

學海築夢/新南向學海築夢學生出國實習

心得報告內容大綱

選獲補助年度	108 年
薦送學校、系所、年級	法鼓文理學院佛教學系四年級
中文姓名	郭淑華
前往國外實習國家 (含城市)	印度 達蘭薩拉
國外實習機構名稱	達蘭薩拉藏醫院
國外實習考評成績	無
評語及短片時間及標題	3' 05" https://youtu.be/smLkDedD1-Y 法鼓學校財團法人法鼓文理學院_北 印度達蘭薩拉藏醫院實習影片
附件	附件三件

學海築夢/新南向學海築夢學生出國實習

心得報告內容大綱

一、緣起

在法鼓文理學院接觸到的幾乎是以漢傳佛教經典為主系列的課程，但我有選修本校「藏醫」，這科就是很有別一般的佛典經論探討。藏醫是西藏本土的醫學傳統有著中國、印度以及中亞地區羅馬和波斯的醫學揉合，1916年十三世達賴喇嘛為了繼承、維護和發揚獨具一格的西藏傳統文明，在拉薩創建了藏醫藥和天文曆算為主的文化教育機構—門孜康，於1959年隨當時情勢被迫而流亡到印度，在印度的達蘭薩拉重建門孜康，直到現在印度的各大城市有許多門孜康的分支所，在替各地的民眾進行看診的動作。這次的實習就是前往印度達蘭薩拉的藏醫院參訪、實記，看在流亡海外的藏人在異地的環境下，藉著藏醫生的望、聞、問之下如何對身體病痛求醫的過程。

二、國外實習機構簡介

13世達賴喇嘛於1916年時在拉薩創立現代藏醫曆算院。1960隨著流亡政府在北印(Dharamsala, Himachal Pradesh, India)立足，相關文化機構也陸續設立成型。藏醫院(men)與曆算(tsee)院就在這樣的背景下，於1961年三月在北印重建。1967年兩機構合併，成為現在聞名的藏醫曆算院(Men Tsee Khang 以下簡稱藏醫院) <http://www.men-tsee-khang-cn.org/>。目前位在北印達蘭薩拉的藏醫院組織完善，約有500多位員工。組織架構是透過文化部與行政部門來執行其運作。文化部下設有藏醫曆算學校、製藥廠、天文曆算科、藏醫藥研究與出版社、臨床科與

推廣中心等等。另外也有附屬藏香製造廠與藥庫等等，組織十分完善健全。

三、國外實習企業或機構之學習心得

- a. 達蘭薩拉環境與天候在一至二月之間是當地天氣最嚴寒的時期，對於我們亞熱帶的我們而言是比較還沒適應的，如下便是我們(1/14-2/26)大約六週所上課的內容列表：

第一、二週	對於當地的食物、交通及生活上的適應，碰到中國的農曆新年期間。
第三週	進行了解門孜康的藏藥製作、藏醫藥教育參訪，達蘭薩拉佛教寺院參訪觀察。
第四週	下區門孜康的門診參與醫生一起看診，把脈、推拿教學等還有去藥園參觀。
第五週	上區門孜康的門診參與醫生一起看診
第六週	上區門孜康的門診參與醫生一起看診及準備過藏曆新年。

- b. 上課內容如後附件說明。

四、國外實習之生活體驗

- a. 兩人一間房間有帶一個小廚房，可以備一些簡單的麵食為餐，有時與當地朋友一起共邀用餐，體驗印度及藏人食物。

- b. 這次碰上中國農曆年由同學掌廚辦桌菜及藏曆新年由當地朋友共邀，穿上藏服去大昭寺轉經皆有濃濃的過年風味。
- c. 雖然天氣太穩定時冷時好，但我們仍體驗當地公車出遊，或到熱鬧的市集街上採買物品。
- d. 醫學院的同學也都與我們相處融洽，共邀一起學習藏醫學或藏語交流。

五、國外實習之具體效益(請條列式列舉)

1-到門孜康參觀醫藥的製作和進一步了解藏醫的理論醫學。
2-近距離的觀察藏醫的醫療及後續進行(把脈及開藥)。
3-親近藏傳寺院吸取更多藏傳佛教的法教及中心理論。
4-透過與藏人近距離的生活感染樂觀與熱情的生活態度。
5-經過出國的參訪增長自我的自信心及對台灣更加珍惜

六、感想與建議

- a. 讀萬卷書與行萬里路，是我個人一直在努力的方向，唯有兩者並行能夠更讓我有源源不絕的行動力，這次的參訪有再次想去認識藏醫的理論及內容，會在想再去深入了解。
- b. 只是本次的時間性在冬季，對於天生怕冷的我而言真是一個極高的挑戰，會比較建議在暑期前往該區，比較能夠進入情況學習。

附件一：藏醫院跟診內容

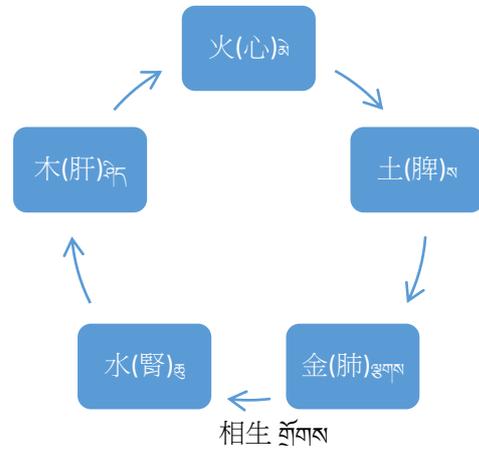
20200210 北印度(達蘭薩拉)藏醫院跟診觀察								
紀錄及觀察人員：釋宗慧、孫馨平、郭淑華								
看診醫生：Dr. Sonam Dorjee								
紀錄編號	性別	種族	年齡	身分	病症	看診方式	備註	醫生建議
1	女	俄羅斯	成年(57)	一般	眼睛問題，曾動過小手術	把脈	針灸	
2	女	邊境	成年	一般	腸胃不好，頭暈，疲憊，上背疼，氣血不夠	把脈	與丈夫一起來	
3	男	藏族	成年	僧人	便秘	把脈		
4	女	中國	成年	一般	皮膚發癢 3 天，脖子處起疹子。	把脈	自述：有塗中藥膏，自覺可能是油漆過敏。以前有來看過便秘。	過敏原可能是衣物或床用。使用外用藥。
5	男	台灣	老年	一般	癌症		中國女性幫忙拿藥	
6	男	藏族	成年	僧人			拿藥	
跟醫生談話：1.俄國女性原是 Theye 的病人，被推薦來針灸，因為是眼睛問題，所以醫生選擇扎兩手合谷穴，且需多次扎針。2.通常曾經來過的病患醫生不會特別注意其國籍，也不太會問她最近有去過哪。								

附件二：上課概論內容

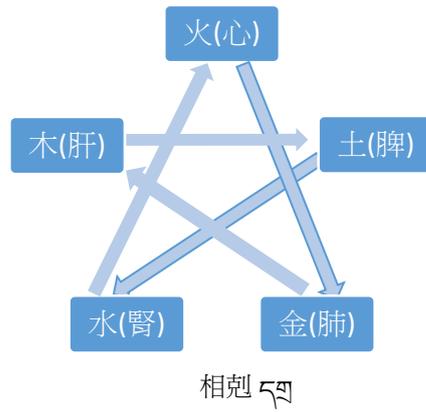
2020/2/3

今天教尋脈(臧式脈學)

1. 相生 循環



2. 相剋 循環



3. 關係圖 (病人)

L 左			R 右	
火 (心 小腸)		寸 上	金 (肺 大腸)	
木 (肝 膽)		關 中	土 (脾 胃)	
水 (腎)		尺 下	水 (腎)	

2020/2/4

今日教練習把脈

1. 調養身體體質 用藥溫和

1	右關	先調胃	上、中焦檢查	上、中、下、平衡	
2	左關右寸	金剋木			
3	左寸	關心			
4	雙尺平衡	直達腎臟	下焦平衡		
5	雙關同治				
6	肝心同治				

2. 相互練習號脈

	浮 A	
	中 B	
	沉 C	

020/02/05

3. 把脈可以透漏個人的個性：不需要頭腦享用感受可以接收到對方的性格

- 胃部(關脈)~代表從外到內的關係，如同與對外境的關係，對外來事件的消化一處理好的(代表較強的脈)主屬為主動
一處理差的(代表較強的脈)主屬為被動
- 肺部(寸脈)~代表為空氣，其代表對人生的方向、目標，若脈診模糊代表對人生的方向、目標比較不清楚。
肺脈(好)+胃脈(弱)---執行力不佳

- c. 肝脈(關脈)~代表處理方面，表示情緒 個性 脾氣
肝脈緊的代表—自我防禦力高不想讓人親近
肝脈軟的代表—容易受他人影響受欺負
肝脈(弱)+肺脈(弱)+胃脈(弱)~內心鬱結
肝脈(強)+肺脈(強)+胃脈(強)~易向外發洩
- d. 心脈~表達思想與想法，
心脈較強的代表容易衝動，心脈較平順的代表有睿智
心脈較快、亂的代表容易想法複雜
肝脈(平)+肝脈(平)~比較穩定成熟
肝脈(強)+肝脈(強)~比較承擔大的事情(如主管級)
- e. 腎脈~代表排毒能力，過濾生命中的情感(親人、朋友等)
右腎脈代表家人親友等(強—多)
左腎脈代表朋友同事等(弱—少)

附件三：照片花絮

藏醫院院長及曲洛泰醫師和梅靜軒老師



藏醫院包藥機



曬藥廠



藥品包裝區



醫院診間實習



大昭寺巡禮 1



大昭寺巡禮 2



與朋友合照

