

慈濟

第 13 期 2014 年 4 月

· 主题报导 ·

环保的妙法和 水開

为淨心做活水 为祥和社會做砥柱 为濟世救苦做耳目

自 寧 靜 的 心

【静思晨语】

◎证严上人

修好因好缘

好缘相聚，感恩珍惜，
存无常观；
恶缘相对，逆来喜受，
存因缘观。

心火伤人，伤害慧命。
止息贪、瞋、痴，
慎行身、口、意，
化恶缘为善缘，
转恶因为福因。



【无尽藏】

双手向下 付出最幸福

双手向上，不断索求，
希望别人满足自己，
很困难也很辛苦。
双手向下，甘愿付出，
肤慰大地、抚平人心，
很踏实也很幸福。

证严上人主讲 编辑部整理

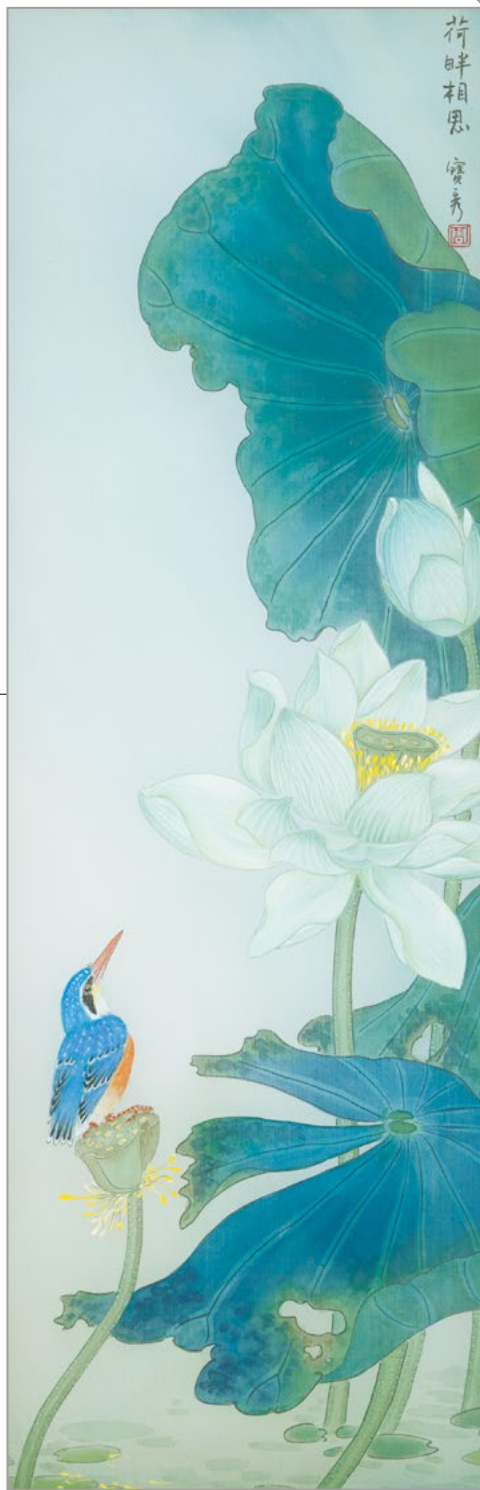
◆ 讲于二〇一四年四月一日至二十日 ◆

春 天的晨曦很美——远方天空一片浅灰淡蓝，旭日将升，天边浮现点点橘红。然而这样的美，能维持多久？万物无不在行蕴中，时间不断消逝，要好好把握刹那。

五十多年前，我在慧日讲堂皈依印顺导师，师父对我说：“你我师徒因缘特殊，你决心皈依，要记住‘为佛教，为众生’。”虽然只是短短两三秒钟，但那声音、景象、境界，历历在我脑海中不曾磨灭。这些年来，每当遭遇人、事、物的困难，我总会想到“为佛教，为众生”六个字，这是我立下的志愿，也是做慈济最初一念心，推动我不断向前；这辈子做不完，来生还要继续。

如果不是当初把握住那个因缘，不会有今日海内外众多慈济人；也因为恒持刹那，才能将志业推展到五十多个国家。期待所有慈济人把握当下、恒持刹那，生生世世“为佛教，为众生”。

今年慈济“海外负责人精进研习暨联合董事



画作 / 周宝秀

会”，四月中旬在静思精舍举办，来自全球十七个国家地区、四百四十六位志工归来，分享在当地做慈济的精髓，吸收彼此优点，相互取经；好上加好，就会更好。

每个国家的报告都很精彩，人间菩萨足迹步步踏实、步步涌莲，令人感动。在东方明珠香港，地狭人稠，亮丽繁华的外表下，隐藏许多苦难人。有人住在狭小笼屋里，还有人付不起租金，只能露宿街道。冬夜，慈济人把毛毯、热食送到瑟缩街头者的身边，蹲下来轻声细语招呼、轻柔与他们互动。这分慈悲真情，真美！

距离慈济发祥地台湾一万四千公里的非洲，黑珍珠菩萨们的步伐却和我们那样接近——不只行进威仪整齐，他们心地也很整齐。尽管语言不通，他们心中有法、法在行中，念念不忘师父的期待与教导。他们在村庄举办爱洒茶会，居民口耳相传，从家里搬来椅子听讲，挤不进屋内的，就站在屋外听，晒衣架加上被单就可以遮阳……

环境如此克难，仍用心播撒善种子，这就是大慈——希望人人心中有爱，感受幸福。虽然他们本身也很穷困，但以慈心造福、结福缘，就有无穷力量去付出，转贫为富。

由此可见，幸福不在于物质，而在于心灵；守志奉道，就能天天满足、天天快乐。

联合董事会五天来，享受着这片

真、善、美的心地风光，见证“无缘大慈，同体大悲”——各国慈济志工不只为自己的幸福，还要造福普天下；不只把慈济大爱带到当地，还要把粒粒爱的种子带到每个人心坎里，开启心灵的富有。

“一生无量，无量从一生”，每个人都是一粒种子，期盼每粒种子都能成长为菩提树，庇荫天下苦难人。

**心正，则理正、道正，
正心之行，菩提直道，
与法为伴，潇洒自在。**

莫桑比克志工蔡岱霖分享，今年二月底带领本土志工前往南非德本，参与南部非洲四国志工培训与月会。课程结束后错过南非边界出关时间，只好折回；由于深夜无处投宿，一行二十三人找到一处打烊的加油站，布一铺，就地休息。

她说以往随先生出差，虽然住的很豪华、吃的很高级，却不开心，因为先生应酬总是喝得醉醺醺。这天，在街边抬头看夜空，心里清楚自己的人生方向正确，感觉很欢喜、很踏实，一群人讨论、唱歌，最后安心睡去。

他们在星空下席地而眠，不觉得辛苦或委屈，而是潇洒自在，心开阔犹如虚空，相互勉励扎实把握时间；这分用心精进，令人感动。

莫桑比克本土志工维多利亚，生活非常贫困，却很用心投入志工。十四

岁的儿子奥飞多有天出门卖菜时失踪，维多利亚向蔡岱霖夫妇求助，傅迪诺师兄立刻报警协寻。岱霖安慰维多利亚，维多利亚坚强地说：“我感觉师父在我身边，只要心中有爱、有师父的法，我就不怕。”

在岱霖夫妻协助下，维多利亚连夜赶到南非，由警方陪同找到奥飞多——原来他和另外十四个孩子，被一个儿童器官贩卖集团绑架到南非，借故逃脱，最后母子平安相会。

这就是正信、正知、正见。维多利亚没有说：“我已经在做好事了，为何儿子还会被人绑架？”反而安慰岱霖放心，说自己心里有慈济，很安心，相信儿子会平安。面对逆境，她“调心不散”，沉着应对，这分深信与直心，就是道场。

对法认真，就能体会法义，让心念有进无退。离台湾那么远的菩萨都能做到，身在台湾，闻法容易，还有众多道侣作伴，更要把握因缘精进。身体不断老病，终会走到尽头，如果空过时间，丧失慧命就很可惜。

人心不调，陷于险境。
顺于道理，天下平安；
逆于道理，灾祸不断。

一九九四年，非洲卢旺达发生大屠杀，起因是胡图族总统搭乘的飞机遭受攻击，机上乘客全部罹难；胡图族长年与图西族冲突，因此展开报复，

高达数十万人被杀害。后来图西族击败政府军，胡图族人害怕遭到报复，约两百万人逃离卢旺达，成为难民。

这是种族的歧见，更是人心的不调；一念偏差，造成人与人之间彼此仇恨、相互残杀。

“苦”从“集”而来——集种种成见、埋怨、仇恨，造成不堪设想的人祸。要断苦的来源，就要开阔心胸，“灭”除对立与烦恼，还要觉悟真理，好好修行于“道”。

而这条道，必定要正——要正见、正思惟，还要正语、正业、正命、正精进、正念、正定。时时不离“八正道”，心就不会偏差，酿成人祸。

叙利亚内战已经超过三年，高达两百五十万人成为难民。在约旦难民营内的叙利亚人，长年累月生活在拥挤的环境，忍受风霜雨雪侵袭，心里难免苦闷，四月初更与警察发生冲突。逞一时冲动，星星之火就酿成不可收拾的灾难，值得人们警惕。

期待人人自我反省——生活的态度与心灵的态度，是否合于道理？俗话说：“顺天者生，逆天者亡”，“天”指的就是道理。人能顺着道理，天下才会平安；逆于道理，则天灾人祸不断，人间不得安宁。

双手向上，不断索求，希望别人满足自己，很辛苦；双手向下，肤慰大地、肤慰人心，很幸福。人人守好岗位，彼此感恩，社会才能祥和，人人就能安居乐业。

❖

慈济

目录

主题报导

6 环保的妙法和妙用

- 8 在庙会传环保的妙法
- 14 加入环保志工行列
- 16 酵素的妙用
- 19 三林庙会之后

志工身影

- 48 点唱人生主题曲



2013年4月创刊
2014年第4期 总第13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 济甬
美编/赵耀 胡玉洁
地址/苏州市姑苏区景德路367号
电话/(0512)80990980
邮编/215003
读者信箱/reader@tzuchi.org.cn
准印号/S390
印刷/苏州市大元印务有限公司

内部刊物免费交流欢迎投稿

1 分秒密集感恩心 证严上人

释德伢

地方通讯

22 垃圾分类很简单

25 惠安环保车启动

28 在大爱感恩的环保之旅

32 像链条般把爱传下去

37 用眼睛听，用耳朵看

40 用直敬老院关怀行

43 接待礼仪的第一课

46 青岛“静思语”进旅馆

寰宇慈济

56 十五岁生日心愿：
跟着上人脚步爱众生

62 穷人家的餐桌

64 慈济小区服务受肯定
公民入籍仪式任嘉宾

《内容提要》

- “只是思考、空谈，却做不到，徒然浪费时间。脚踏实地，将做得到的事做好、做得精致，做出成效与典范，就能带动社会。”上人教导，莫跟随潮流“闻声起舞”，要稳定脚步，朝既定的方向踏实迈进，带动爱的效应。
- 现今社会人心见解纷乱，即使单纯想把事情做好，也可能遭受批评。上人表示，有心做事，就要耐得住误解、批评，“加入怕批评而停顿不前，永远不能进步。”



封面图说：

上海浦东三林塘举办民俗文化节，志工陆传通为来往民众介绍环保酵素的制作方式以及爱护地球的理念。



·主题报导·

环保的妙法和

撰文/摄影 上海真善美志工

妙用

善用各种机会，
慈济志工把握当下，
推广环境保护的理念。

顾名思义，
推，使事情开展；
广，引申为扩大。

慈济志工就这么心宽，
就这样念纯，
无悔地弯腰做环保，
无求地教人做环保。

也因为如此，
三林古镇的庙会不再是庙会，
而是寻回“里仁之美”的契机。

最佳的人生 加入素食的圣贤队列!



www.aartheplanet.org

素食
邀请您

类、玻璃、铁铝



An exhibition table covered with a black cloth. On the table, there is a glass dome containing white granules, several small plastic bags containing blue and red granules, and some printed materials. A woman is looking at the items.



A brochure or pamphlet being held by a person in the background. It features text and images, including a green circular graphic.



浦东三林塘连续三年举办民俗文化节，期望在三林古镇保留传统文化特色。

·主题报导·

在庙会传环保的妙法

与往届民俗文化节不同，本届文化节以简洁的游园方式拉开帷幕，在为期九天的活动中着重挖掘民俗内涵、体现时尚创新；更特别的是，连续两年，慈济志工接受三林庙会主办方邀请，将环保理念及静思人文传达给当地居民，期望在这三林古镇中，保留传统文化特色，也能兼具环保新潮流。

作为上海市民文化节的一项重要活动，二〇一四年“三林塘第三届

上海民俗文化节”，四月十二日至二十日在浦东新区三林镇举行。

从第一天的会场布置到第九天的活动结束，慈济志工经历种种考验，包括人力的动员、连续五天阴雨不佳的天气，以及民众因不同层次推广环保的艰难。但大家齐心协力，克服种种困难；过程就如八十老爷爷抽到的静思语“不简单的事仍坚持去做，才是真本领；困难的事能够去突破，才是真勇气。”

位于浦东新区的三林镇，源始北宋，福建人林乐耕，携妻儿自闽来此创业，定居松江府华亭县高昌乡二十四保，黄浦江一条支流的北岸，生二子，沿河流分住三处，称东林庄、中林庄和西林庄，这三庄相连接，合称为三林庄。河流也就命名为三林塘。镇名也由此而得。三林镇是千年历史积淀出独具一格的江南民间文化。

只是，现今的庙会文化不同以往，除了主办单位努力保存的民俗之外，庙会慢慢地演变成“游园会”、“小吃会”、“杂耍会”等吃喝玩乐。尤其是，因天气晴朗，人潮不断时，游客制造的垃圾量令

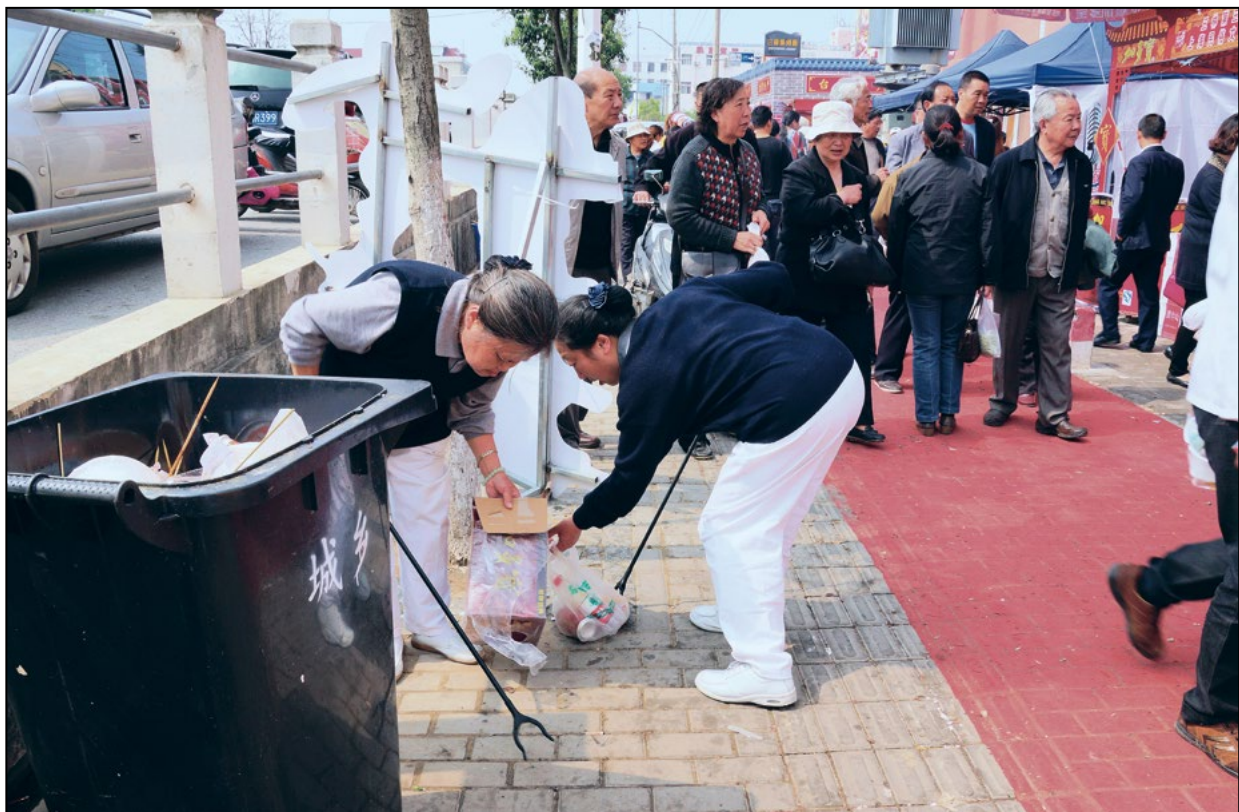
人咋舌，总来不及清理，致许多使用过的快餐盒、竹签、塑料袋等，在阳光的照射下散发出来骇人的味道，久久不去。

因庙会造成的垃圾量攀升，影响周边环境，也因为这样，居住于三林地区的慈济志工王根娣与步文蔚，积极想要落实环保意识，也把想法告诉同住三林的志工周东华，经由东华积极与三林庙会主办单位接洽，向三林塘投资发展有限公司毕峥总经理倡导慈济理念得到认同，因此慈济于二〇一三年，第一次受邀参展。

去年，慈济在三林庙会中，为当地民众倡导环保理念，默默为地球

为顺应民众吃喝玩乐的需求，现今文化节慢慢演变成以消费为主的“游园会”、“小吃会”的形式。





民俗文化节每日产生大量的生活垃圾，志工以身体力行的方式，做垃圾分类回收的工作。

尽心尽力的精神，并且传达慈济人文，净化人心的理念，深深地感动了毕峥总经理。因此，今年主动打电话来邀请慈济志工，参与三林庙会活动，希望把惜福、爱物，以及善用废物的好习惯倡导给民众。同时，也希望慈济人为小区带来一股清流，传递静思人文理念，落实心灵环保。

他说：“绿色环保对地球很重要，但如何把环保观念变成习惯，需要相当长的时间，人的习惯是要通过反复进行的过程才能养成；慈济进入民俗文化节会加深民众的环

保观念，让老百姓变成习惯，就像同一个单词，用心多背几次，就会牢牢地住。”

今年主要倡导主题为“环保四大分类及资源回收推广”提高民众环保意识，落实垃圾分类，将垃圾变资源；同时提醒民众，减少一次性碗筷使用。另，“静思人文”是以推广静思语，达到净化人心的境界，从而祥和社

会。四大资源分类，包含纸类、塑料、瓶瓶罐罐、电池等。但重要的是，清静在源头，慈济以倡导民众节约资源，使用环保碗筷，减少垃

圾的产生，达到心灵净化的目的。

三林居民刘英英带着五岁女儿前来庙会参观，看到慈济推动环保理念，母女俩相当感兴趣。

刘英英认为，环保观念应从小建立，平时教导孩子不乱丢垃圾，不浪费粮食，养成爱护环境的好习惯。她说：“习惯就像‘中国式过马路’，一人带头排队等红灯，其他人也一起排队，一人闯红灯，其他人也自然的一起闯；环保也一样，如果大家习惯乱扔垃圾，其他人也会继续扔，地面只会越来越脏；如果地面很干净，那大家也不好意思去扔垃圾。”

“来，来看我们的环保碗筷杯，很方便，可以随身携带，可以保护环境、爱护地球喔！来看我们的静

思语，它可以让你长智慧喔！”

在三林庙会的展位上，除了环保推广倡导，还有静思文物包含静思语丛书、心灵环保丛书以及环保碗筷杯等展示。

负责静思人文推广的慈济志工，对着路过的民众招呼着；就算阴雨绵绵，亦不减志工对民众的热情，并吸引来往民众的围观。

为推广静思语，慈济志工精心设计了“静思语对对碰”以及“静思语好话一句”活动。在“静思语好话一句”环节，志工精心设计静思语小签，让路过的民众可以抽取，将好话带给民众。

王健锋透过朋友介绍，至三林庙会想要认识慈济，带着孩子丁弘毅一同前来，正巧看到展场正在进行

志工倡导“环保四大分类及资源回收推广”，提高民众环保意识，落实垃圾分类，将垃圾变资源；同时提醒民众，减少一次性碗筷使用。还有“静思人文”是以推广静思语，达到净化人心的境界。



静思语推广。

好奇的丁弘毅向前探去，抽到这句静思语：“有愿放在心里，没有身体力行，正如耕田不播种，皆是空过因缘。”

“这句话是不是说，如果你有甚么想法，肯定要付出行动，不然就是空谈对吧？”

八岁的丁弘毅虽然不懂静思语意含，但在志工与民众的互动下，他懂得大人之间的对谈。活动后他与妈妈分享，很喜欢来这里，因为这里叔叔阿姨人好好，而且还有这些好玩的游戏，我下次还要来慈济。

在“静思语对对碰”互动环节，志工准备了拆成上下句的静思语小海报，带动现场民众玩起拼凑游戏。这个活动吸引了不少民众的目光，不论男女老少都相当踊跃参与，寓教于乐。

颜君伟带着上一年级的儿子路过慈济展位，慈济志工亲切地和小朋友玩起“静思语对对碰”的游戏，和小朋友一起读着，并启发孩子找到关联句。

别看他才上一年级，却能认识桌上所有的字；但，妈妈颜君伟了解孩子不懂其中意含，巧妙地引用了

利用环保走秀的新颖表演，志工向民众介绍利用塑料瓶回收再制的环保产品。





为推广静思语，慈济志工精心设计了“静思语对对碰”以及“静思语好话一句”活动。在“静思语好话一句”环节，志工精心设计静思语小签，让路过的民众可以抽取，将好话带给民众。


现场的静思语，教导孩子和小朋友相处之道。

其中一句“屋宽，不如心宽”，在学校和其他小朋友相处时，要多以宽容的心包容对方，如果觉得小朋友做错了，也要多原谅他，心宽了，我们会天天都开心。

“看别人不顺眼，是自己修养不够”如果你觉得别人不好，其实是你自己心里有问题，因此要多看自己的不足，不要老是从别人身上找问题。孩子听了妈妈说的话，频频点头。

看到志工与民众进行互动游戏时，陆传通感觉这游戏设计得太有

智慧了，他说：“引导大家思考排列出来的静思语，不仅加深民众对静思语的理解，若有小朋友遇到不理解的词句，就让家长借着这个机会，教导小朋友做人做事的道理。一举两得，既启发了孩子的善心，又巧妙地达到净化人心的目的。”

“三林塘第三届上海民俗文化节”圆满落幕，这段期间，慈济志工的付出，虽然辛苦，但一切都是值得的；最重要的是，通过活动，得有多人认识慈济，认识环保的重要，更有发心的民众愿意加入环保行列，共创“心灵桃花源”。



志工推广环保，也期待人人加入环保志工的行列。

·主题报导·

加入环保志工行列

长达九天的活动，面临的第一个问题是志工人力不足，动员人力超过两百人次；幸有浦东慈济志工的共识，觉得三林庙会是一个值得带动环保的平台，皆愿意把时间拨出来，调整小区活动的时间，轮流接力，成就这一次的三林庙会。

为期九天的环保推广，有五天都是处于下雨的状态，志工坚持推广环保的心念，把握每天来庙会的人潮，不放弃每一位路过的民众，向

他们解说。

志工郑佩雯说：“哪怕是下大雨撑起伞，也要跟他们讲环保、讲静思语，志工坚强的毅力让人感佩。”

陆传通是众多志工的典范之一，从早上八点就到展位报到，一直到下午接孙子放学才回家，每天坚守岗位上推广环保。他感觉三林庙会是一个很好的平台，来到这里宣传，就能让更多人了解环保的重要，这是很有意义的。

七十多岁的陆传通，令人佩服；他说：“九天的收获是很大的，你说人不累嘛是不可能的，这实在有点累；但有意义的，有兴趣做的，越做越欢喜。尤其，我们这个老人嘛，应该投入，不要老是想着吃吃喝喝玩玩，抽抽麻将、打打牌，就虚度人生。如果能在人群当中去付出，再累，也觉得很高兴。”

经过几天的努力，慈济志工获得当地民众的支持。这一次的三林庙会当中，除了环保推广之外，最主要还是希望藉由这样的活动，接引更多的民众加入环保行列。经过九

天的努力，有将近百来位的居民认同慈济环保理念，填写志工意愿表，希望加入环保行列。

年轻时在单位从事环保工作的林孝荣，一九七九年到一九八一年连续荣获上海市环保先进奖状；当他看到慈济摊位倡导环保，充满好奇的前往了解，经由志工的解说，林孝荣说：“现今的社会里，环保观念讲的多、做的少，希望我们的社会，从小培养孩子有这样的观念，从现在开始，我接触到你们，希望跟你们交朋友，一起向你们学习，也可以向邻居朋友宣传。”

■

上海志工陆传通（左一）向参观民众介绍静思语。陆传通每天从早上八点就到展位报到，一直到下午接孙子放学才回家，不论晴雨，坚守岗位推广环保。





民众对于环保酵素的制作方式十分好奇，详细询问志工如何操作。

· 主题报导 ·

酵素的妙用

“民众对于环保酵素的接受度非常高，可是，只知道酵素很好用，但不知道怎么做；来到这里，向他介绍、示范之后，回去就可以顺利操作了。”

每天都有好多民众到摊位上询问环保酵素，有的人第一天来了，了解之后就回去做了，操作过程遇到问题，第二天、第三天又过来摊位，再来详细地问这些情况怎么

办，无形中，志工与民众之间，形成一种信赖感。

三林庙会进入第六天，慈济人带动民众提高环保意识，除了进行垃圾四大分类倡导，提倡资源回收观念之外，今年的环保推广还多了一个亮点“环保酵素”。

“家里废弃的菜叶及果皮，如果善加利用，拿来当酵素，可以变废为宝喔！”

志工向每一位路过慈济摊位的民众倡导着。环保酵素制作过程简单又容易，利用家里即将丢弃的菜叶、果皮，加上红糖及水即可。

志工现场操作示范，一份红糖、三份果皮加上十份水，摇一摇即可完成，徐卿说：“前面一个月一定要盖，每天要开瓶放气，不开盖它会直接‘啪’，会爆开来。”

现场民众好奇地问：“洗碗什么都可以吗？”徐卿回答：“都可以，洗碗、拖地包括擦油腻的地方都是可以的。”

环保酵素必须制作三个月以上才

能使用，志工梁立秀手中拿着自己制作九个多月的酵素，告诉在场的民众说：“可以把不要的菜叶、果皮发挥很好的功用，制作好酵素之后，等上三个月就可以使用，我呢不论是在家里面洗碗、抹桌子、拖地板都会用上环保酵素。”

立秀还说：“把酵素稀释了以后，可以洗头发、可以洗澡，它还有特别特别的香味耶，真的特别的好。制作好之后还可以送给亲朋好友，让他们也试试，朋友用了之后都会给我反馈，现在他们也开始自己动手做。”



（上图）环保酵素制作过程简单又容易，利用家里即将丢弃的菜叶、果皮，加上红糖及水即可完成。

（左图）志工拿着制作完成的酵素给民众试闻。

环保酵素还具有另一个功用，它可以减少一般洗洁精的使用，慈济参与三林庙会活动，在每天的午餐过后，负责生活组的志工就会利用环保酵素加上极少量洗洁剂来清洗碗盘。

“环保酵素与一般的清洁剂混合使用，能把酸性变成中性”，志工王宝珠向民众解说：“一般的清洁剂对酵素的比是二十比一，‘二十’是清洁剂，‘一’是酵素，把它摇一摇，酵素会把酸性的清洁剂趋为中性。一般的洗洁精为酸性，若不小心残留碗盘，对于人体会造成负担，如果与与环保酵素混合使用，趋为中性后，就不会危害人体。”

经常在家里使用酵素的蒋瑞华分享，刚开始学会做酵素的时候，一下子做了很多，三个月之后要分送给亲朋好友，朋友来到家里看到制作好的酵素，拒绝了她的善意，探究其原因终于找到答案：“他们看到大瓶里浮上一层白色物质，觉得脏，了解原因之后，去掉浮物，装成一小瓶一小瓶的，再送给他们使用，结果，大家都乐于接受。”

也因此，周围的朋友使用过酵素之后，觉得它太好用了，还回过回头来问她怎么做，现在有很多人都开始做酵素了，让瑞华相当开心。

酵素的使用范围如此广，让民众

爱不释手，张潮林伯伯前几天经过庙会时，正巧遇上慈济人推广酵素，他觉得这东西很好，回到家后，想跟身边朋友分享，但是不知道怎么做，隔天又回到慈济摊位上询问，志工陆传通向他说明制作过程，并送给他一本环保酵素小册子，随时可以参考。

“张潮林把书拿回去，就做了五桶，但在制作过程中发现问题，他不知道比例到底怎样来掌握，如果水多一点或料多一点，到底有什么区别没有，所以他又回到这里，想找到答案。”

后来，又发现颜色不对，整个酵素变黑了，张潮林紧张的回到展位上询问志工陆传通，并请他帮忙到家里看一看，陆传通来到张潮林的家，具有制作酵素经验的陆传通马上问道：“用什么材料呀？”

张潮林回答：“菜叶和果皮。”

原来菜叶和果皮混合制作会将颜色变深，陆传通肯定地说：“没坏，你放心好了！”

根据研究统计，厨房的垃圾量占总垃圾量的一半，若将丢弃的菜叶、果皮，经过回收再利用成为环保酵素，只要掌握好材料比例，就能轻而易举的制作成功，既可以节能减碳又可以减少环境污染，这就是慈济志工在“庙会”，传递环保妙法的目的。

■



浦东环保志工九天的环保推广圆满，纷纷露出幸福的笑容。浦东环保志工在南阳小区默默耕耘将近八个多月，这些日子以来，越来越多居民认识慈济，也投入到环保当中。

· 主题报导 ·

三林庙会之后

去年三林庙会有将近一百六十多位民众，踊跃参与并认同慈济的环保理念，填写志工同意表，其中几位民众已成为慈济志工，携手保护生活环境。

“三林庙会活动后，后续展开了

每个月一次的三林南阳小区环保推广，这是当地政府给我们最大的肯定。期待今年能带动更多本地志工，一起参与，让它形成小区最主要的力量，以落实小区环保。”浦东志工郑佩雯说。

虽然遇上连日阴雨天气，志工仍然撑着伞，把握每一个推广环保的机会。



居住三林这块土地，一直想要把慈济的环保理念推广到自己的小区，当慈济志工步文蔚向小区居委说明想做环保的意愿时，因居委对于慈济的不了解，无缘促成环保。

靠着坚定的意志力到处去跟人說环保，因缘际会与周东华聊到，东华觉得这是一件很好的事，应该要去做；当时三林庙会在即，她认为可以跟政府及相关单位谈此意愿，透过庙会推广环保这效果会更好。

正所谓“有愿就有力”，在众人的努力下，成就去年慈济参与三林庙会，推广环保的因缘。也因为去年的环保推广，获得当地居民的好评，及三林地方政府肯定，三林庙

会后，志工提出想在小区推动环保时，地方政府非常支持。

志工步文蔚说：“政府希望我们到每个小区去推广，所以一下子给了我们十个点，但是没有那么多人力去做，经过协调，透过一个点做好，再延伸到其他小区，获得支持。”

首发之处是三林南阳小区，因大部分为动迁户，不像外地人口搬迁频繁，环境及人员素质方面相对较稳定，遂在政府与慈济志工的共识下，去年七月份开始，在南阳小区展开第一次的环保活动

浦东环保志工在南阳小区默默耕耘将近八个多月，这些日子以来，

越来越多居民认识慈济，也投入到环保当中，每到环保日，居民总是亲手将回收的物资带到环保点，拿不动的就请志工一起到家里帮忙。

八个多月的环保推动当中，发生许多感人的故事，其中让王根娣印象最深的，就是去年参加三林庙会而加入慈济的志工戚海敏。

当时，戚海敏身患鼻咽癌末期，正值化疗休息期间，无意中发现慈济，对于环保理念相当认同，想要为大地尽一份心意，做有意义的事。从此，慈济在南阳小区开展环保推动后，戚海敏几乎不曾缺席，就算强忍病痛，仍坚持要做环保。

王根娣心疼地说：“有一次，戚海敏不断地流鼻血，他怕大家担心，默默地在鼻子里塞上棉花，低头继续做环保。”

坚持做环保的那一念心，家人会担心戚海敏的身体，但是因为做对的事，家人从反对到支持，女儿和老婆有空时也会陪着他一起到南阳小区做环保。

像戚海敏守护大地的精神，无悔无求，慈济在南阳小区的环保，得到居委及居民的认同，已有更多人加入，一起做环保，一起给孩子留一个干净的地球，这也是三林庙会的“功德”哩。

慈

三林民俗文化节之后，志工赠送静思语给主办方，感恩主办方连续两年免费提供摊位给慈济。





上海长风每月一次的环保日遇上雨天，志工临时利用大厅的空间进行分类回收。

垃圾分类很简单

撰文/摄影 上海真善美志工

首次参加上海长风环保活动的范秀荣，面对即将分类的几筐生活垃圾显得有些茫然。尤其是，听过慈济志工张超简单的介绍环保志业后，特别感慨大陆人不像日本人、台湾人那样重视环保。

但为了更好的了解环保知识，范秀荣带了包括大人小孩二十多人来参加环保活动。“但没想到，生活

中的垃圾分类这么复杂！”其实，有心就不难，这是慈济环保志工的铁律。

四月十三日，从早上开始就下着淅淅沥沥的小雨，但这丝毫不能阻挡参与环保的热情。

初来乍到的范秀荣在参访长风联络处的环保站后，放下背包，麻利地戴上手套开始分拣垃圾。其实，

大家心中都有个疑惑，慈济人那么用心的做环保，到底意义何在？

“每个月都有一个环保日，收集起来的资源很多，其收入可以做助学，也可以做其他项目，然后去帮助别人。”

在体验一番垃圾分类后，范秀荣直呼不易，“生活中的垃圾比较复杂，分类也比较复杂。体会之后觉得垃圾分类终端是最重要的，像你们设的环保站就很好。”并表示通过今天的活动，以后在生活会上积极参与环保活动，也会通过各种管道去参与环保体系的建设和宣传。

“现在的小孩，生病的概率为什么那么高，就是环境造成的。”同样第一次参加慈济活动的施先生肯定这项活动，他表示，如果从大家

自身做起，这个环境会越来越好了。

施先生去过日本，令他感触最深的是在日本每周五早上都是定时回收报纸、杂志，回收回去的废纸都会被做成卫生纸，“其实环保的概念真的离我们不远，关键在于我们怎么做。”

通过参加环保活动，施先生的感触很深。其实他很早就有环保观念，比如在公司里会一直倡导手下同事，打印纸要正反面打，在打印之前一定要想想是否一定要打。

“等我小孩长大了，到了我这个年纪，他们是否还有纸用？”施先生很忧心这点，为了子孙后代，他将环保践行到日常生活中去，将平时去上班的代步车改为坐地铁去。

这天，施先生带孩子参加环保活

志工教导孩子们从小学会分类回收，从“叠报纸”开始，要叠得整齐平整，不能歪斜，还要将彩页和黑白分开、干湿分开。



动，最主要的目的是让孩子从小要有环保意识，要让他明白为什么要做成这样子。而通过实践，施先生连连感慨：“没想到你们做的那么细，这点真的没想到。”

五月一日起，上海将正式实施生活垃圾分类办法，志工张超认为，慈济和上海的垃圾分类是不冲突，完全一样的。根据《上海市促进生活垃圾分类减量办法》明确规定，生活垃圾基本分为四类：可回收物、有害垃圾、湿垃圾和干垃圾。

可回收物，是指适宜回收循环使用和资源利用的废塑料、废纸、废玻璃、废金属等废弃物；有害垃

圾，是指纳入《国家危险废物名录》，对人体健康或者自然环境造成直接或者潜在危害的，且应当专门处置的废镍镉电池、废药品等废弃物；湿垃圾，是指易腐性的菜叶、果壳、食物残渣等有机废弃物；干垃圾，是指除可回收物、有害垃圾、湿垃圾以外的其他生活废弃物。

在提及为什么要讲解上海垃圾分类方法时，志工张超说“如果只讲慈济长风联络处可回收的，其他厨余和有害垃圾都不讲，就会把垃圾塞在同一个垃圾袋里扔出去，这是不对的。”

■

志工张超除了介绍慈济环保分类的回收方式，也不忘介绍上海市即将推行的生活垃圾分类办法。





泉州、惠安慈济志工合力推动环保车，并齐声发愿：“村村环保站，家家做环保。”

惠安环保车启动

撰文/摄影 福建泉州真善美志工

福建省惠安县有个延续数百年的传统，就是家里有婚庆、乔迁等喜事时，当天一大早起来“开灶”的就是“拌薯粉”又称地瓜粉，以讨个好彩头。四月十二日这天，慈济环保站很热闹，为值得庆贺的喜事——启动环保车。

清晨，惠安联群环保站一个个戴花巾的老人家陆陆续续前来，比以往每周环保日的人更多。

去年六月，志工蔡丽珍在自家院子搭起铁皮顶盖，开始投入环保站

的运行，也向亲朋邻里宣传环保理念。平常，用自己的小车载环保物资，有时候，一趟载不完还要多走几趟。

就是这样默默的付出，丽珍的无声说法，感动惠安小区的志工，也带动当地村民随手环保，从此，环保站慢慢成了老人的“轻安居”。蔡雪芳的婆婆是最佳见证人。

在慈济志工邀约之下，蔡雪芳来到联群环保站做资源分类。从那次之后，只要有空就来环保站，做的



福建惠安的传统，家里如有婚庆、乔迁等喜事时，当天一大早起来“开灶”的就是“拌薯粉”，又称地瓜粉，以讨个好彩头。这一锅薯粉要拌将近两个小时，志工欢喜接力轮流承担。

很欢喜，也带动身边的亲朋一起来做。

一切，就这样慢慢转变了，蔡雪芳的婆婆，看到媳妇做环保做得那么快乐，也来帮忙打理环保点，并且每天都出去捡拾可以回收的资源；过去的她，看到路上宝特瓶还会用脚踢一边去，现在，看到路边有纸皮，瓶瓶罐罐都会捡起来。

其实，蔡雪芳的婆婆在村里是出了名的“吵架王”，天天闲着没事，遇到一点点小事就吵，包括跟家人吵架。“现在，每天都忙着做

环保，都没有时间去跟人吵架。婆婆的改变，让我们一家人都和和睦睦起来了。以前在我们家都是臭脸相对，现在才懂笑。”

丽珍上台分享：“很感恩，能够成立这个环保站。更要感恩我的婆婆，不管多早或是多晚都会等我，帮我开门，跟我一起把回收品卸到环保站。更要感恩老人都是家里的宝，年轻时候为家人付出，现在还要发挥良能，为净化大地做环保。更要感恩村里的这些宝来到这里，欢欢喜喜的来做环保。”

值得欢喜的事还有一桩，为庆祝新的环保车启动，环保站的厨房几位香积志工正在准备惠安特色美食“拌薯粉”，郑惠英双手握着一根特制的木棍，站在灶台边，用木棍搅拌着大锅里的生薯粉。灶台后面的志工郑淑琼正在生火，所用的木材是回收来的废弃木料，灶炉里生起猛火，很旺。

用木棍把生薯粉搅拌均匀，慢慢呈胶状，由于要不断的搅拌，薯粉才会越来越粘稠，相对地，搅拌就越来越吃力。

拌这一锅薯粉大约要花近两个小时，由香积志工接力承担。在等待的同时，环保站的客厅里，坐满了环保志工，客厅不够坐，凳子还排到了院子里。大伙都很安静，用心的观看菩提心要“清净在源头，简朴生活”。

大家用简朴的心，迎接联群环保站的大喜日子，志工张瑛欢喜说道：“购置新的环保车，以后就方便了。”

环保车的主要捐资者庄素兰夫妇，因在广东做生意，未到现场，志工张瑛分享因缘：“在二〇一二年学习传统文化女德班，认识庄素兰，某次开车回家时，跟庄素兰分享慈济的故事，让她很受震撼，表示有机会也想参加慈济活动。”

于是张瑛邀约素兰参加居家关

怀，看到感恩户家中缺水缺电，看到生活如此不易和艰辛，也看到慈济感恩尊重爱的付出与陪伴。素兰被深深的感动到了。

素兰很想多了解慈济，但他和家人都在广东生活，一年才回老家一两次的，就问张瑛：“我能做些什么呢？有什么可以让我做的吗？”

当时，联群环保站为购置环保车募款，张瑛分享了慈济的环保理念，和蔡丽珍用心、用生命做环保的故事。听完，素兰若有所思地问道：“一辆环保车大概需要多少钱呢？”张瑛回答，“大概需要五万多。”

“我回家和我先生商量一下。”素兰说。当天晚上十一点多，张瑛接到素兰的电话，“环保车，就让我们夫妻来买吧。”

听到这个喜讯，次日，张瑛和小区几位志工，满怀感恩的接下这笔善款，素兰说：“该感恩的是我们，还好有这样的机会让我们付出。”除了素兰，另有黄清霞和林清兰等当地企业老板捐资余款，令人感动，环保车募集到的不止是一笔善款，更是一份为净化大地付出的爱。

活动的最后，泉州、惠安慈济志工合力推动环保车，并齐声发愿：“村村环保站，家家做环保。”



四川什邡市国人小学全校师生将近千人，分成五梯次参观大爱感恩环保科技园区。



在大爱感恩的 环保之旅

撰文/摄影 四川真善美志工

四月二至四日，什邡国人小学全校九百二十七名师生，分成五梯次，来到什邡大爱感恩环保科技园进行“环保之旅”。两天半的参访，由成都、洛水、汉旺的二十九位志工承担接待，人少事多，身体不免劳累，但付出得到的快乐是笔墨难以形容。

每梯两个半小时的学习，包括慈济的大爱小故事，并通过环保DIY、塑料再生纺织品、四机一脑拆解展示和生产线的参观，让老师与学生了解许多生活中节能减碳的小知识，并乐于分享。

一年级二班李静怡与二年级三班的刘紫萱，不仅都学到了不乱扔垃圾，还表示以后要“自带水杯”，“不用矿泉水瓶”。

四年级二班的刘涛：“平时用过的塑料瓶要交给垃圾回收商，可以制成有用的东西。发现有人丢垃圾，要去阻止他，要让我们的后代可以看到美丽的地球。”

五年级二班的罗鑫怡分享：“我们要保护地球，不让她受到伤害。我们应该环保，不浪费水、电、粮食等，出门尽量自己带餐具，不用一次性东西。”

六年级二班的谭明生分享：“水资源非常珍贵，洗过衣服的水还可以冲厕所、拖地，要把能利用的东西全部利用起来。”

低年级同学，则采用轻松活泼的

方式，反省自己每天产生多少垃圾，学习资源分类和节约粮食。

一年级四班黄倩颖决定，以后不会乱扔垃圾，也不会再吃零食。二班张锐还希望带动别人一起爱护地球：“看到小朋友在乱扔垃圾，要提醒他们不要乱扔。”

五年一班的王昕怡看到全球暖化的视频非常震撼：“地球正在暖化，要少开车，少吃肉，因为养牛而饿死孩子，真的太可怕了。”另外，三年四班的孙亚萱看了贫困孩子吃剩饭的视频后说：“可以把剩下的食物打包回家热一热，还有，不应该把脏的食物给那些饥饿的儿

好奇的孩子们认真观看环保再生的生产线。



童吃，应该给他们干净的食物。”


在资源分类体验区，同学们用刚刚学会的十指分类口诀，迅速实践起来，二年二班的刘怡说：“要根据小美姐姐教会的口诀，回去继续和爸妈做好垃圾分类。”

由于六年级的学生，曾于二〇一三年三月二十日在洛水慈济服务中心学习并体验资源分类，为让他们在节能减碳之外有新的收获，此次特地为他们安排“小米粒课堂”，分享节约粮食的理念。同学们纷纷表示要爱护地球、珍惜资源、节约粮食，并且学会满怀感恩用心用餐。这感恩，还包括对身边的

一切。

有收获的不仅仅是同学，二年级二班的郑媛媛老师说：“今天的环保之旅真的很实用，真的是从内心打动了大家。自己平时手机的汰旧换新太频繁，这个真的要反思。”

五年一班的邓传英老师：“以前知道环保，但了解的不多，也不知道电池的危害那么大。以后，要从身边的小事做起，做好垃圾分类，也要少开车。”

五年级三班的邓嵘老师感慨此次环保之旅对孩子的收获之余，更认识到身教的重要：“以后，作为老师也要以身作则做好带头作用。”

在资源分类体验环节，孩子们用刚刚学会的分类口诀，比比看谁能够更快将回收物分类。





义乌志工定期关怀独居老人，为其沐浴理发，整理居家环境以及个人卫生。



像链条般 把爱传下去

撰文/摄影 浙江义乌真善美志工

义乌的王建有和武义的舒春武，都是浙江的慈济志工，他们殊途同归，触动和心愿完全一样。王建有望能接引更多的人，一起照顾孤寡老人；舒春武期许自己像爱的链条，把慈济爱的精神传下去，传给其他人。

四月八日这天，浙江义乌、武义的慈济志工，一行十一人来到武义县白姆乡下宅村，探访王茂云与周益太两位爷爷。

透过狭小的门往内看，屋内的光线很昏暗，这是王茂云爷爷的家。一进门，刺鼻难闻的气味让人不由得想要屏住呼吸；舒春武很快地和志工们一起将王爷爷扶上轮椅，推出到门外的空地上，为爷爷洗头、理发。其他志工则帮忙打扫环境。

无人照顾的王爷爷不仅头发杂乱长着，胡子也已经有一两寸长。志工许俊英为王爷爷理发，舒春武及几位男志工则负责刮胡子。

起初，王爷爷像个听话的孩子，非常温顺地配合着。但渐渐的，也许是感觉到自己容颜被整理过的

轻松，也许是很久无人探望需要交流，爷爷开始变得兴奋，一边被刮着胡子，一边不停地反复念叨着：

“你们怎么这么好，你们为什么要对我这么好。”

洗好头，理完发，爷爷重新被送进房间。舒春武和另两位志工开始帮爷爷洗澡。褪去爷爷身上夹杂各种污物的衣物，赫然映入眼帘的是爷爷身上那一层层已经很难剥离的污垢。志工们用毛巾擦，用手搓，每一下的动作都饱含了对爷爷的心疼与不舍。

“进来慈济，真的感觉一切都是因缘。今天又是到这位感恩户家给他洗澡，让我想起两年前的事，想起那个时候给他洗澡的情形……”

王建有说。

原来，王建有于二〇一一年因为慈济志工黄雪云一而再，再而三的邀请，很不情愿地从义乌来到武汉，跟志工们一起访贫。当时走进的第一家就是王云茂爷爷家里。

回忆当年，王建有依然印象深刻：“一进门，就看见马桶在床边摆放着，满地都是使用过的厕纸，那个气味真是令人根本无法忍受！”所以，一听到志工们说要给爷爷洗澡，然后需要给爷爷换新衣服，他立即自告奋勇接下了买衣服这一“重任”。其实是想，赶紧逃离这个地方，至少，不想帮一个陌生的老人洗澡。

没想到，当他买完衣服回来，志

志工黄雪云（左一）以长期访视关怀的经验，带动当地许多志工一起付出。





志工将老人家里的杯碗瓢盆、大小家具一一搬出擦拭清洁，连衣服都洗一遍。

工们刚烧好热水，王建有没“逃成功”，留在房间里为爷爷洗澡。但是，帮爷爷脱下衣服的那一刻，王建有一下子惊呆了，因为爷爷衣服里面，全是排泄物。

正当他愣在那里时，一位志工拿起卫生纸，仔细地帮爷爷从上到下擦拭干净。那一刻，王建有完全被震撼了。他说：“这位志工是毫不犹豫的，根本没有任何思考，就是一种本能地去那样干。”

从此，王建有一改以前对妻子参与慈济活动的种种责难，自己也成了一名慈济志工；也做了一个彻底的反思。过没多久，即把事业交给儿女们打理，自己和妻子全身心投入慈济志业。

接着，志工来到周益太的家。周

益太是个哑巴，跟志工们已经很熟悉。一看到志工，非常高兴地拉起志工的手，央着理发去。

平时捡垃圾为生的周益太，家中到处都是垃圾。尤其喜欢在腰间缠绕各种捡来的布带子，慈济志工唐家为周爷爷更换干净的衣物。换上新装的周爷爷，走出门外，还颇带几分帅气。看来对这次换装非常满意，笑容满面。

为保持环境卫生，志工帮助清理周益太爷爷家的环境；包括志工舒春武。曾经，接受过慈济的帮助，现在，反过来付出，舒春武最大的希望是，把爱传下去。

那是二〇一二年二月，慈济志工李美芳无意从报纸上得知，武义县熟溪街道余西村邓晓英的个案，并

提报给慈济志工黄雪云；从此，慈济志工走进了舒春武、邓晓英夫妇的生活。

夫妇俩原本靠卖水果维持家计。虽然结婚十三年，邓晓英历经四次宫外孕，总算在二〇一〇年九月产下一对双胞胎儿子。眼看幸福的生活即将开始，没想到，无常先来。

二〇一二年元月十四日，夫妇俩像往常一样，由舒春武驾驶着拖拉机去卖水果，傍晚四点多返回途中，在雨中，为避让一辆超车的小轿车，车轮打滑后撞上了停在路边的一辆报废车，邓晓英伤势严重，到医院救治后虽然脱离了生命危险，但成了植物人。

成了植物人的邓晓英虽然眼睛睁着，却完全没有意识；妻子每隔两小时就要翻身按摩，舒春武只能留在岳父岳母家里照顾妻儿。也是因为报废车无法申请理赔，致巨额的医药费用只能独自承担。一家六口人，唯一的经济来源，是年迈的岳父岳母在田地里的收成，最苦的是，连孩子的奶粉钱都没了着落。

沉重的经济压力，让舒春武不得不寻求外界的帮助，却遭遇多方求助无应的尴尬局面。直到有位好心的记者，为他们在武义报纸刊登了求助的报导，也就是这则报导，舒春武与慈济结下好缘。

起初，无论是舒春武，还是他的

岳父岳母，完全不相信真的会有人帮他们。因为，来过很多人，只是送点钱物就离去。

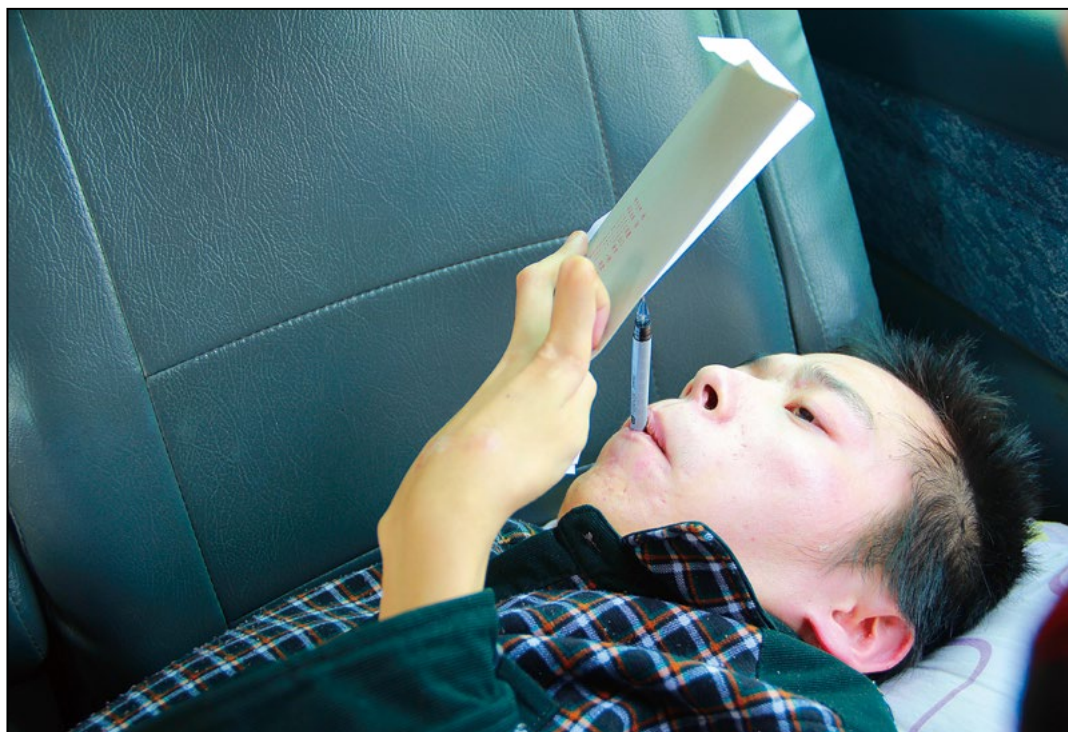
第二天，义乌、武义两地慈济志工一起探望舒春武家，并奉上可解燃眉之急的捐款，并一路陪伴，逢年过节，还会给舒春武的两个孩子平平安安送小礼物，发小红包。

二〇一二十月，在病榻上辗转数月的邓晓英离开人世。送走妻子，舒春武对慈济志工满怀感恩之余，也开始参与慈济的活动。他主动表示：“慈济有任何需要我出力的地方，只要说一声，我一定来。”

虽然，邓晓英医疗期间，家里欠下巨额债务，但舒春武却婉拒慈济继续提供补助金。并表示，要把这个钱转给更苦的人。另外，舒春武曾到当地血站义务献血，按规定，邓晓英治疗期间使用的输血费用，在出院后，可以得到用血互助金，舒春武拨出三分之一捐给慈济。他说：“这是我的心意。因为从来没有碰到这么好的慈善机构。”

舒春武在慈济，不仅找到了人间的温情，也收获了一段美好的爱情。去年，他与慈济志工陈旭飞喜结连理，并努力地改善家庭生活，但不忘经常一起参加活动，亟盼，爱的力量，不断滚动，像链条一样，一环接一环，传动大爱也输送大爱。

■



罹患四种疾病的苏祥达全身瘫痪，一天二十四小时只能平躺着，左手三根手指是全身最灵活的部位。

用眼睛听，用耳朵看

撰文/摄影 福建泉州真善美志工

左手三根手指，是二十三岁的“苏祥达”全身上下最灵活的部位；在泉州慈济志工鼓励下，就靠它拿手机，与嘴唇感应触摸屏打字，通过微信对外界沟通，也学会使用遥控器，用耳朵“看”电视节目。

五年前，正是祥达十八岁的美好时光，但上天给他的成年礼却是全身瘫痪，他头部无法摆动、身体不能弯曲，一天二十四小时只能平躺，眼前风景是永远不变的天花

板。

才二十三岁的年轻人，身上却背负着四种疾病：心律不整、心脏瓣膜病变，还罹患了类风湿性关节炎以及强直性脊柱炎。

但苏祥达从小不是这样的，他小时候同正常人一样读书，可以到处玩，是个活泼开朗的孩子。可谁知道十岁时双腿膝盖和关节常常疼痛，十五岁那年，于上学途中，因无力摔倒送医，治疗后勉强能走路但还是会痛，母亲带着他到处医

治，不管中医还是西医，听说哪个医生好就找哪个医生，结果，还是完全瘫痪在床。

屋漏偏逢连夜雨，祥达父亲在二〇一二年因车祸往生；两个哥哥均已成家，工作不稳定，无力帮忙；三兄弟住在一起，母亲为照顾祥达只能在附近做点小工，经济状况颇为拮据，致无法接受正规治疗。

僵硬地躺在床上，也因为同时承受多种病痛，祥达变得怨天尤人；二〇一二年五月，慈济志工走入他的世界，为他装上明亮的节能灯，让他在用手机时看得比较清楚。同时帮他安装大爱电视台，慢慢帮他改变心态，不仅学会如何感恩，对母亲也不再乱发脾气，并且希望，

用自己的人生故事，激励更多人。

在陪伴关怀中，祥达与志工建立了深厚的感情，志工如妈妈般贴心，嘘寒问暖；天气冷了，赶紧帮他带条围巾；还带来静思语，同时与他分享行善行孝的故事，叮咛祥达要感恩母亲的养育和照顾，也要感恩兄嫂的关心。

志工陪伴祥达就诊，希望尽快改善他的病情；厦门中医院类风湿科邱主任已给出初步治疗方案，先保守治疗一个疗程，一个疗程六个月，再看后续评估报告。

为结合社会善的力量，应慈济志工邀请，泉州慈善总会秘书长朱元伙、南安慈善总会会长吴焕辉、康美镇民政局干部及洪梅镇前镇长黄国华、村干部苏文量一起来到苏祥



在泉州慈济志工鼓励下，祥达就靠嘴唇感应手机触摸屏打字，通过微信对外界沟通。

达的家。

朱秘书长看到祥达的病情，对他和嫂子说：“你是不幸中的万幸，遇到慈济这些爱心人士，很热情来陪伴鼓励，也是他们让我们知道你的情况。”

至于医疗费用，将由在地的慈善机构专款支应，待一个疗程之后，需要如何继续，政府和社会力量都会帮忙。南安慈善总会会长吴焕辉带来治疗费用亲手交给祥达，众人并祝福他“要好好活下去哦。”

曾经，对世界充满怨恨；现在，祥达不仅学会感恩、行孝，更找到了生命最美好的价值。“人生的艰难，希望用我的经历来鼓励他人，让他人也像我一样坚强地面对。”祥达说。

❶



泉州慈济志工陪伴苏祥达就医，也慢慢帮他改变心态。祥达不仅学会如何感恩，对母亲也不再乱发脾气，还要感恩母亲的养育照顾之恩，并且希望，用自己的人生故事，激励更多人。





志工或许不懂昆山当地的方言，但是志工们用最亲切的笑容与肢体抚慰，与爷爷奶奶就能无距离的互动，从他们脸上的笑容就可看出。

甬直敬老院关怀行

撰文/摄影 江苏昆山真善美志工

风和日丽的四月天，昆山志工前往甬直敬老院，这是两个月一次的关怀活动；一直以来，很多的爷爷奶奶听不懂普通话也听不懂昆山话，但这不是交流的障碍，因为，志工们用最亲切的笑容与肢体抚慰，与爷爷奶奶就能无距离的

互动，从他们脸上的笑容就可看出。

约有五十名志工前往，活动从爷爷奶奶们的夹豆子比赛拉开帷幕，到爷爷奶奶及慈济志工的欢唱，并专门为爷爷奶奶准备的庆生活动，志工将浓浓的爱意传给长者。

除了与爷爷奶奶话家常聊聊，按摩剪指甲之外，在活动会场的角落有位志工正在帮爷爷理发。爷爷很开心的表示：“很好！他理发很好！”

他是李明喜，原本从事理发专业已有二十三年的资历，虽然已转行，但慨允志工的邀约，已来甬直敬老院帮爷爷理发有四、五次了。他分享：“很快乐，与过去工作的感觉完全不一样，就是很开心能来。”

志工也带了二十包大米与一百零八条的毛毯送给爷爷奶奶，一位奶奶拿着毛毯，很兴奋地告诉志工：“你们好啊，毛毯好，上次还送我们擦脸上的，我们都很喜欢。”原来奶奶还记得天冷时志工们送来凡士林给他们抹脸。

志工们也准备了大蛋糕祝福爷爷奶奶们生日快乐，无量寿福。有位奶奶因喜欢志工一口一口喂她吃蛋糕，吃一块蛋糕不够，还撒娇地哭了起来，志工李雅琴马上再温柔地喂奶奶再吃一块蛋糕，奶奶马上破涕为笑。

此行，慈济志工约了朱瑶参加，她在推拿店工作，前一晚，因晚班工作到半夜两点多才睡，但当天一早六点多就起床了，因为想到要到敬老院就很兴奋，迫不及待早起了。



李明喜有二十多年的专业理发资历，受昆山志工的邀约，来甬直敬老院帮老人理发。

白白净净的脸庞，还带着一副眼镜，从外观看不出朱瑶是位盲眼的女孩，那是后天意外造成的。原来，朱瑶大约三岁时，与邻居及亲戚的小孩一起玩耍时，被同伴随手一把沙往眼睛洒去，当时非常疼痛，虽已就医，但之后的视力就慢慢模糊了，一直到十岁，眼睛完全看不见，医生说是视神经萎缩了。

问朱瑶，对小朋友当时的举动，造成她的眼盲，会不会生气？她轻轻回答：“一直都没有，那时大家都还小，谁都不是有意的，不怪他们。”

刚开始与爷爷奶奶互动时，朱瑶因看不到长者的反应，由志工在一旁陪伴她，帮奶奶按摩后，朱瑶会主动要求：“你帮我问问照顾这些爷爷奶奶的工作人员，有没有哪里比较累的？”

于是志工找到工作人员，让朱瑶帮她们消除疲劳。朱瑶说，因为眼睛看不到，常常受到很多陌生人与同事的帮忙。今天是第一次付出，能帮助别人感到特别高兴，希望，以后能在工作之余，再来敬老院。

来自珑庭小区，此次共有八位妈妈一起来到敬老院关怀。

马志芳分享：“开始有些生疏，

后来，给她们按摩、捶背、剪指甲，拉近彼此距离；虽然奶奶们说的话我们听不懂，我们说的话，也不知奶奶们能否听懂，但始终保持笑脸和真诚的心。

同样的状况，听赵莉分享，更为贴切；也是第一次到敬老院关怀，原本担心与爷爷奶奶语言不能沟通很心急，但后来发现“微笑”真的是最好的语言，也因此，活动结束后需要离开时，奶奶竟拉着她的手，舍不得告别。

虽然，陪伴长者的时间不是很长，但真心付出，体会到的快乐与收获却是满满的。 ❷

推拿师朱瑶眼盲心不盲，她说在敬老院能够感觉到付出的快乐。





接待礼仪的第一课

撰文/摄影 江苏苏州真善美志工

从温柔婉约的仪容，至冲泡好茶、烹煮咖啡的技巧，及如何奉上富含慈济人文的礼仪之美，是接待志工的课程内容，期慈济志工于接待贵宾、各级领导、宗教团体和来自各地的慈济志工时，进退有度，并落实于日常生活，尤其是家有成长中的孩子。

四月十七日，慈济志工许娟娟专程从上海到苏州慈济志业园区，分享接待志工的使命和重要性，并期

许大家，以礼自律，时时展现慈济人文风范。随后，以“攻站”方式，实地学习礼仪之美、咖啡飘香、静思茶香，每站皆有“站长”点拨。

人文飘香站长余丽芬、廖家莹和张倩示范，如何展现优雅的仪态，包含如何梳理发髻、站姿、走姿、坐姿，以及如何行礼和表情的呈现；站立时要抬头、收下颚、收小腹和收紧臀部，走路时要有高雅的



人文飘香站长余丽苏示范，如何展现优雅的仪态，包含如何梳理发髻、站姿、走姿、坐姿。

仪态，随时面带自然而生的微笑。并总结接待客人的四个重点：脸要笑、嘴要甜、腰要软、手脚快，及时展现接待者的细心和贴心。

在咖啡飘香和静思茶香课程，泡出一壶好茶、好咖啡，及如何展现慈济人文的奉茶礼仪是学习重点。

“站长”以情境示范，演练奉茶和咖啡时所需要重点事项，包括茶盘中的茶器、咖啡杯、糖和奶精的摆放位置，还有，会议进行

中，如何行礼致意等都是学习的重点。

至于如何从细微处展现慈济人文之美，由吴清芬分享茶语、茶食，并练习摆盘，学员们各自发挥创意，在小巧的白瓷盘中，以小花或绿叶做底饰，再放上美味可口的点心，美的印象自是不同。

但无论接待技巧如何纯熟，最重要的是，诚于内，形于外，并落实于生活。好好教导孩子在日常生活

中维持良好的生活习惯，做个亲切有礼的好孩子，更重要的是父母要做孩子的好榜样。

娟娟师姊分享，曾有这么一次，在好友家做客时，朋友的儿子从外边回来，进入家门时，不仅没有问候，甚至态度很差的就直接朝房间走去，重重将门带上，“碰”的一声让大家很错愕；当时，好友解释：孩子正处于叛逆期，又说现在的孩子都这样。“其实，不是所有的孩子都这样，叛逆期的孩子也应有基本的尊重和礼貌。”

听到这个故事让学员马娟心头一惊，因为家中的一儿一女，年纪虽

小但是非常懂事有礼貌，早晨起床会向妈妈问候早上好，回家时会说：“妈妈我回来了！”上床睡觉时会对爸妈说：“爸妈晚安！”但有一天，马娟觉得很不耐烦，对女儿说：“你为什么每天都要说一样的话，不要说了，赶快去睡觉。”

让孩子教会大人礼貌，马娟忏悔地说：“不能因不耐烦，而抹灭了孩子对自己的尊重，回家后要赶快向孩子认错。”

从简单的基本礼仪，至融入生活的用心，慈济接待志工学到了有礼有仪的第一课。

■

志工以情境示范如何奉茶。但最重要的是，诚于内，形于外，将礼仪落实于生活之中。





青岛“静思语”进旅馆

撰文/摄影 山东青岛真善美志工

“也许，一句话可改变人的一生，因一本书，成为别人生命中的贵人。”秉持这样的想法，经过前期准备和多方联系，四月十六日，青岛慈济志工送静思语进旅馆，分别走进青岛海天体育中心酒店，和青岛鲁商凯悦酒店。

青岛是一座美丽的海滨城市，集万国建筑与自然风光于一身，深获中外游客嘉许。二〇一三年全市旅

游接待总人数6289.59万人次，旅游总收入937.19亿元，位列福布斯中国大陆旅游业最发达城市三十强排行榜第十三位，较二〇一二年上升四位。

十位慈济志工来到海天体育中心酒店，它坐落于浮山新区青岛体育中心东侧，紧邻海尔路、青岛国际啤酒城、会展中心、大剧院等知名景点。


旅店经理热情的接待慈济志工，分享自己阅读“静思语”的心得体会：“确实很好，这本书是真理的凝结；浅显易懂，意义很深。”

志工也抓紧时间奔赴第二站，青岛鲁商凯悦酒店，它坐落在绵延三公里长的老人海滩上，是中国北方首家位于海滩上的国际五星级城市度假酒店。

有着超过二十年国际酒店管理经验的凯悦酒店夏总经理，对慈济志工的到来表示欢迎，也把一百本配有四种译文版本的“静思语”放置在商务中心、大堂吧等公共区域供客人阅览。

夏总经理说：“上大学时曾读过THE LIFE OF BUDDHA(佛陀的一生)，通过这次活动希望能使多一些客人了解文化、哲学。人在生命中创造价值，最重要的是在一个社会上，必须有一群博爱的人才才能维持社会的文明。”

随后，夏总经理以自己的职业视角交流对素食的理解，并介绍凯悦推出的全素餐食，同时，计划在自助餐选择中增加更多纯素菜式。

圆满了完成第一期“静思语进旅馆”活动，志工感动满满也信心满满，亦盼心灵的清流，洗去疲惫，伴随旅人走向幸福人生。 

志工恭敬地将静思语放在房间供旅客阅读，期待心灵的清流，洗去疲惫，伴随旅途走向幸福人生。







点唱 人生主题曲

撰文/李委煌 摄影/黄筱哲

经营KTV的张连，不想只带给乡亲声光娱乐，
“我希望大家生活过得好，也愿意去帮助需要的人。”
他苦苦摸索，终于找到一条可行的路，
正值盛年，却把善事当正业，
“有人说我傻吧，但我情愿做这样的傻子。”

音效震耳的KTV里，张连为每个包厢取名为“和气”、“感恩”、“包容”等，自己更身体力行这字字箴言。

——〇一四年新年第一天遇上周一——三，也是天津蓟县慈济志工的例行环保日；他们没有因此改期或取消，入夜后如往常在这个小区前空地架起回收瓶罐的倡导海报，鼓励乡亲做资源回收。

天津冬天严寒，大家都待在有供暖的室内，户外人烟稀稀落落；志工张连的家，离这个回收点约十来分钟脚程，无论天气冷暖或人多人少，他都一定会放下手边事赶过来，“毕竟人家拿电池、瓶子过来给慈济，都是一次的善念发心啊！”张连认为，若志工少来一次，就会让人少一次做好事的机会。



不同于隔邻包厢高歌相聚，蓟县志工把握晚间空档，讨论贫困生的助学金及发放事宜。

晚间九点左右活动结束，户外气温已渐趋摄氏零度，张连、刘月红、杨春红等几位志工，又再转往当地一间KTV“续摊”开会。一、二楼包厢传出阵阵歌唱声，他们几人则在三楼包厢讨论起几天后的“贫困学生奖助学金及冬令发放”活动，商量分组人数及车辆调派。为人母亲的刘月红说，她常来这里开会或是参与读书会，若带着孩子时，就放他在一楼柜台做功课。

约四、五坪大的包厢，角落堆着资源回收物，架上有本慈济刊物，墙上还贴着慈济海报；不仅如此，店入口的柜台旁，贴着“求福不如造福”等静思好话，

一、二楼的五间唱歌包厢，门上分别标示着知足、感恩、善解、包容、和气的名称，看上去很不像印象中的KTV……

原来，蓟县志工张连，就是这家KTV店的老板。

不拼生意，赚得心安

蓟县，是天津市北部的一个山县，距天津市区车程至少两个小时，娱乐不似大都市多元，能开怀唱歌的KTV自有它的客



这间两、三坪大小的房间，是张连的工作室；在兼顾生意同时，他更利用网络号召网友一同行善。

群。

“早些年，只要买个可播放光盘的VCD，再搭配音箱、麦克风，就能在路边做生意了。”斯文规矩的张连，看起来完全不像经营KTV的人；从路边一首歌几块钱到拥有自己的店面，张连的KTV就是个单纯适合亲友、同事聚会的场所，迥异于坊间一些沾染声色的店家。“怎么KTV会经营成这样呢？”有人一口咬定他生意做不久，但他与太太经营这间店已十多年了。

过去店里一楼是开放式的唱歌大厅，就像台湾的卡拉OK店一般；八桌的客人龙蛇杂处，轮流上台忘

我高歌，酒后打架闹事情况并不少见。“从酒瓶、棍子到后来的亮刀拿斧，真是愈来愈恐怖了！”张连觉得这样实在提心吊胆，遂在四年前将一楼大厅改装为包厢，至少不同路人马能各唱各的。

如今来店里唱歌泰半是熟客，比起过去也许利润较少，但张连宁可生活踏实点，少赚点无妨，毕竟只是生意，何苦卖命？

以前只要客人爱唱，他们甚至清晨才打烊，现在张连和太太反而常将生意推出去；例如他们会劝客人早点回去，免得让家人为他挂心；若客人晚上十一点后才来，他们甚至会柔性“劝退”。“钱不用拚命



为参与慈济活动，张连频繁往返天津市区及蓟县。去年底天津岁末祝福，他摸黑晨起赶搭巴士，一早准时出现在活动现场，一一弯腰招呼莅会民众。

赚，一家人够用就好。”张连也感恩太太认同他的观念。

摸索行善，心向往之

尽管长年经营娱乐场所，但其实张连内心一直有个想法：“能否做点啥的来改变这社会？”

几年前听闻朋友学佛后的改变与分享，他对佛法产生兴趣及向往，希望能更深入佛法的理解与实践；随顺网友建议，他学习诵经持咒，然后也组织同好，花钱购买鱼龟放生到水库或湖里。

二〇一〇年四月，他不经意听闻到“道是行的，德是做的”这句话，于是上网搜寻此语出处，因缘巧合地联结上介绍慈济的网站，从

而让他接触到知行并重的佛教团体——慈济。

“归根究柢，佛法还是得去‘行’，再有善心善念，不去实践也是枉然。”张连在网络上看到慈济在世界各地所做善行，“虽不能至，心向往之”，他想或许可学习、模仿慈济做事的方式，于是他邀约网友一起净山做环保。

张连的家，就在蓟县知名的府君山旁，人来人往挺热闹；犹记第一次活动有十多人参与，但毕竟弯腰捡垃圾不是件光鲜事，他邀来的朋友在遇见熟人时，竟手足无措地躲进树林里怕被瞧见；也有人到了集合现场后，却窝在车里迟迟不敢出来。

隔月再一次的净山活动，参加者更少了，张连隐约觉得，这样下去好像起不了作用；虽有心付出，却总觉得做得很茫然。

同一年，他辗转认识了住在天津市区的台商慈济志工罗美华，得缘参与六月天津慈济“万粽一心”活动——包制素粽做慈善义卖。活动地点位于天津市区，上午七点多集合。那时津蓟高速公路尚未开通，张连担心错过人生第一场慈济活动，摸黑搭凌晨三点多的巴士赶往。

看到那么多人温馨迎接，包粽现场分有感恩、知足、合心等组区，



蓟县慈济志工顶着冬夜凛冽寒风架起瓶瓶罐罐做道具，帮助邻里了解可回收的资源，带领大家从生活中做起。

连中午用餐都有行仪规矩，离开时还有人为他们准备了水果点心，张连感觉这个团体颇有文化内涵；第一次的慈济经验，给他留下很深刻的印象。

那一年接下来的天津慈济活动，无论是读书会、静思书展等，张连一个都不想错过；家住在离市区两小时外的山区，这分不畏车程辛苦的拼命让其他人看了也很惊讶。不到两年，他就穿起慈济志工服，加

入慈济委员、慈诚队员行列。

有别于张连的中规中矩，太太贺文杰给人感觉亮丽时髦、谈吐大方，个性而干练地支撑起店面的经营，护持张连安心出门做慈济，“我个性很独立，张连忙慈济后，只好更独立了。”

去年天津志工围炉活动，当天下了大雪，所有蓟县志工都取消行程，但在太太的支持下，张连包了出租车，抱了准备好的花卷，独自



志业心比事业心强的张连，感恩太太对他的体谅与支持；夫妇俩认同并非赚很多钱才是幸福，以平常心边顾店边做志工，也体悟到知足最大富。

前往天津市区，“都答应大家了，不去不好意思啦！”

张连个性客气低调，行事却有自己的坚持；净山活动若没什么人来，他还是会准时出现等候，“要是有一人来呢？”偶尔，读书会只剩自己一人时，他会静静收看大爱电视台节目当成自修；总之，他认为“活动可以人少，但不要轻易喊停”。

山城码头，心灵靠岸

以前的张连，就是守着KTV店面，生活规律简单；加入慈济志工后，他有机会就往天津、北京、河

北的涞源、易县及长春等地面洽活动，甚至来到台湾参与慈济营队，学习慈善工作。

张连常赶搭清晨班车到天津参加慈济活动，然后还比市区志工提早抵达现场；罗美华说：“他推着我们往前跑，我们也不敢懈怠了！”

基于求知、求法若渴之心，张连什么都想学习，很希望能将慈济慈善的理念与做法，好好带回蓟县生根落地。在他的带动下，目前蓟县约有小区志工四十人，每周都有环保、净山、读书会等活动，每月也有敬老院关怀。

二〇一一年五月，张连一样藉由

网络力量，号召许多有心人净山；这次活动让公安人员知道了，数人连袂来到张连店里，希望他能取消类似的聚众活动。“怎么办？大家都请好假、排出时间了……”不得已，只好上网公告取消；“有网友说我没信用、是个大骗子，还因此退出了网络社群。”张连无奈说。

尽管如此，那天虽飘着小雨，张连还是“小规模地”和十多人去净山；其中也有公安人员同行，直到确定这些人“真的只是在捡垃圾”后，才默默离去。

蓟县是个山县，张连的K T V店名却叫“码头酒吧”，原来是取其人来人往及心灵依靠之意。偶尔，张连听到客人在店里联系朋友：“我在那个……感恩包厢啦！”熟客对此“庄严”的包厢名称，早已见怪不怪了。张连感觉，许多事都是潜移默化的，偶有客人聚会唱歌时起口角，就会有人指着包厢名称说：“要和气啊！”

几年来加入慈济志工，张连跟过去饮酒作乐的友人渐行渐远；不久前，两位旧友来店里找他喝酒，“他们非要我喝不可，否则就是不给面子！”张连只能一直婉拒，终究是让朋友败兴而去；无奈的张连默默承受，因为过去自己与友人聚会，的确也是饮酒尽兴方归。

有人好奇问张连，今年才三十八

岁的他，花那么多心思在蓟县推动慈济，到底想从中得到什么？“我希望大家生活都过得好，也有能力去帮助需要的人。”张连的响应，就这么单纯简单。“有人说我傻吧，但我情愿做这样的傻子。”



从去年开始，张连偕蓟县志工走入校园，提供奖助学金给数十位成绩优异的贫寒高中学生，陪伴他们安心读完高中甚至考取大学。

慈济志工白敬伟说，几年前他找了许多网友做慈善，包括回收二手衣、关怀山区贫困户，而张连就是其中之一；有次张连邀请他参加慈济感恩茶会，他受到志工那种温柔、微笑、和谐的氛围所感动，之后跟着投入慈济。“因为有了张连，让慈济有缘来到县里。”两年来，白敬伟观察，尽管张连经营K T V，却是睡得晚、起得早，时时精力充沛。

茹素近五年的张连总是觉得，真正的生活幸福，不一定需要很有钱，反而许多有钱有闲的人，更容易因此染上恶习。“能否对社会做些什么，我觉得才是更有意义的人生。”相较起过去有心却茫然，张连笑说，现在他已经找到回家的路了！



【多米尼加】

十五岁生日心愿： 跟着上人脚步爱众生

撰文/朱瑶琳

十五年前，
多米尼加拉罗马那的孩子们没有学校、家长没有工作，
只能倚靠附近的垃圾山维持生活。
直到慈济学校启用，
展现教育的魔力，改变了小区的风貌；
居民纷纷跟进行善的步履，
一起自助助人！



多米尼加本土志工威尔佛多（Wilfrido）带领拉罗马那慈济学校孩子们排队，准备领取制服。

（摄影 / 朱瑶琳）

十五岁的生日，在多米尼加的习俗来说非常重要，象征着一个人的转变，特别是女孩成长到十五岁，父母总是会为她举办庆生仪式；而这也是多米尼加慈济人想庆祝志业在此地推展十五周年的原因之一。

一九九八年九月二十日起，乔治飓风（Hurricane Georges）重创位于加勒比海地区的多米尼加，也将慈济种子吹送到此，一群台商受到慈济人无私大爱的赈灾精神感动而付出行动，在一九九九年正式成立多米尼加慈济联络点。

位于多国东部的拉罗马那（La Romana）是飓风登陆点，是慈济关怀发放的重点区域，并决定在灾后援建学校；二〇〇〇年慈济学校落成启用，让恶臭、苍蝇满天飞、人狗争食的垃圾山贫民区，转变成孩子可以整齐穿着制服上学、水泥房林立并有电力及水管基本设施的新小区。

斐莉西亚（Felicia）二〇一三年毕业于拉罗马那慈济中学，妈妈靠打零工的微薄收入独自抚养五个孩子，排行老三的她，拥有天生好歌喉，简陋房里摆着数不清的奖杯，

都是她参加歌唱比赛得来的肯定。

在三月二十三日慈济十五周年庆晚会中，她特别演唱中文版的“普天三无”；而慈济学校一年级至五年级小学生，则呈现西班牙文的“普天三无”手语，气氛庄严，深深感动在场近三百位会众。

这二十一位小学生从完全不懂手语到可以完美呈现，幕后功臣是本土志工贾西亚（Garcia）。他是慈济学校夜间部成人班的清洁工，两个儿子也就读慈济学校；两年多来他跟着慈济志工脚步访视小区，并承担许多协调工作；这两个多月来，他与学生们展开手语集训，这场演出也让来自首都的慈济志工们深感惊喜。

晚会中播放“多米尼加十五周年纪念专辑”，由本土志工以西班牙文后制配音；影片呈现慈济学校不只有幼儿园到国中部八年级，还陆续开办了夜间部与周六成人班，因为这所学校，学童和家长都有了追求梦想的希望。

诚如来自美国新泽西的虑塔师姊分享，从影片中看到了十五年前和她一起并肩勘灾的娘子军们，如今都已出现白发与皱纹，心中难免不



多米尼加联络处十五周年庆系列活动，多米尼加、洪都拉斯、萨尔瓦多慈济志工齐聚一堂精进，贝罗师兄（左一）分享心得。（摄影/李翠玲）

舍；但看到当年撒下的种子今天菩提成林，充满了感动。

距离遥远但贴心

目前定居多米尼加的慈诚、委员人数不超过十位，我在二〇〇〇年因为工作来到这个以阳光及海水吸引观光客的度假胜地；曾经以为自己会像一般外交人员一样，只是这片土地的一个过客，在六年任期结束离开。

没想到，在此我找到了生命的另一个伴，成立小家庭；二〇〇六年离开职场后，进入大家庭“慈

济”，全心做志工。父母给我生命，上人给予我慧命，在异乡，我身体力行“净化人心、祥和社會”的志业，希望能同时行善又行孝。

人间菩萨招生，一直是多米尼加慈济人积极推动的工作，也因此每年办理本土志工培训。今年二月份，我与慈扬师姊跨海前去危地马拉，承担中美洲本土志工培训讲师；而这次十五周年庆，也邀请萨尔瓦多及洪都拉斯的八位志工前来，进行全程西班牙文的课程；并透过访视老人院，让新进志工了解慈善关怀最主要的不是物资多寡，

而是那分真诚与爱。

这次培训课程学员，包括拉罗马那小区八位、首都三位本土志工。其中贝罗（Luis Beiro）师兄二十多年前从古巴移民到多米尼加，服务于多国第一大报《立思鼎日报》（Listin Diario）；曾因公访台，也特别注意到台湾莫拉克水患时，多米尼加慈济人上街募款赈灾的行动，因此与慈济结缘。

他说，慈济以尊重和无所求的心付出，非常值得多米尼加人学习，于是他以自身专长将慈济介绍给更多人；他多次报导慈济活动，并积

极促成该报社长范胡（Franjul）先生于访台行程中拜访慈济。此外，每年到报社实习一年的记者系学生，更是他努力要带进慈济的生力军，因为他认同上人所说，救世要从救心起，而让这群社会中坚认识慈济、加入慈济，就是最好的方法。

二〇一〇年起，贝罗在每年国际书展办理个人著作签书会，并将销售所得全数捐给慈济；二〇一二年底他生了一场大病，全身插满各式管子，躺在加护病房将近一个多月；他一直以坚定的意念告诉自己



中美洲慈济志工齐聚多米尼加，来到首都老人院带领团康活动。（摄影／李翠玲）

不要放弃，因为他要继续写出更好的创作，分享给更多爱书人。

二〇一三年底，他的健康情况逐渐稳定，出版两本新作，感恩捐血给他的善心人士，及从鬼门关将他救回来的医护人员；尽管他必须面对长期就医的经济压力，仍然将全数版税捐给慈济。

贝罗在二〇一一年成为慈济见习志工时曾提到，很感恩在他年近

六十的时候找到人生另一个方向，就像一个新生儿要从头学习；而在这次本土志工培训课程中，他穿上了蓝天白云制服，成为培训慈诚。

他从虑榕师姊手中接下制服，立愿将好好照顾自己，因为他想要回台湾亲自告诉上人，在这个文化、语言完全不同的西方世界有很多贴心弟子，他就是其中一位，愿意跟着上人的脚步去爱众生！

慈



每一年，美国慈济志工跨国来拉罗马那慈济学校办理义诊，今年三月下旬更致赠五百二十七份医疗包给慈济学校学生家庭；体贴有些居民不识字，慈济人将药物外包装用小图示说明用药方式。

（摄影 / 刘启多）

· 拉罗马那慈济学校小档案 ·

一九九八年乔治飓风在多米尼加造成严重灾情，美东慈济人承担起赈灾工作，将来自全美的爱心送给波罗（Po1o）和拉罗马那的居民；在多次前往拉罗马那垃圾山发放和义诊时，看到许多失学孩童在街头流浪，还有小区里一间不到十坪大、连屋顶都没有的临时教室，挤满五十多位学生，志工当下承诺为居民盖一所学校。

历经半年多奔走协商，政府终于拨了一块一千多坪土地作为建校之用，一九九九年九月十七日，慈济拉罗马那小学动工，二〇〇〇年二月四日完工，共有六间教室，以及图书室和办公室，是当地设备最完善的一所公立小学。

之后，政府夷平了垃圾山，规划为住宅小区，吸引移民潮；慢慢地，道路拓宽，水、电、公交车都有了，带来更多的居民，小区各行各业因应林立，政府也在附近盖起了高中。后来慈济又援建八间教室，从小学扩充为中学，学生人数增加到一千四百多位。十四年后的今天，拉罗马那慈济学校已经有十届、数百位中学毕业生，而且几乎全部升上高中。

（林敏媛整理）

【印度尼西亚】

穷人家的餐桌

撰文、摄影/林良生
翻译/李莉妮、黄晓倩

城市里人们丢弃的饭菜，
成为垃圾山居民维持生命的三餐。
有能力的人，
如果愿意把多余的那一份分享出来，
或许穷人家就不必为了“捡”一盘饭，
而汗流浹背。



拾荒者加妮蒂（Karniti）在垃圾堆中翻找食物，找到几瓣橘子非常高兴，当场吃起来。

焚烧中的垃圾掀起山雾般的烟雾，让这天的早晨格外闷热；一座座垃圾山排列在眼前，空气中散发出让人捂鼻的异味，这里是印度尼西亚雅加达垃圾最终站，班达尔歌邦（TPA Bantar

gebang），每天约有两千吨垃圾运来。在蓝天白云下，一个天天举办的“宴会”开始了。

当一堆堆垃圾由垃圾车的“后门”滑下，六位拾荒者就在这一包包黑色垃圾袋中，翻找快餐店和市

场扔掉的残羹剩饭，炸鸡、肉丸、香肠、虾子……他们把选好的食物放在脸盆带回家，如果拣到水果就直接吃了起来。飞舞的苍蝇与蚊虫仿佛不存在，极端的贫穷让他们不再考虑卫生的重要；撕开一包又一包垃圾袋，努力在困境生存下去。

这是二〇一二年我印象中的苏丽妮（Surini）、苏乐妮（Sureni）和加妮蒂（Karniti），她们是众多拾荒者中的三姊妹，每天必须从凌晨努力到近午才能找到足够的食物果腹。如此煎熬的生活环境，对于他们而言是无从选择的命运，而苏丽妮与两位妹妹及丈夫已经身处其中三十余年。

二〇一三年十二月，印度尼西亚慈济志工再次到班达尔歌邦为居民致赠爱心白米，我再次遇见苏丽妮和苏乐妮。

“你是去年跟我一起去‘百货公司’的那位先生，对吧！”苏丽妮微笑问道。她口中的“百货公司”就是异味熏天的垃圾山。我点了点头并问候：“已到‘百货公司’‘买’好菜了吗？”苏丽妮害羞地回答：“‘买’好了，我天天生活就是这样。”

苏丽妮说，前年生病时，幸好有慈济志工的关怀，更帮她支付医疗

费；经过几次治疗，身体状况好转，体重也慢慢增加了。“这就是遇到志工的福气，志工也常来关心。”苏丽妮呵呵笑地说。

太阳渐渐炎热，苏丽妮用头顶起白米，约我参观新住处。

拾荒维生的丈夫，因收入不固定，让他们不得不从租屋处搬到借用的房子，虽然不必付租金，但家计并没有改善。“拾荒者愈来愈多，收入愈来愈少，加上还要抚养九个孩子……”苏丽妮丈夫杜尔哈密（Durhamid）娓娓说出家里的窘境。

平常为了买一公斤白米，杜尔哈密至少要捡拾两三公斤的塑料和废纸；而为了省下买菜钱，苏丽妮就在垃圾堆找剩菜喂饱家人。“我们拿到的食物，是人家剩余的。”苏丽妮这番话令人揪心，然而她领到大米的高兴溢于言表，当她忙着淘洗“百货公司”的剩菜时，感激地说：“很感动，这包米够我们家一个月温饱了！”

还记得，苏丽妮曾说，如果有能力的人愿意把多余的那一份捐出来，而不是丢到垃圾桶，或许班达尔歌邦的居民就不必为了一盘饭而汗流浹背、满身脏污。这微小的心愿，都市的人们能听得见吗？

■

【加拿大】

慈济小区服务受肯定
公民入籍仪式任嘉宾

撰文 / 陈熾文、洪朝阳、唐嘉滨
摄影 / 季瑾之



多伦多地区加拿大公民入籍仪式，一月中旬于密西沙加（Mississauga）移民法庭举行，慈济志工第五年受邀担任典礼嘉宾。

移民占加拿大人口五分之一，联邦政府对于移民及公民入籍极为重视，设有专责部会管理；公民入籍仪式十分隆重，由入籍专责法官主持，并邀请社会贤达为贵宾，致词勉励新公民。

加拿大慈济志工长期至老人院陪伴长者、协助食物银行发放、煮热食服务街友、参与国际赈灾，获得各界认同，二〇〇九年起受邀在入籍宣誓典礼中观礼。公民入籍法

庭华裔法官冯翁惜卿（Mina Yung-Fung）女士表示，担任义工为公民六大义务之一，慈济志工落实小区的事迹足为典范，鼓舞新公民积极付出，促进社会祥和。二〇一四年起，密西沙加法庭决定，一年六次排入公民仪式中介绍慈济事迹。

今年元月十七日在多伦多，有来自四十多国的两百多人成为加拿大新公民，志工以静思语书签与之互动，再赠与《静思语》一书；法官达利瓦（Dhaliwal）先生听取志工分享后，表示未来将把慈济介绍给更多新移民。

■

衲履足跡

證嚴上人



撰文/释德仇
题字/林美娥

内文照片/花莲本会提供
刊头摄影/黄锦益

3/1 《农二月 初一》.....



职业？志业？

【静思小语】职业，是为维持生活而作；志业，是为成就理想与抱负。

立使命，救拔病苦

与慈济医院董事王正一教授谈话，言及现在医师地位不如过往，上人感叹，人心观念偏差、社会偏向功利，医疗被视为买卖的商业行为，医师地位自然低落。

“医疗、教育皆是神圣志业，不能随着商业潮流而讲究‘营销’。患病很无奈，医疗团队要以救拔病苦的使命感为其医治；教育则要提升人文精神，带动有志从医的学生以爱付出。从医学生到医师，若能开阔心胸、放下欲念，以救拔病苦的使命感疗治病患身心，自然获人尊重。”

上人强调，医疗不是“职业”而是“志业”，期待慈院同仁负起使命、成就医疗典范，提升清净神圣的形象，让社会大众对医师重拾尊重心。

慈济四大志业是集合社会大众爱心所成就，四十多年来，上人皆以尊重、感恩心，完全地托付专业，

只期许各志业“以戒为制度，以爱为管理”，“人人守戒、守规矩，以至诚之爱彼此协调，就能稳定运作，树立清流典范。”

情与爱，医疗典范

慈济医学院筹备期间，上人参观过其他医学院的解剖教室，看到学生面对解剖对象的态度，不是对“人”，而是对“器官”，内心很不舍。

与慈济大学医学院杨仁宏院长谈话，上人忆述：“当时我耿耿于怀，想着大体也是一个人，医学生应该要用情、用爱对待，将来在手术台上才会更用心对待病患。所以，我认为医学教育要建立对人的情与爱，决心办出真正有情、有爱的医学教育。”

如今，慈济大体解剖教学，在台湾带动起“感恩、尊重”的医学教育。上人感恩多位大体老师是慈济人，生前曾经担任同学们的慈诚爸

爸、懿德妈妈，与医学生们有温馨的互动，“这分真实情感的交流与使命的交托，绝非冰冷的电脑仿真解剖可以取代。”

志业体的每一位同仁，虽如小螺丝钉般，但若没有这些成员，诸事

无法完成；上人叮咛主管们，用爱关怀、真诚带动。“让同仁提起诚心投入——并非来这里‘就职业’，只是做一份能维持生活的工作；应是‘尽志业’，在此发挥对生命的抱负与理想。”

3/2~4 《农二月 初二至初四》.....



做到、做好，还要做出典范

【静思小语】做得实在、做得精致、做出典范，带动社会爱的效应、善的循环。

人心和，天地和谐

云南昆明火车站三月一日晚间惊传意外，一群黑衣蒙面人手持刀械冲进行凶，至少造成近三十人死亡、一百多人受伤。

早会时间，上人感叹：“人祸灾难，起于人心无明迷茫、不明道理，造作恶业。唯有人人心平气和，起善念、多造福，才能让天、地、人三者和谐。”

人与人之间的冲突，有来自政治、种族乃至宗教的对立。上人表示，宗教，其实是人生的“宗”

旨、生活的“教”育，正信的宗教，能引导人心拨除烦恼无明，走上正确人生方向；期待不同宗教信仰者，共同表达出虔诚无私大爱。

“人心合和，人与人之间互爱互助、多造福缘，才能感得天候调和、大地平安。”

献良能，老有所用

慈济世界里有许多银发志工，退休后积极投入社区、环保、医疗等志工服务，持续发挥人生良能，比许多年轻人还有活力。上人欣言，

老年人生，并非日落西山没有希望；夕阳之光，犹能映照人间美好。

“关怀长者，并非让他们清闲无事、唱歌享乐；应辅导他们持续发挥生命良能——身体健康、为社会

付出，才有真正扎实的生命。”

上人说明，退休之后若只顾享受，身体与思考容易快速退化。

“担任志工，以使命感为人群付出，常动脑筋、劳动肢体，不只身心健康，人生更踏实欢喜。”

3/5~7 《农二月 初五至初七》.....



认清“无常”

【静思小语】认清“无常”本质，降伏贪恋、爱着，不起计较心。

互爱关怀，成就净土

台湾人医会医师及志工，二月二十二日至三月一日远赴约旦参与义诊、发放，八天行程走访贫民区、身心障碍机构、老人赡养中心以及叙利亚难民营等，真诚的肤慰与付出，感动了几位约旦医师及居民，主动加入志工行列；约旦之行也让人医会志工见苦知福，感悟良深。

早会时间，上人感叹人生苦难偏多，勉众身处平安有福之地，要把握因缘救拔苦难，展现人生之美。

“爱的种子要播撒得更密、更

远，让人人有机会付出，让苦难人及时得到关怀。人与人之间能互爱、关怀，世间即是菩萨净土。”

调伏心欲，莫造恶业

拥有两千多年历史的伊朗巴姆古城，二〇〇三年十二月二十六日因强震毁去七成以上的建筑；台湾、土耳其、约旦慈济人立即赶赴灾区勘灾，展开义诊及长达三个多月的急难救助，后续并援建四所女子中学、一所男子小学。

六日晨语，上人感叹，巴姆古城因强震一朝尽毁；用心观察人间种

种现象，实是无常。“有形的建筑再如何用心维护、保存，最终皆会毁坏消失；何况山河大地不断受人破坏、耗竭资源，这颗地球，不知还能够维持多久？”

众生造业，多从贪欲心起。上人教众“观身不净”。“对世间一切人、事、物，包括自己的身体，都要认清其不净、无常的本质；降伏贪恋、爱着，不起计较、爱憎等烦恼，就不会驱使身体不断造业。”

抢救生命，守护慧命

教育志业院校联席会上，上人感叹，现代社会趋向功利，连带让医疗、教育工作世俗化、商业化。

“学校是为社会培育英才，医院是抢救与守护生命；并非制造业、

生产业。莫将商业名词套用在教育中。学生到医院实习，不是‘产学合作’，而是透过临床实务，培养救人使命感，以及尊重生命的态度。”

教育，不只要与医疗结合，上人也期许要与慈善结合，带领学生跟随志工深入苦难国度，投入穷苦恶地服务。“藉此建立起国际观与医疗的使命感，毕业后即能前往最需要的地方付出，负起守护生命的责任。”

医院，是抢救生命的盘石；教育，是成就慧命的摇篮。上人致勉师长们，要以菩萨心守护学生的纯洁心念，使之怀抱使命感、提升生命价值观，进而造就护理之光、树立医疗典范。



苏州寒山寺秋爽法师（着黄色海青者）领四众弟子参访慈济，肯定慈济慈悲大爱精神。法师开示：“慈悲没有国界、不分宗派，期待共同努力，达致世界和平。”（3月7日）

3/8~9 《农二月 初八至初九》.....



远离“邪见”

【静思小语】邪见之心，如夜叉；把握善缘，迷转悟。

起怖畏，转恶为善

马来西亚的朱锦棚，自幼父亲酗酒、家中长辈深染烟酒赌博等恶习，让他也养成种种习气。年轻时逞凶斗狠，直到看见许多黑道大哥晚景凄凉，心生警惕，决定金盆洗手。

一九九九年，他在美国获赠慈济丛书《如是我闻》，来年返回马来西亚后，主动参与慈济，不只捐款，也投入环保志业、志工培训，从此改变过往动辄对母亲大声说话的态度，也改善了与儿子间的关系，一家和乐幸福，于二〇一二年受证慈诚。

“心存邪见，不明道理、不信因果，经常造作烦恼业力之人，一旦有机会接触善因缘，亦能转恶为善，成为行善、行孝的好人。”早会时间，上人开示，人生在迷惑时造业，在醒悟时行菩萨道。“有因缘学佛，要对过去为非作歹的错误



马来西亚航空公司编号MH370班机，凌晨从吉隆坡国际机场飞往北京中失联，马国慈济人透过越洋电话向上人报告志工动员关怀家属现况。
(3月8日)

与苦报，起怖畏之心，把握因缘转恶为善，走上正道。”

一念偏差，烦恼不断，将在人与人之间相互影响、造恶堕落。上人

表示，为所欲为的人生，就像《法华经》里描述的夜叉恶鬼，争着“食噉人肉、毒虫之属、诸恶禽兽”，吃饱之后恶念更为炽盛，相互谩骂、争斗的声音更为恐怖。

“夜叉，譬喻人心邪见。世间人为恶的心若愈来愈炽盛、行为愈来愈恶劣，将让社会陷入惶恐、悲惨处境。”上人期许人人明道理、信因果，以善、以爱互动，社会才能祥和平安。

立典范，正本清源

九日“医疗董事建言共识会”中，上人以“大学之道，在明明德，在亲民，在止于至善”勉座中主管：“要守护同仁‘明明德’的清净本性，使之依循品德而行；次

则要‘亲民’，用开阔的心胸关怀、亲近同仁。大家合和互协、有志一同，将医疗工作视为自我生命的志业，达致‘止于至善’。”

慈济创立将届满四十八年，医疗志业自花莲慈院启业至今，也走过将近三十年。上人表示，建院的初衷，是出自“慈悲等观”的佛教精神，认为生命平等，为了尊重生命而建院。

“一路走来，感受到社会快速变动，人心思想、价值观不断变化；更感到巩固精神理念、传扬清流人文的重要性。”

上人表示，现今医疗问题，与社会环境、人心趋向紧密相关。“正本清源”之道，在于树立人品典范。

“慈济人文无他，乃回归人性本



上人对屏东慈济人开示，日存五毛钱助人的“竹筒岁月”，就是慈济人道精神的起源，期待人人守持初衷，维持那份清静单纯的善念。（3月9日）

善。”上人期许医疗志业，不仅要顾好医疗质量，更要立清流、树典范，将净化人心的清流遍洒全球。

护清流，守持初衷

四十多年前，上人以觉悟之心、清净无染的长情创立慈济，逐步树立四大志业；许多人尽其一生跟随师父、为做慈济而全然付出，往生后还捐出大体，奉献医学教育。

“从慈善、医疗、教育直到人文志业，有形的建设、无形的心血付出，都来自全球慈济人以‘只问耕耘，不问收获’的无私大爱护持。对于他们，即使天天、时时说感恩，也无法表达万一。”

与来花莲承担“慈悲等观，人人协力”营队工作人员的屏东慈济人座谈，上人感恩全球慈济人抱持着“天下事，匹夫有责”之心，以实际行动关怀、帮助天下众生。

“感恩许多人从日存五毛钱的‘竹筒岁月’就开始护持，这微小的五毛钱，就是慈济人道精神的起源。期待人人守持初衷，维持最初那分清净单纯的善念。”

上人言，慈济所推动的“清净在源头”，不只是环保回收，更要落实社区关怀，加强用法水净化人心。“人心平和、人人守持伦理道德，就能防止诸多社会问题的发生。”

3/10 《农二月 初十》.....



舍小我，成就大我

【静思小语】执着小我，烦恼无尽；奉献大我，人间祥和。

去我执，解众生苦

“人心一切烦恼皆起于对‘我’

的执着——因为‘我’需要，所以‘我’要争取、‘我’要满足；‘我’得不到，所以‘我’很烦

恼、‘我’很生气……”

晨语时间，上人感叹，凡夫“执我一念”，故“生着系缚”。“坚持己见，如同被绳捆绑、被网所罩，不得自由。人与人之间争执不休、烦恼不断，造成社会乱象、导致人祸灾难，苦无限量。”

慈济人接受佛法教育，致力守持戒律，去除烦恼。上人言：“慈济人心中也有‘我’——无私的大我。因不忍众生受苦难，故能去除己见、无私奉献。”

昆明火车站三月一日发生暴力攻击事件后，慈济人立即前往医院关怀伤员，亲手烹煮蔬菜面喂食、一对一肤慰。上人言：“慈济人将天下视为大家庭，人人皆为至亲，故能以清净无染、无私大爱的‘我’，陪伴、照顾伤员；如此心怀即是‘无缘大慈，同体大悲’的菩萨精神。”

放眼天下，许多人祸战乱皆因执着一己偏见、造成祸患。上人勉众去除我执、彼此互爱，共同成就祥和美好的菩萨境界。

法入心，守戒守纪

三月八日凌晨，一架马来西亚航空客机从吉隆坡起飞后失联，迄今

下落不明。马国慈济人随即动员，与马航人员一起到北京肤慰家属，北京慈济人也投入肤慰工作；媒体报道，越南军方在海上发现疑似飞机零件的漂流物，越南慈济人也整装待命……

早会时间，上人叹言，马航班机失联后，机上人员的亲友着急等待、哀伤难熬。“感恩各地慈济人，如人间菩萨应众生所需而涌现，肤慰焦急的家属，用心倾听，让他们宣泄心灵之苦。”

马航班机失联事件为国际关注焦点，媒体对慈济人的付出多有肯定。上人表示，无论是马来西亚、北京，还是台湾慈济人，种族、信仰或有不同，但同样的志工服，同样守戒、守纪律，合心付出，故能得人肯定。

“法入心，有明确方向，就能稳固精神理念；即使来自不同国度、信仰不同宗教，慈济人也能有共同的态度和纪律，发挥人间菩萨良能。”

上人勉众，运用戒、定、慧“三无漏学”自修；团体共事中有任何缺漏，也要“思惟修”。“心静定，守戒律，才能发挥智慧，肤慰苦难人心。”

3/11 《农二月 十一》.....



感受爱，才能带动爱

【静思小语】以慈悲心走入人群付出，以宽广心面对人我是非。

离合无常，感恩平安

今日是“三一一”东日本大震灾三周年，据日本复兴厅公布，截至二月中旬，因震灾疏散在外者，大约还有二十六万七千人；日本政府计划兴建三万间房屋让受灾民众栖身，由于建材和工人不足，至今只完成百分之三。

早会时间，上人忆述，二〇〇九年八月台湾莫拉克风灾发生后，慈

济集合大众爱心力量，短时间内在高雄、台南、屏东多处兴建大爱村，安置因洪水、土石流而受灾的乡亲。四年多来，大爱村安度多次台风、地震，居民身心安住。

“慈济能在短时间让众多受灾民众安身安心，要感恩的人与事很多。普天之下灾难意外频起，人间的悲欢离合无常，要时时提高警觉、谨慎用心。能日日平安，就要虔诚感恩。”



曾为街友的日本民众柏木冬树，接触慈济后人生观改变，努力打工赚钱并投入志工行列，终于如愿来台湾向上人道感恩。（3月11日）



厦门女孩陈团治，一出生双脚就呈L型，只能用膝盖走路。团治将于明日在花莲慈院接受第一次“右膝切骨矫正”手术，医疗团队陪伴她与母亲来接受上人的祝福。（3月11日）

3/12~13 《农二月 十二至十三》.....



人人心安、天下平安

【静思小语】付出不求回报，唯求人人心安、天下平安。

力行菩萨方向

马航客机失联后，马来西亚与北京慈济志工持续给予乘客家属身心支持。许多媒体好奇询问：“每当发生灾难时，为何慈济人总能及时

抵达，付出不求回报？”

早会时间，上人说明：“这是因为慈济人有共同心志——无私付出不求回报，只为让人人心安，以求天下平安。这就是人间菩萨的方向。”

慈济人长年累月关怀社会、济助贫病，上人肯定这分真诚付出，将人间路铺得很平，也获得各界的信任、倚赖。

马来西亚慈济人为了救助贫困洗肾病患，成立多所慈济洗肾中心，不只照顾肾友健康，也引导他们洗涤心灵烦恼。其中，肾友李源兴罹患糖尿病、青光眼，视力近乎全盲而无法工作，二〇〇九年开始洗肾后，耗尽所有积蓄，后来到慈济北海洗肾中心接受免费洗肾服务。

他利用洗肾时间收看大爱台，听到上人开示“原谅别人就是善待自己”，以及“行善、行孝不能等”，深感忏悔，一改过去动辄发怒的暴戾习气，开始带着母亲做环

保。

为了筹机票钱返台受证，他忍受脏臭为人清理阻塞的马桶；去年十一月受证慈诚后，每天早起打开大爱电视跟着精舍做早课，再到联络处“熏法香”；他将自身经历与其他肾友分享，激励了许多肾友积极投入慈济、募心募款。

上人赞叹：“他将功能化成良能，不需要用眼睛看，就能将资源分类做得很好；也运用所吸收的法，自度化他，影响更多人发挥爱心，走上慈济菩萨道。由此可见，‘法入心’能转变心念；拥有正确的人生方向，就能发挥生命良能。”

日本慈济人自二〇〇九年三月



韩国志工朴东燮(右一)陪同当地EBS电视台人员来访。上人感恩近半世纪以来，许多人发挥良善力量，成就慈济从无到有：“每一粒菩提种子都有很重的分量。”（3月13日）

起，每月第一个星期一在东京代代木公园为街友供应热食。长期失业、借住朋友仓库的柏木冬树先生也在领取行列中；感受到慈济人对街友真诚的关怀与尊重，因此应慈济人之邀，参与每月扫街活动。

第一次到慈济会所时，他在门口迟疑徘徊；慈济人的贴心招呼，让他感受到前所未有的尊重与温暖。他说：“我是像垃圾一样渺小的人，进入了一股巨大的清流，像是被清洗过一般。”

扫街结束到会所用餐，他跟着大家一起聆听上人开示；看见世间苦难以及慈济人的付出行动，他说：

“过去存钱以防万一，现在知道要善用金钱来助人；以前认为顾好自己就好，在慈济则与大家有共同的方向，一起往正确道路前进。”

为了一偿来台湾慈济发祥地寻根的心愿，两年多来柏木先生认真打工，终于在四天前如愿来到台湾，并于志工早会现场现身说法，感恩慈济人对他的呵护，让他有正确的人生方向。他发心立愿，今后要认认真慈济菩萨道。

上人赞叹，慈济人以“慈悲等观”的菩萨心，广度众生而不分贫富、尊卑。“人人发挥自我生命价值，为人群付出，这一念心最富

有，也最至高无上。”

珍惜毫末因缘

朴东燮师兄伉俪陪同韩国教育电视台人员来访。访客提问，慈济近半世纪以来，如何从无到有、从小而至现今规模？上人分享，是许多人发挥善良本性，朝共同方向努力而成就。

“以佛法来说，也是‘因缘和合’——过去有善因，此时共同有善的呼应，因缘聚合而有如今的果。”

上人以“合抱之木生于毫末”说明——人人皆具清净善良本性，如同善种子播入土壤，只要具足阳光、空气、雨水等助缘，就能让种子萌芽、成长为茂盛菩提林。

“菩提林中，每一棵树、每一粒种子都有很重的分量。即使是一位投入环保的老人家，看似微不足道，却蕴含充分的慈济人文精神，具有疼惜天地资源的大智慧。”

以关怀马航失踪客机家属为例，上人表示：“慈济能及时动员、跨国付出，是因为大家有共同的信念——人人以一念清净善心，往同一个方向前进，所以行动快速。”

从一九九四年名古屋空难，到二

○○二年澎湖空难，期间多起台湾航空史重大空难发生后，都有慈济人动员肤慰、陪伴罹难者家属，以及支援救难人员的身影。上人以此说明：“单纯的信念说来简单，但

要时时恒持实不容易。慈济人秉持无私大爱，故能坦诚相待、敞开心胸彼此合作，共同为社会人群付出，发挥稳定社会的力量。”

3/14 《农二月 十四》.....



耐苦、耐劳、耐批评

【静思小语】莫怕批评而停顿不前，为所当为，带动人间善循环。

跨越小我，付出大我

现代化设备让都市生活愈益便利，然而埋藏地底的水电、瓦斯管路，其实隐藏了重重危机。美国纽约市东哈林区在当地时间十二日，因瓦斯外泄酿成气爆意外，两栋砖造楼房瞬间倒塌，引发熊熊大火，已知有七人死亡、逾六十人受伤。

早会时间，上人以此新闻开示：“人生无常，前一刻还进行着日常之事，下一刻却突遇变故，家庭亦随之深陷悲苦。”

凡夫执着于“我”，上人感叹，有“我”在的时候，任何事物都会执着、什么都要争，对于名利、地

位、物资等贪求无餍。“若认清人间无常、危脆，还有什么好争夺、执着的呢？”

纽约慈济人闻讯后立即动员，提供消防人员饮水，并前往安置中心关怀受灾民众、规画发放事宜，希望尽早协助受灾人度过难关。

而马航事件发生后，马来西亚慈济人第一时间就背起行囊，陪同航空公司人员到北京，又从北京陪伴家属回马来西亚……

上人举此为例：“世间人人都有个‘我’，有人茫然不知人生目标，有人则笃定方向，投入人群付出。慈济人的爱不分宗教、种族，同样用尊重与爱陪伴，肤慰着心灵



与中央研究院士谈话，上人强调，有心做事，要耐得住误解、批评，坚持做该做的事。（3月14日）

苦难人；人人皆是跨越个人的‘小我’，为天下的‘大我’无私付出。”

人生如梦似幻，又如露水、泡影般脆弱，不知无常意外何时发生；上人教众，把握当下还能自主运用“我”的身体时，利益社会人群。“帮助人人平安、自心亦得轻安欢喜。”

是非分明，莫怕批评

中研院生物医学科学研究所刘扶东所长等人来访，谈话间众人感叹，现今社会人心见解纷乱，即使

单纯想把事情做好，也可能遭受批评。

上人表示，有心做事，就要耐得住误解、批评。“即使外界不辨是非，该做的还是要进行；假如怕批评而停顿不前，永远不能进步。”

农业时代的台湾，许多家庭生活清苦，但仍努力工作，即使遭遇各种苦难也能坚强地撑过来。上人感叹：“现代人似乎缺乏这分韧力，境界一来就无法承受。因此，除了加强身体健康，维持心理健康更重要。教育工作当发挥良能，带动亲子、家庭及社会，起善的循环。”

3/15~16 《农二月 十五至十六》.....



做好事亦须明道理

【静思小语】做好事亦须明道理，才不会因人、事、物触礁而起退转心。

企划，更要“实践”

来自七个国家地区与台湾本地约四百多位实业家，齐聚花莲静思堂参加“全球实业家静思生活营”，早会时间，透过网络视讯聆听上人开示。

上人肯定大家放下繁忙事业来了解慈济志业，期许要当“实业家”，而非“企业家”。“社会不安定，即使身分再高、财富再多，

一旦人祸来袭，都将化为乌有。莫总是企划着如何赚钱，要以诚正信实态度，踏实运作事业、承担社会责任，为更多人安定生活。”

台湾土地不大，却拥有自由的经济与丰富的人文；上人勉众应珍惜保护，社会才有希望。“欲使社会平安，需要人心平稳——感恩则心平。要感恩‘地’、‘水’、‘火’、‘风’四大调和，更要发心付出、利益人群。社会安和乐



证严上人·袈履足迹

慈济人医会志工报告约旦义诊暨发放心得。上人感叹，社会不安定，即使身分再高，财富再多，人祸来袭都将化为乌有；“人心安定，社会祥和，人人才能平安有福。”（3月15日）

利，人人安贫乐道，才能平安有福。”

人生无常，即使坐拥上兆财富，最后还是要“走（闽南语，与‘兆’同音）”。上人开示，钱财带不走，唯有业随身。“有形的身外财富，若再加上无形的心灵财富，才是真正有福的人生。”

心不满足，即使再有钱也不会快乐。上人期许在座大众：“心宽天地宽，把握机会做好事，即能自我成就充实快乐的人生。”

五利使，五钝使

“全球实业家静思生活营”学员返回精舍巡礼。上人开示，慈济为

实业家举办静思生活营，改变许多人的的人生观，不仅与家人相处融洽，更将爱的能量落实在事业上，以身教带动员工为社会付出。

经营汽车材料行的林碧松，参与静思生活营后理解生命价值，回到社区后不仅投入环保，也带动员工做垃圾分类、资源回收。上人称许，企业家拥有一定的社会地位，能够缩小自己、放下身段和大家一起做志工，更受人尊重。

“对的事，起一念善心就身体力行，爱大地、爱人群；身心健康、内外圆满，付出无所求，如此生命就有高价值。”

钻研取利或是行善回馈，只在一念之间。上人开示，人心有十种根



“全球实业家静思生活营”圆满，上人勉众发“慈、悲、喜、舍”四无量心，投入人群付出；且要深入“静思法脉勤行道”，殷勤闻法。（3月16日）

本烦恼——接触外境而起“贪”、“瞋”、“痴”、“慢”、“疑”等烦恼恶念，是迷于事相的“五钝使”；“身见”、“边见”、“邪见”、“见取见”、“戒禁取见”，则是对于道理见解偏差，导致迷于道理的“五利使”。

“若无法去除种种无明烦恼，将不断受烦恼驱使，造作恶业。”上人教导，无论是“五利使”或“五钝使”，都必须提高警觉，以佛法对治，才能拥有明确的人生方向、建立正确的生命价值观。

有福，更要造福

人心欲念无穷，所求永不满足；为了满足口欲，不只要吃得饱，还为了吃得美味，无所不用其极。十六日，全球实业家静思生活营圆缘典礼，上人开示：“若想求得身心健康，就要约束心灵欲念。”

日前来访的中央研究院学者谈到，蔬果含有抗衰老因子，能预防高血压、糖尿病及癌症等；另一位则从基因研究谈述，肉类确实会让人加速衰老、诱发失智症，引发许多慢性病。上人以此鼓励大家“少肉多素”。

二〇〇八年缅甸纳吉斯风灾过

后，慈济人长期陪伴、援助受灾民众，并分享慈济“竹筒岁月”日存点滴行善助人的精神理念。缅甸民众深受感动，但苦于身无分文，遂从每天所吃的米粮中抓起一把米另外存放，积聚后捐给更贫困的家庭食用。

上人以此为例，期许在座有福之人，“素食八分饱，两分助人好”，不只身心健康，还能行善助人。“此生有福，是过去生造福的福报；知福，就要惜福，更要再造福。”

人生最后什么都带不走，只有所造业力会跟随到下一生。上人表示，只顾赚钱，不愿行善付出，如同欠债还钱，“再来”之时就要业报还债。

“发一念善心，即能创造天堂。为善、行孝，才能让社会平安有福；社会平安，各行各业才能安定。反之，为了私己欲念争执，将引发恶效应，甚至造成社会难以平伏的动乱。”

“慈济宗门人间路”，上人勉众发“慈、悲、喜、舍”四无量心，投入人群付出；且要深入“静思法脉勤行道”，殷勤闻法，将法理运用于日常生活中。

3/17~18 《农二月 十七至十八》



得理气要柔

【静思小语】自爱，才能婉转、圆满地爱人。

行走正道

过往台风多生在夏季，但今年一月菲律宾就受台风侵袭。十八日晨间，上人感叹，气候异常，灾难频发，令人担心。“人心回归单纯、生活回归简朴、力行环保，才能减少对大地的开发与破坏，达到‘清净在源头’。”

慈济人并非全是佛教徒，但人人有共同的理念，以真诚无私之爱为天下苦难人付出。上人言，“宗”是人生的宗旨，“教”是生活的教育。宗教修行无非就是修心养性、端正行为。“经典，并非白纸黑字写的教条，而是经千古而不变、存在生活中的真理。人生于世，要依循做人的道理，假如脱离了轨道、失去了宗旨，也就迷失了方向。”

上人期勉大众，有正确的信仰，活到老、学到老，不断学习，才能行走走在正确的人生路上。

落实在地

与大陆访客谈话，上人言，经济发展愈快速，人心愈易浮动不安，更需要有安定社会人心的力量。“带动起爱的循环，才是国家社会之福。”

慈济不只济贫助苦，也在社区发挥教育良能。上人举例，环保站即是净化大地人心的道场，许多高龄长者闲居在家，无所事事又乏人陪伴，环保站可让其活动筋骨，为大地人群付出，从而建立自信；又有一大群志工彼此互动，说好话、谈好事，对长者的身心健康都有帮助。

“老人家在环保站感染到志工温和有礼的态度，回家也以相同的态度与儿媳互动，无形中家庭气氛变好，后辈也能看见长辈的身教而谨守道德人伦；这是很好的家庭教育。若家家户户都能和乐共处、谨守人伦，社会就能祥和平安。”

上人强调，慈济在世界各地发展志业，最重要的目标是净化人心、祥和社會。“这不能只靠少数慈济

人远从台湾来做，一定要居民一同参与，就地落实‘本土化’。”

3/19 《农二月 十九》.....



勤耕“心灵福田”

【静思小语】以平等慈悲心，广播善种，广布清流，广传大爱。

先做好人，再成菩萨

“拜经、听经、打坐、念佛，是训练自己用心深入佛法、明了经文道理。经，就是道；道，就是路。走好人间路，才能接上菩提道。”

与大陆东北地区实业家谈话，上人表示，佛法不离人间法，人间路走得好，道理自然清楚明白。“身在人间，要先把人做好，才能真正成为菩萨、救度众生。”

有缘接触慈济，上人叮咛，莫只是听人说而起欢喜心；唯有亲自投入去做，在过程中接触各种人、事、物，才能真正有体悟。

“未曾接触穷困人，无从体会自我幸福；见苦知福，启发爱心，付

出力量助人，做得欢喜快乐，就是菩萨。”

古偈云：“此身不向今生度，更向何生度此身。”上人勉众，来生未可知，当把握现在生而为人、得闻佛法的因缘，法入心且身体力行，真正将佛法落实在人间。

心灵环保，永续教育

“二十多年来，慈济志工从资源回收做起，将废弃物回收、分类，再制为可用之物。一路走来，都是出于‘天下事，匹夫有责’的责任心与使命感，非为营利。”

与教育志业体主管谈话，上人叹言，全球各地四大不调的灾难频

传，除加强救灾效率，更要注重防灾；要防灾，就要做好环保，不再破坏、污染大地空气。

“环保教育不只是说理论，更要确切落实。希望启发人人知福惜福、与土地建立起浓厚情感，懂得

疼惜天地万物。”

上人期待师长们将“心灵环保”提升为永续的教育，成为能宣之于课堂，并且能确实融入生活的务实学问。

3/20 《农二月 二十》



有礼有德

【静思小语】家家有礼，守人伦；社会守礼，有道德。

心清净，通达无碍

与大爱台同仁谈话，上人表示，佛经中常以“因核果海”譬喻事情的起因；如种子虽然微小，却会在各种助缘下成长为大树，产生更多果实、种子，又各自落土萌生而成长。“‘一’能生‘无量’，影响巨大而深远。”

花莲志业体同仁响应“晨钟起，熏法香”，有同仁带着孩子一同精进。上人赞叹，孩子们年纪虽小却不贪睡，认真听法且用心做笔记，还用图画方式记录闻法心得。“人

人皆是清净种子，以清净心闻法，故能通达无碍。”

新加坡志工陈志勋，运用建筑师的绘图专长，呈现晨语讲解“火宅”里的种种状况，与法亲相互讨论、增益理解……看见各地慈济人不仅用心闻法，且法喜多分享，上人甚感欣慰：“万事万物都有奥妙的道理，只要闻法入心，就能有体会。”

重视礼，稳固道德

今年是慈济技术学院创校二十五

周年，慈济大学创校二十周年，花莲慈济中小学创校十五周年，年底将举行联合校庆。教育志策会上，上人期许联合校庆要展现慈济教育内涵，让人了解慈济教育宗旨。

“早年许多台湾学校的校训是‘礼义廉耻’，现在虽少见此标语，慈济教育仍要达到此四字的质量。”上人说明，礼义廉耻以“礼”为首要，“礼”若不存，则社会秩序紊乱；期待师长有志一同，落实品德教育、稳固道德礼仪，引领学生回归人道本性，孝顺父母、尊师重道。

“不只要让学校成为有礼的校园，也要鼓励孩子们将好习惯带回

家，影响家人、长辈，营造有礼的家庭。家家有礼、守人伦；社会守礼、有道德，天下才能平安。”

上人强调，教育不只存在学校课堂，更要从家庭开始——父母以身作则，让孩子从小建立伦理道德观念；家长支持学校的道德教育、生活教育；老师用心用爱教育，即能让孩子扎实学好生活规矩，守好做人本分。

“期待师长们志为人间农夫，殷勤耕耘、用心教育，照顾好一粒粒种子，负起守护慧命的使命，让粒粒种子有好因缘、在好环境里萌芽茁壮，展现最美的教育形象。”

3/21~22 《农二月 二十一至二十二》……



谨慎微细烦恼

【静思小语】微细烦恼如小火，虽无猛火，犹有热恼。

真诚爱，医病情

中国医药大学李文华校长、高雄医学大学刘景宽校长、台湾医学教

育学会朱宗信秘书长、卫福部医事司王宗曦副司长等人来访。

上人忆述，三十多年前在花莲建盖医院，过程艰辛难以道尽；如今

慈济医院已是花东地区急重症后送医院，且因应花莲、台东地形狭长，也有玉里、关山慈院就地守护乡亲健康。

“感恩各院同仁有志一同，不只在院内服务病患，也定期到偏远山村义诊、卫教。支持他们甘愿长驻偏乡奉献，来自于学医救人的初心，以及从事医疗工作的使命感。”

当今社会医疗纠纷频传，上人感叹，人心价值观改变，医病双方重视各自权益，无法站在对方立场设想，沟通不佳就容易造成误解。

“要改善此一情况，双方都要以诚恳心建立情谊，将心比心。”

各地慈济医院有医疗志工作为医病桥梁，在慈济学校，则有慈懿会师兄姊陪伴孩子、建立亦师亦友的情感。上人言：“慈济人发挥菩萨‘觉有情’，以疼惜、照顾自己儿女般的真情相待，因此带动同仁、学生也提起真情待人；这就是最美的慈济人文。”

彰化第一颗慈济种子邱兰芳师姊，三月十九日中午往生，当天傍晚送回慈济大学成为大体老师。兰芳师姊为了圆满捐赠大体的心愿，病笃之时坚持不开刀、不插管治疗，要保有完整的身体，提供解剖

教学。

“这分坚持，代表了众多慈济人为了医学教育，无私奉献的大爱。同学们在了解大体老师生平，以及发心成为大体老师的大舍心愿后，自然能以感恩心学习；未来在临床上，以尊重心面对病患。”

现代社会漠视人伦礼节，衍生出诸多社会问题。上人期待教育工作者有志一同，营造清净、单纯的受教环境，引导学生用心学习、认清人生方向。“‘礼’就是‘理’，有‘礼’才有‘理’。学生有礼，道理自然入心；将来才能发挥所学，帮助社会祥和平安。”

护大地，最有福

二十二日晨语，上人感叹，众生心充满烦恼，烦恼为“因”，经造作而成“果”；勉众发清净心行菩萨道，转烦恼为清流。

“体内有病菌会造成感染；烦恼覆藏于心，亦会流窜其中。故要用心尽除烦恼，否则微细烦恼如小火，虽无猛火，犹有热恼。”

极端气候在全球酿灾，上人于早会开示：“气候失调起因于人类需求太多，过度开发造成天地毁伤；感恩慈济环保菩萨二十多年如一

日，疼惜、保护大地。”

新北市板桥忠孝环保站，九十六岁的林徐对阿嬷身体硬朗，二十二年来天天到环保站报到；去年提供环保站空间的地主有意收回土地，阿嬷难过表示，若不做环保，不知自己能否活过今年？促使环保站继续运作。

大陆泉州黄塘环保站，也有一群戴着黄斗笠、花头巾，穿着短上衣、大筒裤，人称“惠安女”的农村阿嬷，积极投入环保志工行列。其中七十九岁的陈珠阿嬷过去常拜佛，五年前开始做环保，把弯腰回

收当作礼佛。

上人举述这些例子，赞叹老人是宝，他们年轻时为生儿育女辛苦付出，才有今日的富足社会；老来又投入环保，专注为天地人间付出，堪为典范。

“每一位环保菩萨都是粒粒饱满的种子，分秒不空过，呵护大地、利益人群，发挥生命大用。每个社区都需要环保站，让老人家在此发挥良能、开拓心胸，也开阔人生。家有长辈做环保，家庭真正有福！”

3/23~24 《农二月 二十三至二十四》……



美好社会来自感恩

【静思小语】各就本位、各守本分；对人、对事、对物，虔诚感恩。

真诚爱，软实力

新加坡国立大学医学院与慈济大学医学院签署合作备忘录，杨启源院长、许盛泉副院长、模拟医学中心主任Suresh Pillai等人，入精舍拜会。

杨院长分享，参访慈大模拟医学中心后，深感慈济人文难以复制；深植人心的精神信念与价值观，亦无法以金钱取代。

上人表示：“教育要投入生命与感情，才能让学生养成‘感恩、尊重、爱’的人文精神。在校培养了

使命感，未来从医时就能守本分、‘甘愿做，欢喜受’。”

以“无语良师”为例，上人说明，慈济人认定了人生方向，精进学习、乐于付出，直到人生最后，还将躯体交给医学生学习。“医学生体会到大体老师的高贵精神与情操，自然能以尊重、珍惜之心学习，进而培养对‘人’的感恩、尊重态度。”

上人肯定大陆慈济志工不只位家庭付出、社会付出，更以生命投入环保，保护地球、造福人间。（3月23日）



慈济人投入四大志业、为大地人群付出，并非凭着一时的热情；上人强调，他们是运用智慧与爱承担天下事、为天下人而奉献。

“只有热情而缺乏智慧，这一分热情很可能如脱缰野马，难以控



上人于药师发会众中，教众珍惜平安，对人、对事、对万物，都要虔诚感恩、用爱疼惜、广结善缘。（3月24日）

制。‘热情’只是一时，容易冲动；慈济教育所要培养的是温暖、温和的‘软实力’。”

教育是希望工程，上人期许师长

们要引导年轻人拥有清净美好、光明磊落的心地，作大时代的栋梁，未来人间才有无限希望。

3/25~26 《农二月 二十五至二十六》



福慧双休

【静思小语】慈济宗门是“福”，走入人群造福人间；静思法脉是“慧”，勤修自心广传善法。

富有爱，最轻安

晨语时间，上人指出，世间万物皆是“四大”假合，包括人身，都由地、水、火、风，四大因缘和合；每一个人皆带着过去生所造的业而来，自呱呱落地即感受痛苦，号啕大哭；人生亦常在“四大五阴八苦”之中。

“‘五阴’也就是‘五蕴’，每天一睁开眼睛，色、受、想、行、识就不断地起作用。人生还有‘八苦’，其中，生、老、病、死是自然法则，从小到大，进入中年、老年，衰弱患病，直至老死，身体在不断变化中；又因为接触种种境

界而起心动念，有怨憎会苦、爱别离苦、求不得苦、五阴炽盛之苦。”

各种起心动念、业因业识，都收藏在八识田中，随着生死流转。上人于早会教众：“应认清人生实苦，时光流逝不待人、因缘稍纵即逝，把握此生的时间、空间，在人与人之间发挥良能。”

人的身体随着时间逐渐老化，心理如何维持轻安自在？上人教导，用心吸收佛法，将爱的能量注入心坎里。“心灵富有爱，就能轻安自在。”

平安健康、家庭和睦、社会祥和，就是人生的幸福；上人敦勉众

人，拥有这些幸福应心怀感恩，各守岗位，戒慎虔诚，与天地共生息；莫让心念随着外境而波动。

爱台湾，就要维持台湾的尊严。上人表示：“慈济人在世界各地发挥善心良能，展现台湾人善良、充满爱心的形象；期待全民共同维护这样的形象，让爱心善念扎实。”

护心地，熄星火

美国华盛顿州大雨不断，二十二日发生大规模土石流，受灾面积已达五百个足球场大。二十六日早会时间，上人叹言，世间无常，国土危脆，即使看来稳固的山体，也会毁坏崩落，造成大灾难。

“人人心中也有一片美好的锦绣山河，却因无明烦恼而迷惑造业，惹来沉重业力，以致发生心灵土石流。”上人说明，三界火宅非在身外而在人心。“心起无明、不明是非，就容易受煽动而助长星星之火，一发不可收拾。”

悬宕多日的马来西亚航空客机失联事件，二十四日晚间马国总理纳吉召开记者会说明，失联班机恐已坠落南印度洋。此一消息，粉碎家属最后一线希望。

上人感叹：“无常意外夺走宝贵生命，令亲友哀伤悲苦。天灾、意外让人苦痛不堪，更要照顾好自我心地，及时熄灭火火，才不会心起波澜，酿成人祸。”

3/27 《农二月 二十七》.....



净化人心的关键力量

【静思小语】志为菩萨，守护众生；志为人医，守护生命；志为人师，守护慧命；志为人文，守护道德。

心灵躁动，如火攻心

与医疗志业同仁谈话，上人流露

对台湾社会现象的忧心，表示心灵扰动，比有形纷扰更可怕。“心灵躁动，如火攻心；是非混淆、对错

模糊，令人担忧。”

午后四大志策会，上人对志业体主管开示，慈济志业的根本精神是“为佛教，为众生”，慈济志业的核心价值为“诚正信实”与“慈悲喜舍”；期能广招具备此精神理念的人才，安住岗位发挥长才。

无论事业、志业，都需要“人”来成就；上人表示，人人有志一同，才能往同一个方向施展力量。

“就如慈善志业，慈诚、委员‘志为菩萨，守护众生’；医疗志业，医疗人员‘志为人医，守护

生命’；教育志业，需要‘志为人师，守护慧命’；人文志业，则是‘志为人文，守护伦理道德’。这是净化人心的关键。”

教育首重“传道”，上人叮咛，不只是传授课本上的知识，也要教导学子守持伦理道德，给予正确的人生方向。“期待师长们教育好學生的心，让孩子在干净美好的环境下静心学习，学会以清静、开阔的心胸关怀天下事，日后能发挥救世、救心良能。”

3/28~29 《农二月 二十八至二十九》……



莫随“声尘”生烦恼

【静思小语】曲解他人好意，是愚痴；时时善解感恩，是智慧。

平等心，净化人心

向来少有剧烈天候的津巴布韦，去年底一阵突如其来的狂风骤雨，造成许多砖房倒塌，慈济志工二〇一二年为自由小学搭建的简易

教室，除了几处隔板吹掀，大致完好。

正在菲律宾参与海燕风灾赈灾的津巴布韦慈济志工朱金财，得知讯息立即返国，与本地志工针对三十八户、一百六十四位受灾民众

发放物资。

这场罕见暴风雨在四十分钟内摧毁许多建筑，对于原本生活即为贫困的居民而言，不啻雪上加霜；但也因为亲身经历风雨，居民们更能同理菲律宾海燕风灾受灾民众处境，在朱师兄分享菲国赈灾见闻及慈济“竹筒岁月”精神理念后，纷纷捐出零钱响应赈灾，或穿起志工背心投入发放。

在印度尼西亚市，今年一月连日大雨酿灾，雅加达慈济人不辞辛劳，几度飞行两千公里前往发放、义诊，“以工代赈”带动居民清理家园，并提供建材让居民重建；两个多月来的关怀与协助，感动一百三十七位居民投入志工培训，发愿守护乡亲。

早会时间，上人以津巴布韦及印度尼西亚为例，感恩全球慈济人把握因缘，济贫救苦之余，更启发他们无私付出的善心，发心立志学习菩萨大爱，照顾其他贫苦人。

“人人都有无限潜能，都能发挥无私大爱。即使出生在苦难环境，也有丰富的心灵财富可以助人；就像滴水入海，分分都有救助苦难的力量。”

希望世界祥和美好，上人教众须先净化人心，以平等慈悲心，带动

人人付出。

听法音，不听杂音

“凡夫心易受影响，听闻他人批评、不满之声，烦恼即随声尘而生，一时冲动，无明惑起而造业。”

二十九日晨语，上人开示：“曲解他人好意劝导，不思改进自我缺失，反而生气，‘因声着相’起烦恼，乃愚痴人；若知‘诸法相空’，对听到的声尘懂得善解、感恩，即是智慧人。”

正面的“声音”，例如法音，则有助社会和合。上人教众：“常说好话，莫搬弄是非，更不要恶口、两舌、妄言、绮语。人人道理入心，则社会平和、人间祥和。”

早会时间，上人教勉：“看到世间苦相、听到苦难音声，要拔苦予乐、造福人间。更要天天熏法香，充实精神粮食，才能持续以佛法洗涤心灵烦恼。”

放眼国际间，许多国家、社会动荡不安，士农工商无法各就岗位，人民饱受枪弹胁命之苦。上人教示：“唯有人心安定、守本分，在冷静中发挥智慧，社会才能安和乐利。”

3/30~31 《农二月 三十至三月初一》……



医者“四弘愿”

【静思小语】发挥生命潜能，提升生命价值，做他人生命中的贵人，丰富自我人生。

发心如初，成佛有余

“当初因不忍花莲医疗资源匮乏，发心立愿建院，尽管过程遭遇种种艰难，身为佛教修行者，不忍众生受苦难，总是言出必行、再苦都要做到。各位既选择行医的人生道路，但愿也能恒持理想，以爱拔除病苦、救治病患。”

四十位花莲慈济医院新进医师，三月二十九、三十日返回精舍参加合心共识营。上人期勉大家学习良医典范，用心力行医疗的“四弘愿”。

“佛弟子发‘四弘誓愿’，医师以佛心救拔病苦，也有‘四弘愿’——若能守持志愿，就有持续‘学习’、‘临床’治疗病患、‘教育’传承、深入‘研究’的精进动力。”

上人致勉年轻医师，守住最初的

发心立愿；“发心如初，成佛有余”，不论遭遇任何考验，都能轻安自在守持救人志愿。

一生汲汲营营求名利，一旦有病痛时，名利地位皆无益；唯有良医，才能确实为己除苦。上人表示：“医疗团队如同生命的建筑师，能为病患改造生命。不为名、不为利，纯粹出于不忍众生受苦的爱心，用心、细心地为病患疗病拔苦，这样的情操，最令人敬重。”

老子《道德经》：“吾所以有大患者，为吾有身；及吾无身，吾有何患？”上人引申并结合佛法谈述：“凡夫的各种痛苦、烦恼，都因身体感触引发，也由身体造作业力；但也因为有身体，才能广施慈悲、利益众生、拔除苦难。”

生命在呼吸间，上人勉众把握时间，善尽身体良能。“自爱精进，发挥生命潜能、提升生命价值；做

他人生命中的贵人，丰富自我有限的人生。”

用心入法，准确传法

“精舍生活分秒不空过，虽然镇日忙碌，身体劳累辛苦，但是心灵感觉很有福——日日吸收佛法，又见天下多苦难，感受己身之福，故能在忙碌辛苦的生活中，保持轻安自在的心。”

慈济外语队成立二十多年，为慈济志业国际化的一大助力。九十一位外语队成员返花寻根，上人期许大家深入体会“静思法脉”精神，日日精进闻法；法入心才能与人分享，带动更多海外人士投入大爱行列。

“佛陀觉知大地众生皆有清淨的如来本性，只是受无明烦恼覆蔽，因而随众生根机广设方便、循循善诱而说法。而今虽然已不能亲见佛陀、直接聆听佛陀教导，却能借重科技吸收法水。只要一心精进，就能克服种种困难，每日早起‘熏法香’，让慧命日日增长，天天过得扎实。”

世间许多天灾、人祸，皆起于人心不平衡、是非不清。上人企盼人人善用法水去除无明、滋润心田。

“法入心、法入行，才能不断而准确地传法入人心。”

提升爱心，稳定社会

“心能稳定、清淨，才能看清楚‘是’或‘非’。反之，心念、言行稍有偏差，是非不分，就会造成难以收拾的后果，甚至引发社会的大灾难。”

三十一日早会，上人提醒众人，谨慎守好每一个心念，调伏身、口、意念；人人各安其位、发挥良能，民心安定才能成就社会福祉。

“时间、空间、人与人之间，是发展慈济志业的三大要素；有时间、有空间，加上有心人广招大众以爱互动，就能凝聚、发挥人人的爱心力量。”

上人期待更多人间菩萨从地涌出，以稳定的心念助人，让爱心网络铺得更普遍、更密集，成为一股安定社会的重要力量。



●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

福建省福州市五一中路
49号先施大厦月座4楼
TEL (0591) 83357822
FAX (0591) 87115031

厦门联络处

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

福鼎联络处

福建省福鼎市

星火工业区星火路3号
TEL (0593) 7966365
TEL (0593) 7997939

广东

东莞联络处

广东省东莞市中堂镇潢涌
第三工业区(永磁电子)
TEL (0769) 88187799
FAX (0769) 88183978

深圳联络处

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

广州佛山松岗联络处

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

广州番禺联络处

广东省广州市番禺区
石基镇新兴路4号
TEL (020) 34522987

广州天河联络处

广东省广州市天河区
华景路33号
TEL (020) 38250402

湖北

武汉汉口三阳联络处

湖北省武汉市江岸区
三阳路三阳广场B座907室
TEL (027) 82809370

云南

昆明联络处

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

●静思书轩

苏州静思书轩

江苏省苏州市姑苏区
滚绣坊41号
(0512) 65816171转3102

苏州景德店

江苏省苏州市
景德路367号
(0512) 80990980转4202

厦门湖里店

福建省厦门市湖里区
兴隆路582号之一A
(0592) 5717229

厦门思明店

福建省厦门市思明区
禾祥西路12号103店面
(0592) 2285766

厦门五缘湾店

厦门五缘湾商业街
B区B3栋
(0592) 5717706转115

北京店

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

上海店

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

杭州红星店

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



朴树·朴素

古树名木指树龄在一百年以上的大树和树种稀有、名贵或具有历史价值、纪念意义的树木，也是“活着”见证苏州二千五百多年沧桑的生命，据知，最高龄是九百三十岁的圆柏，立于网师园看松读画轩。

在苏州慈济志业园区红楼门外，也有几株“古树名木”，三棵朴树，朴素地生长在红楼门前，腰系仿古书筒式的有机玻璃标识牌，其中之一如此书写：

树种：榆科朴属

学名：Celtis sinensis Pers

编号：金 500

科属：榆科朴属

保护等级：二级



基本资料如此，很简单；但看尽百年繁华，应是不简单，且见它多少沧桑，多少悲欢离合，还能自若地陪伴岁月静好，更是不简单。





【淨水船】 摄影/慈瑞

慈悲科技

二〇一四年慈济国际人道援助会年会(简称人援会)，四月十八日至二十日在花莲慈济静思堂举行，两百多位学员参与，并交流慈济基金会历年国际赈灾中，从食、衣、住、行各方面所累积的实务经验。人援会是一个有系统的后勤行政与研发的志工团队，近年进一步与工业技术研究院合作，秉持环保理念研发各式利于救灾之物资。今年的主题是“慈悲的后盾－慈悲科技·驰援大爱”，三天研习中，除分享慈济国际赈灾理念与足迹，探讨国际重大灾难关怀与援助外，并有赈灾物资展示及分组研讨。现场展示多项的赈灾“法宝”，包括净水船、净水伞、净水脚踏车及简易屋等，皆是慈悲与智慧的结晶。