

# 慈濟

2021年第10期 总第103期

准印号 /S(2021)00000279

内部资料 免费交流

「主题报导」

# 疫路相伴

为净化心灵做活水 为祥和社做砥柱 为闻声救苦做耳目



# 荧光汇聚照前路

|| 社·论 ||

**新**冠肺炎疫情自去年暴发以来，几乎遍及全球，迄今为止已有2亿5千多万新冠确诊病例。疫情严峻之际，各界行动起来，慈善义工也尽自己的绵薄之力，想方设法结合各界力量，协助社区与有需要的人。就像是萤火虫，虽然它的光亮是很微弱，但是成群会合起来，会让大自然充满生机，这就是生命的亮丽。

10月中旬，陕西疫情暴发。基金会从昆山紧急调运物资，20多小时星夜兼程抵达西安，送往8家市属医院。去年疫情期间，志工送去的五谷粉等物品，医护人员用后非常喜欢。西安市第八医院收治新冠肺炎确认患者，隔着警戒线，志工送上的不仅是一份物资，更是一份温暖的祝福与尊敬。

“接种疫苗了吗？近期去过莆田、厦门、泉州吗？做过核酸检测吗？”小区内，志工一层一层“扫楼”，挨家挨户敲门，仔细询问，做好登记。位于漳州市区西南部的西桥街道，这里有国家级文化生态保护区——漳州古城。华灯初上，往昔热闹的巷弄，志工走街串巷，披星戴月“家家访”，协助社区顺利完成摸

排工作。

夜幕降临，厦门槟榔社区的核酸检测点等待检测的人，依然排着长队。医务工作者身着防护衣的荧光条，在夜色里，格外显眼。荧光，带给人心的安定和依靠，有医务工作者及志愿者的辛苦付出，还有居民的积极配合，厦门4个社区的3轮核酸检测顺利完成。

“十一”假期，一场突如其来的暴雨席卷三晋大地。暴雨产生的泥石流冲毁了桥梁、房屋，为保一方家园，各级政府部门紧急动员，转移、安置乡亲。进入灾区并非容易，山西太原志工经过多次沟通、反复勘察，在山西省台办和太原市台商协会的支持下，志工三入丰固村、五进来远镇，为受灾乡亲捐赠米、面、油、福慧床、棉被、五谷粉等物资。一方有难八方支援，社会各界爱心汇聚，期待受灾家园早日重建。

气候变迁、人口增长，加剧了生态改变。城市里的萤火虫不见了，但是我们心灵的萤火虫，要让它不断地发光。一只萤火虫还不够，还要再引来人人心中那一点光，让它会合起来，照亮前方路，为需要帮助的人，带去希望与光明。

■



摄影/萧耀华

## 一人一善 铺满全球

合心虔祈天下无灾，  
人间有爱虔诚付出，  
涓滴甘露汇入河海，  
一人一善爱心无量，  
感恩造福铺满全球。

— 证严法师 · 静思晨语 —



画作 / 林顺雄

## 善行如常 日日有福

天天起一念善心，就是为自己造福，每个人也都能行善，滴水入江河大海，能凝聚起无量数的力量救人。

证严法师 主讲 编辑部整理

讲于二〇二一年十月二日至十八日

一年多以来，新冠肺炎疫情持续，许多国家陆续封城，生计受影响的家庭生活陷入困顿。慈济人纾困发放没有停止，还设法送到苦难人的家门口。菲律宾吉普尼车、三轮车车夫，因为游客乘客减少而失业，感恩能获得慈济援助，于是在车子贴上劝素贴纸，也领取竹筒存钱助人。

从视讯联机听到慈济人分享，这份爱如此真诚，总是打从内心千万声的感恩：感恩人间菩萨拯救天下苦难众生，感恩辛苦打拼的司机用好话布施。这群爱心人虽然不富有，但乐

于付出，令人感动，也想到了慈济五十多年前，同样也是从“零”、从“无”，从五毛钱的竹筒岁月开始。如今每个国家的慈济菩萨一步一脚印踏得比我更深、走得比我更稳，如果没有这群菩萨，慈济如何走得更远、更普遍造福人间。

这波疫情，看到了人心之美、本性的善，许多人尽所能、尽心意喜舍支持慈济。台湾为天下人付出，天下也把爱会合在台湾。每剂新冠疫苗都很贵，这个时候采购是为了救人，我相信人人有爱，只要我们启动，人

人一定会合来帮助。海内外慈济人用种种方式义卖，慈济医院主管同仁发心付出，还有很多人捐出数百、数千元，也有企业家汇来善款。这点点滴滴，我都很感动、很感恩。如果没有这些点点滴滴，哪有今天的慈济？

最近疫苗陆续进来了，从青少年开始施打，逐步到中年、老年人，期待能更普及。各静思堂持续提供空间给民众接种，志工人力也投入。更感恩医疗志业系统，医护团队守住第一线，也动员施打疫苗。大家出钱又出力，这一波，我觉得慈济真的有为台湾做到了。

全球慈济人踊跃来保护台湾，我们也要表达虔诚的心，人人造福集福，斋戒茹素。每一个人都能行善，每天发心投一个铜板到竹筒，想要做善事的这份善念就是为自己造福，点滴入江河大海，就能凝聚起无量数的力量救人。

普天之下都是生命共同体，在这个时代会合在地球村，透过科技能宏观天下生态，更要时刻提醒自己感恩有福。

在富有的国度，生活丰富，吃的、剩的、丢的都很多。在穷困的国家，饥饿的贫民不知道饭的滋味，根本无法享受一餐饱足。

现代媒体信息发达，“一指”就可以看见天下，却很少有人能看见苦难人这么多，与己无关，视而不见。全球七十多亿人口，有八亿多人在饥

饿中；如果我们能了解许多人正在饥饿边缘生死喘息，十个人每人少吃一口饭，十口饭就能累积成一碗，供应一个人吃得饱。

少吃一点点、少浪费一点食物，这对一般人来说并不困难，却可以让与饥饿搏斗的人安全地生活下去。不要小看自己，不是富有的人才能做善事，有心愿意付出，就能让天下人有福。心念一转，天下均安；不只是帮助了苦难人，也增长社会祥和，因为翻转了人人贪欲之念，增长爱的慧命。

无常事时刻都在发生。不只疫情，气候变迁，四大不调，土石流从高而降、激烈林火威胁民居，瞬间灾祸，惊心动魄。地球人口多，生活的习气破坏了自然生态，一切只为了享受，但又能享受多久？即使富有一切也不安心，因为还是觉得不够。

天天看天下事，焦急忧郁，难以言喻；不只是这样的心情累积，也要很用气力说话。但我时常对自己说：“尽此一报身”，愿人人启发清净无染的大爱，愿众生同行菩萨道。

时间飞秒过去，停不住、挡不下、抓不住，唯有精进；若是原地踏步，随着时间此生也会消逝。把光明不断普及到人间，在苦难黑暗处点一盏烛光，为人引路；给贫病苦难者一杯水、一把米，度过贫穷甚至翻转人生。普天之下平安共生息，呼唤人人停止造业的欲念，为自己的生命写下为人间付出的历史。请大家多用心。☸



# 慈濟

T Z U C H I

## 目录

### 社论

01 荧光汇聚照前路

### 无尽藏

02 善行如常 日日有福

### 主题报导



08 43小时防疫物资送达医院

14 “疫”起守护厦门

26 披星戴月“家家访”

### 特别报道

32 同舟共“晋”

### 各地慈善

48 倾听你的心声

52 台风避险 心安之处即是家

56 迟到的生日祝福

### 大地保母

62 苏朝海的“春暖花开”

### 乡村振兴

68 二十一天，不一样的爱

### 健康之道

76 世界脑卒中日：  
记住两大防治口诀

### 衲履足迹

79 [ 内容提要 ]:

- 【善的总源头】  
有爱心就会保护众生，护生就是善的总源头。

2013年4月创办  
2021年第10期 总第103期  
创办人/释证严  
主管/国家宗教事务局  
江苏省民族宗教事务委员会  
主办/慈济慈善事业基金会  
顾问/朱永新  
主编/济虹  
编辑/明缙  
美编/徐悦 冯郁彤 张恬 田祺  
校对/蔡湛艺 明菁 明豫 李雁 虑秦  
林思婕 马莉 欧红艳 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(2021)00000279  
印刷/苏州市大元印务有限公司  
电话/(0512)65680296  
印刷日期/每月15日  
印数/10000本  
发送对象/慈济志工

内部资料 免费交流 欢迎投稿



慈济基金会微信公众号



本杂志采用环保大豆油墨印制  
爱惜资源 请广为传阅



封面图说：  
七八月间，厦门再次发生确诊病例。经小区工作人员同意，志工做好自身防护，前往槟榔中学的核酸检测点维护现场秩序，为现场工作人员提供后勤保障。不管晴天和雨天，合和一心，带来安定人心的力量。  
摄影/黄德欣



# 疫路相伴

摄影/黄德欣

厦门市市槟榔

人生价值感在哪里？  
价值感就是有用，随时都可以发挥有用的生命。  
不论身处何地，志工以欢喜心克服年龄和身体的不适，  
发挥生命的价值，有用到生命，就要时时向自己说感恩。



# 43小时 防疫物资送达医院

撰文 / 周金柱 摄影 / 徐传亮、王秦

十月十六日，陕西西安发现两名外省游客核酸检测初筛阳性。一周后，确诊病例增加至十三人。志工心系疫情，从江苏昆山紧急调运物资，一千三百多公里、二十多个小时爱心接力，一百二十九箱防护服等防疫物资深夜运抵陕西西安，送达西安八所医院的抗疫前线。





全国地区的疫情再现，国家卫健委疾控局副局长吴良有表示，本次疫情波及范围广、传染性强。目前发现的跨地区感染者绝大多数与旅游团或自驾的游客有关，潜在风险人员的跨地区流动性大，涉及到的省份较多，传播力强，在暴露人群中引起续发传播的风险较高。

疫情，牵动着慈济人的心。志

从昆山驱车20多个小时的货运司机赵建印师傅，抵达后，不休息，马上协助志工卸防疫物资。摄影/徐传亮



工通过西安市总工会得知，西安市各大医院需要防护服、一次性手套等防疫物资的消息。10月21日，慈济基金会经多方联系协调，紧急准备88箱防护服、大号及小号一次性手套各10箱，700包安心和气茶包和护肝抗疲劳茶包等一批防疫物资。

### 24小时星夜兼程

为了让这批防疫物资尽快送到西安各大医院，慈济联系到陕西籍箱式大货车，车主赵建印在苏州送完货后，正准备返回西安。得知这



是一批捐赠的爱心物资，而且是医院急需的防疫物资后，赵师傅愿意以极低运费接运，并承诺以最快速度送往西安。

10月21日晚8点，满载129箱防疫物资的货车从江苏昆山出发，昼夜兼程，千里驰援西安。

从江苏昆山到陕西西安，一千三百多公里，驾车二十多个小时，就是为了将这批防疫物资尽快送到西安，送到需要的地方。

10月22日晚9点40分，货车抵

西安市第九医院的工作人员裴静感谢去年慈济送来五谷粉，医护人员反映五谷粉很好，再次送来这些物资，非常感谢。摄影/王秦

达位于西安南门外围墙巷的西安慈济联络处。货车抵达后，赵师傅顾不上休息，和等候的九位慈济志工一起搬运防疫物资。

子夜时分，货车上的129箱防疫物资被整整齐齐地码放在一楼大厅。志工心怀感恩，因为这些急需的防疫物资第二天会被送往西安



各大医院的抗疫一线。

## 南北两路防疫物资送医院

此次共有8家西安市属医疗卫生单位接收这批防疫物资。包括西安市第八医院、西安市中心医院、西安市第一医院、西安市第三医院、西安市第九医院、西安市胸科医院、西安市疾控中心和西安急救

西安市第八医院因收治新冠肺炎患者，无法进出。虽然隔离，但隔不住慈济人对一线医务工作者的爱。摄影/王秦

中心。

西安市第八医院始建于1933年，也是陕西省传染病医院，目前是西北地区最大的一所传染病专科医院。第八医院作为省市级定点收治新冠肺炎确诊病例的医院，有极为严格的管控措施。

疫情防控刻不容缓。虽是周末，但西安志工一刻不敢松懈，更不敢等待。为了尽快将这批防疫物资送到西安各大医院，22日晚志工先进行分工，分别联络货运公司、医疗单位及核对物资。



次日上午8时，志工齐聚联络处。一组志工落实货运公司车辆，并逐个联系各医疗卫生单位；另组志工详细核对物资，对八家医疗卫生单位所在区域，进行线路规划，根据南北两条线，由两辆货车分别配送。

经过联系，得知慈济是慈善机构，而且是配送医院急需的防疫物资，协助物资运输的货运老板扁小玲以一辆货车的运费，运送两车货物。北线有五家医疗机构，南线有西安市第八医院、西安市第九医院、西安市胸科医院。

## 两年两次“疫”起关爱医护

当物资送到西安市第九医院时，负责联络的工作人员裴静已在医院门口等候，原本周末休息的她，专程从家赶来和同事一起接收物资。

裴静说：“去年疫情期间，慈济人就曾为医护人员送来五谷粉等物资，副院长和医护人员喝后，觉得非常好。这次慈济人又在需要时送来防护服和提升免疫力及抗疲劳茶包，非常感恩慈济人这份爱心。”

每到一处，志工不仅将防疫物资亲手交到院方手里，而且还为他们讲解两种中药茶饮的功效与用法。感受到志工的体贴周到，院方

对志工的爱心表达深深的感谢。

在西安市第八医院，新冠肺炎确诊患者在这里治疗。医院外围拉着警戒线，志工无法接近。医院的两位副院长和办公室主任等在开会时，知道志工来送防疫物资，专程抽空出来接收。

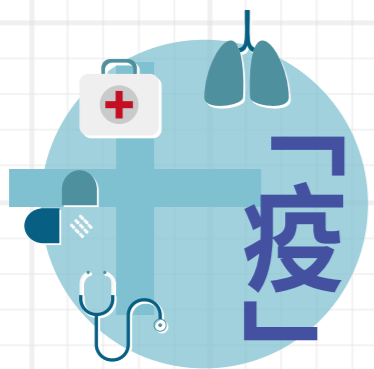
疾控中心工作人员拿起中药茶包，仔细阅读功能介绍，“现在医务人员都到小区做核酸检测，已经连续工作好几天，楼里只剩下实验室分析人员，刚好给大家煮茶喝，提高免疫力。”

西安市第一医院党委书记杨军乐表示，疫情防控期间，一线医务人员非常辛苦，慈济志工送来防护服和中药茶包，对医务人员是很大的鼓励，非常感谢慈济。

这一波和疫情“战斗”的医院，医务人员守护千万市民的健康，慈济人走到医院，送上防疫物资，介绍中药茶饮，希望慈济的爱，穿越警戒线，抵达正在一线忙碌的医务人员心中。

自10月21日晚8时到23日下午3时，一共43小时，慈济人千里驰援，两地联运，将物资送往西安八家医院和医疗单位，这是所有慈济人奉献的一份爱心。祝福西安早日打赢疫情防控战！





# 「疫」

## 起守护厦门

撰文 / 摄影 厦门人文真善美志工

七月三十日，厦门报告有民众核酸检测呈阳性。  
当天，厦门启动防疫三级应急响应，  
对莲前街道、筓筓街道等重点区域进行三次全员核酸检测。  
为「疫」起守护厦门，全市紧急动员志愿服务，  
慈济志工主动协助检测点，  
维持现场秩序、后勤关怀。





第一轮核检前夕，厦门志工联系筓筓街道槟榔社区，表示志愿参与服务。晚7点多，24位志工到达槟榔中学检测点，参与现场秩序维护，直至深夜2点多结束；而次日一早6点半，志工再次到社区协助。

为守护一线志愿者的安全，志工装备了一级医疗防护物资，医用口罩、防护面罩、隔离衣、医用

手套、头套、手部消毒液等一应俱全。经营医疗器材的朱先生，闻讯也送来隔离面屏及隔离衣，并表示有需要尽管提出。

第一轮检测结果均为阴性后，厦门市启动重点区域第二轮核酸检测。志工应社区邀约，再次进驻槟榔中学检测点，为参加检测的民众服务。

### 骄阳下的温情似火

上午7点，各功能点准备就绪，志工手持检测预登记二维码，

志工手持由小区提前制作好的检测预登记二维码，在各自定点位置上引导民众排队入场。摄影/陈莉娜



引导民众排队有序入场。有视力不佳的年长民众，志工一边询问身份信息，一边协助录入到对方手机中。陈先生在协助下顺利登记，他开心地竖起大拇指：“今天志愿者服务很到位，谢谢你们。”

26个检测点正前方都有一个帐篷作为等候区，并设有70岁以上长者通道，也为等待检测的孕妇、长者准备了凳子。现场有行动不便的长者，志愿者立即上前帮忙，引导至专用通道。

三伏天烈日炙烤，焦急的等待常会让人忘记保持安全距离，志

虽然检测人员靠电风扇缓解闷热，但“全副武装”的医务每次工作2小时，才能换班休息。摄影/黄德欣

工来到队伍中，弯腰致意，提醒民众拉开间距。为保证排队等候的人数平均，几位志工站到空旷的操场上，不停地挥手示意进场的民众向前多走几步。

志工借来小喇叭，用人工语音播报：“乡亲们，大家往我这个方向走，不要聚集在前方！”“乡亲们，后面人少，大家往后面走！”“大家要记得喝水哦！”场





休息区的两个蓝色保温箱内，盛满了志工赶做的一百五十个蔬菜包子、水果点心。保温桶中的盐水、茶水持续补充。摄影/陈韦

内响起的熟悉问候，让排队的民众，感到被关怀、被照顾。

中医院医务人员与国药控股职工，承担一线检测。从上午7点到晚上12点，分两批轮换。

虽然检测人员只能靠电风扇缓解闷热，但是“全副武装”的田志伟医生表示，全社会各行各业的人都为防疫行动起来了，再辛苦也不累。

在武汉求学的返乡大学生小连，看到网上征召青年志愿者，毫不犹豫地报名。“相信在大家共同努力下，一定能克服这次突发的疫情。”

骄阳似火，志工互相提醒轮流休息。休息区内，大家脱下隔离衣和手套时，已经全身湿透，手指变得发白发皱，手臂滴汗，衣服都可以拧出水，切身感受到医护人员更辛苦。

休息区的两个蓝色保温箱内，盛满了志工赶做的一百五十个蔬菜包子、水果点心。保温桶中的盐

水、茶水持续补充，方便现场工作人员及时补充身体水分和能量。

午时，慈济的蔬食餐盒送来后，志工邀请志愿者和工作人员一起享用。工作人员赞不绝口，“没想到清淡蔬菜口味这么好！”

### 暴雨中砥砺前行

正午时分，现场检测的居民明显减少，大家却没有一丝松懈。下午3点，突降倾盆大雨，暴雨如注。社区工作人员早有预案，紧急拉上防水布和照明灯，鞋子湿了，衣服也湿

透了，依旧坚守在岗位上。

雷电和雨水交加，路上积水严重，吴爷爷独自带着孙子孙女来做检测，志愿者与志工看吴爷爷走路不方便，一人一边搀扶着吴爷爷，小心淌着积水，一直送回家。

槟榔社区郭女士说：“你们太给力了，帮了很大的忙。太阳那么大，你们站在太阳下帮我们引导维

雨不停歇，夜晚的槟榔小区检测现场，人流绵延不绝。大家一起坚守，给人温暖的力量。摄影/黄德欣





持秩序。现在下那么大雨，你们还跟我们一起坚守！”郭女士表示，此次核酸检测得到很多爱心企业、市民的支持，自发送来物资，无论太阳下、大雨中，清晨、半夜，大家彼此陪伴，一起坚守，感动之情溢于言表。

雨不停歇，夜晚的检测现场，人流仍绵延不绝。一批上班族志工下班后，冒着大雨前来接力，无暇顾及打湿的裤脚，做好防护后，马上投入维护现场秩序的工作中。

雨夜里，核酸检测动线内，防护服散发出一道道光，守护着平安的夜晚。人员的动线调整为一条单行道，志工与志愿者在两侧引导人群。有空余位置的医务人员，就赶忙挥手示意民众，可以优先过来做检测。

当天，46位槟榔中学老师穿上防护服，协助信息录入。王老师穿上防护服后，在自己的防护服上画了只可爱的小螃蟹作为标记，“虽然比较辛苦，但整个氛围很好，特别敬佩医护人员，医生很有耐心，民众也很有秩序，希望厦门能顺利度过这次疫情。”

“不要看手机，小心脚下，请往前走，不急，慢慢来……”站在入口的志工微弯着腰，轻柔地提醒着每

位民众。“给民众最好、更放松便捷的服务是志愿者最基本的职责。”

在夜色衬托下，照明灯越发的光亮。人群中，一位老奶奶独自撑着拐杖，缓慢地走着。核酸检测完，奶奶用闽南话问医护人员：“核检结果什么时候出来？我住在西里，双号怎么出去？”核检人员听不懂闽南话，不知怎么回答。志工见状上前询问，扶着奶奶说：“核检结果现在出不来，要等几天，我先扶您出去。”

志工一面安抚奶奶，一面问两旁志愿者：“你会讲闽南话吗？你熟悉附近的路吗？”快到出口时，遇到一位小区志愿者知道路，两个人就陪着奶奶一起回家。得知奶奶今年85岁，独自住在六楼，志工要送奶奶上去，奶奶却心疼志工，坚持自己上楼，让志工早点回去，并对两位年轻人连声说：“谢谢！”

### 入秋“第一杯”消暑饮

是日立秋，刚送走暴雨，厦门又迎来高温湿热的天气。根据防控规程，厦门重点区域启动第三轮核酸检测。

在前两次合作中，慈济人的柔和与周到给槟榔社区工作人员留下深刻印象。槟榔社区的第三轮核酸



检测，计划从7日早8点到晚8点进行，请慈济志工继续协助。历经两轮核酸检测，各方的配合越来越有序，志工不仅引导和维护秩序，还提供更人文、更有温度的关怀。

为此，志工特意准备了由苏州慈济门诊部中医团队研发的安心和气茶，具有护肺、利咽，提高免疫力的功能；软糯的银耳绿豆汤，让一线人员在短暂的休息时方便饮

台风过境，连日大雨后，地上多处积水。为免民众滑倒，志工向学校借来工具，争分夺秒清除积水。摄影/陈韦

用，补充能量；还有包含乌梅、甘草、薄荷等配料的酸梅汤，先用大火煮沸，再文火熬半小时，让食材充分出味，再用冰糖调味，最后撒上桂花。志工林进旺介绍说：“酸梅汤生津止渴，有幸福的味道。”





中午两点多，社区负责人联系的一车大冰块运达。志工立刻找来小推车，合力将又重又滑的冰块抬上小推车。摄影/付昌龙

台风过境的厦门，连日大雨后，地上多处积水，为保持场地干燥，以免滑倒，在开放进场前，志工借来工具，迅速清扫各处积水。

检测现场仍开设26个通道，社区总结了前两次经验，做了很多细节优化，让整体流程更顺畅，更有序。慈济志工负责第十九至二十六

号通道的民众关怀与引导。

适逢周六，民众明显增多，志工与志愿者协助引导秩序，劝导民众保持安全间距，扩音器中响起爱

的叮咛：“请往后面走，后面人比较少！”“保护你我他，安全距离要保持！”学校广播也不停提醒：“请戴好口罩，保持一米安全距离！”

承担本次检测的部分人员来自厦门市中医院，中医院食堂设立蔬食窗口已近一年，志工特地为医护人员准备了蔬食午、晚餐盒各30份。护士长余巧玲说：“好吃，我们每个人都光盘了。”

护士郑毅琼在岗位上坚持3小时，回到休息区，马上喝起酸梅汤，“这时候喝酸梅汤很好，止渴。”郑护士患有腰椎盘突出，比较担心腰痛，志工闻讯立即送来暖暖的姜贴，让她惊喜不已。

晚餐后，郑护士帮同事和自己，打包几份蔬食餐盒做宵夜，“虽一天的疲劳，但内心温暖，一直感受着志工的爱。”当天，参加检测的医务人员分批回市中医院做核酸检测，郑护士等第二批医务人员到次日凌晨一点多，检测结果全部阴性后，才回到家中。

社区还为行动不便的民众提供上门检测服务，90岁的温奶奶走不



了远路，邻居小伙子则刚做过脚部手术，均在家中楼道内进行核检。志工送上小礼物，祝全家幸福平安，温奶奶连连称赞政府贴心，感谢大家关怀。

### 众志成城的坚守

除了慈济团队，在现场服务的还有社区志愿者，及各个单位征集报名的志愿者团队。社区志愿者叶阿姨从7点钟到9点多，整整站了2个多小时，65岁的她觉得有些疲惫，到慈济休息区坐下来休息。志工递上点心，叶阿姨道：“你们想得很周到，准备了这些丰富的点心，我们喝口茶，心里就觉得很温（暖）。”

厦门市政集团的志愿者负责收集样品，第一次穿防护服的钱女士，尽管脸上流下豆大的汗珠，但她表示能为大家付出不觉得热，“就想做负重前行的人。”

下午2点，太阳照射到检测点，大家将帐篷往后移，优先保障民众。检测人员则暴露在烈日下继续工作，现场加装大功率电风扇散热，电路不堪负荷跳闸，学校及时增设两条电路确保用电安全。

有害怕哭闹的孩童，检测人员耐心地夸赞鼓励，直到顺利采集样本。每做一次核酸检测，检测人员都

要快速严谨消毒，确保检测安全。

检测人员配合民众全程站立采集核酸样本，三四个小时不喝水、不休息，隔着两三层口罩，加上身体包在密不透风的防护服内。脱下防护服之后，草绿的手术衣已被汗水浸透成深绿色。

在艳阳的不断炙烤下，有位志愿者中暑，还有一位医生也突感不适，被紧急送到换衣区，还没等防护服脱下就开始呕吐。志工跟随护士前往协助喂服藿香正气水，并请到休息区休息。志工递上绿豆汤，并找来扇子，为他扇风散热，缓解身体的不适之后，接着为民众服务。

### 冰镇热浪的心意

为缓解工作人员的闷热环境，社区负责人紧急调来一车大冰块，卸在检测入口边，志工小心翼翼地抬下冰块，整齐排列，渐渐地，闷热的帐篷下伴着电风扇的转动，吹出丝丝清凉。

青年志愿者李玫隔着面屏口罩，难掩笑容：“小区安排大冰块给现场降温，身体感受到凉快，心里很温暖。”心思细密的李玫，将二维码贴在自己身上，协助民众扫二维码填资料，加快登记流程。

傍晚，阵雨过后，气温微降，



微风吹来一点清凉。人潮再次增多，保持一米的安全距离持续呼吁着，不曾松懈。

厦门市中医医院的黄科长表示“白衣执甲，医务人员有责任有义务保护老百姓的安全。手机一直收到同事报名信息，大家都希望贡献一份力。”黄科长很感谢志愿者后方的保障，希望厦门疫情早日控制住。

社区李主任不时接电话、回信息，她希望大冰砖能让大家凉快些。不时拭去汗水的她说：“我们只穿着隔离衣，汗都一直流，何况医务人员从头包到脚的防护服，所以尽量创造一个好的检测环境。”

作为社区工作者又是妈妈的她，家里的孩子已吃了一周的外卖食品。“嗓子哑了，喝了你们煮的

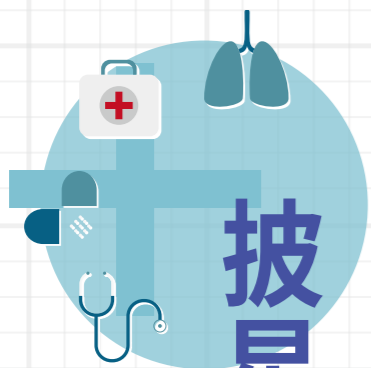
现场天色渐暗，有小朋友出现紧张害怕的情绪，志工蹲下身，轻声安抚，鼓励孩子放轻松，一眨眼就好了。摄影/付昌龙

绿豆汤，真解毒啊，不然嗓子哪里能好啊！”

槟榔社区的居民、志工曾银忆全程参加槟榔中学检测点三次四天的核酸检测。虽然身体抱恙，闷热的天气更让他胸口发闷，他却从始至终在现场协调、服务。忘记身上的不适，曾银忆说：“作为厦门的慈济人，更应该第一时间急社区所急，也让社区与慈济的联系更紧密。”

厦门，这个温暖的海滨城市，一定会在诸多医务人员与志愿者的无私奉献中，抵挡住疫情的威胁，重回正常。





# 披星戴月「家家访」

九月二十二日起，漳州市开展二〇二一年疫情防控健康管理「家家访」行动。九月二十四日至二十八日，漳州慈济志工应萝城区西桥街道办事处及巷口街道办事处之邀，协助西桥街道各社区和巷口街道新锋社区的防疫排查行动。五天，志工共投入四百六十四人次，排查户数总计六千七百一十四户。

撰文 / 刘若男、许雅玲 摄影 / 张奕云、刘若男、杨其玮





西桥街道，位于漳州市区西南部，下属的小区包括了国家级文化生态保护区——漳州古城，此刻不同以往的人声鼎沸、车水马龙，因疫情出现，景区近乎停摆。

9月22日，中秋假期期间，漳州市政府宣布在管控区和防范区开展疫情防控健康管理“家家访”行动。对漳州台商投资区、芴城区、

西桥街道下属的古城景区，霓虹灯闪烁，但因疫情原因，街道上行人稀少，志工整齐的队列成了独特的风景线。摄影/张奕云



龙文区、龙海区等9个区的所有常住人口和流动人口进行全面走访，落地查找从涉疫城市流入或返回且大数据排查不到的人群。

芴城区作为漳州市的防范区之一，该区下辖的西桥街道办事处主任许震生第一时间联系志工，希望慈济协助排查。

“因为一线抗疫只能由当地志工服务，所以我们立刻启动志工报名。家访时间为早、中、晚三个班次，还有日班和夜班的交接，志工按照自己的时间进行安排。”志工



黄梅方介绍道。

9月23日的紧急动员，有117人次的志工报名第一天的“家家访”。自24日开始，每天上午、下午、晚上三个梯次，日动员符合防疫要求的志工100-150人次参加。

### 披星戴月来家访

“接种疫苗了吗？近期去过莆田、厦门、泉州吗？做过核酸检测吗？……”在小区内，志工一层一层“扫楼”，挨家挨户敲门，仔细询问，做好表格登记。并向居民发放《致广大市民群众的一封信》，再次告知居民近期尽量减少外出，不去中高风险地区，减少疫情感染风险。

经过两天的摸排，古城里的居民信息大都已登记在册。趁着月色，赶在居民休息前，志工与小

“白天看到跟你们穿着一样衣服的人，一直在忙着入户登记。”居民吴奶奶（右一）热情招呼志工进屋。摄影/刘若男

区工作者再次走进狭窄小巷查漏补缺，也为年长、不方便行动的居民进行排查登记。

“你们等一下，我去拿一下户口本。”林爷爷看到志工到访，得知政府的“家家访”摸排，赶紧到里屋找户口本。他的妻子吴奶奶热情地请志工进屋，“我一直在门口等着你们来，白天就看到和你们穿一样衣服的人，忙着做入户登记。”

“我们是慈济志工，接到西桥街道的电话邀约。我们要支持政府，帮街道和社区赶快做排查，防疫工作是每个人的责任，这件事做完，大家欢欢喜喜过国庆。”志工





西桥街道多数是老旧小区，居住的大都是年长老人，志工走进狭窄小巷，爬楼梯上上下下为他们登记信息。摄影/杨其玮

向吴奶奶介绍。

吴奶奶听后，连声称赞社会上的好心人越来越多。志工通过家常闲谈，舒缓居民的紧张情绪，以便顺利有序地登记摸排记录。

“这次疫情，政府很重视。排查行动很重要，一定要拨空来。”年

逾七旬的志工兰海淑，已连续两天报名下午和晚上的家访。狭长的陋巷，昏暗的灯光，戴着老花镜的她，仔细地看手中的表格，逐一核对上面的门牌号，生怕漏掉一户。

晚9点后的古城，“刻录”着平凡又感动的“疫”幕幕。

### 战“疫”依靠我、你、他

西桥街道多数是老旧小区，没有电梯，七八层的楼高，大部分需爬楼梯上下。为了不过多打扰居民的日常生活，志工大多站在门口，保持安全距离，边询问边帮忙填写资料。

很多全程参与的志工，白天已经连续行走、站立6小时以上。为了共同守护“平安漳州”，晚上继续家访。

“要把握好机会，能为社会做点事情，是（我们）公民应尽的义务。”志工柯玲原本只报名白天的家访，到现场后得知摸排工作量非常大，需要人力支持，便马上改报全程，并担负起小组长的职责。

志工中有位长者，双手握住栏杆或用手压住膝盖吃力地上楼梯。下楼时，为了减轻膝盖压力，要手抓扶栏，反身倒退下楼。她是志工徐瑞华，几年前半月板损伤。

徐瑞华通过新闻了解到此次疫情严峻，在得知西桥街道请志工协助“家家访”活动，她二话不说，报名全程。“我非常珍惜有这次活动，刚一听到就报名全程、全天！（参加）活动时，我会忘了脚痛！”

居民柯淑珍看到身着慈济制服的志愿者入户排查，她倍感亲切。“我都劝他们（子女）不要去旅游，首先为了我们自己，为了家人，还有为我们国家，还是居家好。作为中国人，很有福气，作为漳州人，我们更有福气。”

平日里，柯淑珍把不穿的衣服，送到慈济漳州联络处，希望这些衣物能够被有需要的人再利用，让物命延续。

抗击疫情，速度决定战“疫”的胜负。原计划一周完成西桥街道“家家访”摸排行动，在社区工作者和志工的不懈努力下，第四天中午圆满完成。

### “疫”起家家访

“家家访”刚开始时，志工江和兴就收到漳州市台办副主任方龙辉的信息，巷口街道也需要支援。但因摸排工作量大，志工无法同时投入两个街道的家访登记。

巷口街道与西桥街道的情况有

诸多不同。巷口街道下辖的新锋社区地处市区繁华地段，附近多是学区房，商户及租户，家访的时间安排和形式也就不一样。

“确认巷口街道新锋小区仍急需志工协助，26日下午，我们开始协助该小区的排查工作。”提前完成西桥街道的任务，志工江和兴第一时间与方龙辉副主任对接新锋小区“家家访”工作协助事项。

26日中午11点，新锋小区主任蔡立杰确认排查名单。下午3点30分，已连续奋战三天的志工，依旧精神饱满地来到巷口街道。

志工黄梅方不仅要协调摸排活动的各方面事宜，还全程参与家访。由于社区多是上班族，居民流动较大，生怕错过一个。当她看到本栋楼居民下来散步，不失时机就地进行家访登记。

家访小组为两人一组或三人一队，互为搭档。遇到大人上班、孩子单独在家，志工通过网络视频向家长核对资料、填写信息；为不给居民的生活带来不便，志工蹲在门口填写信息，居民贴心地用手机手电筒照明。

众志成城，同心战“疫”。五天，志工共投入464人次，排查总计6714户家庭。用行动助力疫情早日消弥，人人健康平安！

■





# 同舟

# 共「晋」

「特别报道」



撰文/摄影 华北东北真善美

十月二日至七日，山西省出现大范围降雨，内涝、地质灾害、洪水侵袭古老的三晋大地。十月十日，在雨势渐停且太原周边道路逐渐恢复通车后，华北、东北慈善志工齐聚太原，进入灾区勘察与赈灾发放。自十月十二日至三十一日，共为晋中市祁县城赵镇丰固村、来远镇、运城市万荣县裴庄镇和捐赠紧急生活物资，为来远镇提供板房援助。



数十家煤矿停产、房屋倒塌、村庄停水停电、救援人力和物资紧缺……“十一”黄金周，突如其来的暴雨侵袭山西多地，造成严重灾害，约有5.5万人被迫转移。

10月2日至7日，山西出现了有气象记录以来秋季最强的降雨过程，强降雨主要集中在4日至5日，降雨中心在吕梁市、临汾市和晋中市三市交界处。降雨量由中部向南北逐步递减。据有关气象单位介绍，太原市、阳泉市、吕梁市南部、晋中市、临汾市北部、长治市北部降雨量均在150毫米以上，其中，13个市（县、区）超过200毫米，从10月份以来降雨统计看，截至10月10日，全省平均降雨量为127.1毫米，是常年同期（9.5毫米）的13倍。

根据统计，受持续强降雨影响，省内37条河流发生洪水，高速公路、国省干线、铁路运行受到一定影响。其中，汾河新绛段、乌马河清徐段、磁窑河汾阳段、孝义段等多处发生决口，南同蒲线祁县昌源河大桥桥台被冲垮，枕木悬空，导致列车停运。全省11个市76个县（市、区）175.71万人受灾，因灾死亡15人，失踪3人，直接经济损



失50.29亿元。

### 一念付出的心

10月2日夜间起，山西省多地发布暴雨蓝色预警。5日，乌马河清徐县、祁县段发生多处决堤，导致沿河附近的小武村等村庄被淹。6日，山西南同蒲线祁县至东观间

昌源河大桥桥台被冲垮。9日，河津汾河区域因上游来水猛增，河津遇到1954年以来最大洪水。

每天的灾情报道，让太原志工来万丽感到非常焦急。假期后第一天上班，处理好公司的事情，立即请示她，想要第一时间进入灾区勘察。“没有想过困难，只有一个心

大雨来势凶猛，威力很强。祁县来远镇的房屋、休闲广场等，被瞬间冲毁，来远镇邮电局现在已成危房。摄影/李立新

念，这次水灾，一定要走出去，走近受灾百姓的身边，和他们一起度过难关。”来万丽说道。

虽然持续大雨造成大面积的



灾情，但是考虑到受灾情况、灾区的生活、交通安全问题都还不明朗，基金会请来万丽积极收集灾区信息，志工程渝涵与太原市台办沟通，争取付出的机会。

10月9日，了解到灾区的具体位置和道路安全的信息后，常驻北京的基金会同仁廖明仁及华北、东北志工陆续抵达太原，开始勘灾赈灾工作。

### 首次走入灾区丰固村送暖

然而，一开始的赈灾之路并不

顺利。由于当地政府对于慈济不了解，大多希望慈济直接将物资或捐赠直接交给红十字会统一调拨，而慈济赈灾要求“直接、重点、及时、务实、尊重”的五原则不容易做到。经过不断地联系沟通之后，慈济志工首先来到了位于山西省中部的晋中市祁县。

祁县是中国玻璃器皿之都，是晋商故里、晋商文化和万里茶道的发源地。位于祁县县城北七公里处的城赵镇丰固村，因多日普降暴雨，前一日刚刚加固的六眼桥堤坝被湍急的洪水冲击后，发生垮塌，丰固村村民来不及转移任何财物，全村半小时被水淹。还好预知到天气异常后，政府部门提前有序引导

乡亲们进行转移安置。虽然农田房产受损不小，但是人员伤亡不大。



乡亲们进行转移安置。虽然农田房产受损不小，但是人员伤亡不大。

10月10日，志工随村委会主任段德杰和城赵镇便民服务中心主任温立峰等工作人员入村看望。志工了解到，乡亲在政府紧急协调下，已撤离到学校的安置点，或投靠亲戚朋友家，也有的被政府安排到城区里为受灾百姓无偿提供的宾馆中。安置点内有各地爱心人士送来的矿泉水和米面油等物资。教室里有床，上面铺的新垫子、被子和床单全部经政府配置。协调安置点工作的温主任说，“好事要做好，我们努力为老百姓办好实事。”

福慧床由亲肤材质制作而成，轻巧方便、防潮抗压、结实耐用。志工教乡亲们如何打开福慧床使用。摄影/李立新

经仔细评估，两天后，志工再次来到丰固村，同时到达的还有从昆山调拨的福慧床、环保毛毯、五谷粉和保温杯。满满一车物资，村民尽管受灾，但都自发地协助卸载，有的用自家的三轮摩托，有的志愿者连背带扛。

志工教乡亲们如何打开福慧床使用，给安置点的乡亲一个舒适安稳的夜晚。乡亲非常感动，“虽然家部分损毁，但却得到这么多人的



关爱。”

## 政府部门协助牵线

后经太原市台商协会会长曾新慧引荐，山西省台办李菲副主任邀请慈济一起参与“山西台胞台企捐赠山西救灾物资活动”，并与运城市相关领导留下联系方式。10月13日，应运城市台办和民政局邀请，慈济人前往运城市，及运城市所属的河津市、万荣县、夏县等地了解受灾情况。

河津市民政局张建强局长向志工介绍，河津地处黄河和汾河的交汇口，自古就是泄洪区，目前受灾人数十四万，受灾面积十三万亩，

志工向来远镇党委书记孙雨介绍慈济赈灾、援建的经验。同时，介绍慈济的环保理念及关怀有需要帮助的贫病人士。摄影/李立新



农村设施和经济作物的损失在五六亿元。

河津市受灾最严重的连伯村，还有部分区域淹没，救灾指挥部紧急修建临时堤坝拦阻洪水。堤坝是当地村民、干部们三天三夜不眠不休筑就的，投入了大约三千人次。因为大家的齐心协力，优先确保村民的安全，全村、全市无人员伤亡。

虽然堤坝内的村大门处目前还有积水留存，但是堤坝确实保障了村子和乡亲的安全，堤坝以外依然是大面积的水乡泽国，原来的村路已变成河流。

万荣县裴庄镇，距离河津市不足三十公里，也是运城市的重灾地区。联系万荣县应急局后，志工来到裴庄镇，与裴庄镇长薛英杰沟通，并在薛镇长带领下一同勘灾。

万荣县的灾情是因为要保河津市平安，而对汾河进行泄洪回淹到裴庄镇，目前裴庄镇设有三个安置点，西效和村党群服务中心安置点、西范安置点和岔门口村安置点，共安置有近二百人。

三个安置点全部为河南籍长期在河滩区域租种小麦的农户，也是这次受灾最严重的受灾户。虽然不是本地居民，但是所有的村、镇领导都同样重视。



廖明仁向薛镇长展示介绍环保毛毯，在日渐寒冷的北方，毛毯柔软的手感，受到镇长和乡亲们的好评。居住在这里的乡亲，激动地表达：“一批批的团体，送来了满满的爱，我们感觉特别温暖和幸福。”

## 祁县来远镇勘灾

了解慈济的赈灾模式之后，祁县副县长王海旺也向志工提到，来远镇受灾较为严重，百姓的生活受到影响，希望慈济可以去了解。

来远镇虽然占祁县1/3面积，但常住人口仅千人，有7个行政村，下辖有76个自然村，大部分距离分散且遥远。镇内多高山和饮用水库区，境内的“四县塙”是省级重点自然保护区。

来远镇党委副书记高海宾带领志工到灾区现场勘查灾情，一段路基已被湍急的大水冲毁。摄影/李立新

水灾造成来远镇非常多的桥梁道路等公共设施受损，断水断电，对外失去联系达5天之久。来远镇干部冒着危险，徒步走出灾区，联系上县政府。

15日，志工在祁县应急局指挥中心孙许峰主任带领下前从来远镇的途中，经过被暴雨冲毁的208国道鲁村大桥，还在抢修中，大家只能绕道。来远镇党委副书记高海宾带领志工到灾区现场勘查，道路的路基都已被冲毁，有些乡亲的家，只有大门还在，里面的房子全部冲走，变成了一条河。



志工来到祁县来远镇人民政府，来远镇党委书记孙雨与副镇长陈娟娟向志工介绍受灾情况。孙书记表示：目前灾区尚未恢复正常秩序，急需棉被和过冬粮食，希望藉由慈济基金会把温暖送到乡亲手中。也希望受灾乡亲争取早日自给自足，不浪费社会大众爱心的资源。

### 万荣县裴庄镇物资捐赠

10月17日上午，赈灾物资运抵太原，志工即刻将运往运城市万荣县裴庄镇的物资装车。太原钢铁集

10月16日一早，志工将捐赠物资福慧床、环保毛毯、棉被及环保外套等打包的生活物资搬上货车，准备发往运城市万荣县。摄影/丁叮

团等爱心人士，在志工的引领下，来到滨河体育中心协助物资搬运，展现亲帮亲、邻帮邻的互助力量。

此次捐赠物资包括：福慧床、环保毛毯、垃圾桶、桌椅、电暖气、床上四件套、环保外套、保暖内衣、装有洗漱和洗涤等日用品的生活包。物资的包装又大又沉，志工默契合作，装满大货车。

上午近11点，志工到达裴庄镇岔门口村安置点葡萄交易中心。原定在岔门口村一起举行的捐赠和发放仪式，因县、镇领导非常重视和特别考虑，临时调整为两部分。捐赠仪式设在镇政府举行，有来自运城市、万荣县和裴庄镇各级领导参加捐赠仪式，其他分别于四个集中



安置点举行四场发放仪式。

参加捐赠仪式的有万荣县常务副县长宋晓英，运城市外事办主任兼任运城市台办主任杨云英、王铁成、万荣县应急局局长李江、裴庄镇镇长薛英杰等领导。

镇党委李晓泽副书记得知参与赈灾的志工来自不同省市，而且自己承担吃住行等所有费用，非常感动，在捐赠仪式上跟乡亲们说：“克服洪灾的同时，也勿忘慈济大爱。”

裴庄镇副书记李晓泽10岁的儿子李梓豪是年龄最小的志愿者，他在动线中，每个动作和祝福都特别认真。志工把自愿协助发放的7位乡亲请上台前，为他们穿上志工背心，感恩他们的付出。

勘灾时，志工了解到安置点

10月17日，运城市万荣县裴庄镇西范村的46位乡亲，按照名册顺序整队，等待捐赠仪式开始。摄影/韦委丽

还缺少枕头，便和政府沟通后协商特别采买。志工随乡亲进入安置点内，协助把床单铺上、枕套和被套套上。

有的乡亲情绪激动，想起受灾的家园，又收到这么多爱心和关怀，难过与感动的心情交织在心中，不禁掩面哭泣起来，志工宽慰：“平安就好，慢慢都会好起来的。”

### 舍小家顾大家

因丰固村的发放名单暂时还没确认，志工再进丰固村与村书记沟通，并希望村书记让志工协助村民







丰固村是受灾严重的地区之一。院子里都是晾晒的衣物与家具，没一样可以继续使用，奶奶却舍不得丢掉。摄影/李立新

清理污泥。

志工互相搀扶着行进在村路上，路面被洪水冲毁，原来的大桥已经完全毁坏，到处是厚厚的淤泥，路旁摆放着水管即将进行抢修。

“家里收拾得怎么样，可以回家住了吗？”沈阳志工曹勇问道，“屋里清理出来了，只是所有东西都不能再用了，家都没有了。”一边说着，老人一边带志工看满院子晾晒的衣服、家具，没有一件可以用，却都舍不得丢掉。

老人的女儿说：“我妈妈一辈子勤俭爱惜东西，什么都舍不得

扔，遭灾后我丢她捡，天天以泪洗面，我劝她这是天灾，没有办法（继续用）。”志工高秀丽安慰说：“大妈，千万别心疼，脏水泡坏的东西就别要了，会滋生很多细菌，身体好比什么都重要。咱们一起想办法，现在政府这么关心我们，多好啊，咱们放宽心，一切都会好起来的。”

“急难时刻，村里男女老少都在一线抢险。老人、妇女负责装沙袋，年轻力壮的负责抽水、打沙袋。村领导与大家一起并肩作战，在坝上搭建帐篷，十几天不回家。”村民韩大哥介绍说。

院子里满是晾晒的衣服和被褥，水已经淹没土炕，屋内也满是淤泥。洪水来临时，韩大哥不顾自

家安危，连续半个月不分昼夜，协助村干部一起抗灾抢险。

志工曹勇赞叹韩大哥，为了整个村子，舍小家为大家，众志成城，守住家园，真的很棒。

村工作人员与志工穿着雨靴，踏着厚厚的淤泥，一户户送去关怀。志工为村民擦拭伤心的泪水，安慰着乡亲，不要哭，坚强起来，人健康平安什么都不怕，我们一起加油！

### 三入丰固村

10月19日，志工第三次进入祁县城赵镇丰固村。上午11时，在丰固村小学，为99户199位乡亲捐赠

生活物资。

城赵镇镇长张世刚对慈济基金会的行动表示感谢：“志工在受灾第二天就赶到灾区，积极对接了解乡亲切实的需要，发的物资非常实用也救急。”他希望乡亲们重振信心，在灾后重建工作积极配合，共同建设美好的家园，把坏事变成好事，甚至变得更好。

丰固村书记段德杰感谢从四面八方远道赶来援助的慈济志工，发放的物资一应俱全，能让受灾严重

乡亲的胳膊受伤，行动不便。太原志工李波一路陪伴，帮着领所有的物资，最后把物资送上车。摄影/李立新





的乡亲温暖度过冬天。“慈济的支持将永远记在丰固村人的心中，村民会念人心，感人恩，众志成城，团结一心，在各级政府和社会的支持下，共同渡过难关，重建家园，明天会更好。”

“感谢慈济送温暖，没想到有这么多人愿意关心我们。这对刚刚失去全部财产的人来说太有意义。”北京志工黄晓敏关切地安慰道：“不用客气，我们都是一家人。”

领到物资的大姐感动地说：“感谢慈济送温暖，这对刚刚失去全部财产的人，太有意义了。”摄影/李立新

王大姐抱着太原志工赵雪激动地说：“感谢慈济送棉衣棉被，还有这么多生活用品。受灾后，一家四口人分四个地方住，家里都被冲了。”有了这些生活用品，王大姐表示一家人终于可以团聚，“天气寒冷，心里很温暖，我一定振作起来，重建家园。”

王大叔跟儿子生活，水灾之后，一直在抗洪，家里都没收拾。志工感恩王大叔的奉献，帮王大叔家清扫淤泥。

志工离开时，脚下的白鞋沾满了淤泥。王大叔在门口送别大家，一身是泥的王大叔说：“任何话都



无法表达内心的感谢！”大家的手紧紧相握，一切尽在不言中。

水灾后，王大叔和儿子一直在抗洪。志工协助清淤，离别时，王大叔高举满是淤泥的手，言语已无法表达内心的感谢。摄影/丁珂

## 五进来远镇

继10月15日和16日到来远镇勘察后，19日，该镇的道路已经基本畅通，29日志工第四次来到该镇，与来远镇镇长焦晓旭协商物资捐赠及板房安置等情况。

10月29日，志工和来远镇陈副镇长确定物资存放和发放地点、物资发放的流程和细节。下午，慈济的赈灾物资抵达，志工即刻卸车，整理物资。

东鱼沟村委员会没有适合存放的场地，于是贾书记就带领志工来到郝大爷的母牛养殖基地，郝大爷

把自己家的库房腾出来，作为慈济存放物资的场所。仓库堆放杂物比较杂乱，志工一起将仓库打扫干净。

志愿者抢着排队等待搬运物资，祁县志愿者刘向东号召了5个朋友来帮忙。他说：“慈济的慈悲，感动人，影响人。”

刘向东十分认可慈济，愿意带动更多人了解慈济。廖明仁鼓励他多到太原、北京和苏州走走，了解慈济，多参加志工在太原的活动。

10月30日清晨6点，气温仅有4度，先出发的志工前往祁县来远镇





政府进行场地布置、烧热水、准备点心等。

廖明仁与副镇长张勇沟通赈灾事宜，张副镇长主管镇里房建等工作。他分享水灾时亲自来回步行三十公里，去山里安慰村民。未来的板房援建就是张副镇长的主管工作范围内。

张勇副镇长在捐赠仪式上致辞：“感谢社会上所有关心支持我们的人，感谢慈济各地志工，同舟共济，建设家园。”

我们是一家人，大家一起分担困难。志工卢云玲安慰乡亲：“有政府领导的关怀，亲帮亲，邻帮邻，没有过不去的坎。”乡亲刘大姐说：“有困难，有党和政府帮助我们，什么也不怕，等我们好起来，我们也去帮助别人。”

村民唐大叔领了一车物资高兴地说：“看见你们很开心，你们慈悲为怀，慈善为民，谢谢你们。”

首次参加的志愿者一手拿着物资，一手紧紧握着老乡的手，送物资同时也送去慈济人的关怀与爱。

志工张连为杨奶奶领取物资后，陪伴老人将棉被、毛毯、食用油等物资送回家。张连一直拉着奶奶的手，边走边嘘寒问暖。到家后，奶奶感动地说：“收到了你们



送给我的毛毯棉被，今天又收到面粉、食用油，太温暖了，这个冬天不冷了。”

东山村村民翟大姐说，大水冲过来的时候，大石头滚落下来，她在院子里，特别害怕。现在提起被水冲后的情形时，还会心生恐惧。翟大姐家被水冲了，儿子在外面打工。她看到慈济人不怕脏不怕累，抢着卸物

资，特别感动，今天也穿上志愿者背心一起为他人服务。

本次捐赠，志工为来远镇142人，捐赠棉被29床、毛毯29条、食用油72桶、面粉284袋。

从10月10日到10月31日，志工先后来到运城市万荣县、夏县、新绛县与河津市、临汾市蒲县、晋中市祁县等地勘灾，了解有很多社会

10月30日，来远镇政府捐赠物资仪式。副镇长张勇感谢各地慈济志工。一首《一家人》，温暖着乡亲们的心。摄影/韦委丽

团体已提供紧急救援物资。为将爱心落到实处，志工通过不断走访勘察，为最需要的乡亲提供大米、面粉、食用油、棉被、环保毛毯等生活物资。



# 倾听你的心声

青海省玉树藏族自治州称多县的藏区学生因已提前放一个月虫草假，尽管已是暑假，孩子们仍在学校上课。藉此机会，慈济志工、热哇慈善会与青海大学附属医院心脏科医生前往青海省称多县进行先天性心脏病筛查。

**称多县**，隶属于青海省玉树藏族自治州，位于青海省中部。地处青南高原，平均海拔4000米以上，巴颜喀拉山横贯县境北部。通天河、黄河支流多曲（河）和扎曲（河）交汇流经，堪称“江河源头”地区。

称多县有土地面积1.53万平方公里，总人口逾六万人，其中藏族占

刚休完一个月虫草假返校的小朋友，开心地用手指告诉志工，他挖了三根虫草。摄影/叶萍



98%以上。这里地广人稀，藏民以放牧为主要经济来源。每年藏区学校都会放一个月的虫草假，孩子们帮父母一起挖虫草。

刚休完虫草假返校的孩子，开心地用三个手指比划着告诉志工，他挖了三根虫草。

借孩子们上课的机会，由玉树热哇慈善会、青海大学附属医院与慈济共同合作，进行先天性心脏病初筛检查。

先天性心脏病简称先心病，病因受环境影响比较大。藏区海拔高、牧民长年在牧区四处放牧，缺乏产检的习惯；也因藏区的生活习俗，就算检查出胎儿有问题也会生下来。所以，先心病在当地特别多，早发现、早治疗就能为孩子们的健康成长保驾护航。

此次先心病初筛，计划为称多县所有中小学及幼儿园的孩子做检查。学校和幼儿园老师帮忙核实每



个班的人数，确保孩子们都能接受检查，负责筛查的医生来自青海大学附属医院心胸外科。

## 倾听你的心声

高原地区的先心病患儿大多到病情严重时才会看医生。孩子感冒、身体矮小、运动累等症状，家长通常不会想到是先心病。直到他们长大，病症明显才看医生，但却耽误了治疗的黄金期。

医生检查时，先将男生和女生分开，方便做后续的彩超筛查。大点的孩子比较害羞，听诊时为了避免掀开衣服，钟浩医生就站着为孩子们听诊。钟医生为每个学生细心检查，听着孩子们的“心声”，遇到心脏有问题的孩子再进行彩超检查。

当地没有做健康体检的习惯，病情严重时才看医生。往往孩子长大，病症明显才看医生，但也耽误了治疗的黄金时间。摄影/叶萍

彩超科杨建华医生看到紧张的孩子，边检查边转移孩子注意力。时间花费比较长，无法休息，他虽生活在海拔2300米的西宁，长时间工作也出现高原反应，及时吸氧补充体力。

这次筛查，虽然是以先天性心脏病为主，但也发现有的孩子患漏斗胸、脊柱侧弯，还有的孩子面部有意外伤害的创伤。慈济志工与热哇慈善会志愿者分工合作，热哇慈善会接到脊柱侧弯的病患，会仔细评估，尽力纳入帮助行列。

称多县完全小学校长求让非常





志工王红帮孩子整理衣服，她表示，希望通过先进的医疗手段和措施，实现早发现早治疗。摄影/叶萍

关注孩子们的检查结果。求让校长说：“这边大部分是农牧区的学生，有的父母根本不知道有这种病，有的感觉花费太贵，就不愿看病。先心病筛查对他们有很大的帮助。”

家长才让知道孩子心脏有问题，立即询问状况。他说：“检查前就知道孩子心脏有问题，但不知道到底有多严重，很着急，今天检查也可现场询问，安心多了。”

### 做好检查的后盾

本次先天性心脏病筛查得到青

海大学附属医院的大力支持，副院长戚继荣介绍先心病发病率高于平原的原因，心外科主任武建英分享先心病对青少年成长的危害与影响。

志工王红帮助小朋友排队、整理衣物，节省检查时间。王红说：“希望不仅是患先心病的孩子，还有其他身体发育不良的孩子，都能够透过先进的医疗手段和措施，为他们进行治疗和干预。”

看到很多家长对医疗政策不太了解，首次参加筛查的志工何霜秀说：“志愿者团队把国家的政策、医保政策积极地与教育局、学校校长和老师介绍，请他们和孩子及父母去沟通。”

热哇慈善会会长格丁朋措用藏

语为乡亲解惑。他说：“很多老乡的健康意识不太强，我们要去找到他们、去发现他们。一方面进行健康的筛查，另一方面就是早发现、早治疗、早救助，用这样的模式，循序渐进地把自我的健康意识推广开来。”

慈济志工、热哇慈善会向当地教育局、县政府领导报告此次筛查结果，希望结合多方力量让孩子们得到及时的治疗。志工王红感恩大家配合为孩子打造有爱的未来，格丁朋措表示：“救助的困难是要和家长沟通，让孩子接受治疗。”

称多县委常委格来卓玛说：“孩

子是未来，孩子的治疗需要多方努力，共同帮助孩子们尽早手术，完成治疗。”县教育局局长巴札西也表示：“称多县虽然财政有限，但不能因为疾病让孩子丧失学习机会，希望学校也积极动员家长完成治疗。”

这次共计筛查9所学校4611位学生，有83位学生患有先心病。慈济希望和政府、教育局一起来协助，透过筛查、就医，为孩子们的健康护航。

志工与热哇慈善会分工合作，通过健康检查，做到早发现、早治疗、早救助，循序渐进地把自我健康意识推广开来。摄影/叶萍





# 台风避险 心安之处即是家

2021年10月12日中午，深圳发布今年首个台风黄色预警，全市进入台风“圆规”防御状态。福田区园岭街道办需紧急疏散建筑工地的工友，邀请慈济协同安置工作。10月12日至13日，深圳慈济联络处共接待建筑工友186位，工友住宿144位。

从10月11日开始，台风“圆规”给福建、广东、台湾、海南等地带来强风雨影响。自12日起影响深圳，在台风和季风的共同作用下，深圳将受到12级以上阵风和局地大暴雨影响。

深圳市气象台10月12日11点30分将全市台风蓝色预警升级为黄色，进入台风防御状态。全市托儿所、幼儿园和中小学停课，居民应紧闭门窗，停止户外作业和活动，在安全场所暂避。

深圳慈济联络处在深圳市福田区设立以来，长期与福田区园岭街道办及小区保持良好的互动沟通。如2018年9月的台风“山竹”来临时，深圳联络处就作为防灾临时避险站，为周边工地的工友提供安置服务。

10月12日下午3点30分，原分配给慈济安置30位工友的计划，接到小区工作站紧急通知，安置的工

友需增至150位至200位，并且半个小时后会陆续抵达。

面对突然的变化，负责对外联络的志工叶碧峰非常有信心地答复：“没有问题，慈济总工会全力配合政府做好安置工作，工友们的安全最重要。”

## 食宿安排 家的温暖

10月12日下午6点，距深圳慈济联络处不到400米的岁宝国展工地工友，在街道办防灾应急小组的引导下，有序排队来到慈济临时安置点。在街道办工作人员的协同下，志工迅速做好各项接待。

按照建筑开发项目的不同施工单位人数及性别，并结合联络处不同会议室的空间大小，做好休息区、用餐区、活动区等的划分，便于工友安心休息。

街道办社区工作人员跑在防灾最前线。24小时在小区通宵巡



访与值守，仍不辞辛劳到各安置点关心与了解转移人员的安置情况，并及时运送面包、八宝粥等食品和用品。

夜间如何让工友得到充分舒适的休息，也是志工考虑最多的一环。安置点转移时间紧，人数众多，工友们几乎是空手出门，牙刷牙膏都来不及随身携带。

志工体恤工友平时的辛苦工作，准备了整套的就寝用品，希望他们能够睡得更安稳、更踏实。

刚从工地出来的领班邱白云协助装枕头。他感动地说：“在这儿，床单、被套都铺好叠好了，就等着我们来，我们感到家的温馨、温暖。”

工友刘潮红休息好后，认真地把垫子、被套叠得整整齐齐，并满怀感恩地说：“很感谢你们那么好

因台风“圆规”侵袭，深圳慈济联络处再次协助福田区园岭街道，安置周边工地工友。工友把自己的物品码放整齐。摄影/李奎

的照顾，让我们感受到家的温暖和心安。”

## 蔬食好吃 家的味道

外场志工接待工友的同时，料理志工开始忙碌准备晚餐。为了让工友能及时吃上热食，主食为红薯粉、粽子与馒头，虽显简单，但工友们吃得津津有味。

慈济人倡导环保护大地，蔬食护健康。志工用心搭配各种丰富的食材，力求让工友们吃上可口又营养的饭菜。不少工友第一次蔬食，连称好吃。因为，他们感受到了爱的温度，吃出家的味





用餐时，志工带动光盘行动，有了前一天的蔬食体验后，工友们都积极响应。摄影/叶玮

道。在倡导光盘的建议下，工友们也积极响应。

为了给工友提供更丰富的次日早餐，留宿陪伴的志工安排好工友休息已近凌晨，他们仍不辞辛苦地到超市提前采购食材，并清洗和备料到夜间一点多，睡不到三个小时又起身开始做早餐。

志工魏敏很朴实地说：“希望多准备点花样，让工友吃到更丰盛的热食。他们吃得好，睡得好，我们也很欢喜。”

### 常回家看看

音乐手语剧《行善行孝不能

等》的视频，慈济慈善、大爱感恩科技的介绍，充实了工友们的闲暇时光，也让他们感受到了一个大爱的慈济世界。

13日下午5点多，接到台风险情解除的通知，工友们晚饭后可以离开。志工马上组织工友一起观看回顾带，当看到自己或熟悉的身影，工友们不时发出会心的笑。

志工叶碧峰代表慈济感恩政府的信任，因此能与工友们结下这份深深的情谊，来了就是一家人，期待工友们常回家看看。《一家人》传递着慈济人对城市建设者的尊重、感恩、爱与关怀。心近了，眼里闪动的都是温暖的光。

### 爱善传递 有你有我

工友们平安返回工地上班，

而棉被和餐具等的清洁和整理，对于志工而言，又是不小的工作量。


“这两天没踏出会所大门一步，步数却超出两万五；大家来回穿梭在各个角落为工友送上最好的关爱。”志工陆妙玉感动于团队的齐心协力和不惧疲惫。

爱与善的传递，让工友感受着志工如家人般的温暖陪伴，也把感动化作行动，主动帮忙搬运物资、桌椅和清洗餐具。工友领队刘观华说：“希望自己也能够加入，做有意义的事。”

刘观华主动留下来和志工拿起扫把，把一楼门口的烟蒂扫得干干净净才离开。他表示，志工这么用心陪伴，他更有责任把环境打理

好，这也是他的分内事。

10月12日至13日两天，志工共接待建筑工友186位，144位工友在联络处住宿。深圳慈济联络处被小区与街道办推荐为安置点的典范，作为深圳电视品牌栏目“第一现场”防灾安置的示范点做宣传报导。

台风“圆规”在深圳轻微掠过，工友们在慈济临时避险站休息一天半后，带着志工精心准备的纪念品返回工地。每一份纪念品，都带着满满的祝福：祈愿天无灾，人无恙，爱长存。 

志工接到险情解除的通知，马上组织工友观看回顾带。看到自己或熟悉的身影，工友们不时发出会心的笑声。摄影/叶玮





## 迟到的生日祝福

建瓯乡村的山山水水，一派恬静悠然。在这里有慈济志工关怀的28户乡亲。4岁的小宸天真活泼，志工疼惜地为他补过生日；借由寒冬送暖关怀了一年的罗奶奶，虽然身体状况大不如前，但心情却开朗许多。

夏至后的建瓯，池塘里的莲花亭亭玉立，蛙鸣声声，清香袭人，令人心旷神怡。山野间的青草、野花、杉林、竹林高高低低，错落有致。

志工桂毅繁抱着小宸，取出装着玩具警车的盒子。小宸笑得眯着双眼，迫不及待拿到地上玩耍。摄影/方超

志工无心留连一路的风景，驱车沿着蜿蜒的山路，一路颠簸，希望早点见到一个多月没见面的乡亲。

拿着志工桂毅繁带来的小警车玩具，小宸笑得眯着双眼，迫不及待放到地板上玩耍。当玩具车发出咿-呜-咿-呜-报警声时，小宸迅速躲到了爷爷身后，紧紧抓着爷爷的手，笑着探出头，望着地上的礼



物。他缓缓靠近，忽然快步在地上推了两三下，小警车发出报警声，小宸又快速跑回爷爷身后。

今年年初，在建瓯小松镇大庙村村干部的引荐下，慈济志工走进了小宸的家中。小宸跟着务农的爷爷奶奶过日子，他的父亲在去年不幸因车祸去世，母亲随后离开了家。

“我们想给他一个惊喜，送上迟到的生日祝福！”桂毅繁脸上挂着笑容，略带兴奋，似乎期待已久似的。他向大家一再表示愧疚，原计划在5月30日为小宸过生日。没想到，因为建瓯的大雨天气暂停了一次。爷爷腼腆地笑着说：“最近雨水多，有的路都塌方了，雨天要



（上图）“我想给他一个惊喜，送上迟到的生日祝福！”志工原计划给3岁的小宸过生日，但受大雨影响，没能及时过来。摄影/方超

（下图）看着小宸高兴地戴生日帽，爷爷笑着说：“他的生日已经过了，你们还记得。又这么老远来关心他，我非常感动。”摄影/方超







临别时，志工疼惜地抱起难过的小宸，希望他做个乖孩子。借由给孩子过生日，希望在幼小的心灵种下爱的种子。摄影/方超

减少户外行动。”

“祝你生日快乐！生日快乐！”戴着寿星帽，小宸拍着手，口水欲滴，与在场的人唱和着，四点烛光映照着爷孙俩的笑脸。站在小宸身后的爷爷，俯下身，牵着孙子的双手吹蜡烛，翻开了4岁的新篇章。

“甜，谢谢！”小宸满口蛋糕，手上还拿一块缺了角的饼干，一旁的爷爷用纸巾为他擦拭小手。还没等爷爷擦好手，小宸又拿起蛋

糕上的水果，仰着头，好奇地问：

“这个是什么？”“这个是好吃的蓝莓，还有……”志工的话音刚落，小宸已将蓝莓往嘴巴塞。

“谢谢！谢谢！”弯着腰，接过孙子递上的蛋糕，小口咀嚼，爷爷笑得比蛋糕还甜。不一会儿，一旁的小宸抓起玩具车，在地上滑呀！跑呀！发出“咯咯咯”的笑声。

望着开心的孙子，爷爷笑着说：“他的生日已经过了，你们还替他过生日，这么老远来关心他，我非常感动。”他挠了挠头，表示自己年纪大一点了，不懂得小孩子

的需要，有年轻人来指导一下怎么带孙子会比较好。

指着一本《慈济》上的一幅幅照片，桂毅繁介绍着一则则故事，开导爷爷把离家的儿媳妇当是多养了一个女儿，转换个角色面对。爷爷点了点头，表示事情总会过去的。

不一会儿，小宸缠着大人，闹着要滑滑梯。桂毅繁蹲下身将孩子抱起往家门口走，一边说：“滑滑梯在哪里，下一回陪你去玩。”

透过入户关怀，桂毅繁认为每户乡亲要用不同的方式去关爱抚慰。给孩子过生日，希望他幼小的心里，能怀揣一颗爱的种子，慢慢

地温暖心灵。

### 抚慰奶奶 思念母亲

台尾村村路两旁，水稻田连畴接陇，三两妇女正在插秧，蓝天白云、一片片竹林、白墙屋映照在田里，几声鸟鸣，急促的脚步声，更凸显了这山谷的幽静。

一座老旧的木凉亭，几位老人坐着聊天，犹如去年建瓯寒冬送暖初访时的场景一般。那时的罗奶奶

71岁的罗奶奶一手拄着竹杖，一手摸着墙壁，走到客厅，招呼着志工落座。摄影/方超







志工恭敬地双手奉上生活补助金，罗奶奶准备起身，志工知道奶奶站立和行走困难，就请奶奶坐着接受。摄影/金婷

以竹竿当拐杖，脸上满是哀容，还走不出丈夫去世的悲痛，抱怨不听话的儿子总是不回家。

如今71岁的罗奶奶已不再哭泣，一手拄着竹杖，一手摸着墙壁，走到客厅，招呼着志工落座。

患有类风湿性关节炎的罗奶奶，一会儿伸出双手，一会儿卷起裤管，面无表情，对一旁的建瓯志工陈爱丽，气弱声嘶地说：“手脚没力气，脚是肿的。”

一旁的村书记陈锦花介绍，罗

奶奶到山上干活摔倒骨折，家里的田地无人耕种，儿子几乎没有回来照顾。

握着罗奶奶的手，志工陈爱丽哽咽难言。她想到自己的母亲，同样也患类风湿性关节炎，上山干活摔倒，人日渐消瘦，几年前去世了。陈爱丽拭去脸上的泪水，收起悲伤，与罗奶奶用方言话家常。

陈爱丽九十度弯腰，为奶奶恭敬地奉上生活补助金。罗奶奶一手拿起倚在墙壁的竹竿，一手提了提小腿，准备起身接受，志工忙劝着罗奶奶，坐着就好。

弯腰的瞬间，陈爱丽体会到笑容，善解、包容也是分享，能关怀

乡亲，是一件温暖人心的事。摸着小腿的假肢，陈爱丽回想自己7岁时，右小腿被火车压断，家里虽穷，父母也是尽心力照顾。眼含热泪的她说：“如今妈妈走了，还有半瘫痪的爸爸，我要尽力去做，每天为他做理疗。父母亲都在，就是最幸福的。”

一瘸一拐，脚步有些缓慢，陈爱丽却走得坚定安稳。她表示跟志工一次次来，一次次抚慰，这，也是在安抚自己的心灵。

自去年9月建瓯寒冬送暖初访，村书记陈锦花每一次都陪同入户关怀困难乡亲。她觉得慈济人给予的，不

只是经济上的帮助，更是心灵上的温暖，帮助乡亲树立信心，克服困难。

回头看着一手拄着竹竿，与志工不舍告别的罗奶奶。陈书记对志工说：“一年前，我每次去罗奶奶家，还没开口，她就是哭。这段时间好太多了。”

木凉亭下依旧坐着几位老人，水田里的妇人依旧腰着弯插秧，秧苗随风微动，只待秋天那金黄的稻穗，一串串、一片片……

水田里的妇人依旧弯着腰插秧，秧苗随风微动，只待秋天那金黄的稻穗成熟。摄影/方超





## 苏朝海的「春暖花开」

年近七旬的苏朝海，  
向上拱起的驼背就像一座小山一样。  
虽然生活困难，  
但仍有一颗助人为乐、愿意付出的善心。

撰文 / 廖亚面 摄影 / 潘建加、刘璇璇



“为什么他做好事随叫随到，从不计较？因为他曾困难过，知道困难无助的滋味。他现在一心想回报社会，对社会做贡献。”说起年近七旬的苏朝海，福建翔安澳头村的老会长道出了村民们的心声。

苏朝海的爸爸30多岁时，患风湿痛；40岁时，因咳嗽哮喘无法外出务工，家里欠着集体一两百块钱。10岁的苏朝海半农半读，不仅要看护集体稻谷，还要打零工，用工钱还债。“家里穷得吃了上顿，不知道下顿，要去借米来煮。”小学三年级下

学期，苏朝海不得不辍学。

13岁时，苏朝海身体出现异常，肩膀一高一低，起初只是凸起山一样的包，因为没钱治疗，渐渐发展成驼背，就一直佝偻着干活。

当时，家里因经济困难受人欺负，房子被人放火烧了，屋顶坍塌，

一家人只好暂住叔叔家。直到东南亚的亲戚寄来钱，他们才有能力盖石头房，有了遮风挡雨的地方。

家庭处境不好，找对象也难，“连被人骗一百块的钱都没有”，40岁时，苏朝海才结婚，患有唐氏症的太太不能生育，就抱养了一





苏朝海退休后，一刻也没闲着，开着电动三轮车，为餐馆载走厨余垃圾，义务打扫艺术馆，回收物资。摄影/潘建加

个女儿。“年轻时，曾怨自己命不好，怨自己跟别人不一样，没有健全的身体。连替人拿幡扶棺的资格都没有，那时死的心都有。”谈起往事，苏朝海眼里泛着泪水。

尽管因驼背受尽嘲笑，让苏朝海内心有点自卑，但他依然向往美好。“既然什么都没有，只能克服苦难，坚持下去，坚持就是胜利。”他左手腕上的绿色塑料手环特别显眼，“捡的，好看，就一直戴着。”

### 苦尽甘来 乐意助人

这几年翔安澳头村发生了巨大的变化，村民环怀远湖而居，碧波荡漾，绿树掩映，双清桥横跨两岸。一千多人的小村落，竟然有十几家餐馆，周末夜晚，村里车水马龙。苏

朝海就住在这美丽的村落里。

退休前，苏朝海在村里当保洁员，工资不高，靠捡纸皮、矿泉水瓶等物资补贴家用，供女儿上学。

苏朝海做保洁员时，村里提供三轮车装载垃圾。由于车子老旧时常在路边抛锚，影响垃圾及时清理。他就省吃俭用花两千元买了辆新三轮车，“旧车坏了，新车可以做后补，现在它专门做我们（环保）的事情。”之后，他又花钱搭建铁棚，放车和存放回收物资，以免雨天淋雨。

苏朝海退休后一刻也没闲着，为餐馆载厨余垃圾，工资每月200元；还兼职打扫附近的艺术馆，虽然没有报酬，但可以回收一些环保物资。

一个夏天的中午，太阳火热热的，他到工地回收衣服。回村时，在村口遇到一对母女，“妈妈，肚子饿、肚子饿了！”孩子拉着妈妈的衣角，不停地喊，她们找不着店家。他忙招呼母女俩坐他的车，进村找餐馆，“谢谢阿伯！”“只是顺路，没关系。”

重阳节这天，社区举办慰问活动，发放大米和油。“两箱油、一袋米老人怎么扛回家？”年轻志愿者担心着，只见苏朝海来回拎油、



扛米，在场外装车，总共十五户的米、油装一车。

“这些年重阳节活动，为老人发的大米和油，都是（朝海）用车帮助运回去。澳头村第一个，没有第二个。”朝海邻居苏水生竖起大拇指“这个精神难得！”

苏朝海平时总愿意为村里行动不便的老人载米油盐，总想出去帮别人做点事。他说：“辛苦也只有这么一天，有机会尽量帮助别人很快乐，能见面，又能聊聊天。”

### 虽然贫穷 愿意付出

2015年，环保志工王玉齐到

村里的老人如何将过节的食物扛回家？朝海来回拎油，扛米装车，总共十五户，装了满满一车。摄影/刘璇璇

澳头村倡导环保、回收资源。他了解苏朝海的生活状况，就建议苏朝海回收纸皮、矿泉水瓶继续补贴家用；回收的衣服、酒瓶、塑料制品等低价值物资，可交于志工统一回收，既能助人又能减少垃圾，还让村里更干净整洁，朝海欣然应允。

这几年，澳头村在开发建设中，周边基建工地多，一项工程完成后，工人搬迁走，常把衣服、棉被等物资随意丢弃。苏朝海告诉村



民和建筑工人，不穿的衣服，不要扔进垃圾桶或随意丢弃，让他上门回收。

“环境卫生需要大家一起来动手，一个人做，起不了什么作用，很多人做才会更好。”苏朝海常对大家说。

苏朝海一天两趟骑着三轮电动车到村里、工地回收衣服、酒瓶、棉被等物资。不管身体多么疲劳，天气多么不好，都要出去，“能帮助别人，给人快乐，我也高兴，不

---

苏朝海告诉村民和工地上的工人，不穿的衣服被褥，不要扔进垃圾桶或随意丢，让他上门回收。摄影/潘建加



再像以前那么苦，多好啊。”

### 延续物命 心宽念纯

苏朝海好几年没买新衣服，他觉得好好的衣服扔掉很可惜，应该延续物命。他把“捡”回来的衣服、棉被、毛毯等物品洗干净再穿再用。

有一次苏朝海回收了一床新棉被，摸着棉被，他感慨地说：“当年困难时，政府救济一床棉被，高兴得很。现在捡的比以前好太多了，有的还是蚕丝的呢。”

苏朝海在村里做环保有几年了，村民都知道他在做善事，会主动提供二手衣服；餐馆老板协助收集



酒瓶，通知他来回收。他的回收量很大，几天就满满一车的物资，志工陈丽玉说：“翔安环保站的回收物资主要来源于苏朝海和王玉齐。”

苏朝海虽然识字不多，却喜欢看《慈济》里的《衲履足迹》，他说：“看到证严法师年纪这么大了，还能这样做，我也要在这里打拼。”他喜欢“走出家门天地宽。”这句话，他说：“走出去，门口就大了，也可以比喻我们的胸怀要宽啊。”

以前苏朝海只觉得自己很苦，听闻慈济志工深入山区助人的故事后，得知还有比他更苦的人。他现在很知足，“现在生活比过去好，有一顿干饭，一顿稀饭。虽然还有

---

苏朝海好几年没买新衣服，把捡回来的衣服洗干净，他觉得好好的衣服扔掉很可惜，应该延续物命。摄影/刘璇璇

点困难（想给女儿盖个房子），但平平安安的。”因此他也尽自己所能，帮助有需要的人，深信“有爱心的人，就是有福的人”。

如今，苏朝海领着养老金，太太有最低的生活保障金，女儿也成为护士。村里人说：“朝海一直做善事，现在老天弥补他，女儿很孝顺。”

“面朝大海，春暖花开”是如今都市人的一种生活向往，而爱上环保的苏朝海则迎来了他人生的“春暖花开”！



# 二十一天，不一样的爱

慈济基金会第二期“大爱童行”暑期快乐生活营，在福建连城县四堡镇慈济大爱乡村美好生活馆举行。志工精心准备美术、音乐、手工等活动，还加入爱国爱家教育，让孩子们从小懂得热爱祖国、热爱家乡。

“龙口含珠，凤头饮水……”淡蓝色上衣、深蓝色短裤或裙子，一群小绅士和小公主跟着老师有模有样端起碗，学习食的威仪，用餐时不再埋头弯腰。

7月19日至8月8日，第二期“大爱童行”暑期快乐生活营，在福建连城县四堡镇慈济大爱乡村美好生活馆举行。这次营队招收的33个孩子为一、二年级的学生，多为留守儿童或来自特殊家庭。

21天的营队，20位来自深圳的教师志工和连城本地的志工，根据当地孩子的年龄和需求，量身设计活动，透过各种游戏，让孩子了解自己是这个地球生命共同体的一份子。

## 生活营养好习惯

“大家知道这张照片在哪里吗？”“我知道，我知道……”孩子们纷纷把小手举得高高的，课堂上一片欢呼雀跃。

“想让孩子们对自己的家乡有一个全面的认知，找到归属感。有归属感的孩子，知道家在何方，即使以后出了远门也会知道要回家，会爱这片孕育了自己的土地。”四堡中学历史老师邹道德，用手机拍下身边的风光景物，讲述《我爱我家》。

“要热爱身边的环境，不扔垃圾，不抓小动物。”小清同学在照片上看到了自己熟悉的地方，十分激动。他觉得照片中的每个地方都很美，要好好保护家乡。

“知道有一群人在这里付出，特别感动，也想尽自己的一份力量。”马克笔、颜料、画笔……孩子们的桌面上多了些不一样的物品，屏幕上出现了一幅色彩亮丽的旗袍。冠豸中学美术老师罗秀桔特地身着一身改良版的旗袍，耐心地讲解旗袍的魅力及特色。

一堂生动有趣的美术学习，孩子们端坐着，安静听罗老师娓娓道



来。为了让孩子们进一步了解国粹魅力，罗老师鼓励大家通过手上的颜料、画笔画出自己心目中最美的旗袍。

## 手工泥画家乡

坐落于连城四堡马屋村花溪河上的玉沙桥，始建于清康熙二十三年，是连城县现存较完整的四座古廊桥之一，也是户外活动的地点。

为了圆满此次户外活动，志工进行多次场地勘察，精心设计课程，多次修改活动方案。最后以游戏闯关的方式，结合情境教导、爱心接力、品格启发等内容，让孩子融入自然，释放天性，在快乐中学习生活成长。

志工示范“食的礼仪”，引导孩子“龙口含珠、凤头饮水”的端碗拿筷方式。渐渐地，孩子们坐姿也端正了。摄影/沈喜明

“到了，到了，这就是玉沙桥，我爸爸以前带我来过。”步行20多分钟后，终于见到那高低错落的木廊，及铺满鹅卵石的桥面，孩子们不约而同地讨论起了自己曾经游玩的经历。

到达玉沙桥景区，孩子们整齐列队，在“一二一”的口令声中，一步一步地踏上石阶。“信心、毅力、勇气三者具备，则天下没有做不成的事。”孩子们喊着通关密码，打卡完成第一关，正式开启这天的户外活动。





感恩组小朋友创作了两幅玉沙桥的画作：草丛、花朵、蝴蝶、灯笼，装饰着美丽的玉沙桥。摄影/陈小婷

朵、蝴蝶、灯笼，装饰着美丽的玉沙桥。

### 学习合作精神

玉沙桥下的青石板路，两旁铺满鹅卵石，如一条玉带，沿着稻田一路向前，孩子们间隔几米排队，准备模拟传递救灾物资。

队列中的第一位同学抱着一大袋物资包，在青石板上，跳着方格子来到下一位同学身边，再双手递上。一路接力，直到最后一位同学把它送到“灾民”手里，闯关才算成功。

孩子们瘦小的身躯抱着物资包，不时要低头或侧身才能看清脚下的路，虽然要用跳着前进，会有些累，但为了要把物资送到“灾

民”手中，还是坚持一路向前。

此关卡模拟今年七月河南郑州发生水灾，以志工和志愿者搬运物资为背景而设计——“赈灾除了要有爱心，还需要毅力、勇气。”志工结合跳着传送物资的过程，让孩子们体会赈灾路上，也许充满了各种艰险，除了要有爱心，还需要不怕困难的勇气。

“我们的地球到处都是垃圾，要怎么办，现在请哆啦A梦带我们穿梭时光……”志工汤艺明用卡纸上的卡通画与孩子们分享地球的危机，不一会儿，像变魔术一样拿出呼啦圈，最后一关“多用心”正式开始。

在场的孩子们分成两组，每位

组员要手牵手穿过呼啦圈，中途不能松手，所有人都通过，才算成功。

经过短暂的讨论后，小小的呼啦圈由两位同学握住立在地上。随着第一位的通过，身后两位同学也微微向前倾身，紧接着一左一右相继通过。有的孩子因个子高，一时无法顺利通过，其他同学纷纷支招，“要蹲低一点，头先过来。”

在闯关中，意见不合或言语相向都是很正常的事，但孩子们顺利通过，一扫阴霾，全都开心地欢呼雀跃。

队列中的第一位同学抱着一大袋物资包，来到下一位同学身边，双手递上，直到最后一位同学把它送到“灾民”手里。摄影/沈喜明





## 做家长的后盾

在龙岩连城四堡镇，每到六七月的暑假，也是满山遍野李子成熟的季节，大人忙于采摘。生活营不仅解了家长们的燃眉之急，还是孩子成长的乐园，更是家长的后盾和定心丸。

小婷在下课的人群中东张西望，却没能等来熟悉的身影，表情由失望转为难过，倚在门边落泪。她最大的愿望，就是妈妈能每天来接送自己。

因为有志工的关爱和肯定，小婷也慢慢地变得开朗起来，同学们都喜欢和她一起玩。摄影/沈喜明



家里接连遭遇变故，小婷因此遭到同伴们的嘲笑；而父亲的离世，在她幼小的心灵上又是重重一击。

“来这里，有这么多人照顾她，我就放心了。”自从小婷来到生活馆，有了陪伴与照顾，妈妈像是找到了后盾。上班时，不再担心女儿安全，心情也放松了许多。

“韵母有哪些……”志工的话音刚落，孩子们纷纷高举小手，坐在最前排的小婷，端身举手，非常懂礼仪。参加快乐生活营，小婷结交了四位好朋友，也懂得融入团体，收获了友谊和关爱。

孩子们正处于生长期，志工每天都变着花样准备点心，有手工面

点、西米露、酸梅茶等，深受孩子们的喜爱。营队准备的午餐，也都根据孩子们的口味，科学搭配保障均衡营养。

小婷在家会挑食，而在营队中，每餐都是光盘，十多天下来，发现自己长胖了。她开心地与妈妈分享：“我长胖了3斤，现在有50斤了。”

营队中，还安排了“好话要力行”。一句“孝顺就是在父母需要时，欢喜付出。”让小婷更懂得体贴妈妈的辛苦，回家也会主动分担家务。

## 花语一束道感恩

8月8日下午，为期二十一天的暑期营队圆满收官。短短五分钟的回顾带影片，凝聚着二十一天的营队点滴，期盼孩子们在爱的土壤里健康茁壮地成长。

二十一天里，台前幕后近百位志工同心接力，更有志工二十一天无休。“感恩、献花”这是孩子们对志工爱的回馈。

为了让大家能吃好，王秀卿等料理志工每天凌晨3点，天未亮就起床准备早餐：小米粥、坚果、水果、腌姜片……菜品多多，清淡又营养。



志工吴秀理，脚扭伤还未痊愈。她每天准备两次点心，揉面、制作、切水果、摆盘，几乎都是站着完成。摄影/沈喜明

二十一天无休的还有料理志工王明满和吴秀理。王明满负责掌勺，一天下来，灶台的高温，汗水浸湿了衣服。王明满腰伤复发后，志工劝她休息，她说：“炒菜很热，就不要再让其他志工这么热了。”她戴上护腰，坚守“岗位”。

负责点心的吴秀理，来营队之前脚扭伤还没痊愈。每天营队需要两次点心，揉面、制作、切水果、摆盘……她几乎都是站着完成，全心投入其中忘了脚伤未愈，直到晚上躺在床上，酸累一下子袭来。但一觉过后，又是“不知累”的一天。

“感谢亲爱的爸妈……感谢敬





小朋友与老师、大爱妈妈的感情越来越浓厚，此刻，孩子们借手语《感谢》表达对志工的感恩之情。摄影/余晓舟

爱的老师教导我无穷尽知识……”二十一天的陪伴与教导，孩子们学会了礼貌、懂得了谦让、乐于付出、乐于学习。孩子们借手语歌《感谢》表达感恩之情。

“对这里的孩子就跟对自己的孩子一样。”志工李丽群是来自泉州的老师。小花不爱学习，缺乏自信心，丽群就把小花的座位调到自己身边，随时鼓励，抓住机会让小花展现画画和唱歌的强项。课后她带领孩子们做每日小总结，说出自己的不足并改正，让大家都能彼此

包容，成为好朋友。

“这里是温暖明亮，阳光眷恋的地方……一人一点微薄力量，一条心圆了遥远梦想。”乐曲寓意深远，深圳教师志工团队表演手语《阳光眷恋的地方》，似乎给大家打开了一扇叫做“留恋”的窗。

“爱无处不在”深圳志工魏晓霞特别有感触。第四梯次志工要出发前，她的妈妈身体出状况。经过一番挣扎后，魏晓霞在家人的祝福下来到生活营。

营队结营的当天正是魏晓霞的生日，她的先生发来大红包，她马上把这份爱心奉献给了河南赈灾，“生日就是母难日，我在这里发挥了生命的价值。”

青年志工蔡姐姐（蔡若筠）是孩子们最喜欢最信赖的知心姐姐。她带领孩子们自导自演环保短剧《垃圾王国》博得了热烈的掌声。

为排好这个短剧，蔡姐姐常常牺牲午休，晚上也加班，一遍遍地排练、精益求精。孩子们难免有不配合、开小差的时候，令她很沮丧，甚至急哭了。

看到蔡姐姐哭鼻子，孩子们很心疼，排练更用心。“今天的表演一句都没有错，让‘观众’非常欢乐。”看到孩子们在结营当天完美的表演，蔡姐姐又激动又意外。

### 21天有喜有乐皆成长

21天，小花越来越自信，不再逃避学习；小倩放下傲慢，与小花成了好朋友；小铭越来越平和，不再暴怒难控；小旺不再冷漠无感……

村民邹先生见到孩子们的改变，很期待自己的孙子明年也能参加生活营。他表示：“很感谢你们这么有爱心，很感动，现在孩子们变礼貌了，路上都会问好。”

回忆起孩子们最初的羞怯、胆小、不敢交流，且挑食、坐姿不端正等表现，到现在的大方、礼貌。志工黄薇不禁欣慰地笑道：“孩子们太棒了，进步真的很大。”

21天，12个奖项，领奖台上每个孩子都收获了一份大礼包作为奖励。天下没有不散的筵席，当《我们是一家人》的音乐响起时，几个孩子马上抱住他们的志工姐姐，紧紧相拥，依依不舍地哭泣。

21天，说长不长，说短也不短，让好习惯养成，让童年拥有美好回忆。品格、生活、爱国爱乡的理念……相信能给孩子们撒下一颗颗饱满的种子，在阳光、雨露的滋养下，生根发芽。

连城县政府罗丽琴副县长感恩所有志工的努力：“希望更多老师参与到志愿服务中来，大家共同努力，为连城教育带来更美好的明天。”

营队结营之时，每个孩子都得到相应的奖状。冬冬开心地举起自己的奖状，他是“学习之星+全勤奖”的获得者。摄影/沈喜明







## 世界脑卒中日



# 记住两大防治口诀

十月二十九日，第16个世界脑卒中日，以“警惕卒中症状，尽早识别救治”为主题。如今正是脑卒中高发季节，因为天气转凉，全身毛细血管痉挛性收缩，易使血压升高，引发脑出血。中医师教您辨别脑卒中的早期症状，正确掌握防治手段。



### 两大口诀辨别早期症状

脑卒中俗称“中风”，是一种急性脑血管疾病，是由于脑部血管突然破裂或因血管阻塞导致脑组织损伤的一组疾病。据《中国卒中中心报告2020》显示，2020年我国40岁及以上人群中患脑卒中人数约为1780万。脑卒中主要分为缺血性卒中（脑梗死）和出血性卒中（脑溢血），其中缺血性卒中约占脑卒中的60-80%。

中老年朋友也不用太过担心，脑卒中是可防可控的，请小心高血压、糖尿病、高血脂、吸烟、酗酒、超重或肥胖、运动缺乏、熬夜等高危因素。另外，可根据“中风120”和“BE FAST”口诀，识别脑卒中早期症状，并及早治疗。



### “BE FAST”口诀

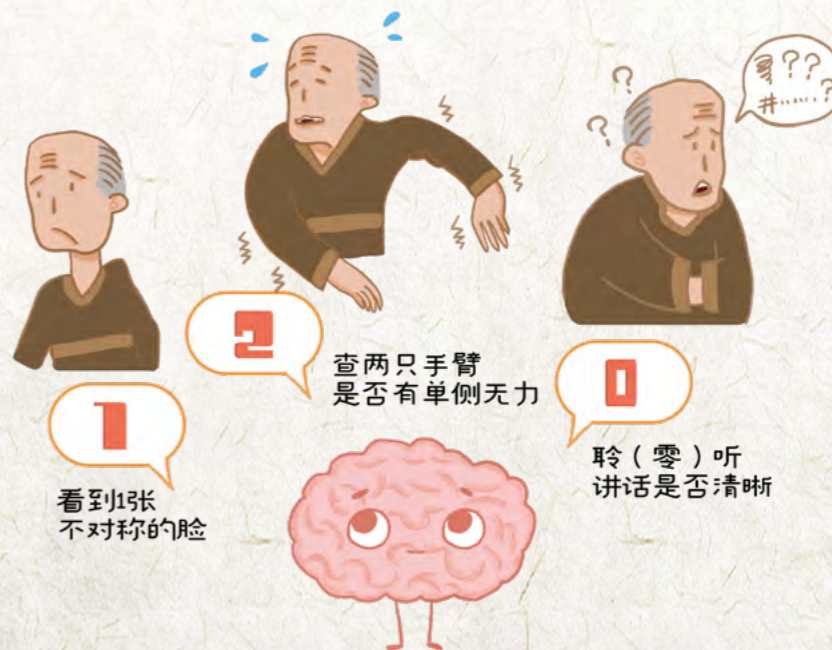
- “B”—Balance是指平衡，平衡或协调能力丧失，突然出现行走困难；
- “E”—Eyes是指眼睛，突发的视力变化，视物困难；
- “F”—Face是指面部，面部不对称，口角歪斜；
- “A”—Arms是指手臂，手臂突然无力感或麻木感，通常出现在身体一侧；
- “S”—Speech是指语言，说话含混、不能理解别人的语言；
- “T”—Time是指时间，上述症状提示可能出现卒中，请勿等待症状自行消失，立即拨打120获得医疗救助。



### “中风120” 口诀



- “1”代表“看到1张不对称的脸”；
- “2”代表“查两只手臂是否有单侧无力”；
- “0”代表“聆(零)听讲话是否清晰”。







## 年轻人也需扫描脑部

当下天气转冷,提醒中老年朋友一定要做好保暖措施。别忘了定期体检也是良好生活习惯的一部分,建议四五十岁以上的人每三至五年做一次脑部磁共振检查(MRI),若有其他高危因素,需在专业医师指导下定制体检方案。

那么,年轻人就可高枕无忧了吗?医师提示,脑血管先天畸形亦可导致脑卒中,平时毫无症状,却可能在情绪激动下发生悲剧。

发生在身边的案例。他还不到30岁,夜里和朋友们打麻将过于激动,突然倒地不起。幸好送医及时,做手术捡回一条命。其原因就在于脑血管先天畸形引起脑溢血,但他本人并无症状,也未做过脑部检查,不知晓畸形血管的存在。所以,医师建议年轻人做一次脑部MRI检查,确定血管无先天畸形后,随着年龄增长再接受全身体检。



# 衲履足跡

撰文/释德仇 照片提供/花莲本会  
题字/林美娥



9/1~2 《农七月·二十五至二十六》

## 心念转则业力转

【静思小语】人力不能胜天，但是人心可以转变，以行善的福气转化业力。



借重人人的无私大爱、诚恳的愿力，虔诚的心声可以上达诸佛菩萨听。人力不能胜天，但是人心可以转变，心念转则业力转，才能使天下平安；假如没有发善心，没有善的行动，没有造大福业，人间的运气难转天气，灾难就难以平息。

上人说，为了供应人类吃肉，畜牧业者工厂化的大量饲养，对大地、水源、空气造成很大的污染；而且许多动物自从出生就被限制在狭小的空间里，成长到一定程度就被宰杀。人类如此对待活生生的动物，实为残忍。动物在恶劣的环境成长，有苦说不出；知道自己即将被宰杀，也会惊慌、怨恨，然而人们为了口欲食肉却觉得理所当然，

在不知不觉中造作沉重的业力。

上人说，疫情非人能挡，需要人人提起诚恳大爱，斋戒茹素不杀生，才能平息疫情。“防止病从口入，素食是灵方妙药。教人吃素，不是为了求自身平安，而是要让大家好好思考，接受‘大哉教育’。”

上人很感恩院长、校长们能够落实全院、全校蔬食，让自己不用担心；也很感恩这段时间，各志业体主管们勇于承担重任、全球慈济人尽心尽力为社会人群而付出，有余力能助人，就是大家的福，有福人大有福报；期盼大家相互启发与带动，让疫情早日平息，让全球人恢复平安健康的生活。

## 相互感恩，更有力量

九月一日，花莲慈济医院团队报告院务并分享心得以后，上人开示，天地之间很奥妙，有认识不尽的道理，学识再丰富的人也还是有不知道的事物，所以待人处事要心宽念纯，包容一切。人生在世，生活、做事，都需要其他人的力量，所以人与人之间要相互包容，而且时常感恩。知识永远吸收不尽，有知识不一定有实力，但若有知识、有实力，却缺少因缘，也难以圆满事。

就如一帖中药是由多种药草搭配而成，只凭一种药草是无法发挥疗效的，要由不同药草的不同功能会合起来，缺一不可；一个团队里，每一个人都有一分才华与能力，人人都很重要、人人都要尊重，彼此感恩、尊重，就能以无私大爱会合而发挥良能。

“慈善志业早已全球化，医疗、教育志业也要走入国际；慈善、医疗、教育志业都少不了人

文，要靠人文志业把慈济四大志业的形象广传全球。”上人表示，四大志业的主管都要有执行力，领导者如果有正确的理念，在事务处理与未来规划上就不会偏离慈济精神。所以慈济志业一定要有法脉精神，院长、校长等领导者要将法脉当成自己的慧命，与师父有相同的生命价值观。

## 发心出力，诚恳祈求

上人日日关注全球天灾人祸，以及慈济的慈善援助行动，九月二日于医疗董事会中对众谈到，天天看着面前的全球地图，听着主管同仁汇报哪个国家发生哪些灾难，不由得感叹天下灾难多、苦难人亦多；幸有慈济人闻声救苦，人间菩萨足迹遍及国际，真诚的付出温暖着茫然无措的心灵。

上人指出，慈济之所以有力量关怀全球，是因为慈济人合心，如果人人都发心出力，力量就很大；

9/3 《农七月·二十七》

## 翻转人生境界

【静思小语】凡事执着“我”，会划地自限；无我才有无量功德。



## 内心世界，宽大无边

台中第六联区知音合心及和气组队长返回精舍与上人座谈，报告东大园区的运用与规划。上人

说，大家几十年来跟着师父做慈济，总是无私付出而不会执着；若是有“我”，思想、行动会受到局限，凡事计较，执着于：这些事是我做的、我是哪一区、哪一个道场





9/4 《农七月·二十八》

## 法喜永恒

【静思小语】不随着人我是非起心动念，就是修行要下功夫的地方。



花莲慈院外科部张睿智主任分享新作《拉动命运的心弦》，书中记述自慈大医学系毕业成为心脏外科医师的生命历程。（9月3日）

## 师父的生命价值

与纪雅莹及其先生陈植英、志工唐美云等人谈话，上人说，短短的人生，真正能为人间做事的时间并不多，现在还有健康的身体、清晰的头脑，一定要把握分秒做事，如果想着自己老了，走不动、做不了了，这样就会提早衰退。

“我的生命价值在于弟子们听师父的话，师父怎么说，弟子就怎么做。我很感恩，我说的话有人听，而且弟子的道心坚定，所做的一切让众生得福，故而觉得不悔此生。”

上人对唐美云说：“你们在舞台上演绎修行人的觉悟，觉悟了什么？是不是一觉千悟呢？或许在瞬间有所体悟，这只是一个起点，还需要持续不断地修行。人生无常，就如闽南语俗话说：‘千算万算，毋值天一划。’很多事情人力难为，但是我们要重视因缘果报，不要种下不好的因，牵来不好的缘。”

“山上有千年树，世俗少有百岁人，人生比一棵树的寿命短暂多了。要如何让我们的生命永恒在人间？就要在活着的时候，发挥生命的价值。你们所演的高僧，他对人间的贡献，让他的故事流传逾千年，他的人生历程由你们用戏剧演出来，他就还活在人间。”

“我这辈子从出家以前直到现在，都无所求，总是与人无争、与事无争、与世无争，我只要求自己要有狮子的勇猛、骆驼的耐力，保持着纯净的赤子之心，不会去求我要得到什么。我们的身体是父精母血所成，真正的尽孝就是用这副身体去为人间做好事，以报父母恩。我们的意识是借这个身体在人间发挥作用，行善或作恶都是出于意识，又再随着起心动念在八识田里种下业的种子。要明辨善恶，好好地培养善的种子，不断去付出、又再收入善的种子。就像种稻，借着大地、空气、雨水、阳光的好因缘，让一颗颗稻种变成一串串稻

是我们的，我们有权利……这就是着相。然而大家都做到了“真实无我”，这种“无我”的真实相，就是真实的妙法，真正有无量功德。

学佛须信、愿、行，有信心、能发愿，最重要的还是身体力行，不能只将信与愿放在心里想想而已。“想”是把“相”放在“心”上，“思”则是心上有一畦田，需要靠自己播种、耕耘；就如大家在东大园区开辟农园，若没有人日日照顾，菜畦很快就长满杂草，所以不只要在心田里播善种，还要勤耕这亩心灵的福田。

“我常常觉得很满足，有这么多好弟子，师徒之间有好缘，那分诚心、那份爱是永恒的，彼此真诚互动，所说的都是真实语。修行要培养真诚的心，也就是修行的大道

心，而且将缘铺得透，从台湾铺到国际。无论是台湾的大小灾难，或是国际赈灾，只要有投入去做，当时的境界就会存在我们的脑海，成为难以抹灭的记忆；在我们的内心会有宽大无际的世界，除了走过的空间、做过的事，还有无数众生与我们结福缘。”

上人说，“心包太虚，量周沙界”，心量可以无限开阔，无私大爱铺天盖地；只要普天之下，人人有这份爱心，无论哪里发生苦难，都可以走得到、救助得到。许多慈济人的心量过去只局限在小小的家庭里，随着眼前的人而起喜怒哀乐的情绪与种种烦恼；投入慈济以后，眼界与心量都打开了，人生境界也从此“翻转”，与许多众生结好缘。





9/5~6 《农七月·二十九至三十》

## 从学子到觉者

【静思小语】以清净如赤子之心学习，一步步接近觉悟的佛心。

## 人人都是带路人

九月五日聆听北区慈警会团队分享推素，上人感恩大家把蔬食推到各警局、派出所；即使很多人无法坚持长久茹素，但是一段时间少吃、不吃肉，让许多动物不被宰杀，无形中就是在放生、护生。无论成效如何，都要持续推素，因为这不是一时的活动，而是要长时间教育、提醒大众，众生的业力是人人共同造作、累积的，要减少杀生、共同造福，才能消弭灾难。

上人教大家珍惜身在慈济的善因福缘，要天天启动脑神经反应区的慈悲利他区域，不要让这一个区块沉睡。要启动它，不是只有想想而已，而是要身体力行，落实慈悲利他的善行。“功德是自造自得；没有去做，即无所得。”

上人肯定并感恩慈济人都是信、愿、行，大家与师父有缘，相信师父，听了师父所说，就发心立愿、身体力行；若是无缘的人，或是结了

不好的缘，听了不但不相信，还会生毁谤。几十年来，无论听到什么言论，自己总是修一“忍”字，不与人争，只管守好自己的身、口、意，做好该做的事，坚定信心，恒持所发的愿，带领大家往前行。

上人说，疫情尚未过去，生活中要持续提高警觉，避免群聚，如法不违法，还要把握机会用心推素、呼吁向善。现在科技发达，网络无远弗届，或许此时海外有人联机聆听慈警会的分享而受到启发和鼓励，也向慈警会看齐。能在人间带动善的方向，就有无量功德！期待人人都是“带路人”，要走对的路，认定方向正确就要往前迈进，迈出一步造福，接着再迈出一步修慧，天天精进、福慧双修。



穗，收获无量善种子。”

## 医人、医病、医心

四十九位即将投入临床实习的慈济大学医学系五年级同学，在师长带领下回到精舍举行授袍暨宣誓典礼，聆听师长与毕业学长分享经验并勉励。在透过视讯在线观礼的家长见证下，同学们郑重宣誓后，上人逐一为同学们挂上听诊器，期勉莫忘从医初心，用爱救拔众生的身心病苦。

上人期许实习医学生们活出有价值的人生，就是对父母最好的回报。“要把握生命、善用时间，只要能呼吸、能走路、可说话、能做事，都要多一个‘好’——呼吸好、走好路、做好事、说好话。”

“当我把听筒挂在你们的肩上，同时希望你们挑起医人、医病、医心的使命——要医病，拔除他身体的病苦；还要医心，抚慰他的心，

不要让他病得苦，心里又惶恐。要让他知道，虽然有病，但是有医师尽心力来治疗，让他信任医师，身心都有所依靠。你们将来就要当一位被人依靠、信赖的医师；能够付出、受人信任与依靠的人生，很有价值！”

上人指出身有病痛已是苦，若加上生活贫穷更苦；早期台湾没有全民健保，穷苦家庭无力负担诊疗费用而延误医治，一家之主病倒，全家陷入困境。记忆中有许多慈济的慈善个案，都是贫病交加，慈济长期救济其生活，也协助送医治疗，而后促成医疗志业从东部、南部、北部、中部都设立慈济医院，就近而及时地救助贫病，让病人有所依靠。

救命、治病都要及时，若没有把握因缘及时救治，也许就错过了最佳抢救时机，会留下遗憾。上人期待同学们将来学成以后，无论在某一所医院任职，都要记得平等尊重生命、及时救人；怀抱善心、善念，发挥大医王的精神，拯救天下苦难众生。

上人为慈济大学实习医学生挂上听诊器，期勉成为受病人信任与依靠的好医师。（9月4日）





9/7~9 《农八月·初一至初三》

## 有德才有所得

【静思小语】 清净无私就能心胸开阔，先付出爱才能带动大爱。



何谓认真诚恳？就如慈诚懿德会的慈济人，他们各有家业、事业，平时的委员、慈诚勤务也不少，仍然克服诸多困难，拨出时间来到慈济学校关怀师生。“他们是爱慈济、护学校，再者是真诚爱护这群未来社会的好人才，所以用父母心付出，我非常感恩。”

“这份真诚用心，是他们平常的习惯；老师们也一样，平时就是很真诚地用生命投入教育，习惯成自然，孩子也会感觉得到老师对他们的真诚付出，会和老师很亲近。”

谈及蔬食推广，上人请师长们以科学、医学角度提出蔬食对人体的益处，教大家吃出真诚、无负担、没有欠生命债的健康餐。“各

台中港区慈济人带回以植物种子制成的吊饰，以及用鸭腱藤、平安豆拼贴刻成的慈济志言。（9月7日）

种蔬果都有不同的滋味，只要用心品尝，可以吃得很欢喜；蔬食利乐众生，让人得到饮食的利益与快乐，吃得饱且身心轻安。”

四大志业，都很重要

教育志业与医疗志业主管九月九日在校院联席会议中，报告双方共同合作成果。上人欣慰表示：

“四大一体，缺一不可，我们有相同的生命愿力方向，现在双脚已经站稳，只要迈开脚步、步步踏实，此生的生命会很有意义。”

## 精神凝聚，合众之力

九月七日，与慈善志业颜博文执行长等主管谈话时，上人说，慈济志业是会和大众之力成就的，无法单凭一个人做到；这五十多年来能聚合这么多慈济人来做事，不是自己有什么功能，而是有良能，可以净化人人的心，让大家付出无所求。现在这群慈济人年纪大了，要将这份清净无私的大爱传承给年轻一辈，所以不只有办活动、带活动，要真正把人带进慈济，教导年轻一辈如何承担慈济事务，既是为慈济招募新血，也是在度人。

“要无私，才有办法真正开阔心胸发挥大爱。不是我一个人就有办法带动大爱，是需要大众来爱我；但若没有付出爱，能得到谁的爱？所以要有宽大的心胸，心胸宽大就是德，‘德者，得也’，有德才有所得。”

上人说，人生时间很有限，而大家要感恩自己的生命，有因缘

投入慈济，做到这么多有益人间的好事。现在的年轻人都有高学历，要学道理、背文字都难不倒他们，重要的是将书面文字与实际生活结合起来，才能真正凝聚精神力量。几十年来，师父带动慈济人，都是有教、有法、有行；对于志业体同仁，也要用相同的带动方式，带人人信、愿、行——教，就要相信；法，就要有愿；有信、有愿，就要力行。

认真诚恳，自然而然

九月八日，聆听教育志业主管分享，上人说，常听现在少子化，学校招生困难，然而自己总是认为，只要教育质量好，老师真诚教学，把学生当成亲生儿女般教育，首先是学生家长有感受，而且将慈济学校的教育质量口耳相传，家长们会放心把儿女送来就读。所以慈济教育志业要以认真而诚恳的心办学，建立有质量、有名誉的好学校。





9/10~11 《农八月·初四至初五》

## 典范恒流传

【静思小语】守住最初的志愿，负起使命与责任，树立起代代相传的典范。

上人指出，四大志业都是为了利乐众生——利益社会人群，让人人身心健康快乐；虽然慈善、医疗、教育、人文志业的主管同仁们各有专精，功能不同，但是大家同在慈济，有诚正信实的精神，有相同的方向，所以能够合和互协利益众生。

上人提到常住师父收养了精舍同仁在路上捡到的一只没有毛的小鸡，在它很虚弱时，师父用注射针筒为它灌食、喂药，很有耐心地照顾它。现在小鸡已经长成一只漂亮的公鸡，羽毛很光亮，清晨还会飞到高处鸣叫。众生各有其生命价值，小小的动物也都希望自己能活得平安健康。

生命是世间最有价值的，因为没有生命就无法谈论其他；所以众生都怕死，即使过得再苦都要求生。从人的感受来说，生病受苦时，心心念念都想要有人帮助自己拔除病苦，心中所求唯有健康平安，所以医疗就是他们求生的希望。上人说，要为人拔除病苦，不只靠医护人员，医院中的每一个科室都很重要；要为人拔除身、心、灵的各种苦难，也无法只靠医疗，四大志业都很重要。

慈济应社会人间所需，而成立四大志业、八大法印，志业足迹从台湾扩及国际，是从无到有，起于一

念心，凭着信、愿、行而成就。上人表示，“信”是相信人人有爱心，也做到让人人相信慈济，就会愿意付出；志业体主管同仁们有信心、有愿力、行得正、做得好，做出让人肯定的质量，自然就有人发心护持。

“慈济医疗与教育志业都是信、愿、行，主管同仁们相信慈济，愿意为慈济合和互协，共同付出；不只在花莲，还要做出国际间的典范。慈济志业都不为营利而做，是出自真诚要为人间付出，所以主管同仁们也要秉持真诚的爱投入工作。”

上人也请人文志业发挥弘法良能，运用无远弗届的科技传播，利益全球各地的慈济人与会众。“每当听到慈济医院的医师分享如何预防疾病，或是发现什么样的身体状况，可以找哪一科看诊、如何求医治疗等等，我就很希望全球慈济人都能听得到，这是很好的健康教育；面对新冠肺炎疫情，也很需要教导大家如何预防，安大家的心。四大志业安抚众生心，也是为众生疗治身心病苦。”

“很感恩医疗志业为人拔除病苦，还要更上一层楼，做教育、做研究，培养出优良的医疗师资，带领年轻后辈走上正确的方向；不论是为天下育英才，或者是为志业体培养人才，都是为了守护生命、守护健康、守护爱。”

## 庆幸社区有慈济

上人有感而言，五十五年来，慈济为台湾造福，带动许多人发菩提心，让台湾好人更多、更加祥和平安。这分福气要延续下去，就要靠第一代慈济人用心传承。上人教慈济人仔细盘点自己的人生，为慈济做了多少事？做慈济事也是为社会做事，而且无私付出、勇于承担。回想自己做过的，也要把握机会告诉子女、儿孙，并且向社区会众分享。

“我们不是要邀功，而是要传承这份生命力量，请大家把爱心

结合起来，为台南、为台湾造福。

‘里仁为美’，社区邻里都有爱心、都是好人，彼此教育与带动，这个社区就会很美好，具有文化气质、人文素养。”

上人说，造福不是为了自己要得福，如果是为了得福才行善，还是为了小爱，怎么求还是空；行善付出重在善念的启动，这是个人的修养。个人有修养，家庭很和乐，可以成为邻里的典范，让其他家庭效法；社区里家家和乐，则社会和谐平安，这就是造福人间，也是真正的度众生。上人并且教导，要做到让人学习效法，“见善思齐”，

强台风“灿都”自台湾东部近海通过，基金会同仁报告台风动态。（9月10日）





就要让别人看了很想亲近，不会让人害怕、排斥。

### 生命与生命对话

马来西亚槟城与吉打慈济人通过网络视讯与上人座谈，上人欣言原来马来西亚有这么多从事医疗工作的贴心弟子，在医疗岗位上发挥慈济精神。“天下之大，要求得知心、贴心，同愿、同道的人，谈何容易！而我竟然能有这么多贴心弟子，同心、同道、同志愿，不受有形的距离隔阂，心贴着心，承担起了天下的责任、使命，我真的非常感恩！”

上人说，这两个小时分享的真人实事，让人直接看见与听见生命与生命的对话，“不只是医护的故事感人，每一位发心立愿，字字珠玑，非

常有价值。从医疗工作中接触、了解病患的家庭苦难，所以医疗也可以看见人间疾苦，而且医病之情很贴切，由医护向慈济提报个案，帮助他们度过困境。”上人说，“家家有本难念的经”，或许每个家庭都觉得不足为外人道；而今这一部部家庭的经典，随着病患就医的因缘，让慈济人听到了，每一则活生生的故事呈现在面前，都是生命的教育，更能提醒医疗人员认清人间疾苦，提升生命价值。

上人期许“大马连心”，全马慈济人有共同的慧命，也就是同一个大生命。无论个人的寿命长短，要把握此时，将生命联结起来，成为一个名为“慈济”的大我，行于慈济菩萨大道，把爱铺得广、情拉得长，持续发挥善的影响力，净化人心、广度众生，让马来西亚成为菩萨净土。



海地西南部强震后，慈济持续大型赈灾。九月底于灾区博蒙特市为本土志工培训（上图），由美国志工在线授课；十月一日首场发放（下图），超过两千户领取粮食袋、白米与医疗急救包。（摄影／凯辛亚）

9/12~13 《农八月·初六至初七》

## 希望在教育

【静思小语】培养菩萨心走出慈善之路，凝聚力  
量以教育转变苦难。



在地有心人，深入苦难地

海地在八月十四日早上八点

二十九分发生里氏规模7.2级的极浅层强震，造成逾二千人往生、一万二千多人受伤，建筑毁损严

重。慈济海地赈灾关怀团在当地时间九月一日抵达首都太子港，展开为期十六天的赈灾行动。九月十二日，团队透过视讯和精舍联机分享。

天灾、疫情、社会动荡，此际在海地赈灾须步步为营，美国志工陈健、邢敏和范婷报告，在莱凯市与几个人道组织合作发放大米与粮

食袋，同时也为五十五位本土志工举办培训课程。早在二〇〇八年就与慈济结缘的海外工程公司张士锜副总经理也参与视频会议，上人感恩张副总经理十多年来在海地帮慈济铺路，协助赈灾物资顺利通关；请张副总经理继续协助慈济，也为海地的苦难居民，将这一条路铺得更长远、更平坦。



上人也感恩美国慈济人的用心，长年在美国、海地来回奔波救助贫苦居民，即使这条慈善之路很难走，仍然用爱心克服困难。尤其是志工陈健，已经上了年纪，还是发心立愿，为了赈灾、重建事务到海地七十九次，“发心如初，成佛有余”；也请大家在海地要注意安全，做好防疫。

齐齐哈尔物资供货商副总裁达丝卡女士，在二〇一六年马修飓风风灾后与慈济结缘，她说身为海地人，深知此时要在海地进行大型发放极具危险与挑战性，然而慈济志工永不放弃，合和互协而完成发放，她也从未在海地目睹如此有次序、平和及相互尊重的捐赠行动。

聆听美国多位志工分享动员支持赈灾的心得，及纽约分会执行长苏济义报告当地九月初的水患灾况后，上人对在线美国慈济人说，在美国这个国际平台，慈善工作要做到面面俱到，确实很辛苦，但是慈济人的默契都不说苦，而是幸福；因为有福，才能为天下苦难人付出。

“现在台湾是九月十二日，美国是九月十一日，二十年前的九月十一日，美国遭遇恐怖攻击，飞机撞击纽约双子座大楼，瞬间造成许多人间悲剧。这都是人为之祸，这种灾祸很可怕，像海地现在人人自

危，当地社会很不平安。人生之所以苦，是苦在人心难调伏，所以慈济人总是很努力要净化人心，从根本帮助苦难人，就要用教育转变人生。”

把心静下来，忏悔则清净

“把心中的烦恼执着放下、舍掉了，还有什么可烦恼呢？人身难得，难得生在人间，生活在人与人之间，有人就会有烦恼；再加上我执，总是觉得人生不如意事十有八九，有许许多多的无明烦恼，解不开、放不下。”上人提到最近教慈济人盘点自己的生命，这也是要大家好好自我反省：这一生中有没有做错事？承认错才会有忏悔心，忏悔则清净。勇于认错者令人佩服，若是做错事了还不认错，总是说“我、我、我”，自我辩解、自我解套，掩覆自己的错误，更加无法服人。

人间事总有人我是非，如果都以自我的角度来看，通常都是自己错、他人错；唯有放下、超脱“我”，才能平心静气看待人事。上人指出人生短短几十年，而且生命很脆弱，只要一口气上不来，呼吸中断、心跳中止，这一生就结束了；如此无常的人生，还有什么好

计较呢？愈是计较，烦恼愈多，业力不断累积，以致生生世世烦恼不断，不断受业力纠缠。人总是为了满足自己的欲望而造业，所以随着世界人口愈多，业力的累积就像滚雪球一样愈滚愈大。

“所以盘点此生，我们在世间消耗了多少资源、杀害了多少生

命？茹素的人不食众生肉，爱生、放生，疼惜生命；但是有更多人荤食，认为吃肉是理所当然，在不知不觉中造业。本来大自然很祥和，但是人心的贪、瞋、痴、慢、疑，长久以来不断累积，制造业力，使得地球环境变得愈来愈污浊，灾难也愈来愈多。”

## 9/14~15 《农八月·初八至初九》 清净食

【静思小语】茹素营养丰富，善念绵延不断，身心都健康。



对自己好，对众生更好

花莲慈诚委员九月十四日返回精舍与上人座谈，并联机玉里静思堂。座谈中报告八月二日至二十二日，连续二十一天的“健康挑战二十一”活动，由慈济主办、花莲慈济医院协办，以全植物饮食管理计划，带着挑战者吃出营养与健康。上人鼓励参与者再接再厉：“不只是二十一天，应该要坚持二十一年，或者是二十一辈子，善念要绵延不断，身心都要健康。”

上人说，为了供应这么多人吃肉，饲养大量牲畜，仅是动物的呼吸、排泄就对地球环境造成沉重的负担与污染，温室气体的增加加重温室效应，四大不调的灾难愈来愈频繁、愈来愈严重。

要挽救地球环境，蔬食是非常重要的灵方妙药，上人教慈济人多推广蔬食，同时要告诉大家为何非素不可；不要只是让人参加二十一天的活动，之后又回复吃荤，把过去荤食在体内累积的垃圾又囤积回来，那就很可惜了。“蔬食不是为了自身健康，也为了疼惜众生





9/16~17 《农八月·初十至十一》

## 我关心、我要付出

【静思小语】减轻欲念，人心才能净化；彼此关心，社会就能祥和。

## 造福更有福

九月十六日，建筑委员王明德、朱章麟等一行人前来，他们为护持疫苗捐善款。上人感恩慈济人多年来对志业的护持，尤其几位建筑委员们在各地慈济医院建设时，都去探看、照顾质量，凭着一份对慈济的情而投入。

“回顾过去，感觉那分情愈迭愈高，高如泰山，让我更加感恩！虽然做的是慈济事，然而大家也是因为爱师父、支持师父，要让师父不担心，所以尽心尽力付出。师父感恩你们的付出，你们也要感恩有此因缘可以造福，帮助很多人，所捐的款项可以做很大的利用。”

新冠肺炎疫情随着便利的交通蔓延、覆盖全球，是前所未有的情形。上人说，慈济慈善关怀全球，而五月台湾本土疫情恶化之后，也有全球各地人士关怀台湾、为台湾祝福；台湾疫情在二、三个月内获得控制，大致上还算平安。“我常呼吁

人人要发挥爱心，不论捐多、捐少，只要有那念心，想着‘我关心、我有爱、我要付出’，尽心力造福德，凝聚福缘就会让灾难减轻、减少。这么多年来，一直期待净化人心、祥和社。人心要净化，就要减轻欲念；社会要祥和，人与人之间要和和睦相处、彼此关心。”

## 感恩、尊重、爱

莫桑比克在二〇一九年受伊代气旋重创，慈济在重灾区雅玛郡计划兴建四座大爱村共三千户房屋和二十三所学校。库拉大爱村已有二户样品屋完工，交由慈济志工和重建委员会及市长验收，希望能够为当地居民提供优质的居住环境。

九月十七日，在库拉大爱村的志工傅迪诺透过视讯联机，为上人导览介绍这二间分别为九坪、十二坪的样品屋。四十八岁的志工路易特地穿上结婚时的西装，到联机现场与上人分享，他目前与母亲、太

命；天地之间的生物健康，人类自然健康。”

## 用心品尝，蔬果有清香

九月十五日教育志业校务报告中，慈济科技大学郭又铭副教授分享特“蔬”任务，从四正勤与消费者心理学观点推动蔬食；并偕五位印度尼西亚金光专班奖助生报告学期收获：利用暑假，分成四组，各自构思蔬食产品从生产到包装、销售，其中陈高力同学分享选择炸香蕉片，是因为香蕉片是印度尼西亚特色点心，再者台湾香蕉供过于求，价格便宜，蕉农需要协助销售，所以想要解决这些问题。

上人肯定年轻学子有心，希望解决农作物产量过剩的问题，也感叹有些国家缺粮，有些国家农作物盛产却被糟蹋，若能善用食品加工技术，延长保存效期，可以运送到缺粮国家帮助贫穷饥饿的人。

上人也赞许慈济大学同学们设计的茹素、节水书签：“要让学生们用心从食物、植物、动物各方面分析蔬食的道理，知道天地自然出产的粮食予人生活健康，是清淨食，且懂得爱护众生命。植物提供人体所需的营养，人类爱护动物，天地之间会很祥和、很美满。”

“为了吃，伤、杀动物，血淋淋的，很残酷！其实蔬菜、水果都有清香，用心去品尝，可以吃出菜的香味，那才是人生的享受。光是吃一口饭，糙米饭有糙米饭的香味，白米饭有白米饭的香味，连稻米脱壳后掉下来的米糠，炒一炒也很香、很有营养。对于饥饿的人来说，这都是宝。”

上人期待大家共同努力，将所学的知识和技术用于利益人间，将所吸收的道理再传给其他人。“大哉教育，食事为大”，饮食有很大的学问，吃是很重要的事，但是该如何吃则需要教育。

“物资丰足的国家，人们挑剔食物；长久饥饿的人连树根、树叶都拿来裹腹，哪能体会什么好吃、不好吃？所以我们要珍惜五谷杂粮，粮食很丰盛的时候，要来研究可以长久储存的方法，哪里有需要，就可以运送到当地，让饥饿的人得以饱腹，且能吸收到食物的营养。”

上人对校长、老师们说，要把握此时为年轻孩子们建立惜福爱物的好观念，让他们认知天地万物皆有用，要用心探讨、用爱研发，发挥良能利益人间，关怀、帮助天下饥饿、贫困、缺医缺药的众生，这也是慈济四大志业的方向。





9/18~19 《农八月·十二至十三》

## 善的总源头

【静思小语】有爱心就会保护众生，护生就是善的总源头。

## 医病、医贫、医心

今年国际慈济人医会年会以“防疫有情，医疗之爱”为主题，于九月十八、十九日接连二天，由课程讲师透过视讯联机或预录像片的方式，与全球慈济志工分享。十九日上午，全球人医与上人座谈，并以影片剪辑回顾与缅怀人医典范。

上人开示：“以往此时全球人医菩萨回归台湾心灵故乡，共同欣赏中秋月；今年很特殊，中秋月亮依然圆，天空一片晴朗，但是我们只能在线听着声音、看着身影，彼此的地理距离遥远，但是这份情还是很贴近。”

上人说，疫情阻断了各国人医回归心灵故乡的路途，但这只是一时的；期待大家就地带动人人虔诚斋戒，让疫情的浪潮早日平息，就可以见面了。这波疫情是众生过去造的“因”，导致现在的“果”，共同承受果报。要让不好的因果果

报在此时了结，起一个健康、善、美的因。

这波新冠肺炎疫情不仅限于某个地区，全球都笼罩在阴霾里，全人类都要有所警惕。“看不见的病毒，让大家觉得紧张、有压力。要如何解开这样的困境？唯有行善、付出、护生，保护众生就是善的总源头；真有爱心，就要保护众生。”

上人期待人人都不吃肉，与世间众生和平相处，用爱疼惜生命；不再因贪着口欲而伤杀动物，就能避免蓄养许多牲畜制造污染、影响生态环境，使得地水火风四大不调的灾难频生。“希望四大调和，就要调整好人心的观念，才能保护身体平安，进而使世间平和。”

上人说，平安健康是人人的希望，但是人生本无常，从事医疗工作的人医会菩萨们应该感受最深。“各位都是充满爱心、热情，为了守护生命、守护人类的健康，而志愿学医、从医。既发了这一念心，

就有无限的希望。

“本土志工有爱心，而且对慈济有信心，把我说的话听入心。要请大家继续用功，学好静思语，了解每一句话的意义。记得有个孩子拿到一本葡萄牙语的《静思语》，很珍惜地收在衣服里；还有一个孩子说，得到一本《静思语》如同带回一座学校。我看了觉得很有希望！”志工蔡岱霖向上人介绍这两个孩子都来到联机现场。上人勉励小朋友们要认真、加油；读了《静思语》以后要分享心得。小朋友以当地方言分享：“要感恩、尊重、爱，要知福、惜福，保持感恩的心。”

上人欣言，在慈济志工引导下，孩子懂得感恩父母、老师以及周围的人；有感恩心是最美好的人生。请孩子们保持这分心，将来入住大爱村，学校也建设完成，就要用功读书，为自己、为社区民众“翻转人生”，让国家社会变得更好。



太还有十六岁的孩子一起住；今年初接连有二个气旋侵袭雅玛郡，他们也是受灾户，得到慈济发放的芝麻种子，耕耘收获一百公斤芝麻，卖出九十公斤后，终于有钱修复因风灾受损的房屋，还有能力买一台摩托车代步；剩下的十公斤打算当成种子，再播入土中耕耘，和其他邻居一起生产大量芝麻，去帮助其他需要帮助的人。

梅图希拉村志工亦联机分享，库拉村小朋友合唱：“虽然简短几个字但意义深重，我们在慈济里学会爱、感恩和尊重。”

上人期许在各方真诚关怀莫桑比克的爱心支持下，学校尽快建设完成，让孩子可以接受良好教育，为莫桑比克社会带来希望与福祉。要达到这个目标，现在就要先在莫桑比克培养好本土志工。莫桑比克的年轻人很善良、有智慧，只要给予良好的教育，用爱培养他们，就会像路易的耕耘成果一样，让希望种子从“一”生无量，有很丰富的收获。

目前施工中的库拉大爱村，有一百七十五户与一片很大的土地，看到大爱村的规划，上人期待居民聚居一处，在整体建设中繁荣发展。所以要请大家共同努力，只要人人有信心、很认真地耕耘，当地





9/20 《农八月·十四》

## 忍而无忍

【静思小语】好事为所当为，无得无失、忍而无

忍，只有满心感恩这一生很有价值。



菲律宾慈济人医会志工九月十八日于计顺市阿拉内塔体育馆，支持卫生局施打新冠疫苗，现场联机参与国际慈济人医会年会课程。（相片提供／慈济菲律宾分会）

## 为什么而贪

新冠肺炎是全球性的瘟疫，需要全球人同心协力，谨慎以对。上人于早会时谈及迟迟未能平息的疫情，指出人人都怕疾病缠身，有这分惧怕之心才能谨慎防范；假如还是不惧、不怕，这种自大的心态是更令人担忧的大病。

“人要缩小自己，不要太自大，傲慢自大会让真谛被无明掩盖，让人更看不到真理。经过这一波疫情将无明稍微震荡开来，就像动物平时舒适安逸的生活过久了，放松了警惕，不慎跌入水中，赶紧爬起来，将身体抖一抖，身上的水和脏污就被震掉了；精神振奋起来，身体也干净了。”

曾有一个譬喻故事，拥有家产的富翁，很希望眼睛所见的土地都成为自己的；他得到一个机会，国王答应他，从日出直到日落，只要他走得到的范围，土地都归他所有。他一早就迫不及待出发，快步

向前迈进，为了争取时间，连停下来休息或喝口水都不愿意；直到太阳西下，他也体力透支而倒下。他想看看到底跑了多远，却连回头看的力都没有，头一低就断气了。

“命都没了，那一片土地还是他的吗？人总是贪无止境，到底为什么而贪？为了满足自己的贪欲，难免会破坏大地。现在人口多了，大楼一栋比一栋高大，未曾开发的土地也被开发了；平地开发完了，还要往山上开发，建设居高临下的豪宅，让森林面积愈来愈小，祸延后代；森林被破坏，山体的水土保持就破坏了，连人类的生机也会破坏。”

天地气候四大不调，使得许多人受苦受难，探究造成此等苦相的根源，就是因为人类不爱护大地，也不懂得疼惜生命，累积很沉重的业力。上人说，众生共业，业力是自作自受，有些业报是突如其来的大灾难，有些业报会慢慢折磨人，让人尽此生都要承受病苦。

坚持、坚定走这一条路，用心用爱投入，才能治疗病苦、挽救生命。”

上人表示，人生最重要的是生命，慈善志业也是为了救人而设立。慈善志业面对的是穷苦人，早期慈善访视常见贫、病、残、老同在一家，许多照顾户是“因贫而病”或“因病而贫”——因家贫无力就医，小病拖成大病；一家之主病倒，连带拖垮家庭经济，形成恶性循环。为了从根本解救贫病之家，除了协助送医，也设立贫民施医义诊所；然而严重的病症并非义诊可以救治，同时深感花东医疗匮乏，故决心在花莲盖医院。

## 引导人人尊重生命

下午人医会年会课程，包括津巴布韦志工朱金财、厄瓜多尔志工

珍妮弗分享“蔬醒时代”，美国志工陈健、范婷分享“祈福募爱援海地”。上人开示，在这二天的课程中，可以看见天下苦难偏多，也看见人间菩萨守护在居住地，用心用爱付出，或者是无惧路途危机重重而跨国救灾救难。

津巴布韦贫苦居民缺粮饥饿，挖白蚁窝找虫蛹来吃，让人看了很不舍；海地社会整体环境因为政治动荡而难以改善，民众生活长年困苦，又逢天灾，虽然有慈济人用心救济，仍无法帮助他们翻转人生。

“请大家好好凝聚爱的能量，彼此互动互爱。感恩思晟（志工陈健）、范婷等人发心赈灾，这一趟能让多少人不至于挨饿，并且回传当地真实情况，以及人间菩萨足迹。看到这么多人间苦难，大家要多发心，再接再厉！”



上人说，若希望人间平安，就要人人转心境，转欲念为善行；希望疫情赶快平息，就要人人觉醒、忏悔，茹素禁口欲，不吃动物，大地提供这么多的谷粮、蔬菜、水果，有各种香甜滋味，应该满足。期盼人们不再执迷不悟，就像故事里那位想要占土地的人一样，贪欲驱使他不断往前走，有了很多还要更多，直到人生最后还在追求，但是所求的一切在生命中止之后已经毫无意义。

#### 写人类历史

聆听志工陈美羿与笔耕志工团队分享后，上人感恩大家为慈济法亲在人间留下历史，同时是为慈济留历史，也为台湾留历史。从全球地图看来，台湾面积很小，几乎看不见，但慈济就是从台湾这么一个小岛发挥大爱，扩及全球一百二十多个国家地区。

五十多年间，慈济人在海内外济贫助苦、救灾救难，有说不完、写不尽的真实故事，每一则都是很有价值的历史纪录，既是个人的生命价值，也是台湾的价值。经由大家用心编辑整理，能建立丰富的历史宝库，让后人学习效法，从这些人间菩萨的生命中吸收经验，成长

自己的慧命。

上人说，在座的志工如果没有投入慈济，只在个人的生活范围，看不到、接触不到这么多不同的人生；投入慈济以后，接触的人多、见闻范围广阔，而且所做的都是利益人群的好事，这一段生命很有价值！

要做利益大众的好事，会面对许多困难与挑战，然而慈济人总是说“使命必达”，发心立愿以后就精进不懈，做慈济做到最后一口气，这一生总是为人群在付出，也是为人类在留历史。上人遂言，许多慈济人都庆幸自己因为投入慈济，提升了生命价值、增长了慧命；人生短暂无常，慧命才能跟着自己走过生生世世的生死轮回。

“你们一路看着师父走过来，觉得我很能忍耐，但我自己觉得‘忍而无忍’，该做的事就去做，做到了就很感恩，没有受到风风雨雨冲击。逆风扬尘，我们在路上走，对方从逆风处抓一把沙撒过来，完全撒不到我们身上，所以我们没有感觉，无得无失，只有满心感恩，这一生时间用得很扎实。所有的慈济人与师父同一个生命方向——守护生命、守护健康、守护爱，很有价值！”

志工陈美羿表示，在整理文

案时，看到上人曾经说，不知道慈济、没有做慈济，是很可惜；已经知道慈济，却不作慈济，是更可

惜。故以此自我勉励，知道慈济、身在慈济，如果不做就真的太可惜了，所以要很努力做，使命必达。

9/21~23 《农八月·十五至十七》

## 心月圆满

【静思小语】 清净本性不外求，心月永远清朗圆满。



#### 从零到有，相互托福

已是农历八月十五中秋节，上人于早课之后对众开示：“光阴似箭，已是中秋月圆日。每个月十五都可以看见满月，然而八月十五中秋月是在秋高气爽之时，不冷不热，气候宜人，满月高悬天际，感觉很清朗，这应该是地球自转、公转，四季轮替给我们的感觉，觉得秋天的月很特殊。”

“其实我们自己的心月是永远圆满，永远都清朗而不受污染，没有四季的分别；只要维持我们的真心，找出自己本具的清净本性，就不需要向外求明月。祝福大家造福人间、增长智慧，福慧双修。”

上人于早会时亦言，月月都有月圆日，中秋月更圆；清空、圆月，气候不冷也不热，是很舒服的

气候，环境很美，让人感觉到诗情画意。尤其在东部海岸可以看见月亮升起时浮在海面上，景象很美。

昨日上人看见台东鹿野的照片，勾起刚到鹿野时的回忆，还有曾经到都兰山“寻仙”的过往，已是五、六十年前的往事，印象仍然深刻。“当时连目的地都不知道，很盲目地跟着跑江湖的人涉溪、上山。从岸边看溪水很浅，但是走到中间发现脚踏不到地，水流很强，一行人手牵着手，虔诚念着《大悲咒》硬是渡过，到另一边时全身都湿了，很狼狈！”

“往都兰山上爬，是完全没有路径的，还会走到悬崖，往下就是大海，还要贴靠着山壁走，很危险！现在想来也觉得很好奇，很盲目、很茫然，到底为什么会去爬那一座山？好在平安度过来，今天坐在这里与大



家提起中秋月。”上人说，当年的中秋月与现在没有什么不同，但是时间已经过了约六十年。

人生是分分秒秒累积而成，如果每一分每一秒都好好把握，就能写下很扎实的历史。上人表示，慈济志业从零到有，从小小的台湾做到国际，这五十多年来有非常值得整理并流传的宝贵历史；现在全球有这么多慈济人，是很不可思议的因缘！

许多国家的慈济慈善行动因为疫情增加诸多困难，但是慈济人不忍心许多人因为疫情而失业，家庭陷入困境，故而用心克服困难，持续进行纾困发放；之前因为防疫规定，民众无法前来领物资，由慈济志工送到家；不只是帮助贫困家庭，也帮助农产品因防疫滞销的果农、菜农，由慈济向他们购买蔬果，发放给贫苦人，一举二得。

“人间苦难多，需要有心人来解困。即使只能付出一点点力量，只要愿意付出的人多，滴水可以成河、粒米可以成箩；人人发自真诚，一点一滴的付出，都是功德无量。普天之下，人同此心，此心就是佛心。”

上人鼓励大家成为心中有爱的“富中人”，人托人的福，会合爱人的爱心力量，可以做很多利

益众生的好事。盘点五十多年来慈济为台湾、为国际的付出，都有慈济人、慈济会员、善心捐款者的一份力量。今天是台湾九二一大地震二十二周年，当时慈济认养援建的几十所希望工程学校，造福许多受灾学校师生，当年搬入新校舍就读的孩子，现在都出社会了，已经是社会的中坚分子。所以大家回想过去，应该自我肯定，走入慈济造福甚多！

“五十五年前，慈济还是‘零’，五十五年后的现在，慈济为台湾的付出已经难以计算；还有在国际间，慈济人的慈善脚步走到了许多国家，功德无量！没有人人的一分力量，哪有今天？慈济的历史有你而成就，而你的生命历史是自己身体力行做出来的，所以要向自己说感恩。”上人请慈济人把握因缘发挥生命良能造福人间，且要相互记录彼此的生命历史，收录慈济大藏经，让这座增长慧命的宝库更丰富、更完整。

#### 中西合璧，医疗普及

九月二十二日，与医疗志业主管谈话，上人开示，医疗中西合璧是自己一直以来的期待，西医已经发展得很好，在中医药方面还有待

努力。很感恩慈院中医团队以及研发团队为中医药的研发投入心力，要让中华传统医疗精髓再升华。

中医看诊的望闻问切，有很深奥的道理，期待接受现代医学教育的主管同仁们，用现代科学论述呈现中医精髓，用现代的科学提升中医的医疗地位。此举不为营利，是为了延续慧命；人的生命有限，但是精神慧命是无限的，就像中医的医理与药理可以流传几千年，而现在慈济有一群有心人，不仅要传承，还要将中医弘扬光大。

慈济慈善国际化，面对许多资源匮乏的国家，无力防治疾病。上人也希望慈济医疗、教育志业所研发的药草及营养食品，可以用于国际慈善与医疗救助。希望大家加紧脚步，已经确定有功效的研发成果，要赶紧运用，并且普及化。

#### 爱的联机，情谊可贵

九月二十三日慈善志策会，在线有二十六个国家地区的三千六百四十多个联机点同步聆听，上人感恩“爱的联机”拉近了彼此的心，无论地理距离有多遥远，人人的心永远会合在大爱之中。

上人说，人间的好事无法只凭一个人做到，每一个人在不同的专

业领域发挥良能，而慈济团体中有不同专长的人，可以将慈善志业得更细致、更完整。人与人之间本来就可以亲和互爱，只因个人的思想观念不同，起了分别心，而用国家、地域划分开来，把人与人的距离推远了，甚至彼此排斥。若希望人间幸福，就要打破人我的观念、消除人心的隔阂，像在慈济大家庭里，不论地理距离有多远，无论语言是否相通，种族、宗教或许不一样，但是大家有共同的信念，都是命运共同体。

“并非只有人类，地球上的生物都是命运共同体。慈济之所以大力推动蔬食，就是期待人们都能体会‘大哉教育’，发挥‘无缘大慈，同体大悲’的智慧与爱，拉近人与人之间的距离，与天地众生共生共荣，与天地共生息。”

“现在因为无形的疫情把我们隔离开来，但是我们要拉长情、扩大爱，这份超越地理距离的爱很珍贵；因为这一波疫情，让我们更能理解无常，更能体会人间情谊的可贵，所以要彼此珍惜、彼此感恩，也要珍惜自己、对自己道感恩，照顾好自己的生命健康，才能更长久地为人间而付出，让大爱普及人间、长情拉向全球，而且要拉得很紧密。”



9/24~25 《农八月·十八至十九》

有你真好【静思小语】感恩这条路上

有你、有他，才能为人间做这么多好事，也成就了自己的生命价值。



## 福中福，善中善

九月二十四日，菲律宾慈济人透过视讯联机分享在大马尼拉地区、保和岛、三宝颜、奥莫克等地区进行的慈善纾困发放。听到慈济人提到在疫情中失业的“吉普尼”司机生活的困苦情况，让上人想起日前看到新闻报导，泰国曼谷有一群出租车司机因疫情失业，为了维持生计想尽办法，在出租车车顶种菜。

“世界上吃不饱的苦难人这么多，所以我每天用餐时端起碗来，总是真诚地说感恩。现在在线的各位，你我都是福中之福的人，因为我们能够帮助别人，总是比受助者更有福；即使像缅甸农民生活清贫，他们也能每天存一把米到米扑满里，把家家户户所存的米集合起来，可以救助许多更为贫苦的人。”

上人说，只要发一念“要救人”的善心，就有办法起于行动

去帮助有需要的人；人人都有这分心，人人的力量会合起来，就足以帮助世间的饥饿苦难人。听到弟子们分享行善助人的过程，以及募心募爱的感人点滴，让师父觉得很欣慰，因为大家把师父平时说的话听入心、做出来，还能对众分享身体力行之后的心得，深感师徒同心、同志愿，有共同的慧命。虽然每个人有不同的人生境界，但是慈济人有共同的心灵境界，有共同的愿力，这分精神愿力是出于“爱”。

“要感恩这条路上有你、有他，有这么多人共同一心，才有办法做这么多利益人间的慈济事，也成就了我们自己的生命价值。”上人说，慈济为世间付出的力量来自点点滴滴的汇聚，滴水成河，可以润渍众生。现在世界上饥饿的人很多，只靠慈济人的付出，就如杯水车薪，力量太微弱，所以要不断地招募人间菩萨，邀约人人行善，只要每天省下一点点，可以和大家的力量会合起来帮助需要的人；多付



菲律宾许多载客司机生活受疫情影响，慈济菲律宾分会五月为计顺市四百多位司机带来白米及物资纾困。（摄影/Jamaica Digo）

出一些心力，就能多救一些人。

上人感恩志工蔡青山经常前往保和岛关心居民、带动志工，如果慈济只是单方面的一直做发放，力量总是有限，还是要鼓励当地人互助，穷人也可以救穷人，此举能够安抚人心；也可以辅导贫苦居民种菜、种瓜果，只要勤奋、认真，愿意付出劳力，就可以安定生活；至于老病残疾人，还是少不了爱心人的照顾，所以要多鼓励当地企业家、居民发挥爱心能量，不求付出很多，只是要呼吁人人发心，引导人心向善，有善就有福，可以减轻灾难。

“人间苦难何其多，我们要翻转苦难，肩上的负担很重！但还是要有信心，要不断邀约大众发心立愿，共同承担、分摊重任；愈多人造福，福气愈大，才能减轻灾难。否则人的贪心欲望愈来愈大，业力

愈造愈重，随着人口增加，会导致不堪设想的后果。”

“所以我们现在要辅导人人茹素，减轻地球的负担，不要让畜牧业饲养的牲口再增加；再者，要启发人人的爱心善行，生活无虞就要知足、感恩并布施。”上人说，生活富足而且富有爱心，就是“福中福”；即使生活不富裕，但是知足常乐，又乐于布施，就是“善中善”。慈济人要带动人人成为“福中福”与“善中善”。

“大家要多尽一分力，我也勉励自己要加强力量。虽然生命是随着分秒消减，更要让它发光、发亮；就如蜡烛，要让蜡烛发挥价值，一定要把它点燃起来，照亮黑暗之处，点燃一支可以引燃很多支蜡烛，让愈来愈大的范围都明亮起来。”上人与众共勉启发人人的生命之光，让社会有善、有福，善与



福如同一股气流，也像一层保护膜，可以保护人间平安。

缩小自己，放大别人

上人教导慈济人打开心门、缩小自己，缩小到让任何人都感觉到受尊重；心中常常有放大镜，这个放大镜是要放大别人。只要能够缩小自己，无论身在何处，都有很大的空间；如果不断放大自己、缩小

别人，会让自己没有空间可转圜。

慈济团体中，人人缩小自己、放大别人，就能合和互协，让其他人看见、感受到这个团体很温馨；来到会所听到慈济人说话，看到慈济人互动，就深受感动，很想要加入这个团体，这个团体自然而然会从少几个人，渐渐变得愈来愈多人，很有人气。“天有天气、地有地气、人有人气，我们要用真诚的心，让慈济团体自然形成祥和的气氛。”

9/26~27 《农八月·二十至二十一》

心有所得 【静思小语】心是用不完

的，而且愈付出愈富有，还会得到由衷欢喜。



身心奉献，报答师恩

慈济医疗法人于九月二十五至二十六日举办“医疗志业主管共识营”，邀请董监事、执行长办公室以及慈济医疗七家院所的主管团队及工作人员共七十四人齐聚花莲，对医疗特色、研究发展、临床教学及医疗质量提升等进行详细讨论。

九月二十六日上人开示，回顾青年时期选择了人生方向，北上受戒时，因为没有皈依师父而离开戒场，

在慧日讲堂见到上印下顺师公上人，请求皈依在师公上人座下——

“我是为了请购《太虚大师全书》而到慧日讲堂，要离开时外面正在下雨，印海法师帮我叫出租车，在等待的那短短几分钟，刚好导师从楼上书房走下来，我就请带我去慧日讲堂的慧音法师代为转达，希望能皈依在导师座下。慧音法师说：‘不太可能，导师一向不轻易收弟子。’我再对他说：‘既然来了，有缘看到导师，是不是帮

我禀告一下？’他就从讲堂后面走到导师身边。”

“我远远看着，导师转过头来，看看我，带着微笑点个头，我知道导师允许了；随后慧音法师向我招手，我真的很开心！回忆那时候的心境，真的是无上甚深微妙。”

“我赶快走到导师面前，导师问我：‘你想皈依吗？’我说：‘是的，请允许。’导师教我去佛前礼佛，我转身向佛像顶礼三拜，再回过头来向导师顶礼，他还是带着微笑说：‘你我师徒有缘，因缘不可思议，时间紧迫，我给你法号。’他走入书房写出了法名‘证严’，号‘慧璋’，随后我赶紧进戒场。就这样，我觉得我出家得之不易，差一点时间就没有办法受戒，是我的师父成就我出家的愿望。”

“因为师父开特例收我这个弟子，所以我很感恩。入戒场以后，我就立下心愿，一定要身心奉道。所以我这一辈子都是规规矩矩，我要做的、应该做的事，都要认认真真、很诚意地把它做好。今天向大家很真诚说起这一段经过，即因深感师恩难报，所以我身心奉献，尽此生报师恩。”

上人谈到慈济志业从慈善起步，接着做医疗、教育、人文志

业，都是见到人间之苦、应社会所需而汇集爱心力量一一成就。医疗志业在花莲慈济医院筹建直到启业，可说是从无到有，历经千辛万苦；也很感恩台湾各地的每一所慈济医院，出于一份真诚的情，就地、就近照顾慈济法亲。

听到主管们报告共同愿景，上人表示，慈济医疗的愿力方向是“守护生命、守护健康、守护爱”，相信在座各位有志一同。“我的师父叮咛我‘为佛教，为众生’，是我这一辈子努力的方向；而我秉持佛教精神创立了四大志业，没有愧对佛法。在医疗方面，很感恩各位院长、大医王、菩萨们，与师父会合在同一个精神方向而努力；我们把医疗做好，人的生命、生活质量也会提升。菩提大直道，既然确定方向对了，就要步步踏实往前精进，达成菩萨的愿景。”

典范引导，为善竞争

疫情期间，菲律宾街头有很多吉普尼车和三轮车司机因为失去生计而乞讨，慈济与政府及司机工会合作，展开连续三个月的大米、物资纾困发放；司机们也带动慈济的推素理念，在吉普尼车身贴推素贴纸。自去年四月至今年九月二十一日止，菲律宾慈济人向贫困家庭发放



二十一万一千二百六十四户次，物资包括米、油、盐、糖、醋、面等。

九月二十七日志工早会，上人赞叹：“慈济人不忍心吉普尼司机陷入困境而伸出援手，吉普尼司机感恩慈济人，尽其所能回报。如果人与人之间都能如此以爱互动，人间岂会不和平、不平安呢？假如随处都有像慈济人这样的爱心人，心心念念都要帮助人、为人间造福，世间哪里会有穷困人？”

“不因善小而不为；只要有心，就要开口说、动身做，即使只有付出一点一滴的能力，与其他人的力量会合，点点滴滴也可以累积救助天下灾难的大力量。”

上人说，无论个人的经济状况是贫是富，发心救人的人，都是富有的人。企业家放下身段，愿意走到每一户困苦家庭去付出，他们的行动可以感动一般人；一般人受到带动行善，生活清贫的人也愿意付出力量，人人都富有爱心，不为物

质享受而争，而是为善竞争，贫病残疾人就能得救了。

“爱心是用不完的，而且愈付出愈富有；因为回过头来盘点自己的生命，不但不缺乏，而且付出难以计量，所以心有所得。‘德者，得也’，我们用爱付出，受苦的人得到的是物质，付出的人得到的是法喜；因为善法教导我们往善的方向去做，看见苦难人得救，菩萨由衷欢喜，这就是行菩萨道。”

“我们做到了，要自爱、自我赞叹；别人也做到了，值得我爱、值得我赞叹。人间菩萨彼此欢喜赞叹，这是最美好的菩萨清凉地，心境安然自在，心安自然凉。”上人教慈济人善用方法启发人人的善心、带动人人的善行，还要有爱心的典范来引导，教人去除贪念，心不贪就能乐于付出；让贪的业减一分、再减一分，人间的善业就能够多一分、再多一分。请大家用心修行，缩小自己天地宽。

上人绕视精舍，巧遇精舍常住师父收留的小公鸡“吉祥”，和蔼叮咛：“你要皈依三宝，生生世世行菩萨道。”（9月29日）



稳健站立才不怕风雨

九月二十八日，加拿大慈济人透过视讯联机与上人座谈，分享疫情下的慈善行动、品书会心得与推素行动。志工卢文川在线导览列治文教育中心的爱心农园，处处都有精舍的味道，让人闻到静思法脉的法味。上人说，园区里的树木还没有长大，要耐心栽培，让树木往下扎根、往上茂盛，终有一天绿荫成林。志工的带动和人才的栽培与种树的道理一样，精神理念的根要很扎实，才能稳健地站立在这片土地上，不怕风雨，还能让人在树荫下乘凉。

上人说，修行要培养慈悲仁德，慈悲仁德容易培养，但是还要有大忍与大勇，不忍就是没有勇气；没有勇气，菩萨道就走不下

去。所以要培养慈悲，更需要培养大忍辱力，才能在人间承担起天下的米箩。即使负担沉重，但是既来人间，不可以空过时间，要把握因缘，发挥大力量。

资深者接引年轻人，年轻人要感恩资深者，共同守护慈济大家庭、发展志业，就地播种、就地耕耘，无论是播下蔬菜种子或树木种子，只要因缘会合，都会有收获；期待加拿大慈济人继续努力，用心布善种子，殷勤耕耘，也能成就庇荫当地众生的菩提林。

医疗非职业而是志业

九月二十九日聆听教育志业各校主管分享校务后，上人指出，慈济不是企业而是志业，因为很重视生命，一向以“守护生命、守护健

9/28~30 《农八月·二十二至二十四》

培植菩提林【静思小语】培育



带动人才如同植树耐心呵护，往下扎根、往上茂盛，终有一天绿荫成林。



康、守护爱”为目标，所以在花莲建设医院；而要让医院很稳定，就要把医学、医疗质量守护得好，所以再创立教育志业，培养理想中具有真诚大爱的医疗人员，能够以志业精神面对医疗工作，用生命走入生命去抢救生命。

上人说，从选填志愿、决心从医开始，医疗理应是毕生的志愿也是志业。慈济教育要让同学认定志业方向，师长除了传授知识与技术，也要让学生很清楚，医疗非职业而是志业。若只把医疗工作当成职业，就会追求工作轻松又有高收入；医疗是要承担责任的志业，因为人命关天，即使只在一个小小的环节出错，也有可能让人丧失性命。所以医疗工作者一定要有使命感，有守护生命的志业精神，更要重视大众的健康，要有真诚的爱。守护生命、守护健康、守护爱，是使命也是愿力。

慈济教育要有人文精神，所谓的人文精神就是爱。常听到医疗人员提到施韦泽、南丁格尔，一位是医师典范、一位是护理典范。其实这二位所代表的就是真诚的医疗之爱，勉励医护学习他们的精神。

现代有很多辅助医疗的尖端科技工具，上人遂言学医者、从医者更要虚心学习，除了增进医疗

技术，也要用心研究，研发出能够预防疾病、对治疾病或增进健康的药物和保健方法。传承过去人们的经验与智慧，在现有的基础上更精进，为未来而努力。

#### 天地间蕴藏奥妙生机

“医疗面对的就是苦难人；生病最苦，要拔除病苦，就需要医与药，要有医师，也要有治病的药，而药来自天地间的生机。天地人间总有一片生机，草木皆有情。天天我都会在外面的天井，抬头看着天空，低头凝视这一小片草地，想着几天前这一丛枝叶还没有花苞，隔一天就看到花苞冒出来，接着就开始认真想要观察它到底什么时候开花？再隔一天就看到花开。回归于法，真是毫芒有乾坤，而且法无法可说。”

九月三十日医疗志策会，上人说，推进植物生长的动力就是生机，生机无形无相，但是感受得到。用佛法名词来说，天地万物皆有“行蕴”变化，没有一刻不在变动中，微细到让人不知不觉，就如特意要看出植物的生长是看不出来的，但是只要隔一段时间就可以看出变化。

这一切无常变化都是很微细而



分秒不断地进行，虽然无法在短时间看见，但是时间拉长了再做前后比较，就会很明显。所以不要轻视分秒，长远劫也是从短暂的分秒累积而成的；世间万物皆有其用，也不能轻视，只要有人有心去研究，找出有益人体健康或治疗疾病的成分，就能利益人间。

上人谈到净斯本草饮的研发，就是起于自己一念间所说的一句话，花莲慈院林欣荣院长等人听了放在心上，合研究团队之力所研发。艾草、茺草等植物，是过去台湾民间常用以驱邪辟疫的民俗植物，而今运用科学技术分析研究，找出能够增加防护力的成分，经科学实验确定功效，就能加以推广应用。

“这些植物本来就存在，只是没有去发现它的成分；不只是草木，其实连土石都能入药，天地之间还

花莲慈济医院团队致力研发中草药，十月并获国际期刊邀请撰专文，分享包括以茺草、艾草为例治疗新冠肺炎等研究。（相片提供／花莲慈院）

有很多奥秘等待人们发现与探讨。我只是一念心、一句话提起了，而你们与师父有一分紧密的师徒缘，所以听了师父的话，基于对师父的尊重与爱，就开始身体力行、发挥智慧、利用科技去分析而有此研发成果，真的是不可思议的因缘！”

善用天地万物，能增进人间生机。上人说，不只因为现在新冠肺炎疫情当前，需要研究哪些植物有相应的预防或治疗成分，在老龄化社会中，也很需要研发缓和老化、衰退的保健食品，以减轻因为老龄化引发的社会问题。所以还需要大家有志一同，再接再厉，让有益于人体的研发实用于人间，拔除众生苦难。



## ●联络处

## 慈济基金会总部

## 苏州慈济门诊部

江苏省苏州市姑苏区  
景德路367号  
TEL(0512)80990980  
FAX(0512)65162885

## 北京/天津

## 北京东花市联络处

北京市东城区  
东花市大街118号花市  
枣苑甲3-7号静思书轩2楼  
TEL(010)51162598

## 天津联络处

南开长江道C92  
文创园4号楼  
TEL(022)83560775

## 上海

## 上海长风联络处

上海市普陀区  
大渡河路168弄22号H栋四楼  
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号双子座大厦B座2楼  
TEL(0591)83357822

## 厦门联络处

福建省厦门市湖里区嘉禾路  
586号创新城三楼B单元  
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

## 泉州联络处

福建省晋江市  
龙湖镇阳溪路锡坑工业区77号  
TEL(0595)8526 6602

## 漳州联络处

福建省漳州市  
芗城区竹禅街7-2号  
(君临天下6栋1-2号)  
TEL(0596)2020208

## 广东

## 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

## 厦门创新城店

福建省厦门市湖里区嘉禾路  
586号创新城大楼3楼  
TEL(0592)571 8815

## 北京富贵园店

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

## 北京静思书院

北京市西城区  
前门西大街55号  
TEL(010)83576080

## 上海长风店

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

## 上海昌化店

上海市普陀区昌化路  
826号1幢104号  
TEL(021)52735827

## 深圳福田店

深圳福田区园岭街道办  
八卦一路鹏益花园  
1号群楼104  
TEL(0755)22380860

## 泉州新门店

泉州市鲤城区新门街拓  
改工程北12#27-29  
(梨园戏剧院对面)  
TEL(0595)22850338

## 福鼎古城店

福鼎市古城南路120号  
TEL(0593)7832707

## 长春宽城店

长春市宽城区北京大街  
420号百洋大厦1楼  
TEL(0431)82761800

## 青岛东海店

青岛市市南区东海西路  
51号16栋网点一层C户  
TEL(0532)58692826

## 无锡湖滨店

江苏省无锡市滨湖区  
山水东路98号  
TEL(0510)85555805

## 广州天河店

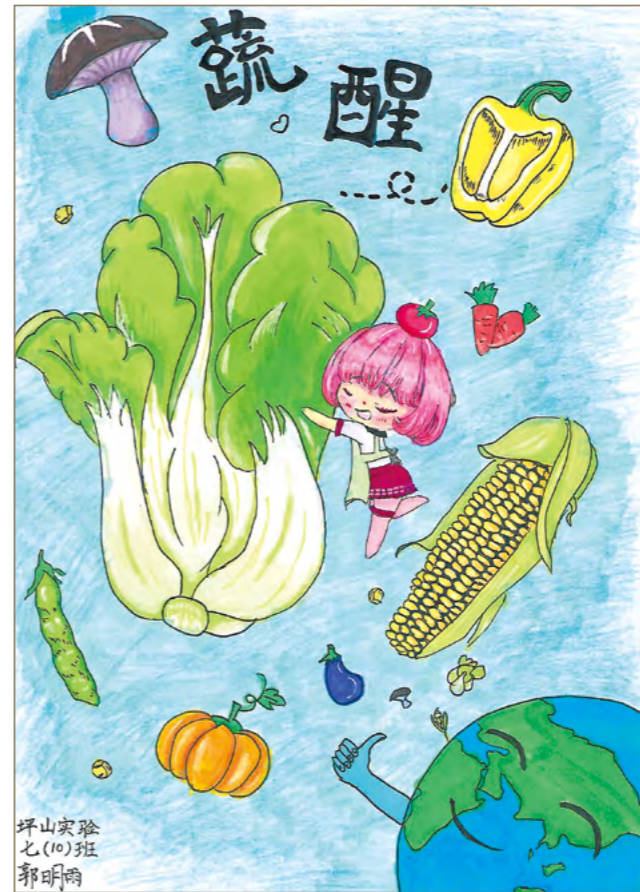
广州市天河区华景路  
33号二层自编201房  
TEL(020)38208810

## 杭州南宋御街店

浙江省杭州市上城区  
大井巷20号  
TEL(0571)86573839

## 绍兴越城店

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



“彩绘蔬醒爱接力” 绘画征稿大赛优秀作品  
《蔬醒》 作者：郭明雨（14岁）

人类爱上了食蔬（人类的“蔬醒”），蔬菜也成为了餐桌上闪亮的主角（蔬菜的“蔬醒”）。

能力爆棚的蔬菜飞向了太空，我们的地球母亲在微笑着为它们点赞：“感恩有你们，我会变得更美好！”美丽的蔬菜也在召唤着爱地球的家人——保持蔬醒吧，吃素爱地球，人人蔬醒，为身体巩固健康，为地球延续希望。

蔬醒，是蔬菜力争成为餐桌主角的醒悟，也是人类对“食素爱地球”的醒悟。每一颗蔬菜都是保护地球的好帮手，吃蔬食可以减少运输、屠宰带来的地球能源的消耗，减缓冰川继续消融。地球是我们的母亲，我们的家园，爱护地球的花草树木、冰河山川，我们要从小事做起。

低碳、蔬食，爱护环境……蔬醒不但是对自己身体健康的一种保障，还是对地球妈妈的爱与感恩。从点滴小事做起，爱护我们的家园，这是一种醒悟，也是一种行动和表达。





撰文/霍涛 摄影/杨锴泽

## 捐资兴建与修缮河南三所学校

“7·20”河南水灾，郑州新密市与焦作市修武县都遭遇突破历史极值的特大暴雨。慈济志工来到受灾现场勘察评估，为修武县郟屯村和新密市平陌镇六个村提供及时务实的援助。

8月，志工多次勘察规划中的新密市中学及修武县周庄镇张弓铺小学，评估改善当地教育与教学环境。经多次交流沟通，慈济分别与新密市政府、修武县政府初步达成合作意向。

10月14日及28日，修武县副县长柴荃青一行、新密市政府副市长张海军一行，分别来到苏州慈济志业园区，签订周庄镇张弓铺小学、新密市中学援建意向书。另外，也对新密市平陌镇杨台小学校舍修缮及教学设备采购等相关事宜，进行了洽谈。

新密市张海军副市长感慨地说：“非常感谢慈济，在水灾后整整两个月时间，多次到新密市的村镇、学校，进行帮扶。志工自己也是吃面包、方便面，还与村干部一起，一户一户把物资送到乡亲手上。”

修武县柴荃青副县长也表示：“慈济的爱让我很有感触，我会在今后具体的工作中融入这种爱，把地方工作做得更好！”

此次来慈济交流，新密市与修武县政府更加了解慈济的理念，期待未来与两地可以有更多的合作与交流。