

活動類型	國際醫療	計畫名稱	Spiti India 喜。愛計畫
活動地點	Sakya Tangyud Monastery, Kaza, Spiti Valley, Himphchal Pradesh, India		
活動時間	2019.07.23 – 2019.08.04 (不包含行前準備與訓練)		
承辦單位	TOCA社團法人台灣口腔照護協會；馬偕紀念醫院； 台北城北扶輪社；台灣健康合作組織		

M6 李乙仙 110310002

有些事情，現在不做，這一輩子就不會做了；有些地方，現在不去，這一輩子也不會去了。我想北印就是這樣一個地方，遙遠且神秘的他鄉，有著對於醫療的需求，而我走選擇這樣的志業，選擇這樣的人生，是否可以在除了家鄉以外的地方多盡一些心力，為這世界，提供一些些溫暖？懷抱著這樣的心情，在看到北印志工招募的當下，心中的聲音吶喊著，彷彿呼應遙遠彼端的呼喚，我選擇了前進。

端午節，是青年志工們第一次見面，每張陌生的臉龐，隱隱約約閃耀著期待，我們犧牲珍貴的假期聚首，學會如何建立起一個團體，經過一場場的演講，我們慢慢建立起對印度的認知，而非拘泥於扁平的想像，慢慢學會看見這不僅是一個充滿辛香料、噪音、燠熱的國度，更是一個遙遠貧窮、有著醫療需求的人們的家。從衛教內容、海報製作、清潔牙齒教學，我們一點一點勾勒出整個計畫的細節，慢慢地建立起關於北印、關於團隊、關於這場旅程的細節，也建立起了團隊的默契。

深藍的天空點綴著幾抹紅霞，是個清涼的清晨，而我們就在晨光中邁開腳步，踏上了前往印度的飛機，前往那陌生的國度。而到了新德里機場，隨之而來的是悶熱的空氣、嘈雜的交通聲響、空氣中瀰漫著匆忙急促的氣息，我們被催促著上了大巴士，開始了 15 小時的印度公路之旅，要前往中繼站 Manali。一路上搖搖晃晃，一開始的我們還有閒情逸致說說笑笑，好奇地欣賞著印度的風景，飛揚的塵土中可見到孩子在街道旁飛奔遊戲，也可以看見牛隻們悠閒的漫步之中，但隨著時間流逝，長途跋涉的疲憊慢慢吞噬了我們，一如黑夜降臨一般，使人在搖晃顛簸的路上睡去。在一連串的喇吧聲、遊人的喧鬧聲、山溪淙淙的流水聲之中我們悠然轉醒，就這樣在清晨之中，我們抵達了海拔兩千的中繼站 Manali。預計要在這裡整裝休息一天之後，再繼續前往印度的 505 號公路，接下來還有長達半天的路程等著我們。

看著穿著紅色粗布衣的喇嘛，我好奇的想著，是否他們到目前為止的人生，都是這樣子的呢？生活在遙遠的山谷彼端，幾乎是與世隔絕的山谷，要尋得醫療資源，何其困難？大山裡的村民們，又是怎麼樣面對病痛的呢？是否就跟想像的一樣，跋山涉水才可以進入城市，而生老病死都由著上天安排？而 Manali 的薄霧輕輕地覆蓋了窗外的景象，思緒也漸漸模糊，我又沉入了夢鄉，為明日的跋涉做最好的準備。

505 號公路，一年之中只有 3 個月的通行時間，其餘的時候便是大雪冰封的路況，寸步難行，而我們在盛夏到訪，所預計要走的便是路況最差但卻是最省時間的 505 號公路，一路上磕磕碰碰，像是搭乘 5D 列車，我們走在懸崖邊、走在融雪的小河、走在顛簸的石子路、走在斷裂的冰川下，沿路的風景美不勝收，一群又一群的牛羊隨著牧羊犬漫步，偶爾可見一群群野馬漫步在山谷間的綠地悠然的吃草，遠方稜線上群山未融的白雪，慢慢勾勒出 Spiti 的樣貌。而在路上我們也拜訪了當地的藏廟，為接下來的行程祈福。

雖說要經過 12 小時的路程，但實際上我們所花的時間卻超過不少，體貼的喇嘛在每一個可以休息的地方都讓我們下車散散步，喝水上廁所，卻也花掉了不少時間，而我們最終到達時 Kaza 時每個人都像是值班值了一整個晚上沒有睡一般累得不成形，簡單地收拾完行李洗漱後，每個人都為了接下來的義診與服務休息補眠，蓄勢待發。

隨著晨光在遠方的山後緩緩升起，一群人也跟著忙碌起來，架設一個個衛教與口檢站，檢視流程與動線，整理好海報與器材後，忙碌的一天就這樣開始了。村民們扶老攜幼的來到，很快的便大

排長龍，看著一個個佝僂的背影與村里幼童清澈的眼神，我們忙碌的篩檢、問診、分流與進行衛教，希望可以在最短時間內消化完大量的民眾。在排隊的過程中，村民們井然有序，從來沒有發生爭執或插隊的情形，所有人就是那樣安靜的站著，在高山溫暖的陽光下靜靜的等待，偶爾傳出一兩聲小孩疼痛的哭鬧聲點綴著。在休息的空檔中我靜靜的看著村民們，好奇的想著，在這樣貧窮且醫療資源欠缺的地方，人們反而滿懷感謝、井然有序的等待，即使在人數與時間的限制下我們僅能夠給予最嚴重的牙齒治療，村民們依舊心懷感恩，而內科的部分也僅能收集身高體重血壓等資料，為下一次的到訪做更好的準備，而針對現有的問題只能給予較低階的止痛藥與症狀的衛教。相較於富足的台灣，我們在印度能給予的何其的少，但他們卻表現得像是我們給予了極大的幫助，我不禁在想，是否我們擁有的越多，就越貪心，越難珍惜現在身邊所擁有的呢？是否滿足與感恩建立在比較之上？當我們來到了一個比平常所生活的地方更加落後與貧窮之處，才可以比較出我們所擁有的富足與讓人們張開雙眼，真實的用心去看見平日所習以為常的其實是那樣珍貴？是否我們都落入了盲點中而不自知？

而當我越投入在臨床工作時，往往會因為一些小事而慢慢消磨了熱情，隨著時間的流逝而忘記感恩，忘記珍惜，忘記重新去審視自我的初衷，也忘記了人與人之間的互信互助是多麼簡單與重要的事，而我們卻往往在日常的消磨中遺忘了。或許就是因為擁有的少，接觸外面的世界也少，村民們的眼光反而更加清澈，他們知道什麼是重要的，也知道珍惜與感恩，也因為村莊就是那樣小，每天生活接觸到的人就是那樣，反而使他們更加的了解到人與人之間的互動與互助，心思更開闊單純。倘若每天所要接觸到的人們就是這樣，那是不是就不需要計較太多，凡事簡單隨性不計較，可以更快樂？在藏人們的身上，我想我找到了答案。

五色旗，又稱風馬旗，是藏人族群中最鮮明的代表之一了，只要進入藏區，風馬旗隨處可見，也許在山壁上的石廟，也許在家門口，也許在小路的石柱上，乘著風飛揚。藍色代表天空；白色代表白雲；紅色代表遠方的山；綠色代表青青草地；而黃色則是我們生活的大地。風馬旗是我在北印最熟悉的風景，也代表著藏人們對於自然的崇敬，對藏人而言，風馬旗本身就是佛身；旗面上的文字就是佛語；內容就是佛意，而隨著風飛揚的風馬旗承載著，不僅是對佛的敬意，更是對世界的祝福。原本我以為我是來服務的，但在經過更深一層的認識後，在夜深人靜仰望星空時我才深刻體認到，我所來並非是為給予，更多的是來接受。學習藏人們看待世界的寬容與價值觀，學著返璞歸真，學著將放開自我，去感受、去聆聽、去沈思、去感謝、去相信。真正重要的從來都不是我們做了什麼給了什麼，而是在這樣的一趟旅程中，看見什麼學會什麼。

如果有人問我，你到過的哪個地方最靠近天堂？我想我會回答這裡，一個與世無爭的山谷，裡面住著簡單樸實的藏人們，他們相信著佛的言語，過著簡樸刻苦的生活，一點小小的東西就可以使他們開心良久，在一層一層的大山之中，物質擁有的極少，心靈卻那樣澄淨，Spiti 的河流就這樣流淌著，灌溉著他們，帶來了足以溫飽的水，也滌盡了內心的髒污。

就如同到訪時一般，我們來的匆匆，去也匆匆。每一趟旅程，都給予了勇氣，讓我可以走向更多未知的遠方，我們無法滿足當地的醫療需求，但我們卻可以為他們的新生一代種下種子，培育他們成為當地的樹木，從微小的公共衛生教育做起，為當地的醫療慢慢地撐起一片天空。成就從來不是一蹴可及，但我們能做的就是訂定長遠的公衛計畫，為當地留下新生的希望。團隊會離開，但知識不會，衛教的意義在此，而我們所要做的就是每一個小環節上盡力做好，慢慢的扶持當地，讓他們有自己的力量，這就是此行能為他們所做的，最大的事了。

也許多年以後我不會再那樣深刻的記得在喜馬拉雅山上的每一天，也不會記得團隊中發生了哪些爭持與協調，更不會記得當初衛教的內容，但我想我會記得山上的天空、星星、雲彩，居民的笑容與背影、喇嘛們悠遠的誦經聲、飛揚的五色風馬旗，還有每一個靜坐在寺廟中的時刻，安靜、悠遠、鮮明的烙印在記憶裡。









