

慈濟

2018年第4期 总第61期

准印号/S(2017)00000117

内部资料 免费交流

—主题报导—

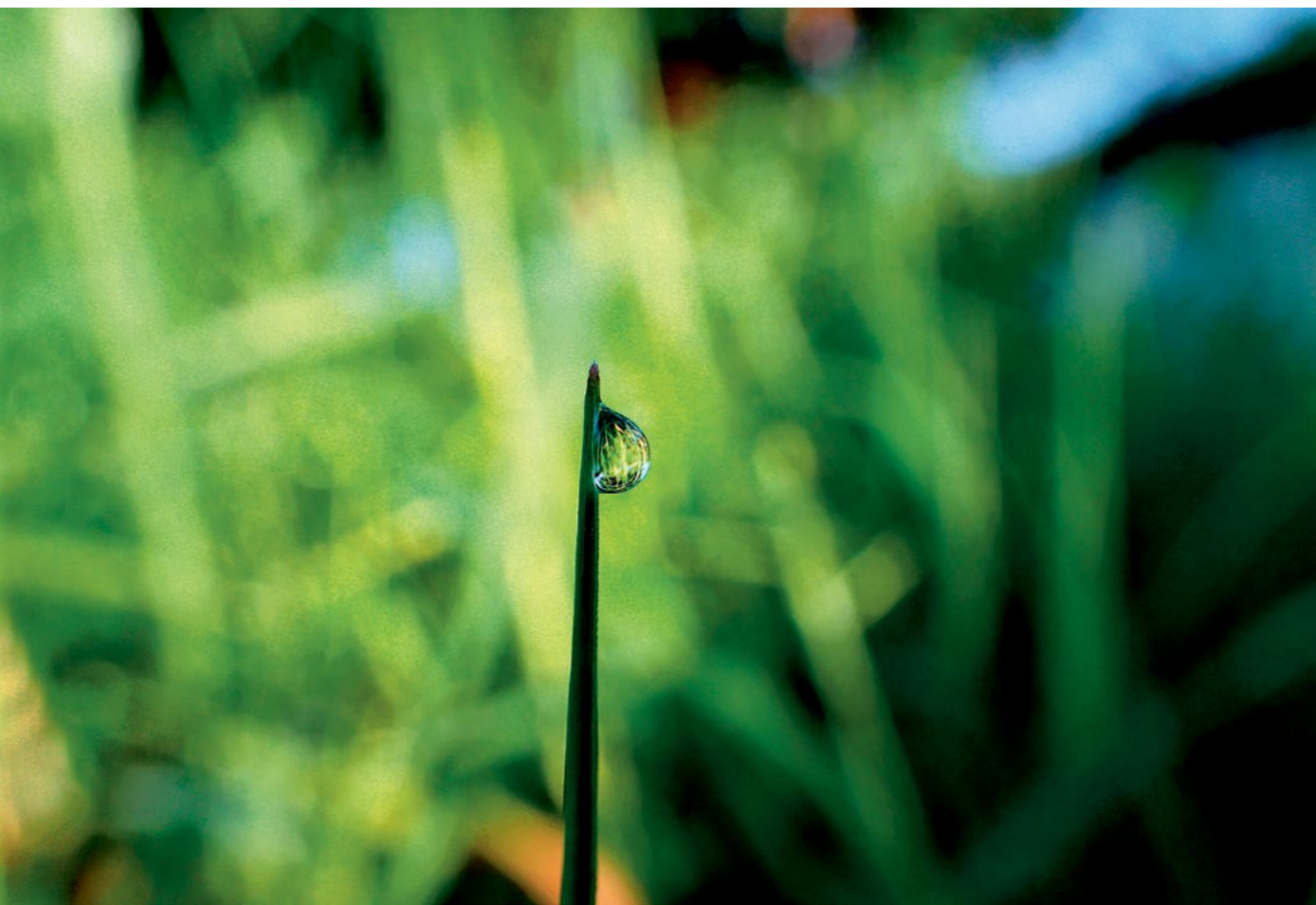
满载祝福的孩子

为净化心灵做活水 为祥和社做砥柱 为闻声救苦做耳目

心灵道场 会理前行

心无杂念为“精”，
行无间断为“进”，
日常生活会理而行，
深心安住，行在法中，
处处皆道场。

心中有“道”，
行中有“路”，
闻法传法，虔诚护法，
入群处众“有法度”。



摄影/杨秀丽



画作/林淑文

佛法恒在人间

道理常在，人间就有希望。
受用佛慧，如同佛寿延续在我们的生活中；
与人互动，如同与菩萨共处，感恩、尊重、爱。

——◆证严上人主讲 编辑部整理 二〇一八年三月二十六日至四月十七日

——〇〇八年五月，热带气旋纳吉斯
——侵袭缅甸南部伊洛瓦底江三角
洲，淹没良田，灾情惨重；当地没有

慈济人，比较靠近的马来西亚志工立
刻赶往，打开通路、就此承担，一路
走过来，已经十年了。

佃农生活本来就难过，风灾后损失严重，对他们而言，播种最重要，但是以往借贷买稻种耕作，收成还了借款，总是难以温饱；灾后数年，慈济人持续致赠稻种，让农民耕作，不再陷入贫穷的恶性循环。

农民们听闻慈济日捐五毛钱的“竹筒岁月”，了解“粒米成箩、滴水成河”的精神，也是从这五毛钱的买菜钱，成就慈济在全球救人；他们虽然没有能力捐钱，但可以省下每顿饭的一把米，放在塑胶桶中，成为“米扑满”。

在慈济致赠稻种的岱枝镇瑞那滚村，从二〇一五年迄今，已有九个村落、三百多户响应“米扑满”，每月集中起来，可以帮助四十多户贫困居民。

四乘滚村农夫乌缅甸，二〇一〇年获赠慈济稻种，和太太开始日存五十元缅币（约新台币一点一元），五、六年后，终于再遇到慈济人来到村内，如愿捐出一张张叠得平整的纸钞。

他们说，既然发心做好事，这几年即使再辛苦，也没有去动用这笔钱；雨季潮湿，他们会把纸币拿出去晒太阳，或者以熨斗熨烫。钱币虽然陈旧，但被保护得干干净净。

对他们而言，捐出去就是救人的菩萨钱，不敢使用；心很清净，长时间没有动摇；“深信信解，清净质直”，这分志节令人尊重，也值得效法。

行善不是有钱人的专利，而是有心人的付出。农民们生活虽然贫困，

心灵却是丰富，无论是五十元或者一把米，日无间断。心无杂念，点点滴滴善念汇积，也能救人。

如果心有贪念，不舍日存这把米，日子同样过去。勇猛心行善事，很有力量、也没有困难，三百户就可以援助四十户，真正是“善有余”。

这分善愿收之于一念心，扩散出去“六度万行”，开阔没有边际。人在天地之间虽然渺小，但是爱心可以通达全世界！

慈善不只是供应物资， 更要安定心灵、导向良善。

新闻报导，瑞典多年来收容许多国际难民，其中有数百名儿童罹患“放弃求生症候群”，他们身体没有疾病，但就是长期沉睡；根据研究，或许是在逃难过程中的痛苦，让他们心灵创伤，所以拒绝清醒。

气候灾难苦，人祸灾难更是。近几年来，叙利亚战祸难以平息，相互冲突，甚至发动化学武器攻击，无辜的人们哀号遍地。难民数量有增无减，又该何去何从。

难民们携家带着，流落不同国度，关关卡、关关难，数年无法归国；长途跋涉，受尽气候与人情的冷暖，孩子们当然能够感受得到。

慈济长期关心逃到约旦、土耳其、马来西亚的难民，也为停滞在塞尔维亚的难民们，提供餐食与御寒衣

物。语言不通，就比手画脚，有心就有语言，表情柔和善顺，心意即可互通。

虽然照顾难民们的生活、医疗与教育，负担很重，但就是无法放下。在土耳其，每月定期发放六千户，援助四所难民学校，让三千个孩子不至于中断学业；志工付出善与爱，也很注重孩子的心态，希望把他们的心灵教育得很健康，关怀天下事，善解人间事，知足感恩，不要因为环境而产生心理仇恨，对立与不平衡会造成社会动荡。

孩子们也效法“竹筒岁月”，平日累积零钱做好事；这几年来，无论是台湾台南震灾、花莲震灾、美国哈维风灾，孩子们主动倡导、呼吁，将竹筒带来捐出，及时援助受灾居民。

一切的苦难都是从心开始，开启了欲念，就破坏天地安宁。慈济关怀难民，最重要还要安住心灵，慈善不只停在供应物资，还要导向善良，表达真诚与尊重，启动爱人的爱心。

时光飞逝， 勿停滞在凡夫地， 对准生命指南针精进。

人世间成住坏空、生老病死，随着时日过去，年龄、体态、记忆等等由不得自己；但不是去细数自己的年纪，而是提升精神能量，秒秒精进，才是最实在的。

法接受入心，应用在日常，普遍

在人群中互动、互教，让人人能了解生命的价值。把握时间，利益众生结善缘，虽然说是利益别人，但其实心发好念，最先利益自己，身体力行，更为来生积道粮。

两千五百多年前，佛陀在灵鹫山说《法华经》，有形的人间有阻隔，无形的心土没有距离，若能悟入佛的知见，此刻就是佛在说法的时候。众生了解道理多少、佛寿就有多长；道理常在，人间就有希望。

佛的智慧永留世间，受用佛慧，如同佛的寿命活在我们的生活中，心灵道场时时庄严；与人相处，感恩、尊重、爱，则周围无不都是菩萨。

能日日沐浴在法流之中，要感恩与知足；这么开阔的世间、这么众多的人口，难得因缘，与同师共道的善知识投入六度万行，更要包容与珍惜。

这条菩萨道，有的人比较早到，或者走得比较快；有的人比较晚到，或者流连在原地风光中。要相互勉励，叮咛分秒不空过；彼此牵系，一起再向前精进。

一生中没有任何一秒是重复的，生命不会停留与等待；如果任由烦恼无明固执停滞，世间浊气没有淡化，是很令人担忧的。尽管担心又无奈，还是要赶紧回归“受持法、弘正教”，有几秒钟就尽几秒钟的责任。把握刹那，就是永恒，对准生命的指南针，精实精进。

请大家多用心！

■

目录

无尽藏

01 佛法恒在人间

主题报导



满载祝福的孩子

- 06 翻山越岭的爱
- 10 送爱到家点心灯
- 14 爱化春风助圆梦
- 17 一定回来找慈济
- 20 育苗茂清原

各地慈善

23 陪你走过人生转折

大地保母

- 26 八旬奶奶日日做环保
- 30 寒暑往来上街宣清流

机构关怀

34 长沙志工欢喜敬老

环保活动

- 38 弯腰就是捡福气
- 40 淮州环保启动

环保教育

44 同学们的希望之树

岁月之美

48 苏州长者共造环保生态园

人间有爱

- 52 居家关怀启孝心
- 55 泉州有爱无碍

卷袖有爱

60 厦门卷袖爱四载

证严上人衲履足迹

65 [内容提要]:

- “学佛、闻法，要落实生活中、在人与人的互动中。”上人教众，用心付出，要用对方法——种种布施、软言爱语、利益他人，让人欢喜信受，愿意深入了解道理。

2013年4月创刊
2018年第4期 总第61期
创办人/释证严
主管/国家宗教事务局
江苏省宗教事务局
主办/慈济慈善事业基金会
顾问/朱永新
主编/济虹
美编/徐悦
编辑志工/洪维 简淑丝 于晓晴
校对志工/才轩卓 慈晔 范盛花
李雁 虑秦 林思婕 马丽惠 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(2017)00000117
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



封面图说：
在南京志工三年的陪伴下，江苏宿迁的小春同学，从一开始默默不语，到如今满面笑容。
摄影/俞建宝



本杂志采用环保大豆油墨印制
爱惜资源 请广为传阅

翻山越岭的爱

“长亭外，古道边，芳草碧连天。”悦耳的童声缓缓地在河北省保定市易县中学和职业技术教育中心奖助学金发放现场响起。三月二十四日，北京慈济志工为二百三十三名高二、高三学生发放奖助学金，并赠送每位助学生一支刻着姓名的专属钢笔作为成人礼。

三年前开启的“一月一家书”活动，架起了志工和同学们心灵沟通的桥梁，爱的陪伴通过家书互动传递，在心灵上给予学生们坚实的依靠。

志工期待学生们也要对自己的父母、家人，以书写来表达爱和关怀。志工曾云姬说：“孩子们长大了，要好好感恩十八年来默默守护你们的父母、家人，借着这一支钢笔写下你们对父母家人的爱和感恩！”

慈济志工们也在与同学们鱼雁往返的过程中，见证了学生的成长与蜕变，更收获了如家人般的情感。

“我现在可是儿女双全啊！”慈济志工靳海翔打从知道小赵同学已经失去双亲的那一天起，就决心



要把他当成自己的亲生儿子看待。

“给他写信，我都是先打好草稿，再工整地抄写一遍。”靳海翔自谦书读得不多、文笔不好，每次写信，她总要反复推敲措辞，还要

（上图）翻过一座又一座的山头，志工感同身受山村学生的艰辛。摄影/王云岫

（下图）山路崎岖陡峭，志工相互协力手牵手爬山而行。摄影/王云岫



向其他志工请教。

小赵从小到大没有过一次生日，靳海翔就引导小赵，生日的意义在于要用妈妈爸爸给的身体，做利益别人的事情，才对父母最好的报答。另一方面，又在小赵生日到来时，踌躇着怎么做才是对“儿子”最好。

靳海翔特地跑到年轻人的衣服店，问了和小赵年纪相仿的年轻人，为小赵挑了一件T恤；当她把衣服比在小赵身上，看见孩子憨厚朴实的笑容时，她感觉做大爱妈妈很幸福。

每次小赵收到海翔妈妈的信，都会和好朋友小杨一起看。这样一颗慈母般的心，深深打动了小杨，

最后小杨也鼓起勇气提笔写下：

“看了您给他（小赵）的信，觉得您是一个又善良又细心的人。谢谢您每次都给他回信，真替他高兴遇见了一个好妈妈……”靳海翔收到小杨的信开心极了，四处跟志工说她多了一对儿女，是个幸福妈妈。

不放弃任何一个孩子

易县助学生小宇的妈妈是聋哑人，爸爸患有糖尿病、血管疾病而无法外出打工，家里一度入不敷出。志工了解到小宇家的情况后，为他提供了助学帮助，并在去年前往家里关怀。小宇一家孤零零居住在很高的山上，每次回家，小宇都

靳海翔迅速在人群中找到自己的孩子“小赵”。见到孩子，就赶紧掏出礼物。看见孩子憨厚朴实的笑容，她感觉做大爱妈妈很幸福。摄影/王云岫

要翻过一座又一座的山头。

志工坚持亲身、亲手、亲耳、亲眼的感同身受山村学生的

艰辛。当时天色已晚，因道路极其难行，有人便劝说改下次。抱病坚持访视的志工曾云姬说：“既然来了就一定要找到，不能放弃任何一个孩子。”

小宇的父母见到前来访视的志工很是欢喜，与志工们热情地话起了家常。小宇父亲到屋中还拿出了冬令发放的包装给志工看，他很感激地说道：“感恩慈济，不仅帮助我们还帮助孩子读书。”

小宇把深深的感恩写进信里：“感恩慈济师姑们经济的帮助，减轻了家中的负担。其实获得助学金对我而言，也是一种莫大的鼓励，更是一种对生活的希望，这些都是钱不能买来的。”

小宇还表达了自己行善的愿望，他说：“感恩慈济的帮助，让我心里有了依靠，有了归属。如今

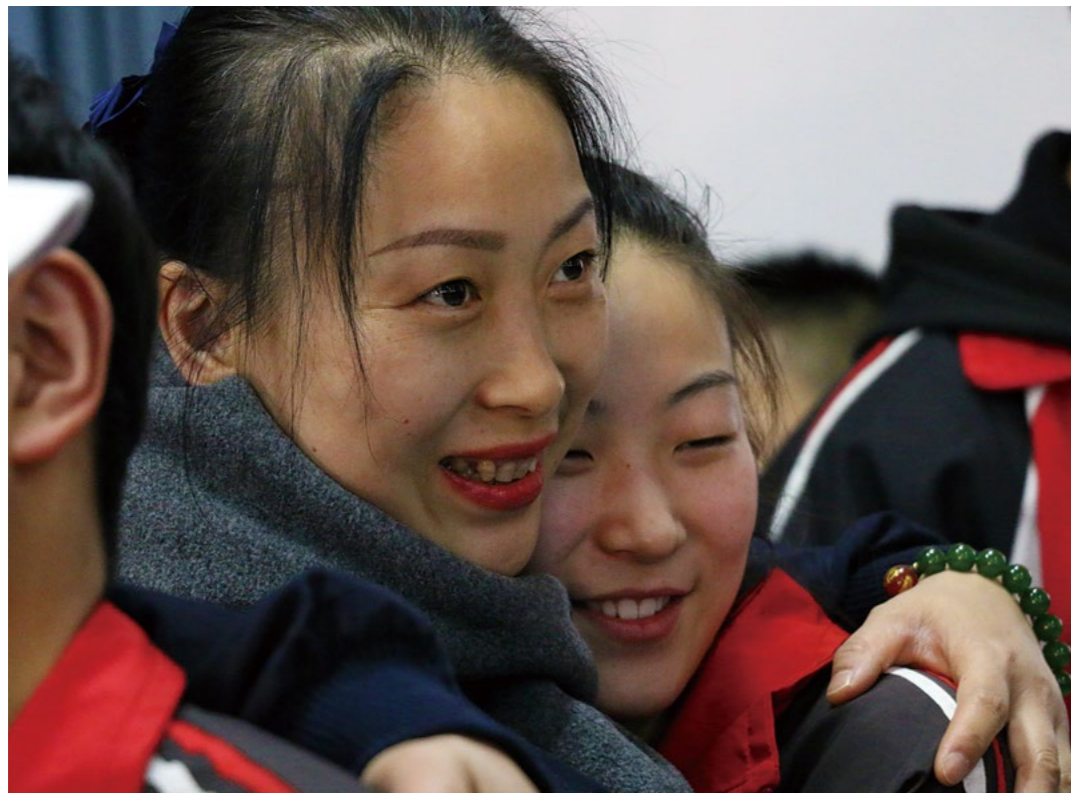


我明白人的心就像是一片耕地，只有在心底种下善的种子，才可以种出良田。以后我会将慈济给予我的帮助，回报给这个社会，让那些和我一样的孩子心灵找到慰藉。”

曾云姬总在信里称赞小宇独立坚强的精神，也鼓励他要多和妈妈分享自己的心得；贴心的小宇知道云姬妈妈抱病做慈济，在回信中也不忘提醒云姬妈妈不要太累，要照顾好自己的身体。

有形的付出是“慈悲喜舍”，但慈济人还内修“诚正信实”，即以“至诚的心、做正当的事”。易县职业技术教育中心陈智辉主任，看到慈济人为了这些孩子们，多年来一直恒持一念心，在致辞时声音哽咽。活动结束后，陈主任也将感动化为行动协助志工们整理空纸箱。他相信“对的事，做就对了！”

陈颖清与大爱女儿幸福地相拥在一起。摄影/赵连涛





满载 **祝福** 的孩子

送爱到家 点亮心灯

三间没有粉刷的红砖墙平房，孤零零的耸立着。这是十七岁的小云（化名）的家。十二年前小云的父亲病故，母亲痴呆离家出走，年幼的小云由耄耋的奶奶和二婶抚养长大。

虽然家境贫寒，但政府的精准扶贫帮困，让小云得到各方的资助，如今在宿迁市读中专。领导介绍说小云越来越懂事有礼貌了，志工赞叹小云二婶对老人的孝顺及对侄女的无私照顾，二婶受到志工们的尊重与肯定，感动地眼泛泪光。

志工紧接着又来到另一户有七个孩子的人家，而孩子们的父母前年因火灾离世，从此二十岁的大姐成了家里唯一的顶梁柱。

年迈的外婆说着心痛的往事，不禁悲从中来，泪流满面。志工上前拥抱住外婆，轻轻安抚、宽慰，并鼓励孩子们也来拥抱一下外婆，教孩子对外

送爱到家 点亮心灯

两年前，慈济志工在江苏泗阳妇联的协助下开启了“孤儿关怀项目”。今年年初冬令发放，因大雪封桥阻路只能取消行程。但慈济人一直心系泗阳的孤儿们，随后决定在这春暖花开的时节，再次带着爱去看望远方的孩子们。

“苦难的人走不出来，有福的人走进去。”四月十四、十五日，华东慈济人前往泗阳，进行“爱儿关怀”活动。四十三位慈济志工分成九组，对穿城镇、三庄乡、张家圩三个乡镇，共二百三十二位的孩子进行了访视关怀。

（上图）志工给孩子们送上结缘品，期许爱与善的种子能在每一位孩子的心中生根萌芽。摄影/彭永芳

（下图）志工为小云的奶奶带上绒帽，感恩奶奶抚养孙女，让奶奶暖身也暖心。摄影/彭永芳





志工到访巧遇二妹小蕾的生日。志工们变魔术似的送上蛋糕，孩子们十分惊喜。摄影/彭永芳

婆说：“还有这么多叔叔、阿姨爱着关心着我们。我们也会长大，会更懂事的，请外婆放心。”志工们如母亲般的叮咛让孩子们觉得很有力量。外婆也慢慢开始平复心情。

志工到访的这天，巧遇二妹小蕾的生日。志工们变魔术似地送上蛋糕，孩子们十分惊喜。当弱弱的烛光亮起，这一家人心中的希望与光明也仿佛点亮了。孩子和老人在志工的祝福声中，幸福地拥抱在一起，人间的温暖与美好，也在此刻定格了下来。

初春的温度不高，这些孩子们却只穿着拖鞋。志工担心孩子们受了寒凉，将零食、绒线帽、棉袜以及上海福利院的孤老们自己做的爱心皂等结缘品双手奉上。志工还送上《慈济月刊》，并告诉孩子们：“祝福你们长大了，也要一起来关心帮助需要帮助的人！”孩子们重重地点头，露出喜悦的笑脸。

携手度苦 传递幸福

第二天一早，志工们来到泗阳穿城中学进行爱洒。在张家圩队伍里，志工见到前一天访视中遇到的孩子子涵，他一个人孤零零站在最后，志工赶紧过去跟他打招呼，他依旧紧绷着脸，不言不语。志工一把抱住子涵，轻轻说声：“你来了，真好！”瞬间，子涵的泪水喷涌而下，志工紧紧抱住孩子轻声抚慰。

除了入户关怀，志工们还利用有限的时间，准备了很多精彩的节目，组织这些孩子和陪伴的长辈们一起参与互动。希望能将感恩、尊重、爱的精神带给孩子们。

当天，除了飞龙武术学校的孩子们带来的精彩武术表演，还安排有奉茶活动，志工期待从最亲近的人开始，以传递行善行孝的理念，让爱落实在生活中。

只见助学生颜娜细心地为爷爷

擦手、端茶、送点心。她说：“今天很高兴。以后回去还要给爷爷倒茶、揉肩。我长大后也要做慈济人。”

有很多家长被孩子们恭敬地行茶礼仪震撼，落下泪来。一位妈妈说：“一生中很少被这样恭敬善待。”志工希望孩子回家也能将“三好茶”练习起来，尽力去爱护、尊重身边的人。

为了倡导环保，志工任逸星为大家分享：“生产一个塑料瓶消耗的水，比瓶里面的水多了十几倍。回收是好，不用更好。鼓励大家随身携带环保餐具。”还特意排演了环保小品向大家传递环保理念。

为了让学生和长辈们都能吃得好，志工在两周前就精心准备活动当日的菜单，很多食材从上海运过来。当被问到为什么会准备素食，志工说：“要减塑加素，爱护地球”。通过孩子与家长的互动，志工希望环保分类、减塑、行善行孝不能等的理念传递给更多的人。

与慈济志工陪伴同行的三庄乡妇联主席王琼说：“我从二〇一五年开始接触慈济，几年下来从当初的不了解，到如今发自内心的钦佩慈济人。志工们从大老远过来真心关怀孩子们，让他们感受到社会和爱心人士的温暖，这份精神上的关怀是无限的。”

家长们接过孩子们奉上的茶盏，又欣慰又感动。摄影/杨静



爱化春风助圆梦

爱是无形的能量，但无形的爱也需要有形的物资来承载。南京慈济志工化身为爱的使者，利用四月十四、十五日两天的时间前往宿迁，走进生活困难的助学生家里，送上全球慈济人的关心与祝福。

五十八位南京慈济志工如亲人一般，走入困难学生的家庭拔苦予乐，直至夜深，总共访视了七十五户贫困学生家庭。十五日又紧接着筹备助学金发放事宜，志工们亲手将凝结着全球慈济人爱心的助学金，逐一递到四百四十四位学生的手上，更让学生们感受到了感恩、尊重、爱的精神在传递。

“有了师姑、师伯们的帮助，我可以放心的去完成我的学业，追逐我的梦想。我也将带着感恩，更努力去追求美好的未来，希望自己的学业有更大成就。我会学着用慈济人的精神和做法，去帮助更多需要帮助的人，让他们感受到世间自有真爱在。”宿迁信息中专管颜同学的话代表了全体春蕾学子的心声。

志工感到欣慰的是，管颜以及

春蕾学子们不仅是这么说的，也是这样做的。这群生活不易的孩子们，并没有丧失对未来的希望和对美好生活的向往。二〇一七年，他们向患有难治之症的小微同学伸出了援助之手，将这份大爱传递了下去。

坐在轮椅上的小春，在志工长达三年的陪伴与关怀后，终于从最初见面时的低头不语变成了如今的乐观阳光。活动中，她一脸灿烂的笑容，主动拉起志工的手说：“师姑，我们下周高考，我已经准备好了，我有信心能考取好成绩。我以后还要报考计算机专业！”小春的一番话让志工看到了孩子心底里焕发出的生命力，也替她开心。

在大家共聚的时刻，志工们抓紧时间，分享“谢坤山的故事”。生于台湾花莲的谢坤山，因在工厂工作时遭电击，失去了一只眼睛、一双手和一条腿。母亲的鼓励使他不向沮丧投降，开始学著用嘴咬笔习画，成为台湾知名画家。

同学们被主人公遭遇挫折仍坚强不屈的精神打动，也尝试着用嘴



管颜同学见到曾到家中关怀的志工朱如壁，一下子扑到他的怀里说：“爷爷，我找了您好久。奶奶要我向您问好。”摄影/王敏娟

衔笔作画，体会他的辛苦。小春同学试过后表示：“这节课教会我面对未来，绝不丧失斗志！”

南京慈济志工汪锡银的故事同样感人。罹患癌症的汪锡银，六年来无论病痛与安详，不管严寒与酷暑，都始终坚持做环保，同时善





(上图) 同学们被主人公遭遇挫折仍坚强不屈的精神打动, 也尝试着用嘴衔笔作画, 体会他的辛苦。摄影/袁萍

(下图) 曾经是春蕾助学的大学生黄西, 如今也把握在南京求学的机会, 跟着志工一起来到宿迁, 承担助学活动中的静思语教学。摄影/俞建宝



好专业, 不辜负慈济志工们的期望, 将来一定善用学好的本领, 为家庭争光, 为社会奉献, 还要把慈济人给的爱传给更多的人。”陈同学说出他的心声。

青年志工黄西, 曾经是泗阳中学的春蕾学子, 如今已是南京晓庄学院大四学生的她抓紧时机来参加慈济的活动。“第一次当静思语教学的讲师, 是一种挑战, 即便出现很多突发状况, 但我不着急, 因为我心里有底, 更有师姑师伯做后盾。”黄西说。

就读南京财经大学四年级的徐红娟, 及在南京师范大学读硕士研究生的陈菲, 还有许许多多主动加入志工行列的孩子, 她们都曾经是春蕾学子。她们现身说法, 以感恩心参加助学活动, 帮忙承担静思语教育, 一心要把爱传递给弟弟妹妹们, 让他们开启智慧改变命运。从受助到助人, 他们在圆满活动, 也在圆满自己的人生。

用做环保回收换来的钱, 捐助做慈善、春蕾助学。她说“把健康交给医生, 把心交给菩萨”。了无牵挂的坦然和转化痛苦的勇敢, 给学生们也带来了信心与鼓励。

“看到慈济师姑师伯的付出, 感谢、感恩又感动。希望自己能够学

一定回来找慈济

自二〇〇七年至今, 春蕾助学活动已有十一个年头, 今年四月, 伴着微凉的春风, 上海地区五百余名慈济志工再次相约, 分别前往苏北各地, 为当地的孩子们送上爱的关怀。

就读高中二年级的小菊的父亲患有糖尿病, 高昂的医药费对于收入拮据的家庭来说是一笔不小的开支。多年来, 全家五口人的生活,

仅靠妈妈一人打零工支撑。

小菊的父亲想到自己给家庭带来的沉重负担, 对妻子心生愧疚, 也十分感谢妻子的不离不弃与坚强承担。一提起这些, 虽为男儿身不禁也流下泪来。小菊的母亲则是感动地对志工们说: “家里负担重, 还好有你们, 不然就不让她继续上学了, 感谢有你们啊!”

懂事的小菊十分孝顺父母, 平

志工关怀时注意到, 中学阶段的男孩子特别不容易表达心中的情感, 加上隔代教养, 对爷爷奶奶的感谢难以说出口, 需要鼓励与引导。摄影/谢金博



时功课非常努力，在学校里争取到勤工俭学的机会，也为家里减轻负担。志工鼓励她要努力学习，以不比较、不计较的正念，好好充实自己，为以后能拥有更宽广的路程打好基础。

在走访过程中，志工郑荣辉发现，很多助学生从小和祖辈一起生活，缺乏母爱，不会表达自己的想法与情感。郑荣辉认为这都是缺乏与他人交流的表现，因此希望透过与外界的沟通、交流，陪伴孩子们

心灵上的成长。

曾是慈济助学生的钟小辉，现在在大学毕业后也成为慈济志工中的一员。这次在活动中他也分享了自己曾经处于困难时期的心境，以及成长后的变化。

钟小辉觉得，在困境之中，慈济的到来就像是黑暗的夜里点了一盏灯，他说：“我何其有幸能接收到这样的帮助！既然慈济可以走进我黑暗的生命，为什么我不可以走入别人没有光彩的世界？”因此他

志工与小菊一家唱起“一家人”。小菊的母亲感恩春蕾助学，让孩子能够继续升学。摄影/谢金博



志工黄琼瑛双手将助学金交到同学们手中，孩子们双手恭敬接过。这是慈济的一份爱，更是一份期待，希望孩子们以后的学习生活越来越好！摄影/谢金博

毕业后第一件事就是寻找慈济，希望奉献出自己的爱心，帮助更多需要帮助的人。

对钟小辉来说，曾经手心向上索取帮助的自己，如今变成手心向下、也可以付出的人。他鼓励弟弟妹妹们：“当下的苦难都是暂时的，只要好好利用自己的身体，怀着感恩心认真生活，懂得再去付出，一切都会变美好。”

另一位曾是慈济助学生的杨忠山也和所有的孩子们分享，自己在中学时期接受慈济的帮助后，就许下将来也要成为慈济志工的梦想。上大学以后，他每天都很努力地学习和生活，假期更是来到慈济环保站做环保，总是一直在为自己的梦

想努力着。

如今已经成为慈济志工的杨忠山，以三个青年“心”使命与助学生分享：利用课余时间做好事是“善心”；培养体贴父母的情怀是“孝心”；最后试着与各式各样的人相处是培养“耐心”。

一直最期待志工到来的娜娜同学告诉志工们：“和慈济志工们在一起是最放松的时刻，虽然再过五天后就要毕业了，但是我会去找你们的！”

一句简单的“我会去找你们”，让志工们也备受感动。乐见这群助学生的心中能萌生许多爱的梦想，期待人人梦想成真，在互相鼓励中勇于追梦！

育苗茂清原

“日落西山红霞飞，慈济沈阳助学归。眼中满是学生笑，愉快的歌声荡心间……”四月二十二日，一百零八位志工前往辽宁抚顺，为清原高中的学生们发放奖助学金。

伴随着歌声，志工与“一月一

家书”通信的孩子见面，语言此时已显得苍白无力，简单的拥抱却是最真的表达。

“一想到清原有我牵挂的孩子，什么事情也挡不住我要去清原看望孩子的心切。”和谐家族的志工说。孩子小轩第一眼看到“妈

大爱妈妈爸爸和孩子们热情相拥。摄影/张丽颖



(上图) 志工黄静和陪伴的学生小研亲如母女。摄影/宫辉

(下图) 肖同学表示自己会好好学习，将来创造机会好好孝敬父母。摄影/张丽颖

妈”的时候，眼泪就在眼圈里打转。从见面时起，两个人都很珍惜每一秒，手挽着手不舍得松开。

志工带来主题分享“行孝行善不能等”，提醒着现场五十八名助学生：“父母是为了孩子而辛苦打拼，这些恩情平时都可能视而不见，但当子欲孝而亲不待时悔之晚矣。作为子女当知恩报恩，这是行孝的第一步。”

“怎么做呢？感恩是孝的体现，身体发肤受之父母，先要自爱自己的身心，也不伤害别人，就是自爱；若还能付出去爱人，就是有爱的人生，这才是真正的报父母恩。”志工王刚说。

看过助学生仁青卓玛的故事《告别眼泪》后，小研眼含热泪地说：“跟仁青比，我的童年要好多了，虽说我也是单亲家庭，至少我有爱我的爸爸，最长情的爱是陪伴。”

父母都是聋哑人的肖同学说：“我从小在一个无声的家里长大，小的时候，亲戚邻居们经常说爸妈不容易。想到爸妈在听不到任何声音的情况下，为了子女为了这个



家，多年重复做着粗重的农活，真的很心疼他们。现在我唯一能做的就是好好学习，将来创造机会好好孝敬他们。”

福慧家族的范同学说：“今天的影片很感动，感觉和自己的经历很像，我的父母也经常不在身边，但我要感恩他们，今天收获了‘现代二十四孝’，以后要多为父母做些力所能及的事。”

陪你走过人生转折

生命的过程总有高有低，在人生路转折的地方，有善心人陪伴过弯是种幸福。

今年三十四岁的高飞，在没有生病以前，是一个一米八的帅小伙。人生无常，就在他准备结婚时，被诊断出了严重的尿毒症，现在每个月需进行十二次透析治疗，

每月的医药费居高不下。不得已，妈妈又开始出去打零工维持生活。

高飞气色看上去好了很多，他兴致勃勃地与甘肃慈济志工讲起了他上班时的经历，以及他爱打台球的兴趣爱好，说到高兴时还拿出自己和台球明星的合影给志工们看，开心地分享自己过往的故事。

志工以感恩、尊重、爱的心，将生活补助金以恭敬的九十度弯腰递给高飞。摄影/徐华敏



王佳玉同学分享：“视频给我的感触很深，视频中的孩子生活那么艰难也没有放弃自己的梦想，我们现在的条件比他们好很多，所以我更应该珍惜现在的生活，孝顺父母。在高考剩下的四十五天里，我要努力学习考上理想的大学。”

不请之师润心田

清原高中的卞良国主任说：“很期待慈济家人的到来，每次活动过后，自己的心灵如沐春风。自二〇一三年开始，看着慈济对多个

家庭和学生帮助，这也让我受益很多。有时间我会翻看《静思语》来提升自己，一路走来自己的心也越来越平和。感恩上人，感恩慈济的师兄师妹不远万里送来温暖。希望学生们长大后像慈济人学习，做一名对社会有用人才。”

“将真诚的爱与关怀，带给暂时遇到困难的同学，虽然金额有限，但关怀的心无限。慈济家人就是困难学生的不请之师，用春风化雨的爱、润物无声的情让孩子们如沐春风，潜移默化地影响周围的人。”志工朱兵说。

志工鞠躬奉上给孩子的助学金，同时也把一份祝福送给孩子。摄影/刘波



高飞说：“我很知足，也知道了要感恩，虽然自己现在不能为妈妈做什么，但要妈妈想开些，好好生活，就是我最大的心愿。”高飞和妈妈还拿出了他俩的竹筒说要献爱心，感恩与回馈社会对他们的帮助。志工感动之余，与高飞紧紧相拥！

一起参与访视的慈济助学生朱同学分享：“看到高飞接受慈济帮助后，心情从烦闷变得很开朗，也从手心向上的人转变为手心向下能帮助他人的人，很受感动。也希望自己未来努力付出爱心，回报慈济师伯师姑的帮助和关怀。”

无力症姐妹性格开朗

几年前，慈济照顾户安氏姐妹

俩几乎同时患上了肌无力，不能站立，生活不能自理，只能由八十多岁的年迈父母照顾；但二老自身也已是疾病缠身，常常不能全部顾及到姐妹俩。幸运的是在街道小区和慈济志工长期的关怀下，姐妹俩现在性格十分开朗，心态很好。

看到慈济志工来访，姐妹俩和爸爸妈妈都好开心，不断招呼大家坐下来，要请大家喝水。大家听到安氏一家人爽朗的笑声就倍感欣慰。志工李军桦和徐华敏为一家人烧好开水，把温热的包子和调好的调味料放在姐妹二人的手边，方便她们取用。

姐妹俩感念地说：“如果有一天自己的身体好起来了，一定要像志工们一样，来回馈社会。”



安氏姐妹的开朗心态让房间充满阵阵的笑声。摄影/李军桦



（上图）甘肃慈济志工进行定期慈善访视，看见慈济照顾户的孩子小华在骨髓移植后身体渐渐好转，现在特别喜欢弹吉他。小华在志工来访时露了一手。摄影/王礼国



（下图）双胞胎姐妹十分喜欢画画，见到志工们前来，开心地展示自己的作品。摄影/王礼国

骨髓移植小弟 弹吉他馈志工

来到子女众多的王家，志工就抱起可爱的双胞胎姐妹寒暄着。姐妹俩的小兄弟小华接受骨髓移植后，身体转好许多，他抱起比身体还大的吉他，向志工展现了练习成果；小姐妹也不想落后，展示了课堂上的画作，赢得了志工们连连称赞。

孩子们的母亲梁女士撑过了重

重难关，虽然给小华看病已经花光了家里所有的积蓄，现在的经济压力十分显著，但一家人和乐融融地生活在一起，让她愿意继续坚持下去。

志工为王家人送上了生活关怀补助金，用感同身受的理解与尊重，慢慢重建生活的信心，也祝福一家人幸福、平安、快乐。

慈

大地
保母

八旬奶奶 日日做环保

撰文摄影 广西真善美志工

每天清晨，孙奶奶都会拖着夹着钢板的腿慢慢下楼，捡拾可回收资源。摄影/唐镜淦

已经八十三岁高龄的孙翠琴奶奶，跨越了大半个世纪，一生也经历了无数的磨难与坎坷。孙奶奶从小失去父母，被迫独自流落他乡，好不容易组建家庭，又因丈夫早早离世，只得一个人艰难拉扯三个孩子长大。

孙奶奶形容自己的人生是“先苦后甜”。从自己与三个孩子的清贫之家，到如今家里四代同堂，儿女、孙子女及各家庭成员都非常孝顺、善良，奶奶传承了良好的家风。

五年前，孙奶奶因交通事故而

撞伤右腿，导致行动不便，至今右腿仍还装有钢板。同年又因腰部脊椎骨受损，背部也打入五颗钢钉。没想到，在这样艰难的情况下，她助人的心反而更加的坚定。只因在年轻时，她深感受人生孤立无援的苦痛，便早早萌发出一个心愿：“将来若有能力，一定要去做力所能及助人的事，不希望别人也承受求告无门的苦。”

二〇一五年，慈济志工在南宁市一建小区成立环保点，每周六上午开展环保倡导及资源回收。当时



孙奶奶听到志工倡导环保，得知回收所得均用于助人。从那一天起，孙奶奶也默默开始了环保助人之路。摄影/林海松

的孙奶奶听到志工倡导环保，得知环保回收所得的钱可以用于助人。从那一天起，孙奶奶也默默开始了环保助人之路。

每天清晨六点，在一片寂静中，孙奶奶便拖着夹着钢板的腿慢步下楼，在黑暗的小区里兜兜转转。手电筒的微弱灯光下，是各种垃圾混杂、老鼠出没、带着臭味垃圾箱。但孙奶奶毫不介意，她辗转其间，手上拿着袋子，一处一处，弯下腰细心翻找可以回收的资源。

“我身上有钢板，腰上也打了五颗钢钉。有这两样，走路都难，平时坐着都要靠着椅子，捡回收物多了就累。但是我做一点，好像舒服一点。我们有的吃有的穿，想着山里边交通不便的人多么可怜啊？”孙奶奶说。

家里人担忧她的高龄，邻居也曾发出质疑的声音，可是奶奶却依旧坚持，因为她认为“对的事，做就对了”。

“起先家人肯定反对啊，但反对无效，我现在不听那么多，自己想做什么，就做什么。我也把捡来放回收物的楼梯夹角打扫干净了，不养老鼠。”奶奶说。

小区的环卫工人陈友带平时捡到回收物品也会交给孙奶奶，她

说：“大家都知道孙奶奶做环保的助人行为，奶奶是在学雷锋，帮助困难的人。”

小区入口处有居民回收回来的木凳，许多退休老人们喜欢聚在一起在大树下聊聊往事，说说人生。四代同堂的孙奶奶也是其中的一员。但她并非安坐不动，她的目光总是聚焦在不远处的垃圾箱。看到有人丢了可以回收的物品时，奶奶就会慢慢迈步过去捡拾。从天色未亮到太阳西斜，对孙奶奶来说，捡资源要随见随做。

每到周末，慈济志工来小区进行环保分类活动，奶奶会请志工拿着小推车来拉回收物，每次推车都装得满满的。

对于奶奶每天的环保回收举动，孙媳妇农艳飞说：“刚开始我是比较反对的，因为奶奶腰本来就不好，但是她一直坚持做好事，奶奶说做了好事，我们的子孙后代才会好。后来我们见奶奶提了可回收物回来，也会去帮忙。”

孙奶奶虽然没有上过学，不识字，但她却有人生的智慧，她在社区中、在家庭中都是一位人见人爱的长者。孙奶奶说：“善有善报，恶有恶报，父母生我们出来，我们应该要报恩。善的事，越多越好。”



“我身上有钢板，腰上也打了五颗钢钉。有这两样，走路都难，平时坐着都要靠着椅子，捡回收物多了就累。但是我做一点，好像就舒服一点。”孙奶奶说。摄影/唐镜涂

寒暑往来 上街宣清流

撰文/摄影 江苏苏州真善美志工

入夜的苏州，华灯初上流光溢彩。静思堂附近就是繁华的商业街，服装店、百货行林立其中。每周二晚静思堂外护城河边开展的夜间环保，志工们不论寒暑未曾停断。

在商业街上推展环保分类，遭遇阻碍是常有的事，但在顾林珍看来，每一次上门回收不但是发现自己问题，积累经验、广结善缘、带动人心的好机会，更是在践行落实



每周二晚上，苏州慈济志业园区夜间环保的志工队伍中，总有志工顾林珍（蓝衣者）忙碌付出的身影。摄影/蔡虎根



在志工们的共同努力下，静思堂附近的商业街环保理念渐入人心，商家的参与越发主动积极。摄影/孙晓梅

环保分类，启发商户店家们爱护地球的爱心和善念。

喜欢干活多过言谈的顾林珍，在最初上门倡导回收时就发现了自己不善言谈的问题。她也认识到宣导沟通的重要，但跟陌生人交流对她来说实在是门大学问，因而一直迈不过心里那道坎。

一开始，顾林珍跟随在志工们的身后，与商家的交流只限于说声“你好”“感恩”，鲜少面向大众做环保倡导。

顾林珍也时常自问：“自己这

样不开口，慈济的环保理念要如何才能推进？”于是她终于下定决心学习开口。

刚开始，顾林珍留心观察其他志工是怎样与商家做交流的，把握时间向经验丰富的志工请教切磋。只要有机会，她也学着开始参与对话。

“困难处即是道场”，边实践边总结经验，置身其中甘苦备尝。渐渐地，顾林珍敢主动地与商家交流了。尽管有时也会遇到敷衍了事或是抵触的商家，但她从未受到影响，仍和志工们继续面对问题，努力推广。

说己所做好带动

二〇一七年下半年，为响应“111世界蔬醒日”，志工们也开始向商店家的顾客及老板们做邀约，希望大家一起支持蔬醒日的扫码活动。

原本只有初一十五等斋戒日才吃素的顾林珍，听到食素就是口下放生，也能减碳，身体也会更健康。又想到证严上人环境的忧虑，便自此不再沾荤腥。

顾林珍透过自己亲身的践行经验与商家坦诚地分享，自身响应

环保及素食后，身心健康的改善及目前生态环境的脆弱。慢慢地，越来越多的商家对环保也更加积极主动，愿意参与配合回收了。看到此景，顾林珍打从心里高兴。

顾林珍的身体力行也看在商户店家们的眼里，商户们肯定地表示：“你们是真的不容易啊！”有了商户店家的支持与理解，也成了支撑顾林珍不畏寒流风雨无阻坚持下去的动力。为了不让大地受污染、受破坏，顾林珍期许自己，再不落下任何一次环保活动！

一周复一周，顾林珍和志工们走向商业街，努力倡导环保，希望带动更多人们响应。摄影/孙晓梅



长沙志工欢喜敬老

适逢清明假期，长沙慈济志工邀约爱心人士一起前往天心区大托敬老院与开福区敬老院关怀长者。长者们也在盼望着志工们的到来，特别是九十八岁的邓岳树爷爷。因为他每天都会坚持写日志，慈济每个月是哪一天来，做了些什么，他都一一记在了本子上。

看到志工来，邓爷爷高兴地背诵起了唐诗：“清明时节雨纷纷，路上行人欲断魂。借问酒家何处有？牧童遥指杏花村。”背到最后还声色并茂地往外一指，爷爷的风趣让志工们也觉得很欢喜。得知要在室外活动，爷爷也不用人扶，自个一路小跑，见者都赞叹爷爷身体硬朗。

及时行善行孝

“祖父现在已经不在了，无法为祖父理发尽孝。现有机会能给邓爷爷剪头发，是今生的福缘。”第一次随慈济来敬老院的安铨女士，带着工具来给长者理发。当她为邓爷

爷理发时，她想起了自己的祖父。

给长者奉茶后，安铨说：“慈济陪伴的力量很大，能让两个素不相识的人，打开内心、相互拥抱。透过本次活动，也体会到长者真正需要的是尊严和尊重，而不是可怜和同情。”

九十四岁的王玉成爷爷行动不便，志工谢立新就带着新来的胡小刚，走进王爷爷的房间去关怀。谢立新边陪王爷爷聊天，边给他剪指甲。手指甲、脚趾甲剪完后，胡小刚还帮王爷爷搓背洗澡。最后把久居暗室的王爷爷抬到室外晒太阳，爷爷高兴地合不拢嘴。胡小刚分享说：“看到爷爷很舒服的样子，我心里也特别舒服。”

陶伯伯腿部肌肉萎缩，脚趾甲很多年都没有剪过，尤其是大脚趾的指甲已经向上生长，像一座小山峰一样，把袜子都磨出洞了。志工胡素珍打来热水，让爷爷先泡脚，待指甲软化后，找来专用的剪指甲工具，一点点的把指甲剪下来并磨平，让爷爷感动得眼眶含泪，连连



长者陶自强腿部肌肉萎缩，脚趾甲很多年都没有剪过，尤其是大脚趾的指甲已经向上生长，像一座小山峰一样。摄影/邓琨

说比自己的妈妈还好，并念叨志工下回什么时候再来。

感受助人的欢喜

初次参与活动的还有三位少

年，他们都是慈济正在关怀和资助的对象。志工带领他们给行动不便的老者洗澡。

小龙同学分享说：“我是爷爷带大的，也曾给爷爷洗过澡。但爷爷过世时，爸爸怕影响我学习，没



(上图)多才多艺的林好同学还是高一年级学生,她在师姑师伯的指点下,已经能独立给长者们理发了。

摄影/邓琨

(下图)孙佑祥的儿子孙界彬为长者剪趾甲。

摄影/邓琨



发。多才多艺的她,还主动给长者们表演了一首摇滚舞蹈,活

力四射,让大家仿佛回到了自己的青葱岁月。

志工孙佑祥的儿子界彬感慨自己也去过敬老院,但是就只是送点东西,这次参加慈济的敬老院活动,觉得活动丰富、很有意义。当被问及爸爸参加慈济后的变化时,界彬说:“爸爸变化很大,对爷爷更加孝顺了,对自己的态度也改善很多,现在自己和爸爸可以坐下来聊天、开玩笑,觉得爸爸越来越好了。”

有告诉我。这次为长者洗澡,感觉就是在为爷爷洗澡,也算弥补自己对爷爷的最后遗憾。”

志工唐芙蓉带着女儿林好一起来关怀长者,尽管高一功课紧张,但林好仍特地过来为爷爷奶奶们理

把握机会付出

很多第一次参加活动的会众,都纷纷表示自己平时也想来敬老院献爱心,但是没有途径,觉得慈济的活动很正规,给自己提供了很好的

平台。来宾余奎艳分享:“一家人第一次来敬老院陪伴长者,在陪伴的过程中,感觉爷爷奶奶就像自己的亲人,回家也要帮长辈多做点事。”

志工黄燕刚从深圳回到长沙工作,马上来找志工报名活动,她说:“当自己心里有情绪和负担的时候,来慈济心灵就能够平静下来。”打扫房间时,她主动挑最脏最累的活干,把长者们的马桶刷得干干净净。

开福区敬老院施院长认可慈济

理念,希望院方工作人员更多的融入到慈济的活动中来,启发他们的爱心,在日常工作中更好地为长者们做好服务。

大托敬老院的工作人员张果利则告诉志工:“自从去年参加慈济的活动后,感到慈济人为长者们的付出太多了,我们也希望为慈济做点什么。随后,我们就将大家生活中产生的纸壳、纸箱、瓶瓶罐罐回收起来,响应环保。变废为宝所得善款捐给慈济,也能发挥助人之用。”



志工搭上幸福桥,护送长者回房间,长者依依不舍,期待下月再见。摄影/邓琨



七十八位慈济志工陪伴来自黑龙江和吉林两省九十一位学员，在长春市净月大顶山上举办了一次环保净山动态课程。摄影/潘延卓

弯腰就是捡福气

谷雨刚过，东北才刚刚开始有春的气息，为了让见习志工在净山的过程中，体会敬天爱地之情，七十八位慈济志工陪伴来自黑龙江和吉林两省九十一位学员，在长春市净月大顶山上举办了一次环保净山动态课程。

不畏寒冷小雨 沿途捡垃圾为净山

伴着天空淅沥沥的小雨和十四度的低温，见习学员们穿上雨衣，

带上垃圾回收袋，步履坚定地走入树林中。

身为领队的志工慈峰，亲自在现场为大家做了一次净山培训。她告诉大家地上所有的垃圾，包括卫生纸、烟头、方便袋、塑料瓶等等都要捡，并仔细解说该如何分类，让大家学会判别可回收与不可回收。

待大家了解之后，看到游客留在地上的各种垃圾，便如获至宝般地装入垃圾回收袋；就算身上的雨衣被树枝刮破了，白裤和白鞋被雨

打湿又沾满了泥，大家还是排着整齐的队伍，沿着公路捡拾垃圾与回收物，慢慢徒步三点二公里，到大顶山上友好村的大爱农园。

克服心理障碍 欢喜造福乐植善种

对于初次参加环保净山活动的韩雪来说，地上又脏又湿的卫生纸和烟头让她非常受不了。直到看到领队完全不怕脏累，将地上的垃圾一样一样捡起来，她这才下了决心。

韩雪每捡一个垃圾，就唱一句“留给我们的孩子一个干净的地球！”这个方法，让她感觉自己越捡越有力量，越捡越开心，根本就停不下来。

韩雪体会到：“透过净山活动，意识到这些垃圾都是我们自己造成的，净山就是要造福人类与后代的子孙，我觉得能参加这次课程很幸运，以后我也要付出自己的力量，为孩子们种下爱护环境与爱护地球的种子！”

净山是敬天地 忏悔过往才能净心

身体微微发福的学员黄雅君已是年近半百，患有多年的风湿性关节炎和多处骨刺，每一次弯腰对她来说都很吃力，一直犹豫要不要坚持下去。

不过最终黄雅君战胜了身体的煎熬，坚持与大家一起徒步捡拾垃圾，同时也忏悔自己曾经随手扔过许多的垃圾。因此在净山途中，每捡起地上一个垃圾，黄雅君都在忏悔“这是我扔的。”她希望透过这样的净山，同时也能净化自己的内心。

在幼儿园工作的哈尔滨学员王雅丽有感而发：“无论净山，还是净海，都是让我们有恭敬心，是在洗涤内心，从自身做起。做环保的手最美，弯腰就是捡福气。”而她也发愿，要在幼儿园里带动孩子和家长们一起做环保，为子孙后代而做，希望他们也能有一个美好的未来！^❷



志工韩雪（右）克服心理障碍，不再担心垃圾的恶臭与脏乱，希望能为后代子孙留下干净的地球。摄影/高艳莉



(左图)“绿色行动·美丽淮州”全民环保项目，广邀二万名以上的民众一起响应，期待淮口镇在推动环保践行后，垃圾能得以减量。摄影/边静

(右图)志工带领嘉宾们一同参访金堂慈济环保教育站。摄影/边静

淮州环保启动

生活垃圾是城市化进程高速发展的副产物，“垃圾围城”已成为各地面临的共同难题，严重影响环境卫生安全和居民正常生产生活。为了践行环保理念，四川金堂淮口镇政府依托自身的地域优势，与慈济慈善事业基金会及成都大爱感恩环保科技有限公司，共同

建立淮口环保示范点，针对居民进行分类生活垃圾分类，进行倡导教育，不断完善垃圾分类解决方案。

慈济环保多元化 守护家园齐付出

当初，淮口当地民众环保分类意识相对薄弱，后续的垃圾分选和末

端处置执行起来颇有困难。为此，从二〇一七年五月开始，慈济基金会与成都大爱感恩环保科技园区携手，开始在淮口镇洲城小区推动环保，每周环保志工们风雨无阻的坚持，渐渐地带动了许多居民前来参与。

四月二十二日是世界地球日，淮口镇政府与慈济基金会及成都大爱感恩环保科技携手启动“绿色行动·美丽淮州”环保项目。透过当地及社会媒体，向淮口镇的社会各

界宣传“绿州行动”计划，并拟定行动指南。

活动当天，来自淮口政府、企业、社区及学校各界人士与志工一同相聚在此，共同见证启动仪式。

绿州行动要推广 淮州全民共见证

启动仪式中，金堂县淮口镇党委副书记黄楚德鼓励大家：“让我们齐心协力，圆满完成垃圾分类指

定的各项指针任务，让淮口的山更青、水更秀、城更美。相信透过大家的努力，我们的水环境、土环境和空气质量一定有很大的改善。”

这项需要透过全民开展的“绿色行动·美丽淮州”环保项目，预计从二〇一八年三月到十二月开始推动，项目将针对学校、机关、企业、社区进行环保宣导，与慈济合作设计宣导课程，利用生动的讲解、实做以及表彰优秀团体等方式，力争淮口镇垃圾减量百分之五，广邀二万名以上的民众一起响应。

淮口镇政府代表将海报上的地

淮口镇政府代表将海报上的垃圾放置于对应的垃圾桶，以亲手做垃圾分类的形式，为“绿色行动·美丽淮州”的活动拉开序幕。摄影/边静

球表面的垃圾摘除，并放置于对应的垃圾桶内，以亲手做垃圾分类的形式，为“绿色行动·美丽淮州”的活动拉开序幕。慈济的环保志工们则以环保短剧，为现场来宾呈现垃圾给地球所造成的危害。演绎志工们表示：“希望人人都能伸出双手，一同为孩子们的未来留下一个干净的地球。”

实地参访有收获 未来分类不烦恼

为了更直观地展现环保分类，志工带领嘉宾们一同参访金堂慈济

金堂工业园区科协吴燕(右一)表示：“我想回到家之后，首先从我做起，我可以先进行干湿分类。”摄影/边静



环保教育站，观看环保志工如何分类。然后，大家一路参访至成都大爱感恩环保教育基地，透过海报了解现在地球所受到的污染与灾害。慈济志工以多元的角度，为来宾讲解做环保迫在眉睫，不可再等。

分组座谈的环节中，大家都十分积极地发表自己的想法，讨论未来如何落实。淮口一小的教导主任肖青分享：“环保就是行为习惯的一个方面，行为习惯比知识的教育更重要，所以我要做的就是身体力行，要把这方面的知识带给我的家人，大家一起动起来。”

作为一位八零后的志愿者，吴燕觉得年轻人其实是有环保想法的，只是不知道该怎么去做，尤其像

自己在家做完分类后，最后还是跟着一般垃圾又倒到一起，这样的处理让她不明白分类的意义在哪里。

但透过这次“绿色行动·美丽淮州”的活动，她决定回家后重拾资源分类的习惯，吴燕说：“通过这次活动后，大家有意愿做这个事情，政府也做了后期的处理，大家再一起来做这个事情就很好了。回到家之后，首先会从我做起，我可以先进行干湿分类。”

活动的尾声，看着大家对于“绿色行动·美丽淮州”项目的推广表示赞同，志工也邀请嘉宾们一起签下自己姓名、对自己的鼓励及未来环境的期待，期待这份众志成城的愿力能让环保项目顺利达标！



同学们的希望之树

一月二十三日这天，是闵行区二一弘梅小学的同学与慈济志工约定上环保课的日子，该校与慈济志工合作第三次的环保课。

与以往不同的是，这次很多同学都自觉地带来了“大网兜”，里面装的都是上星期自己回收来的塑胶瓶，同学们还认真地填写了上周自己回收了多少塑胶瓶，这样的行为也带动了别的班级一起响应。

别看二年级的黄志杰同学个子小，他提来了满满一大袋塑料瓶，

全班同学每人拿着一个首尾都钻了小洞的塑料瓶，在志工们的帮助下，穿进“希望之树”的树干。摄影/彭永芳





小志杰告诉志工：“我们班去春游的时候，一天收集的塑料瓶就有四十个，再加上平时在路上捡回的，不到一个星期就收集了这么多。” 摄影/彭永芳

志工们都很惊讶他这一个星期是怎么回收了这么多瓶子的。小志杰告诉志工：“我们班去春游的时候，一天收集的塑料瓶就有四十个，再加上平时在路上捡回的，不到一个星期就收集了这么多。”

“当慈悲与科技结合，我们这些丢弃的瓶子可以变成毛毯、衣服、围巾。而这些毛毯还可以带着全球爱心人士的爱，去到深陷苦难的人的身边。”志工刘玉茹带领同学们看了影片《慈悲科技——毛毯》，通过一段大爱感恩科技的影片让孩子们了解，原来回收的塑料

瓶也可以有这么大的用处。

“原来，慈济的志工妈妈们说的‘垃圾变黄金’就是这个意思呀！”看完影片后，志工们又拿着酯粒瓶、大爱纱、毛毯、衣服等，让每个孩子都能亲眼看到，亲手摸到实物。

“勿以善小而不为、不要小看自己，因为人有无限的可能。”虽然两个星期已经过去，但同学们对上一堂课的静思语还能大声地脱口而出。而这一堂课的静思语正好是：“不用少用再利用。你丢我捡，丢者失福，捡者拾福！”相信

同学们回去之后，会更知道如何造福，可以更好的保护大地妈妈。

“这次同学们看到回收再制的实物毛毯、鞋袜，相信同学们更能体会到资源的宝贵，也会更积极在生活中落实环保。孩子们通过这一堂课知道了塑胶对地球和人类的危害，相信他们对比从前会更加地疼惜地球妈妈。”弘梅小学的老师说。

课堂的尾声，“大树爷爷”请出上堂课同学们一起制作的“希望之树”。志工表示这棵只有树干的“希望之树”，需要大家一起来让

它变得枝繁叶茂。

全班同学每人拿着一个首尾都钻了小洞的塑料瓶，在志工们的帮助下，串进“希望之树”的树干，“希望之树”就在每一位同学的共同参与下诞生了。

这棵树是同学们种的最特别的一棵树，它由环保回收的塑胶瓶和金属组成，有三十六片树叶，每一片树叶都是一个塑料瓶，而每一个塑料瓶也在告诉同学们：“不用少用再利用！你丢我捡，丢者消福，捡者拾福！”

就

小朋友好奇地摸着环保纱，想像不出这是如何从塑料瓶变成的。摄影/彭永芳



苏州长者共造环保生态园

阳光明媚，春暖花开，四月二十五日，苏州慈济志工感念多位长者们在志业园区的幸福耕耘，举办春日茶会感恩大家。

举办茶会的地点，此前是一片荒芜的杂草地，经过近一个月的整理，才有了如今焕然一新的模样。而这一切都离不开吴清芬的策划及长者志工、园艺师傅、同仁们的合力参与清理。

今年三月底，志工、园艺师傅、同仁们开始清除枯叶、翻土整地、移植树木。经过一番整理，闲置多年的空地重现土地原貌。接着，志工们积极认领土地，还请来有种植经验的技术人员，协助教授菜园的开垦及播种方法。大家合力承担，个个拿起锄头松土，播种下菜苗，过去荒芜的土地正逐渐变为环保生态园。

“我们每一块地都有一个园长和副园长负责，种植的作物也是多种多样，有香椿、爬藤类瓜果、番茄、茄子、青菜、地瓜、中草药……”负责园区田地规划的杨婕说。

志工戎志成和方容容马上报名

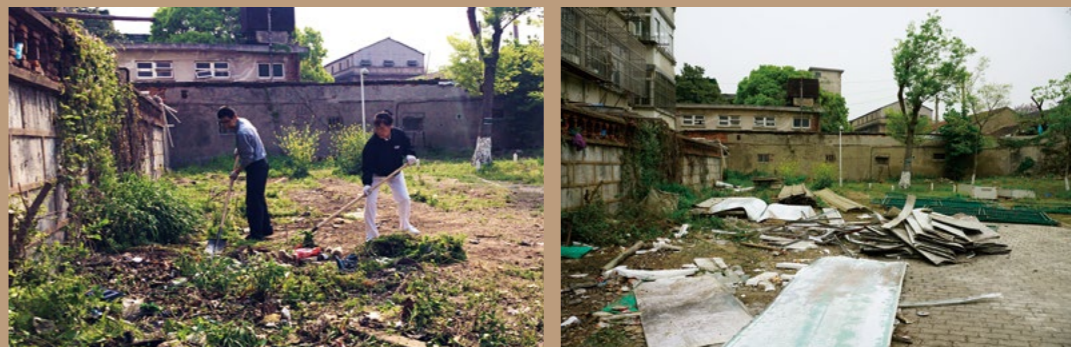
要承包香椿地。方容容高兴地说：“赶在谷雨前已经拔过草翻过地了，我找到了小时候打赤脚踩在泥地上的感觉，特别接地气。”

现在的孩子大多是五谷不分、草叶不识，志工们也希望自然耕种的技艺能传承给下一代。来自吴江的周利菊女士就特地带着刚满三岁的儿子，一起来参与整地。

周女士表示：“孩子来体验种植过程，能知道果实是怎么长成的。这些农作物的成长与收获的过程，和我们人的一生息息相关，如果孩子能够了解，这对他的人生也会有帮助。”

志工们就是利用这整理后春意盎然的空地，为长者办了感恩茶会。活动当天有近百人在此共同品茗、听琴、赏春光，大家如老友一般欢聚一堂，回归纯真，欣于所遇，怡然自得。

在悠悠的古琴声中，每桌的茶人为大众行茶，泡茶汤，大众静心观赏。茶会以品鉴静思蜜香红茶为主。品茶之余，相互分享交流，拉近法亲之间的感情，感恩长者志工



闲置多年的空地，杂乱不堪，沉积了建材废弃物和垃圾。长者志工们参与筹划整理，将杂草、石块清理出去，重现土地原貌。



的付出。同时让长者志工们更加了解慈济，认识组队，了解四季园林计划等，加紧行菩萨道的步伐，不负春日好时光。

转化心态启寿量宝藏

在苏州静思堂有很多“老菩萨”。他们不挑工作默默地为大家奉献付出，是大家一致认同的学习榜样。

六十四岁的长者志工戎志成，患有帕金森综合症，还是每天坚持来帮忙，积极参加各项活动的付出与劳动，如今身体反而越来越健康了。他在茶会上说：“我今天很激动啊，上人创造了慈济，给我们一个平台，感恩所有付出努力的人们，师兄师姐们，感谢你们对我们长者的尊敬。”

“每天在这里看到这些长者

六十四岁的长者志工戎志成，患有帕金森综合症，还是每天坚持来帮忙，积极参加各项活动的付出与劳动，如今身体反而越来越健康了。

摄影/李佳桦

志工们都像看到自己的父母一样，所以我真的很感恩，因为他们的付出，我们苏州的这个家才会变得越来越美丽。”志工张云飞说。

“其实在慈济没有老人，我们都是年轻人。慈济原本有‘八大志业’，我们的上人最近开了第九个志业叫‘寿量宝藏’，就是把五十岁放到宝藏去。把五十岁放进寿量宝藏之后，我今年只有十四岁，感恩有机会和大家结这份好缘。”吴清芬说。

长者们听到“寿量宝藏”，都兴奋地说：“我还不到二十岁呢！”

同样越做越欢喜的还有长者志工周秀芳，她每次来静思堂得转四五趟公交车，但她乐此不疲。存完寿量宝藏只有二十八岁的她表示：“我喜欢这里，在这里做的很开心，有空就会过来。”

有爱有温暖的地方就是家，志工与长辈们一起描绘着家园未来的景观，等待秋天丰收时节的一起欣赏。

慈



古琴音响起，年长的志工们定心凝神，用心体会这一刻的宁静与美好。摄影/赵耀
长者们相聚一堂，如老友相聚一般，欣于所遇，怡然自得。摄影/赵耀





（左图）每月志工探访时都会帮忙爷爷清扫居家环境，因此也让爷爷对志工建立了信任。摄影/杨水红

（右图）志工借用黄奶奶家的灶台烧水，一边洗锅烧水一边跟奶奶聊天。摄影/杨水红

居家关怀启孝心

居住在东莞厚街大径村的黄爷爷，患有糖尿病、哮喘，腿脚也行动不方便，无法清扫居住环境及自身护理，生活状况堪忧。广东东莞厚街慈济志工得知后，每月来关怀，顺便帮黄爷爷清理居家环境。

趁着四月天气温暖舒适，志工们自备打扫工具与盥洗用品，这一回除了帮黄爷爷做居家清扫，还要

为他沐浴更衣。

“爷爷，早！”志工看着黄爷爷穿着似乎一直没有更换与清洗过的脏乱的衣服。于是，志工黄永丽拉着爷爷的手亲切地询问：“爷爷你有没有吃早餐，等下给你洗身喔，好不好？”爷爷立即答应说：“好！”

黄爷爷居住的家中没有热水器，志工只好借用隔壁奶奶家的灶

台烧水，一边洗锅烧水一边跟奶奶聊天。已经成家的大儿子与大儿媳妇，被志工每月探访的真诚付出所感动，因此也愿尽自己的本份，前来帮忙。

黄先生告诉志工，之前曾多次提出帮黄爷爷洗澡，都被拒绝了。甚至大年三十那天，水都准备好了，黄爷爷以“太费劲”为借口又拒绝了。这次终于可以帮忙爸爸洗澡，黄先生一边理发，一边跟志工说：“这些都是我应该要做的。”

洗完澡的爷爷显得格外地精

神，儿媳妇接着也帮黄爷爷洗脚。事后更帮黄爷爷清洗衣服、拖地、整理家务。

整理完后，儿媳妇李女士把平时累积的零钱存入竹筒交给志工。她说：“我也想献一份爱心，希望帮助更多需要帮助的人。”

这次为了帮忙黄爷爷洗澡更衣，志工张福永准备了洗发水、沐浴露、毛巾、指甲剪、洗衣粉等清洁用品，还亲自帮爷爷清洗，处处体现贴心与用心。他说：“帮助需要帮助的人，见苦知福，现在是越

泉州有爱无碍

走进福建省惠安县涂寨镇的旧街，春日的阳光默默地从铁窗照进了昏暗的房子。因去年冬令发放的因缘，泉州慈济志工发现七十一岁的郑阿嬷与养女两人相依为命。志工前去访视时，见到居住环境一片昏暗、堆满杂物，卫生与安全堪忧。征得老人同意后，志工们商议后决定在四月十日这天，帮

老人进行居家清扫。

母女拾荒为生

七十一岁的郑阿嬷身材矮小，脸部长满大大小小的瘤子，整个人似乎与周围的昏暗融为一体。没有结婚的她在二十多年前，收养了一个因病被遗弃的小女孩阿玲，两人

志工展开清扫工作，把屋子里面的垃圾一堆堆搬出来。摄影/沈喜明




(上图)黄爷爷的媳妇跟着志工们一起，为老人家沐浴、洗脚、清扫居家环境。摄影/杨水红

(下图)志工张永福、黄永丽将黄爷爷更换下来的脏衣服清洗干净。摄影/杨水红



做越欢喜。”

志工刘卫明、黄永丽是夫妻。黄永丽分享：“先生进入慈济后，脾气改了很多，对家庭更负责任了。今天来做福田，原本担心他接受不了，没想到他能放下身段给爷爷沐浴。”

“第一次给老人家洗澡，心里也会有畏惧感；人老了要有健康的身体，日子才会过得比较舒服。儿女要孝顺，老人心情也会开心快乐。暑假我会带三个孩子一起来参加这样的活动，要孩子们从小就懂得如何孝顺父母。”刘卫明说。 





志工以人力接龙的方式将垃圾清出。三十多平方米的房屋，清出了六货车的垃圾。摄影/沈喜明



志工分工清洗可以继续使用的家具和厨房用品。摄影/沈喜明



相依为命迄今。

郑阿嬷的视力不好，日常的生活大部分是养女阿玲在料理。然而阿玲智力像十岁左右的孩子，因而她们吃的都是从垃圾桶捡回来的，有的食物甚至发霉变味。

郑阿嬷是有名的拾荒女，捡拾回来的东西全部当宝堆满家中。母女都不懂用液化气和电磁炉，就只是烧柴火煮饭，女儿煮饭都会把火花带出来，非常危险。虽然政府每月发的特困补助金已够两人生活使用，社会各界爱心人士也会不时送来生活物资，但是她们不懂得使用，还是过原始生活。

冬令发放过后，志工一直牵挂着郑阿嬷母女俩的生活，每每前去关怀陪伴，提出帮老人打扫家居，都被老人回绝了。志工并不放弃，经过了三个月的关怀和陪伴，逐渐获得老人家的信任，当志工再次提出打扫时，老人家终于同意。志工把这情况反映给村委负责人，并得到了村镇领导的支持与配合。

志工协助清扫

四月十日早上，五十六位志工，自带打扫工具来到阿嬷家，准备展开打扫工作。屋里的垃圾一翻动，就有异味飘出来，但志工没有丝毫退缩，把一袋一袋的垃圾，以人力接龙的方式，从屋内移到户外分类、整理。很快的，屋外堆起了小山丘般的垃圾。

挑开了垃圾，剩下一些餐具、厨具、桌椅也沾满了灰尘和污垢，黑乎乎的，志工展开了刷洗，附近农用品店老板娘看到志工的打扫，主动打开店铺后门，让志工接她家的自来水来洗刷这些家具。老板娘感叹说：“都是邻居，能帮忙做到



原本熏得乌黑的厨房和脏乱的二楼小房间也换了新颜。摄影/沈喜明



经过四个多小时的打扫和清洗，三十多平方的房子，清理出来的垃圾堆积如“小山”。村干部们协调来农用车，整整拉了六车。志工接着把洗刷干净的家具搬进屋里整理，并送来新的衣橱，摆放在楼梯口，让郑阿嬷母女以后把衣服和被子放在里面，不要再满屋子乱扔乱放，破旧的老屋经过众人的一番整理，换上整洁的新颜。

身心洁净欢喜

“眼睛闭上，头低一点，这样水才不会流进眼睛……”志工王幼梅柔和的声音提醒着阿玲，她像呵护小孩一样，帮着洗头发。把阿玲的头发洗干净后，志工又帮她洗澡、换上新衣服，整个人看起来阳光多了。她开心地坐在椅子上说：“给我剪个漂亮的头发，我很开心；阿姨你们来了，我也很开心。”

王幼梅是专业理发师，整理好阿玲的仪容，又劝着一头乱发的郑阿嬷剪短一些；郑阿嬷怕头发被剃光，就是一味地拒绝，直到女儿阿

玲过来说“理发会好看”，阿嬷才同意。

洁净的“新家”让阿玲很开心，一会儿拥抱这个，一会儿拥抱那个，笑呵呵地说：“看到你们很开心！”当志工给母女俩拍照时，母女俩相拥开心地笑了起来。

郑阿嬷母女因为智力不比别人，会把垃圾当宝，长期以来村

干部与邻居们都对她们的行径感到束手无策；当志工在打扫时，好心的村民就来劝志工不用徒劳，因为过不了几天，母女俩又会把外面的垃圾搬进来……志工谢文辉笑着回应：“我们会持续关怀陪伴，教她们一些生活、卫生的常识以及防火安全隐患的意识，不让她们继续把垃圾搬回家，保持家的整洁。”

慈济照顾户阿玲（左）理发后，换上干净的衣服，整个人看起来阳光多了。摄影/邓福兰



的都很少，只是举手之劳而已。”

一直关心郑阿嬷的黄伟玲是惠安一中的语文老师，她心疼母女二人，所以也是从百忙之中抽出时间赶过来，她参加清扫活动后说：“看到慈济人这样做，大家不怕累不怕脏，就像对待自己家人一样的做事，真的很有感触，还需要多来学习。”

厦门 卷袖爱四载

“感恩”是最美的语言。三月二十五日上午，受厦门市中心血站邀约，慈济在厦门市文化艺术中心一楼多功能厅，共同承办“美丽厦门，卷袖之爱”无偿献血活动，这已是慈济四年来第八次举办献血活动了。

“以前我是问路人，今天我是引路人，这是爱的循环。”在一家公益机构工作的邱雯女士，连续两年参加献血活动，她表示：“来到这里，看到大家就会能量满满。我们在活动中虽然彼此并不认识，但大家并不陌生，彼此之间默契配合，就跟家人一样。”

从初筛、验血，到抽血等环节，志工在来宾身旁耐心陪伴，还会为献血者们送上一杯香喷喷的五谷粉、一小碗热粥、一碟静思小点心和水果，并为他们戴上小红花。



志工手拿献血活动的宣传板在路旁引导交通，期待更多人来参与献血活动。
摄影/张川

陈丽芬女士原本带孩子来学习跆拳道，看到献血活动就报名参加了，她表示：“献血过程中感受到慈济志工很细心地照顾，非常开心。我留下了联系方式，希望以后

也能到慈济来付出。”

另一位献血的王先生说：“六年前我的一位朋友加入慈济后，变化很大。受他的影响，我也走进慈济见证了人间的美善。”

志工许梅杏从九年前就开始献血，今年已临近献血年龄上限的她，这次也专门带着十一位翔安志工来到现场参与献血。

小学二年级的赵士诚拉着爸爸



来献血，他说：“爸爸太胖了，献血可以减肥。献血还可以帮助病人‘奔小康’，就是说得到小小的健康。”幽默的言语逗得大家十分开心。

在等待赵爸爸献血期间，士诚在一旁看《慈济月刊》。他与陪伴的志工分享月刊中，在垃圾堆里拾“宝贝”的老奶奶的动人故事，还分享了自己拾矿泉水瓶，义卖助人的事。

三明市中心血站的刘晓芳女士，昨晚特意从三明赶来参与献血活动。她说：“从进门到献血结束我都非常激动、兴奋和感动。不管是活动流程的安排、《慈济月刊》的摆放、点心的制作还有给献血者佩带红花等，满满的人文关怀，令人印象深刻。”

穿红马夹的苏刘基看上去普普通通，但是胸前挂满了各式无偿献血的奖章，特别引人注目。“血站只要有需要，我都在所不辞。”自千禧年以来，苏刘基无偿献血有一百次，献血量已超过四万立方厘米。

有一次过年，苏刘基和家人正在准备年夜饭，血站打来电话，他顾不上吃口年夜饭就立刻赶到血站；二〇一六年“莫兰蒂”风灾时，身在外地的苏刘基又匆匆赶回厦门献血。曾五次获得无偿献血金奖的他表示：“父母从小教育我要

助人为乐、回报社会，我只是做了分内之事。”

接力爱的同心圆

青年慈济志工黄俊斌患有强直性脊椎炎，但为了让更多的人参与有爱的活动，他坚持站在路口，向路人告知献血活动。

黄俊斌表示：“对方愿意接受，我会高兴，对方不理睬，也可以理解。这套服装给了我很大的力量。虽然一个人的力量是微不足道的，但是每个人都付出一份爱，这个世界就会变得更美好。”

曾五次获得无偿献血金奖的苏刘基表示：“父母从小教育我要助人为乐，回报社会，我只是做了分内之事。”摄影/邱立华



（上）志工许梅杏（左）也来献血，虽临近献血最高年限六十岁，她觉得献血是尽本份事，听医生说还可以献，很高兴地来献血。摄影/邱立华



（中）志工为献血者准备点心补充营养，来宾对于谷粉饮品十分好奇，纷纷询问。摄影/张川

（下）首次参与慈济献血的爸爸赵安刚，连连对志工说：你们这么周到、热情。摄影/王燕玲

衲履足跡

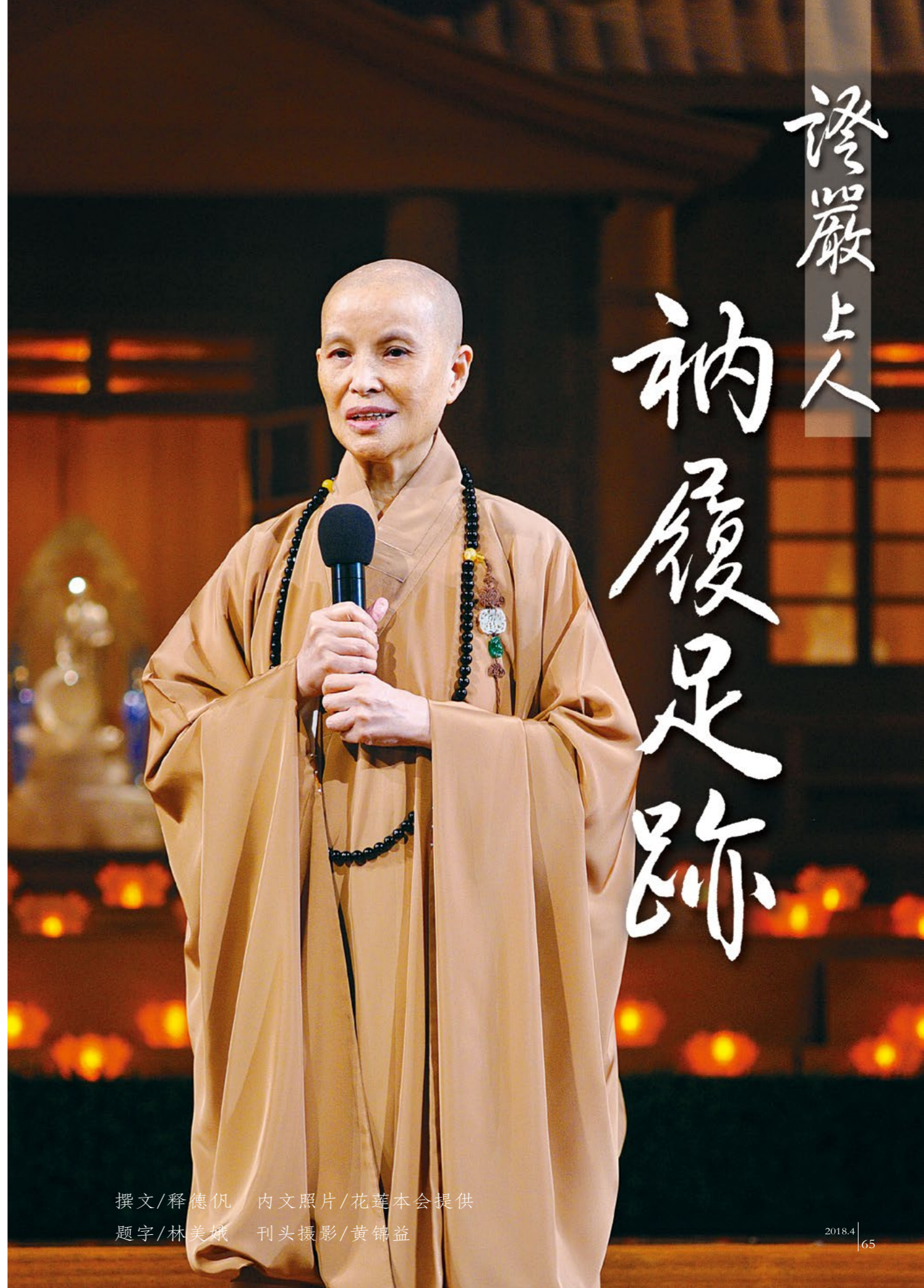
来自厦门大学的青年志工谢樟馨说：“早上我们班同学很早起床坐公交车来到这里，虽然比较辛苦，但是大家很开心，因为做了很棒的事情！来到这里之后，大家都互相帮忙，做任何事都非常积极主动，一丝不苟。这让我们相信，原来真的有这么好的团队，有这么好的人，以后有机会还要再来。”

来自泉州医疗团队的江浩医师与四位医疗志工来观摩活动，以利回到当地深耕付出。在参加了去年

的医疗联谊会后，江医师了解到慈济能够帮助更多需要帮助的人。他表示：“今天的观摩学习，让我对举办献血活动更有头绪，流程梳理得也更加顺畅。期许将厦门慈济献血活动的人文带到泉州，带动泉州人医做得更好。”

在献血活动结束后，曾晓新主任说：“希望通过慈济组织的‘美丽厦门，卷袖之爱’活动，带动更多的单位、团体和爱心群众来参与，让更多病患及时得到血液的输救。”^{【註】}

首次献血的蔡美盛（身穿红衣者）说：“献血是有益众生，成就自己的事。”摄影/邱立华



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

3/1 《农正月·十四》

转法轮，精进行

【静思小语】身体力行“转法轮”，让生命光辉影响人心。



平等观，无分别

要修得“平等观”的开阔心境，对世间众生普施大爱，就要认真修持、体会佛法道理，“转识成智”，直到心境与宇宙真谛会合，对于世间有相、无相，以及有为、无为之法，都能通达理解，自然能够平等观一切。

早会时间，上人开示，若只以知识判断人间事相，会起分别心，无法平等看待一切；要训练自己将眼、耳、鼻、舌、身接触到境界以后产生的五识，转为“成所作智”，驱动自己成就利益众生的好事。

转第六识的意识为“妙观察智”，分析世间生灵皆有其生活型態，应该和平相处；转第七识成为“平等性智”，理解众生皆有真如本性，破除人我之间的分别，也破除对于物相、事相的执着。

“体解佛法，还能加以应用，不受复杂的人间事污染，这就是转八识为‘大圆镜智’，心无所着，不畏困难阻扰，在菩萨道上持续精进。”

转心念，转人生

菲律宾计顺市杳杳伦里，距离静思堂约五分钟车程，在二月二十八日清晨四点发生大火，三百九十二户受灾；志工立即踩着三轮车，前往市场采买蔬菜、面包，为受灾民众烹煮热食。

当区有许多穷苦人聚居，但是居民乐于付出，有不少人是定期捐款的慈济会员，志工一一关怀灾后生活。本土志工沃丽塔也是受灾户，但她心宽念纯，感恩家人平安逃出，只是不舍灰上衣志工制服在大火中烧毁。火灾当天也是菲律宾分会的朝山日，沃丽塔师姊多年来坚持在每周三朝山、薰法香，她特别去借了一件灰衣制服来参与，随后也前往环保站帮忙烹煮热食。

“这场意外没有障碍他们的心，照常参与朝山、做环保、煮热食供应。”上人不吝本土志工生活清苦又受祝融之灾，然亦佩服他们无得失、虔诚精进之心。

新北市李嘉霖师兄，从十八岁

开始沉沦毒品，二十年间进出监狱多次；一日看到大爱台长情剧展《丘医师的愿望》，被关山慈院丘昭蓉医师毕生奉献偏乡医疗、人生最后捐赠大体的精神撼动，开始到环保站做志工，进而彻底戒除烟、酒、毒瘾恶习，并且经过见习、培训，受证慈诚。

师兄的改变，让家人对他重拾信心，也让他找回自信。他和慈济法亲一起到监狱关怀受刑人，来到曾经进出多次的狱所，内心百感交集。

“过去他是坐着囚车，从侧门被押送进去；现在他已经可以大大

方方，从正门进出，去为那一群和他过去一样误入歧途的人分享，为他们传法。”

上人说，丘医师虽然往生多年，其人生典范仍然在人间“转法轮”，“她的精神慧命还在发挥能量、转变人心，一念心转过来，就可以帮助、影响很多人。”

“晨语讲述《法华经·分别功德品》提到‘持陀罗尼门’、‘旋陀罗尼’，即总持法、转法轮，不只是自己通达佛法，还要在人间转法轮，让生命的光辉持续照耀人间。”

3/2 《农正月·十五》

合与和

【静思小语】合心还要人和，团体才有力量。



贫中之富

二月十九日，莫三比克发生垃圾山崩塌事故，十多人被掩埋而丧生，幸存住户被安置在收容中心。莫三比克慈济志工赶往灾变现场、收容中心关怀，并克服困难进行赈灾，即使运载志工与热食的车辆卡在泥泞中，他们坚持步行前往付出。

“他们整齐的队伍走到安置中

心，和善沟通、尊重地慰问受灾居民，感动了公部门的人，放心让慈济进入帮助。”志工早会中，上人谈到受灾居民一无所有，安置中心卫生恶劣也威胁健康，志工赶紧采购水桶、肥皂、牙刷等盥洗物品发放，民众也在志工引导下井然有序领取，公部门的人十分赞叹与佩服。

“每次谈到这一群在远方的弟子，总是由衷欢喜！他们的生活穷



▲ 花莲慈大附中小学生呈竹筒扑满，期望以自己的力量付出助人。（3月2日）

苦，却能发挥丰富的爱。‘菩萨十地’中，他们已经到达欢喜地、离垢地与发光地，心灵富有，展现人性的亮丽光辉。”

“在我面前的这群墨西哥弟子也是宝！”十多位墨西哥本土志工，昨天晚间回到精舍，上人欣言：“他们在墨西哥大地震之后，走出心灵的阴霾，投入爱的能量，和慈济人在一起为受灾乡亲付出，将近一百天。这份爱连绵不断地在墨西哥延续，相信这一颗颗种子能长成菩提林，让人性之爱在墨西哥发光、发亮！”

栽培人才

与王端正副总谈话，上人表

示，栽培人才是志业传统的重要方向，需要有积极负责、精神理念精准的人，才能将人才培育做得既精又实；否则培育出来的人才偏离法髓精神，要再调整回来，就必须耗费很大的心力。

例如推展合和互协四合一，大家如果没有掌握好精神观念，只着重在纵向传达，缺乏横向沟通，变成功能组各自发挥，精神力量分散，也谈不上“人和”。

“‘人和’是团体的每一个人都和和气气；团体要有人和，必须先‘合心’，否则没有共同的方向，缺乏主轴纲领，心不合、气不和，各做各的、没有默契，就无法汇集力量。”

上人表示，人人确实体解法髓，就会很清楚四合一架构该如何运作，横面、纵面沟通无碍，整体运作顺畅，不会像老鼠跑轮圈一样，做得非常辛苦却只是原地踏步。

莫三比克的本土志工，以一分无私大爱，乐于付出，进出行仪让人看见慈济团队的善与美。上人以此说明，这股从内心散发的人文气质，就是一直以来想要慈济人做到的人文品质，也是慈济人要世代延续的法脉精神。

上人期待，人文志业对于法脉宗门文史的汇整与出版，要有一个

合和互协的团队，负起使命责任统整，不为营利，而是为了传法入人

群，显明慈济形象，净化人心、教育大众，让法脉宗门世代流传。

3/3 《农正月·十六》

慈善的智慧

【静思小语】行善助人，要悲智双运，才能福慧双修。



百年树人

江西宜春偏远山乡的白竹小学，与慈济结缘二十二年；当初因村民自发募款建造的校舍已成危楼，一九九六年六月，宜春市张砚华副市长联系，请台湾慈济基金会协助，由上海慈济人前往评估，同年十月动工重建，一九九七年五月启用。

志工早会，上人谈起慈济到大陆偏远山乡助学，二十多年走来，最初接受助学的孩子已经在社会奉献长才；透过人文志业的追溯、探访，看见孩子的成长，也看见菩萨足迹。

当年要从上海到宜春，搭车、乘船、走山路，慈济人克服困难，深入困苦山村关怀。世代居住在此的万家，夫妻不管生活再苦，都想尽办法让三个孩子读书；慈济人感动于父母对孩子的用心，持续助学

到孩子大学毕业。前年，大爱台同仁随着慈济人再访当地，万家的么儿万良红已大学毕业，目前是地质工程师。

“看见孩子长大了，我很感动，也感恩慈济人不辞辛劳来回探视、帮助偏远山村的穷困家庭。”上人欣慰说到，二十多年来，慈济人关怀江西宜春袁州区一带，已经累积助学三万多人次，资助贫困家庭两万多户，其中逾百名受助学生在各地加入慈济志工。

又如贵州扶困，不只协助世代贫困的山村居民迁村，也援建学校，帮助孩子就学，两年前得知已有两百多个孩子大学毕业，也有人学成后回乡服务。

“时间可以成就道业、事业与学业，懂得爱惜、把握、应用时间，生命就有所得，切莫让生命空过。”上人感恩慈济人悲智双运，

应各地状况给予苦难人最适当的帮助，在菩萨道上福慧双修。

“修福，要走入人群，以慈悲心为众生拔苦；修慧，是在帮助人的过程中提起智慧，重点、直接、尊重、及时、务实，将有限的资源运用得淋漓尽致，能够翻转苦难人生。做慈善，要悲智双运，才能福慧双修，这都是行菩萨道必修的法。”

师徒真情

与大陆实业家谈话，上人叮嘱，学佛不是只在文字名相钻研，而是能将所学到的佛陀教法，运用在生活中、在人与人之间。

上人说，静思精舍是慈济人的家，没有信徒，只有弟子；弟子回

到“家”里，会与常住一起出坡，或是到大寮帮忙香积，帮忙做“家事”。即使缺乏务农经验，和常住在田里耕作，做得很辛苦，但是人人乐在其中。

“我不要求弟子的供养。精舍每天三餐，是大家付出体力一起承担。慈济人回到精舍，和常住一起生活、做事，常住也会分享法，让他们有感受、有心得。我们享受到的是师徒之间的真情，感觉很满足。”

“期待大家有机会常回来了解静思法脉，法脉涵盖静思精舍的常住生活，从生活中展现法脉的精神理念：精舍是一个大家庭，这里没有信徒，只有师徒。回到精舍补充智慧资粮，回到各自的居住地就有能量再投入社区，在人群中修行。”

3/4~5 《农正月·十七至十八》

有愿有力

【静思小语】 志愿相同、心力相合，再辛苦也甘愿。



有志一同

四日，墨西哥志工一行十四人与上人座谈，即将任职墨西哥农业局的奥兰多师兄，非常赞叹慈济的

环保观念与方法，希望将此理念带回实践，并发愿与所有墨西哥志工共同努力，让墨西哥、让世界变得更美好。上人鼓励道：“愿很大，不过只要大家的心合起来，力量聚



墨西哥志工呈献墨国民众捐助花莲地震的捐款，有九成捐款来自去年墨国震灾受慈济帮助的受灾居民。（3月4日）

“皈依僧，佛陀入灭，佛法道理由出家僧人流传。慈济将佛法与世间事相会合，带着大家一起实践佛法。从此以后，你我师徒的共

识，就能做得到。”

墨西哥志工呈献墨国民众捐助花莲地震的捐款，罗德里戈师兄表示，有九成捐款来自曾受慈济帮助的地震受灾居民，大家以感同身受的心，祝福台湾的受灾者。

即将返国，墨西哥志工请求正式皈依。上人说明，皈依并非要大家改变宗教信仰，全球的慈济人纵然信仰不同，却都认同慈济精神理念，有志一同付出。“对我来说，皈依没有特别的仪式，所注重的是一念心、一个志愿——也就是佛心师志。以清净单纯的信念，用开阔的心胸、平等视众生的智慧，为天下众生服务。”

上人开示皈依意义：“皈依佛，要了解真理，让自己的心与道理会合，运用在生活中、人与人之间。”

“皈依法，深入经藏，不要迷信、要智信，打开心门包容一切，用法启发智慧。”

识，就是为天下而付出。”

上人教导，每个人的心中各有一片天地，看法、见解不同，但是人人都有纯真善良的本性，如今更有共同的志愿，将慈济种子带回墨西哥，就地耕耘、成就茂盛菩提林；“不要轻视自己的力量，就如慈济是从日存五毛钱开始做起，响应的人多了，合起来就有一股救济贫苦的力量。”

心灵依止

“每个人有各自的心灵世界，有不同的习气；不过，人人心中都有一粒种子，也就是真如谛理，是众生最清净的本性。就像慈济人的想法不一定相同，但是有共同的方向、理想，肯定、认同慈济在人群中力行佛法而来投入，再辛苦也甘愿。”

与志工谈话，上人说明静思精

舍是静思法脉发源地，也是慈济根源所在，不是观光道场，而是修行丛林；因此精舍入口的设计，会先走过一段林木掩映的道路，渐渐看到庄严大殿，让有心要来了解、来取法的人，归向心灵依止处。

“精舍没有来拜拜求平安、添油香的信徒，精舍是慈济人的家，师父与慈济人有师徒之缘。昨天就许多慈济人‘回家’，帮忙常住收成姜黄等农作物。”

稍后与高雄慈济人座谈时，上人也分享，精舍农忙时，各地慈济人回来帮忙；各地慈济志工也会安排时间回精舍和常住共同作息，身心精进，为自己“充电”。

“我很感恩、很知福，很珍惜有这么多好弟子；而在座多位也跟着师父走过几十年，从发心到现在，也是很珍惜这分师徒之情。”

慧命无量

有师兄询问，上人之前先说开设“寿量银行”，为何后来改说

“寿量宝藏”？

上人表示，一般大众对于“银行”的印象是寄存、借贷融资的机构，提存的都是有数、有量；“宝藏”则无限量，而且师父所设的“宝藏”攸关慧命。“师父在《法华经·如来寿量品》说过，佛寿无量，是什么无量？是慧命无量。”

“慧命是永恒的，真如是人人之本性。修行就是要修习气，修除无明，回归清净真如。觉性无量，生生世世慧命无穷尽，这就是‘寿量宝藏’的意义。要尽此身命，善用时间殷勤精进，将有限的生命转为无限的慧命！”

“之前教大家把五十岁存起来，是要将五十年的人生经验转为慧命，此后不要受限于岁数，充分发挥生命良能。要将经验传承给中生代或年轻一代，但不是不做了，还要持续在团体中陪伴大家，和团队一起做事。”

“师父所说的法，你们用心吸收而慧命增长，师徒之间的慧命才会连贯。大家传法脉，师徒慧命相连。”

3/6~7 《农正月·十九至二十》

成就好事

【静思小语】忍一时，可以成就长远，得与失就在一念间。



莫桑比克发生垃圾山崩塌事故，本土志工立即勘灾发放物资。（摄影 / Jose Carlos Mathambene）

适意柔软花

初春三月，美国东部仍有大雪；三月二日一早雨雪强风吹袭，然而这一天也是慈济新泽西分会每周五固定的食物仓储发放日，志工们风雪无休抵达会所，并且贴心调整流程，先把蔬果包装好，让民众抵达会所签名以后，可以快速领回家。

七日志工早会，上人谈到新泽西慈济人不忍心低收入户在寒冷天候中挨饿，还是准时来到会所准备。

“就如佛陀说法时，在闻法者最开心、欢喜的时刻，会从天上撒下花朵，称为‘适意柔软花’。照顾户拿到可以安度一周的食物，而且不需要停留很久，能够赶快回家，这分心意多么温暖、柔和，就



是最及时的‘适意柔软花’，予人解困，平安地过生活。这也是全球慈济人的菩萨心与菩萨行，不论多么辛苦，都愿意为最需要的人及时付出。”

前天智利慈济人回到精舍，分享志业现况；智利国土从北到南有四、五千公里，慈济志工人数不多，生活在不同地区也难以相互支援，但是人人都具有助人的诚心与使命感。

日前志工关怀一户来自委内瑞拉的居民，他们逃离政经动荡的社会，却在智利租屋后身无分文；志工彼此联系，募得二手家具、御寒衣物送来，并为孩子申请学校，并张罗急需的制服、文具用品，让一家人安定身心。

这个家庭的太太在委内



菲律宾马尼拉亚典耀大学副校长荷西克鲁斯神父（右一）来访，此行率团与慈济进行教育交流。（3月6日）

瑞拉从事教职，先生是复健师，虽夫妻俩都有工作，但是委国通货膨胀非常严重，民生凋敝，两人所赚的工资竟买不了一盒鸡蛋……

上人说，相较于美东大风雪的恶劣天候，还有委内瑞拉的民不聊生，台湾民众生活在平安富乐的

环境，要心存感恩，见苦知福、惜福、多造福。

“再如何遥远的国家，只要有慈济人，当地苦难人就有机会得救；只要人心有爱，人人都能发挥爱的能量，即使天寒地冻，也能温暖人间，让冰冷的世界解冻。”

3/8~9 《农正月·二十一至二十二》 穿上使命感

【静思小语】无形的品格与精神，展现于言行与仪表。



自我提升

《法华经·分别功德品》中，描述诸菩萨闻法得法益，虚空中如雨般降下曼陀罗华、天衣、璎珞等宝物，庄严殊胜，大众欢喜踊跃。八日志工早会，上人谈到，在经典中，佛陀说法时常有天女散花、天雨天衣、天香等叙述，传达众生听闻佛法而有所体会的欢喜心，心境清净、开阔，而与自然环境相合。

上人表示，人人的清净本性就如经典描述的美好境界；有因缘闻法、修菩萨行，就要精进用功，从“欢喜地”、“离垢地”等一层层自我提升，将覆盖在真如本性的无

明一层层清除，透发智慧之光，到达“发光地”、“焰慧地”。

上人谈及墨西哥本土志工来到台湾寻根，用心学习慈济人的进出威仪，学菩萨就要像菩萨。在花莲参访志业体时，聆听慈济大学曾国藩副校长介绍大体老师，深受感动而流泪，对人生、对生命有更深刻的体悟。在精舍正式皈依，发心立愿见习、培训，要穿起慈诚、委员制服，承担墨西哥的慈济志业。

“慈济制服穿在身上，就要负起使命。”衣着除了蔽体、御寒，也能显示人的品格，上人引申经典中所说的“天衣”，代表无形的精神与人格；慈济人的使命与品格，

即由仪表、言行表达，墨西哥本土志工也已经学习如何传承法脉、承担使命，为社会奉献。

打通心路

“教育志业要守护慧命，不只传授人间知识，且要培育出有爱心、有良知、有智慧的人才。”上人在教育董事会中勉众，在不断变化的社会环境中恒持初发心，合和互协达成教育使命。

东部求才难，更难得找到愿意以生命投入、真诚奉献的专业人才，上人期待教育志业能够培养出有志一同、具有使命感的好人才。

“四大志业要紧密互动，相辅相成。期待各位董事，从过去、现在到未来，对于教育志业一样地关心与协助；同佛心、共师志，慧命

延长、精神永恒。”

在医疗志策会中，主管同仁报告医疗资讯系统优化事宜，上人感恩跨院团队合和互协，共同成就。资讯系统优化，是为了让医疗更及时抢救生命、守护健康，尤其资讯科技日新月异，需要与时俱进，让整体运作更加顺畅无碍。

“感恩过去的拓荒者，从无到有，开辟道路；虽然这条路还是行得通，可是也要规划并开拓通往未来、通达世界的大道。”上人感恩主管、同仁们，跨院、跨志业体，将“心路”打通，克服己心执见，以大局为重、以慧命为主轴。

“为了未来的志业运作，要把握此时此刻用心去做，再大的困难都要面对。朝正确的方向持续往前走，终究也会度过困难，开辟出大道，让后来的人接力铺路。”

3/10 《农正月·二十三》 放不下“我”

【静思小语】我执放不下，障碍别人，也障碍自己法入心。



负起传法使命

上人晨语开示：“人世间甚

稀有，佛出世启觉道，用大慈悲观机，善巧方便投教，说真谛法常住，喻觉性寿无量，说法华教善

萨，得闻妙法欢喜。”

两千五百多年前，迦毗罗卫国悉达多太子出生，以其成长历程、出家修道、觉悟成佛、大转法轮等示相，教育当代、后世，也为众生开启“觉道”，引导众生出离无明迷惘，用心、用生命体会真谛。

上人教大家深入思考：既已听闻佛法，也很认真修行，为什么一面对境界，又显现凡夫习气？是因为心被时间、空间、人与人之间围困，跳脱不了“我”的习气。

“悉达多太子出离皇宫，看尽人间事，体悟大自然法理，彻底放下私我，才能以出世精神与天地宇宙相合。若还是有‘我’，会去分别你、我、他，我执放不下、道理看不开，既障碍自己也障碍别人，障碍了法入心，无法通彻天地自然的真谛。”

“世间稀有的觉者佛陀出现人间，有幸接受佛陀的教法，能不能好好把握、正确流传？”上人感叹，无论在佛世或后世，大家听了佛法而法喜充满，能否就此放下我执、提升觉性，开阔心胸而与天地宇宙相合？实在很难！所以总觉得时间易过，佛法难存，因为各人有各人的体会，各人有各人想过的生活，总是迷在“我”而难以觉悟。

《法华经》畅佛本怀，也就

是觉悟的心灵境界，应闻法者的根机，一再譬喻解说。虽说“真谛法常住”，但是人寿有限，即使听法能够了解，也愿意发心行菩萨道，然而“发心容易恒心难”，人生随着自然法则渐渐老去，也会觉得心有余而力不足。所以在《如来寿量品》中，佛陀说明佛寿无量，意即慧命无量、觉性永恒，鼓励大家提升智慧，带着清净的慧命种子，生生世世延续。

在《从地涌出品》及《如来寿量品》中，佛陀在法华会上，应弥勒菩萨提问而说法。据经典记述，弥勒菩萨下生成佛，还要再过亿万年；在这么长久的时间，菩萨不断在人间修行，释迦牟尼佛与过去的古佛也持续陪伴。

佛陀应弥勒菩萨提问而解说，是“今佛传法未来佛，如子承父志”；佛陀与菩萨是师徒关系，导师将法传予弟子，就像父亲传承家业给孩子，“父作子述，善继父业”。

“弥勒菩萨向佛陀请教未来如何度众生，用心学习，这不但是‘父作子述’，述说佛陀教法而铭记在心，更是‘师作徒传’，由弟子将师父的教法传承到后世。”上人言，世俗家庭子承父业，都要“父作子述”，才能让父亲安心交托，何况“为佛教，为众生”的志

业，更要及时记录，用心传承、交接，期待弟子们负起传法的使命！

3/11 《农正月·二十四》

应用菩萨法

【静思小语】不能只在“如是我闻”的佛典文字钻研，还要掌握世界脉动，走入人群广结善缘。



除心田杂草

大林慈济医院主管、同仁返回精舍三天两夜，体验精舍修行生活。同仁们分享，跟着常住师父出坡，到田里除草、挖姜黄，深深感受农耕不易，也体会到精舍师父的辛劳。忙碌工作中把握机会回来“修假”，虽然身体感觉疲累，但是心灵充实、欢喜。

上人开示时提到自己出家前，常在慈云寺跟着常住下田“犁草”（闽南语“拔杂草”），面对一大片水田，要从这端“犁”到对面的田埂，需要一段时间才能完成，于是一面背诵“大学之道，在明明德，在亲民，在止于至善……”内心用功、身体出力，杂草一一拔除，也把经典背起来了。

“我很喜爱寺院下田工作的气氛，离家修行以后，就立下心愿，

要自力更生，心灵没有负担，自然就没有杂念，可以理直气和地为天下人做天下事。”

上人说，天下事无法只靠一个人或少数人来做，必须大家一起投入力量；慈济四大志业从慈善志业起始，就会合许多人的爱心力量，应社会人间所需而发挥良能。

上人谈到，之所以发展医疗志业，是因为在慈善访视中，看见“因病而贫”或“因贫而病”，家庭支柱因病倒下，生活无以为继，或是因为家贫无力就医，小病拖成大病；因此，慈济医院的使命并非营利，而是救命。

大林慈院位处乡间，前来求诊的老人家很多，上人感恩同仁们以同理心真诚地疼惜他们，也负起守护生命、守护健康、守护爱的使命，希望这份精神使命能长久维持。

“大家愿意守在淳朴的云嘉乡

间，这一分真诚，一定要与法脉连结。所以希望大家能像这样经常安

排时间‘回家’，回到法脉慧命之家，带着法喜而归，延续慧命。”

3/12~13 《农正月·二十五至二十六》

碰到瓶颈时

【静思小语】发心容易恒心难，以“忍”安住心念，为道心持续加温。



环保人文

“地球生病了，大乾坤的污浊来自小乾坤的心灵，众生以各自的观念，在生活中造作，形成恶浊的社会风气。要清净在源头，净化人心，把人人的观念习惯调整到正确的方向。”

听取无锡潘霄燕师姊等人报告后，上人开示，学佛修行，就要在

人群中；与人互动时发现自己的缺点，就要用心把缺点修好。

上人说，行菩萨道看似不断对外付出，其实同时是在向内修养自己。刚开始发心修行，很有热忱，然而“发心容易，恒心难”，时间久了，热情慢慢冷却，遇到困难就停下脚步。所以要持续“加温”，以“忍”安住心念，维持热情，这也就是近日晨语所说“加行道”之义，加强精进的力道。

潘师姊播放无锡慈济环保教育站活动影片，慈济环保获地方政府支持，融入社区及校



福鼎管阳镇西昆村每周六环保回收日，回收车走入户收取资源回收物，带动村民落实环保。（摄影／郑尔婷）

园，上人教示把握好因缘，在各地普遍推展，做出成效。

“慈济做环保，将物资回收再利用，最重要的是净化人心，也净化天地浊气。无锡有几百位环保志工，能够到各地去宣导环保做法，每一位都是具有节能减碳观念的环保种子，很有希望！”

上人鼓励，认定是正确的方向，做得精实，还要加把劲推动；中国大陆幅员辽阔、人口众多，若是缺乏环保观念，环境污染愈来愈严重，也会危及健康。“不能只凭少数人来做，也不能觉得自己力量微弱，就放弃不做了；端看自己是否有真诚的心，愿意为改善地球环境而努力。”

稍后与志业体主管同仁们谈话，上人敦促大家用心积极做好环保志业的历史纪录。台湾环保志工在这二十多年来将环保回收分类做得非常细腻，长年累月、不分晴雨地投入，甚至是全年无休，很令人敬佩，需要同仁用心将“环保史”与“环保法”整理、书写完成，彰显环保人文，流传后世。

“从源头厘清，让人知道如何从净化人心进一步净化地球，从精神面带动出实际行动；无论是精神的脉动或环保的脉络，都让人看得见、摸得到。”上人说，慈济环保的发祥地在台湾，台湾环保志工的精神很宝贵，要将之具象化，成为可以推向全球的环保教材。

3/14~15 《农正月·二十七至二十八》

守护师道尊严

【静思小语】视教育为崇高志业，以使命感传道授业，守志奉道，才能让学生“尊师重道”。



乐说法，真闻法

《法华经·分别功德品》描述，闻佛说佛寿无量，有无量众生“得大法利”，并且发无上心。弥

勒菩萨代表闻法众说偈赞佛：“世尊说无量，不可思议法，多有所饶益，如虚空无边。”

十四日晨语，上人解说佛法之不可思议：“或为理之深妙，不可

以心思之，或为事之稀奇，不可以言议之。其所以言妙者，故名不可思议。”

佛法深奥微妙，要能听入心中，并且贴切体会道理，实为不易；众生在长久的时间，不断造因、结缘，承受果报，又在苦中造业；分析每一个人、每一件事，都包含复杂的因缘果报，又与更多人、事牵连，难以道尽。

佛寿无量，从过去、现在到未来，把握因缘，运用无量法度众生；时间之长久、空间之广大、所度众生之数量，不可思议。上人说，要学习佛陀运用佛法“饶益众生”。

第一要“发大智心”——不断求法、闻法，而且要在人群中历练，因为“不经一事，不长一智”，在为人付出、与人互动的过程中，智慧不断提升。所以，饶益众生也是饶益自己。

第二要“发大悲心”——悲悯众生因无明不断造业，轮回受苦；因为不忍众生受苦，以“人伤我痛，人苦我悲”的悲心救拔。

第三要“发大愿心”——依四弘誓愿：“众生无边誓愿度，烦恼无尽誓愿断，法门无量誓愿学，佛道无上誓愿成”，不断“上求佛道，下化众生”。学佛法，就是要这么殷勤！

“此时因缘殊胜，运用网路科技及时传讯，大家在固定时间，集中在会所就能听法；听闻之后有心得、能够运用，再对别人分享，见到对方闻法欢喜、乐于接受，自心亦是欢喜感恩。闻法、说法、传法，就是这么自然与虔诚，饶益众生；起大智、求大法、度众生，就是我们的目标。”

上人勉众，将佛法吸收入心，运用在人群，净化人心，就像从天上降花雨、散香气、奏天乐一般，散布微妙音声，让人心开意解。

“了解佛法意涵，毫无偏差地运用在生活中，用供养未来佛的心态‘乐说法’，才是真闻法者，达到闻法的目的。”

守住教育品格

“师长要为孩子开道，传道、授业，导向正确的人生道路。”十五日，听取教育志业蔡炳坤执行长及慈大、慈科大、花莲慈济中小学、台南慈济中小学四校校长报告校务，上人感恩每位校长守住教育品格，在社会价值观持续变动的时代，共同守护教育之“道”。

上人叮嘱执行长及各校校长，要让教育志业体的同仁清楚认知，慈济学校最注重的是道气品格，老

师要负起为人师表应有的责任，视教育作为崇高的志业，以使命感传道，才能让学生“尊师重道”，也提升自己的生命价值。

教育志策会中，上人引申“博闻爱道，道必难会；守志奉道，其道甚大”，表示教育本就有“传道”之责，老师有责任开辟、铺平道路，并且引导孩子走上这条平坦大道；教师守好教师之道，以身教让学生懂得守好学生的本分，将来出社会，也能守好家庭的本分、职业的本分。

“我也是守志奉道，不论如何都坚持上台讲述《法华经》，不敢浪费时间，这是我的使命。最近讲到闻法大众得受法益，虚空中降下天衣，这是一种形容，‘天降大任于斯人’。当老师就有使命、有责任，要照顾好师道的尊严。”

上人提及海地如济神父，虽然是天主教的神职人员，却有地藏菩萨的精神，长期照顾着如处人间地狱的贫病残老、穷困学生；原本资源匮乏，一星期只能供两餐，现在有慈济送来的台湾爱心米，可以一周供五餐。

如济神父去年来台参访，回到海地后穿起“蓝天白云”，表明自己是慈济人。“他有为苦难众生付出的使命感，如同背负起十字架一般地实践这份使命；现在他说要发挥慈济精神，为天下挑米箩。”

上人举此为例表示，无论是助人者、受助者，带动者或受带动的人，都是出于真诚，彼此了解、相互勉励，共同行道。期待身在慈济志业体的同仁，都能了解慈济四大志业内涵，具有慈济的道气品格，职志合一，守志奉道，并且精实行道。

3/16~17 《农正月·二十九至二月初一》

善根稳固

【静思小语】身、口、意常在法中，稳固善根，结无量善果。



敬重善法

晨语讲述《法华经》，进度

已至〈分别功德品〉，经文描述闻法大众体解佛理而欢喜踊跃，有天降花雨、天衣、璎珞等宝物形容



◀ 今年二月，慈济在海地太子港展开今年首度大规模发放，提供来自台湾的白米给七千六百六十户家庭，让他们维持温饱两到三个月；当地志工并发动募捐，邀请居民援助花莲震灾。（摄影／岑慧意）



理解，众生要得度就不困难。

佛陀累世累生度化众生，成就无量世界的无量菩萨，已成就、当成就，勤行、努力中的菩萨群，在灵鹫山的法华会中一一现前，多宝佛以及随同多宝佛而来的菩萨众还在法华会上，十方分身佛也在场，亦有散花、香气、天衣、璎珞等殊胜瑞相，这是“昔所未曾有”，显示述佛本怀的《法华

此法之殊胜。十六日，上人于晨语开示：“谓善推妙德，饶益众生，使得善法利，不生厌想；是善能利益一切众生，谓饶益有情善行无量。”教大家体会佛陀的苦心，承佛心志，发弘誓愿。

“佛陀期待人人能得到善法利，生生世世都在人群中说法，施善、教善、行善，不曾想过要休息，从过去、现在到未来，饶益有情，善行无量。”上人说，诸佛菩萨为度化众生而来人间，若是众生能体会佛菩萨的苦心，施者与受者相互

《法华经》，是过去还不曾说的妙法。

弥勒菩萨代表在场闻法众说偈赞叹，偈文即言：“如是种种事，昔所未曾有，闻佛寿无量，一切皆欢喜。”佛陀现相人间，虽然应人间法则，在八十示灭，但是佛寿无量、慧命无量，生生世世永续。大家体会此理而欢喜，“闻佛寿慧命长，知佛德妙”，佛德之妙，妙在“一因圆德、二果圆德、三恩圆德”。

上人解说，佛德圆满，是因圆、果圆，发一念心，无量众生，成就无量志业；佛陀在长久的修

行过程中“上求下化”——上求佛法、下化众生，上报四重恩、下济三涂苦，不断地感恩、报恩，报佛恩、报师恩、报天地诸物的恩德，故谓恩圆。

“佛有此德，我们承佛教导，也要懂得回报佛恩、学习佛德，‘深生爱敬’，敬重佛、敬重法、敬重僧，传扬佛法在人间。”

上人续释“佛名闻十方，广

饶益众生，一切具善根，以助无上心”，要让身、口、意常在法中，成就善根，而且就如种子播入土中，发芽以后，根要扎得深，“坚固不可拔”，善根深，才能恒持发心，让树体稳固，又能开花结果，结出无量善果，再产生无量善种。

“希望大家时时用心，在生活中力行佛法、利益众生，让众生也得到法的利益。”

3/18 《农二月·初二》

善用方法

【静思小语】行菩萨道，不可缺种种布施、软言爱语、利益他人、相互成就。



四摄法，度众生

“修菩萨行布施，或以柔软爱语，或作与利他行，或与随类同事，令其皆得安乐，是为饶益于他。”上人于晨语开示布施、爱语、利行、同事“四摄法”，是走入人群行菩萨道不可或缺的修养。

“修菩萨行布施”，六度以“布施”为首，不只付出有形的物资称为布施，讲话利益人、出力助人减轻负担，凡是能够帮助人、利

益人的付出都是布施，而且随时可做；闻法知理，能够转变观念，举凡态度、声音、动作，都能够利益众生，让人有所感受。

“或以柔软爱语”，虽然发心度众生，但是面对刚强难调的众生，要以什么态度、措词引导与教育，都需要学习。然而言语若有不慎，就容易偏差造业。

上人表示，妄言、绮语、两舌、恶口这四种口业，会造成可怕的后果。譬如为了达到目的，不惜说

谎欺骗人，造谣生事、扰乱社会人心；在人前说赞美的好话，在人后又说坏话毁谤；逞口舌之利搬弄是非，毁坏人与人之间的情谊；或是虽然没有恶意，却习惯以负面言词伤人等等，都是必须改过的习气。

“讲话真的是一门大学问，要很用心学习；不恶口、不两舌、不妄言、不绮语，要说的是真实柔软语。”

“或作与利他行”，所做的事都是利益人间的善行，应苦难人所需，安其身心、扶助其生活，直到他们再站起来、走得稳，就可以安心放手。

“或与随类同事”，为善竞争，大家都来做好事，要彼此赞叹、相互成就，并且把握因缘，运用智慧影响、教导更多人共同行善。

上人讲述一则佛经故事，说明运用智慧的柔软言语，可以度化刚强众生——

佛陀带领比丘群来到某一座城外，告诉弟子们，城里的人民习

气深重，不讲道理，时常吵架、打架，谁都不肯让谁。在座的出家弟子如目犍连、舍利弗、大迦叶等多位尊者，都自告奋勇前往度化，或是教大家改过向善，或是教大家守戒等等，都不被那里的人民接受，反而被赶了出来。

佛陀请文殊菩萨前往教化，菩萨先观察当地人的生活方式，赞叹居民性格爽朗、身体健壮、有胆识等等，让大家听了非常欢喜，觉得遇到知音；上至国王、下至平民百姓，纷纷拿宝物、美食前来供养。

文殊菩萨对大家说：“你们供养我，不如随我一起供养我的老师，更有福报。”于是大家跟随菩萨来到佛前，闻法欢喜而信受奉行，从此这个国家佛法兴盛，改善了社会风气。

“有心付出，也要用对方法；种种布施、软言爱语、利益他人、同事教化，全都要善用方法，才能‘令其皆得安乐’，饶益他人，让社会、国家祥和。”

力行六度

台湾、新加坡、马来西亚、越南慈济人医会志工，前往柬埔寨结合当地医疗人员共三百多位，于三月十六日至十八日在磅清扬省（Kampong Chhnang Province）举办大型义诊，包括外科、内科、中医、牙科及眼科，两天服务三千四百八十六人次。

志工早会时，上人忆述慈济与柬埔寨结缘甚早，一九九四年，柬埔寨因旱涝灾情以致农粮歉收，慈济连续三年多次前往赈济，后续援助行动因政局不稳被迫中断。

当时还有赤棉军常常发动武力攻击，战争中，双方都在田地里、道路上安装地雷，无辜平民、农民经常受害，丧失性命或是手脚残缺。慈济人每次到柬埔寨发放，都有军方派员保护，以装甲车开道引路。

“为什么这么危险的地方，慈济人还是一再前往救助呢？因为居民实在太穷苦，穷到无法生存；假如不冒险跑一趟，不知道有多少人断炊。”上人说，志工曾在发放现场看见一位妈妈抱着一个垂着头的婴孩来领米，走近一看，惊骇发觉孩子已经断气了！问她知道孩子往生了吗？她既悲伤又无奈地表示，家里还有六个孩子等她带米回去，

虽然知道怀中的孩子已经死亡，也不能停下脚步，否则这六个孩子也活不了……

那段时间，慈济人频繁前往施医、施药、施粮；一九九七年二月，并为柬埔寨实居省乌廊县的“启华小学”援建四间教室，现在这所学校已经是“启华公校”，有国小班、国中班与成人班，七百多人在此接受华文教育。

二十多年前结下的缘，因为战乱中断；近几年再续缘，当地华商承担志业，就地帮助苦难人，并促成大型义诊。虽然柬埔寨社会与经济状况已改善，但一般底层劳动人口的生活还是很贫穷，生病时难以负担看诊与医疗费用。

磅德拉县转诊医院出借义诊场地，二月底开始，慈济志工在磅德拉县长、医院院长的协助下，多次进行场勘、动线规划与宣导；新加坡团队在三月十五日先行前往清理与布置场地，克服水压、电力难题，将设备就位。

上人表示，人医会团队不只有医疗人员，还有水电工程专业人员，能够把克难场地化为诊间、简易手术室，且累积经验几经改良，制作出便于携带的看诊、治疗器材，屡次在国际义诊中发挥良能。

“感恩每位菩萨发挥大爱能

3/19 《农二月·初三》

悲智双运

【静思小语】以“人伤我痛”的同理心、不忍众生苦的慈悲心，启发造福修慧的精进心。



今年三月，三百多位医护人员与志工来到柬埔寨磅清扬省磅德拉县转诊医院举办义诊。（摄影／蔡佑良）

二十年前，慈济援建启华公校校舍，二十年后，慈济于学校附近举办大型义诊，三十位师生前来协助翻译柬文，成为慈济团队重要帮手。（摄影／黄璫莹）



量！这次的义诊也有当年所援建华语学校的老师帮忙翻译。所以说，要把握当下用心付出，当因缘聚合，即能成就感动、感恩的人间事。”

义诊中，首位接受外科手术的女士，手臂因为受感染而疼痛，平时只吃止痛药，但仍经常痛到无法说话；慈济人医会医师握着她的手温柔安慰，让她不害怕，手术也顺利完成。

上人叹道，若说贫苦人很能忍耐疼痛，其实是无可奈何；而医师们平时在有空调、设备齐全的环境进行医疗工作，来到简陋的义诊场地，也能忍着炎热，克服诸多不便拔除病苦，这即是出于一分“人伤我痛”的同理心、不忍众生受苦的慈悲心。

上人肯定大家悲智双运，亲自走入苦难之地，见苦知福，启发修慧造福的精进心，也因此一再争取

参与国际义诊的机会，并且抱持感恩心去付出，真正做到了布施、持

戒、忍辱、精进、禅定、智慧“六波罗密”。

3/20~21 《农二月·初四至初五》 莫生闷气

【静思小语】原谅无心之过，不要自我伤害。



合和互协真人文

二十一日，与马来西亚济航师兄、李志成师兄及静思人文周小芬师姊、德勤师父等人谈静思书轩精神理念，上人指出，人文精神无法用金钱来衡量，精神是蕴含在内的修养，对外则要与人合和互协，内外形象相合，才是真人文；若只将环境布置得很美，但是无法展现和合的形象，即使内心对法有一时的感动，外在却无法调和人事，就不能发挥法脉宗门的良能。

上人强调，慈济宗门不能脱离静思法脉的精神轨道，所以必须明文立定法脉宗门纲领。此纲领要精实——精要而实在，凝聚法要、厘清脉络，而且保存清楚的宝贵史料，让当事者都能见证，也让后世的法脉宗门人有明确的方向、轨道可以依循。

“法脉宗门纲领的汇编，要与现实的人间事相合，不能有所偏差或脱节。”上人表示，从法脉精神中心把纲领建立完整，才能往外开展；在海外设立静思书轩，也是为了传承法脉。

“精舍不是靠书轩生活，大多数书轩不仅没有盈余，还需要精舍贴补；为了传法，传扬静思法脉精神、带动慈济人文，而在各地设立书轩，就要确实发挥良能。静思是法脉，慈济是宗门，法脉与宗门要有很干净的名声与方向。”

上人叮咛，静思人文与慈济志业的财务系统必须确实分流，不可混淆，要照顾好“静思”的形象。

谈及出版，上人表示，“为时代作见证，为人类写历史，为慈济留大藏经”，每一位慈济人都是“宝”，在他们做慈济的过程中有很宝贵的人间史料，这些资料的汇整

与出版，需要有人负责执行，否则任由珍贵资料流失，实在很可惜。

“法水源头有涌泉。若没有人要开路引水，放任众生心地干燥、菩提苗枯萎，就真的到达末法时代了。”

从人我是非中超脱

上人劝勉有心结的弟子：“如果决心要跟着师父走，就要学得像师父一样，心宽念纯，不要常常受无明烦恼纠缠，自我折磨也折磨别人；要把心地开展得很宽阔，从人我是非中超脱出来。”

“法脉要牵得平整，只有一个简单的方法，就是提起感恩心，感恩有这么多法亲，朝共同的方向做事。否则只靠少数人的力量，难

以在这么广大的范围推展志业。”

上人且言，感恩心要出自真诚，才能在与人互动时展现、让人感受得到，自然就能和气、互爱，同心协力成就诸事。

“要运用智慧待人处事，不要将知识聪明用在意气之争，也不要自己生闷气；原谅无心伤害人的人，不做容易被人伤害的人。”上人说，别人无心讲错话，可以原谅；若是刻意曲解别人的心，这就不可原谅了。

“人家无心讲的话，你有心去接受，讲的人忘记了，也不知道说这一句话哪里得罪人，听的人硬要觉得对方说这句就是针对自己，这是自我伤害；赌气不做了、慧命中断了，也是自己的损失。”

3/22~23 《农二月·初六至初七》

不要担心，但要尽心

【静思小语】不要担心压力，但一定要尽心力，启发人人
的诚意与爱心，以实际行动来付出。



见苦知福，感恩付出

二十二日晨语，上人开示：
“菩萨于诸众生起大慈悯，护生无

杀害心，以此为因，异生感果，即得寿命长远，无诸损减，弘誓利己利人，是名寿量圆满慧命无量。”指出体会佛法并且身体力行，走入

大爱感恩科技公司捐赠六百件外套给塞尔维亚难民委员会，在今年三月克尔尼亚察难民营捐赠仪式中，塔玛拉师姊向大家解释外套原料来自宝特瓶回收，希望人人穿上后，时时传达爱护地球的讯息。（摄影/陈树微）



苦难人群，见苦而起大慈悯心，护生而无杀害心，这念心就是菩萨的“因”。凭着这一念心付诸行动，即使菩萨道长远，也能够克服许多困难，坚定向前行。

欧洲慈济人多次前往塞尔维亚关怀入境的难民，持续在欧普难民营、克尔尼亚察难民营供餐。大爱感恩科技公司感恩难民委员们多年来辛苦照顾难民，于是用心收集塞国近三十个难民营的难民委员资料，制作六百套两件式环保外套，无偿捐赠给难民委员，今年三月，由欧洲慈济人亲自送往。

再度来到难民营，志工感受到三年来的改变，最初营区环境脏乱，难民心绪浮动，经由难民委员会、慈济等慈善组织的带动，如今气氛平和，难民也会自主维护环境。

上人说，欧洲慈济人分布在

不同国家，但有共同的慈济精神，不忍难民流离之苦，起大慈悯心，不辞路远，跨国合力去帮助，纾缓难民身心之苦，也与难民委员会建立起紧密的情谊，并带动出波斯尼亚、塞尔维亚的志工群。

志工在付出过程中“见苦知福”，由衷感恩苦难众生的示现，并且坚定自己的道心，更加“深心信解”佛法。

“若对佛法无信解心，只抱着行善就有功德的想法‘多少做一点’，做得很顺利、很欢喜，就愿意继续投入；但是一遇到困难，心中没有佛法协助修除烦恼，就很容易退转。对佛法深心信解，才能真



3/24~26 《农二月·初八至初十》

富有爱

【静思小语】只向“钱”看，导致社会混乱；人心向道，常保祥和平安。



泰国3R基金会教育中心法师来访，上人期盼共同为稳固佛教精神与形象努力。（3月23日）

时，上面铺着铁板，我脚踏在铁板上，感受到大太阳底下做工程的炙热与辛苦，油然感恩他们整天在这里忍

正走入佛法道路。”

软体具足，硬体完善

二十三日，马来西亚雪隆慈露师姊及建筑委员返回精舍，报告国际学校建设等会务。上人分享，早年建设花莲慈济医院，承负着每半个月付一次工程款的压力，咬着牙根、含着眼泪，在全球慈济人支援、爱心人护持，以及工程人员尽心力投入而能完成。

“‘入我门不贫，出我门不富’，只要虔诚地为佛教、为众生而做事，即使募集的建设基金离建筑预算还有很大的距离，我仍然坚信可以达成。动工后，我持续到各地呼吁善心护持建院；只要在花莲，就会亲自送点心、冷饮到工地，真诚地亲手奉给工人们。水泥施作

受着高温，出劳力做工作。”

上人勉励大家，不要担心，但是一定要尽心力，“启发人人的诚意与爱心，并以实际的付出来表达；也不轻视少量、点滴，要让每个人都有付出的机会。”

上人指出，慈济人秉持佛法道理，真诚为众生付出，将宗教精神化成令人敬爱的社会形象；马来西亚多族裔、宗教信仰多元，二十多年来，马来西亚慈济人落实慈济精神，建立起慈济人文形象，“软体具足，再将硬体建设完成，就能将志业推展得很成功！”

上人强调，有形的硬体建设再如何完善，最重要的还是无形的人文精神；要从动工建设时就开始推动“工地人文”，感恩、照顾辛苦的工地菩萨，让大家有所感受，也愿意以真诚的心投入工程。

轻安自在，幸福美满

二十六日，与来台参加静思生活营的上海、陕西、厦门、广州等地大陆实业家座谈，上人欢迎大家多来了解慈济，而要了解慈济没有其他方法，亲身投入才能真正有感受，体会到慈济精神。

上人说，“实业家”与“企业家”有所不同，期待大家不只是企划事业发展，而是脚踏实地经营事业的“实业家”，要领导人心，就抱着爱护员工的心态带领大家；先爱护生活周遭所能接触到的人，再将这份爱推及更广阔的范围。

“做事业总是希望做得成功，不过心中要有清楚的道理。身外的名利再多，终归无常；要将无常化成恒常，就要回归善良的本性、回归与佛同等的智慧。有智慧的人

懂得做心灵环保，清除无明贪欲，就不会为了满足欲望而不断开发、破坏、污染环境。”

上人指出，“净化人心”并非口号，是要引导人人回归单纯的心，不要有杂质。而今人心污浊，贪欲炽盛，为了牟利而开发、破坏环境；唯有人心净化，才有办法净化空气与大地。

上人分享，有一户缅甸家庭天天积存缅币五十元（约合新台币一点五元），多年后终于看见慈济人再次来到村里，将扑满交给慈济人；只见一张张面额五十元的纸钞十分平整，一问之下才知道夫妻俩怕时间久了纸钞发霉，不定期拿出



缅甸仰光岱枝镇瑞那滚村因慈济发放稻种的因缘，村民日存一把米助人，一段时间后带来米扑满捐献。（摄影／王棉棉 2016）

全球静思生活营圆缘典礼，上人聆听心得分享。（3月25日）



来晒太阳，还用熨斗一张张熨平，这分心意令人感动！

“虽然生活贫困，但是他们发心要助人，就从每天的买菜钱存下不影响生活的一小部分，持之以恒；他们认为，存入扑满的就是‘菩萨钱’，即使自己生活困难，也不会动用这笔钱。”

“不求功德，轻安自在的付出，但确实有所得，得到一分幸福感；即使身体疲累，但是心灵幸

福美满！”上人期勉实业家把握机会，用心付出、用爱投入，体会做慈济“幸福”与“美满”的感受。

“但愿人人用一分超越的心，把爱扩大，去爱更多人；更多人有福了、快乐了，周遭都会有光明。”

3/27 《农二月·十一》

放得下提得起

【静思小语】放下自己，提起天下，至诚之心最动人。



经典成为大道

四川德阳高尊寺寂静法师一行人来访，并分享参访志业体心得。上人谈到慈济有明确的法脉思想、宗门方向，慈济人的喜舍心很足够，要有规律、有系统地朝同一方向前进，否则大家照各自的方法发

挥力量，会变得混乱。

所以对于有心做慈济的人，会请他们常来了解、体会慈济方向，不只是旁观，而是要真正参与其中。上人鼓励年轻居士，若发心做慈济，就要恒持这分心志，与所有慈济人一起行菩萨道；慈济志业不是一个人、少数人，而是仰赖许多

人有志一同、真诚付出，投入身心力量做出来的。

“‘经者，道也；道者，路也’，我是开一条路，将这条路接上经典的大道；走过路、踏上道，才能到达经典所说的理想目标。要脚踏实地去走，将道理落实生活，先把‘人’做好，才能谈成佛；还

要邀集人人来开拓大道，大道开通了，就会了解原来这一条路、这一条道，就是从经典而来。”

上人期勉拥有高学历的年轻人，有高知识，更需要有高智慧，脚踏实地行菩萨道；期待人人都是智慧人，用智慧面对人生，传扬佛法在人间。

3/28~29 《农二月·十二至十三》

善经济、善经营

【静思小语】凝聚点滴爱心，利益人间；不追求有形财力，只希望人心富有爱与善。



公益善经济

二十九日，医疗董事会前，上人与志业体主管及医疗董事谈话；慈济医疗法人董事之一、台北医学大学阎云教授是资深慈济人，他肯定慈济学校与慈济医院的医疗教育素质，医学生、受训医师的心相对稳定、平静，可塑性亦高。

上人感恩医疗、教育志业有志一同，朝着善与爱的方向耕耘，这是最为宝贵的人文精神，为了能延续长久，就需要制定完善的系统规范；慈济志业不能偏向商业化，若

要谈经济，应是“公益善经济”。

“五十多年前，慈济慈善志业在克难中起步，凝聚点点滴滴的善心，投入利益公众的事务；同时也在人心培养爱与善的种子，让种子从一生无量，凝聚更大的爱心力量耕耘志业。取于社会、用于社会，这就是‘善经济’，从无到有、从少到多，从慈善发展到医疗，一步一步耕耘过来。”

“慈济志业讲求的是善的经济、善的经营，不追求有形的财力，只希望人心富有爱与善。”上人表示，财物、名位都是过眼云烟，精神可以世代传承，利益人间；期勉

在座弟子们负起使命与责任，为后世立定明确可依循的纲领。

医疗董事会中，上人再度强调，慈济医疗志业不谈营利，所注重的是爱的理念，也是一开始就立定的精神方向。“这三十多年一路走来，都是以爱耕耘，而非为利经营。虽然很辛苦，但总是期盼普遍

地在人人心中播下一颗爱的种子，让整个社会充满爱，这个目标要从我们自己做起。”

上人指出推动慈济志业的力量，来自点点滴滴的爱心凝聚，这是“善经济”也是“善经营”；期盼医疗志业恒持初衷，加强慈善医疗特质，以至诚之爱照顾贫病老弱。

3/30~31 《农二月·十四至十五》

如是一时

【静思小语】真理恒久不变，把握当下，时间可以成就一切。



尽心与放下

三十日，花莲慈济医院心脏胸腔外科张睿智主任与上人谈话，表示治疗过困难的医疗个案，却又觉得为善不欲人知，因此较少分享。上人言，“为善不欲人知”是教人不要到处夸耀自己做了什么善事，自夸会沦于傲慢，但是好事也需要宣传，才能让需要帮助的人知道如何寻求协助。

张主任谈到，对于前来求诊的病患，都尽心力救治，想要救回每个人，但还是有很努力仍然救不活的病患，每次遇到这样的情形都很

难过。

上人说：“尽力了，但是还有进步的空间，就要用感恩心持续精进。以宗教观点来分析，缘尽留不住，缘未尽则是走不了，各有其因缘。若是病患还有活下去的因缘，有缘遇到好医师、运用新科技，手术风险再大、过程再艰巨，还是能够得到新生。”

“但是，如果有得救的因，却无缘遇到愿意为病患尽心力医治的医师，这分缘就会消逝。所以，有因还要有缘，缘是可造的，科技、仪器就是助缘，可以帮助病患恢复健康。”

上人教张主任以因缘观纾解救

不回病患的难过情绪，然亦不可矫枉过正，以放任的态度随顺因缘。

“刚开始做慈善救济，也有人反问，这些人遭受贫病苦难，自有他们的因果果报，何必去救？我就对他们说，重视因果果报，同样要重视佛陀教导的慈悲喜舍。”

“病患来到面前，是与我们有缘，要尽心力救治；但若他们本身没有延续生命的因，同样救不回来。要提得起，也要放得下——提起医者的使命与责任，放下尽心力之后仍然救不回的遗憾，这也是‘舍’的修行功夫。”

清净在源头

大爱感恩科技公司董事会，上人表示，慈济的环保做得彻底，能减少垃圾、降低污染与环境开发，有效节能减碳。若要将慈济的环保方法推展到全球，除了由各地慈济志工做出“清净在源头”的典范来带动，也需要建立一个国际认证的环保系统，在世界各地确实运行。

太平洋岛屿、美属萨摩亚，二〇〇九年因为地震引发海啸，全岛一片狼藉，居民的生活原本就不富裕，灾后更无以为继。美国慈济人前往救助并持续关怀，发现当地垃圾量非常惊人，特别是没有饮用

水，必须从其他地区运水供应，而且观光客多，皆饮用瓶装水，空瓶数量可观，只能用焚化方式处理。

慈济与当地人士分享慈济的环保方法，酋长等人亦曾来台学习，回去后开始回收资源；美国慈济人提供瓶罐压缩机，当地罐头工厂亦捐赠分类机器。

但是后续的回收物处理问题还是没有解决，已经分类好的回收物，用焚烧方式处理，或是再与不可回收的垃圾混在一起，运出岛外而不知去向；好不容易带动起资源回收，却前功尽弃。

日前，联合国相关部会组织商请慈济，前往一些岛国进行环保教育；上人期待联合国能给予慈济一个环保认证，“让慈济人将整套方法带到各地，将环保精神理念传给居民，建立起爱护大地的环保观念，将可回收物确实回收再利用，而且做出很精致、高品质的新物品。”

上人说，大爱感恩科技公司已经做到让回收物“回归源头”，例如将宝特瓶还原成纺织原料，再制作出多种类的优质衣物，得到诸多国际环保认证；而且大爱感恩科技的盈余，全部回馈慈济基金会致力于海内外慈善及社会公益之用，这也是“回归源头”，要在国际间彰显“清净在源头”的慈济环保形象。

● 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

北京马驹桥联络处

北京市通州区马驹桥镇马驹
桥1号桥南
TEL(010)57843220

天津联络处

南开区长江道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

福建省厦门市思明区
禾祥西路12号之26
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)83576052

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



摄影/赵耀

人生经济学

——时间、空间、人与人之间

世间的经济，有可数的价值，不断跌宕起伏，让人沉迷无法自拔。

但是人生的时间若流失，则永远无法挽回。时间很公平，每个人每天都只有二十四小时；然而有智慧的人把时间当钻石，反之则当做泥土。更何况人生不知明天先到，还是无常先到？

“屋宽不如心宽”，大、小、远、近，都是心念不同所造成的差别。每个人心中都有爱，若只局限于自己所爱的小小范围，如此爱的空间太狭窄，所以要开阔空间。

心富足，才能成为“新富族”。每个人守本分、尽本事。对人懂尊重，彼此之间就会互爱，真正成为“幸福”之人。

生命的长度无法预期，但是宽度与厚度却能够扩展，因而把握时间、空间、人与人之间，做利益众生之事，才是最好地利用人生。



撰文/黄德欣 摄影/汤韶松

野灶炊烟里的记忆

仲秋刚过的第一个午后，蜿蜒的村路两旁，传来阵阵虫鸣鸟叫之声，似乎在欢迎着这群熟悉的陌生人。初见刘奶奶时，她正与生活不能自理的孙女躺在床上，鸡鸭也悠哉地在床下休息，满地都是家禽排泄物，异味扑鼻，有些已经上了墙。屋内除了一张床外，就是黝黑黝黑的灶台。志工自带两桶热水，为奶奶洗头、理发；也为她泡脚、剪指甲，只见奶奶的手不时发抖着。整理好头发后，奶奶看着镜子里的自己，她那布满皱纹的脸，笑得像个小孩似的，不时颤抖地说：“真欢喜！”

再次见到刘奶奶时，已过了两年。那时奶奶搬到更破旧的，用土块砌成的房子。冬日午后，奶奶闭着眼睛躺在路边的石块旁晒太阳，身上还贴着几根面条，有几只鸡不时往她身上啄一啄。问“阿嬷吃了吗？”而那一声“没有”，让我不禁红了眼眶，忙说：“我煮给你吃好吗？”于是，残墙边，炊烟起，一缕缕轻烟不断升腾，熏得阵阵香气扑鼻，这一顿迟来的香积面，成了祖孙俩的佳肴美饌。“阿嬷，你有烧香拜佛吗？”“有啊！我以前常常去拜拜。”“阿嬷，你若是心里很难过时，就念念阿弥陀佛。”相处时光短暂，正当我们要离开时，奶奶忽然双手合掌，念着“阿弥陀佛”。

往后约有两、三个月时间，我都没空前去探望奶奶。那天，一位慈济志工告诉我：“刘奶奶已经往生了！”我顿时沉默了好一会儿，心里五味杂陈，不敢相信，那一幕幕尘封的往事，不断从我的记忆深处逐渐升起、浮现，缥缈萦绕、历历清晰……