

T Z U C H I

慈濟

2016年第9期 总第42期

准印号 /S(2016) 00000117

内部资料 免费交流

· 主题报导 ·

世纪台风 莫兰蒂

为净化心灵做活水 为祥和社做砥柱 为闻声救苦做耳目

— 证严上人·静思晨语 —

医道使命

人生之苦，病痛为最。
医者佛心，视病如亲；
以病为师，诚情为本；
守志奉道，造福人间。



画作/林国新

把握分秒 信愿行

真正珍惜生命，是把握分秒“信、愿、行”，活出生命精华，经营出扎实精彩人生。

◆ 证严上人主讲 编辑部整理 讲于二〇一六年九月一日至二十日

每年中秋节，是“国际慈济人医会”共聚一堂的时刻；天上月圆，人间菩萨也大团圆，今年共有二十个国家地区、六百多人参加年会。

二十多年前，菲律宾慈济人开始下乡义诊；长期带动义诊的马尼拉崇仁医院副院长吕秀泉，一九九六年带队来到静思精舍，那时刚好是中秋，大家温馨赏月，相约明年再回来。从此，全球人医在中秋节回花莲共聚成为惯例，在年会中经验交流、彼此鼓励，增强道心与爱心。

全球人医虽然来自不同国家、不同信仰，但爱的能量打开宗教藩篱，人人秉持共同一念心——贫穷苦难人走不出来，医疗人员就走进去；关心他的家庭、了解他的病苦，作他生命中的贵人。除了平日在地付出，当国际间发生重大灾难时，人医们就会合到灾难前线治病疗伤。

慈济人医会的缘起，要追溯到四十四年前，一九七二年九月十日——“慈济贫民施医义诊所”成立的第一天，就是人医会的第一天。

当时功德会成立满六年，在济贫工作中，发现许多是因“病”而贫——因为贫困没钱看医师，把小病拖成大病；或一家经济支柱因急病、意外倒下，拖垮了原本的小康之家。贫与病，就像孪生兄弟一样；“贫病交加”更是苦不堪言。

因此我感觉到，只做慈善，治标不治本。如果能透过医疗，把病患从床上扶起来，恢复健康后重拾工作能力，就能避免整个家庭陷入因病而贫的苦境。因此有了办义诊的构想。

第一位跟随我出家的德慈，他俗家母亲听说慈济想在花莲市区办义诊所，就发心提供仁爱街住家楼下空间。感恩黄阿奶居士发心提供场地，也感恩省立花莲医院的医护人员义务来服务，让“慈济贫民施医义诊所”在小小的空间中克难开始。

不只定点服务，这群有心的医疗志工，有时假日还跟着慈济志工，从花莲往南到玉里、光复、寿丰等地巡回义诊。乡下医疗更加缺乏，求诊的人非常多，因此看到更多人间疾苦。慈济义诊所一直服务到一九八六年花莲慈济医院启业，长达十四年。

如今全台湾已经有六所慈济医院，不只医疗品质受到肯定，且一脉相传当年义诊所下乡义诊的传统，医疗人员经常走出医院，对病患居家关怀、往诊，一本初衷地为贫病者付出，实践“人医”精神。

**珍惜生命，善尽良能，
惜福造福，人生扎实。**

家住花莲凤林的林月华，年轻时与先生做工持家，后来先生因工作意外受伤，好几年无法走路，她独力担起养家重担；无论是水泥工、农工、看护工……什么粗工都肯做，也曾经接受过慈济帮助。

为了家庭，她不怕辛苦，担任二十四小时看护，到医院帮忙家属照顾病人。每当受照顾的病人或家属很满意，包红包给她，她就用病人的名字捐给慈济；希望透过行善，帮病人增福，祝福对方早日康复。

她是如此善良无贪，虽然家境不好却有心行善，令人感动。但也因为长期过劳，免疫系统失调，罹患了红斑性狼疮，医师建议她不能再做粗重的工作。

得知罹病，她不是想要休息，反而认为“珍惜生命”就是要把握人生，分秒不空过。由于孩子长大，先生健康状况好转可以打工，她决定从职场退休，专心在慈济做环保。

二〇〇四年受证慈济委员后，她选择最辛苦的环保投入，是凤林第一位环保志工，靠一部摩托车行遍村落载运回收物。拾荒者收走值钱的回收物，留下不值钱的玻璃瓶或塑胶袋，她也一一带回家整理，希望能减少垃圾、减轻大地负担。

林月华在住家前院放一顶大遮阳

伞，在伞下分类资源，这就是凤林第一个环保点。志工吕方钊看她做得认真，环境太过克难，于是为她搭一间铁皮屋当成环保站；林翠云则整理好一辆二手车、把油箱加满油，开来环保站给她。

她不怕辛苦，无论风吹雨打照常上山下乡回收资源，镇上许多人被她的殷勤精进感动，跟着她一起做。慢慢地，村村都有人投入，如今凤林镇及附近地区共有一百三十个环保点。一位平凡弱女子，影响了无数人。

虽然家境清寒，林月华的心却很富有；将善法吸收入心，用真诚的心力行付出，殷勤且惜福，在人间结好缘。她用“信、愿、行”经营人生，多么扎实精彩，活出了生命的精华，真正是可爱又可贵的生命！



土耳其胡光中居士和叙利亚主麻教授，这次也回来参加人医年会。主麻教授有家归不得，大儿子跟妻子仍在叙利亚；他专心在土耳其投入爱的教育——教导满纳海三所学校两千多位叙利亚难民孩童。胡光中居士称赞主麻教授，分分秒秒都投入做慈济。

虽然人生遭遇到重大波折，主麻教授仍能心无挂碍地付出，今年二月台南大地震时，还带动满纳海学校师生捐款赈灾。就如莲花在污泥中，不受污泥染；人在苦难中，也不受苦难

打倒，关键在于“一念心”。

《法华经》中描述，佛陀讲到〈见宝塔品〉时，空中浮现高大的七宝塔，宝塔中还发出大音声，叹言：“善哉！善哉！”大乐说菩萨请问佛陀其中因缘。

“国名宝净，彼中有佛号曰多宝。其佛行菩萨道时，作大誓愿：若我成佛，灭度之后，于十方国土有说法华经处，我之塔庙，为听是经故，涌现其前，为作证明，赞言善哉。”

佛陀说明，远古时代的多宝佛入灭前发愿，将来有宣讲《法华经》之处，宝塔就会现前，一为听经，二为见证此经是救世良方。

诸佛不舍众生，现身广度，希望人人都能觉悟。宝塔在何方？其实人人心中自有灵山塔，就是真如本性。只要“以佛心为己心”，人人都是佛的分身；能反观自性，则宝塔现前。

众生苦难无边际，有些是现实环境上的苦，有些是心灵之苦。人间菩萨志同道合，行布施、持戒、忍辱、精进、禅定、智慧“六度”，安抚众生，循循善诱，随境、随地、随机投教。看到全球人医殷勤付出，环保菩萨长年累月守护地球、守护人类，这就是十方诸佛菩萨啊！

实践法的地方，就有佛的分身。人人怀抱菩萨心，处处都有菩萨充满其中，就像“千百亿化身”遍虚空，应众生苦难而布施、应众生需要而付出。请大家多用心！

■

慈濟

T Z U C H I



封面图说：
莫兰蒂世纪台风后，慈济在福建省厦门市合力清理道路，恢复道路使用。
(摄影者/陈志宏)

目录

无尽藏

01 把握分秒 信、愿、行

主题报导



世纪台风莫兰蒂

08 世纪台风来袭

10 爱心齐聚厦门

20 四十六公里的温暖

30 各地志工驰援洪涝

地方通讯

- 38 北京亲子教育开学
- 44 长沙环卫入户访视为冬令

交流活动

- 52 深圳慈善展 从慈悲心出发
- 58 两岸交流促银发族健康

证严上人衲履足迹 释德凡

[内容提要]:

- 慈济从日存五毛钱的“竹筒岁月”迈步，五十年来慈善足迹走入国际。“人人点滴爱心力量凝聚，就是慈善的魂魄。”上人呼吁大众日日发善念，人间就能平安。
- 二十多年前，作家“无名氏”来访，感慨社会心不古、道德观念淡失，“到底人毛病出在哪里？”上人回答，人们如今患的是‘失爱症’，失去了本能的爱，连带将接受过的爱也忘记了。”上人勉众开阔心胸付出，保护台湾的爱与善。

2013年4月创刊
2016年第9期 总第42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
编辑/张雨 洪维
美编/栾明明
编辑志工/虑秦
校对志工/才轩卓 慈晔 李雁
(按拼音排序)
地址/苏州市姑苏区景德路367号
电话/(0512)80990980 释德凡
邮编/215003
读者信箱/reader@tzuchi.org.cn
准印号/S(2016)0000117
印刷/苏州市大元印务有限公司
印刷日期/每月15日
印数/10000本
发送对象/慈济志工

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

世纪台风 莫兰蒂

撰文 / 福建真善美志工





莫兰蒂登陆福建厦门，街区道路损坏严重。慈济志工合力清理街道，恢复城市环境。（摄影者/陈志宏）

世纪台风来袭

农历八月十五中秋节，原本是万家团圆的中秋佳节，而九月十五日凌晨三时在厦门市翔安区登陆的台风“莫兰蒂”，却给福建带来了梦魇般的“中秋劫”。

“莫兰蒂”是自一九四九年以来闽南最强登陆台风，“莫兰蒂”登陆后，由南到北贯穿福建全境，滞留影响近四十八小时，维持十二级以上风力长达五小时，所到之处，有六十五万株行道树被拦腰折断或连根拔起，玻璃幕墙被成片刮去，狂风卷起瓦片在大树上“砍”出十厘米深的“刀口”。

极强降雨席卷福建全省，七十四个县（市、区）发生暴雨，南安、连江、海沧等地突破历史记录，超百年一遇。降雨导致泉州内涝严重，厦门、莆田、福州等地也出现不同程度内涝积水。

据民政部网站消息，截至九月十八日九时统计，“莫兰蒂”造成上海、江苏、浙江、福建、江西五省（直辖市）十六市一百零

六个县（市、区）二百四十六万人受灾，二十九人死亡，十五人失踪，五十六万人紧急转移安置，三千二百余人需紧急生活救助；农作物受灾面积九十八千公顷，其中绝收九千公顷；五千四百余间房屋倒塌，五万间不同程度损坏；直接经济损失一百一十七亿元。

据福建省民政厅报告，福州、厦门、莆田等九市七十六个县（市、区）一百四十万人受灾，十八人死亡，十一人失踪，四十二万人紧急转移安置，二千七百余需紧急生活救助；近四千六百间房屋倒塌，四万五千间不同程度损坏；农作物受灾面积五十一千公顷，其中绝收四千公顷；直接经济损失近七十五亿元。

创造厦门速度

台风过境，大街小巷布满断木残枝，城市交通基本中断。十五日清晨，风雨未息，清路障，全民动员。



台风过境后，慈济以最快速部署、动员、推进，从伤痕累累到修整回生，厦门灾后恢复重建展现出无与伦比的“厦门速度”。（摄影/黄德欣）

挖掘机、装载机、油锯齐上阵，龙吸水、发电机组、应急电源车全出动，建设、公路、市政等部门，人民子弟兵，热心企业乃至普通市民全都义无反顾地投入到城市复原中……

台风给厦门降下一场灾难，厦门还给世人一个奇迹。三天中秋假期，三个连续奋战的抗灾日夜。最快速部署、最广泛动员、最大力推进、最迅速恢复，从伤痕累累到修整回生，厦门灾后恢复重建展现出无与伦比的“厦门速度”。

莫兰蒂台风的威力究竟有多

大？有人摇头叹息说：“太恐怖了，这是有史以来最大的台风，我有一个亲戚住四楼，玻璃都破了，整个里面都是水。”马路上，树木折断横躺，成了交通最大阻碍。

经过连续多天的清扫与供应热食的付出，在志工、居民还有小区工作人员的齐心协力下，慈济人所到之处的道路已清障通车。薄薄的雨衣下，是浸透的衣裤，分不清是汗水还是雨水。虽然身体累，但是看到道路畅通，每个人的脸上都露出宽慰的笑容……

爱心齐聚厦门

莫兰蒂台风过后第二天，志工立即主动投入赈灾清理队伍中。

早上七点半，来自厦门、漳州、南靖的四十位志工即先后赶到慈济会所集合。第一天除了清理禾缘社区外，还有一队志工前往厦门岛外的集美区灌口协助漳州志工，为四百位乡亲发放热食。早上八点，志工分头出发。

禾缘社区位于厦门岛东北部，因靠近海边，受台风影响很大，各个小区内部均遭受不同程度的灾害，路边的大树和绿化带遭受重创。受创最严重的居民楼，很多窗户被台风刮掉、吹破，小区内、街道上玻璃碎了一地。

第一次面临这么大的灾难，要协调这么多事情，禾缘社区书记谢美端不禁道：“心里感到压力很大。”

谢美端之前曾带儿子参与两次慈济活动，与慈济感情很深。“感恩慈济志工今天主动来帮助小





厦门慈济志工为了防止落木掉落砸到路人，砍断被风刮断的树枝，清理城市路面被台风损坏的树木。（摄影/黄德欣）



各地慈济志工齐聚，身体力行付出，让美丽的厦门迅速恢复原来的面貌，同时也激发人人心中爱的能量。
(摄影/施忠贤)

区打扫。接下来几天还需要慈济人的协助，一起来面对小区重建，让孩子们能在中秋后顺利回到校园上课。”谢美端感激道。

厦门志工张玉梅说，她在风灾当天一早，推开阳台门时看到满地的垃圾，当下就想到：“上人说要行菩萨道，当下就是。”于是叫上同是志工的儿子韩飞虎到小区清扫，及时的身体力行引来小区居民也投入打扫。

张玉梅向来自漳浦的慈济志工何为敏分享：“今天虽然男众师兄比较少，但没关系，上人曾说，我

们女人可以当男人用。”

何为敏早上五点从漳浦出发来厦门。在清扫休息间隙，她不忘和一同打扫的环卫工人分享：“都是付出无所求，要用欢喜心来付出，要把握当下，能付出就是福。”

同样家住漳浦的曾企章，前一晚上九点才接到通知，早上就立即赶来。为了防止落木掉落砸到路人，他甚至爬上树，砍断被风刮断的树枝，尽管全身是汗，但他分享：“甘愿做，欢喜受！”

除了清理之外，志工也积极把握因缘跟小区工作人员分享，抚慰

他们疲惫的身心。

“走入慈济，改变自己。”志工徐斌与参加清扫活动的居民和居委会工作人员分享自己的感悟：“能够为大众服务很有福，大家能够把工作做好，做好自己的本份事，就是在帮助别人。”小区工作人员点头表示认同。

因街道比较长，志工还用心准备好茶水和点心，驱车到各个点给工作人员、民众和志工送开水，让太阳下挥汗如雨的大家能及时补充水分。

今年已五十九岁的陈力游，曾做过髌关节手术，膝盖老化走路不便，还有腰椎间盘突出等病痛，但是依旧积极为大家服务。她笑着道：“感恩有这个机会给我付出。”虽然家里受灾还没有完全打扫好，但是她依旧把握因缘付出，烧开水、准备点心，忙前忙后，不亦乐乎。

来自漳州的王钟还邀约周边的商家加入清理的队伍中：“几个人的力量太小，要带动店家一起来。”王钟分享，得到通知，彻夜未眠，早上四点多就起来了，生怕错过救灾行动。

居委会王丹主任，尽管在烈日下汗流浹背，仍然坚持和大家一起清扫街道。“不能光靠志工来清

扫，我们自己的家园，自己来清扫才是自救”。

“这树枝太重了，还是我来吧！”货车司机向均发边说边搬起了树枝。原本他一直心怀抱怨：“对货车限行过多，影响生意。”听完志工吴春英劝解：“您一直站着看，不如和我们一起动手做，与其抱怨不如一起来付出啦。”于是他心开意解，加入清扫队伍，到后来，甚至主动承担起搬运的重活。

要干就干最苦最重的活

灾后第三天，清扫街道最艰苦的阶段已过去。禾缘社区居委会主任对慈济志工李湛说，可以给慈济分配轻一点的活，李湛说：“没关系，要干就干最苦最重的活。”

出发前，李湛对志工们说：“要继续做好我们援助救灾的两个重点：一个是带动，一个是关怀。”

他说：“只有干事的时候走在前，不怕苦，我们才能带动；在工作的人们最累最渴的时候送上一杯热茶，那就是关怀。”

慈济志工们来到现场，这条街已快清到头了。志工们很快找到一个合适的地方，摆上桌子和茶水，另一部分志工就投入清街工作。

世纪台风莫兰蒂

六十五岁的黄玉来干起活来一点不输年轻人，这天清晨五点多从南靖赶过来，只见她一趟又一趟，走进树丛深处往外拉树枝，不管多大的树枝，拉着就往外走，不一会就汗流满面。

曾经参加四川汶川地震赈灾的黄玉来，为灾民送热食、送温暖，肤慰失去亲人的灾民不在话下。平时，黄玉来主要承担环保工作。“福从做中得欢喜”是黄玉来体会最深的一句静思语，拉着树枝的时候她就体会到这种欢喜。

穿着慈济志工背心，杨再政壮实的身材，干起活来以一当十，好像有永远也使不完的劲，让人看不

出是慈济关怀户。

杨再政这五年来人生陷入低谷，家庭经济已难以支撑，是慈济志工孙进旺陪伴他、支持他，接引他进慈济，慈济的人文让他的内心慢慢发生变化。

杨再政说他以前脾气暴躁，夫妻间经常争吵，现在因为他懂得了善解包容，家庭关系和睦了很多。因为除掉了一些我执我慢，他觉得自己也脚踏实地了很多。

杨再政说，他一直想找机会回报社会，回报慈济，这两天，又正好休息，参加慈济的救灾活动，是他求之不得的机会，所以他只有欢喜，没有累。



莫兰蒂台风后，街边被树木砸损的轿车。（摄影/黄德欣）



慈济志工和社区居民合力清理城市，恢复居民正常生活。（摄影/施忠贤）

李赤军带着送热茶的队伍，来到原昌建筑公司工人清理的街面，志工把热茶与饼干送到工人们手上，并与他们亲切交谈，另外路上还有五位环卫工人在扫地，志工们也邀请他们过来坐下休息一会，为他们斟上热茶，送上饼干。

在一家店门口有一堆没分类的垃圾，征得店主同意，志工立即把店门口的那堆垃圾分类，并打扫得干干净净。打扫期间，李赤军不忘和老板交流，并送上一本慈济月刊。老板说，他在网上看到过慈济，并为慈济

的骨髓捐赠点过赞，他很佩服慈济。李赤军立即与他互加微信，并邀请他参加慈济的活动。

把握因缘倡导环保

灾后第四天，厦门思明社区三十五位慈济志工与邻近的开元街道美湖社区居委会工作人员、志愿者共同在辖区开展灾后卫生清扫。

美湖社区位于厦门最繁华的商店街禾祥西路上，繁华的街道旁有



志工把热茶与饼干送到大家手中，在雨中送出温暖。（摄影/黄德欣）

许多较早的小区，大街小巷纵横交错，许多楼房没有专业的物业管理，为小区居委会开展工作带来一定的障碍。

志工及小区人员在豆仔尾路集合，分成三组进入小区内的无物业小区进行清理。很多小区里到处垃圾遍地，木头、铁皮、废旧家具，树枝。许多木头上带了很多生锈的铁钉，志工不怕脏，小心翼翼把它们搬运到路口方便垃圾车来装运。

据居委会沈赞良书记介绍，美湖社区约有三千户家庭，主干道上也有一些企业租用货车协助清理，但大部分小区里的小巷大车难以驶入，所以卫生清理工作量非常大，单靠居委会力量根本不够，正在发愁时慈济志工来了。“非常感谢慈济，及时提供帮助。”

放假的学生、上班的职员、过路的民众……听到、看到组织清理，大家纷纷响应。住在附近的保洁员小郑从台风后，即使每天

早上四点就开始打扫，可是垃圾量巨大，进度很慢，看到慈济志工帮助清扫，一直道谢：“几个人做不完，要靠大家一起来。”

虽说是清理，志工分类整理中把握因缘与民众倡导环保知识；将过滤网覆盖在下水口上，以免异物流入排水管道；小巷子里的垃圾扫到大路堆好，合力把倒下的树枝抬到路边，让汽车能更顺畅通行。大家发挥巧智，顺应实地情况施以合适的清理方式。

居民詹永智因为这几天通讯不好，手机没有信号。早上出门去上

班看到清理队伍，他毅然放下工作加入清扫队伍中：“早就期待有人来组织清扫了。”

看到慈济志工，詹永智高兴地说：“慈济在公益组织中是真正做实事、做好事的慈善组织，你们都能秉持力行、持续、做善事的信念。”

在一堆的废旧铁皮前，詹永智和另外一个志愿者不顾被割伤的危险，弯下身子把这些铁片一片一片分离出来，然后再扛出去。还有一堆废弃床垫，在下雨过后变得更加笨重，四个男生合力扛起来，把这些床垫一张一张地扛到路口。

志工和工人们合力抬起粗重树干放在机械车上，清理道路。（摄影/黄德欣）





六十七岁的阮新婴一弯腰，双手一抓就拖着树枝往车上递，紧接着又是一抓，忙碌的身影不输年轻人。（摄影/张萍）

同是受灾把握付出

倾听分享，认真记录，同时还提起扫帚用心清理，真善美志工吕清顺把握每个能付出的机会。

吕清顺的工厂位于厦门岛外的同安，台风席卷厦门后，整个工厂成了废墟，损失惨重，也不知何时才能通电整理。

吕清顺心里难受，但听到志工今天会组织灾后清理并急需真善美志工，她觉得与其着急，不如参与救灾，说不定会得到启发。“我只是做我能做的事，希望能带动更多人一起来。”

“一二三，一二三，再推高一点。”思明社区的二十位慈济志工上午协助邻近的美湖社区清理，下午又跟着小区张惠霞主任走入厦禾社区，与街道人员、思明志愿者以及附近的居民等一起清扫。

路边已经停着两部大车，所

有人员快速分成两组，直接进入清理，有的人拖着树干、有的一起扛着大树枝、有的装树叶，随着加油声以及一点点流下的汗水中，快速的完成清扫。

结束小学路的清理，志工转头来到拐角的角滨路口，这边倒塌的树木更多，树堆里还有生活垃圾，因为前天下雨，导致一股异味。志工有的用铲子、有的双手把树叶拨开挑出塑料袋、鞋子、纸等，把树枝跟生活垃圾分开。

已经六十七岁的阮新婴一弯腰，双手一抓就拖着树枝往车上递，紧接着又是一抓，忙碌的身影不输年轻人，背上的汗水让蓝色的衣服颜色更深了，衣服、裤子也有一点点的污渍。

早上参与美湖社区清扫，阮新婴下午继续投入，经过连续三个小时的清扫活动后，她一坐在路边的石墩上，嘴里高兴的说：“真是幸福、真是幸福，感恩能来付出的机会。”

我们是慈济志工

灾后第六天，还有街道树枝仍未清理，志工连续多日协助清扫，蓝色的裤子涂上一层灰色的白，汗水如关不住的水龙头不停流淌；从灾后的第一天就一直来清扫的志工宋敏说：“虽然脚很酸，虽然很累，但是只要街道打扫干净了就好！”

从第一日开始，宋敏每天早上提前把自己的工作安排好，然后就赶紧出来付出，几乎都要到晚上七点才能回家，比工作还忙。她说：“自己的小区一定要去做清扫，如果小区没有做，我们到哪里去做都没有用。”

“你们是哪里的？你们真的好厉害，好棒哦！好像在很多的角落都有看到你们这一身的衣服。”公交车上，有乘客看到蓝天白云，发出赞叹。

听到这句话时，本来脚酸想要坐下的宋敏，赶紧让位给别人坐。整个车子的人都在看着，甚至连公交车司机都在赞叹，宋敏赶紧介绍：“我们是慈济志工……”

“称赞我们，也是给我们一种警惕。之前我坐公交车时，从来没人会问起，以后我们穿这身衣服出去，更要注意自己的行为举止。”宋敏说道。

街道尚有横躺树木，厦门志工请泉州志工支援。四十四位泉州志工

来到鹭江街道小学社区共同清理。

夫妻同行的泉州志工陈水泉和李秀花，为了今天的付出，两人把家里的店门关上，并带着妈妈一起来厦门做志工。李秀花说：“有时间，就要出来。能来做，就很开心。”

小学社区安全员林帆，接触慈济志工两天，他说：“你们很棒，真的很棒！传递很多正能量。尤其是你们的环保理念，让原本没有环保理念的我，对环保开始有所认识。”

原来在冬令发放物资时，就接触到慈济的鹭江街道小学社区书记王晶，因为没有很近距离的接触，对慈济并没有多大了解。透过此次清扫街道的接触，让她对慈济刮目相看。

第一次体会到慈济的效率与协作，同时也感受到慈济志工的力量，王晶说：“有一大堆玻璃，我才到工地绕一圈，不到十分钟的时间，就有人来说他们已经清完。当时我就说不可能！可是我一看，真的一袋一袋已经在那！”

王晶说：“你们大家都很热情，都抢着说我要做我要做。真的让我很感动！”

各地志工齐聚，身体力行付出，让美丽的厦门迅速恢复原来的面貌，同时也激发人人心中爱的能量。

世纪台风莫兰蒂



四十六公里的温暖

四十六公里距离，六十分钟车程，每天两趟来回，一箱箱爱心便当，漳州慈济志工保温直送。从漳州慈济联络处到厦门灌口镇的田头村及李林村，爱的温度丝毫不减。

台风后的厦门市灌口镇断水断电，随处可见腰折的树干，菜地里临时搭的简易屋，被台风刮得只剩空架子。

在这里从事蔬菜种植的外来民工，在此次台风损失最严重。由于所住皆是自己搭建的简易屋，所以他们的家园几乎全毁，甚至所种植的菜一颗不留。

看到乡亲生活艰难，灌口镇副镇长林幼治想起了慈济。回想起两年前因冬令发放而认识慈济，看到志工九十度弯腰给民众送物资、扛大米，这样虔诚的动作，真诚的爱心，负责民政工作的林副镇长记忆犹新。“每一次出去慰问乡亲，就会自然而然地想起慈济。”

“有需要慈济的地方，请告诉我们。”因为冬令发放的因缘，志工许桂月认识了灌口镇副镇长，在强台“莫兰蒂”后的中秋节，许桂月主动给灌口镇副镇长发了短信，表达慈济人的问候。

四十六公里距离，六十分钟车程，每天两趟来回，一箱箱爱心便当，漳州慈济志工保温直送。（摄影者/杨天奉）





莫兰台风过后，只见地里除了有水，还有满地的破碎石棉瓦与杂物。（摄影者/陈莉婷）

因为大面积停水停电，外来务农的乡亲吃饭成了问题。灾后第二天下午，林副镇长电话表达，灌口镇政府希望慈济可以协助关怀这些菜农。灾后第三天一早，三十一位慈济志工集合在厦门市灌口镇人民政府门口，分成两组分别去田头村和李林村进行了解。

一场台风一无所有

李林村受灾较严重的主要是来自四川、江西等地的外来农户，他们平时居住在田里的房子，这次台风把他们的房子都摧毁，东西也被冲走了。

志工跨过横倒在水泥路上的电线杆，走过交叉布满电线的菜地，来



到王旦的家前，眼前一堆废墟里有被子、电视、锅碗瓢盆、房子固定用的木头等就是她一家三口的家。

王旦告诉志工，十一亩的田地的茄子、辣椒、香菜，本来差不多可以送到农贸市场和杏林去买，但现在全部被台风吹毁了，目前只能重新种植，要等三个月左右才可以收成。

因村里提供的临时点较拥

挤，晚上无法休息，王旦一家在村里租了一间房子。她指着一堆废墟告诉志工，家里全部的家当都埋在下面了，看今天天气比较好，她就过来把衣服和被子挖出来洗一洗晒下。

田头村的田地边有一片废墟，是宋宜英的家。来自江西的宋宜英，在这里租地种菜已经十年。台

世纪台风莫兰蒂

风过后，只见地里除了有水，还有满地的破碎石棉瓦与杂物。一筐青菜堆放在角落，发出异味，周围一大片没有采摘的菜被全部打烂。

正在洗衣服的宋宜英说，家里连站的地方都没有了，昨天穿了一天的湿衣服，同时洗了一堆衣服，五米长的竹篙，晒了三竹篙。同时，志工看见她的脚因为多日来一直泡水，有些发白，有的地方似乎已经破皮。

忆起台风那天晚上被安置在学校住，半夜听到呼呼的台风，看到

台风把学校的树一棵棵都拔掉，宋宜英说：“那时很担心，因为全部家产在这里，血汗钱在这里。”结果天一亮，先生回家一看，差点没晕过去：“房子都倒了！怎么办？怎么办？”幸而有村民把一间旧房子借她们住。

宋宜英带志工到了借住的水泥房，筐上放了煤气灶、几个碗，一个高压锅。几块潮湿的木板，铺在六块水泥砖上，就是他们的床。而屋子角落，还堆着几袋衣服没洗。



捧着热乎乎的饭菜，阿姨说：“今天终于可以吃到可口的饭菜了。”（摄影者/林素玉）

白天一家人一起打扫原来的家；晚上为了守护自己的家园，先生撑把雨伞在自己的家里住下，而她们母子则到村民借住的地方住。

热食暖胃暖心

“我们来帮忙。”“哎呀！有饭吃了！”看见志工送热饭的车过来了，乡亲几乎是小跑地围上来。

没有桌子，乡亲有的坐在小塑料椅吃，有的蹲着吃，也有站着吃，无论大人、小孩都吃得津津有味。有乡亲高兴地说：“今天是这几天吃得最饱的一天，昨天就吃了一瓶花生牛奶。”志工告诉乡亲吃不饱，可以再多吃一点，而妇女们回答：“我们少吃一点不要紧，让男人们多吃一点，他们要搭棚子，做的都是体力活。”

很多菜农的家被摧毁，为了重新搭盖所住的棚子，几乎没时间煮饭，有时随便吃泡面，有时吃花生牛奶，谢海滨先生说：“虽然我已经饿过头，有些吃不下饭，但今天吃到热食，看到大家吃得很开心，我也非常开心，非常感动。”

志工张玲玲告诉前来用餐的乡亲，这些食物都是来之不易，是漳州的志工煮好后再送过来，所以请大家都不要浪费。灾民崔淮河不

停地说：“谢谢你们，你们这是爱心”。志工特意请乡亲互相转告，晚上六点半供应晚餐。

傍晚突降大雨，乡亲陆陆续续到来，因为没电，志工把手机打亮，虽然还是有些昏暗，但让乡亲的晚餐像烛光晚餐一样，温暖而特别。乡亲周志琴吃着吃着眼泪就流下来，她说这里让她感觉很温暖，“多亏有你们，不然我们都没有饭吃，家里东西都被冲走了。”

田妈妈说他们是从陕西来的，是这里唯一的一户陕西人，在这边种菜有七年了。他们一家五口住在菜地里，儿子、女儿、外孙及他们，共承包了十四亩土地，每天送去中铺和杏林贩卖，至少可以收入四五百，供一家人生活，但现在变成一无所有。

回忆起台风那天，晚上两点多，风大雨大，他们想要撤离，但水都淹没到腰上，田妈妈老伴就抱着外孙往外逃，他的外孙都掉到水里很多次，也喝了很多脏水，那时他很怕孩子救不出来，还好儿子过来帮忙。

田妈妈告诉志工，小孙子到现在还很害怕：“那天爷爷把我掉到水里，再我把捞起来……”志工听到很不舍，请他们等天气好时带孙子来用餐，志工可以陪伴孩子，引导孩子走出恐惧。

世纪台风莫兰蒂



志工们认真在为灾区村民们准备可口的饭菜，让大家能够吃上热食。（摄影者/宋希明）

志工让田妈妈感觉很温暖，她说一定记住慈济的。张玲玲跟她说：“我们的创办人在台湾，她很关心你们，她不能来，让我们来关心你们，”听志工讲完，田妈妈的手抱得更紧了。

灌口镇田头村旁的红木家具厂也因台风厂房倒塌，十六位工人因停水停电生活极不方便。得知慈济在发放热食，报着试试看的心情，问能否也得到帮助，没想到志工们一下子就答应了。捧着热乎乎的饭菜，工人陈阿姨说：“今天终于可以吃到可口的饭菜了。”

四十六公里的免费外送

天刚朦朦亮，慈济志工就带着晨露，推着一大车菜来到了漳州联络处。

这几天，为了受灾的菜农们能按时吃上可口的热食，也为了能买到既新鲜又价格合理的蔬菜，志工陆亚宝、柯玲每天都是凌晨四点多就前往蔬菜批发市场采购。回到会所，择菜、炒菜、蒸饭、打饭盒，送饭的志工出发之后，香积菩萨又着手准备晚餐。

因为灾民们来自江西、四川等

省，又是体力劳动者，饮食口味较重。为了能让他们吃得香，志工们特别用心采购了豆瓣酱、辣椒、花椒等，准备做麻婆豆腐和辣椒酱。

早晨六点半，人们大多还在梦乡，漳州联络处已是人头攒动。为了不影响到楼上邻居的休息，志工们放轻了脚步，压低着嗓音，清洗昨晚带回来的碗筷，淘米、择菜、洗菜、切菜，志工们配合默契，紧张而有序地忙碌着。

志工杨素云连续四天为乡亲们煮热食，原本需要帮女儿带外孙女，为了能为受灾乡亲付出一份心力。特地请女儿向亲家母协调，将外孙女托付亲家母照料几天，以便自己能全心投入准备热食的工作中。她向乡亲们分享：“感恩有机会为大家服务，大家都做得心里很欢喜，比赚钱还欢喜。”她鼓励大家心存善念，亲帮亲，邻帮邻。

这段日子，在村委会工作的林丽珍，仍然挤出时间，参与做爱心热食的准备工作。从早上四点钟起来一直忙碌到快八点，顾不上用早餐，才又匆匆赶去上班。

志工陈绍基每天开车载送热食，放下生意和私事，一天两趟往返漳州和厦门。不怕路途奔波，只为能将一份份热食送到乡亲手中。

这样兼顾志业、事业的上班族志工在漳州很多。上班前，把握时间付出；下班后，又赶上送爱心热食的团队到灾区去关怀乡亲。

四十六公里距离，六十分钟车程，每天两趟来回，一箱箱爱心便当，漳州慈济志工保温直送。从漳州慈济联络处到厦门灌口镇的田头村及李林村，爱的温度丝毫不减。

“真的很感恩慈济志工每天马不停蹄的为这些灾民服务，很多灾民是因为慈济的关爱而感受到社会的

为了能让村民吃得香，志工们特别用心采购了豆瓣酱、辣椒、花椒等，做麻婆豆腐和辣椒酱。（摄影者/陈莉婷）



世纪台风莫兰蒂

温暖。”田头村妇联主任陈惠芬很感恩志工五天来持续的供应热食。

回想刚开始，许多灾民因为台风造成房屋倒塌而情绪激动。几天下来，陈主任感受到慈济人的无私感化了这些灾民，让他们安身安心，现在灾民们都快乐起来了。没有后顾之忧，全心投入到重建家园之中。

“吃着心里太暖和了，心里很踏实。”遇上这次风灾，徐火娇深刻感受到在碰到困难的时候，有一群好心肠的志工伸出援手，让她甚感温暖。“每天菜色不是只有一种，又是汤，又是炒饭，你们确实是不容易。”

“感恩志工来这里无私奉献，煮的饭非常好吃。”汪小菲感恩志工让他学会了“感恩”这两个字，他向志工们深深一鞠躬，表达内心对志工的感谢。“志工们帮我们一时，更重要的是我们要自强不息。”

风灾发生以来，灌口镇政府全力抢修被破坏的水电设施，民众也即将恢复正常生活。待乡亲享用晚餐后。借着灯光，志工与乡亲们进行了一场迷你而又温馨的圆缘感恩会。

五天的热食供应即将告一段落，但慈济人的爱，一直都在。志工鼓励乡亲们恢复正常生活后，用心投入重建家园，有机会也要把握时间，行善付出。





志工走过交叉布满电线的菜地关怀受灾乡亲。(摄影者/林素玉)



各地志工驰援 洪濑

泉州南安市洪濑镇因溪而得名。晋江的上游东溪流至湖尾时，因地势下斜，溪中多卵砾石，濑水湍急洪大，故称“洪濑溪”。洪濑镇历经千年不衰，是闽南四大集镇之一。然而“莫兰蒂”带来的暴雨，致使洪濑镇九成镇区受灾。一个台风过后，整个镇区淹没在一片黄色的汪洋中，孤立无助。

大坝冲毁，桥梁坍塌，农田、道路被淹，交通一度中断，有居民甚至划船通行。镇区停水停电，手机信号也中断。

东溪的水漫过路面，攀过桥面。多处地段出现塌方，望眼下去，滚滚江水湍急而流。整个镇区的低洼地带，全部被淹，无一幸免。房屋有的被淹到一层楼高，商铺的东西被水冲走、浸泡，损失惨重。

全镇陷入无电无水无网络的惶

灾后第五天，慈济志工手拿铁铲或扫把，出现在东大路，整齐的队伍，统一的着装，开始了清扫工作。（摄影者/施众人）



世纪台风莫兰蒂

恐中，有的居民一整天都没有吃饭。灾后的镇区一片狼藉，杂物横穿，淤泥满地，恶臭难闻。

志工紧急会合勘灾

灾后第二天，志工得知信息，立刻会合一同前往洪濂镇勘灾。志工一行十人来到洪濂第二中心幼儿园，一楼地面全是淤泥，玩具、桌椅面目全非，园里老师介绍当时水高足有两米，一楼教室的课件、投影仪等设备，还有食堂的电炊具都报废，整个档案室的档案也全是被浸泡，孩子们的书包、玩具，床上用品也不能使用，只有课桌椅洗刷干净后可继续使用。

学校总共七十几位老师，除怀孕外，已动员六十几位老师打扫幼儿园，但周边的快餐店要么电话打不通，要么没人能送餐。志工立即决定提供热食给园中百余位职工与家属。

当地志工陈祖回提议在他家所在的小区煮热食，并邀约小区民众一起付出帮忙。大家马上动员起来，分头行动，有的借水，有的买面买菜，当得知煤气店不能送煤气时，志工黄流水立马回家搬来煤气炉灶和煤气罐。在志工的协力合作下，幼儿园的老师终于可以吃上一

碗热腾腾的面。

随后，勘灾团队协调泉州晋江的三十几位志工前来支援幼儿园协助清理环境。

当天下午两点五十分，从晋江出发的志工到达幼儿园后，马上投入清扫工作。先是把满是淤泥的教室里的桌椅全搬到操场上，有的用铲子铲泥土，有的用竹扫把刷洗地板，有的用刷子刷洗墙壁，更有志工直接拿起整块的塑料板清理地上的泥浆。

经过志工和幼儿园老师、家属一天的努力，晚上六点多，幼儿园教室大部份清洗干净，看到面目一新的园区。园长感叹道：“本想我们幼儿园老师是非常有凝聚力的，但和你们志工比起来，你们的效率真的高！”

看完洪濂镇，勘灾队伍继续前往九都镇，沿途有很多地方山体滑坡。由于山洪爆发，九都镇的新丰村的两条溪流暴涨，冲垮堤岸，有四、五户人家的房子倒塌；林坑村则由于山体滑坡，全村受到影响，整个村子的受灾户搬到新东村小学安置。

这次风灾九都镇受灾最严重，九都镇政府陈小彬副镇长告诉志工，下午要把安置在小学的乡亲转移到老年活动中心，希望能得到志工协助，安顿受灾乡亲。

勘灾团队立即协调泉州十位志工前来协助。在陈副镇长的安排下，部份志工和货车到幼儿园，把床铺搬运到老人活动中心的安置点。

在搬运时，细心的志工傅素香看到床板上有灰尘，她立即找来刷子、布，把床板擦拭干净再安装上去。志工分工协作，每三人一小组，男众安装铁架，女众擦拭床板，铺床，让乡亲晚上有安身之所。

关怀抚慰让生者心安

灾后第四天，从青阳、安海、泉州、惠安及南安洪濑的五个社区共二十余位志工，分组前往洪濑镇第二中心幼儿园热食提供、九都镇安置点乡亲关怀、南安洪濑溪霞村勘灾。

走进九都镇安置点门口，志工见到坐在床边的陈金兰喃喃低语说：“爸爸走了，爸爸走了……”志工许玉蓉坐在她的旁边，静静地听她述说。陈金兰一家人在逃生的过程中，爸爸不幸被泥石流埋了。“当时我们只离一步之遥，但爸爸就这样出不来了。”部队从昨天早上八点多挖到下午三点多，才将爸爸的遗体挖出来，身体都变形了。

听到了金兰的叙述，许玉蓉忍不住跟着流眼泪。志工黄明玲抱

着金兰的肩膀说：“金兰要勇敢，我们没办法早知道，要前脚走后脚放，要多多照顾自己。爸爸会去更好的地方，等一会妈妈回来一定要给妈妈一个拥抱，让妈妈安心。”

一夜之间失去三位亲人的黄春莲心情悲痛，她婆婆的遗体在十七号晚上找到，妯娌也在今天上午刚刚挖到了，而她丈夫至今还没找到。失去顶梁柱，春莲陷入迷茫。志工林琼珍以家人般的同理心，用爱肤慰耐心轻声开导。感受到黄春莲从刚开始抵触、僵硬，慢慢地变得柔软，愿意与人沟通，志工内心倍感欣慰。

婆婆在此次灾难中往生，两幢辛苦累积建成的房屋被摧毁，陈珍伤心得吃不下饭。先生早年往生，婆婆长年卧病在床需要纸尿裤解决大小便。陈珍用心呵护婆婆，几十年如一日的用心照顾，细细为她清洗，从未让婆婆有过异味。已有两个曾孙的陈珍说：“婆婆待我如亲女，我理应待她如生母。”这份孝心让志工深深感动。志工施美双从第一天就开始耐心地肤慰，陈珍说：“我有听你的话，放下了，也有吃饭了。”

“前所未有的灾难让大家很着急。镇政府人员全部出动，但人

世纪台风莫兰蒂

手却远远不够，工作量非常大，压力相当大。”九都镇副镇长陈小彬说：“很感谢慈济人及时帮助，第一天就来了三十人。感觉你们各方面非常的专业，非常的务实，觉得自己很有福气，遇到慈济人，你们什么都不要，我觉得很过意不去，只想对你们说感恩、感谢。”

勘灾过程中，陈小彬也看到慈济志工以不一样的方式在关怀乡亲，协助他们的工作。“这两天看到你们团队的关怀和别人不一样，从语言的柔和方面，我们也学到很多东西，我们要学习你们的沟通方式，让大家听了都很安心。很需要你们这个团体，有些我们做不到的需要你们补位，这几天请你们来协助陪伴。”

南安当地志工发心承担

台风当天，南安志工王云谋五点起来，走到楼顶看到旁边有间屋子倒了。“我想一定不只是大风来了，赶紧拿起手机要打给洪濂的慈济家人问是否平安，发现手机没电没信号，马上反应到这次风灾一定严重。他冒着雨出来勘察灾情。”

他告诉女儿要打电话联系师兄师姐的情况，联系不上，他很不放心，要出去确认一下才安心。出去

时水涨很高，发现路已经不通了。

第二天一早，他又赶紧跑到洪濂镇区，发现整个镇区已是满目疮痍。他赶紧打电话回访当地的关怀户。接着他和志工陈祖回一起联系泉州志工，报告灾情和当地关怀户的情况。

黝黑的脸庞，不善言辞的王云谋分享：“很感恩慈济家人拨出时间来洪濂陪伴、支援我们。”他感叹道：“这个灾难真的要让我们要有警觉心。”

王云谋的女儿王鹏林，在这次风灾中做人文记录，她说：“看到爸爸这么辛苦，我就想要帮爸爸，做他的手和脚。通过这次的事情，我明白自己还有很多不足地方，要多多学习。”

志工陈祖回在这次赈灾中，分发环保酵素，为幼儿园打扫、提供热食尽了很大心力，他感恩有这次承担成长的机会。“上人说藉事修心，体会可以从活动当中，发现自己缺点在哪里，哪个地方不到位，一直在思考这个问题，因为细节上做的很不到位，才会出现很多问题。”

幼儿园前期的工作告一段落了，发现幼儿园的老师喜欢慈济做的环保酵素，学校用消毒水很臭，很难闻。他接下来会教老师们用环保酵素，也向老师表态，全力提供酵素给学校使用。



灾后的镇区一片狼藉，杂物横穿，垃圾满地，恶臭难闻。（摄影者/施众人）

各地助缘清扫不怕脏累

灾后第五天，一群志工手拿铁铲或扫把，出现在东大路，整齐的队伍，统一的着装，引起了路过的行人和商铺店家的好奇。只见他们来到一堆堆的垃圾旁，有的用扫把将路边的垃圾清扫归类，有的则用铁铲将垃圾铲到垃圾车内。

来自泉州、陈埭、花厅口、龙湖、石狮、安海、石井等社区共一百二十二位志工，从四面八方会合在洪濑，与政府部门配合，前往洪濑镇东大路、东滨路进行道路清扫。

东大路是此次受灾较为严重的街道，沿街商铺都被洪水掩至一两米高，商铺老板黄志猛指着自家店铺的墙面道：“当时洪水到这里，东西都被淹了。”

“看到你们，我感动地都快流眼泪，看到‘慈济’这两个字就很安心。”看到志工，黄志猛主动搭话，收看大爱台已有十多年的他，对慈济十分认可。此次志工投入清扫街道，让志猛十分感动，并表示以后有时间也要来参加慈济，为人群付出。

洪水留下的泥土夹杂着商铺清扫出来的各种垃圾，伴着清洗流出



志工们正在清理泥泞脏乱的街区道路，清扫中尘土飞扬。（摄影者/施众人）

来的水，造成道路一大片的泥泞，有些垃圾还会发出阵阵臭味；部分巷口积水，垃圾堆成小山丘。志工不怕脏累，一铲一铲的将垃圾及污泥清走，太阳下有些志工已是汗流浹背，帽子与口罩遮住彼此的脸，尘土飞扬中已认不清谁是谁。

丁海坚已七十五岁，但打扫的速度不比任何人慢。昨天前去厦门支援街道清扫，今天又前来付出，她说：“不会累！像我这种年龄，能做就是福。”丁海坚看到灾难感触很多，她说：“我想我们苦，但是走出去看比我们苦的人还很多，我们就应该感到很幸福。能走出去做，就很幸福，很开心。上人说，对的事情，做就对了。”

“很感谢你们，今天市长来了，看到你们也非常的感动。”洪濂镇镇

长黄子牙说。灾后镇政府投入大量的人力进行道路清扫，就东大路已清扫了三、四次，但清扫过后，马上又有大量的垃圾堆在路边。此次志工的动员力及效率让政府部门十分惊讶，并主动协调挖土机及货车协助清扫。黄子牙主动邀约志工前往镇政府座谈，并希望志工除了协助清扫街道，更能为民众宣导环保。

“我们是看在眼里，感动在心里，真的是很感动，所以这次洪濂的重建是我们大家的功劳，你们是最浓重的一笔。”镇党委副书记周庆喜在与志工的对接中，对慈济很认可。

四个多钟头的挥汗如雨，在一百多位志工及部队官兵、环卫工人的齐心协力下，东大路、东滨路恢复原先的洁净与整齐。明天志工将继续接力清扫，接力传递大爱。☑

2016年第14号台风“莫兰蒂”

莫兰蒂台风为1949年以来登陆闽南最强台风，造成厦门地区大面积停电，65万棵行道树倒伏。台风前，为避免灾情，厦门慈济志工自9月14日起，在慈济会所安置中铁集团143位员工。

灾后第二天起，厦门、漳州、泉州等地志工，在厦门与泉州13个街道连续9天进行清扫，投入志工1055人次，让市容在最短时间恢复整洁。

同时前往厦门市灌口镇、泉州南安市洪濑镇，关怀受灾群众、提供紧急援助、热食供应。其中，热食供应连续5天，投入志工311人次，提供热食2260份。



北京亲子教育开学

撰文：北京真善美志工





自 从二〇一四年北京教育组正式启动，如今已有了慈幼（幼儿园）、慈小（小学）和慈少（初中）三个年龄段的班级，参与的孩子从最初均来自于慈济志工子女，逐渐扩大到社会招生。

九月十日的开学典礼上，慈少、慈小和慈幼的志工和同学，分别登台进行了精彩的手语表演。手语是无言的传法，“念纯心宽”的孩子们快乐无忧，翻手莲花……台上出现的许多新面孔，他们刚刚加入这个大家庭，明亮的脸庞绽放开心的笑容。

如同歌词中写道，“感谢亲爱的爸妈给我挡风遮雨的家，为我做香喷喷菜饭，陪伴我长大，感谢亲爱的老师，教导我无穷尽知识，指引人生迷惘方向，陪伴我长大……”朴实又生活化的言语，让孩子体会简单的幸福。

北京静思语亲子活动中，慈济志工和慈小班的孩子们互动，教授送餐和接受餐点的礼仪，彼此间要相互鞠躬并怀着感恩心接受。（摄影/康铭军）



北京静思语亲子活动中，慈小班小朋友和妈妈一起分享小点心，把美食亲自喂到妈妈口中。
(摄影/赵子亮)

慈小班勇于承担力量大

九月开学，许多小朋友告别慈幼班来到为慈小班。与慈幼班不同的是，慈小班的孩子开始学习主动承担。在爸妈们的鼓励下，孩子们积极踊跃，认领任务，成为了纪律、手语、威仪、生活、环保的小卫士。

第一天的课程中，志工精心设计了亲子体验游戏。首先让孩子戴上眼罩，再用一根绳子把右臂吊起来。失去了眼和手的功能，靠父母的喂食，一口一口品尝餐点。游戏首先让孩子体会某些器官“罢工”带来的不便，而对于拥有健康的身

体应该感到多么幸运与感恩！

接着亲子换位，让父母亲带上眼罩吊起手臂，由孩子来喂食父母。喂食的过程中，让孩子体会，当父母亲有一天老了病了，孩子能否照顾父母，回报养育之恩。

朱懿琳小朋友在妈妈喂食的时候，起初还觉得有趣，当妈妈把食物喂到嘴边时，就不禁哭了出来。她说：“这样我就不能照顾妈妈了！”

赛艺宁小朋友则说：“我眼睛看不到、手不能动时，得到爸爸的帮助，感到很兴奋很快乐很温暖！”

舒鑫小朋友抱着妈妈说：“妈妈老了，我会喂食给妈妈！”

杨喻涵小朋友也向大家说：

“我是妈妈（四十多岁剖腹生产）用命换来的，我喂妈妈特别应该！”

小朋友们的分享正如这次要学习的静思语：“有力量去爱人或被爱的人，都是幸福的人。”

慈幼班启迪善心学威仪

本学期慈幼班有四十四位小朋友，刚开始彼此还不熟悉。小朋友将自己的名字写到贴纸上，大声介绍自己，然后把贴纸贴到一颗小树。孩子们通过自己动手，很快就融入到这个新的集体中，和小伙伴

们逐渐熟悉起来。

生活的好习惯是慈幼班的重点。志工刘妹和刘芮旭小朋友端坐示范，盘腿端坐，身姿挺拔，龙口含珠，从食的威仪中表现礼仪之美。小朋友们也学着样子，端坐在各自的小垫子上，安静地吃着盘中的食物，人文之美潜移默化地植入小朋友的心中；吃完点心和水果后，李冠圻、徐广迪两位小朋友端着托盘回收香蕉皮和餐盘，就算餐盘很重也难不倒，两人一起抬着走。

“小朋友们，看师姑手中的瓶子中有两条小鱼，它们与爸爸妈妈

“食的威仪”学习中，小朋友们盘腿做好，练习“食的威仪”。（摄影/康铭军）





徐广迪（右）和小朋友一起收拾吃完点心的小碟子。（摄影/康铭军）

走散了，需要我们齐心协力帮助小鱼找妈妈。”志工马京兰通过一个小情景，引导孩子们开始此次静思语“助人、救人最快乐”为主题的教学环节。

孩子们每个人手上拿着蛋糕纸托或者瓶盖等容器，由队辅妈妈负责将水倒给第一个小朋友，依次

传递将水倒入小瓶中。孩子们全神贯注地托住容器，齐心协力把水传运到瓶子里。随着瓶子里的水越来越多，瓶中的小鱼慢慢漂起，终于到达标记线上，小鱼得救，可以和爸爸妈妈团聚。“助人、救人最快乐”从每一位孩子口中念出，也留在孩子纯真的心灵中。

王慧妍（中）小朋友用纸碗舀好的水倒向水桶，开始了救小鱼的行动。（摄影/康铭军）





刘芮旭小朋友向小竹筒投下了一枚硬币，并和大家分享：“我们大家一起投零钱帮助小朋友”。（摄影/康铭军）

废物变竹筒，竹筒聚爱心

志工刘妹扮成竹筒的模样摇摆走上台，“小朋友们！我是爱心竹筒！今天是一位慈幼班的小朋友约我来的。”刘芮旭小朋友闻声走到台前说：“她今天邀约爱心小竹筒，是要把自己节省下来的零用钱放到小竹筒里帮助需要的人。”

“台下的学员们看到这个情景，也都想拥有自己的小竹筒，志工已经提前准备各种使用过的瓶瓶罐罐，孩子们纷纷开始了自己的创作，在纸上、在容器上画着、贴着、叠着，创意十足。小朋友将自己做好

的竹筒带回家，从每天种下一颗善的种子开始，小小善心的汇聚，滴水成河，粒米成箩。

课程结束后，妈妈王琦说：“回到家再次重温曾让我们感动的课程内容。重新再去体验不能看、不能动却要吃东西的不容易。课程虽然结束了，在家时，也要给孩子更多机会去付出，从付出中体会爱与感恩。”


第一次参加课程的张为安小朋友，从早晨六点多出门。课程结束后，虽然有点困，却不愿睡觉，回程的地铁上，他对妈妈说：“我喜欢这里，下次还要来。”

■

长沙环卫入户访视为冬令

撰文：长沙人文真善美志工





凌晨五点半，当很多人还沉浸在梦乡的时候，上早班的环卫工人就已经赶到所负责的区域，必须要在早上七点以前，把整段道路清扫干净，把垃圾推到几百米开外的中转站。接下来的几个小时，要在车流中穿梭走动，随时把路面上的垃圾清理掉。

环卫工人一天分为四个班，分别是上午、下午、晚班以及夜班；白天扫地，夜晚洗地。夜班的环卫工人从夜晚十一点半，扫到凌晨五点。为多赚一些，大多数的环卫工人都会做连班。无论春夏秋冬或风霜雨雪，他们每天十几个小时辛勤的劳动，换来城市的清新。

本着就近关怀、落实社区的慈善精神，长沙慈济志工希望能对长沙市环卫工人中的困难人员进行冬令物资发放，带去全球慈济人的祝福。依循务实的原则，志工利用九月份周六日的时间，前往高新区、岳麓区、天心区、雨花区、芙蓉区及开福区，对环卫工人困难家庭

长沙慈济志工拥抱环卫工人，给与安慰。环卫阿姨感恩之情溢于言表。（摄影者/吴瑀菁）



进行冬令发放前的入户访视。九月二十四日这天早上，慈济志工来到开福区环卫局时，陈燕主任已在欢迎志工们的到来。通过回顾慈济大陆慈善足迹，志工介绍慈济在慈善、医疗、教育、人文等不同领域的工作，并重点介绍慈济的环保理念。同时也回顾了二〇一三年长沙宁乡市流沙河镇冬令发放的视频，以及莲花镇发放后对感恩户的后续关怀，介绍慈济冬令发放的意义。

环卫局彭斌副局长特别感谢慈济对环卫工人的关爱、对环卫事业的支持，也期许干部和环卫工人为长沙市人民生活质量提高、生活环

境改善贡献一份力量。

在环卫干部的陪同下，志工分头前往环卫工人家中走访。郭莎是一位很有爱心的环卫干部，在前往环卫工人雪辉家的路上，郭莎反复叮嘱，雪辉在去年一次环卫作业时，被车撞，现在腰上还有旧伤，暂时在家休养。

她的丈夫也是环卫工人，但今年六月上班时，因为捡拾马路中间车内扔出的垃圾，被疾驰而来的汽车当场撞击身亡。知道雪辉和她的家人直到现在还无法走出悲痛，郭莎提醒志工尽量不要触及伤心事。

志工七转八转来到一处居民区的垃圾站，楼上就是雪辉的家，

长沙环卫工人刘远文（右二）一个人住垃圾站，生活条件艰苦简陋。（摄影者/吴瑀菁）





长沙开福区一普通环卫工人家中厨房一角，环境艰苦。（摄影者/吴瑀菁）

非常局促狭小的空间里住了她的父母、婆婆、儿媳还有侄女五个人。

看得出雪辉心情十分忧伤，但还是热情地招呼大家坐下，更为一行每人冲了一碗湖南芝麻茶。志工小心翼翼地与她寒暄，但雪辉还是不禁提及了先生的不幸，随之一家人陷入了悲伤的情绪，连老父亲都开始抹起了眼泪。

志工李志赶紧握住雪辉的手，安慰道：“我们要好好健康开心地活着，照顾好家人，不要再记挂逝去的人了。否则，你先生也不会安息，会互相记挂！”

雪辉慢慢点头，并说自己与丈夫的感情非常深厚，两人从来没有

红过脸（吵架），虽然丈夫有四兄弟，但是婆婆最喜欢和他们一起住。

志工赞叹雪辉贤慧孝顺，也嘱咐小侄女要多和姑姑说话亲近。临别前，志工与雪辉相约，下次来看她时，希望她脸上能有更多笑容。雪辉轻声答应……六十二岁的雪莲，也是住在一个垃圾站的楼上。与先生离异的雪莲生有两个儿子，大儿子阿健现在四十岁，但只有六、七岁左右的智力，到市场里去就可能认不得路回来了。房里除了两张床外，剩下的空间不多。志工问阿健是否会帮助母亲做些事情？阿健坐在床上只是憨笑，不懂得如何回答志工的问话。

年逾六十岁的老李，一家三口住在小区垃圾站旁边搭建的小棚子里。石棉瓦的屋顶，几块废旧门板围住，房里四周漏风，一家人就在这样一个棚子里居住了七八年。老李的爱人和女儿均患有精神疾病，女儿已走失一年多未回，儿子也是环卫工人。老李没有抱怨命运，感激政府没有拆掉这个棚子，让他们一家有地方住。

老任一家四口在垃圾站后面租

了一间小房子，房子里只能塞得下两张床，夫妻两人一张，两个女儿一张。家门口的空地堆满了邻居送过来的瓶瓶罐罐，俨然一个垃圾回收站。老任做环卫工人有十年了，闲暇时还喜欢看书，经济拮据的情况下也不忘孝顺老家父母，在他的言传身教下，大女儿考上了大学，小女儿在读高中，平时放假也是勤工俭学。虽然生活清苦，但是一家和睦，其乐融融。

志工们怀着感恩心鞠躬奉上结缘品，环卫家庭感恩接受。（摄影者/吴瑀菁）





环卫工人们每天简单的一餐，青菜配米饭，有的甚至每日仅两餐，为了节约下钱能更好的照顾家人。
(摄影者/吴瑀菁)

亲身入苦 了解何为苦

大多数环卫工人的生活非常艰辛。不到十平米的房子，或者阴暗的地下室，往往就是他们的“家”，即使如此大约还要三四百元的月租。里面放张床、挂满衣服，没有电器，甚至连两三个人都很难立足。

经济更困难的环卫工，就以垃圾站、公厕旁的杂物间为“家”，吃住、孩子成长都是在这样的环境中。谢立新说，没有想到自家小区附近，就有好几位环卫工人是住在这样的“家”中。

“同一条路走了无数回，但今

天的路和平时不一样。今天虽然阳光明媚，内心却很沉重。”谢立新说。

朱文感慨地说：“环卫工人生活在社会最底层，住在垃圾堆或是厕所旁，拿着最低的工资，住着最差的房子，干着最辛苦的工作，我们真的要知足。”

王滔更是心疼地落泪：“他们来到长沙十多年，过年一次都没有回去过，因为过年有加班费……，老人家年纪那么大，过年的街道更难打扫，因为有厚厚的鞭炮屑。看着他们从年轻干到年老，我们真的要好好感恩疼惜他们。”

周立辉是第二次参加冬令初勘



长沙志工亲切的拉着环卫工人的手，了解生活情况，现场气氛轻松融洽。（摄影者/吴瑀菁）

访视，但是带给她的仍是震撼和心痛。“竟然身边还有这样贫困的人，大白天家里伸手不见五指，一间不到十平方的小房间放着一张床，过冬的被子是那样地单薄。屋顶破了个大洞，就是用塑料彩条布盖着，如果遇到下雨天就要用盆接水。”

“为了节省一百多元的路费，她已经很久没有回老家了。为了节省房租，将房子租到很偏僻的地方，每天只吃两餐，省下来的钱，每月还要给儿子治病和还丈夫病逝所欠下的外债。”当志工拥抱肤慰环卫工时，周立辉的眼睛红了。“想多给他们一点阳光，多一点关爱。”

来自常德石门的奋欢欢感慨：“以前看见环卫工人，会觉得好辛苦，很心疼他们，但是没有想要更多的去思考、去了解。这一次真正走进了这些朋友的家中，才感受到他们的心酸与无奈。我开始体会，手心向上的人生要学会翻转过来，手心向下，要造福才会有福。”

易新如则说：“看到他们生活的艰辛，他也想哭，可要拍照，要将这感动的画面记录下来，他只能强忍泪水。”同行领路的环卫干部则说：“如果不是陪你们来，我今天肯定是在家里打麻将，现在感觉这一趟真的没有白来，让我感动

满满。”

岳洁云平时不太会表达，却教会了大家什么叫肤慰。她走进环卫工的家时就像走进自己亲人家一样。

“当我拉着她的手靠着她的肩时，她的眼泪掉下来了，当我拥抱她时她哭了起来，他们太需要关怀了。”

看见贫中之富 反思环保重要

大多数困难的家庭都是因为有人生病、受伤、或子女读书。但是他们的坚强、乐观、善良、正直却让大家深受教育。

周林说：“我们见到有几位拾金不昧者，捡到一大包现金，抱着不敢动，就站在原地等失主。失主要答谢她，却硬是不要。其实她家里还有三个孩子在上学，为了省钱两年多没回家，连电话都舍不得打。”

廖智说：“我今天终于明白什么是贫中之富，今天走访的一家环卫工人，虽然没有很高的文化，但是在教育孩子上却很有自己的智慧。孩子在叛逆期间，他带着孩子扫了一个月马路，孩子从此懂事并发奋读书并考上大学，而且在大学时懂得节省生活费来给爷爷奶奶买衣服。”

环卫工人工作环境恶劣，工作时间长，一年三百六十五天没有休息，访视中，有的人得了肺癌、肠

癌等恶性肿瘤，有的人在工作岗位上受伤甚至死亡。每年均有环卫工人被飞驰而过的汽车撞倒身亡的事情发生。

环卫工人因工致残、致死的情况时有发生。很多人从未想过自己在马路上扔垃圾意味着什么？陈敏感叹道：“也许为了清扫你在马路中间丢的那点垃圾，一个家庭会因此而不完整，而承受巨大的痛苦。所以不但自己不要丢，还要多向身边的朋友做宣传。”

环卫工人是城市的美容师，默默无闻，甚至不被看见。很多环卫工人是上夜班的，从夜晚十一点半，扫到凌晨四、五点。李旭说：“当我们在梦乡中沉睡时，他们在默默地清扫城市，几年、十几年如一日。不要以为城市的洁净是理所当然的。”

志工李志说道：“每个环卫家庭带给我不同的故事和震撼，是对我心灵的一次洗涤。他们没有休息日，天天上班，有些甚至是一天上两个班，有些则是上通宵夜班，白天还打零工。很多环卫工人都是多年未回去看望父母，因为舍不得路费，因为不上班就意味着要少拿一天的工钱。我一定要劝慰身边的朋友，把垃圾进行分类，扔到垃圾桶；在公共场所绝不乱扔垃圾，也要制止别人乱扔垃圾，不开车抛物。”

■



深圳慈善展 从慈悲心出发

撰文：深圳人文真善美志工



慈济参加第五届深圳慈善展，慈济展区位于一号馆。（摄影者/卢生江）



第五届中国公益慈善项目交流展示会（简称慈展会），九月二十三日上午九点在广东深圳福田会展中心一号馆正式开幕，由深圳民政部长、市委书记等政府领导一同宣布正式启动，来自三十一省、市、自治区、直辖市和港澳台的两千六百多个慈善组织、企业、个人，以及七十五个国际公益组织，带来了一场慈善盛会。

本届慈展会以“以法行善、助力脱贫”为主题，深入落实慈善法，聚焦公益慈善事业创新与发展。

慈济展区位于一号馆，在展区的入口处，一座白色方型柱子上，摆放着一个透亮如琉璃般的玻璃杯，杯中清晰地看到一颗米粒。这是由慈济志工涂金山多次试验，利用聚氨酯材料，制成透明杯体，结合一颗米粒，呈现“修福粒米藏日月，持慧毫芒有乾坤”的展览主



慈济展区内，一座白色方型柱子上，摆放着一个透亮如琉璃般的玻璃杯，杯中清晰地看到一颗米粒。（摄影者/许俊吉）



实业家与志工齐力演绎钟鼓齐鸣，敲醒善念，撼动人心。（摄影者/高宇）

轴，寓意每一束稻穗都是从一粒种子开始发芽结穗，只要启发人人一念善心，汇聚点滴爱心，化小爱为大爱，就能发挥“粒米成箩，滴水成河”的力量。

由志工与实业家共同奏响的《钟鼓齐鸣勤行颂》，激昂的鼓声伴随着悠扬的钟声，吸引现场的民众来到慈济展区。一曲《感恩、尊重、爱》的手语歌曲，让更多的人驻足停留，聆听心灵讲座。

凝聚点滴 爱满人间

由九十六个屏幕组成三米高八米宽电视墙，播放慈济在大陆爱

的足迹，始于1991年华东大水灾，证严上人不忍众生受苦，呼吁全球慈济人发挥爱心，援助中国大陆，直接、重点、尊重，以援助重灾区为优先，及时、务实的展开医疗、盖屋与希望工程，这模式成为慈济走进全球赈灾的开始，至今始终如一，未曾间断。

这二十五年来，慈济致力陪伴关怀贫困、孤老、残病等弱势家庭与机构，偏远地区的冬令发放与助学、贵州扶困计划，甘肃旱地建水窖、迁村造镇以及社区环保的推广，都能看到慈济人将爱与善散播到每个角落，在场的每个人都感受到大爱的温暖。

正如志工叶碧峰所说，只要人人启发善念，让爱传递，就会觉得温暖，邀请大家都来加入慈济志工的行列。

感受大爱 启发善行

来自贵州的黄林先生是第一次接触慈济，庄严的慈济志工，一下子就吸引他，虽然他也在贵州从事慈善工作，但从来没有看到这么有规模的慈善队伍。黄先生非常赞叹慈济的大爱善行，希望加入志工的行列，虽然从贵州到深圳要十六个小时，但他认为时间是挤出来的，有心就不难。

北京南都基金会的黄庆伟、刘晓雪等一行四人，被慈济的展馆所吸引。在展馆设计者、慈济基金会文发处副主任黄文钦的介绍下，众

人畅谈对慈善的理解。黄文钦认为做慈善，只要坚持，就一定可以圆满。同时黄文钦还幽默地比喻，当年他开着资源回收车的心情，比开法拉利还要满足。

余一信过去曾在上海认识慈济，来到深圳后，虽忙碌于事业，内心里仍一直挂念。直到今年举家到花莲参观精舍，借由台湾志工引荐，终于找到慈济在深圳的联络处及静思书轩，刹那间，他深深地有种找到家的感觉。逛了一圈慈展会，唯独慈济展区给余一信最独特的感受，一进来，心很自然地就静了。他希望将这些理念带回企业，让年轻的员工心灵沉淀。

在贵州希望工程导览区，志工陈绢媛巧遇贵州省慈善总会副秘书长朱立先生。与当地政府合作长期扶困计划时，志工就已认识朱副秘

从小在甘肃长大的何鹏飞（左二）在分享结束后和慈济文发处黄文钦副主任（左一）交流并合影。（摄影者/王晶）





蓝天救援队专程来慈济展区观看学习，了解慈济的历史。（摄影者/卢生江）

书长。今天不期而遇的这份欢喜，正是源于过去结下的友谊。多年来，慈济志工深入贵州偏乡，为失学的孩子援建学校，提供助学金，在麻山上的辍学孩子得以重拾书本，珍惜宝贵求学机会，重新站在崭新的人生起跑点上，甚至与政府合作移民迁村，改变了一代人的命运。

出生在甘肃省会宁县的何鹏飞，看到志工分享甘肃视频，才知道改变家乡困境的水窖、大爱屋是由慈济所援建，心中满是感动；从小在甘肃贫困地区长大的何鹏飞，分享小时候一桶水是大人洗完才轮到小孩子，所以最后水都是混浊的。自从慈济帮助村民建了水窖之后，家家户户再也不需要为一桶水跋山涉水的提回来，为此何

鹏飞在慈济展区特地录制一段感恩画面谢谢慈济。

温暖的志工 有力的依靠

展会第二天，蓝天救援队特地来到慈济展区，感谢慈济志工在光明滑坡事件中的后援支持。因为去年年底深圳光明滑坡事件中，



慈济与蓝天救援队的结缘，已载入了慈济月刊。志工兴奋地拿着慈济月刊介绍，在滑坡事件当中与蓝天救援队的互动，已深刻地留在每一位深圳慈济志工的心中。

救援队队员林青昌说：“以前救援最多就是一包压缩饼干、一瓶水，从来没有像在光明事件时候那么好。那时救灾到凌晨四点回来，全身污泥，只能就地而睡。真的很感恩慈济，提供了福慧床，让疲惫的身体有了完整的休息。”

除了成为救灾人员的后盾，慈济对受助者的态度，也让人感动。来自甘肃的蓝天救援队队员贺多鑫，看到慈济不仅捐助善款，对受助者真诚、尊重、平等的态度，让他非常感动。

对于慈济在第二天就立刻进入灾区，并提供热食的关怀，让这群在阴冷天气里救援的队员们，无疑是一股暖流涌入。


（右）慈济文发处主任何日生代表慈济参加中国慈善文化论坛，分享慈济利他利己，行于全球的慈悲等观。

（摄影者/蔡湛艺）

（左页下）蓝天救援队成员林海生一直随身戴着多年前在慈济结缘的福慧红包，作为自己的平安符。（摄影者/卢生江）

爱消弥苦难 众生皆平等

慈济基金会文发处主任何日生，代表慈济参加“中国慈善文化论坛”，分享慈济利他利己“行于全球的慈悲等观”。以救助叙利亚难民为例，何日生分享慈济助人不分宗教、种族、国界，甚至对环境也一样慈悲等观。

有人提问慈济的运作机制，何日生回答，从慈悲心出发，不是机制起作用，众生无量法无量，模式不是绝对的，只有慈悲心是绝对的。以海燕风灾给菲律宾灾民以工代赈为例，有慈悲心，就有智慧，慈济不盖寺庙而建会所，目的就是激发人人的慈悲心。期盼大家一起来行菩萨道，不分男女老少地位背景，都可以心生善念，与人结好缘，发挥良能欢喜付出，照亮自己照亮别人，开启智慧温暖生命。 



两岸交流促银发族健康

撰文：苏州真善美志工

论坛中两岸医疗工作者精彩分享，用多种方法照护银发族的身心健康。江苏省人民医院专家的肺癌治疗策略、跌倒照护；台湾慈济医疗的预防知识、高科技云端照护、在影像学老年疾病的早期预防、还有随访等方面。尤其是干细胞的研究，大家用尽各种妙方来促进老年人的健康管理。

由 中国老年健康服务业协会、中国健康促进基金会、中国老年医学中心、江苏省抗衰老学会等单位共同主办的“2016CCGI—海峡两岸高龄养生与照护论坛”，九月三日下午在苏州国际博览中心召开。本次大会主题是：发展老年医学，推动老年健康服务业。慈济医疗志业体已连续四届受邀参加。

论坛中两岸医疗工作者精彩分享，用多种方法照护银发族的身心健康。江苏省人民医院专家的肺癌治疗策略、跌倒照护；台湾慈济医疗的预防知识、高科技云端照护、在影像学老年疾病的早期预防、还有随访等方面。尤其是干细胞的研究，大家用尽各种妙方来促进老年人的健康管理。

科技智慧为医疗助力

随着老龄化社会的临近，以前年轻人患一个病，用一种药、一张账单就解决了；现在老年人往往患很多病，需要用很多种药、很多医师共同会诊，这是非常复杂的事情。慈济医疗志业执行长林俊龙针对老年人面对的复杂现状，开启首个学术演讲《新科技在长期照顾之应用》，化解复杂困局、以科技智慧为医疗助力。

“老年人的居家照护，问题很多，家属有照护上的困难。”慈济医疗志业执行长林俊龙分享说：“所以我们就设计了一套‘生理检测无线’设备。它可以结合血压、血糖、血氧、心电图的监测，甚至

于听诊器都可以附上去……所以这是结合了现代科技的照护平台。”

医教研发守护生命，花莲慈济医院新任院长林欣荣七月一日就职，证严上人给了他两个目标：一是提升品质，二是培育人才。在此次论坛上，林欣荣院长分享的《DBS在帕金森病、干细胞疗法在老年医学中的应用》，给两岸医疗界处理该项疾病带来了新知。

林欣荣院长演讲说：“治疗急性中风有没有什么好方法？我们透过花莲慈济医院进行干细胞研究来治疗急性中风。”

未来几年，老年人口数量会激增，问题也会很多，两岸医疗工作者合作解决还是非常有希望的！

江苏省人民医院副主任医师张丽霞，针对老年人跌倒的预防，分享专题演讲。张丽霞医师说：“所以我们特别提倡老年人，做一些有氧健身的运动，比如：广场舞。我们甚至有特别编制的有氧健身操。”

“年龄是我们每一个人无法避免的，但是什么是成功的老龄化——就是当我老年的时候，我还能够自理，我还能做我自己喜欢的事。”李超群院长分享道。

苏州慈济门诊部这个月恰逢四周年院庆，李超群院长专程做了主题演讲《老年人之健康促进》。李超群院长介绍很多老年人来到慈济后，尝试吃素食、做环保，做志工后，确实能达到身心健康。

在海峡两岸高龄养生与照护论坛上，两岸的医疗工作者做了精彩的演讲分享，重点围绕照护老年人身心健康的多种方法。（摄影者/包珥）





在海峡两岸高龄养生与照护论坛上，江苏省第一人民医院院长王虹女士发表讲话，五年来对慈济人文更加感同身受。（摄影者/包珥）

医疗富人文 俯下身来付出

二〇一一年慈济和江苏省规模最大的医学中心——江苏省人民医院，签署合作协定，期许共同为当地提供优质预防医学的医疗服务。江苏省人民医院王虹院长作为两院代表，曾在医疗主管部门的见证下与慈济签署合作协定，而这五年来，王虹也对慈济人文感同身受。

论坛上，江苏省人民医院王虹院长向与会者们介绍：“他们（慈济）的一些理念，包括证严上人的一些理念，还有在医学上的一些进

步，以及义工等所有成果，你看了会震撼的！”

王虹分享说：“你们的志工，真的做得非常好！我从你们每个人的脸上都能看到那份甘于奉献、那份虔诚，那份俯下身来为别人着想，那份执著，让我觉得非常值得我们学习。”

论坛中的各类学术研讨，让两岸医疗界有了更多专业交流机会，而一些居家照护的常识，也让参加论坛的慈济志工收获颇丰。绍兴志工李小红联想到在访视中，经常会遇到老年感恩户，这些知识也对她帮助很大。

■

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

8/1 《农六月·二十九》

慈善魂



【静思小语】不忍众生苦，身体力行慈、悲、喜、舍，救困也救心。

诚情力行

二〇一〇年海地大震灾，慈济带动“以工代赈”“以工供粮”，并持续援建学校与发放米粮。过往国际慈善组织前往赈灾，须由军队戒护以避免居民争抢物资，然而在慈济人多年关怀互动下，如今居民能自动排队领取物资，井然有序。

与慈发处、宗教处主管谈话，上人以海地赈灾为例表示，慈济在克难中迈开志业初步，五十年来步步踏实，累积经验与作法，做出受人肯定的成果，常有国际人士前来参访，盼众人用心守护本有的优点。

“以真诚的爱亲身投入，不仅给予物质援助，更带动出爱的循环；这是有灵魂的慈善，不只救贫扶困，还能提振人心，促进社会安定祥和，是慈济慈善的特色。”上人教导，要亲身投入慈济事，以爱带动，莫只站在原地指挥。

“出于‘不忍众生苦’的慈悲

而投入，就是佛教精神中的‘慈、悲、喜、舍’，这是慈济的灵魂。要有自信且珍惜，才不会‘失魂落魄’。”

上人教众，在志业体任事要自爱、自重，还要建立自信，往正确的方向坚定前行。

真实妙法

佛陀对弟子有“五时之教”，依序分别为华严时、阿舍时、方等时、般若时，及法华涅槃时。

“华严时”佛陀直指人心；但众生根机不齐，需要循循善诱，故应众生根机施教；于“阿舍时”谈因果果报，教众修持身、口、意；于“方等时”则教众发心付出；说“般若时”，教众破除我执，理解世间诸相、诸法皆为“空”；有人偏执于“空”而消极无为，或拔无因果而为所欲为，佛陀最后宣讲《法华经》开权显实，畅谈本怀，作为圆满之教法。

与音乐家郭孟雍老师谈《法华

经》，上人指出各品脉络——

《序品》描述佛陀宣讲《无量义经》后入定，眉间放光。文殊与弥勒两位菩萨相互问答，吸引众人对佛陀将说之法的兴趣，并揭示久远以来，诸佛皆出于人间，人人本具觉性，非释迦牟尼佛独有。

《方便品》中，佛陀出定，赞叹诸佛心境与宇宙天地合一。经舍利弗三度请法，佛陀才开始宣讲《法华经》；此时有五千人认为佛陀将说之法应与过去无差异，心起

傲慢而退席。

《譬喻品》中，佛陀知晓舍利弗已体会佛心，于是为他授记，成为《法华经》里首位受记的弟子。尔后，迦叶尊者等四位向佛表白，过往只想守持小乘教法，自修用功，今发愿以大乘心度众，佛陀也为他们授记。

“《法华经》是佛陀觉悟以来，体悟‘真空妙有’，护念于心的真实法，是含融诸法的诸经之王，精神要旨不离菩萨道。”

8/2~3 《农六月·三十至七月·初一》

欢喜、吉祥、报恩

【静思小语】在善法中修慧，在付出中修福。



一善破千灾

“人与人之间相互关怀，彼此牵引走上善的道路造福人间，就能凝聚善念上达诸佛听，天下平安少灾难。”二日早会，上人表示，面对地、水、火、风四大不调，不只要用宁静的心虔诚祈祷，更要身体力行互爱互助，让人间祥和有爱。

“欲救世，先救心。人人日日行

善，人多力量大，方能‘一善破千灾’。”

上人谈及二〇一三年菲律宾海燕台风浩劫过后，慈济人前往急难救助，并持续汇聚十方爱心，在重灾区莱特省援建简易屋大爱村，还开设职训班帮助居民习得一技之长。如今居民安居乐业，社区一片和谐。

上人表示，虽然遭遇毁灭性灾

难，但凝聚大爱能量，就能让残破城市恢复生机，甚至比过去更好。

“人人方向一致，合和互协，社会就能欣欣向荣。”

玉里镇位处花莲南部，医疗人员招募不易。骨科林志晏医师体认偏乡缺乏医疗之苦，志愿到玉里慈济医院贡献所长。

林医师过去在花莲慈院实习期间，跟随于载九医师学习，老师教导“不只是看病，还要关怀人”，成为他日后行医生涯的座右铭。

上人肯定，林医师对老师的教导信受奉行，视病如亲，展现医疗品德；老师对学生“传功夫”，教授知识与技术，也教医师疼惜、爱护病人，给予心灵教育。“人与人之间以爱互动，世间就能祥和平安；发挥良能利益人群，是最有价值的人生。”

惜福再造福

三日适逢农历七月初一，上人于早会时间谈到，农历七月为佛教吉祥、欢喜、孝亲月。

佛陀时代，印度夏季多雨，为避免僧众出门托钵行走踩踏小动物，或为虫蛇所伤，制定僧团在每年农历四月中旬到七月中旬“结夏安居”，让僧众集结静修闻法，也

让护法的在家居士有机会供养造福。七月十五日解夏，佛弟子道业有成，佛欢喜，众生亦欢喜；而人间福慧在此期间成就，最为吉祥。

上人表示，源于佛教的“普度”，真正意义是“救倒悬”——让倒挂待宰的牲畜自惊恐中解脱。然而与华人民间信仰融合后，转变为杀生祭祀求平安，让更多动物被宰杀，如身处地狱惊恐哀号。

“众生随业受报，即使此生为人，亦难保来生再得人身。世间苦难多，无常来时一场空，唯有把握时间多付出，走入人群‘见苦知福’，并且惜福再造福，为来生写好剧本。”

面对天灾日渐频繁严重，上人教众虔诚祈祷，让善念上达诸佛听；“表达虔诚的最好方式就是斋戒茹素；茹素的人愈多，便能减缓温室效应，帮地球降温。”

农历七月也是佛教孝亲月，上人感恩慈济人就地推行吉祥月活动，带动斋戒茹素、教善教孝。

“除物质奉养，更要关怀父母、让父母安心，才是真孝顺。人人勤耕福田，行孝、行善使社会祥和；人心安则天地安。”

“宗教”是人生的宗旨、生活的教育；上人勉众日日闻法精进，增长慧命并且自度度人。“信仰宗

教就要用心体解真理，导迷为正。
自己闻法欢喜，更身体力行作典

范，让人人起欢喜心，将正知、正
见传入人心。”

8/4 《农七月·初二》

人有无限潜能

【静思小语】提起自信、迈开步伐，做助人的菩萨。



大爱，坚固信心

基隆地区慈济照顾户“阿汉”，十多年来自我封闭，不敢踏出家门一步，生活靠亲友接济；慈济人初访时，他一身垢秽，屋内昏暗残破、多处漏水。志工日复一日陪伴，甚至背着他出门就医。四年来，阿汉精神疾病逐渐改善，如今已能自行出门散步，还进一步投入环保、存爱心扑满，付出心力。

早会时间，上人感恩慈济人长年累月在社区扶贫救苦，也带动精神力量，让苦难人身心安住。“建立信心，首先要去除疑虑之心；提起自信、迈开步伐，就能成为助人的菩萨。”上人肯定志工用恒久的耐心来辅导陪伴，影响人心走出阴霾。

菲律宾莱特省慈济志工，定期关怀患有先天性心脏病的七岁女孩伊斯

特；最近十一岁的小志工洁丝汀加入关怀行列，与伊斯特成为好友，带着她一起做家事、整理居住环境。

“‘人之初，性本善’，人与人、与生具来清净善念；投入善的环境、与善的人事互动，即能懂得互助互爱，能发挥爱的能量。一念善心起，不仅能扶助弱者，更能产生影响力，接引人间菩萨。”

上人表示，慈济人在世界各地救助灾难，带动受灾居民振作心力重建家园，使灾区生机复苏、欣欣向荣。“人有无限潜能；坚固自信、群策群力，没有做不到的事。”

大喜，净化人心

“坚持‘报真导正’的原则，在当代社会风气中犹如逆水而上，尽管辛苦，却不能为了迎合观众而

放弃原则；要守护清流，持续发挥净化人心的良能。”

人文志策会中，上人谈到，慈济人文志业是秉持“慈、悲、喜、舍”四无量心的“大喜心”，运用媒体传播净化人心的清流，让人轻安欢喜。

上人肯定同仁们为制作节目尽心尽力，勉众深入了解慈济所做，善用传播的力量，传达无国界的平等大爱。

“五十年来，世界各地发生大小灾难，慈济人总是立即动员、默默付出。修行即是要有大忍、大

勇，即使遭受误解，面对逆境依旧任劳任怨。”

《慈济月刊》摄影记者萧耀华师兄，以镜头呈现叙利亚难民苦境；上人肯定《慈济月刊》《经典杂志》，是为时代做见证、为人类写历史，内容皆是有益天下的真实报导，每一期都很宝贵。

上人感恩大爱台在充斥耸动讯息的媒体环境中，仍持续传播真实的人间温情，予人一方平缓身心的清新天地，期勉同仁再接再厉，认真做好该做的事，莫受杂音干扰而心安自在。

8/5~6 《农七月·初三至初四》

心地功夫

【静思小语】以爱铺路，步步踏实。



戒贪护生

卫生福利部疾病管制署，四日公布台湾第四例兹卡病毒感染病例。五日早会，上人谈及兹卡病毒持续蔓延，欧美国家皆传妇产妇生出小头症婴孩的案例；提醒大众莫轻视小小病媒蚊虫，日常生活少欲简朴，减少厨

余及垃圾量，照顾环境卫生。“用尊重心对待天地自然，用平等心对待众生；茹素是真正的健康之道。”

上人感慨人类为满足欲望而伤害动物，设想自身遭拔除指甲的痛楚，同样当动物保护全身的甲壳、皮毛遭剥除，身心所受的痛苦与怨恨无法叙说，只能任凭摆布。

时值农历七月，慈济人在各地举办七月吉祥祈福会，推广素食护生与正信环保，上人呼吁，“真切忏悔、戒杀茹素，降低欲念、提起爱心；人人净化心地，行善行孝，社会就能祥和有福。”

以德带动

与志业体主管同仁谈话，上人表示，静思法脉是以“法华”精神为依据，自己此生步步依法而行；“《法华经》是佛陀的深心本怀，明确指出学佛要行菩萨道，希望大家能用心体会、懂得珍惜，踏实走入菩提

大道的中心。”

“修行，要靠自己用心下功夫，只凭巧口辩词和空论，难以让人认同。”上人举述慈济厄瓜多赈灾，志工自费自假，不辞辛劳跨国奔波，以诚恳的爱陪伴带动，因而能帮助受灾居民走出悲伤，重振士气。

“法入心，就能拨开贪、瞋、痴、慢、疑的烦恼，走入人群甘愿付出；以法度人，也修除自我习气，做得满心欢喜。”上人表示，《法华经》是救世良方，只要人人共同一念心付出，即使少数人也能带动出不可思议的大力量。

当代社会风气习以批判态度看



▲《常青久久》杂志王晓华总编辑（左一）赞叹慈济环保经验。上人表示，环保志工在付出中自我肯定，日日欢喜。（8月5日）

待诸事，爱心消退令人忧心，上人殷勉慈济人，不论未来如何，都要尽心尽力为天下众生付出。

“五十年慈济路，寸寸用爱铺路走来，步步踏实迈进。前人铺路，后人才能迈开步伐行走。”上人请主管们做好该做的事，用心铺路，让未来的人有正确的方向可行。

心地满足

《常青九九》杂志王晓华总编辑等人来访，王总编辑赞叹慈济环保成果，连高龄长者都发心投入；上人说，最重要的是一念爱心。“有经验，还要有许多人有志一同、以爱投入，才能做得长久。”

上人表示，慈济志工在环保站陪伴、照顾年长者，让老人家感受到尊严，自我肯定老来能为大地付出，天天欢喜做环保，身心健康就不容易退化；慈济环保站可说是社区里的

“托老所”。

有些志工生活清苦、人生多磨难，仍然乐于付出，精神饱满、心地满足。“从付出中感受欢喜，肯定自我人生价值，所以尽心尽力仍满心感恩；甘愿做，欢喜受。”

六日早会，上人谈及国际间多起天灾与人祸，感慨人心无明，造成人间多苦难，期待慈济人用心带动斋戒忏悔，凝聚虔诚心声，祈求天下无灾难。

民间习俗在农历七月举行大拜拜，上人言，早期农家牲畜多采自然放养，因物质贫乏只在年节宰杀大量牲畜；现代人物质不虞匮乏，但为了满足口欲、提高畜牧产量，采取人工孵化、工厂化饲养与屠宰，造成大量动物恐惧哀号。

“与其拜拜求保佑，不如向内求自性。唤醒人人本具的清净悲悯心，回归单纯善良，依循道德伦理而生活；人心净化，就能四大调和，天地平安。”

8/7~8 《农七月·初五至初六》

无边、无染之爱

【静思小语】以超然清净的心，做入群度众的志业。



柔和忍辱衣

韩国籍朴圭雨神父，受邀参与慈济在国家两厅院艺文广场的七月吉祥月祈福会经藏演绎，受访时表示，现代人容易忘记自然的恩典，人人都应该珍爱大自然，所以要学习佛教爱护大地众生的精神。

与清修士谈话，上人提及朴神父受访所言，传达了含融天地宇宙的宗教精神。“正信宗教皆有共同追寻的目标，即是广大无边、无染的爱；只因世间众生烦恼未尽，所以区分派别，各行其道。”

慈济厄瓜多赈灾进入中长期援助阶段，卡诺亚镇倒塌教堂的神父与修女们得知慈济愿意援建教堂，满心喜悦规划相关工作，盼早日重建信仰中心，安定民众心灵。曼纳比省教区总教主罗伦佐（Lorenzo Voltolini），十分赞叹慈济跨越宗教、种族的平等大爱，他表示，人道精神为世界带来了爱与和平。

上人言，慈济以平等无私的爱为人类付出，“只要人们信仰正确，心灵有依靠，就能早日恢复生活，身心安住。”

静思书轩培育小志工，是应机接引众生的法门，孩子们从接待中学习人文礼仪，从活动中启发清淨

善念，进而带动家长行善。有些小孩在家受宠任性，穿上制服后有荣誉感，时时提醒自我言行，展现人文气质。上人举此例表示，“制服如同‘柔和忍辱衣’，警惕自身持戒，降伏内心五毒。”

上人重申晨语讲述《法华经》开示：“入如来室、着忍衣、坐空座，名三轨法；末世持经弘法，赖此三轨法则，而三自轨轨他，体大道获大利。”勉励清修士身着有形制服，也要依从无形法轨，如穿着柔和忍辱衣，从仪表与言行显示修行者的身份与气质。

清修士以在家居士的形象，承担慈济宗门重任，上人叮咛，“修行须走入人群、接触种种世间事，应机接引各层面的社会人士，要秉持超然的出世精神，做入世的志业。”

常念父母恩

慈济连续三晚于国家两厅院艺文广场举办的吉祥月祈福会，七日圆满落幕。八日早会，上人感恩上台演绎的宗教界人士、演艺人员以及志工团队，和幕后的慈济志工与人文志业中心同仁，成就庄严的万人大法会。

祈福会以肢体演绎及传统戏

曲，诠释行孝、行善的佛典故事。上人表示，农历七月也是孝亲月，人自幼至长蒙受父母无微不至的照顾；子女长大成人之后，即使孩子沾染恶习、叛逆冲动，让父母担忧烦恼，父母依然不离不弃。

“常念父母恩”是佛陀最根本的教育。《父母恩重难报经》记述，佛陀带着一群弟子往南行，途中遇见一堆骨骸，佛陀谦恭礼

拜。阿难尊者问：“佛乃三界大导师、四生慈父，为何向这堆骨骸谦恭顶礼？”佛陀回答：“这是累生以来的生身父母；众生累世轮回，生生世世互为亲子。”教众以感恩、尊重心待人。

上人表示，“平时全球慈济人闻声救苦，即是行于菩萨道，用自己的身行说法，随处净化人心、接引众生同行菩萨道。”

8/9 ~ 10 《农七月·初七至初八》

柔和忍辱

【静思小语】内心忍辱，外表柔和，为天下苍生付出。



拔苦予乐

一个多月以来，美国加州及葡萄牙林火频起，绿地顿成焦土；气象报导近日太平洋有两个台风相继生成。九日早会，上人谈及今年国内外多处灾害，担忧天候不调对已受灾的居民生活带来影响。“面对天地不调，更显人力微薄，需要人们彼此以爱相互扶持，才能早日复原。”

近日慈济人再次前往厄瓜多，为地震受灾居民进行发放，虽然许

多倒塌的建筑还未重建，但居民展现充沛的活力。“彼此互爱互助，方向稳健，人生就能充满希望。”

津巴布韦志工朱金财长期深耕当地，带动居民成为志工。本土志工自发敦亲睦邻，投入清扫社区街道与市集，也教民众维护环境卫生；有些市场公厕管路不通，秽物四溢，志工们无畏脏臭投入打扫，相互邀约、快乐劳动，看见环境整洁感到欢喜振奋，乐意继续投入。

上人欣言，“正向的精神力量

可以相互影响，只要有人起身带动，就能成就利益人间的善事。”

十日早会，上人谈到，菲律宾人医会五日至七日在独鲁万市举办义诊，新加坡、台湾人医会共襄盛举，慈济大学医学院杨仁宏院长也率领二十多位医学生参与。义诊嘉惠五千四百多名乡亲，现场除了科别完整的医疗服务，也在东维萨亚斯区医院进行白内障手术，并为一百多名听力受损的病患装置助听器。许多居民凌晨两、三点就到现场排队，等候接受治疗。

当地居民平均月收入不到新台币两千五百元，然而在菲律宾私人诊所白内障手术平均费用近台币三万元，公立医院也要台币一万三千元。许多人因负担不起医疗费，小病忍成大病；义诊让他们解除长年宿疾，重见光明、重获新生。

上人赞叹，医师们正如《法华经》描述的“入如来室”，怀抱大慈悲心为众生拔苦。“人生病痛难免，只要有爱心者发挥良能，就能做苦难人的贵人；利益人群的人生最有价值。”

精神永续

与一位慈诚谈话，上人指出，“大慈悲为室，柔和忍辱衣，诸法空为

座”是力行菩萨道的三个原则：

大慈悲为室——人心如宅室，内心具慈悲精神，态度柔软谦和，同理天下苍生之苦而付出。

柔和忍辱衣——要堪忍种种境界，修柔和忍辱行；内心忍辱，外表则要柔和、勇敢。修行须有修行的形象，譬如身穿慈济制服，即须自我要求达到品质。

诸法空为座——不计较自己付出多寡，亦不在意是否有人理解；认知一切皆空，放宽心、不计较，才能定心朝目标前进。

与志业体主管谈话，上人表示，慈济志业是从“竹筒岁月”的小额捐款开始做起，迄今仍是靠着慈济委员用心劝募，累积救苦救难的大力量。

“慈济是由志工所组成的菩萨团体，人人心中有法、心力相合，默默付出无所求，且心存感恩；要安住志工的心才能巩固慈济志业。”

上人强调，如同人体微血管畅通，大动脉才能稳定；照顾慈济志工的心、保护会员的善根，才能守护台湾的善与爱。

现今社会人心思想复杂，上人表示，度众生须活用方法、适应社会型态，但精神理念要巩固。“积极做该做的事。无论外在环境如何，诚正信实、慈悲喜舍的慈济精神永恒不变。”

8/11 《农七月·初九》

三轨法

【静思小语】慈悲、忍辱、付出无所求。



不忍心，甘愿做

四大志策会中，上人谈到，志业事务庞杂，需要组织架构帮助运行；然而四大志业看似繁复，实则始于“一念至诚”之心，以“诚、正、信、实”的精神一路走来。

“慈济的创立起于一念不忍之心；四大志业皆是应社会众生所需而建立。”上人以医疗为例表示，建院是自不量力之举，只因人生最宝贵就是生命，最痛苦莫过于身有病痛而不由自主，所以除了慈善救济，也希望建设医院，让人健康、平安。

“地藏菩萨发愿到最苦的地狱救度众生；佛陀在久远以前也曾身处地狱，不顾己身受苦难，还帮忙同在地狱的人拖火车，这就是佛陀的慈悲宏愿。身为佛弟子，如果苦了自己能救助许多人，我心甘情愿。也因此五十年来虽然步步维艰，但无论遇到何等困难，都回归最初这一念单纯心。”

上人期盼医疗与慈善志业紧密

互动，为抢救生命而用心设法、尽心努力；“不论投入多少人力、物力，大家共同以救人为目标，只要看到病患恢复健康、改善生活，就是最大的回报。”

联合国订立十七项永续发展目标，包括消灭贫穷、消除饥饿、促进健康与社会福祉、公平教育终身受教、环境卫生、性别平等、节能减碳保护资源等多面相，期望在二〇三〇年以前改善全球各项问题。

上人表示，这十七项目标几乎囊括慈济所做，印证慈济五十年来目标明确且步步踏实。“起于一念简单的心念，最终的目标还是回归简单、清净无染。”

慈济依法规行事，上人教众谨记“以戒为制度，以爱为管理”。

“只要人人心中有爱、守戒，心宽念纯，彼此感恩、尊重、爱，管理上就很简单。”

莫缺爱、莫失爱

二十多年前，作家“无名氏”

来访，谈到当时的社会现象，感慨人心不古，宝贵的道德观念淡失，“到底毛病出在哪里？”上人回答，人们患了“缺爱症”，人心不满足，觉得被爱得不够。

观察现今种种人间相，上人感叹，当时所说的“缺爱症”不但没有治愈，还有更严重的趋势。

“人心最纯粹、最真诚的爱已经失落了，现在大家所患的是‘失爱症’，失去了本能的爱，连带将接受过的爱也忘记了。”

佛陀在《法华经》中讲说三轨法——“大慈悲为室、柔和忍辱衣、诸法空为座”；上人勉众发心立愿而

行，“心中要恒持‘大慈悲’，行为不离‘柔和忍辱’，身体力行后就放下，不计较付出也不计较成果，‘诸法空’；如此才能让法脉宗门脉络畅通无阻，永续落实‘为佛教，为众生’。”

现今社会充斥无明网，稍有不慎就会起波荡。上人勉四大志业主管，个人事小，天下事大，行事前要慎思，用开阔的心胸，共同一心为社会人群付出，保护台湾的爱与善。

“时间可以成就一切，也可能失去一切。要把握单纯善良的初心，步步踏实朝目标迈进，为无明浊乱的人间留下宝贵的‘爱’与‘善’。”

8/12 《农七月·初十》

写好人生经藏

【静思小语】智慧在人群中得，福业在人群中造。



坚持爱，克万难

“虽然凡事起头难，但只要能忍受种种辛苦，以爱坚持，一一突破困难；前人把路铺好，后人就能走得顺畅。”与医疗资讯界人士谈话，上人指出慈济五十年，一路用

爱铺路走过来。

二〇〇九年凯莎娜风灾重创菲律宾，慈济人在马利仅那市等地带动“以工代赈”，每天为居民供餐、鼓舞士气，教大家为恢复家园付出力量。愈来愈多人投入，迅速将街道清理整洁；居民运用代赈金

▼前行政院院长张善政先生（左一）及曾任台大医院副院长的王明矩医师（左二）参与医疗志业资讯会议。上人感恩众人用心付出为后人铺路。（8月12日）



在街上摆摊、开店，灾区重现生机。

上人表示，慈济“以工代赈”是以救济为出发点，不只纾解受灾居民生活困境，也要带动他们的士气。二〇一三年菲律宾海燕风灾后，慈济再度在莱特省推行“以工代赈”，曾经历重重困难，但终于把“感恩、尊重、爱”带入居民的心，当地华人与菲律宾人合心协力恢复家园，让原本被宣布“弃城”的残破城市欣欣向荣。

今年四月十七日厄瓜多强震，美国及南美洲国家慈济人会合力量，在当地台商黄钺凯先生的协助

下进入灾区，相继在五个城镇实施“以工代赈”，带动居民清理满目疮痍的街道，提振士气、重启生机，受到举国瞩目。

日前慈济人再度回到厄瓜多发放福慧床、毛毯，居民在街上看见“蓝天白云”的身影，纷纷上前拥抱表达感恩。

“虽然倒塌建筑大多尚未重建，但街道市集热络，希望已然现前。厄瓜多‘以工代赈’的成功，是因有菲律宾的前例。只要有心，就能一一克服困难。”上人勉励在座专业人士，有志一同用心出力，用爱铺展医疗资讯的道路。

入人群，长慧命

与南京师兄师姊座谈，上人教众用心闻法。“世间万事万物无一不是法；开阔心胸，就能透彻世间万法。读经，更要深入体会其道理，嗅出法的味道、读出法的真义。”

佛法指出世间万物本质为“空”，众生心性亦是空。然而上人表示，人之所以“空”不了，是因为有了身体，产生苦、乐、悲、喜等感受而起烦恼执着。“若心中有佛法，懂得放下执着，就不会受身体感受拘束。”

不只要殷勤闻法，上人教众还要走入人群，阅读人人身上的经典，从而反思自省、增长慧命。

“智慧要在人群中得，福业要在人群中造。”

上人说，人人都是一部经典，每一天都是一张白纸。当接触到有缘人而起欢喜心，就写下快乐的篇章；遇到无缘的人而心生烦恼，就写下了不欢喜的章节。“改善人际关系的关键，在于转变自我心灵。身体的老、病无法改变，但心境的转变能转苦为乐。”上人教导，要戒慎虔诚面对所有人、事、物，以佛法转变人生。

“心有佛法，了解众生平等，

就不会与人有过节；即使面对曾有过节的人，也会设法化解恶缘、结善缘，接引他同行菩萨道，让人间多一分善的力量。”

苏州的沈林虎，因小儿麻痹症不良于行，靠滑板行动，二〇〇四年成为慈济照顾户，十年来慈济人以爱互动；他虽身体残疾但心灵健康，二〇一四年起婉拒慈济补助，更进一步投入志工，六十多岁的他随着慈济人访视照顾户，更在自家门口成立环保点，带动村民做回收分类。

上人赞叹：“人有无限潜能；有周围的善缘，加上自身智慧的种子，因缘会合，就能激发潜能、成就菩萨。”

大陆幅员辽阔、人口众多，上人勉励师兄师姐启发人人本具的佛性，接引更多人间菩萨。“人心向善、人人和睦，社会就能平安吉祥。”



8/13~14 《农七月·十一至十二》

用志气降服欲念

【静思小语】调伏欲念，简约生活，疼惜天地，众生平安。



志气克服欲念

全球暖化，极端气候造成大规模灾害不断。十三日早会，上人感叹人类依赖大地而生活，却不断破坏环境，让大地母亲遍体鳞伤。

“世间有形之物，都是有始有终、有成有灭。大地资源终有尽时，地球终有坏灭之时，但人类的浪费与污染，却加重破坏、加速毁灭。唯有人人疼惜大地，才能延缓坏灭，常得平安。”

科学家证明，茹素、节约简朴，有助于减缓地球暖化。然而上人感叹，能发心且坚持的人不多。马来西亚五岁的陈宋豪，参与幼儿园“蔬国护照”活动，要吃素一个月；一天因不小心吃到肉而在护照上打了一个叉，他感到懊恼，发愿活动后要继续努力；全家人配合他持续吃素迄今。

“五岁稚子能立志吃素、一路坚持，但愿大人们也能坚持下去。莫因欲念而消磨了志气，调伏



▲花莲慈院三十周年路跑健走活动，上人感恩医护同仁守护生命，成就慈院担负东部医疗的责任。

(8月14日)



◀ 尼泊尔健康照顾基金会一行人拜会上人。基金会十日与大林慈院签订合作备忘录，期望透过交流提升当地医疗服务品质。

(8月14日)

口欲、改变生活习惯，才能保护大地、保障人类的平安。”

永续一念初心

花莲慈济医院启业届满三十周年，十三、十四日举办“医爱三十年莫忘初衷”院庆大会及“回归心灵故乡”路跑健走活动。

“三十年的医疗志业，起于最初那一秒钟、一念心；加上诸多因缘会合，才能成就。”院庆大会中，上人回忆慈院筹建的艰辛，以及觅地过程的坎坷，感恩每一个难关都有贵人协助度过。

不只医疗、建筑专家义务协助，慈济人更为筹募建院基金而奔忙。上人举志工高爱为例，家境不

好的她为了捐款建院，除了推车卖蔬果又去兼差，每天凌晨摸黑出门扫华中桥，一扫就是九年……现年八十多岁的她仍积极参与慈济活动，她说：“我还能做；只要有一分力，我就要出一分力！”

许多资深慈济人从年轻至今，不断为志业付出，上人感思道：“他们形容自己即使跌倒，也舍不得拔掉身上的沙土，还要小心翼翼将这些沙土捧回来，放进建院的沙石堆、和进水泥里。所以我常说，慈院的建筑不是用水泥搅拌的，是和入慈济人的心血建造而成的。”

台湾有无限的爱与善，上人期勉医疗志业同仁们珍惜用爱成就的医院，六院一家，合和互协，使慈济志业优质永续。

8/15 《农七月·十三》

守护慈济魂



【静思小语】“静思法脉”以佛法为主轴，佛法就是“慈济宗门”魂。

心血铸造医院

慈济在克难中创立，进行慈善救济十三年后，决定建医院；当时既缺乏资金，也缺乏人力，只因不忍花东民众“病”之苦，坚定行愿。

经历觅地难、募款难、医护人才东来难，克服重重困难，终于让花莲慈济医院矗立东台湾，发挥守护生命的良能。上人于早会时谈述建院艰辛：“回忆过往，有难以道尽的辛酸和深刻记忆。想到每一位协助的政府首长、各界人士，还有慈济人流血流汗，为建院奔波忙碌，除了感恩，还是感恩。”

上人谈到当时台大医院杨思标院长与杜诗绵、曾文宾副院长，都投入慈院筹建；国泰医院王欲明副院长，介绍姐夫高而潘建筑师前来帮助，使慈院建筑稳固、历久常新；而营建承包商吕玉虎先生被慈济精神所感动，原定三年的工期提早九个月竣工。

“慈济医院是凝聚无限爱心

能量所成就；每一块砖、每一根钢筋，都包含了无尽汗水、泪水与心血。”当时台大医院杜诗绵副院长已知罹患肝癌，上人属意他来担任院长，盼集合所有慈济人的虔诚祝福，支持他帮助慈院步上轨道。

“听到我邀他当慈济医院院长，他睁大眼睛惊讶地说：‘师父，您难道不知道，我身上有一颗炸弹呢！’我说：‘不只是你身上有炸弹，我也有心脏病；只要我们有一天的力量，就做一天的事，不要想那么多。’”杜院长承担慈济医院创院院长，许多台大教授、医师钦佩其为人，派员或亲自前来花莲支援。

医院启业后，有感于医护人力难求，且为改善花东少女的升学与就业问题，进一步规划设立慈济护专，杨思标教授慨然应允出任首任校长。

“杨教授如今高龄九十多岁，仍持续在各慈院教学，为医疗、教育志业发挥良能。也感恩三十年来多位大医王以院为家，为花莲民众守护生命、守护健康、守护爱。”

正信破除禁忌

大陆国家宗教事务局蒋坚永副局长、中台禅寺见允法师等人来访。上人谈及慈济以“入群度众”为修行法门，秉持“无缘大慈、同体大悲”之心，以实际行动启发人的爱心，带动力行菩萨道。

“五十年前，慈济在诸多因缘促成下成立，一路走来步步维艰；除了以四大志业纾解人生种种苦，也致力引导建立正信、正念。慈济人以身作则告诉大家，时时是好时、日日是好日。”

上人举“大体捐赠”为例，许多慈济人生前为社会人群付出，最后捐大体献身医疗教育。“传统佛教认为‘往生后八小时不能移动’，慈济人用愿力超越禁忌，以身示范‘化无用为大用’，打开了大体捐赠的风气。”

大体捐赠者慈济志工李鹤振，在罹癌病笃时曾对慈济医学院学生说，宁可大家在自己身上划错百刀、千刀，也不要病患身上划错一刀。上人表示：“医学生体会到大体老师的期许，将这分大舍与大爱带到未来的医疗工作中，视病如亲守护生命。”

上人指出，慈济志业都是借重因缘、集中力量，才能完成各种利益人间的工作；并且将爱的种子、佛法精神，从台湾带到海外散播。就如慈济与大陆的因缘，始于一九九一年华中、华东水患赈灾，当时两岸局势紧张，过程艰辛，但慈济人始终秉持着一分诚心付出。

“利益社会大众之事，不是只要投入资源，最重要是有人愿意秉持爱心与使命去做。但愿正信佛法能在全球扎根，人人相互关怀、彼此帮助，应社会所需发挥良能。”

8/16 《农七月·十四》

浊世清莲

【静思小语】以清净心力行菩萨道，救拔苍生苦，就是“持经”。



用清净心造福

早年筹建花莲慈院时，上人经

常前往台北，由时任关山林管处的郑柏处长和太太郑李实先，提供济南路住家为联络处，建筑师、建筑

委员们就在客厅讨论慈院设计图。

虔诚护持佛法的李清波居士，在台北吉林路设有华藏讲堂，得知上人建院弘愿，发心提供道场作为慈济分会；从此，吉林路会所凝聚众多会众，使慈济种子在台北蓬勃发展。

八十六岁的慈济志工李清波昨日清晨安详辞世，上人于早会时回顾这段历史，感念他为台北慈济志业推展贡献良多。“他忠厚老实、低调谦卑、广结善缘，是每位资深慈济人心中的典范，也成为慈济历史的重要部分。”

上人指出，慈济世界美在三轮体空无所求，付出、付出、再付出；有资深慈济人一路辛苦垦拓，才有今日慈济世界。“人人合和互

协、付出无所求，只希望为天下苍生的苦尽一分心力，这份清净之心，如莲花出污泥而不染；就是这万蕊心莲，成就了慈济世界。”

《法华经·法师品》中，佛陀期待人人“持经”。与桃园及新北市新店区、台北市文山区慈济人座谈，上人开示：“此时正是四大不调、人心不调的五浊恶世，《法华经》指引人人行菩萨道，是应世、治世的良方。把法华精神收入心灵，身体力行于菩萨道，把握因缘，用心精进、勤耕福田，就是‘持经’。”

新店有台北慈济医院的医疗大福田，又有静思堂的慧根大道场，上人指出实为福慧之地，期许人人持续用清净心来造福。

8/17 《农七月·十五》

不骄、不疑、无贪

【静思小语】以清净心付出，不骄傲、不怀疑、无贪着。



平等施大爱

佛陀时代，僧团在结夏安居的三个月期间，心无旁骛闻佛说

法、精进共修，在农历七月十五日圆满结夏安居的这天，佛陀考验弟子的用功成果，了解弟子修行有成，非常欢喜，所以这天是

“僧自恣日”，也是“佛欢喜日”。

今日逢农历七月十五日，上人于早会开示：“人人本具佛性，人人可成佛。只是众生迷茫，日复一日增长烦恼、无明，在人与人之间起分别心、结恶因缘，对立冲突酿祸端。”上人指出，许多社会人间的遗憾事，皆因人心无明，累积烦恼而成为心理病态；唯有宗教的法药可以安定人心。

“正信宗教指引正确的人生宗旨，教大家发挥仁爱、博爱、大爱精神，与人合和；与人冲突，就偏离宗教法则，会造祸端。”

人心正向、平衡，天下才能平安。上人勉众学习佛陀的无私大爱，以“三轮体空”的精神付出——不执着于自己是付出者、接受者，也不执着于付出了多少。“付出之后就放下，心灵清净无染，不骄傲、不怀疑，更无贪念。平等普施大爱而心无染着，以庇护天下平安为己任，才是正确的宗教精神。”

慈济人力行菩萨道，再艰辛的路也甘愿走；看到受助者身心安定，就感到欢喜。上人肯定：“这份甘愿、欢喜，就是菩萨心。”

步步踏实做

与台中慈济人谈话，上人叮嘱弟子们认真精进，不只坐而谈，更要起身做慈济。“慈济是认真持佛法、行菩萨道的团体，要自我期许成为分秒精进的人间菩萨。”

修行之路漫长，但千里之路始于足下，上人教众珍惜因缘，既然发了一念心，就迈开步伐，踏实前行。“认真做慈济，体会人间疾苦，学习与人合和互协，就是认真做菩萨，受益的是自己。”

上人请大家用心“旧法新知”，借重过去走过的路，见证现在的方向正确、所做的事真实不虚。

“师父不求其他，只希望弟子精进。期待你我师徒合心，共同契合佛心；不论此生寿命是长是短，都要把握当下，甘愿做，欢喜受；开拓生命的广度、深度。



8/18 《农七月·十六》

愿大，志坚

【静思小语】愿要大，志要坚，心要专，步要稳。



力挽来不及

美国洛杉矶林火迅速蔓延，加州长两天前宣布进入紧急状态，疏散逾八万两千人。上人于早会指出，面对四大不调的世间，必须加强净化人心。

“人类不断造作、累积恶业，让天地之间浊气重重，‘五浊’不消除，异常的气候就难以调和。”上人期勉：“自化化人、自度度人、自救救人；不救今生也要救来生。”

上人强调，现在是净化人心的紧要关头。“我常说来不及，指的是净化人心来不及。要合人心，才能调气候；人心不合，气候难调。已不能再等待了！”

缅甸北部的玉石矿场日前再次发生崩塌意外，二十多人被活埋。上人慨叹人类长年累月破坏自然环境、过度开发，吁众省思，以破坏大地、毁伤人命来获取高价宝石，是否值得？

“缺乏品德的人，即使穿戴高

价宝石，也无法得人敬爱。具有道德，能爱护众生、利益众生的人，才能以其人品典范感动人、带动人。”

上人谈到赖索托志工陈美娟，不只长年在当地济贫救苦，更以一介弱女子毅然承担非洲慈济会务，不辞劳苦千里奔波，陪伴国际小组志工跨国分享慈济人文，培养种子志工。“她真诚地付出，自然得人爱、得人护持、得人帮助。”

慈济人在各地以方便法门接引大众，上人叮嘱务必慎重行仪。“自我庄严才能带动别人。以庄严的形象净化人心、教育人，才能让人感受到法水净化。”

永恒持志愿

校院联席会，上人谈到，慈济的“宗教观”是人生的宗旨、生活的教育，抱持宏观的大爱，平等无私为天下付出。

“人生在世，能为人服务最有价值。如同修行，先自觉才能觉

尼泊尔健康照顾基金会一行
人拜会上人。基金会十日与
大林慈院签订合作备忘录，
期望透过交流提升当地医
疗服务品质。
(8月18日)



上人翻阅由台北慈院赵有
诚院长所呈《红色九号：八
仙尘爆台北慈济医院救护纪
实》一书。书中记录抢救伤
患过程的医病故事。
(8月18日)



他，自度才能度人。”每所慈济医院的一粒沙、一块砖，都是慈济人用爱合成；上人期许老师们深入了解慈济人文，进而带动学生建立付出的人生观，未来在医疗工作上发挥良能，成为真正的良医。

“对于‘医’与‘学’，我没有专业；但是我有心、有愿，面对重重困难，我的心愿不变，愿意与大家一起努力，随时供应你们所需。

只期待大家以无私的大爱，做无私的教育。”

上人以“愿要大，志要坚，心要专，步要稳”勉励主管，视慈济为一个大家庭、所有同仁都是一家人，人人共同一念心，为这个“家”而努力。

“在分秒流逝的时间中，要坚定永恒不变的志愿，开阔心量、合和互协，用无私的爱付出。”

8/19~20 《农七月·十七至十八》

最虔诚的普度

【静思小语】用爱救助贫病苦难，就是最虔诚的普度。



内修德，外造福

国际非政府组织“拯救儿童”指出，非洲从去年底爆发黄热病，已有五千多起疑似病例，超过四百人丧生，是三十年来最严重疫情。早会时间，上人慨叹四大不调造成天灾，“刀兵、饥谨、疾疫，也会造成严重灾难。人们要提高警觉、戒慎行为，还要疼惜大地、共同保护环境，才能自求平安。”

土耳其再传汽车炸弹攻击事件，逾六人死亡、两百多人受伤。上人感叹心念偏差让许多宝贵性命消亡、社会人心不安。“人心不调，瞋恚心起、对立冲突，‘刀兵劫’较水火风灾更难消弭。人心要净化——信仰正确、心净无染，才能展露智慧之光，汇聚善的能量。”

高雄右昌地区信仰中心元帅府，一九二九年就宣布取消农历七月杀生拜拜普度仪式，改为春秋二季在家祭祖，当地四间庙宇全部响应，庙宇也因不烧纸钱而拆除

金炉。上人肯定这是转迷为智的正信。

“平安，不是拜拜求来的。用爱救助贫病饥饿、孤老无依的苦难人，为他们拔苦予乐，就是最虔诚的‘普度’。对内修养自我品德，对外广结善缘造福，日日福慧双修，自然时时平安。”

善循环，益人间

与人文及教育志业主管谈话，上人强调，即使学问高深，也要靠品德彰显，否则只是“学匠”而非学者。“身在慈济宗门，一定要有宗教情操，展现慈济人的品格；与人互动有礼节，就是慈济人文。”

上人指出，“慈济立宗不是论述；宗，是宗旨，是要将佛法落实在人间。”

慈济四大志业紧密相关。上人表示：“慈善不能欠缺医疗，医疗不能欠缺教育，教育不能欠缺人文，人文不能欠缺宗教，宗教不能欠缺慈善；这是一个善的循环。”

慈济各志业体都供应素食，慈济人也在各社区推广素食，上人期待志业体同仁更用心研发与宣导，让大众普遍接受素食，帮助改善地球环境。

至诚爱，拔病苦

与台中慈院主管座谈，上人表示，筹建医疗志业困难重重，但只要听到医师们发挥团队精神抢救生命，就感到由衷感恩与欢喜，一切辛苦都值得。

“慈济医疗不为营利，是为了爱——彼此感恩、相互尊重的爱。医疗团队无论如何辛苦，都以真诚的爱付出，一心让病人转危为安、

转苦为乐；这分真诚之爱，就是慈济人文。”

医疗科技日新月异，上人表示，若医者缺乏热情、人与人之间缺乏互动，也难以发挥良能；救治病患最重要的，还是医疗人员发挥至诚之爱。

“慈济的精神理念很单纯，就是无私大爱。”上人强调，爱，是慈济的目标；期许全院同仁以“感恩、尊重、爱”互动，朝共同目标前进，才能真正提升品质。

“人生莫空过，要踏踏实实，为利益人间而付出。无论受助者是否记得、是否感恩，在付出的过程中，已经得到自我生命价值的肯定。”

8/21 ~ 22 《农七月·十九至二十》

守护“爱”与“善”

【静思小语】人人行善，人人有福。



净人心，活络爱与善

土耳其慈济志工胡光中、周如意等二十二日返回精舍，分享两年来关怀叙利亚难民情形。

帮助叙利亚难民孩童就学的三所满纳海中小学，目前共有两千三百八十四名学生。胡光中表示，其中两百一十三位原以打工支持家计，在工厂遭遇不人道待遇，慈济

▼ “台湾彩蝶棒球产业育成协会”平时培植在地棒球队，练习场地被尼伯特风灾损毁。上人行脚台东，顺道探视棒球队，向总教练陈值信（右三）了解复建情形。（8月21日）



补助其家庭生活，让孩子安心上学，他们非常珍惜现在的学习机会，有个孩子每天花四小时通勤，半工半读也坚持要用功学习。

“若问付出是否有目的？只期待每个孩子心中有爱，转仇恨为和平欢喜，人人互爱互助。”上人说，心中埋有仇恨种子，可能是人间的不定时炸弹；爱与和平，是慈济助学、帮助难民的唯一目标。

“同在地球上生活，众生都是生命共同体，要打开心胸，视天下如一家，真诚关怀受灾受苦的人。更要启发人心之爱，在四大不调、人祸不断的世间，用爱安定众生心。”

与宗教处主管同仁谈话，上人表示，慈济能有现今的志业规模，是来自会员每月的小额捐款；若委员疏于与会员互动，让行善的意愿退失，就如末梢神经不断麻痹，终将影响整体。



▲ 台东慈济人纷纷向上人表示，感恩各地慈济人前来协助救灾。（8月21日）

“来自人人点点滴滴的爱心，是慈济的根本，也是台湾至诚至善之美。要巩固台湾民众的爱心、善心，莫随风而消失无踪。”

上人期待慈济委员提振募心募爱的热情，保护会员的善根，让未稍麻痹的爱与善活络起来。

众生刚强难调，人人各有习气。上人表示，在团体中修行要守护好道心，不放弃任何人。“看到他人缺点，要自我警惕；也要用感恩心包容，引导对方回归正向。”

从《法华经·方便品》开始，佛陀一直赞叹《法华经》的殊胜；但直到舍利弗尊者三度请法，佛陀

才开讲。上人表示，这是因为佛陀考虑到，这部大乘法除了根机不足的人难以接受，五浊恶世的众生也难信难解。

“行善亦然。当今人心浊乱，对至诚之爱也会存疑，会嫉妒、辱骂，甚至加害。所以慈济人用心做好事，也要自我保护，要谨守十戒，诚正信实。”

虽然三界如火宅、人生多苦难，上人强调“法水”可以灭火。“人间祥和的关键在于人心。人人接受法水洗涤，启发无私大爱，心境就能变得祥和有爱，人间也会变得可爱。”



▲ 土耳其胡光中师兄（左三）呈苏丹加济市教育局长致赠的《可兰经》首章字母，上人表示：“万法归一，世间宗教的共同目标都是爱。”（8月22日）

8/23 《农七月·二十一》

有钱莫如有心

【静思小语】行善不是有钱人的专利，是有心人的付出。



善的循环

柬埔寨慈济人勇于承担，七位志工将六百吨台湾爱心米，发送到十二个县的一千个村落，嘉惠一万五千户贫困民众。早会时上人肯定他们发放前用心家访、造册；发放中带动地方政府、台商及当地人士共同参与，帮助老弱妇孺扛米回家，画面十分温馨。

天灾与人祸造成人间诸苦相，慈济人怀抱菩萨心付出，也感动了受助者。上人举土耳其慈济人为例，长年关怀叙利亚难民家庭，今年二月台南震灾、七月台东尼伯特风灾，满纳海中小学的孩子们捐献扑满回馈台湾。

“行善不是有钱人的专利，是 有心人的付出。慈济人善用方法度人，苦难人受到启发，也以一分最单纯的爱，为天下苦难付出。”

众生烦恼无明掩盖真如本性，又不断随着欲念造业，使世间恶业多灾。上人教众用清净心解道理，莫再无明造业而受苦。

善恶拔河

海军上校，也是海洋物理博士毛正气先生来访，谈到气候变化日益剧烈，大地受创严重。上人表示，关键在于人心。有学者感叹，现在不少年轻人心智受电子产品牵制，亲人过世不见得会掉眼泪，但电子宠物或喜爱的影视明星死了，却痛心疾首悲泣不已。上人举此例慨言：“人体与大地的病尚有方法可治，最可怕的是心灵的病难以根治。”

世间有形之物都会经历成、住、坏、空，地球坏灭虽是自然法则，但人心不调会加速地球毁坏。上人说：“虽然天灾无可抗拒，但重点在于人心。人心观念改变——生活回归纯朴，敬天爱地，才能调和天地气候。”

素食，可以减少牲畜饲养、降低温室气体排放，有助于“减灾”。上人呼吁人心要觉醒：“积善之家有余庆，人人净化自心、发挥善心，才能缓和剧烈气候。”

“人间善恶拔河，若无明造业者多而好人少，善的一方就会输。

但愿人人有志一同，净化心地、行善造福。”

8/24~25 《农七月·二十二至二十三》

有爱就无苦

【静思小语】以爱富裕心灵，以善净化人心。



用爱脱贫

二十四日一天之内，意大利中部与缅甸中部蒲甘（Bagan），相继发生芮氏规模六以上强震，造成建筑毁损与人命伤亡；美国路易斯安那州连日豪雨酿成严重水患，州政府紧急疏散三万户。

二十五日早会时间，上人慨叹世间无常，国土危脆。“不忍众生因灾受苦、性命损伤，各地慈济菩萨以‘大慈悲为室’，视天地之间如一座大宅，居住其中的人都是亲人，以真诚之爱给予关怀。”

一九九一年大陆华中、华东发生世纪大水患，慈济人秉持真诚的爱，跨越两岸鸿沟，爱心救助受灾民众，从此与大陆牵系深缘，也在当地深植爱与善；二十多年来，带动出许多当地志工。

“慈济人不仅扶贫、纾困，还把法带入苦难人的心，让人放下烦恼、启发爱心，为大地人群付出。”近年极端气候屡屡酿灾，各地志工及时动员勘灾，以爱接力付出。

“心中有爱，就没有苦。心灵因爱而富有，不只能解脱穷困束缚，还能以行动利益他人。”

上人表示，灾难造成的遗憾既已发生，需要人与人之间相互帮助。

“人助自助，凝聚力量，才能从灾难中复原。慈济人付出无所求；看见受助者脱离苦难，还能用爱回馈助人，就很欢喜。”

上人强调，人助更要自助，启发人人爱心，就能在社会需要时立即伸出援手。“只要发一念心、出一分力，人人爱心树立起来，彼此互爱互助，就能超越五道烦恼恶

浊，得到满心欢喜。”

以事显理

“沉溺虚拟世界，犹如掉入流沙坑，会愈陷愈深，难以自拔。”教育志策会中，上人谈到对当今社会的担忧，期许老师们要教育孩子具有自制力，莫陷入电子游戏的 虚幻境界，以

假为真，虚实不分，导致心灵病态。

上人表示，慈济法是随事应理——随着人间事相显示道理；期待教育志业的老师们，也能“以事显理”，用扎实的亲身体会做学问、教育学生。

人间诸事诸相，都含藏真如妙法；慈济诸法，皆为净化人心。要了解法的泉源，用善法净化人心。”

8/26 《农七月·二十四》

善恶一念心

【静思小语】行善不是有钱人的专利，是有心人的付出。



守护善念

意大利中部二十四日凌晨发生规模六点二强震，已有两千年历史的阿玛特里斯（Amatrice）古城毁于一旦，两百多人罹难。美国加州林火未熄，路易斯安那州却遭水患，连日降雨量三倍于二〇〇五年的卡崔娜飓风，政府紧急撤离当地居民。

人生的无常源自众生无明业力累积，早会时间，上人教众提高警觉，自我约束。

“万物有成、住、坏、空；人体有生、老、病、死；心念也会生、住、异、灭。世间没有永恒不变的人、事、物，有形之物无须执着，最重要是照顾无形的心念。”

上人强调，善恶一念心，要用心持戒，保护心念与行为，莫随无明扰动而步上岔路。“既已发心，须总一切法、持一切善；未生善令生、已生善令增、已生恶令断、未生恶令不生。”

非洲九十六岁的奥斯汀爷爷，年轻时独自从马拉威前往津巴布韦

找工作，并和一位带着三个孩子的单亲妈妈共组家庭，后来因年迈而失业受挫，遭妻儿赶出家门，过着困苦不堪的日子。慈济志工得知后列为长期照顾户，并为他修缮残破的茅草屋；关怀一年多来，爷爷感受人间温情，选择放下仇恨原谅妻儿，子女也因受志工感动而开始关心爷爷。

上人肯定非洲本土志工付出无所求的菩萨精神，“他们生活穷困，但心灵因爱而富足。人间菩萨救苦救难，所到之处，苦难就有机会翻转，转埋怨为感恩，转忧愁为欢喜。”

守护人心

与从事科技工作的慈诚师兄谈话，上人谈及伦理道德观与宗教精神能让人生踏实，勉众在科技当道的现代，善用科技凝聚精神力量，维护善法、守护台湾。

近年缅甸水患不断，马来西亚慈济人自二〇〇八年纳吉斯风灾后，多次前往发放稻种；农民改变耕种方式，友善大地不喷农药，作物连年丰收而生活改善，多位农民投入志工培训，带动乡亲行善助人，当地修行者亦将《静思语》翻译广传。

上人说：“慈济精神源自于台湾，随着慈济种子撒播到世界各地、带到苦难地，‘借力使力’接引人间菩萨。”

“既要救助苦难，就必须有宽阔胸襟，平等无私而付出。”上人表示，各地志工将行善功德回向台湾，身为全球慈济人的精神依止处，须巩固法脉宗门精神，才能利益天下众生。

“传法必须走入人群，适应不同根机将法导入人心，若远离人群则众生难以感受。”与南投慈济人谈话，上人教导推广茹素除了分享尊重生命的宗教观点，更要让人了解素食能降低温室气体排放，保护地球环境。

近年东南亚国家气候异常，农民缺粮显示粮食危机；然而人类为口欲而大量饲养牲畜，消耗可观的水资源与农粮作物，加重粮食危机，化学饲料也无益于食用者健康。上人教众，不论宣导茹素或不烧纸钱的正信正念，要善加运用科学佐证，辅以正信的宗教观，清楚对大众传达。



8/27~29 《农七月·二十五至二十七》

募每一念善

【静思小语】发好心，立好愿；积小善，成大爱。



助人最欢喜

加拿大一向少有天灾，二十四日安大略省南部遭龙卷风吹袭，是今年继五月亚伯达省森林大火后再次重大灾害；意大利与缅甸也在二十四日相继发生强震，造成历史建筑倒塌与人命毁伤。

二十七日早会，上人表示，众生业力造成天地灾难频传，即使科技进步仍无法克服灾难。“一切唯心造，众生共业，需要人人戒慎虔诚，发挥爱心、开解人心，方能消弭灾难。”

与参加静思生活营的实业家谈话，上人言，许多人为了追求快乐而忙碌工作，但投入慈济后，在助人中感受到喜悦，是真实的快乐之道；鼓励大众在持续的付出中发现欢喜。“助人的心情最快乐，所以慈济人不说‘辛苦’而说‘幸福’。心中有爱、乐于付出，即使忙碌也能安排时间做慈济事，做得满怀欢喜。”

上人述说二〇一三年菲律宾保

和岛强震，慈济人投入赈灾重建，不久后，莱特省也遭海燕台风重创，菲律宾慈济人勇于承担两地救助，突破重重艰难，援助工作迄今未止。

菲律宾慈济人长期投入灾区付出，更带动当地人互爱互助，城镇气象焕然一新，比受灾前更有朝气。上人表示，“以真诚的爱付出，能化解对立，带来祥和；接引更多人间菩萨，社会就会更平安。”

慈济从日存五毛钱的“竹筒岁月”迈开志业初步，五十年来劝募人人的爱心善念，点滴汇聚成大力量；现在四大志业、八大法印足迹遍及国际。上人表示，“人人一点一滴爱心力量的凝聚，就是慈善的魂魄。”

上人教众以“竹筒岁月”的精神，带动亲友共襄盛举，让点滴善念落入功德海而永不干涸，借力使力发挥大良能。“每天存善款、发善念，慧命同时增长。善念时时存于心中，就能长保平安。”

上人强调，投入慈济最重要是长久付出点滴爱心，“不只捐款，更付出力量救拔苦难人，就能成为别人生命中的贵人。”

“全球实业家静思生活营”二十八日圆缘，上人开示：“慈济志业是长时间凝聚众人力量所成就，救助众生苦难的同时，也用法引导人人付出助人力量，带动善的循环。”

土耳其慈济人与苏丹加济市政府合作，为叙利亚难民儿童成立满纳海中小学，希望他们感受人间大爱，抚平痛苦与仇恨，回归纯真稚子心。今年台南地震、台东风灾，满纳海学童捐出爱心扑满帮助台湾，爱的种子已在孩童心中萌芽。

上人表示，身在平安的台湾，更要凝聚力量帮助世界各地的苦难人。“能为国际间的苦难人付出，表示自身平安有福，大家要时时为自己祝福。”

小善成大爱

二十九日与菲律宾志工杨国英谈话，上人叮嘱用感恩心带动大家分工合作，多培养、提拔新进者，也要招呼、尊重资深者。

“慈济事需要众人合和互协来成就，放下身段与人互动，能让人

感受和煦风度，带动更多志工。”上人教导，平时用心观察法亲的优点与长处，让有心人皆有发挥的空间，做得欢喜；也要设法鼓励、带动较少参与者，莫使道心退失。

与宗教处主管谈及慈济劝募的用意，上人以捻线织布比喻表示，委员劝募会员每月小额捐款，是希望人人拉长情、扩大爱，细水长流。“一块布是用一条条细纱织成，而每条细纱又是用更细的丝线卷成；会员的爱心就如这微小丝线，必须柔韧绵长才能织出品质优良的布匹。”

上人谈及，早年慈济委员静铭（李水玉）曾为了收功德款，花两百元计程车费从三重沿路拜访会员到北投，总计收了一百五十元的善款。问她“这样划算吗？”她表示很划算，每个月花自己的车钱收功德会的善款，得到会员信任，会员不仅发心，还接引左邻右舍一起加入，爱心不断扩大。

上人言，委员的至诚情谊深入会员的心，细小如丝却拉得很长；若这分精神中断，就会断了道根，如同一缕缕丝线断掉，织不成布匹。“与会员互动意在净化人心，带动人人发好心、立好愿；善款不求多，最重要是恒久付出，让爱心永恒。”

8/30~31 《农七月·二十八至二十九》

觉有情，清净爱

【静思小语】人人长情大爱，世间祥和幸福。



福慧相合，解病拔苦

台北慈济医院赵有诚院长等主管，带领新进人员到照顾户家中清扫环境、为贫病孤老洗净身体，温馨互动如家人。二十九日早会，上人感恩慈院主管用心带领，让同仁体会纯真大爱，学习无私付出。

“心安住于觉有情、清净爱，无迷思、无杂染，就是美妙人间。”

上人表示，人生最苦是身有病痛不由自主，不论名声地位，病魔之时同样痛苦不堪。感恩医疗人员守持志愿救病疗伤，上人以佛陀的别称“大医王”期许医师拥有悬壶济世的佛心，以“白衣大士”期许护理人员如闻声救苦的观世音菩萨；而医疗同仁的白袍制服象征洁净与崇高的医疗精神，以纯真的爱心救助病苦。

“为人群付出虽然耗费心神、体力与时间，但是慈济人认为能为他人服务很有福，所以不说‘辛苦’，皆言‘幸福’。”

上人赞叹慈院同仁与志工们运

用善巧智慧，耐心医治困难病症，用爱陪伴病患重新站起来。“医疗与慈善志业紧密合作，是福慧相合；拔除病人的病痛，也纾解生活之苦。”

上人强调，医疗并非为了营利而服务，是以崇高的精神而付出。期许志业体同仁深入了解慈济精神理念，用心用爱拔除病苦，让身心轻安自在。

大爱铺路，修福慧行

与黄思贤师兄谈话，上人叮咛以诚与情，用心凝聚团体向心力；人人身心安住，才能带动更多善心细水长流，成为安定社会的力量。

“一念虔诚，能促进家庭和睦、社会祥和。在人与人之间拉长情，就能凝聚力量，用大爱来铺路；人人有善、有爱，惜福、造福，就能减轻天下灾难。”

上人表示，法理无形无体，需要有人实际去做，才能让人有所感受。以《法华经·见宝塔品》为

例，经文开始即说：“佛前有七宝塔，高五百由旬，纵广二百五十由旬，从地踊出。”由旬为古印度的长度单位，而塔高意为“显德”，代表佛德崇高，福慧双修，万行具足；塔宽则是形容世间众生诸多烦恼，众生业力不断复制、衍生。诸佛不忍众生无明如此深广，因此在人间现相成道，广度众生。

众人听闻佛陀说《法师品》后心领神会，于是“宝塔现前”。上人说明，这是用有形的人间相比喻无形的法相；人人心中自有无形的灵山塔，就是对于佛法的体会。

“修行，就要透彻道理，运用有相事物启发清净智慧。”

上人指出《法华经》谈有说空，让人既不执着于“有”，也不落入“空”而消极无为，是取中道的“圆教”，开方便法显真实义，接引人走入康庄的菩提大道。

“创立慈济四大志业，如同《法华经·化城喻品》，带领大家走过一段段艰辛道路往‘化城’前进，在过程中领受佛法、启发爱心，走入人群而不受众生无明污染，凝聚众力朝目标迈进。”

三十一日早会，上人谈到气候变迁灾难频繁，感叹众生迷茫无明，如同在失火大宅里玩火的傻孩子，不懂远离灾难。

相传农历七月最后一天为地藏王菩萨的生日，上人表示，地藏菩萨誓度众生，在苦恶地狱慈悲等观应机普度众生。“普度，就是普遍度化众生，要开阔心胸疼惜、救拔苦难众生。”

莫桑比克慈济志工举办七月吉祥月活动，本土志工演话剧宣导素食，并以大爱农场收成的蔬菜煮成三千份热食供应大众。上人赞叹志工们即使生活困苦也能自度度人，运用智慧说法、传法，让人了解道理，乐于响应素食。

马来西亚慈济人积极推广七月吉祥月、孝亲月，宣导祭祀不烧纸钱、不铺张，引导民众排除迷信，建立智信。有墓园管理人认同慈济理念，耐心宣导获得民众响应，将烧纸钱的费用捐出行善。

上人欣言，“一念心能影响无数人。以身作则、带动人群，用智慧与勇猛心，坚持做对的事，即能引导人转迷茫为智慧。只要看到愈来愈多人觉醒，再忙、再辛苦都欢喜甘愿。”



●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

(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) 38262432

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

上海昌化店

上海市普陀区昌化路826号1幢

104号

TEL (021) 52735827

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) 86573839

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(梨园戏剧院对面)

TEL (0595) 22850338

福鼎古城店

福鼎市古城南路120号

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

青岛东海店

青岛市市南区东海西路51号16栋

网点一层C户

TEL (0532) 58692826



二〇一七年静思桌历

山中无历日，寒尽不知年，

唐时，史官按日裁纸，装订成册，每月一本。

每页上写有月份和日期，留有空白，

供近侍太监记载皇帝的言行，这就是「历日」。

二〇一七年静思桌历，延续环保、人文理念，用一张张照片，导引您领略大地光阴之美，用一句句静思语，启发自性清静圆满。

四边留白，底部日期可沿线剪掉，图片可珍藏，亦可延展裱成画。

包装外盒，选用环保瓦楞纸，物命再利用，空盒可悬挂、可置于桌上成为收纳盒。

粥去饭来，莫把光阴遮面目，

用描绘的笔写下人生的剧本，

给时光以生命，给以平凡生活，

不平凡的期待……



武汉江夏助学

武汉水灾发生以来，慈济人一次次地从武汉来到江夏，对受灾乡亲关怀抚慰，帮助他们渡过难关。九月二十四日，慈济志工再次赴江夏区，为二十九位孩子发放助学金。

志工关心孩子们的学习情况，和孩子们聊天。可爱礼貌的杨春旭对志工说：“叔叔阿姨，学校的牛奶可好喝了，能不能给我们买些牛奶喝？”志工笑了，响亮地回答他：“当然，今天就实现你们的愿望！”

在武汉读大二的韦孝俊得到慈济的资助，心怀感恩地说：“滴水之恩，当涌泉相报，以后我也要回馈社会。”韦妈妈也高兴地说：“因为慈济，我们这里有很多人都改变了。他们都说，人家都不认识我们，还一次又一次地大老远过来帮助我们。我们都是安徽来的，更应该互相帮助，还有什么想不通的？”