

慈濟

Tzu Chi Monthly



不是難民
是世界的孩子

慈濟SDGs

699

2025年2月1日出刊

■ 慈善全球 ■

• 馬來西亞沙巴
• 菲律賓保和島

產婦盤山過海 走出生路
那一年，我們一起蓋的教室



攝影／黃筱哲

人生最大的幸福

人人有愛，家家傳善，
時時精進，日日造福；
平安和睦，代代相傳，
朵朵心蓮，開滿人間。

編者的話 永遠保持良善

副總編輯

呂祥芳

元月二十二日，花蓮靜思精舍舉辦冬令發放暨圍爐活動，全臺五十五場次也至此圓滿。這樣的溫馨相聚，始於一九六九年；而今慈濟在全臺照顧關懷兩萬七千五百個家庭，每個月訪視，春節前夕致贈物資卡採買年貨，並邀約就近來到慈濟會所同享團圓飯，在慈濟大家庭辭舊歲、迎新春。

細看各社區人文真善美志工拍攝的相片，感受到慈濟人慎重其事、誠意滿滿；而每個小家庭扶老攜幼、共聚圍爐，傳達了他們對訪視志工的接納與信任。

歲末年終，還想起一個溫馨的畫面。去年十二月，二十多位敘利亞志工來到臺灣，與證嚴上人、海內外慈濟志工聚首；他們均為穆斯林，多是土耳其滿納海國際學校教職員，在敘利亞內

戰十三年間，靠著堅貞的信仰，走過顛沛流離的傷痛。其中有兩位教師的分享，特別令人印象深刻——

「來土耳其前，我和一般人一樣，有穩定的工作及美好的生活，和同為教師的妻子育有兩個孩子。戰爭爆發後，我們一點一點失去所擁有的東西，直到最後一無所有。戰爭是可怕的，我不希望它再發生在任何人身上，但願世界和平。」

「逃難的旅程非常艱難，即使我擁有新生活，我卻為留在敘利亞的家人而悲傷不已；我未能與我的父親再見面，直到他病重離世。在我失去希望的當下，我遇見慈濟，在滿納海教書九年來，我感到無比快樂和感激；我教導學生阿拉伯語，我還教導他們學習做人，要堅持愛與助人。」

本期慈濟與聯合國永續發展目標（SDGs）系列報導，即細數關於這所學校愛的故事。慈濟志工和難民教師在街頭找回失學孩子、找回在工廠掙錢養家的非法童工，十年來，提供了三萬一千多位學生教育機會，其中已有數百人進入大學，人生翻轉指日可期。而這也與SDG4的弱勢孩童教育機會、SDG8消除童工與尊嚴就業、SDG16終結兒童剝削等細項目標不謀而合。

回到那場與敘利亞志工的分享，上人提醒大眾，人心那一念過不去，人與人起紛爭，就會造成人間的災難，「人生有喜有悲，苦是一種鍛鍊，讓我們知道人世間就是這樣；要永遠保持良善，堅定為善，人人心中有愛，這個社會一定會改變，也才會平安。」

我來自海燕風災災區

多年來，我一直希望能夠參加海外慈青幹部訓練營暨全球慈青年會，但是每次都因為護照問題而不得不放棄；雖然失望，但我始終堅信，一切都是最好的安排，有願就會有力。經過漫長的等待，二〇二四年十二月二十九日，我終於來到臺灣向大家學習，對我來說是無比的福報。

二〇一三年菲律賓海燕風災，雖然帶給我們很多不幸，卻也牽上了與慈濟大家庭的緣，讓我們找到愛、希望與使命。二〇二三年我勇於承擔奧莫克慈青團隊窗口，是因為希望能夠像慈濟啟發我一樣，啟發和引導在地的有志青年。

師公上人教導「人人都有造福的能力」，讓我深信，即使是

小小的愛心和善舉，也能帶來巨大的影響力。這分責任對我來說，是對慈濟的一種回饋，也是我傳遞愛與希望的一種方式。

師公上人說，要發揮火金姑的微小力量，真誠地付出無所求，這讓我時時提醒自己，要以謙卑善良和感恩之心面對生活，將這分教導落實在生活當中。雖然我們身在菲律賓的不同地區，但是會像一家人一樣彼此照顧，共同努力實踐師公上人的願，以及積極地投入志業。

誠摯地感恩師公上人，用智慧和慈悲大愛引導我們成為更好的人，能「回家」是我生命中非常珍貴的一刻，我們會繼續走在愛與慈悲的道路上，入法、傳法、行法，把愛和法帶到我們能夠抵達的地方。

菲律賓奧莫克 Erlene Roxas

造血幹細胞捐贈記

高三時曾因治療氣胸住院，遇到很好的主治醫師，讓我感受到醫療對病人的重要。我的媽媽是慈濟委員，大學時我得知慈濟推動非親屬間造血幹細胞捐贈，一直很想參加驗血建檔活動，但慈濟人醫會的師姑師伯考量我有氣胸的病史，希望我多養養身體幾年，再加入建檔；直到就讀碩士班，他們才同意我參與。這讓我感受到上人關照捐贈者的理念，救人之前不傷害另一個人的健康。

有捐贈成功的師伯分享，自己等了十幾年才有被配對成功的機會，相對來說我真的很幸運，建檔完大概一年多就配對到了。當時骨捐關懷團隊的師姑師伯還詢問我，「如果你不願意，也沒有關係……」怎麼可能不願意！

這個機會這麼難得，捐贈造血幹細胞像是捐血，就可以幫助一個人、一個家庭，我覺得蠻感動的。

我也將捐贈的過程分享到社群軟體上，才發現有很多年輕朋友不了解，還停留在以為捐贈者必須「抽骨髓」的認知；很幸運我可以經歷這個過程，也可以幫助推廣這個活動。

高雄 黃冠倫

菩薩相伴，請爸爸安心

我終於在二〇二四年十二月十七日受證慈濟委員了！這要感恩我的婆婆陳俞蓉師姊，這麼多年來一直分享和邀約慈濟大小事；舅舅陳金麟師兄鼓勵我：「不管遇到任何事，都要先反觀自己。」也感恩黃蔡寬師姑、明絡師姑和黃淑娟師姑，從四年多前就一直鼓勵我參加培訓，現在我要說：「讓你們久等了喔！」

回顧這一年，剛報名參加培

訓後半個月，爸爸就往生，一個半月後又遇阿嬤辭世，這是我第一次披「重孝」，失去親人的痛有多痛，只有真正經歷過的人才會明白。

我曾起退轉之心，總覺得怎麼才報名培訓，就接連遇到喪親之痛？還有全臺經藏演繹企畫團隊第一次共修，我就因為要祭拜父親而缺席。但彰化有一群活力滿滿、善良的青年們，慢慢改變了我的念頭；感恩慈濟法親家人在阿嬤治喪期間給予的安慰；還有一直邀約我、說要陪著我一起培訓的好友陳佳好，我們也同時受證了！

失去親人，讓我自責與後悔，欣瑛、采榆、敏玉告訴我，不要一個人偷偷哭，難過時要記得找他們，「我們一直都在，也會陪著你；我們要一起培訓，一個都不能少！」陳虹因、宋品慧常常傳來暖心問候；常秉賢也對我說：「只要你開心、好好的，

不論有沒有培訓，都是我喜歡的那個玉芊。」

彰化經藏演繹企畫團隊每週有三天共修，每月還有讀書會、培訓課前會、培訓課和組隊勤務，讓我忙到忘記難過；團隊中，胡小惠老師、葉彥良師兄、林俊傑師兄、林惠貞師姊、碧珠師姊和許靜宜師姊，用心用愛地陪伴我們、教導我們，讓我們從小芽慢慢長大、慢慢茁壯。

現在我可以跟天上的爸爸說：「身邊有這麼一大群菩薩陪伴我、照顧我，我會愈來愈好的，也會陪著媽媽度過這段傷心時期，家裏有我和妹妹，您可以放心也能安心！」

感恩這一年的經歷和磨練，讓我明白人生無常，要珍惜與把握，也體會到慈濟人是如何無私大愛、付出無所求。感恩上人創立慈濟世界，讓我認識這麼多人，讓我圓滿培訓之路！

彰化 黃玉芊



慈濟月刊
取閱方式

1. 掃描左方QRcode 數位閱讀《慈濟》月刊
2. 《慈濟》月刊免費贈閱 歡迎到各地慈濟會所取閱
3. 如需定期郵寄到府 酌收 1 年份郵資NT\$165元
郵政劃撥帳號：19905781 戶名：慈濟傳播人文志業基金會

ISSUE 699

2/1
二〇二五年

目錄

編者的話
永遠保持良善

無盡藏
虔誠祈禱，感召吉祥 —— 證嚴上人

慈濟誌 天下事 —— 整理·編輯部

慈濟SDGs

不是難民 是世界的孩子

想告訴世人，關於我朋友的故事 —— 口述·賽伊和·穆斯塔法 翻譯·林楠松、胡光中
我把得到的愛，加倍為他人送上 —— 口述·凱門·哈提布 翻譯·林楠松、胡光中

土耳其滿納海國際學校 通往夢想之路 —— 撰文·葉子豪

中東歸來 「譯」見大愛 —— 撰文·葉子豪

線上伴學 說華語也說心語 —— 口述·胡翠君 整理·葉子豪
在約旦避風港等待揚帆 —— 撰文·林綠卿

生命的禮物

張奶奶跨越障礙賽 —— 口述·邱雪萍 整理·蔡嘉琪

親師生·坦白話

在理想與現實之間 —— 撰文·李秋月 插畫·鍾庭嘉

聞思修

每一天都有故事可說 —— 撰文·曾立文

社區好厝邊

臺北市中山八德記憶保養班 多一些快樂相聚的片段 —— 撰文·周傳斌

44 40 38 36 34 32 30 18 16 14 12 8 6 1

48 新竹靜思堂長照站 開心到捨不得下課 —— 撰文·懿旖

慈善全球

馬來西亞沙巴 產婦盤山過海 走出生路 —— 撰文·王俊富 攝影·鄭映航

64 菲律賓保和島 那一年，我們一起蓋的教室 —— 撰文·江季芳 攝影·蕭耀華

書訊

《大捨與大愛 慈濟大學模擬手術教學》

溫柔引領我劃下充滿溫度的每一刀 —— 撰文·蕭麗軒

人物誌

二十八個福慧紅包的祝福 —— 撰文·陳金香 攝影·蔡夢萍

特別報導

印度菩提迦耶·歲末祝福

在佛陀故鄉 傳揚佛說法

—— 圖文提供·慈濟人文真善美志工

手語演繹孝道 每天回家作業 —— 整理·編輯部

縫紉班交貨 四千五百個福慧袋 —— 撰文·楊桂玖

竹筒歲月 幫助比我更苦的人 —— 撰文·楊桂玖

百川歸海

如何面對生命中的衝突？ —— 撰文·鍾隆琛

99 證嚴上人納履足跡 —— 撰文·釋德侃

【心靜定，智慧生】用智慧看待人與事，不受無明煩惱糾纏；真正的靜定功夫要在人群中歷練出來。

【賺到時間】一秒當二秒用，不要浪費時間；要做的事情做到了，就賺到時間了。

慈濟基金會誠摯邀您加入慈濟會員

您的捐助，照亮他的未來，定期定額或單筆隨喜，共造福緣

專案捐款

安美計畫 長者關懷、教育扶助、翻轉非洲、全球難民關懷、愛在佛陀故鄉、敘利亞難民學童慈善教育支援計畫等

一般捐款

慈善：臺灣慈善、國際慈善、大愛共善 救拔苦難

醫療：佛教慈濟醫療財團法人

教育：慈濟學校財團法人

人文：慈濟傳播人文志業基金會

贊助人志業

郵政劃撥帳號：19905781

戶名：慈濟傳播人文志業基金會

請指定用途：

1. 隨喜助印《慈濟》月刊或《檀施文庫》
2. 每月捐助 100 元（1 年 1200 元）以上，加入「慈濟道侶檀施會」，每兩個月可獲贈一本《檀施文庫》出版品
3. 參加「大愛之友」贊助大愛電視



慈濟在土耳其為敘利亞難民學子創辦滿納海國際學校，十年來學生逾三萬人；二〇二四年九月畢業典禮，高中部女生班慶祝此刻。（攝影／Mustafa Hamwieh）

中華郵政臺北誌字第886號執照登記為雜誌交寄 1967年7月創刊·2025年2月1日出版 第699期
發行人／釋證嚴 人文志業執行長／王端正 合心精進長／姚仁祿 平面內容創作中心主責長／王志宏
副總編輯／呂祥芳 編輯／李秀玲、葉又華、蔡嘉琪 採訪召集人／李委煌 撰述／葉子豪、周傳斌
攝影召集人／蕭耀華 攝影副召集人／黃筱哲 攝影／顏霖沼 美術指導／邱宇陸 美術設計／歐陽婉茹
數位主編／楊舜斌 數位編輯／黃若欣 感謝 新豪華製版印刷股份有限公司免費製版 繪畫志工／黃逸樵
陳九熹、蘇芳霏 校對志工／林美枝、張素卿、陳輝明 印刷廠／中華彩色印刷股份有限公司
編輯部／11259臺北市北投區立德路8號 慈濟傳播人文志業基金會 慈濟期刊部 Printed in Taiwan
電話：(02)28989000 傳真：(02)28989994 讀者索閱電話：(02)28989000轉1165 傳真：(02)28989966



虔誠祈禱，感召吉祥

把握造福的因緣，發揮互助的誠意，還要借重大家虔誠的祈禱上達天聽，當我們的心相結合，心念皆是善，必能感召諸事吉祥。

今年伊始，美國加州洛杉磯縣發生山火，從新聞畫面上看到災區紅紅的火光滿天，教人緊張，大火加上大風，風吹火飄，就地再燃，延燒至鄰近社區住宅，造成大面積的災難，無異於是人間的火宅。

住家燒燬的受災人，即使已投親靠友，住宿及生活已穩定，但畢竟是倉皇逃出火場，經濟或許會面臨困難。當前我們能做的是急難救助，要趕快去付出，給予受災人「有感覺」的幫助，不

要蜻蜓點水，是要真正讓他們得到有用的援助。

回想慈濟首次的大型急難救災，就是一九六九年發生在臺灣臺東縣卑南鄉大南村的大火，因艾爾西颱風在中秋夜來襲，加上焚風助虐，村內起火後，引起很大的災難。一夜之間，一百多間房屋被焚毀，七百多人無家可歸。除了發放應急金，因寒冬將至，慈濟決定用二萬元採購臺灣當時品質最好的台灣毛毯，發放給受災的居民；而且不是一戶一

件，是依家中人口數，二人一件，這是抱持著愛與尊重的心，給人最好的，讓受者心有所感。

我一直關注著美國這次山火災情，非常真誠地思考著如何援助？除了人力物力的投入，還要借重大家虔誠的祈禱，上達諸佛諸天聽，讓諸佛諸天看見人間的大愛。人人共同用大善、大愛去付出，期待這一波火災早日息滅，轉危為安。

很多受災居民過去的生活都很不錯，一夕之間住家與財產化

為烏有，這就如同佛法所說，財產是「五家共有」，突然間發生的災難，就讓平時擁有的一切都空了。無論富有或貧窮，肚子很餓沒得吃，難道我們認為他是富有的人，就不給他一碗飯嗎？急難時喝水吃飯都要很及時給予，或者是天候寒冷，要給予保暖的衣物或毛毯，這都很需要。

慈濟人啟動募心募愛，這不只是为了賑災募款，最重要的是呼籲大家提高警覺，並且發揮人間互助的誠意，這就是我們造福的因緣，所以大家要把握住。在有人很需要的時候，我們及時去付出，這就是我們生命中最有價值的時刻；付出的同時，要呼籲更多親友發揮力量，發心共造福田。

慈濟是明朗的佛教團體，佛教的精神是不分宗教，永遠展開胸襟，擁抱眾生。慈濟在美國已三十多年了，應該穩固好站立之地，要把握此次因緣，以實力做

出有效率的幫助；以誠意站在這個國際平臺上，千年百世延續為佛教、為眾生的精神。未來的人間，災難不免，救災經驗也要代代相傳。

這次火災是很大的教育，我們現在就在學習。野火延燒範圍很大，重要的是靜下心來，人人虔誠祈禱；若醞釀複雜的成見，這遠比火災造成的災禍更嚴重。我們要以身作則，用真誠的愛來表達虔誠。真誠的愛，是疼惜眾生生命；保護眾生生命，就是養護自己的心宅、滋潤自己的心宅。我們的心靈之宅，若能時時用愛滋潤，心地才不會乾燥，才不至於一點火就燃燒起來。

美國慈濟志工吳如真的家，已為大火焚燒，她勇敢面對事實，心念一轉，暫時放下自己的遭遇，回過頭來立即去幫助人。這是多麼地了不起，是師父的好弟子！有此法親典範在前，我們要好好學習她的智慧。

慈濟人是人間菩薩，菩薩是千處有難千處現，而非千處祈求千處現；不要等人來求救，我們要及時去救度苦難。連日來，美國慈濟人很盡心力去救災，雖然很不捨大家的疲倦，但盼人人相互勉勵，會合信心、毅力及勇氣，真誠地將菩薩情付出給眾生，當我們能以愛以善鋪好這條道路，我們的心能相結合，心念皆是善，必能感召諸事吉祥。

此時，我們還是要呼籲全球虔誠祈禱、全球虔誠發願，戒慎虔誠、齋戒茹素，為美國祈求平安、為天下祈求平安！

◎



慈濟月刊

天下事

12/15
2024

1/22
2025

臺灣

Taiwan



● 慈濟基金會於全臺展開55場冬令發放，其中42場結合圍爐活動，其他場次則搭配社區歲末祝福辦理，或由志工親送冬令祝福；27500戶弱勢家庭在過年前收到物資卡、祝福禮；高雄慈濟人也針對六龜、桃源、那瑪夏等偏遠山區照顧戶親送年菜（1月4日~22日）

● 新北市三重區六張街一處建築工地開挖，造成鄰房嚴重傾斜、緊急拆除，周邊79戶撤離。慈濟於六合市民活動中心設立服務站，開放三重靜思堂安置102人次，提供682份熱食予住戶與救災人員；志工動員206人次，致贈祝福禮或應急金，關懷56戶受災戶（1月6日~8日）

● 元月21日凌晨零時17分，嘉義大埔發生芮氏規模6.4極淺層地震，最大震度達到6弱，有感搖晃時間長達43秒，為當地50年來規模最大一次，鄰近震央的臺南楠西、玉井傳出屋損災情；楠西、大埔停班停課

● 大林慈濟醫院承接20多年之大埔醫療站設備受損，考量居民災後需求，維持待命

● 慈濟志工凌晨趕到楠西勘災，持續送出福慧床、毛毯、隔屏安置撤離避災的居民；志工熬煮薑母茶，供救災人員及鄉親取用

● 楠西區震後水電供應不穩定，店家不便營業，家庭煮食困難；志工天亮後提供500份早餐，午間送出900份、晚餐1000份便當。大林慈濟醫院營養治療科午間動員支援炒米粉及蒸素粽送至楠西

● 慈濟援建臺東縣豐田國中學生宿舍「築夢樓」啟用，設有21間寢室、126張床位，配置淋浴間、閱讀室、用膳區、集訓休息室等，提供學生專心學習、發展所長（1月2日）

● 慈濟骨髓幹細胞中心元月第三度通過世界骨髓捐贈者協會（World Marrow Donor Association）國際進階認證，全球103個骨髓資料庫中，僅有35個通過。每4年一次的進階認證，肯定慈濟多方面達到國際頂尖水準，包括確保捐贈者的安全與權益，高品質配對服務與成熟流程規畫，以及社會善心人士的參與

● 撤離居民急需厚外套，志工打包190件男女及幼童外套，午後送往安置中心

● 高雄志工完成甲仙受災戶關懷與發放，晚間支援臺南震災區羽絨外套、麵包、番茄汁、福慧床

● 志工於玉井區玉田里仁愛街、楠西區楠西里、東勢里訪視後，決定於元月22日展開百餘戶安心家訪，除致贈祝福禮外，也視災損狀況提供應急金

● 志工元月22日進入大埔鄉訪視，規畫後續援助

二〇二四年

1~12月

臺灣慈善數據

提報個案
15,077 件

長期濟助
134,028 戶次

居家關懷
204,848 戶次

急難補助
17,227 件

居住環境改善
588 件

助學
7,324 件

關懷災害意外
25,950 戶次

發放應急慰問金
3,013 戶

動員志工逾
44,901 人次



慈善



醫療



教育



人文

整理·編輯部

美國 USA

●元月7日起，洛杉磯縣發生數場大型野火，超過1萬2千棟建物被燬，15日統計全縣仍有超過8萬人收到強制疏散令。此次山火可能成為美國史上最損失最慘重的火災之一

●慈濟聖谷愛滿地聯絡處距離伊頓林火僅15公里，慈濟志工成立關懷安置中心，照顧受山火影響的志工與會員

●官方成立災難復原中心 (Disaster Recovery Center)，地點在UCLA西研究園區與帕薩迪納市立學院社區教育中心，協助受災戶補辦證件、申請聯邦與民間援助項目；聯邦緊急事務管理署 (Federal Emergency Management Agency, 簡稱FEMA) 邀請慈濟志工1月14日進駐、提供身心關懷，預計值勤1個月

●慈濟愛滿地聯絡處與慈濟西洛杉磯聯絡處1月18日舉辦首次山火賑災發放。87戶完成受災登記與住宅毀損審核，領取了現值卡、清潔用品、食物、衣鞋等物資

●全美各分支會展開「馳援洛杉磯世紀山火」募心募愛，投入重建

中國大陸 China

●元月7日西藏日喀則市定日縣發生芮氏規模6.8強震，鄰近拉孜縣等地也遭受影響；逾3千棟房屋倒塌，安置超過6萬人。大陸慈濟人緊急籌辦及運送6萬4千斤當地主食糌粑、2千條毛毯、350噸取暖用煤炭及600張摺疊床，已發送給安置區受災居民

(1月17日)

尼泊爾 Nepal

●慈濟藍昆尼園區舉行動土典禮，超過2300位民眾與志工出席；應邀而來的一百多位比丘與比丘尼以梵文唱誦〈三皈依〉後，再以尼泊爾文唱誦《無量義經·德行品》。園區位在藍昆尼花園四號門對面，將興辦教育和義診所

(1月11日)

泰國 Thailand

●慈濟泰國分會展開歲末冬令發放活動，向來自伊朗、巴基斯坦等國2046戶難民致贈購物券

(12月18~19日)

印尼 Indonesia

●印度洋大海嘯20周年，慈濟印尼分會與亞齊省伊斯甘達穆達軍區司令部 (Kodam Iskandar Muda) 合作，在班達亞齊市 (Banda Aceh) 古達·阿藍鎮 (Kuta Alam) 陸軍醫院 (RS Kesdan) 舉辦大型義診，提供白內障、疝氣、兔唇及腫瘤手術共114人次

(12月14~15日)

馬來西亞 Malaysia

●吉蘭丹支會在2024年底完成第一階段水災救援後，2025年初前往道北縣及巴西馬縣共11所中小學，發予3321位學生校服及日常用品、295戶教職員慰問金；並至泰國寺廟、泰裔村發予乾糧、棉被、清掃用具及慰問金共568戶；志工動員超過700人次

(1月5~15日)

印度 India

●慈濟第二年在菩提迦耶舉辦歲末祝福，共計2場，有7所學校與1間課輔班學生、思龍加大愛村婦女、慈濟縫紉班學員共同演繹《父母恩重難報經》音樂手語劇，包括各國法師、會眾、海內外志工、演繹人員，共有5056人共襄盛舉

(1月5日)

★請見90頁報導

不是難民 是世界的孩子

聯合國永續發展目標第四項：確保世界上所有人都能獲得有教無類、公平及高品質的教育；對於全球一點二億難民來說，卻是父母、孩子遙不可期的夢想。十年來慈濟在土耳其辦學，延續敘利亞孩童的基本受教權，讓教育成爲他們絕處逢生的希望。



來自敘利亞的海達（右）、哈克（左）手中舊照是二〇一六年滿納海中小學學生領取慈濟發放書包，當年也在滿納海就讀的兩人，如今已是土耳其高中生、大學生。

（攝影／余自成）



想告訴世人， 關於我朋友的故事

如果有一天我們再見面，我想和他說說我人生的歷程，以及我如何成為一位護理師。當年，他的母親抱著他渾身是血的小身軀，悲痛地哭泣；此生每次想起，我的眼睛就會充滿淚水……

□述·賽伊和·穆斯塔法 翻譯·林桐松、胡光中 攝影·黃筱哲

那年，我還是八歲的小女孩，大家正在慶祝節日，我在街上玩，我的朋友在他家陽臺上對著我說話。遠遠地，我們聽到飛機愈飛愈近，突然發生轟隆巨響，火藥味令人窒息，瞬間，朋友在我眼前死了！雖然我幸運地活下來，但那天的場景，成為永遠無法抹去的傷痕。

隔年，父母帶著我們三個孩子逃到土耳其。爸爸有心臟病，那

兩年，我們孩子得扛起生計。當我去車縫廠工作時，只要看見其他孩子去上學，我的心會非常痛。

二〇一四年，慈濟舉辦發放活動，家長們與孩子準備了一場話劇，在戲裏我們扮演自己，有的賣水、賣衛生紙、有的做工，一個孩子舉手說，為什麼我在工作？但我不工作，家裏怎麼辦？

志工來工廠找我，勸我回到學校，並且承諾會提供學費；我

終於可以念書了！但沒有多久再次失望，生活的開銷讓我不得不回到工廠。感恩慈濟沒有放棄我，再次找到我，並且提供獎金，數目就跟我的薪水一樣，讓我可以安心在滿納海念書。

我用畫作把我的朋友畫在天上，在雲間安詳地微笑（左圖）。如果我們再見面，希望可以跟他說我人生的旅程，告訴他，我如何成為一位護理師。當年，他的

母親抱著他渾身是血的小身軀，悲痛地哭泣。每次想起，我的眼睛就會充滿淚水。不只他，我也記得其他的孩子，那一天的記憶深深刻印在我的腦海中。我想向世界講述朋友的故事，以及所有

離去的生命，我更想展現從悲劇深處迸發出的力量。

因為慈濟，很多失去家庭、失學的小孩得到幫助，我只是其中一個。我決心將生命奉獻在幫助老人家、保護小孩，這也是我

想成為護理師的原因。如果當年我有醫療的基本知識，也許，我的朋友就不會失去生命了……現在我已經成年，而且學到愛與關懷的力量。這些改變了我的人生，也讓我找到前行的方向。



賽伊和畫作／戰火中萌發的希望



我把得到的愛， 加倍為他人送上

來到土耳其那個月非常冷，我在工廠工作收入仍不夠生活，孩子只能去打工。當我進入滿納海學校任教，也成為志工，每晚視敘利亞家庭後已沒有公車，只能走路回家，我會想起當年，我也跟他們一樣渴望獲得幫助……

口述·凱門·哈提布 翻譯·林楠松、胡光中 攝影·黃筱哲

我曾在敘利亞教書二十年，一家人就住在學校附近的別墅裏，一直到內戰爆發。二兒子雲漢那年在清真寺讀經時遭遇空襲，炸彈在一樓爆炸、奪走許多條人命，在二樓的雲漢僅受輕傷，但心理遭受嚴重的衝擊。

情況沒有改善，我們搬了好幾次家，二〇一四年覺得不行了，一定要逃出國。剛到土耳其那年四月，非常冷，我和孩子們

感受那種嚴寒，與親人、家園分離的苦。最後雖然找到成衣工廠的工作，收入仍不夠生活，孩子只能去打工。

在工廠八個月，身心俱疲，隔年聽到滿納海學校成立，需要老師，我申請並獲得錄取，如今在滿納海教書十年了。因為慈濟的幫助，一家人開始有了轉機，雲漢從滿納海畢業後，獲得慈濟獎學金，來到臺灣慈濟大學就

讀。我擔任教職，也成為志工，參與家訪及每月在學校的發放（左圖）；前年土耳其南部大地震，我也與團隊前往災區發放。

慈濟幫助六千多個來自敘利亞的家庭，每戶每四個月會回訪複查。下班後，晚間禮拜結束，我們去一戶戶訪視，為他們讀經；雖然過了十點就沒有公車，我們得走路回家，但是當初，我們也跟他們一樣渴望獲得幫助。

當我看到慈濟從那麼遠的地方來幫助我們，我們敘利亞人更應該要相互幫忙。我是老師，就用我的專業投入志工，我們的宗教教導我們要為所有人做好事，也因為這樣的使命，我必須做好志工的任務，身為穆斯林就是要把握機會，做好每一件事情。

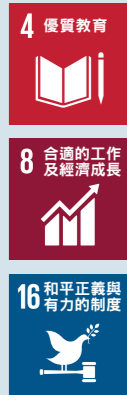
善事是無形的，卻能讓人感到溫暖：我希望把所得到的，加倍為他人送上。當你在幫助人時，回饋是內心暖暖的愛。沒有經歷過的人，是感受不到的。

我總是懷著自豪和熱情去行善，感受著溫暖。對在困難時向我們伸出援手、帶來愛心與善意的人們，心懷感激。在過去十年裏，我們共同走過，感受到在給予中收穫的精神與內心的快樂，遠超過受助的對方。

感謝慈濟與所有幫助我們的人，我發願持續把這分愛傳達動盪不安的地方，讓更多的人學著怎麼去包容，怎麼傳遞愛。



(攝：Ubaiden Aljamal)



撰文·葉子豪（慈濟月刊撰述）

土耳其滿納海國際學校 通往夢想之路

十年前，土耳其慈濟人把敘利亞難民孩童一一找回學校，蒼白疲倦的童顏，對未來沒有期待；但是當他們從滿納海國際學校畢業——我要做醫師、護理師，回去醫治戰爭中受創的人；我要成為工程師、設計師，來重建家園；我要成為老師，教導沒辦法讀書的人。這即是以教育翻轉了人生！



——二〇二五年開春，全球華人迎
接新的一年，祈願災難紛擾
成為過去，而流落外國的敘利亞
難民，則是殷殷企盼祖國迎來真
正的和平。

二〇二四年十二月八日，持
續超過十三年的敘利亞內戰露出
落幕的曙光；儘管國內外情勢仍
有變數，土耳其、黎巴嫩等鄰國
邊界，開始出現返鄉人潮。

在土耳其伊斯坦堡省蘇丹加
濟市（Sultangazi），也有一群敘利
亞人正在返鄉路上，他們是慈濟
為援助敘利亞難民所辦的滿納海
國際學校（El Menahil International
School）教職員和畢業生，每個
人闊別家鄉幾乎都有十年了。但
這次要回去的不是阿勒坡、荷姆
斯、大馬士革等地的「老家」，而
是遠在八千里外，臺灣島上的
「心靈故鄉」。

頂著十二月冬夜冷風，土耳
其慈濟負責人胡光中，站在慈濟
板橋園區門口，迎接這群遠道而
來，將接受證嚴上人授證成為慈
濟志工的敘利亞夥伴。

「從今天開始，你們不再是
難民，是敘利亞人了！」胡光中
說著，下機不久的團員們情緒激
動甚至喜極而泣，畢竟自二〇
一一年內戰爆發以來，大家已足
足顛沛流離了十三年！

亂世求生，異國千般難

空襲、砲擊、凌虐，家鄉成
戰地，迫使數以百萬計的敘利亞
人出逃鄰國避難。聯合國難民
署（UNHCR）二〇二四年底統
計，登記在案的敘利亞難民總
數，仍高達四百七十七萬多人，

滿納海國際學校高中部畢業典
禮，師生留下人生重要一刻；
畢業生或難民子弟考上大學
後，若家庭經濟困難，慈濟
會提供補助，支持他們完成課
業。（攝影／Mustafa Hamwieh）

其中有六成在土耳其，其餘四成則分布在黎巴嫩、約旦、伊拉克、埃及和其他北非國家。

對於逃到約旦、黎巴嫩等阿拉伯國家的敘利亞人來說，寄人籬下的生活雖艱難，但語言溝通不成問題，孩子也較容易融入當地的教育體系。然而土耳其卻截然不同，當地使用的是以拉丁字母拼音的現代土耳其文。來到這樣一個語言文化迥異的國度討生活，得付出更多的心血與汗淚。

因語言文化差異、法規認證問題，許多擁有教師、醫護等專業證照的敘利亞人，無法在土耳其發揮專業，只能從事低技術、低收入的工作。在收容五十多萬敘利亞難民的伊斯坦堡省，就有許多成衣、製鞋代工廠，為節省人力成本招募這些人打黑工。

「我當時做的是車縫工，工資換算下來大概是一個月五百美元；但十二到十四歲的童工，一天工作十小時以上，大概只能拿到



一百五十到兩百美元。」凱門老師說起在成衣工廠打工時所見。

比起成人，雇主更願意僱用薪資低廉的童工，孩子在成人都不難以忍受的惡劣環境裏勞作。

「一天工作十三個小時，只有十三分鐘休息時間，還經常被老闆打罵！」胡光中不捨地說。

即使父母願意讓孩子上學，也是困難重重，因為使用阿拉伯

文教學的國際學校或私立學校學費昂貴；土耳其公立學校儘管收費較低廉，但孩子語言不通，且學校不教阿拉伯文，母語就喪失了。凱門老師感嘆道：「孩子的教育，是我們面臨到的最大困難。」

父親的請求，辦學起源

然而土耳其慈濟志工一開始



二〇一五年慈濟志工家訪時，看見失學難民孩童在電車地鐵站外賣礦泉水幫忙養家（左圖）。十一歲的阿里在製鞋廠工作（右圖），後因慈濟助學進入滿納海學校就讀。

（攝影／余自成）

並沒有想到辦學。人口六十萬的蘇丹加濟市，就有數萬敘利亞難民，生活困苦，於是志工依循慈善救濟模式，二〇一四年開始訪視、造冊、發放。

豈料在發放物資的過程中，竟有人想要把領得的毛毯、食物「賣」回給志工。胡光中很不解甚至有些憤怒，但那位敘利亞父親所說，卻讓眾人不捨：「孩子們都沒有辦法讀書，你們要是有錢請給我們錢，讓孩子可以上學！」

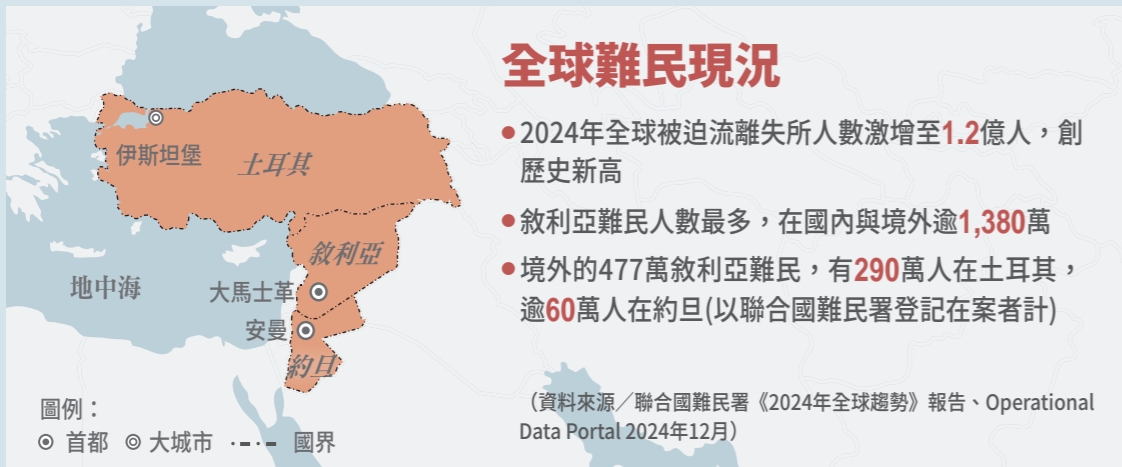
案家的請求，啟動了滿納海學校的第一步，當時僅有的三位土耳其慈濟志工胡光中、周如意、余自成，走進蘇丹加濟市、阿爾納武特市（Arnavutkoy）陋巷，尋找失學的孩子，一家一戶地收集資料造冊，再傳回臺灣慈濟本會做評估。

志工周如意表示，滿納海學校二〇一五年元月於蘇丹加濟市創校時，就招收了五百八十七名學生，教育、慈善雙管齊下，

「上人說，他們薪水多少我們就補貼多少。這些敘利亞家長聽到孩子不但能念書，還可以拿到補助，一開始都不相信，但我們真的去工廠把孩子找回來了。」

慈濟與土耳其政府合作，創校第一年從使用土耳其公立學校下午時段場地開始，招募具教師資格的難民任教，以敘利亞教材上課，老師薪水及其他雜支由慈濟負擔；合作學校增多，又面臨政府要求改為土耳其學制等問題，直到二〇一七年在蘇丹加濟市區租到大樓，成立國際學校，學生們終於能保有母語、也有固定上課的地方。

如今的滿納海國際學校，已成為具備幼兒園、小學、國高中以及成人掃盲班的大型綜合性學校，在校與線上的學生目前有四千七百多人。二〇二四年底統計，高中畢業共五百三十一人，考上醫療科系就有一百四十六人，理工科系一百七十七人，



為讓失學的敘利亞難民學童有機會讀書，志工胡光中（左圖右）帶著文件表格訪視難民家戶，案家的孩子行吻手禮表示尊敬；家訪結束時，志工周如意與住在地下室的孩子們道別（右圖）。

(攝影／余自成)



語文、宗教、媒體等社會科系五十四人。

穆罕默德·哈傑（Mohammed Nur Alhajjar），從小學一年級在滿納海念到高三。二〇一五年元月開學那天清晨，他從家裏徒步四十分鐘到學校，站在校門口等校工開門，是開學首日第一位到的孩子。余自成問他怎麼這麼早到，小哈傑用不流利的土耳其語回答：「因為怕太晚到學校，沒有座位。」

當年的孩子，如今已經穿上志工背心，成為發放、記錄的生力軍；也有人已出社會工作數年，畢業五年的傑內德（Ahmad Ned）是翻轉人生的實例。

二〇一四年逃到土耳其時，他十七歲。為了繼續求學，把重達十多公斤的高中教科書、考卷隨身扛著，然而生活難以為繼，只能到製鞋廠工作，直到二〇一七年進入滿納海學校就讀。

「慈濟把我從工廠帶到學

校，我的內心也從充滿仇恨變成了充滿愛。沒有經歷過這一切的人是很難體會到的。」把握慈濟開啟的機會之窗，傑內德努力追趕落後的學習進度，在滿納海高中部畢業後，考入世界排名前五百大的理工學院，並以優秀成績畢業。他把第一份薪水交給胡光中，捐助烏克蘭難民；現在正準備創業，成立自己的公司。

「傑內德說，有一天他會有機會，可以把所有補助他的錢都還給慈濟。」看到難民孩子們完成學業「成材」，胡光中付出不求回報，卻甚感欣慰，回想剛開始找到這些孩子，問他們將來想做什麼，孩子完全沒有期待。

「可是讀了書以後，你問他的願望是什麼？他們會說我要做醫師、護理師，回去醫治那些戰爭中受害的人；我想要成為工程師、設計師來重建家園，我要成為老師，教導沒辦法讀書的人。那個希望是真正用教育來翻轉人生。」

多語教學，劣勢轉優勢

在阿拉伯文中，滿納海的意義為「荒漠中的甘泉」，寓意讓身陷教育沙漠中的孩子找到知識的泉源。而支援難民子弟教育，也間接幫助了土耳其社會。

前蘇丹加濟市市長，現任土耳其慈濟基金會顧問的阿里（Ali Usmanaz）先生就指出：「如果敘利亞難民孩子失學，長大後會活得很辛苦。一旦淪為社會邊緣人，可能會有酗酒、吸毒、暴力行為，對社會造成更大的危險。」

自敘利亞內戰爆發後，巴勒斯坦陸續湧進超過五十萬難民。身為土耳其本地人的慈濟聯絡

十年前滿納海第一個到校的學生哈傑（左上圖），如今與好友卡薩（下圖右一）一起承擔人文真善美的記錄工作。（左／余自成攝影）

（右／Muhammed Hak攝影）



從幼稚園到成人掃盲班，不同年齡難民在滿納海學校上課，其中「華語文件學計畫」，對象是十三到二十五歲學生，二〇二四年初線上大小學伴在校內相見歡。（攝影／曾圓媛）



點職工埃米內艾爾拜（Emine Albay）回想，一開始大家懷著憐憫心關懷這些遷徙者，但隨著難民人數愈來愈多，同胞們感受到生活受影響，社會上的確有反對收容的聲音。「但十幾年相處下來，我和敘利亞鄰居都已如同一家人。而且慈濟不只照顧敘利亞難民，也照顧土耳其貧民，很多土耳其人都很感恩。」

失學的難民兒少流落街頭、非法打工，和本地人摩擦起衝突，讓政府及民眾深感憂慮。但滿納海學校所在的蘇丹加濟市，幾乎看不到敘利亞孩子在街上遊蕩，非法童工、族群衝突也比其他城市少了许多。「如果沒有滿納海，那將是一個大災難。」凱門老師肯定地說。

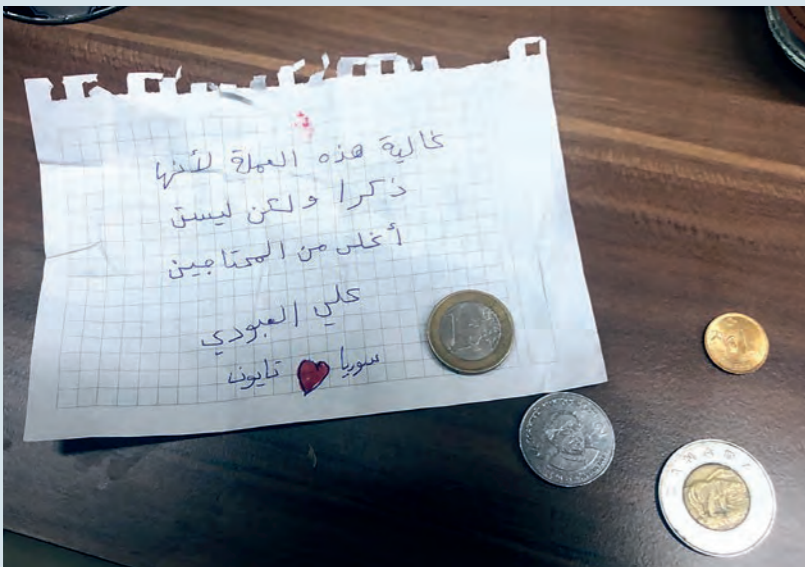
來到滿納海學校，學生們可以用阿拉伯母語學習本國語文、社會史地、數理生物等學科知識，以及土耳其文、英文。更重要的是宗教與人文的化育，除了伊斯蘭

信仰的根本《古蘭經》，學校並開設慈濟人文與華文選修課程。

慈濟基金會也結合國立臺灣師範大學、慈濟大學與慈濟國際青年會，於二〇二三年展開「滿納海的承諾——敘利亞難民華語文伴學計畫」，由臺師大教育學院胡翠君助理教授主持，招訓青年志工成為「大學伴」，藉由線上視訊教滿納海學子學華文。

知道多學一樣外語的好處，志工周如意力推華語文教育：「這些孩子從以前沒辦法讀書，到今天可以學習阿拉伯語、土耳其語、英語，再加上華語，對他來講是人生多大的轉變？只要通過檢定，就可以拿到臺灣教育部頒發的證書，以後在留學還有工作方面就有更多的優勢。」

她也引導敘利亞孩子領略東方文化的茶道、花道，並對父母、師長奉茶表達孝敬。談到妻子周如意對花道的堅持，胡光中坦言一開始不是很認同，直到周



滿納海師生多次自發募款回饋臺灣（下圖），新冠疫情期間，二年級的阿里阿布迪捐出珍藏的一歐元，寫下「這枚硬幣對我來說很珍貴，因為它是一個記憶，但不比有需要的人更珍貴」（上圖）。（攝影／Mohammed Nimr Aljamal）



如意把一封學生寫的信遞給他。

「她看不懂阿拉伯文，只能找我翻譯，我看到信上寫著一句話：『我很感謝您，您像母親一樣地對待我。把我當一個平凡的、普通的孩子一樣地對待。』」

當下胡光中才頓悟自己錯了，原來孩子們並不是一天生的「難民，那些美好事物他們都曾經擁有；但戰爭爆發後，所有人都把他們當難民看，鮮少顧及到他們還是原來的「人」！

「兵荒馬亂下，大家都在顧『肚子』，要讓這些孩童去感受生活裏的一點點美，很不容易但也非常重要。」周如意說明以美療癒心靈的用意，那分感受，可能在未來的生命挑戰中，成為孩子心底的支撐。

感受被愛，率先付出愛

對於滿納海學校的教育志業，上人有著深切的期許：「不

要讓逃難中的孩子，對人懷有仇恨，要讓他們心中存有愛與感恩的種子。」

要讓孩子、師長完全撫平戰爭、逃難造成的心理創傷，放下戰爭罪行衍生的悲憤其實不容易。但可以確定的是，愛與關懷的種子，十年來已在他們心中發芽茁長，並且發揮力量了。

新冠肺炎疫情期間，滿納海學校師生們和全球慈濟人一樣，響應竹筒歲月精神，捐出超過兩萬美金善款，資助慈濟購捐P21疫苗，優先為臺灣青少年施打。二〇二三年二月，土耳其南部及敘利亞北疆發生芮氏規模七點八強震，滿納海學校教職員及畢業校友，主動請纓前進重災區，是慈濟賑災團隊的主力。

「受到慈濟幫助的時候，我也開始學習幫助別人。」副校長阿罕穆德阿里揚（Ahmed Aliyan）回想，二〇一五年帶著太太及六個孩子來到土耳其，

及時獲得慈濟發放四條大毛毯，幫助一家人度過寒冬。生活安定後，他就投入助人行列，除了關懷身處伊斯坦堡的難民同胞，也於二〇二〇年底，前往黎巴嫩首都貝魯特，協助港口大爆炸受災戶的賑濟發放工作。在土耳其有難的時候，更是義不容辭。

「我們對土耳其地震受災民眾說，你們已經跟我們站在一起十年了，現在輪到敘利亞人支援了。讓我們一起努力，我們是一家人。」阿罕穆德阿里揚說道。

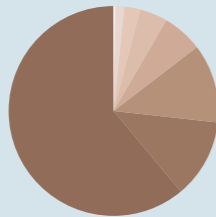
地震賑災團隊有多位滿納海畢業生，其中高中部學生哈克（Mohammed Hak）拍下敘利亞志工擁抱受災戶的畫面，甚至被《慈濟》月刊選用成為六七七期土耳其南部強震報導的封面。對於滿納海學子承擔影音記錄的表現，身為「師傅」的余自成備感欣慰：「之前他們是被記錄的人，可是二〇二三年大地震時，是他們來記錄慈濟大藏經。」

土耳其慈濟援助敘利亞難民行動

- 2014年開始，包括慈善、醫療、教育，逾**400**萬人次受助
- 每月補助**6**千餘戶難民家庭，定期訪視
- 興辦滿納海國際學校，**10**年來校內、線上學生**31,819**人

每月發放援助家庭類型

- 領取BIM現值卡 **4,173** 戶
- 孤寡貧困家庭（直接匯款） **832** 戶
- 醫療個案 **831** 戶
- 大專學生 **423** 戶
- 急難醫療 **292** 戶
- 家庭急難 **168** 戶
- 補助打工學生 **99** 戶
- 其他類 **26** 戶



總數 **6,844** 戶 (2024年11月統計)

滿納海國際學校大事記

- 2015年1月
滿納海中小學創校，為土耳其第一所半公立敘利亞學校，由土耳其學校提供下午時段場地，慈濟聘請難民老師授課，陸續增至**8**校
- 2015年7月
土耳其政府與聯合國兒童基金會合作，仿滿納海模式廣設「臨時教育中心」，幫助境內**30**萬名敘利亞難民兒童就學
- 2017年9月
慈濟承租新大樓，做為1到5校校舍
- 2018年8月
滿納海國際學校通過美國教育認證機構(Advance Education, Inc.)認證，並獲得土耳其教育部核准成立，於11月舉行小學部、中學部、高中部掛牌。2024年底統計，校內與遠距學生共**4,760**人，包含成人掃盲班近**2**千人



實現承諾，相遇敘利亞

從聯合國十七項永續發展目標的觀點來看，滿納海國際學校不僅確保了身為弱勢群體的難民，得以獲得免費、公平和優質的中小學教育，亦即達成SDG4「優質教育」，更重要的是傳達愛、和平、非暴力的價值。志工們把孩子帶離工廠，送進校門的行動，具體回應SDG8「合適的工作及經濟成長」，以及SDG16「和平正義與有利的制度」所共同關切的「剝削童工」議題。

「我希望把在慈濟人身上學到的精神，不斷地傳承下去，傳達到每一個不曾了解的地方，尤

二〇二四年底滿納海學校敘利亞志工來臺受證圓滿，參訪已簽訂合作備忘錄的臺南慈濟中學，志工們分享生命故事，展開親手寫的春聯送上祝福。

(攝影/黃筱哲)

其是動盪的阿拉伯地區。「獲得上人親自授證成為慈濟志工，阿克夫老師發願做一個傳達大愛、賑濟苦難的助人者，與他同梯受證的敘利亞志工們，也懷抱同樣的心願：把慈濟帶回敘利亞，用愛重建家國。」

「我對他們說，如果有一天你看到我和Nadya（周如意），在阿勒坡的廣場上閒逛，可以過來帶我們去你家拜訪。」這個不知在發放場合講過多少次的「夢」，胡光中坦言先前只想著說幾句祝福打氣的話，給難民撐下去的希望，而今這個夢不再遙不可及。

「明天到底會怎麼樣？半年、一年後是如何？大家沒把握也很著急，在這一段時間，我們該做的就是陪伴——我們給的承諾，就是陪他們走回家的這一條路。」胡光中篤定地說。（感恩

林楠松、胡光中、余自成、吳青泰協助翻譯）

中東歸來「譯」見大愛

撰文・葉子豪（慈濟月刊撰述）
攝影・黃筱哲（慈濟月刊攝影）

旅居阿拉伯國家四十年，同樣經歷戰火，身為穆斯林的林楠松以阿語為華人與阿拉伯世界搭起橋梁；信仰無絲毫改變，眼界卻比以前更寬更廣。

「大」為你們幫助了我，讓我有機會去幫助更多的人，給他們帶來快樂，讓他們生活過得更好。感謝上人，感謝慈濟。」

二〇二四年歲末在臺灣，與證嚴上人溫馨座談的會場上，滿納海學校學務處主任紀雅德（Omer Yilmaz）分享了自己逃難的經歷，以及到校任職、當志工的心路歷程。阿拉伯語訴說的真實感受，經由翻譯志工林楠松轉為中文忠實傳達。

身為虔誠穆斯林，現年六十

五歲的林楠松，旅居利比亞四十年，看盡中東風雲變幻，但對於與敘利亞志工互動的心得，依舊感慨萬千。

「你可以發現所有到土耳其的難民，要完完全全平安逃出來的機率並不高，家人要不被槍殺、要不被炸彈炸死，然後來到土耳其找不到工作。他們說，我們的故事其實都很相似，要不是有慈濟，就不會翻轉人生。」

林楠松早年留學利比亞，畢業後先到臺灣駐利比亞辦事處工

是不留情的！」

二〇一四年返臺長住後，林楠松經常獲邀在臺灣與阿拉伯國家的交流活動中擔任翻譯。他也成為學弟胡光中的重要支持者，除了協助土耳其慈濟，轉譯中文、阿拉伯文，也在信仰方面給予鼓勵。胡光中就表示，對於自己投入慈濟，許多同為穆斯林的親友不了解，甚至誤以為自己「出教」了。「但是林大哥常常鼓勵我，說不要擔心別人的說法，我們所做的事情真主知道即可！」

近兩年，家住臺中的他擔當敘利亞慈濟志工與上人、慈濟人的翻譯橋樑。二〇二四年歲末，全程跟隨敘利亞志工團隊圓滿海外慈濟人受證、臺南慈中交流、拜會臺北清真寺等重要活動。由

在臺南慈中，滿納海師長與姚智化校長（右）面對面交流，林楠松（圖中立者）口譯，讓雙方溝通無礙。

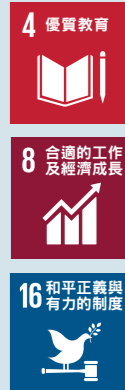
於營隊中能夠執行中、阿文雙向翻譯的人屈指可數，林楠松幾乎整天都要動腦、動口，精神體力消耗極大，但他樂此不疲。

林楠松以上人回饋佛陀故鄉的心願為例，認為伊斯蘭教親們也可以關懷當地，因為尼泊爾、印度等佛教聖地，也有許多穆斯林家庭需要幫助。而慈濟不分族群宗教的大愛精神，正是兵連禍結的中東所急需的。

「人的內心假設抱著仇恨，科技就是助長殺戮的工具。慈濟的大愛，在整個世界的穩定上有重要作用；人心能夠穩定，就會有安定感。不管外在如何紛亂，至少你內心安定，這更重要。」

在翻譯過程中體會到無緣大慈、同體大悲的大愛，林楠松很確定自己對真主的信仰沒有一絲一毫改變，眼界卻比以前更寬更廣。「我希望扮演一個介紹人，希望能夠在慈濟發展了那麼多年之後，做個小小的貢獻。」





線上伴學 說華語也說心語

口述・胡翠君（國立臺灣師範大學教育學院助理教授）
採訪整理・葉子豪（慈濟月刊撰述）

公益組織、學界與在地三股力量協力，才能成就敘利亞難民華語文件學計畫。
敘利亞小學伴和臺灣大學伴透過學習了解彼此、共同成長，遠遠超越語言教育所能帶來的作用。

一〇二三年啟動「滿納海的承諾——敘利亞難民華語文件學計畫」，兩年來共有兩百八十多位滿納海學生、六十位臺灣青年

住行的基本溝通；未來若能達到 CEFR A2，就相當於臺灣國中畢業生的水準。

許多敘利亞孩子想學中文，

時被轟炸，哥哥當場死亡，她再也看不見。雖然歷經生命的苦，可是她非常樂觀，跟我說她正在學點字，將來想要當律師。

參加。過去我參與多項偏鄉教育計畫，包括訓練大學生或在地師資，這次所招募的青年志工，先接受華語文專業教學的培訓；接著每週一次與敘利亞學生遠距教學，從基礎的漢語拼音、詞彙，搭配句型應用學習。

是因為感受到臺灣對他們的好，他們很希望能夠用中文跟臺灣人溝通，表述感謝。這兩年間，我和青年志工們兩度去土耳其和滿納海學校師生互動，親眼見證難民家庭的生活、苦難的角落。

二〇二四年，滿納海有一百零三位學生通過華語文能力測驗準備級，這個程度足以應對衣食

一次家訪時，看到屋裏家徒四壁；女孩的爸爸把她的頭巾掀起來，我才發現她臉頰有傷疤，雙眼失明。她跟哥哥坐校車上學

在她身上，我看見無常，以及在無常中要怎麼樣培養堅強，堅韌地面對生命。她的父親並沒有辦法找到穩定的工作，只能打零工，雖然生活不寬裕，他們仍拿出最好的東西來招待我們。那分誠摯與人分享的心，讓我很難忘。當我們在所謂給予的時候，對方回饋給我們的能量，才是最珍貴的；與其說是「給」，其實

我們才是接「受」的人。

持，沒辦法有很好的成果。

二〇二三年，滿納海學校有九位中文班學生通過華語文檢定，學生們手拿證書與臺師大胡翠君老師（前左五）歡喜合影。（攝影／Mohammed Nimr Al Jamal）

先前我主持過多項線上課程與師資培訓，與慈濟合作的這項計畫，最特別是不僅跨國界，且超越語言、宗教、國籍、文化。線上伴學本身就很不容易，青年志工的耐性其實會被磨損，學生也一樣；還有硬體方面，比如網路不穩、弱勢學生沒有手機或電腦。但我看到這群敘利亞孩子喜愛學習，以及胡大哥、如意姊等志工的努力；公益組織、學界與在地實踐三股力量協力，這三角

「滿納海的承諾」產生很多效益。遠遠超越語言教育所能帶來的作用，他們透過學習，了解彼此，然後共同成長。教育是一種機會和可能，就像是播種，一顆種子種下，無法預料以後會長成的樣子；如果不播種，那就一點機會都沒有了！至於孩子們可以達到什麼程度？可以走到哪裏？我們不知道，但會用很正向的方式去引導他們，相信所做的一切，都是有意義、有價值的。

如果去掉其中一角，這件事情很難成就；如果不是大家有心去護

料）
（感恩人文真善美志工張春雪提供參考資料）



● 滿納海的承諾 ● 敘利亞難民華語文 伴學計畫

- **合作單位** | 慈濟國際青年會、國立臺灣師範大學、滿納海國際學校、土耳其慈濟聯絡點
- **計畫內容** | 招募18~35歲青年，面試錄取後接受華語文師資培訓；每週提供1.5小時線上教學，陪伴敘利亞學生學習；並安排國際交流，大小學伴於土耳其見面。第3屆大學伴面試已於2025年元月完成
- **計畫主持人** | 臺師大胡翠君助理教授
- **計畫目標** | 輔助敘利亞小學伴考取華語文基礎級（CEFR A2）資格

青年線上伴學趣IG



在約旦避風港等待揚帆

撰文、攝影·林綠卿（慈濟約旦分會同仁）

約旦基於人道立場接納難民，是全球人均比例第二大的難民收容國，其中包含未登記者有超過百萬是敘利亞人；慈濟自二〇一一年冬天開始提供緊急或長期濟助，迄今補助手術醫療高達一萬五百餘例、以兒童為多數，教育援助超過兩萬四千人次，讓來到避風港的家庭安心停留。

娃法（Wafaa Alaei）的經歷，是敘利亞戰火下無數悲劇中的一個。先生原本在大馬士革市中心經營禮服店，生意不錯，身為全職家庭主婦的娃法，生活沒有什麼煩惱。

她並不特別關注二〇一一年的內戰，但二〇一二年二月一個深夜，一群黑衣人把先生帶走；「不要怕，我很快就回來。」這是先生告訴她的最後一句話。娃法等了八個月，只等到一張先生的死亡證明書；為了兩

個稚子，她逃至約旦首都安曼（Amman），與同樣在戰爭下喪偶的妹妹和雙親同住；姊妹一起替人打掃房子、做看護，加上聯合國食物券，六口之家靠著一個月四百至五百約幣（約新臺幣一萬六千至二萬元）度日。

從幸福美滿的少婦到必須當幫傭賺錢養孩子，唯一能夠安慰她的是兒子們很乖，在慈濟贊助學費下認真念書，寒暑假還去小雜貨店打工，所以她很知足，「我還有父母和孩子在身邊，比

一些人好太多了；能看著孩子長大，辛苦工作也有代價了。」

娃法的兩個兒子就讀安曼市貝橋學校（Bridge School），五年來慈濟在此助學、開學前發放書包文具、入校分享靜思語教學。學生總是來來去去，超過十年級就得轉去別的高中就讀，還有些家庭離開約旦，例如娃法二〇二三年四月透過聯合國安排，獲准移民加拿大。回憶起與先生的過往，娃法深邃的眼底還是藏著思念，但為了孩子的未來，為



安曼市貝橋學校一百多位敘利亞難民學童，二〇二四年收到慈濟致贈的學用品與書包，其中許多自二〇一六年開始接受慈濟助學。

母則強，帶著慈濟人的祝福，繼續到陌生國度開始新生活。

二〇二四年學年度，慈濟在貝橋學校就補助了一百零五位敘利亞難民學童；其中有三十二位來自五公里外、車程約十分鐘的慈心之家（Tzu Xin House）。

慈心之家收容來自敘利亞的單親媽媽與孩子、孤兒，這些孩子大多未能進入約旦公立小學就讀；慈濟約旦分會自二〇一六年十月起，在房租、學費等方面照顧三十多戶，並為孩子加開電腦、英文課以及跆拳道班。

困苦中的孩子特別早熟和勤奮，因為知道教育是唯一可以翻轉人生的路。二〇二二年八月約旦大學聯考公布成績，全體慈心之家媽媽與孩子雀躍歡喜，因為有三個女孩通過考試，可以去大學登記想要就讀的科系，這給大家帶來很大的激勵，即使流離他鄉、沒有男主人可以倚靠，下一代的未來依然有希望。

雅詩敏（Yasmeen Abduljalil）

想當藥劑師，小琳（Reem）被國立約旦大學（University of Jordan）韓文、英文雙語系錄取，曼拿爾（Manar Omar Abbas）考取國立巴卡大學（Balqa University）；女孩們在慈濟資助部分學費下，安心體驗大學生活，課餘也協助慈濟對約旦本地貧民的發放。

約旦人口超過一千一百萬，境內難民人數最高峰曾達三百五十萬人，逾百萬來自敘利亞；許多家庭離開難民營散落沙漠、都市邊緣辛苦謀生。慈濟與這些難民家庭結下的緣分已十餘年，受助學生超過兩萬四千人次，從安身、安心到安學，為他們照亮前路。

延伸閱讀

慈濟SDGs系列報導



張奶奶跨越障礙賽

髖關節骨折手術後第三天，張奶奶開始復健，雖然踏出的每一步都不容易，但家人的愛是她努力的動力，也讓我們見證生命的韌性。高齡可能帶來挑戰，但絕不是康復的障礙！

七

十八歲的張奶奶在家打掃，意外滑倒，造成右髖部骨折，送醫手術，住進骨科病房。術後第一天，奶奶非常沮喪，她坐在床上，不停地問醫護人員：「我還能走路嗎？我會不會拖累家人？」

奶奶的髖關節置換手術雖然成功，但她的年紀比較大，骨骼修復能力較弱，伴隨高血壓和糖尿病等慢性病，術後康復需要長期的努力和耐心；在家屬的陪伴和醫護的支持下，她展現了驚人的意志力。

術後第三天，我們開始指導

奶奶進行基礎復健。第一次請她嘗試從床上坐起來時，她露出了掙扎的表情，每一個動作都讓她痛得皺緊眉頭。她說：「腳很痛，我不行了。我年紀這麼大，還有辦法下床走嗎？」我們沒有放棄，為她設計了「一步一步印」的計畫。

第一階段，協助她從床上坐起來，練習深呼吸和腿部的簡單活動；第二階段，輔助站立，藉由助行器學習穩定重心；第三階段，逐步行走，每天在病房裏多

走幾步。當奶奶第一次成功走出病房時，隔壁床家屬及看護都給她掌聲，她笑著說：「原來我真的可以走！」

在復健過程中，家人的陪伴很重要。她的兒女每天都來病房探視，同時帶一些奶奶喜愛的食物，像是溫熱的地瓜或嫩好的湯品，不僅讓奶奶感到溫暖和關愛，也提供了情感上的支持。

有一次，孫女跟她說：「奶奶一定要趕快好起來，我們還要一起去公園散步喔！」她聽完笑著說：「好，奶奶答應你。」從

那天起，她的復健態度變得更加積極，即便每次下床都痛得皺眉，她也堅持下去，「我不能讓家人擔心，要快點好起來！」

雖然每一步都不容易，但張奶奶終於能夠使用助行器行走，甚至可以慢慢扶著扶手上下幾個階梯。她的成果也激勵了同病房的其他患者，許多人看到她的進步，也更積極配合治療與復健。

有人認為年紀大了，骨折康復機率低，甚至放棄努力。張奶奶以巨大的勇氣和毅力克服疼痛，還以樂觀的態度再站起來；家人的愛，是她最大的動力，寫下重返生活的奇蹟。

高齡可能帶來挑戰，但絕不是康復的障礙；在骨科病房，我們見證許多這樣的故事。每一次幫助病人從無法站立到重新行走，對我們來說，都是對生命韌性的致敬；也會繼續以愛與專業，守護每一位需要的人。（摘自

二〇二四年十二月六日志工早會分享）



在理想與現實之間

問 進入高二準備選擇大學，我想當老師；但現在社會少子化，基於現實考量，我該重新選擇志願嗎？

答 臺北慈濟教師聯誼會資深老師李美金，從小的志願就是當老師；後來如願以償從事教職四十幾年，不但培育許多英才，更是為慈濟教聯會老師立下許多動人的典範。

「想」當老師又礙於目前少子化，師資需求量變少，求職路勢必坎坷難行，該怎麼辦？

證嚴上人說：「信心、毅力、勇氣三者具備，則天下沒有做不成的事。」天下無難事，只

怕有心人；只要有心、用心，一定可以克服萬難，成為一位稱職的老師。

制定目標，保持熱忱

最近去住家附近學校運動，看到一位個兒小小、想吊單槓的小女生，只見她雙手往單槓的方向構、雙腳往上跳，努力了幾次，始終摸不到單槓；以為她會放棄，沒想到最後終於抓到單

槓，還如鞦韆一般，身體前後輕盈地晃動。

看到她綻放出滿足的笑容，就知道她當下正在享受成功之後的果實。所以請保持「想當老師」的熱忱，你一定可以像這位小女孩一樣，成功達到目標。

條條大路，通往理想

少子化的社會趨勢已不可擋，除了為教職做準備，也可以

思考第二條路。我有位學生很想當老師，在學校代課很多年，一直考不上正式教師；經過一番斟酌與考量之後，決定報考公職，補習、準備了一年，終於考上，並分發在住家附近，目前生活安穩又可以照顧到家庭。

心中可以有理想，但條條大道通羅馬；在這變化萬千的世代，隨時保持彈性，才不會讓自己往前的路充滿荊棘。

有失有得，傾聽內在

前世界網球球王羅傑·費德勒（Roger Federer），是我非常欣賞的一位運動家；他打球的姿態優雅、態度謙和、沉著冷靜，所以總能化險為夷地站在網壇制高點。

費德勒最近受邀到美國達特茅斯學院畢業典禮演講，他特別提到職業生涯中，在一千五百二十六場單打賽事，贏得近

八成比賽，但是他只拿下其中百分之五十四的分數，也就是僅僅比一半多一點點。

走在人生路上，費德勒認為最重要的是：「不可以對自己失去的耿耿於懷，而是面對它、接受它，繼續前進，堅持不懈地努力，適應並成長。」

人生路高低起伏，有時候需要踽踽獨

行，所以培養堅強的意志力、自律和耐心，並隨時傾聽自己

內在的聲音，調整腳步，始

終相信自己的選擇，才能在困難重重的現代走出一條

路。

就如吊單槓的小女孩與球王



每一天都有故事可說

從二〇一九年投入慈濟環保輔具平臺，幾乎每天都有故事可說；有感動也有感傷，慢慢調適心情來祝福使用者，也感恩總有菩薩出現，成就我們的志業！

從慈濟環保輔具平臺收到有人申請病床，我們聯絡對方，無論是致電或語音訊息，都無人回覆；晚上十點，我想再試試看，對方還真的接電話了，原來是她工作的場所收訊不好，所以錯過來電。

當我們三位志工將病床送到家，看到這位年輕女孩照顧長期臥床的爺爺和奶奶，白天請看護，晚間下班後她再接手。聊天中，問她有沒有想過把長輩們送到機構，她回答，雖然請看護花的錢比送去機構多，但她因此能

夠好好陪伴兩位老人家。

我想到有次送輪椅給一位一百零二歲的爺爺，由於地址難尋，由提報者騎摩托車出來為我們領路。爺爺重聽，平常的娛樂是使用手機看影片；提報者想讓爺爺外出走一走，所以特地為他申請一臺輪椅。

最特殊的是，提報者是七十歲的女士，爺爺是她以前的同事；即使爺爺沒有任何收入，她把爺爺當成父親，照顧他三十多年，更難得的是，這位女士的家人也同意。

現實生活中，有堅強又孝順的孫女，也有老吾老以及人之老的寫照——我從二〇一九年投入慈濟環保輔具平臺，幾乎每天都有新故事可說，滿是啟人深思的感觸。

自費也有智慧
有些輔具申請人表示，使用者長期臥床，時日不多了，最近想要出去走走看看，所以向平臺借用輪椅；接到這樣的訊息，我會盡可能立即送到。有時候聽到



志工們二〇二四年十二月來到南港送電動病床等輔具，一天就讓五戶人家減輕照顧的負擔。
（攝影／葉晉宏）

使用者離開，心情難過放不下，不過還是要轉變心境來祝福使用者，去陪伴他們的家屬，也更用心去對待送出輔具的每一戶。

有次送一張病床，給從機構回家的八十八歲老爺爺；一看地址，這不是我經常來理髮的店家嗎？我向爺爺的兒子詢問，怎麼沒有看到老闆娘？他說，媽媽今年九月往生了……

我眼眶泛淚，說起也是九月才去剪過頭髮；我們之間的緣分就這樣結束，人生真的無常，時間到了就離開。得知她在倒下三天後離世，沒有痛苦，我想是她的開朗健談，讓她無掛礙！

收回輔具後會清潔與消毒，以備提供給下一位使用者；清消過程中，我常想起母親提醒，要同時念佛號——感恩上一位使用者，也祝福下一位使用者；母親知道我的信仰，說我也可以請我的主來祝福。

每次收送輔具，我會和對方

聊一聊，也感恩對方一起搬運病床：「剛剛您幫忙搬床，有沒有覺得很重？你看我們搬那麼重的東西，還笑容滿面，不但付出無所求，還花自己的錢維修和清潔輔具，我們自費也有智慧——有時候一天要搬好幾床，會思考如何更省力，沒有智慧如何能做得更久呢！所以請您們一定要愛惜使用輔具，讓物命增長，延續下去。」

當使用者得知不用付費，非常感動，有些表示願意在假日加入我們搬運輔具的行列，或是捐錢行善；我請他們用手機上網搜尋慈濟線上捐款，選擇一次性或長期性都好，最重要的是發揮大愛之心，為自己和家人植福。

團隊力量無窮

謝先生在腦出血開顱手術後，恢復意識，醫院通知出院回家休養，並告知可尋求慈濟輔具



平臺協助，備妥居家輔具。

我接到申請，送去用品，閒聊中得知謝太太是外配，憂慮失去經濟依靠後，生活會產生困難；我告訴她，我是過來人，也熬過漫長的復健，謝先生的狀況雖然很難完全康復，但不要惡化才是重點。她說，很多人對她都說好聽的話，只有我講得太實在。

謝先生長期生病，求生意志不強，內心封閉；我請謝太太幫我向先生轉達，哪天如果他想跟我聊天，「我一定會來。」謝太太很感傷，我告知會請慈濟的師姊來看她，「她們就是您在臺的親人，到時您可以抱抱師姊，我們都是你最好的支柱。」

有次收到申請案，需要一臺

曾立文於苗栗聯絡處和北區輔具平臺志工交流維修技術，特別提到要依據醫師判斷才能使用氧氣製造機。（攝影／顏人鵬）

復健用傾斜床，幫忙父親站起來。雖然汐止平臺當下沒有這項輔具，但為了幫助這位孝順的女兒，我向各區求助。第一通來電是嘉義陳明周師兄，馬上又接到苗栗羅秋麗師姊通知有一臺手動站立床，隔日晚間，土城林金城師兄告知有一臺電動站立床，而且已測試完畢……再一天，桃園彭振維師兄及新竹方奇輝師兄也回報尋找中。

最後是我和蘇登添師兄開貨車去三峽平臺倉庫載站立床，送回汐止，由清潔消毒組陳素月師姊帶領團隊接手，緊接著由慈濟人醫會醫師陪同前往教導案家使用。無限感恩慈濟家人們發揮團隊的力量！

生命成就生命

為了收送輔具，汐止志工集資購買一部小貨車，命名為「吉福號」；十二月中旬，我們一趟

路完成五個申請案；第一戶住在巷子中，巷口停車場停放很多車輛，吉福號過不去；師兄們去拜託修車廠，車廠挪動了四、五輛車，終於讓吉福號停到案家門口，我們順利將病床搬到屋內。

來到第三戶，吉福號太高了，無法開進升降機至地下停車場，所以我們把病床搬下車，一起搭乘升降機；第五戶不好停車，我們請提報者，也就是使用者的孫子出來提取氧氣製造機。

感恩這一趟路，與鄰居結好緣願意移車，讓吉福號開進去；感恩有年輕菩薩出現，讓我們搬運輕鬆；更感恩當天一起來植福的師兄們。

投入這項志工服務快六年了，從完全不了解到認識一點點，這一年來，我多次去汐止的養護機構檢測氧氣製造機，不斷將所累積的知識分享给機構從業人員，幫助他們提升氧氣製造機的使用效率；也很感恩機構願意

將住民汰換下來的輪椅交給我們，經由維修組師兄的巧手，變成完好的輔具，它的新生命可以再次交給下一位使用者。

曾經去收回輔具，案主全家向我們跪謝，把我們都嚇壞了，他們說慈濟不只送輔具，後續更送來關懷。聽到這些心情，我覺得真的是菩薩在成就我們的志業！

最近我的身體不是很好，親友都叮嚀我多休息，但我還是閒不下來，只要覺得體力還可以，就會出門運送輔具。我希望能夠把握因緣為自己植福，為需要者造福，使用者、申請者與我也相互感恩。所以我會好好珍惜生命，因為我有快樂的事要去做，祝福自己，也為大家加油。

輔具申請與回收服務



臺北市中山八德記憶保養班

多一些快樂相聚的片段

記憶保養班每週一次的小聚，給了離鄉背井的外籍看護者一些放鬆的時間，給照顧者一些喘息的空間，更讓年長者多些與他人快樂相會的記憶，即使這些記憶可能是短暫的。

○二四年耶誕節前一日早上九點，陸續有老人家在家人或外籍看護陪同下，走入慈濟中山八德共修處的二樓，準備參加每週二上課的記憶保養班。

投影幕前四排長桌，老人家坐在桌前，陪伴者就坐在他們後方；入場前人人都領到了一頂耶誕帽，在唱完班歌〈幸福的臉〉之後，活動正式開始。

志工送來一整文具用品，有大致剪裁好的色紙，還有剪刀、

膠水及馬克筆等工具；今天手作主題是「會跳舞的耶誕老人」，學員們四人一組，將色紙組裝起來，粉色的是臉，紅色的是帽子，白色的是耶誕帽帽簷。

學員或多或少有失智症狀，認知功能不一，有些能清楚聽懂指令，快速完成步驟，有的則需要引導，或是只能坐在一旁觀看。志工們花心思在小細節上，盡量讓人人都有參與感，並保持活動有足夠的趣味性。

學員大多住在臺北市中山區，有年長退化的慈濟志工或社區民眾、醫師轉介來的長輩，上課前都會接受初步專業評估。「我覺得是有緣的，在社區的，那我就收！」記憶保養班負責人志工江旻真直率地說。

醫護駐點，提供專業諮詢

中山八德記憶保養班成立於二〇二二年十一月，是江旻真與



先生黃國倫在看了大愛劇《你好，我是誰》，深受啟發所辦理的；夫妻倆特地到大林慈濟醫院，向劇中主角本尊、失智症中心主任曹汶龍請益，並獲得他在北部的學生神經內科醫師林冠宏及個案管理師簡均穎協助。

兩年來，他們以志工的身分，為報名者進行初步的記憶力評估，判斷是否有參加記憶保養班的需求，或者進一步轉介就醫。林冠宏醫師每月一到兩次與事前預約的家屬會面，回答照顧失智症患者的疑問；個管師簡均穎則是駐點在每週的課程，幫忙注意學員狀況。他們都認同曹汶龍醫師的理念——從社會面向來幫助長輩，而非只是藥物控制。

在記憶保養班中，特別可以感受到失智症患者家庭的不容

耶誕節前一天的課堂上，志工和學員戴上耶誕帽、圍上紅色圍巾合影。

易，並顯現在照顧者這一端。

李女士在父親過世後，發現母親記憶力直線墜落，不時出現失序行為，雖然曾經請過看護，由於事先沒有充分溝通，看護難以時時刻刻照顧長輩的突發狀況，互動的經驗並不好。

失智症患者的病情千奇百種，對於沒有相關照顧經驗的看護而言，是很大的挑戰。

陪伴阿嬤來上課的印尼看護花麗，今年三十七歲，育有三個孩子；她已經在臺灣工作十年，說得一口好中文。這是她第一次照顧失智症長者，十個月以來，阿嬤常忘了她是誰，會出現害怕及生氣的情緒。

花麗認為，相較於上一任的看護經驗，阿嬤讓她感到照顧上的困難；但是來到記憶保養班或日照中心，阿嬤因為有事可做而減少失序行為，讓她安心一些。

李女士的母親也是如此。李女士觀察：「媽媽在這裏跳有氧



二〇二四年記憶保養班最後一個上課日，江旻真（右一）和志工們帶著學員「畫煙火」迎接新年。

舞蹈的自發性，比在日照中心好。」她認為宗教和群體的力量扮演很重要的角色。

團體手作，相互陪伴一段

「我想要試對，不想要試錯。」當初，江旻真在見到曹汶龍時如此說到。她及黃國倫的積極感動曹汶龍，樂意提供過去開班的祕訣，並介紹其他記憶保養班的負責人分享經驗。具體了解後，江旻真有了信心，認為自己可以辦得到；並邀請林冠宏醫師為當區志工進行三堂培訓課程，認識失智症照顧。

曹汶龍並建議，選擇每週一天舉辦較好。兩年多來，江旻真的經驗也是如此：「一週一天，長輩會期待，志工也不會那麼累。」她選擇手作為活動主要內容，希望長輩「動手、動腦、與人互動」，「這是曹爸給我的最大觀念。」

每二至三個月，中山八德記憶保養班志工團隊家訪，曹汶龍、林冠宏和簡均穎同行，仔細觀察長者的居住環境，了解他與家人的關係、生活作息及應對疾病的能力，提供家屬照顧上的建議。

中山八德記憶保養班團隊除了課程及家訪外，還有另一個服務。黃國倫過去經營遊戲社群，他設立「失智伴行病友會公益免費平臺」通訊軟體群組，讓家屬分享照顧心得、相互陪伴；在這超過兩千多人的群組中，以請教照顧技巧及傾訴長期照顧而導致的情緒困擾最多。有人說，看見這麼多人討論和互動，感受到原來並非只有自己一個人面對壓力。

黃國倫也與公司同事經營「失智伴行病友會」Youtube頻道，不定期辦理線上講座，未來計畫製作短影片，以常見的失智照顧問答服務民眾。

無論是上課、家訪、社群經營，共同的目的就是關懷照顧

者，提供短暫歇息的時間，讓共同處境的人們有交流的平臺；這些都能避免照顧者獨自面對全天候照顧的重擔，落入孤獨負重的無盡深淵。

長照據點，就在社區裏面

慈濟長照推展中心北區C據點推展組小組長陳惠仙說明，從基隆到新竹，北區共有三十三個慈濟長照據點，其中十七個C據點以及大同聯絡處和萬華聯絡處兩個失智照護據點，均由政府補助經費，並依規定每週至少開設兩個時段。此外，慈濟另外還有十四個長照據點，不包括八德記憶保養班，沒有領取政府補助，主要一週開設一個時段。

陳惠仙認為，慈濟在靜思堂、聯絡處、共修處或環保站辦理長照據點，不只可以直接回饋社區，也是社區民眾了解慈濟的一個管道，當他們走進會所，就

會有善的交流。

從小成長在臺北市中山區，江旻真說：「師兄姊都把我當成是女兒，我一直都想回饋他們。」記憶保養班最初開辦時招收十位學員，到如今已有近三十三位；現場包括志工和家屬或看護，幾乎是一比一陪伴。志工賴麗惠分享：「助人也助己！過程中，我們也有收穫。」志工們不只增長失智照護知識，個個還成為手作小老師！

「長輩都很喜歡這裏，每週會期待，颱風天的時候還特別提醒他們不要來。」簡均穎笑道。

十二月二十四日，課程即將結束，長輩與志工團隊拍大合照留念。花麗和幾位印尼同胞在金色的耶誕樹旁聊天、拍照。這樣的小聚給了離鄉背井的她們一些放鬆的時間，給照顧者一些喘息的空間，更讓年長者多些與他人快樂相會的時光與記憶，即使他們的記憶可能是短暫的。

小檔案 | 記憶保養班

- 大林慈濟醫院失智症中心2012年成立，曹汶龍主任於全臺輔導成立12個記憶保養班、10個失智關懷據點及4個照顧者互助家庭
- 2015年起舉辦失智症中心年度音樂會，邀請各地記憶保養班同樂
- 臺北市中山八德記憶保養班2022年開班，是第一個以環保站為主體的都會型記憶保養班



大愛劇
《你好，我是誰》



曹爸與
失智共舞



失智伴行病友會
Line



失智伴行病友會
Youtube

新竹靜思堂長照站

開心到捨不得下課

活到這一把年紀，不只每週兩天要「上學」，還能南征北討參加競賽，捐出獎金助人，新竹靜思堂長照班學員不斷創造新的記憶，開心得捨不得下課！

每週一和週五早上，新竹靜思堂總是特別熱鬧，一群穿著靛藍色上衣的爺爺、奶奶們陸續抵達，長照班九點開始，但有些長輩不到八點就到了。他們主動協助布置場地，將椅子排成兩個圓圈，或坐著聊天、或站著伸展肢體。長照班班歌「幸福是啥物」，迴盪在作為上課場地的感恩堂，氣氛活絡，彷彿同樂會即將開始。

七十二歲的馮秀美，三年前

來到慈濟長照班，就被「黏」住了，她認為與坊間的樂齡課程很不一樣，「這裏有制度，課程又規畫得很好，讓我可以學習、運動和成長。」秉持著「好東西要和好朋友分享」的概念，她找了三位朋友一起參加，而這三位朋友又再找了三位朋友加入。

將邁入八十六歲的蔡慶堂是資深慈濟志工，曾是實業家的他積極參與慈濟志業，晚年卻因身心痛苦及退化而足不出戶，子女

們想方設法帶他出門走走。一次途經靜思堂，入內休息，遇到長照班上課，蔡慶堂留下來體驗課程後，竟然不肯回家。女兒蔡淑惠回憶：「我跟爸爸說，一定會再帶他回來上課；從那天起，爸爸每天起床就問：『今天要去慈濟嗎？』迄今一年多來，沒有一次缺課。」

看見父親願意出門，認真地不放棄自己，退化的身體機能與口語表達跟著變好，蔡淑惠帶著

滿滿的感動哽咽地說：「爸爸能在慈濟被大家呵護照顧，全家人的心情輕鬆好多。這個日間的家好溫馨，好感恩！」

圓一個求學夢

在慈濟長照推展中心的指導下，新竹靜思堂C級長照站二〇一九年十二月六日成立，王秀如擔任長照班志工至今，陪伴七十多位長者上課。

王秀如二〇〇七年受證慈濟委員，「慈濟大家庭的長輩們都很疼惜我，每當我輪值香積勤務，他們一大早五點多就到廚房幫忙。他們感恩有做事的機會，我更感動他們的身行典範，學到很多做人的道理。」

「做香積志工時，聽見有些

二〇二四年十二月，長照班學員共同完成手作永生花。

（攝影／林德文）



長者說自己是『青盲牛』（閩南語：不識字），很羨慕有讀書、能識字的人。我聽了很不捨，於是二〇一八年三月開始，每週一上午邀請十餘位法親長者參加讀書會，讓他們體驗念書的感覺。」這一分彼此疼惜的心，種下二〇一九年長照班成立的因緣。

「最初推動長照班並不順暢，也遇到一些挫折。長者們都很有個性，只要是不喜歡的，就表明不願互動，學員彼此之間也比較疏遠。還有一個原因是有些長者聽不懂國語，講師也不會講閩南語。」這班學員年齡從六十五歲至九十三歲，有些不識字，王秀如邀請長者們收看以閩南語歌仔戲演繹的〈高僧傳〉，成功吸引了他們的興趣，陸續邀約同伴一起來參加。

上課前，大家先禮佛，收看一段證嚴上人開示影片，接著再進行動靜態課程；內容相當多元，又有志工在旁輔助與鼓勵，

長者們從木訥生疏到熱切期待；甚至行動不便的長者，也風雨無阻地前來上課。

二〇二四年七月，長照班這一期最後一堂課，由臺北榮民總醫院新竹分院醫療團隊來帶動，他們為每一位長者準備一頂學士帽，圓一個「學士畢業夢」，飽受時間刻痕的每張臉龐，洋溢著歡喜驕傲的神情；長者們沒想到老來還能結交一群同學，重溫求學時光，黃錫桂感動地說：「感恩有緣加入靜思堂長照站，深感榮幸及幸福！」

積極外出參賽

王秀如體貼長者們年紀大，容易低血糖，她自掏腰包準備小點心，課間休息時請長者補充能量；若有長者缺席，她一定主動打電話問安，若是對方微恙，她一定親自跑一趟探望。長者們感受到王秀如的用心，漸漸地把她

下去的動力。」

照顧者喘口氣

八十六歲的陳碧霞，在二〇二一年中重度失智前，生活填滿了慈濟，舉凡綁素粽義賣、去慈院工地當小工、為了賑災上街頭募款、投入社區環保及香積，付出二十年。但在新冠肺炎疫情期間，陳碧霞的記憶力退化，再也無法投入志工，封閉在家的日子只願意到靜思堂。

女兒溫玟玲要哄母親出門就醫，還得告訴她：「師父說，要看完醫師，才能去靜思堂喔！」看到母親對慈濟念念不忘，溫玟玲在居服員建議下，帶著母親參加長照班。

「一開始我很擔心，媽媽會

長照班動態課程中，帶動長者鍛鍊肢體平衡與肌耐力。

（攝影／王秀如）



視為自己人。王秀如說：「最開心的是，以前長者對我說『你們師父說……』，現在則是『我們師父說……』！」

長輩們不只上課，也樂於參加慈濟活動，佛誕日浴佛、農曆七月吉祥月祈福、歲末祝福等，更響應行善，援助烏克蘭難民、土耳其震災受災戶、回饋佛陀故鄉貧苦人，魚貫地將手裏捏著的紙鈔投入竹筒，不忘再雙手合十，為遠方的人們祈福。

王秀如還帶班參加新竹市府專為銀髮族舉辦的各項比賽，二〇二二年在新竹市衛生局舉辦的「花漾爺奶動動SHOW」競賽中榮獲第二名，晉級至全臺賽獲得第三名佳績，學員將兩萬五千元獎金全數捐助烏克蘭難民。他們不敢相信自己居然可以在舞臺上表演並且獲獎，還有能力付出愛心，大家都有滿滿的成就感！

七十七歲的童林金英說，在家裏只有夫妻對看，來長照班卻



《慈濟》月刊

美善故事的心靈故鄉 有聲有影雲端交流



- 中、英、日三份刊物一站盡覽
 - 圖文、影音、有聲書，讓您一次看到
 - 透過手機、平板、電腦舒適閱讀，隨時掌握慈濟脈動
 - 慈濟月刊 線上閱讀，請掃左側 QR code
- 手指輕輕一點，輕鬆分享美善故事，將感動化為實踐



從互動疏離到建立深厚的情感，每當慈濟發起海內外賑災，長者們響應投竹筒行善。
(攝影／王秀如)

不斷問問題、坐不住；但自從參加長照班後，她心情、胃口都變好了，甚至多次在半夜就換好制服，要到靜思堂上課。「照顧母親的過程中難免挫折，偶爾也會起衝突，慈濟的長照服務，讓她稍減肩頭壓力，「媽媽上課的這半天，我可以暫時放鬆，很感恩每位耐心陪著媽媽的志工，給媽媽無限的包容。」

近六年的帶動，王秀如以〈綠葉成蔭〉一段歌詞來詮釋心情：「讓無私的愛綠葉成蔭，給疑惑的人一個園地談心。」王秀如說，自己成長在一個充滿愛的家庭，進入慈濟以後，跟長者們特別投緣，「陪伴長者的不二法門，就是把他們當家人、朋友，並且用心發現、細心觀察、貼心關懷、真心傾聽、熱心付出，用生命陪伴生命。」

九十八歲的母親時常叮嚀與鼓勵王秀如：「要尊重長者，把長者當自己人。」人生百味，每

位長者都有各自的故事，王秀如最希望他們感受到的都是幸福滋味。「雖然投入長照工作很辛苦，帶長者出門的壓力很大，怕照顧不周；但只要有心、認真去做，都會圓滿。」

感恩堂裏，長者們正專心地繪畫，柔和的燈光灑落在三尊佛像上，佛眼低垂，彷彿看顧著這群銀髮長者，帶來安心的力量。

小檔案 | C級長照服務站

服務對象 包括健康、亞健康等中高齡長者，無須經過長期照顧管理中心評估，直接至長照站使用服務

服務內容 提供社會參與、健康促進、共餐、預防及延緩失能



馬來西亞沙巴 產婦盤山過海 走出生路

山區部落的產婦，深夜走在蠶叢鳥道，往城市裏的醫院前進。
大腹便便的離島準媽媽，搭著一葉小船渡海顛簸、飄搖進城。
為了新生，她們甘願受苦；
為了守護，慈濟志工與偏鄉醫護願意一路相伴。

撰文・王俊富（獨立紀錄片導演） 攝影・鄭映航（經典雜誌攝影）

「您覺得，這件事到今天還有意義嗎？」一位慈濟志工問道。

要探索意義，或許可先溯源、再從時空脈絡中爬梳。有無意義？答案終會浮現。志工思考的這件事，發生在赤道國度馬來西亞的沙巴州。

從高空鳥瞰，蓊鬱雨林、黃水長河、湛藍海岸、點點聚落，大致已經勾勒出沙巴的印象。浙瀝瀝的季風雨後，空氣中的溫溼度更讓沙巴充滿赤道之味。

二〇二四年底，我帶著紀錄片拍攝小組來到雨季的沙巴採訪。前往山區的途中，突然下起滂沱暴雨；大河瞬間洶湧、洪流淹沒車行便道；高懸搖晃的吊橋上，三兩學生快步而過、全身溼透。看著眼前情景，大家卻深吐一口氣，同時有種壓力釋然之感。因為，就在前一天的同一條路，團隊才剛拍完慈濟志工護送孕婦下山待產的畫面。這一天之

差，或許已經改寫這對母嬰的命運。

隨行志工李師雄平時是跑遍全沙巴的貨車職業駕駛；他分析道，沙巴水陸交通與天候相關。尤其熱帶暴雨威力極強、常常釀災。河流漲水是最危險的，因為沒人知道前方究竟是河道還是路面。而原始山區則依靠小船接駁，航行與否同樣取決於水位。

亞洲第一大島，人稱婆羅洲。這個大島分屬三個國家地區——汶萊、印尼加里曼丹省、北邊則屬於大馬沙巴州。婆羅洲擁有全世界最古老的雨林；地形上，可說由山、林、河、島交織而成。更深入內陸，許多原住民部落仍呈現近乎與世隔絕的狀態。在杜順族（Dusun）原住民語中，本文故事發生地比打士（Pias），即為隔絕之意。

婆羅洲赤道氣候明顯，上半年乾季結束後，下半年雨季常常充滿戲劇性。如前述，隨便一場

安吉莉娜一路顛簸從離島來到慈濟生命關懷之家待產，準備迎接第一個孩子出生，慈濟志工像媽媽般噓寒問暖。

暴雨，就可能阻斷山區對外交通。部落居民或許早已習慣這樣的天氣，但若遇到緊急狀況，可能就應驗了他們常說的一句話：「不是生，就是死！」

難產風險，威脅偏鄉婦女

往下閱讀前，先試想一個畫面——山區部落的產婦，深夜走在蠶叢鳥道上往城市裏的醫院前進。大腹便便的離島準媽媽，搭著一葉小船渡海顛簸、飄搖進城。為了新生，她們甘願受苦；為了守護，慈濟志工與偏鄉醫護願意一路相伴。

在沙巴州北部離島詹博根（Jambongan），二十八歲的安吉莉娜（Angelina）初次懷



志工與護士來到安吉莉娜（上圖右二）家中，眾人以天主教儀式祈福後，火速將她帶往比打士待產；她臨盆在即加上高血壓，一路可謂驚滔駭浪（下圖）。



胎。她是來自印尼的天主教徒，丈夫在油棕園辛勤工作，月薪約莫一千七百令吉（MYR），折合新臺幣一萬兩千元。由於曾患癲癇與高血壓，安吉莉娜已經被護理師列為高風險產婦。產前二十多天，她被送往比打士附近的醫院，順利產下一個健康的女嬰。

在同屬沙巴的深山，另一位懷有雙胞胎的原住民媽媽難產，家人緊急將她送往城裏的醫院。無奈山路崎嶇迢遙，加上大雨引發河水暴漲，最終阻斷了求生之路——母子三人在途中不幸離世。

前者的幸運發生於二〇二四年，而後者的悲劇則是二十多年前的事。兩位母親截然不同的遭遇，深刻反映了偏鄉婦女生育上的困境。慈濟志工張植青歸納出四個難——說服難、交通難、宣導難、偏鄉醫護人力難。

二〇二四年年底，來自沙巴首府亞庇（Kota Kinabalu）的慈

濟志工，分乘兩船前往詹博根島。傍晚海天一線、斷霞殘紅；但眾人不待欣賞美景，抵達診所稍事整備後，擠上老舊皮卡往內陸前進。

天已黑，從高空鳥瞰，僅剩兩束微弱車燈引出小徑方向。擠在皮卡後方仰望天際，可見一輪皎月與點點星光。森林傳來野獸鳴叫、油棕葉偶爾輕拍訪客臉上，感官體驗十分特殊。半個多小時顛簸後，皮卡終於抵達一座工寮。造訪的對象，是菲律賓籍首胎產婦克勞汀（Claudine）。她年約二十歲，但聽不太懂馬來文。

夜漸深了，駐島護士莉娜（Linah）跟慈濟志工林雪珠寒暄後切入正題，詢問克勞汀準備好沒。隔天一早，就要前往比打士的慈濟生命關懷之家待產了。

莉娜對於島上產婦狀態瞭若指掌，也希望克勞汀早點前往比打士。專車來接，就是為了保障

她的安全。

描述至此，理應順利吧？其實不然！

克勞汀雖然收好行李，卻不甚開心。原因是——離預產期還有一個月左右，她也幾乎沒離開過詹博根島。面對陌生環境，心中忐忑。小丈夫離情依依、親戚鄰居各有意見；七嘴八舌下，克勞汀拿不定主意。將近晚上九點了，莉娜發現她的態度有點動搖，有默契地與林雪珠一起積極說服。但很可惜，克勞汀的婆婆婉拒了好意。

對於莉娜來說，這樣的挫折感不是第一次。最關鍵的原因，其實是錢。

這些來自鄰邦的產婦因為沒有馬來西亞國籍，只要進到醫院，就必須先繳兩千令吉保證金；如果加上醫療與其他支出，負擔沉重。也因此，多數產婦選擇居家分娩。問題是，順產當然皆大歡喜；但萬一胎位不正、妊



慈濟生命關懷之家原為六腳屋，二〇一三年重建為水泥建物，兩間臥室可容納十個床位，配備浴室、客廳、廚房及洗衣間。二〇二四年十二月，馬來西亞及臺灣慈濟志工、紀錄片團隊前往探訪。

(上／歐陽濟緣提供)

娠毒血、高血壓，難產的風險及後果之重，就是嚴肅的公衛人道議題了。

臨盆倒數，船夫破浪前行

另一個村子裏，高風險產婦安吉莉娜一早已經準備好，由志工和護士火速送往比打士。

安吉莉娜的肚子大到下垂，也頻繁出現胎動。陪伴在旁的林雪珠說，島上護士都特別受過產科訓練；有次，一位媽媽分娩，子宮竟然脫出產道，護士莉娜能做的就是將它塞回去，再以布條固定後緊急送醫。

護送安吉莉娜這趟路，堪稱步步驚心。海邊碼頭小船備便後，一行人往本島駛去。對產婦來說，船運費用同樣不便宜，動輒就是上百令吉。船夫雖知運送產婦必須維持平穩，但海象無法商量；只要晚個幾分鐘，可能暗流一來又無法行船。



風浪中，船夫在趕路以及志工叮嚀小心的兩難下破浪前行。雖見遠方烏雲密布，但時間不待人。護士猜得到會經過雨區，先體貼地幫安吉莉娜穿上雨衣、並肩陪著。很快地，傾盆驟雨一來，大家身子都溼了。從大海進到紅樹林遍布的雨林河道、靠岸、上陸，安吉莉娜被呵護備至。

幾小時的車船周折後，她終於來到慈濟生命關懷之家。當晚，如護士一直擔心的，安吉莉娜血壓突然飆高。生命關懷之家職員露西（Lucy）與萊多拉（Lailora）母女見狀，立刻送她到幾分鐘車程外的中央醫院。醫師診斷後，將她留院觀察。大家雖然擔心，卻也安心。在醫院，畢竟比島上安全許多。

盤山過嶺，把產婦帶出來

比打士沒有慈濟人，從亞庇

前往，單趟車程就是三個多小時；雖然舟車勞頓，但志工毫不言苦，只要能將產婦從部落送到生命關懷之家，一切都值得了。歐陽濟緣回憶道，以前還搭過五個多小時快艇到鄰近菲律賓的小島接人。「是苦，但只有親自受苦，才知道什麼是苦。」

慈濟生命關懷之家成立於二〇〇三年；當時，離亞庇約一百三十七公里遠的比打士，華人醫師鄭榮輝駐診於此，親見許多偏鄉產婦因交通困難枉死於途，心中頗生悲憫。比打士幅員遼闊，光行政區就有一百九十多個部落；而地方政府在亞洲金融危機後經費拮据，能力亦有限。作為亞庇最貧困的區域，比打士難產死亡率高達百分之二十三。

鄭榮輝每年平均面對七位產婦死亡的案例，深感無力；一次慈濟義診中，他向志工提出援建中途之家的請求；而這個家，對偏鄉產婦意義重大。



生命關懷之家距離慈濟亞庇支會單程車程三小時，二十多年來志工持續守護，讓準媽媽們安心待產，也將難產率降低至零；圖為二〇二四年十二月，鄰近教會教友前來共度耶誕。

婦溫馨互動。「Only one baby, OK?」劉濟雨開玩笑般與產婦打勾勾、做約定，也希望她們節育。因為生愈多，經濟負擔愈重。關於家庭計畫，劉濟雨是認真的。

劉濟雨回憶道，二十多年前，這裏的原住民生活在貧窮線

之下。他們世代深居山區，除了沒有出來看病的本錢，也不具備現代醫療的產檢觀念。孕婦真想到比打士就醫，通常得走上兩天的山路。東馬原住民民族很多，光方言就可能有一百種。志工們不管是溝通或想獲得認同，都相當困難。

資深志工翁濟隆則說，原住民教育程度低，醫院也不提供產前入住的服務；他們看到這群陌生人帶來好意時，其實充滿疑慮。不過，只要媽媽們願意住進生命關懷之家，在舒適的環境裏過幾天後，安全感也很快建立。

慈濟基金會副執行長劉濟雨，時任馬六甲與吉隆坡分會負責人；因緣際會下，他將會務延伸到東馬；除了關懷個案之外，也舉辦山區義診。當他理解困境後，立刻允諾鄭醫師的請託；而現任雪隆分會執行長的簡慈露師姊，則為這個機構取名為「慈濟生命關懷之家」。

草創期，志工先租下一棟簡單的六腳屋；細加整修後，隔出兩大房，正式展開服務。二〇一三年，志工買下這塊地，申請社福專用，並將房子翻修為水泥建築。至今，已經有一千八百多位寶寶因為這個家平安出生。慈濟亞庇支會負責人張植青回憶，比打士很偏僻；一個小工程光是找包商、材料，都得從亞庇支援，連現場監工也是師兄輪班承擔。

二〇二四年，劉濟雨重返比打士。他用手機拍下生命關懷之家周邊的花花草草，也與產

翁濟隆如此描述志工們過去的努力：「要盤山過嶺；小船過河，有時水淺下來推、水深才上船。想把產婦帶出來真的很辛苦。」

張植青回憶，過去志工進到部落，得要待上一、兩週，除了準備衛教內容、交通勞頓，也須在村子住上好幾夜。他再次形容，一切都是克難。

母嬰均安，中繼之家奏效

資深的張雲清師姊說，生命關懷之家走過一段筆路藍縷。成立之初，志工每個月上山一趟，大家透過肢體動作取代語言隔閡，努力安撫產婦的心。部落婦女早婚，常常十四、五歲就懷孕，生個十多胎是常有的事；而媽媽、女兒同時住進生命關懷之家的例子，更不罕見。

在傳統部落環境，婦女分娩多半依賴家人或產婆。曼杜里安村（Mandurian）還有一位僅存



的末代產婆；過去接生時，她通常只帶著馬蜂橙葉跟簡單工具，除了默念咒語祝福產婦與寶寶，也會施予安胎儀式。臨娩時，準備熱水、毛巾、雙手接生，再以竹片割斷臍帶。母嬰能否平安？得靠運氣。因為，一個小發炎都會釀成危險。

林雪珠分享道，部落產婦的預產期常常是不準的。對生命關懷之家職員露西來說，照顧起來偶爾也會驚心動魄，因為，有些孕婦真的說生就生。六腳屋時期，一位媽媽突然頻繁如廁，當露西發現時，孩子的頭已經出來一半。產婦送到醫院後，她才回頭清理樓板上那灘血。

另一次，產婦通知露西，直說快生了。待露西火速趕回，產婦已經坐在馬桶上、雙手抱著寶

安吉莉娜在二〇二四年年底平安誕下寶寶，這也是家人與志工最美好的新年禮物。

（相片提供／慈濟亞庇支會）

寶。幸好，護士很快過來支援，也速將產婦送院。這些意外如果發生在深山裏，結局難料。

長期與慈濟合作的村診所護士瑪麗斯基亞（Mariscia）說，孕婦照顧不只有待產；產後複診、寶寶黃疸，都得回到醫院。如果沒有生命關懷之家中繼，她們是不可能願意出來的。衛生所與慈濟的合作，讓兩股愛的力量加乘、守護更多母嬰的健康。

珍惜生命，永恆普世價值

沙巴的宗教色彩除了原始的泛神論信仰，多半以天主教或是基督教為主。早年西方教會把愛帶到雨林國度後，一直延續至今。城市裏，清真寺算是普遍，也看得到華人廟宇。慈濟亞庇支會會所旁，則有基督教堂比鄰。這些宗教、族群的多元融合，反應了大馬的特殊國情與文化。

耶誕節前夕，生命關懷之家

附近的牧師帶著教友前來報佳音。同時，志工早已準備好餐點、將空間布置出耶誕氛圍。牆上，除了破蛹飛舞的蝴蝶彩繪，亦有證嚴上人法相陪伴。這幅世界大同般的場景，映襯了何謂大愛、何謂無私。從屋外往內看，暗夜中，門窗透出的光描繪出一扇溫馨浮世繪。雨後氣氛靜謐；

鄉村蛙鳴聲中，耶誕福音、慈濟歌（一家人），和諧交織出最美的人間風景。

二〇二四年最後一天，志工傳來許多照片。安吉莉娜抱著寶寶哺乳，露出充滿母愛的微笑。這個畫面，暗喻著許多種族世世代代的繁衍與新生。

回顧慈濟志工的提問，二十多年後，這小小的生命關懷之家還有意義嗎？歐陽濟緣道：「極端氣候愈來愈嚴重、河川漲水更兇猛啊。不出來，路斷了怎辦？」嚴格來說，這裏的部落生態跟百年前差不多。交通雖然改善，但

生產之路依舊難行。也因為珍惜每個生命，讓生命關懷之家的價值依然重要。與大型慈濟志業相比，它或許只是一個小而美的計畫。但這個家，象徵華人、馬來人、原住民與他國移民不分族群宗教的互愛，也見證非政府組織與醫療系統合作下的雙贏。這個長期合作，終於將百分之二十三

的難產致死率降低至零。

亞庇到深山距離遙遠，但劉濟雨的一句話，或許可為本文註腳——「只要有志，路就不遠。」回顧歷史，一九六六年，證嚴上人因為親見花蓮原住民產婦的一攤血而發下大願、創造慈濟世界。東馬的生命關懷之家，正是這個慈悲大願的延伸。

比打士慈濟生命關懷之家

Rumah Penyayang Tzu Chi Pitas

2003年5月成立，位於比打士市區產科診療所對面，食宿免費，提供偏遠地區孕婦待產，降低難產憾事；2024年底統計，已有1800多位嬰兒因為這個家而平安出生



菲律賓保和島

那一年，我們一起蓋的教室

十年前援建的簡易教室，依然被校方使用著；
歷經震災的學子們，在慈濟助學後成爲社會中堅；
教育是翻轉貧窮的希望，當年參與菲律賓保和島重建的志工親眼看到了！



撰文・江季芳（大愛電視節目內容創作中心企畫）
攝影・蕭耀華（慈濟月刊攝影）

十年前援建聖嬰王中學簡
易教室的臺灣志工，舊地
重訪，與學生相見歡。



保和島二〇一三年十月強震，許多校舍毀損，三迪安國立中學（Sandingan National High School）在大樹下搭帳棚復課（左圖）；二〇一四年七月，卡梅爾中學（Carmel Academy）簡易教室完工啟用（右圖）。（左／林炎煌攝影）（右／博麗妮攝影）

菲律賓保和島（Bohol），就是一般人熟悉的「薄荷島」，是知名的觀光勝地、潛水天堂，有謎一般的巧克力山群、稀有保育動物眼鏡猴；在這些觀光印象之外，保和島居民個性純樸好客、信仰虔誠，就算語言不通，一個熱情的微笑，就能融化

隔閡。二〇二四年十二月，大愛電視拍攝團隊踏上這個美麗的島嶼，見證慈濟志工十年來耕耘的足跡，其中對教育的著力不遺餘力。

菲律賓的大學數量眾多，但是許多家境貧窮的孩子卻無力完成中學教育。二〇一八年菲律賓教育部統計顯示，中學生輟學人數占總註冊人數百分之十一，即使中學能順利畢業，進入大學就讀的人數比例也未能過半；統計至二〇二三年，菲律賓一點一七億人口中，超過百分之十五在貧窮線下，也就是一千七百五十四萬人、約三百萬個家庭，收入無法滿足基本生活所需。平均五口之家，月收入約一萬兩千披索，折合新臺幣不到七千元，溫飽尚且困難，如何有餘裕讓子女接受教育？許多孩子不得不放棄升學夢想。

而慈濟對於保和島的關懷，

從慈善、醫療個案轉介、兼顧教育，幫助外島子弟完成課業，脫離貧窮邊緣。

震災後，最愁教育困境

二〇一三年十月十五日，保和島發生芮氏規模七點二強震，造成建物倒塌、人員傷亡；遠在飛機航程一個半小時外的馬尼拉志工，進入保和島勘災與發放；想不到三週後，海燕颱風侵襲鄰近省分的獨魯萬、奧莫克等地，釀成毀滅性災害，包括慈濟在內的眾多 NGO 團體紛紛轉向馳援，保和島救援行動因此暫時中斷。

一個多月後，當保和島勘災團員之一的蔡青山，回到靜思精舍報告海燕風災救援情形，上人輕輕提醒：「莫忘保和島。」蔡青山記住了，二〇一四年年初，再度和志工回到保和島，官員求助：「拜託您們到學校看看，我



再生電腦跨海而來，學生迫不及待地操作（上圖）；菲律賓慈濟志工蔡青山走進教室了解師生的學習需求（下圖）。

們的學生已經幾個月沒辦法好好上課了！」

就讀高中最後一學期的薇琪（Vergie P. Almosura），那一年遇上震災，教室倒塌，她和同學在帳棚裏上課，天氣好的時候悶熱難耐，下雨則是踩著帳棚內的積水，幾乎難以正常學習。在她即將畢業之際，慈濟志工到校勘查，決定援建簡易教室。

簡易屋材料六月初運抵，來自臺灣的志工團隊也進駐保和島，帶領家長、老師和居民參與搭建，志工團隊傳授組裝技巧，共為十九所學校完成一百五十間教室。

薇琪也跟著村民為教室製作地磚，雖然畢業了，但是看到學弟妹有教室可以安心上課，她非常高興。

十年後，老友溫馨重逢

當年參與興建簡易教室的一

群臺灣志工，二〇二四年底特別來參加慈濟保和島共修處十周年慶。這天，趁著慶祝活動開始前的空檔，重回科德示鎮（Cortes）聖嬰王中學（Infant King Academy），了解當年捐贈的十五座簡易教室使用情況。

臺灣參訪團領隊陳金海一進入校園，就注意到一張熟悉的面孔——本土志工帕特里奧（Patricio B. Teneza）。帕特里奧

奧住在學校附近，當年看到慈濟志工來幫忙蓋簡易教室，主動走進工地幫忙；時隔十年重逢，認出彼此的當下，兩人都非常開心。陳金海回憶：「他工作非常勤快，若缺什麼小零件，都拜託他去買，跟大家很有默契。」而帕特里奧的勤快，也為他掙得穩定的工作，簡易教室完工後，校長肯定他認真的工作態度，請他擔任學校警衛至今。

臺灣志工甘清文則是忍不住摸摸簡易教室略為陳舊的柱子

說：「眼前這兩間教室，就是我親手組裝的。從建材在臺中后里聯絡處預製時，我就開始參與，想不到一眨眼就過了十年。」

甘清文解釋，「簡易教室」顧名思義是提供給學校臨時使用，頂多兩到三年，等待教室重建完成，就可功成身退。「看得出來學校很珍惜這些簡易教室，除了屋頂稍微漏水，其他與十年前差異不大。」

為什麼地震已經十年，學校仍無力重建呢？聖嬰王中學並非單獨個案。菲律賓教育雖然普及，但是每年編列的教育預算偏低，加上當資源分配到離島、偏鄉後，已所剩無幾；學校拿不到經費，重建只好一年拖過一年。

公立學校或許等上幾年可以獲得補助，但像聖嬰王中學屬於私立教會學校，地震、風災再加上幾年的新冠肺炎疫情，教會收到的捐款不足，維持學校基本開銷已屬不易，想重建教室更是難





薇琪是保和島第一位受證為慈濟委員的助學生，靠著助學金完成大學學業，畢業後有穩定收入改善家計（左圖）。二〇二三年八月，慈濟志工在保和島羅恩鎮舉辦新芽獎助學金頒獎典禮，與助學生合影（右圖）。

（右／杜美霖攝影）



育，他說：「這是一個數位時代，你能想像電腦課沒有電腦嗎？這對學生的學習很不利！」

他寫信給馬尼拉的跨國電腦公司，但沒有回音，輾轉聯繫上同為慈濟人、曾在馬尼拉經商的臺商陳兆揚，因此串聯慈濟新竹再生電腦團隊，臺菲兩地志同心協力，將維修後功能配件完善的再生電腦送到保和島捐贈。

從二〇二三年六月到二〇二四年十一月，新竹再生電腦團隊已經捐贈一百五十部二手電腦，嘉惠數十所學校及多所育幼院。

新竹再生電腦團隊志工吳雄麟，十二月十二日造訪聖嬰王中學，與受贈電腦的師生相見歡。他參與再生電腦維修大約兩年，對基礎維修、更換零件已經駕輕

就熟，在電腦贈送出去之後，他很希望能了解受贈者使用的情形，做為日後維修電腦的參考，更希望學生藉此打開視野、增進學習。

升大學，助學金拉一把

十年前，慈濟人不僅援建保和島簡易教室，在得知震災讓經濟困難的家庭更加辛苦，導致有心向學的孩子中斷學業，因此主動提供助學金給品學兼優的清貧學子，幫助他們進入大學就讀。

今年二十七歲的薇琪回憶，他們一家人住在偏遠山區，種稻為生，但收成僅夠自家食用，當幾個孩子逐漸長大，註冊費負擔愈來愈重時，母親甚至冒著危險去叢林裏採收樹藤，再編織籃子販售來支撐學費。她說到感傷處，忍不住掉下淚：「那真是一段非常辛苦的日子，所以爭取慈濟助學金是我上大學唯一的機

上加難。

串聯愛，再生電腦馳援

教室重建遙遙無期，但天災說到就到。二〇二一年，強烈颱風雷伊（Rai）侵襲保和島，摧毀多數木造房屋，許多學校即使是較為堅固的教室也難以倖免，甚至是設備受損，至今無法添購。其中一項最讓學校頭痛的，就是學生上課用的電腦。

以聖嬰王中學為例，電腦教室原本有三十部電腦，供全校約四百五十位學生輪流使用；風災後僅存八部電腦完好，根本無法應付所需，老師只好透過投影片來講解電腦操作；學生缺乏實際操作，紙上談兵。

保和島第一位受證的慈濟志工黃三民，在一次校園關懷中了解到師生學習的窘境，決心尋找解決之道。他是保和島第四代華人，從父祖輩就十分重視子女教育。

慈濟在菲律賓保和島

(2024年12月統計)

- 慈濟在菲律賓始於慈善。1991年皮納土波火山 (Mount Pinatubo) 爆發，造成8百多人罹難，證嚴上人將當年獲頒菲律賓麥格塞塞獎的半數獎金，捐贈菲國政府救災，另一半賑濟中國大陸華東洪澇
- 1994年11月8日慈濟菲律賓聯絡處於馬尼拉成立，1997年9月11日升格為菲律賓分會；1995年舉辦首場義診，2006年進一步在馬尼拉成立義診中心。賑災、濟貧、助學亦逐步往外擴展，2000年起陸續於宿霧、三寶顏等地設立據點
- 2013年10月15日保和島發生芮氏規模7.2地震，10月19日志工發放慰問金及毛毯
- 2014年臺灣慈濟志工於保和島科德示鎮 (Cortes)、安迪奎拉鎮 (Antequera)、羅恩鎮 (Loon) 等9個鎮共19所學校，援建**150**間簡易教室；至2024年共提供助學金**2,212**人次，有**355**位已完成大學學業
- 2016年與伊納邦阿市 (Inabanga) 合作，為在斷層帶受重創的河邊里 (Barangay Riverside) 居民搭建**67**戶簡易屋
- 2021年援助雷伊風災
- 2022年6月起展開「安心修繕計畫 (Happy Home Project)」，為獨居長者及弱勢家庭援建房屋，至2024年12月援建第**250**間房屋
- 2024年12月17日將臺商陳其毅及臺灣哈瑪克科技公司共同捐贈的太陽能海水淡化器，裝設在偏遠且無淡水資源的邦貢班瓦島 (Bangon Banwa)

圖例：
◎ 首都 ◎ 大城市

更多感人故事請見



菲律賓之愛
保和島十周年



會。」

薇琪因為協助製作簡易教室地磚而認識慈濟，她努力考取保和島州立大學，也順利通過慈濟助學金資格考試，成為助學生。

另一位助學生梅納德 (Menard Gabriel Diez Alisoso)，也有類似的故事。因為家中子女眾多，姊姊已經就讀大學，父親無力再供應他升學；他體諒父親，準備放棄念大學，並在市場找到一份搬運工工作，意外地收到學校通知，慈濟將提供他助學金，幾經波折，他終於通過助學金資格考試，如願成為大學生。

大學期間，薇琪、梅納德與許多慈濟助學生，透過每個月的人文課程了解慈濟精神，也隨同本土志工參與社區關懷，走進更偏僻的鄉下關懷長輩、進入育幼院陪伴兒童。慈濟人文的養分，讓他們大學畢業之後，進入慈濟保和島共修處任職，一邊工作一邊助人。

二〇二四年六月，薇琪應徵到公家單位工作，十二月並來到臺灣參加歲末祝福，也成為保和島第一位受證慈濟委員的慈濟助學生。

而在大學主修農業的梅納德，畢業後成為保和島共修處推動「安心修繕計畫」的得力助手。建材取於當地，受助者也可以以工代賑協助蓋自己的房子，兩年多來幾乎每個月都有落成的房舍；交屋後，社區志工接手訪視，關懷這些弱勢家庭的生活。

梅納德先進入伊納邦阿 (Inabanga) 大愛村駐村五個月，輔導居民種竹子、削製竹片編織建材，二〇二四年開始協助管理興建進度，可謂學以致用；他更在工作中幫助長者與弱勢家庭，「雖然有時候很累，但是能幫助更辛苦的家庭，就覺得很值得。」

保和島共修處從二〇一四年到二〇二四年，提供兩千兩百一十二人次助學金，其中三百五

十五位學生完成大學學業，大部分找到穩定工作，表現獲得業主信賴，也改善了家庭經濟。

觀光島，閃耀善念微光

還記得十二月八日晚間抵達保和島，到黃三民師兄家作客，他提到慈濟在保和島十年來的點點滴滴，有一段令我深有所感：「一般人印象中的保和島，是光鮮亮丽的觀光之島，但事實上那不是保和島真實的樣貌。保和島很純樸，居民大多務農或捕魚，許多家庭還在貧窮的邊緣，沒有能力送孩子去上學，這些問題需要更多人的關心。」

他很感恩慈濟人當年再度回到保和島，更感恩證嚴上人當初輕輕的一句「莫忘保和島」，讓許多人得到照顧。十年只是一個開始，保和島的志工期待帶動更多當地人投入慈濟志業，讓愛拓展到島上每一個角落。

離島中的離島 飲水大不易

菲律賓保和島外海的小島——邦貢班瓦島（Bangong Bawa），面積約三、四個足球場大小，一千三百多人沒有淡水資源，飲用水和生活必需品均仰賴大島補給，每月飲水費用高達收入一成，這也是保和島周圍八十多個小島面臨的相同問題。

撰文、攝影·蕭耀華（慈濟月刊攝影）
資料提供·江季芳（大愛電視節目內容創作中心企畫）

（攝影／陳義銘）





望海興嘆

邦貢班瓦島沒有正規的碼頭卸貨物，所有物資靠人力背負，涉水徒步登岸（左圖）。邦貢班瓦島距離保和島最繁忙的港口圖必耕港（Tubigon），約一小時船程；在圖必耕市，五加侖桶裝水每桶為四十九披索（約新臺幣二十三元），運至邦貢班瓦島後售價六十披索（約新臺幣三十四元）；一戶民宅前堆積空水桶，等待運回圖必耕市重新灌滿（右圖）。



淡化井水

島上設有零售飲水機，並提供塑膠袋，投入一元披索可購得約二百五十毫升的飲水（左圖）。

島上常見水井，井水鹹度略低於海水，多用於洗滌清潔，但可作為淡化飲用水的主要水源。歷經一年安裝測試，慈濟保和島共修處二〇二四年十二月十七日提供太陽能海水淡化器給邦貢班瓦島（右圖）。

這項來自太陽能板臺商陳其毅及臺灣哈瑪克科技公司共同捐贈的設備，每天可生產約五千公升淡水，足以支應邦貢班瓦島及鄰近的馬卡博克島（Macaboc）共二千位居民，每人每日二點五公升飲用水。

◎



《大捨與大愛 慈濟大學模擬手術教學》

溫柔引領我劃下 充滿溫度的每一刀

身為外科醫師，自落刀開始就有著不容出錯的壓力。在無語良師身上，我們仔細檢視每條神經、每條血管的走向。即便是冰冷的身軀，溫柔的老師卻讓每一刀劃下去都充滿著溫度，成為日後執行其他手術的養分。



從西部的喧囂，經過北海岸交織錯落的古鎮；而後火車轉個彎，龜山島靜靜矗立在遠的海平面上，似乎在昂首歡迎來這蔚藍東海岸，最後又在山與海的交線之間行了一個多小時，緩緩停靠在地廣人稀的花蓮土地上。已數不清是第幾次造訪這世外桃源，我輕車熟路地來到了離

後火車站不遠的慈濟大學，一樣的地點，一樣由無語良師帶領的解剖學課程，這次卻帶給我不一樣的悸動。

回想大學時期，對於解剖學只有粗淺的認知。直到近年，感恩無語良師的捨身奉獻，這次的解剖課程，我特別報名了行前的家屬訪問。師母及兒子細數老師

生平，從求學到工作，到如何因機緣而受感召成為一位慈濟人，最後簽署了捐贈同意書。我從這當中看見了一個大千世界中的平凡人，如何成就他的不平凡。人，生而為何？死又何去何從？眾人鎮日在這三千煩惱中不斷追尋人生的意義。我想對於無語良師而言，藉由捨身奉獻皮囊，傾

囊相授予學生的這最後過程，足以圓滿闡釋了人生的真諦。

身為一位外科醫師，自落刀開始就有著不容出錯的壓力，即便拜現今科技發達，可從網路影片上不斷臨摹手術過程，然而在真實開刀房裏，面對著各種層出不窮的突發狀況，其中最讓人困擾的，莫過於超出教科書上描述的解剖構造，牽一髮動全身，一條陌生的血管神經總能攸關手術順利與否。

在無語良師身上，允許我們犯錯的老師，讓我們可以再仔細地對照教科書上的解剖結構，拉大傷口，仔細檢視每條神經、每條血管的走向。即便是冰冷的身軀，溫柔的老師卻讓每一刀劃下去都充滿著溫度，滋養著成為日後執行其他手術的養分。

緣起緣滅間，利他奉獻

每年的模擬手術空檔，我都

會抽空細看所有老師們的生平簡介，從而發現慈濟人都有股溫暖的特質。即便是生前的生活困苦，抑或是人生不得際遇，老師們總能從容不迫地去應對生命各種苦難，這種精神更能擴散到周遭的人們，進而形成向善的循環。在無語良師的典禮行儀時，有別於坊間的哀傷，我感受到的是莊嚴、隆重，以及充滿感恩的氣氛。振聾發聵的佛法，暮鼓晨鐘的音聲，再再提點了我們萬物諸法空相，緣起緣滅間，藉由捨身奉獻的利他行為，讓此生更顯意義。

若有人間世外桃源，在臺灣莫如花蓮。這兒夜闌人靜時，你可以隱約聽見遠處東海岸的浪濤聲，以及西邊山脈的鳥語蟲鳴。坐落中間則是那穩重如泰山的灰白建築，每天迎接著日出的晨曦，在夜晚燈火闌珊處靜靜守護眾人。如今行之十餘載的模擬手術課程更是澤被全臺，引領了無數醫師在行醫之路可以更踏實。

每次的模擬手術課程，總是第一天來到，隔日傍晚就啟程回西部，伴隨著隆隆的火車鐵軌聲，即便身體十分疲憊，但無語良師所教導我的課程以及慈濟所帶給我的人文體驗卻長留心中。
（本文摘自《大捨與大愛 慈濟大學模擬手術教學》）

大捨與大愛 慈濟大學模擬手術教學

41位醫師從醫界視角解讀，從模擬手術中得到的外科技能、技術創新及人文啟示，實際運用在醫療中造福病患

- 編著：慈濟學校財團法人
- 出版：經典雜誌
- 相關書目：

《以身相許：無語良師的生命教育》
《生命無盡：無語良師照亮慈大模擬醫學中心》

模擬真實 全人醫療教育啟新頁

撰文·林俊龍（佛教慈濟醫療財團法人執行長）

感恩無語良師奉獻己身，感恩家屬們的難捨大捨，這些願力都傾注在醫學教育中，讓外科醫師與醫學學生們學習更先進的醫術嘉惠病人。

在醫學養成教育當中，非常重要但一直有陰暗面無法突破的解剖學課程，在證嚴上人的引領下，走出一條創新且具溫暖人性的菩提大道。將一般原本位於醫學院地下室的解剖學教室，改至充滿陽光、綠樹縈繞的二樓窗邊教室；改變大體防腐與存放的方式，平放並標明位置，且位於佛堂旁邊。大體老師被尊稱為「無語良師」，從啟用、追思、火化、入龕、安置大捨堂，教師、學生與大體老師家屬皆全程參與，表達敬意與追思之情。

這樣的變革，讓習醫者知道

無語良師不是無名氏，拜訪家屬，採訪撰寫老師的生平，讓學生們親耳聽到無語良師無私奉獻，是「想讓醫學生好好學習醫術」。從此，每一次下刀，都是學生讓無語良師達成心願的時刻。

除了解剖學，無語良師還能以冷凍大體的樣貌，作為模擬手術的展現者，讓醫師提升開刀技術專業。醫師經由模擬手術過程中各階段的人文儀式，理解無語良師生前對社會的貢獻，其中大多數是慈濟人，生前投入志工服務，往生後貢獻自身給醫學教

育，這是醫療執業生涯中的人文重啟，面對無語良師與家屬的期待，重新找回以人為本的行醫初發心。

自二〇一〇年慈濟模擬手術課程開啟，慈濟大學醫學院與慈濟醫療志業就提供最新型的手術設備與器材，讓外科醫師學習；待完成課程，離開模擬手術教室之後，立刻能無縫接軌至醫院手術室，直接為病人進行手術治療。

迄今，參加慈濟大體模擬手術的醫師超過一萬二千二百人次，慈濟醫療體系與非慈濟醫療

體系參與的醫師人數幾乎各占一半；而參與的醫學生約一千七百人次，包括海內外的外校醫學生四百四十人次。

幾乎全臺灣所有外科系的醫學會都參與過慈濟模擬手術教學，對臺灣整體外科醫術的提升，大有裨益。而來自世界各地的醫師、醫學生亦受慈濟醫療人文影響，大受感動，甚至將無語良師的人文儀式引進至香港、馬來西亞與新加坡的國立大學醫學院。

慈濟醫療志業對於醫學教育的支持，一直以來，初心未改，引進最先進的醫療科技來培訓醫學生與年輕醫師。自達文西手術

慈濟首創全臺唯一甚至是全球醫界少有，以無語良師進行達文西全人模擬手術訓練課程，為臺灣外科醫師訓練拓展新領域。圖為進行「心臟二尖瓣修復術和二尖瓣置換術」。

（攝影／李玉如）

系統問世後，二〇一四年八月花蓮慈院安裝了慈濟醫療體系第一套達文西手術系統，當二〇二三年換裝第四代系統，感恩廠商大力支持且完成檢修保養，二〇二四年四月達文西手術系統終於進駐慈大模擬手術教室，由臺灣胸腔及心臟血管外科學會進行教學，這是全臺首創的「達文西全人模擬手術訓練」，開啟了臺灣醫學教育新領域。七月初廠商更是將最新的達文西Xi系統與器材，運送至花蓮慈濟大學安裝，由臺灣喉科醫學會、中華民國口腔顎面外科學會進行模擬手術教學。

感恩無語良師為醫學教育奉獻己身，感恩無語良師家屬們的難捨大捨，這源源不絕的正能量與願力都傾注在醫學教育中，讓外科醫師與醫學學生們能持續精進，學習更新、更精湛的醫術技能，嘉惠病人。（本文摘自《大捨與大愛 慈濟大學模擬手術教學》序）

◎



二十八個福慧紅包的祝福

從一九九六年到二〇二四年，二十八個福慧紅包，見證詹月美將近三十年走在慈濟路上，沒掉隊也沒虛度時光，收穫的是今生無悔的喜悅。

從櫃子裏取出一封封福慧紅包，依照年分擺放在玻璃

茶几上。不同款式的福慧紅包，雖經歲月洗禮，依舊熠熠生輝；詹月美凝視著這滿桌的福慧紅包和歡喜有緣卡，感受到上人的祝福年年歲歲都在。

「這是一九九六年的福慧紅包，是我第一次拿到上人的紅包，很珍貴。」詹月美從紅包裏面掏出三個馬幣二角的硬幣，她解釋這象徵六度波羅蜜，是上人送弟子的祝福，期許慈濟人在佛

法中修行，讓自己變得更好。

詹月美想起一九九五年，遇到慈濟志工問她要不要做好事：「慈濟很好，幫人會幫到底，甚至會幫對方到善終為止。」這句話震撼了她，也引起她的興趣。

後來，她參與慈濟茶會，被志工比手語的優雅手勢所吸引。有志工邀她隔天一同去訪視，她爽快答應；她難忘那時抵達一間小木屋，是一位獨居阿公的家，屋裏地上處處有排泄物，阿公身上也是；但志工似乎不在乎，如

常地幫阿公洗浴，也幫阿公洗好整桶的衣服。她不由得想起很久沒聯繫的父親，心中竟然湧上一股難以形容的酸楚。

詹月美來自貧困的家庭，三歲那年，母親因流產而往生，整個家庭也宣告破裂，五姊妹陸續被親友領養。外婆不諒解詹月美的父親，詹月美此後只要遇到不順心的事，便把責任歸咎給父親，甚至小學二年級就輟學，她也覺得是父親的錯，對他怨念深重。五歲就離開原生家庭，與姊



姊們各奔東西，她的心一直很苦。二十多年不過問父親消息的她，在看到獨居阿公無法自理的淒涼，想著志工對沒有血緣的阿公如親人般照顧，自己真的要將親生父親當陌生人嗎？

第一個紅包見證積怨消弭

好奇慈濟人為何能對阿公這麼好，內向的詹月美竟勇敢地隨同不相識的志工，從雪蘭莪州到慈濟檳城分會參加研習營。

早期，慈濟在雪隆還沒有靜思堂，當時的負責人劉濟雨及簡慈露夫婦騰出位於莎亞南的公寓充當會所。詹月美沒有交通工具，不怕辛苦地搭車、轉車或與志工共乘去參加活動。「在共修

每一封福慧紅包都具有時代背景及意義，可謂是縮小版的慈濟歷史足跡；二〇〇三年的紅包還有一張「靜思祝福卡」。

或會議中，劉師兄、簡師姊每次從臺灣回來，都會分享上人做了什麼、說了什麼，我就這樣一點一點地聽進去。」

上人說：「行善行孝不能等」、「行善要從家中做起」，她想起獨居阿公的處境，便邀約姊姊回怡保老家見父親，才驚覺在咖啡店工作的父親已經沒有家，棲身在咖啡店廚房一隅，一張帆布床就是他的家。

衰老的父親，無依無靠的模樣，讓她和姊姊深感不忍。她們幫父親租一間房，她也生平第一次和父親用餐。那一年，她們為父親慶生，除夕夜邀他吃團圓飯。後來，遠在沙巴的哥哥把父親接去同住，給予妥善照顧，此後她常搭機前往陪伴。

四年後，父親因跌倒而往生；雖然盡孝的時間只有四年，她卻慶幸加入慈濟，能及時行善行孝。她曾經以為這一世都無法放下對父親的怨恨，甚至在看志



曾經有二十多年不與父親聯繫，走進慈濟讓詹月美（右）及姊姊重新與父親相認。
（相片提供／詹月美）

工比唱〈普天三無〉的手語時，覺得不可能有人能做到普天沒有我不愛、我不信任、我不原諒的人；但是，修復父女關係後，才知道要做到普天三無並不難，只要心中有愛……

慈濟讓她找回愛，所以，當她第一次領取福慧紅包，得知這是上人用自己著作的版權費化成

紅包，送給志工的祝福時，心中特別感動；她更感恩這一年，她不但走進慈濟大家庭，更祛除積壓多年的怨恨，而且，能做好事的喜悅讓苦的人生變得快樂。

不結惡緣也不要停下腳步

每年參加慈濟歲末祝福、領取福慧紅包，成為詹月美最期待的時刻，即使生病也堅持要去領回；她笑言這是上人的祝福和鼓勵，做弟子的要歡喜去接，接了福慧紅包，會更有力量做慈濟。

面對二十八個福慧紅包，她

如數家珍，福慧紅包的設計是一年比一年精緻，而且有當年的時代背景及故事。例如一九九七年的福慧紅包是二元美鈔，象徵慈濟志業走向國際化。一九九八年的福慧紅包，包裝一枚紀念幣，正面是慈濟蓮花標誌，背面是靜思精舍圖像，刻印「慈悲喜捨、福慧雙修」八個字；除此，還有

一個一元的硬幣，象徵一年復始，萬象更新。

從那年起，福慧紅包就以紀念幣及一元硬幣為主，但每年紅包封內外的設計，都會因應時代翻新。除了福慧紅包外，上也會贈送「歡喜有緣福慧紅包」給慈濟會員。

詹月美挑出一個福慧紅包，捧在手心，喜孜孜說道：「這是二〇〇一年的，也是我格外珍惜的。因為我終於培訓圓滿，回去心靈故鄉花蓮受證為慈濟委員，從上人手裏接過這封紅包。」

在慈濟五年才受證，她諱言那段歲月是她改變習氣的時。她自小性格孤僻，言語不饒人，會因堅持己見和志工起爭執，一次次的磨合讓她起煩惱。「我一參加慈濟，就很愛做

二〇〇五年耶誕節，詹月美與殘智障院院友互動；慈善服務也改變她的觀念。

（攝影／覃平福）



慈濟事。我本來是一名車衣女工，為了有自由時間做慈濟，我辭掉工作，很勇敢地在商場租下一個小單位，開起裁縫店。「小小的裁縫店是營生的地方，也提供志工開會或聯誼；如此為慈濟付出，卻因人事摩擦感到灰心，想退出慈濟。」

退轉心一起，當晚她就夢見上人從遠方緩緩走來，輕輕告訴她：「怎麼辛苦都要堅持下去，繼續做下去。」醒來後，上人的話清晰迴盪耳邊，給了她繼續做慈濟的力量。後來開始能收看大愛電視，隨時可聆聽上人說法，佛法令她瞭然因緣果報，也領悟到與人爭執是結不好的緣。

她不斷調整情緒，聲色漸漸變得柔和，講話的語氣不再尖銳；她也從靜思語：「人圓事圓理圓」、「知足、善解、感恩、包容」、「不要小看自己，人有無限可能」中學習做人做事，不斷突破自己往前走。二〇〇〇年

底受證，領到上人頒發的二〇〇一年福慧紅包，她發願此生緊隨上人腳步，好好做慈濟，精進在菩薩道上。

感恩福報滿滿還能做慈濟

受證發的願成了她今生的承諾，自此，任何活動都勇於承擔，樂於配合；不論是做協力組長或是現在承擔互愛組長，從不推辭。正因為受益於佛法而改變人生，她也用心牽引會眾聞法。

「我們社區自幾年前就推動品書會，每月兩次，直到今天仍持續進行。我們也辦午間祈禱，透過分享上人的開示和祈禱天下無災難，啟發大家的善心善念。」她覺得多了解佛法，在成為志工後，才會歡喜做慈濟。

多年承擔組長的經驗，讓她體會到誠與情很重要，她關心志工的身心靈、家庭問題、事業問題等；一位師姊的先生遭逢意外

往生，一直走不出來，她在關心之餘，時時邀約對方出來參與活動，也陪伴她看電影散心。

帶人也要帶心，她分享二十年前承擔大水災的賑災協調時，在掃除泥濘的現場，看到社區居民許麗珠很積極配合，感受到她有心付出，當下果斷地委託她承擔小組長，讓她帶動一組人去清掃街道，並隨時給予種種協助。

多年前受證為慈濟委員的許麗珠，最近在一場讀書會遇到詹月美，還歡喜地提起往事，感恩詹月美對她的信任，她深受感動才決定走進慈濟，如今承擔和氣組長的她，也帶了不少人進來做慈濟。

兩年前，詹月美被診斷出腦部小中風，「那一陣子，我奇怪自己為何思緒無法集中。之前聽上人開示，我可以邊聽邊記錄，後來只記得前面一、二句，其他都不記得。」當時連裁衣、畫圖都做不了，歷經一年多治療才慢

慢好轉。

她感恩志工們自動分擔工作，讓她有多一點時間休息。她感到生命無常，無畏身體有病，爭取時間做能做的志工事，例如陪伴照顧戶去醫院複診等。

體會到上人常講的時間不夠用，她在這兩年拿到福慧紅包時，虔誠感恩自己還有福報接受上人的祝福。二〇二四年十二月底，她領了二〇二五年，也是她珍惜的第二十九個福慧紅包，她沒想到做慈濟一晃眼就過了二十九年，但她不感到疲累也不厭倦。

「慈濟在一九六六年成立，我在那年出生；所以，我和慈濟同年。」深感奇妙的緣分將她帶進慈濟，改變人生；她期許自己年年做慈濟，歲歲都能領取福慧紅包！

詹月美天天聽聞上人開示，薰習佛法轉心念、改習氣，在志工路上不懈怠。



印度菩提迦耶·歲末祝福 在佛陀故鄉 傳揚佛說法

兩千五百多年前，佛說父母恩重難報；今年元月初，慈濟印度歲末祝福感恩會，三百位菩提迦耶學子演繹這部經典，超過五千位居民在場，欣然看到下一代動人的成長。

印度菩提迦耶摩訶菩提會議中心（Mahabodhi Convention Center）大門外，慈濟基金會會旗飄揚，在低溫與濃霧中，一輛輛事前安排好的巴士，從十四個村莊送來居民，準備參加慈濟歲末祝福感恩會。

慈濟回饋佛陀故鄉，二〇二三年三月起，新加坡與馬來西亞慈濟人來到印度菩提迦耶，從慈善開始深入貧瘠之地，醫療、

教育也漸漸萌芽。二〇二四年元月七日，首度舉辦歲末祝福感恩會，三場超過二千人參與，會中〈千手世界〉和〈行願〉手語歌曲演繹震撼人心；二〇二五年元月五日，歲末祝福感恩會在摩訶菩提會議中心舉行，七所學校和恆河比哈村（Ganga Bigha）課輔班學生、思龍加村（Silaunia）婦女、慈濟縫紉班學員，三百一十七人共同演繹

《父母恩重難報經》音樂手語劇五幕——跪羊圖、序曲、懷胎、因緣、最美的笑容。

晨間八點不到，大廳人潮滿滿，排隊進場；許多鄉親拿著竹筒撲滿回來，零錢叮叮噹噹注入志工準備好的兩個大甕。上、下午兩場歲末祝福，包括法師、民眾、海內外志工、演繹人員，共計五千零五十六人參加。除了經藏演繹、致贈福慧紅包，新加坡退休護理師、

慈濟委員林金燕，陪伴數十位戒酒成功的村民上臺分享。

林金燕二〇二三年五月來到菩提迦耶，就愛上這片土地，在各村健檢時，發現很多鄉親有酒癮問題，已影響到健康，她決定要幫他們戒酒；每月探訪、並送上馬莎拉茶（Masala Tea），讓他們以茶代酒，目前已有一百零五位戒酒成功。（感恩李麗心、李美慧、莊玉美提供資料）



（攝影／馬俊豪）



（攝影／馬俊豪）



（攝影／Aayush sharma）

手語演繹 **孝道** 每天回家作業

整理・編輯部

慈濟志工以中文、英語、印地語轉譯歌詞，學生們比出手語，唱出心聲，每天回家的功課就是抱抱父母！

如圓月般光芒投射在舞臺上，開啟《父母恩重難報經》演繹序幕，學生們姿態柔和、手語整齊，還有四所學校校長參與。歷經一百零八天演練，全程茹素；圓滿謝幕，全體演唱〈最美的笑容〉。

二〇二四年十月開始，馬來西亞志工藍荳娟等人入校手語教學，轉換中文、英語、印地語，一字字說明歌詞意境；除了播放

影片示範，也請同學們將書包掛在胸前，體驗母親懷胎辛苦。期間練習高達一百六十八場次，儘管各校空間不盡理想，菩提樹下、沙地上、學校頂樓露臺，但大家跪坐自如，展現音樂天賦，眼神和手勢盡顯情感，再穿上量身製作的服飾，動人心弦。透過演繹，將文字與情感轉化為肢體動作，學生們更深刻體會親情。牧羊女村的希塔爾

(Sheetal Kumari) 說：「或許我們無法看到父母的心，但可以看到他們的雙手，曾在烙餅時被燙傷，默默地為了子女辛勤工作。」

帝卡比加政府小學 (Primary School Tikabigha) 年級導師薇娜 (Veena Kumari)，在旁也跟著學習手語，下課後交代學生，今天的作業就是回家和父母擁抱、道愛和有禮貌地交談；而她的笑容和感謝，是對志工最大的鼓勵。

蘇利普拉政府學校 (Middle School Suryapura) 校長拉克沙德維普 (Lakshadweep Subots) 表示，為了歲末祝福，所有學生全力以赴，「希望學生學到更人性化的一課，並將這些價值觀灌輸到日常生活中，對父母、老師和社會保持謙卑。非常感恩佛教慈濟基金會。」(感恩王承瑄、楊文輝、姚雅美、許麗珠、石慧麗、李美慧、莊玉美提供資料)



(攝影／王忠義 拉胡納加爾政府小學)



(攝影／楊文輝 蘇利普拉政府學校)

縫紉班交貨 四千五百個福慧袋

撰文·楊桂玟(慈濟志工)

志工為歲末祝福籌備超過半年，發包福慧袋製作、打包結緣品、加工福慧紅包，縫紉班學員從中增進技術，還賺進收入、增強信心。

迎

新送舊，全球慈濟人舉辦「社區歲末祝福」，精心準備的福慧紅包或福慧袋，傳遞上人、靜思精舍師父及全球慈濟人，對大眾的感恩與祝福。

二〇二四年十二月傍晚，菩提迦耶慈濟會所頂樓猶如小型加工廠，桌上堆滿了要送給村民的結緣品。由志工陳美聰說明，縫紉班老師阿弗薩娜 (Afshana Parween) 示範包裝順序，在福

慧袋放入三項當地最受歡迎的果汁、豆類、餅乾，最後置入吉祥紅色小吊飾；放平整後，拉緊束口袋的繩子、打上漂亮的蝴蝶結。由於數量龐大，思龍加村村民也動員協助包裝(左上圖)。

二〇二三年十一月，慈濟會所成立縫紉班，幫助思龍加村、牧羊女村 (Bakraur)、賈格迪什布爾村 (Jagdishpur) 等地婦女學習技能，使之有機會改

善家庭經濟。她們車枕套、地墊，也縫製福慧袋，並能獲得酬勞；四十八歲的縫紉班老師蕾卡 (Rekha Devi) 表示，十一位進階班學生和阿弗薩娜老師，半年來趕製出四千五百個袋子。

有縫紉基礎的學員，最快在五天內就能學會縫製技巧；不但賺進收入，還能與人結緣；無論是在家或在會所，她們安坐在縫紉機前，靈巧的雙手、黑色深邃的眼眸，專注地推著布滑動，也推動著自己往幸福的路上走。

此外，馬來西亞志工跨海帶來了逾二千份福慧紅包成品，以及一千九百份半成品，由志工團隊和縫紉班學員合力黏上銀色紀念幣。學員手忙腳亂，拿捏不好膠水用量，也無法將紀念幣對正，幸好志工耐心指導，才漸入佳境。本土志工蘇蒂 (Sweety Raj) 說，這次體會到上人的叮嚀：「多用心！」(感恩姚雅美提供資料)



(攝者/Sunny Kumar)



(攝者/Prince Kumar)

竹筒歲月

幫助比我更苦的人

撰文·楊桂玟（慈濟志工）

五百支竹筒撲滿手工打造，
送進歲末祝福現場「竹筒回娘家」專區，
民眾響應「小錢行大善」，
創造屬於菩提迦耶的「竹筒歲月」。

歲

末祝福一個月前，志工來到
牧羊女村，遠遠地就看到

甘滿季（Gaina Manjhi，左上圖
右）正在鋸竹子。他是慈濟照顧
戶，也是志工，主動承擔製作竹
筒撲滿的重任，準備發給參加歲
末祝福的民眾。採購竹子，鋸成
一節節，動作簡單卻費工；為了
增加產能，來自馬來西亞的李仁
焄，教導本土志工桑杰（Sanjay

Singh）和蘇雷德拉（Surentra
Paswan）使用電鋸趕工。

鋸好竹筒，還要清洗乾淨、
曬乾。甘滿季的朋友德夫納拉揚
（Devnarayan Paswan）就在慈
濟會所旁默默刷洗竹筒；他受助
於慈濟，了解「竹筒歲月」的意
涵，也想盡心力。

縫紉初階班與電腦班學員，
協助在筒身貼上「竹筒歲月」、

慈濟標誌貼紙，覆上綠布當蓋
子、再畫上一道開口，大功告
成，前後共製作了五百餘支。馬
來西亞志工姚雅美向學員們說明
慈濟早年「竹筒歲月」的歷史。
「因為大家都窮，要怎樣去幫助
那些更窮的人呢？上人想到小錢
行大善，請支持他的三十位家庭
主婦，每天買菜省下五毛錢投入
竹筒；少五毛買菜錢，對生活沒
有影響，但這筆錢積少成多，每
個月都可以助人。」

縫紉班學員拉麗塔（Lalita
Dev），丈夫過世，獨立撫養三
個小孩；她說：「因為慈濟幫助
我們，我也想幫助其他人；不用
很多錢，每天小錢投進去，也可
以助人。」

志工拿著竹筒上街，邀約富
有愛心店參加歲末祝福；從乞討
到手心向下的甘滿季，也帶著竹
筒撲滿來到歲末祝福會場，投入
零錢時，他笑著說：「能夠助
人，我感覺內心非常富有！」[◎]



（攝影／Sunny Kumar）



（攝影／楊桂玟）

如何面對生命中的衝突？

唯有對「人之所以為人」全面反省、深刻體認彼此是「生命共同體」，才能在內心深處形成呼喚，讓人對衝突感到不安，從而願意、樂意達成共識，實現「真正的溝通」。

撰文·鍾隆琛（慈濟大學宗教與人文研究所副教授）

人的生命總會遭遇各種可能的衝突。小至自我的不同欲望，大至社群的不同理想等等。

常聽到：「要化解！」然而什麼是「化解」？所「化解」的又是什麼？有人說「溝通」可以「化解」，然而「溝通」與「衝突」是什麼關係？又如何可能達到「真正的溝通」？

這學期我開設的「生命哲學」一部分就是在談這個問題。我的論述主要參考自沈清松《追尋人生的意義——自我、社會與價值觀》，該書結合達倫道夫（Darendorf）的衝突理論、哈伯

瑪斯（J. Habermas）的溝通理論以及東方儒道及宗教，為這個問題提出完整的理論說明，值得一讀。以下歸結出三個重點：

首先，不要害怕衝突，要以適切心態面對它，包括：承認衝突一定會有且不可能完全消除。若不承認此點，等於取消對方作為權利主體、自我實現與自我肯定的可能。因此，第一個重點是，「化解」並不是指消除雙方的衝突。

「化解」，更確切地說，是提出雙方皆能同意的折衷辦法，但這並不同於一般妥協——你讓

一步、我讓一步，勉為其難地接受；而是根據事實與論證進行理性的論辯，共同尋找一個彼此可接受的論題，綜合雙方先前各自看法達成共識，這個過程就是「（理性的）溝通」。這是第二個重點。

第三個重點，上述理性論辯仍不能保證吾人願意、樂意達成共識從而化解衝突。顯然溝通還需要更深刻的基礎。它是什麼？透過東方儒道及宗教的啟發，得知：它就是對「人之所以為人」全面反省、對人與他人是「生命共同體」深刻體認，唯有在此基礎，才能在人的內心深處形成呼喚，或讓人對衝突感到不安，從而願意、樂意達成共識，實現「真正的溝通」。

簡言之，如何面對生命中可能的衝突？要承認「衝突一定會有且不可能完全消除」以及要透過「理性與情感的交融」達成共識。

◎

證嚴上人

衲履足跡

撰文·釋德侃

對治貪與貧

12

1

《農十一月·初二》



永續管理，要一心一志

上人於美國董事會開示，美國是社會福利政策相對健全的家，社福工作已有條理；慈濟在美國三十五年，是以民間團體、宗教團體的力量，照顧著民眾的身心，而且是憑著一分開闊的慈悲大愛為社會人群付出。

慈悲喜捨就是佛法的慈善方向，慈濟人發揮慈悲喜捨的精神，以誠正信實為原則去付出。「這三十多年來，氣候變化愈來愈劇烈，而且社會多元化，與過去的人間舞臺不一樣了，我們要思考如何因應現在的人間，把精神力

量再凝聚起來，找到適合現在的方法，讓大家互動更密切，彼此更了解。大家的心願力都很正、很誠，誠正信實，付出無所求，總是感恩，沒有什麼利益的追求；假如要說利益，就是利益人間，而只要我們更合心，對社會就更有利益。」上人說，要談「永續管理」，前提是慈濟精神要永恆傳承，大家同心、同志願，就有管理的好方法。

上人說，慈濟的慈善濟貧，不只幫助改善生活的貧困，連人心的貧都要翻轉過來。臺灣的四志業中，慈善援助與關懷很全面，從個人觀念與習慣、家庭生活

活方式到社區帶動，還有急難救助，醫療與慈善結合，幫助孤老殘疾者，都可以讓美國慈善與醫療志業深入了解，而臺灣本會也要深入了解美國慈濟志業在當地的運作情形與特色；期待美國慈濟志業在急難狀況發生時，都能及時發揮救苦救難的良能，解救真正有困難的人。

「有些人平常與我們沒有交集，但是在當地發生災難時，我們與他們聯絡，讓他們知道有這個團體，是這樣在做急難救助，這也是一種弘法利生。我們邀他們一起來做，他們會受感動，我們要繼續牽著他們，讓他們更了



二〇二五年元月美國洛杉磯縣發生世紀山火，志工動員急難救助，期間捐贈愛滿地消防局護目鏡，保護救災人員。

(攝影/駱淑麗)

解慈濟，請他們發現有人需要幫忙時提報慈濟，協助慈濟賑災等。當他們了解慈濟，也有因緣身體力行，能夠體會助人的歡喜，也會就地吸引更多投入，將志業落實在人群中。」

「美國慈濟人在三十多年來，都是一心一志，但是時間在過，年齡在增長，體力上也真的慢慢衰退，所以現在我很著急，要讓慈濟的精神理念穩固傳承，就需要人人維持發心時的願力，將善與愛還有戒律傳承下去，將我們的精神扎根在年輕的一代。」

上人說，大家走在菩薩道上，從「學」到「覺」的過程很長久，但終究要用心學，才能有覺悟的一天。長年累月在人間付出，也看到種種人間的苦，更要用心設法改善苦難，解開人心的煩惱無明，引導眾生共同關懷人間，愛的共享也是共利益；無論

是濟貧、施醫或急難救助，愛的能量要永恆凝聚。

自我鼓勵，為自己說法

北區培訓委員慈誠返回花蓮尋根並進行精進研習課程，上人於圓緣時分對眾開示，在座每一位的家庭背景或事業、職業各不相同，但是走入慈濟，就依照佛陀所說的法，依循眾生平等的精神，共同一念心做慈濟。

上人說，「為佛教，為眾生」是自己畢生的心願，是在拜師皈依時，導師簡短的叮嚀，自己盡此生信受奉行。「我們來到人間是為了什麼？迷茫的人總是懵懵懂懂日子，但是我們有目標；佛陀來人間的一大事因緣就是要教化眾生，力行菩薩道就是我們的方向。」

談及世界上的天災人禍不斷

發生，大自然不調和的大風、大雨、大火或地震，威力很強，人力難以抵擋，但是災難發生之後，可以靠著人人的愛心支持，幫助受災人重建家園；然而人與人之間的爭鬥，造成的戰亂卻影響深遠，難以平復，遭受波及的人受苦難脫。

上人感慨言，「人心不同，各如其面」，人的立場不同、想法不一樣，難以相互理解，容易起爭端，所以宗教很重要，只要是正信的宗教，就有和諧人間的良能；不同宗教之間也要相互磨合，如同慈濟人有不同的宗教信仰，但是都能合和互協做慈濟，就是因為大家心靈有相同的歸向。就如皈依的「皈」字，是反黑歸白，出離無明迷茫的黑暗，歸向清淨光明。

「皈依佛，我們有依靠。因為我們的心懵懵懂懂，無法安定

下來，無明煩惱很多，既要皈依，就要往『白』的方向、善的方向走。就如白天可以很清楚看到一切景物，看見佛陀為我們指引的方向，就篤定向前行。」

「佛陀是覺悟的聖人，而佛陀告訴我們的道理，就是人人本具佛性，只是我們起了一念『貪』，累世以來迷失了方向，與道理偏離得愈來愈遠。『貧』與『貪』二個字很相似，其實貪得無厭就是貧，貧又貪求無盡，就是《法華經》的貧窮子。」

上人指出，對治貪與貧的方法，就是提起愛心，用真誠的愛為需要的人付出。在慈濟，大家共同發揮愛的能量，並且相互扶持，是很好的修行道場。如何從「學」到「覺」？要學習佛陀的覺悟智慧，一定要經過菩薩道，事情看得多、做得多，所見、所聞利益人間，而這條菩薩道的盡

頭，就是覺悟，本具有的佛性就顯現出來了。

「師父為你們皈依，是為你們見證：你們已經皈依三寶。既皈依佛，我就有責任將法傳給你們；你們接受到法，就要力行佛法。師父這一輩子，自從創立慈濟，就以佛陀的法接引大家，從慈濟門度化大家入佛門，共同行善在人間，『為佛教，為眾生』就是我要傳給大家的使命，教大家以佛心為己心，佛心就是慈悲大愛。」

「你們入佛門，就要跟隨佛陀的指引，往善的方向走，這才是正確的信仰方式，並非人云亦云，拿香拜佛而已；拜佛是用虔誠的心禮敬佛陀，最重要的是日日用虔誠的心面對人間，尤其孝順父母，就是禮敬堂上的活佛；友愛兄弟姊妹，就是禮敬同一個家庭的同修者，彼此接引與鼓勵，

共同走入菩薩道。」上人說，人人從家庭推及鄰里、社區，說法接引大眾；當有人有困難，就會合大眾的力量去幫助他們解開困難。更進一步，當國際間有需要，大家在臺灣凝聚起來的愛心力量也可以廣被國際。

上人表示，慈濟是一個天下的大家庭，這個家庭裏的成員要合和互協，才能廣行大愛在人間。

【靜思小語】合理的管理還要有情的互動，才能留住人才。

「期待你們每天透過網路，了解天下慈濟人如何在國際間做好事，每天聽師父說的話，即使是幾年前說的法，你們也要聽。」

「我雖然最近身體不大好，一大早無法上殿講晨語，但是我都在書房裏，如規矩，禮佛以後，也坐下來聞法，聽自己說的話，體會到佛陀為人間說法、教菩薩法的心情，同時自我檢討：

昨天有沒有做過好事？有沒有說過好話呢？今天要如何為大家說法，要做典範。所以我天天為自己說法，自我檢討、自我勉勵。」

「我學習導師，傳人間佛教，傳導師的法，也期盼大家要傳師父的法，實際為普天下人而付出，不是只有信佛、拜佛、了解經文道理就好，必須身體力行。」

牽教

12

2,4

《農十一月·初二至初四》



人文不同於文化

十二月二日，聆聽基金會主

管同仁分享後，上人開示，人間雖苦，但只要人心有愛，願意付出助人，心就在淨土中，且人間

就是菩薩淨土。佛陀希望引導人離苦得樂，這分理想經由歷代祖師大德不斷傳承，直到今天，

慈濟人在世界各地身體力行。

上人指出，佛法有很豐富的人文精神，由慈濟人展現在儀表言行。因為不希望大家只是隨著社會潮流展現浮於表面的「文化」，所以一向強調深入心靈意識，展現於禮儀態度的「人文」；慈濟人要發自內心與法相契，「做我所想、做我所說」，也以誠正的態度向大眾分享做過的事，印證佛法道理。

「佛陀是見到人間的苦而動念修行，苦、空、無常就是人間的真實相。時常想到窮困國家貧窮人的生活，實在是很心疼，思考著如何幫助他們；將近六十年來，我們真的為人間做了不少事，之所以能做這麼多事，要感恩有很多好因緣，許多國家有慈濟人，志業落地生根，或是在沒有慈濟人的國家，因為賑災而與當地人士結好緣，借力使力幫助當地苦

難人。」

「不分宗教，都要同心協力，為人間苦難而付出；我們要開闊心胸，用尊重、感恩心，會合宗教、會合有心人的力量為人間做事；有力量就要趕緊發揮出來，幫助需要的人，不要囤積資糧，只要哪裏需要，就趕快付出。」

上人感恩自己與慈濟人有深遠的好緣，慈濟人總是相信、支持師父，這分信任讓自己覺得人生很有價值；慈濟志業體的每一個單位，也都要做到被大眾相信，讓大家可以放心支持，共同發揮力量救拔人間苦難；真正做到了，「大事記」一定要寫下來，因為每一項都是慈濟的歷史。

上人表示，隨著年齡增長，體力不斷衰退，但自己很努力，要將佛陀的精神與現代的慈濟法推展開來。慈濟行善不分宗教、不涉及政治，是秉持人道精神去

幫助苦難人，這就是慈濟人的使命，只要有因緣救助得到，就去

付出。「只要你們有心想做，就可以會合人心的心力去做到；若是所要做的事，在當地的力量不夠，我會再呼籲。憑著大家對慈濟的信任感與動員力，都很願意『共善』；共善法、共善念、共善力，要靠慈濟人不斷地推動，把握因緣多分享。」

佛教重要的里程

十二月三日，聆聽佛陀故鄉專案團隊報告後，上人開示：「我們本來就是『為佛教，為眾生』，你們到那裏是為眾生付出，但你們也是佛教徒，要維持正向，否則宗教只要有一點偏差，就失去了意義，所以你們在當地做事，方向要正確，對眾生要積極。」

「你們發心來來回回，付出

時間、體力、心力等等，真的是『獻身命』，師父要做的，你们都替我做到了；師父是精神理念的軸心，但若沒有你們，軸心就無法轉。我會把軸心掌握得很穩定，當軸心轉動時，你們不要脫離，還要用力去轉。」

上人感恩星馬慈濟人發心，實現師父的心願，連接起二千五百多年前的佛陀精神，會合人間菩薩的力量，翻轉佛陀故鄉的苦難狀況，這是很重要的佛教歷史里程。「教育就是希望，聽到你們要為當地教育做的事，很正確。只要有因緣，幾個佛經裏有記載的村落，例如牧羊女在尼連禪河畔供養羊乳，我們可以接觸得到，就能協助他們建設學校。」

醫療要疼惜人心

十二月四日，花蓮慈濟醫院

團隊分享後，上人開示：「每一回聽到慈院醫療團隊醫治病人，不只是看病而已，真的去關心他們，照顧到他們的心靈，總是會感覺很溫馨、很溫暖，真的將他們疼惜入心；這分疼惜的心要永恆維持，可以讓病人減輕心理的苦。醫療教育在醫學生開始見習時，就要引入關心病人的精神，尤其護理團隊，讓病人如同看到觀世音菩薩現前，安他們的心。」

「聽了你們的分享，感覺到生命有希望，這分希望來自你們很真誠、用心在牽引，而且有心在教育。醫療教育不只有老師來教，需要臨床各科室大醫王用誠意『牽教』，表達對病人疼惜的心態。」

對醫療志業體主管開示，上人說，醫療攸關生命、解救病苦，是人間非有不可的行業；但是現在的社會風氣以及發達的科技傳



馬來西亞梁珮莉師姊長駐慈濟菩提迦耶會所，敬呈菩提葉押花藝品。
(12月3日)

播，擾亂了人們的思想觀念，讓病人對醫護不若過去那般尊重，醫護人員的志業精神也模糊了。雖然社會現況令人感慨，但總是相信人有感情，需要真誠互待，彼此鼓勵。

「在花東要招募專業人才，比起西部，確實較為困難；幸好慈濟在花蓮，有醫學院、護理學院，對東部的醫護人力的確幫助

很大，也為花東醫療注入大力量。所以說來，慈濟總是為人間盡心力。若說損益多少，我一直都不會在這上面用心，我關注的是慈濟醫療對人間有何幫助，例如在花蓮偏遠山上或鄉間，交通很不方便，人口老化的程度比西部嚴重，更需要醫療的照顧。」

情的互動，不要只是談條例、規則而沒有感情，否則還是留不住人。要讓同仁了解醫療的崇高價值，提升愛心，提升自己的生命價值。盤點生命的價值，醫護人員要知道自己對人群的貢獻。主管要用時間陪伴同仁，培養好感情，從而引導同仁了解自己的職能價值，所以期待主管同仁們要用愛相互鼓勵。

【靜思小語】方向對準勤精進，不要輕視一念善心、一顆種子的萌芽。

因緣不可思議

12

5

《農十一月·初五》



從五毛錢開始走過六十年

上人於慈善董事會中，感恩

大家一直以來對慈濟的護持與關懷，共同用心要讓志業扎根扎得穩。慈濟以臺灣為起點，從一粒

種子開始萌芽，有天時地利的好因緣，從小小的一點，到現在普遍開展在地球上，並且隨著人間

慈濟環保輔具平臺於全臺陸續成立，新北市蘆洲區慈濟志工合力搬運電動床，送入公寓住戶。

(攝影／張順生)



菩薩足跡，把菩薩法帶回佛陀的故鄉，這都是不可思議的因緣。

「最近我一直想著，佛陀距離我們二千五百多年了，當時他出現在人間，而我們現在有這樣的因緣，可以回歸佛陀出生、成長與說法的地方，在今年的慈濟周年慶當天，慈濟人在靈鷲山說法臺與本會連線，讓我既感動又感恩！佛陀在那裏說《法華經》，慈濟也是秉持《法華經》的精神，一路走到現在將近六十年，從五毛錢的點滴匯聚直到現在。」

「不可輕視那一念善心，只要方向對準了，守好誠正信實，就能做得好。我們都有一念很誠意的心，有共同的信仰，即使宗教不同，但是我們都篤定正向，以正心、誠意，朝佛陀的正等正覺，不斷往前精進。我們學佛法，是用清淨的赤子心誠懇地『學』而見道，不曾偏移；而慈濟人力

行菩薩道，在社區裏所做的一切，都是為了福利人群，並且做得很好。」

上人舉環保輔具的回收與發送為例，師兄們用心搬扛沉重的電動床等輔具，從民眾家中收回、運到定點，經過細心地修繕、整理，妥善收納，若有家庭提出需求，再搬運到他們家中，上山、下鄉都不辭辛勞。又如安美專案，為獨居長者、兩老相依的家庭裝設安全扶手、無障礙設施等，讓他們的生活起居更有安全保障，這都是慈濟人對他們的真誠愛護。

「我很感恩慈濟人，無論他們有何生活背景或社會地位，從企業家到路邊攤的小販，都是共同一念心，沒有地位高低分別，大家會合起來，有重的東西一起扛，有髒污的器具一起洗，彼此尊重、平等相待；佛陀教育眾生

的平等觀，慈濟人做到了。」

上人談到現在氣候變遷，人心不合，天災人禍很多，只要有慈濟人的地方，若發生災難意外，他們彼此聯絡，確認平安之後，就立即動員勘災、賑災；尤其現在網路傳訊很方便，慈濟聯絡網迅速傳達、立即回報，確認哪些地區的人需要幫助，大家就有明確的方向去做。「能夠這麼快速

動員做救濟，也是因為有大眾共同護持的力量，才能及時付出，慈濟的效率就是這樣來的。」

談及老年長照，上人表示各地靜思堂發揮大良能，不少靜思堂或聯絡處有長照據點，會為年長者開設課程，讓老人家每天歡喜來學習。有的是子孫早上帶他們來，讓他們隨著課程活絡心腦、肢體，下午再帶他們回家。

「我行腳到各地靜思堂，都看到長照團隊帶著老人家在上課。這次我在臺中，也看到老人家做手工藝。像清水的老人家用蘭草編草笠、坐墊等等，在一起做事，每天做得很歡喜，這能讓他們快樂老。」上人說，慈濟應社會所需，在各方面真的做得很好，請各位董事有機會到社區多了解。

【靜思小語】甘願才會歡喜，所發的願才有力量。

甘願才會歡喜

12
6

《農十一月·初六》



發心立願，理所當然

上人與王端正師兄、林靜嫻

師姊等人談話，提及每想到佛陀給予慧命的恩德，但是佛陀故鄉的人們卻是世世代代都如此貧

苦，實在很不忍心，故而期盼翻轉他們的生活。尼泊爾二〇一五年強震，慈濟人前往賑災義診，

星馬慈濟人推行佛陀故鄉專案，把慈濟竹筒歲月精神推廣到藍昆尼鄉間，婦女們捐出米撲滿。
(攝影／吳南凱)



與當地志工尼爾醫師等人結下善緣，來臺皈依；加上馬來西亞慈濟人聽到師父的心願，發心前往尼泊爾付出，種種因緣成就如今慈濟在藍昆尼的各項志業行動。

「佛陀說法四十九年，從鹿野苑對五比丘說法開始，走走停停，從四諦、十二因緣，讓人知道生命的起源，觀機逗教；講六波羅蜜，從小乘、中乘到大乘；直到佛陀年紀大了，不得不開權顯實講《法華經》，八十歲就入滅了。而今慈濟人身體力行菩薩道，讓大乘佛法入人群，在聯合國的國際會議場合中，大家對慈濟也很肯定，我認為此時因緣成熟了，我們真的要落實佛法，讓佛法在各地扎根。」

「我很期待『靜思法脈，慈濟宗門』，法脈既立、宗門已開，應該把握因緣趕快推展。星馬這一群在家居士，有的已經把家業

和事業全然放下，全心要幫師父做事，他們不論心智、時間與能力都很充分，所以感覺我們可以借力使力，回饋佛陀的故鄉，讓正法回歸佛法的起源地。」

「這是一件大事，現在有因緣，但我們的願力是不是足夠？要有足夠的願力，就要發大心，要有那一種沒有私我的大我精神。就像種樹苗，要種大樹就要留大根，我們要有『大乘』志，否則因緣還是不具足，儘管有緣，但是合心不夠，願力脆弱就沒辦法。」

上人說，慈濟人認為行善付出是理所當然，而且很感恩有付出的機會；人人發大心，並且身體力行，就是「行願」，所以應該要有「發心立願，理所當然」的心態。要用心將這分菩薩心、菩薩行，帶回佛陀故鄉扎根，此舉亦是回報佛恩。

「師公教我『為佛教，為眾生』，我就承擔起來，也因此才會一直說，佛教到底要為人間做什麼事情？該做的我們就要趕快做，國際間哪裏有災，我們就到哪裏去付出。我們既然有承擔，也將近一甲子了，這棵樹的樹根很穩定了，除了根要扎得深、拓得廣，枝葉也要很茂盛，才能庇蔭人間，要有這分責任感。」

理就是禮，禮就是理

慈善志業執行長辦公室全球合作暨青年發展室、美國裘曜陽師兄報告聯合國第二十九屆氣候變遷大會等事務。美國總會執行長曾慈慧師姊，以及馬來西亞、新加坡、英國志工視訊連線與會。青年志工向上人發願挑起天下米籬。上人叮嚀大家，「挑起天下米籬」這句話，不只是口頭發願，

要放在心裏，且以行動表達出來。

「時間無形、無實體，過去就沒有了，若沒有實際去做，所發的就是空願，隨著時間流逝，就跟著環境迷失了，淡忘了初念，只增加了煩惱、無明，這就是世間亂象的起源，因為心無『法』。」

「你們要挑天下米籬，有很多方式，而怎麼樣的方式，能讓自己更有力量？就是甘願、歡喜。否則儘管發願了，卻不歡喜，做了以後感到很累，就會懈怠，如此實在很可惜。修行要看準方向、篤定方向而身體力行，分毫無差錯。你們若是天天聽我說話，就會覺得我的話大同小異，因為從開頭就確定了方向，一路走來沒有偏差，所說的是真實話、真實理。」

上人指出「理就是禮」、「禮就是理」，在道場就要有威儀，

守修行道場的生活規則。威儀展現現在待人接物、言談舉止，都要有禮、守禮，也就是遵循道理；學會了這個道理，修行的路維持正向，形象自然就有道氣。

「有時我在書房裏，聽到外面有熱鬧交談與聲響，是笑聲而非爭執，我就安心了；畢竟大家是在談笑，不是吵架。與人互動不能太嚴肅，但是一直談笑也是空過時間，我們要實實在在做事，用柔和善順的態度，把這條道開得順、走得直。人間就是修行道場，不一定在精舍，你們回來就要學會如何做人。」

「既然自稱慈濟人，就要像慈濟人，內修誠正信實，外行慈悲喜捨，如此走入人群，方向都能維持正直不偏，否則差之毫釐，失於千里。」上人說，誠正信實的原則一定要把握與堅持，否則在國際間要救助苦難，會無道、

無路可行；慈濟的道路要靠大家持續開拓與鋪展，這條路很長遠，不是階段性的，需要大家下定決心，將人道精神提升在國際。

上人表示，世界局勢令人擔

憂，但是擔憂沒有用，要積極，先把慈濟人的形象建立起來；慈濟人的形象就是普愛眾生、疼惜大地，愛人、惜物。「不同國家的慈濟人陸續回來了，都是為了

慈濟而來報告當地的慈濟事，討論將來要如何做，彼此達成共識，這是每一年全球慈濟人聚會共修的目的。所以每一次看到大家回來，我很開心、很歡喜！」

【靜思小語】善心愈多愈好，人心富而有餘，社會安穩有福。

善經濟

12 7, 8

《農十一月·初七至初八》



合心、合道、合情

十二月七日，欣見菲律賓慈濟人返臺召開董事會，且最欣慰的是互動時或報告中，都感受到人人合和互協，上人說，自己最希望慈濟人永恆的「合」，合於

一念心，就是佛心。慈濟人合心、合道、合情——大家有心，走同一條康莊的大道，就是慈濟路；有共同一分情，就是菩薩情。

上人感恩菲律賓慈濟人醫團隊持續做眼科義診，讓許多人重見光明，重新擔起生活責任，可

以說救了一個人，就是救了他的家庭，或許也挽救了好幾代人。現在菲律賓志業園區有醫療建設的計畫，只要大家把心會合起來，有錢的人出錢，有心的人定心，即能順利成就。

上人說，菲律賓慈濟三十多

年了，在慈善、醫療方面做得很好，尤其人醫義診領先全球，這是菲律賓慈濟的優點與特色，要好好珍惜，並仔細盤點、整理數據資料。

「這輩子，我們到底為人間做多少事？不只有師父，慈濟人結合起來，一滴滴水入大缸或大池，整池的水也有我們的一滴，如海功德都包含我們的付出。雖然我們沒有要求功德，也不必計較每個人付出多少，都是出自真誠的心去做，就有無量功德，期待慈濟的愛心要不斷地延續下去。」

「做有意義的事，生命才有價值。要不然只是過生活，三餐吃飯、晚上睡覺、白天賺錢，錢賺得很多又要做什麼呢？再怎麼樣還是孤單一人，或只是一個家庭，子女成家以後仍然孤獨無依。我時常慶幸自己在這樣的年齡，

身邊總有人照顧，而且天下慈濟人都是我的家人，這個家庭很大。你們不也都說『回來讓師父疼惜，回來看師父』，多麼親啊！就這一點讓我覺得很有價值。」

上人說，慈濟人都是法親，不分種族、國籍，如同兄弟姊妹般互動，這分法親之情要不斷延續。這次也有不少年輕人回來，就是慈濟的下一代，等於看到未來的希望，每一代都能帶動人間多造福，凝聚福氣消災難。

上人肯定大家在菲律賓將志業做得很好，要世代相傳，還要讓全球慈濟人看見菲律賓慈濟志業成果而見賢思齊，所以要把握機會多分享，並且運用網路廣為傳播。

真誠的愛最有價值

十二月八日，與參加第九屆

慈濟論壇的學者談「善經濟」，上人說，不是只為了自己的富有而促進經濟，要均富，讓人人都生活得安安穩穩，社會才能平安。這個道理雖然簡單，但是一般人不容易理解，就是因為不清楚生活的目標與價值，只是勞勞碌碌，執著於數字盈虧。

上人提到自己桌上壓著一張辛巴威通膨最嚴重時發行的五百億鈔票，這是慈濟人給自己做紀念的，這張鈔票在辛巴威僅能買到二條香蕉。把這張鈔票壓在桌子玻璃下，藉以警惕自己，世間萬物的價格都是人訂的，社會動盪、經濟崩潰時，如此龐大的數目其實沒有什麼價值。「人與人之間、國與國之間為了爭利而起衝突、引發戰爭，不但得不到利益，反而是人間的危機。」

上人說，最有價值的是清淨無私的愛，不能被數字污染這

分愛，維持心靈的平靜。否則只為了讓存款簿的一大串數字多一個零、再多一個零，就好像被這一個個圓圈困住了，很掙扎、很辛苦。上人指出，「善經濟」不是賺錢愈多愈好的經濟，而是善心愈充分愈好，人人富有愛心，樂於付出，即使只有十元，也願意捐出一元，每一位都是富有而

餘的有福人。「愛心不能以付出

的金額多寡衡量價值，只要是真誠地為了助人而付出，這分愛心就很有價值；假如是有所求的付出，反而會掛礙能得到多少回報而患得患失。」

「所以我們想要推動的善經濟，有很深的內涵；只要心中有愛，願意行善，能夠在人間做無量好事；天天行善助人，天天輕安歡喜，這就是最富有的人生。

【靜思小語】常常和好人在一起做好事，做得身心健康，就是老年快樂良方。

老年快樂良方

12 9, 10

《農曆十一月·初九至初十》



慈濟列車的甜美回憶

十二月九日，第二階段歲末

祝福行腳啟動，約上午十點半，抵達宜蘭羅東聯絡處，隨即展開第一場歲末祝福典禮；宜蘭慈濟

人以「慈濟列車」為經藏演繹的法具，慈少班的吳冠廷小朋友擔任列車長，代表法脈宗門代代相

傳，生生不息。上人欣慰祝福，從最資深的老菩薩開始，慈濟列車世代傳，一輛一輛連接不斷，入人群接引，乘載眾生同行菩薩道。

宜蘭區委員慈誠與上人座談，上人提到歲末祝福演繹呈現的「慈濟列車」，勾起很多回憶，當時是為花蓮慈濟醫院建院，師兄師姊在社區裏向鄰里親友勸募，也帶著他們回到花蓮深入了解，有許多會員因此受感動而投入，也成為慈濟委員。

「回想自從投入慈濟以後，有很多甜蜜、歡喜的回憶，這代表我們做得很對，沒有後悔，很值得、有價值！師父盤點自己這輩子，自從那一念間——愛與善，大愛的心打開，善的方向抓直，一路走過來都沒有後悔。」

上人說，在座的資深慈濟人，跟隨師父的時間很長，現在

年紀大了，更要相互疼惜。要知道，即使是同一對父母生的兄弟姊妹，也不一定願意做同一件事

情；而慈濟人雖然出生在不同的家庭，卻走同一條路，這條路就是菩薩道。大家進入道場，會虔誠禮拜佛像、菩薩像，其實坐在前後左右、與自己對答說話的人是真菩薩，大家牽手結伴走菩薩道，為人間做好事；慈濟人在環保站做回收分類，彎下腰撿起回收物的動作，就如同禮佛，也同樣虔誠，因為大家在發揚佛陀的精神、實踐佛陀的教法，疼惜大地、愛護眾生。

「雖然弟子們和師父一樣，都年紀大了，這是自然法則，但仍然要把身體健康照顧好，體力訓練好，更重要的是照顧好一念心。如果因為年紀大了，就不想要做事，也不想出去與人見面，會變得很孤單，對身體、心理都

不好，各方面很快就退化了。要讓老年過得快樂的良方，就是身心健康；要維持身心健康，就要常常與人群在一起，而且是與好

人在一起。慈濟人都是好人，在這個法親大家庭裏相互照顧。」

「剛才看到你們開出慈濟列車，從第一代、第二代、第三代到第四代，第四代的『列車長』年紀很小，這列車要永永遠遠傳下去。師父早上也是搭『慈濟列車』來的，前後座有幾位常住師父陪著，車窗外的風景很美，大海很乾淨、很平靜，天連海、海連天，很遼闊；另一邊是高山，但是綠色的山有一條一條或一整片崩坍的痕跡，看了很不捨。」

「這就需要我們用虔誠的心，帶動人心調和，能夠讓地、水、火、風四大調和，人間大地就會平安。」上人說，每一處慈濟道場都需要慈濟人用心照顧內



上人來到宜蘭主持歲末祝福暨授證典禮，資深委員林阿蝦四代都是慈濟人，一家人分享心得。（12月9日）

外環境，並且時常運用空間做慈濟事，請大家共同珍惜、愛護道場，最重要的是代替師父疼惜慈濟師兄師姊們，讓師父安心。

南門靜思堂承續歷史

約二點半，抵達宜蘭園區南門靜思堂，上人為靜思堂開門，繞看一樓、二樓講經堂、四樓慈濟部。靜思堂旁邊是宜蘭文學館，周邊的都是老樹，視野遼闊，上人叮囑要發心活躍道場。「園區很新也很親，這裏也是我們的家，一進來就覺得很明亮，看了心很開朗、很歡喜。雖然這裏是新地點，也承續了宜蘭慈濟志業發展的歷史；無論在宜蘭市、羅東或蘇澳的慈濟道場，都是慈濟在宜蘭三十多年的歷史中，很重要的一部分，每一位菩薩都是用很真誠的心，一路走過來；道場的一

磚一瓦，都是大家用心用愛會合而成就。」

「我們有莊嚴的道場，就要成就菩薩道；這時候很需要菩薩在人間，所以你們要在這裏好好帶人，新的要帶、舊的要顧，這是一個法親的大家庭，要共同廣度眾生。」結束宜蘭行之後，於下午抵達關渡靜思堂。

草根接地氣也護大地

十二月十日，與北區資深慈濟人座談，上人說，慈濟人有不同的宗教信仰，但是有共同的一念心，就是無私的大愛，而且有草根的樸實與韌力。「人生就是草根才有趣，慈濟這個大團體、大家庭，既熱情又有大愛，勇於承擔且勇於表達，才能真正在人間發揚佛性，以及人間菩薩的品質。」



慈濟人文志業為資深委員彙編「傳家寶」專書，上人於關渡靜思堂贈書。(12月10日)

「二千五百多年來，佛法到底在人間發揮了什麼作用？過去的高僧大德開悟以後，為大家說法，並開山立宗，道場大多在山上，讓民眾來朝山、求佛法。現在的慈濟宗，是鼓勵大家行善付出，即使是五毛錢、十元都可以樂捐；知道哪裏沒有米，我們幫他們扛到家；哪一個家庭有什麼困難，我們送給他們需要的物資和關懷。這分很真誠的愛，就像草根護大地，若沒有草的保護，土地經過太陽曝曬，就乾旱裂開了。所以，哪怕我們是草根，一株草的種子，都對大地很有貢獻。」

「師父常常覺得，我這一生來人間，就是草根種子一粒，『一』生無量，草根可以不斷蔓延、擴散，還可以再開花、結果，產生許多種子。期待慈濟人也有這一分精神，不要自我膨脹，覺

得『我已經是菩薩了』，人間確實需要菩薩，但需要的是草根菩薩，才有辦法接地氣，庇護大地，還可以接引眾生。」上人說，大家在人間發揮佛法精神，如同草根被地，不分階級與身分地位，人人平等，是最美的境界。

「全球人口超過八十億，但受證的慈濟人只有幾萬人，我們還得再努力，淨化人間就是我們的使命。不論如何，我們做得很歡喜。師父也想：如果五、六十年前沒有發這念心做慈濟，就沒有這群弟子。那一念之間，我把握了，而且起於行動，才能有此成就。如果你們沒有進來慈濟，也應該互不相識；就是因為你們做慈濟，所以彼此關心，而且很親近，這分情就是菩薩的覺有情。」

上人鼓勵大家持續在人群中牽起長情大愛，讓草根庇護大地，

讓志業的大樹足以庇蔭眾生。「不要輕視自己，走入慈濟是對的，我們要彼此用愛鼓勵：『你很好，幸好有你。』例如香積志工有承擔香積的重要性，否則大家就要餓肚子，所以香積志工也是大家

的貴人；你們平時走入社區幫助苦難人，有的人不一定是生活有困難，而是心靈有打不開的結，只要慈濟人靠近、關懷、膚慰，讓他們心開意解，你們就是他們的貴人。」

上人說，慈濟人投入慈濟幾十年的歲月，已經做了多少人生命中的貴人，每一位的生命歷史都是慈濟歷史的一部分，請大家用心回憶、分享並彙整，讓慈濟大藏經愈來愈完整。

【靜思小語】人心不調和，「人氣」不平衡，天氣、地氣就失調。◆

人氣、天氣、地氣

12 / 11 / 12

《農曆十一月·十一至十二》

成就和平的人間淨土

今年度海外培訓委員慈誠精神研習會，在板橋園區及三重園區同步展開。十二月十一日，印尼、土耳其、澳洲、香港、韓國、美國、加拿大、多明尼加、宏都

拉斯、巴西、巴拉圭、莫三比克、辛巴威、南非、賴索托、馬拉威等十六個國家地區，三百多位學員，包括新受證二百三十一位師兄師姊，來到關渡靜思堂，參加歲末祝福暨授證典禮。

上人開示，慈濟的慈，是慈

悲、慈愛；濟，是付出無所求，所以「慈濟」是用愛付出無所求，亦即大愛，這是每一個正信宗教都有的道理，無論是慈愛、仁愛或大愛，這就是人類的價值。

上人說，世間的天災人禍，都起因於人心不調和，「人氣」

不平衡，天氣、地氣就失調。若希望天氣調和、大地平安，就要帶動人人有愛心，在生活中守規矩、不浪費，才能有充足的資源供應給人類，或是靠著人與人之間的互愛互助，消滅飢餓與貧窮。

上人有感而言，四大不調的自然災難發生後，靠著人間互助，可以迅速復原，人禍戰爭則會對大地人間造成最大的破壞，而且影響深遠。人心有愛，自然就和平相處；就如今天有十六個國家地區的慈濟志工共聚一堂，即使語言不相通，但是心意相通，會合於同一分愛。人心有愛、人間和平，就是最美的風景，是眾生最大的幸福。

對於新受證的師兄師姊，上人叮嚀大家要精進，回到居住地，要帶動慈悲互愛，讓每一個國家都有愛的氣氛，天氣就會和平，和平世界是天堂、就是淨土。「就

如今天此時，你我都在天堂、在菩薩淨土，因為我心有愛、你心有愛，彼此互愛，我們要共同努力，成就和平的人間淨土。」

聽到、看到還要走到

返臺參與海外培訓委員慈誠精神研習會的印度、尼泊爾、泰國、日本、馬來西亞慈濟志工，十二月十二日於歲末祝福典禮中恭敬聆聽上人開示。上人說，佛陀已經為眾生指引一條康莊大道，眾生若只是聽到、看到而不去走，永遠到不了目的地。即使已經身體力行，若不精進，雖然踏上這條大道，但是走愈遠、心愈疲累，就容易懈怠。

「如果總是想：為何那麼遠？何時才能到？愈問，距離愈遠，心理感受就愈累。這就是沒有認真也不精進，只想要速求速

得，其實求不可得。所以剛剛授證時，菩薩走過我的面前，我會叮嚀：『祝福你，要精進喔！』精進、感恩，就是我常說的話，而且根深柢固。」

「我的師父要我『為佛教，為眾生』，為眾生，只靠我一個人做不了什麼事，所以我感恩慈濟人，你我有緣，你們走近我的身邊，也貼進我的心；你們發心立願，師父總是告訴你們要精進，精是無雜，進則不退，深入智慧信仰。既然走入慈濟，就有共同的方向，也就是行菩薩道，一步一步接連，不斷前進。」

行菩薩道的必修課程

上人與馬來西亞、泰國、日本、尼泊爾、印度等新受證慈誠、委員座談時，尼泊爾、印度新受證慈誠委員由佛陀故鄉



海外慈濟人歲末祝福暨授證典禮，莫三比克志工方懌

(中) 分享心得。

(12月11日)

專案團隊陪伴，齊向上人至誠發願：「弘法利生，安住願力，廣淨佛國，我願意！我願意！我願意！」

上人說，佛陀說法啟發眾生，佛法相傳二千五百多年，至今大家蒙受其惠，得以增長智慧、相傳慧命，故而這二、三年來，慈濟在尼泊爾藍昆尼與印度菩提迦耶等地，在慈善、醫療、教育等方面的幫助與帶動，是以感恩心回饋佛陀的故鄉。

做慈濟事，走到苦難人身旁，才會知道人間疾苦，回頭看自己，就會覺得很有福，還要再埋怨什麼呢？應該知足了，知足常樂無所求，知福的人就會願意付出，這也是自我成長的過程。上人說，這樣的心靈享受，是自我自得，不做則不得。所以菩薩道上要精進，做中學、學中覺。

上人提到大家發願時都說

「我願意」，當下很虔誠；但如果心志不堅定，也許看到不好的臉色，聽到不好的聲音，就起了煩惱，想退轉了；或是與人有摩擦、起爭執，心靈打結，這條路也走不下去了。這也是在人群中行菩薩道的必修課程，大家要學會知足、感恩、善解、包容，才能彼此合心、和氣、互愛、協力，與同師、同道、同志願的法親攜手同行菩薩道，生生世世延續這殊勝難得的好因緣。

「盤點生命的價值，活在人間，若只是為了賺錢或享樂，已經迷糊掉了；生命的價值在於善用每一天，提升智慧、為人間造福。當我們付出的同時，就有收穫，因為已經與人間結了一分善緣，這分緣會延續到來生；最重要的是，此時在菩薩團體中，要好好把握，生生世世都要同行菩薩道，並且不斷往前開道鋪路。」

【靜思小語】相互防備，就難免紛爭；你安我的心、我安你的心，人間無爭才是福。

享福

12 13

《農十一月·十三》



無法度，有法度

上人與越南、新加坡、菲律賓、緬甸、馬來西亞慈濟人座談，提及今年度的歲末祝福暨授證典禮中，看到的年輕菩薩比往年多，感到很歡喜，未來很有希望！

上人也提到許多已經投入三、四十年的資深慈濟人，或是年長的環保志工，也許學歷不高，甚至沒有接受過正統的教育，但他們年輕時，都在辛苦的環境中努力勞動，養育孩子、維持家計，他們的付出也讓社會逐步繁榮，何況他們還為慈濟志業開道鋪路。有時牽起老菩薩的手，會摸

到厚厚的硬繭，他們的雙手代表了他們的人生價值，很令人讚佩與疼惜。

「我年輕時也曾下田耕作，跪在水田中『掌草』，徒手摸索以拔除雜草，曾經掌草掌到一條蛇。還有收割之後，用脫穀機使稻穗穀粒脫落，接著把稻草集中，綁成一捆一捆，堆疊成一個大草堆。有一次，我把草捆丟上草堆時，體力不支跌在草堆上，突然竄出一條很長的蛇，牠本來是躲在草堆裏面，被我驚動了而鑽出來，牠嚇到、我也嚇到，不知是人怕蛇，或是蛇怕人。」

上人舉此事例有感而發：

「眾生在不同的境界，各自防備，都害怕對方會傷害自己，這也是人間不能和平的起因。我們若能在與人互動時，你安我的心、我也要安你的心，和平共處，這就是人間的福。要享福，就需要在無爭的世界，這也是我們努力的方向，要不斷勸善、勸素，勸化人人成為菩薩，彼此疼惜與愛護，這就是菩薩淨土。」

上人說，要教化人、度化人，須從自身做起，所以大家既然發心，共聚在道場，要用心調整好自己的心，從禮佛的動作提起恭敬的心，有禮才會道理，這個道理就是利益人間的菩薩法。

「有時面對剛強眾生，也會心生感慨，想著『無法度』，覺得很無奈；但是這個念頭一起，我就會自我警惕：怎麼會無法度呢？只要這一念菩薩心還在，菩提種子還在，就有法度。菩提就是法，要行菩薩法，在人間修行菩薩道，道路的盡頭就是覺悟的

佛境界。」

上人勉勵新受證的委員、慈誠，資深慈濟人已經把前面的道路開得很正、鋪得很平，方向沒有偏移，大家只要緊跟前人的腳步走就對了，這就是新進慈濟人的福。「可知道剛開始要走慈濟路，都很辛苦，會有很多的聲音，

他們要很勇敢，挺身做給你們看，讓你們看了受感動，也建立了信心，就會跟著走。所以師父很佩服也很感恩他們，如果沒有他們，師父就沒有力量走過來；我沒有力量走過來，哪有今天受證的菩薩呢？法脈宗門要代代相傳，這就是我對大家最大的期待。」

【靜思小語】用智慧看待人與事，不受無明煩惱糾纏；真正的靜定功夫要在人群中歷練出來。

心靜定，智慧生

12 14 15

《農十一月·十四至十五》

人間慈航普渡人

十二月十四日，上人與美國曾慈慧、穆家蕙、李瓊薰師姊談話，表示自己對於志業人事沒有

什麼要求，一向都是感恩以對，感恩慈濟事有人做，責任有人承擔，必須做、必須承擔的，大家都很用心，做得很好；大家都很真誠，師父說要怎麼做，就聽師

父的去做就對了，故而成就如今的四大志業、八大法印，讓慈濟大愛遍及國際。
言及美國在全球有舉足輕重的影響力，當地的慈濟志業發展，

每一步踏出去，方向分毫不能偏差。「三十幾年來，美國慈濟的生態很平穩，各分支會的慈濟人都很有心、很願意承擔；現階段，我希望大家的心更安定。早期在美國開拓志業的慈濟人，有的已經不在了，有的剛投入時還是中壯年，現在年紀大了，歲月不饒人，但是這一群人都是師父的寶。」

「我雖然出家修行，但我很重感情。佛陀教導眾生要覺悟，用明覺智慧看待一切人與事，不受無明煩惱糾纏；不過身在人間要有情，而非為了保持心靈平靜就與世隔絕、不問世事，真正的靜定功夫要在人群中歷練出來，假如大家都不去管人間事、不願承擔，人間無法平靜，個人也無法獨善其身。」

上人以划龍舟譬喻，一艘龍舟要快速穩定前進，一定要由舵

手用心掌舵以維持方向，其他人划槳，動作要很平齊，這艘船才會穩。佛法如慈航，要普渡眾生，這艘船很大，掌握方向的舵手，心要合，不是只憑一位船長指揮，是要大家共同注意與配合，若有突如其來的風浪，也能立即應變。

「我們要做人間慈航普渡人。幾十年來，即使不是佛教徒，人人都有慈濟的精神方向，合心協力，力道均勻，讓這艘人間慈航穩定前進。到了這個時代，是緊要關頭，而美國在世界上是一片很大的舞臺，我們要穩定地作為這個舞臺的軸心，無論周圍的人怎麼轉，軸心如如不動。」

「在慈濟，人人都是軸心，但是人人都要有功能，能夠被依靠，在運轉時也不會脫軌，不偏離預定方向，如同所有的船都有共同的方向，照著規則航行，而非各自走各自的路。慈濟的未來，

需要現在的慈濟人承擔，一定要發大願、擴大大心，把心量擴大再擴大，達到『心包太虛，量周沙界』，沒有任何煩惱是非，滿心都是感恩，真誠地讚歎人。即使對方與我們的緣沒有很好，我們就要趕快想：我沒有他不行，我需要他陪我去，我才不會太孤單。要有菩薩群，一代接一代，才能走很長遠的路，所以人與人之間要彼此感恩。」

「我們要感恩、尊重資深者，過去因為他們發心，將志業做得很好，範圍愈來愈大，需要愈多慈濟人來承擔，所以我們自己也要發心立願，多度一些人、多接引菩薩，力量就愈大。人生無常，但是我們現在打好基礎，做好傳承，志業就能永恆利益人間。」

上人說，美國國土範圍廣大，各州都需要培養人才，而美

臺中慈院簡守信院長主持大愛臺《大愛醫生館》節目，錄製超過六千五百集，上人予以祝福。
(12月14日)



國總會作為美國慈濟志業綜串的總樞紐，是這個國際舞臺的軸心，需要的是與慈濟很契合、很了解慈濟方向的人才，從總會串連各州，帶動人人合心。

「大家要多承擔、多接引人，『顧舊引新』，用感恩心關懷、照顧年長的資深菩薩，他們開拓的路，現在由我們接著開道鋪路，同時用真誠的心接引新進者。這一路走來，我們要自我肯定，做的是對的事，但是不自大，而是更認真。自大就會傲慢，無法得人心，要做事也沒有人會來幫忙，所以我們要縮小自己、尊重他人。」

「尊重別人，不會讓自己的人格有損失，反而更有親和感，讓人更樂於接近，和我們一起做事。我就期待自己能讓所有人覺得很親切，但我不會放下責任，要做到最後那口氣；同時一定要

招呼很多人一起做事，若招呼人來卻沒有事給他們做，他們就沒有興趣再投入；他們有事做，就會愈做愈有勁力，做得很歡喜。」

黑夜終將會過去

十二月十五日，土耳其胡光中師兄、周如意師姊、余自成師兄及二十餘位土耳其暨敘利亞新受證志工在關渡靜思堂現場，還有十九位新受證志工在滿納海國際學校，透過雙向視訊，與上人座談。上人勉勵敘利亞志工們，無論將來是否回到敘利亞，都不要放棄善與愛；雖然大家經歷過苦難，但是黑夜終將過去，光明的希望會來到身邊，只要人人心中有開闊的愛，社會人間一定會有希望。

「就如高掛在天空的一輪明月，有時被烏雲遮住，但是烏雲



緬甸李金蘭師姊敬呈發放用米，說明相較於當地日常用米碎顆粒較多，慈濟選用的米形狀完整，力求給接受者良好的品質。（12月15日）

終究會飄散。雖然難免有苦的過程，苦就是一種鍛鍊，讓我們更加堅定，永遠保存這分善良的心，把握機會幫助需要的人。」

「正信宗教的精神都一樣，只是在不同的國家、因應不同文化而發展出不同的形態，其實都在對人們做善良的教育、正確的教育，傳達真理；只要人與人之間沒有仇恨對立，互愛互助，就能成就真善美的人間，這也是我們共同的方向。」

上人期許大家達到「覺有情」——覺悟無常，了解人心如果在一念過不去，就會造成人間的災難，所以需要宗教的引導。不論大家信仰什麼宗教，自己平等尊重，也真誠愛護大家。慈濟是付出無所求，若說有所求，就是求得人人幸福、平安，人心的方向是大愛而善良。所以大家有緣投入慈濟，發心助人，並且培

訓、受證，就要負起慈濟人的使命，把握因緣廣傳這分無私大愛。

上人指出，「慈濟」在名稱上、意義上都是大愛，慈濟這個大家庭，有不同國籍、種族與宗教的家人；慈濟人在世界各地做慈濟事，能夠相互支援，而土耳其與敘利亞還有許多孩子等著慈濟人去疼惜，等著慈濟人給予接受教育的機會，只要大家有堅定的愛心、信心與為善的心，一定能讓孩子們快樂上學。

上人說，敘利亞志工最初與慈濟結緣，是作為接受幫助的人，當時雙手向上；但因為大家心中有愛，在困難中站起來以後，也翻轉了手心，幫助許多苦難人。手心翻轉的因緣來自慈濟，這是一分很寶貴的因緣，請大家要珍惜它，並且與更多人分享這分慈悲、善良的愛，結下更廣大、更長遠的善因緣。

【靜思小語】黑夜中的極微光就像信號，群聚為一片閃亮美景；愛心點滴力量聚集，也能成就人間美事。

極微光一閃一閃 12/16, 17

《農十一月·十六至十七》

慈濟人跟著師父走

十二月十六日，南非、馬拉威、賴索托、莫三比克、辛巴威等非洲國家的慈濟志工與上人座談。聽到大家唱著〈慈濟人跟著師父走〉，上人說，師父走的是生生世世的菩薩道，即使生命無常，但是慧命永恆，大家要和師父一樣，無論面對什麼樣的困難與壓力，都用虔誠的心堅持下去。

「將近六十年前，發一念心創立慈濟，草創時期是很艱鉅、很困難，不過總是想：這是自己

發心要做的，總是要自我勉勵堅持下去。我們虔誠發出心靈的呼聲，有緣的人聽到了，看到我們做有意義的事，就會湧上來，共同發揮力量。」

「所以常說螢火蟲的光很微弱，但是這個黑暗中的極微光就是信號，其他螢火蟲隨著信號會合起來，一整群螢火蟲在黑夜中一閃一閃，就會成為一片美景；而慈濟人以善心、愛心會合，聚集點滴力量，也能成就人間美事。」

聽到非洲志工分享，落後地

區的村落乾旱缺水，也沒有水塔、水槽、水管等公共設施，居民要喝乾淨的水都很困難；還有為了提水遠赴集水區，水還沒有提到家，就在路上遇到猛獸或毒蛇攻擊而往生。

「對於生活在臺灣的人來說，難想像走在路上會有這麼多猛獸出現。其實野生動物有牠們生活的範圍，是人類砍伐林木、開墾山林，打擾了牠們，讓牠們的生活不得安定，也要與人爭地，生態被擾亂了，危機就會發生。」

「若說因為猛獸傷人，政府

就要撲殺，還打算將殺死的動物供應缺糧的居民。捕獵、宰殺再多動物，只能供應一時，而且以蠻橫的態度對待動物，動物也會發狂報復。人與動物『性相近』，人們如果愛牠，牠就會很溫馴；如果令牠發狂，牠就會造成很大的傷害。期待能用溫和的方式處理這個問題，對人、對動物，我們都要疼惜。」

上人也談到非洲貧苦村落因為缺乏公共衛生設施，即使鑽地鑿井，水源也很容易受污染，讓人感染疾病。「即使在先進國家，人們的生活水準很高，仍然難以預防看不到的病菌、病毒感染，所以要加強衛生教育。」

辛巴威朱金財師兄自二〇一三年十一月開始，帶著志工深入社區鑿井，今年十一月十八日統計，共新建二百三十六口井，修復二千零九十八口井。上人讚

歎師兄在辛巴威深耕慈善志業，不只發放熱食，也幫助居民有乾淨的飲水，避免遠途取水可能發生的意外，也讓居民有更多時間為生活而努力工作。如果一口井維護得好，可以用近百年，所以要教育居民好好照顧。

「水不只是人的大生命，也是大地五穀雜糧的生機，所以要很珍惜它，這都需要教育。慈濟人在非洲幾個國家幫助苦難居民，要多管齊下，教他們珍惜水源、保持衛生，教導他們耕種以維持生活等等，有很多都需要我們去『傳道』，這也是在傳法，所傳的是有益人間、照顧生命的法。」

上人向朱師兄詢問辛巴威居民生活概況，朱師兄說，辛巴威境內缺乏工作機會，失業率高，家庭裏的先生大多到南非討生活，留下老弱婦孺；雖然先生賺

錢會寄回家，但是辛巴威人本身在南非生活不易，能寄回家的金額很有限，所以太太與孩子的生活很困苦。

為了讓這些生活困苦的婦女與孩子得以溫飽，自二〇一三年起，朱師兄帶著志工每週六天供午餐，至今共設立五十二個供食站，分布於五個省的四十個村莊。上學期間，約一萬六千人受益，學校假期則受益二萬人。朱師兄說，目前煮熱食，除了固定供應的米、菜、豆類，也會請居民提供菜，即使只有一葉、二葉，也可以投入大鍋煮食；孩子們則去撿樹枝來燒，讓大家不只是等著被救，也能有回饋。上人讚歎之餘，再叮嚀師兄帶動多一點志工幹部來共同承擔。

上人感恩非洲各國的師兄師姊發大心、立大願，並請大家要將身體健康照顧好，才能用心專

注於志業事務；而且都要培養年輕幹部，做好傳承。

天天彼此祝福吉祥

十二月十七日南下，中午十二點左右抵達彰化靜思堂；彰化師兄師姊心疼上人抱恙，由一百零六歲黃蔡寬師姊代表獻上「無量壽福」大字卡，祝福上人法體安康。

午後舉行歲末祝福典禮，上人開示，假如人人的心，天天都念著春聯上的吉祥祝福話語，相信時時都會很歡喜；時時提起愛心、善念，人間就沒有什麼可計較的事，不會你爭我奪起衝突。

「人間苦，每天看著國際間動盪不安，是很擔心，但是擔心又奈何？轉一個念頭：精進、虔誠，發了善念就要身體力行，好好用心力來推善法。所以師父已

經到了這個年齡，仍然撐著身體，抱著這念心，抽氣、抽力來與大家說話。我們要把握現在的因緣，對的事要趕快做好，不要等到因緣消失了，即使想要做也沒機會了。」

「眾生皆有佛性，只是被欲念蓋住，變得迷迷茫茫。就像空氣污染，濛濛霧霧，能見度很差。現在既然有因緣接觸佛法、了解道理，就要趕快建立正知、正見，克制欲念，轉變習氣，有正行為，帶動人人一起造正業，延長正法住世的時間，不要讓末法那麼快到來。」

上人說，慈濟將近一甲子，一步步走過來，實在不簡單。雖然人生無常且短暫，只要大家珍惜此時，做好傳承，就能讓世世代代都如現在一般有福；只要人心不脫軌，人人富有愛心，全民造福，社會就能平安祥和。



彰化慈濟人迎接上人來到彰化靜思堂，人人手捧「紅聯好話」，現場濃濃過年味。

(12月17日)

感恩此時相見

12, 18, 20

《農曆十一月·十八至二十》



志業傳家，傳寶也傳福

彰化縣有很多鄉村，範圍很遼闊，慈濟人總是不辭辛勞深入各村落訪視關懷。十二月十八日與彰化區榮董團隊座談，上人回憶早期訪貧：「我帶著慈濟人，走入每一家去探望；臺東有王添丁校長夫婦承擔整個臺東縣的慈善訪視與發放，王校長去度各村鎮的學校校長，有的在山上、有的在海邊，如果發現學生的家庭需要幫忙，就請他們提報給慈濟。他的身教傳給兒子王壽榮，大學畢業之後在嘉義成家立業，就是嘉義的第一顆種子。」

「那時我若來到嘉義複查慈善個案，就是他在帶。他平時是用摩托車載著米糧、生活物資，直接送到需要的家庭，範圍很廣、距離很遠，但他總是挨家挨戶送，一趟一趟來回。」

「慈濟人以志業傳家，父傳子，這時候是傳到壽榮的女兒、女婿，已經傳四代了。要度其他人容易，要度自己家的人是不容易。你們做慈濟，很多時間都在外面，家人總會埋怨整天看不到你們，心裏就有個障礙，不會支持；但只要家人肯支持，就開始有大力量。」

「所以師父常常告訴慈濟

錢救人，慈善力量也是如此點滴累積而來，到現在慈濟人在國際間救助苦難，就是從最初的微細點滴開始。」上人期勉慈濟人帶動愛與善，世世代代累積福與慧，指引人心觀念的正確方向。

隨喜讚歎，廣結善因緣

十二月十九日，上人即將南下嘉義大林，於彰化感恩時刻叮嚀師兄師姊，菩薩道上除了自修身心，更要廣度眾生，而眾生剛強，各有習氣，需要人間菩薩運用不同的方法度化。

「我這趟行腳，看到各地慈濟人都是盡心力，用誠意做慈濟，盡形壽在付出；每個地方的慈濟人，度眾生的方法都不一樣，接引不同人的方法也不一樣，這麼多的方便法，都是由慈濟人自身的慧性不斷地啟發出來。」

上人期待大家培養好說話習慣，一開口就是祝福別人的好話，而非脫口而出得罪人的言詞，或是養成不好的口頭禪。有些法師教信徒念佛，祝福別人無量壽福。

「念佛要念入心，更要念入意識，成為自然而然的習慣。現在的人信仰很多元，我們尊重人人的宗教信仰，與人見面、互動的禮節，一句『感恩』就是祝福的好話，感恩今天此時可以相見。」

「期待慈濟能夠普及社會各階層、各角落，就像水可以隨著不同的容器，變成不同的形狀，隨方就圓，做事要圓滿，而慈濟人的心念也要源遠流長，發了一念好心，就要把握因緣去做；或是聽到有人分享他們做好事的過程和心得，我們由衷讚歎，讓他們更有信心，我們也有功德。」上人勉勵大家，發心立願就要身體力行，或是隨喜讚歎，廣結善

因緣，長長久久地在人間傳愛、傳福。

溫暖回饋，醫療有價值

十二月二十日於大林慈院醫療科座談，上人表示這次是帶病出門，一年過一年，光陰一直過去，年歲已大，生命就如溜滑梯，從高處滑下，很快就到底了。但仍勉力把握有限的時間，即使身有病痛，還是一步一步向前走而來到大林。

「我把握了因緣，把握了時間，一路從花蓮的菜市場裏呼籲『五毛錢能救人』，累積到現在近六十年，慈濟的人道關懷或援助，到達一百三十六個國家地區。四大志業、八大法印，一步一步走過來，不要去想走一步有多遠？只要是真誠為人間付出，確認是對的方向，腳步踏出去，往



大林慈院歲末祝福，醫護和行政人員超過百人入經藏演繹，以莊嚴道氣傳達真誠心念。
(攝影/陳坤安)

「前走，總是不會錯。」

上人說，只要聽到慈濟醫院如何搶救生命，讓病人解除病痛，健康生活，就覺得當初決定在此建院，克服諸多困難，戰戰兢兢地一路走過來，是很值得的。「我覺得這輩子做最對而且可永恆延續的，就是醫療志業。而且在大林將這所醫院蓋起來，帶動了地方的繁榮，讓我最高興的是可以照顧雲嘉鄉間的老人家。」

上人說，同仁們面對的大多是草根性的純樸長者，也入鄉隨俗，即使是分享很有科學水準的醫療內容，聽起來卻很親切。醫護同仁與年長的病人互動，用他們聽得最習慣的語言對話，像子姪般疼惜他們，親切稱呼「阿公、阿嬤、阿姨」等等，大林慈院就像一個大家庭，很溫暖。所以得到病人與家屬的稱讚，或是愛心回饋，就代表大家真誠的付出，

讓人感受到了，這就是價值。

下午舉行雲嘉第一場歲末祝福典禮，除了大林慈院主管同仁參與，還有中正大學的師生們與會。上人期勉大家更上一層樓，知識高，智慧更高，不只局限在醫療專業領域，也不只關心臺灣社會，要放眼國際，有全球一家的開闊心胸。

上人請同仁們多運用網路了解全球慈濟事，把握機會與親友或病人分享「我們的慈濟」所做的事，共同弘法利生。「我對各位有信心，你們應該都認定這裏是我們的大家庭，所以有志一同，要做好醫療教育，把真誠關懷病人的愛傳給年輕後進。看到醫療志業在各院主管帶動下，有人文、有愛心，我很放心；法脈宗門要靠大家守護與傳承，相信我下一生『再來』時，也來得及、接得上，慈濟人文精神代代相傳。」

【靜思小語】一秒當二秒用，不要浪費時間；要做的事情做到了，就賺到時間了。

賺到時間

12
21, 22

《農曆十一月·二十一至二十二》



富有愛心店，社區聚福點

十二月二十一日，嘉義慈濟人與上人座談，因場地限制，還有一部分師兄師姊在宿舍區停車場，透過視訊同步聆聽。上人讚歎大家長時間坐得很端正，有耐心耐力且精進護法。多位資深慈濟人已經上了年紀，不過聽大家分享早期的慈濟事，記憶都還很清晰；還有環保志工草根的純真言談，讓人聽得很歡喜，這些都是入人群度眾生的法。

「即使臨時用停車場作道

場，大家都很歡喜地聞法，簡單的空間就變成莊嚴的道場。大家雖然不是聽師父講經，但是所聽的是菩薩如何利益大地人羣的真實經驗。就如許多環保志工，自家生活很好，也有企業家投入，大家能夠放下身段，一起做分類，就表示打破了分別心、傲慢心，發揮平等的大愛，愛人、愛物，這都是佛陀教導眾生，希望眾生要做到的。」

上人提到促成慈濟在大林建院，時任衛生署長的總統府資政張博雅女士，今日亦來見面，談

及當年，雖然歷經千辛萬苦，但最終是為地方造福。談話中也知道，她與嘉義彌陀禪寺道俊法師已結識多年，感到因緣不可思議，很親切。「人與人之間的因緣總是如此牽牽連連，像一個網子，但不是糾纏的網，而是佛法的網，是促成人間好事的菩薩網。」

「請大家珍惜時間、珍惜因緣，不只是珍惜師父來的因緣，法親之間也要相互珍惜，因為你們都是好人，是一起造福人間的菩薩，大家聚在一起不是說是非，而是說好話，說好話就是在傳法

度人。」

江張招治師姊分享募「富有愛心店」時，向店家說的好話：「銀角投一聲，諸佛菩薩擺在這；第二聲，乎您好因好緣擺在這；第三聲，乎您金銀財寶滿大廳。」讓大家聽了很歡喜。上人讚歎師姊有智慧，有愛心就有福，響應的商店會成為「聚福點」，店家發揮愛心，也可以傳好話度顧客。

「淨化人心，就能祥和社會；師父就是為了淨化人心，才會創立慈濟，由慈濟人以實際行動造福人群，並且傳法淨化人心。愛心店，『愛心踮這』（閩南語），造福之家必有餘慶；老闆如果能夠為顧客介紹，不論顧客願不願意捐，他本身就在說好話造福人間，心念已經造福了，福心、福緣就在這裏。」上人說，招募富有愛心店，讓店家擺放愛心撲滿，是度眾生的方便法，是

為了淨化人心；在思想複雜、濁惡的世間，多啟發一念愛心，就為人間多淨化一分，多造一分福、多消一分災，讓世間更加平安。

有機會付出，不輕易放棄

十二月二十二日於雲林聯絡處主持歲末祝福典禮，上人談到當初要在大林鎮建設慈濟醫院，除了向政府承租十八甲多的土地，後來再加上林淑靖師姊的公鄒清山、婆婆鄒許書滿一家人捐贈，合為大約二十甲，足以規畫建設完整的醫院建築與同仁宿舍。可以說鄒老先生一家的喜捨，是促成大林慈院建院的關鍵；最難得的是鄒老先生伉儷不但不居功，還從工程期間就每天一大早起來熬煮青草茶，供應給工地人員，慈院啟業以後仍不間斷地供應茶水給同仁與來院民眾。

「發揮一時的愛心，固然功德無量；能夠長時間付出無所求，而且像鄒居士他們這樣默默地做，實在很難得。雖然現在年紀大了，老太太來讓師父看，有比較駝背一點，但仍沒有休息，還在做事。師父牽著她的手，讚歎她做很多；她卻說要感恩師父，讓她還有機會做。」

上人說，人生無可避免地隨著歲月從年輕走到老年，體力像是溜滑梯一樣快速走下坡，這是自然法則，人生總有那麼一天。當前要認真把握分秒，一秒當二秒用，不能休息，否則如果休息一秒，就等於可用的時間消失二秒；如果休息一小時，就等於消失二小時。浪費時間是對不起天地，因為自從出生，就不斷在消耗天地間的資源；把握時間為天地人間而付出，是用感恩心回饋。「即使年紀大了，身體較缺

乏氣力，但是我也不放棄；要做的事情做好了，這些時間我們就賺到了。只要掌握正確方向，不

論是共修聞法，或是去訪視、發放，行善造福，每一個行動都在累積自己的生命價值。」上人說，

人生價值不是用財富、地位來衡量，人生總有無常起落，但是生命價值高低可由自己掌握。

【靜思小語】鏡子沾到污垢，及時警覺並擦拭；看到不好的臉色，趕快反觀自照，不要用同樣的方式待人。

共修的方法

12
23, 24

《農曆十一月·二十三至二十四》



有法、有伴、有路

十二月二十三日，與雲嘉慈濟人座談，上人說，大家有幸聽聞佛法，有福走在菩薩道上，與慈濟法親共同造福人群，有法、有伴、有路，更要相互勉勵。

人心有種種無明煩惱，要用佛法對治。上人舉述大家一起做慈善，都是出於一念好心，但是

人與人之間的緣不同，意見不一樣，很容易只和自己見解相同的人一起做事，排斥意見不同的人，產生人我是非，這樣就算是做好事也會有煩惱，行善也會起無明，就好像心裏有一面鏡子沾到污垢、灰塵，要及時警覺並擦拭。

上人說，看到別人不好的臉色，就要反觀自照，看看自己是不是也這樣對待別人，趕快改正

過來，以親和的態度待人，用誠懇的言談溝通，對方也會親和以對，這就是在團體中共修的方法，修得人人合和互協，才有辦法將菩薩大道開得寬大、鋪得平坦，從臺灣的小範圍鋪展到全球。

歡喜、感恩、有福

十二月二十四日，上人抵達



大林慈院輕安居近期聘用十名菲律賓籍照服員，他們來自海燕風災災區，由慈濟資助來臺就讀慈科大，畢業後選擇在大林慈院服務，與上人分享心得。（12月23日）

臺南靜思堂，臺南師兄師姊與環保志工歡喜迎接。上人叮嚀年長的志工們照顧好身體健康，冬天出門做環保之前，要穿得保暖，還要先活動肢體，熱身之後再出門，路途中要注意交通安全，在環保站做分類，也要衡量體力，不能逞強。在環保站有電視可以收看大愛臺，也可以彼此分享聽了師父說話的心得，大家天天都是手做好事、口說好話、腳走好路，所以做環保是很好的修行。

環保志工們紛紛表示做環保很好，高齡九十一歲的賴陳玉春師姊、九十歲的袁李玉女師姊都說，做環保有上人陪伴，而且頭腦保持靈光，不會提早退化。

「其實師父也是老菩薩了，聽你們剛剛自報歲數，也有人與師父年紀一樣大，所以師父不比你們年輕，我們都是老人了。從我們小時候的日治時代直到現

在，經歷過現在的年輕人沒有經歷的事，有很多故事可以回想，還要把師父的話聽進去，心中常有師父講佛法。」

「佛陀教育我們行善道，造福人群，而你們做環保就在造福人群，讓街頭巷尾更乾淨，地球更健康，並且用行動教育民眾要惜福愛物，用完物品不能亂丟。所以我們做環保是做好事、愛大地，也在對人做教育。」

「聽到大家的分享，讓師父感恩、感動，一直想著如何回饋大家？讓大家做得歡喜，就是最大的回饋。來到慈濟，大家聽師父的話，出於對師父的護持而共同為人間付出，其實看來是對方接受我們的幫助，我們自己也有收穫，因為我們走入人群中，看到人間苦相，回過頭來反觀自己，就知道我們是很有福的。」

上人說，雖然年歲增長，生

命不斷減少，不過要讓慧命隨著時間增加，不放棄助人、行菩薩道的機會。此外，現在很多家庭，白天年輕人外出工作、上學，只剩老人在家，顯得很孤單；而大家來到慈濟會所、環保站，與一

群年紀相近的人間菩薩一起做慈濟事，不但不孤單，還會很歡喜。「慈濟這個家庭很大，人氣很旺，福氣也很旺，因為大家所做的都是造福人群，付出無所求，而且彼此道感恩。這聲『感恩』

等於念佛，如果只是念佛卻沒有付出，還是空空無所得；行善付出之後有感受，真誠感恩，才是有做有得，已做己得。」上人勉勵大家，慈濟人走這條路是正確的，要不斷精進。

◆【靜思小語】要做多大的事，就要有多大的心胸；有多大的心胸，就能包容多大的範圍。◆

心量放大

12
25、26

《農十一月·二十五至二十六》



分秒做到了，分秒有所得

十二月二十五日，與臺南榮董團隊談話時，上人表示真的年紀大了，一路南下，到現在已經感到體力不支。此行所看到的老菩薩，身體狀況也與去年見到的

時候有所不同了，老態更明顯。看著慈濟人，也會自我警惕，時日已過，不能不把握時間，大家也都要珍惜時間，在菩薩道上更精進。

和臺南教聯會留史團隊座談，上人說，留下歷史是為了傳

承，教育精神與方法要代代相傳。「這段生命歷史，一來可以成為你們的傳家寶，再者就是給予社會真實的人生教育。把有過的教案或寫過的文章，還有你們走入慈濟的歷史，出版成書。這是我們這個時代僅有的，是很寶貴的

歷史。」

下午場次的臺南歲末祝福典禮，上人抱恙無法親臨現場，由常住師父代為授證，並由德懷師父與眾祝福。在師父們帶領大眾點燈祈禱時，為讓大家安心，上人在六樓會客室，透過視訊連線對眾開示——

菩薩們，很抱歉，我專程到達這裏，偏偏在這個時候無法到樓下的歲末祝福現場，很對不起大家。不過各位菩薩，你們平時用心用愛付出，守護在社區裏，慈濟因緣永遠在你們的心中，永遠在你們的行動裏。雖然師父沒有下去，其實人人如常。

難得有因緣能夠與慈濟會合，關懷天下眾生，要好好用心。剛才播放今年的《慈濟大藏經》影片，大家都看到，普天之下災難偏多，幸好慈濟人在這幾年來，已經將大愛普及一百多個國

家地區，及時救苦救難，請你們用心再回顧。

人生無常，就如師父，上一場座談也與大家說，這一回還能來，不知道下一回能不能再來，果然這一場歲末祝福，我就無法下樓。人生何其無常，瞬間分秒要發生什麼事情不知道，但請大家安心，你們看我不都是安然無恙嗎？安心喔，只要大家道心堅固，師父也會一直再支持下去。

要記得把握時間，有分秒做到了，那這分秒鐘就有所得；沒有做出去，這幾分、幾秒就白白消失了。師父坐在這裏與你們說話，已經有幾分、幾秒，在這幾分鐘之中，我也感覺到有所得。假如我沒有堅持出來，透過視訊讓大家看到，這幾分鐘也是消失了，讓大家不能安心，所以我還是堅持讓大家看到我。我會好好

照顧自己，請你們都安心。天氣很冷，散場時要穿起外套，做好保暖；祝福大家年年平安，新年快樂，感恩！

做好對的事，生命有價值

十二月二十六日，上人因身體抱恙，行程臨時決定北上，歲末祝福則由常住師父代表為新發意菩薩授證慈誠委員。上人對臺南合心慈濟人說：「對於你們大家，我是很安心，因為你們將每一個地方都顧得很好。菩薩覺有情，大家要把這分情拉好，『拉長情，擴大愛』不是形容詞，是師父的真誠話。靜思堂的這片土地，是莊慎私老居士，把地契放在觀世音菩薩像前，在那裏求啊，期待師父能夠接受這片土地。只想到這點，他的那分誠意，實在不知如何報答，要靠你們替師父



十二月二十五日臺南首場歲末祝福暨授證典禮，大愛幼兒園小朋友與志工共同演繹臺南靜思堂大事記。

(攝影／蔡淑娟)

報答，就是把這個地方顧好，讓它發揮對社會的良能，並且發揚佛教，照顧好眾生的心與情。」

「你們要不斷講慈濟故事；說是講故事，其實就是講經，而且我們說的故事都是我們所做的事，是還有人能見證的真實事。佛陀滅度幾百年後，才有文字紀錄的佛經；佛陀出生在人間，他的精神理念很超越，我們要認清楚佛陀向我們展現的生命價值，這就是學佛的重點。」

「我在臺南總是想起黃居士（黃勝壁師兄），還有許居士（許明賢師兄），雖然他們往生了，但是來到這裏就會浮現他們的身影，會一直回顧過去。請你們照顧好臺南的家，還有周邊的幾個慈濟道場，常住師父們這幾天會留在這裏，慈濟人分享慈濟故事，常住師父們要牢牢的記住，這一分情要延續，大家要好好地聽。」

「不要讓佛法走樣，信仰佛教不只是拜拜求平安，不做不得，自己不去做就求不得，這都是佛法的真諦道理。師父這輩子，對自己是沒有遺憾，該做的，所作已辦，再接下去就要靠你們護法，讓法脈宗門延續下去。」

「我們要做多大的事，就要有多大的心胸；有多大的心胸，就能包容多大的範圍。所以師父常說，要『心包太虛，量周沙界』，我的心量很大，這樣的因，得來了全球慈濟人的護持，照顧到地球上的一百三十六個國家地區。」

「師父此生只在臺灣，哪裏都不曾去，竟然有辦法照顧到世界上那麼多國家地區的人，其實對於這麼多國家的慈善援助，大多數是海外慈濟人就地取材，不是從臺灣提供資源；但是臺灣的慈濟精神要永久鞏固，不只守護

臺灣，還要讓全球信任，就如全球慈濟人對師父的那分信任、尊重、愛。你們在臺南，也要傳承師父的精神，做到被人信任、被人尊重、被人愛。」

【靜思小語】道與寸合起來就是「導」，守住道德、守好分寸，在茫茫大海中為自己導航。

行道有分寸

12
27, 28

《農十一月·二十七至二十八》



不分貧富，關照長輩起居

十二月二十七日晨間談話時，上人交代顏博文執行長及張濟舵副執行長等人，不分貧富或獨居、雙老，須關懷年邁長者居住環境之扶手需求，比如浴室、廁所、臥室等。

臺灣社會人口愈趨高齡化，為了讓年長者生活更安全，慈濟早有「安美專案」，經社區提報，至家家實地丈量，裝置安全扶手、無障礙坡道、止滑措施、照明改善、蹲式馬桶改成坐式馬桶、浴缸拆除等。

及協助安裝扶手，讓長者們的生活起居更安全。「老人起居，扶手很重要，尤其是浴室很需要安裝扶手預防跌倒。不分貧富，不只是為獨居長者而做，應該普遍去做，只要到達這樣的年齡，不論家中有沒有子孫同住，都應該為他們做，尤其老人在浴室跌倒的頻

率應該很高，一不注意，手沒有扶到牆面，就會跌倒或是撞到。」

求真求實，做多少寫多少

上人與王端正副總、林靜憫師姊談話時，提及佛法原本是口耳相傳，直到幾百年後才有文字紀錄，再經過不同年代的法師大德傳法、翻譯，佛經內容已有後世傳法者的分析整理，所以要求得貼近佛陀原話，實在很困難。就像《靜思語》也是經過編輯，教聯會老師們取其中的幾句話，就可以發展出很豐富的教案。所以自己比較期待大家掌握佛陀的精神，力行佛陀所指引的道路。

「在我自己看來，大家聽了師父講經以後最為受用的是《藥師經》、《地藏經》，早期我講經也比較完整。《地藏經》講到天堂、地獄，我把天堂、地獄『人

上人與眾共勉，人生本是苦、空、無常，無法脫離生老病死其自然法則，最有幸的是在無常苦空的人生得以聞法、學習正法、走正軌道，這是最有福的人

生。雖然人總有老病死，且不知無常何時現前，但是掌握了正確的方向，就要把握當前還能運用的每一刻，做好對的事情，這一刻的生命就有價值。

間化』，教大家用心觀察，其實天堂、地獄的境界都可以在人間看得到、體會得到。慈濟已經做到對人間有影響力，所說的這些內容，真的很適應人間的方向，期待將這些內容整理成書籍出版，這是『文字般若』，很重要，所以是必然要做、一定要做的。」

經藏演繹，引導人間之道

上人說，慈濟歷史從「竹筒歲月」起步，從每人每天存五毛錢開始做慈善救濟，到現在能在國際間救苦救難，所凝聚與發揮的力量甚為龐大，可以看見慈濟在這幾十年來的成長與影響力，慈濟人要自我重視。過去教大家要謙虛，縮小自己，這是在與人互動時的修養；現在為了留歷史，要將這幾十年所做的呈現出來，當然內容要真實、實在——真的做多少就寫多少。從整理好的慈濟史料中，可以分析慈濟如何從克難的環境中起步，從花蓮

十二月二十八日上午十點後，上人在會客室全程觀看高雄靜思堂舉行的歲末祝福屏東場次至點燈祈禱結束，欣慰大家精進如常。

原應靜養的上人，不欲多所休息，依然於午後時分來到會客室，與呂慈悅師姊等人談及經藏演繹。上人表示，這不只是練習排隊形的人文表達而已，是要真正傳達佛法道理。

「一隻螢火蟲的光芒很微弱，一整群就能讓人看見一整片閃亮的光。我秉持『為佛教，為眾生』這一念走過來，穩穩地把四大志業做得很扎實，最重要的

就是慈濟人都很真、很誠，讓志業的根很牢固，菩提樹很茂盛。」

「我一直希望大家真正認識佛法，『有相無相無不相』，將這個觀念打開，一切歸空，然而真空妙有，本質是空，但是道理恆在，看不到但是很微妙地存在，也可以說『無有不成空，無空不有成』，想要用方法把這分精神表達出來。」

上人舉例從建築的相傳達佛法，讓人從形象中探討真空妙有的佛法道理。「相」要美、要生動，所以靜思堂的屋簷有飛天的造像，而且靜思堂的銅瓦會因為日漸氧化而變成綠色，展現歷史感。

上人肯定《無量義法髓頌》做得很好，還可以做得更精緻，而且從慈濟人、慈濟家庭再向社會推廣。也能改變喪事禮儀吵鬧的習俗，讓它更莊嚴平和，而且

有內容，等於是弘法。「其實誦經應該就要弘法，『經者，道也；道者，路也』，讓人知道應該如何走人生的路，從小路歸向大道，從大道回歸原點，也就是『經』。現在的世間很複雜，我們要將雜亂的人心引導回歸真正的人間之道，從人間道回歸菩薩道，從菩薩道歸向佛道。」

「人生來時是如何而來，我們不清楚，但是生在人間，路要怎麼走；將來要去，要如何去，我們必須清楚。所以我常說，生不必學，死才要學。但是，要學死，就要看人如何生活，要怎樣走這條人間的道路。」上人說，

出生無法自我掌控，知曉事理之後要讓自己的人生走正道，往生時則要有莊嚴道，所以曲調要莊嚴有道氣，讓人生有美的結束，也讓還在世的人有所感悟，知道要走正確的人生道路。上人並表

示，要達到真善美的人生，就要德學兼備，德要樹立起來；若論德與學孰輕孰重，還是德比較重要。

慈航普渡，確定航向航線

上人對海外慈濟人說，歲月不留人，但是人間的志業是千秋萬世；自己這輩子可說真正是「為佛教，為眾生」，實行佛法的正道法。慈濟現在也在聯合國有了一席之地，無論在哪个國家地區，既用佛教慈濟的名稱，一定要行正道法，不能偏向，否則偏差、錯誤的業是無法承擔的。所以大家真的要很虔誠，與慈濟的精神會合，才能用「慈濟」之名，經過千秋百世，都在佛法的大道中，分寸都不能偏，否則稍有偏差就會入魔道，所以要很用心。



《無量義法髓頌》經藏演繹
以人文美感訴說真實故事，
引導歸向人生正道。

(攝影／蕭耀華)

美國楊凱丞師兄報告慈濟墨西哥提娃那園區，為當地沒有機會讀書或輟學的孩子開辦「希望教室」，讓他們得以接受教育，以及慈善援助貧戶等。

提及醫療方面的需求，上人表示，美國慈濟人與墨西哥提娃那距離遙遠，如果當地都沒有慈濟志工，實在難以照顧好，所以要培養出當地的種子志工，要很有誠意投入與承擔。「我總是強調要有誠意，若沒有那一分真誠的心意，無法無私為人間付出，會容易變成營利；所以我們要培養的人才，必須真誠立志，志為苦難人而付出，才能建立志業。」

上人說，提娃那各項資源缺乏，居民普遍貧困，非常需要慈濟，但是要先有人能承擔志業，而且要有很多人都有這分誠意，了解慈濟要為當地做的事，也能以慈濟精神投入。尤其醫療不是

只靠醫師看診開藥，還需要很精密的儀器與設備，即使只是一所小醫院，也要各科完備，包括檢驗、行政等方面，人力、物力都要齊備，有很微細的項目要考量與安排。且有心投入的醫療人員若可以來臺灣，深入了解慈濟，並具有慈濟精神。

上人形容一個醫療院所就像一艘大船，從船長到水手，各有職責，只專精某一部分，或是紙上談兵，都無法讓大船順利航行。不是學識高才能把事情做得好，要學德兼備，有學識還要有德行，有「德」才有「得」；一定要有道德，才能有所得，「德行」很重要，走過這條道，才有德、才有得，而且走這一條道，不能有絲毫的偏差。

「大海茫茫，一望無際，到底這艘船要往哪裏去？慈航普渡，就是要渡眾生到彼岸。在提

娃那，有一群人看到當地居民的苦相，感慨『這些人怎麼這麼苦』，就是心得——見苦了，心得是苦；發心想要為他們做事，而且很願意去做，這是一個開始。有願，力從何處來？無法只靠一個人，要靠相同心願的一群人，才能擁抱蒼生；尤其在海中，只靠一個人要救溺水的人，很容易被拉下去。」

上人鼓勵凱丞師兄，年輕有志，還要培德，不只是孤單一個人忙忙碌碌，得不到群體的擁護。還未成佛，無法「唯我獨尊」；凡夫獨尊，無德就敗，失德就會失敗。智商很高、知識很充足，還要有慧根，提升智慧，所以要培養德、增長慧。「在你圓滿學業、獲得博士學位以後，再規畫下一步；你有度化眾生的志向，就要以此為中心，將航向、航線確定下來。」上人且言，做人最

重要；並以雙手食指比「入」與「人」表示，看自己要入什麼門、做什麼人，要「看門道」，以智慧做好選擇。

上人指出「守志奉道，其道甚大」，而「博聞愛道，道必難會」。自己做慈濟，即是守志奉道而行，走到現在，已經從最初的羊腸小徑，開展為寬廣的四線道，四大志業並行。假如是博聞愛道，想要學習的範圍很廣，什麼都想學，但是沒有辦法專心地一門深入，每一門學科都學不好，都體會不到精髓。

又如航海，掌舵的人要專注，把握方向分寸不偏，否則在茫茫大海中，偏出航道就迷航了，所以凡事要守分寸；導航的「導」字，是道與寸合起來，意謂行道要有分寸，不能有一點點偏向，否則久之就迷失了。不論從事哪一種行業，都要守好做人的本分，

要做好人，才有辦法做好事，把事情做好。

志為明醫，真誠利益眾生

大林慈濟醫院賴寧生院長等醫療團隊前來關心上人，上人再對大家談到當初在嘉義大林建院，有很不可思議的好因緣，想來自己也很大膽，當時這片土地周圍很荒涼，竟然就決定在此蓋醫院；雖說現在大林慈院周邊已經有許多商店與住家，但周圍人口仍是相對較少，若說這所醫院只靠周圍居民能有多少患者，實在很難，所以大林慈院在雲嘉結了很廣的醫病緣。

「人間的緣不是天生的，而是我們做到讓人歡喜，讓病人歡喜這位醫師，這位醫師有人緣、讓人喜愛，好緣就會不斷擴展開來，距離再遠也能牽得起來。師

父常說，我這輩子得到很多人的好緣來支持，大家用愛護持志業，是因為我很真誠，才能廣結善緣。」

上人言，悉達多太子與提婆達多是堂兄弟，悉達多太子與眾生結善緣，而提婆達多所結的是不好的緣；悉達多太子成佛以後，提婆達多也來皈依並隨佛修行，但是一段時間以後，提婆達多覺得自己也能帶領僧團修行，所以分化佛陀僧團而另起爐灶。尚未成佛，他就顯露野心，心不在軌道上，偏之毫釐，失於千里，佛與魔就在毫釐之間。心即是佛，心也是魔，要成佛或成魔，都取決於一念心；學佛就是要學會分辨正與邪，其實判別正邪的方法很簡單，只要自問所努力的方向以及所做的一切，是為了利益眾生，或是利益自己？

若所求、所做是為了利益自

己，或許這輩子能得到很多利益，但是人生有多長？佛陀對眾生的教育就是無常。利益眾生是千秋萬世，因為能在人間帶動善之道，讓人人依循善道走過來；利益自己只在一時，何況萬般帶不去，唯有此生為了牟利而造的業因、業緣，會跟隨到下一生。

「師父稱呼你們『大醫王』，是佛的別稱，眾生皆有心病，心靈有各種欲念，想法偏差，導致行為偏差；為了滿足個人的欲念，不斷地爭取，想要有所得。其實想要修行，修道得德，也是一種欲，這分『我想要』的欲念，若是為了利益眾生，就還維持在正確的方向；如果偏向利己偏私，就是錯誤、就會有害。譬如醫師救人性命，只要方法正確，治療不必耗費高成本，就可以讓患者重拾健康；若醫師追求的是做『名醫』，要靠著名聲招攬病

患，喜歡用特殊的藥治療，讓病人覺得很有效，卻忽略後遺症，可能會造成很大的危害。」

「是要做一個救命的醫師，還是要得名的醫師？我希望大家都是『明醫』，很明白、很清楚，是『明明德』的醫師。我希望世世代代的慈濟醫師都做到守護生命、守護健康、守護愛，都是有醫德的良醫、明醫。」上人叮嚀醫師們，「守志奉道，其道甚大」，要守好醫療志業的精神理念，道德分寸一定要拿捏好，才能自我導航，永遠走在正確的方向，這條醫療大道才會開得寬廣。

「慈濟要做出醫療的好典範，不是為了名，也不與人爭利，但是品質必須不斷提升。現在有斗六慈濟醫院和嘉義診所，都做得不錯，不過大林慈院是雲嘉慈濟醫療的大本營，要更有包容性，用德包容各院，各院都有向心力，

凝聚慈濟精神，彼此攜手，共同
在雲嘉守護生命、守護健康、守
護愛。」

「你們專程來看師父，師父

很感動，也很感恩，我銘記在心，
期待各位也同樣相互感恩；師父
盡力打造安定的好環境，讓你們
實現從醫的志願，做一位好醫師，

你們就要守志奉道，不為名、不
為利，只要誠意、認真投入，成
就師父『為佛教，為眾生』的志
願，這就是最好的回報。」

【靜思小語】人我是非過了就放下，不要拿來傷害自己，而是慶幸過一道關、消一分災。

理得心安

12 29

《農十一月·二十九》



為自己打氣

晨間時分，與醫療志業主管
談話，上人說，天下萬物皆有靈
性，所以對於「吃」要很講究，
出於對眾生的愛而茹素，而且素
食對人體有益，很期待結合醫學
推動素食。林俊龍執行長曾經分
享素食對身體的好處，沒有很難

澀的學術名詞，很貼合日常生活，
讓自己聽得津津有味。

張聖原策略略長引述宋代歐陽
修《秋聲賦》：「人為動物，惟
物之靈，百憂感其心，萬事勞其
形，有動於中，必搖其精。」覺
得上人幾十年來都是「百憂感其
心，萬事勞其形」，一定會影響
身體健康，所以懇請上人一定要

保重、保養身體。

上人說：「我是無論白天有
什麼擔憂，到晚上都放下，想睡
了就睡著了，不會留在晚上去想，
連作夢都不會夢到。因為我一向
都是與人無爭、與事無爭、與世
無爭，各種感覺都出於自然，有
人來，就與他們談話，也聽別人
怎麼說，該回答的，我就回答，

總是責任已了，我就放下了。」

張策略略長勸上人還是要多休
息，上人則認為多活動才能為自
己打氣，否則一休息，「氣」就
不斷沉下去了。平時也會靜坐，
讓身心寧靜；但該運用此身之
時，就要自我打氣。

傳法馬拉威

十點左右，如常地全程觀看
在高雄靜思堂舉行的高雄十個功
能組歲末祝福場次，至點燈祈禱
結束。上人觀看在高雄的常住師
父們代替主持歲末祝福的情況，
表達放心。

非洲馬拉威志工由南非朱恆
民師兄、袁亞棋師姊陪同前來告
假，上人叮嚀大家要小心，把慈
濟的法帶回居住地落實。若說傳
佛法，當地居民可能沒有那麼容
易接受佛法，主要是會覺得聽不

懂；慈濟的法源自佛陀的精神、
佛陀的慈悲，且貼合生活，大
家比較容易理解。「我最大的盼
望，是他們真正能接受《無量義
經》。」

大家到上人座前長跪，上
人說：「你們願意把這一部經
（《無量義經》手抄本）帶回去
嗎？這不是禮物喔，是很神聖的
傳法，其中的道理就是行菩薩道
的精神。你們回去要用心看，中
文看不懂，後面有英文翻譯，要
多學習。期待你們回馬拉威傳法
寶，也就是把慈濟的精神帶回去，
這是大家的使命。」馬拉威志工
們用中文說：「我願意！感恩上
人！」

上人一一送予《無量義經》
手抄本，並祝福人人得受法益，
並且承接弘法使命，開大智慧，
將法傳給族人，共同在馬拉威開
道鋪路，將慈濟道路鋪展開來。

期待下一次再回來，換大家說法
給師父聽，告訴師父各自做了多
少事。志工們再回答：「我願意！
感恩上人。」上人回應：「你願
意，我歡喜！感恩。」

「看到你們這樣，就會想到
師公，一群弟子來了，圍繞在身
邊說話，他總是歡喜得笑開來，
弟子們都說自己是老萊子戲堂
前；不論你們幾歲，大家分享所
做的慈濟事，總是快樂、歡喜。
你們這一群年輕人，這個時代是
你們的時代，你們還有下一代，
所以要好好帶。」

「我的責任是傳法給你們，
帶動你們，你們的責任是傳法、
帶動下一代，還有再下一代。隨
著時代的變化，將來的人常識、
知識愈來愈高，所以不只給予知
識，你們還要啟發他們的佛慧，
也就是眾生本具的如來智性。」

「看到大家這麼認真，我放

心了；因為你們真正有心、用心做出成果，尤其是佛法，你們肯頂著。過去是說要替師父挑米糶，現在還要頂著天。只要法在心中，有你們用心頂著，佛法會更高。我擔心的是法沒有人頂，會沉淪下去；只要有人頂，法就無限高。看到你們所做的，真的有用心，你們心中真有我。父母給你們的是生命，我給你們的是慧命，慧命要永永遠遠，世代相傳。」

敬師如師在

與澳洲盧威程師兄、盧以欣師姊、張曉馨師姊，南非朱恆民師兄、袁亞棋師姊以及高雄蘇嫻師姊等畢業慈青互動。上人對盧師兄說，真正該做的，就放心去做，若說資源要「就地取材」，是大家做得讓當地人支持與讚歎，讓大眾很有信心，自然就會

給予推行的力量；而澳洲慈濟志業落地生根，慈濟人就地取材，若推動志業事務，需要擴展規模時，要記得還有臺灣本會可給予支持。

上人說，無論自己在或不，大家要常常記得，做什麼事情之前，都想到「上人要什麼、會怎麼做」，警覺什麼事不可做、不是師父要做的，趕緊打消念頭；是非對錯分清楚，對的事要做好，不對的事不可以做。

「真空妙有、妙有真空，身在凡夫人間，難免有時說話、動作會與人有摩擦，很難圓。若說地球是不是圓的？也不盡然都是圓的。所以師父時常對大家說，要『心包太虛，量周沙界』，不只是地球，連太陽、月亮都要容納，所以我們自己要圓，盡虛空、遍法界，虛空有多大，我們的心就有多大，願力無窮。」

上人看著此刻正在進行的海外慈青幹訓營圓緣典禮的連線畫面，表示很感動也很感恩，雖然自己不在鳳山靜思堂，但如臨當地，慈濟人對著空椅子，敬師如師在，師徒跨越距離，共同在一起，情很深，道場非常莊嚴。

得理要饒人

一位海外慈濟人遇到人事困難，上人勸慰並教導，海外的志業發生事情，要讓師父知道，有委屈要向師父傾訴，否則有話無處說，只讓自己受煩惱折磨，難免意志消沉。另一方面，問題剛產生時，就提出來討論，也可以共同協商解決，否則事態嚴重之後才要處理，已經很棘手。

人生無常，其實心念生滅更無常，還會受各自的因緣業力左右。有人剛投入時，也是很真誠、

馬拉威本土志工來臺尋根即將返國，由南非德本志工陪伴分享，上人贈予《無量義經》中英文版。（12月29日）



很熱情，與其他志同道合，也許彼此在過去生也結了好緣，但是當這段緣盡了，過去生曾經造的惡因、逆緣現前，讓他們受到誘惑，就跟著另一群人做不好的事。

「雖然他和我們的好緣盡了，但是他還不願意離開這裏，這就是緣未了。我們過去生就是這樣一波過一波，與同一個人結善因緣也有惡因緣；現在已經知道問題出在這個人身，還是要慶幸，幸好只是這個人，沒有與其他人的因緣業力糾纏。」

「也許這分因緣就這樣輕輕過去，過一道關、消一分災，不是遭受這件事，或許還會招來與慈濟無關的其他壞事也說不定。這個業力是我們過去造的，但也因為我們有福，使得業力轉重為輕，你若這樣把它善解一下，應該也要釋懷了。」

「你們難道不曉得師父做慈濟，遇過多少無明風？」上人說，金屬要成器，必須經過高溫爐火燒，還有匠人的錘打；又如面前的木桌，是砍伐樹木之後，經過裁鋸、合板、打磨、上漆等步驟，才能製作而成。人總是因為不斷面對壓力、挫折而有反思與成長，而且不斷累積經驗，才能不斷進步，把事情做得更圓滿。

上人勸勉「前腳走，後腳放」，時間不留給人，不能因此停下腳步，所以無論多麼遺憾，過去的要放下，繼續抬起腳步往前進。「這個過程，經過那麼久的時間，真的很辛苦，一定很煩惱，不只你煩惱，連家人也會感受到你的情緒而煩惱。師父剛才說的，因緣如此，但是慶幸重業輕受，本來眾生就有共業，若不是為了慈濟，不知道會為了什麼，類似的事情也會發生。佛法都說

因緣果報，不經一番霜雪凍，哪得梅花撲鼻香呢？『能受天磨方鐵漢，不受人嫉是庸才』，我時常用這句話鼓勵自己。」

上人談到，過去總是默默地做事，但是現在教大家要盤點，曾經為社會人做了什麼事，自己也會經常公開述說過去的慈濟事。「因為我認為若是不說，會委屈了所有的慈濟人，所以催

促文史單位整理慈濟歷史，包括海外各地的慈濟歷史，你們所做的慈濟事，曾經遇過什麼狀況，也都要寫下來，讓大眾知道，天下慈濟人要做好事，不是那麼簡單。」

上人同理師兄的心情說，有時難免會想，走這條路，還遭遇這些事，有前路茫茫的感覺。其實事情過了就不要放在心裏，不

要讓人我是非的煩惱傷害自己，要感恩對方為自己消業，或者當作對方有困難，用幫助他的心態看待這些事，但還是要理得心安。「我們順對方的意，但是要讓對方清楚道理；我們理得心安，不是得理不饒人，我們得理要饒人，不要為了這件事而煩惱，大人不記小人過，所以心更寬一點，要放下。」

【靜思小語】信仰要虔誠，待人要真誠；對於不同宗教，要尊重與愛。

真與誠

12
30, 31

《農十一月·三十至農十二月·初一》



重新呼籲「竹筒歲月」

十二月三十日，上人對南非

朱恆民師兄、袁亞棋師姊說：「全球人口愈來愈多，將來的天下，苦難人會愈多。尤其現在人類的

種族隔閡感愈來愈分明，且氣候變遷，四大不調的災難愈來愈嚴重，很多的現象都顯示人間不斷

分裂，這是惡的循環在作用，分裂會很快，以你們的年齡，將來會遇到的狀況很多。所以我常說你們這一代應該要提起為天下挑米籬的精神，這是一個形容，也是真實法，未來有糧食危機，缺糧飢餓的人會更多。」

朱師兄提到，非洲的年輕人很迷茫，很需要有人帶動。上人說，對於當地志工與慈濟會員，要講道理給他們聽，像師父所說的未來人間，在惡性循環之下，天災人禍會愈嚴重，糧食問題很快就會浮現。所以要重新呼籲「五毛錢」竹筒歲月的精神，帶動人間互助的精神與行動；響應的人愈多，力量就愈大。

上人舉緬甸農村的「米撲滿」為例，起初是慈濟人在水災之後，前往幫助困苦的農民，給予穀種和米糧，他們用慈濟所發的穀種耕種而豐收，有農民聽了

慈濟人的分享後，自發存「米撲滿」，在一家人每天所要吃的米糧中抓一把起來，存放在罐子裏，累積到下一次慈濟人來的時候捐出，從此就有第一批本土慈濟志工產生。

而後緬甸又遭遇水災，當時慈濟若發穀種，已經趕不上新一期的稻米耕作，因此發放綠豆種子，幫助農民度過青黃不接的時期，這群本土慈濟志工也到受災村落推動「米撲滿」，在貧苦農村帶動起善的循環。

上人說，當時給農村的綠豆種子高達六十八萬公斤，預估總產量逾四千萬公斤，給予貧苦農民安定生活的基礎，可惜的是緬甸不只常遭天災，社會局勢亦動盪不安，人道援助行動也因而受阻。「這就是眾生的業力，即使我們很想要去幫助，但是當他們的業力現前時，善的力量就無法

抵達。所以常說要淨化人心，讓社會祥和，天下才能真正平安；窮不是苦，人心不合起動亂，才是真苦。你們在非洲，也要帶動民眾虔誠向善。」

德行是磨練出來的

約下午四點半至五點初，連線高雄靜思堂簡短聆聽高屏溫馨座談。

上人叮嚀即將返美的楊凱丞師兄：「年輕人有理想是很好，但要實現理想，也要看因緣，否則孤掌難鳴；這一顆『因』的種子不成熟，緣就很難延伸。所以要先把這一顆種子培養好，種子要很成熟，播入土中才能發芽，但前提是要得到一片真正適合種子生長的土地；有了土地，還要看天氣，在調順的天候中成長，地、水、火、風都要很適當。」

「佛陀要成佛之前，經過三大阿僧祇劫的修行，這是很長的時間，所以修行不簡單。你現在的成就在於學問，有學問還要累積德行，德行是人與人之間磨練出來的，學問是老師的栽培，以及自己的努力。你的天資很好，所以得來學問的成就，現在最重要的，就是把學業完成，得到博士學位以後，還要讓學問、學業更成熟。得到博士學位不等於學問成熟，我得到三、四件的博士袍，那都是人家送來的，我不會將這些博士學位當成我的成就，而是當成肯定我的一分禮物。」

上人說，德行是人格、品格被肯定而得，凱丞師兄在學術上，年紀輕輕就有這樣的成就，是很難得、很有本領，但是要走的路還很長。「學業有成就，還要做好人，這是最根本的，讓人覺得這位是好青年、好孩子，而且很

可靠，無論你到哪裏，都會受肯定。」

我的覺悟之道是愛

十二月三十一日，上人與土耳其胡光中、余自成師兄以及周如意師姊談宗教。「其實無可疑惑，我一直都強調真與誠，其他道理怎麼說都不要緊；各宗教都有各自宣揚的道理，但都強調真誠，信仰要虔誠。即使各人有各人的信仰，可是人與人之間要真誠互動，哪怕一個家庭之中，有的成員信基督、有的信天主、有的信佛教，還是同一個家庭，父親還是父親，母親還是母親，這都無可改變。其實，不論基督或是佛陀，都是同樣教導愛，『愛』是白話，再深一點就是真誠，更深一點叫做信仰，雖然語言表達不同，精神都是真誠。」

而是愛護一切生靈，所以，所做的事不為其他，只要苦難眾生能解脫、得到安樂，都是我應該做的。」

「任何一個宗教，創教者一定有他覺悟的道理，道理通達，才會有人認同與跟隨；假如道理不通，不會有人跟。所以一句話說『條條道路通長安』，條條道路都是到達覺悟的道路，不應該分別。只要不迷信，不要一直強調『這是佛陀說的，這個不可以做、那個不可以做』，唯有錯事、

惡事不可做，例如不殺生。我們應該要尊重覺悟之道，尊重與愛，就是慈濟人對待不同宗教信仰者的態度。」

讓苦難人有所依靠

上人對兩位副總及林執行長、王執行長、趙院長等人談到自己對於未來的擔心，請大家守護好精神力量，不要讓已經在進行中的援助行動後繼無力；慈濟在多少個國家做人道援助，有的

「所以無可疑惑，我這一輩子沒有疑惑過什麼，對於所有的正信宗教，我都是因為相信而尊重；不論哪一個宗教，我相信一定有其道理，所以我尊重。我自己選擇的信仰是佛法，我說話當然是以佛法觀點而說；我也說天主教、基督教、伊斯蘭教都有他們的道理，我不會去排斥。」

「我一直都沒有預設慈濟是特別為佛教而存在，雖然是依照導師叮嚀，『為佛教，為眾生』，我把佛教當作覺悟的宗教，覺悟之教，是教導眾生不迷茫，人不能迷，要覺悟。覺悟之道是任何宗教都應該有的，我認為任何一個宗教要為人們指引迷津，就要指引一條覺悟的道路；阿拉、基督、耶穌，都有他們的覺悟之道，才會那樣的堅持、堅定。我也有我覺悟之道，但是我的覺悟之道是愛，普愛眾生，不只有人類，

地方很依賴慈濟，也確實很需要幫助，希望無論如何都能讓這些苦難民眾持續接受到幫助。」

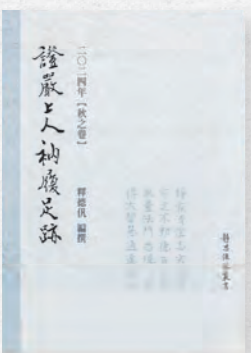
上人說，承擔志業的人才，最重要的不是能力強，其實學識、知識很高的人不少，但是很善良、純粹的智慧不夠。在人間做事，該忍要忍、該走要走、該表現就表現；無論遭遇什麼境界，都要堪忍，不只是忍下去，還要堪得起。自己這一輩子走過來，很多事情都要用堪忍的意志力，才有辦法保持這分實力。

《證嚴上人衲履足跡》，是「上人之日記」。

靜思精舍常住每日敬侍師側、記錄言行，經融會貫通於心，轉化為字字珠璣，彙整結集，每年四冊，依春、夏、秋、冬四季出版。

本專欄即精簡摘錄自《證嚴上人衲履足跡》，完整版本請關注每季最新出版品。

《二〇二四年【秋之卷】》裝訂：精裝本 定價：四〇〇元



大愛電視節目表

海外觀眾（亞洲地區除外）請接收「大愛二臺」訊號
 客服專線：02-28989898



■週一至週五

00:00 經典劇坊	10:00 經典劇坊	17:00 週一、二：小主播看天下 WOW
00:50 365 日日素	10:50 365 日日素	週三：童在一起+
00:55 仁心慧語	10:55 仁心慧語	週四：呼叫妙博士
01:00 大愛地球村	11:00 看美善學美善 - 美善劇場	週五：生活裡的科學
03:00 大愛劇	11:24 大愛真健康	17:24 大愛真健康
03:52 大愛醫生館	11:30 大愛醫生館	17:30 現代心素派
04:00 週一：人文講堂	11:45 人間菩提	17:54 大愛真健康
週二：志為人醫守護愛 2.0	12:00 大愛午安新聞	18:00 大愛學漢醫
週三：生活地球村	12:30 大愛劇	18:15 365 日日素
週四：映照人生	13:19 365 日日素	18:20 仁心慧語
週五：大馬慈濟情	13:25 仁心慧語	18:25 慈濟充滿愛
04:30 法華經序	13:33 高僧傳	18:30 高僧傳
05:30 靜思妙蓮華	14:00 看美善學美善 - 美善劇場	19:00 大愛夜安新聞
06:30 大愛真健康	14:24 慈濟充滿愛	19:45 人間菩提
06:35 大愛早安新聞	14:30 週一：人文講堂	20:00 大愛劇
07:00 365 日日素	週二：行動現場	20:52 大愛真健康
07:08 仁心慧語	週三：志為人醫守護愛 2.0	21:01 看美善學美善 - 美善劇場
07:15 大愛醫生館	週四：大愛全紀實	21:25 大愛真健康
07:30 現代心素派	週五：靜心瑜伽	21:30 靜思妙蓮華
08:00 看美善學美善 - 美善劇場	15:00 靜思妙蓮華	22:26 仁心慧語
08:25 慈濟充滿愛	16:00 大愛劇	22:30 大愛學漢醫
08:30 大愛學漢醫	16:52 大愛醫生館	22:45 人間菩提
08:45 靜思妙蓮華		23:00 大愛劇
09:45 人間菩提		23:52 大愛真健康

■週六

00:00 人文講堂	09:15 衲履足跡	17:00 群島印華記
00:30 大愛迷你劇場	09:45 人間菩提	17:30 大愛全紀實
02:30 行動現場	10:00 大愛學漢醫	18:00 人文講堂
03:00 青春愛讀書	10:15 大馬慈濟情	18:25 365 日日素
04:00 證嚴上人說故事	10:40 365 日日素	18:30 衲履足跡
04:15 365 日日素	10:45 青春愛讀書	19:00 大愛夜安新聞
04:30 法華經序	11:40 大愛真健康	19:45 人間菩提
05:30 衲履足跡	11:45 人間菩提	20:00 證嚴上人說故事
06:00 生活地球村	12:00 大愛午安新聞	20:15 大愛迷你劇場
06:30 大愛真健康	12:30 志為人醫守護愛 2.0	21:55 大愛真健康
06:35 大愛早安新聞	13:00 行動現場	22:00 志為人醫守護愛 2.0
07:00 365 日日素	13:33 大愛迷你劇場	22:30 守藏史 - 我的父親與故宮
07:15 證嚴上人說故事	15:30 證嚴上人說故事	22:45 人間菩提
07:30 名人書房	16:00 大愛學漢醫	23:00 大愛全紀實
08:30 大愛真健康	16:15 365 日日素	23:30 行動現場
08:38 365 日日素	16:23 大愛真健康	
08:45 靜心瑜伽	16:30 映照人生	

■週日

00:00 人文講堂	08:38 365 日日素	16:00 大愛學漢醫
00:30 大愛迷你劇場	08:45 群島印華記	16:15 365 日日素
02:30 大愛全紀實	09:15 衲履足跡	16:23 大愛真健康
03:00 名人書房	09:45 人間菩提	16:30 名人書房
04:00 證嚴上人說故事	10:00 大愛學漢醫	17:30 行動現場
04:15 365 日日素	10:15 生活地球村	18:00 青春愛讀書
04:30 法華經序	10:40 365 日日素	18:54 365 日日素
05:30 衲履足跡	10:45 名人書房	19:00 大愛夜安新聞
06:00 映照人生	11:40 大愛真健康	19:45 人間菩提
06:30 大愛真健康	11:45 人間菩提	20:00 大愛影展
06:35 大愛早安新聞	12:00 大愛午安新聞	22:00 人文講堂
07:00 365 日日素	12:30 人文講堂	22:25 大愛真健康
07:15 證嚴上人說故事	13:00 大愛全紀實	22:30 守藏史 - 我的父親與故宮
07:30 青春愛讀書	13:33 大愛影展	22:45 人間菩提
08:30 大愛真健康	15:30 證嚴上人說故事	23:00 青春愛讀書

厚 麻醬香拌麵

特選皎施白芝麻

台農九號契作花生

心型手工關廟麵



麻醬香拌麵 3入 / 袋

大愛電視官網



Youtube



大愛行



慈濟全球聯絡點

慈濟大愛幼兒園（淡邊）
TEL:606-4410658
慈濟大愛幼兒園（馬六甲）
TEL:606-2866468
新山慈濟幼兒園
TEL/FAX:607-5594768

■**新加坡 Singapore**
新加坡分會
TEL:65-65829958 FAX:65-65829952
慈濟義診中心
TEL:65-64758812 FAX:65-64758718

■**印尼 Indonesia**
印尼分會（Jakarta）
TEL:62-21-50559999
FAX:62-21-50556699/89
TEL:62-21-50558889（大愛臺）
FAX:62-21-50558890
慈濟醫院（Jakarta）
TEL:62-21-55963680 FAX:62-21-55963681
慈濟中小學（Jakarta）
TEL:62-21-54397565/70608949
FAX:62-21-54397573
泗水（Surabaya）
TEL:62-31-84754345 FAX:62-31-8475432
錫江（Makassar）
TEL:62-411-36550723 FAX:62-411-3655074
棉蘭（Medan）
TEL:62-61-6638986 FAX:62-61-6638986
TEL:62-61-80501846（大愛臺）
FAX:62-61-80501847
萬隆（Bandung）
TEL:62-22-2534020 FAX:62-22-2534052
巴淡（Batam）
TEL:62-778-7037037
FAX:62-778-450332/450335
當格朗（Tangerang）
TEL:62-21-55778361/71 FAX:62-21-55778413
北干巴魯（Pekan Baru）
TEL/FAX:62-761-857855

■**汶萊 Brunei**
馬拉奕（Kuala Belait）
TEL/FAX:673-3336779

■**斯里蘭卡 Sri Lanka**
漢班托塔（Hambantota）
TEL/FAX:94（0）472256422
可倫坡（Colombo）
TEL/FAX:94（0）112620133

■**約旦 Jordan**
安曼（Amman）TEL/FAX:962-6-58171305

■**土耳其 Türkiye**
伊斯坦堡（Istanbul）
TEL:90-212-4225802 FAX:90-212-4225803

■**美國 United States**
美國總會（San Dimas）
TEL:1-909-4477799 FAX:1-909-4477948
洛杉磯慈濟義診中心（Alhambra）
TEL:1-626-2813383 FAX:1-626-2815303
佛教慈濟醫療中心（Alhambra）
TEL:1-626-2813383 FAX:1-626-2815303
南愛滿地慈濟社區門診中心（S. El Monte）
TEL:1-626-6368701 FAX:1-626-6368739
西洛杉磯（West Los Angeles）
TEL:1-310-4735188 FAX:1-310-4779518
西北洛杉磯（Northwest Los Angeles）
TEL:1-818-7277689 FAX:1-818-7279272
喜瑞都（Cerritos）
TEL:1-562-9266609 FAX:1-562-9261603

橙縣（Orange County）
TEL:1-949-9164488 FAX:1-949-9165933
聖地牙哥（San Diego）
TEL:1-858-5460578 TAX:1-858-5460573
南聖地牙哥（South San Diego）
TEL:1-619-4248443
聖地牙哥靜思書軒
TEL:1-619-7566299 FAX:1-619-6773294
北加州分會（San Jose）
TEL:1-408-4576969 FAX:1-408-9438420
舊金山支會（San Francisco）
TEL:1-415-6820566 FAX:1-415-6820567
佛瑞斯諾（Fresno）
TEL/FAX:1-559-2984894
莫德斯度（Modesto）
TEL:1-209-5292625
奧克蘭（Oakland）TEL:1-510-8790971
沙加緬度（Sacramento）
TEL:1-916-5685800
士德頓（Stockton）
TEL/FAX:1-209-9577800
尤開雅（Ukiah）TEL/FAX:1-707-4622911
鳳凰城（Phoenix）
TEL:1-480-8386556 FAX:1-480-7777665
聖塔羅莎（Santa Rosa）
TEL/FAX:1-707-5461945
拉斯維加斯（Las Vegas）
TEL/FAX:1-702-8805552

德頓（Dayton）
TEL:1-937-4318292 FAX:1-937-4318192
雷諾（Reno）
TEL:1-775-7701138 FAX:1-775-7701148
紐約分會（New York）
TEL:1-718-8880866 FAX:1-718-4602068
長島支會（Long Island）
TEL:1-516-8736888 FAX:1-516-7460626
曼哈頓（Manhattan）
TEL:1-212-9651151 FAX:1-212-9651152
波士頓（Boston）
TEL:1-617-7620569 FAX:1-617-4314484
新澤西分會（New Jersey）
TEL:1-973-8578666 FAX:1-973-8579555
新澤西中部（Central Jersey）
TEL:1-732-3321089 FAX:1-732-3321439
匹茲堡（Pittsburgh）
TEL:1-412-5318343 FAX:1-412-5318341
費城（Philadelphia）
TEL:1-215-6271915 FAX:1-215-6271916
華府分會（Washington D.C.）
TEL:1-703-7078606 FAX:1-703-7078607
洛麗（Raleigh）
TEL:1-919-8023728 FAX:1-919-3636945
夏洛特（Charlotte）
TEL:1-704-2818060 FAX:1-704-9431031
瑞其蒙（Richmond）
TEL:1-804-3066037 FAX:1-804-3783520
德州分會（Houston）
TEL:1-713-2709988 FAX:1-713-9819008
達拉斯分會（Dallas）
TEL:1-972-6808869 FAX:1-972-6807732
奧斯汀（Austin）
TEL:1-512-4910358 FAX:1-512-9261373
康福（Point Comfort）
TEL:1-361-9877130 FAX:1-361-9877139
亞特蘭大支會（Atlanta）
TEL:1-770-4581000
邁阿密（Miami）
TEL:1-954-5381172 FAX:1-317-6459907
奧蘭多（Orlando）
TEL:1-407-2921146 FAX:1-407-4793662
奧克拉荷馬（Oklahoma）
TEL:1-405-7013927
紐奧良（New Orleans）
TEL:1-504-7825168 FAX:1-504-8322022

芝加哥分會（Chicago）
TEL:1-630-9636601 FAX:1-630-9609360
印城（Indianapolis）TEL:1-317-5800979
聖路易（St. Louis）
TEL/FAX:1-314-9941999
堪薩斯（Kansas）
TEL:1-913-3976517
底特律（Detroit）
TEL/FAX:1-586-7953491
蘭辛（Lansing）
TEL/FAX:1-517-3496441
明尼蘇達（Minnesota）
TEL:1-651-4939388
麥迪遜（Madison）
TEL:1-608-2687692
克里夫蘭（Cleveland）
TEL/FAX:1-440-6469292
哥倫布（Columbus）
TEL:1-614-4579215 FAX:1-614-4579217
波特蘭（Portland）
TEL/FAX:1-503-6432130
西雅圖支會（Seattle）
TEL:1-425-8227678 FAX:1-425-8226169
夏威夷分會（Honolulu）
TEL:1-808-7378885 FAX:1-808-7378889
夏威夷慈濟義診中心
TEL:1-808-7378885

■**加拿大 Canada**
加拿大分會（Vancouver）
TEL:1-604-2667699 FAX:1-604-2667659
加東分會（Toronto）
TEL:416-886-8886、905-947-1182
FAX:416-900-2048
西多倫多（Mississauga）
TEL:1-416-6217996、1-416-6219419
北多倫多（Richmond Hill）
TEL:1-647-9313092
愛明頓（Edmonton）
TEL:1-780-4639788 FAX:1-780-4621799
蒙特婁（Montreal）
TEL:1-514-8442074 FAX:1-514-2889152
卡加利（Calgary）
TEL/FAX:1-403-2711748
渥太華（Ottawa）
TEL:1-613-2184660 FAX:1-613-5966177
本拿比（Burnaby）TEL:1-604-4287123

■**墨西哥 Mexico**
墨西加利（Mexicali）
TEL:1-760-7688998 FAX:1-760-7686631

■**多明尼加Rep Dominican**
聖多明哥（Santo Domingo）
TEL:1-809-5300972

■**薩爾瓦多 El Salvador**
聖薩爾瓦多（San Salvador）
TEL:503-7293905 FAX:503-7293905

■**瓜地馬拉 Guatemala**
瓜地馬拉（Guatemala）
TEL:502-22327648 FAX:502-23675872

■**巴西 Brazil**
聖保羅（Sao Paulo）
TEL:55-11-55394091 FAX:55-11-55391683

■**巴拉圭 Paraguay**
亞松森（Asuncion）
TEL:595-21-333818 FAX:595-21-310588
東方市（Ciudad del Este）
TEL/FAX:595-61-512506

■**玻利維亞 Bolivia**
聖塔庫魯茲（Santa Cruz）
TEL:591-3-3422856 FAX:591-3-3434224

■**阿根廷 Argentina**
布宜諾斯艾利斯（Buenos Aires）
TEL:54-11-48625770 FAX:54-11-43140252

■**荷屬聖馬丁 St. Maarten**
聖馬丁（St. Maarten）
TEL:1-721-5863019
FAX:1-721-5420523

■**英國 U.K.**
倫敦（London）TEL:44-20-88699864
FAX:44-20-89334262
曼徹斯特（Manchester）
TEL:44-788-4465558

■**法國 France**
巴黎（Paris）
TEL:33-1-45860312 FAX:33-1-45862540

■**德國 Germany**
漢堡（Hamburg）
TEL:49(40)388439 手機:0049-152-2951-9571
慕尼黑（Munich）TEL:49(86)41598432

■**荷蘭 Netherlands**
阿姆斯特丹（Amsterdam）
TEL:31-629-577511

■**瑞典 Sweden**
哥登堡（Goteborg）
TEL/FAX:46-31-227883

■**奧地利 Austria**
維也納（Vienna）
手機:43-6602053428

■**南非 South Africa**
南非分會（Gauteng）
TEL:27-11-4503365
TEL:27-11-4502256
德本（Durban）
TEL:27-31-5615348 FAX:27-31-5644438

開普敦（Cape Town）
TEL:27-21-9130934 FAX:27-21-9137057
雷地史密斯（Ladysmith）
TEL:27-36-6341333 FAX:27-36-6341261
布魯芳登（Bloemfontein）
TEL:27-51-4366460 FAX:27-51-4368690
新堡（Newcastle）
TEL:27-34-3757408 FAX:27-34-3757709
伊莉莎白港（Port Elizabeth）
TEL/FAX:27-41-3607033
東倫敦（East London）
TEL/FAX:27-43-7222866
普里托利亞（Pretoria）
TEL:27-12-6643888 FAX:27-12-6643705

■**賴索托 Lesotho**
馬賽魯（Maseru）
TEL:266-28312566 FAX:266-22313897

■**澳洲 Australia**
澳洲分會（Sydney）
TEL:61-2-98747666 FAX:61-2-98747611
布里斯本（Brisbane）
TEL:61-7-32727938 FAX:61-7-32727283
墨爾本（Melbourne）
TEL:61-3-98971668 FAX:61-3-98974288
黃金海岸（Gold Coast）
TEL:61-7-55717706 FAX:61-7-55717703
柏斯（Perth）
TEL/FAX:61-8-92278228
阿德雷德（Adelaide）
TEL:61-8-82319008

■**紐西蘭 New Zealand**
紐西蘭分會（Auckland）
TEL:64-9-2716976 FAX:64-9-2724639
漢彌頓（Hamilton）
TEL/FAX:64-7-8541496

大愛廣播節目表

■大愛網路電臺

週一至週五

00:00 真心看世界
01:00 週一：愛灑人間
週二：大愛知音
週三：健康100分
週四：藍天白雲好時光
週五：聽見生命力
愛在西拉雅
02:00 濟雨讀書會
03:00 無量義經有聲版
03:30 父母恩重難報經有聲版
04:00 林安梧教授經典導讀
04:30 慈濟的故事有聲版
05:00 衲履足跡有聲版
05:30 靜思妙蓮華
06:30 大愛早安新聞
07:00 志工早會連線
08:00 濟雨讀書會
09:00 真心看世界
10:00 週一：愛灑人間
週二：大愛知音
週三：健康100分
洛城大愛百寶箱

週四：藍天白雲好時光
週五：聽見生命力
愛在西拉雅
11:00 靜思法髓溯源
11:30 衲履足跡有聲版
12:00 大愛午安新聞
12:30 點亮心光
13:00 濟雨讀書會
14:00 真心看世界
15:00 週一：愛灑人間
週二：大愛知音
週三：健康100分
洛城大愛百寶箱
週四：藍天白雲好時光
週五：聽見生命力
愛在西拉雅
16:00 林安梧教授經典導讀
16:30 衲履足跡有聲版
17:00 週一：心聞螢光筆
週二：站在時代的渡口
週三：心示代
週四：您有一通心留言
週五：證嚴法師幸福心法

17:30 鑼聲若響
18:00 真心看世界
19:00 大愛夜安新聞
19:45 大愛之歌
20:00 週一：愛灑人間
週二：大愛知音
週三：健康100分
洛城大愛百寶箱
週四：藍天白雲好時光
週五：聽見生命力
愛在西拉雅
21:00 週一：心聞螢光筆
週二：站在時代的渡口
週三：心示代
週四：您有一通心留言
週五：證嚴法師幸福心法
21:30 靜思妙蓮華
22:30 衲履足跡有聲版
23:00 靜思法髓溯源
23:30 無噪駕駛

週六至週日

00:00 用心深呼吸
01:00 大愛知音
02:00 洛城大愛百寶箱
02:30 您有一通心留言
03:00 聽見生命力
03:30 愛在西拉雅
04:00 愛灑人間
05:00 藍天白雲好時光
06:00 無量義經有聲版
06:30 大愛早安新聞
07:00 志工早會連線
08:00 愛灑人間
09:00 洛城大愛百寶箱
09:30 大愛知音

10:30 衲履足跡禪師父導讀
11:00 藍天白雲好時光
12:00 大愛午安新聞
12:30 心聞螢光筆
13:00 證嚴法師幸福心法
13:30 您有一通心留言
14:00 心示代
14:30 站在時代的渡口
15:00 藍天白雲好時光
16:00 大愛知音
17:00 洛城大愛百寶箱
17:30 證嚴法師幸福心法
18:00 您有一通心留言
18:30 心示代

19:00 大愛夜安新聞
19:45 大愛之歌
20:00 愛灑人間
21:00 藍天白雲好時光
22:00 洛城大愛百寶箱
22:30 大愛知音
23:30 慈濟的故事有聲版

朵用心
PODCAST



■臺灣地區播送

教育廣播電臺
臺北 AM1494、臺東 FM100.5
高雄 FM105.3
點亮心光 週六 21:00-21:30
鑼聲若響 週日 21:00-21:30
桃園先聲電臺 AM774
愛灑人間 週一 4:00-5:00
新竹新農電臺 FM89.1
慈濟世界 週一至週五 22:30-23:00
神農電臺中彰投、雲嘉南 FM99.5
真心看世界 週一至週六 19:00-20:00
生活講臺語 週日 12:30-13:00

中廣臺灣臺 臺中 AM1062
慈濟世界 週一至週六 6:30-7:00
臺南勝利之聲 AM756
慈濟世界 週二至週六 5:30-6:00
臺南愛鄉之聲 FM90.7
真心看世界 週日 23:00-00:00
週一 00:00-01:00
花蓮後山電臺 FM89.7
真心看世界 週一至週六 6:00-7:00
花蓮教育電臺
真心看世界 週一至週五 22:00-23:00
花蓮 FM103.7 玉里 FM100.3

慈大之聲 FM88.3
週一至週五 真心看世界 8:00-9:00
大愛來點名 9:00-10:00
大愛下午現場 19:00-21:00
週六 藍天白雲好時光 8:00-9:00
愛灑人間 9:00-10:00
鑼聲若響 13:00-13:30
生活講臺語 18:00-19:00
金馬之聲廣播電臺 FM99.3
真心看世界 週一至週六 2:00-3:00
愛灑人間 週日 00:00-01:00
天南廣播電臺 AM999
藍天白雲好時光 週日 21:00-22:00

贊助慈濟人文 好事傳全球

大愛之友



歡迎加入 「大愛之友」

不限金額，長長久久
產製好節目、好新聞

郵局劃撥
信用卡
銀行轉帳
LinePay



☎ 客服專線

02-28989000分機1035

出版品

慈濟月刊
慈濟英文雙月刊
慈濟日文月刊
檀施文庫叢書

☎ 索閱或助印專線

02-28989000
分機1165 (月刊)、2145 (叢書)

經典雜誌

☎ 訂閱專線

02-28989991

AI賦能、慈善領航，打造全球競爭力

114學年度學士後中醫學系招生

凡於國內公立或已立案之私立大學或獨立學院畢業，或經教育部認可之國外大學或獨立學院畢業，具學士(含)以上學位者。男性須已服役期滿或無常備兵役義務者。修業五年(含西醫見習、中醫實習)，至多可延長二年。

- ◎ 報名日期：114年2月10日(一)至2月14日(五)
- ◎ 筆試日期：114年4月19日(六)
- ◎ 放榜及寄發錄取通知單：114年5月19日(一)

114學年度學士後護理學系招生

經教育部認可之國內大學校院非護理學系畢業且取得學士(含)以上學位者(含應屆畢業生)。男性須已服役期滿或無常備兵役義務者。不接受同等學力資格者報考。修業二年半為原則，至多可延長二年。

- ◎ 報名日期：114年2月24日(一)至3月21日(五)
- ◎ 面試日期：114年4月12日(六)
- ◎ 面試地點：慈濟大學建國校區(花蓮市建國路二段880號)
- ◎ 放榜及寄發錄取通知單：114年5月02日(五)

五專護理科 原住民族學生單獨招生

凡具有原住民身份且符合下列資格之一者，得報考五年制護理科原住民族學生單獨招生一年級。
(一) 公立或已立案之私立國民中學畢業或應屆畢業生。
(二) 國民中學(中級職業)補習學校結業，取得結業證明書者。
(三) 依教育部規定具有同等學力者。

- ◎ 學校辦理報名(114年2月24日-3月10日)
- ◎ 到校考試日期(114年4月12日)
- ◎ 考試地點：慈濟大學建國校區(花蓮市建國路二段880號)
- ◎ 現場登記分發日期(114年5月10日)



學士後中醫招生資訊



學士後護理招生資訊



五專護理科獨招資訊



相關協助訊息

慈濟大學網站：<https://www.tcu.edu.tw>
中央校區：970374 花蓮市中央路三段701號 03-8565301
介仁校區：970048 花蓮市介仁街67號 03-8572677
建國校區：970302 花蓮市建國路二段880號 03-8572158

98-04-43-04 郵政劃撥 儲蓄存款 單

收帳帳號：19905781

金額：新臺幣 仟 佰 拾 萬 仟 佰 拾 元

金額幣別：(小寫)

◎參加大愛之友，贊助大愛電視臺

◎參加檀施會，每年1200元以上
(每兩個月可獲贈「慈濟檀施文庫」一冊)

◎隨喜助印慈濟月刊等平面刊物

◎助印「慈濟檀施文庫」書籍：

◎不索書 □索書，「請註明助印書名及冊數」

◎不索書 □索書，「請註明助印書名及冊數」

捐助人姓名、地址：□同寄款人資料

捐款收據開立方式：□合開一張 □分別開立

捐款收據郵寄方式：□年寄 □每次寄

索閱出版刊物 (舊讀者編號：_____)

□慈濟月刊 (國內郵資一年165元)

□慈濟日文月刊 (國內郵資一年120元)

□慈濟英文雙月刊 (國內郵資一年80元)

收件人姓名 _____

地址 _____

電話 _____

戶名：慈濟傳播人文志業基金會

姓名：_____

地址：_____

電話：_____

經辦局收款戳

◎寄款人請注意背面說明

◎本收據由電腦印錄請勿填寫

郵政劃撥儲蓄存款收據

收帳帳號戶名 _____

存款金額 _____

電話記錄 _____

經辦局收款戳 _____

虛線內備供機器印錄用請勿填寫

滿納海繪本

靜思語

放下種族、宗教、國界的隔閡，只留下愛



土耳其滿納海的學生「畫」說生命故事

滿納海學校師生，透過團隊的合心協力，用每個人的生命故事，講述敘利亞難民穿越烽火後，在滿納海學校找到讓「生命重生」、「生活再生」的機會。並在證嚴上人的《靜思語》中，收拾起悲傷過往，點亮心中的光明，邁向璀璨的未來。

學校老師十餘人，挑選出阿拉伯諺語以及《古蘭經》的聖訓，相應《靜思語》的字句，全書以中文、阿拉伯文、土耳其文呈現，搭配學生的畫作。掃描書中 QR Code 即能了解小畫家們動人的心路歷程及體會。

通路 | 全臺靜思書軒、靜思網路書軒
定價 | NT\$480



各地書軒



購物網

支持慈濟志業 行善聚福氣



捐款方式

| 功德會 |

建立佛教人間道場暨護持推動四大志業

| 臺灣慈善 |

社區及偏鄉扶困脫貧，
長照服務推展，青少年公益發展，
兒少、婦女及身心障礙福利服務，
機構關懷與經費補助，
防災、備災、賑災，環境保護

| 大愛共善 |

以「教育扶助·陪你發光」
助弱勢學子
以「安美計畫·長者關懷」
助弱勢長者
以「災害防救·六安行動」
即時災害救援
以「重大災難·全球共善」、
「終結貧窮·消除飢餓」
啟動全球人道救援行動

【專案名稱】

114年度「大愛共善·救拔苦難」

| 國際 |

國際急難之人道救援及
災後中長期重建工作

| 醫療 |

醫療志業及國際災難醫療救援、
國際人文醫療、國際新科技研發平臺

| 教育 |

教育志業及建立國際品德、生活、
科學人文素養交流平臺

請寄款人注意

- 郵政劃撥存款收據
- 一、本收據請詳加核對並妥為保管，以便日後查考。
 - 二、如欲查詢存款入帳詳情時，請檢附本收據及已填妥之查詢函向各連線郵局辦理。
 - 三、本收據各項金額、數字係機器印製，如非機器列印或經塗改或無收款郵局收訖章者無效。
- 一、帳號、戶名及寄款人姓名通訊處各欄請詳細填寫，以免誤寄；抵付票據之存款，務請於交換前一天存入。
 - 二、每筆存款至少須在新臺幣十五元以上，且限填至元位為止。
 - 三、倘金額塗改時請更換存款單重新填寫。
 - 四、本存款單不得黏貼或附寄任何文件。
 - 五、本存款金額業經電腦登帳後，不得申請撤回。
 - 六、本存款單備供電腦影像處理，請以正楷工整書寫並請勿折疊。帳戶如需自印存款單，各欄文字及規格必須與本單完全相符；如有不符，各局應婉請寄款人更換郵局印製之存款單填寫，以利處理。
 - 七、本存款單帳號與金額欄請以阿拉伯數字書寫。
 - 八、帳戶本人在「付款局」所在直轄市或縣(市)以外之行政區域存款，需由帳戶內扣收手續費。

交易代號：0501、0502現金存款 0503票據存款 2212劃撥票據託收

本聯由儲匯處存查 210x110mm(80g/m²) 保管五年



| 寒冬圍爐 歡喜款待 |

三百多位志工齊聚慈濟臺南善化園區，備辦圍爐饗宴，款待來自學甲、佳里、新化、善化、曾文地區二十個鄉鎮慈濟長期關懷的照顧戶，外場師兄們歡喜準備上菜秀。

慈濟基金會農曆春節前舉行冬令發放與圍爐，元月於全臺及離島共五十五場，致贈年禮與物資卡給兩萬七千五百戶照顧戶、獨居長者採辦年貨。

(攝影／李金魚 2025.1.12)