

愛樂俠醫---徐清風中醫師

謹遵朱熹「格物致知」治學方法的中醫師徐清風老師，結合個人近 40 年來的臨床經驗與學術心得，將數千年來繁雜的、各流派不同論述的中醫學融會貫通後編寫「中醫針灸學」、「中醫臨床奧義學」、「中醫臨床方劑奧義總集」等著作。特別是深奧難懂的中醫脈診學、診斷學與方劑學，在徐清風老師化繁為簡下，提出獨特創新「五臟平衡式」理論，重新詮釋中醫治療學精髓。

在徐老師的中醫奧義課堂上，吸引了來自台灣各地的中醫師與中醫同好們共同研習。博學識廣的徐老師在教學方法著重蘇格拉底的「問答究裡」研究方法，以臨床病例為核心，讓同學們在相互腦力激盪的詢答中，找出療癒患者身體病痛の解方。

現在的人大都知飲食，運動是健康良方，卻忽略負面情緒會令腦細胞提早退化死亡。近年來深入研究道德經與佛學の徐老師，深信除醫學之外，更重要的是對生命哲學の體悟。他將佛教中所說の五毒心即貪、嗔、癡、慢、疑五種心，用中醫七情內傷の角度解說。徐老師認為在人生學上，當某件事引發你的六識反應時，你在意了，正眼看它了，它就形成了七情，正面的「七情」產生喜悅、歡愉而轉化成關懷、善和愛等同理心情緒，負面的「七情」就會產生貪、嗔、癡、慢和疑等五毒。當這些狂暴的情緒(惡念)來時，就像土坑灌滿了水，你越去攪動它，水就會越混濁，如果你先別管他(解藥：靜(停、知止守中)、善(樂觀)、忍(等待、耐心、謙讓)，水中塵埃自然就會沉澱下去，水就會慢慢清澈。徐清風中醫師の這道解苦良方可清除五毒心，進而提升腦細胞活化，是進階靈性生活之鑰。他期許學生學習道德經與易經等自然生命邏輯哲學，進而提升醫者自我與患者の生命靈性，達天人合一境界，以其靈魂生命の永續。

烏克麗麗彈唱飄揚出輕快樂聲—「明月清風隨意取，青山綠水任遨遊，知足勝過長生藥。」徐清風中醫師將北宋邵雍所寫の知足詩編曲為一首知足常樂歌，帶領著數十位志同道合の患者成立心靈悠客樂團走出診間，背起烏克麗麗唱遊各地自娛也娛人。徐清風中醫師深信樂器不單單是樂器，而是身心靈聯繫的工具。因為撥彈烏克麗麗時，藉由手指觸動大腦皮質の活化，連結大腦深處の“靈”，把內心的喜怒哀樂全部釋放出來，清空心靈內部，再把自信快樂種子裝填進去，讓這些種子開花結果。徐清風老師の養生之道主張健康五要素：

- 1、規律的生活、作息。
- 2、正確的飲食觀念：規律的三餐，天然的最好。
- 3、正常的運動。
- 4、適當的醫療保健。
- 5、愉悅的心情。

徐清風中醫師不僅用方藥、針灸治癒患者身體病痛，也藉由烏克麗麗唱遊活動豐富患者心靈。誠如清末名醫趙濂在其著作《醫門補要》中提到一個好醫師的條件乃需「醫貴乎精，學貴乎博，識貴乎卓」，我們在徐清風老師的身上得見一位好醫師的風範。