





人本醫療 尊重生命
守護生命 守護健康 守護愛

 慈濟大學

Tzu Chi University
970 花蓮市中央路三段 701 號 TEL:03-8565301
701, Chung Yang Rd., Sec.3 Hualien, Taiwan 970

 慈濟科技大學

Tzu Chi University of Science and Technology
970 花蓮市建國路二段 880 號 TEL: 03-8572158
880, Sec.2, Chien-kuo Rd. Hualien, Taiwan 970



佛教慈濟醫療財團法人
Buddhist Tzu Chi Medical Foundation

花蓮慈濟醫學中心

Hualien Tzu Chi Hospital, Buddhist Tzu Chi Medical Foundation
970 花蓮市中央路三段 707 號
TEL:03-8561825
707 Chung Yang Rd., Sec. 3, Hualien, Taiwan 970

玉里慈濟醫院

Yuli Tzu Chi Hospital, Buddhist Tzu Chi Medical Foundation
981 花蓮縣玉里鎮民權街 1 之 1 號
TEL:03-8882718
1-1, Minchiuan St., Yuli Town, Hualien County, Taiwan 981

關山慈濟醫院

Kuanshan Tzu Chi Hospital, Buddhist Tzu Chi Medical Foundation
956 臺東縣關山鎮和平路 125 之 5 號
TEL: 08-9814880
125-5, HoPing Rd., Kuanshan Town, Taitung County, Taiwan 956

大林慈濟醫院

Dalin Tzu Chi Hospital, Buddhist Tzu Chi Medical Foundation
622 嘉義縣大林鎮民生路 2 號
TEL:05-2648000
2 Min Shen Rd., Dalin Town, Chia-yi County, Taiwan 622

臺北慈濟醫院

Taipei Tzu Chi Hospital, Buddhist Tzu Chi Medical Foundation
231 新北市新店區建國路 289 號
TEL:02-66289779
289 Chen-Kua Rd., Xindian Dist., New Taipei City Taiwan 231

臺中慈濟醫院

Taichung Tzu Chi Hospital, Buddhist Tzu Chi Medical Foundation
427 臺中市潭子區豐興路一段 88 號
TEL:04-36060666
No.88, Sec. 1, Fengxing Rd., Tanzi Dist., Taichung City, Taiwan 427

斗六慈濟醫院

Douliou Tzu Chi Hospital, Buddhist Tzu Chi Medical Foundation
640 雲林縣斗六市雲林路二段 248 號
TEL:05-5372000
248, Sec. 2, Yunlin Rd., Douliou City, Yunlin County, Taiwan 640

嘉義慈濟診所

Chiayi Tzu Chi Clinic, Buddhist Tzu Chi Medical Foundation
600 嘉義市西區書院里 1 鄰仁愛路 383 號 1 樓
TEL:05-2167000
1F, No. 383, Ren'ai Rd., West Dist., Chiayi City, Taiwan 600

蘇州慈濟門診部

Suzhou Tzu Chi Outpatient Department
中國江蘇省蘇州市姑蘇區景德路 367 號
TEL:0512-80990980
No. 367, Jingde Rd., Gusu Dist., Suzhou City, Jiangsu Province, China

- 上人開示
- 4 會合愛心造福人間
- 社論
- 6 從師到施 見苦知福 文／林俊龍
- 感恩的足跡
- 64 玉里慈院、大林慈院、花蓮慈院
臺中慈院、臺北慈院
- 慈濟醫療誌
- 65 玉里 中西醫接力宣導病安
關山 特別門診進駐臺東仁愛之家
花蓮 兒少藝術治療對抗病魔
臺北 世界預防自殺日 教寫心情筆記
大林 二條鋼筋貫穿命危 接力搶救奇蹟存活
斗六 趣味宣導為病安發聲
臺中 失智據點開啟記憶寶藏
治療犬風靡樂智同學會

封面故事 P. 8

防疫

地球與心靈

二〇二〇國際慈濟人醫會年會

文／楊金燕、洪靜茹、劉秀雅、吳淑妃、施金魚、黃秋惠、吳宜芳、林芷儀、張均榮



榮譽發行人 釋證嚴
榮譽顧問 王端正、林碧玉
社長 林俊龍
編輯委員 王本榮、張文成、張聖原、郭漢崇、羅文瑞、林欣榮、簡守信、趙有誠、賴寧生、陳岩碧、張志芳、簡瑞騰、劉怡均、顏瑞鴻、陳宗鷹
顧問 曾文賓、陳英和、王志鴻、羅慶徽、何宗融、許文林、張耀仁、張恒嘉、黃思誠、徐榮源、鄭敬楓、莊淑婷、陳培榕、陳金城、王人澍、賴俊良、許權振、蔡顯揚、林志晏、林名男、吳彬安、楊緒棣、徐中平、黃志揚

總編輯 何日生
副總編輯 曾慶方
撰述委員 林庭光、潘韋翰、游繡華、謝明錦、王碧霞

主編 黃秋惠
採訪 于劍興、江珮如、江家瑜、李家萱、吳宜芳、林芷儀、洪靜茹、馬順德、許嫚真、陳慧芳、黃坤峰、黃小娟、黃思齊、曾秀英、張菊芬、張汶毓、楊金燕、楊婉慈、彭薇勻、葉秀品、廖唯晴
(按姓氏筆畫順序)

美術編輯 謝自富
網路資料編輯 沈健民
封面攝影 管海玲

中華郵政北台字第2293號
執照登記為雜誌交寄
2004年1月創刊
2020年10月出版 第202期
發行所暨編輯部
佛教慈濟醫療財團法人人文傳播室
970 花蓮市中央路三段七〇七號
索閱專線：03-8561825 轉 12120
網站 <http://www.tzuchi.com.tw>

製版 禹利電子分色有限公司
印刷 禾耕彩色印刷有限公司
Printed in Taiwan

訂購辦法
郵局劃撥帳號：06483022
戶名：佛教慈濟醫療財團法人花蓮慈濟醫院
註：《人醫心傳》月刊為免費贈閱，若需郵寄，郵資國內一年160元，國外一年700元，請劃撥至此帳戶，並在通訊欄中註明「人醫心傳月刊郵資」等字樣。

本雜誌使用環保再生紙及大豆油墨印刷



30 大地與人的對話 打造植物界的諾亞方舟
文／吳宜芳

33 遠距笑談醫療情
簡守信院長、葉添浩醫師、黃思賢總督導
文／楊金燕

36 願力演算大數據 慈悲凝聚大智慧
文／曾慶方

38 蔬食救地球 從七分之一到七分之二十一
文／黃秋惠

42 跨越種族宗教 印尼大愛啟杏林
文／王孟加

45 氣候急難 清淨在源頭
文／黃秋惠

48 大愛鋪就人醫道
文／林芷儀、洪靜茹

封面故事外一章

56 眾志成城喜圓滿
感恩年會各功能組菩薩
文／李弘文、林穎敏、石于芳、林玲俐、吳淑妃、馬順德、張淑宜、陳素蘭



會合愛心造福人間

上人開示

今年因為種種因緣，海外慈濟人無法回到臺灣，雖然沒機會見到大家，但心裡時常記掛著。所幸透過科技，從視訊連線看到人人平安，欣見大家以師志為己志，將那一分愛的心念時時鋪展在行動中，天天行在菩薩道上。就如馬來西亞，當地「國際慈濟人醫會」即將迎接成立二十周年，成果亮麗。

回憶二十多年前，最早是在檳城設立第一所免費洗腎中心，當時有些擔心，因為要做到讓病人平安且歡喜，很不簡單。感恩一路走來，我們的服務品質已不亞於五星級醫療中心，讓腎友能在整潔的環境中舒適地接受服務。

而後在其他地方也接連設立洗腎中心，很佩服醫護同仁們，洗腎同時洗心，用心幫助並輔導身受病苦的人，因此感動不少腎友，願意戒除菸酒等不良習慣，轉而發心當志工，也有人成為慈濟會員捐款助人。尤其今年有新冠肺炎疫情，大家仍如常照顧腎友，令人讚歎。

同樣感恩人醫會的醫護菩薩，將服務拓展到缺乏醫療資源的地方，貧苦的病人走不出家門，就安排醫師走入家家戶戶義診。今年受疫情的限制措施影響，人醫會與各地六百多家診所聯盟，了解哪一區有貧苦病人急需幫助，若無法及時前往，就先請地方診所照顧。

馬來西亞土地廣大，他們運用智慧，以這種特殊方式帶動大愛連心，讓醫師可以快速連結各鄉鎮市的資訊，會合愛心造福人間。這些醫護菩薩個個都是人間典範，他們發揮志業精神，走入病人的生命去膚慰、愛護，拔除身心的苦難，讓病人生活變得快樂安心。

感恩這分愛心在疫情之下依然沒有停歇，期待大家持續努力，讓愛綿延各處，重重包裹承受病苦的人，讓他們不會以為人生只有苦難的寒凍，能夠真正感受到人間的溫暖。🌱

釋證嚴



會「動」的月曆·
掃描QR code·
十二個與您健康息息相關的主題·
有醫師、營養師的建議·
還有蔬食食譜·
讓您輕安自在·

大哉教育 齋戒茹素

【二〇二一 靜思月曆】



健康大哉問



蔬食的力量



慈濟道侶叢書

靜思人文 虔誠發行

從師到施 見苦知福

文／林俊龍 慈濟醫療法人執行長

往年的慈濟人醫會年會，相較今年，可用「人山人海」形容，不同國家地區的人醫會成員齊聚在心靈的故鄉花蓮，有機會來聆聽上人開示，親近上人。可惜的是，二〇二〇年遇到疫情，只好透過視訊與海外各地人醫會成員互動，但參與年會的人數反而因此多了三、四倍。感恩主辦單位臺中慈濟醫院簡守信院長，帶領課務團隊不斷發揮巧思及創意，精心策畫。更感恩臺灣中區慈濟志工菩薩們，承擔各功能組，讓年會在安全防疫與充滿溫馨感動的氣氛下圓緣。衷心期待明年的人醫會年會，海外的成員也都能回來花蓮團聚，分享這一年來的防疫行動及種種因緣能力下為當地貧病所做的一切。

其實在臺灣的北、中、南、東、高高屏、雲嘉南地區的人醫會菩薩，無法全員都來參加，因為會議場地需遵守防疫規範以梅花座安排，所以必須限制學員人數，過去每年的報名人數都超過五百人，所以不得不協商以海外成員優先來參加，為此近年衍生出「國際慈濟



人醫論壇」，讓沒有機會參與人醫會年會的成員能參加，而且是輪流於各不同國家地區舉辦，之前已在馬來西亞、菲律賓、美國、臺北、花蓮、大林等地分別舉辦過，也有機緣廣招醫療從業人員加入義診團隊。

今年的課程安排也是很特別，「人醫紀實」安排在開幕式的前一天，等於第一天課程就開始聆聽各個國家地區的人醫分享他們付出的足跡，且不得不取捨，這次由八地分享，且除了臺灣，都是視訊分享。「人醫紀實」是每年最精彩的片段，可以看到大家在各自國度裡的遭遇、考驗、種種困難，怎麼去克服，難行能行的在黑暗的角落裡傳達那分關懷、那分愛心，這個是非常不容易的。每位人醫菩薩，都是值得學習的對象。

我覺得能夠加入人醫會，是一件不簡單的事情，非常不簡單！我常常說：「人身難得今已得，佛法難聞今已聞。」國際慈濟人醫會的醫療從業人員，醫師、營養師、護理師、醫檢師、復健師、藥師……通通是「師」級的，「師」代表

職業的專業形象，是需要長時間的訓練養成，造就這一份工作的專業尊嚴，但也很多人因為自己是「師」等級，而不願意放下身段，不知該怎麼放下身段，這個就是「施」的困難，不知道怎麼布施自己的專業良能。加入人醫會，就能從義診中，學習擺脫專業框架，學習如何布施、無所求的付出。

證嚴上人常常提醒醫師我們：「你看病人的時候，不要只看『病』，『人』才是你需要去了解去關懷，去傳遞那分愛心。」加入了慈濟人醫會，加入了慈濟，等於是深入寶山，如果空手而回的話，是一件多麼可惜的事。上人告訴我們：「你要見苦，你要知福，再造福。」見苦，人醫會就是最好的一個機會，只要走出醫院去參加義診，就看到了；地球上那麼多人生活在飢餓、貧困的生活條件之下，如果我們沒有親自走出醫院去看的話，根本就無法想像得到。

而當醫護人員在義診、往診傳遞那分關懷時，自然而然就會感受到「施比受更有福」這句話的意義。我也常常鼓勵慈濟醫療志業的同仁們，來參加義診，體會那一分心裡油然而生的平靜。在醫療這個行業，常聽到有人過勞、精疲力竭。醫療的工作累不累？當然累！但如果在工作時帶著「我是在幫忙他」的心情，常保「施比受更有福」的喜悅，你就不會累，因為你每天在做一件幫助其他人的事情。這就是重點，參加義診可以帶給我們在工作時心態上的轉變，心

生慈悲，由心轉念，就能慢慢找到心裡的平靜與喜悅。

「欲知前世因，今生受者是。欲知後世果，今生作者是。」要知道下輩子如何，就要看今世你做了些什麼。我們要好好把握因緣，既然生為人，既然能夠活在地球上，既然能認識佛法，既然能夠加入慈濟人醫會，我們就要把握因緣，行菩薩道，用我們的專業，紓解人間病苦。

今年年會的主題定為「防疫、地球與心靈」，每遇疫情發生，上人總是不斷提醒要戒慎虔誠、齋戒茹素，茹素是防疫最根本的方法之一。素食飲食，也是我不斷在推動的生活型態，是拯救地球最簡便的方法。慈濟醫療志業近年來不斷從事研究發表素食飲食的科學實證，用數據來證明茹素對身體健康的幫助，茹素也能減緩慢性疾病與癌症的罹患率，我在年會課程中也毫無保留地跟大家分享，甚至目前已經開始進行素食與心靈健康的相關研究。而要勸素，除了健康因素之外，還有一個重點，就是可以不殺生、不造業，不吃葷食，就不會造殺業。

感恩國際慈濟人醫會所有成員長年來在各地偏鄉與災難現場的付出，也感恩慈濟醫療志業所有同仁堅守崗位，守護生命、守護健康、守護愛。希望明年中秋時節，全球人醫會成員能夠親身回到花蓮，分享交流，讓人醫精神永續傳承。🌱

封面故事

防疫 地球與心靈

二〇二〇國際慈濟人醫會年會

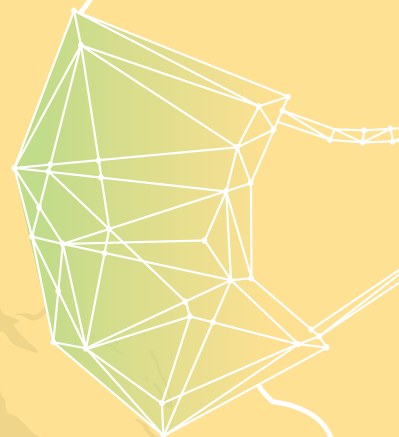
文／楊金燕、洪靜茹、劉秀雅、吳淑妃、施金魚、黃秋惠、吳宜芳、林芷儀、張均榮



TIMMA



新型冠狀病毒 (COVID-19) 打亂了全世界所有人的生活步調，疫情在各國此起彼落的持續延燒，幸好臺灣防疫得宜，二〇二〇年國際慈濟人醫會年會還是如期於中秋時分在花蓮舉辦，無法親臨現場的學員，採取視訊觀看直播課程，過去年會的學員人數約六、七百人，今年創了新高，破兩千人共同與會……



嚴峻疫情下的使命與大愛

今年的人醫會年會為期三天，現場學員於十月一日上午十一點報到，於下午一點三十分開始第一天的課程，由莫三比克、美國、臺灣北區、大陸湖北分享過去這一年來的人醫紀實，特別是如何因應這場疫情嚴峻的挑戰。除了臺灣北區，其他報告者都是視訊連線。

莫三比克： 走進社區教防疫、送布罩

莫三比克的人醫會活動由英國的龍嘉文醫師分享。在疫情延燒時，她從英國前往莫三比克，他們訓練並邀請莫三比克的志工成為防疫宣導人員，這些志工大多是在地的婆婆媽媽，她們帶著肥皂水桶一戶戶的教導，因為社區裡很多



自英國前往莫三比克的龍嘉文醫師，以視訊連線分享抗疫經驗，她說：「一切都不容易，但是有愛就不難！」攝影／顏啟斌

人買不起肥皂，只能用炭灰洗手。當時莫三比克已有八千例確診，走進社區其實是危險的，但這些慈濟志工卻沒有絲毫恐懼，他們走進十八個社區，逐家逐戶教導防疫，每戶贈送一塊肥皂及志工自製的布口罩。龍嘉文醫師也感恩，雖然遠在非洲，但在慈濟醫療法人林俊龍執行長牽線下，大林慈濟醫院的醫療團隊以視訊教導他們如何防疫。「一切都不容易，但是有愛就不難，能在人醫會參與這些事，是我這三十年來最感恩的事！」龍嘉文醫師感性說道。

國際會議廳的臺灣學員們，跟在靜思精舍連線的上人及在全球各地上線的人醫夥伴們揮手問好。攝影／顏啟斌





美國：

萬人萬餐救地球，持續菩薩大招生

美國人醫會則由葛濟捨師兄、孫慈喜師姊、溫俊強師兄、鄧博仁師兄分享。去年(二〇一九)十一月慈濟美國總會在舉辦三十周年慶同時，不忘號召大醫王及志工們前往墨西哥的霍奇米哥區(Xochimilco)為當地居民提供西醫、中醫、眼科及牙科的服務。今年因應新冠疫情，美國慈濟人組合最佳防疫物資捐贈接力賽團隊，從美國到

大陸及臺灣，之後再由臺灣及大陸團隊支援疫情嚴重的美國。同時為響應上人號召，推出「萬人萬餐救地球」勸素茹素的活動。此外，第十輛大愛車也於六月交付佛瑞斯諾大愛車團隊，提供牙科的服務。醫療團隊除了為診所重新開業做準備，也忙碌地為申請聯邦認證健康中心(FQHC)完成最後一哩路。儘管新冠疫情猛烈也打不斷美國慈濟醫療基金會持續菩薩大招生的信念，二〇二〇年美國人醫會總共有九位見習，十位參加培訓。



美國人醫會葛濟捨師兄、孫慈喜師姊透過視訊連線分享「萬人萬餐救地球」勸素茹素的活動。
攝影／顏啟斌

臺灣北區：

照護染疫者及機場防疫，臺北慈院扛下使命任務

當全臺灣還只有三十一個確診個案時，臺北慈濟醫院便照顧了其中五位。第一個指標個案是一位八十多歲長期洗腎的長輩，當他在院內確診後，調查發現，曾與他接觸的同仁竟達一百三十八人，其中七十位是要立刻放下工作被隔離管制。「我們需要馬上為每位同仁安



趙有誠院長分享臺北慈濟醫院收治五位確診病人的抗疫歷程，並感恩全院同仁的無私合作，才能使命必達。攝影／顏啟斌



北區人醫會謝金龍醫師分享，無法出勤的時間，人醫會夥伴也透過閱讀《智者大師》來靜心、淨心；也緬懷甫於九月往生的黃金受師兄。右圖為六月三日金受師兄（中）接受北區人醫會與基隆區訪視團隊的祝福。攝影／盧義泓

排獨立宿舍，同時還要讓他們的家人安心。」趙有誠院長說，他一方面要確保病人的照護妥當，另一方面還要避免發生院內群聚感染的任何可能，當時內心是非常忐忑不安並承受極大壓力的，然而在全院同仁的用心配合下，所有醫護都平安地度過隔離期。後來需要同仁支援機場檢疫，「我本來還在擔心要如何指派，沒想到大家紛紛舉手自願前往，真的非常感恩。」趙院長說，是每位同仁的使命感與單位間的默契，才能使命必達。

北區人醫會謝金龍醫師則分享，疫情期間，當紐約人醫會的廖敬興醫師發出缺乏醫療物資的求救信函時，大家全體動員，設法募集了九千六百份防護面罩、一千六百件防護衣、兩千五百個護目鏡等並送往紐約。這段無法出勤的時間，北區人醫會成員也透過讀書會來靜心、淨心。





武漢：

感受黑暗中前行的希望之光

疫情最為艱困的期間，人在大陸武漢的樊麗華醫師則最能感受生命的無常、人心的恐懼與無私的愛。一月二十三日武漢封城，街上變得非常寧靜，然而早在封城之前，樊醫師所處的醫院已有醫護感染，在極度不安的氛圍中，樊醫師卻深刻感受到「我們慈濟人起了一分安定的力量」。在醫院極度缺乏防疫物資的求助中，「慈濟師姊為武漢醫護募來了三萬份護目鏡……，慈濟在第一時間捐贈了福慧床，而當沒有司機願意運載物資前往武漢時，只有慈濟的師兄自願協助運送……」當醫護餐餐靠泡麵果腹時，慈濟志工聯繫了素食餐廳，上千份的素食每天送往各大醫院，還提供了五穀粉、營養品等；而許多醫護又將五穀粉、營養品轉送給眼前那些虛弱的病人。歷經抗疫的點點滴滴，樊醫師感恩上人創造了慈濟世界，讓無數在黑暗中前行的生命有了希望之光，而能挺過那段漫長且看似沒有盡頭的疫災。

防疫物資援送 推素護身心

經過二十分鐘身心寬暢時間後，第二階段全球人醫紀實課程，由菲律賓、約旦、湖南、澳洲、新加坡、馬來西亞、大陸北京陸續分享面對疫情挑戰下的突圍與作為。

菲律賓慈濟人醫會那巴洛醫師 (Dr. Bernardita Navarro) 分享，三月起受疫



大陸武漢的樊麗華醫師感恩上人創造慈濟世界，讓無數在黑暗中前行的生命有了希望之光。攝影／顏啟斌



那巴洛醫師分享菲律賓慈濟義診的眼科中心如何因應疫情調整做法、持續幫助病人。攝影／陳基雄

情影響，義診停工了三個月，至六月才恢復服務。菲國慈濟義診的眼科中心除了到修道院照護修女的眼睛健康，人醫會蔡超勇醫師 (Dr. Alex Sua) 也透過手術和雷射治療幫助因失去視力而痛苦的弱勢病人。在此非常時期，娜格麗塔醫師 (Dr. Nargarita) 開辦線上眼科門診，免費為窮苦病人看病，並且轉介醫院治療，對於一般患者的診療費，她也全數捐給慈濟。人醫團隊把握付出的因緣，將慈濟視為苦難的希望，繼續幫助受苦的人。

約旦慈濟人醫會阿哈默德醫師 (Dr. Ahmed) 在疫情期間，仍努力為敘利亞難民義診，包括利用電話或視訊問診，與慈濟人用大愛和關懷守護每一位病人。哈金醫師 (Dr. Hakim) 說自己從敘利亞來到約旦已超過六年，跟著慈濟人繼續為同胞服務，勉力以最適當的醫療方式救助生命，想辦法省下醫療費用以幫助更多的貧困病人。他非常感謝慈濟，兩年前來臺參與人醫年會後，自己的想法和態度從負向轉為正向，更能投入為病人做更好的服務。

湖南由李志醫師分享。在心血管病房服務的李志醫師，疫情期間，承擔了醫院裡隔離病房的負責人，要與團隊一起照顧為數眾多的求診病人，壓力非常大，依靠著聆聽上人說法，找到信心和



湖南李志醫師分享疫情下守護病房的歷程與院內推素心得。攝影／陳基雄



盧以欣醫師分享澳洲慈濟人醫會的防疫援助行動。攝影／陳基雄



約旦慈濟人醫會阿哈默德醫師 (左下角右) 與哈金醫師 (左下角左) 感恩能與慈濟人一起為敘利亞難民義診。攝影／陳基雄

力量，克服種種困難，奮戰了五十七天，圓滿管理病房任務。另一方面她也積極推素，所服務的單位推出大陸第一家素食病房，同時在眾多慈濟志工的成就下，展開送素餐給前線醫護的行動，原本擔心數量過多造成負擔，但志工一句「只要有人吃，做多少份我們都願意」，讓她銘感五內。

澳洲慈濟人醫會盧以欣醫師指出，兩波疫情下，人醫團隊透過成立防疫資訊網，即時公布、更新、翻譯防疫內容，同時拍攝防疫影片，傳遞正確訊息。感恩志工夥伴一同用心以行動守護，除了捐贈防疫物資給醫院、養老院、關懷弱勢族群的機構，也準備安心祝福包，給予隔離中的民眾與家庭心靈上的慰藉。



線上共聚精進薰法 送愛援防疫前線人員

新加坡慈濟人醫會陳俊耀醫師分享在慈濟湖畔全科診所的管控和防疫措施，並且配合衛生局，為民眾提供新冠病毒檢測服務，也積極在院內推素。而在陳篤生醫院 (Tan Tock Seng Hospital) 服務的王曉娜護理師，帶動院內四十個部門、近千名員工，願意每天素食一餐，聽到同仁回饋素食帶來身體和心靈上的改變，是她最大的收穫與幸福。疫情期間，受限防疫管制無法見面，人醫團隊線上共聚精進，相約手語演繹〈發心立願〉，祈願天下無災、道心堅毅。

馬來西亞慈濟人醫會史佳穎醫師，承擔起統籌規畫與協調任務，帶動團隊贈送防疫物資，涵蓋了雪隆地區的國家醫院、政府單位、社區診所及私人診所。另一方面，有感醫療人員的辛苦與壓力，與慈濟人發起製作感恩卡行動，送愛到各個防疫前線單位，支持醫護人員的心靈。

承擔疫情協調小組任務的蔡美萍醫師，分享在八月二十三日首次舉辦的檳城慈濟人醫會十九周年慶，各州的人醫成員在線上相聚，透過視訊交流如何化解疫情期間遭遇的種種困難，還有志工團隊在靜思堂合力製作防護衣、防護面罩並捐助眾多醫療單位，獲得政府單位與媒體的肯定。在新山康柏專科醫院 (Kempas Medical Centre) 服務的蔡醫師，同時也在院內推動週一素食日，吸



新加坡慈濟人醫會陳俊耀醫師與王曉娜護理師分享疫情期間人醫團隊仍透過線上共聚精進。攝影／陳基雄



馬來西亞慈濟人醫會史佳穎醫師與蔡美萍醫師分享集志工之力援助防護裝備的行動。攝影／陳基雄



北京甘業華牙醫師積極落實推素。攝影／陳基雄

引更多醫院同仁及病人及家屬加入茹素行列。

北京由甘業華牙醫師分享。二〇一八年參與人醫年會發願推素，不僅自學營養學，推廣足跡更遍布公園、社區、蘇州及深圳志業園區、北京華藏書院等地，對象包含一般民眾、癌症患者、醫療人員等各類族群，同時也在自己服務

的單位推廣素食及環保。二〇一九年疫情起，應林漢英醫師之邀，持續透過線上推廣素食，達到二十二場計八千人次參與的成果。細數兩年來共計推素六十三場，聽眾累計數萬人，「我願意推素到我人生的最後一口氣。感恩各位慈濟家人給予的福田與協助！」

十月一日晚間六點到七點半，是人醫年會「中秋宴」時間，菜色結合臺灣在地特色小吃，更有歐風自助料理，可惜海外學員無法參加，但營隊仍為臺灣兩百多位成員盡心準備，色香味俱全，前提是健康又營養。

而接在饗宴之後，是學員與精舍師父們促膝談心的時刻了。

飲一杯智慧的水 菩薩道心永不退

鋪上布巾的小圓桌上，鏤空的豆豆籠、花草、心型的柚皮，再點燃小蠟燭，香氣的柚香溫透柔柔的光亮，映照一輪皎潔圓潤的中秋月。月圓時刻，人醫家人在花蓮靜思堂道侶廣場上溫馨團圓。溫度，是靜思精舍常住師父歡迎團聚的用心；溫度，也是人醫團隊在義診路上慈悲的心路，雖然疫情阻絕各國團聚的距離，防疫的溫度，在各國人醫行動上卻未曾降溫。

十月一日的晚間時分，「與師父飲一杯智慧的水」這個時段，人醫年會學員

十月一日中秋節晚間，人醫年會學員於靜思堂前道侶廣場「與師父飲一杯智慧的水」，月圓人團圓。攝影／楊凱誠





德仁師父提醒大家：「上人以堅強的悲心，在疫情期間皆視訊連線到很晚，就擔心大家因疫情關係而讓道心散了，希望大家道心凝聚，讓佛陀正法住世。」攝影／潘常光

分小組團團坐，可以提出任何的困擾與想法來請教精舍師父。

擔任新竹人醫會窗口的蔡智玲，剛開始承擔領眾時都戰戰兢兢，但她想到：「上人曾說，只要願意做事，菩薩就會湧現。真的！當我發心做利益眾生之事，菩薩就會自然出現。」這次她邀約不少人來參與營隊，透過今天課程的分享與回饋，蔡智玲感受各國人醫對疫情防護的精進與付出，覺得很不可思議。

前幾年，因為先生身體健康需要照顧而錯過人醫年會，現在他已經圓滿世間緣。先生往生前說：「我會很放心地離開，因為妳有慈濟、有師父。」蔡智玲答應先生，要連他的份一起做，孩子們

雖然覺得媽媽太忙，見面還要預約，但仍全力支持媽媽的這條菩薩路。

新竹的人醫會每週六下午都有《靜思法髓妙蓮華》第一冊的讀書會，游淑慧說：「透過讀書會了解經義，入經藏時就不用死背。」來自高雄的陳紅燕也說：「高雄人醫會的讀書會目前開三朵蓮花（有三位受證慈誠委員），希望讓人醫成員讀上人的書，透過讀書會接引醫護人員。」

德仁師父提醒大家：「上人前陣子提到，抱著遺言在跟弟子講經。大家真的要聞法，並且人人要茹素。上人以堅強的悲心，在疫情期間皆以視訊連線到很晚，就擔心大家因疫情而道心渙散，希望大家道心凝聚，正法在臺灣住世。」

用心何定義 有佛法就有辦法

臺中慈院神經外科主任林英超請問師父，佛說人有二十難，其中說到「觸事無心難」，但自己開刀如果沒有達到預期的效果，會難過，該不該難過？要怎麼「無心」？該不該「用心」，因為用心就有心。

德勘師父反問林英超主任：「你覺得這兩個『心』有何差別？」林英超仍疑惑地問，「觸事無心」就是不要在意某些不好的事情，可是在治療病人的時候卻很在意成果，希望病人在自己的手中好起來，手術若沒有如預期的效果就會睡不著。「怎麼樣讓自己解脫，可以睡得著呢？」

德勘師父開示，上人常講「煩惱」和「擔憂」不一樣。「煩惱」起於在自己身上打轉，而「擔憂」是為眾生。「各位都知道答案，若是為眾生而放不下，反而是一種承擔。只是碰到境界時會有煎熬。上人也放不下天下災難那麼多，苦難眾生救不完，常常睡不著，這是上人的「擔憂」，但上人沒有貪瞋癡的「煩惱」。

德勘師父說，「面對生死，自己要透過學習，境界才會提升。在意病人的好壞是好事，若覺得病人如何對你無足輕重，那就慘了！」身為醫師把病人治好是使命，要放下不容易，若是為眾、為他反而是一種承擔。如果當下覺得對他是最好的治療，就問心無愧。每個人都他的人生劇本，病人的人生劇本若寫



「飲一杯智慧的法水」時段，第一、二、三小隊學員合影留念。攝影／林萬教



到這裡，在過程中也不要再有遺憾。

林英超又提出疑問，當面對這種挫折的壓力，是不是只用一個境界——「那是他的業」，就能解脫？因為醫師不是只做到最好就好，還要做到完美，符合別人的期待。

德勘師父開示，薰法香才有心靈法藥。對事情的處理，有世間的方法，還要有佛法去安住自己的心。他安撫大醫王，當用盡了世間所謂的好方法，就已是一位愛護病人的好醫師；但是要如何去調適自己的心，就要有佛法才能夠去轉自己的心，這是很重要的。難得今年中秋節遇到好天氣，以往初一十五拜經之後，上人總以「是日已過，命亦隨滅」勉勵大家要珍惜時間，把握分分秒秒。

年會開幕 不同空間同心發願

「2020TIMA 人醫會年會開幕，歡迎全球成員！」掌聲不斷，持續了二十秒。這時螢幕上出現了大陣仗的人醫隊伍，但畫面一切換，只剩下全球召集人林俊龍執行長雙手張大、轉了一圈，慨嘆：「去年年會有二十幾個國家地區，今年，不見一個人影！」

「舞臺上只剩下林執行長和冠狀病毒……」年會司儀洪芯宜師姊接著說出戲劇性的反轉，「但今年年會參與人數，反而逆勢成長，是以往的三、四倍之多。」因為疫情的關係，海外學員只能透過直播視訊，在雲端參與年會，但也因方便而人數激增。也非常感恩近四百位工作人員放下家業事業，前來承



臺中慈濟醫院神經外科主任林英超請問師父，關於「無心」與「用心」的差別，及如何放下對手術成果的執著與擔心。攝影／林萬教



二〇二〇年十月二日開幕式，慈濟四大志業主管與慈濟醫院各院長與副院長們齊聚一堂。攝影／徐金生

擔，成就此次年會圓滿。

在所有人恭唱〈慈濟功德會會歌〉後，聆聽上人開示「四大不調，災疫不斷；大哉教育，向天懺悔」影片，慈濟人在救災期間親手送餐盒給災民，盒餐是有形的禮，無形的禮是希望人人茹素，因為五百個葷食餐盒可能就要殺死三十八隻雞，上人提醒「非素不可」，現在是人人覺悟省悟的時刻。

謹記上人叮嚀，人醫會團隊接力演繹〈一一懺悔〉，花蓮講經堂現場舞臺上，螢幕切換到新加坡、美國、菲律賓、馬來西亞，再回到現場，「懺悔耽染愛著起貪欲，貪名貪財貪權力；懺悔瞋恚忿怒懷害心，暴躁習性常傷人；懺悔懵懂愚痴不了悟，不明因果昧罪福……」畫面也不時切換到所有觀看直播的學員，隨著歌詞提醒自己，在這個疫情尚紛亂的時期，人大懺悔。

接著播放「人醫大藏經」，帶大家

回顧過去這一年全球人醫在各地義診往診的足跡，影片最後出現了剛於今年六月往生，並成為無語良師的北區人醫會黃金受師兄。黃金受師兄號稱「人醫會史上最強水電師傅」，是基隆地區慈誠第一顆種子，喜歡動腦筋解決問題，也被稱為「慈濟馬蓋先」，投入人醫會已三十多年。畫面上，謝金龍醫師分享金受師兄在第一次化療結束後隔天，居然還是出現在創世基金會義診現場，而且他一走，金受師兄已經把管線都架好了……看到這裡，只見坐在不同角落的學員默默拭淚，接著畫面上又出現從呂秀泉醫師開始的一位位已逝人醫身影，讓人陷入追思懷想。

在花蓮靜思堂講經堂現場的二百六十一位學員，符合防疫規範，全場配戴口罩，採取梅花座，維持社交距離。人醫年會第二十四周年，遭遇新冠病毒疫情考驗，但也更顯現出能力與毅

開幕式上播放上人開示，提醒在此災疫不斷期間要大懺悔，舞臺上與螢幕上各國地區接力演繹〈一一懺懺悔〉。
攝影／徐金生



力。所有參與今年年會的國家地區，有的是網路現場連線，有的是以預錄的形式呈現，彼此在螢幕的兩端道歡迎，澳洲十九位共同出現，美國連線的那一端，士氣高漲大喊「TIMA, TIMA, go go go!」幫大會加油。巴拉圭也是現場連線，祝福年會圓滿成功；預錄的加拿大成員對著鏡頭說出「防疫、茹素、薰法香，do my best。」畫面從美洲帶到歐洲，有義大利、荷蘭；法國、愛爾蘭、英國同框出現，再帶到非洲的莫三比克，感覺有上百人在畫面裡；畫面再回到亞洲，從約旦、印尼、到尼泊爾、緬甸、新加坡、大陸、越南；馬來西亞雪隆，有二百九十多位報名，陣容龐大；接著到菲律賓，也有一百零二人，還有泰國、南非、墨西哥、多明尼加等等，然後回到花蓮現場，由臺灣東、北、中、南區人醫會學員起身向畫面彼端揮手致意。二十四個國家地區、一千八百多位



各國或是現場連線或是預錄祝賀人醫年會正式開幕。圖為莫三比克團隊。攝影／徐金生

學員，雖然大家不在同一個空間，但卻同樣情意滿滿，彼此快樂相見歡。今年年會特別的是，總學員數會隨著時間變動，不少時候是超過兩千人一起與會的狀況。

司儀首先帶領大家感恩年會的六位指導師父：旻師父、旭師父、守師父、宸師父、本師父與淵師父。接著也歡迎四



無法回到花蓮的各國學員，以視訊同步慶賀年會正式開幕。攝影／謝自富（左）、顏啟斌（右）



臺灣各區人醫會與所有學員互道歡迎。攝影／徐金生



開幕式最後，學員們唱誦〈至誠發願〉，在志業體主管與人醫會代表率領大家「生生世世跟師父走」。
攝影／顏啟斌

大志業所有出席主管。

接著，請國際慈濟人醫會全球召集人林俊龍執行長上臺致開幕式歡迎詞。「往年（年會）人山人海，可惜今年遇到疫情，只好透過視訊，但學員人數反而多了三、四倍，感恩主辦單位簡守信院長不斷發揮巧思創意精心策畫，希望明年年會，大家能回來花蓮團聚，也分享這一年來的防疫行動。」執行長接著以英語再致歡迎詞，親自向海外學員表達明年一定記得回來的中秋之約。

開幕式一開始，全球人醫菩薩帶著

大家「一一悉懺悔」，開幕式的最後，在臺灣的人醫會學員代表與慈濟四大志業主管齊上臺〈至誠發願〉，發願從自身自省做起，並帶動身邊的人至誠發願，一起圓滿今年年會主題「防疫、地球與心靈」。

「我今虔敬誠發願，身口業障令不生；願：永離怨憎不殺生，救生護生不顧身；願：生生世世持齋戒，不聞哀嚎宰殺聲……」人醫會學員菩薩與慈濟志業體主管、各國視訊彼端，齊聲大喊「生生世世跟師父走」，發自肺腑說出至誠心願。

保持戒慎心 與新冠病毒和平共處

今年年會還是邀請到許多重量級講師分享。開幕式後的第一場課程，於八點三十分在講經堂現場，由中研院院士賴明詔博士以「如何認識新冠病毒」為題進行五十分鐘的演講。

被稱為「冠狀病毒之父」的賴明詔院士笑稱：「我不是冠狀病毒之父，因為冠狀病毒也不是我生的，冠狀病毒就像是我的好朋友。」賴明詔院士說，先和病毒做朋友，了解它們，才能學會和平共處。也強調，將來的新冠病毒可能會像流感一樣季節性流行，我們能做的，就是保持戒慎的心，尊重生命，與病毒和平共存。



中央研究院賴明詔院士帶著全球人醫會學員完整認識新冠病毒。攝影／楊凱誠

微塵願力快行動 眺望慈濟一百年

資深慈濟志工姚仁祿師兄，自一九九七年以無給職身分擔任靜思文化執行長，成立第一家靜思書軒直營店，一九九八年起連續八年同樣以無給職就任大愛電視臺總監，積極全球布局，以優良的製播內容，讓晚間八點檔的收視，提高到全臺前三名，並且多次入圍、得到金鐘獎的肯定。課程上以「超大、超小又超快，怎麼辦？」為題，帶領學員眺望二〇六六年——慈濟一百年的願景。

人們通常碰到問題，就想馬上解決，姚師兄試著帶大家來看更長遠的脈絡。現在是二〇二〇年，到二〇六六年，意即四十六年之後，就是慈濟一百年。所謂的「超大、超小又超快」，以當前疫情來說，「我們面對的是一個大麻煩、小病毒、快傳染，而我們要承擔的是一個大願力、小微塵、快行動。」進一步來說，除了有身體的病毒，很少人注意到，人心同樣也有病毒，而有時媒體就是最快的傳染者。

佛教的因緣果報，以比較現代的、科學化的語言來說，意謂當原因、條件成熟的時候，就一定有產生後果，而後果一定造成影響。「新冠病毒是一個果，除了疫苗，我們也要認真思考，到底是什麼原因所致。如果以為殺死病毒，就是解決眼前的問題，從因緣果報的角度來說，就只是想殺死果、逃離報。若是



講師姚仁祿師兄以「超大、超小又超快，怎麼辦？」為題，帶領學員眺望未來。攝影／徐金生

不能結好緣、用智慧去處理人類造成的因，那麼也就無法解決困境。」

「只能設法讓人類智慧成長，見樹也見林，見林也知山，見山知地球，見地球思宇宙，悟到心的作用。」也才能理解到，上人常說的「多用心」意之所在。姚師兄說明，多用心不只是多想想，而是必須從心才能看到，這整串的因緣果報。

面對現下情勢，該「怎麼辦」？典範在眼前。姚師兄帶大家回顧慈濟的歷史。上人二十六歲出家，一九六六年，他二十九歲時成立佛教慈濟克難功德會，那是臺灣經濟條件非常差的時代，絕對很難推動慈善工作，而他就此邁開慈濟的腳步。「這可說是『為佛教，為眾生』的全球第一個實驗室，等於是把二千五百多年前的一個理論，拿到這裡來說，我們來試試看，可不可以行得通。」三十五歲時，他開始了醫療志業，上人啟發身邊的年輕人一起來做義診。四十二歲時公布要建慈濟醫院。二〇一九年，上人已經八十二歲了，慈濟的腳步已遍布全世界，仍殷切提醒弟子記住「靜思法脈」、「慈濟宗門」。

「慈濟讓我們相信，人類的善念，是有辦法可以培養的。」就像佛經所提，每一個人都有不同的方式與因緣可以把握，方法很多。姚師兄認為，現在的挑戰是如何邁開更大的腳步，期望大家不只是守成，而是要持續進步。

四十六年後，慈濟成立一百年。聯合國預估屆時地球上的人口約一百零三點五億，飢荒、災害、戰爭等等因素，都可能讓人口數量急速減少。而慈濟的人醫會和全球志工，有可能幫助有需要的人離苦得樂嗎？

姚師兄想到多年前與上人的往事。當時他因事務繁忙而起煩惱，在靜思精舍請益該怎麼辦。上人提到，年輕時為自食其力而去種田，早上四點多就要去拔雜草，當灌溉的水源流入入田，冬天站在水田裡，看到範圍那麼大，又那麼冷，怎麼做得完？「我心想要把這片田做完、把雜草拿乾淨，但我的手就這麼寬，那我就專心這個手可以做的範圍，雜草除盡後，向前走一步，做完，再進前一步，又把雜草除盡，這樣一步一步……噢？也沒有過多久，就除光了。」

同樣的道理，試想「假設我們有一百零三點五萬名志工，人人發心立願，每人每天幫助一個人離苦得樂，以自己可以做到的能力，持恆步步履行，屆時全球一百零三點五億人的身心，就會步步提升。」正如《無量義經》：「從一種子，生百千萬。」相信必能做得到。姚仁祿師兄藉此與全球慈濟家人共勉。

慈濟大哉教育 轉識成智

王本榮，是花蓮慈濟醫院小兒神經科權威，曾於二〇〇六至二〇一九年擔任慈濟大學校長，接著擔任慈濟教育志業執行長，受邀於人醫年會上分享蘊含醫療人文及佛學智慧的「大哉教育」。

「其實佛法非常科學，尤其是小乘佛法。」王本榮執行長透過醫學的角度，帶領學員探討佛法，從小乘佛經唯物觀的「微塵」，對應到現代科學的原子（一億分之一公分）甚至是更小的粒子跟量子；而佛法又從小乘的唯物科學，進入到大乘的唯識和唯心。王執行長用趣味的口訣介紹複雜的唯識觀：「八個兄弟共一胎，五個門前做買賣，一個在家把帳開，一個伶俐一個呆。」人有八識，其中五識「眼、耳、鼻、舌、身」對應五塵的「色、聲、香、味、觸」；第六識是「意」識，以上六識都有意識的；而隱藏在意識底下的第七識和第八識，第七識分別智慧本能；第八識則負責如實記錄我們所有清淨、雜亂、善惡的種子，如同飛機的黑盒子。

身為小兒神經科醫師的王執行長，利用八識的功能，對應了身體可能的位置；前五識像是大腦的特化感覺皮質、第六識像是聯合皮質跟新皮質、第七識是邊緣系統和腦幹、第八識如同基因、微型 RNA 等。而面對時代和環境的變遷，王執行長提出利用八識轉識成智的新教育。

第六識的教育是「生活教育」，王



王本榮教育志業執行長在二〇二〇年國際慈濟人醫會年會第二天，帶來「大哉教育」的精進課程。攝影／陳榮照

執行長說：「壺小易熱，量小易怒，器小易盈；憤怒是以別人的過錯來懲罰自己，忌妒是以別人的長處來折磨自己。」慈濟教育志業也將教育落實在生活中，「三儀」，服儀、威儀、禮儀；「三品」，品德、品質、品味；「三養」，學養、教養、修養，以此提升學生無形的競爭力。

大哉教育即是「悲智雙運」，王本榮執行長強調，利用自我的八識轉識為智，有了智慧，還有培養慈悲心，智慧利己，慈悲利他，這就是佛法中最重要的教育。最後，王執行長分享了贈以日本京都大學的文字，「慈悲：慈悲濟世。一生無量慈濟心，一生萬法聞思修，一生懸命信願行，一生不悔人間路。」



王本榮執行長以醫學角度融入佛法的智慧，響應今年的人醫年會主題「防疫、地球與心靈」。攝影／陳榮照

二十塊錢的抉擇 防疫考驗人類智慧

「夜訪新冠病毒」，頗令人遐想的題目，十月二日星期五晚上八點二十分的課程才要登場，任誰都想休息了。果真，司儀介紹大愛電視新聞部經理陳竹琪出場時，鼓掌聲七零八落。陳竹琪馬上就說大家真的累了，緊接著是一陣熱烈的掌聲及歡笑聲，精神也跟著來了，也終於明白「夜訪」意指這天將在「晚上」跟大家分享，慈濟人在這波全球疫情下為防疫所做的努力與付出。

因為在大愛臺播報新聞的關係，陳竹琪將自己的所知所聞、防疫線上的人文故事與全球人醫學員分享。比如防疫期間很重要的「勤洗手」，對莫三比克

人來說卻有一點遙不可及，因為在當地一塊肥皂需（臺幣）二十塊錢，可是二十塊錢可以讓他們買到麵條、白米、蔬菜，給家人填飽肚子。她反問在場學員：「在填飽肚子與洗手之間，如果你是他，你也會先選擇填飽肚子。所以，他們選擇用炭灰來洗手。」

陳竹琪說，世界上有很多國家的防疫工作，是物質豐富的臺灣人無法想像的困難，不是他們不做或做不到，而是實際上環境嚴苛，沒有辦法顧及所謂的防疫。南蘇丹本身就是一個戰亂頻繁、民不聊生的國家，還有一個很大的難民營，這些難民都是從蘇丹逃到南蘇丹的。難民營裡有四萬六千人，連一支溫度計都沒有，防疫、發燒篩檢對他們來講是太遙遠的事，而且謠言與錯誤的醫

療資訊在南蘇丹的難民營裡流傳著：「病毒晒太陽就會死掉、黑皮膚的人不會被感染……」當地的環境真的非常嚴峻，年輕人覺得這樣下去不是辦法，自己拿著擴音器在整個難民營，不斷宣導有關新冠病毒的正確訊息和防疫常識，讓百姓不至於被謠言繼續矇騙。

疫起智慧生 一波五折送物資

陳竹琪接著講一個梵蒂岡的故事。有一天，大陸的慈濟志工吳廣超接到一個任務——送兩件隔離衣、十個口罩、兩個護目鏡去梵蒂岡。因為教廷知道每個國家的防疫物資有限，所以提出的需求就只有這麼少。

吳廣超做的是進出口貿易，她認為這項任務太簡單了，閉著眼睛、動動小指頭，隔天就可以完成了。沒想到卻一波五折，第一次她請代理商將物資送去報關，代理商說：「政策改變了，今天開始不能代理，妳必須親自去送，自己去排隊。」這一排，排了好久，好不容易排到了，結果又被退回。對方說，這是防疫物資，需要報關。

為了報關，每樣物資要找產地證明，廠商需要蓋章，尤其送去梵蒂岡的物資必須符合歐盟標準才能進關。當她按照規定準備好一切文件，海關也收了，但海關人員打開一看，難題又來了，他們要查驗每一箱的物資內容，必須跟報關的文件一模一樣，所以要求她三件東西必須分開包。好不容易重新包成三個包裝，海關又因為有新規定而退件，少於



陳竹琪說：「這波疫情讓我們看到人類的茫然與盲目，但也看到人世間的大愛，即便在這麼嚴峻的情況，還是有人願意把物資送到需要的人手上。」攝影／李弘文



莫三比克的慈濟志工走入社區宣導勤洗手，為非洲防疫獻力。圖／蔡岱霖提供



一百公斤的物資不能寄，還嫌這些東西實在太少了。

吳廣超從未遇過這麼困難的報關問題，她在心裡默默祈禱，「上帝啊！請您保佑神父，千萬千萬不要被感染，我們的物資現在卡在路上就快到了。」最後她不僅迎刃而解，還總共送了六萬四千四百套口罩到梵蒂岡，完成了不可能的任務。

珍惜幸福 老幼盡力「罩」疫情

這波的疫情，慈濟的慈善足跡遍布一百多個國家地區。陳竹琪說，尤其是精舍師父帶頭領著志工全面做布口罩，在防疫過程中一罩難求時幫了很多忙。

防疫線上不可少任何一個人的愛和力量，連一位失智的阿嬤只記得如何穿針引線，每天到環保站做布口罩做得很開心，所以女兒都會陪她去。從九十多歲的老人家到小小孩，很多慈濟志工、社

區志工在防疫線上都沒有缺席。陳竹琪對志工的精神非常欽佩，雖然他們不是醫生，都想盡一分心力，讓這波疫情盡早遠離。

陳竹琪說：「這波疫情讓我們看到人類的茫然與盲目，如果領導人方向錯誤將使疫情擴大。但也看到人世間的大愛，即便在這麼嚴峻的情況下，還是有人願意把物資送到需要的人手上。」最後竹琪也再次提醒全球人醫學員上人的叮嚀，人類應該學謙卑、學低頭、學感恩，茹素來照顧身心，尊敬大自然，讓地球不再受傷害，瘟疫不再找宿主。

所有學員在晚間九點過後，返回寮房休息，結束了一整天扎實的課程學習。

十月三日星期六，是年會最後一天，在慈濟慈善事業基金會顏博文執行長的演講結束後，所有學員稍事休息後即前往靜思精舍，與上人及全球人醫學員共聚，圓緣。



演講結束，學員與陳竹琪師姊揮手道晚安。攝影／李弘文

大地與人的對話 打造植物界的 諾亞方舟

文／吳宜芳 攝影／葉唐銘

臺灣著名的生物學家，現任教於國立清華大學生命科學系，同時也是臺灣中文版《科學人》雜誌的總編輯李家維教授，特地來到花蓮，以「大地與人的對話」為題進行演講。

李家維教授於課堂一開始便沉重的表示，「人類殺戮自然，並沒有因為新冠肺炎疫情而停止，大家不開車了，交通順暢很多，汽油燃燒減少，天空似乎晴朗了，但是我相對悲觀，在原野的哀號聲音比過去更大，因為糾察隊不在，侵犯自然的行動只有加大，沒有減少。」

從二〇〇〇年到二〇一三年這十三年來，一個墨西哥大小的野地已經完全消失，二〇一九年，五十位科學家、一百四十五位專家進行為期三年的研究結果是，將有一百萬個物種在瀕臨滅絕的邊緣上，占了地球大約四分之一，未來的五十年，地球將失去三分之二的野生生物。

人類於二十到三十萬年前在非洲崛起，從歐洲南方開枝散葉，走到了美洲



的最南端，一一造就了地球的災難，「人的特質是什麼？人是一種最殺戮的動物，我們走到哪裡就把其他的物種滅絕，把接近我們的生物優先消滅，這是第一個特質。第二個特質，我們有無比的冒險性，天底下沒有什麼生物是這樣的不安於世，勇敢地走向世界。」

李家維教授本來在實驗室進行細胞生物學的工作，後來轉變研究方向，專攻



古生物學。他說，「我得到這輩子最重要的一個知識，就是了解地球上生命興衰的節奏，岩石裡的化石清楚的告訴我，過往的歲月是如何，地球幾十億年的生命是如何演替的。」

人類還是有些事情可以做，生態系中最脆弱、最豐富的是熱帶雨林，李家維於二〇〇七年成立「辜嚴倬雲植物保種中心」，使命就是保育熱帶和亞熱帶植物，來維繫住地球的生態系統，到現在已建了十七棟花房，裡面引進來自世界各地的植物，現在總共有三萬三千七百八十三種，這是一個世界上匯聚最多種類活體植物的地方。

自二〇一二年開始，保種中心的成員大膽的走出臺灣，到世界各地實地拯救植物物種，最成功的案例是在索羅門群島。連續五年，中心送了二十五位植物學者到索羅門群島研究採集，帶回了五千多棵植物進行保種。另外還有一個是位在大洋洲，全世界預估最早受氣候災難滅絕的國家——吉里巴斯，只有十一萬人口，他們是天底下最環保的一群人，

不用農藥、不用肥料，在這島嶼長期演化的獨有物種及人類馴化出來的各種品系，未來都會跟著海水淹沒，李教授說：「我們到那裡去把這些保留下來，其中一個臺灣也能看見的濱海植物——林投，在當地，幾千年來將林投馴化成特殊的上百種品系，有些品種飽含澱粉，可以煎成一張餅來吃，有些飽含著蜜汁，剝開之後跟蜂蜜一樣甜。」案例不勝枚舉，保種中心多重的努力繁殖，送到不同的地方，共同承擔保種的工作，另外一個就是深度冷凍保存，用四十個液態氮桶，每一個液態氮，可以放進六千個標本，要把保種中心裡的物種、不同部位凍結在液態氮，留給下一個世代科學家研究。

保種中心靠三十位年輕熱血青年來維護，他們有共同的背景與信念，就是喜歡植物，希望盡可能保存植物，一群人撐起了這個全世界最大的植物活體收藏中心。

李教授說：中心目前缺乏的是人才，過往幾十年，學校教育已不再培養生態分類與演化方面的人才，但要拯救地球



學員專注聽講並紀錄。左圖攝影／簡明安

的多樣化生物，需要的卻是能認識這些鳥獸蟲魚名字，知道它們在自然界扮演何種角色、如何生存、如何繁衍的分類學長才。於是在二〇一六年，保種中心啟動「未來地球生態計畫 (Future Earth Ecology Program)」，自行培育未來所需要的熱血青年，給與密集嚴格的訓練，到目前已經有三期、一百人畢業。將來這樣的行動計畫將拓展到東南亞、中國大陸、到世界很多地方去，希望有下一代人來救他們自己的地球。

最後，要引用德國一位氣候研究所教授說的話，「雪崩效應會導致目前七十五億人安身立命的地球，將來可能只夠十億人存活。」最後地球上只剩十億張椅子在那個地方，六十五億人將無容身之地，如此災難式的前景，李家維教授提醒所有的人醫學員，現實中的很多事情是微不足道的，真正的災難其實就在眼前，「誰來阻止大滅絕」會是一個很沉重的話題，也是必須面對的現實。



李家維教授於二〇〇七年成立「辜嚴倬雲植物保種中心」，近年來中心積極培育年輕一代的生態研究長才。



遠距笑談醫療情

簡守信院長、葉添浩醫師、黃思賢總督導

文／楊金燕 攝影／楊凱誠



臺中慈濟醫院院長簡守信、高屏區人醫會醫師葉添浩，及人在美國的全球志工總督導黃思賢暢談醫療義診的體悟與實踐。中間放了特製的思賢師兄立牌，猶如人在現場。

從一九七二年證嚴上人在花蓮市仁愛街創辦義診所開始，慈濟人醫會在世界各地的義診與救災永遠都是迎難而上，走在最前，做到最後。十月二日，臺中慈濟醫院院長簡守信、臺灣人醫會醫師葉添浩，及人在美國的全球志工總督導黃思賢，遠距暢談醫療的體悟與實踐。

二〇〇二年加入高屏區慈濟人醫會的葉添浩醫師，每次只要一有義診號召，他總是二話不說，立即報名，寧可拉下診所大門，也要飛往災區。簡守信院長幽默一問：「葉醫師，你說走就走，是不是因為沒什麼病人啊？」逗得臺下哈哈大笑。

人生有捨才有得 義診豐富心靈

葉添浩說，起初確實也會放不下，擔心如果病人要找他怎麼辦呢？但是自從參加了第一次義診後，就上癮了。義診可以幫助很多人，心靈上非常豐富，整個生命價值也提升了。他提到，上人曾說，「入我門不貧，出我門不富。」剛聽到這句話時無法體會，但幾次出門義診後，就愈來愈理解這句話的真義，「奇妙的是，我每次義診回來，就有病人找上門。」根本不需要擔心關門導致診所沒客人。葉醫師從此更加把握因緣參與義診，他說人生有捨才会有得，所以不必害怕捨。

說到捨，簡院長緊接著放上一張義診時的病人照，大家愈看愈眼熟……，咦，這位病人不就是黃思賢師兄？他也最懂「捨」的哲學。照片中，整形外科專業的簡院長、葉醫師正在幫他縫合顏面撕裂傷。那是二〇一七年十二月，他們前往墨西哥義診賑災，黃思賢師兄不慎跌倒摔傷，跌得滿臉是血，照片中的他還揮著手，可不是要向大家打招呼，而是要請拿著相機的師姊「別拍攝！」，免得給上人看到了平添擔憂。

一般到海外義診，外科團隊帶的都是稍微粗的3-0或4-0的尼龍縫線，但葉添浩醫師當時卻自行帶了非常細的6-0縫線，且正巧用上了，為思賢師兄做了完美的縫合。思賢師兄則笑稱，簡院長、葉醫師當場幫他縫了個「卍」



簡守信院長以幽默的方式介紹葉添浩醫師、黃思賢師兄，逗得臺下學員哈哈大笑。



二〇一七年十二月墨西哥義診賑災時，黃思賢師兄意外受傷，簡守信院長處理傷口。圖／簡守信提供



葉添浩醫師說，他參加第一次義診後，就上癮了，義診可以幫助很多人，心靈上非常豐富，生命價值也因此提升。

字，讓他不僅沒有破相，還看起來更為莊嚴。

經常一起前往各地義診的簡院長還爆料，葉醫師不僅自行帶各式手術縫線，每次義診，他的家當都非常壯觀，他雖是整形外科醫師，但是連可攜式心臟電擊器、超音波，他全都帶上了！

齋戒茹素是抗疫的靈方妙藥

今年正逢新型冠狀肺炎橫掃全球，美國距今已超過二十萬四千人死亡，七百萬人確診，於此同時，加州林火四起，至今不斷延燒。美國慈濟人醫會副執行長黃漢魁在洛杉磯現場透過視訊向全球慈濟家人說明，在他身後正冒著濃濃白煙的，正是剛燃起的山火。黃漢魁

師兄說，過去加州真正的火災是在每年十月、十一月，焚風吹起的季節，然而今年因為天氣太過炎熱，高溫達攝氏四十六度，初夏便開始發生山林火災，全美累計至今已經超過四萬二千八百個火場，而仍持續在燃燒的還有七十九個火場，很明顯是氣候變遷帶來的影響。

簡院長也回應，上人常提醒，氣候變遷帶來的急迫性是「現在」，不是未來，現在就要做出改變。黃思賢師兄則沉重的表示，從前大家都覺得美國是黃金國度、是追求理想之地，然而這三十年來，已然不是，美國的失業人口是上千萬人，新冠疫情不僅讓失業率雪上加霜，更突顯了貧富差距。除了疫情控制不當，美國也長期存在著種族分裂與教育問題，不僅黑人遭受歧視，「就連我們黃種人在這裡，有時也會感到有委屈。」思賢師兄認為造成這些問題的主因之一，是政治體系出了問題。在全球疫情如此嚴峻、大地極端氣候、空氣汙染等影響眾生生命安全之際，全球的領導人更應該以慈悲與智慧去對待萬事萬物。

在全球環境看似如此危險且脆弱不堪的情況下，思賢師兄說道，「還好，上人為大家開了靈方妙藥：齋戒，茹素。」簡院長則期勉，希望大家把對上人的這分愛，真正帶入社區，影響更多人。把對大地的愛、對眾生的愛、對世界的不公平希望以付出去弭平的愛，以行動展現出來，以愛的力量勸素、茹素，唯有這樣的漣漪效應、唯有更加努力，才能做到敬天、護生、愛大地。

願力演算大數據 慈悲凝聚大智慧

文／曾慶方 攝影／楊凱誠



一位深受中年危機困擾的四十歲資訊界實業家廖威博，二〇一四年回到臺灣花蓮參加實業家靜思生活營，十一月三日在講經堂圓緣時，證嚴上人說最後還有一點時間，就請他上臺分享。依著這殊勝因緣，他知道自己找到了人生的導師，也找到了未來人生的方向。

廖威博參加靜思生活營之前，居住在美國華盛頓，從二十七歲開始創業，事業蒸蒸日上，算是達到了目標，但那時的他卻開始歷經一場中年危機，徬徨了五年，對於四十歲之後的自己很茫然。人生的目標到底是什麼？他的公司已接下許多美國聯邦政府的專案，事業算是已經達到目標，自己也在大陸開拓事業第二春，投入房地產投資與開發，可是下一步該做什麼呢？達標的同時似乎也代表著失去了目標。

直到遇見上人，在上人的指引下，廖威博才找到了人生的目標。上人對他說，醫療資訊也好，四大志業體的資訊也好，希望都能做升級，讓資訊系統跟得上時代的進步。當時他就在講臺上發了願：「如果上人有需要，我就願意盡力來協助。」

「現在我站在這裡，就是因為那時在

臺上的這一句話，我做我所說，而今天則是要來說我所做。」全場學員感佩於廖威博的願力，現場響起如雷的掌聲。

現任慈濟醫療法人資訊顧問，廖威博師兄從二〇一六年開始參與慈濟醫療志業的資訊系統提升專案。他發現，許多疾病的症狀非常類似，但致病原因大不相同，如果能將症狀彙整，透過大數據平臺整合各種公開的線上資訊、醫院的病歷資訊，加上醫療教科書與藥典內容等，再運用疾病分類的編碼，透過人工智慧推理引擎與搜尋引擎的分析，在醫師做疾病診斷時提供可能病症的建議，會讓疾病的判讀更加快速與正確。而這正是慈濟四大院區目前正與華碩 AI 人工智慧研發中心合作的醫療人工智慧專案重要項目。

大家常說科技進步會衝擊到醫療產業，但他認為，科技與醫療是相輔相成，互相引領，因為人工智慧能夠加速醫療資料的分析與處理，精確的數據分析結果，更能帶動醫療的研究與創新。

與人互動多，煩惱隨之而來。廖威博答應要回慈濟幫忙的一年間，他將美國的公司交給專業經理人，又關掉了大陸



的公司，終於回到慈濟，一進醫療志業幫忙，胃潰瘍就發作，痛到倒在地上，不得不去急診，才發現胃裡千瘡百孔，吃了半年的藥，好了，過了三個月，人又進了急診。

廖威博笑著說，雖然第一位合作醫療AI人工智慧運用的臺中慈院廖光福醫師是腸胃科主任，可以幫他「治胃病」，但因為自己投入慈濟醫療資訊專案之後，「一天喜、一天憂」交替出現，一天很高興一天歡喜，第二天一定會出事，百試不爽，讓胃潰瘍一直無法痊癒。可是當有一憂發生，經常就會有貴人出現，將一憂轉變為一喜。他說，是靠著上人的法才把胃病治好了。

他體悟到要學會把煩惱放下，從一喜一憂，一喜一憂，最後練就不喜不憂，

不喜不憂，不是變成了冷血動物，而是內化，轉念去化解所知障，問題自然會有解決的方法。

醫師們常說，治療只能醫治「果」，更重要的是能改變致病的「因」，例如一定要改變飲食與生活習慣，減低壓力等。廖威博很認同，「因為生理影響心理，心理影響生理，產生各式各樣的症狀，醫生都是在找出我們的病因，而上人的法、佛陀的法教導我們，真正的病因在我們的心裡，心理照顧好，我們的病就會好了。」廖威博說，當煩惱不再出現，胃疾自然慢慢痊癒。

廖威博感恩上人教導他，對的事情，做就對了，秉持無私，去我執，有善解才能包容，用慈悲去面對所有的衝突，才是最大的智慧。



蔬食救地球

從七分之一到七分之二十一

文／黃秋惠

十月二日下午三點二十分，學員陸續就座國際會議廳，講師早已坐在講臺上，後方大螢幕上也連線到同心圓餐廳的廚房區（大寮），原來是在測試兩邊的畫面切換和音訊，要確保等一下課堂直播的品質。

三點三十分，「素食面面觀」課程開始，林俊龍執行長、資深志工陳金發師兄、及大林慈院林名男副院長走上講臺就座。首先由林副院長先向學員說明這堂課有兩個主場，會議廳這邊是「文

場」，負責學術、知識面的說明，同心圓大寮是「武場」，畫面中一群人正在準備料理，接著便由在武場的大愛電視〈阿明@Live〉主持人黃添明師兄接棒。

院長們化身大廚，變出健康料理

「我是大愛臺阿明，為了主持這場直播，特地把十多年前主持〈現代新素派〉的戲服拿出來穿。」那是一套非常適合現場氛圍的白色廚師服。「今天阿明來到了同心圓，因為中秋月圓人團圓，不僅要讓大家享受團圓過節的氣氛，更要透過大醫王們的妙手，了解素食的美味與幸福的滋味。」

阿明帶著鏡頭從在地的花蓮慈院，走到臺北慈院、臺中慈院、大林慈院的下廚團隊，各院院長領軍喊了蔬食口號，各自兩道菜色料理，也表演一點下廚功力。

在地的花蓮慈院林欣榮院長領軍的下廚團隊，阿明考驗林院長在十秒之內排一盤冬瓜盅，因為他們正在做「富貴吉祥冬瓜盅」；考考臺北趙有誠院長切蘆筍，趙院長說沒問題，不會「一刀兩段（斷）」，完成了「四刀五段」，而



花蓮慈院林欣榮院長領軍的料理團隊。攝影／徐金生



且是寸菜寸心，體貼食用者；阿明問臺中簡守信院長平時做什麼運動？簡院長答：「炒菜。」接著表演了一手甩鍋顛鍋的技巧，搏得在會議廳學員的一片「哇」聲，當然菜色也是美味又健康；接著來到剛滿二十歲的大林慈院站，由賴寧生院長教大家怎麼切酪梨，還透露等一下會教大家怎麼讓酪梨切塊可以保鮮不變黑……四院團隊專心做菜，畫面切回文場。

低鹽低糖低油高纖，蔬食最健康

林名男副院長擔任主持人，先請問國際賑災經驗數十年的陳金發師兄，加入慈濟前，可說是無肉不歡，朝九晚「酒」，對身體有什麼影響？陳師兄說他以前做生意時喝酒應酬，「常常這邊痛、那邊痛，不知道那就是痛風，太太就用絲瓜燉水，喝了好像較不痛，過一陣子又痛。酒不喝，就好了。」

「老祖宗說『病從口入』，要健康，一是要避開菸酒毒等毒素，二是要吃乾淨的食物，也就是低鹽、低糖、低油、高纖，所以素食飲食是健康的飲食方式。」林俊龍執行長回應陳師兄吃素以前的生活形態，給出提醒。

解開素食迷思： 豆類是優質蛋白質、 吃素擁有好體力

接著分享他帶領慈濟醫療志業多年來以慈濟素食營養世代研究資料庫發表論文的實證成果，比較葷、素食者，素食者罹患痛風的比例比葷食者低百分之四十到七十，發炎指數也較低，所以罹患癌症的比例也降低。

而對於痛風不能吃黃豆（豆類）的傳言，林名男副院長補充：「我覺得我們醫師醫學教育中的營養學知識不夠，現在才知道黃豆可以盡量吃，不是造成



臺北慈院趙有誠院長（左一）小秀刀工，寸菜寸心。攝影／徐金生



大林慈院由賴寧生院長領軍的料理團隊，右為劉鎮榮主祕。攝影／徐金生

痛風的原因，而且黃豆算是優質蛋白質。」接著他請問陳金發師兄，至今素食已三十年，每次去賑災會不會覺得營養不夠、體力不足？

「我常常是去勘災的先遣小組，如果夏天的水患，更是要頂著大太陽，上山下海，最常還有連續二十三天賑災的紀錄，我不知道是因為帶著悲心還是素食的關係，從來沒有感覺肚子餓或體力不夠。」陳師兄回答。

關於吃素會不夠營養的迷思，由林執行長為大家解惑。「營養有六大營養素：水、醣類、蛋白質、脂肪、礦物質、維生素；各種豆類都可提供蛋白質，而黃豆一兩等同二兩瘦肉的蛋白質，且動物性的飽和性脂肪對身體不好，例如室溫下會變固體的豬油、牛油，這些是攝取黃豆時不會有的……」

話題談到優質蛋白質，畫面再帶到另一現場，阿明請問一邊在炒豆腐、正在做「金黃豆腐包」的趙院長，豆腐種類那麼多，該挑軟的或硬的？「想吃軟的就買軟的，想吃硬的就買硬的。」趙院長的巧妙回答讓會議廳的學員又是一陣笑聲。

林執行長提醒，「青菜也富含鈣質，且好吸收。」陳金發師兄也說，從事人道救援行動每每都是到最貧瘠的地方，能吃到的就是青菜和最自然的食物，但從來沒有營養不夠的問題；他還曾到北朝鮮賑災，每次去一個多星期，三餐都是三種豆：豆芽、花生、豆腐，也沒有營養不足的問題。林名男副院長問：「會不會覺得不好吃？素食的美味也很



臺中慈院料理團隊，簡守信院長展現翻鍋功夫。
攝影／徐金生

重要。」陳金發師兄回：「不會。從來沒有覺得不好吃。」林副院長馬上接話：「那你味覺有問題！」全場又爆出一陣笑。

大林慈隊團隊正在做一道「活力十足紅彩豆」，營養科黃金環主任說：「這道料理含毛豆、黑豆、鷹嘴豆，還有酪梨。」這是一道營養的高鈣料理。賴院長這時也分享了酪梨切丁不變黑的祕訣，「酪梨切開了容易氧化，滴一點檸檬汁，就可以抗氧化，讓果肉不變黑。」

課程就在林副院長及阿明的串場主持，順利在「文場」講堂與「武場」廚房之間切換，時而專業，時而歡樂輕鬆。而林副院長也不時預告，院長們的料理，都可以在晚餐時吃到，請大家到時好好享用。

科學研究證實 素食有助降低罹病率

林俊龍執行長與陳金發師兄兩人都已是素食三十年的力行者，陳師兄在生活中實踐素食的益處，林執行長也將所有研究成果都分享給學員們，包括對於



臺灣癌症第一名的大腸直腸癌、糖尿病、痛風、膽結石、泌尿道感染、中風，素食飲食都能有效降低罹患率。

學員也能從兩人的對談中破除一些對素食的迷思與疑問，包括菠菜與豆腐一起吃會結石、素食難吃等等。

從每週一天素，到一人影響三人

課程中有趣的插曲是，四院料理團隊的速度超快，四點半時就全部煮好了！課程到五點半才結束，原本還要兩地進行訪問的，阿明說：「請學員等我們一下，馬上過去！」不一會兒，各院兩道菜就端到了國際會議廳，總共是十道菜，因為主辦單位臺中慈院多加了兩道誠意菜！

林執行長還仔細的說明素食與氣候變遷的關聯，以及對心靈的影響。執行長提及近日剛看完聖嚴法師的紀錄影

片，片中他的師父對法師說的話是「放下放下再放下」，執行長用以提醒大家「財色名食睡」是地獄五條根，要用「戒定慧」對治「貪瞋痴」，不殺生不造業是我們身為地球公民的責任。

兩小時的課程內容，是非常扎實的全方位的素食飲食知識。還有簡院長分享自己料理很療癒的心得帶給學員停不下來的笑容。課程最後，林名男副院長分享大林慈院曾推行響應「111 全球素食日」，從每週一天素開始，等於七分之一；也得到上人認可，若全球所有人一週有一天素食，就有十億人一天素食；林副院長說：「希望從七分之一開始，到七分之七，然後七分之十四，也就是一個人勸另一個人素食，然後七分之二十一，一個人影響三個人素食，三的二十一次方就有一百億，那時全世界所有人都素食了！」

「素食面面觀」課程最後也開放學員問答，左起：簡守信院長、陳金發師兄、林俊龍執行長、大林慈院林名男副院長、花蓮慈院營養科劉詩玉主任。攝影／陳基雄



跨越種族宗教

印尼大愛啟杏林

文／王孟加 攝影／林萬教



印尼慈濟志工曾國奎師兄透過連線與花蓮現場學員視訊，分享疫情期間與政府各單位合作發放物資及防疫行動。

二〇二〇年新型冠狀病毒肆虐全球，為了防止疫情擴散，許多國家實施封城政策，並頒布命令禁止集會，很多經濟活動、各國之間的交流也都因此取消或延期。原訂十一月啟用的印尼慈濟醫院，完工日期也延宕至二〇二一年。雖然新冠病

毒拖慢了原訂的施工進度，但印尼慈濟志工的腳步並沒有因此停歇。從疫情爆發開始，印尼慈濟志工募集各界愛心，採購防疫用品捐給醫療機構、政府單位，在相關部門的大力支持下，和政府合作發放防疫物資，足跡遍布印尼各省。



疫情下的發放 慈悲腳步不停歇

十月二日，人醫年會課程第二天，印尼慈濟志工郭再源、曾國奎、賈文玉透過連線分享在疫情期間的所行所感。三月二日，印尼總統召開緊急記者會宣布印尼有兩例新冠肺炎確診，四天後，慈濟志工郭再源召集實業家面見印尼總統。回來之後，郭再源募集了數十家企業的力量，總計十億元新臺幣的善款，採購試劑、防護衣、口罩等防疫物資，分送到全印尼各省總計一千多家醫院。

由於疫情導致經濟活動停止，許多家庭頓時失去收入，除了防疫物資，慈濟志工也跟政府合作，在軍方和各地警方的協助下，發放民生物資到被封鎖的城市與鄉村，讓這些因疫情而被限制在家或失去工作的居民得以生活下去。

完整的愛 不分種族和宗教

印尼是一個擁有多元文化的國家，人民有各式各樣的宗教信仰。慈濟志工超越宗教的愛，深深地感動許多人。雅加達省長阿尼斯 (Anies Rasyid Baswedan) 說：「感謝真主，慈濟志工送來十萬份測試劑和五十萬個口罩，他們星期六說要給，(隔兩天的)星期一我就收到了。」一位擁有二十多萬粉絲的印尼網路紅人，在自己的社群網站上發文：「我們國家需要大家一起來度過這個漫長的疫情，我是基督教徒，廣邀所有基督教徒，一起來捐錢給佛教慈濟基金會。」

另一位新聞工作者也在網路上發布慈濟志工贈送防疫物資的照片，他說：「每次有災難，都看到善，慈濟就是那個善。」他分享自己長期的觀察，看見慈濟志工默默付出，志工們給予，志工們鞠躬，讓他覺得很感動。雖然信仰不同，但慈濟志工在做的事，就是他信仰的宗教裡的第一規，「愛所有的人，就如你愛你自己。」

印尼曾經發生排華事件，一位印尼大學新聞系教授看到華人實業家在疫情中無私付出，他站出來肯定華人對印尼的付出，告訴大家要放下仇恨。同樣的，一位信仰伊斯蘭教的老師發表一篇文章，主題是「他們去哪裡？」根據人口紀錄，印尼的佛教徒只有百分之零點五，當自己的國家有難時，竟然是這些少數人站出來幫助印尼，而其他宗教的人在哪裡？他呼籲人們開始反思，在疫情中學習，放下宗教和種族之間的仇恨，因為我們都是一家人。印尼的電視臺也製作節目「慈濟超越國界」，介紹慈善、醫療、



賈文玉師姊分享一位伊斯蘭教老師看到慈濟的行動，呼籲印尼人放下宗教與種族的仇恨。

教育、人文四大志業在印尼耕耘的成果，並分享證嚴上人的理念，人生很短暫，所以要為社會貢獻，活得有價值。

醫院啟用暫緩 愛心不打折

印尼慈濟醫院原訂十一月啟業，雖然不得不因疫情後延，但志工們對醫院的建設沒有絲毫馬虎。除了採購最新的醫療設備，為醫院建立良好的硬體基礎，也規畫一系列的醫療人員招募計畫和志工培訓課程，期望能提供給當地更好的醫療服務品質。由於疫情尚未趨緩，醫院的施工過程也謹守防疫規定，每日量體溫、保持適當社交距離，因此，施工隊至今仍保持零確診案例，沒有任何鬆懈。

回顧二〇一八年九月二十八日印尼蘇拉威西島 (Sulawesi) 發生芮氏規模七點五的強震，重創中蘇拉威西省浪加拉

縣 (Donggala) 和巴路市 (Palu)。慈濟志工第一時間走入巴路賑災。除了短期的及時援助，還有長期的大愛村興建計畫。二〇二〇年大愛村完工，居民入住後開始布置家園，有的還開店做起生意。印尼總統佐科威 (Joko Widodo) 參訪大愛村後，肯定慈濟志工快速援建大愛村，也提到這樣的模式是未來國家要加強開發的目標，讓政府和私人慈善團體能有更好的合作。

在高雄國軍總醫院服務的劉惠雯醫師課後分享，本來早在二〇〇二年就要參加人醫年會，因為先生生病不得不作罷，直至今年才有機會參加。人醫年會的課程讓她收穫滿滿，尤其看到印尼慈濟志工非常謙虛，不貢高，而且做得非常歡喜，相信他們是在佛經中形容的「力行歡喜地」，她期許自己也要學習依教奉行，發揮自己的力量助人。



在靜思堂國際會議廳，學員採梅花座，專心聆聽在遠方的印尼慈濟志工分享。



氣候急難 清淨在源頭

文／黃秋惠 攝影／施龍文



十月三日清晨，花蓮天氣晴朗，陽光普照，靜思堂園區一片綠意盎然，所有學員用完早膳後散散步、合影留念，七點三十分前入國際會議廳就座，開始聆聽慈濟慈善事業基金會顏博文執行長的演講。

「人生無常。」顏執行長上臺後先說了一大早的小插曲，「剛在來靜思堂要轉進醫院急診室的路口時，看到有個穿著病人服的人走路飄啊飄的，突然就倒在我們的車上，趕緊到急診找人幫忙，看到穿著背心的志工就瞬間放心了，真是感恩有醫療志工。」

顏執行長開場說明演講主題更改，「我們同仁在慈善行動部分都講得比我好，我臨時決定將今天的主題調整一下，改為『Climate Actions & COVID-19 Response』（氣候行動與防疫），讓大家知道慈濟的慈善志業是走在正確的方向上。」

世界經濟論壇 (World Economic Forum) 在一月公布了世界風險報告，雖然這是「經濟」論壇，但他們提出當今重要的問題是氣候變遷，目前世界各國面對的經濟問題與風險，有六成是氣候變遷，二成是區域政治的緊張情勢，而經濟論壇的創辦人及執行董事也公開呼籲所有的企業領袖應於各自企業設立一個零碳排放的目標。聯合國祕書長也說，若以兩個字詞代表目前的世界情勢，就是「不確定、不穩定」，他認為目前全球面臨的四大威脅是：一、氣候戰爭；已不只是氣候變遷，而是戰爭；二、不公平的全球化；三、區域（地緣）政治的緊張關係；四、數位媒體資訊的黑暗面。

顏博文執行長的簡報檔案以英文呈現，方便海外學員透過螢幕畫面理解。

接著執行長以美國國家航空暨太空總署 (NASA) 拍的照片，從二氧化碳濃度、平均地表溫度、北極冰層面積、冰層厚度下降、海平面上升這五項地球的健康指標，可看出地球的健康堪憂，現在已不只是氣候變遷 (Climate Change) 的問題，而是地球該進急診室了，現在是氣候急難 (Climate Emergency)！幸好歐盟呼籲，三十個國家加入，有八億三千萬人參與「氣候急難」號召行動。

聯合國政府間氣候變遷專門委員會 (IPCC) 發表的報告，科學家們認為百分之一百確定，就是人類的行動造成了氣候暖化，而二〇二〇年是決定年！上人要大家「懺悔、齋戒、茹素」，慈濟一直走在正確的路上。

「以往是線性經濟，現在應該是『循環經濟』了，所以我們在推 5R，要「回收、不用、少用、修用（修理後再用）、再用。」顏執行長向學員們分享，現在慈濟提倡「清淨在源頭，簡樸好生活」。

慈濟目前有兩家慈悲科技公司，一是大愛感恩科技，一是靜思科技，將垃圾回收變成資源再製，不管是環保衣物、福慧床、塑膠木、環保連鎖磚、環保衛生紙……落實垃圾變黃金，黃金變清流，清流繞全球的地球循環經濟；慈濟還有另一個循環，也就是心靈（精神）上的循環。

「非常感恩包含臺灣超過十一萬名的環保志工！」顏執行長感佩所有環保志工菩薩，辛苦付出，臉上還滿是笑容，

許多人做了環保之後治好了腦疾、慢性病及心理疾病，「所以上人說最好的長照，就是做環保。」慈濟在環保三十年舉辦了一系列活動，短時間內很難一一述說，顏執行長僅舉「行動環保教育車」為例，在貨櫃車示範讓民眾很快了解慈濟的環保循環。

接著顏執行長以科學化的數據帶學員們了解新冠肺炎的全球疫情，各國雖有消長，但全球的染疫狀況還未解除，仍需要戒慎防疫，「預防是最好的方法」。

「COVID-19 防疫行動，慈濟本會非常忙碌，慈濟協助了公部門、私人企業，也與信仰組織合作，還有與聯合國及其他公益組織合作……」顏博文執行長提及，慈濟到十月一日為止援助防疫，提供八十四個國家地區的個人防護裝備 (PPE)，不管是防護／隔離衣帽、面罩、護目鏡、防疫手套，或是醫療口罩、布口罩、消毒酒精；另外，也提供了 63,366 份愛心祝福包，其中臺灣四萬多份、海外兩萬多份；85,561 份素食健康餐，以及 5,175 張福慧床。

而慈濟在防疫期間的全球紓困行動，發放三十四個國家地區，九十七萬戶家庭，有三百九十五萬人次受益。

顏博文執行長引用日本一個智庫於八月發表防疫成績的排名，在四十九個國家地區中，臺灣排名第一，而且分數是遠遠超前，「感恩所有慈濟人醫會成員、慈濟的醫護夥伴、全臺灣的醫療工作者，全臺灣的人民也都展現了最棒的防疫行動力。」



最後，顏執行長分享微軟創辦人比爾蓋茲在快三十歲時成為素食者，在二〇一五年的演講時預告病毒的攻擊，認為人類對下一次流行病還沒有準備好，「而且他的簡報放了一個病毒圖，跟冠狀病毒很像……」顏執行長訝異於蓋茲的預言似乎成真。

接著他分享素食除了對健康、環境

都有幫助，其實對全球的經濟成本也有幫助，植物性飲食可以為地球節省每年一點六兆美金，對經濟也是有助益的。

最後，顏博文執行長以「眾生共業，萬物相依」與大家共勉，希望大家力行齋戒茹素、環保，不只為人類，也為眾生，與地球共生息。



大愛鋪就人醫道

文／林芷儀、洪靜茹 攝影／楊凱誠



十月三日圓緣典禮，臺灣人醫學員齊聚靜思精舍，海外學員也透過連線同步與會。

十月三日，人醫年會圓緣典禮在靜思精舍舉行，透過網路直播，馬來西亞、美國、泰國、大陸及臺灣等地的十一位學員分享此次年會的所得所想。



【馬來西亞】

雪隆的放射科醫師劉惠芳透過連線談及，在上人的提倡及呼籲下，下定決心茹素已半年，也邀請家人朋友一起吃素。她說：「工作上經常遇到有脂肪肝、尿酸高等慢性病風險的病人來做檢查，我會把握那幾分鐘掃描的時間，告訴病人慎防病從口入，加以勸素。」

檳城的楊千卉中醫師憶起二〇一二年加入國際慈濟人醫會的因緣。當時她即將結束實習訓練，卻遭遇喪母之痛，身為醫師卻治不了至親，甚至因為工作而無法在媽媽臨終時陪伴左右，深感遺憾矢志。她的主任帶她走入社區，見到人醫會醫師們進行訪視和膚慰，驚覺原來醫院外生病的人更多、更需要幫助，「身為醫生，我們要醫治的不只是病人身體上的病，更需要關懷的是他們的心還有家庭，給他們全面的照顧，我的身分不再限制在醫院裡，我也要成為醫院圍牆外眾多苦難病人的醫生。」



馬來西亞楊千卉中醫師發願成為幫助貧病苦難的人醫。

【臺灣 北區】

來自新竹的曾文馨中醫師提到，在范文勝醫師的帶動下，過去幾年參加多次義診，印象最深刻的是普悠瑪義診，「那場義診圓緣時，我很感動，因為受傷的人都不像病人，他們都能夠走出來了！這分精神，是我們要學習的。」而新冠疫情讓他有所警醒與體悟，與家人開始茹素之外，看診時也向病人提倡「一日一素」，曾醫師以自身為例，原本血糖值高達六百、體重一百一十公斤，「現在只吃『兩種藥』便恢復健康，第一種是飲食，茹素勸素；第二種是運動，每天來回上下班，代步的汽車已經打算送人了！」



北區慈濟人醫會曾文馨中醫師敘說義診和茹素帶來的體會。

【美國】

北加州的汪清旻牙醫師，透過越洋視訊，細數疫情期間帶給她的學習和感動。她說：「當社區的防護裝備告急時，四周的慈濟志工都動員起來，忙著製作布口罩還有手術帽……」汪醫師也捐出自己診所裡的部分醫用口罩、防護衣及面罩，給在醫院裡工作的志工師姊及警察。

「預備復工時，很多防護裝備都訂不到，感恩西北地區志工援助來自大陸的KN95 口罩，開診以來，我和同仁們天天戴著不同花樣跟材質的手工髮帽，嘴上戴著大陸慈濟志工們送來的祝福。」此外，北加州的大型義診暫時取消，幾位很發心的志工，雖然不是醫療人員，願意趁此時來學習較複雜的器材操作，汪醫師說：「我的診所裡，有兩位醫療志工和一位慈青來練習技術，希望恢復大型義診時，他們可以幫上忙。」

「大時代需明大是非，大劫難需養大慈悲，大無明需要大智慧，大動亂需要大懺悔」，汪清旻牙醫師很感恩上人建



北加州汪清旻牙醫師感恩疫情期間收到志工送來的防護物資。

立了慈濟世界，讓她在疫情中依著上人的教導，跟著慈濟人同行，繼續為有病痛的人服務。

【臺灣 南區】

來自高雄的黃蘭嫻中醫師，今年正式加入人醫會也是第一次參與年會，而十幾年前她就已參與慈濟舉辦的義診及醫療講座。二〇一九年，花蓮慈院何宗融副院長邀請她到東部服務和教學，當時她剛放下行政上的工作，「非常勞累，心裡也有很多的罣礙，然後我又失去最親愛的父親，心裡非常徬徨。」何副院長告訴她，上人三十幾年來一直希望能夠護持中醫，讓中醫可以更好。黃醫師想，「如果能有機會到花蓮慈院來服務，做好中醫婦科的傳承，如果有所謂的功德，我願意回向給我的父親，讓他圓滿。」於是便答應了。這段時間以來，她以專業幫助許多花蓮地區不孕的婦女，也為慈濟的中醫師後輩們都很認真學習而開心，期許他們能夠在花蓮繼續



黃蘭嫻中醫師感恩有機會到花蓮慈院服務並從事中醫婦科的傳承。



開花結果，把中醫婦科做得更完整。

中醫之道，除了學習讓身體的五臟六腑取得平衡，也要學習跟大自然做平衡，尊重任何一個生命，達到「致中和」的境界。靜思語「一分善念一分福，時時發善念，不只能夠救人也能自救。」黃蘭嫻醫師發願追隨上人，繼續耕福田、植福田，與大地共生，創造更多的福德。

【泰國】

出身中醫世家的孫振榮，是家中第三代的中醫師，在泰國也有豐富的義診經驗。二〇一七年，他在九世皇公園遇見慈濟正在舉辦愛心健檢活動，就自告奮勇的對一位志工師姊說：「我是醫生，可以來幫忙嗎？」志工團隊高興相迎。直到現在，每個月的最後一個星期日，孫振榮都前往幫忙義診，或是免費發送藥物。「我現在已經七十多歲了，希望我有生之年，把自己的智慧貢獻給慈濟。」孫醫師不忘初衷，秉持著慈悲的心持續付出。



七十多歲的泰國人醫孫振榮，願把自己的行醫智慧貢獻給慈濟。

【大陸 上海】

王瑾中醫師透過連線談到，三日的人醫年會課程讓她更明白素食的重要性。上人一再呼籲來不及，大自然的生態失衡、天災人禍頻仍，讓她深感懺悔，在疫情期間，她堅持薰法香，收看《人間菩提》，現在天天吃素。中秋夜，她和許多人醫夥伴也同在慈濟聯絡處聽講，聽到一位醫師說自己以前覺得動物蛋白是人體必須要的營養，從慈濟志工做的便當才明白植物蛋白更健康營養。王醫師期盼更多的醫護人員能茹素，帶動更多民眾加入。「推素的道路很長，我會盡我的全力，深入人群，以環保護生教育無數的人。」



王瑾中醫師發願深入人群、推動環保護生。

【臺灣 雲嘉南區】

凌久惠牙醫師打趣道出與慈濟的因緣，乃是先生到大林慈濟醫院工作，就這麼「買一送一」而來。五年後先生轉換職場，曾告訴她：「本來以為我是一個很好的醫師，但是我離開（大林慈院）以後才發現，原來病人很愛我，很大一部分是因為愛上人。」而她的工作一直很順利，不時有病人帶來自家栽種的無農藥蔬菜相送道感謝，先生又再次提醒她：「這不是妳的功德，這是上人的功德。」讓她對慈濟、對上人充滿好奇，但不得其解。直到二〇一八年參與斯里蘭卡義診，發現除了醫療，還有慈善發放關懷，



大林慈院凌久惠牙醫師娓娓道來參與義診和日日聞法帶來的改變。

志工之間的互動有人文，藉此看到比較全面的慈濟。二〇一九年再參加約旦義診，任務圓滿，結識的志工寄來《靜思晨語》節目的線上連結，往後她幾乎每日上線聆聽上人說法，當面對困難或無明煩惱起時，內心就如同有法水來洗滌而得到清涼，正是日日聞法在她身上得到的效果。希望生生世世在上人的慈悲和智慧下，學習一生無量的道理。

【大陸 廈門】

疫情影響始料未及，二〇一三年結緣慈濟、二〇一九年正式成為上人弟子的福建廈門徐雄護理師，感恩仍能透過連線參與年會。首先提到了訪視時印象很深的個案故事。「一位五、六十歲的女士，因經濟因素，發病未能好好治療，一年多來，除了留下很多後遺症，更嚴重的是受長期糖尿病影響，雙目近失明、雙腳不良於行，對人生消極悲觀……」訪視與醫療團隊努力讓她的功能一天天的進步，她也有了再站起來的願望，經由志工不斷的關懷，和徐雄護理師的復健專長幫助下，她終於站了起來，露出連她的先生都久違的笑容。未料兩個月後，卻傳來她已經往生的消息。真正讓他悟得「無常先到還是明天先到？既然無法預知，唯有好好把握當下。」徐雄明白上人對人醫夥伴有特別的期待與期許，「要堅定跟著上人，在慈悲道上，用喜捨的力量，不斷付出，將慈濟人的精神和理念，落實到生活中。」



廈門徐雄護理師訴說訪視個案過程中的體悟。攝影／顏啟斌

【臺灣 中區】

林怡雯醫師表達一年多來參與慈濟的心得，還有上人的法帶來的感動。她的先生蔡森蔚醫師離開服務十七年的醫學中心後，加入臺中慈院，工作上變得很多元，像是參與往診、訪視、海外義診等，常常分享見苦知福。又在加入慈濟後，驚訝於上人這麼瘦弱，竟然可以撐起這麼大的全球志業，感到很不可思議，這八年來在上人的引領和簡院長的人文薰陶下，愈做愈歡喜。反而是當了二十五年腎臟科醫師的她，在二〇一九年遭遇低潮。「我負責的洗腎室，病人常常洗腎了十幾年，後來都變成了朋友。看著朋友慢慢老去，而自己用盡任何方法，也挽回不回他們的生命。」無力感讓她想要停下工作。先生帶她同去參與柬埔寨義診，挽救了她從醫以來的最大困境。

義診上發現，志工合和互協、全心全意完成工作，感動於當地志工發心發願，

等於是慈濟把善與愛的種子種在土地上。在志工的鼓勵下，回臺後，兩人決意茹素，放下心裡的貪嗔痴，跟隨上人。在開車上下班時，播放《無量義經》，每每聽到「靜寂清澄，志玄虛漠，守之不動，億百千劫」心裡就很感動。她想，上人八十幾歲了，為佛教、為眾生而撐起重擔，那五十歲的自己，撐一間洗腎室，有那麼因難嗎？此後便能用比較歡喜的心繼續來工作。「這個團體真是很溫暖的家庭，透過很多志工，了解慈濟這個法，也在師兄師姊的身上，看到慈濟傳播善與愛種子的力量和偉大、發心。」

蔡森蔚主任此次承擔年會的學員長，與太太林怡雯醫師吃素至今剛好滿一



臺中慈院復健科蔡森蔚主任分享茹素因緣。左為太太林怡雯醫師。攝影／陳基雄



年。他憶及當時從義診回來後，在一場友人的晚宴上，見到一隻超大螃蟹，烹煮前被拿來展示，當下覺得是菩薩現螃蟹的相，「我們去義診是希望解除病人的苦痛，那這隻螃蟹呢？牠也想要修行、聞法，但卻在這邊被吃掉了。」就此頓悟，發願吃素。思及螃蟹度化了他，蔡醫師流下感恩的淚水，他說不是自己愛哭，而是在慈濟「善根發酵」。希望與大家跟著善知識，一起在這裡道心精進。

【美國】

承擔此次美國慈濟人醫會學員長的王誠駿師兄說，藉由視訊課程，反思人與天地萬物的關係，要好好調和照顧自己的眼耳鼻舌身意。「在美國慈濟醫療基金會參與許多事務，更深的了解，付出是最好的學習。每次和大家討論，每次發放準備，慈濟人的用心，上人的法語，都在我眼前。這股力量，讓我很感

動。行動上，也要好好觀照自己的心，調整和建立與他人間的互動與關係。」雖然疫情讓美國團隊無法赴臺與會，但是仍能透過視訊科技的幫助，吸引更多的慈濟家人，在任何據點或電腦前共聚在雲端一堂。

聆聽各國家地區人醫代表的學習感想



美國慈濟人醫會學員長王誠駿師兄細說透過視訊課程參與年會的學習。攝影／顏啟斌



後，林俊龍執行長勉勵眾人把握因緣，見苦知福再造福；簡守信院長有感，月有陰晴圓缺，而悲歡離合在全世界各個角落流轉，今年人醫年會在空中團聚，但願人長久，更要「千里共慈濟」，願全球人醫集力，把上人的理念、推素的急迫感，讓眾生更清楚，為世間帶來更加穩定的力量和希望。

大愛鋪就人醫道 持素護眾生

上人親身訪貧，見貧窮、老病如孿生兒，防貧止病才是根本之道，於一九七二年成立義診所，杜詩綿院長(1920-1989)、曾文賓院長、楊思標院長等好幾位臺大醫院的院長與副院長們帶頭支持偏鄉義診，人醫種子始播生。海外人醫會第一顆種子呂秀泉醫師(1934-2012)在「千島之國」菲律賓救治貧病；距離半個地球之遙的巴拉圭慈濟人醫會召集人胡安·梅沙醫師(1957-2015)，即使久病纏身，也沒有

放慢濟世的腳步；而臺灣的蔡宗賢醫師(1958-2012)雖然肢體不便，海內外義診到哪一個角落或山上都攀爬上去；上人深深感念這分師徒之情，這些前輩樹立下的人醫典範更是啟發後進。

上人慈示，現在在我面前都是醫王菩薩，你們疼惜生命，期待再深、再微細一點，那就是可以顧及到所有天下生命，我們尊重生命的愛會更完整。看病功德第一，讚歎醫者仁心，更期許醫王菩薩將愛擴大。這波的疫情是上天給人類的大哉教育，誠心齋戒，疼惜大地物命，只要大家用心，以愛鋪路，沒有不可能事。

疫情阻絕了海外人醫回臺相聚，但感恩科技發達，每天平均都有兩千多人連線視訊課程，最高紀錄到三千多人，在雲端同一心念、同聚一堂，交流遍及國際的人醫之愛。祈願疫情消弭，海內外人醫菩薩團聚花蓮、再敘中秋之約。

〔封面故事外一章〕

眾志成城喜圓滿

感恩年會各功能組菩薩

文／李弘文、林穎敏、石于芳、林玲俐、吳淑妃、馬順德、張淑宜、陳素蘭

每年在人醫年會營隊開始前夕，主辦區的志工團隊即開始依各功能組啟動，今年雖然只有臺灣的學員回到花蓮，規模只有往年的一半，功能組還是用同樣的心情著手準備，甚至為了連線海外及落實防疫規格，任務變得更有難度，功能團隊不畏難，只為圓滿任務……

老菩薩的巧手 結緣蘭草飄香

早在營隊開始三個多月前，功能團隊就開始準備。臺中大甲地區的慈濟志工以傳統的蘭草手工藝書籤和燕子與學員結緣。

「聽說要送蘭草書籤給人醫會學員當結緣品，蘭草燕子當床頭禮，我一定要參加！」從美國回歸苗栗苑裡、現年七十二歲的慈濟志工黃淑姬非常興奮地說。

黃淑姬早在二〇〇一年即參加過人醫年會，當時的身分是美國人醫會的護士。她說：「在營隊中倍受臺灣法親的照顧，結束後還帶了許多的結緣品和滿滿的愛回美國，這次是大好的機會，我一定要回饋！」

喜歡做手工藝的黃淑姬開始學編蘭草，她的第一個作品是一隻小鳥。慈濟志工



蘭草編織是中區特色，臺中慈濟志工與福田志工相約編蘭草書籤。攝影／李弘文



由臺中大甲志工編織的蘭草手工藝「TIMA」書籤，每個書籤代表老菩薩們的深深祝福。攝影／李弘文



洪萬得看到後靈機一動，覺得可以用來當學員的結緣品，寓意「燕子歸來」。黃淑姬一口氣編了四百隻燕子，於七月中旬由大甲慈濟人帶回精舍呈給上人看，上人說醫師們都很有學問，很愛讀書，用書籤結緣比較適合。為了讓書籤更有意義，就把全球人醫會的英文簡稱「TIMA」編進書籤，但這巧思執行起來，可一點都不容易。

九月初，洪萬得號召會編蘭草的志工都來把握因緣，與醫護人員結好緣。一開始編出書籤樣品的是譚麗美，蘭草編織是她小時候跟著阿嬤、媽媽們編草蓆學來的，結婚後又跟著婆婆完成三件草蓆。譚麗美說：「我對蘭草有著濃厚的感情，接到要做書籤，因為要編出字，覺得好難，深覺愈編愈醜，失去信心就停頓下來。」當有其他夥伴要一起投入時，她信心大增，再次提起勇氣。

團隊中有一位七十三歲的洪碧枝，是環保志工，她現場學習後，回家後利用空閒就做。「剛開始我也覺得編字比較難，學會就順手了。」短短兩週內做出了七十個書籤，她覺得這次能幫上人做事很難得，所以做得很快樂。

還有一群大甲聯絡處的福田志工，林瑞娥、葉邵珠、蔡金樓等平均年齡七十二歲，雖然也在趕自己的編織作品參加九月底的社區成果展，但當慈濟志工羅玉里邀約時，她們都沒有推辭。蔡金樓說：「編有英文字的書籤，打底較難，摺邊比較不熟悉，但熟手之後最快三十分鐘可完成一件作品，十天完成七十件。」



隊輔長林文秀（右一）勉勵隊輔們，「隊輔帶人要帶心，要啟發每位學員的菩提心。」提醒隊輔要以身作則，行儀內外一致。攝影／施教岩

她覺得自己的作品能跟人醫會的學員結緣，愈做愈歡喜，即使做得眼睛都花了，還是利用空餘的時間趕工完成。

雖然每件作品或許不是那麼很完美，透過每雙年長者的智慧巧手，更令人珍惜。參與編織的志工都說：「祈願給收到書籤的人，法喜滿滿、平安喜樂！」

課程直播二十四個國家地區

雖然因為疫情，海外學員無法回來，貼心的臺灣家人服務到家，透過視訊直播，由外語隊以中、英文及其他語言直譯課程內容，傳送到臺灣以及海外，讓一、兩千名學員，依然得以在世界各地同步精進！

說到翻譯，每次大型海外營隊，慈濟全臺外語隊都合作無間，不分你我總動員，在中區工作人員開始籌備的同時，即密集共修，透過 Line 熟記醫學專有名

詞；不時在臉書預告，人文真善美志工也陸續推出三部預告片：「中秋月圓人團圓，人醫年會開始倒數計時中，10/1-10/3 花蓮見！」

家人即將歸來，我們如何款待家人呢？這次負責統籌人醫年會的臺中慈濟醫院饒富創意，簡守信院長更搖身一變，成為最佳課務團隊的領頭羊，他與志工經過多次討論，提出有別以往的課程特色，如課前的「人醫剪影」，追思、緬懷讚歎人醫典範。

全方位隊輔 傳達慈濟人文

這次營隊的隊輔來自北、中、南各縣市，行政隊輔由臺中十三位志工承擔，關懷共分為四十六組的學員。

來自臺中北屯區的李永青是第一次承擔行政隊輔，他說：「我很緊張，承擔行政隊輔真的要面面俱到，我願意以學習的心去克服困難。」資深志工何慧柑認為隊輔要有媽媽的心：「我是來學習，當隊輔最重要的責任是陪伴學員，照顧他們的身心靈，讓他們在三天內不要有任何狀況，才是全方位的隊輔的關懷。」

這次擔任副隊輔長的蔡錫忠，曾承擔多次的營隊行政隊輔，特別將自己多年來的心得與經驗傳承下去。他說：「隊輔的責任與使命乃是慈濟人文的最佳講師，是慈濟精神的無聲說法者，就算打瞌睡也要有人文……」蔡錫忠以幽默、詼諧的語氣，在輕鬆中不失處處貼心，鼓勵隊輔們胸懷寬厚。



承擔寮房組的楊麗華（左一）將同社區的人員盡量排在同一樓層或清潔單位，因為彼此默契好，讓工作早點完成。攝影／楊凱誠

寮房清潔到位 防疫擺第一

為了讓人醫年會營隊的防疫做到萬無一失，這次寮房組更加用心，除了整理環境，更著重在消毒，範圍包括全球慈濟人寮房、靜思堂寮房、寢具、沐浴間、洗衣器材、浴廁清理，甚至住宿名單的製作張貼，還有靜思堂及其他使用空間的整潔維護等等。

抵達花蓮，午齋後，團隊立即上線，以漂白水擦拭床板、衣櫃、清潔浴廁，鉅細靡遺擦盡各個角落。詹秀李非常用力掃地清潔，整個手部都紅腫瘀青，幸好隔天自然恢復，她覺得身體很累，心靈卻很法喜。

張淑倩裝著被單，汗流浹背濕透了衣裳，原來是自律神經失調作祟。她說：「在家裡我除了做晚飯外，其他都由先生承擔起來。不過孩子們很支持，認為我應該趁好手好腳趕快做慈濟。前陣子哥哥



在睡夢中往生，更讓我體悟人生無常，加快腳步做慈濟。」

另外，資深的郭淑敏也親身帶著志工一起清掃，她說：「我們以最恭敬、最虔誠、歡喜心來迎接大醫王和白衣大士，陪著大家一起做，一起學習，看看沒有做到，沒有擦到的就提醒一下，時時可以補位。」

總務機動瞻前顧後 營隊後盾

「珍惜所託，使命必達」是中區總務機動組多年傳承下來的一句座右銘，他們用護法的心來為各功能組服務，不管什麼任務一定使命必達，用歡喜心賺滿滿的法喜。

總務機動組在營隊中需配合各功能組

的需求，有關場地布置、交通接送等所有突發狀況，最先被想到的都是機動組。

「走在最前，做到最後」，總務機動組自認為是護法的勤務，也是有求必應的行動團隊。

現年八十四歲的劉柏松第一次回到花蓮過中秋節，他平常每天清晨四點到豐洲環保站，把電腦及相關設備開好、做早課及薰法香。從原本只有兩人參加，到現在已經有十多人一起來拜經薰法。豐原靜思堂離他家只要五分鐘，他捨近求遠到離家二十分鐘的豐洲環保站，是不捨參加拜經薰法的菩薩都是女眾，有男眾在場陪伴比較安全。

為了回來花蓮參加人醫年會的機動勤務，要先把環保站的事務處理好。而一個多月前剛好有一些工廠結束經營，將物資載回來環保站，這些回收物資經過拆解分類後會更有價值，所以這一個月趕緊廣邀十位環保志工共同拆解完成。環保站清空了，他才安心回來花蓮參加營隊，一起歡慶中秋節。

中式主廚的修煉 香積款待歐風晚宴

年會的中秋宴，是上人與全球人醫成員們的團圓家宴。在慈濟已經掌勺二十五年的主廚，承擔這一次香積重頭戲的石燕珠，突然發現自己的拿手菜和歐式宴會風格格格不入；碗粿接地氣，但與溫沙拉格調不相融；沙茶大白菜好吃，但看起來無賣相，被改成了翠玉娃娃菜；儘管蔭瓜豆包、獅子頭實在好吃到不行，



寮房組以漂白水擦拭床板、衣櫃、清潔浴廁，鉅細靡遺擦盡各個角落。攝影／楊凱誠

在訴求低油、少用再製品的健康原則下，幾番試菜下來，換成青醬豆腐、蔬菜天婦羅，才得以登上此次的「國際化」舞臺。

工作人員一大早五點半從臺中搭遊覽車到臺北，再轉搭區間專列火車溫速前行，到花蓮後，馬不停蹄地清洗九十六桌的餐盤，還少不了準備熱騰騰的點心和晚餐。就像石燕珠說的：「我很喜歡做香積，我以供養每一位菩薩的心情煮每一道菜。」

人文真善美「類直播」 報導幕後點滴

此次承擔人醫年會記錄工作的中區人文真善美團隊，除了常規紀錄之外，也



中區人文真善美嘗試「類直播」。攝影／林萬教

以「類直播」的方式，呈現人醫年會幕後人員工作點滴。類直播小組是人醫年會開始前一個月組成，小組成員在一個月中密集討論各項影片拍攝細節，務求完美表現。

中區人文真善美志工徐振富表示，錄

機動交通組在營隊中，需配合各個功能組的場地布置、交通接送等等瑣碎的工作，永遠走在最前，做到最後。攝影／簡明安





人醫年會承擔司儀的志工洪芯宜（右）與外語隊窗口王淑靜，在前往花蓮的專列火車上溝通翻譯補位細節。攝影／林萬教

影團隊在人醫年會固定承擔的任務包括快報、課程紀錄、講師紀錄以及圓緣影片。團隊除了在這些既定任務上進行傳承之外，今年特別參考上人雲端行腳，創新嘗試以一鏡到底「類直播」方式，報導人醫年會幕後各個功能組工作點滴。

類直播影片製作小組是由章宏達、陳慮巧以及蔡承翰三位師兄姊承擔，這項突破與創新的任務，也考驗著承擔任務師兄姊的能力與默契。人稱「馬達」的章宏達師兄，平日就會透過臉書直播，將平常做慈濟的點滴介紹給臉書的好友，已有一年多的直播經驗；陳慮巧師姊是人文真善美志工當中少數承擔錄影功能的師姊，已有五年影片拍攝經驗，在小組中負責掌鏡；蔡承翰師兄是陳慮巧師姊的兒子，今年初受證慈誠，是小組中年紀最輕的成員，雖然在工作上有線上課程直播的經驗，但以外景主持人的角色進行線上直播還是第一次。

為了展現最佳表現，三位師兄姊在人醫年會開始前一個月密集討論影片拍攝



課務團隊課務長高季慧（中）與團隊成員，縝密商討花蓮靜思堂與靜思精舍兩個主畫面如何順暢切換，以及連線海外線上各國學員可能面對的網路問題。攝影／林萬教

軟硬體各項細節，還一度擔心表現不好曾萌生退意，但在蔡謀誠、徐振富兩位師兄的鼓勵下，終於成行，也在南港往花蓮的臺鐵專列上，完成第一次「類直播」影片的拍攝。

外語隊七種語言線上譯 空中道場雲精進

今年國際慈濟人醫會年會於十月一日到三日在花蓮靜思堂展開，受疫情影響，使得海外學員無法親臨到場，但貼心的臺灣家人服務到家，透過視訊直播頻道，以中、英文等共七國語言在線上口譯。不管是位在西亞的國度，如約旦、土耳其，人醫夥伴要早起五個小時同步上線；或是與臺灣時區是日夜顛倒的美洲，只要有心，寰宇全球，登錄上雲端，就能同步連線靜思道場。

既然有二十四個國家地區的人醫要線上聆聽，「即席翻譯」便是一項責任重大的承擔。中區外語隊承擔今年的翻譯窗口，全臺的外語隊，從臺北、桃園、



人文接待組為了準備中秋晚宴的餐點，人手不夠布置身心寬暢區，茶水、點心組馬上補位。攝影／李弘文

高雄等地前來，都傾全力來幫忙。

另外，位於花蓮靜思堂四樓的視聽室也同步收看 ZOOM 直播畫面，並同步英文直譯。訊號送到大愛臺東部新聞中心，直播小組透過螢幕錄製與串流直播軟體，轉成英文發音訊號，在 Youtube 上直播，和全球英語系閱聽眾分享。那麼中、英文以外，其他國度的大醫王從何收聽？越南、緬甸、印尼等國家，透過 ZOOM 中文頻道，同步口譯當地語言，再直播出去。

有精於軟體工程的直播小組來幫助，有善長外語的外語隊員聚氣凝神在線上直譯，疫情當前，人醫年會從臺灣輻射遠播，得如上人所云，有幸生在這個時代，能開闢空中道場，共聚雲端的靈山會；只要打開心門，運用網路連線，就能在雲端會合起來，回歸佛世時在靈鷲山的靈山法會。



將茶樹酒精從大桶倒入中桶，再分裝至隨身攜帶的小瓶致贈給學員，德旭師父耐心地為志工示範。

高規格防疫 課務扮演協調重角色

往年的籌備作業在一個月前召開，為確保符合防疫法令規定，此次人醫年會提前在兩個多月前做完善的準備。年會總協謝金鳳表示，第一次連線視訊會議時，精舍德旻師父即指示，雖是百人的營隊，卻要以千人營隊的心態來籌辦，嚴謹自律與高規格的防疫，不容許任何閃失與遺漏。

高規格的防疫提醒，課務在營隊裡每一個環節都要安排量額溫，備酒精淨手，提醒學員戴口罩進入靜思堂等細節。同是總協窗口的林聰明在功能組協調大會上再次強調，防疫期間舉辦一年一度的大醫年會，上課期間一定要戴口罩，代表品質的要求。工作人員也要遵照師父防疫最高標準的指示，時時戴上口罩。



生活茶水點心組 歡喜付出結善緣

淑敏第一次承擔年會營隊的生活茶水組窗口，團隊成員共有三十九人，含臺中以外的四位支援人力。沒經驗，一切從頭學習，還要克服物資、人事的波折，尤其是行前兩位組員掛急診，一位前一晚才通報無法出勤，黃淑敏感恩藍寶珍和劉綉真兩人鼎力補位，讓她鬆了一口氣。

這次年會，德守師父叮嚀點心以精簡、適量為原則，不要影響正餐的攝取量。「小圓桌中間放一壺茶，三個碟子成四十五度排列，碟子上切小塊的芭樂、春捲與木瓜乾。」志工排好一桌的點心擺設示範，拍照傳給師父檢視，沒問題後，團隊再依此為各桌擺盤。



香積團隊男眾人數少，只要有粗重的工作，慈誠隊都默默地承擔護持女眾，合和互協，達成任務。攝影／顏啟斌

多年來洪秀娥承擔過多種功能組窗口，經驗豐富。她認為，在團隊裡，多做少說，以和為貴，守好初發心，才能不斷往前精進。

回來花蓮心靈故鄉，各功能組的每個人都盡己所能付出良能，期待法親歸來有賓至如歸的舒適與安全感。



工作人員一大早五點半從臺中一路舟車勞頓到花蓮後，仍馬不停蹄清洗九十六桌的餐盤。攝影／顏啟斌



中區外語隊負責今年人醫年會的直播翻譯大任，全臺的外語隊雲集傾全力來幫忙。攝影／簡明安

感恩

來自病人與家屬的溫馨回饋
的足跡...

玉里慈院

急診醫學科的許耀升醫師看診時專業，最重要的是充滿了愛心，年輕的好醫師，讚！

張先生

大林慈院

於急診進入產房，感謝郭薇薇及唐乙晴護理師的解說及耐心協助，感謝她們的辛勞。另感謝莊啟柔醫師的接生，專業度及細心度超好，雖然產後有微出血，很仔細檢查，感謝莊醫師。

謝小姐

花蓮慈院

感謝二五東病房的各位護理人員不辭辛勞，日以繼夜的照顧小犬，本人為人父親內心充滿感動，內心澎湃，差點流下鋼鐵般的男兒淚，在此有說不出的感動，祝各位二五東的同仁們都能平安喜樂，拯救世界的重責大任有勞你們了。

林先生

臺中慈院

謝謝您及醫療團隊，因為有你們，開刀過程順利，術後也受到良好的照顧。裝上電子耳的那一刻，全部的聲音一湧而上，喧囂而陌生，卻不太能分辨，這一個月來，聽到很多外面的聲音，聽到蟲叫聲，也聽到了原本我以為沒有聲音的方向燈，也聽到了助聽器聽不到的小提琴聲……等，我才知道原來這個世界是那麼的吵雜。雖然現在聽不太清楚，但很開心聽到不一樣的聲音，我會好好珍惜現在的聽力，這些吵雜的聲音即將成為美妙的樂音。我會盡最大的努力開創自己的人生，再次感謝大家。

張小姐

臺北慈院

家父夜間緊急送至貴院急救，我們與醫院未曾接觸過，但此次經驗讓我們見識到腎臟科王奕淳醫師的費心與耐心。即使再忙碌、再晚，王醫師也會至病房詢問病人的狀況，我們與王醫師素昧平生，他替我們安排了皮膚科會診，分擔我們對家父病情的擔憂，身為家屬，我們一定要表達對王醫師的感恩感激，也感佩院方的協助，家父已平安出院。在此表達我們的謝意，祝福平安。

施先生

慈濟醫療誌

慈濟醫療以人為本
日日上演著動人的溫馨故事
真善美志工與同仁用感恩心
見證慈濟醫療人文之美



- ◆ 玉里慈濟醫院「病人安全週」，由中、西醫走入社區接力宣導，建立民眾正確的就醫觀念，拉近醫病關係……
- ◆ 二〇二〇年十月起，關山慈濟醫院正式開辦「臺東仁愛之家特別門診」及每週兩次的物理治療……
- ◆ 花蓮慈濟醫院與瑞信兒童醫療基金會合作啟動藝術治療，以藝術結合心理治療，舒緩孩子就醫不安……
- ◆ 臺北慈濟醫院臨床心理師，建議民眾記錄「心情筆記」，覺察反思自我情緒，適當放鬆紓壓……
- ◆ 嘉義縣大林鎮建築工不慎自高處摔落，被鋼筋貫穿身體，經大林慈濟醫院醫療團隊各科接力搶救，救回一命……
- ◆ 斗六慈濟醫院舉辦年度病人安全活動，提醒民眾看診時主動說出對治療或處置的顧慮……
- ◆ 臺中慈濟醫院失智據點開學，重啟多元記憶保養課程；樂智同學會則安排長輩與治療犬溫馨互動，笑聲不斷……





玉里

九月十八日

中西醫接力宣導病安

響應病人安全週活動，由王仁甫醫師打頭陣，來到富里鄉姆拉丁部落的萬寧文化健康站，介紹「中醫的五種武器」針灸、中藥、艾灸、按摩導引、砭石，現場也作簡易刮痧的指導。王仁甫醫師表示，刮痧後皮膚會出現黑色或紅色的一點一點，這是體內的氣血不循環，刮痧可促進經絡循環較順暢。

第二站由牙科林森誠醫師向玉里樂智據點的長者分享，口腔老化會稍微影響咀嚼和吞嚥功能，但不會影響味覺和唾液分泌，口腔常見疾病牙菌斑、牙結石、牙周炎生成的過程，未清除的牙菌斑會堆積成牙結石，隨著牙菌斑及牙結石不斷增加，牙肉萎縮形成牙周囊，提醒落實口腔清潔的重要性，以及口腔黏膜自我檢查、假牙清潔的資訊，也提供牙科看診時間讓長者參考。

第三站來到德武苓雅文化健康站，謝芸晨護理師分享了容易跌倒的危險群和環境，預防跌倒的方法等；謝芸晨表示，部分長者可能有做運動容易造成骨頭傷害的迷思，但規律、定期的運動，可以加強下肢肌力、身體柔軟度，對平衡度是有幫助的。張郁佳藥師則提醒用藥常見的問題、多重用藥危險族群、用藥安全五大核心、藥品保存原則，也

提醒長者如果有用藥的問題，可以到玉里慈濟醫院的藥物整合門診詢問，家醫科醫師會解釋藥物的功效及副作用，評估是否有重複使用藥物，以及使用該藥品的必要性。

黃明雯中醫師分享當時序到了白露後，早晚溫差會愈來愈大，長者就寢時可穿著長褲長袖，將衣服紮進褲頭，以防睡著後踢被著涼。早上起床時不要立刻站起身，可以先在床上動一動，現場



王仁甫醫師介紹「中醫的五種武器」，現場進行簡易刮痧的指導。



黃明雯醫師透過按壓穴道與長者做互動。



許耀升醫師提醒長者在疫情期間，若前往人潮密集處或醫療院所，務必以正確方式配戴口罩

熱情的阿嬤也分享自己在睡前會做瑜伽，起床時也先暖身，讓身體適應再下床。「我們這邊是不是有一個骨頭，然後一個大拇指的距離。」黃明雯醫師也透過按壓穴道與長者做互動，分享在目前的時節可以按壓穴道來做簡易養生。

衛教宣導的最終站，急診醫學科許耀升醫師來到三民為長者進行宣導。首先，許耀升醫師分享了今年影響全球的新冠肺炎 COVID-19，其傳染力非常高，高齡的長輩免疫力較差，又有糖尿病、高血壓等慢性病，若不慎感染會非常嚴重，因此出入人潮密集處或醫療院所務必戴上口罩，正確戴口罩的口訣「開、戴、壓、密」才能把口鼻完整包覆，發揮防護效果。每年秋季即進入流感的高峰期，流感的症狀為出現三十九度的高燒、呼吸困難、

胸悶、肌肉痠痛、關節痠痛、重度疲倦虛弱無力。為了提高保護力，請長者每年定期接種流感疫苗。許耀升醫師也介紹花東地區常見的恙蟲叮咬，恙蟲藏在雜草叢生處，如果不慎被叮咬，會出現無痛性的焦痂傷口，還會持續性高燒、淋巴結腫大，提醒到野外要著長袖衣褲，回家後應盡速沐浴，將躲藏在身上的蟲子沖洗掉。

玉里慈院秉持「人本醫療、尊重生命」的宗旨，重視病人安全與醫病溝通，醫師群進入部落與社區宣導「為病安發聲」，讓鄉親建立正確的就醫觀念，在就醫過程中若感到不瞭解，應該主動表達心中的擔心或顧慮，問清楚、講明白，減少溝通不良，拉近醫病關係。（文、攝影／張汶毓）

關山

十月五日

特別門診進駐臺東仁愛之家

關山慈濟醫院「臺東仁愛之家特別門診」於二〇二〇年十月開辦，由陳世琦醫師及花蓮慈院復健科楊士賢醫師、身心醫學科蔡欣記醫師進駐看診；另亦安排每週兩次的物理治療，讓中風偏癱、脊椎受傷、肌肉萎縮等院生能夠因為就近性，提升復健意願，維持身體生活機能。

仁愛之家護理長黃秋美說，以往住民若有復健需求，必須至鄰近醫院讓復健科醫師評估後，再由內聘的復健生指導治療，無奈復健生因自行開業而離職，復健器材已經四年多沒有使用。

從關山鎮往南，沿著花東縱谷公路、臺九線，到位於臺東市中興路的仁愛之家，距離四十一公里，約一小時車程；搭火車從關山到臺東，則只要半小時的時間。聽見仁愛之家的需求，管理室黃坤峰主任與花蓮慈院、院內醫師協調開診，幾經討論與時間調整，於每週一、二、四下午設立家醫科、復健科、身心醫學科門診；藥品開立部分委託臺東當地健保藥局分包調劑，另考量門診開辦磨合期間，現階段部分科別會由護理師陪同跟診，待流程走向平穩，未來會由醫師一人獨自搭乘火車前往看診，仁愛之家也會全力配合醫師接送事宜。



關山慈濟醫院「臺東仁愛之家特別門診」正式開辦，於二〇二〇年十月起提供家醫科、復健科、身心醫學科及物理治療服務。圖為家醫科陳世琦醫師看診。

十月五日首次看診的科別為家醫科，共有十二位院生預約看診。「嗨！您好，阿嬤是哪一族的啊？」面對多數因腦傷表達困難，或者問了不答的病人，熱情的陳世琦醫師總是耐心等候，讓長輩試著開口表達，且過程不斷給予鼓勵及讚美。陳醫師笑談，這是來關山慈院執行居家醫療的成果，因為東部地形狹長，跑案家的路途相對遙遠，因此他認為車程都花這麼多時間了，即便再多花點心思與病人互動，拉長看診進度也不要緊，因為病人的進步與回饋才是最重要的。陳醫師也盼望未來能與仁愛之家進一步合作，



關山慈濟醫院兩位物理治療師邁達爾（左圖／黃秋美攝）及潘建志（右圖，電療復健），每週兩次輪流到臺東仁愛之家指導院生復健。

將安寧療護的觀念傳遞給家屬。如此一來，機構不必因為必須對家屬有交代，再將臨終病人轉送急診，讓病人辛苦承受插管急救的痛苦。

相鄰著看診區，重新啟用的復健器材就擺放在互愛樓的三樓護理站旁，只見物理治療師潘建志蹲在一位阿嬤身旁，溫柔鼓勵怕痛想停止運動的阿嬤。另一位八十七歲的蘇阿公，因中風和失智在仁愛之家住了十一年，太太經常前來探望。太太表示，擔心先生會肌肉萎縮，因此固定每週一次自費三百元聘請復健師至仁愛之家為先生復健，最近幾個月因為新冠肺炎疫

情的關係，先生已經很久沒做復健了。蘇太太得知慈濟的復健師之後都會固定來服務覺得很開心，不僅能減少家裡的支出，也讓她放心許多。

臺東仁愛之家設有一百一十九張養護床，目前已滿床，待慈濟援建的互愛樓申請啟用通過，可再增加六十床安養床（喘息床位），並規畫增設日間照顧中心、供餐中心、復健室等設施，是相當具有規模的老人福利機構。如今再有關山慈濟醫院前來駐診，讓醫療照護更周全，也期待未來透過合作提供更多服務，一起用心用愛照顧鄰里社區。

（文、攝影／陳慧芳）

花蓮

九月十八日

兒少藝術治療對抗病魔

花蓮慈濟醫院與瑞信兒童醫療基金會攜手，將藝術治療帶進醫院，應用在門診與兒科病房。九月十八日上午，舉辦「陪伴兒少藝起來」啟動儀式，花蓮慈院院長林欣榮、小兒部主任張宇勳、楊尚憲醫師、兒童青少年精神科主任陳珮儀、兒科病房護理長李依蓉、劉家好藝術治療師等團隊，邀請瑞信兒童醫療基金會董事長吳春福、花蓮縣衛生局局長朱家祥與精神醫學部醫師何明儒共同見證。

陳珮儀主任表示，在醫院中兒童可

能會因為環境或者疾病因素，不容易準確表達出心裡的想法，而藝術治療可以透過藝術媒材，融入心理治療，幫助孩子用非語言的方式表達內在。相對來說花東地區的多元治療的資源有限，陳珮儀主任特別感謝瑞信兒童醫療基金會的支持，讓藝術治療可以被應用在東部兒童青少年心理照護上。

吳春福董事長表示，這次瑞信基金會能跟花蓮慈院合作把藝術治療服務帶入花東地區，是瑞信十八年來一直在提倡的兒童友善醫療概念中非常重要的里程碑。基金會目前在北中南三區安排七位表達性藝術治療師與兩位兒童友善醫療輔導師，這次是在陳珮儀主任與基金會呂立執行長來回溝通下達成共識，今年九月開始在兒科病房提供病床邊藝術治療服務，期望提升兒童醫



花蓮慈濟醫院與瑞信兒童醫療基金會攜手，將藝術治療帶進醫院，應用在門診與兒科病房，提升兒少照護品質。

療的服務與品質，讓醫病關係更和諧，花東的孩子就醫時，也能哭聲少一點，笑聲多一點。

現場由藝術治療師劉家妤示範「藝起畫」，並表示醫療有專業、完整的醫療計畫，不是孩子能自己選擇要不要吃藥打針，但是在藉由藝術媒材釋放的過程中，他可以自發地表達他想要做的事情，是很自由自在地不受限，這點對小朋友的發展，也是非常重要的。

本身就是小兒專科醫師的衛生局局長朱家祥表示，臨床上其實常常會看到心理影響身體恢復狀況的現象，有時候心理上的開心與釋放，會帶動身體恢復得更快，很開心能看到藝術治療加入兒科醫療團隊，孩子們可以透過繪畫或黏土等藝術媒材表達內心，藝術治療師也會就孩子的作品去做解析，讓家屬跟團隊更了解如何去陪伴孩子。

「這個是警察，這個是壞人。」家屬李先生表示，原本看到孩子畫了幾個人拿刀拿槍，心裡有點緊張，後來聽到兒子說是畫警察抓壞人才放心，李先生感謝團隊能安排藝術治療的課程，讓家長知道孩子的心事和壓力來源，家人間更親近。

花蓮慈院藝術治療應用於兒童青少年照護，初步將會在精神醫學部門診與兒科病房實行。小兒部主任張宇勳表示，看到孩子們接觸藝術治療後的成效，未來也希望可以更進一步規畫，讓藝術治療應用在更多層面。陳珮儀主任表示，藝術治療會透過個案狀況來安



藝術治療師劉家妤在兒科病房內帶動孩子創作，利用繪畫、黏土等媒材表達內在情緒。



孩子們透過繪畫或黏土等藝術媒材表達內心，藝術治療師透過孩子的作品去做解析，讓家屬跟團隊更了解如何陪伴與照護孩子。

排，初步尤其是針對兒童癌症的個案，因為孩子可能一開始還不了解自己是生病的，家長的壓力也非常大；透過藝術抒發，幫助孩子與家長去梳理整個過程，增進親子互動，也讓團隊能從中了解孩子的內心，進而提供更適當的醫療。

花蓮慈院院長林欣榮表示，醫療團隊藉由藝術治療和孩子建立關係、發現問題，提供最符合需求的協助，陪伴整個家庭更有勇氣的對抗病魔，誠心祝福每個孩子的身心靈都能健康長大。（文／黃思齊 攝影／楊國濱）



臺北

九月八日

世界預防自殺日 教寫心情筆記

李太太因童年時期常受到父母的冷落與批評，而養成悲觀、易焦慮的個性。現今四十二歲的她，白天工作忙碌，晚上要面對丈夫對家務的挑剔，倍感壓力。此外，她還要管教一雙兒女，兒子雖體貼但和自己同樣容易擔憂，女兒則叛逆易爭執。久而久之，她的壓力愈來愈沉重，易怒、焦慮、哭泣、失眠的情況日益明顯，而前來臺北慈濟醫院身心醫學科。醫師評估她長時間處於憂鬱、緊張的情緒中，長期下來將無法負荷，若不調適恐有心理疾病的風險，遂轉介給臨床心理師。潘奕瑄臨床心理師教導李太太覺察情緒與放鬆的技巧，並陪伴李太太嘗試用不同方式與家人溝通，兩個月後，李太太學會調適壓力，也找到生活與心靈的平衡。

九月十日是世界預防自殺日，WHO指出，全球每年有近八十萬人死於自殺；臺灣則統計每年有近四千人自殺死亡，其中，具身心困擾者自殺率更甚。人人都有過情緒低潮的經驗，常見表現如：低落、做什麼事都沒興致、身體不適、易煩躁、疲勞、睡眠與食欲改變等，因人而異。潘奕瑄臨床心理師說明，「壓力因應能力因先天體質、性格、



潘奕瑄臨床心理師表示，真正的心理健康是從生活裡的喜怒哀樂中適時彈性調適，因此不要過度害怕負面情緒。

壓力因應技巧而有不同，生活中的壓力多元又難以預測，所以情緒時好時壞是很正常的；情緒不好時可從生活中抽絲剝繭，了解原因，予以應對、接納。」然而，不是每個低潮的背後都有一個大事件或大壓力源，生活中不起眼的小狀況長期累積，也會在不知不覺間演變成「莫名其妙心情不好」；日子一久，將增加心理疾患的可能，為此，「如何覺察心情狀態」非常重要。

潘奕瑄臨床心理師指出，民眾可利用「心情筆記」，認識自己的心情變化：「每天花一點時間反思，並用簡短幾句話記錄下當天快樂、悲傷、生氣、焦慮……等正向、負向心情，以及影響心情的人、事、物。」此作法除能抒發情緒，還能覺察情緒感受，了解會影響或改善自己心情的因素；即使許多客觀因素不容易改變，但也能及時覺察壓力、提早用適合自己的方法調適。

潘奕瑄臨床心理師建議民眾平時可透過下列兩種方式，學習放鬆技巧：

- 1. 漸進式肌肉放鬆法：**人的身心狀態是連動的，當長時間處於緊張狀態，肌肉會不自覺繃緊，而身體緊繃則情緒也難以放鬆。若能反覆放鬆身體各處的肌肉，便能增加覺察力、提醒自己及時放鬆，並藉由身體的放鬆帶來心情的放鬆。
- 2. 正念呼吸：**用輕鬆舒適的坐姿，閉上眼睛，把注意力專注在呼吸上，覺察雜念的同時，仍不斷試著把注意力放回呼吸帶來的感受。若能每天執行五到十分鐘，將能有效沉澱心靈、減緩

壓力、提升注意力並舒緩緊繃狀態。潘奕瑄臨床心理師說明，許多人認為「心理健康」就是每天都很快樂、沒有壓力，但真正的心理健康其實是能夠從生活裡的喜怒哀樂中適時彈性調適。因此，不要過度害怕負面情緒，也不要責備身邊情緒低落的朋友；若低落的情緒已持續二週以上，且連帶出現身體（如食欲、睡眠、體力）與認知（如負面思考、注意力與記憶力變差）方面的改變或嚴重干擾生活，即建議尋求醫師、臨床心理師的協助，用專業陪伴，度過情緒低潮。（文／廖唯晴 攝影／盧義泓）



民眾可利用「心情筆記」，認識自己的心情變化，及時覺察壓力、提早調適情緒。



大林

九月十四日

二條鋼筋貫穿命危 接力搶救奇蹟存活

大林鎮一名張姓建築工，日前施工時不慎從高處摔落，當場被二條約八十公分的鋼筋直接從胸腔、臀部貫穿而過，工地及消防隊合力剪斷鋼筋後送往大林慈濟醫院急救，經歷五小時手術順利取出鋼筋，奇蹟檢回一命。不料才剛與死神搏鬥，住院時醫師又發現肝臟之處長了一顆兩公分腫瘤，證實為肝癌復發，經微創與傳統混合式手術切除後，讓恢復健康的張姓工人笑稱自己「因禍得福，浩劫重生。」

移植外科主任尹文耀說，張先生意識清醒，但因貫穿身體的鋼筋而無法躺平，由兒子抱著從急診進來，當時立即啟動外科團隊全力搶救，並由消防隊合力將鋼筋剪短後再進行心、肺、腸、肝、腎電腦斷層檢查，影像顯示鋼筋直接穿過左側肺部，且持續出血，造成血胸、氣胸，小腸部位也有破洞、斷掉情況，於是緊急聯絡開刀房安排手術。

手術中，由胸腔外科首先將貫穿肺臟的鋼筋移除。主任黃重傑表示，由於鋼筋靠近心臟的位置，拔除時需相當謹慎，一不小心偏離位置，隨時都可能大出血奪走性命，待鋼筋移除後，再藉由胸腔鏡修補損壞的肺臟。他提醒，若不



建築工張先生不慎從工地高處摔落，被二條鋼筋從胸腔、臀部貫穿，經大林慈濟醫院緊急搶救，順利救回一命。

幸遇到異物刺入身體，千萬不要急著拔除，否則將導致大出血，最好的處理就是保護傷口及做好固定後送醫。

第二階段手術則由尹文耀醫師進行，針對從左側臀部穿過腹部的鋼筋，在腹腔鏡觀察下慢慢拔除後再進行手術，手術中發現鋼筋穿過小腸二處，造成小腸斷掉、破洞，腹部裡到處都是溢出的腸液導致腹膜炎，但張先生非常幸運，鋼筋穿入位置正好在腹腔主動脈的分支，因此閃過這條大血管，否則血管破裂後的大出血將危及性命。

尹文耀醫師表示，因患者之前有肝癌病史，曾接受電燒治療，在回顧病史

影像時，發現原本的肝臟腫瘤又復發為三公分大，甚至旁邊還伴著另一顆兩公分腫瘤，後續與影像醫學科確認後，證實為肝癌復發，再次幸運地惡性腫瘤未再轉移到別處。由於腫瘤長在肝臟第七葉，偏後方位置，用腹腔鏡手術難度較高，於是藉由微創與傳統混合式手術方式，以微創方式剝離周邊所有固定韌帶，同時又能清楚剝離肝後方大血管附近，加上利用微創器械輔助完成進行腫瘤剝離、切割及止血，過程中均較傳統手術精細，術後傷口小，約十二公分左

右，復原快，住院天數縮短，病人也不再因呼吸而疼痛，大幅降低肺炎風險。

尹文耀醫師指出，通常人體在發生重大意外傷害時，抵抗力變弱，不論細菌感染或癌症都容易爆發，若沒有提早發現做治療，恐危及生命。浩劫重生後的張先生，從工地到醫院的過程都是清醒的，他說：「現在想起來才覺得可怕，親朋好友原以為過不了這一關，但醫生醫術高明，將我從鬼門關救回來，能夠痊癒再重回工地工作是我的福氣。」

（文、攝影／江珮如）



張先生感恩大林慈院醫療團隊將自己從鬼門關救回，更及早發現肝癌復發，笑稱自己：「因禍得福，浩劫重生。」左為尹文耀主任。

斗六

九月二十四日

趣味宣導為病安發聲

病人安全除了要靠醫療團隊努力，病人、家屬的參與也非常重要！斗六慈濟醫院九月二十四日上午在醫院大廳舉辦今年度病安週活動，以「病安走透透 安全一定夠」為主題，透過趣味的病安短劇及闖關遊戲，提醒病人、家屬，就醫時要「主動」說出對治療或處置的顧慮，勇敢為病安發聲。

斗六慈濟醫院院長簡瑞騰指出，世界衛生組織訂定「世界病人安全日」，衛福部邀請醫療機構共同響應，舉辦多元化推廣活動，強化社會及民眾對病人安全的認知及參與。今年所訂的主題是「為病安發聲」，斗六慈濟醫院將主題加入「病安走透透 安全一定夠」元素，將防跌、用藥安全等觀念，由同仁走到各單位宣導，讓每個民眾和患者都能得到病安的相關訊息。

簡瑞騰指出，因為臺灣的患者比較內向，遇到醫師、護理師就會怕怕的，即使心裡覺得醫師對用藥、開刀、病情等解釋得不太清楚，或是覺得有點怪怪的，或是藥吃起來怪怪的，有什麼副作用，都不敢說出來，這樣不但可能愈醫愈嚴重，還可能出現病安事件，有生命危險，所以舉辦這個活動是要告訴民眾，若是心裡對於診斷、用藥、開刀等



斗六慈濟醫院院長簡瑞騰指出，希望透過病安宣導，讓民眾看診時勇於提出疑問，確保醫療品質。



斗六慈院同仁透過病安短劇，提醒病人和家屬，就醫時「問問題、說清楚、細傾聽」，共同為病安努力。

覺得怪怪的，或是解釋不清楚，要主動、勇敢提出心中的疑問、不安，醫、病、護、家屬一起為病人安全努力，確保醫療品質。

斗六慈濟醫院同仁透過病安短劇，演出一位阿嬤因為腰痠背痛、睡不好到醫院就醫，進入診間後，護理人員要核對她的姓名，她卻一直不配合，甚至拿出來路不明的藥物推薦功效，最後在醫護人員的堅持和說明，完成身分確認，順利看診、並開立處方用藥。為了就醫安全，提醒病人、家屬，就醫時要「問問題、說清楚、細傾聽」，主動說出對治療或處置的疑慮，對於環境有安全的疑慮也要協助。

現場安排的闖關活動，讓來院民眾透過輕鬆的遊戲，認識用藥安全、正確洗手與洗手時機，以及「我的善終我自主」以及「薪生命讓愛延續」器官捐贈等觀念。一位陪同家人來看中醫的鍾先生十分認真參與活動，收穫豐富。他分享，透過活動知道洗手時機是如廁後、進食前、看病前後、出入公共場所後、接觸嬰幼兒前、擤鼻涕後等；斗六是柚子的產地，若有服用降血脂、降血壓、鎮靜安眠藥、抗心律不整藥等，要小心不要同時吃柚子、葡萄柚等，以免有藥物交互作用；預立醫療決定，是可以為自己的善終發聲。（文／黃小娟 攝影／于劍興）



現場安排闖關活動，讓民眾透過遊戲，認識用藥安全、正確洗手與洗手時機，以及器官捐贈等觀念。

臺中

九月十一日

失智據點開啟記憶寶藏

臺中慈濟醫院失智據點新學期啟動，迎來十五位新舊生一起記憶保養。長輩們學習與學員、社會人群互動，並在衛福部、中市衛生局認可的「預防及延緩失能方案模組」下，開啟記憶寶藏。

社區健康中心行政主任賴怡伶表示，「衰弱 OUT（拗）樂活 GO（夠）」模組課程是讓失智長輩從頭到腳運動，達到關節、肌肉及心肺等各種器官組織與大腦認知功能強化或延緩退化。

模組課程師資堅強，神經科醫師、物理治療師、職能治療師、護理個案師、社工及健康管理師全部到位，第一堂課就檢視新舊生的健康存摺，從長輩體適能狀態、認知功能、柔軟度、心肺功能、反應力及肌力等情況；並擴及家屬照顧負荷、身心健康以及長照資源使用情形。

臺中慈院失智據點每週一、二、四上午上課，三、五是學員自習日，可自由到據點活動。開學週課程緊湊，林啟文物理治療師示範帶動頭、上肢、手臂伸展動作，訓練長輩肌肉伸展有彈性，確保骨骼關節活動無礙。社區團隊也以橡皮筋設計肌肉伸展感覺體驗、各類團康活動，讓大家歡笑連連。職能治療師林易萱帶領學員製作名牌，再接龍玩遊戲



物理治療師林啟文示範帶動頭、上肢、手臂伸展動作，訓練長輩肌肉伸展。



職能治療師林易萱指導學員製作名牌，運用玩接龍遊戲，讓家屬及長輩做記憶認知保養。

「你叫什麼名字」，讓家屬及長輩做記憶認知保養。

壓軸的開學週神秘巧拼箱，有小禮物與證嚴法師靜思語，讓學員彼此祝福分享，一起邁向新的精采記憶保養之旅。

（文／賴怡伶 圖／社區健康中心提供）



失智據點新學期啟動模組課程，一週三天排課、兩天自習，迎來十五位新舊生一起記憶保養。

九月十九日

治療犬風靡樂智同學會

九月十九日，臺中慈濟醫院失智病友會邀請臺灣動物輔助治療專業發展協會寵物治療師夏安婷，帶來 EMMA 及紅豆泥兩隻治療犬與長輩互動。除了暖身操，還要丈量自己和狗狗的腰圍、胸圍、臀圍、腿長及身高，讓長者透過活動參與提升認知能力。

寵物治療師分組帶長輩學習運用口令餵狗吃點心，透過呼喚小狗名字、搭配手勢招呼小狗坐下，到下達「OK」口



寵物治療師夏安婷（左一）帶著長輩們做暖身操。

令，讓小狗吃點心。長輩們看到小狗配合指令吃點心的剎那，都開心的笑了，成就感十足。

神經內科涂敏謙醫師表示，寵物治療大多應用在長輩陪伴與身心症狀病人，有舒緩病人情緒的效果。失智長輩常會急促不安、來回踱步等情緒焦躁的症狀，甚至晚上焦躁情緒會加重影響睡眠，讓照顧家屬身心俱疲，照顧品質跟著下滑。因此邀請寵物治療師與治療犬來與失智長輩互動，希望透過寵物治療能增進長輩與外界的互動，同時讓家屬瞭解非藥物治療的輔助方式，也能幫助家屬減輕負擔，提升照顧品質。

夏安婷寵物治療師本身也是職能治療

師，他說，狗是生活中的動物，和人的連結也很深。透過活動讓長輩撫摸、餵食小狗，與小狗連結並轉換被照顧者的角色為照顧者，長輩會比較有意願配合照顧者做事情，而且小狗有生命，更能讓長輩體驗到生命的彈性。

苗栗的湛爺爺夫妻是樂智同學會資深學員，湛奶奶喜歡狗卻從沒養過，她很驕傲地分享今天餵了小狗。怕狗的王奶奶在工作人員鼓勵下嘗試摸狗、餵狗，下課前竟主動撫狗說再見，讓家屬覺得不可思議。鄭伯伯第一次跟小狗接觸覺得很可愛，直說若再辦這樣的活動，還要再來參加。（文、攝影／馬順德）



第一次摸狗的鄭阿伯為治療犬梳毛，覺得小狗很可愛。