

● 捐血的经验、好处与感应 杨子佑

很多人都把捐血看成一件很可怕的事，我也不列外。除了是因为怕痛的心理外，当然爱惜自己的身体（古老的想法认为一滴血是吃几十碗饭得来的）也是原因之一。

捐血的好处很多，把自己的血捐出去，除了可以帮助紧急需要输血的病人外（救人一命，胜造七级浮屠），还可以帮助加快身体的血液新陈代谢。而且，新血的含氧量高，所以精神会很好，不容易疲倦。氧气对我们很重要，它的其中一个功能，就是可以消除细菌，也治疗好多种疾病，如糖尿病、高血压等（现今流行的氧气疗法），多吸新鲜氧气可以减少疲劳。本来容易缺氧的我时常感到疲倦，捐血几次后，感觉比以前活力很多（我可没有吃什么补品）。每四个月人体里的血都会换一次，与其让它自己新陈代谢，不如捐出来。一年我们可以捐血四次，捐血的效果肯定比让它自动新陈代谢好很多很多。除此之外，每次捐血，医生都会免费帮你验血（多数疾病可以通过验血发现），如有什么疾病，他们会即刻让你知道。

捐血会痛吗？完全不痛是骗人的。捐血就好像蚂蚁轻轻的咬一口而已（只是在打针时，当然会有麻醉），过后好像睡觉一样躺在那里。要说不痛，也是可以的。很少人捐血过后会感觉晕眩（可能捐血后没有足够的休息、或血液的流动还没有得到调整、捐血前吃太饱等），如果贫血，是不被允许捐血的。生病、感冒或服用某些西药，也是不能捐血。

想起我第一次捐血的经验，感觉很好笑。很怕、但又很想捐血的我，约了几位朋友和我一起去（帮忙我壮胆）。在捐血时，我不由自主的暗笑对自己说，原来捐血这么简单，却让我担心了一阵子，最后终于克服心理的障碍了（很多人不敢捐血，只是因为心理障碍而已）。我在心里默默计划，以后每三个月我都要捐血一次。捐血过后和那几位朋友喝美禄饮品、谈天（讲话多会伤中气）。一向怕烫的我一直往热烫的美禄上吹，哪知越吹越觉得没有力气（缺氧），慢

慢的眼前一暗，晕了过去（虽然还很清醒）。他们只好把我抬到床上休息，好糗喔！我的朋友可都吓坏了。但最后，我还是自己走出去乘搭朋友的摩多车回家。往后，每次我去捐血前后，我都会少吃和少说话，现在情况比较好了，体质改善了，所以不必再担心。捐血过后，也不会影响我的读书、工作或作息。虽然医生都会问须不须要写一封请假信，但我都觉得不必要。

捐血过后，不懂控制饮食的我就开始胖了，妈妈很开心（虽然不认同我捐血），因为她希望我胖一点。捐血过后的我很开胃，吃得很多，但如果想保持身材，捐血一个星期过后就须要开始恢复自己以前的食量，否则体重和身材都会失控。

在佛法中，捐血是三中布施中（财布施；法布施—佛法的灌输，长养众生的慧命；无畏施—心灵上的开导或身体上的保护，让远离恐惧和不安）的财布施。财布施又分内财与外财。外财为钱财，物资上的帮助。内财为身体上各种器官，血，骨髓等等。很少人会用内财布施，因为我们对身体的执着（我执）很深，不难放下。学习财布施（内财和外财）可以帮助淡化我执，进而慢慢的放下它。释迦牟尼佛在还未成佛时，不时都以钱财，物资，头，目，髓，脑等布施，就算牺牲生命，也不退缩。经典记载：佛陀曾经割肉喂鹰，舍身喂虎等。佛陀这种难行能行，难忍能忍，难舍能舍的精神值得我们去学习，所以我们就从捐血开始做起。

记得我的佛学老师，蔡校长在法华经课堂上有和我们分享他捐血的感应。他一生中捐血四十次，现在年老了，医生不允许他捐血。有一次在梦中，弥勒菩萨对他说：因为你曾经捐血四十次，所以你免除一次动手术的劫难。听在耳里，心里想原来捐血还可以免除劫难(血光之灾)。真是太好了。只是四十次的小痛，就可换回动手术的大痛，划算吧？所以你就别犹豫了，别让生理（痛）和心理障碍了你，勇敢的踏出第一步吧，否则你会后悔如果你还活着。嘻嘻！

(2004年2月27日)