



來自教室外的人文教育課

—— 2017 北印度拉達克服務隊

文 / 醫學系 邱子容

圖 / 2017 北印度拉達克服務隊

北印度拉達克服務隊以醫學、人文為主軸，兼具服務與學習兩面向，由此衍生出衛教、保健室、健檢義診、教學活動、田野參訪等服務內容。除了服務當地外，我們也在不同文化脈絡中，更了解醫療、公衛人員的社會責任，以及如何促進「社區營造式的健康」，進而將此心得和經驗帶回台灣，成為回饋台灣的養分。

田野參訪

北印度有著截然不同於台灣的風土民情，從前幾屆的隊上紀錄和其他文字資料，我們得以快速有概括性的了解，但隔著抽象的文字紀錄還是有一層疏離。唯有親自走訪、用心感受，才能真正捕捉當地居民、喇嘛、NGO (Non-Governmental Organization, 非政府組織) 工作者們不可言喻的生命力與熱忱，也才能在之後的服務中更貼近當地的需求。

拉達克位於中國、印度、巴基斯坦衝突頻繁的緊張邊界(喀什米爾地區)。和村莊附近農家

2017 北印度拉達克服務隊 小檔案

指導老師	陳維熊醫師、曾培傑醫師
參與隊員	陽明、馬偕二、三年級學生共 9 人
主要服務對象	學校、社區
服務中心主軸	兼具服務利他面、學習利己面 ① 醫學：衛教、保健室、健檢義診 ② 人文：教學活動、田野調查
服務期間	7/10~8/3 為期 25 天

買牛奶時的隨意寒暄，使我們了解到，對於乾燥的拉達克而言，溫暖濕潤的夏季是他們主要的產



▲ 參訪 LAMO 保存的古蹟建物

季，也唯有此時的農業、觀光業支持著拉達克。

拉達克自古商戶往來，有著繁華的歷史，也是藏傳佛教重要的發揚地。藉由參觀當地四個古蹟大寺（Spituk、Hemis、Shey、Thiksey），以及觀察喇嘛與當地人的互動，我們體會到信仰是如何深植在當地人民的生活中。而有幸躬逢達賴喇嘛說法，讓我們更深刻感受到他們對信仰的虔誠堅實——洶湧的信眾層層圍繞中央達賴喇嘛坐著的高台，即使烈日當空酷熱難耐，也阻退不了那一片人海，委實讓人感動。

但是，這麼有文化活力的拉達克，在政治上卻是萬般無奈地在夾縫中求生存，雖然緊鄰的三

國為了奪得這片土地不時軍戎相向，但它卻未從任何其中一個政府（包括目前統治的印度政府）獲得良好的資源，形同邊緣地區，教育和醫療資源都匱乏。

我們參訪的官方醫療機構，如類似當地醫學中心的 SNM 大醫院或 Basgo 地區醫院，都沒有完善的病歷建檔，只有簡單的診間、器材、檢查、處置。或許也因為這樣，造就了當地醫療 NGO 的蓬勃，如我們參訪的 Help Age India 提供貧老者巡迴義診和免費藥物，REWA 提供身心障礙者規律的復健治療，Munsel 則提供身心障礙學童免費的特殊教育。

▼ 小喇嘛製作創意相框



▼ 周末的大地遊戲





▲ 在 Basgo 女尼學校進行性別衛教

當地其他教育 NGO 也在實踐理念之餘，為政府與社會培育人才。我們參訪的 GTM (Gyudzin Tantric Monastery) 僧佛學院、Basgo 女尼學校，雖然缺乏政府補助，但或許是佛教信仰的力量，將現世的苦難視為累世惡果、須以今世結善緣化解的思想，讓他們仍能在艱困中積極辦學。

其他參訪的理念 NGO，則讓我們看到民間力量的無限可能。LAMO (拉達克藝術與媒體組織) 致力於史蹟文物修護；MIMC (摩訶菩提國際禪修中心) 擁有學校、醫院、養老院，致力於老有所終、幼有所長；SECMOL (拉達克學生教育和文化運動) 則是以環保為理念，協助中輟學生開發一技之長。

教學活動

我們主要駐點在 GTM 僧佛學院。到了當地才深刻感受到，在師資缺乏的地區，對於小喇嘛養成最重要的是英語教學，因為這能培養他們畢業後前往南印度深造所需的溝通能力。因此我們規劃了許多英語教學活動，除了固定的一對一或二的小班制英語輔導課程外，還將英語練習融入生活中。我們甚至把握和喇嘛共備早餐的時光進行會話練習，結果調皮但溫馨的



▲ 至當地藥局採購藥品，與老闆合影

小喇嘛在我們早餐的囊餅上，畫了一個大大的微笑回報！

除了教學外，在請教 GTM 校長後，我們以不違反喇嘛養成為前提，還規劃了陪伴、探索的活動。如以冰棒棍製作創意相框、周末大地遊戲、創意餃子和創意 pizza 製作等。而我們在體驗不同的人生面向之餘，也和小喇嘛們一起盡義務，像是和他們一起分工分區進行全校區的大掃除。

最後惜別的時刻，我們整個團隊一起製作祝福的小書給每位小喇嘛，希望我們一個月短暫的陪伴，能成為他們生命中美好的點滴。而我們也感謝小喇嘛，讓我們見到人性本有的美好！他們分享點心、互相關心的氛圍，讓我們反思到目前台灣醫療的處境：與其擔心醫療糾紛而和病人對立，造成醫療環境的惡化，我們何不先敞開信任友善的雙臂呢？不為功利的分享奉獻，看似渺小，卻是從根改變社會的一份力量。

建置保健室與進行衛教

當地學校多半沒有校護和保健室，但緊急醫護能防微杜漸，因此我們幫助 GTM 僧佛學院、Spituk 僧佛學院、Shey 學校、Munsel、Basgo 女尼學校以及 MIMC 學校，建立與更新保健室，並教他們使用方式。為了讓他們能永續自營，藥品全

部自當地藥局採購。我們對著藥典比對成分名，一種一種確認劑量和服法；並且製作「小幫手手冊」，讓他們能循著標準流程、快速使用藥物和處置。

同時，我們也進行衛教，除了藉由遊戲與學習單講解常見的眼睛不適（白內障、結膜炎）、營養均衡、口腔保健外，也在當地保守的民風下，以「醫學專業」的角色幫當地老師教導學生們性教育。能運用我們的醫學知識教導性教育，除了扎扎實實服務到當地外，也讓我們更加體會到「醫生」的專業權威，其實也能夠是最貼近人的社會角色。

健檢義診與醫療諮詢

由於當地醫療設施簡單，我們也善意地進行健檢衛教，以提升他們的健康意識，同時針對民眾身體不適提供諮詢。牙科的蛀牙預防對於學齡兒童最有效，因此我們義診的三個地點都是在學校——GTM 僧佛學院、Shey 學校、Spituk 僧佛學院，但也歡迎社區民眾來參與。過程中，我們看到了看診民眾欣慰的眼神，這讓我們憂喜參

半，喜的是，我們關懷當地、千里送鵝毛之情，確實為當地民眾帶來幫助與溫暖；憂的是，我們短期健檢義診後便回台，他們若有後續問題要如何尋求醫療幫助？雖然發心良善，但我們的醫療建議是否反而會成為當地的醫療干預呢？

和指導老師討論後，我們從田野調查的理念 NGO 中，漸漸找到了答案：要深入和永續地經營社區，便需長期駐點當地。健檢義診可以轉變成巡迴醫療，我們團隊成員可以加入當地醫療團隊，讓我們的醫學知識豐厚當地的醫療。

總而言之，海外服務讓我們有了不一樣的人生格局與高度。透過不同的文化體驗，我們體會到：在發展程度、政治情勢比台灣更艱困的地方，人們卻更善盡己力來經營與服務社區；同時，我們也更加了解身為一名醫療人員，自己所擁有的特殊社會角色與責任：我們擁有的醫學知識，讓我們能為弱勢族群發聲、貼近一個人，同時也為需要的人提供實用的建議和服務。最重要的是，小喇嘛教了我們一課：我們永遠都能是先敞開信任友善雙臂的那個人，並成為引導社會累積信任、進入正向回饋循環的力量！

▼ 為學童做視力保健的義診健檢

