

慈濟

第8期 2013年11月

· 主题报导 ·

因为有愛

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

扫除心灵霾害

贪、瞋、痴、慢、疑
心之恶源

无尽争逐 丧德丧志
造恶极端 灾祸绵延
烦恼无明 隐蔽自性
心灵霾害 颠覆善法

拨开烦恼 扫除污浊
心如明镜 智慧现前
信受正法 依教奉行
勇猛精进 利益天下

【无尽藏】

把握当下 一念永恒

每一秒钟，都是这一生的唯一，
紧紧把握因缘来时那一秒的发心，
“做”就对了，精进不偏差；
恒持这分发心，
成为一辈子的志愿，
就是“一念永恒”。

证严上人主讲 编辑部整理

讲于二〇一三年十一月一日至十七日



画作/林建宏

每年这个时刻，总是很欢喜慈济大家庭“添丁”——慈济“海外培训委员慈诚精神研习会”，十一月在台北板桥和三重两个园区举行，今年有三十二个国家地区的慈济人归来、一千四百多人受证，正式成为慈济委员、慈诚队员。

慈济发祥地在台湾，爱的能量放射到全球。要走进慈济大门，对有些人来说是艰巨的，尤其不同种族、语系的人们；但他们不仅坚持，且道心坚固，令

人感佩。

智利志工吴惠兰有惧高症，来回台湾一趟要搭约八十小时的飞机，但为了完成受证心愿，她克服了每分钟的心灵难关。海地和非洲的津巴布韦、南非、莫桑比克、莱索托，也都有志工回来受证。这群黑菩萨虽然生活不富有，但都有能力助人，心灵财富亮丽；他们是我心中的黑珍珠，也是宝贝。

新受证的志工中，还有不少人曾经是慈济的照顾户。在生活发生困难时，

因为有很多人爱心付出，让他脱贫、心富；或许现在物质生活没有很大改变，但他想要回馈社会，因此参与志工培训，希望从受帮助的人，转变为服务人群。这分心，让我很感动。

人性本善，肯付出的菩萨心也是平等的。行善造福，莫存“我这样做会有好报”的心，心有所图、有求的欲念，就有烦恼。做好事、与众生结好缘，心灵感受会很长久，这粒善种子会在八识田中，成为来生的善缘、善果。

时光易逝，命亦随减。生命每过一天就少一天，要把握时间精进付出，让慧命日日增长。慈济人同发一念心，精进在菩萨道上；共同一志，成为“觉有情”人，要用心在生命的每一秒钟。一秒钟的发心、一个对的念头，能紧紧把握住，朝正确方向“做就对了”；让一秒钟的发心，成为生生世世的志愿，这就是“一念永恒”。

人生苦短。即使经济能力很好、看似幸福，也不可能永远随心所欲，仍有许许多多“求不得”的苦，更不知“无常”何时会来。有人说：“等我……的时候，再来投入”，希望时间等自己。但，时间不会等人，人生长短也由不得自己；可以改变的，是生命的宽、广、深、厚度。要发心立愿付出，做普天下人的贵人。

时间能扩展空间。慈济从四十八年前

在花莲成立，如今全球四十七个国家地区都有慈济人。不同国度的志工们有志一同，拉长情、扩大爱，笃定行在菩萨道上，发挥生命的价值。

人人本具善念，无论信仰何种宗教，名称虽然不同，善与爱的本质是共通的。佛教的爱，是“无缘大慈、同体大悲”，不忍众生受苦难；即使彼此不相识，但“人伤我痛”——伤在他身上、痛在我心灵，赶紧伸手扶助；这样的爱广阔无边。

当下这每秒钟，都是这辈子唯一的一秒；所以我对每一位受证的弟子，都这样祝福——希望人人把握因缘、把握当下这一秒的发心，生生世世精进向前不偏差。

“静思法脉勤行道，慈济宗门人间路”。受证是行菩萨道的开始，“静思法脉”是永保清净心，不受烦恼污染；“慈济宗门”就是以清净心走入人群，付出无所求，还能“感恩”。期待大家把法脉宗门精神，带回各自居住的国度去“布善种子”，分享好事、好念、好的法。走好人间路，就能跟菩萨道接轨；人人是菩萨，处处就能吉祥平安。人生无常如泡沫。“法入心”才能“有法度”，拉拔苦难人，造就善循环。

在菲律宾，天灾人祸接连侵袭——今年九月底，三宝颜政府军与反抗军的战火才刚平息，十月宿雾的保和岛遭逢强震，许多家庭天人永隔；慈济赈灾行动尚在进行中，十一月八日菲国中部又遭强烈台风海燕重创，逾九百万民众受

灾，震惊国际。

各国援助纷纷涌入。台湾、马来西亚慈济人会合菲律宾当地志工，十一月十三日进入重灾区莱特岛勘灾、义诊，也筹集粮食、物资准备发放。灾区触目所及，就是“悲”与“惨”，原本充满理想的人生，一阵大风、一场大雨过后，家破人亡。

人生苦空无常，如泡沫般易碎。面对人间数不尽的难关、说不完的苦难，平日“法入心”，才能“有法度”。志工们不舍、不忍，发心立愿排除万难，把爱与关怀送到需要的人身边。

天灾过后人心惶惶，这个时候最需要“肤慰”的力量。这波菲律宾救灾，有一段很长的路要走，请大家汇聚爱心，帮助苦难人度过难关。“有”了还想“再有”，放任欲念、过度浪费，污染环境也污染心灵。

放眼天下，灾难偏多。人人当静心思考，应创造什么样的环境，让人安、心安、大地平安。

人们仰赖大地生产五谷杂粮以活命，却为了追逐利益，不断开发、破坏大地，且污染空气、伤害海洋生态。美好的自然环境一经破坏，就难以挽回；大地不平安，人类如何能幸福？代代子孙又如何能安居？

生活中使用的一切，无不取自大地。但地球资源有限，过度透支，等于向下一代借贷；现在造恶因，致后世得恶果。

天地的平安，与人们的心态、行为

息息相关，要时时自我提醒节约一点，消耗就会少一点。反之，放任欲念——别人有，自己也想要，不断汰旧换新。过度消费，造成大量生产、废弃，不只污染环境，也会污染心灵。

想要吃好的、看美的、住享受的，“有”了还想要“再有”；贪求食、衣、住、行，欲念无尽，财产只有“一”不够，拚到了“九”还是不足，总是要再加几个“零”。一直追求空洞的“零”，对喜爱的东西贪求无餍足，得不到就起烦恼、造种种业。

人生无论添几个“零”，到头来终究会“归零”；一切苦，实源自贪欲。日常生活中，“恰恰好”就好；太过奢侈、太过于想要，就是多余。期待人人“转烦恼为菩提、转占有成菩萨”；多造一分福，就多一分保护、消一分灾。



平安就是福；而社会祥和，才能真正平安。如果任由心灵方向偏差、酿成心灵海啸；人心随波逐流、闻声起舞，不明是与非，内心的“贪、瞋、痴、慢、疑”变成社会风气，善法将被无明颠覆，人间就会处处起霾害、造动乱。

莲花出淤泥而不染，吸收淤泥为养分，还能庄严莲池。身在五浊恶世，要发菩萨心走入人群中付出，从中体会无常、见苦知福；不只自己得到法喜，也能解除人间的痛苦。请大家多用心！

慈济

2013年4月创刊
2013年第8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：
志业园区内静思书轩雅室宜人，工作忙碌之余，欢迎您停下脚步，进来品味书香、茶香与人文飘香。
摄影 / 赵耀

目录

无尽藏

1 把握当下一念永恒 证严上人

主题报导

6



第一场雨雪中的发放

苏北温暖行

闽南预备冬令发放

地方通讯

- 22 关怀致康园
- 24 北京大爱英语班
- 28 青年志工在嘉定
- 29 新桥中学的助学访视
- 32 宜春助学
- 38 到昆山做环保
- 40 南京环保教育
- 42 嘉定环保站
- 46 陪伴大方学校做环保
- 48 龙湖爱乡活动
- 50 幸福的现代新素派

寰宇慈济

- 54 海燕过后
菲律宾赈灾纪实
- 71 **证严上人衲履足迹** 释德飏
- 《内容提要》
- “对的人向错的人说对不起，这是修行的功夫。”与慈济人谈话，上人教导，学习水“随方就圆”的特性，走入人群中磨练心性，把自己磨练成钻石；若总认为别人处处针对自己，让心灵深陷烦恼痛苦，就会成为磨人的粗石。
 - 如何创造甘愿欢喜的共事氛围？上人言，并非被动地让人认养工作，而是经由诚恳的沟通互动，让团体合和互协。“要给予空间，让人人欢喜；欢喜就甘愿、甘愿就欢喜。”

因为右愛

撰文/摄影 各地真善美志工

岁末，天冷；慈济志工分批送暖。经过入户访视，了解需求，慈济慈善事业基金会年年宽筹经费，为一时困顿的贫户奉上最合适的物资，敬致最深情的祝福。终见愁眉舒展，绽开笑容，终见困难户暖了身也暖了心，慈济志工放心离开，再往各处去，传播美善人生。





志工前往苏北入户访视，除了关怀光明行动白内障术后恢复是否良好，也了解乡亲们的家庭生活情况。



陕西乾县吴家村，志工不畏严寒，在雨雪天气中，为二十四户、七十二位乡亲带来冬令物资，并一起围炉祝福。

·主题报导·

第一场雨雪中的发放

撰文/摄影 西安真善美志工

最寒冷的一天，最迷人的发放，八十位慈济志工，冒着雨雪，为二十四户、七十二人送上冬令物资，也义诊五十二位身有病苦的村

民。随后，大伙热热闹闹包饺子、煮饺子、吃火锅，提前过了一个年。

在一代女皇武则天的陵园附近，住有一位身残志坚的二十三岁女孩吴燕

子，缘起于她，慈济志工的脚步来到距离西安百余公里外的陕西乾县峰阳镇吴家村。

这里拥有上千靠天吃饭的村民，因为十年不遇的旱情，慈济志工入户访视，并于十一月二十三日，展开首场在陕西的发放。

清晨四点，西安城还沉浸在睡意朦胧中，十七名先遣志工已整装待发。凌晨六点整，抵达乾县吴家村村委会广场，当时温度零下三度。

甫下车，眼前的场景，让志工感觉到挑战：始终干旱的乾县吴家村，竟然下起雨夹雪，伴随大风，吹掉准备围炉的棚顶；虽是如此，但村里会计杨文旭欢喜地表示，“今年天旱，但慈济人来一次，下一次雨。今年来三次，下了三次雨。真是天公作美，也带来了丰收的希望。”

乾县下起今冬第一场雪，志工分成几组，搬运物资、重新搭建场地、埋锅起灶，准备围炉物资，包括火锅菜品、饺子馅料。另外，发放仪式的主席台也因为风向、下雨等原因，经过四次调整，让大家忙得不亦乐乎。

八点不到，八十八岁老人刘玉梅在孙子陪伴赶到现场，看到志工，即老泪纵横，“让你们辛苦了，娃儿们，还麻烦你们来，真是不好意思。”

育有三儿三女的刘玉梅，曾经幸福，可二十多年前，大儿子、三儿子相继过世，大儿媳妇改嫁他乡，留

下不到五岁的孙子，拉扯到小学四年级，实在供不起，只好让他辍学外出打工。

为让老人家收起眼泪，慈济志工一边帮老人擦自制的冻疮膏，一边和爷爷笑着说：“今天就是来走亲戚了，一会儿看看，都能领到什么哦。”

上午八时二十分，大队志工赶到，九时许，发放仪式开始。峰阳镇党委书记张永辉、吴家村村支书蓝强等领导，及二十四户乡亲全部出席。镇党委书记张永辉说，感谢慈济，为百姓送来温暖，未来愿把大爱传出去。

发放正式开始，因为人力充沛，陪伴、运送，可以更加细致地为乡亲提供起服务；今年的冬令物资含，每人十五公斤大米、面粉、油、盐、棉衣、内衣，棉被、还有静思语。

前来领取物资的吴家女孩，就读于乾县一中，在学校名列前茅。见到慈济志工，非常开心地说，“回到家，就听爸爸妈妈说，你们经常前来探望，没想到，能见到你们，还给这么多物资。”

女孩上高二，她的理想是读香港的医科大学，“做医生，就能实现我能帮助别人的梦想。”这个十五岁的女孩，说到理想，充满期待，但现实的贫困，又狠狠将她拉回来。

哥哥是脑瘫患者，走路不平衡，常常摔倒，吃饭很难自理，平日生活依靠妈妈打理。爸爸只能在附近打零工

维持家计。家里种了一些苹果，但一斤卖不到五毛钱，也没人来收，看着院子里打包的几十袋苹果，女孩的父亲发愁地说，“卖不出去，变不成钱，娃的生活费就有问题。”

也对不起娃，生病了，没法看医生，只能眼看着心疼。”

原来，一个月前，女孩的右腿突然出现皮肤症状，经检查是牛皮癣，目前病情又有发展，此次回到家里，爸爸妈妈为此很着急。

看到一家人的艰辛，志工们用小推车帮着运回物资，又马不停蹄的带着女孩赶到义诊区，请医生帮忙看诊，并给予最好的祝福。

与发放同步进行义诊，带着感冒、血糖、胃病等常用药，八位医生和护理人员，为乡亲进行诊疗、检查、治疗，直到下午一时许，才逐步结束。

发放、义诊和围炉之后，志工分成六组入户回访，每一户家里物资收到了吗？乡亲们会要马上使用吗？提供了前期物资，也要后续关怀，遂志工带着感恩和祝福走到乡亲家里。

去年六月，正值壮年的吴会议突然发烧，眼前看不到，一会儿清醒，一会儿晕倒，家人在镇子上检查，医生说，赶紧送到大医院，在西安交通大学第二附属医院，被查证患的是烟雾病二期。据了解，烟雾病是一种颅底异常血管网形成的脑血管疾病。病因在科学界尚未阐明。





此次参加义诊的周杰医师利用特殊的疗法帮助乡亲缓解关节疼痛。



吴燕子身残志坚的故事，让志工深受感动。看到燕子前来领取冬令物资，志工就像看到家人般的亲切，纷纷给她最大的祝福。

加诸二〇一〇年的一场车祸，吴会议的左胳膊受伤后，逐步萎缩，完全不能做体力活，而家里一双儿女正在上学，正是需要用钱的时候。全家的经济，全部压在妻子身上，靠小餐厅或食堂打零工养家。农忙时，回家种地。家里四口人，只有吴会议和娘家人的五亩地，其中一亩八分种了苹果，至今还不到挂果时间。

十四岁的儿子今年读初三，每天除了上学，中午回家还要帮爸爸做午餐。提起懂事的儿子，吴会议喃喃地

说“儿女都懂事的很，只是我，不争气，苦了孩子。”

女儿在乾县二中上高中，因为经济压力大，吴会议的妻子劝说女儿不上了，可女儿说：“我要上学，不要吃不识字的亏”，于是，从家里带烙饼，省吃俭用，每月食宿生活费三百元全部解决。

面对妈妈的辛苦，儿女很贴心，“自从他爸生病后，女儿、儿子突然就懂事好多；在地里，一袋子背不动，儿子和我半袋半袋往回背麦

子。”吴会议的妻子说。

“你们还是很幸福哦，虽然爸爸生病，但妈妈很努力，孩子学习也很用心，最重要的是，一家人能在一起，就是最大的幸福。”

回访于下午三点半结束，“生在西安，长在西安，很惭愧，从来没走过这么泥泞的路。偶尔会到乡下，进村子，但没发现，还有这么难走的路。”志工分享说。

他是西安一家糕点企业创办人，和哥哥一起打理的麦里金公司，两年来，一直为慈济敬老院活动及各种活动提供点心及各种支持。这次，带着公司经理参加发放，感慨良多。

万良红来自江西，从小学起，接受慈济的帮助，直到考上大学，如今在西安就读。此次发放，专程从几十里外的学校赶来参加，在慈济大爱的浸润中，身体力行着。分享时，他说，“家里虽然穷，可看到助学访视的吴家女孩时，也想鼓励她，坚持自己的梦想，走出来。”

上海慈济志工最早到江西助学时，慈济帮当地偏僻山区盖小学，十几年来，造就了二十六名大学生，万良红是其中一员。

刚下夜班，西安市中心医院的张医生就赶来参加慈济的义诊。“听朋友说，慈济有义诊，就想来参加；平时，周末不休息，但于两周前，和同事换班，希望能来这里。”

平日工作繁忙，肩负各种急救任务，有任务时，随叫随到，没有什么所谓的休息。“看到这些乡亲，很多人生病了，都不知道如何看，如何养病，而很多不健康的原因是生活习惯造成的，且卫教知识太少，需要有医生来帮他们普及。”利用看诊间隙，张医生和志工分享说。

此次参加义诊的还有一名周医生，高高的个子，白净的面孔，不疾不徐地说话，不紧不忙地做事。

开始义诊时，面前摆了一小排小药瓶，上书“天火液”，装在一个考究的木盒子里。

使用天火液的疗法专治疼痛，周医生戴上薄膜手套，不断将药水倒入手心，涂在病处，用手掌捂住，不断做手法让药性慢慢渗入；做完后，原来僵硬的病痛处不再那么僵硬，都说很舒服，并立即回家叫来亲友，一拨一拨的，让小小的教室里挤满了人。

在护理人员部分，由慈济志工邀请西安市第二医院两名同事参加，其中一名护士分享，“听说乡亲一年收入六千元，很惭愧，单是手里这个手机，就顶乡亲半年的收入。”

发放活动的规模虽然不大，但志工热情不小，待分享结束，已是晚上十点多；也是，披着星星的祝福出门，又带着月亮的温柔回家，为慈济志工最温馨的一天，划上圆满的句点。❶



· 主题报导 ·

苏北温暖行

撰文/摄影 华东真善美志工

志工走入春蕾受助学生的家庭，了解孩子们的家庭困境，送上慈济人的祝福，鼓励孩子们好好学习。



慈济人利用假期，分别从上海、昆山、苏州、南京等地出发，前往苏北灌云县和宿迁市进行“光明行动春蕾家访”，也到泗洪县，为困难户安排“送冬暖”的前置作业。

十一月三十日，气温冷冽，慈济志工满怀热情、感恩、幸福地启程；从清晨天未明出发，中午十二点抵达灌云党校，简单用过素斋，依据行前分派的任务，“光明行动”八个小组，“春蕾家访”六个小组，在灌云残联领导陪同之下，展开访视工作。

一小时后，来到光明行动访视的村庄，由村长亲自带领，探访八户罹患白内障已施行手术的老人家，以了解术后状况如何。

穿过黄土小坡，眼前出现一条直挺挺的小路，两旁零星散布几座矮房子，几只可爱的短腿小狗，像是代替主人，欢迎远道客人，开心地蹦跳着，慈济志工跟着小狗来到小广场。

一位充满元气的老先生，对着慈济志工打招呼，开心说着，开刀后，都看得见了，甚至热情响应慈济志工的“视力测试”，顺着志工的手比一回答一、手比二回答二，丝毫不差，难怪，这么兴奋。

不过，出乎意料的是，以为他是六十二岁的访视户王国楼，没想到，他是王国楼的父亲，且今年八十七岁；当下，令所有参与访视的人，直呼不可思议。幸而王国楼动了白内障



白内障手术后，奶奶的视力恢复很好，指着远方的景物对志工说：“现在看得清了！”

手术后，恢复很好，相信下次再见，也是充满生命力的“年轻人”。

离开王老先生家，车子继续往下开到路底，这里是刘立珍老太太的家门，似乎正在忙活的老太太看到慈济志工前来，欢喜中带着些许惊讶的表情说，开刀之后，连小小的字都看到了。

面包车继续行走在颠簸蜿蜒的碎石路，拐了几个弯，停在王正梅老太太家门外，志工下车后，往里再拐几个

小弯，遇上等在门前的她，站在阳光下，彷彿等待家人归来。

三个月前开了白内障，还在复原当中；慈济志工赶忙让她转向背光，并且叮嘱，要好好保护眼睛，不要对着光看、不要揉眼睛、不要提重物等等。王正梅回答，这三个月来，不敢用水洗到眼睛；媳妇很体贴，不要她做活，只要好好照顾“四只小猪”，且顺手指往前方的几个小男孩儿，就是她口中的“小猪”。

同一天，在宿迁市，慈济志工为“春蕾班”的助学生，带来关怀，与当地老师一同走入学生家中。

受助学生小军的奶奶精神状态不好，父亲、叔叔患有眼疾，父亲几乎全盲，行动不便，平日在家中摸索着协助家务。为分担家计，姊姊和妹妹辍学打工，却在去年八月，共乘机车，发生严重车祸，但肇事者已经逃逸，不顾受伤的她们。

身穿破旧棉袄的小军语调平和地述说：“姊姊双脚骨折，可能会落下残疾，至今仍在住院中；目前，仅有母亲一人承担，非常辛苦。”期盼早日学成的小军，盼能减轻家人的负担，也想要帮父亲移植眼角膜，让他重见光明。

乐观进取的他，曾经参加“静思语教学”，了解“竹筒岁月”积小钱行大善的意义，虽然生活艰辛，还坚持存款。当慈济志工家访时，特地取出一个饮料罐的储蓄筒，恭敬地奉上，加入行善的队伍。

除了关怀助学生的家庭生活，慈济志工与宿迁市合作冬令发放，已进入第九年，但寒冬送暖到泗洪却是第一次，需要更多的准备。

不忍乡亲们在寒冬中久候，希望都能推敲每个细节，环环相扣之后，迅速让乡亲们领到发放的物资，顺利传递全球慈济人的爱心；慈济志工继六月份初勘，九月份的家访，志工第三

次来到泗洪，此行的目的在于各片区场地的勘查及各地民政单位领导的协商，盼一切顺利。

在泗洪县，将分为六个片区发放，总计二十五个乡镇，一万四千三百九十九户，发放总人数达二万六千零三十一人。

昆山慈济志工承担第三片区的前置作业，发放点位于上塘镇上塘小学，冬令物资致赠对象来自上塘、魏营、车门、瑶沟四个乡镇，共二千二百六十九户，预计嘉惠四千三百三十八人，志工在民政局办事员的带领下共乘承小公交车出发。

泗洪位于中国第三大淡水湖洪泽湖畔，不但是中国水产百强县亦是全国粮食生产先进县，经过市区，伴随着志工的是一段又一段的河道，枯黄的路树和一望无际的平原；一路上，灌溉水塘上群起的野鸟为这个零度的隆冬带来无限生机，众人就在这样的景色中，不知不觉来到上塘小学。

占地约三万三千三百六十五平方米，上塘小学的环境干净整洁，昆山冬令发放团队虽是第二次到来，却依然慎重。

详细协调许多的细节，如司仪台的位置、物资进场的时间日期、存放的教室等等，志工们也勘察好场地，把握当下，就地讨论之后，达成初步共识，并期待圆满十二月份开展的冬令发放。

■

•主题报导•

闽南预备冬令发放

撰文/摄影 闽南真善美志工



志工的关怀，与受助的家庭、个案如同朋友或家人一般。

从八月底开始，福建闽南泉州、厦门、漳州三个区，开始规划二〇一三年冬令物资发放，预计发放两万五千多户，关怀三万七千多位的乡亲。

为了解领取乡亲的真实困难状况，并更好了解去年冬令物质对乡亲是否贴切，从九月份开始，志工展开了更大规模的发放前初访工作，入户初访户数的比例提高到百分之三十，初访户数超过八千户，面对庞大的发放户

数与人数，可谓是难行能行，不仅感动乡亲，也感动陪同的村干部。

厦门的冬令发放，主要集中在岛外较偏远的同安、翔安两个行政区，预计发放近六千户，走入大约一千七百户的居家关怀户家中。此次承担访视志工，特别接引实业家、医护团队、教育团队。慈善总会非常支持，在各区在访视过程中，不断打电话关心。

同安区叶振雄师兄分享：“十九组出去，基本上是没有压力，因为慈善

本来是慈济的根，工作量较去年多出很多，但志工做得很欢喜。”

从倾听开始，所见所闻，都让参与访视的志工很有感触。

第一次参与访视的志工欧阳称英，是厦门莲花医院的药剂师：“第一次去乡下，才知道在发达的城市，还是有穷困的地方，有的人家屋顶漏水，有的人家三餐难继。”

实业家高女士是因为跟着孩子参加静思书轩“小小讲堂”与慈济结缘，“看到一些困难户，他们的实际情

况，像他们自己说的，困难时真的没米，这个是冬令发放时看不到的。”

在泉州民政单位盛情的邀约下，泉州慈济人主要将在较贫困的泉港区进行冬令发放，总计将发放一万四千多户，进行访视四千五百多户。

泉州志工表示，今年志工都有很大的成长，访视方案一出来，就主动和每个镇领导联系，也跟带队的村干部电话事先联络，初访过程都很顺利。

冬令入户访视活动，得有机会和政府沟通。有的民政局干部开始不是很



身体的苦不是苦，心中的苦才是最大的苦。志工用心抚慰受助的家庭。

了解，听志工介绍之后，转为认同，初访当天，提前集合等志工，即使访视到很晚回来，也无怨言。

泉州慈善总会秘书长朱元伙，陪同慈济人和当地的民政工作人员，一同走进贫困的乡亲家，他分享：“看到泉港的乡亲们还过得这么苦，心里真的很难过，未来，还有很多方面需要大家一起努力。”

漳州的冬令发放今年进入第五年；五年来，慈济的爱心物资和志工爱的关怀，不仅在寒冬为乡亲们送去温暖，更在乡亲的心中撒下善的种子。漳州今年的发放集中在山城南靖县，整个漳州访视二千五百户。

许多乡亲已领过慈济多年的冬令物资，今年再次见到志工来访，犹如见到老朋友一般亲切。这次初访，也得



志工围在奶奶身旁用心聆听，用心感受。



一个拥抱一句祝福，温暖流淌在人与人之间。

到慈善总会与民政局的支持与认同，每天为进行访视的志工，提供三辆车的支持。

今年，冬令发放的触角延伸到长泰县，将进行第一次的冬令发放。

长泰的志工，虽然首次承担，心里却是非常欢喜，但也战战兢兢的分享：“把时间挤出来，要带头参加活动学习，没有学习就不能带别人。”

这次初访，走过更多贫困户，清楚他们的心声，也让大家更了解慈济。

志工分享冬令发放访视的好处：

“其一，在发放前让他们感受到有一群慈济志工待他如家人；其二，志工走进感恩户家，感受这份爱是这个家庭非常需要的，志工更加以尊重感恩的心情去付出。

另外，乡亲在接受访视时，事实也在期待慈济人的到来。希望来年，可以落实入户互动，让家家户户都有慈济人的关怀与爱。

■

关怀致康园

撰文/摄影 上海真善美志工



致康园十年庆，不仅有欢歌笑语，还有将近十家的志愿者团队琳琅满目的义卖活动。在这里，目标一致，彼此多是初见面，但帮助脑瘫孩童的用心从来无二。

位于罗秀路，二〇〇三年十一月三日，致康园落建。创办人是从小因为脑瘫，生活不能自理的吕舜玲女士；经过不断的治疗，直到三十多岁的时候，

终于可以走路，也学会一套治疗脑瘫儿童的按摩方式；此后，不仅走到需要她的孩子家中，也变卖父母留给她的所有家产，建立儿童康复院。

资金不到一千万人民币，吕舜玲搭起脑瘫孩子们的家。十年来，在致康园参加过脑瘫康复训练的有三百多人，且从致康园回归社会，步入学校读书的有三十二位。其中，三岁进住

的秦思梁，今年高考合格，成为一名大学生。

慈济与致康园结缘是在〇八年，从第一次和院方沟通，要带给孩子们一个什么样的关怀和爱，并告诉院方，慈济是来自五湖四海没有专业指导带孩子经验的人，但是，慈济人可以和孩子们建立起心灵上的关怀和互动。

这几年过来，由于慈济人的纪律性和规划性，慢慢地，孩子们看见穿着慈济制服的人影，即知“慈济人来了”，也能够把静思语和慈济歌朗朗上口，即如这天在周年庆表演“幸福的脸”，令人赞叹不已。

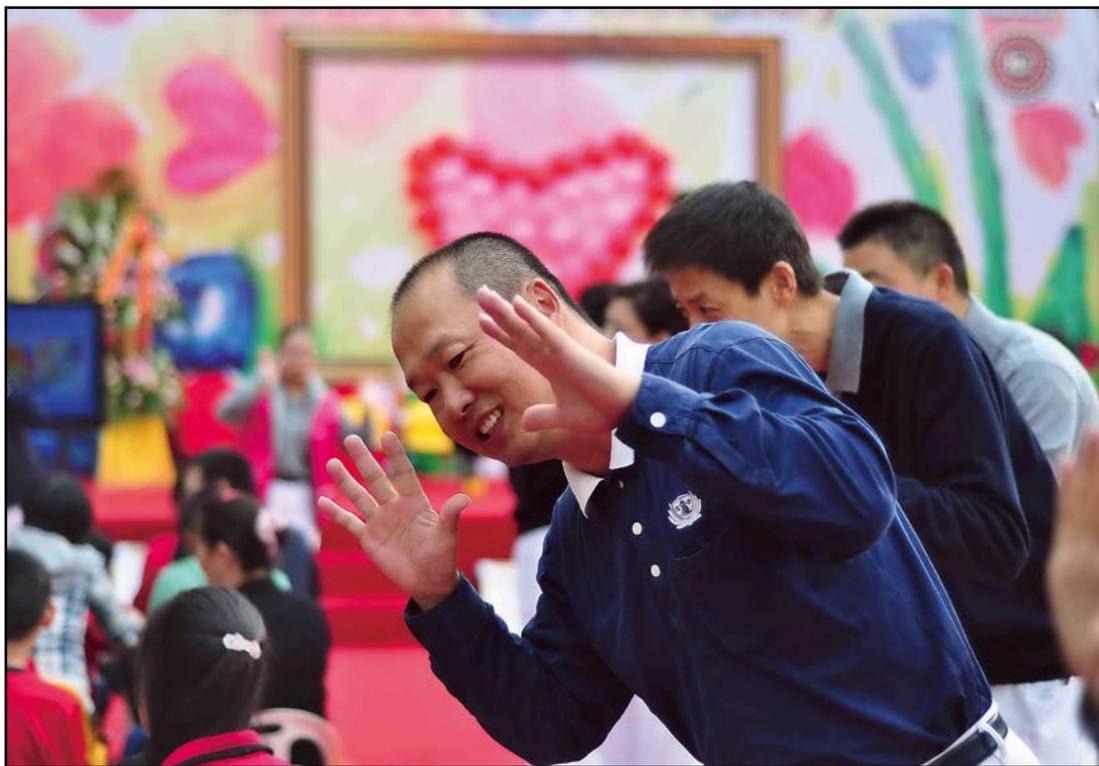
尤其是，激发孩子们感恩的心，园长吕舜玲肯定慈济做得非常的棒，希

望以后能有更多的合作。而致赠给慈济等团体的感谢状，都是脑瘫儿童亲手绘制，也是他们表达感恩的方法之一，构图和笔触充满纯真。

在十周年庆的会场，慈济志工推广静思书轩展品、环保回收和酵素制作。另外，支持慈济推广素食，人道素食餐馆提供二百五十份午餐，慈济志工也演出小品“仁慈的鹿王”倡导素食的好处。

没有商家竞争的喧嚣，只有其乐融融的爱心撒播，及分享慈善的乐趣，致康园让大家一起走得更远；慈济志工了解，在有力量时候帮助更多的人，散播大爱的能量，不仅是小朋友的成长，也有自身的成长。

■



志工使出浑身解数与致康园的孩子互动，孩子们如今都会唱慈济歌曲。

•地方通讯•

北京大爱 英语班

撰文/摄影 北京真善美志工

用英语传递慈济大爱，慈济北京教育组大爱英语班首次培训课程，十一月九日于慈济东花市举办，四十九位学员来自不同的单位，不同的人生经历，不同的英语程度，但愿意来到同一个地方学习英语，互相帮助、互相爱护，共同用不同的语言传递慈济大爱的信息。

课程安排有“Different languages same Love”（不同的语言相同的爱）、“A little Bamboo bank Changing the world”（小竹筒成就大世界）、“This is Tzu Chi”（慈济世界）。

英语是世界上应用最广泛的语言之一，为了让学员能通过轻松开心的方式学英语，培训讲师姚蒨菁充分做了课前的各项准备工作，采用美国教材、大爱电视台的录像片段，并给予热情的鼓励，“只要带着耳朵、用心的听，就能很容易的学好英语”。

“Different languages same Love”单元，由姚蒨菁简介影片





用英语传播大爱，北京志工学习如何用英语分享人生精采。

大意，八十六岁的前澳洲天主教徒安杰拉修女（Sister Angela Mary Doyle），曾六度参访慈济拜访证严法师，两人结识近二十年。安杰拉修女曾多次参与慈济人物资发放行动，亲眼见证澳洲人深受慈济人“付出无所求，还要说感恩”的精神所感动。安杰拉修女表示，“我觉得我属于慈济，虽然我是天主教徒，而你们是佛教徒，但我们是一样的，我们心中的爱和慈悲是一样的，我们要把心中的那份爱发挥出去，因为我们是一家人‘We are all one family’”。

安杰拉修女曾表示，与证严法师虽然语言不通，但只要透过眼神交会，就能感受到彼此，同样为人群的爱是相通的。并表示“我决定把中文版回忆录的版权，归属慈济与证严法师所有，是因为她关心并照顾全世界”。

影片播放结束，姚蔚菁启发大家，“从这部影片你学到什么？”大家积极主动用心的回答，“语言不同，爱是相同的”、“不同的宗教，爱是相同的。”

稍后“A Little Bamboo Bank Changing the World”由讲师介文清分享，小小的竹筒改变世界，慈济功德会建立之初，证严法师和当地的家庭主妇用竹筒做成扑满，每天每人节省下来的五毛钱做为慈善金，每天有一个善念，每日有一颗爱心，正是

这样日积月累，积沙成塔，如今，慈济人带着竹筒岁月的慈肠柔怀，发展成了志业遍布全球的慈善基金会。

“这部影片大家得到什么启发？”介文清请大家谈观看后的体会，精采地分享着各自的感悟如，“做慈善不是有钱人的专利”、“只要有爱心都能救人”。

“This is Tzu Chi”单元由讲师朱明分享，朱明是威睿公司的电脑架构设计师。雅安地震，威睿公司把给予灾区的捐款放到慈济慈善基金会，基于这样的缘由和慈济结缘，了解到当今社会很多人想学英语，但在任何一家英语培训机构，要想学语言都要投入太多的资金，为了给大家提供一个学习的机会，讲师朱明甘愿奉献自己的假日和大家一起学习语言，并通过学习英语让更多的人了解慈济的人文理念。真正体现了来到慈济学习技能“包教，包会，还免费。”的理念。

讲师朱明带领大家导读，导读结束后启发大家用英语讲话，不能讲汉语，这下让没有学过英语的学员有些为难，“能说出今天学的一个单词就可以”。

五十多岁的志工刘洪英上学没学过英语，英文字母背不下来，这种充满爱的环境中学习，很受感动，遂在大家的鼓励下，第一次开心地说出“*This is Tzu Chi*”。



志工讲师朱明分享自己学习英语的经验。

做编辑工作的学员曹雨清说，“慈济英语体现的是人文关怀，是大爱的精神，不是简单的生背几个单词”，并期许自己以后多参加慈济的活动，让这种大爱的精神落实到现实工作和生活中，同时也带动身边的同事和朋友来参与。

学员白青梅，做面点工作，平时的工作很少应用英语，这次的学习，心里有点犯难情绪，但在学习的良好氛围下，打消顾虑，遇到的难点就直接请教身边的“同学”。

“这种快乐学习的方式很开心，只要用心学就不难。”

志工王丽宁则直言不讳，“学习语言不要机械的背诵，平时要多看英语电影，多听英语新闻，常带英语词典，学习语言靠日积月累。”讲师朱明重新诠释了学习英语的方法。并介绍亲历学习语言的小秘诀，多年来随身携带的英语字典已变成古铜色，生活中只要看见不认识的单词，随时随地查词典，并及时记录在笔记本上，反复翻阅，这种学习的方式让学员如得至宝。

精采的一堂慈济英语学习大筵席，在讲师倾囊相授，学员踊跃分享中结束，虽然犹未尽，但收获满满。 

• 地方通讯 •

青年志工 在嘉定

撰文/摄影 上海真善美志工



青年志工带小朋友学习手语剧。

“儿童德才班”，是嘉定颇受欢迎的小区欢迎的活动，孩子的父母总是很放心地把孩子交给慈济的“青年志工”，也让独生子女，多了大哥哥、大姊姊。

在慈济，大学生来做志工有个很可爱的称呼，叫做“青年志工”。虽然，必须面临升学、毕业、找工作和就业等问题；但庆幸的是，永远有青年志工不断地成长，不断地接替。

续学长学姊的委托，上海科学技术职业学院市场营销专业的杨寒接下重担，承担起了青年志工总召集。

当然，每件事的开头，都不可能是一帆风顺，杨寒为了办好儿童德才班，就经历不小的考验。她说：“开展班务的一个星期前，电脑几乎每天都开着，生怕漏掉一个信息，或哪个环节出了错，时时惦记着伙伴们的准备进程。”

“不过，这次的‘德才班’好多了，记得上一次自己是边哭边做的，因为青年志工人数少了，一个人承担了四个人的工作。但是如果说要放弃

慈济，会觉得更累。”

虽言如此，这期的德才班，让她接了一个不小的“变化球”：杨寒说，“活动开始的前一天晚上，突然有四位伙伴请假，真的急了，却也意识到，自己是那么的渺小。不过，庆幸的是，从过程中学到，真正做事的人不会急，只有冷静的思考，才能解决问题。”

这也是慈济世界的可爱，总会有那么一股家的力量吸引着大家，使得大家总是那么的甘愿做，欢喜受。

即如，从青年志工成长为陪伴学姊的李馨最开心的是，在静思语课堂上如此问着：“为什么要做听话的孩子？”小朋友的回答是“因为听话的孩子很乖。”

如此的对答，彷彿说出自己的心声，要努力当个很听话、很乖的青年志工，不为其他，就为照顾更多的“德才宝宝”，但也希望，更多的青年志工加入行列，用言教和身教陪伴孩子，教学相长，也让自己得有更宽阔的成长空间。

越

新侨中学的助学访视

撰文/摄影 泉州真善美志工

泉州慈济志工在老师的陪伴下，开展南安新侨中学助学入户访视，为十二位家庭贫困的孩子带去希望。这个因缘起于物理老师陈文坦，并获得学校领导认同。

福建省南安市新侨中学创办于一九五四年，其前身为南安私立华侨子弟补习学校，一九五八年正式命名南安新侨中学，历经五十几个春秋，已发展成为福建省二级达标重点中学，目前朝向一级达标方向迈进。

二十五位志工在三位老师陪伴下，入户访视，也有其他助学生同行。

在南安康美镇一座旧石头建造的平房里头，头顶上却挂满塑料布，正中低垂的部分触手可及，里头分明还留存着不知哪天从屋顶滴漏的雨水。狭小的窗户照不进阳光，整个房间充满霉味。地上没有一点铺设，现出本来的土，或许是长久漏雨泥泞的缘故，全是坑坑洼洼的。这里是一位品德兼优贫困学生小苏的家。

简陋的家光线阴暗，共有五间房住九个人，跟随志工入户访视的林长江老师用低沉的声音说，“这是在我当老师几年里，看到最贫困的学生家庭。但小苏是一位对生活充满乐观、品学兼优的学生。”

志工与小苏的父亲聊天，得知他是从小抱养的弃婴，但从小得到全家人的爱。看到家庭的贫困，小苏本想放弃学业，但父亲坚持让他继续读书，并且表示，无论多么辛苦，都要把他养育成人。

“我的那份助学金可以不要吗？如果可以的话，想把这份给小苏同学，没想到，他的家里是这样困难，想想自己真是比他好多了。”同行的学生小红真诚地对志工说道。

家住洪濑镇葵山村，七十八岁的林伦阿嬷看到志工到来，赶紧招呼大家坐下。

阿嬷忧虑地述说家里的情况：小红的母亲嫁过来后，一直嫌弃家贫，不愿住在家里，于小红七、八个月大时，抱给阿嬷抚养，从此很少回来。且在小红三岁时，父亲因各种压力，喝农药自杀，抢救无效往生，从此留下小红与奶奶相依为命。

十三年来，阿嬷做零活供小红生活和读书。现在，年纪越来越大，行动不太方便，还患有高血压及下肢静脉曲张。虽然三个儿子每人每月给阿嬷一百元，但家庭经济开支还是很拮据，经常捉襟见肘。

同行的另外两位同学听到小红的成



长历程，被深深触动，“原来我们家过的并不苦，至少我爸妈都在，一家人很和乐。而小红只有奶奶，我应该很满足了。”

从小红同学家出来，志工与老师前往小霞家中，看到一座没有任何装修的石头房，屋内很窄，没有让客人坐的地方。

虽然住家环境很简单，但是很整洁。在小霞的房间，志工看到两袋整理好的回收品，原来，小霞平日细心到连一些小纸屑都会收集，赚些零花钱，让父亲减少负担。

志工邓福兰在与小霞父亲互动中了解，小霞的母亲患有精神障碍，在她三岁时走失，再也找不到。十几年来，父亲一个人照顾孩子，没有再娶，怕小霞会受委屈。但看到孩子懂事乖巧，很是欣慰。

多年前，小霞父亲的左手，在一次争执中被砍伤，造成残疾，致工作和生活变得更加不便，只能在戏班打杂，一个月收入有两千元左右。

小霞听到父亲讲以前的事情，心生感伤，泪流满面；志工用静思语与她结缘，在认真阅读之后，挑了一句

“对父母要知恩、感恩、报恩。”以表达对父亲的爱。

看到小霞同学这般体谅父亲，为父亲分担忧愁，同行的小红深深反思自己对奶奶不够贴心，也表示今后要好好孝顺奶奶，让奶奶宽心。

“比我差的人还没放弃，比我好的人还在努力，我就更没有资格说我无能无力了！”这句话是新侨中学高一同学小艳对自己的勉励，个子娇小的她，有着令人意想不到的坚强。

小艳家里原本开着工厂，家道算是小康，不想一场突如其来的变故，导致家庭支离破碎；在那场人为的意外事故，小艳的妈妈当场死亡，小艳也身中五刀，送进医院抢救；最后虽然康复，身体却大不如前，无法进行激烈运动。另外几名员工在此事件中受伤，医药费需要工厂承担，造成资

金周转困难，因而无法继续经营；同时，债务累累的父亲外出打工后，从未回家，也没寄过生活费。

遭受如此巨大的变故，小艳从来不会因为家里的遭遇心生抱怨，总是勇敢的她，面对困境，从不气馁。

三个多小时的入户访视，与志工同行的助学生，是一次特殊的体验。助学生小红分享，“走过五个家庭，感觉自己真的很幸福；通过此次的参与，回家后，会快快乐乐地跟爸爸妈妈生活，尽量不让他们操心。”

跟随志工走入一户户的助学生家里，看到人生许多的凄凉，但感受到浓浓的爱心，林长江老师表示：“当慈济志工唱‘祝福歌’祝福同学时，我非常感动，相信同学们也是一样，尤其是，引导同学对家庭的感恩，也是一种帮助。”

■



（左页）泉州志工在学校老师的陪伴下，与学校同学们一起前去关怀受助的学生家庭。

（左图）同是受助的学生小红，看到同学家庭的状况不禁掩面而泣。没想到，同学的家里是这样困难，想想自己真是比他好多了。

•地方通讯•

宜春助学

撰文/摄影 华东真善美志工





华东志工前往江西宜春助学，用丰富的肢体语言以及教材与学生们互动。



志工双手致赠助学金，给予无限的祝福。

宜春助学活动，十八年来始终如一，这学年再次走入高中，为三百六十名品学兼优的高中生送去助学金，及慈济人精心设计的人文互动，也首次走进宜春学院，为十五名大学生颁发奖助学金。

江西助学活动于十一月九日至十日在宜春学院和宜春一中举行。来自上海、南昌、九江、宜春的志工和实业家同行。

慈济与宜春的结缘，起于一场发生在一九九四年的龙卷风，吹垮已复建两次的白竹小学。当时的领导张砚华找到慈济人，随即展开援建，

一九九六年学校竣工，慈济在宜春先后为小学生、初中生发放助学金及物资。二〇〇七年随着国家义务教育学费的减免，慈济开始资助高中生和大学生。

十一月九日在宜春学院报告厅，校长蒋钰女士对慈济来到宜春学院表达了衷心的感谢，并告诫同学们要用心怀一颗感恩之心，回报自己的父母、师长与社会。

学生代表吴鸿艳在会场做了发言，请慈济人放心，他们会“勇往直前，激流勇进，将心中无尽的感激化为前进的力量，力所能及的去帮助那些需



受助学生就像志工的孩子，用母亲的心拥抱孩子，脸上都是幸福的笑容。



要帮助的人们”。

结束宜春学院的行程，驱车来到宜春一中。在报告结束之后，志工组织孩子们进行别开生面的静思语教学，活动分为六站：感恩站、美丽站、希望站、智慧站、健康站等。

同学们在每一站，都通过游戏去体会其中的道理，最终用一句静思语总

结。让孩子们寓教于乐，也让孩子们度过了一个愉快而充实的下午。

在整个下午的活动中，孩子们都是笑逐颜开。但是时间真的是流沙一般，很快就过去了。在送别孩子们的过程中，慈济志工和孩子们拉钩钩，互相约定，一定要好好地将慈济的大爱传递下去。 

（左页上）除了助学金，志工还致赠静思书籍，期望孩子将来回馈社会。（左页下）志工与孩子们拉钩，相约将大爱传递下去。（下图）发放活动结束，志工搭起大爱的隧道，让每位孩子都带着祝福回家。





• 地方通讯 •

到昆山学做环保

撰文/摄影 江苏昆山真善美志工

推动环保事业刻不容缓，二周前，八十位南京慈济志工参访昆山环境教育基地，得到热烈和积极的回馈之后，十一月十日再次到来；此行不仅陪伴南京孝陵街道办的工作人员，也有安徽马鞍山的慈济志工，希望通过半日参访，得有更加全面深入的了解。

清晨四点半，天还未亮，江苏南京和安徽马鞍山的慈济志工就已经集合，准备前往昆山环境教育基地。

带队并组织本次活动的南京志工，特地邀约孝陵小区领导和工作人员，

至昆山了解多元化的环保推广模式，或许，可以进一步和当地小区环保工作结合；且因为孝陵小区内老人较多，他们也在思考，是否让老人们一起做环保，发挥生命良能。

于涛是南京孝陵卫街道中十一位小区主任之一，因为慈济人每个月都会上门访视小区里的孤寡老人，遂在互动中，想要更多的了解；而且，南京市正在推广垃圾分类，他表示，来到昆山很受启发，回去之后，要把看到的好的做法，与当地居民分享。

至于马鞍山慈济志工来到昆山环保

站，实属难得。

马鞍山的志工刚认识慈济不久，看到慈济人弯腰做环保，原本想不通：“怎么成了环卫工人？”

通过读书会，了解到，四大不调，产生各种各样的自然灾害，就像人体发烧了，地球发烧了也会产生各种不好的影响；此行，他带着家人前来，妻子孙万银是位老师，她表示，会教育学生，从自己身边的小事做起，捡一个可乐瓶子、不乱扔一张纸，把慈济的这种环保的理念传递下去。

昆山环保站的课程设计动静结合，学员们用心学习，心到，手也到。到了环保实做区讲解分类方式，即迫不

及待的弯腰、卷袖做起了垃圾分类。

在各节课程中用心学习，除了学到如何垃圾分类，还了解神奇的环保酵素和环保肥皂，最后通过导览区的讲解，更深入地了解力行环保的紧迫性和重要性，懂得环保可以从食衣住行，从垃圾减量、从清淨在源头、茹素……每个人自己做起。

马鞍山的志工，参观完慈济环保站后，她非常感慨，两年前，通过影片“假如后天来临”，了解到环保是“来不及”的事情，但只是说说而已，缺乏直观的感受。此行，踏出重要的一步；未来，一定要从生活中开始，留给子孙充满爱的大地和环境。❶



志工展示环保酵素，环保肥皂等回收再制的成果，令参访的来宾感到十分新奇。

南京环保教育

撰文/摄影 江苏南京真善美志工



素质教育从娃娃抓起，南京慈济环保亲子班第一期开班，共有四十一位小朋友和爸爸妈妈一起参与，课程分为两部分：静思语教学“别生气”和DIY环保手袋。

课程设计，安排爸爸妈妈坐在后面，小朋友们分成六组坐在前面；这六组分别以勇气、精进、包容、知足、感恩、善解命名。

在静思语教学时，春霖老师问：

“遇到不开心的事情，你会生气吗？面对孩子不听话，爸爸妈妈会发脾气吗？”小朋友的回答是YES，爸爸妈妈的回答也是YES。

人生不如意之事八九，可见无论大人还是小孩都会生气，都会有脾气。可是“脾气嘴巴不好，心再好，也不算是好人。”春霖老师引用证严上人的话，也给小朋友们讲了个故事。

有个爱生气的小朋友，他问妈妈，

生气的话该怎么办呢？妈妈对他说，“当你生气的时候，就在板上钉钉子。”于是，这位小朋友一生气就钉钉子，当他钉到第二十八颗钉子的时候，他问妈妈，“要是我不生气，该怎么办呢？”这时候妈妈对他说，“那你就把钉子拔出来。”

之后，小朋友越来越能控制自己的脾气。渐渐地，钉子越来越少，直到最后没有了；但是，板子的洞却清晰可见，“生气时说出的话，就像钉子一样，会给对方造成不可抹去的伤痛。”妈妈告诉小朋友。

“不能让别人操控自己的情绪，应该自己控制自己的反应。”春霖老师给大家布置了幸福作业，同时叮咛“爸爸妈妈也要控制脾气，理直更要气柔。”

接着是DIY(Do It Yourself)环保手袋，由姚静老师教大家变废为宝，将废旧报纸杂志做成环保手袋，同时展示品，当一个个漂亮的小手袋呈现在大家面前，小朋友已表现跃跃欲试的热情。

每张桌子上准备了纸、小剪刀、彩带、还有双面胶、压花器，在姚静妈妈细心叮咛之后，一个一个步骤仔细教，大小朋友们也一个一个步骤认真学。另外，小朋友可以单独或是与爸爸妈妈一起完成小手袋的制作。

感受惜福的乐趣，每组的小朋友还以一种特别的方式上台向大家展现自

己的环保手袋，也成为精采的压轴戏，个个充满欢喜。

感恩组的小朋友以时装秀的方式，向大家展现了环保手袋，博得了阵阵掌声。知足组的小朋友提着小手袋，边唱“读书郎”，蹦蹦跳跳上台。勇气组的小朋友喊出了口号“清静在源头”；包容组的小朋友“我爱动小手，环保我最强”；精进组的小朋友大声的告诉大家“环保小超人就是我”；善解组的小朋友说“地球妈妈是一颗大树，我们是树上的小毛虫，我们要爱护地球妈妈。”

欢乐声中，兼顾知性与感性的第一期环保亲子课程，于“一个干净的地球”手语演绎之后结束，但落实在生活的环保行动正要开始，四十一位孩子和家长将是最有力量的推动者。🌱



环保亲子班的小朋友用自己独特的方式展现今天环保学习的成果。



上海嘉定志工把握时间与机会推动环保，越做越欢喜。



•地方通讯•

嘉定环保站

撰文/摄影 上海真善美志工

把握时间和机会持续推动环保，也从生活环保提升至心灵环保，上海嘉定区的慈济志工，越做越欢喜。

“合班”上环保课，十一月十日在环保教育站，大人和孩子分坐两边，通过一张张触目惊心的画面，看到地球生病的状态，也反思自己用了多少塑料袋，造成多少白色污染之后，即前往垃圾回收现场做垃圾分类。

王智渊与陆君秋夫妇，是在台商庙会认识慈济，虽然是第一次参加活动，但很快融入。陆君秋说：“以前有意识要分类，但不是很清楚具体怎么分，今天终于知道了，未来在家里也要做到这样的分类。”

跟着志工们一起将回收的纸箱装车，王智渊负责往车上传纸箱，并提醒在车上堆栈纸箱的志工要注意脚下安全。

与王智渊一起清理纸箱的薛强，是被太太和女儿硬拖着来参加环保活动；同样在台商庙会与慈济结缘。上周，王智渊的妻子带着女儿参加敬老院活动，听说这周有环保活动，就迫不及待地想带着薛强一起来，却遭到拒绝；但敌不过母女俩的软磨硬泡，



志工邀约平日在工作的家人，利用假日前来做爱护地球的工作。

勉强来到环保站，没想到，很快受到感染，积极投入回收分类的工作，在阴冷的天气，做到满头大汗，他说：“慈济这个平台很不错，教育小朋友从小做环保非常好，把握当下，做的很开心！”

还有一位很开心的志工，他是小侯：“因为搬了很多纸箱。”

虽是简单的一句话，但对封闭自己十余年的小侯、小侯妈妈和所有的慈济志工而言，是弥足珍贵的。

五个月前，小侯和母亲走入嘉定环保站；自从参加慈济的活动之后，得

到志工们的关怀与陪伴，原本跟人交流会满头大汗的他，现在会与人互动，也成为小区环保的坚定推动者。

就像今天，环保活动临近结束时，小侯看到师兄们捆纸箱需要绳子，即细心地解开回收的尼龙绳，方便师兄们捆上纸箱，而那样贴心的动作，在过去，是小侯妈妈难以想象的。

看着满满一车回收的资源，被载出环保站的大门，大伙儿舒心地绽放笑容，也互相鼓励，运用有限的双手，推动无限的环保志业，并相约下次再见，携手守护大地。

慈



看着堆着满车的回收资源，志工露出幸福的笑容。



• 地方通讯 •

陪伴大方学校做环保

撰文/摄影 湖北武汉真善美志工

蒙蒙细雨中，志工们来到大方学校陪伴师生做环保，同行的还有来自宜昌夷陵区城管局干部、小区和学校的家长们专程前来，参访武汉慈济人的环保活动。

十一月十一日上午，夷陵区城管局干部等，比预计到达学校的时间早，正因为早到，可以和学校互动了解，并参与师生们的准备工作。

在垃圾回收区，志工指导学生分类，小朋友认真地实践着，把家里

带来的物资，分类放进贴着标志的大桶里，引起夷陵区政府部门干部们关注，何能如此地有序进行。

老师和学生一起做环保，来宾也兴致勃勃地参与其中；“任务”完成后，孩子们围着负责登记的老师和志工，热切地希望在自己的名下打勾，以争取当上环保小卫士。

夷陵区望江小区的陈主任高兴地体验了登记工作，他说：“从孩子抓起的意义大，一个孩子影响一个小家

庭，一个小家庭影响一个大家庭，大家庭再影响其他家庭，星星之火就燎原起来了。”

学校老师，同时也是慈济志工的司海珍，分享学校是如何推动环保，他说，近三年来，每逢与环保有关的节日，学校总是会借机熏陶孩子对地球的感情和爱惜，并引导孩子们将环保的理念落实到日常生活中。校长更是身体力行，每周像学生一样，带回收资源来学校，周日就在家清理，从不拉下。

夷陵区城管局邱洁副局长分享说：“看得很兴奋，思路更清楚了，就是

要让做的人知道怎么做。带班主任来学习，是想让家长们都知道，环保才能广泛推开。”

听了校方的介绍后，黄柏河小学的班主任指着孩子们的环保护照说：“这就是带动家庭做环保，及爱护地球的最好方式。”

学校也利用课间操的时间，表扬全校做环保积极的学生和班级，并颁发八十多份小礼物给十月份的环保小卫士；校长感恩慈济人带来的环保理念，带动学生和家，快乐地参与其中，并落实生活。

誌



武汉志工与大方学校一起带动学生和家实际体会环保分类工作。



泉州志工为建设美丽乡村环境，弯下腰来清扫自己的家园。

• 地方通讯 •

龙湖爱乡活动

撰文/摄影 福建泉州真善美志工

得到当地政府支持，泉州龙湖慈济志工，走入小区倡导环保理念，首次举办扫街活动，并推动“静思语好话”；从我做起，建设美丽的乡村环境。

十一月二日，在行前默契、爱的叮咛后，分六组至龙湖镇三个村及镇中心街道，开展不一样的一天。

“哇，怎么还有小朋友跟学生也来参加啊！”

打开大门，刘女士发现自家门口，来了一群“和善、亲切”的志愿者在

打扫她家的巷子；她看见，老人弯腰捡垃圾不怕累，也看见小朋友不怕脏，利用周末做环保。

这条巷子工厂多，民众随手扔垃圾的更多。刘女士说：“平时扫了，还是有人乱扔；于是，一段时间没整理环境。”

不管是路边落叶、纸屑，垃圾桶边的果皮，志工们都用心打扫。

近六十岁的志工李素甘，一大早从石井赶来龙湖，带着八岁的孙女李海滢同行，尽管年纪大，手脚很是利

落。“为了参加今天的活动，早上三点，先把老板家门前扫干净，树也浇水了。”骑着摩托车的民众雷武能看到慈济人在扫街，赶紧停下车子，借机跟坐在后座的儿子说环保的重要。来自安徽，在当地开包子店的老板檀结桂，对慈济人竖起大姆指，对慈济人扫街活动感到很赞同。

上午八点多，街道店面陆续开店，志工带着准备好的静思语图贴，挨家挨店拜访，待说明活动意义后，大多对慈济人的柔软态度相应很好，愿意在自己店门口张贴静思语与路过的人结好缘，遇到不赞同的，志工也微笑祝福。美容店的老板施少游，对志工

的来访有些惊讶，待耐心听完慈济理念后，表示认同，并愿意在自己店门口贴上静思语，让路过店面的人都能看到一句好话。志工让施少游挑选静思语时，他专注于“屋宽不如心宽”，贴好静思语后，施少游站在自家店门外看了又看，还分享给隔壁理发店的老板，让他也贴起静思语。

“原本以为，到街道店面贴静思语会很简单，没想到，这里头的学问这么大。”志工肖美续第一次参与活动，感触很深，“学到很多，平时都知道要口说好话，但对不同的人要说对话、用对方法，用心用智慧才能让人起欢喜心。”

慈



静思好话送给您！志工主动走入商家推广，将好话分享给更多人。





• 地方通讯 •

幸福的 现代新素派

撰文/摄影 江苏昆山真善美志工

一个素食班，可以建立微信群，互相交流心得；也能做到拿起锄头种菜，想必是绝无仅有；且在机缘时办理“素食自助餐会”，更不容易；这就是昆山第五期“素食班”的成就。

为响应证严上人“素食救地球”的呼吁，昆山慈济志工于今年九月份推出第五期“现代心素派”素食班烹饪课，十一月五日课程圆满。

为准备“毕业典礼的素食自助餐会”，学员和素食班工作人员在厨房里忙进忙出，把第五期素食班学到的功夫，完美呈现，真是好看又好吃；包括水果三明治、玉米烙、黑胡椒素菇排、大爱合心饼、老板豆腐、鱼香素什锦等，皆以当季新鲜蔬果为主要食材。

回顾素食班二个月来的历程，最让人津津乐道的是，为开垦昆山慈济园区的农场，做为素食班的菜园，也为昆山慈济家人可以吃上自己农场生产的蔬菜，大伙纷纷结缘锄具、种子、有机肥料制作和农场植物标牌，并利



昆山第五期现代心素派课程结束，学员在“毕业典礼的素食自助餐会”展现学习成果，并邀请家人朋友们一起来品尝。

用十一假期耕种农田。这缘起于素食班开课后，队辅长王涵师姊看着荒地觉得可惜，发愿和学员们一起开垦、浇水、播种。

原本不会种地的王涵，在师兄姊耐心教导下，学会了蔬菜要怎么种，有机肥要怎么做，做好要怎么施肥，地要怎么翻土等，每一个环节都学到很深的学问。

记得有一回，王涵看着密密麻麻的杂草，就一心一意的拔起草来，当时，结果拔着拔着，那个当下，突然发现，内心非常的清净，一个杂念妄想也没有，这才明白，不仅清除有形的杂草而已，还把心中的杂草也清除

了一些。

善用国庆及周末假期，带着家人和小朋友，与大自然亲密接触的夏莉芳师姊则分享：“让荒草丛生的土地变成清爽的菜圃，虽说付出了汗水和辛苦，但看着小苗长出，心里也有说不出的收获。”

为了让大家品尝到健康的有机蔬菜，梁裕太师兄专门用水泡豆粕制作有机肥料，从九月初到现在，短短的时间里，农场已初具规模，也让志工们马上产生灵感，提议在周边种植花草树木，既美化农场又可以用在茶花道的课程。

素食班还建立了自己的微信群，大

家可以在此一起讨论食谱，也可以分享闻法心得。正因为第五期素食班如此精诚团结，也在大型活动中分担香积组的工作，包括苏州大爱人文营和昆山百人餐食。

张蕴玉师姊从第三期素食班做副总召、到第四期、第五期的总召，一路走来，不仅积累了素食班运作的经验，更在此过程中收获了满满的欢喜；在带领学员和志工的时候，她特别照顾每一颗心。例如有两位师姊因

为身体不适需回台湾疗养，蕴玉师姊就带着大家一起为她们祈福，传递爱的力量，也让整个团队更具凝聚力。

素食班烹饪课，已经结束，但留在心田“素食救地球”的善种子已经萌芽；圆缘时，队辅们用手语演绎“心灯”，在柔和的灯光下，呈现温柔、安静、祥和之美的祝福，就如歌词所说：“一颗心，一个真，一个人，一亩田，幸福的种子在一念间……”



志工为每一位学员准备了“毕业礼物”，证严上人的著作《欢喜自在》，祝福每一位学员能够吃的欢喜，活的自在。



独鲁万市海岸一个小区，被强台及掀起的大浪夷为平地；附近机场来自各国货机起降频繁，为劫后居民带来企盼的粮食物资。

• 寰宇慈济 •

海燕过后

撰文/摄影 萧耀华



寰宇慈济





三百公里风速冲向陆地

每年一、二十个台风，如候鸟般寻常造访菲律宾，今年十一月八日，全球有纪录以来，登陆时风速最高的强烈台风“海燕”，以每小时超过三百公里的强劲风力及引发的大规模风暴潮，在菲律宾中部造成毁灭性破坏。

几小时摧枯拉朽，把莱特省（Leyte）“吹”残得体无完肤；灾后一周，奥莫克市（Ormoc）伊沙贝尔镇（Isabel）一户人家，回到残破瓦砾堆中，捡拾房屋残骸搭起栖身处。

从奥莫克往独鲁万（Tacloban）的路上，沿途万里晴空，远方海面平静如镜，波澜不兴，看不出有何异状。可是，把目光放回大地上，屋倒路毁，一地狼藉，椰树低头，蕉树折腰，农夫在田中抢收稻子。

受灾最严重包括莱特省的独鲁万市、奥莫克市以及萨马省（Samar）圭乌安岛（Guiuan）等，近四千五百人丧生、九百五十万人受灾，一万九千五百栋房子毁损，其中一万三千多栋全毁。

寰宇慈濟





扶持倾倒的人生

十一月十二日午后一点，慈济基金会提供的毛毯、香积饭，直飞菲律宾宿雾，转往灾区。

十一月十三日上午十一点，菲律宾与马来西亚慈济人一行五十人，从宿雾乘船到莱特省奥莫克市，市区电线杆或斜或倒，使得单线双向的主交通干道更形挤拥难行；隔日一早，志工分头深入灾区勘灾、发放和义诊。

国际救援物资虽然抵达菲律宾，但灾区广泛，市府员工也大半受灾无法出勤，分送的效率缓慢。

垃圾、砖瓦围绕着受灾乡亲，但缺乏大型机具清理。“他们眼神中没有希望，”从马尼拉赶来驰援的慈济菲律宾分会执行长李伟嵩说，十一月二十日起慈济展开“以工代赈”，让居民一起来复建灾区、协助物资发送，同时领取救济金重建生活，“有事做，动起来，他们就可以再站起来。”

寰宇慈济

愿生者心安，亡者灵安

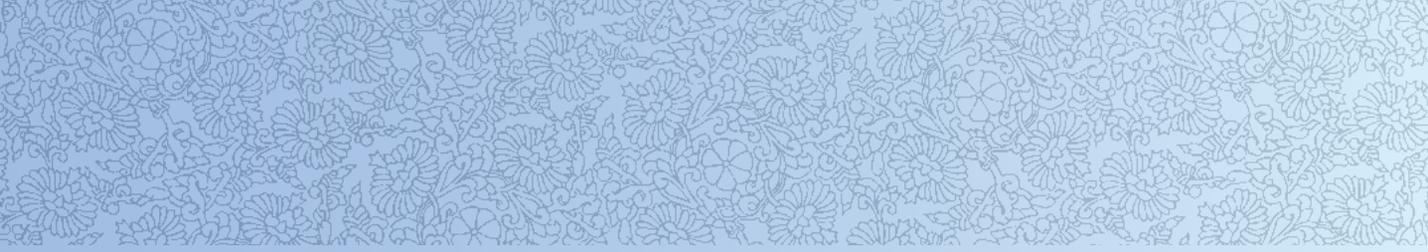
奥莫克市高达九成五受灾，全市停电，民众在失去屋顶的加油站前苦候珍贵但短缺的油料；零星几起商店抢劫，治安更形紧张，警察荷枪巡逻。

在距离奥莫克两个多小时车程外的莱特省首府独鲁万，原是二十二万人口的繁荣港口城市，市区地势低洼接近海平面，风灾当时五、六公尺高的大浪，宛如海啸冲进漏斗型海湾，铺天盖地吞噬一切；浪潮退去，已成废城。

全市有九成以上的房屋倒塌，废弃物、受损车辆充斥大街小巷和主要干道，像极大战后的景况，只是没有弹孔，仅有水过留痕在墙上，足足有一个成人高。

当地超过四千人丧生，因身分确认及人手短缺等问题，强台远扬一周后，部分遗体仍暂置路旁和空地上，经过几天曝晒，气味浓烈，也成为灾后公共卫生一大隐忧。





寰宇慈济





居民逃离家园，志工船上急诊

十六岁的杰阿（Jay-Ar Menses），在强台来时被吹进大水中，几经挣扎始脱离险境。他的祖父和母亲就没有那么幸运，祖父当天丧生，母亲至今不知所踪。

杰阿虽逃过一劫，但浑身是伤，因处理不当，左手伤口恶化，导致肌肉坏死，高烧不退。在外地工作的姊姊要将弟弟接住宿雾，在船上遇到慈济人，马尼拉慈济人医会医师卢尾丁即在渡轮船尾为他治疗，刮除手部伤口腐肉、清理消毒并缝合。志工在旁陪伴，让少年忧心忡忡的姊姊，放下心中的重担。

从奥莫克市前往宿雾的渡轮上，同船的乘客大多是从灾区撤离的民众，可以感受他们不得不远走的心情。勘灾三天、看尽苍生苦难，慈济志工在十一月二十二日起展开大型的生活物资、慰问金发放及义诊，八十间简易教室组合屋也预计在月底前运抵宿雾，蓝天白云身影将持续驻留在这破碎的大地，陪伴居民完成重建。



寰宇慈济

在奥莫克发祝福金 重建家园指日可待

台湾爱心物资十四日运抵菲律宾重灾区奥莫克市(ORMOC CITY)，慈济志工亲手将环保毛毯、白米交到灾民手中；人医会也提供义诊，为灾民施打破伤风、伤口缝合。

海燕台风重创菲律宾，慈济人第一时间在宿雾附近灾区展开发放与义诊，勘灾团十三日抵达重灾区奥莫克市，随即于十四日、十五日展开义诊、发放与勘灾行动，并前进独鲁万重灾区。

四十位菲律宾慈济志工组成的勘灾、医疗团，从马尼拉搭机前往宿雾，再从宿务转搭三个半小时的船前

往重灾区奥莫克市。

奥莫克市副市长 TOTO LOCSIN 表示，该市约有二十万人口，此次风灾造成六千七百八十二栋房屋全毁、七百十一半毁、二十七人死亡、一千三百九十一人受伤，目前灾区最需要的是食物、药品及帐篷等物资。市长表示，当地气象局预估到十二月底以前，可能还有三个台风侵袭。

有感于受灾乡亲生活困苦，无力修缮遭风灾破坏的房屋，证严上人慈示发放物资之余，需同时发放祝福金，在奥莫克市发放一万户，每户两人以下八千元（菲币），三至四人发放一万二千元，五人以上发放一万五千元；一万五千元菲币，相当于当地公务人员两个月的薪水。

在发放现场，慈济志工以恭敬心，双手奉上物资与祝福金。发放的物资除了祝福金以外，还有整理过干净的二手衣服，每袋有七件，为乡亲带来温暖，以及二十公斤的大米。



11月23日清晨，慈济赈灾团为发放的前置作业而总动员，成员有来自美国、台湾等地，救灾经验都很丰富。

一早从独鲁万赶回奥莫克的慈济菲律宾分会执行长李伟嵩，面对种种赈灾上的困难和辛苦，不言放弃，他认为，只要能转个念头，每件事情都是好的。念很重要，怎么看一件事也很重要，看到这些灾民的房子没水、没电更是辛苦，所以只需要转个念头，一切都是好的。

在发放现场，慈济志工以恭敬心，双手奉上物资与祝福金。发放的物资除了祝福金以外，还有整理过干净的二手衣服，每袋有七件，为乡亲带来温暖，以及二十公斤的大米。

乡亲 Hsernia 的屋顶被台风刮走了，她分享要用慈济的祝福金来整理修缮屋顶。里长也表示：风灾后受到很多NGO团体援助，但唯有慈济除了物资之外，还有心灵上的肤慰。

在领完物资后，有军人当起志工，协助长者捧着慈济的爱心，受灾乡亲也纷纷露出喜悦的笑容。

活动在夜幕低垂中结束，参与发放的奥莫克市长夫人，在晚间传简讯给李伟嵩：“慈济的发放没有政治色彩，希望能成为慈济志工，因为这是心灵上所想要的。”

在独鲁万以工代赈 清理家园重现希望

上千名独鲁万“以工代赈”受灾乡亲，从市立体育馆集合出发游行，队伍里不时有人大声欢呼，欣喜家园逐渐变得清净整洁。

海燕风灾后，当地居民感谢慈济志工跨越国度种族，持续在独鲁万援助并进行以工代赈，截至11月28日为止，已经累积超过七万七千八百多人次，当地市政府用实际行动表达感谢之意，特地选在慈济进行“以工代赈”的教堂区举办游行活动。

举办游行活动，让大家在自己清理出来的道路上大步行走，格外有成就感，慈济菲律宾分会执行长李伟嵩说明，最大用意，就是希望受灾乡亲尽快找到重新出发的力量：“在街头为大家打气，让大家说，我要站起来！我要面对现实！我要面对未来！”

或许独鲁万居民对“慈济”这两个中文字的意思，不是很清楚；不过，由于大部分独鲁万居民连续几天来，参加慈济在灾区举办的“以工代赈”，对慈济团体已经不陌生。

就像安尼葵，从上星期开始，来工作六天，赚来的钱，刚好可以应急。“因为台风来，我房子全部毁掉，不再有了，所以我很需要钱，买重盖房

寰宇慈济



慈济“以工代赈”的援助方式，让受灾的民众逐渐找到恢复家园的信心。



子的建材，还有生活费用。”

独鲁万市长机要秘书玛鲁漾，感恩慈济的帮助：“大多数的人，因为这些代赈金，有了希望，所以非常感谢你们对独鲁万市民的帮助。”

因为当地靠海，每天都有货柜船进出，不少当地居民可以到码头当临时工，但海燕风灾，导致家园毁损，只能暂时在路边搭起帐篷，或是借住学校活动中心，生活相当苦闷。

另外，由于灾区独鲁万市面积广大，因此推行“以工代赈”以来，一区清理完后，志工不停歇地又紧接着开设新的据点，短短几天就扩及到三个点，每天人数更从一开始的五、六百人，迅速增加到一万六千人。

只要打扫家园，一天就有五百块菲币可以领取，起初大家都不相信，但经过媒体报导、还有居民口耳相传，参加人数越来越多。独鲁万市居民班先生说：“人们可以去赚钱，特别的是，可以改善我们的环境和小区，当然我们是非常乐意，来参加以工代赈。”三十九里里长查克也提及：“我们都是低收入户，你们给我们这个工作，也可以让我们直接，清扫自己的家园。”

寰宇慈济

善行载华尔街日报 灾民传感恩尊重爱

海燕台风重创菲律宾，慈济志工赈灾关怀的脚步刻不容缓，为协助灾区复原，慈济在重灾区之一的独鲁万市推动“以工代赈”，十余天来已突破十六万人次，以工代赈让灾民找到希望，并以自己的力量重建家园，来自台湾及全球的善心感动许多灾民，美国华尔街日报也特地报导台湾的慈济慈善团体，帮助菲国灾民重建。

全球各地有三十余国的慈济人募集善心善款助菲国灾民重建，慈济基金会会在菲律宾独鲁万市自十一月二十日开始，分区进行“以工代赈”，让居民一起来复建灾区、协助物资发送，给予灾民非常大的鼓励。

执行“以工代赈”之后，不少街道清理干净后，开始有重型机具可以进驻做更进一步的清理。领到以工代赈薪资的灾民非常感动，大部分要拿来重建破损的房子，或添购粮食物资等，但也有人又捐出一部份的薪资，希望帮助生活更艰困的人，慈济的赈灾带动人文关怀，也在当地激起善念的共振。

慈济推行以工代赈，慈济志工更以“感恩、尊重、爱”的态度，弯腰亲手直接发放以工代赈的薪资交给灾民的手中，让灾民感受到慈济给予的温暖，华尔街日报特地报导慈济这项独特的人文展现，另日前慈济运抵援菲的组合屋，华尔街日报也刊登照片报导出来。

风灾后，慈济持续肤慰灾民不安的心，慈济基金会除了菲律宾当地的志工动员外，还有台湾与来自马来西亚、新加坡、印度尼西亚、泰国、美国、津巴布韦等世界各地的志工，闻声救苦一起加入赈灾义诊行动，带动菲律宾受灾居民能互助互爱，携手重建家园，早日恢复正常生活。

其中，慈济的人医会投入灾区，为受灾民众进行医护处理，也进行往诊照顾不方便前来就医的民众，志工们克服环境的不便，提供各科完整的医疗服务。目前受灾医护需求大多是眼科、牙科、小儿科、外科与一般内科，不少灾民在风灾期间被尖锐物割伤，直到慈济的义诊才能清创包扎伤口，慈济的义诊嘉惠受灾民众上千人次，灾民感恩来自台湾的满满的爱。



花莲慈济精舍志工与同仁齐心协力准备赈灾物资。

寰宇慈济

台简易屋送抵宿雾 发挥功能庇护灾民

海燕台风重创菲律宾，慈济基金会援助菲国六十间简易屋，运抵宿雾灾区，除收容灾民之外，也设立医疗站，肤慰灾民的身心。

为方便菲律宾志工于灾区快速组装，台湾慈济志工动用约两千人次，进行钲管的裁切、钻孔等前置作业；其组装容易，连家庭主妇都能上手。

三宝颜市于九月发生反叛军攻击事件后，十月台风接踵而至，带来严重水患，学校教室多半毁损，慈济基金会接获菲律宾教育部求助信函后，决定援助一百六十间简易教室，帮助灾

区学童及早复学。

由于海燕台风造成更严重的灾害，慈济基金会研商后，决定先将六十间简易屋，紧急送往灾区赈灾使用。

简易屋长约十一米、宽七米，高约3.4米，采半圆弧型，钲管架构组合，外墙采PP板材，防风挡雨。双侧开窗，前后皆各有两扇门，屋顶装设排风口，增加空气对流。

参与简易屋研发设计的慈济志工张世问表示，简易屋组装简便，使用螺丝约一千个，15人2小时内可完成一间简易屋。另外，会垫高四周地桩，并加做防水墙，避免因大雨造成积水而渗入室内。

■



海燕台风重创菲律宾，慈济基金会援菲60间简易屋，提供赈灾所用。

證嚴上人

衲履足跡

撰文/釋德仇
題字/林美娥

內文照片/花蓮本會提供
刊頭攝影/黃錦益

10/1 《农八月 二十七》



福慧并进

【静思小语】“福”与“慧”如双足，起步并进，终能到达目的地。

君子慎独

晨语时间，上人引用《大学》“君子必慎其独”教勉众人：“修行者须‘慎独’。在独处时，心念、行为都要合于道，不能稍有松懈怠慢；内心真诚坦然，自然无入而不自得。”

《四十二章经》云：“博闻爱道，道必难会；守志奉道，其道甚大。”上人说明，修行者须以内外一致的身行传法，佛法才能在人间“行得通”。

传法人“守志奉道”、如法修行，就能在人间转法轮；反之，只是“博闻爱道”，而不能奉行善法，经文读得再多、学问再深，仍是“不善法”，于己于人皆有损无益。

“学识高、权力大的人，心若无德，更会扰乱社会人群。”上人勉众负起使命、老实修行，走入人群、接引众生走上菩提大直道；人心导向正轨，人人有正确的人生“宗”旨、生活“教”育，自然能时时修善造福。

一法恒持

“真能让人受用的道理，不在博大精深，只要能持一法而身体力行，即是受益无穷。”早会时间，上人讲述屏东尤振卿老师，运用“静思语教学”让平时顽皮、无法专注于课业的孩子收摄散逸心思，变成有礼貌、懂道理的好孩子。

当年盛行游戏机，尤老师班上有一个孩子，某一天放学后和平常一样往游戏厅钻，前脚刚踏进店里，脑海中闪现老师在课堂上所教的静思语：“做好事不能少我一人，做坏事不能多我一人。”立刻转身回家。

上人赞叹：“孩子心存道理，也能转念，不做不应该做的事，如此即是教育之功。”

在美国，旧金山猎人角小区集合贫穷、失业和犯罪“三高”，常有贩毒、帮派暴力事件；当地麦尔肯小学有九成学生来自低收入家庭，只能靠学校提供的早、午餐度日。慈济人自二〇〇九年起，每周三天为学生提供数学辅导、中文和静思语教学。

志工曾问一个二年级的孩子：“长

大想要做什么？”孩子回答想做抢匪。志工惊讶之余更用心带动，期盼在学生心中撒下善种子。

今年暑期营队，慈济人带动孩子演绎“行愿”，鼓励他们不放弃希望。圆缘时，孩子们展现亮丽有自信的形态，此时再问他们长大要做什么？很多人回答想当医师、警察、律师、画家、消防队员，对未来充满希望。

美国慈济人的“幸福校园”计划行之有年，志工长期投入心力，先以慈

悲大爱帮助孩子与其家庭，再以智慧辅导孩子建立正确的人生观；上人肯定大家循循善诱，逐步清除孩子心中的恶念，引导善心浮现。

“善法如净水，长期点滴灌溉，就能让每一颗小种子发芽成长。”上人教导，有慈悲心就会行善造福，懂得运用智慧就能增长慧命；福与慧如双足，前脚走、后脚放，只要起步，就能走到目的地。

10/2 《农八月 二十八》.....



一秒钟，一辈子

【静思小语】把握因缘来时那一秒的发心，成为一辈子坚持的方向。

莫作水面浮萍

“我有一个原则——认定是对的事情，做就对了，不怕困难。假如没有把握当下去做，一旦错过因缘，也许就没有机会了。”与来自中国大陆的志工谈话，上人细述大陆赈灾因缘，期许人人“旧法新知”，成为道心坚定的慈济种子。

一九九一年七月，上人行脚从南部往北而上，来到台南仁德休息站时，有位志工买了一份报纸，头版显

眼处刊登大陆华中、华东水患讯息。上人看了报导，随即交代随师人员打电话到台北，请即将发刊的《慈济道侣》撤版，刊文呼吁大众帮助大陆水患。

“在那一秒钟，起了这一个念头，马上行动；除了发布募款讯息，也到各地分会向大家宣达我的想法——要启动大陆赈灾。”

上人忆述，当时两岸关系紧绷，台湾有很多不认同的声音，但是慈济人认定师父说的，做就对了，在一波波

反对声浪中展开劝募及勘灾行动；同时以诚恳谦卑的态度与大陆领导沟通，奠定“直接、重点”援助原则。

“那年冬天很冷，想到无家可归的受灾民众正在挨饿受冻，我下了一个决心，在灾区民众还没有拿到棉衣、棉被之前，我也不穿冬衣，感同身受他们的苦。”

为了让民众早日安生、安身，慈济选择安徽省全椒县、江苏省兴化市、河南省息县和固始县展开冬令发放，并援建住房、学校和敬老院，提供稻种及肥料帮助农人复耕，从安生、安身到安心，做到全面且长期的照顾。

“当初要踏出这一步，实是万般艰辛；期待大陆慈济人旧法新知，珍惜这分得来不易的因缘，和慈济结下一分深缘。”

上人感恩二十多年来，慈济人把握时间，分秒不空过、步步踏实做，排

除万难，勇往直前：“菩提，就是觉悟；要当觉悟的菩萨，要先做好人，用爱将人间路铺得平坦，接引人人同行。只要亲自走过的路，沿路的风光就能深刻铭心。”

座中几位志工分享，有人曾沉迷舞厅，现在发心立愿，要接引过去一起跳舞的朋友投入慈济；也有人过去过着奢靡生活，爱逛街、买衣服、打麻将，现在则是弯腰亲手做环保。

“‘菩萨所缘，缘苦众生’，大家‘破我执、灭我相’，放下享乐的生活，不忍众生受苦难，为大地人群流汗付出；若能让多一个人投入慈济，当地就多一位救苦救难的人间菩萨，能就近发挥力量，如此就是地方之福。”

上人致勉，回到居住地，要持续接引人间菩萨，就地发挥救助苦难的大爱能量。“慧根要深植菩萨道，不是



大陆十六省、二十四个地区的志工来台，上人警惕大众，莫做水上浮萍，慧根要深植，就地发挥救助苦难的大爱能量。（10月2日）

漂在水面上的浮萍。但愿他、你、我，都有共同的方向，铺平坎坷的人

间路；人间路铺得平坦，就能与康庄的菩萨道接轨。”

10/4~5 《农八月 三十至九月初一》……



有心，即能作“菩萨”

【静思小语】再贫穷，也有助人的力量。

想师情，点滴融入慈济

“对于血液疾病患者，骨移植可以延续 生良善的大影响力。

“有形有相的物品，会引发人心起追求、夺取的欲念，以致沈沦；但是物资也能救人性命——要将物资用于行善或为恶，端视人的一念心。”

即使生活富裕、位高权重，也无法脱离生、老、病、死的自然法则。上人教众看清楚人生实为“苦”，享受、快乐的生活无法恒久；富裕豪奢的生活，建立在虚幻、不稳定的基础上，容易在一阵风吹雨打后就崩溃塌陷。

五十多年前，在慧日讲堂拜师时，上印下顺导师嘱咐“为佛教，为众生”这六个字，让上人内心深感震撼，也在心中默默承诺，此生必然会“为佛教，为众生”。

“我不断思考，如何让人理解并力

行佛法？我认为佛法一定要存在人间、不离生活，必须让人人从生活中体会佛法；法深入心坎，才能增长慧命。”

佛法历经长时间的辗转流传，现今许多人信佛只流于形式，对着佛像拜拜、求保佑。上人言，心中没有信仰，只是汲汲营营追求名利、地位，人生就像随水漂流的浮萍。

“世间物质不离成、住、坏、空的自然循环，唯有无形无相的真实法永远存在；听经闻法，更要在生活中印证佛法、运用佛法，让所听闻的法深铭于心。”

上人感恩大家从遥远的地方回归心灵故乡了解慈济，“现在投入，人人都是第一代慈济人。希望你我之心交会，回去以后‘务把想师之情，点滴融进慈济’，传承慈济精神、移植法髓，就地广布善种子。”

立形象，有心即能改变

教育志业体暑期海外交流团五日举行圆缘，听闻同学分享到各地交流的见闻与感想，上人引众思考，此生是贫是富、生活安逸或是困苦，皆依各人业力受报；虽然受生在贫苦环境里，若有受助的因缘，自己也愿意努力，就能把握因缘而改变。

世间苦难偏多，要让苦难人都有因缘得到帮助，必须有许多愿意助人的好人，遍布世界各个角落。上人言，就像昨天归来的大陆华东志工，他们之中不乏过去困苦而经过奋斗，现在事业有成的大企业家；在经济富足后，有些人一度沈迷物欲，而致心灵空虚。

一位志工分享，还没有进慈济之

前，生活很奢靡；接触慈济后决心要改变，但有时还是会想逛街、买衣服，欲念难以断除。有一天忍不住走进一家名牌服饰店，看上一件价值不菲的衣服，此时内心响起一个声音：“我已经是慈济人了，不能买奢侈品！”

虽然当下离开了服饰店，但她心里还是放不下那件漂亮衣裳，当晚就失眠了。她对自己说：“先向慈济请假，只买这一件就好了。”隔天来到服饰店，正要结账时，良知再次浮现：“世间苦难人那么多，岂能为了私欲享受而浪掷金钱？过去已经错了，现在不能再犯错。”这次她不只是把手放下，心也放下了。

“只要下定决心，就能改变心念。”上人藉以教导，发了一念善



“行善或为恶，只在一念心。”与大陆华东志工座谈，上人表示，享受、快乐的生活无法恒久，莫汲汲营营名利、地位，要广布善种，让爱落地生根。（10月4日）

心，要立定志愿，恒持初心；举凡茹素，或是维持端庄的服仪举止，只要有心就能做得到。

“要做救拔苦难的人，得从改变心

念与行为做起，建立良好形象，以感恩、尊重的态度付出，用爱呵护苦难人，才能得人肯定与信任。”

10/6~7 《农九月 初二至初三》.....



心向光明

【静思小语】内心无明，如处黑暗；打开心门，迎向光明。

以身行，为典范

台湾高屏区培训委员慈诚寻根暨精神研习营圆缘，上人言，现今即是佛陀预言的末法时代，人心混乱、四大不调、祸患频传。

“莫轻视事小而不为，即使个己之力微如蚂蚁，只要人多，许多力量集合起来，也能转动须弥山。同理，众生无明所造之共业，力量亦大，就如蝴蝶效应，一只小蝴蝶振翅引起空气扰动，可能会造成另一个地方产生风暴。”

即使以往人生空过、造业，于自身、家庭、社会毫无益处；上人教众，现在开始要把握时间，法入心才能增长慧命。期待人人行在慈济宗人间路上，铺好人间路而与菩提道接轨，走入菩萨道。

为求皈依的师兄师姊开示时，上人首明，“皈”为反黑归白——去除无明、心向光明。“内心无明，如处黑暗；打开心门，让阳光射入，即能照亮心地。法入心，则明道理，一闻千悟。”

“皈依佛，佛入心；皈依法，将佛陀的智慧用于行动中；皈依僧，以自身行为做典范，使人相信、肯定与赞叹，自然所说之法，人人都愿意接受。”上人勉众缩小自我，发挥潜在良能，慧命增长，自然得人敬爱。

惜因缘，布善种

与大陆志工温馨座谈，上人勉众把握因缘，回居住地布善种子。“因缘稍纵即逝，欲从‘明天’找‘今天’是找不回的，故要抓紧时间，勤耕福

田。”

“若存求名——希求得他人的夸奖；或求利——欲得到佛菩萨保佑事业能顺利赚钱，甚至赌博赢钱等而做好事；心中无法、人生没有方向，不明道理即‘无明’。”

上人教众内修“诚、正、信、实”、外行“慈、悲、喜、舍”，精进于静思法脉，发“四弘誓愿”勤行道，以“四无量心”走入慈济宗门人间路付出。

“慈济人要做到誓度众生、断去烦恼，人人付出无所求，还要说感恩。但愿世间更好，就要当一个布善种子者，将这分爱带回居住地，就地播撒菩提种子。”

不执空，不执有

《无量义经》：“无量义者，从一法生；其一法者，即无相也。如是无相，无相不相，不相无相，名为实相。”上人解说，真实法无形无相，本即存在；而种种有形、有名相、可分别的事物，皆是从无相的真实法产生。

与美国志工谈话，上人言及，世间种种事相包含真实法、归于真实法，就如木桌，从种子发芽到成长、被砍伐、制作成家具的过程，同一个物质

呈现不同的名相。

上人言，种子是“因”，让种子萌芽成长的阳光、空气、水等自然环境是“缘”；种子成长为大树后，再产生无量种子，从久远的过去直到现在、未来，因缘果报不断生灭延续。

“有形有相的种种事态，是经由无形无相的因缘聚合而成就，若缺乏这一分‘因’，无法启动因缘会合、成住坏空。”

上人指出，世间物质都是地、水、火、风四大假合，经由一层层仔细分析，各种物料都归于‘空’；但是一颗毫不起眼的小种子，却能长成大树，成为良好的木料、制作种种用物，且大树开花结果，又产生无量种子，故谓‘空中妙有’。

有相的世间事物存在着无相妙法，无相的法也要藉由有相的事物显现。上人教勉，学习佛法不能执着‘有’，也不能执着‘空’。

“佛法不离世间法。行菩萨道，须走入人群付出，更需要修持清净心，维持心灵的健康。若没有在人群中历练，无法接触到种种人生境界，难以通达诸法。心中有法，明了道理，自然能理解‘无相’、‘无不相’。”



10/8 《农九月 初四》



铺平心路

【静思小语】心怀“感恩”，彼此“尊重”，以真诚之“爱”相待。

以“法”为方向

与大陆华东等地志工谈话，上人以《法华经·譬喻品》“周匝俱时欻然火起，焚烧舍宅。长者诸子，若十、二十、或至三十，在此宅中”经文说明，佛陀以大宅譬喻世间，此大宅已然破旧，还起火燃烧，大宅主人有诸多孩子仍在其中，皆是听闻佛法而发心修行、“从佛口生，从法化生”的佛子。

佛陀以“十、二十、或至三十”之长者诸子，比喻菩萨、缘觉与声闻众。上人说明，能够闻法修行，且真正体会佛法、发心立愿修菩萨行者，只有六分之一；能从种种境界觉悟因缘果报、业力起于心念者，只有三分之一；其他的二分之一，则是跟随佛陀闻法的声闻众。可见闻法觉悟而能力行者，实为少数。

“听闻佛法，要用心了解、身体力行，莫只是一知半解，在生活中不断造业。”上人勉众把握身在慈济、力

行菩萨道的机会，深入人群付出，得见种种人间相，从而体悟、印证佛法；法入心，即能不断启发智慧。

上人强调，慈济团体的价值绝非一个人、少数人创造，而是所有慈济人所成就，期待人人心怀感恩、彼此尊重、以真诚之爱相待；人人心中有法，以法为人生方向，团体自然能合心。

“心路铺平，才能铺好人间路；人间路铺平，才能与菩提道接轨。”上人申明，合心、和气、互爱、协力，不只是四合一组队架构名称，期待人人打破上下阶层观念，以合和互协四合一精神，走入人群行善造福；人格成，佛格才能成。

“度化人间是慈济人的责任，也是使命；把握因缘，做就对了，才能在天下大道场里，就地播撒菩提种子。”上人叮咛，调整心灵方向，走入人群不受众生的无明烦恼所影响；把握因缘，对外圆满人事，才能以法度众生。

无相亦不相

与美国翻译团队夏威夷慈光师姊、文史结集中心静原师姊等人谈话，上人表示，自己在讲解佛典时，并非只是依文解说，而是尽量传达法髓，即佛陀教育众生的精神主旨。

“慈济是人间菩萨做出来的，所以晨语并非单纯解释《法华经》，而是希望将经文与现代社会现象相互印证，以慈济人与事阐扬‘佛法在人间’的道理。”上人叮咛，无论翻译成哪一种语文，都要把握精神主旨，让人充分理解、吸收，身体力行。

座中葛彬师兄分享，之前翻译《无量义经》时，对于“如是无相，无相不相；不相无相，名为实相”，查资料也无法贴切掌握主旨。昨天听上人用人身譬喻解说，豁然开朗：“身体‘如是无相’，分析到最后，其实是空；今天的身体与昨天的身体也不一样，因为新陈代谢随时都在运作，身体细胞随时都在改变，所以‘无相不相，不相无相’——不能执著名

相，但是也不能偏向空无，因为身是载道器，还需要这个身体来学习、做事。”

上人回应：“法无定相，‘相’是方便人间行事，可以善用但不能执着。”

佛陀以一大事因缘来到人间，开、示、悟、入佛之知见；上人勉众，学佛不只自修身心，也要行菩萨道，从菩萨道中培养坚定的道心、维持清静无染的心性。

《妙法莲华经》是取莲花出淤泥而不染，还以淤泥为养分成长，教众在五浊恶世里修行，修得诚、正、信、实，道心坚定。上人勉众，入人群见种种众生相、接触无量法门，莫受人群的无明烦恼污染，才能得大智慧、通达诸法，在人群中转法轮。

“经者，道也；道者，路也。经典是让人走得通的道路，期待佛法生活化，让人体会得到也做得到；不只能做到，还要有心得、有体悟可以对众分享，让大家知道这条路行得通。”

10/9 《农九月 初五》.....



以法灭苦

【静思小语】为大地发声，为好人出声。

展演真实法

许亚芬歌子戏剧团成员来访，编剧就写剧本遇到的困境向上人请法。

上人指出，佛陀在世时，应众生根机而说法；佛入灭后，靠着大家的记忆口述结集经典，再经过一段时间才有文字记录。佛教传入中国后，不断有僧人不惧艰辛危难，远赴西域取经；然而路途遥远、环境气候恶劣，再加上人为阻拦，真能取得经典回到中国者少之又少，玄奘法师是其中之一。

法师回到中国，有国家的支持，故能集合当朝大臣、学者，组成译经团队，把取回的经典整理起来。一千多年前的古文流传迄今，对现代人来说过于深奥；看不懂经文意义，自然也不能理解佛法道理。

“编剧时，可将人物对白设计得简明文雅，展现人性善良、清净的一面；即使观剧者无法记忆所有戏剧对白，但是心中还有整戏教孝行善、因果循环的轮廓，就能教育、警惕人心。对白让人好记、好用，乐于接受并且身体力行，这就是人间的真实法。”

上人举例，佛陀在鹿野苑对五比丘转法轮，讲苦、集、灭、道四圣谛；若要呈现四谛的道理，可以从慈济历

年来赈济的人间苦相中，探讨这些人生的“苦”，是如何会“集”而来，经由慈济人的帮助而“灭”苦，进一步受接引而走上菩提大道。

“静思法脉源于佛法，慈济宗门就是分享人间菩萨行善付出的故事；期待不只在经典里取材，也要多深入慈济大藏经。”

上人举述，南非本土志工接受慈济援助，吸收佛法、丰富心灵；即使生活依然穷困，但是心中有法即能灭苦，不仅能付出助人还能给予心灵财富。此般心态转变，以及他们闻法力行的身心付出，都能启发人、感动人。“融会佛法道理，以及慈济人于此时此世救助苦难的故事，就能让佛法‘活’起来。”

为美善发声

“台湾面积很小，一个小小的台风就足以笼罩全台；受伤的山林大地需要很长的时间才能复原，想要为大地、人群付出，有时也要背负沉重的压力、面对不了解的人恣意批评。”

与“看见台湾”纪录片导演齐柏林，及“拔一条河”纪录片导演杨力州谈话，上人言及，若有爱护大地人群之心，就能让受伤的山林大地复原；反之，凡事以利益为先，很快就



许亚芬歌子戏剧团成员采访，上人期勉透过戏剧教导行孝行善、因缘果报道理，让人起教育、警惕之心。

(10月9日)

会让台湾沉没。

“不想了解也不愿意了解的人，批评的声音很大，这样的声音如同海啸，会淹没一切。需要有心人认清事实，无畏艰难地贯彻理想；不只有心，还要对准方向，用整齐的脚步走出一条路，让大家跟着走。”

上人期盼两位导演能发挥专才，为大地发声、为好人发声。

10/12~13 《农九月 初八至初九》……

人文，要落实在“法”



【静思小语】心中有法，则日日好、时时好、一切好。

深入法，展现法，自爱爱人

与马来西亚志工谈话，上人强调，慈济人文生态要落实在“人”的行为上，唯有人人合和互协，力量才能提升；只要发大心，就能克服种种艰辛、步步向前。

四大志业可贵之处，在于蕴含人文，而人文要落实在‘法’。”上人以树木为喻——树根深且广，枝叶才能伸展；慈济志业如枝干、树叶，静思法脉则是根，若不深入法，根不健全，树就会倒。

“身为佛教徒，法要入心，展现在行动中。”上人勉众以身作则、自爱爱人；法亲之间彼此疼惜、相互尊敬，不与人争；与其他宗教信仰者合和互协，为慈济道场树立典范。

“社会上多一位慈济人，就会多影响一个家庭；多一个人心受净化，就多一分力量，能照顾更多人。”上人教导，推动志业非仅凭一人之力就能做到，期许大家在照顾苦难人的同时，也要感恩身旁的同道者，法亲间相互关怀。

说所做，做所说，才能立信

台湾北区培训慈诚委员第二梯次寻根暨精神研习，十三日举行圆缘，上人勉众将“三好”——口说好话，心想好意，身行好事，运用在日常生活中。“口说好话不伤人，还要用善柔的语言与人分享好事、将佛法运用在人与人之间，即是传法、转法轮；时时不离法，则日日好、时时好、一切好。”

上人教导，身口一致，说你所做、做你所说，说到做到，才能在人与人之间建立“信”。

佛陀不断倒驾慈航，即是为了将法理落实在众生生活中，引导人人成为菩萨。上人感恩全球慈济人以花莲为起点，切切实实地将“佛法生活化、菩萨人间化”行入世间，如今大爱足迹已普及全球逾六十个国家地区

“一杯水是甜或苦、冰或热，唯有

饮水的人才知道；同理，法亦须亲身体会。慈济人走入人群，亲身体会人间真谛；看到一本本难念的经，从而感受自身之福，珍惜有福人生、行善造福。”

“四弘誓愿”是每一尊佛的本愿，上人教导，须以诚正信实之心，立四弘誓愿——

“诚心誓愿度众生”，用诚恳的心，立誓愿度众生；烦恼未断，则苦不断，因此要“正心誓愿断烦恼”；立誓学佛，要提起信心接受佛法，“信心誓愿学佛法”；学佛是为了成佛道，因此必定要力行诚、正、信、实，“实心誓愿成佛道”。

上人复以“慈心无悔爱无量、悲心无怨愿无量、喜心无忧乐无量、舍心无求恩无量”教众：“慈悲的心永无后悔，才能产生无边无量的爱；大悲无怨，才能启发无边无量的宏愿；甘愿做，则欢喜无忧；付出无求，则感



上人勉东区培训慈诚委员，众生有苦难，菩萨有感应，才是真正“行得通”的菩萨道。（10月13日）

思心无量。”

生命长短由不得自己，广阔与深度则能由己。上人教众，法须入心且内修外行，才能恒持；期待人人身体力

行，内修“诚、正、信、实”、外行“慈、悲、喜、舍”，珍惜并把握时间，增长慧命。

10/15 《农九月 初十一》



当钻石，莫当粗石

【静思小语】要当钻石，自我磨练；莫当粗石，处处磨人。

大爱如水

马来西亚分会济缘、济旌师兄等人陪同企业家陈国平先生家族来访，上人表示，慈济人文实难述说，必须亲自投入才能体会。“人文是一种人格教育，慈济教育首重生活教育、道德教育，让孩子学会如何待人处事，做好人、做好事，这才是真人文。”

上人谈及，济缘师兄及其家族长年在马来西亚深耕慈济志业，加上在地有许多爱心人士支持，所以能在慈善、医疗工作上发挥大良能，也带动出许多志工，启发大家拥有心灵财富、愿意付出助人，对社会有正面的教育。

马来西亚是多元种族国家，慈济人在当地推动“百万好菩萨”运动，上人称许这是一个与不同种族居民互动、交流的机会。

“大爱如水，不论是江水、河水、井水或海水，点点滴滴汇聚，就能发挥功用。要以平等心看待不同种族者，人与人之间和睦相处，以感恩、尊重、爱带动起善循环；人心祥和，社会才能平安有福。”

随方就圆

与桃园资深慈济人谈话，上人致勉，对的人向错的人说对不起，这是修行的功夫。

“慈济团体是修行道场，做事难免因各自立场与想法不同而需整合，若人人坚持己见，就会造成僵局；反之，人人各退一步，所有冲突、不快就能消弭于无形。”

上人勉众，要在人群中磨练心性，把自己磨练成钻石；若总认为别人处

处针对自己，让心灵深陷烦恼痛苦，就会成为磨人的粗石。

“在师父的心目中，每一位慈济人都是宝贵的钻石。资深菩萨要替师父招呼每一位志工，安住人心；法亲互爱，才能真正安稳慈济的根。”

上人称许大家认真投入、做得辛苦，让社会大众肯定慈济是单纯、清净的团体，亦教导要如法修行，学习水“随方就圆”的特性，无论身处什么环境都能适应，且能与人合和互协，才能接引更多人愿意加入人间菩萨行列，福慧双修。



九十一岁的马来西亚实业家陈树桢老先生，全家三代十九人来访精舍。上人勉励大家亲自投入、体会慈济人文。（10月15日）

10/16~17 《农九月 初十二至十三》.....



有佛心、法入心

【静思小语】有佛心、法入心，才能通达慈悲、智慧的觉海。

领众之道

与清修士谈话，上人教导，修学佛法没有诀窍，唯有慈悲；要修慈悲，心要宽容，才能立大愿；心地不宽容，存有人我是非的色彩，不是英才，是庸才。

“师父将静思法脉的传承，寄托在出家修行的弟子身上；慈济宗门的传承及弘扬，则寄托在清修士身上。大家要持续成长，扛负传续志业的重

任。”

上人致勉，待人接物、言行举止都要谨慎，显现出慈济宗门典范；与人应对，则要用感恩、尊重、爱对待人人。

“要‘统理大众’，须先‘深入经藏’；要‘深入经藏’，必须‘体解大道’。皈依佛，要有佛心；皈依法，要打开心门引法入心。有佛心、法入心，才能通达慈悲、智慧的觉海。”

清修士要承担慈济宗门的任务，除了皈依三宝，还要实际投入人群做事。上人致勉，在人群中吸收法，还要分享“法入心”的法喜心得，凝聚合和互协精神，领众朝着正确的生命方向成长。

医疗“神功”

十七日早会时间，上人分享厦门杨晓东先生即将出院的好消息。原本身躯变形接近对折、髋关节变形七十度、脊椎变形一百四十度的晓东，今年五月在慈济人协助下跨海求诊，于花莲慈济医院历经五次手术，而今已能抬头挺胸站立，即将返回家乡。

三十一岁的晓东，十七年来蜷曲着身体，骨骼组织已定型，医疗团队用智慧分析、设法，以丰富的医疗经验，细心为他开刀；如今他的身体逐渐打直，不需旁人搀扶就能站立，心情逐渐开朗，不但会背诵《静思语》，还唱慈济歌曲表达感恩。

陪同晓东来台就医的妈妈朱金钗女士，也在慈院医治原本在家乡车祸受伤的左脚，六月一日重新接骨，伤处顺利愈合，已放掉拐杖步行；晓东住院期间，她一有时间就当志工回馈——除了到环保站付出，偶尔也回精舍拣菜、当福田志工。

上人以“观身不净”教众，人生无常，身体稍有异常，人生也将因之变形。“感恩大医王不只疗治晓东的身体，更疗治他的心理；过去他的心灵封闭，与人应答都会遮住脸，现在不仅身形恢复、重拾人生功能，还能鼓励病友。这是爱的医疗‘神功’，实是宝贵的生命教育。”

八法一心

四大志策会中，上人表示，慈善、医疗、教育、人文四大志业是“四大一体”、“八法一心”，就如每当国际间发生灾难，医疗志业紧跟慈善志业脚步，参与国际赈灾义诊、扶助受灾人，让受尽苦难折磨的生命重拾希望。

“经由慈济人引导，开启穷困人心灵财富；虽然生活依旧贫困，心灵转贫为富——富有爱心、愿意无私助人，就能在人与人之间相互扶持。只要有佛心、立菩萨愿，人人都是救人的菩萨。”

上人感恩四大志业皆有慈济人来“护法”——除了在慈善工作上用心付出，也以身作则传承慈济人文。

“身在慈济大家庭中，期待人人将慈济事当成是自己的家务事，合和互协，为天下人承担天下事。”

10/20 《农九月 初十六》



为天下承担，莫为利益聚合

【静思小语】心随利转，自我障碍；心念坚定，志向不偏。

困境增长智能

“透过网络视讯、卫星传输，每一秒钟都能在云端弘法，也得见人间菩萨现身说法。一秒钟起了一个念头，能利益众生；一秒钟听到一句话，能受用，就能不断扩大影响力。”

“传承静思法脉，弘扬慈济宗门”志业体同仁精进共修圆缘，上人以“一秒钟，一辈子”，勉众善用科技闻法，“法入心，即能坚定志向，不受利欲引诱而偏差。”

大林慈济医院一位牙医师分享，有学长想以高薪向他“挖角”，但他在参加人医会议诊时听到一位医界前辈说，医疗人员要看得更高更远，莫只见眼前利益。这一番话让他更坚定心志，自我勉励在工作上、生活中融入慈济人文。

“假如守志不坚，就容易随利益而转；一秒钟动了一念心，就会从大医王、大菩萨变成凡夫，变成一部只会赚钱的机器。所以要‘志玄虚漠，守之不动，亿百千劫’；有坚定的心

志，就不会因名利、情感而生烦恼，徒然自我障碍。”

常听闻年轻人表达心中烦恼，种种爱恨情仇让人生路坎坷难行。上人庆幸自己这一生中总能维持平静心绪、单纯想法，一心一志，认真做该做的事。虽然在推动慈济事务上曾遭受许多困难考验，却总是自我勉励要从困境中增长智能。

上人分享大林慈院心莲病房的一则真实故事，勉励大家以单纯心面对境界。

一位九十岁的阿公，早年从福建随军队来台，经人介绍相亲娶妻。妻子是家中长女，父亲早逝、母亲身体欠安，弟弟还小，一家生计都靠阿公撑持。阿公起初做长工，后来到台北挑砖，为了挣得挑一块砖九分钱的微薄薪资，一年才回家两次。后来挑砖业凋零，阿公改行学开耕耘机，每到农忙时期，从屏东农田一直收割到台北新庄，历时四个多月。

阿公一生为养家而努力，从不埋怨工作操劳使身体健康欠佳，还自我比



二〇一三年志业体同仁法脉宗门精进研习会圆满，上人勉众为天下承担，莫为利益而聚合。（10月20日）

喻像老竹子般受尽风霜，表皮粗糙却很有韧性。他心满意足对志工说：“我娶到好太太、生到好儿子，娶到好媳妇、生到好孙子。”

“一个人心态不平衡，会带给全家烦恼；在工作环境中，假如有少数人身心不平衡，也会带给单位困扰。”上人勉众珍惜良好环境、精进闻法，在工作环境中面对不同的人与事，要彼此交流待人处事的方法，自我调心也带动他人。

单纯面对境界

大林慈院外科加护病房范文林主任分享，营队第一天晚上，因为同寝室有人会打呼，所以睡不好；第二天就让会打呼的伙伴睡一间，其他人睡另一间。岂料会打呼的伙伴都睡得很好，反而是不打呼的还是辗转难眠。

范主任的分享让台下笑声连连，上人也引述其分享教导大家，会打呼的人都睡同一间，就不用担心会打扰别人，烦恼放下了所以睡得很好。“如果人人念相同，有共同的志向，即使面对考验，也能合和互协共度难关。希望主管能像手捧豆腐般，细心照顾同仁们的心，不使偏差、多生烦恼，才能让志业事务顺利推行。”

上人以牛为喻，自己年轻时像一头小牛，悠哉自在地在一大片水草丰足的土地上喝水、吃草；创立慈济以后，就像是被穿鼻的牛；随着志业逐步发展，牛长大了、开始被放上牛轭拉车；当牛愈来愈老，牛车上堆栈满满，又遇上陡峭上坡路，要拉这一台车实在辛苦，幸好后方有一大群人帮忙推车；人人出一分力量，就能轻易前进、走上顶端。

“自从下决心要为天下人做天下

事，无论如何，我的心都很坚定、很单纯，一路往前直行。从克难中创立慈济，一步步走来，随着时间开阔空间，慈济人愈来愈多，四大志业的责任愈来愈重；就像放满稻米的牛车在爬坡，需要很多人出力推动。多一个人，就增加一分力量，期望团队合和互协，挑起天下事，让四大志业在社会上发挥良能。”

上人指出，无论慈善、医疗、教育、人文，四大志业都是应社会所需而付出。慈善、医疗志业抢救生命，教育、人文志业抢救慧命，期待同仁尽心力、负使命，为罹患“缺爱症”的社会树立起大爱典范，带动感恩、尊重、爱的人文。

“遇到境界、心起烦恼，要记得饮用知足、感恩、善解、包容的‘四神

汤’，保护自心不受‘瞋火怒风’波及。否则心起烦恼、贪念，把握不住最初的发心立愿，很容易会受引诱而偏向。”

“为了利益而聚合，钱赚得多，烦恼也愈多；在慈济志业体单纯的环境里工作，所做都是利益人间之事，日日安心欢喜。”上人表示，平安欢喜的生活最幸福，期许同仁为众生付出、为天下“挑米箩”，同时成就自我道业，如此即能天天安心、欢喜。

“只要人人负起使命，把工作上的每一件事当成自己家庭的事付出，再大的困难都可以克服。”上人勉众坚定心念，守持方向，在工作岗位上各尽职责；引法入心，还要移植法髓；法入髓，就能再造新血轮，不断传承。

10/27 《农九月 二十三》.....



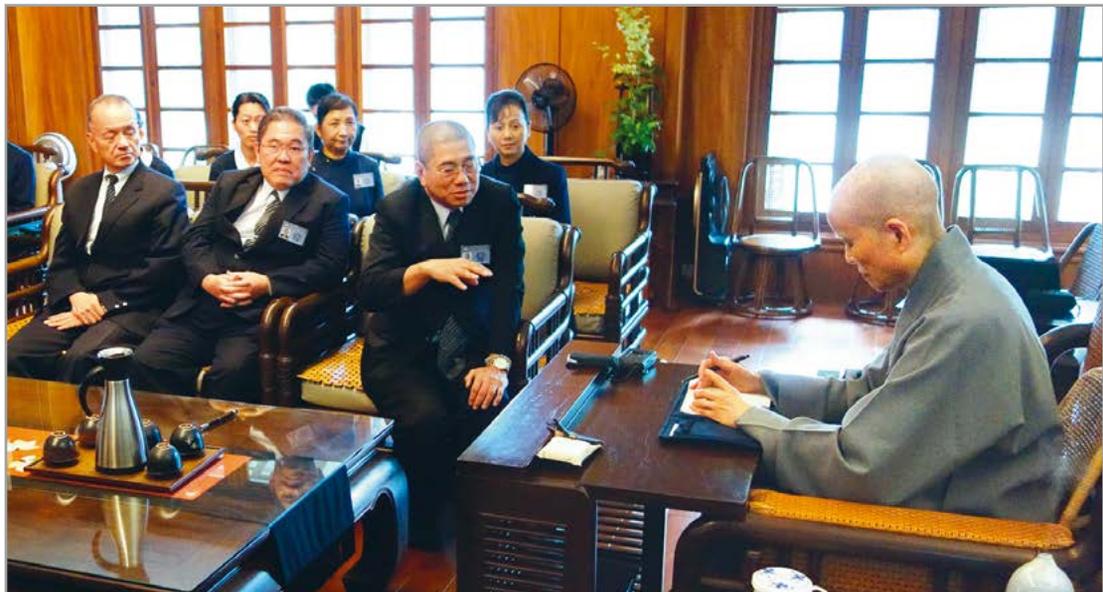
结大好缘

【静思小语】 将爱的效应层层扩大，如滴水涟漪般，不断累积善的影响力。

行六度

担忧世间灾难愈益频繁、人心见解愈益浊乱，上人日日呼唤慈济人加

紧净化人心、招募人间菩萨。早会时间，上人分享美国北加州慈济人在当地积极推展“四弘誓愿爱洒一三五”活动，沿街拜访企业，举办爱洒、小



菲律宾中部饱和岛十月十五日发生芮氏规模七点零强度地震，菲国慈济人十九日前往义诊、发放，共提供一千一百三十户慰问金及九百多条毛毯。志工返台报告勘灾赈灾事宜。（10月27日）

区活动，实践“四弘誓愿”精神。

硅谷有上千家企业，之前企业爱酒都在慈济人任职的公司举办。北加州慈济人鼓起勇气迈开脚步，九月二十六日及十月二十四日展开“企业爱酒草根行动”，运用海报沿街拜访、介绍慈济在美国的志业足迹，总共拜访了二十六家企业，有二十二家愿意进一步了解慈济。

有慈济人是公司大老板，起初觉得要和大家劝募爱心，有点不好意思；但是为了苦难人，他提起勇猛心，发挥慈、悲、喜、舍“四无量心”，并且提起“四弘誓愿”去劝募。真正将爱心付诸行动后，他体会到这是修行“六度”最好的机会。

上人言，只要有心，愿意走入人群说慈济，就能接引他人，如此就是

“精进”；虽然过程中会遭遇不好的脸色，只要提起“忍辱”，就能再接再厉前进。在一次又一次的接触、互动中，渐渐能运用善解、包容心看待挫折，进而以“智慧”断除烦恼；只要愿意去做，六度万行都能做得到，也能让众生因我而得受接引。

“人能弘道，非道弘人”，善法需要由许多人广为弘扬。上人勉众将“四弘誓愿”、“四无量心”、“六波罗密”铭刻在心、身体力行，引导人人发善念、行菩萨道；“只要恒持发心、时时用心，就能生生世世都在菩提中。”

法无漏

台湾中彰区培训委员慈诚寻根暨精

神研习圆缘，上人开示教勉大家，不只要“法入心”，还要让法长住心中，不能“有漏法”——听法之后，左耳进、右耳出，把法“漏”掉了。

“心中有法，慧命才能成长。”上人引申佛陀劝修四谛“此是苦，汝应知；此是集，汝应断；此是灭，汝应证；此是道，汝应修”说明，若不知人生是“苦”，就如《法华经·譬喻品》所说，火宅里贪玩的孩子，即使父亲在屋外苦苦呼唤，也是听而不闻、闻而不知，无法出离。

“天下灾难频传，让人怖畏大自然的威力；人与人之间相互残杀的人祸，更令人惶恐畏惧。放眼天下，大火已从四面起，人人能否把握时机，跳脱火宅？”

上人敦勉，行善造福，不能只固守

在自我狭窄的生活范围，要像滴水起涟漪般，将爱的效应层层扩大；先结大好缘，才能持续不断扩大善的影响力，直到人人都成为菩萨。

“日日接受佛法滋润，自净其意，才能向外净化人心；人人的心都净化了，才能走入菩提道。”上人言，要进入菩提道，须先发菩提心，心净化了、觉悟了，才能“明心三慧四谛法”——心境明朗，具足闻、思、修“三慧”，闻法、深思、力行，就不致听法之后随即漏失，而能深入体解苦、集、灭、道四谛。

“修持戒、定、慧‘三无漏学’，才能明心见性，回归清净无染的一念心。”上人勉众从台湾树立起典范，进而向全球广布善种子，带动更多就地耕耘福田的菩萨农夫。

10/28~30 《农九月 二十四至二十六》……



无缘大慈，同体大悲

【静思小语】无缘大慈，是平等无分别的爱心；同体大悲，是对人间苦难感同身受的同理心。

募心灵“荣董”

美国总会及北加州团队返回精舍报告“四弘誓愿爱洒一三五”推动现

况，上人感恩大家走入人群募心募爱，引导人人恒持一念善心，日日累积点滴善款长期行善。

“五浊恶世，灾难频传；欲救世，



罹患“僵直性脊椎炎”的大陆厦门青年杨晓东，今年五月来花莲慈济医院接受治疗，原来严重弯曲的身躯，历经五次手术已可站立。返乡前夕，晓东特地“走”回精舍，感恩慈济人的大爱。（10月28日）

须先救人心。虽然挨家挨户爱洒，难免会遭受不理解者的批评，期待大家坚定信念，持‘戒、定、慧’；自我心门开，才能对人分享，打开别人的心门。”

听闻有基督徒愿意成为荣董，上人肯定而言，一念心相合，即使信仰不同，也能同行菩萨道；“感恩捐款者最好的方法，就是度化其心；不只是

名相上的‘荣董’，更是心灵的‘荣董’。”

慈济人从不同法门而来，许多不同宗教信仰者因为认同慈济精神而投入，并不会因为加入慈济就改变信仰。上人言：“人与人之间相互了解、彼此感恩，就能弭平对立冲突。期待大家智慧接引，让人人闻法入心而能活用。”

佛陀是宇宙大觉者，佛法如水，随方就圆、适应各种环境。上人表示，若能用心体会，随时随地都能启发智慧、开阔爱心，达到佛陀“心包太虚”的觉悟境界。

佛陀觉悟而开阔的心胸含纳宇宙，其慈悲心亦普及一切。上人说明，“无缘大慈”，即是平等无分别的爱心；“同体大悲”，则是对人间苦难感同身受的同理心。有爱心、愿意付出助人，就能天天欢喜。

“佛法生活化，菩萨人间化，是慈济团体特殊之处。”上人敦勉人人深入经藏，从平时所做的志业事务中印证法理，见证慈济真是福慧双修的菩萨道，坚定道心。

“唯有在人群中修菩萨行，不受种种人事境界影响其心，才是真修行。法入心，才能消除三障诸烦恼，扫除修行的障碍。”

上人表示，人群才是真道场，期待

大家以佛法自净己心、净化人心，让世界上每一个空间都平安，每一个人都能调伏，才能真正救世。

“天下苍生有苦，需要人间菩萨用心投入；唯有用爱抚平人心起伏，用爱消除人心无明，人人发出智慧之光，天地人间才能显露光明。”

传真诚之爱

去年此时，桑迪飓风横扫美国东岸，狂风暴雨导致河川泛滥、海水倒灌，引发严重灾情。首当其冲的新泽西州以及繁华的纽约市淹水严重，当地慈济人在停电、交通受阻等困难状况下，运用智慧克服万难，立即展

开救援行动。急难救助时期过后，且应当地政府请求，持续针对未取得正式居留身分的受灾居民展开发放，济助、关怀迄今未止。

在桑迪风灾届满一周年之际，慈济纽约分会与布鲁克林人民组织协会合作举行爱洒祈福会，邀请曾经受到慈济和其他小区组织援助的受灾户共聚，有来自巴基斯坦、中南美洲和俄罗斯等不同族裔的六百多位民众参与。

三十日早会，上人分享此次祈福会中看到爱的循环——许多领过慈济现值卡、毛毯、生活包等物资的受灾民众，特地带着灾后所认养的扑满捐出；在施与受之间，感受到人间最美



美国志工返台报告“四弘誓愿爱洒一三五”推动现况，上人教勉，要打开心门，接引更多人同做善事、同行菩萨道。（10月28日）

的真诚之爱。

在马来西亚，雪隆慈济人因应印度屠妖节即将来临，首次走入印度庙，为印度裔照顾户进行发放。许多照顾户将慈济精神听入心——一位照顾户即使终日工作仍不忘做环保，每周末都会将回收物带到慈济环保站回收；另一位则发愿每天省下一元马币，投入扑满积存爱心善款。

上人感恩慈济人在救济同时，也启

发其爱心善念；此外，佛教团体在印度教寺庙里举行发放，也寓舍大意义——宗教之间不分彼此，人人共襄盛举，也感受互助互爱的温暖与和谐。

“许多看似不可能做到的事，只要人人合和互协、朝共同方向付出力量，就能成就。但愿人人都能启发内心取之不尽的心灵财富，在世界各地普遍发挥大爱。”

10/31 《农九月 二十七》.....



是“志业”，而非“职业”

【静思小语】为生活不得不工作，人生无奈辛苦；为工作而生活，实践志向、服务人群，生命大有价值。

不与苦境纠缠

香港“法譬如水”经藏演绎于十月二十六日圆满两天三场，超过七千多人次参与，引领四千六百四十一位观众走入经藏、深入佛法，许多参与者皆有满满的法喜与体悟。

与大爱台同仁谈话，上人提及，香港慈济人以少数人力承负经藏演绎的大活动，广邀社会人士参与；所有入经藏菩萨皆斋戒茹素至少一百零八天，无论台上台下，人人虔诚投入。

“此事再度印证，只要有心，就能克服心境与环境上的种种困难、达成目标。在编写大爱戏剧节目时，也希望编剧用心深入法髓，掌握精神主旨，传法入人心。”

上人提及，现今世人所见之经文，是佛陀入灭后，由闻法者结集、后世编辑而成，再经辗转书写、翻译而流传。“既生活在现代，就要讲‘现在’的法，让人人能听入心。”

几天前，上人在晨语讲解《法华经》火宅喻，长者呼喊大家赶紧逃出

火宅，但好像门太窄，让人出不来。“其实不是门太窄，而是屋内的人‘头小身大’，身体卡住出不来——就如众生接触佛法，也有心接受佛法，但是烦恼比接受佛法的道心更炽盛；心有执着，就无法融通佛法，因而半途而废，依然在火宅中受煎熬。”

佛陀“三转”四谛法轮，从字面上就能感受到，要让人接受佛法不容易；要一次次深入分析“苦、集、灭、道”，才能让五位跟随佛陀历经长久苦行的比丘，真切体会四圣谛。

上人言，仅是“苦”谛就有很丰富的人间苦相可以表达，进而一一分析“集”苦的原因，再带出“灭”苦的方法，让人人体悟“道”理而发心修行。

“佛陀出生于人间、也在人间觉悟，然而娑婆世界人心见解纷乱、众生刚强难调。”上人表示，凡夫众生有各种烦恼、习气，在这充斥烦恼欲念的浊世中，修行者要以浊恶的人世为增进慧命的养分，时时警惕、自我修行，维持清净无染的心境。

“在五浊恶世中，观众生苦相，要探讨灭苦的方法，确实运用方法灭除烦恼；心灵的污浊排除了，慧命健康增长，这条菩萨道就能走得安稳。”

上人言，通达佛陀思想，道心自然

恒持不动，即使面对人生困境，当下感受苦，随即就能放下，不会与苦境纠缠。“恒持清净心，永恒不动、道念坚固，这就是菩萨心。”

启发品德良能

“对于教育志业，我只有一个真诚的心愿，就是传道、授业，为孩子打稳人格基础，使其能在人与人之间发挥品德良能，这就是慈济办学的理念。”

教育志策会中，上人谈及，现在的社会风气与大环境，让教育工作遭受诸多阻力与困难，期许师长们心宽念纯、提起使命，用单纯、欢喜心守护教学初衷，把学校当成自己的家，付出无求。

上人勉众提起“志业心”投入，莫用“职业心”教学。“为生活而工作，很无奈也很辛苦；若能为工作而生活，服务人群、实践志向，生命有价值，做起事来才会欢喜又快乐。”



●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

深圳福田店

广东省深圳市福田区
八卦一路鹏益大厦
一号裙楼104号
(中信银行旁)
TEL (0755) 22380860

【找到自己的影子】

前往红景天横河北老人公寓，关怀爷爷奶奶的日子，是温州慈济志工的孝亲日、感恩日；这些还在为事业打拼的年轻企业家，都会放下事业和家业依约前来。

十一月十日这天，再一次见到阿婆，因为天气转凉，阿婆的手也透着凉，慈济志工握住老人家的手，很努力地想把温暖全部传递出去。

在上海慈济志工陪同下，温州一群年轻的企业家，从机构关怀开始，正如志工鲁武泳师姊说：“到敬老院是找到自己的影子，每一次的触动都不一样。”





竹节壶具

在慈济的意象设计，经常可见竹子，除闻音竹与德相同，引喻行道守德如竹外，也期许竹有节，守礼重节；竹中空，谦敬向学。静思陶艺坊，一九八七年创立，由证严法师大弟子德慈师父带领团队，手工制陶与世结缘；今有竹节壶具，含茶壶、茶海各一，及六只茶杯，可自斟自酌，以竹为师；也能招待亲友，以壶为福，共享天伦。器贵于用，法重于行；于岁末，奉上静思好茶一壶，及无限虔敬祝福。