我不願生，忽然生在世；我不願死，忽然死期至。

921 的陰霾尚未清瀘，隨之而來的 SARS 病毒威脅，卻衝擊著全台醫療防護線，醫生護士相繼倒下，全國陷入空前未有的恐慌與不安，也考驗著人與人之間的關係與互動。今日你我尚能彼此問好，明日醒來是否能夠同在？國土危脆、世事無常，地震、饑荒、瘟疫…等，各種苦難紛至沓來混雜著五濁惡世的業風，何時才會變成清涼之水？

台灣的醫療防護以及水準，在此次 SARS 衝擊之前，堪稱世界水準。但自疫情爆發至今，世界衛生組織（WHO）在會議（WHA）上卻認為台灣地區是疫情發展最為迅速之處，而一般人所認為較落後的越南等國，卻在這波疫情中，因為防疫得當，加上空調系統的少用，而使得疫情快速受到控制；相較之下，可不是形成了另一種諷刺？

中國醫學的草藥，在此次越南與中國大陸的防疫中，扮演著非常重要的角色，並適時地加強了許多人的免疫能力，直接或間接地救了許多寶貴的人命，也安定了許多人的心。有一處方如下：鳳尾蓮（又名：孔雀尾）與良京（又名：路薺）專治發熱、咳嗽…等，有顯著療效。年初有一女子從大陸回來，就呈現咳嗽等上呼吸道症狀，經自行服用許多偏方，仍不見顯著效果，後來食用上述藥方前後三次之後，病情遂不再復發。其中曾有一嚴重病例，發燒、咳嗽以及高燒不退，已經送入醫院，經院方判定為疑似 SARS 病例，後來因緣際會之下服用了此方之後，亦有明顯改善。

另一方面，尚有幾種中藥處方，都對於氣管及上呼吸道有顯著療效：

一、荊防敗毒散：宣風、疏絡、行滯敗毒、惡寒、發熱、發疹以及腫脹疼痛。

二、黃蓮解毒湯：專治各種急性熱性病，發炎、發熱、口燥、咽乾、心神不寧以及煩悶心燥。

三、百合固金湯：補肺滋腎，肺傷、咽喉腫痛、胸悶、肺癆咳血、咳嗽氣喘。

四、竹葉石膏湯：清涼止渴、生津益氣，治療各種熱性病、肺炎咳嗽、高燒不退。

五、銀翹散：頭痛發熱、扁桃腺發炎、咽喉炎、氣管炎、耳腺炎、乾咳不止。

另外，尚有中藥單方：金銀花、桑椹、桔梗、陳皮、薄荷、半夏、柴胡、板藍根、川貝、茯苓…等。以上各方均可參合食用。

針灸方面，可以增強與調和免疫能力，其中「合谷、三間、內關、絕骨、三陰交、列缺、尺澤、魚際」等穴道。

「禍福無門，唯人自招，善惡之報，如影隨形。」人生的劇本，在未來之前，就已經注定了，當劇本結束，就得鞠躬下臺，人生難得相聚，在何處生，在何處結束，都是不該輕易改變的，可以把握的是，如何「認真生活，安住當下」，「了凡四訓」說得明白、清楚，唯有行善去惡、累積福報，方可改變命運，遏止無名業的追討。

面對 SARS 的肆虐以及地震、天災人禍的頻傳，願你我彼此用最虔誠的心來祈禱，願上蒼憐憫眾生，讓我們遠離疫情的威脅，以致社會安康、人人長養智慧福德，開啟光明的大愛。《論語》〈孟子〉有段話：「為王者行仁、為臣者盡忠、為民者心善，上蒼自然降福給這個國家。為王不仁、為臣不忠、為民暴戾，上蒼自然降災難，以致國破家危、民不聊生」。

一善破千災，一念善，可成就好事，解救無數人的生命。相對的，一念惡，也會造就禍端，引發無法計算的傷害。生活方程式，唯有照顧好自己，勿讓親人擔憂是「小愛」；自行隔離不讓病毒有可趁之機與蔓延是「大愛」。更何況隔離如同修行，不再外求，得以藉此關照反省生命，重新思索人生方向，戒慎誠懇，用感恩與慈悲轉化我們自己心中的病毒，作一次心靈洗滌，洗去鉛華與虛榮，拋棄冷漠與對峙，以開啟積極正面的人生方向。