慈濟

第 27 期 2015 年 6 月

环保“+”

- 环保+社区
- 环保+人文
- 环保+医疗
- 环保+素食
- 环保+教育
- 环保+绘画

为净化心灵做活水　为祥和社会做砥柱　为闻声救苦做耳目

【静思晨语】 ◎证严上人

心地日日清新

雾霾蔽天，模糊视线；
烦恼无明，蒙尘心镜。
心田干旱，无明生热恼，
撼动菩提苗，掀起沙尘暴。
汲法水，润心地，
涤尽无明尘沙，心灵日日清净。

精勤四修

不漏失分秒去做好事，
不放弃度化每一个人，
把握时间、空间、人与人之间，
勇猛精进不断付出，
恭敬对待一切人、事、物，
生生世世修善因、结善缘。

证严上人主讲　编辑部整理

◆讲于二〇一五年六月一日至十五日

画作／林淑女

尼泊尔四月二十五日强震后，至今已经快两个月了，慈济的爱依旧在灾区——来自十一个国家、连续九梯次的志工接力奔赴灾区关怀扶慰，希望透过持续陪伴、付出，帮助有病有痛、生活困难、灾后心灵创伤的人们走出困境，绽放笑容。

有个五岁小女孩，地震中被瓦砾压断骨盆，双脚也受伤，妈妈、姐姐和阿嬷在地震中往生了，只剩她和爸爸在帐棚中相依为命。五月中旬志工访视帐棚区，发现受伤的她躺在地上，立即送去多功能折叠床；之后经常去为她换药，每次换药她都痛到哭喊妈妈、阿嬷，爸爸只能在旁流泪。

一梯梯志工接力爱着她，伤势日渐改善后，她看到慈济人出现，不再哭泣害怕换药，而是展开笑容，甚至亲吻志工妈妈。六月初志工再访，人医会泌尿科医师纪邦杰发现女孩腹部胀痛且发烧，分析是导尿管阻塞，马上帮她把尿液引流出来，孩子就舒服多了。

另一位住在高山上的小女孩，也是

在地震中压伤了腿，爸爸背着她迢迢下山求医。他们没钱坐车，白天赶路、晚上就地而眠，就这样走了二十多天，终于来到加德满都市区，慈济人开始照顾她。由于女孩伤势严重，需要治疗一段长时间，慈济人会用耐心和爱心持续陪伴。

灾区满目疮痍，苦难人多，帐棚生活不知还要过多久？实在令人心疼。

慈济“竹筒岁月”精神，也在尼泊尔传扬开来——许多受灾民众得知慈济是从号召人人“日存五毛钱”做起，聚小钱、行大善；而他们手中拿到的物资，也是来自全球点滴爱心的汇聚，因此纷纷响应“竹筒岁月”，你一卢比、我五卢比地捐出来，要帮助比自己更需要的同胞。

当一位九十二岁的老婆婆，拿出铜板投入竹筒中并露出笑容时，感动了一位慈济赈灾团员，脑海中浮现“贫婆供佛”的故事——

佛陀时代，迦叶尊者一次外出托钵，遇到一位贫穷的老太太。贫婆悲叹自己身分低贱，很想供养出家人，可惜穷到一无所有，没有东西可以供养。

尊者说，供养重在心意，只要出自最虔诚的心，就是真正的供养。于是贫婆撕下身上破衣的一角，欢喜地供养尊者。

佛陀知悉后，赞叹贫婆在一无所有的情形下，能舍身上布块，功德无量。为感念贫婆的布施，日后出家人在僧衣的领子后缝上一块布，称作“印”。

这个故事就发生在两千多年前佛陀的故乡——尼泊尔。两千多年后，有福接受佛法教育的慈济人，来到尼泊尔地震灾区，亲身见证到佛陀所说“世间无常，国土危脆”，感受“成、住、坏、空”之理；怀抱着感恩心，希望将佛法回馈佛陀的故乡。

因此，慈济人悲智双运——以慈悲心急难救助，且运用智慧带动当地人一起付出。只要启发人人一念爱心，就可以发挥无限爱的力量，加速灾后复苏。

强震损毁了许多学校，停课三十多天后，灾区在五月三十一日复课。但很多教室都有裂痕，安全堪虞，所以师生在空地搭帐棚上课。帐棚环境简陋，晴天炎热、雨天淹水，师生们十分辛苦。眼看着雨季就要来临，实在让人担心灾上加灾。

慈济人脚步不停歇，用种种方法纾解灾区人们苦痛，并且思考中长期如何让他们安身、安心。教育能为社会培育人才，是最有价值的付出；慈济计划援建教室，让孩子们在安全稳固的环境中安心读书，将来成为社会栋梁。

当地的菩萨种子已经浮现，许多民众纷纷登记当志工。但愿这一粒粒新芽萌发、成为小树，有朝一日蔚为菩提林。

人心调和，
无处不庄严；
人人共福业，
国泰民安。

人人与生俱来清净的智慧，只因烦恼无明，覆盖了真如本性。即使“知道”很多道理，但是心起起落落，就像在海面上载浮载沉，有时候浮上来看到天空，但一阵波浪袭来又沉下去，陷入暗无天日的迷茫境界。

气象预报常听到“霾害”——微细的尘沙让整个天空雾茫茫。人心也有尘沙，就是“无明”；心地干旱，一点点惑风，就能让心地尘沙蒙蒙飞起。

要时时自我反省，一天之中，起了多少烦恼？是否常常觉得委屈？“无明惑”让人看不清楚道理，一知半解，苦不堪言。要用心修行，灭除无明。只要不被境转起烦恼，恶因减少，善因就增加了。

“人能弘道，非道弘人”。人能顺着道理行路、守家庭伦理，每个家庭都在伦理礼仪中，无量数的家庭合成的社会自然祥和，国泰民安。

人心若美，所见的境界都美；人心调和，所在之处无不庄严。人人共福业，就能创造美好人间。

深心不动，安忍自在；
精勤四修，渡烦恼河。

娑婆世界多苦难，面对种种苦，要能“安忍”；安然自在、深心不动，就不会起烦恼。

《贤愚经》中记载——

佛陀弟子中，“论议第一”的摩诃迦旃延，有次托钵时走过溪边，遇见一位正在拿瓶子取水的老婆婆悲伤哭泣，于是走近她身边安慰。

老婆婆哭诉身为贱民，为人当奴婢，受到刻薄对待，衣不蔽形、食不充体，生活痛苦，却求死不得。

摩诃迦旃延耐心听完后，轻声柔语说：“何不将您的贫穷卖出去呢？”

老婆婆惊讶回答：“贫穷可以卖？有谁要买呢？”

摩诃迦旃延教导她：“用您手上的瓶子盛装清水，布施给我。”

老婆婆照做。摩诃迦旃延说：“因为布施，现在您不穷了，也有福了。人间本质是苦，要堪受这一世的苦，安贫忍耐，常起正念、勿生恶念。”

老婆婆允诺，从此心清净，念念在佛、法、僧；有一天完成工作后坐下来，无病无痛命终，生忉利天。

贪、瞋、痴、慢、疑这人心“五毒”，会不断复制苦因。心无明，就会起烦恼，也是造业的源头。

要防患于未然。不要让贪念一起、瞋怒一发，就不可收拾。以“布施、持戒、忍辱、精进、禅定、智慧”六度，对治心中的“五毒”；不招烦恼，且安忍一切苦，就能度过千尺浪的烦恼河，运行到涅槃的彼岸。

请大家多用心！

慈济

TZU CHI

无尽藏

1 精勤四修
证严上人

主题报导

6

8 环保+小区
12 环保+医疗
18 环保+教育
20 环保+人文
22 环保+素食
24 环保+绘画

地方通讯

26 长宁的人文之美
28 宝坻静思语一条街
30 纪妈咪的签书会
32 谢妈咪的素食课
35 助学的好因缘

交流活动

38 第21届上海电视节
40 第七届海峡论坛
42 海峡两岸暨港澳慈善论坛

环宇慈济

44 发生意外事件之后
47 一定要亲自说谢谢

目录

证严上人衲履足迹

释德仉

63

《内容提要》

- 现今许多社会善心人愿意付出，上人鼓励慈济人要“人间菩萨大招生”：“金钱多寡不重要，募‘心’才是重点，有心才有力。而募心的方法，就是‘法入心’；心中有法，就会启发爱心、愿意身体力行付出，才能真正发挥救助苦难的力量”。
- 台湾梅雨锋面为乾旱缺水的中南部地区“解渴”，然而部分地区雨势较大，高屏、嘉义山区发布土石流警戒。“自然环境失调，造成地、水、火、风灾难；人心失调，则会因贪、瞋、痴、慢、疑而酿祸。”上人教众依循道理生活，敬天爱地聚福缘，让天地气候回归正常，人心调和平安。
- 访客提问“有时候好事做得愈多、付出愈多，反而有人视为理所当然，指责你做得不够、有所亏欠；如此不免让付出者心寒。要如何调适？”上人开示，面对质疑，要先自问是否有错？有错则改。“若是他人恶意攻击，要悲悯其无明而产生心灵障碍、以恶眼视人；唯用心宽念纯待之。无愧于心，就要坚定志愿，永不放弃做好事。”

2013年4月创刊
2015年第6期 总第27期
创办人/释证严
主管/国家宗教事务局
江苏省宗教事务局
主办/慈济慈善事业基金会
顾问/朱永新
主编/慈瑞
责任编辑/心吟
美编/赵耀 胡玉洁 廖敏惠
校對志工/才軒卓 慈贺 慈晔
王秦 杨颖（按拼音排序）
封面绘画/胡玉洁
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/江苏JS-S390
印刷/苏州市大元印务有限公司

内部资料 免费交流 欢迎投稿

PRINTED WITH SOY INK

本杂志采用环保大豆油墨印制

爱惜资源 请广为传阅

环保“+”

在第十二届全国人民代表大会第三次会议开幕会上，李克强总理在政府工作报告的“新兴产业和新兴业态是竞争高地”的部分提到：“制定‘互联网+’的行动计划之后，‘+’成为新的名词。”

互联网“+”，可以看作传统企业和互联网企业的连接与融合；将这名词延伸，慈济有个“+”，是创新的做法，是环保“+”……

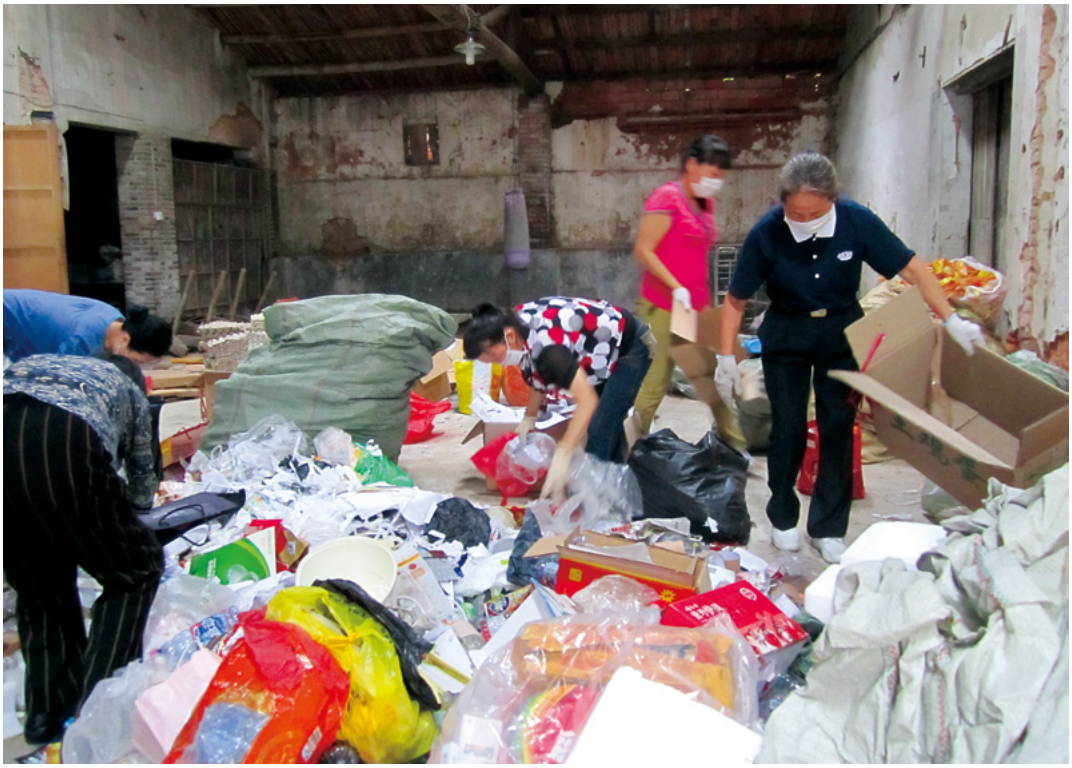
在环保站，通过不同的社群，有牙牙学语的幼儿，也有坚持要到环保站“上班”的老爷爷老奶奶；有不识字的，也有大学的教授；有身心健康的乐天派，也有默默疗伤的人；等等。各处不一，但不问是谁，来自何处，为了什么，只有一个共同的目标，采用不同的方法，回报大地养育人类的恩情，进而提升到心灵环保的层次，在知福、惜福、再造福的环境下，观心不净、观受是苦、观受无常、观法无我。

现在，环保站不仅是环保站，在分类回收、惜福爱物的前提下，这里，可以“+”小区、医疗、教育、人文，乃至“+”素食、绘画等等；未来，环保站也是幸福供餐、老人学堂的好地方……

昆山慈济环保教育基

环保＋小区

文/图：福建漳州真善美志工



十几名志工聚集到胜利东环保点做环保，这里是酱油厂的仓库。

福建省漳州，六月天的上午，十几名志工以“来不及”的责任感，聚集到胜利东环保点做环保，这里是酱油厂的仓库。

四年前认识慈济的陈金花，十分认同并投入环保活动，当她听说漳州环保点很少，需要在各小区推动，立即把酱油厂的闲置仓库腾出来。每月，街坊邻里会主动地把回收物资带来，但也有人会把可回收的物资扔到垃圾桶；不怕脏不怕臭的陈金花，立刻弯腰，把可回收的物资重新挑出，细心分类。

原定八点半开始，陈翠凤不到八点就到了。每天，黎明即起，推着餐车到街边卖早点的她，若遇环保

日，会特地在七点半结束营业。她谦虚地说：“什么都不会做，只会做环保。”

家住五公里外的志工叶秀恋，以三轮车载客为业，经常放下生意参加环保活动。今天，她特地到施韶兰家载人，六十七岁的施韶兰患有多年的类风湿性关节炎，在叶秀恋的接引下，每周五坚持做环保，病痛竟然减轻许多。

周三下午三点，空中没有一片云，没有一点风，骄阳似火，志工顶着烈日，如约来到位于长泰县人和花园的环保点。

一位积极投入环保分类的阿婆，引起志工的注意；原来，她是王金强老师的妈妈，这个环保点由他们提供。阿婆说，儿子告诉过她，慈济有环保活动，特地过来帮忙。

七十几岁的连秀文，每次的环保活动都少不了她，且在分类时，一点都不输给年轻人，也是大家的“老”师，遇到难以分类的物资，年轻人拿着物资，直接问她：“可以回收吗？”只要回答“可以”，个个都好开心，彷佛捡到宝似的。

在志工沈丽华的带领下，前往她儿子服务的公司，振标船厂。

到达厂里以后，人手一个大麻袋，熟门熟路的开始在铁船下进行环保活动。由于现场没有足够的灯光照明，只好一手拿大麻袋，同时抓住手电筒，而另外一只手则是不断活动，将看到的塑料瓶扔进麻袋里面。

负责环保活动的陈丽华表示，厂里的工作强度较大，每隔一段时间，就会有很多的塑料瓶和纸箱产生，所以，常常要利用闲暇时间，跟着沈丽华前往厂里做环保活动。

整理完船厂的环保物以后，马婉贞用她的三轮摩托车载着大部分环保物前往收购站。由于东西太多，志工陈春莲和许紫琴也骑着电动车加入行列，其它人则相伴回到环保点，继续日常的整理工作。

端午节前夕，福建省漳州小区夜间环保如约举行，雨后的空气更显清新，伴着悠扬的音乐，慈济志工弯腰低头做环保。

林艺斌接受志工黄燕霞的邀约，第一次参加环保活动。“之前，虽有环保意识，但一直没有细分。第一次戴手套分类，实地了解，很多物资可以很好地再利用，不致浪费。”身为一名国学老师，林艺斌表示，会将学到的环保理念教导给下一代。

再往江苏省昆山市蝶湖湾小区看去，阳光灿烂的周六上午，小区居民听到亲切、熟悉的环保爱洒声音，纷纷拿出自己家平时回收的资

源，来到小广场。

茂密的大树排列整齐，树荫下是居民纳凉的好地方，这里也是小区推广环保的地点。六月六日早晨八点不到，已经看到慈济志工忙碌的身影。他们在这里耕耘，已有一年多的时间。

活动现场规划成环保十指口诀及对应物品的介绍区、资源分类实做回收区、利乐包装盒回收再利用、环保酵素制作、废纸DIY制作区，及昆山慈济大爱足迹等。

居民庞桂香来到昆山，主要是帮儿子照顾家庭的，当孙子还在儿媳肚子里时，庞桂香就开始参加小区环保活动，待小孙子出世，还是风雨无阻，持续参加。这天，她让小孙子躺在小推车里，做资源分类回收，一做就是三个小时。问她累不累？她说："为孩子造福，很开心。"

在资源实做回收区，慈济长期关怀户王长贵的爸爸王可方，听说蝶湖湾小区有环保爱洒活动，特意赶来参与和帮忙。王可方做得不亦乐乎，用微笑的脸庞告诉大家，他做得很欢喜。"平时，有到环境教育基地去做资源分类；做环保，不仅可以爱护地球，而且还可以让身体更健康。"

在废纸DIY区，吸引不少小朋友前来体验和实做。在人群中，很引人注目的一家人，统一穿着家庭装，父亲王耀岭抱着三岁的女儿王开歆，妻子于蕾站在身边。他们一个一个区域的仔细聆听，小小年纪的王开歆，很认真的说，"我在废纸DIY那里收获了小青蛙的一家，还有小青蛙弟弟呢。而且，还在牛奶包装盒回收区，亲手制作可以写字的回收纸。"

妈妈于蕾说："污染问题在中国是比较严重的，公民对环保的意识比较淡薄，很少有做分类回收的，今天的这个活动真的太好了，很有意义。"

还有一个十岁的小女生朱子泓，文文静静的，也很特别，一个区域一个区域都走遍了。她有条不紊地说："在废纸DIY区域，跟大家一起学会折回收盒、灯笼、青蛙；在家可以自制环保酵素，酵素发酵时产生的气体可以让空气更清新，成品的酵素还可以用来当护发素用，让头发更柔顺；牛奶盒回收前要洗干净，放在水里泡软，取出里面的纸，放在果汁机里打成浆，就可以自制纸张……"

原来，孩子虽然默不作声，不经意间已经全盘吸收。朱子泓轻轻的话语扣动志工的心弦，令人惊讶之余，更有一分深深的感动。不管推

动环保的过程多么艰难，曾经的辛劳在这一刻都值得了。

“这个环保点这么近，不来的话，我心里总觉得……”上海金沙雅苑环保点，尹淑萍一边擦着汗，一边解释着。还在感冒的她，嗓子沙哑，顶着三十度的高温，两趟回收资源搬下来，让她整个脸红彤彤的。其它志工看在眼里，疼在心头，担心发烧中暑，赶紧请她先回家休息。

从六月十一日开始，上海气温突然攀升到三十度，酷热难当，连呼吸都变得有些不顺畅。

当天是每月一次的环保回收日，早上八点半，普陀区的环保志工们陆续到来金沙雅苑。天气热，居民也起来得早，或散步或买菜，或特地送来累积一个月的回收资源，九点不到，各个装塑料袋、杂塑料、塑料瓶、纸类的篓筐都已经满满当当。

朱问女士一大早送来两大袋回收物，并戴上手套一起分类。朱问女士住在隔壁小区，三月份时，听说金沙雅苑小区有量血压等活动，抱着看看去的心态走进小区活动中心，意外看到慈济环保回收。朱女士被志工的热情打动，也认同环保理念，立即回家去拿回收物，并与志工相约每个月都会来。从随手一扔的省事，到清洁、留存、分类，朱女士说：“有心，就不麻烦。”

小区志工杨小凤，前两年在金沙雅苑旁边的中原地产上班，但离开后才知道慈济，才知道这个曾经这么近的环保点。现在换了工作，住的地方也搬到七浦路，却专程赶来；因为，附近有不少的老同事和客户，借着这个机会，做环保也可以看望老朋友。

透过小区环保点，把环保分类理念带入小区，让居民落实环保分类在日常生活。但由于时间、场地以及设备的限制，只能做简单倡导，更深入的环保教育，就要依靠长风联络处的环保站。

正好，金沙雅苑环保是每个月的第二个周六，长风环保是每个月的第二个周日，而且长风联络处距离金沙雅苑不远。有心的居民就可以趁热打铁，前往长风深入了解，朱问女士、唐明凤女士就是其中的两位。

不怕挫折，经过耕耘，小区居委肯定慈济志工的付出，因此，计划在近期的楼组长会议，安排一个环节介绍环保，启发多方力量一起推动。“大家一起来，让环保变成自己的事，就好了。”居委会的陈老师说。

环保 + 医疗

文/图：福建厦门真善美志工

志工首次为环保志工做健康管理，由人医团队带动为这群大地园丁进行免费的健康检查。

厦门慈济志工首次为环保志工做健康管理，由人医团队带动厦门中医院、第一医院、莲花医院、中山医院、厦门眼科中心、思明医院及一些个人诊所等医疗单位的四十五位医护人员，在厦门慈济五缘湾，为这群大地园丁进行免费的健康检查。

不论是烈日当空，还是刮风下雨，慈济环保志工低头弯腰，不畏脏乱，俯身分类回收资源，并努力推动“清净在源头”的环保教育，以守护地球的健康，而环保志工的健康，也被关心着。

来自厦门中医院的主任翁丽丽是这次健检活动的主要发起人之一。身为医疗志工，经常思考，要如何发挥良能服务这块土地。经咨询基金会秘书长林碧玉，得到“志工健康管理”的答案，并启发“先从环保志工的健康关怀起。”

经过医疗团队一个多月的精心准备，一场意在“守护环保志工身心健康，同时发挥医护良能”的健检活动，就这样展开了。

六月十四日上午九点，五缘湾一楼的圆心位置，基本情况调查室、资料采集室、测血压、采血室、量身高和体重等功能分类排开，且考虑环保志工多是年龄较大，特别加上骨质检测；另有眼科、牙科、五官科等，分设在同心圆的周边；而顾及私密性的妇科，则设在二楼。

“阿姨，今年几岁呀？”“看起来真少年呢（闽南语：很年轻的意思），完全看不出有六十几岁，都以为只有五十岁。”“生过几个小孩？”“三个都是顺产哦，真的很厉害呢。”“以前做过手术吗？”“看哦，天天都这么开心；人轻松，难怪身体才会这么勇。”……亲切温柔的问候，轻声细语的问诊；三十六位环保志工，在医疗志工小心翼翼地引导搀扶下，一站一站地来到各科，分别接受医师检查。

来自厦门中医院皮肤美容科的医生叶佩真，负责资料采集，面对这些上了年纪的环保志工，一点都不含糊。一脸温暖的笑容，一口地道的闽南话，加上随喜赞叹的话语，逗得环保志工笑声不断，三页多的信息采集，就在轻松的氛围中采集完毕。

叶佩真觉得邻居式拉家常的方式，能够让健检者心情放松，特别是笑容。“都是跟慈济学的，一笑起来，与他们的距离就拉近了。”

“这些医师讲话很有耐心，嘴又很甜，逗得人直笑。”今年六十一岁的林李卿，在雇主庄美珍的陪伴下来做健检，笑着分享心里的感

受。平时做着保姆阿姨的工作，与雇主庄美珍一家成为慈济志工，在居住的小区设立环保点。

在小区做回收，有时需要爬上爬下运送物资，林李卿毫无怨言。因为全年无休做环保，被邻居称为“小区最好阿姨”的她，腼腆地笑着说：“老板对人很好，带我进入慈济，跟着上人做对的事情。”

六十二岁的王丽珠，是人人称羡的“富太太”，住在厦门市著名的高档小区。在儿时玩伴庄美珍的接引下，成为慈济志工，并捐出两个车库，存放回收物资。她坦言，从未想过，成为环保志工，更想不到，在路上捡到一个矿泉水瓶，竟然会比捡到钱还高兴。

曾做过腰椎手术，最近呼吸很不顺畅，王丽珠会因为担心自己的身体而睡不着，虽心心念念要去医院体检，只是抽不出时间；结果，很有福气的赶上慈济健检。“去医院，找个医生都不容易，而且还要哪个科哪个科室去找。想着就觉得很麻烦。现在好了，每个科室都有人一一带到。”王丽珠赞叹道。

医生检查得很仔细，也确认她的身体只是有些缺钙，没有其它的大问题，让王丽珠提着的一颗心，终于放下。她笑称，终于能够安心睡觉了。

陪诊护士在陈秀宝、陈碰治抽完血后，将两位领到休息区并转身为她们去领取早餐。“来，我帮你按。你会不会饿？”女儿陈秀宝一边帮妈妈陈碰治压住止血棉棒，一边关切地询问道。

陈秀宝从小在外婆身边长大，成年后才慢慢和妈妈有比较多的接触，特别是，跟着妈妈到和通里环保站做环保，那份血浓于水的母女情谊，才在环保活动中日渐增进。“其实，一开始是自私的，心里盘算，妈妈的身体好起来，就不用花那么多的精力来照顾。”

因为女儿结婚，与慈济志工佘玉雄重拾旧日姐妹情的陈秀宝，在佘玉雄的介绍下，得知慈济的环保志业，也想到户外活动可以锻炼身体，便带着妈妈来环保站试看看。一段时间之后，看着原本性格固执的母亲，成为环保志工后，渐渐放下，不仅改变对中药的看法，不再讳疾忌医，身体也在参与环保活动中，开始健康起来。

接受健检之前，陈秀宝没想到现场居然有这么多的医生护士，甚至检查过程中，还不断有陪伴的志工过来询问，是否还有项目未检查，并适时进行引导。志工温暖的笑容，让她的内心十分感动：“去医院检查，都没有这边检查的项目

一心投入环保的志工们，无暇顾及自身的健康，人医团队用心来照顾。

多。更没想到，慈济事只做一点点，却收获这么多。”

脸色红润，身行矫健，声音洪亮，七十四岁的陈焉治看起来只有五十出头的年纪。每周的环保她风雨不落，只是，做回收时，长期使用指甲刮纸皮，让她的右手大拇指的指甲，已经开裂，且有黑色的淤血沉淀在指缝间。离开职场十几年的她，原本将时间消磨在太极拳和广场舞等娱乐节目中，做环保之后，重新找寻回生命的意义。

因为不识字，在健检的现场，许多表格的信息都是陪诊的医疗志工帮忙填写的。她动容地说：“这里的医生检查得都很仔细，很用心，甚至连我们的生活习惯都问得清清楚楚。”

满头银发却容光焕发，七十五岁的陈腰治，接受“人生第一次”的健康检查，“因为，证严上人很关心我们这些老人家，没来怎么

行？”过去，居委会曾多次邀她体检，她都以身体健康为由拒绝。但在这次，大清早她就起床，坐了一个多小时车，从同安来到五缘湾。做环保已有三年多的时间，说起保持身体健康的秘诀，就是简单的六个字：“做环保，心情好！”

八十高龄的环保志工陈丽珍，在人群中特别显眼，在陪诊志工的搀扶下，她无论走在哪里都是笑眯眯的。对这次的健检活动，她充满感激：“他们很照顾我们，对我们很好！”

全程陪伴陈丽珍健检的张丽鸿，是中山医院的实习生。无论走在哪，总是拉着陈丽珍的手，像是一对祖孙。她表示，见到年长的环保志工，就像见到自己的奶奶一样，还可以陪在身边，觉得很幸福。

除了用心用爱健检，现场各科室的检查设备，大部分是由医师自费带来。厦门协和口腔专科门诊部

人医团队用心用爱健检，环保志工幸福满溢。

副主任王永福医师，带来五十五套的口腔检查用具，同时带来两位同事，发挥所学，为环保志工的口腔健康检查尽一份力量，且不忘叮咛："吃完东西，要记得要漱口喔。还有，酸、硬、冷的东西尽量少吃。"

"以前很少做口腔方面的检查，但慈济的义检，竟然有这项。"经营玉器首饰生意的谢建中，本来自认年轻，没有必要做体检，后来在组队的关怀下才过来。投入环保一年，三十三岁的他，每星期会开一小时的车到漳州角美镇，带动乡村老人做环保。他特别珍惜这样的机会，从环保中，学习放下身段，从健检中，更爱自己的健康。

厦门大学附属中山医院护理部副主任林丰，在健检现场来回穿梭，一口水都顾不上喝。一整圈下来，鼻梁上已经渗满了汗。"这是高血压，需要看医生。如果医生觉得您这个高血压需用药物来控制的话，就要规范地吃药。"今天，林丰扮演的角色是，帮助体检后有异常的病人，做针对性的指导，并适时进行健康宣教。

二楼妇科诊室，一道屏风将检查室和咨询室分隔开来，让健检者放心接受检查。检查床旁边还设置一把小凳子，方便健检者踩踏上床。这两个动作，看似平常，却是感恩与尊重的爱。

厦门第一医院思明分院妇科医生余瑞梅坐诊其间，虽然医院工作繁忙，没有固定的休息时间，但自一三年进入慈济，只要有空，一定积极参与活动。此次健检，刚好与医院的学习会议时间重合，但妇科检查医师只有一人，她如果不来，环保志工可能会减少一项检查。于是，商请同事代替，来到健检现场。

关于这次的健检，余瑞梅说："志工的年龄普遍较长，平时也不会进行妇科方面的检查，因此，部分志工的身体存在不少问题，唯有透过专业的讲解，希望让环保志工重视起自己的身体，及早发现及早治疗。"

作为此次活动的协调人员，医疗志工林鹭忙碌的身影穿梭于会场的各个角落。只见她一会牵着环保志工的手，耐心地介绍健检流程；一会又和医生们站在一起，询问有哪些方面需要帮助。

林鹭表示，很多环保志工只顾着做环保，有时会忽视身体健康；这次健检的主要目的，就是要了解他们的生活习惯、饮食习惯，对他们的身体状况有一个全面的了解，好的就保持，不好的就要改善。

·主题报导·

环保＋教育

文/图：江苏无锡真善美志工

慈济慈善事业基金会林碧玉秘书长与无锡市市长汪泉，一起为无锡慈济环保教育基地揭牌。

在“世界环境日”“无锡环境月”这天，无锡慈济环保教育基地启用揭牌；对应学校、企业、小区也将启动环保推进，另有“亲子环保DIY”环保主题日活动同步进行，以落实环保。

无锡慈济环保教育基地，规划面积达四千平方米。坐落在长广溪畔，拥有美丽的太湖外景，它是此地第一个永久性的教育基地，也是活的课堂。

在推进环保部分，除了与无锡市政府、企业及学校合作外，也将于中山路商业街推动“环保一条街”，商业街管理办公室黄文芳主任说：“要让整个无锡最繁荣的商业街，携手提升环保意识。”

慈济慈善事业基金会林碧玉秘书长表示：减少天灾，唯有节能环保，人人推动低碳社会，与地球共生息，才是良方；随后，与市长汪泉，一起为无锡慈济环保教育基地揭牌。

在现代化的环保教育基地，富有导览经验的慈济志工，向居民介绍各项环保回收功能器具和构想。其中，“环保家庭化”的主题馆，从室内到各个居室，随处可见，养成环保习惯的方法。这是来自昆山的志工宋洋明按照家庭、学校、企业设计成精品样板，让人一看就明白，回去照着就会做的宣传模式。

“要么不做，要做就做成典范。”环保教育基地的筹备，离不开本地企业家的推动，但也有早年从台湾来的慈济志工，经过多年的奉献，才有今天。

无锡志工钱峥惠，在这激动人心的时刻，回想克难的时候，每月环保日在林定成师兄和杨淑媛师姊的工厂进行，最难的时候只有六个人。但一路坚持，继之，二〇一三年四月成立湖滨慈济环保站，并带动君来集团一百多位员工的响应，从简单的厨余分类，制成有机肥料，耕耘幸福农场，现在，“向日葵”是一大特色。同时，员工们已了解“餐食八分饱，二分助人好”的可贵；“现在，吃多少，盛多少，已是光盘一族了”。

而新萌芽的本地企业家潘霄燕，从去年七月开始，让环保教育基地从无到有。她的期望是，把台湾的环保模式因地制宜，树立精致化的范本，从家庭、小区到学校、工厂、小区，逐渐成为全市、全省、全国的环保典范。

·主题报导·

环保＋人文

文/图:福建厦门真善美志工

为帮助孩子学会情绪控制、有效反思，洪明华老师教导孩子学会相互勉励，互为善知识。

为了让孩子了解什么是环保，透过两个学期的实践，来自海沧区鳌冠小学的洪明华老师分享，看着孩子的成长和进步，自己也从中收益良多。

从二〇一四年开始，洪明华在学校力行资源回收和静思语教学，不仅让学生懂得落实环保爱地球的观念，还用静思语改变了那些原本让老师头疼的小孩。据她观察，参与环保回收的孩子，几乎都坚持下来，而且，在做的过程中，不断听到静思语的启发，慢慢有所改变，虽然，成绩并没有因此提升，但都变得乖巧懂事。

洪明华认为，所谓“问题学生”的问题，多半出在家庭、教育及社会大环境的教育形态偏差，导致孩子们迷失方向。只要找出亲子、学习与同学相处的问题，大多能迎刃而解。

为帮助孩子学会情绪控制、有效反思，洪明华教导孩子学会相互勉励，互为善知识。她分享，有位学生非常情绪化，平时不尊重妈妈和老师之外，还会和同学打架，行径甚是恶劣，但未把孩子归为坏学生，而是分析孩子变成这样的原因。

找到原因之后，多管齐下；边做环保，边用静思语开导，给他善的引导，并且做好家长的思想工作，建议无暇顾及孩子的父母亲，调整工作时间，多陪伴孩子。结果，在她和家长的努力下，欣喜地看到孩子是有转变的。

回顾一年来的收获，洪明华说，自己在这个过程中有所成长，连家人都受到潜移默化，懂得了惜福爱物。未来，环保和静思语的教学工作，将继续陪伴孩子心灵成长，成为处理“学生问题”的妙方。

·主题报导·

环保＋素食

文/图：江苏昆山真善美志工

在志工的带领下，大家在大门口的草地上“热身”。

“素食好，吃素菜对我们身体好。”在昆山环保站，六月十四日的亲子环保日很不一样，除了实作环保之外，还有“素食宝宝”以色身相示，吃素也可以很健康。

一月一次的亲子环保日如约而至，尽管天气炎热起来，并没有

阻止前来江苏昆山环保站做环保的居民们，其中，五十位来自昆山，四十三位来自上海的“素宝家族”，以及十九位“素食宝宝”。

活动开始，由志工黄加舟带领，在大门口的草地上“热身”，夏天的阳光有点热烈，在难得的日光浴之后，分成两队，欢天喜地的展开分站活动。

昆山居民到环保站进行资源分类，大伙儿热火朝天的进行着环保分类实作，虽然天气炎热，味道也不太好闻，但无人打退堂鼓。因为，做环保，除了净山、净海、净大地之外，也可以净心田。

上海“素宝家族”则到农场种豌豆和菊花，在热闹的大爱农场，志工王涵和苏咏诏带领大家种植菊花和豌豆，由于天气热，四岁的杜宇轩不一会就满头大汗了，志工问：“累不累？”，他点点头，却不愿意到阴凉的地方休息，认真地和妈妈郑秀珍一起种豌豆。

“素食宝宝”钟雯曦精神一直很好，和妈妈叶琳去移栽菊花的时候，边唱着“拔萝卜”的童谣，也拿着小铲子帮妈妈挖土。妈妈叶琳介绍说她有两个孩子，小的刚满二十个月，两个孩子都是胎里素，她自己吃素已经十多年，先生吃了将近三十年的素食，钟雯曦是幼儿园里没有请过病假的孩子。

“素宝家族”协会会长朴素在分享吃素的因缘时说：“怀孕四次都未果，后来，先生在一次心灵体验课程中接触到素食，在为期一周的素食生活之后，不但身体感觉轻松，心情也平复许多。”两夫妻当即决定，开始全新的素食人生。且在素食后不久，朴素发现，居然第五次怀孕了，且顺利地产下健康活泼的儿子。

一般来说，很多人会担心，吃素不利身体健康，尤其是成长中的孩子，因此，小区里的爷爷、奶奶、妈妈们会对朴素说：“你们自己吃素没关系，但不能这么对待孩子。”直到孩子成为小区里最健康的宝宝，压力才逐渐消失；而家里也因为孩子健康茁壮的关系，连爷爷、奶奶、外公、外婆都“越来越素”。

朴素的先生也是，因为工作关系，必须经常出差奔波，但比起许多人来说，精力还算是充沛。他说，只要坚持，时间久了，定会影响周围的人一起素食。

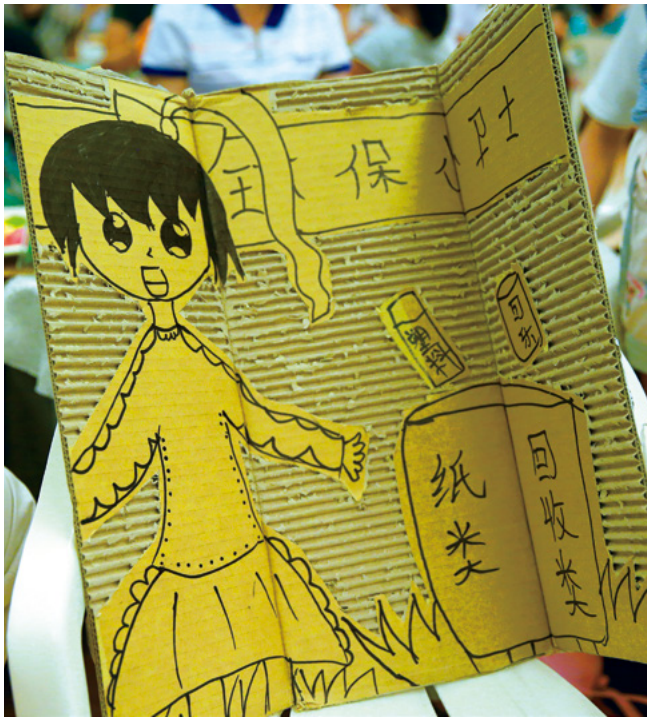
在昆山说素食的好处，“素宝家族”如鱼得水，获得许多共鸣；

“动物是人类的朋友，吃素，也是救地球最好的方法喔！”“素食宝宝”不忘现身说法，也用红润的面色，让大家见证他们的健康，以及对生命的尊重。

·主题报导·

环保＋绘画

文/图:福建厦门真善美志工



李玉玲老师说，儿童简笔画与绘画技巧无关，只与孩子们的情绪、情感、想象力、创造力有关；所以，没有好坏、对错。

来自翔安第一实验小学的李玉玲老师，演示儿童简笔画，为厦门的亲子班，准备了一堂绘画中的环保课。她说："废纸皮制成艺术品的过程，是老师、家长带着孩子共同修成美好心性的过程。所以，心灵是美好的，作品也一定是会感人的。"

让废纸皮展现新生命，只见李玉玲在纸上画了几笔，一条可爱的卡通鱼的形象便出现了，再撕掉鱼儿周边的纸皮，露出一条条的纸棱，立刻就显示出立体画的效果，让大人小孩都眼前一亮。

李玉玲说，儿童简笔画与绘画技巧无关，只与孩子们的情绪、情感、想象力、创造力有关；所以，没有好坏、对错。她希望，在孩子们绘画时，家长都能退后一步，不干预，只要默默地陪伴、祝福与欣赏。

只见孩子们席地而坐，或趴着，充分发挥自己的想象力，自由自在地画着自己脑海中的世界。等画好需要撕纸皮时，大人们才围过来帮忙；队辅志工张卫国仔细观察小组里的互动，他说，因为需要共同努力来完成，可以感受到亲子之间的心贴得更紧了。

二年级的陈淑雅，画了一只漂流瓶，海底是章鱼、金鱼和海星在欢快地游玩嬉戏，还有，白云朵朵的蓝天上，一大群海鸥正自由自在地遨游。

"这大概是淑雅心中，一个干净的地球吧。"项月珠说。

课余时间，淑雅最喜欢动手把回收的泡沫、纸皮、纸张用来做手工；和妈妈出门，会主动带着碗和环保杯，也会告诉别人不能乱扔垃圾。

在纸皮上画画，和孩子一起动手创作，可以发挥孩子的想象力，更能够促进母子间的和谐关系。林伯翰的妈妈说，孩子都是模仿家长的，只有家长主动参与，从生活中的小事做起，孩子才会主动地参与。

之前，李玉玲带领学生参加"东亚电力金鹰国际环保绘画比赛"获得一等奖，作品就是这些纸皮绘画。发挥巧思，废物利用，赋予新生命，展现新良能，她表示，这是静思人文的教育理念进一步提升和系统化的成果，灵感也因此源源不绝。

长宁的人文之美

文/图：上海真善美志工

师姊端庄的坐姿，从容的神态，柔缓的动作，无一不展现着静思茶道之美。

认真做着记录，认真学习慈济的人文之美，上海长宁区的活动，在清新淡雅的布置，柔和悦耳的音乐，沁人心脾的幽香中，开展不同一般的课程。

一踏入教室，立刻被眼前的一切所陶醉，参加活动的女众，脸上化着淡妆，在旗袍的衬托之下，散发着女性的自信，柔和，从容之美。这是六月九日长宁区生活组的人文活动，由志工刘贵芬贯穿始终。

贵芬所学的专业就是酒店管理，对茶道、花道、美食，无一不精，加入慈济后，学了静思茶道，气质更是不凡。

“当你善待自然，自然也会善待

你；当你对别人微笑，别人也会对你微笑。”贵芬用这段话总结慈济在台湾的三义茶园。在那里，有着最自然的种植方式，除了果皮菜皮制作的有机肥料之外，茶园接受大自然的阳光雨露，引来各种昆虫，小动物出没其中，成良性循环，而慈济静思茶园产出高质量的茶叶，正是来自这样环保有机的环境。

正如花有花语，茶也有茶语。不同的季节要饮用不同的茶叶，不同的茶叶冲泡的水温和盛装的容器也是不同；有的茶叶耐泡，有的茶叶不耐泡，它们的冲泡次数和时间也是不同的。在贵芬给大家讲解的同时，旁边二位茶人，许尧和陈丽萍已经泡出小叶红茶和乌龙茶的茶香。

随后，通过一张张图片，贵芬逐一分析讲解，如何摆出精美大小适中的水果盘？如何根据场合做出一束精美的插花？如何根据主题，季节，环境，氛围布置茶席茶点等等。这些指导都是生活中，作为一名女主人非常实用的知识。

其实，生活中只要做个有心人，创造美好生活，无需花费太多，像这次茶席的茶布，是贵芬平时所用的画布，这次插花所用的材料，在小区里随处可得，而泡茶后的茶渣，可以收集起来晾干，包好后放入鞋中可以除臭，或是做成枕头可以明目……，只要有一双会发现的眼睛，生活处处都有灵感。

懂得生活的女主人是家的灵魂，同样，生活组是慈济的灵魂，凡举手投足，透过端茶倒水，布置会场，及琐碎的点点滴滴，皆能体现慈济的人文之美，这正是学员在这堂课的体会与感受。

酒店管理专业的刘贵芬师姊对茶道、花道、美食，无一不精，加入慈济后，学了静思茶道，气质更是不凡。

宝坻静思语一条街

文/图：天津真善美志工

卖水果的小伙计双手接过静思语，认真地读出“心富胜过财富”，顾不上招待生意，开心地爬到货架上张贴在小店最显眼的位置。

年度人文培训第四次课程，天津和蓟县的慈济志工，六月十三日抵达宝坻商业街，与当地志工会合后，三十四位志工分成四组，开展“静思语一条街”的出班实作，除了进入一家家店铺推广静思语，和分享慈济理念之外，还练习拍照、录像和文字记录。

担心志工不熟悉宝坻商业街的路况，每组各有一位宝坻志工做向

导。第一次参加这样的活动，大家心里充满期待，也有可能被拒绝的不安。但彼此鼓励，这是行善和造福，对的事做就对了。

鼓起勇气向前行，不放过与任何摊位和行人结好缘的机会；第一组在一家服装店，送出第一幅静思语：“祝福别人，就是造福自己。”

范群是这条街上卖水果的小伙计，他拿到静思语，认真地读出“心富胜过财富”。还说：“证严上人的静思语，我知道这个。”原来，曾经在当地一家复印店看到过，很有好感，所以印象深刻。他双手接过静思语，顾不上招待生意，开心地爬到货架上张贴在小店最显眼的位置。

得到店主认同后，慈济志工欢喜地在大门上张贴“有感恩心才会有爱心”的静思语。另外，大型商店规定不能张贴，志工就热心建议“可以带回家贴在家里啊”，也得到店员的欢喜接受。

来到运动鞋专卖店推广静思语，店员郭建梅非常开心，且在听完志工介绍慈济后，心生向往：“也想

民众欢喜接过静思语当即阅读起来并展示给大家看。

做好事，帮助别人。”卖干货的王玉芬大姐欢喜接受静思语，还嘱咐志工“以后有好事，也喊上我一起去啊！”

已逾午餐时间，志工脚步仍不停歇，直到整条步行街的店铺，几乎都贴上静思语为止。

下午一点左右，结束“静思语一条街”活动，人文培训开始实作课程，也通过视频数据、文字和图像，回顾上午在商业街走过的足迹，这对志工而言，在增加纪录史实能力的同时，何尝不是为自己辟出一条纯净的、智慧的心灵溪流。

纪妈咪的签书会

文/图：天津真善美志工

讲台上的纪妈咪，神采飞扬，通过生动、有趣的叙述，吸引全场时而凝思，时而欢笑。

《无籽西瓜》简体版新书发表会，纪妈咪(静旸)自六月中旬以来，从台湾一路北上，连日在长春、北京、天津三地奔波，进行历时八天的分享，依然神采奕奕。七十八岁的她表示，为报师恩，以感恩之心，行报恩之路，无论多远都会去。

负责对接行程的慈济志工谢佳勋，担心安排太过紧凑，身体是否吃得消，而纪妈咪却幽默地说："别看我是七十八岁，回去锻炼一下，又可以当十八岁用。"

讲台上的纪妈咪，神采飞扬，很难想象三十八年前的她，总是羡慕别人家所拥有的，对自己的生活充满埋怨。进入慈济以来，虽然要从埋怨的当下，变成善解感恩不容易，但通过努力改变自己做到了。

西瓜从有籽到无籽的转变，即凡夫到圣人的转变。纪妈咪将一生的经历，浓缩成精彩的故事，通过生动、有趣的叙述，吸引全场时而凝思，时而欢笑。

脚部骨折尚未痊愈的钱钧萍，拄拐前来聆听，并用心做笔记，受到"入慈济前好做人，入慈济后好好做人"这句话的触动，深深反省自己，因为没遵守交通规则而受伤，忏悔之外，也期许自己要好好做人。井沁是天津塘沽的一名教师，与丈夫和女儿女婿热衷公益，她感佩老人家，发挥生命的余热和良能，也期许自己可以如此。

"这是一次非常充实而有爱的行程。纪妈咪把对静思人文的爱带到各地，而当地慈济志工也用他们最大的爱来迎接，这就是慈济人文。"谢佳勋说。

谢妈咪的素食课

文/图：北京真善美志工

谢妈妈为大家示范一道意大利式的色拉面，Q弹的面条配上五颜六色的蔬菜，再浇上散发着清香的调味汁好看又好吃。

“心宽知足无烦恼，素斋护生疾病少，食物环保少天灾，仪礼周到气质好。”

素食课程开始，面容和蔼的谢妈咪（谢刘富子），带动大家一起念诵，绣在慈济围裙上的藏头诗，并说明《心素食仪》的意义。“这是不同于一般的烹饪课程，是爱心与人文的结合。”

天灾日益频繁，素食推广迫在眉睫。静思书轩通过人文培训，邀请谢妈咪就现成的产品，示范一道意大利式的色拉面，及中西合璧的糙米红豆汤圆。

“能煮就不要炒，能烫就不要煮，能氽就不要烫，能生吃就不要氽。”谢妈咪一边分享保持食物营养的烹煮口诀，一边娴熟地向烧开的锅中，下入慈济的营养蔬菜面，谢妈咪下面手法很独特，随着两手优雅地轻轻一搓，手中的一把挂面旋即顺着惯性散开入锅，可避免面条之间的粘连。

“你们煮面要煮多久？”谢妈咪话音刚落，十分钟、十五分钟，答案响成一片。当听到谢妈咪说只需两分钟时，全场立即鸦雀无声，且瞪大了眼睛。

谢妈咪分享秘诀，水开后下面，煮两分钟之后，熄火焖三分钟，面条就软了，这样面条才会Q，营养才不会流失。再加上红色的胡萝卜丝，紫色的甘蓝、翠绿的生菜、深绿色的黄瓜丝、海藻、苦菊……五颜六色的蔬菜，搭配煮好的面条，再浇上散发着清香的调味汁，一道好看、好吃又营养的意大利式色拉面做好了。

但在炎炎夏日，缺乏食欲时，如何打开味蕾？谢妈咪说，在调味料中加入柠檬汁提味，万无一失，“但，用什么榨汁？”学员们异口同声“榨汁机！”

“不，高速旋转的榨汁机，容易

谢妈咪分享烹饪的秘诀，学员专心的记录。

造成食物维生素的损失，因此，回到从前的方法，不仅可以保持原味，还可以节能减碳。”谢妈咪同时拿起三五片柠檬，用两根筷子串好，当筷子呈剪刀状打开时，就是简易的榨汁机了。

的确是简单易行的方法，待晶莹剔透的柠檬汁，大滴落入已放入橄榄油、意大利香料、黑胡椒粉与罗勒叶的调料碗中，瞬间，令人食指大动，且在大家意犹未尽时，谢妈咪又制作一道中西合璧的美食“糙米红豆汤圆。”材料包括可可粉、红豆糙米粥。

“可可粉有缓解压力的作用，是中古时代西方人闺蜜间的贴心礼品；而汤圆则象征团团圆圆，是逢节日喜庆时，台湾人必吃的食品。”

将可可粉倒入红豆糙米粥，轻轻搅拌，可可柔暖的香气，伴着舒缓的音乐，飘散在整个大厅，谢妈咪说，“小时候看阿嬷（台语外婆或奶奶）煮汤圆，老是围着问，汤圆什么时候可以吃？阿嬷都是这么回答，藏在水里的汤圆，想让你们吃的时候，就会争先恐后从水里浮上来哦。”

用富含感情的言语，带着学员走入素食的感恩世界，七十五岁的谢妈咪手把手教给大家怎样切菜，怎样洗菜，都是身教重于言教。

“用简单的方法，将我们引领回归内心，去感受食物带给我们的愉悦，不再为饱腹而食，而是与植物的互动，与植物的共生息，这人文是潜移默化的过程。”专程从广州赶来协助谢妈咪制作素食的杨幸桢、卢丽芬两位师姊总结地说。

助学的好因缘

文/图：福建厦门真善美志工

小徐穿着志工背心，与慈济人走入贫苦中，见苦知福，小徐上前主动拥抱谭妈妈，给谭妈妈力量。

由于助学的因缘，小徐的家庭从此不一样；“竹筒岁月”是她们一家四口善的延伸，跟着慈济学习当志工，则是爱的扩散。

从漳州漳浦来厦，徐爸爸卖早点，徐妈妈开理发店，生活还过得去。但二〇一三年十一月，徐爸爸因交通事故，造成右腿截肢，其庞大的医疗费用，不仅花光家里所有的积蓄，还欠下外债，致家庭经济陷入困境。

两年前，慈济志工来到小徐家

戒烟后的徐爸爸将省下的钱投入竹筒。他希望自己小小的心意，也能去帮助别人！

中， 看见行动不便、生活难以自理的徐爸爸，心生不忍。且得知徐家为装假肢的费用发愁，遂对接当地社会资源“再站起来”公益活动，帮助徐爸爸站起来，完成他分担家业的梦想。

在欢喜感恩之余，徐爸爸经常去义肢公司“现身说法”，宽慰与他相同遭遇的难友，以平常心面对生命，再把正能量传递给身边的人。且面对慈济，徐爸爸“明显变得可爱了”。

“我戒烟了！”这天清晨，徐爸爸得知慈济志工要来，早就在门口等着，一见到志工，迫不及待地道出心中的喜悦。戒烟后的徐爸爸将省下的钱投入竹筒。也把竹筒交给志工，希望自己小小的心意，能去帮助别人。

“乌云已散开，心头宽松很多。”徐妈妈向志工坦言，自从徐爸爸出事后，心里常有乌云般遮盖着。而慈济人来到家里关怀后，从此不一样了。

如今能时常露出笑容的徐妈妈，每天虔诚地，省下五毛钱，跟徐爸爸一起把爱“存”进竹筒里；小徐也觉得，自己可以每天从早餐钱里省下五毛钱，投进竹筒。“每天看着它，一点点地累积起来，就很快

乐。”

除了“竹筒岁月”，“能够申请到慈济的助学金，要去知道助学金的意义和来源。”徐爸爸常引导女儿要“饮水思源”。

这天，小徐穿着志工背心，与慈济人走入助学生小林的家，两人一见面，就高兴地手拉着手。原来，她们是同校同年级的学生。

两人开心地聊起学习和对慈济的认识，在旁的林妈妈看到女儿的同学也能跟着志工付出，满心期望：“以后，孩子可以一起出去，让她看看什么是苦。”

随后，小徐一行人继续走在雨中，踩着泥泞水，来到隔壁村的助学生小谭家里，小谭在福州求学。

谭妈妈租房独居，每天都加班到午夜，唯有中午时间回家做饭，可以稍事休息。谭妈妈边说艰难边擦泪，当下，看着与自己儿子一样年纪的小徐，破涕为笑称赞：“这孩子懂事！”

抚摸着谭妈妈的手，小徐的眼泪在打转，想起自己的妈妈常给人洗头，因洗发水、染发剂而熏染的手，不禁感慨万千。

“一切都会变好的，无论现在有多困难，一定要坚持下去，船到桥头自然直，会有柳暗花明又一村的时候。”小徐鼓起勇气安慰谭妈妈。

见苦知福，与谭妈妈告别后，小徐觉得自己真的很幸福：“我有家人陪在身边，无论生活多困难，可以和家人一起度过，不觉孤单。今后，会更加地好好学习，把助学金用在学习上，认真读书。”

小徐的妹妹年龄虽小，不仅会随手捡回路上的塑料瓶，还表示要少喝饮料，保护环境。

第21届上海电视节

文/图：上海真善美志工

第二十一届上海电视节于二〇一五年六月八日至十二日，在上海展览中心举行，由国家新闻出版广电总局和上海市人民政府主办，内容涵盖节目评奖、国际影视市场、白玉兰电视论坛、白玉兰绽放颁奖典礼等主体活动，同时包括优秀电视作品展播、大学生电视节等特别活动。

创办于一九八六年的上海电视节是具有电视节目评奖、节目交易、新媒体暨设备市场、论坛等综合功能的国际性电视节，也是亚洲最重要的国际电视交流、合作平台之一。慈济大爱电视台连续几年，应邀参展。

对于电视节的精益求精，大爱电视台总监汤健明相当赞叹：“活动创意的点子，比过去又进步很多，包括摊位的设计，及每一家公司推出的产品设计，都有创意在里面。另有刺激感官的科技加创意，让节

目的呈现方式更加多元。然而，多元、新鲜的感觉对阅听者固然是件好事，但过度追求感官刺激，容易忘却媒体的核心价值。”

以理念为领航，获得各方肯定。汤健明说，“每一次的电影、电视节，主办单位都喜欢邀请大爱电视台参加，因为，在核心价值这部分都很坚持，除适应市场娱乐的需要，求知是同时可以拿捏的。”

“近二年，大爱台做了很多高画质的节目，包括电视剧、儿童节目、记录片，在台湾受到很高的评价。大部分以事显理，通过故事、人物彰显道理。希望观众在收看节目的同时，可以启发原来的善心，减少贪念。因此，在上海电视节特别做出介绍，让大家注意大爱台的节目，对个人、对社会，都有正面的教育意义。”

电视节中，也由广电总局举办的“移动互联网时代的两岸媒体合作会议”，上海文广集团有限公司艺术总监陈梁致欢迎词；中华广播影视交流协会副理事长阎成胜致辞。两岸机构代表中华广播电视节目制作商业同业公会创会理事长汪威江就OTT发展状况等做了与会发言。

国家新闻广电总局副局长田进（右）莅临会场，在台湾会馆与大爱电视台总监汤健明（左）亲切握手问候。

第七届海峡论坛

文/图：福建厦门真善美志工

作为迄今为止规模最大、人数最多、范围最广的两岸大型民间交流活动，海峡论坛迈入第七年，于六月十三日起在福建举办，为期一周，主会场设在厦门。

论坛以“关注青年、服务基层”来安排活动，突出“两岸一家亲”的理念，策划论坛大会、青年、基层、经贸交流等四大板块，共十七项活动。慈济慈善事业基金会作为台湾主办方之一参与大会，受邀参加基层交流板块的“第三届两岸公益论坛”和青年交流板块的“第七届海峡两岸关爱下一代成长论坛”。

六月十三日，第三届两岸公益论坛，三百多位两岸公益机构代表人士围绕“公益——让社会更和谐”为主题，就“公益·人物”、“公益·传播”、“公益·运营”等议题深入探讨，广泛交流。其中，慈济基金会宗教处副主任王运敬，在“公益·人物”分论坛，发表《从重大灾难看人性之美》的演讲，并分享尼泊尔等赈灾经验。

陈团治在慈济的帮助下积极扭转人生，震撼了在场嘉宾，让最后的五分钟，成为全场最感动、最有爱的五分钟。

福建省政协薛卫民副主席在开幕式致辞，希望两岸公益论坛的成果更好地服务百姓。中国宋庆龄基金会齐鸣秋副主席希望，将两岸公益论坛打造成为，两岸大众谋福祉公益慈善事业发展、献爱心、促合作、谋发展的公益互助平台。中华文化推广协会赵怡理事长认为，两岸公益论坛已经点亮了两岸社会最大的公约数成为接近两岸距离，触动两岸民心，最佳的、最重要的互动平台。

简短开幕式结束后，主论坛《公益——让社会更和谐》开始，中国青年政治学院青年研究所沈杰所长，做“走向支持体系强力与运行模式多元的可持续公益之路”演讲。他说，法制化是现代化的一个重要组成部分，法制化同样是社会公益事业有法可依、有序可遵、有理可办的基本保障。大陆正在加快志愿服务业立法的进程。公益组织分工细化是现代化的一个重要特征。这时代的公益，只有单纯的爱心已经不够，而是需要用一定的专业。

沈教授同时强调，传统文化传承与适度改良的宗教信仰，对公益慈善理念与运作的重要性。他说，“感恩文化”在台湾公益组织，尤其是有宗教背景的公益组织中十分盛行。例如，慈济基金会虽以佛教命名，但宗教色彩并不被刻意突出，而是以具有普世价值的感恩文化，作为基本价值观。

另由中国关工委主办的第七届关心下一代成长论坛，十三日在厦门宾馆明霄厅举行。嘉宾分享所在机构关爱下一代在教育的经验。关工主任委顾秀莲用心听分享，并认真做笔记。

为时间关系，论坛快结束还未轮到慈济分享，经积极向主办方争取机会，得到五分钟的时间，由王运敬副主任上台分享；他直接切入陈团治扭转人生的感动故事，并邀请团治上台见证。

“希望把大家对我的爱传递下去。”团治的扭转人生，震撼了在场嘉宾，也让最后的五分钟，成为全场最感动、最有爱的五分钟。

六月十四日上午十点，第七届海峡论坛大会在厦门海峡会议中心举办，出席的两岸嘉宾约一千七百人。

中共中央政治局常委、全国政协主席俞正声出席论坛大会并发表讲话。他说，两岸发展目前已到一个关键发展时刻，不同的选择决定不同的方向。国民党副主席郝龙斌也说，民间交流是两岸和平的重要基石。

“心走近了，海峡就是咫尺；心走远了，咫尺也是天涯。”简单的一句话，为论坛注记，也是圆满的句点。

海峡两岸暨港澳慈善论坛

文/慈瑞　图/中慈联提供

二〇一五海峡两岸暨港澳慈善论坛，六月一日在台北召开，这项为期五天的活动，分为现场论坛与参访交流两部分。

由中国慈善联合会、澳门基金会、爱家文化事业基金会、中华大成至圣先师孔子协会联合主办。第一天为现场论坛，包括开幕式、贵宾致辞、四大平行分论坛和闭幕式。随后，进行三天的实地踏查，四日上午，在花莲慈济志业园区参访并交流。

论坛的主题为“共享、共担、共创”，议题围绕在中华文化与

全球慈善格局、救灾经验与联合响应机制、企业创新助推社会建设、社区再造构筑慈善文化等内容开。其中，台北慈济医院院长赵有诚，应邀在救灾经验与联合响应机制的分论坛，以“难行能行”为主题，分享尼泊尔的救灾经验。

开幕致辞时，中国慈善联合会理事兼副秘书长孟志强表示，作为中国内地慈善领域的联合型、专业化、枢纽型组织，将会一直推动海峡两岸暨港澳地区的慈善事业交流合作，与创美好的未来。

澳门基金会行政委员会委员区荣智，分享该会发展经验。澳门素有社团社会之称，可以说是社团密度最高的地区。澳门政府是提供社会福利的主力，社团则配合政府提供福利。

中华大成至圣先师孔子协会会长孔垂长分享慈善与人的关系，他指出，孔子的核心思想是人，论语提到“人”达一百零八次之多，人是二个人以上的相处之道，也是建立和谐社会的基础。

台湾公益团体自律联盟理事长冯燕，提到公益团体自律联盟是迈向公民社会的里程碑，虽有法规遵循，但道德自律依然是慈善事业最高的目标。

慈济慈善事业基金会秘书长林碧玉，介绍慈济的建立与发展，从证严法师个人温饱都不能保证的情况下，一直做到全世界慈善的表率，正是通过慈济人不断地进取、不断地努力。对于慈善，慈济希望把饼越做越大，带动更多的人加入公益慈善的行列。

爱家文化事业基金会董事长余宗泽，谈到台湾城市与慈善的关系，从二〇〇三年的大陆媒体报导，当时台湾最美的是人，而十年后，记者再来采访时，即认为台湾最美的是城市。这种转变，源于整个社会气质一点一滴的进步，而这些进步对地区慈善文化发展有很好的影响。

在论坛之前还进行了内部研讨会，并达成共识，将开启海峡两岸暨港澳慈善交流常态化的平台，同时宣布成立二〇一六筹备委员会，将论坛一直办下去。

发生意外事件之后

文/图：慈济基金会秘书处

伤者等待护送医院，慈济志工肤慰伤者不安、害怕情绪，并随时在旁提供协助。

八仙乐园六月二十七日晚上发生粉尘爆炸意外，事故发生后慈济志工立即启动关怀行动，慰问伤员及家属，至六月三十日已动员逾一千一百人次，并发放急难祝福金，发放总额目前已逾八百万。花莲静思精舍也连续三天举办经藏共修祈福会，全台慈济道场同步视讯连线，广邀社会大众汇聚祈愿力量帮助伤员度过难关，至今，慈济志工爱与关怀仍在进行，将持续陪伴肤慰受苦难的乡亲。

尘爆意外瞬间成为火海，现场参加活动的人逃生不及被火焰吞噬，导致严重程度不一的烧烫伤，双北地区各大医院承接大量涌入的伤

慈济志工协助用生理食盐水，为伤者减缓疼痛。（上图）
慈济志工协助救难人员处理伤患、肤慰伤患、发放矿泉水。（下图）

员，慈济志工在意外发生后的第一时间，就赶赴现场及各大医院关怀，肤慰伤员及家属。

慈济人秉持“人伤我痛，人苦我悲”的精神，前往意外现场协助，由于伤员众多，消防、救护人员请慈济人帮忙陪伴伤员，不少伤员全身均有大面积的烧灼伤，等待送医期间，慈济志工协助伤员浇水或生理食盐水，并给予安抚打气，缓和受惊吓的情绪。

在光线不足之处，慈济志工也拿起手机充当手电筒照明，让现场的救护人员可以进行检伤工作或紧急处理伤口，并与现场各救助人员及民众，合力、接力的方式帮忙将伤员抬上救护车就医。

这起意外，由于伤员众多，分送各院抢救，台北慈济医院收治十三名重伤患者，为更好的照顾，花莲慈济医院支援两名具烧烫伤照护经验的护理师。慈济志工也陆续抵达各大医院关怀伤员及家属，并致上证严法师慰问信，及重伤每人三万、中伤住院每人二万、轻伤出院每人五千元的祝福金，截至六月三十日，发放祝福金累计有三百二十七人，总金额六百六十三万五千元。

另外，陆续有伤患转院至其他县市的医院继续治疗，如新竹、台中、彰化、台南、高雄等地，慈济基金会于了解状况后，同步联系当地志工，接力关怀、持续陪伴。

慈济志工手持手电筒，协助医护人员检验伤口。

一定要亲自说谢谢

文/图：慈济基金会秘书处

日本岩手县宫古市市长山本正德（右一），感念“311东日本大震灾”期间，台湾投入的物资援助及心灵关怀，及慈济志工深入灾区赈灾，专程来到花莲慈济表达感恩。

“一定要亲自来台湾说声谢谢！”日本岩手县宫古市市长山本正德，感念“311东日本大震灾”期间，台湾投入的物资援助及心灵关怀，及慈济志工深入灾区赈灾，六月二十四来到花莲慈济，拜会证严法师表达感恩台湾。

四年前“311东日本大震灾”引发海啸、辐射外泄等复合式灾难，重创日本东岸沿海许多城市。重灾区之一的岩手县，宫古市市长山本正德感谢台湾当时在物资援助及心灵关怀的投入，日本慈济志工也于灾后启动长期关怀，以台湾为主的赈灾团，更结合全球慈济人的大爱前往驰援，慈济赈灾秉持“走在最前、做到最后”的精神，山本市长恳切地表示“非常令人感动”。

二十四日上午，山本市长拜会证严法师，表达对台湾、慈济深深的感恩。下午则前往花莲静思堂，曾实地参与投入赈灾的慈济基金会宗教处主任谢景贵，向山本市长导览介绍慈济慈善、医疗、教育、人文“四大志业博览区”，并分享赈灾心得。

谢景贵主任表示，台湾与日本一样，都是身处地震带的国家，台湾经历过九二一大地震，当时日本就曾给予协助，“这份情谊台湾不会忘！”因此日本当时面临灾难时，台湾人感同身受。山本市长表示，赈灾期间物资的提供固然重要，但灾民面对突如其来的灾难，造成内心严重创伤，感恩慈济志工传达正面的能量，带给灾民走出伤痛、迎向未来的希望。山本市长还特地分享，灾后慈济深入灾区实地了解灾民需求，给予最适切的赈灾援助，其中，慈济志工进行物资发放时，那份秉持“感恩、尊重、爱”的谦卑态度，以九十度鞠躬方式（将物资）双手奉上给日本乡亲，让他印象深刻，在慈济的赈灾过程中，让他无形中也上了一课。

证嚴上人 衲履足跡

撰文/释德仉　内文照片/花莲本会提供
题字/林美娥　刊头摄影/黄锦益

5/1~3《农三月 十五至十六》

路铺平，才能走得长久

【静思小语】关关卡卡，耐心铺平；坎坎坷坷，用心行走。

真实拔苦，借假修真

尼泊尔强震届满一周，死亡人数超过六千两百人，另有一万三千九百多人受伤。日前救难人员在瓦砾堆中，救出一个受困二十二小时的四个月大男婴，送医检查后竟毫发无伤；消息传出，令人振奋。

“生命的韧力令人惊叹！搜救人员锲而不舍的心念与行动，造就了奇迹。”

早会时间，上人开示，相较于大自然的威力，人类实在渺小脆弱。“人生虚幻无常，生命不可思议，要从世间种种现象，体会空幻道理，‘借假修真’。”

何谓“借假修真”？上人说明：“在空幻无常世间，以真诚心行菩萨道，发挥良能拯救众生；从中见证‘世间无常、国土危脆’，体会佛陀所说‘苦、集、灭、道’之理，就是‘借假修真’。”

以尼泊尔赈灾为例，各国慈济人排除万难，灾后第四天抵达加德满都，在灾后狼藉、百废待举的环境中，突破层层关卡，开通了义诊道

尼泊尔强震第九天，慈济已派遣两梯次赈灾医疗团前往援助。本会同仁向上人报告，慈济人在当地义诊、勘灾关怀行动。（5月3日）

证严上人·衲履足迹

路、铺展各项救援事务。

上人表示："深入灾区救苦救难，非常辛苦，但大家仍以欢喜、甘愿心付出；见证无常、体悟真理，也增长了自我慧命。"

关关卡卡，耐心铺平

尼泊尔第二梯次赈灾医疗团，一日下午从台湾经香港转机到尼泊尔，抵达加德满都时已是午夜。在此同时，大批赈灾物资也在台湾与印尼慈济人日夜忙碌下，送达印尼军机场，将出动专机载运到尼泊尔。

"一方有难，十方来援。"二日早会，上人感恩慈济人用心设法，结合多方爱心力量，不计奔波劳顿，唯望苦难人早日得救，此即"菩萨心怀"。

"大灾难后，需要人与人之间以爱互助，及时救拔苦难。但是，只有救人的慈悲心不够，还要具备智慧、勇敢，才能真正发挥力量。"

与尼泊尔进行视讯会议，上人指示，因应当地国情，赈灾要积极，也要步步踏实、耐心耕耘，切莫操之过急；要发挥团队精神集思广益，将事情做到最好。

"在不同国家行事，要力求合于当地法规。面对关关卡卡，要耐心铺平；道路坎坎坷坷，也要用心行走。路铺得好，才能走得长久——'走在最前、做到最后'，给予受灾民众最适切的救助。"

开通道路，畅通心路

三日早会，上人谈及慈济"历史上的今天"——

二〇〇八年五月三日，缅甸遭纳吉斯热带气旋侵袭，死亡与失踪约十四万人。受限政治因素，许多救援团体无法进入；慈济人锲而不舍、多方设法，终于获得缅甸当局肯定，发出正式邀请函，得以走入重灾区关怀；一开始无法直接发放，慈济人真诚沟通，终于获准正式赈灾。

慈济不仅帮助灾后一无所有的居民，生活恢复稳定；七年来更援建十五所学校，让孩子们安心求学。长期爱心陪伴下，许多缅甸居民效法慈济早年"竹筒岁月"精神，在清苦生活中努力积存行善力量，以"米扑满"济助更为贫苦的乡亲；不少农民得到慈济致赠的稻种，年年丰收，改善了生活，还有余力助人。

全球天天都有灾难传出；上人感叹，即使有心前往救助，却不是看

得到就能走得到、救得到。

“尼泊尔这条赈灾道路，困难重重；有时需要等待因缘、有时需要绕路。慈济人有心、有力，只要路行得通，就会尽力行走，将各界爱心能量送到受灾民众手上。把握因缘及时救助苦难，将爱心种子撒播得更广，苦难人间才能展露无限希望。”

国际间的爱心源源不绝，然而受限于尼国关税法令，许多物资囤积在机场无法通关。上人叹言：“期待有形的道路通畅，让救援物资早日运抵灾区；人人心路通达，让受灾民众早日得救。”

昨日深夜抵达尼泊尔的第二梯次赈灾医疗团，清晨六点即起身投入义诊；晚间在巴塔普医院进行骨科手术时停电，医师们用手机与慈诚帽上的太阳能照明灯，克难中继续完成手术。

与尼泊尔赈灾医疗团进行视讯会议，上人感恩大家难行能行，“幸福”付出，亦叮咛行事务必“谨慎积极，尊重当地”。

“以‘诚之情谊’配合当地，把握善因缘，为未来的中、长期援助铺平道路。事事谨慎、步步踏实，则条条大道都能通达。”

5/4《农三月　十六》

有诚有情，幸福平安

【静思小语】待人有情，用物有情，珍惜一切。

诚之情，感恩互爱

第六号台风“红霞”今天凌晨在菲律宾东方海面生成，距离台湾东南方约两千五百公里。台风有机会解除旱象，却也可能带来灾情。早会时间，上人表示，“水大不调”，过与不及都会造成灾患。

“风调雨顺、平安度日，是大众

共同的期盼。祈求平安，就要养成节约的好习惯，珍惜使用一切物资。”

上人强调，期盼天候调和、四季平安，要向内修心——自爱爱人，也要爱惜物命。

“用‘诚之情谊’待人接物——人与人之间有情，用物也要有情，莫蹧蹋浪费。珍惜节用，才能细水长流，让生活用度不虞匮乏；与天地共生息，才能共创幸福平安的人间。”

尼泊尔强震进入第十天，许多山区村落受灾严重，却受限于地形地势，救援与物资运送困难。尼国政府呼吁国际捐赠帐棚、帆布及米粮等物资。

包括医师在内的十五位印尼慈济人，五月一日清晨搭乘军方人道救援专机，运送帐棚等大批赈灾物资，经泰国曼谷、孟加拉国达卡，二十六小时后抵达尼泊尔，支持灾区所需。

尼泊尔赈灾视讯会议中，台中慈济医院麻醉科医师林昌宏分享，昨日与当地产科医师合作，顺利接生了一对双胞胎；而台北慈院赵有诚院长、大林慈院急诊部李宜恭主任，日前到一个村庄，在简陋的帐棚里为村民提供医疗服务，隔天再来，居民自发性地搭建起一个完整的帐棚，要让慈济医师在比较舒适的环境里看诊……

上人欣言：“慈济医师的真诚付出，让受灾民众真诚回馈。医病之间建立诚之情谊，感恩互动，令人感动。”

思惟修，即是禅定

联合国公布尼泊尔首都加德满都与重灾区巴塔普最新空拍画面——强震当天，巴塔普王宫广场古迹瞬间坍塌，游客惊叫跌倒；车水马龙的加德满都街头，机车骑士摔倒、三轮车被倒塌牌楼压住，热闹的市区只剩残垣断壁……一幕幕画面在在显示“世间无常，国土危脆”之理。

“山崩地裂，天地威力之大，令人怵目惊心！人类要戒慎虔诚，莫以为人力能胜天。要反省觉悟，为大地人群付出；莫随心所欲，只顾私利，恣意破坏大地人心。”

上人教众跳脱无明网，日常行事要“思惟修”。“‘思惟修’就是禅定；有禅定的功夫，就有智慧。思惟缜密，明辨是非、智慧明朗，才能应众生所需而给予。”为人群付出，如何不受烦恼无明困扰？上

人教导，菩萨道是一条觉悟的道路，要放宽心胸与眼界，做利益天下人之事。

“有清楚的思想、观念与行为，就不致人云亦云，陷入迷惘。日日勤付出，发挥智慧救助苦难，时时忙得轻安自在，不受烦恼无明困扰，就是修行的真功夫。”

5/5《农三月　十七》

看见苦，启发爱

【静思小语】见惊世灾难，要起警世觉悟；见人生苦难，要启发无私大爱。

除习气，通达法

“佛陀对弟子一视同仁，对众生也是平等尊重与爱；然众生各有烦恼无明，如尘沙般层层覆盖真如本性，有世智而缺少智慧，难以体会佛法真义。”

晨语讲解《法华经》已进入〈授记品〉，今日上人先为大众复习〈药草喻品〉。

“佛法如密云弥布，降雨普润大地。无论何处，所接受到的雨水都是‘一相一味’，毫无分别；是闻法者各人的见解限制了自己。”

上人表示，即使有心学佛，若习气不改，“封锁自心、不接受法，一旦遭遇烦恼，将无‘法’可用，难以通过人生考验。”

人人智慧平等，都有机会成佛；只是众生皆有“我见”，总认为自己是对的，只是别人不了解。上人言：“是众生习气未改，而非法不圆融。”

如同金属要经过不断打磨、锻炼，才能成器；上人教众：“持续吸收法、磨除心中的烦恼杂质，才能达到圆融。”

修行之路漫长且充满磨练，上人勉众要发大心、立大愿。“以坚定

的道心、毅力、忍耐力，通过人群中各种考验，持续精进，才能增长慧命。”

开阔心，坚忍行

《法华经·授记品》中，佛陀首先点名授记的是迦叶尊者。上人说明，尊者一念契佛心，了解佛法后坚定受持，故能修除烦恼、无明惑而得道。

迦叶尊者自幼就有修道之志，却不得不顺从父母而娶妻。妻子正好也是好乐佛法想要修行，婚后彼此约定，将来有因缘得遇明师，一定要出家修行。尊者寻寻觅觅多年终于遇到佛陀，也接引妻子出家，从此闻法受教，坚持苦行。

上人表示，佛陀赞叹尊者有坚定的心志，堪受一切苦磨、去除一切执着，忍耐、忍辱，坚定受持佛法，因此曾分半座给迦叶尊者；但尊者谦逊避让，仍执弟子之礼，丝毫没有傲慢心。

“灵山会上，佛陀拈花微笑，大众不解，唯有迦叶尊者以微笑回应。尊者完全了解佛陀开示之法，契佛心、见佛道，以己心印佛心，故得到佛陀授记。佛陀入灭前，亦将无上正法付嘱迦叶尊者，传续佛法慧命。”

上人勉众学习迦叶尊者，以开阔心接受法、以坚忍心身体力行。“入人群行菩萨道，堪忍一切烦恼、不断修除习气，深入体解真实法，人人都能成佛。”

有福人，付出爱

由印尼分会协助慈济运送的帐棚，昨日开始在灾区搭建，让栖身于破烂塑料布下的受灾民众，免于风吹雨淋。早会时间，看到民众享用现泡香积饭的画面，上人感恩慈济人发挥“诚之情谊”，贴近受灾民众需求而及时伸援。

“强震造成大地破碎，几百年的古建筑只余残破瓦砾。尽管灾区余震不断、危机四伏，慈济人出于无私大爱，仍坚定迈步前行，以大仁、大勇的仁德之爱，义无反顾付出。”

全球已有二十个国家地区的慈济人，为尼泊尔强震展开街头劝募，上人感恩人人发挥爱心。“见惊世灾难，要起警世觉悟；见人生苦难，要启发无私大爱。有能力救人，代表自身平安健康；所以，能助人的人，就是有福人。”

5/6《农三月　十六》

感恩心，化仇怨

【静思小语】诚恳之爱，终能化解怨恨。

惜福造福，菩萨行

尼泊尔强震罹难人数已攀升至七千多人，早会时间，上人感叹，瞬间的地震毁伤大地、破坏建筑，也让许多宝贵生命消逝，显示世间“苦、空、无常”之理。

“世间有形之物，都会经历成、住、坏、空——在几百年前建‘成’的佛塔、寺庙，安‘住’于这片土地，历经数百年逐渐老旧败‘坏’，在此次强震中倒塌，终归于‘空’。亲自踏上灾区，见闻种种悲凄苦难的人间相，对于佛法的体会更加深刻。”

慈济人四月底踏上满目疮痍的灾区，以无私大爱付出，贴近苦难需求给予援助；上人肯定，这就是大爱无国界、造福人间的菩萨行。

“身处平安之地，不只惜福，还

与大陆志工谈话，上人表示，佛教是智慧的信仰，佛法合于科学与逻辑“要深入佛法真理，　学智慧；莫追求飞天遁地的神通，学迷信。”（5月6日）

要发挥爱心再造福。能救人的人，就是最有福的人。”

与尼泊尔赈灾医疗团进行视讯会议，上人叮咛“务实谨慎，合和互协”。“尼泊尔赈济之路边铺边走，因缘逐渐成熟，坎坷路较为开阔平坦；仍要谨慎用心行走，早日拔除受灾民众苦难。”

正信不迷，学智慧

两千多年前，佛陀诞生在王宫，自幼展现智慧与气质；当时印度种姓制度分明，尤其四姓阶级最底层的首陀罗，生活在贫苦、受人轻视的环境，世代子孙无法走出贫贱的命运。年轻的悉达多太子看到此现象，感觉人间矛盾重重，加上生、老、病、死的人生现象，让他思考人生价值。

为找寻答案，他毅然出家修行，专心探讨宇宙真理；直至因缘成熟，夜睹明星而觉悟成道。

“佛陀是人，是觉悟成道的圣者。要以尊敬心‘圣化’佛陀，莫以迷信心‘神化’佛陀。”与大陆天津、辽宁志工谈话，上人表示，佛教是智慧的信仰，佛法合于科学与逻辑，并非迷信。

“要深入佛法真理，学智慧；莫追求飞天遁地神通，学迷信。道心坚固，才能用心专注。”上人强调“信为道源功德母”，学佛要提起信心，还要有正信。

《法华经》中记载，“常不轻菩萨”以平等尊重心看待每一个人，对人人恭敬礼拜；即使有人不理解而骂他、攻击他，也只是闪避肢体攻击，认为人人都是未来佛，依旧虔诚恭敬对待。

“过去与人结了不好的缘，如同欠了业债，现在要欢喜偿还，才能‘随缘消旧业，不更造新殃’。反之，一味计较、起冲突，仇恨愈结愈深，再如何求神拜佛，也不能转变业力。”

上人教导，退一步海阔天空，就不至陷入僵局或产生冲突。“即使过去无意间造成误会，让人对自己有怨、有恨；时时以礼相待，在对方有困难时伸出援手，让人体会到诚恳的爱，终有一天能化解怨、恨，同样以礼、以爱相待。”

感恩尊重，能化解恶缘结善缘；上人期许志工开阔心量，常怀感恩、尊重心，落实在待人接物中。

“对于支持、成就我们做慈济的家人或朋友，要感恩；也要感恩受我们帮助、救度的苦难人，启发我们的爱心，让我们有机会付出。”

5/7～8《农三月　十九至二十》

心与理相合，就是“觉悟”

【静思小语】真理无形无相，却无处不在；心与理相合，就是“觉悟”。

做了就不难

第一梯次尼泊尔赈灾医疗团昨日返抵台湾，台中慈济医院简守信院长、台北慈院赵有诚院长、大林慈院急诊部李宜恭主任、花莲慈院创伤医疗部王健兴主任分享，赈灾期间每天从早忙到晚，平均一天只睡三个小时，但想到还有很多伤员等待治疗，就一刻也停不下来。

“凡事起头难。把握因缘，做就对了！”早会时间，上人感恩大家欢喜付出，耐心沟通、交涉赈灾与义诊事项，克服重重障碍，让医疗团就地发挥妙手妙法的良能。

“在灾后残破的地区展开义诊，必须踏过遍地瓦砾、坎坷不平的道路，可谓步步艰巨。感恩大家从无到有，踏实走出一条道路，又将这条路铺得平坦，让后来的人能顺利通过。”

新加坡人医会冯宝兴医师，昨天

第一梯次尼泊尔赈灾医疗团昨日平安返抵台湾，台中慈院简守信院长（左三）分享，医疗团在无邦交的尼泊尔拿到医疗准证，与当地医师携手合作义诊，为台湾医疗史写下纪录。（6月7日）

在尼泊尔灾区度过生日，有感而言，庆祝生日最好的方法，是将生命运用得更有价值；这趟赈灾义诊行，是他最期待的生日礼物。上人肯定冯医师，不仅付出无所求，且用欢喜心投入。

与尼泊尔赈灾医疗团进行视讯会议，上人慰勉多位从四月二十八日起就持续守护受灾民众，劳心努力开辟赈济道路的团员们，要注意身体健康，相互支持、彼此照顾。

“若非出于大爱慈悲之心，甘愿救苦救难，实难有这分气魄勇往直前。大家此行不是观光，而是以人与人之间的真情，走出人类的历史足迹，要用心谱写这段宝贵历史。”

礼敬自性佛

红霞台风转强为中度，气象局预估，十日将转向台湾东部海域。台湾西部干旱已久，大众祈求降雨以缓解旱象，但也担心强烈的降雨酿灾。八日早会，上人勉众：“无论面对何等境界，要有坚定的信念，恒持戒慎虔诚之心。”

佛诞节、母亲节、全球慈济日“三节合一”即将来临，上人由浴佛典礼谈到佛像造形，引述《金刚经》“若以色见我，以音声求我，是人行邪道，不得见如来”，说明佛像无定相。

上人言，佛陀在世时并未留下塑像，经过两千五百多年时光流转，随着佛法的传播，各地信仰者造像礼敬，作为信仰的表征。

佛陀出生在人间，觉悟人人都有佛性，上人表示，佛像应是“人”的形象。“各地塑像各有特色，不同朝代也有不同的佛像风格；何种才能真正展现佛陀觉悟的智慧形象？心虔诚，见像而生恭敬、欢喜之心，就是真佛像。”

即使是佛教信仰昌盛之时，建造许多佛寺、佛像，上人感叹，能依教奉行者，又有几人？

“佛教徒缺乏实践力量，导致佛法逐渐衰微。学佛，并非对着佛像祈求庇佑；要运用佛法消除烦恼、增长慧命，直至明心见性。”

上人言，佛法真理遍布虚空法界，无形体、无实相，却是无处不在；心境融通宇宙虚空，就是“觉悟”的境界。

“值此五浊恶世，要将佛法普及人间、落实人心。藉由佛像，传达佛陀肤慰人间的慈悲大爱，引导人人身体力行，让人间祥和、大地平安。”

5/9~10《农三月　二十一至二十二》

有法、有理，心自在

【静思小语】心地满布荆棘，苦不堪；心中有法、有理，得自在。

苦谛，人间实相

佛陀成道后首次对五比丘说法，讲的是“苦谛”。早会时间上人开示：“苦，是人间实相。‘娑婆世界’意即‘堪忍世界’，因为多苦难，必须堪得忍耐才能生存。”

现今社会人心趋向功利、背离道德，上人深感担忧。“四大不调，以致灾难频生；人心不调，人伦道德观念愈来愈淡薄，导致人间失序……身处五浊恶世，实要堪忍。”

社会型态改变，家庭观念淡薄，学校教育不再强调道德伦理，年轻世代缺乏学习典范，难以建立道德观念。上人忧言：“社会呈现唯利是图的氛围，凡事以‘利’为目的，不顾对人、对自然环境的伤害。人心失道德、丧天理，可以预见未来的人间更失序，环境崩毁的速度更快。”

《法华经·授记品》中，佛陀为迦叶尊者授记，表示尊者将来成佛，佛号光明如来，佛国名为光德，环境庄严而无任何污秽、恶浊，人人护持佛法，坦诚相待。

“能在这个国度出生的人，非常有福。而今人心道德观念丧败，心地满布荆棘，心中无法、无理，将陷苦恶之境。”

上人期待大家传承道德伦理，抢救人心。“四大不调导致的灾难，只要凝聚力量、相互帮助，终有重建平安之时；但是人心偏差为恶，相争相残，造成的危害却可能世代延续。”

道场，用心庄严

明天就是佛诞节、母亲节、全球慈济日“三节合一”，慈济将在尼泊尔举办第一场发放及浴佛典礼。赈灾视讯会议中，上人感恩

大家以爱接力，走过最困难的急难时期，为日后中长期援助铺出一条明确道路。

“要以合和互协的团队精神，集思广益，用心探访居民处境，一切以改善受灾民众生活为前提；且要用爱维系当地情谊。”

能在佛陀的出生地为受灾民众付出、举办浴佛典礼，因缘殊胜难思议。上人致勉：“走入苦难地，体会苦、空、无常之理，当下就是修行的好道场。要提起‘无我’之心付出，用心庄严道场，且带动更多人愿意付出，成就人间菩萨。”

感恩，皈依三宝

十日清晨七点，微风习习、晨曦照耀下，花莲静思堂道侣广场队伍庄严，展开今年度慈济全球首场浴佛典礼。今年浴佛以“祈福、感恩”为主题，至诚感念佛恩、父母恩、众生恩，也虔诚为天下众生祈福。

上人开示勉众，时时刻刻提起感恩心。“佛诞节，要以最虔诚的心，感恩佛陀来人间说法；母亲节，要感念父母生育之恩；能够安然生活，要感恩天地、众生之恩。”

下午四点，五百多位常住众及志工，齐声唱诵“南无本师释迦牟尼佛”，朝大殿步步迈进，为慈济成立四十九周年虔诚朝山。

傍晚时分，上人于主堂开示：“近半世纪以来，全球慈济人以‘佛心’力行菩萨道，为众生救苦救难，将佛法落实在人间。期待人人恒久保持此刻的虔诚与专注，将真理归纳于心，把握当下造福人群。”

上人以〈皈依文〉勉励大家：

“皈依佛，当愿众生，体解大道，发无上心。”——要以佛心为己心，发大心、立大愿。

“皈依法，当愿众生，深入经藏，智慧如海。”——但愿人人晨起“薰法香”，引法入心。

“皈依僧，当愿众生，统理大众，一切无碍。”——人人都有自性三宝，要以佛法为日常生活的轨道，日日守五戒、行十善，福慧双修。

5/11 《农三月　二十三》

法归虚空，落实人心

【静思小语】“佛”在心中，“法”在行中，心行不离佛法。

入人群，锻炼己心

佛诞节、母亲节、全球慈济日“三节合一”昨日圆满，三十七个国家地区的慈济人，就地举办三百八十八场浴佛典礼，约二十五万四千人次参与。

晨语时间，上人开示：“浴佛的意义在教人去除无明，用清净心虔诚礼敬佛陀。人人心无杂念、没有污染，虔诚一心共同感念佛恩；这是多么美的境界！”

佛陀是三界导师、四生慈父，上人勉众，佛弟子感念佛恩，就要成长自我慧命。“佛陀已经离世两千五百多年，法身仍在人间；只要学佛者以虔诚心体会、运用并传扬佛法，即如与佛同世。”

佛陀以悲心愿力来人间度众，从出生、成长、出家修行直到觉悟、说法，示现人人皆有佛性、都可以修行成道。上人开示：“虽说‘人人本具佛性’，但是众生久受无明蒙蔽，认为追求利欲、与人竞争理所当然，以致不断与人结怨、结仇。欲心愈大，无明烦恼愈多，造成人间浊气愈来愈深重。”

尽管人心变异，但道理恒在，不增不减。上人教众：“莫汲汲营营向外追求，要向内自我观照，回归佛性。”

佛典描述“常悲菩萨”出生在无佛之世，有感于人们无明懵懂，行为不正、道德沦丧……为了引导众生而追求佛道，却苦于无佛、无法可学而经常忧愁啼哭。后来梦中得古佛指点：“要恒持利益众生之初心，不离悲智愿行。”从此以坚定信心修行。

上人以此教众，虽然佛陀入灭已久，当今已非佛世，但人人本具的清净佛性永远存在。“人人都有与佛同等的大悲愿力，要坚持修行心志，生生世世入人群锻炼己心，直至清净无染。”

宗教间，合和互协

慈济人在尼泊尔以及非洲波札那、纳米比亚三地，今年都首度举办“三节合一”浴佛典礼。早会时间，上人表示，佛法早在发源地式微，慈济藉由赈灾因缘，将浴佛仪式带入尼泊尔。

“虽然当地居民大多信仰印度教，却也虔诚跟着浴佛。不同宗教间相互尊重、行礼如仪，让人感动。”

在菲律宾，气象预报“红霞”台风将登陆，晚间于马利仅那市举行的万人浴佛暨发放，直到典礼圆满都是清凉无雨的好天气；法师、神父与政府首长带领大众浴佛，不分宗教、种族，人人点燃心灯，虔诚祈祷天下无灾。

台北中正纪念堂的佛诞祈福会暨孝亲感恩音乐会，约三万人参与；印尼浴佛典礼也有不同宗教的宗教师共襄盛举；马来西亚慈济人在槟城、吉隆坡两地举行的浴佛，队伍整齐庄严、震撼人心……

上人感恩慈济人就地浴佛，凝聚虔诚心声，上达诸佛听。“宗教皆是为了带领人人走上平安坦途，只要宗教、真理在人间，一定能净化人心，让天地间祥和平安。”

慎思惟，断除习气

便利的科技工具，让传讯更快速、更普遍，也因此更须谨慎使用。与同仁谈话，上人叮嘱：“透过网络传讯，要考虑接收者的根机，能否禁得起当头棒喝？或是容易被断章取义，扭曲原意？行事须思考周详，懂得拿捏分寸。”

上人期盼弟子们都有足够承担志业、传续志业的力量，不能总是习气不改而莽撞行事，或是缺乏深思熟虑而盲从。

“只愿意听赞美的好话，听不进批评，抗压力低，心灵就容易受伤。听不进建议，也就难以改善缺点，习气将成为阻碍进步的致命伤。”

心有佛，行不离法

与多位海外志工谈话，上人表示，虽然佛陀入灭已久，但是法身仍在，佛陀所觉悟的真理遍虚空法界；依循佛法修行，就能启发自性佛。

“佛陀在世时，并未留下塑像，后人无法知晓佛陀的形貌。宗教是无形无相的精神信仰，但后世藉着有形的塑像，传达佛教精神理念——希望藉由佛法，启发人人的觉性。”

佛陀法身，即无形无相的真理。上

人说明：“慈济将‘宇宙大觉者’塑造成在虚空中肤慰地球的形象，象征着‘法归虚空，落实人心’，也包含‘以佛心为己心’的概念。”

明天开始，慈济就迈入第五十年，上人期勉全球慈济人，走过半世纪的慈济路，要更坚定道心。“祝福大家信根深植，福慧双修——佛在心中，法在行中；走入人群，与众生结好缘，造福人间。在人群中锻炼智慧，增长慧命。”

5/12《农三月　二十四》

风雨生信心

【静思小语】以毅力坚持，用“觉有情”的慈悲与智慧，通过难关考验。

精进迈入五十年

农历三月二十四日，是慈济成立四十九周年纪念日。早会时间，上人感恩大家近半世纪以来，用心耕耘志业，致勉以精进心迈入第五十年。

“清净无染的大爱、单纯祥和的社会，需要佛陀的正法维持。佛陀法身常在人间，就是无形无相、却无处不在的真理，遍虚空法界；要将佛法落实在人心，法入心，才能启发真如智慧。”

佛陀为了拯救人心，不断来回人间，为大众开示所觉悟的真理；上人勉众用心接受佛法，共创祥和光明世界。“心存正法、力行正法，自然懂得爱护生命、守护众生。”

尊重引导行正道

佛陀在《法华经·授记品》中，描述迦叶尊者未来成佛时，号“光明如来”，其国土名“光德”，优美庄严，人民善良有智慧，好乐佛法。上人表示，看到海外各国不同宗教信仰者，共同以恭敬心浴佛，感受到宗教间相互尊重的清净、开阔胸襟，宛如佛国净土。

“身为佛教徒，我也很尊敬天主、基督等各个正信宗教，因为所有正信宗教，都是指引人们学习教主的博爱、仁爱、大爱精神，走向光明大道。期待世间不同宗教信仰者相互尊重，共同引导人人走上正道。”

身处五浊恶世，上人教众勇猛精进，堪得忍耐。“在浊气浓重的堪忍世界，更有自我磨练的机会。莫被魔事所困——见人行善而起恶念，伤害善行，即谓魔事。”

上人期许大家，以坚固信心铺平坎坷道路，广邀人间菩萨同行，让佛法昌盛、人心清净美好。

虔诚铺展爱之路

慈济四十九周年药师法会，全球十七个国家地区逾万人，透过网络视讯，与静思精舍同步礼诵《药师经》。上人感恩身处科技发达时代，能突破空间限制，共同精进。

“慈济走过四十九年，从最初的人员稀少、力量薄弱，到如今救助脚步已踏上全球九十个国家地区。感恩慈济人遍及五大洲，就地凝聚爱心力量，重点、直接救助贫病苦难人。”

尼泊尔强震过后第四天，慈济人

慈济成立四十九周年纪念日，全球十七个国家地区逾万人，透过网路视讯同步跟随静思精舍常住师父礼诵《药师经》。上人勉众，发大心、立宏愿，用爱坚持菩萨道。（5月12日）

已踏上灾区，以耐心、爱心会合多方因缘，克服重重困难展开义诊、发放与关怀，用心铺展出一条救苦救难的道路。

“有心做好事，必须禁得起关关卡卡的考验。慈济人志为菩萨，只要想到了亟待援助的苦难人，就会提起毅力坚持，用‘觉有情’的慈悲与智慧，设法通过难关。”

静思法脉与慈济宗门，是一条专修菩萨行的大道；上人表示，法脉宗门的未来，需要人人发大心、立宏愿，用爱坚持。

“四十九年来，所有慈济人以爱铺路，一步步、一寸寸地向前铺展，铺成一条接引大众同行菩萨道的平坦大道。千千万万的感恩说不尽，唯能尽此一报身，将爱的能量回向于普天之下；期待人人追随菩萨芳踪，将佛陀教法代代传承延续。”

5/13 《农三月　二十五》

铺平心路

【静思小语】去除烦恼，修平坎坷心路。

视如佛，恭敬每个人

《法华经·授记品》记载，佛陀为迦叶尊者授记，表示尊者未来可以成佛，不过是在“奉觐三百万亿诸佛世尊”之后——也就是说，要恭敬供养、追随三百万亿佛修行，才能觉悟成道。

“修行之路如此遥远难行，要成佛谈何容易？有人因此放弃，再回归凡夫心态与生活。凡夫心充满烦恼无明，容易与人起摩擦，不断造业、受苦而轮回不休。”

慈济迈入第五十年的第一天，上人于早会时开示：“修行就如铺路，要一步步、一分分、一寸寸，修平坎坷心路；不仅为自己

铺路前进，同时也要接引他人同行。自度同时度人，就是菩萨心。”

佛教以过去、现在、未来为“三世”。上人说明，“三世”未必是指漫长时间，其实刹那间就有过去、现在、未来；恒持刹那间所发的善心、善愿，道心坚固，精进在人群中付出、结好缘，来生来世就能延续此善因缘。

“人人皆有佛性、都有机会成佛。若能将面对的每个人都视如佛，时时、日日恭敬以待；生生世世恒持此心，就为许多佛铺过路、结过缘、造过福，很快就能累积无量善因缘；如此要供养‘三百万亿诸佛’，就不是难事。”

全球多灾难、人心充斥无明烦恼，需要无量菩萨共同救拔苦难人。上人期勉慈济人珍惜一路辛苦走来的过程，心要定、心要专，坚持为苦难众生付出的心。

“娑婆世界，堪忍事多。尽管菩萨道难行，还是要发大心、立大愿——‘众生无边誓愿度’；去除烦恼、修正习气，难行而能行。”

菩萨心，安忍而不动

台湾时间昨天下午三点零五分，尼泊尔再传芮氏规模七点三强震，震央在南崎巴札（Namche Baza），接近中国西藏，首都加德满都震动达数十秒，连印度德里也感受得到强大震荡。

根据大爱新闻同仁现场拍摄的画面，十多天前受强震毁损的危楼应声倾塌，大批人群奔逃群聚街头，老弱妇孺惊慌哭泣……慈济人暂停发放，安抚现场饱受惊吓的民众、拥抱孩童轻声安慰；医护志工抢救受伤或惊吓昏厥的居民……发挥稳定人心的力量。

新闻报导，大批缅甸和孟加拉的难民船，无法偷渡到马来西亚与印尼，在海上漂流了数周，有人因船毁落入海中，还有约六千人困在拥挤的木船上，缺乏食物与干净饮水，生命垂危……

早会时间，上人感恩在尼泊尔付出的慈济人，每天面对灾苦景象，又亲身经历强烈的天摇地动，仍能“安忍不动”，提起菩萨心肤慰苦难；也感叹不论天灾或人心无明造成的人祸，都让人深陷痛苦不安的绝境。

“唯有更多人以爱救助，才能让残破大地重现生机，让一颗颗惶恐

悲伤的心灵获得肤慰。”上人教众时时戒慎虔诚，把握善心、修除恶念，为人群拔苦予乐。

5/14《农三月　二十六》

勤拭心镜

【静思小语】启发内心光明，照亮外在境界。

大爱抚慰人心

位在加德满都巴塔普区的“牟尼精舍”，是一间有五百年历史的泰国古寺，近日历经两次强震受损，常住师父们生活难以为继，仍收容了七十多位受灾乡亲。昨日慈济人前往致赠两千一百公斤白米、三百公升食用油及两百公斤豆子等，为寺里两百多人解燃眉之急；今日将前往义诊。

早会时间，上人开示，慈济人带着满满的爱心以及灾区所需的医药与物资，一梯接着一梯奔赴尼泊尔，以爱接力付出，陪伴受灾民众流泪、欢笑，付出无所求，只愿人人身心安定、生活安稳。

“爱心无远近。在这片残破的瓦砾堆中，看见人间菩萨的无私大爱，如此灿烂光明、清净无染，充分展现了人性光辉。”

减灾希望工程

一九九九年九月二十一日台湾集集大地震，中部八百多所学校严重受创。教育部吁请民间认养灾区一百零八所中小学重建工程，慈济援建了其中五十所学校，横跨台中、南投及嘉义三个县市。

慈济不只是重建毁损的大楼，而是规划崭新的校园——全面采

用SRC钢骨钢筋混凝土结构，强化耐震度，更是融入社区特色的绿建筑。历时三年多用心规画、建设，二〇〇三年四月五十校全部竣工，耗资超过新台币八十二亿元。

历经九二一大地震洗礼，台湾民众对于建筑防震意识提升；然而时至今日，台湾仍有许多学校早年兴建的校舍，随着岁月老去成为危楼，却苦无经费整建，而向慈济寻求援建。

去年十月，教育部及屏东、台东县政府，与慈济签署“希望工程协议书”，援建两县共十四所中小学。

上人指出，气候变迁、四大不调，惊世灾难愈来愈频繁，尤其地震有愈来愈强、愈来愈浅层的迹象。“灾难导致生命消逝，是无法挽回之痛；因灾受伤，使肢体残缺或无法行动，也是一生的遗憾。建筑毁了还能重建，人命伤亡难以复原。许多学校都是老旧危楼，一旦发生强震，后果不堪设想。”

上人强调，灾难发生时，孕育社会未来主人翁的学校不但不能倒，还必须作为社区的避难所，庇护师生及社区民众安全；所以慈济愿意接受政府与校方委托，义务承担援建重责。“建筑工程，要朝‘减轻灾难影响’的方向去思考、设计，力求减灾、防灾。”

这项“减灾希望工程”，包括屏东境内的公正国中、高泰国中、内埔国中、里港国中、枋寮高中共五校，整建工程已在去年底展开；而台东县的建和、马兰、光明、复兴、康乐、鹿野等六所小学，以及桃源、关山、知本三所国中，也于今年开始进行工程。

上人强调，建构学校，就是建构教育的乐土，更是建构社会未来的希望。因此，慈济除了采用高标准的安全结构建造，并针对各校需求与特色进行设计，希望为下一代建构安全坚固、且充满创意的成长空间。

慈济走过将近半个世纪，以无私大爱为台湾付出；面对近来社会上有些误解、曲解之声，上人勉慈济人“勤拭心镜”，启发内心光明、照亮外在境界。

“烦恼，会抹黑人的心镜，使人看不清道理。要时时反观自照、自问己心；若自心清净，所见外境就是一片光明。期待大家坚定信心，不受污染，维护心镜澄明，才能提起清净智慧，以信心、毅力坚定初衷，持续向善力行。”

5/15《农三月　二十七》

心宽念纯

【静思小语】不念旧恶，不起瞋心。

静思，禅定，宽谅

凡夫迷茫，心中充满烦恼、无明，覆盖真如本性。晨语时间，上人惕众，无明、沉沦，是一念心；觉悟，也是一念心。

“行菩萨道，须发‘四无量心’、立‘四弘誓愿’，不断修除贪、瞋、痴、慢、疑无明习气，直到烦恼不再动摇己心，就能觉悟成佛。”

上人表示，修除无明，烦恼不生、心地清净，则菩提现、智慧生。

“有智慧者明辨是非善恶，不会放任偏袒。即使面对他人恶意伤害，要诚意说明，也要宽谅以待，不念旧恶、不起瞋恶心，这就是‘心宽念纯’的修养。”

人心无明，世事纷扰。上人教众用心观察、静心思惟，还要有定力；知社会人心之病，善用佛法对治。

“思惟修，清净智慧浮现；明是非、懂道理，才能不受偏颇言论影响，选择正确的人生方向，走上智慧之道、菩提之路。”

心能转，路就转

十六岁青春年华，就因痲疯病被隔离在新庄乐生疗养院的林叶师姊，前天晚上走完八十三岁人生。消息传来，上人虽感不舍，亦真诚为她祝福。

早会时间，谈及林叶师姊，上人赞叹她不被病痛打倒，善良开朗、乐于付出的菩萨心行。

“一九八九年开始，几次亲身探访乐生，看到病友们五官变形、肢体残缺，因病吃尽了苦头，却能虔诚向佛，苦来乐受；他们心中无欲，安分守己，用修行的心追求佛法，如此甘愿的人生，让我很震撼、很感动！有人说，乐生院是‘现相地狱’，但我认为，那里是‘超越天堂的地方’——是人间净土。”

即使容貌变形，林叶师姊等院友，却能超越对形象的执着。上

人赞叹：“他们心境亮丽，不受病相、病苦障碍，真正修除烦恼无明。心转，道路就转——本来是接受社会帮助的人，从筹建花莲慈济医院开始，他们就转变成为助人者，一心一意护持慈济志业。”

相随心转。上人表示，打开心门的林叶师姊，相貌愈来愈庄严，也勇敢走出乐生疗养院，接近人群去爱人；人们从而了解她、接受她，还有许多人受她影响而改善了人生。

“林叶师姊此生现病相、依随因缘来度人；但愿她带着清净的心、清净的法而去，换一个健康的身体，再来人间度化众生。”

5/16 《农三月　二十八》

好心好念，成就好事

【静思小语】一念好心，成就好事；一念无明，造就恶业。

医疗十年，坚定初心

台北慈济医院二〇〇五年五月启业，今年届满十周年；五月十二日清晨，同仁与社区慈济人在滂沱大雨中朝山。早会时间，上人赞叹大家的虔诚与精进，期勉不畏惧风雨，未来无数个十年更踏稳脚步、向前精进。

“感恩医疗同仁十年来不只坚守医院岗位，更与志工走入社区居家往诊，或利用假日到偏乡提供医疗服务。这分救助病苦的爱很真诚，人人都是具有佛心的大医王、闻声救苦的白衣大士。”

上人感恩大家以共同心志为苦难众生付出，无论台湾或国际间发生灾难，医疗同仁也发挥良能投入赈灾义诊；以近期的尼泊尔强震来说，各院院长率先投入赈灾医疗团，接力义诊迄今未歇。

日前两千五百位台湾北区慈济志工，以及四百位慈院同仁一起清扫、维护慈院内外环境。上人欣

慰人人不分你我，共同照顾这个“家”；期勉今后更合和互协，持续发挥“守护生命、守护健康、守护爱”的医疗良能。

以爱肤慰，疗治身心

尼泊尔赈灾视讯会议，上人感恩各国志工以“人伤我痛，人苦我悲”的同理心，不分种族、语系，奔赴远途救助苦难人，尽心尽力付出；单是昨日医疗团就分三条路线，为一千两百多人看诊；五月下旬将再度发放两千多户毛毯等生活物资。

灾后三个星期以来，慈济人真诚的付出与带动，已得到善的回响。有老师发愿号召一百人投入志工，还有当地仕绅主动表达要协助慈济赈灾事务。上人期许会合在地爱心力量，将赈灾路铺得更平坦，及早为受灾民众安顿身心，为佛陀的故乡多付出。“要与受灾民众贴近互动，让更多人得到爱的肤慰，疗治创伤、安定身心。”

5/17～18 《农三月　二十九至四月初一》

悲而无苦

【静思小语】有悲悯心，还要加上智慧，才能避免深陷苦受。

三理合一

慈济大学学士后中医学系“第一届授袍暨宣誓典礼”在精舍举行。经过三年的中、西医基础课程学习，学生们下学期将到各地慈济医院见习；四十四位同学以唐代医学家孙思邈所着《备急千金要方·大医精诚》篇作为誓词——

“凡大医治病，必当安神定志，无欲无求，先发大慈恻隐之

心，誓愿普救含灵之苦……”自我期许为人治病，首要安定其心神；对于求诊者，不分贫富地位一视同仁。

上人授予听诊器和针灸包，期勉谨记誓词精神，行医路上发挥平等无私之爱。

“人间最尊贵的是生命，要用爱实践学医志愿，走入伤病者的生命；不只救拔他身体苦痛，也要肤慰心灵之苦，作病患生命中的贵人。”

慈济尼泊尔赈灾医疗团日前为一位腿部受伤的年轻人紧急处理伤口，年轻人痛苦哀号，叶添浩、张玉麟医师亲切且用心地清创并缝合伤口，志工紧握他的手安慰；他的父亲具有医学背景，见此情景，非常赞叹并表达感恩。

“慈济医师的亲切与医术，获得信赖——医师的真诚之爱，让病患信任并感受到被尊重，因而安心地将疾病托付给这群外国医师。”

上人以此期许医学生，不只在医术上精进，学会“药理”与“生理”，也要多学“心理”，以亲切态度与病患结好缘，疗治其心灵。“药理、生理、心理，三理合一行医，将能造福更多人。”

悲智双运

连续四梯次的赈灾医疗团，已在尼泊尔拓展出较为平坦的赈灾路；上人感恩慈济人出于“不忍众生受苦难”的菩萨心，以爱接力，与当地人士建立起“诚之情谊”，才能在赈灾路上稳步前进。

视讯会议中，志工谈及喜马拉雅学校学生苦况，忍不住激动语哽。

上人开示，见到苦相，自然会生起悲悯心。“要悲不要苦——有悲悯心，但不能深陷苦受走不出来。慈悲心不能缺乏智慧，要悲智双运。”

今日是二十年前，慈济为尼泊尔水患灾区建设大爱屋、落成交屋的日子，赈灾团将前往南部探视当年所建的四个慈济村。

新闻报导，从西藏拉萨市连结加德满都的公路已抢通，有利于运送救灾物资。上人欣言：“期待有形的道路抢通，无形的‘心路’也要畅通，让民众早日脱离苦难。慈济赈灾同时也要带动当地人提起助人之心，才能接力成就赈灾长路。”

生命贵人

台北慈济医院周边血管中心至去年底止，已为病患保住一千零四十三只脚，免受截肢之苦。医疗团队中，心脏内科黄玄礼医师因长期穿着防辐射的铅衣，低头为病患进行每次三到四小时的手术，颈椎已受伤两次。

黄医师长年累月辛苦工作而受伤，上人深表不舍："他以使命感发挥医师良能，用心、用生命保全病患的肢体，不只抢救生命也提升术后生活质量；真正是病患生命中的贵人，功德无量！"

5/19《农四月　初二》

恒持善念

【静思小语】恒持善念，成就善缘。

悟无常，日日精进

早会时间，上人谈述一段慈济慈善救助历史——

一九九八年二月四日，阿富汗发生芮氏规模六点一的地震，造成近五千人死亡、数万人无家可归；因气候严寒，每天都有老弱者死亡。慈济与美国"骑士桥"国际救援组织合作，两度出入战地运送药品与粮食，并捐赠发电机、听诊器。

当时慈济人与"骑士桥"爱德华博士、詹姆士医师等人，带着援助药物与粮食前进灾区，搭乘的运输机布满弹孔；从空中看见阿富汗地面架着高射炮，众人担心飞机可能被误击，便商议将机上四顶降落伞绑在药品上，若有万一，也要让药品安全降落以救助伤员。

飞机最终安全降落，一行人拜

访卫生主管单位，也参观医学院；设施简陋与资源匮乏的程度，难以想象。慈济人且至山区石窟探视躲避战火的居民，他们极度缺乏粮食，处境堪怜；当时巴米扬大佛尚在，不久就被战火摧毁殆尽……

“佛陀教导要有‘无常观’，屹立千余年的佛像，瞬间被毁，也是无常示现。”阿富汗由于地理位置，历朝历代都是兵家必争之地，常有战事，社会无法安定。上人感叹，少数人心偏差，让无辜百姓世代难脱战祸之苦。

生命随着时间分秒流逝，上人勉众日日精进，恒持刹那所发的一念善心，为人群付出；如此虽然生命日减，慧命却能与时俱增。

“天地人间，每一天都有悲欢离合。要启发人人的菩萨心——即使非亲非故，也愿意为苦难众生付出。见众生受苦，心生不舍，就是‘人伤我痛，人苦我悲’的菩萨悲心。”

溯历史，大爱建村

尼泊尔赈灾医疗团走访位于加德满都西南方，马克万普县（Makwanpur）的慈济大爱村；这是一九九三年尼泊尔水患之后，慈济在三县四地建设的其中一座大爱村。

“我最记挂的是大爱屋是否因强震损毁。从新闻画面看到，只有少数房屋墙壁出现裂痕，大部分都安然无恙，村民看到慈济人身上的制服，还记得这是当年为他们建屋的人，与志工亲切拥抱，让人欣慰！”

上人提到，大爱村启用纪念碑经岁月洗礼而毁坏，四年前村民集资重建。“这是一分饮水思源的感恩心意。”

居民见到慈济人来访，如同看到老朋友，欢喜热情地招呼到家里坐。一位年近六十的妇女，当年和丈夫带着四个孩子迁入大爱村，靠着打零工维持家计；孩子们力争上游，二十年后的今天都很有成就，其中一位已是多家广播电台的经理，看到慈济志工来，马上拿出录音机采访。

上人感恩慈济人带回大爱村安然无恙的好消息，最欣慰的是看到村民的生活因为有安居之处而改善。“回首五十年来的慈济路，每天都有丰富的历史足迹，这都是大家用心用爱，写成的真善美历史。”

5/20《农四月　初三》

为社会“固本”

【静思小语】人心净化，常怀善念，国富民安。

宗教家的责任

第五梯次尼泊尔赈灾医疗团今日启程，首度加入中医科医师。上人于视讯会议中叮嘱，与当地居民互动，要悲智双运，真诚表达感恩、尊重、爱。

“灾区百废待举、诸事紊乱，许多难题考验，感恩慈济人踏上灾区三周以来，分秒不空过进行救助，沉着应接各种‘变化球’，让赈灾、义诊事务稳步推进。”

与一位师兄谈话，上人表示，一向要求慈济人可以关心政治但不能涉入，并非要大家放弃身为公民的权益，而是教大家着重于“净化人心”；这也是自己身为宗教家的使命与责任。

“身为宗教家，我的责任就是净化人心，带动人人有善心善念，这也是为社会‘固本’；巩固民心，让人人做个好国民，就能达到国富民安。”

以印尼为例，一九九八年全球金融风暴重挫民生经济，社会动荡，人民生活困苦，印华冲突时有所闻。

上人感恩几位华裔企业家愿意接受慈济“取于当地、反馈当地”的建议，展开扶困行动，亲自投入赈济贫民；二〇〇二年雅加达水患后，也愿意听取“五管齐下”的建议，与政府合力整治红溪河、迁建大爱村，让当地底层居民的生活彻底改善。

华人企业家的付出，印尼民众看在眼里、感受在心里，慢慢抚平种族对立；社会渐渐平静，工商业也随之复甦。上人言：“这个过程，最重要的便是巩固民心，才能帮助社会重建。”

为佛教，为众生

参与五月十日慈济在台北中正纪念堂佛诞祈福会的诸山长老法师，近二十人来访精舍；包括——中国

近二十位佛教诸山长老法师莅临精舍。上人表示，慈济的一切，是所有慈济人共同成就，以救拔人间苦难的行动，护持佛法；“恳请长老法师们，多多给予指导与教育。”（5月20日）

佛教会副理事长明光法师、中华佛教普贤护法会净耀法师、慧日讲堂厚贤法师、台中地藏寺住持大正法师、心源金刚道场明安法师、北投慈航寺住持常禅法师、基隆殡葬协会前理事长传道法师、中华原始佛教会随佛法师、汐止广修禅寺大慧法师、汉译西藏大藏经协会理事长智懿法师、净因佛寺住持惟悟法师、大溪弥陀山寺住持如因法师、中华理教总会副总领正传宏法师、圣觉寺当家果生法师、噶陀仁珍千宝佛学会仁珍千宝仁波切，以及惜缘精舍真哲法师……

“我内心的感激、感恩，难以用语言表达。”上人感恩诸位长老法师在中正纪念堂领众祈福，使现场道气庄严，人人心念虔诚。

慈济致力救苦救难。面对诸山长老的肯定与鼓励，上人有感而言：“我从没有想过要把慈济做得如此大，只是随顺因缘；慈济有今天的规模，实归于因缘。”

上人说明，出家之初，面对社会上许许多多苦难，于心不忍，藉着佛法的方便，因缘促成“佛教克难

慈济功德会”成立，这其中也有其他宗教的助缘。

“三位天主教修女与我谈论各自宗教对社会人群的贡献，鼓励我以实际行动体现佛教精神；加上印顺导师‘为佛教，为众生’的叮咛，是一股最强大的因缘——因缘成熟而成立慈济。”

二十五岁出家后落脚花莲，五十三年来生活在慈济的因缘里，较少向诸山长老请益；上人坦言这是自己一大缺点。“尤其现在年纪大了，六根都在衰退中，更无法到各地向诸位请益；感恩大家愿意前来，给予诸多勉励，我一定虔诚受教，让慈济做得更好。”

慈济的一切，是所有慈济人共同成就；上人恳请长老法师们，多多给予这群在家居士指导与教育。“无论面对什么困难，这群在家菩萨一如既往，以无所求的大爱付出；恒持初发心，以救拔人间苦难的行动，护持佛法。”

法师们临行前，再度以掌声给予鼓励并祝福；上人诚挚感恩长老法师们的关心与爱护，恭送大众到山门口，频频表示：“欢迎常回来，多多指导我们！”

5/21 《农四月　初四》

甘愿中，还要做得欢喜

【静思小语】有悲无苦，身心健康，恒持付出。

心，安住于爱

东南亚日前爆发海上难民潮，难民多为缅甸的罗兴亚族（Rohingya）穆斯林，他们因政治因素，被迫携家带眷逃离家乡，乘船想偷渡到印尼或马来西亚，却长期漂流在印尼外海，处境堪怜。马来西亚与印尼政府昨日发出联合声明，决定人道援助漂流海上的七千

名难民，助其在一年内重新定居或遣返回国。

早会时间，上人慨叹，因政治、宗教、种族等因素，许多人被迫离乡背井、冒险偷渡他国成为难民。

“长期漂流在海面上，不知‘何处是儿家’，许多人因翻船而遇难。也有人穿越战火，经由陆路逃往国外寻求庇护，被收容在边界难民营，过着粮食物资匮乏的日子，同样很苦！”

人心不调和，衍生人祸悲剧，导致家破人亡、无处安居。上人期许人心安住于“爱”——唯有彼此互爱互助，才能避免类似的人祸悲剧继续发生。

善，能化解灾

受西南气流影响，中国大陆华中、华南地区近日暴雨成灾，福建省逾十四万人受灾；贵州省贵阳市昨日上午发生土石流埋村，二十多人受困失踪。在美国德州与阿肯色州，一天发生五十起龙卷风，风暴过处一片狼藉，民众面对残破家园，无语问苍天……

“世间无常，国土危脆。天灾威力巨大，非人力可抵挡；即使尽此生汲汲营营、累积再多财富，也禁不起一阵风雨，瞬间化为乌有。”

上人感叹，人生如此无常，还有什么好计较的？“遭受天灾已是无奈，若再加上人心不调，动辄起争端，人间将永无宁日。所以，慈济人救助苦难同时，还要净化人心，带动人与人之间爱与善的循环。”

甘，付出滋味

尼泊尔赈灾视讯会议，上人感恩来自八个国家的慈济人发挥大爱能量，尽心尽力付出。“除了用感恩心反馈佛陀的教导，也盼藉由赈灾因缘，将佛法带回佛陀的故乡，利益苍生。”

灾后慈济人迅速驰援，一梯接着一梯，戒慎虔诚、战战兢兢，在这片破碎大地上持续帮忙受灾人、伤病者。看着一望无际的残垣瓦砾，不知重建何期，难免会有悲伤或无力感；上人教勉，要用佛法调心。

“‘菩萨所缘，缘苦众生’。日日奔走灾区、见闻悲苦，身心难免有压力。要抱着“菩萨游戏人间”的超然心态，在甘愿中还要做得欢喜，就能保持健康的身心，持续为苦难众生付出。”

5/22~23《农四月　初四》

修而不休

【静思小语】莫贪“休”息，要分秒不空过“修”行。

善行永续

基金会董事会中，上人回溯三十多年前筹建花莲慈济医院的初衷：“慈善工作只靠大众捐款才能运作，长期照顾的贫户，有可能面临断炊的窘境。若慈济医院运作顺利，或可成为支持慈善的一口活井，让慈善志业不致中断。”

上人譬喻，就如兴建一座大蓄水池，虽然容量很大，还是要靠上游的溪水、河水，或是点点滴滴雨水累积，才能供应广大范围用水；假如上游水源中断，或长期干旱无雨，水池将渐渐干涸。

“当时许多关心我的人善意劝阻，认为筹建医院与医院营运，都要面对非常庞大复杂的人与事，怕我虚弱的身体无法负荷；请我为花东众多贫苦人保重身体，认真做慈善就好。”

长期受心脏病所苦，那时正是上人健康状况最谷底之时，感觉世缘将尽。“为了替贫胞做长远打算，我希望利用有限的生命，尽快把医院盖起来——不只是因为医疗可以救人，若医院营运有余，还可以供应慈善，成为永续救人的活水源头。因此我下定决心，若还有三十年寿命，我宁可缩短为五年，也要拼命把医院盖起来。”

慈善志业，也是从一无所有中，克难建立起来。四十九年前，上人与几位出家弟子借住在普明寺，自己生活都难以温饱，却不忍见贫民之苦，以缝制婴儿鞋及号召家庭主妇“日存五毛钱”，累积这点点滴滴小钱，展开救贫工作。

“慈善工作若仅靠社会大众善心捐款，难保长久；由医院营运挹注慈善力量，就是‘永续’的理念。”

靠着人人真诚付出，慈济走过将近五十年，才累积出今日志业成

慈大实小毕业生敬呈以自画像拼成的菩提叶，自我期许："身在菩提中，要修身养性，用功学习。"（5月22日）

果。上人表示，慈济一如过去克难时期，珍惜且妥善运用点点滴滴善款。"期待社会大众了解慈济一路走来的艰难与坚持，让社会爱心永续。"

以爱拔苦

缅甸罗兴亚族难民漂流海上，饱受饥饿与疾病威胁；非洲中部蒲隆地动乱一个多月来，至少七万人逃往邻国坦尚尼亚，边境难民集中处上周爆发霍乱，已有二十多人丧生……

世界上贫穷、饥饿人口有增无减，富裕国度浪费食物的状况却愈益严重。法国国会近日通过新法，强制大型超市不能弃置卖相不佳或滞销的食品，必须捐赠给慈善机构，或喂食动物、培养堆肥。

"珍惜点滴物资不浪费，就是惜福的表现。"二十三日早会，上人肯定法国政府颁布惜福法令；也赞叹马来西亚政府出于人道考虑，号召民间组织合力援助海上难民。"主政者展现宽广的心怀与高度智慧，鼓励人人行善做好事，是对人民正向的教育与带动。"

尼泊尔视讯会议中，上人嘱咐，要把握因缘培养当地种子志工，以便落实日后中长期援助计划。

"'苦既拔已，复为说法'。要真正拔除受灾民众的苦、安住他们的身心，才能进一步引法入人心，将佛法带回佛陀的故乡，成就人间净土。"

上人致勉，付出无所求，天天都很"幸福"。"别人'休'息，慈济人要'修'行——分秒不空过，安住苦难人身心；就如在黑暗中洒落阳光，让人感受爱心温暖。"

5/24《农四月　初七》

我爱人人，人人爱我

【静思小语】恒持爱心，让社会因为有我而祥和。

以爱调心

墨西哥最近发生多起军警遭毒枭袭击事件，二十二日双方再度爆发大规模枪战，造成四十三人死亡。

早会时间，上人感叹，人心受贪、瞋、痴蒙蔽——不明道理，心灵愚“痴”，“贪”图暴利、铤而走险，贩毒戕害身心，受遏阻则起“瞋”怒心，引发武力冲突，造成伤亡，也使社会人心难安。

反观在尼泊尔，慈济赈灾医疗团五月五日起在曼索里帐棚区驻点义诊，十一日晚间刮起大风，一群年轻人赶来守护医疗站，让医疗帐棚安度一夜狂风吹袭。

“慈济人真诚付出，得到居民真诚感恩。”上人欣言，医疗站不只发挥疗伤止痛功能，也是居民心灵的依靠，更带动尼泊尔当地医师发心投入义诊。

身为释迦族后裔的尼尔蒂斯医师，灾后放下自己的两间诊所，引领慈济医疗团队走入重灾区设立义诊站、到卧病乡亲家中往诊；另一位尼泊尔放射科医师胜伟，地震发生时正在台湾接受医疗训练，立即赶回家乡，和同样身为医师的太太，投入慈济义诊帮助乡亲。

“付出善念、以爱互动，可以安定社会。反之，心起恶念，为私利造作恶业，不仅人心难安，也可能造成众多人命损伤。”

近日台湾梅雨锋面来袭，干旱缺水的中南部地区终于降下甘霖；然而部分地区雨势较大，高屏、嘉义山区发布土石流警戒。

“自然环境失调，造成地、水、火、风灾难；人心失调，则会因贪、瞋、痴、慢、疑而酿祸。”上人教众用心思惟、通情达理，切莫任性而为、酿成人间憾事。

恒持使命

“生命奇妙——时间的流转，世

间人、事、物的变化，都在不知不觉中，谓之‘行蕴’；微细的变化让人不知不觉，但是持续不断地进行。”

慈济大学医学系第十六届医学生，经过六年学习，即将赴医院实习，于精舍参与人文共识营。上人致勉把握分秒，累积善心善行；否则一念偏差，累积烦恼无明，将陷入作恶受苦的恶性循环。

“身有病痛、不由自主，是人生至苦。一般人平时或许会为许多事斤斤计较，一旦受病痛折磨，名利地位都能舍弃，只求健康平安。而医师就是病患希望所寄。”

上人表示，医师救拔病苦，是病人生命中的贵人；要当别人生命中的贵人，就要自爱，尊重自己。

“所谓自爱，就是恒持当初从医的志愿与使命感；用自我生命走入病患生命，尽心尽力去抢救、爱护、照顾，守护其生命。”

真诚付出全然的爱，他人感受到了，也能以爱回报。上人致勉：“救人的心一启动，就能发挥无限爱心能量。能做到‘我爱人人，人人爱我’，才是真正有价值的人生。”

上人期勉同学，恒持救人的爱心。“让社会因为有我而祥和；因为有我而健康；也因为有我，让医疗人员受到尊重。”

5/25《农四月　初八》

大雄力，誓愿力

【静思小语】发大慈悲，立大誓愿，以大雄力勇猛精进。

大慈大悲大雄力

农历四月初八，自古认定是释迦牟尼佛诞生日；佛陀出生的蓝毘尼园，位于现在的尼泊尔。早会时间，上人叹因缘不可思议，佛

陀出生两千多年后的今天，慈济人正在尼泊尔发挥“觉有情”的菩萨良能，救助这片土地上的受灾人。

“若不是有大慈悲心，与勇猛精进的大雄力、誓愿力，如何能在余震不断、常有风雨的残破灾区长久坚持，天天为受灾民众奔走、付出？”

为救援尼泊尔震灾，继一九九三年赈济水灾后，慈济再次踏上佛陀故乡。“佛法历久常新，道理恒久不变。感恩佛陀出生在人间，出家修行而觉悟成道，说法接引众生，引导人人契入真理、消除烦恼、提升智慧。”

佛世时，印度有九十六种外道。即使佛陀行化恒河两岸，尽力说法四十九年，也难以导正迷信、让佛法普遍。佛陀入灭后不久，正法就此衰微；今日的尼泊尔以信仰印度教为主，佛教徒不到一成。

昨日在巴塔普市格巴中学为将近两千户民众举办发放，慈济人借来当地传统服装，跳舞带动气氛，现场无分老幼，人人展露灿烂笑容；当地政府也邀集三百位民众协助发放。

“拔苦予乐，正是人间菩萨的志愿。”上人感恩各方好因缘共同成就赈灾，但愿能带动本地志工行菩萨道，让佛法回归佛陀故乡，发挥救世良能。

合和互协行誓愿

尼泊尔强震届满一个月，几位第一梯次就踏上灾区的同仁，已留守当地第二十七天了。视讯会议中，看到他们终于有时间去理发，上人嘉勉“头面一新”，也要“人人一心”。“永保合和互协的一念心，时时刻刻都在‘思惟修’的禅定境界，谋求共识，将爱的能量发挥到极致。”

慈济人以佛心平等视众生，不舍众生受苦难，虽然非亲非故，却愿意走入苦难之地付出。上人赞叹：“大雄大力、慈悲哀悯众生，不只是佛陀的大威德；只要有心，人人都做得到。苦难的地方，就是菩萨的道场；要感恩苦难众生成就我们的菩萨心、历练我们的四弘誓愿。”

佛陀出生在尼泊尔，为后世留下宝贵的佛法。上人教众，要将所学佛法回馈佛陀的故乡，用心度化当地民众，将善法的种子再度撒播在这片土地上。

5/26 《农四月　初九》

稳渡慈航

【静思小语】信心牢固，爱与善代代相传。

大仁大勇拔苦难

尼泊尔两次强震造成全国超过七十四万栋房屋毁损、两万四千间教室受创，影响九十五万名学童上课。联合国儿童基金会表示，震灾让一百七十万名儿童心中留有阴影，需透过团体互动，引导走出阴霾。

慈济赈灾医疗团自四月二十八日踏上尼泊尔，已有五梯次接力付出。早会时间，上人感恩第一梯次紧急赈灾医疗团队，以拓荒精神在陌生国度了解灾情、寻求管道，让后续几梯次医疗团，能够在简陋克难的环境中救治伤病、进行发放。

“医师们无惧长途奔波，在余震不断、电力不稳的环境里进行艰难的骨科、妇科手术；必须具足大仁、大勇的大气魄。”

上人表示，踏上破碎的土地，走在瓦砾堆中，两旁房屋摇摇欲坠，随时有余震威胁……“这条艰辛赈灾之路，是凝聚许多人的爱心，以及一股股推动前进的勇气力量，才能长期坚持，稳定迈步。”

现在急性伤病已缓和，灾后创伤症候群慢慢浮现；第五梯次团员中有教授、老师，就地发挥良能，抚慰孩子惶恐不安的心。

灾后一个月，众多民众仍住在帐棚里，起居不便、卫生环境恶劣，种种苦相让人不忍；学校震毁，孩子无安全之处可以读书学习，更令人着急。上人表示：“难救助时期过后，接下来的中长期援助，仍有许多亟待突破的困难。要锲而不舍为受灾民众改善生活，让孩童安心上课。”

近日墨西哥北部发生龙卷风，造成十一人死亡、三百五十栋房屋毁坏；美国中南部豪雨酿灾，德州及奥克拉荷马州近四百栋民宅被洪水

冲毁；巴西则遭遇八十五年来最严重干旱，农粮歉收……

‘天地之间，地大不调、风大不调、水大不调，灾难何其多！大地天候不调和，人类如何平安？”上人教众依循道理生活，敬天爱地聚福缘，让天地气候回归正常，人心调和平安。

信心爱心行六度

一九五〇、六〇年代，台湾经济普遍不佳，民众生活困苦，需要靠美援的奶粉、面粉等物资补充民生日用。佛教克难慈济功德会，就是在长达十五年美援结束的第一年克难成立，以微弱力量开始推展慈善工作。

“慈济的成立、慈善的推动，是基于‘不忍众生苦’的宗教精神，从‘日存五毛钱’开始，启发人人助人之爱。”

与访客谈话，上人表示，一路走来将近半个世纪，慈济救苦救难的足迹已普及全球；海外各国志业，也是从无到有，以无私大爱坚持，就地开展爱心能量。“国际间发生重大灾难，全球慈济人皆是跨国会合爱心援助；就如目前有八国慈济人齐集尼泊尔付出，且有二十多个国家的慈济人就地发动劝募。”

上人指出，慈济人以“诚、正、信、实”投入救助工作，以感恩、尊重、爱付出，感恩对方愿意接受我们帮助。“付出者要比接受者的姿态更低——对方坐着，我们要蹲得更低；对方站着，我们要弯腰鞠躬，捧起物资恭敬给予；还要展开双手拥抱、肤慰对方。”

无论在海内外付出，慈济皆以安定人心、净化人心为使命；到各国赈灾，也以“台湾”之名援助，让台湾的爱与善在国际间亮丽起来。

“无论社会如何变化，慈济人都是一念单纯——心无私、行事无私。如《无量义经》所言‘守之不动，亿百千劫’；一心一志‘为佛教，为众生’而精进，菩萨心安住不动。”

上人感恩大家长久护持，让志业从小船到安稳的大轮船，爱与善的能量代代相传。“期待人人信心、爱心牢固，让慈济慈航再度启航，用布施、持戒、忍辱、精进、禅定、智慧的‘六度’，运载千千万万众生到彼岸。”

5/27 《农四月　初十》

以智慧济苍生

【静思小语】莫以知识牟私利，要以智慧济苍生。

珍惜付出机会

与马来西亚志工谈话，上人表示，五十多年前决心离家修行来到东部，感受到交通不便、建设落后，青壮人口为了谋生而外移西部，更让此地有老化、凋零，日落西山之感。

当时北回铁路尚未开通，从花莲到台北只能倚靠苏花公路；道路沿山开辟，一边是山壁，另一边是悬崖，崖下即是大海。狭窄路面无法会车，必须集中到某一处较为宽阔的平台，南下的车辆通过了，北上的车才能过去，拉长交通时间。也因为交通不便，导致产业落后，民生凋敝。

“初来到东部，我所看到的就是贫困的生活、老化的社会。探病时看到难产妇女的一滩血，心里很难过，感觉到花东民众缺乏各方面资源。”

当时奉师父印顺导师之命准备到嘉义的道场，花莲一群常来听经的家庭主妇不愿上人离开，联名陈情希望上人留下；加上与三位修女论教……诸多因缘，激发上人决心成立慈济救济贫苦。

“我希望让大家知道，信仰佛教不只是口头宣说，更要身体力行，对社会有贡献。每天存五毛钱济贫，天天提醒自己发好愿、做好事。会员捐款不拘多寡，主要在于启发善念、净化人心。”

慈济在克难中成立，秉持单纯、无私之心，一路走来；上人表示，四大八印都是随着因缘，应社会人群所需而建立。

“感恩每一位慈济人甘愿付出，自费自假、珍惜每一次付出机会，尽管身体难免感受疲累，但是心灵轻安踏实；看到苦难人获得援助、露出欢喜的笑容，即使再累再苦也

心甘情愿！”

修出相好庄严

“世间有形之物，都是地、水、火、风四大假合而成；四大之外还有‘空’，就是虚空法界。‘虚空’就是‘宇宙’，佛陀就是通达宇宙天地真理的觉悟者。”

与众谈述“宇宙大觉者”佛像意义，上人表示，觉者与凡夫的差别，在于觉者以智慧、平等心关怀宇宙万物；凡夫则是运用知识牟求眼前利益、不顾其它。

“佛陀慈悲包容宇宙万物，更关心众生所在的地球；所以‘宇宙大觉者’的造像，就是佛陀在虚空中肤慰地球的形象。”

上人指出，后世无法追溯佛陀真实样貌，而经典所描述的三十二相、八十种好，多是赞叹佛德。“何谓‘相好庄严’？只要让人见之起恭敬、欢喜心，就是好相。”

5/28 《农四月　十一》

断烦恼，灭苦因

【静思小语】历经人群磨练考验，才能真正断烦恼。

契佛心，行大乘

严重热浪侵袭南印度安德拉省和泰伦加纳省，气温逼近摄氏五十度，已有超过一千一百人死亡。强震后的尼泊尔，雨季即将来临，还有数十万人生活在断垣残壁之间，雨后帐棚淹水潮溼，不知如何生活……

早会时间，上人有感而言：“相较之下，身在台湾很有福。有福之人，要想到苦难人，提起热情与

爱，为苦难人付出。”

佛陀在世时带领僧团，在宗教信仰繁多，及种姓制度、阶级分明的社会里，要用短暂几十年岁月开导众生、启发人人智慧，确实不容易。上人感叹：“众生执着，难以打开心门接受法。佛法能净化人心；人心不净化，天地之间就不能调和。”

《法华经·信解品》中，须菩提、迦旃延、迦叶、目犍连等四位上首比丘来到佛前，诚恳表达过去致力于断除烦恼、不攀世缘的修行方法，提不起修学菩萨法的兴趣；直到佛陀为舍利弗尊者授记，才体会佛陀本心，了解自己也能修学大法，广度众生。

上人说明，修行有次第。“要觉悟成道，就要断除烦恼；要断除烦恼，必须通过人群的磨练与考验，在人群中成长智慧，广结善缘、累积福德资粮。”

每天志工早会，都能听闻医疗志工分享在医院所见的种种人间苦相，除了身体不由自主之苦，还有家属亲情牵绊之苦……上人表示：“无法断除苦难的因与缘，烦恼与业力就会生生世世延续。要发大乘心、行菩萨道，不受世间的无明浊气污染，也不受爱恨情仇牵绊。”

《法华经·授记品》中，跟着佛陀修行几十年的长老比丘，看见佛陀为迦叶尊者授记，想着自己是否有足够的慧根，也能得佛授记？“皆悉悚栗，一心合掌，瞻仰尊颜，目不暂舍”，既担心又盼望。

上人说明，长老比丘尚未契入佛心、不曾想过自己也能成佛。“众生无量、烦恼无边，让长老比丘缺乏自信行菩萨道——不知自己是否有足够的方法，能对治众生的种种无明烦恼。其实，行菩萨道不困难，只是一念心没有转过来、不敢身体力行，才会觉得困难。”

关键就在转念与力行。上人提醒，生在科技发达的现代，阅读佛经、听闻佛法并不难；但闻法若没有力行，就如同饥饿的人，眼见丰盛的美食摆在面前，却不得享用，所以不知食物滋味也吸收不到营养，仍然饿。

“行菩萨道，要踏上苦难之地，见苦难相、感受其苦，进而应其所需，救拔其苦。”上人强调“经者，道也；道者，路也”，听法入心、体解法理，还要落实在人群中；如此修行路上就能稳步前进。

5/29《农四月　十二》

心灵大富

【静思小语】用心耕耘，让心田生机蓬勃、经常丰收。

护法髓，善根永续

从慈济人抵达尼泊尔的第一天，拉威（Ravi）就担任赈灾医疗团的司机兼翻译，陪着志工勘灾、访视；后来受感动而穿上志工背心，一起走入帐棚区肤慰贫病、关怀受灾乡亲。昨天在喜马拉雅学校与学童互动时，拉威先生拿起麦克风带动小朋友唱歌；并邀约左邻右舍来家里参加慈济茶会，带动“竹筒岁月”募心募爱……

尼泊尔赈灾视讯会议中，上人感恩拉威先生长时间陪伴慈济人，期勉他能成为尼泊尔慈济种子。“要把握当下，让在地的菩提种子萌芽、茁壮，爱的力量逐渐增加。”

疼惜志工日日在灾区辛苦付出，上人叮嘱：“要提起耐心，秉持大忍力、大爱心，自我照护身心健康。”

与宗教处同仁谈话，上人表示，慈济志工来自社会各阶层，观念与习气各不相同，也不能用一般企业管理方法与态度交办志工事项。“需耐心倾听、用心互动，培养真诚情谊，才能凝聚人心，带动人人朝共同方向行事。”

上人强调，过去结了好缘的，要用心牵系；还没有建立很紧密缘的人，也要诚恳招呼，久之自然成就好缘。“要用诚与情，照顾好每一个人的心，以感恩、尊重、爱互动。彼此和气相待，照顾好慈济人文精髓，才不会使人退失道心。”

上人期勉慈济人信心坚定，守护法髓不变质；且要凝聚爱心，传承法脉与宗门，莫让善心中断。

5/30《农四月　十三》

勤四修，行六度

【静思小语】把握时间、空间、人与人之间，莫让好事漏失。

成佛之道，力行“四修”

菩萨道难行，要历经久远时间、要面对无量众生，通过重重考验，才能到达成佛境界。晨语时间，上人教导，有志行菩萨道，要力行“四修”——

“无余修”，不漏失分秒、不漏失任何一个人，珍惜时间在人群中造福增慧；“长时修”，经三大阿僧祇劫而不倦；“无间修”，精勤勇猛无刹那废弛；“尊重修”，身心恭敬佛、法、僧。

“佛陀是福德智能圆满的觉悟者，不断来娑婆世间度众生，时间没有漏失，也不放弃任何一位众生，生生世世专心修行，在人群中修福缘、长智慧；而致福慧圆满、觉悟成道，以身示现‘无余天下好事做不完，上人勉众，看到别人做好事，要由衷赞叹，也要努力跟进。“以平等大爱普施一切，不漏失任何一刻精进学习，也不漏失任何度众的机会，就能在人群中造福、增长智慧，累积福慧资粮。”

经典记述，要历经“三大阿僧祇劫”，才能修行成佛。上人解说，“阿僧祇劫”意谓漫长久远、难以计量的时间。“从凡夫地到成佛，要累积足够的福慧资量，必定得经过长时间修行。”

劫，是佛教计时单位。人的寿命从十岁算起，一百年增加一岁，直到八万四千岁，是一增劫；再从八万四千岁，一百年减少一岁，减至人寿十岁，是一减劫。经过一增劫、一减劫为一小劫；二十小劫为一中劫，四中劫为一大劫。

“释迦牟尼佛经过三大劫的修行，才于两千五百多年前觉悟成佛，故谓‘长时修’——在长久的时间，时时精进修行、不断付出。”

成佛之路漫长，如何能心无倦怠、不退转？佛陀教众，要广行“六度”。

第一“布施”，付出有形的物质、

无形的心血与时间，无所不施；第二“持戒”，要持清净戒；第三“忍辱”，要禁得起批评考验，有错即改，对的就要坚持，要禁得起有形、无形的磨难。第四“精进”，就是“精而不杂，进而不退”，把握时间、空间、人与人之间一切因缘，用心“思惟修”；能精进、有“禅定”，就能提升“智慧”。

“常行六度，修行不倦，一切修学与磨练，即能增长自我慧命。”

人生苦短，时间来不及。上人言，精勤勇猛，认真修行，没有刹那的荒废、停顿，就是“无间修”。“警觉自心烦恼与缺失，要立即改过；莫让杂念消磨时间，或让身心随着无明而生病。”

佛教徒必须虔诚恭敬三宝。上人教众：“修行要怀抱虔诚尊重心——对佛恭敬，好好听法；对法恭敬，用心修行；对僧恭敬，殷勤无间。这就是‘尊重修’。”上人言，精勤勇猛不懈怠，是对“佛”的恭敬；深入佛法，虚心学习，是对“法”的恭敬；在僧团中以“六和敬”自我提升“僧格”，互为善知识，相互尊重勉励，是对“僧”的恭敬。

“尊重佛，学习佛陀典范；恭敬法，上求佛道、下化众生，累积慧命资粮；敬重僧，保持僧格，锻炼身心力量以荷担如来家业、担负救度天下众生的重担。对佛、法、僧虔诚，对人、事、物恭敬，口说好话、心想好念、身行好事，就是‘修福’。”

行菩萨道，除了修福，还要“修梵行”。上人教众，洁身自爱，心无烦恼，具足智慧，才能入人群不受污染，以清净无染着的身心，将每个人都视为如来佛般礼敬、供养。

“生生世世‘无余修’、‘长时修’、‘无间修’、‘尊重修’，在人群中结好缘、广布善种，让种子成长为大树，开花结果，又能一生无量种子，善法才能普遍在人间。”

播善种，担使命

“普天之下，需要帮助的苦难众生多，莫让时间漏失，也莫让好事漏失；要把握时间、珍惜因缘，拔苦予乐。”

早会时间，上人延续晨语所说“无余修”，教众把握时间、空间、人与人之间，“只要走得到、做得到，都要用心把好事做好，无所遗漏。”

在尼泊尔巴塔普曼索里帐棚区，慈济人发现孩子们受头虱困扰，准备为他们“抓头虱”；在提米镇格巴学院义诊，发现受灾民众长期睡在帐棚

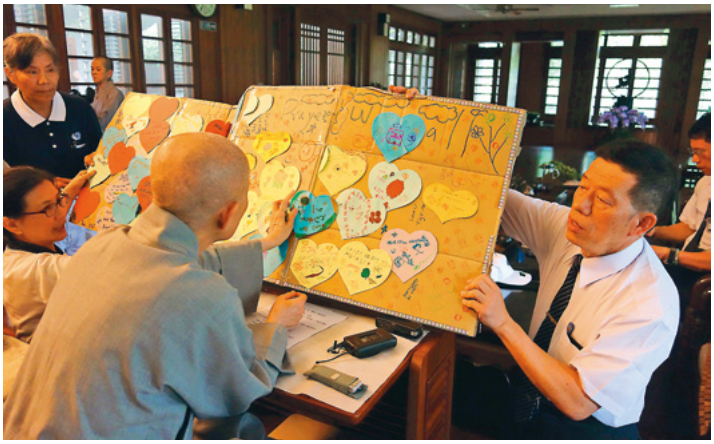
里，多有蚊虫咬伤、筋骨酸痛、睡眠质量不佳、偏头痛、拉肚子等问题，不少人出现创伤后压力症候群。

上人表示：“生理上的病痛、心理上的创伤，需要医师用心诊疗，也要有人陪伴与肤慰；身心对症下药，才能鼓励、帮忙灾后重新振作。”

慈济人在尼泊尔灾区付出已逾一个月，在当地撒播爱的种子，也逐一萌芽。以导游为业的莫克瑞先生懂中文，灾后主动协助赈灾医疗团翻译；愈投入、愈了解慈济，愈是感动，积极向乡亲介绍慈济精神，鼓励大家学习。

视讯会议中，志工分享在帐棚区开设“人文教室”，带领孩子学习知福、惜福、再造福；孩子也带动家中长辈参与“竹筒岁月”行善。其中，一位九十二岁的阿嬷，将身上仅有的零钱全都布施出来，一如贫婆供佛故事，令人感动。

上人感恩大家用心救苦救难，在付出中坚固道心、增长道业。“把握分秒，累积爱心与福德资粮，就是最好的供养。赈灾的同时，要带动居民投入志工行列，感受付出无所求的法喜，进而发心立愿承担慈济精神与使命，长期照顾自己的乡亲。”



尼泊尔强震逾一个月，灾后创伤症候群慢慢浮现。慈济大学陈定邦教授分享，与当地民众温馨互动，小朋友心灵受肤慰，画下给志工的感恩卡片。（5月30日）

扩大爱，拔病苦

五月二十三、二十四日，台北慈济医院及与多国慈济人医会志工在缅甸妙祷医院与谭达秉贫民村举办义诊。许多村民长年忍耐病痛，听到义诊消息，纷纷冒雨赶来。

六十岁的乌久丹，二十三年来脖子肿瘤胀大，却无力就医，来到义诊现场姑且一试。经马来西亚桂荣山医师、罗仁勇医师详细检查，判定为甲状舌管囊肿，立即动手术摘除。

两天义诊为一千多人拔除病苦。上人赞佩大医王“无间修”、“无

余修”——不只坚守医疗岗位照顾病患，也利用时间、自费自假，不分种族、超越国界，到无医村落为贫病人付出。

“人心有爱，人间就有无限希望。有爱的人间，就是幸福人间。”上人勉众，用心投入人群，启发人人爱心，让大爱能量遍及天下。

5/31 《农四月　十四》

发大心，立宏愿

【静思小语】静思法脉——立“四弘誓愿”；慈济宗门——发“四无量心”。

安住菩提心

《金刚经》记述佛陀在祇园精舍说法时，须菩提尊者请示佛陀：“善男子、善女人，发阿耨多罗三藐三菩提心，应云何住？”意谓发心行菩萨道者，在纷乱扰攘的群众中，心要安住何方？

晨语时间，上人说明，随佛修行的十大弟子中，须菩提尊者是“解空第一”；在《法华经·授记品》中，须菩提尊者继大迦叶尊者之后，得佛授记。

“佛陀回答，安住在菩提心、菩提道上。”上人指出，须菩提尊者了解世间一切法皆归于空寂，所以能够安然处世；但在家居士要如何降伏种种欲念，进而发心修行，体会“体相皆空”之法？

“无论在家、出家，都要发大心——出家修行者以丛林为道场，在家居士则以人群为道场，都要在群众中锻炼，降伏因执着而生起的烦恼，让心安住在‘付出无所求’的菩提道上。”

上人教导，要运用佛法修除烦恼、断除纠缠的因缘。“断离一切执着的心念，才能体会‘真空妙有’的道理；进而以平等的大慈悲心，行无相布施——不只是付出无所求，还要感恩有付出的机会；广结善缘、广度众生。”

修行，要修得心无罣碍，并时时忆念净行。上人教众：“用无私大爱铺设菩提大直道——时时抱持感恩心，走入人群，修除执着心。付出无所求，净除己心无明，也不受人群的无明烦恼干扰；则清净本性现前。”

作大地贵人

近五千位环保志工在台北三重、关渡及高雄静思堂精进研习，透过网络视讯，聆听上人在志工早会开示。

“大地平安，众生才能安然生活。感恩大家日日以行动疼惜大地，维护大地的平安健康，就是维护全人类的平安健康。”

佛陀为须菩提尊者授记时，谈到尊者未来成佛，其国土广大平整，没有石砾扎人的脚，也没有竹刺刺伤人的心，所见皆宝，令人欢喜。上人教众要整平心地：“修行，也要时时把心地清理干净；不堆积无明烦恼，还能造福人群，就是经典所说的‘国土清净’。”

高雄凤山惜福环保站，二〇一〇年二月成为全台第一个连线“熏法香”的环保道场。上人赞叹如今许多环保站加入“晨钟起·熏法香”，环保志工清晨闻法后，再展开一天的工作，不只修福也修慧。

维护地球环境，是全球人的责任。慈济环保志工为了保护大地、爱惜物命，即使玻璃瓶回收价非常低廉，仍然用心用力回收。上人肯定：“这就是锻炼修行功夫！其实，做环保是在修布施、持戒、忍辱、精进行；环保志工是大地的贵人，也是师父的贵人！”

让心地密合

尼泊尔赈灾视讯会议，昨天下午参与第一次志工培训的几位当地人，与上人分享心得。

凯芮许（Kailash Busukala）师兄说：“尼泊尔的土地已经被地震撕裂开来，但是因为有慈济，我们现在可以相互帮助，建立兄弟般的情感。我们向慈济人学习到——助人很重要，而且帮助别人就是帮助自己；一个人无法成就很多事，必须凝聚很多人的力量，合和互协，才能帮助更多人。”他发愿往后也要发挥慈济精神，不分宗教、种族，平等助人。

“虽然土地被地震撕裂开了，可是天下一家亲，人与人之间的关怀互动，能让心地紧密相合。”上人感恩当地志工的投入，祝福爱心能量持续增加，带给尼泊尔永远的笑容。

●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号天风商厦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(028)84393882

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
汉旺镇凌法村一組
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号福侨大厦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
TEL(0593)7966365
TEL(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)34522987

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
(0512)65816171转3102

长春宽城店

长春市宽城区北京大街
420号百洋大厦1楼
0431-82761800

苏州景德店

江苏省苏州市景德路367号
(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
(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
(0592)2285766

厦门五缘湾店

厦门五缘湾
商业街B区B3栋
(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
(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
(021)61231841

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)
(0571)81908107

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
0755-22380860

泉州新门店

福建省泉州市
鲤城区新门街拓改工程北
12#27-29号
(0595)22850338

福鼎古城店

福建省福鼎市古城南路120号
(市医院慈济大楼静思书轩)
(0593)7832707

图文提供/慈济基金会秘书处

静思人文研发的“净斯多功能折叠床”，今年参加世界三大发明展之一的“美国匹兹堡国际发明展（INPEX）”，荣获慈善公益特别奖及两面国际金牌奖； 在此之前，去年获得德国红点设计大奖（Red Dot Design Award）的“最高质量奖”。

研发，缘于二〇一〇年巴基斯坦水患。赈灾团传回来的灾区影像中，一位名叫“夏娜”的女婴，出生不久就因家里遭受水患肆虐，残破不堪，只能睡在地上。女婴弱小身躯裹着薄巾，栖身在湿冷地上，这一幕映入证严法师眼帘，十分不忍，遂请志工集思广益。

当时，为小女婴的研发背景，在选用的制作材料上，特地采用具有食品等级的PP材料，对人体、皮肤接触不会有伤害。

撰文/慈瑞　摄影/赵耀

下一站……

慈济！

看见无求的慈济人，

默默付出，

苏州市人民政府为表支持，

在慈济志业园区附近，

将景德桥东的公车站，

于六月二十日更名为慈济，

也是纪念彼此的情谊。

慈济站，

多达八条路线，

933-313-204-游1-262-88-301-33，

欢迎常来坐坐。

内部资料 免费交流