

慈濟

2016 年第 8 期 总第 41 期

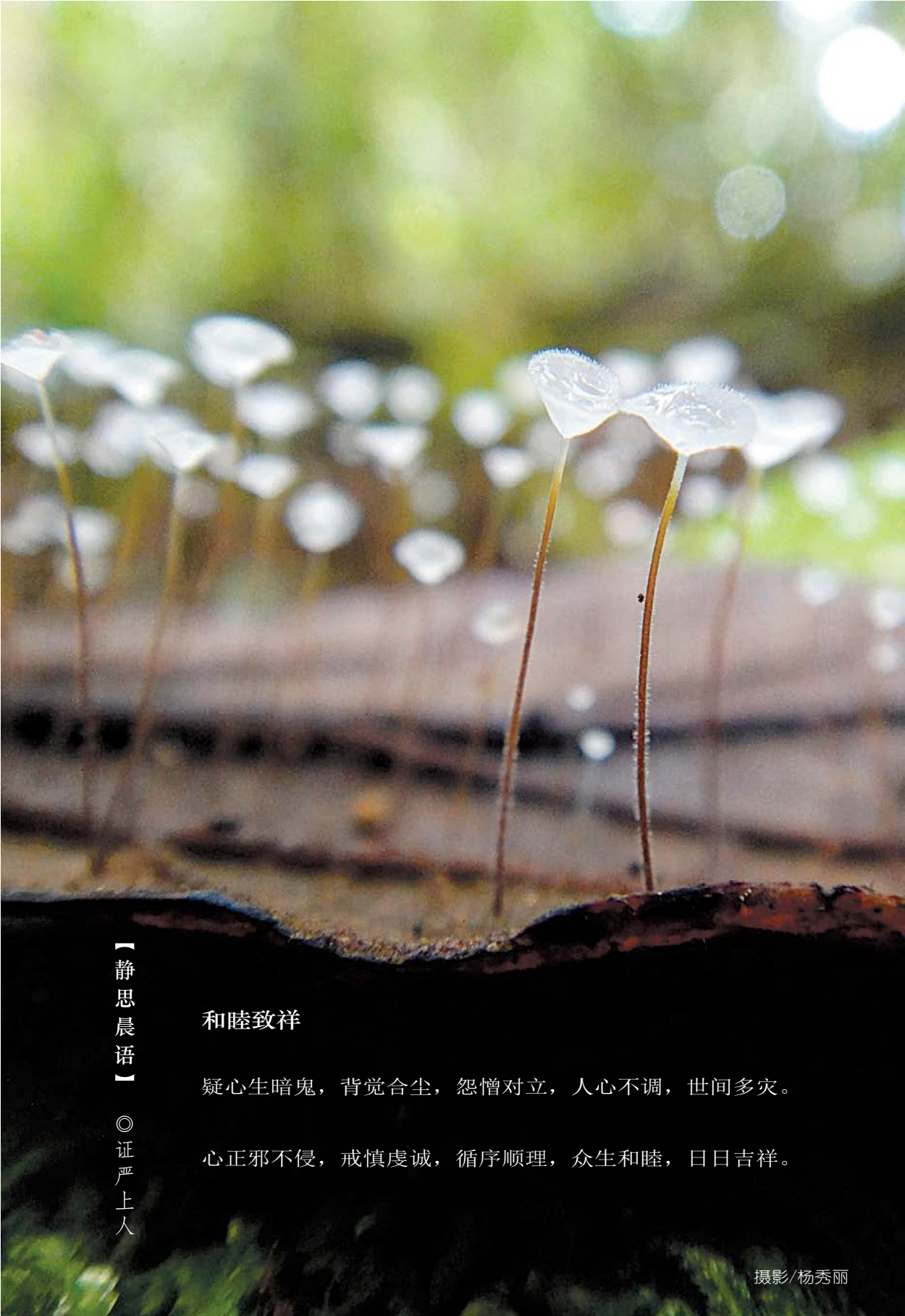
准印号 /S(2016)00000117

内部资料 免费交流

爱在苦难中涌现

· 主题报导 ·

为净化心灵做活水 为祥和社做砥柱 为闻声救苦做耳目



【静思晨语】

◎ 证严上人

和睦致祥

疑心生暗鬼，背觉合尘，怨憎对立，人心不调，世间多灾。

心正邪不侵，戒慎虔诚，循序顺理，众生和睦，日日吉祥。

摄影/杨秀丽



慈悲忍辱 付出无求

慈悲忍辱，付出无求，庄严自身，利益众生。

◆ 证严上人主讲 编辑部整理 讲于二〇一六年八月一日至十八日

慈济一路走来五十年，早年从慈善访视中，发现“贫”与“病”是孪生儿，彼此恶性循环，所以不只救贫，也要救病；此外，狭长的花东沿线缺医缺药，遇重病或意外求医困难，病人与家属往往无语问苍天。基于尊重生命、抢救生命，一九七九年我提出在花莲建医院的构想。

当时全台慈济会员才一万人，要盖一所设备完善的医院，确实是自不量力。土地、经费、人才从何而来？重重困难，历尽波折。

感恩各领域专家协助，慈济人用心劝募，甚至不惜辛劳做工赚钱……医院的每块砖、每包水泥、每根钢筋，可说是凝结了无数人的心血和泪水砌成，点点滴滴铭刻在我心中。

众志成城下，预计三年的工程两年三个月就完成了，一九八六年八月十七日花莲慈济医院终于启业。医院提前九个月完成，人力需求更加迫切，尤其医师在哪里？许多人听到医院远在花莲，都却步了。

感恩杜诗绵院长早在一九八二年就义务投入慈济医院筹建，从医院第一张设计图审核，到医事董事会成立、工程发包，全程参与。一九八四年七月，我到台北邀请他担任花莲慈济医院院长，当时他是台大医院行政副院长，刚被诊断出罹患肝癌，预估只剩下几个月生命。他很惊讶地问我：“师父，您不知道我身上有一颗炸弹吗？”

我跟他说：“不只你身上有炸

弹，我也有啊！我的心脏病也是一颗不定时炸弹，说爆就爆。所以要更珍惜时间，只要它一天不爆，就认真做一天的事。不要想那么多！”

就这样，杜院长成为花莲慈院第一任院长。在他和杨思标、曾文宾等人努力奔走下，和台大医院签订建教合作计划，稳定了启业初期的人力。

当年来花莲慈济医院支援的台大医师们，以医院为家，筚路蓝缕走过三十年，许多迄今仍坚守岗位，致力为慈济医疗及教育体系栽培后进。资深情长，当年青壮年的他们如今也已迈入老年，但依然精神矍铄，与师父贴心，同心同志持续付出。

脚踏实地走过三十年，花莲慈济医院至今仍是东台湾唯一的医学中心，日日夜夜守护生命、守护健康、守护爱，翻转了许多病患的人生。

三十而立，花莲慈院正迈入成熟有经验的青壮年时期，将和后起的玉里、关山、大林、台北、台中“六院一家”，合和互协，继续为天下众生付出。

**心正行正，慈悲护生；
众生和睦，时时吉祥。**

佛陀时代的慈悲护生理念，演变成现代杀生“拜门口”求平安的迷信，实在令人感慨。宗教，是人生的宗旨、终生的教育。正信的宗教都希望天地众生平安，杀生祭祀陷动物于

倒悬之苦，绝不可能求得平安。

平安从何而来？只要依循佛陀教法，守持做人本分——在家孝顺父母、友爱兄弟；对外行善付出、和睦人群；人生方向正确，生活如理、如法，心正、行正，心安则天地安。人人向善，社会祥和，则时时是好时，月月吉祥月。

为了导迷入正，弘扬佛法正知正见，慈济以每年农历七月为“吉祥月、孝亲月、欢喜月”，提倡斋戒护生、爱大地。今年举办三场祈福会，感恩诸山长老参与，还有多位法师上台领众演绎《父母恩重难报经》“世尊礼拜枯骨”段落——

佛陀领众南行，途经一堆白骨，五体投地恭敬礼拜。阿难不解，合掌请问：佛陀是人天导师、四生慈父，众人归敬，为何礼拜一堆枯骨？

佛陀回答，众生累劫累世互为父母子女，眼前白骨是生生世世的父母，自当恭敬礼拜。

法师们步步整齐，威仪具足，领众开启这部经后，大众接续以音乐手语剧形式演绎现代版的《父母恩重难报经》——从母亲怀孕、孩子出生，双亲疼惜抚养，栽培到他乡求学立业；从父母的心肝宝贝，变成心头的担忧；父母日渐年迈，落寞倚门等候……

一幕幕人间心态、社会生态在舞台上展现，希望引导观众体会父母恩。台上台下众心虔诚，成就庄严法会，让

人看见佛法的真、善、美。但愿这一分吉祥、感恩、孝亲理念能深入人心，引导人人向善，自然天下平安。

**爱心启发，良能无限；
力行真理，安心之道。**

在中国大陆苏州吴江区，沈林虎自幼罹患小儿麻痺，双脚萎缩，倚靠滑板行动；养父母过世后他一人独居，二〇〇四年开始接受当地慈济志工关怀。志工常去探望，协助他整地耕种维生，家访时就帮忙除草与收成。十多年互动下来，虽然他生活环境没有改变，但心灵环境已经改变——

得知慈济人推动环保，六十多岁的沈林虎到村庄周围宣导，环保口诀说得很流畅，让大家了解如何透过资源回收疼惜大地、爱惜物命。他将自家前院当成环保回收点，很多乡亲送来资源回收物，也有人来当志工。

邻居八十多岁的范奶奶，独自照顾六十多岁中风坐轮椅的儿子，母子俩常愁眉不展。沈林虎鼓励范大哥一起做环保，引导他走出家门也打开心门；范大哥也在慈济人鼓励下，向妈妈说感恩，感动范奶奶也一起做环保。

沈林虎虽然贫困，但贫得心安理得；他的“安心之道”不是物质，是法、是道理。他一生残疾，但爱心启发后天地宽阔，发挥潜能带动村庄共同做环保。

所谓“利益人群”，不是为人群制造商业利益，而是鼓励人人去除烦恼，蓄积心灵财富。人人心正行正，身心健康平安，社会才能幸福。

《法华经·法师品》：“大慈悲为室，柔和忍辱衣，诸法空为座，处此为说法。”慈悲心就是佛心，广无边际，包容一切；慈济人发心立愿“以佛心为己心”，就要发挥大慈心，靠近苦难众生，陪伴、安慰、拥抱，解除他的忧愁与恐惧；还要进一步带动人与人之间互为益友、善知识。

人心无明，即使你在做好事，还是会遇到不怀善意的人，不只恶口辱骂，甚至用“刀杖及瓦石”要加害于你。怎么办呢？要度众生，就不能放弃任何一个人；要以“柔和忍辱”包容刚强众生，降伏其贪、瞋、痴、慢、疑，才能防非止恶。“柔能克刚，和能摄物”，也能庄严己身。

付出无所求，不去执着是谁布施、谁接受布施、布施了多少东西；心清净，无挂碍，前脚走，后脚放。不贪名著利，一心为大众利益，不论毁谤或赞叹都不受动摇。

无论遭遇什么事，心都要怀抱“大慈悲”；无论处在何种逆境，“柔和忍辱”都不离身；事过境迁，回归“静寂清澄”。“慈悲、忍辱、法空”这三法运用在日常生活中，自利也能利他。

请大家多用心，在自我和众生心地播下爱的种子，用心耕耘，殷勤不懈！

慈濟

T Z U C H I

主题报导



愛 在苦难中涌现

- 8 大巴意外侧翻 慈济救援启动
- 10 家属跨海寻亲 两岸多方陪同
- 16 让爱心不断循环
- 24 一路陪着流泪
- 28 困难 是想出来的
- 31 献出一点爱 世界更美好

无尽藏

- 1 慈悲忍辱 付出无求

地方通讯



- 32 长沙亲子夏令营
- 40 低碳环保滇藏行
- 46 易县访视见苦知福
- 50 因为我们是一家人
- 54 赤胆人生好精彩

目录

封面图说：

台湾旅游团大巴在福建龙岩市永定区遭遇土石滑坡侧翻，厦门志工立即前往关怀，让伤者在陌生的地方也有如同家人般的陪伴。（摄影／黄德欣）



证严上人衲履足迹

释德伢

61 《内容提要》

- 如何领众并培养人才？“傲慢的态度无法领导人。希望别人包容自己，要先包容别人。”上人教众自我训练、与人互补，“心怀诚恳大爱，才有办法承担志业重任。反之，总是争谁比谁大，习气不改，团体就无法运作顺畅。”
- “我这辈子无烦恼、没有得失心，却有烦忧——烦忧弟子不能安住道法，一阵无明风吹起，就让心中仅存的法水干涸；或是即使天天听法，却依然故我，停滞不前……”与慈济人谈话，上人叮嘱，闻法要精进，更要不断地接引人、带动人才，让志业生生不息。上人强调，走入慈济、有心付出，就要闻法。“心中有法，才有道气；有法、有道气，自然能让人接受善法、心开意解。”

2013年4月创刊

2016年第8期 总第41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/济虹

编辑/张雨 洪维

编辑志工/虑秦

校对志工/才轩卓 慈晔 李雁

（按拼音排序）

地址/苏州市姑苏区景德路367号

电话/(0512)80990980

邮编/215003

读者信箱/reader@tzuchi.org.cn

准印号/S(2016)00000117

印刷/苏州市大元印务有限公司

印刷日期/每月15日

印数/10000本

发送对象/慈济志工

内部资料 免费交流 欢迎投稿



本杂志采用环保大豆油墨印制

爱惜资源 请广为传阅



主题报导

愛在苦难中涌现

台湾旅游团大巴八月十三日，在福建龙岩市永定区省道遇滑坡被冲翻，造成一人死亡、二人重伤、二十人轻伤。当天下午福建慈济志工立即成立协调小组，并于次日前往永定开展关怀。在远离台湾的永定，看到慈济志工来关怀，伤者觉得亲切的同时也安下心。

而就在七月十九日，大陆辽宁旅行团结束访台行程，准备搭机返家，中午十二点多，所乘坐的游览车在距离桃园国际机场约二、三公里处时起火燃烧，乘客、导游及司机二十六人罹难。慈济志工听闻此不幸消息，纷纷自各地赶抵事故现场，慈济志工在桃园分会成立关怀小组，以人伤我痛的同理心，陪伴带着悲痛来台的罹难者家属。

“慈济就跟观音菩萨一样，闻声救苦，哪里有苦难，慈济人的服务就到哪里。”一位家属感激之余说。

事故发生后，厦门慈济志工启动急难关怀机制，陪伴往生者家属到事故现场悼念。（摄影/陈莉娜）



大巴意外侧翻 慈济救援启动



八月十三日上午十点，台湾旅游团大巴在福建龙岩市永定区的国道三五七线(原省道三〇九线)湖坑镇新南村路段遇山体滑坡被冲翻。造成一人死亡、二人重伤、二十人轻伤。永定区相关部门接报后，立即启动应急预案，第一时间组织交通、公安、消防等部门、医护人员及当地干部群众前往救援。

上午十一点游客被救出后，送往龙岩市永定区医院及中医院急救。五位较重伤员当晚转院至龙岩市第一医院。经了解，大巴车乘客为台湾福客旅游团队，包括台湾福客、冠州、嘉义等多个旅行社的旅客，车上人员包括大陆驾驶员、导游、台湾旅客共二十三人。

福建慈济志工收到事故发生



龙岩市永定区的国道三五七线湖坑镇新南村路段的山体滑坡，造成旅游大巴侧翻。（摄影/陈莉娜）

消息后于当日下午三点开始持续关注讯息，并于下午五点零五分成立协调团队，邀约志工人力，收集讯息，并规划次日前往关怀的行程。

厦门盛之乡温泉酒店总经理陈国基事发当时正在德化，在接到厦门志工陈振洲的电话后，立即前往关怀协助。因同是台湾乡亲，陈国基心里更多了些关切，也因为曾在

永定的酒店旅游业工作过，对当地各方面比较熟悉了解，当即从德化驱车一百四十公里赶到永定。

陈国基在陈振洲的协助下，全力了解现场情况。下午四点陈国基终于得以进入病房探望伤员，当伤员看到会说台语的他时，激动得说不出话来，那种劫后余生的惊恐和看到老乡的温暖，难以言表。



志工在厦门接到台湾家属后，陪同前往龙岩。旅途中志工准备水果点心，让家属有回家的温暖。（摄影/陈莉娜）

主题报导

家属跨海寻亲两岸多方陪同

撰文/张文静、朱凤英、李懿娟、林真

事故发生后，厦门慈济志工启动急难关怀机制，一方面第一时间赶往伤者所在医院，同时还有志工在厦门接待家属，让伤员与家属惊恐的心能够平复下来。

事发当晚七时三十分，志工陈振洲与海基会饶处长联系，了解台湾家属前来大陆的行程：福客旅行社副总经理石宏明及旅行社工作人员十四日上午将陪同家属途经厦门前往永定。

次日清晨五点，先遣十四位志工分别从漳州、厦门出发前往龙岩永定。两部车的志工把握时间在车上用电话做同步默契并为伤、亡者虔诚祈祷，并于上午八点半抵达龙岩市永定区医院，与永定区詹翠芳副区长会面默契关怀事宜。

志工廖朝仲分享在两年前华安巴士坠河事件中慈济志工前往关怀的经验，说明志工主要是陪伴伤员及家属，让他们心情平静下来。这次特意来了几位台籍的志工，这样和伤员、家属沟通会更有亲切感。

詹副区长说：“伤员的病痛我们无法替代，但是心灵的抚慰很需要慈济志工来做。”

了解到有五位重症伤员转移至龙岩第一医院，五位志工立即分组前往龙岩第一医院，其余九位志工留在永定继续关怀。

另一方面，在厦门有志工九人前往厦门五通码头，志工曾银忆与已在五通码头等待的厦门市台办工作人员李基智先生、谢少明先生、

旅行社工作人员王涵玲女士对接、沟通了解情况。李基智说：“我们过来协调，看能帮上什么，会尽力帮忙。”

中午十二点半，家属所搭乘的船只到港，志工首先接到的是福客旅行社副总石宏明先生，听闻他对家属的安排。曾银忆为家属介绍本次去永定的领队志工许福增，并说明接下来将由许福增及另外几位志工陪伴大家到永定。三个家庭的家属，与志工、旅行社工作人员，一起坐大巴前往永定区。

一路慈济志工贴心陪伴家属、旅行社人员以及司机师傅，一会奉上切好的水果，一会奉上点心和茶水。罹难者的两个孩子因悲痛过度吃不下，但在行车的过程中，逐渐被慈济人感化，慢慢接受关怀。

龙岩属于闽西的山区，几天来的大雨，导致路上有很多塌方或泥石流。原本就不是很宽阔的蜿蜒的山路，这下子更难走了，车子堵在路上，走走停停，原本三个多小时的车程，走了近八个小时。

堵车期间，志工许福增引导大家用虔诚的心祈祷，并引导大家为伤员和亡者默哀一分钟，而后全体人员一心唱诵佛号。路障因道路维护人员及时赶到，一一扫除，大巴

在佛号声中缓缓前进。

除了来回长长的堵车队伍，沿路看到巨大的落石、被连根拔起的小树，漫山遍野的毛竹、还有竹子加工厂，以及数不清的煤矿开采场……九龙江在阳光下依旧熠熠闪光，但那曾经清澈见底的江水，如今变成了浑浊的黄水，水位亦因前两天下雨的缘故而暴涨。

志工陈三雄曾在永定开店，对当地的情况比较熟悉，听说有这次关怀活动，主动要求参与。晚上六点，看着依然拥堵的塞车大军，大家放弃高速路，在陈三雄的引领下转而走另外一条路，节省一个小时的时间。

来自高雄的台湾冠州旅行社董事长温玉华一家四口都曾参与过慈济的岁末祝福，这次对于大陆慈济的帮忙，他觉得非常感恩。

感受到当地志工的贴心关怀，温董事长微笑着对志工说：“你们（大陆慈济志工）也是做得很好啊，因为慈济的精神就是这样无私地奉献，这种精神真的非常伟大，慈济就跟观音菩萨一样，闻声救苦，哪里有苦难，慈济人的服务就到哪里。”

晚上七点半，厦门的志工、家属、旅行社工作人员与漳州志工在

永定门会合，三部车于晚上八点到达永定区医院。

重伤患者转院医院应急关怀

来自厦门的五人关怀小组经过一小时的车程，在早上十点二十分到达龙岩第一医院，关怀昨晚分别从永定区医院、永定区中医院转到龙岩第一医院治疗的五位伤员。

龙岩第一医院外科片区总护士长郭琼英介绍：昨晚九点五位伤员来前，院方就启动了紧急预案，做好应急准备。郭琼英感谢志工前来关怀，给伤员心灵抚慰。“台湾的人文关怀做得很好，这种人文关怀理念也促进医务工作者跟国际发展越来越接轨。”

郭琼英陪同关怀小组走进何女士的病房，何女士的左眼眼睑青紫，左腿骨折，需消肿后才能进行接骨手术。

何女士的儿子是此次旅行团的台湾导游，腰部受了轻伤留在永定医院，何女士不放心儿子，志工林金枝握住她的手安抚她说儿子的伤无大碍，等他好了就会来看妈妈。

怕打扰病人休息，林金枝和大家来到王先生的病房。由于受到惊吓血压有点高，脸红扑扑的，护

士说他肋骨断了，卧床休息就无大碍。王先生人比较开朗，见到志工脸上露出喜色。

伤员王女士右眼眼角膜受伤，是转到第一医院的五位伤员中受伤最轻的，她说当时“砰”的一声，塌方的土就把车掀翻掉，她是从摔碎的窗户中爬出来的，满身的泥

巴，还好有志愿者和护工帮她把脏衣服都洗干净。志工林金枝递上净斯五谷粉，她说：“有人陪，心安多了！”

王女士的表姊薛女士在重症监护室，上颈椎、腰椎骨折、骨盆骨折、颅脑外伤，来医院时，因失血过多贫血得厉害。

在病房中，志工与医护人员关怀伤者心情，倾听伤者诉说事故发生的情况。（摄影/陈志宏）





晚间十点第一批家属抵达龙岩，亲人相见不禁悲喜交加，家属感恩志工无私的关怀。（摄影/陈莉娜）

医生介绍薛静乃积极配合治疗，情绪平静。倒是同一间房的黄女士因脊柱、肋骨骨折，说话有些气喘，加上见不到先生，不愿意说话，人显得比较烦躁。

亲人终相见 心与心更贴近

在永定医院，志工与旅行社工作人员一刻不停地一一慰问伤员、

了解病情。

领队何先生见到妻子，再也抑制不住情绪，相互抚慰、拥抱，激动的眼泪顺颊而下。慈济志工安慰家属：“人平安就好！”

豆大的泪水冲破眼眶，挂在脸颊，簌簌而下，何先生的妻子双手合十不停对志工说：“感恩你们的付出和陪伴。”并主动请志工留下联系方式，希望进一步认识慈济。

而后慰问往生者叶女士的丈夫刘先生，感受到人生的无常。刘先生谈起当天的情景依旧心有余悸。得知慈济志工下午会去为他太太助念时，脸上终于露出了些许安慰。

十四日晚上将近十点，厦门志工罗素贞、张丽红陪伴另外两位刚刚抵达厦门的家属驱车赶往龙岩第一医院看望亲人。而其他志工则自费住在永定，准备隔日陪伴家属到事故现场进行祭奠仪式，并前往殡仪馆，进行法会、告别仪式及火化。

经过志工关怀，伤员的情绪各方面都非常的平静，也等候安排，希望尽快回台湾进行后续治疗。家属与志工都感受到当地政府对这件

事的重视，各级领导都来病房看视之外，当地志愿者也都是一对一的在病房陪伴。

第一时间抵达的陈国基感受深刻，他抹着泪水说：“做人不要只关心做生意，真的要多关心别人。我们只付出了一点点，就让他们感动，真的很有意义，自己的内心也受到洗涤。”

一天的忙碌到深夜十二点才结束，虽然考验重重，但因为大爱，让心志坚定，勇往直前；因为大爱让人与人之间相互感恩、相互疼惜、相互肤慰；也因为大爱，让心与心更贴近，不再冰冷。



当地义工也在医院关怀伤者，与慈济志工交流，彼此相互学习。（摄影/陈志宏）

主题报导

让爱心 不断循环

撰文/张文静、朱凤英、李懿娟、林真

志工的关怀安抚伤者的心情，
伤者转惊恐为放心，并感恩医护人员的照顾，
志工一路陪伴，安排返乡事宜，
甚至自订机票，让关怀不曾间断。

事 事故发生后，当地许多志愿者发心付出，每个伤员都有一位志愿者陪同。周一大部分志愿者需要去上班，当地政府希望能由慈济志工接续关怀，并在区医院四楼腾出一个房间让慈济志工当作服务站。

志工用最短时间布置服务站，让爱心在医护、伤员、家属、工作人员心中循环。前来医院关怀伤员的永定区政府领导卢崇万主任及林主任来到服务站与志工交流。志工把握因缘分享让塑料袋重复使用，发挥它的功能与良能，随时随地做环保。两位领导很认同，当即学习

把购物袋折迭整齐放入随身包中，并表示要与家人朋友分享。

门外的青年志愿者看到，也吸引进来，向志工学习如何把环保落实在生活中。了解环保都是在生活细微处后，青年志工当即表示以后要多用手绢，少用纸巾，把环保落实生活中。

志工到病房邀请伤者把他们的感恩写在祝福卡上，遇到无法动笔的伤者，则由志工为他写下祝福的话。

天灾无情，人间有情，爱将伤痛减到最低。布置好的感恩墙上写满了伤员对医护同仁的感恩之意。



家属前往事故发生地祭奠亡者，路上湿滑泥泞，志工与旅行社人员搀扶着家属。（摄影/陈莉娜）

现场领导、医护、志工手牵手，心连心，彼此感恩。

在志工的陪伴下，伤员陈姓夫妻更是忍着伤痛将水果亲自送到医疗站，感恩医护人员这两天的贴心照顾！

再到事发地 带亲人回家

十五日早上八点，志工陪伴家属前往出事地点湖坑镇祭奠亡者，而后到殡仪馆火化大体。

虽然往生大德的丈夫腿伤未愈，但他拄着拐杖，在慈济志工的

搀扶下，坚持前往。

山路蜿蜒，盘旋而上，离出事地点越来越近，道路右侧随处可见山体滑坡。早上九点到达事故现场，地上的泥土依旧松软泥泞，一脚踩上去，不仅湿滑且感觉到脚要陷进去。

在工作人员的维护下，现场依旧如当时情况一样：右侧是大面积的山体滑坡，山上的泥水，还在顺流而下，沿着泥泞又布满石子的小道往下，志工搀扶着家属来到现场。

尊重家属意愿，旅行社工作人员帮家属在当地找到当地民间招魂



在“大爱无边”的佛号声中，志工合掌念佛，祝福亡者灵安、生者心安。（摄影/陈莉娜）

人士，在锣鼓声中仪式开始，往生大德的家属无法抑制情绪。为了平复家属们的情绪，志工用手机播放《大爱无边》，在佛号声中，家属们随着志工一起合掌念佛，情绪渐渐稳定。

来到殡仪馆，志工又列队为往生者助念。庄严整齐的佛号声在殡仪馆大厅回荡。助念仪式结束，志工许福增、简翠莲陪伴家属等待火化完成。面对情绪崩溃的家属，志工立即走上去拥抱，给予肩膀依靠，递上纸巾：“您这样她也不会安心啊，要祝福她。”志工一边轻声说，一边抚背安慰。

在等待火化的过程中，来自台湾嘉义的台湾大山旅行社总经理林舜卿说自己向慈济捐善款已经二十多年，这次亲身经历、感受到慈济人的贴心关怀和悉心协助，他说：

“很感恩慈济师兄师姐的帮助，让我们更好地开展工作！以前没有接触不会知道，现在亲身感受，印象深刻。谢谢！”

虔诚念佛送亡者细心关怀

十五日下午，事故中的十三位伤员从龙岩转院到厦门长庚医院，嘉义大山旅行社林舜卿董事长、事

故遇难者家属也一同到厦门。遇难者家属下榻在厦门，将乘坐次日早上九点半的航班回台。

往生者火化后，在永定关怀的志工与家属交流中发现他们带着骨灰坛乘坐飞机可能不太方便，与在厦门的志工联系，志工孙福加和陈佩君连夜买到装骨灰坛的背包，以便家属在乘飞机的过程中背着。

“根据描述，昨天一直在找适合的包，跑了好几个地方，后来请购了两个，对比了下，觉得这款黑

色的包包比较适合家属使用。”陈佩君说。

亡者丈夫看了很感动，从慈济人一进门，就一直说感恩、道感谢。年过七十，一头白发的志工黄碧华，一直站着为往生者念佛，她体贴地说：“要把身体照顾好，生者心安，亡者才能灵安。”

十六日早上，志工陪伴家属到达机场，家属与志工一一惜别，之后，志工稍微整顿了一下，立即赶往长庚医院，与已经在医院的志工



十三位伤员转院到厦门，从龙岩陪伴而来的志工与厦门志工会合，关怀不间断。（摄影/陈莉娜）

汇合，一起关怀昨天同时从龙岩转到厦门长庚医院的伤员和家属。

转院再诊断 回家的喜忧

十五日从龙岩转移到厦门长庚医院的十三位伤者中，有十一位台籍游客与两位大陆籍的驾驶与导游，自十五日晚医师诊断病情后，慈济志工就开始陆续进入病房给予关怀。

伤者陈先生右脚骨折，需要乘坐轮椅，志工贴心地为他踩在轮椅上的另一只脚穿上袜套。他轻轻地说希望腿可以垫高一点，志工孙福加毫不犹豫，将身上的双肩包放下作为应急垫子，发挥它的良能。

因脊椎受伤喝水吃饭都需要人

协助的傅女士，慈济人体贴每一个细节，并耐心喂她吃饭，她深受感动，看到丈夫从重症病房转回普通病房，更是感恩。

经医院评估后，有五位轻伤的伤者可搭乘当日的飞机前往台湾高雄，转诊高雄长庚医院。得知可以回家，大家喜悦的心情无法言语。

年仅十三岁的小伟，在泥石流现场紧急状况下虽然紧张，仍不忘救家人，与当地乡亲一同将泥土已盖过膝盖的奶奶救出，一家平安。小伟腼腆地说，在他心里，家人第一，自己是第二。

小伟的奶奶很感动慈济人无所求的付出，希望康复后一家人也可以加入志工的行列。小伟的伤势较

年仅十三岁的小伟（右）在事故现场将奶奶救出。小伟伤势较轻先行返台，看到妈妈与奶奶放心不下，志工陈佩君立刻订了机票陪同返台，一直陪伴小伟直到与接机的叔叔会合。（摄影/陈佩君）





志工的陪伴与安抚让伤者心情得以平复，甚至转而感恩医护的照顾，医护人员与伤者彼此祝福。（摄影/佟占东）

轻，当日即可搭机回台湾，而妈妈与奶奶腰椎骨折，需另安排专机返台，不能同行。

看到小伟妈妈的担忧，志工陈佩君立刻订了同班机票，陪同小伟等五位伤者返台。陈佩君很感恩有这个付出的机会：“不仅可以协助推轮椅，更可以陪伴伤者一路到高雄与高雄慈济志工爱心接力。”

转惊吓为欢喜 相互感恩祝福

在龙岩市，志工仍继续陪伴龙岩第一医院的伤员与家属。十六日上午，志工与台湾旅行社人员讨论今明两天的计划。

台湾旅行社人员将会在十六日陪伴三位伤者及家属，先行回台处理后续事宜，另有四位将搭乘十七

日的专机返台。

“慈济精神在大陆传得这么快，大陆的同胞投入慈济，像观世音菩萨，哪里有困难哪里就有慈济人的脚步。”旅行社负责人温玉华感恩有慈济人的协助，让整体关怀更加顺畅，代表病患与家属献上十二分的谢意！

一位家属说：“慈济帮了很大的忙，在人生地不熟的地方，父母很需要同胞的关怀，陪他们聊天抚慰他们的心里，帮助是很大的。”

因肋骨断了，王先生讲话会

气喘，志工与他轻轻击掌，鼓励他加油！另一病房的何女士一见面就说：“医生护士都很好，把我们照顾得很好。感恩师兄师姐！”

志工林月云告诉她：“顾好自己身体回台湾，不要烦恼。”还用闽南俚语说到：“不惊不吓，吃到百二！”把大家都逗笑了。

陪伴伤者的温馨效应不断传播，一位女士听到后，立即邀约志工关怀其罹癌住院的八十岁老母亲。志工陪同这位女士前往病房，建议除了妈妈要有正向的思维之

志工与家属制作了感恩医护的海报，上面贴满了每位伤者的感谢话语。（摄影/佟占东）





在台湾高雄，当地慈济志工已经在机场与医院等待，让爱心接力，陪伴不中断。（摄影/陈佩君）

外，也鼓励女儿面对妈妈的抱怨可以多一点肢体语言。

在志工的鼓励下，这位女士当场抱了妈妈。妈妈流下了眼泪，女儿也体悟到无言但是充满关爱的肢体动作，是很好的表达方式。

安心回家路 志工接力关怀

下午当旅行社及三位伤者、家属从龙岩到厦门时，厦门的慈济志工已经带着餐盒在机场等候。从厦门到高雄的路上，志工陈佩君自

费购买机票陪同，全程不断回传信息，让小伟还在厦门长庚医院的家人安心，感叹有慈济人真好。

海基会田忠勇先生、台湾交通部观光局赖炳荣先生及国台办人员到厦门长庚医院关心伤者，政府单位、长庚医院及旅行社用心安排伤者的治疗及返台工作，亦感恩慈济志工一路相伴。

秉持“走在最前，做到最后”的慈济精神，台湾、福建两岸志工接力持续关怀，肤慰伤者的的心灵，陪伴他们走出伤痛。



主题报导

一路 陪着流泪

撰文/张美智

他们从大陆奔来，把至亲带回家；
静候在旁的志工，眼泪流在心里面，
一起走完艰难的悲伤之旅。

大陆辽宁旅行团七月十九日结束访台行程，准备搭机返家，中午十二点多，所乘坐的游览车在距离桃园机场约二、三公里处时起火燃烧，乘客、导游及司机二十六人罹难。

桃园区慈济志工听闻此不幸消息，纷纷自各地赶抵事故现场，站在封锁线外收割完的稻田中，虔诚念佛。在检警初步相验后，遗体送往中坜市立殡仪馆冰存。

下午五点多，遗体陆续送抵殡仪馆，此时天空开始飘下细雨，慈济志工在馆外撑起雨伞虔诚念佛，稍后在殡仪馆外设立服务中心，架设帐棚供现场服务人员躲雨。当晚，慈济志工在桃园分会成立关怀小组，以人伤我痛的同理心，陪伴带着悲痛来台的罹难者家属。

七月二十二日，意外发生后第四天，慈济志工一如前两天，陆续进入慈济临时服务中心的帐篷区念佛、待命，期使给予罹难者家属最好的协助与安心。

接近中午时分，忙进忙出的桃园市政府社会局官员谢先生，来到慈济帐篷区商议：“下午二点，罹难者家属要指认遗体，担心他们情绪激动，需要十位志工帮忙念佛、陪伴照顾家属。但是进去的志工不能录像、拍照，手机静音。”

对于社会局提出的需求，公传组志工蔡美凤用心记下，随即委请现场的关怀组志工帮忙。志工吴慧珠立即找了十位平时访视关怀经验丰富的志工，资深志工温素蕊更加强行前叮咛：“进去面对遗体时要挺住；家属看到亲人的遗体难免情绪激动，你们要作家属的依靠及有力后盾。”这十位关怀志工听后，都点头表示已做好心理准备。

坚强的心，有力的肩膀

下午一点半，关怀志工们随着社会局人员进入等待区；二点左右，家属们一一抵达殡仪馆，在相关工作人员陪伴下进入遗体冰存处。看见家人的遗体，有些家属无

法接受，悲恸哭喊，即使是在外围的媒体记者、工作人员、志工莫不闻之鼻酸；社会局人员赶紧请志工过去陪伴安慰，志工用双手环抱着他们、不断地轻拍着，给他们依靠，缓和悲伤的情绪，再走近面对要指认的遗体。

“是不是我们先让情绪稳定下来，让妈妈能安心地走。”志工刘秋贵温柔地请一家五口往生的家属高家姐妹深呼吸……

刘秋贵看着她们久久无法和缓的激动，心里很痛；因为将心比心，换作是她，快快乐乐地送母亲出门，现在看到的却是焦黑的遗体，也会痛不欲生的。刘秋贵轻轻告诉她们：“我们都是一家人，我们会陪着你。”家属情绪逐渐缓和，进行各项手续。

一位早已泣不成声的母亲，看着孩子的遗体，不断擦拭泪水哭喊着：“孩子不疼了！妈带你回家！”为了把孩子带回家，母亲努力地撑住自己，配合所有的指认程序；回到休息区，她转头问一旁陪伴的志工吴慧珠：“都是为人母亲，你舍得吗？”吴慧珠握着她的手哽咽着说：“当然是舍不得啊！”

“那种骤然失去家人的疼真

的很疼，家属几乎一进来就痛哭失声。可是我们必须把眼泪吞下去，因为我们要陪伴他们走完这段接家人回家的路。”吴慧珠说，希望他们把心中的痛尽量哭出来。

我的孩子，一起回家

这样的痛，对一位祸不单行的罹难者母亲，更是情何以堪。她的另一个儿子才刚出车祸，来台湾旅游的孩子又回不了家，这分凄楚与无奈任谁也忍不下来，难怪她一直撕心裂肺地哭喊着：“我要我的孩子！孩子回来啊！”

陪在身边的师兄、师姊心疼不已，这时只能掐痛自己的手，警告自己绝对不能哭，同时还要伸出手去擦干他们的眼泪。“此刻，慈济人最大的力量就是陪伴。”温素蕊说，一开始只有十位志工进去，但最后动员了大约有二十位，因为有些家属悲伤过度，甚至是瘫软在地上，即使男众也一样。就像温素蕊陪伴痛失五位亲人的高女士，当她看到遗体时，喘得非常厉害，不仅步履不稳，身体也摇摇欲坠，将要昏厥。

温素蕊看她快支撑不住了，赶紧请医护人员在旁协助；温素

蕊柔声请高女士慢慢蹲下来，抱着她在她耳边轻轻地说：“想想你要做些什么事，可以让你的父母放心的。”接下来抓着高女士的手肘，让她做打弯、伸直的动作，重复几次后，她的身体不再僵硬，“来，慢慢地吸气，吐气，吸气，吐气……”温素蕊教高女士做深呼吸，希望转移她的注意力；慢慢地，高女士情绪稳下来。

终于笔录制作完成，志工们担心家属的身心不堪负荷，继续陪着他们认领亲人遗物。完成后，难掩悲伤的家属陆续走到灵堂上香，上车回下榻的饭店时，仍是低头啜泣不已。多位法师在一旁虔诚地诵念佛号，与帐棚下慈济志工的佛号声一起祝福亡者灵安、生者心安。

祝福声不断，爱不停歇

伴随着罹难者家属离去的背影，太阳也悄然滑向地平线，而慈济人念佛声依然在殡仪馆庄严环绕。这时，礼仪公司主管来到慈济帐棚区，除了感谢慈济人的帮忙，也商请在七月二十三日下午办一场祈福会。

志工考虑家属们当天午后一点要到事故现场招魂，再回到殡仪馆

时一定很疲惫，于是祈福会短短半小时，简单但是庄严。

高女士在祈福会前，再度来到亲人灵前祭拜，她脸庞疲惫、眼泡肿胀；之后主动走到慈济帐篷区，温素蕊迎上前，带她到一旁坐下。高女士说：“我认识你，昨天我有看到你；你们给了我很大的帮助。”

温素蕊像妈妈一样，轻轻拍着高女士的肩，听她诉说：“是姐姐跟我一起来台湾，往生的是妹妹，妹妹的女儿也走了……”说着说着，眼泪又掉下来；温素蕊安慰她：“就当这小外甥女去很远的地

方留学了，要不断地祝福她。”

高女士难过地说：“外甥女十三岁，功课很好，本来就有准备让她出国念书……”温素蕊慢慢引导，让她说出悲伤，减轻伤痛。同行的人叫唤高女士回下榻饭店，她离去前向温素蕊说：“谢谢你们，谢谢大家支持着我。”

慈济志工郑丽卿说，连续多日陪伴，家属虽然对于亲人离开很不不舍，但很感念慈济人这分关怀。十天内，慈济志工动员三千人次，念佛、守候、致赠慰问金与关怀礼、送行，直到七月二十八日最后一位家属离境，结束伤心之旅。



大陆家属来台指认罹难亲人遗体，悲痛难抑，志工搀扶走往休息区。（摄影/江展楠）

困难 是想出来的

撰文/廖朝仲

两岸同胞，血浓于水。八一三永定台湾旅游团大巴事故中，两岸三地慈济人爱心接力，救助关怀伤惠及家属，并一路陪伴他们回家。从八月十三日开始，慈济志工廖朝仲一直奔走在关怀前线，身为领队的他有着深刻的感受和体悟。

八月十三日晚间我正在漳州参加会议，此时发现微信里增加了“八一三永定土石流救助协调群”，随后即接到基金会与厦门的来电，询问是否能承担这次关怀行动的领队？回想起自己这两年的因缘，返台期间因家业、事业的牵绊也难有付出的机会。脑中浮现上人的一句话：“把握因缘，及时付出”，遂鼓起勇气承担这次任务。

困难是自己想出来的

在晚间确认团员名单后，自己的思绪开始复杂起来，因为这是自己参加慈济以来第一次在没有资深志工陪伴下承担领队，事发地永定当地也没有慈济志工能提供协助，当地领导不了解慈济，要如何沟通？医院安全管理如何进入？伤员在三处医院，关怀人力足够吗？

到达当地之后我们能做些什么？厦门、漳州志工会合后如何做适切的分工……想到种种的问题，这一晚，彻夜难眠！

试着静下心来，回想起两年前参与“漳州华安县台湾旅行团交通事故关怀”，过程的种种经验，应该可以应用在这次行动上，想到这里，心中渐渐平静下来。

次日清晨，关怀团队分别从厦门、漳州两地出发前往龙岩永定区医院。期间两部车透过手机通话商讨行前默契，希望一到达医院，人人都可以立刻各就各位进入状况，两车同步虔诚祈祷，期盼这次行动进行顺利，让所有伤员与家属能平安回到台湾。

往日结善缘 今日成助缘

在与负责区医院协调的永定

詹副区长分享，我们谈及华安事故关怀的经验，詹副区长立即表示知道此事并了解志工能扮演的角色。之后她也向来访的各级领导分享慈济，并表示见到慈济志工，心就安定了许多。

龙岩市台办周副主任也分享曾经到过厦门慈济拜访，也感恩慈济关怀连城县水灾与援建幼儿园，也感恩这次事故的及时关怀。国台办、国家旅游局领导在前来慰问伤员的同时，也主动向志工致意，并希望志工代为向基金会感恩。

领导们的鼓励，让自己有很深的感受：凡走过必留下足迹，每一次的机会若能把握与人结善缘，这份缘也许在未来的某时某地，会汇聚成一股不可思议的助缘。

以爱化碍 肤慰受伤心灵

不论是伤员或家属，志工们都希望能在最短的时间内，肤慰他们受伤的心灵。但要在彼此不熟识的状态下，去接纳志工的关怀，则需要运用智慧去克服诸多困难。一路上师兄师姐的悉心陪伴、双手奉上点心茶水、温言软语的问候、静静地倾听、谦卑而有序的身形、虔诚带动家属为往生者祈祷与祝福、适

时的协助解决困难……

看似微不足道的动作，也无需太多的语言，这些却足以让伤员与家属，感受到那份“诚与情”，进而敞开心门，接受志工的爱，让慈济人成为他们的依靠。这也是当地政府，在事故发生后，提供紧急的救援、完善的医疗与生活照顾之外，慈济人用爱，来圆满事故所带来的缺憾。

就如往生者的先生，在志工关怀前，情绪是十分压抑的，而志工到达时，牵着他的手、轻拍着他的背，告诉他说：“你的不舍我们了解。”师姊也分享了自己婆婆往生的不舍，他的情绪瞬间溃堤。

待情绪稍为缓和时，志工鼓励他要收拾情绪坚强起来，孩子下午就会到，要为孩子做处理事情的典范。志工的话，这位先生听了进去，开始和大家分享平日和太太的相处，并喝下志工准备的五谷粉，这是他遭逢事故后，第一次进食。

两岸三地爱心无缝接轨

事故发生后，虽然伤员及时得到当地政府很好的照顾，但毕竟身在外地诸多不便，家属与伤员本人也都还是希望尽快返回居住地，也

让家属方便就近照顾。

两岸政府、旅行社、国际医疗公司、也都尽力在手续、医疗、交通、食宿予以家属协助。而在这个过程中，慈济志工给予全程陪伴，不论在龙岩与厦门，从医院关怀、家属抵达、往生者后事处理、转院、送机返台等，蓝天白云的身影都随伺在旁，给予所需的协助。

甚至到达台湾后，则由台湾慈济人接手后续关怀。这份无缝接轨的爱心接力，成为家属与伤员在过程中一份安定人心的力量。

感恩之心诚为医病搭桥梁

面对大批伤员的突然送达，紧急的医疗处置，给予医护人员的压力可想而知。但在医护的悉心照顾下，患者身上的伤痛得以减轻，远道而来的家属看到亲人得到完善的照顾，心中的焦虑也平复许多。所以当我们进到病房关怀时，伤员虽然余悸犹存，但仍不忘向志工表达对医护人员的感恩之情。

我们因此开始制作感恩卡，由伤员、家属、领导、旅行社与志工写下感恩话语，制作成海报，由家属代表致赠给医护人员，小小举动却让院方感动不已。志工用心搭起

医病之间的桥梁，让人与人之间的感恩与爱得到传递。

“资深”志工用心付出

这次关怀行动能顺利圆满，真的要感恩每位同行的志工，也让自己学习到每位志工的优点，振雄师兄勇于承担、月云师姊亲切关怀、志宏师兄多功能(现场记录加上人文关怀)、丽红师姊逢人说慈济(期望能启发当地民众的爱心)、国珍师姊随时补位、占东师兄把握因缘付出、进旺师兄悉心生活照顾……让自己也放下了出发前的顾虑：没有资深陪伴。

证严上人说过，所谓“资深”，是“资格老，道行深”。真正能够将上人的理念身体力行、深刻体悟的人，就是“资深”。

感恩这次每位“资深”的用心付出，合和互协，不分彼此，让每位伤员心灵得到抚慰，心中充满感恩，并愿意与志工们一起向每位医护人员表达这份感恩，医护人员也重新感受到这份工作的神圣与意义。这些才是这次关怀行动最重要的成果。

感恩团队能给自己付出、学习与成长的机会。





志工廖朝仲向永定区詹翠芳副区长分享慈济的四大志业和八大法印，并赠送典藏版的《静思语》《慈济月刊》和平安挂饰。

献出一点爱，世界更美好

经过医生评估及各方领导协调，留在永定区的伤员十五日都将转院前往厦门长庚医院，再陆续回台湾。下午三点半，把伤员和家属送上车离开永定后，永定区詹翠芳副区长却不急于离开，她想向志工们多了解慈济。

“志工和义工有什么差别？”詹副区长问在场志工。志工廖朝仲分享：“‘志’是有心之士，是我们的责任和使命，这次来关怀的志工，只要有需要，有很多是上班请假而来。”

詹副区长说以前对慈济有点了解，慈济在救助伤员、家属安抚在世界上是一流的：“昨天早晨看到你们来，心都静下来了，我有找到依靠的感觉。志工帮忙完成伤员、家属、台胞的沟通，真的非常感谢。我减轻很多压力，可以更多的精力去组织医疗这块来救助我们的伤员。”

詹副区长说很想让女儿加入志工行列，只要大家都献出一点点爱，我们整个世界都会更美好。“我们的义工这次在你们的身上看到了力量，在你们身上学到了很多，看到了未来要怎么走得更大更好。”

长沙亲子夏令营

撰文/ 郭奕艳



夏令营的课程中，孩子要除了学习环保知识，还要学叠被子衣服。（摄影/吴瑀菁）



炎 炎夏日正值暑假期间，为许多的孩子造就了在家打电游的时机。长沙慈济志工举办第三次亲子夏令营，以环保、孝亲、智慧、大爱为主题，寓教于乐，让孩子远离电游，并通过父母与孩子之间最纯净的陪伴共同学习，唤起心底的那份真善美！

地球危机撼心灵

营队的环保课程透过视频《精灵宝石》展现了日益恶化的地球生态与人类活动的关系，让孩子和家长们了解是人类无尽的欲望，使消费不断的升级，陷入多消费、多破坏、多灾难的魔咒。欲望之眼用邪恶的力量诱惑人类，使地球千疮百孔、不堪重负，灾难频发。

视频中，眼看着人类离地球末日越来越近，为了找回失落的精灵宝石来拯救地球，两个勇敢、善良、无私的孩子开始行动，营队的家长和孩子们也开始了探索之旅。

孩子们找到了拯救地球的三颗“精灵宝石”：一颗是“一个就够了”，代表少欲知足；一颗是“战胜欲望”，不再为了满足无休止的欲望而丧失良心；一颗是“我愿意”，拒绝堕落，坚持不懈，在最黑暗的地方点一盏灯，人人为地球来付出，地球就有希望。

接下来在各个分站点，孩子们分别学习环保的知识。从节约用纸，不喝可乐，到一日五善，5R理念（Reduce减少浪费、Rufuse拒绝消费、Reuse延长物命、Repair维修保养、Recycle分类回收），还有分类口诀与环保酵素制作。

当问道：“想要改变我们的生活吗？怎么改变？”孩子们纷纷举手回答：“要回收纸张，少砍树！不要往河里丢垃圾！绿色出行！不能不断地购物！节约用电用水！”

而看到从受伤的海龟鼻子里艰难地拔出吸管时，孩子们纷纷议论：“好可怜啊！那些丢垃圾的人好可恶！”讲师立即反问：“那我们有没有用过吸管？有没有乱丢过垃圾？”孩子们开始反思。

另一方面，在家长课堂上，志工林亦明亦向家长们介绍了她不一样的生活方式——以克勤、克俭、克己、克难的慈济精神在家庭和日常生活中落实5R，回归最环保、最简朴、最知足、最幸福的人生。

“回收是环保的最后一步！”引起在场的每一个人的省思。

志工胡静芳在《变废为宝》环保课向大家展示巧艺，用废旧光碟制作的茶杯垫、用旧电风扇罩改成的晾衣架、用宝特瓶制作的花盆和洗碗球、用旧窗帘编织成的蒲团等等五花八门的物品，吸引着在坐的

妈妈们的眼球。

很多妈妈在赞叹之余都在迫不及待地向她请教，静芳建议在座的家长们将家里废弃的物品和孩子一起巧思利用，这样既变废为宝，又亲子互动，增进亲情。

环保课程结束后，十岁的范天勤回家和妈妈朱秋兰聊到很晚。小天勤不但懂得了要爱护地球，也懂得了要珍惜自己的幸福，更知道了还有很多人需要我们的帮助。当她想到拯救地球已经快要来不及了的时候，甚至急得哭了起来，只希望自己赶快长大，增加力量。

王如一小朋友在环保课程上积极回答问题，知道了垃圾可以变废为宝，发愿自己长大后要当一个发明家，带动大家爱护地球。志工鼓励他，回去后就可以教朋友、亲人、同学进行垃圾分类，大家一起来保卫地球。

行坐住卧都是禅

吃饭要等家人到齐再一起吃，要把碗端起来，龙口含珠，凤头饮水；坐如钟，站如松；叠被子衣服，要做到整整齐齐，志工们认真教，孩子们也认真学。

志工屠艳萍用三句静思语“太阳光大，父母恩大，君子量大，小人气大”“不要小看自己的年



透过《精灵宝石》短剧，志工引导孩子将“如何救地球”的方法深植心中。（摄影/吴瑀菁）

纪小，每个人都有能力为家人付出”“孝顺父母的孩子最有福”来鼓励孩子们主动承担，学会做家务。陈青则教孩子们要对父母说出心中的感恩。这些，孩子们都听入心中，并且回家就有了行动。

罗钧木小朋友是第二次参加亲

子营，活动结束后回家，罗钧木小朋友很认真地跟妈妈分享回顾这一天学习的内容：行、坐、卧、用餐礼仪，示范如何叠衣服……他告诉妈妈：这些内容特别好，在学校学不到，我以后就按照这样做。

分享完后，他自己打水洗澡、



环保教育结合生活教育，是慈济志工送给孩子最好的礼物。（摄影/董真）

洗衣服。还主动申请以后负责洗妈妈的衣服。妈妈幸福的泪水止不住地流了下来。睡觉前，母子两人还有很多说不完的话。儿子跟妈妈分享：“每次妈妈回家，特别渴望与妈妈说说话，妈妈总是说还有工作要忙让自己先睡觉，内心感觉很孤独，觉得妈妈不爱他。”

妈妈欧严是湖南省中医药研究院附属医院的一名护士长，忏悔以前陪伴孩子的时间特别少，在一起的时候回家也还在忙自己的事情，每天几乎很少花时间与儿子交流，还经常批评孩子这也做不好那也做不好。通过亲子营活动学习，欧严觉醒到，最好的爱是用心陪伴，只要创造良好的环境，孩子也很容易

学好。《静思语》让自己找到了教育的方法，让自己有机会与孩子共同成长。

感动不如行动，欧严在科室医生工作室和病房都贴上《静思语》，每天与病人进行“话聊”，让病人放宽心安心养病。病人治愈回家，也会请上《静思语》带回家分享给身边的人。认识慈济的两年以来，欧严不再买奢侈品、衣服也少买了，只买必需品。她说：爱是满足。欲望少了，就多了很多快乐，就有时间多与家人互动。她期许自己来年参加志工培训，成为地球上的一颗精灵宝贝。

在亲子营静思花道活动中，陈宣运小朋友细致认真地体验每一

个环节，并决定把作品送给妈妈。宣运爸爸非常激动地分享：“儿子一至三岁期间，都是妈妈一个人带大，自己作为父亲几乎没有陪伴，经常以出差、应酬各种理由疏忽。慢慢的，孩子跟他越来越陌生，自己心生很多烦恼。”经过这两年的陪伴，父子之间从陌生到亲密，成为了好朋友。这两年陪伴期间，感恩有慈济《静思语》的陪伴，让他和孩子都更清晰地知道人生的方向，彼此共同成长。

静思法语点亮心灯

家长课堂上，《读静思语》的优美手语演绎吸引了家长们的眼球。志工郭奕艳给家长们分享静思人文之美，美在雅致与宁静，美在感恩、尊重、爱，更美在智慧与修养，并分享了很多志工因为走入慈济，以静思语改变了自己的人生，也改变了自己的家庭关系、亲子关系，谱写了新的人生故事。

志工吴江分享自己在教育孩子过程中走过的弯路——过去因为没有站在孩子的角度去理解，孩子的房门经常锁上，心门也锁上了，直到走入慈济，学习正确爱孩子的方法，懂得真正的爱是用心陪伴，才逐渐走进孩子的心。

常萍则分享自己教育孩子的经

验——神奇的五分钟，即在孩子睡觉前进行五分钟用心的沟通，正确引导孩子，也帮助孩子沉着面对中考期间生病的考验，最后孩子考出了理想的成绩。

志工凌耀霞现场说法，她曾经是一个性格急躁、容易焦虑的人。儿子虽然优秀，但受妈妈影响，也形成了易焦虑、不自信的性格。特别是刚进大学第一年，压力很大，每隔几天就要对妈妈抱怨。上人的静思语“用母亲的心爱天下的孩子、用菩萨的智慧爱自己的孩子”为耀霞指引了方向。

她用静思语开导儿子，带儿子一起参加深圳的亲子人文营队，参与《行孝行善不能等》音乐手语剧的演绎，也邀请儿子来参加此次的亲子营队承担总务工作。



志工邀请家长将静思好话写在扇子上，一日一扇（善），将人间美善传给周围的人。（摄影/王美水）

耀霞感言，当自己平静下来，用智慧来教育孩子，孩子的变化也非常明显，能坦然面对自己的不足，并愿意在更多的领域去发现自己的长处，遇到同学的坏脾气也更能包容了。

志工把静思语发给每位家长，并送给每人一把扇子。吴江邀请大家在扇子上写上一句自己最心仪的静思语，今后，要一日一善（扇），用静思语给自己带来心灵的清凉，把善心传递给周围的人。

家长瞿妹是第二次来参加亲子营了。去年亲子营第一次听到“嘴巴脾气不好，心地再好也不能算是好人”这句静思语很震撼。过去自认是个善良的人，但是情绪来时，

就会说出不好的话。

一年以来，她用静思语改变了自己。今天最有感触的一句静思语是“做一个有礼的人，人见人欢喜。做一个有理的人，人见人尊敬”。她发愿要做一个有礼有理的人，也要将自己在教育儿女过程中的担心化为祝福。

素食健康又环保

救地球的终极方式就是茹素。两天营队都是素食，但孩子们却吃得很开心，家长们也吃得很安心。大医王志工杨正望为家长讲解素食的好处，还有生活组的志工们教家长们做点心，每一餐都做得色香味



志工准备色香味美的素食大餐，让家长与孩子们吃得开心，也了解素食的好处。（摄影/吴瑀菁）

俱全，让孩子们在短短两天内爱上了素食。

亲子营的第二天下午迎来活动高潮，四位师兄借来了舞狮子的道具，在热闹的锣鼓声中出场，颇为专业的演出逗得孩子们哈哈大笑。十二位头戴厨师帽、身穿蓝色围裙的师兄们每人捧上一道素食大餐，上演了一场上菜秀，引来家长和孩子们的阵阵惊呼和赞叹。荷叶飘香、清凉一夏、创意春卷、心包太虚、水果米蛋糕……每道菜不但摆盘精美，让人垂涎欲滴，命名也颇有讲究，富有内涵。

胡和利是三个孩子的妈妈，以前爱吃龙虾和牛肉，但自去年参加了亲子营后，这一年来已很少吃

肉。以前性格急躁、为人强势，对孩子们要求特别严格，还常常打骂孩子，现在性格柔和了很多，和先生的关系改变了，和孩子们的关系更密切了。现在的她觉得自己特别幸福，也愿意以知足、感恩、善解、包容去面对生活中的每个人。

来自常德的覃业恒小朋友在营队结束后回家的路上就开始捡资源，晚餐时坚持要自带碗筷。活动第一天还在想着什么时候可以开荤，但是第二天回家路上他却和妈妈说：“明天只要买点海带、豆腐吃就可以了。”同行的阿姨说：“那以后我们每周只吃一次肉。”业恒说：“不行，我们以后一年吃一次肉。”

■



低碳环保滇藏行

撰文/摄影 鲁晓晓



“有资料显示，每少驾驶一公里汽车，可减少二氧化碳排放量二百二十一克，这次滇藏骑行全程一千九百零九公里，如此算来，一个人可以减少四百二十公斤的二氧化碳，我想以这样的资料，号召更多的年轻人加入低碳环保的队伍中来。”

大二学生高倚天道出了自己的初衷：“我们团队共四个人完成了这次的挑战，累积就是近八千公里，不到一个月的时间里四个人可以减少一千六百多公斤的碳排放量，这个数字是相当惊人的。”

“我们不是科学家，也不是官员，但是低碳环保从小事做起，我们每一个人都可以为保护地球出一份力量。”

骑车去拉萨是每一个骑行者的梦想，从云南大理到西藏拉萨的二千多公里，沿途风景秀美，山河瑰丽，但因路途遥远，要翻山涉水，跨越重重险境才能到达。高倚天在父母的耳濡目染下很小就开始关注环境保护的问题，他意识到，并不是汽车才能走很远的路，自行车也一样可以做到。

去年暑期参加慈济在苏州志业园区举办的夏令营活动，七天的

滇藏线骑行过程中，除了要应付路况、天候、体力等变化，更多是意志力与耐力的考验。





高倚天参加2015年暑假的慈济夏令营活动，对环保议题体悟良多。
(照片提供/高倚天)

营队生活，让他感受深刻。他说：“上人在《与地球共生息》书中提到一句话，我体悟非常深刻，‘天地万物与我们是一体的，所以疼惜万物如同疼惜自己，而其中最重要的是爱护和呵护地球的一念心。’在梦想实现的同时，我想让它更有意义一些。”

二〇一五年十一月底联合国气候高峰会在法国巴黎召开为期十二天的会议，慈济志工第三度受邀参与周边会议，分享慈济带动环保重点，是回归个人的生活习惯：点滴减少碳足迹、使用环保筷、少开车等等。

听闻全球气温升高已打破往年纪录，高倚天深知地球降温必须带动身边更多的年轻人，倡行简约生活、减少生活中的碳足迹。

有共识更需行动，经过半年的体能训练，高倚天约上志同道合的朋友，以骑自行车的方式、带上环保筷、沿途通过环保理念的宣传、

环保低碳守约签名、团队环保知识讲座分享、收集身边可携带的垃圾和回收物，开启了长达一个月的低碳长途的旅行。

团队互助共甘苦体悟幸福

“真正骑行到这条路上，没有预料到条件会这么艰苦。时风时雨时烈日，驮着重重的行李，还要爬很高海拔的大山，骑行第二天我就到了崩溃边缘。”

“当我骑不动准备推车的时候，幸好同伴们鼓励我，为我打气，还教我一些爬坡的技巧和呼吸的方法。有的同伴经常高原反应但不放弃，有的伙伴身体不适受伤了依然坚持。”

回忆起在路上的点滴生活，高倚天说：“路上住过几十人一个房间的大通铺、中午没有地方吃饭就在路边喝冷水吃馒头咸菜、水壶里滴水不剩的时候只好爬到山上喝小

溪里流下的泉水、有时候只能用最简单的泡面或大米充饥。”

“在那样的情形下，艰苦条件根本并不算什么，当我很累的时候，身边的陌生人跟我打招呼，就是我前行的动力；面前有张床倒下就能睡着。沿途体悟到陌生人的一句加油带来的温暖，给了我无限的动力。”

好话一句暖三冬，重走茶马古道，一路翻越红拉山、东达山、业拉山、安久拉山、色季拉山、米拉山等九座四千米以上的高海拔大山，不管是在雪山顶的垭口、还是

穿过潺潺的河流、或是越过涉水的路面、高倚天也乐意与相遇的每个人分享此行的环保使命，在他随身携带的旗帜上，近两百多位响应号召的环保人士签下自己的大名，承诺以低碳的方式出行，沿途保管好自己产生的垃圾不乱丢弃。

在藏民的客栈里，沿路的餐馆中，处处是他说环保、讲低碳的场所，高倚天和同伴们在二十一天的骑行中，沿途举办了十五场环保宣导活动，从七、八岁的小朋友到七十岁的大叔，他说：“一个人的力量虽然很少，但是每个人都可以



翻山越岭的路程让高倚天几近崩溃，但是同伴的鼓励与路人的加油声，给他继续前行的动力。



沿途遇到每个人，高倚天不断宣导环保观念，并号召大家一同签下保护地球的共同愿望。

为保护地球做一份贡献。”

“并不是只有优越和奢侈的生活能带给你幸福感和满足感，当你自己付出来劳作一些，能吃上一碗白米饭也是非常非常香的。”平时在国外读书的高倚天没想过人生会经历这些，他说此时深刻体悟了静思语所说的‘生活若简朴，人生就幸福’的真谛。

自带环保筷劝导珍惜资源

每次到饭店用餐，高倚天自带环保筷，看到同伴们使用饭店的

一次性筷子都会劝导。慢慢养成习惯，到后来，大家也会本能的拒绝使用，而改用循环使用的消毒筷。

“现在社会上评价我们这一代年轻人的缺乏独立自主的能力，缺少社会责任心，缺乏面对困难的勇气，其实并不是每个人都是这样，只要我们多一点善心，多一点对地球保护的意识，其实每个人都能做到。”高倚天说：“我们每个人的力量是小的，但是只要大家一起行动起来，这个力量不可估量。”

“信心、毅力、勇气，若三者具备，天下没有做不到的事。”临

克服身体的超负荷、恶劣天气等突发状况，骑行二十一天近两千万公里，高倚天完成滇藏线的挑战，用自己的行动呼吁年轻人改变出行方式保护地球。

行前母亲以静思语鼓励高倚天。最终他以最低碳的方式、用最坚强的毅力、克服身体上的超负荷、心理上的超耐力、意外路况、恶劣天气、自行车突发状况等问题，骑行近两千万公里，完成最艰难的旅程，挑战滇藏线。

脸上皮肤已晒出了高原红，胳膊也褪了好几层皮的高倚天谈起这次滇藏行的感悟和收获：“我想呼吁更多的年轻人改变自己的生活方式、改变他们的出行方式，用低碳出行来为保护地球出一份更大的力量。希望他们在自己的城市，可以使用自行车代替开车出行，出去吃饭可以自带环保筷。每个人都有意识和责任感，减缓地球暖化，控制地球升温的速度才有可能实现，以此唤醒每个人心中对大自然的爱，我相信世界将因此而改变。”

■





九十二岁的邢大爷耍花枪仍是神采奕奕。（摄影/陈豪情）

易县访视见苦知福

撰文/北京真善美志工

慈济在易县历经八年的深耕，
已经走过超过二百个自然村。
志工们自愿自发，
一次次前往河北偏乡，
不仅仅是因为那份扶贫济困的爱心，
更是见苦知福的心灵成长。

河北省易县南城司乡龙王庙村
周围青山碧水，空气清新，
陪伴慈济志工访视的村干部，脸上
洋溢着亲切温暖的笑容，带着志工
走入邢大爷家。

河北省易县南城司乡共有二十一个村，上千户人家。七月三十日，清晨六点钟，北京志工已乘上大巴车，从慈济北京东花市会所出发前往易县，一路上汇合了保定志工、易县志工，涞源志工，分别对南城司乡的二十一个村进行为期两天的入户访视。

出发前，慈济志工已详细记录每家每户每位照顾户的访前基本信息，一叠叠访视记录表，都是志工们的诚心、爱心和用心。这次访

视，志工着重了解七、八十岁以上老人们的生活情况。

父舞长枪子弹琴 身贫心富

虽然房屋外观破败不堪，但邢大爷将家里收拾的井井有条、干净整洁。邢大爷的儿子热情地将志工引进屋子里，闲谈中，父子俩回忆起二〇一〇年一月慈济人赠与他们冬令物资时的情景。

已经九十二岁的邢大爷，笔直地站着和志工交谈，保持着当年军人的英姿。邢大爷共有三个儿子，长子已经六十三岁，虽患有癫痫，但坚强地肩负起赡养老父亲的重任。

父子二人现在还能下地，经济





邢大爷与儿子的生活虽然艰困，但是心中充满感激，这样的精神让志工感佩。（摄影/陈豪情）

上除了邢大爷的党员补助，就只有二人的养老保险。虽然日子艰苦，但是父子二人并不抱怨，言语中不断感谢党和政府给与的帮助，除了对国家充满感激，并依然对生活充满了热情。

父子二人都有自己的个人爱好，儿子闲来无事会拉拉二胡，老父亲更是刀枪棍剑样样精通。

邢大爷在志工们面前耍了几个花枪，最后精彩的亮相，老人眼神精光四射。看着老人精神焕发的姿态，志工由衷祝福。

临走时，父子两人互相搀扶着坚持要送志工，一直送到了门口，即使志工已经不在视线内，他们依然站在那里不愿回去。在二位老人的眼神中，志工们看到了淳朴，看到了希望。

见苦知福更惜福

在白麻村里有一个特别的村民小潘，提起他的生活环境，陪伴访视的村支书直摇头：“他的家臭得很，你们别进去。”

原来小潘是智障，自幼母亲过世由姥姥抚养，十年前姥姥往生后，由同样是智障的父亲抚养。

走进小潘家的院子，一阵恶臭扑面而来。志工揭开锅盖，成百只苍蝇嗡的一下扑进散发着酸臭的食物。小潘蜷缩在被子里，床上堆满了杂物，散发出的味道令人窒息。

看到此情景，志工刘广立即跨上床开始整理，把糊着排泄物的棉被抱到院子里，然后用棒子拍下。

志工把自己随身携带的饮用水和干粮拿给小潘，见他吃得很香，似乎已经饿很久了。志工霍亚卫心疼地说：“也不过比我儿子大一岁，怎么能生活成这样？”

刘广拉着他的手说：“下次我

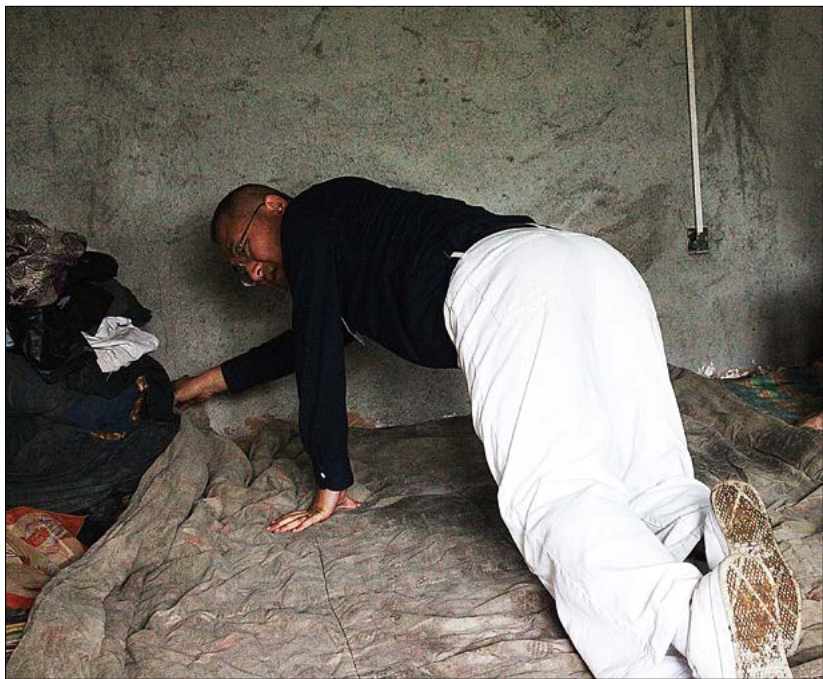
们还来看你，给你带好吃的，好不好？”本来面容麻木的小潘瞬间有了表情，高兴地笑着点点头。

志工把随身携带的所有水和饼干都留下来给他，并嘱咐他饿了就吃，渴了就喝。当志工挥手向他告别时，他立刻呜呜地哭了，令大家心酸不已。刘广说：“做慈济快六年了，这么苦的人还是第一次遇见。”

慈济在易县历经八年的深耕，已经走过超过二百个自然村。志工们自愿自发，一次次前往河北偏乡，不仅仅是因为那份扶贫济困的爱心，更是上人对志工们的期许，期望慈济志工能够见苦知福，拉长情扩大爱，共同祈愿天下无灾，社会祥和。

就

志工不惧恶臭，将沾满排泄物的棉被抱到院子里整理，并将床上的杂物一一整理。（摄影/刘萍）





上海闵行区志工准备了打扫工具与油漆，准备将李乐杰的家彻底大扫除。

因为我们是一家人

撰文/张天奕 摄影/李永富

虽然已是入秋，但是秋老虎的威力还是不可以小觑，不知不觉间，上海闵行区志工对李乐杰的关怀和陪伴已经持续两年。

就读高中的李乐杰因父母离异和父亲住在一起，但是乐杰的父亲因身体不好没有工作。除了学费、生活上的支出由母亲补贴以外，平时生活起居都靠自己，但经常吃外卖和零食，加上不爱运动，导致肥

胖而造成椎间盘突出。

两年中，慈济志工除了关怀乐杰的饮食起居，在父子关系的改善上也做了很多的努力，一点一滴地付出关爱和陪伴，亲身见证着这对父子的关系越来越和谐融洽。

每次访视的时候，大家都会被墙上“爸爸是头猪”的孩童的笔迹所深深触动，据乐杰说那是他在上小学时写下的笔迹，当时的愤怒和

发泄，就在这墙面上一直保留了十多年。

志工段恩荣和包乐恽在与乐杰父亲的谈话中提及这段往事，父亲感到非常难为情，当下，志工商议决定粉刷墙壁，抹掉前隙，抚平裂痕，重新再来。于是八月十二日，十二名志工浩浩荡荡来到了乐杰家，开始一场彻底的大扫除。

一进门，志工没有被眼前的狼藉和那厚厚的灰尘油渍所吓倒，立即各自分工，男众粉刷墙壁，女众负责厨房和卫生间，大家非常默契，合和互协。近七个小时，大家几乎没有停歇，刷墙，拖地板，整

理物品，倒垃圾，清理厨房油渍，刷马桶，擦玻璃……

眼看着志工们被汗水浸湿的上衣，湿了又干，干了又湿，大家却满心欢喜。李乐杰亲手将那面墙粉刷一新，并期许自己刷掉那些不好的记忆，让自己有崭新的开始，替代这些文字的将是自己喜欢的一些励志名言“书山有路勤为径，学海无涯苦作舟”。

段恩荣感慨道：“两年多的访视和陪伴是值得的，乐杰如此信任我们，才会有这样的机缘走入乐杰的家中，希望乐杰能恢复清静的本性，从此心灵深处焕然一新，迎接

志工鼓励乐杰亲手将自己写在墙上的怨言擦掉，忘掉不好的回忆，开启崭新生活。





志工用七个小时的时间，让乐杰家里焕然一新。

美好的未来。”

包乐恠也非常欢喜地说道：“这跟我们这两年的坚持付出是分不开的，期许乐杰能向慈济志工们学习，勤奋精进，能和爸爸的关系更和睦。”

志工林文德用自己的现身说法鼓励乐杰：“人的一生总会犯错，要勇于面对错误并改正，把握生命中的贵人，做个有价值的人。”

志工毕德重一边清扫一边教导乐杰，打扫厨房的小妙招、保持日常的环境卫生等等，并鼓励乐杰平时要多运动，好好珍惜今天的劳动

成果，做一个热爱劳动的好孩子。

志工毛敏音非常欢喜，在自己五十八岁的生日做了一件这么有意义的事情，希望慈济人的大爱可以让乐杰一家更幸福。

黄振隆希望通过改变生活状况来改变一家人的心境，并发挥他巧夺天工的手艺，修好了那扇多年没有玻璃的窗户，也用社区里简单的花草为乐杰的新家呈现了花道之美，时时刻刻展现慈济人文。

打扫接近尾声，屋子别有一番气象，乐杰爸爸回到家中，被慈济志工的付出深深震撼，想不明白



在现在的社会里怎么会有这样一群人
人不图回报地付出，慈济志工异口
同声地回答：“因为我们是一家人！”

此时此刻，整洁的屋子里，白
色的天花板和蓝色的墙壁，明亮的

玻璃透射出窗外湛蓝的天空和朵朵
白云，以及围坐在一起，彼此互道
家香的十二名志工，构成了一幅最
美的画面，以人间最美的精神，同
行同愿，相互陪伴，用爱与关怀温
暖着身边的每一个人。

越



志工期许乐杰（二排左二）能够向慈济志工学习，做一个勤奋精进、热爱劳动的好孩子。



李赤军

赤胆人生好精彩

撰文/张文静 摄影/黄德欣 龚宝英

不断寻找心灵依靠的李赤军，
过去三天两头就去朝山拜佛，
不断烧纸钱买佛像，
每天不念七八本经书不敢出门，
让家里头疼不已，
直到认识慈济之后，
生命有了一百八十度的转变。

“如果没有遇到上人、遇到慈济，我的人生不知会流落到哪里，不知家庭还会不会存在……”回想前半段的人生，环保志工李赤军，感叹分享。

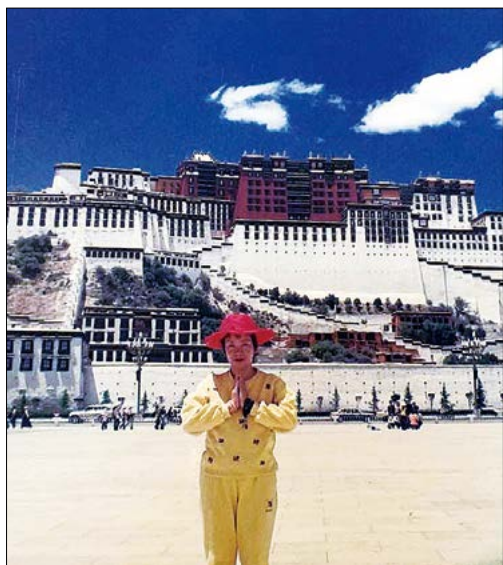
六十年代初出生的李赤军，排行老三，上有两个姐姐，下有一个妹妹一个弟弟。孩子中妈妈就最疼她，而父母的关爱，导致其虽是女儿身，但个性非常要强、软硬不吃，用父母的话说：“胆子特别大，她要想怎样就怎样。”因为脾气与个性的原因，赤军一直是父母心头的牵挂。

受奶奶的影响，李洪孝一直奉

行“吃亏是福”，平日与人广结善缘，而受父亲的影响，李赤军也从小就很善良单纯，非常孝顺。二十岁时，赤军因见到一尊观音像，心生欢喜，从此与佛教结下了不解之缘，见到佛像就会拜，十分虔诚。

义无反顾寻找心灵归宿

随着赤军成长，对佛教的向往程度不减反增。“一年三百六十五天，我近三百天都在外面朝拜，不论是显宗的经文和打坐，还是密宗的咒语和手印……能学的统统都学会了。”赤军说自己不知为什么就



是喜欢寺庙里面那种清净的感觉，念经拜佛的当下内心很欢喜。

然而这种欢喜并没有持续很久。“在往回赶的途中，烦恼就来了，心里开始打鼓、忐忑。”要怎么与家人交代呢？而当听到朝山、拜佛的讯息后，她又准备整装出发，先斩后奏。

“那时，就是很想朝山，到寺庙拜拜、点香、听经，什么都不用管，什么都不想管，再远都要去，再没钱都要想法去。”

为了不让家人知道，有时接到法会的讯息，李赤军会订早上的航班，朝拜完后，赶在家人下班前回到家。短暂的快乐，换来的是自己与家人身心俱疲。

从二十岁到四十八岁，二十八年的时间，历经恋爱、结婚、生子，李赤军依然是接到消息就义无反顾地说走就走，父母、家人都劝

李赤军过去一年之中有三百天都在外面朝拜，心中向往寺庙清净的感觉，却让家人既烦恼又担心。（照片提供/李赤军）

不了。“求家人平安，求孩子听话，希望自己多赚钱……有非常多的需要，希望菩萨能够给予。”

不仅前往各地朝拜，而且她还很能“舍”，每到初一、十五或者是佛教的节日等，每次都会买上千元的纸钱焚烧，家里的烧金桶比别人家都大许多，以为这就是虔诚，家里摆满了从各大道场请购的佛像及转经轮，有些怒目金刚的形象，让先生与孩子看了既烦恼又害怕。

面对这个不顾家、不顾孩子，一心向外的妻子，先生终于无法继续忍耐，告诉赤军的父母收回这个女儿，不准备再要这个妻子了。听到父母的转述，赤军不但没有一点反省的念头，还很生气地想：“我是商品吗？随意让人买卖？”

屋漏偏逢连夜雨，赤军没想到善心竟会被朋友利用。一位朋友因炒股票要借高利贷，请她做担保，赤军当时并不了解什么是“担保”，一时意气用事，且觉得或也有利可图，她答应并在担保书里签上自己的大名。

万万没想到朋友还不起高利贷，竟然不告而别，了无音讯。因为借的高利贷，没有按时还款，一

群黑社会混混找到赤军家进行威胁，让一家人生活在不安之中。

善缘牵引菩萨道

数次的打击让赤军开始反省自己的行为，但不得其门而入。每天读七到八本经书，不念的话不敢出门，稍有不顺就归结于没有读经，觉得受到惩罚，心无法定下来。

人生如戏，就在赤军烦恼不断的过程中，遇到了慈济志工。二〇一二年在厦门翔安区举办的近五千人的大型冬令发放活动，赤军被邀约承担分发日用品。

在发放的过程中，赤军看到一位低保户老人颤颤巍巍地走过来，“在寒冷的冬天，瘦弱的他只穿了一件薄衫，脚上穿的是塑料拖鞋，待老人走近，只见他一只眼睛看不到，而看得到的眼睛下面竟然有一个洞……”这位示现苦相的老人，让李赤军心生不忍，当下眼泪浸湿了眼眶。

深受感动的李赤军，在冬令发放结束后，欣然接受志工的邀约参与当年的岁末祝福活动。

歌声悠扬，现场庄严、朴素、典雅，活动过程中，赤军被慈济的美，深深打动：“这就是我一直想要找的安宁。”当心灯点亮的时候，赤军觉得很震撼：“一下子心

全打开了。”手捧心灯的当下，赤军的心无比安定，流泪发愿：“要参加慈济、参与志工培训。”

培训刚两个月，在资深志工的引导下，时间充裕的她，开始承担起厦门五缘湾环保站的惜福屋站长。“满脑子都是慈济，也不知为什么，就是很想去、爱去。”在不懂“惜福屋”是什么时就一口答应承担下来。

她开始去做环保，每周两天值班，承担福田。环保让性格强势的李赤军慢慢放下身段，她深深体会到：“做环保是洗涤自己的内心，大家应该好好爱护我们的地球母亲。”

二〇一三年八月，还是社区志工的她，参与环保营队回台学习。第一次去台湾，下飞机看到慈济家人来接，赤军感觉非常亲切，内心一下子被感动。而每一堂课，赤军感到法是与日常生活密不可分，是落实在日常生活中的。“经者道也，道者路也，路就是要走。”

回厦门之后，李赤军不仅把家里店面的二楼腾出来做社区共修，还每天跟着志工薰法香。四处寻法的心，因为慈济而定了下来，李赤军不再一味向外求，专心打理店铺生意，有空就做志工，对家人说话越来越和颜悦色，对父母更加孝顺：“以前念慈济十戒的第八戒，



精进学习的李赤军改变自我的习性，忏悔自己过去没有陪伴家人，调和声色。

‘孝顺父母调和声色’的时候，我是不敢念的，因为我做不到。”赤军忏悔说道。

改变自己是自救，影响他人是救人。李赤军的转变，带动家人跟着改变，不仅跟着她做环保，还跟着她茹素，甚至在赤军的号召下，公公的丧事，全家用素食来感恩两百号亲友、宾客。

“过去自己不是好女儿、好太太、好母亲，大多数时间都不在家，陪伴家人的时间很少。做了环保之后，自己的习气慢慢有所改变，开始关注家人，多陪伴他

们。”在把环保落实家庭、工作、生活的同时，李赤军心里的垃圾也一点一点清除了。

因好奇女儿为何会有如此大的转变，想一探究竟的父母亲，毫不迟疑地接受赤军的邀约，参与慈济冬令发放活动。来到冬令发放的现场，他们感到很震撼，慈济志工的亲切让他们觉得温馨。

李爸爸原来是急性子、脾气暴躁，参与几次社区志工研习课程后，脾气变好了，还发心为厦门三个社区共修处安装净水机。而李妈妈则每天跟着赤军一起薰法香，已

成为志工的李妈妈很开心地说：“我还要邀更多的人走进慈济，让大家都能欢欢喜喜过日子！”

妻子李赤军加入慈济这两年多来发生的巨大变化，感触最深的是李赤军的丈夫肖方礼。他评价妻子：“以前的李赤军是不堪回首的，现在的她是温柔的、顾家顾事业的、通情达理的。”他继续道，“慈济是个可以把魔鬼变成人、把人变成菩萨的好地方！”

赤军二十多岁的儿子以前花钱大手大脚，来到慈济后，懂得省水省电省钱了，如今也一起加入行善、茹素的行列。

李赤军分享：“天上最美是

星星，人间最美是温情”因为自己的改变，体会到家人的温情。赤军道：“一定要勇于承担，上人的法这么好，给人正确的人生方向，一定要听，且要行法，不仅自己做，更要接引更多人间菩萨一起来做环保，爱护地球母亲。”

加入慈济后的李赤军，更明白因果果报的道理，对于欠款躲藏的朋友不再记恨、计较，反而打开心胸，替他还清了所有债务。

见证无常勇猛精进

除了做环保、说环保外，薰法香、入经藏、环保爱洒、慈善访



承担环保让性格强势的李赤军（左）慢慢放下身段，体会到：“做环保是洗涤自己的内心。”

视……各类活动几乎都可以看到赤军的身影。眼看着赤军的人生路越走越顺畅，做慈济、做环保也越来越欢喜，然而，就在参与志工培训的第二年，一场大病让生命垂危的她切身感受到人生无常。

二〇一四年十二月，李赤军发现体内不知什么时候长了一个二十二公分的肿瘤，手术取出后身上缝了二十三针，还好身体并无大碍。住院期间，她亲眼见到隔壁床的病友大出血，垫子都被血液浸透了。“面对病友示现的无常，更要

把握时间。”赤军含泪默默发愿。出院后的赤军内心更加坚定自己选择，一路精进，日日薰法、行法的她遇到事情用上人的法转念。

二〇一六年赤军与厦门环保团队回台学习并接受上人的祝福。这是她第七次回归心灵的故乡。“不求减轻责任，只求增加力量。时时提醒自己是慈济人，是在修行，时时刻刻要多用心。”面对未来，李赤军以赤胆之心勇发大愿，身体力行护大地，接引更多人间菩萨同行菩提大道，一起净化人心。

慈

如今李赤军与母亲都走入志工的队伍中，因为自己的转变了而改变了整个家庭。



證嚴上人

衲履足跡

撰文/釋德仇 內文照片/花蓮本會提供
題字/林美娥 刊頭攝影/黃錦益

7/1 《农五月·二十七》.....



恶酿灾，善得福

【静思小语】恶念，引发灾难；善行，造福人间。

开启觉悟之门

阿富汗六月底接连发生数起自杀炸弹攻击，造成数十人死伤，攻击者同样身亡。一日早会，上人感叹，触目惊心的人祸，起于少数人的一念心。

“众生无明、不知方向，心起恶意、累积恶念，灾难丛生。有缘接受法水滋润，开启觉悟之门、走上觉悟之道，就要顾好心念、谨慎护心，为人间造福。”

二〇一一年十月，南美洲国家洪都拉斯因热带风暴造成洪涝灾害，张鸿才师兄结合美国慈济人往南部重灾区秋省（Choluteca）赈灾，并在马可比雅市（Macovia）梦哈娜村（Monjaras）兴建二十八户简易屋；二〇一三年一月再为当地贫户兴建三十间永久屋；同年八月加盖一百三十间，合计援建一百六十间。

第三期两百四十多栋双拼设计的慈济大爱村，于六月二十四日落成启用，洪国总统亲临剪彩。单亲

妈妈艾玛女士表示，原以为这辈子无法让孩子们拥有安稳的家，“慈济为我们圆梦，内心的感恩难以表达。”

“有好因缘，遇到有爱的人间菩萨，苦难人就有福得以安居。”上人肯定，有福之人更要珍惜善因缘，付出无私大爱，让世间穷困苦难人不孤单。

闻法更要传法

“我这辈子无烦恼、没有得失心，却有烦忧——烦忧弟子不能安住道法，一阵无明风吹起，就让心中仅存的法水干涸；或是即使天天听法，却依然故我，停滞不前……”与慈济人谈话，上人叮嘱，闻法要精进，更要不断地接引人、带动人才，让志业生生不息。

上人强调，走入慈济、有心付出，就要闻法。“心中有法，才有道气；有法、有道气，自然能让人接受善法、心开意解。”

一位老人家深研佛法，也常对

人谈论佛法，却不明白为何子孙后辈不喜欢听，反而积极参加慈济志工；某次他随子侄参与慈济活动，听闻慈济人分享平时行善的人间事，深感震撼，认为慈济人所做之事契合佛法，于是投入培训，如今已是受证慈诚。

“道气无法用言语述说，唯有彼此带动、相互闻法、身体力行，才能从中印证佛法、法喜充满。”上人期待每位慈济人既是闻法者，也是说法者、传法者。

“培育树木不能只求枝叶茂盛，顾好树根，树体才能茁壮。”与海外慈济人谈话，上人叮咛要“固本”——照顾好资深者、招呼新进者，从平时的互动中巩固彼此

道心。

“年轻人有热情，要把握因缘、鼓励他们恒持初心；更要以感恩心照顾资深者，若没有这群拓荒者，现在的慈济人就无路可走。”

与宗教处、文发处同仁谈及慈济立宗，上人表示，许多历史悠久的佛教宗派，都以佛法理论传世；慈济是以行动证明佛法，用事相印证佛理，以理来印证事，踏实走过五十年才正式提出立宗。

“道理无形无相，看不见、摸不着，但是真实存在。”上人表示，慈济人以有为的行动，证明无为的法理；“就像心中有爱，若只在口头空谈，别人无法体会，必须以实际付出，才能让人感受得到。”

7/2 《农五月·二十八》

尽除心灵尘沙

【静思小语】不患得，不患失；无烦恼，无毁誉。



心清净，念坚定

佛陀于《法华经·法师品第十》说明，佛弟子听闻《法华经》后，心生欢喜而深心受持，且能为

人说法、传法，即是弘法利生的如来使者；反之，出于恶念毁谤佛法，阻挠他人学习佛法，就造了很重的罪业。

晨语时间，上人说明，赞誉或

毁谤，于佛都不受影响；然而，谤佛谤法，却会毁灭一般人对于佛法的信心，让人道心退转，也阻碍佛法在人间流传。

“无论是功德或是罪恶，都是凡夫自作自受。”上人说明，学佛者、持经弘法者，要学习佛陀的智慧，尽除烦恼无明，坚定信心与道心；“心中没有是非得失，自然不受毁誉言论影响道心。”

就如许多慈济人分享，持续精进“熏法香”后心境转变，即使遭遇诋毁中伤也不影响付出心念。上人表示，用心闻法、懂得道理，即能消除内心无明烦恼；心灵无得无失、无毁誉，就能坚定力行菩萨道，坚持用心用爱为众生付出。

净人心，造福缘

非洲纳米比亚持续干旱，超过五十万人急须救援，总统宣布国家进入紧急状态。早会时间，上人感叹，慈济虽有心前往救助，然当地缺乏慈济种子，少了在地力量的支持，唯能祈求天降甘霖，给予居民一线生机。

人心不改变，天下难平安。上人教众加强宣导“敬天爱地聚福缘”，净化人心、多造福缘，带动人人心念虔诚，祈求天下平安。

六月二十三日江苏省盐城市突遭大雷雨、冰雹与龙卷风袭击，造成重大伤亡。华东慈济志工送去一千张福慧床，缓解医院病床不足的窘境，并持续走访各单位、关怀受灾乡亲。

七十多岁的孔爷爷住屋被龙卷风吹垮，和五岁孙女被压在土石堆里三、四个小时，饱受惊吓。孔爷爷平日畜养牲畜，抚养孙女和智能不足的儿、媳，如今家园毁坏，不禁悲从中来；而幸运只受轻伤的孙女惊恐难安，志工到医院关怀时，她不断哭泣，经过几天互动后终于展露笑容。

“看见孩子笑了，志工也开心了。这就是人间菩萨，以‘无缘大慈，同体大悲’之心，救苦救难。”上人表示，世间苦难多，需要有心、有爱的人间菩萨为众生拔苦，期待在世界各地广泛接引人间菩萨，传法入人心、传承爱的能量。

“佛法就是做人做事的方法，要传法，就要用心闻法；法入心、展现于言行，才能让人受感动而乐于投入。”

为襄助江苏慈济人救助盐城市风灾灾民，华东慈济人从各地赶往灾区，于苏州志业园区、灾区阜宁与花莲本会开视讯会议。志工提到，前往医院关怀时，有护理师感

动得说：“工作这么久，第一次被人感恩与尊重。”

上人肯定，受灾的人辛苦，抢救的人更辛劳，要用真诚的情温暖人

心。“期待大家在灾难中见证无常，在菩萨道场里磨练身心，时时运用佛法调整己心，代代传承，接力付出，成为‘一’生无量的菩萨种子。”

7/3~5 《农五月·二十九至六月·初二》

启发人心之爱

【静思小语】爱的力量增强，响应善行者众，人间福气自然增长。



守护道种，恒持道业

气象专家彭启明博士指出，今年夏季温度持续偏高，已可确认是台湾有气象纪录以来最热的一年。上人闻言忧心，天候酷热，在烈日下挥汗工作的劳动者，以及生活困窘的贫穷人更为辛苦。

“贪如水、瞋如火、痴如风，贪、瞋、痴的意念，会造作种种恶业。”上人指出，无论从佛法观点或是科学研究显示，要稳定气候、保护环境，就要呼吁人类素食；莫让世界充斥恐惧、怨恨、瞋怒等无明恶念，使气候变化愈来愈剧烈。

与慈济志工谈话，上人表示，大家长年投入慈济事、付出无所求，对于慈济一路走来的过程很清

楚；“听闻似是而非的言论要冷静思考，倘若随之起烦恼，道种很快就被抹煞，道业也随之中断。”

无论毁誉，佛德不增不减。上人言：“赞叹经典又能信受奉行，功德分分已获；毁谤经典以致道心减损，是自造罪业；以毁谤的言论断人发心学佛的慧根与道心，更是重业。”

许多海外本土志工，即使宗教、语言、种族不同，却珍惜投入慈济、听闻佛法的机会，得一法而拳拳服膺，让慈济志业就地扎根、开枝散叶、发展旺盛。上人期待每一位皈依弟子与师父皆是“法髓师徒”，不仅闻法入心，更身体力行。

“慈济的创立，源于宗教情操；慈济志业的推展，则是宗教精

▼“对的事情，做就对了。”武汉慈济人简报会务，上人致赠《无量义经》手抄本，期勉善用生命，与时竞争。（7月4日）



神的实践。慈济人虽有不同的宗教信仰，却能力行共同的精神理念；无论贫富，善念一经启发，生命全然奉献。”

就如南非本土志工，接受了慈济人的帮助与引导，了解爱的意义，人人用心接受善法，心门开启，转贫为富，人生价值因而提升。

上人表示，五十年来秉持印顺导师“为佛教，为众生”的叮咛，做慈济虽然经历许多辛酸坎坷，一路走来，从无到有，坚持用爱寸寸铺路，拉起人与人之间的觉有情。

“我只有一个愿景：净化人心、祥和社會、天下无灾难。”上人强调，要净化人心，一定要广传善法；弟子皈依的条件就是“做慈济”。

“慈济宗门以静思法脉为精髓；付出无所求的宗教情操、诚信实的法脉精神一定要坚持，让佛教精神世代延续。”

身心锻炼，祥和互动

参与心灵成长营的慈青同学，四日凌晨四点从花莲静思堂走路回精舍。见慈青队伍整齐而浩荡长，早会时间，上人欣言：“若社会上人人都能循规蹈矩、祥和互动，相信四季气候也能依序循环。”

今年第一号台风“尼伯特”昨日在太平洋海面形成，是近十八年来最晚生成的纪录。“要让天候平顺，最重要的是人心调和，真诚之爱能发挥安定社会的力量。”上人教众加强启发人心之爱，爱的力量加强、响应善行者众，人间福气就能增长。

台南官田八十多岁的环保志工黄缘绥阿嬷，不只天天投入资源回收分类，也身体力行省水、省电的生活环保；一生勤俭朴实，连电扇也舍不得使用。

“大富由天，小富由俭。”上人教众学习老人家的生活智慧，从环保付出中锻炼体力，让身心耐得住夏热冬寒。

内外一致，殷勤精进

武汉慈济人长期关怀胡爷爷，原本出身世家，却遇文革而人生骤变；由于没有身份证明文件，无法得到政

▼大陆志工报告江苏阜宁龙卷风赈灾情形，关怀过程有时亦遭遇困境，上人感恩慈济人难行能行，以真诚化解隔阂。（7月5日）



府补助。慈济人得知后，为他奔波设法，取得户籍证明，得以安享晚年。胡爷爷第一次领到政府补助金，立即捐出五百元人民币，表示这并非捐款，而是“感恩金”。

“正是因为有慈济，大家志同道合，共同承担拔苦予乐的工作，也增加了苦难人得救的机会。”上人肯定武汉师兄师妹锲而不舍，“对的事，做就对了”，长年精进为人间造福，翻转贫病苦难的人生。

上人表示，大家悲智双运，不只救助外在的苦，更做到了“救心”——救心灵灾难。“没有慈悲，不会接近苦难；没有智慧，无法转变苦难人生。慈悲与智慧，就是菩萨精神。”

上人勉励师兄师妹，维持克勤克难、勇猛精进的精神。“莫计较自己做了多少，应善用生命、与时俱进，做好该做的事，心灵才会扎实。”

慈青心灵成长营圆缘，上人表

示，青年是稳定社会的希望，期盼大家珍惜自身之福，把握时间殷勤精进，让内外一致，身心清净。

上人教众体会人生无常，莫仗恃年轻而恣意妄为；“时光流转，年轻人也会老去，期待大家在慈济团体中相互砥砺，培养品德典范，带动更年轻的一代，成为未来社会的希望。”

以诚相待，心自清凉

大陆华南豪雨成灾，据中国国家防汛抗旱总指挥部统计，截至七月三日，已有二十六个省市区、共一千一百九十二个县遭受洪灾，造成一百八十六人死亡、四十五人失踪，五万六千栋房屋倒塌，一百四十八万人紧急撤离。

上人于五日早会开示，全球气候异常不容忽视，人们必须自我反省，改变生活方式，莫奢侈浪费、追求享受，大肆开发耗用大地资源。

气候不调和，追究原因是人类受欲望驱使，破坏、污染环境所致。无论外在环境炎热，或是内心欲念、瞋心导致心境燥热，上人教众自我磨练，沉静身心、适应环境，随时随地都能以爱付出。“要让人心调和，就要用真诚之爱铺出一条平坦道路，让人人走得顺畅、依

序前进；人心平静，心静自然凉。”

此时正值穆斯林斋戒月，多数活动暂停举办，但土耳其慈济人深知每月固定发放的现值卡，对叙利亚难民的重要性，坚持如期进行发放。今年斋戒月共有三千户叙利亚

家庭、约两万多人得到祝福。

上人表示，虽然无法完全解决难民生活问题，慈济人的爱与关怀却表达一分助人的诚意；“人与人之间以诚相待、没有对立，社会就能祥和平安。爱与善，是人间至宝。”

7/6 《农六月·初三》

守心，守志

【静思小语】避免坏菌入侵，维护身体健康；不受社会浊气侵袭，坚守心志、坚定初衷。



凝聚人心之爱

今年首台尼伯特在凌晨增强为强烈台风，逐渐接近台湾东部。上人于早会提醒大家戒慎虔诚，在社区多宣导防台，关怀贫病、孤老，或协助暂时安置。

美国加州林火持续延烧，肯郡（Kern County）伊莎贝拉湖市（Lake Isabella）政府成立地方协助中心，邀请慈济参与援助工作。美国总会慈济人七月一日从洛杉矶出发，前往三百公里外的灾区勘灾，针对低收入户展开三天发放。

印度尼西亚中爪哇省六月底大

雨引发严重土石流，上千栋房屋受损；当地慈济志工也前往重灾区加布棉地区，协助受灾民众清扫家园。

四大不调，灾难频传，上人感叹贫苦家庭受灾，重建之路艰辛；呼吁人人发挥爱心、付出力量，帮助苦难人度过难关。“人间有爱，到处有温暖，人人戒慎虔诚，人心净化，天下灾难才能平息。”

巩固人间希望

教育是稳定社会的基础，与马来西亚雪隆及马六甲国际学校执行团队谈话，上人叮咛：“慈济教育

▼马来西亚慈济国际学校执行团队简报筹备进度。上人期勉道心坚定，建立跨越种族与宗教藩篱的教学环境，实现慈济教育完全化的理想。（7月6日）



防范，不受偏差观念影响，才能坚守心志，坚定教育初衷不变质，为未来的人间培植希望。”

教育是国家大事，教育做不好，社会人心就会乱，甚至祸及全球。上人期勉人人有志

坚持正向，方法可以跟上时代，但根本不能变。如同大树，根部要往下扎得深、扎得稳，才能向上成长茂盛。”

上人教导，面对各种建议，要能明辨，吸收好的、隔离坏的。

“如同身体做好防范，避免坏菌感染，才能维护健康；心灵也要做好

一同，巩固人类思想观念。

“办好教育是我们的使命，无论如何辛苦都甘愿，期待大家坚定道心与信心，视天下孩子如己出，捐出自己永不变质的真实之爱，守好慈济教育方向，培育学生好品行、让孩子懂得自爱；做出教育典范。”

7/7 《农六月·初四》

感恩者富

【静思小语】付出无求，真诚感恩。



转贫为富

南半球正值冬季，南非约堡慈济人近日前往南非北部份进行发放，对象包括两所小学的三百位学

生，和社区贫困家庭五十户。在摩洛哥妥迪小学发放现场，大人、小孩慎重以待，展现秩序与人文；孩子们对慈济人欢唱自编歌曲：“您的爱改变了我的世界；慈济，谢谢您！”

▼强台尼伯特来势汹汹，上人多次至防灾协调中心，叮咛关怀
全台各地防台事宜、戒慎虔诚，以爱守护台湾。（7月7日）



早会时间播放现场影片，上人赞叹当地人安贫乐道、开朗知足，令人敬重。“面对慈济人诚恳之爱，他们提起至诚的感恩心，乐于与人分享爱和快乐。虽然现实生活依然贫穷，但心存感恩，也愿意去关心人、爱人，就拥有富裕的心灵。”

至诚敬意

江苏省盐城市六月二十三日遭受龙卷风和冰雹、雷雨侵袭。灾后，南京、苏州、上海、昆山等地慈济人紧急动员，前往灾民安置点关怀。

安置点之一的板湖中心小学，因厕所久未清理，脏臭不堪；慈济志工提来一桶桶水清扫，彻底洗刷干净，让大家安心使用；许多居民深受感动，有人带香水来喷洒、用花草布置环境。

“心中藏有法宝，就能够转念——视粪便为泥土，把污秽的环境打扫得焕然一新。”上人肯定大陆慈济人庄严柔软的行仪，让人看在眼里，感动在心，而能“心花怒放”。“要如何供养佛？如何报佛恩？就是闻法欢喜，心花怒放，如同天女散花供养般庄严殊胜。”

上人强调，人人法入心，深铭心版而且落实生活，一举一动都能感动人心，这正是“用爱铺路成敬意”。

“用恭敬心付出无所求，还真诚感恩有付出的机会。慈济人以‘觉有情’的菩萨胸襟开展人间大爱，所走的这条大道，平坦、宽广又笔直，是人人心灵都需要的康庄菩萨大道。”

7/8 《农六月·初五》

业力如风

【静思小语】以福德善报，减轻业风破坏。



勤耕心田

佛典记述，修行者自发心开始，需要经过难以计数的长时间，生生世世修行、广结善因缘，才能福慧圆满而成佛。晨语时间，上人引众思考，为何修行需要这么长的时间？

“凡夫心起起伏伏，不断在善恶之间拔河。欢喜时发心立愿，道心坚定；然而一旦外境浊气滚滚，无知不断累积，将初发心埋没；周围的干扰愈多，道心愈消退，恶缘、邪缘再加入，成佛的目标就更远了。修行的困难就在于此。”

尼伯特台风的暴风圈在凌晨接触花东陆地，风雨渐强。上人教众巩固道心，莫随外境风雨飘摇。

“台风，是种种因缘会合生成，破坏力也受诸多因缘牵扯而消长。人的业力也如风，业力大就像飓风，会带来强烈破坏力。如果福德善报比业力强，就不会受业风影响；反之，福德善报不足，业风就会发挥巨大威力，造成重大灾难。”

上人强调，“业力会牵引风力”，唯有人人反省、忏悔，人心向善，发好愿、做好事，人与人之间合和互协，才能感应气候顺畅调和。

上人举述两年多前菲律宾保和岛强震，慈济人持续关怀受灾民

众，援建简易教室、扶困助学。当地居民满怀感恩，纷纷投入简易教室工程，让孩子们在遮风避雨的教室里快乐学习。

慈济人进一步带动居民在学校周围种菜造景，也教导他们，整地时要先挖除石砾、垃圾，就像把心中的烦恼去除，才能会合善因缘，让善种子在心田里健康成长。

今年六月，人医会到保和岛义诊，让许多白内障病患重见光明。上人赞许慈济人以“觉有情”的菩萨心与居民拉长情，用真诚的心铺大爱，“苦既拔已，复为说法”。

“佛法是净化人心的良药。只要人心调和，天地自然调和。”苦难的人间，需要更多人发心付出，上人鼓励大家不断接引人间菩萨，“当众生有需要时，就会有菩萨从地涌出。”

诚能化碍

与广州慈济人谈话，上人表示，人人本性清净，只是在六道轮回中不断复制烦恼、养成习气，斤斤计较、做利己损人之事，以致人与人之间无法互信。“要解开人心的怀疑，就要靠诚意——回归至诚之心。”

上人指出，诚，是学佛的基本

▼强台尼伯特重创台东，宗教处与慈发处简报灾情，及慈济人勘灾计划。（7月8日）



态度，要以虔诚心接受佛法，以诚心待人。“心诚，道就正。诚正信实，是静思法脉的内修功夫；慈悲喜舍，是促成慈济宗门的济世行动。”

上人强调，招募志工不是为了慈济，而是增加当地人间菩萨，志同道合为天下而付出，才是根本方法。“有人，才有力量；人多才能

发挥‘千手千眼’的菩萨良能，及时救助苦难。”

人生无常而短暂，上人期勉大家好好把握此生，用佛法洗涤烦恼无明。“闻法不能懈怠，要听入心、做出来。多一分法，就会少一分烦恼。”

上人以“静思法脉勤行道，传承法脉弘誓愿；慈济宗门人间路，悲智双运无量心”，殷勉全球慈济人精进勤修，以平等的慈悲心走入人群付出。“在纷扰红尘中，仍然依循正向，无怨无悔，力行菩萨大道。不受任何困难阻碍，坚定立志往前走，只为众生谋福、只愿天下平安。”

7/9 《农六月·初六》

启发深层善性

【静思小语】人文，是人心最深层的善性。



善能破灾

强台尼伯特昨日清晨登陆台湾，十七级强阵风造成台东地区多处铁皮屋顶掀飞、招牌掉落、道路淹水、校园与农田毁损等灾情。当

地许多慈济人尽管家中受损，仍赶往联络处启动勘灾与关怀。精舍师父与志业体同仁今晨从花莲出发前往台东，将分多条动线逐户展开安心家访。

早会时间，上人谈到尼伯特台

风结构扎实，来势汹汹，在台东造成严重灾害。“人平安则万事安，遭破坏的建筑可以重建。一善破千灾；人人调和身心，发挥善心、爱心，就能调和气候，减少灾难。”

上人请大家提起感恩心，感恩人能平安，更感恩许多无名英雄默默用生命付出，在各地做防台与抢修工作，维护社会安全。

“台湾有善有福，才能重灾轻受。要更努力启发、凝聚人人的爱与善；爱心善行能感动人心，也能调和气流，减轻灾难。”

长情大爱

一位师兄请法：“烦恼的种子很难去除，要如何断除习气，转烦恼为菩提？”

上人开示，人人本性清净、本无烦恼，是受外境染着养成习气，以致时时与人起摩擦；修行，最重要就是修习气。

“要用慈悲平等观看待每一个人，用单纯、诚恳的心与人互动，就能让人欢喜信任。”

师兄再问：“上人常说‘多用心’，指的是不是照顾‘第六识’？”

上人解说，第六识是依眼、耳、鼻、舌、身对外境的感触，而

产生的判别。例如眼睛看到蓝天白云，是视神经接触外境，再经由第六识判别是蓝色的天、白色的云，对景色留下记忆。‘心’中有‘相’即是‘想’，对种种‘相’有所分别。

更深层的意识是‘思’——‘心’上有‘田’，如同耕耘田地；从第六识判别的种种外相，经由第七识思考，产生占有或排斥等善恶意识，造作种种善恶行为；一颗颗业因的种子，收入第八识。上人叮咛：“修行就是要将所有的意识修得清净，才能回归真如佛性。所以要时时‘多用心’啊！”

一位先生事业有成后，整天花天酒地，弃家不顾；后来事业一败涂地，妻儿离开他自谋生路。太太含辛茹苦抚养儿女至成家立业，常教儿女无论如何都要尊重、孝顺父亲。太太投入慈济后，委托慈济人关心潦倒的先生。经过长时间互动引导，把先生接引到环保站，辅导他改除不良习气，直到他主动说出对家庭的亏欠，慈济人才说出妻儿对他不变的关心。他决定痛改前非，投入志工行列，努力通过见习、培训，受证慈诚当天，全家都来观礼，儿子还请他搬回家团圆。

上人以这个真实故事教导大家，一念偏差而放荡，使人潦倒；

所幸太太依然守持初心，原谅他，更引导他走上菩萨道。“凡夫会受俗情局限，在爱恨情仇中纠缠。走入菩萨道，要将心中的爱扩及全人类，疼惜、尊重天地间的所有生命，发挥长情大爱，就能解脱烦恼。”

慈悲等观

台湾艺术大学传播学院朱全斌院长、作家许悔之、《有鹿文化》顾问谢恩仁先生等人来访。谈到文化，上人感叹现今社会求新求变，但传统的伦理道德价值不可抹灭。

“文化，随着时代而变易；人文，则是要发掘人心最深层的善性。”上人表示，慈济人引法入心，自净己意，也致力净化人心；许多感动人心、发人深省的真实故事，也是能启发人心、让人心开意解的现代经典。

“莫只顾及小家庭，将情感局限在与自己有关的人。要更超越，爱普天下的众生。”上人说，慈济人秉持“无缘大慈，同体大悲”的心，何处有灾、有苦，就义无反顾地付出，这是因为人人心有佛法，所以能慈悲等观，身心奉献。

7/10 《农六月·初七》

作苦难人的贵人

【静思小语】铺平心路，深入苦难，作众生的贵人。



种福因，耕福田

与在台东的尼伯特风灾工作团队召开视讯会议，上人叮咛志工进行安心家访时，要“将心比心”，依住家受损情形与家庭人口结构，给予及时补助；还要评估是否援建与后续关怀，如此才能真正安定受

灾乡亲们的心。以真诚与友善，让受灾乡亲提起感恩心，也愿意付出力量彼此帮助，才能加快复原速度。

慈济在太麻里香兰村带动“以工代赈”，上人强调意在救助受灾乡亲，所以不要计较工时。“乡亲愿意付出力量清理村落、重建家园，志工要感恩、褒扬，带动他们提振

精神力量，为自己的家乡尽力。”

台东慈济志工谢孟涵住家的铁皮屋顶被强风掀起，垂挂在顶楼墙上，十分危险；幸好一台路过的大吊车帮忙把铁皮卸到地面。她表示，深刻体会菲律宾海燕风灾时民

众的惊恐，也感恩有灾无难，先生决定开始茹素。

“平时种福田、耕福田，就能得好缘相助。”上人叮咛台东慈济人深入邻里广布善种子，人人用心耕福田，地方就能平安。

7/11 《农六月·初八》

以法相系

【静思小语】法入心，法入行，心灵无距离。



结好缘，借事练心

尼伯特风灾赈灾视讯会议中，工作团队报告，昨天分三十条动线，走访台东市一千多户进行安心家访；今天高雄、台南、屏东、台中、台北、花莲等地慈济人陆续抵达，规划四十至四十五条动线进行关怀，并深入了解是否有需要长期协助的家庭，也有营造专业志工及同仁，协助评估住家修缮。

太麻里香兰村在二〇〇八年莫拉克台风后受创严重，有些农民重建贷款尚未还清，此次风灾又有三百六十户，约三分之二受损。昨天村长和地方人士来到慈济联络

处，感恩慈济人带动以工代赈，凝聚村民情感。

上人感恩地方人士对慈济的信任，请大家用心收集资料，详细评估后续协助事宜；也感恩承接慈济在台东“减灾希望工程”的厂商，虽因风灾而蒙受损失，依然允诺在年底前如期完工，让孩子们早日在稳固的校舍里学习。

“这次台东为台湾承受了极为强烈的风力；整体来说可谓‘强台轻受’，全台民众都要很感恩。”上人叮嘱慈济人无论是家访、勘灾、带动以工代赈、为受灾户修缮房屋，务必注意安全。

7/12~13 《农六月·初九至初十》

看见爱与感恩

【静思小语】至诚之爱，铺平人间坎坷。



启动善循环

尼伯特台风过后，全台爱心涌现，多个县市政府驰援人力、物力，共有五百多位技术员，一百多台重型器械，加上五千多位国军投入台东赈灾，共同帮助受灾乡亲复建家园。当地民宿业者真诚感恩，提供外地志工、技术人员免费住宿。

台铁在七月十日、十一日加开免费赈灾专车，让善心人士及医疗人员前往；慈济基金会准备逾千人份赈灾物资，昨天下午透过赈灾专车运往台东。政府与民间爱心动员，让灾区重现生机。

早会时间，上人欣言，爱的能量从各地汇



▲全台四百多位静思书轩小志工，经历一百〇八天斋戒及两个月练习，将于八月七日正式经藏演绎，邀约上人及常住观看视讯连线。上人期勉小志工成为懂得爱护众生与助人的菩萨。（7月12日）



花莲慈院欢庆三十周年，研究部冯清荣副主任和就读慈中的双胞胎女儿，向上人介绍“医爱三十·串骑六院”活动；七月二日出发骑单车环岛，途经玉里、关山、大林、台中、台北慈院，递交邀请卡给各院院长。（7月13日）

聚，带来复建家园的力量。“人助自助，人与人之间以感恩与爱互动，就是祥和而有希望的世界。”

人间道路坎坷，上人表示，只要人人心中有爱，能把坎坷路铺得平坦，让人安心行走。

法国在五、六月间遭遇百年水患，欧洲慈济人在中部重灾区索罗尼区的两个城市，发放超市购物卡，供受灾家庭购买生活必需品及修缮用具；合作超市共襄善举，主动将每张卡多加值百分之十。

上人赞叹欧洲慈济人合和互协，跨国赈灾，付出无所求，打开受助居民的心。“人与人之间，需要至诚之爱互动。感恩、尊重、爱，最能感动人心。”

作不请之师

尼伯特台风后，台湾爱心挹注

台东，县帮县，市帮市，乡帮乡，邻帮邻，校帮校。十三日早会，上人肯定“一方有难，各地驰援”，爱心力量令人感动。

关山慈济医院潘永谦院长昨天率领二十一位同仁，带着链锯等工具，前往台东市协助清理校园；玉里慈院李森佳、李晋三兄弟档医师，也随慈济志工到台东肤慰受灾乡亲。

年近八十岁的李森佳医师虽然罹患癌症，仍持续在医疗岗位付出良能。上人赞叹他如《无量义经》里的大船师，即使身有病痛，仍能自度度人。“人有无限潜能，只要有心，人人都可以付出。”

与台东尼伯特风灾赈灾团队视讯会议，上人赞叹各地慈济人如“不请之师”，自动自发带着工具前往帮忙，让受灾人感受到社会温暖。

太麻里林金花师姊前年车祸受

伤，还在复健中，灾后仍带着外地来的师兄师妹挨家挨户访视；花莲魏伊屏师妹有心脏病，努力说服女儿让她到台东为受灾人付出。

“‘菩萨所缘，缘苦众生’，出于不舍众生受苦难的菩萨心，慈

济人自愿走到受灾人身旁，给予身心依靠；甚至不顾自身病痛，投入关怀工作。好事大家一起做，才有大力量；盼望人人彼此带动，呼唤出大众的爱心，以‘天下一家’的精神互爱互助。”

7/14 《农六月·十一》

善能生福

【静思小语】人人行善，人间有福。



法髓移植

《杂宝藏经》记载——

弗那的四个哥哥入山学道，独留他在家耕田，过着清苦的生活；一日看见佛陀来托钵，弗那欢喜恭敬地盛满白饭供养。此后弗那的田只要收割后，很快就再长出稻禾，取之不尽；连国王都闻讯而来，探此奇景。

四个兄长下山探望弟弟时，惊讶于他变得丰衣足食；听完弗那说起以一钵饭供佛之事，哥哥们十分高兴，便请弟弟做了四个饭团，前往供养佛陀，希望得到生天的福报。

四兄弟分别来到佛前，大哥将

饭团放到佛钵中，佛陀开示：“诸行无常。”二哥供养时，佛说：“是生灭法。”三哥供养时，佛说：“生灭灭已。”四哥则听到佛说：“寂灭为乐。”

四兄弟发现四句话连在一起，是一则完整的佛偈：“诸行无常，是生灭法；生灭灭已，寂灭为乐。”顿悟心有所求就有烦恼，因此向佛请求出家，从此精进修持，得证阿罗汉。

晨语时间，上人引用此佛典故事开示，“诸行无常”，人间一切没有永恒不变的；诸事、诸相皆在成住坏空、生老病死、生住异灭的循环中，此生彼灭，故谓“是生

▼尼伯特台风赈灾团队简报连日关怀近况。上人肯定慈济人“菩萨所缘，缘苦众生”的精神。（7月14日）



灭法”。人世间一切追求，到头来一切皆空，“生灭灭已”；万般带不去，唯有业随身，应知“寂灭为乐”，心无所求即无挂碍、无畏惧，轻安自在。

“持经、闻法不在多，重在虔诚恭敬地听闻正法，且下功夫闻、思、修。”如同人体骨髓移植，可以为血液疾病患者恢复正常造血功能；上人表示，凡夫真如本性久受无明烦恼蒙蔽，“若能受用一句、一偈佛法，法髓移植成功，启发真如本性，就能发挥大力量。”

正如缅甸贫农欢喜信受慈济法，尊重生命不洒农药，还向稻田说好话，季季欢喜丰收；愈来愈多农家存“米扑满”，帮助更多贫苦家庭。上人赞叹，这就是法髓移植成功。

“人间菩萨随处传法、传爱，善行就能接续不断。将正法传入众生心，启发心灵财富，人人相互帮助，人间更有福。”

不舍众生

二〇一四年高雄发生石化气爆，上人年底行脚时，与几位受伤的消防人员见面，看见他们身上穿的压力衣厚硬闷热，尤其夏天更难受，感到相当不舍，便请人援会及大爱感恩科技公司，研发更为舒适、透气的布料。

去年八里粉尘爆燃意外，四百多人烧烫伤，慈济人陪伴至今，也持续改良压力衣材料，希望让这些年轻伤患减轻不适，阳光基金会也参与研发。中央研究院院士吴妍华、陈定信、李文华等人来访；上人谈到，慈济研发赈灾工具及救难物品，都是出于“不舍众生受苦难”的单纯之心。

“慈济四大志业，皆是本于慈、悲、喜、舍的佛教精神，应社会所需而创立。”校院联席会中，上人指出，慈，是希望天下和平有爱，人人幸福，故展开济助贫病的慈善工作。

“悲，是‘人伤我痛，人苦我悲’的自体大悲之心，因不舍众生受病苦折磨，为及时挽救宝贵的性命，而设立医院。喜，推动人文志业，报真导正，安稳社会人心，传递净化人心的人文清泉，共创幸福人间。舍，则是全然奉献的教育精

神，无私无求，只期待能为天下育英才。”

上人表示，慈济四大志业不为营利，只为利益众生，因此无论环

境如何变化、遭遇任何困难，“教育志业都要坚持把孩子教好，具备生活功能，懂得待人处事，到任何地方都能发挥爱心。”

7/15~16 《农六月·十二至十三》

知足最大富

【静思小语】简朴知足，乐于付出，心灵轻安自在。



知足就是拥有

法国南部城市尼斯（Nice），昨日晚间国庆烟火晚会进行时，有人驾驶一辆大卡车冲撞人群并开枪扫射，造成八十四人死亡、近百人受伤惨剧。

早会时间，上人感叹：“一个人的心念与行为，就能造成重大伤亡与社会冲击；人生无常瞬至，乐极生悲。”

台东太麻里香兰村、美和村，多户乡亲床铺泡水报废，席地而睡。慈济志工昨天带着福慧床和环保毛毯前往，让居民得以安心休息。上人肯定：“在无常苦难的人间，展露人性光辉。”

新闻报导风灾后，台东市垃

圾量暴增十倍，掩埋场难以负荷。上人教大家落实环保回收；并举南投草屯志工梁金泉、庄淑茹夫妇为例，师兄平时乐在做环保，一件“蓝天白云”制服穿了十八年，褪色也还舍不得换；师姊亦力行简单生活。

“两人十多年来没买过几次新衣服，却舍得行善；心满意足，不觉物质匮乏。生活简朴，心灵逍遥自在，是最富有的人生。若人人日常生活都能简朴少欲，必能减轻环境与身心负担。”

家住新北市的吴瑞田，过去大量搜集水晶，以为有益健康；投入慈济后，专注为大地人群付出，忘却身体病痛，也不再耗费时间与金钱收集水晶。

“有钱无法拥有一切。有知足的心，就能真正拥有一切。”上人说，世间有形的物品，只要以赞叹的心观赏其美，便是拥有。“人生无常、苦难偏多，争名夺利徒增烦恼，不如抛开名利物欲的追逐，服务人群、为众生拔苦，心灵轻安自在。”

上求下化

“世间多苦难，人人付出一分小小的力量，就能汇集成一股大力量，发挥救苦救难的大良能。”十六日早会时间，上人谈到尼伯特台风登陆福建带来豪雨酿灾，福建慈济人动员勘灾，有志工自家受灾，仍投入赈灾工作帮助乡亲。

“先利人而后利己，真正是造福人间的菩萨。”

南非德本志工日前下乡关怀照顾户，途经一地有人群聚喝酒，其中一个醉汉上前要求志工资助。年轻的朱恒民师兄对他说：“你并不穷，只要不喝酒，就和我们一样有能力帮助人。”

上人肯定，南非志工精进闻法也精进行善，以勇猛心说法、传法，鼓励人脱离迷茫颠倒生活。“如同富楼那尊者，发心立愿在苦难之处弘法，广度众生。行菩萨道，要上求佛法、下化众生——一方面追求佛法道理，一方面身体力行；只要有心，人人都能做菩萨。”

7/17 《农六月·十四》

人文化育

【静思小语】至诚之爱付出，以身作则带动。



演绎传法

“慈济台中儿童剧团”，以《八大人觉经》为主轴编成的儿童剧《精灵宝石》，今天在花莲静思

堂进行全台巡回展演之首演。上人肯定大家用戏剧诠释佛典故事，传播正法，引导人人行正轨。

“社会环境骤变，人口快速增加，人祸冲突频繁，自然灾害也愈

▼慈济台中儿童剧团至花莲静思堂进行全台巡回首演。上人期勉，因应现代社会所需多元传法，以戏剧传播正法。（7月17日）



来愈严重。要让人心与天地循环回归正轨，就需要教育导正人心。”上人指出，社会的希望在人才，人才需要教育培养。“面对大环境的恶化，必须从人与人之间彼此影响；戏剧要做得‘正’，让孩子在演绎中得到正向的教育。演绎者慎重，观赏者也带着敬重的心学习，就能发挥传法、净化人心的良能。”

悲智双运

海内外教联会老师共聚花莲静思堂，参与暑期“静思语教学”研习营。圆缘典礼时，上人肯定老师们视天下人的子女如自己的子女，用心精进，提升教育品质和爱的能量，“这分平等大爱，就是佛法的‘慈悲等观’。”

就如人的双腿健全，才能顺利前进，抵达人生目标。上人指出，

父母心是“大慈悲心”，菩萨心是“大智能心”，老师们要兼具父母的慈悲和菩萨的智能，悲智双运引导学子。

“教育工作非常神圣，志为人师，要如同心灵农夫，在学生的心田播下善种子，还要殷勤灌溉，让一颗颗善种子萌发茁壮。”

菲律宾海燕台风、保和岛强震后，慈济人即时驰援、长期关怀，引导茫然无措的灾民振作心灵、复建家园。如今有许多居民投入志工、响应竹筒岁月，会合点滴爱心力量帮助需要的人；也有不少人戒烟、戒酒、戒赌，净化自我心灵。

人文精神是无形的教育。上人表示：“发自内心的诚恳，再顽固、再刚强的人都可以转变。”上人请老师们要有信心，用至诚之爱付出，以身作则来带动，发心立愿合和互协，为天下育英才。

7/18~19 《农六月·十五至十六》

难行能行



【静思小语】道理不只用口说，要能身体力行。

入苦拔苦

斯里兰卡五月间连日豪雨引发严重土石流，新加坡、马来西亚、台湾慈济人七月十三日起汇聚斯里兰卡，展开五天发放。

无家可归的居民，暂住寺庙、学校，十二户约四十人，只能挤在三个床垫上，必须轮流睡觉；还有不少人栖身帐篷，席地而睡，天雨潮湿，愁苦难安。慈济给予福慧床与毛毯，暂时帮助居民度过急难。

早会时间，上人以此开示：“道理不是只用说的，要吸收入心，身体力行——脚踏出去、伸出双手，用‘人伤我痛，人苦我悲’的同理心，拥抱、肤慰苦难人，才能真正救拔世间苦。”

慈济人闻声救苦，上人期勉，只

要走得到、做得到的，就要难行能行、关关突破。“亲手付出、双手拥抱，将爱的能量传递到每个苦难人的身与心。人人维持健康的身心，苦难总会过去，迎来美满。”

守志而教

与教育志业体主管谈话，上人强调教育的“质”比招生的“量”更重要。

“我们是为天下而教育，传道、授业不能偏差。教育要传承道德、建立品行，提升学子品格、懂



▲天津慈济人呈画作及感恩卡予上人。上人期勉大家身心志愿一致，以“和”与“行”供养师父。（7月18日）

得做人的道理，如此才是有使命、有目标的教育。”

上人期待慈济学校要维持教育的纯粹超然，让学生专心学习。

“要守住‘士’的崇高品格，莫一味讲求‘产学’、‘行销’，偏向商业化经营，丧失教化良能。”

7/20 《农六月·十七》

储蓄爱能量

【静思小语】守护心念，约束行为，增长善念，救助苦难。



居安思危

美国西维吉尼亚州六月底遭逢百年来最严重水灾，七月十六、十七日慈济与当地红十字会合作发放。居民有感于这群华人为主的志工，以感恩、尊重的态度，给予最需要的物资，踊跃领回扑满，响应竹筒岁月，还有多人报名参加志工。

早会时间，上人感叹极端气候造成的灾难日益频繁，教众居安思危，戒慎虔诚。“守护心念，约束行为，用真诚之心救助苦难。‘苦既拔已，复为说法’，引导人人体会无常、善念增长，储蓄爱的能量。”

人生无常，苦难偏多，上人强调，修行不能只独善其身，团队力量大，要接引更多人走出来，融

入菩萨群，兼利他人。“菩萨伴侣多，善心能量大，不只能救助更多苦难，也能以善破灾。”

用爱肤苦

大陆华中地区半个多月来暴雨酿灾，湖北省受灾人数已达千万；包括武汉、北京、青岛、苏州、台湾等九地志工，共三百人次投入赈灾，在新洲区、蔡甸区和江夏区发放及关怀。上午与志工进行视讯会议，上人开示：“只要‘人和’，再辛苦繁重的事，也能合作愉快。要秉持诚正信实原则，付出爱的能量，扶助苦难众生。”

武汉慈济志工王浩、周李艳伉俪家中虽然受灾，仍以志业为先，



与武汉赈灾团视讯连线，上人肯定众人甫自台湾精进回返，随即投入救灾事务，只要“人和”必然诸事顺利。（7月20日）

带队到蔡甸、江夏区勘灾关怀。上人关心师兄家淹水情形，并慰勉，一家人平安就是福。“只要人人宽心，打开心门、发挥爱心、彼此祝福，苦难的日子就容易过，复建家园的速度也会比较快。”

张桦师姊分享，家里淹水严重，深刻感受人生无常，虽然人生

曲折，生活不富裕，但走入慈济后每天收看大爱台“静思晨语”，精神很富足。希望能捐出祝福金，帮助比自己更需要的人。

上人请师姊放心收下祝福金。

“祝福金是来自全球的祝福，就像酵母一样，待生活恢复，再用心付出回馈众生。”

7/21 《农六月·十八》

敬天爱地

【静思小语】对天恭敬，对地疼惜。



有爱最美

“要让失调的气候回归正常、天地平安，人心就要戒慎虔诚，防非止

恶，积极行善，敬天爱地聚福缘。”

昨夜大雨，牵挂着各地受水患所苦的人，上人于早会谈到，世间苦难人多，有福的人要走近一点，

台南慈中创校校长曾耀松荣退（右二），上人颁予纪念铜雕，感恩曾校长以身作则带动慈济人文，推动品格教育。（7月21日）



为人间疾苦付出。

上人期勉人人
在日常生活中“敬
天爱地聚福缘”，

“对天恭敬，对地疼惜，珍惜人
与人之间的缘，凝聚爱心造福人
间。”

慈济人在世界各地救助苦难，
也带动爱与善的循环。土耳其及叙
利亚本土志工，得知尼伯特台风重
创台东，在满纳海中小学发起募心
募爱活动，同学们热情响应投竹
筒。上人感动谈到，叙利亚的孩子
们知恩感恩，得知台湾有灾，也捐
献零用钱，用行动感谢曾帮助过他
们的人。

“人与人之间彼此关怀，有
爱的人间最美！人人敬天爱地聚福
缘，人间才能平安少灾难。”

大舍无求

教育志业董事会，上人指出，
慈济四大志业以“慈、悲、喜、
舍”四无量心为本，教育志业的精

神就是“舍”，愿以无私的心全然
付出，为天下育英才。

“只有世智聪明而缺乏智慧，
容易走偏。教育就是传道、授业，
要启发智慧、培养慧命，有智慧才
能善用知识，利益天地人间。”上
人强调，善恶皆在一念间，需要靠
教育导人向善，也要由教育“授
业”，让孩子学有专精，为社会发
挥长才。

台南慈济中小学曾耀松校长，
九年多来在台南深耕慈济教育志
业，树立品德教育典范，办学成绩
优异；上人期许接任的张经昆校长
传承“觉有情”的慈济人文。“如
大树稳扎根基、屹立不摇，强风豪
雨都不为所动。要坚持人文教育方
针，发挥良能利益天下众生。”

社会未来的希望，寄托在年
轻一代，上人期勉要把年轻人教育
好，让他们出社会后能在各行各业
发挥良能，带动善心善念。

7/22~24 《农六月·十九至二十一》

人人观世音

【静思小语】互爱互助的人间，就是净土。



善言语，度人心

非洲津巴布韦今年上半年因圣婴现象长期干旱无雨，农粮歉收，人们陷入饥饿，上人教衣食无虞的有福人，珍惜食粮、爱惜物命；“八分饱，两分助人”，累积点滴力量发挥爱心，在人间带动爱与善的循环，才能积福弭灾难。

“莫因食物卖相不佳而丢弃，或为了满足口欲而吃。吃多少、用多少，买多少、煮多少；饮食节制、吃得卫生，才不致加重身体与环境负担。”

人生无常，福祸都在一念之间，上人表示，唯有人人思绪清楚、观念正确、知足少欲；地球健康、人体健康，人类生活才能平安有福。

斯里兰卡五月间发生严重水患、土石流，台湾、新加坡、马来西亚慈济人组成的赈灾团，于七月十三日抵达当地，与本土志工合力

圆满多场发放，今日返回精舍报告见闻并分享心得。

上人教大家铭记每一次赈灾见闻、记取经验。“每到一个地方，都有可学习之处，要感恩前人付出，让后来的人行走这条赈灾路，能够通畅无阻。”

此次赈灾，本土志工展现深刻的慈济人文，上人感恩新加坡、马来西亚等地慈济人持续带动；“带人，不能用一‘指神功’颐指气使，也不能恶言恶语、态度强硬；柔和的态度，善言软语，就是带人的秘诀。”

《法华经·法师品》：“如来灭后，其能书、持、读、诵、供养、为他人说者，如来则为以衣覆之。”描述佛疼惜护持经典之人，用衣庇护着他。上人引申说明，对于已发心的人，要用柔善慈和的态度牵引，让人欢喜接受、甘愿长久付出。

◆ 勤辅导，多包容

有志工提问：“团队中有人习气深重而难与人和谐相处，如何是好？”上人为众述说一则佛典故事——

一位师父带着弟子在丛林里修行，其中一个小徒弟屡屡犯戒偷东西，其他弟子很不满，不愿意和他共同修行，要求师父让他离开僧团。

“即使所有的弟子都走了，我也不会赶走他。”师父表示，每一位弟子都很有修养，无论去到哪里都能受人关照，唯独小徒弟有此习气，去到哪里都不受欢迎。“我不爱他，谁能爱他？”

“虽说习气难改，但在慈济团体中，有许多人过去人生偏差，有缘走入菩萨团体，人人疼他、爱他，因而慢慢熏陶好习惯，去除坏习气，人生彻底转变。”

上人表示，一个人要将习气改得让人人都能接受并不简单；反之，多数人包容一个人，比较容易。“用爱辅导，也要自我培养‘心包太虚’的开阔心胸，学习佛陀不放弃每一个众生的襟怀，心宽念纯，广结善缘，造福人间。”

“慈善门是招募人间菩萨的第一道法门，若无慈善之心，就无从

学佛、学法。”上人叮嘱，要让入门者“见苦知福”，每一位慈济人都要接触苦难人，从报名培训开始就投入慈善访视与救助。

平等爱，施无求

大陆内地近期间发生多起自然灾害，因灾区幅员广大，当地志工人力不足，需要不同省份的慈济人合力襄助。二十四日与大陆师兄师姐谈话，上人教众把握机会招募人间菩萨，“不只于灾后呼吁发挥爱心，平时就要做好志工培训，让大家‘学功夫’。”

日前在福建永泰清凉镇为尼伯特台风受灾乡亲供应热食，志工趁天候放晴，带动乡亲将过量难以保存的菜叶晒成干，以身作则教育环保、节约、惜福。上人肯定，身教比言教更能带动人。

“凡事要从小处看起，小事蕴含大道理。用柔软的心行与人互动，让人乐于听从引导、愿意伸出双手付出，这就是带人的诀窍，也是慈济人的软实力。”

“人生成就不在富裕名利，而是待人处事圆满；有佛法的人生，做人做事会更圆满。”与新加坡慈济人谈话，上人殷切期勉，以坚定的信心吸收、体会佛法，还要扎实

运用。“心中有法，真理不灭，佛性永恒，慧命日日增长。”

犯大错容易忏悔，小错误难改。上人譬喻，就像整理荒废已久的房舍，大型废弃家具可以迅速搬移，长时间堆积的沙尘污垢难以彻底清除；“有错立改，才不致在心中复制无明烦恼，累积成难以修除的习气。”

走入人群行菩萨道，必然会面对不同的习气与困难，上人教众贴近“心包太虚”的佛心境界，将人人视为未来佛，以宽大胸襟、平等大爱，相互成就；还要提起“同体大悲”的爱心，付出无所求，让人

人离苦得乐。

与福建赈灾团队视讯会议，上人感恩大家勇于承担，在赈灾行动中增长悲心与智慧。“亲自走入灾区，见证大自然威力之强，应该提起敬天爱地之心，警惕无常、戒慎虔诚，莫以为人定胜天而恣意妄为。”上人教导，见无常要感恩自身平安有福，也要提起感恩、尊重、爱的态度，为受灾乡亲无私付出。

菩萨关怀众生并非只在一时。上人以“大爱寸寸铺路，长情分分牵引”致勉福建慈济人，持续关心受灾乡亲、就地招募人间菩萨，共同陪伴乡亲走出心灵的、生活的苦难。

7/25~26 《农六月·二十二至二十三》

小事不做，大事难成

【静思小语】见微知著，从细微处体解大道。



甘愿做，欢喜受

大陆福建省遭尼伯特台风重创，慈济人前往赈灾时，发现一位年轻太太正伤心哭泣；她家原是一栋华美的透天厝，但大水来时不分贫富皆受灾，整栋建筑被洪水冲

走，未来不知何去何从。

与返台寻根的海外人文干事开示，上人表示，人生无常，因缘果报无法逃避；“境界来时，要心平气和面对，以法转变心念，转化业力，莫再生恶念、造恶因缘。”

凡夫带着过去生的无明习气

而来，随着外境起心动念，一再复制烦恼、造作业力，承受苦报。上人教导，有自觉，才能停止迷茫造业；要灭苦，就要从佛法中求解脱之道。

上人说明，慈济人“甘愿做，欢喜受”，是诚心诚意、发心立愿而做，悲智双运而付出；迷茫凡夫若只顾自己欢喜而恣意妄为，“欢喜做”而造业，业报现前时只得“甘愿受”了。

“只是听法，体会不到无常；实际走到苦难人身边付出，从中印证佛法道理，即能得满心法喜。”上人言，佛法不是白纸黑字的艰深文学，而是能够身体力行、随时活用的道理，期待大家提起求法、闻法的精进心，身体力行菩萨道。

南非德本跨国团队于七月六日至十三日，第三次跨国到纳米比亚带动本土志工；过程困难重重，但是本土师兄师姐们使命必达，以信心与勇气度过层层关卡，圆满西行两千三百五十公里之传法任务。

上人言，大家发心推广静思人文出版品，亦是为了传法净化人心，教众以尊重心学习南非慈济人“长时修、无余修、无间修、尊重修”的勇猛精进，以及“信根本、信佛、信法、信僧”的深信愿力。

“信根本，深植善根、坚定信心，才能步步踏实，以愿力行善。信佛，则是对佛之功德起喜爱、尊重之心；信法，则好乐佛法，不生厌倦，能用佛法净化人心，让人互敬互爱，利益社会人群；信僧，敬重辞亲割爱，传承、弘扬佛法的僧伽，遵从僧伽引导而行于正向。”

上人表示，只要有心，愿意起身力行，说法、传法并不困难。“闻法而能信受奉行，就拥有取之不尽的心灵财富；启发人人的心灵财富，每一位都是有善根的大菩萨。”

静思人文的影音、平面出版品，是增长慧命的道粮；“净斯”产品，则是生命资粮，两者都是人间所需。上人勉励大家，发心推广，要走入人群，转动人心的无明成为道心慧命。

与新加坡慈济人谈话，上人表示，佛学研究无边无际，若一头栽入佛典字句而无法自拔，将荒废了人间路、疏离了人间事。“有心修行，应走入人群，运用佛法道理利益人间。”

倚赖网路、媒体接收各种讯息，对世间事缺乏了解，是此世代的通病。上人教众掌握正向，以智慧判断是非对错；“认定是对的、应该做的事，就要认真用心做好。”

小动作，大道理

大陆志工在近期水患的救灾动员中，展现出诚恳付出、求法若渴的心情。与宗教处同仁谈话，上人表示，人人本具爱心潜能，只待启发与引导；“有心行善，若心中没有法，无法做得长久；引法入心，才能甘愿持续付出。”

此时正是南半球的冬季，南非慈济人耗时三个月，走遍伊丽莎白港与威廉王城六个社区，发放大米扶困济贫。因缺乏交通工具，徒步里程动辄超过八公里。日前，六十二岁的志工虑薇因赶路而不慎摔倒，为了证明自己无碍，师姊立即站起身、跑了起来，在笑声与歌声中赶往下一个社区关怀苦难。

上人教众学习这分坚定意志、乐观面对一切境界，“大慈无悔、大悲无怨、大喜无忧、大舍无求”，为达使命而精进前行的精神。

言及福建志工在尼伯特风灾后，带动乡亲将各方捐赠的大量蔬菜晒成菜干储放，既教育乡亲惜福，也让大家不致无事呆坐，沉溺于哀伤心情。上人表示，此事虽微不足道，但小事不注重，大事就无法承担。“慈济从过去的‘提菜

篮’到现在的‘扛米箩’，都是由细微的力量点滴累积；凡事要从细微处思考，小动作含藏大道理。”

“菩萨道是‘六度万行’，因应众生根机而随机度化；慈济人到各地赈灾，遭遇种种境界，随机应变就是万行，而万行离不开六度。”上人鼓励大家起身力行，亲自投入才有所得。

能付出，富有余

近日土耳其与美国洛杉矶分别发生森林大火，翠绿林地化成焦土，场面触目惊心。二十六日早会，上人教众切莫习于安逸享乐的生活，汲汲营营于牟利；要放宽心胸眼界，关心天下苦难，体会人间无常，启发爱心为人付出。

“享福、享乐，不知人间疾苦，一旦福报享尽，就得受苦。”上人希望人人珍惜平安，从世间的万事万物体会佛法，共同维护美好的地球环境。

“有能力助人，是富而有余。将爱普及到每一个角落，带动人人随时随地发挥爱的能量，则时时都是吉祥时，处处都是吉祥地，人人都是人生的大贵人。”

7/27~29 《农六月·二十四至二十六》

疗心妙药

【静思小语】启发善良之爱，带动知足感恩心付出。



“情”为先

与志业体主管谈话，上人叮嘱，情、理、法三者，应以“情”为先，莫用“法”的框架自我限制。

上人说明，慈济成立初期，只是出于单纯的一念心，认为应当做就着手去做，而无法条框架约制；“一路走来，四大志业皆是应社会所需而成立，不仅合于法规、适应时代而行，更要秉持法脉宗门精神、扩大度化天下众生的大爱长情。”

上人肯定慈济人出于真诚、尽心尽力付出，然而，要让法脉宗门长久传续，必须不断培养身心清净、智慧超然且能放下身段、柔软带人的人才。

“傲慢的态度无法领导人，希望别人包容自己，就要先包容别人。”上人教众自我训练、与人互补，“心怀诚恳大爱，才有办法承担志业重任；反之，总是争谁比谁大，习气不改，团体就无法运作顺畅。”

“凡事莫只看表面，要深入分析与思考，心宽念纯听人说话，

感恩他人提出问题与建议。”上人言，最好的沟通，就是人人心无成见、畅言无阻；彼此沟通无碍，才能促使脉络畅通，整体合和互协。

经典记载，释迦菩萨与弥勒菩萨同在古佛座下修行，弥勒菩萨早成慧业，但是众生缘不足；释迦菩萨发心行菩萨道，内修外行，众生缘具足，因此授记释迦菩萨先成佛。

上人以此提醒：“有心修行做好事，就要敞开心胸、打开心结，用时间证明自己的真情实意；广结善缘，才能带动他人共同付出。”

就如各地慈济人“入经藏”，人人合心，动作一致，整体看来就美。上人强调，走入慈济，并非要求人人宗教信仰一致，而是期盼大家以宗教精神自我改变，守护善良本性；“以真诚心做慈济，也要放下身段，柔言软语待人处事。”

“爱”为药

北半球多国近日遭热浪侵袭，台湾气温亦居高不下。

▼红藜被誉为谷类中的红宝石，慈科大自行栽种、研发并自创品牌，以“朴实环保”设计行销包装，并以红藜活性纤维研发伤口敷料，获ITEX国际发明展金牌。学生代表与上人分享成果。（7月28日）



当运动；尽管儿孙满堂、生活无虞，依然勤俭度日，将回收来的破袜子缝补、清洗后继续穿，笑称是

二十八日早会，上人感叹，大乾坤气候不调和，会影响人体健康与生活；人心不调，也会导致社会难安。

南美洲国家委内瑞拉，近期通货膨胀严重，引发民众恐慌抢购民生物资，也有不少穷人买不起价格高涨的生活必需品，抢案频传，社会动荡不安。

当地第一颗慈济种子吴冉云经营杂货店，持续以慈济名义关怀贫苦人，感动当地民众护持善行。在这波动乱中，师姊的商店未受波及，民众敬重她长年累月的付出，还排队进入购物。

“社会之病，来自人心之病；菩萨知病，还要知药——了解治病的药方。”上人言，带动知足、感恩，启发善良之爱而付出，就是治疗人心之病的药方。

台南九十多岁的环保志工张陈器和陈欧缠，二十多年来勤做环保

“脚踩莲花”。上人赞叹：“行善是治世良策，爱与善，是社会病象的解方。”

与大爱台主管谈话，上人认为，媒体负有利益人群的社会责任，若以耸动文字鉅细靡遗报导社会事件，倘若不断喂病人毒药，使之中毒愈深。

“净化人心虽然困难重重，但无论如何，都要笃志力行。”上人勉众用心制作好新闻、好节目，以人文清流净化人心浊流。

“身”为教

二十九日早会，透过视讯连线举行台南慈济中小学校长交接典礼，创校校长曾耀松师兄，在上人与全球慈济人的见证下，将重任交托予张经昆校长。

“人间的希望在人才，人才的希望在教育；教育本是传道、授业

的志业。”上人感恩曾校长九年来以校为家，发大心、立大愿，正知正见、以身作则，教育孩子们知礼守礼、带动老师们发挥教育良能，为社会栽培人才、为世间培养救人的菩萨。

接任的张经昆校长，是慈诚证号九十二号的资深慈济人，长年积极投入慈济活动，且办学经验丰富。上人期盼台南慈济中小学在张校长带领下，持续培育造福人间的好人才，成就每一位师生的福与慧。

7/30~31 《农六月·二十七至二十八》

为理想而精进

【静思小语】做对的事、走对的路，身心解脱烦恼，才是真“自由”。



慈济人文，重在真诚

志业体同仁人文教育研习营因缘，上人开示，向往自由乃人之常情，但“自由”必须建立于道德法理之上。“就佛法而言，内心受无明烦恼所缚，即是失去自由；做对的事、走对的路，身心解脱烦恼，才是真正的‘自由’。”

“想要解脱烦恼，心中必须有法。”上人肯定慈济人平日用心闻法、身体力行，也将佛法带到世界各地。安定苦难人的心灵、提振他们的精神力量。

厄瓜多今年四月发生强震，美国、南美洲慈济人前往赈灾，带动

“以工代赈”清扫家园，让悲伤无助的居民重振身心为家乡付出，也重燃对未来人生的希望。

近日，美国慈济人再度前往发放福慧床、环保毛毯等物资，并制作纪录片让居民回顾灾后重建的历程，每一场放映会都获得热烈回响。上人肯定慈济人不仅提供生活资粮，更给予精神资粮，让受灾人感受尊重与疼惜，心灵转苦为乐。

“一念心，可以造一切福，也可以造一切灾祸。”上人表示，灾难摧毁建筑、造成伤亡，但只要在人人与人之间带动爱与善的能量，就能鼓励受灾人以积极乐观的态度面对未来。

“慈济人文精神在真诚——人人心甘情愿走入苦难地，以真诚之爱为社会人群付出。四大志业就如房子的四根支柱，柱子稳健，就能撑起房屋；而全球慈济人为了让这个‘家’屹立不摇，甘愿付出时间、心力，让人人了解慈济的精神与目标，付出无所求，同时提升自我人生价值。”

上人鼓励大家莫只求安逸度日，应挥洒汗水，为理想而日日精进。“没有流汗水、花心血耕耘，岂能让天下苦难人得救？社会人人皆有服务人群、救拔苦难的热情与殷勤，家庭就能兴旺、国家就能兴盛。”

诚正信实，心地风光

一千多位北区慈诚三十一日齐聚三重静思堂精进，并与精舍连线同步志工早会。上人欣慰许多慈诚师兄坚定道心、精进付出，即使岁月不留人，依然老当益壮投入志业，成就今日慈济普及在全球。

慈诚师兄们平日忙于事业，亦拨出时间投入志业，为天下苍生不断锻炼、尽心力付出。上人肯定：“诚正信实是慈诚队的精神能量，期待大家法入心、守十戒，身心健康，步步踏实向着佛法的方向

精进，在付出中体会美好心地风光。”

早期精舍常住生活困苦，依然坚持自力更生、救度贫苦。与清修士谈话，上人教导，既发心立愿在静思道场修行，要有“忍人所不能忍”的自觉——坚持修行目标，守住修行品格，稳住修行脚步。

“为志业付出，须立四弘誓愿、发四无量心，清楚自己是为扛天下米箩而来。”上人期勉清修士虚心受法，并以佛法与社会接轨，致力转动人心。

“文字相仅为说法的凭藉，若执着钻研反是空过时日；脚踏实地做对的事，将佛法实践于生活中、学以致用，方能让佛法显实，无处无物不是法。”

上人说明，从慈济人的言行与付出，就可以体会佛法。“许多照顾户受慈济人长期关怀、鼓励，进而参与委员、慈诚见习、培训，大家以‘慈悲等观’的精神平等互动、彼此感恩，而且付出无所求，不执着于谁受帮助、自己是助人的人、做了多少事，总是轻安欢喜，如此即‘三轮体空’的境界。”

“修行，既要修慧德，也要有福缘。”上人教众把握分秒投入人群，以自身闻法的体悟与众分享，让福与慧平行并进。

■

●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 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

(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



静心乌龙茶

用一杯茶温暖人的心，
用一朵花柔软人的心。
茶流法水花说佛法，
一花一叶，
本来清净寂然，
藉以明心见性。
度人无数，
尽在从容不迫，
潇洒闲适之间。



摄影/魏莹

唐山访视勤耕心田

八月十三日，来自天津市区、蓟县、宝坻以及唐山市的近百位志工，联合前往唐山市古冶区，走访五十户困难家庭与二十户助学家庭，送去诚挚的关怀与祝福。走访结束后，志工齐聚在区政府会议室，共同讨论走访的心得体会，并留下详实记录。

如同志工所说，走访的过程看到人间之苦，被这些困难家庭的生活艰辛而打动，自己更应该知足惜福。也有志工感慨，自己的关怀还来不及送出去，就被对方的热情感动了，原本以为是去付出，但是自己收获更多！