

# 慈濟

2017年第03期 总第48期

准印号 /S(2016) 00000117

内部资料 免费交流



· 主题报导 ·

## 环保的希望

为净化心灵做活水 为祥和社做砥柱 为闻声救苦做耳目

### 修忍辱，运悲智

处顺境，生警惕，  
谨言慎行，造好因，结好缘。

遇逆境，明因果，  
恶来善往，修忍辱，运悲智。



摄影/李白士



画作/林淑女

## 大智、大仁、大勇

立弘誓愿，以大智、大仁、大勇投入人群；  
慈悲忍辱，柔和感化刚强，坚定做对的事。

◆ 证严上人主讲 编辑部整理 二〇一七年三月一日至十六日

一月五日全球慈济人精进日，有二一十一个国家和地区、超过两万人在各地会所视讯连线共修；静思精舍也满满是人，海外回来的马来西亚与缅甸志工，分享在地推动志业的心得。

缅甸二〇〇八年遭遇纳吉斯风灾，慈济人深入赈灾。其中地缘较近的马来西亚志工更长期关怀，因此带出

缅甸菩萨种子，一起救拔当地苦难。

慈济协助贫农复耕，所提供的稻种被当地人称为“福种”，农民翻转人生后，再去帮助更贫穷的人。农民乌丁屯受慈济“竹筒岁月——日存五毛钱”的精神感动，每餐煮饭前抓一把米存在塑胶桶，装满了就捐给需要的人。“日存一把米”就能帮助穷人吃饱，带动居民

纷纷效法，开始存“米扑满”。

了解慈济“不杀生”理念后，乌丁屯也改变耕种方式，不再撒农药，用一片诚心耕作，如此不但没有病虫害，还年年丰收。经济状况改善后，他买了一块田地，耕作收成全部捐出助人，成为名副其实的“福田”。

另一位农民乌善丁，招募了八个村落人家存“米扑满”，每个月回收扑满里的米就重达五百多公斤，可以供应二十八户穷困人家所需。粒米成箩，证明人人点滴爱心汇聚，爱的能量无限大！

**以理自责，以忠自恕；  
任劳任怨，做对的事。**

《法华经·劝持品》描述灵山法会上，比丘、比丘尼先后得佛授记，发愿奉持《法华经》，往他方世界弘法利生；却不愿意在娑婆世界宣说，因为此地众生刚强傲慢，太难度了。

佛陀发愿生生世世度化众生，也循循善诱弟子闻法后要发心，在娑婆世界延续教法。弟子们却不敢继承佛志，惧怕在恶浊的娑婆世界难以堪忍，犯下无心之过。

佛陀默然环视弟子，希望能有体解佛意、不怕辛苦的人主动承担。此时，有一群菩萨“即从座起，至于佛前，一心合掌而作是念：若世尊告敕我等持说此经者，当如佛教，广宣斯法。”表达愿意承担，“周旋往反十方世界，能令

众生书写此经，受持读诵，解说其义，如法修行，正忆念。”

这些菩萨听佛宣说妙法，看佛为弟子授记，了解佛心的恳切；只要是佛陀关心护念的境界，他们愿意耐心前往弘扬教义，相信没有道理行不通的地方，也没有不能度的人。

佛陀不愿放弃任何一个人，也期待弟子无论何时、何处、何地，都能普遍传法，也就是发“四弘誓愿”——“众生无边誓愿度，烦恼无尽誓愿断，法门无量誓愿学，佛道无上誓愿成”。

然而人心总是惧怕辛苦与险恶，想要处在舒适安全的地方；即使是修行者，也因深知娑婆世界陷阱多，而想要远离人群，与人、与世无争。但是不忍众生受苦，我们应该“深知佛意，为法募人”，以大智、大仁、大勇投入。

“浊劫恶世中，多有诸恐怖，恶鬼入其身，骂詈毁辱我。我等敬信佛，当着忍辱铠，为说是经故，忍此诸难事。我不爱身命，但惜无上道，我等于来世，护持佛所嘱。”这群菩萨明知末法时期人心刚强、恶劣加甚，仍勇于护持正法，即使舍身也在所不惜。

看看现在的世界，确实是末法时代——人心复杂，邪知、邪见旺盛，不只用尽方法毁谤人，甚至结合科技“一人吐虚，万人传实”。

尽管如此，既然发心立愿行菩萨道，就要堪忍，不受娑婆世界的

险恶影响。“大慈悲为室，柔和忍辱衣”，要以柔和的爱感化刚强的恶，自我训练出殷实的“软实力”，以圆融、善解、包容一切。

遭遇毁辱时，要“以理自责”——自我反省是否有错，善解对方或许是“爱之深，责之切”，不要计较，以德报怨：“以忠自恕”——忠于信、忠于理，尽一切所能，任劳任怨，做对的事。

“我等敬信佛，当着忍辱铠”，穿起忍辱衣，身心自然安稳；还要殷勤“四修”，向内守护己心、向外守护众生。尊重修——敬重佛法，心宽念纯尊重一切人、事、物，虔诚修行，不懈怠、不退转；无余修——在人群中结欢喜缘，付出无所求，增长福德与智慧道粮；无间修——勇猛精进，持善断恶，把握当下、恒持刹那不停歇；长时修——人生苦短，计较多增烦恼；不去计较时间有多久，一心一志行菩萨道，生生世世向前。

**闻法入心，惜时精进；  
无畏重任，大爱人间。**

大陆云南昆明志工多年来上山下乡，不畏惧路途遥远艰难，深入穷乡僻壤肤慰病苦孤寡和无依老人，让苦难人有依靠。今年三月他们来台，不是为了观光，而是学习善法，在多个慈济道场精进，回去后带动更多人，凝聚爱的能量照顾贫病。

慈济志工守护在不同国家和地区，明知路途坎坷，还是自在前进。一九九四年慈济赈灾脚步迈入柬埔寨。当地居民饱经战乱，又遇上水、旱灾接连来袭，实在苦不堪言。

慈济在一九九四到一九九七年间，八度伸援柬埔寨，志工足迹遍及十多省；可惜后来因当地政局动荡而中断。近年柬埔寨社会趋于祥和，再度延续这段缘；三月中旬，台湾、马来西亚、越南、新加坡的慈济人医会，首次与当地志工及机构合办义诊。

在磅针省三天义诊，服务达三千多人，纾解穷困者忍病忍痛的无奈。当地年轻志工用心翻译协助医师看诊，并穿梭在人群中招呼居民，让病苦者感受到人间诚挚的爱。

同一时间在南美洲厄瓜多，美国慈济志工援建卡诺亚教堂园区举办动工典礼。去年四月中旬强震，美洲志工迢迢赶往，推动以工代赈打扫家园，让多个城镇恢复市容。被强震毁损的卡诺亚教堂，复建遥遥无期，为了让居民有信仰的依靠以安定心灵，慈济决定援建。

虽然彼此语言不通、宗教信仰不同，但慈济深深把爱嵌入受灾人心中，希望帮助他们安定身心。三月十日，曼那比省总主教罗伦佐主持教堂动工仪式，五、六百位居民观礼，气氛温馨。

期待人人发挥爱的能量，为世间增加温暖、希望与光明。请大家多用心！

# 慈濟

T Z U C H I

## 目录

### 无尽藏

01 大智 大仁 大勇

### 主题报导



### 环保的希望

09 环保中有爱的教育

12 很环保的助学

18 种下环保的树苗

22 班主任的环保课

27 环保的约定

30 来做环保小卫士

32 最环保的祝福

### 特别报导

38 步步踏实的幸福

### 地方通讯

48 一张有温度的床

53 最有意义的生日

56 温柔的力量 善的坚持

### 证严上人衲履足迹 释德伢

63 [ 内容提要 ]:

- 五十年來，推動志業經歷重重困難，上人勉勵，對的事情“做就對了”，終能讓人願意支援並響應。“無論時代如何變化，‘為佛教、為眾生’的至誠心不變。慈濟要開發的是‘心泉’，用掘井的精神，為大眾開一口愛心的井。”

2013年4月創刊

2017年第03期 總第48期

創辦人/釋證嚴

主管/國家宗教事務局

江蘇省宗教事務局

主辦/慈濟慈善事業基金會

顧問/朱永新

主編/濟虹

編輯/洪維 鄭音音

美編/梁明明

編輯志工/慮秦

校對志工/才軒卓 慈晔 范盛花

黃玲莉 李雁 馬麗惠 楊淑華

(按拼音排序)

地址/蘇州市姑蘇區景德路367號

電話/(0512)80990980

郵編/215003

讀者信箱/reader@tzuchi.org.cn

准印號/S(2016)00000117

印刷/蘇州市大元印務有限公司

印刷日期/每月15日

印數/10000本

發送對象/慈濟志工

內部資料 免費交流 歡迎投稿



本雜誌採用環保大豆油墨印制

愛惜資源 請廣為傳閱



封面圖說：  
海滄鰲冠小學同學們快樂地  
學習製作環保酵素。圖片提  
供/洪明華

“要挖多深呀？”四川金堂县白果镇小学举办植树活动，同学们群策群力，一边探讨、一边挖树坑。  
摄影/边静

主题报导

# 环保的希望





通过回收每日营养奶的利乐包，养成同学们回收资源的正确观念。

主题报导

## 环保中有爱的教育

撰文/福建厦门真善美志工 图片提供/洪明华

“慈济的全人教育告诉我，没有所谓的坏学生，只是这个过程有没有用功和努力，不能用成绩来判断一个人的好或不好。”参加慈济两岸教师交流学习后，海沧鳌冠小学老师洪明华在教学理念有了很多改变：“教学生不单单是教学生知识，更重要的是能不能走进学生的心，教做人做事，品德教育很重要。上课不单单是要学生学习几个单词，做人做事比那几个单词更重要。”

当洪明华参加慈济志工培训，了解地球环境出现了这么多问题，“清静在源头”的观念触动她，觉得可以在学校实践。当洪明华向校长提出在校园做环保的想法时，校长很赞同，于是在校园里顺利成立环保站。环保站成立后，除了带动班级的分类回收，也发挥学生创意，利用回收资源制作班级环保墙、创意手工、环保走秀活动等，甚至还有亲子环保阅读、捐衣、环保夏令营等全方位的推动。

另外，学校中有些特殊的学生，行为出现偏差，会打架骂人、偷东西，常常给班主任带来困扰。洪明华找到班主任说：“把班级里的这些问题学生交给我，让这些学生来做环保，看是不是可以改变他们。”每天下午一点二十分至两点，洪明华天天带着这些特殊学生做资源分类，清洗利乐包，洗地板，将场地恢复干净。

学生利用回收光碟片，发挥创意制作环保墙。



两年过去了，虽然这些学生之前落下太多课业，学习成绩不一定进步很多，但品德方面有了明显的进步。脾气暴躁的学生改变想法，不会随便与老师起冲突，不会随便打人骂人，学会尊重他人，合理发泄情绪。

今年读六年级的罗同学，三年前父母分居后离婚，对他打击很大。由于视力不好，有一只眼睛接近失明的状态，导致内心自卑，不喜欢读书，在家会与妈妈起冲突、

打妹妹。自从四年级开始做环保，如今罗同学每天中午安排环保站的工作，就如同一位环保站站长。这两年因为做环保，找回了自信，常常带着同学去收环保资源，也学会照顾妹妹。

另外一位王同学过去不爱读书，父母要么不管，要么打骂，对他充满失望。“不要管他，他没救了。”王同学的爸爸之前这样对洪明华说。从四年级开始做环保，每天准点出现在环保站，现在王爸爸知道他

洪明华（中）经过两年的环保带动，学生在品德方面有了明显进步。



暑期环保夏令营，同学们透过轻松活泼的方式，学习制作环保酵素，将环保落实应用在生活中。

做环保，中午还会给他送饭。

从二〇一四年推动环保，洪明华以身作则天天陪伴学生，让她体悟到：“原来自己不单单可以教书，还能教导做人做事。”

慈济是一个很大的宝库，想学习什么就会有什么，自己的成长收获很多。这两年在学校也做亲子活动，过程中强迫自己要去学更多的

东西，这无形当中是自我提升。

从一念心为改善环境，放弃午休的时间，陪伴需要爱的孩子做环保，到现在洪明华与志同道合的老师成立班主任工作室，用团队力量给予更多的爱与责任，一起为做“人师”而努力。

洪明华说：“付出真的不能有所求，付出就是最大的收获。”

此次助学活动以环保为主题，邀请受助同学一起参与到活动中来。摄影/谌进喜



主题报导

## 很环保的助学

撰文/周琳 梁丁

这天在湖南省中医药大学国际交流中心的一道风景，是左右两边整齐的学生。他们是学生资助中心的志愿同学，早上七点就来到这里打扫卫生、整理会场，以这种朴实的方式来感恩和迎接慈济人。

这次志工邀请同学们来承担环保短剧的呈现。邀约发出后，有十多位同学积极报名参与。由七位同学利用回收资源做成表演服装，表演环保剧《地球生病了》。只见“土地公公”撑着拐杖摸着胡子

说：“地球生病了，还病得不轻，怎么办？”“焚化炉小姐”挺着大肚子、步履艰难地出场。“如果人们做好垃圾分类，我就不会燃烧这么多不该燃烧的东西、排放出臭臭的气体……”

浅显易懂的对白与表演，让大家都了解“报纸博士”所说：“将我们平时用过的瓶瓶罐罐冲一冲、压一压、踩一踩，盖起来，一起来拯救地球吧！”

志工与同学们共同演绎《清扫是舞蹈》，同学们在台上用手语呈现，四位志工拿着抹布、拖把、扫帚等，模仿扫地、清洁的动作，让

环保剧“地球生病了”，同学们利用回收资源制作演出服装。摄影/王美水



大家忍不住开怀大笑。

志工借此引导，做环保不用有压力，当作是舞蹈快乐地做，希望同学们都喜欢来做。

负责这次排练的杨晓江是助学生之一，当初志工请他来帮忙组织同学们排练时，他感到任务很重；特别是同学都没学过手语，加上时间又比较紧，心里没底老怕演不好。但志工安慰他，要相信自己，只要用心就是专业。

于是晓江与报名参加表演的同学分工合作，上网找视频教材、制做道具、讲解动作、包括做校园环保简报。同学们对着视频，先是记



志工与同学们共同演绎《清扫是舞蹈》，拿着各种清洁用具跳起舞来。摄影/王美水

歌词，然后每个动作分解学习，直到演出前一小时还在紧张地排练，才有了今天的完美呈现。

晓江同学是第四年参加慈济在中医药大学助学活动，是慈济人的微笑温暖了他，是慈济人的无私大爱和忠诚感动到他，每次参加助学活动后对他的震撼很大。他也希望自己有机会加入到慈济队伍中来，去亲自关怀更多的人，学好本领服务社会。

大一时内向、自卑、不善表达的覃漫漫，今天也参与了手语的演绎。志工发现，覃漫漫变得阳光、乐观许多，在台上演绎时也不紧张。覃漫漫说，这一切的变化都源于与慈济人的接触。“感恩慈济

人以温暖的方式给我传递勇气、自信。慈济就好像我温暖的后盾、勇气的源泉，有师姑师伯们的陪伴，我一定会把温暖化为行动的力量，让自己成为一个有价值的人，把这份大爱传承下去。”

经过几次环保理念的宣导，这次，同学们还化身“环保达人”，去寻找校园里的环保行动。

胡原同学发现，可以回收学校水果店丢弃的柚子皮，用酒精萃取后来做洗洁精，经济又环保；还发现校内雷锋社有大家捐赠的旧衣服，只要洗干净叠好，就可以捐给贫困山区里更需要的人们，实现再利用。

曾玉香同学分享了自己用易拉罐做的花盆和风铃的照片，并且写

道：“我们每天都会产生很多的垃圾，但是它们其实都是放错地方的宝贝。只要我们动动脑，动动手，看似无用的易拉罐，塑料瓶等等，都可以成为我们美好生活的一部分。我们看到的不仅是一个成果，其实过程也是很有趣的，除了做到了环保，也让我们有一种成就感。”

国防科大附小校长易宇，这学期开始在学校面向全体学生推行垃圾分类，同时还号召学生家长、志愿者在家庭中进行垃圾分类，周三带到学校进行统一分类回收。她说：“希望从环保开始，净化孩子、老师的内心，也希望带动学校附近的居民一起来做环保。”

志工李志是省中医药研究院附属医院的医生，每周三都会把医院科室回收的“黄金”带到慈济环保点，因为她知道，这些“黄金”可



凌洁说：“在慈济人陪伴我的这四年，成长、改变、收获了很多，心里装满了满满的幸福、感动与快乐。”

摄影/王美水

以帮助孩子们读书。

有一次，李志邀请一位实习医生李喜倩帮忙把“黄金”运到车上，一路上跟她讲慈济的环保理念。没想到李喜倩马上告诉她，自己也曾是慈济的助学生，受助两年后家庭条件有很好的转变，就把助学的机会让给了其他同学。

李喜倩原来就知道慈济有环保活动，也清楚我们的助学金是慈济志工回收资源换来的，没想到可以这样在工作中力行。喜倩说：“慈济给了我一年多的帮助，如今有机会延续这份大爱，真是太好了！”

四年多来的用心陪伴，同学们成长许多，就像凌洁同学所说：

“四年前，我是一个在学习上只求不要挂科，如果稍微能多努力一点就能拿到奖学金的女生，自从了解了慈济的医院、大体老师以及慈济



发放助学金后，志工亲切拥抱同学。摄影/王美水

医学院的医学生对待学习的态度，让我幡然醒悟，突然明白：原来我学医，并不仅仅是为了获得一个好的成绩，或者是那一纸文凭，而是以后我是一个病人生命所系、性命相托之人，我现在的认真就是以后对他人的残害。”

“从此，我改变了我的学习态度，每次学习就像对待临床的病人，每次学习便收获一份新的技能与力量。在医院里实习也是如此，对待病人就像对待自己的亲人般，设身处地的为病人着想。”凌洁说。

作为一名记者，李建飞参加、

报导过无数大大小小的助学活动。原来只有感动，但是这次不只是感动，还有感恩。李建飞此前觉得这些孩子能得到善心人士的资助是好事，但从没有关心孩子们的身心是否健康？他们需要什么？

“但今天感觉能付出就是福，是同学们给了我付出爱的机会。慈济人对孩子们不仅仅是金钱上的资助，而更重要的是心灵的陪伴。

孩子们一辈子最需要的是爱的教育，慈济志工启发了孩子们的善良与大爱，慈济志工和同学们真的就像一家人。”李建飞说。

## 种下环保的树苗

撰文/边静、叶萍、陈伊雯 摄影/边静

种树，也是种植希望。环境的希望在减碳、绿化，而社会的希望在人才的培养、环境的教育。

植树节即将到来之际，四川金堂县白果镇小学六十九位师生与慈济志工一起在成都大爱感恩环保科技园区举办植树活动。

“有没有感觉天气越来越热了呢？造成地球暖化的元凶到底是谁？”植树之前，志工孙丽玲为孩子们带来一堂关于环保的静思语课程分享。

“我们热了可以把衣服脱掉，可是地球热了，它没办法脱衣服，到了后面越来越热、越来越热，于是，地球妈妈生病了。你们要不要帮帮她？爱护地球是我们每一个人的责任，我们要怎么做呢？”小朋友们大声的说“植树！”

“除了种树以外，我们还能做什么让居住的环境更美好？”孙丽玲提示，环保不仅是种树，日常生活中其实能做的也很多。同学们踊跃地回答：

“妈妈买东西回来，可以把纸袋、纸箱



回收。”“我们能将纸类减少使用、回收再利用。”“不能乱丢垃圾！”“不在外面吃饭、尽量在家里吃饭。”短短的课程分享，已经将环保的种子种在孩子们的心里。

课堂中一直积极举手回答问题的四年级学生李小红，今日有很深的体会：“要保护树，还要保护地球妈妈，还要爱护自然，如果看到垃圾要把它捡起来，树木就像地球妈妈一样，只要树木能快乐的成长，地球妈妈就不会生病。”

白果镇小学校长周勇，原本是淮口五小校长。慈济连续两年在淮口五小举办冬令发放，同时举行助学金发放，让他对慈济很认同。现调任白果镇小学，虽然换了学校，但周勇想落实环保在校园的心念，却一直没变。

周校长向学生们呼吁：“我们应该想方设法利用自己学到的知识，同时也带动我们的父母、我们的长辈、一起来保护我们的地球。好不好？”学生们大声响应校长：



种好树，同学们一起为小树浇水，并相约以后要来看长大的小树。摄影/边静



“护林先锋，使命必达！”大家与刚种下的小树合影，见证爱的足迹。摄影/边静

“好！”

知道要去种树，同学们都十分兴奋。考虑到许多孩子没有种过树，志工陈伊雯特意提醒同学们：“种树的坑一定要够深，这样小树才会长得好，种树时，大家一定要注意安全。在种树的过程中，会发现有很多的石头，为了让小树好好长大，也要用心的把它们挑出来。”

同学们分为四人一组，在老师及慈济志工的陪伴下，开始行动。四年级的张恒小同学奋力挖着泥土，他说：“一点都不累，我在家里都会帮爸爸妈妈种花，我一分钟可以种六株花。”

而另一边五年级的刘心静却已

经累得不行：“我从来不知道种树这么累，累得我脑袋都痛死了。我以前总是浪费纸，常常将餐巾纸撕来玩，作业本也是乱涂乱画，我以后再也不浪费纸了！”

田佳贝贝同学也学习到了新的知识：“不要乱砍伐树木，要节约用纸张，因为纸张也是由树木做成的。因为我们人类乱砍伐树木，给地球妈妈增加了很多负担，我们以后不要浪费水，浪费地球的任何资源了。”

短短的时间内，师生们与志工一起尽心尽力，栽种了将近两百棵的小树苗。随着小树种下的，还有孩子们心中充满爱心的种子。 



志工穿著瓶瓶罐罐上台引来教师们的欢笑，然而触目惊心的垃圾数据使大家陷入深思。摄影/陈莉娜

主题报导

## 班主任的环保课

撰文/余凯 董嘉堃 廖亚面 摄影/柯清香 陈莉娜

“课程完全不是我以为的单调、枯燥的宣讲，而是很生动活泼：有影片、有手语舞蹈、有短剧，让环保的理念在快乐有趣的环节中，不知不觉地渗透到老师们的心中。”槟榔中学书记项慧芳说。

三月十三日中午，慈济志工走进了厦门市槟榔中学的校园，为槟榔

中学的班主任举办一场环保介绍。

接洽这次活动的是槟榔中学的美术老师陈莉娜，她也是慈济真善美志工。因参与记录环保爱洒活动，陈莉娜对环保有了更进一步的了解，进而想把环保带到学校推广。为此她改变了自己不爱主动与人沟通的个性，主动跟校领导、老师们结好缘，交流慈济环保理念，



志工谭维德幽默生动讲解资源分类《十指口诀》，教师们不时发出阵阵笑声。摄影/陈莉娜

得到校长的认可。

在陈莉娜的努力推动下，去年十二月，学校德育处和政治组与将近一百位学生和家，来到慈济参加环保活动。通过志工的介绍和导览，以及与已经在推动环保的学校老师的交流，学校对慈济的环保和大爱理念有了初步的认识。

适逢厦门市全面开展垃圾分类工作，学校也要有校园文化建设，德育处工作计划拟定环保内容，请慈济帮忙开展，因此促成今天这场针对班主任的环保介绍。

《地球正负2℃》影片播放时，地球环境问题沉重地压在了大家的心头上。志工把握时机把大家引入下一个环节，用视频《无私的爱，绿叶成荫》影片，呈现了慈济志工在鼓浪屿力行环保的身影；短

剧《垃圾的生命力》给老师们带来欢笑，但那些触目惊心的数据更引发深思；慈济志工讲解的《十指分类口诀》与《一日五善》则给了老师们操作性最强的、最实用的环保知识。

讲解环保分类十指口诀的志工谭维德介绍：“在厦门已进入十多所中小学宣导环保，孩子较单纯比较容易接受环保理念，环保教育应从小抓起，让孩子从小就养成好习惯。”

慈济志工洪明华是海沧鳌冠小学德育主任，她以《从心出发，用爱实践》为主题，介绍鳌冠小学环保的体验、经验，能够最直观地让班主任们了解校园环保推动的效果。

初三年段长（年段长是学校里负责安排和分配一个年段的各种任

务的教师）钟亚玲参加过慈济的教师联谊活动，她说：“在慈济活动中看过《地球正负2℃》这个视频三遍了，每次看后都很震动，这次进校园介绍环保很贴切实际情况，可以透过班主任理念的改变来改变学生。”钟亚玲还说，将建议学校取消一次性筷子的使用。

初三9班的班主任林立捷深有感触地说：“很震撼，讲得很细致，课程使我觉悟到，我们不环保的行为正在让地球与自己深受其害；也很感动，慈济志工都有自己的工作岗位，但挤出时间，来学校宣传环保。班主任都是管德育的，一人受教育，就可以带动一个班的学生。”

槟榔中学的书记项慧芳在课程结束后，再三感谢慈济志工，她说：“今天慈济的这场环保讲座，

我感受最深的就是有‘爱’。每一个环节都很用心，每一个细节都很温馨，我很感动、感激。”

槟榔中学德育处的主任许燕春也说：“今天的课程让我更全面、深刻地了解了环保，以前只知道一点皮毛，今天课程呈现的环保知识让会场的老师们不时发出赞叹，老师们听得很认真，然后我们也会把今天学到的理念、知识传给学生。”

“接下来，我们策划了一个《践行垃圾分类 共建绿色槟中》的活动，要在学校全面开展系列环保活动，成立环保小组进行全校统筹，在组织形式与技术实施上已进入准备阶段。今天就相当于我校环保活动的启动仪式，今后的校园环保还希望得到慈济志工的指导帮助！”许燕春说。



德育处主任许燕春表示今天更全面、深刻地了解环保，教师们会把今天学到的环保理念、知识传给学生。摄影/陈莉娜

主题报导

## 环保的约定

撰文/曾忆玲 摄影/边静

这个周末，一群在四川各地求学的大学生聚集在成都温江区商圈旁的慈济联络处，不是逛街购物压马路，而是两个月一次与慈济志工的约定。

每次相见不只是助学金发放。志工长年互动、定期家访，与孩子们已经非常熟悉，虽然没有血缘，却能自在称呼志工“爸妈”，分享求学状况。此次助学，志工也鼓励大学生在生活中力行环保，因为每增加一份力量，就多一分改变地球未来的希望。

“什么是真正的环保，我们是否做到真的环保？环保有落实在生活中吗？”志工孙丽玲询问在场大学生。

“每天的早餐，你都用什么东

慈济爸爸妈妈双手送上助学金，叮嘱学生们常回慈济的家。摄影/边静





这群大学生聚集在温江，不是逛街购物压马路，而是两个月一次与慈济的约定。摄影/边静

西来装呢？”装了早餐，提了就走很方便的塑胶袋，随手一扔也很方便；却造成环境无法挣脱的劫难。四川环保志工黄大朋与孩子们分享：“很多人说，塑胶袋当中的细微物可以被吸收，但塑胶袋在泥土里要经过五百年才能被完全分解。”

塑胶制品是地球需要花费数百年时间才能消化的环境负担，对动物却是一吞毙命的危险物品。

夏威夷东北方中途岛每年有大量信天翁突然死亡，科学家解剖后，发现它们的肚子里满是塑胶袋、吸管、打火机等塑胶制品。哥斯达黎加海岸被压住不动的海龟，医生在海龟的鼻孔里发现一截异物，好不容易拔出一根长长的吸管，两道鲜血从海龟

鼻孔里缓缓流下。

看着视频，同学们表情凝重，孙丽玲说：“为何给大家看这样的影片？因为想让大家牢记，我们一个不经意的小举动，会产生很大的影响。”

现代青年如果能够认知到，自己的一举一动都在影响未来，如此改变观念，行动才会改变。

成都文理学院唐章凤同学说：“就像家乡的小河，以前很清澈，都是小鱼、小蝌蚪，可是随着我们长大，河水愈来愈浑浊，已经看不到生命，所以我们要对自己负责，要对我们的地球负责。作为当代大学生，不仅要从我做起，还要用我们的力量带动身边的人。”

“人类只是渺小的一点，但我们取用一些塑料物品时，又会带去很大危害。我们无法改变自然，而是要保护大自然，作为当代大学生，我们应该尽自己的责任，不管影响多少人，要开始做，才会有愈来愈多人一起做环保。”电子科大卢洪才说。

纵然人类渺小，但善的力量汇聚，就能产生善的效应。西南石油大学汪彬同学说：“生活中因为大家常常购物，无论网购或点外卖，都有很多塑料袋，但我们能少点一个外卖，就能少用一个塑料袋。”

“平日生活中，在外买早餐就会用塑料袋打包，边走边吃，今天听完课程，我回去可以跟我的室友说在食堂吃饭，少用一个塑料袋，虽然一个人力量很小，但我们是可以用一个人的力量去影响更多的人。”成都信息工程大学王鑫说。

成都师范学院朱玲同学说：“环保坚持下来是非常难的，无论说得再多，也应该去努力。有时候我们会懈怠，因为想着这样的努力没有多少影响；但我们可以影响很多人，可以去影响这个地球，所以我们要坚持，不要懈怠。”



成都信息工程大学王鑫（中）说：“我回去要跟室友说在食堂吃饭，少用塑料袋。用自己的力量去影响更多人。”摄影/边静

## 来做环保小卫士

撰文/宗诚楷 摄影/施忠贤

这天厦门慈济联络处来了许多可爱的小朋友，原来是五缘湾实验幼儿园的环保小卫士。应老师及家长的诚挚邀约，三月十八日厦门慈济志工在五缘湾联络处举办“我是环保小卫士”环保主题活

动，为二十九对幼儿和家长们宣导环保的知识与理念。

“带动幼儿们从小开始学习保护地球、进行环保分类，以及认识生活中有害地球的行为，是本次活动的初衷。”牵线者志工王陈春表示，



早上好！欢迎您到慈济来！早上八点半，一群小朋友与父母来到五缘湾会所，受到志工热情相迎。

摄影/施忠贤



小朋友们与爸爸妈妈口手并动，边读边比划：“瓶瓶罐罐纸电一三五七。”摄影/施忠贤

通过这样的形式来推动幼儿认识环保、爱护地球，种下一颗善的种子，同时启发幼儿家长的观念，引导孩子们在日常生活中增强环保意识，能将环保行动应用在生活中。

看到影片中介绍志工爱的足迹，幼儿家长秦女士感叹：“慈济在环保公益活动方面做得确实很赞，很到位。尤其志工在台风过后清扫街道的身影让我很感动。”

在学习“环保十指口诀”的过程中，志工林清彩以有奖问答的方式鼓励幼儿认识垃圾分类。林恒小朋友在妈妈的带领下学得特别认真，踊跃举手回答问题，一下就背出十指口诀，赢得满堂掌声。

志工播放纪录片，带动大家学习“环保一日五善”，片中介绍了一次性餐具的生产过程，对环境的破坏和对人体健康的危害，让亲子们深入了解减少使用一次性餐具的重要性。

素食是对自己与地球最好的环保。在宣导素食的过程中，林清彩分享了自己与朋友聚餐的真实案例，证明素食一样可以做得鲜香爽口。通过“钙对比表”，使得大家对素食和荤食当中所包含的营养成分有了观念上的转变，许多家长们举起手机拍下表格，作为今后下厨的参考。

在家长和教师的鼓励下，孩子们戴起手套，亲身体验环保垃圾分类的过程。大人们牵着孩子的小手将资源一个个放入框子里，现场气氛温馨活跃。亲子们在投身环保的热情中，充满幸福的笑声。

幼儿园教师郑思琪说：“我觉得这次的环保活动让孩子们走出学校非常棒，让孩子们树立了变废为宝，勤俭节约的观念。希望回家后，家长们可以收拾家中的废弃材料与衣物，来学校与孩子们一起做环保。”



慈济大爱爸爸妈妈和孩子们欢声笑语，合影留念。摄影/翟干宇

主题报导

## 最环保的祝福

撰文/摄影 北京真善美志工

由于大雾导致高速关闭，北京志工历时四个多小时才到达河北易县。进入易县职业技术中心礼堂时，孩子们全体起立，热烈鼓掌迎接志工，并开始找和自己通信的大爱爸爸妈妈。

“孩子的那种喜悦、充满期待的神情是我从未见过的。”志工翟干宇的心在那一刻被打动了，泪水浸湿了他的眼眶。虽然有的孩子们与志工只是第二次见面，但从每个孩子努力搜寻的目光里，看到那份久别重逢的期

盼，如对父母般的想念。

第二次来参加助学金发放活动的吴英回忆，第一次参加活动时，感觉每个孩子们那不太丰富的眼神背后似乎有着很多的故事，但被陌生感所阻隔。而这次原本担心认不出孩子，结果一眼就找到了，书信已将吴英和“女儿”的心连在一起。“似乎是在爱着别人，其实是他们在感动着我。”

环保是慈济的志业之一，这次的助学活动围绕环保主题。秉承证严上人“用鼓掌的双手做环保”的期许，从一直行在环保前沿的

“大爱感恩科技公司”，到环保志工们把回收来的塑料瓶一个个除去瓶盖，细心地按颜色分类，最后通过一道道工艺制成了围巾、衣服。塑料瓶的终点在他们的手中变成了起点，不但延续了物命，而且在“做”的过程中净化了心灵。

被这种变废为宝的神奇所震撼，同学们好奇地端看志工们手中的塑料颗粒样品，深有感触地说：“作为二十一世纪的主人，要用绿色行动影响周围的人，做到勤俭节约，用爱心关注环境变化，用行动担起环保责任。”

“鸿雁传书”的发起人曾云姬（左）为孩子颁发助学金，她还送给大家特地从台湾带回的环保袜子和环保围巾。摄影/焦丽



孩子们在分享收到大爱爸爸妈妈们结缘品的喜悦。摄影/马玉芬



## 鸿雁传书寄长情

从二〇一五年春季助学金发放开展“一月一家书”以来，助学不仅仅是一次奖助学金发放，更是爱和祝福的传递。

“鸿雁传书”的发起人曾云姬送给大家特地从台湾带回的环保袜子和环保围巾，这些都来自大爱感恩科技公司。曾云姬说：“环保围巾非常适合孩子们，不仅冷的时候可以用来保暖，戴上它的时候，还会想起关爱他们的慈济家人，无形中学会了感恩、尊重、爱。”

来自河南的怯晓利第一次参加助学金发放活动，她说：“一月一家书让孩子们感到了大爱爸

妈妈的慈爱，同时也能够随时关注孩子们的现状，及时解决生活和学习上的问题，特别是心灵上的关怀。从现场孩子们的脸上不仅看到了快乐的笑容，更看到了一股坚强和责任。”

来自易县职教中心的郭红梅同学说：“一月一家书让我把不敢说的话用文字写下来，每次书信往返都可以感受到大爱爸爸、妈妈对我们无私的爱，我们将来也要做能帮助人的人，做好自己，回馈社会。”

宿俊杰同学去年六月毕业于易县中学，曾是“小太阳”家族成员，在慈济家人的陪伴下重返母校。她说：“受到慈济家人的感召

与带动，我经常参加慈济的志愿活动，在这些活动中，我学到了爱和善。只有这种爱和善才是内心真正的力量源泉，因此而幸福，继而付出而无所求……”

就如易县职教中心主任陈智辉所说：“慈济的大爱如涓涓细流，不但圆了学子的大学梦，而且让孩子们懂得了宽容，学会了感恩。”

## 道不尽的思念

短暂的相聚，各个家族的大爱爸爸、妈妈和孩子们相拥而坐，内心话语道不尽。志工陈颖清和大爱儿子许超拥抱的那一霎，她感受到他内心对父母爱的期盼和渴望，双方都情不自禁潸潸落泪。

从衡水赶来的大爱爸爸雷宏伟在第一时间就找到了他的大爱女儿小雪。“师伯，您一定要保重身体呀！”一句简单的问候，使雷宏伟把长途的劳累、身体的不适都统统抛到了脑后。

雷宏伟说：“孩子，你现在什么也不要考虑，只管努力学习，另外更重要的一件事，你一定要记住师伯说的话，将来一定要加入慈济！那才是真正让你内心深处得到洗礼，让你一生幸福快乐的源泉！”

关长虹去年第一次参加助学活动，结识了恩澳同学，孩子因为家境不好，学习成绩欠佳，性格比较自卑。在往来书信中，曾为学霸的关长虹和孩子分享学习方法。在关长虹的鼓励下，恩澳报名参加了冬令发放活动，两天时间里，恩澳深切感受到付出的欢喜，收获了满满的爱。

恩澳写信告诉关长虹自己的变化。过去缺乏责任感、班里的活都躲着，如今主动承担。他说：“班里的事没有该干不该干。”恩澳的学习成绩也从过去的四十名跃升到二十几名，还获得了班里的金星奖。看到孩子有了集体荣誉感，学习成绩进步，关长虹笑得眼睛都眯成了月牙。

易县中学的史雪萌在自己的本子上写着：“付妈妈您好！也许您今天不会来，我非常想念您，知道您的脚受伤，非常难过，您要好好养伤，争取早日康复。”

在之前的书信往返中，史雪萌得知付桂英妈妈的脚受伤了，本以为付妈妈这次不能来，但看到付妈妈今天带着伤病如约而至，见面后激动之情久久不能平复。付桂英说：“有我的女儿在我就一定要来，即使我拄着双拐也要来看望她！”

一年只有数次的见面，慈济爸爸妈妈们与孩子们格外珍惜相聚的时间，每一个拥抱都是最深的祝福。摄影/焦丽

学习成绩优秀的史雪萌说：“书信的来往可以给我解压，给付桂英妈妈写信更是我心灵的倾诉，对精神上、学习上都有很大的帮助。”

友爱家族的白羽已有四个月的身孕，妊娠反应导致她平常就经常呕吐，而此次活动恰逢大雾，高速封路，较原定计划延迟了近两个小时车程才到达，对她的身体更是一个挑战。

“这次一定要克服妊娠反应，来见见咱家的孩子们。”白羽表示，能见到孩子们的就是三月和十月的助学金发放，而自己的预产期是九月。“怕十月就见不到孩子们了，尤其赵旺同学在高考前，特别需要鼓励和陪伴，所以更坚定了要来的那一念心。”

当志工唱起《珍重再见》，相聚的时光总是那么短暂，分别的



时候又是那么难以割舍。每次临行前孩子们都会不约而同地来到停车场，使劲地向着即将驶离的大巴车挥手，和来时那搜寻的目光一样，是多么渴望再看一眼亲爱的大爱爸爸、妈妈，直至车子远去，背影模糊，挥舞的手仍没有放下。

满载着种种的感动，陈颖清几度哽咽，她说：“感到自己责任及使命重大，希望自己也能把爱传递，用心陪伴那些在苦难中挣扎的孩子们，从而让他们从黑暗走向光明，从消沉走向乐观，为他们的人生道路指引正确的方向，祝愿他们的路越走越宽，越走越平坦！”



吴晓冬在复健科职能治疗师的指导下，认真地复健，尽管过程辛苦，他仍然咬紧牙根，努力做好每个动作。

· 特别报导 ·

## 步步踏实的幸福

撰文/彭薇匀 摄影/彭薇匀、魏玮廷、黄思齐、杨宝月、国际医疗服务中心提供

行动缓慢，双手、双腿僵硬，从轮椅到坐上车，这一个动作，对来自上海市的吴晓冬来说，得费好大工夫。罹患巴金森氏症的吴晓冬，二月六日上午，带着上海慈济人的祝福，由母亲许钰明以及廖美珍、廖慧玲、杨淑琼三位上海宝山区的慈济志工一路陪伴，终于抵达花莲慈济医院展开医疗之行。

### 父子皆病苦不堪

今年三十七岁的吴晓冬，毕业于上海复旦大学计算机系，曾在中国移动通信以及万达城电器公司服务。七年前，晓冬时常感到走楼梯或是上下公车时很容易重心不稳，需要身旁的人搀扶一把。被诊断罹患巴金森氏症后，近两年，肢体僵硬的情况更加严重，吃药也不见起色，渐渐地走路缓慢，总是小碎步般地走路，一不小心就会往前

跌倒或是向后仰倒，坐在椅子上要站起来时，总是需要扶着把手或拐杖，只得辞去工作，回到邻近小区打零工。

而六十八岁的父亲患渐冻症已十四年，卧床十二年，六十五岁的母亲也患有糖尿病多年，需打胰岛素控制，一家三口因病而苦不堪言。

二〇一〇年开始，上海慈济志工每月在学林苑小区做环保。六年来当地慈济人为社区付出的坚持，感动了居委会的朱书记。透过居委朱书记将吴晓冬一家提报给了慈济，去年五月宝山志工开始第一次的访视。

志工了解到，近两年吴晓冬的身体状况每况愈下，只要服药后，不到三十分钟，就像变了个人似的，身体无法控制，经常在上班途中骑着电瓶车摔得满身伤。晓冬也因此辞去了工作，回到住家附近的



上海慈济志工廖慧玲（右）拿着月刊与吴晓冬、吴爸爸分享“翻转人生”陈团治的故事。

小区，在上海政府建立为残障人士提供协助的机构“阳光之家”打零工，一方面给予日常照顾、另一方面可以做简单的手工等，赚点微薄的收入贴补家用。

“有次只是到小区附近的市场买个菜，一回到家，就看到晓冬整个人躺在碎玻璃中，全身是血……”吴妈妈说。

晓冬不吃药时，四肢僵硬，走起路来，每一步都好像黏在地上，抬不起来，也跨不出去，努力走了

几步后，就愈走愈向前冲，有点像要碎步往前扑倒。服药治疗后，身体经常无法控制动作，有时一不注意就整个人失去重心往前跌，想拉都拉不住。

家里有玻璃的橱柜、茶几、书柜的玻璃都因晓冬跌倒而打破，就连想拉住晓冬的母亲经常也一起双双跌入碎玻璃中，浑身是伤。看到儿子这样，做母亲的尽管有泪也不敢在儿子面前掉。

经过短短不到一年，吴家与志

工已经建立了如同家人般的情感。挂心晓冬病况的上海志工廖美珍，去年十月特地向花莲慈院林欣荣院长提及晓冬的病情，林院长建议可将晓冬的病历交给慈院做进一步评估。之后，由苏州慈济门诊部透过两岸医疗平台转介至花莲慈院，并确定晓冬到台湾作详细检查。

### 跨海就医见曙光

简单整理的行李，装的却是一家子的期待。二月六日，吴晓冬准备出发前往花莲接受治疗，家人不在的这段期间，为了让吴

爸爸也能得到很好的照顾，经家人商议后，决定暂送吴爸爸到德照敬老院小住，当地志工们也答应会天天去陪伴吴爸爸，也让一家人安身又安心。

晓冬的母亲说：“在上海看病的时间也好长了，晓冬的毛病也没什么好转，就是越来越不好，这次来到花莲慈院，就是希望能了解晓冬的药还要不要吃或是还有什么治疗方式，可以帮助晓冬。”

吴妈妈特别感恩上海慈济志工的长期陪伴，尤其是除了给予经济上的补助外，还经常到家里帮忙照顾晓冬与重病的先生，让她可以稍

带着慈济人的祝福，由母亲许钰明（左）以及廖美珍（中）、廖慧玲、杨淑琼三位上海宝山区的慈济志工一路陪伴，来到花莲慈济医院展开医疗之行，林欣荣院长特地到门口迎接。



加喘息。

历经一天的交通奔波，终于在傍晚抵达花莲慈院。经过一晚的休息后，晓冬开始展开一系列的检查。在林欣荣院长及神经功能团队的安排下，晓冬接受了单光子医学影像（TRODAT）检查、磁共振影检查（MRI）、动作评估，以及神经内科评估与认知评估。

简单的起身站立、走路等动作，对一般人来说相当轻而易举，

但是对于身体僵硬的晓冬来说，要完成这些动作却是相当艰辛。在动作评估检查的过程中，只见吴晓冬每做一个动作前都需要深呼吸才能完成。尤其是起身站立时，吴晓冬必须小心翼翼地先将双手握住轮椅扶手支撑身体的重量，然后屈膝，整个过程缓慢；走起路来，每一步都好像黏在地上，抬不起来，也跨不出去，努力走了几步后，愈走愈向前冲，有点像要碎步往前扑倒。



在神经功能团队的安排下，晓冬接受了单光子医学影像（TRODAT）检查（上图）以及动作评估（下图）。



神经功能科主任陈新源向吴晓冬以及母亲说明检查结果与未来进行手术的方向。

但晓冬仍是尽力的完成每个动作指令，让人非常佩服。

“药物治疗，是治疗也是诊断。”十日傍晚，神经功能科主任陈新源向吴晓冬以及母亲说明检查结果与未来进行手术的方向。陈新源表示，晓冬接受药物测试后，发现他吃了药之后，全身僵硬性、动作缓慢等身体状况，都能有效获得缓解，但同时副作用显著，像是严重的异动症会让晓冬全身不自觉地扭动，从床上扭到床下，或是从椅子上扭到地上，想要控制身体的状态，但平衡不好，就容易摔倒。

陈新源主任说，晓冬罹患的是“年轻型巴金森病综合症”，从检查的报告可以发现，虽然药物治

疗对晓冬的僵硬缓解效果很好，但是药物的副作用会造成严重的异动症，所以想要药减量又要可以缓解肢体僵硬的状况，就要接受DBS深部脑刺激术治疗。

### 脑部手术获新生

陈新源主任表示，深部脑刺激手术（DBS）是将电刺激晶片置入约八公分深的脑中心部，并以微电量刺激，达到脑部神经调控目的，改善患者症状，这次为吴晓冬植入晶片，对于改善晓冬的肢体僵硬、行动缓慢及药物引起的异动症等巴金森病症状，都会有不错的效果。



二月二十一日上午，神经功能科团队为吴晓冬进行“深部脑刺激手术”（DBS）植入晶片与电池，由陈新源主任（右）、神经外科潘彦宏医师（左）为晓冬进行第一阶段手术。



历经十二个小时，手术顺利在晚间九时圆满完成，听到手术相当顺利，让吴妈妈以及陪伴志工廖美珍都相当高兴。

从术前评估到结合影像科技，神经功能科团队为吴晓冬谨慎的制定了一系列缜密医疗计划。二十一日上午八点，在进行深层脑部刺激术之前，由神经功能科主任陈新源为吴晓冬装上立体定位头架；固定好头架后，再进行电脑断层扫描（CT），结合3.0T磁共振检查与定

位导航技术，为吴晓冬精算手术靶点与模拟手术路径，获得需刺激的正确定位。

其实光是DBS手术过程，就超过两百多个步骤，为了让手术能顺利进行，医疗团队面对每个环节都非常谨慎。手术一开始由陈新源主任、神经外科潘彦宏医师先为晓冬

进行第一阶段手术，第二阶段则由神经外科洪祥益医师接手完成。

除了有影像科技辅助，医师要有一副好身手、一对好耳力也是必备的，如何从神经细胞发出的讯号中找出放置晶片的正确位置外，还要避免伤及血管、穿越脑室或重要部位，都是考验着医师的专业。历经十二个小时，手术顺利在晚间九时圆满完成。

### 积极复健展笑容

医疗团队从二十三日开始，打开深部脑刺激系统开关，让晓冬的身体适应电量后，并依照计划为晓冬调整电量、脉宽、频率、靶点；同时在复健团队的协助下，晓冬也开始进行职能与物

理治疗，希望能帮助晓冬恢复正常的生活功能。吴晓冬每天都在复健科治疗师的指导下，认真地复健，尽管过程辛苦，他仍然咬紧牙根，努力做好每个动作。

廖美珍笑着说，有天晓冬在复健时，突然笑得很开心，一问之下才知道，晓冬想到自己术后起身走路不再需要别人的搀扶下独立完成，就连晚上睡觉终于可以自在地翻身了，让他开心地笑得合不拢嘴，大家也感染了他的喜悦。

吴妈妈说，其实决定要到台湾接受治疗前，一想到重病卧床的先生无人照顾，又想到儿子年纪还轻，大好前途因病耽误，两者取舍让她内心也很纠结。还好有长期陪伴的志工廖美珍以及当地慈济人的帮助，协助安排养护

吴晓冬接受“深部脑刺激手术”后，恢复状况很好，第三天就可以自己洗澡、穿衣、穿袜、穿鞋全都可以自己来，甚至可以精准地将菜送进嘴里。





在复健科职能治疗师的指导下，吴晓冬认真地复健。

中心，先生暂时有个地方照顾，让她决定放手一搏。

“手术后，晓冬最大的进步就是不摔跤了，甚至可以自己动手吃饭！”看着晓冬术后走起路来，踏实稳重，跟在晓冬步伐后面的妈妈心里真的很欣慰。“幸好，这个决定是对的！”

看到儿子术后的恢复状况，最开心的莫过于妈妈了。吴妈妈说，以前晓冬吃饭时，筷子老是夹不准，菜还没到嘴里就散了一地，没想到术后，晓冬的恢复状况这么快，第三天就可以自己洗澡、穿衣、穿袜、穿鞋，甚至可以精准地将菜送进嘴里。她将晓冬的生活起居录制下来，传回上海给亲朋好友

看，大家都不敢相信晓冬的恢复状况竟然这么好，直说是“奇迹”！

### 步步踏实皆感恩

“我要做慈济，做真善美（志工），感恩上人，感恩大医王，感恩白衣大士，感恩所有帮助过我的人，感恩妈妈。”以前总是一张“扑克脸”的晓冬，手术后笑容变多了，尤其是看到陈新源主任就会露出灿烂的笑容，脸部肌肉明显放松许多，就连表情也丰富多了。

有次巡房时，晓冬正好在用餐，看到他可以端着热汤慢慢喝，陈新源主任开心地说，能端着装满汤汤水水的碗这个动作对巴金森患

者来说是属于“高级动作”，而且晓冬还可以端着热汤喝，让他也觉得惊讶。

“晓冬恢复的状况好，我从梦中也会笑醒，这一天，我们是好不容易才盼到了。”回顾刚抵达花莲时，吴妈妈忐忑不安的心情全写在脸上，如今一个多月后，担忧的阴霾没了，脸上洋溢的是幸福的笑容。吴妈妈笑着说，真的很感恩医护团队对晓冬的照顾，还有廖美珍师姊以及慈济人的陪伴，不仅照料母子俩的生活起居，还教导她付出

爱心与善心，回到上海，一定会跟亲朋好友分享，在慈济受到大家照顾的点滴，也发愿要加入慈济，穿上蓝天白云，成为手心向下的人。

从上海到台湾，从病床到静思精舍，随着晓冬迈开的步伐，也期待展开新人生。看见吴晓冬的进步，上人赠予《无量义经》并勉励他要持续努力复健，重建生活秩序。上人鼓励晓东：“晓冬笑起来很帅，回上海后不仅要勤加复健，连笑容也要多加学习。”希望他能翻转人生，也能帮助更多的人。 🌟



在祝福歌声中，吴晓冬与母亲在林欣荣院长、志工以及病房护理团队的陪伴下，切下“重生”的蛋糕。

## 一张有温度的床

撰文/何建英、王凤珍 摄影/何建英



躺着睡觉是每一个人都觉得最平常不过的一件事情。而对爱芳来说，是梦寐以求的事情。

义乌市赤岸镇一个小村庄里，爱芳与九十一岁的母亲相依为命。听邻居说，爱芳有四个姐姐一个弟弟，其中两位姐姐已往生，另两位外嫁，一位因为嫁得远很少回家，另外一位姐姐平时偶尔回来照顾她们。

爱芳七岁时，一次发烧落下终生残疾。原本还可以独自撑着板凳在村里自主活动，而在她三十来岁时，母亲怕她走失，把她关家里不让出门。这一关就是二十多年，由于本身的肌肉痉挛、关节挛缩，加上长期的

功能废用，爱芳已经丧失自主活动功能，连进食都没法自理。

母亲还有力气的时候，爱芳就由她抱着到床上睡觉。几年前，母亲摔了一跤之后，抱不动女儿，就任由她坐在自制的老式木质椅上，吃喝拉撒睡，全在那里解决。由于睡不好觉，夜深人静时，隔壁邻居总能听到痛苦的呻吟……

二月份义乌志工获知消息来访，只见一间老式的楼房，光线暗淡，屋内堆满了各种杂物，空气中弥漫着难闻的气味。看到母女两人的情况，志工周元元十分不忍，回去之后立即通过互联网采购到一种护理床，三月五日这天志工再度前

肌肉痉挛，关节挛缩的爱芳，几年来就坐在木椅上，吃喝拉撒全在上面解决。连躺着睡觉都没办法。  
(左图)

志工在网上采购了新式护理床，让爱芳终于能够躺下来睡个安稳觉。  
(右图)



来，除了送床，还进行环境清理。

屋内，没有人因为脏臭而袖手旁观，所有人毫不犹豫地戴上口罩、手套开始有序清理，卸掉已被蛀得千疮百孔的老式木板床，开始清扫落满灰尘和蛛网的墙面，整理收纳随意堆放像是垃圾堆回收的衣物，铁锹锹着泥地板上厚厚的积土。屋外，还有志工正在安装崭新的医疗功能床……

当床安装调试好之后，几位志工把爱芳合力抬到床上，爱芳开心

地笑了起来。志工又打来温水，准备给爱芳洗脚。

当脱下她的袜子时，只见白花花的皮屑像雪花一样飘起，展现在眼前的是一双肿大、变形的双脚。而志工只是轻轻地问：“您很久没有洗脚了吧？”然后一只手托住脚，另一只手轻轻地把水淋到脚上，先让皮肤湿润。那轻柔的动作就像是帮孩子洗脚一样。

也许不适应，爱芳有点激动，志工握着她的手，不停地轻声说，放



志工细心地帮爱芳洗脚，同时安慰她放松，不要害怕。



感受到慈济志工陪伴的温暖，母女俩露出开心的笑容，母亲对女儿说：“今天你享福喽！”

松、放松。慢慢地，爱芳放松下来。母亲对女儿说：“今天你享福喽！”听妈妈这样说，爱芳不断对志工张着嘴笑说：“谢谢，谢谢！”

购买护理床的周元元说：“第一次看到她时，当时就心想能让她躺下睡觉就好了，不能好好睡觉真的太痛苦了，有没有什么办法能实现呢？后来听说有一种特殊的床可以做到，于是我就在网上搜索，搜到了这种特殊的护理床。”

“这张床可以摇起来靠坐着，也可以把放腿的地方放下去，座椅的地方可以放下来大小便，床上可以放小桌板吃饭也方便，晚上休息

的时候摇下去就好了。各种需要的功能都齐全，当时就决定买来送给她。”周元元接着说。

第一次参与的叶宾红说：“看到这样的人生，对自己的生活非常知足，我们应该帮助需要帮助的人，自己能做的时候一定要做。今天也让孩子来感受一下，因为现在的孩子太不知足了。”

助人的同时，其实也助了自己。参加访视的过程就是一个不断醒悟和感动的过程。看到那么多生命在遭受着各种各样的苦楚和煎熬，志工深深体会到自己的幸福，也体会到给予是一种快乐，让自己的内心变得柔软、充实也更安宁。❀

## 最有意义的生日

撰文/来万丽 魏莹 摄影/王志刚 魏莹



适逢志工水玉玲七十大寿，  
志工们用心筹划送上“生日惊喜”，  
水玉玲惊喜之余感动落泪。摄影/魏莹

春分时节，古冶区政府会议厅内洋溢着暖暖的温情，天津与河北唐山志工为古冶区家境贫寒的学子发放奖助学金并带去全球慈济人的关爱。

慈济与唐山古冶区结缘于二〇一五年夏天，在当年即开展了冬令发放活动，二〇一六年双方合作进一步深入，在冬令发放的同时进行了首次助学金发放，此次活动是慈济在唐山古冶区政府的第二次助学金发放，共嘉惠十九户贫寒学子家庭。

“我最喜欢这句静思语——不要封闭自己，你要先爱别人，别人才会爱你。”助学生薛秉干读着刚刚收到的静思语手抄本。

今天薛秉干同学与父亲薛双江一同前来参加活动，之前慈济志工曾前往他家进行访视，并发放了冬令物资。薛爸爸罹患脑梗后造成半身不遂多年，妻子患有精神病二级残疾，全家仅靠一千多元的低保金艰难度日。

“我常想，能得到慈济的救助是多么幸运，最幸运的是今天我亲自到了现场，看到了这么多有爱心、愿意

付出的人，很感动……”薛爸爸哽咽地说：“实话讲，我不在乎拿到的钱数多少，你们一句暖心的话和一个拥抱，就让我很感动了。还有我真正希望的是，秉干将来也能够像你们一样也成为慈济人！”

秉干同学再有八十天就高考了，他告诉志工，自己最大的愿望是考上医学院，并立志学习心脑血管专业。“因为我家族里有这个病史，我也想为更多病患解除痛苦。”

“我名字中的‘秉’就是把握的意思，‘干’是未来的意思，所以我的名字告诉我，未来掌握在自己手里，我一定会加油！”

“哭也是一天，笑也是一天，为啥不笑呢？”

助学生尚鑫宇的母亲王福荣见到志工分外欢喜，交谈中不时发出爽朗的笑声。“我见过你，我也记得你，去年冬天你来过我家…我脚上的袜子就是冬令发放你们给的，毛毯也铺在床铺上在用，一看到这些东西，我就想起你们，心里暖洋洋的。”

王福荣的坚强乐观是留给志工



“我名字中的秉就是把握的意思，干是未来的意思，所以我的未来掌握在我自己手里，一定会加油的！”秉干同学表示以后也要为人付出。摄影/王志刚

们最大的印象。十年前，王福荣的丈夫往生，她不得不独自挑起生活的重担，不仅要抚养一双儿女，还要独自照顾患有脑血栓的婆婆，靠政府低保金和打零工艰难维生。

“我从来不在孩子面前表露伤心难过，要哭也是去给我丈夫上坟的时候才难过落泪。但我发现，用微笑来迎接新的一天，就会不一样！”

提起两个孩子，王妈妈打开了话匣子：“两个孩子都孝顺又懂事，儿子曾说，等我长大成家，啥活儿也不让你干！我问为啥？他说，你怎么孝顺爷爷奶奶，我们都看在眼里，我会好好学习将来报答您！”

王妈妈说：“我心里很知足，有好政策，有你们帮助，有啥坎过不去？我还想呢，等女儿找到工作

了，我就申请取消低保金，省下那些钱给更困难的人用！”

志工季淑荣生性勤劳质朴，被慈济家人亲切地称为“季大姑”。今天她原本要留在联络处为亲子班的小学员们准备午斋，但一心想去唐山陪伴助学生，所以提前一天与香积志工们一起，早上五点开始发面，蒸制三色素包。

“香积组家人个个都很棒，很多家人身体不好或年纪大，但是为了节省花销，坚持自己做包子，一来可以省钱，二来家人可以吃得更可口！”

香积志工一天内蒸了将近六百个素包子，将满满的幸福与爱心都包了进去。季淑荣身体劳碌，心中却幸福满满：“大家齐

心协力都是为了慈济，这是我应该做的！”

曾经生活不如意的季淑荣，直到两年前走入慈济，才彻底改变了心态和命运。“我从没想过有一天能像现在这么开心快乐。”

在结束助学金发放后，志工熄灭灯光并端出烛光闪烁的生日蛋糕，大声说出“水妈妈生日快乐！”原来发放当日适逢志工水玉玲七十大寿，这位妈妈级的老志工没有选择在家中安逸庆生，

而选择了参加助学。

儿媳杜粤燕也是慈济志工，原本计划在这一天在家里为婆婆祝寿，刚巧生日与唐山助学金发放赶在同一天，于是把握机缘与志工筹划，在唐山发放现场为老人家送上生日祝福；天津、唐山家人共同准备蛋糕、鲜花，和水妈妈喜欢的歌曲，慈济环保手提袋上手绘她最喜爱的牡丹花……

“这是我七十年来过的最有意义的生日！”水玉玲说。



乐观坚强的王福荣（右二），今天特地带着女儿来感受这温馨的氛围。摄影/王志刚

深圳志工带动歌曲《幸福的脸》，拉开两岸人文教育交流序幕。摄影/伦华文

## 温柔的力量 善的坚持

撰文/甘俊霞、蔡湛艺 摄影/伦华文、高永肖、蔡湛艺



“静思语”是证严法师的智慧话语，是从现实人生出发，从实践中体悟的心得，能与日常生活相契并运用在现代社会上。“静思语教学”是选用简单、好记、适合学生的“静思语”来滋润孩子的心灵。“静思语”是方法，教学的是人，着重在教孩子懂理也懂事，教他们理事圆融，而且能将所学的落实在生活中。

三月二十五日，慈济深圳联络处聚集了来自广东、广西、湖南、海南四省八地四百多名教师和家长。大家不远千里，求知若渴，只为参加一场跨越海峡的两岸人文教育交流。

来自台湾的刘美娇、蔡金腰、张馨匀三位老师倾囊相授，带来关于静思语教学的心灵飨宴，与大家分享了教师大爱与学生辅导、感恩教育落实生活、探索教育在班级经营的运用、课堂内的静思语教学、静思语教学与教师的成长，让所有参与者感受到心灵的飞跃。

### 爱之深 教之切

“愿意学习的父母与老师，

是孩子幸福最大的保障。”刘美娇老师祝福所有在座的老师和家长们，然后用静思语串起一个个事例，分享她教育生涯中用大爱付出辅导学生，以及静思语教学与自我成长的故事。

从教三十五年的刘美娇，爱的足迹遍及全世界，早已内化的静思语，如同一本“会走动会说话”的静思语教材。

“早期我的希望工程是，排行榜、好成绩、求表现。”刘美娇说，但这些“希望”并没给她带来事业上的成就感，反而令她常有辞职的念头。遇到慈济和静思语后，听证严法师说“真正的希望工程是一生一世，

要长期持续下去，用长远的心，好好用心在孩子们的身上。”

刘美娇重拾教学生涯的春天，学会放下身段，用谦卑和同理心去对待学生，懂得感恩、尊重、爱，把早期对学生的“提高标准、降低水准”改为“降低标准，提高水准”，给七分表现的孩子十二分的赞美，用“爱之深，教之切”的“妈妈心、菩萨心”去教育孩子，言传身教，潜移默化，改变了一个又一个鲜活的生命，让不少曾经学习差、纪律差、行为习惯差的后进生转变成品学兼优的好学生。

第一次去给少年观护所（台湾的矫正机关，矫正少年之身心，

刘美娇老师以各种图、文、影、演绎等方法分享“教学资源与故事选材”。摄影/蔡湛艺



学员们齐心协力体验牵绳运球的活动，感悟到合和互协的重要性。摄影/蔡湛艺

促其改悔向上，以适应社会正常生活）的孩子上静思语课程，看到孩子们坐得东倒西歪、目空一切又百无聊赖的样子，刘美娇突然想到上人说的话：“世上没有教不会的孩子，只有父母和老师尚未找到好方法来教他。”她立即放下身段，向观护所的孩子深深一鞠躬，深情地说：“抱歉！”孩子们瞬间被她这一心灵电波给触动了，当下便坐端正、安安静静地听她讲课。

就这样，刘美娇秉持“用心耕耘，用爱陪伴，用对方法”的法宝，做“经师”，亦做“人师”，做自己和别人生命中的贵人。

### 教道理育善念

“幸福吗？快乐吗？让我们一起播下爱的种子！”虽年过半百，但活泼却不乏睿智的蔡金腰，曾经想把自己班上的差生都转到别的班



张馨匀老师教大家如何展露“十点钟微笑”。摄影/伦华文

级或学校，让“凶的老师去收拾他们”。但自从加入慈济教联会，接触静思语教学后，她不再有此念头，反而转念：“我要跟他结好缘，成为他的贵人。”对特别叛逆的学生，她尽了最大的努力还无法改变的话，就只有祝福他，继续用爱陪伴他，静待花开。

古人云，“师者，所以传道、授业、解惑也。”蔡金腰则成为“教人、教书、教心”的“贵人”老师。她说：“静思语教学，是老师将静思语融入生活教育，来启发孩子善良的本性，因此老师必须先将静思语内化，表现在言行举止

上，成为学生学习的楷模。”

蔡金腰用温柔的力量做善的坚持。她无时不刻地把静思语运用在时间、空间、人与人之间。

从高一到高三的不同阶段，她用不同的静思语作为班级座右铭，给学生以爱的鼓励；她用静思语布置教室环境，进行无声的情境教育；她每天写一句静思语在黑板上；用静思语作为勉励语贴在爱心箱和电池回收箱等上面；每逢班会或节庆，她会结合影片给学生讲述有针对性的静思语故事，并配合该主题做学习单；她把品格教育落实到生活教育中，如感恩教育、同理

心教育、合和互协教育等等；她还通过周记提供孩子省思的机会，促进亲子互动与家校联系。

蔡金腰认为，教育重在“教”道理，“育”善念；在孩子的心田播下善法，因缘成熟，就会开出希望的花朵。她的学生回馈：“老师希望我们能够好再更好。当我们不小心走歪了，老师就会拿出教育的剪刀，细心地帮我们修剪，使我们更完美。”

### 知道还要做到

创意无穷的张馨匀在分享“探索教育在班级经营的运用”时，带大家在彼此互动中体验了不少“探

索”活动，有“十点钟微笑”（微笑时，嘴角上扬成时钟指标十点钟的样子），有“信任的三角形”等等。大家在体验中不仅加深了对老师课程的理解，还领会了静思语五段式教学中体验环节“以境示教”的方式及其重要性。

“比成功更重要的是，做你自己有兴趣、有能力，也肯努力去做的事。”张馨匀说，在真实和虚拟的情境中，体验活动的设计要教具简易、寓教于乐、启发思考、以境示教等。

体验过程能让学生直观地感受每一句静思语的道理，也产生更大的兴趣去探索静思语的内涵，从看到的或听到的故事中去省思、静



长沙国防科大附小校长易宇(左)这次带了十二位老师过来，看到台湾和深圳教联会做了那么多工作，发愿把满腔热情化为实做。摄影/蔡湛艺

# 衲履足跡



撰文/释德仇 内文照片/花莲本会提供  
题字/林美娥 刊头摄影/黄锦益

思，把学到的道理力行于日常生活中，这就是静思语教学的实质——知“道”且要行“道”，从而提升自己的品格与素养。

## 愿让爱传出去

台湾老师的丰富而精彩的分享，让参与课程的学员们如获至宝，也点燃了大家的心灯，启发了大家对教育的重新思考。

湖南长沙国防科大附小校长易宇这次带了十二位老师过来，看到台湾和深圳教联会做了那么多工作，她发愿把满腔热情化为实做。

湖南长沙高中老师孔毅夫问：“如何向面对高考压力的高中生进行静思语品格教育？”

蔡金腰说：“静思语教学与品格教育可融入在平时的教学互动中，如批改作业或试卷时，给学生一句静思语的加油语句，可激励学生做好本分。跟学生个别谈话，也可以用静思语纾解学生压力。老师对孩子的爱，一直存在，不管成绩如何，在教师眼里最有价值的，就是让孩子尽心尽力尽本分，但没有压力地活着。”

身为家长的李月辉，听完课后，收获很大，深刻地感受到教育孩子要先教育好自己。来自东莞的一位家长杨晓川，则希望自己孩子能遇到像慈

济教联会老师一样的贵人，希望慈济教育可以尽量传播出去。

求法若渴的温柔老师，宁愿推掉亲戚的婚礼邀请，也要不远千里从广西来到深圳，参加这次两岸人文教育交流活动。她说：“我成长了，学生家长也会一起成长。只要有学习的机会，不管时间金钱，我都舍得花。”上课期间，温柔一直全神贯注地听课、做笔记，生怕漏掉台湾老师说的任何一句话。身为幼稚园园长的她认为：教育工作者先接受教育，才能培养出德才兼备的下一代。慈济教育值得推广至全国乃至全球，植入到大中小学幼儿教育中。

听台湾老师分享“上人说，他愿守着地狱的大门，不让更多的众生坠落地狱。”广州曾丽红老师认为人心的净化不只是部分人的责任，而是社会每一个人的责任。“作为教育工作者，我们能做的是守住天使的大门，不让每一亩纯洁的心田受到污染。”

曾在高中时接受慈济助学的潮汕学生王俊贤，现在深圳一所学校当小学语文老师。她感慨地说：“我读书的时候接受了慈济的助学；现在工作了，又接触到慈济教联会。今天有幸听到台湾老师的分享，我感觉在慈济接收到好多爱，我要把爱传播出去。”

2/1~2 《农正月·初五至初六》

## 和谐之美

【静思小语】人和、心合，就有道气。



## 殷勤精进

农历春节假期已至尾声，早会时间，上人感恩各地慈济人合心分工，返回精舍支持、在社区会所用心接待全球法亲与参访会众，让人人眼、耳、鼻、舌、身都感触到法，欢喜而来，法喜而回。医疗志工以智慧与爱超越民间禁忌，在农历年间到医院付出，陪伴无法回家过年的病人及家属。

“日日平安，日日感恩；年年平安，年年感恩，更要秒秒平安，秒秒感恩。心存感恩，就会快乐，人与人彼此感恩、尊重、相亲相爱，世界就会和谐美好。”

台中慈院简守信院长于新春团拜时勉励同仁“一生之计在于勤，一院之计在于合”，上人十分赞同。“家庭成员勤劳，家庭就兴旺；国民勤奋，国家就能富裕。人人把握时间发挥良能、殷勤付出，社会就会亮丽有希望。”

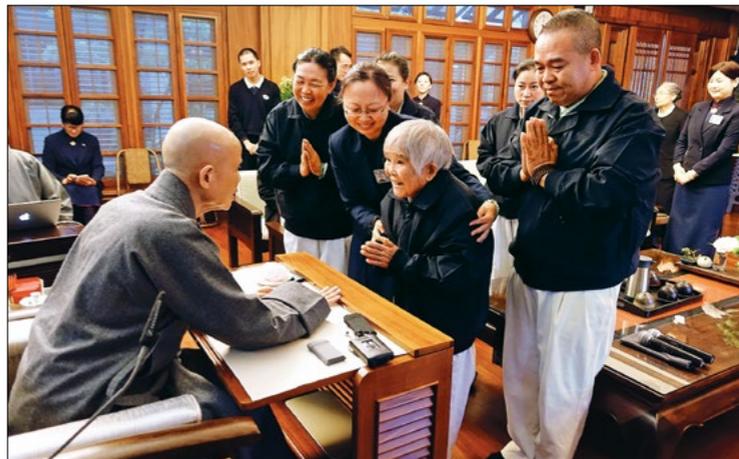
黑龙江省哈尔滨市王金华老

太太，因收看大爱台节目而认同慈济环保理念，即使天气严寒，仍坚持每日出门捡拾回收物，孝顺的儿媳妇也牵着婆婆踏雪而行。她用心熏法香，发愿生生世世做慈济，将屋后养鸡场改为环保站，全家投入环保、加入见习志工；昨日专程来到精舍，圆满皈依心愿。上人感动表示，即使距离遥远，不曾见面，老菩萨敬师、爱师，一心一志做慈济，师徒之情绵长，因缘不可思议。

春节期间，海内外慈济道场透过视讯向上人拜年，逾三万人次参与，以经藏演绎、队形排列，体现合和互协与发心立愿。上人肯定人人“法髓入心发弘愿，闻法精进身力行；典范带动齐心做，实践佛法真实义。”

“心中有法，就能与人合和互协、共同成就真、善、美。慈济宗门以静思法脉为精神核心，要殷勤精进、道心坚定，发挥良能，守护‘慈济魂’。”

黑龙江哈尔滨八十三岁王金华老菩萨（上图右二），千里来台请求皈依。上人赞叹她不论晴雨，日日熏法香、做环保，一心一志令人感动。（2月1日）（下图摄影/刘丰伟）



## 爱如涌泉

与海外慈济人谈话，上人表示，人多力量大，要持续接引志工，合和互协，才有力量开展志业。“人和、心合，才能有道气；团队合和互协，就能在互动中凝聚人人心力。”

上人指出，慈济人“信己无私，信人有爱”，虽然来自不同背景，但有相同的理念与目标，为救

助苦难众生而付出；不只给予生活济助，更要运用方法启发爱心善念，让心灵富足。

“爱如涌泉，启发无私爱心，就能不断付出助人。爱心人愈多，受到帮助的苦难人就愈多，如菩萨千手千眼，能看得更广、救助得更宽阔。”

世间浊乱，人心、行为偏差，需要宗教力量净化人心。上人表示，宗教力量并非在白纸黑字的经文里，而

须身体力行。“种子没有播到土里、浇水灌溉，会慢慢失去生命力；闻法后，要起于行动，发挥良能利益众生，才能提升生命价值。”

上人请大家承担“天下米

箩”，平安时净化人心，苦难发生时投入援助工作。“要加强净化人心、启发爱心，带动大家付出；即使只能付出点滴之力，长久累积，也能凝聚成大力量。”

2/3~4 《农正月·初七至初八》

## 发挥爱的能量

【静思小语】真诚之爱，能化解心结，超越藩篱，利益人间。



### 作苦难人后盾

泰国南部自一月初以来连续大雨，造成近三十年最严重水患，逾四十万家庭受影响。泰国慈济人为巴蜀府挽沙藩县受灾乡亲供应热食、发放物资和救济金，并启动“以工代赈”，带动居民合心协力复建家园；军方前来观摩后，也进驻灾区协助清理。

早会时间，上人肯定慈济人善用方法，带动当地人投入当地事，成就人间好事。“灾难起因于人们平时缺乏戒慎之心。日常生活要自我约束，养成良好生活习惯，莫为一己方便而破坏、污染环境，建设规划也要顾及公共安全。”

菲律宾离岛卡坦端内斯省去年

底受约坦台风重创，慈济人在交通复驶后，立即前往勘灾发放。当地居民生活简单，表示只需要锌板重建房屋，其他建材皆能就地取材。志工除了应其所需准备物资外，也将主动发放生活用品与米粮。上人肯定居民心宽念纯、少欲知足，令人疼惜；慈济人自动自发付出，在人间带动爱的能量。

约旦慈济人长期关怀贝都因贫困户，去年因政府兴建公路之故，十八户家庭迁居他处；志工陈秋华为了追踪一位洗肾妇人的病况，多番访查寻觅，终于在医院找到她。看到慈济人带着粮食、衣物和补助金前往探视，老妇人激动不已。

上人感恩慈济人不放弃任何一位苦难人，以无私大爱，锲而不舍付

出。目前约旦边境尚有许多重症难民孩童亟需医治，身心皆苦，“身在台湾，要不断带动大众爱心，作当地慈济人的后盾，让他们有更大的力量，帮助更多苦难人。”

### 虔诚净化人心

秘鲁连日豪雨成灾，河水暴涨，一栋三层楼旅馆建筑地基被掏空，整栋倒入河中。国际灾害资料库（EM-DAT）分析近百年来全球天然灾害，发现近十年频率较前十年大幅增加。四日早会，上人呼吁大众提高警觉，切莫忽视气候变迁的严重性。“人如须弥山下的小蚂蚁，莫以为人力定能胜天，面对大自然，不能自大，要谦卑！”

全球四大不调、灾难频繁，人为的破坏加速大自然成、住、坏、空的

循环，人生也离不开生、老、病、死自然法则，上人提醒：“人生无常，要好好把握能自主的时候，修养自身、广结善缘，发挥生命价值。”

一名男子昨日在法国罗浮宫外持刀攻击民众，上人感叹人心偏差而迷失自我。“人生要有信仰，也要有自信。保持净化人心的理想，冷静思考、培养爱心，朝利益大众的方向付出，才是正确的信仰态度。”

菲律宾慈济人于春节期间前往莱特省举行祈福会及发放大米，八千多人参加，新、旧任市长同时出席，握手言欢；当地修女亦共同祈福。许多居民从海燕风灾后响应“竹筒岁月”，发放时带着扑满“回娘家”，布施助人。“真诚的爱，能化解彼此心结、跨越宗教藩篱。净化人心并不难，关键就在发挥爱的能量，虔诚付出。”

2/5~6 《农正月·初九至初十》

## 志为掘井人

【静思小语】启发无私爱心，就有不断付出的力量。



### 以“法”供养

大年初一至初八，全球慈济人透过视讯连线与精舍同步礼拜《法

华经》，昨日共修圆满。晨语时间，上人以“一年之计在于春，一日之计在于晨”勉众把握“心春”立弘誓愿，新的一年要比过去更精进。

上人谈及新春期间海内外慈济人返回精舍拜年，分享“熏法香”心得。新加坡慈济人轮班清晨开机连线，法亲沿途共乘接送，相互鼓励、彼此成就，闻法后并安排共修，由志工导读《法华经》各品，令大众听得十分欢喜。“闻法修慧、行善造福，精进不懈怠，是法的供养。法入心，落实于生活，是

团队带给师父最欢喜的礼物。”

与北区合心组队谈话，上人转述海外慈济人“熏法香”心得。有人听闻提婆达多累生累世对佛陀的瞋恚，反省自己是否有如提婆达多。“伸出食指指责别人，有三指朝向自己；与人起摩擦，认为错在别人，也要省思自己的言行态度。听经闻法，要自我警惕，才能去除

烦恼，不受无明染着。”

提婆达多不断加害佛陀，佛陀不仅不怨恨，还感恩这分“递增上缘”成就自己。上人叮咛，学佛，就要学习佛陀宽广的心境、慈悲平等无分别。“人与人之间难免须磨合，要边走边整队。要心存感恩，感恩人人有志一同投入，才有为众生付出的力量。知足、感恩、善解、包容，就不会感到委屈。”

早期慈济人少力弱，为了成就志业，志工凭着诚正信实的精神，积极呼吁、劝募人人心力，成就菩提林立。上人勉众殷勤精进，找回“慈济魂”。“为了净化人心，要持续接引、带动大众投入，让种子不断开花结果、再生种子，新生命、新慧命生生不息。”

与广州慈济人谈话，上人谈到，志业推动初期困难重重，但认定对的事情，“做就对了”，终能让人感受诚意，愿意支援并响应。

“‘信己无私，信人有爱’，人人都有爱心，只怕自己没有诚意去度化。诚正信实付出，就有感动、带动的力量；只要有心去做，没有行不通的路。”

上人指出，发心投入，还要听法修心，才能耐得住辛苦，持之以恒。“法入心，就能坚固道心，有法度人。”

世间爱心人愈多，苦难众生就更多得救机会，上人期勉人人发菩萨心，广爱天下苍生，不但为苦难众生募爱，也要“为法募人”。

“不只守护有形的慈济道场，也要守护心中的‘灵山会’，闻法、行法，还要说法、传法，让无形善法不断延续，让善种子遍布人间。”

开发“心泉”

台南震灾满一年，家人中唯一幸存的蔡裕靖先生，在慈济人陪伴下投入慈善访视，逐渐转悲伤为前进力量。六日早会，上人感恩慈济人长期用爱肤慰，陪伴家属走出伤痛阴霾。“时光流逝，虽然伤痛仍在心中，但真诚的爱能打开心门，让心灵逐渐开朗。人生无常而短暂，要把握当下，发挥生命价值。”

与基金会董事们谈话，上人谈到，慈济在克难中成立，尽管没有人力、缺乏资金，但既然决心救度众生，就不怕苦，坚定付出。“佛门说‘入我门不贫，出我门不富’，只要真诚入佛教之门、诚恳为众生付出，力量就如井水涌泉般自然涌现。”

上人举述欧洲慈济人少，各项赈灾工作都要跨国合作；近期塞尔



◀ 全台慈警会长期关心警消同仁，翁千惠师姊（上图左一）呈警政署颁予之感谢状。上人勉众继续落实守护人民保姆的健康。（2月6日）（右图摄影/苏文法）



维亚难民委员会请托慈济协助改善难民卫生问题，并支持新设临时居留所的粮食、衣物等物资。正好印度尼西亚实业家林逢生数日前甫回精舍拜年，去年八月他在塞国设食品工厂，接获本会联系时，立即表示全力配合。

“无论时代如何变化，这一念‘为佛教、为众生’的至诚心不

变。慈济要开发的是‘心泉’，用掘井的精神，为大众开一口爱心的井，即使持续汲取使用，也能维持井水不枯竭。”

天下苦难日增，上人期盼更多志同道合者同行，先利人而后利己。“心甘情愿付出后，自己也能得大‘利益’——得到无形、无量的心灵财富。”

## 2/7~8 《农正月·十一至十二》 爱无处不在

【静思小语】爱有多大，众生的福就有多大。



### 打开心门

加入慈济会员近二十年的台北志工陈育萱，与先生育有四名子女，家庭和乐。某日先生突然高烧不退，送医发现罹患细菌性脑膜炎，脑部受损，退化为六岁孩童智力，且时时刻刻想进食，师姊身心负担沉重。幸而她心中有法，转念将先生视为第五个孩子，用心照顾，并时常带先生至环保站与人互动、结好缘。

宜兰志工黄木村过去沉迷命理，开馆为人算命、堪舆，却与妻

子无话可谈。见妻子加入慈济，与志工互动热络，他心生疑惑而投入，闻法后逐渐转变观念，以智慧“运命”，不再为人算命，夫妻同道做志工。

日前台北市发生震惊社会的家庭悲剧，一位父亲趁妻子外出，手刃三名子女后自刎，大女儿昏迷十二小时后转醒，发简讯向亲人求助而送医。七日早会，上人感叹夫妻因相爱而结合，因一念之差酿成悲剧，人生幸与不幸，都在一念之间。陈育萱用欢喜心接受逆境，“甘愿还，打八折”，虽苦亦乐；

黄木村闻法转念，夫妻同行菩萨道，同造福缘。

“心念转，心门开，就能开阔心灵空间，以天下为家。人生苦难多，需要更多爱心、智慧之人及时伸出援手，引导人同行菩萨道，以开阔的爱心为天下付出。”

台南慈济中小学教职同仁返回精舍参与合心共识营，上人于圆缘典礼时勉众，选定人生方向，就要笃志力行，在家庭尽为人父母、子女的本分，在慈济要提起“志为人师”的使命，担负志业责任。“以妈妈心看待学生，真诚照顾，应机而教；以菩萨心看待自己的子女，用智慧教育，就不会执着牵挂。”

上人表示，自己发心立愿“为佛教、为众生”，日日为天下众生殷勤耕耘，无论能做到什么程度，总是尽心尽力，“做就对了”。

“爱有多大，天下众生的福就有多大。付出助人于己无损，如同掘井，无论多少人提水，井水汨汨不绝，既不会干涸，也不致满溢。”

与慈济人谈话，上人谈到，许多海外慈济人即使听不懂闽南语，依然用心坚持“熏法香”，不仅日后逐渐理解，更落实于生活，进而改除习气。“听经闻法，就是要修除习气。若习气不改，内心没有感受，即使很会讲道理，也只是增加

知识而已。”

上人表示，领众者最重要是掌握精神理念，闻法入心，身体力行，将自己的领悟与体会与众分享，才能让人信服。“有‘德’才能得‘人和’。长期与人互动、培养感情，并且让人感受到德行，才能凝聚团体，做到合和互协。”

### 入群修心

马来西亚慈济洗肾中心肾友们，利用洗肾以外的空档时间制作年饼义卖，所得捐给洗肾中心；新加坡慈济人为长期照顾户陈先生安装电脑辅具，帮助他重建工作能力与信心。

八日早会，上人肯定慈济人以平等慈悲心照顾天下众生，不只应苦难人所需给予帮助，让身心有依靠，还以善法扶助其自立，相互接引带动，付出力量利益人群。

台电公司高雄训练中心多次与慈济合作，为新进同仁举办志工服务教育训练，志工带领他们到养护中心关怀长辈。上人欣言慈济人乐于分享，希望带动人人成为志工。“净化人心并不难，只要用心接引，就能让更多人发挥爱心；人人付出，甘愿欢喜，爱心就能无处不在。”

与美国慈济人谈话，上人谈

到，修行法门甚多，专注念佛并非就能往生西方，而是要人去除杂念；《阿弥陀经》云：“不可以少善根福德因缘得生彼国”。“要深植信根，才能长养善根；走入人群磨练，才能修除烦恼习气，自度度人。”

上人指出，慈济法门源自“六度”，首要的“布施”就是走入人群付出。投入慈济过程中，会接触许多感动的人与事；有接触，就有感动；受感动，就会自动自发投入付出。

众生多苦难，不只要在自己的社区付出，更要走入国际为不同国家的苦难人付出。上人期勉身在世界舞台的美国慈济人，更要把握因缘，借环境发挥良能。

上人强调，慈济宗门以静思

法脉为精神核心，以法内修，才能向外推行志业。“方向正确，理念稳固，才有办法向外带动。树立诚信信实的精神，才能实行‘四弘誓愿’，与众和合，达到‘立体琉璃同心圆’。”

非洲慈济人带动本土志工，即使环境克难，但精神理念充足，则万难皆可克服。史瓦济兰一位酋长，因受慈济人长年累月关怀贫病、带动志工的行谊感动，捐地成就慈济社区活动中心，让志工有集会共修的场所，就地度化众生。

“要广度众生，除了有法，也要情、理兼具。国家平静、社会祥和，要从人心做起。修烦恼、除习气，心清净、无杂念，没有人我是非的成见，才能真正为天下众生‘挑米箩’。”

花莲慈院神经功能科陈新源主任（站立者）分享，团队近十年发展巴金森氏症深部脑刺激手术，有效改善患者病情。（2月10日）  
（下图相片提供 / 花莲慈院）



纪亚红听法后，了解素食不仅节能减碳，也有益身心健康，二〇一五年四月起，推动公司食堂每周供应一餐素食；来年五月起天天免费提供素食，并补助员工每月两百元人民币餐费，借以鼓励茹素。她和员工一同在食堂用餐，参考大家意见而调整菜单；诚恳说明提供素食的理由，让大家乐于接受。

九日早会，上人赞叹她身段柔

软，善待员工，员工因此更愿意了解慈济、在工作上更用心，和乐融融。“撒下种子，因缘会合，就能长成菩提林。爱心种子从台湾撒播到海外，在辽阔大地生根发芽，让人人发心，起于行动，就地发挥爱的能量；这分利益大地的动力，因发自内心而能长久持续。”

院校志业会中，上人强调“院校一家，四大一体”，慈善、医

2/9 ~ 10 《农正月·十三至十四》

## 凝聚爱与善

【静思小语】视众生为己亲，以天下为一家。



### 无所求之爱

四川实业家纪亚红经营食品公司，因送慈济人订购的点心至洛

水慈济服务中心，跟着听课而深受感动；二〇一四年来台参与全球实业家静思生活营，进而参与委员见习、培训，去年十一月受证。

疗、教育、人文四大志业皆是应现代社会需要而设立，缺一不可；无论外在环境如何变迁，四大志业都要紧密相合，相辅相成。

上人感恩，台湾土地面积不大，却有广大的善与爱心；但需要有人不断带动，聚合因缘，才能持续发挥善与爱。逾半世纪以来，正是因许多慈济人不断带动、接引，凝聚点滴爱心，才能完成庞大的志业系统，树立台湾善与爱的风气。

现今社会风气习以商业买卖、营运收益来衡量医疗价值，但上人强调，事在人为，慈济医疗教育要坚持培养具有爱心、使命感的医疗

人才。“为了树立医疗典范、成就医疗品格，一定要培养德术兼备的医疗人才，以超越、崇高的情操付出专业、发挥良能。”

上人表示，花莲慈院启业以来，即打破当时社会风气，不收保证金，医师也不能收患者“红包”，不分贫富地位，都尽心尽力救治。“‘人到无求品自高’，病人感受到医师尽力救命拔苦，会更为感恩、敬重，医师的品格也在无形中提升。请大家勇于承担，秉持诚正信实的原则，积极做好该做的事，培育具有慈悲喜舍精神的优秀人才。”

用在生活中，这就是静思法脉的精神。”上人表示，自己追求的是能“净化人心”的法，在人群中发挥功能，对社会大众有教育性，所以要在人间传法、行法，此即慈济的宗旨和教育。

慈济在克难中创立，早年常住生活清苦，需要借米、油才能供应咸粥给参与发放的照顾户及会众，依然坚持不占用基金会一分一毫资源。“静思法脉淬炼自佛法，由静思精舍修行者守护根源，向在家居士传法，在世间展开慈济宗门。坚守诚正信实的精神，才能传法髓、发宏愿。”

上人以骨髓移植为喻，将健康的干细胞成功移植到血液疾病患者身上，就能发挥正常造血功能；法髓移植成功，则能增长慧命，生生世世无限延续。“全球慈济人移植了法髓、传承静思法脉精神理念为慧命资粮，所以能无悔、无怨、无私、无求在世界各地为众生付出。”

慈济志业以静思法脉为核心，上人表示，慈善、医疗、教育、人文四大志业虽在不同领域发挥良能，但法源相同，静思弟子都要传承法髓，内修外行。

“慈济人内修诚正信实，发四弘誓愿——‘诚’心誓愿度众生，‘正’心誓愿断烦恼，‘信’心誓

愿学法门，‘实’心誓愿成佛道；在人间悲智双运，发挥四无量心——大慈无悔爱无量，大悲无怨愿无量，大喜无忧乐无量，大舍无求恩无量。这不只是内修外行的功夫，也是四大志业的宗旨方向。”

### 增福缘，消灾难

十二日，与菲律宾慈济人谈话，上人谈到菲律宾贫苦人多，许多穷人到大都市谋生，在都市边缘以便宜建材搭盖违建，狭窄密集，一旦发生火灾往往不可收拾，容易导致伤亡、让大量穷人无家可归，也会危及公共安全。

上人举述印度尼西亚慈济人在红溪河水患后与政府合作，协助违章居民迁建大爱村、大力整治红溪河，不但改善环境卫生，也让贫人安居乐业、子女安心上学，有益整体社会发展；后来政府比照慈济经验，为境内贫民兴建住房，带动城市欣欣向荣，足见政府、民间有为，可以安定民生。“人民合心，社会安定，百业繁荣，国家就会兴盛。要积极启发人人爱心，带动人人造福，从内心到社会环境都能净化。”

北区社区志工至精舍寻根，上人谈及叙利亚、阿富汗等国家难民，迫于战争逃离家乡，一路颠沛

2/11~13 《农正月·十五至十七》

## 行法在人间

【静思小语】净化人心，要在人群传法、在人间行法。



### 传法髓，续慧命

逾半世纪以来，慈济援助过全球九十多个国家地区，与志工谈话时，上人感恩慈济人心怀天下苦难众生，把握因缘用心付出，随处播撒种子，就地开展庇荫众生的菩提林。

上人谈及，静思法脉的源头，要追溯到自己出家修行的一念心。起初受父亲往生冲击而接触佛法，在佛法中找到人生方向；一生对导师叮嘱的“为佛教、为众生”，信受奉行。

“自出家以来，坚持自力更生，要将佛法传给大众，让人运

受苦，幸而苦难中有福缘，欧洲慈济人在塞尔维亚的难民援助行动，自去年二月延续迄今，此次发放由欧洲、亚洲七国慈济人前往承担。

“能时常助人的人最有福。要珍惜平安、把握助人因缘，用虔诚的爱多造福缘，消解灾难。”

为了凝聚国际慈善力量，为天下和平而祈祷，十二日，在台北国际会议中心，举办三场“国际大爱，心莲满人间”祈福音乐会。约旦志工陈秋华特地搭机返台，顶礼感恩台湾民众，分享中句句血泪。

十三日早会，上人感恩台湾爱心人士多，愿意为苦难人用心付出；期待大众多加宣导，让人人见苦知福，启发爱心、起于行动。“人间疾苦多，要多了解、多传达，启发人人爱心，付出爱的能量。人间菩

萨愈多，天下苦难人得救的机会就愈多。”

与宗教处同仁谈话，上人表示，慈善救助必须深入了解对方处境，设法彻底解决问题。“除了亲手布施，还要长期陪伴，做深入、根本的救济，而非短暂、表浅的付出。请大家多用心，当苦难人生命中的贵人。”

上人教大家以感恩、尊重、爱与志工互动，关心每一位志工，让有心付出者感受欢喜，对的事情多予勉励，需改进之处也适时提出建议，带动人发心立愿成为人间菩萨。“要度化众生、利益人群，必须发自内心、与众和合，才有足够的力量。期待人人借力使力，让‘慈济魂’苏醒，重新启动台湾的善与爱。”

母茶和面包；今晨到第二殡仪馆为往生者助念、安抚家属情绪，并前往各医院关怀伤者。

早会时间，上人感恩慈济人平时殷勤承担诸事，训练出“临危不畏”的心态，急难时组队和合、勇敢前进，为众生付出。“人间无常事多，要一一凝聚爱心能量，用爱铺路、广披天下，当众生受苦时，就有人间菩萨涌现，悲智双运协助走过伤痛。”

今年度台湾灯会在云林举办，慈济受邀参展。云林志工团队一再讨论改进，接力投入，设计出结合佛教、环保、科技，省钱省电、展现慈济人文内涵的六座主灯，在五光十色、造价不菲的灯海中，别有一番特色。

上人赞叹志工们用心设计，不怕失败、不怕辛苦，以零碎回收材料打造出节能环保，且深蕴法理、富有教育性的花灯。“心中有爱，就能启发智慧；把握因缘，就能随时、随处发挥良能。”

现在社会问题复杂，慈济应社会所需，所做之事愈来愈多元。与社服同仁谈话，上人勉众提起宗教精神为社会付出，悲智双运。

“宗，是宗旨；教，是教育。静思法脉的教育，慈济宗门的宗旨，就是我们的宗教方向。有助人的慈悲

心，更要以智慧应对诸事；慈善关怀，除了救助一时急难，也要长期关心与辅导。”

上人期许同仁与志工同步成长，平时有良好的互动，统合观念，才能将力量会合于同一方向。“‘旧的要箍，新的要顾’，以法带动，长期陪伴、共同成长，让人人乐于付出，就能持续不断在付出中得到法喜。”

戒为制度，爱为管理

与慈济人谈话，上人叮嘱推行志业、带动团体，要落实“以戒为制度，以爱为管理”。“戒、定、慧三无漏学之中，‘戒’是第一项，是入法门的重要规则。守戒才能除烦恼，让心笃定于法，生出清净无染的智慧。慈济团体以爱为管理，这份爱也需要戒律约束，否则凡夫因爱生贪、衍生五毒，是修行的障碍。”

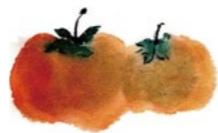
个人力量微小，要结合大团体的力量，才能顾及大方向与小细节。上人叮咛，凡事不能独断独行，走入人群就地带动居民投入菩萨团体，才有能力随处闻声救苦。

“人间好事需要团队的力量，借力使力来成就；只凭一个人、少数人，再怎么能干，都无法做好天

2/14 《农正月·十八》

## 普天三无

【静思小语】普天之下没有我不爱、不信任、不原谅的人。



勇于承担，临危不畏

一辆游览车昨晚在国道五号翻覆，造成三十三人罹难、十一人轻

重伤。台北市南港区慈济志工接获事故讯息，立即启动紧急关怀，晚间十点动员三十多人在车祸现场助念，为救难人员送上补充体力的姜

下事。”

团体共事难免有意见相左之时，上人教导，法亲之间，要把狭窄的人情，化为开阔的“觉有情”。“我此生抱持‘普天三无’的心态——普天之下没有我不爱的人、没有我不信任的人、没有我不原谅的人，对人永远感恩、尊重、爱。”

波斯尼亚二〇一四年发生水患，欧洲慈济人跨国救助，感动了沙马奇镇议长，来台参访后，发愿

回波国带动志工做慈济。后来慈济在塞尔维亚援助难民时，议长亲自带领一群波国志工投入，为欧洲慈济人增添大力量；多位志工发心学习慈济人行仪，善缘延续至今。

上人表示，自己虽未亲身走入当地，但慈济人拉长情、扩大爱，以言行感动人一同投入。“要先打开自己的心门，用‘心包太虚，量周沙界’的开阔心胸包容每一个人，感恩大家借给师父力量，带动人人同心协力为天下众生付出。”

2/15~16 《农正月·十九至二十》

## 不轻小善

【静思小语】起一念善，化为行动，就有无量功德。



清净在源头

法国阿尔卑斯山一座度假村滑雪场十三日发生雪崩，九人遭掩埋，其中四人罹难。早会时间，上人感叹世间无常，人们欢乐出游，无法平安返家，伤者身心创痛，罹难者亲属更承受天人永隔的悲痛。

“人力固然无法抵挡大自然的力量，但若人能守好本分，谨慎守护身、口、意，就能减少祸端，自保

平安。”

今年台湾冬季偏暖少雨，水情吃紧，政府呼吁民众节约用水。嘉义志工许琼英日常生活秉持“能做就不买”“随手关灯”“节约用水”的原则，经年累月落实简约生活。她在浴厕洗手台下方装设截水管，回收水用来刷洗浴室、冲马桶；门口水槽下方排水管加设延长管线，将洗菜水分流至菜园四周，灌溉菜圃。

上人赞叹她一水多用，除了自己做到，也不断推动家户响应。

“世间生命都需要水，家家省水，家家都有水可用；假如人人恣意浪费，资源很快就会消耗枯竭。”

高雄志工郑杨庆，过去放任口欲，后来身体健康出状况，受到慈济志工潘机利的鼓励，下定决心戒烟、戒酒、戒槟榔，还改吃素，找回健康。上人表示，畜牧业耗水甚巨，少吃肉、少饲养，不仅能节省用水，还能让世间生态回归自然，有益身体健康，也有助气候调顺，使众生平安。

菲律宾马尼拉敦洛区一处贫民窟，日前大火烧毁三千多户，慈济志工即时供应热食及发放物资。近日计顺市火灾，又烧毁三百多户贫民住屋，志工出动大爱行动餐车，为受灾民众供餐。

上人表示，小乾坤可以影响大乾坤，人的生活影响大生态，呼吁重视“清净在源头”。“减灾、防灾，要从人人生活开始做起。减少环境破坏，让生态循环顺畅，生物都能自在，人的生活才能平安。”

养护菩提林

美国德州休士顿地区十四日遭暴风雨和龙卷风袭击，造成两

万五千户停电，一百五十架班机延误，并传出伤亡。纽西兰南岛克萊斯特彻奇野火蔓延，逼近基督城郊区，数百户紧急撤离；一架直升机在执行消防任务时坠毁，驾驶员不幸殉职。十六日早会，上人提醒大众，气候变化极端，大自然威力惊人，要提高警觉，戒慎虔诚，更要善加珍惜地球资源。

上人谈到越南中部去年干旱严重，导致土壤盐化，作物歉收，居民生活困苦。慈济人克服困难运水到当地，但发放的水只够饮用；虽然提供储水桶给农民，但若天不降雨，亦无法耕种。“气候不调，灾难偏多，人民生活难安。有水应思无水之苦，要珍惜节约资源；除了戒慎防灾，更要净化人心，启发爱与善的本能与良能。”

菲律宾七岁男童桑尼，因脊椎问题长期就医治疗，家贫难以负担。慈济志工济助手术费用，也提供助行器帮助复健；因恢复情形良好，已不需辅具。爷爷将助行器还给志工帮助其他人，感动邻居也捐出用过的拐杖，帮助需要的人。

上人肯定，善的举动哪怕不起眼，但起一念善心，就有一颗善种子萌芽。“无论小草或大树，都是从小种子长起，不要轻视微小的善念。有一念助人的心，就起了一念佛

心，化为行动，就有无量功德。”

草木需要雨露滋润才能萌芽；人心干旱，则要用法水滋润。上人期许慈济人珍惜每一颗菩萨种子，做好心地水土保持，吸收法水，灌溉心田、增长慧命，养护心中的菩提林。

医疗志策会中，上人感恩慈济医疗六院一家，有志一同为众生付出；而且四大一体，医疗中有慈善、教育、人文。“医护

人员是用自己的生命走入病患生命，用心用爱抢救生命，团队合作守护健康，成就爱的医疗，也成就医疗品格。”

医疗工作辛苦，上人以“合和心纯天地宽，协力无私力量大”，勉励各院以开阔、单纯的心态看待诸项考验。“要成就任何事，都需要整体合与和，人人心纯则天地宽，以单纯的爱成就医疗，协力而无私，就能有圆满一切的大力量。”

家庭，灾后深陷困境。慈济人疏解其经济困难，协助修缮住屋，也肤慰老人家的心；老先生感激在心，日存零钱行善，也投入环保志工。

去年七月辽宁观光团在桃园发生火烧车意外，桃园慈济志工一路陪伴来台料理后事的家属，并联系大陆志工接力关怀。下半身瘫痪、以轮椅代步的罹难者家属王先生，受到哈尔滨慈济人的鼓励，在自家公寓设置环保点，带动邻居做资源

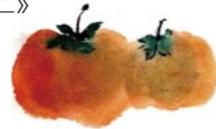
回收，并响应“竹筒岁月”，转悲伤为祝福。

上人感恩慈济人拉长情、扩大爱，不只救助一时急难，更长期关怀陪伴，“苦既拔已，复为说法”，鼓励人人付出助人，在凄寒苦难的人间，增添无私互爱的人间温情。

心要合，人要和

加拿大董事会中，上人肯定

## 2/17~18 《农正月·二十一至二十二》 心合力量大



【静思小语】有心就有福，有愿就有力；多人多福气，大心大愿力。

先拔苦，后说法

美国科罗拉多州的森林遭逢二十年来最严重虫害，超过八亿三千四百万棵树死亡，专家担忧大片枯木助长林火灾害。自去年底以来，欧洲、亚洲多国及台湾，相继传出H5N6禽流感，数十万只禽鸟遭扑杀。

早会时间，上人忧心国际间植物、动物皆传疫灾，大地赖以呼吸的森林不断毁坏、大量生命被扑

杀，感叹“鼻下一横”——嘴巴，如永远填不满的无底深坑，呼吁人人茹素斋戒。“四大不调、灾祸偏多，都是众生业力累积所致。素食营养充足，不杀生，还可以净化身心，减轻地球负担，淡化世间浊气，帮助人类减轻灾难。”

去年初台南震灾，玉井许多民众住屋受损，慈济人除了协助修缮，也持续关怀需要的乡亲。一对老夫妇照顾重度智障又罹患癌症的六十岁女儿，原本拮据的



▲花莲慈济医院“医师合心共识营”于静思精舍举办，清晨六点，四十六位医师学员回到心灵的故乡，迎接一整天课程。（2月18日相片提供／花莲慈院）

加拿大慈济人发挥精神能量，做出志业品质，广受政府与民间肯定；期盼大家广招人间菩萨，量与质兼优，做好代代传承。

“有心就有福，有愿就有力；多人多福气，大心大愿力。有人，才能有力量。成就志业，须借重每一分人力、物力与心力；心要合、人要和，才能广招人间菩萨，汇集力量。”

上人谈到，花莲慈院筹设过程，历经难以道尽的辛酸，即使咬牙含泪、再苦再难，也坚持呼吁、募集社会大众的点滴爱心。“因为初心不改、信心坚定，所以成就全台六所慈济医院，以抢救生命为目标，尽心尽力救治伤病。”

慈济从克难中创立，四大志业在四十年中一一完成，上人指出，慈济并非先累积足够的资金才做志业，而是确定社会所需、确认方向正确，决定要做了，就“信己无私、信人有爱”，不断带动、汇集人人的力量，每一项志业都是从无到有。

上人以“入我门不贫，出我门不富”勉众莫轻视点滴力量，提起信心，放下身段，坚定心志，内修外行。

“诚正信实是慈济人的品德，慈悲喜舍是外行的才能。秉持无私

大爱，建立品德，才能感动人、带动人。只要有一念真心，就能带动人人同心同志付出。”

上人期许慈济人秉持佛心师志——秉佛陀的大慈悲心，持师志行菩萨道，培养才与德。“要自我培养才德兼备，也要不断带动、培养才德兼具的人才；悲是德行、智是才华，悲智双运则才德兼备。”

### 一秒钟，一辈子

媒体报导秘鲁古文明遗迹马丘比丘（Machu Picchu）因大量观光客涌入，造成小镇严重垃圾污染，遗址受破坏。十八日早会，上人感叹四大不调频起灾难，来自人类长期所造作，不但危及众生生命，也加速毁坏千年古迹。

慈大传播学系四年级同学，将进入媒体、传播公司等单位实习，昨日到精舍受袍，上人对大家深寄期许。“媒体要担负‘报真导正’的社会责任，在人间传善法、净人心；运用智慧做社会教育，引领人看见天下万象，警觉、改善自身行为，启发慧命良能。”

与大陆长春志工谈话，上人指出，世间灾难多，各地都需要愿意付出的人间菩萨，“要积极‘菩萨

招生’，才能就地、就近发挥爱的能量，合力救助苦难人。”

上人表示，带动志工，必须放下身段，态度柔和，才能让人起欢喜心。“在大团体中，与不同个性、习气的人相处，须有‘柔和忍辱’的功夫，内修诚正信实——以诚度化众生，以正念断烦恼，于法深信解，脚踏实地朝目标迈进，步步踏得稳、走得正。”

花莲慈院医师合心共识营圆满典礼，上人谈到，医疗抢救生命、守护健康，是崇高的志业；现今社会风气改变，医疗人员难为，感恩大家坚定使命、坚守岗

位，成就花莲慈院在东台湾持续提升医疗品质。

“一秒钟，一辈子。一念间，可以决定一生的方向。”上人以自己为例，出家修行，起于一念；在克难中创立慈济，又在缺乏资金、人力之下，筹建花莲慈院，都在一念间。“起一念心，确认方向正确，恒持力行，才能成就利益众生的志业。”

上人期勉大家“把握当下，恒持刹那”，不忘初心；彼此感恩、尊重、爱，合和互协，守护慈济家风，代代传承医疗人文。

2/19~20 《农正月·二十三至二十四》

## 用爱温暖人间

【静思小语】人心有爱，则社会和平，人间幸福。



### 守护六根，防范六贼

与加拿大慈济人座谈，上人谈到，当初在克难中创立慈济，即使生活困苦，仍然一心坚持，不被环境克服，而是去克服环境。五十多年来一路走来，如同滴水入大池，泛起阵阵涟漪、不断扩大；带动出

愈多人投入，才能成就四大志业、八大法印。

“凡事起头难，要感恩开路人，也要感恩有人不断传承接续，路才不会中断。志业诸事都需要团队合和互协成就，广招人间菩萨，才能让法脉宗门优质永续。”分布各社区的静思堂、联络处与环保教

育站，是慈济人的修行道场，担负净化人心的社会教育责任，上人期许众人用心守护，善用道场，接引、带动人间菩萨。

人人身上都有一部大藏经，上人教众常怀感恩，放下身段，虚心学习。“见贤思齐，见不贤而内自省。走入人群‘做中学，学中觉’，从众生烦恼中警惕自心、向内观照，修除烦恼习气，增长智慧。”

生命短暂而无常，但慧命永恒；上人期待人人投入慈济不只有做事，更要求得慧命增长。“师父最希望的，就是看到弟子慧命成长；要好好把握短暂的人生，做对的事，将意识种子带到下一生，接续修行，增长慧命。”

上人表示，做慈济，是为自己造福修慧；师父开辟道路、指引方向，要靠自己走才能到达目的地。

“要舍除我见，守好眼、耳、鼻、舌、身、意‘六根门’，莫让色、声、香、味、触、法‘六贼’进入心灵，偷走智慧宝藏。”

在茫茫大海中航行，需要船上的人放下我执，合和互协，才能度过风浪、到达彼岸；走入人群修行度众生，上人殷勉慈济人真诚相对真诚、和合心志。“即使还有凡夫习气与烦恼，但人人一条心，就能

安稳航向菩萨的觉悟之道，抵达佛境界。”

### 至诚互爱，凝聚人心

下午与加拿大慈济人谈话，上人叮咛，推动志业，要掌握正确方向，舍去偏见，为未来的展望而寻找人才。

“有心就有福，有愿就有力；认定该做的事，就不要顾虑资源不够。事在人为，要先求得有心做事的人，才有成就事情的力量；即使缺乏经验，只要用心学习，就能把事情做好。‘入我门不贫’，有诚意，不怕找不到人才。”

上人谈到，佛陀为法求人，要有一群人在世间弘法、落实，才能让佛法利益大众。“要人间菩萨招生，不只闻法、说法，更要带动人人欢喜付出。团队合和一心，走入人群结好缘，自然能感动人、吸引人投入。”

“师父带人没有诀窍，只有发自内心的感恩。”上人表示，在慈济，没有管人的人，只有感恩的人；用感恩心和气待人，彼此之间真诚互爱，就能凝合力量成就诸事。

上人强调，人人法入心而凝聚，才有力量在人间做好事。“以

诚正信实的修行，推行慈悲喜舍的四大志业，让人看到慈济团体的合和互协之美，就能募得人才。”

### 知足惜福，用爱付出

专责承担上人影像记录二十多年、被昵称为“小陈”的摄影师陈友朋居士，十九日上午突然因心脏不适送医不治往生。他向来身无病痛，热情爽朗，无常瞬至，令众人深感震撼。

二十日早会，上人回忆与小陈的互动点滴，感恩他长时间安住身心，用心、用爱付出专业，为时代作见证，为人类写历史，为慈济写大藏经。“人生无常，生命只在呼吸间，有什么需要计较？人总有情，虽然不舍，但要赞叹这分洒脱，学习这分轻安自在、无牵无挂，为人生的来去好好掌握方向，体悟佛法真理。”

娑婆世界堪忍事多，上人收摄感伤，宏观天下。菲律宾南部苏里高省十日发生芮氏规模六点七强震，受灾严重；宿雾、保和、纳卯慈济志工辗转经由海、空、陆路进入灾区勘灾。圣尼古拉高中校舍几乎全毁，校长急着安排六百多名学生到安全的环境上课，志工安抚校长心情，并允诺陪伴重建校园。

马来西亚八十三岁慈济照顾户陈亚妹女士，感念慈济人多年不离不弃的照顾，特地找律师拟定生前契约，未来往生后愿将住屋捐给慈济，运用于利益人群的志业。

上人肯定，慈济人待天下苦难人亲如家人，让无依者感受温厚人情，无牵无挂安心生活。“爱，能温暖无常苦难的世间。人与人之间以真诚的爱付出，社会就能和平，人间就能幸福。”

与中区实业家谈话，上人谈到叙利亚久经内战，许多居民为了保命，不得放弃一切，逃往他国成为难民。因无工作权，靠未成年的孩子打工撑持一家生活，孩子被迫远离无忧无虑的童年，令人不忍。

土耳其慈济人为帮助难民孩童读书、补助家庭生活，挨家挨户访视，得知不少家长过去曾是律师、医师、地主等，只因社会动荡、内乱不止，再高的学识、技能，都无从发挥，连基本生活也难以维持。

上人以此叮咛，人心不足，不断要求、争执，社会负担会更沉重；天下若不平安，企业拓展得再大，也都在危机之中。“人生苦难偏多，要感恩台湾社会平安有福，更要开阔眼界，关怀世界，让天下平安。社会平安就是福！”

2/21 《农正月·二十五》

## 安定人心之法

【静思小语】杂念多，心难安；把握当下做好该做的事，就能心安。



## 净人心，护大地

日前新闻报导，考古学家在巴西亚马逊雨林发现四百五十个逾两千年历史的巨大几何图形遗迹，推测为人类古文明聚落。早会时间，上人赞叹许多古文明建筑智慧，至今科技未能解谜；现代人莫以科学、科技发展自满，而鄙弃古时文明与传统道德观念。

上人表示，时间无始无终，空间广阔无际，佛陀觉悟宇宙真理，尽其一生说法、传法，期待众生能体悟道理，回归真如本性，然而在《法华经·劝持品》中，众多得佛授记的弟子虽有心传法，但皆表达娑婆世界众生刚强，难调难伏，不易传法。

现今环境破坏、污染严重，灾难偏多，正如佛陀所说的“五浊恶世”。上人指出，大环境不调和、人体小乾坤不平安，追根究底起于人心不调和。“要彻底解决环境问题，就要从净化人心做起。人心不明浓重，刚强难调，需要广传善

法，净化人心，引导人人调适好生活习惯，莫随欲望而浪费无度。”

慈济人救助人间苦难，也疼惜大地，带动清净在源头；做资源回收的同时，也努力研发回收物再制品，希望降低垃圾量，更有效减缓环境破坏。“人生无常，莫为一己之私而执迷不悟。人人克制欲念，珍惜物命，才能减轻环境负担，减轻灾难。”

澎湖慈济照顾户林先生，十六年前因工作意外导致全身瘫痪，太太近年也多次进出医院手术，家庭经济负担沉重。孝顺的三女儿积极兼差工作，承担照顾祖父母与父母，她感恩父亲过去辛苦工作、母亲不离不弃守护家庭。林先生经常收看大爱台节目，虽瘫痪卧床也能发心向朋友劝募。

上人赞叹他们懂得善解，心存感恩，打开心门坦然面对困境，无怨无悔且能付出助人；期待媒体传播更多美善的真实人生故事，为社会注入正向、光明的力量。“好话要正确地传说、真理也要正确地传

以色列声乐家大卫·迪欧（David D'or，左一）致赠画作给上人，他多次为慈济赈灾募款义唱，盼藉歌声传达爱与和平。（2月21日）（下图摄影／陈国麟）



播，媒体负起报真导正、净化人心的责任，世间才有希望。”

## 导正向，传善法

来自马来西亚、印度尼西亚、香港十八位媒体人来台参访慈济志业体，并到精舍与上人座谈。

香港《亚洲周刊》记者袁玮

婧小姐表示，慈济是超越宗教的组织，也有超越慈善团体的抚慰人心良能。上人回应，不分种族、国籍，全人类共同生活在地球上，与天地共生息；“人们随时间累积历史，世事也随着时间变化，身在历史长流中，要敞开心胸坦然接受变化，也要把握现在，为未来的人间铺展道路。”

2/22~23 《农正月·二十六至二十七》

## 恒持刹那

【静思小语】一念无明，烦恼复制；一念清净，烦恼消除。



上人指出，“宗”是人生的宗旨，“教”是生活的教育，宗教只是“骨架”，内容需要由人用爱去充实；只是许多人扭曲了“骨架”，才会起分别心、生对立，衍生许多问题。慈济尊重每一个宗教，人道援助不因宗教信仰而有所分别；一如慈济学校的学生，来自不同宗教信仰的家庭，不因在慈济受教育而改变信仰，只是加强了爱心，期待这份爱能随着年岁增长。

“宗教要发挥净化人心的力量，人心回归清净本质，就能共同为天下事付出。期待媒体报真导正，共同宣扬正确的道理，传达爱的能量。”

《南洋商报》黄兆平执行总编辑请教上人养生之道，上人表示，自己没有特别运动或养生方法，唯有素食。黄总编再问，慈济志业规模至此，此生还有何心愿？上人表示，自己没有特别的心愿，慈济人与自己心志相合，在不同领域，朝同一方向发挥良能，才能成就慈济志业；未来也会朝共同方向努力，持续利益社会人间。

《南洋商报》记者吴梅珍小姐请问上人，做慈善五十多年，看见人与人的关系愈渐恶劣或是改善？上人指出，人心会随着社

会风气迷失，但本性依然善良。

“此时科技发达，人们容易被虚拟境界吸引，鲜少抬头看真实世界，更需要媒体传播正义之声，唤醒迷失的人心。”

《风采杂志》林慧霞总编辑请教上人，如何在功利趋向的现代社会，改变人心想法，从而降低利欲、充实心灵财富？上人回应，自己只有很虔诚的理想，“虽然知道目标难达成，仍然尽力呼吁，希望大家回归清净本性，发挥本具的良能。慈济人为志业尽心尽力，甚至尽形寿、献身命，不断付出与带动，都是出于一分真诚的爱。”

在座多位媒体人表示过去不了解慈济，来台参访深受感动。上人有感而言，慈济走过半世纪，是实做出来而非宣传来的；慈济人认定方向正确，该做的事，脚踏实地“做就对了”。“慈济团体并非万能，个人也很渺小，无法做尽天下事，只能把握当下尽力去做。希望各界人士发挥专业良能，做好事不能缺少任何一人。”

《星洲日报》记者廖德来先生提到，现在人心慌乱，想请上人给世人一个安心的方法。上人回应：“想得太多、杂念纷起，当然不安心；把握当下做好应做之事，心就能安。”

## 善用分秒

新北市芦洲区一对拾荒母子住家杂物堆积、脏乱不堪，引来大量虫鼠，邻居十分困扰。慈济人锲而不舍关怀与沟通，老太太终于同意让志工协助打扫居家环境。近八十位志工分工合作，整理分类、清运垃圾，用高压水柱清洗秽垢，经过三个半小时后，住屋焕然一新，让母子有干净的生活环境，也让邻居安心。

早会时间，赞叹志工们是发大心的人间菩萨，面对常人所不能忍之事，皆能勇于承担。“娑婆世界浊气浓重，众生刚强难调伏，要有堪忍的菩萨，难堪能堪、难忍能忍，才能济度众生。”

花莲县卓溪乡百分之九十五土地为山地，地势崎岖陡峭，人口约一千七百余户，其中四百九十户是慈济关怀对象。当地慈济人少且平均年龄高，由邻近地区十五位志工承担主要访视工作。

玉里七十九岁志工林玉龙

与七十六志工岁梁梅英，关怀七十一户人家；平时上山做访视、下山做环保，分秒不空过，手术出院后也背着铁架、束着护腰投入。林玉龙表示，年轻时就念经、拜佛，却没有想过“学佛”；直到听上人开示受启发，才体会信佛就要学习佛的行为，而非为了求佛保佑而念经拜佛。

上人赞叹他们把握分秒利益群众，成就有意义的人生。“人生苦短、无常，要把握时间，运用身体的功能，发挥利益人群的良能。做好事，不漏失分秒，也不放弃任何一个角落。”

玉里慈济人典范令人敬佩，但上人更希望就地广招人间菩萨，接引年轻后辈来传承，才能让这份爱心与精神，在当地长久延续。

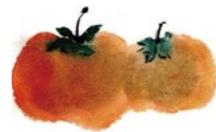
## 守护心念

二十三日晨语，上人讲述《法华经·劝持品》经文，佛陀姨母憍昙弥，即大爱道比丘尼，看见佛陀为

2/24~26 《农正月·二十八至二月·初一》

## 善解得人和

【静思小语】凡事无争，但用心成就。



在场弟子授记，却迟迟没为比丘尼授记，心生忧念，遂带领六千比丘尼“从座而起，一心合掌，瞻仰尊颜，目不暂舍”。

佛陀理解大爱道比丘尼的心思，告诉大家：“今汝欲知记者，将来之世，当于六万八千亿诸佛法中为大法师，及六千学无学比丘尼具为法师，汝如是渐渐具菩萨道，当得作佛。”

上人说明，佛陀指出人人本具佛性，只要依循佛之教法修行，人人都能成佛；即使此时不在灵山会上，都能得佛授记，包括以憍昙弥为首的六千比丘尼，未来经过六万八千亿佛，生生世世发心修行，作大法师传法度众生，亦能得道成佛。

上人进一步说明，经文中“六万”表示“六根”，“八千”是“八识”，意在教大家守好清净心。“守护眼、耳、鼻、舌、身、意‘六根门’，莫随外境起心动念，造作贪、瞋、痴、慢、疑无明烦恼，业的种子会进入‘八识’，万般带不去，唯有业随身。六根门守得好，就能维护八识清净无染，一心求佛法，生生世世都能闻法、说法、传法。”

经典里常见很大的数字、极长的时间，上人教大家莫执着于

数字。“长时间也是由刹那所累积。一念无明，烦恼不断复制；一念清净，烦恼完全消除；把握刹那间的发心，恒持力行，才是最重要的。”

上人与众共勉，以戒、定、慧隔绝无明烦恼，守护“六根门”；殷勤精进闻、思、修，走入人群六度万行，直至福慧圆满，六根、八识皆清净，就能回归真如入佛境。

早会时间，上人开示，万物行蕴不止，随时在无常变化中，大至山河大地的巨相变动，小至肉眼不可见的微生物与细微变化，“眼、耳、鼻、舌、身、意‘六根’时时在接触外境，要把心照顾好，不随境界起舞，才不会累积烦恼、造作恶业。若欲念不节制，长年累月耗损无度、浪费资源，心念也会影响天候，危及众生。”

新闻报导巴西中西部干旱情况恶化，即将轮流停水；台湾西部去年十二月以来降雨日数偏少，农业供水吃紧，多个县市将实施减压供水，水利署呼吁大众积极节水。

上人呼吁大家彼此提醒，共同正视环保、水资源问题，珍惜用水，共度难关。

“要惜水如金、节约用水。生活中不经意浪费水，无水之时只能徒叹无奈。”

## 造善因、结福缘

菲律宾萨马省有一个古老原民部族“玛曼华”（Mamanwa Tribe），早期受经济开发影响被迫迁移，族人分散各地，生活原始困窘。离乡打工的族人罗伯特，在海燕风灾后受到慈济援助，抱着一丝希望恳请志工帮助家乡族人。慈济人随着他回老家勘查，亲见居民生活苦境，以木片、铁皮搭起的高脚屋，难以遮风挡雨，承诺将再回来给予帮助。因过去曾有许多团体在勘查后允诺帮助却未兑现，居民对慈济原本不抱希望，二十二日，看到志工带着一卡车白米到来，非常高兴。

早会时间，上人不禁叹道，当地人生活贫困恶劣，被世人遗忘；幸而苦难生命中有善因缘，菲律宾慈济人的真诚付出，感动曾在外地受助的族人，牵引善因缘。“因缘不可思议，生灭不止，要及时把握，造善因、结福缘，借力使力救助苦难苍生。”

联合国日前公布全球严重饥

荒国家地区，包括衣索比亚、索马利亚、北朝鲜，及内战四十年的南苏丹等，有些起因于天候干旱农作物歉收，有些则因长年战乱而民不聊生。“世间苦难人亟待援助，莫耽溺于虚拟境界中，要面对现实，把握当下，发心立愿，及时做该做的事。”

## 平等爱，护众生

菲律宾保和岛二〇一三年十月发生芮氏规模七点二强震，灾情惨重，慈济人在急难发放后，持续义诊、济贫、援建教堂，并帮助六十三所学校搭建共三百多间简易教室。

保和省省长伉俪、国家众议员、当地校长老师及助学、医疗个案等一行人，到精舍拜会上人。省长爱德格（Edgar Chatto）深受慈济无私开阔的宗教观感动，代表全岛一百二十万民众感恩慈济。

第一区众议员Rene Relampagos先生表达，过去并不了解慈济，以为灾后一时济助就会离开；尤其保和



◀ 菲律宾保和省长爱德格（上图左一），感恩慈济在二〇一三年强震后及时救助、援建简易教室，并关怀至今。（2月24日）（下图摄影/博丽妮）



岛强震不久后，海燕台风重创菲律宾中部，许多慈善团体转而投入莱特省灾区。“然而慈济的关爱持续迄今，不仅协助居民安心、安身与安生，也帮助天主学校搭建简易教室、援建教堂，让居民看见希望，感受开阔大爱。”

上人表示，居民遭遇大灾难，亲人死伤、家园毁坏，身心受创，需要宗教精神寄托与支持，所以慈

济赈灾也会援建、修缮教堂，希望能帮助居民安定身心。

“慈济人具有‘普天三无’的开阔胸襟——普天之下没有我不爱的人，人人心中有最虔诚的爱，开阔而无分别。普天下没有我不信任、不原谅的人，虽然人与人之间难免见解不同，但凡事以宽广的心胸看待，就不会与人对立、没有宗教藩篱。”

慈济以佛教精神为本，但尊重世间所有宗教，上人强调，慈济人以慈悲平等观尽力协助苦难众生，付出无所求，还感恩对方给自己机会付出；看到对方得救、身心自立，就是最大回馈。

上人赞叹保和岛居民很单纯、很知足，心存感恩，自动自发参与铺设地砖，用竹筋取代钢筋，制作坚固的“福竹砖”，一起组建教

室。“虽然各人经济能力不等，但人人本具无私清净爱心，需要启发与带动；只要人人有爱心，愿意起于行动，点点滴滴长久累积，就有益于大地人群。”

菲律宾慈济人长久以来无私付出，让许多贫病家庭重拾希望，展现令人赞叹的成果，上人勉众持续人间菩萨大招生，遍撒善种子，广植人心福田。

2/27 《农二月·初二》

## 众志成城



【静思小语】恒持志愿，凝聚善力，众志成城。

### 小爱心，大力量

缅甸农村普遍贫困，但农民自从受到“竹筒岁月”精神启发，爱的效应不断扩展。仰光北部岱枝镇多位农民跟随慈济人到偏乡葵吉村访视，在一户破旧高脚屋里，看见中风老婆婆和九岁孙子相依为命，因无法外出捡柴，孙子直接拔厨房地板的木材生火煮饭，室内一不小心就会踩空。志工十分不舍，动手为他们搭建新厨房，并协助大扫除。

早会时间，上人赞叹缅甸农民

虽然生活贫苦，但爱心力量无穷。

“日存一把米，无损自己生活，还能累积爱心能量，让自己法喜充满，让别人维持生命。无论贫富，只要有爱心，点滴汇合，就有助人的力量！”

上人肯定慈济人“济贫教富”，启发受助者互爱互助，自力更生还能帮助别人，成为“富有余”的有福人；也“教富济贫”，感动、带动有能力者共同付出。日前扶轮社人员主动联络菲律宾慈济人，教导莱特省帕洛镇大爱村居民

制作食物干燥机，改善生活，并学习一技之长。

洪都拉斯二〇一一年水患后，慈济在马可比雅市梦哈娜村援建一百六十多户大爱村，单亲妈妈叶塞尼亚表示，自从有安身住所后，开始经营小生意，安心养育子女，未来不再茫然。上人欣言，宏国志工以少数人力、有限资源，带着居民就地取材，制做空心砖、买水泥灌浆，一砖一瓦建盖住屋。近年宏国数度水患，大爱村都安然无恙，居民安居乐业。

“只要有心，一砖一瓦，终能堆叠成遮风蔽雨的坚固住屋。发心立愿，要持之以恒，还要随处接引、汇聚人间菩萨，让爱的能量众

志成城。”

台东县土地狭长、地广人稀，台东市资深委员范春梅为了接引长滨乡的志工周秀有，每天清晨五点骑一个半小时机车到长滨“买菜”，为她说慈济、鼓励投入志工，因而感动她成为幕后委员，进而培训、受证。她不识字、不会开车、骑摩托车，每个月搭公车、步行，一一拜访会员及照顾户；人医会每年两次大型义诊，她挨家挨户发传单宣传。

上人赞叹范春梅以至诚心接引菩萨种子；周秀有广结好人缘，殷勤付出照顾社区。“只要有心，没有做不到的事。只要愿意付出，小小爱心也会成为大大的力量！”

2/28 《农二月·初三》

## 拉长情，扩大爱



【静思小语】诚心付出，就有带动人心的力量。

爱，清净无染

台中三十七岁江先生，二十岁时因工作从高处跌落，导致胸椎以下瘫痪，卧床十多年来靠父母照顾，心灵逐渐自我封闭。因父母年

迈还要外出工作，照顾难以周全，以致下肢溃烂。

社区志工得知江家处境，着手展开关怀。江先生起初拒绝，志工仍持续探望，并邀台中慈院医护人员居家往诊。简守信院长为他处

理溃烂伤口，教导家属正确照护方式，并与团队研讨医疗计划，期望帮助他走出家门、接触人群，终于打动他勇于面对治疗。持续复健下，已能自行坐上电动轮椅，并从事网购生意，自食其力。

早会时间，上人欣言慈济医疗与慈善志业互为后盾，让苦难人有机会摆脱被病痛缠缚的人生。“人助自助，医疗团队以真诚的爱心鼓励病患，让患者也能自我勉励；每位关心他、帮助他自立的人，都是生命的贵人。”

人生多苦无常，上人借此提醒众人，看见世间相要自我警惕，转迷情为“觉有情”。“人间苦难起于人心，一念心动，情丝缠缚，不断造作业力，因缘牵绊难解，需要清净无求的爱肤慰陪伴，解开苦难、看见希望。慈济人无所求的清净之爱，就是觉有情。”

诚，力量涌现

与加拿大慈济人谈话，上人勉众用心接引与传承，合和互协成就志业，让“量质兼优”的慈济志业就地扩展与传续。“人生在世，私我财富再多，往生后终究带不走，唯有把握当下，为众生开拓福田，留下大爱精神理念，让利益人间的

志业延续于未来。”

上人谈到，禅宗五祖弘忍亲传衣钵予六祖惠能，嘱咐广度有情，流传心法，但衣钵是引起世间争夺的祸端，不可再传。惠能不再传衣钵，然而禅宗的精神与法仍传于世间。“有形有相之物终会坏灭，要在世间传善法，让无私付出的爱传续。看见世间天灾人祸、贫病苦难，要感恩平安有福，还要和合心志，为未来造福。”

慈济自台湾起步而扩展国际，上人指出，慈善代表爱，做慈善是在广施、凝聚爱心。“爱不会匮乏，只是需要重新凝聚。只要做出典范，就能让人生起信心，带动愈多人投入，愈做愈好。”

二〇一三年菲律宾保和岛强震后不久，发生海燕风灾，慈济人忙于风灾救助，仍持续关怀保和岛居民，令居民相当感动。居民生活贫苦，但爱心受到启发，响应“竹筒岁月”，日存点滴行善，至今全岛约有两万五千位“竹筒会员”。

上人指出，菲律宾慈济人援助保和岛的资源，就是来自平时的募心募爱。“只要诚心为众生付出，无须担心力量不足。提起‘说慈济’的热忱，就地带动人间菩萨，合和互协，就有耕耘广大福田的力量。”

## ● 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

南开东马路131号仁恒  
海河广场1-3-102号  
TEL(022)87356632

## 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

上海嘉定联络处

上海市嘉定区  
马陆镇宝安公路2770  
号  
TEL(021)69152131

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号天风大厦712室  
TEL(0571)87827477  
FAX(0571)87827477

## 四川

成都慈济志工培训中心

四川省成都市温江区  
光华大道三段天宝中街  
碧落湖公园附近  
TEL 18328758119

重庆联络处

重庆市北部新区  
杨柳路6号102室  
TEL(023)63113857

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

汉旺慈济环保教育站

四川省绵竹市汉旺镇  
凌法村一组  
汉旺慈济环保教育站  
TEL(0838)6363008

## 福建

福州联络处

福建省福州市鼓楼区华林  
路257号侨桥大厦808室  
TEL(0591)87581019

厦门联络处

福建省厦门市湖里区五缘  
湾商业街二期B区B3栋  
TEL(0592)5717706

福鼎联络处

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

厦门五缘湾店

福建省厦门市五缘湾  
商业街B区B3栋  
TEL(0592)5717706转115

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

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

杭州红星店

浙江省杭州市上城区建国  
南路280号(西湖大道旁)  
TEL(0571)86573839

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感恩四时调和  
万物生生不息  
顺应节气变化  
农耕回归自然  
朴实手工净皂  
环保呵护地球

## 淨斯淨皂

如彼大云。雨于一切卉木丛林及诸药草。如其种性。具足蒙润。各得生长。——《法华经·药草喻品》

净皂，源于静思精舍德卷师父，听到证严上人感叹现今清洁用品添加太多化学物质，于是着手研究，经过一次次实验之后，终于做出了第一块净皂。上人试用大约一年多的时间，赞叹如此干净的净皂，希望人人都能使用。

净皂采用天然植物油，并在油碱融合后自行干燥，坚持使用当令节气的植物研磨入皂，将草木的能量发挥极致。全程手工制作，使用自行开发的模具，并运用水车储存备用电力。制作净皂的过程，时日久长，工序繁复。能够坚持，都缘自于一念环保爱大地的心。

虽无香味随身，也乏色彩装点，洁净功效不减，还能避免香精香料可能引起的过敏现象。简单即是妙法，亦复如是。



撰文/潘承越 摄影/汪辉

## 帮助超载的地球

“小朋友，你们愿意生活这样的地球上吗？”昆山志工放映出一张火烧地球的图片，向孩子们提问。“不愿意！”孩子们异口同声地答道。昆山前景学校的部分同学们，曾经多次来到昆山慈济环保教育基地学习环保知识，但是这天慈济志工走进了昆山前景学校的课堂，向更多的孩子们介绍环保的重要性。

“地球生态超载日”对于他们来说或许有些陌生，但在志工们的讲解下，孩子们慢慢了解了这个和每个人息息相关的事情。“我们的地球超载了，不是说地球变胖了哦，而是我们把地球上的资源提前用完了，留给子孙后代的资源该去哪里找呢？”在二〇一六年的八月八日，人们就已经消耗了原本应使用一整年的地球资源。那么今年的“地球生态超载日”又会在哪天呢？

“垃圾是放错了地方的资源！”作为地球的孩子，志工告诉大家，每个人都有责任和义务，保护人类赖以生存的地球母亲。五年级的卢莹莹说：“我要告诉爸爸妈妈，让他们出门少开车，少吃外卖，少用一次性的东西。”