

# 慈濟

第7期 2013年10月

· 主题报导 ·

拾头  
挺胸 走回家  
杨晓东的故事

为净化心灵做活水 为祥和社會做砥柱 为闻声救苦做耳目



【静思晨语】      ◎证严上人

## 法遍心中

凡夫无明，触境生心，点燃烦恼火种。  
火势猛焰，弥漫逼烧；爱恨情仇，伤己伤人。  
前念既灭，后念复生；造种种业，苦上加苦。

以“感恩”、“善解”自我锻鍊，  
以“包容”、“知足”通达人事。  
法遍心中，烦恼不生；及时用法，心地清凉。

【无尽藏】

# 修善 守护众生

万物迁变无常，  
善用物质，把握时间，  
以身为载道器，  
启发慧命，利益人间。

证严上人主讲 编辑部整理

讲于二〇一三年十月一日至二十一日



画作/林建宏

北京六十七岁的马先生，照顾着北重病的太太和女儿，一家人居住的古宅有百年历史了，年久失修、堆积灰尘。当地慈济志工不仅协助清扫，还进行修缮，让马家焕然一新；马老先生高兴地说：即使结婚时，房子也没有这么漂亮过！

可以想见，他年轻时大宅已在没落中，缺少整理与爱护，就日益衰退了。投入打扫的志工“见苦知福”，反省自己有时候会埋怨母亲；看到马先生为妻女无私的付出，体会到母恩

浩荡。

觉察过去的错误、忏悔改过，就如将大宅的灰尘一扫而空、重新装修布置，多么亮丽！只要人心善念增长，就能造福人间，带给别人快乐。

《法华经 譬喻品》：“若国邑聚落有大长者，其年衰迈，财富无量，多有田宅及诸僮仆，其家广大唯有一门。多诸人众，一百、二百、乃至五百人止住其中。堂阁朽故，墙壁隳落，柱根腐败，梁栋倾危。周匝俱时欵然火起，焚烧舍宅……”

这不只是描述大乾坤，也是众生的心态。

天盖之下，地载之上，人间就如一个大宅，所有众生同生共住。现今全球天灾人祸频传，就如四处着火的大宅，非常危险。

众生共业，心所造作出的力量，会摧毁一切。如果人们不懂得互爱，没有责任感，不珍惜、爱护大宅，不仅是建材腐烂，火苗更是从四周燃烧起来。

地球人口愈多，人伦道德日趋淡薄，许多人不能自我约束、脱离人生轨道，短短人生却累积很多业力。无明与无明共聚，火花四散，烧掉善念；人与人之间对立冲突，造成战祸，让无数人受到流离失所的折磨。

国与国的争端还有界限，地、水、火、风四大不调，地震、洪涝、大火、飓风，灾难无国界，带来的破坏难以想象。

物有“成、住、坏、空”、心有“生、住、异、灭”、人有“生、老、病、死”；世间万物迁变生灭、身体新陈代谢，没有一项能常住。生命长短无人能知，却可以开阔生命的宽度与深度。

善用物质，物命才会久。就像房子盖好了，没人住也没有整理，很快就会朽坏；如果有人居住，每天都将房子整理得干干净净、用心保养，就能延长房子的寿命。

窄化空间、虚度时光，必有败坏之

日。把握时间，行菩萨道，让自己的生命与世界息息相关，慧命才会增长。生命衰老难免，但懂得运用，启发慧命、以身为“载道器”，也能长久利益人间。

不要共恶业扰动人间，要修善业守护天下众生。“器世间”一切有形物质，如果去贪取、享受，将造就火宅；若以感恩和惜福心使用物质，作为修行的工具，则形形色色物资都是道器；善用一切物资来行菩萨道，及时为苦难人付出，就能解除火宅的危机。

因此，人间能否四大调和、国泰民安、社会家庭和睦？端视这个时代、这个空间的人心。

莫局限于空间，只求个人和小家庭幸福就好、只求身处的国家和社会平安就好；天下事要天下人来关怀。也不要局限于时间，每分每秒都要发挥力量利益人间，让生命活得有价值、有深度、有质量。

**贪瞋痴无明火，  
烧光慧命，复制无量苦；  
引法入心，身体力行，  
才能真正自我解脱。**

《百喻经》里记载一则故事——一位修行人执着于“男女授受不亲”。师父告诉他地上有根长发，请他捡起来，他拒绝了。“我要守戒，怎么可以去捡女孩子掉下来的头

发？”师父说：“你执着于身外那根头发不净，却没有想到你身内的三十六种秽物。”

这就是法不入心，所以只执着于外相。

有些人懂得道理，也能说得头头是道，但一遇到境界，知道却“放不下”、“看不开”，行为与平时琅琅上口的道理无法接合，以致“没法度”。

“无明为因，境界为缘”，无明的源头就是贪、瞋、痴。当人、事、物来到面前，起了爱、憎之心，想要取、舍；烦恼如火，就把慧命烧光了。

人生有八苦——生、老、病、死、爱别离、怨憎会、求不得、五蕴炽盛苦。已知人生是苦，何必在苦中继续复制苦难？如果一直想着“为什么他的意见和我背道而行”、“为什么想做事情还有这么多障碍”、“为什么他过去对我很好，现在心向着别人”……不断用这样的想法来困扰自己，会阻碍道业。

要时时自我警惕——是不是心有执着，以致对法迷失？也要觉察，是否身在此地，心却到处游走？

既然发愿修行，无论面对什么样的声与色，都不能障碍我们；反而要透过境界，磨练自己的心——守志奉道，照顾好心念和行为；时时增长善念，扫除恶念。

将心门打开，引法入心，还要运用

在生活中；透过身体力行，才能真正自我解脱。



每年的十月十六日是“世界粮食日”，提醒人人惜福，珍惜粮食得来不易。

天地间生产的五谷杂粮，足够天下人吃饱；但根据统计，每年有三成以上粮食被浪费掉。目前全球七十亿人口中，饥饿人口超过八亿。

菲律宾一家电视公司曾拍摄一则影片——在高级饭店里，客人点了炸鸡，却吃得不多，剩下的成为厨余，运到偏远乡下；一群穷人家的孩子就等着捡拾这些食物，当成丰富的一餐。

穷人处在饥饿中，有钱人却奢侈浪费、暴殄天物；这样的享受，已经是心理的病态。

不明是非、懵懵懂懂，会点燃无明火种；贪图口欲、耗用物资，人祸将惹来天灾。期待人人尊重生命，“素食八分饱，两分助人好”，不杀生，是培养爱心，也能减少养殖畜牧造成的污染；八分饱有助健康，更能付出两分给需要的人，让更多人免于饥寒。

救世要从救心开始。期待人人扫除心灵烦恼，人与人之间以智慧之光相映照，心中有法、行中有法，彼此勉励，付出爱的能量。请大家多用心！

# 慈济

2013年4月创刊  
2013年第7期 总第7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：  
园区内老树数棵，跟着岁月成长，  
也伴着苏州慈济志业园区，走向枝  
繁叶茂的未来。  
摄影 / 赵耀

## 目录

### 无尽藏

1 修善守护众生 证严上人

### 主题报导

6

## 抬头挺胸 走回家

爱的接力

可以平躺在床上的梦

这是人世间的奇迹

走向美好的未来

### 志工身影

18 贫中之富的海坚妈

23 富中之富的美兰姊

## 心地风光

- 26 童缘待续
- 42 炜轩的十二个好人
- 45 求好心切错了吗？

## 地方通讯

- 46 重阳敬老
- 52 菲特台风过后
- 58 黄浦区访视
- 60 蓬莱公园的夜间环保
- 61 环保志工的读书会
- 63 大安市助学
- 64 静思茶轩的正能量

## 寰宇慈济

- 68 菲律宾 泰国

## 71 证严上人衲履足迹

释德侃

### 《内容提要》

- “招募人间菩萨，不在于募得多少金钱，而在于净化人心，接引愿意了解慈济、真正去投入去做的人。”上人勉励海外志工，地方上多一位慈济人，就增一分福；人人有爱心、能造福，当地才会祥和平安。
- 极端气候导致许多国家严重灾害，与其说是天地万物的反扑，其实是人类自食恶果。上人表示，唯有人转心念——将享受的欲念转为保护天地众生的善念，才能与万物和平共存，消弭天地灾难。

· 主题报导 ·

抬头挺胸

## 走回家

撰文/照片提供  
花莲慈济医院、厦门真善美志工团队

来自厦门的杨晓东，因为罹患严重的僵直性脊椎炎，使得身躯弯曲变形200度，身形看起来就像个问号形状(?)，二〇一三年五月底在厦门市慈善总会与慈济志工跨海接力下，杨晓东在台湾花莲慈济医院骨科部主任陈英和名誉院长带领的医疗团队，做下要“抬头挺胸”走回厦门的约定，经过手术以及复健，现在的杨晓东成功得到140度的矫正量，在花莲慈济医院医护、志工团队，还有厦门慈济志工与厦门市慈善总会的见证下，杨晓东要抬头挺胸迎接崭新的人生。





完成手术的杨晓东，在母亲以及慈济志工的陪伴下，带着满满的祝福走回家。



· 主题报导 ·

## 爱的接力

厦门志工见证晓东的改变

“晓东，欢迎回家！”十月三十日下午一点的厦门高崎机场，十四家媒体同时举起相机与录像机聚焦，共同见证这一奇迹。

拄着拐杖，不需要人搀扶，也不需要墨镜，杨晓东从机场安检大门徐徐走出。而每一个曾经见过晓东的人，经过五个月再次看到他，都忍不住发出惊叹声。

在慈善总会工作人员与慈济志工的陪同下，杨晓东从台湾花莲抵达福建厦门。厦门晚报记者戴舒静看到杨晓东从机场走出来，惊呆了，感觉晓东至少比以前年轻十岁，“以前的晓东光头戴着墨镜蜷缩着，到现在不用人搀扶靠着自己的力量走出来，这真的是一个非常的奇迹。”

从今年三月份到现在，戴舒静一直

在跟进采访。他感叹，作为新闻媒体人，第一次经历跨时这么长时间的个案。几个月来，看到晓东身体的康复，也看到闭塞的心灵到如今的开朗歌唱，“由衷地为他感到高兴，也非常感激慈济人对晓东的帮助。”

“他终于走着回来了，这是当初我们与晓东的约定。”

一直陪伴着杨晓东的慈济志工陈州明，满是喜悦，“他身上汇聚了很多人的爱，所有人都爱他，从大陆到台湾，只要有大陆志工过去，都会前往探望。”

在信息发布会上，面对那么多人，陈州明看到晓东的进步：“以前，跟晓东说话，他只有低头、点头、摇头，现在不仅会唱歌，还会大声说出心愿。”

“像正常人一样有正常生活，晓东有没有信心？”厦门慈善总会会长蔡景祥问，晓东坚定地回答：“有信心！”

看到慈济志工，像亲人一样，帮助晓东，蔡景祥心有所感：“学习慈济人虔诚奉献爱心，今后，将继续与慈济携手做慈善，推动两岸慈善事业发展，造福人民。”

蔡会长也感慨，幸好有厦门这个充满温暖的社会，今年年初，汇聚社会各界爱的力量，除了慈善总会外，政府各界，市残联、市红十字会、厦门航空、厦门小鱼网及网友们，募集了部分手术费，才能够让晓东顺利越过海峡到台湾治疗。

“因为我们是一家人，相依相信，

彼此都感恩。因为我们是一家人，分担分享，彼此的人生。”

热爱唱歌的晓东，用歌声表达了心中的感恩和喜悦，母亲朱金钗则以手语相伴。

朱金钗这一趟赴台，一方面照顾晓东，同时也治好了骨折的左脚，把握时间做爱护地球的环保志工。变身“环保达人”的妈妈发愿，要把台湾经验带回厦门。

在发布会上，朱金钗表达，晓东能够走回来很高兴。晓东也跟众人分享他向证严上人发下的心愿：“最想做的事情是，上慈济大学，服务社会，为大家尽一份力量。”“我会更努力去做复健，我会越来越好！”晓东说。

越



厦门慈善总会蔡景祥会长（右）祝福晓东要像正常人一样的生活。



· 主题报导 ·

## 可以平躺在床上

切下蛋糕，分享喜悦，患有强直性脊柱炎的杨晓东，五月二十三日前往台湾接受治疗，终于在十月二十九日出院，准备返回厦门。

从「？」到「！」，来自大陆厦门的杨晓东，因为罹患严重的强直性脊柱炎，使得身躯弯曲变形二百度，身形看起来就像个问号形状，花莲慈济医院医护团队分享，五次的手术和复健过程当中的点点滴滴。在各科携手努力下，杨晓东原本弯曲超过二百度的身体，逐渐伸展开，获得一百四十度的矫正。

花莲慈济医院陈英和名誉院长带领的医疗团队，让晓东实践“抬头挺胸走回厦门”的约定，陈英和说：“这

样的矫正量，让晓东的身体功能，可以说百分之九十都已经恢复了，但还需要继续努力的是，包括康复治疗的部分。”

慈济医疗志业执行长林俊龙说：“这是一个爱的接力赛，从厦门到台湾，搭起爱的桥梁，我们今天见证了 this 成果。”

十月二十九日上午，在慈济基金会秘书长林碧玉、慈济医疗志业执行长林俊龙、花莲慈院院长高瑞和、名誉院长陈英和及医护、志工团队，还有厦门慈济志工与厦门市慈善总会代表陈毅灵等人的见证下，杨晓东抬头挺胸迎接崭新的人生。

行走、吃饭、睡觉等生活作息，对

一般人是再简单不过的事情，但是在过去的十九年里，对罹患严重强直性脊柱炎的杨晓东来说，是个遥不可及的梦想。

今年三十一岁的杨晓东，十二岁开始出现脊柱、腿部酸痛等问题，身体也渐渐蜷缩起来，家人带着他四处求医，但杨晓东的脊柱还是持续弯曲、僵硬，直至畸形。

晓东的母亲朱金钗女士说：“以前晓东只能蹲在地上用爬的，而且膝盖紧紧顶到下巴，要帮他洗澡的时候，根本洗不到胸腹部的位置，还好有花莲慈院的帮忙。”

在花莲慈济医院一百多天的日子，

历历在目，杨晓东曾经这样问过：“如果我两边（髋关节）都开刀，就可以平躺在床上了吗？”

平时沉默寡言，墨镜、帽子不离身的杨晓东，一见到陈英和院长，安心地说出他最大的心愿，而那最大的心愿是“可以平躺在床”。

陈英和名誉院长表示，杨晓东在正值发育期的少年时即发病，这是导致脊柱严重弯曲的主因，也是陈院长接触过强直性脊柱炎个案中，不论发病年龄或弯曲严重程度都是前几名，唯有透过手术与复健治疗，才能帮他逐步恢复身体机能。

为了帮杨晓东达成平躺的心愿，从



陈英和名誉院长（右）带领医疗团队研究对晓东最适合的治疗方式。



长达五个月的治疗之后，晓东终于实现平躺在床上梦。

各项检查、术前准备、手术治疗与术后复健，花莲慈院整合骨科、麻醉科、复健科、影像医学部、护理部……等各科别专业，协助杨晓东完成在厦门无法完成的核磁共振摄影(MRI)、计算机断层(CT)检查；麻醉部团队用同理心专业思考，以杨晓东

最习惯的睡姿，克服蜷曲肢体造成的麻醉困难。

长达五个月的治疗期，陈英和院长所带领的骨科医疗团队，共为杨晓东进行包括两侧髋关节置换手术与腰椎截骨矫正手术等共五次手术。

前两次的单侧人工髋关节置换术，

是花莲慈院为杨晓东打开蜷曲身形的第一步。完成两侧髋关节置换后，让杨晓东的膝盖不再顶住下巴，腿部可以舒服伸展，胸腹间的内脏不再受到压迫，器官组织功能得到改善的同时，也成功获得四十度的矫正量。

接着医疗团队为杨晓东进行三次脊椎截骨矫正手术，分别在第二、第四腰椎进行截骨矫正，骨科团队考虑切骨板、动骨块时，会对神经组织造成无法避免的挤压，由麻醉部团队透过体感觉神经监测器，全程监测神经传导讯号，手术后，终于完成十九年来杨晓东想“平躺在床上”的心愿。

“回到厦门，我会继续努力做复健！”

重拾健康的身躯，越走越稳的杨晓东除了感恩医护团队让他能靠自己的力量“抬头挺胸”，他还说，最想做的一件事就是回校读书上课，找到工作，自力更生。最后杨晓东更以一曲《幸福的脸》唱出对证严上人、医护团队、厦门市慈善总会、全球慈济人的感恩。

二十九日上午，杨晓东在花莲慈院医护团队的祝福中，在厦门市慈善总会、厦门慈济志工的陪伴下，启程返回厦门。

慈



厦门志工团队来接晓东回家，在离开花莲的火车上，晓东向陪伴五个多月的慈院志工道别。

# 这是人世间的奇迹



厦门市政协潘世建副主席（中）与护送晓东返回厦门的刘冠麟医师（左）了解治疗情况。

信 息发布会结束后，晓东一行人返回五缘湾慈济会所，市政协潘世建副主席，看到眼前这位站立着的抬头挺胸的杨晓东，简直不敢相信这是真的，大赞“这是人世间的奇迹，这是医术的高明！”

“从低头不见到抬头挺胸，从团状变成能够直起来，从躺着变成能够站起来，从站起来变成能够走起来，感到更多的是爱心，是我们两岸传承了中国人最优良的传统。”

身体上和心理上的康复都很漫长，潘世建感恩慈济志工带给晓东无限的

温暖，把他从感到冰冷的社会带入到感到温暖的社会，也期许：“晓东的改变，是改变了他的家庭，改变了他的一生。晓东能够站起来，对社会是一个很大的启迪，社会还有很多我们需要关心的人，就像证严上人提醒我们一样，我们要爱世界，爱世界的每一个人，要去帮助他们。”

因为与厦门市政协副主席潘世建的一次“偶遇”，晓东的命运发生改变，这次“偶遇”发生在二〇一二年年初的一天。

潘世建第一次到翔安区内厝镇霞美

村，在一个废弃不起眼的地方看到一户人家，房门是打开的，有个人蜷缩在床脚的黑暗角落，头和腿靠在一起，身体几乎呈U状，就这样发现了杨晓东。

晓东家住的是村部提供暂住的房屋，是一所废弃小学的厨房。自幼患有小儿麻痹症的杨晓东，在初中二年级时因受同学取笑，就此心灵封闭、辍学在家，不再与外人接近，只是低头双手抱膝，身体的严重畸形，医生都判定他无法重新站立。

此后，潘世建七次带着衣物前去探视，晓东从没抬头看他。

晓东父亲于五年前去世，哥哥因为车祸造成腿骨粉碎性骨折，虽已渐渐恢复，但无法正常工作；母亲又于去

年十一月二十五日发生车祸，左脚开刀植入钢板，下肢无法支撑身体重量，也失去了工作。

厦门市政协得知晓东家的困难后，在政协机关开展了募捐，并准备与村里一起来帮助解决困难，也与慈济慈善事业基金会秘书长林碧玉讨论，如何给予最好的帮助，因此决定，两岸携手合作，安排晓东至台湾接受治疗，也让母亲朱金钗随行。

一九九一年至今，台湾慈济医疗志业已完成二百二十例强直性脊柱炎个案，其中，花莲慈济医院骨科团队，累积二十七年丰富的矫正术经验，已帮助一百七十例强直性脊柱炎个案重拾健康人生。

■



今年五月，志工到晓东家里关怀，逐渐打开晓东封闭的心。

## 走向美好的未来



傍晚时分，晓东捧着鲜花，妈妈朱金钗提着福慧水果篮，志工帮忙提着行李，带着大家满满的祝福，回霞美村的家……

这趟路，终于是自己走回家了；离开热闹的接机场面，杨晓东坚持拄着拐杖一步一步走，这是厦门慈善总会协助兴建的新家。陪伴同行的还有厦门慈善总会会长蔡景祥，他的感触很

深：“台湾慈济志工像亲人一样，给他护理、帮助，这是一个医疗的奇迹。”

迎面而来的是晓东的奶奶，迫不及待摸摸他的脸，回到家中后还是不敢相信，自己的孙子身体打直了，也变帅了：“看到晓东就是欢喜，这是我的乖孙子，很开心。”

关怀的脚步不停歇，慈济志工一大

早就来到杨晓东家里，了解他回到厦门后的生活起居，杨晓东的妈妈朱金钗说：“终于回到厦门和哥哥嫂嫂一家团圆，但是他没有忘记要做复健，今天(十月三十一日)一大早就自己跑去走路做复健。”

团圆后的喜悦，并没有让晓东忘记他该做的事情，自己回到家后隔天早上就积极在进行复健，连妈妈也都感受到晓东的认真。“现在认真很多，早上起来，就走很远的路，起码四十分钟。”

在慈济志工的陪同下，走到附近的学校，晓东赶快展现他的成果，这些校园外的游乐器材，在早上被晓东自己发现可以当成复健工具，他也迫不及待的跟大家分享，让晓东到医院做复健前，也可以不断自我训练。

未来，晓东的复健工作，将由厦门中山医院康复医学中心陈健教授接力；也是医疗矫治团队一员，台

湾花莲慈济医院骨科刘冠麟医师已经详细“交班”，让后续的复健计划可以持续妥善进行。

刘医师说，晓东回到大陆后的复健更加重要，这需要复健师、社区志工的帮忙。

■



晓东利用学校里面的健身设备复健。



• 志工身影 •

## 贫中之富的海坚妈

撰文/摄影 福建泉州真善美团队

卖纸钱维持生计，但为保护环境，放弃唯一经济来源的她，该如何过日子？

福建省泉州市晋江市陈埭镇岸兜村，每天凌晨两点半的夜色中，一道微弱的灯光从简陋的老旧石头平房里透出；七十二岁的慈济志工丁海坚已经起床，开始她充实美好的一天。

大约三点，丁海坚洗漱完毕，梳好半边发白的头发，提着一个超大型塑料袋，行走菜市场的每个角落，细心地捡拾可回收物，且不忘推广环保理念，连环卫工人、摊贩、保安都知道“这是保护地球做善事”，还会告诉她哪里回收物多。

捡、抖、收、压四个动作一气呵成，一个钟头后，丁海坚提着沉甸甸

甸、半人高的袋子，身体自然倾向一边，慢步走向租屋。

从菜市场捡宝回来，丁海坚开始洗衣服、拖地板、整理房间；但放眼望去，简陋的房间，堆满大大小小的脸盆。

“是不是，下雨天屋子漏水时，用来接水的？”

丁海坚对着“水色深浅不一”的脸盆笑笑：“接的不是雨水，而是洗衣服剩下的水；第一遍的水，用来拖地板，第二遍剩下的水，等下次洗第一遍衣服时使用。”

省水达人的高招，让收费员也钦佩。丁海坚说：“每月水费，只有四元钱左右，有时更少，连收费员都说，以后再交算了。”



清晨三点，海坚师姊已经开始捡拾回收物。

不仅如此，丁海坚用的蚊帐、衣柜、桌子等生活用品，都是环保回收品。她说：“老人家没什么收入，就是要省一点，才能存钱捐给慈济做善事。”

且在桌子显眼的地方，摆放着三个竹筒：“一个是每天存一元钱，和买菜后剩下的零用钱；一个存的是，四处跑道场省下来的钱；还有一个是，

过年过节不烧纸钱省下来的钱。”

仔细一看，供奉土地公的案桌边还有一个竹筒，丁海坚说：“这个竹筒，存的是，不拜土地公省下来的钱。”

走入慈济后，得知焚烧纸钱会造成严重的空气污染，丁海坚关掉卖纸钱为生的小店；遇到不知情的熟客上门，即劝他们不要烧纸钱，再把烧纸



海坚师姊带着一车捡到的“宝”前往慈济回收站。



除了勤做回收，海坚师姊也参与志工的访视关怀工作。

钱的钱，投入竹筒做好事。

林玉霜就是其中的一个，她分享：“把买纸钱的钱放在竹筒，积少成多，一年竟然能省下一、两千元献爱心，参加冬令发放。”

起初，因为不识字，担心做不好慈善事，丁海坚一直退缩，直到慈济志工用心陪伴，并鼓励她：“不识字不要紧，可以做环保救地球。”

渐渐地，越做越爱做，甚至为回收物资“租屋”存放，尽管日子过得清贫，但回想起过去的艰苦，只有怡然自得，没有怨言。

丁海坚有九个兄弟姐妹，她排行第五，十八岁那年，奉父母之命，媒妁之言，嫁到三百多公里外的福州市长

乐市潭头镇。育有四男一女，靠丈夫讨海维持一家生计。后因经济不景气加上丈夫胃出血，丁海坚毅然挑起养家的责任，四处贩卖小麦、稻谷等农作物。娘家哥哥不忍看丁海坚这么辛苦，劝她搬回晋江找份稳定的工作，而且家里的兄弟姐妹，可以帮忙照顾。

八〇年代初，举家搬回晋江，跟哥哥住在一起，原本以为四处奔波的日子可以就此稳定，谁料哥哥家的人员越来越多，房子不够住，丁海坚担心给哥哥家添麻烦，决定出去租房子；目前住在村里的旧区，屋子简陋，没有卫生间，但一住就是十几年。

一九九七年，丈夫因病去世，丁海

坚一边到工厂做小工，赚生活费；一边兼卖纸钱补贴家用。后来因工厂不要不识字的员工，丁海坚只能靠卖纸钱维持生计。

十余年来，丁海坚靠着意志走过岁月沧桑，也四处寻找安顿身心的地方；过去，未接触慈济前，受到别人的指指点点，会耿耿于怀。至做慈济志工后，自度度人，儿女也跟着转变。

现在，丁海坚顾“小家”，也顾“大家”；志工陈志伟感动满满地说：“有‘海坚妈’在，就是家。”

举凡社区助念、环保、访视、助学……无处不在丁海坚付出的身影，用着“妈妈心”关怀着每一个人。

从来做什么像什么的她，在社区活动时，还有一绝就是素食料理，甚至引来店家老板，欲聘她为主厨，但不为所动地表示：活到这把年纪，能做是福气，不能做就漏气。

忙碌而充实的一天结束了，晚上十点熄灯，海坚妈的第二天，那道微弱的灯光，会再次从她的房间内准时亮起……。

❀



海坚师姐的厨艺是拿手绝活。

# 富中之富的美兰姊

撰文/摄影 福建厦门真善美团队



如果是自己做生意，一定不会站那么久！但现在无论身体多累，都要坚持下去！全程参与佛事展大爱感恩科技展区推广活动的志工魏美兰笑着说。

与先生经营企业，努力拼搏事业的她，人生的梦想是赚到足够的钱，四十岁就退休，到处去旅游。但是当经济条件可以支撑她去完成这个梦想的时候，内心却觉得十分空虚，直到遇见慈济，才找到真实的方向。

魏美兰在厦门经营的两家图文印刷

连锁店，以专业优质的服务质量，吸引客户光顾。“但那时候真的很傲慢，讲话很大声，对顾客厌烦不耐，对员工颐指气使，对家人更是固执己见，这些都让先生很看不惯。而先生除了工作之外，就是玩遥控飞机，这也让我很受不了。”

二〇一一年的三月五日，厦门思明静思书轩启业。魏美兰被书轩的人文之美吸引，而走入当天心灵讲座的现场。

淡雅的书轩、悠扬的音乐、柔美的

手语，魏美兰被讲座中志工呈现的慈济歌曲《感恩、尊重、爱》深深打动，影片中动情的歌词搭配慈济活动的感人画面，令她当场潸然泪下。当天分享的静思语：“唯有尊重自己的人，才更勇于缩小自己”也印在她的脑海里。

心灵讲座让她结上了与慈济的善缘，但真正让她走入慈济的却是环保。她笑着说：“我是从环保走进来的，到现在，小区的环保活动我几

乎是一次不落，而且是越做越有心得。”

透过小区环保活动，她才懂得，环保不只是一要做有形的环保，更重要的是要做心灵的环保。

记得第一次做环保时，看到堆积如山的瓶瓶罐罐，魏美兰第一反应就是提高效率，赶快做完回家。但看到资深的环保志工却认真地把一张张报纸折平放好叠整齐，她不明白为什么要如此大费周章，环保志工对她说：

“我是在跟报纸对话。杂乱的报纸，就如自己烦恼的心需要整理，抚平后，报纸好看了，自己心情也会变好。”

后来，魏美兰带动先生一起做环保，一起参加慈济活动。夫妻二人还将慈济“感恩、尊重、爱”的理念运用到企业的管理中。

以前员工对他们两个人非常依赖，大事小事都要询问他们。现在夫妻二人全权交托给员工去处理。魏美兰笑着说：

“员工将企业的事情当做自己的事情在处理，企业经营得很稳定，我们就可以安心地出来做慈济。”

除此之外，还将环保理念带入企业，让员工学会珍惜资源，减少影印纸张的浪费，尽量做到物尽其用。员工们积极



透过环保回收，魏美兰抚平自己的内心。

响应，力行环保。午餐，不再叫外卖，而是选择自带，减少一次性餐盒的使用；空调尽量少开，大型印刷机器、电脑不需要时也是随时关停。员工培养了良好的环保意识，企业也因落实省水省电，在业绩增长的同时，电费与过往同期相比，反而下降。

在慈济活动中，魏美兰慢慢修正习气，学会缩小自己；对待先生不再比谁的声音更大声，比谁更怕谁，而是学会柔和声色，比谁更爱谁。先生也在慈济中逐渐改变：戒烟、戒酒、茹素，对家庭照顾有佳，甚至还放下了自己从小玩到大（从十二岁到四十九岁）的航模爱好。

再回顾过去的三年，在佛事展担任大爱感恩科技的推广志工，魏美兰深有体会。第一年，完全是凑热闹的心情，刚开始的时候，巴不得赶紧把东西全部卖出去。到了第二年，才慢慢明白，大爱感恩科技的物品富含深意，不是卖东西的。第三年，开始学着承担，觉得身上有一份使命感在。

她也见证大爱感恩科技参展三年的变化。第一年参展，因为很多民众对产品不太了解，甚至还产生排斥心理，志工需要耐心讲解。第二年，民众对于大爱感恩科技的产品有所了

解，志工推广的进程相对顺利一些。到了第三年，有些民众一进展位就说：“我又来献爱心了。”

连续三年，在佛事展，除了倡导“与地球共生息”的环保理念，呼吁大家一起来节能减排之外，更是传递所有盈余回馈慈济慈善事业基金会背后的人文意涵。她表示：“惜福才能受福，希望更多人能够参与环保，共同创造美好的生活环境。”

■



美兰的先生也因为慈济改变自己的生活习惯。



我  
要  
的  
不  
多

冬日朝阳暖洋洋，温热一夜风寒。这位来自叙利亚的小女孩跟随母亲和阿姨们，一早来到位于约旦边境城市南萨（Ramtha）的发放点，等候领取免费的御寒冬衣。

发放还没开始，慈济志工和阿姨们寒暄，聊天气、聊近况，顺手拿起箱子内的围巾，圈在小朋友的脖子上。小朋友要的不多，一条围巾暖心房，满足溢脸庞。那轻颦浅笑，天真腼腆的容颜，足以融化边界那由大人们造成，镇日肃杀的氛围。

如果，大人们像小女孩一样，要的不多，小朋友也许就不需要千里迢迢，跨越国界，来领取那条围巾，是吗？



---

• 心地风光 •

# 童缘 待续

撰文/摄影 萧耀华

---

我没小孩，但我喜欢小孩，喜欢他们纯真坦率的天性。

在过去一段不断以按快门为业的日子，有意无意间，或工作需要，留下不少儿童影像在底片里或数字档案中。

说真的，众多影像中的小主人翁和我只有一面之缘，更多连他们的名字都不知道。我们在彼此生命中某个时空相遇，匆匆地又循着各自的生命轨迹前进；也许日后还有机会碰面，但更大可能是后会无期，所以我珍惜那每一段短暂的相遇，珍惜他们的表现，那分代表人类最最真诚的“真”。

2013.01.13 约旦南萨市



2012. 12. 27 约旦南萨市 阿布都拉国王公园难民营



## 难民营里的小太阳

相信大多数人，包括我在内，对中东地区都不太熟悉，更不用说对这区域的政治、人文有深入了解。对于近年中东地区动荡不安、政权更迭、人民流离失所，常是知其然，不知其所以然。

在近期叙利亚国内政治纷争中，已造成大量民众流离失所，并涌进邻国避难；两年多来已有约三十万人逃入约旦，他们每个人都有着大同小异的故事：家破人亡、有家归不得、逃难的惊险、缺乏尊严的流亡生活……

在约旦北部土拉（Tura）与叙利亚塔尔谢哈布（Tal Shehab）接壤的国界，那是一条土路，没有高墙，也没有铁丝网缠绕，每天涌入几百位寻求庇护的叙利亚人。但为数不少的民众，在安全抵达前，就魂断在那条路上，光是儿童，就有两百五十名走不过那条土路，提前结束人生之旅。

部分被安置在难民营的民众滔滔不绝向我抱怨，抱怨母国的不是，抱怨营内的缺失；讲不清，听不明，也无从应对。相对大人一张张满是怨恨、无奈的脸庞，营内这位小朋友的笑容，犹如一抹朝阳，更显得纯真可贵。他年龄还未识愁滋味，不懂大人们的恩怨情仇、你死我活的纠结。

没有大人的世界，是不是会更好？



2012. 04. 07 缅甸仰光 造台甘

## 未来的老板娘

听闻美国总统林肯曾说过，人过四十，必须为自己的脸孔负责；中国人更进一步，有谓三岁定八十，意思是一个人的行为、个性、心态，早在童年时就已塑造出来。果真如此，那图中小朋友看来就是当老板娘的料，而且应该是精明的那一种。

是耶？非耶？时间尚早，日后自有结果。不过我要描述一下小朋友表情的来由——时间是二〇一二年四月，地点是缅甸首都仰光近郊一个小村庄里的小学。

四月是缅甸的旱季，也是全年最热的时候。此时是学校假期，人们准备过泼水节，以迎接雨季到来。雨季开始，是播种的时刻，这对以农业为主的缅甸尤为重要，所以全国上下都非常重视泼水节。

那天，我和同事大清早从仰光市出发，来到这个乡村小学，请教校长一些事情。有远方的客人来访，校方很重视，召回放假中的小朋友，安排欢迎仪式。孰知同事急着采访，一看到校长就不停发问，不知隔壁那个全校唯一的教室，在既没有空调也没有电风扇的空间里，一大群小朋友正在等候我们。

五十出头的女校长是个老实人，不好意思阻断访问的进行；晴空万里无风云，午前太阳毒得很，把孤伶伶坐落在田野间，平房式的小学变成烤箱；于是闷坐在烤箱中、穿得美美的小朋友，心情就一点一滴，随着温度的上升，慢慢浮现在小小的脸庞上。

人在其中，小朋友的心情我非常能体会；如果把我换作是他们，我想我的表情也会是如此。但年过天命，时间证明我不是当老板的料；至于小朋友日后是否会成为老板娘，铁口直断不是我的专业，也不敢妄自臆测。

她的未来，自有时间证明，但她喜怒形于色，小孩特有的纯真坦率，是我所缺，也是我所向往。

## 阿那多吉老师和他的学生们

那天，阿那多吉老师早早就牵着两匹马下山，在山脚等我们，“你们是贵宾，千里而来，请上坐！”受宠若惊的我们坚持跟老师徒步上山，但终究拗不过老师的热情与执着，于是难为那两匹有点年纪、瘦弱的马儿，把来自对岸的两位城市乡巴佬，载乘上山。

在那迂回曲折、纯粹是人走出来的羊肠小道折腾一小时左右，人马俱疲，终于抵达；所谓学校，原是政府用以存粮的废弃仓库，面积二、三十坪大，上下两层；有着五、六十年历史的土木结构房子，一楼堆满尘封农具，唯一的教室设在二楼一个房间，约五、六坪。

这间年久失修、岌岌可危的老屋，却背负着山区方圆一、二十公里的百年树人大业。

学校属不完全小学，也就是指学校或因学生人数不足，或因师资不够，或由于其他条件短缺，未能提供一到六年级的完整小学教育，而就学生年龄和程度，机动性开班。

这所小学只有二年级和三年级约七、八名学生，共享教室一起上课；阿那多吉老师是学校唯一的老师，校长兼敲钟，行政、教务、打杂一手包。

老师是西藏人，上世纪六十年代，初中毕业，响应国家知识青年上山下乡号召，被分配到这介于云南、西藏之间的山区任教，一待五十年，无怨无悔，早就把这里当故乡了。

“今天是什么日子，为什么学校没学生？”

“因为你们来，所以今天不上课。”

“唉呀！阿那多吉老师，我们来就是为了看你上课的情形。”

于是老师急忙外出，吆喝半晌，找到四位同学，为他们上了一节课，也为我们上了一堂课。

这节课不长，就一个早上而已，但它让听课的体会到世上真的有那么一些默默无闻、了不起的小人物，安静、认真地坚守岗位，做好自己的分内事，不为什么，没有什么大道理，就是觉得应该做，做就对了。

离开这山区小学，一晃眼就是七年，一直没有机会再回去探望阿那多吉老师和他的学生们，只有当年他们为我们上课后留下的憨厚、纯真身影。





## 他不重，他是我兄弟

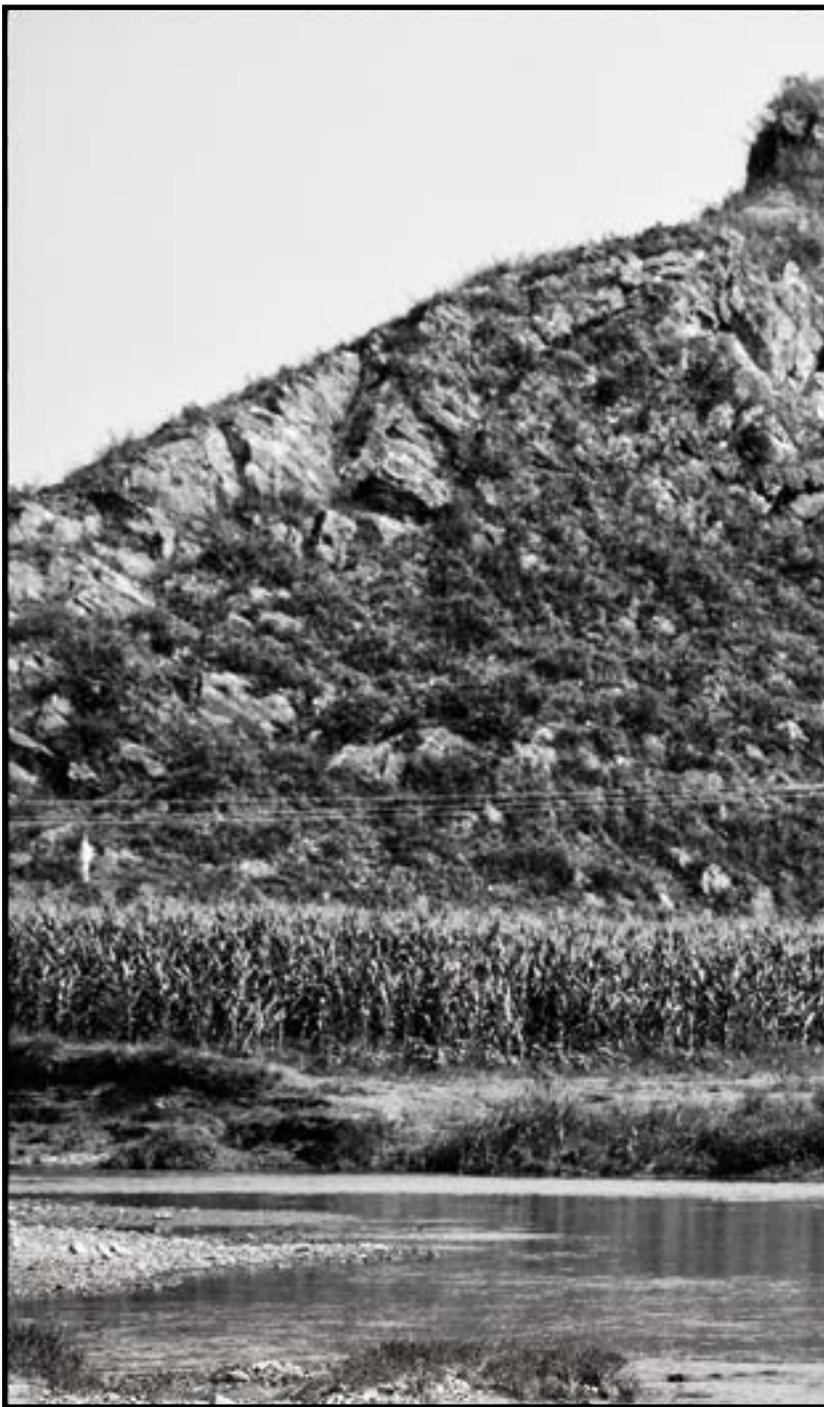
二〇一一年八月，梅花台风过后，大水淹没朝鲜黄海北道的农田，也把架在河溪上的小桥冲走，小朋友要过河，先是费了九牛二虎之力把大人骑的脚踏车弄到对岸，再回头把比他小的小朋友背上，涉水。

情景让我联想起一张摄自一九五一年，韩战中的图片——画面中记录着平民百姓，扶老携幼、带着细软，在一条架在恶水河上，被炮弹炸得七零八落、扭曲不成形的钢铁大桥上，蚂蚁似地攀爬而过，仓皇南渡避难。

当年几个大人的意识形态之争，把一个民族分成两个家，毗邻而居，鸡犬相闻，相敬如冰，老死不相往来。

溪水不深，但溪底凹凸不平；水流得不急，但仍具冲击力，他俩在水中起起伏伏，不离不弃，艰苦前进。不确定他们是否有血缘关系，或只是玩伴，但这都不重要，重要的是：他不重，他是我兄弟。蓦然，我想起这首歌。

韩战过去已一甲子，当年的大人们也已入土为安。我在想，会否有那么一天，南北兄弟相互扶持，像图中的小朋友，不管谁背负谁，共同渡过那条鸿沟？





2011. 08. 23 朝鲜黄海北道



2008. 05. 18 四川 什邡市红白镇

## 潇洒走一回

小朋友走了，走得很突然，连书包都来不及带走，也没有跟爸妈说再见……

二〇〇八年五月十二日，一场惊动全球的自然现象，出现在四川省汶川县，那天摇地动的一刹那，远在台北都能感受到。

六天后，人在四川什邡红白镇，那个与汶川只有一个大山之隔，直线距离约一百公里的山谷小镇。眼前山川变色，秀丽景色已成一地狼藉；小学不见了，校内没有笑声，小朋友也不在，只留下书包证明他们曾经来过……

天地不仁，上苍没有赋予天年。小朋友潇洒在人间走了短暂的一回，带着爸妈的希望与未来，按照苍天的旨意，到另一个世界去了。

在一胎化的国度里，有人不甘心，再次孕育新生命，想要创造另一个新希望。但在年龄和心理压力下诞生的生命，有些并不完美；希望，也就有所残缺。

原来，事情，发生了就会过去；东西，失去了就回不来；空留遗憾。



2008. 05. 18 四川 什邡市

## 生命见证

---

小孩从母亲的身体被拉出来才四天，软软的一团，还不知道发生什么事。他母亲在他出生前三天，也就是震惊全球的四川世纪大地震当天，被压在倒塌的房子中，救援人员抢救出来，送到这露天的临时医疗站。母子俩是幸运的，在世纪大地震中存活下来。

二〇〇八年五月十八日，我在什邡市一个野战医院般的紧急医疗站，遇到四十五岁产妇杨启菊和她的新生儿。什邡市是重灾区之一，震后第七天，入目尽是战后般的场景：民房、医院、学校、工厂、道路交通、公共建设、人命伤亡等所有损失，难以统计。

在此时此地，民众最无助的时刻，却看到人性的光明面——来自中国各地和全球各国的组织或个人，放下一切，抛开太平盛世时的恩怨，带着救援物资和一颗心，蜂拥到灾区来，为的就是尽人事；夜以继日，在那地基不稳的灾难现场，蚂蚁般无孔不入，用有限的工具或徒手，搜寻希望，或释放已枯萎的灵魂。

一场地震，震出无数个离合悲欢故事。

一场地震，压碎无数个家庭，但也压出了深埋人性骨子里的那分情，患难见真情。



2012. 04. 07 緬甸仰光 造台甘



## 未曾留下姓名

上周末参加足球比赛，赛后是国小组的赛事。大群小学三、四年级小朋友坐在场边，等候出场。我问身旁小男生读哪个学校，小朋友并没有理会我；原以为他听不懂我的广东腔，于是再请教他一遍，那位小朋友还是一脸冷漠，别过头去，不作回应。

我有点纳闷，身旁的球友对我说：“现今世风日下，人心不古，为求自保，学校都会跟小朋友说，不要理会陌生人，尤其是那些讲话怪怪，看来像怪叔叔的人。”果真如此，那我必须为我的容貌和乡音说声抱歉，也为当今小朋友的人际对应态度感到遗憾与无奈。

这件小事，让我联想到一个故事——那是一年前的事了，发生在四月的缅甸。到过中南半岛的人大概都有这样的印象，在公共场所，特别是乡间小路上，或大树下、庙宇旁，都会有人放个装有水的陶罐，或其他盛器，边上放一、两个杯子，供过路人免费取用，以解渴消暑。

四月，正是缅甸最热的时候。那天晴空万里，火伞高张，我在仰光近郊一个叫造台甘的小村落出任务。在图中那棵大树下，不经意有个小朋友出现身旁，年龄与踢球的那位相仿，他拿着一杯取自大树下的陶罐水，笑容可掬地走到我面前，示意我把水喝下。

气温摄氏三十多度的正午时分，那杯水，来得正是时候；但想到身体免疫力问题，

我犹豫了一下，先是客气的婉拒，但小朋友读不懂大人的委婉，还是满腔热情，一脸纯真地捧着那杯水，有所期待地看着我。不为什么，就因为我是远方来的客人，虽然他不知道我打哪儿来，所为何事？

此情此景，此时此刻，我还能拿什么理由去拒绝他的好意？我接过水杯，一口把水尽含嘴里，回敬他一个双唇紧闭的笑容，小朋友心满意足地接过杯子，走到大树下，把杯子放回陶罐盖上，向我挥挥手，又活蹦乱跳地走他的路。他没有问我是什么人，我也没有请教他住哪。

我俩没有留下彼此的名字，也许根本不需要知道谁是谁；与人为善，是人之常情。对，留下的是人情，那种原是古今中外，四海皆然的人情，在这所谓现代文明的社会里，正慢慢消失中。❶



•心地风光•

## 炜轩的十二个好人

撰文/陈金香 照片提供/慈济基金会

请问师姑师伯、叔叔阿姨，您们请要帮师公上人找好人吗？”六岁的黄炜轩与妈妈站在台前，拿着一迭慈济会员表格，开心地等待着。

一百多位来参加慈济活动的民众笑着鼓掌，一位阿嬷举手了，她赞叹炜轩充满慈悲和爱心，是个很棒的小菩萨，她愿意像炜轩一样，不断地找好人，让世界都充满好人。

尽管只有一个人举手，炜轩一点也不失望；他一直笑眯眯地，深信在场都已是好人，也相信这些好人一定会

再去找更多好人……

住在吉隆坡的炜轩，从小是个爱吃鱼的孩子；妈妈虽然吃素，却不强迫他也吃素。没想到去年浴佛节前，炜轩从慈济大爱幼儿园下课回家，拿着老师发的斋戒卡，告诉妈妈，从今以后不再吃肉了。

听到炜轩要吃素，家人很惊讶，外婆特地煮了炜轩最喜欢吃的鱼放在他面前，但炜轩没有因为爱吃的食物而动摇，反而说：“吃肉会把肚子变成动物园。”在他小小的心灵里，觉得

吃鱼吃肉，肚子就充满了动物。

妈妈以为这只是炜轩一时兴致，可是一年过去了，今年五月当他又拿着斋戒卡回来，问妈妈卡里面写的“生生世世”是什么？她解释，那是一辈子又一辈子……第二天，她打开斋戒卡，竟然看到炜轩在“斋戒生生世世”的选项旁打勾，她非常感动，看到孩子的心已经长出慈悲的嫩芽了。

炜轩坚定地爱护动物不杀生，让妈妈也体会到一句静思语：“做好事不能少我一人，做坏事不能多我一人。”有一天，妈妈带炜轩逛百货公司时，看上一个真皮包包；当妈妈要到柜台结账时，炜轩拉着妈妈问：

“这个包包是用什么做的？”妈妈说，是小牛皮。

“不可以买！不可以！”炜轩马上大声说：“老师说，用牛皮做皮包，牛会痛呀！也不可以穿鳄鱼皮做的鞋子，鳄鱼也会痛啊！”炜轩的话惊醒了妈妈，于是她把包包放下，对炜轩保证：“以后不用真皮包包，妈妈改用环保袋！”

细心的炜轩为了让妈妈开心，悄悄用塑料袋做了一个手提包，里面放了几粒糖果，包包外还黏着一粒巧克力糖。他拿给妈妈说：“这是我送您的名牌包包！”让妈妈很感动！

今年七月，炜轩从慈济大爱幼儿



面对一百多人，炜轩不怯场，勇敢分享斋戒与帮找好人的故事；现场一位奶奶响应举手，炜轩递上慈济会员表格，和奶奶一起找更多好人。

园下课回来，告诉妈妈，他要去找“十二个好人”。

“为什么？”妈妈好奇地问。

“师公说，如果世界上好人多，世界就会平安。”原来幼儿园的老师分享，人人发心愿意当帮助别人的好人，世界就会平安。

之前，炜轩一直舍不得将扑满捐出，想多存一点钱买玩具；但现在，他很欢喜地将钱捐出去成为慈济会员，还设定目标要募十二个好人。

妈妈希望帮炜轩圆梦，“我把孩子的心愿放上网络，呼吁朋友们成为我家孩子的十二个好人。结果，不到两天就有马来西亚怡保、太平、中国广州和澳洲的朋友回应，一下就募了十个好人！”

妈妈想让炜轩体会找好人的欢喜，同意他跟随外婆到公司里，向外婆的同事募爱心。个子小小的炜轩逢人就问：“要不要当好人？”有人点头、有的视而不见。

陪伴他的外公，回到家分享孙子受到挫折的情形；妈妈问炜轩，被拒绝会不会难过？炜轩乐观地回答：“不会难过，因为，还有很多好人在排队呢！”

孩子的坚定心又一次感动了妈妈，也感动妈妈的朋友。于是，大家纷纷要成为好人，十二个好人已经变成二十一个好人了。

找到了二十一个好人，妈妈以为到

此为止，没料到出国出差回家，炜轩说，又募到三个好人了！

妈妈细问炜轩为何还继续找好人？原来当初炜轩把目标定十二个，是他只会用手指算到十二，但这并不代表就此结束，而是募了十二个，要再募下一个十二、再十二……

炜轩的愿望让妈妈眼眶红了，她在孩子身上看到了从“一”生出“无量”的精神。

在这天的慈济活动中，炜轩跟大家说，当地球上的人类全是好人时，所有的生命就会平安，“要世界平安就要不断募好人！”

炜轩很爱地球，爱一切动物，“我也很爱很爱妈妈，妈咪，您要平安、快乐喔！”“我也爱你！”妈妈在众人面前拥抱孩子，感恩孩子给她的爱与祝福，更期许孩子要把对妈妈的爱散播出去，给更多需要的人！



炜轩每天早上会和妈妈说：“我好爱好爱您，妈咪，您要平安、快乐哦！”

# 求好心切错了吗？

整理：邱如莲

## 问：如何不伤感情又能圆满事情？

### 台北慈济委员纪静暘分享：

在团体中做事，难免会遇到与自己方法不同的人；为了事情能够顺利圆满，以前我会求好心切、要求别人配合，虽然达到目的，却隐约影响彼此之间的感情。有时候也会咄咄逼人，甚至觉得别人达不到我的标准。

但现在想一想，想要去转别人，结果搞得自己团团转，不如反求诸己；而且当你站在他的立场来看，其实他也没有歪斜到哪里去，只是方法跟你不一样而已。

早年静思精舍举办佛七法会，区分为两个会场——容纳两百人的中庭及容纳五十人的大殿；上人法座设在中庭，大家报名时都抢着要坐在中庭，负责登记座位分配的我，起了烦恼。

我求助上人，上人说：“如果要给师父‘看’，来坐在中庭，七天都给师父‘看’着；如果是要来看师父的，就去坐在大殿，跟师父一起精进。”

回到台北，我转述上人的话；比较资深的委员来登记时就说：“我们去大殿看师父就好了，新进的志工比较需要给师父‘看’。”座位很圆满地分配好了，每个人欢欢喜喜来参与佛七法会。

上人教诲，这就是“他心通”——话说出口，不会踢到人家的心，又可以有效果，让人欢喜配合。如果是我，可能会直接要求：“资深的委员都到大殿去坐。”这就让人心里不舒服，觉得难得见师一面，为什么不能跟师父坐在同一个空间？

又有一次义卖会后，上人问我：“有没有需要改进的？”我说：“没有排好轮替的时间，大家同时来；人多了挤在一起，阻碍交通。”上人听了没说话，但上台时对大家说：“这次义卖会没给大家排时间，让大家站到脚酸、起水泡；下一场我们订好轮替时间，大家按照时间来就好了！”大家听了，不但忘了办活动的疲劳，还对上人的关心很感动。

所谓“不要踢到人家的心，又可以有效果”的话，就是站在他人的角度来看事情。这并不容易，我也还在学习，话出口前要三思，体贴别人的心。



• 地方通讯 •

## 重阳敬老

撰文/摄影 北京、上海、江西南昌真善美志工

**农** 历九月九日为传统的重阳节，古人有登高的风俗看作是免灾避祸的活动。双九还喻含生命长久、健康长寿的意思。故有品酒、赏菊、食糕之风俗。

慈济志工尊老敬贤，除平常的机构关怀之外，逢节定是不忘。

### 南磨房敬老

深秋的北京，最珍贵便是晴天暖阳的好天气。十月二十六日早晨，南磨房敬老院不仅有明媚的阳光，还有北京慈济志工们最暖的笑容与问候，以及老人最爽朗的笑声。

担心活动室的低温容易让老人着凉，志工们细心地打开电暖器，关好

房门，一一确保老人穿得温暖，坐得舒适。

秋冬交替之际，北京气温下降较为迅速，老年人心脏负荷加重。加之北方气候干燥，呼吸道等疾病容易发作，志工精心准备了视频分享秋冬养生妙招，并陪伴老人练习健康有趣的手指操。

如何在寒冷的天气保持身体健康呢？背部要注意保暖、多晒晒太阳、注意室内空气流通、保持心情舒畅……养生视频中分享的简单妙法，老人听得认真，抢答得迅速！

“双手慢慢举高，再轻轻放下。”志工介文清师兄示范的抬臂动作，与呼吸相配合，既能增强肺部功能，又

促进血液循环。老人们做得很到位，身体立刻就暖了起来。

“我教大家搓搓两手的大鱼际，这样能降低感冒、咳嗽的发作。”有了上次带动眼睛保健操的经验，“健康班长”门锦云奶奶虽然嘴上说自己紧张，但心里早在期盼这个健康示范的环节。

“我的眼睛不行，但是每天都做运动，胳膊腿儿还行！”七十九岁的程平清奶奶不久前右眼进行手术，仅剩左眼的视力，走路格外小心，看东西也更费力，但不变的是挂在脸上温和的笑容。

“伸、数、弹、顶、夹，转、拉、揉、搓、拍”，程奶奶的手指操做得

精准到位，专注力和协调性都引得志工纷纷赞叹，奶奶还谦虚地说：“现在做得不好，要是以前能做得更好呢！”

彼此分享健康与快乐，慈济志工利用周六清晨的时光，与南磨坊老人温情相聚，转眼已经四载，在这一千多个日子，无论与谁，都是值得记忆的片段。

## 顺义敬老

重阳节这天，兴业老年康乐园内，慈济志工井然有序的布置“敬老关怀感恩回馈二周年”活动。

慈济志工一早即开始分工，进行餐厅活动现场布置、调整音控播音效



北京志工利用有趣的投球游戏，让行动不便的老人们活动筋骨。

天真可爱的孩子们，是每一位爷爷奶奶的开心果。



果、搬运物资等工作；一切就绪后，志工们进入寝室，邀请爷爷奶奶参加活动，在此同时，室外有十名志工帮敬老院清洁环境。

缘于郭玉同院长的肯定，出借一百多平米的仓库，当做慈济环保站，让志工免受风吹、日晒之苦；就这样二年过去了，志工不曾间断的在敬老院付出关怀，也不间断的在环保站，回收资源，延续物命。

在慈济志工带动手语《把爱传出去》之后，康乐园内的爷爷奶奶为表回馈，特地排练大合唱《东方红》、《团结就是力量》，这两首歌曲在院内工作人员的指挥下很完美的表现，

赢得在场志工雷鸣般的掌声。

朝彤双语幼儿园的八名小朋友在院长秦宗的带领下，为爷爷奶奶载歌载舞，一首《上学歌》又一首《泥娃娃》，孩子们在两曲歌舞后又为爷爷奶奶们奉献了一首手语歌《国家》，爷爷奶奶们全神贯注的观看着不时地喊着“好”，爷爷奶奶们拍着手，仿佛回到了童年。在孩子们表演完节目后，孟奶奶、迟奶奶、孙爷爷也接着唱，像同乐会一样，唱出心中的欢乐。

当互动游戏开始，由志工胸负着一个筐，让爷爷奶奶来扔球，练手力。只见没一会功夫，在志工的陪伴下，

爷爷奶奶的球就很快的扔完了。虽然短暂但藉由练习，可以训练老人家的反应及手的肌肉。

可以敬老又可以做环保，顺义慈济志工很有福气，也祝福第三年开始，可以带动老人家一起做资源回收，为环保爱地球尽一分心力。

### 长宁敬老

华阳敬老院提前迎来了第二十五个敬老节，在这样特别的日子，慈济志工们将“行孝”与“行善”的人文，带入敬老院。共同前来祝福的还有长宁区妇联、宋庆龄幼儿园、上海口琴会、维丽娅技术学院和普陀区祥和公

园合唱团。

林海珍院长袭一身喜庆玫红色连衣裙，庄严入场。一声“阿爸、阿妈”的亲切称呼，赢得台下热烈的掌声。林院长代表全体员工祝愿爷爷奶奶开心每一天，活到一百六十岁。简短的祝词拉开了活动的帷幕。

首先由慈济灰衣志工上台带动手语歌曲《幸福的脸》。伴着熟悉的旋律，爷爷奶奶沉浸在美妙意境中，享受这一刻的幸福滋味。

最开眼界的要数上海口琴会的四位演奏员，拿着世上特制最大的低音贝司口琴、和弦口琴，四重奏出《友谊天长地久》。今年，他们要完成



上海志工精心准备的节目，让华阳敬老院的老人们乐开怀。

七十八场专为老人服务的公益演出。

“老人的今天就是我们的明日。不仅能为老人带来快乐，也体现我们老有所乐。”这一群平均六十多岁的会员如是说。

最欢乐的是宋庆龄幼儿园，近五十位大班的小朋友。男生白衬衣，女孩红舞裙，出场个个精神抖擞，他们经常在上海大剧院的最大舞台演出。这一次给爷爷奶奶带来了活泼可爱的舞蹈《我秀我美丽》、歌曲《颜色变变变》银铃般美妙的声音久久回荡在每个人的心理。

“祝爷爷奶奶天天快乐！”、“祝爷爷奶奶甜甜蜜蜜！”，孩子们自然纯真的祝福，爷爷奶奶感动在心。学校藉由这样的教育，培养孩子“尊老敬老的孝顺之道”场面吉祥而温馨。

最感动的要数范蓉梅和兰佩露二位奶奶自编自演的双簧。表达了华阳敬老院老人们丰富多彩健康快乐的晚年生活，感谢领导的关心。

“快乐每一天，百岁不用愁。”自然诙谐的表演，赢得一阵阵热烈的掌声，也祝福自己的未来。

## 南昌敬老

晴空万里，蛟桥敬老院的老人家，戴上红帽子，在慈济志工的陪伴下，缓步前往江西省南昌市红角洲湿地公园等地悠游，一路美景，一路欢歌笑语，或走或坐，欢度重阳佳节。

各有二位志工陪伴十三位老人家，其中不乏多年未有户外游玩，看得出来心情是雀跃的，有的还哼唱起古老的曲子，开心的对车窗外张望着，看到红谷滩几十层的高楼，听着城市的变化，也说着过去的记忆。

也为重阳敬老，国体中心工作人员破例让老人家进去参观。蛟桥敬老院傅院长是“最佳导游”，一会装家长，甜蜜的管着他们，一会又要装小孩，撒娇哄老人开心，尤其是一口伶俐的南昌方言逗翻了老人家：“这是翻版鸟巢，跟北京那个雀子窝是双胞胎，你到了这，就跟到了北京是一样的。”

慈济志工有序、有礼且欢喜地陪伴，从生米大桥国体中心，到风景优美的红角洲渔舟湾湿地公园，再到摩天轮，一声声“爷爷奶奶”，就像亲孙子孙女一样，轻握老人的手，陪着慢慢走。口渴时，有志工们送水的身影，还仔细地呵护着慢慢喝；上楼时，有志工帮扶的足迹，还谨慎地维护着慢慢走。

短短三小时的相聚，在圆满的餐聚之后互道再见，但耳畔仍有歌声回荡：“九九那个艳阳天来，爷爷奶奶都坐在这边，东风吹的那个风车转呀，慈济的孩子都前来祝贺，九九重阳九九福寿，爷爷奶奶天天都笑开颜……”

■



趁着好天气，南昌志工陪伴蛟桥敬老院的老人们到红角洲湿地公园踏青。老人们多年不曾到院外游玩，心情特别愉快。

•地方通讯•

# 菲特台风过后

撰文/摄影 浙江、上海真善美志工





菲特风灾后，慈济志工前往宁波姜山镇安置点姜山中学，送去饮水与热食关怀受灾民众。



来自七地的慈济志工，于十月十日，分头前往浙江省勘灾之后，截至十月二十八日止，于宁波市鄞州区姜山镇发放六百份热食之外，并出动二百八十七人次的志工，前往余姚市陆埠镇二十二个村子，为六千一百五十户灾民送上生活包，并祝福他们“一切都会好起来”。

七日凌晨一时十五分左右“菲特”

于福建沿海登陆，受灾最严重的是浙江省余姚市，全市二十一个乡镇、街道全部殃及，其中，陆埠镇为重灾区。

而位于奉化江沿岸的宁波市鄞州区姜山镇，受到的伤害不亚于余姚。因为地势低，雨水猛，江水倒灌入境，姜山镇一度成为“水镇”，也曾断水、断电、手机没信号。



慈济志工涉水前往姜山敬老院，看望老人们的情况。得知老人们吃不上饭，立即送去热食与饮水。

直至十月九日晚，姜山镇的深水位依然及膝，在地慈济志工决议，于安全范围内，前往勘查灾情，并准备红薯、玉米、土豆、大白菜和面粉，及两艘橡皮艇以便运输热食和物资进去村子。

当慈济志工抵达姜山中学安置点，将一瓶瓶的水和一包包的面，双手奉上之后，也从管理人员处得知，“灾民们想吃热腾腾的食物”时，香积组随即将准备好的热食运来，那是水蒸气还在上升的面疙瘩。

在此同时，一位村民闻讯过来，告知村子里面有一家养老院，住着一百五十位老人，目前还没有人和物资进去关怀。

经调查得知，水位不深，遂淌着水，将最后两桶热食和几十箱的水搬运进去。

养老院的院长非常惊讶，也很激动：“已经几天了，因为水太深，外面的物资根本进不来，院内平均年龄

八十岁的老人，只能仰赖之前剩下的食物维持。昨天，老人们已经没有吃上饭，其中一位还因为滑倒骨折，只能躺在床上。”

听着不忍，慈济志工除了及时送上食物和关怀之外，也联系熟识的医生往诊。

另，浙江省余姚市陆埠镇受灾情况严重，全镇淹水面积超过九成，积水最深处超过两米。来自上海、苏州、杭州、宁波、海宁、绍兴、温州的慈济志工，十一日在余姚市台办主任顾赛波陪同之下，前往陆埠镇重灾区勘灾。

部分地区积水尚未退去，志工乘坐装满物资的皮划艇及木船进入村中勘查，再经过复勘，决议十月十五日先至江南村和沿江村的敬老院发放。志工连夜卸货，并整理一千份生活物资，内有十六项日常必需品，主要由慈溪大润发商贸有限公司捐赠。

发放现场，一群维安特警也来协助，发挥善的效益；而陆埠镇江南村商会会长及党员干部孙百孝，看到慈济志工挨家挨户了解现况，深受感动，不仅全程参与并全力协助，还提供自己的工厂作为第一个发放点。也有余姚志工孙亚云师姊和孙建中师兄的工厂，库存的物资在水灾中全部损毁，但两人放下工厂，全程陪伴慈济志工，还带上未满三周岁的女儿，一起参加发放活动。



(上图)十月二十七日,来自上海、浙江等七地近百位志工,在浙江余姚工业区打包五千多份的赈灾物资。(下图)隔天针对受灾的民众进行生活物资发放,志工不忘双手奉上物资并祝福。



十月二十一日，慈济志工再次前往余姚市远东工业城做灾后勘查，了解灾民的需求。古桥头村里住的都是外来务工人员，房屋都在一楼，水灾来时，家当几乎全部被毁。慈济志工也前往季卫桥社区勘查，乡亲回想起当时的情况还是心有余悸。

随后，与居委书记商讨二十八日，在远东工业城的发放事宜，盼能顺利解决燃眉之急；除生活物资，此次增加环保毛毯和围巾，合计四千七百零三户。隔天，十月二十九日，一组前往陆埠镇凤山街道季卫桥社区发放，

另外九个行政村的发放同时进行，合计四百四十七户受到照顾。

季卫桥社区党委书记邵锦琦致辞感谢市台办及街道搭桥接线，及时让慈济志工出现；连续六天六夜在抗洪第一线的她，感触最深，这期间，自己的小孩生病，无法亲自照顾，也无法帮忙整顿水灾过后的家。

在发放现场，周耀尔回想那几天，大水漫过胸襟，无水无电一片漆黑，寂静的让人害怕，真不知什么时候才能度过危情，幸有慈济人带来爱与关怀，为重整家园添加信心和勇气。 



志工前往位于山区的陆埠镇，对全镇二百八十二户五保居民进行发放，体贴的关怀陪伴温暖乡亲们的心。

# 黄浦区访视

撰文/摄影 上海真善美志工

午时的上海黄浦区，骄阳炽热；慈济志工把握国庆假期，走访老城厢城隍庙附近的感恩户，送上生活费及食品礼券，也唠唠家常；此地共有十家长期关怀户，他们多是因病或因老而贫。

由黄浦区民政局转来的个案，肾病患者刘婵，这几天感冒发烧，胃口不佳，专攻肾病的睿峻师姊了解刘婵的用药和饮食后，建议她要多睡、多出汗，不要贪凉吹风。妈妈笑呵呵的说：“我们说她不听，你们说她就听了。”

再往“家园”的家去，家园因换肾失败不能外出工作，只能在家照顾四岁的女儿，或为家人做点简单的家务。

四年多前，慈济志工走进家园的家庭，睿峻师姊介绍：一个星期要做两次血透的家园非常有福报，得到很多人的帮助，现在，又得到捐赠，一个星期可以多做一次。

最感人的是，家园自二〇一二年开始，每天从很少的买菜钱，省下几毛钱放进竹筒。慈济志工说，每次数家园的竹筒，总是满满的感恩，为竹筒内大多是一毛、五毛的小票。

三十一岁的文岚，大专毕业，还没踏上社会时，就查出得了红斑狼疮；目前，住在姑妈家，姑妈对文岚比自己的孩子还要关心。严睿峻师姊介绍说：红斑狼疮目前靠激素治疗可以长期生存，也可以适量工作，但不可以见到阳光。

也是，就算在家，都要涂上防晒霜。文岚的姑妈说，到了冬天，文岚的脸就会一块一块的发紫，医生都叫她“小花猫”。

因为健康的因素，文岚只能帮忙做些家务，也着手十字绣。慈济志工建议文岚参加慈济的夜间环保，文岚点头答应，姑妈也赞同文岚走出家的小空间，到外面去多与人接触。慈济做环保的公园离家不远，只有两站路。慈济志工也建议文岚，空闲的时候，绣些小幅的作品，可参加义卖，善用自己的双手助人。

友姊是慈济志工在黄浦区关怀的第一批感恩户，因为糖尿病使得眼睛视力下降，生活不能自理，平时的生活起居，都由住在附近的八十多岁老母亲照料。

敲了门，友姊亲自开门，她说：妈妈刚走，现在要照看她，连平时的小

麻将都不打了。过去，友娣的生活靠邻居照顾，母女关系非常不好，见面就要吵，话说不了两句，照友娣自己的说法：“就像冤家一样。”

自从慈济志工出现后，不断做友娣和母亲的工作，让母女的关系有了现在的改善。”我每天有说，祝妈妈身体健康，妈妈身体好了，是我的福气。”友娣说。

按照经验，探视长期的照顾户，多往家去，但这对母女是在医院。因为家族遗传，母女两人为癌细胞不断转移，全身都开了十几刀；致需要长期住在医院。但，尽管如此，女儿住院期间，还不时出去打工，以改善生活条件。

来到病房，瘦弱的妈妈面带微笑迎接志工，妈妈说，女儿为了能得到国庆三天的翻倍加班工资，一至三号都是上班的。虽处困窘的经济状况，但看得出妈妈还是很乐观的面对生活，她同时拿出“日存善心”竹筒交给慈济志工，还说女儿一再关照，不要忘记这事儿。

再次坐上出租车，到另一个街区，这是最后一家，将探访96岁的张老奶奶，祖籍江苏宿迁的她，过去一直给人家帮佣，所以没有户口和养老金，目前由侄女照顾。侄女目前也没有工作，靠捡饮料瓶和废纸

维持开销。

老奶奶已经不认人了，连她的侄女都不认得，尽管这样，慈济志工还是不断的跟她说话。

无法用语言的交流，但老奶奶喜欢抚摸志工的手，像疼惜孙儿女般，用那双满是风霜的手，轻轻地来回抚摸；也像是抚摸那曾经流失的岁月，或是回忆那曾经的青春。

时间过得很快，要和奶奶告别了，奶奶拉着志工的手不愿松开，并且要求握每个人的手；为安老人家的的心，济宗师兄蹲下跟她告别，就像母子一样，当下，奶奶居然露出笑脸，合十回应，让志工们好生惊喜，直到走出狭小的空间，正是夕阳无限好的时光，也鼓舞着慈济志工继续往前迈进。

■



走进狭窄的过道，上海志工探望长期关怀的感恩户。

# 蓬莱公园的夜间环保

撰文/摄影 上海真善美志工

十个人力，使用四十分钟，收入二十六点二元，换算人均一小时的“工资”，四舍五入为二点二元，这是世俗的算法，但换算回收物资，可节省环境成本，则无法计数。

就因为“不会算”，这天的上海很冷，气温骤降五六度，但黄浦区保屯路五十弄对面的蓬莱公园三号门的夜间环保，还是吸引了志工参与，包括三对母子档，环保活动成了最好的亲子活动。

志工们很有默契，马上就投入分类工作，由富有经验的志工带动新志工，大家热情满满。也因为志工已有垃圾分类的概念，在家里面就进行了粗分类，而且清洗的很干净，没有异味传出。

慈济志工把腰弯得很低，完全不在意路人异样的眼光，专心一志守在当下，因为每一个动作，都是回报大地之恩，也是救地球的心情。

陈旭昱第一次参加夜间环保活动，开车载来好多的回收物，而且非常投入，环保的热情不落人后。骑自行车来的徐云蔚师姊，前几天把回收物带到上海长风联络处，她说，下次夜间环保会带到这里。陈天平师姊说自己好多年没有做环保了，最近一次是在二〇〇七年，因为自己有点小洁癖，但此次活动还是克服心理障碍，投入塑料分类。

从第一次活动到现在，来洪生师兄没缺席过，每次都带来很多回收物，但，一开始只是旁观，现在也会弯下腰做分类了。吴云师姊带着女儿陈砚诒第一次参与环保活动，非常开心，希望以后继续参与活动。

随着经验的累积，也获得响应，十月三日这天晚上七点二十分到八点，环保回收所得，较前三次的金额都高。这也是不太会算的回收商唐师傅的护持，才愿意专程跑一趟。

凝聚爱的点滴，用行动保护环境，黄浦区的慈济志工做到了。

■



•地方通讯•

# 环保志工的读书会

撰文/摄影 江苏昆山真善美志工



昆山志工宋洋明分享“与地球共生息”

昆山环境教育基地的环保志工，首次开办读书会“与地球共生息”，由宋洋明师兄主讲，与会者也分享感人的生命故事，并发愿从自己做起：“力行减碳做环保，常保地球久久久。”

二〇一二年四月开始，吴国兰承担环保站站站长后，承担环保站的搬迁、美化环境、摆设等工作，最重要的是，用心陪伴环保志工，将环保站变成有爱、有家的感觉，也因此，环保志工人数量愈来愈多；今年八月，前往台湾参加环保研习营之后，决心开办

读书会，照顾环保志工的心灵。

第一号环保站常住志工，何修兰（何妈妈）与朱群波（阿波）母子，也来参加读书会，何妈妈分享，做了三年多的环保，第一次在环保站中读书，感触很深。

从读书会中听到因为碳排放造成地球的污染，造成四大不调，何妈妈说，每个人都有责任保护地球，如果我们保护好地球，地球就不会暴怒，造成天灾与水灾。例如十月八日的水灾，带来很多灾难，好好的道路都成了汪洋大海，许多家庭受到影响。所

以每个人都应节能减排，为大地尽一份心。

为大地尽一份心，不是口号，十月八日上午大风大雨时，何妈妈与阿波师兄还是不畏风雨，坚持到环保站付出：“当初我们有发愿，只要小孩去上学，不论下大雪、还是下大雨，我和阿波都会来的。”

在环保站多功能教室的角落，郭小飞承担读书会的音控；远远地，只见他偶尔提起双手用力按下计算机键盘，配合着讲师更换不同的画面。

小时候因为意外，导致全身多处严重灼伤，郭小飞的双手只剩三只手指头是完整的，所以键盘上的很多按键，必须双手并用。

参加读书会，郭小飞好开心，可以担任音控，又可以听讲；原来，除了环保志工，他也想参加其他的功能组，因此，报名电脑方面的进修课程，也是为以后的工作预做准备，至今已上八堂课，学习过程中难免遇到困难，但能一一克服，例如左手比较不方便，就用右手帮忙；若右手出现无法完成的动作，即让左手“支持”。

第一次的环保站读书会，共有二十多人参加；未来，除继续弯腰努力做环保之外，通过读书会，发起人吴国兰亟盼，环保志工也都能挺腰说环保，影响并带动更多人投入守护地球的行列。

■



通过读书会，志工希望大家能“挺腰说环保”，带动更多人加入守护地球的行列。

• 地方通讯 •

# 大安市助学

撰文/摄影 吉林真善美志工



来自台湾、北京、黑龙江，辽宁、吉林的六十位志工，前往吉林省大安市一中，为七十二名品学兼优的学子奉上助学金，这是慈济在吉林省的第一次助学活动。除赠送助学金之外，也赠送大安市第一中学《大英科全书》一套。

大安市教育局局长吴树山致辞时表示，感恩慈济慈善事业基金会为同学们付出的大爱，帮助同学圆梦。大安市一中书记谷春岩鼓励学生，一定要用好成绩回报好心人。

同学们全体起立向所有师长鞠躬，感恩父母给予生命，感恩老师传授知识，感恩好心人不求回报的付出，也齐声朗诵《感恩之歌》，表达他们内

心的感恩之情和回报社会的心愿。

志工们带着他们的孩子，表演手语《许孩子一个希望的未来》，祝福大哥哥大姊姊们早日成为栋梁。志工们付出无所求，并以感恩之心向同学们鞠躬，亲手递上新芽助学金，只为传递爱的种子，将来帮助更多的人。

“日子会越来越好，我们会陪着你走！”

这是东北地区第一次的助学金发放，在当地志工用心耕耘之下，于十月廿日圆满完成；而且，为让孩子安心读书，慈济志工将于十一月十六日至十七日，对贫困户的助学生，予以冬令物资发放，预估将帮助四十六个家庭，一百三十一口人。

■

•地方通讯•

## 静思茶轩的 正能量

撰文/摄影 福建厦门真善美志工

静思茶轩里，简单淳朴的木架上，摆设着小叶红茶、黄金乌龙茶、手摘乌龙茶、乌龙茶等，恬淡地与《静思茶道》、《花言木语》、《妙心无量》等书对话。

这是厦门国际茶产业博览会的场景，二〇一三年进入第四届，静思茶轩连续三年参展。展位由李曙韵老师设

计，在众多茶展中别具一格。展区布置主要由蓝、灰、竹三种元素构成，蓝色代表慈济精神，灰色代表静思精舍常住师父的精神，竹子虚心代表德行。

格调是回归环保，静思茶轩的木匾用回收的旧木头制作，柜台也是废弃的旧家具，四周布以竹子，给人一种





简约质朴的感觉，也代表慈济克勤克俭的精神。

慈济展位在茶展入口，以竹子为主轴，用一个迂回的方式，隔开外面的喧闹，亦如经过一片竹林，进到茶轩，喝一杯茶，把心静下来。

来自贵州省收藏文化研究所的况文猛先生，很喜欢静思茶轩这种“静”

的感觉；而生态茶园展图下方席具的增加，依旧给人清心的感觉，整个画面很唯美。

“之前有一点了解慈济，就怀着好奇心走了进来，第一天来静思茶轩时很震撼，今天再来，就有一种不想走的感觉。”民众张松先生说道。

经营室内设计的张松说：“很喜欢



静思茶轩展区独树一帜，以环保、简约、质朴、人文的特色，吸引许多来宾流连忘返。

这里，它的设计透露着简单、朴实、高雅的氛围，茶道师安静的姿态让我们有一种亲近的感觉，与他们交谈也有助于我们个人的修身养性，现实生活我们的心会很浮，来到这里能让心静下来。”

张松不仅了解到静思茶没有添加剂，是天然生长的，还发现到静思茶不只是茶，它里面藏着大学问，把人的本性与善融汇在茶中。

平时在茶馆工作的郭静华，来到静思茶轩喝茶，慢慢品味，发现茶水的颜色看上去很漂亮，是很透明的金黄色。她说：“这茶入口，觉得水很纯，再次品尝即有乌龙香的味道，不同其他，大部分的乌龙茶，口感比较

霸道，静思茶感觉很柔。”

在静思茶轩的推广过程中，陈慧宁认识到静思茶在种植过程中不喷药、不施肥、不捕虫，是对大地生态的呵护，而静思茶靠上天赐予的雨水生长，产量只是同面积的五分之一，但是慈济人还是把这么稀有的茶，送到茶博会与大家分享。

的确，在静思茶轩里，志工们与每一位来宾交谈的不是静思茶的数量和价格，而是让来访的民众，在品尝静思茶的同时，也把慈济的人文理念，连同清香的茶水汲取入心。

一位青年人在品茗时，被年龄相仿的志工陈薇巧亲切的态度所打动，竟把心中的烦恼，尽情倾吐。虽是年龄

相仿，但陈薇巧说：“凡事要看开、放下，才不会有烦恼；还有要学会换位思考，站在别人的角度去看问题，就不会与人产生矛盾或不快，自己自然就没有了烦恼。”

几遍茶喝了下来，青年人脸上的愁云一扫而光，心情放松了很多，他由衷地感谢：“和妳聊天很开心。”

在静思茶展上，几位清新飘逸的茶师特别引人注目，他们是专程从北京“晚香茶书院”赶来为静思茶展助缘的茶师。

廉爱花茶师感慨地说：“这两天仔细观察了茶展的各个展室，发现走进静思茶展的人特别多。茶是最干净、最没有邪气的，尤其是静思茶，它完

全来自大自然，是纯绿色食品。作为一名茶师，我的职业，使我对茶有一种特殊的爱，我觉得把好茶泡给大家喝，是我的一种责任。”

几天下来，通过与慈济人的相处，廉爱花茶师对慈济的理念与志业非常认可。她肯定地表示，当今的社会，很需要慈济这样的团体。

茶展结束，情谊还在，就如来自北京的荆韬茶师，十月九日来当志工之前，对慈济一无了解，几天后，如此分享：“茶轩的志工来自五湖四海，却如同一家人。当志工与民众分享那种正能量时，也传递到我的身上，让我非常感动与欢喜。回去后，会把慈济的正能量传递出去的。”

■



志工向来宾介绍慈济的有机茶。现场茶香、书香、人文飘香。

# 寰宇慈济

## 【菲律宾】

### 三宝颜内战平息 志工把爱找回来

持续三周的菲律宾三宝颜反政府军冲突，九月底甫告平息，十月四日起，连续六天的强风豪雨重创三宝颜市，对数以万计因反抗军攻击事件而流离失所的民众来说，雪上加霜。

三宝颜长年有反抗军与政府军战火对峙，今年九月九日反抗军攻进市中心，双方激烈驳火，迫使十二万居民

逃离家园暂居收容中心，约一万栋房屋烧毁。

冲突发生以来，三宝颜慈济志工持续提供一万一千余份生活包、米面粮食与紧急医疗用品，透过军方送至收容中心关怀撤离居民，并提供冲泡营养粉为孩子补充营养。志工也前往七个收容中心，分发七千个塑料餐盘和两千个碗，以减少免洗餐具使用量。

“银行关了，商店也关了，街上有枪战。但很多商店老板是慈济会员，他们开店就为了提供救济物资。”慈



济菲律宾三宝颜联络处负责人杨伟顺说，即使在战乱中，志工和社区居民持续付出，他很珍惜这份善心善行。

十月上旬，菲律宾中南部水患，阻碍三宝颜居民返家之路；截至十月中旬，仍有超过十一万人住在缺少厕所与药品的收容中心。慈济提供儿科药物给市府卫生所；慈济人医会医护志工在德土安小学（Tetuan Elementary School）等收容中心举办义诊，在两千多人的拥挤环境下，求诊民众以感冒、咳嗽、发烧、肠胃病为多。

位于市区的三宝颜慈济眼科中心和慈济复健暨义肢制造中心，在军方保护下，仅有建筑物稍受损坏，经修复后于十月九日重新开放服务病患。志工将持续补给生活包与粮食，关怀收容中心民众；另外，提供材料制作一百个黑板，放置在收容中心的临时教室，帮助孩子们教育不中断。台湾慈济志工也将组装一百六十间临时教室，船运送往三宝颜。

杨伟顺发愿要再启发更多的爱，“长年来志工们努力耕耘，但是这次的冲突又激起不同种族间的猜忌；此刻我们要做得更多、更好，一步一步再把爱找回来！”

（撰文 / 黄解放、杨伟顺 相片提供 / 杨伟顺）

## 【泰国】

年年雨季年年酿灾  
微笑国度互助过关

泰国每年雨季的水患，经年累月地困扰着这个微笑的佛教王国，今年也不例外，九月连续近一个月豪雨，造成四十七府水患，超过三百万居民受灾。

离首都曼谷一百六十公里的巴真府（Prachin Buri）依山傍水，雨季豪雨使得挽巴功河（Bang Pakong）溃堤，再加上九月中下旬台风环流影响，山区强降雨，水势流经巴真府，造成比往年更严重的灾情。

各界伸援，但援手一时无法遍达偏远乡镇；士玛哈坡县（Si Maha Phot）的曼塔乡（BanTham），约五百户居民受灾，九月二十七日起，志工采买食材、由军车协助运送到曼塔乡，每日供应两餐热食。

此地建筑多为高脚屋，以应付常态性淹水，但有不少建房较低的民众家中严重进水，因交通受阻，物资取得困难。在巴吞布查庙（Wat Prathum Boochoa）的慈济热食站，居民洒达蓬（Satapong Suopa）婆婆一早就出现，“前天知道有好心人来为乡亲煮热食，但人手不够，昨天起就自愿来帮忙了。”

# 寰宇慈济

现场有近二十位家庭主妇手不停歇，“来自不同地区的慈济人付出无所求，我们更要尽一分力量。”受灾居民詹玲（Jangling Tawuloong）女士吃着自己参与料理的素食饭菜，分外美味，“有心人关心受灾的人，让我觉得很温馨，也愿意一起付出。”

志工深入各村定点送餐；在巴吞布查庙里，受灾民众排着长长的队伍。“已吃三天慈济饭了。”住在第二村的妮拉（Nila BoonNa）说，她家的水淹到胸口，这天一家七口是划船出来的，“家中已经断粮了，很感恩慈济人来帮忙！”

十月中旬，因巴真府北边豪雨，加上附近水库泄洪，一度消退的大水再

度漫淹。慈济志工将热食供应扩大到邻近第一村的三潘庙收容中心，也带动更多居民投入志工行列帮助乡亲。三年前同样在大水中受慈济帮助的华富里府民众主动募款，购买食材捐给慈济制作热食，洒微（Sawai）女士说：“我知道受灾的辛苦，当时也在志工带动下相互帮忙；这次更召集爱心，将这分关怀送给巴真府的乡亲！”

截至十月中旬，仍有二十二府大水未退。慈济志工持续在士玛哈坡县供应热食让乡亲温饱，至十月二十一日共有一万七千一百五十五人次受惠。

（撰文 / 晋荣钢、彭秋玉、桑瑞莲  
摄影 / 黄娟）

■



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

9/3~4 《农七月 二十八至二十九》 .....

## 点亮“心灯”



【静思小语】以爱点亮心灯，灯灯相续，昏暗道路也能大放光明。

### 点心灯，启光明

联合国难民署公布，叙利亚自爆发内战以来，已有超过两百万难民逃离家园，人数约为一年前的十倍；叙国境内还有逾四百二十五万民众因逃避战火而流离失所，境内和境外难民总数高达战前全国人口的三分之一。

早会时间，上人感叹，善良、无辜的老百姓长期忍受流离失所、缺乏生活物资之苦，不知何时得以平复？亦欣慰苦难人间，也有真诚互助的温馨画面。

南非与莫桑比克志工，八月中旬于莫桑比克进行冬令发放，即使彻夜运送米粮、整理物资，人人一边唱歌、一边搬运，且用心学习慈济人弯腰付出的谦卑态度；受助者在聆听“竹筒岁月”的慈济缘起后，爱心受启发，不仅虔诚感恩也报名投入志工行列。

上人欣言：“只要以爱的能量点亮自我心灯，就能再点燃别人的心灯；灯灯相续，昏暗道路亦能大放光明。”

### 耕心田，乐丰收

相传农历七月二十九日是地藏王菩萨生日，四日早会，上人勉众学习地藏王菩萨“地狱未空，誓不成佛”的精神，走入最苦难的地方度化众生。

上人例举莫桑比克蔡岱霖师姊，婚后跟随夫婿傅迪诺（Dino Foi）从台湾移居莫桑比克生活；她看见当地居民生活苦况，想要付出一己之力，因而与南非慈济人取得联系，成为慈济在莫桑比克的第一粒种子。

为了让正信佛法、慈济精神，在莫桑比克落地生根，她不仅走入穷困社区付出，且运用智慧“无处不在，无人不度”、“无处不跑，无人不讲”，带动无奈无助的居民提起爱心、发心助人，如今已在当地带动出一批本土志工。

今年七月，受南非潘明水师兄鼓励，莫桑比克本土志工开始学习德本团队承担与传法的精神，首度来到马腾得尼地区（Matendene）关怀居

民。蔡岱霖师姊背着手提电脑，陪伴志工们进入社区和居民互动、介绍慈济，一台电脑、一张椅子就是她的传法道场。

岱霖师姊以佛心为己心，发挥大慈悲心救助苦难，且将传承自南非的慈济精神法脉就地落实延展，上人期许这一股爱的效应，能串联起非洲大爱能量，将沙漠变成绿洲，扭转当地居民的贫穷困境。

“‘贪’与‘贫’非常接近，贪欲愈重、愈不满足，再富有也是贫乏不足；反之，‘富’字下方是一亩田，只要勤劳耕耘，有爱的人生就是富裕人生。”

上人期许人间菩萨善耘“福田”——投入爱心能量，耕耘人人心地福田，让每一亩心田都有丰富收获，则天下大家庭就能平安而富足。

9/5 《农八月 初一》 .....

## 坚持清流

【静思小语】人心回归清净光明，浊恶世间就能看见希望。



### 转识成智，亮丽人生

十年前，一群就读南非“慈济第一小学”的小朋友，受邀来台参加教育志业体十五周年庆，并以闽南语感恩慈济人长年帮助和关怀；十年后，当年来台的两位祖鲁族女孩“林琪萝”、“何嫣达”，从南非远赴慈济大学语言教学中心学习中文。

早会时间，上人感恩南非慈济人落实慈善工作亦致力助学，陪伴孩子们成长，引导“转识成智”——不只学习知识与技术，更提升智慧，成就未来的社会人才。

“只是专研学问知识，缺乏道德涵养，很容易‘聪明反被聪明误’；以智慧认清人生方向，懂得自爱爱人，人生自然亮丽。”

### 自爱爱人，医疗曙光

台北慈济医院心脏内科团队，八年来抢救回几百位糖尿病患原本必须截肢的脚。与医疗志业主管谈话，上人感恩医疗工作者发挥救人良能，“医好一位病患，就是挽救一个家庭，这是慈济建院的初衷，迄今不变。”

医疗志策会中，上人感叹，人心观

念污浊，污染了整个时代，身处如此恶浊的人间，唯有坚持清流，才能让黑暗浊恶的世间透出一线光明。

上人引述“大学之道在明明德，在亲民，在止于至善”说明，佛法谓众生皆有清净佛性，这分清净的如来自性，就是“明德”，学习、了解道理，就是“明明德”。

“人心‘明明德’，回归清净明亮如琉璃的善良本性，再以付出无所求的大爱救助苦难，就能让漫漫长夜透露曙光，让人看见希望。”

“虽然现代人心的责任感下降，却仍要相信人性本善，营造出‘诚、正、信、实’的医疗人文环境，带动同仁自爱、守本分，让医疗系统回归清净无染的本质，使大众对医疗工作者提起尊重心。”

上人教导，自爱就是报恩——尽本分、为人群付出，让父母安心，就是报父母恩；树立人品典范，不负师长期望，就是报师长恩；以所学回馈社会人群的栽培，就是报众生恩。

“有能力付出的人生最富有。期待每一位同仁皆是守护生命、守护健康、守护爱的人间菩萨，让医疗展露清净曙光，让每一所慈济医院都成为医界典范。”



来自厦门罹患严重僵直性脊椎炎的杨晓东，在花莲慈院历经三次脊椎矫正手术后，大幅改善原本扭曲一百八十度的身形。返乡前夕，上人鼓励晓东勤作康复，将来也能帮助他人。（9月8日）

9/10 《农八月 初六》

## 步步踏实，秒秒累积

【静思小语】心起善念，身体力行，一秒钟即是一辈子。



## 舍身躯，培良医

九月五日至八日，慈济大学医学系举行“大体模拟手术”课程，共有四个国家地区的二十五位医学生全程参与，最后一天由慈济医院资深医师带领三十三位新进住院医师进行教学，让新进医师有机会练习，也传承视病如亲的精神。昨日早上，所有参与课程的学员，共同为八位大体老师送灵。

早会时间，上人不舍谈及，此次的“无语良师”中有一位是“良语良师”——基隆简煌彬师兄，他是花莲慈院第一批标准化病人，为医疗教学付出，并常到台北慈院当急诊志工，被同仁昵称为“简爸”，九年来累积一千小时志工时数。虽然师兄因病往生时只有五十六岁，但是他善用生命的使用权，分分秒秒都很充实。

另一位朱金侠老先生，原本住在台北，因友人介绍阅读《证严法师的慈济世界》，深受感动而加入会员；二〇〇四年五月为了捐大体而迁居花莲，一生节俭、生活简朴，却喜舍捐出积蓄助人，于八十五岁高龄往生。

朱老先生迁居花莲以来，慈济人经常前往探望、互动。上人赞叹：“老先生心净如莲花，闻法信受、身体力行；他所求不多，只想付出，这就是

人间菩萨。”

“每一位大体老师都曾在人生中对家庭、社会有所贡献，尤其是慈济人，每一位都是用心付出的人间菩萨，身体健康时，一心一志投入慈济、为人群付出；当人生的时钟停摆了，还将身体托付给慈大，让医学生在他们身上学习。”

上人忆及桃园李鹤振师兄，在人生最后返回花莲慈院入住心莲病房，并与慈大医学系同学谈述捐赠遗体的心愿，希望同学们于解剖课程中，可以在他身上划错千刀万刀；日后真正站在手术台上，千万不能在病患身上划错一刀。

“每一次看到慈大进行模拟手术教学或是大体解剖教学，我的心总是充满感恩、感动与不舍；这一群菩萨曾经和师父结下深缘，此生缘尽、舍此投彼，人人皆是轻安自在，带着像莲花般的清净心，乘愿再来人间。”

上人期许医师与医学生们都能珍惜“无语良师”的大舍付出，精进学习，人人皆成为具有妙手、妙法，而且是守护生命、守护健康、守护爱的妙人医。



9/16 《农八月 十二》.....

## 心常法乐

【静思小语】人心回归清净光明，浊恶世间就能看见希望。



### 法入心，光明喜乐

子曰：“学而时习之，不亦说乎？有朋自远方来，不亦乐乎？人不知而不愠，不亦君子乎？”晨语时间，上人以此期勉：“学而时习得法乐，法在行中得自在，佛化众生如日照，自然法则生活中。”

上人勉众，要将日常生活中接触之人、事、物，与佛法相印证；“待人接物若能运用法理，即能轻安自在、不起烦恼；若能从佛法了解无为的自然法则，言行不踰矩，心境即能常在法乐中。”

佛法无处不在，端视众生能否感触、接受。上人譬喻，就像太阳高挂空中、照耀大地，若是房屋门窗紧闭、刻意遮盖，当然室内黑暗无光；只要打开心门，让佛法如日光般洒入心中，心境明亮、智能增长。

“佛法教育如阳光普照、大地皆明，期待人人将法理融入自我生命。佛在心中，法在行中，时时法喜快乐，此即真修行。”

### 无私爱，除病疗心

与新加坡慈济人医谈话，谈及医师们投入“法譬如水”经藏演绎，上人表示，经藏演绎呈现的虽然是佛教经文，但要传达入人心的，其实是任何宗教都能通用的道理——无私无我的爱。“人间种种灾祸、病痛等苦难成因，如何灭苦的种种道理，都包含在其中。”

医疗工作要如何打开大爱之门？上人期勉大医王，藉由经藏演绎的因缘入法、入心，平时在工作岗位上，除了以医术治疗病患的身体之苦，也要用法疗治其心。



9/17~19 《农八月 十三至十五》.....

## 行在真理中

【静思小语】坚持己见，无法与人合；去我执，才能圆满诸事。

## 行中道，回归自性

在迦毘罗卫国皇宫的大花园里，有一群王族孩童优游嬉戏，忽有一群大雁飞过，童子提婆达多弯弓而射，一只雁中箭受伤，掉落在悉达多太子面前；太子起了一念悲心，为雁治伤，救其性命。

提婆达多追随雁鸟掉落的路径来到太子面前，向他讨取伤雁，认为这只雁是其猎物，太子应该归还；太子则说，雁鸟被自己救活了，就不算是打猎的战利品，不愿归还。两人争执不下，决定请国内有名望的学者仲裁。

一位德高望重的长者作出判决：“谁养育者，即是摄受；射着之者，即是放舍。”指出这只伤雁被太子救活，算是被太子养育，应归太子所有，不属于提婆达多。此事让提婆达多怨怼太子，从此有了心结。

晨语时间，上人讲述佛陀与提婆达多幼年时期的故事，表示两人自幼即因想法不同而起争执；虽然提婆达多长久以来处处与佛陀作对，但是佛陀在《法华经》中仍表示提婆达多未来亦将成佛，并藉此事教众认知，人人本具佛性、人人都有觉悟成佛的潜能。

上人言，团体中各人想法、做法不同，若要达到“合和互协”，须先去

除我执，与人相合，才能圆满诸事；若总是坚持己见，要求人人依照己意就行事，看见别人做事不谷己意就起瞋心，不仅自己满心烦恼，也造成别人困扰，实为损己不利人。

童年提婆达多以占有的心态射雁，是执着己之所欲而不顾其他；太子救护伤鸟，认为天地万物有其生存权利，不应随意生杀予夺，是合于自然真理的“中道”。

“学佛不能偏执，须取于中道。”上人勉众“做中学，学中觉”，学习人生真理、走在行得通的道路上，朝正确方向精进，直至回归自性本觉。

## 人医爱，守护健康

国际慈济人医会十五周年年会，十七日在花莲静思堂展开，今年有二十一个国家地区、五百多人共聚一堂，分享在各地进行义诊的经验，带领大家如同身历其境般，看见形形色色的人间苦难，也见证人医会与慈济志工救拔苦难的人间大爱。

十八日早会，上人感恩天下人医仁术，以医疗结合慈善，救助贫病苦难不遗余力。例如约旦有难民因躲避战祸、颠沛流离而来，慈济人不舍难民们衣食尽缺、伤重无医，以慈善结合医疗，在克难的环境下救苦救病。

四年来，约旦慈济志工和“哈山基金会”合作，前往玫瑰城为贝都因人义诊。今年由哈山基金会提供内科、眼科、妇产科诊疗，牙科由慈济负责；三位牙医师在四个小时内为二十三人拔牙、补牙，志工兼任医师助理、清洗器材、香积等工作，虽然人数不多，人人以真诚之爱尽心尽力付出。

“健康的生命，比名利、财产更重要。只要有健康的身体，即使贫穷苦难也可以为大地、人群付出；反之，深受病痛折磨而无法医治，拥有再多财富也无济于事。”上人言，人间不能缺少医疗，感恩大医王用爱付出，实是病患生命中的贵人。

昨日早会，上人谈述台湾东区人医会与慈济医院结合到台湾兰屿义诊，花莲慈院同仁先乘车到台东，再搭船到兰屿，六小时舟车劳顿，即使晕船不适也不休息，抵达义诊现场立即为居民诊疗。

中区人医会三年多来每月为街友义诊，日前发现一位街友因车祸受伤，腿部伤口溃烂红肿，曾景新医师跪在地上，细心为之消毒、擦药，轻声细语给予肤慰，品格令人尊敬。

高屏人医会亦是经年守护无医村、偏乡、离岛，不畏艰辛，就担心大雨路断，村民的健康无人闻问；每次义

诊一定挨家挨户拜访，药师也骑着摩托车深入村落，关怀用药安全……

“感恩大医王不只用心于医疗，还提升使命，秉持无私大爱贡献良能。”上人欣见各国医疗人员志同道合，期许就地发挥守护生命、守护健康、守护爱的医疗使命。

### 心富有，一生无量

“招募人间菩萨，不在于募得多少金钱，而在净化人心；所接引的不是一次性的捐款者，而是愿意了解慈济、真正投入去做的人。”与菲律宾志工谈话，上人勉众，莫轻忽每一个人的力量，若能带动人人布施己力、为苦难人付出，社会自然平安祥和。

过去菲律宾曾发生菲华对立的紧张情势，四年前凯莎娜风灾过后，菲律宾慈济人真诚地为受灾民众付出，除了发放且运用“以工代赈”，让贫困、失业的民众投入环保工作，也开设职训班让居民拥有一技之长。许多受灾民众感受慈济人的诚心，经过见习、培训、受证，成为委员、慈诚，如今当地一旦发生水、火灾难，本土志工立即发挥良能救助同胞。

“做好事，不是等候有空才做。天下事，人人有责，自己投入后有所体会，要广邀更多人加入，让人间菩萨

与菲律宾慈济人谈话，上人致勉积极人间菩萨招生。“人心有爱、能造福，国家自然祥和平安。”  
(9月18日)



‘一生无量’。”上人鼓励大家广招菩萨，地方上多一位慈济人，就增一分福；人人有爱心、能造福，地方才会祥和平安。

“期待菲律宾慈济人真正做到‘爱邦定国’，菲华之间彼此扶持、相互感恩，人民和合、社会安定，国家就会兴盛。”

### 一轮明月，映心田

时至中秋，大家期盼仰望晚间高悬天际的明月，然而气象报导，“天兔”台风已增强为中度台风，中秋深夜将影响台湾。

十九日早会，上人表示，中秋应是“一月悬空天下明”的时刻，但受气

候影响，无法仰天观月，期待人人内观自性——看见心中一轮清亮、圆满的明月，时时维持澄净明亮如秋月的清净心。

受慈济人敬爱，称呼“台中师父”、“宏师父”的达宏法师，今日清晨四点零四分圆寂。

达宏法师早期曾来精舍帮忙常住，与大家同作同息；在台中还没有慈济会所时，也拨出香云精舍空间，让委员们运作会务；达宏法师也是拿劝募簿募心募款的慈济委员，其会员多有受其接引而成为慈济委员者。

上人感念达宏法师的道谊之情，得知法师患病后时常关怀；近半个月来法师病况加重，更是天天挂怀。“感恩大林、台中慈济医院医疗团队，如

对待自家长辈般，对法师的关怀与照顾，无微不至。”

法师昨天由同参道友与慈济人、慈院医护陪同回到寂照兰若，自心清明，专注念佛而意无颠倒，直至清晨

舍报往生。“虽然深感不舍，还是为他虔诚祝福，但愿他抱持着清净心、带着过去生种下的善种子，再来人间。”



9/20 《农八月 十六》

## 烦恼即菩提

【静思小语】在人间事相中体会真理，闻法力行，转烦恼为菩提。

### 人间事，含藏法

众生各有不同的习气、观念、见解，根机千差万别，触机觉悟的因缘亦是千差万别。晨语时间，上人讲述《杂譬喻经》一则故事，指出佛法虽然深奥，只要真诚求法、精进勤恳，无论根机敏钝、年岁长幼，自有触机解理之时。

一位精进学佛的善女人，发心每天供养附近寺院的一位出家修行者，请寺中僧人轮流前往应供，并请教经典意义。

一位年长的比丘，新近出家学道，轮到他前往受供时，自愧对于佛法毫不深入，不能对人说法，所以走得很慢。女施主看到老比丘步履稳重、道气庄严，心想这位应是很有智慧的老师父，于是更加欢喜地准备了上好的

饮食供养。

老比丘受食已毕，女施主恭敬地请他升座说法，老比丘忧愁表达：“人愚无知实苦。”意谓自己愚痴无知、缺乏智慧，实在非常痛苦。女施主闻此语即深思：愚痴无明是十二因缘之始，无明缘行、行缘识、识缘色、色缘六入、六入缘触、触缘受、受缘爱、爱缘取、取缘有、有缘生、生缘老死，如此循环不绝，衍生诸多苦恼，确实真苦！女施主如此反复思惟而证初果，于是欢喜起身要去取上好布料供养老比丘。

老比丘惭愧自己无法对女施主说法，看见女施主离席便赶紧回到寺院。女施主拿着布料前来，请求老比丘受供，老比丘则躲在内室不敢出面。寺院住持了解此事来龙去脉，知道女施主得老比丘一语，已证初果，

便唤老比丘出来受施，并述说女施主闻法证果之事。老比丘闻言欢喜，亦证初果。

“佛陀在世时，面对这么多根机不同的修行者，不分年龄、种族，只要因缘具足，皆欢喜接引，希望人人体会佛法，得到智慧法喜。”上人教众，有心修行，要把握闻法机会，多听、多体会，在人间事相中体会真理，转烦恼为菩提。

### 修忍辱，成美善

据统计，截至今年八月底，由慈济骨髓干细胞中心提供骨髓干细胞移植的病例，已有二十八个国家地区、三千三百零六例。

早会时间，上人表示，慈济推动骨髓捐赠届满二十年，昨天举行骨髓捐、受者相见欢，让血脉相连的捐

受双方，在中秋节“团圆”；每一对的“相见欢”令人感动，而跨国界、跨种族的配对，亦令人深感生命之奥妙。

“当年要成立骨髓数据库，过程非常辛苦，心灵也承受巨大压力，但是与所有克服困难，破我执、除我相，努力倡导骨髓捐赠的慈济人相较，我所承受的困难与压力实在微不足道。”

上人说，过去大众对骨髓捐赠有诸多误解，慈济人在劝捐的过程中，即使面对不理解者的恶言恶语、冷漠对待，仍不减抢救生命的热情；从劝捐到护髓、送髓，一路用心陪伴、细心照料捐髓者。“大家有心、起于行动，成就了捐髓的菩萨，二十年来挽救了许多血液疾病患者的生命。”

现在数据库中有三十七万笔志愿捐赠者资料，持续不断向海内外血液疾



二〇一三年国际慈济人医会年会圆缘，上人敦勉，唯有将享受的“欲念”，转为保护天地众生的“善念”，与万物和平共存，才能消弭天地灾难。（9月20日）

病患者输送重生希望。上人感恩各地慈济人经由一场场解说、倡导募集血样，加上联络配对相符的捐赠者、为家属解说、陪伴捐髓等，真正是费心思、耗体力，还要修忍辱行，相当不容易。

上人自比晨语所说《杂譬喻经》故事中的老比丘，只是很单纯地说出心里话，所有慈济人便虔诚接受、起身力行，发挥智慧突破重重关卡，成就每一件美善的人间事。

“从发心修行到觉悟成佛，须经过三大阿僧祇劫的长时间，唯有生生世世都定下心来行菩萨道，才能逐渐接近成佛的目标。”上人勉众恒持刹那间的发心，坚定精进、恒久力行，让刹那成为永恒。

### 研灾难，一念间

国际慈济人医会年会圆缘典礼上，

医师们呈现《一念之间》歌曲意义——穿着白衣者代表森林树木，灰衣者是生活其间的动物，原本森林里的生物共生共存、和乐融融，但是突然闯入的黑衣猎人打破了和乐宁静；动物面对人类无情的屠戮，惊恐逃窜、绝望哀号，树木悲伤看着一切但无力阻止……一幕幕景象唤起大众悲心共鸣。

“极端气候导致严重灾害，与其说是天地万物的反扑，其实是人类自食恶果。唯有人们转心念、将享受的‘欲念’，转为保护天地众生的‘善念’，才能与万物和平共存，消弭天地灾难。”

上人言，一念之间，可以利用现代科技，发明破坏力强大的武器，也可以发展医疗仪器，守护生命、守护健康。但愿人人都能虔诚斋戒，与众生和平共处。

## 9/21 《农八月 十七》 化经验为力量

【静思小语】珍惜过去经验，累积当下清净无私的大爱力量。



### 无语良师，舍身造福

在天兔台风的风雨威胁下，国际慈

济人医会年会昨日圆缘；其中，曾于一九九八年来台传教五年的辛巨安神父，此次亦跟随菲律宾人医会来台参

与年会。

辛巨安神父原本在圣托玛斯大学担任副校长，有人问他为苦难人做了什么？他思考后毅然辞去职务，到马尼拉市郊的贫民区服务。慈济今年和神父合作在贫民区义诊、发放白米，神父不但借用教堂给慈济人，还让慈济人在教堂十字架前放置上人法相、介绍慈济。

人医年会圆缘典礼，神父以中文分享，亲见骨髓捐受双方感恩相见，感动得热泪盈眶，内心也被泪水浸润；昨日参与大体老师送灵仪式，看到慈济人受上人感召，愿意捐赠遗体，促进医疗的进步，更是感动不已。

早会时间，上人感恩言及，每一位“无语良师”都有丰富的人生故事，人人皆以无私大爱奉献，唯望提升医疗质量；“他们尽此生发挥良能，为人类而付出，往生后捐赠遗体贡献医学，高贵情操令人尊敬，这一生很有价值！”

### 行入人群，得大智慧

与宗教处同仁谈话，上人提及，早年在花莲慈济医院筹建期间，与前资政林洋港先生谈话，林先生对于一切部门的运作细节都能了解，令上人感到佩服。“林先生曾表示，自己是从

最基层的公务员，扫地、端茶、送公文的‘基本功’开始做起，扎扎实实任事，才能知民间疾苦、了解各部门运作，让各项事务顺利运行。”

上人期待清修士也能从最基层做起，了解慈济人的各种身分、角色与生活背景，才能以同理心与大家沟通，让各项慈济事顺利推展与运作，真正为天下人承担天下事。

“希望大家深入群众，体会慈济人是不分身分地位而融入团队共事；在人群中磨练待人处事的道理，训练自己不受人我是非影响，即能‘转识成智’。”

上人教导，没有“过去”的经验，就没有“现在”清净无私大爱的力量；期许年轻人发大心、立大愿，启悲心、入人群。

“全球慈济人秉持静思家风，‘内修诚、正、信、实，外行慈、悲、喜、舍’，人人皆以无私大爱、为社会人群奉献，虽然不免遭到误会、遇到阻碍，却从不气馁、不放弃。之所以如此‘幸福’地做慈济，一路精进不退转，就是因为人人心中怀抱着真诚之爱。”

上人言，慈济走过四十多年，累积了丰富的经验，也由众多因缘成就；要把一切经验、过程统整起来，文字化、制度化；长久流传，真正落实。

9/22 《农八月 十八》



## 事在人为

【静思小语】有人、有心，就能创造历史。

### 如草尖露，如风中烛

“早期农业社会，农人皆以过去的经验与智慧观察天色——看到出太阳又下着小雨，即知台风即将来袭；大风大雨过后，感觉南风吹过，就知道台风已过。现在气候变得极端，台风来袭动辄灾情严重，幸有发达的科技可以预测风雨动向，让大家做好防范。”晨语时间，上人呼众，对于气象预报应“信其有，不可信其无”，时时提高警觉，戒慎虔诚面对。

全球暖化、气候变异，与人类行为有很大的关系，上人感叹，“人生一场如梦幻，草露风灯不久长”，人人却做着千年梦，为了享受方便的生活、为了牟利，不择手段地争取、追求，不断开发山林、建设高楼，耗竭地球资源、破坏环境……

“草尖的露水，被晨曦一照就消失了；蜡烛的烛火，也禁不起强风吹拂。像‘草露风灯’这么短暂、脆弱的人生，到底要求什么呢？最重要的是求法。”

上人勉众，虔诚体会天地万物道

理，多了解、多用心，切莫在短暂无常的人生中再造恶业，为了一己私欲为祸人间。

### 闻法力行，自度化他

高雄慈济人返回精舍短期精进，上人开示，只是听经闻法却没有身体力行，不多久就会忘记所听讲的内容；回来精舍短期修行，真正投入出家众的生活中，对佛法的体会就能深刻铭心。

“精舍常住每天清晨三点四十分打板起床，分秒不空过、步步踏实，这都是修行的过程；慈济法门内修诚、正、信、实，发四弘誓愿，外行慈、悲、喜、舍，具四无量心，就是以静思道场为典范。”

上人敦嘱，善用静思电子书“旧法新知”，自度化他，“慈济大团体依教奉行不偏倚，所行之事皆为救助众生。身在菩萨团体，要法入心，如规如矩，做好人间事；人间事做得好，人生才有价值。”

## 有形道路，无形心路

“有形的道路可以计算里程，走多少路，就看到多少事；亲眼所见、亲身投入、与人接触的感受，即能累积无形的心路。路走得远，也要了解得深……”

聆取宗教处黄诚浩师兄报告大陆四川、甘肃行，上人致勉，修菩萨行是一条遥远的道路，有心担挑天下事，应了解天下；“若不见人间疾苦，就不知自身有福，将于福中起颠倒乱想；深入人群，才能见苦知福。”

上人恺示，前世的如是因、如是缘、如是果、如是报，造就今生的因、缘、果、报。“为什么还有那么多苦难人没有被发现到？那是因为因缘不具足；有缘，才能接触得到。”

凡事皆有起因。复以贵州为例，回溯至一九九七年，洪涝灾变牵起慈济在贵州穷乡扶困迁村的因缘。上人述及，参与踏勘、赈灾的慈济人，见证到世居大山里的人民极为困苦，每每返回报告，想到当地情景都不禁声泪俱下。

在贵州，穷困向来被认定为历史的宿命。上人言：“历史是时间累积、人为造成的。既是‘过去’的时间、人为所造成，‘现在’的时间，只要有人有心，亦能大有所为。”

十多年来，慈济为大山里的特困村民觅地迁村，不只助其改善生活，也帮助有心上进的贫苦孩子专心向学，至今已有一百多人上了大学。

“这都是从最初救助水患的‘因’，慢慢会合种种‘缘’，逐渐延伸、开展而成就的‘果’。唯有清楚了解历史，从所见所闻的人间事相掌握法脉精髓，道心才能坚固。”

“缺乏宗教真理，不知‘理’而只是行善、做好事，很容易执着于求名、求利，或是做得满心烦恼，无法改变人生境遇。”上人教导发心修行、立志担挑天下重任的清修士，要从种种人间相体会因果果报的道理，了解过去、现在、未来的因果关联，找出问题根源才能彻底拔苦。

在座清修士多有参与国际赈灾行动的经验，上人叮咛，要铭记每一次赈灾的心路风光，亦要从慈济大藏经里多了解、多探讨慈济的“旧法”，把握机会对众分享；“法入心，才能让人清楚了解、欢喜接受，慈济事务才能顺利推展。”



9/23 《农八月 十九》



## 有愿力就不怕压力

【静思小语】以甘愿心付出、普施大爱，让人人“不能没有我”。

### 独身而不独善

上人指出，佛法没有分别，并非出家修行就领悟得比较深，在家居士就没办法学有进境；只因出家后“辞亲割爱”，辞别了小爱、短情，不再镇日为了小家庭的琐事而牵缠烦恼，故能专心致志，为天下大家庭付出长情、大爱。

“立大志为天下人付出，能保持独身而不独善，心无牵挂少烦恼，就能运用无限量的潜能，为天下而做大事。”

上人言，所谓“立大志”，就是“做好事不能少我一人，做坏事不能多我一人”，以甘愿心为众生付出，让人人“不能没有我”。

曾有一位志工分享，过去在外面看慈济很美、人人都很和气；进入慈济后，看到师兄师姊们各有习气，因而心生烦恼，一度退道心。

上人表示，凡夫总是习惯看他人的错误、看别人的缺点，彼此看不顺眼，就容易退转道心。“道理无法

一闻就通，大错易改、小错难改，这是一般人的缺点；修行者也是人间凡夫，岂能人人都能闻法信受、立即改变？”

“修行，就是修习气；要历经长久时间闻法熏习，才能逐渐转变。要在人群中修行、做事，必须开阔心胸、包容一切，才能聚集更多有志一同的人，持续为天下人付出；否则就像大树，尽管外表枝叶茂盛，树根没有扎深，基础不够稳固，就容易被风吹断。”

天下事需要天下人共同为之，上人致勉，即使是很能干、肯吃苦也很愿意做事的人，若是心胸狭窄，无法容人，更不能栽培、提拔后进，对于团体的传承亦是一大危机。“要行善造福，必须广结善缘；能感恩他人，自然会尊重他人，与人互爱。”

有些人已经知道要改习气了，却还做不到、无法改变，上人致勉，要肯定对方还是继续在行善造福，不厌其烦地接引、带动，让人人有机会消除欲念、改变习气，才不至于中断了他

人的善根。

过与不及皆无法圆满人事，上人教导要行于中道，运用柔和态度、充实法水的“软实力”，接引大众；用单纯的心，感恩、尊重人人，普施大爱，则无法不通、无事不成。

“有愿力就不怕压力。期待有心修行者，在人群中磨练、通达诸法，了解慈济也懂师父的心，愿意全心全力投入天下大家庭，做师父想做的事。”

9/24~25 《农八月 二十至二十一》.....

## 菩萨道，从人间路起步

【静思小语】在人心铺路、搭桥，接引人人安稳行走人间路、通往菩提道。



### 因果果报，苦转乐

七十二岁的颜基华老先生，二十多年前陪养母住进大陆厦门近郊的海沧敬善敬老院，尽其一生孝养、侍奉老人家，直到养母去年过世。

二〇〇九年起，慈济人持续到敬老院关怀，让颜老先生深受感动，开始在拮据的生活费中，节省少许存入竹筒行善，并把院友当家人照顾；每次慈济人来了，他都跟随志工将温暖送进孤寂院友心中。

敬老院除了收留孤苦老人，还有低保户、严重伤残者。

早会时间，上人感恩慈济人用心接引，让心灵痛苦、封闭的人，打开心门、露出亮丽笑容。“人生苦难偏多，佛陀用种种言辞譬喻，解说因

缘果报、解开人们对于人生际遇的困惑，启发大众守护心念，坦然面对人生逆境，打开心门发挥生命良能。”

“此生的人生剧本，是过去生所编写出来的；此时在人与人之间的因缘，彼此之间的互动，也是过去生中就已经写定。”上人勉众，世间苦难众多，人间互助的大爱，能转苦为乐；见种种人间苦相，体会无常，更要自我警惕，守护心念不偏差，把握当下造福人群。

### 诚正信实，人间路

古人推崇造桥、铺路有功德。二十五日晨语，上人引申，有形的道路铺得平坦，让人走得安全；有形的桥梁连接此岸到彼岸，若能造得牢

固，亦能让人通达无阻。

“修行者投入人群、度化众生，就像在人心铺设无形的道路、搭建无形的桥梁，让人安稳行走人生路，进一步走上通往清净佛性的菩提道；要用诚、正、信、实，将这条人间路铺得平坦，让来往人群平安通过。”

“众生习气复杂，须树立德行、建立风范，才能以道风德香吸引人。”上人表示，诚、正、信、实，是修养品德的根基；学佛者要殷勤精进，不断修养身心——外修德、内修心，从平时的修养建立品格，将内心的思想

显于外在的言行，内外合一、言行一致，就能得人信任与肯定。

“菩萨道，要从人间路起步走。向外为人间铺路之前，更要铺好自己的心路；修养好人格品德，发菩提心、立菩提愿，内修菩提道，才能外行人间路。”

上人指出，要修养高智慧、大德行，就要像大地吸收雨露一般，不断地浸润、吸收佛法，将所吸收的法理运用在日常生活。以诚意投入人群，才能于人间树立道德典范，用佛陀教法度化众生。

9/26~27 《农八月 二十二至二十三》.....

## 觉悟的“有情人”

【静思小语】悲悯众生苦、起身救拔，心不停留苦境而生烦恼。



### 三界无安，如火宅

菲律宾三宝颜于九月九日爆发反抗军冲突事件，随着政府军收复区域愈多，动乱已近尾声；已知共有十四个村里受影响，六个村庄毁损，逾一万间房屋被烧毁。

当地有十位慈济委员、两位慈诚师兄及近百位志工，从事件第一天起，及时提供食物，并与各团体和慈善组

织合作，提供物资给需要的人。一位三宝颜大学生在慈济人的脸书留言：

“感恩慈济对三宝颜大学救助队的信任，我们会学习更谦卑地为受灾民众付出。”

后续如何扶助居民重建、回归正常生活，还有漫长道路要走，早会时间，上人感恩各团体、组织跨越宗教藩篱，与慈济人合和互协、发挥力量、扶助苦难人。

“三宝颜的杨伟顺居士虽然是天主教徒，自从接触慈济后，就很珍惜地全心投入。日前他接受大爱台节目采访，谈到‘总有一天师父也会离我们而去’，就哽咽地说不下去了；心情平复后，他说，因为总有这么一天，所以每天都要很认真，追着时间赶紧把事情做好，志业才能长长久久。”

上人肯定而言，“慈济人要作觉悟的有情人，见种种人间苦相，悲悯众生、起身救助，心莫随境界而生无明烦恼。唯有更积极地净化人心、广招菩萨，才能凝聚爱心善力，影响社会人间。”

### 道德教育，启善种

“现在的社会环境，让孩子小小年纪就有反叛性格，若没有善加引导，中学、大学之后就更难辨别是非。教育的使命是传道，要让孩子认知人生道理、建立道德观念；否则若只知钻研学问、吸收知识而偏离道理、错用知识，将造成社会人间的乱象。”

教育志策会中，上人慰勉师长们面对各种各样性格的孩子，必须耗费更多心力引导，亦期许要加强道德教育，让孩子懂得发挥智慧，将学习到的功能转变为造福人群的良能。

“传道，就是传予造福人群、增长

慧命的道理；但愿孩子如同幼苗一般，健康成长为小树，久之更能影响同侪，让大地遍生菩提林。”上人期勉师长们把握正确的方向，辛勤耕耘、栽培善苗，为社会培养人才，也让慈济教育志业成为创造台湾未来希望的希望工程。

### 爱而不宠，学规矩

二十七日与台湾中区慈懿会成员谈话，上人叮咛，要以身作则为模范，运用智慧方法教导孩子建立生活规矩、学习待人接物，“‘学法度’，才能‘有法度’；辅导好每一个孩子，让他们毕业后利益人群、各有成就，这分付出就很值得。”

慈济中学评鉴委员前来拜会，上人对众谈述对于教育的重视与期待：

“慈济教育首重生活伦理教育，从幼教开始，教导孩子学习各种生活功能，以及与人应对的基本礼貌，希望从小扎根，完整培训品学兼优的人才。”

现代社会风气之下，想要施展理想中的教育实为困难，上人感恩师长们以菩萨心、父母心，用真诚的爱教育孩子，让孩子们有礼貌、守规矩，以服务大众为荣。

9/28 《农八月 二十四》.....



## 珍惜三间

【静思小语】爱惜时间、空间、人与人之间。

### 育英才，培希望

一百四十五位教育志业体教职同仁，清晨入精舍参加志工早会，与上人及精舍师父共度教师节。上人开示，提醒大众感念老师教育、栽培之恩德，“师长们也要提起教育使命，传道授业方向不偏，为天下育英才、为人间培植希望。”

日前新闻报导，大学九月开学期间，许多新生首次离家，全家出动帮忙搬进宿舍；去年调查，小学生平均每天做家事不到半小时，逾八成家务都是妈妈做。上人感叹，现在教育普遍，孩子都能一路升学，拥有高学历、学得高知识，却连最基本的生活功能都不具备。

“孩子从小没有学习生活的耐心、缺乏生活的功能，将来出社会又是如何？所以老师要用心教育孩子，不只给予知识，更要教导生活功能、待人处事，让孩子建立品德，拥有健康身心。”

“孩子服仪整齐、形象亮丽，可显现负责、积极的人生态度；形容邈

邈、不修边幅的形象，则让人觉得没有精神，也会有不受尊重的感受。”

上人期待慈济学校的孩子，都能在老师的用心教育下，让人感受到优质学养和正确的人生观。

### 积极做，莫空过

“在慈济里要把握‘三间’——不能不爱惜时间、空间、人与人之间。”与教育志业体师长们谈话，上人殷勉，人生的成功，都是不放弃任何一秒钟累积而成的；把握当下、恒持刹那，一念对的心即一辈子。

有感于现今教育环境令人忧心，师长们即使有心教好学生，然而若得不到家长支持，亦将退失为社会培育人才的志愿。上人语勉师长们坚定教育使命，布施智慧给学生，且于同侪间相互鼓励，做到同事度，合和互协重整教育风气。

“为天下育英才，乃为人间创造希望。老师要提起使命，发挥爱心，以善解、包容、感恩心投入教学工作。”上人强调，教育是希望工程，

要运用智能、树立典范，在此时代力争上游、不同流合污，提升世间人伦道德的希望。

“教师不是‘铁饭碗’的职业，而是非常崇高的志业，对每一个人生命都很重要。”上人致勉，时间、空间、人与人之间，有许多的“可为”，期待大家志为天下担责任，要积极去做，莫让分秒空过。

### 智如日、慧如月

“现在的人间，不断浮现各种苦难现象，需要人间菩萨救助；除了补充有形物质，更要给予佛法，拔人心之苦。”药师法会开示，上人勉众在人与人之间发挥慈、悲、喜、舍“四无

量心”，启发人心无私之爱。

“末法时代，道理慢慢衰退，众生身体与心理遭受重重苦迫折磨，无论是心灵之苦、物质缺乏之苦、天地之间无常灾难之苦等，都需要人间菩萨身体力行、走入人群实践法理，运用佛法辅导人心。”

药师佛的佛国土，是东方琉璃世界，清净光明如日照。上人期许大众引法入心，运用法理，在人人心中升起曙光、引入柔和月光，点燃智慧之光。

智慧之光如日月。上人言，智如日、慧如月，能清楚分明一切境界，平等普施慈悲大爱，期许大众时时精进、多转法轮，悲智双运、福慧双修。



与教育志业体主管谈话，上人至勉，爱惜时间、空间、人与人之间：把握当下，鉴定使命，为天下育英才。（9月28日）

9/29~30 《农八月 二十五至二十六》



## “铁板”与“石头”

【静思小语】踢到铁板，要警惕小心行走；踢到石头，要低头说“感恩”。

### 慈悲与智慧之德

晨语时间，上人讲述一则佛典故事——

佛陀在祇园精舍说法，吸引许多人前来听法，有人讨论着：“佛陀所说的法，大家都能欢喜信受；不知佛陀与众生结了何等因缘，怎能有此威力调伏众生心？”

阿难尊者代为请示佛陀，佛陀即为大众述说本生因缘。

过去无量劫前，有一位明智的国王，谓“大光明王”，以德治国，让国家风调雨顺、国泰民安，并与邻国交好，常在邻国国王遭遇困难时给予帮助；邻国国王感恩铭心，若得到宝物，必定与大光明王分享。

有一次，邻国国王送给大光明王一头美丽的大白象，大光明王非常欢喜，认为是祥瑞之兆，遂请来驯象师调伏野性未驯的白象。驯象师把白象教得很温驯，大光明王见之欢喜，决定带着大白象展示给全城的人民观看。

高大威武的大光明王，骑乘在用璎

珞绸缎装饰得很庄严的白象身上，接受万民朝贺。队伍来到城外，大白象看到野外有一群象在莲池中觅食，突然野性发作狂奔追逐母象。坐在象背上的大光明王，随着白象横冲直撞，王冠掉落、头发披散、衣服被树枝勾破，遍体鳞伤，狼狈不堪，几次就要从象背上掉落。

驯象师在后努力追赶，呼请国王攀附树枝脱离白象。大光明王赶紧抱住一棵大树，慢慢滚落地上；驯象师赶上后，赶紧磕头请罪，请国王息怒；心有余悸的大光明王震怒表示，再也不愿看到驯象师与白象。

过了一段时间，白象再回到王城，由驯象师带着来向大光明王赔罪，并表达白象是世间稀有，若能好好再予训练，必定是国家稀有之宝，却遭国王拒绝。

驯象师请求：“至少请国王看我如何调伏这头象……”国王答应了，于是在旷野处布置场地，让大家共同观看驯象。

广场里设置七颗用火烤红的铁丸，还有巨大的铁钩，看来怵目惊心。原

来驯象师想要用苦肉计让国王心生怜悯，让白象留在王宫里；但是国王余怒未息，仍然说不需要白象。驯象师垂泪对白象说：“你犯了错，理应受刑，若不吞下这铁丸，我就拿铁钩打破你的头。”白象自知死期已至，四脚屈跪流泪向国王求情，但国王还是不为所动，于是白象自吞热铁丸而死，围观众人皆因不舍白象惨死而号哭。

大光明王看到白象死亡，深感后悔，召见驯象师问道：“你不是说白象已经被你驯服了吗？为何在野外发狂，却不能制伏？”驯象师说：“大王！我唯能调象身，不能调心。”

国王问：“如何能调身兼调心？”驯象师说：“世间唯有三觉圆满，具足两种德行的人，才能调伏众生的身与心；即：自觉觉他、觉行圆满，以及智慧、慈悲具足的佛、大觉者。”

国王闻言深受震撼，立即心生忏悔，发大誓愿，从现在开始用功修行，愿所有功德回向佛道，待将来成佛，不仅自调其心，亦能调伏一切众生；即使有众生堕落阿鼻地狱，也要到地狱救拔，让人人都能闻法觉悟。

佛陀说此故事毕，即对众言：“大光明王就是过去的我，当时发愿普度一切众生，从此皆持此愿不断在六道中修行、度众生。”

上人指出，世间众生皆有种种烦恼、种种习气，唯有觉者佛陀能以其智慧，转众生烦恼为功德。就如大光明王虽然是好国王，但因一时生气造成憾事，以致深切后悔；也因为这一分忏悔心，促使他发宏愿，生生世世精进修行。

“修行成道的大觉者，不只自觉，还能觉他，达到觉行圆满。”上人言，要达“觉行圆满”，须有智慧之德与慈悲之德，悲智双运，才能广度众生。

### 知法还要知人事

“要达到‘自觉、觉他、觉行圆满’，须身体力行，从言行展现大智慧，以大慈悲心为社会人群付出，心灵恒住清净，不受一切境界影响。”

与“菩萨广行无量义”法绎志工谈话，上人致勉，学佛者须自我调伏身心，建立智慧、慈悲之德，内修外行皆具足，才能领众听从教导、信受奉行。

《无量义经》：“是经本从诸佛官宅中来，去至一切众生发菩提心，住诸菩萨所行之处。”上人说明，既发菩提心，就要起于行动；否则若没有深入人群，只知法而不知人与事，遇到境界无法运用佛法，就无从证悟。

上人引用晨语故事说明，驯象师将白象驯养得很好，但牠被养在王宫里，没有遇过境界，一到野外看到象群，欲心受激发，便乱了平常被训练的规矩。

“凡夫接受佛法洗涤心灵，当下心境澄明、若有所悟，却经不起外在环境诱惑，不断犯错、起烦恼；一旦察觉错误后又回归佛法，道心反反复覆，行菩萨道亦是进进退退。”

上人勉众，修行要经得起外境诱惑，吸收佛法、内心有法，时时刻刻都要行在法中。

### 正法如曙光

台湾北区培训慈诚委员第一梯寻根暨精神研习会圆缘，有师姊坦述过去很迷信，只要生活稍不顺利就到庙里问事、求偏方，运势不但没有改善，

反而愈感不安。

“想要求福、求平安，却做出种种荒谬行为，实是有害无益。身体有病，能够对症下药的医疗人员，就是治病救命的活佛、菩萨；心理不安，更要相信正法，自己就是最灵感的菩萨，能在人间见闻疾苦，伸手救助。”上人教众正信不迷，莫因一念无明，让心行有所偏差。

现代科技发达，全球慈济人每天皆能在各地道场，透过网络视讯同步聆法、跨越空间距离共同精进。上人表示：天下慈济人所接受的是同一个法——静思法脉勤行道；所走入是同一道门——慈济宗门人间路。要把握因缘，坚定道心，步步踏实走入人群付出。

“过去无明遮盖了真如本性，见解颠倒，犹如长夜漫漫、不知路径；走入慈济，如同在暗夜中看见曙光，要



“学佛者须调伏自心，建立智慧与慈悲之德。”上人至勉法译志工，法入心、身体力行，内修外形具足，才能领众信受奉行。（9月29日）

看清周遭境界，走上正确的道路。”

上人解说“三皈依”——

“皈依佛”，要吸收佛陀教法，增长慧命、发菩萨心，自度化他。引领人人接触佛法、体解大道，发无上心；人人心宽念纯，社会就能祥和。

“皈依法”，要深入经藏，将佛法运用在生活中。天天闻法，也要与法亲相互扶持，走入苦难众生群中付出，学习无量法门，则智慧如海。

“皈依僧”，要恭敬福田僧。人人都有自性三宝，心中有佛、行中有法，能自爱爱人、自觉觉他，悲智双运而觉行圆满，就能以自身言行感化、接引大众，在人间传法无碍。

### “守贫奉道”心最富

二十九日清晨，尼日利亚伊斯兰激进组织成员，闯入东北部尤比州一所农业学院宿舍，持枪扫射并放火烧毁教室，至少有五十名熟睡中的学生遭杀害。巴基斯坦于一周内连续发生两起强震，重灾区是叛军大本营，救援物资遭暴民攻击洗劫，叛军亦发射火箭攻击救援直升机，让救援行动更加艰困。

“天然灾难已经让人痛苦不堪，再加上人祸动乱，受灾民众无法得到救助，实是苦上加苦。”三十日早会，

上人叹言，人心不调引发战乱，造成家庭破碎、人们悲苦无助；期待人间菩萨打开心门、付出爱，走到偏远地区，肤慰、关怀贫苦人，给予所需。

今年台湾农委会提供三千五百公吨的爱心白米，透过慈济人送爱到十个国家，其中，四季如夏的菲律宾、严冬的莱索托，贫苦居民都得到来自台湾的爱心。

莱索托地处高原、常有旱灾，全国仅一成三的土地能耕种，半数粮食倚赖进口。慈济人年年举行冬令发放，从早期只有两位委员，如今本土志工逾六百五十人，大爱足迹深入贫困乡村，许多贫困人领到慈济人致赠的物品，用中文大声喊：“感恩台湾！”

在菲律宾，一公斤白米约新台币二十元，对贫苦家庭来说，实是沉重负担。慈济人自七月六日到八月三十一日，前往各社区访视、发放，许多曾接受慈济帮助的民众，主动带着资源回收物捐给慈济，希望回馈己力帮助别人。

上人感恩慈济人在辽阔大地遍洒爱心，也带动受助者付出爱心，让贫苦人不只得到及时救助，更拥有丰厚的心灵财富。“生活在苦难环境中，若能‘守贫奉道’——守住做人的规矩、不浪费，就是知足、惜福的人生。”

## ●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  
汉旺镇凌法村一組  
汉旺慈济环保教育站  
TEL (0838) 6363008

## 福建

福州联络处

福建省福州市五一中路  
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

福鼎联络处

福建省福鼎市

星火工业区星火路3号  
TEL (0593) 7966365  
TEL (0593) 7997939

## 广东

东莞联络处

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

深圳联络处

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

广州佛山松岗联络处

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

广州番禺联络处

广东省广州市番禺区  
石基镇新兴路4号  
TEL (020) 34522987

广州天河联络处

广东省广州市天河区  
华景路33号  
TEL (020) 38250402

## 湖北

武汉汉口三阳联络处

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

## 云南

昆明联络处

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

## ●静思书轩

苏州静思书轩

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

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



## 【援建雅安】

慈济基金会副理事长王端正等，一行九人，十月二十三日于四川雅安市政府签署《雅安市灾后重建项目合约》，将援建芦山县第二初级中学（国张中学）、芦山县教师培训中心、雨城区汉碑路小学、名山区的四川省名山中学等四个项目。

在签约仪式上，雅安市常务副市长蒲忠对慈济慈善事业基金会在“五一二”、“四二〇”抗震救灾、灾后重建付出的大爱和倾注的深情表示衷心感谢。

# 基金会捐助雅安市灾后重建项目





## 锅贴·香积饭

喜欢面食也喜欢米饭的人，个性定是随和；但这吃法，如何“二合一”？

材料是：蔬菜香积饭、饺子皮、奶酪、面粉水。步骤如下：

先用热水泡熟蔬菜香积饭备用。买来饺子皮，用擀面杖杆薄些备用。用擀薄的饺子皮，将泡熟的香积饭加上奶酪，包成锅贴状即可。最后放入平底锅，加面粉水，将底部煎成金黄色，即可起锅。

（食谱设计 / 吴清芬）