

淨律學佛院健診

完善健檢傳遞護僧心意

採訪撰文／高怡蘋 攝影／高怡蘋



僧

伽醫護基金會醫療巡迴車駛出竹山交流道往鹿谷方向前進，「山多」是初訪者對這裡的第一印象。主要道路分歧出條條小徑，或向茶園或向林地，經初鄉小學繼續上坡，旋即進入「淨律學佛院」第一座山門。

動線順暢，原來是法師智慧

七月十七日，義診前一天下午，七

■ 淨律學佛院置身於林木蔥蘢中，格外幽靜、肅穆。

名僧醫會前置人員抵達活動會場進行布置工作。可能受到莫拉菲颱風的影響，氣壓很低，雲層彷彿沉重得快掉下來，感覺潮濕悶熱；七人才剛下車還沒開始搬運器材物品，就已經滿身大汗了。

淨律學佛院本徹法師親切相迎，引領我們參觀院內蒙山殿、閱讀室，熟悉齋堂、男眾志工寮房位置。監院誠



■ 僧醫會會務人員與志工，為五十六名法師等照護健康。



■ 淨律學佛院法師繪製一幅義診流程及相關位置圖，動線順暢、配置妥當。

因法師關心義診所需物品是否齊全，並叮囑我們，如需桌椅、延長線、飲食等，儘管開口便是。

令人感動的是，法師們繪製了一幅義診流程及相關位置圖，鉅細靡遺。以蒙山殿為中心，就既有的戶內外空間及隔間逐一安置服務站、掛號區、一般常規檢查、骨質密度檢測、抽血、血壓、民俗療法、心電圖、醫師諮詢、肝膽超音波、驗尿區、用齋區、病歷回收站等十三區，以及兩處候診區，胸部X光車則設置在殿前廣場。

「感恩師父的用心。師父設想周到，使用寮房作為診間，私密性夠；利用閱讀室隔板間的空間作為候診區，方便大家進出。讓我們減少了不少摸索的時間。」本會生命關懷委員

會主委許瑞助法官看完導引圖並且試著走一遍，感覺動線確實順暢、配置妥當。

僧醫會醫護專員周麗玲表示，這雖然是場小規模的健檢，但僧醫會的用心並不因此而減少，事先即瞭解在地需求，為五十六名淨律學佛院、南普陀寺、圓通寺、蓮因寺、佛光寺、福壽蘭若、觀音精舍、法心精舍照護健康。忙碌中，不知夏蟬何時已不再喧噪，漸起的是蟋蟀於夜晚林間的唧唧聲。

用心演練，完美呈現

入夜了，各診間的醫療器材及桌椅都設置完成，志工們抓緊時間測試儀器；因為，馬上就要為淨律寺十五名



■ 入夜了，志工們抓緊時間測試儀器。



■ 志工徐少華（中）跟志工陳佐威（左）負責測量體重、體脂肪項目，以許瑞助法官（右）為測試對象。

常住師父進行身高、體重、體脂肪、血壓、骨質密度及心電圖等項目的檢測。

志工林景柏按圖索驥地將骨質密度分析儀組裝完成，再把「使用手冊」上的注意事項一條一條地讀過，一遍又一遍地細心模擬操作。看他顧不得擦拭額頭上的汗水，不禁要問：「有這麼緊張嗎？」他和另一位志工謝莫馨負責骨密檢測項目，還要幫法師在腳踝上塗凝膠、以及檢查完後擦拭乾淨；他希望自己動作盡量熟練，屆時不要出錯。

志工徐少華（中）與陳佐威（左）負責測量體重、體脂肪項目，並請許瑞助法官（右）為測試對象；不過，測量之前要先輸入身高、年齡及性別。

許法官其實看起來比實際年齡年輕，大家忍不住稱讚他「駐顏有術」；茹素和念佛共修是他看起來很有活力的方法。徐少華看不出來已經退休了，他每日早晚禮佛一百零八拜，數年前開始修習合氣道，練就一身好體力。從協助僧醫會醫護組前置作業、載送第一批志工從基金會到淨律學佛院、義診當天忙進忙出，亦是一臉光采，不見絲毫倦容。

兩年多前，徐少華因為看了《僧伽醫護》雙月刊而認識了僧醫會；今年四月參與僧醫會在高雄諦願寺的義診後，從此志願全心投入。僧醫會醫護專員周麗玲稱讚他是「全職志工」，每天都到基金會「上班」，協助法師病歷的電腦輸入工作。

■ 朝陽乍現，大地尚一片靜謐，遠處道場的法師已至義診現場。工作人員準備就緒立即為法師完成掛號，展開健檢。



■ 志工為法師量身高體重，動作確實迅速。



■ 彰化和美分會九名志工既能堅守崗位又能隨時補位，用心服務，希望讓法師安心、滿意。

■ 法師多半不熟悉健檢流程，看到這麼多志工和儀器，一時之間不知該向左轉還是向右轉。「別緊張，慢慢來。」志工耐心為法師量血壓，請他放鬆心情。

法師滿意，志工歡喜

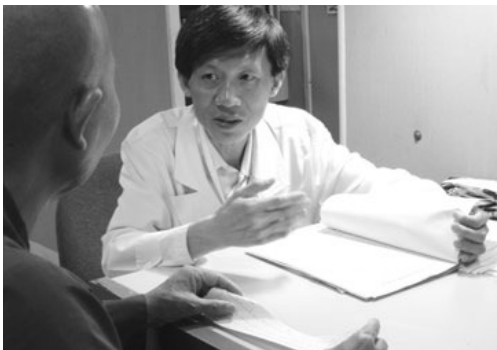
幾乎每次義診都如此：預計開始的時間未到，法師卻早已來到。「對不起，請師父再等一等喔！」「別急！別急！你們慢慢來，是我們早到了。」法師慈悲地遠遠站定，故意不看工作人員與志工，不給大家壓力。七月十八日早晨六點半，陽光強烈得讓人難以睜眼，蒙山殿前僧服冉冉，從容慈悲。

七時許，所有醫護人員及志工各就各位，健檢開始。以掛號區為起點，領到病歷表的法師轉個身就可以馬上量身高、體重和體脂肪；接著進入蒙山殿的左側，依序做骨密、驗血、血壓的檢查；再前進到候診區，法師可視當時候診人數多寡，決定接受心電圖或腹部超音波檢查的先後次序；或者先至右側淨房前驗尿，或是到殿前廣場接受胸部X光檢查。

完成各項檢測的法師最後回到室內，有民俗診療，也有家醫科醫師諮詢。如果都不需要，蒙山殿右側設有用齋區，淨律寺準備了簡單的麵包、雜糧饅頭和豆漿；十點，僧醫會亦備妥便當供僧。

動線事先規畫完善，加上現場志工臨場的智巧變通，隨時提醒、指示法師依照動線前進，或建議先到下一個

■ 大林慈院顏士棠醫師針對法師常見的失眠、胃疾、筋骨痠痛的問題提出專業建議。



檢查項目，讓整個健檢流程非常順暢確實，減少法師們排隊等候的不便。

十八名僧醫會志工分別來自台北、樹林、桃園、彰化、南投、台中，在掛號區及各診間服務；隨著檢查項目逐漸完成，診間逐一結束，他們機動調整人力、自動補位，協助其他診間或協助病歷回收，繼續發揮功能。

彰化和美分會會長蘇錫勳率領八名蓮友同來。林蘭秀說，大家平常大都做文書工作，這是她們第一次參與義診，有些緊張；因為沒有經驗，所以要更加用心，希望服務讓法師安心、滿意。

醫師關心，專業建議

「我覺得人不是很舒服，但又不知是什麼毛病？」「真的什麼問題都可以問嗎？」「像我一直以來容易疲倦的問題也可以問嗎？」幾位法師做完骨密、心電圖等幾項檢查後，徘徊在

「醫生諮詢」指引牌前猶豫不決。「當然可以！任何疑難雜症都可以請教家醫科醫師！」許瑞助法官鼓勵法師們把握機會。

今日為法師提供諮詢的顏士棠醫師，是大林慈濟醫院新陳代謝科主治醫師，專長為一般內科、糖尿病、高血脂症、高血壓及骨質疏鬆症等。幾位年長的法師多有容易疲倦、筋骨痠痛的問題，年輕的法師則以淺眠、腸胃不適的症狀為多。

根據今日測得的骨密數據來看，法師的骨質密度普遍偏低，約負一到負二點五，算是「骨質缺乏」，但還不到「骨質疏鬆」。顏士棠建議缺鈣者多食用綠色有葉蔬菜、杏仁、豆腐、芝麻等；若從食物的攝取不足，則加上鈣片補充，以及維生素A、維生素D

■ 台中榮總沈光漢醫師每次義診一定是裝備齊全——連人與超音波儀器一起出動。



幫助鈣的吸收；同時要多運動、多曬太陽，都可以減少骨質流失。

負責肝膽超音波檢查的醫師有兩位——台中榮總沈光漢醫師和雲林洪揚醫院副院長胡東和醫師。「法師肝膽情況都還不錯；不過，發現少數幾人有膽囊結石和瘰肉，但都不嚴重。」沈光漢醫師表示，只有一位法師的膽囊瘰肉太多，且超過一公分，不排除有癌細胞病變的可能，所以填了轉介單，希望法師到醫院做切片檢查，僧醫會也將繼續追蹤關心。

沈光漢醫師提供兩套超音波儀器，其中一部價值一百五十萬元；「別看它這麼小、和筆記型電腦一樣，卻具國際義診水準，精準度極佳，而且也可做心臟超音波。」沈光漢醫師從僧醫會成立開始就跟著巡迴健診，更早之前曾多次參與慈濟基金會下鄉義診。他認為「工欲善其事必先利其器」，要給病患最好的服務，為他們的健康把關；所以，只要僧醫會需要超音波器材，絕對無償借出，讓它發揮最大功用，回饋十方。

智慧觀照，規畫未來

健檢完成後，僧醫會準備了五十六

■ 頒發感謝狀，會宗長老與敬定法師彼此感謝，健診在祝福的氛圍中圓滿落幕。

份禮品供僧，內有竹炭浴巾、素皂、牙膏、牙刷等盥洗用品及短袖內衣、長袖衛生衣各一件；此外，供養淨律學佛院法師五十斤白米，供養南普陀寺法師四十件衣物。十一點半，誠因法師介紹淨律寺及學佛院的成立因緣宗旨；眾人期盼下，淨界法師隨緣開示近五十分鐘。

淨界法師從《般若波羅密多心經》切入，開示學佛的目的。每個人學佛的因緣或許不同，但學佛的目標一致，就是離苦得樂——遠離痛苦，追求安樂，成就永恆安樂的解脫道。追求安樂要付出行動，而行動的背後必須要有強大的力量，這力量就是智慧的觀照。

每個人都想追求快樂，比如財富、美好的名聲、神仙眷屬等；只是，在還沒得到之前，心覺得罣礙，得到之後就高枕無憂了嗎？即使得到了，是不是又會擔心失去呢？娑婆世界的快樂是有過失的，所以佛陀要大家追求極樂世界的快樂。

有人問淨界法師，人為什麼要明白道理？「不明白道理者是『我想要修善』，明白道理者是『我一定要修善』；透過道理的思維，才能產生堅定的信仰。」法師強調，智慧觀照是修學的根本，重大生命的改變來自內心的力量，從現世的安樂到究竟的解



脫。「我們相信有過去、現在、未來。過去的你創造了今生的你，今生創造來生；過去已無法改變，現在是剎那的變化，而來生有無限的可能。佛教的生命觀是『活在未來』。」

有的人活在過去，有的人活在妄想，從來沒有想到死亡；然而，沒有人躲避得了死亡。一旦臨終，死亡便毫不客氣完全破壞色身及所擁有的一切，對未來又來不及規畫，這是很恐怖的。

學佛就是對來生有願景，學習規畫人生，斷惡修善，準備來生的資糧。「諸位願意犧牲睡眠及享樂，就是因為對來生有願景，對未來規畫。常言道：葡萄的種子不會生出蘋果；善業招致善的果報，惡業招致惡的果報，這是宇宙不變的真理。」

義診圓滿，歡喜賦歸。大家帶著淨界法師的勉勵，發願滅除一切惡法，生起無量善法，解脫痛苦，成就安樂。

