鹽。
4. 不熱不冷時不能沾任何物品。

(九) 桃子：夏天如果每天睡前吃下一粒，可消除一天疲勞。

(十) 蕃石榴：治六種病。

1. 上午十點左右吃下一粒，可清血。
2. 下午一點吃下一粒，可治消化不良。
3. 下午二點吃下一粒治糖尿病。
4. 下午三點吃下一粒（最成熟的）可治胃下垂。
5. 下午四點吃下一粒，可清血。
6. 下午五點吃下一粒，可治胃口不開。

華陀仙翁秘方第四卷

序

敝人才疏學淺，過去出版三卷華陀仙翁秘方，秘方純粹是救病苦，我所學到的秘方盡量公開於世，不敢貪財。

依過去敝人所接觸用到秘方的人，都稱華陀秘方真正救苦，因藥方可口又易找到，且有季節、時間之分，故讀者可以自療。最近接到許多讀者催促再寫出第四卷秘方救病苦。

敝人寫文章救苦也有天數，筆者在十五年前結婚時，華陀仙翁曾賜贈扁額祝婚禮，詩中藏下天機，時機一到也無法逃避天命。

第四卷秘方內兼寫出幾篇文章，文中若有不當處，敬請各位讀者多多批評賜教。

楊道正 敬白

靈魂的超覺

在我先生拿到西德醫學博士的一個月後，華陀仙翁來教我病理。頭一次是在剛睡時我看到一個穿白衣的老翁從天降下，向我招手，我不由得跟他前往，到了一處金碧輝煌的宮殿裡，他自介紹是華陀仙翁與我有師徒之緣。從那時起我的靈魂每夜自動的到了師父之處，每夜教我三小時的把脈。

起初要學之時，師父送我一粒明心丹吃下，從此覺得記憶力增強，對道學也產生奇妙的信心。我本是美容院中為人燙髮的一員，每天所接觸的人也很多，遇到有感冒、風濕痛、頭痛、頭重，等久年病的人，我都用師父傳授給我的秘方叫她們試吃，結果都收到奇效。

華陀仙翁教我醫術真嚴，他教我不可貪財，為人治病純粹

是救苦，救苦若貪財貪物，一定要受罰。有一次一個患上了久年風濕病的患者來問藥方，藥方吃下神奇靈驗，三天後帶來一斤左右龍眼表示謝意。當時我向那人說：「我師父不容我收謝禮。」那知她把龍眼一放而跑回去，我也不好意思追出門，當夜師父看到我，驚奇萬分厲聲說道：「徒兒！妳今天貪吃，你看左嘴邊有一條污氣出現，今天教不得，教不得！」

從此以後，來問藥方的患者，我必先言明，不可送禮，不可送紅包，吃下秘方才有效，從那次後我才知道一個人若做了錯事都反應在臉上，只因我們人沒有慧眼觀不出來吧！做錯實在瞞不了天地。

從各方面的證驗下，華陀仙翁所教我的秘方，在實驗靈效後，才寫出了第一卷華陀仙翁秘方，第一卷秘方凡初感冒者服用後都有奇效。

本卷（第四卷）是治療慢性疾病，可用食物自療法，療法簡單又可口，可口妙藥治療苦病好的人也真多，這些都是天地精華的食物，科學還未發現，道學的玄妙也可與科學並進。

許多靈魂的境界，科學還無法證驗，敝人只在五年內所發現的奇特事也真多，多是凡人不知情，在兩年前有一個孕婦曾經開過刀兩次，花了好多錢，過後還是處處疼痛，身中疼痛也真苦，苦來到溪湖找醫生求診，但是住在旅社已五天錢已將要花光，帶著失望的心情準備回家，在旅社內遇到一個跟我認識的好友，介紹她問問藥方，當時那孕婦心情沉重，我給她把脈時，發現她身上附著一個靈魂，那靈一直向我說：「她前世欠我三百銀元沒有還我！」我向那靈魂說：「冤冤相報，緊緊相纏不是辦法，你們應該和解！」然後我向那患者說：「妳前世欠人三百銀，今世做個善事，其功德回向給那靈魂，兩者都好

。「她也答應了。從此以後那靈魂歡喜離去，孕婦也即時感到舒服不再有身中不固定位置之痛發生。」

也有一些男士患上長期風濕痛前來找藥方的，也發現他們身上附有女人靈魂，經過把脈時那人身上的靈魂會自來跟我談話，言說：「這個人前世破壞我的名節，我非常的不甘心，今特來找他算賬的！」我遇到這種病的人很多，只須做些善事功德回向給討債者，有時是會不藥而癒的。多行善事可以解開冤孽苦病，這是千真萬確的。譬如捐款救災、冬令助貧、助印善書，都是善事。一善可以化解病魔的纏身。人若患有冤孽病最難醫，都是前世不知修所得，此種可謂長久病，非行善立德不可。若是遇到操勞過度所引起的病可能藥到病除。

佛法無邊

敝人以前是慈惠堂門生，道教門中受到瑤池金母初啓靈，靈通華陀學病理，理病世似科學化，化人立德立孝立忠立義在慈惠堂中。

本來第四卷秘方在去年就可出版，因那時寫到一半時遇到邪神侵犯，侵犯敝人四肢無力難支持，體力不壯難完成大任，邪神亂道時受傷害。

瑤池金母指示我歸依佛門，而往埔里觀音山佛光寺，拜上樂下果老法師爲師父。

師父說我是從道門走入佛門，是前世因緣的關係，給我取法名叫道正，我已成了三寶弟子，真感謝佛法的圓通，眾生無邊誓願度，煩惱無盡誓願斷，法門無量誓願學，佛道無上誓願

成。

佛門之中佛醫學也很深妙，自入佛門以後常有千手千眼觀音菩薩教佛醫學，醫學之法可與科學並進，千手千眼觀音菩薩教我找病根在病人手指，大姆指管頭部，食指管肝部分，中指管心臟處，無名指管筋骨各處，小指管胃腸全部，我的手一量到患者的手指，遇到有病之處我的喉處就有聲音發出信號，病越深聲音也越大，找出病根二分鐘就明瞭。記得觀音菩薩一次教我醫治久年病前，非常的慈悲，要我不貪不取渡眾生，一念之差上極樂，一念之差下地獄，不可忘記佛門弟子，應守清規救苦才能登上大乘佛的境界。

人生處世實在真正苦，苦來世上輪迴都是前世造業所得來，來到世上煩惱真多，多是爭權奪利所造成，造成冤孽重重好難過，過去造業今世行善布施可彌補。彌補過去不知修，修道

之人必須多忍苦，苦到極點已上到菩提處。

素食

天地造物養群生，生活世上須營養，
營養食品真正多，多是眾生迷吃肉，
肉類魚類營養豐，豐富物質積多來，
來阻血脈之循環，環通血液青菜果，
果類五穀天地造，造出四季香甜物，
物物含各種營養，養生之道應所究。

*

*

*

素食得法少病痛，病痛來臨苦憂憂，
憂患人生處處有，有處平安享樂樂，
樂放生靈不食肉，肉中人咬人怕怕，

怕的是後來討債，債情苦纏來憐憐。

放下須惱心

處世惟宜地步寬，寬心恕人多麼好，
好難過事來拋開，開心向善歡樂多，
多努力行善真樂，樂心常存多美報，
報上無窮福祿好，好心綿綿錦繡春。

*

*

*

人間苦事時常有，有德之人可化苦，
煩惱之心處處有，有仁君子可化解，
古今善惡有明報，報應如影隨形來，
人生短暫幾多時，時光匆促催人老。

*

*

*

心存善念奇妙多，多是世人少發覺，
覺心中福田廣播，播下善因成碩果，
果滿心田多造福，福利社會各善舉，
舉辦善心啓發書，書中真理通大道，
道業精進心不退，退讓名利好修身，
身懷八德之心好，好立天地間生存，
存來健壯大道心，心正無邪除煩惱。

一、高血壓

現在患高血壓症人日見多，多是營養過份充足所引起，起
因魚、肉之類吃過多，多是世人不知情，知情華陀降秘方。

(一) 春天時節之秘方（立春至穀雨之時）

1. 上午十時吃下楊桃一粒沾些蜂蜜。

2. 下午四時用柑皮一個、甘蔗一尺多長不可削皮，切段分成四片、梅干子十粒，三者一起下鍋放下兩碗水，煎茶飲，煎到剩下一碗時就可以。

3. 睡前吃下木瓜四分之一片，連續服用十天就有奇效。

(二) 夏天時節之秘方（穀雨至處暑之間）

1. 上午十時吃下桃子一粒沾蜂蜜。

2. 下午四時吃下楊桃一粒沾蜂蜜。

3. 下午十時桃子三粒切痕下鍋，放下三碗水煎到剩下一碗時就可以摻下些糖。連續服用十天，此方真奇驗。一天中在不同的時間，吃下此三種秘方，這是根據血液循環理所開之處方。

(三) 秋天時節之秘方（處暑至寒露之間）

1. 上午十點吃下蘆筍茶一碗。作法：蘆筍白色的十支，下鍋放下兩碗水，煎到剩下一碗時，摻下些糖。

2. 下午四點吃下蘋果茶一碗。作法：蘋果（本省產的）切成四塊，下鍋放下一碗半水，煎到剩下一碗時，摻下些白糖。

3. 下午十點四分之一片沾些蜂蜜，連續服用十天，功效神奇。

(四) 冬天時節之秘方（寒露至立春之間）

1. 上午十點吃下葡萄干二十粒。

2. 下午四點吃下紅蘿蔔茶一碗。作法：紅蘿蔔三條切片，下鍋放下兩碗水，煎到剩下一碗時就可以，摻下些鹽。

3. 下午十點吃下梅子茶一碗。作法：梅干三十粒，泡熱水

然後剝下外皮，三十粒子下鍋放下一碗半水煎到剩下一碗時，摻下些白糖，連續服用十天，功效神驗。

二、咳嗽秘方

咳嗽原因有很多，多是世人不知情，知情華陀賜秘方。秘方救苦有天數，數到八德復興時，時來行善之人用到秘方最神速。

(一) 春天時節之秘方

1. 上午十一點吃下楊桃、柑皮、梅子，三者煎茶飲。作法：
楊桃二粒切橫片，柑皮一個，梅子五粒，下鍋放下一碗半水，煎到剩下二碗水時，摻下些白糖就好，此時喝下一碗。

2. 下午二點上方剩下的一碗再熱一熱，就可再服用，連續

服用三天。功效如神。

(二) 夏天時節之秘方

1. 上午十一點：喝下一碗楊桃茶。作法：楊桃三粒切橫片，下鍋放下三碗水，煎到剩下二碗左右，摻下些糖。
2. 下午二點再喝下一碗上方之茶，連續服用三天功效神速。

(三) 秋天時節之秘方

1. 上午十一點：柑皮一個，甘蔗頭五寸長（三個）切片，龍眼干二十粒，三者一同下鍋放下兩碗半水，煎到剩下兩碗時左右就可以摻下些鹽，喝下一碗。

2. 下午二點再喝下上方之茶一碗。連續服用三天，其功效有奇驗。

(四) 冬天時節之秘方

1. 上午十一點：甘蔗頭五寸多長三個切片，葡萄干三十粒，楊桃一粒切橫片，三者一同下鍋放下三碗水，煎到剩下兩碗左右，此時喝下一碗。
2. 下午二點再喝下方之茶一碗，（但須要再熱一熱，效力比較強）。連續服用三天功效神奇。

三、風濕痛秘方

世人每日勞累積病因，病因很多，有的是飢餓過度，每日失去基本體力，日積月累傷到筋骨所引起，有的是營養過份充足，體內油脂過剩阻止血液所引起。有的是營養不平均血氣不足，上氣不接下氣所引起。有的是先天體力不足，在母親體內沒有充分的營養所引起。這是孕婦懷胎時期時常嘔吐，以致影響胎兒故而有先天體力不足。此種病因須要長期的治療才能收

效，至少須要五個月的期間。

還有一種風濕痛須要用靈療法才能收效，這是佛家所說的因果病，得到此種因果病的人，大都前世好色，虧了那條正義道，患者必須多多行善彌補前世之過，這樣吃下秘方非常的靈驗。

(一) 春天時節之秘方

1. 下午五點吃下楊桃茶一碗。作法：楊桃五粒切橫片，下鍋放下三碗水，煎到剩下兩碗左右，摻下些糖，此時服用一碗。

2. 下午十點：上方之茶再熱一熱服下一碗。連續服用五天功效神速，如果服用兩天沒有好轉，可能是因果所牽累，此時患者可雙手合掌，向蒼天叩求，我某某用到秘方

無效，前世若有做錯，叩求蒼天開恩赦罪，以後行功補前世之過錯。再繼續服用秘方，可漸收效的。

(二) 夏天時節之秘方

1. 下午五點：吃下龍眼茶一碗。作法：新鮮龍眼五十粒，外皮剝掉，剩下龍眼肉，龍眼子，一起不必再剝開，五十粒肉、子下鍋放下三碗水，煎到剩下兩碗左右，此時服用一碗。

2. 下午十點：上方之茶再熱一熱，然後服下，連續服用五天，功效如神。

(三) 秋天時節之秘方

1. 下午五點：楊桃五粒切橫片，梅干子五粒，龍眼干二十粒，三者一同下鍋放下三碗水，用文火煎到剩下兩碗左

右，此時服用一碗。

2. 下午十點：上方之茶，再熱一熱服用，功效神奇，連續服用五天。

(四) 冬天時節有秘方

1. 下午五點：梅干子三十粒，（用開水浸一下，然後剝去外皮待用）葡萄干三十粒、楊桃一粒，切橫片，柑仔子十粒，（柑裡面的種子勿弄錯）。四者一同下鍋放下三碗半水，煎到剩下兩碗左右，此時服下一碗。

2. 下午十點：上方之茶再熱一熱，然後服下，連續服用五天，此方功效真靈驗。

四、學生的酸痛秘方

最近幾年來學生的課業繁忙，忙讀賢書求進取，取到好學

校鑽學問，學問取來身體也受積壓，大多數學生疏忽營養，多數學生在早餐匆匆忙忙準備上學，趕車，而簡單吃下早餐，有的甚至來不及吃飯，到了學校又須用腦力，腦力運用須體內之營養來充配，在早餐吃不足量的養分一到十點左右常常飢餓過度，以致傷到體內各大筋骨，有的學生常常有酸痛之苦。

(一) 必須先清除肝火，功課繁多，遇到考試期有的常用功到深夜，日積月累熬成肝火暗侵。

清肝火之藥方，上午十點吃下葡萄干二十粒，睡前吃下楊桃一粒沾些蜂蜜，葡萄干與楊桃連續服用五天，肝火大致都可清除。

(二) 必須進補腦之食品，補腦食品以素類的比較能吸收。

補腦之秘方：

1. 白木耳煮湯，摻下些白糖。睡前吃下一碗，連續服用五

天，可以彌補用腦過度。

2. 皇帝豆（又名菜豆）十五粒，糙米半碗，兩者一同下鍋煮成粥，摻下些白糖睡前吃下一碗。

此方對於補腦也有奇特之效，連續服用五天。

(三) 直接治療酸痛之處

下午五點吃下楊桃茶。作法：楊桃三粒，切橫片下鍋放下三碗水，煎到剩下兩碗左右，此時服用一碗。

下午十點：上方之茶再熱一熱就可服用。連續服用十天，功效如神。

五、小兒咳嗽有秘方

(一) 柑皮二分之一片，楊桃一粒，梅干三粒，三者一同下鍋放下一碗半水，煎到剩下一碗左右，一次服用三匙，半點鐘

服用一次，連續服用三次，此方有奇特神驗。

(二) 枇杷兩粒洗淨切成兩段，裡面的種子也須切段，楊桃一粒切成橫片，兩者一同下鍋放下一碗半水，煎到一碗左右，一次服用三匙，連續服用三次，功效如神。

(三) 柑皮一粒（剛上市還帶青色之時）洗淨下鍋放下一碗半水，煎到一碗左右，摻下些白糖，時間必須在中午十二點左右服用，一次可服用三匙，只服一次就可以，此方是特效藥，只能在中午十二點左右服用，其餘的時間服用此方，可能傷到筋骨，故而不可亂服，因中午時間血氣旺盛不致傷到別處，故而有此分別。

六、婦女的風濕痛有秘方

(一) 香菇三朵切絲，花菜大致半碗多左右，（白種的才有效）

，九層塔花十朵，炒花生油，睡前吃下此方，連續服用此方五天，有神奇之功效。

(二) 香菇三朵切絲，金針十支，蕃薯切小塊半碗，香菜五樣，炒花生油，可摻下味精，少許鹽，睡前吃下此方，連續服用五天，功效神奇。

以上兩種秘方四季皆可服用。

七、兒童、青少年四季乾咳有良方

現代科學進展，展到各家都有電氣化，化成每家都有電冰箱，箱內冰涼水果、汽水、冰水樣樣有，有害孩童健康，在夏天，天熱之時孩童開冰箱大吃解渴，解熱之冰凍水果，果類冰類沖到人體血液溫氣，氣血淤積在胸部、喉部，日積月累，一到秋天遇到天氣轉涼時，此時喉部淤塞之血氣能阻循環，而成

了慢性乾咳，此種病症若無治好，以後會造食欲不振，營養失調，得到此病者有許多，筆者親自診斷過的學童患有此症的都是面黃肌瘦，但是服過秘方後，個個都恢復以前健壯。

此種秘方無分四季，只有一種：

木瓜裡面的種子，大概一百粒左右，下鍋放下一碗半水，煎到剩下一碗左右，摻下些白糖，時間定在中午飯後十二點左右，其餘時間不可亂用，連續服用兩天，其功效有奇驗。

八、孕婦感冒有秘方

天地造物真奇妙，其妙之處真正有，有孕婦人不可亂吃藥物，物質方面許多吃下會傷到筋骨，筋骨受到暗傷直接影響體內胎兒發育，育到不良小棟樑真正苦，苦處惱人時常見，而寫出孕婦秘方是此因。

(一) 甘蔗頭五寸多長五個，切成四片，香菜十釐兩者一同下鍋放下兩碗水煎到剩下一碗左右，一服立見效。

(二) 甘蔗頭五個，紅蘿蔔三條切橫片，兩者一同下鍋放下三碗水煎到剩下一碗左右，一服見效。

(三) 甘蔗頭三個，蘆筍（白色的）二十支，兩者一同下鍋放下三碗水煎到剩下一碗左右，一服見效。

(四) 紅蘿蔔一條切片，香蕉皮三枚，蘋果一個切成四塊，裡面的種子拿掉（因各種水果內的種子會傷到胎兒），三者一同下鍋放下三碗水，煎到剩下一碗左右，一服見效。

九、胖人減肥有良方

大部分身體超過重量的人，體內脂肪也過多，過多脂肪能阻血液之通行，通行血氣受脂肪之阻積病因，病因來自脂肪過

多，而增加了心臟的壓力，故而過分肥胖的人常患有心臟病。秘方是檸檬：但是檸檬的用法也須用得當才能生效，若是用法不當也可造成傷害內臟之苦，檸檬如掃把，可能掃除體內障礙物，但是用法不當時會傷到胃腸、十二指腸、最近時常看到胃出血，十二指腸出血，可能常吃到有害健康之化學食物，或檸檬冰所造成。

依筆者的經驗，一些肥胖的人來找我，要我開個秘方給她們，使她們不必節食而不憂日漸肥胖的藥方，當時華陀仙翁也已教到我檸檬的用處。

檸檬一粒，切片，下鍋放下三碗水，煎茶飲，滾後十分鐘就好，摻下些白糖，（檸檬子不可拿掉）。時間定在中午飯後喝下一碗，其餘時間不可應用，一個星期只能服用一次，如果體胖之人每個星期服用一次，對於身體健康有很大的幫助。

且說：那些人用到檸檬後，個個笑哈哈，哈哈華陀秘方真妙用。

十、肝硬化有秘方（肝炎、肝火兼可用）

世人每日勞累，有的工廠日夜不停做工，工人輪到夜班最是苦，苦因在人們該休息時不休息，一天二十四小時，有日夜之分，夜間該是人們休息與安眠的時候，也是天生自然的，可是科學的進步，晚間有電燈代替，已不像從前日出而作，日入而息，一但入夜人們都上床安眠很快的把一天的疲勞恢復過來。

◎現做生意的，做夜工的，往往都非常的遲睡，按理血液循環每天清晨三點血液一定要循環到肝部，若是遲睡的人，到了清晨三點鐘時血液無力循到肝部，日積月累肝火積高

而成了肝部硬化。

◎還有一種病因，是來自不如意事重重，受到強烈的刺激，不能安眠所引起。

◎也有一種病因來自悲傷過度流出大量的眼液所引起。

◎更有一種病因來自好飲酒，酒精吸收到肝部，此種肝硬化很難治療好，患有此病因的，每天睡到半夜會感到強烈的口渴，必要起來喝杯冷開水，才會感到舒服。

(一)第一種病因的秘方：上午十點吃下葡萄干三十粒。吃法：服用葡萄干以前必先喝下半杯汽水，汽水服用後再吃三十粒葡萄干。

下午十點吃下一瓶硫克肝口服液，兩者連續服用十天，有奇特的功效。

(二)第二種病因秘方：上午十點吃下木瓜二分之一片，沾些蜂

蜜。

下午十點吃下一碗蘆筍汁泡些蜂蜜，兩者服用連續十天，功效神奇。

(三) 第三種病因秘方：上午十點吃下葡萄（新鮮的）三十粒，渣不可吞下，若無新鮮葡萄時，可買葡萄罐頭代替（只可喝葡萄果汁，粒子不可吃下）。

下午十點吃下梅干子茶泡蜂蜜。作法：梅干十五粒泡浸熱水，剝下外皮，剩下種子下鍋放下三碗水煎到剩下一碗左右，待涼之後摻下些蜂蜜，連續服用十天有奇特功效。

(四) 第四種病因秘方：上午十點喝下兩碗烏龍茶泡蜂蜜（茶須等涼後才能摻下蜂蜜）。

下午四點：喝下一瓶硫克肝口服液。

下午十點：吃下葡萄汁一碗（葡萄罐頭就可以）。

連續服用十五天有想不到之功效。

十一、食物中毒有秘方

(一) 香菇十朵，洗淨下鍋放下二碗水煎茶，煎到剩下一碗左右，一服見效。

(二) 桃子五粒切痕（大概五痕左右）下鍋放下兩碗水煎到剩下一碗左右，摻下些白糖，一服見效。

(三) 荔枝的種子（新鮮的）二十粒，每粒切成二塊，下鍋放下兩碗水，煎到剩下一碗左右，摻下些糖，一服見效。

此三種藥方孕婦不可使用，其餘不分男女老少，皆合宜。

十二、扁桃腺炎有秘方

(一) 李子五粒，每粒切成幾片，放下碗中摻下些蜂蜜，十分鐘後可服用。時間定在中午一點左右，此時吃下功效神奇。

(二) 桃子一粒切成數片，放在碗中，摻下些蜂蜜，二十分鐘以後可取用。時間定在中午一點左右服下，此方功效奇特，三十歲以下不可用此方。

(三) 西瓜切成小塊放在大碗之中，摻下些蜂蜜。三十分鐘以後取用。時間定在中午一點左右，一服見奇效。此方六十歲以上不可用。

十三、貧血患者有秘方

普通人每日操勞，若是不注意飲食，營養失調，容易患上貧血，貧血之人容易招百病，故而每日操勞休息，營養非常的重要。

(一) 下午四點左右吃下楊桃一粒，沾些蜂蜜，楊桃含有多量的鐵質，故而此時吃下能補血。

(二) 下午四點左右吃下荔枝二十粒，渣不可吞下，渣不吞下才能夠補血，古人造字有藏真機，荔字細看兩個十字三個力，正是蒼天慈悲製造出此種精華品真有力，外皮是紅色、青紅色的也有，也是代表力壯補血之用。

(三) 下午四點左右吃下龍眼三十粒，渣不可吞下，才有效，龍眼樹站在山上觀千里，故而龍眼進入人體中也能管到體內各大小部門筋處，有肝火的人要吃此方，要注意。

(四) 上午十點左右先煎龍眼種子茶飲下。作法：龍眼種子三十粒下鍋放下兩碗水，滾後五分鐘就好，摻下些白糖，此時服下清肝火。下午四點左右吃下龍眼才能生效，又無副作用，許多人不知吃法，往往吃下龍眼後肝火上升，以致引起不良後果，素食的人龍眼是最好的補品。

(五) 下午四點左右吃下甘蔗一尺左右，可補血，但是補血的部

份是在甘蔗頭兩尺左右部分那段才能夠補血之用，中部以上部分不能生效。

以上五種菜類是天地精造的四季補品，平時常用也能解除疲勞，貧血的人可連續服十天，功效神奇。

十四、國中以上至大學生用腦過度有良方

華陀仙翁說：用腦的人消耗體力比在田裡工作的人多三倍以上，學生們忙讀賢書也競爭，爭取學位處處忙，忙中消耗精力，腦力真辛苦，苦讀賢書也須多吃些補腦食物，食物天地精造。

- (一) 上午十點吃下葡萄干二十粒。
- (二) 下午四點吃下蠶豆二十粒。
- (三) 睡前吃下香蕉一枚。

以上三種有連繫關係，三者欠一不能生效，這是一年四季中皆有食品，學生用來真方便，可以連續服用十天，隔十天可以繼續再用，這樣吃法無副作用，且能增進身體健康。

十五、華陀仙翁菜單兼驗方

許多清菜穀類配合起來也能治病，治病之法簡單又可口，可口菜單揮出濟世苦。

(一) 香菇炒花菜，用花生油，此方用在晚餐可治婦女腰酸背痛，白帶。

(二) 黑芝麻，香菇，豆腐，波菜，三者炒花生油，可治高血壓，此方用在中午效力比較強。

(三) 黃豆（浸軟），香菇，香菜，高麗菜，三者炒花生油，可治心臟無力，此方用在中午效力較好。

(四) 香菇、竹筍、白菜、皇帝豆（菜豆）、金針，五者炒花生油，此方可治四肢無力，心臟無力，此方用在晚餐效力比較強。

(五) 香菇，碗豆，金針，豆腐，蕃茄一粒就可以，五者炒花生油，此方治療便秘真有奇效，用在中午效力比較強。

(六) 香菇，蘆筍，黑芝麻，香菜，金針，五者炒花生油，可治風濕痛，此方用在下雨天的午餐效力特奇。

(七) 香菇，紅蘿蔔，香菜，白木耳少許，黃豆，五者炒花生油，此方可治貧血，清血，補腦之用，此方中午或是晚餐可用，（用在中午補腦，用在晚餐治貧血，清血）。

(八) 香菇，金針，苦瓜，花生仁，黑芝麻，五者炒花生油，可治傷風感冒，此方用在夏天的中午才有效，效力特奇。（花生仁十粒，黑芝麻二十粒就可以，其餘隨意多少皆可。）

香菇每種最少須要五朵，切絲，黑芝麻不必太多，金針每種菜單中的數量在十支或二十支之間都可以，其餘的分量隨意都可以。

華陀仙翁秘方第四卷，純粹是救病苦，苦病之人用到秘方有福，福來之時須多行善，善心啓發福無窮，無窮天理真奇妙，奇妙善心人人有，有本華陀秘方身心皆安康，康健文章得來須保存，存在救人救己真妙用。

讀者來函見證

博士夫人慈鑒：

新年新歲，恭祝新春快樂。

我雖與妳雖素不相識，但兩年來拜讀妳的大作——華陀仙翁秘方，深受其惠：

我婆婆三餐茹素，爲了她的三餐，真是煞費心思。有一天，婆婆很高興的拿回華陀仙翁秘方一書，說是後面附有菜單，以後我便常照著菜單作給婆婆吃。最近她身體愈來愈健康了。感謝妳的著作使她遠離醬瓜之類的食物，不但賜給她健康，亦賜給家人快樂（父母的健康即家人之樂）。但是菜單總嫌花樣太少，多吃常生厭，如能多寫些菜單，造福大眾，真是感激不盡。

兩年來照著秘方治療感冒，確有奇效。第一次用秘方是兩年前有一天小姑得了重感冒，請假在家，勸她去吃藥打針她不肯，我靈機一動，找出秘方來，照她的病情選了菠菜之方，做給她吃。結果那天午覺醒來，小姑跑來告訴我，真有效，鼻涕不流了！這以後我們一家人感冒就按著書上的方子來吃，都很有效。既省錢，又不必花時間跑醫院，其他如治下痢的方子確

有奇效。第三卷中治兒童頭痛、腳酸、身體瘦弱之方，小女連續食用未到一個月就根治了。最叫人稱便的是這些方子多是青果，既好吃，又有效，怕吃藥的小孩子最受用。美中不足的是常見之病如扁桃腺發炎，小孩子夏天常發生的膿包症，風濕關節炎，胃病，乳癌……等常見之病的預防，治療方法，均未寫出，希望能繼續寫出，造福患者。

拜讀大作知妳先生爲醫學博士，以妳慈悲爲懷，加上妳精通中醫脈理，期盼能與先生合作，融西醫與中醫之長於一體，以醫治絕症，造福病患，則不僅是人類之福，亦是家國之光。本人人才疏學淺，謹以誠摯之心，拉雜的寫出讀者心聲，以表達由衷的崇敬及感激之情。

敬祝

萬事如意

台中讀者

張淑美 敬上

明純女士慈鑒：

兩年多了，藏在我胸中的無限的感激，苦無機會向您表白，謹藉這區區短箋，聊表衷心的感激及謝忱。

我是“華陀仙翁秘方”的受惠者。三年前看到您寫的“秘方”實在不敢相信普普通通的青果就能治療疾病。但是兩年多前，一個偶然的機會，我遇到您，您見我有皮膚過敏症（西醫所謂）當即為我把脈，告訴我病因是皮膚表層血液不暢通。只要每晨十點吃三〇粒葡萄干，下午四時吃龍眼干三〇粒，即可痊癒。我半信半疑，心想這麼平凡的東西，就能治癒這種多年

困擾我的頑疾嗎？幾年來跑遍各大醫院診所，中醫西醫兼尋，一直都無法根治的頑疾那有這麼簡單就能治好的？抱著姑且一試的心理按時服用（因職業關係下午延後半小時服用）。豈知這平平凡凡的葡萄干、龍眼干竟然發揮了大用，真的，我的皮膚過敏症痊癒了，我真是太高興了，多年來的宿疾一旦解除，不但心情愉快，而且衣著行動輕鬆自如，我帶著滿心的歡喜，感激找到您家，想當面表達我的感激，可是您剛巧不在，以後再訪也未能如願，只好把這一顆無限感激的心，化作無限的祝福，默祝您萬事如意。

以後我常常看秘方，依秘方治病，都很有效，可是還有許多疾病如長年咳嗽、腮腺疾、甲狀腺腫等都未寫出。兩年多來我一直盼望看到第四冊秘方出版，可是至今一直沒有消息。希望您繼續爲造福貧病而努力，早日寫出更多秘方。

真不知如何表達我對您的敬重與感激，在身受您無限的恩德後，我常想天下像我一樣為疾病所苦的人，不知凡幾，以您對脈理的精通，對病因推斷的精確，為何不以此救世濟人，使天下為疾病所苦的人同沾您的恩惠除去病痛？在此謹寄上無限的感激與期望，期望日後普天下的病患，能同沾您的「仁心仁術」。（健康就是人生最大的財富，我深受病痛之苦，所以敢向您作如此請求，你不會介意吧？）

敬祝

健康快樂

受惠者 楊道卿 叩上

六六、十、十

明純女士：

佛弟子緣醒（女）看到您扶金筆之華陀仙翁的秘方，覺得真有趣，一面感謝仙翁之救世救恩，一面感謝您無限的慈悲。從那一天起 本人就想，如果有機會，想要來試試此秘方的靈驗。本來「糖尿病」是種沒有特效藥的病症。而且是種非常麻煩的病，剛好我的親戚，有位害了這種病的。本人就想機會到臨了。就依仙翁指示的秘方去給她治療，服過十天菜後，就請她去給醫師檢驗。本來這位小姐，是十（プラマ）三個的，只服了十天的秘方，就只剩下一個十（プラマ）。本人就非常欽佩，此菜的奇效。後來讓她休息了十天，再給她服了十天秘方，果然痊癒了。

由此看來，仙翁的秘方的靈驗，真使人驚奇與佩服。同時極為感謝仙翁和明純女士您的宏恩。

癌的秘方，現在朋友在服用中。

因爲此仙方的靈驗，本人也想要印一千本送給人家，解救苦難的眾生。

弟子想這本書裏面有的以外還有女人易患的。

一、甲狀腺肥大症——(一)軟軟的裏面像有膽汁似的。(二)硬硬的好像肉塊的。世上有許多人被這種病困擾著。二、肺癌。三、咳嗽。四、心臟病。五、胃炎。六、膀胱炎。七、痔。(一)內痔(二)外痔。八、神經痛(風濕)。九、腎炎(腎臟症)。十、結石症。十一、高血壓症。

以上十二種病症，可不可以，敬請明純女士再求

華陀仙翁，再賜藥方(秘方)救世。……如果能得到仙翁和明純女士的慈悲，弟子代表一切的眾生向您們致最虔誠的謝意。同時再賜給我們的新秘方，也能在新印的一千本裏頭，救苦救

難，感謝萬分。多忙之處，敢打擾您，請您恕罪。弟子在等著
您的好消息，專此拜託。並請
快樂

一九七五年民國六十四年十一月三日

在家居士

釋緣醒 敬上

華陀仙翁秘方第五卷

第四卷秘方出版以後，敝人每日接到各地人士來訪，訪客中也有看到各種奇症，奇症大部份都是與前世因果有相連，我普通看一個患者，必須花掉基本體力（五C C左右血液）若是病症比較深的也須用掉更多的體力，體力有限，難應付各地來訪的病患。

最近謝絕訪客，華院仙翁教我鍊藥丹，藥丹鍊成在我手中，手中藥氣能夠直接打通病患血脈，給我把脈看後身體可立即好八分，我每天須要吃下西洋參、高麗參、然後吸取日月精華，靜坐鍊丹，丹成之後才能應付各地病患。

過去五年來我所經驗過的驗方、秘方公開於世，希望能救各地苦病患。

楊道正敬啓

一、胃炎有良方

普通患有胃炎之人，大都與肝部有關連，治療之前必須要先降肝火，然後才治胃炎，才能根治。

- (一) 上午十點以楊桃半粒沾些甘草粉、鹽、糖。渣不可吞下。
 - (二) 下午兩點吃下甘蔗，五寸多長。
 - (三) 下午九點吃下木瓜四分之一片，沾些甘草粉。
- 連續服用五天就好，忌吃魚類、豆類、薑。

二、胃痛胃脹有良方

患有此種苦病之人，大都是與前世因果有關連，依敝人過去之經驗，我的手一碰到病患小指時，自有聲音從病患身上發出救命救命，言他前世欠我錢銀沒有還我！要纏他幾月，或是幾年，均按照錢數計算。前世欠人錢財越多，今世受苦的期數

也越長，患者如看到此書，可雙手合掌向蒼天叩求，我某某前世若有欠人錢財不還，叩請蒼天賜我解冤，以後病好之後，助印善書補過，這樣吃下秘方才有靈驗。

(一) 上午十點吃下甘草十片、楊桃一粒切片，下鍋放下一碗半水，煎茶至一碗左右，喝下半碗就可以。

(二) 下午二點吃下梅干一粒，（普通餅店就可買到）。

(三) 下午九點吃下木瓜四分之一片，（木瓜不可選太大的）。
忌吃：花生、肉類。

三、胃部出血有良方

普通人患有胃出血之因，大都是中午飢餓過度，過度飢餓連續有六年時，已到無力忍飢，胃壁已經很薄了，此時遇到勞累過度，還是吃到刺激性的食物，就會有胃出血的病症，此症

有根治的藥方。

(一) 下午二點吃下木瓜汁半碗。

作法：木瓜還未成熟的，大概像鵝蛋大的木瓜，洗淨搗汁，摻下些白糖。

(二) 下午九點吃下高麗菜汁半碗。

作法：高麗菜洗淨，搗汁摻下些蜂蜜。（高麗菜須用鹽洗才無農藥之憂）。連續服用十天，十天以後休息五天，五天後再繼續服十天，就可根治，此方已多人皆服用好。

四、胃下垂有驗方

患有此症的人非常痛苦，苦症起因來自晚餐前飢餓過度，以致胃部機能退化，退化機能無力吸收營養，日積月累造成胃

下垂，此症根治有驗方。

- (一) 下午二點吃下西洋參粉一小茶匙（粉光），用開水服下。
- (二) 下午九點吃下半碗糙米汁煮香菇。

作法：糙米半碗泡水六個鐘頭，然後用果汁機打攪成糙米汁，香菇三朵切小絲下鍋，放下一些水，煮熟以後倒入糙米汁攪拌成糊狀，摻下些白糖、鹽，吃下半碗就可以，不可吃太多。連續服用二十天，此方已多人服用好。

五、消化不良有奇方

患有此症之人大多是小孩，小孩不能控制飲食，常常吃過多的糖果、餅干、青果，以致消化器官過度繁忙，而致消化不良。此症良方吃下無副作用。

(一)下午二時吃下梅子茶半碗（梅干裡面的種子）。

作法：梅干三十粒剝下外皮，下鍋放下一碗半水，滾後十分鐘就好，摻下些白糖。

(二)下午九點吃下梅干一粒，梅干有很多種，有甜的、有摻甘草的、有鹹的。吃下有摻甘草比較有效，其次是鹹的。

六、胃潰瘍有秘方

患有此症的人，大都是夏天時喝過多的冰水、涼水，及冰涼水果所引起，連續在夏天吃過量的冷凍物有五年時，胃的機能就有退化的現象，以致血氣不通淤積於胃部，而成胃潰瘍。筆者自從與華陀結緣以來，已有七年不吃冰箱內之物，普通人上午十一點至下午四點之內，吃下冰、涼水、冷凍水果，在適當的分量下，不會傷到身體各部門。若是在血氣不旺之時辰吃

下冰果，則百害無益，有些患上癌症之人，可能吃到冰涼之物所造成。

治療胃潰瘍第一步必須先找醫師診斷，醫師確定是胃潰瘍時，華陀秘方可與西藥（注射）合作。

（一）上午十點吃下木瓜八分之一。（一粒木瓜分成八片，吃下一片就可以）。

（二）下午二時吃下荔枝汁三湯匙左右（普通市面上所賣的罐頭就可以）。

（三）下午九點吃下櫻桃一粒、櫻桃汁一湯匙。（罐頭裝就可以）連續服用十天，其功效神奇。

七、十二指腸潰瘍有秘方

患有此症之人大多暴食暴飲，有時又飢餓過度，以致傷到

十二指腸壁，此症療法須與西醫合作效力迅速。

(一) 上午十點吃下櫻桃一粒、櫻桃汁一匙。

(二) 下午二點吃下木瓜八分之一片。

(三) 下午九點吃下荔枝一粒，（荔枝渣不可吞下）、荔枝汁一

湯匙，（荔枝罐頭就可以）。

連續服用十天，其功效真靈驗。

八、公務人員的胃腸病有秘方

公務人員每天久坐辦公，久坐之人其血氣時常累積於腹部，故公務人員常患有胃悶、胃痛、消化不良、便秘等症狀。

(一) 上午十點吃下楊桃半粒，渣不可吞下。

(二) 下午二點吃下梅干二粒。

(三) 下午九點吃下香菇（三朵）炒紅蘿蔔（半條）、摻下些香

菜，用花生油才有效。

連續服用五天，此方公務人員可以半個月吃一次，一次須要連續五天，這是保胃健腸之良方。

九、一般有損害胃腸之青果

天地造物養群生，生存天地間之植物，物質繁多，品質也各異，各有作用，有些酸素、維生素、抗生素過多之青菜，都能傷到體內細胞之組織，有時也可取用做特效藥方。

(一) 每年剛上市之李子，不可多吃，要吃李子，須注意不可在下午三點以後吃，否則會傷胃腸，胃腸之壁會被其成份割薄。若是用在中午則可當消炎處方，用之得法，則百益無害，吃李子最好加上蜂蜜才無副作用。

(二) 檸檬：不宜多吃，吃下過多的檸檬，胃腸之壁會日漸薄弱

，以致引起胃出血，十二指腸出血之憂。

第四卷秘方已寫過檸檬可治肥胖之症，的確有效，可是每個星期只可用一次，持之有恒，許多過胖的人都苗條了許多，皆言檸檬真妙。

十、慢性盲腸炎有秘方

普通患上盲腸炎之症，大多來至因果，重的必須開刀，較輕的例如慢性盲腸炎，可以不開刀用藥物治療，其發病期間必須「發願」，病癒以後行善補前世之過，這樣吃下秘方非常有靈驗。

- (一) 上午十點吃下梅干一粒。
- (二) 下午二點吃下楊桃半粒沾些甘草粉，渣不可吞下。
- (三) 下午九點吃下甘草茶半碗。

甘草茶作法：甘草三十片，下鍋放下一碗半水，煎到一碗左右，摻下些鹽、白糖。連續服用五天可治癒。

十一、小兒腸炎有秘方

遇到小兒患上胃腸炎，其因大都是感冒所引起，因胎兒在母體中時，母親吃下過量的柑子、梨子、鳳梨，此三種青果皆能間接傷到胎兒的胃腸，以致孩子出生以後胃腸較無抵抗力。又有一種是孩子吃下不潔之物所引起。

秘方有三種：

(一) 柑子（柑裏的種子三十粒）下鍋放下一碗半水，煎至一碗左右，摻下些鹽、白糖，一次喝下二匙，半點鐘服用一次，直到那碗柑籽茶喝完為止，其功效神奇。

(二) 梨子外皮，普通大小梨皆可，只削下外皮，煎茶飲就可以。

作法：梨子大的一粒就可以，小的三粒左右（取其皮），下鍋放下一碗半水煎到一碗左右，摻下些鹽、白糖，一次喝下二匙，半點鐘服用一次，一碗服用完為止，其功效神速。

(三) 蘋果一粒：本省出產的爲佳，蘋果一粒切成四塊，裡面的種子不可取掉，下鍋放下一碗半水，煎剩一碗左右，摻下些鹽、白糖，一次服用二匙，半點鐘服用一次，用完爲止，其功效真靈驗。

十二、四歲以內小兒消化不良有秘方

小兒消化器官不壯，其因大多在母體中，母親吃下過量酸性水果類，例如李子、柑桔、檸檬，都能間接影響到胎兒的體質，孕婦若想要孕育健壯的小兒，有孕期間多吃糙米、甘蔗、

楊桃、木瓜、桃子，以上五種穀類果類，可壯胎兒消化器官，其出生的胎兒能夠適合各種的奶粉，且有強壯的骨骼。

最近科學發達，達到每家大都有果汁機，果汁機用來自製日常生活食品也很方便，華陀秘方世可與科學相齊並進。

(一) 秘方是糙米，糙米泡浸一夜，用果汁機打汁，其數量不必太多，然後下鍋再放下五粒梅子（梅干內種子），煮成糊狀，摻下些白糖。

(二) 下午二點吃下半碗，連續服用十天其效果奇佳。

十三、五歲以下至十歲小孩胃腸諸病

小孩一到五歲以來，大多數的孩子都喜歡吃糖果、餅干，有色素的糖果類、及有糖精所製的蜜餞果類，小孩子吃東西不能自己控制、多吃、多喝涼水、汽水，都能直接傷到胃腸，胃

腸之病惹來真正苦，華陀秘方濟苦是天意，希望各位讀者用到秘方皆安康，康樂家庭好行善，行善不必花太多錢。

十四、小孩腹痛有秘方

◎木瓜皮（青木瓜取皮）一個，下鍋放下一碗半水煎茶飲，煎至一碗左右，摻下些鹽、白糖，一次喝下半碗就可以，其功效神速，此方無副作用。

十五、小孩胃腸消化不良有秘方

◎楊桃三粒搗碎，取下楊桃汁，楊桃汁放下碗中，摻下三粒梅子（梅干內種子），泡浸一點鐘左右，就可以服用，此方非常靈驗，一服見效，只可用一次，此方有副作用，故不可多用，它的副作用是會微傷到心臟，用後三點鐘後，須再服用健壯心臟之秘方。

十六、強壯小孩心臟之秘方

◎櫻桃：此種櫻桃是天地精造補血、補氣之藥方，世人不知採用，它可以用來強壯心臟之藥，小孩服用消化不良之藥以後，必須要服用櫻桃十粒，這樣身體才能健壯。

十七、小孩上吐下瀉有秘方

◎高麗菜：高麗菜選葉子較厚的為佳。高麗菜洗淨搗碎取菜汁，大約半碗左右，摻下些鹽、白糖，一服見效，此方無副作用。

十八、成人上吐下瀉有秘方

◎高麗菜、梅子（梅干內種子）五粒，柑皮半個。
作法：高麗菜搗碎取汁約半碗左右，然後放下梅子五粒（梅

干剝外皮，裏面的種子就是），柑皮用滾熱水溫熱，一服見效。此方吃下有副作用，能傷到心臟，病好之後會感覺心臟無力，身體疲倦，吃下此方五個鐘頭以後，須再服用高麗參十片、龍眼干二十粒，放在杯子用熱開水沖下，五分鐘以後可以服用。

十九、乳癌有驗方

患有乳癌之人，大都是與前世因果有相連，還有一些人產後不給孩子吃母乳，以為給孩子補乳容易失去青春，其實不然，給孩子補乳是天經地義的事，也是天生自然的，某些人違背天理，造成乳腺不通，孩子出生乳腺不通，故有些人自招痛苦來自此因。

(一)屬於因果病的比較難醫，必須發願放生，多吃素類，忌吃

魚類肉類藥方是萬年青。

用法：分成十次治療，此方已有患者治癒。

第一次：萬年青十葉，洗淨下鍋放下一碗半水，煎至一碗左右，摻下些鹽、白糖。時間定在中午一點左右，連續服用五天。

第二次：萬年青二十葉，龍眼干二十粒，兩者下鍋放下二碗水，煎至一碗左右，摻下些鹽。服用時也是中午一點，連續服用十天。

第三次：萬年青三十葉、萬年青之莖一尺多長切段、葡萄干二十粒，三者下鍋放下三碗水，煎至一碗左右，摻下些鹽、白糖，服用時間相同，連續服用十天。

第四次：萬年青五十葉，洗淨下鍋放下三碗水，煎至一碗

左右，摻下些鹽、白糖，服用時間相同，連續服用十天。

第五次：萬年青三十葉、金針十朵、柑皮半個、龍眼干三十粒、櫻桃十粒，五者一同下鍋，放下四碗水煎至一碗左右，不必再摻下鹽、糖。服用時間定在下午四點，連續服用五天。

第六次：萬年青三十葉、梅子五粒，兩者下鍋放下三碗水煎至一碗左右，摻下些白糖，連續服用五天。患者連續服用至第六次須停止服用，休息二個月。服用時間是下午二點。

第七次：萬年青十葉、櫻桃十五粒，兩者下鍋放下三碗水煎至一碗左右，連續服用二十天。服用時間是下午二點。

第八次：須感謝天恩賜藥方，多多行善。

萬年青五十葉，洗淨放在大杯子裡，然後沖下黑松汽水，泡浸一個鐘頭。

服用時間定在上午十點，一次喝五湯匙左右，一點鐘喝下一次，直到大杯子裡面的黑松汽水喝完為止。第八次之藥方只可服用一天。

第九次：萬年青三十葉，龍眼干三十粒、柑皮半粒、櫻桃十五粒、梅子（梅干內種子）三粒，五者一同下鍋，放下三碗水煎至一碗左右，不必摻下鹽、糖。服用時間定在下午二點，連續服用十五天。

第九次服用後須多做體操，起先不可做劇烈之操，最初是展開雙手，輕輕的、柔柔的，好似游泳的姿勢，連續做一個月左右，體操之時間定在上

午六點左右，下午九點左右，一天兩次，其餘時間不可亂做，因這是配合血氣循環之時，一次做十分鐘左右就可以。

第十次：萬年青五十葉、龍眼干五十粒，下鍋放下四碗水，煎至一碗左右，摻下些鹽。服用時間定在下午十點，連續服用十天。

(二)屬於現世界報的也有另一種秘方，世人日漸崇習歐風，歐風吹昏了中國固有的節氣，少女們情竇初開，社會上青年們、壯年們有部份也都被染上了七年之癢，此歐美癢症侵襲寶島已多年，而造成處處皆有未婚女性打胎、非婚生子、把子女送至孤兒院，讓人撫養。打胎後也有副作用，就是胎兒被殺，其胎之魂怨氣不散，前來算帳的也有，用到此方之人須雙手合掌向蒼天叩求，悔悟過去不知情理，以

後克盡婦道守節，服下秘方真靈驗。

1. 楊桃十粒，搗碎取下楊桃汁，摻下些甘草粉、鹽、白糖。
服用時間：下午二點，服下一碗左右。

下午九點服下一碗左右，連續服用十天。

2. 萬年青一百葉，下鍋放下四碗水，煎至一碗左右，摻下些甘草粉、鹽、白糖。

服用時間定在下午四點左右，連續服用二十天。

3. 楊桃五粒、櫻桃十粒、甘草十片，三者一同下鍋放下四碗水，煎至一碗左右，摻下些鹽。

服用時間定在上午十點左右，連續服用十天。

4. 萬年青五十葉、竹筍葉十片、龍眼干五十粒，三者下鍋放下五碗水，煎至一碗左右。

服用時間定在下午五點左右，連續服用二天。

5. 楊桃三粒、柑皮半粒、葡萄干三十粒，三者一同下鍋，放下四碗水，煎至一碗左右。

服用時間定在下午一點左右，連續服用三十天。

患者服用到第五次秘方後，須多助印聖賢書，書中有寶取不盡，盡量多讀多看多明理，明理徹悟開智慧，智慧泉源長留在心中，心中節志常運用永不招災。

二十、小姐臉上青春痘之治療法

青春痘起因有多種，有的是血液循環不正常所引起，有的是蛋白質過剩所造成，有的是肝火上升所得來，來賜秘方是蒼天。

秘方只有一種，這種可謂特效藥，用後無副作用。

◎檸檬皮一個、葡萄干二十粒、甘庶一尺多長，可切斷分成

四片，甘草十片，四者一同下鍋，放下四碗水煎至一碗左右。

服用時間定在中午一點左右服用，連續服用三天，三天以後可能漸漸消除痘子，而且沒有痘痕之點。臉部漂亮應謝天恩，恩施秘方便宜又可口，節字永記心中，正是感謝天地恩。

第五卷秘方揮出以前，敝人真正苦，苦受節字之考十多年，年復一年看賢書，書中佛寶啓智慧，智慧通天學病理，病理靈通正是守節字得，得到秘方不敢貪財濟病苦，病苦之人用過秘方都稱奇，奇特秘方真平凡，平凡中國八德真寶貴，寶貴八德齊守，人人皆健康，康健文章人人得，得到此書皆是大福人。

奇妙的靈界

敝人寫文大都靈通來，來時文章泉湧不費心，心中文詞好像從天上傳下，下筆之前似乎是無線電，電流傳音在心中，心中似有一部機件在操縱。

第五冊秘方已降下，降下健康文章濟病苦，苦病之人真多。科學進步，一日千里，凡人日月操勞累積成病因，病因找出藥到病除。

因果病患者最難治療，療病之前須與怨靈談和。和解以後吃下藥方神奇靈驗。

說到靈界奇觀是真多，多是凡人不知情，有上界靈、凡界靈、陰界靈。其中以上界靈最奇妙，凡人若與上界靈接觸以後，會變成智力大開，而能學習各種技藝，或醫病之法，法力無

邊與科學並進。

最近敝人又進一步學到驗孕之法，一秒鐘立刻判斷，比科學還快，又準確，我試過許多孕婦百試百應驗，只要我的小指伸出對準孕婦的無名指，我的小指自然而然的輕跳三下，跳的次數有十下就証明有半個月了。那是無名指的血脈通到子宮，子宮有小生命之靈磁到我的手自然會震動。記得有一次，一個新婚不久的太太來我我，她說月事已經超過三天沒來，我叫她伸出手來給我試試看，結果我的小指動了三下，恭喜您有喜了，那位少婦非常奇怪，怎麼這樣就斷定有了，其後她往婦產科檢驗，醫生說沒有受孕，又再往別處去驗也是同樣說沒有，那少婦又來找我，已經事隔十天了，我再叫她伸出手來，小指一碰到她的無名指，這時小指跳了十一下，恭喜您這孩子的靈力很強，以後可能很聰明，那少婦又說：「我去給兩家醫院驗孕，

都說沒有這回事。」我向她說，妳再往別家醫院檢驗看看，一定有的。半個月後她來找我，還用驚奇的眼光看我，向我說你這一招是從何處學來的？真靈！我再往別家醫院去檢驗時，真的已經有了，想不到妳的手竟可與科學並進。

我與華陀學醫也真正苦，若鍊靈力在手，雙手的靈氣也須要試藥方，中藥、西藥、青果菜類都須要用靈力先試過才能寫出秘方，遇到有副作用的藥物，也須要用別的食物來相助，這樣治病才能達到根治圓滿。

說到試藥力、藥效、副作用，只要我的手一伸出，大姆指對準成藥或是天地精造品，大姆指會自動的跳一下，跳有一百下，此藥方之力能夠循環至頭部各部門；相反的我的大姆指反過來對準藥方，有副作用的自然這邊也會一上一下的跳，跳越多多次副作用越大。若是無無副作用，就不會跳動。

華院仙翁秘方第一卷已有寫過，以後可與西歐醫學合作，當時我還沒鍊到這程度。普通醫藥大部份都有副作用，以後可取西藥之長，與中藥、青菜穀類合作，醫療較難治療之症。

取博士之經過

我先生畢業台北私立醫學院，在當軍醫一年末時，適逢國內招考公費留學，請假前往應試，先生平時精讀德文，能說一口流利的德語。

那時也有西德派來中華民國監考的教授，教授用德語口試，輪到我先生時跟他握手，手心冷冰冰的（當時寒流來襲），他向西德教授說：「我的手雖然很冷，可是我的心是溫暖的。」西德教授讚佩中華兒女有溫暖心。就這樣順利的考上西德政府獎學金。

退伍以後前往西德烏茲堡大學醫學院深造，他富有進取心勤奮努力攻讀，在短短的一年多，順利的通過論文考試，剛巧出國兩年整，那天發表得到西德醫學博士，西德醫學教授稱讚中華兒女真棒，其後在西德柏林一家市立大醫院實習，對每日工作負責且有強烈的熱心於醫療研究，而受到教授的好評，在那裡學到爐火純青，吸取西歐醫學精華時，這時他想起了祖國，西德那邊的醫師們都挽留他，可是他愛國心切，歸心似箭，將在西德所學帶回祖國，貢獻給國家社會。

苦鍊內功的經過

敝人與華陀仙翁結師徒之緣以來，每日均還教我運功鍊真氣，吸取東方真氣，靜坐鍊功體，功體鍊到圓滿時，可以為病人治療難醫之症。

起初鍊功真正苦，有時在中午陽光強烈時，須要上陽台吸取太陽光，陽光吸入體內再鍊純陽氣，氣脈全部打通須三年，三年以後每日必須吃下高麗參、西洋參，兩大藥方鍊成丹在心田中，心部有兩藥丹可濟貧苦病，苦病之人接到藥丹之氣，很快就恢復健康，我的苦鍊已有六年整，鍊到三年以後時最痛苦，因為要受師父嚴格考驗，時常破功，破功之時臉色變青，不能用到冷水，心臟無力難支持，一次磨鍊一次強壯，一連破功有一百八十次，次次驚險驚動，父母心難安，現在功力，藥丹力已漸步入爐火純青境界，等到功力、心力、體力皆致爐火純青時，就可與西歐科學合作，進一步濟世救人。

靈魂的新發現

佛說因果真正有，有時敝人看到長久病患來求藥方，我的

眼睛打量病患者時，會聽到其人身上另一靈魂喊：「救命！救命！我有領冥旨前來討債的！」我運用靈力跟那討債者言談，他是欠妳什麼？有的會說前世欠銀子不還或是被殺，種種的過程，有時聽來真可怕，有時聽來真有趣，其怨靈每個所談的語氣皆不同，有的聽來有幽默感，談笑風生，現在我把所經過的略寫一些，讓讀者當故事看也好，或是當因果實在有報應也好。

△有一個女士，住在沙鹿，患有全身瘙癢，手抓一下癢部就有手痕腫起，吃藥打針都不見效，已有十個多月，去台中遇到朋友介紹來找我，她一進門我看到她身上有一條蛇，我一直看那條蛇，那蛇一直說：「我有領冥旨來討債的，她前世吃我肉，喝我的血，磨我的骨，我是一隻有修養的蛇，我不敢吃小動物，平日只吃草、水，望以後能快投生人道，我的壽命未終

，她看到我將我打死，然後將我的肉煮湯賣人，我的骨拿去磨粉當藥賣人，我非常的不甘心，我領一殿冥旨而來的！」我問那蛇你要纏他多久？牠說：「我領冥旨是一年八個月，使她花錢吃苦藥，吃到一年八個月才往一殿交旨。」我又向牠說冤冤相報，業業相纏你們都痛苦，我叫她行善將功德回向給你好不好？牠說那是求之不得。我向病患說前世因果病，須要行善補前世之過，過後那病患打電話來道謝，言說他的因果病已經好了。

△有一個男孩六歲左右，家住田尾鄉，有一天他父母帶來找我要求華陀仙翁賜藥方，打量那小孩一下，身上有一靈魂附身，而喊：「救命！救命！我有領冥旨來的，他前世侵犯公款三萬元，上司誤會我偷，害我入牢，我死後非常的不甘心，向二殿閻羅控告，陰司辦案無私，特賜我冥旨前來算帳，要纏他

三年整！」我說：「冤冤相報，兩者都苦，叫他行善功德回向你好嗎？」他說：「那是求之不得的，真謝謝解開我們的冤結。」其後我向那孩子的父母說：「你的孩子正氣不通，鼻子常有病是不是？」他的父母說：「我的孩子鼻子時常不通，又時常流鼻血，中西藥方吃許多都無效。」那這樣很簡單，您們去台中聖賢雜誌社用你孩子名義助印善書，叩求蒼天賜解開前世冤孽病，其後吃下藥方非常有靈驗，藥到病除。

△又有一個彰化市人，她臉上都是黑點，今年二十多歲，她從六歲出麻疹以後臉上就有長出黑斑，到現在全臉部都是黑斑，到各處求醫都不見效，聽朋友介紹來問有何藥方可治療，我打量她的身上，就有八個陰靈說：「救命！救命！我們有領冥旨來的，有的說他前世借了我們的錢，去做黑天暗地的生意，而且又沒有還錢，我們死後也被閻羅整得好慘，說是我們的

錢借他去做犯法生意。」我說：「是什麼犯法生意？」他們說：「偷賣鴉片。」我說：「原來如此，那你們要纏她幾年？」他們答：「二十年。」「那麼叫她行善其功德回向給你們好不好？」他們異口同聲說：「求之不得。」那患者也發願要行善補前世之過，現在她臉上的黑斑已漸漸退化，比以前好看得多了，前世因果報應也真厲害。

△最近溪湖有一女士帶著她女兒前來，叫我給她女兒看相，因她女兒今年已經二十八歲了，與人談婚嫁都談不成，有時將要談成又落空，我一看到那小姐身上，有一陰靈說：「救命！救命！我是有領冥旨來的，他前世破害我的姻緣！」我問道：「那你纏她有多久？」他答：「已有四年了，那麼領旨要纏幾年？」他說：「七年！」我說：「冤冤相報，實在兩者都不好，你暫時離開她，以後她若與人訂婚，叫她助印聖賢雜誌，

以其功德回向給你好嗎？」那怨靈歡喜離去，不到一個月那小姐已經訂婚了。想來真可怕，陰靈附身可造成血液循環不通，而發生身體內部各線路故障，故障原因查出以後，對症下藥效果大都是百分之百靈驗。但我爲什麼要這些患者助印聖賢雜誌呢？因爲華陀仙翁及各界仙佛都曾告訴我，聖賢堂有一股浩然正氣，是正派之鸞堂，不營利，一切經書都是免費贈送，功德浩大，受勸化的人最多，故捐印該堂出版的聖賢雜誌功德感應最速。

我所經歷的現世果報

△有一個孝婦來給我燙頭髮，我剛爲她剪下第一刀時，我聽到一個聲音從她的頭上發出來，說：「小心一點，這個人是孝婦，我領天命保佑她賺錢十年，我是福神。」

我向那孝婦說：「您平時非常的孝順，您可連續賺錢十年！」那孝婦聽了以後非常的驚奇，向我說，你再說一遍好嗎？我再強調說一遍，她說哎呀您真靈，你爲什麼都知道，我實在是每日都賺一千多元，因爲我家種了幾棵蕃石榴，每天都採了一擔，一挑出去賣，人人稱讚我的蕃石榴又甜又香，一下子就全部賣掉了。真奇怪，今天摘完，想定明天可能不夠半擔了，結果又是摘了一擔，每天都是一千多元的收入，有人都去請教她如何栽種，她說：自己也不知道。善有善報，蒼天最疼孝順人是真實，實情文章不敢亂編人。

△敝人先生出國不久，遇到瑤池金母給我啓靈，靈通天界各仙佛，仙佛時常教我行善，善事若積到三千功時美報可真多，那時關聖帝君，時常給我指示，叫我助印聖賢經書可蔭丈夫早日得到醫學博士。我也盡力捐印善書貢獻社會。有一天的

中午，我看到一群天兵天將下凡我家，叫我快拿出我先生從西德寄回的信，我好奇心的拿出信件來，放在大廳的圓桌上，其中有一個天將抄下了先生的住址，其後道一聲恭喜，那群天兵天將消失在天邊去了。過後大概半年，接到先生的喜訊，西德醫學博士已經拿到了，剛巧兩年整，行善美報千真萬確，人人行善，人人有善報。

△最近有一女士，她是我家的常客，有一天她來洗髮，帶著她的孫子來，她的孫子非常的頑皮，時常惹禍，頭破流血，一家人爲他忙得很難照顧，前天看到那小孩身邊有三位天兵護佑，那知三位天兵向我打招呼，而自言道，此人母親用這孩子名義助印「地獄遊記」，祈求賜他兒子平安，我恍然大悟，我再問那女士您的孫子最近比較乖嗎？她說：最近很乖！我問她是不是有助印「地獄遊記」一書，她想了想說：有的，他母親

去辦的，助印「地獄遊記」獲善報真實不虛。

讀者見證

明純女士慈鑒：

我婆婆腦血管阻塞症，終於在醫生的藥物治療及妳的食物治療配合下，日漸痊癒了。回憶去年十月底，婆婆突發腦血管阻塞症，兩腳失去知覺，醫生用力擰她的腳也不知疼痛，大小便亦無法自理。她傷心至極淚如雨下，不斷的喃喃自語：「爲什麼要讓我受這種苦！死我也不怕！但我不要拖累子孫！」她堅持不吃藥，不住院。我們也不敢激怒她，怕她的血壓又升高，只有苦勸她接受治療，但她心意甚堅，一切勸說都無效，直到第二天，她多年不見的老鄰居來探望她，這位老長輩提起了她四十多年的胃病，經妳指點以食物治療法治癒了，願帶我去

求妳開藥方，這才說動她住進了台中市澄清醫院。住院三天，血壓已穩住，腳部知覺也漸漸有進步，婆婆便催我去拜望妳，請妳指點藥方，妳說婆婆前世當地方官，貪了窮人家的糧，才有此病，要多行善解冤，隨即開了藥方：(1)早上十點吃櫻桃一粒（罐裝美貨爲佳）(2)下午四點喝甘草、高麗參茶一碗（高麗參十片、甘草十片泡開水十五分）(3)晚上十點吃櫻桃五粒，喝櫻桃汁一匙。連續服用五天。就這樣在醫生的悉心治療及妳的食物配合下，婆婆的病情日有起色。住院第四天已能下床，爬床也不再要別人扶持。第五天已能由兩人扶持走一點路；第七天就可由一人扶持上浴室。醫生也覺得很滿意，因爲病房內與婆婆同一症狀較年輕的婦人，雖較早入院，但連下床都不能。而且婆婆已是第二次發作。約十八年前她曾斷了微血管，右半身麻木，後來經治療後雖然能行動，但右腳、右手行動亦不甚

自如。她自知此次舊病復發，無異宣判死刑，加上她嫂嫂（我舅母）也因腦血管阻塞症，臥床多年才去世，倍增她的恐懼，所以才堅持不吃藥。沒想到此次竟然恢復得如此快速。出院後繼續服用醫生所開藥方，也同時再得妳的菜單治療法，兩相配合；現在她已能自己下樓梯。許多親友都爲她慶幸，咸認爲妳的功不可沒。現在我們一家又恢復了歡樂。真太感謝妳了！婆婆更是感激，囑我一定要向妳致謝，告訴妳她太感激妳了，在此謹向妳致最誠摯的謝意。

我深深的體會出西藥加上妳這種食物治療法，所產的神奇功效，可使病患早日解除痛苦。閱妳的大作華陀仙翁秘方「第四卷」知妳先生爲醫學博士，讀者盼望妳與先生合作救世。我以婆婆親身見證，也懇切的盼望妳與先生合作，以救治許許多多爲病魔所苦的不幸人們。婆婆住院八天，我深深的感受到爲

病所苦的人太多了！也太痛苦了！不知妳先生回國了沒有？如果回國了，是否開業了？可否告知他的院址？

不過我心中也感到很奇怪，請恕我直言：我的親戚朋友有不少人也去拜訪妳，懇求妳指示藥方解除病苦。但除了一位患多年心臟病的朋友，得妳指點藥方外，幾乎全都失望而回，妳總是一再表示抱歉說由於工作繁忙，無法行善。是否因太多人打擾妳了，延誤了妳的工作，引起妳家人的反對？妳有這種能力，在不影響工作範圍內難道不能發揮出來，造福大眾嗎，妳知道嗎？我的那位心臟病朋友，多年來中西醫求遍，什麼土方也試過了，就是無效。一發作就是上氣不接下氣，痛苦不堪，雖經醫生以最精密的儀器檢查，也找不出病因，經妳把脈看後，告訴她這是因果病，因她前世做大官，誤判一母子致死，今世其母子陰魂常來附心臟所致，囑她要作善事，以解冤情，

並指點她午後二時含梅干一粒。就這樣心臟病就好了，現在已不再是昔日的瘦弱憔悴的樣子，簡直變了一個人，臉上容光煥發，看來年輕不少。這是千真萬確的，妳知道了一定也很高興。妳一舉手之勞就能代解病人的痛苦，這種功德，誰也不會忘記的。但願妳排除萬難，早日與先生合作救世濟人。

最後我要代表我們一群「華陀仙翁秘方」愛用者，提出幾點建議：

一、閱「華陀仙翁」第四卷未加目錄，查閱深感不便，以後再版或新出版請別忘了加印目錄。

二、第四卷中扁桃腺秘方——西瓜泡蜂蜜，中午一點吃，這一秘方確實比西藥效力好，但如果過了中午一點才生病，是否可以吃？吃了有沒有效？是否有副作用？又西瓜有紅肉、黃肉之分，那一種較有效？（我用紅肉，有些朋友用黃肉

都有效，但不知那一種較好。）

三、有位不諳台語的太太看了第二卷問我高麗就是高麗菜嗎？白肉豆仁是什麼？像這些容易令人生疑的詞句最好寫明白一點。若寫高麗參就不會有誤會了，白肉豆鄉下很常見，都市人就不曉得了，最好加上學名才更易流傳。

四、有位太太有風濕痛，閱第四卷第一種秘方，其中花菜，妳註明白種的才有效。可是白種又有兩種：一種是白花青花莖；一種是白花白莖，到底那一種才對呢？有些太太認為只要不是綠花的就可以。有些太太則認為白種一定是要白花白莖才對，後來這位太太說吃了雖然有效，但白花白莖的花菜太難買很麻煩，請再版時能加以說明。

嚙嚙了一大堆，真抱歉！最後謹再重申我最誠摯的謝忱。

謝謝！

安 康 敬 祝

鄭晴美 敬上

六八年二月一日

明純女士：

佛弟子×蕊先於此向您叩謝，以表最衷誠的感激與最度誠的謝意。

在醫學如此發達、昌明的今天，起先弟子真有點不相信您的秘方，會有其多種的特效，但是如今您的秘方之靈驗，已都成爲事實，真令弟子低頭合十。

回顧十八年來，也不知是什麼病魔的纏身，使得全身見陽

光處盡是長出黑點，臉部更甚。小時候由於父母的疏忽，長大了形勢更重。在於四年前，我懷著師長的鼓勵與同學的祝福，考上了逢甲學院，但是漸次逼近的歲月，以及長期淤積於心的自卑感所致，半途我便休學，放棄了多年來所追求的學業，開始求醫。最先找遍地方名醫，服了不計其數的中藥、西藥，尤記得曾因所注射的不知是何藥劑，所服用的是何物，不到一年，竟使嘴唇發黑，而且終夜難眠，更形嚴重。再於六十五年底，經朋友的介紹又服用了綠藻，但是一段時間後，所見的是使手心發黃，並未能轉好。曾經有位醫師且說我可能再也活不過兩年了。

只因抱著不死之心，再找彰化基督教醫院——高醫師，巧逢「聯合國皮膚科專家一年一度巡迴服務」檢查結果是「他回美國時再研究其原因是如何？」誰知又是失望。後來又逢其一位

省立醫院葉醫師，他且說「體質關係，無藥可治，要我不去管它。」但是眼見一天天的嚴重起來，傷心之至，再於六十六年底到台北中心診所找其名醫師翁教授，他說：「依目前情況是先天性體質關係，無藥可治，若只目前還不嚴重，怕的是再生出其他毛病，且要我不能再聽信一些庸醫。」，但是由於求醫之心切，乃至台大醫院，誰知答案是相同的，根本找不出原因。

一年來正在舉目茫然，求醫無助裏，弟子有幸能求醫於您，真的幸運來臨了，由於您的秘方有其特效，在短短幾十天裏，已在日趨轉好，「希望」已近在向我招手，如今心神愈更加的清爽、愉快，眼看漸漸的在恢復，因此，我決定將放棄四年的學業能再拾回，今年夏天我準備再參加考試，這一切都是您救世濟人的大恩大德所給的力量，感激與高興之情，真不是此

三言兩語所能表示的。弟子願先在此致最虔誠的敬意，更願普天下人能與我同蒙您的恩澤。

恭 祝

身 體 健 康

受恩人

楊×蕊敬叩

中華民國六十八年二月八日

華陀仙翁秘方第六卷

序

第五卷秘方出版後，受到各界人士好評，評論秘方確實有奇效，以致各處翻印了一——五卷秘方者太多。

敝人最近接到許多讀者要求再寫出第六卷秘方，此秘方是天賜，善人用之，藥效神奇靈驗。

過去敝人曾遇到前來求診的病者，他在社會上是時常充當大騙子，騙人財物不少，以致他的手污氣沖天，他已來求診五次，每次他的手伸出要讓我把脈時，我的手自然而然的縮回，接著我一直打噴嚏，而不能給他應診，過後蒼天降下靈音謂：「這人是社會毒蟲，看他做什麼？」原來如此，可見蒼天是非常的正氣與慈悲，善有善報，惡有惡報，是古今不變之理。

神秘的中國國粹

中國功夫聞名世宇，宇宙之間須學的還很多，譬如靈學、道學、內功、氣功，都是大學問。

敝人從靈學中體驗到許多奇妙的境遇，遇到仙佛教功夫，功夫學來針對救病苦，病苦之人遇到我的雙手，即能減輕痛苦，有的不須服藥即時輕鬆。

學此功夫之前，敝人也是不相信，每日半信半疑，吸取太陽光、星光、月光，然後再打坐練氣功，氣功練來雙手似乎有一股強烈的熱流在手中沸滾著，不知不覺中已過了六年整，最近仙佛教我公開濟病苦，理病簡單似科學，秘方來自天然產物，患者用後皆言奇妙，奇妙藥物皆非副作用。

中國內氣功真神奇，奇妙功夫學來真正苦，苦來勤練須外

功，外功就是濟貧，助慈善機關，助善書發行，冬令救濟，種種善行皆言外功，外功積達到蒼天，自有天賜超人力量學真功夫，功夫學來奇妙無窮，無窮真妙皆在雙手中，手中似有電波查病源，病源解除真正快。

天地精造兩大藥方

天賜敝人鍊藥丹在我丹田，起初鍛鍊須吃下高麗參粉與西洋參粉，然後在陽光強烈時吸取陽光進入丹田，丹田中似有兩股熱流不停轉動，轉動身上精、氣、神鍊藥丹，此丹鍊成須三年整。

敝人平常須要吃下大量的高麗參、西洋參，兩大藥方是天地精造大補品，補品吃下結成兩大藥丹，藥丹之氣可直接運用給貧苦病患者，患者經過敝人打通血脈以後皆言奇妙、奇妙。

苦鍊藥丹濟世真正苦，苦到極點藥丹已成熟，成熟之藥丹遇到忠良人之病患奇妙就多，多行善之人，自然而然身心皆輕鬆。若是遇到非善之人，藥丹之靈氣，無法進入其身體之中，體中無法接受天地之藥力。

依過去敝人之經驗，去年農曆八月開始公開濟苦，一星期只能看一次，許多患者來自全省各地，起初一天可看兩百多人，到十一月止最後一次看四百人左右，在奇妙的藥丹中證驗了許多西藥無法解除的病痛。

酸、痛、脹、滿、瘤，很快就可解除，如果病患精力不足，再吃下些補血之方，很快就恢復健康。

揭開患病者身上的秘密

敝人公開濟病苦以後所得經驗，驗出病患者大多與前世因

果有關，關於前世所做所為皆為今世的際遇，在冥冥之中都有天地神靈暗控制，前世積德之人，今世必定安享幸福，今世不知再修福，神靈暗中削掉福祿，若是前世做惡太多之人，今世必定左右時常為難，不如意之事時常臨身，若是今世常看聖賢之書，行之有恆，神靈會暗中削掉前世之罪行，而消災、解怨。

依敝人的經驗，前世做過何種罪過，今世應得何種病，敝人簡單的揭穿，讓讀者大致明瞭。

患有長期心臟病之人，大都是前世殺人、殺畜生過多，或是做官辦案不清，誤殺善良，皆得今世心力不足，常有心腫、心跳、心氣呼喘之痛，心臟之穴脈在人手之中指，敝人把脈至中指時，必有怨靈發出靈音叫著說：他前世殺我、害我，我是領冥旨前來討債，我要纏他三月、三年、十年不等，依前世所

害對方之深淺而定，痛苦之日期多少？

患有長期風濕痛之人，大多前世棄妻拋子，另結新歡，或是前世亂打弱者，逞強凌弱，此病痛者須助印善書雜誌，其功德回向給討債者，然後吃下天賜藥方非常有效。

患有長期胃腸病者，大多前世欠人銀兩不還，或是前世霸佔兄弟財產，或是搶人金銀，敝人把病患之小指一看，必有怨靈大呼他前世欠我多少銀兩，或是他前世佔我妻子、財產，我是領冥旨而來的。

患有長期頭痛、頭癢、頭重之患者，敝人看到他的大姆指時，必有怨靈發出靈音大呼他前世做官，辦案不清害我入牢，或是他前世打我的頭部，以致使我頭痛一輩子，今世我來算帳的，也有的說：他前世是秀才用刀筆害我入牢，我領旨前來算帳的。

患有長期肝病之人，大多前世好貪，貪人便宜、貪人物品、貪不義之財、設計貪財貪物致使人破產，生活陷入困境，今世皆得肝病，說到肝病奇觀也真多，多是依照人的前世因果而定下那一條肝脈受阻，那一條通脈無法循環而成肝癌、肝硬化、肝局部發炎。遇到有肝病之人只要看患者食指，必有其怨靈大呼救命，我是領冥旨而來，他欠我錢不還，或是種種被奪、被侵、被搶，依貪人多少？而定肝部輕重之病苦。

患有腎臟之病痛者，大都前世敗人名節、強姦、好色之徒，或是殺妻納妾之輩，或是寵妾棄妻子之人，依前世犯此罪過之深淺而定病情。

華陀健身妙訣

正月新春處處迎佳節，節氣之分四季循環理，理病最妙是

行善，善心啓發身心皆輕鬆，鬆解業障前途大光明，明媚新春多多行善好開朗，開朗心田好播下善種子。

二月季節善良種子漸萌芽，芽苗之長也，也須善行來灌溉，溉施精露取道德泉，泉源長流天地間。

三月天氣萬物齊長風景好，好人好事須多行，行到善山之上望心田，田中善苗迎春風，風和日麗幫助善果成長。

四月風光須防多感冒，感冒皆因換季節，季節之換寒暖不一定，定保善行之人抵抗力增強，強壯身體春天保健得安康。

五月氣候漸炎熱，熱心公益是最佳護身秘方，秘方從天降下善人用到奇妙多。

六月暑氣特別強，強壯身心有秘方，秘方頒行處處有，有聖賢雜誌清涼劑，涼劑服下運用在心中，心中清爽過暑天。

七月陽光有時真強烈，烈陽高照真難受，受熱氣侵襲，須

防冷氣機之副作用，用過冷氣五年以上者，須常吃葡萄干。

八月中秋暑氣漸消，消除疲勞藥劑是甘蔗，庶民吃下地精造物品似得甘露水，甘露水常用，須感謝天地恩。

九月天氣日漸短，短暫人生須多修，修善之人老當益壯，壯心、壯志、壯身準備過冬天。

十月季節漸寒冷，冷氣機停用換暖氣，氣候轉變無窮，須防受風涼。

十一月來漸入冬，冬天須進補氣，補血之物品，品物平凡是櫻桃，櫻桃是天地精造大補品。

十二月裏寒流常侵襲，遇有下雨之時，須吃金針炒青菜，菜類繁多，各種青菜皆合宜，宜取花生油、香菇做伴來，來看華陀健身妙訣，處處皆健康，康健永泰人人喜，喜得正果身心歡暢多美妙，妙藥從天特降宜珍惜，惜善、行善報天恩。

一、節育有驗方

最近人口爆滿，節育運動已有好幾年，許多讀者要求華陀降秘方，秘方用來省錢又簡單，其藥方是九層塔之花，一次三十朵左右，但是須要成熟的才有效力，它的花穗大致有五寸多長才可以。

◎用法：取九層塔花穗三十枝（紅骨、青骨皆可），洗淨下鍋放下二碗水煎至一碗左右，摻下些白糖。

◎服用期間：每月服用二次：定在經期結束後，連續在睡前服用二天，此種藥方鄉下比較常見，它的藥性是直接催打每月的卵子，致使精子無法成胎，且無副作用，許多人用後皆有奇效。

◎注意：此種秘方是天賜，若是用到此秘方之人，必須守節，

不節之女用到此秘方，奇災、奇禍、奇難常臨身，女人守節美報多，若是風塵女人用到此方其效果也是很靈驗，可是難逃天眼，其禍也增加來。

二、尿道發炎有驗方

◎梅干兩粒，在下午五點先含下一粒，其次再含下一粒，連續服用三天，其功效神奇靈驗。

三、耳痛、耳鳴有驗方

◎甘蔗兩尺多長，選在甘蔗中部那段效力比較強。

時間定在上午十一點吃下，但是要沾些甘草粉，才能有藥效。

四、眼睛發炎、眼痛、角膜炎有驗方

◎葡萄罐頭汁。

◎用法：上午十點服下一碗左右，下午十點服下一碗左右。連續服用三天其功效神奇。

五、口臭、口內發炎、破裂有驗方

◎甘草三十片、蘋果一粒切成四片、香菜二十釐，下鍋放下二碗半水煎至一碗左右、摻下蜂蜜。

◎注意：待驗方涼後，才可添下蜂蜜，否則無效，其效果甚佳。

六、雙手酸痛有妙方

◎凡人每日操勞，勞力全靠雙手來，手來過份疲勞積痛因，治療雙手之藥方是櫻桃。

◎用法：也須要時間來配合，其藥效也真靈驗，下午二點吃下

櫻桃五粒，連續服用五天。（櫻桃可用罐頭裝的）

七、膽結石有驗方

◎普通人體內會結石，大都與水質有關連，和每天所吃的食物有相當的連帶關係，常吃豆腐干的人，必須多吃花生油，才能溶解石膏粉而消化掉，其次是水質中含有石灰質地方，那地方體內結石的人也多，華陀降此藥方是天數。

◎藥方是梅干裏面那粒種子，取梅干五十粒（餅店、蜜餞行皆有售）剝去外皮，下鍋放下三碗水，煎至一碗左右，摻下些白糖。

◎時間定在下午三點喝下。

◎注意晚上十點須吃下補血物品，品物是櫻桃，吃下五粒。

◎梅子是酸性，可能溶解化石，也有破血作用，故晚間須食下

補血之藥方，方才可相互理病，以達到治療效果，而無副作用發生。

◎連續服用五天，停十天後再服五天，其藥效真妙。

八、肺結核有驗方

患有肺病，肺結核之人，大都與前世因果有關，大多前世放火、殺人、盜取不義之財，患有此病痛者，須多助印善書雜誌，補前世之過，才用秘方其功效也神奇靈驗。

◎方用：鍋仔菜二十樣，洗淨下鍋放下三碗水，煎至一碗左右，摻下些鹽。

◎上午十點半服下，連續服用五天，五天以後，再用香菇五朵（普通大的就可以），洗淨下鍋放下一碗半水，煎至一碗左右，摻下些鹽，時間也定在上午十點半服下，連續服用五天

，五天以後金針十支香菇五朵切絲，香菜五欖，紅蘿蔔半條切絲，炒花生油，可摻下些鹽、味素，時間也定在上午十點半吃下，連續服用十天。其功效如神。

◎注意作法：花生油下鍋，香菇先下炒熟，盛在碗中待用，然後用文火炒紅蘿蔔，不可添水，以防水份蒸發散營養，一直炒到軟熟才下香菇、金針（金針須先泡水），最後下香菜、鹽少許，此藥方吃下其味甚佳，普通也可當菜肴佐餐。

九、膀胱發炎有驗方

◎藥方是梅干五粒，檸檬半粒切片，楊桃二粒切片，下鍋放下二碗半水煎至一碗左右，摻下些白糖。

◎時間定在下午五點服下，連續服用五天，此方無副作用，其功效神奇。

十、氣喘有妙方

◎妙方有多種，分中年人、老年人、少年人之妙方。

(一) 中年人之妙方：高麗參五片、龍眼干二十粒、金桔干五粒，下鍋放下一碗半水，用文火慢慢煎，待滾後五分鐘就可以服用，其功效神奇。

(二) 老年人之妙方：高麗參五片、金桔干二粒、香菇三朵，下鍋用文火煎，放下三碗水，煎至一碗左右。

(三) 少年人之妙方：檸檬半粒切片、楊桃三粒切片、香菇三朵，下鍋放下三碗水，煎至一碗左右，摻下些白糖。

◎時間定在下午三點服下，連續服用三天就好。

十一、大便秘結有驗方

◎驗方有多種：

(一) 蕃薯半條切塊、香菇三朵切絲、香菜二十釐炒花生油，可摻下味素、鹽。此方可口又靈驗。

時間：定在早晨未吃飯之前吃，連續服用五天。

(二) 香蕉二枚，沾些甘草粉。

時間定在下午二點左右，連續服用五天，功效如神。

(三) 楊桃三粒切片、葡萄干三十粒、甘草三十片，下鍋放下三碗水左右，煎至一碗左右，摻下些白糖。

時間定在下午十點，連續服用五天，其功效如神。

注意：三種驗方任人選用，不可在一天之內用到三種驗方。

十二、內痔、外痔有驗方

◎在第一卷秘方裏，已有降下內痔、外痔驗方，不過那種驗方，很難找到，大多數人都不明白割鼻草，故而再降下秘方。

- ◎驗方真簡單，只要每天吃葡萄干三十粒，還要多運動。
- ◎時間定在下午四點，連續服用一個月可根治。

十三、手、腳酸麻有驗方

- ◎驗方是高麗參五片、甘草五片、龍眼干二十粒，泡下熱開水，待出味後服用，大約一碗左右。
- ◎手部發麻或酸，時間定在下午二點服下此驗方，連續服用五天，其功效如神。
- ◎腳部酸麻，時間定在下午五點左右，服下驗方，連續服用五天，功效神奇。

素食有益健康

人體血液日月循環不停，不停運轉之器官是心臟，心臟跳

動平順須要血液充足，充足血液中也要血清，才不致使心臟的負擔過重，過重負擔積病因。

世人都有一個奇妙的心理，心裏常存每天多吃大量營養物品才能保持健康，健康身體每日多吃魚類、肉類，以致營養過份充足，充足養份積在體內傷局部，局部不流通之處積病因，病因解除須多運動，運動能消除過剩之營養份。

素食之人好處真多，多是世人不知情，知情華陀談妙處，處在現今繁忙社會中，人們出門皆是汽車、摩托車代步，運動機會甚少，以致營養過剩用不完，而造成腦充血、脂肪過多，阻止血液循環，而積成各種病症。

葷食之人常笑素食人無口福，福在素食人身上輕便多，多研究素食營養妙處多，多翻閱產婦素食菜單奇妙多，多福多壽妙無窮。

素食產婦菜單

許多家庭真慈悲，慈悲之心不殺生，有的婦女產後坐月不知用什麼素食營養來補身體，體力不壯也難育出小棟樑來，來降菜單是華陀，華陀特賜天靈秤在筆者手中，手中天靈秤運用自如，能秤出天地精造各種菜類、穀類、果類之營養價值，而揮出各種菜類混合煮食，製造營養物品，澤惠社會。

素食菜單分季節；

一、正月產婦之菜單如下：

新春佳節過後之產婦宜吃金針、香菇、紅蘿蔔、芥藍菜、菠菜、菜豆（又名黃帝豆）、碗豆、冬粉、鍋仔菜、結頭菜。禁吃之菜類、果類：梨子、柑、柳丁、木瓜、蕃茄、白菜

、高麗菜、芹菜、花仔菜。

遇此季節之產婦，三天後必進麻油，麻油香味遠聞，它有補氣之功，促進新陳代謝，故而產婦都須要用麻油。

其菜單如下，有最高的營養物品，告訴各位讀者，好讓讀者試試看，普通人平時也可取用。

(一) 菜豆三十粒左右、香菇五朵切絲、紅蘿蔔兩條切塊（不可太小，也不可太大）、豆雞一個切塊。（菜豆即黃帝豆）

做法：麻油先下鍋，放下香菇小炒一下，然後放下紅蘿蔔炒，炒三分鐘左右，添下豆雞、菜豆，清水不可太多，也不可太少，煮滾後改用文火慢慢煮，直到紅蘿蔔熟軟就可上桌，此道菜並不亞於葷食者的二雞湯，各位讀者可試試看。多年的風濕病也可用此道菜治療，不過須要注意，此道菜不宜用在早晨，

普通人最宜用在晚餐，保證食用五天，精力健壯無比，服用者須注意這是補品，不宜連用五天以上。

(二) 香菇十朵切片、冬粉一把、金針三十支、結頭菜切絲、香菜少許。

做法：麻油下鍋待熱時，放下香菇炒香，再下結頭絲炒三分鐘左右，再來添水，水滾之後再放下金針、冬粉，可再摻下些味素、鹽；盛起之前才摻下香菜，這是一道菜湯，有壯子宮之效用，平常之人也可常常食用，能治療腰酸背痛、白帶，一舉數用，其妙無比。

(三) 產婦經過半月以後宜吃補心、補四肢之物品，物品平凡，凡人不知情。

1. 白木耳、豌豆、馬鈴薯、香菇、香菜、麻油。

作法：白木耳泡水，馬鈴薯切絲、香菇切絲（煮前須泡水）。

先下麻油待熱時，放下馬鈴薯一直炒，炒到馬鈴薯熟透時，先盛在盤子待用，然後添下些麻油放下香菇炒幾下再放下白木耳，洒下些水，水份不宜太多，也不可太少，炒熟之時再放下碗豆，摻下香菜、味素及鹽少許，最後再將炒熟之馬鈴薯炒幾下就可上桌，此道菜可壯心、補體力之用。

2. 龍眼干、薑片、米酒、麻油。

作法：龍眼干半碗多左右，薑片五片，米酒五湯匙，麻油先下鍋，待熱後下薑片，再放下龍眼干炒幾下，再添下米酒。此方是壯筋骨之用，宜在下午五點左右吃下，可以壯產婦之筋骨。

注意：有感冒時不宜吃此方，普通人在正月時也可服用此方做爲補品，四十歲以上者不可用。

3. 西洋參十片、糙米（要煮以前須浸熱開水）、花生仁三十粒、紅蘿蔔切絲。用花生油煮糙米粥。

作法：花生油先下鍋，待油熱後放卞紅蘿蔔炒五分鐘左右盛起備用，糙米、西洋參、花生仁一起下鍋，放下適量的水，待滾後再放下先炒好的紅蘿蔔，滾到將熟時，須用文火慢慢的煮，煮到糙米熟透時就可以摻下些味素及鹽。此道佳品不亞於三隻土雞的營養，不僅產婦好用，一般人要吃此佳品，不妨試試看，在正月期間真妙用。

二、二月產婦菜單如下：

二月天氣冷熱不一定，有時產婦難適應，大部份產婦都會口澀、口渴、口熱等現象。

此時宜吃些潤肝之物品。

- (一) 水果之類宜多吃甘蔗，楊桃，蘋果。以外的果類不宜多吃。
- (二) 香菇十朵、花菜、香菜、金針三十支，炒花生油。

作法：把香菇切片，花生油下鍋，待油熱香菇片炒幾下，再放下花菜、金針及適量的水，不宜太多，也不可太少，炒至花菜熟時，再添下香菜，然後放下味素及鹽，此道菜有滋潤肝部之用，可以解渴，除掉口內不舒服之妙用。

- (三) 肝臟滋潤以後，宜吃補類之品物，物品高貴無人知，知情筆者寫此方。

蕃薯半條切成小塊，香菇五朵切絲，炒麻油。

作法：麻油先下鍋，待熱後放下香菇炒幾下，再漆下蕃薯（又名地瓜），洒下些水，炒至蕃薯熟透，可摻下些味素、鹽，可口美味，可壯子宮、腰骨、筋脈。普通人也可試試看，婦人有白帶之症可用此方，用此方之人須先清除肝火，才可服用，用後功效神奇。注意：平時脾氣暴躁之人，不宜用此方，因時常發脾氣，故肝火一定旺盛，而不宜用到此方。

(四) 產婦半月以後，宜吃之物品：

豆雞一隻切塊，四物（中藥店買）一帖、香菇十朵不必切開、紅蘿蔔半條切塊、花生油。

作法：花生油下鍋，待熱後放下紅蘿蔔炒十分鐘左右，然後盛起，再來香菇、四物、豆雞、紅蘿蔔一起下鍋，放下適量的水，加些米酒，鍋蓋封密，用燉之法

，大約一點鐘左右就可上桌，此道菜能促進奶水充足，小孩健壯、沒有給孩子吃奶的產婦不宜用此道菜單，用後心胸有阻塞之感，普通人不宜用。

三、三月產婦菜單如下：

(一) 香菇十朵切片、花生仁二十粒、金針二十支、紅蘿蔔一條切塊、鍋仔菜少許，煮麻油。

作法：麻油先下鍋，待油熱後放下香菇炒幾下，再放下花生仁、紅蘿蔔炒十分鐘左右，添下適量的水，待滾後改用文火慢慢煮，煮至紅蘿蔔熟軟以後再放下鍋仔菜，摻下些味素、鹽就可上桌，此道菜有豐富的營養，不亞於一隻土雞的營養，普通人也可服食。

(二) 鍋仔菜、白木耳、黃豆、炒麻油。

作法：白木耳、黃豆在炒以前須先泡水，麻油先下鍋，待油熱後先放下黃豆炒三分鐘左右，再放下白木耳洒些水，炒十分鐘左右，再摻下鍋仔菜炒幾下，摻下些味素及鹽，此道菜營養豐富，促進奶水充足，平常人也可運用，可以補腦益氣。

(三)產婦半月以後，宜吃下列強身之物品：

香菇十朵、馬鈴薯一條切塊、薑一小塊、金針三十支、蓮子三十粒、麻油。

作法：麻油先下鍋，待油熱後放下馬鈴薯炒，炒十分鐘左右然後盛起，香菇不必切開，與蓮子、金針、薑搗碎，一齊下鍋，並放下適量水，待滾後用文火，慢慢煮，煮至蓮子熟透，摻下些味素及鹽，就可上桌。此道菜有強心、強身之作用，極富營養，平常人

也可用。

四、四月產婦菜單如下：

四月產婦適逢桃子盛產期，此時每天可吃二粒桃子，連續吃一個月，保證身體健美又苗條，體格不變粗線條，會保持原來的身段。

- (一) 桃子吃法：桃子洗淨、切片，添下些蜂蜜，慢慢吃，上午十點吃下一粒，下午五點吃下一粒，媽媽孩子皆健壯。
- (二) 菜單可以隨便取用，不過有一原則，除了吃桃子以外，不可再吃別種水果。

- (三) 禁吃之菜類：茄子、菜瓜、白菜、苦瓜。

五、五月產婦菜單如下：

五月產婦適逢荔枝盛期，荔枝細看之下，荔字雙十之下有

三個力，可見荔枝是非常有力量的果品，品嘗荔枝也須要得法，若是運用得法，勝過吃下人參、西洋參大補品，筆者特叩請蒼天，地母娘娘特賜寫此方。

(一)荔枝吃法：第一次要吃荔枝時，買荔枝十粒，用鹽水洗淨荔枝，然後剝下外皮，再把剩下果肉，三者一同下鍋放下三碗水左右，煎至一碗左右，摻下些白糖，連續服用五天，一天喝一次，時間定在午四點左右。

(二)五天以後，可以每日吃荔枝，渣不可吞下。上午十點吃下五粒，下午四點吃下五粒，下午十點吃下二粒，吃到滿月，最後一天須要跪下感謝蒼天、地母娘娘。五月產婦用到此方身體強壯無比，可是須要感謝天地恩，須要時常助印善書，才能保持永遠健壯。

(三)禁吃別類水果，不宜吃之菜有：菜瓜、茄子、苦瓜、鹼菜

、醃漬菜類。

六、六月產婦菜單如下：

六月產婦有福氣，福來之時以後須要多多行善，善良之事多多行，行到孩子三歲美報可真多，報來孩子聰明伶俐好可愛。

六月產婦適逢龍眼盛期，有福之人看到此秘方，秘方寫出應天運，此季節之產婦可儘量吃龍眼，龍眼若運用得法，則以後產婦身體強壯無比，小孩子的眼睛也非常的明亮。

(一)龍眼吃法：起初要吃之前取龍眼五十粒，洗淨剝下外皮，然後剝下果肉，再將果皮、果肉、果子一同下鍋放下三碗水，煎至一碗左右，摻下些白糖，時間定在下午一點服用，連續服用五天。

(二)五天以後：上午十點吃下龍眼十粒。下午二點吃下十粒。午五點吃下十粒。可連續用到滿月爲止，用到此方是大福人，福人須要多助印聖賢書出版，連續到孩子三歲時，美報真多寫不完，筆者祝福六月產婦大健壯。

◎注意服用此方，須要給嬰兒吃母乳才有效力。

(三)菜單可以自由取用，無禁任何青菜，可是其他的水果類不宜吃。

七、七月產婦菜單如下：

七月天氣太炎熱，產婦須要大量水份，水份吃下過多也不宜，宜取楊桃，楊桃運用得法奇妙多。

(一)楊桃三粒切片，下鍋放下三碗水，煎至一碗左右，摻下些白糖，時間定在上午十點左右喝下。

(二) 下午四點吃下一粒楊桃沾些蜂蜜，渣不可吞下，可以連續服用三天，停兩天，再服用三天，可連續用到滿月爲止，吃到此方可保持身段健美。

(三) 菜單方面可自由取用，因天氣熱各種菜類皆相宜，炒菜、煮菜可用麻油，不宜用薑。

八、八月產婦菜單如下：

(一) 香菇十朵、白木耳、花菜、香菜、加麻油炒之。

作法：香菇切絲，白木耳半碗左右，先將麻油下鍋，待油熱後把香菇下鍋炒幾下，再放下花菜、白木耳，並灑下些水炒至花菜熟時，再摻下味素及鹽，最後摻下香菜，就可上桌。此道菜美味可口又營養，可以壯筋骨、養顏，及使皮膚光澤。但只宜用在八月，

其餘季節不可亂用，普通人也可以用，用後也可除臉上肝斑。

(二) 香菇五朵切絲，芥藍菜、冬粉、和麻油煮湯。

作法：麻油先下鍋，待油熱後，放下香菇炒幾下，然後放下適量的水，待滾後再放下芥藍菜，最後添下些冬粉，摻下味素及鹽，就可上桌，此道菜是壯體力，恢復體力之用，平常之人也可運用。

九、九月產婦菜單如下：

九月產婦宜吃益氣補品，補品取中藥店之西洋參，西洋參用法有多種：

(一) 西洋參十片泡茶飲用。

(二) 西洋參三片，下午五點含在口裏，五分鐘後用熱開水服下。

(三) 西洋參可以炒菜，菜類須選擇，白色菜類不宜用，青色之類皆相宜，要炒菜之前，須先泡些熱開水，水不宜多，一次可用十片左右，三天可以炒一次，不宜每天皆吃西洋參，三天一次，用到滿月爲止。

◎炒西洋參菜不可用麻油，宜用花生油。

十、十月產婦菜單如下：

十月天氣漸涼冷，涼冷之時宜吃補血、補氣之物品。

(一) 香菇十朵、豆雞一隻切塊、四物一帖（中藥店買）。

作法：香菇、豆雞、四物一同下鍋放下適量水，添下些米酒，用燉之法，大約一點鐘左右就可取食。

(二) 香菇五朵切絲、金針三十支、馬鈴薯切塊、香菜共同煮湯。此道菜營養豐富，可壯體力、心力，普通人常用此道菜。

可治心臟無力、四肢無力之用。
水果之類不宜吃。

十一、十一月產婦菜單如下：

(一) 香菇十二朵切片，紅蘿蔔一條切塊、白木耳半碗左右，加麻油煮湯。

作法：麻油下鍋待油熱後，放下香菇炒幾下，再放下紅蘿蔔，炒十分鐘左右，放下適量水待滾後再放下白木耳，煮到紅蘿蔔熟軟時可添下些味素及鹽。此道菜不可連續服用十天，這是大補品，不亞於五條高麗參，平常也可運用，用後身體健壯，須感謝蒼天多行善。

(二) 香菇五朵切絲、馬鈴薯切絲、香菜，以麻油炒之。此道菜

吃下可治便秘，營養又豐富。

(三) 水果之類宜吃蘋果。

十二、十二月產婦菜單如下：

(一) 香菇十朵、豆雞一隻切塊、菜豆（黃帝豆）三十粒，金針三十支，煮麻油湯。此道菜補血、補氣、通暢血脈，平常人也可常食用。

(二) 香菇切絲，金針、豌豆，紅蘿蔔切絲，結頭菜切絲，加麻油沙之。

此菜有豐富之營養，可常運用，不怕素食不健壯。

筆者最後敬祝各位讀者身心皆健康，康健身體是人生最大幸福，幸福綿綿多積善，積善之家有餘慶，慶祝普天下人人皆幸福，福德常駐，社會安祥。

跋

華陀秘方印行問世以來，立即收到無數讀者喜愛，紛紛來信索書試用，據多方反應，效果頗佳，檢視方中，均皆平淡無奇的蔬菜水菜，不離日常生活飲食所需，取用方便，經濟實惠，且無副作用之慮，更不必以葷腥魚肉轉佐藥力，對於素食者，堪稱方便實用。

或許有人起疑，認為這些三餐必食的蔬菜，焉能產生什麼治病效力呢？可是我們據許多試用者的報告，一致稱讚這本秘方治好了他的痼疾，由此可見它具有的價值。

古代醫聖，早已發現蔬菜、草木具有治病效力，除本草綱目所載外，民間尚多青草藥方在流傳應用著。華陀仙翁憐憫眾生痛苦多端，故經由楊明純道長通靈垂示蔬果妙方，以救世濟

苦，菩薩心腸流露無遺。平凡蔬菜而能產生治病放力的焦點，主要是須遵照時辰服用，以配人體各部「氣血」循環，順水推舟，對準時刻、目標，對病魔施於打擊，以收藥到病除之功，這是神奇力量，也是我國固有傳統醫療方法特殊之處。

所以這本秘方集，除可供給醫家患者參考作為醫療外，書中更闡述因果報應實證，以勸世化人，這是神醫高明，醫療肉體兼治良心，以消滅病源，使身心安康，春回大地，我們欣見華陀再世，願從此病魔遠退，人人健康快樂。

值此六集出版，華陀仙翁垂諭囑余作跋，謹奉聖諭，敬述數言頌其德，是為跋。

素食進修錄



▲本社備有聖賢雜誌（雙月刊）
免費贈送，歡迎來信索取。

著 作 者：楊 明 純（華陀仙翁秘方）

發 行 者：財團法人臺灣省臺中聖賢堂

聖 賢 雜 誌 社

贈 送 處：財團法人臺灣省臺中聖賢堂

聖 賢 雜 誌 社

臺中市北區美德街十八巷九號

社 址：（〇四）二二三二三七六四

電 話：（〇四）二二三五〇三四八

傳 真：（〇四）二二六五九四二

郵政劃撥：〇〇二六五九四二

聖 賢 雜 誌 社

贈 送 處：財團法人臺灣省烏日天德宮

宮 址：臺中市烏日區九德里中山路一段¹⁴⁴號

電 話：（〇四）二三三七二〇九三

傳 真：（〇四）二三三八八一二五

