

慈濟

2019 年 第 05 期 总第 74 期

准印号 /S(2019)00000279

内部资料 免费交流

主题报道

传承 爱的教育

为净化心灵做活水 为祥和社做砥柱 为闻声救苦做耳目



摄影/黄筱哲

— 证严上人 · 静思晨语 —

欢喜传法乐

自在轻安善逍遥，
逢人欢喜传法乐。
修持经法长慧命，
化度众生利自他。

爱的循环

|| 社·论 ||

五月是感恩的一个月，各地慈济志工举办孝亲感恩活动，透过不同的方式，鼓励为人子女大声把爱说出来，以免“树欲静而风不止，子欲养而亲不待”的遗憾。

“寻找母亲的手”游戏看似容易，其实真正开始寻找，才会发现我们有多长时间没有握住父母的那双手；而寻觅的过程，就是感恩的旅程；简单地洗脚、奉茶，父母就声泪俱下，因为对子女的爱，总是无怨无悔。深圳慈济志工巧思设计“环保茹素卡”，旨在告诉大家，人类共同的地球母亲也在受伤，爱自己的父母，同时也更要爱护地球母亲，而茹素就是最好的方法。而福鼎志工以实际行动净滩，用双手呵护地球母亲，也是另类的母亲节。

真正的教育，是爱的教育。不论是亲子班或是助学活动，志工期待将“行善行孝不能等”的观念，深植在孩子的心田中。受慈济资助完成学业的林锦华，幼时因父母重男轻女而被遗弃，被奶奶带回老家养大。这样的经历，让锦华无法对父母

释怀，直到慈济人带着她参加访视、学习用爱帮助抚慰他人，才和父母关系缓和，愿意称呼一声爸爸妈妈。

根据《父母恩重难报经》改编的大型音乐手语剧《亲恩浩连天》，每年都在全国各地上演，参演志工与学生无不感动。慈济基金会副理事长王端正先生，在甘肃助学生表演后，给大家祝福道：“父母的恩情比天高、比海深，作为一个人，最基本的就是要孝顺。孝是每个子女都应尽到的义务，顺是要顺着父母的意思。慈济人不说感谢说感恩，感恩是因为有心，从内心里发出来诚挚的心，是行动。心正行正，诚、正、信、实。”

慈济基金会所推动的健康故事屋，以健康绘本为媒介，推广亲子共读，将近半年的时间，改变许多家庭。心中有爱，行中无碍，当父母因爱而改变，孩子也会跟着改变。放下手机，拾起绘本，“陪伴”是对孩子、对家庭的唯一良方；从被动参与，到主动承担，许许多多温馨故事，就在慈济的健康故事屋一一实现。

慈

很守规矩。

海内外多处慈济道场也举行周年庆朝山，在菲律宾奥莫克市，大爱村村民维希先生，去年跟着队伍三步一拜，还背着一大串香蕉，希望能供养师父；菲律宾李伟嵩居士就将这串香蕉制作成香蕉干，带回精舍。

今年，维希先生再度参加朝山，而且带着一头黄牛；这只牛是李伟嵩居士买来放生到维希的土地上，免于被屠宰的命运；牛儿跟着维希朝山，背上驮着两串香蕉，也跟着跪拜，真的让人感觉到众生皆有佛性，就如今年给大家的勉励：“感恩尊重生命爱，和敬无诤共福缘”，生命平等，希望人人都能重视生命、尊重生命、疼惜生命。

许多朝山会众也带来扑满捐出，援助东非三国伊代风灾赈灾；感恩人人用心，让爱川流不息。日日平安健康，是有福的，而且很幸福；放眼天下，好几个国家的苦难说不尽，这阵子天天都是这两句话“睁眼看人间，闭眼看地狱”。气候极端，天地威力之大，人难以胜天；戒慎虔诚，才能有真诚爱心。

慈、悲、喜、舍，是佛陀的教育，也是行菩萨道最重要的方法。苦难人需要有福人去帮助，这也要彼此有缘；期待人人成为苦难人生命中的贵人，帮助他们翻转世代贫苦的人生；不论力大、力弱，都要把握因缘，付出无私助人的爱心！

■

在海外，有四十多个国家地区慈济人举办浴佛，有些场次推动素食护生或环保教育，也有不同宗教人士代表参与，一团和气。有些地方祥云和风，大家轻安自在；有的则是刮风下雨，沾着香汤的手冷得发抖，但走入佛法的心依然坚定，法喜充满。

两千五百多年前，佛陀出生在人间，觉悟宇宙天地真理，向人间说法——世间万物有成、住、坏、空，人有生、老、病、死，用种种譬喻让我们了解，此生若懵懵懂懂地过去，走不出迷惘，烦恼无明重重叠叠，到了人生最后那一天也由不得自己。要善用时间，发挥生命的价值，储存善的记忆，每一生世渐进，转识成智。

人人领受佛陀的教育，每年的这个时候，表达这一分虔诚。感念佛恩，增长我们的慧命，回报佛恩就是要身体力行；感恩父母给予生命；感恩众生，有你、有他、有我，会合起来开道铺路。有感恩心的人生才美，社会才能祥和；也期待法轮常转，佛法永远光辉人间！

●

今年慈济度过五十三周年庆，迈入第五十四年；四月以来，在精舍天天听到朝山的佛号声，看见浩荡队伍，不论年纪长幼，步步精进、念念整齐；虽然每天都有几千人在精舍，但很宁静，人多不吵杂，代表人人都



画作 / 叶锦蓉

证严上人 主讲 编辑部整理

二〇一九年四月二十九日至五月十四日

佛法光辉人间

领受佛陀的教育，发挥生命的价值，虔诚感念佛恩、父母恩、众生恩，有感恩心的人生才美，社会才能祥和！

每年五月第二个周日，是普天同庆的母亲节，佛教徒庆佛诞日，全球慈济人欢喜庆贺慈济周年庆，三节合一很有喜气，也是善的循环。

佛法引导人生方向，厘清生命价值，五月起，各地慈济人陆续举办浴佛典礼，以尊重与感恩心来表达对佛陀的敬意。在台北中正纪念堂的浴佛大典，两万多人参与，在都会区的中心，典礼进行肃穆又整齐；几年来，佛教界的诸山长老共襄盛举、领众浴

佛，事前合和互协排练，才能在分秒间共一心、同动作，令人佩服又感恩，也让大众看见佛教的浩大庄严。

彰化慈济人在彰化八卦山大佛广场举行浴佛，空拍画面中，看到队形排出“平安吉祥”字样，每个人的位置站得对，四个大字就非常明朗。希望生活平安，祥和无恙，人与人之间就要和敬无诤，彼此和和气气、相互尊敬，若总是争夺你错我对，争端就会丛出。

慈濟

T Z U C H I

目录

社论

01 爱的循环

无尽藏

02 佛法光辉人间

主题报导



传承 爱的教育

08 大声说出爱

18 亲子班的母亲节

22 真正的教育是传承爱

28 夯实“全人”教育之基石

34 净滩为“母亲”换新颜

特别报导

38 故事屋里故事多

志工身影

48 十一年生命的
拓宽与延展

人间有爱

54 劳动节回“娘家”
包饺子扫厅堂

58 “筑”梦成真的砥砺人生

证严上人衲履足迹

63 [内容提要]:

- 上人教大家“路见不平”时，要先用心了解、看清楚事理，面对刁难与障碍，不要一直往不好的方面想，要用感恩心面对恶声色。
“修行就是要学会如何对人、对事、对物，有足够的智慧待人处事，遇到境界也能用法化解，没有过不去的难关。”

2013年4月创刊

2019年第05期 总第74期

创办人/释证严

主管/国家宗教事务局

江苏省民族宗教事务委员会

主办/慈济慈善事业基金会

顾问/朱永新

主编/济虹

编辑/欧红艳 洪维

美编/徐悦

编辑志工/蔡湛艺

校对志工/才轩卓 慈晔 范盛花

李雁 虑秦 林思婕 杨淑华

(按拼音排序)

地址/苏州市姑苏区景德路367号

电话/(0512)80990980

邮编/215003

读者信箱/reader@tzuchi.org.cn

准印号/S(2019)00000279

印刷/苏州市大元印务有限公司

印刷日期/每月15日

印数/10000本

发送对象/慈济志工

内部资料 免费交流 欢迎投稿



慈济基金会微信公众号



本杂志采用环保大豆油墨印制

爱惜资源 请广为传阅



封面图说：
慈济五月是孝亲感恩月，浴足等丰富的人文活动呈现出动人的“爱”之表达与传递。摄影/符巧丽

一主题报导一

传承 爱的教育

母亲节的五月，慈济人赋予「爱」以丰富而圆融的意涵，一封女儿致父亲寄不出去的心愿卡，一个儿子给母亲哽咽而温馨的生日祝福，一对夫妻三分钟超越时空的深情凝望……母女、父子、祖孙、师生、朋友乃至地球与人类之间，时时处处无不流淌着「爱」的暖流。





大声说出爱

母亲节这天，全国各地慈济志工举办孝亲感恩祈福会，透过不同的方式，鼓励为人子女要及时行孝，大声说出对父母的爱与感恩。

撰文/摄影 各地真善美志工



铁汉子般的吉小磊拨通妈妈的电话，把一直放在心里却从没说出口的话，终于鼓起勇气，大声地说了出来。

吉小磊两年前因一次意外烧烫

伤而受到深圳慈济人的关怀，手术恢复后，一直自力更生，并想通过行孝行善回报慈济人的付出。在手术和康复期间，父亲在身边悉心照顾，母亲一人在河南老家既要干农

活，又要照顾几个孙子，还经常打电话关怀他。父母的恩德，已深深地烙印在吉小磊心头。

今天，吉小磊受慈济人邀约，专程来参加深圳孝亲感恩祈福会。

黄丽君在慈济“环保茹素”卡的背面，给爸爸写一封寄不出的明信片。摄影/黄燕

结束后，他深情而哽咽地对着电话那头隔天生日的母亲说：“娘，生

日快乐！身体健康！谢谢你！”母亲也停了半分钟，才反应过来：“说啥呢？”“话说出来舒服点，不是没说过吗？”吉小磊长长地吁了口气，继续跟母亲聊家常。母亲告诉他：“今天买了火锅料、丸子……”吉小磊开心地笑了起来：“我昨天给你发的钱，你今天就买了丸子……”吉小磊的笑，体现母子之间淳朴的爱。

一走上楼梯，一串串“孝亲感

志工设计“环保茹素卡”活动，期望大家共同“手”护地球母亲。摄影/郗丽



恩卡”映入眼帘，一张心愿卡的背面有这样一段文字：“虽然您已辞世一年多，但我会好好利用您给我的身体造福社会来报答您的恩情，尽管我做的这些事微不足道，但我相信时间可以累积一切，可以成就一切。感恩您！”

去年深圳慈济志工推出劝素卡，期望大家用行动守护地球。黄丽君响应茹素爱地球领取卡片，卡片背后就是这一封寄不出的明信片。

这一段寄语让深圳慈济志工陆妙玉深刻感受到，大家都应该珍惜生命来源，及时报答父母恩。当初



设计此卡片的最初构思，正是因应孝亲感恩节希望推动孝道及环保茹素。她说：“我们真的要利用父母给我们的身体，为人生及社会多做一些有意义的事，行善行孝真的不能等。”

今年孝亲感恩祈福会上再继续推出“环保茹素卡”，除了号召大家茹素爱地球之外，更推广资源回收万人行，期望大家行大孝，共同

志工演绎小品“打给天堂的电话”讲述了一位女孩对已故母亲的思念。摄影/吕玉玲

“手”护地球母亲。

有您的地方是天堂

“父母离开后，突然觉得家没有了，一切都空了，我很羡慕那些父母亲还在身边、还可以去行孝的子女，我也很想打电话，但是不



孩子们带着眼罩，通过抚摸母亲们的手，找到自己的母亲。摄影/吕玉玲

知道要打往哪里？”在慈济上海社区孝亲祝福感恩会上，《有你的地方是天堂》音乐响起时，来自上海嘉定的伍远萍就红了眼圈，随着歌词的呈现，泪水止不住地夺眶而出。在自己刚刚懂得要多抽时间陪伴父母时，父母却双双往生，已然没了机会。

同伍远萍女士情况相似，来自上海松江的田杰，在“打往天堂的电话”环节，情绪激动不能自抑。她想起了自己早逝的父母，说道：“其实，我也想打电话的，可是，

我没有父母可拨通。母亲已经离开三十多年了，在我很小的时候，爸爸也不在了。在这个世界上，只有我和女儿。所以当我看到小品主角打那个电话，特别有感触。我小时候不知道什么是孝顺，做了很多忤逆的事，现在想要做该做的事，却没有机会了。”

从小在妈妈双手呵护中长大，原以为再熟悉不过，但在“摸母亲的手”游戏环节，十多对亲子上台参与互动，却发现并不那么容易辨别。

田杰是个单亲妈妈，女儿唐田今年十岁，母女俩的生活，完全靠田杰打零工维持。在互动过程中，唐田看到妈妈哭得很伤心，很努力地帮

妈妈拭泪，安抚妈妈不要哭。她很温柔地对妈妈说：“谢谢妈妈！”然后把头久久地埋在妈妈怀里……

看到懂事的女儿，田杰的脸上露出了欣慰的笑容，她一把搂住女儿，说：“谢谢宝宝！”唐田抬起头来，看着母亲的容颜，这是她幼小的心灵中，最美的笑容。母亲的怀抱虽然是那样的单薄，可是依偎在她的怀里，就是最宁静的港湾……

造福自己也影响别人

重庆的感恩孝亲活动中，最令人感动的一幕是奉茶。参与奉茶的志工和家属列队而立，双手托举茶

盘，在《感恩、尊重、爱》的音乐中深情款款又颇为庄重走向自己的母亲或长辈身边，而后双膝跪地、双手恭敬奉上温热的香茶，志工们准备的一株株粉色康乃馨，更是抚慰了在场所有母亲的心。

志工胡丽君在认识慈济前，儿子不听话，学业不上进，经常逃学在家。胡丽君忏悔自己教子无方且个性强，脾气大，迁怒压制丈夫，因此亲子、夫妻关系都较为紧张。走进慈济后，自己声色变柔和，影

女儿给在座的母亲一个拥抱，送上一支康乃馨并道一声“感恩有您”。摄影/曾令清



响儿子变懂事，丈夫感动走进慈济，现也参加志工，与自己一同精进。“现在，不怕家庭有问题，每天跟着上人闻法修行，遇事总有办法和智慧解决。”

志工杨霞、杨梅姐妹受台籍姨父的影响，大姐首先走进慈济，参与活动和培训，感到受益匪浅。长姐如母，好事勤分享，杨霞与妹妹们打电话说慈济，一两个小时不觉长，见面通宵聊慈济都不觉累。

二妹杨梅说：“现在觉得在

“对视体验”，夫妻或亲子形式双眼对视三分钟，体验爱和亲情的传递。摄影/曾如林



慈济做好事就是在造福，自己也在影响别人，同学、同事、邻里，连丈夫也跟着改变了，开始投入慈济活动。”姐妹俩兴奋地告诉大家，姐妹五人中，已有四位参与慈济志工，连自己年逾八十岁的父母也愿意参加志工培训！

感受爱与亲情的传递

广西志工在孝亲活动中设计的“对视体验”，让夫妻或亲子上台双眼对视三分钟，体验爱和亲情的传递。

已有九个月身孕的曾萍女士与先生陈远枝、儿子一家四口抱

成一团，有感而发：“今天跟着先生四目对视的三分钟，让我从内心里真正去找到我这个先生其实很不错。他真的对我非常包容，非常爱我。从心里，我们的心走得更近了，彼此之间真的是互相多了一份理解，还有心的那种互相的扶持跟依靠。所以，今天对我来说也是从心上一个非常大的触动。”

志工陈丽萍始终用笑着的眼睛与女儿朱洛霆对视，在她眼中，女儿是她身心的支柱。朱洛霆当下轻声对妈妈说：“妈妈，我会很乖的，也会努力学习。感恩妈妈生我、养我，我长大了会孝顺妈妈。我跟妈妈的约定一定要做到，妈妈努力，我也努力。”

陈丽萍一年多前与女儿约定，努力学习，帮妈妈照顾弟弟，帮妈妈做家务，妈妈则努力做慈济。女儿的懂事与孝顺，让妈妈陈丽萍倍感欣慰：“女儿五岁时，我就开始带她去参加慈济敬老院关怀活动，现在她十一岁了，她对我说爷爷奶奶太可怜了，将来我不会让你去，我非常感动，觉得这总比我千万声的教她要孝顺妈妈来得更好。”

祖孙三代爱的典范

“我接引父母做慈济，是为

了他们老有所依，想让他们晚年的人生得到善用，累积福业与慧命。”漳州志工许月红向台下民众分享着自己别样的报恩方式。为接引父母入慈济，行善道，一路走来，并不轻松。

二〇一五年刚接触慈济的月红，便开始茹素。却在同年年底生了一场大病，原本就十分不赞成自己茹素的母亲，再次激烈反对她吃素。母女两人时常吵架，闹得不愉快，但她心里懂得母亲是出自于对自己女儿的疼爱。

后来，月红开始参加志工培训。每次上完课，回家都会坚持把在慈济中收获的法喜分享给妈妈听。慢慢地，妈妈也在无形中接收到上人的法，不仅跟着女儿茹素，也乐意和女儿一起参加每周的环保活动。

母女俩常因做环保被认识的人误会，以为生活过不去，需要到路边捡垃圾，这使得父亲很不开心，感觉面子挂不住。“有心就有福，有愿就有力。”正愁于无法开导父亲的月红，发现爸爸爱看的大爱电视剧，里面有一对夫妻也在路边捡环保，并影响带动村里的人做环保。爸爸心里受到触动，不再反对母女做环保。月红说：“我接引父母来做慈济，是为了让他们老有所

依，精神与心灵得到的富有，比物质上更重要。”

上人曾说：“孝要靠三代同堂来呈现，上有长辈，下有儿女，在中层年纪的父母亲，既是上一辈的儿女，又是下一代的父母，尊重自己父母在堂上，以身作则如何孝顺，作为儿女的典范，最能达到教

育的效果。”

雅云的女儿郑锦秀为妈妈奉茶时，想到平时对妈妈的顶撞，感到十分忏悔。摄影/杨玉桃



育的效果。”

郑锦秀特地带着外婆和妈妈一同参与孝亲活动。妈妈杨雅云以身示范，为外婆洗脚、奉茶。懂事的锦秀也为妈妈奉茶、洗脚。外婆吴阿丽满心欢喜，笑得合不拢嘴，她说：“很欢喜感动，感动女儿长这么大了，为我洗脚。我感觉今天来这里，心很清静。”

雅云的父亲，在她四岁时，不幸离世，母亲为照顾她姐弟三人，

不愿再婚，独自抚养他们长大。雅云眼泪含在眼眶里，她说：“我感觉妈妈真的很了不起，很伟大。我这辈子没有欠谁的，除了我妈。”雅云说：“刚才摸着妈妈的脚，感觉心痛。希望尽心照顾妈妈，希望她健康，尽量让她开心。”

看到女儿锦秀为了参加今日的活动，昨晚加班到半夜将工作做完。作为母亲的雅云心疼女儿，不赞同女儿参加慈济活动。但通过今天的活动，她认为女儿做的一切都值得。她笑着说道：“今天是我第一次参加慈济活动，觉得女儿是对的，因为我自己也被感动了。”

把爱给全天下的孩子

北京慈济志工用心准备的开场节目《跪羊图》手语情景剧，使得在场观众感动得纷纷落泪。两位银发志工诗朗诵《目送》，六位志工手语演绎《给你》，奉茶环节以及欢快的《爱的定格》，让慈济的家化为一片爱的海洋，彼此一声声真切的祝福和感恩，亲情化解了隔阂，拥抱传递着温情。

“每一年孝亲节，都会邀请我们青年志愿者来演绎，这次演绎的《跪羊图》，希望和以往不一样，可以感染更多的家人，我们自己也能获得成

长与感悟。”青年志愿者唐洛仪是这次《跪羊图》演绎的联系人，从接受邀请到完成演绎后的感动，她觉得“这次缘分很不可思议”。

唐洛仪说：“越投入到剧本演绎中，我就真的越来越感动。任莹妈和春谊认真地融入到自己的角色中，感同身受，也让我开始省思自己生活中，父母在我心里的位置。处于学业及事业上升期的我们，在父母一句‘不舒服’的时候，是否真的可以放下手上的事尽快回家。或是在我们生活中，是否能把时间留给自己的父母。看到任莹妈表演时哭得起不来，那一刻我想起了我爸妈生病时总瞒着我们三姐妹。剧情是写出来的，也发生在我们真实生活中。”

任莹每次演母亲的时候，都会想起她的儿子。任莹有个十分优秀的儿子，但却在国外留学时遭遇不幸。任莹说：“今天，春谊叫‘妈妈’那一声，就像是我儿子在呼唤我，希望我能爱更多的孩子。”任莹虽然失去了自己的儿子，但是她把天下的孩子都当做了自己的儿女，看到这么多儿女围绕在身边，她感到最幸福。“我想用自己的亲身经历告诉所有人，母亲是最坚强的，母爱是最伟大的。”

亲子班的母亲节

海南海口今年第二期亲子成长班，正值母亲节，慈济志工特别举办「母亲节——行孝不能等」的亲子活动，引导孩子们对父母懂得「知恩感恩报恩」。

撰文 / 符巧丽、邓文姣
摄影 / 符巧丽、黄经华

为了让今年的“母亲节”活动更有趣也更富有启发性，海口慈济志工决定在浴足环节将妈妈们“藏”起来，让孩子们先找到妈妈的脚，然后再洗脚。

妈妈胎游记

屏幕上投影出一个大大的房子，庄老师提问：“这是哪里？”孩子们异口同声说：“家！”“没错，那个房子就是我们遮风避雨，温馨幸福的家。”接着庄老师引导孩子们认识到，一个“家”包含家庭里的所有成员，上有爸爸支撑家的一片天空，下有妈妈为家的辛勤付出与忙碌，中间有我们孩子幸福快乐地成长。

播放的小视频讲述小宝宝在妈妈肚子里的成长经历，孩子们看得津津有味。接着用逼真的图片演示母亲怀孕期间母亲和胎儿的变化，引导孩子们认识到母亲怀孕十月的辛苦。比如，妈妈的脊柱和内脏器官受到成长中胎儿的挤压，越来越圆的肚子导致妈妈行动不便，影响睡眠等。

孩子们目不转睛地看着屏幕上的一张张图片，小脑袋还没想明白时，庄老师及时提问：“妈妈是不是很不容易，我们能否身体力行妈妈做点什么？”孩子们各个踊跃



发自内心说：“感恩妈妈！”“妈妈辛苦了！”“因为有妈妈在，我们才有家可归！”慈济志工祝福孩子们能永远记住妈妈的恩情，一辈子对妈妈好！

宝贝找妈妈

为了增加活动的趣味性，启发孩子们跟妈妈多交流，志工将妈妈们“藏”在幕布之后，两排共二十位妈妈，幕布外齐刷刷地看到两排泡在玫瑰花汤里的脚。

《跪羊图》音乐响起，孩子们依据顺序出场，随即十五秒倒计

孩子们细心给泡在玫瑰花汤里“妈妈”的脚浴足。摄影/黄经华

时，孩子们开始迅速地寻找自己妈妈的脚，此时从孩子们的脸上看到迷惑、怀疑、焦急和兴奋的神情，而幕布后的妈妈们更期待自己的孩子找到自己的脚。

随着一双双小手触摸到她们的脚时，不管面前是不是自己的孩子，也不管幕布后是不是自己的妈妈，孩子和妈妈都非常默契，孩子们按步骤给“妈妈”洗小腿、脚背、脚心、脚踝，妈妈们则静静地



志工向孩子们讲解“家”是温情有爱、安全及幸福团圆的。摄影/黄经华

享受被孩子浴足的过程。

给“妈妈”擦干脚之时也是答案揭晓的时刻，当幕布揭开的刹那全场沸腾了。果然，大部分孩子没有找到自己的妈妈，此时，庄老师建议孩子们给面前的“妈妈”一个

大大的拥抱。

孩子们端浴足水出场后再次入场，来到自己妈妈的面前，拿起香喷喷的润肤霜开始给妈妈们按摩护肤。妈妈们注视着眼前的儿女有条不紊地给自己按摩，眼泪已经情不自禁地落下来。

浴足活动后妈妈和孩子们围成圆圈，孩子们盘坐于妈妈面前，庄

老师邀请大家来说出心里的感想。

朱美凝的妈妈率先发言：“我很爱慈济，女儿参加每一期亲子班活动，在这里她的成长很显著，我也跟着一起成长，受益良多。今天孩子没有找到我的脚，反思可能是我们平常沟通还不够，在亲子关系上，我借用上人的话‘要多用心，不要操心烦心’与其他家长共勉。”

小伍的妈妈抱着孩子说：“小伍，你是妈妈的骄傲！妈妈希望你能独立起来，学会安排时间。同时，我也感恩有慈济，有这样一个给孩子学习和成长的平台。”

小卓的妈妈向志工分享：“每

次来慈济就像回家一般亲切。我的孩子之前很叛逆，学习不好，又不听话。现在他会用在慈济学到的知识来要求自己，甚至提醒我。他现在很孝顺，会帮我分担家务，我忙的时候他可以自己做饭菜，甚至还做给我们吃。”

母慈子孝是家庭幸福、社会祥和的根本。从小教育孩子们学会感恩，体认孝道，与人往来有礼而达理，家庭和社会则多一份真诚互动之美。

❏

妈妈们望着儿女给自己的脚抹上护肤霜并按摩，眼泪情不自禁地落下来。摄影/符巧丽





真正的教育是传承爱

人生的希望在教育，社会的希望在人才，培育孩子如种树，树苗不可缺少土壤、水分、阳光与空气，教育同样需要优良的环境。每年的慈济孝亲感恩月，慈济志工给予助学生的不仅仅是经济帮扶，尤其珍贵的是「教之以礼，导之以正」的爱之教育。

撰文 / 摄影 各地真善美志工

母亲节期间，慈济各地志工为助学生精心筹办感恩祈福会，意在弘扬孝道，启发内在的感恩之心。活动形式更是丰富多彩，志工们亲切的笑脸，温馨的场面，摄人心魄的表演，感动着现场每一位学子的心。

泉州助学生小隆因先天脑疾下肢屈曲，行动不灵活，双亲都已过世，他从小和爷爷奶奶一起生活。前不久，志工居家关怀时，小隆主动报名，感恩祈福会上要为爷爷奉茶浴足。

当小隆蹲下来时小腿支撑不住，索性跪着为爷爷奉茶。动作虽艰辛，却饱含了对爷爷满满的爱。在为爷爷浴足时，他轻轻地抬起爷爷的脚，把爷爷的袜子、鞋子脱下，用自己不太灵活的小手为爷

从小由爷爷抚养长大的小隆，为爷爷浴足，感恩爷爷多年的陪伴和养育之恩。摄影/蔡志辉



爷洗脚、擦脚。一时间爷爷百感交集，感动地掩住双眼。

小隆告诉志工，自己一直不想让爷爷操心，虽然学习很吃力但很愿意去学习。他要更加努力，让爷爷安心。爷爷年纪大了，不能再让爷爷那么辛苦。小隆起身搂抱着爷爷，祖孙两人相依相拥，爷爷不时偷偷地抹去眼角的泪水。

惠南中学助学生小芹双膝跪地，双手恭敬地向妈妈奉茶，母女相拥，满脸笑容。小芹自言：“平时会惹妈妈生气，过后又很后悔。”她特意当众向妈妈道歉，感

惠南中学助学生小芹跪地双手恭敬向妈妈陈梅奉茶，母女满脸笑容。摄影/丁美红

恩妈妈的养育之恩，永远爱妈妈。母亲在女儿耳边轻语，女儿眼里闪烁泪花，亲吻着妈妈的脸颊，母女相拥而泣。

小芹妈妈是第三次参加慈济活动，每次都深受感动，她时时不忘慈济及老师的帮助，女儿才得以有机会读书。她真心祝福女儿，“希望小芹好好读书，多用心，增长知识，不指望她大富大贵，希望她快乐健康，多做一些有意义的事情，

也希望自己身体赶快好起来，也可以去帮助别人。”

翻转人生报德恩

陈志锋、林锦华曾经都是慈济助学生，在爱的陪伴下茁壮成长，小苗已成大树，也肩挑着天下的米箩，成为慈济志工。在福州孝亲感恩活动中“莫忘那一年”环节，他们上台分享自己的过往。

现在已经是福建医科大学临床专业研究生的陈志锋，回忆起当年受到慈济资助的感受：“那时候，慈济人来到我身边，感觉突然有人对你亲近，一开始不习惯，后来

不断地观察，感受到慈济的人文关怀，师姑师伯是真心对我好！深深地感受到：有这么多人关心我，是多么幸福的一件事！”

虽然学业重，在医院做见习医生又很辛苦，工作繁忙的志锋，还是福州慈济活动的积极分子，经常来参加各种活动，“我本来就是慈济的孩子，为自己家付出是应该的事。有烦躁，来了慈济就会感觉很富足，内心会安静，内心更有力量，对患者更耐心。”

志工与广西医科大学即将毕业的助学生合影，鼓励他们传承爱的力量。摄影/黄淑芬



“有次值班，一位九十多岁老奶奶一直咳嗽，身边没有亲人陪伴，只有护工在一旁，还不断抱怨老人半夜不断地咳让她无法休息，他就经常去陪伴老奶奶，听她讲话，帮她擦去痰液，轻拍背，并一直握住她的手。老奶奶非常感动，心情也好起来，病也逐渐地好了。”

志锋谦虚地表示，在参加慈济活动中，能从家人的身上反思自己，让自己不断强大起来。志锋手心翻转、仁心医德，因他在学习和工作中出色的表现，被评选为“福建励志先锋”。

林锦华当年在宁德师专念书时，受到慈济资助完成学业，现在她不但结婚生子，还成为一名受证志工。锦华出生后，由于父母重男轻女而被抛弃，奶奶舍不得，将她带回老家抚养带大。当年锦华考上宁德师专准备报到时，家里已经为她准备好了学费，因奶奶突然摔倒急需，准备好的学费为奶奶治病了。

去学校报到的她不敢去交六千元学费，只带了两千元的她先去交了学杂费，就一个人默默回到宿舍。辅导员晚上查房时，特地把锦华叫出来，询问情况，她低头不敢回答。



志工鼓励孩子们保持积极心态面对高考，一定能达成所愿。摄影/凌云炫

“我一直不说话，后来辅导员将我的情况报给慈济。感恩慈济，三年的帮助让我完成了大专学业。”在不断感受慈济的人文关怀中，锦华表达说：“我想成为你们这样的人去付出！”

由于小时候的经历，对父母一直不能释怀的锦华，在慈济志工爱的陪伴下，慢慢打开心怀。特别在参加访视的过程中，学习用爱帮助、抚慰他人。和父母关系缓和了，但锦华表示，“一直都没有叫过爸爸妈妈，祝福自己迈过这个坎，发愿要叫出爸爸妈妈！这也是今年自己的功课。今天我也带自己

的孩子来参加音乐剧的演绎，慈济的爱是传家宝！我要把这个传家宝传承下去！”

慈爱润育细无声

付出是感恩，陪伴见成长。慈济志工数载助学不间断，但见学子初长成。慈济爱洒广西医科大学始于二〇一二年十月，经历七年的助学陪伴，有二十九名同学即将硕士毕业，走上医护工作岗位。母亲节当天，志工分享静思语：“报答父母恩，莫过于发挥良能，为人群付出，即是大孝。”对即将毕业的同学们殷切地叮咛。

志工代表对同学们期许说：“同学们是学医的，以后就是医疗战线的坚枪利刃，希望你们能做到守护生命、守护爱。随着老龄化时代到来，需要你们去关怀病患，希望你们传承爱的力量，把爱的种子传播出去。”

小林同学从二〇一二年接受慈济资助，临毕业的小林对慈济心有不弃：“七月就要毕业进入另一个人生阶段了，步入社会后可能会面对不同的经历，不管怎么样，我们带着慈济的爱去工作和生活。”

“爱就是多做事、多付出，我会把爱落实到日常的生活中。至少

每年带父母去医院体检一次，了解父母的身体健康状况。在以后的生活中多陪伴他们，每次回家打开门都能看见父母。”爱发于心，贵于行，小林同学对父母实实在在的关爱很难得。

广西志工与马山中学同学们经过三年的陪伴结下了深厚情意，慈济在孩子们心中深深扎根。祈福会的“爱的甜甜圈”环节，志工给即将参加高考的同学们解压，鼓励孩子们说：“我们带着欢喜心去做事，保持积极乐观心态去面对高考，一定能达成所愿。”

芳芳同学的母亲在她十一岁时就病逝了，她最遗憾的是母亲没能陪伴她成长，她也没有孝顺母亲的机会。今天她想对妈妈说：“妈妈不用担心我牵挂我，因为慈济有很多的妈妈陪伴着我。”

她坦言，在最浮躁、迷茫与不安的高中三年，慈济“四神汤”治愈了自己，选择原谅，学会了遗忘悲伤。芳芳同学许愿：“慈济是我的家，希望在不久的一天，我能加入慈济大家庭，与慈济家人一起将爱传递，尽微薄之力帮助需要帮助的人。”

每个人都有发挥爱的能力，要让孩子们懂得如何自爱爱人，除

了教授知识以外，还应教导仁义礼节、伦理道德待人处事的道理，这都必须从家庭、社会、学校一起合力推动，才会形成一股清流沁润孩子们的美好心灵。

寻找生命的价值

在甘肃的孝亲感恩活动，来自兰州、天水、定西以及渭源等地的志工、助学生，共同演绎手语剧《亲恩浩连天》。助学生戴蓉分享自己参加演绎后的感悟：“以前自己比较任性，有点叛逆，因为父母总觉得自己是对的，有时候会对我们的选择做出强行控制，因此自己的叛逆心理十分严重。”

“随着一次次参加慈济手语剧排演，我开始逐渐理解父母的不易，父母对很多问题的偏执，其实只是因为太爱我们，担心我们误入歧途，现在很理解母亲了，为从前的叛逆想跟父母说一声对不起！以后会更耐心和父母慢慢说，争取他们的理解。”

就读于张掖河西学院的陈邦敏也分享自己的感受：“因为不在兰州读书的原因，所以平时很难与其他小伙伴一起参加活动，这次母亲节，特地从张掖坐了五个小时的火车来兰州参加活动。虽然没能和

自己的母亲见上一面，给母亲一个拥抱，可是来到兰州，师姑师伯热情地接我到自己家中住下，又为我做了满是妈妈味道的饭菜。在慈济中，有很多这样的妈妈，和这些志工妈妈们一起庆祝母亲节，为大众奉茶，就如同感恩自己的妈妈一样，觉得这个母亲节过得很有意义。”

慈济基金会副理事长王端正也为大家送上爱与祝福：“父母的恩情比天高、比海深，作为一个人，最基本的就是要孝顺。孝是每个子女都应尽到的义务，顺是要顺着父母的意思。慈济人不说感谢说感恩，感恩是因为有心，从内心里发出来诚挚的心，是行动。就像门口大石头上刻的‘正心’两个字一样，心正行正，诚、正、信、实。”

“人生的意义在于价值。人生有生、老、病、死、成、住、坏、空的过程。就是因为有这个过程中，所以我们要自己判断自己的人生，是否一天比一天更有价值，对社会有没有贡献、对人群有没有付出。现在社会上讲竞争，竞争不是跟别人比，而是自己跟自己的前一秒相比，每一分，每一秒都更有价值。在学校不要忘记自己学生的身份，未来走入社会付出，让自己的生命价值越来越高。”

■



夯实「全人」教育之基石

「古圣先贤孝为宗，万善之门孝为基……」自二〇一五年起，名山中学校园内，每年四五月时都会响起「跪羊图」和「亲情」两首歌曲，这是学校针对于初一、高一新生开展德育教育中的必修课。如今，又到母亲节，名山中学的大爱德育系列活动也已开展至第五年，每一届都有不一样的感动。

撰文 / 摄影 边静



四川省名山中学创建于
一九三〇年，学校位于风景秀丽的蒙顶山下、月华山上。在校内状元桥边的石碑上，清晰地记载着明代学宫的搬迁，清代文庙的修建……学校古朴典雅，有着深厚的文化积淀，直到今天，还能感受到从远古飘来的阵阵墨香和文化气息。在这里，悠久的传统文化与现代文明和谐地融为一体。

校长赵荣博对学生的“成人”教育非常重视，上任后一直在总结

名山中学在教育中贯穿大爱的思想，将爱装进孩子们的心里，培养对社会有用的人。



名山中学的办学特色，对校园提出“三雅”文化，即为“儒雅的教师、优雅的学生、文雅的校园”，也从中提炼出“感恩文化”。十分巧合的是二〇一四年慈济前来举办人文教育交流活动，带来的音乐手语剧《亲恩浩连天》。

校长和老师们深受感动，想着：父母是天下对孩子最亲、最重要的人，所以节选了其中的<跪羊图>及<亲情>两段让学生学习。“我们最初从感恩、尊重作为切入点，希望让孩子们发挥更广阔的爱。”德育处刘洪主任：“刚开始的时候，难度非常大，因为没有正式的教学视

频，只有靠表演视频来摸索，所以第一次排练时间非常长。”

刚开始推广活动时，有部分老师觉得占用了学生学习时间，但成果就是最好的证明。刘洪主任：“从二〇一五年至今，大爱感恩教育已经开展到第五年，通过这个活动，我们不但校风和学风发生了明显的变化，而且高考成绩和质量也逐年攀升，所以这个活动对教学非但没有不良影响，反而是一种帮助和促进。”

激起“爱”的涟漪

感恩音乐剧定内容不定形式，让各个班级有更多发挥的空间。刘洪主任说：“我们这个活动，注重的是过程，在排练前，也一直与学生强调，一定要用心的体会歌词的意义。练的时候，心里想想自己家里的父母是如何为我们操劳。”

黄梓涵在小学时就在学校表演过孝亲剧，但当时年纪小，不懂歌词的意义，现在长大上了初中，慢慢在手语练习中理解到父母爱的伟大，“听到<亲情>里几句关于母亲怀孕的歌词，当时我脑海会浮现妈妈生妹妹的情景，她饭也没吃就进了产房。平时晚上睡觉也睡不好，妹妹在肚子里还踢妈妈，我感觉妈妈挺辛苦的。”



高一五班的蒋松芮理解歌词“子生病，母心忧”，都是出于父母对子女的爱。

高一五班的蒋松芮作为带头领队的同学，表情动作都十分的投入。他说：“歌词‘子生病，母心忧’都是关于对我们子女的爱，还有每天为我们辛劳工作，这都是为了我们，所以我们练习的时候都很卖力、很感动。”

十四、五岁的孩子正是叛逆期，对父母所说的话时常感到不耐烦，甚至会与父母对着干。但透过感恩音乐剧的活动，理解、认识到父母为自己付出的辛勤与辛苦，从而发自内心对父母产生感恩。

从小学来到初中，适应的不仅仅是新的班级、新的环境，对于许多同学，更是新生活的开始，从未住过校的何宇君同学来到名山中学



演绎过程中投入真情，从同学们的脸上体会到母亲怀胎养儿的不易。

后，成为了一名住校生：“刚开始的时候会想家，因为有点不习惯，床也理不来。以前一点点事情我都不会做，遇到一点点事情就叫‘妈妈快来帮我，我不会’。但现在自己克服了这些困难，慢慢会洗衣服了、也会理床铺了。”

这次的手语练习，让身为男生的何宇君也能由衷感受、体会到母亲的不易：“我从‘母亲怀胎、十月苦辛’这些歌词里面，就能想象到我妈妈生我养我的那些辛苦，所以排演的时候希望妈妈身体好，以后也会对她孝顺。”

听到歌词中的意涵后，何宇君也想起了自己的不听话：“小时候就很听妈妈的话，但是到了初中以后，妈妈叫了我很多次我都没动，

还觉得心里烦，丢下书本跑出去玩。”现在他想到，是否可以有不一样的处理方式：“可以和妈妈谈谈心，和妈妈好好商量。”虽然母亲无法亲自到现场，但宇君也想对妈妈说出心中的话：“妈妈我爱你。”

正能量的磁场

刘芮希同学在排练过程中，对有母亲的辛劳有不一样的体会。平时妈妈在一个农家乐的店里工作，懂事的芮希总想着怎么能帮一下妈妈，只要放假他就会去帮妈妈做些事情，晚上会端好洗脚水，帮她洗脚。如果没去妈妈店里，他就会在家里照顾奶奶，虽然没帮上什么大忙，但也是为妈妈减轻了负担。

“老师和朋友”这是妈妈在芮希心中所扮演的角色：“我觉得我跟妈妈之间的关系就像亲密无间的朋友，在学校里发生的事情，我会告诉她，她也会告诉我在家里发生的事。从我小时候到现在，妈妈真的教会了我很多，教会了我怎样做人、教会了我与同学们相处。在班级里，有时候会遇到小事情，不方便告诉老师，妈妈就会开导我。”

圆满演绎后，芮希说：“这个手语剧给我最大的启示和感受就是母亲真的太不容易了。我希望能在家长

会上再表演一次这部感恩剧，让妈妈能感受到我们对她的爱。”

身为班长的刘芮希在排练中，更感受到老师的辛苦，“这是我们初中的第一场音乐舞台剧，其实感觉老师特别不容易，因为要组织这么多同学一起排练。”

身为班主任，汪凤娇老师感受到更有意义的收获：“其实比赛并不是一个结束，可能还意味着一个新的开始。在这样一次又一次的交流中，师生关系会变得更加亲密，班上的四十二名孩子之间，关系也更加和谐，还学会了合作，有了大局意识。”

每日陪着孩子们一次次的练

习，汪凤娇老师：“在这个过程中，我也在不断的反思，自己平时生活中对待父母，对待周围的人，是否也有做得不足的地方。”一个班级活动，从感恩教育出发，不仅学生从中有所成长，一直陪伴在旁的老师，也有所收获。

音乐剧比赛秉持着重过程、不重结果的理念，以德育教育为重，让初入校的学生们从迈入校园的大门开始，不仅学着成才的科学知识，更学会如何“人之为人”的生命大智慧。

班级活动从感恩教育出发，不仅学生从中有所成长，一直陪伴在旁的老师也有收获。





净滩为「母亲」换新颜

黄岐村位于福鼎市沙埕港南端突出部，距离市区较远，这里有蔚蓝的海，点点船帆，美不胜收。而海滩上，随处可见的垃圾大煞风景。母亲节下午，福鼎慈济志工用双手呵护大地母亲，期盼以实际行动倡导更多的人一起珍爱大地母亲。

撰文 / 王仲琛、罗爱华
摄影 / 福建福鼎真善美志工



黄岐村的交通不便，房子依山傍海而建，都是一级级台阶，车辆到达不了海滩，上下都得靠双脚一步步地走，所以对于无法处理的生活垃圾，村民们只能往房前屋后甚至沙滩上扔，再加上涨潮带来的海洋漂浮垃圾，造成大量的

垃圾堆积，严重污染了黄岐村和海洋的环境。

正值十二点正午，近百名慈济志工来到黄岐村“净滩”。走过一级级台阶，看到沙滩上散落着很多漂浮物，如塑料袋、泡沫、瓶瓶罐罐。志工不畏炎炎烈日，立刻开始

分工合作，每人手上一个袋子、一支钳子，大家套上手套，向着破坏生态与美景的垃圾进发。

一群可爱的小志工走在队伍的最前头，高举环保宣传牌，一路走，一路喊着：“为了下一代，请用这一袋！为地球退烧！”



志工把可回收物一袋袋抬到停车场运走，不可回收资源另行处理。摄影/陈招弟

净滩的队伍中，最靓丽的风景线是九对亲子档，在父母陪同下，小朋友们热情高涨地捡垃圾。一个个小胳膊拎着大袋子，都捡的非常仔细。爸爸妈妈也在认真地教小朋友垃圾分类，同时和孩子们分享环保知识。

林智宸小朋友开心地分享：“来到海滩，感觉很多人都在制造垃圾，所以垃圾才这么多，心里觉得很苦闷。后来经过大家用心地清除垃圾，沙滩都变得干净了，心里就变得很开心，很舒畅。我和妈妈总

共捡了五大袋，觉得挺幸福的。既然要帮助地球做一点事，辛苦一点也没什么。以后要做慈济，多吃素。”

志工每人手上拿着一个大袋子，根据垃圾分类标准进行回收，把可回收资源一袋袋装起来，抬到路边运到车上。不可回收的垃圾另行处理。经过三个多小时挥洒汗水的付出，垃圾遍地的沙滩换了新装，脚下又变成软柔的金色沙滩。

慈济小学二年级学生苏中佑对他妈妈说：“如果不做环保，灾难来了，地球就会遭到破坏，以后就没有寺庙了，那你要去哪里拜拜呢？”多年来一直护持青莲寺的妈

妈林香雪，原本是要去寺里帮忙的，但是儿子的这番话让她感动，于是这对母子就一起来了。

“这次带孩子来黄岐净滩，就是为了要完成孩子做环保爱地球的心愿，让他从小就能培养环保意识，同时也能让他懂得节约，不要乱买东西，看到慈济师兄师姐这么用心投入，非常感动。慈济是一个大爱的团体，以后我也要多多参加慈济活动。”孩子的妈妈分享道。

王孝杉分享：“天天坐在办公室里吹吹空调，喝喝茶，也没觉得很幸福。出来晒晒太阳，干干活，做做环保，就觉得特别地幸福。今

天我是第一次来这里做环保净滩活动，看到志工们做得这么卖力，这么投入，精神面貌都非常好，我也很受感动，触动很大。希望以后还有更多的机会和大家一起做慈济志工！”

慈济志工带动黄岐村资源分类回收已经六七年，有一部分当地村民也开始坚持做环保。今年的母亲节，志工透过身体力行的付出，让更多本地村民实践环保理念，守护家园，将环保落实到日常生活中。 [图]

爸爸妈妈认真教小朋友垃圾分类，小朋友们捡得非常仔细。摄影/郑尔婷



故事屋里故事多

这个世界上最昂贵的故事屋在哪里？在父母的膝盖上，在爸妈的怀里，那是最无价的故事屋。

去年初冬，八十四位小朋友牵着宝爸宝妈的手来到苏州慈济志业园区，共同见证慈济“健康故事屋”开幕。五个多月过去了，“故事屋”里发生了很多有趣的故事。

慈济基金会的“健康故事屋”秉持“传承文明·弘扬人文”的宗旨，以健康绘本导读为媒介，推广亲子共读，举办亲职教育讲座、儿童健康讲座等活动，从而提高家庭人文素养和健康素养。

“健康故事屋”希望引导孩子的父母，放下手机等电子产品，投入到与孩子一起读书、探索、陪伴中，增进亲子间的交流，使感情升温；最终让孩子爱上阅读，养成爱护自己、喜欢阅读的好习惯；让父母形成良好的教育观念，进而减少家庭和社会问题，促进家庭和睦、社会和谐。

“豪华”阵容的空降兵

健康故事屋每周末都会安排半天的亲子共读课程，导读人包括台湾及大陆各专业的医师、老师、外部公益团体、苏州慈济门诊的医护

及健康顾问等。

健康故事屋的主要发起人是花莲慈济医院小儿科主治医师——朱绍盈医师，还有聚落书坊理事长——王玮华老师，从苏州慈济健康故事屋开幕以来，聚落书坊团队多次从台湾来苏州授课，为推动健康故事屋不遗余力。

人称“四娘”的怡伶妈妈是资深公益讲师，有十年的绘本教学经验，她的四位孩子都非常优秀，充分见证了家庭教育以及亲子共读的力量！她家住上海，却因为“慈济健康故事屋”经常往返沪苏两地，吸引了一大批孩子和家长粉丝。

故事屋每月第三周的绘本导读由上海人医团队承担，邱鹏玲师姐作为上海复旦大学附属儿科医院的医师，不仅亲身参与绘本导读，而且是上海人医绘本导读的联络人。

邱鹏玲医师提前联系确定每月



怡伶妈妈导读绘本经验丰富，吸引了一大批妈妈和宝贝粉丝。摄影/温馨



志工苏郁富是上海的中医医师，丰富而有趣的肢体语言很快拉近与孩子们的距离。摄影/温馨



“湛蓝公益”的哥哥们在课堂上带动父母和小朋友联手制作手工皂。摄影/温馨



台湾致力于有机农业的志愿者（右一）来到故事屋推广食品安全理念。摄影/温馨

故事屋的上海导读人，与之沟通导读相关主题、注意事项、交通线路等很多细节，并且全程陪同上海人医到苏州慈济志业园区，任劳任怨地配合完成一系列工作。

邱鹏玲医师分享：“二〇一八年我参访花莲健康故事屋，当时就盼着早一天引进内地，因此去年的开幕让我很欢喜。而能有机会为健康故事屋承担和付出，我真的很感恩我的家人，虽然女儿高二课业很重，但她和我先生都支持我做这样有意义的事情。”

上海人医会的赵蕴晗医师做大爱妈妈的当天，她先生驾车陪她从上海来到苏州，还带着两岁的儿子，全家总动员，在健康故事屋度过一个特别有意义的周末。

苏郁富医师是来自上海的中医医师，他通过丰富而有趣的肢体语言，能够很快拉近与孩子们的距离，并打开孩子们的思路，亲子共读结束时，孩子们送上鲜花表达自己的喜爱之情。

李奕洁医师是上海复旦大学附属儿科医院的儿科医师，从前期策划到亲子共读现场，淋漓尽致地展现其从慈青开始做慈济所积累的素养。她还从上海带来很多可爱的手偶，带动孩子们做“角色扮演”，结

束时孩子们意犹未尽而不愿离开。

第十一期故事《好好爱阿迪（唐氏综合症的孩子）》，湛蓝公益的张曼筑老师给小朋友们带来一堂生命教育课。张曼筑老师通过培养湛蓝宝贝（智障人士）做精油手工皂、唇膏等促进其就业。“湛蓝宝贝”在课堂上教爸爸妈妈和小朋友联手制作手工皂，大家欢喜满满！

而农历新年前夕，“里仁花路米”——台湾一家致力于有机农业和食品安全的志愿者团体，来到健康故事屋，负责人Genie老师与家长们分享：如何选择吃进我们身体里的食物？如何辨别加工食品？健康饮食的关键——不是一定要吃什么，而在于不吃什么，也给亲子们留下了深刻印象。

里仁为美的趣味拓展

慈济健康故事屋的特色为身心的健康，不仅仅局限于故事绘本的导读，更注重孩子“全人”教育的开发和启蒙。

故事屋在生态环境与生命关怀、艺术创作与审美体验、科学探索与创新、传统经典与文化遗产以及心理健康与自我保护等方面，通过各类人文课程引导孩子们从小树立积极的世界观及价值观。



诞袜DIY手工课，小朋友们亲手制作属于自己独家的圣诞袜。

大爱妈妈将回收来的废弃饮料瓶清洗干净，教会孩子们变废为宝，让不起眼的“垃圾”变成装点环境的宝贝；清明节前夕，带着小朋友们在慈济农场里播撒种子，并对它们说出自己心中的期许，小朋友们承诺会经常回来给菜菜浇水、看看它们，成就了孩子们认识土地的人生初体验。

为推动亲子共读真正走进家庭，藉书香传家风，从三月十七日开始，二十三个家庭接过装着十本经典绘本的书袋带回各自家中，每天睡前由爸爸妈妈花二十分钟进行亲子阅读，每月交换一次书袋。这样，小朋友每年将会读完一百二十本优质绘本，而爸爸妈妈放下忙碌的工作应酬，享受亲子共读好时光，家庭关系变得更和谐美满。

每天在“健康故事屋”微信群里可以看到大家的照片分享和童言童语记录。三岁的江一心因为坚持亲子共读，获赠绘本和奖状，父母每天陪伴共读，一心现在经常看图说故事，语言能力得到明显提高，这更坚定了家长亲子共读的决心。

镜舒和妈妈的睡前共读已经成为雷打不动的习惯，镜舒也在潜移默化

在二手交换亲子市集上，大爱妈妈启发孩子们帮每一件旧物找到新主人。摄影/江伟忠

在二手交换亲子市集上，大爱妈妈启发孩子们怀着祝福之心帮每一件旧物找到新主人，在孩子幼小

的心田种下清静与环保的种子。二手交换绝不是为了“扔扔扔”，而是为了内心真正的富足，它让孩子们去审视自己和每一件被占有物品的关系，明白人们在占有物品的同时，自己的生命也被他们占据。它

虽不再被你使用，但它们都值得去继续发挥自己的物命！

小朋友虽然看着幼小，可是做起类似于缝缝补补的“家务活”，却一点都不露怯，专心致志、创意无限。大爱妈妈也曾经精心准备圣



(上图) 孩子们在慈济农场里将种子放进土地，成就亲近土地的人生初体验。摄影/江伟忠
(下图) 在大爱妈妈指导下，孩子们变废为宝，让不起眼的“垃圾”变成装点环境的宝贝。摄影/温馨



默化中成长，现在她很少哭闹，情绪更稳定，大家夸奖镜舒变懂事了。

彭益诚小朋友一个月前参加“亲子书袋 袋袋相传”活动，妈妈说：“益诚以前吃完晚饭后大部分的时间看电视，而现在只要跟他说读书时间到了，益诚就主动回到房间里等着阅读，读完书之后就是睡觉时间，养成非常好的生活习惯。他爸爸现在也会陪孩子读故事，特别好！”

大爱妈妈的成长

伴随慈济健康故事屋而成长的不仅仅是可爱的孩子们，还有他们的爸爸妈妈。因为健康故事屋并非有既定模式，所以过去的五个月也是健康故事屋的探索期，为培养更多优秀的大爱爸爸妈妈，苏州慈济健康故事屋与台湾聚落书坊文教发展协会联合举办了故事达人工作坊。

这期间有多位大爱爸爸妈妈转换角色，从学员换位到志工，从接受者主动变身为参与者、组织者或服务者，很多家长提出护持活动点心，或主动承担大爱管理员，打扫卫生、整理绘本、参与策划活动等，甚至承担导读人！

小鹿妈妈是带着两个娃娃的全职母亲，她感慨道：“平时我很怕出门，因为两个孩子哭闹、一起抱

大腿让我挪不动脚，那种无奈让我很恐惧……直到今年年初参加慈济岁末祝福，也把孩子带到第七期亲子共读《大狗医生》的现场，慈济的师姊们帮我一起照顾儿女，让我体会到了前所未有的轻松，孩子们在慈济人文的熏陶之下也变得讲道理有礼貌。”在健康故事屋，小鹿妈妈释放活泼的天性，很快加入到大爱妈妈的行列。

第十二期亲子共读《脏兮兮国王》，小鹿妈妈给小朋友们带来了一堂有趣好玩的绘本戏剧课，让孩子们自己用肢体语言表达对绘本的理解。孩子有着不被拘束的灵魂，于是各种版本的脏兮兮国王、黏答答大臣、酸溜溜小姐、累呼呼小丑诞生了！大朋友们被逗得哈哈大笑。小鹿妈妈说：“真心希望通过自己的努力，让更多的家长和孩子们参与到绘本戏剧表演中，在轻松气氛中领悟深刻道理，培养合作精神以及锻炼语言及表演能力。”

周焯妈妈有两位小公主，家庭比较传统，说起自己的家事：“工作在外地的先生是博士，不愿意跟我沟通，还说我水平太低，在生活中更是油瓶倒了都不会扶一下……我一个人带两个孩子琐碎事很多，孩子又经常调皮，我就会产生各种



小鹿妈妈（左一）正在认真讲故事，希望孩子们在轻松气氛中领悟人生道理。摄影/江伟忠

抱怨，有时候会情绪失控，找不到其他的疏解出口，经常会迁怒到孩子，甚至会有粗暴一点的动作。”

周烨妈妈通过慈济基金会的微信公众号了解到健康故事屋的讯息，就带着镜舒参加了《好好爱阿迪》那一期，从此场场出席并爱上了健康故事屋。她分享道：“我带孩子参加健康故事屋至今两个多月，发现自己情绪平和了很多，已经很少发火，女儿们的情绪也跟着变得和顺。

先生感受到母女的变化后，

欣然同意参加我的‘首秀’——第十九期《我不敢说，我怕被骂》。”周烨妈妈不仅精心准备教案，构思与策划，还动员全家四口齐上阵扮演角色，大女儿领唱儿歌，而小女儿突破害羞的个性，竟然勇敢举手回答问题，这是从来没有发生过的事。

镜舒妈妈在慈济学会了“感恩尊重爱”，而先生的变化也很明显，现在他主动打扫卫生，把衣柜整理得整整齐齐，还会主动做饭，夫妻间的沟通更顺畅了，更尊重彼此。

故事屋有几位患有脑疾的宝贝，有着异于普通孩子的行为习惯，他们的爸爸妈妈面临巨大挑战。

小禾生性活泼好动，妈妈顺其自然不太约束，但又不胜其扰，陷入困惑时恰逢故事屋开馆，从此妈妈和小禾一路跟随健康故事屋场场不落，妈妈回忆说：“我能坚持参加的原因是小禾，当我们连续参加八期后，我曾想过停歇一下，可小禾会问我‘妈妈这本书讲的是什么？我好喜欢。’既然对孩子好，为什么我要放弃？”于是小禾妈妈也加入“亲子书袋”活动。

“当我忙的时候，我家先生也会陪小禾讲故事，而不像原来父子俩总玩手机。生活上我接受温馨（故事屋负责人）姐姐的建议，会适当教小禾礼仪规范，比如吃饭要在

桌前坐好，手端着碗，坚持两周后，小禾真的变了！”小禾妈妈感恩道。

现在，健康故事屋已经有一群大爱妈妈，她们不仅在每一期活动前，群策群力商议流程，出谋划策，分工负责；在每一期故事导读结束，还开会总结经验，分析不足与存在问题，全心全意提高“故事屋”的品质。故事屋虽然只是五个多月蹒跚学步的“婴儿”，但有来自各方的“大爱”父母的呵护与关爱，相信它一定会越走越稳，造福更多家庭。

周烨妈妈在慈济学会了“感恩尊重爱”，与先生和女儿们的关系也更加贴近和谐。摄影/温馨





十一年生命的 拓宽与延展

从目不识丁、自卑而不敢与人打招呼，到如今上台分享环保、担当环保讲师，从环保志业的负责志工，到现在承担慈济漳州社区的带头人，洪小惠实证了「人有无限可能」。

一路走来，小惠始终以谦卑的态度广结善缘，用自己的身行带动鼓励着漳州每一位慈济志工，树立了慈济志工的典范形象。

洪小惠出生后因兄弟姊妹众多，九个月大时被寄养到一户农村家庭，直至十几岁才回到妈妈身边。从未上学读书的她，性格极其内向敏感，自尊心又特别强，别人一句无心的话，她会因此两三天睡不着觉。

结婚后的小惠做生意赚钱，随着生活琐事增加，烦恼也更多了，她的身体逐渐吃不消，并开始失眠，每晚依靠吃安眠药入睡，神经衰弱让她暴瘦十几公斤。药吃了许久却不见好转，只好在家休养，小惠的心情变得越来越糟。

小惠每天待在家，整日愁眉苦脸，在偶然的机下，看到慈济大爱电视台，自此改变人生。“大爱台专门讲做好事，我想做好事我也可以。如果漳州有慈济，我一定要参加。”

受大爱台的启发，小惠决定走出家门，到南山寺当义工，做好事，没有时间胡思乱想，她的身体状况开始好转。小惠通过大爱台逐渐了解慈济，并受竹筒岁月所启发，她号召一同参与义工的几位朋友，学习慈济自制竹筒，分给身边的许多亲朋好友日存五毛钱，用一年内募集到的爱心款，年节时购买生活物资送到爱心超市帮助贫苦人。



洪小惠坦言：“如果没有遇见慈济，我也许会得忧郁症。”摄影/杨玉桃

善种子萌芽 找到心方向

终于在二〇〇八年，洪小惠听说南靖有慈济人，立即前往看看是不是自己在电视上看到的“蓝天白云”。当时，在南靖的台商，慈济志工廖朝仲带动当地的环保志业，小惠得知环保也可以帮助人，回到漳州后开始力行环保。

当时她根本不懂环保理念，只凭着一念单纯的心，四处向身边的人募集可回收资源，告诉他们可回收资源可以捐出来做好事，垃圾也可以做功德。感受到付出的欢喜，她也邀约同在南山寺做义工的马紫超和林明凤参加慈济活动。从此，小惠成为漳州社区本地志工中的第一颗种子。



小惠结了许多善缘，邻居们得知她在做环保行善，会主动捐出环保物。摄影/蔡萝雅

“慈济人在我心目中是万能的，让我非常崇拜。当时我很自卑，觉得大家都会很多功能，我啥也不会。”当时南靖的慈济活动由于人少事多，常常是一位志工承担多个功能。由于不识字，小惠很不自信，甚至自卑，不知道能承担什么功能，让她不禁起了退转之心。

小惠回到漳州将苦恼告诉儿子，贴心懂事的儿子吴立鸿安慰妈

妈：“既然慈济人都那么厉害，你就把他们当成老师。不去学的话，再过十年，你还是以前的那个洪小惠。”听到儿子的鼓励，小惠感到身上的力量又回来了。“自己到底能做什么呢？”

想到环保可以做，小惠就暗下决心，“环保我要认真做，做环保就是我的本分事。”时至今日，回想起十一年前的那念初发心，小惠的脸上满是坚定。吴立鸿分享：

“走进慈济的妈妈，不仅有了很大的改变，还使我们的家庭变得越来

越和睦。”

贴心懂事的儿子吴立鸿如今在银行工作，他一直在背后支持鼓励妈妈，虽然工作每日繁忙，却也时常抽出时间陪伴妈妈参与慈济活动，从而更加了解到慈济环保理念，也体会到妈妈做慈济是不平凡的事。

“环保对她而言不再仅是口号，知行合一，难能可贵。从自己做起，把这种环保观念分享出去，带动身边人一起做环保。环保是每一个平凡人都能做到的。”立鸿说道。

“我会一直支持妈妈参与慈济。人生苦短几十载，与其平凡一生，何不如用有限的光阴挥洒光芒。”立鸿说妈妈参加慈济既能修行，也能锻炼能力，更重要的是让她能奉献大爱给社会。

甘愿做傻子 坚守初发心

不管是寒冬的深夜，还是烈日当头的夏日正午，只要有人打电话要她过去载可回收物资，洪小惠从不嫌累。“一听到有资源要载，我的眼睛就变大了。”小惠笑着说道。她很感恩志工林明凤，不管严寒酷暑，两人总是结伴，风雨无阻地挨家挨户回收资源。

“我们捡各种回收物资，别人不理解，我们就先当傻子给人

家看。”当时大多人不懂什么叫环保，认为小惠他们生活并不困难，却每天四处捡垃圾，像个傻子一样。面对身边人的不理解，小惠激励自己，也鼓励明凤，“对的事做就对了。”

二〇〇九年，漳州社区成立联络处，开始推动各项志业。当时慈济志工少，明凤与小惠时常分工合作，一个负责载资源，一个负责分类。分类资源的场地密不透风，小惠常常做得汗流浹背，但心里却是满满的欢喜。因为她觉得那是自己应该做的，是本分事，所以就要甘愿做，欢喜受。

小惠做慈济志工前，对身体非常在乎，身体一出毛病就会感到无助，抱怨自己这么多毛病。通过做环保，听到上人经常说：“做环保，没烦恼，身体好。”法听入心，更入行。环保这扇门，让小惠有了意想不到的人生转变。

她说：“上人说身体要照顾好，但也不要太执着，要放下。知道后我就放下，那时投入做环保，事情多，久而久之就忘记身体的不适。我以前都吃安眠药，现在都不吃了。”

慈济志工马紫超与洪小惠十多年前就在漳州南山寺结识，小惠加

入慈济后，也邀约她一同参与慈济活动。当时慈济人不多，不管是环保还是各项社区活动，小惠几乎每天都参与勤务，社区的每个功能组都承担过。

小惠付出的身行感动了马紫超，让她也一同真正踏入慈济。

“有人邀约她载环保物，她都是随叫随到，不管什么时间。小惠感动了我，所以我也真正地走进慈济。”

虽然知道小惠从未读过书，但马紫超却认为小惠是位很有智慧的

人。“当看着小惠承担每次活动的规划，带领整个团队的运作，我从内心真的很赞叹她。”马紫超笑着说道。

每次环保课程培训时，小惠都会上台分享环保。“让我最震撼的是，她不识字，但上台从不用看稿，她说出来的都是法，都是环保的理念。”马紫超感受到小惠是从心里面说出来的，这说明她对慈济的环保理念了解得很透彻，因为她一直身体力行在做环保。

恒持做中学 转识成智慧

发现自己所居住的小区居民并

小惠在居住的建元南花园成立环保点，每月一次的环保活动持续至今。摄影/蔡萝雅



无垃圾分类观念，生活垃圾和可回收资源都往垃圾桶扔。不舍资源被清晨的垃圾车载走，成为垃圾，小惠每天清晨三点半起床，在小区里的每个垃圾桶捡拾可回收资源。

“能回收的一张纸我也不放过。”夜深人静的清晨三点半，小惠的手电筒显得格外明亮，戴上口罩，手提着麻袋和铁钩，开始了每天例行的“捡宝行动”。就算垃圾桶的最底端，她也会忍着恶臭脏乱，仔细翻找一遍，不漏掉任何一个可以回收的资源。

“这样捡才知道大家多浪费，有的东西还很好就扔掉了。我们要更加惜福，更重要的是倡导，要让大家知道环保理念。”短短的一小时，可回收资源就装了满满一麻袋。即使前几周她闪到腰，腰部酸痛而无法久坐，她仍坚持出门。因为一天不捡，她就觉得心中不舍，身体再不适，也要克服。

小惠在自己居住的建元南花园成立环保点，并坚持每月一次的环保活动。为了向更多人倡导环保，小惠改变不爱与人打招呼的习气，主动向邻居嘘寒问暖，倡导慈济的环保理念。渐渐地，小惠结了许多善缘，邻居们得知她在做环保行善，会主动捐出资源。



小惠在环保中的所做所说，让许多人对慈济环保理念有了更进一步的了解。摄影/蔡萝雅

洪小惠从二〇〇二年开始收看大爱电视台，每天看电视上的字幕，一个字一个字地认真记，由此认识了许多字。看到不懂的字，她会立即请教身边的志工，用心记下来。

小惠非常感恩上人，教会她许多人生道理，也感恩大爱台教会了她很多字。现在上人的书，小惠都能看懂六七成。担当讲师的洪小惠站在台上，分享起环保从不用看稿，滔滔不绝，有条有理。再长的数据，生硬的名词，她都会牢记在脑海里。

虽然无人可预测生命长度，但是每个人都可以自我拓展生命的宽度、深度和厚度。洪小惠不断拓宽生命道路，携手更多的人一起谱写亮丽的生命乐章。

劳动节回“娘家” 包饺子扫厅堂

每月一次的关怀家庭走访，成为哈尔滨志工心头一份浓浓的牵挂与责任，“无缘大慈，同体大悲”的身体力行，化作一串串爱的足迹不断延伸。

五月三日，松花江畔艳阳高照，正是春游好时光。哈尔滨慈济志工们牵挂着前进村的七户

志工心怀感恩尊重爱，为过生日的董爷爷一家包素馅饺子。摄影/田丽晶

关怀家庭，大家要过一个不一样的“劳动节”，一大早从四面八方聚集到郊区环保站，从自家分别带来了面板、面粉、馅料、餐盘及水果等，情景好似回娘家。八十五岁的王金华老妈妈也站在志工行列，站



姿标准，尽显慈济威仪。

董爷爷76岁的生日，虽然妻子离开不久，志工的陪伴温暖着一家人。摄影/田丽晶

董大爷的生日

大家走进董大爷的厨房，虽然光线昏暗、空间狭窄，有的志工耐心地清理着炉具上厚厚的顽固污渍，有的将墙壁擦得光可鉴人。紧接着在洁净的环境里准备饺子和蔬食。志工栾冬梅非常用心，提前练习调制饺子馅，并为馅料送上美好祝福：六六大顺香菇料，平平安安芹菜料。

董大爷四十六岁的儿子董涛智力不足两岁，因长期尿床，更换床单被褥很频繁，且身上内衣非常破

旧，志工还为他精心准备了棉质内衣裤及防水尿垫。

知道几天后将是董大爷的生日，志工们精心准备了生日蛋糕和水果，为董大爷祝寿，并为董大爷父子包饺子，饱含满满祝福的素馅饺子，自然每个都是圆滚滚的。

七十六岁的老父亲，先喂四十六岁的儿子吃饱后再和大家一起用餐，舐犊情深令人感动。

虽然董大爷的老伴离开不久，但志工的关怀让董大爷感到很温



暖。志工也期待陪伴他们生命中每一个重要的日子，续写每一次的全家福！

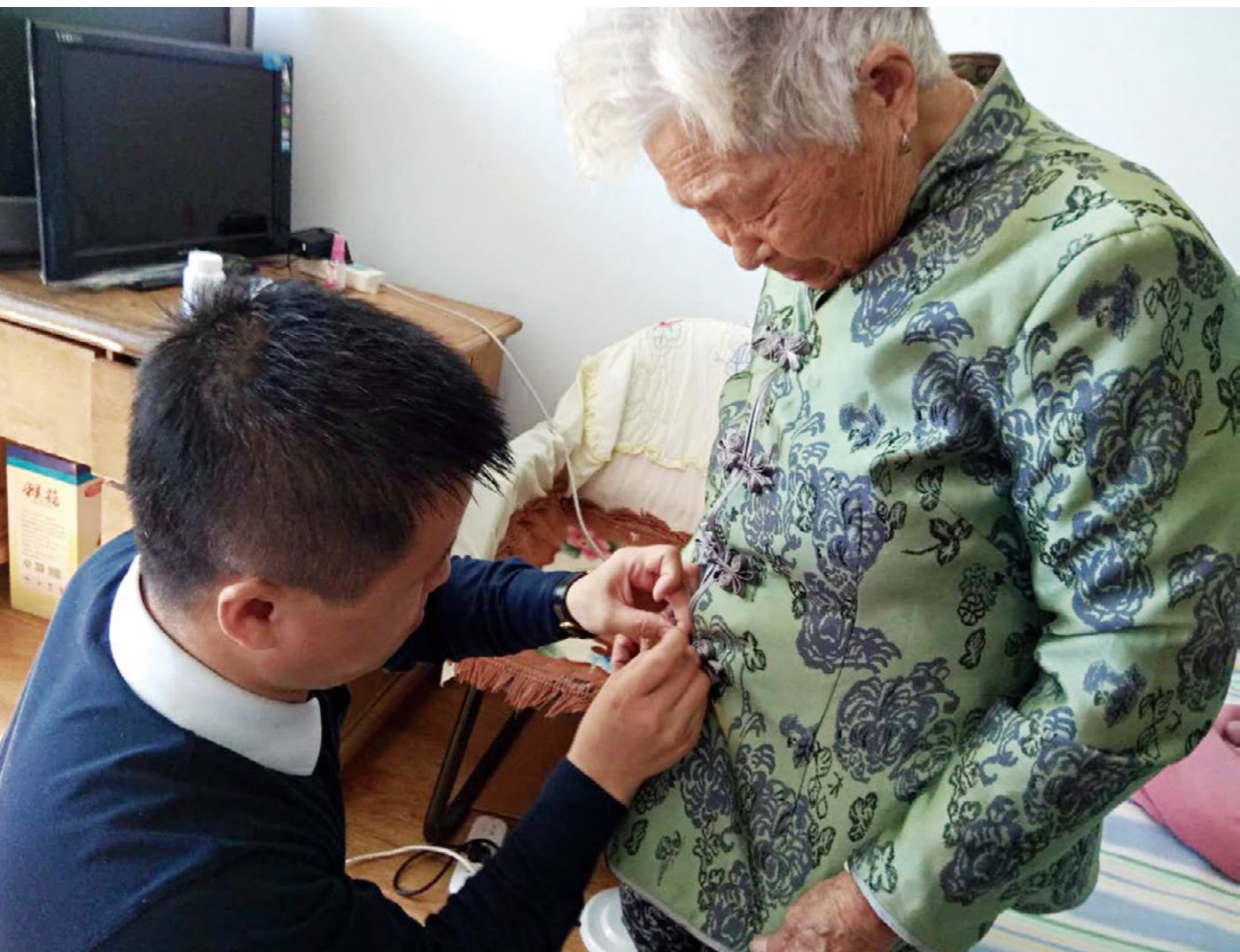
董大爷非常爱惜物命，不仅在家里做资源分类，还会缝缝补补改

志工亲手为兰婆婆做了件新衣，并蹲下身缝好盘扣，像亲儿子一样贴心。摄影/刘玉华

造旧物。他拿出亲手缝制的坐垫赠予给志工。

兰婆婆的新衣

志工来到芝芝家时，她和八十八岁的妈妈兰婆婆早已备好三大杯凉开水等候着。一进门，志工刘玉华就上前给芝芝一个大大的拥



抱，好似久别亲人般。

白景强带来了为兰婆婆亲自缝制的新衣服，还剩五颗盘扣没有钉上，他认真缝好后给兰婆婆穿上并系好扣子，像亲生儿子一样贴心。

芝芝看到妈妈穿上漂亮的新衣，高兴地说：“看你这儿子多好，给你做了新衣穿，一下子年轻十岁。”兰婆婆的脸上洋溢着幸福和满足。志工王金华老妈妈看着久未谋面的兰婆婆，安慰说：“老姐姐，咱们现在活着就得感恩啊。”

白景强和马同庆接着一溜烟来到进厨房，一个清理厨具，一个调拌饺子馅。寓意“感恩、尊重、爱”三种馅料的饺子和象征着“合、和、互、协”的美味素菜，包含了志工的用心、细心和爱心。

午餐后，志工继续做卫生，李秋梅用心地清理擦拭冰箱，并把剩下的饭菜放进去，何运红在卫生间做清洁。另几位志工擦玻璃，芝芝感叹说：“玻璃擦完可真亮”，刘玉华回应到：“是啊，窗户亮了，大姐您的心是不是更亮堂了啊？”芝芝笑着点点头。

母亲节即将来临，刘玉华代芝芝的儿女为妈妈奉三好茶；芝芝也给老妈奉茶，“感恩妈妈给了我生命，感恩妈妈抚养我长大，祝福妈



(上图) 长者志工王金华看着久未谋面的兰婆婆说：“老姐姐，咱们活着就得感恩啊。”摄影/白景强

(下图) 志工边擦窗户边说：“窗户亮了，大姐您的心也跟着亮堂了啊！”摄影/白景强

妈长命百岁。妈妈，我知道，这些年您为我受苦了。”母女相拥而泣。

身形因爱而柔软，志工们恭敬送上鲜花及静思语，祝福妈妈们母亲节快乐！

“筑”梦成真的砥砺前行人生

“靠近点，再靠近点，OK！”周国民妻子在慈济志工的笑语声中，顺从地靠向丈夫，俩人笑对镜头，志工“咔嚓”一声永久保留他们的幸福时刻。这对夫妻近二十年不曾同框拍照，失去四肢的周国民坐在轮椅上，脸上笑开了花，他一直在盼着这一天，二〇一九年三月五日，终于梦想成真。其中故事还得从二十年前讲起……

一九九九年周国民在坪塘工地被十万伏高压电烧伤，大小手术做了十多次，住院六十四天时，因为无钱而出了院，从此永远失去了四肢……

周国民风轻云淡地谈起往事，仿佛在讲别人的故事。出院后的周国民，因高位截肢而不能坐，皮肤被大面积灼伤而多处植皮，导致他体内热量散发不出去，他无时无刻不感受到钻心的疼痛与燥热。一度，周国民想过要放弃生命，可当时他连放弃的能力都没有。

“自立”考验 三年“坐起来”

周国民受伤时，他女儿九岁、儿子不足一岁，妻子出去打工很少回来。周国民的父亲也要工作养家，因此，照顾周国民及儿女的责任全落在妈妈身上。

在床上躺了五年后，周国民

想到妈妈年纪渐老，就开始思索未来，自己当如何自立？他迈出的第一步就是想坐起来。坐，对常人来说，是简单得不能再简单的动作，他却为此足足练了三年。

刚开始，身体较胖的周国民需要三个人才抬得起，可每次抬起来后最多只能坐两分钟，因为他一坐下去就痛得受不了。他不好意思总是这样麻烦别人，就开始用枕头自己练习。

“我在被子上放个枕头，就像蚯蚓一样一缩一缩、慢慢往上拱起来，我练了三年才能单独坐起来。”周国民回忆说。

周国民从一次坚持坐两三分钟到后来半小时以上，在这三年里，他好几次因用力过度，从床上掉下来摔得鼻青脸肿，甚至一个冬夜，他掉到床下睡了一晚。当时他发现床底下有一床烂棉袄，虽然冬天的



周国民的妻子被慈济志工所感动，回到久别的家，志工为他们送对联，拍全家福。摄影/刘怒涛

习字练画 “书写”人生

能坐起来后，周国民就开始逐一练习吃喝拉撒、穿衣叠被等生活起居的各种动作。穿衣服时，他俯身用嘴咬住衣领，往后轻轻一甩，衣服就轻松套在身上。从床上到轮椅，他就像一只灵活的海豹，“哧溜”一下就滑过去了。

周国民为了自己能够刷牙，找

晚上特别寒冷，他不忍喊醒妈妈，就干脆在床下睡到天亮。谈起那一次情景，周国民有说有笑，一旁的志工却听得鼻子发酸。



失去四肢的周国民不仅生活自理，画画惟妙惟肖，更写的一手好字。摄影/唐建云

人在他家水泥板上钻一个60度倾角的小孔，牙刷固定在小孔里，他嘴衔牙刷，头来回晃动，很快就把牙刷好了。看得志工惊叹不已，大家纷纷鼓掌。志工笑言他是一气呵成打完了“降龙十八掌”。

周国民说：“这些还不是最难的，最难的是写字与画画”。实际上，周国民小学都没读完，他写字最初是为了写报告向政府申请救助，又主动帮忙不识字的邻居写报告。后来在大家的鼓励下，他又开始学画画并坚持不懈。

周国民用毛笔当场写了“慈悲喜舍”四个大字，并落款盖上印章，大家再次惊叹鼓掌。他妈妈还把他平日的画作拿出来，每一幅都画得惟妙惟肖。他所画的内容多是

成双的鸳鸯、喜鹊、孔雀等，寄托着他对妻子的思念，以及盼望她早日回家的心愿。

雪中送炭 我们做你的手和脚

周国民说起慈济人，声色间充满温暖：“你们没把我当外人，就像亲兄弟。我妈妈说，你们比她的亲闺女亲儿子都亲，方方面面都关照得细致入微。”

周国民加入一个民间残疾人的“轮友”组织，名叫“美人鱼”，这个组织的常务理事曹军结缘慈济基金会后，向长沙志工提报周国民的关怀申请。二〇一八年四月九日，四位慈济志工在曹军等人的陪同下，第一次来到周国民家。

周国民家的米面油，是他用电动轮椅驱车五公里买回来，长沙志工了解到这种情况，就利用每次探望的机会，开车带周妈妈到市镇里

集中采购家用物品。

今年三月，周国民爸爸坐轮椅洗澡时发生意外，头栽到地上受轻伤缝针，周国民考虑父亲摔伤后不方便如厕，很期盼有一辆功能好一点的轮椅。四月七日，志工把熊娅莎自家的轮椅带到周国民家，当天得知另一个方便解手的轮椅也可以送给周爸爸用，为此志工开车往返两个来回，用时九个多小时，取到轮椅后又接着送回周国民家。

今年母亲节，得知周国民的妈妈很想去剪头发，志工开车带着周妈妈一连走了四家店才剪了头发，并且志工还毫无怨言地陪伴周妈妈染黑头发，让周妈妈过了一个心满意足的母亲节。

定期的关怀入户，志工总会带上周国民家需要的各类物资。纸笔、油墨以及非周国民要买的处方药。志工对周国民的帮助原则很朴实“及时办到，尽量想到”。

“宝马”配新鞍 奔向新征程

周国民的父母现在年迈多病，妈妈患有严重类风湿，父亲中风瘫痪已有九年，女儿远嫁他乡，儿子在外打工，他则成了家里的主心骨，内内外外都是他在劳心劳力。

周国民赖以代步的电动轮椅，

被戏称为“宝马”，天长日久除了电瓶老化，连轮胎都磨损得爆胎了一大半，他还不得不开着它进进出出。慈济志工看到此情形后，决定帮周国民换电瓶和轮胎，虽然轮椅配件在本地买不到，志工就根据铭牌从网上联系购买。

二〇一八年十一月十日，慈济志工带着新买到的轮椅配件，驱车来到周国民家，并顺便帮他和妈妈买了一些常用药。周国民开心地联系修车李师傅帮忙更换，李师傅听说慈济人远道而来，当即放下手头

志工定期来到周国民家探望，关心他的健康，并贴心为他按摩后背。摄影/刘怒涛





的活赶了过来。

周国民坐上修好的“宝马”在家门口来回转圈、冲刺加速，开心得像个孩子。“这车好轻巧，原来像拖拉机，现在就像坐飞机。”

大家坐在屋门口聊天拉家常，周国民动情地说：“我接触慈济后，变得越来越开朗自信了，现在我把几十年的烟瘾和喜欢嚼槟榔的坏习惯改掉了。”

周国民爸爸也是一个老烟民，现在也开始尝试戒烟，他跟志工说，他已连续四天没抽烟了，但心里还是特别想抽。他指着裤子上一个个被烟灰烧烂的小洞，开玩笑地说：“这是抽烟的好处。”志工听了哈哈大笑，劝他慢慢来，先抽少点。

多年来，周国民内心深处藏

志工为了修理周国民的“宝马”轮椅，买来新电瓶和轮胎。摄影/唐建云

着最真切的盼望，希望妻子早日回家。慈济志工为成全家人团圆，从未间断过联络他妻子和儿女，对他们分别进行抚慰与关怀。五一节后，周国民的儿子辞掉了张家界的工作，在长沙找了一份新工作，周国民开心地说儿子想离家近一些。

周国民的妻子最终被慈济志工的言行所感动，回到久别的家。志工得知此消息，满怀祝福赶过来恭贺庆祝，并为他们家送上大红的春联，大家一起欢喜合影，这就是开篇周国民夫妻同框、重拾幸福的画面。周国民的幸福生活从此翻开新的一页……

■

證嚴上人

衲履足跡

撰文/释德伢 内文照片/花莲本会提供
题字/林美娥 刊头摄影/黄锦益

4/1 《农二月·二十六》

不骄傲也不自卑

【静思小语】不能自以为人力可以胜天，而是要发挥菩萨精神造福天下。



发挥同理心

三月中旬受到伊代气旋重创的非洲东部三个国家——莫桑比克、津巴布韦、马拉维，受灾民众无家可归，收容中心的物资严重匮乏。几天前传出讯息，一处收容中心四十四个人，每天只靠一杯豆子煮汤度日；昨天又有讯息说一家六口一周只分到一杯豆子，不知如何活下去？

上人日日挂念着受灾居民，期盼让救命物资早日送到他们手上，并且在志工早会时对大众不舍谈及居民的苦境，希望大众发挥同理心，伸出援手，不仅自己行善，也要邀约人人一起做好事。

“两天前，有位从莫桑比克来的访客提起灾区环境很苦，而且灾难发生前，这个地区本来就不

伊代气旋三月中旬在东非造成严重灾情，志工早会前，基金会同仁报告慈济赈灾进度。（4月1日）

平静，居民为了生存而犯罪，治安很不好。伊代气旋造成大水灾，连住在地洞里的蛇也无处可逃，和人一样都要爬到树上求生；人、蛇共处，彼此惧怕，但是无可奈何，只希望能活命。”

在土耳其满纳海国际学校的叙利亚难民孩童，得知非洲居民受灾



之苦，有位女孩哭得很伤心：“想到他们无家可归，就如自己的兄弟受难一样。”孩子们纷纷捐出存在扑满里的零钱，要让慈济去救助受灾居民。

上人说，叙利亚孩童展现出同理心与爱心，这一分心很有价值。

“他们逃避战火，流落异乡成为难民，生活不好过，住家简陋、黑暗，但是他们的人生因为心中有爱而明亮。”

克服运输工具欠缺、交通中断等难关，莫桑比克慈济人先将部分赈灾物资运抵重灾区，已经发出约五百份粮食及生活用品，为居民纾解燃眉之急；上人欣慰受灾户得到救命物资，也叮咛志工在卫生恶劣的环境中忙于赈灾之事，饮食要注意卫生与清洁。

人人可成佛

于志业体主管同仁报告会务后，上人谈到伊代风灾赈灾虽然困难重重，然而非洲慈济人使命必达，也有各方好因缘共同成就；得知南非慈济人跨国至马拉维重灾区协助重灾户建屋，莫桑比克部分救急物资送达，慈济志工展开发放，津巴布韦志工也以少数人力进入灾区救助，上人稍感安心。

上人说，若没有这群发心的非洲志工，即使有心要为苦难人间尽一分力，也苦无因缘；若没有远方的这些菩萨种子，悲心再大也难以踏上受灾的土地为苦难人付出。所以要不断接引出“觉有情”的人间菩萨，随处净化人心，让大家知道人类既不能骄傲也不能自卑——

不骄傲，就是不能自以为人力可以胜天，大自然的威力无法抵挡；众生的业力深重，更非人力可以扭转。不自卑，遇到境界时不能总是求神拜佛，求佛不如求己，因为业力自造，必须靠人人转变观念、改善行为，才能减轻灾难。

“大自然的气候变迁，不是受外来的力量主宰，而是人们长久以来造作的业力累积而成；宗教引导人知道理，让人依照正确的方向开道、铺路，并且身体力行。”

上人强调，信仰宗教不是用依赖的心态请求庇佑，尤其佛教徒要以佛陀、菩萨为典范，学习“无缘大慈，同体大悲”的菩萨精神以及佛心智慧，悲智双运在人间。

“人人可成佛、成菩萨，所以我们无须自卑，要自立；此时人间苦难多，正是需要我们学习菩萨救人之时。但是也不能骄傲，要感恩有这样的人间事相，印证佛陀所说的苦、集、灭、道，人们过去造作

了苦因，聚集了沉重的业力，现在要发挥大爱造福天下，才能消减灾祸。”

上人说：“为了帮助东非三国，一经呼唤，许多人启动了爱的

细胞。募心募爱不是一时的活动，而是长期不断的运动，需要全球慈济人持续推动，启发人人的爱心并且起于行动，用这股爱的力量保护天下平安。”

4/2 《农二月·二十七》 点亮心光照世间

【静思小语】人心有爱，世界就有希望；带动善行，让苦难人在黑暗中看见光明。



不分你我平等尊重

约旦志工陈秋华报告会务，上人表示：“感恩有你在约旦承担志业，还有几位长期投入的志工作伴，否则实在难以走下去。这几位志工都不是佛教徒，不过慈济人本来就一定是佛教徒，不分宗教，平等尊重，以一分无私的爱共同付出。”

上人指出，就因为慈济人无私诚恳待人，所以也能去除对于宗教的执着而合心共事。“慈济是一个没有我执的宗教团体，包括志业体的医师、教授们也有基督徒、天主教徒、穆斯林等等，可是我们不曾要求非佛教徒改信佛教，各宗教都可以投入，共同以慈济为目标。”

“佛教的理念很开阔，佛眼平等视众生，教导我们发挥慈、悲、喜、舍的精神，爱护一切众生，没有排斥。所以不去勉强别人与我们有相同的信仰，不过要引导人人彼此尊重，既没有分宗教的分别，更没有国籍、种族的分别，要‘感恩尊重生命爱’，还要‘和敬无诤共福缘’。”

上人表示，世界上的人祸战乱，大多起于人心观念偏差，对人有成见、对自己很执着，所以一念无明起，造作大业力；期待借着呼吁国际赈灾，唤起人人的爱心，让爱的心光点亮黑暗无明的人心，照亮、温暖苦难的人间。

在座赖花秀女士的夫婿是叙利亚人，她和先生是虔诚的穆斯林，

花莲慈大附小同学捐献扑满，响应东非风灾援助。
(4月2日)



因为看见约旦、土耳其慈济人帮助叙利亚难民，又不舍陈秋华以少数志工人力救助庞大的难民群，遂在约旦协助慈济发放、义诊等事宜，引起其他穆斯林的质疑，有难民挺身而出帮她说明。

上人说，人间因仇恨、对立造成的创伤，要用无私的大爱抚平。既然确定所做的是对的事，就不要

在意少数人的言语，要注重的是有没有实在地付出。正信的宗教徒对于宗教信仰的态度应是不卑不亢，对的事要认真做好，知道错了要即时停止，不能凡事依赖神祇保佑、请求加持，但也不能骄傲自大，鄙视其他宗教信仰者。从佛教的观点看来，人人皆有佛性，所以都要平等尊重。

4/3~9 《农二月·二十八至三月·初五》 路见不平时

【静思小语】人间本无事，用感恩心面对恶声色，以善待人逍遥自在。



逢人欢喜传法乐

四月三日晨语，上人开示“自

在轻安善逍遥，逢人欢喜传法乐，修持经法滋长慧命，获法喜精髓微妙法”，教众深思如何才算是闻法



四月上旬，位于莫桑比克首都马普托的慈济园区，连续多日有数百位志工顶着大太阳分装及打包物资，准备送往中部的伊代风灾灾区；包括玉米粉、豆子、盐、水桶等品项，动线明快有条理。（摄影／萧耀华）

入心，而且时时法喜充满，还能“欢喜传法乐”。

“所说的欢喜，是通达道理以后，从内心不断涌现喜悦的感受，没有烦恼疑难的粗重负担，所以能够自在轻安善逍遥；没有不如意的烦心事，最为逍遥快乐。也因为无烦忧、无挂碍，充满法喜，所以总是笑脸迎人，不会与人起摩擦，广结善缘，随处传法。”

上人举例叙说，有人过去总是愁眉苦脸，闻法懂得道理以后，能够用法转心境，所以逍遥自在、轻安欢喜。若是遇到有人询问，有机会就要对人分享心境转变，用自己的心路历程辅导人解开心结。“倾听别人诉说心事，也可以告诉他，我们过去也遇到困难的境界，已经看开、放下了，所以现在轻安自在。对方会问我们，要如何看开？

如何放下？就要教他吸收、运用佛陀的教法，凡事都有解决的方法，没有过不去的难关。”

“若是为人事问题而苦恼，面对别人的刁难与障碍，不要一直往不好的方面去想，要回想这个人也曾经帮助过我，为我指引方向；现在他处处刁难，总是显现很不好的态度，对我的帮助更大，所以要感恩他。”

上人说，一般人听到要感恩刁难自己的人，总是觉得不成道理；有人看见其他人遭受不公平的对待，会打抱不平，想要帮忙讨公道。但是受到不公平对待的人，如果已经通达道理，就能心平气和，用感恩心面对恶声色。

“学佛的过程中，有‘增上缘’与‘逆增上缘’。在迷茫的时候，有人提醒、指出方向引导

我们，这就是‘增上缘’，要永远感恩；但是或许这位曾经的‘增上缘’，现在却是为难我们、阻碍我们的‘逆增上缘’，即使我们如何善待他、回报与感恩，他却感受不到、永不知足，这样的人可堪怜悯；所以要用感恩与怜悯的心陪伴他、帮助他，希望他总有一天可以了解佛法，从迷茫中醒悟。”

上人表示，常言道“当局者迷，旁观者清”，但是当人接受了佛法道理，心态上便能轻安自在，总是以善待人而欢喜逍遥；也因为心中有法，所以看到人就想要把握机会分享佛法，分享自己的法喜，也度化为自己打抱不平的人。

上人也教大家“路见不平”要先用心观察与了解，不要一下子就说：“这对你不公平。”若是当事者轻安自在，应该赞叹他，了解他是用什么方法克服？为何能够如此轻安自在面对？借以学习他们转变心念的方法，这样的人也是值得尊敬与结交的善友。

“转化心念、度化众生的方法，从佛法中来，从佛陀彻悟的真理中，学习待人处世的方法。修行就是要学会如何对人、对事、对物，这就是有修养的人，也是依教奉行的人，能够‘修持经法滋长慧命’，有足够的智慧待人处事，遇

到境界也能用法化解。”

上人提醒大家，还不了解事情的来龙去脉，不能贸然为人抱不平；要冷静劝人和，而不是在旁边煽风点火。有修行的人，要看清楚事理，用平时所听的法，为发生冲突、起摩擦的人冷静调解，这也在净化人心。

“凡事总是因人而复杂，若保持单纯的心面对所有的人间事，永远都能‘自在轻安善逍遥’，持续受用佛法，滋养自己的慧命，也能欢喜地对人传法。”

“说话是舌根的功能，吸收了佛法，也要靠舌根传法；思想正确，就要用舌根说正确的话、说对人间有益的话，所以要很用心！”

上人身体有恙，仍撑持着为众开示晨语，而后遵医嘱休养。

救人的人要平安

上人休养期间，仍关切慈济团队至非洲为伊代风灾赈灾进度，持续聆听常住师父及主管、同仁们的报告。

四月四日，已经抵达莫桑比克的慈济人黄思贤、王智慧及吕宗翰、张佑平和莫桑比克志工蔡岱霖，一起透过电话连线，向上人报告。

思贤表示，经与重灾区雅玛

郡的郡长见面深谈之后，郡长允诺支援慈济的交通运输、保全护卫与仓储存放等等；因为受灾民众非常多，故拟于四月七日先为老弱残疾者、孕妇发放物资，多位当地华裔企业家也表达支援在慈济园区的物资打包作业。

关于灾区的霍乱疫情，联合国与政府单位已经控制住，只要团员们注重生活卫生，尤其在饮食、用水上多加小心，就可以保障健康。

上人叮咛大家，在莫桑比克的赈灾有许多好因缘，所以在急难救助方面，只要能力所及，就要尽量去做；救人的人也要平安，相互照

顾，争取时间休息。

四月八日，慈济莫桑比克赈灾发放团队与莫桑比克救难部长协商，部长希望居民早日返回家园，不要一直聚集收容中心，避免群聚扩大疫情；更重要是目前是播种季节，农民要抢时间耕种，以免造成未来发生粮荒问题。慈济评估提供建材，协助受灾居民建屋，上人指示勘灾团多了解当地房屋建材。

四月九日，团队于莫桑比克雅玛郡雅玛村与堤卡村发放，并持续规划发放。为赈济非洲伊代风灾而发起募心募爱，目前统计已有四十八个国家地区的慈济志工响应。

4/10 《农三月·初六》

孝之道

【静思小语】孝养长辈，要以礼节表达尊重，用诚恳的态度传达真情。



老年不灰心

四月十日，与花莲慈济医院罗庆徽副院长谈及老年长照，上人表示，现在大家的生活条件优于以往，许多老年人身体状况还可以做事、付出，老年生活有重心，比较

不容易灰心丧志。

罗副院长也说，接触到很多长辈表示，如果觉得老了还有用，会比较开心；过去对于老年长照，只想着照顾身体、带他们做活动，比较没有照顾到老人家的心情。

年老难免退化，若是家庭无人

力看护，只好送往安养机构。“人都会老，老而无用是很痛苦的；只能被人像照顾幼儿一样地照三餐喂食，非常没有尊严。照顾年长者，要让他们感受被尊重，不是久久有人来热闹一下，久之会让他们的记忆力衰退得更严重，生活功能丧失，完全靠人打理。”

《论语》中，子游问孝，孔子回答：“今之孝者，是谓能养，至于犬马，皆能有养：不敬，何以别乎？”上人说，孝养父母尊长，不只是供应衣食得以生活，更要有二分恭敬至诚之心，用礼节表达尊重，用诚恳的态度传达真情。

上人表示，慈济志工在这五十几年来，出于真诚爱护、陪伴社区里的独居长者，用诚恳、有礼的态度照顾老人家，做到该有的礼节及规矩，而且将之视为应尽的本分，希望能够带动社会。

希望有心投入老年长照的人，都能培养出这份诚意，用志工精神照顾老人家，把老人家当成亲人般贴心敬奉。“慈济所做的是为人付出的志业，不是职业；世间有情才会美，否则无情冷漠就看不见希望。”

写历史的人

上人与人文志业执行长王端

正谈话，再次强调四大志业都要有人文精髓，不是在口头上说人文，志业体要有明文规范准则。慈济人文是慈济志业的命脉，虽然慈济医疗与教育一向不与入争“利”，但也要有为善竞争的积极动力，认定“对的事，做就对了”，而且要积极去做。

“不少慈济学校的教授与学生并不清楚何谓慈济人文，只知道出外交流要照顾好形象，也不知道何谓‘四大合一’；其实慈善、医疗、教育、人文息息相关，慈济在全球的人道关怀行动广受肯定，很期待教授与学生要把身在慈济学校视为一种光荣。”

“要让他们知道慈济是如何建立，知道慈济为什么要设学校。当初从慈善救助中发现贫病相依、医疗欠缺，建立医院以后又发现人才招募不易，所以才决定设立护校、医学院，培养理想中的人才。”上人表示，所希望培养的人才，就是具有慈济人文精神，而且“四大合一”，四大志业的同仁们都有相同的精神理念。

“医疗同仁要了解慈济慈善，而医疗、教育是同一条脉络，学校与医院要贯通通达，学校应该知道要为慈济培养医疗人才；这五十多年来，慈济为台湾及国际间所做的

一切，都要让同仁、学生们知道，这都是很宝贵的历史，而且一路见证时代与社会的变化。”

上人提到这次东非伊代风灾，若要参照其他机构团体的做法，大可以不必做得这么辛苦，只要拨一笔款项交给联合国或其他国际慈善单位就好，志工们何必冒着交通不便与传染病的危险走入灾区，辛苦勘灾、筹备物资，还要与当地政府人士接洽、沟通，整理发放名单，坚持亲手把物资交到苦难人手中？而且这群自动自发投入灾区的慈济人，都是付出无所求的志工。

上人说，在这样的时代，有这样的大灾难，身在其中的每一位慈济人，都是书写历史的人。希望大家都能了解慈济人是以什么心情，不顾自身安危而走到苦难人身边；面对广大灾区、众多受灾者以及重重难关，慈济人必须用智慧、用方法一一突破，并非盲目地见到人就发物资，而是在勘灾以后了解灾区大致情况，做好规划，才能应苦难人的需要做到最适切的救助。

“向来慈济做救济，是要做到让人真正有感受、真的对他们有实际的帮助；若是无法走在最前，就要做到最后。风灾已经过了三个星期，国际救援行动较趋缓和，但是得到救济的大多是重灾区外围的

民众，重灾区里的民众仍然很无助。我们要在力所能及的范围发放物资，让民众得以安心、安身、安生，不必在收容中心苦熬。”

上人谈到，这两、三年来在慈济联合国团队努力之下，慈济以环保成果得到国际肯定与认同，才有更大的力量宣导、推动环保。“若是慈济志业体的主管、同仁无法肯定自己，遇到有人问慈济在做什么？却不知如何回答，不知道慈济志业体有别于一般机关团体的特色为何，就是不具有我们所要求的人文精神。”

上人期待四大一体的慈济人文，要真正落实在慈济教育志业当中，“老师、教授们要有整体意识，认知四大志业为一体，头、身体、手脚都要有共同的意识，神经都可以互动，才是健康团队，能及时发挥良能。”

全球慈济人都很珍惜、很重视慈济学校的师长与同学们，无论是担任慈济学校的慈诚爸爸或懿德妈妈，或是师生在外参加活动、到海外做人文交流，慈济人都呵护备至，不知师生们是否感受得到这份珍惜之心？

今年青海雪灾，慈济人前往勘灾发放，二十三年前曾经受助的牧民认出这是当时来发放的团

体，拿出珍藏的发放通知单向慈济人道感恩。“二十几年前的事情，青海牧民重重地收在心里，把握机会表达，让我们感受到很温暖的人情；他们感恩，我们感动。无论是二十三年前那一次或是今年的青海赈灾，都可以对大家分享，证明人间不是冷漠的，在冰冻世界也有温情，让我觉得很安慰、很感恩！”

上人对当年曾去青海玉树发放的王端正说：“这就是历史，你们不顾自己因为高山症的不适，千里去赈灾，是出于一分‘觉有情’的菩萨心，世间若没有这分情，就变得冷漠、残酷。这样的事是世间少有，你们应该要清楚这是很宝贵的历史，将史料收集、保存完整，还要把握机会去做见证。”

4/11~12 《农三月·初七至初八》

不求虚名

【静思小语】不为名利做事，而是实至名归。



四大志业同一法脉

十二日与阎云教授等人谈话，上人表示，名不符实固然不可，但是过度谦虚亦显虚假；既然已经做出成果，就要有相应的名相，实至名归。“我们不是为了名而做事，但是要在世间做事，非要有名相不可，有名相才能发挥功能。若没有人用心、用力，无法成就每一件好事；不是为了虚名，但是明明有做好事却说没有做，谦虚过度变成虚假而造成混淆，这也不对。”

“今年有几项大事，静思精舍

旧大殿完工启用五十周年，这是慈济的根。刚启用那时，我们平日在这个小空间精进，慈济功德会也在这个小空间办公，晚上也在这里休息。还有慈济科技大学，以前的慈济护专，今年建校三十周年；而慈济大学，过去的慈济医学院，则是建校二十五周年。”

上人说，最近总是教慈济人“莫忘那一年”，不是只强调九二一大地震，那一年慈济在国际间进行多项人道援助，包括科索沃战祸以及土耳其的八一七地震援助，引起台湾社会很多批评的声

音；当时才会感慨地说，台湾也在地震带上，要像土耳其那样，不是不可能，不久之后天摇地动，惨痛的震灾让人悲极无言……这是一段深铭于心的记忆。“一九九九年的那几个月，慈济在国际间一直在付出，当然不是要向人炫耀，我们自己要为时代作见证，为人类写历史。”

慈济志业是“四大合一”，不是单方面只有慈善、医疗、教育或人文在庆祝周年，四大志业同一法脉、同一根源，都要知道慈济从克难中起始，一路坚定志向而走到今天。慈济不是靠企业、财团支持才能做这么多利益大众的好事，而是靠着点点滴滴募捐善款，一块砖、一块砖积聚而成的；举凡建医院、设学校、建立电视台，都不是为了利益，而是为了慈善。

从慈善救济中，发现贫病相依

的无奈，进而发现花东医疗资源匮乏，即使当时没有力量，也坚持要向大众劝募，在花莲建立一所大医院。

“虽然很辛苦，但是我们做到了，不是因为慈济有钱，而是人人有心。”

“医院启业以后，才发现人才招募更困难，才会前后设立护专和医学院，后来再会合因缘，从幼教到大学、研究所，将教育志业构建完成。”

“为什么还要建立大爱台？因为感觉到现在的社会大众观念偏差，不重视好事；社会一定要有一股‘报真导正’的清流，慈济人做的好事，我们自己也要报，要做出典范，等于当个点灯的人，只要有这支点燃的蜡烛，即使燃烧自己也要照亮周围。所以很期待人文志业是一股清流涌泉，可以持续不断地宣扬人间好事，也宣导、带动正确的理念和方法。”



志工访视莫桑比克伊代风灾重灾区雅玛郡，筹划「建材包」内容。受灾居民急着重建家园，只要就近能找得到的材料就拿来盖房子。（摄影／蔡凯帆 2019.04.18）

无法到每一处救助每一个人，只能在力所能及的范围，救助有因缘接触得到的人们；风灾发生迄今已逾一个月，急难救助告一段落，朝中、长期援助思考并着手进行。

上人谈到目前几个有慈济志工的非洲国家，与慈济的因缘各异，但都是因为民众贫困、受灾而需要救助，人间菩萨才会走到当地付出，也将慈济种子播入土地，带出精进的本土志工。

受到伊代风灾重创的莫桑比克、津巴布韦与马拉维，都在这次灾难发生之前，就已经有慈济志工，其中马拉维原本没有慈济志工，但是经过南非德班跨国团队几次前往爱洒和带动，今年已经带出两个本土社区的志工队伍，建立真诚情谊。

在风灾发生后，莫桑比克志

工蔡岱霖夫妇、津巴布韦朱金财立即联系相关单位，带着志工前往灾区勘查；南非慈济人则到马拉维，先在之前结了好缘的青沟贝部落赈灾，并带动村民帮重灾户建屋。

“慈济慈善救助没有国籍之分；做慈善工作必须悲智双运，一旦灾难发生，‘悲’的分量要重一点，用‘人伤我痛，人苦我悲’的同理心去救助。攸关人的性命存活，做慈善救助不能分别你那边、我这边，凭各人的爱恶去帮助人；人间菩萨不忍众生受苦难，只要听到、看到、帮助得到，就要尽心力去付出。”

上人说，急难时期要用慈悲去帮助受灾人，从现在开始要提起智慧，考量如何扶助居民面对未来的生活，帮助孩子重回校园继续受教育。

受灾居民平时的生活就很贫

4/13~14 《农三月·初九至初十》

为自己造福

【静思小语】警惕因缘果报，时时谨慎；期待平安有福，要先造福。



把握因缘翻转苦难

十三日，基金会主管同仁们报

告非洲伊代风灾的赈灾进度并请示数事，上人指示，受灾范围广大、受灾者众多，慈济志工以少数人力

苦，慈济要到灾区做大发放，为这次急难救助做一个圆满的收尾。

“这个时候没办法用受灾户有没有钱来评估受助资格，其实大多数居民都非常贫穷，当地工资一天一美元，即使是在办公室工作的人也只有一天三美元，所以普遍没有能力盖牢固的房子。所以不用再耗费人力与时间去访查，只要志工能走得、亲手发放，即使并非受灾户，他们也是穷苦到很需要帮助。”

上人表示，大发放完成以后，急难救助告一段落；目前志工正在了解当地建屋习惯与建材，向厂商询价。此外，若有土地可援建学校，就要尽快进行，让孩子白天在学校里上课，晚上校舍还可以作为临时收容所；加上净斯福慧床，让无家可归的老弱残疾人过夜，不要让他们总是栖身残破帐棚。

“救灾若无法走在最前，为受灾居民安身、安心，就要做到最后，为他们安身、安生，让他们有永久的房屋可住，并且辅导农耕或让他们学得其他谋生、养家的工作技能，这都是我们在国际间做人道援助需要具备的智慧。”

“物资给得再多，总有用尽、吃完的一天，若没有因缘再进一步援助，他们仍然回归过去的贫穷生活。但是苦难的人生并非永远无法

转变，如果有援建的机会，就会像慈济在台湾、在海外建设慈济大爱村一样，许多人从此安居乐业，孩子也能在慈济援建的学校里接受良好的教育，翻转世代贫苦的生活。”

净化人心接引菩萨

慈济五十三周年庆即将到来，多日来陆续有海内外各地的慈济人回到精舍虔诚朝山。与归来朝山的台湾资深慈济人谈话，上人表示，这几天虽然遵照医嘱休养，仍然关心着台湾与海外的慈济会务；资深者要把慈济人的“家”照顾好，让法脉精神永续传承。“慈济是一个天下大家庭，我们可以从台湾照顾到这么广大的范围，这是我们的荣耀。”

上人感叹许多台湾民众对于伊代气旋在非洲造成严重灾情一无所知，眼光只看着台湾，不了解台湾以外的世界。身处科技发达的大时代，眼界要开阔；慈济人从媒体报导看见世界各地的天灾人祸，展开人道救助行动，同时为时代作见证，为人类写历史。

“台湾平安有福，是大家共同造福而来的；台湾要像永不枯竭的涌泉，民众点点滴滴长期付出。师父期待每一位慈济人都能造就‘千手观音’，不断地净化人心、接引

人间菩萨。菩萨要无处不在，用慈眼视众生；用现在的语汇来说，全球众生都是生命共同体，与天地共生息。”

“众生共业，现在大家共同制造污染、破坏大地，环保问题严重，影响气候变异，造成四大不调的灾难，让众生受苦，都在因果果报的循环中。所以不断教你们照顾好这个大团体，也要照顾好会员，把流失的会员找回来，最重要的是慈济人要回归初心，见到人就对人说慈济，邀大家一起做好事；会员要认真带，委员要认真‘箍’。”

上人说，慈济人的心不能疏离，无论资深者或新进者，都要照

顾好慈济的精神理念，否则慈济会变成没有精神脉络的慈善机构，无法建立历史，不能传续法脉。

希望大家借着救助被伊代气旋重创的非洲三国，向大众劝募爱心，呼吁在不影响生活的情况下，为世间苦难人尽心力；每天存下三点三元，成为每个月捐新台币一百元的慈济会员，可以帮助无家可归的受灾居民重建家园。

“修学佛法，要让大家都知道成佛就要行菩萨道，把握机会救拔苦难。因果观是用来警惕自己时时谨慎，而非用来认定别人就是过去造业，所以现在受苦；要用如同佛菩萨的慈眼视众生，看见众生苦难，要发挥慈悲、智慧去救助。”

4/15~16 《农三月·十一至十二》

福慧平行

【静思小语】入群处众，过于理智，会显得冷漠，但是有福无智更茫然；福与慧要平行并进。



同理心，如同身受

台湾与东非有六个小时的时差，四月十五日于每周例行的志业体会务报告时，上人谈到非洲三国

风灾援助，感恩在前线的志工与同仁，也感恩守在本会、不分日夜持续与非洲志工联系互动的同仁，不是为了职业而上班，是为了志业而投入。希望亲自投入的慈济人与持



4/17 《农三月·十三》

医病情

【静思小语】医者视病如亲，病患由衷感恩，医病之间才有良性互动。

追求医疗品质

聆听医疗志业体主管报告后，上人对大家道感恩，并指出“感恩”是内心的真诚感受，“谢谢”说过就过了，“恩”则是一颗种子，永远铭记在心。“恩”字的字形是“心”上有“因”，“因”就是永恒的种子；有心，还要立志，“志”是“心”上有“士”，高知识分子用心做学问，深入研究还能实行，才不会流于空谈。

上人说，慈济在花莲建医院，是因为当时深感东部欠缺医疗资源，一念心很单纯，到现在有大大小小七所慈济医院分布台湾，“守护生命、守护健康、守护爱”的初心立志仍未改变。“各所慈济医院的建立都有因缘，不是为了与人争利而做，也不曾想要与人竞争。既不是为了赚钱，现在营运平稳，已经有一定的基础，就要靠各位主管承担起责任，持续提升品质。”

“不论是考执照，或是医疗评



上人聆听思贤师兄报告东非伊代风灾慈济赈灾进度及规画。（4月17日）

大地人群的付出。

慈济长久以来深入人间苦难之地，为苦难人无私付出。透过网路传讯、大爱台的报导，大家可以跟随全球慈济人的脚步，看见种种人间苦相。

“见苦知福，要很知足，更要有感恩心，感恩有这么多人各行各业努力工作，共同维持社会运作，才有办法让我们过着衣食无缺的平安生活。”

上人说，台湾的土地面积很小，和世界上大多数国家地区的国土相比，实在微不足道；然而慈济人道援助的力量，可以从小小的台湾扩及全球五大洲，是慈济人与台湾民众点点滴滴的爱心长久汇聚而来。

最近常教大家不可以忘记“竹筒岁月”的精神，无私助人的爱心要长久维持；在非洲伊代风灾发生后，各地慈济人也发起“竹筒回娘家”。上人表示最希望慈济人能唤起人人真诚的爱心，无私付出的善念最纯粹、最宝贵。



续了解最新赈灾讯息的同仁，要把握机会对其他志业体同仁们分享，让大家以如同身受的同理心，对世间苦难多关心，见苦才知福。

“我这一生感恩的人很多，因为全球慈济人不论离我多遥远，都与我有同样的精神，从最初延续到现在，在许多国家留下踏实的足迹；大家走得比我更远、更深入。”

慈济的四大志业、八大法印，在这几十年间做出成果。慈济大学今年首度参加世界大学排名评比，荣获世界大学影响力排名第六十七名、全亚洲第十名、全台湾第一名。这项排名是由英国《泰晤士报》以联合国永续发展的十七项指标做评比而得。

上人谈到日前王本荣校长来精舍，诚恳表示慈大能获此殊荣，要归功于全球慈济人，是慈济让慈大具有这分影响力。“无论属于哪一个志业体，四大志业是共同体；国际认定慈济对世界、对人心的净化起作用，具有一定的影响力，我们自己要懂得爱惜，对于这项评比与有荣焉。”

上人说，联合国的十七项指标，慈济踏实做到、做出成果，慈济大学获此殊荣，要自爱，要让师生都知道慈济大学的人文起源，知道慈济四大志业对社会的贡献，对

比，慈济医院都是名列前茅，这不是师父做得到的，我听了总是欢喜安心；因为我对大家唯一的希望，就是把医疗品质照顾好。”

上人表示，人与人之间的互动贵在真诚，现代科技发达，医疗仪器愈来愈精密先进，但是医疗如果只靠冰冷的仪器检查与治疗，医病之间缺乏沟通互动，缺少情感的连结，会变得很冷漠。

上人指出，要从医疗教育开始，就让医学生重视医病情；医师

对病患有如视病如亲的关怀，病患才能由衷产生感恩心，医病之间即能有良性的互动。

慈济医疗志业的特别之处，还有造血干细胞捐赠以及大体捐赠，做到了其他机构、单位做不到的程度。若没有慈济志工的努力推动与奉献，也无法有此成果。上人教大家珍惜与把握，达到“四大合一”，四大志业相辅相成，展现慈济志业最为宝贵、最为独特的人文内涵。

4/18~19 《农三月·十四至十五》

菩萨道不停步

【静思小语】行菩萨道，停步便往下滑；走过辛苦的上坡路，就能看见开阔美好的风景。



就近做慈善

十八日午斋过后，静谧的午间时刻，突然一阵天摇地动，地震后，基金会在花莲本会成立防灾中心，主管同仁与各志业体、台湾各地慈济会所联系，大家回报平安。随后得知这起发生在午后一点零一分的地震，震央在花莲县秀林乡，芮氏规模六点一，地震深度十八点八公

里，全台有感，所幸无灾情传出。

四大志业志策会下午在精舍召开，许多志业体主管共同经历这次地震；上人开示时谈到，地震震央在花莲，除了摇晃程度较大，也感觉持续时间较长。最近不断教台湾慈济人“莫忘那一年”，回忆九二一大地震之后，动员赈灾的情形，即是要大家莫忘当年教训，戒慎防灾，也要汇整影像、文字资

料，借由九二一大地震二十周年展示教育大众。

曾经有地球科学专家告知，大地震有周期性，闻言甚感忧心，所以去年行脚到各地，都要慈济人上台分享九二一地震赈灾经验。

“我在台北提起九二一，是希望他们回忆到中部支援的情形，不过一旦打开话匣子，他们就谈到九二一地震发生当天，台北慈济人到倒塌的东星大楼、‘博士的家’两处灾区做急难救助的情况。”

“到了高雄、台南，再教慈济人‘莫忘那一年’，高雄慈济人对我说：‘师父，我们可以回忆十年前的莫拉克风灾赈灾吗？’可见慈济人不论在哪一个地区、面对什么样的灾难，都是集中力量救灾，成为铭记在心的深刻记忆。也不由得庆幸还好有慈济人，就地、就近做慈善，在急难时立即发挥良能。”

“慈济成立即将届满五十三年，超过半世纪；从慈善、医疗、教育到人文志业，硬体、软体在前四十年逐一建置完成，既不是慈济有庞大的慈善基金，也没有企业财团支持，只是凭着人人的爱心，由慈济人向大众募款，一点一滴的少额捐款都不放弃，累积成就志业的大力量，很辛苦、很不容易，所以我们更要珍惜。”

上人说，志业建设大致完成，但是近年来还在进行“减灾希望工程”，为台湾几个县市的学校重建稳固的校舍。“四川大地震发生后，行脚时对各地慈济人谈到慈济在川震灾区的付出，地震发生在白天，校舍因地震倒塌，许多师生来不及逃生。屏东有一位慈济人听了就对我说，她的孙子就读的学校建筑老旧，上课时还会有剥落的水泥块掉在桌子上，她很担心地震来时，学校建筑承受不了。于是我对当时的屏东县曹启鸿县长提起，若是屏东县有需要修缮或老旧不堪使用的学校校舍，慈济愿意援建。”

“这并非受请托而做，是慈济主动向地方政府表达援建意愿。从屏东开始，接着为台东、花莲、苗栗等县市总共二十六所学校，重建老旧危险的校舍。我的理念是取于社会人间，就是要用于社会人间，尤其教育是社会未来的希望，关乎孩子的安全，援建更要加紧进行。”

在会议中听到四大志业的分享，上人感恩大家的用心，并期许“四大一体”，慈善、医疗、教育彼此支援，提升品质，而且都要具有人文精神，才能合和互协；四大合一，共行共荣，获得国际肯定的殊荣，由大家共享。

4/20 《农三月·十六》

唤起人间温情

【静思小语】全球暖化，地球需要降温；但是人心要升温，不要让人间冷漠以致灾难四起。



半世纪始终如一

与返回精舍朝山的慈济人座谈，谈及与过去截然不同的社会现象，上人语重心长教导：“发心就是发自内心，要知道自己做什么，认识人间与自己的关系，更要知道菩萨道必须身体力行，知、识、行。”

慈济走过五十多年，为大地人间的付出，或许有人口头上说认同，但是心态上不见得会珍惜；《法华经·如来寿量品》中，佛陀也提到这样的心态，并且说故事譬喻——

一位长者是很高明的医师，家中的孩子生病，长者开药医治，但是孩子不珍惜，没有按嘱咐吃药，病情没有起色。所以长者想出一个办法，对孩子说他要出远门，临走时告诉孩子药放在哪里，需要时可以服用，孩子仍然不以为意。岂料不久有人告诉孩子，父亲已经往生，孩子们慌张失措，想起父亲临

走时的叮咛，赶紧找出药来服用。

上人说，佛陀在世间说法四十多年，从四圣谛、十二因缘讲起，循循善诱，让大家渐渐深入道理，修身、口、意，到最后才“述佛本怀”说大乘菩萨法，教众力行菩萨道，但是大家知而难行；慈济从“竹筒岁月”的克难中起步，就已经行于菩萨道上，接引出人间菩萨，从慈善、医疗、教育、人文，开展四大志业、八大法印，利益天地人群的志业，从台湾扩及全球五大洲。

“佛世时尚未有人间菩萨，佛陀介绍过去已成就的菩萨作为典范，鼓励大家学习。像是观世音菩萨在久远之前早已成佛，是以菩萨身来人间帮助释迦牟尼佛度众生，佛陀用菩萨的精神与典范教育大家。所以后世学佛者学习佛法，要掌握佛法的精神宗旨，并且把握时间身体力行。”

人生无常，分秒不断流逝，慈济志业也在分秒中不断累积与成

就，并且得到国际肯定。“在这个大时代，生活不像过去那么辛苦，但是人心变得很执着，有钱的人很重视享受，忘记自己的财富是取于社会，要回馈社会。”

上人回忆，决定盖花莲慈济医院时，慈济缺乏资金与人力，还是靠着一群婆婆妈妈，踏破了绣花鞋，向大众劝募；“她们心念很单纯、生活很朴素，只凭着真心真情，一心一志，见到人就说慈济、邀约行善，点点滴滴聚沙成塔，一块砖、一块砖辛苦劝募，堆叠起志业基础。”

“即使有人对师父有成见，但是我很安然自在，感恩我这一辈子可以有交代，因为我没有污染；虽然无德也无能，但是走过半世纪，始终如一。”

上人说，虽然外界的赞誉与肯定，颁奖表扬或排名评比等等，只是一个虚名，但是要在人间行事，也需要有名相，才能走得出去、做得到想做的事。希望大家都有清楚的认知，精神理念正确不偏差，启发大众的爱心，也能长久维持这份清净大爱；人人发善心、勤造福，才能让社会祥和、天下无灾。

4/21~22 《农三月·十七至十八》

堪忍世界

【静思小语】无分贫富，都要面对生、老、病、死；堪得忍耐，把握时间耕耘生命的福田。



感念佛恩

二十二日，北区浴佛团队返回精舍报告今年浴佛典礼筹备进度，上人感恩大家年年应场地、人员的变化，用心调整布置及步骤等，总是舍不得大家长时间忙碌，也期待人人做得欢喜，更要充满法喜，带

动大众发自内心感恩与尊重佛法。

学习佛法，能知人间道理，了解苦、集、灭、道，从佛法中找到灭苦的方法。“举办浴佛典礼，就是要感念佛恩，感恩心要用尊重的态度来表达。”

高雄志工方汉武等具有烘焙专业的慈济人组成寿桃团队，已经回



4/23~24 《农三月·十九至二十》

觉有情

【静思小语】忠诚的信仰能破除内心的执着，还能以超然觉悟、无私大爱平等对待所有人。



台北监狱典狱长谢琨琦（中）等人前来拜会，并呈狱友临摹上人法相的沙画作品。（4月21日）

步步虔诚精进

一九六六年，克难慈济功德会成立时，上人和几位弟子尚借住普明寺后方的小木屋；之后获上人母亲王沈月桂女士捐赠一甲半土地，并资助筹建静思精舍。一九六八年二月立春当天，静思精舍大殿动工，一九六九年农历三月二十四日建造完成并启用。

今年农历三月二十四日，既是慈济五十三周年，也是静思精舍落成启用五十周年，多日以来，海内外各地的慈济人怀抱感恩祝福之

心，回到心灵故乡，在精舍师父们的带领下，分成多队，由不同路线虔诚朝山。上人在大众进入主堂、中庭、人文讲堂等空间坐定后，分别前来看望大家并开示。

“天天都听到外面传来大家朝山的佛号声，步步都在精进中。很感恩全台慈济菩萨，精进、有次序，内修外行，慈济就是如此，步步虔诚精进走出来的。从过去、现在到未来，这分精进心都不能消减。”

“要记得：‘静思法脉勤行道’，不勤行就无法脉可说，所以一定要‘勤行道’。从精舍的修行

今年四月，慈济五十三周年庆期间，海内外慈济人纷纷回到静思精舍，在常住师父带领下朝山；下雨天，众人穿着雨衣，虔诚精进。（摄影/廖月凤 2019.04.27）



到精舍多日，和精舍常住一起制作寿桃，发送给参与慈济周年庆朝山的会众及各志业体同仁们一颗颗饱满又美味的寿桃，包含了最诚挚的祝福。

上人向寿桃志工团队道感恩，期勉大家永远都是灵山法会的有缘人，生生世世不要断了缘；也请大家把握投入慈济的因缘，在人群中六度万行。“走入慈济，开阔了心灵世界，与天地众生共生息。行菩萨道要先开大门，看见菩萨道那一头有这么多苦难众生，进一步实际走这条大道去救助。”

上人谈到，刚刚看到伊代风灾赈灾团队回传的资料，一位单亲妈妈做回收养家，三周所得只有大约新台币九十五元。“在座者都很有福，人人平时在烘焙业，做一颗馒头，大约要卖三十元新台币，这个

金额却是东非灾区居民平时做工一天所得的工资，还不一定每天都有得做。在台湾，一般人对饮食很讲究；他们在那样的环境生活，有得吃已经很好了，很多人长期饥饿，实在是苦不堪……”

“我们所在的娑婆世界是堪忍世界，即因有种种苦，所以必须堪得忍耐，而且无分贫富，都要面对生、老、病、死的自然法则；唯有把握时间，善用有限的生命，播下福的种子，好好耕耘生命中的福田。既然有因缘看得到、走得到、做得到，就要赶紧把握，大开菩萨门、勤行菩萨道。”



者，到护法的居士菩萨们，法脉一脉相传，建立‘慈济宗门人间路’，以菩萨精神救拔人间疾苦。慈济走过半世纪，这五十多年来所做的一切，都是在开道铺路，不曾离开菩萨道。感恩各位菩萨，慈济即将迈入第五十四年，请大家持续精进，步步踏实，福慧双修。”

上人走到中庭，大众齐呼：“上人好！祝上人法体安康，常住世间，法轮常转，无量寿福。”上人叮咛大家惜福、惜缘，珍惜、守护慈济大家庭，结大福缘为天下付出。随后亦到人文讲堂，在大家拜诵皈依文之后对众开示，虔诚皈依三宝，就要把握时间，殷勤精进。

人才培育方向

二十四日，花莲慈济医院林欣荣院长等主管报告时，谈到住院医师等医疗人力缺乏，上人开示，这不只是慈济医院，也不只是台湾医疗的问题，之前听到海外医疗人士提到，有些医院虽然有教授级的主治医师，却没有住院医师、实习医师可以跟着学习，医学生毕业后不愿走入临床，或是选择压力较低的科别；而且社会风气讲求休闲、要求休假，需要轮班、值班，甚至全天候待命、长时间抢救生命的高压

力医疗工作，更没有年轻人愿意投入，医疗人才出现断层。

“比起四、五十年前，现在台湾的生活很富足了；物质生活不匮乏，但是心灵上总是不满足、不快乐。要如何才能让人心灵富足？就要引导人了解生命的价值，让人提升‘觉有情’的清静真情，懂得付出助人，这是慈济的方向，也是慈济医疗、教育志业培养人才的方向。”

上人强调最初慈济办学，是要为医疗志业培养具有真诚之爱的医疗人才，所以才会从护专、医学院，渐次发展成现在的慈济科技大学与慈济大学，这是教育志业的精神根源，大家都要清楚。

慈济在台湾成立四大志业，有八大法印，上人说，八大法印之中，骨髓捐赠在万般艰辛之中，全台慈济人护持与努力之下，走到现在已经二十六年，给予台湾与国际间的血液疾病患者生存希望；骨髓捐赠属于医疗范畴，而大体捐赠的推动，则对医疗教育有很大的助益。

“慈济人尽心尽力为社会人群而付出，到了人生最后，破除迷信、没有忌讳，不论在哪一个县市往生，都要赶时间送回慈大，成为医学生的大体老师。大学的大舍堂给予大体老师很妥善的存放空间，也让大家很放心地捐赠大体，有一

个心灵的安慰与依托。”

“台湾的医疗环境或许很竞争，而我们推动骨髓捐赠以及大体捐赠，是慈济的特色。很感恩林院

长号召这么多有志一同的学者，顶尖的医疗专家，让慈院的临床、研究等等不断提升，希望大家共同努力，持续精进。”

4/25 《农三月·二十一》

声音的环保

【静思小语】要提倡“声音的环保”，多说好话，不说无用或伤人的话、不争口舌之利。



勇闯心灵关卡

大爱台同仁们报告近日工作规划，上人提醒大家，全球暖化的问题，不是发起劝素活动，设计闯关、邀约一餐吃素就能解决，如果不能把环保道理导入人心，也只是为了一次活动而多花时间、多忙碌，徒然增加碳足迹，无法收到成效。要让人懂得惜福，平等尊重众生命；要闯的关卡是心灵的关卡，克服口欲坚持茹素。

“举办人文活动，要有精神重点，例如以素食、环保为主题，就要用心分析荤食对人体、对心灵、对地球环境的影响，并且提出科学统计数据。”

上人说，除了教大家“感恩尊

重生命爱”，还要“和敬无诤共福缘”，否则现在的人我执深重，人与人之间常起争执，争权夺利，也要争口舌之利，这样的声音也是一种垃圾，所以也要提倡“声音的环保”，要说就要说有用的话、说好话，不要说无用或伤人的话语。

“大爱台要如清泉，涌出的点滴之水都是清澈无染，泉涌不绝地持续净化人心。”上人肯定大爱台运用电视媒体传播力量，也感恩同仁们随着慈济赈灾脚步，带领大众看见世间苦相，“开启菩萨心门”，救助苦难众生。

开启菩萨心门

晴空下微风轻拂，来自台湾各

地的慈济志工与会众，在常住师父的带领下虔诚朝山。大众回到定点之后，上人前往主堂、中庭与慈悲广场为众开示：“天气很热，礼拜时接触地面，应该也会感到烫，但是大家心静自然凉，这分虔诚心很令人感动。我们要时时像朝山一样，无论接触到什么境界，仍然把握时间，朝正确的方向精进。步步精进，慧命寸寸增长；点滴积福，日日造福，为台湾祝福，也为天下祝福。”

与返回精舍朝山的慈友会志工谈话，上人谈到东非伊代风灾居民受灾之苦，也叹言，这些国家的居民长年穷苦，工资微薄，家中人口多，要求得温饱已经很困难，更无力改善居住环境。

“与他们相较，我们生活在富裕、平安的社会，或许平时总是追求享受，还要挑剔食物好吃、不好吃；昨天我问做寿桃的志工，这颗寿桃如果摆在面包店，大约卖多少钱？他们回答大约新台币三十元，这就差不多是非洲民众一天的工资了。”此时适巧常住师父们端来刚做好的小寿桃点心，上人笑言：

“喔，你们可以吃了。”

“我对你们说这番话，是期待人人打开菩萨的心门，看向菩萨道的那一头，苦难人这么多，菩萨一定要迈开脚步，伸手救助苦难众生；不只是自己发心，要不断地邀约亲友共同行善，合起来的力量可以帮助更多苦难人。”

遗憾，慈济成立超过半世纪以来，因缘一点一滴累积，有这么多人间菩萨做慈济事，而且从台湾开始，一直延伸到国际。”美国是第一个成立海外慈济据点的国家，上人感恩最早期的思远、静念，以及持续推动美国慈济会务的思贤、慈玺、静谊、慈伦等人，在美国拓垦、播种，才能让慈济志业在许多州郡蓬勃开展。

看见各州慈济人为美国慈济三十周年庆总动员，感受到大家的合和互协，上人表示肯定：“要动员、整合这么广大区域的这么多人，虽然很辛苦，不过人间有许多事，就是要靠许多人合心、和气、互爱、协力才能完成。”

“也看到慈济总会园区环境之美，虽然师父不曾去，不过我的心都会到，我能体会在那里办大活动，从事先的规划、场地的整理等等，都要投入大量人力，做到让人人法喜充满，真的不容易；虽然过程难免遇到困难，但是有心就不难。”

上人说，在座的慈济人应该跟师父一样，庆幸走入慈济，否则人生路走不宽，只是为自己的事业努力，赚了再多钱，享受也很有限；名气再大，往生以后不必过几年，就再也没有人提起。大家在慈济，为素不相识的苦难众生而付出，与不同领域的人相识，和来自各州甚

至世界各地的慈济人结法亲缘。

“我们关心很多人，相对也有很多人关心我们，这就是因为我们把人生路拓宽成为菩萨道，打开了这一扇菩萨门，看清楚这一条大道的另一边有许多苦难众生，赶紧迈开脚步去救助；若没有苦难众生，就无法铺出这条大道。”

“与工作上、事业上认识的朋友不同，慈济人有共同的志向，没有营利收益，大家所关心的是如何做慈善，如何为苦难人付出；慈济做医疗、教育，也不为营利，而是希望救助贫病，为社会栽培有品德、有爱心的好人才。这一条道路，一个人开辟不了、铺展不出，要感恩与我们同行的慈济人，否则孤掌难鸣。”

“慈济走过半世纪，这条路没有离开过苦难人。四大志业都是应社会人间所需而建立，人道援助工作扩及全球九十八个国家地区，大多是当地发生大灾难，慈济人找寻因缘而去救助；其中有些国家，慈济人延续这分因缘，让志业落地生根，已经有五十八个国家地区有慈济志工。如《无量义经》所述，慈济人在国际间‘布善种子，遍功德田’。”

上人教大家莫忘根源，要恒持初心，带动人人爱心，维持清净的善念。“东非伊代风灾后，慈济呼吁大家发挥爱心，看到有的人无

4/26~27 《农三月·二十二至二十三》

资深更要用心

【静思小语】传承过去的经验，能彰显生命的价值；陪伴后进则让人生不空过，慧命增长。



枝繁叶茂，莫忘根源

美国慈济人返回精舍，连续两日进行美国慈济董事会，二十六日下午主要报告慈善、医疗、教育志业现

况。上人开示时强调，志业发展如培植大树，不能只看枝干与树叶茂盛，地底的根源更要照顾好，让根扎得深、伸得广，整体才能稳固。

“我很庆幸，我这一辈子没有

动于衷，我很伤心也很害怕，怕的是人心的爱消失，福的力量减退，灾祸会增长；若是众生的福气不盛，业力的气流就会像气旋一样，造成毁灭性的大灾难。”

“美国慈济人很用心，不过还要更努力向下传承，要带动年轻人，包括你们的下一代、再下一代，要想办法把孩子带出来，也与其他年轻人用心互动，照顾、巩固好根本，让法脉宗门世代传续，不要让法脉宗门的这条绳子弹性疲乏而中断。”

精而不杂，进而不退

二十七日上午，继续进行美国董事会，报告事项包括入人群募爱心、重要事项请示，以及美国三十年回顾与展望。

上人说：“最近这一段时间，即使遵照医嘱休养，可是我的心灵同样不离苦难世间，一直记挂着遭受伊代风灾的东非三国。近两年来，我不断提起，慈善志业的重点要放在非洲；现在开始也真的就是以非洲的慈善救助为重点工作了，所以我很认真地一再对众谈到居民受灾之苦，期待人人看见苦难，能够发挥爱心。”

“昨天听到回报，已经有五十五个国家地区的慈济人就地募

心募爱，不论募得的款项多寡，五元、十元的点滴力量，都要归于国际赈灾，重点援助东非三国。”

上人引述志工陈宝如方才所言，向人劝募爱心，不能“不好意思”，不敢向人开口，因为这不是为自己，而是为天下众生；就像五十多年前的慈济人，看到人就说慈济，点点滴滴都不放弃。对方愿不愿意响应，决定权在他们自己，要看对方有没有这一分行善的因缘，于劝募者无增无减。

此时科技发达，资讯取得较过去容易许多，但是人心却比以往更不尊重法。上人谈到过去听经闻法不易，所以大家尊重三宝、敬重佛法；现代可以将经藏存于云端资料库，只要用手指一点，可立即运用电子工具查询佛典经文，以及经文注疏，要读经、理解佛经道理并不困难，也因此易生轻慢心。

此时大家对于佛法道理，多是知易行难；知而能行，才能真正摄受佛法，吸收法水滋长慧命。上人表示自己晨语解说佛法道理，并不着重于解说名相词汇，而是述说现在人间事相让大家了解；见世间之苦，才能自知己身之福。

上人叮咛大家珍惜因缘，信、愿、行，不要让殊胜的灵山会变成指末的法；若是让佛法只存在

网路，万一发生不可挽回的网路灾难，佛法就真的消失了。“现在的机器比人更精，人类不能不精进，一定要信、愿、行，修六度，精而不杂、进而不退。”

上人教美国慈济人珍惜、守护慈济根源，让根伸展得更深、更广，源头不枯竭。“希望慈济人莫忘根源，‘静思法脉勤行道’，要持续精进，不能停滞。你我之间有欢喜法缘，所以此生欢喜同行菩萨道，我也很感恩此生都遇到好人。我们在今生发愿，把握因缘身体力行，种善因、结善缘，让我们的愿、行延续到未来。”

法遍虚空，行遍世界

“菩萨道是要靠人走出来的，

否则法遍虚空，要谈、要论是述说不尽；但是慈济人行遍世界，真正做到了，所以我很感恩全球慈济人，尤其美国是慈济走向国际的第一站，所以对海外志业的根源，当初在美国拓垦志业的人，我都念念不忘。”

董事会结束后与美国慈济人座谈，上人请资深志工要不断传承还要陪伴，“传承是传承过去的经验，彰显生命的价值，陪伴是让生命不空过，慧命才能增长。”

上人也希望大家不要因为繁多的慈济活动，而忙碌到忘失初心，要回头找寻根源，找回过去的积极与精进，才能把来自源头的法脉正确传承下去；法亲之间要合和互协，跑得快的要回头呼唤大家跟上，彼此勉励。

4/28 《农三月·二十四》

念彼观音力

【静思小语】人心无明刮起黑风，更要提起菩萨愿力，忍一时而成就利益大众的好事。



此生无憾

今天是农历三月二十四日，慈

济五十三周年，也是静思精舍落成启用五十周年。海内外多处慈济道场的慈济志工，透过网路视讯共同

参与志工早会，聆听上人开示。

“今天对我来说意义重大，五十年前的这一天，第一次在静思精舍大殿做早课，就当作是启用典礼；前一天，我们匆匆忙忙地搬进大殿，都说：‘好满足！’终于有牢固的房屋，可以在这个空间礼佛修行，也可以在这里生活；三十几坪的空间，是我们当时六、七个人温暖的家，也是慈济功德会的办公室。”

上人说，在精舍落成以前，慈济功德会在克难中成立，当时还借住普明寺的小木屋，空间更窄小，生活更困苦，但还是坚持做慈济；每个月的发放日，有时还得借米、借油来煮咸粥，供应给前来领物资的照顾户，以及来帮忙的慈济人与会众。

“在这个简陋的小空间过了三年以后，我们终于拥有自己的小道

场，实在很开心。再过几年以后，师父来看我，我们事先把我睡觉的地方挪出来，让师父小住几天。后来我到台北看师父，他对我说，几个人挤在那么小的空间礼佛精进和生活起居，并非长久之计，应该让大家有一个好好休息的空间。所以我们向农会贷款，也加紧做手工，很辛苦地在精舍后方再盖一排建筑，里面有办公室，晚上把日式拉门关起来，或是办公桌下都可以睡。”

“想起过去，我觉得是游戏人间，大家乐在其中，心不被贫穷困扰。每一年的冬令发放，都在精舍外面简单搭建的铁皮屋里面，整理要邮寄、要托运的物资。慈济委员事先会到每一个家庭访查，也会为还在上学读书的孩子量身，为他们购买、制作新的卡其制服。”

“这一路走过来，除了常住师

比利时驻马来西亚大使巴斯卡 (HE Pascal Hubert A Gregoire; 左二) 经常参与吉隆坡慈济活动，与马来西亚丹斯里陈志远 (左一) 来访。(4月28日)



澳洲警官荷西 (Jose Alonso) 与太太凯西 (Kathie Alonso Stafford), 连续两年专程来台参加慈济周年庆，感恩慈济让他们的人生翻转，今年携来一只玩具小熊赠予上人。这是澳洲农民利用当地资源制作的小熊，引发热销后翻转了生活。(4月28日)



父跟着我，过得那么辛苦，也要感恩慈济人，只要我们这个家有事忙碌，都会回来帮忙。”上人转述宗教处同仁回报，今年返回精舍参与周年庆朝山的人数，约有一万五千人。“记得早年有一次朝山时下大雨，大家淋得湿答答，我冒着雨出来，要大家赶快进来，我也被淋了一身湿。很感恩今年的气候还不算很热，而且精舍外面的步道做好了，可以让大家很专注、很安心地

精进朝山。”

上人谈到美国慈济人返回精舍进行董事会，美国是慈济志业跨足海外的第一个国家，所以这两天总是对美国慈济人说“莫忘根源”。

“看到几位资深的美国慈济人，很高兴自己还叫得出他们的名字；他们和台湾的慈济菩萨一样，用生命跟着师父做慈济，很感恩也很感动！”

截至今年四月，已经有九十八个国家地区接受过慈济人道关怀与



慈济五十三周年庆，教育志业主管于志工早会献上祝福。(4月28日)



上人聆听吴柏谦小朋友分享募款点滴。(4月28日)

援助，全球有五十八个国家地区有慈济志工。上人感恩慈济人从五十多年前的“竹筒岁月”，一路跟着自己走过来，完成慈善、医疗、教育、人文志业，而且志业脚步从台湾走向全球五大洲，全球有多少人

因为慈济会员的爱心付出，以及慈济人的菩萨行动而得救，实在无法计算；医疗、教育志业也获得肯定，在全球评比名列前茅；人文志业持续发挥净化人心的良能。感恩之余，也觉得此生无憾了！

4/29~30 《农三月·二十五至二十六》

人间菩萨

【静思小语】不求生在富裕天堂，要更超越，在人间成为菩萨。



过去、现在、未来

二十九日，宗教处主管同仁们报告东非伊代风灾援助进度，上人感叹，莫桑比克、津巴布韦、马拉维灾区广大，受灾者众多，只能集中力量，为有因缘接触得到的地区做中、长期的援助工作。

中期发予居民搭建住屋的工

具，让他们依照向来的习惯就地取材，搭建简易的栖身之所；长期的住屋援建，则需要当地政府拨出土地，由慈济用砖块、水泥建设较为不怕风雨，可以长期居住的屋舍。若有因缘更进一步，在较靠近市中心闹区的土地援建大爱村，慈济也可以同步规划“安生”的职业训练或农耕栽培方案，扶助居民安居乐业。

基金会主管同仁报告志业会务，上人有感而发，一般人可能认为慈济人为了非亲非故的人而花时间、费心力去协助，关心社会人间诸事，也起于行动想要改善社会现况，真是“鸡婆”！然而无论如何，慈济人总是不忍心众生受苦难，以“无缘大慈，同体大悲”的菩萨心，尽力救助苦难众生。

慈济人的“鸡婆”个性，总是要帮人帮到底，而且不断地接引人间菩萨，照顾新发意者就像母鸡孵蛋一样，不曾稍离；小鸡孵出以后，还要持续细心照顾，带着小鸡生活，直到牠们成熟为止。慈济人之所以要持续带人见习，一起去探视个案，就是要让人实际投入，以菩萨心造福人间。

上人期勉主管同仁们，要持续带动年轻一辈，不只是让他们了解法脉宗门的精神源流，必须带着他们在人间运用法、为人间付出，提升生命的价值。“一定要知根源，如果慈济的根源不稳固，法脉很快就会消失，宗门也会在人间关闭。”

“人生有昨天、有今天，还期待有明天；慈济志业有过去、有现在，相信还是有未来。请大家把慈济的法脉照顾好，心门一定要通透，分秒不空过，步步踏实做，利

用生命增长慧命。”

感恩转眼见菩萨

几位海外企业家来到精舍拜访，座中有人开设古董收藏馆；上人说，如果什么都要论价、论真假，会常常处在得与失之间，心灵总是不轻松；慈济志工因为付出无所求，所以无得无失，轻安自在，对于能够付出助人，总是觉得很欢喜。

上人表示，自己和慈济人所关注的是天下苦难，例如东非三国受到伊代气旋重创，这样的消息或许一般大众不甚关心，但是慈济人立即动员勘灾，台湾本会也向全球呼吁爱心去救助。

“这阵子总是‘睁眼看人间，闭眼看地狱’，脑子里所想的都是那一群如处地狱的苦难人；睁开眼睛看着现实人间，有许多很有福的人，乐于响应赈灾，让我觉得很感恩，‘转眼见菩萨’。”

“菩萨不是奉在佛龕上的塑像或画像，而是活生生，能看见人间苦难、走到苦难人身边，伸手拥抱、帮助他们的人间菩萨；因为人间有苦难，才需要菩萨救拔，在人间才能成菩萨。”上人鼓励在座企业家发挥爱心，也欢迎和慈济人一起投入，成为救苦救难的人间菩萨。

●联络处

慈济基金会总部

苏州慈济门诊部

江苏省苏州市姑苏区
景德路367号
TEL(0512)80990980
FAX(0512)65162885

北京/天津

北京东花市联络处

北京市东城区
东花市大街118号花市
枣苑甲3-7号静思书轩2楼
TEL(010)51162598

天津联络处

南开长江道C92
文创园4号楼
TEL(022)83560775

上海

上海长风联络处

上海市普陀区
大渡河路168弄22号H栋
TEL(021)31108791

上海浦东联络处

上海市浦东新区
东方路738号16楼
1601室
TEL(021)38970269

江苏

昆山联络处

江苏省昆山市
青阳南路285号
TEL(0512)86176182

南京联络处

江苏省南京市广州路140号随园
大厦16楼 TEL(025)83207622
FAX(025)83207622

浙江

杭州联络处

浙江省杭州市延安南路
8号天风商厦712室
TEL(0571)87827477
FAX(0571)87827477

四川

成都慈济联络处

成都市金堂县淮口镇
金堂工业园区临波路165号

TEL(028)84989891

洛水慈济服务中心

四川省什邡市洛水镇
通济路洛水慈济服务中心
TEL(0838)8701332

重庆

重庆联络处

重庆市北部新区
杨柳路6号102室
TEL(023)63113857

福建

福州联络处

福州市鼓楼区福新路
239号双子座大厦B座2楼
TEL(0591)83357822

厦门联络处

福建省厦门市湖里区嘉禾路
586号创新城3楼B区
TEL(0592)5717706

福鼎联络处

福建省福鼎市
星火工业区星火路3号
TEL(0593)7966365
FAX(0593)7997939

广东

东莞联络处

广东省东莞市中堂镇
潢涌第三工业区(永磁电子)
TEL(0769)88187799
FAX(0769)88183978

深圳联络处

广东省深圳市福田区
八卦二路鹏益花园
一号裙楼二楼
TEL(0755)25910774

广州佛山松岗联络处

广东省佛山市南海区
松岗工业大道北5号
(欧帝饰品公司)
TEL(0757)85219996

广州番禺联络处

广东省广州市番禺区
石基镇新兴路4号
TEL(020)38262432

广州天河联络处

广东省广州市天河区

华景路33号

TEL(020)38250402

湖北

武汉汉口三阳联络处

湖北省武汉市江岸区
三阳路三阳广场B座907室
TEL(027)82809370

云南

昆明联络处

云南省昆明市五华区
人民中路傲城大厦
B座7楼200号房
TEL(0871)63622629

●静思书轩

苏州静思书轩

江苏省苏州市姑苏区
滚绣坊41号
TEL(0512)65816171转3102

苏州景德店

江苏省苏州市景德路367号
TEL(0512)80990980转4202

厦门湖里店

福建省厦门市湖里区
兴隆路582号之一A
TEL(0592)5717229

厦门思明店

福建省厦门市思明区
禾祥西路12号103店面
TEL(0592)2285766

厦门嘉禾店

福建省厦门市湖里区
嘉禾路586号创新城3楼B区
TEL(0592)5717706

北京富贵园店

北京东城区东花市大街
118号花市枣苑甲3-7号
TEL(010)51005558

北京静思书院

北京市西城区
前门西大街55号
TEL(010)83576080

上海长风店

上海市普陀区大渡河路
168弄22号H栋1楼101室
TEL(021)61231841

上海昌化店

上海市普陀区昌化路
826号1幢104号
TEL(021)52735827

深圳福田店

深圳福田区园岭街道办
八卦一路鹏益花园
1号群楼104
TEL(0755)22380860

泉州新门店

泉州市鲤城区新门街拓
改工程北12#27-29
(梨园戏剧院对面)
TEL(0595)22850338

福鼎古城店

福鼎市古城南路120号
TEL(0593)7832707

长春宽城店

长春市宽城区北京大街
420号百洋大厦1楼
TEL(0431)82761800

青岛东海店

青岛市市南区东海西路
51号16栋网点一层C户
TEL(0532)58692826

无锡湖滨店

江苏省无锡市滨湖区
山水东路98号
TEL(0510)85555805

广州天河店

广州市天河区华景路
33号二层自编201房
TEL(020)38208810

杭州南宋御街店

浙江省杭州市上城区
大井巷20号
TEL(0571)86573839

绍兴越城店

浙江省绍兴市越城区
二环西路396号乐润
幸福财富中心11栋1号
TEL(0575)85133292



摄影/赵耀

无量义经讲述

《无量义经》为《法华经》的开经，是开权显实的枢纽，旨在阐述无量义法门。

证严上人与《无量义经》的因缘起于未出家前，偶然看到日文版《法华经大讲座》，将无量义经一字一字抄下来。一九七二年至一九七三年间，静思精舍举办《无量义经》佛七法会，当时许多人未曾听过《无量义经》，台湾也没有流通单行本，于是上人用铁笔在钢板上一笔一划，抄刻整部《无量义经》，再用蜡纸复印，供大众诵读。

《无量义经》成为慈济所依循的重要法藏，证严上人在历年来不断开示与引述，辅以当下时事阐释其义理。本书编纂依据上人在一九七二年与一九七三年开示内容，特别强调慈济的意义不离《无量义经》，而《无量义经》就是慈济实践的精神。

本书由静思精舍常住法师与清修士、居士大德等，共一百三十多位参与编撰，从原始录音带重新逐字听打开始，到不断的顺稿、校对、勘误，再经过居士大德试读、精舍法师审读，就阅读之事相、义理与疑惑，提出辩证指导，反复修正后定稿，谨遵证严上人开示脉络与语境，恪守“信达雅”之原则，以期读者能领受当初上人开示的精神。



撰文/摄影 王红

四川慈济实验学校姊妹校签约仪式

四川省绵阳市游仙区慈济实验学校（简称游仙慈济学校）搭建“合作 共享 成长”的平台，与四川省九所中学分别与之签订姊妹校，从而实现“理念共享、资源互通、品牌共创”的目标。此次除慈济在川援建的中学外，也有其他四所非援建学校加入。

游仙慈济学校校长张鲲展望未来，满怀信心地说：“我们会依托姊妹学校的平台，进一步开展不同层面和形式的交流活动。”

洛水慈济中学尹显强校长也有自己的期待：“九个学校发展情况各不一样，地区差异也不一样，我们通过这个平台互相学习、互相融通、互相成长，各自取长补短，对几个学校的发展起到很大的促进作用。”

游仙区忠心镇香港马会初级中学校长申定荣分享：“张鲲校长很关注我们农村义务教育，每年都来指导我们，安排师资交流活动等一系列方式，来带动我们这些相对比较落后的学校。”

游仙慈济学校经过十一年耕耘，从当初的几百位学生到如今四千位学生，希望藉由姊妹校的签订，在办学理念交流、教学经验分享、名师结队帮扶、特色学校建设、优势资源分享等方面，进一步扩大交流的领域和合作的内容，让学生全面成长、让教师专业进步、让学校快速发展。