

慈濟

2019年 第03期 总第72期

准印号 /S(2019)00000279

内部资料 免费交流

二十周年纪念刊

驰援

青海

玉树雪灾



为净化心灵做活水 为祥和社會做砥柱 为闻声救苦做耳目



摄影/萧耀华

与众生 结清净法缘

解除苦难的人感恩回馈，
付出无求的人法喜充满，
与众生有清净的法缘，
也能走同一条路、开一条道，
成为响应好事的菩萨伴。

证严上人主讲

编辑部整理 二〇一九年三月一日至十五日晨语开示

一证严上人·静思晨语一

自度度人 不染尘劳

以大慈悲眼根，
观天下众生相；
以大智慧耳根，
听天下众生声。

心与法相契，
不受无明障碍，
不因声色扰心，
慈悲倾听苦难，智慧力行付出，
入人群不染尘劳，
自度度人，法喜充满。



画作/陈九熹

今年二月，缅甸、马来西亚和台湾志工，在十天内完成缅甸四万多户稻种发放；他们一放下行李，就回到精舍分享。问他们累吗，总是回答：“很欢喜！”

去年七、八月期间，缅甸发生大水患，洪水淹没田园，将要结穗的稻子泡汤。志工勘灾时，看到水退之后，农田杂草丛生；倾听农民的心声，原本就负债务农，还要再借贷才可能复耕。将心比心，十分不舍。

水退之后，到下一季播稻种还有好几个月；思考到这段时间可以让他们好好应用，只要人殷勤，有种子落土耕种，自然就有收获、有收入可以偿债，于是先选购了上等的绿豆种子发放。志工再次前往致赠稻种时，看到几个月前播下的绿豆丰收了，也替他们高兴！

有农民分享，以为志工勘灾只是来看看而已，没想到两度发放种子；志工还像亲人一样给予拥抱，告诉他

们靠自己的力量站起来，人人都能做救人的人，慈济“竹筒岁月”就是这样走过来的。当居民知道每天捐出一把米也能助人，超过一千多人登记领回“米扑满”。

慈济的援助，稳定了农民的家庭，稳定了他们的心，又成长他们的智慧，人人相互传爱，一起造福人间。

大千世界，耳朵听到、眼睛看到了苦难，人走到了，手伸到也做到了，这个过程其实很辛苦、很复杂。人间菩萨会合起来，锲而不舍，克服层层困难，不畏远途，不求利益，只想要救人，用法度众生，也把人人心地变成了福慧地。

这不只是经典中的理想境界，而是真实的人间菩萨道。要珍惜今生有这样的因缘，更要把握时间增长慧命。

菩萨道是长长久久，不是断断续续。人群就是最好的道场，因为最使人烦恼的就是在人群中，各种境界、

各种滋味都能感受到。立志于道，是一心一志往前走，或者中途遇到岔路就走偏了？也许会有“我这么付出了，人家还不满意，难道要再做下去吗？”“帮助人还受阻碍，做得很累，想要停下来。”等等想法；但用心思考，这样停下来对自己有好处吗？

若是对自己没有信心，对是非也模棱两可，时间过去，依然原地踏步。“发心容易，恒心难”，心起起落落，就会障碍了自己。要随缘消旧业，逆来顺受，不计较，一步步让，让过去了，路宽了，道就好走了，也不更造灾殃；还要发愿，能够付出就尽量付出，而且生生世世都要这样做。

修行的目标就是要启发自己，体会人生，了解道理。烦恼无明会制造人我是非，交结不休，业缘累积，就集成了人间苦难。“道理不明”，就是“无明”；清楚道理了，就要提高警觉，不要在人与人之间建立不欢喜

的、不好的缘，人与人相处淡若水，而且是清淨的法水。

立定志愿要利益众生，对方生活有困难，即使翻山越岭也甘愿去帮助，舍时间、舍体力、舍财物，让他们恢复生机；若是身体有病痛，无医无药，就赶快施医施药，让他解脱痛苦。帮助众生去除烦恼，自己也无挂碍，彼此的心都很清淨。

对方解除了苦难，心存感恩，发愿跟随，我们付出无所求，法喜充满，这就是结一分福缘。这个善缘、福缘就是将来修行的资粮。与众生有清淨的法缘，也能走同一条路、开一条道，共同响应好事；一起发菩萨心的道侣，就是菩萨伴。

受人帮助的人，也想要付出力量助人，所回馈来的音声是如此良善。时时鼓励人行善法，苦的要救，善的要呼吁，让世间不再有苦难的音声。请大家多用心！

■

慈濟

T Z U C H I

目录

无尽藏

01 与众生 结清净法缘

主题报导



驰援 青海 玉树雪灾

08 “树贵如玉” 人心似金

16 冰封高原千里送粮 礼重情更浓

22 二十三年的珍惜 只为“不忘记”

27 抱成团儿的“迷你”救灾队

32 高原上的朋友

35 雪地里的温度

乡村振兴

36 美善种子 在屋场村发芽

人间有爱

42 用爱点燃人间暗角的烛火

48 陪你走完人生路

机构关怀

50 南昌敬老院享天伦之乐

教育交流

54 孩子听话不再是神话

志工身影

58 色香味俱全的香积志工

慈善助学

60 你负责毅力勇气
我负责雨露春风

证严上人衲履足迹

63 [内容提要]:

· 上人指出，传法人不能只在口头说法，必须身体力行，才能带动大家共知、共识与共行，“假如没有亲自投入，光是叫别人去做，还是开不了这一道门；就因为投入了，所以门开了，让人清楚看见门里的宝藏，相信你们所做的一切。”

2013年4月创刊
2019年第03期 总第72期
创办人/释证严
主管/国家宗教事务局
江苏省民族宗教事务委员会
主办/慈济慈善事业基金会
顾问/朱永新

主编/济虹
编辑/欧红艳 洪维
美编/徐悦
编辑志工/蔡湛艺
校对志工/才轩卓 慈晔 范盛花
李雁 虑秦 林思婕 杨淑华
(按拼音排序)

地址/苏州市姑苏区景德路367号
电话/(0512)80990980
邮编/215003
读者信箱/reader@tzuchi.org.cn
准印号/S(2019)00000279
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



慈济基金会微信公众号



本杂志采用环保大豆油墨印制
爱惜资源 请广为传阅



封面图说：
玉树雪灾发生后，青海慈济志工急牧民所急，深入灾区勘察灾情，并落实赈灾物资发放，以满足牧民的生活需求。摄影/边静

驰援青海 玉树雪灾

「主题报导」

三江源头之玉树，去年入冬以来持续半年的大雪，造成大量牛羊因饥寒交迫而亡，牧民们更是缺乏燃料及口粮。闹别二十三年，慈济人与青海牧民的缘，因雪灾而再度牵起。今年三月底，慈济志工在当地政府协助下，为清水河镇七个村发放物资，满足他们至少三个月的生活需求。当地很多牧民看到志工帽子上的慈济标志，纷纷拿出二十三年前的物资发放通知单，泛黄的纸张颜色是历史的记录，也是感恩尊重生命爱的见证。原来，一切的珍惜，都只为了「不忘记」。



慈济志工三月下旬在玉树州称多县清水河镇发放，居民在风雪中背回粮食。

「树贵如玉」 人心似金

自二〇一八年十一月一日入冬以来，近半年持续不断的大雪，使三江源头的玉树藏族自治州杂多、称多、曲麻莱三县被冰雪覆盖，部分乡村积雪厚度接近半米，导致当地燃料紧缺，口粮缺乏，更造成大量牛羊因粮草短缺、饥寒交迫而死，牧民们亟待援救。

“玉”为藏文译音，含义是“遗址”。在过去，由于这里海拔高，植物少，这里被人们称为是“树贵如玉”的地方。

随着全球气候的变迁，极端天气不断突破底线，造成今年玉树百年不遇的风雪灾害，原本每年下雪三到四个月，可今年的雪持续下了半年，青海省玉树藏族自治州等地共出现了十二次明显降雪过程，每个月都会出

现两次以上降雪过程。

心系灾区 情牵牧民

青海玉树藏族自治州在一九九六年曾因雪灾与慈济结缘，当年慈济人飞抵青海送爱。接获灾情提报后，于当年三月二十七日、四月二十七日两度从台湾前往当地，发放青稞及现金，帮助称多县清水河乡、珍秦乡与玉树县结隆乡、哈秀乡四乡近一万六千名雪灾灾民，让他们得以度过生活难关。

此次的灾情发生后，当地政府就积极展开抗雪救灾保畜工作，为受灾最严重的牧民送去部分口粮

和牛羊的草料，但是受灾面积实在太广，牧民实在太困难。二〇一九年二月十四日，当人们准备过元宵节的时候，青海、四川、苏州和台湾的志工已经组建团队开始关注雪灾情况，虽然无法进入玉树灾区，慈济志工通过联系青海慈善总会，电话收集雪灾情况及了解牧民所需，细心的志工把每一段通话录音再一一打成文字，每日透过三地连线第一时间通告灾区实情，群众所需、政府所做及慈济可为的事项都是团队讨论的重点。

三月九日青海玉树灾区风雪变小，情况稳定了许多，青海三位

本地志工祁海明、唐国梁、王永安组成的迷你勘灾团队走进灾区，由二千八百多米的地方要沿路攀升至四千八百多米的高度，空气稀薄，气温低寒，对于每一位志工的身体都是一项艰巨考验。三位青海志工抱持着二十多年来慈济人不变的真诚与对灾民的不舍，克服严寒和高山反应，难行能行，三天内前往清水河镇五个村了解牧民状况，传回灾区宝贵的第一手资料。

看着雪地里整片被饿死、冻死的牛羊尸体，志工心中十分悲痛；而牧民取暖用的牛粪都被积雪淋湿，燃料紧缺，口粮也仅剩十天到半个

月的存量，真不知道要如何度过这漫长的积雪期。三人的迷你勘灾团队每日晚上都与四川团队连线分享今日所见及隔天规划，并每日及时回传照片和影像给四川团队，再由四川团队整理成简报发送花莲。

历经十个小时车程，三名志工来到摄氏零下十度的称多县，在政法委常务副书记索昂尖措的建议下，三月十日起从慈济曾经援助的清水河镇开始勘灾。清水河镇镇长仁青江才声称，此次灾情的严重程度是当地自一九五六年建立气象站以来，降雪量、厚度、次数都是破记录的；而当地牧民们把钱都拿来



称多县海拔约四千公尺，无法耕种农作物，居民以放牧为主；清水河镇积雪深厚坚硬，影响交通与生活，牲畜更苦无粮草可食。



青海玉树州雪灾 小档案

灾情：

青海省玉树藏族自治州自2018年11月入冬以来，出现12次明显降雪，牧草被积雪覆盖，超过2万头牲畜死亡，约12731户牧民、逾55000人受灾

慈济救援：

青海省西宁市湟源县有慈济志工，3月9日出发勘灾，锁定称多县清水河镇作为重点救援区域3月25、26日发放，包括当地主食糌粑（青稞炒面）、面粉、食用油、茯茶、糖、盐6种物资约3个月用量，共计嘉惠7村2433户、8245人

买粮草和饲料喂牦牛，家里存粮仅能维持十几天到一个月左右，但雪可能要到五月才开始融化……

清水河镇政府秘书扎西旦周：“牲畜作为牧民的主要经济来源，所产出来的畜产品都是从牲畜身上出来的，所以这次雪灾之后，第一个是牲畜死了，卖不出去畜产品，就没有收入来源。再加上家里的积蓄都用来买草料、口粮、燃料，所以现在牧民的生活也是比较困难。”

“有像你们这样的爱心机构给牧民提供帮助，状况比雪灾之后好一点。目前雪的厚度和面积是非常

大的，到六、七月份，整个雪都无法完全化掉。”寒冬困苦之际，爱心温暖人心，但扎西旦周也提及，这样的困苦生活，可能还要维持一段时间。

忍饥守护“牛羊家人”

志工勘灾，沿途随处都可看到冻死的牲畜，一眼望去，除了一望无际的积雪，就是大片冻死饿死的牛羊尸骨，它们的身上也已经没有什么脂肪。

来到扎麻村探访五十五岁的村民索才，他们家原本有一百一十头牛，此次雪灾死了七十多头，损失严重。当志工于三月二十六日再次来到索才家，因冰雪封路，索才一家现居住在扎哈村上的房子里。不大的院子里，首先映入眼帘的是被冻死的瘦骨嶙峋的牦牛，犹如睡着一般躺在地上。

听闻索才的牛又死了十几头，原来的一百一十多头牦牛只剩下了十几头。这个冬天，索才不仅因损失牛遭受经济上的打击，也伴有情感的冲击。在此次雪灾来临之前，许多人劝诫索才卖掉一些牦牛来囤积粮草，减少损失。政府人员连买牛的人都找来了，索才却不愿意。索才想着，这些牦牛是给予他生活

来源的伙伴，是陪伴他的好友，索才说：“卖掉的牛太可怜，自己养虽然可能被冻死，但那是自然死亡，不会被宰杀痛苦，所以宁可自己损失也不卖。”

高寒环境食物缺乏，又常面临自然灾害，艰困环境下，牧民心里始终明白众生平等。尕青村书记日昂：

“我们就是靠它们生活，一辈子都靠它们生活，人也是一条命、牛也是一样，不能随便杀生。有人过来买，问牧民，他就不愿意卖，他说为啥不卖？因为他和牛之间有感情。”

善良的索才也是一位很懂得感恩的人，此次物资发放现场，索才

两日都来帮忙。在索才家，有一个本子，当家里得到别人捐助时，不识字的他每次都会请人将帮助人及帮助物资的数量一一记录在纸上。与以往一样，不识字的索才，借他人之手，帮忙记录下此次慈济给予的物资清单。索才说：“困难的时候有人扶一把，要铭记在心，所以每一次都记上。”

许多牧民看着家里的牛一头头饿死，就把家里的青稞煮熟后拿来喂牛，人的粮食就再想办法……陪同勘灾的书记说：“受灾后的牧民心里只顾着家里的牛羊，连自己吃的口粮都顾不上了。”



索才饲养一百多头牦牛，雪灾后只剩下十余头；志工三月下旬拜访，不大的院子里，映入眼帘的是被冻死的牛只，瘦骨嶙峋犹如睡着躺在地上。

藏族人珍视牦牛，畜产品也是牧民的主要经济来源，为了保护牛只能安然过冬，各加已花费四万八千元购买饲料，人的口粮也顾不上了。

扎哈村村民各加介绍，自己平日以糌粑、奶茶、曲拉及自己做的酸奶、酥油为主要食物，这也是藏民们平日的主要饮食。奶茶、酸奶、酥油都要靠牛只产奶所得，不仅牧民们自己要吃，更是向外出售的主要经济来源。如今牛只受冻，没有往生就很感恩，牧民们也不奢望还能产足量的奶。

各加所养的七十头牦牛都是义务为合作社所养，并无工资，条件是不能卖、不能吃、不能丢、不能死。但如有小牛出生，或是有生产出给予合作社以外的酥油，都属于各加。此次雪灾，各加共有九头牦牛冻死，各加将家中积蓄购买牛饲料，夫人生病都只能借钱。

各加家中存放食物的房间，与十几日前志工到来时并无不同，墙上仍结着厚厚冰霜。被冰雪覆盖的牛粪潮湿，不能使用，各加的屋内仅看到一小袋即将用尽的干牛粪，雪灾让牧民没有干牛粪可以使用，也没有过多钱财购买燃料。燃料有限，供暖不足，让没有烧炉子房间的墙壁上，结着厚厚冰霜。



各加说：“今年买了草、饲料、青稞、鸡蛋这些来喂，不买的话，牦牛可能都死完了。以前没吃过，今年才有。”草饲料分为一般稻草及有发酵并添加玉米的颗粒饲料，颗粒饲料虽贵，但各加为了牛，也毫不犹豫地购买，只为牛只吃好一点。为了保护牛只，各加已花费四万八千元购买饲料，各加说：

“自己的牛死了没关系，但这是合作社的牛，要照顾好。”

因村上草料不够，为了省钱，牧民们每年五月十七日出发前往十几公里外的山上放牧，十一月初再返回住家。因雪灾的到来，各加将夏日游牧所用的帐篷做牛圈，给予体弱的牛只过夜。据了解，整个清水河镇的牧民普遍遇到这样的困

境，不仅各加一家如此。

一周的时间，三位志工亲自走访、用心记录，透过与团队分享勘灾信息，与当地政府及时对接，时时了解当地物资采购情况，以最短时间收集清水河镇七个村社的牧民名册，讨论详细的赈灾物资发放计划与时间表，希望牧民能够尽快领到所需物资度过最艰难的时期。❶

冰封高原千里送粮 礼重情更浓

阔别二十三年，慈济人与青海牧民的缘再度因雪而牵起。三月二十五日、二十六日，慈济志工在当地政府协助下，为清水河镇七个村社的二千四百余户，八千二百多人进行物资发放，满足他们未来三个月左右的生活需求。

二月二十三日天未亮，志工一行就出发赶往山上，只因这一趟路程有着六百八十多公里，天气寒冷让路途更加不好走。志工唐国梁说：“早走的原因就是这条路段，太阳落山以后就开始结冰，有危险。”十一个多小时的车程后，志工一抵达物资现场，就见到藏族乡亲在自动自发地搬运物资。

“雪中送炭” 点燃抗灾希望

漫天飞雪让往日翠绿的高原无比寒冷，但这两日，这片草原上却格外热闹。不是因为节庆的到来，而是在那不大的仓库里，慈济人即将为清水河镇受灾的乡亲们送上温暖的救灾物资。

青稞炒面、面粉、食用油、白砂糖、精盐、茯茶等物资，一箱箱、一袋袋放得整整齐齐，这都是当地的领导干部和乡亲们亲自归整好的物资。负责物资签收存放的管

理员朋措非常用心，不仅自己亲自上阵，更是随时观察，让帮忙卸货的乡亲将物资摆放得整整齐齐，他说：“这每一份物资都来之不易，必须好好看管。”

清水河镇副镇长仁增尼玛说：“全镇七个村，一个村是五十多个人，一个村一个村轮着来，大的村卸两部车，小的村卸一部车。”穿着民族服饰的藏族乡亲，既是领取物资的灾民，又是付出爱心的志愿者，一个接一个，摄氏零下七度的低温，他们满头大汗。穿着背心搬运物资的青梅说：“我们常常在这里干活，所以我们不冷。”而牧民达杰说：“你们都这样来帮我们，我们也来帮忙搬。”

本来收入就不多的牧民们，在大雪来临之后，生活变得更加清贫，不仅牛羊缺乏粮食，家中缺乏取暖燃料，很多家庭的存粮，也都剩不到一个月。寒冷的气候还有许久才会过去，但物资的到来，真的犹如雪中



送炭，让这群牧民看到冬日的希望。

三月二十五日，清晨的玉树，气温零下25度，但牧民们早早就等候在发放现场。当领取到发放通知单时，乡亲们不是查看自己能领到什么物资，而是迫不及待地仔细阅读在发放仪式上听到的，来自台湾的那一封慰问信。角加拿着通知单久久不翻页，不识字的他说：“我看不懂，但还是想慢慢看”。

物资发放现场人流量大，为了更加有序，工作人员协助检查及提醒乡亲们拿出户口本。当地政府干部不仅解决了语言不通的问题，而且每一个环节都考虑周详，细致地调节节奏，控制发放速度，物资发放进行得十分顺利。

藏民们将物资发放看得十分重要，都穿着传统藏袍前来领取物资。格日文毛家中养牛虽不多，

赈灾物资的捐赠仪式上，藏族乡亲代表为志工代表献上哈达，表达内心的一份感恩。

但此次雪灾死亡率达百分之五十以上。领取到物资的他说：“对我们来说，这是现在正需要的。”

“哈达送亲人” 感念救命恩

藏族人以致赠哈达表示敬意和祝福，物资发放期间，志工不停收到乡亲赠送的哈达。两天的发放，志工共收到一千八百多条哈达。当地干部告诉志工说：“这是因为许多人听说了，知道你们就是二十三年前那一群给予救命物资的人，所以不仅仅是感谢这次，更是不忘二十三年的恩情。”牧民索南永措：“你们送我们东西，真的感谢你们，青稞炒面也给了，面粉也给了，谢谢。”年轻小伙儿扎西达样在领取物资的过程



志工与民兵协助独居老奶奶领取六种不同的物资，能确保未来三个月的粮食。

中，不停与志工握手，也为志工致赠哈达，还邀请志工拍合照留念。扎西达样：“雪太大了，太麻烦你们了，你们是来帮大忙了，谢谢！”

二十三年过去，七十四岁的巴甲爷爷还依稀记得，当年的雪灾，有一群台湾人发了钱、发了青稞。不曾想，二十三年后，再次因雪灾与慈济人相见。爷爷说：“这些粮食可以吃三个月。”协助志工进行翻译的达哇江才告诉志工：“二十三年以后又看见你们了，他们感觉特别特别地感恩，心里特别地激动收到这些物资，他们会天天

祈祷、天天念经，祈祷慈济人平安、健康、幸福。”

志工黄崇发以《行愿半世纪》一书的封面，与巴甲爷爷介绍证严上人是慈济的创办人，是他让志工来到这里。巴甲爷爷听后，立即将书高举额头，轻轻碰触，以表达内心的尊重与感恩。看着上人的法照，巴甲爷爷拿出发放通知单，一个字一个字细细读着上人所写的慰问信。

昂乐爷爷也十分心疼志工，默默将志工的手放进袖子里取暖。志工感恩地说：“爷爷你真好，知道我的手很冷，帮我暖手，谢谢您！祝福您！”

五十四岁的尼才大叔，在二十三年前，也有领过慈济的物



资，不仅清楚记得发了钱和青稞，如今他也将发放通知单保存良好。尼才大叔说：“这次的雪我一辈子没见过，下了半年了，以往三个月就停了，真的是太麻烦。你们今天发的东西我很喜欢、很实用，是很好的东西。我们这么困难的时候，你们来帮助我们，我一辈子都忘不掉。”

与家人站在路边等车回家的忠样，听到志工分享上人虽无法亲自前来，但希望透过物资和书信为乡亲送来祝福，立即将上人法照翻拍存至手机中，她说：“我要让爸爸妈妈，让我的亲朋好友都看一看，让他们都认识。”

“参加发放心里踏实，做了就很开心，以后有时间要多参与。”

发放典礼的尾声，志工带动《一家人》，用手语及歌声与藏族乡亲拉近距离。

曹玉提供此次发放的部分青稞炒面货源，由于订货时间紧，他的工厂加班七天，烧坏好几台机器，只为赶出发放物资。此次他也积极地参与到志工行列，曹玉说：“自己虽然是青海人，但这里海拔高，搬了十几包后就觉得心跳加速，当地志工竟然搬了那么多。”

旗帜留存 传承慈济精神

因缘不可思议，二十三年的缘一直在清水河镇延续，镇书记请求慈济人能赠送旗帜给他们作为永久的纪念。清水河镇书记及镇长

发放时室外开始飘雪，气温更低，乡亲抓紧时间回家，志工也加紧发放速度。

表示：“清水河镇人民懂得感恩，二十三年前的发放通知单牧民都可以很好地保存下来，更何况是政府。”因此他希望能留下九面慈济旗帜，七个村一个社区再加上镇政府共九面。他们将永远留存，永记慈济恩情，也会让后代知道。

致赠慈济旗意义十分重大，志工怀以恭敬虔诚的心将慈济旗赠予各村代表。村干部们也满怀欣喜双手接过，将旗帜捧于胸前。与志工接触时间不多，却可感受到彼此真情实意，干部们纷纷为志工献上哈达。

从最初的勘灾、访视，到造册、搬运物资、发放，这当中的每一环节都离不开当地政府的全力协助。志工唐国梁分享：“镇政府从志工进入灾区勘灾就极度配合，陪着志工下乡入户访视，在灾民信息名单整理上每天加班到十一二点。这两日政府还组织了那么多人力配合发放，更难得的是镇党委书记、镇长、副镇长全程参与。可见镇政府对此事的重视程度，也看到他们是真正心系灾民，为民众服务。没有政府的全力支持协助，我们进行此次发放不可能这么顺利，政府干



部让我很感动。”

镇长仁青江才全程参与慈济此次的发放活动，从早期的勘灾到实际发放从未缺席。仁青江才：“这是我们拿到的最大的一批物资，覆盖了全镇的所有人，不仅对老百姓生活有很大的帮助，也对我们精准扶贫项目做了巨大贡献，老百姓吃的穿的，都不成问题。这次慈济基金会确实帮了很大的忙。”

副镇长仁增尼玛这五天都在发放场地里忙前忙后，感到十分欢喜。“不累不累，一点都不累，很感谢你们。”副镇长仁增尼玛：“以前没有过这样大规模的发放，都是一百单、二百单，我们自己按人按户来发这么大规模的也没有过。非常感谢，我们清水河镇全镇八千多户的口粮都解决了，到六月份、七月份的都解决了，什么都不用买了，足够了。”

副书记更尕东周也说：“我们是当地的父母官，这些都是该做的，倒是你们这么远过来，太辛苦你们了。”

民族不同，沟通温暖的爱想通。语言不通，也没有阻碍沟通交流。一个微笑、一个拥抱，志工便可感受到乡亲内心中的欢喜。这分暖、这分爱的温度，相信能抵御纷飞的大雪带来的寒冷。



（左图）更求文江法师带来父亲的遗物——二十三年前慈济发放通知单和信封，父亲往生前交代他要永远保存，不能忘记这份情。

（右图）许多清水河镇居民依然保存二十三年前青海雪灾，慈济发放通知单与装救济金的外袋。

二十三年的珍惜 只为“不忘记”

青海志工于三月初前往清水河镇勘灾，当地很多牧民看到志工帽子上的慈济logo似曾相识，回想起二十三年前的雪灾，一群戴着同样帽子的人发给他们救命的赈灾物资，牧民们纷纷将当年的物资发放通知单拿出来给志工看，历久而微微泛黄的通知单，都完好地存放在牧民家最尊贵的地方，更是永久驻留在清水河人的心坎上……

蓝天之下，青海玉树州的大地依旧覆盖着厚厚的白雪，即使太阳露脸，室外温度也常常是零下二十多度，但慈济志工不畏严寒，继续着他们的勘灾行程。证严法师开示：“时空过了，空中已经空了，却是那份情，那份感情、记忆还是妙有。”

永远不能忘

陪同志工入户勘灾的文措村村书记白尕，认出了志工帽子上的慈济标志，于是从保险箱中取出珍藏许久的宝贝——二十三年前的发放通知单，一张单子承载了二十三年的长情。

今年四十八岁的白尕，一九九六年是二十五岁，还没有当村干部，在牧区放牛。他回忆起那时七个人睡一个帐篷，当年的雪灾让他养的牛冻死一半，所以对慈济

发放物资的印象特别深刻。志工播放一九九六年雪灾影片时，白尕指着视频上的青稞袋子说：“我们领到的就是这种。”

当年领完物资，白尕便将这张发放通知单和佛经放在一起，外面裹着一层厚厚的绸布保存。因为佛经是每天都要打开念的，所以这份通知单每天都看得到。

十几年前，白尕全家从牧区搬到镇上居住，时光的流逝，地域的迁徙，现在家里超过二十年的东西，只有佛像、佛经和这张发放通知单。他指着自己的胸口，认真地说：“和你说心里话，当时是要冻死人的，帮助的资源很少，你们给了这么大的帮助，不能忘。”言谈中，白尕多次强调：“不能忘、不能忘。”那次搬家后，白尕就将发放通知单放进保险柜保存，因为担心时间久了，会有人不记得、不相

信，当年有这么一群陌生人，从遥远的地方来到这里给予帮助。

随着白尕书记认出了慈济志工后，愈来愈多的乡亲们也开始纷纷拿出自己保留二十三年的发放通知单，只为向这群人，道一声埋藏心中多年的“谢谢”。

温暖的“心结”

陪着志工行走在雪地中，尕青村村长江才仁不断表示：“志工能去他们村子里，村民们真的很开心。”尕青村的村口前，几位乡亲面带微笑等待在路边，其中一位就是七十多岁的阿拉爷爷，见到志工到来，几位乡亲立即将手中的哈达献上，随即双手合十，连连说着“谢谢”。

阿拉爷爷第一眼见到慈济人，就认出志工帽子上熟悉的慈济标志，拉着志工的手不断地说：“能见到你们真是太高兴了。”牵着志工的手回到家中，阿拉爷爷从佛堂供桌上的老木箱子里，取出二十三年前的发放通知单，爷爷说：“供桌上有佛像，本来是不能放其他东西的，但这个很重要，最重要的放在这里。”

二十三年前，阿拉和其他人一样过着游牧生活，住着黑帐篷，除了最简单的生活用品，也会将这

个箱子带在身边，后来，搬家时也第一个想到它。“我就这么个一直保存的物件，这个整个打开，里面装着。”阿拉爷爷一边形容着，一边打开木箱子做示范，让志工知道，平日他是如何保存这份发放通知单，阿拉爷爷说：“这个是我的宝贝，我有困难的时候，你们这么远过来。”这张发放通知单，阿拉爷爷每年过年都会取出来看，家里有年轻人来，也会给大家分享：“二十三年前的雪灾，那时候资源少，帮忙的人少，慈济的恩情，永远忘不了。”

周围的邻居，很多都接受了二十三年前的赈灾物资，闻声匆匆赶到阿拉家来看望慈济人。志工带来了一九九六年慈济在清水河镇赈灾时留下的视频，大家在影片中看到认识的人时会兴奋地叫出名字，当看到德怀师父和慈济人的身影，激动地说：“当时我就在他们身边，我见到过他们。”当年发放的青稞，是牧民两个月的量，但阿拉爷爷说：“当时发的物资，省吃俭用了一年，那都是救命的。”

当年和阿拉爷爷一同领物资且年龄相仿的朋友都相继往生了，大家曾经约定，以后谁活的最久，有机会见到慈济人，一定要代替大家感



谢慈济人。阿拉爷爷：“我把这些发放通知单一直保存，以后哪怕我没了，也不能丢，要一直保存，那时那样帮我们，我们这个千万忘不得。”

志工此行还带来了近期证严法师关于青海雪灾开示的视频，当播放视频时，乡亲们马上摘下帽子，恭敬聆听。看到证严法师的叮咛以及各地志工筹备的过程，阿拉默默地说：“谢谢师父了，谢谢师父了。”

阿拉爷爷来领取此次雪灾的物资时，每领到一种物资，每见到一位志工，爷爷就会说一次：“你们的恩情我忘不了，谢谢了……”为了

七十四岁的巴甲爷爷来到发放现场，分享他依稀记得，二十三年前受灾，有台湾人来了钱和青稞。

纪念这份缘自二十三年前的恩情，阿拉爷爷有两个小小心愿，一是希望可以保存一张证严法师的法相，一是希望有一张和志工的合影，他想要始终记得慈济帽子上的标志，也想要子孙后代记住这些人。

志工与爷爷结缘《行愿半世纪》一书和一本慈济月刊，看到书本封面上的证严法师的法相时，阿拉爷爷非常开心，感动地说：“一

抱成团儿的“迷你”救灾队

二〇一三年十月，跟随大陆慈济人寻根之旅来到静思精舍，青海志工祁海明作为青海第一颗种子，有机会与证严法师近距离在会客室座谈，上人第一句就问：

“一九九六年我们有去青海玉树发放过赈灾物资，那时候不知你在哪里？”这轻轻的一句话，深深烙印在祁海明心里。除了感叹认识慈济太晚，祁海明暗下决心“遇到了就要把握因缘，用今后的生命投入慈济”。

——〇一八年底，青海志工祁海明——明回湟源县老家陪父母过年，看到微信朋友圈转发的青海玉树持续大雪造成的灾情，祁海明心里就想：“有机会一定去灾区，看看能为当地乡亲做些什么”。祁海明把受灾信息转发给唐国梁、王永安等青海志工，让大家一起留意灾情，并向花莲本会表达：“青海志工愿赴玉树勘灾。”的心愿。

青海志工并未坐等指令，大家一边密切关注灾情的同时，另一方面也开始着手筹备灾区需要的物资及寻找采购渠道，决定先前往西宁的青藏高原农副产品集散中心考察青稞、面粉、食用油等货源及价格。这些准备工作为后续的赈灾物资发放节省了宝贵的时间。

三月九日，灾区道路开通，志工祁海明、唐国梁、王永安及藏民向

导达哇江才一行四人进入玉树州称多县实地勘灾。沿路上，看到大雪覆盖着巍峨延绵的高原山脉，魔术般将山峦和天际混为一色，而志工的心目中白雪并非浪漫美景，实际成了吞噬生命的祸首，牦牛尸体随处可见，很多已经被狼群、秃鹰分食，牧民就近整理，嶙峋的尸骨堆积成片。

听当地领导介绍灾情得知，在藏区众生平等的观念深植人心，牧民不忍牦牛受冻，拿自己的被褥厚衣服盖在牦牛身上，甚至把牲畜赶到室内避寒，牧民仓样一家六口，口粮只剩下十几天的量。许多牧民看着牦牛被一只只饿死不忍心，就把家里的青稞煮熟给牦牛吃，牧民只顾着牛羊，连自己的口粮都不顾了。

克难弘大愿

志工急灾区所急，心急如焚。

定好好珍藏。”

得知可以透过视频录像给证严法师说几句心里话，阿拉爷爷看着法相，不断鞠躬合十，泪流不止地说：“师父，您的恩情我一直忘不下。一九九六年我们雪灾的时候，您救了一个名字叫阿拉的人，今年七十多岁了，今年我们又是雪灾，您救了我们这么多，这么困难的时候，我一直忘不下，谢谢您！谢谢您！我一直忘不下……”这其中的“恩情忘不下”阿拉爷爷流着泪，说了足足五遍。

真“空”实妙有

三月二十六日的风雪特别大，天气也更为寒冷，但却有许多人，带着发放通知单特意再次来到物资发放现场，只为找寻志工表达心中的感恩。


昨日已领取到物资的更求文江法师，今日从五十公里外竹节寺特意赶来，他将二十三年前慈济援助当地雪灾的物证带来，因为他想当面感谢慈济志工。

法师说这两件东西是父亲留给他的传家宝。更求文江法师说：“我父亲去世之前，他很珍惜这两样物品，特别用箱子装起来，父亲说要好好保存，因为你们给我们藏

族的帮助这么大，要保留好，好好感谢你们。”攥在法师手里的这两件东西，一个是二十三年前青海雪灾慈济的物资发放通知单，另一个是当年装现金的信封。十三年前，法师的父亲往生，将一盒子的遗物交给法师，其中就有这份已经保留了十年的通知单和信封，嘱咐法师要永远地保存，不能忘记这份情。

就这样，法师出家后，这个传家宝跟着他到了寺庙，保存了十三年，没想到今年三月，竟能与当年帮助过他们的团体再续前缘。

而最崭新、最完整的发放通知单，来自普桑村的加措，二十三年前，他任普桑村五社社长。回忆当年，加措说：“现在村里通知事情都有对讲机，但当年大家都住帐篷，分散在各地放牧，都是骑马通知。一个社有四十多户人，要通知一天。”将这份通知单特意带来发放现场，加措只想与志工表达：“你们当年的恩情，我没有忘记。”

保存着二十三年前回忆的不仅仅这些，还有扎麻村八社的噶达、三社的文加等等，都带来了珍藏多年的物资发放通知单和信封，泛黄的纸张颜色是历史的见证，也是感恩尊重生命爱的见证。原来，一切的珍惜，都只为了“不忘记”。



十五位青海与四川志工，三月二十三日清晨从湟源县前往称多县准备发放，途经主要路段为共玉公路，全线平均海拔四千一百米，是青藏高原冻土区修建的第一条高速公路。下午四点抵达巴颜喀拉山，一小时后即抵达清水河镇镇政府。

三月十四日勘灾一结束，大家就奔往各地全心投入赈灾物资的筹备。经了解，青稞炒熟后磨成的粉所制成的青稞炒面，是藏区牧民每日必需。但厂家通常是现炒现卖，少有大量存货。志工多方奔走，终于凑够了发放所用八十三吨的需求。“这次雪灾赈济物资发放，遇到许多的困难。需要这样大量的物资，玉树州没有一家厂商有这么大

的量，最后是四家炒面厂凑够了数量。起初厂商对慈济不了解，对我们也不信任。但团队合和互协，共识解决的方案。”回忆着物资采买时的种种艰辛，看着身旁的慈济家人，想着雪地中受冻的乡亲，祁海明觉得一切都不是问题。

初期物资采购阶段，祁海明、唐国梁、王永安三位志工一起实地了解。随着人力召集、交通及财务等事务渐次展开，日益繁杂的信息让第一次处理救灾的祁海明应接不暇，其他志工让海明师兄安住在家，并说：“海明师兄是我们的首脑，需要跑腿的事情我们来做。”

此外，志工还了解到清水河镇

中心寄宿学校的孩子们需要保暖袜及围巾。围巾由成都大爱感恩科技公司出货，但袜子的采购却颇费周折。

志工董正花、李翔林在小商品市场卖袜子的店家挑厚薄、挑长短、挑花色，还要考虑价格。

“给基金会省点钱，就能做更多好事。”董正花说。已经与商家协商并转付订金，却发现每一包袜子都有黄色的，而尊重“藏族人敬重黄色，只有出家人才能穿着”的习俗就要重新调整。两人重新赶回湟源市场，而老板反悔先预付百分之三十的订金，坚持预付全款。志工再次返回西宁，因紧急发货，志工二话不说垫付全款，又开车将袜子送到物资集合地。

勘灾途中，由两千八百多米的地方要沿路攀升至四千八百多米的高度，是不小的考验。空气稀薄、气温低寒，对每一位志工的身体都是一项考验，三天里到五个村子入户家访，了解牧民现况和真实需求，传回灾区第一手资料。

在走路都会喘的高寒地带，平时生活在低海拔地区的青海志工无法做物资搬运这样的体力活。体恤志工的当地政府全力支持，动员七个村共三百五十人分担了物资卸货任务，发放时当地民兵协助牧民搬

运上车；再加上交警、医护等，大家一念悲心起，前后参与发放的人力近六百人，宛如千手观音示现人间。

同路惺相惜

青海志工大多是个体老板，除了唐国梁、董正花夫妻的建材店还时常有人光顾。王永安的钟表店和李翔林的服装店，在网购盛行的现在，其实是开门不一定有钱赚，关门必赔钱的生意。

李翔林早年跟随父亲在藏区开货车，做贩卖生活用品的小生意。在售卖间学了些藏语，对藏区风俗的了解也最多。他满以为自己是合适去勘灾的人选，却是第一个被刷了下来。原因是他刚做阑尾手术不久，伤口还未完全愈合。他心有不甘想积极争取，志工黄崇发语重心长地劝他：“要好好休养，才有机会参加发放。”

每天看着从灾区传回的信息，李翔林只能看着手机发出“力不从心”的感叹。终于一声电话铃响，让他激动起来，“海明师兄既然给我打电话，就一定是需要人了，我就得上呀。”李翔林想他终于可以帮上忙了。

从勘灾前后不间断的连线会议到物资筹备，加上接送华西志工等

事宜，二十几天的时间里，李翔林的服装店就关了十五天，市场里的环保回收也只能“放下了”，周围熟悉他的店家还以为他不做了。更有好言相劝：“你干脆把店关了做慈济好了”。但只有他心里知道，儿子刚入社会，每月还有两千多的房贷，家里还有父母要养，自己是家里的靠山。

勘灾结束，六项赈灾物资从找供应商到洽谈价格、生产周期到签订合同，与政府协调人力，时间紧迫与压力让各种信息时常挤在一起，这让第一次处理救灾的祁海明觉得自己头痛脑胀。离二十三日赈灾出发还有两天，他还感冒了一场。好在及时用药，“强迫”自己早休息，最终才顺利出发。

这群青海志工，他们都是白手起家，做的也不是什么大生意。从勘灾到物资筹备，再到物资发放，车辆油费、过路费、住宿等花费不少。勘灾期间三位志工食宿都尽量简单，午餐就吃大饼泡面解决。标间加张床睡三个人，住宿费能省则省，有事也好一起商量。这小小的举动，感动了同行的官员，看到了慈济团队的热心和诚意，凡事都积极配合。

“国梁师兄放下正准备装修的店面投入勘灾发放，和他同时装修的店铺都结束，他们店的水泥地面

还没铺好”“从回青海过年到发放结束，海明师兄都三个月的时间没有和家中师姊及孩子在一起了，只能视频电话见见面，”说出这番心疼的话是王永安师兄。兄弟，就是彼此知情知心，无需多的默契。

赈灾发放圆满结束，大家都以为祁海明会跟大队一起赶回到四川的家中，但他却说还有点事要过几天才能回去。他心里的事正是唐国梁店面装修的事，祁海明很自然地说：“我得跟他一起。”

唐国梁感恩地说：“自己能够这样全力投入到勘灾救灾的工作中，真的非常感恩我家师姊的大力支持，和幕后默默地成就。”

“师兄勘灾回来分享牧民们的那份淳朴的心，让我非常感动他们对牛羊的那份感情。所以我第一个报名要参加此次的发放，一定要克服一切困难，亲自去看看这些淳朴的牧民。”勘灾期间，一直做着唐国梁坚强后盾的董正花，听闻有机会参与发放，就第一个报名。“藏民不懂汉语，自己不会藏话，所以核章摁手印是直接牵着牧民们的手一一摁下手印，一天牵过一千多人的手，与他们结下一份善缘，真的令我很感动。”因感冒发烧，体力无法负荷，董正花仅参与了第一天



的发放，但即便如此，却也让她记忆犹新。“摸着粗糙或变形的手，不难体会藏民生活的辛苦。受灾了但藏民没有一丝悲伤，还是不断给我们献哈达，用藏语说谢谢。摸着这么多人的手，我祈祷他们往后的生活平安，没有灾难。”

生活中称兄道弟者常见，同师同志、同心同行的好兄弟实在难得。

物资发放开始，核章组志工少不了当地政府的悉心协助。

单纯与真诚在青海志工的身上不用刻意寻求。从二〇一三年至今的五年间，青海志工们埋头当地做慈善和环保，此次又共同圆满八千多人的玉树赈灾发放，只因他们一心一志的单纯和亲如手足的彼此疼惜。❶

高原上的朋友

“曾经在我的生命中，亲身经历了这么一个慈善团体的救助，牧民们为了能够记住这个事情，甚至能给后世也讲这个故事，牧民们就把物资发放通知书一直存下来，如果是做纪念，它不是什么值钱的东西，但从精神上讲，它是一个无价之宝。”达哇江才感言到。

达哇江才今年四十六岁，是青海省玉树州称多县拉布乡的一位藏族乡亲，现任职称多县草原工作站站长。通过青海志工祁海明的姐姐祁海峰引荐，二月十五日在西宁市，三位青海志工与刚从称多县回到西宁家中的达哇江才先生认识见面。

达哇先生早在二十三年前就与慈济结缘。作为一名维持秩序的工作人员，达哇先生当年雪灾时就在慈济的物资发放现场。那时，达哇只知道有一个由法师带队来自台湾的慈善团体给予当地牧民很大的帮助。

如今听青海志工分享二十三年前玉树州遭逢雪灾，当时也是慈济志工踏上玉树这块土地送爱，才知道当年结识的团体就是慈济。达哇说：“这是一件多不容易的事，因为二十三年前资讯非常不发达，尤其是在玉树这偏远的地区，远在台

湾的慈济人竟然能关注到，不但关注到了，还援助到家里。”

三月八日，青海勘灾志工再度与达哇先生在西宁市会面，针对称多县的实地勘灾进行讨论交流。据了解，达哇先生的五弟是称多县拉布乡土登寺的一名活佛扎西才仁上师。而哥哥则在当地创立了扎西班智雅藏医院，占地约二十亩，以佛教慈悲精神为指引，以利益有情众生为目的。

此次玉树全州有四个县受灾，即杂多县、称多县、曲麻莱县及囊谦县。其中以杂多及称多受灾较为严重。杂多路途遥远，盛产冬虫夏草，条件比称多县好些，经大家讨论后共识，将重点锁定在称多县。该县有三个镇受灾，珍秦镇距县城最近，相对其他两个镇而言，较易取得支援，而扎朵镇地处偏远，不太适合志工前往实地勘灾，因此大



家决定采取救灾重点的原则，将力量集中在清水河镇，预计于隔天(三月九日)上午六点于湟源县出发。

达哇先生排除困难，愿意亲自陪同慈济人前往灾区实地勘灾。三月九日上午六点出发，五点钟达哇先生早早就从西宁搭车到湟源县与慈济人会合。志工祁海明、唐国梁、王永安与达哇先生，一行四人穿越

志工鼓励及感恩称多县草原工作站站长达哇江才(中)给予的帮助，相互加油打气。

六百八十公里，翻越四千八百多米的高山，历经十个小时的车程，终于抵达称多县。二十三年前，青海雪灾的慈济赈灾发放，是由台湾慈济志工跋涉而去；而这一次，则由青海志工来承担。

雪地里的温度

看到了牧民长在心里的善良，感受到刻进生命的坚强，虽然与牧民首次相遇，但一切的相遇都像是久别重逢。

以人文志工出班不是第一次，平日生活在海拔四百多米的盆地，要在飞雪的季节到海拔四千八百多米的高原出班记录却是第一次。第一次坐十一个小时的车翻越巴颜喀拉山，寒冷的天气与高海拔无不是挑战，听到最多的是“不要跑”“慢慢走”，因为剧烈的运动会出高原反应。

途中很多休息站因为天寒地冻而关闭，十几个小时的路程，志工为了适应海拔每小时都休息一次，午餐也是简单的咸菜配着大饼，没有长途的疲惫，眼里有的只是欢喜。

轮胎上面的冰条及车窗外白茫茫的大雪，让我明白距离玉树越来越近，车子进入清水河镇的收费站时脑袋里浮现的是：二十三年前，台湾慈济人因为雪灾，走了同一条路也是来发放。

物资陆续到齐，当地工作人员

认真负责的态度给了我们一股无形的力量。发放当天最低温度是零下二十五度，第一次在低温、高海拔地区拍摄是一种挑战，风吹在脸上却凉到骨子里，看到牧民比我们还早到现场。心里只有满满的感动。虽然语言不通但能感受到牧民们心底里的暖意，看到牧民脸上的笑容，手中的机器想要记录下感动的瞬间，而不能跑、不能跳的嘱咐早已经抛之脑后，躺在白茫茫的雪地里拍摄的寒冷，早已被纯朴善良的诚意驱走。

用镜头，看到一张张二十三年前雪灾发放时的通知单陆续出现在眼前，即使语言不通。也感受到牧民藏了二十三年的感恩心，听着一个个家庭如何珍藏通知单的故事，看到了牧民长在心里的善良，感受到刻进生命的坚强，虽然与牧民首次相遇，但一切的相遇都像是久别重逢。

■

还有很多位牧民，除了记忆，留下的还有那一张张发放通知单。达哇江才：“当时牧民们遭受到那场有史以来很少见的灾难，在那种困境下，接受到慈济慈善基金会的援助，所以为了感恩，为了不忘记，发放单一直留存下来，就想说也是一种纪念。”

勘灾结束后，志工立即投入物资采购的工作。此时的达哇先生也没有闲着，他一方面忙着协助志工与称多县政府沟通签订捐赠协议的事，一方面又着手将慈济创办人证严法师的慰问信翻译成藏文，同时也协助对接称多县及拉布乡两家青稞炒面的供应商。这一切皆因达哇江才心怀一份感恩心：“一九九六那一年，整个社会经济发展达不到，所以在这边受灾以后，这种救济的人很少见到，但是慈济却这样给我们付出，给我们帮助，心里感到特别地高兴和感恩。”

当志工于三月二十三日再度踏上称多县及清水河镇时，达哇先生立即归队，贴心的他为志工们带来了抗高寒缺氧的羌根，接着全程投入到了家访及发放的工作。并邀请到了他的六位同事一起参与到两日的物资发放，达哇先生为此次赈灾物资的圆满发放做出很大的贡献。■

同时，称多县政法委常务副书记索昂尖措也赶来与大家见面，商讨隔天的勘灾行程。三月九日至十四日的勘灾阶段，达哇先生全程陪伴，除了充当志工的翻译，还是志工的最佳向导。透过他的介绍让志工对牧民的生活及习俗有了更多的了解，牧民都有一颗善良的心，他们将饲养的牲畜视为家人，不舍得贩卖及宰杀。雪灾的时候，甚至顾不得自己寒冷，将棉被及保暖衣物都给了牛羊，生怕它们冻死。为了不让它们饿着，把家里的钱都拿来买牧草或青稞，再把青稞煮熟喂它们。

为了便于下乡实地勘查灾情，达哇先生还专程回到老家拉布乡，借出其四轮驱动汽车供勘灾使用。此外，还带着志工一起考察当地青稞炒面供应厂商。勘灾过程中，达哇先生看到三位志工为了便于相互照顾及节约房费，让酒店在标间内加床，三人挤在一间房间，日日同进同出同住。他非常感动，向协助整理名单的工作人员表示，慈济人对自己的生活如此节约，把省下来的钱拿来帮助别人，所以大家一定要认真检查名单，千万不要出错。

陪伴志工过程中，渐渐发现，原来不忘二十三年前那场发放的，



美善种子 在屋场村发芽

自去年九月与江西莲花县坊楼镇签订九祖祠援建协议后，慈济不但援建了有四百多年历史的慈善祠堂“九祖祠”，而且倾力协助当地开展屋场村“乡村振兴”计划。三月二十三日至二十四日，二十八位慈济志工再次从湖南长沙跨省驱车三百公里，第五次来到莲花县坊楼镇屋场村关怀。

“**满**目金黄香百里，一方春色醉千山。”群山环抱中的屋场村，溪水潺潺，村外菜花盛开遍野金黄，村中老树新芽绿意盎然。烟雨朦胧中，一群身着“蓝

天白云”的慈济人，正撑着雨伞、穿过古巷走来。

慈济与屋场村结缘，是缘于该村的“九祖祠”（又名“社仓祠”），由明朝理学家刘元卿倡

建，当年他看到很多乡亲贫病无助，缺衣少食，发动同族兄弟九人捐出田产来救济贫苦，并遗嘱后人要沿袭慈善家风。“九祖祠”也是全国少数专做慈善事业的祠堂。

“九祖祠”因年久失修、濒临倒塌，慈济协助重修。然而，有形的建筑重建易，无形的精神恢复难。屋场村老年协会秘书长刘元林说：“如果慈济人不来，我们这个

村子恐怕还是死水一潭。”

知难而行，慈济承担起“精准扶贫、扶贫扶志”的重责，透过重修“九祖祠”的机缘，通过陪伴带动，期待“以传统文化提升村民素养”“以慈孝活动建设精神文明”“以志愿精神促进乡村治理”“以环保意识构建宜居家园”“以乡村特色带动持续发展”。根据每一阶段的详细规划，慈济长沙志工每个月都会如期而来，带动村民开展慈善、环保、孝亲、敬老等

志工陪伴祖孙俩读《静思语》，并启发他们把静思语应用在生活中。摄影/陈敏



活动，短短半年时间，就喜见成效。

心苦大于病苦

屋场村村民阿庆独自一人，蜗居在祖上留下的老屋里。这次慈济志工再次来访，走进屋内，眼前的情景让所有人大吃一惊，只见梁柱交错、砖石成堆、遍地狼藉。原来，这座老房子在春雨的冲刷、浸泡下，已向内坍塌了一大半。

阿庆原本有一个完整的家。二〇一一年，他骑摩托车时不慎摔断腿骨上了钢板。术后，他的脾气变得暴躁易怒，妻子不堪忍受家暴行为，五年前离他而去，一对儿女



也不愿回家。二〇一五年，阿庆在外打工时与人斗殴被判入狱三年，刑满释放后回到村里，独居在破败老房子里，一直自我封闭，不愿与人接触。有一些慈善机构曾主动来慰问过他，但他非但不领情，还把送来的财物丢出去。

刚开始，他对慈济志工的到访同样也很冷淡和排斥。但志工对他更加关爱有加。年逾古稀的志工唐灼灼，把他当亲儿子般疼爱，用妈妈心关心他开导他；比他年纪稍长的志工，也把他当亲弟弟看待，志工的真情实意如春风化雨般润物无声，阿庆尘封已久的心门，终于慢慢打开，他开始从心底里接纳了慈济人的关怀。

今年春节过年，志工给他家贴上大红春联，带他儿子去购置床单被套，把他新旧两个家都布置得温馨喜庆。分别时，当唐灼灼给他

志工现场展示“辫子女孩”的剪纸，启发孩子们节约纸张。摄影/李建利

一个深情的拥抱，这位个性倔强的男人，竟流出了泪水。在大家的鼓励下，第一次开口叫了唐灼灼一声“干妈”。阿庆的母亲已去世多年，他与父亲关系也相当紧张，这久违的母爱融化了他心中的寒冰，让他感受到了温暖。

这次再来探望阿庆，除给他送来慈济毛毯，唐灼灼还给他带来很多新衣服，并当场挑了最好看的一件帮他穿上。看到他家还是乱糟糟的，垃圾遍地，大家就齐心协力，当场帮他清扫。

唐灼灼一直关心阿庆的伤腿，得知年前阿庆腿里的钢板被取出来，阿庆弟弟帮忙出的手术费，志工当场邀阿庆去弟弟家，一起向阿

庆的父亲和弟弟表达谢意。志工期待持续的陪伴，让这对父子能早日冰释前嫌，关系恢复正常。

课程活泼实用

慈济志工每次来屋场村，日程安排有趣而充实，既有动态的活动，又有静态的学习。课程设计，涵盖老中少的喜好与兴趣，学以致用，人人都有大收获。他们邀约老年人，举办健康讲座；组织中年人，分享静思语的智慧妙用心得；召集孩子们，学习剪纸与环保。

志工李志是心血管科主任医师，她在健康讲座上分享“素养身心”的养生理念，强调疾病的预防大于治疗，想身体健康，就要做到三“素”——心素、口素、身素，老人们听得津津有味，课后还有人专门来找她咨询调理身体。

许多家庭主妇像小学生一样，在课堂上跟志工一起大声朗读静思语。村民周素兰，连连感叹“句句是经典”。从屋场村嫁出去的秀珍，也回到娘家参加静思语的学习，她结合自己的人生经历，分享对静思语“心中有爱，也要行中有爱”的体悟。她除了照顾婆婆、还自愿为村里爷爷奶奶和一些残疾人洗头、洗澡、缝补衣服、洗被子，

做义工都是不收钱的。她的真诚的分享，赢得掌声一片。

孩子们的课堂人气更旺，小小的村会议室，竟来了四十一位孩子，还有陪同的家长。孩子们齐声朗读《弟子规》的声音清脆洪亮，志工蔡佳佳用废纸教孩子们剪纸，寓教于乐，增强了孩子们的环保理念及创新能力。

“回收资源是惜福，再制利用是造福。”佳佳老师在教学中，融入了慈济环保理念及静思语的智慧，并用视频分享了她们学校推动环保、落实垃圾分类回收的经验，鼓励屋场村的孩子们，在生活中要降低购买欲望、减少资源浪费，不用少用回收再利用。

事实上，慈济在屋场村的每一次环保活动，都有孩子们积极参与的身影，他们把家内家外的“瓶瓶罐罐纸”，捡起来交到村部做垃圾分类回收，孩子们学得轻松、做得欢喜。

慈济志工这次来屋场村，还给村民送来一份特别的礼物——花种与花苗。雨停后，志工与村里的志愿者们一道，来到村口，先把路边的垃圾与环境卫生清理干净，再松土锄草，最后把花种子撒播下去，把花苗移栽到花坛里，人人做得满心欢喜。慈济志工文辉说：“撒花



种子就是想美化屋场村的环境，净化这里的人心。”

志工和村里志愿者一起松土锄草，把志工带来的花种子播下。摄影/李志

大爱落地开花

慈济在屋场村的每一次活动，妇女主任陈玉梅次次没落下，还积极发动和邀约村民参加。陈玉梅想请志工用餐，没想到志工却坚持要给餐费。当她了解到志工都必须要自费自假后，感动之余，也将餐费捐出助人。

如今，玉梅的儿子毕业后，也回到村里帮助母亲种田。尽管农活繁忙、家务繁琐，玉梅依旧带领儿子和村里的妇女们一起来做志愿者，现在当地志愿者队伍已经发展到三十多人。

很多原本在家带孩子的留守妇女，现在走出家门，当起了志愿者。村民周素兰说：“改变真的非常大，慈济人没来的时候，我们就是带孩子、逛逛街、打麻将和聊家常。现在，就聊我们看到哪里有垃圾啊，要去招呼大家去做环保，还有如何关爱老人。”

每次志愿服务活动，这些家庭主妇从最初的被动参与，到现在开始主动承担；志工手把手认真传承种种经验，大家学得欢喜、做得快乐；这爱与善的种子，如同播下花种，已经在屋场村生根发芽。 ❷

用爱点燃人间暗角的烛火

从二〇一六年十二月至二〇一九年二月，洪爷爷人生最后的岁月，泉州慈济志工全心全意陪伴在他身边。

静思语：“一支蜡烛如果没有芯，就不能燃烧；即使有芯，也要点燃才有意义。”世间有太多身陷苦难的人如同没被点燃的蜡烛。

“我们帮您打扫房间可好？帮您沐浴可好？”志工问。“不用，不用啊！”阿璇奶奶的语气没得商量，洪爷爷也是婉拒。志工们回想起最初关怀时，洪爷爷坐在黑乎乎的躺椅上，两位老人一再拒绝志工的好意，禁不住百感交集。

人生叹苦 暗角希求一线光

二〇一六年十二月，民众向志工提报关怀洪爷爷的邻居，因缘辗转，洪爷爷却成了慈济的照顾户。

时年八十一岁的洪爷爷独自坐在椅子上。桌上排着几张扑克牌，他在数牌。时近除夕，他的妻子阿璇奶奶到街上办年货去了。志工看到他长长的指甲，婉言问道：“可以帮您修指甲吗？”他点点头。因

家里停电，志工借着手电筒的光，小心翼翼地修剪，生怕剪到皮肉；端来脸盆，盛上温水，志工为他洗脸洗脚，接着志工想帮忙清扫，却被老人家拒绝了。

洪爷爷曾患尿毒症一年，三年前又中风，导致不能自由行走。起居三餐全然由妻子阿璇照顾。他有四个女儿一个儿子，因各自疾病或家庭困难，女儿们极少来探望父母；唯一的儿子，正值壮年，由于精神问题，四年前被送到精神院治疗。

洪爷爷家住老旧的石头房，本希望翻修房屋为儿子成家，但儿子生病导致心愿落空，老人家常自怨自艾。提起往事，阿璇奶奶泪沾衣襟，说：“儿子发病时，就拿起称勾摔打我的头，咬我的耳朵。”虽身心受苦，但她说不恨儿子。

洪爷爷沉默寡言，妻子阿璇憨直。一次看到二老因琐事而相互打骂，志工洪秀稳劝道：“多亏妻子照顾三餐起居，要心存感恩。”回头又



开导阿璇奶奶：“老来有个伴，多体谅先生中风，行动不方便。”互不礼让的老人笑着释怀了。

“以前房子脏乱不堪，经过一段时间的关怀，今天的大扫除，就不乱了，漏雨也得到改善。爱的力量让世间多了一份温暖。”虽然辛苦却倍感欣慰的志工林秀蚕说。

潺潺雨季 屋漏解决心地宽

二〇一七年二月开始雨水连绵

志工得知洪爷爷夫妻因琐事吵架，劝说他们珍惜彼此，互相体谅对方。摄影/邱尚益

不断，志工瞧见洪爷爷家因四处漏雨，地上放了几个锅、桶和盆，雨水滴落溅起水花，弄湿了洪爷爷的衣裤。洪爷爷不能行走，阿璇奶奶要多花心力照顾他，而居家卫生就没办法顾及。

志工为了解决屋漏问题，主动拜访洪祖超书记及洪爷爷的弟弟，



(图①) 洪爷爷家原本是石头搭建的房子，一到下雨天就四处漏雨。摄影/邱尚益

(图②) 在政府与爱心企业的捐助下，洪爷爷有了新家，圆满了心愿。摄影/余清砖

(图③) 为了洪爷爷乔迁新居，志工们购买了他们急需的床板、床垫等家具，并送到家里安装好。摄影/余清砖

(图④) 十五位志工顶着寒风，带着衣服、棉被、厨具、食物等前往玉阪村，帮洪爷爷搬家。摄影/余清砖

(图⑤) 二十三位的志工驱车到洪爷爷家进行大清扫，并且安装遮雨布防范屋顶漏雨。摄影/庄清培





志工请洪爷爷数念珠，以锻炼他中风而不灵活的双手，还能戒烟。摄影/施利群

原来，以前她请理发师来家里剪一次头发需十二元。

洪爷爷烟瘾大，志工想办法帮他戒烟。慈济志工施利群拿来一串念珠，请爷爷闲时数珠子，活动双手筋骨，还转移注意力。

二〇一七年六月志工帮忙安装了慈济大爱台，洪爷爷最爱看大爱台的《草根菩提》和歌仔戏节目。一次，电视线路出了问题，洪爷爷就追着志工问：“我喜欢看大爱台，你们有空帮忙找人来维修啊！”当电视荧屏上出现证严法师的影像，洪爷爷感动地合掌道感恩。

行孝行善 感动女儿流动爱

二〇一八年冬天，在政府“四帮四扶”及社会爱心企业的资助下，洪爷爷的房子要翻建了。他的弟弟承担督建。翻建期间，两老暂时搬到旧村委会住。

此时，八十三岁的洪爷爷健康每况愈下，食物少进，卧床不起。他的后背臀部患上褥疮。骨瘦如柴的阿璇奶奶抱起先生十分吃力，因为缺少护理，洪爷爷的病情雪上加霜。

志工洪秀稳见此情景决定补位，她和志工林秀蚕每天挤出一、两个小时探望洪爷爷，为他清洗伤口、翻身。她们还担负着工作、家

庭责任以及环保志业，即使忙到夜深人静也毫无怨言，她们早已把老人当成父亲般对待。

眼见新屋要建好，洪爷爷一天只喝一点米汤，气若游丝。金花见到父亲食不下咽，难受得不断掉泪，惭愧自己不能尽好孝道，她说：“几年来，每个月你们来关心我的父母亲，又帮打扫。我这个做女儿的，都没有你们做的好。”

喜乐搬家 多方合力大团圆

二〇一八年腊月廿八，家家户户准备过年，泉州慈济志工挤出时间，顶着寒风瑟瑟，一行十五人帮洪爷爷搬家。带着事先准备的衣服棉被、家具及食物。

在旧村委会，志工先为洪爷爷理发剃须，洗漱，换新衣，老人家显得精神多了。接着搬载家具，整理物品。洪爷爷坐在椅子上，志工抬扶他上车，一家人快快乐乐回新家。一到新家，安床置被、装油烟机……大家忙得热火朝天。

这一天洪爷爷的二女儿也来了，平日里对哥嫂照顾有加的弟弟，忙前顾后地帮忙协助。他称赞慈济人真好，搬家东西置得样样齐全，亲如家人。邻居洪江焕爬上竹梯，张贴起大红春联。搬家是喜事，面线和汤

圆少不了，志工已在厨房里忙活。屋里屋外洋溢着暖暖的年味。

临终关怀 一念不舍常陪伴

挂念洪爷爷的身体日渐虚弱，搬家的第二天是腊月廿九，慈济志工过来协助卫生所医生，为洪爷爷清洗褥疮伤口，帮忙更换衣物和纸尿裤。而接下来的每一天，志工都会来到洪爷爷家，或把他从床上抱起扶到椅子上，陪他说话，或为他沐浴净身，希望他能身心轻安些，或给洪爷爷唱一首祝福歌。大年初四还教他女儿给父亲翻身按摩。

正月初八凌晨，洪爷爷安然往生，志工怀着万分不舍的心情赶往洪爷爷家帮忙。当天共有十四位志工为他助念祝福。

阿璇奶奶很伤心。志工洪秀稳安慰她：“人生缘灭就像断线的风筝，放他去自由，要看开，不要一直有牵挂，活着的人心安，往生的人才会灵安。”阿璇奶奶似是懂了，噙着泪对志工说：“你们要常常来哦！”直到正月十一，洪爷爷出殡那一天，志工依旧守护在他身旁，为他送上最后一程。洪爷爷有尊严而且轻安自在地告别了今生的旅程，志工更祝福他来生幸福，一起付出，利益人间。

陪你走完人生路

通过一个求助电话，困于人生迷途与癌症病魔的阿琼，在长沙慈济志工的陪伴下，走完人生最后一程。

一月十三日，长沙慈济志工接到一通求助电话，有一对母女希望能得到慈济的帮助。志工进一步了解到，年过古稀的母亲患有严重的类风湿疾病和轻度老年性痴呆，而四十八岁的女儿阿琼，罹患肺癌晚期一度病危，仅靠阿琼的弟媳小茜照顾。

排行老二的阿琼，大姐、弟弟和父亲先后离世。阿琼年轻时因交友不慎，染上毒瘾无法自拔，入狱之后又发现罹患肺癌晚期。阿琼入院不久，妈妈也随之病情加重，完全不能自理，照顾阿琼母女的责任，完全落在寡居的弟媳小茜身上。

丈夫过世这十二年来，小茜对这个破落飘零的家庭不离不弃。为了照顾婆婆还有自己的女儿，小茜一直没有找工作，经济来源一直靠娘家在支撑。小姑阿琼患病后，小茜更为了医疗费用四处张罗，东挪西借，但是相对于庞大的开支仍是杯水车薪。

接到求助后，长沙慈济志工立即提报个案援助，开始介入关怀。除了每周数次看望，提供经济援助之外，志工还准备了营养粥为阿琼调理身体。志工鼓励阿琼积极勇敢面对病魔的考验，病入膏肓的阿琼告诉志工：“每次你们来，我就好高兴，感到特别幸福。”

三月初，经过一段时间的悉心照顾，志工将阿琼母女接回家静养。为了照顾方便，小茜辗转从娘家的朋友商借一间平房。善良的房东佩服小茜的情意，也同情阿琼母女的遭遇，分文不取。

三月十二日，志工再次前来关怀，志工吴江把躺在客厅沙发上的阿琼扶起来，让她的头舒适地枕在自己肩上。体力虚弱、说话有气无力的阿琼忏悔道：“我年轻时真不懂事，做得很不好，你们还这样对我好。”

阿琼忏悔自己误入歧途的经历，心中最放不下的是妈妈。与阿



琼妈妈年龄相仿的志工唐灼灼安抚阿琼说：“你是个孝顺的女儿。”阿琼不解道。“我哪里孝啊？”唐灼灼开导说：“你心里爱她就是孝，这时候你还想着她就是孝。”唐灼灼接着说：“世上没有比母女更亲、更连心的了。你要把对妈妈的牵挂放下。”


唐灼灼一边说，一边用手轻抚阿琼的脸，鼓励阿琼不要牵挂，也不要惧怕，快去快回，将来乘愿再来，跟慈济志工一起做帮助人的事。

感念慈济人的恩惠与启发，阿琼自愿日行一善，每天捐出一块钱去助人。她说：“要让身边所有人知道我心中的感恩。我如果死了，愿我身边的人健康起来，能跟我一样善意地感谢他人。”但是阿琼的身体日渐衰微，很快又被送进医院。即使在医院，她的日行一善也

阿琼愿意改往修来，日行一善，主动捐款投慈济竹筒救人。

未间断。

三月二十二日早晨，志工吴江听说阿琼病危后赶往医院，只见带着氧气罩的阿琼已陷于昏迷。吴江蹲下身，握住阿琼的手，轻轻地说：“阿琼，牢记我们的约定，换一个健康的身体回来跟我们一起助人。您也不用担心妈妈，她会有小茜照顾，还有慈济人，都会好好陪伴她老人家的。”

阿琼的最后一刻定格在这一天的上午十点三十八分，慈济人以不舍的心情，送阿琼最后一程。小茜被志工的身行所感染，处理完阿琼的后事，与慈济志工一起，把婆婆从敬老院接回家，而慈济人对小茜一家人的关怀，将持续不断。 



南昌敬老院享天伦之乐

三月十日上午，久违的阳光散发着似火热情。

慈济南昌志工本着「为善合力」宗旨，

联合江西科技学院附属小学（简称江科附小）师生、凤凰幼儿园师生、

南昌老年大学老师及江西省中医学院大学生六十余位热心群众，

共同前往南昌市东湖区敬老院看望爷爷奶奶们。

南昌慈济志工从二〇一四年开始至今，坚持每月组织一次东湖区敬老院的关怀活动。考虑到老人喜爱小孩子，志工邀约江科附小师生一起献爱心，小朋友来之前组织募捐，精心准备燕麦片、水果、牛奶等各种礼物，其中谢梓齐小朋友还带来自制画作“一帆风顺”。

而志工熟识的凤凰幼儿园，也主动提出带领师生们给老人家表演节目，还有江西中医药大学学生翟昕路，联系校内明德国学社的七位同学一起来敬老院慰问老人，于是就

志工带领比划“剪刀石头布”，爷爷奶奶学得特别认真。摄影/方益萍



有了这次热热闹闹的敬老院之行。

传承敬老之爱 联欢传递欢乐

志工喻文华带领江科附小的孩子们走进老人的房间，关怀行动不便的爷爷奶奶，孩子们紧紧地拥抱使得老人开怀大笑；沈奶奶看见那么多孩子来，欢喜的感觉像见到她的孙儿一样；凤凰幼儿园小朋友站在包奶奶身后，边聊天边按摩。包奶奶轻声地说：“真是好孩子！要好好学习，从小培养爱祖国，爱身边人的良好品德，学会敬老爱老！”

暖阳下的广场，大家手拉手围成大圆圈。红谷滩幼儿园老师表演



木偶剧《猪八戒吃西瓜》，引得长辈们阵阵欢笑，老人说这节目勾起许多儿时记忆。赵姝琪小朋友的南昌方言朗诵，也逗乐全场人。邹佳莞、陈郑桐两位小朋友傣族舞蹈《水姑娘》跳出了姑娘的水中柔情。

志工董世金深情演唱一首《孝敬爹妈》，歌声提醒年轻人工作再忙再累，还要记得常回家看望家中长辈。万里云表演了吉他独奏《大鱼海棠》，她表示这首曲子祝福每一位做新时代的追梦人，行善行孝也不能等。

敬老院的娱乐明星钱奶奶年近八十，一展歌喉唱红歌，中气十足，声音洪亮，和同龄的包奶奶合唱了《没有共产党就没有新中国》《学习雷锋好榜样》。她们分享：“今天我们幸福生活离不开党的领导，今天的社会风气要改善，我们不能忘记雷锋同志是我们的好榜样。”受到联欢会气氛的感染，共有六位老人们走到会场中央为大家献歌，老

凤凰幼儿园的老师精心为爷爷奶奶表演木偶剧《猪八戒吃西瓜》。摄影/吴昌芹

人们展现出喜人的精神风貌。

你养我小，我养你老

江科附小的领队老师语重心长地叮嘱孩子们：“要在家孝顺父母，对家人多说爱，相信爱的种子会生耕发芽，家人不一定要贵重物品，哪怕是捶捶背，揉揉肩，也是很好的关怀。”

凤凰幼儿园刘思静老师曾经是一名医务工作者，看到敬老院的老人身体或虚或病，承诺会经常来敬老院关怀老人，觉得爷爷奶奶也像小孩子，需要长情的陪伴。

学生家长程明非常感恩慈济志工组织这次敬老活动，让孩子能够切身体会“百善孝为先”的道理，他感慨道，为报答父母的养育之恩，回家后要亲口告诉爸妈“你养我小，我养你老”！

孩子听话不再是神话

上课铃响，如何让天性好动的小学生马上进入上课状态？课堂上，孩子们讨论问题兴奋不已，欲罢不能，怎么办？在与孩子的相处中，你能“给”什么？你想“学”什么？为期两天的深圳两岸人文教育交流活动现场，富有人文教育情怀的四位台湾教联会老师以亲身经历，带来了耳目一新的静思语融入式教学。

“**静**思语教学是千变万化的，但老师要先加以内化；那么要学生听话就不再是神话。”自二〇一三年，深圳每年都会举办两三次两岸教育人文交流活动。今年三月底，来自广东、湖南、广西三省六地的两百余位老师，参加交流活动收获满满的正能量，大家啧啧称赞之余，还发愿要把学到的静思语教学妙招用在自己的家庭生活和教学实践中。

因为你有正能量

初次跟孩子见面，如何让孩子在两小时内喜欢上老师？嘴角四十五度上扬、一直微笑的美云老师有妙招！她鼓励孩子大声说：“我喜欢三年五班！我喜欢美云老师！”然后，让孩子们一个个上来，跟老师拥抱或握手。就这样，吕美云用爱的方式，跟孩子温情互

动，一来就让孩子很快信任和喜欢这个班级和老师。

课间结束，要小学生马上收心进入上课状态是很有难度的。但这丝毫难不倒吕美云。“唱歌、喝水、擦汗！”在吕美云班上，每节课一打上课铃，孩子们就开始唱歌，歌曲的旋律能把孩子的注意力陆陆续续地收摄回来，积极向上的歌词给孩子潜移默化地传播正能量。孩子们洪亮的歌声有效地取代了老师喊“安静”的吼叫声。孩子们心静了，再喝口水、擦擦汗，以饱满精神进入上课状态。吕美云的这招“自然过渡法”果然妙！

孩子们在课堂上讨论问题欲罢不能怎么办？美云老师有一个“很灵的铃”。孩子们一听到铃声，就要停止说话。先听到铃声的孩子要微笑地给没听到的孩子竖起大拇指点赞。微笑、点赞、一个传一个，



而不是此起彼落的大声喊叫“安静！不要讲了！”孩子们礼貌又安静的做法，避免了二次吵闹。如果某小组还激动得停不下来的话，该小组不会扣分，但其他组则得以加分。这是吕美云班级管理的又一妙招——只有祝福，没有责怪。

下课了，美云老师班级的学生要全部站起来，向老师敬礼，并大声说“感恩老师，我会更好！”孩子离开座位时，他的书桌和地面一定要干净整洁。做作业时，美云老师从不打叉，只把孩子写错的地方圈起来，告诉孩子“这是个魔咒，你错了就要改正，我帮你解除魔咒”。教育犯错的孩子，美云老师会用很

吕美云老师的班级管理妙招“只有祝福，没有责怪”，犯错的小组不扣分，给其他组加分。

慢、很缓、很轻的声音，越是这样，孩子越觉得老师很“狠”。

美云老师把班级分成六个小组，分别是知足组、感恩组、善解组、包容组、慈悲组、智慧组，还给所有小组编了一首歌谣“我知足我感恩，我善解我包容，喝了知足、感恩、善解、包容四神汤，天天慈悲有智慧呀有智慧！”不管组员犯了什么错误，他都不会拖累小组，但如果做了好事，则给小组加分。美云老师会每周重新分组，让所有孩子在与不同性格的同学互动交往

过程中，切身体会组名的意涵。

亲师生间爱的拱桥

走过城市、偏乡、山上、海边、客家人，闽南族群的学校。彭子芳老师深深地领会到“教育是一亩田，教师是农夫，学生是新芽”，她凝聚社区家长的力量，结合社会各界的资源，看见新芽一一茁壮。

班级经营中，彭子芳通过“一家都是长”的制度，让全班孩子成为她的教育伙伴，有班长、学艺长、午餐长、电器长等等，令“人人有事做，事事有人做”，培养孩子的责任心和班级荣誉感。另外，她会邀请家长当图书志工、故事妈妈、活动志工(社区巡礼、在地美食、巧手慧心)，帮忙维护交通、照相录像、加油打气，让家长参与、陪伴和见证孩子的成长。

班亲会是亲、师、生互动的好时机，彭子芳让学生当策划者，安排活动，老师只是作为引导。在这个过程中，孩子们学会了承担；通过各种亲子活动和心灵分享，给孩子孝顺的机会，让家长听见孩子心理的话，也让孩子听见家长心里的苦，更让家长看见孩子的优点。

天地好像大课堂。彭子芳经常

利用社会资源，带孩子们亲近大自然、到敬老院献爱心、到风景区做环保等等。在一次食农教育中，彭子芳让孩子们实际体验农事甘苦：每插下一把秧，种下一粒种子，都要心想好意、口说好话，祝福庄稼平安长大；给庄稼拔杂草时，也要拔掉心中杂草。

许多学生的家长是农民，学生会看不起自己的爸爸妈妈。而在食农教育中，家长是老师，指导大家脱谷、示范如何种地瓜，教大家烘土窑做披萨，让孩子了解以农为生的父母之辛劳，也对父母升起一份尊重心，从而翻转了亲子关系。

学员们在谭品攸和潘培菁老师的指引下，参与了分站活动“探索教育——不说话也能沟通”，体会到：面对挫折或错误时，我们要维持正向积极的思考态度。生活中的待人处事，不断做正面思考、积极修正方法，才能让结果趋近于我们的理想。体验式探索教学“海狸修水坝”，学员们必须在最短的时间内依序碰触区域内的号码牌；藉由玩游戏，让大家体悟到发挥自动自发精神是很重要的，凡事都可化“被动为主动”，并且扮演好团队中的任何角色。

广西柳州张宾老师分享说：

“我收获是比较大的，尤其是美云老师的教育理念。我自己要把这些知识内化、吸收，然后再影响我的家人，我的学生。”坚持每天读一句静思语，连续读了三个月的静思语之后，张宾发现自身已经开始转变。他说：“有正确的方法，反反复复去把自己的内心转变，自己的心觉得不难了，事情就不会很难。”

自从向台湾老师学习静思语教学后，从不缺席的韩丽敏老师一直用静思语教学经营班级，不但改变了自己，也改变了很多孩子甚至家长。她说：“接触静思语教学之前，我还一直以为自己是个好老师。但与台湾老师相比，我实在差得太远。有句静思语是：‘人的心地就像一亩田，若没有播下好的种子，也长不出好的果实来。’孩子的心地就像一亩田，老师要好好耕耘。”

第一次参与的家长李家恒，听到深圳黄薇老师分享她鼓励学生发挥爱心，耐心陪伴自闭症学生时，真心佩服黄薇老师的大爱精神。他反省自己在家常责骂小孩的错误做法，现在学到用静思语的智慧，让彼此都能自我管理，提升家庭和乐。

“心动不如行动，否则成冷冻。学静思语教学，主要是学做人，



(上图) 游戏活动中，学员必须不说话，不偷看，只能碰触前后两位同学，用手势来传递信息。

(下图) 游戏中，当团队成员任何一个人，身体的任何一个部分碰到地上号码牌就得分。

依照本身的条件，进行融入性教学。”吕美云老师说。希望每一个老师都能展现热情，有那一份的正能量。唯有当老师很快乐，很开心的时候，那么自然就会有力量。 ❷

色香味俱全的香积志工

三月三十一日上午，海南琼海今年第一期儿童精进班活动在联络处举行。琼海市志工人数不多，每次活动，海口志工都来助缘，志工经常一人多功能，乐于承担。从海口来的香积志工们也承担着重要的使命：照顾好小朋友与家长的胃，同时推动茹素。

在课程开始前一周，海口与琼海团队通过连线，共识活动当天的课程内容、人员分工以及食谱的细节。两年来，每月承担儿童精进班香积功能的志工吴地荣说：“开儿童精进班，香积也是很重

要。每一次的活动我们都要提前计划，每个月不同样的汤，不同样的菜，都是全素的，比较健康。”

划，每个月不同样的汤，不同样的菜，都是全素的，比较健康。”

当志工规划好食谱后，发现有些食材琼海不易买到，就在海口的市场寻找采买，坐动车“背”到琼海去。

海口到琼海一百余公里，坐动车需要四十几分钟，下车还要搭公交车或打的士。虽然过程有些辛苦，但是香积志工为成就一次健康



又美味的素食，虽辛苦，但甘愿。

吴地荣说：“像今天的蛋糕就是从海口背过来的！还背过来一些五谷杂粮，糙米呀，红米啊，从海口新港那里批发，混合了后，煮饭就比较好吃。小孩子也喜欢吃这个五谷饭。”

妈妈心付出爱，节约水行环保

活动当天早晨五点左右，窗外还是一片静谧黑暗，厨房悄悄地亮着一盏灯，煮水、沏茶、洗食材，志工已经开始忙碌起来。

茶壶里的水烧开了，净斯红茶在茶桶里起伏；洗菌菇比较费时，但是一定会洗得干干净净；漂亮的红、黄色甜椒则用来搭配颜色。

“这次开课是炒米粉，汤是莲藕和香菇、松茸、虫草花……这比较营养些。”吴地荣巨细靡遗地说明。“炒的菜要人文一些。因为慈济很美，香积也要美。我们的菜颜色也要搭配一下。炒的菜不要那么腻，不要咸，配合孩子的口味，好像我们当妈妈一样，在家里面做饭菜。”

做这么多人的香积，除了考虑营养与人文外，还要考虑环保。泥土不多、比较省水的菜是她们的首选。

“要省水，买彩椒、大白菜那些没有土的，比较省水。买莲藕，



儿童精进班食谱，都是生活志工提前一周讨论确定的。志工林燕正在做炒米粉。

削了皮，切了后脆脆的可以熬汤。甜豆也省水。”

香积志工们在热腾腾的厨房忙碌一上午，活动过程也很少有时间来体会，活动结束后又要洗涮。就如她们所说：要配合好活动，香积很重要。她们在幕后默默付出与配合，做得欢欢喜喜。

活动即将结束，孩子们在班妈妈的带领下对香积志工道：“感恩香积妈妈做美味的午餐。”也对每日为自己辛劳准备餐饭的家长门道：“感恩我们亲爱的爸爸妈妈。”

儿童精进班引导孩子们把感恩落实在行动中，把对爸爸妈妈的爱及时表达出来。就如迟悦蒙小朋友在此次精进班结束回到家时，妈妈把准备好的饭菜端到桌上，悦蒙自然又真诚地说：“妈妈辛苦了！谢谢妈妈！”^❶

你负责毅力勇气 我负责雨露春风

“跌倒了，你是否就趴在原地不起？”“比赛输了，难道就成为永远的输家？”“考试失利，还有机会逆转吗？”证严法师教导，人生若碰到不如意的事，只有一样能克服，那就是“毅力与勇气”。

春暖乍寒，三月十日下午，寂静的莆田一中热闹起来，二十二

位慈济福州志工和三十二位受助学生聚集在此，开展一场主题为“当你有了勇气”的助学金发放活动，浓浓的温情渗透到每个人心底。

志工向同学们介绍影片《地

志工拥抱着同学并且亲切的问候和寒暄，让刚落座的同学们不拘谨。摄影/郑志娥



球的孩子》中，主人公郭韦齐没有手脚，可以骑脚踏车，可以学弹钢琴，学习型舞蹈……然后闯出一片属于自己的天空。更是让在场的每一位深切体悟到，只要“信心、毅力、勇气，三者具备，天下没有做不成的事。”

志工袁静带领同学们体验“无手的人生”，按照游戏规则，同学们要五指蜷缩攥成拳头，志工用胶带捆扎如无手状态。接着，同学们需要完成一系列简单动作，如从口袋中取笔、写字等动作时。

笑容灿烂的小燕同学，自告奋勇上台加入“无手的人生”游戏，感悟到，“人生难免会有挫折，但一切总会过去，而每个人都会有自己跨越磨难的方式方法，无论何时，只要有信心，未来就有希望。”小军同学在游戏中用嘴叼笔好不容易写下自己的名字，他感慨道：“一定要珍惜自己现在所拥有的一切。”

开朗阳光的荣华同学有感而发：“影片中的韦齐，虽然没有四肢，可是她活成了一道光，照亮了自己的人生，也照亮了身边很多人。慈济人也一样，你们用自己的光，照亮了这个世界阴暗角落，如果人人都活成一道光，那么，大爱就会让这个世界的亮起来。”



志工双手奉上助学金，同学们以恭敬心接受来自全球慈济人的爱和祝福。摄影/黄岷荔

内向拘谨的小紫同学，过去因为性格内向，缺乏自信和勇气，今天一改往日的拘谨，站在台上流利地娓娓道来。“今天的活动给了我力量。勇气真的很重要，因为有了勇气，我都敢站上台来分享，我们都应该像韦齐那样，无惧别人异样的眼光，即使在困境中，也要始终保持乐观开朗，如此便可以轻松面对一切挑战。”

看见爱的累积与陪伴

婷婷同学回忆起车祸中失去左腿的爸爸，也像韦齐一样，身残志不残，虽然只有小学三年级文化，他在卧床期间自学计算机知识，后来忍着剧痛装义肢重新站起来，并找到一份稳定的工作，充当起家里顶梁柱的重担。爸爸凭借毅力和勇气，领着一家人正一步步走出困




境，迈向更好的生活。

婷婷佩服爸爸的坚强、勇于担当起家庭责任，认为爸爸是自己学习的榜样，就是她的人生标杆。婷婷一边叙说，脑子里闪现出两年前爸爸装义肢重新站起来的那一刻，爱哭的婷婷又抹起了眼泪。“我盼望，自己有韦齐一样的勇气，爸爸一样的顽强，勇敢面对并战胜一切困难，帮爸爸分忧。”

郑萍老师第一次参加慈济活动，一直希望能跟孩子们自然沟通和交流。她坦言：“每个孩子背后都有故事，有的故事甚至很曲折，但是多数孩子表现得开朗乐观，特别是刚刚第一个分享的男孩子，我很想认识他，走上去跟他说，‘孩子，我们做个朋友吧！’因为他的

同学用胶带粘住双手，完成一系列平时看似简单的从口袋中取笔、签名等动作时，体验到失去双手的艰难。摄影/黄岷荔

阳光心态真的很感染人。这些孩子们都不简单，在困顿环境中养成了超强的承受力，一个个都把自己变得那么优秀。”

郑萍谈到她以前也参加过很多助学活动，都是直接把钱给孩子。但是，今天在慈济，她看到的是完全不同的场面，每一个环节，都是那么细致而温馨；对每个孩子的情况，都了如指掌；跟孩子之间的互动，亲热而自然，看上去就像亲人一样，这种关系的建立，绝对不是一天两天能做到的，一定是长期爱的积累。 

證嚴上人

衲履足跡

撰文/释德伢 内文照片/花莲本会提供
题字/林美娥 刊头摄影/黄锦益

2/1 《农十二月·二十七》

用心过“心”年

【静思小语】用心过“心”年，为天下众生设想，不加重地球负担，则年年福慧年。



尽此生达成三愿

为了迎接海内外慈济家人回家团圆，精舍常住与志工团队分外忙碌。精舍常住岁末祝福典礼中，上人感恩常住们长年累月担负起精舍的生活重担，亦是天天精进闻法，从日常言行展现修行人的品格。

“此时此世，气候极端、人心复杂，每一场岁末祝福，我都虔诚发三愿：一愿净化人心，二愿社会祥和，三愿天下无灾无难，这也是我每一天、每一时刻的虔诚祈求；无奈时日过去，生命有限，唯有更加珍惜、把握当下，为达成这三愿而不断努力。”

“许多人总是寄望明天，对于明天充满希望；不过要有无常观，把握每天的八万六千四百秒，不要有一秒出差错。能在此时此地相处，都是因缘特殊；在这个道场的生活虽然很辛苦，但心灵应该是轻安自在，天天都是尽本分而付出，用供养菩萨的心对待慈济人，珍惜慈济世界。”

上人说，佛法是法脉宗门的根源，要在世间开启慈济宗门，必须先让静思法脉的精神理念扎根，否则无从发挥宗门的职能。

“慈济是师父成立的，法脉是在座各位构成的，就像一串粽子是由一条条棉线绑着一颗颗粽子，会合于一个绳结，这个绳结就是法脉的总纲。”上人表示，慈济人就像粽叶，将社会上的爱心资源汇集起来，要靠法脉的绳子把每一颗粽子绑紧、固定好大小形状，再与其他绑粽的棉绳会合起来，绑成绳结，只要抓起绳结就能提起整串粽子；精舍常住要紧扣佛法与世间法，传法入人心。

“佛陀慈悲救度众生，菩萨但愿众生得离苦，不为自己求安乐，师父抱持着这样的心情，不断地对大家讲述佛法，这也是我的责任，只希望人人把法听入心，共知、共识，也能共行，还可以对大家分享自己力行佛法的经验与体会。一个人对十个人说法，若有九个人不

接受，至少还有一个人接受了、愿意做到，所以总是要持续不断地说法、传法，不能懈怠。”

上人说，送旧迎新春，大家用心准备接引从各地回来的人间菩

萨，也要接引自己的心，扫除烦恼尘垢；回归清净心，才能发自真诚地感恩、尊重、爱每一个人；声色亲切柔和，可以显现平时修养的品德，与众生结好缘。

2/2~3 《农十二月·二十八至二十九》

陷入欲望泥淖

【静思小语】走惯平坦路，就会理所当然；不知人间疾苦，追求享受愈陷愈深。



踏实走出菩萨道

菲律宾志工蔡青山、蔡升航等人二月三日返回精舍，分享慈济保和岛共修处在元月二十日启用，以及慈济志工元月底前往乌斯曼风灾灾区北萨马省赈灾点滴。

上人教导，若是总在优渥的生活中，如同身处天堂，不知人间疾苦；而今发菩提心，走入人群中帮助苦难人，见苦知福，真的要感恩！“我们称受助的照顾户为‘感恩户’，因为他们让我们了解人间多苦难，并且克服各种困难，接起各方的善因缘而达成任务，福慧双修，值得感恩。”

“为什么会有这么多好因缘？”

是因为大家精诚所至，金石为开，真诚的心能够感动人，让大家愿意一起付出爱心、成就人间善事。”听到师兄说要进入灾区，必须搭车经过十几个小时，再走过泥泞湿滑的道路，然而大家不惧路难走，也不以为苦。上人肯定大家心系苦难众生，是游戏人间的菩萨。

上人说，虽然多次勘灾、赈灾，要花时间、费心力，还要忍受路途颠簸难行，但是付出以后，收获最大的是自己，否则走惯了平坦的路、开惯了性能好的车，总是以为理所当然，不断追求更好、更享受的生活；要进入原本贫困、缺乏公共建设的灾区，和大家一起搭交通车、走泥路，不分社会地位高低、是贫是富，



◀ 花东医疗志业主管向上人辞岁拜年，并呈予花莲慈院再次获得的SNQ国家质量标章。(2月2日)

只有共同的目标，就是去帮助人。这对多数志工来说可能是前所未有的体验，相信大家心中感触甚深。

志工团队中，来自马利仅那市的慈济人，曾经是在凯莎娜风灾后接受帮助的感恩户，他们受到感动而投入志业。当时慈济人付出无所求，现在得到爱的能量回报，这是令人欣慰的无价回馈。

“赈灾虽然很辛苦，但回想起来，将近一个月的奔波忙碌，为

了达成使命而突破困难，与受灾居民互动时的点点滴滴，会感觉到甘甜。这是很美的回忆，也走出自己生命中的历史。”

菲律宾慈济志业到今年已是二十五年，上人教大家回顾来时路：“最初只靠少数几位拓荒，慢慢地走过来，一步步踏得稳，志业做得很扎实，道愈开愈大，路愈铺愈平，所以如今随处都能找到好因缘，成就每一项慈济事！”

点，今天应该改进，换一个清新的思考，换一个清新的行动，不要再重复错误的心念与行为；今天要比昨天好，明天要比今天好。”

戊戌年最后一天志工早会，上人勉励大众，修除旧习气，建立好的观念与习惯，心境日日新也时时新，这是修行者该有的精进心态。警觉每个起心动念，就如与众人一起列队踏步走，随时调整自己的脚步，展现整齐之美，自己的心没有挂碍，也不会使人烦恼。

“春临大地，万象更新，我们的心地也要清净，让心莲朵朵绽放，在浊世中吐芬芳；春景在世间，春意在心田。”

迫切的危机

来自海内外的慈济志工，一早

就为了准备年夜饭而协助香积；晚间有十二个国家地区的两千六百多位慈济家人在精舍团圆围炉，并且参与除夕晚会。

新住民孙贺老师演唱《般若波罗蜜多心经》，两位更生人以古筝、二胡演奏慈济歌曲，还有一位刑满出狱后入佛门、现出家相的法师，以工整书法写下“感恩尊重生命爱，和敬无诤共福缘”敬献上人。

来自北区的花莲慈院医疗志工以轻快的慈济歌曲〈绿遍天涯香四方〉手语，和台下家人互动；美国陈宝如师兄全家演奏新曲〈只为见师一面〉，大陆慈济人以〈苗山慈济情〉带动唱呈现热情；清修士演绎〈八正道〉手语，并向上人发愿：“我们感恩慧命法源，以身传法，守护人间；我们坚定生命使命，慈悲喜舍，救拔天下苦难。”

2/4 《农十二月·三十》

今天要比昨天好

【静思小语】扫除不好的习气、迎接好的观念，心境日日新，更要时时新。



春意在心田

“大家习惯在年底大扫除，

为家庭环境除旧布新；心也应该天天过年、时时更新，修除不好的习气、去除不好的心念——昨天有缺

除夕晚间，清修士向上人发愿；上人期勉不要辜负天下慈济人的护持，更不要辜负师父这一生的心愿，永远坚持此刻的发心立志。(2月4日)



上人开示，慈济即将从五十三年步入五十四年，天下慈济人要共同发愿，带动大众改变生活习惯，挽救快速崩坏的地球环境，现在再不去做，就来不及了。

“岁末祝福教大家‘感恩尊重生命爱’，特别强调‘尊重生命’，

要人人莫贪口欲而杀生；否则全世界一天当中有两亿多条动物因为人类荤食而丧命，这是多么沉重的杀业！众生共业，灾难会愈来愈频繁；大家要从自身做起，呼吁大众响应素食与环保，还要呼吁人人提起爱心，凝聚爱的能量救助苦难众生。”

2/5 《农正月·初一》

我不快乐

【静思小语】世间苦的根源，都来自于自己无法察觉的贪、瞋、痴。



润渍荒漠大地

“昨晚约有两千六百人在精舍围炉，真的是个大家庭！人来人往，但是很有规矩地进出，精舍里外很宁静美好。人人受教于佛陀所传的法，把法存在心里，落实在生活中，自然展现出很美的形象。”

在舒适的气候中迎来农历新年，上人于大年初一的志工早会勉励精舍现场的常住与志工，以及透过网路视讯聆听开示的全球慈济人、志业体主管同仁，“一年之计在于春，一日之计在于晨”，要更加把握时间殷勤精进。

“精舍总是在清晨三点多就敲板，大家开始聚集到大殿、主堂、感恩堂；听着钟鼓声，唯一的心念就是——精进，不能懈怠，以这念心展开新的一天。”

上人叮咛全球慈济人，谨记“静思法脉勤行道，慈济宗门人间路”，从静思法脉开启慈济宗门；静思法脉的精神源自佛法，要在生活中力行“八正道”，时刻精进“七菩提分”，时时警惕“四正勤”，还要努力修“五根”、“五力”，依〈三十七助道品〉的轨道而行。

“看到弟子们精进闻法又能运用，增长慧命，师父最为欢喜；期



◀ 大年初一早课，上人于主堂礼佛。（2月5日）

待大家将法铭记在心，静思法脉、慈济宗门要永恒而正确地传续。”

上人说，慈济的宗旨是“为众生”，四大志业都是为众生而创立，各有宗旨，也要发挥宗教精神，教育与启发人人爱心，以实际行动帮助苦难、保护环境。

“缺爱的人间如荒漠，风吹扬尘毫无生机，很需要水分的滋润。莫轻点滴之力，多招募一位慈济会员，干燥的大地就能多一滴水的滋润，即使是看不见的水气也很重要；点点滴滴的水落在土地上，大地就会有生机，请大家多用心！”

觉悟人生无常

云林慈青学长吴雅惠，去年与同为毕业慈青的林宏达结为连理，今年一月六日一起受证慈诚与委

员；岂料无常瞬即而至，吴雅惠在一月十九日因车祸意外往生。慈济法亲震惊难过，随即一路关怀悲恸难舍的家属。

云嘉南慈青学长们陪伴林宏达来到精舍，上人劝慰，再如何悲伤难舍，还是要接受；人间本是无常、苦、空，所拥有的人事物留存得再久，终究还是归于空，差别只在时间长短而已；缘尽就留不住，要运用平时吸收的佛法，把纠结痛苦的心灵解开。“别人无法为我们解开心结，要靠自己解开，有法才有解的办法。”

“她很善良，没有不好的习气，总是在付出，不断地积善、积福，也结了不少好缘，有这么多人怀念着她、给予诚挚的祝福，相信她很快就会‘去而再来’，回到慈济大家庭续缘。”

2/6~7 《农正月·初二至初三》

一念之间

【静思小语】秒秒谨慎，善与恶就在每一秒中成就。



书画志工分享春联，并巧思以中文组合成具有吉祥涵义的艺术字。（2月7日）

车，靠着徒步、搭车拜访会员，每个月都要绕台湾一圈，带着几十本劝募簿和功德款回到精舍，请财务同仁一笔一笔清点。”

“几十年来，他都保持着相同的生活步调，身体很健康；但是再如何长寿，自然法则还是把我这个最高龄的弟子收回去了。他力行宗门，一心坚持，连续四、五十年如一日，没有漏失，天天欢喜，做他想做的事，直到最后，一生是如此淡泊、自然、单纯，好人生堪得赞叹，他的精神值得我们学习。”

最美的布置，一念真心

海外慈济人请示在有限的道场空间做布置的方向，上人指示，把握真、善、美的原则，将布置做得“精实”，让参访者知道全球慈济人如何做慈济，只要方向掌握正确，做事就能做得对，做得对则精神恒在。

上人举武汉慈济人为例，为了大年初一的视讯拜年，他们清晨出门要到会所，但是雾气重，车行缓慢。慈济人在车上录影，把画面传回台湾，濛濛雾气就像一堵墙，大家仍然克服交通困难，抵达会所与台湾本会视讯连线拜年；湖南长沙则是下着滂沱大雨，慈济人也坚持赶到会所连线。

“他们放映几秒钟的影像，搭配旁白口述，让人看见当地真实的情景，了解到他们克服了心灵上、环境上的种种困难，面对任何境界都不畏惧的虔诚心。这一念心就是慈济人的真心，为了善的目标克服一切，总括起来就是人间最美的境界。”

“慈济在这几十年来，在近百个国家所做的人道援助，无法用很多的时间一一述说，所以空间布置要很精要、很实在地展现真善美的慈济世界；宗门做得好，法脉精神就能落实。”

后山土地公，典范身行

过年期间，海内外慈济人回到精舍，向上人、常住师父拜年，精舍各处熙来攘往，好不热闹。二月六日至七日的志工早会，上人谈到新春过年是全家团圆之时，守着老家的长辈们期待儿女归来；但是现今社会，有形的地理距离愈拉愈长，无形的心灵距离也变大了，对于传统年节礼俗不再像过去那么重视。然而优良的传统礼节还是要保留，人与人之间要有良好的互动，尤其法亲之间要建立清净的菩萨情谊，合和互协传法脉、弘宗门。

慈济人敬爱的法脉宗门精神典范——一百零四岁的“后山土地公”玉里慈济志工王成枝，在大年初一安然往生。消息传来，上人十分不舍。

上人谈及王成枝年年岁末祝福都会亲自来领取福慧红包，比着手势告诉师父他今年几岁了，这次岁末祝福没有看见他来，听说身体一向硬朗的“土地公”感冒了；病中仍牵挂无法回故乡清水拜访会员、收功德款，岂料就在二月五日晚间八点往生……

“他这一辈子在慈济四十多年，受证慈济委员那一年，大约六十出头。他不会骑车也不会开



海内外慈济人携家带着回到精舍走春；上人绕视「精舍过心年」活动各站的布置，来到「过年穿心衣」区，身穿蔬果服装倡导茹素的志工向上人拜年。（2月7日）

2/8~9 《农正月·初四至初五》

贫与富

【静思小语】往上比，永远比上不足；丰富生命价值，心灵会感受到幸福。



比世间财更重要的事

马来西亚、印尼慈济人陆续返回精舍拜年，上人鼓励在座实业家多拨一点时间投入志业，多享受亲自参与慈济事的欢喜。“为了事业忙得团团转，也要拨出时间提升自己的慧命。心、脑、细胞有慈济的基因，生命中有慈济，会做得很开心。”

上人分享《法华经》的“穷子喻”，穷子一时迷糊离家，找不到回家的路，在外流浪五十年。父亲终于找到儿子，但是孩子早已忘记父亲与自己的家，心生惧怕，逃得更远。长者只好派人穿着破衣接近穷子，渐渐引导他走回家，直到他熟悉了家中的一切，长者才与他相认，将家产交托给他。

上人说，传承静思法脉的精神理念，才能广开慈济宗门。慈济的门打开了，从门外就可以看见门内四大志业、八大法印都具足，要接

引人人走入门来，善用法宝。

“若没有亲自投入，光是叫别人去做，还是开不了这一道门，无法让人看见门里的宝藏，难以吸引人；就因为投入了，所以门开了，让不同宗教信仰、种族的人都清楚看见门里的宝藏，相信你们所做的一切，接受慈济的精神理念，进而成为慈济人。”

上人指出，传法人不能只在口头说法，必须身体力行，才能带动大家共知、共识与共行。“师父在的时候，可以把道路开得宽阔平坦，门也可以开得广大，但还是需要弟子们引导人进门，一一介绍大宅里有几个仓库，哪里有放什么宝藏，就像富家长者引导穷子进门，再一一提示、教导他，为他分析，让他彻底熟悉与了解。”

“很期待慈济这分无私大爱能够世代相传，无私是智慧，大爱是造福，世世代代的慈济人都能用智慧造福；‘福从做中得欢喜，慧从善

上人翻阅印尼慈济志业二十五周年专书，肯定并鼓励印尼慈济人引法入心。（2月9日）



解得自在’，所欢喜的不是赚了多少钱，而是此生的生命不空虚。”

有志工提到宗教观念的歧异，让人各有执着。上人表示，信仰宗教不能有所求，有求代表有欲望，有欲望就有烦恼，心放不开。“不要‘求’，要去‘做’，有做就有得，甚至连有做就有得的心念也不要去想。真空妙有，妙有真空，若心念空不了，如何得妙法？心放不开，如何包容天下人？师父做慈济一向无所求，无欲无求才能通达佛法真谛。”

世间原来没有亏欠我

马来西亚照顾户杨金表先生，在洗肾途中遭遇车祸以致行动不便，一度怨天尤人，觉得这个世界对不起他。慈济人定期关怀，甚至请假载他去洗肾，真诚的态度软化

了他的心，愿意听慈济人的话接受治疗，还到环保站做事，甚至一个月有一天不吃饭，省下饭钱捐作善款。他体会到其实世界没有欠他，是自己欠这个世界很多，感恩还有机会可以付出。

台北慈济医院赵有诚院长陪同台中军医院王智弘院长伉俪来访，上人分享这段故事，“他感受到慈济人是真诚无私地帮助他，观念很快就转过来了，而且‘要改变，随时都可以改变；要行善，即刻就要去做’。他虽然靠着补助度日，也从中省下一部分捐出，真的值得佩服与尊重。”

上人说，各地慈济人接到慈善个案，大部分都做得很辛苦，“我如果问他们：‘辛苦吗？’他们都回答：‘幸福’，这是肺腑之言；身体还是会累，但是看见苦难人的转变，心灵的感受真的很幸福。”

慈济人在慈善救助过程中“见苦知福”，“看到人间疾苦，接触到苦难人，就会觉得自己的生活实在很有福；人生若总在追求名与

利，往上比，永远比上不足，实在很辛苦。人间的贫与富是比较出来的，若能富有身外物，同时也能富有内心的财富，是最有福的人。”

2/10 《农正月·初六》

净土在何方

【静思小语】只求天下众生得离苦，而不是烦恼自己将来会去哪里。



光源的背面

天津慈济人有许多夫妻档，上人与返回精舍的天津志工座谈时，赞叹夫妻同修同行菩萨道，相互扶持与勉励，自己的小家庭能和睦，也能影响、带动社区的家家户户和气和幸福。

“对于有心投入慈济的人，我都很期待能先照顾好家庭、带动好家人。有些人的家属也许不认同，若因为这样就放弃了，慈济永远都无法在社会扎根；唯有改变自己，让家人看见我们投入慈济的改变，坏脾气改好了、态度变柔和了，感受到这份真诚，自然就会支持，还能同心、同志愿，同行菩萨道。”

谈及慈善助学，上人表示，无

论社会再富有、制度再完善，光源的背面也会有暗角，总有当前制度照顾不到的弱势者，所以再富裕的国家还是少不了慈善机构。慈济在这样的大环境，慈善工作要做得很彻底，除了长期的关怀与陪伴，也要视其家庭状况而给予最适当的补助。

例如政府对于就学补助，在小学、中学可能较为充足，家长也比较没有负担，但是大学的学杂费对许多经济不好的家庭而言，负担很沉重；慈济人在访视时要多问几句、深入了解，如知道孩子想读书却因家境不好无法升学，就要用诚恳的爱心助学，并且长期关怀，协助这些家庭培养孩子长大成人。

“未来的社会责任要靠孩子承担，现在帮助孩子升学，培养他

们正向思考，让他们感受到真诚之爱，未来也会以相同的态度待人。”

莫执着未来

一位志工提问，其他佛教宗派都主张如何修行可以往生西方极乐世界或是东方琉璃世界，那么慈济宗门的弟子将来往生何方？上人明确表示，慈济人发心立愿行菩萨道，将来当然还是乘愿再来人间行菩萨道；不过此时就要照顾好这一念心，不再让心迷失。“绝对不是信仰哪一个宗教就可以保佑自己将来往生何处，这是有所求的心态；学佛修行也有所求，但是所求的是佛法，求得佛法来修行——修心养性、端正行为。”

“修行的功德，是要看自己受用多少、改变多少，而不是求得多

少，求得多反而障碍多。”上人说，慈济人付出无所求，还要感恩，感恩有那么多人成就自己，应当善用此生奉献世间、用爱回报人群，也不需要担心将来会轮回到哪一道。

这位志工仍然困惑表示，娑婆世界终究会坏灭，慈济宗门人未来的佛国土在哪里？上人回答：“不只是娑婆世界坏灭，只要一念偏差，就算要修得往生净土，西天净土也会坏灭；要修禅定，却执着于未来要成佛，禅境也会坏灭。在日常生活中，禅的意思就是‘静思惟’，要静心思考、融会贯通道理。”

“不要总是担心自己将来会到哪里去，这个念头一定要放下；‘不为自己求安乐，只为众生得离苦’，众生都能离苦，难道你还会在苦难的地方吗？不会，放心。”

2/11~12 《农正月·初七至初八》

帮还是不帮

【静思小语】深入人间苦难来增长慈悲智慧，而不是跟着苦难人、苦难事折磨己心。



唯善呈和

已是大年初七，春节连假结

束，上人于志工早会提到，海内外慈济人于这段期间回到精舍共聚，分享他们在居住地如何帮助苦难众

生、如何面对悲欢离合，即使要付出大量心力，但是做得很欢喜，认为自己的生命很有意义。

“大年初二时，我有空档走出书房，绕到精舍后方看，感受到过年的喜气与热闹，看见志工写春联，其中有四字组合的艺术字，觉得很有学问。”上人举例说“唯善呈和”四个字，以“口”为中心组合成一个字，读音与“贵”相同，意谓善能呈和，人间以和为贵。

“要与人以和为贵，平常就要先自我培养知足、感恩、善解、包容——知足则心无所求，自然身心轻安；时时、事事、人人都说感恩，就懂得尊重众生、尊重物命；善解的人见事明理，通达无碍；包容的心境无限宽广，无论面对什么境界、遭遇何等声色都能宽仁大度，如此才能广度众生。”

知足、感恩、善解、包容，既是自我修行的方法，也是度化众生的方法。“众生苦难多，所以需要鼓励人人成为菩萨，让人间因善呈和，和还要合，人人会合于菩萨大道。”

圆融智慧

十二日，广州慈济人回到精舍，报告社区关怀个案以及社区环保推动情形，也提及在访视、评估慈

善救助时，会面对不同的看法与声音。例如因意外瘫痪卧床的个案，其他机构认为其家庭经济还不错而不予救助，其亲友也不会去关心；但案主父母年老无力照顾，身体的病痛加上心灵的痛苦，让案主如处地狱。

上人表示，“宁可误救不能失救”，有人名下有财产，但是现实生活确实有困难，还是要及时给予救助，不能拖延时间，让受苦的案主失去得救、康复的机会。

“慈济人评估个案，要用智慧而不是用知识做判断。用知识、凭着数据来评估，难免落于僵硬，认为自己很理智而坚持己见，对于想要付出的人也会有伤害；学佛要学习佛陀的圆融智慧，懂得转知识为智慧，见事不能只看表面，要看得广还要看得深，深入分析个案目前的苦境，根源在哪里，给予最适切的帮助。”

“假如负责探访个案的人，一再听到太过偏于知识、表面见解的意见，可能会退转道心，或者会赌气觉得不如自己去帮助就好了；但是在慈济，就要与团队磨合，法亲之间相互勉励，慈善才能做得长久。”

上人也叮咛，开案的访视志工以“无缘大慈，同体大悲”的慈悲心，花时间、尽心力去帮助个案，其他志工无论有没有参与，都要给予支持、赞叹和鼓励，让人人做得很欢喜，共

同运用智慧成就、圆满每一件好事。

若是被知识障碍了慈悲心，认定什么样的人不需要救，会变成铁石心肠；爱心有了分别、迷了方向，就像被烦恼蛀蚀了、受损了；要像帮关怀户大扫除一样，重新整理好自己的心，把心里的蟑螂、老鼠都赶出去，恢复清净明朗的心，如此才能与人合心。

“慈济人要合和互协，才能走出一条康庄的菩萨大道。在人间修六度万行，就是要借重人间多重的苦难来成长，人间就是菩萨道场；千万不要跟着苦难人、苦难事折磨自己的心，磨得满心烦恼、苦不堪言。”

不请之师

上人对受到言语困扰的海外慈

济人说：“如果听到杂音就应该感恩，这是磨练我们的机会，就如莲花成长在污泥池中，吸收污泥的养分而茁壮，我们也要在众生群中检视自己的道心是否坚定，慧命有没有成长。”

“师父时常提醒你们，要成为‘不请之师’，行菩萨道是自己要精进，不必等人来请，我们不是为任何一个人才做慈济。在《法华经》里，佛陀也不断提醒，修菩萨行会遇到种种困难阻碍；认定方向正确，就要迈步精进。”

上人叮咛，把浊恶世间当成长清莲的环境。“请你们不要把别人的话听得那么重，要将师父对你们说的话记在心里，为那一群可度化、等待着你们度化的人而付出。”

2/13~14 《农正月·初九至初十》

照顾好每分善缘

【静思小语】莫忘初发心，也不要中断一路上每分善因缘。



回想当时的自己

十三日，北区合心慈济人返回

精舍与上人座谈，面对这些跟随做慈济三、四十年的老弟子，上人有话直说，针对弟子们各自的习气或



莫桑比克慈济志工今年元月举办岁末祝福活动，致赠福慧红包，感恩本土志工及会众对慈济长期的护持。慈济也计划援建学校，以教育种下希望。（摄影／查尔斯）

轻、风吹即倒。

在非洲种下希望

印尼志工林逢生发心支持慈济在莫三比克的教育援建工程，莫三比克志工蔡岱霖与迪诺伉俪，日前到印尼参访、了解当地的农工商等产业发展，十四日回到精舍分享。

上人再次提起想要在非洲深耕志业的心愿：“非洲的居民很纯真，像是南非、莫三比克的本土慈济人，心很单纯、很善良，感受到我们是用很诚恳的爱对待他们，他们很感恩，也很受教，让人觉得很很有希望。”

对于学校建筑规划，上人提醒，慈济援建住屋，一向是抱持着要盖自己所住房屋的心情，应受助者所需而细心规划，即使是过渡时期暂居的简易屋皆是如此；援建希望工程，亦非简单地建设出教室空间就好了，要用心设计，即使建设完成后会交给莫三比克政府，也要传达慈济对莫国付出的真诚心意，为莫三比克留下富有人文之美的庄严教育殿堂。空间规模不大不要紧，但是要做得坚固、精致、实用而且美观。

志工迪诺捐赠土地，希望可以在这片土地上发展农、工、商业，

帮助同胞自立，此次印尼参访之行深有所感。

上人谈到，印尼在二十多年前曾经历金融危机，民生经济凋敝，又因贫富不均，常有印华冲突，一九九八年的排华骚乱是最严重的一次。当时志工黄荣年等华裔企业家听从教导，愿意用爱抚平伤痕，对贫民展开大型发放，请求军警协助维护秩序时，军方希望慈济先对军警家庭发放，因为国家已经有六个月发不出薪水，军警家庭也很困苦……

此后印尼慈济人在华裔企业家的支持与投入下，展开多次大型发放；二〇〇二年雅加达水患之后，也由黄奕聪老先生等人，以其影响力联系政府单位、带动企业界投入力量，“五管齐下”整治红溪河、建设大爱村。从政府到民间齐心协力，让动荡的社会安定下来，民生经济逐渐复苏。

“我很感恩印尼慈济人，他们对于我的建议总是信受奉行，长久以来不断地付出大爱，帮助印尼社会稳定。要让社会祥和，就要教化人心，首先是‘教富济贫’，启发富人的爱心，愿意付出助人；接下来是‘济贫教富’，引导贫苦的受助者也能付出爱心帮助人，即使现在承受着过去造业的苦果，也能为未来种下得福的善因。”

心结给予提醒及教导。

“回首来时路，听到大家说初发心时的自己，对照现在，有什么改变？虽然是同一个人，但是岁月已经在身上留下痕迹；你们看师父也不同了，真是岁月不饶人。看着别人其实就像照镜子，所看到的也是自己；每天接触的人、事、物，面对种种境界，都要反观自照，反省自己的凡夫心有没有消除？天天所听的法有没有入心？”

“大家都说为师父做慈济，其实各人做是各人得。你们原本只照顾自己的小家庭，心念只绕着家人而转；为了师父要做慈善、盖医院、做教育等等，就为天下的大家庭而发心立愿，不断地付出，而且在社会上募集爱心，成就许多利益众生的好事。”

上人说，慈济从克难中点滴

累积爱心救助贫病人，这五十多年一路走来，所救济的对象也愈来愈多；随着时代变化，慈济慈善救助的数量与方法，和以前也不同；过去是对照顾户补助一斗米、二斗米，现在已经不发米粮，而且用物资卡取代现金。目前台湾长期救济约两万三千户，还有急难救助、助学等等，负担沉重；而且天下灾难偏多，海外的慈济志业也需要本会协助与扶持。

上人勉励资深慈济人，要把握因缘用心精进，不要总是在世缘俗情中纠缠，也不要让成就志业的资粮因为自己的懈怠而漏失。要重拾初发心时招募慈济会员的热忱，并且持续从会员中带动出慈济委员。要让慈济志业的大树茂盛，根本必须照顾好，根扎得很深、伸展得很广，整体才会稳定，不至于头重脚

2/15~17 《农正月·十一至十三》

戒慎虔诚解灾厄

【静思小语】警觉起心动念，化解恶缘结善缘，帮自己消灾避祸。



法事消灾障；自造业因就要自受果报，所以不可轻视因果果报。清楚了道理，就不要再造业、受报。”上人指出，要消灾，唯有靠自己戒慎虔诚，不要稍有松懈而踏错脚步，快要与人起争执时，警觉到自己的起心动念而退让，化解恶缘结善缘，也许就避开了灾祸。

“学佛修行，是要修养自己；举凡知足、感恩、善解、包容的‘四神汤’及合心、和气、互爱、协力的‘四物汤’，都要时时服用。‘四神汤’是自我的涵养，‘四物汤’是要与大家的心连结起来，相互补充力量。”

九二一的启示

九二一大地震在台湾造成严重

- ◀ 新加坡慈济人敬呈春联向上人拜年。（2月15日）
- ▼ 土耳其志工胡光中（右一）分享叙利亚难民学童的画作，早期多陈述遭受战争逃亡的悲伤，如今画面逐渐温暖多彩。（2月17日）

灾害，震央南投县首当其冲，灾情最为惨重；南投慈济人自身受灾，地震过后立即动员救灾，随后各地慈济人陆续涌入南投灾区付出，急难救助过后，搭建大爱村、援建希望工程等，在两、三年期间轮梯长住南投。

今年九月，九二一大地震届满二十周年，当年亲历震灾的人或许印象深刻，但是对二十岁以下的年轻人来说，可能只是一则记载在教科书上的历史事件。

各地慈济道场整理、展示当年赈灾资料，要引导乡亲感恩当时来自各方的爱心援助，珍惜现在的平安，也教育大众居安思危，谨慎防灾。上人对返回精舍的南投慈济人开示，之所以要大家“莫忘那一年”，既要自我警惕，也要常怀感恩，以爱回馈。

上人也强调，人间要平安，人心就要平和，所以净化人心很重要。委员时常与会员接触，就有机会将法水传入会员的心，发挥净化人心的良能。

“净化人心、祥和社會、祈求天下无灾难，这是我每一天、每

在消极中积极

十六日，土耳其胡光中师兄等人谈到，叙利亚战事渐渐平息，但是难民的返家之路仍然很遥远。叙利亚政府公告，若是出逃在外的地主不回叙国，土地会充公，但是除了民居炸毁，公共基础设施建设亦已毁于战火，民众回国以后无处容身，难以生活，孩子也无法上学受教育；此外，遭叙利亚政府认定为反动分子的人，原本的住家土地被政府收回，有些人也害怕回国遭到拘捕或是被征召当兵，所以宁可继续在外国当难民。

上人叹道，人心不调和，人祸影响深远，要从战祸中平复、回归正常生活，比遭遇严重天灾以后的复建还要困难许多。这几年来，土耳其与约旦慈济人帮助境内叙利亚难民，为学童办校、补助学生的家庭，协助生病、受伤的难民就医，志工很辛苦，压力也很大。

虽说叙利亚难民问题的根源在叙国本身，再如何照顾难民都是

消极的做法，但是现在整体局势如此，难民苦不堪言，只好“在消极中积极”，尽慈济人所能去帮助，也在救助苦难的过程启发人人的爱心，号召更多爱心人士投入，这也是净化人心的一种方法。

平等心真诚爱

十七日，高雄慈济人返回精舍与上人谈话，上人说，慈济人做慈济事，要懂得会合“薰法香”所吸收的佛法道理，知道自己所做的是，合于佛陀教育的菩萨法；佛法讲究平等，对待人人都要感恩、尊重、爱，是出于真诚而非做人情。

“慈济人专心为世间做事，不是为了应酬而做佛事；真正的佛事就是将经典道理铺在路上，用心去走，也用真诚的心去关怀每一个人。慈济道场的法会，是慈济菩萨云集的共修法会，让大家静心共修、交流修行菩萨道的心得。”

“众生各有因果果报，无法做

一刻的心愿。慈济人对人说慈济、招募慈济会员，不是为了自己求平安、求福、求功德，而是募人一份真诚的爱心。有一念助人的心，就

有一份助人的力量；即使每个月几十元的捐款，只要出自真诚，而且持之以恒，都很宝贵，这一念心就是清净真诚的佛心。”

2/18 《农正月·十四》

知道也要走到

【静思小语】不是等到通达道理才要去做，要实际去做才能“知道”。



心平气和，气候调和

“生活无虞，就要时时知足、感恩；与人相处、互动要善解，每个人都有各自的立场，无须事事针锋相对，心宽念纯，遇事包容、善解，还有什么过不去的心灵烦恼呢？学佛修行，最重要的是把心胸放宽、放大，广纳宇宙。天地自

然的威力强大，应该知道自己的渺小，要学会缩小自己，不要自大。”

志工早会中，上人教导，就如宇宙星球各有运行轨道，人生也要依道而行，与人和睦相处、互动融洽；人人心平气和，天地气候才能调和。

“气候调和，天下无灾无难，这个愿望要靠人人戒慎虔诚才能达成；首重一个‘戒’字，要管好自己

缅甸农人乌善丁在二〇一五年的水患中稻作全毁，慈济援助稻种，他收成丰富，改善家里经济，也同时响应慈济竹筒岁月；今年二月慈济稻种发放现场，他鼓励受灾农民领取「米扑满」，日捐一把米不会吃不饱，汇集起来还能助人，也要相信自己能克服困境。（摄影／萧耀华）



的心，不要放任贪欲扩大而恣意妄为。守好一念心，守好生活规则，众生都能在地球上平安生活。”

菩萨种子，一生无量

台湾、马来西亚、缅甸慈济人正在为缅甸去年水患受灾的农民发放稻种，于勃固省下榻饭店与本会开视讯会议。志工黄秋良表示，要在十天完成四个省邦四万七千多户的发放，而且每一个省都比台湾面积大，团队在交通上、时间上面对许多考验，但是大家全力以赴，使命必达。

此次也善用云端科技，简化农民在发放时的报到手续，再以物资卡到相关农政单位领稻种，事前也不必运送沉重的物资到发放现场，对志工团队与村民来说都很方便。

上人慰勉大家从去年九月、十

月开始，为了帮助受灾农民，走过辽阔的土地勘察；在下期稻作前的空档，先发放绿豆种耕种，今年再发放稻种，多次远途来回奔波，费心尽力圆满一切。缅甸当局、企业家和供应商，也感受到慈济人真诚无私之心，所以也及时协助发放。

缅甸农村道路不平，村落路窄又泥泞难行，志工往往要搭大车再换中型、小型车，甚至还要搭摩托车，连摩托车也不能到达的村落，就要靠双脚走到。

上人说，大家真正是一步一脚印，前脚“福”、后脚“慧”，福慧接连踏步往前走，成就四万七千多户得到品质优良的稻种。祈愿风调雨顺，能让大家丰收，改善家庭生活，也让他们的心灵富有爱。

“慈济在二〇〇八年纳吉斯风灾后与缅甸结缘，最初帮助的一群农民，像乌丁屯、乌善丁等人，



缅甸农人手持发放祝福卡，与官员核对身份后，再透过云端科技报到，即可领取慈济致赠的稻种；祝福卡上印有自己的名字与静思语，日后可供留念。（摄影／萧耀华）

都是一粒粒饱满的种子，他们的故事可爱又温馨，也是发心真诚的菩萨典范。期待这次发放，也能以至诚之心带动农民身行好事、口说好话、心想好意，成为‘一生无量’的菩萨种子。”

上人也请慈济人转告乌丁屯、乌善丁等缅甸慈济人，他们过去接受帮助，现在已经是帮助别人的人间菩萨，期待他们不只参与发放，也能持续陪伴、辅导受灾农民。

“面对这群单纯善良的受灾农民，我们要尊敬以待。他们很贫穷，却乐于布施，无论是存米扑满或是长时间积存纸钞，虽然面额很小，但是价值很高，每一位都是心灵富有的人，但愿他们将来也是受证的慈济人，能够发挥菩萨良能帮

助苦难同胞。”

脚踏实地，就是精进

一位男众志工认为自己缺乏慈悲心，无法像其他慈济人这么投入访视、济贫等慈济事。上人回应，并非没有慈悲心，而是没有用心。这位志工表示，自己也在精进，平时有诵几部经典。上人说：“经典诵了再多次，若还是不明白经文道理，没有实际去做，怎能有体会？觉悟成佛是修行的目标，但若没有起步去走路，永远到达不了目的地。”

“不是要等到通达道理才要去，要实际去做才能‘知道’；道路就在面前，脚不踏地，如何行走？要脚踏实地，在人间精进行。”

期许把握好因缘，大力推展环保，做出典范让其他省市来学习。

上人表示，全球暖化、气候变迁的速度真的快到来不及挽救，身为地球上的一份子，人人都有责任对地球环境尽一份心力；在生活中做好节能减碳，还要少肉多素。“站在佛教徒的立场，既然相信‘蠢动含灵皆有佛性’，就要赶快改变过来，而不是一边念着阿弥陀佛，一边吃肉啃骨。”

上人叮咛，学佛就要实践经文道理，把心安定下来，专注去做，修行就能修得笃定踏实。“修行要专心，看清楚世间相，听天地众生声；就如观世音菩萨，听世间众生的声音，观看天下众生的状态，所以何处有众生祈求菩萨救助，菩萨就能现前；哪里需要菩萨，哪里就有菩萨。倒也不是说菩萨立即出现

在面前，而是心中有观世音菩萨，遇到境界时，心念一转，本来要与人起冲突，就能安静下来思考前因后果，妥善处理人事，不使事态恶化，甚至能转恶缘为善缘。”

上人说，常常听慈济人分享自己过去无明迷茫，做了许多荒唐事，投入慈济以后懂得道理，已经完全转变，也有亲友可以见证，这就是“以法转心”。就如日食三餐，食物吃进口中、进入胃肠消化，提供身体所需的营养，这个过程不知不觉，但是到了一定的时间总会感受饥饿，要再进食止饥；法的吸收也一样，天天都要闻法，心灵不断地吸收法水，还要加以力行运用。

谈及爱心宴，上人表示，几年前某个国家的慈济人为了国际赈灾举办爱心宴，先邀请大家共同享

2/19 《农正月·十五》

念彼观音力

【静思小语】观世音菩萨千处祈求千处现，心中有菩萨，随时都能以法转境。



分明对与错

无锡慈济人将环保融入教育、深入家庭，也融合慈善，帮助社会

暗角的贫苦人；当地慈济志业将满五周年，志工计划举办周年庆活动，并宣导素食。与无锡志工潘霄燕谈话，上人肯定大家的付出，也



“捐出竹筒要做什么用？”花莲慈小的小朋友纷纷表达，要捐给苦难的人。（2月19日）

用大餐，再请大家捐款，结清了宴会费用，其余捐助国际赈灾。“当时我直接对他们说，这是大家享受之后的余款，虽然也是一笔数目，但是诚意不足。真正要劝募的是人人爱心，让大家了解天下苦难偏多，在不影响生活的情形下，天天节省一点点，也省下这一次宴会的费用，就能长期救助许多饥饿的贫苦人。”

“虽然弟子们都做到了师父想做的事，但是对于这样的做法，我并没有给予赞叹。是因为我很爱护弟子的慧命，希望弟子知道对与错，错要及时改。所以我不会对你们应酬，不说应酬话，而是有话直说。天地告急，很期待有力的人要赶快出力，带动人人共同做到素食、环保，才能有效降低全球温度。”

2/20~21 《农正月·十六至十七》

爱深植人心

【静思小语】启发大众的爱心，成为源源不绝的泉水；而不是浮水缘，风一吹、手一拍就消失了。



培养欢喜健康的细胞

为拍摄大爱台节目《高僧传》之〈最澄大师传〉，慈济志工唐美云日前率剧组远赴日本比叻山，返台后于二十日回到精舍向上人销假；除了分享拍摄过程克服在寒冻雪中取景之不易，也提到在比叻山看见右手高举着比“三”的菩萨石像，意谓发三愿——第一个是成为有道心的人，也就是像佛祖一样的人；第二个是成为做好事、说好话

的人；第三个是成为照亮角落的人。不论在什么环境，若有机会付出，就不吝于帮忙，而且能发挥十二分力量助人。

团员们与在座多位慈济人，对最澄法师的三个愿深感敬佩，表示这三个愿对自己来说还在学习、还不及格。上人说：“不是不及格，是要再努力达到，要很用心。”志工美云表示，每出《高僧传》的演绎，对她而言就是一次学习与修行的过程。

上人说，《高僧传》的拍摄团队脚踏实地追寻大师们修行的足迹，见证大师们一心一志，定心专注，才能通过重重考验，成就佛法的弘扬与传承；也期待团员们将所写、所唱的对白，所演绎的高僧故事铭记在心，为天地众生而发心立愿，并且坚定心志，无论遇到什么境界都不会改变。

上人与志工们谈及，菩萨石像的三愿——成为有道心的人，成为做好事、说好话的人，成为照亮角落的人，这也是慈济人的目标，平时就朝着这个方向力行。

“我一直觉得我很幸运，哪里都不用去，大家就帮师父走到想去的地方、帮师父做想做的事、帮师父说想说的话。慈济人不只是做好事、说好话，而且发好愿，用爱照亮黑暗角落，让人打开心门，改善心念与行为。”

上人强调“佛在灵山莫远求，灵山只在汝心头”，修行重在修心养性、端正行为，心胸开阔则心灵境界无限宽广，能容纳一切。“人体由难以估算的细胞组合而成，只要心灵轻安快乐，身体的细胞也会欢喜健康；若是心有烦恼，身体的细胞功能不调和，就会生病了。所以要培养爱心，为社会公益而付出无所求，感受到无私助人的欢喜，

让身体细胞常保健康。”

以媒体力量带动环保

二十一日，大爱台主管同仁们报告节目制作现况；医疗节目中，除了《看中医》以外，再开《汉医和你相遇》。上人表示，医疗看诊不是只有冰冷的诊疗仪器，中医的望、闻、问、切，与病患直接互动，所问的不只是病症，还要了解病患的生活状况、身心状态，观察生理也注重心理，针对不同体质用药。

中医依节气教导调理身体的方法，所以中医既属于医学，也包含心理学，还要了解气候环境对人体的影响等等；用药之外也有针灸、运动导引等治疗方法，从身、心、灵的平衡达到完全的健康，都可以透过节目传达给观众正确的保健观念。

有关亲子教育与家庭生活的节目，上人期待能带领大家用孩子纯真的视角看世界，所以要让孩子自然地表达，不需要太刻意为了拍摄而要求孩子做动作。《小主播看天下》节目，可以多报导世界各地的儿童生活，尤其是经济条件不佳的贫童如何协助家庭生活、珍惜上学读书的机会等等，让身处幸福国度的孩子们“见苦知福”，也能响应呼吁，懂得节俭惜福，还能付出造福。

人文志策会中，上人表示，此时此世，从人心到天地气候，人、事、物都在快速变化，偏向、脱轨的人与事，需要用心导正；人文志业采访、报导种种人间事相，要用心谨慎，让大家了解问题根源而做出改变。

上人强调，像是气候变迁与

环境问题，除了让大家有共知、共识，还要让人人看见、体会到环境的警讯，不能只顾私己的利益而不断地破坏、开发。“环保不能只有慈济志工在做，必须带动全球人共行。期待媒体界都有共识，能发挥传播力量带动大众重视环保，并且有实际的作为。”

2/22~23 《农正月·十八至十九》

静思惟

【静思小语】时时心无杂念，处处都有禅机。



以事启理，触事会理

中区慈济委员返回精舍大精进，二十二日，上人对工作人员说：“只要弟子精进，我就欢喜；弟子的慧命增长，我最放心。我最大的心愿就是传法脉，你我师徒都是法脉宗门的第一代，虽然已经走过半世纪，我们如果没有将法脉传承下去，下一代人没有照着我们的精神开道铺路，这条道路很快就会销迹匿影。所以大家要持续精进、用心传法。”

“回到精舍精进，就要用心体会，人与人之间如何互动、沟通，

能够将心贴合得紧密，整体气氛很和睦，彼此互爱。在精进期间，不论由哪一位师父与大家分享，可以知道他们在修行生活中，也不离开人事与道理。道理就是法，他们能将平日所闻的法记在心里，遇到境界时将这些道理运用出来、落实在人群中，这就是‘以事启理’，而且能以事相来证明法理。”

上人指出，“静思”就是“禅”，但是慈济人学佛，不落入文字相，而是重在吸收道理，要将禅的意义发挥在日常生活中，时时静思惟，心境永远保持静寂清澄。

无论耳朵听到什么声音，都

要去善解、圆融；即使是骂人的声音，也要用感恩心把恶言恶语转化为增进自我修行的法。修行就要在浊气浓重的复杂人间，在众生的无明烦恼中厘清道理、淬炼出精髓。有如此超然的智慧，才能与众合和互协，在人事中不生烦恼，而能增长慧命。

“台中慈济人时常回来精进，体验农禅生活，在田间出坡，与大地对话。听到你们分享，在整地时锄头碰到石头，听到了‘铿’的一声，感觉到很有硬度，也能与心中的法相契。投入农务工作，也可以启机合法，这就是我们的修行。”

上人说，并不是静坐就是修禅，心很专注、很干净、无杂念，就是禅；要时时保持这份无杂念的清净心，自然能触事会理，接触到的一切都能体会到道理，处处都有禅机。

上人勉励台中委员在这两天半

的精进期间，要殷勤用心；每一位师父的分享都是法，要用平等心、尊重心吸收。这次精进共修，由男众慈诚承担工作团队，护持女众委员，所以委员一定要感恩，慈诚一定要尊重，感恩、尊重都是出自一份清净大爱，祝福大家法喜充满！

学医之道，以病为师

二十三日，八十六位花莲慈济医院的新进医师及预订晋升医师，在林欣荣院长等主管带领下，回到精舍参与“合心共识营”；院方邀请医界各领域的专家分享行医经验，并且凝聚大家的共识，唤起立志行医的初发心。上人对众简短开示，教医师们珍惜慈济的医疗环境，精进力行“医之道”。

“既然选择当医师，这条学医之道，不只是在课堂上学习，还要‘以病为师’，而且要在医院里

花莲慈济医院杨思标教授来访。杨教授被誉为“台湾胸腔X光判读之父”，虽然高龄九十九岁，依然在第一线教学、指导年轻医师。（2月22日）



学习医疗典范。期待大家好好把握这样的环境，用真诚的爱为病患付出。你们的志愿是当医师，所以医疗也是志业，是发心立志要走的人生方向，一定要对准正确方向，不要偏差。医疗是抢救生命的崇高工作，医师也要具有崇高的品德。”

“就像慈济人面对苦难人，以至诚之心，以恭敬、尊重的态度去帮助他们；医师面对病患，也要以相同的心态爱护他们，尽心尽力救援病苦。”上人祝福大家在医疗的大道上稳定迈步，学习典范，成为医人、医病又医心的大医王。

2/24 《农正月·二十》

用心听话

【静思小语】好话收来运用，恶言当成教育，心不要被杂音卡住。



延续“竹筒岁月”

缅甸农民乌缅甸，五年前听到慈济志工分享“竹筒岁月”的慈济缘起故事，受到启发，天天存下缅币五十元纸钞，期间不曾间断，再如何困苦都不会动用钱，还会经常把纸钞拿出来熨平、整理好以免破损；有一天他终于再看到慈济人身影，立刻欢喜捐出这些纸钞；之后乌缅甸夫妇仍然持续天天存下五十元。

与台中慈济人谈话时，上人分享这段故事，“一点一滴爱心，都不要使之散失。否则有人有心想要行善，慈济人却让这份缘中断了，

实在很令人舍不得。大家要把过去初发心时的热忱再捡回来！”

“若是看到那些‘贫中之富’坚持行善的真实故事，你们应该可以了解师父为什么一直舍不得台湾慈济人前功尽弃——之前已经邀请这么多人来当慈济会员，善种子已经播入他们的心田，或许已经长成小树了，才刚开始要长成‘一生无量’的大树而已，却因为一些事情让你们放弃了，没有继续栽培这些树木，真的很可惜。”

“在《法华经》里，佛陀已经告诉我们，行菩萨道不是一生一世而已，自从发心，就是生生世世修



中区慈济委员返回精舍大精进，由男众慈诚承担工作团队，成为女众委员最贴心的“护法”。上人感恩大家用行动表达慈济大家庭的合和互协。（2月24日）

菩萨行；若是此生还没有过完就放弃了，菩萨道要怎么走下去？又如何能修行成佛？”

上人说，有时候听到慈济人心得分享，提到过去无忧无虑，想做什么就做什么，但是进到慈济被人磨，磨得又光又亮。“就是因为心甘情愿，做慈济得到法喜，才会愿意在这么长久的时间被人磨。人家磨我们，其实我们也在磨别人，人与人之间一再互动、沟通、磨合，人人都变圆、变亮了；若有损失，损的是过去棱棱角角的习气，所以这也是修行的方法，彼此成就。”

上人教女众委员向这次委员精进营承担工作团队的男众慈诚真诚道感恩：“午斋前，我走过慈悲回廊，好几位都是很资深的慈诚，认真地负责香积、茶水等等，身段很柔软、声色很柔和。或许过去在工作

岗位上指挥若定、在家中有家人服务，但是他们在这里很用心地服务大家，而且做得轻松自在。营队工作很繁杂，又有时间压力，身体上一定会疲累，但是心灵上是法喜充满。”

“期待大家法要入心，现实的人间菩萨道更要身体力行。回顾过去，自从慈济创立以来，每一年都有丰富的历史足迹，可以想想我们做了多少天下事？这就是人间菩萨道，这就是我们这个团体的价值。”

上人说，乌缅甸一天存五十元，约新台币两元；台湾民众的生活普遍比他们好得多，若是一个月捐出一百元，一天就是捐出三点三元。缅甸农民存零钱、存米扑满，都是为了慈济做慈善救济；他们觉得自己付出一点点力量，和天下爱心人的力量合起来，可以救很多人。

“可以与会员分享缅甸农民

的故事，一天存下三点三元，也可以救助国际间的苦难人。我们在台湾，有能力救国际，是我们的福；

菩萨面对天下苍生苦，聆听天下有情声，要应万物而用万法，与大家共勉。”

2/25~26 《农正月·二十一至二十二》

以诚以正

【静思小语】智慧的泉源堵塞，慈悲的福田会缺乏水源。



济贫教富，最佳示范

莫三比克慈济志工在元月下旬举办岁末祝福暨新春祈福活动，前一晚天降甘霖为“慈济的家”洒净，当天早上放晴，总共有一千五百六十一位本土志工和一千二百六十位会众来参加，整齐而有秩序地坐在树下、空地和佛堂。

志工们唱着新编的歌曲向上人拜年：“没有人可以阻止我们向上人学习，亲爱的上人呀，我们会承接使命，把您的爱传向全世界！”志工们演出话剧，教育大家勿用火耕污染空气；气候不调并非上天的惩罚，而是人们随着欲望破坏、污染环境造成的，要改变生活习惯，茹素护生、护大地。

二十五日，在志业体主管同仁的报告中，看见莫三比克志工与会

众踊跃参与慈济活动，听慈济人解说佛法道理，并且发愿要把接受到的爱与祝福传出去，上人开示时赞叹，这是“济贫教富”的最佳示范。

“莫三比克居民的生活普遍穷困，本来是接受帮助的人，心念一转，转贫为富，并不是说家境改善了，而是心灵富有；他们很快乐，说说唱唱所表达的无不是法，从言行展现出感恩、尊重、爱，值得人人学习。”

上人说，慈济从日存五毛钱的“竹筒岁月”开展，“教富济贫”不是要富有的人捐出大笔善款，而是希望人人长久培养爱心，并且起于行动，合力帮助世间的苦难人。

“在人心种下善种子，以实际行动造福人群，并且相互影响、接引其他人一起行善付出。净化人心能让社会祥和，祥和的形象表达出

慈济援建苗栗“减灾希望工程”，其中后龙国中老旧校舍耐震系数不足，于去年三月底动工改建；慈济建筑委员去年十二月下旬勘察施工质量，与工程人员依设计图仔细确认。（摄影／颜人鹏）



来，从此邦影响他国，将这条路从近处铺到远方，一步一步走过来，回归清净无染的大爱。”

慈善志业，慈济根源

二十六日，全台慈善志业发展处主管同仁返回精舍开会，上人殷切叮咛，慈善是慈济的根源，台湾又是慈善志业的发源地，各地慈发同仁要与慈济人紧密互动与合作，并且与本会紧密联系，贯通法脉精神；志工与同仁有共知、共识而且能够共行，才能巩固志业根源。

“慈济人内修诚正信实，诚正是必然，信实是当然。现在的社会很复杂，是因为人心复杂；提报来的个案，他们的苦也有很复杂的原因，我们要用诚正的心态了解和评估。”

“社服同仁是知识者，志工菩

萨是实行者，访查、关怀个案，面对着不同状况的家庭，与不同的人互动，每一位都承担很重的责任。请各位用尊敬心接近慈济委员，聆听他们述说所接触的家庭状态，用心思考、分析，不能潦草随便，也不能凭个人感觉决定补助方法。他们用很真诚的心去访视，你们如果无法以诚、正的心发挥所学的知识，彼此就会有冲突。所以诚与正要两相配合，知识跟实行要会合。”

上人请同仁们和志工一起“薰法香”，心中有法，与慈济志工有相同的精神理念，心力很容易就能会合起来。“法能启开大家的智慧，启发慈悲的心源；若是欠缺了智慧，慈悲会被障碍。期待各位不要让智慧的泉源堵塞，使得福田缺乏水源。要尊敬、感恩志工菩萨，和敬无诤才能共造福缘。”

2/27~28 《农正月·二十三至二十四》

个人无法成就

【静思小语】好事做过就放下，但不能忘记一起付出的人，要彼此感恩。



不离人间菩萨道

二十七日，宜兰慈济人回到精舍与上人座谈，分享自己投入慈济的因缘，以及这几十年来的人生境遇和心情转折，无论面对何等境界都不退转，没有偏离慈济的人间菩萨道。

上人说，从宜兰第一颗种子开始，到现在已经过了四十年，在座的资深者、中生代与新进者一脉相传，而且不曾半途而废、没有人退转，这是很值得自我肯定与庆幸的。

“很感恩你我师徒有缘，无论如何都不曾怀疑过慈济，也对师父很尊重。过去宜兰慈济人少，师父常常敦促你们要更加精进，现在已经见证宜兰慈济人的潜力，只要保持这念信心，就可以找到度众生的方法。”

上人肯定几位志工道心坚定，遇到挫折时不曾埋怨自己已经在做慈济，付出这么多却无法消灾解厄。“付出不求回报。但是师父还

是要提醒大家，不能忽视因果报——过去造作如是因、结如是缘，现在得到如是果、承受如是报，要甘愿接受，道心不退转。即使是佛陀在修菩萨行的过程，也会面对种种挫折与阻碍，要承受过去的因缘业报，何况我们凡夫，大家都要有此认知。”

除了因果果报的运作，人生也会在生、老、病、死的自然法则中起变化。上人叮咛大家既知人生无常，更要勤精进。慈济志业就是由每一位慈济人把握因缘、善用时间而成就的，法亲之间要相互感恩。

去年十月二十一日发生普悠玛列车出轨翻覆事故，宜兰慈济人立即动员，供应热食、茶水，支援救难人员，关怀伤者与罹难者家属，并且一路陪伴；罹难者家属回到台东，也有台东慈济人就近关怀和协助。

上人叮咛宜兰慈济人，整理好参与重大灾难的赈灾纪录，把握机会对大家说故事；虽然做过就放下了，不会在意接受帮助的人是否记

得，但是人间历史一定要记得，这不是个人所做，而是合众多慈济法亲之力所成就，一起去付出的人也要彼此感恩。留下慈济历史、菩萨足迹，可以相传法脉，让世世代代学习好典范，传承第一代慈济人的精神理念。

法润心田长慧命

佛陀曾经对弟子说，佛法无量如恒河沙，即使一直以来用心尽力对众说法，所说的法只如用指甲所能挑起的沙，不成比例。二十八日晨语时间，上人对众开示：“心是受万法之器，若以清净之法水，清净行者之心器；法润心田长慧命，如大地藏佛种子，能生一切诸妙法。”即谈到指尖沙的比喻，教众用心吸收佛法。

“‘心是受万法之器’，众生皆有与佛同等的心量，能够容纳万法，但是凡夫心迷，对于世间万物的认知很有限，不懂的道理还很多。佛陀觉悟宇宙天地间的道理，如同恒河沙一样无量无数；已经说出去的法，只像指甲中的沙粒那么少，而凡夫对于佛陀已说的法，又能接受多少呢？”

上人指出，众生心本来与佛心相同，是能够容纳世间诸法的“心

器”，可惜这个承接万法的心器“有漏”，因为种种烦恼无明而脏污，必须用清净的法水清洗干净，接下来就能承接清净法水并且加以运用。

“干净的法水，在有修行的人心中，能成为很有用的净水，能够滋润心田增长慧命。就像种稻之前要先犁地松土，再放水入田让土地吸收，接下来要播种、插秧，田就不容易干掉；土地犁好、水准备得充分，就能在气候适宜的季节展开农耕，让秧苗顺利成长、结穗，有好收成。”

“我们的心‘如大地藏佛种子，能生一切诸妙法’，若能掌握佛法的精神主轴，就能会合因缘，让藏在心地的佛种萌芽成长，开花、结穗，产生许多种子，这些种子又能再播入土中、萌发茁壮，再产生种子。”

上人指出，佛陀所说的种种妙法，都是要让众生洗涤心灵的烦恼垢秽，找出潜藏于心地的佛种，也就是真如本性。请大家用心接收法水，洗净“心器”，让心开阔，能够装满清净法水，还能不断地运用出去。若能如此，即使所听闻、吸收的法只如指甲里的沙粒那么少，但是都能彻底了解，就能闻一知十，透彻恒河沙一般无量的法理。

●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

北京东花市联络处

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

南开长江道C92
文创园4号楼
TEL(022)83560775

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

成都慈济联络处

成都市金堂县淮口镇
金堂工业园区临波路165号
TEL(028)84989891

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

重庆

重庆联络处

重庆市北部新区
杨柳路6号102室
TEL(023)63113857

福建

福州联络处

福州市鼓楼区福新路
239号双子星大厦B座2楼
TEL(0591)83357822

厦门联络处

福建省厦门市湖里区嘉禾路
586号创新城3楼B区
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
FAX(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

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

北京静思书院

北京市西城区
前门西大街55号
TEL(010)83576080

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

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

无锡湖滨店

江苏省无锡市滨湖区
山水东路98号
TEL(0510)85555805

广州天河店

广州市天河区华景路
33号二层自编201房
TEL(020)38208810

杭州南宋御街店

浙江省杭州市上城区
大井巷20号
TEL(0571)86573839

绍兴越城店

浙江省绍兴市越城区
二环西路396号乐润
幸福财富中心11栋1号
TEL(0575)85133292



微信
平台
上线
虔诚

音律和，为德全，天下复归宁
美善的旋律
吟咏大自然与天地之间的真理
清淨的音符
扫描
聆听
慈济音乐
微信小程序



一。先开启微信
二。扫描左侧二维码



使用中如遇任何问题，可以透过微信扫描此二维码洽询平台客服人员



撰文/庄瑶琼 摄影/孙亚杰

在播种生命的春耕里

二〇一九年海南海口第一期的亲子成长班，以“春天、生命”为主题，由十三位家长带着孩子们一起动手播种凤仙花种开始。

老师向同学们介绍不同地区春天的不同气候现象，让孩子们知道并不是所有城市都像海南这样鸟语花香；还带孩子们认识与春天相关的“二十四节气”；见识了春季里特有的花草；还朗读《咏柳》《春夜喜雨》等古诗，透过古诗词来了解古人赞美春天的方式。

志工准备好了花盆、泥土、凤仙花花种和铲子，详细讲解种花的步骤，由于很多孩子都是第一次体验播种，所以既紧张又兴奋。家长与孩子，大手包小手，一起挖土，把凤仙花种播到泥土里。

春天，是生命更迭延续的季节，同学们纷纷许诺要用心照顾好花种子。当凤仙花种扎根萌芽的时刻，爱的种子也在孩子们的心田生根发芽，静待花开……