

慈济

2016年第12期 总第45期

准印号/S(2016)00000117

内部资料 免费交流

慈济慈善事业基金会援建 江苏阜宁孔荡大爱村工程 开工奠基典礼



奠
基

· 主题报导 ·

冬令发放进家门

· 特别报导 · 孔荡大爱村奠基

为净化心灵做活水 为祥和社做砥柱 为闻声救苦做耳目

善护天地人间

内修清净心，是“功”；
外行菩萨道，是“德”。
长养功德，人间祥和；
行善聚福，天地平安。



画作/林碧惠

无论顺逆，感恩面对

不因顺境，迷于畅乐；遭遇逆境，也不丧志。
用感恩心“逆来顺受”，逆境就能成为“增上缘”。

◆ 证严上人主讲 编辑部整理 二〇一六年十二月一日至十六日

位在巴尔干半岛上的塞尔维亚，是中东难民前往欧洲的要道，此刻正值严冬；难民长途跋涉经过这里时，体力耗竭、物资耗尽。看到他们在冰天雪地中吃着冷硬的面包，有的孩子还穿着短袖，实在让人不忍。

九个国家、三十八位慈济志工，二〇一六年十二月上旬汇聚当地，为四千多位过境的难民送上外套与帽子，让他们在逃难途中御寒；也突破万难，空运适合中东口味的番茄香积饭，为他们补充一些有热度、营养的

食物。

因为国家动乱，他们被迫逃离家园，即使曾经是富贵人家，也沦为一无所有的难民。他们承受着家破人亡之苦，逃难过程中又处处被拒绝入境，滞留在国与国之间进退不得，疲累、悲伤、甚至愤恨的心境可想而知。慈济志工以尊重的态度，为他们披上衣帽，希望温暖他们的心，感受到人间有爱。

在约旦边境，沙漠上的大型难民营里收容了数万人，环境非常拥挤、



摄影/涂风美

资源极度匮乏。烈日下，帐棚内煎沙煮日般炙热难耐；暴风雨来临时，人们全身淋湿，内外泥泞不堪。长期生活在这样恶劣的环境中，难民身心都处在紧绷状态；约旦慈济人的救济工作，也比以往更加困难——

难民营辽阔，无法全部照顾到，发放了这一区，另外一区人就会大批涌来……志工人力与物资有限，实在无法招架，基于人身安全，只好尽速离开。

来自叙利亚的女童芮塔，出生时遇到空袭，医院产房内一片混乱，她的脚因此断成三截；逃难途中虽然获得慈善组织援助，进行了几次手术，但都没有成功。来到约旦，陈秋华居士安排医师长期为她治疗，如今已开始复健。

近一年来的相处，芮塔看到慈济志工来，就会开心上前拥抱；她与爸爸小手拉大手画面，也让志工很感动。

难民营中，像芮塔这样需要立即医疗照护的孩子，至少有三百多位。约旦慈济志工已帮助一百多位完成手术，让他们重获健康。

既然难民营发放困难，陈秋华居士考虑暂停慈善救济，专心做医疗，帮助众多等待救治的孩子。才起这个念头，当天晚上他就梦见师父，说愿意用自己的血来供养难民。他回台湾后向我忏悔，表示不会停止关怀难民营。

生在战地，人命如蝼蚁。长期栖身在异国沙漠上的帐棚中，难民

们身心煎熬，不知有没有明天……实在令人心疼。天下多苦难，如何救得完？有时不免会有无力感。但不忍苍生受苦难，再困难我们还是不能放弃。

能生活在气候平顺、和谐平安的环境，多么有福；能够发心立愿付出，更是有福的人。在台湾，慈济教育志业体推动认养“小王子”、“小公主”行动，希望有福的孩子们启动善心，送爱到约旦。

人心不调，苦难无尽。知福感恩，更要戒慎虔诚，珍惜平安、保护社会的祥和；还要以实际行动发挥爱的能量，转动人心。人心调和，就能改变人间生态。

**锻炼定力——堪得磨练，
不受境界动摇，
菩萨道才能成就。**

今年海外有超过两千位志工，受证成为慈济委员或慈诚。他们从见习、培训到受证，至少要三年时间，必须克服种种困难，坚定目标才能达成。

东北哈尔滨、黑河的志工，为了参加培训课程，每个月要搭一千八百公里远的火车到北京，单趟就要花上两天时间；他们在狭窄的卧铺车厢内，仍旧把握时间听法、彼此分享。

修行，就是照顾好道心。既然选择行菩萨道，就要经得起、耐得住一切考验，愈是恶逆的环境，道心愈要

坚定，步步踏实向前。

经过洪炉热火，废铁也能成为利器；人也是一样，“能受天磨方铁汉”。遭遇逆境，用感恩心、欢喜心“逆来顺受”，力行大慈无悔，大悲无怨，大喜无忧，大舍无求；能无怨无悔、无忧无求，逆境就能成为“增长上缘”，增长道心与道业。

就像做复健，能忍住痛持续锻炼，筋骨才能恢复功能。行菩萨道也要堪磨——面对再多的恶与逆，仍能“无怨憎、无离爱”，坚持付出爱。反之，心起起落落，就无法走得长远。安于顺境，智慧不足，就容易不辨是非、落入陷阱，继而脱离善道。

在人群中，面对种种人、事、物考验，要用六种法对治——布施、持戒、忍辱、精进、禅定、智慧。

“布施”，不只舍物资，也要舍去贪欲、烦恼，才能不执着。当逆与恶来磨，不以牙还牙，甘愿接受，善解包容，保护身心不犯过，就是“忍辱”与“持戒”。既已发心，决不半途停滞或半途而废，是“精进”；不受顺逆动摇，是“禅定”。能做到前五项，就有足够的“智慧”，从烦恼此岸到达涅槃彼岸。

大智慧者，在苦乐中自在无碍——不因顺境而受名利地位诱引，迷于畅乐；遭遇逆境，也不会丧失修行意志。无论顺、逆境，都是悟道的资粮。

**爱惜生命，
不是惜体力无所事事，
而是不惜手脚去付出。**

鹿港慈济环保站有“六朵花”——六位年龄合起来将近五百岁的环保志工，其中最年轻的七十九岁、最年长的九十二岁。她们虽然年迈，身体难免有病痛，但心灵很健康，日日发挥良能做环保。

高龄九十二的施吕绣凤，每天自备工具包来环保站，剪一个宝特瓶口的瓶圈只要一秒钟，手脚很利落。其实她患有糖尿病，儿媳每天帮她验血糖、注射胰岛素，也支持她做环保。她推着轮椅出门，沿途捡回收物，她说总比自己坐在轮椅上被推来得好。“如果闲着没事做，走过来没路、走过去也没路。做回收分类，心情好，身体就会好！”

慈济环保站有很多这样的长者，不只勤快，而且多才多艺——回收来的破雨伞，他们拆下伞骨，将伞面裁剪成雨衣、围裙，既实用又环保。谁说老人是社会的问题？看看这群老人，疼惜大地也疼惜众生，善用生命价值，也活出尊严。

生命有自然法则，“生、老、病、死”无法逃避，但慧命却能无限。爱惜生命，不是无所事事保护好自己，而是不惜手脚去付出。人心向善付出爱，社会充满爱与善的能量，就能祥和温暖。

请大家多用心！

■

慈濟

T Z U C H I

目录

无尽藏

01 无论顺逆 感恩面对

特别报导

06 孔荡大爱村奠基

主题报导



冬令发放进家门

10 厦门进社区发放深入陪伴

20 洪濂志工勤耕福田

24 付出无求省自心

32 四川金堂送暖添福

36 衢州发放菩提成林

40 新洲雨中说环保

44 长沙环卫发放得福慧

48 河南许昌入户敬老

52 爱在福鼎二十年

56 深圳环卫一家亲

60 漳州发放送爱到家

证严上人衲履足迹

65 [内容提要]:

- 团体人多，难免“踢到铁板”。上人提醒，除了内修诚正信实，还要运用知足、感恩、善解、包容“四神汤”。“面对他人给予不好的声色，先自我反省有没有错？是否引起别人的烦恼？有的话，要赶快忏悔；问心无愧，就用感恩心善解。如此逆境也能成为‘增上缘’，锻炼出坚定道心。”

2013年4月创刊

2016年第12期 总第45期

创办人/释证严

主管/国家宗教事务局

江苏省宗教事务局

主办/慈济慈善事业基金会

顾问/朱永新

主编/济虹

编辑/张雨 洪维

美编/栾明明

编辑志工/虑秦

校对志工/才轩卓 慈晔 李雁

(按拼音排序)

地址/苏州市姑苏区景德路367号

电话/(0512)80990980

邮编/215003

读者信箱/reader@tzuchi.org.cn

准印号/S(2016)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



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：
孔荡大爱村奠基仪式圆满，
希冀未来将有更多的爱与关
怀，从苏北的广袤大地上生
出，源源不断。摄影/许春光



许津荣副主席和林碧玉秘书长期许共创美好的未来。

· 特别报导 ·

孔荡大爱村奠基

撰文/廖茜雯 摄影/赵耀

十二月二十八日于江苏省盐城市阜宁县，板湖镇孔荡大爱村工程开工奠基典礼隆重举行，江苏省政协副主席许津荣等省市领导出席仪式。在场还有来自上海、苏州、昆山、浙江、南京等地的两百八十位慈济志工，以及

特地由深圳赶来的基金会理事周道志先生。

今年六月，因特大龙卷风冰雹受灾严重的板湖镇孔荡村，乃是孔子后人所居。为了让中华文化传播千古，同时更好照顾孔家后人，慈济基金会决定对孔荡村进行全方位

灾后重建。规划中的孔荡大爱村，除了两百八十二户富有孔氏家风的民居建筑以外，还有孔氏宗祠、幼儿园等建筑，希望将人文、仁爱等中华传统美德不断弘扬。

省政协副主席许津荣在致辞中对慈济善行义举表示崇高的敬意。“灾害发生以来，慈济基金会积极捐款捐物，贡献力量，为灾区早日恢复重建提供了有力支持。在灾后第一时间给予巨大帮助的基础上，又斥资援建‘孔荡大爱村’项目，充分体现了慈济人‘大爱地球村，真情肤苦难’的情怀和两岸同胞的血浓于水的亲情。”

慈济基金会林碧玉秘书长表示：“九一年华东水灾，慈济人披星戴月，在交通不便的情况下奔走于兴化和台湾两地，只因血浓于水的同胞情。二十多年来慈济人前脚

走后脚放，太多的乡亲、灾难需要慈济人及时送出大爱，见苦知福，将爱传递。感恩所有参与此次救灾的领导，华东慈济家人、乡亲和承建商，也感恩未来，打造一个质量安全，优质的未来，重要的是互相的爱，将中华美德传承，让孔荡村智慧之水源远流长。”

在志工庄严列队下，许津荣副主席和林碧玉秘书长带领大家一起动铲并祝愿：“人心净化、社会祥和、天下无灾无难！”随后，志工也邀请所有乡亲一起为家乡的建设动铲添力，祝愿自己的家园早日完工。

孔荡大爱村的开工奠基仪式圆满完成，代表慈济在阜宁重建开始了新的阶段。从灾后到现在，慈济不曾离开，希冀未来将有更多的爱与关怀，从苏北的广袤大地上生出，源源不断。

孔荡村的乡亲一起挥铲，祝愿自己的家园早日完工。



主题报导

冬令发放进家门





主题报导

厦门入社区发放深入陪伴

撰文/摄影 福建厦门真善美志工

七十六岁乡亲钟玉霞代智障的儿子早来现场。志工吴婷婷疼惜阿婆还穿着拖鞋，玉霞说，不冷，有您们的关怀，更加温暖。摄影/范盛花

“慈济人在发放中，不仅是送物品，更重要的是有很多的互动，除了寒冬送热茶，还有很多的语言交流，肢体接触，互动中流动着爱与温暖，给乡亲们家人的感觉。”万景居委会书记沈丽娜说。

十二月十七日上午，五百多位厦门慈济志工分成六个组，分别为嘉莲小区、前埔南小区、塔埔小区、莲城小区、莲前街道办、万景小区六百五十五户五保户、低保户乡亲同时进行冬令物资发放，共嘉惠一千一百一十八人。

寒冬送暖到万景

接到志工邀约后，承担生活组的陈力游在开心的同时，也感觉到些许压力。第一次承担，没有头绪，她打电话给志工请教，一项一项记下来。对照记录表开始冬令发放前的准备工作，时时拿出来对照，提醒自己，看场地，做卫生，准备物资，安排志工……陈力游说，做事，事事要细心，要用心，要圆满，要把上人对乡亲的爱，在细微的点滴中传达出去。

志工林黎兰是第二次参加冬令发放，相比第一次参加时的好奇，

这次是真实感受到慈济人对乡亲的那份爱。林黎兰分享说：“天气比较冷，志工想到给乡亲准备姜糖茶驱寒。五点，志工们就到达会所准备姜汤，慈济人就是这样用心，把爱和温暖送给乡亲。”

居委会书记沈丽娜真诚地说：

“天不亮就有好多志工在场地上忙碌。乡亲们来了，慈济志工就端上热姜茶；有的志工边嘘寒问暖，边用甘油为乡亲们擦手，很贴心、很用心。”

今年参加发放的志工中，青年志工占很大比例，其中好几位是上了大学的助学生，他们要回馈慈济给他们的这份爱，要传递这份爱心给那些困苦中的人。

今年读大一的助学生苏灵昆，受慈济志工邀约首次参加冬令发放，志工看到他很认真在帮乡亲扛大米，小苏说：“到这里付出很开心。”

年轻的新志工陈庆龙今年就读厦门理工大学一年级，他说：“这是第一次参加冬令发放，以前，慈济人像家人一样关爱和陪伴着我。今天，我是慈济人，我可以把慈济人的爱和温暖，送给每位乡亲。”

六十四岁小区环卫工人何兴财是社区志工，也曾是慈济的感恩户，这是他第一次从被救助户转换

冬令发放进家门



“阿公！请喝一杯姜茶，暖暖身子哦！”志工奉茶关怀乡亲，一起拉起家常，有的乡亲忍不住落泪。
摄影/卢迎晖

角色成为冬令发放的志工，他积极主动扛大米，协助发放大米，何兴财说：“我是一个农民，能来付出很开心。”

义诊区医疗组志工许君茹参加冬令发放已经有四年，她表达：“很开心也很期待这一天到来，大家像一家人一样团聚在一起。”义剪区二十一岁的理发师郭小伟来自山西，是居委会旁的专业烫染店一名理发师。小伟自述平时也会到居委会做义剪，今天参加义剪给六个人剪发，很开心、很庆幸能参加这次活动，能回馈社会。

看到上面的情境，沈丽娜觉得，慈济人时时处处替被照顾户着

想，也是他们员工要学习的。“慈济人在发放中，不仅是送物品，更重要的是有很多的互动，除了寒冬送热茶，还有很多的语言交流，肢体接触，互动中流动着爱与温暖，让乡亲们有家的感觉。”沈丽娜表示，爱的传递很重要，感恩心也很重要，她表示以后多学习慈济的慈善理念与做法，使他们小区扶贫这一块做得更好。

莲成发放便乡亲

“慈济人来到我们家门口，端茶送水、嘘寒问暖的，给的物品在日常生活中都很实用，我们心里感

到很温暖！”乡亲陈子仁在冬令物资发放现场分享。

厦门莲前街道莲成小区居住的居民，大部分是厦门老市区的拆迁安置户，小区多数是老年人或是因病而贫的乡亲，慈济志工经过多次与政府的沟通，通过发放前的入户访视、造册、采购物资。

“当我用双手把物资放到乡亲的手里时，我突然感觉我是有用的人。因为自己虽然身患残疾，但是还能帮助别人。很感谢慈济给我这个机会，给我帮助人的机会。”在陪伴乡亲领物资时，胡群英激动地分享。

前几天在微信朋友圈里看到慈济冬令物资发放活动开启。于是主

动向慈济志工陈颖报名参加莲成小区发放活动。胡群英虽身患残疾，却是一脸阳光。今天带着十岁的儿子来，也是想教孩子懂得感恩，懂得去帮助别人。

十年前丧夫的胡群英，又在一场感冒发烧后下身失去知觉，大小便失禁，瘫痪在床，当时家里仅剩一千元。正当胡群英对生活失去希望时，她的邻居找到记者，把她的遭遇报导了出来。因此得到了许多爱心人士的帮助，度过了难关。慈济志工陈颖也经常关心帮助她。后来经过治疗，终于可以站立行走，还在小区找到了手工活，可以边陪伴孩子，边养家。

她说：“今天很感动，感恩

胡群英（右二）从志工手中接过结缘品。她说：“当我用双手把物资放到乡亲的手里时，我突然感觉我是有用的人。因为自己虽然身患残疾，但是还能帮助别人。”
摄影/龚宝英



冬令发放进家门

你们这些好心人来帮助需要帮助的人，我曾也是受到好心人的帮助。从今天起，我要发心每日一善，交爱心款，去帮助更需要的人。”

塔埔发放讲环保

塔埔村以前是个小渔村，这里的村民大都是以海谋生，随着厦门观音山国际商务中心的不断发展，村民们便搬迁至面积约二十二万平方米的塔埔小区，这也是厦门目前规模最大的失地农民安置区。

“社会在多元化，但慈善精神不会改变。我们应该常怀感恩心去帮助需要的人。”开幕仪式上，塔埔小区的书记黄斌很感谢慈济长期以来对低收入群体的关怀和帮助。

从筹备到现场发放，全程参与冬令活动的居委会工作人员黄莲梅，一直在现场忙碌着帮忙着。从四年前接手小区慈善工作的她，从那时起和慈济结下了深厚的因缘。

“看到你们为小区付出，我很感动，你们的真心感染了我。造福、助人是一种快乐。”从上层领导的重视到居委会工作人员的认可感恩与积极配合，慈济播撒的爱如涓涓暖流，涌入大家的心田。

“阿嬷，这么冷的天，您穿拖

鞋会不会冷？”看到早早就来到圆桌等待的乡亲钟玉霞，志工吴婷婷弯下腰关心着。没想到这一句简单的关心让七十多岁的老人湿润了眼眶。老人一把拉住志工的手，连声说谢谢。“我不怕冷，有你们的关怀，更加温暖。”

钟玉霞家中有一个精神残疾的儿子，这次冬令发放是代儿子领的。从四年前开始，每年都有领取慈济的物资。想到以前跑到大老远的地方领取物资，这次在家门口就能领到让她高兴不已。“以前我们是排队站着，这次有安排小圆桌，还有热茶和点心，好有家的感觉。”

“小朋友，你知道这些瓶子都是来干什么的吗？”从事医务工作的志工段春莲，承担本次冬令发放的环保宣传推广。“医疗救的是人的身体，环保是在救地球，也是在救自己哦。”段春莲和大家分享说。

住在附近的居民高勇刚好和妈妈带着女儿一起在附近的超市买东西，被这些环保宣传品吸引过来。听到志工在讲解一次性用品的危害，他们也觉得以后去超市可以自己带袋子。高勇说：“孩子很少参加这种活动，今天让孩子了解这些环保知识挺好的。”

除了环保倡导，塔埔发放点



住在附近的居民高勇刚好和妈妈带着女儿一起在附近的超市买东西，被这些环保宣传品吸引过来。听到志工在讲解一次性用品的危害，他们也觉得以后去超市可以自己带袋子。摄影/庄少江

这次还给乡亲们人手准备了一瓶酵素，全由志工范盛花为乡亲准备的。从前期的回收矿泉水瓶、清洗消毒，到最后的挑选酵素及贴标签，每一个环节都体现着她的用心付出。她说：“希望通过推广环保酵素，让更多的人了解环保酵素，制作环保酵素，达到垃圾减量，保护生态环境。”

负责环保酵素推广的志工洪永斌，热心地向前来领取酵素的乡亲介绍酵素原料、用途，效果和作用。也一直都在做酵素用酵素的他，希望通过自己的介绍，让更多乡亲了解酵素的好处和做法，减少

厨余垃圾和环境污染。

袖珍发放在莲前

曾接触过不少慈善团体的莲前街道小区干部许惠冬，第一次接触慈济，看到这么温馨的冬令物资发放，非常感动地说：“志工能够做到这样细致，很不容易，很多人内心的感动已经被启发出来了。看到你们今天所做的，以后我能够奉献的，也会多奉献，学习慈济的大爱精神。”

一对双胞胎兄弟陪同中年妈妈和瘦弱的奶奶来到发放现场，当志

冬令发放进家门

工呈现手语《一家人》时，妈妈小彬眼中泛着泪光。她依偎在志工的怀里，封闭已久的心扉缓缓敞开，谈起孩子的爸爸因经济问题入监狱已近十年，至今未出狱。

小彬说，上有婆婆要照顾，下有两个孩子读中学需照料，还有先生百万的债务需偿还，且在狱中的先生不知悔改，让她心中的怨恨不断。当志工问小彬：“善恶拔河，哪方会赢？”小彬斩钉截铁地回答“善要赢！”志工告诉她想要善能赢，心中的善要启发，并去带动他人的善，这样人多的那方才会赢。

今年七十一岁的刘福丁爷爷，带着草帽，围着围巾，当他听着志工在念慰问信时，突然他低着头呜呜的哭出声来。

刘福丁爷爷是厦门鼓浪屿人，从小学业优秀，会说英文和日文，在高中毕业即将大学报名时，因身

体健康原因不能就读大学。因为身体一直不好，刘福丁爷爷没有结婚、没有子女、没有工作。他告诉志工：“我知道你们的师父是证严上人，因为上个月你们送给我的月刊，我从头看到尾，里面有介绍连城发生水灾，你们去帮助他们，我感觉你们像我的亲人。”当领取物资后，他指着背在右肩的毛毯说：“我知道这是用矿泉水瓶做的。”

埔南贴心话家常

埔南乡亲们同样也不用列队等候发放，而是坐在温馨的小圆桌前，与志工们敞开心扉话家常，亲切的闽南语，甜美的微笑，贴心的关怀与陪伴，在和谐中感受彼此的温暖与祝福。

乡亲刘丽婷见到志工仿佛有说不完的话：“你们太好了！感



乡亲们就座的圆桌上摆放了鲜花、水果、点心和热姜茶，舒心又暖心。摄影/范盛花

恩你们哦，一直来关心我。”她身上穿的一件带有慈济标志的毛衣让志工好奇，都说不曾见过这衣服。她说那是十二年前慈济冬令发放的衣服，更让志工惊奇。她直夸衣服的质量：“这衣服真的太暖太暖了！”

她手中还握着一个早期领到的生活包，因为总是背出去买菜，已经磨得很破了，她笑说：“人家看到这么破，一直叫我扔掉。”但她舍不得，缝缝补补继续背。她表示，人要惜福，慈济给的物资她都收得好好的，要留着纪念。

就读厦门市实验小学六年级的陈泽泰一早就跟着妈妈叶蔚在发放点忙开了，一会准备物资，一会儿帮忙发放。问他为什么今天这么早，来干什么的？他腼腆地说：“妈妈说今天很重要，就是要给贫苦的人送东西，帮助他们幸福，我就快乐。”当志工的妈妈在一旁说：“做慈济的孩子就是好孩子，做慈济，对一家人都受益，让孩子学会爱心付出、学会用感恩心来付出。”

埔南小区党委书记汪家妹，见到熟悉的志工十分开心：“我们很早就结缘了，从两年前的环保讲座到今年莫兰蒂台风的家园重建，慈济志工对我们小区帮助很大，今天

非常感谢你们对小区低收入家庭的帮助。”她很赞叹慈济的大爱及发放的方式，她又特别提到：“入户详细了解关怀，才能真正做到精准帮扶，物资都是困难户所需的，真正地做到了实效。”

前埔南小区的居委会主任叶生明，在金鸡亭小区工作时，亲眼见证了BRT火烧车的伤员巫立承，在慈济志工的帮助下重新站起来，变成了助人的志工。“在莫兰蒂台风过后，第一时间打电话给他，问他需要不需要帮助的，是慈济志工王雅珊。”叶生明说：“没想到一向轻声细语的温柔志工，到了我们小区清除道路是那样地勇往直前。”

莲兴同心共付出

在莲兴小区，志工代表林虹为乡亲们恭读证严上人的冬令慰问信，带来身在海峡彼岸师父的问候与牵挂。“这个不是简单的一封信而已，而是希望让乡亲能够在言语中感受到上人的那份悲心。”林虹表示这个体验在她的生命中很宝贵。

当发现很多闽南语都读不出来，林虹请教资深的志工；上网找拼音，一个一个地核对；甚至晚上在家的時候虔诚跪着，一次又一次地看信，

冬令发放进家门

用闽南语恭读上人慰问信，志工林虹认为这不只是一封信，她希望能够将上人的那份悲心传达给乡亲。摄影/黄德欣



一遍一遍地读，只为了让自己的心也能融入。“只要愿意承担，最后不管结果如何，都会启发自己很多。”

不仅自己克服困难，积极投入，林虹还带着妈妈和婆婆一起参与冬令发放。林虹的妈妈李明治与婆婆庄美珍同为七十六岁，一位承担记录，一位关怀乡亲，共聚美善。

因为先生生病住院，这半年多来李明治为了巨额的医疗费用一度非常烦恼。透过这次冬令发放中与乡亲的互动，她得到了一些启发，也放下了挂碍：“人人为我，我为人人。我们在这里奉献爱心，同样别人在另外一个地方也在帮助我们。”

现年五十五岁的郭红升在幼时罹患脑膜炎导致手脚行动不便，口齿表达不清晰。以前都只能在地上爬

行，经过五年的治疗，才慢慢恢复行走，但走起路来还是会有些跛脚及颤抖。他的妻子患有精神疾病，儿子目前就读初三，全家仅靠着他担任环卫工作的微薄薪资度日。

郭红升逐行逐字看着上人慰问信，这是他第四次来到慈济冬令发放的现场。“每一次，我都记得。领取的东西我到现在都有在用，因为这是你们对我的帮助。”

“我一直很感恩所有帮助过我的人。我也经常跟我儿子说，要好好学习，有所成就，去感恩回报。”郭红升吃力地张着嘴，表达着自己的谢意，合不拢的双掌一直放在胸前，向志工一声声道着感恩！“今年冬天会过得很丰富！这些米呀，油呀，我都不用再买

了。”提着领到的生活物资，郭红升仰头笑着说。

乡亲郑密霜，今天带着儿子来到发放现场。在现场她将自己领取的物资直接捐了出去，她说：“其实我以前的家境还可以，是遇到一些事情才走到今天这样。从富到贫的这个过程，我真的能够深刻体会，其实我们需要的不是这份物资，更需要的是这份关怀的爱。”

因为先生的往生，人生少了一个领路人，密霜有时候很迷茫，一度想带着儿子出家。来慈济，她觉得可以是一种精神的寄托。“施与受，肯定是施更有福，看到领物资的都是老人家，自己还年纪轻轻，也觉得尴尬。现在希望儿子能努力读书，以后努力工作，有能力可以去帮助别人。”

手持着小台的DV机，借由右脚发力，拖动僵直的左脚一拐一拐地向前移动，志工吴花美在发放的现场来回穿梭，寻找并记录下美善的瞬间，时不时地还会与镜头中的乡亲互动，进行采访：“阿公，那个点心好吃吗？”“阿伯，今日来有欢喜吗？”

自与慈济结缘后，吴花美骨癌截肢的阴霾在慈济人的陪伴下渐渐散去：“我一直觉得拿机子这种事不

太适合我，因为我很怕我的腿走来走去会跟别人撞到。本来想学剪辑就好，但是师兄师妹一直鼓励我，所以我也想来挑战一下自己！”

这是花美第三年参与冬令发放了，从最初只是过来领取物资的受助者，到成为志工帮助整理现场物资，再到跟随志工入户发放，到如今成为拿着录像机的真美善志工，花美一步步印证着静思语：“不要小看自己，人有无限可能。”

拖着僵直的左脚穿梭在发放现场，边时不时与乡亲互动，花美表示从来没有想过自己有一天也能够扛着机器记录美善。摄影/林素玉



冬令发放进家门

洪濂志工勤耕福田

撰文/泉州人文真善美

“**因**为台风莫兰蒂第一次接触到慈济，连续几次接触后，印象深刻……特别是抗击莫兰蒂台风期间，慈济对我们镇的灾后重建，包括卫生清扫，消毒，做了大量工作。”南安市洪濂镇民政办主任林志贤，一想到莫兰蒂台风期间，慈济志工在洪濂的付出，道不尽的感恩。

洪濂镇在晋江上游东溪旁，因东溪流至湖尾时，地势下斜，溪中多卵砾石，濂水湍急洪大，故称“洪濂溪”。自古集市贸易繁荣，是闻名遐迩的商贸古镇。今年夏天，洪濂遭遇建国以来最大的台风，慈济志工闻声救苦，立即投入到洪濂镇的赈灾中。

志工及时的付出，视受灾乡亲如亲人，得到政府的认可，为了给乡亲在大灾年，感受到政府和来自社会慈善团体的温暖，十二月二十日，慈济再次走入洪濂镇、九都镇发放冬令物资，共计六百七十四

户，一千四百多人受惠。

物有限爱无限 心暖冬日

七十七岁的许喃阿嬷走了半小时才到发放现场，志工苏招治心疼阿嬷走那么远会累，阿嬷却说：

“你们从那么远来，我走这点路不算什么！”

许喃阿嬷的儿子往生，媳妇改嫁，独自抚养孙女。阿嬷说：“孙女已经十八岁了，很会读书可是却没钱上学。”莫兰蒂台风把阿嬷家的屋顶掀开，整理后勉强可住。“可是住得跟猪圈似的！”阿嬷伤心道。

苏招治肤慰着阿嬷：“过去已经过去不要去想，虽然人生无常但是人间有爱，我们要每天发好愿来祝福自己和家人。”志工的温言暖语，还有那么多的过冬物资，让阿嬷很是开心。“这么多东西对我很有用，我要把这些袋子收好做纪念！”

当志工在村干部的陪伴下来到



志工爱心接力，从储存间把冬令物资运到发放广场。队伍中有资深的委员，也有新发意的志工。摄影/庄清培

集新村黄印星家时，印星也刚好载着领到的物资到家门口。六十岁的印星大叔，讨了一个智障媳妇，每月领着两百多元的低保过日。

看到志工的到来，印星满脸微笑一直说着谢谢。把物资搬进唯一的房间放在床上，对着那些物资如数家珍地告诉志工：“有米、面条、油、毛毯……”印星告诉志工两袋大米够自己一家人吃上一个多月。

提及台风，印星说：“虽然祖厝地势较高没淹水，但是漏水严重，已是危房，还好有政府补助盖新房。”并开心地带着志工参观正在施工的新厝。台风使得往年赖以生存的水稻几乎绝收，地瓜也只有

两成收成。“以前还可以卖点贴补家用，今年自己吃都不够，还好这么多的物资，可以过个好冬。”说完印星也对着志工合十感恩。

乡镇干部协力 处处感恩

今年是慈济在南安第一年的冬令发放，得到了政府和各级领导的重视。泉州市慈善总会朱秘书长，南安市民政局卓莲华副局长也莅临现场参与发放仪式。

“非常荣幸迎来慈济志工，来到洪濂、九都发放冬令物资，给受台风影响比较严重的灾民发放冬天的物资，给我们弱势群体带来冬天

冬令发放进家门

的温暖。”卓副局长在发放仪式上致词道。

今天发放共二十三个村，较远的村子，村干部请来小货车帮村民统一运载物资。从事文书工作三十年的黄衍握，对村民的身体健康、经济都是了若指掌，告诉志工受灾乡亲的农民保险都已理赔到位，灾后重建房屋也在进行中。

黄衍握从台风后志工帮忙打扫，到冬令入户访视，今天带领村民来领物资、入户回访一路陪伴着志工，很是赞叹志工对乡亲的关心。黄衍握感叹道：“你们肯定都有个温暖的家里，才能这样来付出，这么会抚慰人心，即使在困难

矛盾面前也很宽容。”

种子落地成林 勤耕福田

南安洪濑当地志工不多，只有一位受证委员王云谋，当莫兰蒂台风来时，他带着南安当地志工第一时间投入勘灾赈灾，南安当地志工也在莫兰蒂台风中成长起来。

发放前一天，因考虑公共卫生间的缺乏，南安当地志工联系政府，准备打扫瑞基广场附近早已停用的公厕。

广场旁边这个公厕是早几年前建的，因耗水严重停用，但是仍有人前去使用，日积月累就变得非常

志工的温言暖语，还有那么多的过冬物资，让阿嬷很是开心。“这么多东西对我很有用，我要把这些袋子收好做纪念！”摄影/丁美红



的脏臭。因冬令发放需要，镇政府请人来清理，可能因为太臭太脏，请了三天居然都没人愿意清理。

见此情况，洪濑志工便邀约一起清理公厕。志工一来到公厕见到如此脏臭本来还有些害怕，但是想到发放时能给乡亲方便，还是克服了那臭得让人反胃的味道。清洗的过程中，对面店里老板也受到感动，亲自从家里提水帮助志工。

洪濑志工黄华英，今年在姐姐黄良英的带动下，两姐妹一起参加今年的志工培训。洪濑冬令发放时，姐妹三人和先生都把握机会来付出。

妹妹黄文英的先生戴海龙是理发师，看到现场有免费帮乡亲理发，立即参加义剪。姐姐黄华英和先生戴培坤平时是送煤气的，生意很好，有时连三餐都顾不上。但这次发放，不止先生停下手头上的工作，还特意帮女儿从学校请假来现场帮忙乡亲领物资。

黄华英深有感触地说：“作为一个当地人，洪濑有这次的发放。真的很难得，非常有幸能参与，所以无论如何全家都要来。孩子在学校学的是知识，参与今天的发放，可以在她心里种下一颗善良的种子。”

“参加慈济之后，对我的人生改变很多。性格变得比较温柔善解，



志工一来到公厕见到如此脏臭本来还有些害怕，但是想到发放时能给乡亲方便，还是克服了那臭得让人反胃的味道。摄影/王鹏林

比较不会对孩子凶。慈济团体的是做实事的。所以也想把身边所有的人都邀请进来。”黄华英道。

志工张继平前段时间身体抱恙，刚出院不久即来参加发放。同是志工的妻子饶清梅担心他身体，让他在家好好休息。他说：“上人常常说来不及，人生无常。要把握当下，及时行善。我前段时间因为身体不适，已经错过了很多活动。这次洪濑冬令发放，我一定要出来付出。”

洪濑志工王春明不止一家三人全来参加，还邀约了好几位亲朋一起参加发放。妻子戴丽明说：“儿子都说，爸爸参加慈济后，性格和习惯变好了，我也会和身边的姐妹介绍慈济，如果能够带动让洪濑人全部成为慈济家人就更好，这样才会有和谐的社会。”

冬令发放进家门

付出无求省自心

撰文/摄影 北京真善美志工

“**当**我认真地鞠每一个躬，发自内心地道每一句谢时，不知不觉间内心世界早已暗流涌动，就在大概鞠了一百多个躬时，我的眼泪忍不住地夺眶而出。我的眼泪不是要向谁作秀，更不是因为同情谁，我只是为自己。历时三十六年，我终于懂得‘恭敬’‘弯腰’的含义所在，明白了证严法师所说的‘缩小自己’……最早以为是自己来做好事帮助别人，最后才知道其实是在帮助自己。”

第一次参加河北省易县冬令发放的志工李怡萱，记录下她在九十度鞠躬恭敬给乡亲奉上物资时的真实感受，两天的发放活动带给她的不只是付出的欣喜，更有内心深深的触动。

慈济志工们九十度鞠躬恭敬的为乡亲们发放冬令物资。摄影/宋景连





慈济志工分别在河北易县南城司乡与富岗乡举办大型冬令发放活动。摄影/康铭军

十二月十七日至十八日，慈济志工们分别在河北易县南城司乡与富岗乡举办大型冬令发放活动。慈济六年前曾在富岗乡举办过发放活动，当时的发放惠及九百五十二户，近一千五百人；六年后，慈济志工们再度来到富岗，惠及的村落较前次增加了上铺村、下铺村、源泉村三个村子，共计一千两百三十九户，一千七百七十四人领取到物资。两天的发放活动中，慈济志工们齐心为乡亲们付出，将发放的动线变成了一条条温暖的爱心传递线。

携手付出 看见美善循环

场地上，等待发放的物资整齐地堆成小山。村委会门口的小房子里，一个乡亲正在吃早餐，他叫陈振山，他和另一位乡亲邢泉林已经看守发放物资整整三天三夜了。清晨五点多钟，他俩又去协助先遣志工们一起整理屋子、生火、烧水，迎接大队到来。

为了确保这次发放活动顺利圆满，富岗乡的乡村干部们也做了大量筹备工作，大到整车的米面物资接收安置，小到电线插座、会标村牌、

桌椅板凳、暖壶水瓶，锅灶、柴草、卫生清理、车辆安置等等，付出很多心血。乡里给志工们送来的桶装水在顶头的平房里，没水了，邢泉林就会帮助扛过来，还不时给志工们抱来柴禾，他的脸上总是微笑，谁也不知道，他的腿脚并不好。

志工们感恩他的辛苦付出，他却说：“你们才是真正的伟大！”原来，邢泉林以收废品为生，供两个孩子读书，他的大女儿邢帅以前在易县中学读书，受过慈济资助，现在在保定读大学，所以邢泉林对慈济很感恩，希望自己的女儿有出息，也去帮助别人。邢帅去年参加了慈济在易县的发放，这次听父亲说慈济志工们又来了很激动，让父亲一定多拍几张照片给她看。

零下七度 衣暖心更暖

清晨的阳光跃过不远处的小山岗，洒向布置一新的发放场地，凝结在物资袋上的冰晶在暖黄色的阳光下仿佛碎钻般闪烁着璀璨的光辉。

在发放现场，缓缓走来一位拄着拐的老奶奶，她的头发已经花白，腰也弯成了弓，慈济志工们见到马上找来一个凳子请奶奶坐下。原来，这位奶奶是富岗乡河槽村的付秀荣老人，今年六十五岁了，二十八岁时她因为手术后遗症，导致几十年腰疼直不起来，不能干体力活；而和她相依为命的老伴又因肺癌永远离开了她。由于自己长期有病，有的村民看不起她。

六年前，慈济志工曾经来到

看守冬令发放物资的村民邢泉林（左），凌晨五点已将地锅烧旺，水烧开。摄影/王云岫





志工为乡亲编排了情景剧来介绍慈济的慈善关怀。摄影/刘毅

她的家，老人还清晰地记得，当年发放的棉被特别的暖和，还有米、面、油等物资，“慈济志工特别好，心地善良，问寒问暖，就像亲人，很温暖！”说起慈济志工，老人的话语充满感激。虽然老人身体不好，但今天依然和二儿子一起来到发放现场，老人说：“今天来，就是想看看慈济家人，祝福好人们一切平安顺利！”

富岗乡乡长贾凌云刚做完手术不久，依然赶来参加发放活动。她告诉志工们，这次发放的八个村都是贫困村，因为土地贫瘠，扣掉化肥种子等成本，种一

亩地挣不了五百元，因此村民们主要靠外出打工收入。这次慈济志工在春节前给贫困人口发放大米、面粉、食用油、盐、秋衣、棉被等物资，给乡亲们带来了贴心的关怀。零下七度的气温，慈济志工们不到五点就赶到会场为乡亲们烧水煮粥，让乡亲们吃上一顿热乎乎的早饭，令她非常感动，她向志工们表示感谢！

善巧说法 静思语进发放

怎样才能让不识字的乡亲明白静思语的道理呢？在志工姚苜菁带

动下，慈济北京冬令发放第一次采用小品演绎手法，将慈济发放过程与静思语的道理，呈现给乡亲。

志工侯蕾特地提前编写了剧本，剧情主要围绕慈济访视、冬令发放、竹筒岁月、米扑满等内容，剧本写的很贴合实际，是乡民们的真实生活写照，为了逼真呈现冬令发放的物资，大家还专门从北京带来了五斤大米，用慈济发放专用袋装好。

当天发放仪式结束后，扮演乡亲的志工直接登场，即兴表演。当她一声叹息：“家里没有米了，这可怎么办啊！”一位挎着篮子的乡亲竟主动走到近前，从篮子里拿出一把米，想要帮助表演志工，这未经彩排的一幕，让“米扑满”的故事有了意想不到的开篇，也给围观乡亲们真实展现了没有钱，也可以助人的动人一幕。

恭敬鞠躬 奉物资学尊重

动线上发食用油的志工张江，正在给几位易县中学的孩子们分享，九十度鞠躬奉油的姿势。慈济发放的特别之处，再给予乡亲们物资，甚至一张核准单时，都需要九十度的鞠躬，因为慈济志工是用感恩心对待每一位乡亲，感恩他们



已七十二岁的王桂兰（右）把握付出机会，和女儿袁洪艳（左）报名参加冬令发放。王桂兰说：“能够给贫困乡亲们送去温暖，这是我一辈子最荣幸的事！”摄影/刘毅

给志工们付出的机会。

几十个鞠躬下来，刘娜同学深切感受到这份不易。“腰疼，以后要多练！”张秋月同学感慨说：“这是对别人的尊重，也是对自己的提升。”第一次参加发放活动并承担文字记录的志工李怡萱，也亲身到动线体验九十度鞠躬恭敬给乡亲奉上物资时的真实感受：“……历时三十六年，我终于懂得‘恭敬’‘弯腰’的含义所在，明白了证严法师所说的‘缩小自己’……最早以为是自己来做好事帮助别人，最后才知道其实是在帮助自己。”

把握机会 家人齐心动员

满头银发，慈眉善目，已

冬令发放进家门

七十二岁的王桂兰，刚放下行李，来不及休息，就忙着和女儿袁洪艳一起搬桌子、擦桌子、铺桌布摆点心、摆放志工们的背包，没有一刻得闲，就像一位慈爱的老妈妈，无微不至地照顾着自己的孩子们，这已是她第三次报名冬令发放。

考虑桂兰师姊年纪大了，志工们怕她身体吃不消，前两次都推说无法办理保险，没能成行，今年桂兰再次报名，团队感动于她的坚持，让她和女儿一起来到冬令发放现场，并且参加了先遣工作。

虽然先遣志工早上四点半就要起床，但王桂兰脸上却丝毫看不出疲倦，她笑着说：“能够给贫困乡亲们送去温暖，这是我一辈子最荣幸的事！心情特别高兴激动！”

王桂兰说，过去自己身体不好，自从来到慈济，见苦知福，人变得活跃了，身体毛病越来越少。女儿袁洪艳因为膝盖滑膜炎，在发放前两天刚刚出院，也和母亲一起参加了先遣，看到母亲因为做慈济，心情愉快身体健康，袁洪艳非常支持母亲。“上人说‘甘愿做，欢喜受’这在我妈妈身上充分展现出来，老妈快乐，闺女就快乐！”

“我们家在发放活动时团聚了！”李鸣壁开心地笑着说。李鸣

壁在北京工作，妈妈龙梅是易县的第一颗菩提种子，这次不仅带动四十多位易县志工前来参加发放活动，自己还承担动线长。平时在保定的父亲李向农则是“做在最前，吃在最后”的香积志工，身为企业家，他亲自为志工们烹制好吃的饭菜，丝毫没有老板架子。平时女儿在北京，妻子在保定，一家三口各自忙碌，倒是慈济活动成为全家团圆的机会。这次发放全家报名参加，于是有了这难得的家庭团聚。

志工典范 菩提萌生新芽

来自台湾，已经六十四岁，做志工三十八年的王寿荣告诉大家，自己这辈子最有意义的事就是成为证严上人的弟子。他告诉大家：“身体只有使用权，没有所有权。”做慈济事就是让你找到心中的如来本性；遇到不愉快是拔出心中烦恼的机会，心中烦恼越少，也才能越快乐。

七十一岁的赵兰英奶奶股骨头坏死，靠双拐行动的她平时基本就待在床上，儿子患有强制性脊柱炎，儿媳妇订婚后出了车祸，导致脑子有问题，只能从事打扫卫生的工作。说起家里的种种不幸，赵奶奶不禁伤心落



王寿荣为翟大爷干裂的脸上擦上护肤霜。摄影/王云岫

泪。“我们的身体都会有不好的那一天，但我们可以让心情保持健康。”王寿荣一边宽慰奶奶，一边拿出擦手油帮奶奶擦手。拥有三十年护理经验的台湾资深护理师陈美慧则帮奶奶做检查，并提醒村支书赵书珍和奶奶的家人，要及时带奶奶检查心脏和脑部血管。

来自台湾的资深志工们对乡亲们亲切的态度、真诚的话语，言行举止充满对乡亲的尊重与关心，用身行做最好的示范。

“你们做义工，得到了什么？什么都没有得到那为什么还要做呢？因为我们丢下了愤怒、焦虑、狭隘和嫉妒；丢下了悲观、沮丧、

争吵和指责；我们不是为了得到而是为了放下；我们一次次出发，不是为了去拯救他人，而是为了寻找和到达自己更纯净的心之彼岸。”

第一次参加发放的志工罗瑛写下她的感受，两天的发放活动，志工们的无私付出与奉献给她深深的触动。“还有更多的他们和她们，虽然年龄面貌不同，却有着相同的幸福笑容，所有人脸上，都大写着助人是快乐之本。”诚如罗瑛所写，一个人的力量是有限的，但会合众人的智慧、力量，凝聚共识，形成一种正向的磁场，让所有被囊括其中的人，都会慢慢地生根发芽，变成一粒爱的种子撒向人间。

冬令发放进家门



主题报导

四川金堂送暖添福

撰文/曾忆玲 摄影/四川真善美志工

手捧暖乎乎杯子，来自龚家村的爷爷走了一个多小时才到，喝杯热姜茶，好开心。摄影/陈艳华

今年是第三年为四川金堂县淮口镇地区的贫老孤残举办冬令发放，也是第一次正式在大爱感恩环保园区举办活动。

为了让志工团队一百多人能在十二月二十四日顺利进驻，近五十位四川慈济志工把握前一个周末假期，提前清扫大爱感恩环保园区，其中还有徽记食品公司共七位同仁相约而来，洛水志工及同仁从什邡大爱感恩科技公司宿舍区，搬运一百五十五张福慧床，忙着为“我们的家”点新妆。

全员出动为园区点新妆

五岁小娃娃张因善全家都是志工，身体力行是最好的教育方式；爸爸张泽礼、妈妈陈校英去年受证慈济委员，爷爷张思国和奶奶也是志工。三年多来，张因善经常跟在爸妈身边参与慈济活动。

十八日这天一家三代五人，加上爷爷的朋友，六人共乘，从乐至县开车三个小时到金堂县。一到目的地，立刻有默契分散到不同角落，默默工作，张因善前前后后跟在妈妈身边转，有模有样地拿起抹布擦栏杆，在妈妈指导下，双手拿起比自己还高的拖把，按部就班把浴室地板清理

干净。不分年纪老少，志工们合心协力，一寸寸擦拭，用虔诚的心，息风霾，净尘埃。

众缘和合爱心接力

二十四日，志工陆续展开各项准备工作，原本规划提前把大米搬到户外广场，午后却下起了濛濛细雨，担心雨势渐大而暂缓。隔日清晨，雨还没停，志工们齐声唱诵“祈祷”，希望在寒风细雨中，乡亲能顺利把全球慈济人的爱心，和丰富物资带回家。天色渐亮，雨终于停歇。大米按照原定计划搬到广场上，志工们自动列队搬运，一袋传一袋，一包十五公斤的白米，爱心接力。

志工不只带来物资，发放同时还有人医健康检查、卫教讲座、环保互动、慈济故事，下午则分两路助学金发放、冬令发放回访。短短一天之内，融合慈善，医疗，教育，环保，每个空间充分运用，人人的时间分秒不空过。

淮口镇乡亲们冒着雨，扶老携幼，满心期待的提早抵达现场，志工端出清晨熬的姜茶和饼干，让乡亲祛寒，让小朋友补充热量，乡亲捧着热乎乎杯子，茶汤都还没入口，直说：“好喝，你们这么辛苦

冬令发放进家门

熬出来肯定好喝！”。

淮口镇万福村主任刘伟，在发放动线上关照村民，与志工罗建平握手问候，像老朋友一样，直说“三年了！”原来刘伟连续三年协助慈济冬令发放，发放前陪同志工逐户访视造册，发放现场协助乡亲载运物资回家。

看到志工为了帮助贫困家庭，过了午餐时间也不愿耽搁行程，随身携带香积面、饭，简单快速解决一餐，又赶紧往下一家走去。这份先想着苦难人，不是先想着自己的精神，让刘伟感受深刻：“受慈济的感染，我们尽自己的能力去帮助贫困的老百姓，和慈济人一起把这个事情做好。”

医疗慈善亲手布施

今年冬令发放的健康检查区，除了长期合作的华西医院罗书画医师等人，还有成都市第二人民医院

的医师，总计十二位医师、十五位护士共襄盛举。爱心医护阵容扩大，专科类别也更多样化；比往年新增中医科、牙科，甚至还备有口腔专业义诊车。

五位就读医疗相关科系的青年志工，协助乡亲询问基本资料。看诊乡亲多是长年劳动导致腰酸背痛等病征，中医科座无虚席。成都市第二人民医院中医师张镭潇，针灸治疗的同时，耐心解答病患或家属疑惑，忙得没时间坐下来喘口气，却甘之如饴。“这些老百姓都需要专业的医疗技术，以后肯定会多参与这些有意义的活动。”张镭潇说。

义诊结束，医护团队没有休息，立即投入发放行列。华西医院护士熊丽帮忙乡亲扛起第一包爱心米，终于体会亲手遍布施的力量：“医疗志工和搬大米还是有不一样的，大米有三十斤，搬大米就是体力上有点困难，但是我的心很激动，所以平时拿不动的东西今天拿得动了。”

义诊结束，医护团队参与发放，亲手为乡亲送上物资，感受付出的感动。摄影/边静



(左) 当助学生看完志工“日存五毛钱”的故事，志工们为孩子们准备了小竹筒。摄影/边静



(右) 个子瘦小的曹金鹏，淮口镇中学初一，走进惜福屋，先帮爸爸挑选合适的衣服。摄影/边静

知福惜福再造福

淮口镇目前共有五十四户六十一位助学生，志工每两个月一次到学校互动，发放助学金。今天有三十一位学生和家家长专程前来，收到生活包和助学金，还有人人一份别出心裁的礼物。

原来实业家向琼和一群志工，从十二月初着手设立“惜福屋”，邀请志工整理家中少用但较新的二手物资，包含衣物、书本、文具、玩具，在家先做简单整理，再送到园区。发放这天，当助学生上完环保课程，看完志工“日存五毛钱”的故事，走进惜福屋，每人可以选择一件衣服、一项文具图书用品。

好几位小朋友第一个想到的不是自己，而是为父母或爷爷奶奶找合适的衣服。个子瘦小的淮口镇中学初一学生曹金鹏，走进惜福屋第

一个要帮爸爸找衣服，曹爸爸试穿衣服尺寸，看着儿子是满脸引以为荣的笑，曹金鹏说：“我特别喜欢‘惜福屋’里面的东西，这个地方我帮爸爸挑选了一件毛衣，这样他冬天就不会冷了。我还为自己挑选了一本从来没有见过的书，这样我想懂得更多的知识。”

富有来自于知足，物资终究有吃饱用完的一天，但以爱深耕，至诚付出，只盼启发人性之善，为新的一年启动善的循环，为家庭、社会灌注爱的能量。

志工整理家中少用但较新的二手物品，包含衣物、书本、玩具等可供孩子们选择。摄影/边静



冬令发放进家门



承担面粉与大米搬运的青年志工充满朝气与活力。在澳洲求学的青年志工陈沫含（右一），在寒假回国期间，与妈妈一同投入慈济活动奉献爱心。摄影/谢丽莉

主题报导

蓟州发放菩提成林

撰文/摄影 天津真善美志工

天津市蓟州区原为蓟县，在京天津冀协同发展的背景下，今年八月天津市撤销蓟县设立蓟州区，对于推进全市城乡一体化、统筹区域协调发展具有重要意义。

而对于蓟州的慈济志工来说，今年也是一个丰收年。首先，年中成立的联络点，让家人有了固定的活动场所；此外，十一位本地志工完成培训受证，发愿传承法脉弘扬

宗门；环保志业更是深入社区，在深耕多年的曲院风荷社区，物业公司将样板间免费提供给慈济，有了第一个环保站，能够带动小区居民净化环境与心灵；年终岁末，蓟州志工更发心手语入经藏，在岁末祝福中全程演绎，呈现庄严道气。

来自天津市区、唐山、宝坻等地志工，刚刚圆满市区冬令发放与岁末祝福，十二月二十四日再次来到蓟州，与当地志工共聚善缘，传递大爱，圆满蓟州冬令发放暨岁末祝福感恩会。

青年志工心灵成长

今年蓟州地区感恩户发放，由于居住地点比较分散，分为集中发放和入户发放两部分举办。

在桑梓镇中学发放场地，有很多青年志工，无论是安置旗杆，还是搬运物资，他们都抢在最前，年轻有朝气的身影，成为这次冬令发放的一大亮点。尤其是在发放动线上，在最“幸福”的面粉组和大米组，几乎都由青年志工组成。见苦知福、心生感恩，传递爱心、感受快乐，是他们最大的收获。

远在澳大利亚求学的青年志工陈沫含，在寒假回国期间，与妈

妈一同投入慈济活动，刚刚参加完上周末天津市区的冬令发放，今天再来到蓟州区奉献爱心。母亲陈妍认同慈济，发心提供读书会场地，今天为乡亲欢喜发放静思语，她感言道：“把爱传递给感恩户的那一刻，很幸福！”

“我以后要珍惜粮食，让每一口面粉都吃出幸福感。”陈沫含被分在面粉组，几袋面扛下来，他就成了“白马王子”，脸上洋溢着灿烂的光彩。“要说今天最深的感受是，我体会每天在吃的粮食，真的来之不易，要经过多少道工序、多少人参与付出，才来到我的手里……”从小在优渥环境里长大的沫含，从来没想过农民的辛苦与粮食的不易，今天在搬运中有了宝贵的体会，从此他的心中有了“惜福”的概念。

杨梅同学在面粉组，腰一弯就抓起一大袋五十斤的面粉，与同伴一起帮乡亲搬运到车上。“赠人玫瑰，手有余香”，每送出一袋大米，都在她心中留下温馨的气息。“能帮助别人是一种快乐，以后我会尽心尽力去做！”

今年刚上高一的李艺雯，主动要求参加活动，在寒冷的清晨帮忙布置场地，“帮助别人很开心，我一点

冬令发放进家门

也不感觉冷！”艺雯同学与母亲一起在动线上为乡亲发放食用油。“在慈济我找到了属于自己真正的快乐！”

“大娘，这是您的大米，祝福您新年快乐！”笑容有如阳光般灿烂的邢金慧同学，把真诚的笑容与温暖的关怀，无私传递给乡亲。邢金慧在青年志工读书会中感受到慈济大家庭的美好，于是广邀同学们也来参与活动，亲身感受这份美好。她刚刚参加了天津市区的冬令发放，今天再次参与蓟州冬令发放。“有时我在想，一个人的力量好渺小。但是这次发放，我感受到，我的一点点滴，都会给乡亲带来很大力量。”她与同学们约好，明年要参加慈济的志工培训，并祝福大家一起发好愿，洒下“好命的种子”。

志工季淑荣承担大米组组长，她心疼这些比自己儿子还小的青年志工。“看到他们嫩嫩的小手抓起一袋袋大米，我心里这个不忍啊！”但是她知道，这些大人眼中的“孩子”，爱心与毅力一点也不少于成人。

正如志工刘宏奇所言：“想当初我寻寻觅觅了四十年才找到慈济，他们这么年轻就找对了人生方向，真的让人羡慕啊！”见到这些

青年志工如雨后春笋般的参与进来，刘宏奇满心欢喜，因为看到了世界的希望。刘宏奇祝福青年志工们：“与善为伍，行在正途，不论身边的雾霾有多大，心中总有一片光明照亮天地！”

相会三年苹果展笑颜

“张红，你还记得我吗？”志工魏莹在发放动线上，一眼就认出了长着可爱苹果脸的张红，兴奋地和她打招呼。“当然记得！”张红开心笑起来。“我还想从家给你带一个苹果呢！出门的时候给忘了……”志工魏莹捧着张红的脸仔细端详，紧紧把她拥入怀中。

二〇一四年底的蓟县冬令发放，魏莹第一次见到张红。那时张红才七岁，小脸脏脏的，一头乱蓬蓬的头发，戴着一条红色围巾非常醒目，和爸爸站在队伍里等候发放。得知张红从小没有妈妈，与父亲相依为命，父亲忙于生计，对小张红疏于照料，魏莹心中充满无限怜爱。“那时张红很害羞，大大的眼睛不敢直视我，也充满了忧郁。”志工们在发放短短的时间里，拥抱她，拉她的手，看着她的眼睛鼓励她，在张红心里留下美好



志工魏莹捧着张红的脸仔细端详，紧紧把她拥入怀中，这已是魏莹连续第三年见到张红。魏莹期许张红用功读书，长大后帮助别人。摄影/王志坚

的记忆。

去年冬天，魏莹第二次来到蓟县冬令发放，张红也第二次随爸爸来领物资，她们再次相聚。这次小张红提前知道要见到“爱心阿姨”，特意洗了澡，换了一身干净衣服，把“阿姨”嘱咐的“要好好照顾自己，用功读书”深深记在心里。

今年张红已经三年级了，个子较去年长高了一头，头发梳理得很整

齐，可爱的“苹果脸”笑起来露出甜甜的酒窝。“继续用功读书，将来长大也去帮助别人好不好？有缘的话，明年还在这里见面好吗？”张红与志工拉钩许诺，带着物资和祝福，满心欢喜与志工告别。

“说这话的时候，我心里其实更希望的是，明年他们父女不再是感恩户，不再需要帮助，而是去帮助别人……”魏莹语重心长地说。

冬令发放进家门

新洲雨中说环保

撰文/摄影 湖北武汉真善美志工

今年七月，武汉遭受百年未见的水患，位临附近的新洲区与江夏区深受重灾，志工亲临那里时已是一片泽国，面临突如其来的灾难，乡亲是惊吓和哭泣。

及时赶到的志工，为其送上福慧床、生活物资和贴心的肤慰，让乡亲安身、安心、安生活。八月水患退却，志工对受灾乡亲进行入户访视，

了解乡亲的疾苦和困难。期间，志工不断与乡政府沟通，十月份再次踏上那片土地，连续几天对五保及低保户进行访视，期待慈济的资源帮助到最需要的人。志工数度急灾民之所急，奔赴乡间和乡亲心连心的交谈，以及慈济竹筒岁月的故事感动及影响着当地政府领导，从而成就了十二月的冬令发放。

志工雨中为一个人来领取全家物资的奶奶扛大米，奶奶心疼地说谢谢你们啦。摄影/周李艳



大雨不停启预案

十二月二十五日凌晨，天依然漆黑，来自洪湖、咸宁、宜昌和武汉四个地区的志工冒着寒冷的风雨，前往新洲区三店街为五个村的乡亲进行冬令发放。

由于雨一直下，一辆载着志工的大巴不慎陷入有积水的坑中，司机几经周折，加大马力，车辆也没能从坑中拉出。志工纷纷下车，齐心协力在后面顺势推行，终于将车子从水坑中推出，凌晨三点多早起的志工本有睡意，在这瞬间立刻清醒，笑逐颜开。

经过两个小时的路程来到发放点，此时雨越下越大，志工启动雨天预案，由原来的两条动线，改为一条动线，领取物资的乡亲将由志工接引到学校食堂安坐，发放仪式将在食堂中举行。发放动线物资依次在教学楼一楼走廊中排开，寒冷阴湿的天气在慈济的歌曲声中，有了温度。

五个村的乡亲陆续来到，人医志工团队在食堂后排为乡亲们义诊咨询。为了不让乡亲着凉，关怀志工为乡亲们细心脱衣穿衣，让乡亲们顺利检查。医师胡红兵刚刚受证慈济委员，虽然参加多次冬

令发放，仍旧感触很深。“给乡亲们做健康咨询时，接触到乡亲们的衣服，都是硬邦邦的，会忍不住流泪，我们所能给予的真的很有限，做的也很少，但别人却很感恩。”

环保蔬醒人心净

一条横幅悬挂在墙面上，上面写着：慈济慈善事业基金会邀您一起来做环保。教学楼一楼楼梯拐角处，设立了一个环保宣传点。环保内容涉及垃圾如何分类，还有宣导推广“1.11世界蔬食日”的活动。志工们正在耐心地为乡亲们和学校工作人员解说展板内容。

为了方便乡亲们实用推广，展板深入浅出，志工引导大家“一日五善”，期待乡亲们从省水、省电、不用一次性用品、携带杯碗筷和乘坐公交车出行等方式来“力行减碳”。

董椿村村民徐谋旺，一手举着村牌引领带队，一手拿着手机，扫描着展板上的二维码。“你们这个组织不但发东西给我们，还和我们宣传环保，世界上还有这么好的人啊！”徐谋旺诚恳地说：“平时人多聚餐时都是一次性碗筷，在外面吃饭也都是用的一次性用品，今年

冬令发放进家门



志工们正在耐心地为乡亲们和学校工作人员解说展板内容，宣传环保。摄影/姚梦妮

春节的时候我一定会让家人不用一次性的碗筷啦。”

“热水要人烧，冷水要人挑。”听到志工说要节约用水，带着母亲一起来领物资的戢菊梅回忆起奶奶在世时说过的话，表示水来得不容易，要节约点用。“蔬菜野菜口里苦，吃到肚里好舒服。”念念不忘继承奶奶的生活法宝，戢菊梅一边和志工聊着素食的好处，一边夸奖志工“口说干了，都是为了我们好，为了我们的孩子好，为了地球好。”她说以后自己要起带头作用，尽量不用一次性塑料袋，回去以后会将用过的袋子反复再用。

志工张桦走入学生中间，看到同学们在游戏结束后将一次性纸杯和塑胶饮料瓶扔进垃圾桶，她在学生面前把刚丢入垃圾桶在瓶瓶罐罐再捡出来，看着同学们有些不解的神情，她立刻讲解这些都是可以回

收的资源，当作垃圾随意丢弃非常可惜，也向同学们宣导以后可以少用或不用一次性水杯，改用自带的水杯来学校。同学们看到志工不怕脏做环保身体力行，也听到志工介绍环保理念，非常感动，学生李琪和彭成红激动地举起素食活动展板拍照留念。

身残志坚善循环

当施庙村的乡亲都来得差不多时，志工终于找到了一张捐款收据的主人，胡胜坤和张九英。原来十月份志工到他家关怀时，胡胜坤的妻子张九英听了慈济竹筒岁月的起源，她也想做一名帮助人的志愿者，于是她主动拿出一百元要捐出来助人。

志工今天把捐款收据带来，就是要告诉胡胜坤，慈济的每一笔捐

款都有收据，他和志工一起念出收据上的静思语：“只要缘深，不怕缘来得迟，只要找到路，不怕路遥远。”志工告诉他，虽然你们今天接受帮助，但你们的爱心也去帮助了别人。胡胜坤说妻子一直乐于助人，这是一点小小心意。

今年五十二岁的胡胜坤在十五年前做铝制品冲床工作时，不慎将手搅入机器，导致左手截肢残疾。那时候孩子还很小，突发的意外，让胡胜坤绝望，他说也想过一死了之，但生性坚强的他还是选择勇敢面对。一只手残疾的情况下，他还开起了三轮摩托车跑运输，搬别人不愿意搬的瓷砖，拉别人不愿意拉的重货。

一辆经过改装的三轮车，加

上一颗勤劳勇敢的心，让缺少一只手的胡胜坤也可以赚钱养家，他说：“我老婆说过一句话，钱不是问题，最重要的是一家人在一起，是最幸福的。”乐于助人的他在领到自己家的物资后，还用他的三轮车，载着四位乡亲和他们的物资，满载着爱心，志工欢喜祝福他们高高兴兴回家过新年。

雨还在下，物资有形爱无限，期待陪伴乡亲度过严冬。三店街黄元珍主任感慨：“一个好的理念要执行下去不是一纸空文，而是要从自己做起，用心做每件事去感化乡亲，才能带动他们一起做。很感恩慈济带给我们的启发！”希望借由慈济人的关怀和环保的推广，能继续在这里激发人人善的力量。

胡胜坤在领到自己家的物资后，还用他的三轮车载着四位乡亲和他们的物资，满载着爱心，高高兴兴回家过新年。摄影/周李艳





科大附小校长易宇一起参与发放，她说：“今天我的鞠躬还只有六十度，还没做到九十度！”摄影/王美水

主题报导

长沙环卫发放得福慧

撰文/摄影 湖南长沙真善美志工

自从两年前莲花镇发放以来，湖南长沙志工逐渐积累了访视关怀的能力。为了就近关怀、落实社区，志工多次与政府部门沟通协调，先后几次对长沙市六个区的困难环卫工人家庭进行了了解，最终确定二百五十一户发放对象。

为了确保大米品质，几位志

工亲自跑到湘潭的厂家采购，往返路途三小时，要求厂家不使用抛光剂、矿物油、食腊等添加剂，确保慈济发放的大米是安全绿色、无污染的放心米。而去年就已经与慈济合作的米商亦表示，愿意在慈济接受的价格范围内提供优质的大米，并免去包装费用。

方丹是第一次参与物资采买的筹备工作，他尝试着把每一次与商家的沟通当作介绍慈济的机会，不断地讲述慈济冬令发放的意义，希望启发商家的爱心、发挥他们善的良能。经历一年多来的承担，方丹真实地感受到慈济人的那份责任以及团队力量。“做慈济能学习平静去面对工作中的困难与逆境；攻克困难时更有精神力量！”

环保话剧有智慧

市城管局副局长胡刚此前因冬令初勘因缘了解到慈济，后来长沙市推行垃圾分类试点，而带队到枫树山环保站参观。在发放仪式上，他致辞感谢慈济的大爱，也介绍了环卫工人为城市所做的重要贡献。

在听到志工恭读上人致乡亲的慰问信和演绎的手语《普天三无》后，胡局长在本子上记下了这三句话。他说：“慈济发放的不光是物资，更多的是心灵的陪护和精神的关怀，‘普天三无’崇尚的境界非常令人向往。”

志工还自编自导了环保话剧《地球生病了》和手语《一个干净的地球》，告诉环卫工人，我们不仅是一家人还是同行，因为我们都

在做地球的园丁，让地球更加干净而美好。

环保话剧让开福区东风路环卫所的刘巍留下了深刻的印象，他说：“以后在工作中要多开展这样的培训，特别是废电池要集中回收，不能随便丢弃，如果不集中管理，对环境的危害很大。”

真诚付出得欢喜

发放现场的环卫工人，感受到志工真诚的爱，有的紧紧握住志工的手，不停的说着好开心，真心感谢你们；有的一边接受物资一边流下眼泪。

潘静在发放食用油时，看到环卫工人留泪，自己也在瞬间流泪了。自从参加实业家生活营回来，就发愿要成为慈济志工，这段时间腰有些问题，本来没办法弯下，可是今天看到环卫工人们就会不由自主地鞠躬。“我们相信只要有爱，没有什么克服不了的困难。”潘静感慨道。

孙佑祥在近两小时的发放过程中，不断弯腰送上大米，大家劝他休息一下，别伤了腰。他笑着说：“第一次参加慈济的冬令发放活动，感恩慈济给我付出的机会，今

冬令发放进家门



志工演绎环保话剧《地球生病了》。摄影/王美水

天虽说汗湿了衣，但心特别的静，事做得踏实，不觉得累，反而是发自内心的欢喜。”

易新如负责帮忙把米搬上车并安排环卫工人们安坐。以前的他并不关心环卫工人，自从参与访视后，每天早晨看到环卫工人为美化城市在默默劳作，体会到他们原本应该受到尊重。“我会从自己做起不乱丢乱放垃圾，在家就做到垃圾分类，减少垃圾量。今天我学会了知足、感恩和尊重。我会善待一切人、事、物。”

校长老师共参与

今年五月，国防科大附属小学邀请慈济志工对老师进行环保宣导。学校校长易宇女士、教务处主

任刘慧萍女士对慈济的人文理念深表认可。听说慈济在寻找发放场地，刘主任马上表示可以提供，并说这是学校的福气。在发放活动准备过程中，易校长均积极参与和配合。发放当天，更邀请九位老师一同来当志愿者。

易宇校长全程参与发放过程和回访，她说：“今天我的鞠躬还只有六十度，还没做到九十度。静思语会让我反思，慈济人的身行让我变得更平和更柔软。以前觉得环保与自己的关系不大，今天了解后，发愿作为教育者要为孩子们播下环保的种子，这样才能形成一个良性循环，希望慈济能帮助在学校建一个环保点。”

刘慧萍主任则说：“早上看到一车一车的环卫工人在慈济旗的飘

扬下进入校园，我的眼泪充盈了眼眶，内心很受感动，你们的大爱精神也是我们教育工作者应该要秉持和坚持的。”

平等互爱暖人心

善于观察的环卫工人桂花香，是一个非常善良和热爱生活的人，一家六口人住在简陋的垃圾站的阁楼上。她很认真地对志工说：“你们的活动真的不一样，一进来就能感觉到温暖。以前单位每次开会不是抽烟嚼槟榔，就是吵吵嚷嚷，今天竟然没有一个人抽烟，而且几乎都稳稳的坐到了最后。”

桂花香拉着志工的手小声说：“今天是最开心的一天，以前总是会感觉低人一等，而今天感觉到自己跟大家是平等的，感觉得到你们的真诚。”

石光亮、石秋英兄妹俩都是开福区四方坪环卫所的环卫工人，俩人从事环卫工作十年之久，其父亲及全家十几个人也都是从事环卫工作。兄妹俩捧着发放物资时流下了泪水。

“今天好开心、好温暖！感谢善良人的帮助，我们坚定了战胜困难的信心，相信日子会越来越好的，在今后更要用心做好自己的本份工作。”石光亮说。



环卫工人们笑着和志工挥手再见。今天是他们最开心的一天。摄影/石举三

河南许昌入户敬老

撰文/摄影 河南许昌真善美志工

时值隆冬严寒之际，河南许昌市清晨只有低温两度，十二月二十五日，一百多位志工来到五女店镇，进行五百七十九户的大米、油、盐、生活包、棉衣被等御寒用品发放，并安排骨科义诊。

骨科义诊是济华骨科医院七位护理人员，这已是第二年投入，由于现场许多老人家都有膝盖退化性问题，邢宝医生及王元新医生细心问诊，邢宝感到出来发放才知道乡亲们很辛苦，城乡资源差距，民众的医疗常识不足，像车祸受伤截肢的李会平，就是没有得到良好照顾，而在床上躺了五年，其实只要好好治疗，她是可以恢复正常的。

病苦折磨 乐观以对

来自白雉村的朱梅英，先生患尿毒症，每两周需要做透析治疗五次，家里还有正上学的孩子。朱梅英右手有三个指头断指，就是为了维护这个家去工厂打工挣钱而被机器切断的。

虽然老天爷不停考验，但朱梅英不管



志工们入户发放，为出行困难的乡亲们送去关怀和冬令物资。乡亲们开心地与志工互动合影。摄影/萧惠玲

冬令发放进家门



十一岁的马铭谦（左一）已是第二次参加慈济冬令发放活动，甚至参加活动的热情比爸爸还要高。铭谦说：“我就是想要帮大众做一点事情。”摄影/江昆麟

再难，还是要坚强地扛起这个家。她经常鼓励先生要坚强地生活，她对先生说：“你走了，咱家就垮掉了。你一定要陪着我。”

几个月前慈济人到家里探访，带来毛巾、面条等生活物资，朱梅英当下无比感恩，而今天更是无限的感动和感激。因为慈济在她最困难之际伸出援助，她自许今天就是新生活开始的因缘。

身行教子 幼儿精进

年仅十一岁的程一鸣高唱米字数，还有熟练发大米动作，令人对他刮目相看。爸爸程艳勇表示很少见有这样的场面，所以今天感觉挺

震撼的。带孩子来参加活动，相信对他肯定会有影响的。可以从内心感受到，确确实实有很多向善的、正能量的东西。最主要在帮助别人时，你自身从中得到了快乐，这是最重要的。

青少年宫幼儿园园长马广志与十一岁女儿马铭谦第二次参加冬令发放，在幼儿园里，希望把老师从思想上教学水平上提高，因为教好孩子就是影响家长，让家长也树立正确的人生观价值，这是非常有意义的。

所以今天他邀约幼儿园五位老师加入发放。其中李迎老师说：“在这里学习到了如何去关爱他人，用自己的行动去温暖他们，给他们带来开心，尤其是要注意自己

一举手一投足的身形，如何问候、如何递东西等，要让对方感觉到很舒服。”

入户回访 敬老同乐

西街敬老院有二十三位老人都是无依无靠，无儿无女的孤寡老人。志工带来棉被、大米等物资，也进行老歌团康、为爷爷按摩，让爷爷们乐开怀，院长刘民生特别感谢慈济基金会。

刘燕在敬老院时，帮老人捏捏

背捶捶肩。后来要抱一抱爷爷，刚开始有些顾虑，对面前老爷爷抱不下去。可看到其他志工都敞开怀抱拥抱爷爷奶奶们，“我就想那我也去抱吧！”当抱爷爷时，刚开始觉得是自己给对方爱，结果当抱住爷爷时，爷爷却问：“姑娘，你父母好吗？”一下子眼泪就要掉下来。

今年是刘燕第二年参加冬令发放。“今年比去年眼泪少很多，就只想着多去做多去付出，勇猛精进地去付出。明年、后年，期许每一年参加这个活动。”刘燕说。

志工们到乡亲家里探访，带来毛巾、面条等生活物资，并关怀乡亲。摄影/萧慧玲



冬令发放进家门



除了发放物资，志工们还为乡亲们洗理发、量血压。摄影/郑尔婷

主题报导

爱在福鼎二十年

撰文/摄影 福建福鼎人文真善美

“使命是给勇于承担的人，大家都是带着使命而来的，是不是？”领队廖明泉对着即将出发前往发放现场的一百六十多位志工语带勉励地问道。现场一致大声地回应“是”。廖明泉接续地说：“既然抱着使命而来就要做到三个欢喜，第一是让乡亲欢喜，要更谦卑、更柔软；第二是要让领导、志工欢喜，就要嘘寒问暖；第三是让自己做得欢喜。”

自九六年贺伯风灾与福鼎乡

亲结缘至今，慈济在福鼎的冬令发放今年迈入第二十年。今年的冬令发放将在管阳镇、点头镇、前岐镇、沙埕镇、佳阳乡等五个乡镇举行。十二月三十一日管阳镇的发放拉开了此次活动的序幕。管阳镇发放在福鼎第八中学、十二中学同时进行，预计发放户数九百二十六户、一千一百六十一人；除了发放物资，还为乡亲们洗理发、量血压。少部分无法抵现场的长者或行动不便者，志工亦将入户发放，让

乡亲得到及时的爱与关怀。

教师投入 见证大爱

天气寒冷，乡亲父老们穿着厚重的大衣瑟缩着手，志工们恭敬地一一奉上温热的姜茶，带给乡亲一分温暖。同时，志工也为长者剪指甲，如同子女对父母亲般的亲近。志工潘翠花为五保户翁亦亮剪完手指甲后，又轻轻抬起他的脚剪起了脚指甲。或许是太久没剪了，他的脚指甲又黑又长又硬，潘翠花细心地为他修剪，还带老人去理头发。老人一直咧着嘴笑，憨厚的说：“你们这么好，一定是菩萨。”

作为发放场地的福鼎十二中学，由校长带领五位老师投入物资搬运。林培源教务主任表示：“看到这么多鳏寡孤独的老人来到我们学校，被慈济人天下一家的关怀深受感动，还有发放现场看到志工环保的宣传，有全球的观念，也深受启发。”

王秀钰老师手脚利落地一趟又一趟搬着大米，还抽空录下让她感动的画面。“志工为无亲无故的老人洗头，不嫌他们脏；在这么冷的天气，食堂里很多年龄很大的志工用水洗东西，这种精神很令人敬

佩，可以做为教育学生的一种教材。”

王秀钰深深觉得这世界需要爱，而慈济这种爱更有感染力，特别是现在的学生欠缺这种爱与感恩心，改天上课时她要播放给学生观摩，启迪学生做为子女是否也应该为家里的老人家奉献一点爱，帮忙做一些事情。

住校舍的陶娥妹老师一早就来帮忙，她很欢喜地对志工说：“以后我也想加入慈济！四十多岁快退休了，要为社会尽一分绵薄之力，献一点爱。”她觉得平时常教育孩子要善良、要献爱心，身为老师自己要立下典范。平时她很少参与活动，她很开心可以趁慈济来学校办大型活动的机会，出点力气锻炼身体，快乐别人也快乐自己。

有爱无碍 物资暖心

发放现场里，一位截去双肢的乡亲左、右手各攀着一只小木板凳滑走着来到现场。虽然身体重残，但却满脸笑容。今年五十岁的蔡永仕，十一年前双腿因被石头压伤而截肢；当时孩子还小，慈济将他列为照顾户，并为其盖房子，让一家大小有了栖身处，一对子女得以接

冬令发放进家门

受正常教育。

志工廖明泉十年前到福鼎参与发放就遇见他，相隔十年再见面，彼此相拥问安，仿佛他乡遇故知般的喜悦。蔡永仕如今子女都已长大，女儿是护理师嫁给了一位医师，儿子目前就读河南洛阳科技大学机械系二年级，蔡永仕和老婆开了一间小店。当经济还过得去时，他就告诉慈济志工不用再济助他，把爱心再转给其他人。目前，慈济将其列为关怀户，志工偶而会去探望关怀他们。今天蔡永仕怀着回娘家的心情，到发放现场看看慈济老朋友。

怀抱使命 鼎医职志合一

“以前医院要分配各单位名额参加，现在是要限制名额。”福鼎市医院发展办主任李爱民表示，此次冬令发放活动共有一百六十位同

仁参加，而且报名还爆满。有这样的转变，起初是医护人员对慈济不是很了解，这几年慈济人在医院、在社区的带动感染了医护人员。另一方面，这些年医院举办医疗人文营，让医护人员体认到参与慈济活动可以发挥更多良能。

在积极的参与慈济活动中，提升了医护同仁的使命感，今年首批有五位医护人员参与志工培训并受证，李爱民主任也是其中之一。培训前，李爱民觉得穿上制服责任重大，不敢担当。“慈济路难行，但是我们要行，发愿要跟着上人生生世世走慈济这一条路。”李爱民语气坚定地说。

福鼎医院感染科干事孙元设和太太党娜医师放下一周岁多的孩子来参加发放活动，只因“帮助应该帮助的人本身就是一件很有意义的活动，这种事做起来很开心。”夫妇俩搬着大米笑容写在脸上。孙

志工廖明泉（左一）与蔡永仕（右）相隔十年再见面，如他乡遇故知。蔡永仕于十一年前双腿因被石头压伤而截肢，慈济将他列为照顾户，并为其盖房子。摄影/潘常光



今年完成志工培训受证的护理督导郑巧儿（左一）带着福鼎医院护理同仁负责生活物资发放区。摄影/王秀凤

元设认为“慈济一直传播大爱，在北方的老家，有我的父母，我在这里，别的父母有需要的时候我给他们一点帮助，相信老家的父母有需要时，也会有人给他们帮助，这都是互通的。”

“慈济组织冬令发放很有意义，感恩慈济给我们机会做这么有意义的活动，付出也是一种快乐。”护士王晓丽参加过佳阳、点头镇多次发放活动，她也常带就读初中的女儿一起参加，这次女儿因为接近期末考，没能参加。她认为孩子除了要学习专业知识之外，也要多参加这种有意义的活动，把爱

的理念传给同学们，让他们也懂得付出与感恩。

也是今年返台受证的郑巧儿是护理部的教学督导，十年前曾经回到台湾，当时只有感动；前年再回台参加“全球人医会年会”时，郑巧儿告诉自己一定要把感动化为行动。这一年培训期间，郑巧儿每个月自福鼎到厦门上培训课，往返六小时的高铁车程，同行的五位同仁都没有缺席。郑巧儿忙于事业、家业与志业之间，一年之间竟瘦了八公斤。她说：“期望在专业用心之余，要多扶植新秀，让更多医护同仁能以‘职志合一’的精神在医院落实。”

冬令发放进家门

深圳环卫一家亲

撰文/摄影 广东深圳真善美志工

作为一个人口达两千万人的大型城市，深圳目前从事环境卫生的环卫工共有十五万人。今年一月，慈济首次为深圳环卫工举办冬令发放后，十二月十七日在深圳市统战部、城管局的相关领导指导下，为家庭困难的三千名环卫工，分别在鹏益会所和深圳市市政环卫综合处理厂，进行三场冬令物资发放。深圳志工将近五百多人参与发放和回访。

我们就是一家人

“深圳有一句俗话说，来了就是深圳人！那么今天您来到慈济，我们就是一家人！”司仪孔娟热情洋溢地说。“虽然我们彼此还不太熟悉，但我们都做着同样的一件事，就是把我们的深圳变得更加美丽！你们负责净化大地，我们用爱肤慰心灵！”

深圳市福田区城市管理局副局长吴强华也赞叹广大环卫工人每天起早贪黑，用辛勤的双手，把深圳这座国际大都市打造得这么干净美丽，他说：“我们社会各界和广大市民都应该感谢他们、关爱他们，让他们有深圳人找到家的感觉。”

凌晨三点半起床，四点开始扫地，在这繁华忙碌的都市苏醒前，环卫工人们就把大街小巷清扫得干干净净。遇到狂风暴雨肆虐过后的一片狼藉，环卫工人们又不辞劳苦，无怨无悔地恪守本分，把残枝落叶清理掉，还市民一个干净整洁的居家出行环境。

纯朴、知足、尽职、惜福，是环卫工人的写照。环卫工代表杜春花在接受采访时发自肺腑地说：“感谢政府、慈济对我们的关心、关怀。特别的感谢他们，给我们派很多福利！我也是没什么说的，作为一个环卫工人，把深圳建设的更



环卫工人们围上温暖的围巾，露出开心的笑容合影留念。摄影/黄燕

加美丽，加油！”

用心肤慰粗裂双手

“今天一大早起来工作，辛苦了！今天天气冷，降温了哦，您穿那么少，会不会冷啊？来，我帮您围上围巾。这围巾是志工们一针一线亲手制作，送给您们过冬用的，包涵了很多人的爱心在里面喔！这静思语春联，是我们志工亲自挥毫，用心写的。祝福您和家人新年快乐！幸福吉祥！”

从排队到领发放物资，再到

搬运物资到车站，都有志工温馨陪伴。发放时，每送上一份物资，志工都会笑容满面，以九十度鞠躬，双手送上物资，“感恩您，祝福您！”声声不断。领到物资后，又有人马上走过来，帮忙搬、提、抬、扛物资，令环卫工人宾至如归，倍感尊重和关爱，人人都笑得合不拢嘴。

不管刮风下雨，还是寒冬烈日，环卫工人常年操劳的双手很容易冻裂。慈济举行冬令发放遇到气温突降，志工也细心准备“凡士林”帮助环卫工人擦拭。

冬令发放进家门



志工为环卫工干裂的手擦涂润手霜。摄影/高永肖

环卫工人不好意思伸出双手给志工擦拭，觉得双手太粗糙不能与志工接触。志工王美娜看到环卫工人迟迟不肯将手伸出，内心却是非常的心酸。环卫工人用身体的劳损换来城市的干净，王美娜体会自己的幸福生活安稳又能投入人群为需要的人付出，也期望自己不能忘记此时此刻收纳眼底的一切是那么的真实和温馨。

父母孩子共成长

九十度鞠躬，声声感恩，亲子班小朋友许锦彤在妈妈的带领下，来参加深圳冬令发放。在此之前许

锦彤一直都是让父母亲头痛的孩子，但是在亲子班以及现在教联会老师的教导下，从一个叛逆的孩子变成一个有礼感恩的好孩子。本来计划只参加一天的活动，但是看到孩子在发放现场的改变，妈妈更希望许锦彤可以把握机会在每一次活动中学习成长。

对于有机会付出的许锦彤非常开心，很担心隔天不能再参加活动，晚上回家后主动写作业，做事也快了很多，让妈妈张嘉芯深受感动，孩子比以前更加懂事。张嘉芯反思自己平时跟孩子的互动中，少了夸奖跟耐心，也检讨自己要改变。

公益不分你我他

来自深圳大学AIESEC公益组织的三位学生，通过微信了解到深圳慈济将举办环卫工人冬令发放。张晴表示，为了准时抵达现场参加活动，清早梳洗后就出发。虽然睡眠时间减少，但是一个发放下来，依然精神抖擞，内心充满感恩与幸福。

“甘愿做，欢喜受”一句简单的六个字，让每个慈济志工幸福满满，慈济人将付出的辛苦说为幸福，让深圳叶婷婷觉得“幸福”这两个字，是付出无所求最好的诠

释。叶婷婷期望自己不管以后学习还是工作，都要把握时间出来付出，力行公益。

“来，我帮您。”环卫工人领到两袋十斤大米时，一位穿着西装的年轻人马上走过来，一声招呼，就把两袋米扛在肩上，手里还提着一桶五升的食用油，满心欢喜地护送环卫工到车站。这位毫无架子的年轻人，是腾讯公益慈善基金会的秘书长窦瑞刚。

窦秘书长昨天才返抵深圳，听说这天慈济为深圳环卫工人进行冬

令发放，窦瑞刚专门带上妻女一起来共襄盛举，赶在下午飞往北京之前参与发放。看到志工的热情和环卫工人的欢喜，他和妻女分头行动，加入发放行列。来回为环卫工人搬运物资几十回，挥汗如流，却不知累。

“我们现在大部分人都只懂得享受城市的繁华，却忽略了为这样的繁华背后所默默付出辛苦的环卫工人。慈济准备的结缘品非常温暖，当肩膀上扛起那包沉甸甸大米的时候，我就体会到了慈济爱的温暖。”窦瑞刚说。



腾讯公益慈善基金会秘书长窦瑞刚（左二）一起来感受慈济爱的温暖。摄影/卢生江

冬令发放进家门

漳州发放送爱到家

撰文/摄影 漳州人文真善美



漳州冬令发放采用入村及入户的方式，将物资直接送到乡亲手中。摄影/林焱婷

本着直接重点的原则，因地制宜，漳州第八年的冬令发放，分别在龙文区朝阳镇及芗城区的天宝镇进行，采用入村及入户的方式，将物资直接送到乡亲手中。此次发放对象大部分都是老人，入村入户发放让乡亲们在家门口就可以领到物资。两天共发放四百零九户，嘉惠乡亲六百二十二户。

十二月二十四日，冷空气袭来，在朝阳镇的恒坑村上帝庙前，阿公阿嬷们早早来到发放现场，准备领取物资。发放点虽然小，但志工仍仔细布置场地，为等候物资的乡亲送上热热的姜茶及点心，让乡亲们感受到慈济人的用心。简单而温馨的发放仪式，乡亲们被志工的笑容所感染。

等候区中，七十九岁的乡亲王批根拄着拐杖前来。他一脸忧愁，眼含泪水。向志工述说自己十九岁的养女不回家看顾他们夫妻，抱怨他这么大年纪，经济困难，身体不好，还要照顾盲妻。

志工林明凤与他亲切互动，也向一旁的村干部了解他女儿的近况，开解他要带着祝福的心对待女儿和自己，并与他分享静思语：心开意解福就来。志工为他奉上热姜茶和点心，他终于也暂时放下了心结，

转而感谢大家的爱心和村干部们对他的关怀。

领到发放物资，志工们帮忙扛物资，搀扶着批根阿公走回家。简陋的客厅中，陈列着一排药柜。曾自学中医药理的阿公，以前在村中帮人抓药。近年来由于身体不好，已经无法再为人看病抓药。说到因为自己生病，花光了家中积蓄，阿公不禁悲从中来，流下眼泪。志工们听着阿公倾诉心里的苦，肤慰他要放宽心，往好的方面去想。“祝福你过好年，天天快乐哦。”

恒坑村的发放活动得到镇、村干部的大力支持和配合，书记王志雄和村长王福霖还有村干部冯春菊全程陪同参与。他们对村民的家庭情况都非常了解，很赞叹慈济的爱心活动，赞赏志工们的组织有序，与乡亲们亲如一家的互动。

王志雄书记向志工展示他一直随身配挂的慈济四神汤挂饰。“这是之前来了联系的志工送给我的，我很喜欢，一直带着，真的能做到这四点就很好了。”

村长王福霖说，他六七年前认识慈济，也是因为慈济的发放活动，当时他看到慈济的志工，对他们村的一位残障乡亲关怀有加，还用心帮他按摩手脚，当时就被慈济

冬令发放进家门



志工们听着王批根阿公倾诉心里的苦，肤慰他要放宽心，往好的方面去想。摄影/陈莉菲

人的身段深深感动了。

在村干部们的带头下，恒坑村组建了一个王氏宗亲基金，资助关怀有困难的乡亲。现在这笔基金也不只限于王氏村民受益，而是带动更多的人参与爱的回圈。“慈济真的很好，我也要像你们一样参加慈济，去帮助有需要的人。”王福霖村长表示下个月的漳州社区岁末祝福，他要带家人一起参加岁末祝福活动。

“以前慈济送的毯子，盖起来好温暖喔！”已是七十一岁高龄的杨水连阿嬷，见到志工高兴说道。虽已年迈，阿嬷说起话来却仍铿锵

有力。丧偶的她，静静的坐在等候区。她有四个女儿已经出嫁，如今留下她自己一人独居。

“阿嬷，等一下帮你领物资喔！”志工的关怀，不禁让阿嬷心生感叹。“我如果有孩子在身旁，多好！”“你可以把我们当你的小孩啊！”经志工一说，阿嬷脸上马上浮出一抹微笑。阿嬷在冬日晨曦下的那一抹灿烂笑容，是每位慈济志工心中最温暖的景色。

身着志工背心的钟莉亭，今天第一次参加慈济的活动就赶上每年一度的冬令发放，陪伴她来的还有她的妈妈和一位朋友。莉亭是托管

中心的老师，曾看到学生家长，也是慈济志工的张小蓉穿着慈济制服来接孩子。通过与她几次的交谈，了解到慈济一直以来，做的是慈善事业，这些理念深深地打动了她。

当莉亭知道慈济有冬令发放时就赶紧报名参加。而她妈妈由于经常收看大爱电视台，一早听女儿说要参加慈济的冬令发放，便立马起床做好出发的准备，和女儿一起付出。

“今天来参加慈济的活动很有意义，今天的付出也让这个周末时光大不一样。”发放结束时，莉亭内心充满感动与欢喜。

吕炜今年是第三次参与慈济冬令发放。今年他不仅自己投身于活

动中，还带来三个朋友共同来参与。他们有的扛着大米，有的搀扶着乡亲，和乡亲们相处如同亲人的画面，成为发放现场一道感人的风景。

吕炜因很认同慈济的慈善志业，平时会将慈济的竹筒摆放在店里。只要客人愿意投入一元，他就将售价优惠十元给客人。客人投得很高兴，投得越多，折扣越多，包括店里的员工也响应老板的理念。

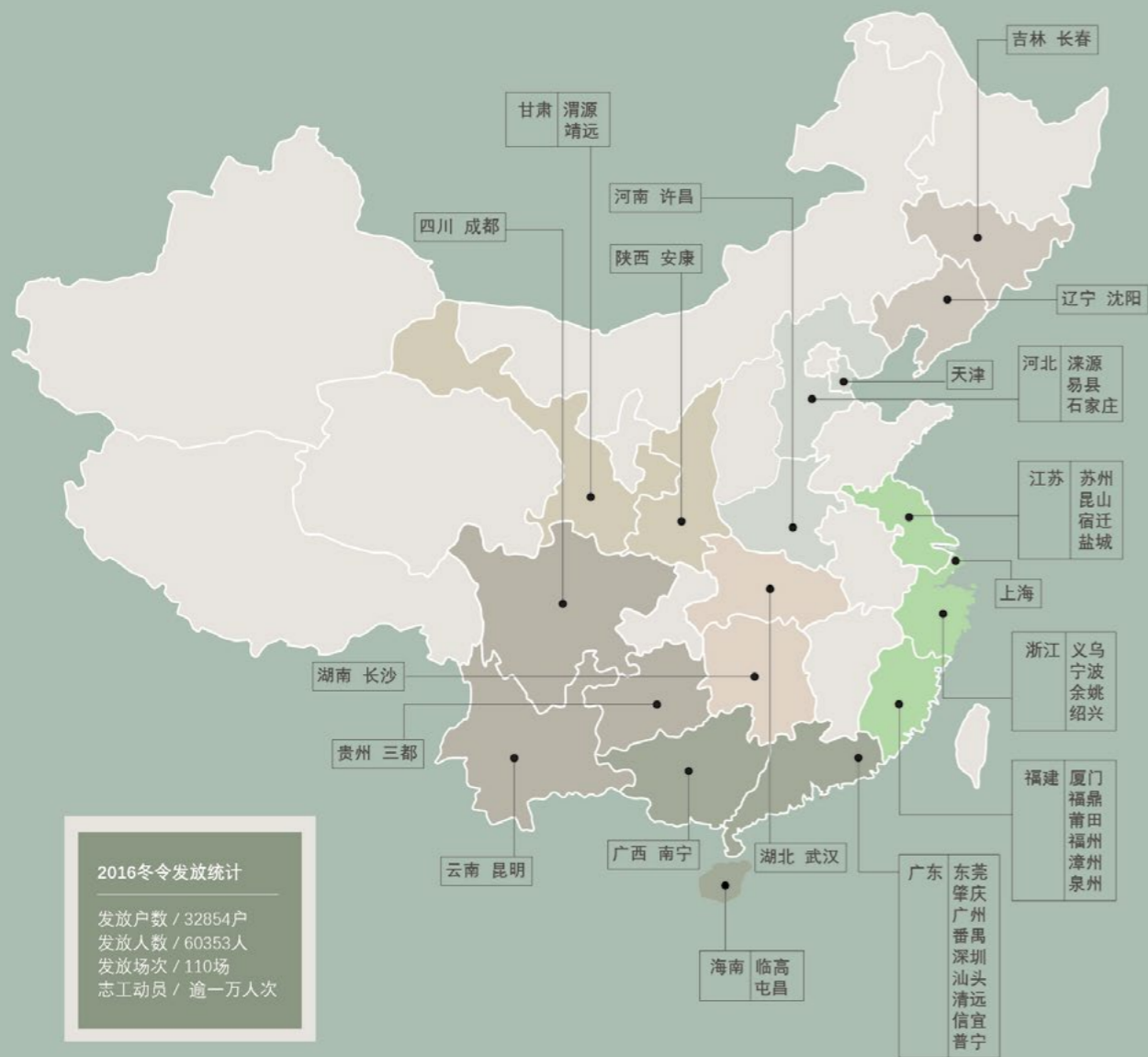
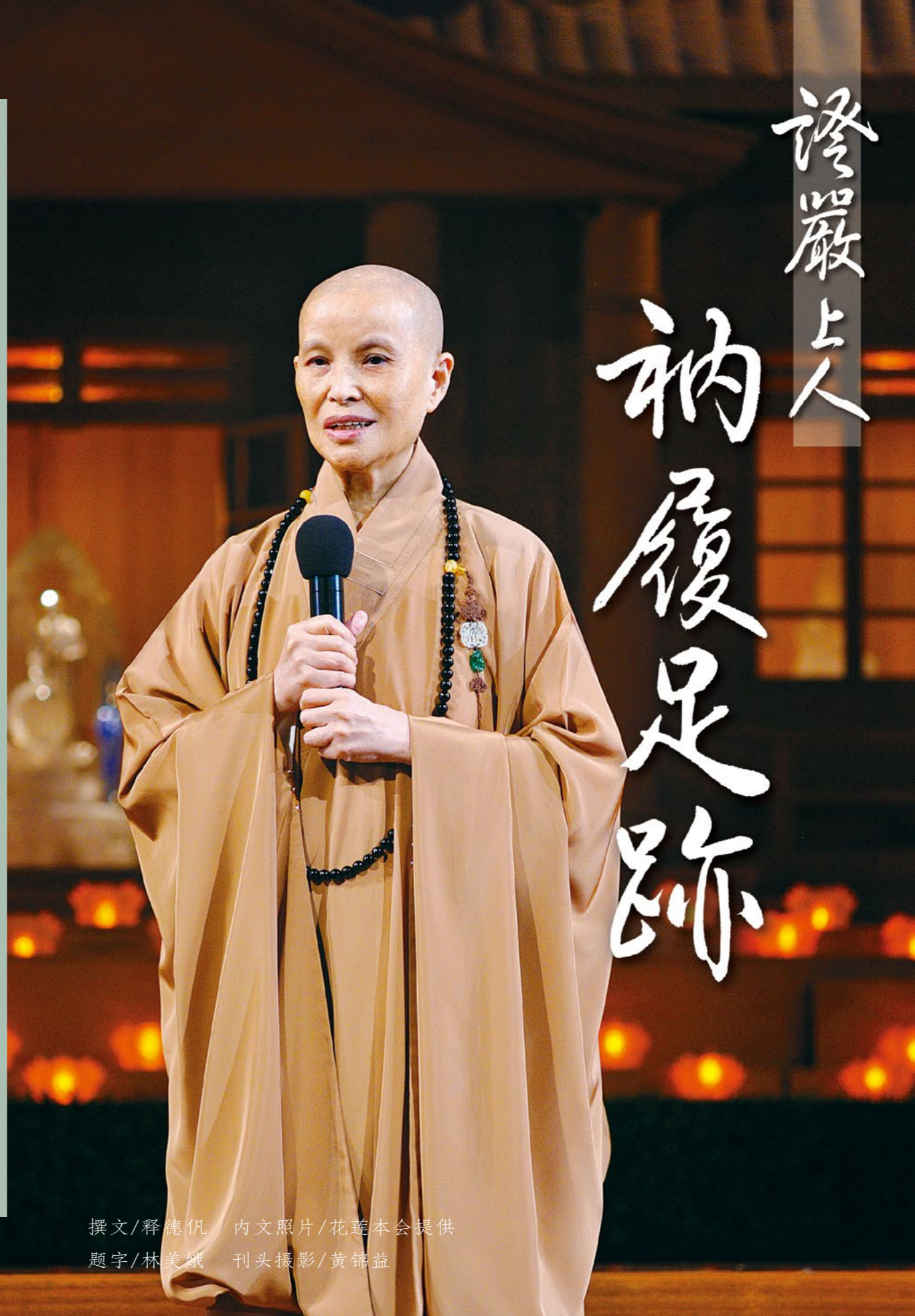
除了每个月固定的善款之外，今年发放前夕，他还特地捐出三万元，希望把爱心送到乡亲手中。他说：“通过亲身感受和经常看上人的书，觉得钱要有用，能用在这些困难户身上，会更好！”

吕炜尽责有耐心，他说：“通过亲身感受，觉得钱能用在这些困难户身上，会更好！”摄影/魏骋



冬令发放进家门

衲履足跡



撰文/釋德伃 內文照片/花蓮本會提供
題字/林美娥 刊頭攝影/黃錦益

11/1~2 《农十月·初二至初三》

难行能行

【静思小语】心念清净，虔诚付出，即是“持经”。



闻真理、真实法入心，即使晚上走到人生终点也毫无遗憾。

日常生活中，眼、耳、鼻、舌、身常接触外境，上人提醒，要时常提高警觉、向内观照，心中常存知足、感恩、善解、包容，莫随

境界起烦恼、生欲念。

上人勉众恒持“熏法香”，并在力行中印证佛法。“人人心中都有一座宝塔。用经文道理印证过去所做，有做、有说、有行，闻法而不漏，《法华经》就会从心地涌出。”

灯灯相照

来自二十九个国家地区、逾两千五百位海外培训志工，陆续返抵台湾参加“海外培训委员慈诚精神研习”。二日早会，上人谈到，全球菩萨来台集会，人人坚定信心求法，会归于菩提大道，如同《法华经·见宝塔品》中，释迦牟尼佛为了开启多宝佛塔，召集十方分身佛会集一处，开启塔门，就能显现真如本性。

当今世间浊恶不堪，灾祸频起，伦理道德淡薄。上人指出，世间之病，起于众生心病；凡夫心不明深重，如同身婴重病，要从法髓中取药疗治。“法就在我们身边，等待大家发大心、立大愿，用法启发自性，还要启发人心。”

上人与众共勉，身为佛弟子，当承佛嘱托，发心立愿，精进不懈，转危机为生机，转移浊为清净，从凡夫地迈向佛国圣地。

北上行脚前，上人对常住二众开示：“出家是割舍小爱，投入大

爱，以天下为一大家。要以天下为己任，照顾好自己的一念心，还要疼惜天下法亲，进而广招来众，人多力量大。”

《法华经·序品》描述，佛陀正式说法前眉间放光，照东方佛土；〈见宝塔品〉中，佛陀为召集十方分身佛而放光。上人表示，佛法如阳光，能照亮众生黑暗的心；心中有法，就有光明照耀。

“众生皆有佛性，人人心中都藏着一盏还未点亮的灯。听闻佛法，就像有人拿着烛火走近，要把握机会引燃心灯，不只能照亮心地、照亮外境，也能点亮他人心中灯。如此不断传递、点燃，世间就能灯灯相照，十方皆明。”

午后抵达台北关渡，上人与资深委员谈话，述及〈见宝塔品〉经文：“此经难持，若暂持者，我则欢喜，诸佛亦然。”

上人表示，“暂持”并非指短暂听经闻法，而是要有求法的决心，如孔子所言“朝闻道，夕死可矣”——人生苦短、无常，早上得

11/3 《农十月·初四》

心与天地同宽

【静思小语】爱有余，富有余。



布善种子

在板桥静思堂举行第一场海外委员慈诚受证暨岁末祝福，上人勉众珍惜同行菩萨道的因缘，也要为更多人开创因缘，不断接引人间菩萨，再生无量种子。

马来西亚志工林永昌，与当地资深志工济雨、慈露是三十多年好友；虽然一直受到他们邀约，却始终徘徊慈济门外。直到看了大爱剧场《雨露》深受感动，夫妻俩从此发心投入，于今年受证。

上人表示，虽然牵引的菩萨缘早已存在，但种子至今才成熟；无论如何，都要给予早日接触、早日成就的因缘。“多一颗菩萨种子，就能接引出更多好人为世间付出。

与其在门外徘徊，或随风起舞而打消行善之念，不如亲自走入慈济门中体会。真正认识慈济，就能坚定道心、勇猛精进。”

上人肯定马来西亚慈济人，不只在当地救助贫病，也到缅甸、尼泊尔、越南、柬埔寨等国救灾，并带动当地志工。“不断启发、凝聚爱心能量，不仅能就近援助苦难人，还能行有余力跨国付出，带动世界的爱与善。”

世间恶浊，要用佛法净化人心。上人期勉大家持续“熏法香”，尽管距离遥远，但只要有心听法，就能师徒合心。“信佛，不能只在口中念佛，要把佛心念入己心，提升本有的清净佛性；还要走入人群，发挥佛陀的慈悲与智慧。”



◀ 曾是慈济照顾户的马来西亚印度裔志工穆儒耕（左二），和夫妻同修的谛儒师兄与利他师姊（右一、二），发愿招募更多印度裔志工。（11月3日）

11/4 《农十月·初五》 善的影响力



【静思小语】钱财有用尽时，慈悲心却能取之不竭。

转迷为悟

在三重静思堂举行海外培训委员慈诚受证暨岁末祝福，发起“日存一把米”行动的缅甸农民乌丁屯，也在受证行列里。

二〇〇八年五月缅甸纳吉斯风灾，慈济人前往救助并持续关怀至今。乌丁屯听闻“竹筒岁月”与静思语而受用，发起“米扑满”，带动村人“日存一把米”助人，如今更发愿“年捐一亩田”，多租一亩田，将收成捐给慈济做救济。他表示：“救济的钱财有用尽之时，慈悲心却能取之不竭。”

上人赞叹乌丁屯闻法入心，虔诚深信，且持之以恒，农耕有成，道业亦成。“点滴累积也可以行大善；只要有心，能力行，就能让爱与善在世间循环不息。”

与马来西亚、新加坡慈济人座谈，过去在大型石油公司担任工程策划高级主管的大马志工李淑梅分享，从事石油业三十年，深知石化业对生态环境的影响。加入慈济

后，捐地设立环保站，去年更毅然退休投入环保志工。

上人肯定淑梅一念心转，利益人群。“地球资源虽然丰富，但不断攫取、破坏，终究取之有尽。法入心，却能一辈子受用无尽，如同人体骨髓能造血，法髓可以让慧命持续增长。生命有限，慧命无穷。”

新加坡志工苏秀卿，经营祭祀用品店二十年，每逢中元节，民众拿真钞来买纸钱祭祖，被朋友笑称“开银行”。走入慈济后，了解烧纸钱破坏环境，决心结束营业，专心做慈济。上人肯定她转迷为悟，关闭了“银行”，心中“宝塔”显现。

“众生都有与佛同等的清净智慧，人人可作自己的主人。法入心，‘说我所做、做我所说’，身体力行，才是菩萨典范。”

自花莲慈院启业即到供应中心任职的林智惠护理长，退休后依然天天到医院，与年轻同仁一起付出；至今高龄九十三岁，仍是“退而不休”。上人举此为例勉励在座年长志工，菩萨没有年龄的分别，

转苦为乐

马来西亚志工林孝式，过去经营娱乐事业，为了应酬而饮酒吃肉，习气深重。踏入慈济后转变心念，不仅结束事业，还捐地成就雪隆静思堂。上人与海外志工座谈，肯定他一念心转，度人无数。

“要让人生转苦为乐，关键在于观念转变而改除习气、改善行为。心念转，化有形的财宝为无形的法宝，就能造福人群，写下宝贵的人间历史。”

上人欣慰海外慈济人，虽然听不懂闽南语，依然精进“熏法香”。“即使语言不通，仍是师父要度的人。每一句法都是一颗种子，把握因缘将种子种入心田，生生世世不断闻法，就能成就未来的佛缘。”

巴西慈济人十多年来举办中医义诊，治疗贫病患者逾十六万人次。上人赞叹当地志工人虽少，

但长年累月救助许多人。“不要怕人少，要持续发心。多招菩萨，就能发挥造福社会的大力量。”

独居的越南志工范氏贵，因生活困苦而受慈济救助，仍坚持要回馈助人；她逢人就说慈济，今已募得上百户会员。上人表示，天下苦难人多，先解除自己的无明之苦，心灵与天地同宽，就能包容天下苦难人。“无论生活贫富，只要心灵富有，就有力量助人；爱有余则富有余。”

上人谈到意大利近年来屡遭天灾，欧洲慈济人多次跨国前往救助，用心、诚恳的付出受当地政府与天主教教廷肯定，邀请慈济基金会到梵蒂冈与教宗会晤，今日由德国志工范德禄、陈树微及意大利志工汤美快代表出席。

“世间正信宗教，皆以无私精神为众生付出。天地不调，需要人人不分彼此，有志一同付出；合和互协，就有大力量。”



◀上人为海外慈济人授证，勉众恒持“佛心师志”，承担天下使命，力行菩萨道。
(11月4日)

要把握在慈济的每一刻，永保毅力、恒持精进。

“人生无常，时间在分秒中流逝。发一念心，就要起于行动，坚定力行，让福与慧在分秒中累积。”

上人谈到土耳其满纳海学校的叙利亚难民学童，接受了慈济人的

爱，也懂得积存零钱帮助贫苦人；今年台南地震、台东尼伯特风灾，更捐款回馈台湾。“消弭一分仇恨的种子，社会就多一分温馨与平静。长时间点滴累积爱心，就有足以改善人间的力量。”

11/5 《农十月·初六》

回归至诚初发心

【静思小语】把握当下，恒持刹那。



行善就是报恩

与马来西亚志工简慈露、叶淑美及郭济缘等人谈话，提及佛教“日中一食”与“过午不食”的饮食规制，上人表示，现代人生活型态与佛制时期截然不同，饮食要顾及营养，维护健康与体力，不可过

于执着。

上人表示，佛陀率领僧团修行，多住在偏僻的郊区树林中，每天必须走入城镇聚落托钵乞食，来回要花费不少时间，所以一天只乞一餐；而为了得到足以供应一天所需的饭食，须使用大容量的钵。

钵又称“应器”、“应量器”，意谓衡量个人食量的容器；当所乞的食物量已经足够一天所需，就不再向人托钵。上人提醒，饮食要“应量”，过与不及皆不宜；可应身体状况少量多餐。现代人营养过剩，容易引发疾病；但过度节制饮食导致缺乏营养，同样会生病。

“修行首重修正自己的行为。照顾好父母所生的身躯，善用健康身体为众生付出，才是真正的孝顺。”

造福同时修慧

于新店静思堂的海外委员慈诚受证暨岁末祝福，上人开示，五十年前在克难中开拓慈济道路，即使常住生活困苦，依然坚持济贫，犹如“乞丐发大愿”，不免遭致许多质疑。

“发愿布施就要忍辱，堪忍各种干扰。听到不好听的话，要自我警惕，步步为营，还要心存感恩，坚定道心，才能做好天下事。”上人感恩五十年来，慈济人一路护持、陪伴，步步铺着大爱，拉寸寸长情，让救苦救难的脚步遍及全球。

今年岁末祝福主题：“修福，粒米藏日月；持慧，毫芒有乾坤”，蕴含追怀慈济草创的艰辛克

难精神，回归至真至诚的初发心；行善付出同时精进闻法，事理印证，福慧双修。

上人谈到，自成立慈济第一个月开始，精舍在每月发放日举办药师法会，常住师父借米、借油煮粥供应大众。随着参与人数愈来愈多，只好不断往锅里添水以增加份量；米少水多，掀开锅盖，清清粥汤能映照四方景物。

迄今，精舍常住依然担负全球慈济人回到精舍的生活食宿，让点滴善款用于救灾、救苦，成就利益天下的慈济志业。“‘粒米藏日月’，每一粒米有来自十方无私爱心，和常住自力更生、支持志业的坚定心愿。修福，要珍惜点滴物命，‘粒米成箩’，爱心无尽。”

“持慧，要闻法无漏、提升慧命，运用无形无相的法，发挥无量无边的良能。”上人指出，佛法真理看不见、摸不着，必须用心体会；体会道理、转恶为善，即迈向真理之路。

以菩萨为伴侣

与马来西亚慈济人座谈，上人叮咛大家秉持“佛心师志”，发大心，立大愿，提起使命度众生，让

人间菩萨持续增长。“法入心而且身体力行，就是人间真菩萨。”

座中有志工是马来西亚慈济洗肾中心的肾友，上人勉励，虽然身有病痛，但只要心中有法，也可以成为救度众生的人间菩萨，当别人生命中的贵人。

“珍惜身体，善用此身为人群付出，就是行孝。父母给予生命，佛陀说法滋养慧命，把握分秒吸收佛法，运用在生活中，就是对佛法最好的回报。”

上人肯定马来西亚慈济人用心耕耘四大志业，资深者认真带领后进，团体展现出礼节与威仪。“进出有礼、形象端庄，是尊重自己也是尊重别人。时时敬师、敬法，而

在生活中力行法，从自身威仪展现佛教形象，就是‘为佛教’。”

“‘静思法脉勤行道，慈济宗门人间路’，修行要殷勤，自修身心，还要广结善缘，在人群中修到不起烦恼，练出真功夫。”五浊恶世，众生刚强，上人叮咛，一定要闻法、守戒律，才不会让恶念渗入心灵。

“看到有人起恶念、犯恶行，要自我警惕‘诸恶莫作’；看到有人行善，就要赞叹、学习，‘众善奉行’。发现有人迷失人生方向，要及时唤醒他们，以免误入歧途。大家要把握当下、恒持刹那，恒以人间菩萨为伴侣，生生世世行走菩萨大直道，方向不偏。”

11/6 《农十月·初七》

提升心灵的富有

【静思小语】以身作则，就是最好的教育。



取用于当地

与越南慈济人谈话，上人勉众带动人人累积小钱行善，不但无损生活，还能汇聚成为救助贫苦的大力量。“不要求捐款多，唯期待有心的人多，人多力量大。”

经历越战后，越南普遍贫穷且残疾人多。近年气候不调，频频发生干旱，日前越南慈济人为贫农展开发放。上人表示，天候不调，追根究抵是人心不调，根本的解决之道是呼吁人人减少消费、虔诚付出，聚集改善环境的力量。

二〇一四年越南发生排华暴动，上人教慈济人“以德报怨”，风波平息后依然要持续付出；取于当地、用于当地，让底层劳工感受到华人的真诚之爱，才能弭平积怨，彼此感恩与尊重。

“用爱付出，没有副作用，还能让社会更平安。”上人期勉华商彼此带动，进而影响当地人、接引受助者投入志工，让人心转贫为富，提升心灵的富有。

跨宗教之爱

与海外慈济人座谈，上人赞叹约旦慈济志工人数量虽少，宗教信仰各不相同，但是秉持同一念心，救助境内贫病者与边境难民。“超越宗教而和合的一念心，就是无私大爱。”

中东地区动乱不止、人心难

安，现年四岁的叙利亚难民女童芮塔，出生时医院受到轰炸，导致左小腿骨折，影响日后行动能力。父亲带着她逃到约旦，在慈济人的帮助下，接受多次手术，如今已能行动自如。

约旦志工慈力的女儿、女婿，三年前收养了一个叙利亚难民孤儿。这名孩子的母亲怀孕时逃难遭狙击，负伤逃往约旦边境后，产子而逝。受限于法律以及伊斯兰文化，收养过程面对重重困难和舆论压力，一家人克服困难走过来。如今三岁的男孩，在充满爱与善的家庭成长，也乐于分享与拥抱他人。

上人叹道，孩子在生母以生命保护下出世，又被充满爱的家庭，以超越宗教名相之爱抚养，生命中实有贵人。祝福孩子长大后充满爱与智慧，能够成为别人生命中的贵人。



◀书轩小志工刘惜宽捐出零用钱，上人期勉日存善念，点滴助人。（11月6日）



◀ 约旦慈济人力少但勇于承担，持续照顾当地贫病者及边境难民。上人肯定大家以超越宗教名相的无私大爱，成为苦难人生命中的贵人。
(11月6日)

叙利亚难民逃难过程血泪斑斑，上人感恩当地慈济人以少数人力深入苦难之地，即使前线救灾危机重重，依然道心坚定，坚持迈开人间菩萨救苦救难的脚步。

上人表示，许多人一生汲汲营

营于财富，永不满足，人生将尽时却万般带不走，只能带着业力的种子到下一生。“金钱物质有限，但大爱无量无边。有无私大爱，就可以不断发挥良能，成为苦难者生命中的贵人。”

11/7~8 《农十月·初八至初九》

一念间，一辈子

【静思小语】心念平和，天下就和平。



担负使命

于台北慈院聆听医疗报告后，上人赞叹医疗团队用心精进、合和互协，面对各种疑难杂症，悉心想方设法，让病患重拾健康，也提升医疗品质。期盼人与人之间持续以感恩、尊重、爱互动，发挥守护生

命、守护健康、守护爱的良能。

护理工作必须面对生活背景各异的病患与家属，一位护理人员分享，面对无理取闹的病患，即使忍不住跑到角落哭泣，偷偷擦干泪水后，依然带着笑容照料病患。上人肯定这分观世音菩萨救苦救难的慈悲心。

“面对恶言恶语，擦干眼泪仍然笑颜以对，这分真诚之爱就是清净不染的‘赤子心’。即使病患身有秽恶脓疮，旁人避之唯恐不及，护理人员仍无所畏惧，正是‘狮子的勇猛心’。还要有‘骆驼的耐力’，恒持初心，护理之路才能走得长久。”

当今社会风气使医疗工作难为，然而医疗是世间不可或缺的。上人期许大家相互勉励，难行能行，共同担负医疗使命，在人与人之间用爱铺路，以长情相伴，合和互协，让人人身心安住，成就美好人间。

守护善种

与北区干部座谈，上人谈到，菩萨修行的过程会有种种阻碍，“若有人扯后腿，要心存感恩；没有人‘扯’，就练不出腿劲。鼓励、护持者是善知识，扯后腿、帮忙练腿力的人，也是善知识。要感恩‘递增上缘’。”

佛陀修行遇诸多刁难与障碍，依然感恩以对，一心向前。上人表示，凡夫根机不足，发了一念善心，一旦受到障碍即随其他因缘而去；差毫厘、失千里，一念差、步步错。

“一句无心的话，也可能断人道心，损伤一颗善种子；多说好话、多予勉励，就可能让善种子从

‘一’生无量。”上人叮嘱大家要明因果，谨言慎行，共同成就善种子。当新发意者有困难时，要一路以爱陪伴，即使这颗种子还未萌芽，也持续浸润在法水中，待因缘聚合即能成就。

上人教大家用心吸收旧法、了解新知，才能建立信心，坚定方向。面对无明风雨，要锻炼到心志不受无明烦恼影响，还要正确为人说法、传法。

“顺境难成佛，逆境多成就。无论遭遇什么境界，都要感恩以对，守住菩萨精神——布施、持戒、忍辱、精进，才能静心思维，在禅定中生智慧。”

在《法华经》中，佛陀为弟子“授记”为未来佛。上人指出，授记是佛陀与弟子的约定，受记者能否彻底“履约”，端看个人心志。“‘中途解约’者并非不能成佛，只是觉悟成道的时间再度拉长；而不曾‘解约’者，凭着一念信心，按部就班、老实修行。”

“‘一念间，一辈子’，要从发心的那一刻开始经营自己的生命。”上人表示，“公修公得，婆修婆得”，道业并非受证就能成就。要有“从今以后，要走入人群，闻法、力行菩萨道”的使命感，道心不退，六度万行，才能成佛果。

11/9~10 《农十月·初十至十一》

志业魂

【静思小语】心专意坚，坚定使命，提起志业魂。



志业之魂

与人文志业中心同仁座谈，上人勉众提起“人文魂”，掌握人文精髓、深植人文精神，发挥使命弘扬慈悲大爱。

“人有人魂、国有国魂，‘魂’就是各行各业的使命与精髓；精神凝聚，心专、意专，定力凝聚就有‘魂’。人文志业担负‘为时代做见证，为人类写历史’的使命，更要记录志业的精髓，表达真诚付出的理念。”

逾五十年来，慈济人秉持无私的爱为世间付出，上人感恩人文志业同仁深入各地，以“职业魂”与“志业魂”，守护人间之美，将种种人间相化为影像、声音与文字，让人见苦知福，启发爱心，共同伸手付出。

“‘人能弘道，非道弘人’，要广传清流、净化人心，凝聚人人精神力量，招回人心之‘魂’，莫因人心的散逸偏差，而在天地间造成种种苦难。”

回归真如

于三重静思堂举办第二梯次“海外培训委员慈诚精神研习”，上人肯定大家不分学识、地位与家庭背景，慈悲等观，以真诚心走慈济路。

“受证，是开始走上菩萨道。从今以后，你我师徒同一念佛心、同一分菩萨志向，不只今生此世，生生世世都要力行菩萨道。”

众生都有与佛同等的真如本性，只是迷失已久。上人表示，佛陀是经过累世累劫的历练，磨除烦恼、修除习气，回归真如本性；殷勤精进修己度人，“上求佛道，下化众生”，所以能福慧具足，现相成佛。

上人教大家回归“竹筒岁月”精神，带动人人每天付出点滴爱心，累积救苦救难的力量。即使是接受帮助的照顾户，也给予植福的机会，翻转苦难人生。“不只给予物资纾解生活困难，更要提升心灵财富，‘苦既拔已，复为说法’。

要度富有者，也要度贫苦人；开阔心胸、慈悲等观，引导人人走入菩萨道。”

现今社会人心冷漠、地球温度却不断上升。与大陆师兄师姐座谈，上人教大家将人心温度提升，让地球温度降低。

“好事大家做，大家来吃素。节能减碳刻不容缓，素食是减缓暖化的一大助力，能让四大调和，人间更平安。”上人呼吁，现在是需要“共行”的时候，慈济人要力行“清净在源头”，带动人人简朴惜

福、茹素护生。

凡事有心就不难。上人教导，行菩萨道，要先改变自己，才能度众生；广招人间菩萨，净化人心，就能祥和人间。

“有愿而无行，愿不能成；有行而无愿，行不长久。必须愿行合一，还要闻、思、修，信、愿、行——闻法之后用心思考、修身修心；以信心发愿，身体力行菩萨道，在人群中不断去除无明烦恼、净化意识，直到回归清净无染的真如佛性。”

11/11 《农十月·十二》

消除心灵雾霾

【静思小语】沙尘烦恼蔽智慧，法水涤心显佛性。



尽除微细烦恼

第二梯次“海外培训委员慈诚精神研习”在板桥静思堂场次，上人叮嘱，菩萨道难行，彼此间要常用“四神汤”与“四物汤”。

“人多，声音就杂，要能堪忍。以‘四神汤’——知足、感恩、善解、包容自我要求；以‘四物汤’——合心、和气、互爱、协力与人相处。如此才能化解杂音，恒常精

进，生生世世延续佛心师志。”

有些人期待念经、拜佛以“消业障”。上人指出，若常常与人计较、起争执，就会处处受障碍。“许多障碍其实是自己造成的。要善解、包容，才能与人和平相处，结来好人缘。现在与人结好缘、成就别人，将来别人也会成就我们。”

许多资深慈济人从年轻投入至今，白发苍苍依然发心如初，步步踏实付出。上人教众学习这分精神，

“内修诚正信实，外行慈悲喜舍”。
用爱寸寸铺路，长情分分牵系。

上人期勉新受证慈诚委员，恒持“佛心师志”。“佛心，是大慈悲心，要以佛心为己心。师徒间还要有共同的菩萨志愿——‘为佛教，为众生’。要将佛法落实在人间，追寻佛菩萨芳踪，用双脚走出经典之路。”

人人本具佛性，只是被烦恼无明层层遮盖。上人以“雾霾”譬喻，虽然尘沙微细，聚集起来却会劣化空气品质，让人看不清景物。

“人心的‘雾霾’——微细的烦恼惑念，会遮蔽清净智性；去除一切烦恼杂念，才能显现清净佛性。”

慈济五十年来，遭遇许多艰巨困难，依然坚定用爱将坎坷道路铺成平坦。上人教众，“静思法脉勤行道，慈济宗门人间路”，要勤行不懈怠。“现在大家走在平坦的路上，要用知足、感恩、善解、包容，以及合心、和气、互爱、协力的法来走，才能恒持初发心，群策群力，六度万行。”

幸福。上人叮咛要将眼光放远、心胸放宽，提起“慈济魂”，继续为天下众生付出。

“从创立慈济开始，就是要在世间铺一条‘教富济贫’、‘济贫教富’的道路；即使是接

受帮助的苦难人，也希望让他们有机会行善造福，为来生种下善因福缘。”台湾慈济人更要提升“慈济魂”，用知足、感恩、善解、包容的功夫，做到合心、和气、互爱、协力。

11/13 《农十月·十四》

生命的约定

【静思小语】没有坎坷、逆风，测不出修行的力道。



11/12 《农十月·十三》

逆增上缘

【静思小语】感恩逆境锻炼，让道业增上。



感恩“踢到铁板”

澳洲本土志工万艾伦，虽然听不懂华语及闽南语，只听懂“多用心”，两年多来仍然坚持日日“熏法香”，闻法后与当地志工共修讨论，所以也能法入心；近日返台受证成为慈济委员。

海外慈济人求法若渴，克服万难行菩萨道。上人于关渡园区期勉，台湾慈济人更要提升“慈济魂”，用知足、感恩、善解、包容的功夫，做到

合心、和气、互爱、协力。

团体人多，难免“踢到铁板”。上人提醒，除了内修诚正信实，遇到不好的声色，要运用知足、感恩、善解、包容的“四神汤”。

“面对他人给予不好的声色，先自我反省有没有错？话语或态度是否引起别人的烦恼？有的话，要赶快忏悔；问心无愧，就用感恩心善解。如此逆境也能成为‘增上缘’，锻炼出坚定道心。”

世间苦难人多，身在台湾实为

忍辱，才能持续精进

在台中静思堂，上人对来自二十一个国家的培训慈诚、委员开示，大家生活在不同国度，却有共同的人生方向，同来台湾受证，实为殊胜的菩萨缘，要珍惜因缘，传续长情大爱。

“五十年前，慈济功德会在克难中创立，感恩资深慈济人步步紧随，不舍不弃作后盾，以无私大爱寸寸铺路走来，使‘大爱之道广披寰宇’；未来期许大家继续‘扩大爱，拉长情’，在人与人之间牵起紧密的菩萨长情，延续于未来，让‘长情之路古往今来’。”

今年岁末祝福主题是“修福，粒米藏日月；持慧，毫芒有乾

坤”。上人说，修福，就要行菩萨道，与众生结福缘、结善缘；不轻点滴，凝聚点滴爱心，就能为天下苦难付出。

佛说“人有二十难”，包括“贫穷布施难”与“富贵学道难”。上人说在慈济，有心一切都不难。以非洲本土志工为例，虽然物质生活困乏，但是内心财富无量；爱心受到启发后，也能成为救拔众生苦难的人间菩萨。他们不辞路远跨国传法，若所到之处无房屋可借宿，就在路边铺睡袋安歇；没有室内场地，树下也可以做爱洒活动……他们“无人不度”，而且处处都可以作道场。

生活贫困的非洲本土志工乐于付出，许多拥有高社会地位者，也能

放下身段做慈济。上人表示：“拥有名利地位者，要降伏傲慢才能培养慈悲；而生活贫苦，甚至仰赖救济才能度日的人，也要破除执着才能广施慈悲。只要开启大慈悲心，无分贫富，人人都有能力付出。”

上人叮嘱大家以“不忍众生受苦难”的菩萨心，在浊世中付出；

借重种种人间相，增长慧命，心力愈经磨练、愈是坚强。

“受证并非功德圆满，而是在菩萨道上起步。除了广度众生，更要守持戒律，防非止恶，不受无明烦恼影响自心，还能忍辱，才能持续精进。再如何艰巨困难，都要坚定前行。”

11/14~15 《农十月·十五至十六》

大圆镜智

【静思小语】心念平和，天下就和平。



圆满人伦

中部地区因慈济援建九二一希望工程的因缘，接引不少老师投入教联会，在校推动品格教育有成。

与台中慈济人温馨座谈，上人表示：“只要有心，好话、好事、好教育，都可以启发孩子的纯真本性；‘人之初，性本善’，教育就是要让这一念善心种子萌芽。”

上人期勉在座老师们视教育为使命。“莫只为生活而工作；为了使命而生活，人生才真正有价值。”

为了接待二十一国慈济人前来精进并受证，中区志工动员

七千八百多人次投入工作团队，用心照顾每一个细节。上人感动表示，慈济人“天下一家亲”，法亲比血亲更亲。

“法亲是生生世世的缘。虽然是不同父母所生，生活在不同国度，语言、宗教也各不相同，却有共同的方向，同心、同志、同行菩萨道，同法脉、同宗门，这份缘多么深厚！”

佛法是人间的调和剂，上人表示，人与人之间有了佛法，才能和谐。“假如失去佛法，世间会如火车出轨般，不堪设想。法轮转得顺畅，人伦才能圆满。”

“佛”即觉悟之人，通彻宇



莫桑比克蔡岱霖师姊分享，当地志工为感谢台湾援助爱心米，将米袋回收制成环保袋。（11月14日）

宙天地间的道理，智慧圆满，故称“圆觉”。上人指出：“这分圆觉性如一面清净的大圆镜，能清楚照映四面八方的景物；当境界离开，圆镜还归清澈，空无一物。”

《法华经·见宝塔品》描述，佛陀开讲《法华经》前，多宝佛塔涌现，释迦牟尼佛召集十方分身佛，开启塔门见多宝佛全身。上人以此说明，人人心中都有灵山塔，也就是清净的佛性。“法入心，宝塔才

能浮现。将佛法深植入心，就是佛陀千万亿分身之一。”

五浊恶世浊气重重，上人勉众以佛法净化己心，还要入人群淬炼，心才能不受烦恼无明污染，坚定不移。

“如同莲花，吸收污泥养分而成长，污泥池因莲花绽放而美化。人人将佛法吸收入心，回归空中妙有的法华精神，就能方向一致，为众生发挥良能。”

11/16 《农十月·十七》

不轻点滴之力

【静思小语】累积“一点点”，就能成大量。



有心还要用心

“闻法精进，是为自己种下慧命的种子。心中有法，面对诸事

就能‘一理通，万理彻’。”在彰化静思堂与志工谈话，上人以澳洲本土志工万艾伦为例，虽然语言不通，却天天“熏法香”，日久也能



11/17 《农十月·十八》

以“行”供养

【静思小语】有缘、有德、有修行，作别人生命中的贵人。

依教奉行供养

“供养就是奉献，并非准备有形的物质拜佛，而是要依照佛陀的教法去奉献、付出。”晨间在彰化静思堂，上人与志工谈及佛经所说的“供养”，强调：“看见众生受苦难，抱着恭敬心去救助，就在供养未来佛。”

与彰化培训团队谈话，上人提醒莫执着形式，只在特定的共修活动精进、闻法，重要的是日常生活中，时时闻、思、修。“若没有放下烦恼，心就像晒过太阳的石头一样，水泼到上头很快就蒸发了，再好的法水也难吸收。”心定、踏实，如此一句话入心，也能终生受用。

彰化吴女士与儿女，住在废弃猪圈改造的房子，慈济人为他们修缮住家、清理脏乱的居住环境；罹患先天性心脏病的陈同学，与阿嬷相依为命，十多年来在慈济及许多贵人援助下，安然度过五次手术……在今天的彰化区岁末祝福，他们上台表达感恩。

上人肯定慈济人爱心能量充足，

不怕脏、不怕臭，长期关怀陪伴，让一颗颗“新芽”将来也能成为庇荫人间的大树，是名副其实的人间菩萨。

多位海外志工虽然身有病痛，仍坚持要来台接受上人亲自授证。上人肯定海外弟子们珍惜因缘，求法若渴，视慧命重于生命。“供养，有物质的供养、敬的供养、行的供养；最重要是‘行’的供养，身体力行佛陀的教法，才是真佛子。”

法看不到也摸不着，但是运用譬喻或自身体会述说分享，就能让人听得到、感受得到；听闻受用，就可以身体力行。上人举述资深环保志工陈阿桃，以幽默生动的分享，随处引发热烈回响。

“师父说一句，她就能够广泛应用，这是因为长久熏习、点滴不漏；法入心，身体力行，进而用自己的体会与方法表达。”上人表示，闻一法而受用，就在心中种下一颗种子。“人的心地辽阔无边，要多耕耘，莫让心地长满无明杂草。”

为感恩台湾多年来援助大米，南非、赖索托、史瓦济兰、津巴布韦、莫桑比克等五国本土志工，今

吸收法的要旨；印证了有心就不难。“有心，还要多用心。”

佛陀说法善用譬喻，并会说自己过去生因缘的“本生故事”。上人表示，虽然没有神通，不知过去生的事，但是拥有这辈子做慈济的记忆。“可以分享自己的‘本生故事’——过去投入慈济的经验，融合现在所听的法，鼓励人人提起热情。”

上人提醒，法亲之间不能只是做活动，更要用爱寸寸铺路，延展分分长情。“不能只为让人欢喜，而用‘迎合’的心态带人，要用诚实信实的态度带动；有诚心，才能启发人人的信心。”

“阿弥陀佛”是无量光、无量寿之意，上人表示，若口中念佛而心中无佛，言行造业，念再多佛号也不能往生西方。“念佛是一种方便法，让人心思专注；不起杂念。其实人人都有佛性，时时以佛心为己心，舍除一切欲念、杂念，付出无所求，才是真‘学佛’。”

不轻视一粒米

今年台湾志工首场受证暨岁末祝福典礼在彰化静思堂展开。上人开示，众生都是天地养育，要及时回报父母恩、天地众生恩。“莫认

为自己力量微弱、轻视一点点的力量，要把握每一个行善的机会，真诚付出。”

台中八十多岁环保志工阿雪，因病或跌倒多次手术，依然坚持到环保站做分类；近八十岁的环保志工梁钟坤梅，日日到工业区捡回收物，儿子梁正光本来不认同，拗不过妈妈的坚持，帮忙载回收物到环保站，后来自己也投入，现在已是环保站站长。

“能让父母安心、欢喜，就是‘孝顺’。”上人肯定，做环保让老人家生活有重心，还能对大地、人群有贡献，会感到很踏实，且在环保站有志工照顾、相伴，所听、所说都是智慧好话，心情愉悦，身体、脑力也不容易退化。

昨日台中阿雪分享，虽然每天回收、清洗芭乐套袋，变卖所得还不够买一颗芭乐，但是为了保护大地，再不值钱也要做。上人肯定：“‘莫以善小而不为’，不要轻视一点点，这一点点累积起来，就是大量。”

今年岁末祝福主题为“修福，粒米藏日月；持慧，毫芒有乾坤”。上人勉众，要修福，就不要轻视一粒米、一分一毫的力量；滴水成河、粒米成箩，正因会员每月点滴捐款，方成就慈济逾五十年来在海内外救苦救难。



◀曾是更生人的高肇良师兄（右二），投入监狱关怀及反毒倡导不遗余力，获总统府及法务部表扬。上人勉励坚定道心，踏实修行。（11月17日）

天带着用台湾爱心米袋改制成的环保提袋，拜会外交部及农委会。上人表示：“爱心看不见、摸不着，但是经由慈济人实际走到，就能让大家感受得到。世界各地的受助者不只‘感谢台湾’，还能翻转手心，发挥爱心成为助人者。”

按部就班修行

彰化慈济人联谊会中，两位更生人上台感恩志工高肇良及彰化慈济人不离不弃，陪伴走向正路。访视及人医团队则分享结合慈善与医疗，帮助贫病人家走出苦难。

上人开示，从慈善访视中能看到人生的无常苦难，和苦、集、灭、道的人间生态，体悟真理；因此每一位慈济人都要做到“慈悲等观，人人慈善”。

“世间情爱真真假假，唯有因果报、业力最真。”上人表示，人生各有因缘，无论幸福顺遂或困顿逆境，无须庆幸也不必埋怨；闻法知理，就要用心、踏实地把握此生此世修福、持慧。

“访视，是无量法门其中一门，将每一家难念的经拿来念，除了自我警惕、见苦知福，还要帮忙翻转人生。”上人强调，行菩萨道不能脱离人群，期许大家用心投入访视，阅读一部部人生经典，从中增长智慧、坚定道心。

上人肯定，两位更生人遇到生命中的贵人-慈济志工高肇良，并把握因缘，翻转人生。而他也是受到志工蔡天胜的鼓励而改变。

蔡天胜过去因毒品多次入狱，直到接触《慈济月刊》而深刻反省，决心改过。出狱后找到台中分

会，在门外徘徊；经志工杨秋霞接引入内，从此真正走入慈济大门，彻底改头换面，投身校园防毒宣导，从受刑人的“同学”，变成警惕年轻学子远离毒品的“老师”。

“人不怕错，只怕不改过。一念偏差犯错，需要贵人拉拔；贵人不只要与他们有缘，还要有德、有

修行，才能让人愿意接受引导。要认真修德、修行，才有办法作别人生命中的贵人。”

修行没有捷径可走，上人叮咛，要依照佛陀的教育，建立正知、正见，按部就班踏实修行。

“照顾好心念，做好该做的事，心境就能欢喜自在。”

11/18~19 《农十月·十九至二十》

磨出好脾气

【静思小语】好脾气成就好人缘。



有愿就要力行

在云林联络处举行云嘉区岁末祝福，上人开示，“是日已过，命亦随减”，自己年事已高，无论有多少弟子“熏法香”，都要尽自己的本分，尽心讲述《法华经》。

〈见宝塔品〉经文描述多宝佛塔浮现，释迦牟尼佛召集十方分身佛共聚一处，以开启多宝佛塔。上人说，闻法入心，且能运用于生活、传法给他人者，都是佛的分身。

“走过半世纪，慈济援助全球近百个国家，各地都有善种子萌芽茁壮、开花结果，又产生无量种子，佛法也随之广披寰宇。”

上人叮咛大家，造福人间、结好缘的同时，也要闻法、知道理。守持正信、心怀正知正见。走在佛陀指引的道路上，清楚目标，行路不偏。

了解佛法、具有因果观，遇到逆境就容易解开心结。上人勉众，心开意解好过日，把握时间多造福。

“此生培养好脾气，成就来生好人缘。”许多人自认心地不坏，只是脾气不好。上人教导，既然自知缺点，就要自我训练心宽念纯，在人群中磨练，培养出好脾气；人圆、事圆，理就圆。

“布施、持戒、忍辱、精进、

▼受强直性脊柱炎折磨三十年的阿吉伯（前），感恩医疗团队挽救生命，自此努力作画、义卖。上人肯定，心念转，就能转苦为福。（11月19日）



禅定、智慧这‘六度’，不是在口头念诵，是要在人群中做出来、传承下去。慧根扎得稳，菩萨道才能走得长久。”上人表示，慈济的修行方法不是做法会、诵经，而是要走入人群，六度万行。

“慈济人内修诚正信实、发四弘誓愿；外行慈悲喜舍，无悔、无怨、无忧、无求，欢喜付出。”上人叮嘱，既发心行菩萨道，就要提起慈悲、运用智慧去力行。发愿、力行，两者缺一不可。

11/20 《农十月·二十一》

愿行合一

【静思小语】有愿无行，愿不能成；有行无愿，行不长久。



修福德，长智慧

云嘉区受证暨岁末祝福典礼，近九十岁的志工程廖迈，分享十几年来每天清晨骑脚踏车出门做环保

的喜悦。她表示自己从年轻劳动到老，从早忙到晚，不觉得累，能做事就快乐。

有邻居笑她傻，说慈济很有钱都在救国外，为什么还要做回收给

▼高龄环保志工欢喜见上人，发愿要活到一百二十岁，健康付出，并且生生世世做慈济。上人回应，不论几岁，都要持续耕耘人间福田。（11月20日）



慈济。她闻言开导：“有钱才能救人啊！国内是人，国外也是人，能救人比被人家救好啊！”

上人赞叹她身体健康、心宽念纯，乐于付出、不与人计较，还有智慧能适时开导人；除了自己行善，也要劝人为善。

“做环保不只照顾地球，也救助人心，引导人回归简朴知足。人人共同行善造福，就能共善业、共福业，让社会祥和平安、气候调顺无灾难。”

上人说，自己每天眼睛睁开，第一个念头就是“感恩”，感恩能醒来，行动自如；第二个念头是“虔诚”，要虔诚面对这一天，不去做错误的事，还要去助人，做有益社会、人间的事。“对的事，做就对了；做

对的事就是智慧。行善就是在造福，累积生生世世的福德资粮。”

经是道，要力行

慈济人须经过见习、培训，修除不好的习气，确实遵守慈济十戒，才有资格受证。下午的岁末祝福典礼，上人期勉新受证的委员、慈诚，“内修诚正信实，外行慈悲喜舍”，培养出蕴于内、形于外的人文气质，且发自内心诚恳付出，才能得人信任。

“今后要秉持‘佛心师志’，在人群中行善造福、结好缘。要像莲花般出污泥而不染，不受浊世无明染着，修持六度万行；以佛陀的大慈悲心，菩萨的坚定志愿，生生

世世力行菩萨道。”

上人教大家“慈悲等观，人人慈善”，深入关怀社区中的贫困家庭或孤老残疾者。“慈善与医疗志业紧密结合，用至诚的心为苦难人付出，也能感动、带动其他人共同行善。”

与云嘉慈济人座谈，上人指出，身体力行佛陀的教法，走入人间力行菩萨道，是慈济特有的修行方法。

“‘经者，道也；道者，路

也’，道要确实去走，才能到达目的地。念佛要念入心，还要发愿，有愿无行，愿不成；有行无愿，不久长，所以要愿行合一。”上人表示，“静思法脉勤行道”，这条道，即是佛陀所说的“经”，要身体力行；“慈济宗门人间路”，利益人群是慈济的宗旨，要走入人群去实践。“要珍惜身处慈济发祥地的因缘，殷勤精进，做出典范，慎勿放逸！”

11/21~22 《农十月·二十二至二十三》

心转，命就转

【静思小语】转心境，就能转变命运。



发愿、力行、恒持

晨间与大林慈院主管座谈，上人谈到五十年前，在克难中创立慈济，做慈善六年后设立义诊所，深刻感受花东医疗资源的匮乏，因此决心建设慈济医院，历经许多困难阻碍。

“修行之路长远，释迦牟尼佛从发心以来，也是经过无量劫才得以成佛。修行一定要在人间，才有办法训练到对境不动心；认清应该做的，无论如何都坚持去做。”

建院之路坎坷艰辛，推动骨髓捐赠、大体捐赠等，同样经历重重阻碍。上人教众要自我训练，无论面对什么境界，心的方向笃定，过去、现在直到遥远的未来，都坚定不移。

“提起愿力，认定对的事情，坚持去做就对了，就能面对重重困难而不却步。愿行合一，才能有成。”

身体要健康、动作自如，各个器官、组织都要健康；医院运作也是如此。上人期勉各科都要健全发展、共同提升，恒久保持感恩、尊

重、爱的慈济人文精神。

勤俭、惜福、有爱

人生无常，天地灾难偏多。今年元月以来，印度、印度尼西亚、阿富汗与巴基斯坦交界地区、缅甸、日本、厄瓜多、意大利、纽西兰相继发生强震，慈济人纷纷启动救灾。

台南静思堂岁末祝福典礼，上人勉众，要用虔诚的心，多造福业，以善消弭灾难。“有善心，用爱待人处事；还要收摄欲念，用惜福的态度生活，才能减少资源浪费，降低碳足迹、减轻污染。”

志工陈喜久在典礼中上台分享，过去先生好赌，债台高筑，离家躲债，她独自带着孩子生活、面对讨债压力；儿子长大后也染上酒瘾，罹患肝癌离开人世；长期承受

生活压力的她，每天靠药物抑制头痛，直到有一天病倒了，才知罹患脑脓疡。

住院时的看护陈秀惠是慈济志工，在她的鼓励下，喜久开始收看大爱台，从中了解世间各种苦，慢慢转变心境，并且走进慈济，用同理心陪伴苦难人走出阴霾。

外在环境诱惑多，一旦心受诱引而偏向，就使一个家庭破碎。上人感叹，喜久境遇多舛，所幸在病中遇到生命中的贵人。“不要害怕压力，要懂得纾解压力。人生无法永远顺遂，唯有守好一念心，用心体会道理，为天地人间付出。”

从克难慈济功德会开始，累积爱心救助全球苦难人，上人表示，每一分力量都不能轻视；精进闻法才能知道理。“毫芒中蕴含着宇宙乾坤的真理，要用心体会；转心境，就能转变命运。”

11/23 《农十月·二十四》

真富贵人

【静思小语】富有爱心，乐于付出助人，是真正富且贵之人。



爱无量，福无量

年初的台南震灾，震碎了许多

幸福家庭；住在维冠金龙大楼的洪先生，受困十二个小时后获救，因受创严重，一度心跳停止，住院九

▼台南大爱幼儿园幼生演绎后，上人致赠小礼物予以鼓励。上人表示，心中充满感恩、尊重、爱，未来就充满希望。（11月23日）



人在社会各个角落用爱付出，让爱的力量遍布。

先拔苦，后说法

与台南委员慈诚座谈，上人说，慈济人以“无缘大慈，同体大悲”的心怀，把握因缘救助苦难人；不分贫富、职业、社会地位，人人爱心平等。“有爱心又乐于付出助人者，就是富贵人。”

上人肯定各地慈济人以长久的耐心，陪伴、扶助苦难人，直到身心皆能自立。“不只救人，还要救心——‘苦既拔已，复为说法’；在苦难人心中种下一颗善种子，未来因缘会聚，种子就会萌芽成长。”

菩萨道长远，上人期勉大家要以坚定的道心与耐心，生生世世不断听法，学法，还要走入人群行法，与众生结好缘；做到三轮体空无所求，就能通达佛心。

11/24~25 《农十月·二十五至二十六》

悲智双运

【静思小语】做好事要有慈悲心，也要有智慧。



无明风，吹不动

高雄八十八岁蒋合阿嬷，过去经营回收事业，退休后投入慈济环保志工已有八年；阿嬷说，在慈济团体里耳濡目染，天天笑口常开，脾气变好。日前阿嬷跌倒受伤，住院期间还梦见自己在做环保，心心念念要赶紧回到环保站做事。

下午的岁末祝福典礼中，上人赞叹此次行脚期间，看到各地高龄长者身心健康、持续为大地人群付出；但愿人人日常生活落实环保，

节约惜福。

印度尼西亚慈济人向各公司行号推行“竹筒岁月”，让员工认领竹筒扑满，累积助人善款，已发出四十多万支。不少主管表示，员工每天起善念、带着感恩心工作，公司气氛变得和睦。

“募心募爱，为的是净化人心。要净化人心，需先闻法净化己心。”五浊恶世，人心刚强难调；上人表示，走入人群付出，要像莲花一样出污泥而不染，不受人群烦恼杂念干扰。“诚正信实、坚定道

个多月来接受二十多次手术，并双腿截肢。近日从成大医院出院。

第三场台南岁末祝福典礼，上人谈到在地震中获救的几位生命勇士，其中洪先生在家人的声声呼唤及许多人关心、鼓励下，敞开心门，坚强求生，勇敢面对未来。

“人生无常，要好好珍惜每一天的平安、健康，多用心为社会付出。平安人顾念苦难人，爱的力量汇合起来，就如古井涌泉般，取之不尽，永不干涸。”

志工周黄秋香生于贫苦家庭，在夫妻同心努力下事业有成，如处人间天堂，却仍积极投入环保与社区志工，还带动很多人响应。上人

肯定她的菩萨行，并以一则佛典故事，说明虔诚布施的功德——

迦旃延尊者看见一位贫困的老婆婆在河边哭泣，询问她为何伤心？老人家表示自己一生困苦，看见尊者心生欢喜，却没有能力布施。尊者将钵拿给老婆婆，请她帮忙汲一钵河水；老婆婆欢喜、虔诚地汲水供养。听闻尊者说法后，老婆婆当晚就在轻安法喜中往生，且凭这份虔诚布施的功德，往生天堂成为天女。

“富裕者如处人间天堂；懂得行善付出，则是人间菩萨。”上人教大家莫轻己能，粒米成箩、滴水成河，可以成就天下善事；但愿人

心，就不会被无明风雨吹倒。”

台湾以善、以爱为宝，人人秉持爱心善念造福，台湾就有福报，得以平安、少灾。上人盼众人用心带动，莫让台湾的爱与善消失。

“人间无明污浊，须有许多菩提树净化空气、维护水土，所以要不断启发大众的菩提心，成长为菩提林。”上人勉新发意菩萨以佛心师志同行菩萨道，心净如琉璃，如莲花生长于污泥池却不受污染。

“慈诚队、委员组要合和互协，净化人心、勤耕福田；还要‘慧根深植菩萨道’，智慧的根要扎得深，道心坚定，才不会轻易被无明风吹倒。”上人表示，人人的爱心建立起来，社会才能祥和，家家才能平安度日。

亲近善知识

二十五日上午高雄岁末祝福，三千多位环保志工欢喜共聚。上人谈到，气候变化愈趋剧烈，全球灾难多，除了做环保，也要净化人心，尽人事让大地更平安。“人人以爱互动、付出一分力量助人，就能凝聚成大爱，肤慰世间苦难。”

环保志工龚秋霖，在典礼中坦露过去的懵懂。自十七岁开始，因赌与毒而多次进出监狱，三十多年

的黄金岁月几乎都在狱中度过；两年前出狱后餐风露宿，由卫生所提报慈济。

慈济人真诚协助、关怀，让他渐渐打开心门，投入环保站付出，并参与“晨钟起，熏法香”。他公开忏悔过错，希望自己不堪的过往，能让大家引为借镜；并发愿善用余生行善助人。

“戒赌与毒，要经过长时间的考验，熬得过内心的挣扎；若能彻底戒除，真是大丈夫。”上人勉励，接受善知识时时刻刻的提醒，就有办法戒除恶习、远离恶友，避免被恶缘牵引而沉沦。

“慈济这条人间菩萨道，是人人都可以走的正确道路。要从戒除自己的恶习做起，还要发四弘誓愿——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。以愿力坚持行正道。”

上人勉众依教奉行、依法实修。“发愿做好事、救苦难人，不只要有慈悲心，还要有智慧，悲智双运，才不会轻易偏离方向、停滞脚步，也才有足够的力量走长远的菩萨道。”

下午的岁末祝福典礼，以香积广结善缘的志工吕清潭上台分享心得：“香积是我的道场，锅铲是我的法器，上人的话就是我的调

味料。”他发愿以料理专业推广素食。

全球暖化，气候变化愈趋剧烈，要让地球降温，必须节能减碳；而推广素食、减少牲畜饲养

量，是有效的方法。上人期勉慈济人要以身作则，带动人人调整观念、改变习惯。“从日常生活中做到节能减碳，让发烧的地球降温，才能减轻剧烈天候造成的灾难。”

11/26~27 《农十月·二十七至二十八》

用生命成就慧命

【静思小语】把握有限的生命，增长生生世世的慧命。



担天下米箩

与高雄新旧任干部谈话，上人叮咛，菩萨是不卸任的，要破除对名相的执着，用心传承、勇于承担。“天地告急，天下灾难多，慈济人要更积极、用心、合心担挑天下米箩。行菩萨道，要真心承担这份生生世世、有增无减的责任，接引更多人同行。”

高雄岁末祝福典礼中，上人开示，做好事并非有钱人的专利，只要有心，累积点滴汇入功德海，人人都能做天下的好事。

人医会洪宏典、刘美丽医师伉俪，从九二一大地震后积极投入慈济，夫妻同心、同道、同志愿，出钱出力投入义诊、赈灾，牵手行医走天涯。

现年七十五岁的洪医师，为了全心做慈济，毅然结束诊所的营运，将场地提供作为“熏法香”及社区卫教的道场，也提供空地做环保。

“净化人心，必须以身作则，做出典范，才能带动人。”上人赞叹洪医师夫妻不只自己“皈依佛，体解大道，发无上心”，也愿众生同来体会佛法、行菩萨道；儿子洪硕穗医师承其衣钵，在台北慈济医院担任骨科医师，同样广受病患肯定。

“生命有限，慧命无穷。要分秒不空过，用有限的生命建立生生世世的慧命。”上人感恩慈济志工长年为社会付出，人生以服务为目标。“要将此刻的热情化为永恒的愿力，落实在日常生活中，以言行典范度化他人，让人心更净化，社会更祥和。”

11/28~30 《农十月·二十九至十一月·初二》

以慈启慧

【静思小语】知人间疾苦，能启发慈悲心，开启智慧门。



真实众，传法髓

与高雄慈济人谈话，上人表示，“竹筒岁月”不只是世间法，也包含出世法。人人每天早上发善念，存零钱助人，同时生起“感恩”与“祝福”之心，一整天就会充满朝气。

“有形的功夫要传，无形的法也要传，智慧才是真正的财富。每天投零钱行善，金额有限，但爱心无限。发心行善，也带动行善，广结善缘，就会愈做愈欢喜。”

抵达屏东联络处与慈济人座谈，上人欣见多位早期投入的老委员，至今依然身体健朗，回忆一九七七年，中台赛洛玛重创南台湾，为筹备救灾发放而暂居屏东一个月，促成当地慈济志业的缘起。许多投入救灾的居民成为南部慈济种子，上人对请求皈依者说：“皈依之后，要和我一样做慈济。”

“发心拜师，必定要志行师道——尊重师父的教法、行师父所行之道，才是尊师重道。希望弟子们不只是‘结缘众’，而是‘真实众’、‘当机众’，师徒之间法脉

相传。”

上人教导，行菩萨道前，必须训练自心达到“静寂清澄、志玄虚漠”。“并非打坐念佛就能去除烦恼无明，要在人群中磨练，见苦知福，‘以慈启慧’——了解人间疾苦，启发悲心，进而开启智慧之门，才能悲智双运，坚定力行。”

屏东慈济人将社区环保站经营成“乐龄环保站”，不只做环保，也照顾社区长者。屏东岁末祝福典礼中，上人肯定大众的用心，勉励环保菩萨不只努力做环保，也要认真听法，造福同时修慧。“做环保是造福，闻法是增长智慧。要将慈悲、智慧的种子收入意识中，生生世世福慧绵延。”

心不染，念无私

今年七月强台尼伯特重创台东，慈济人投入急难救助及安心家访，也为无力修复家园的受灾乡亲修缮房屋。二十九日于台东举办岁末祝福，上人感恩慈济人持续奔忙付出，自七月以来连续多起风灾及大雨，造

▼王添丁校长（左三）与同修黄玉女师姊（左一）拜会上人。两人是慈济志业在台东的播种者，一家四代皆为慈济人。（11月29日）



成台东农业重大损害，因应未来气候变化，要积极招募人间菩萨，凝聚善力，让天地调和平安。

上人教众谨记“静思法脉勤行道，传承法髓弘誓愿；慈济宗人间路，悲智双运无量心”，以诚正信实之心发四弘誓愿，还要在人群中发挥慈悲喜舍四无量心。

“大慈无悔爱无量”，为了众生幸福，出于真诚大爱而甘愿付出，心安无悔。

“大悲无怨愿无量”，众生有苦、有难，出于菩萨的愿力而投入救灾、救难，出钱、出力，毫无怨怼。

“大喜无忧乐无量”，慈济人克服种种困难而付出，不言辛苦而感到“幸福”，圆满任务则欣言

“美满”。

“大舍无求恩无量”，付出无所求，还感恩有机会付出，感恩众缘成就人间善事；不求名、不求利，见苦难人身心安定，自己也欢喜、安心。

上人重申“立体琉璃同心圆，菩提林立同根生，队组合心耕福田，慧根深植菩萨道”，期许人心净不染，耕耘己心，也与人和合，共同为世间培育菩提善种，还要让慧命的根扎得深且牢，菩萨道才能走得长远。

结束二十八天行脚，三十日早会，上人分享行脚见闻，感恩众人以爱的力量护持，让第一阶段的岁末祝福与授证圆满。

● 联络处

慈济基金会总部

苏州慈济门诊部

江苏省苏州市姑苏区

景德路367号

TEL(0512)80990980

FAX(0512)65162885

北京/天津

北京联络处

北京市东城区

东花市大街118号花市枣苑

甲3-7号静思书轩2楼

TEL(010)51162598

天津联络处

南开东马路131号仁恒

海河广场1-3-102号

TEL(022)87356632

上海

上海长风联络处

上海市普陀区

大渡河路168弄22号H栋

TEL(021)31108791

上海嘉定联络处

上海市嘉定区

马陆镇宝安公路2770

号

TEL(021)69152131

上海浦东联络处

上海市浦东新区

东方路738号16楼1601

室

TEL(021)38970269

江苏

昆山联络处

江苏省昆山市青阳

南路285号

TEL(0512)86176182

南京联络处

江苏省南京市广州路

140号随园大厦16楼

TEL(025)83207622

FAX(025)83207622

浙江

杭州联络处

浙江省杭州市延安南路

8号天风商厦712室

TEL(0571)87827477

FAX(0571)87827477

四川

成都慈济志工培训中心

四川省成都市温江区

光华大道三段天宝中街

碧落湖公园附近

TEL 18328758119

重庆联络处

重庆市北部新区

杨柳路6号102室

TEL(023)63113857

洛水慈济服务中心

四川省什邡市洛水镇

通济路洛水慈济服务中心

TEL(0838)8701332

汉旺慈济环保教育站

四川省绵竹市汉旺镇

凌法村一組

汉旺慈济环保教育站

TEL(0838)6363008

福建

福州联络处

福建省福州市鼓楼区华林

路257号福侨大厦808室

TEL(0591)87581019

厦门联络处

福建省厦门市湖里区五缘

湾商业街二期B区B3栋

TEL(0592)5717706

福鼎联络处

福建省福鼎市

星火工业区星火路3号

(0593)7966365

(0593)7997939

广东

东莞联络处

广东省东莞市中堂镇潢涌

第三工业区(永磁电子)

TEL(0769)88187799

FAX(0769)88183978

深圳联络处

广东省深圳市福田区

八卦二路鹏益花园

一号裙楼二楼

TEL(0755)25910774

广州佛山松岗联络处

广东省佛山市南海区

松岗工业大道北5号

(欧帝饰品公司)

TEL(0757)85219996

广州番禺联络处

广东省广州市番禺区

石基镇新兴路4号

TEL(020)38262432

广州天河联络处

广东省广州市天河区

华景路33号

TEL(020)38250402

湖北

武汉汉口三阳联络处

湖北省武汉市江岸区

三阳路三阳广场B座907室

TEL(027)82809370

云南

昆明联络处

云南省昆明市五华区

人民中路傲城大厦

B座7楼200号房

TEL(0871)63622629

● 静思书轩

苏州静思书轩

江苏省苏州市姑苏区

滚绣坊41号

TEL(0512)65816171转3102

苏州景德店

江苏省苏州市景德路367号

TEL(0512)80990980转4202

厦门湖里店

福建省厦门市湖里区

兴隆路582号之一A

TEL(0592)5717229

厦门思明店

福建省厦门市思明区

禾祥西路12号103店面

TEL(0592)2285766

厦门五缘湾店

福建省厦门市五缘湾

商业街B区B3栋

TEL(0592)5717706转115

北京富贵园店

北京东城区东花市大街118

号花市枣苑甲3-7号

TEL(010)51005558

上海长风店

上海市普陀区大渡河路168

弄22号H栋1楼101室

TEL(021)61231841

上海昌化店

上海市普陀区昌化路826号

1幢104号

TEL(021)52735827

杭州红星店

浙江省杭州市上城区建国

南路280号(西湖大道旁)

TEL(0571)86573839

深圳福田店

深圳福田区园岭街道办八

卦一路鹏益花园1号群楼

104

TEL(0755)22380860

泉州新门店

泉州市鲤城区新门街拓改

工程北12#27-29(梨园戏剧

院对面)

TEL(0595)22850338

福鼎古城店

福鼎市古城南路120号

TEL(0593)7832707

长春宽城店

长春市宽城区北京大街420

号百洋大厦1楼

TEL(0431)82761800

青岛东海店

青岛市市南区东海西路51

号16栋网点一层C户

TEL(0532)58692826

无锡湖滨店

江苏省无锡市滨湖区山水

东路98号

TEL(0510)85555805



年年三好三愿

口说好话，净化人心；身行好事，祥和社會；心发好愿以天下无灾。这是证严上人年年新春三大愿。

一切唯心造，人人都有无限的力，但这份力量若没有发挥，就只是一念心，也就是有心，没有愿。有爱心，有愿力，就会涌现力量，甘愿做、欢喜受，成就一切善事。

普天下灾难偏多，天灾人祸无不是从小小的一念心起。要天下无灾，就要社会祥和；要社会祥和，就要净化人心，而最具体的办法，就是力行三好三愿。

本书集结证严上人小品文字，字字珠玑，篇篇隽永，阐述如何从身口意三业清净做起，期待人人能三好与三愿合一，年年结好缘，日日得吉祥。



撰文/北京真善美志工 摄影/张凤

妙手仁医易县拔苦

在河北易县南城司乡小学和良岗乡北口子小学冬令发放现场，眼科、中医内科、针灸科共十一位医师，为近五百位乡亲看诊。

“来看病的大都是腰腿疼痛的乡亲们，阮喜江老师一边给爷爷奶奶治病，一边详细地和我讲解疼痛是什么原因造成的，和我说过后，还会跟爷爷奶奶再说一遍。”吴湘慈说。

本次义诊共有五位就读于北京中医药大学的青年志工担任医师助手，吴湘慈是其中之一。“从阮喜江老师的身上可以感觉到医患之间的沟通，还有老师对于乡亲们的关怀和互动，老师手把手教导我，他怎么去调整骨头错位的问题，是我这次最大的收获。”