

慈濟

第 22 期 2015 年 1 月

P 28

医疗转介平台在苏州

苏北冬令发放 P30

涞源一中助学 P43

武汉佛事展 P49

从坐地行感到

亭亭玉立

- 319个幸福的日子 P8
- 在康复科磨练 P12
- 脚踏实地走向厦门 P15
- 她有两个生日 P17

为净化心灵做活水 为祥和社会做砥柱 为闻声救苦做耳目



【静思晨语】 ◎证严上人

向正道，行正轨

一念无明，烦恼累积，毫厘之差，失于千里，
迷觉之隔，凡圣之别。

时时调心，去除无明，守志不偏，安住清净，
行于正道，通达真实。

【无尽藏】

难行能行 至诚付出

不发心，原地踏步，
菩萨道是难行道。
发慈愍心，立弘誓愿，
至诚付出，欢喜甘愿走，
每一步都能造福人群。

证严上人主讲 编辑部整理

◆ 讲于二〇一五年一月一日至十七日

从 去年底到今年元月，马来西亚东海岸豪雨不断，造成严重灾情，共九个州、二十六万人受灾。大水淹没的广大区域，到处都是堆积如山的废弃物，泥泞不堪；灾区潮湿炎热，垃圾多堆积一天，环境卫生就多一天危机。水灾也影响许多家庭生计，十多天没有工作，生活出现困境。

一年多前菲律宾海燕风灾时，慈济大规模“以工代赈”，动员居民一起



画作／林淑女

清理家园，恢复市容与生机，居民又能以代赈金购买生活用品或食物，及时解决困境。马来西亚慈济人效法此举，合心带动“以工代赈”大清扫，调度来卡车与铲土机清运垃圾；不仅打扫街道，还清理学校，让师生早日开学；清理清真寺，让信徒如常进行祈祷。

灾区缺乏水电，许多居民连续多日没有吃到热食；慈济也提供香积饭，

让参与清扫的居民吃饱饭、领了代赈金再回家。

马来西亚有三大种族：马来人、印度人与华人，平常彼此较少互动。慈济赈灾不分种族与宗教，以“诚”以“情”付出，尊重对方信仰而安他们的身心；带动三大种族合心协力清理家园，过程中彼此感恩、化解歧见，让社会更和睦。

这波赈灾，大马南北连心——雪隆慈济人天未亮就出门，槟城志工更是搭机迢迢前往灾区。路难行，但有心就不难；水退到哪里，他们的足迹就走到哪，伸出双手疼惜、拥抱受灾居民，发挥爱的能量肤慰他们的心。

一个月来，慈济志工不停歇地义诊、发放福慧床、生活物资、致赠祝福金；邻近的新加坡慈济人也发动募心募款。大水过后有些区域几乎成为废墟，家境贫困的人们要恢复安身之处遥遥无期，慈济人会持续帮助他们安身心、安生活；众生没有脱离苦难，菩萨就没有休息的时刻。

无论贫困或富有，一旦天灾降临，同样受灾；屋内装潢得再富丽堂皇，大水一泡都成了垃圾。慈济人深入苦难地，见证人生无常、国土危脆，见苦知福、见苦自度，而且把握因缘付出，凝聚爱的力量消弭灾难。

人间苦难偏多，志为菩萨，要立弘誓愿、发慈愍心，至诚付出，自度利他；只要坚定道心，就能克服种种困难，圆满救人的心愿。

对准目标，
肯发心，甘愿走，
难行也能欢喜行。

在娑婆世界净化人心，要能“堪忍”——以坚强的心志，难行能行。面对形形色色的人，要以智慧应其根基而引导、用种种方法救拔苦难；在这过程中，还要如莲花般出淤泥而不染，让心保持清净。

行菩萨道，要透过“六度”培养道种——“布施”：众生有困难时及时肤慰，不仅付出财物，还能法施、无畏施；“持戒”：守好做人的规矩，防非止恶；“忍辱”：通达道理，心无计较；不受众生习气染着，如入“禅定”，日日“精进”向前，“智慧”就能成长。能力行“六度”，培养坚固道种，行菩萨道就没有困难了。

在贫穷苦难的地方，只要有善种子出现，就能够帮助更多人。为了关怀非洲各国的种子志工、坚定大家道心，南非德本的黑菩萨组成国际小组，承担跨国传法任务；每趟路都跨越千里，非常辛苦。

其中高龄七十八岁的本土志工慈蕾，投入慈济十六年，道心坚定，依旧很精进；去年十一月到博茨瓦纳带动，回来之后感冒了，只休息四天，又跟着团队去伊莉萨白港关怀。

这次路途有一千多公里远，大家劝她在家休息，她说不去她不安心——因为每次只要一躺着，就想到师父在

病中仍努力用生命做慈济。“我年纪大了，时间快要不够用了，所以要更积极做。”她说，进慈济生命好像重新开始，所以现在才十六岁。

慈蕾步步精进，即使生病仍不停歇，心甘情愿欢喜付出。如此用生命投入人群，也成为许多非洲贫民生命中的贵人。

非洲黑菩萨生活贫困，但她们的心却很富有，因为法在心中，心灵财富取之不尽、用之不竭。虽然助人过程辛苦，但方向清楚，再困难的道路，也能欢喜甘愿前进。

若是不发心，原地踏步，菩萨道当然是“难行道”；只要肯发心、甘愿走，就没有困难。菩萨道要寸寸用爱铺，不只自己走，还要牵扶他人一起走，那么所走过的每一步，都是造福人间的大道。

**自性宝藏，
取之不尽、用之不竭，
生生世世相随。**

人类依赖大地而活，却不断破坏大地，来成就人类的享受、享用。人的贪念不只破坏大地，其实也破坏了心地。

福建福鼎市嵛山岛，过去环境优美、人心纯朴，近年来经济发达带动观光，也带来很大的污染，处处可见垃圾。当地环保志工辛苦捡拾回收物，担挑回来分类，做到十只手指头都是水泡结成的粗茧；在我眼中，那

就是他们的“宝石”——比富有人戴在指上的钻石还珍贵！感恩慈济环保志工用双手耕耘出清净大地，大地平安，人间才能平安。

人人内心都有无量宝藏，只要闻法信解、开启富裕心灵，就能以无量智慧与爱，利益人群。相较于金钱财宝，这分内心的法宝，不会破坏山河大地，不用租保险箱保管，也无须任何装饰，即使此生结束，也能带到再生；这才是生命中最有价值的珍宝。

时间分秒过去，已经迈入二〇一五年了，新的一年最大希望，就是人人要“诚”。

极端气候与人心不调，造成的天灾人祸日益频繁；“平安”求不可得，唯有人人时时抱着戒慎虔诚心，敬天爱地、力行好事，才能汇聚福缘，带来平安。

感恩能生在平安的地方、感恩过去每一天的平安，“感恩”与“虔诚”，是让社会祥和的灵方妙药；心想好意、口说好话、身行好事，就能为人间带来幸福。

期待人人从自己做起，心存诚、正、信、实；在家庭中对上恭敬、对下友爱，在人与人之间诚意相待，共同造福。人人具备“诚之情谊”，汇聚爱的能量，才是“人间祥兆”。

请大家多用心！



慈濟

T Z U C H I

无尽藏

- 1 难行能行 至诚付出
证严上人

主题报导

从坐地行说到

亭亭玉立

- 8 319个幸福的日子
12 第一次手术治疗
15 在康复科磨练
17 院长爸爸买的鞋鞋
18 微信日记
21 脚踏实地走回厦门
24 她有两个生日

地方通讯

- 28 医疗转介平台在苏州
30 苏北冬令发放
34 苏北冬令发放所见
36 寒冬送暖在鹭岛
39 狼牙口村的爱
43 涞源一中助学
47 广州中医药大学助学
49 武汉佛事展

人品典范

- 52 再展笑颜
54 说出心里话
57 坚强的小强
59 环保姊妹花

目录

健康之道

62 中药香囊防流感

64 预防禽流感的妙方

证严上人衲履足迹

释德侃

65 《内容提要》

- 不同于一般社会慈善机构，慈济是以“菩萨精神”为人群付出的团体；上人勉众引法入心，以超然的慈悲、智慧，为大地众生付出。“要以诚恳之爱，广招人间菩萨，照顾好每一位法亲的道心，共同成就‘觉有情’的道场；道场人气旺盛、道气旺盛，自然能发挥净化人心良能。”
- 有访客说无法控制自我心念与行为，似有“通灵”能力。上人表示，其实没有什么灵可通，“心静下来，精神就能通达。一直想着自己被外力干扰、纠缠，心被卡住了，怎么能通？想不开则不通。把人做好、路走的正确，就能通达觉悟的菩提道，如此就是‘神通’。”

封面图说：

厦门同安女孩陈团治，是罕见“先天性双膝反曲”患者，自幼无法站立行走。经过三百多天的治疗，团治稳稳地站在台湾花莲海边上，与蓝天白云大海一起比出胜利的手势。



2013年4月创刊

2015年第1期 总第22期

创办人/释证严

主管/国家宗教事务局

江苏省宗教事务局

主办/慈济慈善事业基金会

顾问/朱永新

主编/慈瑞

执行编辑/心吟 济虹

美编/赵耀 胡玉洁 慈敬

校对志工/才轩卓 慈贺 慈晔

王秦 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



从坐地行走到
亭亭玉立

在厦门同安，有个女孩名叫团治，笑容很甜、很美，可是，走路的模样与众不同，原来，她是极重度“先天性双膝反曲”的患者，根据医学文献，全世界极重度的病例报告只有二例，但是，从不轻言放弃的她，通过台湾花莲慈济医院的两岸医疗平台、厦门市慈善总会及慈济慈善事业基金会的合作，现在，她站起来了，且是脚踏实地的站起来了。



治療中

319个幸福的日子

撰文/编辑部整理 照片提供/慈济基金会



厦门慈济志工前往陈团治家中关怀她的生活状况。团治说：“我的梦想就是想站起来，因为我还有很多梦要完成”。

在厦门市慈善总会与慈济慈善事业基金会跨海接力下，台海交流再进一步，花莲慈济医院“两岸医疗平台”，经过三百一十九天的努力，成功地让一位极重度先天性膝反曲“坐地行适”的女孩“亭亭玉立”。

“三十年的行医生涯，头一次看到如此罕见的个案。”

陈团治出生即膝关节畸形，通过慈善组织转介，于二〇一三年十二月二十二日前往台湾花莲慈院，接受骨科初步检查，名誉院长陈英和会诊遗传咨询中心朱绍盈医师，隔日，查到相关文献，确认是罹患了罕见的“极重度先天性膝反曲”。

“这是极其稀少，手术困难的病例。”

陈英和指出，全世界的医学文献，仅有两例的手术病案报告，加上团治伴有续发性的踝关节马蹄足变形，是他在行医生涯中第一次见到，因此，种种因素导致病人的治疗计划更加复杂。

另外，踝关节的矫正手术，增加了医疗的规模和难度，术后两下肢的四个关节须同时克服外科手术的伤害外，并且学习从未有过的关节功能，这些困难都是以往文献病例所未经历。

“我想站起来，因为我还有很多梦想要完成。”

为了完成陈团治的梦想，花莲慈院整合骨科、麻醉科、复健科、影像医学部、遗传咨询中心、护理部、行政部门以及慈济志工等医疗团队，帮助陈团治迎向希望人生。

“治疗困难度虽高，却有其必要性。”

陈英和院长表示，就肢体功能来说，手术之前陈团治是以“两侧膝上截肢型”的步行方式，就像是膝上截肢的病人一样，必须借着双手大力的甩动，进而摆动躯干、骨盆、大腿才能往前进，是变相地消耗体力。

而这样的行走方式，对于正值青年的团治，或许还能负荷，但是行动力会随着年纪增长渐渐衰退，预估四十岁后，她的身体功能即无法负荷，届时将没有力气走路，必须靠着轮椅行动，因此，手术治疗是必要的。

当然，过程中，不免会有担心，幸而克服“三个担心”，终让团治站起来了。

第一个担心是：大角度切骨手术的风险神经血管是否安全？切骨后的骨接合是否顺利？因为检查时，从血管摄影看到大腿到膝关节，因为打折的关系，小腿的血管几乎看不清楚，血行状况很差。手术后是否会影响血管功能甚至坏死，都必须考虑。



通过两岸医疗转介平台，团治将前往台湾花莲慈济医院进行治疗，厦门慈济志工特地在机场为团治送行，给予最深的祝福！

第二个担心是，预计手术的四个部位，都属于重大手术，同时包含四个关节的处理，所以每一部位都是困难手术，加上每一部位都必须成功完美，且无法支持开刀的部位。

第三个担心是，手术之后，各部位除了要从“手术创伤”中恢复，同时要学习从来没有承担过的肢体功能，真的很困难。

虽然困难，但在充分准备与计划

下，承担医者责任，有其必要。

十个月的治疗期，医疗团队在团治的双膝、双踝等四个关节共进行七次手术。其中，在切骨策略上，医疗团队以创新方式——结合“闭锁式切骨矫正”和“开放式切骨矫正”的两种机转，达到一百六十度的高矫正量，这比前述文献病例采取纯然截除六点五公分长度骨块的做法，更能让患者保有肢体长度。

另外在踝关节进行切骨矫正手术、跟腱Z形延长术及异体肌腱移植补强，让双腿踝关节获得九十度的改善。

陈英和介绍，膝关节矫正，以“闭锁式切骨矫正”加上“开放式切骨矫正”，把切下来的三角形腿骨，移植到同一只腿骨的另外一端，以得到最大的矫正角度。踝关节手术难度也很高，一个要做中足的切骨矫正；跟腱部分则做了延长手术，因为团治的肌腱狭小，又做了肌腱移植手术。

手术的结果，不仅保有团治的关节活动度，也成功保有肢体最佳长度，让原先双膝反曲身高只有九十三公分的陈团治，术后成长为

一百二十八公分。

除了开刀，康复治疗更显得重要。物理治疗师徐佳俐说，团治在第一次手术后的第二天，就开始复健，每周都会进行五到六次。为强化双下肢关节活动度与肌肉力量，复健科规划了一系列的复健运动计划，现在，团治不仅会走路，还可以上、下楼，行走斜坡道。

经过三百一十九个“幸福的日子”，团治回到家乡，花莲慈济医院也把接下来的康复工作交给厦门市第五医院。若一切顺利，还有“长高”的机会。

“手术之所以能成功，最重要的还是团治的乐观心态。”这是医疗团队公认的结果。

◎



两岸慈济志工接力，团治来到花莲慈济医院，将在此接受长达十个月的治疗以及康复过程。

第一次手术治疗

撰文/编辑部整理 照片提供/花莲慈济医院

二月十二日上午，陈团治接受花莲慈院医疗团队的安排，接受“右膝切骨矫正”的第一次手术治疗。

擅长小儿遗传领域的朱绍盈医师指出，迄至目前为止，找到可参考的个案治疗文献，只有一例埃及个案，所幸参考个案在接受手术后，历经十一年，对术后的基本行走功能感到相当满意，让医疗团队对于陈团治的手术治疗方式信心大增。

为了协助这位世界罕见的个案，花莲慈院谨慎地制定一连串缜密医疗计划。手术前一天，更召开个案的医疗会议，确定陈团治手术治疗与后续医疗计划的各项细节。另外，为确认陈团治最新且最正确的双腿骨骼状况，十二日手术前，陈英和名誉院长决定再为她安排X光摄影检查，手术也往后延两小时以做好周全的准备工作，陈院长亲自来到检查室，双膝跪在地上，为她设定最舒适的检查姿势。

上午十点十分，象征十全十美的祝福下，陈团治在妈妈苏选、志工及花莲慈院同仁的陪伴下，安心地来到手术室等候室准备接受手术。

同时间，陈英和名誉院长带领的医护团队已在开刀房内等待。

十一点七分，陈英和名誉院长划下第一刀，医疗团队决定采取渐进式计划，先从相对较不严重、弯曲一百三十度的右腿进行“右膝切骨矫正手术”。由于之前完全没有先例，陈院长在事前经过多次模拟，制定出三个手术计划方向，还依照团治的骨头比例，绘制出一比一的原始比例手术计划图，让医疗团队更清楚手术的每个步骤。

“切骨、扳正、放钢板”是切骨矫正的三大步骤。医疗团队先让陈团治侧躺，在臀部放置靠垫稳住她的身躯，为右腿全腿消毒后，即开始进行手术。手术分为两个阶段，首先从大腿骨进行“闭锁式”切骨矫正，切出约四公分长的三角形骨头后，扳动大腿骨与小腿骨段，得到八十度的矫正量。

第二步进行“开放式”切骨矫正，再得到五十度的矫正量，最后再将刚刚切下的骨段打碎，置入矫正的缺口。两步骤共得到一百三十度的矫正量，也就是将原先的弯曲完全矫正，让她的右腿也一改原本

的“L型”，可完全地打平伸直。

三个小时后，医疗团队即完成“右膝切骨矫正手术”，接下来就是医疗团队最担心的腿部神经状况。陈院长说，由于她的腿部神经与血管，长久处于变形状态，手术中的任何一个扳动的细微动作，都可能影响神经功能，所以决定让她

在开刀房恢复意识，确定神经功能是否正常。

等待回复意识的二十分钟，开刀房鸦雀无声，陈院长不断地在开刀房来回行走，时间一分一秒地过去。“团治醒了！”听到陈宗鹰副院长的知会后，陈院长赶紧取来细针，扎她的右脚大拇指，大伙儿屏



○ 团治手术时间 / 名称：

- 2014/03/12第一次手术 / 右膝切骨矫正手术
- 2014/03/22第二次手术 / 左膝切骨矫正手术
- 2014/04/04第三次手术 / 左膝二次切骨矫正手术
- 2014/04/30第四次手术 / 右踝切骨矫正手术
- 2014/05/14第五次手术 / 左踝切骨矫正手术
- 2014/08/19第六次手术 / 右膝二次切骨矫正手术
- 2014/09/03第七次手术 / 右踝二次切骨矫正手术

第一次手术之前，陈英和荣誉院长安排X光检查，确定最正确的双腿骨骼状况。陈院长跪在地上为团治设定最舒服的检查姿势。

气凝神，“动了！动了！团治的脚趾头有动了！”陈院长指着陈团治有反应的脚趾头开心地说，全体医疗团队如释重负，笑逐颜开。

接着刘冠麟医师再用“血流器”监测她右腿的血液循环，再次确认团治的右腿功能正常，不到四个小时的手术过程，让陈团治第一次的手术顺利圆满成功。

团治的腿直了，在隔离区看着团治进入恢复室的妈妈苏选，看到这一幕终于露出笑容。在志工们陪同下，不

停在手术室外祈祷的妈妈苏选眼眶泛红，双手合十着向陈院长说感恩，也赶紧打电话向孩子的爸爸、小叔等亲戚朋友告知这个好消息。

志工颜惠美特地带来熬煮多时、可以补血的红豆汤，转交给妈妈苏选，提醒妈妈等陈团治接受观察，经医护团队确认可进食后，再让团治补补元气；而一路陪伴的厦门志工柯春霞，也在当天晚上同住病房，和妈妈一起照顾陈团治，陪她度过手术后最辛苦的恢复期。 ■

先天性膝反曲

医疗小百科

一般正常的膝关节打直时是挺直的，“先天性膝反曲”的患者在膝关节打直时则是往后面弯曲的。“先天性膝反曲”是一种罕见的先天性疾病，由Chatelaine医师在1822年首度提出报告，患者的膝关节出生时就出现变形。该疾病并非单一病变，包含种种轻重不同程度的膝后曲变形，从轻症的骨骼结构正常，仅只有关节囊松弛；到膝关节出现半脱位、全脱位；甚至大腿骨亦出现弯曲变形等。此种疾病可能单独发生，或合并身体他处的先天性变异一起出现。

先天性膝反曲患者，可采取非手术的复健治疗方式改善病况。膝关节严重变形的患者则需要手术治疗，矫正骨骼结构，调整肌肉韧带松紧度。



陈英和院长穿上“气动式踝护具”，借助护具的固定性，模拟团治术后双腿打直的走路方式。

在康复科磨练

撰文/编辑部整理 照片提供/花莲慈济医院

孩子的第一步，有父母牵着；陈团治“站”起来的第一步，有花莲慈院医疗团队陪伴着。

不因为身体外型的不同，而放弃正常的生活，开朗少女陈团治，来到花莲慈济医院做治疗，本来已经做好要截肢的打算，但是每次术后的明显进步，让团治有了信心努力地积极康复。

搭配团队规划的一系列康复计划，透过学步机、四脚拐、腋下拐等辅具，渐进式地安排站立、行走，甚至是上楼梯等训练，陈团治咬着牙、忍着泪，踏踏实实一步一

脚印的练习。

过程中医疗团队也费尽心思，制作不同的鞋垫辅具，弥补陈团治因双腿发育导致“长短脚”的距离。一步一步，从牵手到放手，陈团治脚踏实地，越走越稳。

二十六年来第一次脚掌落地，用“升降式步行训练机”走出第一步，实实在在地感受双腿伸直、用脚掌走路的感觉，都在康复科。

“右脚往上翘、往下踩。对，就是这样！你要记得脚掌运动的感觉喔！”团治在名誉院长陈英和的指示下，开始练习从没使用过的右腿

阿基里斯腱。

确认团治会使用阿基里斯腱动作，陈英和名誉院长满脸喜悦，开心地说，阿基利斯腱能提供团治脚盘往后蹬，让身体向前进的力量，所以能掌握阿基利斯腱的运动，是团治之后走路很重要的关键点。

了解团治右腿的恢复情形后，医疗团队重新为团治打上石膏，接着，就要开始在足踝石膏部分加上鞋具，为之后的走路做准备。而且为了让团治开始走路，陈英和费尽心思，一次又一次为团治的双腿换上不同的辅具。

就是这样的用心，团治总是说，陈院长就像是她的“定心丸”，看到陈院长，就完全不害怕，能很安心。

团治在陈英和院长、物理治疗师徐佳俐的指导下，藉由复健辅具的协助，开始练站、练走。由于团治的足踝骨头以及肌腱都在愈合的过程，任何轻微的活动，都带给团治无比的疼痛。



但，总是咬牙撑着，把眼泪含着，绝不偷懒，一天下来，有时会加码，做到三次以上的复健，即使练到双腿发红、发黑仍是笑笑地说：“没关系，练完再冰敷就好，能多走一步，我就要多走。痛才会进步，进步了，我才能快快走路回家。”

曾经，慈济基金会创办人证严法师这样问过：“痛过吗？会不会感觉害怕？”

团治点头承认，做完手术时是痛的，但过一下就好了，隔天就不觉得痛了。她说“手术让我很安心，我不会害怕，因为院长像爸爸一样。”陪同前往的陈英和院长则笑着补充：“团治从头到尾都是大手术，但没给过脸色看。”

被证严法师称赞“模范病人”，一旁的徐佳俐康复师也证明，过程其实一定会痛，但陈团治面对拉筋长肉的痛楚，眼泪只有在当下才流，不会把脾气撒在康复室。且为她所设计的康复课程，都是为了训练她可以独立上下楼，将来可以正常回归职场。



在陈英和院长、物理治疗师徐佳俐的指导下，藉由复健辅具的协助，开始练站、练走。由于团治的足踝骨头以及肌腱都在愈合的过程，任何轻微的活动，都带给团治无比的疼痛。

院长爸爸买的鞋鞋

撰文/编辑部整理 照片提供/花莲慈济医院



“院长爸爸”多次到大卖场挑选，买来不同样式的鞋子，甚至亲自裁切适合的高度。

可以开始练习走路了，但二十六年来从没用过脚踝，且要双脚舒舒服服踏在地面，可不是那么简单；尤其，陈团治的双脚先天长短不一，如何找到适合的鞋子就是一大功夫。

从2014年9月3日进行第七次手术后，历经三个月的时间固定，终于拆除右脚踝的石膏。为让团治在没有穿石膏的情况下，单独依靠肢体本身，在短时间里面，恢复活动量，第一步是，找出合适的鞋子，“院长爸爸”花莲慈济医院名誉院长陈英和，除了多次到大卖场挑选，甚至亲自裁切适合的高度。

“她脚有长短，走路会斜一边，

长期下来对脊椎不好，我们希望，把它垫到两边可以对称。”

花莲慈济医院复健科技术主任樊志成跪在地上，反复测量，因为陈团治左右脚相差一点八公分，为避免日后对骨骼和肌肉造成影响，必须为她量身打造“垫片”。

细微处不断修改，调整垫片的高度与长度，同时选择比较硬的垫片，可以用久一点，也让陈团治的左脚得有更大的支撑力。

拿掉拐杖，靠着自己的力量，小步、缓缓向前。陈团治依照复健进度，靠着坚定的意志，不畏艰辛，不断突破自我，总算看见成果。 ■

微信日记

撰文/陈团治

照片提供/陈团治 花莲慈济医院

最美的礼物



贝贝

第一次手术后，看着两腿的差别，感觉很神奇~开完两膝盖后练走路的那一刹那，是一种期待~两脚脚踝矫正后，各种开心~脚踏实地一步一步学走路时，超幸福.....
❤️❤️❤️~最美的礼物。



花莲



其实，我真的很怕痛

贝贝

今早有下来站一小小会（左脚踩地，右脚悬空）~其实，我真的很怕痛。但每次院长说没事、可以的，我就很放心的去做，一点都不害怕！在院长身上总感觉有一股很神奇的力量在支撑着你！
~❤️❤️他是一位好院长、好医生、好“爸爸”！



花莲



第一次穿裙子



贝贝

当我穿起裙子，站起来那刹那，真心感动，特想哭！

因为这个梦好美，它让我真的站起来了！❤️ 好感恩院长的医术，给了我这个奇迹！❤️❤️ 也感恩所有人的爱，给我了这份幸福！



花莲



从坐地行说到 亭亭玉立

第一次脚踏实地



贝贝

没有任何辅助器具，在佳俐老师的保护之下，终于踏出了26年来的第一步真正的脚踏实地！❤️❤️❤️
虽然走的时候还不是很稳，但足以开心的好想哭！





脚踏实地走回厦门

撰文/编辑部整理 摄影/福建厦门真善美志工

月二十二日上午十时二十七分，一架从台北飞来的飞机缓缓降落在厦门高崎国际机场。十一点零六分，团治拄着双拐，一步一个脚印，脚踏实地，缓缓走出机场国际到达厅。

“团治回来了！”随着人群中的欢呼声，只见一个穿着粉色鞋子，粉色连衣裙，如三角梅般鲜艳的玫红色外套，扎着两条麻花辫，笑容如阳光般灿烂的女孩出现在大家面前。

“我会走着回来，靠自己的力量走回家去。”团治实现了她

二〇一四年三月出发去台湾时许下的诺言。父亲陈裕荣把身子越过栏杆，将她紧紧拥抱，不停地抚摸着团治的头，“真是奇迹，这一刻她等了二十六年。”

慈济志工柯春霞微笑着来到团治的轮椅前，单膝跪地奉上鲜花，而后拥抱团治。从接案开始，就一直陪伴团治，柯春霞看到团治的重生，非常开心和感恩：“团治是一个非常勇敢、坚强、乐观的女孩。”

除了慈济志工，在场迎接的还有厦门慈善总会副会长巫秀美和黄金

锭、卫生局副局长洪丰颖等人。这是继二〇一三年两岸慈善组织携手救治翔安区小伙杨晓东，帮助他赴台治疗重新站立后，厦门市慈善总会和慈济基金会再度携手，展现了两岸民间交流的强大力量。

随后前往五缘湾，在厦门慈济联络处，一百一十多位志工列队大门两侧，团治在志工的鼓励下，自己走进会所的大门，顿时掌声不断。

下午一点钟，《厦门因慈悲而美丽——团治的庆生会》伴随着悠扬的歌曲《人间有爱》开场，近四百位来宾欢聚一堂，挥舞着象征坚毅的三角梅，共同见证这一喜悦的时刻。

透过视讯连线，团治向“院长爸爸”报平安。在手机的那端，陈英和不断爱的叮咛，希望团治在家也要加油，并承诺会到厦门看她，届时，希望团治可以站得更久，走得更远。同时和现场来宾约定：“团治就交给你们了。”

待厦门慈济联络处的庆生会结束，下午三点四十五分左右，团治与父母亲在慈济志工陪伴下，抵达同安的家。

八十五岁的祖母、八十岁的婶婆，以及叔叔、婶婶、姑姑、阿姨等亲戚、邻居都在家里等着，看到团治走进门，将近一年的思念都化



团治回来了，全家上下都沉浸在团聚的幸福中，八十五岁的祖母激动地握着团治的手不敢相信。



团治坐在志工为她量身定做的新床上，四十八公分高，让团治能够轻松地上下。家里甚至还安装了新的马桶。

作感谢。阿嬷激动地笑着，眼里闪烁泪光。虽然不会说普通话，但一直努力地用不标准的发音说着谢谢。婶婆更赞叹慈济医师让侄孙女站起来，是天大的恩惠。

团治回来了，全家上下都沉浸在团聚的幸福中，团治爸爸忙里忙外，把现熬的热芝麻糊递到每个人的手中，不善言辞的他将“感恩”两个字化成了最朴实的行动。

团治说：“回家后，要多陪陪家

人，他们为我付出太多。但，花莲也是第二个家，虽然回到同安，还是要经常和志工、医生们视讯。“现在就有点想他们了。”

坐在厦门慈济志工为她量身定做的新床上，团治分享自己对未来的期许，除继续完成中专学业之外，回馈社会是终其一生的目标，且在社会各界帮助下“重获新生”，未来，一定要把这种正能量传递下去。

她有两个生日

撰文/编辑部整理 照片提供/陈团治

她有两个生日，一个是经过母亲生产痛的“母难日”。一个是经过切骨医疗痛的“重生日”，也因此，她不用受到L型双膝无法盖被的困扰，也可以用“踏”着而非“跳”的方式上下床，更不用像以前一样，下雨天怕弄湿双膝而不能出门。

二十六年前，于同安区洪塘镇新厝村一个普通家庭，据陈团治的妈妈回忆，女儿出生时，双腿从膝盖部位向前反转，且踝关节有极度严重的马蹄足变形，把家人都吓坏了。

团治出生的第六天，陈爸爸抱着她，跑了厦门几家医院，医生表示无能为力，因为这样的病例很少见，只得到“孩子太小了，没办法医治，等大一点再说”的结论，让一家人为此愁眉苦脸，甚至，邻居相劝，把孩子扔到山上算了，可看着团治那双灵活有神的眼睛，又舍不得，最终决定把她养大。

随着年纪增长，陈团治逐渐意识到自己与旁人的不同。虽然不能像别的小朋友一样到处趴趴走，但天性乐观，向往外面的生活，七岁

时，向家人提出想上学的愿望。上学后，懂事开朗的她，得到老师和同学的喜爱，一些同学还主动来家里背她上课。为了照顾陈团治，她念的年级总是被安排在一楼。

也是不轻言放弃，十六年前，团治快十岁时，父母再次带她去医院里检查，医师却说“年纪太大，无法医治。”

无计可施，团治就此接受自己的命运，努力求学至国中，由于家境无法同时负担三个孩子的学费，懂事的团治主动表示，决定外出工作，补贴家用，也让弟妹继续求学。

在弟弟的心目中，姐姐一直都很坚强，虽然行动不便，但还是会坚持，骑着改装的三轮摩托，去漆线雕厂上班，做些手工活补贴家用。

凭借着乐观开朗的态度，努力生活，也把握机会参与各种志工活动，付出一己之力。因为这样的因缘，更多人知道团治的故事，也透过各种管道协助她。“她是一个很认真、很热心、很努力也很自强的人。”天康自闭症教育培训学校副校长陈新介绍说。



虽然出生就与别人不同，但是生性乐观开朗的团治十分坚强，不但没有失去生活自理能力，甚至还去工厂打工贴补家用，同时也把握机会参加各种义工活动，付出一己之力。



从坐地行说到
亭亭玉立

二〇一二年四月，在一次关爱自闭症的活动中结识陈团治，当时这个笑容迷人的姑娘，正热情回应市民的咨询，陈新想上前打招呼，走近看到团治的下肢，十分震惊。

“她行动不便，但每次都一个人从同安坐车到岛内，坚持参加义工活动。”

陈新说，团治的笑容和善良感动了她。后来，陈团治被吸纳入陈新的学校从事办公室文员工作。

二〇一三年，陈团治通过一位爱民如子，不愿具名的官员，认识慈济，来年三月九日，来到台湾接受花莲慈院医护团队的治疗，让她有更多的希望走向人群，开拓不一样的人生。

四月九日是团治的生日，在花莲，短短一个月，接受三次手术，包括右膝切骨矫正手术、左膝切骨矫正手术、左膝二次切骨矫正手术，反曲双腿终能伸直，可面向下趴着。也因为这样，团治二十六岁的生日，相较过去，显得很不一样。

一大早，花莲慈院常住志工颜惠美师姊、张纪雪师姊，以及人文室的同仁大包小包、蹑手蹑脚地来到团治病房对面的日光室。“嘘，这是惊喜生日会，我们要帮团治做生日蛋糕。”

苹果、奇异果、缤纷果冻；橄榄、干酪、素肉干等材料一字排开，颜

惠美、张纪雪师姊熟练的双手，像变魔术一样，吐司压圆模作基底，加上各式材料，不一会儿的功夫，三层、双层、各式不同大小的“缤纷手作蛋糕”就“出炉”了，外加可爱的小盖子与花俏摆盘，团治专属的生日蛋糕大功告成。

志工用长辈疼惜晚辈的祝福心，发挥巧思，为团治作出带有少女风格的手作蛋糕，还有甜、咸两种口味，就像品尝“人生”一样，有甜有咸吃起来别有一番滋味。

“祝妳生日快乐！祝妳生日快乐！”在高瑞和院长、陈培榕副院长、陈星助主秘、骨科病房护理长陈玉娟、复健科物理治疗师徐佳俐的陪伴下，对惊喜生日会一无所知的团治与妈妈一来到现场，就听到大声合唱的《生日快乐歌》，超过三十个人的祝福挤满了小小的日光室，让从没与这么多人庆祝过生日的团治，惊喜又感动。

随着动人的音乐，团治认真地比着练习多时的手语“母亲的手”，妈妈静静地在一旁看着。曲毕，母女深情拥抱，团治说，感恩妈妈二十六年前没有放弃她……

一生一次的二十六岁生日，团治许愿：等手术后站起来，去做更多有意义的事，把别人对我的爱，转到别人的身上，一直把这份爱传出去，帮助更多需要帮助的人。



一月二十二日，陈团治顺利完成手术回到故乡，在厦门慈济志工与亲朋好友、各界人士的祝福之下，团治切下了象征重生的蛋糕。

有愿就有力，顺利完成手术，团治站起来了，在一月二十二日走回故乡，也在慈济厦门联络处，接受慈济志工及爱心人士的祝福，祝福她的重生。

在重生的庆生会现场，团治的上身穿一件桃红色外套，下身穿一件迷你太阳裙。过去，团治穿不了裙

子，只能羡慕人家。“以后，可以经常穿了。”

在庆生会上，有鲜花、有巧艺志工亲手做的工艺，象征坚韧美丽的三角梅，也有蛋糕，但说得最多的就是“感恩，感恩这么多好心人，给了团治重生。”团治的父母动情表示。

◎

医疗转介平台在苏州

撰文/慈瑞 摄影/赵耀



海峡两岸医疗转介平台在苏州
慈济门诊部签约后，半年来，先后接待五十五例，成功转介十二名患者赴台治疗，包括在苏州工作的台湾人，苏州本地人，以及自北京、哈尔滨、武汉等地的患者。其中，多为神经科、骨科、泌尿科、妇科和肿瘤科患者。

医疗转介平台提供的服务主要包

括：协助办理医疗签证、预约专家门诊、安排住院及手术、确认台湾志工陪伴等服务。此外，台湾的患者同样可以通过这个转介平台来大陆就诊。

苏州慈济门诊部林祐生介绍，通过体检发现问题，再与患者进一步的交流，若有需要，会经由医疗转介平台前往台湾，待病人到

诊，医生已经了解基本病情，可大大缩短病人在台湾治疗的时间。

家住大陆东北的某女士，在台湾花莲慈济医院接受十一次治疗，“我有问题的话，都会得到很满意的答复，就是说，心里真的很感激这边。而同样的问题，曾咨询其他医院，但是，感受差异太多了。”她说。

去年十二月十八日，来自武汉的某女士通过海峡两岸医疗转介平台，成功地在台湾花莲慈济医院完成髋关节置换手术。

这位女士，一岁走路时，就一腿长一腿短，五岁在吉林接受矫正手术，术后正常；直到二〇一一年左右，左腿髋关节开始疼痛，从此不断。在苏州慈济门诊部进行CT检查，也在武汉医院做了核磁共振，病因皆确诊为髋关节半脱位或发育不良。

事后，通过医疗转介平台，经花莲慈院骨科建议，进行髋关节置换手术，二〇一四年十二月十七日住院，三天后即可下床。说起这次经历，她说，最要感谢苏州慈济门诊部，从决定去台湾手术开始，就有专门部门负责帮忙办

理各种材料，且在到院后第二天，即进行手术。

除了大陆人士通过医疗转介平台前往接受治疗，在大陆工作的台胞，也能受惠。家住台北市的林先生，有糖尿病家族史，近期出现“三多一少”的症状，多饮、多食、多尿及消瘦，且乏力疲倦的症状明显，经苏州慈济门诊部体检后，嘱咐患者饮食注意清淡，及低糖、低盐、低脂之外，要尽快到医院就诊，预防酮症酸中毒和其他并发症，并协助其预约台北慈济医院门诊等事宜。

但患者并未如约前往门诊，经主治医师主动了解发现，病人于前日傍晚返台后，因身体严重不适，直接至台北慈济医院急诊，为病况危急，转MICU治疗，住院期间，该院除悉心照料患者，也关怀家属。

苏州慈济门诊部院长林祐生介绍，台湾慈济医疗体系的特色手术包括：关节置换手术、帕金森DBS脑起搏器手术、伽马刀非侵入性脑部手术、骨髓干细胞移植、癌症治疗以及人工生殖等特殊医疗服务，但最受称道的是视病犹亲的人文精神。



苏北冬令发放

撰文、摄影/ 江苏苏州真善美志工



清晨六点多，一百五十位慈济志工乘上大巴车，缓缓地离开苏州志业园区，前往发放地点泗阳县。

寒风凛冽，天气预报发放当天有雨，紧急启动发放第二方案：发放

改在室内进行，不让乡亲们淋雨受冻。发放地点设在两个食堂、三条动线同时发放，并重新规划物资的堆放地点。

清理场地、搬运大米、摆放生活包、借来三轮车，运送棉被。犹

如蚂蚁运朽木，众志成城，使命必达。

两个食堂间隔约十米，二十多位志工依次排开，一袋袋三十斤重的大米，在每一位志工手中传递。第一动线所需的九百七十一袋大米，被整齐地堆栈在第二食堂。

餐厅的储物架整齐地摆放着生活用品，生活包的物资种类繁多，由心思缜密的师姊负责搬运。大约两个小时，三条动线所需的生活品全部到位。

打包好的棉被结实沉重。搬完大米的师兄借来三轮车协助师姊搬运棉被。六百六十三条八斤重的棉被，志工拖、搬、载、放，转运到每一条动线的发放站。近一百位志

工齐心协力把发放的一千五百多户、三千多人的物资依照规划摆放好，方便乡亲领取。

当地的环卫工人，也放下工作，骑着电动三轮车来做志愿者，帮忙乡亲托运物资。六十多位环卫志愿者中，芦集镇张顶村有一位七十二岁的张守彩爷爷，十年前在高渡镇，领到慈济第一次在苏北给乡亲的发放物资。如今，自己的生活条件好了，于是反转手心，帮助有需要的人。

乡亲们陆陆续续到达发放现场，在卢集镇党委书记的讲话中，发放仪式正式开始。泗阳县民政局副局长、泗阳小学李校长分别发表讲话。慈济志工代表宣读证严上人的



慈济志工不舍爷爷干裂的双手为爷爷涂上护肤霜，老爷爷的脸上洋溢着幸福的笑容。



慈济冬令发放不仅仅只发放了冬季的物资，还给乡亲们带去爱和问候，让乡亲们感受到幸福的感觉，希望这种爱的力量能够传递给更多的人。

祝福，受助乡亲黄先生代表受助的所有乡亲向慈济表示感谢。

手语带动之后，动线人员定位，陆续带领乡亲进入动线领取物资。在等待领取物资的乡亲队伍中，一位胳膊夹着两只小板凳当前进工具的老人引起志工的注意。原来，老人十五岁时患风湿性关节炎，因家中无钱医治，导致双腿萎缩不能行走，身体仅靠上半身支撑。因靠板凳行走，磨损无数小板凳，特制铁腿小板凳解决难题。

接受慈济补助的春蕾班孩子，为老人领取好各项物资。老人看着有米、油、棉衣、棉被、牙膏牙刷等生活用品，连声感谢慈济。看到三十斤的大米，老人爽朗地笑了：“这够我吃半年了！”志工很惊讶，问怎么吃，才能吃这么久。老人说：“一天两顿稀饭，中午吃饼就够了。”志工心疼地说：“要吃点干饭喔！”

慈济志工李娜，看见七旬爷爷，无法自行进食，独坐在台阶。遂搬

来课桌，放置爷爷面前，蹲坐一侧，接过爷爷手里的碗筷，夹起碗里的年糕蔬菜，一口一口，吹凉了喂到爷爷的嘴巴里，还拿出纸巾擦拭，持续了十多分钟才把一份热滚滚的年糕汤喂完。

跟着舅舅一起来领物资的姬昊、葛子俊，站在唱名区边等待。看到地上的空纸盒，志工来不及整理。姬昊拿起裤兜里装着的刀具，手脚麻利地将包装盒拆装、压平，跟着志工快速地拾起地上的塑料包装纸，分门别类整理回收。堂弟葛子俊也不甘示弱，两个小小的身影穿插在发放现场，回收整理纸箱与纸盒，更加快了发放的流畅。

泗阳霞飞中等专业学校老师陪伴学

生一起来协助发放。同学们很用心，速度快。个头比较高的男生负责搬运大米，女生则陪伴乡亲领物资。王磊同学分享：“从八点半开始在发放动在线，一直忙到十二点三十分才休息。虽然很累，但很快乐。”

十年前加入慈济的志工李芯瑜，看到春蕾班的同学来搬大米非常感动：“以前都是慈济为学校带去爱，现在换成这些孩子来助人。大米吃得完，衣服穿得破，但那份爱让人感动温暖很久。”

十年苏北的援助划上一个圆满的句点，而爱却没有终止。春蕾班的孩子、受助过的群众，传承着慈济的大爱，手心向下，已开始付出的脚步。

题



学生们发心参加这次发放，每一位都很用心的陪伴前来领取物资的乡亲们，虽然很累，但很快乐。

苏北冬令发放所见

撰文/苏州慈济门诊部 王丽雯 摄影/江苏苏州真善美志工



五年前读书期间，曾跟随学校到苏北进行“百村工程”健康倡导及医疗活动，对苏北农村医疗资源缺乏印象深刻，但遗憾的是时间较为紧凑，只有到一户人家进行家访关怀。

时隔五年，再一次来到苏北，与上次不同，这次是以关怀为主，走入家中，更深入了解每家每户的困

难处及需求点。

家访后进行发放。我们这一小组，主要家访对象为卢集镇村民，有些是残疾人，有些是智力不足，而更多的是因病致贫，在家访的路途上，村领导告诉我们，这一户是白血病，那一户也是白血病，还有其他户也是白血病，这一番话听得我心惊胆跳，这是一个什么样的村

庄，什么原因造成这么多的白血病患者，是否应该进行流行病学研究来积极防范？

经过挨家挨户详细询问后，让我稍稍放了下心，至少不是全部为白血病。但村民们的疾病都是不易治疗的慢性耗损性疾病，包括红斑性狼疮、肾炎、肾衰竭等，其中一位，前一天才紧急抢救，目前还在医院观察中。另外，大都反复或长期住院，对家里的经济产生巨大的影响。

唯一病情相对较稳定的，也还需要二周五次，自己一个人坐半小时的公交车到县里面进行透析，每次历时四小时，费用虽然可以报销一部分，但自费的部分，还是一笔庞大的开销。

还有一个家庭，母亲得了白血病，小孩那时正在读高中，怕母亲没有钱治病，便将书本文具统统打包回家，告诉家人她不要读书了，要将学费留给母亲做医药费，经过家人们互相协商与体谅后，小孩继续学习，今年已经大二，母亲也继续接受治疗。

看到这些家庭，真是不舍，原本都是有着正常收入，过着幸福快乐的日子，但因一场大病，往往倾家荡产，举债度日，家人分居医院及老家，不能合家共度。

面对这样的现象，真能了解，苏州慈济门诊部为什么强调健康促进？“上医治未病”在疾病发生前，或萌芽初期，积极干预，才能避免更多因病致贫的事件发生呀！❶



慈济志工和王丽雯医师看到这些家庭，心感不舍，访视的时间不久，但希望在短短的访视中带给这家庭希望和幸福。

寒冬送暖在鹭岛

撰文、摄影/福建厦门真善美志工



蔡继贤响应“竹筒岁月”，而一年一度的冬令活动，是他与志工幸福相约的日子。

“儒莲，你来啦！海滨，快
来，和师姑抱一下！”
憨厚的海滨和志工来了个结实的拥
抱。二〇一五年一月二十四日早
晨，来自湖里金安小区的乡亲范儒
莲，带着儿子海滨，如约来到冬令
发放现场。

今年的冬令发放，范儒莲领到了粮
油米面和爱心生活包（牙刷、牙膏、
毛巾、香皂、袜子）等物资，还在惜
福屋挑到了大小适合的衣服。“感恩

你们，今天收获真不少呢！”

首个发放日，在厦门湖里区、集
美区、杏林区、海沧区进行集中发
放，共计发放二千四百七十九户。

在政府部门的关心与支持下，厦门
冬令物资发放迈入第十一个年头。
正如厦门市慈善总会副会长巫秀美
在发放仪式上所说：“厦门是个有
爱心的城市，慈济每年的冬令发
放，更是给乡亲们送来了温暖。”

发放现场，志工为乡亲吴花美带来

了一件特殊的礼物——志工背心。三年前患骨癌左脚高位截肢，吴花美如花的生命跌落底谷，把自己关在家，不跟人讲话。为了治病，吴花美把房子卖了，自己一个人租了个小单间靠低保和做手工花维生。

去年夏天，志工进行冬令入户访视时，到了吴花美的家，与她约定：一起当志工。履约前来的她，在发放现场，整理发放的毛巾、牙膏。不但如此，骑上电动三轮车，吴花美还跟着志工走入乡亲家。

今年二十五岁的蔡双全智力障碍，寒冬季节仍然穿着短袖，志工几番劝说，才依着妈妈披上长袖外套。吴美花与蔡双全母子分享了自己的经历，还现场邀请蔡双全一同走出家门，去帮助别人，在志工的鼓励下，蔡双全终于拉钩说：

“好！”

在发放现场中，陈团治与家人正在为乡亲们奉上生活袋，笑着分享：“很感恩有这次机会，手心向下帮助别人。”

在志工的陪伴下，吴美花和蔡双全来到钟山小区乡亲蔡继贤家。四岁时，因高烧不退而导致四肢萎缩、口齿不清，蔡继贤自二〇〇七年领取慈济冬令物资后，对慈济每年在冬天的相约总是满心期待。每一年每一张物资发放单都被他整齐的折在袋子里，蔡继贤觉得爱心要留下来做纪念。

平时都是七十八岁的奶奶在照顾蔡继贤，邻居也会帮扶一把。邻里乡亲平常都会回收宝特瓶等物资来给他，用这笔收入补贴生活和投入竹筒。

“为了要救人，救更艰苦的人。”

从去年开始，先天性双膝反曲的美丽女孩陈团治，在台湾慈济医院接受了七次大手术，历时十个月的治疗，终于脚踏实地得站立了起来。在发放现场中，陈团治与家人正在为乡亲们奉上生活袋，还有诚



挚的祝福。第一次参与冬令发放，她笑着分享：“很感恩有这次机会，手心向下帮助别人。”

来自海天小区的乡亲张鑫，在领物资的时候，看到陈团治，大声说：“昨天在电视上看到你了！你真坚强！”不止一次领过冬令物资的张鑫分享：“慈济的医术真高明。”

厦门政协副主席潘世健，也在百忙之中抽出时间来探望陈团治和她的家人。陈团治特别写了一张感恩卡，潘主席接过感恩卡，和蔼微笑着说：“这比收到任何礼物都开心！”

在发放现场，杨晓东与母亲也一直在忙碌着。因为罹患严重的僵直性脊椎炎，经过慈济花莲医院努力，

完成矫正手术，也能抬头挺胸。如今晓东和母亲已加入志工行列，做环保、搬运物资，到处可见他们付出的身影。志工林美秀透露：“晓东不但自己做得很欢喜，还接引了一位退休残疾老师加入慈济。”

当志工问他在慈济快乐吗？“当然快乐啊，这里的每一个都很关心我。”晓东不假思索地回答道。

物资虽有限，诚情亦无价。在这个冬季的清晨，乡亲来了，领导来了，小区干部来了，助学生也来了，相约幸福时刻。乡亲欢喜赋归，冬令发放圆满结束。志工们手拉手，互道一声感恩，相约未来继续同行。



乡亲接过慈济志工递上的物资，幸福感满溢。

狼牙口村的爱

撰文、摄影/北京真善美志工



七十岁的刘和平爷爷和六十五岁的邢二孩爷爷，仅靠着一堆柴火取暖，彻夜不眠看守物资。志工将新年的第一碗大爱粥，献给最可爱的爷爷们。

“这么远的，你们又来看我们啦，又送来这些东西，真是谢谢你们！”拉着志工的手，狼牙口村的爷爷奶奶们一遍又一遍道谢，二〇一五年元月二日，河北省涞源县的冬令发放，就

在这故人相见的感慨中温暖开启。
相距上一次发放已时隔三载。

凌晨四点半从涞源县城出发，
十三位先遣志工经过一个小时的盘山路，达到狼牙口村发放场地，志工们迅速行动，一边生火烧水准备

热粥，另一边场地布置调试音响。

这一次，当年临时搭建“缺脚”土锅的匆忙，被乡亲们默契配合取代。先遣志工到来时，七十岁的刘和平爷爷和六十五岁的邢二孩爷爷，仅靠着一堆柴火取暖，彻夜不眠看守物资，已经三天。尽管还是三年前那缺一条腿的简易“汽油桶”灶和另一处几块石头垒成的“原生态”灶，但早已搭得稳稳，铁锅也换成了没有破洞的。

漆黑寒冷的山中凌晨，刘爷爷帮志工点起蜡烛照明，志工顺利地点上火，一下子，“纯天然”灶的火苗就旺旺地跳跃着；而缺腿的汽油桶灶由于出风口小、放柴口小，想要烧好还是个技术活。但这并没有

难倒志工，年轻时有上山下乡经验的志工任莹就是好手，火烧地得心应手；志工韩铭也紧随其后，一学就会，并一直坚持在烧火岗位，连续不停地烧开水用于煮粥。

火旺水开，红枣小米下锅煮。志工休息区的志工们也紧锣密鼓地准备碗筷：拆包装、洗碗、擦碗，流水线作业，不一会功夫，三百个带盖子便于保温的新碗闪亮登场。另一边热气腾腾的粥也出锅了，新年的第一碗大爱粥，当然是献给最可爱的刘爷爷和邢爷爷。

奉粥仪式简单却恭敬，请两位守更看物资的爷爷坐定，志工任莹师姊单膝跪地，双手将粥送到老人家手上，漆黑的凌晨里看不清表情，



任莹师姐参加各种活动，在持续的无求付出中找到了爱的寄托。

但两位爷爷一个劲地说“好吃、暖和。”

七年前，在哈佛大学就读博士的儿子意外往生，那时起，每年的一月二日就成了任莹最心碎的时刻，白发送黑发的锥心之痛，让她连续六年的这一天都是去墓园看望儿子，在以泪洗面中度过。走入慈济成为志工后，任莹积极参加各种活动，在持续的无求付出中找到了爱的寄托。她说：“这一次发放临行前，对着儿子的照片说‘好孩子，这一次祭日妈妈不能去看你了。’”

在发放现场，狼牙口村主任刘玉平作为村民代表发言致谢，他告诉大家，三年前慈济志工的到来让乡亲们十分感动，这次知道慈济志工又要前来，要领取物资的乡亲们自发自愿一人捐一斤核桃，村里各生产小队集中碾晒好，要送给慈济志工。山村耕地稀少、零星散布，核桃树也散布在山间地头；采集这些核桃乡亲们要爬坡登山，每一颗都汇集着乡亲们表达感恩的质朴淳情。

为了尊重爱护乡亲们的动人情感，又遵守慈济不收取乡亲财物的规定，志工们决定将六百六十四斤核桃带回北京认识，将善款回馈继续用于当地乡亲的关怀。

仪式结束发放开始，得益于先前准备到位，志工们大多都有多次访



乡亲们知道慈济志工又要前来，自发自愿一人捐一斤核桃，村里各生产小队集中碾晒好，狼牙口村主任刘玉平代表乡亲们送慈济志工。

视发放经验，熟悉流程。物资领取也很快进入流畅状态，领到物资的乡亲眉开眼笑地或者推独轮车回家，或由村里小队组织山马车统一运回去。

七十岁的张文义爷爷却一个人用一根大拇指粗细的长绳子，努力将米面捆到一起，整个人都仰躺在地上想要将这两袋重达80斤的物资背到自己背上，志工见状连忙过来帮忙，走到发放场地外，张爷爷放下米面在路边坐下，告诉志工自己要

在这里等着小队的山马车来。

陪着爷爷等待运输车辆时，张爷爷还告诉志工，“这回过年可以吃饺子啦！每夹一个饺子就会想起你们。”

发放场地正对的是一条六十多米的上坡山路，来自台中医院核子医学科的主任医生陈庆元和慈济大学信息处的林煜琪老师在这里组合成一个物资运输助力二人组，来往不停地帮助乡亲们将物资推上坡。一趟趟的搬运，让平时多在室内工作的他们体会到不同的感动。

林老师分享说，在为乡亲们搬面粉时，眼泪在眼里打转，看到与自己父母年龄相仿的乡亲，新年期间还在等待领取过年物资，心中十分不舍。

和林老师同样是满身面粉的陈庆元医生，在冬令发放的动线，在一袋袋米面搬运的幸福中，度过了五十岁生日。他感动地说：“乡亲们脸上的笑容和为表达感恩一人一斤核桃的爱心汇聚，让我看到贫中之富的心灵富足，让我看到了知足感恩的美善。”

正如志工仇序分享“虽然是第一次到狼牙口，但看到来领物资的乡亲们有很多都穿着三年前慈济发的棉袄，心里很感动。”

因为爱与关怀，不仅能跨越时间、空间，更能人在人之间的心田播洒美善的种子，只要步步踏实用心耕耘，爱成长情可以织就人世间美丽温暖的心灵风光……

◎



志工帮助年长的乡亲搬运大米，肩头绳子拉的是长情大爱。

涞源一中助学

撰文、摄影/北京真善美志工



志工与同学们共唱手语歌曲，现场气氛顿时活跃起来，同学们个个露出可爱的笑容。

“谢 谢你们在三九之天带着爱心，携着希望来到了涞源一中，驱尽了凉城的寒风，带来了永恒的暖阳，照亮了我们前行的路。”助学金发放现场，赵晨晨用真诚的话语表达心中的感激。

涞源位于河北省保定地区西北部太行山北端，山地气候使这里夏季气温平均也仅二十一度，因此获得“凉城”美誉。

二〇一五年一月十日早上七点，

九位北京慈济志工赶往涞源，与八名当地志工会合，一同前往涞源第一中学，进行二〇一四年度助学金的发放活动。

“涞源一中作为河北省重点高中，汇集了不少品学兼优但家境贫困的孩子，因此，从二〇〇九年开始，慈济志工每年都会定期对这些孩子的家庭进行走访，并根据家庭经济条件评估结果，发放相应额度助学金，此次共计八十九名，符合助学条件的同学领



到助学金。”领队曾云姬介绍。

在助学金发放现场，慈济志工鼓励学生：“现在就像一张白纸，以后的人生，要靠自己手中的笔去描绘。”

志工杨颖发给每位学生一张白纸和一支笔，请同学们在纸上写下自己生命中五位贵人的名字和自己一生最想做的三件事。尽管活动在篮球厅举行，现场没有桌椅，但排成行的同学，不约而同右转身，将自己的后背，贡献给其他同学书写，而慈济志工们则默契地充当了排头兵。

现场没有桌椅，但排成行的同学，不约而同右转身，将自己的后背，贡献给其他同学书写，而慈济志工们则默契地充当了排头兵。

“生命短暂，我们无法将三件事全部完成，请从这三件事中划去一件……再划去一件……”随着志工引导的话语，同学们默默地将纸上的志向逐一划去，但手中的笔却一次比一次放慢了速度，看着涂掉的人生两个愿望，王东雪同学禁不住流下眼泪，在她的纸上最后留下的是“未来让爸爸妈妈过上幸福生活。”

“樊勇霞的爸爸在矿难受伤两年后往生，妈妈艰难养育两个孩子上学，在慈济人帮助下，勇霞如愿就读河北科技大学，涞源冬令发放全家投入，成为帮助别人的人……”聆听着曾云姬师姊分享学姊樊勇霞的故事，不少同学湿润了眼眶。

“我的心愿就是，希望能喂爷爷

奶奶吃一顿饭。”原来，邢浩洁的父母长年在外，爷爷奶奶身体不好，靠卖豆腐的微薄收入供他上学，“他们给予我的实在是太多了。”今天的活动触动他要尽早向爷爷奶奶表达感恩，全场同学用整齐的掌声祝福他心想事成。

“直到两年前，才发现自己的家境竟然如此艰苦。”王亚光同学的分享引来同学们好奇的目光，原来，为了供他读书母亲、生父、二姨和舅舅以及继父倾其所有，亚光在家时，家人都是做最好的饭菜给他吃，可亚光不在时，家人就靠腌白菜度日。“让爱我和我爱的人过上最好的生活”是亚光同学最大的心愿。

“同学们，你们知道这些助学金是来自哪里么？这是来自全球慈济人的爱心。”助学金发放仪式开始，主持人雍妮师姊向大家介绍助学金的来历，同学们小心翼翼从曾云姬师姊手中捧过盛装助学金的信封袋，以恭敬的深鞠躬表达心中的感恩。

“此时，我不知该如何表达，也许所有的感谢之情都只能熔铸在这最不起眼的两个字上：谢谢！”胡晨旭以诗一般的话语，表达心中的感谢：“虽然你们给予我们的资助金额是有限的，但你们的爱心是无价的……它像一根蜡烛，无私地燃烧着自己却照亮了别人。”

“谢谢你们在三九之天带着爱



随着志工引导的话语，王东雪同学禁不住流下眼泪，在她的纸上最后留下的是“未来让爸爸妈妈过上幸福生活。”

心，携着希望来到了涞源一中，驱尽了凉城的寒风，带来了永恒的暖阳，照亮了我们前行的路。”

晨晨同学家境清寒，一家四口的生活全靠在山西打工的父亲勉强维持，尽管出身贫苦，但晨晨却充满感恩，“有了你们这些好心人的雪中送炭，使我们更加坚信我们一定能走出大山，走出贫穷，去追逐儿时的梦想。”

懂事的晨晨不仅自己刻苦求学，还义务帮村里初三的孩子补习功课，如今已有十多位小孩每天来他

家学习，晨晨为他们制定课表和规章，安排得井然有序。他用实际行动向志工们兑现着承诺，“不论以后能过何种生活，都要让这份永不褪色的正能量传递下去，照亮更多人前行的路。”

“这个活动非常好，孩子们不仅获得了资助，而且非常受教育，对未来学习生活都非常有帮助！”活动结束，政务主任李彦辉向慈济志工们表达谢意，他感谢慈济人不仅从经济上帮助了这些家境贫困的孩子，还启发了孩子们的感恩之心。❶



同学小心翼翼从志工手中捧过盛装助学金的信封袋，以恭敬的深鞠躬表达心中的感恩。

广州中医药大学助学

撰文、摄影/广东广州真善美志工



广州中医药大学的助学生们在志工的带领下学习慈济歌曲。

元旦假期的喜庆氛围中，慈济志工与广州中医药大学的一百多位助学生欢聚一堂，举办致赠助学金的仪式，并分享智慧人生的真谛。

晚上六点半，孩子们已经列队整齐。担任司仪的裴老师，长期与慈济人合作广中医助学活动，他放弃休假，积极动员学生一起参与。

一曲团康《发好愿，说好话》，在手语组志工的带动下，让大家暖手暖心，欢声笑语不断。

来自医学资讯工程学院的谢辉锋同学，特意送上新年的礼物，广州中医药大学助学QQ群—慈济大家庭，“期待有着同样经历、背景的同学在一起互动交流，解决大学期间遇到的困惑，学习如何认清自己，分享心得体会，人生发展的方向。”

裴老师赞叹谢同学的贴心与周到，也赞叹参与活动的学生们“放假三天，及时回来参加活动，用心珍惜与慈济志工在一起的每一分每一秒。在活动的当下守秩序，珍

惜相聚的缘分，不玩手机，不刷微博，得体懂事有礼貌。”

慈济广州志工代表张华容分享《智慧人生、微笑人生》的故事。并邀约三位同学上台参与小游戏：曾经遇到什么挫折让自己心情不好？

同学的答案有被朋友拒绝、写很难的论文等等，华容俏皮地拿出一张粉红色的纸，打开给同学看，三位同学逐一展露笑颜。秘密在哪里呢？一部《The Smiling Face》的影片，揭晓答案：微笑的脸。

“笑开，运开，好运到；笑开，运开，福就到。”

华容分享人生困难时期，曾经记忆深刻的两则小故事，因为一句赞美，找到自信与快乐；因为一份信任的订单，开启事业发展的契机。

“在生活中要常常提醒自己‘口说好话，心想好意，身行好事。’一个小小的动作，一句好话，带给他人的也许是一生中最美好的记忆。”

“‘良言一句三冬暖，恶语伤人六月寒。’人生就是学习让他人的生命神采飞扬，要学会给他人一个鼓励，一个安慰。”

圆缘分享时刻，同学们主动上台分享心得。

第三临床医学院中医骨伤科的钟舒婷同学说：“收到错误的活动信息，下午四点半就来到集合地点，

一个人都没有，导致心情很不好，但是到了六点，看到志工们早早到来开会，和谐有序的场面，让自己很感动，心情也好转。”

中药学院药物制剂的周小龙同学分享：“看到摆放整齐的背包，想起了自己不堪入目的宿舍，做人要把自己收拾得整整齐齐，才能以更好的姿态拥抱生活。”

“欢迎大家参观1415宿舍，我们宿舍在卫生评比中获得第一名。”体育健康学院体育教育的李渝涛同学热情邀请，博得掌声阵阵，“喜欢体育运动，不要追求名牌运动鞋，实用就好。”是他们的“新生活”。

致赠奖学金仪式温馨热烈。慈济广州志工代表张明慕祝福老师和孩子们“过一个心灵成长的新年，希望开心的面孔，将善效应回馈到自己。”



广州志工张华容分享要拥有“智慧人生、微笑人生”就会“好运到，福气到”。

武汉佛事展

撰文、摄影/湖北武汉真善美志工



志工肖林林（穿慈济制服者）已经七十多岁，弯腰合十，笑脸相迎，虽然站得腿疼、腰疼，依然欢喜地说：“身体是累的，但真的很高兴。”

为期四天的武汉佛事文化用品博览会，一月十一日圆满落幕，静思书轩首次在武汉参展，五百零四人次的志工，来自台湾、苏州、广东、武汉、宜昌、孝昌和河南等地，累积接待来宾一万零三十二人。

静思书轩的展台方方正正，正好有三个出入口位于左右两边和正前方，三位武汉最年长的志工张忠有、肖林林、童火菊分别坚守着一

个门口，已经七十多岁的他们弯腰合十，笑脸相迎，虽然站得腿疼、腰疼，依然欢喜地说：“身体是累的，但真的很高兴。”

“真诚能感动人。”志工肖林林分享着这几天在门口欢迎民众进内参观的感受，她说：“当我说欢迎参观静思书轩，别人不理，我就再说这里有讲环保、素食、还有书籍，就会有人愿意停下脚步进来看了。当他们离开时，我也要说一



来自台湾的资深志工刘富子出版过素食食谱，这次不远千里来到武汉，推广好看又好吃的素食料理。

声感恩和慢走，在他们的心里留下对慈济美好的印象。”

年长的志工童火菊一直站着，年轻的志工不忍心纷纷劝她去休息，但她沿著书轩转一圈，捡起周围的垃圾后，又欢喜的站到门口迎接民众，她说：“一定要坚持到最后一天，因为年轻人都很精进，带动了我，所以身累心不累，要把握时间多做。”

满头白发的志工张忠有站得笔直，一有民众进出，马上柔软地弯腰并合十道感恩，精神气十足一点也看不出之前身体轻微中风的不适。“做好事不能少我一人啊！”

“虽然是佛博会，但这里没有鲜明的宗教信仰，看到全球华人最大的公益组织，确实不一样。”就读华中农业大学经济系的大四学生杨芳，创办了一家青年空间社团，希

望对当代的大学生传播爱与关怀，看到慈济，她了解，自己可以学习更多。

童三霞是一家素食小店的老板兼厨师，但受限于工作，一直没有机会参加慈济的活动。这次，童三霞特意提前换班来到静思书轩，当她走进会场，就被志工们的热情所震撼。在志工的接待和介绍下，她对慈济“静思”与“净斯”有了深刻的认识，特别被上人“一日不做、一日不食”的精神感动。

报名参加志工，第二天一早八点，童三霞准时出现在国际会展中心门前，与志工一起列队进入会场。虽然她的专长是做素食糕点，但被安排的工作是洗杯子，童三霞依然满心欢喜的投入。“做什么都可以，都是学习。”她说。

作为一位素食推广者，童三霞对

食物的要求很高，希望在自己的店中呈现最好的素食。她在品尝了台湾志工刘富子的素食“香积饭汤圆”后，感受到素食不仅好吃还要有人文。

来自台湾的资深志工刘富子出版过素食食谱，这次不远千里来到武汉，推广好看又好吃的素食料理。

“一次冬令发放，有一位老婆婆领到了粮食，但因为家里条件简陋，不能马上煮来吃，上人知道后便想，如何能做出用水一冲就可以吃的米饭。如此‘香积饭’就因为上人的一念悲心而研发出来。”

七十五岁的刘富子慢慢道出“香积饭”的由来，并现场教授制作一道富有年味的“香积饭汤圆”。

“告诉大家一个煮菜的小窍门喔！所有长在地底下的食物平常见不着阳光的都要用冷水煮喔！让食物有一个过渡的过程，而长在地上的食物可以直接用开水煮。”不但与现场会众分享做菜秘诀，刘富子还抛出独家秘方“甘草酱油”，大家看地目不转睛，下笔如有神，生怕漏掉其中一个步骤。

一直协助刘富子讲素食的李静美分享说：“食轮转法轮，希望能够方便接引更多的志工。刘富子她出来就是为了以身说法，除了教做素食，还带人文，她的一言一行都能让大家感受人文之美。”

志工李凯和太太陈娟连续四天投入展会，平时很少出门的陈娟在第三天时累到想休息请假了，但一想到还有年长的志工顶着病痛也坚持来的毅力，第四天的时候还是如约出现在会场，在环保餐具展台不厌其烦地向民众介绍环保。

李凯看在眼里，佩服在心里。陈娟也深深感受到做慈济为家庭带来的幸福感，她在圆缘分享说：“师兄从来不做家事的，今天很早起床为我做了早点。”一句简单的话，赢得志工们阵阵掌声。

“今年的第一场佛事展，武汉志工从决定要办到展会结束，不到四十天的时间，展台从无到有，慢慢变地丰富，又一下子拆除，若能用心体会，即知真空妙有。”这场盛会，慈济志工欢喜见到自己的成长，更欢喜的是，通过展览，让更多人认识慈济、了解静思。



志工为民众介绍静思产品。

再展笑颜

撰文、摄影/江苏苏州真善美志工



慈济志工陈维英（中）曾经被病魔和人生的低谷重重包围，笑容也如冬季一般被冻僵了。而如今手心向下为别人付出，心情愉快，还经常会开怀大笑。

——〇〇七年，她成为慈济的感恩恩户；二〇一四年，她主动退掉下半年的“生活补助金”，在苏州的岁末祝福会场，她表示，已有新的手心方向。

丧夫之痛、罹患癌症，五十岁的陈维英，曾经被病魔和人生的低谷重重包围，笑容也如冬季一般被冻僵了。

二〇〇五年，苏州冬令发放时，陈维英还在医院，街道居委会通知

她去景德路二十一中学领取过冬物资，这是她第一次感受到温暖入心的回忆，回家之后她一直打听那个助人的团体，但没有下落。二〇〇七年，慈济人仿佛知道她心声似的，上门来找，这一年，她成了慈济的感恩户。

静思书院是她接受关怀的地方，去久了，慢慢熟悉人与事，并开始接触香积，协助打饭帮忙等。七年来，陈维英不断地学习



二〇〇七年，她成为慈济的感恩户；二〇一四年，她主动退掉下半年的“生活补助金”，她表示，已有新的手心方向。

各个功能，从最喜爱的手语，到队辅、生活、福田、园区读书会等，至于年终的寒冬送暖，她可是参加好几梯次。

学习做事，更多的是学习付出，不只是单纯的接受，这让她改变了原先手心向上渴望关怀的依靠。

因为身体的因素，陈维英不能长时间待在会所服务，便把助人的精神带回小区。在她居住的吉庆小区，已经是居民小组长，和一样罹患癌症的几位街坊邻居，在小区热心助人、关怀孤老孩童，每逢小区活动，也会烧几个拿手菜分享。

吉庆小区的活动，选人民代表、人口普查登记服务，都是挨家挨户记录走访，还有每月二至三次小区服务会议也不缺席。科普活动时，她会主动现身说法，为小区里身体有病痛的人倡导一点养生的方法，同

时提醒，要定期到医院做复检，才能保有好健康。

把慈济精神带到社会的每一个角落，为小区服务、为别人付出是陈维英最快乐的事。严寒的冬季早已过去，以前不笑的陈维英，现在，当慈济志工很开心，还经常会开怀大笑。

尽管身体状况还会经常考验陈维英，但，她主动退掉了下半年的“生活补助金”，因为她已经有了新的手心方向，也要和儿子赵一飞同行慈济路上，为更多的人付出更多的爱。

慈



陈维英不断地学习各个功能，从最喜爱的手语，到队辅、生活、福田、园区读书会等，至于年终的寒冬送暖，她可是参加好几梯次。

说出心里话

撰文、摄影/福建厦门真善美志工



巫立承带着家人一同参与厦门的岁末祝福，身上缠着弹力衣，右手小指因无法弯曲而翘着，脸上的伤痕还是清晰可见。志工谢钰容一路陪伴，见证着巫立承的改变。

“能将心里的话说出来，与更多人分享，是一种传递，也或许是在做一件善事吧！”

距BRT事件发至今五百二十三天，曾经，巫立承每天数秒过，数度想结

束生命，幸有社会各界、家人及慈济志工的关怀，让他树立信心，带着家人一同参与厦门的岁末祝福。

身上缠着弹力衣的巫立承手握话筒，右手小指因无法弯曲而翘着，

脸上的伤痕还是清晰可见。回想事发当时，当他听到救护车上传来医护人员急切地呼喊：“让一让、求求你们！”他心里觉得自己有救了，“因为有一群可爱的人在极力挽留我们。”

“虽然，身体发生很大变化，但对我的心丝毫没有变。”全程陪伴巫立承和他的家人，走过人生最难过的坎，慈济志工给了他正能量去面对现实，也带去很多的感动和难忘。

去年九月，北京专家看着巫立承受伤的手指，直接判定：可能烧到胫骨，估计很难伸直，能保住手已经是万幸了。但因为志工在关怀时常常与他分享证严上人的智慧法语，让他受益匪浅。他告诉自己不要放弃，经过一年多的努力复健，现在手指不仅能动，还可以做些简单的动作，说完还给大家展示他的

手指。

透过这件事，巫立承感悟到：“很多时候是我们过于小看自己，所以不要小看自己，人有无限可能。”

出事当天，原以为一个月后就可以完全恢复，但经过了解，当今医学对烧伤皮肤的排汗、皮肤弹性等问题仍无法解决，同时想到，今后将面临大面积烧伤带来的后遗症，心里开始消极，接近崩溃，甚至没有活下去的勇气。

立承感恩，在自己不能面对现实时，志工真诚地肤慰，不断用静思语引导与鼓励，让他转变心念，以欢喜心过好每一天。他知道，现实无法改变，心情再差也无济于事，“境不转心转，现在我用很快乐、不一样的方式过好每一天。”

能让巫立承打开心门，说出心里话，离不开志工真诚和耐心地关

巫立承感恩志工，在自己不能面对现实时，真诚地肤慰，让他转变心念，以欢喜心过好每一天。



怀。谢钰容是立承一路走来的见证者之一，她深感，付出就是最大收获，而且付出越多越能体会这句话。“对方能感受到这份诚意，他也会真心对你。真诚的感情和肤慰，他们都能感受得到。”

从ICU病房转到普通病房，再回到家里，谢钰容一直思考要如何让立承走出家门走入人群。起初是邀约他到慈济联络处制作面包，既能转移他的注意力，同时又能锻炼双手。

另外，立承提起，女儿经常问：“爸爸什么时候带我出去玩？”谢钰容就用心记下，一到外面就为他们创造亲子互动的机会。随后因缘

成熟，便鼓励立承随同志工一起入户访视，通过见苦知福，“让他感受，自己也是可以帮助别人的人，这样心中才能充满能量，才有能量去传递这份爱。”

看到立承站在台上分享这一路历程，谢钰容表示很欣慰，也很感动，“佩服他的勇气，他就是一面镜子，我们虽然有同理心，但毕竟不是当事人，反观如果是我，是否有办法像他这样去面对？”

谢钰容希望，立承更勇敢，可以出来现身说法，在这个过程去体会收获，“救自己，同时也救别人。”

◎



巫立承（右）在谢钰容（左）的鼓励下见苦知福，他感受自己也是可以帮助别人的人，这样心中才能充满能量，才有能量去传递这份爱。

坚强的小强

撰文、摄影/上海真善美志工



来自江西，暂时住在上海的母子，第一次来到慈济长风会所，参加上海小区岁末祝福感恩会。和慈济结缘三年，这对母子，有着不寻常的故事。

一九九三年出生，生活在江西南昌周围新建乡大塘镇，大家亲昵称他为“小强”，一个努力学习的孩子，二〇一一年考到上海大学，又选修了自己喜爱的专业，这对贫困的单亲家庭乃至整个县城都是一件大事，小强成了他们

家的骄傲和希望。

妈妈和妹妹全力供他上学，一家人沉浸在无比的欢乐中。小强在学校的学习生活很顺利，和老师、同学相处也很融洽，但天有不测风雨，人有旦夕祸福。一年后，小强开始感到身体不舒服，再进一步复查得知，竟是罹患白血病，这笔庞大的医疗费，击倒了一家人。

这时，慈济对他们进行全方位的关怀和帮助，加上社会的捐赠，同学的帮助，以及妹妹的骨髓配对

成功，希望仿佛回到了这不幸的一家，但体质的问题，在第一次化疗后发生感染，持续一周高烧不退，又一次让全家陷入了困境。

慈济人医会苏郁富师兄适时为他诊断，根据他的情况开具药方服用，另由志工轮流烹煮蔬食五行汤，经过一段时间，终于控制发烧的病症。慈济志工在持续不断的互动中，让小强对生命有了重新的定义，特别对“坚强”这个词，有了更深的感受。

重新回到学校后，同学都称赞他是个坚强的人，但小强感叹地说：“自己并不坚强，且性格内向，生病后，在手术前，还把握时间拜读上人的著作，告诉自己要坚强，这可能是最后的机会，也因此了解，坚强就是没有退路，只有经历过就

能成长。”

知道“小事如不能付出，就不可能付出做大事。”也知道，五毛钱能救人的故事，小强全家人，从二〇一四年元月开始，在平时生活中积极设法省下买菜钱。

妈妈王水香说：“我只是个平凡的妈妈，得知孩子生病的消息，觉得天都要塌下来了，幸有各界人士的帮助，度过难关，为报恩情，就要回馈。”为节省一角，一元，小强上网查搜生活物品价格，给到妈妈，经由妈妈比较后买回，也把回收资源的钱都用来投入竹筒。且从二〇一四年十月起，妹妹加了工资，小强妈妈即婉谢慈济的救助。

即将拨云见日，小强经常和同学分享静思语，并期许“自己完全康复后，完成学业，服务社会。”

◎



妈妈把回收资源的钱都用来投入竹筒，帮助其他有需要的人，志工为小强和妈妈带来了竹筒所得功德款的发票。

环保姊妹花

撰文、摄影/上海真善美志工



童银芳和童国珍两姊妹也在上海岁末祝福时，同时发愿：“让越来越多的人知道环保，和我们一起做环保。”

童 银芳了解，不丢垃圾不是环保，而是要去回收垃圾，并能做到清净在源头，才能真正救地球。受她影响，亲妹妹童国珍，也成为环保组的一员。

加入慈济四年，一直在环保领域深耕，银芳知晓，现在的气候复杂多样，各种极端现象频频发生，是因为地球正处于四大不调。“本来我想，在自家的小区推广环保，但因缘不具足，于是，从自身、从自

己家做起。”

银芳在门口放了一个大纸箱，将在外面捡回来的瓶子、纸箱等杂物在家门口分类。没想到这个小小的举动，不仅感动到邻居，在银芳生病的期间，她的丈夫主动承担起环保的工作。

国珍是银芳的妹妹，退休前是公交公司的票务员，主要负责管理自动投币机内的钱币，退休后全心投入慈济环保志业。



童银芳加入慈济四年米一直在环保领域深耕，在自家门口放了一个大纸箱，将在外面捡回来的瓶子、纸箱等杂物在家门口分类，还在小区内推广环保知识。

二〇一一年，童银芳参加慈济的岁末祝福，活动中，被庄严的氛围所感动，也了解到环保的重要性，便发心立愿投入，想通过自己的行

动，改善人们的生存环境。

首先，国珍把自家的回收物清理干净，分类整理好，也劝说邻居把牛奶盒，塑料瓶等杂物整理归类。然后，拿着袋子挨家回收杂物。有一些居民非常配合，不仅把牛奶瓶清洗干净。还把回收物主动拿给志工。甚至有一位老阿姨，把家里的吃完

的药盒压平整理好拿给国珍。但是，也有一些邻居不理解，直接把喝完的牛奶瓶或者纸盒子，随手丢在一边。



童国珍冒着雨还坚持做环保。加入慈济之后，童国珍渐渐放低自己，用朋友的心态和儿子交流。

“救地球，不管别人对我怎么样。”在坚持环保的这条路上，面对各种困难，两姊妹偶尔会生厌，也想放弃，尤其健康不佳的时候，但“对的事情，做就对了。”

最让国珍欢喜的，不仅是环保活动本身，更是家人关系的修复。国珍师姊的儿子今年二十六岁，平日里很叛逆，常常妈妈说A他说B，而且缺乏沟通。加入慈济前，国珍总认为自己是妈妈，放不下姿态与儿子交流，导致儿子更加叛逆。加入慈济之后，国珍常常自省，也渐渐放低自己，用朋友的心态和儿子交流。

“和儿子沟通的时候，也要挑时间，他心情不好的时候就不说，暂时任由他发泄，等到他心情好的时候，再慢慢跟他讲道理，一次不听

两次不听，次数多了，渐渐能懂。现在，儿子偶尔找我，甚至还问，对他的决定的看法，虽然关系并没有一下子热络起来，但是个好的开始。”

年轻时，国珍和婆婆的关系不是很融洽，偶尔还会争吵，这让国珍心里很沉重，之后虽然与婆婆分开居住，心理压力还是有的。加入慈济后，国珍开始学着放下，先从自己内心改变，用对妈妈的心来对待婆婆。尽量规避与婆婆正面冲突，减少见面时的尴尬。

这正是重在心灵环保，通过姊姊的引导，国珍找回家庭的伦理，也在上海岁末祝福时，同时发愿：“让越来越多的人知道环保，和我们一起做环保。”



童国珍拿着袋子挨家回收杂物，不顾旁人的眼光，坚信“对的事情，做就对了。”

中药香囊防流感

撰文/胡玉洁、王丽雯 摄影/赵耀



苏州慈济门诊部同仁，再次聚首巧艺坊，为默默在幕后付出的志工和基金会同仁制作中药香囊。

苏州慈济门诊部同仁，再次聚首巧艺坊，为默默在幕后付出的志工和基金会同仁制作中药香囊，准备在年会时，送上富有年气也能防流感的礼物。

冬春交替的时节，冷暖空气频频交会，是流感的高发季节，加上禽流感病例频传，中医科贡献所学，设计防流感香囊。”应用藿香、白芷、菖蒲、山奈、艾叶、冰片等药物制成，悬挂胸前，可防止空气中的病菌通过呼吸系

统侵入，有效预防上呼吸道疾病。”王丽雯医师说。

为让祝福随身带，王丽雯做出样品，由巧艺坊志工“善布种子”；一月二十一日下午，热情招呼医护同仁，六人一桌按序坐下。“平时都是女孩子穿针引线，今天，请男同胞也试试看，或许会发现不一样的自己哦！”巧手的志工示范并鼓励大家。

不及一握的香囊，加入流感配方，看似简单，制作难度真是不简

单。“棉花不能塞太饱，七分饱就可以，最重要的是，千万不能忘记放入中药材。”巧艺志工前往每桌，用心讲解。

妇科刘华英医师看过一遍，就埋头开工。身形高大，相对细小的针线，似乎不太协调，但牙科吕俊承医师认真缝制，“无论是穿针引线还是缝，都要细心和耐心；做香囊，和做事没什么两样。”

可平常不做家事的男同仁，就没这么轻松了，加上暗针缝制更是难上难，尤以年龄有点资深的情况；放射科陈方医师看见早已开动的同伴，着急找到巧艺志工讨教经验，回头端坐，顶着眼镜，其专注的神情令人难忘。

暗针只是香囊制作的一部分，如何把塞棉花塞到紧实Q弹可爱，巧艺志工支招：“松松的棉花，靠手里的巧劲，不急不徐，一点点一点点塞进尚未缝合的香囊里，就可以了。”且不急着上挂钩，巧艺志工说，“再缝一遍，缝双道是‘内修诚正信实，外行慈悲喜舍’的寓意，待牢固了，才能缝制挂钩，且挂钩一定要缝八道，代表‘四大志业，八大法印’。”

“不仅预防疾病，香囊内，已融入满满的爱心。虽然，医疗团队是第一次，但手工都很好，个个都很漂亮。”巧艺志工点评。

通力合作完成三百个香囊，大家信心满满，也有成就感，但意犹未尽，多人举手响应，领回材料，返家利用时间，一针一线密密缝，也缝入平安和健康的祝福。

预防禽流感的妙方

流感、禽流感是可以预防的。除了随身佩戴香囊，“正气存内，邪不可干”，在生活起居方面应做到良好的生活习惯、良好的卫生习惯、良好的饮食习惯，另采用科学方式、平和心态进行管控，当能趋吉。

健康的生活方式，对预防流感非常重要，平时应加强体育锻炼，多休息，避免过度劳累，保持室内空气流通，尽量少去人群密集、空气不流通的场所，尽量避免与禽类，或禽类的粪便接触。根据天气变化及时增添衣物。

良好的卫生习惯，要注意加强个人卫生及自我保护，尤以勤洗手为首要，出门记得戴上口罩，如果出现打喷嚏或咳嗽时，用纸巾掩住口鼻，并将分泌物用纸巾包好后，丢入有盖的垃圾桶内，对于出现呼吸道感染或发烧症状，应及时就医。

在良好的饮食习惯方面，对于禽类的食物，应彻底煮熟，且在烹饪禽类食材后，应立即洗手。同时注意生食熟食分开，避免交互感染。更要注意，暴饮暴食，酗酒，将会

健康之道

降低身体抵抗力，招来疾病。

另介绍，中药茶饮、艾灸、穴位敷贴方式，也能提高个人免疫力。

中药茶饮

容易感冒、舌头颜色偏淡的人，平时可服用黄芪、白术、防风为主的茶饮，以增强抵抗力；舌头颜色偏红，容易上火的人则可以服用黄芪、麦冬为主的茶饮，来起到改善免疫力的功效。但，感冒时暂停饮用。

艾灸

大椎、足三里为人体中最重要的强壮穴之一，具有增强免疫力的效

用，每天艾灸大椎、足三里十五分钟，可以起到增强人体免疫力，预防流感的功用。

穴位敷贴

可以使用元胡，细辛，桂枝等药物，研粉敷于穴位上，起到温阳通络、补气宣肺的功效，可调节免疫机能，提高人体对外界的抵抗力。

除了上述方法，经常感冒的人、老人、儿童、孕妇等流感病毒易感者，可请医生根据不同体质，选择不同的中药预防处方，以有效预防，增进健康。



王丽雯医师 档案

专长：

消化系统疾病：浅表性胃炎、萎缩性胃炎、便秘、腹泻等

神经系统疾病：失眠、颈椎病、帕金森病等

肝胆疾病：胆囊炎、肝炎等

妇科疾病：月经不调、痛经等

运动系统疾病：颈椎病、腰椎病等

学经历：

南京中医药大学博士生

江苏省中医院进修医生

證嚴上人

衲履足跡

撰文/釋德侃
題字/林美娥
內文照片/花蓮本會提供
刊頭攝影/黃錦益

12/1 《农十月 初十》



与时间赛跑

【静思小语】要与时间赛跑，不被时间追着跑。

奋发精进，永不懈怠

第一梯次岁末祝福即将展开，早会结束后上人对常住众开示，强调修行是为自己而修，时间也要自己把握；精进与怠惰，只在一念之间。

“既发心立愿修行，须彻底觉悟——不只是为自己精进，还要为天下众生而精进。时间无声无息不断流逝，我们追着时间做事，也不断被时间追赶、推进；要与时间赛跑，不要被时间追着跑。”

精舍作息，从每天清晨三点五十分敲板开始；上人叮咛，无论冷热晴雨，只要板声一响就要翻身起床，把握时间修行。“大殿、讲堂，是让人向上精进的大道场；上殿之后，随着每一句唱诵、每一个礼佛动作，专注精进，心灵即能轻安自在。”

佛陀灭度至今已有两千五百多

年，历来高僧大德不畏艰难危险跨国传法、取经及译经，才有今日所见之中文经典。上人以龟兹国的鸠摩罗什法师为例，受当时动荡的时局影响，“他受胁迫、被囚禁，历经千辛万苦，无论面对何等境界皆不改其志，终得以潜心将《法华经》梵文经卷译成汉文，流传一千五百年。”

上人感佩历代法师译经、传法的坚定心志与贡献，致勉以感恩心学法，并且承接传法重任。

“生命分秒流逝，有善因缘闻法修行，要日日精进，生生世世延续善因缘；且要感恩修行路上有善知识相互砥砺，奋发精进、永不懈怠！”

慈悲超然，爱心诚恳

中午抵达七堵火车站，上人前往基隆静思堂与当地志工座谈，期许



即将启程展开今年度第一阶段岁末祝福行脚，上人致勉精舍常住众，把握时间用心精进，与时间赛跑。（12月1日）

大家用心精进，善用道场招募人间菩萨，帮助地方祥和平安。

“基隆位处台湾北端，如同人体大脑，身在此地，要更用心闻法、提升智慧。慈济是菩萨团体，静思堂就是人间菩萨的家，期待人人守护静思法脉、健全慈济宗门。”

基隆静思堂的一草、一花、一木，皆是当地志工亲手培植；上人感恩大家合和互协，共同成就道场。“对的事，做就对了；精神要

不断延续，方向更不能偏差。”

不同于一般社会慈善机构，慈济是以“菩萨精神”为人群付出的团体；上人勉众引法入心，以超然的慈悲、智慧，为大地众生付出。

“不只是付出无所求，更由衷感恩有付出的机会。要以诚恳之爱，广招人间菩萨，照顾好每一位法亲的道心，共同成就‘觉有情’的道场；道场人气旺盛、道气旺盛，自然能发挥净化人心良能。”



12/2 《农十月 十一》



护心

【静思小语】一念不调，造作动乱；一念爱心，温暖人间。

悲情海地，播种希望

清晨，在台北关渡志业园区，甫自海地勘察水患灾情归来的美国慈济人，报告见闻并请示救灾事宜。

在海地角，几乎所有房子都泡在水里，雷斯利神父带着慈济人来到他服务的香槟社区，许多人家中的床垫、衣服和瓦斯炉全都泡水无法再使用；一位妇女看到神父便冲出房子，激动地大声哭喊：“我好饿！”并掀起上衣、露出凹陷的肚子哭诉：“我已经三天没吃东西、没喝一口水！”令慈济人震撼又辛酸。

在蓝之丘社区，长年为穷困村民服务的巴隆神父说：“我的使命就是让自己变成贫穷的人，和穷人一起生活。”由于社区没有排水系统，也没有厕所，大水来时，排泄物全都浮在水面上，不但恶臭四

溢，更使疾病丛生，造成抵抗力弱的孩子染病身亡。

“神父以照顾贫苦人为使命，即使自身清苦、大水来时同样受灾，仍然无怨无悔地守护居民，让人感动！”听闻一个个悲凄故事，上人指示，海地居民普遍贫苦，受灾后生活更难以为继，应尽速进行“以工代赈”，让居民打扫环境同时填饱肚子，接着发放现金或现值卡，助其修缮住屋、采购生活用品。

当地许多孩子没有申报户口，以致无法接受教育，上人特别叮咛志工加强与政府单位沟通，协助这些孩子受教育，避免日后衍生社会问题。“有正式身分、能接受教育，这些孩子的未来才有希望。”



12/3 《农十月 十二》

无所求，“做”就对了



【静思小语】佛法不是让人“求”的，是让人“做”的。

心灵，最庄严的道场

台湾北区慈诚、委员联谊，上人教示，人群、社会，就是慈济人修行的道场，要在生活中运用佛法、印证佛法，利益人群。

“佛法不是让人‘求’的，是让人‘做’的。”上人教导，修行道场无处不在，“自己的心，是最庄严的道场。心灵道场要庄严，就要在生活中历练，听法入心，将法运用在人群中。”

走入慈济宗门，上人肯定大家在行善助人的同时，已经走入佛法真理，直入大乘菩萨道。

“环境愈是恶浊，莲花开得愈灿烂，而且花果并现。慈济人走入人群修行，人间社会就是供应养分、滋长莲花的淤泥池；要如莲花般出淤泥而不染，利益人群而不受烦恼无明染着。”

走入人群磨练，如何自我提升智慧？上人教导，要时时修除习气。

“人人都有与佛同等的智慧，只是受外境诱使，产生层层烦恼无明。应察知自我习气，运用佛法层层修除，愈益接近真如本性，就能透彻一切道理。”

有些人与人互动，总是“有声有色”——喜欢用谄媚的好话、奉承的脸色，让人感到欢喜、如入陷阱而迷茫沉沦，听不进劝诫的真实语。上人教导，要谨慎言行，真诚待人而不绮语。

“心有所求，就有污染；执着于自修自度，不愿行善付出。心正、道正，不受人群的烦恼污染，才经得起考验，不会自我阻碍道心。”

慈济是菩萨家庭，上人强调人人都是法亲。“你我师徒一心，要结生生世世的缘。要‘以法

为亲’，时时殷勤精进、引法入心，建立生生世世都在灵山会相度的因缘。”

今年岁末祝福主题“诚之情谊人间祥兆，教之殷实造福富足”，上人期许人人将法亲视为

一家人，相互照顾、共同付出。

“这分‘诚之情谊’，能让人间祥和、充盈祥瑞之气：日日用至诚之心付出，人间有祥兆，社会更加富足。”

12/4 《农十月 十三》

看见人间“真”与“诚”

【静思小语】“黑”，让人看不到希望；“诚”，才能使人间致祥。



医护之爱，至诚之情

阴雨寒风中，上人来到台北慈济医院。

再过几日，台北慈院周边血管中心团队将要完成拯救第一千只脚；医疗科报告中，肠胃肝胆科萧宗贤医师与心导管室钟情华放射师，详细述说吴典育医师、黄玄礼主任救治复杂病症患者的过程——许多在他院被判定要截肢的双脚，在慈院医疗团队合作下抢救回来；许多难以治疗的病人，在团队的坚持下度

过难关。

钟情华放射师说：“亮丽成绩单的背后，是整个团队牺牲与家人相处、自身健康所换来的；每每看见病人免于截肢的笑容，再多的辛苦也值得！”

心脏血管外科谌大中主任分享，今年共完成三例心脏移植，感谢团队同仁不论何时接获器捐讯息，再远、再累、再晚，都立刻集合讨论并分配工作；跨科团队合作，让原本对人生万念俱灰的更生人，重拾活下去的勇气。



台北慈济医院医疗科报告，上人肯定同仁为了抢救生命而无私付出，是病患生命中的贵人。（12月4日）

“大家为了抢救生命而无私付出，都是病患生命中的贵人，让他们身心皆得疗治，真正令人尊敬与感恩！”上人欣言，此行感受到全院如一家人，彼此合心、和气、互爱、协力，志同道合而且彼此贴心，展现宝贵的至诚之情。

如《无量义经》：“医王大医王，分别病相，晓了药性，随病授药。”上人感恩大家秉持菩萨心，

为救众生病苦而用心投入，即使工作再忙、再辛苦，同仁之间彼此互爱，爱的能量持续提升。

“‘辛苦’和‘幸福’的心境完全不同，甘愿付出，就能感受甘甜滋味。”

上人期勉大家做出典范，让社会大众看见医疗之爱，给予肯定与尊重，代代传承爱的医疗。



12/5 《农十月 十四》



解脱心灵之贫

【静思小语】心不知足，常感痛苦；见苦知福，富足人生。

要“认真做”，莫“加减做”

新竹慈济人联谊会，上人谈到“来不及”的感受：“生命就像日历，一天天被撕下，剩余的部分愈来愈少；‘是日已过，命亦随减’，既知‘来不及’，就要把握时间，殷勤精进。”

佛说“因缘果报”——如是因，如是缘，如是果，如是报。上人以菲律宾海燕风灾为例，“因”起于海燕台风，“缘”在菲律宾，台湾慈济人为帮助流离失所者，制作、组装简易教室和简易屋，与菲律宾民众广结善缘。

“大家欢喜承担工程，得到受灾民众欢喜有屋可住的如是‘果’。募心募款、出钱出力，为受灾民众安身安生，也让孩子们安心受教育；付出之后欢喜又感恩的感受，就是‘报’。”

人生短暂，上人叮嘱，要心宽念

纯、悲智双运，把握因缘为人群付出、与众生结好缘。“修菩萨道是自己修、自己得，莫放松心态‘加减做’，要恒持精进‘认真做’。期待大家提起感恩、尊重、爱，更用心、更合心，将事事做得圆满，成就人人欢喜投入菩萨道。”

调和声色，结欢喜缘

新竹是科技重镇，上人期许当地志工转知识为智能，用单纯、虔诚心维护道场清净，凝聚道气接引人同行菩萨道。

何谓“道气”？上人言：“道场里每一个人的清净、虔诚心会合起来，产生一股平静、法喜，让人心向往之，就是道气。”

许多人第一次见到上人，就觉得亲切，油然而生崇敬、欢喜心。上人感恩过去与许多人结了深奥、微妙的缘。“这样的好缘，要靠人人

自己修——要修得自心清净，和颜悦色待人。”

脸色、态度会影响人际关系。上人提醒，有些人虽然没有恶意，但是声色、行为在无意中伤害人，以致所说的话总让人觉得是坏话、举止行为总让人觉得不怀好意。“内有修，外在的言行才能让人感受道气、乐于亲近。心灵道场庄严，才能让有形道场真正发挥良能。”

上人期许大家提升道气，建立典

范；以好典范凝聚人心，为团体营造好风范、好风气。“要听得懂‘师父这是在讲我’，用法自我改进；而非老是觉得‘别人有错要改进’，错失自我修正的机会。”

一位师兄立志每天存一千元行善。上人教导，日日发善心并非“功德”，而是在训练自我恒持道心。“外财要节制，内财要囤积——囤积福与慧。”

12/6 《农十月 十五》.....

缩小自我天地宽



【静思小语】缩小自己，天地宽阔，无入而不自得。

甘愿付出，品德典范

午斋过后，与台中慈院同仁温馨座谈。神经外科江俊廷医师分享，在自身及病患身上体会到“病”之苦，“医师不仅要医‘生’，也要医‘死’——帮助生命已到尽头的病患，走得轻安自在。”

上人认同“生”、“死”皆苦，而从生到死的过程中，罹病无法治愈的痛苦与恐惧，最让人煎熬，需要医疗团队以爱陪伴，使之安心走完最后人生路。

“在慈院大环境中，有许多为大众付出的机会，要善加把握。甘愿付出，虽然身体劳累，但内心感受

欢喜甜美，这就是‘甘愿做’。”

从同仁的分享中，感受到无论是医病互动，或是资深同仁带领新进同仁，在在都不离“爱”；上人欣言：“慈济医疗人文，是人人以真诚之爱做出的成果。缩小自己，天地宽阔，无入而不自得，如此即是

‘菩萨游戏人间’。”

慈济不说“文化”而强调“人文”，希望以品德典范带动社会；上人感恩大家合心协力，以“感恩、尊重、爱”稳固医疗磐石；期许这分爱的医疗人文，代代传承。

12/7 《农十月 十六》.....

造福得福，行法得慧



【静思小语】要得福，就要造福；要得慧，心灵要富有法。

超越宗教，肤慰苦难

菲律宾前外交部长罗慕洛先生(Alberto Romulo)等十多位政府官员，来台会见上人，感恩海燕风灾过后，慈济率先进入灾区，迄今仍在当地帮助居民。罗慕洛先生说：“想起海燕风灾，就想起慈济人的无私奉献。慈济所做，是超越宗教与国界的善行。”

上人对来宾述说慈济救灾原则——亲自走入灾区靠近受灾民众，以尊重的态度亲手奉上物资。

“同理受灾民众惶恐不安的心情，以肢体动作传达爱与关怀，安定他们的心，这就是‘肤慰’。”

菲律宾慈济志业届满二十年，长年照料贫病居民；菲国屡传灾难，志工动员救灾、人医会救治伤员，一路走来，感动、带动出许多受助者投入志工行列，使善的种子落地生根，汇合成更大爱的力量。

平等心，是佛教之爱没有分别的原因。上人说明：“慈济人视天下人为一家人，只要得知哪一个国家发生灾难，皆会合心力付出。即使

在信仰天主教、基督教或伊斯兰教为主的国度，也都以平等的慈悲大爱付出，且与不同宗教合力救助受灾民众。”

上人表示，全球宗教信仰者若能开阔心胸、和合力量、付出大爱，共同为受灾难人付出，让社会祥和平安，如此才是人类之福。

12/8~9 《农十月 十七至十八》.....

作天下贵人

【静思小语】悲智双运，大爱付出，作天下贵人。



心正邪魔不侵

台湾彰化花坛年逾八十岁的蔡正宪师兄，上台分享十多年前初至慈济环保站，承担塑料袋分类工作，用心学习分辨塑料袋材质。如今他只要用手搓揉，听声音就能分辨是P E、P P、P V C、合成等各种材质，故有“塑料袋达人”之称。

上人赞叹蔡师兄等老菩萨，年轻时为家庭、社会付出，老来不休息，天天在环保站里用心分类，“延续物命、保护大地，真正是人间至宝！”

彰化和美吴耀庆师兄发露忏

悔——过去忽略家庭，常与太太争吵，女儿心灵不安以致身心出状况，夫妻俩到处求神问卜，女儿病况仍无起色；直到四年前带女儿到大林慈济医院就医，正确用药加上用心陪伴，女儿病情稳定，已能外出工作。现在夫妻俩同行菩萨道，更承担和美环保站“熏法香”开机任务，风雨无阻。

“心有正信，邪魔不侵。”上人肯定夫妻精进闻法，朝正确方向前进，也成就更多人闻法受益。“要信任医疗、不迷信偏方，用正法辅导心灵，多闻法而体悟道理，即能自我调整心念。持戒不偏，心正无

邪，就能恒常以大爱付出，成为天下人的贵人。”

为新发意菩萨授证时，上人叮嘱

要秉持“佛心师志”：“以大慈悲心行菩萨道，发‘四弘誓愿’度众生、断烦恼、学法门、成佛道。”

12/10~12 《农十月 十九至二十一》 知苦灭苦，自利利他

【静思小语】求法增智慧，是利己；慈悲度众生，是利人。



感恩心，最有福

连续三天在云林联络处及大林慈济医院，共举行五场岁末祝福典礼，上人教众以感恩心、虔诚心以及欢喜心，迎接二〇一五年。

“要把握有限人生，为大地人群付出；自修福慧，更要身体力行菩萨道。日日都有感恩心、虔诚心、欢喜心，人生就有福。”

云林环保志工刘文成师兄，十三年前因车祸伤及脑部，语言、肢体、运动神经受损，几乎成为植物人。辗转来到大林慈院就医，在团队用心医治、妻子及慈济志工耐心陪伴下，从不认识家人、不会讲话，到

现在已可用简单的语言沟通。

师兄分享，看诊时受陈金城副院长鼓励：“与其担心尚未发生的事，不如把握当下，做该做的事。”他坚定信心，把做环保当成复健；一段时间后，肢体行动愈形灵活，语言沟通也大为改善，愈做愈欢喜。

“虽说人生无常，只要因缘具足，也能出现奇迹！”上人祝福师兄身体日渐恢复，也勉众：“把握平安健康时认真付出，自做自得心灵财富。”

上人嘱托云嘉慈济人共同守护大林慈院，让同仁安心守护生命、守护健康、守护爱。

“在医院当志工，看见生老病

死、人间无常等实相，无不在说法。医院是真道场，也是慈济人的家，请大家认真‘顾家’。”

知苦谛，拔苦因

“行菩萨道，不只做善事，还要开启智慧。”听闻云林联络处每天清晨皆有数十位师兄师姊前来“熏法香”，上人鼓励大众深入佛法，人生方向更清楚、菩萨道更开阔。

佛陀成道后，以大众最能体会的“苦”，对五比丘转法轮。上人说明，小乘行者知人生苦，运用“苦、集、灭、道”四谛修除烦恼，力求自身脱苦；大乘行者知人生苦，发宏愿为众生拔苦予乐。

“人生之苦，源自于一念心——心受外境引诱而起贪欲，在人与人之间衍生爱恨情仇，再复制烦恼业力。要除苦，就要从‘心’做起。”上人勉众把握时间，造福大地与人群；把握因缘，精进闻法、



大林慈济医院护理部过去一年有十二个单位“零离职率”，其中许多是需轮班的单位。上人感恩护理主管用爱照顾每一位同仁，使其能安住工作。

(12月12日)

增长智能。

“此生遇到的人与事，如意或不如意，由不得自己；业力、因缘皆是过去生种下，是自造因缘、自受果报，莫抱怨。”上人教众，听法入心，了解因缘果报，就能改变观念；“心量放宽，时时感恩，就能时时感受幸福。”

慈济成立将届五十年，四大志业、八大法印已完整建立；上人表示，四大八法都出于“一念心”。

“我自幼就有心愿——要成就能够爱人人、人人也能爱我的人生。感恩现在全球五十个国家地区有慈济

◆ 人，并以‘台湾慈济’之名，走过九十个苦难地区救助众生。”

马来西亚慈济人以爱心、耐心接引民众，广招“百万好菩萨”。上人教众学习这分无私奉献的使命感：“多接引一人，就多一位人间菩萨，浊恶

的人间就多一分净化的力量。”

生命过一秒钟，就少一秒；过一天，就少一天。上人期待人人把握时间、把握道场空间，在人与人之间体悟佛法，让慧命分秒增长。

12/13~14 《农十月 二十二至二十三》.....

佛心师志

【静思小语】闻法、付出，即是佛心师志。



入法，走出无明迷雾

台南新化环保站许铭权师兄，今年八月车祸濒临死亡，母亲许林静师姊强忍悲伤，对前来关怀的慈济法亲表示：“能救得回来，当然要尽量救；假如救不回来，就要舍。我们能舍，他才有得，能快快再来人间。”随即为儿子签下器官捐赠同意书。

“孩子是母亲的心头肉。突遭变故，这分亲子之情的确很难割舍。但是母亲心中有法，了解生

死是自然法则，放下情执，转悲伤为智慧，将爱心扩及众生，让孩子在人生最后还能发挥救人良能。”连续两日在台南静思堂举行三场岁末祝福，上人教众体念人生无常，把握时间修行，走入人群利益众生。

“时间就像沙漏，分秒不停流逝，总有‘来不及’之无奈。要把握分秒，莫让人生徒留遗憾。”

上人指出，佛陀来人间，是为了启发众生迷茫的心，接引走出无明

迷雾。“心中有法，即使面对逆境，也能及时转念，以智慧面对因缘果报，心灵轻安自在。”

志工，力行慈悲喜舍

大陆海峡两岸关系协会陈德铭会长，与台湾海峡交流基金会林中森董事长一行，十四日来到台南静思堂会见上人。陈会长提到，人人都有“志愿”，但法师强调要去“做”，他认为这分实践力，就是慈济能拓展志业的关键。

“台湾社会充满爱与善，可说是‘人人皆志工’的志工社会。”上人说明，慈济志工来自社会各阶层，无分学历、职业、社会地位，人人平等，也秉持相同的菩萨心，合和互协投入助人工作。

“慈济人‘内修诚正信实，外行慈悲喜舍’——以诚正信实自我要求，对外力行慈悲喜舍。慈悲心不只对于身边所见的苦难人，还普及天下众生，力求大地与万物都平安。”

上人表示，只要提起“无缘大慈”之心，就能视天下人为一家人；只要发挥“同体大悲”之念，就能以“人伤我痛，人苦我悲”的

同理心，救助苦难。

陈会长并赞叹“大体捐赠”对医疗教育的奉献——对于医学生而言，不仅提升医疗技术，更提升思想境界，有助于他们将来以爱对待每一位病人。

“‘慈悲’是慈善志业与医疗志业的精神；‘喜舍’则是人文志业精神与教育志业内涵。”上人指出，传播人间真善美的人文志业，要让社会大众接收正向的讯息而安心、欢喜；教育则是社会未来希望所系，要以全然奉献的爱心投入。

感于慈济教育志业对于培育下一代用心良苦，陈会长表示，大陆近年来也鼓励青年学子在海内外做志工；期待将来或可在国际赈灾方面合作。

与台南市颜纯左副市长等人谈话，上人表示，净化人心、启发道德良能，有助社会祥和安定。

“期待人人将诚正信实、慈悲喜舍融入生命，共同付出力量救助苦难人；不分种族、国籍、语言、文化，普施大爱。心中有爱，再远的距离都能跨越。”

12/15~17 《农十月 二十四至二十六》.....

让心地明珠发光



【静思小语】心念常处光明正向，黑暗中犹能持续绽放光明。

转念，正向思考

高雄气爆事件中，一位全身百分之五十面积遭二到三度灼伤者，由家人陪同来见上人。母亲表示，孩子受伤后心中总有疑问：为何此事会发生在自己身上？迄今仍常害怕、不安。

“伤在儿身、痛在母心。气爆威力强大，连建筑物都受破坏，有人瞬间往生、有人受伤程度更严重……家人同样痛苦。人生无常，要藉此了解佛法道理，放宽心，时时给予祝福。”

上人安慰受伤的年轻人要更坚强。“最痛的时期已经过去，继续忍耐下去，就能渐渐恢复。亲历无常、感受痛苦，才能体会平安的可贵；要努力朝乐观的人生前进。”

拿出荧光念珠挂在访客手上，上人鼓励：“这念珠平常在光亮的环境中吸收光明，在黑暗时就能发

光。莫自陷于负面情绪，心念常在光明正向，即使处在黑暗之中，犹能持续发光发亮。”

随着时间过去，身上的伤渐渐痊愈，上人提醒，心灵上的惶恐、痛苦，也要让它过去。“若问：‘为什么是我？’在佛法来说，一切都是因缘果报。既成的事实，要勇于面对、接受，心才不会总是缠绕在灾变那一瞬间。”

上人教其天天跟着“福富足妙音”播放器唱《祈祷》，并聆听《无量义经偈颂》，了解经文意义；正向思考、心情快乐，日子才好过，伤痕也会快好；如果心灵郁闷、悲观，身体复原也会受影响。

“痛快、痛快——要自我转念，用快乐的心忍耐、忍痛，如此痛会很快过去，心也不会多受苦楚。”

上人致予祝福。

与教联会老师谈及高雄气爆关怀，上人表示，慈济人长年累月深

入人群付出，见苦知福、体会人生无常道理，故能在灾难发生时临危不乱，及时动员肤慰。

“莫以为远离人群，就能远离是非干扰。投入人群、付出无所求，才能体会因缘果报而自我警惕。心念在付出中自我淬炼，断除烦恼、提升智慧，自然不受贪欲污染，也不受人间悲欢苦乐、爱恨情仇纠缠。”

无常，以法为师

七月下旬复兴航空高雄飞往澎湖班机，在湖西乡西溪村失事，高雄慈济人立即动员，肤慰、陪伴亡者

家属，关怀受惊吓的西溪村民。澎湖空难救助后，又发生高雄气爆事故，慈济人大动员，四万人次志工整整忙碌一个月，关怀祝福行动才告一段落。

期间，刘锡兴师兄脸上长了带状疱疹，仍坚持付出到最后才肯就医治疗；患有帕金森氏症的吴炳辉师兄虽然行动不便，也冒着烈日或大雨分送慈济便当……十七日高雄慈诚委员联谊会中，上人颁奖慰勉这群长时间以爱陪伴、奔波救助受灾乡亲的高雄慈济人。

“事发之初，天天透过网络视讯开会，感受到大家付出助人的诚恳与用心；也感恩及时的肤慰与帮助，有助



高雄前镇志工黄坤维分享，气爆当晚在现场帮忙送水给救难弟兄，甫离开便发生意外，让他深刻体会“人生无常”，发愿更积极付出。（12月17日）



感恩高雄慈济人接续为澎湖空难、高雄气爆事故大动员，日日奔波劳碌、早出晚归肤慰苦难，上人慰勉大家。（12月17日）

稳定民心。”上人表示，若人人都抱着与己无关的想法，不愿付出，人心不安很可能衍生社会问题。

“关怀与肤慰，能让不安的情绪得以宣泄，也平抚灾后惶恐的心灵。人心平静，才能共度难关。”

澎湖空难失事的复兴航空班机副驾驶，是台北委员张宝秀的儿子，师姊虽与其他罹难者家属同样遭受丧亲之痛，然因久受佛法熏陶，知道无常现前，要面对现实；故能快速稳定心绪，还能安抚、关怀其他

人；后来高雄气爆发生，她也前去支持关怀。

“大时代需要大格局，大灾难需要大气魄。”上人勉众学习宝秀师姊的宽广胸襟，放下情执，提起菩萨大爱，就能走出阴郁，发挥助人良能。

“佛陀视众生如己子，慈济人志为人间菩萨，也要慈悲平等视众生，将苦难人视如亲人，以悲心持续陪伴、以平等的慈心付出；悲智双运、福慧双修。”

12/18 《农十月 二十七》

秉慈运悲，启智用慧



【静思小语】运大慈悲，予乐拔苦；启大智慧，平等度众。

有爱付出，人间菩萨

南非黑菩萨生活贫困，却能就地接引乡亲，甚至跨国带动居民；上人称许他们：“心灵有爱而能付出，就是菩萨。”

南非志业能有今日成果，上人感恩来自台湾的慈济人提起“诚之情谊”，长年累月用心带动，所以就地显现“人间祥兆”。

“慈济人‘教之殷实’，带动本土志工扎实地‘造福富足’，身心安乐。”

针对新受证的海外志工，上人叮咛，要以“佛心”为己心，以“师志”为己志。

“本觉佛智如大海，大乘佛法如慈航。佛陀觉悟的心境融通宇宙，开阔心胸包容一切；若能学习佛陀无限宽广的心，就不会受限于地域、分别你我，而能同在慧海上驾慈航，普度众生。”

上人勉众以正信、正知、正见，共同在人间撒播爱的种子；时时行善造福，将每天所接触的人与事，化成滋长慧命的养分。

12/19~20 《农十月 二十八至二十九》

专心，用心

【静思小语】要专心用心，不要操心烦心。





屏东分会每月举行“银发法亲关怀”，资深委员讲述过往慈济故事，年轻委员分享最近慈济事，旧法新知相交会。上人肯定大家恒持初心，菩萨道精进不退。（12月20日）

家庭，清净的源头

“世界各国虽知节能减碳才能缓和环境恶化，却无法承诺减少开发，只愿在灾害发生时补偿受灾地区；实于事无补。”与屏东市府团队、邻里长与屏东慈济人温馨座谈，上人表示，慈济环保能做出成效，在于启发人疼惜大地、爱护资源之心，故能甘愿付出心力。

“慈济推动环保，是出于‘疼惜大地资源’之心——希望提升回收

再制率，莫再消耗地球资源，减少对环境的污染与破坏。”

玻璃瓶价钱低，少有人愿意回收；在云林一个小村庄，慈济环保志工每天回收的空酒瓶高达一千五百多公斤。上人以此说明，慈济回收资源，不是为了变卖赚钱。“考虑到酒瓶任意丢弃，不只破坏环境，空瓶淋雨积水也会滋生蚊虫、造成卫生问题；于是志工不辞辛劳，日日回收这些沉重的瓶瓶罐罐。”

慈济推行环保将近二十五年，总是“你丢我捡”；而许多环保志工都是上了年纪的老人家，上人看到他们在充满异味、蚊蝇的垃圾堆中回收资源，内心不舍，也担心志工健康受影响，故进一步提倡“清净在源头”。

“‘清净在源头’的环保‘源头’，就是每一个家庭。”上人强调，家家户户落实环保、人人做好资源分类，环保才能做得彻底、做得成功。

今年三月起，屏东市政府与慈济合作夜间环保。一位里长谈到，里内不少靠资源回收度日的人，原本担心自己生计会受影响，却发现回收物因此变多，他们的收入反而增加。

“可见环保做得彻底，对清寒家庭也有帮助。”上人吁请里长，若发现里内有经济弱势者，可提报慈济评估补助；若有年老独居或身有残疾需要陪伴者，亦可请志工定期前往关怀。

菩萨，先人而后己

一九九六年贺伯风灾后，慈济人冒险进入高雄县三民乡（今“那玛夏”）赈灾，在当时拍下的相片中，只见山壁受大雨冲刷、道路崩坍，志工背着物资，冒险通过竹子搭起的简陋便桥。

看到弟子不舍乡亲受苦，奋不顾

身、勇猛精进赈灾的身影，上人内心既“甜”又“疼”。“慈悲付出也要运用智慧，照顾好自身平安。感恩大家从克难时期一路走来，用心投入，初心不变；也希望不断指引人间菩萨，会合更大的爱心力量救助苦难。”

高雄气爆过后，全台慈济人轮梯前往灾区关怀，天天送热食、家访，用爱肤慰受灾乡亲；一个多月后关怀行动圆满，高雄慈济人仍持续陪伴受伤、受惊吓的个人及家庭。

上人肯定大家日日做利益人群之事，哪里有苦难，就到那里去付出；即使自家也受灾，却先救助他人，“先人后己，就是菩萨心。”

慈济是爱的团体，也是以菩萨精神付出的团体。上人勉众，将每一次的慈济活动视为“法会”，人人虔诚，相互尊重，遇到不如意，先自我反省与忏悔。

“过去固执己见，常与人争辩计较；听法之后放下我执，真诚忏悔，改进缺失。人我相安，就是‘功德’。”

上人强调，学佛要学得身体健康、心无烦恼。“尽此生为利益大众而付出，从而感受人间大爱的祝福，自然能得福。”

12/21~22 《农十月 三十至十一月 初一》.....

为佛教，为众生

【静思小语】自我修行得法喜，走入人群度众生。



菩萨，力行慈悲

一九六〇年秋天，还未出家的上人离开台中丰原俗家，第一站停留台东，以清修女的身份，与修道法师在佛教莲社讲经，结识黄玉女夫妇及吴尾居士等人；两年后因缘流转，落脚花莲，一九六六年成立慈济功德会；一九七二年黄玉女夫妇、吴尾居士先后成为慈济委员。

二十一日中午抵达台东分会，为五百多人进行岁末祝福，上人提到五十多年前这段往事，表示“时间累积一切”，而今慈济志业从台湾拓及国际，慈济人走过九个国家地区救助苦难，“台东慈济人与师父的因缘很深，要更加用心。”

一九六三年皈依印顺导师时，师父给予“为佛教，为众生”教诲，此后上人朝此方向迈进，坚定不移，更秉持大乘佛教宗旨创立慈济，带领全球慈济人走上菩萨道。

回顾近五十年的志业足迹，上人

表示：“慈济人从一开始就选择‘大白牛车’——不只自我修行得法喜，且走入人群度众生；付出无所求而心无罣碍，还能由衷感恩有付出机会。”

海外慈济人“取于当地，用于当地”，以少数人力、物力，克服万难救助苦难，甚至跨国救灾，致力启发人人的爱心善念。上人举马来西亚慈济人为例，一年之内达成“百万好菩萨”目标，如今再朝两百万会员迈进。

“台湾是慈济的发源地，台湾慈济人众多而密集，招募人间菩萨、净化人心的脚步要持续精进，不能停滞，才能及时发挥救苦救难、净化人心良能。”

上人教众，把握修大乘行的殊胜因缘，坚定志向、永恒精进。“常存大慈悲心，力行菩萨道，主动积极当‘不请之师’，人间菩萨大招生，慈济道场就能人气旺盛。”

和合，守护道场

圆满第一阶段岁末祝福行脚，二十二日早会上人分享此行见闻，感恩各地静思弟子以“真诚温情”相待，以“合和互协”的言行供养。

十二月一日从花莲启程后，第一站抵达即将落成启用的基隆静思堂，见慈诚师兄在户外负责景观工

程，委员师姊则穿雨靴、戴手套，全副武装投入收尾工作；“大家合和互协、欢喜投入，彼此赞叹与感恩，让人感受新道场有新气象，充盈庄严祥和的气氛。”

基隆静思堂园区所栽种的树苗皆从精舍育苗，上人表示，此举象征慈济道场的法脉根源，来自静思精舍。“但愿各地慈济人重视道场，用心用爱守护道场。”

12/24 《农十一月 初三》

解开心苦

【静思小语】转心念，解心结，跳脱心灵苦难。



柔和善解，离诸惑妄

凡夫常随境界起伏，生烦恼、发恶语、造恶业。晨语时间，上人提醒，善调身心，谨慎身、口、意。

“行菩萨道，要入人群磨练。看到他人负面言行，自我警惕修除习气；见闻不好的声色，要运用‘四摄法’——布施、爱语、利行、同事，引导对方改除习气。”

上人说明，出于利益他人的诚心，劝导改善言行，是“布施”；运用柔言“爱语”，才能让人乐意听从劝诫；以身作则引导他人向善，是“利行”；团体中相互勉励、共同精进，即是“同事”。

“‘四弘誓愿’第一是‘众生无边誓愿度’，欲度一切众生，要先从调整己心、度化身边人做起，再推及大众。生活中要时时运用四摄

法，和睦待人、处事圆融，相互鞭策、共同精进。”

上人勉众“以诚调心”，用至诚之心待人接物，“精诚所至，金石为开”，能软化钢铁之心，使顽石点头，感动人、带动人朝正向精进。

台南慈济志工庄雄行，大儿子十二月初于工作中不慎被大树压倒往生，另一位同事下半身瘫痪。夫妻痛失爱子，深感心痛，但因长期闻法、行菩萨道，了解世间无常，故能善解因缘，不追究儿子公司的责任，且宽慰伤心内疚的老板；感恩孩子用生命教育，成长父母慧命。

“平时闻法不漏失，即能涵养出

至诚之心、柔和善解的态度，以及‘离诸惑妄’的智慧，让心境保持轻安自在。”上人肯定师兄真正做到“柔和善解离诸惑妄”。

“遗憾的事既已发生，再如何悲苦计较，毫无帮助。想得通、看得开，就容易跳脱心灵苦难。反之，心中无法，逆境来时，常受悲苦、烦恼纠缠，苦上加苦。”

在堪忍的娑婆世间，唯有佛法能拔苦。上人叮嘱大众闻法入心。

“时时以法水滋润心地，才能‘有法度’；时时转心念、解心结，即是大智慧。”

12/25 《农十一月 初四》..... 扫除烦恼沙尘



【静思小语】烦恼如沙尘，层层掩盖清净智慧；转无明为清净智慧，步步寻回真如宝藏。

有心、用心，无难事

家住台南的黄锡麟，过去人生总

是醉茫茫，一天无酒，日子就很难过。在善知识接引下，他走进慈济环保站，下定决心戒除烟、酒、

赌博等恶习，与家人互动变好，更进一步参与慈诚培训，此后人生清醒而精进；如今天天早起做环保，曾经嗜酒如命的他，现在回收酒瓶时，觉得酒味酸臭难闻……

“许多人说：‘江山易改，本性难移’；要改除长年积习，实非易事。但是在慈济世界，许多人以自身的改变证明，只要有心、用心，没有办不到的事！”

晨语时间，上人举黄锡麟为例，过去天天醉茫茫，“灿烂珍宝藏身自不知”，无力做有益社会人群之事；如今用心去除无明，找出埋覆已久的真如宝藏，从环保行动中肯定自我，认知自己的付出对大地人

群有益，愈做愈欢喜。

“欲念牵引，智慧蒙尘。心起贪欲，不断追逐，复制烦恼；烦恼如尘沙，会层层掩盖清净智慧，以致身怀无价宝藏而不自知。闻法之后，要下决心、下功夫修除烦恼，转无明为清净的智慧，而能自由运用这分取之不尽、用之不竭的真如宝藏。”

在慈济大环境里，有许多人品典范可供学习。上人致勉，法亲之间要相互砥砺、用心闻法，彻底戒除恶习，转变人生。“要跳脱无明迷茫，努力前进，步步回归真如自性之家。”

12/26~27 《农十一月 初五至初六》.....

慈悲等观

【静思小语】秉慈运慧，平等付出。



人心有爱，创奇迹

二〇〇四年十二月二十六日，台湾

时间上午八点五十八分，印度尼西亚齐外海发生芮氏规模九点零强震，随后引发印度洋大海啸，波及十三国，共夺

走逾二十三万人性命。慈济从急难救助到长期援助，为时多年、投入心力甚巨，在亚齐灾区建造三座大爱村、九所学校，也在斯里兰卡汉班托塔重灾区建造大爱村和学校。

转眼十年已过，今年十二月五、六日，印尼慈济志工及人医会成员再到亚齐义诊，见证当地在全球爱心人付出下，已扫除海啸带来的伤痛与阴霾，民众生活回归常轨。

“大自然的威力，非人力可以抗拒；但只要人心有爱、凝聚爱心力量，即能创造奇迹，让受灾后死寂的城镇恢复生机。”

天下灾祸频频，慈济人为了救苦救难奔忙不已，上人教众感恩自身平安，还有余力付出助人；且要带动受助者感受人间大爱，进而与天下万物和平共处、在人与人之间互爱互助。

大马连心，齐救灾

马来西亚东海岸九个州遭受洪水袭击，二十万人撤离，受灾人数持续增加，是三十年来最大水患；其中，吉兰丹、登嘉楼及彭亨州灾情最严重。

早会时间，上人表示此次灾区广大，需要“大马连心”——会合人

人爱心力量，启动救灾。

去年海外联合董事会时，上人叮咛马来西亚慈济人无论身处哪一个地区，要彼此连心，邀请乡亲一同行善，以爱铺满全马。马国慈济人禀承师嘱，从四十万会员开始，朝“百万好菩萨”目标努力；今年目标已达成，上人再勉朝第二个百万前进，人人以信心应允。

“此刻发生大范围水灾，正是需要‘大马连心’的时刻；‘人间菩萨’不是口号，必须身体力行、以同理心救助苦难。”上人勉众合和互协，以诚恳之爱，共同为苦难人付出。

至诚之情，暖人间

约旦慈济人今年十月接获天主教堂求援，表示有十二户伊拉克难民欠缺过冬物资；志工随即前往致赠应急金、毛毯等物资。难民们接受慈济人恭敬、尊重的救助，感受人间温暖。

“慈济人诚恳、尊重的爱，没有宗教信仰之分。且能悲智双运，让受助者感受至诚之情。”

上人表示，世间种种人祸，源于人心的分别、执着；启发人心无私之爱，带动人人互爱付出，是所有宗教的共同目标。

“佛法教育人人‘慈悲喜舍’、付出无所求，以‘人伤我痛、人苦我悲’的同理心，救援所有苦难

人，但愿每一个人都能脱离苦难，身心平安。”

12/28 《农十一月 初七》.....

法遍人心

【静思小语】闻法用心，引法入心，说法细心。



说法传法，净化人心

两百多位法缘志工，连续三天于精舍研习共修。上人于圆缘中开示：“法缘菩萨都是说法者、传法者，要提起勇猛精进的精神，细心、用心对众说法、传法，让‘法遍人心’，爱的能量更普遍。”

上人叮嘱，聆听佛法，也要宏观天下，了解天、地、人间的种种现象，融会佛法道理，运用于日常生活中，普遍净化人心。

今日清晨一架从印尼泗水飞往新加坡的亚洲航空班机，起飞不久就与航管中心失去联络，机上一百六十二名旅客和机组员生死未卜；亚航请求慈

济协助关怀家属。机上九成旅客都是印尼籍，上人指示印尼慈济人承担起慰藉家属的工作。

“普天下灾难偏多，日日都为天下事担心。灾难接连而来，突显志工人力不足之憾，要努力招募人间菩萨，才能及时救助苦难。”

天灾人祸频传，上人感叹，是众生共业所成。“‘苦’，是由长时间不断造作恶业聚‘集’而来；要深入佛法，体会因缘果报道理，才能设法‘灭’苦，回归菩提大‘道’。”

上人勉座中法缘志工，闻法用心、引法入心，自我成长慧命，且要时时与人分享，将大乘法传入人心，成长他人慧命。



12/29 《农十一月 初八》

“诚”的力量



【静思小语】一念诚恳，汇聚无限爱的能量。

诚恳心，积极行事

慈济人以无私大爱，为天下众生付出；深入苦难地区，面对不同背景、不同文化的人们，有时甚至要冒险进入政情不稳定的地区；但大家心系苦难，仍克服种种困难障碍，勇往直前。

与宗教处同仁谈话，上人表示，全球慈济人为了救助苦难而日夜奔忙付

出，出钱出力、付出无所求；同仁们的责任，是要减轻志工的负担。

“志工爱的能量，出自于一念诚恳。同仁也要提起‘诚之情谊’，把握时间、用心投入，切勿拖延怠慢；如此才能作所有慈济人的后盾。”

上人期许同仁，要积极行事，与志工即时互动。“行事要了解全面、掌握纲领；精神要简单、明了、清楚，不要复杂化。”

科技，传法净心

工研院创意中心、太极影音公司

12/30 《农十一月 初九》

以善教化



【静思小语】拯救地球，先拯救人心；净化人心，先教化人心。

等团队来访，讨论如何善用科技，净化人心。太极影音公司黄宝云董事长请教上人：“救度众生与宣扬

佛法，如何相互结合？”

上人言，众生与佛法两不相离，佛法存在世间的人、事、物之中；要藉由有形的人、事、物，表达无形的真理。

“要救世，须先净化人心；佛法即是净化人心之法。”上人说明，佛陀智慧融通宇宙万理，也体悟到大地众生皆有佛性，只是佛性深埋于烦恼无明之下，必须用法一一清除。

“全球慈济人近半世纪以来所做一切，都是以诚恳的心力行佛陀教法，希望启发人人的菩萨心，为苦难众生付出。”

上人举述，一九九四年非洲卢旺达内战，引发惨绝人寰的种族大屠杀，一百多万难民涌入边界；难民营缺乏粮食、饮水、医药，造成霍乱、痢疾等传染病肆虐，最严重时每天死亡高达两千人。慈济与法国世界医师联盟（M D M）合作，紧急提供医疗援助。

“慈济医师驻扎的帐篷外插着慈济旗，很多国际组织问：这是什么团体？法国医师解说，这是台湾的人道团体。当时台湾正因为使用犀牛角与虎骨，受到国际间严厉谴责，许多人对台湾有负面印象；慈济远渡重洋救助卢旺达难民，让国际了

解台湾‘爱’与‘善’的一面。”

上人表示，让这些真实的爱心故事打动人心，就能达到教育的目的。

“要净化人心，就要教化人心。”

慈济是以佛教精神创立的团体，上人指出，慈济人发心立愿走入人群救度众生，见证佛陀所说的“五浊恶世”，感受众生长久以来无明造作，累积共业而导致的苦果；故能实践“缘起性空”之理。

“慈济人‘缘起则出’——因缘来时，善加把握及时付出；‘性空则入’——运用智慧，化无形的道理为有形的行动，让人人得到法宝，提升慧命。”

再以提倡素食为例，上人表示，佛陀说“蠢动含灵皆有佛性”，动物与人类同样有佛性，也同样有冷热痛苦的感觉；然而人们为了满足口欲，大量养殖禽畜、大量杀戮，破坏环境也为世间增添暴戾之气。

“即使不为宗教因素，也要为了爱惜地球、尊重生命而茹素。”

佛陀教众，世间一切都在“成、住、坏、空”、“生、老、病、死”，以及“生、住、异、灭”的循环之中。上人指出，世间的成、住、坏、空循环，现在已经到了“坏劫”。

“人间平安与否，起于人心一

念。要拯救地球，须先拯救人心；人类如果不赶快觉悟、改善，并且教育下一代，未来的地球气候会更加极端、灾难愈益频繁。唯有人心净化、爱心启发，才能挽救颓坏的世间。”

科技发达的今天，带来许多进步与便利，却也遭到滥用。上人举例，有心人利用网络社群，传播煽动人心的讯息，导致社会动荡，甚至引发战争，造成许多人家破人亡、流离异国成为难民。“如此悲凄苦难、难以挽回的恶果，皆起于‘一念心’。所以，要救世须先救心。”

黄董事长认同道，科技本是要

帮助人生活得更美满，而今种种现象，却显示科技反而伤害了人的生活。

上人慨叹，恶用科技，不只破坏大地环境，也破坏人心；故慈济希望能运用科技广传善法，带动人人去除习气、净化心灵，努力缓和大地崩毁的速度。

“现代科学，已能证实佛陀两千五百多年前所说之法。科技见证了佛法之真，也让我对佛法愈益深信、体解。佛法是这么‘真’，但如果心不‘诚’，就感应不到；期待大家能以至诚之心，奉献出智慧，善用科技传法。”



现代科学已能印证佛陀所说之法。与工研院创意中心等访客谈话，上人期待藉由科技广传善法，教化人心、净化天地人间。（12月30日）

12/31 《农十一月 初十》

有愿就有力

【静思小语】有心、有愿，就有力量。



发大心、立大愿

“闻法之后，要去除习气、提升爱心；因缘来时，就可以悲智双运，为苦难众生付出。”

早会时间，上人以马来西亚赈灾为例，当地志工平时“熏法香”吸收佛法、了解道理，将法宝收于内心，对于“五浊恶世”的无常苦患，感受良深，内修自性而能发大心、立大愿；一旦因缘到来，即能善加把握，融会佛法与人间法，起身付出，运用佛法宝藏利益他人。这即是近日晨语所说“缘起为出，性空为入”。

“慈济人自发心、自立愿，有心、有愿，就有力量。即使再困难也甘愿付出，不说‘辛苦’而说‘幸福’。”上人表示，付出无所求，却能得法喜、增长慧命，这就是行菩萨道的奥妙之处。

“莫只安于闻法自修，要从声

闻、缘觉再精进——发大乘心、行菩萨道。如同佛世时僧众沿门托钵，慈济人深入人群，募心募爱、救苦救难，引导人开启心门，都是度化人间的方法。”

五浊恶世苦难偏多，上人勉众悲智双运，带动人人时时想好意、说好话、做好事，人间就能平安无灾。

马来西亚水患赈灾连线会议中，上人叮咛要齐一心志付出。“多一人发挥爱心力量，就能多减轻一分受灾民众的苦，让他们早日得到安乐。希望大家把握这次赈灾因缘，真正把心连起来；只要全马连心，就能爱铺满地。”



●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

义乌联络处

浙江省义乌市
凌云二区8幢1号3楼
TEL (0579) 85541102

四川

成都慈济志工培训中心

四川省成都市温江区
光华大道三段天宝中街
碧落湖公园附近
TEL (028) 84393882

洛水慈济服务中心

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

汉旺慈济环保教育站

四川省绵竹市
汉旺镇凌法村一组
汉旺慈济环保教育站
TEL (0838) 6363008

福建

福州联络处

福建省福州市鼓楼区华林
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

苏州景德店

江苏省苏州市景德路367号
(0512) 80990980转4202

厦门湖里店

福建省厦门市湖里区
兴隆路582号之一A
(0592) 5717229

厦门思明店

福建省厦门市思明区
禾祥西路12号103店面
(0592) 2285766

厦门五缘湾店

厦门五缘湾
商业街B区B3栋
(0592) 5717706转115

北京店

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

上海店

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

杭州红星店

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

泉州店

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





誠之情誼人間祥兆
教之殷實造福富足

祥兆与富足

每年的岁末年初，证严上人总是不辞舟车劳顿，亲至台湾各地，感恩付出无所求的慈济志工，同时送上最好的祝福。

岁次乙未，多是祝福吉“祥”如意，除此之外，慈济志工更有福报，收到“诚之情谊人间祥兆，教之殷实造福富足”的祥兆与富足。

上人教示：以诚以情，互信互爱，则家家户户和乐平安，人间充满祥和之兆；以爱以善，殷实教育，则大众伦理道德兴起，造就福富足的世界。

除了台湾，海外各地，证严上人虽不能至，但岁末祝福的诚与情同样殷实，同样托付慈济志工奉上。



黑糖 □ 薄饼

骑上单车春游，只带一包饼干，就去山巅，就去水湄。

孤身一人，横卧水声之傍，任那山来，云去，不必絮絮叨叨。又见雀来，跃在石顶，吱吱喳喳，闹了宁静的山谷，遂翻身而起，努力张口与之对话。可那鸟儿不惊、不怖，很是无情；于是，有些儿赌气，也想掩饰，即拿出薄饼，脆脆地掰开，摊在手心，竟引来雀儿观望。

也是，香气漫开，黑糖最浓，和着薏仁、荞麦、糙米等的原味，间有芡实、百合等的恬淡，都在薄饼上舞着。

结果，自己得乐，“黑糖·薄饼”让这趟春游，没有寂寞，没有挂碍，就画上美丽句号，就留住岁月静好。

撰文/慈瑞 摄影/陆沙舟