

慈濟



不一样的夏天

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

悲智双运

虽非亲非故，
却为人人创造幸福的生活，
是“无缘大慈”。

人伤我痛，人苦我悲，
不忍众生受苦难，
以无私大爱为他解除痛苦，
是“同体大悲”。

将人人视如至亲所爱，
秉慈运悲，
愿众生离苦得乐，
就是悲智双运的人间菩萨。



摄影 / 李白士



医者三心

医护人员以生命抢救生命，发挥父母心、妙手佛心、苦口婆心，
抚平伤员与家属身心伤痕；
随着病患的痛而痛、家属的苦而苦，唯有大悲与大愿，才能承受
这分痛与苦。

证严上人主讲 编辑部整理

◆ 讲于二〇一五年七月一日至二十日

六月二十七日八仙粉尘爆炸意外，
瞬间造成近五百位年轻人受伤，
是台湾近年来最严重的烧烫伤事件。
警义消人员大规模动员救灾；现场没有
受伤或轻伤的人，分工合作帮助重
伤者；那一晚，不只救护车来回奔
驰，还有众多医护人员赶回单位抢救
生命……

许多伤员都是大面积烧伤，每次换
药，都需要动员四、五位护理师与医

师；烧伤面积愈大，所需时间愈久。各
院人手缺乏，放假、离职的医护纷纷归
来投入，连开业医师也主动帮忙。

严重的烧烫伤患者，生命如在悬崖
上，但医护人员不轻言放弃，日夜守
护身边抢救。年轻人承受皮肉撕裂之
痛，分分秒秒与生死搏斗，父母的心
灵更是苦不堪言。每当换药时听到伤
者的哀号，医疗人员的心痛也不亚于
父母亲，但依然发挥专业持续抢救、

守护。

尽管忙到连休息时间都没有，医护人员再累还是撑下去，希望能为每位病患抚平伤口、解除痛苦、安定心灵，同时还要抚慰家属的焦虑和激动。只要患者状况稳定下来，从加护病房转到普通病房，就是他们最开心的时刻。

医护人员跟着病患的痛而痛、跟着家属的苦而苦，不舍生命从手中流失，心灵负担沉重、责任也很重；如果没有菩萨的大悲与大愿，实在难以承受这种痛与苦。

无常让人心痛；所幸从灾难发生那一刻开始，各界源源不绝付出爱，这分“人伤我痛，人苦我悲”的同理心，展现了台湾社会富有爱与良知。但愿这份大爱能延续下去，让将近五百个家庭的创伤，因为爱的肤慰而减到最低。

**尊重生命，
感恩每一秒钟的平安，
把握健康人生付出爱。**

台北慈济医院和花莲慈济医院，也收治了十多位八仙尘爆伤员。台北慈院赵有诚院长一得知意外发生，马上启动大量伤员应变机制，第一时间就收治了十三名伤员，紧急在加护病房设置烧烫伤专区，全力抢救；花莲、台中、大林慈院具照顾烧烫伤患经验的医护同仁，也陆续北上支持。

严重烧烫伤患者有很多难关要过，

包括清创、植皮，以及漫长的复健路。关心每位伤员的情形，每天清晨五点，赵院长就进入加护病房巡视。伤员因为体表失去皮肤保护而容易失温，于是开刀房调高温度；医师连续好几个小时手术下来，不免汗流浹背，护理同仁取来冰块让医师背在身上降温，还不时为医师擦汗。复健科医师也开始协助伤员复健。

医疗同仁们不计辛劳，一心减轻伤员痛苦，希望现在多一分付出，能让他们未来减少三分痛苦。让人看到了医者三心——以父母心、妙手佛心、苦口婆心的爱，抚平伤痕；令人佩服与感动。

现今社会医病关系变质，医护难为、吃力不讨好，让不少医护人员难以堪忍而退出职场，导致人力不断流失。用生命投入抢救生命，很简单也很值得尊敬；期待社会大众要给予医疗人员感恩与支持。

全台四百多位伤员，到七月下旬还有超过三分之一病危。慈济志工感同身受家属伤痛、无助又无奈的心，到各医院陪伴关怀——致赠祝福金让他们应急、为他们张罗生活所需物资；担心他们食不下咽，天天送去餐点。

南投的刘先生是葡萄农，北上照顾受伤的儿子，但满园的葡萄已经成熟，如果没有及时采收，这一季心血就化为乌有。慈济志工得知他蜡烛两头烧，于是协助采收，且号召善心人认购所有葡萄，将其中一大部分送到

全台收治尘爆伤员的医院，慰劳辛苦的医护人员。

灾后一个月来，慈济志工对伤员及家属无微不至的关怀与细腻的爱，丝毫未减；也深深感受到父母的两难——担心孩子的伤势，也担心未来复健路途坎坷。或许身体痛楚会随时间减轻，但心灵的复健之路还很漫长，家庭经济也会是一项沉重负担；慈济的关怀，会不断接力下去。

从去年澎湖空难、高雄气爆，到今年基隆河坠机、八仙乐园尘爆……不到一年时间，台湾发生四波震惊人心的灾难。六月二十八日起连续八天，全球五万三千多人次慈济志工，与静思精舍连线礼诵《地藏经》、《普门品》，为伤员祈福；也在七月中旬举办多场“爱肤伤，迎阳光”祈福会，邀请会众与家属一起祈祷。

在尼泊尔，一群法师和本土志工得知台湾发生这起重大的灾难，特别举办祈福法会，从远方传递来祝福。他们刚历经严重的地震，慈济前往赈灾、陪伴两个月来，已经带动出这分“爱的循环”。

“无常”在瞬息间发生，时刻都要戒慎。期待会合人人虔诚的心念，上达诸佛菩萨听，让伤员平安度过难关；也希望人心觉醒——感恩每一秒钟的平安，更能把握有限人生，为社会人群付出。

社会少不了任何一个人的善心，人与人之间建立起爱心与信心，人间才

能祥和安定。



地球上平均每秒钟诞生两个人，全球人口已达七十三亿。每个人来到人间，是带给地球利益、还是危害呢？

大地供应人类一切所需，但人心不满足，随心所欲、追求享受，不断破坏山林，建设道路、高楼，将大地穿上水泥衣，陆地不够用，就与海争地；破坏山河大地，也破坏心灵道德。不断耗竭大地资源，造成气候变迁，天灾不断。

人的欲念难以节制，心被“无明网”网住。无明，是人心最大的难关，不只个人迷惘受苦，也让社会难以祥和平安。

同样人生，有人四肢健全、身体健康，心却不满足，常在忧郁中；有人身陷逆境，却能勇敢坚强走出来——唯有觉悟，才能扭转人生。

与大自然力量相较，人实在很渺小；不过恶念共聚、无明浊流滔滔，恶业就会很强大。

时间分秒流逝不停歇，“是日已过，命亦随减”；但时间也能成就一切。人人爱心会合，能为人间带来光明与希望。

期待人人欲念少一点，良知智慧提升一点；把握有限生命，时时发挥善与爱，让清流能量逆流而上。

请大家多用心！



慈濟

T Z U C H I

无尽藏

- 1 医者三心
证严上人

主题报导

6

不一样的夏天

- 8 苏州快乐健康营GO
- 22 暑假的昆山环境教育基地
- 26 暑假的闵行区
- 29 暑假的五缘湾

地方通讯

- 33 卷袖之爱
- 38 幸福的相遇
- 41 青春不留白
- 43 武汉助学访视
- 45 “妙莲”志工
- 46 小小的微笑和拥抱
- 47 有意义的午后
- 48 祝福是最美的语言
- 49 爱唱越剧的奶奶
- 50 银发志工

目录

证严上人衲履足迹

释德飧

63

《内容提要》

- 投入慈济志业，“爱”是共同的目标。上人表示，与人真诚互动，“以德领众，也要以爱导向。要将人人当成菩萨，发自内心，真诚地感恩人、尊重人、爱人；才能结好人缘，带动更多人欢喜付出。”
- 佛陀入灭前慨叹，正法的毁坏，并非外道破坏，而是“狮子身中虫，自食狮子肉”。上人表示，佛陀此语，说出对弟子的担忧与挂念——僧团里若有人心念偏差，就如狮子身上虫一样，将从内部破坏僧团。“团体中，人人心中时时都要有法，才能调伏心欲与恶念。一个人改变心态向善，能影响许多人朝正向走；反之，人心趋向恶念，世间的灾难、苦难将不断发生。”



2013年4月创刊

2015年第7期 总第28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

美编/赵耀 胡玉洁 廖敏惠

校对志工/才轩卓 慈贺 慈晔

洪维 王秦 杨颖 张雨

(按拼音排序)

地址/苏州市姑苏区景德路367号

电话/(0512)80990980

邮编/215003

读者信箱/reader@tzuchi.org.cn

准印号/江苏JS-S390

印刷/苏州市大元印务有限公司

内部资料 免费交流 欢迎投稿



本杂志采用环保大豆油墨印制

爱惜资源 请广为传阅



• 主题报导 •

不一样的夏天



暑假的苏州慈济志业园区、昆山环境教育基地、上海闵行区、厦门五缘湾迎来纯真的儿少，在父母亲的陪同下，与慈济志工度过不一样的夏天；他们聚在一起，共同学习如何过生活、如何……

苏州快乐健康营GO

文/图：苏州真善美志工



“神秘的关卡” 学员们戴上眼罩，随著“转弯，我们到了哪里” 孩子们满怀着好奇。

不一样的夏天



“如果我们爱地球，一天五善153，一善一起来吃素，二善省水要思源，三善不用免洗筷，四善省电拔插头，五善健康多走路。”苏州暑期儿童快乐健康营“挥3c迎5善”，在热情洋溢的“五善之歌”中拉开集训三天的帷幕，并以这首轻快的营歌，开展为期七天的活动。

营队始于二〇〇八年，已建立丰富的经验。七月十三日，来自

全国各地四十余位慈济志工，及四十四位青年志工，相聚在苏州慈济志业园区，迎来八十余位学员，和四十余位家长；学员分成十三组，各以蔬菜水果命名，每组配备一名队辅妈妈，两名青年志工一共三位队辅。

随后，孩子和家长们戴上眼罩，分成两条路线，在黑暗中开始了奇妙之旅；彼此手搭肩膀前行，拐弯、直行、上下楼梯，在彼此



下图：精彩的表演把全场带入原住民部落阳光、热情、活泼的氛围中。



上图:素食DIY让大家分享十三组青年志工制作的“食尚”主厨。

协作中，朝福慧厅前进，完成精采又惊喜的相见欢与开营典礼，随后展开环保金点子创意课程、生活礼仪、素食初体验及认识大爱绿建筑，且在星空夜语活动，玩起团队合作的游戏。

寓教于乐的合作游戏，“惜福同心鞋”是利用四百多个家庭号的宝特瓶，对半剖开，完成一百五十七双“惜福的水晶鞋”，让九位学员一组，脚踏在联结成串的同心鞋上，穿过静思堂前的拱桥，到达感恩楼。

“在游戏中，最强烈的感受就是‘合作’，不管是喊口号，还是互相搭着肩膀扶着走，步调必须一致，朝向共同的目标；就算鞋带断了，心还是连着。”

当被问及，穿上“惜福同心鞋”的感受时，小学员纷纷表示：“不舒服，要珍惜和感恩现有的鞋子。”也有青年志工在做中学，学中觉，不仅明白了见苦知福的必要，也重新洗礼了对爱护地球、环境保护的认知。

鞋

与书对话

伴随着悠扬的音乐，走进“与书对话”的教室，首先映入眼帘的是古朴的桌椅，和引人注目的静思语折卡、小楷笔与彩色卡纸。

这堂课，孩子们将品读《孝的真谛》，学习切实可行的孝道。

与一般课程不同的是，考虑到学员的活泼好动，课程设计者吴清芬特意安排了静心环节，让孩子们在课前短时间内集中注意力。

“请同学们闭上双眼，食指按紧大拇指，挺直腰，坐在椅子三分之一处，静心聆听音乐。”讲师刘宇庭如是引导，待缓缓的音乐结束后，现场已是一片安静祥和。

引导孩子们朗读桌上的静思语，讲师刘宇庭鼓励小学员们摘录一句，写在静思语卡片上，送给爸爸妈妈。

在读书环节中，讲师实打实地引导孩子阅读。先是带领孩子们翻阅引言与目录，并朗读“众善之门、以孝传家……”这也是快速了解一本书要说什么，结构怎么样的秘诀。

导读环节中，讲师为学员们分别朗读了佛陀拜骨、四川慈母与华山慈父三个故事。其中，青年志工吴建建与沈静雯同学，通过现场微型戏剧，再现汶川大地震，母亲在生命的最后一刻，用手机为孩子留下最后爱的叮咛。通过视觉与听觉，向孩子们呈现什么是“父爱是朝阳，母爱浩连天。”

悦耳、整齐的朗朗读书声，响彻教室，讲师将家庭之孝，推广到天下大孝，并传达了守护好自己的家庭，再为社会付出，承担天下责任的理念和程序。

同样是“与书对话”，这回是家长们的课程；活动第六天的晚上，在教室里，家长们分享“人生经济学”的感悟。

来自南京的杨芳老师的分享，令家长们受益匪浅。“人生该如何投资才是最有效益的？”主修经济管理学的杨芳，谈的是人生的价值和意义，及教子之道。“孩子叛逆，要反省自己，若要孩子做到自己，先要做到。我们家长要学习内修再外化……”

从人生、经济、学之中，家长们陷入深深的思考和反省，也纷纷整理思路，用心填写心得体会，并祝福自己，拥有不同以往，充满爱与智慧的家庭。

茶礼之美

二百多年前，茶从中国传入英国后，被英国人看作是一种悠闲和舒适的享受。尤以公元一八四〇年，英国贝德芙公爵夫人安娜女士，在等待繁文褥节的晚宴时间里，以女仆准备几片烤面包、奶油配茶而研制出“维多利亚下午茶”的仪礼，从此成为贵族社交文化。

学员及家长们听完英式下午茶的源起和发展，陈倩老师邀请大家品茶、享用美味的点心、品赏精致的茶器，并传授学员家长们简单的插花艺术，且在满天星、康乃馨、配上绣球花叶的淡淡清香里，个个沉浸在插花艺术的世界。

来自山东的郭媛媛分享：“看到这束花想到孩子们。每个孩子都是一朵美丽的花，但要放在正确的位置。不要依自己的喜好去修剪，要他们按自己的特性去生长。”

另有生活茶道课，在讲师伍珉玥的引导下，让学员们认识静思茶道，并安排奉茶的环节。

一段慈济的茶道礼仪，唤醒了心底的孝，月歆奉茶感恩母亲的养育之恩。她分享：“自己远在西安上学，因路途遥远，只有寒暑假可以回家。”说到动情之处，紧紧拥抱妈妈，“第一次为妈妈奉茶，感觉很新奇，很感动，也很开心。”

青年志工高海纯分享道：“二〇一三年儿童快健营中与泽进弟弟结缘，之后一直保持联系。但自从去美国后就中断联络。心里祈盼这次营队能再见。没想到真的再见到了！”海纯觉得做青年志工的心力和付出没有白费。“看到孩子们的改变，觉得一切都值得。”

学员单钰淳的妈妈许玲，看到青年志工颇具慈济人文的奉茶礼仪，了解“茶道原是怀着尊重的心，去泡每一杯茶。”

言传身教，爱的力量开始散播。在珉玥老师的引导下，苹果队的几位小学员纷纷起身，为队辅妈妈和队辅哥哥姐姐奉茶。

来自北京的小学员李英泰分享“感觉慈济的妈妈，和自己的妈妈一样亲。”张一恒小姑娘为青年志工曹月蕙奉上了醇香的茶水，“我和蕙蕙姐姐关系最好了！”月蕙表示：“平时一恒很调皮，这种温馨时刻能用奉茶的方式表达，很意外，也很感动。”

奉茶结束后，小学员们热烈鼓掌；中午因划破手臂难过哭泣的小学员迟应其，也在热烈的掌声中，再展笑颜，继续学习下一堂课。

惜福体验之旅

所有学员、家长和志工们，满当当地坐了四辆大巴车，前往西山农场，体验农民在炎热夏天里劳作的艰辛；走出空调车，热浪立刻袭来，感觉闷热，一位小学员站在原地不动，不愿踏入草丛，还嘀咕着：“天气太热，我不舒服……”

“勇敢者跟我来！”在农场工作人员徐挺的带路下，小学员列队走入杂草丛生的农田。介绍过农场的特色和有机栽培理念，并提醒小朋友注意脚下，勿伤害到小生命之后，孩子们带着手套、袖套与农具，开始“惜福体验”之旅。

到了种植区，按照年龄的大小分领工具，年纪小的学员戴上手套或者用剪刀剪掉比较细小的杂草，年纪稍大的学员则使用镰刀。大伙儿都干得热火朝天、动力十足，甚至有些小男生表示想要使用镰刀的意愿，似乎想要彰显着自己小小男子汉的实力。而青年志工更是发挥着表率作用，在杂草最茂密的地方，挥动着铁锹。与此同时，还有后勤的医疗组家人，为高温中暑的队员及时地送上帮助。

林冠宏自言自语道：“好辛苦啊！难道开垦就是这样开的吗？”边说边用尽全身力气拔起脚下的杂草。另在除草时，袁国立发现一只螳螂，和朱冠羽好奇的观察一番，然后小心翼翼地把它送到树干，并目送小螳螂离开。

浙江义乌的刘美春带着十四岁的儿子杰骁参加营队，“儿子从没做过这些，没想到他割草这么快！”美春妈妈由衷赞叹儿子，说话时手里还不停劳作。队辅姐姐也细心帮美春妈妈的儿子张杰骁忙擦去满头大汗。“很值得，体验过后，对以前的生活有些反省。”

“杂枝剪掉，它就会干干净净往上长。”患有自闭症的星儿，来自武汉，乐观开朗的妈妈对他不离不弃。“十多年了，内心早已经坦然。只要孩子健康快乐就好。”“他喜欢沉浸在自己的小世界中，但非常听话又懂事，喜欢动手操作。”

来自江西九江的邵婉崙和爸爸一起拔草时，在草丛发现大南瓜，兴奋地喊起来。这引起周围的小学员的好奇心，大家纷纷走进草丛，且发现更多的南瓜，也让艰难的除草工作，变成有趣的寻宝游戏；而孩子们在兴奋之余，会

把南瓜有条不紊地堆积在路边，完全表现教养的人文。

午餐后的又一次劳动，学员和家长们都有了更默契的配合，除草的速度也比上午快了许多，学员们高喊着“劳动最快乐”，被太阳晒得红扑扑的脸蛋上挂着辛勤的汗水、也挂着快乐幸福的笑容。

十一岁的蔡智衡，特地加入最后的采摘活动，就是为了给爸爸妈妈带蔬菜回家，当做礼物。即使没有父母的陪伴，他认真其事的在田里观察并挑选，且不时跟慈济志工讨论，这种黄瓜好吃吗？妈妈会不会喜欢我的蔬菜？

十岁的赵睿，在回家的路上，还展示自己在拔草过程中，不小心割破的伤口，对此，她骄傲的神情，就像是个小小的战士。她说，即使以前来过西山、来过农庄，但是，收获还是不一样的。



健康真好

营队第四天，课堂移动到苏州慈济门诊部，学习身心的健康的方法。除了勤练身体健康操、了解食品健康之外，也参与体验式的中医课程，同时通过卫教，学习如何让自己保有健康的口腔。

吴丽娟老师和张锦霞老师带来食品健康课程，希望孩子们尽量少吃富含添加剂的食品。

近年来，各种病症的发生率暴增，健康已经成为了一个口号。在课堂上，老师展示“中国饮食健康调查报告”，提醒学员们，长期食用肉类，白糖等，相当于慢性食物中毒。且要减少食用烧烤，饼干，碳水化合物，冷冻甜品，膨化食品，罐头这类食品。

下午的健康跑站教学，中医科吴玉为、谢耀联医生，带来生动有趣的体验式课程，并讲解身边的中医理论。另有口腔科医生吕俊承，讲解牙齿健康的知识。

吴玉为带来中药材、穴位敷贴、刮痧、经络等有趣话题，并针对大多数人肩颈不适，特意为学员当场演示刮痧。

每当孩子们注意力快要流失时，总会及时地出现体验环节。通过现场刮痧，孩子们感受到了活生生的中医。“这个刮痧板是铜制的，符合电学原理；但在小时候，奶奶都是用碗，甚至找一些比较类似的东西刮痧，这体现了古人的智慧，善于从生活取材。”

来自杭州的小学员伍怡然，主动上来演示刮痧，吴医生小心轻柔地为怡然刮痧，淡红色的瘀痧很快显现出来。怡然说，外婆教过自己刮痧疗病。这几天闷热头疼，就派上用场了。

中医科谢耀联医生也示范穴位的找法，和按摩带来的功效，另为小朋友普及医学常识，其中，五行相生的排序是“土木火金水”，不是“金木水火土”。现场并介绍足三里和三阴交等常见的实用穴位，并教导家长们相互帮忙，找寻准确的位置。

而端庄的行为举止，不仅体现了慈济人文，对孩子身心健康非常有益。谢医生说，过度滑手机、看计算机，会破坏正常的生理结构，从而产生颈椎病、脊椎侧弯等各类疾病，谢医生也请小学员示范准确的站姿，以保身体的益处。

另有口腔科的吕俊承医生带来“爱牙齿、好健康”的课程，家长们很开心地看到，孩子们亲身学习口腔卫生的问题。

吕医生通过鲨鱼玩偶，让小朋友对比刷牙的好处，并通过有趣的视频让孩子们了解，糖和细菌则是蛀牙的罪魁祸首。

吕医生教导孩子正确的刷牙方式，也期待孩子们要建立四个好习惯：一、早晚要刷牙；二、减少吃过多的甜食及饮料；三、睡觉或睡觉前避免再吃零食等；四、定期检查很重要。



今天很环保

苏州慈济暑期儿童快乐健康营，在第五天的学习，除了体验水资源的有限，还去了无锡环保教育基地，增长环保知识。

在“甘肃的一天”课程中，讲师们为学员们讲述了甘肃人民艰难的干旱生活。并通过观看视频，了解到那里的人们，为了获取水资源，必须跋山涉水，才可以从水窖提出少许的劣质水源。

为能深刻体验缺水的生活，课程安排“挑水体验”的环节。在课堂一旁，十个盛满水的水桶与五个竹制扁担在列，前后各站五个学员，前边的学员用扁担挑着两桶水送到后面，后面的学员再把水挑到前边，全程不能把水洒在地上。

平日伸手即得，理所当然的水，此刻变成千金难求的贵重生活物资，或许，通过亲身体验，可以了解水的珍贵和来之不易。

过程中，许多孩子不免把水洒在地上，其共同的感受是“挑水肩膀酸痛，真不容易！”“但，我们只挑一次，甘肃的居民每天都这样挑水吃呢！”

“看了视频觉得很难受，觉得他们这样砍树对地球的破坏实在是太大了！害得甘肃的人都没有水可以喝。”“那么我们有没有什么办法可以节水啊……”“答案在每个人的心里……”

下午前往无锡慈济环保教育基地，“霄燕妈妈”为孩子们连讲解四场，语气铿锵有力，字句震撼人心。且在宣讲过程中，可以发现，不少小朋友认真倾听，甚至可以看到，有些学员认真做着笔记。回到休息区，“霄燕妈妈”再次呼吁：“感动要化为行动喔！环保并不难，你我都做得到！”

环保真的可以随时随地做到，队辅李芯瑜师姊与小朋友分享，她做过六次植牙手术，只用过两张纸巾，因为随身携带“秘密武器”——手帕。

王浩凯的妈妈说起孩子的改变非常欣慰。从小由奶奶带大的浩凯，到现在还在喂饭吃。妈妈说：“这几天他都自己吃干净，在西山农场看到我咬一口没熟的食物吐掉，立刻提醒不要浪费。看到我把啃剩的玉米芯扔到河里，就说不可以污染环境。”



素食嘉年华

不管男生、女生，快健营的孩子都“挺着大肚子”大展厨艺，烹调素食，且为涓注慈善事业，拓展“销路”，除专注设计各组的广告牌之外，使出浑身解数力邀代言人，也展开“死缠烂打”和“卖萌耍乖”的策略。但最让家长们的惊喜和赞叹的是，孩子们竟然能够做出如此色香味俱全的食物。

苏州暑期快健营进入到第六天，锣鼓齐鸣欢迎家长入场，共享素食嘉年华；啊，差点忘了说，孩子们“挺着大肚子”是为体验怀胎十月的辛苦。

孩子的表现，令人大开眼界，其中一位，更是令人称奇；他是年纪小小但身材壮硕的李英泰，在班里是数一数二的数学人才，不仅有强大的理论基础，更重要的是，会把知识结合实际，开启一系列的“爱心营销模式”；对于营销成果，不怕挫折的他，一脸轻松地说，“平常心啊，被拒绝就找下一位。”

英泰透露自己的营销策略，总共四套模式：

一、多买多送

作为麻糬组的成员，英泰是较早推行这一模式的学员，“五块钱三个麻糬，两块五一个。”他手举托盘向大众推广到“五块钱四个卖不卖？”

二、以物易物

第一个实现跨产品销售，英泰敏锐地认识到，客户们有不同产品的需求，为打开销路，他当机立断，用本组的麻糬与其它小组的三明治、吐司、蛋挞与面条交换，增加销售品项。

三、组合式销售

一样商品单个不好卖，那就和其它商品组合式销售。英泰把不同的、具有互补性的食品组合起来，一起销售。“面条、蛋挞、麻糬、米蛋糕，一起二十五元，要不要？”

四、赊账消费

“学长学姐，没带钱，不用怕，可以先吃再付。”作为一名勇猛的一线干将，英泰更懂得分析客户群体：家长、志工和忘记带钱的学长学姐。“您可以先选你喜欢的，晚点付也没关系。”他说。

作为一位初中生，英泰的闪光点不仅仅在于他的随机应变、灵活思考，更在于他的实干与勇气。“推销的时候要面对不同的人，要看不同的脸色，要听不同的言语，不害怕吗？”

英泰的回答很简单：“平常心啊，平常心就好了。”

我们还会再见

“昨天的汗水，今日的收获”，苏州慈济暑期儿童快乐健康营的圆缘很别致，八十九位学员以“环保金点子创意”的毕展作品，与七十八位家长和一百零九位志工分享过程的喜悦。

经过六天紧锣密鼓的准备，包括分组讨论、蓝图设计、实际规划、寻找资源等四个环节后，以“爱护地球，惜福爱物”的初心，举行别开生面的环保作品展。

孩子们带着自信，上台说明材质，并介绍设计者团队、设计理念，及图纸规划、上色安装、作品意涵、装饰细节、各组件的实用功能等等，同时细说“我们都是最棒的”。

圆缘典礼由慈济志工胡蔡安给予爱的期许，他说：“在知识爆炸的时代，孩子们缺少的是人文。在这里，孩子接受不一样的学习，让我们共同见证他们的改变。七天好短，但这是一个良好的开端，因为来日方长，我们还再见的。”



后记--宜春学子的故事

一个活动的成就，不离心、和气、互爱、协力的积累；参加苏州暑期儿童快健营的青年志工，亦复如此，非一蹴而成。其中，宜春四位学子的故事，或许可以略说一二。他们的故事，带给大家不凡的鼓舞。

来自九百一十公里外，江西宜春的青年志工：吴鸿艳、袁仁敏、张月歆、易勇爱，搭乘十三个小时的夜班火车，带着满腔激情和热忱，回到慈济，协助进行二梯次，共二十天的暑期快乐健康营。

破冰游戏中抱着摄影机，到处取景的吴鸿艳，有条不紊的记录着伙伴们精彩通关的喜悦，并大声为落后的队伍加油助威。做为承担人文录像的功能团队成员，虽然一再表示“看他们玩的好开心，也好想加入耶。”却依然能安分坚守岗位。

二〇一三年九月因父亲生病，被列入慈济助学生的鸿艳，接受第一笔助学金后，在一次慈济夜间读书会中，志工以温柔软语分享日存五毛钱，日行一善的“竹筒岁月”故事，并在活动结束后用汽车亲自送她回学校，“那是我第一次乘坐汽车。”

现在，被那丝丝柔声细语的力量牵引的吴鸿艳，跟随慈济志工的脚印，周末到敬老院肤慰老人，在环保日进入小区学习环保推广，也到贫困学生家中进行访视。原本内向的性格的她，渐渐打开心扉：“以前不敢说，怕像在家里一样，说错挨骂，而慈济的师姑师伯，从来不会骂我。做错事，都是轻声细语的提建议和爱的叮咛。”

获得满满爱的鸿艳，从静思语的学习中，转变自己处事的心态，从而树立了自信心，开始承担慈济访视记录的笔耕工作。

在青年志工音控团队中，袁仁敏第一次参加苏州暑期快乐营队。他是宜春学院机械专业的大二学生。

二〇一三年高中毕业，考入宜春学院之后，即利用课余时间，跟随当地的慈济志工，进行宜春三十一个乡镇街道的助学访视，走入人群，眼观耳听，见苦惜福，把握机缘，如海绵吸水用心精进。袁仁敏分享：“春节和暑假，在宜春的饭店打工，都会赶在早晨上班前‘熏法香’，再骑车赶至兼职的饭店打工。”

听完青年志工的分享，林碧玉秘书长特地给青年志工鼓励：“慈济作为一张世界名片，打开这扇国际大门，要输出什么？唯有爱，让全世界重新看到中华文化的美，看到人文礼仪的美，这才是最重要的。不论是新思路，还是旧思路，看到你们，就是希望。”

暑假的昆山环境教育基地

文/图：苏州昆山真善美志工



师做环保的手是最美的手，戴上手套，孩子们在环保站做资源分类的态度很认真、很专注。

又是暑假了，慈济昆山环境教育基地迎来小主人报新闻学校的参访团，也迎来青阳街道小区的小学生，共同学习为什么要做环保，也学习怎么样做环保。

小主人报新闻学校二百一十位学生，在七月十三日、十四日两天，分成四个梯次陆续到来，通过环保实做，了解如何资源分类回收；通过环保导览，更能珍爱地球资源；也通过静思语教学，懂得为什么家里烧的白开水是最健康、最解渴的饮料。

做环保的手是最美的手，戴上手套，孩子们在环保站做资源分类的态度很认真、很专注。但都是孩子，不免叽叽喳喳，且带着好玩的心喊着，这是透明的或这是绿色的，再拧下瓶盖倒掉余液，用清澈的眼睛扫过篮架，准确投入。也有人自言自语，这个亮的是铝罐，然后“当”的一声，铝罐筐里多了一个回收品。过程中，还可以听到小朋友的叫声，啊呀，这个好臭呀，这个是酸的，还用手扇着鼻子，可动作依旧利落到位。

在环保导览区域，小朋友被问及如何保护环境时，即你一言我一语的开始了热烈的讨论，“尽量少的少开车”，“尽量用小毛巾，少用餐巾纸”，“可以在洗手池里放一个盆，把洗手的水收集起来”，是他们在最

短的时间，学到最好的知识。

而教联团队为孩子精心设计“多喝水”的教案，通过视频《新闻调查》、《饮料是这样做出来的》及有趣的简报，给孩子们一个较为全面的认知，了解为什么白开水才是最健康、最解渴的饮料。

课程结束，孩子们分享学习心得，举手发言非常热烈。张语馨小朋友明白，要建立省水的习惯；还有，回家动不动就开空调，或出外都要开车，会造成环境污染。崔一涵小朋友说：“要节约，不要浪费，可以用的东西要尽量的继续好好的用。”吴玉绮小朋友也说：

“以后出门要自带环保杯、碗、筷子，不用一次性的物品。还要保护树木，爱护环境。”

昆山慈济环境教育基地是二〇一三年夏天，由昆山市环保局授牌正式成立的，接待的参访团已不计其数，无论是企事业单位还是学校团体，慈济志工都会用心设计参访流程，并精心安排教学方案。

青阳街道小区的小学生放假不放学，离校不离教，街道工作人员为孩子们组织了“七彩假日”的活动，包括绿色环保意识。七月二十八日，四十二位学生和家长们一起来到昆山慈济环境教育基地。

虽然天气非常炎热，但丝毫没有减弱孩子及家长们学习环保的热



孩子们在环保之余，不忘去敬老院给爷爷奶奶带去欢声笑语。

情。慈济的志工们通过环保导览，环保实作，静思语教学等项目，不仅丰富了学生的暑期生活，更在学

生的心里播下了一颗环保的种子。

在环保站内，段桂华师姊为小朋友和家长讲解环保分类方法，家长



带着孩子们实做环保分类，将带来的回收物放入分类回收筐里，小朋友们快速而认真地做着分类。家长

们也在志工介绍下，知道如何利用厨余果皮等做成酵素，以及酵素的用途。卫琴妮师姊也与家长小朋友们分享，用回收布料做成各种实用小物件。

在环保导览馆内，听着志工陈炼功的介绍，家长 and 孩子们了解到当今的的大自然四大不调，“地水火风”灾难不断，源于人类的贪欲。因此，环保已经迫在眉睫，必须从生活和学习中，开始“素食、省水、省电、携带环保餐具、改变交通方式”的基本行动，才能减缓地球暖化。

在教学的课堂上，志工把不同饮料所含的糖分，制作成教具，让小朋友和家长了解，每个饮料含有的糖分，同时引用“世间的海可以填平，但是小小一个嘴巴，却永远不能填满”的静思语，让小朋友和家长间接明白，商场那一排排诱人的饮料，是如何做出来之后，比阻止购买的任何话语更为有效。

组织这项活动的青阳街道小区干部郭旅君女士表示，慈济在隶属于青阳街道的军泽园小区，把环保活动做得非常好，因此，“七彩假日”选在昆山慈济环境教育基地，希望亲子一起参与进来，共同提升绿色环保意识。

■

暑假的闵行区

文/图：上海真善美志工



小朋友们在志工的指导下开始进行资源分类，用小小的双手做环保。

每年的暑假是孩子们最期待，同时又是家长们较伤脑筋的事，如何让孩子拥有健康、快乐、安全的假期，上海闵行区的万科城市花园和万兆家园的居委会，邀请慈济志工举办环保活动，除了启发爱物惜物的观念，回归清静在源头的朴实生活之外，也要缓解环境的危机。

与万科城市花园合作开展环保倡导活动，已经持续三年，七月十八

日通过影片、亲子DIY实做区、资源分类学习区的模块，吸引学校师生，及九对亲子远从浦东三林赶来参加。

七分钟的影片，从美丽湛蓝的海洋世界、可爱的企鹅、高大耸立的北极冰山、自由奔放的非洲草原动物等，刻画干净美丽的地球……下一秒，干旱、森林大火、动物因气候的变化干渴而死、海鸟吃了塑料

物品无法消化……因为人类的私欲，地球已不胜负荷。

孩子的母亲吴倩说，影片特别怵目惊心，孩子们看了会很有感受的，因为，大多数的孩子都爱动物。而看不下海鸟的惨状，单纯又聪慧的孩子，随即自我反省，并约束自己，尔后不再乱扔塑料，也要妈妈帮他准备素食，减少环境的破坏。

在DIY实做区，亲子合力将回收的塑料瓶做成风车，还有资源分类学习区和广告牌区，每个站都在传递环保信息的重要。

复旦万科实验学校的小学生，老师的带领下，参加环保活动，张芳老师分享，在参与当中，孩子们了解有关环保的知识，也动手操作垃圾分类，知道如何处理生活垃圾。整个活动很有热情，让孩子在和谐快乐的氛围当中学习，为地球、为自己的家园贡献力量，值得肯定。

另有九位来自建平中学国际班的学生，在父母的陪伴下，远从浦东三林赶来。

“这个活动，给孩子也给大人上了一堂很好的课。”学生家长朱正德说，环保要从垃圾分类开始做起，且要长期积累来做，就像爱护我们的孩子一样，把这个地球爱护好。至于如何落实，唯有改变生活方式，比如

教育孩子，少喝罐装或瓶装饮料，平常多喝白水。也要养成书籍、书报分类，再回收利用的习惯。还有，多用手帕，不用纸巾，可以多保护些树木。

另有一场亲子环保活动，七月二十二日在万兆家园小区服务站举行，幸有闵行区万科环保站、名都新城环保站的志工前来支持，才克服人手不足的困难，并顺利完成富有教育性的活动。

万兆家园居委会孙芳书记说，“最近气候异常，原本秋季开花的桂花，反季节绽放，就是地球暖化的结果，而这样的环境变化，人为破坏因素居多。为护卫地球环境，要如慈济志工的身体力行，才能减缓生态的破坏”。

亲子环保活动分为三站。第一站“大爱影音馆”，先为孩子们播放



念诵“瓶瓶罐罐纸电1357”的口诀后，八位小朋友带上手套认真的做起了分类。

环保影片，然后进行宣讲；第二站是环保DIY宝特瓶变风车的神奇魔力；第三站是互动游戏，教导环保十指口诀。

大爱影音馆播放影片《温水中的青蛙》后，慈济志工王文宗启发孩子：“青蛙在一个逐渐加温的容器中，觉得很舒服，并未感到危险的存在。地球暖化正是如此，温度上升也是逐渐上升的，看起来不快，但是随着时间的推移，如果还不注意环境保护，那危险与灾难是很惊人的”。

第二站DIY，用塑料瓶做风车，教导资源再利用。志工严永强重点讲解，做风车的具体步骤，从选瓶、划线、裁剪、到用铁丝串珠等工艺流程。

第三站，慈济志工赵永新很有号召力，四十双小手举在胸前，大声念诵“瓶瓶罐罐纸电1357”的口诀；孩子们对这样的教学很乐意接受，在旁边的家长也连连点头称赞。

倡导后即是环保实做，八位小朋友戴上手套认真分类；然后请来二位小朋友上台检查是否达标，个个有模有样，也收到很好的效果。

这个暑假，闵行区的孩子有了环保概念，不必整天懒在家里吃冷饮、看电视、打游戏；就如家住莱茵春舍小区的四年级女生黄可研说：“已经懂得保护地球的重要性，就会行动起来。未来，希望是一个既充实又有意义的新生活哩。”

慈



孩子们制作的风车成了一道靓丽的风景线。微风拂过，转动的是一个环保的心念，环保要从娃娃抓起。

暑假的五缘湾

文/图：厦门真善美志工



有人溺水时，你应该要怎么办？小朋友们跃跃上台体验自己的办法“拿著竹竿去拉被救者”“脱下衣服绑起来扔过去”。

在厦门五缘湾，九十四对亲子，在慈济志工陪伴下，度过不一样的暑假，有人学习落实生活的环保教育，有人学习自救救人的生命教育。

钟宅村位于厦门市湖里区五缘湾环岛干道旁，是厦门唯一的畬族聚集地，这里的村民祖祖辈辈以渔业为生。

与厦门慈济联络处只有一街之隔，几年来，钟宅村虽有一些村民

加入慈济成为志工，但碍于诸多因素，直到二〇一五年七月十二日，在村民王金凤介绍之下，四十对亲子，陆续来到五缘湾B3会所，让孩子懂得在学校学不到的东西。

王金凤是全职妈妈，也是学校家长代表会成员，平时热心参与、组织课外活动等，累积了很好的人缘，同村家长、孩子们对她都很信任。

此行重点定在环保，团康互动过后，借由动画片让孩子们了解，什

么是环保，怎样做环保？紧接着，由环保志工介绍环保分类“十指口诀”，同时介绍不同的回收资源，可以产生不同的环保效应。

学完环保知识，有奖问答是小朋友们最期待的，反响非常积极热烈，个个都把小手都举得高高的，而且回答得都十分准确。

不仅通过问答，还要通过实际操作加深印象，从而落实在生活中。并传递知福、惜福、再造福的环保人文，同时启发珍惜拥有、感恩父母的核心精神。

今年上小学一年级的小朋友王伟祺第一个上台，他大声分享道：

“学到了很多道理：要讲卫生，要省水、要省电，要帮助别人，还有，我还想再来一次。”

伟祺天真无邪的话语，让台下的家长和志工，忍俊不住，同时为他的勇气热烈鼓掌。

三年级的陈展博小朋友第二个抢着上台分享：“学到了垃圾需要分类，分类后的垃圾是资源，要懂得垃圾分类。”条理清晰、简洁明了的分享，赢得大家的掌声。

接着上台的村民阮慧萍分享道：“日常生活中只知道垃圾分为可回收和不可回收两类，没想到，还有这么细致的分类，有这么大的学问，今天学到了十指口诀，会从我做起，再影响家人。”

村民黄素绒带着两个孩子前来，她说：“在公司会要求员工下班前把电源总阀关掉，而在家里却没有做到，以后会多注意，从家里做起。”

而另一对亲子，妈妈谢丽清抱着两岁的女儿谢乔伊分享道：“回去后会利用网络资源共享环保，让大家更热爱生活、爱地球。”

丽清的一番话，引起共鸣，为她热烈鼓掌的同时，厦门志工苟林峰说：“这里是厦门政府为大家开设的会客厅，是我们共同的家，欢迎各位经常回来坐坐、参与活动，共同提升厦门的软实力。”

相对于钟宅村，静思书轩小小讲堂，为来自各方的二十七对亲子，于七月二十五日，在五缘湾开出“救地球”的课程。

亲子们来到一楼环保点，先由志工讲解垃圾分类，再让小朋友现学现用，亲自进行垃圾分类，还要把铝罐踩扁，因为力气小，有的小朋友踩得气喘吁吁的，一旁的爸爸妈妈又开心又心疼。结果，垃圾分类体验后，孩子们洗了手回到和气教室，个个还余兴未尽。

陈逸轩小朋友分享说：“废品回收，有好大的用处。学会垃圾分类了，也学到吃素做环保，因为生产一公斤牛肉，要用十万公升水，十六公斤谷物，牛打嗝还释放甲

烷。”

陈逸轩的爸爸妈妈都来了，妈妈分享说：“平常虽然听说环保，但好像离得很远；学了这些知识，就懂得了生活中时时处处都可做环保，且资源回收后都是宝。”

另有二十七对亲子，同样在七月，在五缘湾进行第四次课程。这回可精采了，参加教师联谊的老师都融入亲子成长班的各功能中。

中午一点，热辣的大太阳让身处室外的人都浑身燥热难耐，但本年度第四次的亲子成长班，如常展开。

时逢暑假，考虑到亲子会有很多假日出行，活动主题特别设定为“生命教育”，邀请厦门红十字会的郭志辉讲师，用生动形象的示范教学，当自身或其它人遇到生命危险时，应当如何科学有效地自救和救人。

为了这次课程，郭志辉可谓是准备充足：游泳圈、竹竿、仿真人偶、婴儿人偶、桶、空油瓶等，各式各样的道具摆放在一角，就是为了在课程中让大家知道自救和救人时可以用到身边的哪些物品。

水不仅能够带来欢乐与健康，也会带来灾难。郭志辉抛出问题，如果碰到有人溺水时，应该怎么办？

现场参差不齐的小手臂悬在半空中，争取发言的机会，“一头拿着竹竿，另一头伸到被救者的旁

边”。“把游泳圈扔过去”。“将桶口朝下，抱着桶”。

说归说，郭志辉请小朋友上台模拟竹竿救人的方法，充当落水者的志工接到岸上小朋友伸过来的竹竿，双方力量立刻悬殊。

郭志辉说，现实生活中，可能会碰到救人者的力量不如被救者，反被拖下水的情况，当你觉得自己的力量不够大时。一定要适时的放手，再寻找其它的解救方法，不要让自己也身处险境。

另外，呛水时，哪怕水再脏，也要迅速喝下去，才不会影响第二次呼吸的频率，若吐水则会影响换气容易导致溺水。若因为溺水而昏迷，在确认对方失去神智和呼吸的时候，就要把握接下来的“黄金四至六分钟”，立刻采取心肺复苏与人工呼吸的方式进行施救。

“胸口按压三十下，人工呼吸二口气，手不离胸口，力道要平稳适中，就这样交替重复，直至被救者开始正常呼吸。”郭志辉一边讲解一边在仿真人偶身上演示。

溺水自救、心肺复苏还有气道梗阻的自救和救人，要准确掌握方法，郭志辉说，学习之后，万一哪一天用上了，也是功德无量的事。

活动中，志工安排另外一个分站环节，将亲与子分在不同的教室进行，小朋友们排成纵队，跟着志工

走到了旁边的小教室，分站站长陈聪川老师和已经准备好的游戏正在等待着他们。与此同时，在感恩堂那边，慈济志工为家长们安排了一堂《爱》的讲座。

一头银发、面容和蔼的志工余凯，以分享的心态交流“父母与子女的关系”、“感受童年的感受”、“智慧的爱”……她循序渐进地引导家长去思考孩子和自己的身份和定位，以及相处和教育的方式。

余凯老师抛砖引玉，以自身为例，让许多家长都敞开心扉说出自己的故事。

家长王婷在回忆自己童年的成长经历时，一度哽咽到说不出话。她说，身为老师的父亲向来不苟言笑，在她很小的时候极少对她表露过疼爱之情，以至于她认为父亲是不爱自己的。初中三年求学辛苦，父亲也都没去看过她，直到她要中考的那段时间，某天父亲破天荒拎了补品去看她，还解释是妈妈让他带来的。当下，才知道父亲原来是爱自己的。

陪儿子吴林泽来参加亲子班，王婷觉得自己也学了很多好的教育理念。她说，教育孩子的过程中会遇到很多问题，然而这些都没有固定的答案，唯一的答案就是观念的改变。她认为，教育不要太激进，也不能一蹴而就，家长的心态要

改变，多陪伴孩子，因为孩子是会变的。她坦言自己的童年其实不快乐，因为父亲从不跟她表达爱，“跟孩子一旦形成对立，要改变就很难了。”

以前脾气急躁，王婷表示，参加完亲子班，改了很多，会通过告诉孩子方法让他自己去做，而不是强加给孩子。她笑说，有一次她骂儿子，儿子就用亲子班上学到的“骂人就是骂自己”来提醒她，她竟然无法反驳，所以她也感慨：“不要觉得孩子只是来玩，其实他们学到不少。”

今年九岁半的郑子律，已经是第三次和妈妈一起来参加亲子活动，由于子律性格内向，妈妈希望透过这样的活动让他与人多交流。

有一次，子律在写东西时，姿势有点驼背，他爸爸拿出一根小桌球棒准备帮他纠正驼背，子律立刻响应道：“不用给我了，我已经坚持了十几天，习惯快要改好了。”

爸爸很惊讶他从哪里学来这样的理论，后来得知，原来是在参加第二次亲子活动时，老师讲到“二十一天可以改掉一个坏习惯，形成一个新的行为习惯。”

的确，教育是潜移默化，慈济志工只要听到家长说，孩子已有改变时，就算再忙再累，也是乐于付出，在任何时间，在任何一个暑假。

■

卷袖之爱

文/图：福建廈門真善美志工



厦门中心血站和慈济慈善事业基金会携手举办，年度第二次，总第三次的“卷袖之爱”献血活动，七月二十五日在厦门五缘湾举行。

由 厦门中心血站和慈济慈善事业基金会携手举办，年度第二次，总第三次的“卷袖之爱”献血活动，七月二十五日在厦门五缘湾举行。

此次，不论是参与人数，还是献血量，均超过前两次，来自厦漳泉的民众以实际行动助力“血荒”，在付出中体会助人之乐。参与志工一百九十八位，包括医疗志工四十三位、医疗实习生二十一位；参与献血人数二百六十一位，成功达标一百九十位；献血总量，五万三千二百毫升，登记造血干细胞数据库十五位。

“这串数字，用意在于搭一个平台，好让更多的人，凝聚在一起，服务更多的人。”慈济厦门医疗志工团队活动总协调罗素贞如是说。相较于日益增长的献血人数，服务志工人数越来越精简，这是通过活动，培养默契和承担力的成果。

“与厦门血站合作的献血将成为一个常态活动，让厦门市民知道能够来这里献血。”作为献血英雄之一，罗素贞进一步分享：“有说素食者或许血红素不足，但以实际行动印证，血红素还是够的。”

第一位登上采血车的是二十岁的女生洪莹雪。她说，这是她人生中第一次献血，但一点都不紧张，反而很兴奋，“觉得献血意义比较大

吧！可以付出自己一点爱心，帮助更多人。”第一次献血就献出了400毫升，她说身体没什么异常反应，“因为年轻嘛！”她乐呵呵地说。而志工温暖热情，现场整齐有序，献完血还有精致的素食点心吃，让她感觉很棒，直言：“下次献血还要来。”

“第一次来这献血是为了突破，因为我会晕血，献完后发现自己原来可以献血，而且血的质量还不错。”回想起今年一月十八日在慈济的那场献血，七匹狼员工邱圣柳印象深刻。

第一次献血，因为晕血而出现短暂的头脑空白，而这次献了400毫升，身体没什么感觉，他表示，晕血不是生理问题，更多的是心理的问题。邱圣柳还把自己献血中的照片，第一个发给女儿看，因为女儿同样会晕血，“从身边的人开始感化，让她们知道献血对自己是没有伤害的。”

一早来到慈济，从被关心“有没有用早餐”开始，邱圣柳就被志工一路关怀着，让他感受到浓浓的人情味。看到志工当中有十几岁的小朋友，也有白发苍苍的老人，他们无一不在真诚地为献血者服务，他赞叹这份关怀中的人文：“这里最辛苦的不是献血者，而是志愿者。他们是发自内心的，从里向外的关

爱。”

而育青学校的老师胡朝伟因助学活动与慈济结缘，来慈济参加几次活动，听说这里献血，五点钟起床，六点就搭车来了。他说：“看到这么多人来献血，心头都热了起来。”虽然是第一次，但那么多人陪伴，不会害怕，他高兴地说：“献血成功，打从心底里感到无比欣喜，因为终于能帮助到别人了。”

在献血人群中，几位慈济志工看见一位女士的身影，激动地簇拥过来：“张主任，您也来献血啦！”志工拉着她的手寒暄起来，大家就如同好久不见的老友般亲切。志工口中的张主任，就是已退休的厦门市护理学会理事长，中山医院原护理部主任张锦辉。

二〇一〇年接触慈济，结下不解之缘。张锦辉参加过护理培训班等学术交流活动，还到花莲慈济医院参访，任职期间一直努力推动，让慈济人文融入日常的护理工作。

“已经没有太多时间了，年龄在这呢，留给我的献血机会是有限的，所以我要把握当下。”张锦辉说，法定献血年龄是截止到六十周岁，已五十六岁的她，更要把握每次可以献血的机会，“这次舍近求远，来慈济献血，就是因为慈济让我有一种回家的感觉。”

“我对这次献血很有信心，一是我了解自己的身体情况，二是我有这个愿和这份心，一定能成的！”带着这样的愿力和信念，她逐一通过了严格的筛查、测量和检验环节。而正式采血前遇到的一点小考验，也都被她冷静化解，之前一直都是献三百毫升的张锦辉，采血被告知这次只有二百毫升和四百毫升的储血袋，她毫不犹豫地选择了四百毫升。

血站工作人员在她的右手臂寻找血管时一度找不到，换成左手臂才找到。且在志工的陪伴下，不知不觉四百毫升的血就采完了。“非常放松！”张锦辉说。

她表示，献血是利人利己的，会有顾虑，主要是对献血的安全有所担忧，所以自己做的还不够，应该要影响身边的人，特别是要年轻人加入进来，打消这种观念误区。

在现场演奏的钢琴声中，献血活动紧锣密鼓地进行着，生活组的志工准备很多精致可口的素点，和现场熬制的营养粥，其基本素材均源自台湾静思精舍，“就是为了给献血英雄们补充营养。”

大厅外，福建医科大学大三学生颜艺鹭，轻轻搀扶从采血车下来的献血英雄，到大厅休息，并轻声叮咛：“一会儿喝点热豆浆，吃点东西，补充下能量”。再引导会所大

厅待献血者到采血车献血，虽然身边的献血英雄换了一个又一个，但真诚热情的笑容，关切的问候却始终不变。

将在厦门中山医院进行为期一年的护理实习工作，艺鹭在校期间也经常参加敬老爱幼等活动，今天和护理实习生在林丰主任的带领下，第一次走进慈济，第一次参与慈济的活动。

“在这里我感受到浓浓的人文关怀，每位志工都笑笑的，每一个献血环节都有志工在引导，每一位献血者都有志工全程的陪伴，环境安静不嘈杂，一切安排都井井有条。让献血者感觉轻松，不紧张。”

大厅内忙而不乱，不停在人群中穿梭发放献血证的血站志愿者陈卫国，找到了慈济志工毕卫国，高兴地说：“拿着你的献血证，请对对身份证号码，我们都叫卫国。”

接着，两个卫国亲热地攀谈起来，毕卫国说，自己是第一次来献血，还是瞒着家人来，因为之前心理恐慌加上以前体弱多病，所以家人反对，看到微信召唤，下决心要克服心理障碍。

血站志愿者陈卫国很健谈，自己是否林火车站的信号灯值班员，上的是二十四小时四班倒的班，工作较忙，但自一九九八年来共献血一百零二次，血量

一十四万七千九百毫升，重点是，献血一点不影响身体健康和生活。

陈卫国的现身说法，让众人啧啧称羡。提到慈济，他说：“这是来第三次了，以前只听说慈济是个国际性的慈善组织，没想到工作这么规范化、有自己一套程序也有预判力，环境好人更好，以后会常来的”。说完，高兴地与毕卫国合了影又交换了联系方式，转身又忙去了。

同样想克服自己内心障碍的还有志工林谅涛，他在读大学时第一次献血就出现晕血症状，以后一直想克服这个心理阴影，参加工作后几次献血都是因转氨酶过高而作罢，自二〇一三年加入慈济志工后，经常茹素、恢复正常作息、不熬夜，终于在去年姐姐动手术需要输血时验血过关，才献上第二次血，但还是恐慌。

问他今天献血顺利吗？他腼腆地说：“在这里，有家的安全感，自己上了献血车后就开始在心里默念《心经》了，一遍没念完二百毫升的血就抽完了，心平气和得很。”

中山医院护理部主任韩秋英是新进医疗志工，在这次献血中是初筛区负责评估献血者是否适合献血的工作人员，她用认真的态度为献血者和受血者负责。除了专业的评估对方的健康状况，给予适当的建议，韩秋英还会以自己献血的经验

来指导初次献血者，告诉他们献血的流程，扎针时可能会伴有轻微痛感等等，来减轻他们的心理负担。

韩秋英表示，中山医院这次共有二十七位医护同仁同来做志工，其中一半以上是医院的实习生，在布达献血消息的时候，这些实习生都很踊跃报名参加。献血活动进入尾声，韩秋英不忘把握因缘，也体验了一回有志工服务的献血。

除了厦门的献血英雄，来自泉州和漳州的慈济人也不远千里，各自结伴驱车伸出援手。来自漳州的资深慈济人也是企业负责人江和兴分享，这是第二次带队过来献血，带来的八位志工全部献血成功。

送完最后一批献血英雄，慈济医疗志工和血站工作人员手把手围成一个同心圆，伴着欢快的台湾民谣《我们是一家人》，大家甩甩手，跺跺脚，上午的疲惫不见了。

来自中山医院的江燕昨天上夜班凌晨一点多才下班，一早又赶来参加活动，她说：“看到慈济人的微笑就一点也不觉着累了，微笑是张明信片，今天我发出的和收到的不成正比，收到的要比送出的多得多。”

中山医院的护理部主任林丰，本来计划做完志工再献血，结果因为血色素不够没献成，她说：“以后会加强营养，争取明年一月份能献

上。”

林丰和同仁周婉霞带着实习生和同仁，期望通过参加这样的活动感受人文，“因为我们一直说要加强人文建设，但人文是看不见摸不着的东西，通过参加这样的活动，不管她是来做志工还是来献血的，都会感受到满满的爱和被关怀，这种远比我们理论上的授课印象深刻。”

血站曾晓新主任感恩慈济志工和献血英雄，他告诉同仁，做这份工作是在传递爱心，也郑重地向献血英雄承诺：“每一份献血，都是生命的礼物；这袋血液，一定很认真的把它传递到病患身上。”

左作揖，右作揖，“谢谢你们，谢谢你们……”，伴随着欢快的团康音乐，献血活动在彼此真诚、热切的祝福中落幕，并期待明年一月再相聚。

■



医师仔细为爱心民众做献血前的身体检测。

幸福的相遇

文/图：河北真善美志工



福慧家族全体成员正在联繫队呼。

天刚破晓，北京慈济志工赶在学期结束前，至河北省易县中学，与“一月一家书”的助学生“相见认亲”。慈济与易县一中的助学，从二〇〇九年至今，已经坚持六年。

亲笔书信“一月一家书”，像家人般往返的构思，来自助学家访时，志工了解，有的孩子在遭遇亲人受伤致残、或遭逢疾病卧床甚至去世等变故之后，为体谅家人的辛劳，心里有事总是搁着。

碍于北京和易县距离较远，志工无法进行及时的关怀，于是藉由“一月一家书”，学生们将心里的困惑透过文字表达；而慈济志工担负的不只是朋友、不只是爸爸妈妈的角色，更是一位传道授业解惑的师长。

在字里行间，孩子们把多年来隐藏的秘密，向慈济爸爸妈妈坦露：生活上的困惑、学习上的不自信，以及最近一段时间的所作所为，他们把素未谋面的慈济志工当作自己的良师益友。

第一次的“相见认亲”，孩子们见到家长特别开心。彼此自我介绍后，个个都迫不及待的拉着自己的孩子问寒问暖。互动中发现，更有诸多巧合：想念清大的孩子，与之书信往返的“妈妈”，就是该校的毕业生。而患有耳疾的孩子，与之

互动的“姐姐”竟是残奥选手。

“我只给她写了一页纸，可是晓丹妈妈却给我回了整整四页纸”。

经过交流，小宇知道慈济爸爸妈妈很珍惜跟自己的通信机会，即表示，以后要学会善解，包容。

“珍惜与同学相处的快乐时光，与同学分担压力，将学习变成一种乐趣来做，调整好生活与学习的关系。”面对考试的压力，孩子们纷纷表达了自己的智慧和勇气。

也有高三孩子，虽然已经离校，但为了“一月一家书相见欢”的活动，还特意赶来。

小刘第一次给三位志工家长写信的时候，一口气各写一封信，结果，每次都能收到三封回信，最是幸福。只是，见面时似乎有点闷闷不乐。原来，小刘高考发挥得不好，只有四百二十分，可能连第三批的本科线都不到，小刘很想再努力一次，但父母希望她早日就业，帮忙家计。

其实，志工家长在通信时，即知道她高考前心理压力特别大，所以早就在信里打了预防针；且在志工面对面的安慰下，小刘渐渐的放开，脸上有了笑容。

至于如何轻松有计划的完成三年高中生活，“一月一家书”召集人曾云姬特邀毕业于清华大学的齐颖梅、毕业于美国耶鲁大学的王国

倩，以及残疾人奥运会游泳银牌得主邓银凤，分享人生的经历。

慈济志工齐颖梅说，高考只是检验你十二年学生生涯对所学知识的掌握，只要拥有狮子的勇猛心，不要惧怕，不要后退，相信自己，有心就不难。

由于特殊的原因，王国倩童年远离父母，且不得不寄住在不同的家庭，遂在学生时代的漂泊经历，学会了打理自己的日常生活。对那时候的王国倩来说，学校是最快乐的地方。家就是随身携带的房子，而只有书会让她静下来，每当与书中的人物有灵魂的交流，都会得到心灵的洗礼。

王国倩叮咛孩子们，善用时间去寻找，什么才是最珍贵的；不要患得患失，成功不是重要的结果，要关注过程。

志工邓银凤先天性聋哑，四岁开始学游泳。这本不是童年的邓银凤喜欢的游戏，但先天的缺陷，得要有一技之长将来才能养活自己。不会游泳的邓银凤开始不敢跳水，却被教练一脚踢入水中，开始了魔鬼式的训练，每天训练十四个小时，日复一日。

游泳队采取的是淘汰制，这对邓银凤来说，成功才是证明自己的最好方式。二〇〇八年，

邓银凤在残奥委会上，获得了人生最高奖牌，自银牌退役后，邓银凤进入北京市特殊联合大学学习设计。一路走来，邓银凤体会到，每一次遇到的困难，都是自己学习的过程。

听着三位慈济志工的分享，孩子们不时报以热烈的掌声，且在王国倩、邓银凤分享的过程中，孩子们无不动容。

看似付出，但通过每月与孩子互通家书，志工们也学习到很多；尤其是，在贫苦的生活中，孩子能忍耐，自强不息努力学习之外，还有一颗知足感恩的心，让志工们感触很多。

短短的相聚，留下无限的祝福，慈济志工和助学的孩子都好感恩，因为有了家书，下次见面就不再遥远。❀



志工带动孩子们一起学习手语，一张张纯真的笑脸，表达他们此刻幸福的心情。

青春不留白

文/图：福建厦门真善美志工



学生们穿戴慈济大爱感恩科技用宝特瓶做的毛毯、手套、衣物等，上台为大家展示变废为宝的不可思议。

由 厦门教育局和台湾教育会合办，第五届两岸中学生暑期交流活动，以“青春不留白”为主题，七月二十一日下午二点在厦门五缘湾B一楼多功能厅拉开帷幕。共有一百零七位中学生参加。他们是从台湾、北京、西安、厦门、泉州、漳州等地，挑选出来的优秀学生。

如何让生命有意义？如何做出对

人群、对环境、对地球有意义的事？慈济教育团队针对年青学生这些特点，以环保教育为主轴安排了课程，启发学生的善念，同时让学生了解慈济。

从《慈济四十五周年》、《青春不留白》、《正负二度C》的影片，到真人实事的分享，来自两岸不同文化背景的中学生，在短短的两小

时之间，很快了解慈济在做什么，甚至发愿要当志工，共同为环保和敬老，奉献心力。

泉州高中生施茜文对《青春不留白》的内容特别有感触，她说：“星期日在家无聊地玩手机，为什么不能像他们一样，去帮助别人呢？敬老院的爷爷奶奶们就很需要我们。”

对于影片《正负二度C》的观后心得，台湾学生廖家齐说：“感觉害怕和恐惧：地球是会报复人类的。”厦门科技中学的学生洪佩雯说：“很生气，看到那些树木都变成了纸张，变成了卷纸。”台湾学生庄焜胜表示惊讶：“人在追求物欲的过程中，地球已经被破坏得如此严重了。”



志工觉得还有比自己更苦的学生需要帮助，主动让出助学金。

慈济志工黄圣方则分享助学生孟从华的成长经历，几年前，单纯快乐的初中生孟从华家发生变故，爸爸突遇车祸往生，妈妈被查出罹患白血病，当时，爷爷年迈，妹妹年幼，他一个未成年的孩子怎么撑起这个家？就是这样的因缘，慈济志工陪伴孟从华面对困难，直到他家得到一笔车祸赔偿。

尚未成年的孟从华很懂事，接受赔偿金之后，立刻拜托慈济志工，把他的助学款拿去资助比他个更困难的孩子，并利用课余时间辅导外地工人子女。而他的妹妹，在慈济办理献血活动时，与几位小朋友用两个月的课余时间，做了四百朵胸花，送给献血英雄，留下“爱循环”的佳话。

从影片到故事分享，两岸师生，充分感受这股正能量，是慈济对当今物欲膨胀的社会最大的贡献。

叶彩玲是厦门康乐二小的老师，她觉得环保的视频课程很棒，可以在公益的地方或广场播放，让更多人可以直观地看到，唯有人人参与环保，才有优美的环境。最重要的是，慈济不但从物质上帮学生渡过难关，更从精神上鼓励学生，让学生的心强大起来，后者是作为老师的她，一定要学习和应用的。而这段谈话，也为两岸中学生交流，做了最好的脚注。

慈

武汉助学访视

文/图：武汉真善美志工



熊同学自小父母离异，跟随奶奶叔叔一起生活。听说奶奶腿不好，志工关切奶奶肿胀的膝关节。

武汉慈济志工利用周末时间，带上数据和生活物资，探访申请奖助学金的学生。他们是华中科技大学的尖子人才，虽家境清

寒，但“再苦也不能苦孩子”是学生家长对孩子的支持。

连续第二年，志工翻山越岭，对华中科技大学申报慈济奖助学金的

学生进行家访，并带去爱和关怀。其中复勘十八位，初勘三十六位，分布在鄂州市和黄冈地区的黄州、武穴、麻城、红安、罗田、英山、浠水、蕲春、黄梅、团风等十一个县市。

从山底绕着山路，山路是狭窄的；慢慢爬到了山腰，边上悬崖峭壁，又从山腰绕到了山底，一路盘旋，经过四个半小时，抵达罗田县胜利镇松子关村小胡同学的家里，那是早几年建起的楼房，收拾得非常整齐、干净。

小胡的父亲，于前两年在外打工时腿部受伤，现在还用钢钉和钢板固定，已经两年不能外出干活了，要等到秋天，才能取出钢钉和钢板，但还不能做重活；妈妈在家里种点田和菜，勉强够家里人的日常生活；小胡的妹妹，今年初三毕业，计划去读黄冈卫校。

说到小胡，父母一脸的开心和骄傲。曾经，成绩并不优秀的他，没有放弃，经过高中三年的努力，以学校第一名的成绩考入华中科技大学国防班医学专业。

两个孩子的学费、生活费，加上父亲的医药费，是一笔不小的开支，小胡的父亲很乐观：“问题不大，自己的兄弟姐妹多，相互之间可以帮助。”

苦难有的时候真的是财富，在湖

北省黄冈市红安县，小严的家，破旧漏雨，完全家徒四壁，甚至没有专门的厨房厕所。至今，尚无经济能力改善，但不妨碍小严妈妈的乐观健谈，

一个人抚养两个小孩，小严妈妈说起女儿，满脸的笑容。今年大三的小严，乖巧孝顺，常打电话回家问候，在学校里也积极回馈社会，参加爱心社团，曾去甘肃支教一段时间。

在湖北黄冈市团风县但店镇，慈济志工走进了一个简陋的老宅，让人惊奇的是，里屋有一个装满了书的大书柜，这就是小陈同学的家。小陈的父亲患有胃病和较严重的腰、颈椎病，几乎丧失劳动能力，家里仅靠小陈的母亲在外打工，以每月一千三百元的收入，维持一家四口的生活、学习开销。

小陈父亲感慨地说：“两姐妹都很懂事，但因为自己身体不好，不知能否一直陪伴他们，看到他们成家立业，但再穷也不能穷教育。”

大学学生工作处的刘菊老师，参加了这次的助学访视。她告诉慈济志工，这些受助的家庭，因为慈济的资助，能够维持学业，最重要的是，家人变得更加乐观开朗。相信，每个受助学生都会铭记于心，完善自我，回馈社会和国家。

■

“妙莲” 志工

文/图：上海真善美志工



住在杨浦敬老院的王阿妙奶奶说，二十多年来，每个月第三个周六，慈济人都会出现在这里，大家和一起唱唱歌，聊聊天。

八十七岁王阿妙(左)和八十五岁的常桂莲(右)，被慈济志工昵称为“妙莲”，但她们更喜欢自称是八〇后，看到慈济志工来入户关怀，即主动担任“向导”，穿梭各个房间，共同“制造”笑声与歌声。她们说，

平时，只要不下雨，会坐公交到公园去锻炼身体。她们还作为

敬老院的禁烟志愿者，付出绵薄之力。

除了“妙莲”，在杨浦敬老院，有位孝顺的儿子，十八年如一日，每天下班后就赶到敬老院看望、陪伴九十多岁的母亲，周末也不例外。

在这善的地方，让人触动的是，老人大多八十岁以上，多少有些耳背眼花，行动不方便，但见慈济志工，都会露出慈祥灿烂的笑容，仿佛迎接游子回家似的。

小小的微笑和拥抱

文/图：上海真善美志工

第一次正式进入马陆福利院关怀长辈，慈济志工用肢体语言，让奶奶们感觉无比的舒心与欢畅，紧紧握着志工的手，久久不舍得松开。

去年十月二日，上海青年志工体验营曾经造访，这对经常接待各界前来献爱心的机构，应属平常；但与老人家互动的温馨场面，让福利院主任赵艳珠至今印象深刻。她说：“我们家庭里的子女或小辈，看见老人，很难和他们有肢体接触，但是你们却可

以很自然地拥抱老人。”

鉴于院方对慈济的印象，志工决定一改往日那种“以节目团康互动为主，分组房间关怀为辅”的流程安排，在本地护工的陪伴下，直接进房关怀，克服语言的问题后，爷爷奶奶从比较生疏的响应，在充满爱的能量的肢体语言接触之后，他们笑了。

“今天的爷爷奶奶都特别地开心。其实哪怕只是个小小的微笑和拥抱，对他们来说都是莫大的快乐。”福利院主任赵艳珠总结说。



有意义的午后

文/图：湖南长沙真善美志工



午后，到达长沙天心区敬老院，志工有序地分组，男众为长者们洗澡、剪指甲、理发，女众则分别进入各个长者房间，帮忙打扫并陪伴老人聊天。

新入院十多天的刘江山爷爷，看到志工前来关怀，有些茫然，但见志工打扫院子，也拿起扫帚跟进。

谭付铭爷爷因为双目失明行动不方便，最期待志工来的时刻，可以舒舒服服的理个头，干干净净地洗个澡。

终于，老人们等待的节目开

始了。但会手语的志工来得很少，只好凭记忆比划，没想到，笨拙的动作，逗得爷爷奶奶们很开心。接下来，即兴串演情景剧，搞笑动作配合司仪的旁白，让大家笑弯了腰。

向来最喜欢唱歌的谢新明爷爷，一首接一首的唱。“爷爷，这真的是最后一首了”、“那我还唱一个”爷爷开玩笑的回敬司仪，同样欢声连连。

随之，庄严的奉茶仪式，及《一家人》的手语互动，为这个有意义的午后，划下圆满的句点。

祝福是最美的语言

文/图：山东青岛真善美志工

当小朋友在东海敬老院，唱起祝福歌时，奶奶们都好开心。倾听是最好的陪伴，慈济志工仿佛是奶奶的家人一样，听着她们诉说故事。

九十四岁的老奶奶已经半身不遂，但是，看到慈济志工好欢喜，也衷心希望，给她一盏明灯，照亮今生来世路。志工送上亲手写的书法，希望唤起爷爷对于书法的热情。

在东海敬老院，陪伴三年多，慈济志工带着家人和朋友持续关

怀，也把“敬老”的教育，让孩子身体力行。十岁的陈宣廷，分享说要更爱自己的长辈，绝不把他们送到敬老院。七岁的崔恩赫，学到了要尊敬老人，多陪陪老人。

“很多孤独的老人，见到志工，就拉到屋里坐。感觉更要拿出爱心，多陪伴和善待身边的老人。且在奉献的同时，感受老人对志工深深的爱，非常受感动。”这是慈济志工共同的心得。



爱唱越剧的奶奶

文/图：江西南昌真善美志工



南昌慈济志工的脚步，再次来到凤凰敬老院，分组进入爷爷奶奶的房间互动，关怀老人家的生活起居之外，也和行动自如的老人家一起，带动欢乐的气氛。

喜欢唱越剧的姜奶奶，是个有才情的奶奶，虽然，四个儿女生活条件都不错，却把身体硬朗，从不缺钱的她，送到养老院，致情绪忧郁，经常掉眼泪。

五十九岁的慈济志工刘艳娜，带着儿子和孙女一起到她房间关怀时，姜奶奶的言语中透露着伤

感，并指着墙上的照片说，“儿子女儿都在上面，可是没有用啊，他们下不来陪我。”

刘艳娜很用心的开导，并让七岁的孙女黄艺珊和姜奶奶亲近，祖孙三人的关爱，短暂温暖了孤独的心。

再次生起热情，来到大堂，姜奶奶感谢养老院的领导、医生和护士，比亲人、子女还好地照顾他们，关心他们，她希望以后都能这样下去，为表谢意，清唱一曲，也把自己的生命故事唱进去。

银发志工

文/图：四川汉旺真善美志工

汉旺镇有一群可爱的慈济志工，个个年纪不小，但认真学习如何付出。这天，他们来到绵竹市福寿苑养老中心，关怀住在这里的院民。

目前，该中心约有六十人，照顾着上至九十几岁老人与下至十三岁少年，构建出一个特殊群体。

在“发好愿、说好话”的带动中，无论高龄或是失智老人，都会随着音乐节奏拍手。手语“人间有爱”的呈现，让现场充满温

馨氛围，前来探视亲人的家属，用手机不停的拍照。久违的欢乐，让养老院的老人们十分兴奋，九十四岁的杨华珍婆婆即兴唱起了老歌“东方红”，也勾起许多人记忆中的往事。

临别之际，满头白发的志工，弯腰且恭敬地奉上小小的点心，祝福他们，日子要过得甜甜蜜蜜。

从德阳前来探视父亲刘德清老人的女儿，十分感动地分享“你们比亲生儿女做得还好。”



證嚴上人

衲履足跡

撰文/釋德飢 內文照片/花蓮本會提供
題字/林美娥 刊頭攝影/黃錦益

6/1~2 《农四月 十五至十六》.....



启发心灵力量

【静思小语】人有无量潜能；心，是驱动潜能的根源。

一念心，有爱无苦

印度近日持续遭受热浪侵袭，已有超过两千人死于高温；在佛陀的故乡尼泊尔，强震过后，许多人住屋倒毁，只能在瓦砾堆中搭起简单的塑料棚生活。早会时间，上人不忍而言：“炎炎夏日，帐棚里温度飙升，老弱妇孺如何堪受？”

在缅甸，数以万计的罗兴亚穆斯林逃离家园，漂流在茫茫大海上；五月中旬，七百多位难民于印度尼西亚亚齐海域获救，慈济人前往暂时收容的码头区关怀，发现难民多半有腹泻、胃痛、头痛、皮肤病等问题，动员十七位医护人员举办义诊。

看见人心莫名的仇恨，迫使人远离家园漂流异国，承受种种身心之苦；上人感叹：“仇恨、歧视只是一个观念；慈悲、救助也是一念心。期待人人转变心念、发挥无私大爱，帮助困顿无助的苦难众生，为其疗治身心之苦。”

上人感恩慈济人在不同国家地区，面对不同种族、宗教的苦难人，皆怀抱相同的爱心付出。“心中有法，且运用于生活中，自然能敞开胸襟、展开双手，拥抱苦难众生。”

启发爱，疗治伤痛

许多慈济人力行环保，也内修自心环保。二日早会，上人开示，熏陶善法，自我修正习气，且引导他人戒除恶习，就是落实佛法。

“分秒间的造作，能累积成惊人的业力；发大心、立大愿，点滴累积爱的能量，也能成为净化人心、祥和社会的力量。”

上人教众珍惜发心、恒持善念，还要谨慎分秒、无有懈怠；共同以虔诚善心，帮助天下祥和平安。

尼泊尔强震至今已逾一个月，慈济赈灾团队以爱接力，只要身有病痛，或是心灵深陷灾难恐慌、还走不出来的人，都是慈济关怀的对

象。上人提及人医会洪启芬医师染上眼疾、周明丽师姊做香积时不慎烫伤手指，仍坚持发挥良能。

他们说：“比起受灾民众，这一点伤、病不算什么。”因为不忍、不舍，所以竭尽己能付出，只希望为受灾民众带去爱与希望。上人赞叹大家把握时间“无间修、无余修”，珍惜分秒，甘愿付出。

二〇〇八年缅甸纳吉斯风灾过后，慈济在当地义诊、发放、援助稻种、肥料等，不仅帮助受灾民众舒解生活困境，助其“年年有余”，更启发大家“爱心有余”——例如缅甸贫农乌丁屯受慈济“竹筒岁月”启发，日存白米救助比自己更贫苦的人。

上人以此鼓励慈济人，不仅为尼泊尔受灾民众拔苦，且要细心培育当地志工，以乌丁屯为典范，用心吸收法而运用法。“要提振居民身心力量，从付出中疗治心灵伤痛，自耕福田、

自得福缘，让菩提种子就地萌发茁壮，才能长久发挥爱心能量。”

拔苦难，见证无常

“佛教为何会在佛陀的故乡式微？为何当地会发生如此重大灾难？”尼泊尔赈灾视频会议中，正在当地执行拍摄任务的大爱台同仁陈立伟提出心中疑问。

上人开示，这印证了佛法“无常”、“成住坏空”的真理。“佛陀的故乡受灾难，印证‘无常’之理；再宝贵的历史建筑，也禁不起强震摇晃而倾倒，说明世间万物皆在成、住、坏、空的循环之中。”

有形的建筑、塑像终会坏灭，但真理永恒，不坏不灭。上人期许大家，秉持佛法精神救助苦难，将赈济之路踏得更稳、走得更远。“在苦难中见证佛法真理，让佛法再度回归佛陀故乡。”

6/3 《农四月 十七》.....

悲智双运

【静思小语】付出爱，舒解有形灾难；启发爱，抚平无形创伤。





尼泊尔实业家纳瑞许·杜加先生来访，以父母手工制作之佛像，感恩慈济对家乡的援助。上人鼓励他发大心、立大愿付出，让受灾乡亲重拾人生希望。（6月3日）

启心门，互信互爱

昨日在尼泊尔曼索里帐篷区举办“感恩孝亲祈福会”，年轻的本土志工一边比手语，一边以华语唱出慈济歌曲《一家人》，真挚感人。

早会时间，上人感恩慈济人悲智双运付出。“以慈悲心踏上破碎土地，运用智慧启发受灾民众的爱心，与之建立起‘诚之情谊’，使人人打开心门，互爱互助。”

尼泊尔赈灾视频会议中，上人感恩大家以真情投入，启发本土志工

的慧命人文，让人看到尼泊尔未来的希望。

志工丹罗（Penpa Norbu）是往返印度及尼泊尔的年轻导游，通晓印度、尼泊尔、华语、英语等四种语言，灾后栖身猴庙帐篷区，亲见慈济人贴心援助受灾乡亲，深受感动而投入志工行列。听闻他以华语表达对西藏故乡父母的思念之情，上人教勉：“发挥善念、付出爱心，就是孝顺。”

昨天的祈福会有“八国连心”——八个国家的慈济人共同一

心，付出无私大爱，帮助受灾民众纾解有形的困难，更抚平无形的心理创伤。上人教众，持续在人间传递祥和大爱。

以无私之爱为彼此付出，苦难人就有得救机会；人人互信、互爱，就能发挥无限爱的能量。”

平等观，感恩尊重爱

尼泊尔企业家纳瑞许·杜加（Naresh Dugar）先生入精舍会见上人。尼国强震后，他由印尼黄荣年师兄引荐，协助慈济赈灾医疗团在灾区采购物资、调度车辆、与政府部门接洽等；弟弟维加斯·杜加（Vikas Dugar）先生则投入慈济简易教室筹备工作。

来台之前，杜加先生先到印尼参与慈济医院动土典礼，了解慈济人援助红溪河畔居民、为他们迁建大爱村改善生活，也让孩子得以受教育。他认为慈济改变了许多人的命运，赋予苦难人无限的希望。

上人说明，这群居民过去生活环境恶劣，迁居大爱村后，慈济人持续关怀、展开大型发放，带动人与人之间互爱互动。

“民众接受帮助，感受到企业家真诚之爱；生活改善了，也回馈真

诚的感恩。劳资双方‘感恩、尊重、爱’，帮助国家社会平安祥和，也使经济稳定发展。”

杜加先生谈到，在尼泊尔看到多位事业有成的慈济师兄，跟着大家一起搬运物资、亲手布施；在印尼也看到拥有大企业的师兄、师姊，放下身段融入团队，谦卑服务他人。“在慈济道场中学习到平等观，深感敬佩，也更想要深入探究这分启发人心的精神力量。”

上人表示，佛陀提倡人人平等、人人都可成佛，希望打破四姓阶级；慈济带动人人感恩、尊重、爱，正是佛陀的教育；期许杜加先生也能发大心、立大愿，用心投入赈灾工作，让尼泊尔赶快恢复纯朴平静，让受灾民众重拾人生希望。

尼泊尔琼英卓玛（Ani Choying Drolma）法师来访。琼英卓玛法师是世界著名的梵呗专家，去年初受联合国委任成为尼泊尔首位联合国儿童基金大使。法师现场唱诵《大悲咒》，代尼泊尔乡亲感恩慈济援助；唱诵结束后，上人赞叹：“很摄心。这也是弘法的方式，功德无量！”

与本会同仁谈话，上人表示，慈济在克难中成立，一路走来将近五十年，空间不断拓展、受助人数不断增

加，也从一个小团体发展成为国际性的慈善组织。“但是一念单纯的精神理念，从未改变。迎向另一个五十年，要适应现代时空，放大格局，持

续带动人人延续慧命。”

上人教众加强“内修”功夫，且要了解慈济“旧法新知”，让信心更坚定、道心更巩固。

6/4 《农四月 十八》.....

以爱利生

【静思小语】付出，扭转苦难；冷漠，扼杀爱心。



无私大爱，核心精髓

第七梯次尼泊尔赈灾医疗团凌晨抵达尼泊尔，晨间仍精神抖擞参与视频会议；上人期勉来自不同国家的慈济人，合和互协付出，也要照顾彼此健康。

“天下事，需要天下人共同成就。慈济人远道而去，力量有限；要用心付出，感动与启发当地民众愿意一同响应，才能改善广大灾民的生活。”

医疗志策会中，上人表示，人有灵魂，国有国魂，志业也要有志业的“魂”——志业精髓。

“要学习他人优点，也要坚守慈

济创立的精神与使命。医疗志业的精髓，就是无私大爱；随着时间累积、组织扩展，更要巩固核心精髓，守护初衷。”

上人表示，培养人才的关键，在于团队成员互爱、互信，营造合和互协的团体默契。

“从事医疗工作，具有救治伤病的崇高使命，须遵从‘医道’而行。”上人强调，这是每位医疗同仁共同的方向，慈济医疗要永续传承此优质精髓。

一念不忍，将心比心

“无论生活困苦或遭受重大灾

难，只要有各方支持与肤慰，即使无法立即改善困境，至少能舒缓心灵之苦，重振身心。”

中国慈善联合会执行秘书长彭建梅女士等人来访。上人表示，五浊恶世，人心见解浊乱、烦恼深重，生命受天灾人祸威胁，要加强“净化人心”。

“人人都有一分清净的爱心善念，要化为行动，尽己之力付出。看见他人因为自己的付出而离苦得乐，自然会有一分欢喜感受，更加乐于助人。”

人心常在善恶拔河中，上人感叹，现今恶的力量似乎大过善的力量；但有善心、有智慧的人，要加强信心，持续撒播善种子。

“如同种子入土，发芽、成长，再开花结果，又将产生无量种子；只要影响一个人愿意发心，就能再启发更多人。”

中国人民大学非营利组织研究所康晓光教授提问：“从公益角度来看，慈济有何经验能让其他组织遵循和学习？”

上人表示，慈济最初是三十位家庭主妇，在不影响日常生活下日存五毛钱，点滴积存慈善基金；经市井间口耳相传、有人提报个案，从此开展慈善救济行动。大家看到慈

济所做，也乐于响应，从此会员愈增、受助者愈多，救助范围也愈来愈广。

“慈济志业的发展，并非事先规划或预设；而是见众生苦难，起一念不忍之心，会合各方因缘、应社会人群所需付出，渐次发展出四大志业、八大法印。”

上人强调，慈济每一项志业，都不是倚靠少数人的付出，也绝对不是一个人的功劳；自己只是向大家呼吁，启发人人的观念。“我希望好事人人做，让人人都有机会种福田。慈济的一切是出自一片诚心，汇集无数人的爱心、智慧而成。”

然而，上人感叹，即使出于真诚之心做好事，仍不免遭受误解或质疑。

“想要打开人心的无明网，确实不容易。唯有平静心灵、自问己心；若问心无愧，就继续做该做的事。”

慈济在克难中起步，上人感恩全球慈济人以“信心”与“爱心”共同成就。“若说有创新之处——只是因为将苦难人时时放在心上，因而设想出各种解救苦难的方法。”

例如，在一次次国际赈灾经验中，看到受灾民众流离失所、栖身简陋帐棚，难御风雨；雨后帐棚泥泞潮湿，民众席地而卧，苦不堪言，于是发明出易于收纳、搬运，

也容易铺展运用的多功能折叠床。

“其他如为受灾民众搭建简易屋，或是援建大爱村、希望工程，也是出于同理心——想要让民众身心早日安定，让孩子不致荒废学业。这都是‘将心比心’，为了尽快改善受灾民众苦境而激发出的创意。”

上人强调，佛教是正信的宗教，

佛法能净化人心；慈济以宗教精神创立，启发人人不只愿意付出，且心无所求，还要说“感恩”。

“‘信为道源功德母，长养一切诸善根。’心中有法、信心坚定，就不会迷茫、恐惧，也不会起怀疑；发心愈大、愿力愈强，信心深植，善念就能根深固蒂。”

6/5 《农四月 十九》.....

大慈悲，大愿力

【静思小语】乘“愿”而来，莫随“业”而来。



苦难人间，菩萨道场

身有残疾又失明的金花阿嬷，晚年独居在泰国挽才揽县颇拍乐庙破旧的厨房里，右脚被钉子扎伤，因患有糖尿病，伤口恶化而截肢；房舍年久失修，堆积许多垃圾。二〇一〇年七月，泰国慈济人得知阿妈处境，深感不舍，征得庙方同意，将厨房修缮成一个开阔整洁的房间，并为阿嬷铺设床铺、搭起蚊帐，改善卫生环境。

慈济人定期关怀，发现阿妈患有白内障，协助她到挽才揽医院接受治疗；术后志工们轮流随侍在侧，直到阿嬷生活能自理。

金花阿嬷过去生活在肮脏的房舍里，过着暗无天日的生活，性情孤僻；慈济人四年多来以爱关怀，如儿女承欢膝下，阿嬷变得爱笑且平易近人，人生转苦为乐。今年四月二十五日阿嬷往生，享年八十二岁，挽才揽志工为阿嬷举办庄严的葬礼，送老人家最后一程。

晨语时间，上人赞叹泰国慈济人：“发大心、立大愿，不放弃任何一位苦难众生，长期用爱关怀，只愿人人身心离苦。”

娑婆世间，不只外在环境要堪忍，人心亦充满利欲、无明、烦恼。上人感叹，众生“内住五阴”——色、受、想、行、识不断随外境起反应、生烦恼，感受亦苦！在痛苦中又再造恶业、结恶缘，以致不断轮回五趣。

“苦，有物质上的欠缺，也有心理上的欠缺。”上人举例，金花阿嬷在物质上与心灵上都有所欠缺，幸有因缘遇到一大群人间的菩萨，为她改善生活、转变心境，得以颐养天年。

“因因果报，善恶分明。过去生造恶，此生长时间受苦；若过去也曾造福、与许多人结福缘，因缘成熟，在受苦时就会有一大群人前来帮助。”

《法华经·授记品》记载，佛陀为须菩提尊者授记，将来为“名相如来”，“其佛国土，严净第一，众生见者，无不爱乐。佛于其中，度无量众。其佛法中，多诸菩萨，皆悉利根，转不退轮。”迦叶尊者蒙佛授记时，佛陀也说其国土都是智慧人，利根、具大威德，即使信

仰不同，也能护持佛法。

上人教众思考——佛陀为几位尊者授记时，形容他们成佛后，国土庄严美好，众生利根清净、好乐佛法；但是，释迦牟尼佛为何选在五趣杂居的堪忍世界修行成道，面对无明刚强的众生？

“这是佛陀的愿力使然！释迦牟尼佛知道，人间若没有佛法、人心背离道理，堪忍的世间将更加苦恶；因而发愿在娑婆世界成道、说法，用大慈悲心广设方便，循循善诱，以救拔苦难众生的行动，启发爱人的爱心，共同付出。”

佛陀因“愿力”而来娑婆，迷茫众生却是随“业力”而来。上人表示，苦难人间，是修菩萨行的道场；佛法，要在堪忍的五趣杂居地发挥。

“慈济人秉持佛陀慈悲，走入肮脏恶臭地狱，救拔众生出离苦难，这就是释迦牟尼佛的大愿！”



6/6~7 《农四月 二十至二十一》.....

入人群，修福慧

【静思小语】福，在人群中造；慧，在人群中修。



有法，有道

马来西亚沙巴昨天发生芮氏规模六点零地震，一百多名登山客受困于“神山”京那巴鲁山，已有死伤传出；乌克兰近日再启战端，两座煤矿场电力被切断，九百多名矿工受困于地底，等待救援……

早会时间，上人感叹“世间无常，国土危脆”，有形之物皆须经历成、住、坏、空的循环，无法永恒不变。“天灾终有平复之时，但

人心不调引发人祸战乱，让许多家庭陷入长久苦难。”

如何才能让人间祥和、天下平安？上人指出：“唯有人心存法理，去除无明烦恼，提起爱心善念，顺理而行，将道德之路铺得宽敞平坦；人心平和，天下平安。”

尼泊尔强震过后，慈济赈灾医疗团走入灾区付出，也在当地带动愈来愈多的年轻人投入志工行列，并让这群年轻志工了解，慈济精神源自佛教、慈济人所做皆是力行佛法。



慈济大学毕业典礼，上人期许毕业生心怀大志，但要脚踏实地，朝正确方向精进，努力实现理想。（6月6日）

上人欣言：“佛陀在尼泊尔出生、成道、说法；两千多年后的今天，慈济人又将佛法再带回佛陀的故乡重新播种。但愿粒粒种子萌芽茁壮，成为小树，就地开展菩提林。”

真诚，育才

慈济大学毕业典礼，王本荣校长期勉座中博士班、硕士班、学士班共六百八十五位毕业生，面对新阶段人生挑战，不仅要运用知识，更要提升智能，成为社会栋梁。

典礼中，慈诚懿德会与毕业同学演绎慈济歌曲《答案》，展现超越血缘的亲子之情。上人感恩慈诚爸爸、懿德妈妈以纯真之爱真诚陪伴，对孩子们的重视、爱护之心，不亚于自己亲生儿女，长年累月建立真诚情谊。

在校生演绎《无量义经偈颂·十功德品》片段。上人解说，人人都有与佛同等的觉性，“要以佛心为己心——怀抱善良、智慧之心，投入人群付出，用爱铺展人生道路。”

上人期许毕业同学心怀大志，但要脚踏实地，朝正确方向精进，努力实现理想。

“慈济教育不求其他，只愿为社

会、为天下成就人才。同学们展现的礼仪与涵养，令人感受希望；期待未来走入职场，每一位都是承担社会责任的栋梁。”

集善，祝福

七日，尼泊尔赈灾视频会议中，来自中尼边境的志工巴山（Passang Lama）表示，每天收看上人开示影片，获得丰富的心灵资粮；跟随慈济志工访视、义诊，学习到要以“平等心”帮助每一个人。

上人开示：“佛教徒要‘以佛心为己心’，平等对待一切众生；愿尽一己之力，让更多苦难人得救。”

就读高中一年级的少女西露（Suli Aurung），感恩慈济给予尼泊尔受灾民众生活、医疗上的援助。“慈济来之前，每个人都在哭；慈济来了以后，每个人都在微笑。这是因为慈济人帮助我们，并且教导大家如何运用力量帮助别人。”

欣见尼泊尔本土志工萌芽，上人说明慈济“竹筒岁月”理念，主要是希望人人都有机会做好事。“慈济的一切，都是点滴爱与善累积而成就。只要汇聚人人的善心、表达清净虔诚的善念，就是对尼泊尔最



全台委员慈诚精进研习，上人致勉，慈济是一条康庄菩提大直道，要以坚定信念，步步踏实行走。
(6月7日)

好的祝福。”

无私，无愧

“佛法确实可以消灾，让人人平安——不是因为拜经、诵经而消灾，而是为了解道理、身体力行、智慧提升，自能防非止恶、远离灾患。”

全台委员慈诚精进研习，海内外共有二十三个小区道场、一万六千多人连线共修。上人以“经者，道也；道者，路也”说明，慈济是一条康庄菩提大直道。“以坚定信念，步步踏实走，就能体会道

理、心安理得，愈来愈接近圣贤境界。”

要到达成佛目标，需经长久时间，且要发大心、立大愿入人群修行。上人勉众，要加强正信、正念，坚定道心，菩萨道上持续修福增慧。

“福在人群中造，慧在人群中修。但现今社会纷扰、人事庞杂，要做到‘出淤泥而不染’并不容易。走入人群如入淤泥池，要利用淤泥养分滋养善种，使之萌芽茁壮、绽放美丽花朵，进而美化淤泥池。”

人人本具佛性。上人表示，面对芸芸众生，要学习“常不轻菩

萨”。“以感恩、尊重、爱对待每一个人；即使被误解、被攻击，仍不改恭敬态度，礼敬人人未来都能成佛。”

尼泊尔强震过后，几位年轻同仁自四月二十八日踏上灾区，至今仍停留当地。上人表示，天天看着残破景象、面对身心受伤的苦难人，需

要坚强的意志力，才能不受影响。

“只因不忍众生受苦难，他们甘愿长时间停留，为这片受创大地多做一点事。回顾五十年来慈济路，正是每一位慈济人发‘四弘誓愿’，以‘四无量心’力行以成；一路走来无私、无愧。期待大家坚定信心、莫忘初衷。”

6/8 《农四月 二十二》.....

为佛教，为众生



【静思小语】慈济之理，总归于“为佛教”；慈济之事，总归于“为众生”。

闻法入髓

韩国MERS疫情持续蔓延，造成人心惶惶。早会时间，上人感叹天灾人祸纷起，看见惊世灾难，应起警世觉悟。

“期望四大调和、天下无灾、人人平安，需要众人恒持虔诚之心，时时自修身心，发挥良能贡献社会人群。凝聚虔诚大力量，才能改善天地人间的重重危机。”

五浊恶世浊气重重，人心覆盖无明网。上人勉众日日“闻、思、修”——闻法入心，身体力行菩萨道。

“唯有精进闻法才能去除无明——佛法需要‘说、闻、复闻’，听了再听，反复思考与体会。就如人体骨髓能造血、维持健康的生理机能，要将所吸收的法化为法髓，发挥良能、增长慧命。”

至诚供养

慈济大学六月四日展开模拟手术课程，慈济医院各科医师带领慈大医学系与姊妹校的医学生，在八位无语良师身上学习基础手术；今日课程圆满，师生们为无语良师举办庄严的送灵典礼。

八位“无语良师”中，有两位慈诚委员、一位荣董、一位环保志工，还有慈济会员。上人肯定他们具有正信、无常观，故能看淡生死，将往生后的躯体贡献于医疗教育。

其中，八十五岁的资深委员林宋桂英妹，每个月有大半时间在大林慈院担任志工，其他时间则奔波收善款，天天精进付出、分秒不空过。从环保门走入慈济门的江登贵师兄，七十六岁受证慈诚，即使双脚无力须拄拐杖行走，仍坚持日日做环保。他说，不知无常何时到来，只要每天还能呼吸、做事，就要感恩。

上人赞叹他们殷勤闻法且能力行。“以无余修、无间修、长时修、尊重修，实践六度万行、四弘誓愿、四无量心。他们身心融入佛法，至诚供养诸佛，如此人生最有价值！”

守护本愿

尼泊尔赈灾视频会议，宗教处施雅竹师姊分享，身处灾区一个多月，深切体会“在苦难中长养慈悲，在变数中考验智能，在艰难中激发韧力，在繁琐中学习耐性。”

“不经一事，不长一智。法要用在日常生活中——待人处事要用心、沟通要细心。”上人叮咛，急难时宁可误救、不可失救；现在进行中长期援助，在第一线更要用心访视、勘察，细心评估，才能让后方做出正确决定。

“慈济缘起于单纯一念心，展开双手拥抱苍生、肤慰苦难。将近半世纪来，秉持佛法慈悲喜舍的精神付出，所做的是人间事，所运用的是佛法。”

与宗教处同仁谈话，上人开示，“为佛教”就是“理”，“为众生”就是“事”。“慈济一路走来，事与理都很单纯，复杂的是人心。”

上人表示，人文，是人的品格内涵与精髓，做人若缺乏内涵与精神，如同失去灵魂。

“人文，也是慈济四大志业的灵魂。要用心守护‘为佛教、为众生’的本愿，以四弘誓愿、四无量心，永续传承优质法髓。”

6/9 《农四月 二十三》

创造爱心美景



【静思小语】不执着、无分别，尽心尽力，救拔苦难。

成就五分法身

修行者以“戒、定、慧、解脱、解脱知见”五种功德法，成就佛身，是谓“五分法身”。早会时间，上人以此勉众——

下功夫拨除烦恼无明、改除恶习气，时时说好话、做好事、想好意，让善的习惯成为自然，不再起烦恼恶念，成就“戒法身”。

不论身处任何环境、面对任何人、事、物，行中有定、话中有定、心中有定，随时都能“思惟修”，成就“定法身”。以清净的心思惟修，增长智慧、明辨世间事物本源，则修得“慧法身”。

上人教众，不只作听法者，还要当说法者与传法者。“闻法入心、身体力行，进而与人分享对法的体会，彼此砥砺精进，才不会被滚滚红尘的无明浊流席卷。”

尼泊尔一位生病的老人遭遗弃路边，身上满是排泄物。昨日慈济人

与巴山、丹罗两位本土志工前往探视，为他沐浴净身，并提供干净衣服、饮水、食物，待医疗团队诊察老人身体状况后，将他送医治疗。

“老人家生病无法行动，又被遗弃，如处地狱受苦；幸得遇人间菩萨扶持，这一连串救助行动，就是人间的爱心美景。凝聚善念、付出助人，心灵的虔诚庄严，能让苦难境界变得美好。”

上人述说一则佛典故事——

佛陀十大弟子中，“论议第一”的迦旃延尊者，能以智慧善巧说法。

一位外道师对佛法因缘果报、六道轮回观点，提出质疑：“若造恶的人往生后会下地狱受苦，怎么不曾见过堕落恶道的先人，对世间人诉苦？”

迦旃延尊者回答：“就像犯罪的人被捕，入狱服刑、不得自由，如何能向监狱外的人诉苦呢？”

外道师又问：“若说行善者能往生天堂享福，也不曾见过天堂来的人，

对我们描述天堂的美好与享受啊！”

迦旃延尊者答：“就像有人不慎掉落粪坑，好不容易才能脱离，在庄严美好的环境里享受、身心清净后，又怎么愿意再跳入粪坑里呢？”

上人教众思考：“相对于清净、享乐的天堂，人间苦恶如粪坑。然而，佛菩萨对于身处苦恶人间的众生却是不离不弃——并非随着业力轮回娑婆，而是以愿力，一再前来度众生。”

就如慈济人到监狱关怀、带动受刑人，也是以自由之身往返一般人不愿接近的牢狱，以慈悲愿力感化犯错、执迷的人生。上人勉众，有救人的好心，就要起于行动。“集合人人虔诚愿力，转化苦恶之地，成就庄严净土。”

体悟苦空无常

尼泊尔赈灾视频会议，宗教处同仁

陈祖淞报告，昨晚在医院陪伴被遗弃的老人过夜。“在佛陀诞生地，看尽生、老、病、死之苦，也体会到人生无常、苦、空的道理。”

上人开示，深入苦难，感受人间之苦、体会自身之福，心能定静、随遇而安，就是修行。“慈济人陪伴受灾民众走过最艰巨的路途，他们也陪伴慈济人走出一条菩提大直道。”

与大陆志工谈话，上人表示，慈济人远赴尼泊尔赈灾，尽管面临种种困难考验，大家发挥智慧一一克服；以“诚之情谊”牵起当地志工的心，带动人人心中有爱，合和互协用爱铺路走。

“就如《金刚经》所云‘无我相、人相、众生相、寿者相’；慈济人亲身入苦，没有执着心与分别心，只为救援苦难，尽心尽力付出。如此力行佛法、印证佛法，心境轻安自在，就能有深刻的体会与丰富的心灵收获。”

6/10 《农四月 二十四》.....

能助人，最有福

【静思小语】付出无求，甘愿欢喜，轻安自在。



拉长情，用爱铺路

慈济尼泊尔赈灾医疗团，昨日在住宿一个多月的旅馆举行感恩茶会，会中介绍慈济“竹筒岁月”缘起，感动了旅馆总经理，发愿每年四月二十五日捐出个人所得，还有十八位员工表达加入志工意愿。

本土志工马坤达表示，自己跟随一位法师修行二十年，灾后师父交代要与慈济联系，全力帮助处理赈灾事务；他希望慈济能在当地成立联络处，愿尽己之力投入。

“爱的力量，来自人人点滴善念汇聚。”尼泊尔视频会议中，上人感恩各方成就慈济赈灾事务，也期许慈济人与当地民众结更深的缘，相互带动做更多好事。

药师法会中，上人开示，慈济人与尼泊尔受灾民众非亲非故，却以照顾家人的心情，一梯次接着一梯次用心投入、陪伴守护。“五十年来，慈济人正是如此用爱铺路走，以无私大爱为苦难世间付出。”

现今全球气候变迁、灾难偏多，上人勉众，见他人受苦，要勇于驰援。“助人的人，就是有福人。”

去习气，付出无求

与大陆华北、东北志工座谈，上人开示：“人人都有习气。若团体中人人带着各自的习气与执着，要求别人照自己的方法做事、自己却无法配合他人，将难以成事。习气难改，故须修行——修除坏习气、培养好习惯。”

上人教众舍除我相、人相、众生相；连心里的烦恼都舍弃，甘愿欢喜、付出无求，菩萨道才能走得轻安自在。

佛教有多种法门，慈济宗门重在力行实践。上人表示：“慈济人‘不忍众生受苦难’的慈悲心怀，就是‘人伤我痛，人苦我悲’的菩萨心；这不是口头说说而已，要真正做到。”

诚正信实、慈悲喜舍，是慈济宗门的精神。上人教导，有心投入慈济道场，要提起诚正信实的态度与人共事。“用最诚恳的心面对每一个人；做得再多、付出再多，都不要有执着心。”

面对他人习气，上人致勉，要以尊重心待之，用爱慢慢引导。“常怀感恩心，以感恩、尊重、爱面对一切人、事、物，就能放下执着与烦恼，付出无所求。”

大陆幅员辽阔，志工们相距遥远，上人致勉，要珍惜道场、珍惜

法亲。“付出，不要计较能回收多少，心无所求，才能甘愿欢喜。把

握时间用心闻法、身体力行、增长慧命，才是真功德！”

6/11 《农四月 二十五》.....

如是因，如是果

【静思小语】现在的“果”，源自过去一念心种下的“因”。



时时专注，念念修行

晨语时间，上人说起一则佛典故事——

给孤独长者每天清扫祇园精舍，一日有事未到，佛陀经行时发现地上有脏污，认为这是僧团共住之处，应由大家共同维持环境整洁，才能“于胜田中植净业”；于是请天人取来五百支扫把，带动众比丘与天人一起清扫园区。

清扫完毕，大众入精舍静坐。佛陀开示，扫地有五种殊胜功德——

一者，“自心清净”，整理外在环境，使其干净亮丽，自心也会感到欢喜；所以，清扫外境也是自净心地。

二者，“令他心净”，林园整齐亮

丽，他人见了自然也同感清净欢喜。

三者，“诸天欢喜”，若能常保环境整洁，连诸天都会欢喜赞叹。

四者，“植端正业”，内外清净，为自己种下来世相貌端正、庄严的善因。

五者，“命终之后当生天上”，天界整洁庄严，没有污秽，清洁环境也会得生天的善报。

给孤独长者回到祇园，见园林已由佛陀与弟子、天人共同清扫，自惭形秽不敢跨入。佛陀教长者，以恭敬三宝的虔诚心，安心踏行。

长者虔诚进入道场，佛陀称赞他以身布施，日日用清净心清扫园林，供养佛僧；并教导弟子珍惜清净道场，随时随地奉行佛法。

“挑柴运水无不是禅。举凡扫地、种菜、香积等作务，都需要禅定的功夫；身心若能时时刻刻不离法，一切言行都能教育他人。”

上人教众坚定道心，为利益人群而付出，则时时刻刻都在修成佛的“因”，终将得到成佛的“果”。

苦既拔已，复为说法

联合国于六月五日“世界环境日”公布，地球许多生态系统正走向“关键临界点”，呼吁全球七十多亿人，从改变生活习惯开始，减轻环境负担。

清净的地球环境，需要人人共同维护；早会时间，上人教众自我节制、力行环保。“天地环境的变化，与每一个人的心态和行为息息相关。珍惜资源、减少垃圾与污染，是人人的责任。”

慈济人除了力行环保、爱护大地，也以救拔人间苦难为己任。二〇一三年底海燕台风重创菲律宾，重灾区莱特省大片农田被毁，农民生活受影响；慈济前往赈灾，除提供生活物资、协助建设简易屋，也与种苗公司合作，捐赠种子、教导农民自然农法，传递爱护大地理念。

上人感恩大家怀抱菩萨精神，用心救拔苦难。“用诚恳的爱走入苦难之地，苦其所苦，先帮助安身、安心、安生，‘苦既拔已，复为说法’，进而带动大家互爱互助，让苦难人间有爱的温暖，也带动起善的循环。”

人生至苦，莫过于身有病痛、不由自主。五十三岁的莫先生，年初因急性心肌梗塞，紧急转送花莲慈济医院进行冠状动脉绕道手术。莫先生心脏三条血管几乎都阻塞，要在不停跳动的的心脏上缝合血管，困难度相当高，手术过程使用叶克膜辅助；在心脏胸腔外科张睿智医师与团队的细心努力下，终于保住生命。

张睿智医师是慈济大学医学院毕业生，上人欣言，幸好有慈济医院的好设备，更庆幸有好医师、好团队；还要感恩慈大栽培良医，才能及时挽救生命。“有这样的‘果’，是最初一念心种下的‘因’所成就。”

上人说明，当初不忍花东医疗落后、重症者无医之苦，陆续创建了医院、医学院；随着时间累积，栽培出好人才，由好人才构成好团队，才能不断让慈济医院发挥救人良能。“坚持善念，对的事，做就对了！”

惊世灾难，警世觉悟

尼泊尔赈灾视频会议，马来西亚济缘师兄报告，简易屋与简易教室样品搭建完成，昨天邀请教育部总工程师前来看视，认为这在当地已是永久屋等级了。

上人指示，慈济的简易教室、简易屋虽然讲究材质与工法，但终究是为了等待重建的过度时期而搭建。“当地政府若有永久住宅与永久教室的规画，慈济可以评估认养；但不能用简易教室充作永久建筑，即使是偏乡学校也不例外。”

此时尼泊尔炎夏高温，又有阵雨，上人感恩人人在湿热的环境中劳心劳力，为受灾民众付出；致勉

心平气和，照顾好身心健康。

人文志策会中，上人开示，慈济媒体要负起“报真导正、净化人心”的使命，深入报导人间美善事。

以尼泊尔强震为例，上人说明，此次灾难不仅造成惨重伤亡、古迹损毁，更是人类历史的一大创伤；希望藉由人文志业报导，让大众跟着慈济人救灾的脚步，看见惊世灾难、警惕世间无常，由衷生起警世觉悟。

“无常就在瞬息之间，生命也只在呼吸之间。时间、空间、人与人之间，蕴藏许多值得用心探讨的道理，要用心报真导正，持续发挥净化人心良能。”

6/12~13 《农四月 二十六至二十七》……

安忍则无恼

【静思小语】安忍一切苦难挫折，度过爱欲烦恼河。



慈悲心路

慈济技术学院毕业典礼，包括

五专、二技、四技及研究所共有六百三十九位毕业生，由师长一一拔穗、授予学位证书。



慈济技术学院护理系师生研发安瓿折断器，避免护理人员给药时不慎被割伤。林祝君老师（右）与高靖婷同学将代表赴美参与「匹兹堡发明展」，向上人展示作品。（6月13日）

上人勉励毕业同学，把握正确方向，踏实力行；立下宏大志愿，将爱散播十方。“人生道路上难免遭遇考验，要运用‘慈悲心路’，以智慧应对、用宽广心包容一切，步步踏实迎向挑战。”

听取马来西亚雪隆慈济人报告会务，上人祝福即将启用的吉隆坡静思堂，就地发挥传承法脉、广招人间菩萨的良能。

“立‘四弘誓愿’，用心传法脉；发‘四无量心’，广度众生。拉长情、扩大爱，接引大众深入法

脉宗门，进而欢喜投入付出无所求的人间菩萨行列。”

六度四修

人生因贪、嗔、痴、慢、疑造作烦恼，导致诸多苦难。十三日晨语，上人教众降伏烦恼、无明，从源头中止此一循环，避免累积恶业。

“要发心——以佛心为己心；启动修行菩萨道的虔诚心，才能制伏烦恼、运行六度，从烦恼的此岸，到达解脱的彼岸。”

走入人群付出，上人教众运用布施、持戒、忍辱、精进、禅定、智慧“六度”，还要殷勤精进“四修”——无余修、无间修、长时修、尊重修，修学诸佛菩萨的无量智慧与无量功德。

面对复杂的人间事，上人致勉，要静心观察，了解人我是非的起源，将心镜上的烦恼灰尘擦净，才能清楚照见一切景物。

“烦恼与业力，造成人间诸多苦难；要深入探究微细的起心动念，修学安忍之心。堪忍世间苦，维持静定之心，以法对治，才能不再造恶因、结恶缘。”

上人教众，体察自心烦恼，运用佛法调伏，莫让烦恼恶念缠绕于心。“‘深心不动’即是禅定，心定则智慧生。与人无争则人安，与事无争则事安，与世无争则世安；安忍一切挫折与苦难，不再生无

明、造业力，才能度过爱欲烦恼河。”

慈济尼泊尔赈灾医疗团今在邦加马帝（Bungamati）举行三千多人的大型发放。事前，志工分成九条路线前往各发放点逐户访视与关怀，帐棚区的居民拿到发放单以及“平安”吊饰，感受到真诚的祝福，纷纷打开忧郁心灵，展露笑颜。

“现阶段的救助行动，要安受灾民众的身与心，且要带动他们起欢喜心。让人人身心振作，自助助人。”

上人表示，人间多苦难，需要有源源不断的生力军投入，感恩大家合和互协凝聚爱心，要与当地企业家、爱心人士牵系长情，继续带动本土志工发心。

“要用心陪伴本土志工，以身作则为典范。人间菩萨愈多，才能真正拔除众生苦难。”

6/14~15 《农四月 二十八至二十九》.....

落实品德教育

【静思小语】人心祥和，社会平安；人心丧德，社会混乱。



应所需，传功夫

尼泊尔赈灾医疗团昨日举办大型发放，当地志工学习慈济人文，亲切牵扶老人家来到发放场地；加拿大全球医援会成员（Global Medic）也同来付出。

早会时间，上人感恩不同的人道救援团体，以爱交流、相互激励，合心施展大爱能量，带动居民扫除灾难阴霾，展露欢颜。

为了让灾区孩子早日有安全的教室可以上课，慈济将在十天内为巴吉索理、布达尼甘达两所中学搭建十间简易教室；马来西亚慈济人主动报名要来“传功夫”，希望教会当地人组装工法。

上人赞叹大家生在有福之地，把握因缘到苦难地付出。“孩子的学龄有限，不能蹉跎；要用心尽力，应苦难人所需发挥良能，造福人间。”

教之道，学做人

花莲慈济中小学毕业典礼在静思堂举行，一千五百多位师亲生透过《成长在慈中》影片，共同回顾在校学习时的欢笑与泪水。

“慈济学校毕业典礼，没有复杂

的仪式，只有师长深刻的叮咛、学生由衷的感恩；爱的能量在师生之间交流，相信这是大家永生难忘的毕业典礼。”

上人感恩师长们用心教育，让同学们身心健康成长，尤其慈济学校重视品德教育，要为国家社会培育有品德的好人才。

“社会祥和，人人平安幸福；若人心丧德，社会秩序就会混乱，也无法保障个人的平安。所以慈济坚持做好品德教育。”

教育如耕种、师长如园丁，上人期许：“从种下种子开始，就要细心呵护，给予最好的生长环境；见新芽冒出，更要仔细照顾，使之成长茁壮。”

获得“师公奖”的高中部同学黄韵宇，三年前也是国中部师公奖得主，她曾参与四川人文交流活动，见达州一群老人家不远千里赴成都闻法、做环保，深受感动；回到台湾后，她与十多位慈中同学每天参与“晨钟起，熏法香”。

上人欣慰孩子们在慈济教育环境中，见人间菩萨为人群付出，感受到“觉有情”的觉悟智慧与无私真情。

“行善行孝、尊师重道、友爱同学，都是做人的根本。要记得老师

们的叮咛，永保慈济人文精髓、永续传承优良校风。”

菩提种，续善缘

中美洲哥斯达黎加严重干旱，不只农作物无法生长，许多动物也因缺水、缺粮而饥饿干渴；中亚乔治亚首都第比利斯近日暴雨成灾，至少七人丧生、多人失踪……十五日早会，上人慨叹全球各地“水大不调”，不只影响人类生活，也危及动物生命。

在天地威力之下，人类甚是渺

小。尼泊尔强震后已逾五十天，慈济赈灾医疗团昨天在邦加马帝的阿摩拉波寺广场举行义诊，看见重病患者躺卧简陋帐篷中，深刻体会受灾民众生活之苦。

上人肯定慈济人以爱接力、真诚援助，与尼泊尔民众建立互爱互信情谊。“受灾民众了解，所得到的济助来自全球点滴爱心汇聚，而自己也有行善助人的力量，于是踊跃响应‘竹筒岁月’，存小钱行大善。这些有心人都是菩提种子，要用心培养，善缘才能永续。”

6/16~17 《农五月 初一至初二》……

尽心任事

【静思小语】待人要宽，做事要尽心力。



谨慎一念间

日本为纪念广岛原爆七十周年，将一九四五年八月六日美军投下原子弹时，一辆仅存未毁的路面电车重新整理，以当年样貌启动上路。

这则新闻，勾起上人幼年时的战争记忆。

美军战机临空轰炸的震撼，以及与许多人一起躲防空洞的情景，历历如昨，一晃眼已经七十年。上人慨言：“灾难起于人心；人的心

念，是造作一切的业因。人类受贪欲驱使引发战争，一念之间，造成无数人间苦难。应引以为鉴，谨慎守护心念。”

尼泊尔强震造成八千八百多人罹难、两万两千多人受伤，逾六十万间房舍受损、民众生活困难。苦难中，也看到全球人道救援团体迅速伸援，各国慈济志工以爱接力深入灾区付出，还有三十四个国家地区的慈济人发起劝募或义卖——

新加坡高龄八十二岁的陈春蓉师姊，因关节炎行动不便，仍强忍疼痛向市场摊贩及顾客劝募爱心；九十岁的李三妹师姊一站就是三个

多小时，向往来人群诚恳呼吁、鞠躬感恩，精神毅力令人感动；海地历经二〇一〇年强震，多数民众迄今仍在克难的环境中生活，仍以同理心响应赈灾……

“贪婪的恶念，导致彼此侵夺对立；美好的心境，则能传递人间温情。”上人赞叹海地居民，不因己身穷苦而自怨自艾，愿意为远方苦难人付出，“这是珍贵的人道精神；即使生活贫困，心灵因为有爱而富足。”

付出最幸福

六月十四日一场午后雷阵雨，导



与全台医疗志工干部座谈，上人教众提起真诚心做事，“待人要宽，做事要尽心力。”（6月17日）

致台北市文山区地势低洼路段水深及膝，约有两百户受影响。水退之后，当区慈济人立即出门关怀附近的慈济会员、照顾户，帮忙行动不便的老人家清理住家。

十七日早会，上人表示，同在同一条街、同住一个小区，人人出力，迅速清理环境，能预防蚊虫滋生、避免疾病传染，这是小区最有力的一股保护力量。

“对付出无所求的慈济人来说，应社会人群所需、发挥爱的能量，也是最快乐幸福的事。”

与全台医疗志工干部座谈，上人教众以“诚之情谊”接引，让人人欢喜投入。“待人要宽，做事要尽心力。提起真诚心将事情做好，但

不要给自己及他人太大压力，才不会造成恶性循环。”

上人勉众，把握时间利益群生，莫让生命空转；自我成就，也要广为接引，成就每一位发心者，让人人都有机会付出。“将佛法内化于心，才能有法度人。所谓度人，就是度心——要把人的心带动好。”

佛陀为几位上首比丘授记时，表示尊者们的敬奉过几万亿佛之后，就能觉悟成佛。上人教众，莫烦恼修行之路漫长。

“人人本具佛性，人人都是未来佛；把握时间，恭敬对待生活中的每一个人，如侍奉诸佛，就能持续向成佛之路迈进。”

6/18 《农五月 初三》

福慧双修，悲智同圆

【静思小语】遍断诸恶、遍修净行；用爱付出、用心净化。



耐心、忍辱心、信心

“‘想’，是‘心’缘外

‘相’，即使离开了境界，仍然念念不忘，在心田里不断造作‘相’。‘般若’，则是清净无染

的思想精华。”

晨语时间，上人开示，众生心地风光本来清净无染，不生不灭、不增不减，只是随着外境起心动念、徒增烦恼，遮盖了清净的智慧。

就如农夫耕田，若能尽除杂草，粒粒种子、株株秧苗都能得到充足的养分，就能成长茁壮，结出饱满的稻穗。上人表示：“人人都有清净美好的心地风光，用心修行、去除心田烦恼杂念，智慧持续增长，就能逐步回归真如本性。”

佛陀长久以来走入人群、广行六度，在见解复杂的人群中，持戒、忍辱、精进，修得“静寂清澄、志玄虚漠”的辽阔心境，以及统理大众的德行。上人指出：“慈济人秉持佛心，走过福慧双修的觉有情道路，即能‘悲智同圆’，得到清净圆满的大圆镜智。”

慈济人在全球各地以爱布施，带动贫困居民投入志工行列、给予心灵财富，也是教导做人的道理；上人肯定，这就如佛陀说法度众生。

“因为相信人人本具佛性，所以用心施教，让人人欢喜投入。接受佛法、了解道理，身体力行之后，则‘诸经谛理现前’，悲智圆满；如此就能冲过烦恼河的千尺波涛，从凡夫

地的此岸，登上觉悟的彼岸。”

度众生有种种因缘、种种方便法。上人期许慈济人，提起“甘愿做，欢喜受”的菩萨心境，以身作则、善用方法，带动人人愿意付出。

“无论外境如何恶浊，以耐心、忍辱心与信心，坚持用爱付出、用心净化，启发人人心灵财富、付出人生良能；这分真诚无染之心，就是人间菩萨！”

上人期勉全球慈济人就地取材、就地弘法，藉境修心。“遍断诸恶，遍修净行，让浊恶人间变成清净乐土。”

院校联席会中，上人期勉师长们秉持“诚之情谊人间祥兆，教之殷实造福富足”的教育精髓，为社会培育具有良知、愿意付出无私大爱的良才。

“品德教育、生活教育，是慈济学校的‘校髓’，不只要用心保存，且要发扬光大。”



6/19 《农五月 初四》.....



坚强“忍力”

【静思小语】提起坚强“忍力”，不畏困难、堪得起挫折考验。

有心，就能造大福

在尼泊尔大力协助慈济赈灾的实业家巴山·乍得里（Basant k. Chaudhary）先生，特地来台了解慈济。五十七岁的他表示，认识慈济、阅读《静思语》深受启发，找

到正确的人生道路。

“经历这次大灾难，许多古迹、地标毁坏，尼泊尔人的心也碎了。”惨重的伤亡让人惊惧悲伤，乍得里先生认为，未来尼泊尔应依循佛教的无私精神重建，人人放下私我、共同利益人群。



证严上人·秋履足迹

尼泊尔实业家巴山·查德里先生分享，认识慈济、阅读《静思语》深受启发，找到正确的人生道路。上人勉其深入佛法，在付出中长养福德与智慧。（6月19日）

台湾亦曾历经九二一大地震灾后重建，上人表示，只要人人合心协力，很快就能从灾难中复原。

“我是一无所有的人，依靠佛陀精神力量，呼吁台湾乡亲付出爱心，累积大家点滴的爱心，就可以成就众多好事。你是富有人，相信更有力量做到。”

上人致勉乍得里先生，只要有心，一定能造大福。“尼泊尔人天性单纯善良，相信只要互爱互助，就能逐渐恢复。”

慈济人为人群付出，不只是出钱，更愿意出力。上人举例，参与尼泊尔赈灾义诊的医师，都是自费自假。“人人放下身段、耐劳耐苦，这分无私的精神力量，正是来自佛陀的教育。”

上人期许乍得里先生深入佛法，让佛陀正法回归佛陀故乡，且将慈济精神落实在尼泊尔。

发心，济贫且教富

南非约堡慈济人吴东宝，带动本土志工到学校为贫童供餐；教育孩子也启发家长的爱心，把荒地开辟成一片绿油油的菜园，不仅生产蔬菜为孩子补充营养，也带动他们体会靠自身劳力收获的踏实与喜悦。

“帮助穷困居民，同时启发他们的善心，就是‘济贫教富’；开启了心灵富裕之门，就有源源不绝的爱心涌现。”

津巴布韦过去曾被誉为“非洲粮仓”，近代却因政治纷乱、经济衰败，人民生活困苦。本土志工在朱金财师兄带动下，仍以单纯信心与善念，帮助比自己更贫苦的乡亲。

今年初当地遭逢水患，水退后道路泥泞难行，志工到灾区发放，沿途得不断下车以砖头铺路，让车辆通行；道路狭窄，志工扛着物资步行入村落，不慎摔倒，却笑着爬起来继续走；遇到身有残疾的孩子，用歌声抚慰其心……

上人赞叹津巴布韦本土志工，具有坚强的“忍力”——有不畏困难、堪得起挫折的坚忍之心，才能安然续行菩萨道。

“身体力量就是最好的本钱，也是最好的财富。即使贫困之人，只要打开心门、愿意付出，也能发挥无限力量助人，让爱的能量不断延续。”

世间浊乱，正是需要菩萨的时代。上人期许人人发大心、立大愿，深入静思法脉、慈济宗门。“闻法能增长慧命。大爱台节目充满净化人心的法，且能看见天下苦难，不只增长慧命，也能增长造福的愿力。”

6/20 《农五月 初五》.....



无私助人，就是菩萨

【静思小语】无私助人的爱，就是菩萨精神。

合心力，抚创伤

端午粽飘香，遥寄思乡情。桃园慈济人事先准备好粽子，由第九梯次赈灾医疗团成员带到尼泊尔，不只为久在异乡的慈济人带去应景的“家乡味”，也与本土志工分享华人礼俗。早会时间，上人肯定桃园慈济人这分法亲之爱，也跟着粽子飘洋过海，传入赈灾医疗团成员心中。

医疗团队在各帐篷区义诊时，看见地震当时欠缺妥善疗护的伤员，伤口仍需要手术处理；为年幼的孩子重新处理、缝合伤口时，孩子难忍痛苦的哭喊声、母亲伤痛不舍的表情，深深印入心底。

上人慨叹，一场灾难，造成这么多人的苦难。“不知道要到何时，才能让身体伤口痊愈、心灵的创痛也能抚平？更不知何时才能恢复地震前的安然生活？”

尼泊尔企业家乍得里先生，昨日由马来西亚济缘师兄陪同前来静思

精舍，他说，四月二十五日强震造成的灾情，远比国际媒体披露的情况严重许多，”尼泊尔人引以为傲、宗教信仰寄托的古建筑，也被震毁。这次灾难对尼泊尔人的打击，非常强烈且影响深远！”

乍得里先生原本就在尼泊尔推行慈善、医疗等公益事务，地震后非常希望帮助众多受灾同胞，盼能与慈济合作，为乡亲安身、安心、安生。

上人为受灾民众感到欣慰。“期盼在全球慈济人的爱心挹注，以及当地企业家的合力投入下，能为佛陀故乡开创希望的未来。”

延续爱，传承法

尼泊尔赈灾视频会议中，志工表示，近日傍晚常下雨，到帐篷区家访时，看到民众必须不断把雨水舀出帐篷外，棉被潮湿、味道重，无法安睡；铺了福慧床以后，大人小孩笑容满面，表示再也不担心下雨了。

五度延后返回马来西亚的梁贵胜师兄，分享与当地小志工互动的温馨事：“与其说是我陪伴、带动小志工，其实是他们陪伴我、协助我，还会关心我的生活起居，主动照顾慈济的发放物资。”

小志工徐捷娜在校学习计算机信息，跟弟弟一起当慈济的仓储志工，姐弟的住家也在地震中倾倒，幸好家人都平安。捷娜透过视讯分享：“地

震之后茫然无措，很感恩慈济给予生活援助。很高兴认识慈济人，跟着大家学习用亲切温柔的态度照顾老人与小孩，也学会如何帮助人。”

上人称赞捷娜姊弟很有爱心，而这分无私助人的爱心，就是佛菩萨的精神。“感恩每一位团员发挥大力量，用心用爱带动当地志工。要持续为这群灾后余生的人付出，让爱延续，也让佛法回归佛陀的故乡。”

6/21 《农五月 初六》.....

“尊重”对治“我慢”



【静思小语】尊重每一个人，用宽谅之心善待。

行六度，持四修

唐朝悟达国师，十世之前为西汉大臣袁盎，与晁错的冤业恶缘纠缠不断；第十世受唐懿宗尊为国师，赐沈香法座，起了一念贡高自傲之心，业报显发，脚撞到座椅受伤，竟恶化糜烂成一个人面疮；受迦诺迦尊者指点，了解自己与晁错的十世纠葛，才得以解冤释结，消解十

世冤业。

晨语时间，上人开示，因果历历不爽，此生遭受的逆境、恶缘，可能是过去生造作的恶业导致；即使已经出家，守戒、净行，余报未尽，还是要受报。

“悟达国师十世精勤，无余修、无间修、长时修、尊重修，如此谨慎持戒、踏实修行，仍然无法消解与晁错之间的冤业；直到起悲悯心

照顾病僧，才种下洗除冤业的善因缘。要时时提高警觉，戒慎名利，不起贪、瞋、痴、慢、疑等无明烦恼。”

因因果报不松懈，人心也不能懈怠。上人教众，以“尊重修”对治“我慢”。“在人群中‘尊重修’，不只是以尊重之心供养三宝，也要尊重生活中接触到的每一个人。培养静定安稳的心境，堪忍苦受，无论遭遇何等境界，心都安然不动，宽谅待人，与人结好缘。”

不论多么有才干，同样要放下身段，用恭敬心修行。上人教导：“面对刚强众生，要柔软退让，虔诚付出。在待人接物与工作上，都要守伦理、负责任。”

早晚课诵，是佛教修行者的本分事，借着礼诵凝聚专注、虔诚的道气；上人指出，若起怠惰心，不只对佛法不尊重，也无法建立受人尊重的德。“尊重佛法，就要将佛法吸收入心，不断学习品德典范。修养身心而成就受人尊重的品德，这就是‘德本’。”

末法时代，道理不受重视，人们愈来愈恣意妄为、无法无天，以致世间灾难频传。上人嘱众戒慎虔诚，入人群行六度，也不要忘记

“四修”之法。

“五浊恶世的浊气，如波浪、海啸般一波波袭来。不要被名利冲昏头，要重视因果果报，时时多用心，才能在末法时代，为人间注入希望。”

聚福缘，植善种

慈济赈灾医疗团将近两个月来，在尼泊尔持续付出；早会时间，上人赞叹许多人连续参与两、三梯次。“天天面对着灾后破碎的景象、面对着人群种种苦难相，还能堪忍而持续救拔苦难，都是出于‘不忍众生、誓度众生’的大愿力。”

上人感恩人文志业与人文真善美志工，合力留存尼泊尔赈灾足迹。

“一幕幕画面都是宝贵的现代‘大藏经’，说尽人间苦、空、无常，同时也展现了‘菩萨所缘，缘苦众生’。只要发菩萨心，就能不畏路难走、不怕步步艰辛，勇往直前付出。”

高雄人医会叶添浩、洪宏典医师，以及台中人医会洪启芬医师、马来西亚李晓卿医师等，留在尼泊尔两、三个星期，与病患互动亲如家人，医病情紧密连结。叶医师返

台后，谈到尼泊尔受灾民众之苦，仍忍不住哽咽流泪；花莲慈院王志鸿副院长表示，若非亲自踏上苦难之地，岂能知道己身之福？

“这一部‘大藏经’，说尽了‘四谛法’——从‘苦’的道理开始，告诉大家世间之所以这么苦，是聚‘集’了许许多多的因果果报而致。佛陀以大愿力，选择在苦难之地成道、说法度众生，要众生从苦难的根源‘灭’苦，踏上康庄平坦的菩提大‘道’。”

上人教众要重视“因”——灭苦

因，种下菩提种子。“殷勤耕耘心地，清除无明杂草、播下菩提种子；还要持续造福，自耕福田，累积福缘。有福缘、善种，福慧双修，就能累积成佛资粮。”

尼泊尔有许多寺庙建筑在崇山峻岭间，因四、五月的两次强震而毁损。上人慨叹：“庄严佛塔、宝贵古迹，终有坏灭之时；而人间互助的清净无私大爱，能为灾区注入希望。慈济人要坚持凝聚爱的能量，让人脱离苦难、提振身心力量，重建希望未来。”

6/22 《农五月 初七》.....

克私欲，提升爱

【静思小语】克制享乐的欲念，提升无私助人的爱心。



感恩心，化怨憎

“众生有各种烦恼与习气，见解各不相同；要度众生，必须适应其根基而循循善诱，且不受众生的无明烦恼影响自心。这是非常不容易

的。”

晨语时间，上人开示，佛之“十号”中，其一为“调御丈夫”，意即佛德圆满，能应众生之习性，善用方法一一调伏、度化。

“行菩萨道到成佛，要经过极漫

长的时间，而且心念必须坚定——精进行六度，坚持无余修、长时修、无间修、尊重修的‘四修’功夫；且安住于戒、定、慧‘三无漏学’。”

上人教导，学佛要修养好自心，除了自修身心、守好本分不犯错，还要走入人群利益他人。

“看到别人不好的习气，不要‘拿别人的过错来惩罚自己’；要将他人的言行态度当作一面镜子，用来自我检视、自我调整，学习和颜悦色对待人。且要感恩他们呈现错误来警惕我们，加深自我戒、定、慧的修行功夫。”

上人表示，若能从别人不好的形象中，惕厉自己改善态度，这些对自己态度不好的人，都是修行过程中的“递增上缘”，要感恩以待。

“有感恩心而无怨憎心，才能真正去除烦恼、无明，圆满自我人格，这是‘自利’；人格圆满了，自然能受人信任，让人乐于亲近、接受劝导而改正错误，此即‘利他’。”

要成佛，必须行菩萨道。上人指出，“发无上菩提心”，还要“累世安住”——以“百千亿劫宏誓愿”，累生累世在这条大觉道上精进前行。上人教大家时时谨慎

观照自己的身、口、意，不要自种恶心，也不要别人的心中种下恶因；否则因缘牵缠不休，恶因、恶缘不止，都是修行的阻碍。

“众生相很复杂，要从中自我警惕、向善学习。即使是无心之过，有心人看了却会放在心里，就此种了一颗恶的种子。解铃还须系铃人，要从根本化解，化恶因缘为善因缘。”

在漫长的生死流转中，如何接续修学佛法、行菩萨道的善因缘，而不被恶因恶缘牵缠偏失？上人教众，要把握修行的初心，志愿坚固、道业殷勤。

“坚持一念清净道心，不随人我事相、外境变化而起伏，才能成就自己的品德，接引人同行菩萨道，自利亦利他。以感恩心化解恶因缘，殷勤累积善因缘，就能减少障碍，增加修行的助缘。”



6/23 《农五月 初八》.....



以德领众，以爱导向

【静思小语】建立受人敬重的品德，带动利益人群的大爱。

合心，传续正法

早会时间，上人开示：“‘合’字是人、一、口组成。不同种族、文化、语文的慈济人共聚，却能共同一口，是因为心灵语言相通——这就是‘合心’。”

佛陀入灭前曾慨叹，正法的毁坏，并非外道破坏，而是“狮子身中虫，自食狮子肉”。上人表示，佛陀此语，说出对弟子的担忧与挂念——僧团里若有人心念偏差，就如狮子身上虫一样，将从内部破坏僧团。

“团体中，人人心中时时都要有法，才能调伏心欲与恶念。一个人改变心态向善，能影响许多人朝正向走；反之，人心趋向恶念，世间的灾难、苦难将不断发生。”

慈济人怀抱“但愿众生得离苦”的悲愿，走入强震过后的尼泊尔，尽心尽力付出，陪伴居民走过伤痛、振作身心。上人期待这分付出与带

动，能让正法回归佛陀的故乡。

“但愿全球慈济人用心传法，让正法住世，代代传续，减少人间苦痛。”

接引，敬奉诸佛

全台骨髓关怀小组成员返花座谈。上人致勉，去除烦恼、我执，以单纯心沟通、凝聚彼此心力。

“行菩萨道，须先去除‘我相’。慈济人普爱天下苍生，法亲之间，更要合心、和气。不仅‘四大合一’，且要‘八大合心’，凝聚共同的行事方向，才能在付出中，得到轻安、自在、欢喜。”

上人强调，让志业顺畅运转的主轴，就是“诚正信实”的静思法脉精神，以及“慈悲喜舍”的慈济宗门理念。“但愿人人都能谨记诚正信实、慈悲喜舍，用心力行。”

与菲律宾志工谈话，上人表示，“菩萨”是“觉有情”——既能觉

悟道理，也有真诚感情；志为人间菩萨，就要与人真情互动。

“若觉众生心刚强难调，或许，是带动者的心更刚强难调。带人要带心，方向正确且能放宽心量，一定会得到很多人帮助，要成就好事就没有困难。”

无我的开阔心量，以敬奉诸佛的虔诚心，对待每一个人。“受助的苦难众生也有佛性，敬爱他、扶助他，就是爱未来佛、护持未来佛、肤慰未来佛。要真诚的尊敬、供养每一个人。”

领众，以德用爱

与美国慈济人谈话，上人致勉，要掌握正确精神理念，当闻法者、说法者与传法者。“传法不能偏差，所以传法人的品格很重要；要开阔心胸，用心培养人才。”

上人教导，带动者要身体力行、建立受人敬重的品德。“领导人的‘德’，要从内心修持，修养出真诚言行，让人感受诚恳，‘精诚所至，金石为开’，才有办法带动人以感恩、尊重、爱对待。”

投入慈济志业，“爱”是共同的目标。上人表示，与人真诚互动，建立诚之情谊，利益人群的志业才

能顺利推行。

“以德领众，也要以爱导向。要将人人当成菩萨，发自内心，真诚的感恩人、尊重人、爱人；才能结好人缘，带动更多人欢喜付出。”

说法、传法，不能只在名相上钻牛角尖；上人叮嘱：要用心观察世间相，从中体会法理，且与人间事相融合，才是实用的法。

“我把慈济志业当成自己的骨髓，且不断对大家说法、传递法髓。希望人人将法铭刻于心，面对复杂的人间事，才能有‘法’应对。”

上人指出，以志工的使命感投入，身体做得再疲累，心灵上仍然是甘愿而欢喜；若以职业心态而做，将难以体会付出无所求的轻安与欢喜。

“志业庞大，各种事务都需要有人承担。对于大家庭的事，人人都有义务、有权利、有责任。负责人必须以宽大心胸包容一切、让整体脉络畅通无阻；反之，若坚持己见，无法与人合和互协，不只阻碍事务运行，也无法永续传承。”

上人期勉要多多“熏法香”，用佛法训练自我心宽念纯。“真的爱慈济，就要做得欢喜自在，不生烦恼、不受执着捆绑。如此师父才会安心！”

6/24~25 《农五月 初九至初十》.....

教富济贫，济贫教富



【静思小语】无论贫富，人人都拥有富裕心灵，可以源源不绝涌现爱。

走出舒适，走入苦难

尼泊尔强震届满两个月，世界粮食计划署预计展开“以工代赈”，邀请居民参与清运瓦砾、恢复街道等工作，让受灾民众得以振作精神、自食其力。

早会时间，上人谈及二〇〇九年凯莎娜风灾过后，菲律宾慈济人即运用“以工代赈”，带动受灾民众清扫家园，也因此接引了许多精进的本土志工；二〇一三年海燕风灾过后，在莱特省重灾区再度大规模“以工代赈”，本土志工发挥了很大良能，带动居民清扫家园、让城市快速复苏，成果受到国际瞩目。

此次尼泊尔赈灾，慈济人同样运用“以工代赈”，让受灾居民投入香积、翻译、发放等事务。上人欣见国际人道团体共同推动，合力帮助尼泊尔灾区复原、提振居民身心力量。

马来西亚梁贵胜师兄，停留尼泊尔将近五十天，多位青少年志工很愿意

配合他付出、也舍不得他离开。梁师兄于赈灾视频会议中，向上人“暂时告假”，表示还要再回尼泊尔。

“以德领众，才能得人信任与护持。”上人肯定梁师兄展现的德风，也期待这分真诚无私之爱，能铭刻在小志工的心灵里，一棒接一棒传续下去。

本月初来台面见上人的纳瑞许·杜加先生，带着家人出现在尼泊尔视讯现场。夫人分享，参与发放让她感受到慈济人的诚恳及为乡亲们着想的心意，女儿也连续多日投入，欢喜有机会做善事。

上人肯定杜加先生带动家人投入慈济、了解慈济。“在种姓制度根深蒂固、阶级分明的尼泊尔社会，生活优越的享福人，能破除心灵上的阶级隔阂、放下身段，与慈济人共同投入苦难人群中付出，令人赞叹。”

慈济尼泊尔赈灾艰辛起步，如今已看到当地志工的成长与承担。上人勉众，在尊重、感恩的付出中，

引导当地人发挥爱心，互重互爱、平等互动，这就是佛陀的教育。
改变自己，改善人间

二十五日早会，上人开示，两千多年前，佛陀出生于蓝毘尼园、生长于迦毘罗卫国，正是今日的尼泊尔境内。

“此地区自古贫苦人多、灾难亦多。佛陀出生在皇宫，有感于种种人生苦相、阶级之别，为追寻真理，辞亲割爱出家修行，终于觉悟成道，以愿力来回娑婆世界广度众生。”

而今，佛陀的故乡遭受重大灾难，慈济人驰援、看见灾难苦相，心灵感触良深。上人期勉，将体悟广为分享，让人人都能起“警世觉悟”，不再迷茫造业。

“要改善地球环境、调和气候，人类必须改变——由奢侈浪费转为节约勤俭。只要每一个人都愿意改变，天地就能平安。”

可惜，人心无法去除贪、瞋、痴、慢、疑，不信正法、恣意妄为，道德丧败，使得灾难愈益频繁。上人期盼慈济人以身作则，将佛陀正法遍布全球，带动人人落实“慈、悲、喜、舍”的佛教精神。

“慈济人‘教富济贫’——引导平安的人有钱出钱、有力出力，帮助贫苦人。对于受灾受难者，则是‘济贫教富’——帮助其改善生活的同时，开启其心灵财富，让他们也有机会体会付出助人的欢喜。”

6/26 《农五月 十一》

入群淬炼

【静思小语】去除习气杂质，树立清净品德。



法，人间落实

尼泊尔赈灾视频会议，新加坡张

佑平师兄谈到，孩童灾后见外来援助者即围聚要糖，慈济人运用方法引导——让孩子们互送糖果，收到



大爱台同仁杨景卉分享到土耳其探访慈济关怀叙利亚难民情形。叙国难民妇女因慈济志工集资援助而有谋生机器，织出作品感谢慈济。（6月26日）

的人要道谢；希望能改“手心向上”的习惯，成为“手心向下”的助人者。

上人肯定，给予有形的巧克力，更要把握机会教导，给予“心灵的巧克力”。“要尽力协助受灾民众改善生活，也要以身作则、温柔接引，让佛教慈悲喜舍‘四无量心’就地发酵、深耕。人心有法，佛陀慧命就永存。”

德，身体力行

佛陀说法四十多年，到了晚年，

仍有外道想要破坏僧团、打击佛陀。除了外在的威胁，佛陀也曾说“狮子身中虫，自食狮子肉”，指出真正坏灭佛法的，正是佛弟子。

“内忧外患，实在很可怕、很令人担心！”与文史结集中心同仁谈话，上人表示，同在无私大爱的环境中做事，遇到人事问题，要自我反省——行事是否有私心？是否只为了保护自己而伤害他人？

“在人群中做事，要运用佛法自我淬炼，去除习气杂质，树立令人尊敬的清净品德。以德服人，就能成就领众的典范。”

每日为了讲述晨语，上人耗费甚多时间、体力与心力；然而想到全球慈济人闻法殷切，便再鼓励自己坚持。“对于讲经，我总是慎重以待，也时时以经文内容自我警惕。”

上人表示，编纂经藏是很神圣的工作，过程中自己也会沾润到法的滋味。“若真正重视师父所说，师父轻轻讲，就要重重听。人人感恩、尊重、爱，很快就能凝聚心力，让诸事上轨道；反之，互不尊重、心力分散、各自埋头苦做，如何体会真诚之爱？”

《法华经·药草喻品》经文描写，众生根机如草木，有大有小；而佛法如雨，平等普润一切。上人引以开示：“同样听师父说话，唯有心量大、利根者，能全盘接收——不只受用法理增福慧，且能再对人说法、影响他人；真正做到闻法、说法、传法。”

上人强调，只有才华无法领众，要以“德”领众。“讲得天花乱坠、全场掌声如雷，若无法让人领受法理，再有才华亦无用。听法入心，讲得到且做得到，才能令人心悦诚服，接受法理而受用。

6/27 《农五月 十二》.....

有爱人生，最有价值

【静思小语】接受爱，感受温暖；付出爱，轻安自在。



人间有爱，苦中有甘

两个月来，慈济人接力前往尼泊尔强震灾区付出，日前帐棚区一位五十岁妇女表示，灾后搭帐棚睡在凹凸不平的土地上，总是

睡不安稳，更担心下雨浸湿衣被；获赠慈济折叠床后，不再腰酸背痛，晚上即使听到雨声也能安睡，身心都轻松。

“看到受灾民众得到帮助、改善生活，就觉欢喜。付出者开心欢



罹患僵直性脊椎炎的阿吉伯，在主治医师大林慈济医院简瑞腾副院长陪同下，搭乘八小时火车来花莲见上人，捐出辛苦积存的两万元作为尼泊尔赈灾，也敬呈收录其画作的新书《阿吉伯与简骨科》。

(6月27日)

喜、受惠者安心舒适，这都是因为人间有爱。”

早会时间，上人开示，人生无论贫富，都有苦——穷有穷的困苦，富有富的烦恼；人心常受烦恼无明折磨，还要承受身体老化、生病之苦。

“苦难人间，唯一的享受就是‘爱’。接受爱的人，感受温暖；付出爱的人，轻安自在。有爱的人，最有价值。”

启发善念，实践善行

花莲慈济人自前年八月起，每周到花莲监狱与受刑人分享《静思语》，并教授写作、英语会话、摄影等。一位受刑人去年底获赠福慧红包，将上面的稻粒种在碗里，细心呵护，至今已长了二十公分高；他从中体会父母栽培子女的恩情，了解烦恼习气如杂草，只要稍有恶念萌生，就会影响清净本性。

“无私的爱超越高墙，让受刑人

看见爱的明亮。”上人表示，人人本具清净佛性，只要以善法引导，善的种子就能“一生无量”。

上人感恩慈济人走入监狱高墙，在受刑人的心田里注入清净法水。

“启发善念、实践善行；爱心愈增、恶念愈消，社会才能祥和，人间才能平安。”

在地力量，主流力量

尼泊尔赈灾视频会议，上人欣见近日发放及爱洒皆由本土志工规划主导，义诊也由尼泊尔人医会医师

承担。“当地人有投入的热情与助人的爱心，灾区重建就有希望！”

尼泊尔年轻人单纯有爱心，上人期许能承接重任、传递爱的能量，让佛教的无私大爱，在佛陀的故乡发光发亮。

“要让尼泊尔民众知道，全球爱心人对他们真诚的祝福，启发在地爱心能量；当在地力量成为主流力量，就能为社会‘固本’。”

上人勉众持续付出爱，且带动出更多爱的能量，为苦难人间带来温暖。

6/28~30 《农五月 十三至十五》.....

人伤我痛，人苦我悲



【静思小语】感同身受他人苦难，以慈悲肤慰，以智慧引导。

灾难，紧急动员

位于新北市八里区的八仙水上乐园，二十七日晚间举行“彩色派对”发生粉尘爆炸意外；慈济志工闻讯立即赶抵现场，为伤员浇

淋生理食盐水、协助就医。总计有四百九十八名伤员被送往四十三所医院急救，台北慈济医院也紧急救治十三名伤者。

二十八日早会，台北慈院赵有诚院长透过视讯连线，向上人报告收

治伤员状况及院内动员情形——十三位患者从十七岁到二十七岁，全身百分之四十至六十烧伤，医院立即启动大量伤员模式及调床机制，全数安置于加护病房进行治疗；一百二十多位同仁连夜赶回医院，加入抢救行列。

由于多数伤员到院时脸部皆有灼伤，恐有呼吸道吸入性伤害，医疗团队立刻予以多管路静脉输液，维持生命迹象稳定；其中四位插管，有生命危险，慈院将全力救治。

“得知哪里有灾难，慈济人自动自发，立即动员投入救助；医疗同仁也出于真诚与爱，主动返回医院抢救生命……令人感动！”上人担忧、疼惜之情溢于言表，感恩且感叹此次重大事故，伤员都是年轻人且伤势严重，对社会影响重大。

随后与台北关渡志业园区“八仙尘爆”救灾协调中心进行视讯会议，上人叮咛，要动员访视经验丰富、善于沟通的志工，到医院发挥肤慰良能，先给予急难救助，后续再根据其家庭状况予以適切补助。

“心伤比身伤更痛！要尽力安抚父母的心。受伤的孩子将来治疗与复健路辛苦漫长，也需要长时间关

怀陪伴。”

肤慰，感同身受

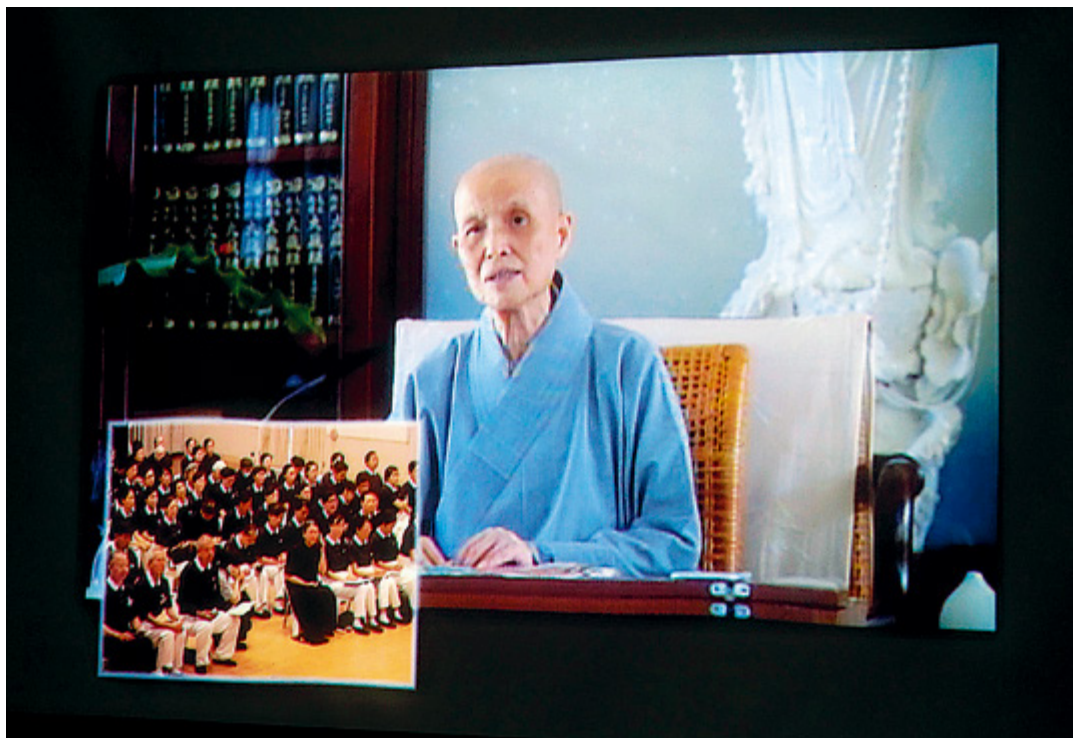
五百多位慈济志工分头到各院关怀轻者与家属、致赠急难救助金，发现医疗人员忙碌到无暇进食，家属亦是心急如焚无法顾及其他，立即准备菜包及豆浆，为医护人员及家属补充体力。

“孩子们青春活泼，爆炸瞬间火焰窜出，还有人以为是舞台效果，烧到身上才惊慌失措，尖叫奔逃。烈火烧灼下，皮肤剥落，苦痛无法形容……”

二十九日早会，上人言及此令人心痛的意外，五百个孩子受伤，就有五百个家庭受影响，几千人的心灵正在着急难过。

“大面积烧烫伤的创痛，经过抢救与治疗终会过去，但是被火纹伤的痕迹，以及心灵创痛，可能跟随一辈子。伤在儿身，痛在父母心，可以想象家属多么激动……”

感受到父母焦急忧伤心情，慈济人除给予支持、拥抱，也邀请他们到邻近慈济会所拜经、祈祷，安定家属心灵，也让医疗团队专注投入救治工作。上人肯定，此刻除了用爱关怀，也要透过宗教力量，给予精神支持。



八仙粉尘爆炸意外发生后，慈济志工立即赶抵现场协助。上人叮咛：“心伤比身伤更痛，要以慈悲抚慰、智慧辅导，长时间陪伴关怀。”（6月28日）

“但愿人人戒慎虔诚，提起‘人伤我痛、人苦我悲’的菩萨心怀。见人受灾、心灵受创，要如同身受，发挥慈悲、同理心抚慰，悲智双运给予辅导协助。”

全台各地志工也齐集慈济道场，虔诚诵《地藏经》，祈祷伤员安度难关、降低伤痛。

拔苦，药师大愿

慈济为尼泊尔巴吉索理中学、

布达尼甘达中学援建十间简易教室，昨天举行启用仪式，带动学生向老师奉茶，传递“行善、行孝不能等”观念；多位教师感动流泪，认为这对学生的品格教育有极大帮助。

上人欣慰表示：“慈济人不只带去有形物资，更给予无形的法；希望在地人能传承、延续这份无私大爱。”

赈灾视讯会议中，本土志工丹罗展示一幅画作，画中有学生、房

子，还有黑影，小女孩拉着黑影上的绳子，旁边太阳隐隐露出。他说：“地震为尼泊尔带来家破人亡的阴影，慈济人来了，将阴影慢慢拉起，让阳光逐渐洒进人心。身为在地人，我们愿意延续慈济精神，消除残存阴影，让阳光照耀大地。”

上人致勉，人心需要光明，也需要法水滋润，请大家要珍惜法。

“但愿遮盖人心的阴影，在你们努力拨除下，人人心地光明、万里晴空。”

尼尔医师透过翻译分享，尼泊尔慈济人医会目前有七位成员，每周一次义诊，并与医院合作服务病患。胜伟·甘瓦利（Sarvesh Gyawali）医师表示，参与慈济义诊、运用医疗专业为乡亲解除病痛，体会“药师法门”的利益。

上人回应：“为苦难众生付出，正是药师佛的精神。医师能救治伤病、肤慰其心，就是人间的药师佛！”

慈济人合和互协，为尼泊尔赈灾画下阶段性的句点；上人期许本土志工接棒，为当地慈济志业开创历史性的起点。

支援，启善涟漪

“人生无常，要感恩平安，时时戒慎虔诚。”三十日早会，上人勉众珍惜平安，对于时间与物命，都要爱护与善用。

八仙尘爆中，受伤的年轻人正值青春年华，身体大面积受烧烫伤，不只当下刺痛难耐，治疗过程更是痛苦，许多人在生死之间挣扎；医疗人员用尽心力抢救生命，身心也承受巨大压力……

上人心疼表示：“要具备佛、菩萨的超越精神，才能长久担负抢救生命、肤慰众生的医疗工作。期待社会大众感恩医护人员的辛劳，也要以爱支持，让他们能安心照顾病患。”

志工陪伴家属，家属感恩医护，医护尽心力抢救伤员……上人表示，就如滴水入池生涟漪，爱心力量一圈圈不断扩大，就能让伤员得到最适切的疗护。



●联络处

慈济基金会总部
苏州慈济门诊部
江苏省苏州市姑苏区
景德路367号
TEL (0512) 80990980
FAX (0512) 65162885

北京/天津

北京联络处
北京市东城区东花市
大街118号花市枣苑甲
3-7号
静思书轩2楼
TEL (010) 51162598

天津联络处

南开东马路131号仁恒
海河广场1-3-102号
TEL (022) 87356632

上海

上海长风联络处
上海市普陀区大渡河路
168弄22号H栋
TEL (021) 31108791

上海嘉定联络处

上海市嘉定区马
陆镇宝安公路2770号
TEL (021) 69152131

上海浦东联络处

上海市浦东新区东方路
738号16楼1601室
TEL (021) 38970269

江苏

昆山联络处
江苏省昆山市青阳
南路285号
TEL (0512) 86176182

南京联络处

江苏省南京市广州路
140号随园大厦16楼
TEL (025) 83207622
FAX (025) 83207622

浙江

杭州联络处

浙江省杭州市延安南路
8号天风商厦712室
TEL (0571) 87827477
FAX (0571) 87827477

重庆

重庆联络处
重庆市北部新区杨柳路6
号102室

四川

成都慈济志工培训中心
四川省成都市温江区
光华大道三段天宝中街
碧落湖公园附近
TEL 18328758119

洛水慈济服务中心

四川省什邡市
洛水镇通济路
洛水慈济服务中心
TEL (0838) 8701332

汉旺慈济环保教育站

四川省绵竹市
汉旺镇凌法村一組
汉旺慈济环保教育站
TEL (0838) 6363008

福建

福州联络处
福建省福州市鼓楼区华林
路257号福侨大厦808室
TEL (0591) 87581019

厦门联络处

福建省厦门市湖里区五缘
湾商业街二期B区B3栋
TEL (0592) 5717706

福鼎联络处

福建省福鼎市
星火工业区星火路3号
TEL (0593) 7966365
TEL (0593) 7997939

广东

东莞联络处
广东省东莞市中堂镇潢涌
第三工业区(永磁电子)

TEL (0769) 88187799
FAX (0769) 88183978

深圳联络处

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

广州佛山松岗联络处

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

广州番禺联络处

广东省广州市番禺区
石基镇新兴路4号
TEL (020) 34522987

广州天河联络处

广东省广州市天河区
华景路33号
TEL (020) 38250402

湖北

武汉汉口三阳联络处
湖北省武汉市江岸区
三阳路三阳广场B座907室
TEL (027) 82809370

云南

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

●静思书轩

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

长春宽城店

长春市宽城区北京大街
420号百洋大厦1楼
0431-82761800

苏州景德店

江苏省苏州市景德路367号
(0512) 80990980转4202

厦门湖里店

福建省厦门市湖里区
兴隆路582号之一A
(0592) 5717229

厦门思明店

福建省厦门市思明区
禾祥西路12号103店面
(0592) 2285766

厦门五缘湾店

厦门五缘湾
商业街B区B3栋
(0592) 5717706转115

北京富贵园店

北京东城区东花市大街118号
花市枣苑甲3-7号
(010) 51005558

上海长风店

上海市普陀区
大渡河路168弄22号H栋
1楼101室
(021) 61231841

杭州红星店

浙江省杭州市上城区
建国南路280号(西湖大道旁)
(0571) 81908107

深圳福田店

深圳福田区园岭街道办八卦一
路鹏益花园1号群楼104
0755-22380860

泉州新门店

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

福鼎古城店

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



图文提供/慈济基金会秘书处

永思 · 勇士

易县 · 安格庄乡 · 上铺村，杜永思正忙着用嘴使用触屏笔，与网友交流着。

永思就读易县一中的弟弟，是慈济的助学生，家中贴满了弟弟课业优秀的奖状。因体贴哥哥乐观好学的心态，弟弟不仅耐心教会哥哥网络技能，放假返家探亲时，也总把外面世界的新思维、新事物带回家分享，更会亲自照料起居。

现在，几尺床榻困不住杜永思，现代科技的优势，让他自立自强，他架设了网络店铺，店名“绚丽的明天”。

小店已经售出一两件产品，这更坚定了杜永思的信心：“越努力越幸福，相信明天一定更好，我得到了慈济的帮助，还有其他社会团体以及网友的帮助，感觉很幸福。”



撰文/慈瑞 摄影/赵耀

细语的净露

演天地之变，
 我名唤做茶树、桉木……
 来自台湾花莲壮丽的山脚，
 与日放千光、月光遍照的修行入，
 同住静思、净斯，
 觉洪荒之因，达万物之缘。

雨无差别，受有差别，
 我名唤做茶树、桉木……
 在几番成住坏空之后，
 萃取曾有的风霜雨露，
 化成滋润、舒缓的水立方，
 也化成多酚精的呼吸。

回归本性，
 此时，我名唤做净露，
 在方便时节，
 将之轻抚在脸颊，
 挥洒在水香，
 如胁侍琉璃光，净无瑕秽。