

慈濟

第 32 期 2015 年 11 月

特别报导 亲爱的
院长爸爸
来看我们啦!

为净化心灵做活水 为祥和社做砥柱 为闻声救苦做耳目

【静思晨语】 ◎证严上人

慎行大直道

无明轻动，易入险道，
差之毫厘，失之千里，
困于忧恼，流转生死。

蠲除无明，群勤精进，
藉事修心，去尘沙惑，
大圆镜智，慎行直道。





大爱之道广披寰宇 长情之路古往今来

恐惧、痛苦、仇怨，会在人心滋长恶的种子，为世界带来无尽灾难。
拉长情、扩大爱，在人心撒下爱的种子，让人间绽放希望花朵。

证严上人主讲 编辑部整理

讲于二〇一五年十一月一日至十六日

叙 利亚内战已经四年，约四百万人逃离家园。难民们头顶风霜雨雪、脚踩泥泞长路，身上背着、抱着好几个孩子……不少人中途丧命；即使历尽艰辛抵达他国，往往不得其门而入……

人祸造成的苦难，令人不舍。约旦、土耳其以及德国慈济人，长期关心境内叙利亚难民，持续发放物资、提供医疗及助学。付出时，他们的腰弯得比接受的人更软、更低，表达尊重；希望这份诚与爱，可以跨越宗教与种族的藩篱，让难民感受到人间的温暖。

土耳其收容了上百万叙利亚难

民，但无法提供工作机会，因此许多难民家庭只能靠儿童打工支撑一家生计，生活艰难。难民儿童经历残酷的战争、艰险的长途逃难，如今又面对严苛的工作考验，心灵难免受影响；如果任由恐惧、痛苦、仇怨的种子滋长，未来令人担忧。

土耳其慈济人和政府及叙利亚知识分子合作，协助难民儿童重回校园，希望透过教育，引导他们不要累积仇恨，正向看世界；更进一步在他们心田，撒下爱与善的种子。

时间、空间、人与人之间，这“三间”能留下来的，唯有有人与人之间的情。

祥和平安的世间，少不了一分“诚”；所以说“诚之情谊，人间祥兆”。

今年底的岁末祝福，我们为明年立下目标——“大爱之道广披寰宇，长情之路古往今来”；慈济成立近五十年来，慈善足迹已走过九十二个国家地区；在全球天灾人祸频传的时代，要持续开阔长情大爱，以慈悲和智慧步步精进，让爱广被天下苦难。



一年一度的慈济“海外培训委员慈诚精神研习会”，十一月七日到二十四日举办，共有二十八个国家地区慈济人参与；其中一千六百多人已在侨居地完成慈济委员或慈诚的见习与培训，这次回台湾准备受证。

台湾志工欢喜招呼这群远途归来的家人们，感恩他们把爱的能量伸向全球；海外志工也深深感受到法亲细腻诚意；彼此之间感恩、尊重、爱。

海内外志工，发心的因缘各不相同，共同的就是与佛有缘、和我师徒之缘。在慈济大家庭中，人人笃定“佛心师志”——怀抱与佛同等的宽阔心量、清静无染的大爱，力行师父志愿，为天下苦难人拔苦予乐；且引领人人朝光明大道、正确的方向迈进。

人人都有清静本性，可惜一念偏差，产生烦恼、分别心；贪爱、对立、仇怨，造成人间种种灾祸。慈济是“为佛教、为众生”而成立，将近

半世纪以来，“净化人心”、“启发爱心”的初衷，始终如一；是安定社会人心、促进人间祥和的重要力量。

**日日起善心，时时做善事，
拔除无明草，不受恶缠缚。**

人人都有与佛同等的清静本性，可惜累生累世熏染无明、复制烦恼，养成不好的习气，让世界成为堪忍世间、疾苦不断。

心地干燥，微风轻吹就尘沙飞扬、昏天暗地。精进闻法，将法水吸收到内心深处，点点滴滴滋润心地，回归清静本性，就不会因为一点风吹，就扬起漫天沙尘。

佛陀教导：“诸恶莫作，众善奉行。”其实人人都做得到——从培养善念开始，日日起善心、时时做善事。养成行善的习惯，就不会受恶习缠缚，而能天天欢喜自在。

一般人看到喜欢的东西，就会起爱欲、想要拥有，所以养成消费的习气；为了满足口欲，不惜让动物牺牲生命。就从去除这些小小的不善开始——节制爱欲，不贪为己有；不放纵口欲，尊重一切生命。面对人、事、物的不如意，忍一步海阔天空；还要进一步割舍所爱，布施给需要的人。

要在心地播下善种，而不是杂念；如果爱钻牛角尖、打不开心门，任由无明烦恼造作业力，自作自受，会困住自己。将善法注入心中，每天

发好心、做好事，身心安稳，自然心开意解。

照顾好心田，不让无明杂草占据，慧命才能健康成长。

**灭除一切恼，广度一切众，
恒持初发心，菩提大直道。**

许多人初发心时勇猛精进，怀抱热情想要自度、度人；但“发心容易恒持难”，面对复杂的人间事，经不起人我是非考验，日渐累积烦恼杂念，道心于是停滞、退转，放弃入群度众的热情，只求自修自度。

佛陀来人间“开、示”，希望人人“悟、入”，而且身体力行菩萨道。《法华经》就是鼓励人人发大心、立大愿，通过菩萨道而成佛。

发心立愿作人间菩萨，要时时自我反省——是否仍保持最初的发心？

《法华经·化城喻品》中，众人来到“险难恶道，旷绝无人怖畏之处”，有导师表示可以带领大家出离险境，到真正藏宝处。但众人遥望前路迢迢，只想找地方休息，不愿再前进。

导师鼓励大家，走过长远险路，不就是为了要到珍宝处吗？“云何舍大珍宝而欲退还？”于是在前方化现一座城，让众人可以暂时休息。

疲累至极的大众，看到前方有城可以安歇，非常欢喜！但是进去之后，觉得环境很舒服，就忘记了原先的目标，想长久留在那里享受安适的

生活。

导师提醒，城的另一边就是宝藏之处，这个城只是幻化的，并非真实，既然体力已经恢复，应该继续往前走。众人看到化城已灭，终于起身，继续往目标前进。

佛陀用这个譬喻来教导大家——“烦恼恶道，险难长远”，要离开重重烦恼的人生，向觉悟之路迈进；“佛道长远，久受勤苦，乃可得成”，一定要吃苦耐劳、殷勤精进，才能达到成佛目标。

学佛，不能只是“自度”，只求个人了脱生死；一定要入人群中历练，人群才是宝藏处。要坚定心志，入人群而不受人群习气染着，以法“灭”除一切烦恼，广“度”一切众生。



人人身怀宝藏，就是清净的真如本性；只是起心动念误入歧途，让人生路变得步步艰险。

佛陀指引的是一条菩提大直道，既已发心，就要笃定信心，一路向目标前进。即使半途迷路，也要及时回头；心路若通，自然行路无碍。

《普贤菩萨警策文》：“是日已过，命亦随减。”生命过一天减一天，过一年减一岁；要把握时间，对的事情，做就对了，不要让无明烦恼动摇心志。

请大家多用心！

慈濟

T Z U C H I

无尽藏

- 1 大爱之道广披寰宇
长情之路古往今来

证严上人

主题报导

点点滴滴的爱

- 8 爸爸去当老师了
- 12 秀气的命运
- 16 窗外有蓝天
- 19 永不放弃

特别报导

- 22 亲爱的“院长爸爸”来看我们啦

地方通讯

- 28 两岸共建医疗合作
- 34 泗阳送暖十年情
- 38 走过希望的爱心桥
- 41 一封最美的情书
- 44 守护公交车驾驶员的健康
- 49 如何做有温度的医疗？
- 54 垃圾不落地 琴岛更美丽

健康之道

- 58 补阳散寒“三九贴”

交流活动

- 60 台湾名品造福慧

目录

封面图说：

杨晓东、陈团治是这两年来两岸慈善医疗合作的典型个案。十一月十四日，陈英和院长一行来到厦门杨晓东和陈团治的家，关心他们的恢复和生活近况，并评估后续是否还需要进行相应的医疗调整。（摄影/黄德欣）



证严上人衲履足迹

释德伧

63 《内容提要》

- 近期国际间攻击事件频传，屡屡造成重大伤亡。上人开示“人祸比天灾更可怕，而且影响深远。要彻底解决人祸灾难，唯有净化人心。不能轻视自己小小的力量，要自净心意，且以纯真善念传播善法，抚平人心动乱。改变人心，就能改善外在环境。”
- 叙利亚内战爆发，难民纷纷逃往欧洲国家。上人感叹，因少数人心不调，造成无数人流离失所。“全球人共同生活在天地之间，就如大家庭，何必分国籍、宗教、种族？要用无限开阔的爱，包容天下人，用爱维护这个‘家’。”
- 今年岁末祝福即将启动，上人解说今年岁末祝福主题：“慈济创立近五十年来，救苦救难的足迹从台湾广布国际，‘大爱之道广披寰宇’，名副其实；要延续数十年来的菩萨长情，长情之路不能断。”



2013年4月创刊

2015年第11期 总第32期

创办人/释证严

主管/国家宗教事务局

江苏省宗教事务局

主办/慈济慈善事业基金会

顾问/朱永新

主编/济虹

执行编辑/张雨 洪维

美编/慈敬

校对志工/慈晔 李雁 虑秦 杨颖

（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 ·

点点滴滴的爱

爸爸当老师去了，是血病患者捐献大体的故事；秀气的命运，是坚强的女性撑住家庭的典范，还通过环保，带动家人付出的纪录；另，窗外有蓝天及永不放弃，也是慈济志工陪伴个案的过程，点点滴滴都是爱。



近百位志工至翔安区厦门大学医学院，列队行进至成伟楼，为何银滨大德捐赠大体追思。

· 主题报导 ·

爸爸去当老师了

文/图：福建厦门真善美志工



何银滨带着满满的爱，在厦门市第一医院安详往生，家属圆满了他最后的愿望，让他成为“无语良师”。百位厦门志工带着满满的祝福为何银滨助念。

“爸去当老师了，我们祝福爸爸当个好老师。”

十一日凌晨两点三十分，何银滨带着满满的爱，在厦门市第一医院安详往生，家属圆满了他最后的愿望，让他成为“大体老师”。

在这之前，妹妹何森燕只身前往天津，准备第三次通过自身细胞挽救哥哥，但没能等到成功。

简朴庄严的告别式在厦门大学翔安校区医学院举行，近百位慈济志工及漳州漳浦赶来的家乡父老共同为银滨助念；此刻的他，静静地躺在黄白相间的菊花中，“无语良师”四个大字刻在正对面墙壁的石板上。

仪式是在成伟楼春晖室举行，教室两边墙上刻着所有大体老师的名字。据负责的老师介绍，完成教学任务后，学校会留下他们身体的一部分发甲在名字后面的小格子里，每年的开学仪式、清明时节，医学院都会组织学生前来拜谢大体老师；另，只要春晖室没有举行其它仪式，家属可以随时前来看望。

头七前夕，慈济志工前往银滨的家，感念生命的勇者，并细述生平；银滨七岁的女儿用心听着，也在引导下，一一向长辈行礼，表达感恩。

一九八四年，银滨出生于福建漳浦的小农村，父亲早逝，母亲一人在亲戚的帮助下拉扯大他和妹妹何森燕。成年后，敢拼勇闯又爱学习的他，是家里的支柱。

自学多项技能，含维修电器、书法、吉他、素食……生命图像一片璀璨的他，四年前



在一次持续发烧时检测出罹患白血病，幸与妹妹的造血干细胞配型成功，于杭州进行移植手术，前后共有两次。

也是因病致贫，负债六十万人民币的银滨，不好意思再向亲友求助，二〇一四年四月经人介绍同村的何燕君，由慈济团队前往关怀陪伴；半年后，立案成为居家照顾户。除了志工的陪伴，他那不识字、不会讲普通话的妈妈，留在厦门边打零工边照顾儿子；已嫁作人妇且有幼子的妹妹何森燕，只要没上班，都会赶紧到厦门看望哥哥，并两次为哥哥输送造血干细胞，他

的丈夫也从经济各方面全力支援。

“努力赚钱还债，多做好事。”是银滨对志工说出的心声。他确实做到了，在身体情况平稳时认真工作偿还借款，一边积极参加慈济的居家访视和环保，并带着妈妈参与二〇一四年的冬令物资发放活动，也从中体会，需要帮助的人还很多，因此，更懂得惜缘，惜福。

入户访视时，自学电器维修的银滨，诚恳地希望有机会为关怀户们免费维修电器，不只未收工钱，有时遇上电器零件坏了，就直接拆解自家电器的零件换给别人用；哪



何银滨自学多项技能，廿七岁正值拼搏壮年，却查出罹患白血病。



志工与妹妹何森燕（左二）分享《舍心永恒》，患强直性脊柱炎的她钦佩哥哥之余也愿捐大体，她觉得这也是哥哥的心愿。

怕躺在病床上，都还记挂着关怀过的乡亲。

至于捐赠大体的想法，起于《慈济》月刊的报导，银滨不仅了解各地志工的身行，也了解慈济医院、骨髓捐赠和大体老师的大爱，慢慢地，要把自己身体捐出来的想法就产生了；并于二〇一四年九月廿四日，与厦门红十字会签署捐赠大体的同意书。

听到哥哥说要捐大体，患强

直性脊柱炎的何森燕钦佩之余也决定学习哥哥。她表示，若器官能有善用就捐器官，大体则捐给医学院研究病理。她的想法，得到母亲的赞同。银滨走了，家属圆满他最后的愿望，让他成为大体老师，这也是大陆地区第一位成为大体老师的慈济照顾户。

哥哥往生，何森燕表示，将代替哥哥继续履行诺言，带妈妈到慈济和志工们一起行善。

慈



志工带来慈济月刊，和秀气分享杨晓东的故事。

· 主题报导 ·

秀气的命运

文/图：福建泉州真善美志工

从卧床不起到行走自如，从每天哀叹到现出满足的笑脸，从惊慌无助到心安身安，许秀气一家人，就着一盘青菜、一盆紫菜蛋汤，高高兴兴地围坐在一起吃饭、聊天，这是普通人眼里再寻常不过的事，但对于秀气一家人来说，却

是得之不易。

住在南安市象山村的秀气，夫妻俩原本都有工作，有三个可爱的女儿，生活还过得去。但她的丈夫因受刺激，导致精神失常，还罹患强直性脊柱炎。十多年来都没法工作，家庭的担子全落在秀气肩上。

二〇一三年春天，开学第一天，秀气骑车载女儿去学校的途中，突然想起家里正在炖鸭肉，逆向紧急停车准备打电话嘱咐家人关火，不幸发生车祸，大女儿当场往生，秀气全身多处严重骨折，被送到泉州二院，经医护人员手术抢救，一共缝了一百二十多针，才保住性命。

突如其来的车祸，不仅夺走大女儿的生命，也使得原本是家里顶梁柱的秀气重伤在床，连翻身都困难，而丈夫的精神状况也为大女儿的往生变得愈发严重，时常在半夜到处游走，让整个家庭完全陷在阴影中。

同年九月中旬，与秀气同村的新桥中学教师许婉治向同事陈文坦说起秀气家的情况，希望慈济志工能够帮助这个濒临破碎的家庭。

志工随即到秀气家入户访视，从此，这个家多了蓝天白云出入的身影。志工郭莲花等人，每月不间断，或一次、或二次、或多次地关怀她们一家人。

志工郭莲花也常把自己和家人的故事分享给秀气，劝她：“不要跟婆婆生气，婆婆无论说什么，做什么，都是长辈，不要顶撞。所谓的‘孝顺’就是要先要‘顺’才有‘孝’。”

经过志工引导，秀气抛开自



秀气对工作一丝不苟。她向志工分享“现在我不抱怨，只是想著我应该负起家庭的责任。”

秀气主动要求停止补助，并省吃俭用每月捐出功德款。



己的主观意识，从点点滴滴中体会到被自己忽略了的婆婆的关怀，从此对婆婆有了更多的感恩和善解。

日子还要继续，秀气为了一家人的生计，开始挑战自己，克服翻身都难的状况，在床上运动康复。几个月后，可以坐起来的她，开始坐在床边做手工串珠子，并努力朝向“站起来”的目标。志工每次去她家，会牵着她到庭院走走做锻炼，经过积极训练，终于可以站起来走路了。

现在村里一位老板把厂里的一台缝纫机借给她，并定时把衣料送到她家，让她在家里拼接毛衣赚钱补贴家用。她的身体里还有三十几根钢钉，不能久坐，工作累了，就拄着拐杖收看大爱台，接受善法的润泽。

过去，想到自己的人生遭遇，

秀气会怨叹不幸，眼泪更是止不住地掉，甚至自己生闷气。经过志工持续不断地陪伴，她有点羞涩的说：“回想以前，脾气真的不好，自从看了大爱台，听上人开示，不要想着改变别人，首先要改变的是自己。现在，不跟先生吵架了。”

志工无所求的付出，感动了秀气的婆婆。婆婆看到志工来也会开心地把志工拉到一边说话：“儿媳妇在这个家很不容易，一直都是靠她一人来维持。”

最可贵的是，秀气的妈妈踏着小三轮，在两个家来回奔波时，看到矿泉水瓶就捡起来，这是从大爱台“草根菩提”的节目学来的。第一次做环保时，秀气的妈妈见到志工，很欢喜的说：“准备卖了瓶

子和纸皮，给慈济帮助人”。

两个女儿看到妈妈和外婆都在做环保，在放学的路上，牵着自行车沿路捡宝特瓶，到了周末，还会到公园捡可回收资源。秀气的先生受到一家人的感染，也会帮忙资源分类。

生活的窘迫不但没有让秀气一家更加贫穷，她们做环保，同时省吃俭用，坚持每天往“竹筒”投善款，尽己绵薄之力，积累爱的存款，让心灵富足起来。

因为家中失去经济来源，刚开始关怀时，志工定期给予生活补

助。当秀气从志工的分享中得知，每月收到的补助金是来自全球慈济人的爱和祝福，在生活有了起色之后，就婉拒补助。她跟志工交心的说：“现在的生活过得去了，如果收入多一点就吃好一点，收入少的话，就吃差一点。生活可以过得去的。”

截至目前为止，秀气的身体尚未完全恢复，但她再次坚强地撑起这个家，并和家人翻转手心向下付出，她还发愿：“如果身体恢复得更好些，也想跟大家一起做善事，帮助更多人。”

越



两个女儿受秀气的影响，回收后都主动分类。



三十多年从没有擦拭的窗户擦干净了，志工教静静学擦玻璃窗。

· 主题报导 ·

窗外有蓝天

文/图：上海真善美志工

有着家族病史，身患严重精神分裂症的静静，三十年来，终于踏出第一步，从卧室走到院子，抬头仰望蓝天白云。

“很想走进院子，享受阳光，也要在院子里看书、串珠子。”长

宁的慈济志工了解静静的渴望之后，启动院子的修缮，及帮忙清扫居舍的计划，并教她如何维持环境清洁。

通过阳光之家转介，二〇一四年十一月，静静被列入关

怀学员；为帮助她走出阴影，得以安身、安心，慈济志工联动居委会、物业、继母和工程队，协力为她打造新生活。

现年四十岁的静静，生母是精神疾病患者，在她出生没几个月，父母离异后，跟着奶奶生活。十岁那年，父亲再婚，在院子里搭了一间小屋居住，并生育一子。

拥挤的房内，居住祖孙三代，整日充斥着奶奶和继母的吵架声，给静静的心灵烙下恐惧的记忆。

读初一那年，政府照顾居住困难户，增配一套住房，父亲和继母、弟弟搬出去居住。而搭在院子里的小屋，经过二、三十年的风吹雨打，形同废墟。屋顶塌落，墙壁斑驳，下水管断裂，地下管道堵塞，积水发黑发臭，蚊卵丛生。静静只好整日在门窗紧闭，昏暗潮湿的屋内度过一个春夏秋冬。

感于志工的嘘寒问暖，静静慢慢打开心扉，也了解她的一些故事。二十八岁那年，受不住重大刺激，高烧不退后，经医生诊断为精神疾病，从此失忆二年，记不得自己结过婚，生过孩子和离过婚的事。幸有父亲陪伴，带她重访熟悉的地方，帮助她恢复记忆。

也因为〇八年和〇九年，静静

的奶奶和父亲相继往生之后，孤单和寂寞，让她更念想自己的儿子；虽然前夫不许她看望，但邻居会透露孩子的情况。静静说：“很想和孩子一起吃个饭，喝杯咖啡……”

为圆梦想，在志工引导下，静静积极利用自己的一技之长，用珠子串成杯垫、笔筒、餐巾盒等手工艺品，通过义卖获得部分修缮费一千五百元，虽然不多，但能通过自己的力量筹措，感到很有意义。

为给静静体会社会有爱的氛围，慈济志工联系居委会，为修缮减免了垃圾搬运费三百元，并联系有资质的工程队来施工，工程队在了解情况后，主动将修缮费用减掉六百多元。

且在陪伴过程中，了解静静和继母之间的隔阂，但在法律上，静静需要继母的监护。因此邀约继母在龙华寺见面沟通，继母感谢慈济对静静的关怀，很有诚意的拿出五百元说，“她好，我也放心。”

十一月的上海是秋雨连绵的日子，工程队抓紧放晴时间，从挖排水沟、铺设管道，平整地坪，涂刷墙面，都有工程队成良老板督促施工质量：“工程你们放心，后续有任何的问题都可以联系。”

工程十一月十七日验收。静

静的居住环境改善了，心情自然开朗起来。为帮助静静继续在窗明几净的环境生活，慈济志工一行九人，到静静家进行清扫和整理。

从吊扇到房间的角角落落，志工们用心清扫，还带来环保酵素，手把手教静静

如何清理油腻污秽的厨房用具。志工亲手把抽水马桶里厚厚的污垢清洗干净，一边清洗发霉的冰箱一边示范。

随后重新调整了家具的位置，使舍内的布局更为合理，空间变大了。原先脏兮兮破烂不堪的床，铺上师姐结缘的粉色床单，立即增加喜庆亮丽的色彩。

书柜摆上竹筒和慈济月刊，还有志工特意带来了一盆郁郁葱葱的观音竹，让居室有了生命的活力。更让静静吃惊的是，师兄、师姐将三十多年从未擦拭的窗户擦干净了，不仅阳光照进屋内，更可以一览窗外美景。

看着面貌一新，充满生机的房间，静静非常激动，甜蜜蜜地说：



书柜上摆上竹筒和慈济月刊，还有志工特别送的观音竹，焕然一新。

“看见这样的翻天覆地，很开心。”

志工林岱萱亲切地说：“房间和心田一样，需要经常打扫。房间干净了，心也干净了。”

“没人关心少人问。”静静用歌词中的一句，形容自己的人生。从小没有享受过母爱的她，非常感动地：“认识慈济志工，让我的人生发生了变化，不仅每个月都来看望，还帮忙修缮院子、帮忙打扫居室，像做梦一样。”

社会有爱，让静静更有信心，走出禁锢的心灵，现在的静静，积极配合医生，坚持服药。她表示，已被长宁区精神卫生中心录选为种子讲师，将参加培训，明年结业后，可以和有着相同病情的患者，分享重获人生喜悦。

慈

永不放弃

文/图：福建厦门真善美志工

十五岁对许多少年来说，正是青春的年纪。可对他来说，十五岁是生命中最难走过的日子。

父母亲离婚后，父亲把李欣从辽宁接到厦门读书。十五岁的他，总觉得父亲对不起自己，故意到处做坏事，夜不归宿、喝酒，“只要是能想到的坏事都敢做，目标就是跟爸爸作对。”

厦门石村有两棵大榕树，那是李欣和朋友们在外闹事后最常停歇的地方，有时就直接在树下石凳上躺着。某天凌晨，在外玩闹后，和朋友与往常一样聚在大榕树下，当时，闹酒疯的他，带头砸酒瓶，直到清醒过来，人已躺在医院，且成为高位截瘫的患者。

出院后独居，十五岁的他开始封闭自己，每天躲在家里，生活更加没规律，如此昏昏沉沉过了六年。

二〇一三年，残奥冠军侯斌先生与友人发起的“站起来”项目为他装上义肢，经常参与慈济活动的侯斌，



因意外高位截瘫的李欣，如今在大家的帮助以及自己的努力下，已能从轮椅上站起来。



志工与李欣父子于榕树下合影留念，记录下这一重要的时刻。

把李欣的情况告知志工王雅珊。

从此，慈济志工走进他的生活，居家打扫、心灵陪伴，虽然没有列为补助对象，但体谅到李欣行动不便，前往关怀的志工每次都会带上米油、纸尿裤等日常用品，照顾得无微不至，且听到李欣说想上班，了解他的兴趣后，志工王雅珊特意找了熟悉的朋友教他学电脑制图，但学会后，工作三十几天就不愿意做了。

看到李欣的表现，持续关怀

一年多的王雅珊心情跟着起伏，并陷入瓶颈，直到取得法宝，是证严上人说的话：“遇到瓶颈时，把瓶子里的东西都倒出来，再重新装进去。”

王雅珊收拾好自己的心情，把李欣的所有资料都找出重新梳理，随后改变关怀方式，把他的家人也列为关怀对象，调和父子关系，也利用端午节的活动，邀约李欣与父亲共同参加社区感恩茶会。

李欣特别开心，在茶会上听了

另一位个案分享截肢的奋斗历程，更受鼓舞，希望有一天，可以扔掉拐杖，慢慢克服下楼梯的恐惧。

为了可以拥有的未来，他开始下楼晒太阳、锻炼，在志工不定时的电话“监督”下，生活渐次有了规律。且在前行的路上，父亲一直是他背后推动的那只手。“我放弃什么，都不会放弃李欣。”志工把父亲说的话录下，李欣开始体会父亲永远不变的爱。

相伴两年多，志工终于收到最大的惊喜。走出过去的李欣主动打电话，想带志工到事故发生地，讲述八年前发生的事。远在北京参加残疾人奥运会筹备会议的侯斌听到消息，改签机票赶回厦门，一起见

证这“历史性”的时刻。

“当时不知发什么疯，拿着酒瓶就砸了。从开始到现在八年了，每天都过得迷迷糊糊的。”榕树下，坐在同一把石凳上，李欣忏悔自己的不懂事，伤了太多人的心。

“都已经过去了，要想想现在、以后。”

李欣爸爸期待儿子能好好锻炼，早日放开拐杖站起来。父子俩深情相约，一起到慈济做环保。

主动来到事故发生地忏悔，李欣已是勇者。慈济志工邀请榕树下玩耍的小孩一同加油。而参与见证的侯斌，赠予“奥林匹克”胸章，并为其别上，象征永不放弃的精神，永远在他身上。



残奥冠军侯斌将奥林匹克胸章赠予李欣，并为其别上，希望永不放弃的精神能永远在他身上。

· 特别报导 ·

亲爱的院长爸爸来看我们啦!

文/图：福建厦门真善美志工



晓东和团治和“院长爸爸”来到五缘湾海边散步，把握难得的机会合影留念。

杨晓东、陈团治是这两年来两岸慈善医疗合作的典型案例。一个罹患严重的僵直性脊椎炎，自我封闭十八年；一个罹患极重度先天双膝反曲，跪地行走二十六年。他们在两岸爱心人士的帮助下，于二〇一三年、一四年分别来到台湾花莲慈济医院治疗。在陈英和名誉院长的主刀下，经过多次手术，这两位年轻人站立起来，扭转人生。在治疗期间，除了高超的医术，陈英和院长更用爱关怀他们，彼此结下了深厚情谊，如同父子（女）。回到厦门后，晓东、团治一直被陈院长关心着。

十一月十四日，陈英和院长一行来到厦门杨晓东和陈团治的家，关心他们的恢复和生活近况，并评估后续是否还需要进行相应的医疗

调整。

十一月十四日对很多人来说是再平凡不过的一天，可是对于厦门男孩杨晓东和厦门女孩陈团治来说，太不寻常了，因为成功地让他们站了起来的慈济医院名誉院长、骨科医师陈英和，也就是他们亲爱的陈爸爸将要来看他们了！

十四日一大早，晓东就骑着自行车和妈妈在村口静静地等候了，路边的黄槐树开满了一簇簇的花，几头老黄牛在田地里自由自在地吃着草。晓东平静中微微激动地看着这一切，这些普通人轻而易举地站着就可以看见的景色，在他是多么不容易。

十八年来，罹患僵直性脊椎炎的他身体蜷曲两百度，无法像正常人一样站立，曾经的他终日躲在家



晓东用自行车载着院长回家，展示他努力康复的成果。



晓东主动为陈院长一行人一一奉茶，并招呼大家用茶点。

里，窝在床上，抱着膝盖上网；现在的他可以像普通人一样站立，身板壮硕硬朗，经过两年的复健后，他不再需要拐杖，一样步履矫健，还能骑着自行车帮妈妈去买东西，载上妈妈去公交站坐车到慈济做环保……而这一切都离不开陈英和爸爸和慈济人的精心治疗和关怀！

“陈爸爸的车子终于来了。”当车内的志工看到骑车等候的晓东时，忍不住喜悦地喊：“晓东！带我们进去吧！”晓东立即兴奋地骑上车为来客带路，车内的陈爸爸早就看到了这个他两年来时刻萦记在心的儿子，看着晓东灵便的身影，

他欣喜地打开了手机摄录键。

院长一下车，晓东就迎上前，陈爸爸满意地竖起了大拇指：“晓东，你真棒哦！”时隔两年，这对情同父子的医生和病人终于又见面了。晓东请院长坐在他自行车的后座上，要亲自载着“院长爸爸”回家，现场立即响起一片惊叹声，在场的人都不由自主地拿起了手机，拍照，摄影，想要将这温馨激动的时刻永久地留存下来。

到了晓东家，坐下还不到十秒钟，晓东就打来一桶井水，给陈院长一行人洗手，又带着院长一行人去他打理的菜园子，冬天的菜园子依旧生

机勃勃，晓东和妈妈一起种的秋葵、甘蔗和大头菜长得郁郁葱葱。

大家在晓东家客厅里围坐一桌，妈妈送上自家种的花生，晓东主动为陈院长一行人一一奉茶，并招呼大家用茶点。陈院长稍微歇息后，就开始为晓东做身体检查，结果让大家都很振奋，晓东的恢复远远超过了预期，已经不再需要后续的手术了。妈妈也说：“晓东最近天天做复健，身体又直很多，可以平躺了，以前都是侧躺。”做完检查，陈院长跪在地上为仍无法自己绑鞋带的晓东穿鞋、绑鞋带。看过晓东的复健训练后，陈院长鼓励说：“你现在康复得很好了，要试着走出去，找个地方工作，学会和别人共事。”

初冬的厦门还不太冷，陈团治的家里更是温暖如春。为了迎接陈爸爸一行的到来，团治家的亲戚们前一天就都过来帮忙炸炸枣，要用闽南人最高的待客礼节来欢迎团治生命中的贵人们！罹患极重度先天双膝反曲的陈团治，在台湾经历七次手术后，扭转了跪地行走的人生，如今亭亭玉立。今年一月回到厦门后，经过半年多努力复健，团治摆脱了拐杖，终于能自己一步一步地走了。现在的她在厦门莲花医院工作。

陈英和院长一下车，就与团治

来了一个大大的拥抱。这个拥抱让这“父女俩”盼了半年。团治牵着“院长爸爸”的手走进屋子。当走到大门前时，要跨过二十多厘米高的门槛。陈英和院长松开团治的手说：“来，跨过去看看。”团治直直地抬起整条左腿跨过门槛，右腿紧接着跨过去。

院长开心地说：“非常好！非常好！这一关可是一大关。”接着还有第二关——上楼梯。团治一手扶着楼梯护栏，一手摸着墙壁，两条腿直直地一级级迈上去，每一级都很小心。在场的人不仅回想起在花莲时，陈英和院长双腿穿戴矫形器亲自为团治演示手术后上楼梯的样子。陈院长说：“团治比刚刚出院的时候又进步了很多，走路的样子也更自然了，甚至都不需要拿拐杖了！”团治妈妈也表示，现在团治行动更自由了。

陈院长对团治做了详细的身体检查：“刚刚检查了她的关节功能，肌肉力量也明显增加，但关节活动度受制于原本结构的不正常，基本上没有变化。希望还能持续进步。”院长表示，半年以后会再评估一次，根据行走的距离、站立时间、酸痛程度，再决定是否进行延长手术。所谓延长手术，简单而言就是希望帮助团治增高。此举是否可行要看团治的腿是否有足够的空

间可以装下增高延长器。

在团治的房间，团治迫不及待地给院长送上她精心准备的礼物——用相框裱起来的涂色作品。团治跟大家介绍：“这是院长，这是我。”画面上院长牵着团治的手，两人相视欢笑，鲜花绿叶围绕着他们。画中两人生动的表情，颜色丰富，俨然一对幸福的父女。

团治指着这幅画问：“院长还记得这一天吗？”院长说：“当然记得，那一天是最重要的一天，最难忘的一天，那天是要去海边。”原来，画中画的正是团治在花莲经历七次手术并在室内经过足够训练

之后，院长牵着她走出户外的那一天的情景。

大家都称赞很漂亮，有创意。这是由从事漫画工作的慈济志工勾勒黑白线条，团治来上色，志工协助裱框的作品。围坐在二楼的客厅里茶叙，大家吃着团治家里特意准备的炸枣，志工和团治的同事们又给客人们倒上一杯热腾腾的豆浆。这豆浆可不是市场上买来的，而是团治妈妈苏选一大早起来用石磨磨出来的：她要用古老的方法，磨出古早的味道，来感恩陈院长一行大恩人！

在慈济厦门会所与院长共进

团治向院长爸爸展示精心准备的礼物，这是由从事漫画工作的慈济志工勾勒黑白线条，团治来上色，志工协助裱框的作品。





午餐、茶叙过后，晓东和团治又和“院长爸爸”来到美丽的五缘湾海边散步，把握与“院长爸爸”最后的时间，合影、谈心。团治希望时间可以过得“再慢、慢、慢一点”，这样“院长爸爸”就可以留在厦门久一点。可时间一分一秒过去，还是到了要分别的时刻，晓东、团治还有他们的家人、慈济志工都来到门口相送。大家难分难舍，还要再多说几句话，多看上几眼。团治说：“真的很不舍很不舍！还没见到他时，有很多话想跟他说，可是见到了，却开心地忘记要说什么。”看着院长的车渐渐消失在视野里，团治只能回味着，“那个拥抱，好幸福！”

慈

院长爸爸对团治和晓东点点滴滴的爱。



两岸共建医疗合作

文/图：福建厦门真善美志工



慈济医疗志业林俊龙执行长一行在厦门市第五医院与台北慈济医院连线进行远程会诊。

“台湾的专家们提出的建议非常中肯，有可操作性，相信通过这样的治疗，会让苏氏兄弟尽快康复起来。”

十一月十三日上午透过福建厦门市政协、厦门市卫生与计划生育委员会的安排，慈济医疗志业林俊龙执行长、花莲慈济医院陈英和名誉院长、慈济基金会文发处何日生

主任一行来到厦门市第五医院参访交流，并为罹患罕见遗传性疾病的苏氏兄弟个案进行两岸远程会诊，会诊后第五医院黄继义院长对于未来如何改善苏州兄弟的病情充满信心。此次交流了开拓两岸爱心医疗新平台，促进两岸医疗界在医疗人文、医疗技术、医院管理等多方面深入合作。

第五医院张风岭副院长带领林俊龙执行长一行参观医院，感受浓浓的人文氛围。第五医院，又称同民医院，是著名华侨陈嘉庚先生于一九四七年倡建，目前是一家有着五百八十张病床的公立三级综合医院。医院秉持“仁心仁术、至诚至善”的理念运营。近年来，该院积极参与到慈济与厦门市卫计委合作推动的医学人文建设项目，成立人文关爱试点病区，努力打造人文关爱型医院，做最有人情味的医院。他们也积极地向慈济学习医疗人文，甚至还有一些医护加入慈济志工的行列。

住在厦门的苏瑞文（化名，三十三岁）和苏瑞进（化名，三十一岁）两兄弟在十几岁时同时患有脑血栓，治愈后，两人双腿（小腿）开始起泡、发黑，最后溃烂，求医无果，被多家医院告知要截肢，至今无法治愈。二〇一四年，厦门慈济志工走入他们的家关怀，厦门市政协潘世建副主席得知此案后非常关心，表示愿意在医疗上帮助俩兄弟。二〇一四年十一月在潘世建的协助下，苏氏兄弟进入厦门市第五医院治疗。病情虽有好转，但今年五月两兄弟腿上的伤口又开始溃烂。经与各地诸多专家会诊后，仍无改善。

苏氏兄弟患有遗传性抗凝血酶

III缺乏症、深静脉血栓形成、脑血栓后遗症期，哥哥苏瑞文伴有双下肢慢性溃疡、弟弟苏瑞进伴有右下肢慢性溃疡。十三日上午，在林俊龙的主持下，第五医院专家与台北新店慈济医院专家联机会诊。苏氏兄弟也到现场，通过联机，让慈院专家了解他们腿部溃烂状况。

通过近一个小时的深入剖析，两岸专家达成一致共识，确定最终治疗方案：首先安置静脉血管支架，打通静脉，恢复溃疡区的血液供应；接着，使用最新一代抗凝血剂解决苏氏兄弟凝血机制障碍问题。一前一后，两个方案结合，两岸专家期待能尽力保住苏氏兄弟的三条腿。

第五医院黄继义院长充满信心地说：“台湾的专家们提出的建议非常中肯，有可操作性，相信通过这样的治疗，会让苏氏兄弟尽快康复起来。”针对此次会诊，黄院长认为，作为医生，要诚心用心为患者多着想，两岸医疗专家为这样的病例来研讨，也是在搭建爱心的医疗的平台。

会诊结束，潘世建召集大家商讨苏氏兄弟会诊后续的落实，黄继义表示要安排具体的日程，如果医院的硬设备跟得上，就请台湾慈济的专家来做手术。如果不可行，就送苏氏兄弟到台湾治疗。



苏氏兄弟也来到会议室，林执行长看到了病患后，确认医疗建议方向的可行性。

“两个兄弟，如果锯掉三条腿，这个家庭就毁了。让我们一起想办法，不管在哪里治疗。”潘世建建议，医疗界要认真研究，如果厦门这边的条件不具备，希望这边的医生要跟着一起到台湾去，以促交流学习。“苏氏兄弟的治疗，希望是两岸医疗界共同协作的成果，也是两院之间合作的起步。”

座谈会上，黄继义在苏氏兄弟个案的基础上提出建议，希望第五医院与慈济医院之间达成长效的、深入且具体的框架式协议：第一，共建闽西南的爱心医疗平台；第二，建立爱心护理培训基地，对护理人员、爱心人士进行培训，将慈

济的人文理念引进来；第三，建立远程会诊机制；第四，推进真正的两岸学术协作、医疗协作。

在黄继义提出的四点建议基础上，何日生进一步提出，慈济强调人文，希望可以加强和厦门在医疗人文方面的出版合作。透过故事体现“以病为师、视病如亲”的人文理念，让感动的医疗人文故事在两岸之间流传。何日生认为，医疗就是让人返回健康正常的生活。杨晓东和陈团治的案例做了很好模范，他们不仅仅身体上康复，心灵上也充满快乐，这就是医疗的目的。

厦门卫计委张景辉处长认为，目前厦门已经有出版了医疗人文相

关的书籍和刊物，所以何日生所提出的建议非常有基础，很可行。

“有时候穷一点没关系，没有人文不行。”潘世建强调，厦门市政府正在落实的“美丽厦门”战略规划当中，有一块很重要的就是人文。

潘世建期许两岸医疗界多交往，携手推动，造福于两岸的老百姓。针对慈济与厦门的医疗合作，他提出两点希望：一是继续携手推动人文关爱。大陆客观上还存在着医患之间的问题，例如医生一天要看很多病人；在主观上，医生如何能理解患者，患者如何能体谅医生。这都要靠沁入人心的人文关怀，才能化解矛盾。第二，在作为对台重要港口的翔安区，希望两家医院不仅是这个案例的交往，要经常合作，经常往来。

“你们没有因为他出了院，就拜拜了，你们还牵挂着，还特地赶来了。我特别感动。不管是从医，包括我们从政人员都要学习这种精神。”得知陈英和一行专程前来关怀杨晓东和陈团治的近况，潘世建十分感动。陈英和院长回馈：“感恩潘副主席给我们持续的关怀和鼓励，给孩子们打气，让他们能度过那么长的疗程。他们回到厦门，厦门的医院再接手，协助病人的复健治疗，追踪随访。我这次来看他们的时候，（恢复状况）远远超我的想

象。”

陈英和谈到杨晓东在出院时，髌关节和膝关节还残留三十度的弯曲，下肢还没有办法完全伸直。当时是希望藉由杨晓东自己努力复健来克服，如果顺利，就不用做第二阶段的松筋手术。“其实当初我并不很看好。但今天看来，完全不一样，杨晓东的髌关节和膝关节的弯曲都已经改善了，几乎恢复正常，这个部分更有效调整他身体的平衡，外观看起来更漂亮。”

“她从工作的地方到这里，竟然是没有拿拐杖的。”陈团治的情况同样让陈英和十分惊讶，“团治今年一月份回到厦门时，走路还是相当困难，还需拐杖。”现在，陈团治不仅身体功能在恢复中，也找到工作，生活完全可以独立，自我照顾。这让陈团治心目中的“院长爸爸”十分欣慰。

潘世建听完陈英和的报告后，心安了许多，“当时大家都觉得他们不太可能治愈。而治疗的过程不仅展示了医疗技术的高超，同时也感受到人文的魅力。陈院长经常跪在地上（看诊），他们把您视同父亲。社会需要这种情感。”

十三日下午，在厦门卫计委的特别邀请下，林俊龙、陈英和一行来到卫计委分别与厦门医疗界同行进行交流。在“两岸骨科学术研讨

会”上，台湾著名骨科专家陈英和向厦门各医院的骨科医师、教授们讲述《僵直性脊椎炎手术治疗——以病为师的历程》，并对杨晓东及陈团治这样疑难病例治疗做经验分享。

“不管是SPO还是PSO，都是向病人学来的。学到以后再传给其他医师。”（注：SPO/PSO指骨科临床的两种截骨手术）僵直性脊椎炎治疗是花莲慈济医院的医疗特色之一，陈英和分享如何从他在慈院二十多年期间碰到的二百三十二例

僵直性脊椎炎病例中掌握先进的医疗技术，累积丰富的治疗经验。

作为骨科领域的权威专家，陈英和最常被问到的是，“您怎么看待这些病人？”陈英和总是回答说：“不要把他们看成是一群与你无关的不幸者，僵直性脊椎炎是百分之零点一到一点四的发病率，这是生物法则，他们得了病，就代表他们的家人不会得。他们是替你生病的。是李代桃僵、示现菩萨。”

“慈济医院及陈教授，非常值



陈团治与杨晓东的个案在会议中被热议，原本大家都认为不太可能治愈，但是慈济结合了高超的医术以及深入的人文关怀，让患者以及家庭都得到了改变，更促进了治疗的效果。

得称赞，医者有这样的心带着肢具去体会病人的生活，从根本上替病人着想，是所有医生要学习的，而且是那么复杂的手术。”除了探讨医学上的问题，在座的医师们更多谈及自己的心得，厦门第一医院骨科李大刚主任医师深有感触，“慈济是一个非常有爱心的团体。在这样环境下培养出来的陈教授，为病人所作的努力，孜孜不倦的奋斗，在事业上的追求，看到了医者的慈心和慈爱，是我非常钦佩的。这是我今天最大的收获。”

厦门市第一医院骨科芮钢主任医师分享：“今天的交流很好，让我们学习到对生命的敬畏和尊重，尤其是对正在治疗的病人，医生要全身心投入到专业中，要做好反复的术前查看，做好计划，再进行手术。对人的尊重、爱护，才是医者大爱。”芮钢表示今天不仅学到在技术上的很多成果，同时在人文方面也得到很多启迪。

下午同一时间，在另一个会议室，慈济医疗志业林俊龙执行长为一百零三位来自厦门各小区基层的健康管理师及全科医师带来一场精彩的健康促进讲座。

“什么是健康促进，健康促进是谁的责任？”林俊龙指出健康不是没有病，是如何让一个人更健

康，就是健康促进。在还没有疾病之前，就要从家庭到社会做倡导，生活要改变，饮食是第一，而素食是推动健康促进的最根本。林俊龙从素食对环境、人体疾病，心灵的影响方面，分别阐述为什么要素食。林执行长提出，病从口入，素食是最能控制危险的因子，使各项疾病发生率降低了百分之三十六到百分之七十八。

健康促进，不仅应做好身体的环保，心灵环保也很重要。林俊龙分享慈济志工参与赈灾，受帮助的对象从手心向上到手心向下，一起投入善行，这是真正的心灵富有。

“这不仅仅是一场健康讲座，更是一场震撼教育。”张锦辉说，执行长吃素30年，身体非常的健朗，自己跟执行长接触近四年来也开始接近吃素，也希望在座的基层健康管理师可以从自己做起，跟小区的居民或病患做最直接的倡导，并从一周一餐素开始。

“听完今天执行长精彩全面的分享，大家想不吃素都难了。”从始至终陪同在现场何日生幽默鼓励医师们。林俊龙带大家全新的理念和健康的生活方式，一个半小时的精彩讲座，也在现场的医师热烈的掌声下画下圆满的句点。

■



80岁的高彩霞老人将十年前慈济发放通知书珍藏至今。她拥抱每位慈济志工，“你们真的又来了”原来在奶奶心里，一直盼望再次见到慈济人。

泗阳送暖十年情

文/图：上海真善美志工

“想你们！你们真的又来了！”江苏泗阳县王集敬老院，八十岁的高彩霞老人激动地说。“永远感谢你们，不知道到哪里找你们，太远了，不然要去找你们。”

十一月二十一日，慈济志工利用周末休息时间，分别从苏州、

上海、昆山、南京、杭州驱车来到江苏省泗阳县做冬令发放的初勘访视，并到王集敬老院探访老人。正当志工们在敬老院为老人唱祝福歌时，人群中走出一位身材瘦小的奶奶，伸开双臂，走上前拥抱每一位穿慈济制服的志工，抓住志工的手不放，激动得像个孩子。

只见高奶奶拿出一个旧信封，小心翼翼从里面拿出一张《二〇〇五年物资发放通知单》，上面慈济的标志、普天三无的印字，以及发放的内容都清晰可辨。这是十年前，慈济第一次在泗阳冬令发放的通知单。十年过去了，奶奶完好地保存在身边床头柜的抽屉里，寄托着心中的感恩和想念。当年她的丈夫还在，所以发放单上是两个人，八年前老伴去世了，如今她一个人住在养老院。

她指着慈济的标志说：“一看到这个就想起你们，想去找你们，又不知道去哪里找。”原来在奶奶心里，一直盼望再次见到慈济人，今天见到穿着熟悉的慈济人，她像见到久别的亲人一样激动。

带队的志工邱玉芬感慨万分，看着当年的信封和通知单，她对志工们叙说十年前冬令发放起步的不容易，以及当时县领导与慈济的配合，才有今天慈济与这片土地的因缘。志工们通过奶奶珍存的这张通知单，看到历史的见证，也通过老人家对慈济的那份感情，感受到冬令发放的付出是多么值得。

二〇〇五年慈济在泗阳县举行大型的冬令发放，至今十年间在这片土地的付出不曾间断。今年慈济志工再一次回到这片土地，针对独居三户五保及贫困老人发放做准备。

低矮的房屋，昏暗的光线，地上、桌上、床上到处堆满脏乱的杂物。这是八十七岁张爷爷的家。老人耳聋，很难与志工们交流，看着他从头到脚，污渍斑斑的衣衫鞋帽：拉链是坏的，钮扣是错位的，鞋袜是破旧的，志工们实在不舍。想方设法询问他的要求，“快过年了，爷爷您想要什么礼物？吃的？用的？”志工们积极与热情的态度，像神奇的钥匙，终于，与老人的交流畅通起来。他主动叙述起生活状况，“捡废品卖，邻居种的粮食送我一些，再种点菜，自己够吃了。”这样的困苦生活，眼前的这位驼背老人却是简单与快乐的。

同是一个镇子的七十三岁张大爷，早早站在家门口等待慈济志工的到来。一见面就对志工热情地说，“你们都是好人啊。”原来他清楚地记得去年冬令发放的事情，去年的保暖内衣裤正在身上穿着呢。

他领着大家走进低矮的单间小屋，发放的棉被还没舍得盖，志工们进一步询问老人的所需，“大米好吃吗？能吃多久？”“大米好吃，舍不得一下吃完，掺着其他吃，能吃两个月。”当志工们问，今年需要什么礼物过冬时，他却说，“去年送的东西，还给送吃的，不能再要了。哪有自己要的？”无论



老人耳聋，很难与志工们交流，看着他从头到脚，污渍斑斑的衣衫鞋帽：拉链是坏的，纽扣是错位的，鞋袜是破旧的，志工们实在不舍。

如何询问，老人都表示不能再要了。“我一个月有三百元，少就少用。”

一间废弃的工棚里，住着的是这位九十一岁的张奶奶，一张床，一个小饭桌就已经占去了房间的大部分空间。房外一间厨房，高

度不足八十公分，低头弯腰才能进入，为了省电没有装灯，里面黑漆漆的。可奶奶却是一位知足常乐的人，看不出她是一位如此高龄的老人，会自己种菜，搓麻绳。除了腰疼没有其他身体毛病。她告诉志工，去年发放的棉被等天冷了才舍

得拿来盖。志工们送上贴心的关怀，并用歌声让老人倍感宽慰。她不断地表达“招待不周，对不起你们！”

七十八岁的陈大爷心脏不好，到医院去看病了，志工访视时只有老伴在家。没有儿女的老俩口，住在四面漏雨的山房里，一到下雨，塑胶布，盆子都要用上。志工们关心地问起，去年的发放物资是否实用？老人心存感恩地一一说道，“被子暖和，等下雪天拿出来盖。棉衣出门时才舍得穿。米好吃，油也好。牙膏牙刷好，用了之后牙白了，牙疼也好了。”这么神奇，说得大家哈哈大笑起来。志工又问起最需要什么？“屋里不漏就好了。”

周大爷患小儿麻痹症，一条腿残疾。自己有一亩田耕种，种的粮食够自己吃。当志工们顶着大雨，踏着泥泞来到他家时，发现这是一位乐观且勤劳，而且整齐干净的老人。慈济十年前的棉服，他竟然还在穿，领口和袖口都已磨白，颜色也退去不少，但非常干净，这让志工非常感动。而去年发的棉服，他用心地迭得整整齐齐，放在塑料袋里保存起来，为了让衣服防潮，还用线封口缠了一道又一道。

在访视的过程中，志工发现很多的老人还在穿十年前的棉服。而去年的新棉服舍不得穿，包得好好

的存放起来。还有的老人至今还穿着薄薄的袜子，慈济发放的厚袜子要等天冷才舍得穿。志工还了解到当地过年包元宵需要红糖，以及老人们都非常喜欢去年送的大米，因此规划将发放所需“大米、油、红糖、盐、洗衣粉、帽子、袜子、内衣、毯子”等日常生活用品。“今天是小雪，虽然寒冬即将来临，但是慈济来给我们雪中送炭，给我们带来了一股暖流。”负责接待志工的泗阳县民政局副局长魏晓光说。❶



九十一岁的张奶奶住在低矮的小屋里，除了腰疼没有其他身体毛病。她告诉志工，去年发放的棉被等天冷了才舍得拿出来。



走过希望的爱心桥

文/图：上海真善美志工

十月初起，上海、江苏等地志工分别前往宿迁、沭阳、泗阳、泗洪等地，进行春蕾助学家访，并于十一月二十二日再次到当地举办助学金发放仪式，今年预计援助春蕾助学生共一千三百四十七人，其中沭阳县四百一十五人。

沭阳春蕾助学仪式二十二日上午在正德中学隆平楼会议厅举行，近百位上海志工参加仪式。

正德中学校长徐剑鼓励春蕾班的学生要心怀感恩，积极投身公益活动，自立自强。他同时说到，多位春蕾的学生被评为“三好学生”、“学习标兵”。

县妇联副主席王建玲对慈济深耕沭阳地区七年时间表示感谢，并表示截止目前慈济已在当地创办了十二个“职教春蕾班”、十个“高中春蕾班”，资助职教、高中学生近千名。

春蕾学生代表发言，感恩慈济帮助他们圆梦继续学业，贫困的孩子也能放飞理想的翅膀。将来一定做一个像慈济志工一样有爱心的人。

伴着慈济歌曲，大厅里分成四条动线，志工将满载全球慈济爱心人士们的捐款，庄重地双手交到学生手中，孩子在一次次的感恩声中接过助学奖金，那份喜悦写在脸上。志工紧紧拥抱孩子，一声声美好的祝福传递给孩子，给孩子增添无穷的喜乐和自信。

志工李莉为学生分享“希望绽放”，透过叶嫚妹老师的人生故事，鼓励春蕾学生积极勇敢面对目前的人生困境，努力追求内心的梦想和希望。嫚妹老师由一位慈济助学生，成为一名优秀的在地教师，回馈于母校，进而帮助更多和她一样家境贫寒的当地学生。志工希望，借由这个故事的分享，带动更多的当地受助学生，让他们积极克服难而不要被难克服，并在未来能够尽己所能，回馈那些帮助过自己的人。

仪式结束后，慈济志工为孩子们精心准备了“静思语教学”，分为“感恩”、“快乐”、“美丽”、“智慧”四站。志工林黛萱说到：“这次的主题是‘希望’，旨在通过故事呈现，希望打开学生心灵的窗户。”学生在“感恩”站

将学习到静思语“口说好话，心想好意，身行好事”，通过播放影片，让学生体会到我们也可以像故事中的男主角一样，用我们的点滴行动去改变人群、改变世界，哪怕只是一个看似微不足道的微笑。

高二学生小雪已与慈济结缘两个年头了，问及她最爱的静思语时，她马上回答：“信心、毅力、勇气三者皆备，则天下没有完不成的事情！”小雪来自一个单亲家庭，爸爸在她初三的时候就往生了，家里一共有五个姐妹。

“我之前是一个非常失落、自卑的人，但这句静思语给了我非常大的鼓励，让我明白一个人最大的敌人其实是自己！”语气中，处处洋溢着满满的自信。“今天让我最感动的是智慧站！我从中学习到难与不难，其实是取决于自己的心态。所以，其实我们现在虽然是手心向上，也是可以能帮助身边的人！”

孩子的智慧，如清泉般涌出，志工们连连赞叹，平时只是专注做手心向下的人，但第一次对于“手心向上的人”这六个字又有了新的解读。

红星中专春蕾班老师钟薇，从二〇一二年开始带春蕾班，截止今年一共参加了八次静思语教学和多次的“春蕾家访”活动。她谈到

因为自己这样的改变，让她在和春蕾班的孩子的互动过程中，有了更多的爱和智慧。“作为班主任，参加完你们的活动，就会告诉自己在和学生的接触中，要用心和学生沟通，要做他们的好朋友。”钟老师说。

红星中专的王同学说：“感谢师姑师伯从不同的地方聚集在一起，完成一项伟大的慈善事业，像黑暗中的指路明灯，指引我们生活，我们要好好感谢师姑师伯，在座的同学好好学习，回报老师。师姑师伯远从上海来送给我们的温暖，我们会让自己记住一辈子。他们不仅给我们支助，还教会我们感恩，我们不要忘记他们给予，长大以后像他们一样用自己的温暖去感

染别人。”

接着，学生代表以“感恩、尊重、爱”的恭敬心向参与此次活动的领导、部分老师和志工代表奉茶。十位同学托着茶盘，步伐整齐，面带笑容，虽然是第一次，那份恭敬感动了全场，响起了热烈的掌声。孝敬长者就从奉茶开始，简单的动作却蕴含了真情。

活动最后，学生们穿过志工搭起的爱心拱桥，四百多名春蕾学生在慈济爱心桥下穿过，在祝福声中拥抱在一起，志工和学生欢笑和泪水一起流淌，依依惜别中期待下次有约。志工向孩子们喊着“加油，加油！”真心祝福孩子们安心在校学习，毕业后走向一个美好的未来。

链



助学仪式最后，志工架起了爱心拱桥，欢笑与泪水流淌在每个人的脸上，更期待与孩子们下次有约。

一封最美的情书

文/图：江苏南京真善美志工

“替我谢谢我丈夫！”朱大姐怎么也想不到，一次摔倒会导致她从此卧病在床，呼吸只能依靠插入的铁管……七年来，她一次次徘徊在生死边缘，如果没有丈夫的不离不弃，她实在想象不出此刻的她是个什么模样。见到前来冬令发放初访的慈济南京志工，久病在床的她翻身伏在床上，艰难地用笔在纸上写下这一句话。

朱大姐的字迹不流畅，更谈不上美观，却写下了这世间最美的一封情书——替不会说话的她道出了对丈夫最诚恳的感谢。志工们含泪看着她俯身书写的身影，看着站在床边微笑无语的男人，再次被深深地触动了。

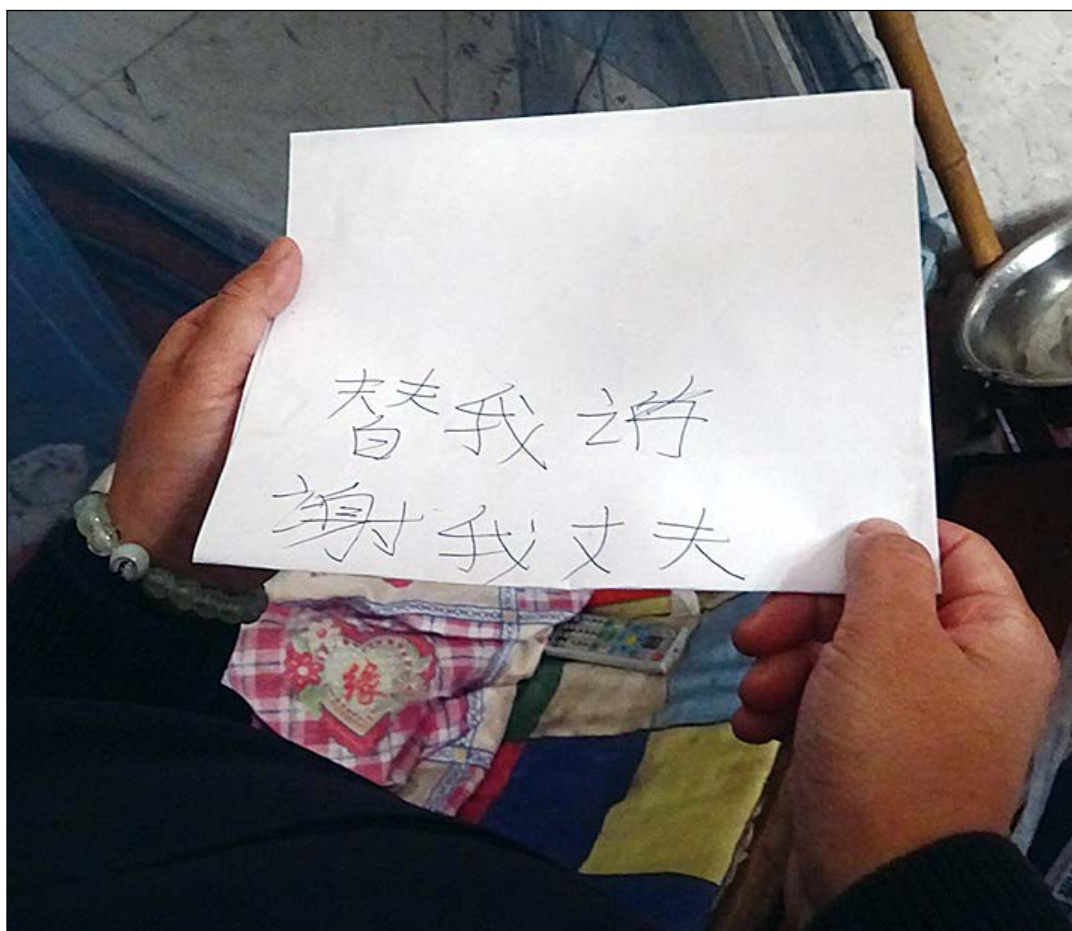
十一月十四日，时值岁末寒冬，南京慈济志工首度前往距离南京市区四十公里的溧水区晶桥镇新桥村和洪蓝镇陈卞村，对九十一户感恩户进行访视。这是南京慈济首次落实社区进行冬令发放初访。

七年前一次骑三轮车的时候，朱大姐不小心摔倒了，导致喉骨骨折。手术后，为了防止骨质增生，要在喉咙处插入铁管，从此她不仅

不能说话，连每一次产生的痰液也要靠铁管才能导出，而且每一次咳嗽，痰都会从管子里四溅而出……生命于她，真是痛苦不堪。

朱大姐的丈夫也在八年前出过车祸，左腿植入的钢板一年前才拿掉，还落下了腿疼的毛病。但每次出门干活前，他都要事先烧好几瓶开水，因为朱大姐用的铁管每次都要先用开水消毒。干完活儿回来，他还要给妻子做饭擦身。妻子卧病在床、不能言语，他还是不离不弃地照顾她，陪伴她度过一次次的生死难关。志工看到朱大姐脸色红润，那是被照顾得很好才有的好气色。为了照顾妻子，也为了照顾还在上高中的女儿，朱大姐的丈夫忍受着身体的疼痛，辛勤劳作，努力尽到一个丈夫和父亲的责任。他说，等到女儿上完学，有了工作，没有负担了，他还要带妻子去上海看病！

卞爷爷家的房子简陋得四面透风，看得大家不禁打了个寒颤。然而房子里面却收拾得干干净净，房内的物品也摆放得井井有条。大家都想不出打理房间的卞爷爷是个已



朱大姐的字不美，却一笔一划写下了这世间最美的一封情书。

经六十二岁还患有眼疾的老人，他的双眼患病已经三十年，如今只能看到一些模糊的影子。他能听到志工的声音，却看不见志工们的面容身影。老人原本有个幸福的家庭，儿子在外打工，女儿已嫁，家里只有他和老伴老两口，虽然经济上都不宽裕，一家人倒还能清贫度日。但是二〇一二年五月份飞来一场横祸，老伴遭遇交通事故，落下一级

重残。

老伴如今全身植入钢板，瘫痪在床，浑身疼痛不止，她几次流泪告诉志工们，她痛啊！一个眼疾，一个瘫痪，相依为命的老两口的生活来源主要靠政府的低保和村里的一点补贴，卞爷爷虽然连菜和草都看不清，还是自己努力去种菜，给老伴做饭，擦洗身体，精心照料她，就是不想给别人添麻烦。

同样陷入生活困窘的还有卞大哥，他站在家门口迎接志工的到来，温和的脸上却看不到苦难的阴影。二〇一〇年妻子被诊断出胆管癌，简直给这个原本不富裕的家庭一道晴天霹雳。为了给妻子治病，他花掉了所有的积蓄，还向亲友借债十六万柒仟元。妻子现在还要定期复查。为了照顾妻子，卞大哥不能外出打工赚钱，一家人靠政府低保收入和他平常做些小工维持生计，还要供十九岁的儿子上大学。卞大哥忙完外面的，回到家里还要给妻子洗衣做饭，妻子说起来满心

感激。

走访中看到的一幕幕都是这样患难与共不离不弃的真情相伴，让志工们感动不已。他们看在眼里，疼在心里，见苦知福，在深深的感恩之余，更激发了志工们要散播大爱的心愿，给这些苦难的家庭多一点直接的关怀和帮助。陈卞村的卞书记说，最近几年农村的经济虽然有了较大的发展，但是孤寡老人和因病致贫导致的低保户家庭也在增多，他非常欢迎并感谢慈济慈善基金会志工们的到来。

■



志工代替卧床的朱大姐向他丈夫道出一辈子的感激之情。

守护公交车驾驶员的健康

撰文/智存 摄影/赵耀



医疗志工是慈济医疗中的一大特色。每一位走入慈济体检中心的驾驶员都可以全程感受到充满慈济人文的关爱。

西洋感恩节当天，苏城已进入寒冬，室外北风冷冽，苏州慈济门诊部的大厅却温暖如春，慈济“守护驾驶员健康感恩活动”将于今天正式启动：自十一月二十七日开始，连续八天，苏州市三百多位星级公交司机将陆续来到这里，接受一年一次的常规在职体检。苏州市市委常委、统战部部长周向群，交通局局长邵建林，公交公司张海兵总经理等出席仪式。

清晨六点四十五分，五十位司机朋友已经走进了苏州慈济门诊部的体检中心大门，迎接他们的是守候多时的慈济医疗志工，他们将全程陪护每一位体检者。医疗志工是慈济医疗中的一大特色。每一位走入慈济体检中心的体检者不仅可以全程感受到充满慈济人文的关爱，在体检完后还可以享用到一份慈济人用心准备的精致早餐，免受长时间的空腹之苦；慈济健康促进专家还会专门奉上一场专门针对公交司机设计的身心灵健康讲座。

苏州慈济门诊中心大厅里，窗

明几净，音乐志工的钢琴声在大厅里回旋，古朴的桌椅上摆好了精致的插花，煮好的净斯红茶，精美的净斯点心还有冒着香气的咖啡，穿着统一的医疗志工们穿梭其间。慈济志工以一场包含手语、花道和茶道的《人文飨宴》开始了今天的启动仪式。在茶香花语中，与会者的心情慢慢沉静下来，细细体味慈济的人文关爱。

苏州市星级公交司机钱伟雅说：“乘客是司机的一面镜子，你若对他们笑，他们必定也回报你以微笑。感谢慈济医院的医护人员和医疗志工们，感谢你们给我们的服务和关爱——你们的行动，让我感动！”

在公交战线已经工作了三十一年的市公交司机岳海文不仅是一名星级公交司机，也是一位苏州市“二〇一二年十大好媳妇”，她说：“在整个活动过程中，我感触很多，特别是慈济医院的服务，真的是棒棒的，一级棒！”

之后，八位公交司机代表上台，与会领导上台为他们献上了温



志工以一场包含手语、花道和茶道的《人文飨宴》开始了今天的启动仪式。

馨的礼物，由慈济提供的一条慈济大爱感恩科技制造的环保围巾，一本《静思语》和一个活动的平安挂件；而在台下，慈济志工们也一一为公交司机们围上了环保围脖，送上感恩节的礼物。大厅里的气氛热烈，慈济人感恩公交司机们为社会的付出，希望这个寒冷的冬天里，慈济人的温暖会陪伴在他们身边。

据慈济医疗志业执行长林俊龙介绍，慈济医疗源自证严上人的一念悲心，慢慢发展成今天的规模。自从3年前慈济在苏州成立慈济门诊部，就希望能在苏州倡导健康促

进预防医学的理念，今天启动这项“守护驾驶员健康感恩活动”，就是为了将健康促进的理念带到苏州，也是慈济“守护生命、守护健康、守护爱”的使命。

慈济基金会秘书长林碧玉赞叹苏州公交比台湾的还要干净温暖，同样是服务行业，希望慈济能为公交司机们提供有温度的服务，她笑着说“他们守护乘客的生命，我们守护他们的健康”；并进一步给与会者讲解了慈济的环保围巾的制作，为大家宣讲了慈济的环保理念，欢迎更多的朋友加入到慈济环

保事业中来。

苏州市交通局局长邵建林发表热情洋溢的讲话：“公交司机朋友们能走入慈济体检中心体检，是政府对公交岗位的重视和对公交司机们的关爱，希望来体检的司机朋友们不仅仅能得到身体上的健康，也能促进心理上的健康！”

邵局长以自己的亲身体会，讲述了他看到和感受到的慈济，以及他理解的慈济的大爱；并当场拿出

他珍藏的两句静思语和大家分享：一句是“人生真正的伟大是尽本分扮演好自己的角色”，一句是“付出当下，福已在其中”，勉励司机朋友们向慈济人学习，感恩惜福，做好自己本分的工作，不惜付出，同传大爱。

最后发言的是统战部周向群部长，她说她非常享受在慈济体检的过程，这个过程中不仅会不断得到爱的关怀，还会得保健或者医疗知



基金会秘书长林碧玉为星级公交司机钱伟雅系上环保围脖。



慈济门诊部为公交驾驶特别安排健康促进讲座，针对驾驶员因为职业习惯而可能出现的肩颈劳损、心血管疾病等，提出日常保养的方法。

识的普及。以往体检完，拿着一张各种数据的体检表时，看不懂，总是提心吊胆；在慈济，医生们则会主动给体检者解释每一项指标，并根据指标做出合理的指导。

除此之外，周部长认为更感动的是慈济人服务时候温和的语调；虽然公交司机和体检是两个完全不同的行业，但是它们都需要同样的服务精神。她勉励公交司机朋友们能重新回到老苏州吴侬软语的传统，学习慈济人用温和的语气，为市民乘客提供更好的服务，做好自己的工作，体现自己的价值；社会

上的每项工作都是在为他人服务，为别人服务的同时，我们自己也能得到很多，也一定会更加幸福。

至此，慈济“守护驾驶员健康感恩活动”启动仪式结束。参加体检的司机朋友们向记者表达他们心中的真实感受：“太不一样了，真的太不一样了！我从来没有经历过这样细致贴心的体检服务。慈济的服务真的很好。”他们还表示将会把这份慈济人文关爱的精神带回去，散播开，带给家人、同事和周围的人。

慈

如何做有温度的医疗？

文/图：江苏苏州真善美志工

每天在苏州慈济门诊部的大厅里，都可以看到这样一群人，他们穿着同样的黄马甲，穿梭于院区中，他们或是在每一位民众走进门诊部大门的时候，陪伴他们挂号、到相应的科室体检、做相应的介绍、协助民众体检完后用餐，提供直接的陪伴和关怀；或者在大门口、批价挂号柜台、体检区间接协助来院民众，让就诊流程更顺畅。

他们不是医生，也不是护士，他们被称作慈济医疗志工。这也是慈济医疗中的一大特色。苏州慈济门诊部每天都有医疗志工在服务，他们大部分来自江浙沪，遇到大型

活动或者志工培训，山东、武汉、江西等地的志工也会过来；让人惊叹的是，他们大多数还是上班族，只是利用休假或者周末的时间，甚至请假过来慈济做医疗志工，每周一天或者数天跟门诊部的工作人员一起，为前来体检的民众们服务。

医疗志工的任务是关怀与陪伴，但也需要具备一定的医疗常识。十月三十日，苏州慈济门诊部再次举行医疗志工领队的培训，这样的培训在今年已经举办了两场，此次是今年最后的一次。学员都是从外地特地赶来参加的志工，下午一点课程正式展开。



整齐的服装展现的是慈济志工认真学习的身影。



学员们分四组来到大爱楼的体检中心，学习医疗志工的陪伴服务与人文应对。



如何戴口罩？这样的细节也是医疗志工培训的重点之一，上海团队表演的小品令大家记忆深刻；



简简单单的一个洗手的小动作，其实它分为七个步骤：一个朗朗上口的内、外、夹、弓、大、立、腕七字口诀，让学员们在生活中便能力行；



团体体检时，如何协助体检民众们高效完成报到手续？



大医王向医疗志工介绍检查项目的内容；



护士长耐心讲解在温馨小站时医疗志工需要和民众确认的信息；



抽血站的志工说明民众抽血后需用棉棒按压五分钟；



志工演示民众空腹项目检查后，志工为民众奉茶准备早餐时，要如何展现出慈济的人文关怀；



上海学员表演医疗志工陪伴民众时的正确行仪，精彩小品引得大家一阵发笑。

而在民众等候的时候，志工会向民众介绍在墙壁上的静思语，让民众有机会了解慈济的人文……一个个环节，一道道流程，都说“好记性不如烂笔头”，参加培训的学员们从头到尾认真做笔记，记下每一个关键点。

“人伤我痛，人苦我悲”，只有亲自经历过才能体会到医生、病人、医疗志工的内心世界。南京医疗志工领队杨树勋，两个月前刚进行脑部神经瘤切除手术就来参加本次培训。她说在住院时就在做医疗志工，住院将近一个月的时间里，深深体会到医疗志工关怀的温暖：“非常感恩上人，感恩慈济，在住院一个月里经常有慈济家人送餐与

陪伴，因为有慈济家人的陪伴并没有感觉到苦，还把医院当做道场，把爱送其他病人，感恩医生是最棒的。因为做过医疗志工，能体会医生和病人的心情。”

昆山医疗志工领队姚哲说：“上人开示：我们要做有温度的医疗，温度就是医疗志工在言行举止间让民众能够感受得到温暖。”她还表示：前两次培训比较注重精神理念与理论方面，这次的培训内容更务实。如何让慈济有温度的医疗人文得以展现，还需要不断的学习与累积。慈济医疗志工，已是慈济医院一股不可或缺的力量。因为有他们，慈济医院也才能够稳定地成为守护生命的磐石。

■

医疗志工缘起

慈济医疗志工于1986年12月在花莲慈济医院成立，基金会于全台各地均有办理职前相关训练，受训结业之医疗志工轮流前往花莲慈济医院、玉里慈济医院提供服务。

证严上人曾表示：医院里面就是最好修道的场所，法也最明显。做志工是肤慰病人和家属使其拔苦得乐，我们也就是要做他们生命中的贵人。相反的，因为他们示现着各种的病痛与苦难，和家属的无助与无奈，给我们有付出关心和肤慰的机会，使我们的慧命成长，他们就是我们慧命中的贵人、生命的老师，都展现的是用生命为我们说法。所以大家应该珍惜做医疗志工的机会。慈善志业是慈济基金会的第一项工作，而医疗志工正是在医院中力行慈善的重要关键。此外，志工也是医护人员及病患、家属之间的重要桥梁，让医病关系更和谐温馨。

垃圾不落地 琴岛更美丽

文/图：福建厦门真善美志工

尽管夜色已朦胧，鼓浪屿的龙头街心公园还是游客如织，与往常不一样的是，路边多了一排身着蓝天白云制服的志工，边拍手喊“垃圾不落地，琴岛更美丽”，边与驻足观看的游客打招呼。公园

里还有穿着同样制服的十几位志工，手拿着环保宣传页正与游人分享环保知识。认识他们的本地人说：“看！慈济人来讲环保了！”

十月三十日下午，由厦门市思明区委文明办、鼓浪屿街道办、





七十四岁的志工庄美珍分享“环保从我做起”，带动儿媳带动邻居，社区环保点推动环保，直言自己还年轻，要做到做不动为止。

厦门慈济慈善志业中心、厦门优湃文化传媒公司（FM94私家车调频）共同合办“垃圾不落地，琴岛更美丽”环保推广活动，在鼓浪屿最繁华的街心公园边展开，三十名慈济志工渡海到鼓浪屿街道家庭综合服务中心推广环保。趁着活动还未开始，志工们就上街向游客倡导起环保理念。

近年来，蜚声海内外的海上花园、钢琴之岛鼓浪屿客满为患，仅1.78平方公里的土地竟日产垃圾四十吨，节假日日产六十多吨，一百五十多位环卫工人，每日要从

凌晨四点半，不间断地清扫到晚上十点半，才能保证主干道的清洁。

早在九月份，慈济志工就应邀上岛参与当地政府主办的“垃圾不落地，琴岛更美丽”的环保活动启动仪式。志工们以详实的资料警示人们自己家园的垃圾量有多可怕，并展示自身的环保用具与减碳减排习惯，给琴岛人留下了深刻印象。

之后，志工多次到鼓浪屿了解垃圾的分类情况，与对方沟通，让政府更加了解慈济的环保理念，另再勘察现场，帮街道家庭综合服务中心布置环保海报，确定推广方案。

如今一走进鼓浪屿街道家庭综合服务中心的庭院，不由得被围绕四墙的花草和环保海报吸引住，抬头可见静思语、十指口诀、生活五善等标语，如同慈济环保站的布置。

鼓浪屿街政办主任陈琛说：“这里日后要成为一个环保教育基地，希望与富有环保教育经验的慈济



如今一走进鼓浪屿街道家庭综合服务中心的庭院，不由得被围绕四墙的花草和环保海报吸引住，抬头可见静思语、十指口诀、生活五善等标语，如同慈济环保站的布置。

长期合作。”陈琛在以往慈济的关怀户访视、冬令发放活动中与慈济志工多次接触，他非常认同慈济的理念，赞赏慈济走进社区的善行。

环卫领班谢辉武看到志工在倡导环保，激动地说：“环卫工人太辛苦了，一上班就没坐下歇过，垃圾不落地主要转变大家的观念和文明习惯，最好要从小教起，从导游教游客做起，最好不在路上吃东西，不使用一次性的东西。”

环保倡导活动于傍晚七点正式开始，观众坐满了一个庭院，大家从视频里看到地球的危机，也看到慈济在台湾二十多年来筚路蓝缕的环保推动过程。

街道服务中心的鹭辉社工领队谢辉武说：“影片把平时我们没留意东西呈现出来，每个人都有责任爱身边的环境、爱地球，联想到老家清流县，因为没环保理念，河水浑浊、空气污染，让人心痛。”

在厦门美丽海边高级社区珍珠湾居民、同时也是慈济志工的林虹在“环保从我做起”的环节里，用精彩的简报与民众分享，自己是如何在婆婆的带动下，参加环

保回收分类活动。“以前凡事只想到自己，无爱、无孝道，弄得家庭不和睦，现在全家做环保，有了共同的志业、理想和语言，环保不仅净化了大地，也净化了心地。”

婆婆庄美珍则说，自己曾经因为做环保而被人误会，大家都叫她“垃圾婆”，尽管如此，她仍抱着坚定的心，在珍珠湾社区建立起环保点，为社区居民服务。她说：“环保为子孙好，到台湾看到每个社区都有环保点，那里的环保老志工有八、九十岁的，还有上百岁的，我今年才七十四，还年轻呢！我要做到做不动为止。”

日光幼儿园园长苏婉蓉带着园里的老师来参加活动，她神情专注地观看视频、聆听志工分享，感到非常震撼；曾经在给政府的提案里写了一份“垃圾分类要从鼓浪屿做起”，苏婉蓉很开心真的要从小鼓浪屿开始做环保了，还有这么多的志工一起来做，“很多鼓浪屿的原住民都离开了，现在居住的很多外来户，既然在这地方共存，大家都是一家人，要团结一起做环保，力量才大。”

从沈阳来鼓浪屿旅游的中学老师郑琳，听到“回收五十公斤废纸可以拯救一棵大树”，非常地震撼。她弯下腰跟女儿说：“不要乱扔垃圾，保护环境，是不是就特别干净？”环

境保护是很必要的，她拿着宣传单要带回学校跟学生分享。

“今天真的很不容易，可以跟志工结缘，环保的宣传对鼓浪屿环保会起到很好的作用，对垃圾不落地、垃圾分类能起到很好的效果。”肖季一家4代都生活在鼓浪屿，透过活动，他们觉得环保要从自己做起、从现在做起，带动家人做环保，响应垃圾不落地，让琴岛更美丽。

思明区政府文明办主任王一青分享：“一走进这里，迎面扑来的是家的气息，你看铺着桌巾的桌子，精致的花瓶小花，还有菩提叶的点心、环保杯，就像家人在庭院聚会、聊天，非常温馨很有家的感觉。”她认为，今天请慈济来参与，更重要的是一同来寻求“垃圾不落地”的方法，校正方向，这个地点可作为环保体验站。

“垃圾分类要广大居民群众的参与就要广泛地宣传，这仅仅是开始，以后应该长期进行。”鼓浪屿街道办事处副主任朱志胜感恩慈济志工的用心、精心，布置了这么好的平台，让大家更加认识环保的意义。

夜晚，灯光璀璨的鼓浪屿格外迷人，志工们希望别再往她的身上倒垃圾，使琴岛的垃圾减量，不仅符合政府的期待，也是慈济志工的心愿。

■

补阳散寒“三九贴”

文/吴玉为

冬 日天寒地冻，有养生观念的人都知道古法养生的观念：冬主收藏，应该少活动多进补。

古法养生主张进补，冬令期间的确是进补的好时节，但现代人一年四季吃的都是高热量、高蛋白、高油脂食物，如果在冬天再加量进食这些，运动量又不够，反而导致脾胃负担过大，影响身体代谢，尤其是有脂肪肝、胆固醇过高、体重超标又不愿意活动的人，在冬天，更应该注意饮食清淡和适量运动。因此只建议身体虚寒的人，尤其是女性可适当进补。

虽然古法中为顾护阳气，不建议过量运动；但现代人一年四季几乎都少有运动，反而应该养成适量室内运动的习惯。所以对于高热量饮食少运动的现代人来说，古法养生中的“多进补少运动”的方式要做适当调整：多运动，饮食清淡。

但阳气的顾护依旧是冬季养生的重点，寒冷的冬天使得阳气循环变差，此时过度劳累会加重身体寒气，而岁末年底往往也是人们一年当中最忙碌的季节，因此许多人在冬季伤了身体里的阳气。

为了避免阳气的过度损耗，吴玉为医师建议可用“三九贴”贴敷来温补阳气。

“三九贴”是用温阳为主的中药，借助“冬至一阳生”之际，敷贴于特定穴位上，通过对穴位刺激，激发经络，调和气血，外敷以祛除顽疾，达到



“内病外治”、“不治己病治未病”的目的。

“夏练三伏，冬练三九”，三九天是每年阴阳转换之时，人体气血通畅，药物易于渗入人体，直达病灶，因此也是防治疾病的最佳时期。

“三九贴”能减轻咳嗽、哮喘、气管炎的咳、痰、气短、畏寒、腰酸等症状，减少发病次数，减轻发作程度，提高生活品质。

不过，吴医师提醒在使用“三九贴”的时候，请注意以下几点：

- 1 传统的“三九贴”是要让皮肤起泡达到疗效，但若贴敷后红肿热痛，皮肤灼伤，可适当缩短贴敷时间，特建议：成人一般2-6小时、儿童1-3小时为宜。
- 2 贴敷时饮食尽量清淡，戒烟酒，忌食辛辣刺激性食物及海鲜等发物。
- 3 贴敷撕去后是可以直接洗澡的；若有出现水泡，应避免搓洗局部，也可上创可贴以防摩擦刺激。

台湾名品造福慧

文/图：北京真善美志工



大爱感恩科技展区以淡绿色和白色为基调，营造出清新、淡雅的氛围。展示的产品，从帽子、围巾、手套到各式背包等等，全部是人们丢弃的塑料瓶所制作的。

“大爱的产品在加工过程中，每一道程序完全符合政府法规，有产品身份证，即生产履历，从产品到原料端都可以回溯。”慈济志工杨孙斌在“二〇一五北京台湾名品博览会”耐心的向参访民众分享大爱感恩科技公司的环保产品。十一月十二日一连四天，“北京台湾名品博览会”在北京全国农业展览馆五度登场，大爱感恩科技公司今年再度获选参展。

全国农业展览馆“大爱感恩科技”展区，在柔和的灯光照射下，以淡绿色和白色为基调，配有绿植和插花，营造出清新、淡雅的氛围。展示的产品，从帽子、围巾、手套到各式背包等等，全部是人们丢弃的塑料瓶所制作的。

大爱感恩科技是台湾环保公益企业，秉持证严上人“与地球共生息”的理念，致力开发以塑料瓶回收再利用的环保科技。台湾近20万名的环保志工，每日经过细心分类整理，降低了在回收再制过程中所产生的水及能源消耗。透过汇聚大家的善念，这一爱心接力的成果，公司盈余全部回馈给慈济，传播大爱人文理念。

“塑料瓶丢到垃圾箱就是垃圾，而且还会成为百年不化的地球

负载，如果我们放对地方就变为资源。”大爱感恩科技同仁吕怡德，为志工们进行展前培训，他同时分享，“回收的塑料瓶经过分类清洗，再用科技的方式转换成环保生活物品，利益大家，就是续物命造福慧。”

多数人虽然都已能意识到日益恶劣的环境问题，但却不知如何实际参与改善环境的行动。志工们在现场不以推广产品为目的，而是分享如何让环保意识实践于生活的每个细节里，比如出门带五宝（水杯、筷子、饭盒、手绢、环保袋）、绿色出行、低碳生活、不使用一次性物品等，透过改善不良的生活习惯和物质享受来达到环境保护。

展会现场，许多民众选购大爱感恩科技的产品时，志工则会在一旁叮咛，要买需要的而不是想要的。而许多人因为是第一次接触以塑料瓶为原料的衣物，惊奇中又会产生许多质疑，“穿在身上会不会有毒？”志工杨孙斌耐心地讲解，“产品原料是装饮用水的塑料瓶，加工过程中，每一道程序完全符合政府法规，有产品身份证，即生产履历，从产品到原料端都可以回溯。”

许多顾客对大爱感恩科技的产品是一见倾心，家住亚运村的张



莉连续三天都来选购。她分享产品外观很大气，质量高，志工服务又好。而吴先生、罗女士夫妇去年购买过大爱感恩科技产品，也是老顾客了，得知有展会消息，特地赶来请购一款双肩背包。吴先生说，“我们喜欢旅游，外出就要带质量好的大爱产品，很环保，用着放心。”

在展区忙碌的身影中，一位发髻上端正的系着慈济头花，额头亮晶晶渗出细微汗珠的，正是这次活动的志工总协江莲。她一边为民众介绍产品的制作过程，一边叮咛志工如何把环保理念宣传出去。为了展会，江莲在生活物料，交通接机，香积等方面用心规划，把展会安排得井然有序。

江莲学的是环保专业，对于潜在的环境危机曾一度有些绝望。2011年在台湾偶遇慈济，谨记证严上人“用心爱护地球”的期许，做

承担此次活动总召的志工江莲，感恩所有志工的付出，如布展物资的准备、交通总务的安排、志工的服务等等，使这次活动能有序进行。

大地的园丁。遂发心立愿要学以致用，立志做环保。在北京慈济环保活动中，都能见到她的身影。

同样立志为环保付出心力的，还有来自山东德州的志工尹英杰。在德州每天早5点，他会带领志工净街，也经常遭遇质疑，“捡了塑料瓶有什么用？”但尹英杰未有退转之心，他分享，大爱感恩科技的产品本身就是一个教育，将回收的塑料瓶化腐朽为神奇，用实例证明，让更多人加入环保救地球行列。

“这次展会主要为了接引更多的菩萨，推广环保人文、爱心接力。”大爱感恩科技公司的设计师郑景如分享，“通过推广环保的产品，让消费者能够改变一下生活的态度，让我们的地球永续，生生不息下去。大爱产品的设计理念，要端庄、典雅、朴实，要让使用者穿出人文，用出人文。”

大爱感恩科技透过产品来让民众认识环保，期许这次展会上在有缘人心中所种下的每颗善种子，能生根发芽，人人都能做环保，为地球健康付出自己的一份心力。

■

證嚴上人

衲履足跡

撰文/釋德仇 內文照片/花蓮本會提供
題字/林美娥 刊頭攝影/黃錦益

10/1 《农八月·十九》



守戒修善

【静思小语】莫因外在境界，阻碍付出善念。

守戒律，修上善

嘉义有位患有精神障碍的中年人“阿益”，常常捡拾垃圾回家，堆放在三合院里；不只环境脏乱，有时还会放火烧东西甚至拿刀挥舞，让邻居非常困扰。

为了公共安全，邻长和他的父亲沟通，同意慈济人来帮忙清理满屋垃圾。九月初，当志工抵达时，阿益挡在门口；他的叔叔赶来安抚，同时示意志工从厢房进入，没想到他发现了，大喊：“土匪！”

慈诚师兄试着和阿益聊天，转移他的注意力——问他胸前挂那么多护身符，神明会不会打架？阿益指着身上的符令一一介绍：“这是王爷的，这是观世音菩萨的……神明不会打架。”志工善巧跟他说，慈济人是观世音菩萨派来帮忙他的，请他不要害怕。终于安定他的情绪，让志工进门。

五十位慈济志工和小区发展协会的义工抢时间清理环境，不只清出大批垃圾，还陆续找出四十几把刀；志工把刀和回收资源一起变卖，所得全数交给阿益。

因为垃圾堆积如山，十多年来阿益不曾睡过床，只能躺在垃圾堆上；看到地板和墙壁被洗刷干净，志工还送来新床垫、整个房间焕然一新，阿益露出难得的笑容。志工跟他约定，以后会常常来看他。

“虽然彼此无亲无故，但是慈济人不忍众生苦，作‘不请之师’，耐心请求对方同意、心甘情愿付出。看到又脏又臭的垃圾，志工没有排斥、退缩，不受脏臭苦恶境界阻碍心中善念，一心一意为他人拔苦，真正是人间菩萨！”

晨语时间，上人赞叹志工如菩萨化身，解救阿益出离污秽脏臭的居住环境，也让他感受到“爱”。

“走入人群，面对复杂的人

间事相，心境能够不受影响，持戒定心，不攀缘外境，就是‘禅定’。”

《法华经》叙述，大通智胜佛在漫长的时间中“修无上善、守持戒律”，所以心志静定，不攀缘外境；从十方前来闻法的梵天王，同样是修无上善、守持戒律，可谓是“诸上善人会聚一处”。

上人肯定慈济人遵循佛陀教法，无分贫富，广为众生付出，即是“供养植福之广”；不因外境动摇心志，付出同时体悟人生，可见“常修定慧之深”。

“守规戒、修上善，把人人都当成佛一样恭敬对待——不忍众生苦，走入一般人不愿走入的环境、接近一般人不敢接近的人。这分付出不为名利、没有丝毫企图，一心一志只为利益众生。”

所谓修行，莫只是念佛、诵经；上人表示，“经者，道也；道者，路也”。“与其为人诵经消灾，不如陪伴他、引导他，身体力行为他开一条路。付出无所求，只希望有朝一日，能让苦难人走出黑暗坎坷，迈向平坦大道，更进一步从受助者变成助人者。”

上人强调，“菩萨在人间，修行要入人群”；救一个人，不只帮助一个家庭，整个社会也会因而平安。

教之道，贵品格

慈济技术学院今年八月升格为科技大学。教育志策会中，上人肯定教育志业二十多年来步步踏实，已做出广受赞誉的成果，致勉：“品质也要更上一层楼。”

“十年树木，百年树人。师长们要提起‘传道’精神，以身作则，为学生树立典范；以如师、如父的真诚心，尽心尽力付出，指引学子正确人生方向。”

上人强调，“少子化”不是大问题，教育质量，才是真正需要重视的大事；期许师长们铺设一条正直、优质的教育道路，为学子建立人格品德、传授利益社会人群的学识与技能。

“无须为了迎合社会流行，而标新立异、随波逐流。无论时代、社会如何转变，要守住‘传道授业’精神。”

10/2 《农八月·二十》



战胜欲望

【静思小语】开阔心胸，莫随欲念烦恼起落，使心迷失方向。

人心健康，大地平安

英国央行总裁日前指出，因全球暖化导致的灾害，以及转型低碳经济造成的经济损失，全人类很快就会感受到“气候变迁的灾难性冲击”；非营利组织“气候互动”

(ClimateInteractive) 则提出警讯——地球均温提高三点五度，“全人类将无法适应这个世界”。

早会时间，上人感叹：“地球健康，人类才能平安。但渺小的人类，却在大乾坤作怪，让地球发烧、生病，导致灾难。”

上人强调，人体“小乾坤”与天地“大乾坤”道理相通——病菌在人体里作怪，人就会生病；人类破坏环境，就会让天地四大不调。

“地球的健康，需要全人类身心健康才能维护。希望地球降温，要从每一个人改变生活习惯做起——安分守己、生活简约、爱人惜物，帮助地球恢复健康。”

以事显理，以法为归

“为苦难众生辛勤付出的同时，也要将‘法’用在心里，用在人与人之间。”与大陆华东、华西志工谈话，上人勉众，以“法”灭除忧悲苦恼。

“法，不在于艰深的名相；真实的事相，就是最能打动人心的‘法’。”上人表示，世事如幻如化、虚空无常，唯有法理永存不灭。“法无体相，须用人、事、物譬喻显示；人间一切事相无不包含佛法，须用心体会。”

慈济在大陆，无论是济贫或助学，二十多年一路辛苦走来，用心撒播种子、耕耘福田。上人表示：

“没有过去的克难耕耘，就没有今天的成果，这些感动人心的事相，可以带动更多人起而付出；这也是人人要珍惜的‘法’。”

“慈济宗门”起于“静思法脉”，必须有法脉，才能广开宗门。上人表示，身处狭窄的空间，

看不见外面的境界，打开心门，就能海阔天空、无限开阔。“要用心闻法，传承静思法脉，让慈济宗门在全球发扬。”

“见苦知福，更要知足。”上人说，“十二因缘”从无明开始，累生累世循环不止，要消除烦恼，就要从灭除无明做起。

“人各有习气。若总是执着于自我见解、要求别人配合，不只事情无法推行，彼此也无法合和互协、皆大欢喜。”上人期勉，要做到“立体琉璃同心圆，菩提林立同根生，队组合心耕福田，慧根深植

菩萨道”。

“战胜不了欲望，内心不断复制无明烦恼而造业，将自我沉沦，生生世世轮回受苦。”上人教众打开心门、开阔眼界，莫随欲念烦恼起落，使心迷失方向。

“学佛，最重要的是自净心地，让己心有明确的方向；进而走入人群，为天下苦难众生付出。”

慈济人依循同一个法源，如同菩提树林立，都出于同一条根。上人期许大众，回归佛法根源，时时行在法中。

10/3

《农八月·二十一》



重视因缘

【静思小语】好缘从何而来？从人与人之间互动而来。

提起愿力

“退让并非吃亏，而是心胸开阔、有修养的表现。与人共事，心能放宽，就不起烦恼障碍。”

与马来西亚志工谈话，上人教导，“我说你听”无法带动人，“做我所说”，才能得人尊重信

任，进而欢喜投入、无私付出。

座中一位志工忙于事业，较少参与慈济活动。上人鼓励，要把握机会与人互动。“在商场上为生意而应酬，彼此言谈总是真真假假。在慈济道场，法亲之间真诚互动、日日付出，人生踏实。”

上人叮嘱，在慈济不能只是捐



慈济大学、慈济科技大学与花莲慈中“暑期国际交流团”圆满，上人叮嘱，要珍惜就学期间能到海外学习、走苦难处“见苦知福”的机会，用功读书，朝正确人生方向精进。（10月3日）

钱，要从力行付出中，体会佛法。
“度化人间，并非只是募款，而要度人人的心。”

新闻报导，一百一十岁的阿富汗人瑞阿齐兹，家乡被塔利班组织占领，三个儿子均被杀害；他失明、耳聋又跛脚，日前由九个子孙扶持，逃难八个月终于抵达德国巴伐利亚边境城市帕绍，成为当地接收到年纪最大的难民。

“若非迫于战火而逃难，阿齐兹老先生在一般人看来，应是子孙满堂，福、禄、寿具足的好命人；但因人心不调和，使许多幸福家庭破碎，居民沦落异乡成为难民。”上人以此为例表示，人间祸患，多出于少数人心不调和。“闻法定心，方向才不会偏差。要把握因缘，造福修慧；发心立愿到苦恶

之地度众，而非随业受报，生于恶地。”

座中一位志工分享，最初做慈济时，小区里只有一、两位慈济人，觉得力量微弱，不知如何推动志业；后来几位志工用心耕耘，慢慢有好缘聚集，发心投入者都是非常饱满的种子，成就一个合和互协的团队。故叹因缘不可思议！

“因缘从何而来？就从人与人之间互动而来。人人合心，就能发挥无限善力。”上人与众共勉。

“爱”是希望

“‘多用心’这三个字，是我每一天的自我提醒，也是人人生活中不可或缺的。”慈济大学、慈济科技大学与花莲慈中“暑期国际交

流团”圆缘，上人叮嘱，要珍惜就学期间能到海外学习、走入苦难处“见苦知福”的机会。

“这条路，是慈济人一寸一寸用爱铺着走过来的——慈济人以爱付出，改善苦难人生活，助其转变人生，进而带动人人起无量爱心。相信你们此行，已亲自见证这分爱的影响力。”

上人举述，一九九八年起慈济援助甘肃缺水穷乡，从援建水窖到协助迁村，一路以爱相助，让许多家庭转贫为富，孩子也能安心升学，未来希望无穷。

又如在马来西亚、泰国边境，许多难民无法取得正式身分，生活不易、生病不敢就医；慈济人突破重重障碍，长年给予难民生活济助，也提供医疗义诊。

在约旦、土耳其的慈济人虽少，却尽力帮助叙利亚难民；土耳其慈济人更与政府、流亡海外的叙利亚知识分子合作，成立“满纳海中小学”，让难民孩童复学，为流落异乡的叙利亚人点燃未来希望。

“看见他人之苦，要感恩能生活在祥和的社会，也要珍惜当下，用功学习、发挥爱能量，朝正确人生方向精进。”

上人期许年轻人莫当“低头族”，要抬头看真实世界的苦相，并且善用科技，传播人间真善美的讯息。

“‘爱’，是社会的希望。在此大时代，要明大是非——对的事，认真去做；不对的事，不能闻声起舞，还要导正人心观念，使之回归正向。”

10/4 《农八月·二十二》



法入心，法入行

【静思小语】法脉如净水，滋润善种；宗门如大地，深植法髓。

除习气，行善法

“慈济不只是慈善团体，要提

起宗教精神，修除恶习气、力行诸善法。”对台北、宜兰、花莲、台东培训委员慈诚开示，上人勉众，

要“精进闻法，信受奉行”。

“慈济人不分宗教、种族，但必须具有正确的宗教精神——所谓‘宗教’，是‘人生的宗旨、终生的教育’。”上人强调，只要是正信宗教，都要终生奉行、彼此尊重。

至于“修行”，则是指“修心养性、端正行为”。上人教众：“要自爱，在心地下工夫——时时反观自照，莫让一念偏差，导致错误行为；还要自我肯定，成就高生命价值的人生。”

佛陀不断说法，希望引导人人回归清净无染的真如本性。上人指出：“要回归清净本性，必须修除习气、扫除无明烦恼；如此，也才能让佛法根植于心。”

有人觉得，好不容易闻法去除烦恼，若再走入人群，是否又会被人间的烦恼污染、受人情牵绊？上人开示，“菩萨所缘，缘苦众

生”，修行必须借重人群，从种种人间事相中体会道理。

“行菩萨道，要走入人群救拔苦难、广行六度；不只培植自心善种子，也要成就别人的善种子。”上人教导，人人心中都有一颗善种子，要让它有机会发芽。

“如同骨髓顺畅造血，能让身体健康；‘静思法脉如净水’，法髓移植成功，才能‘滋润慧命善种子’。”

上人表示，“法入心、法入行”，才是真正移植法髓。“‘慈济宗门如大地，山高地厚蕴法髓’，要把握机会撒播善种，让人人增长慧命、成就道业。”

上人感恩资深慈济人，尽使命、尽责任陪伴后进，将曾经错误、迷失的人生一一拉拔过来，增长善力量。“人间善恶拔河，人多的一方才会赢。祝福人人志同道合，同行菩萨道而福慧双修。”

10/6~7 《农八月·二十四至二十五》

与人无争，与事无争



【静思小语】踏稳脚步，做好该做的事、做出真善美的质量。



菲律宾德拉萨健康科学与慈济大学签订交流协议书，未来两校将进行医疗、研究、交换学生等合作交流。奥古斯丁修士(Br. Agustin Boquer)与上人分享该校学生画作。(10月6日)

诚之情谊，结好缘

全球因气候变迁造成的灾难愈来愈多，与宗教处、慈发处同仁谈话，上人叮嘱，灾后百废待举，面对庞杂的赈灾事务，要思考轻重缓急；“将心比心，给予最适用的物资。”

以尼泊尔强震救援为例，上人说明，许多贫苦地区居民希望慈济能给予锌板，让他们自行搭盖住屋；但锌板不耐用，下雨时又会产生噪音……

“己所不欲，勿施于人。要给予他人的物资，必须是自己也愿意使用之物。即使成本较高，也要用心挑选安全耐用、可以确实改善苦难人生活质量的物品。”

投入慈济宗门，沐浴法流且宏观天下事；上人期勉同仁，要珍惜身在静思道场的因缘，恒持清净心，融

通世间法与出世法，自度度人。

“要时时省视自我，言行、态度是否诚恳？对外有没有与人多结好缘？要加强‘诚之情谊’——对外与人结好缘，对内凝聚团队情感。临事积极处理，莫让人觉得冷淡、缺乏诚意，使发心的人热情冷却。”

上人指出，天下多灾难，慈济的爱不断扩展，是自然发展，非刻意而做。“师父向来与人无争、与事无争，一心一志‘为佛教，为众生’；从开始到现在丝毫没有变。期待大家踏稳脚步，做好该做的事，更要做出真、善、美的质量，就能让大众了解慈济。”

无论遇到何等逆境，上人教众要视为“逆增上缘”，感恩以待。“身处污泥中，必须洁身自爱；要懂得预防、保护自心不受污染。”

10/8 《农八月·二十六》



调御己心

【静思小语】生命要健康，慧命要增长。

正信不迷

“我是释迦族后裔，但随着时代转变，自己的心灵也满覆无明尘埃；而今来到台湾、见到上人，心灵又重新被洗净。”尼泊尔本土志工尼尔蒂斯医师来到静思精舍，用中文表达心中感受。

上人开示，佛世时，印度宗教信仰多元、修行流派复杂。“佛陀成道后，亦知难以在短时间改变大众观念，故而广设方便法，应机施教；希望人人都能觉悟真理。慈济一向不谈神通变化，而是身体力行佛法，将佛陀的慈悲与智慧运用在人间。”

尼泊尔的种姓观念根深柢固，偏远村落仍有活人祭祀的陋习。上人提到，非洲莫桑比克一位本土志工的儿子，曾与十多位青少年遭掳走，准备卖给南非巫医，活活挖出器官为富贵人家的病患祈福……所幸最后获救。

学佛必须正信，还要建立平等观。上人期勉尼尔蒂斯医师，此行能深入了解慈济，以及释迦牟尼佛的精神教法，将正法传回佛陀的故乡尼泊尔。

守护本性

八月初，福建福鼎市医院转介罹患“肌跃症合并肌张力不全”的郑大耿先生来到花莲慈济医院治疗；他十八岁发病后，身体不由自主抖动，说话、写字、行动都有困难，二十年来四处求医都不见好转。医疗团队为他进行深部脑刺激手术及复健，两个月来身体抖动情况已大幅改善。

医疗志策会中，上人叹言生命奇妙！“身体功能失调、生活行动不由自主，经由医疗找出病因，运用高科技工具对症治疗就能改善。由此可知医疗研究的重要性，期待医疗与教育志业紧密结合，增进抢

救生命的力量。”

人脑主宰思考，但是“心”、“识”藏在更深处。上人表示，人人本具佛性，只是累生累世熏染烦恼无明；幼童未受世俗污染的纯真心性，更贴近佛陀的真如本性、清净智慧。

“佛陀十号中，有‘调御丈夫’之名，意谓能调御凡夫心入于圣道。”上人表示，心、佛、众生三无差别，人人都有与佛同等的清净本性，也能够达到“心包太虚，量周沙界”的心灵境界。

“然而，人心愈益狭窄，彼

此计较、冲突；人与人争、国与国争，演变为影响无数人的战祸，让人间苦难无尽。”

上人教众，将自心调伏得宽阔，拉长情、扩大爱，让人间更美好。“人心回归单纯，社会回归纯朴，生命能照着自然法则，不受天灾人祸损伤，就是最理想的人生。不只生命要保护得健康，慧命也要增长。”

“在人人心中种下善种子，启发爱心能量，带动平等尊重、互爱互助。人间有爱、人人胸怀善念，就是美！”

10/9 《农八月·二十七》



以爱暖心

【静思小语】以开阔大爱，为人心驱散悲凄，带来温暖与希望。

爱，温暖人心

据联合国难民署统计，过去五年全球新增十五个冲突区，全球难民人数已近六千万。德国庇护难民的福利广受肯定，但也因近年大量涌入的难民，而面临极大挑战。

德国南部城市慕尼黑，因毗邻意大利与奥地利，是难民渡海到欧洲的中继站。当地慈济志工范德禄、陈树微夫妇，住家附近有一所收容中心，收容来自叙利亚、阿富汗、伊拉克及非洲国家难民。

慈济人定期前往关怀，提供

生活物资。九月间，德国日夜温差大，夜晚气温只有摄氏八度，师姊发现难民缺乏保暖衣物，孩童经常感冒生病，除募集二手衣物，并采购新外套、袜子，亲自送到每位难民手中。

韩森原本是叙利亚医学院学生，和父亲徒步逃到土耳其再搭船到希腊，散尽家财买假护照，终于来到德国；目前他最大的希望，是能在德国完成医学教育，早日把母亲与弟弟妹妹接来。

“多么悲哀啊！”早会时间，上人感叹，如此优秀的年轻人被迫中断学业，千辛万苦逃到德国，已是一无所有。“每一位难民身上，都有很凄凉的故事。这都是因为人心不调和，造成的人间悲剧！”

在德国北部左斯特市，慈济志工钟家隆发现，难民因为语言隔阂谋生困难，于是今年八月起和天主教明爱会合作，在三个难民收容中

心开设四个德语班，由慈济聘请老师教学，预计半年后让难民学员参加德文检定，以增加就业机会。

九月十九日，慕尼黑、汉堡及法兰克福五十一位慈济人，不辞路遥开车前往左斯特市，与两百多位难民互动，带动慈济歌曲《一家人》、《爱与关怀》手语，致赠每户生活包，且精心准备午餐让大家享用。

“爱，能安定人心。”上人感叹，难民安置问题庞大而复杂，慈济人无法彻底解救其苦，唯有尽心尽力，传达爱与温暖；感恩德国慈济人如家人般照顾难民，给予物资也给予温情，抚慰他们历尽风霜苦难的身与心。

“即使国籍、种族、信仰不同，但人人心中都有爱。慈济人以开阔大爱，发挥温暖人心的情，驱散苦难人心灵悲凄，为他们带来光明希望。”

10/10 《农八月·二十八》

心不离法

【静思小语】依于正法、行于正轨，心不离法。



恒持善念

人生，是由每一天、每一分秒的短时间累积而成。早会时间，上人开示，时间分秒流逝，要把握正确方向，做对的事，留住正法，传延世代。

“人的心念，总在分秒之间变化无常，生出许多烦恼。要‘把握当下，恒持刹那’——恒持一念善心，使之成为永恒善行。”

近日，法国巴黎的清道夫不满待遇过低而罢工，法国航空公司员工也不满裁员而罢工；两起事件导致巴黎街头垃圾堆积、交通混乱，对民众生活造成困扰。上人慨言：“美好环境，由人维护；人心不满，也会造成环境脏乱。社会上人人安分守己、各尽本分，才能安居乐业。”

人心调和，是社会国家安定的基础。上人表示，位高权重者的一念心更要调和，莫因一念偏执，酿成种种战祸，让人们的生命财产、宝贵文明毁于一旦。

“人间许多灾难，都起于人心不调。期待政治人物不为私利，将‘安定’放在最前端。以法理安定人心，社会才能祥和，世界才能平安无灾。”

人成佛成

对十多位即将圆顶的近住女开示，上人致勉，要将“六和敬”落实在生活中，与众和合，共同成就传续“静思法脉”的修行道场。

就像太阳系行星绕着太阳运转，上人表示：“静思道场的每一位修行人，都是绕着佛法精神而转、绕着真如本体而行，分秒都要善用生命价值，在生活中力行、彰显大乘法。”

常住每天每餐准备几百人的饮食，让全球慈济人回到静思的家，都有资粮可以供应。上人表示：“慈济人是人间菩萨，常住合心协力成就这一切，等于在供养未来佛。”

以身作则，才能广度众生。上人期勉大家圆顶后，言行举止更要守规则，对外显现庄严相、内在则要有健康的身心。“未成佛前，先结好人缘。用感恩心面对每一个人、事、物，才能结好缘。”

就像时钟的秒针、分针与时针不停转动，轴心总是固定。上人叮嘱：“修行，重在修‘心’，道心要如轴心般坚定。要把握时间吸收法、增慧命，举手投足皆不离法；依于正法、行于正轨，心法不离，

才能坚定志愿。人格成，佛格就成。”

上人教众，要提起使命感，时时刻刻顾好心念、守好本分，做出

典范。“心要宽、念要纯。身心调和健康，才能承担如来家业，回馈佛恩、师恩、父母恩与众生恩。”

10/11~14 《农八月·二十九至九月·初二》

自我锻炼：分秒有爱

【静思小语】用爱温暖冷漠人间、调和不平人心。



时间，累积慧命

海燕风灾至今已逾两年，菲律宾慈济志工仍持续对重灾区莱特省关怀、援助。近期，志工发现塔瑞安镇许多贫困农民必须借贷购买谷种，收成后连同利息归还，通常所剩无几；若遇天灾歉收，就要负担更沉重的债务，如此恶性循环，难以脱贫，因此前来发放台湾爱心米帮助居民暂解燃眉之急。

发放典礼中，镇长代表农民感谢慈济援助；居民听闻慈济“竹筒岁月”缘起，纷纷捡拾空宝特瓶投入零钱交给慈济人，希望帮助世界上比自己更穷困的人。

早会时间，上人欣见受助贫农，在付出中自我肯定。“这就是

善的循环！汇集人人真诚的点滴付出，成为一股救助苦难的爱心能量，可以温暖冷漠的人间、调和不平的人心。”

八十三岁的基隆环保志工杨颜叶师姊，投入环保十多年，每天在位于山坡上的小区回收资源，背着沉重的回收物爬楼梯、上下坡，步履稳定、动作敏捷，人称“铁脚阿嬷”。

上人赞叹杨阿嬷，年轻时勤于劳力工作，老来精进不懈投入环保回收，“训练出负重的耐力与体力，身心健康无烦恼！”

佛典中有一则故事——

一位牧童抱着一头刚出生的小牛，天天渡过大水沟。随着时日过去，小牛慢慢长成健壮的大牛，

牧童也逐渐长成少年，却依然习惯性地抱牛过沟，也因此不知不觉，训练出大力量。

“学佛也是如此。天天闻法力行，即使生命老去，慧命却在无形中增长。”人生，过一天就少一天、过一年就少一年；上人教众学习杨阿嬷精勤不懈的精神，把握时间，让慧命在分秒间增长，且要走入人群发挥良能，作他人生命中的贵人。

“慧命从何而得？在闻法、力行中得。”听法入心，智慧增加，日日培养善念与善行；“日日累积爱的能量利益众生，就是生命的最高价值。”

启善，爱心成林

东印度加尔克汉德省有一群运煤人，捡拾煤矿堆上的废弃煤炭块，用脚踏车推到八十公里外的都市销售，来回一趟费时三天，一公斤只能卖到约新台币二到四元。路途遥远崎岖，尚须面对天候、人为考验，但是迫于生活，仍有许多人靠如此吃重辛苦的工作，赚取微薄收入养家。

十三日早会，上人教众“见苦知福”，且要自我警惕，多造福。

“此生有福享受平安生活，要把握因缘行善造福，且要提起智慧慎行诸事，累积福德智慧。如此才不会空过时间，徒然累积业力。”

南非有许多贫困小区，居民生活穷苦心亦苦，经常起冲突、治安不佳。慈济人悲智双运，带动本土志工深入关怀、救助残病老者及孤儿；长年真诚互动，彼此建立起互信互爱情感。

在自由省喜尔布朗市，居民大多信仰基督教，但因慈济人长期来供应热食、赈济米粮，培养出深厚默契；每当发放时，居民同时呼喊“阿弥陀佛”与“哈利路亚”，不同宗教、种族互动融洽。又如菲律宾民众大多信仰天主教，慈济人长期救贫、救灾，感动许多人响应“竹筒岁月”，带动起人间互助之爱。

上人肯定：“爱能创造奇迹——真诚的爱，能降伏暴戾、促进祥和。只要人人愿意付出爱，也启发他人爱心，粒粒爱心种子终会长成功德林！”

慈济从“克难”起家，在克难中展开救贫工作，一路走来，将近半世纪，这份精神不变。上人勉众，要养成日起善念、日日行善的好习惯。

“无论济贫或救难，要应其所需而给予，过与不及皆不宜。将每一分善心力量用在最需要的地方，

且要以正知正见引导，在人与人之间牵起大爱长情。”

10/15 《农九月·初三》



坚定信根，提起耐力

【静思小语】坚定信根、信力，提起耐心、耐力，精进付出。

启发心灵财富

南非德本慈济志工自去年九月起，连续七次南行传法，行迹遍布东伦敦、威廉王城、伊丽莎白港等地，每次来回路程超过两千公里。今年九月，他们来到威廉王城的“马达肯尼”，发现村中有一户人家在办丧事，便带着米前往关怀，让丧家非常感动。

早会时间，上人赞叹这群南非的“黑珍珠”，生活清苦却乐于付出，不畏路途颠簸、住宿克难，突破种族、宗教隔阂，“无人不度”。

“他们传法途中日日早起‘熏法香’，将法理听入心，通达人间苦谛，故能把握当下，以整齐有礼的人文尊重、关怀人；走入每一个

贫病家庭，细心照顾、协助改善生活，并且引导对方打开心门，启发心灵财富。在他们身上，印证‘只要用心，没有做不到的事’。”

德本慈济人在艰困环境里精进付出，上人勉励身在慈济发祥地的台湾慈济人，学习这分甘愿、欢喜付出的精神，日日精进不懈怠。

众生根机不同，佛陀以种种法门循循善诱，引导走上正道。上人表示，人心习气与根机利钝，是累世熏染或修习而成。“过去种好因、结好缘，此生就能顺利幸福；若总在人与人之间起无明、生烦恼，此生难免遭遇障碍。”

精进闻、思、修，就能通达法理，行事无障碍。上人教众，将“法”融入身心、显于言行，坚定信根、信力，以耐心、耐力为众生

付出。

提升生命价值

“从事医疗工作，必要救护生命；从事教育工作，必要增长慧命。”四大志策会中，上人表示，现今医疗、教育工作者，比过去面对更多困难与要求；期待加强跨单位、跨志业体连结，“六院一家”、“四校一家”，合和互协朝同一方向前进。

“我只是发起者，募集大众爱心，将医院、学校硬件建设完成

后，就回归专业，托付给各位；期待大家有志一同，真诚付出、发挥最大良能。”

上人教众，要提升质量，也要做好人才培育；提携、培植后进的同时，资深的人才更不能流失。

释迦牟尼佛入灭至今，已超过两千五百年，但是佛陀的慧命仍活跃在佛弟子生命中；上人表示，生命价值不在长短。“人生无常，无人能掌握生命的长短，要自我开创生命的广度与深度，共同成就美善人间。”

10/16~17 《农九月·初四至初五》

转动善循环

【静思小语】带动人心互助之爱，扭转人间无常之苦。



互爱，解人间苦

全球人口快速增加，气候变迁导致粮食歉收，粮荒问题愈来愈严重。十月十六日“世界粮食日”，上人于早会时间感叹：“粮食安全及饥荒问题，是现今全球瞩目焦点；粮食得来不易，应善加珍惜，

切莫浪费。”

缅甸今年遭逢严重水患，全国有八十一万亩农田遭大水破坏，政府暂停稻米出口，并将谷种碾成食用米应急。为避免来年粮食歉收，马来西亚与缅甸慈济志工，九月十九日起连续两天前往莫比镇、岱枝镇发放稻种，为五百多村的七千

多位农民纾困。

岱枝镇是仰光省稻米出口最多的地区，农民以种田为荣。志工来到多沈纽女士家探望，她的四十亩田因大水毁坏所有作物，再次播种后，又有二十六亩被大水淹没，损失惨重而致负债。她感谢慈济赠与稻种，将振作精神重新整地播种。

二〇〇八年纳吉斯风灾过后，慈济数度对缅甸贫农发放稻种，也启发了许多人的爱心。当时发愿效法慈济“竹筒岁月”精神，“日存一把米”助人的乌丁屯，如今已是培训慈济志工，此次也投入发放行列；只见他身穿慈济志工服，向同胞分享“日存一把米”助人的心得，上人甚感欣慰。

“过去他接受济助、也接受善法，心怀感恩而持续行善回馈。看到这分‘善的循环’，让人很欢喜！人间多苦，需要推动善法，带动人与人间‘互助之爱’。”

上人表示，无论贫与富，只要有心，就有能力助人。“爱心能量如冬季暖阳，能发挥救助苦难的大力量，温暖苦难人身心。”

平安就是福；上人教众，要心存感恩，也要戒慎虔诚，照顾好每一天的心念，与人和睦共处、互爱互助。“人心平和、维持人伦道

德，社会就能祥和平安！”

调心，消弭灾难

土耳其慈济人为帮助境内叙利亚难民孩童复学，与当地教育单位、主麻教授等叙利亚知识分子，合力成就三所“满纳海中小学”；第一、二中小学十七日举行开学典礼，校方郑重邀请慈济人前往参与。

十七日早会时间，上人言及，叙利亚难民在土耳其境内没有正式身分，难觅工作，只能靠孩子打工赚取生活费；慈济人不忍孩童失学，四处奔走，终于会合各方力量在苏丹加济市设校，并提供难民家庭生活补助，让孩子安心上学。

二十三位慈济人从台湾启程，远赴土耳其参与开学典礼，并携带八百公斤文具用品，与一千多位难民孩童结缘；为应难民度冬所需，土耳其慈济人也准备御寒衣物及食品发放。上人肯定：“此刻，是慈济关怀、援助叙利亚难民的一步，意义重大。”

叙利亚内战爆发后，许多人冒着被炮火攻击、狙击手射杀的危险逃到邻国，包括约旦。约旦慈济人关怀境内难民，其中，慈力师姊的

女儿收养了一名叙利亚婴孩，他的亲人于逃难途中全部丧命，身受重伤的母亲生下他后也往生了；幸而在慈济人以爱呵护下，婴孩如今已长成活泼可爱的小男孩。

在瑞典，当地政府出于人道考虑收容十多万难民，但因住房不足，数以万计的难民，将在帐棚里接受北欧严寒考验；尽管有电力供应暖气，但帐棚的稳固性与保暖效果不如一般住屋，生活起居凡事克

难……

人的心念瞬息万变。上人感叹，一念心不调，造成天下苦难。

“心存法理、依于正轨，天下就能平安；反之，观念偏差而致行为偏差，将酿成灾祸、扰乱人间。”

上人教众，知福、惜福，时时造福。“提升自我生命价值，更要调和人心，消弭天下灾难，让受伤的大地、人心恢复生机。”

10/18 《农九月·初六》

大爱一家

【静思小语】用宽广无垠的爱，庇荫天下苦难人。



付出，共创历史

泰国纳里宣大学（Naresuan University）委员会主席卡纱·差纳翁博士（Prof. Dr. Krasae Chanawongse）来台，颁发“社会发展荣誉博士”学位给上人；推崇上人以“为佛教，为众生”的愿行及“慈、悲、喜、舍”精神，带领全球慈济人为苦难众生付出。

“这份荣耀属于全球慈济人，

我只是代为接受。”上人感恩纳里宣大学肯定，也期勉所有慈济人更用心、更努力，承担起全球人道援助的使命。

“传承静思法脉、弘扬慈济宗门”志业体同仁精进研习圆缘，上人开示时，回顾慈济历史上的今天——

二〇〇五年十月十八日，为援助遭遇芮氏规模七点六强震受灾的巴基斯坦民众，慈济首梯次赈灾医



泰国纳里宣大学委员会主席卡纱·差纳翁博士（右三），代表颁发“社会发展荣誉博士”学位给上人，肯定上人带领慈济人创立四大志业：慈善结合医疗照顾困苦人民需求，学校教育出具慈悲心的医疗人员，人文志业净化疗癒人心，有助社会祥和。（10月18日）

疗团自台湾出发；包括约旦、土耳其、印度尼西亚、马来西亚与台湾等地慈济人，跨国动员前往救助。

这场地震造成逾八万人死亡、六万人受伤、三百万人无家可归，一千多所医院和七千多所学校震毁，堪称毁灭性的大灾难。慈济赈灾医疗团队与受灾民众同住帐棚、生活克难，虽然语言不通、文化迥异，大家比手画脚沟通；除了定点义诊，也跋山涉水到村落往诊，几位医师的鞋子都“开口笑”了……

时过十年，巴基斯坦赈灾点滴仍历历如新。上人表示，当年投入赈灾的土耳其胡光中师兄，也是因为地震，和慈济结缘——

一九九九年八月十七日，土耳其发生芮氏规模七点四强震。当时慈济人前往灾区驰援，全台志工也上街劝募爱心；有民众不以为然，认为慈济何必救助这么遥远的国家？甚至有人辱骂、指责志工。

岂知一个多月后，台湾就发生灾情惨重的“九二一”大地震。慈



缅甸与马来西亚慈济志工返台报告，九月十九日到十月九日间，于缅甸水患灾区进行谷种发放事宜。上人感恩大家以诚与情，在灾后一片泥泞的道路中，走出平坦宽阔的菩提大道。（10月18日）

济人在第一时间就深入各灾区，提供短、中、长期援助，并援助五十所学校；在此同时，仍信守承诺对土耳其赈灾。

上人感恩志业体同仁，天天与慈济志工共创历史；期勉恒持初心，与师父牵起生生世世的缘。

大爱，包容天下

来台颁授学位的泰国卡纱·差纳翁博士高龄八十二岁，曾任泰国

多个部会首长、泰国副总理。午后与上人会谈，他推崇上人是全世界最伟大的女性之一；并引用上人所说“对的事，做就对了！”与同行的泰国贵宾共勉，要学习慈济精神且发扬光大，让全世界的人都能体会且力行佛法。

上人感恩这分真诚的鞭策与勉励，表示全球慈济人会更踏实地向前迈进。“全球灾难频起，需要凝聚更多爱心力量，救助在苦难中挣扎的人。愿意付出爱心的人愈多，

就有愈多人得救；这是慈济的目标，也是全球人类发展的目标。”

土耳其“满纳海中小学”昨日举行开学典礼，叙利亚籍主麻教授感恩慈济人为叙利亚民众带来希望，他说：“‘爱’可以造一栋大房子，容纳千万人、上亿人，

不分种族、国籍，人人快乐生活其中。”

上人用主麻教授的话表示：“大爱，就是全人类和睦共处的家。期待人人努力扩展宽广无垠的爱，包容天下所有苦难人。”

10/19 《农九月·初七》.....

磨出钻石光芒

【静思小语】磨损是粗石，磨亮是钻石。



时间秒秒过，好事日日做

叙利亚男孩穆罕默德，因为妹妹罹患眼疾，他从小立志当眼科医师；内战发生后，他与家人逃难到土耳其，被迫中断学业且要打工负担家计。当初的愿望，似乎已成了遥不可及的奢想。

早会时间，上人感叹，因少数人心不调，使叙利亚孩童无法在家乡安居、成长，跟着大人逃难；不仅中断学业，也中断梦想。幸而逃到伊斯坦堡，与慈济人结下深缘，穆罕默德进入“满纳海中小学”就

读，让成为医师的梦想，重新有了希望。

土耳其慈济人拜访叙利亚难民家庭时，发现一个十口之家，倚靠才七岁、九岁、十一岁的三个孩子打工维持生活；工厂规定他们每天工作十二个小时，如厕时间不能超过十三分钟……

十月十七日“满纳海中小学”开学典礼，穆罕默德与一百五十多位必须打工养家的孩童，一起接受慈济补助家庭生活费，他开心地说：“我的人生又有了希望！”

慈济人到各班分发文具，男孩

阿布杜拉兹说，他在叙利亚读书总是第一名，来到土耳其迫于生活必须打工，对未来感到绝望。如今重拾课本笑容又回到他的脸上，阿布杜拉兹自许：“努力用功，再拿第一名！”

上人欣慰表示，若非助学的善因缘，或许要埋没许多未来的优秀人才。“感恩许许多多人凝聚爱心，让这群孩子重燃人生希望。”

主麻教授说，爱，可以造一栋大房子，让百万人、千万人甚至是几十亿人居住其中，不分宗教、种族，人人快乐生活。上人认为，这与慈济人长久传唱的《一家人》不谋而合。

“全球人共同生活在天地之间，就如大家庭，何必分国籍、宗教、种族？要用无限开阔的爱心，包容天下人，用爱维护这个‘家’。”

慈济人出于使命感，在全球各地援助苦难人、利益大地人群。上人感恩大家用心付出，造福人间。

“时间秒秒过，好事日日做！”

行大爱道，牵长情路

与宗教处同仁谈话，上人解说今年岁末祝福主题：“大爱之道广

披寰宇，长情之路古往今来。”

“慈济创立近五十年来，救苦救难的足迹从台湾广布国际，‘大爱之道广披寰宇’，名副其实；要延续数十年来的菩萨长情，长情之路不能断。”

看到许多高龄志工依然健朗，无论环保或是委员、慈诚的勤务都不缺席，而且做得很欢喜；上人肯定，每一位都具有清静的菩萨长情。

“有投入、有参与，生命价值才能提升。缺少付出机会，就算富可敌国、权倾天下，一旦心理老化，身体机能也会很快退化。”

人的心灵有无限潜能。上人表示，要帮助老人家持续发挥潜能，自我肯定；才不会总是感叹“老而无用”，让身心持续老化凋零。

“过去师父怎么说，他们就怎么做，总是尽心尽力去爱人、帮助人；他们是师父的知音。现在需要大家爱他们、照顾他们。慈济法亲的爱与情，是长长久久、生生世世的大爱长情。”

上人教导同仁，要加强落实“合心就是协力”，只要年长志工身体状况允许，就要鼓励他们与团队共事，让他们常在慈济大家庭里，感受法亲以爱以情相伴。

10/20 《农九月·初八》



八分饱，两分助人

【静思小语】生活简约、汇聚点滴，让更多人受益。

荣耀，来自力行

“慈济教育的理想，就是无私付出，不为私己、不为营利。就像父母对孩子全然付出，慈济教育也是不计成本，唯用真诚心培育人才。”

马来西亚马六甲慈济人拟办国际学校，上人叮嘱，要办好一所理想的学校，必须凝聚众人以“爱”护校，并且号召有志一同的教师投入。“所有付出不为私己，是为社会培养人才，更为国际培养人才。”

由泰国政府召集社会贤达成立的“复兴国家道德力量推广中心”，二〇〇五年八月开始频繁派员来台参访慈济，取法慈济精神，已有数千人来访。其中，泰国警察大学校长将慈济“竹筒岁月”精神落实校园，学生入学时发给四节竹筒日存零钱，每学年结束时锯下一节竹筒，汇集作为校内学生急难救助基金。

泰国纳里宣大学委员会前天颁授上人“社会发展荣誉博士”学位，这是自一九九三年获颁香港中文大学“社会荣誉博士”学位后，海内外第六所大学授予上人荣誉博士学位。

与加拿大何国庆师兄、郭淑缘师姊谈话，上人表示，这并非个人功绩，是慈济整体的成果受肯定。卡纱博士曾任泰国副总理，现已自公职退休，颁赠典礼结束后皈依，表示既成为慈济人，一定会再回来当志工。

“慈济能受各界肯定，来自所有慈济人长期耕耘的成果，荣耀归属于全球慈济人，我只是代表大家接受这份荣耀！”

传善，提振大爱

两天前，土耳其慈济人在苏丹加济市对叙利亚难民发放现值卡、粮食以及生活物资。包括土耳其志工、叙利亚难民等皆主动帮忙，人

人为“爱”而投入，从每一个细节里传达尊重。现场分不出谁是助人者，谁是受助者。

事前虽曾逐一拜访难民家庭，仔细造册并按家庭人口数采买物资，但由于境内的叙利亚难民人数随时再增加，有几十户没有在名单上的难民来到现场求助。

主麻教授分享慈济“竹筒岁月”精神后，询问领到物资的叙利亚同胞：“慈济人迢迢而来，没有任何目的、条件的帮助我们；但现在外面还有许多人无法得到帮助，有没有人愿意分享手上的物资？”

没想到此举获得热烈回响，许

多人捐出零钱，还有人捐出五袋物资。汇集大众回捐的物资，足够分给在场外等候的同胞。

与“天下文化”林天来总经理等人谈话，上人以此说明：“这就是‘八分饱，两分助人’——自己省下一点点，能让更多人得以温饱。汇聚点滴力量，就能让许多人受益。”

叙利亚、土耳其民众都是虔诚的穆斯林，上人表示，他们能够接受慈济这个佛教团体来帮助，且学习“竹筒岁月”精神，很简单！期待这份跨越国界、种族、宗教的长情大爱，能广为流传。

10/21 ~ 22 《农九月·初九至初十》

吃苦当作吃补

【静思小语】以平静心面对逆境，以甘愿心消除恶业。



拉长情，扩大爱

位处中东的约旦，边境有数十万难民生活在帐棚里，生活困苦。约旦慈济人自二〇一二年，长期关怀南萨地区难民，每月从首都安曼前往提供物资和义诊服务，

真诚与难民建立情谊。

二十三岁的叙利亚女孩伊嫚，为了逃躲空袭以致眼睛受伤、接近失明，慈济协助她进行两次手术，如今已恢复视力；六月间慈济再到南萨举办牙科义诊，来看诊的伊嫚欢喜感谢慈济让她重见光明，等牙

齿治好了，就可以开心地笑了！

五岁的叙利亚男童努尔遭到空袭重伤，性命垂危，慈济协助他到医院进行两次手术，并为他母亲安排住处以就近照顾。如今努尔伤势好转，已转入普通病房。

在土耳其，三天前的发放，许多叙利亚难民在慈济人抚慰下，宣泄心灵创痛，还有人捐出部分物资，帮助其它受苦同胞。

“人生多苦难，需要爱与关怀，支持苦难人度过难关。”晨语时间，上人感恩慈济人悲智双运，救助苦难众生的同时，也抚慰他们的心，引导他们化解痛苦、仇怨心情，甚至以爱回馈。“心存大爱、把握长情，就能让长情大爱不断延续。”

菩萨道难行能行。上人教众，既发菩提心，就要坚定道心，无论面对何等境界，皆以因缘观之。

“吃苦当作吃补。以平静心面对逆境，以甘愿心消除恶业，并以智慧‘化解恶缘为善缘’。”

上人勉众，要在人事中增长智能、广结善缘，恒持大愿，助苦难众生解脱身心之苦，累积清净福德因缘；且自我训练心念、行为时趋向善，习惯成自然，就不会偏差。

付出，还要尊重

位处温带的德国，近日气温降至摄氏零度，数千名在帐篷里过夜的难民冷得受不了，恳求当局另辟栖身地点。二十二日早会，上人不舍难民中有许多妇孺，要如何度过寒冬？

能得到正式庇护又能安稳生活的难民少之又少，难民问题已是全球复杂难解的课题，上人深感无奈，也感恩慈济人在力所能及的范围，尽心设法救助。

犹如叙利亚主麻教授所说：“爱”可以建造一间大房子，容纳天下人。上人表示，这和佛法的道理相通。“佛法云‘心包太虚，量周沙界’”，意即无限开阔的无私大爱，能够扩及虚空法界，包容天地苍生。”

宗教名称虽有不同，但共同的精神都是“爱”。上人举述，土耳其胡光中师兄虽然身为穆斯林，但十多年前与慈济结缘后，就以耐心、爱心与坚定的心志耕耘志业，也就地启发爱心人，铺展出一条大爱道路。

“天下苦难多，慈济人学习佛陀宽广的心怀，救助原不相识的苦难人，以爱付出的同时，也表达

尊重的态度；希望启发人的爱心，
广布善种子，带动世间人人互助互

爱，减轻灾难。”

10/23 ~ 24 《农九月·十一至十二》

人道之爱



【静思小语】以人道精神互爱互助，世界就能和平。

诚与爱，跨藩篱

二十四日早会时间，上人表示，一九四五年国际间成立“联合国”，提倡人道精神、维持国际和平与安全，今日是联合国成立七十周年纪念。 “慈济历史上的今天”——二〇〇三年十月二十四日，慈济也以超越种族、国籍与宗教的人道精神，与印度尼西亚奴鲁亚●伊曼习经院签订援助合约。

位于茂物巴隆地区的奴鲁亚●伊曼习经院，是教长哈比沙卡夫（Habib Saggaf）于一九九八年五月创立，收容许多孤儿和贫苦家庭学童，免费供应食宿和教学，避免迫于生活而堕入歧途。

随着院生愈多，习经院的维持愈显困难。二〇〇三年，印度尼西

亚慈济人前往探访，院内已有七百多位孤儿和三千多位学生。慈济与习经院签约，每年提供五十吨大米；如此援助五年后，院生已有超过一万名。慈济也为习经院建设新校舍，让愈来愈多的学生有足够的教室与宿舍空间。

合约期满后，印度尼西亚慈济人决定辅导院生善用院区闲置土地耕种，学习自力更生。在哈比长老支持下，慈济人传授方法，教院内青年学生利用课余耕种，学做面包，以自身力量改善困境。

当初习经院接受慈济援助，哈比长老承受很大压力——曾有教友指责他，穆斯林不该向佛教徒求助。哈比长老对大家说明：“慈济人帮助我们 是出自真诚之爱，不是要改变我们的信仰。”

慈济与习经院师生情谊维持至今二十年，慈济人定期前往关怀、举办义诊、做静思语教学；而慈济举办大型活动时，师生们也会前来协助并参与。

上人表示：“佛教慈济与伊斯

兰习经院的真诚互动，展现出不分宗教、种族、国界的无私大爱；也合于联合国成立目标——‘期待世界和平，全人类都要以人道精神、互爱互助’。”

10/25~26 《农九月·十三至十四》

以爱包容，天下一家

【静思小语】爱，可以超越一切隔阂，包容天下人。



有爱，世界一家

早会时间，高雄、台南静思堂两千六百位环保志工透过视讯联机，聆听上人开示，美国、加拿大也有约四百位慈济人联机参与。上人提到叙利亚难民在异国生活的困顿——

四十岁的裁缝苏海拉女士和经营文具批发的先生，为了躲避战火，带着两个孩子离开首都阿勒坡，冒险穿越边境铁丝网，辗转偷渡到土耳其。

逃难前，就读高二的长子因住家遭炸弹攻击坍塌而受伤，休养两

个月无法参加期末考，没有拿到毕业证书；一向品学兼优的他，背着装满课本的书包，历经艰难逃到土耳其，希望能够完成学业。

苏海拉的先生到塑料射出成型厂上班，因长时间工作，不慎被机械割伤了手；长子为了帮忙家计，也到工厂打工。次子获得慈济助学，进入满纳海中小学就读。慈济因此知道这一家人的遭遇。

“苏海拉感谢慈济协助次子上学，希望有朝一日，长子也能回乡完成高中学业。志工问她需要什么？她含蓄地说，逃难五个多月来，家人只有身上穿的那套衣服；

可以的话，请给他们一些衣服替换……”

历经颠沛流离之苦，苏海拉女士只求一些换洗衣物，上人感到心疼；也想到伊波拉疫情蔓延的西非狮子山共和国，慈济与两个国际慈善组织合作，捐赠医药、粮食和折叠床给收容病患的医院，接下来除了提供医疗手套等耗材，也应其所需给予衣物、鞋子。

“国际间有这么多苦难人，我们能接触到、帮助到的，少之又少，实在无奈！”连日新闻报导，各地难民不断涌入欧洲，密密麻麻的人潮挤在边境。上人感叹，倾家荡产、辛苦逃离，到了边境却不得其门而入，妇女牵着、抱着年幼的孩子，在人群中大声求救……

世间种种苦难，让人不忍。上人教大家“见苦知福”，把握健康平安时，为社会人群付出。

北桃竹宜花东“培训委员慈诚寻根暨精神研习”圆缘典礼，上人再次提及叙利亚主麻教授的话——有一个“家”可以容纳百万人、千万人、上亿人。“这个家，就是‘爱’！”

慈济在土耳其苏丹加济市进行大规模助学、发放后，许多叙利亚人、土耳其人都学会唱慈济

歌曲《一家人》。上人表示：“尽管彼此国籍、语言、宗教各不相同，但在大爱包容下，都是‘一家人’”。

对即将受证的师兄、师妹，上人开示，受证代表“承担”。“不能只是做一个快乐的志工，要做一个能‘承担责任’的慈济人，不断接引人间菩萨、扩大爱的能量，世界才能和平，人生才能幸福。”

皈依时间，上人勉励新佛子，“皈”是反黑归白，表示今后将从无明黑暗，归于光明正向。“过去若有不好的习气，或是纠结难解的爱恨仇怨，从现在开始，要看开、放下；要学习佛陀‘心包太虚’——开阔心胸，包容一切。”

人生苦短。上人表示，真正的快乐，是将生命发挥在有意义的事情上。“时间不待人，只要是对的事，不能半途而废，要把握时间和因缘，勇往直前付出。”



10/27~28 《农九月·十五至十六》



畅通人生路

【静思小语】日日发挥良能，成就大好人生。

坚持正向

美国洛杉矶加州大学化学暨生物分子工程学系主任，也是美国国家科学院院士、中央研究院院士的廖俊智先生来访。

谈到台湾人才培养问题，上人认为，台湾绝对有培养国际顶尖人才的教育环境与实力。“但是社会人心观念偏差，导致教育功能不彰。需要更多有志之士，共同为台湾留住人才、培养人才，成就未来的希望。”

谈到人道援助，上人表示，救灾、济贫不只要有人道精神，还要有道德情操；道德精神，是阻止人类走向灭亡的希望之光。

“慈济人总是‘走在最前，做到最后’，出钱、出力、出时间，甚至为救助苦难而奋不顾身；且持续关注、鼓励，与受助者建立情谊。如此付出无所求，已不仅是人与人之间的互助，更深含宗教与道德情怀。”

犹如人体保健比医疗治病更重

要，上人表示，救灾行动再迅速，都不如做好防灾；近来慈济在屏东县、台东县、花莲县许多学校进行“减灾希望工程”，将老旧危险校舍重建为稳固的新建筑，就是为了防患于未然。

教育是社会未来希望所寄。上人表示，再好的种子，也必须播入土中，让水土、阳光等因缘成就，才能生根发芽。

“现今社会风气转变，教育环境不若以往单纯。志为人师，要把握因缘投入心力，在逆境中坚持带动正向，未来才有希望。”

自觉利他

海内、外众多慈济道场响应“晨钟起，熏法香”，一位志工分享：“自从养成早起闻法习惯，每天清醒着做事的时间延长，如同生命时间增加。能够多了解道理、多做好事，日子过得很充实。”

二十八日早会时间，上人以此教众：“日日发挥良能，就是大

好人生；反之，懵懵懂懂、不由自主随业流转，人生道路处处行不通。”

心里的苦，多来自于长久累积的烦恼以及无明习气。上人教导：“要以法去除无明烦恼，自觉且利他——以觉悟的心，发挥生命价值、利益他人。”

二〇一一年宏都拉斯发生大水患，居民普遍贫穷，受灾后无力恢复家园，只能拿回收的建材搭盖栖身之处。长年在当地照顾贫民的张鸿才师兄立下宏愿，要为他们兴建永久住宅。

他运用“以工代赈”方式，

带动本土志工在马可比雅市梦哈娜村兴建完成一百六十一户大爱屋；今年九月继续在秋市兴建两百多户大爱屋，第一期工程在本月中旬完成，四十二户居民终于可以告别塑料布搭建的简陋住屋，拥有一个遮风蔽雨的家。

上人肯定张鸿才师兄善用方法——就地取材、降低建屋成本，“以工代赈”带动居民建屋、补助其生活，让他们拥有安稳居住处，且带动人人成为志工，走向人生正向。

“人生苦难虽多，只要人人发挥良知、集中爱心力量，就能帮助苦难人离苦得乐。”

10/29 《农九月·十七》

正向看世界

【静思小语】用爱肤慰，消弭仇恨。



守志奉道，传递清流

与大爱台同仁谈话，上人表示，慈济人在土耳其为叙利亚难民付出，是跨越宗教、种族、国籍的爱心行动，希望消除难民孩童深埋于心灵的仇恨种子，得见人间互助

的无私大爱。

“从慈善角度来看，这群孩子很需要人道帮助；慈济希望经由助学、生活补助，与他们长久互动，让他们感受到来自世界各地的爱。”

难民儿童跟着大人逃难，过程血泪交织；天地之大，却无容身之

处。好不容易来到了土耳其，迫于生活必须长时间工作养家……上人表示：“要用爱陪伴他们成长，才不会让恐惧、无奈、痛苦、仇恨等负面情绪，不断累积在小小心灵，变成根深柢固的观念；将来以怨报怨，让世间苦难不止。”

国际间自杀炸弹攻击事件频传，每每造成重大伤亡。上人慨叹：“这是因仇恨的意识深植于心，不惜付出生命粉碎一切。”

人文志业董事会中，上人再言，慈济希望将爱注入叙利亚难民儿童心灵，拔除恐惧与仇恨，以正向态度看待世界，也能以感恩心付出。

教育，是社会未来的希望。在台湾，慈济更长年帮助清寒家庭学子就学，重燃家庭希望；九二一大地震后启动“希望工程”，为五十

所学校重建稳固校舍；目前更在台东、花莲、屏东三县进行“减灾希望工程”，修缮、重建老旧校舍。凡此种种，都是为了让孩子安心求学、为台湾的未来付出。

“人祸比天灾更可怕，而且影响深远。悲悯天下苍生苦，要加强传递人文清流，抚平人心动乱。”人文志业透过影像、声音、文字，报真导正，传扬美善。上人致勉，寸寸纸张、秒秒画面，都要让观看者见闻受用，认同道理并且身体力行。

在混浊的社会中，若无法坚持原则，很快就会卷入无明烦恼的滚滚浪潮、淹没其中。上人期勉同仁要“守志奉道”。“无论社会风气如何转变，都要脚踏实地、步步踏实，守持初心、守住志业精神，朝正确方向精进前行。”

10/30~31 《农九月·十八至十九》

入人群，造福修慧

【静思小语】福，在人群中造；慧，在人群中修。



立典范，真情铺路

缅甸七月底遭遇暴雨侵袭，

全国十四个省邦中，有十二个受灾，让“世界米仓”损失惨重。仰光慈济人八月上旬，远赴九个半

小时车程外的实皆省蒙育瓦镇勘灾，隔天再搭三小时车到哪吉村为一百六十四户发放。一趟勘灾、赈灾行，耗时四天。

早会时间，上人开示：“慈济人不辞劳苦、逐村访查，田埂路泥泞难行，有时又须冒险涉水而过。尽管前路坎坷，大家出于真诚、真情，坚持走出一条平坦宽阔的菩提大道。”

岱枝镇、莫比镇是仰光省产米重镇，水灾使得四万多亩农田毁损，稻种泡水腐烂，一万多位农民血汗泡汤。慈济人八月中旬前往勘灾，先结合寺院为断炊的受灾民众煮热食，之后发起“以工代赈”，聘请当地妇女为六个村的居民每天供应两餐。九月初大水退去，志工走入农村、学校访视，致赠干粮、日用品与文具；之后又提供稻种给五千多位农民，协助农田复耕。

二〇一〇年纳吉斯风灾过后，慈济人曾到丹茵镇二十九个村发放稻种，如今农民生活改善，此次水患没有受灾，村民们响应慈济号召，踊跃捐出稻种援助灾区同胞。

上人欣言：“慈济人长期在缅甸以爱互动、济贫教富，带动起互爱互助的善循环。期待人间菩萨‘一生无量’，凝聚更多救助苦难

的力量。”

全球天灾人祸愈来愈多，如《法华经·化城喻品》描述，众人困于险路，心中充满恐惧。上人开示：“即使生活在平安之地，也要面对自身的老、病、死亡，以及不知何时现前的无常。要把握身体健康之时，多付出、多造福，树立爱的典范；用爱铺平无明、仇恨的坎坷人间路。”

修善法，自我要求

与精舍出家众谈话，上人叮嘱，修行之路漫长，要时时自我修心。“人生路，步步陷阱。若没有踏稳脚步，徒有修行之名而无修行之实，是自我欺骗、空过人生。”

心念无形，却会从待人接物、言行举止中显现。上人教导：“对内的自我要求，要比外在的章程法规更严格。期待人人自我提升，对外有章法、对内有品质。”

对于承担重任的人才，上人要求“量要宽，志要坚”。“有宽大的心量、坚定的意志，才是真正贤能之才。”



●联络处

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

北京/天津

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

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

上海

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

上海嘉定联络处
上海市嘉定区
马陆镇宝安公路2770号
TEL (021) 69152131

上海浦东联络处
上海市浦东新区
东方路738号16楼1601室
TEL (021) 38970269

江苏

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

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

浙江

杭州联络处

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

四川

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

重庆联络处
重庆市北部新区
杨柳路6号102室
TEL (023) 63113857

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

汉旺慈济环保教育站
四川省绵竹市汉旺镇
凌法村一組
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
(0593) 7966365
(0593) 7997939

广东

东莞联络处
广东省东莞市中堂镇潢涌第
三工业区(永磁电子)

TEL (0769) 88187799
FAX (0769) 88183978

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

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

广州番禺联络处
广东省广州市番禺区
石基镇新兴路4号
TEL (020) 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
TEL (0512) 65816171转3102

苏州景德店
江苏省苏州市景德路367号
TEL (0512) 80990980转4202

厦门湖里店
福建省厦门市湖里区
兴隆路582号之一A

TEL (0592) 5717229
厦门思明店
福建省厦门市思明区
禾祥西路12号103店面
TEL (0592) 2285766

厦门五缘湾店
福建省厦门市五缘湾
商业街B区B3栋
TEL (0592) 5717706转115

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

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

杭州红星店
浙江省杭州市上城区建国南
路280号(西湖大道旁)
TEL (0571) 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
TEL (0755) 22380860

泉州新门店
泉州市鲤城区新门街拓改工
程北12#27-29号
TEL (0595) 22850338

福鼎古城店
福鼎市古城南路120号(市医
院慈济大楼静思书轩)
TEL (0593) 7832707

长春宽城店
长春市宽城区北京大街420号
百洋大厦1楼
TEL (0431) 82761800

青岛市南店
山东省青岛市市南区东海西
路51号16栋网点一层C户
TEL (0532) 58692826



昆山环保车上路

在繁华的江苏昆山市区，一辆蓝色小型货车穿梭在马路、街道中。这辆车不同于私家车，也不同于商用货车，它是一辆公益环保车，运载的是从昆山各社区收集来的可回收资源。

在昆山慈济环保志工的不懈努力下，昆山城区内的七个社区分别设立了环保点。通过在各个社区环保点的宣传与带动，这七个社区在每周固定的时间做资源分类回收。

考虑到用多部小轿车来回运送回收物资不是环保之举，昆山慈济志工自募款项，购置了专用回收物资的环保车，并在交通局与环保局的核准后正式上路，目前已有三十多位志工报名轮值环保车驾驶，当日轮值驾驶的昆山志工李东凯说：“当满满的物资搬上环保车后，心里就会很欢喜。”。



摄影/赵耀

心灵四神汤

在目前讲究功利的社会，也许有人会问，生命的美学究竟是甚么？何处有生命的美学、又要从何处学起？

作者刘济雨本是一名台商，本名刘铭达，于1988年到马来西亚马六甲投资，成立制衣公司。在一次因缘之下，认识了慈济。而在2001年，刘济雨结束了制衣厂事业，将厂房及厂地捐赠给慈济，从此全心全意投入志工的工作。2004年年底，当世纪浩劫南亚大海啸发生后，他协助慈济在斯里兰卡的灾区重建工作。

刘济雨在《心灵四神汤》中提到：“人生就像一艘船，要行于幸福美满的航道，需以智慧用心定位。一旦定位偏差，不必慌张，只要转换航道、从心出发，那么每个日子，都可以快乐出航——航向碧海蓝天，飞向不可名状的快乐人生。”