

當西方精神醫學 遇到佛法

文／吳秋瓊 圖片提供／台北仁濟院附設新莊仁濟醫院莊曄嫻副院長

僧伽醫護基金會新任董事莊曄嫻醫師，畢業於中山醫學院醫學系，專長老人精神醫學，曾任長庚醫院精神科，現任台北仁濟院附設新莊仁濟醫院副院長。



出生於佛教信仰家庭，父母是小學老師，談起自身與佛教的因緣，莊曄嫻醫師表示，一切都很自然，早在年幼時就已經皈依，法號「心嫻」。

父母信仰虔誠，卻也不特別要求子女參加佛教活動，只是過年時，全家會到高雄宏法寺禮佛，吃齋飯，小時候對寺院的印象，只記得齋飯非常好吃。

生活裡的佛法 隨處可見

雖說沒有特別參加「佛教活動」，但是佛法卻在生活中。

莊醫師記得，還住在澎湖的階段，寒、暑假會到高雄來找姨媽玩，吃早飯前，姨媽會先拿出一盒火柴，要求小朋友每數一支火柴棒，就要以一聲阿彌陀佛代替數字，數完整盒火柴棒，才會開始吃早飯，對一個學齡的孩童來說，這樣充滿儀式性的過程，印象非常深刻。

這位信仰虔誠的姨媽，後來出家了，不僅於此，家族中還有知名佛學研究者林世敏先生，這是莊醫師的表哥，其著作「佛教的精神與特色」，對青年學子有著深刻的影響。或許是耳濡目染的影響，考上醫學院之後，也開始看起宗教、哲學類書籍。藉由參加大學社團的機緣，開始接觸宗教，幾經摸索，最終還是追隨了佛法。

自謙學佛並不精進，莊醫師說，當年即使有心追隨佛學，還是敵不過醫學



童年與父親合影

院課業壓力，加上實習、住院醫師時期非常忙碌，學佛之事也暫時擱置。直到升上主治醫師之後，才有時間出國去印度朝聖，七次印度之旅，其中有三次去菩提迦耶，每一次去，都得到非常豐足的內在收穫。

莊醫師原先在長庚醫院精神科任職多年，隨著職業生涯規劃，接任台北仁濟院附設新莊醫院副院長之後，坦言已經忙到沒有長假可以出國，只好在YouTube 上看各國法師講經說法。

精神科醫師學佛，對自身有何助益？莊醫師說，佛教經典與西方精神醫學有許多相通之處，這或許正是佛法的奧妙之處。

即使本身是精神科醫師，莊醫師對於社會普遍對「精神科」的誤解，也忍不住開起玩笑說：有個同行的媽媽是小兒科醫師，非常反對孩子選精神科，認為精神科缺少「醫師形象」，連聽診器都用不到。

莊醫師說，投身精神醫學，最重要的是人格特質，對人必須保有關心、耐

性，加上足夠的專業訓練，才能在高壓的執業環境下，保持理性思考與診斷。

坦言最初考醫學院是應父母期待，後來才真正讀出興趣來。由於從小自我要求高，只是悶著頭讀書，父母看她功課好，自然希望她「考醫學院」，後來如願考上中山醫學院，成為家中第一位精神科醫師，第二位是現任和信治癌中心精神科莊永毓醫師，成為少見的姊弟倆精神科醫師，由於與僧醫會創辦人慧明法師結緣甚早，僧醫會成立後也參與義診活動，後期則多以門診或諮詢為主。

佛法是信念 更是力量

西方醫學訓練，是以科學為依據，學佛，是相信科學以外還有不可解釋的空間。精神科醫師最感棘手的問題，應屬面對自殺意願強烈的病人，倘若從佛法的觀念來說，人最終還是要邁向死亡，但是面對病人，要如何「遊說」病人放棄自殺的念頭？

莊醫師認為，還是以個案的情況來評估，從客觀條件來看，個案身處在



印度朝聖



居家醫療

極度艱困的環境，尋求解脫是必然的選擇，有時精神科醫師也不免要捫心自問，換位思考，如果自身沒有佛法信仰的支持，又如何能堅信活下來的意義？

勸人活下來，必須有可信的論述，例如引導病人去回想，人生中有過的快樂記憶，雖然現在覺得痛苦，推論未來，還是有可能會再經歷快樂時光，人的念頭不斷在改變，此刻覺得完全無望，但一個月後，一年後不見得有相同感覺及想法，以病人可以理解的語言，先讓病人接受活下去還是更好的選擇，但並不會以自身的佛教信仰來勸說，就算病人也是佛教徒，醫師也不會透露自己的宗教信仰，只有在病人主動以宗教來表達自主意願時，反而要以病人的宗教信仰去引導。

自殺問題，除了從社會學層面、哲學、心理學、宗教學等觀點來探討，臨床上最常見的自殺主因，則是病患深陷在自身的痛苦裡，而自殺意念，通常會持續很久，有時強烈，有時趨緩，隨著日常生活不斷起伏。

曾有位病人與莊醫師分享自己的經

歷，這位病人長期處在自殺意念中，某日決定付諸行動，就在把脖子伸入套環的那一瞬間，金屬耳環勾到套環，拉動耳垂產生的痛覺，讓她驚醒了，因此停止了自殺的行為。

莊醫師說，由於這次未遂的經驗，病人從此積極接受治療，藥物治療配合心理治療很重要，目前臨床上藥物療效大多不錯，現在這位病人已經恢復得很好，也同意莊醫師分享故事，用來鼓舞同樣處在自殺意念中的人，早日走出陰霾。

西方醫學有系統性，藉由專業訓練，精神科醫師在看起來很不像醫師，治療需要花很長時間，才看得到成果的「刻板印象」之下，仍然是一門可以幫助人的專業，而面對充滿負面情緒的精神科病人，佛法是很好的支撐，用以檢視自己的初發心，莊醫師坦言，相較於其他醫療科別，精神科治療的病人，很難在短時間內看到病情改善，但是願意重複做，最終對病人還是有幫助，身為醫師必須有堅定的信念，才能陪伴病人走過生命幽谷。🌱



新北市醫療公益獎推薦獎