

T Z U C H I

慈濟

第4期 2013年7月

·主题报导·

走进慈济的 **富足人生**

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

信坚，则力大

真如本性，在佛不增，在凡不减。

凡夫行菩萨道，

信根不坚，力则不足，

发心容易，易被境转——

漠视己能，习气难除，

起起落落，进进退退；

以致修行道上，停滞不前。

发大心、立宏愿、守护人间，

不受烦恼所困，

化人我是非为修行资粮——

信根坚固，意志坚定，

静寂清澄，不起波浪；

则能通达佛道。





【无尽藏】

铺平人生路， 接轨菩萨道

芸芸众生，身上都有一部经，
深入人群，得见无量法门，
是得大智慧、通达诸法的道场。
自利利他，铺平人间路，
自然就会从菩萨道，
接轨觉悟的佛道。

证严上人主讲 编辑部整理

讲于二〇一三年七月一日至十七日

七月上旬从花莲启程行脚，经台东、屏东、高雄、嘉义、台中，下旬来到台北；沿路风光美好，但听到许多由迷转悟的心路历程，更是心情澎湃，感受到人心之美——

有人生活富裕，却过着颠倒人生；走入慈济后缩小自己、改变习气，关怀家庭和社会，终于成就“富中之富”的人生。也有人突遭变故，身体和经济都跌入谷底，却没有颓丧失志；他们扭转人生的过程，就是一部启发人心的“经典”。

例如高雄一位先生，中学时代开始吸毒，多次入狱勒戒；每次出狱后都

想改过自新，无奈环境没有改变，贩毒的朋友手一招，又跟着去了。因此长年进进出出监狱，不只蹉跎了宝贵青春，也受忧郁症所苦，更让父母心痛不已。

直到六年前贵人出现，邀他到慈济环保站当志工；他看到有忧郁症患者做环保一段时间后，病情改善，于是跟着做。渐渐的，从做环保中恍然大悟——人生真正的价值，是要对人间有帮助。

他愈做愈欢喜，每天都到环保站付出。看到他重新做人，有人就介绍工作；他的母亲说千万不可，环保站有

许多善知识，他和慈济人在一起，作母亲的才能安心。可以想见，这位母亲长年以来，是如何为儿子担心。

另一位男士，年轻时受不了物质引诱，导致卡债缠身，上门的不是警察就是债主；父母听到电铃就心惊，有天忍不住念他几句，他就赌气离家。在外流浪十七、八年，落魄到靠馊水果腹。

辗转来到慈济环保站，看到这里老老少少人人说好话，无论是董事长、教授，还是工人、摆路边摊的小贩，无论多忙都拨出时间来付出。他感觉到环保站人人平等，没有人会轻视他，于是在做志工中，渐渐打开心门，放下烦恼与无明；流浪多年的他，终于和家人相会了。

这次我到高雄时，他们一家人来到静思堂，他当众下跪请求双亲原谅；父母很感恩慈济人，把他们的儿子救回来了。

台南有位行动不便的志工王盈盛很精进，自愿承担“晨钟起，熏法香”连线作业，每天清晨三点半起床，仅是换制服就要花半小时；来到会所，还要爬上三楼开机联机，让志工们专心共修。他说，自己有很多事情做不到，但可以“把握做得到的好好做”，有得做总比没得做好。母亲也很鼓励他做环保，因为在慈济环保站有很多人陪伴他，让母亲很安心。

慈济环保站救地球、救人心，还能

让家庭圆满，真正是修行的道场、是一条康庄的菩萨道。人和、家和，人行孝且行善，就能让社会祥和、天地平安。

闻法力行，增长慧命，
不把道场变成“是非场”，
莫“迷有情”，
要“觉有情”。

此次行脚各地，聆听志工分享“晨钟起，熏法香”和读书会的心得。有志工说，刚开始要清晨三点多起床，很不容易，怀疑自己是否做得到？但为增长自我慧命，还是“使命必达”。持续一段时间晨起聆法，发现以前心无法静下来，总有许多杂念和烦恼消磨掉体力和精神，睡得再多也觉得不够；现在早睡早起，精神反而更明朗。

的确，心宽念纯是健康之道，心清净才能提升觉性。克服习气，养成晨起精进的好习惯，闻法就没有困难。

法要入心，更要落实在行动中。如果日常生活中依然故我，动辄与人计较，一定要争个我对你错；心有偏差，道场就会变成“是非场”。

此生有缘相遇，无论是恶缘或善缘，彼此都要好好应对，退一步、让一步，就能圆融。甘愿还，打八折，不甘愿还，还要加利息；柔和善顺待人，就能让人人欢喜。

法入心，待人处事将心比心、常怀感恩，将这分情普及于全人类，就是“觉有情”。千万不要变成“迷有情”——迷在我是能布施的人、我有钱可以救济、因为有我对方才能受到救济。如此执著名相，无法“三轮体空”，就会落入贡高我慢。

有些人说：“我都知道；要改，等以后。”明知方向不对，却不愿改正，实在是“无法度”。法要入行——知错立改，朝正确方向精进，才能让人生重新开展。

因果果报，业力随身，
谨慎身、口、意，
好因好缘欢喜相随。

出生在美国的杨凯丞今年十一岁，他从小就很有爱心，不忍心看人们杀牛来吃，倡导大家不要吃牛排，所以美国慈济人都称他“小牛”。

几年前小牛为了学中文，来花莲慈济小学寄读一年；课余时间常常到精舍来，每当我和人谈话时，他就乖乖坐在身边听，还默默笔记下来。今年暑假他专程回精舍跟在我身边，天天“晨钟起，熏法香”。

我平常与他互动时间不多，但有次他上台说话，把我说过的话融会贯通，再用最简单的话分享给大众；他呼吁大家：“要看‘静思晨语’和‘人间菩提’，才跟得上师公。”没

有人教他如何说，但句句是软实力，很有力量，让我很震撼！

七月行脚期间有多场联谊、座谈，我请他和大家分享，他都没有迟疑，上台先自我介绍：“师公给我的法号是诚愿。”然后说出他整理的六个“自我警惕”：

防止傲慢心——不要以为自己是最好的，要想自己还有进步的空间。

防止倒退心——要在菩萨道上往前走，就要恒持初心。

防止心迷——上人对静思弟子唯一的要求，就是清净的心。

防止躁动心——心要静下来，就要消除杂念。

防止暴动心——要用软实力。

防止懈怠心——不要只想休息，要为时代作见证。

诚愿，就像是乘愿再来的菩萨；这么小的孩子可以这样精进，让人见证到“法”入八识田中。

人生“万般带不去，唯有业随身”，平常所做的一切，为善或造恶，都会变成种子进入业识，随着业力带到来生；因此，要戒慎每一个心念，守好身、口、意。看到别人的优点要学习，看到缺点要自我警惕，且感恩对方现相教育，千万不要排斥人；彼此尊重结好缘，来生来世相遇，才能起欢喜心。

期待人人法入心，法入行。请大家多用心！

■

慈济

2013年4月创刊

2013年第4期 总第4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

执行编辑 / 心吟 济虹

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 / S390

印刷 / 常熟市华通印刷有限公司

内部刊物 免费交流 欢迎投稿

封面图说:

清晨, 莲花盛开, 倒影如画。苏州

慈济志业园区为众生无声说法。

摄影 / 济虹

目录

无尽藏

- 1 铺平人生路, 接轨菩萨道 证严上人

主题报导

- 6 走进慈济的 **富足人生**

大爱人文营
实业家动起来
从心素食仪开始

- 16 **FUN暑假**

人文教育交流在四川
孝顺父母理应当
童子军夏令营很环保

志工身影

- 30 用生命成就慧命
- 36 发挥生命的良能
- 39 萍萍的快乐

地方通讯

- 40 关怀困难家庭
- 42 推动医学人文建设
- 44 厦门湖里区义诊
- 50 晓东故事（之三）
- 52 助学入户访视
- 54 五金城里说环保
- 56 周二的净如琉璃日
- 58 大爱感恩科技“津”益求精
- 62 心和万事兴
- 64 添丁增口在武汉
- 66 丰泽生命的读书会
- 68 水八仙素斋

71 证严上人衲履足迹

释德飏

《内容提要》

- 香港访客提及，慈济志业使其感受到要做一件、十件好事容易，但要长期做好事则难。上人强调，佛法要生活化，菩萨要人间化，“多数人抱着有所求的心态走入寺庙，我则期待慈济人志为菩萨，走入人间；任何人都可以成为感应人间的菩萨。”。
- 回应志工提问人事问题，上人云：“即使发心立愿投入志业，也会因各有见解、习气，当境界来临时，面对难题就打退堂鼓。但是转念想想：若能体会佛陀觉悟后静寂清澄、净如琉璃的心灵境界，世间还有什么好过不去的？还有什么无法包容的呢？”



走进慈济的 富是人生

现代的经济社会，对于事业经营者或组织者，多叫企业家，但早年听到的都是实业家；实业家是有多少资本就做多少事，非企划、企图想要做多少，就不断地连锁。

那年金融风暴之前，证严法师阐释实业家的意义，也说：“只要大家清清淡淡的生活，自然就能平平安安的渡过。”

十数年过去，慈济基金会遵循证严法师开示，办理“实业家静思生活营”，也开辟福田，让实业家视员工如亲人；近年，为气候变迁更加严峻，营队课程，多不离环境保护。

大爱人文营是静思生活营的暖身，苏州志业园区进至第二期，有心者，已能了解实业家的真实意，并开展行动。

透过精心设计的一系列课程，慈济希望实业家们反思企业的社会责任。下图为志工向实业家们介绍慈济在512汶川大地震之后，在四川援建的学校概况。



• 主题报导 •

大爱人文营

撰文/摄影 华东真善美志工

来 之前认为慈善与我无关，那是有钱人的事；环保也与我无关，那是工厂的事。但是，经过二天的学习，看到慈济人身体力行，感受到慈济人的爱，我了解到慈善、环保都与我有关系。

这是上海吴友年的感悟，他和十三个城市，一百二十余位实业家，在苏州慈济志业园区，参加第二期大爱人文营活动，暂时放下利和益，重新思考生命价值，以及富足人生在慈济有何不同的定义。

慈济志工魏良旭分享，为何拥有就是负担。“就如拥有六台豪车的人，若愿意放下，节省保养费之外，也不用担心车子受损，当然轻安自在。”

走出灯红酒绿不后悔

若愿意放下灯红酒绿，不再借口为事业交际应酬，更是实在。“十多年前的我，经常抽烟、喝酒、打牌、泡酒吧，夜夜笙歌生活习惯非常不好。后来，偶然与一位慈济师姊相识，师姊耐心很好，每天都打电话让我早点回家，但我错误认为慈济师姊对我的不是关心而是打扰。”

打过不下五百次的电话，师姊不言放弃；有天，魏良旭突然决定跟师姊去帮助一位贫病交迫的精神病患者。他说：“看见师姊送去一个月的生活费，新台币三千元，当下极为惭愧；自己一小时给出的小费，竟是别人一

个月的生活费。当下，发愿做慈济，直到今天，未曾后悔。

实业经营部分，以台企在苏州、昆山、上海的慈济志工，皆以建立绿色循环为使命，希望带动更多人，共同守护这块美丽的土地。

志工胡蔡安分享：“偶然一次机遇，发现一块开采过的山地，没有一棵树，也没有泥土，只有山岩石、积水和从地下冒出的水，原来，这里过去是劳改农场。当时的一念心就是希望能让这荒地，变成富饶的绿地，现在已经变成度假村。”

经营事业也推广慈济人文

胡蔡安也在自己的企业中推广人文，每月都有不同的主题：好话月、环保月、健康月、孝亲月、读书月、家庭月……把自己的企业创建成幸福的企业。



志工胡蔡安介绍自己如何将慈济人文运用在自己的企业，使之成为“幸福企业”。

来自台湾高雄的黄妈易师兄参加慈济后常常布施，也非常的节省，受证后来到了昆山，全心全力地为昆山的环境教育基地付出，他说：“加入慈济前是个普通的中产阶级，吃得好、穿得好；自从做了环保志工，家里用的电扇、骑的脚踏车都是回收品。”

五岁失恃，与母亲相依为命的黄茂森师兄小学毕业，十三岁开始打工，年长至大陆经营事业有成，经常回馈地方，包括在四川盖六座寺庙、六所学校，也在企业里推动资源回收、环保酵素、减碳（素食推广）、慈济电

子书。

“英雄”所见略同，在苏州志业园区的静思书轩，在昆山慈济环境教育基地，用大爱洗涤心灵后，实业家们反思，应如何回报大地恩情，咸认为，能用双手做环保，最是幸福。

来自于温州的徐显月说：“在书轩印象最深刻的是大爱感恩科技的产品，以前曾经听说过塑料瓶可以做成衣服，今天算是真的看到了，也真正体会到了垃圾变黄金，黄金变爱心，爱心化清流，清流绕全球。”

台湾出生，现在江苏南通经营纺织



（左图）静思书轩与大爱感恩科技的产品体现了人文与环保的完美结合，让参观的实业家们赞叹不已。

（右图）短短两天的课程中，简朴而不失人文的茶水点心，以及同为实业家的资深志工陪伴，让实业家们从身心灵感受慈济人文之美。



业的黄秀珍，尤其钦佩大爱感恩科技对环保的贡献，她说：“平时买菜回到家，随便数一数，至少10个塑料袋，既不能埋，也不能烧，真不知道要怎么办，直到接触慈济，才认真地做起环保，现在平时生活也尽量不用塑料袋了。”

素食节能减碳又健康

在昆山慈济环境教育基地，经过参与式学习；来自山东的盛梅说：“做环保最重要的是感染更多的人去做，最好的环保理念就是从我开始做起。从今尔后，要少用一点水，少用一度电，少用一张纸。”

来自温州的饶桂兰认为：“至少，在日常生活当中要变废为宝。然后减少购买的欲望，然后以吃素为主，然后带动身边的朋友，走进慈济参加环保，共同建设美丽的家园。”

对于素食，可实践生活减碳，也有

心灵环保的良能，最重要的是，从自己做起的互相勉励，引起共鸣，数人当下发愿开始食素之外，更要勤行慈济路。

把自己献给需要帮助的人

来自台湾的谢瑞贤发愿，从今天开始，会把自己奉献给需要帮助的人，并且开始茹素。来自吉林的张劲松参加过助学活动和冬令发放，很受触动；这两天，感受吃素最深的意义，也发愿吃素。来自上海的林紫惠分享道：去年底开始吃素，先生的“三高”因此下降。

通过大爱人文营，实业家了解“经济发展了，但是污染却变得越来越严重”的现况。他们也明白，自己要赶紧做环保，还要邀约更多的人加入，发挥在各行各业的影响力，再把慈济的人文之美体现在日常生活中，让我们的明天会更好。

慈



• 主题报导 •

实业家动起来

撰文/摄影 陕西西安真善美志工

第二期大爱人文营，在苏州举办，参与课程的实业家，从中反观自省生命的价值与意义之后，多有启发。陕西麦里金食品有限公司信守承诺，一周后，开启“环保爱地球行动”，未来，该公司会推出全素面包，以落实环保行动。

食品工厂启动环保

启动仪式于7月5日举行，高陵县环保局、泾河工业园相关负责人，共同见证该公司西安工厂和泾河工厂从此也有环保尖兵，由慈济志工和麦里金公司分别授予旗帜及推动环保的工具，并期许大家“不放过一个福气”，身体力行，节约资源。

麦里金邀请慈济志工分享环保理念；就这一话题，慈济志工温萍采用

大量图片、数据以台湾为例，如果地球再升温2度，整个台湾岛或许将只能留下一座大厦，其他，会被升高的海平面给淹没；因此，环保行动刻不容缓。她表示，举手做环保，从生活点滴开始做起，例如如何循环再利用洗脸、洗菜的水，如何将家中的垃圾做环保分类。

要珍惜有水可用的幸福

胡瑞育师姊则讲述自己和慈济结缘的过程，也分享她出生于甘肃，亲眼见到甘肃缺水的状况，是慈济帮助他们建起了水窖，最后又建了移民迁村。她呼吁大家要节约用水，要珍惜有水可用的幸福。

对于环保，董事长何达乘在昆山慈济环境教育基地，确实受到了教育：

“在企业里头从我做起，节省能源，节电、节水，多步行，多乘公交车，乘地铁；可以回收的东西尽量回收，带动企业营造一个环保环境。”

“过去在公共场所看见大白天还开着灯，会想去关，又怕别人说自己怪异，想来想去，这才动手关掉了开关，这说明自己还没有真切的把环保落到实处。”

将规划制作全素面包

何达乘表示，以后会争取养成习惯，节约每一滴水、每一度电。他还发愿说：“我现在做的面包、点心食品，有大油的，有肉松的；未来，会慢慢做全素食品，这是一个很重要的环保，作用要比我一个大。”

刻正推广环保酵素及环保皂制作的好处，更提出使用环保餐具从我做

起，何达乘表示，这是参加生活营的收获。

从生活到心灵皆清净

“每位员工不仅生活要做环保，更能做到心灵上的环保，心中没有怨气，一个食品企业，才能真正做到让老百姓放心的良心企业。”副总何达行希望，力行环保，从自己、从家里做起，并展示他回收的塑料袋。

于2012年参加台湾实业家静思营之后，何达行找到最直接的连接，启动企业环保。他也是慈济志工，试图将慈济和静思人文带入企业文化，每个月敬老院活动的结缘食品和生日蛋糕是麦里金提供的，且在西安志工陪伴中，进行亲子活动、读书会、助学访视等等各种活动，去年也捐赠助学金，善尽实业家的社会责任。 ❶



麦里金食品董事长何达乘（左图前排右二）参加完大爱人文营之后，即用行动落实环保，在公司产品中推广素食产品，与副总何达行（下图左中）一同将慈济人文带入企业文化。



• 主题报导 •

从心素食仪开始

撰文/摄影 上海真善美志工

为“竹筒岁月”日存五毛钱的行善行动，让上海青松区慈济志工再次走入展华电子公司；介绍慈济在江西的助学活动之外，并接受捐款，且更进一步，与该公司携手力行环保节能，从心素食仪开始。

积极为公司注入正能量

展华稽核室特别助理赵健是慈济活动的桥梁，积极为公司注入爱与善的能量，她分享：“就像证严上人说的，做就对了。希望能一直传递下去，有更多的正能量，更多的种子，把这个爱的力量，散播出去”。

爱的付出能带动善的循环，展华电子公司成立爱心社团：“虽然，大

家没有太多时间，但轮流把爱传递下去，不管是推动CSR（企业社会责任）也好，或者是做爱心环保，对社会是一个正向的意义。”

爱心园游会关注雅安

为四川雅安地震灾民发起“爱心园游会”，郑震山副总理的太太陈瑶铃女士出钱出力，特地从台湾带回许多食材，其点心与饮料都是真材实料、美味可口，加上她的亲和力与号召力，让她的爱心摊位成为园游会中成绩的第一名。

“慈济在台湾深耕数十年，是非常有名的慈善团体。大家的出发点都是好的，除了实际的金钱付出，也打开

善门，汇聚更多爱的力量。”副总理郑震山说。

不分上下参加慈善活动

除了“爱心园游会”，接受展华爱心社社长张珍的邀请，王胜男参加过慈济的敬老院关怀活动，从中体验，在生活中，可以用爱来化解距离感；遂在台上分享时，积极邀请公司中高层干部，放下固有思维，不分上下，一起参加慈善活动。也是慈济志工的王顾华强，则是通过冬令发放活动，了解到自己在上海过得无比幸福，同时深刻体会施比受有福。

这天，上海青松区慈济志工走入展华电子公司，特地准备丰盛美味的素食佳肴结缘，以推广素食爱地球的想法，也分享饮食的礼仪与生活美学。

素食好吃也可以很美丽

看见精心准备的素食与茶点，展华的同仁纷纷拿出相机“留影”，也让没吃过素食的人，因为美的感动，发愿要经常食素。就如顾华强用双手打开志工奉上的素食餐盒，刹时充满感动；原来，素食可以这样健康又美味，也可以这样力行环保节能减碳。📱



(左图) 慈济志工代表接受上海展华电子公司捐赠的助学金。

(右图) 展华电子的同仁对于慈济志工精心准备的素食餐点十分喜爱，纷纷拿出手机留影。





FUN 暑假

暑假，做什么好？

台湾慈济教育志业体，对中学以上的学生，多有关怀社会或进行人文教育交流，充实学生内涵，老师也能教学相长。

川震后，位于台湾的慈济中学，与灾后援建的慈济学校交流，今年迈入第二年，双方学生互相学习，也开拓眼界。

另有亲子营，于暑假期间在慈济会所各自展开，让家长与学生不仅智识加分，也能长养慈悲心。

还有其他团体的夏令营，前来交流，多选择与环保相关，其中，昆山环境教育基地最热门，令人欣喜。

• 主题报导 •

人文教育在四川

撰文/摄影 四川真善美志工

五年前，四川大地震毁掉许多学校，为孩子安心求学，慈济基金会援建13所学校；近二年，援建学校与慈济教育志业体加强互动，盼人文教育能进学校，让孩子学习感恩、尊重、爱。

七月上旬，花莲慈中和台南慈中师生，联袂前往四川与游仙慈济中学、名山一中进行人文教育交流；为求团队默契，行前，先至桃园静思堂，演练分站教学、戏剧和手语等，俾使交流课程更臻圆满。

本地志工为坚实后盾

营队总协调徐振家老师，曾于2008年参与汶川赈灾工作，他说：“想再去看看那边的孩子现在怎么样？还有花莲慈中的孩子主动邀请，和他们一起出去交流。重要的是，慈济援建的学校很不错了，无论是生活教育或各方面都非常棒，此行，是要学习他们的美和好。”

就在台湾团队启程的同时，清晨从成都、达州、汉旺等地的四川志工在洛水服务中心集合后，至游仙慈济中学，整理物资、打扫教室，个个忙得满头大汗，可是脸上都挂着微笑。

午休时间，游仙中学的学生也积极加入场地布置，付出的喜悦洋溢在欢乐的脸庞。初中二年级的田野同学，认真打扫，身上的衣服都湿了，可是手边的动作没停歇过，他笑容灿烂地说：“我们非常期待台湾的同学来这里，为参





慈济中学的学生示范“食的礼仪”。慈济将教育深入生活之中，食衣住行无不是教育。



与这次活动的班级，学校是用抽签方式选取的。”

赞叹游仙多元教育之精致

二日，团队于游仙中学杨娟老师的带领下，参访并认识学校；在科普图书室，展放同学们精美的剪纸作品；在国画活动室内，看到苍劲有力的书法作品；在科技成果室，摆放着许多富有创意的纸板作品“老家印象”，每一项作品都让大家赞叹不已。

通过参访了解，游仙慈济中学的教学理念不止重视课堂书籍的学习，更有多元化的特色课程，含射箭、跆拳道、科技创新、剪纸、国画、书法、

经典诵读等活动。其中，学校特意安排参观射箭校队，也在队员安全指导下，尝试首次射箭的滋味。

入学考录取率十人取一

抓特色、求创新的办学理念，获得肯定，校长张鲲鹏校长说：“游仙慈济实验中学入学考，每年报名人数达一千多人，但只录取一百人。”

另于校内的游仙区五一二地震陈列馆，仿佛时光重回当初地震时的场景，在学校工作六年的杨娟老师介绍说：“经过地震的破坏，到重建后的美丽校园，这一切都离不开慈济无私的捐助，我们会把这样的爱永远传承

下去，也会教育孩子去爱别人，去帮助需要帮助的人。”

7月3日，两地学生正式见面了，拥有同样甜美笑容的两地学生，很快地融入活动，彼此变成朋友，“电波传导游戏”让两岸孩子手牵手，拉近彼此间的距离，也迅速记住对方名字，促进彼此的友谊。

分享台湾慈济的人文教育

花莲慈大附中徐振家主任介绍慈济学校的办学理念，学生的养成教育，要着重于生活中的礼仪培养；现场还邀请慈中陈昕岑同学，示范整洁又美观的辫子，这也是呈现慈济人文的礼

仪之一。

在展演校园特色环节，游仙中学书法社的学生现场挥毫，造诣精湛；学毛笔二年的胡星月说：“起初，为了能有一手好字，而机械性的去练习，最后竟然越来越有兴趣，并藉此陶冶自己的情操。”

两岸三所慈济学校彼此学习

台湾慈济中学邱毓蓉同学则讲述“一日五善”：蔬食、省水、省电、携带环保餐具和改变交通方式，确实做到爱护地球；洪毓璟同学则教大家制作环保杯垫，游仙中学学生和老师们一起练习做环保杯垫，体会惜福



（左图）游仙中学的教育多元化，也让慈济中学的学生体验一下射箭运动的魅力。

（下图）慈济中学徐振家主任向游仙中学的同学及老师们介绍慈济的办学理念。



分组活动让两岸学生在短短的两天的中，迅速拉近彼此的距离，成为一段难忘的友谊。

爱物充分发挥物命。

两岸三校的学生彼此交流学习；有品德教育、生命教育，也有寓教于乐的分站小游戏，让孩子学习良好的情绪管理，也学习如何处理人际关系。

谢淑芬老师的静思语教学，让“品德教育”不再枯燥。她用五种颜色代表不同的心情变化，当五种颜色混在一起后，造成水污浊了，由此让学生体会：当个人心安住了，就会做对的事。“心中这瓶清澈的水是否被动摇或渲染着，掌控权完全在于自己，所以要时时顾好自己的心。”

吴婉容老师带来“生命圆舞曲”的课程，用纸片来代表每个人生命的长

度，让同学们亲手撕掉已经耗费的“时间”纸片，当孩子们看到自己的纸片变得越来越短，具体感受时间的宝贵之后，更进一步引导同学，要用有限的时间做有意义的事、服务人群，生命只在呼吸间，“一口气在，千般用；无常来时，万般休。”

当银幕播放出来自台湾，罹患骨癌的谢雅婷姊姊，用自己短短的十八年生命来阐述自己的坚强勇敢，服务人群，微笑感恩时。很多同学都流下了感动的泪水，都表示自己要好好把握时间行善、行孝。

下午，分站小游戏在孩子们的期待中拉开序幕，首次参加的本地学生，

眼睛里都闪烁着跃跃欲试的光芒。

第一个站“新心相连”，孩子们认真的聆听游戏规则，指导老师将线团作为象征心中困扰的媒介，鼓励孩子们将这个“困扰”勇敢传出去，请伙伴帮助解决，同时也要主动接过他人的苦恼，并且给与安慰和鼓励，直到这条线把所有人都紧密相连。

任佳丽同学在传出线团的时候诚恳的说：“因为同桌上课讲话，我用很重的话指责了她，让她伤心了，影响了我们的友谊，心里很难受。现在她就在我现场，我要和她说对不起。”

而作为任佳丽的同学李岚岚则主动的接过这个“困扰”，让友情的裂痕，在一场小游戏中化解。她说：

“我也有不对，其实关系越亲密越容易受伤，因为对彼此有所期待，但是只要说开了，我们还是好朋友。”

接下来，在因果“粒粒”分明和“扭转乾坤”的游戏中，同学们分别有了不同成长。黄强同学分享：“透过游戏，我发现要拔除恶习，需要耐力和持之以恒的耐心，还有团队间的互相配合团结也很重要。”

在游仙中学，台湾慈中的孩子，演绎音乐手语剧“亲恩浩连天”，打动许多人的心。初三的化学老师庞华说：“普天之下，父母的恩情最深重，就算拼尽全力也无法回报。尤其是，因为工作原因，无法长期陪伴在父母身边的情况下，知道行善也是一



绵阳市台办主任贺俊（左二）与游仙区长徐丽娟（左四）前来关心交流的情况。贺俊主任称赞这项校际的人文交流，是两岸很好的平台。



种行孝，作为老师，会更加尽责，将这份孝的教育传承出去。”

活动过程中，绵阳市台办主任贺俊与游仙区长徐丽娟前来关心。贺俊称赞这项校际的人文交流，是两岸很好的平台，希望将来有机会让四川的老师前往台湾慈济学校参访学习。徐丽娟区长则表示：“慈济不论在体制或系统上，都值得我们学习，因为教育会影响孩子的一生，而孩子的素质将会影响以后社会的素质。”

人文教育交流活动的第二阶段，在四川雅安的名山一中进行。

登科路与状元桥的好彩头

入校须爬层层相迭的阶梯称为“登科路”，上学之路既可赏景更可强

身。也要经过状元桥古迹，大伙未能免俗，小心翼翼地希望讨个好彩头。

走进名山一中大门，映入眼帘的是一道时光记忆墙，写尽学校风华；校长赵荣博介绍：“学校创立于公元1930年，这里曾是唐代学宫，清代文庙，史接千载，地灵人杰，是读书求知成才的摇篮。占地一百余亩，整体上分为老校区与慈济援建后的新校区，是传统文化与现代文明的融合，也是慈济建筑人文的展现。”

领导感恩雅安震灾后的关怀

开营典礼，名山一中特地邀请王欣副区长莅临指导，她在致词时表示：

“512地震后，感恩慈济在名山区援建名山和前进两所学校，提供了优美

舒适的教学环境。今年4月20日，发生雅安地震，两校均安然无恙，也感恩慈济志工于地震后隔天的及时发放和安慰。”

在呈现慈济人文时，台湾慈中的杨程贵和洪嘉妙同学介绍静思茶道的由来、起源、意义等，也示范从恭敬的行礼开始，到泡一杯好茶的全部过程，有茶香也有人文飘香。

蒙顶山下交流静思茶道

做为茶文化发祥地之一，名山一中的老师和学生对茶道毫不陌生，但十分认真地聆听。

为呈现慈济奉茶的礼仪，也要感恩参与活动的名山老师，学生手捧着茶，在轻柔的音乐声中，以整齐的队伍走到老师跟前，单膝跪地奉上富有诚意的茶水，表现茶道的人文精神，重在学礼、静心与恭敬。

名山一中陈镜驰同学体会，学习茶道犹如学习人生道理。

宋佳怡同学最有感触：“静思茶道，虽然步骤复杂，冲茶需要等待；却像人生，值得回味，而且从中学会静，学会做人。”

“说起来惭愧，我们名山就是产茶

（左图）慈济中学的学生参观名山中学在四川地震损毁的校舍，彷彿回到地震的时刻。

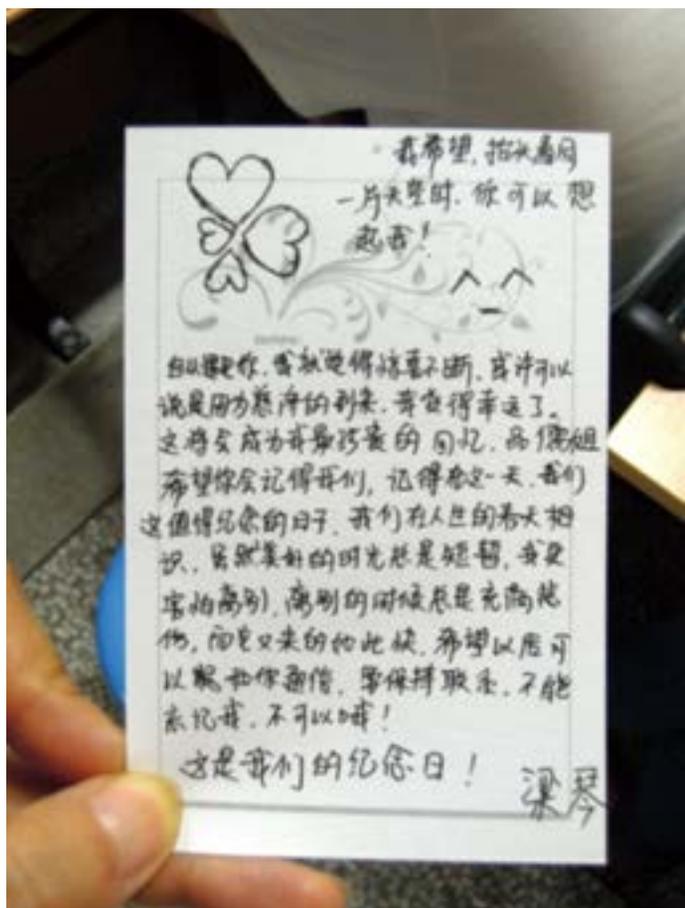
（右图）交流的时间虽短，但是离别总是依依不舍。对于此时的回忆将化作永恒的祝福。

叶的，但是我到现在都还没有，没有一次真真正正的，给我的父母泡过一杯茶。”毛振宁同学分享。

无论是在游仙或名山的慈济学校，从人文交流，孩子们体悟行孝与行善的可贵，也了解修身养性之道，和人文特色重在感恩，重在心里真实的感情，不在表面。

感恩两岸学生可以坐在一起，跨越海峡的距离，开阔视野，了解不同的文化，更在彼此付出、交流互动中学习、成长。并以此约定，就是现在，要让人间处处有爱。

☞



孝顺父母理应当

撰文/摄影 福建厦门真善美志工

小 学暑假开始的第一天，为H7N9缘故暂停两个月的亲子成长班终于又开课了；厦门、漳州、泉州三至六年级的小朋友及其家长共46对参加。课程通过影片、短剧、卡片、奉茶的模式，省思也静思“孝顺父母理应当，知恩感恩再报恩”的深意。

要学会自己管理自己

“要怎么做才不会让爸爸妈妈操心烦心呢？”看完影片“有礼真好”，小朋友各抒己见，踊跃参与问答。

四年级的王晨帆，有次去麦当劳，因调皮手被门卡住，流血不止，爸爸心疼地把她抱回家，安慰许久才停止哭闹；今天她后悔地说：“以后要小心一点，不要让爸爸妈妈担心”。

来自厦门的双胞胎弟弟李宇睿这样分享：“要孝顺父母，不能让他们操心，要学会自己管理自己”。哥哥李宇豪则说“感恩父母是一种基本的做人道理，学会孝顺父母让他们不费心

才是最大的爱”。

亲子班教学的媒体多样化，看完视频，也有“免费账单”的短剧寓教于乐；剧情阐述父母无私的爱，也有长长的免费账单，让他们清楚了解父母默默的付出，且是无价的付出。

帮父母做事不再索取报酬

10岁的骆兮婷小朋友分享，以前不想做家务，爸爸就说洗个碗给一块钱，现在明白了“爸爸妈妈替我们做很多事情，他们都没有索取报酬，所以我想做事情是为自己做的，不是为别人做的”。

叶惠勤、施亦婕是来自角美的一对母女，妈妈说，自从3月份参加第一次的亲子成长班后，凡事会替爸妈着想，不仅会辅导9岁的妹妹做功课，亦婕也反省说：“对父母不能太计较，过去，妈妈叫我做事，我会要求，让妈妈带我去玩；这就是计较，且是浪费时间。不如，用这时间去做好事，比如做环保。”

通过省思，学习如何孝顺父母；也要静思，如何把爱说出来、把爱写出来；爱心卡制作，就是爱的触媒。

“妈妈，谢谢你陪我成长，陪我度过每一个日子，万分感恩您，爱你的宝贝芊然。”





“妈妈，谢谢您照顾我们，日夜操劳，陪我们成长，我以后不会再让你操心了，爱你的儿子李宇豪。”

9月份将就读四年级的11岁女孩游颖轩来自漳州，她在感恩卡上写着：“感恩爸爸每天接上下学；感恩爸爸说的每一句教诲……”她说，以后要多帮爸妈做家务事，比如：端水、拿拖鞋、洗碗、洗衣服。

奉茶，在传统社会，是伦理也是尊亲、孝亲的表现，但在工商社会，逐日被遗忘；因此，通过这个环节，习礼学孝顺，在孩子、家长间传递正能量，潜移默化转变不好习性。

现场很是温馨幸福。只见小朋友们端正地捧着茶盘，小心翼翼的走到家长面前，双膝跪地，奉上三好茶及送

上亲手制作的爱心卡，再来一个爱的拥抱；许多父母紧紧地拥抱着自己的孩子，甚至止不住泪水。

“妈妈，我有时候做得不是很好，感恩您的包容，以后，我会努力。”在奉茶仪式，说出平时难以启齿的话；黄清清、李梓畅母子俩的对白也是许多亲子间的心声。

王晨帆小朋友说：“刚才奉茶的时候，我好想哭，也看到爸爸的泪水在眼眶里打转。”爸爸王茂松补充说：

“确实是太感动了，以前在电视里看到，结婚时新人会给长辈奉茶，女儿今天没有结婚就奉茶。再者，过去比较淘气的孩子，通过‘孝亲’这节课，看到了她的改变，这一节课收获太大了”。

■



• 主题报导 •

童子军夏令营很环保

撰文/摄影 江苏昆山真善美志工

将慈济环保理念运用至公益活动，金达利之友童子军夏令营接引90位孩子及家长，希望透过教育及体验，深层次了解到环保的重要性，并且能够从自身做起，影响身边更多人。

首重减少碳足迹的教育

行前，小营员就积极响应环保倡议，活动当天，大部分营员搭乘公共交通或共乘车辆，并且自带环保水杯，还有的小营员，将自己认为可回收的物品搜集好，带至昆山慈济环境教育基地。

静思语教学环节，由慈济环保志工

表演“地球妈妈发烧了”，深度刻画了环保的重要性，引导孩子们反思日常生活中不注重环保的后果。而环保展厅内导览与实做区环保DIY、亲身体验做环保的环节，让童子军及家长们的感慨不已，特别是环保展厅内所展示的“垃圾变黄金”，喝完的塑料瓶经过高科技分解，竟然可以织成衣服、毛毯、包包等物品，引起孩子与家长们的啧啧赞叹。

认真学习垃圾分类

在环保实作区内，教学如何做垃圾分类，童子军小营员们认真实践，个个印象深刻。

“唉呀，真的好臭，好难闻呀！”原来是项铭炜小朋友在打开一个饮料瓶时，瓶中残流饮料经过高温发酵所发出的臭气使他难以接受。

志工把握机会教导说：“如果不喝饮料，就不会产生这么多垃圾，如果偶尔还是喝了，则应该在喝完用清水冲洗瓶内的残渍，将瓶盖和瓶身分开，瓶身塑料纸剪掉，并将瓶身踩扁以节约回收空间，这就是环保最重要的清淨在源头。”

节约资源又省钱

小营员严格分享道：“学习了今天的环保课程，我了解到地球资源非常有限，我们必须循环利用资源，比如用过的草稿纸反过来还可以用，洗过衣服的水可以冲马桶，还可以用来帮妈妈拖地，既可以节约资源，又可以省钱，一举二得。”



严格小朋友原定跟随爸爸参加暑期旅游，为了参加这次环保体验活动，自己主动放弃，也省下不少碳足迹。

周艳玲是第二次来到慈济会所，认为慈济的环保教育非常有意义：“第一次参加环保读书会之后，回家的第一件事就是把盆放在水龙头下，接废水冲洗马桶……今天通过环保导览了解，原来1瓶矿泉水需要17.5升的水做成，1吨饮料瓶可以节约6吨石油，这些数字太可怕了。以后，我会随身携带环保水杯，不再喝瓶装矿泉水了，环保又健康。”

营员家长感动加入志工

童子军小营员张乐的爸爸张军喜，深深被慈济环保理念所感染，在活动结束后，当即填写小区志工报名表，发心成为一名慈济志工。

张军喜分享道：“一个人的力量有限，如果大家的力量可以汇聚到一起，就会很大。今天深入慈济的环保理念，觉得非常值得我们学习。其实很多事情都是平常生活中很小的常识，只是没有留意做。接下来，想要回去发动小区居民一起做环保，这是一件非常有意义的事情，如果我们每个人都能参与进来，会让我们的环境变得更好。”

慈

透过亲子游戏与短剧表演，让孩子与家长了解环保的重要性，并从自身做起影响身边更多人。



褚衍琴在苏州志业园区带动环保，向参访的会众示范环保分类。

• 志工身影 •

用生命成就慧命

撰文/慈瑞 摄影/苏州真善美志工

肺癌末期，双眼三千度近视，
肺 领有残疾证的褚衍琴，63年出生，本是苏州政府提供给慈济基金会的关怀名单。现在，她是慈济志工，一家四代做环保；也为苏州志业园区“人丁单薄”，开始现身说法，期盼更多认同慈济理念的朋友，共同守护这块净土。

生命贵在深度不在长度

2007年5月，褚衍琴被诊断出肺中分化腺癌中晚期，据医师表示，仅存6个月的寿命。治疗过程，先后进行2次手术4次化疗，由于体质反应较大，药物的副作用不仅让她不停地呕吐，头发大面积脱落，加诸手术和化疗都不能使用镇痛棒，致身体上的疼痛让她想过自杀，甚至写好了遗书。同年11月，经过撕心裂肺的化疗后，自行拔掉身上的管子，决定用乐观的态度作斗争。

从医院返家，谨遵医嘱，想吃什么就买什么吃，但在家休养最怕想东想西，为打发时间，竟然培养出“偷菜”的兴趣。她说：偷菜的地点是“开心农场”，这种模拟游戏，曾风靡一时；在线，虽然正经八百地教会你怎样播种、施肥、除草、杀虫、浇水、采摘蔬菜。可是，采摘他人蔬果，必须先下手为强，即成为无比刺激的“偷菜”。就这样，用儿子的账号，在开心农场玩得不亦乐乎，其认

真程度是分秒必争，只要看到谁家的菜熟了，立刻就去偷。

那是08年，儿子念大三，同学老问他，为啥不上课，整天挂在网上；但让老妈不像病人，在虚拟世界，暂时忘掉癌症的威胁，也是收获。

“整天偷，偷了一年的快乐；其实，应该说，空过一年了。”

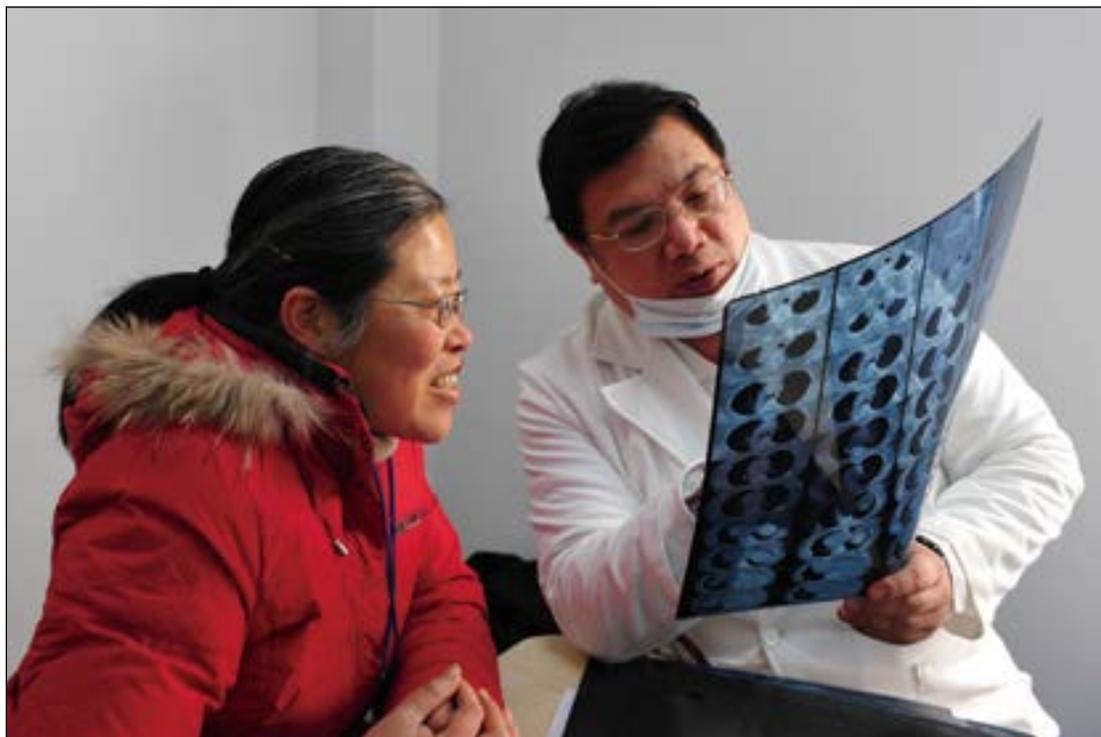
幸好，褚衍琴乐善好施的个性未被病魔夺走；2008年，再次住院时，认识同病房67岁的陈阿姨，也是癌末病人，十分消沉，感觉老天对自己不公平，饭吃不下，睡也睡不好，对家里人乱发脾气。老公和儿子处处顺着她，但陈阿姨还是觉得他们不理解自己，不肯配合治疗。

癌末病人照顾癌末病人

看着陈阿姨家人一筹莫展的样子，便主动跟陈阿姨聊天，让她的心情好转起来。出院后，只要陈阿姨在家状态不好，儿子会打电话求助；从那以后，褚衍琴每个星期，固定看望，陪她聊天。特别是，陈阿姨去世前的三个月，几乎每天都去医院，和她家人一起帮她洗澡、帮她换衣服，直到2010年4月为止。

陪伴癌友安详走完生命旅程，也帮助重病的弱势族群，申请生活补助，并发动亲朋好友乐捐，订制病床；他是同住观景新村的老曹，年轻时遭遇车祸，造成高位截瘫，在病床上躺了

2012年12月两岸联合义诊，慈院医师向褚衍琴说明目前的身体状况。



二十多年，仰赖护工照料。

按说，一个不知道癌细胞何时会扩散的病人，可以做到如此，生命是够精采的，但遇见慈济，褚衍琴的生命划出完全不一样的风景；09年3月，苏州政府提供慈济基金会或重病或残疾特殊人群的名单；观景小区四位，包括褚衍琴。

笑谈当年的贪嗔痴

回想当年初见面，褚衍琴笑说，当时还有贪念，只问：“那个什么慈善团体要送我什么？”还应着：“不拿东西来做什么？”但还是安份地等着，担心来客登上五楼扑空。

那天是周六，门一开，予人印象非

常深刻；一群慈济人唱着“真正高兴地见到您……。”

褚衍琴有点被吓到，心里嘀咕：“哪有这种人，疯疯颠颠的。”当然，那是当年的形容词；现在会说：“可爱的、热情的慈济人。”

初识慈济人的震撼

虽是尴尬，但也延请众人入屋，听着介绍“我们是慈济”；这，褚衍琴一点概念也没有，不过“有空来滚绣坊41号，一起来做好事”，倒听得很清楚，也很干脆回答：“可以呀！”

褚衍琴承认：“当初爱面子，没有拒绝；总不能说不做好事呀，再怎么的，还是在家偷菜有劲。”

可也奇怪，喜欢在家“偷菜”的她，隔天接到慈济志工的电话，邀请参加周二的手语课时，没有迟疑，立马答应，也想看看慈济在做什么。

从住家到滚绣坊距离10公里，骑电瓶车，一般人大约半小时到，褚衍琴以20-25码的速度，需要70分钟。

首次“跳”手语很快乐

在静思书轩练手语一家人，为褚衍琴是大近视，看不见手语的图谱，就算把脸贴上，也无法练，但不知怎地，就是跟着“跳”，跳得很感动。

在慈济志工陪伴下，完成志工培训课程，很快加入访视志工的队伍，不但承担关怀小区的另外三位感恩户，更积极参与苏州慈济的其它活动：从敬老院到环保站、从春蕾助学、光明行动，到爱心酥、爱心粽的义卖，经常可以见到戴眼镜的褚衍琴。

她欢喜地说：“原来我们小区有四位感恩户，现在只有三户了，因为我成为慈济志工。”

加入慈济之后，褚衍琴的变化很大，到书院经常是一整天，就算为肺癌手术拿掉两根肋骨，于拖地搞卫生时，牵动手臂神经会疼，却坚持清洁一楼到三楼，在其他志工到达之前，把环境整理干净，就为“对的事，

做就对了”。如此投入，先生曾好奇，究竟什么地方，吸引她连生意都不顾。也会担心，过于劳累引癌症复发，但“只要我开心，能活着就好”的回答，让他不再多说什么。

在市区，褚衍琴和先生开了一间商店，专营儿童服装。

慈济世界快乐多多

加入慈济之后，每天清晨到店里的第一件事就是投竹筒。事实上，她有两个竹筒，家里一个、店里一个，许愿完全相同“祈愿大众离苦得福”，也带动识与不识者共襄盛举。事实上，受到影响的不仅是他的先生，所有亲戚朋友几乎为慈济会员；且在近两年，个个成为环保尖兵，包括童装店也是小小资源回收站。



褚衍琴参加苏北春蕾助学，与帮扶的同学互动。

褚衍琴的母亲徐洪兰不识字，也有遗传性眼疾，但母女连心：“只要眼睛有一分光，就要发一分力量”。

慈母同行环保路

初始，母女前往新区环保站做环保；搭公交车前往，看不清是几路车的她们，平时可问其他乘客或问司机。不过，也有不能上车的状况，为携带太多回收物，以影响乘车安全为理由，被拒绝过；但住在辛庄的母亲不以为苦，干脆拉着回收资源，走上35分钟路程“使命必达”。

甚至，走在路上或在公交车上，看到有人丢弃饮料瓶，定会捡起来带到环保站。曾有这么一次，老人家说：

“在汽车上看见小塑料瓶，旁边一个女的坐在那，我不敢拿，待她下了汽车，才带走它，丢到回收桶里去。”

捡瓶子会“传染”，也会“遗传”，褚衍琴的婆家、娘家，还有孙女儿去外婆家，也是沿路做资源回收。对于这位强调“我才是小牛”、爱捡瓶子的孙女，被问及为什么的理由很充分：“因为阿婆做环保，因为师公上人希望清净在源头。”

也是“知福、惜福、再造福”的好因缘，褚衍琴住的观景小区，完成老新村改造后，她发愿要将环保落实小区，遂天天“死缠”着居委会，终于在“要做就做，看你能坚持多久”的响应下，启动环保活动。

此地有五十幢民房，一千户人家，褚衍琴印二千张邀约书，第一天张贴，大多被撕掉；她发挥苏州人的性格，慢慢腾腾地交流外，但看哪家防盗门拉开，立即上前邀请来做环保。

在自家社区推动爱地球

7月12日，慈济的环保项目正式成立，顺理成章地在留园街道观景小区落户，至今已满二年。

每周二是小区环保资源回收日。平时由母亲徐洪兰蹲点，风雨无阻，宣传环保理念的同时，将居民家中可循环的垃圾进行回收和再利用，褚衍琴表示：“地球灾难多，我对别人说，就是要管这个闲事。”

慈济路上行走四年，褚衍琴和母亲徐洪兰分别于2011年和2012年授证成为委员；途中，难免有风有雨，例如人的惰性，如燃烧的煤球放在炉子会旺，拿出放在边上一下，很快没火。人也会烦躁，明明我对，为什么会意见这么多。也会自己放个二、三天假，反思自己到底做了哪些。过程中，幸有法亲陪伴，也有影响至深，让她坚定不移的分享：“寺庙菩萨的前身是什么？若是木头或石头的原形，你会膜拜吗？菩萨都是千刀万凿成就的，若要成佛，肯定需要别人凿你。”

“生命的勇者在苏州，现在，每天安排满满的慈济活动，妈妈也投入环保……她把自己的病痛放一边，本来

是接受帮助，现在帮助别人，看，人生不是等环境改变，而是去改变环境，真的很不简单！”

此乃勇者足堪人品典范

这是慈济基金会创办人证严法师的赞叹，的确，很不简单；位于景德路的苏州慈济志业园区，于2012年9月启用之后，至今人丁不旺，褚衍琴看在眼里，急在心里；她说：“就如接力跑开场，第一个棒子传来，没人接可不行。”

是的，从台湾到大陆，第一座静思堂建在苏州，设备完善，众所期盼能

发挥慈善、医疗、教育、人文的良能；然相对本地志工较少，无法转动美善循环。”

苏州人动起来吧

于此，褚衍琴认为，推拖没时间，只是缺乏承担的勇气，即以在地人的角色，克服上台就紧张的毛病，接受常州、静思书轩心灵讲座等处邀约，盼尽己之力，说我所做，做我所说，让更多人认识慈济、信任慈济。

“心在哪，人在哪”，褚衍琴相信，总有一天，会圆满这个心愿。 

褚衍琴与母亲徐洪兰（右二）一同参加培训、授证，且不遗余力地在自己的小区推动环保。





• 志工身影 •

发挥生命的良能

撰文/摄影 福建厦门真善美志工

华山，今年二十四岁，他用将近二十年的时间，与“进行性肌营养不良症”奋战，效果虽是不彰，但心地善良的他，凡事替人着想，也很知足、很乐观。现在，他努力挤出可以自行呼吸的时间，前往五缘湾慈济联络处参加志工培训。

罕见疾病折磨数载

2012年冬令发放初访时，厦门慈济志工因缘认识善良又坚强的华山一家人，也了解他们一路走来的辛酸。

髻稚入学，腿部逐渐失力的华山，小一至初一是趴在父亲温暖的后背，听着爱的脚步声走向学校；直到父亲腰椎间盘突出，无力背上，才放下学

校的课业，也在病痛之间，品尝生命的可贵。

已是颈椎无力、脊椎侧弯及四肢变形的华山，需要支撑才能坐立，且由于长期的肌肉萎缩导致内脏各器官移位，成为漏斗胸，也为内脏相互压迫，常现呼吸困难，严重时需紧急送医；目前，华山依靠呼吸机，一天至少八小时。

用指背敲出感谢函

感恩生命还在呼吸间；仅有手指可以微弱动弹的华山，透过指背，在触摸板上移动，写信给医治他的医护人员，表达内心的感恩。且在认识慈济志工之后，受邀加入思明小区的QQ

(左图) 志工陪伴华山，教他用电脑发挥自己的良能。

群，他说：“这是一个充满爱的群，也是我加入的第一个群。”

“当知道志工是利用业余时间来帮助别人的时候，我十分感动，在生活如此快节奏的今天，还会有人愿意花一点时间帮助需要帮助的人，且不求回报。”华山说。

圆他第一个助人梦

在QQ对话中，慢慢地激发出华山想发挥生命良能，帮助他人的心念。

慈济志工感于他这念助人之心，希望为其“圆第一个梦”，让他的生命走出“一平方米”的空间，发挥生命良能；经过讨论，也为入户发放助学金的时间又到，慈济志工邀请华山分享自己的故事，并录制成视频，激励正在逆境中的孩子，珍惜所有。

其实，华山的现况是，一天需要吸氧八小时，才能；录像那天，他忍着痛苦，坐直接接受采访，只为真诚地希望助学生“好好学习，学有所成，可以帮助别人，可以把将爱传出去。”

因为华山的用心，两个月一次的助学金入户发放，除了依然温暖的互动之外，通过平板计算器播放华山给助学生的鼓励，慈济志工感受更多的正能量。

在同安区的一个农村，慈济志工来到新柔的家；自从父亲往生后，来不及走出丧夫之痛的妈妈，与年迈的奶奶撑起整个家计，以前什么都不会做

的她，如今种水稻、施肥，样样都要自己来。

“人，生来就是要吃苦的，吃别人吃不了的苦……”

看完华山的励志视频，叶妈妈对三个小孩说：“跟那个哥哥（华山）相比，我们幸福多了！”

66岁的奶奶感恩志工：“你们带来的这段视屏，是给这三个孩子的大礼物。别人读书那么辛苦，我们家新柔能够自己骑车去读书，更要认真读书，报答社会上关心我们的人。”

在视频中，华山也鼓励助学生多听听父母的唠叨。

与助学生分享生命的可贵

春梅的母亲在2002年因车祸往生，父亲于2003年因癌症离世，姊姊在外地求学；目前，春梅与弟弟春明依靠80多岁的爷爷抚养。去年，爷爷不慎摔倒后，仍行走不便。当春梅听到“父母的唠叨其实是个很幸福的事……”时，深刻感受，那正是“子欲养，亲不待”的遗憾。

在入户访视过程中，慈济志工同步录下助学生的反馈；这天，特地送至华山家与之分享。

当华山知道很多助学生的父母已经不在时，尤其感恩自己的双亲健在，也称赞这些助学生：“他们比我坚强，比我优秀，是我被他们感动，不是我感动他们。”

无论是助学生或华山，“视界”因为见苦知福而有不同。华山说：“看到这些感人的画面，真希望自己的脚好了，身体好了，跟着一起帮助他们、给他们力量。”

除了录制励志视频，“想穿上慈济志工服，去帮助别人”是华山立下的愿望。为此，志工开始规划，为他“圆第二个梦”。

前往会所旁听志工培训课程

6月30日，在父母及慈济志工的陪伴下，华山来到厦门慈济联络处参加志工研习活动；因病情需要仰赖呼吸机，课务组特意准备一间教室，让他通过画面转播，参与研习。但华山希望亲炙学习的氛围，在志工们陪同

下，进入课堂，做短暂的停留。

像久违的家人一般，华山分享：“志工研习结束，看到大家排着队伍有序地走出来，现场听见相互道出：‘您好，感恩’。一句句‘您好、感恩’仿佛代表了无限的祝福，给予他人力量、勇气。”

施与受者同享幸福

志工研习结束后，回到家的华山，忘记身体的病痛，迫不及待地在QQ上写下喜悦：“虽然很累，却感到幸福，因为自己也为他人努力、付出。或许‘施’和‘受’并不是反义词，当你受到帮助而感到幸福时，对方同样因为帮助你而露出幸福的微笑，彼此一片祥和，这就是人间净土。”



志工的爱与鼓励，让华山暂时忘记身体的病痛。

• 志工身影 •

萍萍的快乐

撰文/摄影 江苏昆山真善美志工



听到有学生喊她“老师”时，萍萍的心里非常的激动和自豪，因为家庭经济困窘，她总是认为，自己只是一个受助者。可是在慈济，竟然可以做这么多实实在在的事情，而这些事情又能帮助到别人。

昆山慈济助学对象，前景中学初二年级的萍萍，在暑假的第二天来到会所。因缘巧合，昆山小主人报新闻学校145位小记者，分四批参访环境教育基地，这对于萍萍而言，也是一个绝佳的学习机会。

对慈济推行的环保，一直印象深刻也非常有兴趣：“在校园中，看到同学很多不环保行为，例如丢弃饮料瓶、旧书籍时，都很痛心，想着这些都是可以再利用的资源，大家却没有一点回收意识，所以想学好一套环保本领，等开学后倡导和带领身边同学一起力行环保。”萍萍说。

志工教会她“一日五善真功夫”的团康，萍萍就以大姊姊的身份站在台上和志工一起带动；实做区里，她也帮着一起照顾和指导小记者们。

看他们饶有兴趣地学习，一边伸展

着“拳脚”，一边念着“省水，省电，交通工具，蔬食，环保餐具”，气氛热烈；也看到，小记者们在环保实作区，同学们个个都干得热火朝天，让萍萍参与其中，感受到了前所未有的快乐。

“我不能只是索取，我也想有所付出。”萍萍曾经参加过2012岁末祝福活动，在了解了慈济竹筒岁月的历史后，这个接受过慈济帮助的女孩也萌生了帮助别人的念头。她向志工要去一个竹筒，回家后每天发一个好愿，投下一枚或数枚硬币。

经过大半年的储蓄，竹筒装满了。她小心翼翼地捧着竹筒，犹如捧着自己最真诚的一份心意，换乘三次公交车，从所住的蓬朗镇辗转来到会所，献上她的爱心。当志工问及为什么会在自己状况堪忧的情况下还想着帮助别人时，萍萍回答：“从手心向上到手心向下，是一种难得的幸福。”

其实萍萍这次前来，最大的幸福，就是学环保、做环保，她说：“长大以后一定要成为慈济志工，让生活的每一天都充满了意义。”

誌

关怀困难家庭

撰文/摄影 天津真善美志工

总是有序地表现人文素养，慈济志工排着整齐的队伍，所到之处所遇之人，不时发出好奇的疑问：

“你们是做什么的？从哪儿来？”

在南开区和塘沽区访视时，志工解答小区民众的疑问之后，都说：“真好，感觉就不一样，是做好事的。”

获得台办与居委会支持

做好事需要大家一起来，天津南开区台办田路明主任多次参加慈济活动，十分认同，特别向慈济志工介绍并联系了长虹街的居委会，并提供5户困难家庭名单，另有慈济志工拜会塘沽区长征里居委会后，当地也提供6户困难家庭名单。

天津慈善组针对这两地的访视工作，积极准备，召集志工进行访视培训，并分别于7月13日和14日深入小区进行访视。

在居委会主任刘长云的带领下，志工们首先走进了14岁女孩小芄的家。六年前，小芄的父亲因病去世后，母女俩便相依为命。

她是个既懂事又争气的女孩子，学习成绩很好，每次考试都排在全班前十名，平时也很懂得体贴母亲。说到小芄的母亲，居委会主任一个劲儿赞

叹：“这是个很坚强的妈妈，从来没有因为自己的遭遇而放弃过生活。”

不曾放弃的，还有这对兄弟；贾爸爸因为中风的原因，不能出去工作，母亲患有精神疾病，生活不能自理。

“这是在去年，孩子小贾考上武汉理工大学，小区邻里都很开心，但学费成了问题，就号召居委会为孩子募捐，最终总算解决了问题，还有一位好心人士答应每年资助孩子一万元钱学习生活费用，直到大学毕业。但成绩优异的小贾弟，明年也要考大学，学费会是问题。”

“我要考北大！”问起小贾弟弟的高考梦想，他如是回答，充满着年轻人的自信与朝气。

陋巷有擅长书法的孝子

“知福常在、随缘自来”屋子里粘贴隽永的字，出自李庆云师傅之手。

“李师傅很热心参加我们区的活动，逢年过节，我们都要邀请李师傅为我们写对联呢！”居委会李主任在一旁夸赞着，李师傅却在一旁腼腆。

今年49岁的他，至今未婚，自从机代厂下岗之后，与母亲安新义相依为命，住在这间不足三十平米的公租房内，母亲自小因为输液时落下后遗



症，手上有残疾，坐在屋内，看到慈济人的到来也是满心欢喜，并开心的交流着。

家中唯一的收入来源是李师傅利用照顾母亲的间隙到食堂、超市打零工、收拾卫生，每天二、三十元左右的收入，勉强维持生活。但看得出，李师傅心态很好，不论是从一进门，看到李师傅正在电视上观看学习毛笔的讲座节目，还是在今天入伏的第一天，为母亲包的饺子，凉在桌子上，很用心的照顾着自己的母亲。

老人有邻里守望相助

“谢谢你们，这么大老远看我们，你们辛苦了！”

爷爷奶奶住的是居民住宅后院临时搭建的活动板房，经了解，前面的居民住宅原来是爷爷奶奶的，为让服刑

回来的二儿子与三儿子一起住着，因此，老人搬到了这里。

环睹四壁萧然，空间也狭小到只能容两张单人床，床上躺着近九十高龄的宫爷爷，行动不方便的他，患有高血压与心脏病，只能吃些流质的食物。“平时都是好心的邻居接济，人家买四颗白菜会给我们两颗，人家买一把葱也会给我们留下一半……”

落实访视也是征信

两天的时间，三十余位志愿者，在各地领导陪同下，入户完成初步的访视工作，接着将展开资料整理、个案评估等工作；而如此诚正信实的过程，除了回报捐款者的爱心，也让需要帮助的人，得有最好的照顾模式，从而走出困境之后，成为助人者，在小区深入扩大爱与善持续的循环。 **■**

推动医学人文建设

撰文/摄影 福建厦门真善美志工

厦门政协潘世建副主席、市卫生局局长领导，7月24日召集厦门十三家人文试点病区医院主管，与慈济志工一同参访翔安区的莲花医院莲河总院和同民医院的人文试点病区。

莲花医院试点病区调研

进入莲花医院，走在人文试点病区一外科室的走廊，两旁墙上随处可见静思语，李力院长分享道：“静思语不止要上墙还要上心。”

“十几年建院以来，所讲的大道理不及慈济一天的课程！”李力院长一说到慈济，心情就很激动；甫从台湾慈济回来，她说：“去慈济最大的感觉就是每个慈济人对人都非常诚恳，脸上的微笑都是发自内心。”

李院长还跟大家分享了刘建国医师的故事，十几年军旅，养成刘医师不喜欢与人沟通。自参加3月29日的培训之后，半天时间就变了一个人，他说：“被人感动是很难的，没想到还能被慈济感动。”

要感动老兵实属不容易，以前的刘医生不苟言笑，到现在慈眉善目，说话柔了，笑容也多了，连患者也说刘医生的北方方言越来越有磁性了，医患关系也越来越像一家人了。

同民医院从2010年开始与慈济志工

互动和交流，积极学习慈济的医疗人文理念，并结合实际工作，推展一系列人文关爱活动。

观摩同民医院的人文关爱

进入门诊大厅，琴声悠扬；医患关系的紧张就在琴声中得到缓解。在住院部二楼骨一科，走廊墙壁两旁都挂有绿色植物，绿意盎然的充满生命力。骨一科还设有爱心交流角，鼓励病患与爱心大使交流，桌面最引人注意的就是静思语小签，爱心大使都会请病患抽一张静思好话和他们分享，也给他们祝福。此地也有爱心墙和许愿树，挂满对患者的祝福，温馨的环境让病人不再觉得医院那么冰冷。

这是温馨茶话室，感恩墙上贴着医护的祝福语。病患家属可以将食物存放在这里的冰箱。每周两次在病区开展爱心交流活动，促进员工、医患的人文体会，在相互分享的同时，蘸上医护患之间的润滑剂。

至于“慈爱一日捐，日行一善”，黄继义院长介绍：“慈爱一日捐，不是捐钱，是捐时间，每位医护人员每年至少捐一天时间出来做志工。”

黄继义院长对今后人文关爱的推展做了方向性的规划；包括积极响应市卫生局“做一个有人情味的医者”的



厦门政协潘世建副主席（左二）表示，人文关怀不能只是一个口号，而是要真正行动起来。

倡导，继续开展“爱在同民”活动，进一步提升医务人员的医学人文关怀理念，更好地体现公立医院的公益本质。下半年将继续开展一至二个人文关爱病区，最终在全院推广。另外，每月开展一次医护人员的心灵交流会，每季度对出院后病人进行家庭访视，将人文关爱延伸到病人出院后。

将前往福鼎医院参访

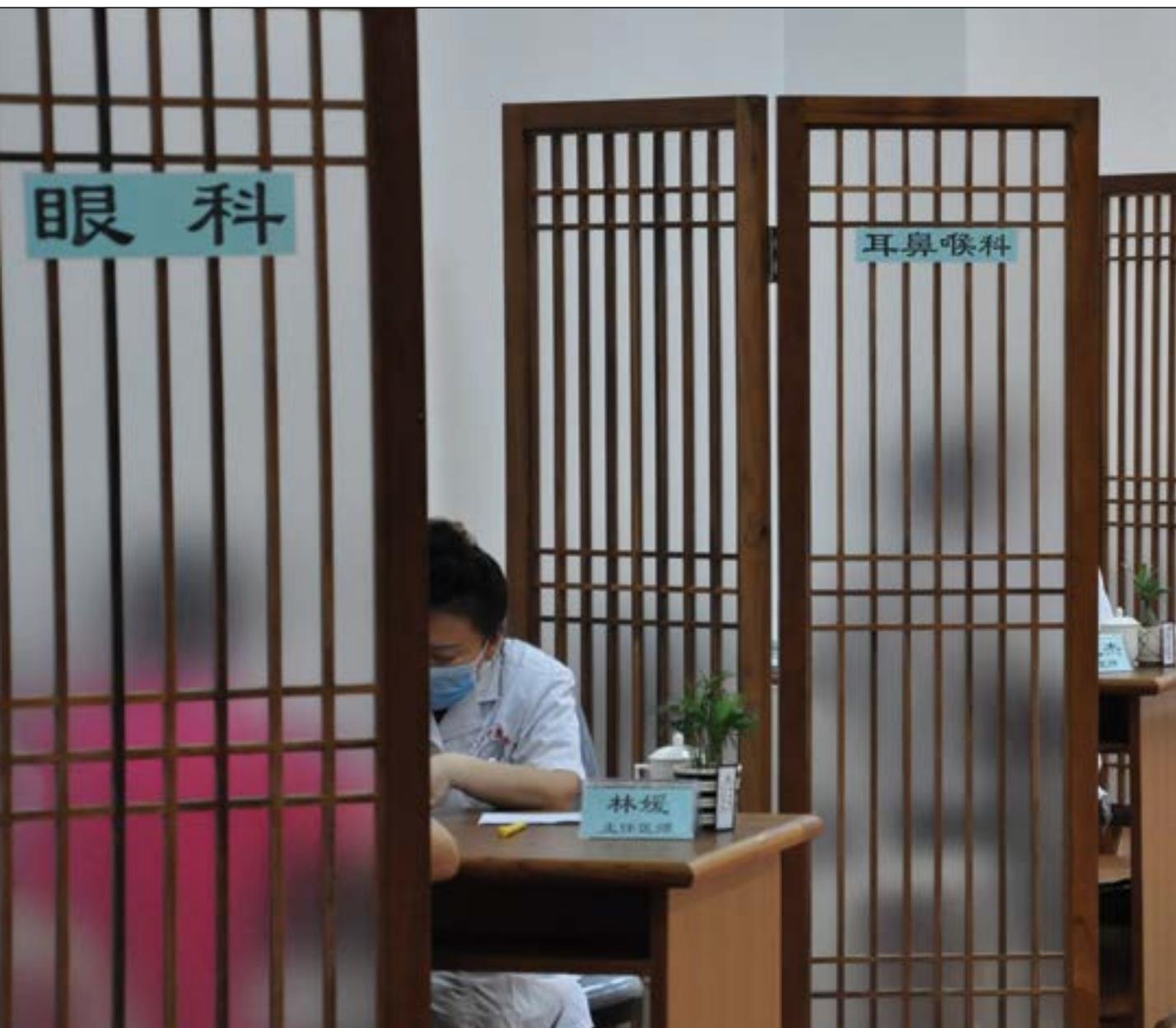
为加强与慈济的互动，不断吸收大爱的医疗人文精神和理念，下半年，同民医院计划组织医护人员参观福鼎人文医院；也要编印完成“静思服务医者人生”手册，科室医护人员人手一册，日学一句从医感悟，提高人文思想境界，做到医者人心，做个有人情味的医者。

对于未来，就如妇幼保健院党委书记张明河的分享：“我们不是刻意地去做，而是落实日常生活。”

将医病关系融入人文

面对医患关系紧张，医护行业风险巨大，卫生局杨叔禹局长说：“我们不能怨天尤人，且在医学人文建设中，慈济的大爱精神是我们应该吸取的。盼通过医学人文建设，医患之间能相互理解，也期待医护同仁能够有付出无所求的心态，做有人情味的医护工作者。”

潘世建副主席也说：“人文两个字只有六划，做起来却很难。而且，人文关爱不仅仅是医疗方面，也要让社会充满人情味；人文关怀不能只是一个口号，而是要真正的行动起来。”



• 地方通讯 •

厦门湖里区义诊

撰文/摄影 江苏昆山真善美志工

慈济五缘湾B3会所，7月28日办理义诊，在为湖里区267位贫病无依的困难户提供医疗服务；且在看诊、卫教之外，医师亲至小区往诊。这一天，逾500人放弃休假，通过义诊实践医疗人文的精神，也感恩自己如此有福。



义诊活动得到厦门慈善总会，厦门卫生局的大力支持，由厦门中医院出8个科系57位精英骨干医师坐诊，另有55位医疗志工，及来自福州、漳州、泉州和厦门346位志工参与。

上午八点多，一辆辆巴士载来需要医疗服务的民众；他们来自湖里区金

山街道、禾山街道的低保户和五保户，平时因为家境艰困，就医困难，致小病拖成大病，大病拖成重病。

活动筹备将近三个月，慈济志工与厦门市中医院领导不断沟通，建立默契，该院翁丽丽医师是本次义诊的骨干医师：“去年在台湾花莲学习到了慈济医疗人文‘人伤我痛，人苦我悲’的博大情怀。慈济人总是以细心、用心和爱心来视病如亲，这些都值得我学习。”

志工服务的“六步四宝”

为了义诊活动能顺利进行，7月27日下午，103位志工在会所进行义诊前的培训及场地布置。前者的重点是：“不介绍偏方，不私下资助，不留私人电话，不做任何承诺，不抽烟，不翘脚，更重要的是，说话要轻声细语。”另有四宝：“脸要笑，嘴要甜，腰要软，手脚要快。”

虽然，27号举行义诊志工的培训，但活动场地的布置，已在前几天开始。总务组志工精心布置整齐会场的同时，考虑医师需坐诊一整天，便撤换掉已摆好的塑料椅，换上软包垫的椅子。长期承担香积组的陈羨英师姊针对这次义诊活动有不同的对象：准备了三种不同的用餐方式。也考虑到有些乡亲须空腹检验血糖，志工在乡亲休息区准备了馒头、豆浆和茶水，还准备卫教宣传影片。

厦门中医院翁丽丽医师去年在台湾花莲学习到了慈济医疗人文‘人伤我痛，人苦我悲’的博大情怀。她表示：“慈济人总是以细心、用心和爱心来视病如亲，这些都值得我学习。”



第二天，义诊顺利进行，禾欣小区居委会的陈爱芬带着15位病患前来，志工的热情，医护人员的耐心，深深感动着她：“每个病人都有志工陪护，也感受这里非常温暖的氛围，让自己忍不住也想要融入。”

困难户大部分因病而贫

五通小区的谢青青是街道民政活动的负责人，她放弃原有高薪的工作，深入农村从事民生活活动，已经记不得是第几次来到慈济会所了，这一次组织了二十多位小区的贫困户前来。她表示，慈济的义诊活动非常有意义，同时希望，慈济能够提供长期的关怀，因为困难户大部分因病而贫甚至

全家都有疾病。

事实如此，有些人因为贫困等原因不一定能到医院去，所以义诊有它的需要性；且在义诊付出无所求的环境，医护人员多能反思，在医院工作时，是否为病患付出爱心？

做中觉悟如何视病犹亲

“平时担任神经内科的护士压力很大，经常心烦气躁，自从参加慈济的活动之后感觉心态更加平静，对待病人也更有耐心了。”苏娜是中山医院神经内科的护士，7月6日参加义诊的初访，今天再次利用休息时间担任医疗志工。

耳鼻喉科是由厦门市中医院蓝志杰

副院长亲自坐诊，他以写字方式与听力障碍患者交流。

为贫困户看诊时更要关心

“参与义诊有种成就感，医生不应该只强调自身技术有多么好，而是要懂得如何去抚慰病人，通过对贫困户的帮助，也教会我们如何去照顾贫困的人，慈济这种人文，是值得医护人员学习的方向。”

尽管心血管科的就诊乡亲人数最多，但管昌益医师都用心诊断，看诊室内井然有序。管医师是厦门市中医院心血管内科主任，同时担任硕士

生导师，擅长治疗高血压、心脏病。2011年厦门翔安冬令发放时，曾经参与义诊，对那个场景印象深刻。这次活动，作为科主任带头参加，希望能够感受慈济的医疗人文氛围，回科室做医疗文化的传承。

慈济志工体贴入微

心电图科室的赵凤医生也参加过2011年的翔安义诊，知道这次又有义诊活动，立刻报名参加。在活动过程中，慈济志工的细心与贴心，给赵医师留下了深刻印象：“躺床比较高，有些病患上床检查时很不方便，慈济

中山医院神经内科护士苏娜，此次利用休假时间担任医疗志工，用专业与爱心陪伴前来看诊的民众。



志工便在病床边放置一张小椅子，帮助病患踩踏上床。”

赵凤说：“在医院工作时，每天面对的是流水线工作，与病患之间的交流很少。这次来了这里，与病患间的交流多了，觉得与病患间的距离拉近了，希望以后在工作中也能够多挪出一些时间来与病患沟通交流，对他们进行一些心灵的抚慰。”

在室内义诊，不用担心炎炎夏日的的问题，但部分病患无法前来，遂由医师和志工顶着午后的高温，走进行动不便的病患家中看诊。

医师往诊入户问病

钟武信在6年前得了一场重感冒，当时因为年纪尚小，只是简单地吃了些药，但不正确的食药方法，导致肾脏受到严重的伤害，目前在厦门174医院进行透析治疗；其他器官也有不同程度的损害，最终出现糖尿病和尿毒症的并发症，以致双目失明，双腿肌肉麻木萎缩。

厦门莲花医院的王业红医师对钟武信进行了心脏听诊检查，对他的病情进行详细问诊后，嘱咐他每天要按时按量服药，且在确保安全的条件上多走动，做一些自己能做的保健动作，比如常按摩手、耳朵和脚，这样有利于血液循环，对身体康复有利。

租住在地下车库的王锦凤一年前因为车祸瘫痪在床，背部和脚部多处褥

疮，生活无法自理，丈夫外遇后抛下她和年仅9岁的女儿，幸有母亲和娘家姊妹轮流照顾。

“手要经常捏捏，肌肉才不会萎缩，两手互相帮助，每天多做几次，先锻炼手后，脚才会动，要多锻炼，就会早日康复！”厦门市莲花医院复健科孙海勇医师教示妈妈帮助锦凤练习用手部和腰部的力量挺起身来，帮她摸腹，帮她掰动手指头，肌肉才会早日恢复功能。

要照顾瘫痪在床的女儿，又要照顾三个年幼的孙子女，王妈妈肩上背着重担，时常心情不好、愁眉苦脸。

走入贫户才知人间疾苦

“救人救心，要让患者从心理上战胜病魔，燃烧起活下去的愿望和坚持的力量。”中山医院泌尿外科护士陈晓霞多次陪同志工入户关怀身患褥疮的王锦凤，此次也入户义诊。

在小区人员的带领下，志工们走过饮食店，理发店林立的街道，穿过几个弯弯曲曲的弄堂小道来到了病患薛宝珠的家里。走进一个破旧的门廊，门廊边上摆放着准备回收的旧报纸，沿着楼梯走上二楼，一股陈旧腐朽的味道夹杂着腥臭味扑鼻而来。

薛宝珠奶奶将志工们迎进门，面带愁容地说：“我们全家都是病人，我真不知道要怎么办？”

“今天我们带医生来给你们看诊，

莲花医院王业红医师（右一）与志工至钟武信家中往诊，嘱咐他按时按量服药，并做力所能及的运动。



您哪里不舒服就跟医生讲。”志工握着薛奶奶的手安慰她。丈夫早逝，六十八岁的薛奶奶有三个儿子都已经四十几岁，但都有智力的问题，大儿子患有唐氏综合症，小儿子从楼梯跌下摔到头部，现在是一级智障并患有失语症。二儿子也有些智力问题，而薛奶奶本身也患有糖尿病。

“看病很贵，有时，我们一天也只吃一顿饭。”薛奶奶叹了口气说。曾令峰医师为母子四人做了一个基本的检查，并作出建议：“要改变生活习惯，不要只是躺在床上，要换角度活动筋骨。”

回顾问诊的病患家庭，曾令峰医师

心有所感的说：“上人说‘行善行孝不能等’，其实医疗人文的服务体系建立也不能等。”

全程参与义诊，曾令峰医师的角色也在培训学员、医疗志工、看诊医师之间转换；这次，觉得身上的责任更重了，也更了解证严法师说的“医生不只是需要医病，更需要医心。”

为病患家属的乐观情绪往往能够影响到病患本身，他特别希望，小区医疗服务体系能够逐步健全，再把义诊活动与小区医疗相结合，让更多的人不为没钱看病而延误病情，这也是“做一个有人情味的医者”最重要的方向。

■



• 地方通讯 •

晓东的故事（之三）

图文 花莲慈院提供

如果我开刀，就可以平躺在床上了吗？

晓东初到花莲慈院时，第一个向陈英和名誉院长表达的就是想要平躺的心愿。经过手术后，现在的晓东，已经如愿。

睡姿不再蜷缩

晓东说：“很开心！”。

来自厦门，罹患严重僵直性脊椎炎的晓东，五月二十三日抵达台湾花莲后，慈济医院医护团队、慈济人接力关怀，顺利在五月二十八日、六月四日完成双侧人工髋关节置换手术，而最重要的脊椎手术，在七月二日展开。之后，还有二、三个月的疗程。

就医期间，除了花莲慈院医护团队努力医治晓东身体上的苦痛，慈济志工的陪伴与关怀，正一点一滴的滋润着晓东封闭十八年的心。

又一天，循着欢乐的英文字母教学歌曲“ABCD、EFG……”来到晓东的病房。两位来自加拿大的慈济志工庄淑锦与庄程翔姊弟，与医疗志工颜惠美一同探望晓东。

慢慢适应人多的环境

面对怕生且不断用手遮脸的晓东，淑锦与程翔唱起活泼的英文字母教唱歌曲，生动的韵律搭配简单的“ABCD”歌词，让晓东逐渐打开心房，还用他最拿手的“感谢天感谢地”与淑锦与程翔分享。

为反馈淑锦与程翔带来的英文字母歌曲教唱，晓东用闽南话朗读静思语，让来自加拿大的淑锦与程翔敬佩不已，直说要晓东当他们的“小老师”。

医疗志工颜惠美拿出她制作的“翻转快乐鸟卡片”，祝福晓东努力翻转做复健，像卡片上那只快乐鸟一样，

(左图) 晓东手术前后对比，手术后的晓东终于能够平躺在床上。

(右图) 晓东的母亲(右)术后恢复良好，把握时间与慈济志工做环保。



开心地“抬头挺胸走回厦门”。

“我一定会好起来！”晓东做出这样的承诺。不仅是晓东，他的妈妈朱金钗“已经好起来”。

百忙之余，慈济基金会副总执行长林碧玉在陈英和名誉院长的陪伴下，来到病房探视晓东与晓东的妈妈朱金钗；林碧玉悉心检视晓东的伤口与术后复原状况，给予晓东加油打气，同时关注晓东妈妈的复健情况。

母亲也顺利完成手术

去年的一场车祸，让晓东妈妈的腿部伤口植入了钢板；陪晓东从厦门到台湾，花莲慈院医护团队发现钢板已断成二截且出现溃疡，遂在六月进行手术，经过一段时间的复健，已经可以在拐杖的支撑下自行行走。

晓东妈妈兴奋地分享，由于术后复原状况良好，已经跟着慈济师姊到环保站做环保，不但能爱护地球，还能边回收边复健，让她觉得身体越来越好，心情也越来越开朗。看到妈妈心境上的转变，就连晓东也会督促着妈妈每天都要去做环保呢。

到环保站近一个月的她，对环保站

的回收物已经如数家珍，“这是软塑料、塑料瓶盖要这样拆解……”。

撑着拐杖做环保

由于晓东妈妈的左脚需要长时间保持伸直的状态以固定伤口，贴心的环保站志工，特地找来回收的健身椅，让晓东妈妈的左脚刚好能架在椅子上，舒适的“坐”环保。除了环保志工，每星期五晓东妈妈还会到静思精舍担任福田志工，负责擦拭新讲堂的蒲团、地板、窗户等各处。

陪伴晓东妈妈做志工的月英师姊说，晓东妈妈真的很认真，即使左腿不方便仍然很努力。

长期陪伴晓东一家人的厦门陈州明师兄，在知道晓东妈妈朱金钗主动到环保站做志工后，特地打越洋电话，要晓东妈妈一定要好好学习花莲慈济环保站的分类方式，回厦门后，再与厦门的慈济环保志工分享。

也是新的里程，朱金钗表示，曾经因为身体不适，有一、二天没能做志工，让她内心感到相当惭愧。未来，盼有健康的身体，天天到环保站做志工，以回报如此之多的慈济家人。 



• 地方通讯 •

助学入户访视

撰文/摄影 陕西西安真善美志工

西安启动助学入户访视，志工分三组前往周边区县等处，希望通过实地了解，找出最好的帮助；而受访的十来位贫困大学生都是品德好、学习好、身体好的“三好生”，经欧亚学院经过层层审批后，提报给慈济基金会。

不受命运捆绑的清寒学生

小孙的家，坐落在平原地带的五星乡和迪村。这是靠近城边的村落，依然保留陕西关中农村古朴的生活习俗。小孙六岁时，父母离异，被判和妈妈生活，可妈妈改嫁，又离婚了，只能回到奶奶家，和爸爸、弟弟生

活；奶奶健康不佳，被确诊为双腿骨质增生、腰椎间盘突出等病症。

相信苦日子会过去的

小孙家有两分宅基地，一半地盖了一个二层小楼，每层楼两间房，但经费不足，内墙壁尚未粉刷；而且，因为盖房子，还欠7、8千元外债。另一半地，种上苋菜、西红柿、豇豆、葱等，这些是全家人的副食品；二亩六分地种着小麦和玉米，是这个家庭最主要的经济来源。可今年陕西冬春连旱，两亩六分地打了一千斤左右的粮食。就算年景好，除去成本，一年收入，也不过两千元。

小孙的父亲在外打工，每个月会给奶奶生活费七、八百元；而小孙兄弟俩，都很懂事，为减轻家里负担，利用课余时间打工。

最苦的是，在渭南做保洁员的母亲，工资不高，又发生事故，已欠外债近十万元；说到这些，小孙的脸上挂着坚强：“还有两年就大学毕业，再苦再难的日子终将过去，定会尽力帮妈妈还债，也会照顾好奶奶。”

负债累累也要念书

再往石羊村去，谁说城市里的人生生活好，谁能确认城中村就一定有钱，小李家虽处城区，却是因病而贫；十多年前，父亲因为心脏病失去劳动力，致家庭生活所需与小李的教育费，完全仰赖母亲在街道办担任保洁员及微薄的房租收入。

多年前，小李家里的耕地被征用，影响家计，且困境不只如此。曾有房客帮忙修理房屋，从二层坠下，住院花费30000元，加上盖房欠下十几万元的债，再加上李爸爸安装和更换心脏搏起器的费用，早就捉襟见肘。

提到小李，妈妈很自豪，学校给贫困生提供补助时，为小李是班干部，自动放弃申请，把机会让给同学。

从西安驱车约一个半小时到达小峪河村时，无法行车，志工步行前往；走过水泥路、崎岖的沙石路，两边高耸的山峰，夹着蜿蜒的小河以及沿

河修建的山路，经过近一小时的跋涉，终于走到了小吴家。

小吴家正在盖新房，而在新房的旁边，志工们看到原有的老屋，由于后墙裂缝很大，一遇下雨等恶劣天气，随时会有坍塌的危险，小吴爸爸本来想着，等儿子大学毕业挣钱后再盖房子，但属危房的老屋实在不能再住人，只好举债盖房。

小吴爸爸今年53岁，在小峪河村村委会担任委员，负责管理村上的社会治安、环境卫生等，没有工资，且因为小吴妈妈腿脚不灵便，需要照顾，致无法前往西安打工，平时就是在村上帮忙做零工。

生活困窘缚不住上进的心

小吴家里本来在河边有三亩二分地，但属于国家规定的退耕还林还草范围之内，加诸山里常有野生动物侵扰庄稼，无法通过卖粮获得收入。

尽管家里条件有限，可是小吴的脸上充满自信，他说当初之所以选择建筑项目管理的专业，就是看到村子里住的条件不好，希望自己学成之后，回到村子里帮助乡亲们盖起安全舒适的住房，让乡亲们过上好日子。

走入贫困，看见贫困，就如访视志工芮坤说的，真是一家比一家穷；刚念大一的她，见苦知福，更加珍惜自己拥有的生活，也很想为同龄人做点什么。

■

• 地方通讯 •

五金城里说环保

撰文/摄影 上海真善美志工



垃圾减量在上海国际机电五金城，踏出第一步；近三百位民众，从二十余位慈济志工学习资源分类，及如何与地球共生息。

位于上海嘉定区的上海国际机电五金城，占地面积1100余亩，城内划分有商务店铺、办公楼宇、会展中心、仓储物流，更有生活配套区等功能性区域。

只是，五金城发展蒸蒸日上之际，

在此地开设饮品店的慈济志工林彩绒发现，随处乱扔垃圾的现象严重影响城内质量，遂与另一位志工李隆琳，将饮品店充当环保教室，随时与消费者分享慈济环保的理念。但，如此的努力，赶不上制造垃圾的速度，包括可用资源，未做循环使用。

基于如何改善城内环境，李隆琳师兄试着拜访易智机电五金钢材市场营销有限公司，这是负责五金城日常管



理的单位。陈克彬总经理表示，园区内的垃圾量与日俱增，目前，每天产生一百五十桶。去年（2012），垃圾清运费即高达四十七万元；对于慈济志工愿意倡导环保，一定给予最大的支持力度。

该公司赵宜胜经理也表示：“这是解了管理中心的燃眉之急。”

因缘殊胜，慈济志工特将第一场环保宣讲会，选在晚上，方便商铺业主

参加互动。下午四点刚过，易智公司派出几员得力干将协助志工进行场布。五点不到，即布置完毕，可惜天公不作美，突然降下滂沱大雨，无论是物业公司的员工还是慈济志工，都顾不得披上雨具，抢收环保展板。

幸有物业公司提供尚未使用的办公室，也让陆续到来的孩子和家长，跟着志工一起学习手语“一个干净的地球”；但随着越聚越多，室内渐渐显出拥挤。也是此刻，雨水止住，大家齐心协力，再次将活动移到广场。

环保课程正式开启，京沪两地垃圾围城的现状，以及政府与民间环保意识的觉醒，多能产生共鸣；且与课程同步进行的，还有大爱感恩科技环保产品的展示，也引来不少民众的围观，他们对塑料瓶可以纺纱制成柔软舒适的衣服和毛毯充满好奇。

前两天，彩绒师姊在饮品店里，与杨殿霞女士分享环保；今天，杨殿霞特地邀约朋友前来参加。她说：“现在才真正开始认识到环保的重要，希望这样的活动能多办一些。”

当民众想要响应分类回收，却不知何地可以收集这些资源时，志工们欢喜地告之，可以先送交林彩绒的店铺，并预告未来五金城会的环保活动会持续下去。只可惜，继续讲解环保分类时，再度下起雨来，活动不得不提前结束。虽有些许遗憾，但众人咸信，环保种子已经播下。

❶

周二的净如琉璃日

撰文/摄影 福建南靖真善美志工

废弃玻璃，不仅沉重，回收危险，价格又低廉，少有回收商愿意收购；但慈济志工看到一堆堆的碎玻璃，随意倒在河边、水沟、路旁，决心化有害为有用，且从2006年坚持至今，千锤百炼的结果，福建南靖小区每周二非常耀眼，叫做“净如琉璃日”。

真是一群可爱的慈济志工，了解资源回收的薄弱之处，看在眼里，记在心里，开始回收玻璃。每逢周二，前往培育金线莲的公司，也至酒店、公共场所玻璃回收点打包，乃至居家民众的酒瓶、生活用品的废弃玻璃瓶等，都没放过。

一年回收184吨玻璃瓶

初心，恒持不断；仅2012年就回收玻璃184吨。

周二这天，35摄氏度的气温，多数人“纳凉”去；但慈济志工的第一站，在南靖小区不远处的树荫下，玻璃瓶已经堆成一个小山。

志工们很快便进入状态，有的铺开麻袋，有的小心翼翼把玻璃瓶一只一只轻放进去，有的师姊合心协力把装满玻璃瓶的袋搬到货车上。

六十多岁的林团治师姊带着五、六个阿嬷每星期二到各回收点打包玻璃已经五年多了。阿嬷都上了年纪，但是干起活来却很麻利。

坚持不断的恒心，来做自证严上人说的：“做就对了。”林团治也笑着回答问题：“不会啦，不会辛苦。上人跟我们说了，做环保很好，我们越做越喜欢。”

捡拾玻璃瓶的爱心

随后，前往南靖三卞的酸菜鱼馆、南靖溪边饭店，再到林团治阿嬷家附近回收玻璃瓶。很多的玻璃瓶都是阿嬷和简水英、龚美珍几位老人家捡的。刘金梅说：“玻璃烂不掉，又会伤人。把它捡起来，可以保护环境，为子孙后代留下一片干净的地球，也可以资源再利用。”

简水英说：“越捡越觉得不错，越捡身体越好，家庭也很好，我先生鼓励我继续捡玻璃。”

再往南靖大自然饭店、南靖祖师爷庙后面以及南靖新中山饭店。此刻师兄师姊们已经满头大汗了。宋萍师姊更是大汗淋漓，不停地有如豆粒大般的汗水哗哗直下。



最后一站到了培育金线莲的公司。王白英师姊和吴友珍师姊早在此地等候，她们把U型玻璃池里的碎玻璃全都打包好。炙热的骄阳把她们的脸蛋烤得红通通的，身上的衣服也已浸透。顾不上劳累，兴奋地说：“老板人真好，在志工的建议下建了个池，专门置放碎玻璃瓶，方便了许多。”

看着满满一车的玻璃瓶，志工们忘却疲惫，个个欣慰地笑开脸，且来到玻璃置放场，欢快地把一袋袋玻璃瓶卸下车，再一袋袋分色归类。

漳州师院大二学生黄培薇，利用暑假，承担人文志工，看着志工们做得满头大汗却满心欢喜，放下手中的笔，和大家一起卸玻璃。她说：“回收玻璃是一件非常有意义的事。它不仅符合这个时代绿色环保的主题，而且有益身心，培养大家的爱心。”

利用下班后的时间，杨启怡师兄赶来卸车，待玻璃回收就定位，还细心地找来畚斗和扫把，把边角打扫得干干净净，等待下一个“净如琉璃日”，也等待更多的环保志工出现。❀



• 地方通讯 •

大爱感恩科技“津”益求精

撰文/摄影 天津真善美志工

用塑料瓶做的？那我为什么要花钱买废品做的衣服？穿身上能舒服吗？

何思霈是大爱感恩科技公司的职员，去年青岛“台博会”中，首次接触大陆消费者，得花上许多时间说明产品的核心精神。今年于梅江国际会

展中心参加“2013天津台湾名品博览会”，来众也会惊奇，却对环保产品产生更大兴趣，也有一定的认可，遂购买量比较去年增加。

今年“台博览”的主题为“拓展深化合作，创新发展共赢”；大爱感恩科技被安排在休闲生活科技区，从7



月5日到8日在N2馆21107展位。配合主办单位设计的绿色地毯和绿色装潢，衬托环保的绿色精神，加诸自然、清新却又不失人文质感的产品，很快的吸引目光。

这次，大爱感恩科技带来37顶凉帽，一天半的时间就销售完毕。还有

环保衫、环保包包都很受欢迎。何思霈说：“通过台博会参展环保产品，重点是，要将环保理念推向市场，让更多人参与做环保，以逐步推动爱与善的循环。”同时自我期许“津”益求精，让大爱感恩环保织品，成为环保实践中的一股清流。

在慈济志业体，最大的特色是，志工永远是最坚强的后盾。就如大爱感恩科技展位内，也有志工承担环保产品的讲解工作，他们自付车马费、餐费，不曾支薪，却做得满心欢喜。

志工管怡欣的笑容，如同夏日里的一缕清风，让人感到清爽而舒心。每当客人询问环保包时，她总是一遍一遍耐心的介绍，尤其是一款黑色的女士肩包：“它的做工很细致，主要是轻便。外面的小兜可以装纸巾，方便取用。拉链里面也有几个小兜，方便装手机等重要的物品，您可以背上试一试哦”。

当客人很犹豫时，管怡欣不做强烈推荐、催促购买，只是面带笑容，诚恳地说“这款包很适合您，您可以考虑一下。”

这是她第二次承担大爱感恩科技的展卖工作，管怡欣觉得，通过这个平台来宣传环保理念非常有意义。

来自天津南开区的高国宏，对塑料瓶再生后的环保产品非常感兴趣，志工罗美华上前介绍生产过程，还告诉他这些产品用于赈灾，帮助不少人，



在四川汶川、雅安地震中，这些毛毯都免费赠予灾民。

高国宏仔细聆听，生怕错过每一个细节，也为慈济人所付出的爱心感动不已：“据我所知，大陆也有回收塑料瓶，但，只做一般加工，例如鞋底，不像大爱科技的技术含量高。”

第四届“台博展”参观总人数达45.3万，平均每天超过11万人。场馆内布展企业众多，各类产品拆箱摆放后，就产生了大量的废弃纸箱、塑料泡沫，也因为天气极其炎热，N6馆（食品馆）也产生无数的饮料瓶。

慈济志工也藉由这个小小的展台，开始一系列爱心环保行动，向场内会众介绍大爱产品，讲解如何低碳减排之外，更在布展当天开始环保实地回收作业，引起许多厂商的认同，主动将纸箱折迭好，交给慈济志工回收。

根据去年参展经验，慈济资深志工罗美华、蔡宜晏、古秋梅等一致认为应当提前安排回收工作，现场做环保，不仅清理了现场杂物，还能带动大众的环保意识。

蔡宜晏每到一个展位前，都会弯腰90度，向负责人介绍慈济，并真诚

地表达希望能回收他们摊位的“废品”。她诚恳的话语、和蔼的笑容散发着慈济人文精神。志工们走访过的展位都欣然答应，因为大多数台企都知道慈济，很乐意把纸箱等废品送交慈济回收。

台湾都门国际物流有限公司的陈建杉，今年和太太黄玫瑰一起来天津，看到慈济志工在展会上做环保回收，连续三年护持慈济，无偿提供场馆内的仓储区；这里不仅可以做废弃纸箱、塑料瓶的整理分类，还可以让师兄姊用餐和休息。

不仅如此，陈建杉不忘拜托熟悉的

公司老板，把回收资源都留给现场的慈济志工。遂在大大小小的摊位前，看到志工拉着拖车来来回回走过，一些参展的老版都主动打招呼：“这里有垃圾可以回收，过一会来喔！”

“环保做得好，我们的生活才会过得更好，看到你们，真的很感动，天津市民非常需要你们的带动！”一位会众对慈济志工表达心愿。

为期四天的展会在圆满中落幕，百位志工用辛勤的双手，换来满满的收获，不仅涸注慈善，爱心环保行动，也让更多人认识和了解慈济。 



每一位慈济志工都是大爱感恩科技的代言人，用身体力行的方式解说，原来科技与环保可以如此结合。



• 地方通讯 •

心和万事兴

撰文/摄影 上海真善美志工

连续几天高温，35至38摄氏度的上海像个大蒸笼，但长风联络处的心灵讲座，有如清凉地，四十会众用心聆听林家和师兄幽默的生命对话“心和万事兴”。

遇见生命中的好女人

曾任职于台湾宏碁公司33年的林家和，在家排行老三，自认为从小到大的生命成长都很顺利，主要归功于他生命中的两个好女人：一个是慈悲的母亲，另一个善慧俱足的妻子：“这两位女人，成就我的好命人生。”

母亲的正念、善心、对一切事务都抱有感恩的生活态度让家和师兄受益无穷。林家和师兄说：“母亲一直有一个观念就是家里再穷，也要让

子女读书。”因为母亲的慈悲，家和师兄得以顺利地完成大学的课程。

分享三要的夫妻相处之道

夫妻之间的相处之道也是一门大学问，家和师兄认为夫妻要做四种伴侣，第一要成为合作伙伴，夫妻要协力分担家事；第二要成为快乐的玩伴，要互爱互助，共享天伦；第三要肤慰陪伴，要和气一起共同牵手人生；最后就是要成为共修伙伴，一起增长福德智慧。

与慈济的因缘，家和师兄笑称，被家里的师妹陈慈心“潜移默化”。

从承担慈济大学的慈诚爸爸（注一），到实业家静思生活营的队服（注二），到医疗志工，家和师兄一

直默默耕耘。用他个人的一句话来说：“一路走来收获满满，让身边很多有缘人走进慈济。”

理工科出生，一向只信科学不相信宗教的家和师兄，在慈济，他第一次真正理解宗教的意涵：“宗，是人生的宗旨。教，是生活的教育。”

内修外行的圆融人生

观念影响行为，行为影响习惯，习惯影响性格，性格影响命运。

家和师兄阐述圆融的人生。人如果把诚正信实修于内，就会把慈悲喜舍行于外，在生活中就会有知足感恩的好习惯，并不断培养欢喜自在的性格，这样的人生即是幸福人生。

反之，如果内心存有贪嗔痴的观念，生活中就会出现计较、比较的行为，逐渐养成了欲求不满的习惯，进而造就了成天烦恼怨愁的性格，以至于人生颠倒，人心迷茫。

“因此人生是可以选择的，你是要往上提升追求幸福人生，还是往下沉沦成颠倒的人生，自己的命，可以自己造就的。”因此家和师兄生活观是：“做一个有教养的人，懂得感恩；做一个有礼节的人，懂得尊重；做一个有爱的人，懂得感恩。”

好命人人爱，但好命从哪里来？

家和师兄说：“观念影响一个人一生的命运，管理观念会影响工作生活，而时间观念则影响人生成就。树

立心想好事，心宽念纯的观念；以身行好事，行善行孝的行为要求自己，并且身体力行；常常长养口说好话，柔和忍辱的习惯；并且能够自修本性，乐善好施，付出无求；你的人生一定是美善人生。”

用美善改写生命的故事

“人生要活对故事，要知道你绝对不是眼前的你，你一定可以比现在更伟大，要相信改变是有可能的；只要愿意，你能够像蝴蝶一样经历完美的蜕变；一切就从现在明白的生命故事开始，如果你能发露忏悔；你绝对能够改写自己的生命故事。”

什么是造好命的法门？“首先学会知福，善解包容，知足感恩；并且培养惜福的心，把握当下用心过活，然后还要造福人群，要付出无所求，多结好人缘；最后一定是要忏悔并发愿，消业造好命。感恩 尊重 爱是人生幸福的五字福咒。”

【註】

(注一)

慈诚爸爸：为陪伴就读于慈济教育体系的学生，尽速了解及适应学习环境，慈济志工成立慈诚爸爸、懿德妈妈，不仅给予生活的关怀，也分享人生阅历，并协助渡过困境和难关。

(注二)

队服：传承经验过程中，会安排资深且有言教与身教的慈济志工，担任小队的服务人员；有别于一般的“队辅”，重在服务，不在辅导。

添丁增口在武汉

撰文/摄影 湖北武汉真善美志工

武汉慈济小区志工研习第二期培训，共有武汉三镇、孝昌、鄂州、宜昌等地的135学员参加，其中44位小区志工授服成为灰衣志工，包括眼盲心不盲的袁作周。

即将穿上灰衣白裤，对他们来说是荣耀也是责任。但慈济志工无论资深资浅，都有相关的培训课程；且无论诚于中、形于外也有一定的学习。

爱为制度 戒为管理

前者，必须遵循十戒“一、不杀生。二、不偷盗。三、不邪淫。四、不妄语。五、不饮酒。六、不抽烟、不吸毒、不嚼槟榔。七、不赌博、不投机取巧。八、孝顺父母、调和声色。九、遵守交通规则。十、不参与政治活动、示威游行。”

后者，加强食、衣、住、行等仪轨。即如这天安排的课程：台上，志工“错误示范”制服、名牌等穿戴不整齐的形象，“笑果显著”，学员纷纷举手指正。

培训课结束，“授服”仪式开始，也分享行走慈济路的心情。

在昆山参加环保和志工研习的郭小飞，是烧烫伤患者，手部神经受损，但认真地一笔一划，写下心得感想。小飞说：“有很多人帮助过我，现在

我长大了，要尽自己的能力去帮助有需要的人。”

把另一半捐给慈济

张文海和徐适是同一家公司的同事，同时接触慈济的他们，都把太太“捐”给慈济，而且成为见习委员。一直以来，自居“慈济家属”的他们，张文海总说自己工作忙，徐适觉得家中有一人是志工就可以了。两人还不约而同地借口：“其实，我们都有一颗慈济心，愿意承担和付出。”可是，看着自己的太太做慈济做得这么欢喜，终于按捺不住，也终于完成一定的培训课程。

授服时，徐适说：“从定期捐款开始，每个月都会仔细看收据上面的静思语。还有，每次参加活动时，都看到很多人，但实际做事的时候，志工却是很少；所以，我回来了。”

感慨来来往往的过客太多，决定留下的还有张文海，他说：“其实是我接引她做慈济的，现在我要用跑步的速度做慈济追赶上去。”终于“追上”太太的张文海，逗笑了大家：“把自己的另一伴带到慈济来，你的家庭一定会更幸福哦。”

来自孝昌的二十九位学员，他们当中也有六位授服成为灰衣志工。



视障按摩师袁作周（右二）“授服”，慈济委员祝福他成为一位手心向下的志工。

三年来，武汉志工到孝昌举办助学和冬令发放，都能看到孝昌本地志工，他们默默付出还不断感恩，也不远千里，跟随武汉志工去苏州学习。

做好事要感动也要行动

“一开始，只是抱着看看的心态一起学习，过程中，有很多感动。后来觉得不光光只能感动，更应该用实际行动，追随慈济的脚步。”来自孝昌的志工明双喜，分享自己三年来“会跟才有慧根”的心路历程。

也是一位特别的志工，邵志华分享：“自己是江西九江蔡岭慈济中学毕业的，当时只知道慈济是做好事的，直到去年再次接触慈济，才知道慈济到底是做什么，以后，会更努力

的帮助更多人。”

视障按摩师授服为志工

2011年11月，视障按摩师袁作周是慈济的“感恩户”，右手小指也因工伤造成残缺，住在不到十平米的房子，经提报慈济基金会关怀，感觉到人生从没体会过的大爱长情，发愿从一个手心向上的人成为手心向下的人，除每月捐款帮助需要帮助的人，也跟着慈济志工走入小区、参加读书会，并接受培训课程，2013年7月，成为慈济志工。

“感谢，给我力量和无限的帮助，虽看不见你的脸，但看得见你的爱。”袁作周希望：“慈济的路，越走越宽，越走越好。”

■



• 地方通讯 •

丰泽生命的读书会

撰文/摄影 陕西西安真善美志工

每月第一个周日是慈济人和丰泽园敬老院爷爷奶奶换了相聚的日子，而下午短暂的读书会，也是大家既期待又难忘的美好时光。

七月七日当天，西安气温非常高，在树荫下也会不时出汗，但下午的读书会，仍有二十余位共同学习“衲履足迹”和“静思语”。

通过读书会，以心契心，印证生命的经验；刘晶晶在敬老院体会到：“人生最踏实的事，是今日此时，有多少力量就尽快付出，利益人群、造福社会。”梁富花则认为：“每个人把身体保护好，才能做到行善、行孝

不能等。”

周宜臻师姊分享“把握当下做得欢喜、心安，就能得到道理”的静思语，她说：“敬老院关怀的最大特点是对老人的肤慰。做到才是得到，把握当下做得欢喜，心安就能得到道理。”她同时示范，与老人们透过手的互动，或按摩或轻轻揉搓，让老人心安，也能把这份无私的爱传达出去，得到真正的欢喜。

当然，从事志愿服务过程，难免会有烦恼，但如何转为智慧，宜臻师姐分享说，没有条件的欢喜心，才是真正长久恒持的方法。

志工徐文清说：“能帮到老人，很开心，比如帮老人擦身体时，感觉心里才是充实的。”

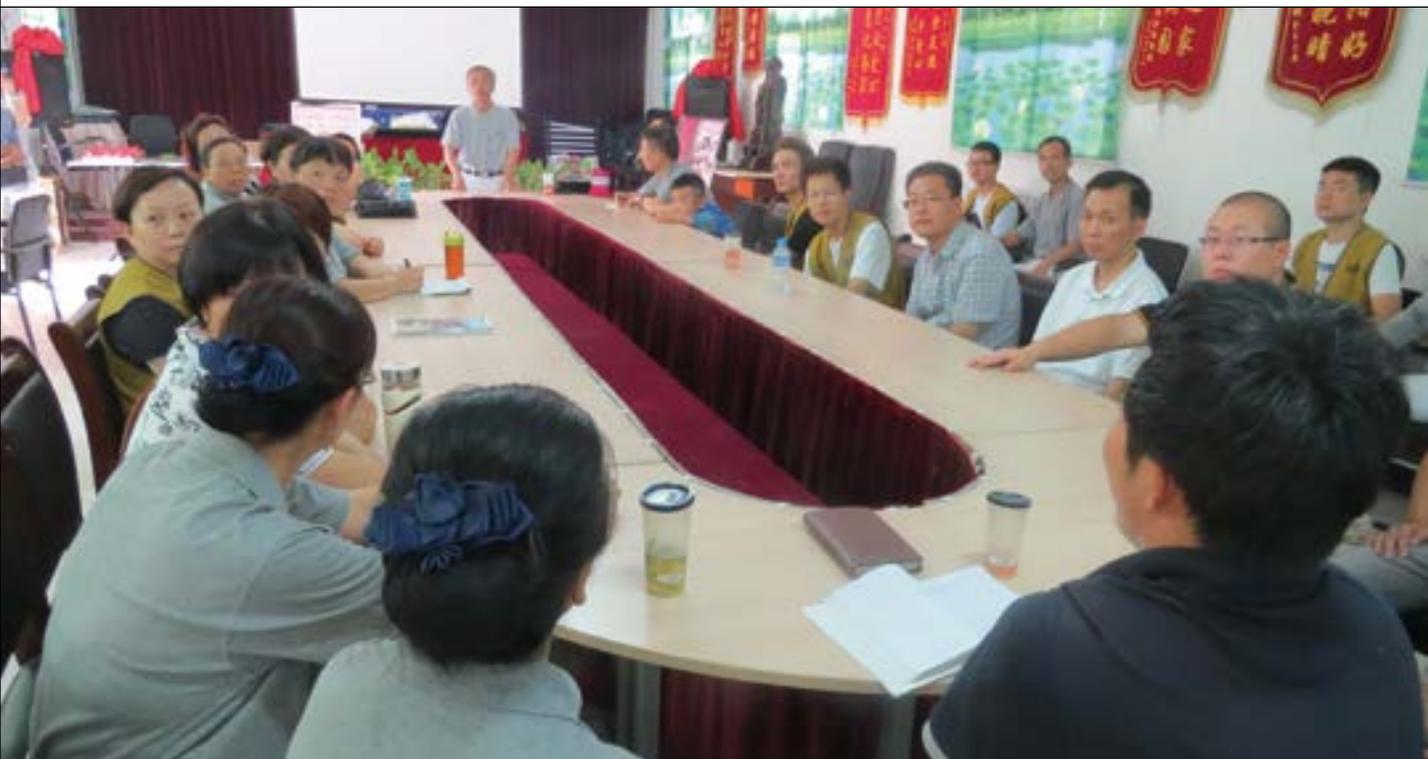
今年六月，徐文清前往苏州参加见习课程，回到西安后，发愿茹素，她说：“这是件非常神奇的事，真的是有愿就有力。”

原来是个无肉不欢的人，现在全素，而且看到肉都没什么反应。徐文清说：“吃素非常好，吃完后特别轻松，和以往吃完肉会很累的感觉完全不同呢。”

学到“时，应分秒必争；路，应步步踏实，此趟人生即无所愧憾。”志

工温舵泽记得高中求学阶段，时间在那个时候，就应该分分秒秒用好。说到踏实稳步走：“记得大二时的暑假，办补习班，给一帮初中生教了二十多天，教的很一般，毕竟第一次。等教完就觉得愧对家长、愧对孩子，家长那么信任我，我就把孩子那个暑假浪费了。现在回想起来，那时确实不应该办补习班，走得太着急，未有踏实走，现在只能后悔。”

确实应该这样，就如今天，不畏艳阳高张，二十位家人不急着想离开，回头看看走过的路，给自己的生命花园，多些丰泽的美丽。 



西安志工把握与敬老院爷爷奶奶欢聚的时刻，透过读书会分享彼此的心得。

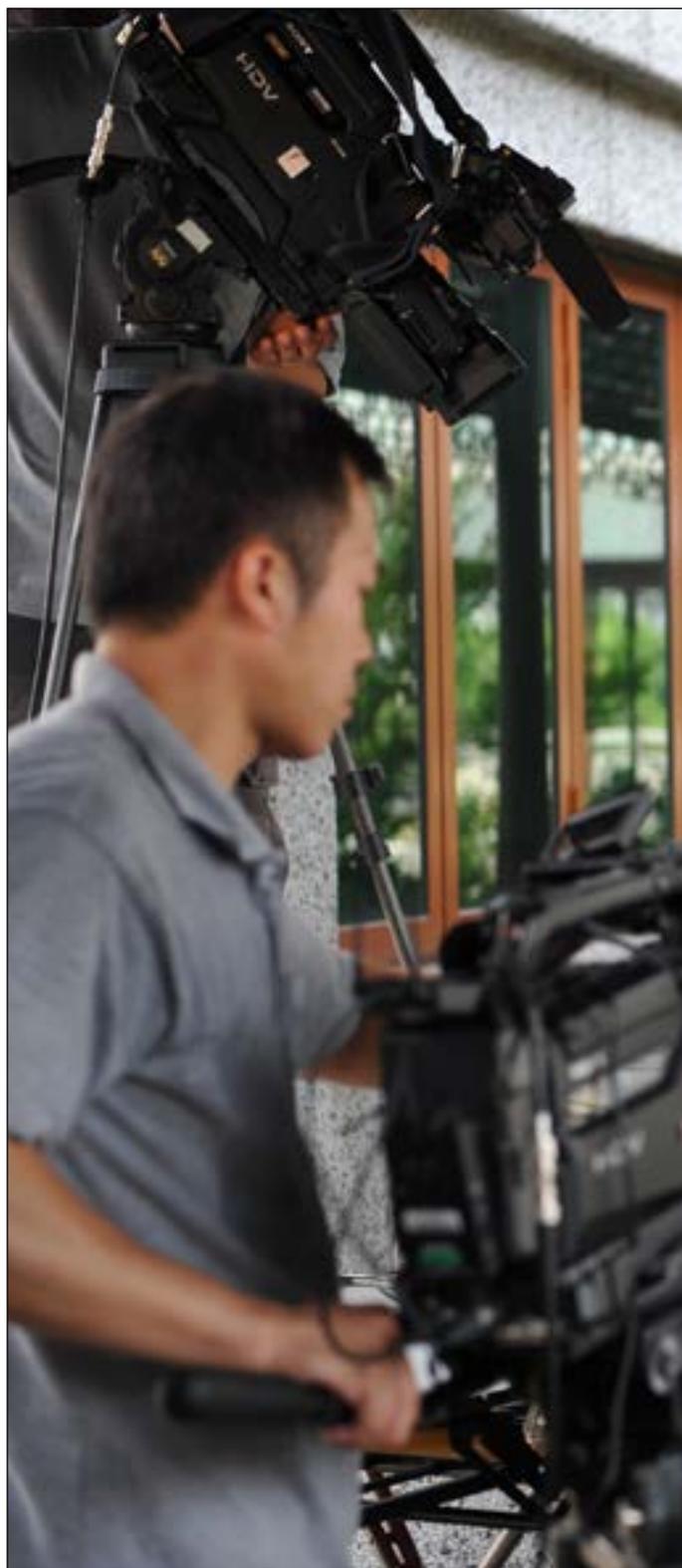
• 地方通讯 •

水八仙素斋

撰文/慈瑞 摄影/赵耀

大爱电视台特地从台湾至江南出镜，拍摄“现代新素派”，在苏州慈济志业园区取景；当然免不了烹煮“水八仙”，志工不畏高温，在门廊备料，也要一付神清气爽的神情入镜。

老苏州人说起“水八仙”，总有长长的故事，尤其是葑门外的“湖荡文化”养育世代代古城百姓。这湖荡是，在岸边或水中长草的浅水湖泊，盛产茭白、莲藕、水芹、芡实(鸡头米)、茨菰、荸荠、水蕹菜、红菱，按时生生灭灭，用它美好的滋味传递永远不变的真情。







在地成长的志工许素英，这天准备二道菜，一是“江南第一素斋—八仙过海”，一是“鸳鸯莼菜汤”，全用水八仙入菜；虽然，作法简单，这季节也没有水芹，却同样盛情感人。

江南第一素斋备料

第一道菜准备：茭白50g、莲藕50g、茨菰50g、鸡头米50g、水芹（产于冬季，可替代）50g、荸荠50g、莼菜50g、菱角50g、菜心200g、胡萝卜少许。作法是，将材料切成不同形状，分次分类烫熟、捞起控干水分待用。及至锅上火，倒入色拉油，将各种形状食材分次下锅，过油入味后捞出。将锅置旺火，留少许色拉油，放姜末煸香，再放入食材和

调料翻炒，淋高汤烧2分钟后，勾芡起锅。

鸳鸯莼菜汤鲜味美

第二道菜的材料是莼菜 100g煮汤、蛋清 2个、胡萝卜少许；将蛋清分离出来，打成泡沫，放入小匙中，做成一只鸳鸯，芝麻、胡萝卜则是它的眼和嘴。莼菜有着滑腻腻的茎和叶子，富含胶质，卧在水面，有点睡莲遗风。

依托姑苏毓秀，将简单、营养的“水八仙”入菜，无论分或合，烹制素斋，成为千年名菜，非浪得虚名，遂于慈济大爱电视台播出时，千万不要错过。

蔬

證嚴上人

衲履足跡

撰文/釋德侃
題字/林美娥

內文照片/花蓮本會提供
刊頭攝影/黃錦益

6/1 《农四月 二十三》



“神通”广大

【静思小语】脱烦恼海，离欲求沼，就能“神通广大”——步步精进，成为他人生命中的贵人。

享乐，如溺泥沼

家住彰化的王芬兰，年轻时喜爱穿戴名牌、开名车，十只手指戴满各式戒指。偶然间从《慈济月刊》读到上人开示：“要积极改变习气，而非慢慢改，因为人生无常，下一秒钟会怎样都不知道。”从此开始素颜素服，投入慈济环保志工，并且参与培训而受证。

二〇〇七年四月，芬兰师姊搬入当地著名的小区，住户多为医师、教授和实业家；她从扫街开始带动邻居做环保，每周四上午举办“心灵环保读书会”，邀请慈济人分享。已有实业家夫人和公司总经理在她的带动下，培训、受证为慈济人，并在公司推动素食、减碳；爱的效应从一个人扩及全小区。

佛典云：“人有二十难。”其中“富贵学道难”，指出富贵享福之人唯有学佛闻法的动力。早会时间，上人赞叹芬兰师姊闻法即悟，毅然脱离光鲜亮丽却难以满足的奢华生活，投入志工行列；证明了只要有心，就不

难。

“过去为了自我享受、炫耀财富，总是‘比上不足’；投入慈济后，透过访视、关怀苦难人，见苦知福而‘比下有余’。知福、惜福，自然生起感恩心，让原本珠光宝气、养尊处优的身体发挥良能，付出造福，而得欢喜自在。”

上人表示，人生一旦陷入追求享乐、力求时髦的迷思，就如沈溺泥沼般，限制了身体功能。“心念一转，以毅力跳脱烦恼苦海、抽离欲求泥沼，就会变得‘神通广大’——步步精进，激发潜能、发挥良能，成为别人生命中的贵人。如此才是心灵富有的‘富中之富’。”

承担，心甘情愿

美国慈济人返台精进，跟随常住作息与劳动，昨日体验做蜡烛。上人回忆，早年在繁忙事务中，最能让自已静下心来工作，就是插烛芯。“只要感觉心不定，就到精舍后面跟常住一起工作；也因此我常说：‘换一个

工作就是休息。’”

精舍常住日日辛勤劳动，不只是为了负担这个大家庭的生活，且是为天下承担。上人表示，过去是“提菜篮”现在是“担米箩”，一肩担起四大志业的四个米箩，负担愈来愈沉重。

“虽然负担沉重，但这是我们发的愿——要为天下净化人心。只要一个人的心得法净化、发心行菩萨道，就能让菩提种子从‘一’生无量；只要一个人的心念改变、乐于付出，就能改变其家庭、改善社会风气。”

感恩，自爱付出

台大医院曾御慈医师，前天晚上从医院下班返家途中，遭酒驾者撞击，重伤脑死。曾医师是慈济大学医学系第五届毕业生，事发后不只同事、好友不舍，师长也深感痛惜。

酒驾肇事，瞬间让两个家庭破碎。上人感叹：“贪杯肇祸，如深陷泥沼无法自拔；唯有人人遵守戒律，自我警惕不随欲念沈沦，才能平安。”

慈济大学一九九四年创校迄今，已培育了近七千名毕业生，今天举行第十六届毕业典礼，五十二位毕业校友们远从马来西亚、中国大陆、台湾各地返校，为学弟、学妹献上祝福。

上人欣慰表示，十九年前第一届学

生进入大学校园，现在很多已是博士、教授，不少人担任慈济医院的大医王，是能够让人依靠的后盾。

“教育虽然是很辛苦的志业，但如今看到成果，内心感受甘甜。慈济人都说‘甘愿做，欢喜受’——心甘愿，即使过程辛苦，仍不喊苦而说‘幸福’。”

未来无论迈入社会工作或继续进修，上人提醒毕业生，莫忘纯真善良的初心，更不能扬弃做人的根本。

“要感恩父母用心养育与栽培、社会大众供应资源，以及学校以爱教育。常怀感恩心，提升智慧与爱，就能创造人生价值。能够自爱、不让父母操心，就是报恩；能为社会付出，才是对社会栽培最诚恳的感恩。”

一般师长多祝福毕业生“鹏程万里”，但上人祝福大家时时自爱、付出。“自爱就是报恩，付出就是感恩。稳步行在人间道路上，方向走得对、对人间有贡献——这就是我对大家最虔诚的祝福。”

耕心，以诚护持

与美国四合一干部座谈，上人教勉，邀约大众行善时，要不厌其烦、遇挫不退。

“当年决定要盖医院时，我婉拒了

日本人两亿美元的巨额捐款，宁愿继续呼吁台湾民众捐十元、五十元，来成就这所医院。积沙成塔滴水成河，即使只能付出一把沙、几块砖，点滴力量汇聚，终能成就功德海。”

上人教众莫轻视小额捐款，就如缅甸贫农，每天存下一把米，日积月累也可以济助更为贫困者。

“穷人愿意每人每天少吃一口饭来助人，是出于一分‘诚’心；劝募要

带动的，就是这一分诚心。要以合和互协的形象，锻炼自己的信心、毅力与勇气，募美国人的一分爱心。乐于布施的人不会贫穷，反而更富有。”

现今社会问题丛生，让许多人感觉看不到希望。上人致勉：“希望，是自己启发出来的，不能倚赖别人给予。爱的能量要更开阔，唯有带动人人发挥爱心、耕耘福田，才有办法改变现今社会生态，带来希望。”



6/3 《农四月 二十五》 照顾好慧命的“因”

【静思小语】种下清净的业因，广结造福人群的好缘。

克私欲，护大地

昨日午后，南投发生芮氏规模六点三强震，“地大不调”造成两人死亡、一人失踪、七十六人受伤；中欧多国连日豪雨成灾，“水大不调”至少造成四人死亡、八人失踪；美国“火大不调”，上星期加州森林大火延烧，迄今未扑灭……

四大不调的灾难，是地球环境对人类的警示。早会时间，上人吁请人人节约能源、力行减碳。“现在人怕流

汗，过于依赖空调，在高楼林立的城市里，每一个空间都使用空调降温，导致户外温度更高、用电量更大，形成恶性循环。”

慈济成立四十多年来，静思精舍仍坚持不使用冷气。上人说明：“心静自然凉。省电、省水都是本分事，只要人人自我检点日常行为，在生活中克服一点点不适、多承担一点辛苦，就能节省资源、保护大地。”

上人强调，对的事，就要尽量坚持；人人心灵调和，维持净如琉璃、

纯真诚意的精诚之心，彼此合和互协，才能使天地平安。

清净因，结好缘

与宗教处同仁谈话，上人表示，“合心、和气、互爱、协力”的组织架构，是要让团队有分工、便于运作，也让新进者有人带领、获得妥善照顾。

“每一位慈济人没有高低之分，都有责任接引人、带动人。在菩萨道

场，有做才有得；要显现清净的如来本性，须种下清净因、广结造福人群的好缘。”

人人都希望有好体质，就要照顾好身体和心理；上人表示，慧命也要有好体质。

“慧命要有好体质，就要持续行菩萨道。即使年纪较大、体力衰退、行动迟缓，仍应经常投入活动，与大家分享做慈济的经验。多劳动、多接触人群，不仅身体机能不易退化，也能照顾好慧命的‘因’。”

6/8 《农五月初一》

能助人，最有福

【静思小语】助人总比受助好，能助人，就是有福人。



顺天理，勤行善

叙利亚内战已持续两年多，超过一百五十万人为躲避战火逃至邻国；然而随着时间拉长，各国能提供的帮助愈少，难民进退维谷、百般无奈。

约旦慈济志工持续关怀栖身边境的叙利亚难民，得知南萨地区的难民营已有四个月未发放食物，立即购买食物罐头致赠一千三百户难民家庭；在

义诊中心看到公告栏贴出停止供应奶粉的消息，也马上采购发放。

早会时间，上人感叹，叙利亚许多婴孩甫出生就成为难民，被迫在恶劣的环境下成长；也感恩约旦慈济志工陈秋华（济晖）、陈得雄（济禧）兄弟，长年在当地付出。“他们可以选择回台湾生活，却因不忍当地苦难人，也为培养在地志工，所以坚持守在约旦。”

世间多苦难，上人教众戒慎虔诚、顺应天理。“美好的人生，须由自己成就——若人人尽力行善，在人间带动爱的循环，做得人我都欢喜，就能减少灾祸，让众生平安。”

黑珍珠，盈大爱

昨日的海外董事会中，南非志工报告到莫桑比克跨国传法七次，带出六十二位本土志工；到斯威士兰传法十五次，也带出近百位本土志工。

上人赞叹非洲本土志工“真诚爱，立弘愿”，自爱还能爱人，天天快乐付出，就像宝贵的“黑珍珠”，充盈大爱能量。“非洲这一片苦难大地，因为爱与善的带动，仿如天堂。但愿铺出的这一条康庄菩萨道，能让黑色大地成净土。”

莱索托台籍慈济委员陈美娟，独立挑起当地的慈济志业，用心带出一群本土志工。其中，已受证委员的慈琦师姊是幼儿园园长，运用“静思语”教育幼儿，也学习精舍自力更生精神，做手工维持幼儿园运作；若家长无力负担学费，她不只免费授课，且供应餐点让孩子补充营养。

从台湾远嫁莫桑比克的蔡岱霖师姊，以慈济精神带动志工、用静思语感化居民；在津巴布韦，朱金财师

兄不忍当地孩子营养不良而丧命，带动本土志工每天供应午餐给贫苦孩子……

看到非洲有这么一大群菩萨，心甘情愿深入苦难之地救拔众生苦，上人赞叹，这分发心、大愿如同地藏菩萨，令人感动。“在苦难国度照顾众生、耕耘大爱的希望工程，虽然辛苦，菩萨道上却踏实精进、慧命持续增长。”

而在人间天堂加拿大，慈济人长年付出，得到政府与居民的肯定与信赖。上人表示：“慈济人在人群中修习无量法门，能度富贵人学道，也能度贫苦人布施。能自爱、爱人，日日光安自在，就是最幸福的人生。”

路要走，道要修

海外董事会中，上人肯定星马慈济人道心坚定，用心推展志业的大愿力；也教众，真理永恒存在、不生不灭，只要人心存有正法，则佛法永兴。“人人心中有佛、行中有法，处处闻声救苦，‘苦既拔已，复为说法’，佛法就能永存人间。”

上人感恩济雨师兄、慈露师姊伉俪，长年来为了新加坡与中南马的慈济会务，用心尽力、来回奔波。“静思法脉勤行道，慈济宗门人间路；

路要走、道要修，济雨伉俪堪为典范！”

新加坡分会现任执行长刘瑞士师兄，毅然放下事业全心投入慈济；许多志工遇到挫折、心有烦恼时，经由他智慧开导，总能纾解心结。上人以此教众：“待人处事不能情绪化，否则难与人合和互协。境界现前，难免会生起负面情绪；透过善知识开导，要让心境回归清净，在慈济宗门路上继续前行。”

心无争，耕福田

新加坡分会于一九九三年九月二十日正式注册，即将届满二十年，马来西亚分会也将欢庆二十周年。董事会上，上人致勉“一人多菩萨”，扩大人间菩萨招生。

“走过二十年、七千多个日子，未来每一个时间更不能空过——每一天都要增加人间菩萨，让每一个空间都充盈慈济人文，则人间处处有善、有爱。”

人人都希望社会平安，上人表示，必须带动人人多造福；地方上多一位菩萨，就多一分福，有福的地方，灾难自然减少。

“帮助人总是比受帮助好得多；能够助人的人，就是有福人。人人心中有爱、愿意行善造福，则世间每一个暗角的贫病苦难人，就有得救的机会。”

上人以“青山无所争，福田用心耕”祝福星马慈济人，要如人间菩萨农夫，辛勤耕耘人人的心地，带动爱与善的循环。

6/10 《农五月初三》

清净心，阅人生经典

【静思小语】用清净心阅览每一部人生经典，莫与人纠结情缘仇怨而造业。

知天下苦，发大宏愿

早会时间，上人教众认知人生“苦”的真实相，莫让重重烦恼无明

障蔽心灵，与人纠结情缘仇怨而造业。

“值佛出世，得闻佛法，是很不容易的；孔夫子亦云：‘朝闻道，夕死



上人于海外多国联合董事会中开示，只要发大心、立大愿，且能身体力行，行菩萨道并不困难。（6月10日）



可矣。’可见要听闻真理，且能心开意解，实在不简单。要把握机会走入人群，用清净心阅览每一个人身上的人生经典，成长智慧；才不会使短暂而无常的生命，徒然随着时间消磨。”

近日海外慈济人归来，分享在居住地推动志业的成果与心得。上人欣见生活困苦的非洲本土志工，以清净心接受法，少欲知足、心宽念纯，体会付出助人的快乐；也欣慰于生活在平安富裕之地的慈济人，能合和互协付出，用心接引人间菩萨。

“宏观天下、知人间苦，才能发大心、立宏愿。若人人都能发菩提心、行菩萨道，就能让苦难、缺乏希望的人生，转向光明。”

“是日已过，命亦随减”，上人教众，把握每一秒钟行善造福、增长慧命。“要学习菩萨的慈悲等观，对天

下众生平等普施慈悲大爱，让生命发出灿烂光辉。”

踏踏实实，自我进步

海外董事会中，上人感言，四十年前的菲律宾比台湾富庶，而今境内贫民众多、治安不佳、灾难频传，需要慈济人文“安邦定国”。

菲律宾慈济人长期救济贫苦，二〇〇九年菲律宾凯莎娜风灾后，更运用“以工代赈”，带动马里仅那市居民清扫家园，成功辅导众多灰心丧志的居民改除习气、投入志工行列；现在这群本土志工，是慈济赈灾以及推动环保的最大在地力量。上人表示肯定：“因为一波灾难，让许多家庭安定、许多人生转苦为乐，令人感动。”

对于泰国的志业，上人赞叹并致

勉，要在这个佛教国度树立静思法脉、慈济宗门，成为国际慈济人朝圣之地。

在地狭人稠的“东方明珠”香港，慈济环保志业已做出好成绩，也因屡次响应国际赈灾上街募心募爱，与许多民众结善缘。上人致勉大家用心付出的同时，心灵也不断有“收入”。

“希望人间菩萨步步踏实，每踏一步都是自我进步。”

做人间事，难免有辛酸苦辣。上人强调，菩萨道是“易行道”，只要发大心、立大愿，并且身体力行，行菩萨道并不困难。“行菩萨道是自己的志愿，甘愿承受、欢喜付出，就能获得源源不绝的法喜。”

6/11 《农五月初四》

甘为“挑担人”

【静思小语】担子愈重，收获愈丰，要以甘愿欢喜心承担。



肯定，更要支持

海外联合董事会第五天，美国慈济人报告。美国总会获今年度“全美年度最佳志工组织奖”，纽约志工获得州参议会联署通过表扬。上人感恩大家长年付出，终获美国主流社会肯定。

“慈济人深知人生无常，故致力提升生命价值，以不忍众生受苦难的菩萨心，主动走到苦难人身旁救助。得奖与否、奖项大小都不重要，只希望人人知道慈济人帮助苦难，是出于真诚且不求回报，愿意支持、参与。”

要成为他人生命中的贵人，不能只

是以有形的物资济助贫苦，上人强调，更要依法引导。“有形的物资终会耗尽，无形的法，才能使人受用无穷，影响生生世世。”

就如菲律宾、南非等地，许多民众原本接受慈济济助，经由慈济人传法入心，而能起身力行，转苦为乐，自度度人。上人赞叹南非慈济人已培训出六千多位本土志工，用最少的资源，带出最大的良能。

“本土志工各有苦难的人生经历，在挨家挨户访视照顾户时，亲见比自己更苦难的人生而‘见苦知福’，心门渐渐打开，从付出助人的行动中找到光明，因而凝聚出扎实力量，在小

区照顾艾滋病患、爱滋孤儿。”

上人勉海外慈济人合和互协，推展慈济大爱，成为别人生命中的贵人，也拓展自我生命的深度与广度。

因缘，刹那恒持

“即使感动于贫苦国度的志工们，在克难环境中推动志业，想要助其一臂之力，善款也不能私相授受；须归入基金会的国际赈灾款项，再由基金会财务处提拨。如此账目收支才能清清楚楚。”

上人强调，从成立慈济第一天开始，即力求诚正信实，善款点滴细微都要清楚明白。“师父要为慈济开启一道清净无私的大爱之门，静思法脉一定要维持清净。上人叮嘱，每一位

慈济人都有责任维持慈济的清誉，不能因个人的偏失，而损及慈济整体形象。每个国家的慈济志业，都要有静思法脉的清流，也要有慈济宗门的风范。”

凡夫心受无明缠绕，随着人我是非不断复制烦恼。既有心投入人间菩萨修行，上人期许大家，要修得身心清净。“康庄的菩萨大道，是佛陀用慈悲、智慧铺出来的。有缘同在慈济菩萨道上，要珍惜同心同志付出的因缘，莫受人我是非绑缚，而结恶因、造恶缘。”

五天来，共有十个国家、三百三十五人上台报告，十三个国家地区慈济人列席旁听；大家发愿明年同一时间，带着招募更多人间菩萨的成果回花莲分享。



海外多国联合董事会因缘，各国志工合作演绎“行愿”法船，发心立愿合和互协，驾慈航乘风破浪到彼岸。（6月11日）

上人殷殷叮咛弟子们：“当下的一个念头能影响一辈子；一辈子所做之事、所传的法，将会影响千秋百世。要爱师父所爱的人，做师父想做的事！”

合心，成就菩提

南马与北马二十多年来就地扎根、就地接引人间菩萨，会员人数与志工人数年年稳定增加，对社会发挥善的影响力。主堂会客室里，上人期勉马来西亚慈济人，把握难得的“天时”、“地利”，力求“人和”，让慈济大爱普及全马。

“‘菩提大道直’，要共同用爱铺路，贯通这条康庄菩萨道。得知何处有苦难就赶往救援，此即‘千处祈求千处现’的菩萨精神。”

与新加坡慈济人谈话，上人表示，全球慈济人在居住地尽心尽力付出，此般菩萨心行，堪谓“空前”；希望大家继续发心、用心传法，让人间菩萨不断涌出。“做慈济不是为谁而做，是为自己做。自己做、自己得；要做自我慧命的主人。”

新加坡国土面积小，净化人心相对容易；上人叮咛，要尽心尽力接引人间菩萨，好事、好话多分享。“末法时期，多一个人了解慈济，就多净化

一个人的心，多增一分善念。社会上清流大、浊流小，就有希望。”

去年三月底，刘瑞士师兄承接新加坡分会执行长后，做得“很幸福”，用心与努力获得众人称赞。上人以“挑担人”譬喻：“担子挑起来轻轻的，表示没有收获；若挑起来很沉重，即表示收获颇丰。因此要以甘愿、欢喜心来承担。”

拔苦，种善脱贫

与印度尼西亚慈济人谈话，上人首先就“食”的习惯教导，吃得简单清淡，身体更健康。“要克制口欲，莫为了一时口感，加重身体负担。”

全印度尼西亚有两亿多人口，上人殷勉，在济助贫病者的同时，也要用诚恳的心，述说慈济起源、“竹筒岁月”精神，带动受助者日存善心，种下脱贫脱困的福因善种。

“推动‘竹筒岁月’，并非要求受助者一定要捐钱，而是希望‘度’他们脱离被动、受助的心态。金钱与物资的救助终究有限，耗尽就没有了；以法水清流灌注其心，心中有法，知道‘我也可以帮助人、我要改变我的人生’，才是最彻底的救助。”上人强调，助其生活，只在一时；救其慧命，则是生生世世受益。

四十多年前慈济救贫之初，曾经有人质疑——贫病苦难人是在承受过去生造作恶业的恶报，慈济人施予救济，是否违背因果？上人直指，这是曲解因果观。

“佛陀看见众生无明迷茫、不断造作恶因缘，总是把握机会引导众生种善因，才有转恶为善、脱离苦难的机会。要救拔众生苦难，就要引导人人

造福业；就如贫婆布施旧衣一角，佛陀赞叹其功德，且以此教众——即使能力有限，只要有一念付出的诚心，就能种下善因福缘脱离贫苦。”

一滴水入大海，永远不干涸；上人强调，尽管贫苦人的力量微小，只要汇聚每一分微弱的力量，就能产生大力量。“人人出于真诚的爱心付出，就能在心灵种下善因福种。”



（上图）上人慈勉马来西亚慈济人，把握难得的“天时”、“地利”，力求“人和”，让大爱普及全马。（6月11日）（下图）与印度尼西亚慈济人谈话，上人致勉要带动受助者日发善念、开启爱心，才是最彻底的救助。（6月11日）



6/13 《农五月初六》

不疑法，不疑人

【静思小语】疑心会阻碍精进，无法敞开心胸待人。要自信、信他，还要言而有信。

自信、信他、言而有信

一位海外慈济人忏悔，过去自认当地慈济志业已经做得很好，比师父常称赞的国家还要好，有点不服气；此次在海外联合董事会期间，与各国慈济人相处，深切感受到他们真能缩小自己、与众和合，每一位都很精进，故而“心服口服”。自勉要把握因缘深耕志业，做得更多、更深入。

晨语时间，上人以此勉众：“看到别人的优点，要赞叹、学习，并检讨自己的缺点，推动向上精进的力量。”

既然发心走入佛陀为众生铺展的这条菩萨道，上人教众，要坚定信心，不疑法也不疑人。“疑心将阻碍精进，无法敞开心胸待人。‘信’是领众、带动他人的必要条件，所以要相信人；自身的言行更要做到让人相信。自信、信他、被信，缺一不可。”

董事会期间，各国慈济人把握机

会相互提问。南非潘明水师兄被问及：“如何培训本土志工，并将他们带好？”潘师兄回答：“我只有‘陪’，没有‘训’——用爱陪伴与关怀，不以训话的态度对待他们。”

上人赞叹潘师兄长期间以爱陪伴、关怀本土志工，让志工因感动而愿意投入。“领众者要做到‘言而有信’，并且平等对待每一个人，如此才能‘立信’而得人敬重。”

去怨念，跳脱苦

北加州计算机工程师郭呈祥，因肯定慈济教育理念，二〇一一年带着一双儿女返台就读花莲慈济小学。郭呈祥的母亲在他六岁时离家，他一直无法谅解；今年慈小学生演绎《父母恩重难报经》，家长也组成读书会，他从参与读书会中，渐渐化解对母亲的怨念，主动寻找母亲下落，终于再度牵起亲子缘。

昨天花莲慈中、慈小与幼儿园举行

毕业典礼，幼儿园和小学毕业生演出郭呈祥的故事，感动全场。早会时间，上人开示：“人生感情复杂，衍生种种无明烦恼，又再随着爱恨情仇造作苦业，以致深陷苦报难以跳

脱。”

上人表示，佛法能解开凡夫心结、去除无明烦恼，引领人人以清净大爱和平相处、彼此爱护，走向光明和平的大道；期待更多人闻法受益。



6/14~15 《农五月初七至初八》……

信根深，道心坚

【静思小语】奢侈生活不见得快乐，淡泊生活不见得是苦；求“利”不如求“法”。

息欲念，得平安

近日欧洲饱受水患所苦；美国中西部七个州，十二日遭受威力强大的暴风雨袭击，导致大范围停电；三年前遭强震的海地，正面临严重饥荒，每三个人就有两人饿肚子。

“人类的欲念不休止，大乾坤四大不调的灾祸就不会停止。”全球灾难频传，早会时上人呼吁自我修心，还要引法入人心；唯有人类觉悟而改变，天下才能平安。

“人类不反省，乾坤难安定；人类不觉悟，天下难平安。但愿佛法普传于世，人人信受奉行，人间才能平安、大乾坤才能调和。”

习人文，启发爱

十五日与慈济大学老师谈话，上人分享昨天技术学院毕业典礼，庄严隆重亦不失温馨，充分展现慈济人文。

“慈济人文不只是名词，感恩也不是口头上说说而已；慈济人将真切的爱由衷表露出来，就是感恩。”

现今人心不调和、思想偏差，教育是希望工程，上人期勉师长更用心教育，引导年轻人回归清净善良本性，守持人伦道理。

“假如一直把心中的感恩、真情压抑住，常常表达对人、对事的不满，清净的自性就会被无明恶念掩埋。”

上人期许慈济学校能与小区志工结

合，带领学生一起访视贫困户、服务贫病者；藉以“见苦知福”，从每一部苦难的人生经典中探讨苦因、深思人生道理。

“慈济早已开辟出人文道路来，这是一条用寸寸爱心铺出来的路，也有很多人走在路上了。老师必须要对人文有信心，唯有对慈济人文有信心，才能安然走上这条道路，和大家一起继续用爱铺路。”

上人期许师长们提起“志为人师”的使命感，融入慈济人文，引导学生增长慧命。

缩小欲，志于道

一位因创业连番受挫而灰心丧志的年轻人，向上人述说内心郁结。

上人以一则真人实事开导——曾有一位男士在大企业任职多年，自行创业后开发许多新产品，虽然功能很好却总是推广不出去；后来他将产品专利卖给大企业，为对方带来很大的利润。经过屡次努力都是同样结果，他非常想不开。

“当时我用一个比喻告诉他：‘同样拿铜板丢到水里，你的铜板沉在水底，大企业家的铜板浮起来。你有智能，能开发出许多好产品，但是没有福报；大企业家有福报，不需要自己

动脑筋，只是购买有潜力的产品，就能因此赚大钱。’”

上人指出，现世的福德因缘，是过去生造作所得，无须愤恨不平；再者，若赚钱是为了生活，一个人、一个家庭所用亦有限。

“人的生活可以过得很奢侈，也可以过得很平淡；奢侈生活不见得快乐，淡泊生活亦不见得是苦。世间财够用就好，莫放大‘利欲’。若生活不致艰难，就将发展事业的心转为求法精进心，把握时间体会道理。”

慈诚师兄们来自不同家庭背景，有人一生富裕顺遂，也有出身贫寒、一生劳苦波折。“但是大家有相同的心志、平等共事，付出而得轻安自在。唯有开阔心灵，身心投入慈济，才能有真切体悟。”

上人强调，经就是道，道就是路。“眼前的康庄大道若不起步迈进，岂能体会路上的风光？”

年轻人忏悔过去对父母不孝。上人言，自知有习气而心生忏悔，就要及时改过。

“若子女的脸色总是忧郁，父母就跟着忧愁；子女有烦恼，父母就跟着有烦恼。孩子身心不健康，最让父母担忧。不让长辈担忧，就是报恩；能为人群付出，就是感恩。”上人深切期勉。

6/18 《农五月 十一》



以“法”脱苦

【静思小语】能看得开、放得下，解脱爱别离、怨憎会之苦。

快乐，不在物质在心灵

嘉义环保志工“阿通姆”——游素莲老菩萨，六月四日以八十九岁之龄往生。早会时间，上人忆起她欢喜做环保的情景，祝福老人家乘愿再来，菩萨道上接力传承。

“每次到云林、嘉义，一定会听到阿通姆爽朗宏亮的笑声；只要她与老伴到来，大家总是笑声不断，是一对非常开朗的老夫妻。”

阿通姆与阿通伯（游保通）做环保已二十一年。一九九二年女儿游金花听到上人提倡环保，便开始做资源回收，也鼓励父母投入；阿通姆听到“回收五十公斤纸，能救一棵二十年大树”，立刻响应。起初清晨三、四点就出门，后来听上人叮嘱勿摸黑做回收，阿通姆起床后先看大爱电视，等天亮才出门。

“老夫妻一辈子为了家庭，承负过千千万万斤的重量，不只养家、栽培子女，还务农供应粮食给社会大众，弯腰低头做农事，做得骨骼都变形了，还是那样乐观。无论人生多么

劳碌，阿通姆总是笑容满面、满口感恩。听她描述工作中的乐趣，让人深切体会到，人生真正的快乐不在拥有多少物质，而在于心灵的感受。”

六月十六日的告别式，一百一十位慈济法亲与亲友齐聚为“阿通姆”送行。上人赞叹，老人家二十一年来因劳动而变形的双手，不知回收了多少资源。“在我看来，那是最美丽的手！”

传承，用生命启发精进

另一位令人敬佩的人间菩萨，是马来西亚第二位慈济委员王玉兰师姊，她在一九九三年认识慈济，二十年来无论肤慰贫病、募心募款、经藏演绎、花道授课等，都有她的身影；二〇〇六至二〇〇八年更长住斯里兰卡，对本土志工传承访视经验。

玉兰师姊早在一九九七年即发现罹患癌症，坦然面对病痛，更用心做慈济。二〇〇九年癌症复发，医师判定只剩三个月生命，但她没有病倒在床，只要身体状况许可，依旧出席活

动、关心照顾户、传承慈善经验。志工担心她太累，她却说：“法脉传承非常重要，我希望用我的生命，启发大家精进。”

善用每一分秒做志工的玉兰师姊，生命又持续了四年；六月七日，六十三年人生走到尽头，她留下一段话给慈济人：“如果你们真的爱我，想起我时，就替我做一件好事。”追思会中六百位慈济人共聚缅怀，场面隆重庄严。

玉兰师姊终身未婚没有家庭挂累，

上人赞叹她安然自在投入普天之下的大家庭，即使身有重病，还在度人。

“到了人生最后，这么多人真诚地怀念她，比起许多名位高、钱财多、子孙多的人，更为光荣。”

上人教众学习这两位人品典范，分秒不空过，踏踏实实对人间付出，作人人生命中的贵人。“人生道路铺好，才能接上菩提大道，走入甚深的觉悟境界。生命终点时，此生所做的点点滴滴，将铭记在他人心中。”

6/20 《农五月 十三》

顺境要有“无常观”

【静思小语】平安不是理所当然，要常怀戒慎虔诚心，把握当下行善、造福。



观无常，常怀戒慎

花莲东华大学大三女学生，六月十二日晚间遭酒驾者撞伤不治，昨天在花莲慈济医院完成器官捐赠；五天前台东一对兄妹亦遭酒驾者冲撞，二十三岁的哥哥当场死亡，二十一岁的妹妹日前亦宣告不治。白发人送黑发人的痛，让家属悲伤难抑；慈济人皆予以肤慰、陪伴。

近日酒驾事故夺走多条年轻生命，

引发社会舆论挞伐。早会时间，上人感叹，虽然酒驾罚则逐年提高，却仍是近年交通死亡事故的榜首；慈济人遵守的慈济十戒中，“不饮酒”以及“遵守交通规则”，能有效预防酒驾悲剧发生。

常言道“天有不测风云，人有旦夕祸福”，意外灾难总在瞬间发生。上人叮嘱，须具备无常观。“莫认为天天平安是理所当然，任意消耗时间、空过人生。要常怀戒慎虔诚之心，把

握当下、多行好事，发挥良能利益人间。”

培人文，树立典范

教育志策会中，上人开示，慈济学校的毕业典礼都在庄严殿堂里举行，每一个环节都表达出真、善、美；希望学子们能铭记师长叮咛，常怀感恩心，守持正确人生方向。

“在风雨飘摇的大环境，期待教育工作者稳住脚步，为台湾教育真诚设想——要让台湾好，就要让台湾的教育更好。”

慈济教出的孩子懂事、守规矩，即使在外没有穿校服，还是可以展现出慈济人文气质，这就是人文教育成果。上人表示：“这是因为慈济人

大爱电视台副总监何建明，展示以手机、平板电脑在线收看大爱电视。上人致勉善用现代科技，让大爱无处不在。（6月20日）



‘以礼引理’——落实生活教育，教孩子守礼节，孩子就懂得自爱。”

上人致勉，每一所慈济学校，都要建立教育典范。“教育要扎根稳固，以真诚的爱感化学生，带动他们懂得自爱、遵守人生轨道。能引导学生将在校所学深植慧命，而能终身受用，这才是负责任的教育。期许师长们秉持爱心与诚心投入教育，感受慈济人文之美、教育之乐，真正乐在教育中。”

6/21 《农五月 十四》

知“道”，即能“通达诸法”

【静思小语】要通达道理，就要学习——知“道”就通；不知“道”，就不通。

初心，纯良清净

近日网络流传一段影片。巴西一位三岁男童，看着餐盘里的章鱼料理，询问妈妈为何要把章鱼切碎？妈妈回

答：“切碎才能吃。”男童听了睁大眼睛说：“人应该照顾动物，不是吃牠们。”妈妈闻言感动，答应以后不再吃动物。男童笑着说：“我做了很美的事！”



早会时间，上人赞叹男童真诚的爱心。“‘人之初，性本善’，这分最初的善心，就是人人本具的佛性。若人人都能维持善良单纯的清净心，人间就是净土。”

孩子心念单纯，懂得尊重生命不食肉。上人感叹，反而是许多大人无法克制口欲，难以戒荤茹素。

家住台北的谢琨琳，曾在海鲜餐厅工作，每天要杀三十多只龙虾和众多螃蟹。当他报名慈诚培训时，内心非常挣扎与矛盾，某天睡梦中，感觉到虾兵蟹将围绕身旁，拉扯四肢索命……隔日宰杀龙虾时，他听到龙虾吱吱叫彷如求饶，拿菜刀的手不断发抖，当天立刻辞职。

如今他自营素食餐馆，虽然收入少



杨凯丞小朋友把握暑假期间从美国返台随师，向上人请法。上人拾起地上一片枯叶，应机开示：“枯叶原本和绿叶一样生长在树上，却因为枯黄而掉落；自然界的循环法则，就是‘法’。”（6月21日）

了一大半，但是每天心安自在，也带领家人做环保、做慈济。上人赞叹：

“只要心念一转，就能转屠杀的手为救人的手，带动更多人响应素食与环保。”

随心所欲浪费大地资源，将导致气候变异、灾难愈多。上人教众吃得简单、健康，省下的费用可以救助众多饥饿的穷苦人。“克制欲念，维护真、善、美的心地风光，即能有助天地大乾坤回复自然祥和。”

诸法，知“道”即通

在美国出生的“小牛”杨凯丞小朋友，今年十一岁，三年前曾返台就读花莲慈小三年级，往后每年暑假他都专程从美国回来精舍随师，去年皈依上人，法号“诚愿”。

今日午后，上人步出书房，凯丞随师漫步在会客室外长廊上，恭敬地向上人请法：“‘静寂清澄，志玄虚漠’是很宁静的境界，‘守之不动，亿百千劫’，是说心念不能动，要维持清净心；‘无量法门，悉现在前’，是很多法门在眼前。‘得大智慧，通达诸法’该如何理解？请师公上人指导。”

风吹叶落，上人拾起地上的一片枯叶问凯丞：“这片叶子为什么跟树上

的叶子不一样？”凯丞回答：“因为枯了，就掉下来了。”上人开示：

“你已经知道这一片叶本来跟树上绿叶是一样的，因为枯黄了所以掉下来，这就是自然法则。知道，就是‘法’。”凯丞点点头。

上人再言：“我说的话你都听得懂，但是你在美国说的话我听不懂。你通我的话，我不通你的话，为什么？”凯丞婉言道：“地方不一样，语言不相同。”

“对，是不同的地方。为什么你

跟我在不相同的地方，你能懂我的话？”“因为有学。”

接续凯丞的回答，上人观机逗教说：“因为你有回来学，所以听得懂我说的话，也通达我所表达的道理；而我没有到美国去，就听不懂你说的话。所以，通与不通，就是要学习。学会了、知道了，就通；不学习、不知道，那就不通了。知道吗？”

凯丞心有所悟，谦谨答言：“知道。”上人怡然颌首道：“知道，那就是‘通达诸法’。”



6/22 《农五月 十五》

增善消过

【静思小语】是日已过，命亦随减；把握当下，闻法精进，增善消过。

时光飞逝，当勤精进

新北市板桥区慈济人，每天清晨在园区透过网络视讯联机，聆听上人“静思晨语”和“志工早会”开示，林铭松师兄与廖纯敏师姊伉俪几乎天天报到。

纯敏师姊说，曾听上人开示：“睡晚一点是懈怠，若睡太晚就是堕落。”因而调整作息，每天清晨三点五十分起床，先在家里作早课，再到

园区共修；铭松师兄已经退休，在听完晨语、早会开示后，就到财务组教老菩萨使用电子书。

“时间无声无息，不断消逝。‘是日已过，命亦随减’，到底还有多少个来日呢？”早会时间，上人教众思考：“过去所做，多少福？多少过失？未来还有多少时间能够消过、增善？要时时警策自己，把握当下、恒持刹那，闻法精进。”

道心稳固，坚持方向

全台约有两百位静思书轩小志工，不定期接受培训课程，藉以熏陶善法，坚定菩提心。台北市新舞台书轩六月二日以“精进”为题举办培训，三十七位小志工在家长陪同下，以分组抽题方式演练平常在书轩承担的工作。就读小学二年级的林大雄，抽到的题目是介绍童书《孝心香》，他不用看书就能简扼说出“目犍连救母”的故事，获得满堂掌声。

上人赞叹，大雄幼年时就开始精进，前年“入经藏”，不仅能准确唱出音律词句，还能正确比出手语动作。“看到这群小菩萨年纪这么小，但是道心坚定、坚持人生方向；大人更要反省、力求精进。”

童心纯真无邪、未受无明污染，最接近清净真如的佛性。上人表示：“人人皆可成佛，莫怀疑自己成不了佛。只要愿意起步，闻法入心，身体力行，慧命就会随着时间增长。”

6/25~26 《农五月 十八至十九》

爱的芬多精

【静思小语】真诚的爱，能在人与人之间散发清新的“芬多精”，带动善效应。



心路通，烦恼转菩提

高雄一名妇女经商失败又丧夫，深受打击而罹患忧郁症，生活陷入困境；当地慈济志工展开关怀，并为她清扫住家，给予舒适的环境。马来西亚槟城慈济人长期照顾一对疾病缠身的老夫妻，协助就医、帮忙清理居家环境，让疲惫的太太找到依靠，也找回笑容。

早会时间，上人举这两则事例，感

恩慈济人深入小区，应苦难人所需而伸援；并勉众结合佛法与慈善，致力净化人心。

“家庭发生变故，看不开以致忧郁成疾，实苦上加苦，也让家庭笼罩在愁云惨雾里。打开心门、打通心路，就不会让无明苦痛堆积在心。”

上人叮咛慈济人，莫等到家庭发生问题、陷入困境时，才伸手帮助；平时即应传递清流净化人心，“人与人之间彼此关怀，就能预防许多灾祸苦

(左图)上人巡视花莲慈济医院，护理部章淑娟主任解说人形图教学策略。上人吁请大家合和互协，发挥救拔病苦良能。(6月25日)(右图)与慈懿会成员谈话，上人期许扮演好教育志业“软件”的角色，以身作则落实人文，引领学生了解做人道理，走上正确人生方向。(6月26日)



难。”

佛陀初转法轮，首言“苦、集、灭、道”四谛，教众知人间苦因，以及灭苦的方法。上人说明，众生无量的“苦”，是“集”自无量的烦恼，唯有“烦恼无尽誓愿断”，才能“灭”苦。

“面对事故，了解道理的人，很快就能转念，找到方法灭苦；不了解道理者，心路不通，深陷苦痛。”上人以实例教众用心学“道”，开通心路——

家住新北市永和的陈碧丽，受红斑性狼疮所苦，全身关节病变，手指也严重萎缩到只剩下半截，之后又罹患癌症。她曾经沮丧埋怨，但是在“大爱剧场”看到谢坤山师兄不因身体残疾而自暴自弃，大受鼓舞，从此走入慈济环保站付出。

她每天做环保六、七个小时，虽然身躯瘦弱，但动作利落；即使去年三

月开始化疗，仍不中断志工之路。她以慈济歌选“当一滴烛泪落下来”自勉，要当一根点燃的蜡烛燃烧生命，照亮自己也照亮别人。

“碧丽师姊虽长年受病痛所苦，但是投入慈济后点燃了生命蜡烛，引领她行道。心中有行得通的道，带起了她的生命活力，人生由苦转乐；不但自救，也如《无量义经》所云‘譬如船师身有病，若有坚舟犹度人’，以病苦之躯度了不少人、结了许多好缘。”

六月三日碧丽师姊病逝，六十一岁人生告一段落。上人祝福她“快去快回”，再回人间当菩萨。

真诚爱，带动善效应

菲律宾慈济人六月中旬，发放白米给计顺市三百八十八户贫苦居民；其中一位受助者达尼洛，将领到的白米

煮熟，分给街头贫童享用。南非现已入冬，雷地史密斯慈济人展开冬令发放，学校师生看见慈济人来了，将过去收集、整理好的大批塑料瓶交给志工。

二十六日早会，上人肯定慈济人长期以爱互动，让受助者慈济人文入心、展现在行动中。“人间多苦难。

只要多用一点心，就能带动起更大爱的能量，为苦难人付出。”

上人教导大家，无论面对任何人，都要用真诚的爱互动。“散发出清新的‘芬多精’，让人有好的感受，才能进一步接引对方成为人间菩萨，带动起善效应。”

6/27 《农五月 二十》



三思而行

【静思小语】凡事“三思而行”，莫因一个小小动作，妨害大地人群。

自爱互爱，生命共同体

印度尼西亚雨林面积是世界第三大，过去农民在每年六到九月的旱季，以“火耕”方式烧毁森林以便争取农地耕种。近十多年来，食品、清洁用品、化妆品加上制造生质柴油，大量使用棕榈油，民众或企业为抢种棕榈树，以焚烧方式规避政府禁止滥砍滥伐山林的法令；每年因此烧掉相当于三分之二个台湾面积的雨林，而空气中的悬浮微粒随着西南季风往北飘移，在星马产生“霾害”。

今年六月十七日起，星马两地出现三十年来最严重霾害，靠海的麻坡空

气污染更为严重，学校紧急停课。早会时间，上人感叹，仅是一个小小动作，却影响到广大的区域与人群。

“地球上，大地是相连的、空气是相通的，所有生命皆是共同体。人类为了享受，不断向大地取利，大地还有多少能量、资源可以供应？”

上人期许人人检点生活，凡事“三思而行”；对的事、应该做的事，则要把握当下，以身作则带动善效应。

报真导正，阐扬真善美

与人文志业同仁谈话，上人再次强调，报导新闻或制作节目，要引领观

众体会“苦、集、灭、道”四圣谛。

“人生诸多苦因，都在享受、快乐之时埋下，苦果慢慢出现。”上人举例，当今社会潮流提倡休闲，许多人耽于逸乐而丧志。“吃苦耐劳的精神慢慢消失，身体原有的功能与良能也会退化，导致身心都出现问题。”

上人期待大爱台借着看得到、听得见的声色影音，传达无形无相的“无为法”，让观众了解道理、得到教育，并运用在生活中。

“就像东南亚的霾害是已成事相，不只要告知这个事相，还要探讨霾害的成因，以及造成的影响；引导观众

了解——地球上的生物都是生命共同体，某一个地区、某些人的小小动作，将会影响全球环境与生态。”

人文志业负有传播清流、带动人文之责，上人期许同仁们要身体力行人文。“唯有亲自投入去做，才能在过程中产生深刻而踏实的体会，心灵与法相会。”

时间不断流逝，人事物也不断改变，上人致勉人文志业同仁把握当下，作时代的见证者，永恒流传真善美的慈济历史。“人生苦短，要经常提起‘来不及’的警觉心，把握时间、发挥良能，贡献大地人群。”

6/29~30 《农五月 二十二至二十三》……

人心有爱，人间富足

【静思小语】无论贫富，人人都富有爱，都有无尽的心灵财富能付出。



知福惜福，行善行孝

一项针对国中、小学生的调查显示，暑假期间，有六成国中生最想“打电动、看漫画”；超过七成五的小学学生，最想“和家人旅行”。反观在慈济教育志业体，许多学生选择参与志工活动，或由师长带领到海外人文交流。

慈济技术学院五个海外交流团队，今日返回精舍参加志工早会；上人肯定同学服仪整齐、形象亮丽，平日生活行止不只自爱，更落实行孝、行善。

“要珍惜所拥有的平安富足环境，以及丰富的教育资源，把握每一刻用功学习，将来成为能利益人群的优秀人才。”

精进付出，扎实铺路

北区七十六岁的慈济志工周寡师姊，六月二十五日在家念佛时突然昏迷，送医后判定脑干大出血；二十九日上午往生，随即送到花莲慈济大学，圆满其当“大体老师”的心愿。

三十日早会，上人肯定周寡师姊道心坚定、方向正确，踏踏实实走完这一趟人生路。

周师姊婚后生活困苦，常得向人借米度日；三十七岁时为了养家，孤身从台东到台北工作，在天母为人帮佣。认识王陈桃师姊后，知道每月一百元就能救人，贫穷的她为了布施，决定上街捡废纸，经常推着废弃婴儿车，沿着四十五度的山坡路回收资源变卖。

帮佣三十三年后退休，善良体贴的老板娘给她一百万养老金；当时慈济正在为莫拉克风灾重建募款，周师姊立即把这笔钱全数捐出。她说：“即

使在我最穷的时候，也不贪，捡来的资源变卖所得，一点一滴都用来帮助别人。做慈济是我一辈子的方向，我要一直做下去；若不做，这一生也是白来。”

上人赞叹周寡师姊心宽念纯，信仰坚定、轻安自在，有愿有力，扎实地铺展人间路。“没有愿力，成就不了志业；有愿有力，才能一步步走过这条用生命铺出来的道路。”

周师姊这一生在精进中安详而去，洒脱自在令人羡慕。上人表示：“她的心念很笃定——该做的事，做就对了。一生守好人生的规律、团体的规律，也守好守护大地的方向；戒、定、慧，她都做到了！”

“是日已过，命亦随减”。上人教众提起戒慎心，好好把握时间，增长慧命。“无论生活贫富，人人心中都富有爱；心灵的财富取之不尽、用之不竭，要善加运用，造福大地人间。”

慈济大学语言教育中心“印度尼西亚华裔青年华语人文营”学员入精舍，上人勉励年轻人珍惜平安富足的环境，用功学习，未来成为利益人群的良才。（6月29日）



● 联络处

慈济基金会总部

FAX (025) 83207622

苏州慈济健康促进中心

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

浙江

杭州联络处

浙江省杭州市清泰街

509号1401室

TEL (0571) 87827477

FAX (0571) 87827477

义乌联络处

浙江省义乌市

凌云二区8幢1号3楼

TEL (0579) 85541102

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

福建省福州市五一中路

49号先施大厦月座4楼

TEL (0591) 83357822

FAX (0591) 87115031

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

福鼎志工室

福建省福鼎市古城南

路93号福鼎市医院

TEL (0593) 7832018

TEL (0593) 7832990

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

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



【银杏果成熟了】

园区种有三十七棵银杏，雄株雌株不知有几，但见深枝着子累累，相映盛夏，颇有趣味。

最幸福是，站在碧绿的树荫下，多少有些清凉风来，待气定神闲，捻几握白果，给那巧手的厨娘焙炒。

干锅加热，放点低钠盐，见白皮爆开，听剥剥闷响，咬开香气逸出，舌尖有苦有甘……。

以上，为凡夫的眼耳鼻舌。不知银杏树与佛教典故有关，竟是千年之久；说法是，菩提树不宜中国温带与北方气候，因此，佛寺多植不长虫，又有黄金铺地，且是树龄长寿的银杏树，以庄严净土。





荷为贵

缘起于关怀雅安地震灾后重建，一百多位苏沪书画家，虽谦称秀才人情而已，但义卖二百多幅作品，已撒播“一生无量”的善种子。来自南京、上海、扬州和苏州的书画家、买家、赞助者及志工，齐聚苏州慈济志业园区续缘，为“雅安祈福”画上圆满的句点，并见证慈济中国书画家联谊会的成立。句点也是起点，未来，联谊会将秉持“你写我画皆善举”的方向关注苍生，且连手完成“荷为贵”赠慈济基金会以明志。

荷，和之意象也；亦盼人心净化、社会祥和、天下无灾难。

（撰文 / 慈瑞 摄影 / 钱宏 江苏省苏州市 2013.6.26）