

為淨化心靈作活水 為祥和社會作砥柱 為聞聲救苦作耳目

# 慈濟

Tzu Chi Monthly



主題報導

## 43秒搖晃之後 援助 1/21 嘉義震災

700

2025年3月1日出刊

特別報導

馳援美國洛杉磯世紀山火 愛如清水普降焦土

慈濟SDGs

實踐公益 青年創業家崛起



攝影／黃筱哲

## 大愛滿人間

共惡業，災難起；共善業，災難弭，  
念無常，敬天地；心祥和，福緣聚；  
行正道，耘福田；匯愛心，膚苦難，  
跨宗教，展大愛；度眾生，不停息。

# 編者的話 《慈濟》月刊邁入58年700期

副總編輯

呂祥芳

### 起

初以捐款徵信為主的《慈濟》雜誌，到五十八年後全彩圖文、報導全球慈濟脈動與人情故事的《慈濟》月刊，在二〇二五年三月號邁入第七百期！

月發行量一度逾三十四萬本的《慈濟》月刊，考量環保與電子閱讀趨勢，在二〇〇七年三月推出電子雜誌，並自主地減量紙本發行。而今人們習慣網路閱讀，內容多元且更新快捷，缺乏的已經不是資訊本身，而是經過精編、求證、對讀者具有品質與意義的內容；作為慈濟歷史最悠久的傳媒，也是如此自我期許。

慈濟人事物必須被記錄，《慈濟》月刊有責任為當代留存真美善的歷史；雖然在乎擴大閱眾，但不願意譁眾取寵。當然必須面對數位浪潮，無論在內容新意、呈現方式或傳播平臺而言，

哪些表現該「變」、哪些原則「不變」的拿捏，確實是月復一月的挑戰。

這個月的慈濟SDGs系列報導，選擇「青年公益實踐計畫」為主題，報導慈濟多年來贊助青年投入公益，並媒合業界專家分享經營策略。記者葉子豪筆下青年創業家的創意和熱忱，令人感到後生可敬；以中高齡為多數的慈濟志工，更願護持他們為社會帶來更多福祉。

本期截稿的同時，美國與臺灣慈濟志工忙於災後重建——元月上旬起，加州洛杉磯山火延燒不止，直到月底才完全控制；元月二十一日凌晨發生於嘉義大埔的強震，造成隔鄰的臺南玉井與楠西普遍受災。救災講求時效，農曆春節期間，志工守在洛杉磯災區，甚至加拿大志工也跨國支

援，加速發放作業；二月中旬統計，已有三千多戶山火受災居民領得等同現金的現值卡，在孑然一身逃離家園後，獲得重新出發的資糧。

針對臺南震災屋損戶，慈濟向全臺招募專業志工、備料，工班住宿曾文青年活動中心，以此為暫時的家，全力為居民復原受損的家。針對特定關懷的弱勢家庭做房屋修繕，是慈濟數十年來早有的慈善項目；但大規模的修繕工事，則是近年來隨著颱風、地震災害後產生的迫切需求。例如二〇二二年的九一八池上地震，志工就承接花東地區近二百戶修繕；二〇二四年的〇四〇三花蓮地震，完成一百六十八戶修繕。邁入七百期的《慈濟》月刊，正為記錄這些慈悲的行動而存在。

經

## 臺中氣爆意外後，志工就位

二月十三日近午，臺中新光三越百貨發生氣爆，受過防災士訓練的志工黃洲堯在家中聽到巨響，立即騎車趕往現場，評估合適的地點設立關懷站。他和林聰明統籌後援事務，請慈濟東大園區馬上蒸四百顆素粽，煮五桶熱騰騰的薑母茶，載運礦泉水、福慧珍粥給警消補充體力。一位警官說：「看到慈濟的帳棚搭起來時，我們有依靠了。」他們來不及用午餐，就趕緊指揮交通，以利救護車運送病患；寒風冽冽還下著小雨，志工端著盤子，上面擺滿麵包及水，送到警消身邊讓他們取用，也邀請之後到慈濟帳棚稍作休息，再繼續值勤。

搜救分隊成員說，揹著器材爬樓梯上去，下來時全身都是汗，

累到快虛脫了，能馬上有食物及熱飲，「是對我們最實質的幫助。」

志工分三條動線去幾間醫院關懷傷患，來到傷者鄧先生的病房，他拿著手機不斷聯繫，原來他牽掛送到不同醫院的親人。戴玉秋師姊請他放心，慈濟人都會去關心。

母親的手機在鄧先生身上，當他接聽來電，告知對方，母親已經不幸往生，情緒難以調適，一旁的廖琰嫻師姊握住他冰冷的手，跟他說，想哭就哭，不要忍。只見他當下淚流滿面，廖琰嫻輕輕膚慰著他的背……

廖琰嫻感觸良多，鄧先生跟她女兒年紀相仿，來到臺灣旅遊卻失去雙親，讓她滿滿的不捨；祈願他與受傷的家人早日康復，走出傷痛。

臺中 廖碧玉、黃淑嫻

多倫多，今天領到的現值卡承載著世界各地無數人的愛，希望它能成為你重新站起來的力量。」

這次經歷讓我體會到，我們無法改變已發生的悲劇，但一句溫暖的話、一個真誠的擁抱，甚至是一個理解的眼神，都能讓人感受到關懷與支持。

加拿大多倫多 黃淑芳

## 難忘那位獨居的老太太

九十一歲的老太太來到洛杉磯林火災難復原中心，申請慈濟現值卡。她在社區已經居住超過五十五年，當接到撤離通知，她開車往北走，沿途旅館都客滿，最後於車上過夜。隔天，她繼續尋找旅館，有一位員工看到她受災戶，還是位老人家，雖然沒有空房了，還是請她進去用早餐。這個舉動，讓她感覺溫暖。

想到獨居的她，人生的歸宿可能會是老人安養中心，真是情

## 全球的祝福濃縮在現值卡

農曆過年前報名參加洛杉磯山火賑災發放，朋友問我：「那裏不是有錢人住的地方嗎？他們需要幫忙嗎？」誠然，某些受災戶生活富裕，但當一場大火吞噬家園，無論貧富，失落與無助難以言喻。還有些人辛苦一輩子，存錢、貸款多久才擁有一個家，卻在短短數小時內化為灰燼，這是多麼沉重的打擊？若發生在自己身上，一定會需要溫暖的支持。

我負責受災戶接待櫃檯，四天接觸了超過兩百五十戶；有幾位讓我印象深刻，他們災後棲身於車內，只想申請補助款找到住房；此時我不能表現出悲傷，因為他們需要的不是同情，而是希望。我站起來，將手覆蓋在他冰冷的雙手上說：「我來自加拿大

何以堪。還有些受災戶說，慈濟是第一個幫助他們拿到物資或現值卡的團體，讓他們徬徨無措的心，點燃希望。

加州各地、甚至加拿大的志工前來支援，南加州威明頓西語志工們第一時間聚集在會所協助整理廠商捐贈的厚外套，準備提供給避難所民眾，還有新澤西慈濟人在攝氏零度的低溫下，站在教堂外雪中募款……感恩菩薩從地湧出成就這次賑災！

美國洛杉磯 黃彩智（蔡嘉琪整理）

## 農曆新年，跨國賑災

感恩父母照顧雙胞胎，讓我能參加林火受災戶發放；從臉書上看到大家沉浸在新年的歡樂氛圍，與家人共享團圓時光，而我正面對一群剛失去家園的受災戶。

有很多受災戶徹夜排隊，希望隔天獲准進入山火資源中心，獲得一點幫助；我問候對方時，

大部分回答還好，當我進一步了解：「你現在有地方住嗎？」他們頓時神情凝重，焦慮著昂貴的旅館費用；還有些人投靠親友，卻擔心給親人帶來困擾，每隔兩三天就搬遷一次。

受災戶忍不住落淚，我也跟著哭了；紐約的師姊告訴我：「雅婷，我們要堅強，要不然我們會更難過。」這句話震撼了我，是啊，眼淚無法改變現狀，只有用行動才能真正給他們帶來希望。當紐約師姊將現值卡交付給對方時，溫暖地說：「這些錢沒有辦法幫你買回房子，但是可以幫你重新開始。」從她身上，我真的學習到很多。

美國的師兄師姊細心照顧來自加拿大的我們，每天回到寮房，都有熱湯熱粥等著我們，冰箱裏更是塞得滿滿的；此行更重要的收穫是學習承擔，慈悲和智慧並行！

加拿大溫哥華 徐雅婷（蔡嘉琪整理）



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 700

3/1  
二〇二五年

目錄

編者的話  
《慈濟》月刊邁入58年700期

無盡藏

菩薩不請自來 安穩人心 —— 證嚴上人

慈濟誌 天下事 —— 整理·編輯部

主題報導

12 43秒搖晃之後

援助0121 嘉義震災 —— 攝影·黃筱哲

18 工班巡迴楠西 修補回家的路

—— 撰文·莊玉美、王滢琇、溫寶琴、徐麗華  
張麗雲、施金魚、鍾德如、吳秀玲

24 震後36小時 深入災區訪視

—— 撰文·林書柔、戴文惠、葉品嫻、林靜君、徐麗華

28 一路相伴 關照飽暖與好眠

—— 撰文·徐麗華、溫寶琴、林書柔、張菊芬

34 生命的禮物

還好，我在他身旁 —— 口述·黃靜力 整理·吳亞馨

36 親師生·坦白話

AI之外更要愛 —— 撰文·李秋月 插畫·鍾庭嘉

特別報導

38 馳援美國洛杉磯世紀山火

愛如清水普降焦土 —— 撰文·錢美臻、門海梅、龍翔宇、朴妍信、蘇法恭、駱淑麗、高銘哲

50

他們真的需要幫忙 —— 撰文·朱心如  
人間火宅啟示錄 —— 撰文·王惠平

56

書訊  
《以愛織夢 靜思閱讀書軒的美與善》推薦序  
看見人間有愛，無處不在 —— 撰文·李屏賓

58

大林慈濟醫院·心蓮記事  
陽光照得到的地方 —— 撰文·周傳斌 攝影·黃筱哲

68 實踐公益 青年創業家崛起

—— 撰文·葉子豪  
培訓銀髮說書人 站上新舞臺  
種出綠吸管 減塑的生機與商機

72

在新創賽道上領跑 —— 口述·張士庭 整理·葉子豪

78

人物誌  
拿起爸爸的相機 接住愛 —— 撰文·張麗雲 攝影·顏霖沼

86

甘願淬鍊 好茶！ —— 口述·李淑英 撰文·陳淑貞、溫寶琴、李宜穎

96

百川歸海  
本源式思考與佛教實踐：「老實念佛」的深刻內涵 —— 撰文·林安梧

97 證嚴上人納履足跡

—— 撰文·釋德伃  
「不請之師」人間菩薩聞聲救苦，不是千處祈求千處現，而是千處有難千處現。  
「不辛苦，是幸福」不說辛苦，因為能造福是幸福；有這念愛心為人間付出，也要向自己說感恩。

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（一年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



緊鄰元月二十一日嘉義大埔地震震央的臺南楠西區，屋損戶恐懼餘震，棲身帳棚；慈濟號召全臺專業志工進駐，二月起協助楠西里與東勢里受災戶修繕。（攝影/黃筱哲）

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3月1日出版 第700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  
溫牧、蘇芳霽 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



# 菩薩不請自來 安穩人心

這一震，帶給多少人驚惶，慈濟人雲集臺南投入修繕，讓受災戶安居，生活恢復正常。  
感恩人間菩薩自十方而來，哪裏有災，及時現身撫慰，哪裏有苦，快速應眾生所需而付出。

元月二十一日嘉義大埔地震，造成比鄰的臺南楠西區受災；雖然慶幸人人大致平安，但天地的威力，造成房屋的裂痕。一時間，要找師傅也很困難，北、中、南、東的慈濟志工動員，集中到臺南修繕；他們暫時放下自己的工作的事業，提起志業精神投入，無論原本生活背景如何，同一念心，一起行動。  
這一波賑災，我考慮很多，

不敢開口要求，因為過年到了，而且天氣很冷，志工們也都有年紀了，但大家知道師父不捨受災的人，師徒同心，自告奮勇投入，努力趕工，快一小時、快一天修好，就可以讓受災戶早一小時、早一天安住。  
這一震，帶給多少人驚惶，菩薩們不請自來，一個舉動就可以讓受災戶快速穩定下來，安心居住和工作，恢復到正常的生

活。在地的臺南志工也很用心細心，負起責任，安頓好外地修繕菩薩要住的地方；從大地震動開始，南部的菩薩們比大家更早就投入救災，伸出雙手擁抱受災人，讓他們感到溫暖。  
這一群人間菩薩，自動從十方湧現，哪裏有災，及時現身撫慰，哪裏有苦，快速應眾生之苦而付出；大家的愛心和發心，我很感恩、很敬重。時常感覺到災

難並不是離我們很遠，但願大家常念無常，才能精進；時時存好念，才能造福人間。

我們要把握時間和因緣，快速地跨步前進，就像慈濟將近六十年了，從「日存五毛錢」開始助人，一步步沒有偏差，時間久了，路也走得遠，情愈長，愛也愈廣。五毛錢輕輕的，在五、六十年前那個時代也不算大，可是這樣的點滴，就是慈濟的起源。最可貴的不在於那五毛錢的價值，而是每天起一念善心，而且有這麼多人願意響應，一直到现在。

我也很感恩有好因緣，有這麼多的好人和我有這麼大的緣分，共同走進這一道門，共同走過這麼多的國家地區付出。也感覺這一分緣不可思議，我這一輩子都在這裏，這一張桌子、一張椅子，就是我的世界，我天天沒有離開這個空間，不過我天天都遊歷在人間，跟著慈濟人的愛心

繞全球。無論慈濟人在哪個國家，那分誠意是相同的，無論彼此距離多遠，有共同一分長情與大愛，如同相處在一起，我感覺這就是福，而且是福緣廣大。

人心向善，社會才能祥和；社會要祥和，有能力的人要去愛護貧困的人，你幫助他，他回饋的愛會更多，因為他心中有感恩，這一個「恩」也就是種子，這分感恩心會為你祝福。

眾生的苦，離不開貧與病，離不開心靈的煩惱。任何一個國家都會有貧富懸殊，慈善的工作就是對有苦難的人付出；佛教所說的「菩薩」不是雕像，而是把法用在人間，真正的利益眾生、拯救眾生。

佛陀來人間一大事因緣就是度眾生，在現在這個時代，更需要佛法。想到自己的年紀，感覺還沒充分發揮佛陀的教誨；我的師父給我「為佛教，為眾生」六個字，我也還沒有做得讓自己

很滿意。不過，看到慈濟人把師父的話聽進去，發心立願傳法，不只要從師父的心傳到自己的心，還要傳給家庭、傳給鄰里與社會。

人人提升善念，就是共善，而且要千千萬萬個善，共同造福，才能破除災難；要邀約人來當菩薩，自己本身就要當菩薩，發揮菩薩精神。盤點過去，我們要向著自己說：那一念心、那一個起步，很值得；新的一年，再提振起精神，希望無窮盡，世間哪裏有需要，我們就能到那裏去；天高地廣，都有慈濟的大愛與長情，為天下苦難人付出。請大家多用心！



## 臺灣

### Taiwan



●臺中市西屯區新光三越百貨2月13日11時33分發生瓦斯氣爆，造成4人死亡、34人受傷；考量天氣寒冷又下雨，志工在非救援區域及動線外空地成立關懷中心，提供薑茶、麵包、礦泉水、福慧珍粥、素粽補給警消人員；並前往醫院安慰傷者及家屬

●元月21日嘉義大埔地震，志工22日至27日進入大埔鄉、臺南楠西區、玉井區等地安心家訪近4千戶、致贈祝福禮4千件、應急金240戶；供應熱食近4萬份；支援政府開設避難所及安置中心福慧床497件次、福慧隔屏193件次。2月10日起，全臺專業志工協助楠西區楠西里、東勢里無須貼單戶修繕 ★請見12頁報導

●春節前後類流感疫情流行，全臺醫院急診壅塞；花蓮慈濟醫院重啟整修後的第一整合醫學急診後送病房，幫助紓解塞床現象，讓更多急症病患可以及時獲得治療 (2月7日)

●大林慈濟醫院升格，成為嘉義地區唯一一家準醫學中心。自2000年8月13日啟業以來，近25年共服務近2000萬人次門診病人，近100萬人次急診病人，收治住院病人超過57萬人次。醫院並逐步建立多項特色醫療，包括尖端放射治療整合照護中心、過敏免疫風濕中心、心血管重症中心、膝關節健康促進中心等，為雲嘉地區民眾提供全方位的優質醫療服務 (1月24日)

●第27屆國家生技醫療品質獎暨SIC國家品質標準授獎典禮，花蓮慈院獲得「護理照護服務類—智慧護理組」金獎，是本屆唯一獲得金獎的醫院。泌尿部團隊獲「醫療院所類—醫院特色醫療組」銅獎，中醫部在中西醫合療策略以及工務室導入AI智慧防災管理獲得醫療院所類肯定。臺中慈院則以神經醫學中心、耳咽管中心、微創脊椎關節中心分別獲醫療院所類肯定。慈濟大學以全人模擬醫學教育，無償提供醫學生與海內外臨床醫療人員專業技能培育，獲公益服務類認證 (1月16日)

●國家醫療品質獎(NZQA)為臺灣最具權威與專業性的醫療品質競賽，第25屆得獎名單公布，花蓮慈院共計獲1金2銅等18個獎項，且獲頒「智慧醫院全機構標章」殊榮。臺北慈院得到主題改善類5項獎項、智慧醫療共6標章、擬真情境類競賽有3項得獎。斗六慈院以「降低血液透析病人動靜脈瘻管穿刺失敗率」獲主題類競賽地區醫院組金獎；關山慈院以「降低一般病房護理人員急救技能缺失率」獲得佳作 (1月15日)

●南投日月潭的伊達邵組合屋社區居民與慈濟志工新年前夕合辦祝福會。伊達邵組合屋住戶在921地震受災後，因為土地問題難以申請水電，經南投縣政府協調邀請，慈濟於2021年10月啟動水電設施安裝、改善室內配線、開鑿水井 (1月29日)

●慈濟人文志業參與第33屆臺北國際書展，集結大愛電視、《經典》雜誌、《慈濟》月刊、慈濟道侶檀施會、靜思書軒、立德天空學院，以「大地極微光」為主題，實體書刊雜誌、影音、講座3種形態策展呈現；6天展期安排22場講座 (2月4日~9日)

●臺灣燈會在桃園舉行，慈濟行動環保教育車進駐「光的遊戲場」展區，透過遊戲互動傳遞環保及防災知識 (2月7日~23日)

## 2025年1月 臺灣慈善數據

提報個案 **1,036** 件  
 長期濟助 **10,314** 戶  
 居家關懷 **17,101** 戶  
 急難補助 **1,208** 件  
 居住環境改善 **42** 件



## 馬來西亞

Malaysia

●元月28日除夕起，婆羅洲連續數日大雨，民都魯、美里及沙巴根地咬市陸續遭受洪患，超過萬人受災；志工2月6日至16日動員420人勘災造冊，共走訪5494戶，為災戶發放食物，幫助老人家清掃家園，並補助學生購買校服、提供學校桌椅；2月23日於民都魯和美里各進行2場祝福金發放

## 印尼

Indonesia

●2月9日起豪雨導致南蘇拉威西省河水暴漲，超過10萬人受影響，為近三個月內第2次大規模洪患；鄰近的慈濟錫江聯絡處在安唐地區供應熱食共400份，志工動員約40人次  
(2月13~14日)

●和政府合作啟動「500間宜居計畫」，為弱勢人家免費翻修危老房舍，計畫興建500間現代化樓房；從中雅加達的組哈巴魯鎮(Johar Baru)開始執行，2月12日前往達納丁宜鄉(Tanah Tinggi) 勘查評估

## 斯里蘭卡

Sri Lanka

●政府於2022年7月宣布破產後，雖然局勢逐漸穩定，但民生物資短缺；慈濟志工於可倫坡會所定期舉辦發放物資，幫助百餘戶貧困戶度過缺糧時期  
(1月28日)

## 獅子山共和國

Republic of

Sierra Leone

●慈濟團隊2月10日起進行為期3週的訪視行程，與自由城明愛會(Caritas Freetown Foundation)、希利國際救援基金會(Healey International Relief Foundation)及蘭頤基金會(Lanyi Foundation)等合作夥伴會商後續援助，並深入了解慈濟已推動的服務項目成果。2013年西非幾內亞共和國爆發史上最嚴重的伊波拉病毒疫情，散播至賴比瑞亞共和國及獅子山共和國，直至2016年平息，期間摧毀以上3國公共衛生系統。慈濟2015年進入獅子山共和國，援助無家可歸的伊波拉倖存者與孤兒，10年來並與合作夥伴多次救助洪水與土石流災情、貧民窟大火，期間開辦婦女裁縫培訓班、社區防洪清理、水資源與衛生系統興建及教育等項目，每年超過10萬人受益

## 美國

USA

●洛杉磯元月7日發生加州史上破壞力前三的大型山火，慈濟已完成第一階段急難救助賑災，元月18日至2月16日向3832戶受災者發放現值卡、環保毛毯、清潔桶、衣物、食物包、防護物資等。期間志工進駐山火資源中心與災難復原中心，接受災戶登記援助，眼科大愛醫療車提供183人次服務；志工動員1157人次  
★請見38頁報導

●美國南部受到北極寒流影響，氣溫降到攝氏零下2至8度，千次航班被迫取消或延誤；德州分會志工整備物資，元月17日起前往政府設立的2個收容街友的「保暖中心」(warming center) 發放毛毯、飲水及食物

# 43秒搖晃之後 援助0121嘉義震災

元月二十一日嘉義地震後，緊鄰震央的臺南楠西最大的難關，是修復數百戶房屋的內傷。震災滿月，慈濟人還在災區，以修繕給予穩定的力量，安家才能安心。

楠西區楠西里一戶民宅牆面滿是裂痕，志工抹上水泥修補。  
(攝影/黃筱哲)





# 0121嘉義大埔震災 慈濟在行動

整理·編輯部

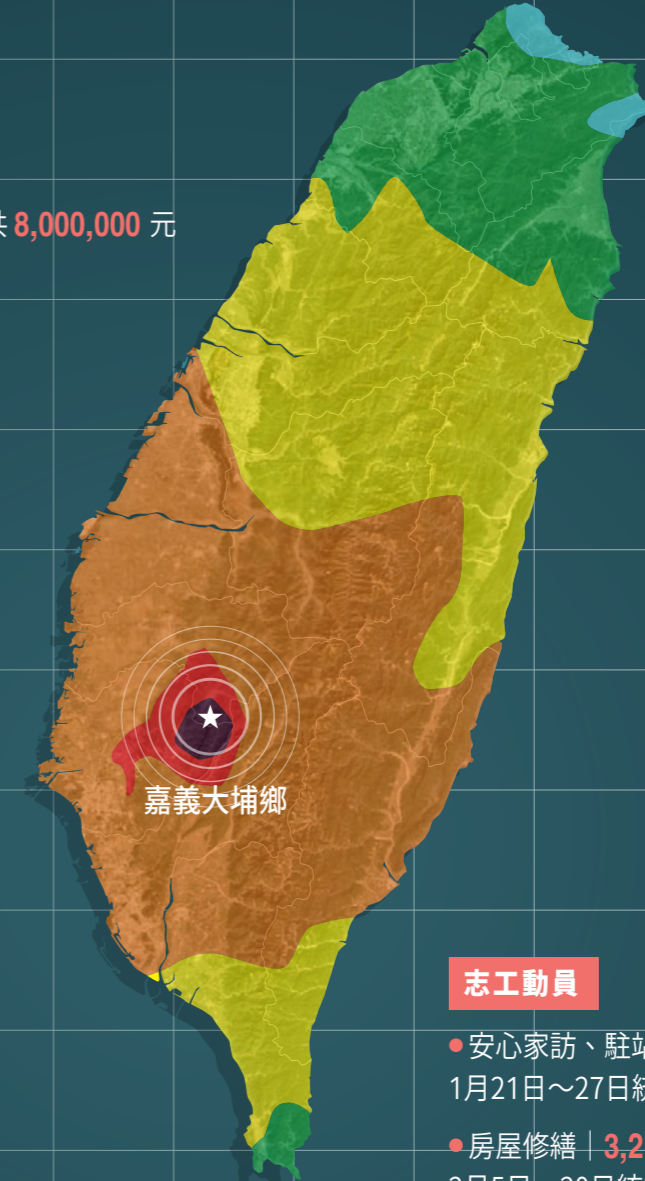
## 安心家訪

- 戶數 | 3,875 戶
  - 祝福禮 | 4,000 件
  - 應急金 | 240 戶，共 8,000,000 元
- 1月21日~27日統計

震度



圖例：★ 震央



## 志工動員

- 安心家訪、駐站服務 | 2,000 人次
  - 房屋修繕 | 3,217 人次
- 1月21日~27日統計  
2月5日~20日統計

## 房屋修繕

- 區域 | 楠西區楠西里、東勢里
  - 完成會勘 | 652 戶
  - 預計修繕 | 193 戶
  - 驗收完工 | 132 戶
- 2月10日~20日統計

## 駐站服務

- 設站地點 | 楠西區老人文康中心  
玫瑰綠柏園安置中心
  - 服務項目 | 提供鄉親臨時生活所需、環境維護等
  - 熱食供應 | 39,469 份
  - 避難所物資 | 福慧床 497 件次、隔屏 193 件次、毛毯、厚外套等
- 1月21日~27日統計

- 圖例：
- 家訪
  - 致贈應急金
  - 提供熱食
  - 設立服務中心
  - 支援避難收容所
  - 協助民宅修繕



## 小辭典 建築物損害評估分級為何？

- 紅單 | 主結構受損有結構安全顧慮或地基不穩，住戶必須立即撤離
  - 黃單 | 無結構安全顧慮，但內部可能有物件掉落或傾倒的危險，或鄰近建築物可能有傾倒風險，可以繼續居住，但需在一定期限內修繕
  - 無須貼單 | 建物結構安全，受損輕微但仍有修繕需求
- 紅、黃單主要由政府協助；慈濟協助楠西區楠西里、東勢里無須貼單戶修繕

# 慈濟援助大事記

1月

21

除夕前7天

- 00:17 嘉義發生芮氏規模6.4、深度9.7公里的極淺層地震，震央位於大埔鄉，全臺有感，幸無人傷亡；鄰近震央的臺南市楠西區、玉井區傳出屋損
- 03:00 志工熬煮薑母茶，提供救災人員及鄉親取用
- 06:00 約500份早餐送抵楠西區
- 07:00 慈濟臺南合心災害應變中心於善化聯絡處成立
- 08:00 於楠西區老人文康中心設立慈濟服務中心
- 09:00 花蓮本會災害應變中心與全臺合心區關懷志工團隊連線，了解災況
- 14:00 大林慈濟醫院支援熱食送抵楠西區
- 15:30 因應強烈冷氣團到來，志工整理外套禦寒，男生50件、女生130件、小孩10件，送抵楠西區公所於老人文康中心開設的安置處所
- 志工持續為楠西里及東勢里災損家戶供應熱食至24日
- 高雄市甲仙區、六龜區、桃源區、杉林區受地震影響，志工訪視33戶；支援臺南災害應變中心糧食、禦寒衣物及福慧床等物資

1月

22

除夕前6天

- 臺南志工偕同社工，即日起持續於楠西區、玉井區展開安心家訪、致贈祝福禮及應急金；慈濟人醫會醫護人員進駐楠西慈濟服務中心
- 志工與營建處同仁訪視南化、楠西、玉井、大內等受災法親，評估修繕
- 嘉義志工拜訪大埔鄉公所了解災情，並至和平村、大埔村、茄苳腳及坪林村訪視共18戶

1月

23

除夕前5天

- 臺南市社會局開設玫瑰綠柏園觀光工廠宴會廳作為安置中心，志工支援福慧床、隔屏及毛毯

1月

24

除夕前4天

- 21位嘉義志工訪視大埔村、茄苳村、和平村68戶，致贈祝福禮
- 慈濟基金會顏博文執行長至臺南市府交流0403花蓮地震重建經驗。臺南各區公所屋損提報及鑑定已超越0918玉里及0403花蓮震後重建及修繕量體

1月

25

除夕前3天

- 臺南志工、臺南慈中師生及大林、斗六慈院同仁於楠西區東勢里、玉井區玉田里安心家訪、致贈祝福禮及應急金，共訪視2523戶，動員830人次

1月

26

除夕前2天

- 主震後一週內有感餘震超過百起，包含多起規模5以上地震；申請居住安置中心的民眾增加，臺南市府緊急增設24頂帳棚，志工支援福慧床及毛毯共48件次

1月

27

小年夜

- 志工準備150人份素食餐點，邀請安置中心鄉親圍爐
- 志工訪視大內區其子瓦、二重溪，致贈21戶祝福禮或應急金

1月

28、29日

除夕至新春初五

- 1月28日起，志工進駐安置中心，每日8:00至17:00輪值
- 1月31日起，大林慈院中醫部及臺南慈濟人醫會醫師輪流至安置中心義診
- 1月31日，志工訪視南化區東和里、北平里；玉井區層林里；楠西區密枝里、楠西里、東勢里約16戶

2月

3

新春初六

- 臺南市府以「修繕」、「耐震補強」或「拆除重建」三大方向推動災後重建。慈濟與臺南市府研議復原方案，協助修繕楠西里無須貼單戶；志工及社工即日起對經市府初步確認有修繕需求的351戶展開電訪
- 慈濟籌備「0121嘉義地震臺南復原修繕團隊」，集結全臺專業志工

2月

4

新春初七

- 臺南修繕團隊即日起為南化區、大內區、玉井區、楠西區受災法親修繕

2月

5

新春初八

- 全臺修繕團隊分工認領修繕區域；陸續至楠西區前勘

2月

8

- 臺南訪視志工分工，將針對災區安心家訪列冊關懷個案追蹤訪視，評估援助

2月

10

- 全臺專業志工陸續進駐楠西區，住宿曾文活動中心，展開楠西區楠西里、東勢里災戶修繕

撰文・莊玉美、王滢琇、溫寶琴、徐麗華、張麗雲、施金魚、鍾總如、吳秀玲（慈濟志工）  
攝影・黃筱哲（慈濟月刊攝影）

# 工班巡迴楠西 修補回家的路

即便家就在咫尺，但震災後有家歸不得，有些老屋布滿裂痕，有人委身在庭院帳棚，修繕志工從全臺聚集臺南楠西區楠西里、東勢里，為他們一寸寸補好回家的路……

地震翌日起，慈濟立刻發出應

但應補強；以及無須張貼任何危險標示的住房，這類數量最大，也可能需要修繕才能安心居住。

戶表達希望接受協助。

住戶三到五萬元的援助，共發出兩百四十戶；同時延續〇四〇三花蓮強震賑災經驗，評估修繕和援建永久屋。

包括玉井、楠西、嘉義等地，紅黃單就高達一千七百餘件，無須張貼的受損戶也超過兩千件。慈濟初步認養的楠西區楠西

二月中旬統計，災情通報件數近四千件；經由專業技師與建築師實地訪視，分成紅單——危險建築；黃單——無立即危險，

里有四百七十二件「未貼單」，經慈濟社工與志工一一打電話確認、現場勘查，有近一百二十三

幾乎家家都有修繕需求，但都是小規模的工程，偏鄉一時間也很難請到工班。元月底新春期間，慈濟號召全臺專業志工，項目包括土水、水電、鐵工、木工、油漆及泥作。來自北區、桃園、中區、雲林、高雄、臺南、屏東、宜蘭的修繕團隊，以曾文青年活動中心為宿舍和據點，並由臺南志工全力後援生活飲食；不只有香積志工現做餐點，外地志工紛紛送來食糧、鄉親結緣自種的蔬果米糧，讓耗費體力的修

繕團隊補充營養。

二月十日起步修繕，經營建設公司的高雄志工楊銘欽帶著員工來付出，準備四百個布袋提供大家盛裝廢料，並出動一臺材料配送車，由志工何萬春負責，隨時採購與配送。每一組志工帶著地圖、修繕同意書、提報單、確認單出發，修繕前、中、後的結果也會回報；二月中旬又新增援助東勢里。

不怕累，還好我有來

志工來到一戶人家，屋前小庭院裏搭著藍色帳棚，上方覆以帆布，風一吹就嘎嘎作響；租客林先生一家人年前收到里長送來帳棚，就這樣住到現在。

地震時，他們站都站不穩；

志工從小貨車卸下工具與材料，走進事前勘查過的受災戶展開工程。



等到震波停止，摸黑進到屋內拿出寢具，在屋外禦寒等候；凌晨三、四點復電，林先生入內查看，屋子到處都是裂縫，廚房、廁所無法使用，也不敢開瓦斯。

「餘震不斷，全家窩在客廳睡，大門甚至不敢上鎖。那幾天真的很折磨。」也因此一家人露宿庭院，曾被雨水淹醒，也因為寒夜太冷，所以從屋內拉電線到帳棚內，再接上鹵素燈取暖。七十一歲的志工韓玉銅說，人家搭帳棚是露營休閒，他們搭帳棚卻是不得已；他奉獻油漆專長，「趕快做一做，讓他們可以盡早搬回家。」

志工修繕的重點在於房間、廁所、浴室牆面裂痕，也慶幸地震並未影響梁柱主體；屋前屋後探勘時，志工細心發現從客廳往後院的地磚已有一塊翻起，跟林先生商量：「這種花色的磁磚已經找不到，但會盡量幫忙補，讓你們不要跌倒。」

盧建焜戴著安全帽站上工作梯平臺，以電鑽敲除牆壁裂痕，一時煙塵四起，水泥碎塊掉落一地；之後抹上水泥打底、再補刷油漆。雖然他已退休，但沒有想要四處旅遊，「能做就是福。不要浪費那些錢去玩。」

薛張恆娟平常從事清掃工作，也報名參加修繕；「眼睛放亮一點，有需要的時候就趕快清理乾淨，讓工班做起來更順

手。」她是泥作志工的後盾，立刻掃除被打落的石塊，維持環境乾淨又安全。「時間是不等人的，這次參加，改天如果想再來，也不曉得是否還有機會。」

林先生一家在屋外搭帳棚度日及過年（左圖）；屋後的木質板材垂落，等待結構技師鑑定，志工敲去裂痕碎片準備修補（右圖）。

看到鄉親家裏受損的狀況，她更慶幸自己來對了，「讓他們安身立命，就是我們要做的工作。還好我有把握因緣！」

即便家就在咫尺，但有家歸不得；看見帳棚內的一盞鹵素燈，橙色光亮起，能令人感受到暖度，猶如慈濟志工從全臺各地馳援鄉親修繕，恰似冷冬見暖陽般的溫暖……

不收費，高手在民間

各工班團隊的主要成員，幾乎都參加過慈濟在二〇二二年池上地震、二〇二四年花蓮地震後的民宅修繕，累積了默契。此外，慈濟多年來進行「安穩家園，美善社區」專案，以裝置安全扶手、無障礙坡道、止滑措施、照明改善等小工程，改善獨居長者、身障及弱勢家庭居家安全，因此各社區隱藏著高手，經驗豐富，在災後援助派上用場。





一戶隔間牆倒塌，志工拆除後，抹上水泥修補凹陷處。

中部工班來自臺中、南投、彰化和苗栗；志工張富進解說，根據前兩次震災後的運作模式，以一條龍接力，中區負責前置修繕，苗栗接續油漆善後。春節收假後年輕人開始上班，來修繕的志工平均年齡六十歲以上。

一部車一組工班，人力、工具齊備就立即上工。二月十二日，泥作和磁磚修繕已大略完成，接著是批土和上漆；苗栗團隊抵達，下午先完成一間。晚間起大雨傾盆，批土後乾燥的時間從原本的二小時增長至半天；隔天早上批土，下午只要任何一間乾燥完成，就馬上油漆。

領隊張煥奇說：「下雨最煩惱的就是溼度，所以一定要分工清楚，不能一邊批土一邊油漆，一定要批土後的第二天，再來全心全意地油漆。」進度慢，心急難免，張煥奇善解地說：「有一點點壓力，也是感恩！」

天候不穩，加上流行感冒疫

情升溫，二月十五日，大林慈濟醫院中西醫護團隊前來曾文青年活動中心為志工健康把關。也有居民聽聞，特地前來求診。

賴寧生院長表示，志工都有一點年紀了，勞動後肌肉痠痛、傷害在所難免，群聚還有流感傳染的威脅，在在都有醫療需求，有慢性疾病的志工更需要適時地監測病況，他強調：「這都是我們應該做的。」

放心了，有法親真好

也有志工家園受損，臺南修繕團隊二月四日就開始先行試做。南化中坑志工錢陳綉春的家，從地面到三樓、室內到室外，女兒牆、地板、陽臺均有裂縫；住在隔壁的姪子回來過年，問她：「舅媽，房子會不會倒啊？」「我雖然跟他說不會，但卻很擔心；今天十二位師兄來幫我們修理好了，我就放心多了，

有法親真好。」

這天，負責準備修繕工班午餐的楠西志工蔡惠珍，在自家烹煮三十個便當；她歡喜地說：「咱們能付出真的是太幸福了，要感恩一家三代同堂、大大小小的九個人都平安。」

從元月二十一日地震後到二月初，蔡惠珍一家都沒有恢復正常生活，最初三天夜宿車上，後來在車庫搭帳棚、客廳打地鋪或睡在躺椅上。雖然跟隔鄰的女兒牆已經鬆動搖晃，蔡惠珍還是以救災優先：「有事情可以做，總比靜靜在家裏好，就不會想到『地震又來了』。」

東山區慈濟志工、七十六歲的泥作師傅黃清叁，一輩子以蓋房子和種田為業，看到法親家的牆壁和地板的裂縫這麼多，難過地說：「這些事我都能做，我還能付出是很幸福的，跟大家一起幫忙他們盡快恢復正常生活。」

地震後，天剛微微亮，臺南

玉井的江茂田就扛著攝影機出門，負責人文真善美志工的任務。他哽咽地回想：「我知道女兒很害怕，家裏的牆呈現蜘蛛網狀龜裂，很怕餘震再來。可是災區離我最近，我安撫女兒，爸爸得去拍攝報導，才能讓更多人知道我們這邊的訊息，前來幫忙。」由於水塔倒了，無法盥洗，地震後兩天就睡車上，「當作是在露營，苦中作樂。」

二月八日，新營陳家班修繕團隊來到江茂田家修繕，一行五人都六、七十歲了，仍十分熱血：大哥陳春風說：「我們是窮苦人家出身，兄弟姊妹能體會佛法說『無緣大慈，同體大悲』，大家都很高興來幫忙！」

鋼構屋，安心的選擇

楠西里四面環山，鄉村道路格外寧靜；志工穿梭巷弄，帶來些許熱鬧。一對母女檔停下

腳步，和志工問候，「我不太會說話，但我很感謝你們。地震時，房子倒了，我幾乎是爬出來的，家裏所有的東西都拿不出来了……我身上穿的衣服都是慈濟給的，還吃了好幾天你們送來的熱便當。」

志工跟著她們回到老家，同一排房子幾乎都被貼上紅單，天花板、水泥塌陷，擋住了大門，已難進入。「家沒了，在這邊又租不到房子，只好住到玉井去；可是老朋友都在這裏，也是很無奈……」八十三歲的媽媽愁苦著一張臉，志工安慰她至少人平安，有女兒相伴，還有許多人會陪她們走這一條重建之路。

修繕的同時，慈濟也和臺南市政府合作，協助紅單受災戶原址重建「鋼構安心屋」；有意願的居民向區公所申請，勘查、評估並核可後，慈濟將盡速興建防火防震的新屋，讓受災戶能早日安心生活。

# 震後36小時 深入災區訪視

慣例是過年老家團聚，地震後卻是難過了；老住戶說，只能面對現實，大家都一樣；有人大哭一場後，拿著慈濟的應急金著手復原；農家老奶奶送別來訪的志工，邀約重建後再來家裏坐坐喔！

## 臺

南楠西區緊鄰震央嘉義大埔鄉，屋損災情最早傳出於人口較密集的東勢里和楠西里；慈濟於震後三十六小時，元月二十二日起深入楠西里、東勢里及玉井區仁愛街等地探訪，送上祝福禮，並致贈應急金給災損重慶及中度的住戶。

涂太太匆匆回到已被貼上「災害後危險建築物」黃色單子的家中，餘震不斷使得牆壁裂縫愈來愈大，但她不得不冒險進去取出生活必需品；她身形瘦弱，口罩遮掩不住疲憊的面容，與志

工談話時數度哽咽，她不敢相信住了這麼久的家，經歷這種無常，要再回家居住，遙遙無期。

涂太太與先生被安置在附近的避難所，婆婆與兩個孩子則安置在曾文水庫附近的避難所，一家子在這艱困時刻本該團聚取暖，卻無奈被分隔兩地。

涂太太前腳剛離開，七十八歲的婆婆後腳騎著摩托車回來。婆婆跟訪視志工說，她很想念老家和老鄰居，所以就回來看一看。志工時而聽她訴苦，時而拍拍她的肩膀給予溫暖。

訪視志工吳秀美說明「安心家訪」和平日訪視的不同。一般訪視是有人提報，當志工進入那個家庭前，已知道他們生活困難

的概況，而「安心家訪」是意外所致，所面對的住戶情況相對多元，志工不只關懷，還要了解住戶受災現況，有些人家境足以負擔重建，也有些人此刻最需要幫助。

志工依照事前列出的名冊家訪，只要看到門上被貼了紅單，註明危樓不能居住，或是黃單需要整建的告示，總是不捨和心疼。有些人已依親或前往安置所避



一月二十二日志工展開安心家訪；走入臺南市楠西區，隨處可見貼上紅單告示、主結構已損壞的建物（下圖）；臺南市玉井區一受災戶用盡積蓄購屋，喬遷不久遇上地震，經評估為黃單；屋主抑止不住傷心，趴在志工肩上哭泣（上圖）。

（上／蔡淑娟攝影）  
（下／陳松德攝影）

難，但由於空間有限，一家人也未必能在同一處；志工除了給予實質的現金應急，更希望安撫他們受驚的心靈。

人平安就好，只有感恩

來到東勢路上江女士的家，志工一踏入屋內便感覺頭有些發暈，懷疑是房屋傾斜導致的。江女士引導志工查看受損嚴重的牆面和樓梯，顯得十分堅強，還說要請大家喝飲料。當聽到志工念出證嚴上人的慰問信，她在關懷之中釋放多日壓力，忍不住號啕大哭，「我很久沒有掉眼淚了！」

住戶陳先生回憶才剛入睡不久，地震就來了，伴隨著響亮的警報聲，兒子的房門被倒下來的書桌硬生生卡住，他和太太合力將之移除，一家人順著照明燈的指引來到門口，但大門已被震歪變形，只能用腳拚命狠踹，腦中一片空白，一心往外衝去。

十萬火急下，陳太太鎮定地抓了禦寒衣物，她把外套披在受驚的先生和兒子身上。這一夜的溫度降得好低，陳先生說：「佛祖保佑！人平安就好。」

陳先生表示，家裏主梁都裂了，但經濟上還負擔得起，所以他收下紅包袋就好；但志工知道他們受災不輕，勸他們先應急。陳太太說：「這筆錢我們先收下來，之後再捐出去幫助更需要的人。」

他們依親在七股的親戚家中，也會在那過年，雖然有諸多不便，但已很感謝了，同時也希望儘快回到自己熟悉的家園。

震落了果實，果農心碎

隨著區公所通報各里受災狀況，志工連續多日進行勘災與家訪。「要過年了，記得要關懷鄉親是依親還是在家？」慈濟臺南分會社工徐雅鈴說明，志工詳細記錄有後續需求的家庭狀況，才

能提供心靈陪伴或經濟協助。

著名的梅嶺風景區所在地灣丘里，共有鳳興、灣丘和香蕉山三個聚落，居民主要種植水果或經營餐廳維生。災後第一時間，志工嚴聖賢聯絡龐順吉里長，告知如果有人需要幫忙，一定要告訴慈濟；龐里長隨即挨家挨戶勘災，根據結構技師的鑑定，整理出受災名單提供慈濟逐戶探訪。他親身感受到慈濟快速動員，讓受災民眾感到溫暖，也重燃希望。

灣丘聚落果農原本期待在過年前採收棗子和楊桃，賣出好價錢；然而地震使大量果實掉落，農作損失慘重。果農張先生精心套袋的六萬多顆楊桃，震落了一大半，僅剩約三萬顆可以採收。相較於屋損、在睡夢中被床頭牆面落石砸傷頭部，這次的農作損失對他打擊更大。

志工嚴聖賢是龜丹里果農，同樣受災，但先擱置一旁，投入急難救助。他與里長合作勘災，

讓志工快速找到分散於聚落中的受災戶，提升救援效率。

來到灣丘一座古厝，盛開的紅紫色九重葛爬滿整片三合院的門牆，正中央的紅瓦屋頂，被覆蓋上一層藍白帆布，避免雨水穿過破洞入戶，散落地上的碎瓦已經清理乾淨。八十歲的張奶奶坦言被地震嚇壞了，然而讓她倍感安慰的是，災後接到了兒女和孫子一通接一通來電關心，緊接著趕回家陪伴和善後。

張奶奶的家已經被貼上黃單，但慶幸結構無安全疑慮；她說一九六四年經歷過白河大地震，那時十八歲，同樣是接近過年，慘重災情使她回想起來依舊心有餘悸。而今再次受災，她知足和感恩，握著志工的手說：「你們要再來家裏坐坐喔。」

以車為家，再造避風港

東勢里住戶周先生的住家經

一月二十五日震後第五天，志工及志業體同仁逾八百人，走入楠西區東勢里、玉井區玉田里家訪，致贈祝福禮。

(攝影/黃心芸)



不捨從年輕居住至今的老房子，周先生坦言：「要進行修復，恐怕需要相當長一段時間；只能面對現實，大家都一樣。」孩子們每年過年會回家團圓，但今年恐怕難過了，七十幾歲的夫妻倆不禁皺了一下眉頭。

地震一搖幾秒鐘，這衝擊產生的裂縫需要很多的愛與時間來弭平。無常擊敗了平凡的日常，熟悉的家園遍體鱗傷，受災戶受驚的神情透不出一絲光。經由愛心便當、物資提供、安心家訪、醫療照護，希望他們的脆弱能一一被承接住。雖然修復是條漫長路，但至少在災後關鍵時刻能有安危與共的慈濟志工陪伴，相信他們一定能再次建構屬於自己的避風港。

# 一路相伴 關照飽暖與好眠

從在楠西街頭送出第一杯薑母茶、發出第一份早餐，  
到百餘位居民入住安置中心避難，志工一路相隨，陪伴過年！

「這」次地震讓我想起過去——

一九六四年的白河大地震，一九九九年的九二一大地震，和二〇一六年的二〇六高雄美濃地震……一九五七年出生的廖花末，回憶今年元月二十一日凌晨強震來襲，她和先生江明魁嚇到無法動彈，直到大哥的兒子打電話叫他們趕快跑出來，才手軟腳軟地走出百年古厝的家門。

坐在空地上，聽著救護車和消防車來來回穿梭在夜間，打開手機的即時新聞，知悉情況非常緊張。此刻慈濟志工嚴聖賢致

電，提醒她深冬夜寒，要趕緊煮

薑母茶供應。她盤點家裏的薑母不夠，「凌晨時分，我打電話給玉井的劉純蓮，問她敢不敢來？」劉純蓮三更半夜獨自從玉井騎摩托車前來楠西，還特地去玉井的菜市場收集到許多薑，並備妥打薑的鐵棒；天未亮，兩人作伴，用力拍打著薑，熬煮薑母茶，再交給江明魁送到玉井國中的避難所。

回想那一刻的慌亂，廖花末感恩劉純蓮的勇敢，「那幾天餘震不斷，我只在專注做慈濟的時刻，才會遠離恐懼啦！」

災後三餐被慈濟養胖

當廖花末與劉純蓮熬煮薑母茶的時候，志工李宏珍、林素香從麻豆一路開車，將東湊西湊所張羅過來的早餐送達楠西。

林素香先把豆漿、饅頭和包子訂好，由李宏珍開車去載；饅頭店老闆表示不收費，還提供店中裝湯的三個白鐵大湯桶，讓李宏珍拿去手工豆腐工廠裝豆漿；沒想到豆漿店家也表示不用錢，將當天要販售的豆漿全部捐出！

她們沿途購買水煎包、麵包



震後第一頓午餐，五百個素食便當送抵楠西（上圖）；志工清早聚集慈濟善化聯絡處，近午已備妥飯菜、盛裝便當（下圖）。

（攝影／王永周）





小年夜中午，志工準備十道素食餐點為玫瑰綠柏園安置中心鄉親圍爐祝福（左圖），一位長者在祈禱時泣不成聲，志工上前安撫（右圖）。

（攝影／王永周）



奔向楠西，從慈濟在楠西老人文康活動中心旁成立的集結地點，搬出兩張桌子，擺上食物，就開始在路邊分送早餐。

地震後一時斷水、斷電，又或是家裏水塔壞了，牆壁裏的水管破了，無法烹煮三餐，商店也關閉；居民一邊領取早餐，一邊傾訴地震的可怕，志工傾聽與安撫，順道告知中午十二點三十分再記得來領餐盒。

上午八點，志工動員在善化聯絡處、麻豆共修點備餐。從麻豆到楠西需要四十多分鐘路程，最近的善化最快也要三十多分鐘，李宏珍表示，「因為我們的午餐是現做的，有些鄉親從十點三十分就在現場排隊等候，看到他們頂著冬陽、隊伍超長，心疼又不捨……」

「雖然每做好一百個餐盒就送過來，但領取的人很多，等候動線沒有縮短……我看得出鄉親們很急，我們也很難過、很抱

歉，無法滿足大家的需求。」李宏珍說，直到下午一點多，所有人都領到了，志工也才開始用餐；她很感恩新營志工、嘉義大林慈濟醫院團隊得知訊息，陸續送來炒米粉和粽子，災後第一天的晚餐足量供應。

此外，住在下營的慈濟志工洪梅雀，是群英幼兒園園長，請廚工洗米煮飯，將冰箱所有菜拿出來煮，提供了六十個餐盒，再加上慈濟三十六個便當，送往玉井區公所提供安置的鄉親。

「第二天的早餐，感恩高雄方師傅送來七份麵包，下營師姊提供水煎包，麻豆師兄製作了兩百個蔓越莓饅頭。」李宏珍提及這一天就送出超過一千份。

由於麻豆共修點空間有限，善化聯絡處的水管也因為地震爆裂，志工供餐十分克難，位於仁德區的慈濟臺南分會元月二十三日承擔起午晚餐的供應，雲林、嘉義也陸續補給食物過來；

也因此不用排隊，人人都可以領到。有民眾表示，都被慈濟養胖了呢。

以愛為導航快速趕往

「要吃飽喔！」「拿這樣夠嗎？」「晚上記得來拿晚餐喔！」慈濟服務中心就是「家」的概念，志工殷殷叮嚀鄉親們肚子餓了記得回到這裏。

清晨六點半，許多鄉親前來取早餐，送回前一天的便當盒，嚴聖賢在路口與每位鄉親問好或接下餐盒，並親切地請入帳棚領早餐。當地志工蔡惠珍、廖花末、劉淑英等人，則是騎機車來來回回地將早餐分送給鄰居、安置中心或不良於行的鄉親。李宏珍、廖梅雀等人特別貼心，鄉親需要三份就給五份，或者搭配不同口味和品項，將心比心疼惜的真情自然流露。

購物袋裏裝著吃完的便當



一月三十一日，大林慈院中醫部進駐玫瑰綠柏園安置中心，黃雅慧中醫師為長者按摩，緩解不適。  
(攝影／王章伍)

盒，王小姐小心翼翼地拿出來歸還，並說明：「我有洗得很乾淨喔！真的很謝謝你們！」王小姐的家不久前蓋好，雖然沒有受損，但水塔沒水無法煮食。她表示，其實很不好意思來領愛心便當，所以是由先生來領取的，一家大小在冷冷的天氣有了熱食，讓她非常感動，因而鼓起勇氣來感謝慈濟志工們，同時她更是意外，原來素食可以這麼好吃。

「善化聯絡處有曾文和氣、善化和氣還有新化和氣，我們都說三個地區合起來稱作『曾善新』，諧音用閩南語讀出來稱作『真善心』。」李宏珍說，這三個地區的志工成員可以說是生命共同體，哪一個和氣區有事情，大家都會相互當不請之師，「就像我和林素香在麻豆，每天五點四十五分相約前往楠西支援飲食。」

以往沒有自行開車從麻豆到楠西，第一次還是依靠導航系統

才能趕到，「當我開著車在黑暗的快速道路上行駛，怕黑又膽小的我，都沿著道路的兩條白線開。」經過這幾天，李宏珍笑說已經非常熟悉這條路了。

李宏珍提及，一項工作並不是一個人可以完成，看到大家各司其職、合作達成勤務，經歷其中真的很感動，回程路上總是帶著滿滿法喜；「因為快過年了，我的孫子說，好幾天沒看到阿嬤了。我雖然回家了，但只要有需要，我就會過去楠西。」

#### 小年夜在避難所圍爐

慈濟於楠西設立的慈濟服務中心，元月二十五日傍晚五點撤站，圓滿階段性任務。臺南市政府於楠西區「芒果農創玫瑰綠柏園觀光工廠」開設安置處，提供屋損居民居住，慈濟設立服務站，志工從除夕開始每天輪班，照顧大家的需求。

元月二十七日小年夜，志工黃福全與榮董團隊自掏腰包，為大家辦一場小年夜圍爐，準備一百五十人份、十道素食餐點；考量鄉親白天各有事忙，用餐時間不一致，所以採自助式供餐。

最靠近安置中心的慈濟善化聯絡處，大寮於災後修建中，志工費盡心思，分散到各家烹煮——新市梁丙清、黃秋桂負責油飯、炸鮑魚菇；佳里施秀理以多年香積專業，推出炒米粉、滷杏鮑菇；大內區吳王秀菊負責大部分菜餚與湯品，共煮六道菜。

王秀菊參與過安心家訪，接觸很深：「房屋壞掉的狀況，超出我們的想像，梁柱或牆壁裂縫、倒塌，磁磚碎裂。就要過年了，我們於是集結志工到家裏來幫忙煮食。」

用餐前，志工帶動鄉親祈禱，一位阿嬤感動得泣不成聲……黃福全輕輕摟住她，低聲膚慰她。郭女士的家已被貼上黃

單，地震當下她拿榔頭破壞了大門鎖頭，才得以逃出家園。她細數感恩志工一路陪伴，提供免費餐點、福慧床還有維持隱私的隔屏，「上人派弟子來準備好吃的料理，和我們團圓，真感恩哪！」

#### 大林慈院中醫師出診

元月三十日大年初二晚間，大林慈濟醫院中醫部得知玫瑰綠柏園安置中心居民期盼能看中醫的需求，翌日清晨起，由葉明憲主任、黃雅慧中醫師及陳碧奇護理師等人，準備醫材前往。二日中醫部家庭醫學科鄭竹晏醫師、中醫部莊崇平住院醫師、詹沂祐住院醫師等人接棒，不僅緩解民眾身體的不適，還耐心傾聽心聲。

楠西區位於臺南市東北端，屬阿里山餘脈尾陵地帶，北與嘉義縣大埔鄉為鄰；平時有些楠

西、玉井鄉親會到大林慈濟醫院位於大埔鄉的醫療站給葉明憲看診，這次義診，葉明憲也遇到不少老病友。

一位長者說，地震後飽受頭痛、頭暈甚至幻覺地震的折磨，夜不成眠，整個人處於極度焦慮的狀態。「真的很感恩！昨天葉明憲醫師幫我針灸頭部，終於讓我一夜好眠了。」

中醫師黃雅慧指出，餘震持續，許多居民恐懼緊張，出現疼痛、暈眩、腰痠背痛、感冒等症狀；中醫針灸可以改善症狀，她還帶去雷射針灸及筋膜槍協助舒緩肌肉緊繃，效果很好，讓原本不敢針灸的民眾，一直加碼痠痛的部位治療。

春節的燈火在夜裏閃爍，楠西的夜晚也因白袍醫者的關懷而變得溫馨。一位長者的好眠、一句來自病患的感恩、一場滿懷慈悲的義診，點滴匯聚成暖流，撫慰著曾因災難而顫抖的心靈。◎

# 還好，我在他身旁！

醫師接到電話，立即趕到急診室加入搶救；沒想到躺在病床上的，是用盡所有一切養育、培育他的爸爸。這樣的苦，無人可以接受！我走到他身旁，將外套脫下，披在他身上……

救 護車鳴笛聲在下班的車潮中響起，一路往臺中慈濟醫院急診診奔馳而行。

「老公！您不要嚇我，我如果有哪裏做不好，我會改啦，你趕快醒過來……」急診重症區，傳來撕裂人心的哭喊聲……

當病人被接到地下二樓助念堂時，已近凌晨；那是一個寒流來襲的夜晚，我默默地走到一位醫師的身旁，將身上的外套脫下披在他身上。

「師姑，我不想當醫師了。」

「這樣的苦，沒有人能接受！」我為他披上外套，溫暖了他的身體，也想關懷他的「心」。

這是一年多前的事情。那天，夫妻倆一起出門參加長者活動課程，結束後等公車回家時，先生突然昏倒，被緊急送到臺中醫院，是主動脈剝離！到院前已經往生。

原本要下班的醫師，接到電話，立即趕到急診室的急救區，一同加入搶救！沒想到看到躺在病床上的，是自己的爸爸……

醫師的母親對著先生聲聲呼喚，女兒則是伏在爸爸的身上，久久靜默；而這位醫師兒子在一旁問我：「師姑，再來我要做什麼？」

他流著眼淚訴說：「爸爸付出一切培養我，叮囑我好好學習；可是最後我卻救不回爸爸的生命。我不要當醫師了……」

感受到兒子的自責，身為醫師卻無能為力的椎心之痛，從那一天開始，我常常關注著他。期間，他們家中迎來新生命，初為人父的喜悅，為這個傷痛的家庭

注入一股生機；「不要當醫師」的念頭，有些許轉圜空間。慢慢地，這位醫師也回到單位上，做他可以做的事情。

在醫院，每天看到不同的生命風光，有遺憾，也有甜蜜、有溫暖，非常精采。感恩醫療志工

團隊日日在醫院穿梭，為病人及家屬提供服務，最重要的是，產生一股正能量，守護著醫院；讓苦難人及時得到支持，安穩地過那一關。

病人、家屬需要協助，是不分時段的；常常我也會有疲累的

時候，但努力調整心態，給自己更多的學習跟成長。每次忙完後，我都很慶幸：「還好，我在！」當自己安穩下來時，就能帶給別人安穩的力量。(摘自

二〇二四年八月十七日醫療志工合心幹事座談分享)

◎



(畫作·溫牧 黎明)

# AI之外更要愛

**問** 許多中學標榜以數位學習為目標，學生學習使用生成式AI；我擔心孩子因此失去深度思考的能力或道德觀念，家庭教育有辦法補足這一塊嗎？

**答** 好友L應邀一場講座，主辦單位希望他提供一張可突顯專業的相片，他遍尋手邊的相片沒有一張合適，跟好友G說起這件事，好友說：「沒問題！這件事包在我身上。」隔天一早傳來一張他著西裝、打領帶，看起來十分專業的個人照。

L問好友如何做到的？G說靠AI完成。由此可見，AI已普遍化，並深入生活中。

中學標榜以數位學習為目

標，學生擅長使用生成式AI，這已是不可避免的趨勢。擔心孩子失去深度思考的能力或道德觀念，家庭教育可以這樣做——

與其擔心不如了解

當智慧型手機出現，孩子除了運用它增廣見聞，也把它當作人際關係的橋梁，更多時候拿來追劇、玩手遊。

父母看到孩子投注許多時間

玩電玩，一定會擔心：「業精於勤，荒於嬉。」我覺得與其擔心，不如跟著孩子走入遊戲的世界，進而反問孩子：這些遊戲為什麼會吸引你？如何闖關？如何克服困難？

當父母願意從孩子的角度看事情，體會與感觸會更深；透過提出以上問題，可以建構孩子的思考能力，孩子也會覺得父母跟自己是同一國，親子之間的話題會更多，代溝也會減少。

與人互動也是能力

家是孩子的第一個學校，在這裏學會人際溝通、關愛他人、生活自理、承擔責任、自律……這些都是孩子以後在學校、工作場域用得到的能力。

所以比爾蓋茲、賈伯斯等科技名流，提出不要讓孩子十三歲以前接觸手機虛擬世界，而是多閱讀、探索生活，希望孩子不要只透過網路認識世界。同在一個屋簷下生活，吃飯用即時通訊系統通知，出去旅遊用即時通訊系統投票，一家人同桌，每個人卻盯著自己的手機，這樣如何產生交流、溝通？更何況是家庭教育的落實！

《AI世界的底層邏輯與生存法則》作者程世嘉分享，和ChatGPT一來一往、東拉西扯，讓他不知不覺花費了許多時間盯著電腦。有一天，女兒告訴程世嘉：「你好像不需要朋友，反正

你有AI就夠了。」讓程世嘉驚覺，這是生成式AI帶來的改變。所以他鼓勵員工要能獨立作業，也要能與人交流、溝通。

人是群居的動物，不可能離群索居。在日本有些繭居族可以整整一週不出門，寧願在家中戴著VR（Virtual reality），在網路上和虛擬角色展開「孤獨式的群聚」；他們不願走到戶外活動，反而花費大把時光在社群網站上。父母為了避免這個現象，一定要從小就將孩子帶出家門，走入人群互動。

愛與陪伴無法取代

四、五〇年代的放養教育，是在物質條件不好的情況下，不得已而為之的現象；那時的父母在努力工作養家的安全感中養大孩子，每個人的心是安定的。

這時人性的彈性會發揮，孩子學會感受他人情緒、評估環

境、處理問題、趨吉避凶，這些生活能力的養成，是冷冰冰的AI所無法取代，因為這背後充滿了父母愛的支持、手足間的兄弟弟恭、以及全家人愛的凝聚！  
（經）





特別  
報導

# 愛如清水普降焦土 馳援美國洛杉磯世紀山火

採訪：錢美臻、門海梅、龍翔宇、朴妍信（慈濟美國總會  
文史室）、蘇法恭、駱淑麗、高銘哲（美國真善美志工）  
整理：編輯部

年年出現的加州山火，  
今年在颶風等級的焚風加上乾燥天候助勢下，  
多個火場同時延燒，火勢蔓延至大洛杉磯都會區外圍住宅區，  
一度威脅洛杉磯市中心，超過三十三萬人緊急撤離，  
一萬八千多棟建築頓成廢墟……

洛杉磯縣斷崖山火過後，優美的濱海社區成為廢墟。  
（攝影／Boris Campillo）



每

年冬季衝擊南加州地區的聖塔安娜焚風 (Santa Ana Winds)，今年元月七日起造成

大規模野火災難，颶風等級的異常強風助長火勢，根據「加州林業與消防局」資料，南加州火場達二十八處，以「斷崖山火」和「伊頓山火」最為嚴重，直到元月下旬才獲控制，共燒毀一萬八千多棟建築。大多數居民接到撤離通知時，幾乎沒有時間收拾物品逃難；等到獲准回到社區，昔日家園已成為十五公分厚的灰燼。

元月十四日，聯邦緊急事務管理署 (Federal Emergency Management Agency，簡稱 FEMA) 設立兩處災難復原中心 (Disaster Recovery Center，簡

稱 DRC)，包括政府單位、保險與法律業者及非政府組織等三、四十個機構進駐，提供一站式服務。例如出生證明、結婚證書或者是護照被燒掉了，現場申請再等個十五或二十分鐘，就能獲得免費補發。

洛杉磯縣政府發言人布倫達·杜蘭 (Brenda Duran) 說明，縣政府將縣級、州級、聯邦政府和非營利組織整合在一起，讓人們連接到所需資源；特別是非營利組織能夠在尋找住處、提供衣物等基本需求上補足所缺，幫助流離失所的人們重建生活。

災難復原中心的大廳湧入人潮，在入口處的 FEMA 站點完成受災登記後，即進入內場。慈濟設站，為申請急難救助現值卡的

民眾造冊；志工曾文莉指著電腦螢幕說明，地圖上紅點、黃點、綠點代表不同受災程度，「我們根據民眾填寫的住址，比對『洛杉磯復原網站』 (LA County Recovers) 的地圖資料，即可從消防局初步回報的建築物受災鑑定地圖中，確認建築物受損的情況，之後會由慈濟美國總會評估援助該戶的現值卡額度。」

在災難復原中心現場或透過網路申請且通過審核的受災民眾，幾天後會收到慈濟簡訊通知發放日期和地點，每一戶的援助金額，從一千到一千五百美元不等。

進入美國主流救助系統

發生在聖蓋博谷區 (San Gabriel Valley) 的伊頓山火，距離慈濟聖谷愛滿地聯絡處北方約三十分鐘車程處，元月八日起，志動員前往多個安置居民的收

容所訪視，並為災區附近斷電的家庭送水供餐。

災難復原中心開設，慈濟志工進駐，每天輪班服務受災居民超過十一小時。慈濟美國總會執行長曾慈慧說明，慈濟在美國已經超過三十五年，在地深植、長期耕耘：「慈濟加入美國主流救助系統，共享行政資源，並提供重要的民間援助力量。」

元月十八日起，慈濟在愛滿地聯絡處與西洛杉磯聯絡處舉辦多次急難救助現值卡與物資發放；至二月十六日共完成二十三場賑災發放。

慈濟多年來為「全美急難救助志工組織」(NVOAD) 的成員之一，為加速援助進度，志工團隊於元月二十七日一連六

阿爾塔迪納社區住家只剩下紅磚壁爐矗立。因各種物質焚燒與嚴重霧霾，瓦礫殘骸與土地含有毒物質待清理。

(攝影/駱淑麗)



成焦土；災後為避免偷盜，一度在警戒線外圍由美國國民警衛隊（National Guard）駐守，只允許水電瓦斯等公共事業維修組人員、警消與保險公司火場鑑定專家進入，連住戶都不准入內。

志工們發現，現實狀況比想像中嚴峻——社區中的商業區、加油站、學校全部燒光，曾經滿眼青綠的植被化作殘破枯木，空氣中瀰漫著殘留的灰燼和濃烈的

一月十四日下午，位於帕薩迪納市的災難復原中心（DRC）剛成立就湧現求助人潮。「洛縣復原網站」地圖顯示災情，紅色點是全毀、黃色點百分之二十五損毀、綠色是百分之十以下。（右／駱淑麗攝影 左／錢美臻攝影）



天，進駐由「加州急難救助志工組織」主導、於帕薩迪納市（Pasadena）凱薩醫療（Kaiser Permanente）院區開辦的「山火資源中心」（Wildfire Resource Hub），與紅十字會、救世軍、天主教慈善會、聯合勸募組織並肩服務。

山火資源中心運作首日就大排長龍，不同於政府設立的災難復原中心，慈善組織在這裏可以直接發放物資。慈濟除了現場核發現值卡，也在一樓設攤提供環保毛毯、素食餐盒，更有眼科大愛醫療巡迴車提供驗光配鏡快速取件服務。慈濟美國醫療基金會副執行長溫俊強說明：「很多人的眼鏡在火災時遺失或被火燒掉，我們就幫助他們維持工作和日常生活。」

志工同時進入重災區勘查，元月二十日來到剛開放的伊頓山火主要災區阿爾塔迪納（Altadena）社區，九成房子已

化學氣味；即使有房舍倖存，也因為整個社區公共設施全遭破壞與土壤毒化污染而無法居住。

如同一位受災戶向志工表達的：「要重新開始真的很困難，有時候我們甚至很難說清楚缺乏什麼；當人們問我們需要什麼幫助，我只能回答：我不知道……」

擁抱讓彼此感覺好一點

六十三歲的賴瑞·德穆拉（Larry Demula）騎了兩小時的腳踏車，來到慈濟愛滿地會所領取物資。六十歲的妻子在一月七日正好完成第一次手術出院，他感傷地說：「我們在睡夢中被嘈雜聲和煙霧臭味驚醒，我眼睜睜看著天花板冒出火苗，一把抱住不能動的妻子逃出來。我試著再回家搶救點物品，但我們家整個著火了，車也毀了，只能趕緊請救護車送妻子入院，我在救護車



上拍了一張我們家陷入火海的照片……」

從那天起，賴瑞便一直住在病房的陪病床上，等著妻子進行第二次手術。「我試著去收容所，但距離醫院較近的收容所已額滿，附近的租屋昂貴，甚至沒有空房，我們無處可去。」

來到慈濟聯絡處的每一戶，都有一個失去家園的傷心故事，給志工看著自己家園被大火吞噬前和之後的照片，他們也在溫暖擁抱中破涕為笑，擁有面對艱困未來的勇氣與力量。

居住在太平洋斷崖社區的麗莎·邁爾（Lisa Maier），走進會所就不停地抹眼淚，「但我在這獲得滿滿的慈悲與關懷，有志工連續擁抱我五次，這完全改變了我的一天，這真是太棒了！志工對我說：『你並不孤單，我們一直在這裏支持你。』這些素昧平生的人，在災難後展現出來的行動力，讓我非常感動！」

完成受災登記與住宅毀損審核的受災戶，接收到簡訊通知後，來到慈濟會所領取現值卡、清潔用品、食物等物資，志工不忘給予深深擁抱。（右／駱淑麗攝影 左／門海梅攝影）



喬安娜·柯蒂斯（Joanna Curtis）和母親、女兒住在酒店，準備房屋租賃的相關事宜。對於在慈濟收到的現值卡，喬安娜已有計畫：「我將為孩子們買床鋪和枕頭。自從我們的房子被燒毀以來，我一直盡可能為孩子們創造正常的生活環境。」

喬安娜的母親南希·奈爾斯（Nancy Niles）常年投身公益，「慈濟的申請流程非常簡單，容易操作，回應也很快，讓我們快速地收到了財務援助。來到這裏還有茶點招待，是一個讓人感到溫暖的地方。」

八十歲的克萊爾·雷克森（Claire Jackson）被志工的熱情真誠感動得落淚：「志工放下家庭、犧牲時間來幫助我們，我感到無比感激；真希望全世界的我都能像你們一樣，沒有矛盾和戰爭，只有善良和愛。我的餘生都會感激你們，你們是最棒的一群人，會是一群上天堂的人！」

#### 整體社區重建五年起跳

七十歲的諾曼·梅里諾（Norman Merino）和妻子所住的房子，不是保險公司認定的高風險區域，房屋保險不貴，而且距離消防局只有一個街區，但還是被山火燒毀了，「發生這事的機率應該是百分之一吧。不幸的是被我們碰上了。」

凌晨三點半收到兩個街區外的鄰居打來電話，要他們快點撤離，在三十分鐘內抓了幾件衣物就跳上車離開了；再要回頭去載一位八十歲的鄰人時，「我們把她接上卡車，像高爾夫球一樣大的火星不斷地打在車上，路邊幾輛車也燒了起來，整條街道、整個社區都在燃燒……在開車過程中，每隔幾秒就會聽到爆炸聲。第二天早上我跑回家，看到車子已經熔化了，只剩下車架。」

諾曼·梅里諾傷感地說：「我們在這裏生活了十五年以





上，對社區有著深厚的情感。我和妻子相識的餐廳，也被大火燒成灰燼。大家開玩笑地說，那只是個漢堡店，但我說，這是我們每年結婚紀念日要去的地方。」

看到慈濟提供的賑災服務，諾曼·梅里諾感到很驚訝：「我曾經去過其他機構，那裏的回應只是『對你的損失感到遺憾』，但在這裏感覺到真誠的支持，看

封鎖令解除後，慈濟志工吳如真重回住了四十四年的家園，百感交集（左圖）。儘管受災，她堅守慈濟西洛杉磯聯絡處，與志工處理各項發故事宜（右圖）。（攝影／門海梅）

到的每個人都挺身而出來幫助別人；這樣的人，現在真的是太少見了。有一位女士，我不記得她的名字，她讓我感動的是，給我那個『省下零錢』（慈濟竹筒）的建議，說可以把它帶回家存錢，再去幫助有需要的人。」

「慈濟，是我將來願意回饋的一個組織。如果日後情況好轉，這將是我捐款的地方。我認為我們比很多其他團體或政府機構更支持我們，也更慷慨。我感覺這個組織有強烈的責任感。」

元月各處山火在南加州燒毀面積約二百三十三平方公里，相當於五分之一的洛杉磯；必須先移除廢墟灰燼，再進行土壤與環境去污除毒害等程序，才能正式展開大規模社區重建工程。曾慈慧感慨地說：「這會是一條漫長路，居民們可能要花費五至七年才可能回家。」慈濟將從發放資料中，積極找尋有哪些人需要後續援助，正式進入中長期關

懷，「我們會長久久久陪伴，直到他們能夠站起來守護家園，守護社區。」

激勵彼此不是一無所有

正值華人春節期間，二十三位加拿大慈濟志工自費自假，來到洛杉磯山火資源中心支援一週，紐約和波士頓八位志工也飛來會合，每天從上午七點忙到晚上九點多。慈濟西洛杉磯聯絡處負責人吳如真幾乎全程投入，「當我們在做災戶登記時，有些人哭訴自己的房子全部都燒掉了，我安慰他，其實我也是；他們眼睛瞪得大大的看著我，問我如何做到的？為什麼有這樣的力量？」

她與先生葉忠祐住在洛杉磯西區、鄰近海灘的太平洋斷崖社區，是重災區之一；夫妻倆在一月七日清晨正常去辦公室工作，沒想到不到中午已聽到社區成為



## 2025 年 加州洛杉磯縣山火 慈濟援助

### 災情統計

(2025年2月17日統計)

- 長期乾旱與颶風等級的聖塔安那焚風吹襲，1月7日在洛杉磯同時爆發的伊頓山火、斷崖山火名列加州史上破壞力前三大，快速蔓延都會區，至1月底南加州山火達28起
- 18,295棟建築物毀損，29人死亡，逾33萬人撤離

### 慈濟動員

- 美國慈濟於1989年在南加州成立，總會位於洛杉磯，在全美有8個分會；共成立63個分支聯絡點。災難發生後，全美慈濟志工募心募愛，支援賑災
- 慈濟受邀進入政府開設的3處災難復原中心服務——UCLA西研究園區 (UCLA Research Park West)、帕薩迪納市立學院社區教育中心 (Pasadena City College Community Education Center)、阿爾塔迪納
- 慈濟為全美急難救助志工組織 (National Voluntary Organizations Active in Disaster)、加州急難救助志工組織 (California Voluntary Organizations Active in Disaster)、洛杉磯地區急難救助聯合組織 (Emergency Network Los Angeles) 主要成員之一，受邀進入山火資源中心服務
- 1月18日~2月16日在慈濟聖谷愛滿地聯絡處、慈濟西洛杉磯聯絡處展開發放  
 發放場次 | 23 場    受益戶數 | 3,832 戶    受益人數 | 14,001 人    動員志工 | 1,157 人次  
 發放物資 | 現值卡、環保毛毯、清潔桶、衣物、食物包、防護物資

一戶人家的石雕佛像挺過火劫，在灰燼中彷彿為眾生祈禱。

(攝影/門海梅)



管制區，連屋主都回不去。稍晚，她收到匆忙撤離的鄰居用手機錄下的社區大火影片，其中包括她的家已陷入火海。

大火後十八天，她終於返家，站在廢墟中，再也無法壓抑悲傷，哽咽地說：「這是我住了四十四年的家……先前看過災後的照片，也聽過人們說起房子的狀況，但看到之後真的非常感慨。」

「現在唯一還站著的是我的佛像。這是朋友送給我的禮物；我放在庭院中，保護家人。」小佛像沾滿灰燼，仍不改慈祥面貌；說到這裏，她終於露出笑顏。

七十五歲的吳如真，成為慈濟志工快三十年，「訪視時，我常常遇到很多遭遇無常的案主，我們就學習他用什麼心態來面對。這次我遇到這樣的無常，我覺得應該借力使力，用現在的心情來幫助受災戶，因為我也深受

那樣的苦，能同理他們。我不只能膚慰他們，同時也釋放了自己一些苦痛。」

她鼓舞受災戶：「很多時候我們遇到無常，會抱怨為什麼是我？現在我可以說，我們大家都是一樣的。正因為在同一條船上，我們應該一起站起來奮鬥，為我們的社區貢獻力量。」

因為慈濟人快速賑災、提供受災戶有感的援助，多個企業、在南加州耕耘多年的亞裔非政府組織捐款給慈濟；全美慈濟志工也動員投入，甚至在攝氏零度低溫下走上街頭勸募重建費用。實際的行動確實發生鼓舞作用，如同六十六歲的大衛·歐文斯 (David Owens) 對志工所說：「房子和車子都沒有了，但不代表生活就結束了，這意味著我們要忙起來，要盡己所能重建美好的生活，成為其他人的榜樣，這樣可以激勵所有人都團結起來。」

# 他們真的需要幫忙

幾千人來到山火資源中心排隊，今天排不到，明天再來；有人原本在災區工作，如今失業，還有的是租客，什麼都沒了，如果不是非常需要，誰願意被人救濟！

月底去帕薩迪納市凱薩醫療院區支援「山火資源中心」，為受災戶核發慈濟的急難救助現值卡。這個地點離伊頓山火災區不遠，一大早街道邊已可看到繞著建築物排隊的人潮。據聞每日有幾千人來這裏尋求援助，主辦方必須嚴格管控。最初幾天，有人早上六點多開始排隊，排了六到十二小時不等；還有的人前一天排不到，第二天繼續來排。還好主辦方有準備椅子，參加的各組織團體也有提供食物讓民眾取用。

災可能不需要協助，也不願意花這麼多時間和精力來排隊。有些人因為火災，失去了工作；還有的是租客，什麼都沒了；有人生病無收入，有人罹癌正是在治療期，有人原本打算退休在此終老，有人三代都住在這座老城。原本有安身安心的「家」，現在卻是四處漂泊；沒有廚房，不能買菜和煮飯，更無法負擔全家都外食的消費。他們不算貧窮，但也不是可以輕鬆重建家園的人。雖然被災難重創，還是繼續為家人努力尋找希望。

我遇到一位上了年紀、非常虛弱的亞美尼亞婦女。她從上午六點多排隊，而我見到她已經是下午三點多。她和先生兩人已退休，先生身體不好，需要照顧；他們房屋貸款已付清，每月靠著退休金，過得還可以，但因為想節省開支，所以沒有買房屋保險。災後這幾週，找到了臨時居住的地方，但是接下來每個月就會多出幾千元房租開銷。以他們這樣的情況，將會加速用掉退休金，不知能否撐到最後。

這幾年接觸了許多照顧戶，他們的生活反應著當地平均生活水平。大部分有足夠家用的薪水，只是生活在南加州很難有餘錢儲蓄，一旦發生事情，就無法應對。如果沒有這場山火，他們可以照常生活，不會願意被人救濟，更不會排隊那麼久，只為了領取也許一週、兩週份量的生活物資。有多少人領到了慈濟發的現值卡和毛毯，而感動落淚，因



山火資源中心外，求助者龍看不見盡頭，許多人前一夜就排隊等待。（攝影／吳國榮）

為那是他們現在最需要的！

慈濟每天到場的四、五十位志工，有人是自己花錢買機票，跟公司拿假，放棄與家人過農曆新年，從北加、紐約、加拿大溫哥華、多倫多過來幫忙。大家心懷大愛，放下小愛，心心念念在苦難中的人，不僅送上有形的物資，更給予一分無形的安心；所以受災居民才會在志工面前卸下心防，釋放情緒。

夜幕低垂，我收拾電腦，準備塞車回家。戶外氣溫很低，卻驚見有受災居民為了明天開始排隊了。貼心的慈濟志工見狀，一一為他們披上環保毛毯保暖。我們力行上人的教導，真心想為眾生拔苦；眼中所看到的不只是災難，而是災難中的人，送出的不只是毛毯，而是一分守護。

# 人間火宅啟示錄

撰文·王惠平（洛杉磯慈濟志工）

山火在洛杉磯是尋常的現象，但來美三十多年，沒有遇過這麼強的風，再加上超過兩百五十天沒有下雨了，一場大天災終於發生……從我家後院看出去，一個新的火場又出現了，而且離家更近了。各區的撤離通知不斷在手機螢幕浮現，看著外面的狂風想著，要撤離到哪兒呢？沒有一個地方是安全的，真的感受到人類的渺小。

## 現

在只要聽到氣象報告有焚風警報，心裏就特別緊張，因為這幾年來，風起就會有火起，只是不知道發生在哪裏、和自己相距遠還是近而已。這種無常好像已成平常，但是元月七日的大風，卻讓我感到更多恐懼，來美三十多年了，還沒有遇過這麼強的風，風速是兩到三級颶風的規模；再加上超過兩百五十天沒有下雨了，草木乾枯。我直覺到，一場大天災即將發生……

上班時就聽聞火災訊息，下

班回到家，才打開爐子準備晚餐，突然間停電了，還好早在各角落準備緊急照明，斷電時自動亮起，不至於摸黑。只是沒電，無法烹調，打開櫥櫃找了速食罐頭充當晚餐，也開始準備急救包。

兩週前，我們志工組才一起做了一次線上課程，邀請大家盤點家中的緊急避難包，更新過期的物品，所以這個包包還在客廳角落。從後院看出去，一個新的火場又出現了，而且離家更近

了。各區的撤離通知不斷在手機螢幕浮現，但是看著外面的狂風想著，要撤離到哪兒去呢？好像沒有一個地方是安全的。

風很大，心很亂，時不時地探頭看著山上的大火，祈禱著風能停下來。因為這樣的風勢，連出門都困難，更何況是救火，消防直升機無法安全升空灑水和投放阻燃劑，只能任由大火無情地燒，真的感受到人類的渺小。

那一晚無法入眠，電話聲、群組聲、智能攝像門鈴系統交錯

響起；有幾位師姊的家在山邊，隨時可能有狀況發生。半夜三點，撤離警報大響，大家在網路上相互詢問：真的需要離家嗎？

### 當灰燼飄落大地

不安的氣氛，清醒的深夜，我的記憶回到了二〇〇三年南加州大火，以及二〇〇七年的聖地牙哥大火。南加州那場山林大火，燒毀了兩千戶民房，也是我生平第一次看到這麼恐怖的景象——天空瀰漫著煙灰，車子上鋪了一層薄薄的灰燼；雖然大火離家裏有好一段距離，但也可以感受到林火的威力。

那時，慈濟在美國還是個知名度非常小的團體，聖地牙哥聯絡處志工人數也少，即使我們表

受災居民的手機記錄著逃離火場的驚險，大風中，煙塵火光鋪天蓋地追來。

（攝影／駱淑麗）





達想要協助，也到處碰壁，沒有臨時收容中心願意讓我們入內幫忙。所以我們在路邊擺上桌子，開始收件，洛杉磯以及全美志工也不斷來支援；我們分為一組組，跟著前來申請救助的受災戶，實地到他們家去勘災。還記得有一次，輪胎陷在被大火燒焦的鬆軟灰土中，好不容易才開出來。

那時候網路不方便，也不像在現在隨時可以查詢到每一戶受損狀況，所以當年的勘災工作是非常辛苦的。晚上回到會所，彙整名單，列印成冊，翌日讓志工做為發放的憑據。也因此晚上在會所把拜墊展開鋪在地上休息，是當時的常態了，有時候人多，還睡到辦公室外的廊道。

一月下旬氣候寒冷，山火資源中心一樓慈濟帳棚區，志工為民眾披上毛毯，更暖的是真心傾聽與祝福。（攝影／吳國榮）

二〇〇七年的大火，政府開始有系統地統籌災後協助行動，設立一站式的服務中心，讓受災戶能夠在這裏申請所需要的文件和辦理保險理賠事務；但是房屋受損的資料彙整系統，還沒有完整建立。

或許這麼多年來大火不斷發生，累積了經驗，今年火災後，政府單位很快在網站上明確標示每個房屋的受災程度；只要把住址輸進去，立刻能夠確認。而且在二十年後，慈濟也已經是所有重大天災後，被官方所承認的重要非營利組織。

美國慈濟急難救助登錄，也脫離了案主口述、志工手寫記錄的方式，更完整、有系統地建立資料，然後由後臺志工協助精準判別。雖然慈濟的急難救助模式，得到了各方的認可，但是就如我家漢魁師兄說過的，這背後含藏著多少受災家庭在遭遇不幸後換來的代價。現在我愈來愈能

夠理解他的感觸，也讓我想起曾經聽到的故事，有志工發願要參加國際賑災，但是上人告訴他，我們要發願平常就把該做的事情做好，讓人心淨化、社會祥和，天下就會平安，無災無難。

當電影劇情成真

因為工作的關係，我只能利用假日到山火資源中心協助受災戶登記。當詢問他們何時收到撤离通知的，八成以上的人都說，只有十五到二十分鐘準備，就要離家。

二月二日，我參加了現值卡發放，聽到更多悲傷的故事；有些是努力工作了一輩子，終於攢了一些錢買房的退休老人家；還有的房客失去了租屋，一家五口住在朋友家的車庫中；有剛從臺灣移民而來的退休人士，買了房子住在女兒家附近，想著幫忙照顧孫子，結果兩間房全燒了，還

好朋友暫時收留。把環保毛毯遞給每一戶的同時，我告訴他們，這筆現值卡的錢會用完，但我們希望這條毛毯的溫暖與愛，可以不斷地陪伴在你們身旁。

「伊頓山火」、「斷崖山火」，雖然不是加州歷史上的第一大火，也排名前三。更可怕的是火勢同時燃起，而且火場緊鄰人口密集的大城市，包括充滿歷史古蹟的景點、著名的好萊塢大道、富人聚居的區域，災難一來，就像電影劇情中，為了逃難棄車而逃的狼狽場面。

每一個受災的故事都是滿懷辛酸，每一段要復原的路都是如此漫長，這些也都是人生無常的警惕。想著上人不時提醒我們，地球在告急了，這是地球在警告我們。慈濟盡全力去幫助受災戶，我想更重要的是把地球媽媽發出的求救訊息，讓更多人知道，而且做出改變。現在，立刻，馬上！

◎

《以愛織夢 靜思閱讀書軒的美與善》推薦序

# 看見人間有愛， 無處不在

這幾年，青兒去過的偏鄉學校之多與經歷過的崎嶇山路之長，在臺灣應該無人能及。在全臺各地的偏鄉學校中，靜思閱讀書軒裏，充滿許多動人的故事；閱讀書軒外，更是無數善心人士的愛心事蹟。她將這些點點滴滴編寫成書，也寫下世間的慈悲與善良！



**認**識青兒十幾年了，她給我的感覺是她的善良與慈悲，是你無法觸及的。

這些年每次經過臺北，我們都會小聚。記得幾年前我去臺北東區的靜思書軒看她，她向我提及，正進行在臺灣偏鄉學校設立

靜思閱讀書軒的計畫，剛開始非常困難，因為很多學校擔心有宗教色彩而婉拒。她費了很大的心力向學校解釋，設立閱讀書軒是希望偏鄉學生能經由更多的閱讀，種下真善美的人文思想，啟發生命能量與追求理想人生的正

向希望。

可能也是因為她的真誠與善良，感動上蒼，讓她遇見了一位願意承擔責任的校長，就這樣，第一間閱讀書軒設立了。青兒希望為偏鄉學校設立一百個閱讀空間，需要徵求社會有愛心的

人士來認養。當時我覺得這是個無法想像的巨大工程與理想——這一百間閱讀書軒的龐大經費，以及將來每年都要贈送新書的浩大工程，需要多少善心人士與時間？臺灣有這麼多偏鄉學校嗎？

沒想到青兒與她的團隊都一一克服了！在成立第一百間時，青兒告訴我，現在有些學校會主動找她，希望能為自己服務的學校籌建一間靜思閱讀書軒；海內外的善心人士也主動聯繫

她，希望為他們的家鄉、他們長大的地方，認養一間、兩間甚至三間。

青兒以她的善良與慈悲，說服了所有的困難與懷疑的人。在突破一次次難關後，青兒與她的團隊並沒有停下來，而是繼續努力地奔走。今年我們再見面時，她告訴我，靜思閱讀書軒已經超過三百間。

過去這幾年，青兒去過的偏鄉學校之多與經歷過的崎嶇山路

之長，在臺灣應該無人能及。在全臺灣各地的偏鄉學校中，靜思閱讀書軒裏，充滿了許許多多的溫馨動人故事；閱讀書軒外，也充滿了無數善心人士的愛心事蹟。

青兒將這些點點滴滴編寫成書，寫下世間的慈悲與善良，寫下世間許多溫馨動人與愛的故事。閱讀青兒的新書，讓我們心中充滿了愛；因為慈悲與善良，讓我們看見人間有愛，無處不在！

◎

## 以愛織夢 靜思閱讀書軒的美與善

- 作者：蔡青兒
- 出版：靜思人文、發光體文化
- 定價：420元

歡迎至全臺靜思書軒門市及各大網路書店線上訂購

二〇二一年，靜思書軒營運長蔡青兒出版了第一本書：《閱讀，讓希望綻放：靜思閱讀書軒足跡》，靜思閱讀書軒從那時的一百五十間，成長到今年已經超過三百間；這裏不只是閱讀的空間，更是播種希望的田園，讓智慧的種子在愛中茁壯。每一座書軒的誕生，背後都有感人的故事，從偏鄉的孩子到城市的校園，串連成一張愛的地圖。



靜思閱讀書軒



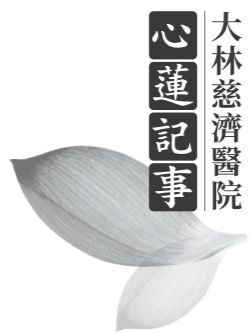
蔡青兒Facebook

大林慈濟醫院二〇〇〇年八月啟業，十一月即啟用心蓮病房，結合醫護人員、社工師、臨床心理師、宗教師及志工等，照顧病人身心靈，陪伴病人與家屬走過生命幽谷。

撰文·周傳斌（慈濟月刊撰述）  
攝影·黃筱哲（慈濟月刊攝影）

## 陽光照得到的地方。

每張病床以隔簾相鄰，  
在外的人不會知道病人和家屬的狀況；  
悲傷亦或疲憊，哭泣亦或休息，都在簾子之內。  
直到窗外陽光照入，  
幽暗狹窄的甬道也有了一絲光亮。



## 我們回家

二〇二四年最後一日，我和攝影記者筱哲拜訪心蓮病房，來到一間病室，左側有兩個床位，靠窗的床位躺著一位中年男士，還有兩位女性在照顧他；其中一位是與男士年齡相仿的女士，另一位則是年輕的印尼看護。她們正準備中午前出院。

綁了馬尾的女士，動作俐落，神情專注，與護理人員聊起照顧，頭頭是道；我一度以為她是專業看護，後來才知道她與男士是夫妻。

三年前，男士檢查出腦瘤，女士陪著他接受一個又一個手術及化療；求醫之路，從南部、北部再到東部，她決定暫時放下工作及母親的身分，全身心陪伴丈夫的治療。縱使嘗試了不同的治療方法，病情還是持續惡化，在醫師建議下，他們回到南部，入住大林慈院的心蓮病房，讓男士接受安寧緩和醫療。

男士的頭上有不少刀疤，這是他三年來努力接受手術治療的證明。女士和我們談起這兩年的反覆周折，雙眼溼潤，一度停頓說不下去。當下我不知道該如何回應，但我感受到，她照顧丈夫時溫柔的語氣與舉止，充滿溫度的膚觸，還有她描繪記憶中的丈夫，都透露著男士那不為我們所知的一面，是極其珍貴的一面。

男士過去是一名司機，早上開校車，下午開計程車，不菸不酒，工作再忙都會把握時間陪伴孩子，是女士眼中的好丈夫、好爸爸。生病這兩年來，女士擔起照顧者角色，在面對丈夫因病痛產生劇烈變化的身心情況，不斷穩定自身情緒；這分堅毅背後的辛酸與







愛，讓我感到難過及欽佩。

如今他們四處求醫的日子算是告一段落了，丈夫的醫療重心轉向了安心休養、緩和病痛的心蓮病房。女士跟我們分享，病房護理師親切、有同理心，讓她即使在醫院也有「家」的感覺，很安心。

在二〇二四年的最後一天，男士的病況已經趨向穩定，女士接受醫師的建議，出院回到北港的家，在熟悉的地方休養。畢竟對每一位患者和家屬來說，「回家」是他們最真切的期盼與希望。



## 跨年夜

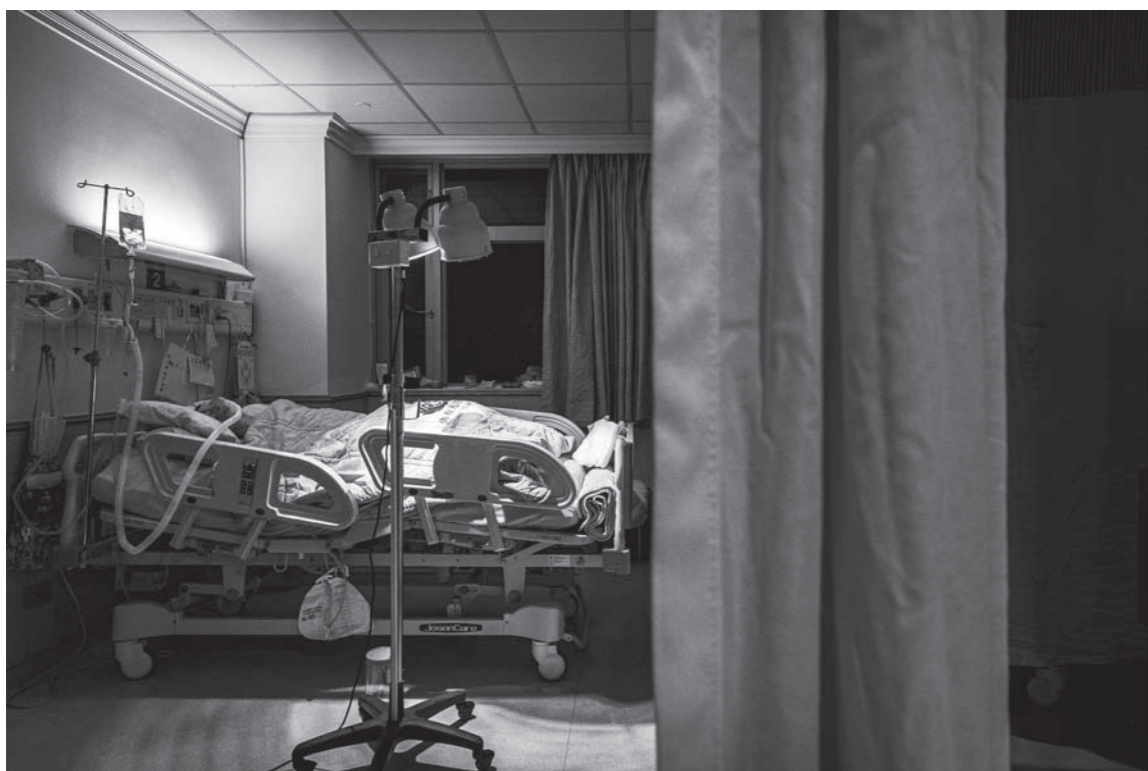
對不少人來說，跨年是特別歡慶的時刻；筱哲好奇，在心蓮病房又是如何的氛圍。心蓮病房主任孔睦寰醫師知道我們的計畫，下班特地煮了紅豆湯圓給我們這兩位「客人」，當然也為值夜班的護理人員準備好足夠的分量。聽聞，他常自己做點心，與醫護同事分享。

小夜班護理人員從下午四點值班到凌晨十二點，二〇二四年十二月三十一日晚間八點，看到我們來訪，邀約於會議室短暫共聚，也留下一張合影。品嚐湯圓時，我看到白板上註記著，某床家屬送來哪些食物，叮嚀要記得吃完，有種溫馨的家常感，像是家裏冰箱門上，父母手寫的提醒貼紙。

談起病房裏的美食，何思瑩護理師提到她們曾經幫一位病人煮一頓火鍋，火鍋裏都是他喜歡的食材；在能力所及範圍，促成病人的願望，這話題雖感性，但對醫護人員來說卻非常日常。

夜愈來愈深了。孔醫師及白班的何雅育護理師各自下班回家，病房只剩下兩名護理人員；





小夜班和大夜班的配置基本如此。

晚間十一點，我跟隨思瑩護理師去巡房。病房的燈已經關上了，病人、看護、家屬，似乎都睡著了。思瑩護理師輕巧地檢查儀器是否正常運作，一旁陪病的人披上毛毯，蜷縮在沙發上休息。這一幕讓我想起孔醫師說過，病房布置得再怎麼溫馨，始終是病房。

思瑩護理師跟我提到，都是照顧重症，心蓮病房與加護病房不同，在心蓮需要更體貼病人的身心需求，還有家屬的情緒。我憶起今早準備帶丈夫出院的女士，跟何雅育護理師確認藥物的用法；雅育護理師耐心向她解釋，看得出她眼神有些困惑，便告訴她如果還有不懂，隨時都可以打電話來病房詢問；她這才安心，回病房繼續收拾。

兩位值大夜班的護理師到了，與小夜班的同事進行工作交接。接近十二點，她們聚到了心蓮病房走廊的盡頭，從那裏的窗戶望出去，就是劍湖山世界主題樂園的方向，會有跨年的煙火。

隔著鐵窗，遠方的煙火看起來很小，不過施放時間很長，朵朵小煙火的變化也是挺美的。護理師們並肩看了約五分鐘，就先返回工作檯了。回想思瑩護理師告訴過我，要關照病人可能還有想要做的事情，「不然就會是過一日算一日。」為避免日復一日的的生活，還是要花心思去過好當下；純粹而真誠，日子才會變得有意義。

此日之前，我閱讀不少臨終關懷的紀錄，不乏描繪著懊悔、釋懷、和解等動人情節；在我短暫停留的這幾天，我感受更多的是平靜和溫情。離開之前，我比較能理解那位女士所說的，心蓮有所謂「家」的感覺，那裏提供了某種安全感，在繁忙急迫的醫療現場中，是一個病人及家屬的心能安定下來的地方。

◎



【慈濟行動X聯合國永續發展目標】系列報導

撰文·葉子豪（慈濟月刊撰述）

# 實踐公益 青年創業家崛起

七年多來，慈濟獎助七十多組青年創業團隊，以非營利組織或社會企業型態推動公益，不只為世界創造更多福祉與希望，也成就自利利他的不凡人生。

近年來環境污染、氣候變遷、社會生態改變等種種衝擊，促使有志青年開始思考，如何運用現代科技、永續思維去解決問題？特別是二〇一六年，聯合國宣布推動十七項永續發展目標後，青年創業家們就有了更明確的奮鬥方向與目標。

社會企業或非營利組織經營得更好，發揮更大的影響力。

這個計畫，是慈濟「TCZ大視野想向未來——青年創新推動計畫」的兩大項目之一。另一個重要項目為「慈悲科技創新競賽」，獎勵高中職到大專研究所師生發揮創意，為慈善與醫療研發「神器」。

促進「TCZ大」計畫的慈濟基金會董事，國立臺灣大學社工系名譽教授馮燕燕說從頭，二〇一六年她卸任公職加入慈濟後，

慈濟意識到青年創新、創業的重要性，二〇一七年開展「青年公益實踐計畫」公益提案競賽；選拔具有創新前瞻性的團隊，提供獎助資源，幫助青年創業家把

「社會企業，簡單的說就是用創新的企業手法來解決社會問題。對年輕人來說是一個利他主義的號召，因為多半是為解決或者預防某一種社會問題而生的商業模式，所以它可以賺錢，可以養活自己，但是做的是好事。」

向證嚴上人提議，慈濟可把資源分享給更多有想法、有創意的外部年輕人，「他們可能不是規格裏面的人，但是他們可以創造格局。這樣的年輕人到底要什麼？他們要的是機會。」

「社會企業，簡單的說就是用創新的企業手法來解決社會問題。對年輕人來說是一個利他主義的號召，因為多半是為解決或者預防某一種社會問題而生的商業模式，所以它可以賺錢，可以養活自己，但是做的是好事。」

青年公益實踐計畫是慈濟基金會與外部組織合作的大型創新計畫。二〇一七年開辦後，至第七屆已經實質獎助了七十七組公益創新團隊。慈濟基金會執行長顏博文粗估，平均每年有兩百多個團隊報名，角逐十個左右的獎助名額。

不像大多數競賽，打完比賽領到獎金就結束，青年公益實踐計畫的重頭戲，是從上臺領獎之後才開始。擔任聯絡人的慈濟基金會同仁田智賢進一步說明：「慈濟的角色比較像是『公益孵化器』。這計畫主要是陪伴有心投入公益，或者想要創造社會影響力的青年們，走更長遠的路。」

青年公益實踐計畫第七屆於二〇二四年十二月舉辦成果發表，催生該計畫的慈濟基金會董事馮燕教授（左二）與各團隊互動，勉勵青年創業家們發揮創意。（攝影／吳孟恩）





各團隊、業師及顏博文執行長（前排左四）參加成果發表會，互勉在社會發揮影響力。

（攝影／吳孟恩）

創業不難，經營不易

以二〇二四年第八屆的十一組獲選團隊為例，歷經海選在十二月上旬脫穎而出，緊接著從二〇二五年元月起，參加為期一年的培力課程，並將於六月進期中分享，十二月發表成果。

「入選的團隊，大概一個月要參加一次工作坊，如商業模式、品牌行銷、專案管理等，講師會用一整天到八個小時，帶著大家一起完成。除了專業培力課程，另有八到十次相關領域的業師輔導。」田智賢補充道。

第一次的課程，在春節假期前一週舉行。週六上午，夥伴們先到位於臺北市重慶南路的「臺北NPO聚落」相見歡，接著分組造訪「逆風劇團」、「Story Wear永續百貨」以及「小紅厝月經博物館」，這三個單位都是先前獲得獎助的校友團隊。

「最近詐騙很嚴重，去年

十二月我們就讓以前當過車手的孩子，貢獻詐騙集團的經驗，會同曾經被詐騙的長者，演出了青銀之間的反詐劇。」逆風劇團團長成瑋盛娓娓道出自己與合作夥伴如何透過戲劇與陪伴，將中輟、高關懷少年引回正軌。

為避免青少年無照駕駛，逆風劇團還想辦法把考駕照、做公益塑造成很「酷」的事情，成立「逆風聯隊」，必須考到駕照才能正式入隊。這支摩托車隊每次出行，不是帶上清潔工具騎到海邊淨灘，就是載著鍋碗瓢盆為偏遠地區阿公阿嬤辦桌，「就是讓他們用喜歡的方式做公益。」

學員們聽過來人的經驗分享，也學經營管理基本功。在週日新店靜思堂的課程中，任職顧問公司首席顧問的陳秀涵，帶領學員們重新省思，自己創業的願景、使命為何？

「社會企業跟非營利組織最大的交集，都在產生社會影響

力，只是它運用的資源來源不同，一個叫做營業額，一個叫做贊助，但它所需要的資金動能、團隊動能，以及面對的『痛點』、需求其實是一樣的。」陳秀涵解說道。

兼顧經濟，永續環境

青年公益實踐計畫陪伴的團隊，目前已有七十七個完成一年的培力課程，當中六成是以社會企業型態運作；經營的範圍涵蓋環境保護、循環經濟、慈善創新、社區營造等，在在呼應聯合國SDGs的十七項目標，與環境、社會與經濟三大面向結合。

七年多以來，隸屬國際性社會創新網絡的「Impact Hub Taipei」團隊與慈濟合作，陪伴獲選團隊為期一年的成長旅程。在導入年輕人的活力與新意、打造公益孵化培育平臺的過程中，有激盪、也有磨合。

「七、八年前『我的老天鵝啊！』很紅，我就拿這個當文案，但送到慈濟就被打回很多遍。」Impact Hub Taipei共同創辦人張士庭分享初期和慈濟「磨合」的趣事，引起學員們哄堂大笑。但是承擔「總導師」的他，也很嚴肅地提醒，獎助來之不易，一定要珍惜：「以往大家都覺得，慈濟的捐款不是都來自大企業嗎？可是你看到統計，百分之九十以上的善款來自一千元以下的個人捐款，大家的獎金是來自不同的捐款人一點一滴的累積！」

回到計畫初衷，馮燕說明：「青年是既定的，公益是目標，重點不是要讓年輕人圓夢，而是實踐。」慈濟基金會執行長顏博文誠摯邀請青年們：「一個人可以走很快，但有我們一起，可以陪你走很久！加入社會創新的行列雖然很辛苦，但在這條路上，我們會陪伴你站穩腳步。」

## Fun 大視野想向未來 - 青年公益實踐計畫

臺灣第一個公益孵化器 (第9屆活動辦法將於九月公告)

- 主辦單位 | 慈濟慈善事業基金會 公益孵化單位 | Impact Hub Taipei
- 獎助名額 | 每年選拔臺灣團隊8到10組，亞太地區團隊1到3組，校友團隊1到2組
- 獎助內容 | 提供團隊公益行動獎助金及孵化培力課程、專屬業師
- 公益提案類別 |

【臺灣隊伍】慈善創新、醫療照護、教育創新、環境保護、青銀共創、循環經濟、糧食供應、災害防救創新、地方創生/社區營造【亞太地區隊伍】醫療照護、教育創新、環境保護  
已完成一年培力課程團隊數：累計77組。



更多資訊請見官網



# 培訓銀髮說書人 站上新舞臺

撰文・葉子豪（慈濟月刊撰述）  
相片提供・搖滾爺奶

## 第一屆團隊

搖滾爺奶

· 2017年創立，培訓長者為說故事高手的社會企業  
· 全臺逾600位熟齡者加入，媒合說書活動超過1200場次

一〇一六年，一則新聞報導全臺自殺人口中，有百分之二十五點九是六十五歲以上長者，

讓林宗憲意識到銀髮族群的心理健康問題嚴重；而自己鑽研多年的繪本閱讀、說故事培訓，正好可以補上這一塊缺口，於是在二〇一七年創辦「搖滾爺奶」，培訓五十歲以上的長者，藉由共讀繪本、上場說故事，活出不一樣的銀髮人生。

說故事學員鍾老師回想「搖滾爺奶」剛創立時，培訓學員們每出去講一次故事，就能拿到

三百元紅包。雖然無法完全抵銷培訓學費，對老人家來說，卻是很大的鼓勵。

林宗憲說明：「這紅包是有意涵的，我要讓他們知道，你是很專業的，不能隨便講，也不是不勞而獲，而是因為奉獻專業，所以你是值得的。」

林宗憲對「爺奶」的要求嚴格，不因為年齡就降低標準，而且他不走其他公益團體以免付費吸引長輩們參與的做法，上課要收費，努力媒合學員到不同場域說故事展現自我。及至去年，

林宗憲把所有的獎勵方案都取消了，每月在北中南開正念繪本課程，教不同的故事，上課的人依舊絡繹不絕。因為很多人在課程中學到新技能，交到新朋友，也打開心房。

已成為網紅的學員「樓下婆婆」表示，以前說故事只知照書念，但經過林宗憲等高手教導後，現在「功力大增」，可以對大人、年長者說故事了。而藉由閱讀繪本，咀嚼故事內容，不僅精進了說故事的技巧，也療癒了心靈。

從生疏到能熟練上場說故事，熟齡說書人用繪本作媒介，在不同場域、與各年齡層交流。



年逾七十的「樓下婆婆」悠然說道：「好幾個同學的先生走了，透過繪本這樣子的互動慢慢走出來；我也是因此跟自己的內心對話，才走出媽媽離開的悲傷。」

「以前我從事幼教工作，就給班上小朋友講故事。參加搖滾爺奶後，開啟了另一扇大門，原來說故事可以這麼多元，可以用演的、用說的、用唱的，用不同的方式來表現。」

「搖滾爺奶」七年多的實驗與實踐，證明了林宗憲及合作夥伴創立的商業模式是可行的，叔伯阿姨、爺爺奶奶經過扎實的培訓後，不只可以為小小孩講故事，還能展開繪本對大學生、社會人士「說書」。而他們融合人生經驗的表達、表演能力也受到外界肯定，去年就有金融保險業者，邀約學員進入社區宣導反詐騙常識。

回顧難行能行的新創歷程，

提案在第一屆「青年公益實踐計畫」競賽獲得獎助後，林宗憲把上百萬獎金拿來租場地、獎勵說故事的長者們。這筆資助讓他在創業之初就可以用包紅包回饋方式，測試長者的接受度，省去很多做市場調查的時間和精力。林宗憲直言，如果沒有慈濟的資源挹注，就要多花一兩年的時間，才有辦法做到目前的成果。

而今，「搖滾爺奶」在社會企業領域站穩腳跟，已培養出超過六百位中高齡的說故事高手，在園遊會、百貨公司、咖啡廳、長照據點、安養院等場所說故事，服務對象從零歲到九十九歲都有，確實落實了讓長者「老有所用」，活出生命價值的理想。

「青年公益實踐計畫」的幫助，能減少青年創業家的探索期。慈濟透過這項計畫資助青年創業家，支援ESG、SDGs、社會企業。我覺得是一個很棒的策略！」林宗憲讚歎道。



# 種出綠吸管 減塑的生機與商機

第五屆團隊

玩艸植造

· 2020年創立，推動友善耕作、生產、販售草本吸管  
 · 全球銷售達5000萬支吸管，每根碳排放量約負零點六克

「目前全球一年會用兩兆支以上的吸管，換算成對應的塑膠總量，多達一百六十多萬公噸。所以我們就提出一個方案，直接拿植物做吸管，用完當一般垃圾或丟廚餘桶都可以，就算燒掉也不會衍生有害物質。」

獲第五屆慈濟青年公益實踐計畫獎助的「玩艸植造」公司負責人陳柏燊，早在環保署公告限用塑膠吸管之前，就在越南找到天然替代品「蒲草」，目前除了在越南種植、加工，行銷國際，也復育本土的蒲草田，為將來量

產「臺灣製」蒲草吸管做準備。塑膠吸管、紙吸管均會產生碳排放量，相形之下，每根蒲草吸管的碳排放量約「負」零點六克，更符合「氣候行動」的要求。

「那時候，我根本不是新創圈的人，就是個餐廳老闆，擁有五、六家餐廳和咖啡廳。因為看到新聞報導，在越南有人用蒲草做吸管，就找了懂水生植物的夥伴，拿著報導到當地找。」

陳柏燊二〇一八年到越南考察，原本以為蒲草吸管很普遍，沒想到走訪超過兩百家餐飲店後

比。

要普及於市場，生產模式勢必得機械化，陳柏燊在越南成立加工廠，並擴大種植面積；二〇二〇年，更與志同道合的夥伴成立「玩艸植造」，開啟了兼營一般餐飲與社會企業的「斜槓人生」。

在玩艸團隊的研發下，目前蒲草吸管的成本，已經降到每支零點六元。由於種植蒲草「不能」使用農藥，水田裏充滿了螺貝蟲魚，吸引鳥類、哺乳動物前來捕食，形成完整而豐富的生態系。蒲草較高的經濟價值也有助於農村經濟。

隨著全球永續意識興起，商機也隨之擴大，目前蒲草吸管已獲臺灣高鐵、香港連鎖咖啡店購買使用，穩定回購的店家超過八百家。

玩艸植造經營團隊儘管年輕有活力，但相對地也缺乏經驗，不論在資金、教育訓練方面，都需要加強。陳柏燊不諱言，當初

會報名參加二〇二一年度慈濟的青年公益實踐計畫競賽，就是希望為公司的營運取得資金。

「那時我們才剛開始在臺灣

蒲草莖口徑在零點六到零點八公分之間，簡單加工乾燥後即為天然吸管，降低環境的負擔，也讓玩艸植造成為環保新創社會企業。

才發現一家使用者，最後在湄公河畔找到蒲草田及加工作坊，製作方法極其簡單，農村婦女把收割後的蒲草剪成客戶要求的長度，然後拿簡單工具通一通、洗一洗就可以打包送貨了。

「我想買回臺灣用，就請他們曬乾後出貨，發現這東西真的可用。」陳柏燊試用後發現，蒲草吸管耐浸泡，在土地、水中能自然分解，避免塑膠吸管的危害。但當時一支四元的報價，不僅遠高於一支一元的紙吸管，和十支一元的塑膠吸管更是沒得

推廣，也沒有知名度，我想慈濟應該會比較容易接受我們的論述。」抱著有嘗試就有希望的心態，陳柏燊報名參賽，結果收穫比預期的還多，不僅幫公司贏得獎助金，更重要的是獲得高人指點以及資源的連結。

「業師在業務推廣、行銷定調上給了我們一些方向，指導我們應該先從哪些路徑著手。」對於青年公益實踐計畫資金及師資的支援，陳柏燊表示相當有幫助。他也認為計畫團隊在撥發獎助金前，要求獲獎團隊寫計畫說明如何運用資金以及後續的報告、發票核銷，對青創者來說，是很好的訓練。

「但所有獎助都只是讓你在發展的路途上稍微輕鬆一點，可以暫時不要為了資金煩惱。」身為創業過來人陳柏燊提醒後進：「最終還是得自己想辦法，找出一個正確的商业路徑。如何做起來，還是要靠不斷的努力！」



# 在新創賽道上領跑

□述・張士庭（Impact Hub Taipei共同創辦人）  
採訪整理・葉子豪（慈濟月刊撰述）

七年多來，擔任青年公益實踐計畫總導師的張士庭陪伴一屆又一屆獲選團隊，笑稱終身保固，一年課程結束後持續關心，期待青年創業家們能經營得更穩，發揮影響力，讓社會更好。

我是「七年級生」，跟「八年級」已經是蠻大的分水嶺了，當然跟「九年級」的差異又更大。但不管是我們的世代或所謂Z世代，都會關注科技、ESG、永續議題；比如是不是負責任的消費？在生產端能夠有什麼樣比較友善環境的生產行為？能不能使用比較乾淨的能源等。

年輕世代也注意到社會上有些弱勢的人，可以用什麼方式、什麼樣的行動來協助？人、環境、科技這三者，會是青年新創比較聚焦的面向。

如今在臺灣已有多項新創獎助計畫，但大部分僅止於提供獎金，後端的服務、支持並沒有到位。而慈濟的青年公益實踐計畫不只提供獎金，也幫助每個團隊走得更穩。

現在計畫已經邁入第八屆，我們是很深度、很長期的陪伴，這對於新創的非營利組織、社會企業是非常重要的。因為很多年輕人創業投身公益，不是等到有經驗了才來做，所以他們在管理、專案推動、資源利用、對外溝通行銷等各方面相對比較弱。

在陪伴過程中，會盤點團隊到底需要什麼？幫助他們養成所需的某種能力，讓經營可以更穩定，不需再去焦慮明年又要申請那些獎助？這才是我們最看重的地方。

除了提供課程提升經營能力，也透過業師、總導師協助他們解決問題。團隊入選之後，我們會用一年的時間進行陪伴跟追蹤，幫團隊聚焦問題。例如有的團隊不知道怎麼跟捐款人溝通，媒合的業師就是有這些經驗的人，手把手帶著他們抽絲剝繭研



張士庭（右一）與慈濟合辦青年公益實踐計畫逾七年，致力於新創事業的「孵化」育成，為創業年輕人提供助力。

（攝影／紀驊修）

究，重新設定策略。

慈濟各志業體也是重要的資源，因為有時團隊缺少的，可能只是一個場域或需要有人先行測試。比如有有的團隊做的事跟課輔有關，就可以和慈濟教育志業體，或者教聯會志工做連結。慈濟在提供人脈網路、社會資本的支持，扮演很重要的角色。

Impact Hub Taipei跟慈濟的合作中，除了由我擔任青年公益實踐計畫總導師，團隊並提供過往鏈結的網絡資源。當然這過程當中會有很多的碰撞，我們和較資深的慈濟夥伴除了溝通，也分享年輕人公益實例，讓他們知道有心的年輕人用這些方法、這些事情幫助了很多人。

例如二〇二三年獲選團隊之一的「聽見AED」，就是由一位熱血的醫師發起，他發現很多病人在救護車到達前沒有被急救，於是他開課訓練志工，並開發通報系統，一旦有人倒在路邊，

消防隊接獲通報的同時，系統也會同步通知路倒者周遭的急救志工，就近取AED進行急救。

還有幾個團隊，針對一次性餐具的問題，設計出租環保餐具的方案，讓大家在辦活動、訂餐盒時有另一種選擇。這些事物如果能夠被更多人知道、被更多人採用，其實很多問題就會慢慢改善，我們的社會就變得更好。

從今年開始，我們會在整個計畫上做強化，因為團隊慢慢在成長，一開始進來計畫時，可能才創業，到現在已經五年、七年了，會遇到更多營運的挑戰；所以我們提供「校友」服務方案，讓這些新創青年回來申請顧問服務的補助。希望幫助他們在每個階段站穩腳步，對公益、永續作出更多的貢獻。

延伸閱讀

慈濟SDGs系列報導





# 拿起爸爸的相機 接住愛

擔心她飆車飛馳，爸爸送她「小綿羊」代步；她年少輕狂受了傷，爸爸接她回家；雖然無法摘下星星送她，爸爸為她拍下美麗的彩虹。

她接下父親的相機，拍盡人間美事，穿越時空吶喊：「爸爸，我做到了！」

**管**連修正低頭數著手中的一疊照片，聽到騎樓下攤販老闆娘大喊：「管先生，你女兒騎一輛大臺的機車過去了！」他抬起頭來，機車已「咻」得不見影了。

一會兒，老闆娘又大喊：「來了！」隨著機車劃破耳際的鳴響，管連修目瞪口呆看著女兒管海玲從店門口飛速而過。

一九八四年間，臺灣引進第一代 Kawasaki 美式街車；管海玲飆車技術精良，應朋友邀請來試騎這款新車。她回到家，管連

修當作沒看見，繼續忙著手邊事務。隔天，管連修輕聲細語對她說，「爸爸買一臺五十五西西的小綿羊給你騎好不好？」

小綿羊騎得再快，也只有時速四十九；不過在當年，這已是一種時尚的代表，管海玲歡喜接受！

大度路上白玫瑰

管海玲出生前，母親去算命，三家算命師都說這一胎是男的；她沒被算命師算準，成為管

家第四個孩子，清秀可愛，很得人疼愛。父親管連修在臺北經營婚紗禮服店，常以她為模特兒，留下許多珍貴的寫真照。

她身體虛弱，常哭到虛脫而送醫院，是一個很不好養的孩子；每天上學前，媽媽就塞一片人蔘到她嘴裏。長大後，她穿著打扮和個性都像個男孩，媽媽常說：「你是男扮女裝來的！」

當年流行的「山葉追風」，不夠她展現高難度壓車技術；朋友改裝越野機車，供她飆車。



（攝影／顏霖沼）



管海玲的童年寫真，出自身為專業攝影師的爸爸。

（攝影／管連修）

一九八〇年代，許多二十出頭的青年，入夜後群聚在臺北北投大度路上飆車，她就是其中之一。《美華雜誌》拍攝當時盛況，登出一張照片中，在眾騎士中一個全身白色打扮、短髮俏麗的女郎，特別顯眼，記者稱之為「白玫瑰」。

有一天，管連修正好翻閱這篇報導，管海玲從旁走過，發現爸爸並沒有認出照片中被拍到的

背影就是她……

管連修很有藝術天分，攝影作品得過許多金獎，管海玲也志於美工設計，本來考上公立五專，卻騙爸爸沒考上，更不願意接受安排去讀商科；最後爸爸讓步，讓她如願學習美術。高職畢業後，她在廣告公司做平面設計，下班後和朋友聚餐、跳舞、飆車，常常玩到三更半夜。爸爸交代她「早點回家」，至少是吃早點的時間要回家。

飆車飛馳的歲月，沒摔過車；卻在感情上栽筋斗，為了償還男友欠下的債務，管海玲晚上到酒店兼差當服務生賺小費。看見女兒暴瘦，爸爸知道她即使受委屈也不會向家裏求救，只是輕輕地問：「你在外面累不累，要不要回來家裏啊？我找哥哥去幫你搬東西好不好？」爸爸給她一個臺階下，她於是順勢回家，輕狂少年史自此畫下句點。

一九九三年，管海玲二十九

歲，隨著父母搬到臺中定居；但她的心情低落，四處求神拜佛、算命，尋求心靈的慰藉。有一天途經東海夜市，慈濟正在辦活動；沒想到那晚作夢，耳畔旋繞著白天聽到的〈預約人間淨土〉音樂、看見穿著端莊委員旗袍的師姊。起床後百思不得其解，幾天後送修衣物，在店裏看見熟識的旗袍，熱心的老闆娘打電話給管海玲成了慈濟會員。

養兒方知父母恩

管海玲擅長美術設計，協助志工設計活動紀錄本或畫海報；真正投入做慈濟，是在二〇〇〇年女兒出生後。

女兒沒有安全感，不停啼哭，一定要人抱著，前後換了四個保母；身心疲累的管海玲常無奈嘆息，「這孩子為什麼會這樣？」到了上幼稚園，每天到校

總要上演「十八相送」，女兒就是不肯鬆開媽媽的手；管海玲的每件衣角都被拉扯得變了形，勞動老師連哄帶騙，女兒才勉為其難進教室。

管海玲以為她只是怕生，但上了小學，發現她專注力比一般孩子差，今天教的隔天還回去，成績低落。直到小學三年級，兒童心智科醫師判斷為過動症亞型，記憶力缺失，伴有學習及情緒障礙，閱讀時會不由自主地跳漏字；即使身體不適，也不知道如何表達情緒。

種種教養困境讓管海玲身心俱疲，幾次忍不住動手打女兒，事後又很後悔；直到全家上了一年的心理諮商課，親子關係才漸有改善。

管海玲想到六個手足中，她活潑好動，還好有爸爸的呵護；在同儕中，她像是耀眼的星星，吃喝玩樂，從來不知雙親深夜等門的焦急。此刻手抱孩兒，方知

父母恩！

二〇〇五年，她承擔慈濟東大園區茶軒志工，一天接待瑪利亞啟智學園師生，聽到老師分享，身心多重障礙的孩子們學習比較慢，例如刷牙也要花費半年甚至一年才能學會；這分教育的愛心和耐心，讓她好震撼，也轉變心念，對女兒的擔憂轉為祝

福，「只要健康就好！」

慈濟東大園區幅員廣闊，女兒在此自然地放開媽媽的手，自個兒逛菜園、到處玩，不哭不鬧，見到人也不害怕。管海玲因此成為東大園區的常客，與慈濟

管連修在專業攝影棚中留下自拍照。  
（相片提供／管海玲）





的緣緊緊繫住了。

### 釋懷圓滿一個家

婚後，管海玲和先生就是追錢——從事電腦教學，經營汽車旅館，終日早出晚歸。先生輕信親人，錢財和房產被惡意侵占，這讓管海玲無法調適，每天先生一下班，就惡口辱罵逼他設法將錢要回來。家庭氣氛低迷，先生陷入極度的情緒低潮。

當時大愛電視的大愛劇場正播出〈七輩婦〉，主人翁是高雄的林金貴師姊，曾經因為先生失業酒醉，氣憤地想拿刀殺他，瞬間驚覺自己不但不是「良婦」，甚至已由惡婦變成「奪命婦」。自此徹底改變，甚至感化先生，影響一家人走入慈濟。

這部戲，讓管海玲彷彿看到鏡中的自己，正在把先生逼到走投無路。一次父母成長課程中，講師請每位學員打電話給另一

半，而且口氣要和平常不同。

「老公，今天要不要回家吃晚餐？」管海玲柔聲柔氣地問，電話那頭卻回應：「小姐，你打錯電話了！」這讓管海玲覺悟一定要改變自己，不再逼迫先生，也不再去索討，而是變賣家產，從零開始。

她聆聽上人談到佛典云「錢財乃五家共有」，也就是王、賊、火、水、惡子，一旦碰到，財物即去，無法強求也難以長久擁有。她改掉急躁脾氣，也維繫了一個完整的家，讓父親管連修對慈濟感到好奇，想要一探究竟。

在管海玲心中，爸爸做事認真努力，而且孝順，為了侍奉父母至百年，在臺中買房同住；七十歲的他，一邊照顧中風的兩老，把屎把尿，閒暇之餘學油畫、學電腦，還得過全臺孝悌楷模殊榮。

管海玲的阿公九十六歲往生

時，慈濟人來助念，讓管連修非常感動；也順從管海玲的心願，隨著她一起走入慈濟。

### 管爸的典範身影

管連修的專業攝影，在進入慈濟後發揮到極致，常與女兒搭檔出班，拍攝完成後認真寫圖說，一本厚厚的《辭源》放在膝上，隨時方便查閱。

二〇一一年四月起，中區志工排練《慈悲三昧水懺》經藏演繹，無論白天或晚上，管連修都會去記錄；八月中旬正式演繹，盛夏暑熱，年近八十的他為了取得最佳鏡頭，跪、坐、臥、趴用心取景，回家後卸下裝備，就安坐電腦桌前選照片，直至交差才放心休息。

為圓滿管海玲的心願，管連修拍下天邊的彩虹給女兒。

(攝影／管連修)



## 《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



看見管海玲（中）放下對女兒（左）的擔憂、維繫了完整的家，管連修（右）也走入慈濟一探究竟、發揮攝影的良能。  
（攝影／李冠慧）

二〇一三年，位於文心南路的臺中靜思堂啟用，舉辦第一次歲末祝福；當年八十四歲的他，依然步履輕盈上下樓，攝取最佳畫面。二〇一五年因為肺腺癌往生，無法完成再拍二十年的心願，管海玲立願傳承，接下相機。

她想起有一天在市區看到天邊出現一道彩虹，打電話央求爸爸去拍，爸爸回應：「我暈了，不拍了！」但拗不過女兒的嬌聲請求，管連修還是去拍下彩虹，送給女兒。

這張照片放在管連修的臉書上，獲得一萬五千多個「讚」，管海玲好開心。「爸爸沒有辦法摘下天上的星星送給我，但是他能拍下美麗的彩虹給我！」這一生，她給爸爸帶來許多喜、許多憂，她唯一能做的，就是盡最大的孝道，帶爸爸進慈濟，把家人變成慈濟二代、三代。一時之間，管海玲還沒有辦

法傳承到爸爸的專業攝影技術，還好人文真善美團隊中有許多爸爸的好搭檔，用心教導和分享，讓她的功力突飛猛進；無論是人物特寫、景緻寫意或大場面的道氣氛圍，已難不倒她，她也感受到父親的愛在延續。

二〇二三年七月底，《無量義法髓頌》在彰化體育館演繹三天，管海玲連拍三天；從彩排到上場，即使每場場景相同，在她的鏡頭裏，每一幕、每一景都攝心感人。她從鏡頭中看出去，沒有人因為站了三個小時而顫抖，看不到神色不悅，唯有「菩薩」在吐納肅穆莊嚴的道氣，「法喜啊！」

此時此刻，管海玲終於體會到十二年前，年邁的爸爸拍攝《慈悲三昧水懺》演繹那種全心投入不喊累的感受。她按下快門，淚水糊了鏡頭、忍著顫抖的剎那，對爸爸穿越時空吶喊著：「爸爸，我做到了！」

# 甘願淬鍊 好茶！

我常覺得自己的人生平淡無味，唯獨跟從雙親堅毅與認分的身教，甘願忍受淬鍊，如茶葉全然釋放出精華，只為得到一聲「好茶」的讚歎！

—— 九四八年，我出生在臺南縣學甲；自幼跟著務農的

得母親有更多的忍耐和自我要求，也對下一代求好心切，四名子女都

難免有轉折與挫折，總結還算是平坦，於國小任教直到退休。我

祖父學做農事，插秧、植甘蔗、種地瓜、採收花生或棉花，踩著

受師範以上教育。我婚後育有兩子一女，雖然不是頂尖菁英，但在待人處事上，都能知所進退。

在一九六九年走入婚姻，原以為不同的生長背景，可以因為共同的認知和承擔，而能幸福地過；

不曾覺得苦，總是大人說該做什麼就做什麼，很認分也很自然。這樣的習慣變成了我的個性，很多事

我時常覺得自己的人生真的是乏善可陳，沒啥好說的，然而竟然能在人生走過一大段才認識、走入慈濟，才讓這一生更值得回味。

然而婚後的生活與陪伴子女成長的考驗，讓蟄伏的自我慢慢覺醒。曾想，如果沒有婚姻，也許我的人生路會走得更寬廣開闊。

父親擔任教職，後來在學甲市區開了一間雜貨店，白天由母親打理，晚上全家人都是店員，

幫忙看店、送貨等。父親身為長子，責任心重，所承擔的壓力，使

不過，從小體悟的「責任心」和「堅忍」，讓我知道，走到一半的路再難回頭；耳濡目染中，父母堅毅的生活態度，是我

重要的資糧。

我自認傻傻憨憨，人生雖然

已挑起的擔子，盡責到底



（攝影／陳秀容）



教學生涯三十五年，李淑英（後排左二）有二十五年服務於鹽水區文昌國小。

一九九一年，母親肺癌末期；西醫、中醫、民俗療法……全家陪著母親苦戰，滿是慌亂、著急、不捨與無措。每週五晚間，我北上到淡水馬偕醫院陪病，週日再趕晚班車回新營。時值多雨的冬天，又溼、又冷，站在病榻旁，目睹母親猶如將盡的蠟燭，每一個微弱的心跳、每一聲急促的呼吸，都代表著逐漸遠離的腳步、死別的召喚，也都是親情的拉扯，內心感覺特別無奈與無助……

期間，朋友告訴我，可以為母親植福回向；一向不擅言詞、不擅與人互動的我，即使對慈濟認識不多，也開始對人說慈濟、勸募善款。每晚我誦念佛號，祈求佛陀慈悲，如果母親真的無法好轉，祈求能帶領母親到淨土……

四月底，辦完母親的後事，五月十六日，我接受資深師姊施玉真的邀請，參加「花蓮尋根」

知道做到，不再自尋煩惱

二〇〇三年春天，父親被診斷出肺癌，一度治療順利，年底卻急轉直下，陷入昏迷。翌年元月三日，就像父親昏迷前幾天對我的叮嚀：「我走的時候，你不要哭；你若哭，我會走不開。」父親終究選擇我不在他身邊的幾分鐘停止呼吸，那年我五十六歲，從此，我的身分多了一個名稱「孤兒」！

也是這一年，我申請退休，陪伴單親的孫子成長；四年後隨著他轉學到安平區的臺南慈濟小學，祖孫倆成為租屋族，相依為命生活。二〇一一年七月，孫子和我到靜思堂值班，他告訴我地下二樓有茶會，拉著我前去參加，從此讓我心生嚮往而開始學習「靜思茶道」。

每週一次的茶道課，一路走來也到高階班了；過去多是為別人服務，這是我好好對待自己的

之旅。在臺南搭上遊覽車，我止不住地淚水流淌……坐在花蓮靜思堂裏，聽證嚴上人開示：「我們的身體，就像租來的房子一樣，租約幾年，就讓我們住幾年，租期一到，就要搬離。所以身體只有使用權，沒有所有權。」又說：「用父母生給我們健康的身體，來做利益人群的事，才是真正的孝順。」這一席話，對當時的我猶如當頭棒喝，心中頓時有了明確的方向，積極投入慈濟的活動，在一九九五年元月受證為慈濟委員。

初走慈濟路，每一步都是歡

喜和感恩；但看在先生眼裏，會有不安全感，要是挑了一半的擔子就要放下，那他可怎麼辦？於是，我找機會告訴他：「上人一再叮囑弟子，要先把家照顧好才能做慈濟。」且更明確地表示：「對於我所選擇的家，我會盡責到最後一口氣。」同時，我請他幫忙帶路訪視、參加掃街，讓他逐漸由認同而支持，於一九九七年受證慈誠。



時刻，訓練靜與定，透過專注與用心，一絲不苟、按部就班地把每一樣茶具放在它應該放的位置，心慢慢找到了秩序。

行茶之時，靜心觀想六度之法，是為「以茶入道」——布施，展布茶席；持戒，置茶入壺；忍辱，注水入壺；精進，靜候茶湯；禪定，傾盡茶盅；智

慧，分茶入盞。將行茶時所深悟的六度之法，落實於日常生活中，此即「以道入茶」。

從小父母教育我，「讀到」要「知道」；「知道」要「行到」，能「行到」才是真正的「知道」。從茶道中，我再次要求自己，「知道就要做到」，藉由有形的事相，提升無形的修為。

日常生活細節，我素來多所要求，例如晾曬衣物的方向和衣架間隔不能馬虎，牙刷、拖鞋、毛巾的擺放要一致，這樣的規矩很難讓人認同，久而久之，對自己漸失信心，常覺得是否有心理上的毛病。

藉由「行茶流儀」將心沉澱，靜定的心一如清澈湖水，照山映月皆能清楚明白，頓覺豁然開朗，原來「對的事」也要有對的法。從此，凡事自有尺度，不再自尋煩惱。在待人處事、進退應對間，有了空間、多了柔軟，妙法自在人心，還真是盈蘊充裕啊！

勇於承擔，若我不做誰做

「勇於承擔」讓我在慈濟中有成長的機會。在學校，我力行靜思語教學，讓師生互動更融合；在社區，帶動新營慈濟活動，也帶著鹽水鎮南榮工專慈青參與臺南榮民之家關懷，在家裏

辦家聚，邀請孩子們共進晚餐。訪視工作讓我「見苦知福」。助念、告別式、臨終關懷、癌末陪伴……接到訊息便出發。

有照顧戶來電告知案主往生，當天志工們各有任務，臨時找不到人同行，我安撫對方別心慌，叮嚀他幫忙準備熱水及案主的乾淨衣物，我很快就趕到。

看到案主淒苦的人生，我百般不捨！輕輕地在案主耳邊說：「您現在已無病痛，輕安自在，您身體要放柔軟，讓我替您淨身更衣，菩薩會接引您到清淨的國度，您要發願再來人間，做一個可以助人的……」

一個冬夜，資深志工黃勝璧、鄭清發、徐昆泰帶我訪視，案主是一位九十多歲的老婆婆，照顧她的是七十多歲單身、偶爾撿拾回收物的兒子。只見兒子無助地站在母親身旁，我們聞到一股異味，發現是老婆婆被褥裏沾滿穢物；環顧同行的其他人，感

覺這件事情我不做還有誰能做？便請兒子準備熱水，讓我為老婆婆擦澡，換上乾淨的衣褲和被褥。感恩老菩薩以身示現，給我機會；這也是經歷雙親離去之

一九九〇年代，李淑英陪同父親參加南瀛文學獎頒獎，分享他得獎的喜悅（右圖）；李淑英是臺南第一批筆耕隊成員，近三十年前的作品悉心留存（左圖）。

八十四年一月

慈濟筆耕園地

第10期

台南聯絡處八十三年度歲末祝福學校證典禮  
筆耕隊 李淑英

時間：八十四年一月十二日上午十時三十分  
地點：台南聯絡處  
司儀：慈願師姊

這是年年歲歲來，人人期待關心的時刻，我們相聚一堂，感恩過去、珍惜現在、展望未來。在新的一年，繼續發願，付出更多的慈悲喜愛，關懷普天下眾生，在慈濟道上，做個永不退轉的菩薩，生生世世跟隨 上人的腳步。

每回推出新的慈誠隊、委員、或是新的榮譽董事，是增加慈濟很大的力量和信心。

今天接受 上人親自授證的慈誠隊，台南地區二十四人、嘉義地區九人、新任委員、台南地區三十八人（有九對夫妻檔）、嘉義地區九人（有二對夫妻檔）。新榮譽董事，台南地區五十三人、嘉義地區五人。

慈誠隊是 護法金剛，每誕生一位慈誠隊員，社會就多一份愛的力量。慈濟委員如同觀世音菩薩的千手千眼，可以引導苦難的眾生離苦得樂。尤其夫妻同心同德同進同退如來家業更是難能可貴。

今天接受 上人授證，是人生過程中一個新的開始，是

---

智慧的选择，更是一份責任的承擔。我們歡迎新發意的菩薩，也應該感恩資深榮譽董事、委員和慈誠隊，長期對慈濟的護持。資深是智慧，智慧是力量，智慧加力量，更能功德圓滿。感恩所有慈濟人，這份誠懇、護持的心，就是慈濟無形的財產，也是永遠恆久的力量。

在「傳心燈」歌聲中，上人二為與會的弟子點燃手上的燭光，燭光有形，燈火有量，燈光有量，但是只要開發了你內心的智慧，上人手中的燭光，可以點亮大家心中的明燈，自照照人。上人叮嚀道：慈濟世界就是萬善燈火，不能少了你的一盞燈，也不能少了我的一盞燈。除了別讓自己的心燈熄滅，更要新火相傳，擴大我們的光輝，無盡的燈海，代表無量的光明，更是無量的智慧。只要心燈長明，天下自然一片光明。

人生要同一條心，又能相連在同一條路上，更能共同發願「以佛心為己心、以師志為志」，需要多大的福報啊！身為慈濟人，每天要抱著懺悔、惜福、感恩的心，將心中的明燈，化為愛、化為力量，奉獻給眾生。唯有用愛、手牽手、擁抱地球，做一個幫助的人，才能連結社會人心，使世界祥和美好。

接著，上人發給每人一份福慧紅包。

福慧紅包內裝有六枚五元硬幣，代表大乘菩薩進六度萬行中的六波羅蜜——布施、持戒、忍辱、精進、禪定、智慧。三十元，代表三無漏學——戒、定、慧。



靜思書軒  
JING SI BOOK & CAFE



各地書軒



購物網

# 淨斯本草滴露

## 由裡到外 全方位守護

✓ 多種草本配方 調節生理機能 ✓ 隨時補充 提升活力



本草滴露

本公司保留活動更改與異動之權利 / 照片僅供參考，產品以實體為主



一九九九年，李淑英於街頭宣導造血幹細胞捐贈，邀約年輕人參與建檔。

後，我發願將天下長者視為自己父母的實踐。

孫子就讀臺南慈濟小學，我隨順因緣當起臺南慈小教育志工、補救教學老師、中學部輔導室家長志工、交通守護等，也承擔臺南慈濟中學人文課「傳心點滴」，講慈濟「四大志業八大法印」。每一次的參與，都有不同的體悟，也收穫每一次的成長，誠如上人開示：「福慧不是求來，而是從實踐中得來。」

因為老了，更要全力以赴

孫子已經長大成人，進入社會工作；今年七十七歲的我，每週搭火車、公車到臺南慈濟中小學當志工，在臺南、嘉義各地靜思堂傳授茶道課。三十餘年來，我滿心熱忱投入各項慈濟事，期勉度人先自度，自我精進才能影響別人同行；以行善行孝報答親恩、眾生恩，也時時都在感恩

中，感恩雙親用他們的生命成就我的慧命。

有人問我，如此年邁，為什麼還要參加茶道認證甄試？其實我也曾猶豫、思考過，想起有人請問上人：「您年紀大了，身體也不好，為什麼還要做慈濟？」上人只回答：「因為甘願。」

我自覺錯過了很多人生的風景，就因為曾經錯過、就因為「這麼老了」，所以更不能停歇。此身不向今生度，更待何生度此身？再深深看一眼上人給的「佛心師志」，身為弟子該發恆願，而非恆發願才是。

我不只「加把勁」，更要「全力以赴」，期待再經一番淬鍊，而能如那一葉茶——幸得天地孕育，經得繁瑣製程，復於茶壺小小空間裏，甘願忍受滾水幾番澆燙，將茶的精華全然釋放，只為得到愛茶人一聲「好茶」的讚歎！我願自己是茶，還有一口氣在，人生隨時都可以出發！<sup>經</sup>



## 高僧傳系列叢書

- |         |          |         |         |          |
|---------|----------|---------|---------|----------|
| 01 鳩摩羅什 | 08 紫柏真可  | 15 僧肇大師 | 22 善導大師 | 29 一行阿闍梨 |
| 02 智者大師 | 09 中峰明本  | 16 道元禪師 | 23 見月律師 | 30 百丈懷海  |
| 03 憨山德清 | 10 雲棲株宏  | 17 行基菩薩 | 24 道安大師 | 31 賢首法藏  |
| 04 六祖惠能 | 11 最澄大師  | 18 義相大師 | 25 馬鳴菩薩 | 32 廣欽老和尚 |
| 05 蕩益智旭 | 12 神秀禪師  | 19 義淨大師 | 26 帝心杜順 | 33 康僧會   |
| 06 元曉大師 | 13 慧遠大師  | 20 達摩禪師 | 27 智儼大師 | 34 寒山大師  |
| 07 空海大師 | 14 鑑真大和上 | 21 真諦大師 | 28 隱元隆琦 | 35 玄奘大師  |

「高僧傳」系列叢書，對於歷代高僧的生命歷程，皆用心考據及敘說，令讀者們得以從中體會高僧們慈悲度化眾生的行誼；加上對高僧著作與思想的闡述，讓讀者藉此領略高僧們的智慧光華！

編撰者除了台灣及中國大陸的法師與學者，亦有日本及韓國學者參與，攜手呈現歷代高僧的求法修行的艱苦卓絕、濟度眾生的慈悲與智慧！

### 宗教學界各方讚譽——

(下列依姓名筆畫排序)

大久保良峻

(日本早稻田大學教授)

添田隆昭

(日本高野山真言宗宗務總長)

陳旺城

(佛光大學宗教學研究所創所所長)

游祥洲

(世界佛教大學執行理事、國際佛教聯盟執行理事)

黃國清

(南華大學唯識學研究中心主任)

楊惠南

(臺灣大學退休教授)

鄭炳三

(南韓淑明女子大學名譽教授)

釋法音

(日本駒澤大學研究所研究員)

釋長叡

(臺中華雨精舍住持)



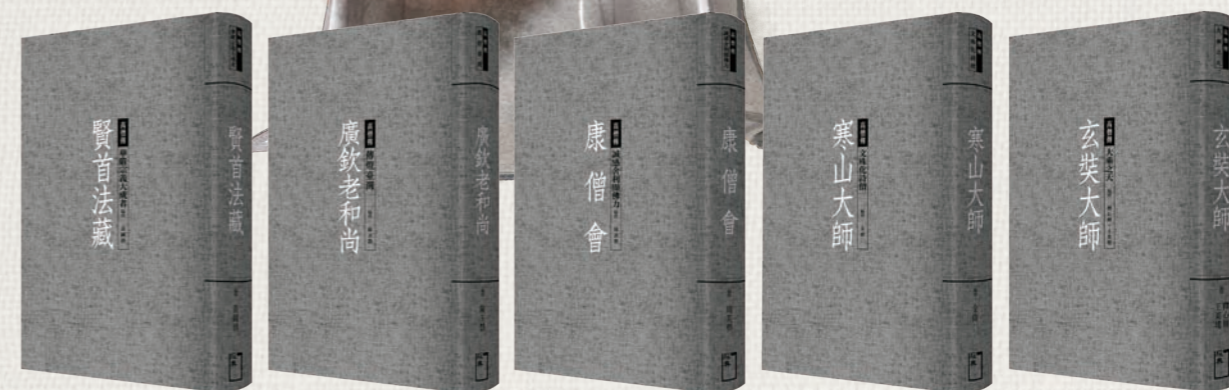
經典



追尋歷代高僧風範，  
「為佛教，為眾生」，  
期能為佛教還原教義，  
為眾生點亮心燈。

堅心傳法 無畏艱難 不改初衷 傳燈千古

# 高僧傳



31. 賢首法藏 32. 廣欽老和尚 33. 康僧會 34. 寒山大師 35. 玄奘大師

## 本源式思考與佛教實踐： 「老實念佛」的深刻內涵

「老實念佛」要求我們具體而真切地活在當下，依循著本性而覺醒，能夠更好地理解自己，更深刻地體驗生命，更真誠地面對存在。

撰文·林安梧（慈濟大學宗教與人文研究所教授）

「本源式思考」是哲學領域的深刻命題，也是佛教實踐中

不可或缺的一部分。而它如何在

「老實念佛」中得到體現？

從字義入手，「本」象徵著樹根，而「源」則代表著水源，這種思考方式強調追本溯源，回歸到存在的本質，是一種有根有源的深層次思考。「佛說，非佛說，是之謂佛說。」正是這種回到存在自身的思考。它要求我們跨越外在的言語和他人的影響，找回那個最真實的自性之我。

然而在現代社會，工具理性的過度高張，使得人們逐漸喪失

了回歸存在自身的能力。我們過於依賴他人的言語來定義自己，而迷失了自我，忘記了本性。

在這樣的背景下，「老實念佛」成為了本源式思考在佛教學

中的起點。「老」意味著持續和生生不息，代表著對生命恆久的尊重和珍視；「實」則強調具體和真切，是對現實世界的直面和接受；「念」則指當下和即刻，是對當下瞬間的把握和體驗；「佛」則是覺醒和本性，是對內在佛性的覺悟和回歸。

「老實念佛」要求我們具體而真切地活在當下，即刻地契入

到本性中，依循著本性而覺醒。這種實踐不僅僅是一種口頭上的念誦，更是一種深刻的精神修行和內在的自我發現。

「老實念佛」是深刻的生活哲學和精神實踐。它教導我們如何在忙碌的生活中找到內心的寧靜，如何在複雜的人際關係中保持自我，如何在瞬息萬變的世界中堅守本性。讓我們能更好地理解自己，更深刻地體驗生命，更真誠地面對存在。這無疑是在紛擾世界中尋找精神家園的一盞明燈。

證嚴法師曾說：「做，就對了。」意味著當我們在尋求生命意義和精神歸宿的旅途中，不應只是停留在理論或空想的層面，而是要將這些深刻的思考轉化為具體的行動。透過「老實念佛」的實踐，讓我們真正地去「做」，去體會，去覺醒，只有通過真實的行動，才能夠體會到生命的真正意義，並在精神的旅途中不斷前行。

◎

證嚴上人

衲履足跡

撰文·釋德侃

# 素食與環保

1 1 2 《農十二月·初二至初三》



## 中草藥，有療效

二〇二五年元旦，上人於新店靜思堂，與人文志業王端正執行長、醫療志業林俊龍執行長、教育志業王本榮執行長、花蓮慈濟醫院王志鴻副院長、大林慈濟醫院賴寧生院長、臺北慈濟醫院趙有誠院長、臺中慈濟醫院簡守信院長與莊淑婷副院長、慈濟大學劉怡均校長等人談話。

談及素食的推動，上人認為素食對地球環境保育是最好的方法，若是茹素的人多，畜牧場就會減少，森林就不會因此被破壞得那麼嚴重。要達到這個效果，

就需要大力推動，讓大眾了解素食與環保的關聯。很多人能認同

這個道理，卻都以營養不足為由而不願茹素，其實真正的原因是口欲難戒。若有科學數據和實驗證明，可以讓大眾知道，其實用心吃素食，人體不會缺乏營養。

劉怡均校長說，慈大著手進行素食研究與中草藥研究，已有初步成果。上人感恩醫療與教育志業促成自己對於醫療「中西合併」的心願。王本榮執行長則提到自己將素食與科學、地球環境、佛法的關聯整理成小冊子，內容包含科學數據印證素食有益健康，用小手冊流通，可加強推素

的力道。

林欣榮院長提及中草藥提取的成分可輔助癌症、帕金森氏症、失智症及某些罕見疾病的治療，慈院將建置中草藥網站，彙整研究數據、分類草藥成分與運用，以利查詢與研發。上人說，要將植物本體的真实圖像一併建置完整，讓大眾認識這些看似不起眼的草木有醫療成分與保健功效。萬物皆有靈性，其實認真說起來，飯菜也是藥。

## 人間苦，求真理

元月二日，上人與人文志業

二〇二四年七月，印度蘇利普拉政府學校校長邀請慈濟志工進入校園，帶動學生推素。

(攝影／鄭村池)



王端正執行長及呂慈悅師姊等人談話時提到，要收集佛教史料，整理並流傳佛法，一定要符合佛陀的精神。因為提到佛，總會想到人，若沒有人，就沒有佛的名稱。佛陀出生在尼泊爾藍毘尼，是一國的太子，在當時的環境中，看到、體會到各種人生之苦，促使他出家求道，希望找到真理，徹底救拔眾生的苦難。

「人間苦，所以稱之為娑婆世界，也就是堪忍世間，需要堪得忍耐，首先要忍耐生老病死苦。生老病死是人體生理的四種相，世間的物質環境有成住壞空，人的心理則是生住異滅，歸納稱之為三理四相。」現今科學家已推算出地球的壽命為四十幾億年，臺灣則在一億多年前開始形成。上人說，長久的時間，於佛法稱為「劫」，在空間則有「一沙一世界」的宇宙觀，一沙一塵

再磨為墨，墨水再潑出去，一點一滴又是一個世界，所以有無量世界。

世界無量、眾生無量，相對於浩瀚宇宙，人很渺小、生命短暫，卻總是為了名利欲望汲汲營營。上人期盼能將這些觀念與道理濃縮起來，用淺顯的文詞表達，還有影音畫面、戲劇動作，讓觀者深入其理。

「我們盡此一報身，把握在這個時代的因緣，有志一同在慈濟，能寫的，我們來寫；能做的，我們去做，表達出莊嚴的形相。這無法只靠一個人，要有一群人合和互協，才能呈現這麼美好的畫面。就如去年五月在中正紀念堂的萬人浴佛典禮，整齊排列出圖案，除了大家穿制服，還有穿雨衣時的變化，都是靠你們用智慧去安排，讓這麼多人有整體的形與相，傳達人文精神。」

# 傳家寶

1

3

《農十二月·初四至初五》



## 菩薩史，大藏經

元月三日，上人教導志業體主管，發心為大眾做事，要不厭其煩，像自己說話，同一件事會一再重複敘說，因為這件事是重要的事情，要讓大眾朝同一個方向努力，所以講再多次要說，而且所要做的是為大眾，不是為私己；慈濟在為人間做什麼事，要讓大眾知道。

言及自己從過去就是看到人間有需要的當下就去做，如此才有今天的慈濟，上人指出，以前是孤鳥萬里行，不管這隻鳥要往東、要往西，都有自己的方向；而現在是鳥群，領頭的鳥要帶著

群體飛翔，而且鳥群的隊伍也要排列得很有次序。

慈濟即將在明年五月歡慶六十周年，上人感恩慈濟人跟隨自己走過一甲子的歲月，且許多資深慈濟人盡此生無私奉獻，與人文志業王端正執行長等人談到構思贈予慈濟人「傳家寶」。

「慈濟邁向六十年，我們應該要很慎重地給予慈濟人一個傳家寶。慈濟人一輩子都奉獻給慈濟，我應該要給予法，讓他們得一法能解萬法，拿到這個東西就想到師父帶自己怎樣走菩薩道；而他們再傳給兒女後輩，讓子孫知道父母長輩整天忙忙碌碌，原來就是為人間做善事。我希望

這份「傳家寶」可以做到這個程度，這就是價值；慈濟人的生命價值，可以用這份「傳家寶」表達。」

上人說，慈濟人與慈濟事很多，也因為慈濟為人間做很多事情，需要很多人投入心力才能成就，所有的人與事都值得流傳千古。「要將慈濟人的行誼事蹟代代相傳，不只傳給子孫，也是積善揚德——他們真的有這些善行、德行，值得讓人知道。我總感覺若沒有做，會對不起這些走入慈濟以後，做很多事、付出很多的慈濟人；而這份傳家寶傳給後代，除了表揚慈濟人的德，也能教育後世、度化人間。」



慈濟委員慈誠授證暨歲末祝福感恩會於高雄圓滿，高雄志工北上新店靜思堂分享心得。（1月3日）

上人說，自從慈濟創立以來，許多慈濟人長時間出錢出力做慈濟，護持志業建設，成就許多多利益人間的好事，但都不居功，不願意受表揚，不過他們的點滴付出都有紀錄，此時盤點起來，看到這些紀錄，更為感恩與感動，更想將他們的德行、事蹟表達出來。「他們真正在做事，但是『心無罣礙，無罣礙故』，所以沒有執著，成就了慈濟志業，讓慈濟得以做這麼多救人的好事。最近深感人生無常，故期待要把這些事情趕快討論定案，把握時間處理好。」

上人期盼做出具有人文氣質感的成品，最好是實體書，一本本排起來，隨時探手拿取，如同閱讀藏經一般。慈濟史也堪稱藏經，因為都是現代的人間菩薩真正貢獻心力，付出無所求而寫下的歷史。「我們盡量做到讓他們

的子孫看了以後，會感恩、感念父母或阿公阿嬤的德行，並且覺得『慈濟與我有關』，對長輩的付出與有榮焉。」

## 一滴水，入大海

與高雄慈濟人談話，潘機利師兄談到高雄榮董團隊持續響應與護持佛陀故鄉專案；上人說，臺灣很有福報，因為有這麼多愛心人，為臺灣社會做不少事，也為國際大力付出；慈濟的思想理念來自佛陀，現在有因緣，大家又願意發心回饋佛陀的故鄉，幫助佛陀出生地的居民，讓自己覺得很圓滿。

「我覺得自己這輩子足夠了、很值得！因為有這麼多大因緣、大護法，從當初的五毛錢走到今天，即將屆滿六十年，在臺灣已經有八所慈濟醫院、一間慈



志工分享所典藏的「慈航普渡」掛飾，為三十多年前慈濟為賑濟大陸華東水患、援建大愛村的義賣品，眾人回顧當年點滴。（1月4日）

濟診所，四所慈濟學校，還不算援建的幾十所希望工程學校，真的很不簡單！」

「不論你們付出多少，滴水入大海，大海的水都有人人的一分量；不過，自己做還是自己得，得到為人間付出之後的成就與心得。粒米成籬、滴水成河，不管個人付出的多寡、力量的大小，全球慈濟人與會眾的愛心合起來，力量就很大。盤點起來，真正覺得這輩子說對話、做對事，也走對路。」

「師父想要回報所有的慈濟人，讓每一個家庭有傳家寶，傳給後輩留作紀念，讓子孫留有祖先做慈濟的歷史紀錄。」上人教師兄弟姊們將自己的人生過程，以及走入慈濟的因緣、所做的慈濟事，好好回溯、整理出來，收錄於慈濟大藏經，留下這個時代的人間菩薩史。

### 五毛錢，一念善

元月四日與志業體主管談話，上人說起書寫慈濟人的菩薩家譜，在慈濟六十周年時，給予慈濟人可以世代相傳的「傳家寶」；期待大家也可以對「傳家寶」的形式提出建議。希望藉由這份「傳家寶」，讓慈濟人的子孫知道，父母長輩為社會付出，而且真的做了不少利益人間的好事；慈濟人也要自我認知，做到了這麼多事，值得留念。

上人說，如座中幾位大醫王都是第一代，是第一批投入醫療志業者。「若沒有第一批願意到花蓮慈濟醫院任職的醫護人員，慈濟醫院哪有辦法運作？所以很感恩！若沒有你們從醫療開始做起，我也不會因為感受到東部的護理人才招募不易，才想要成立護專培養護理人員；且亦覺得要

培養好醫師很不簡單，才設立醫學院。而且我做事都想得比較長遠，設醫學院時，就想到將來會成立大學。」

「雖然蓋醫院、設學校對當時的慈濟來說，實在是自不量力，但我很有福，總是遇到好人，我若提出想要做的事，沒有人會阻擋我，而是得到大家的支持。」

【靜思小語】從醫者的志節與情操，就是守護生命、守護健康、守護愛。

## 培植醫德

### 15

《農十二月·初六》



### 師父現在的心願

上人與人文志業王端正執行長、王志宏主責長談留史，既是

為臺灣作見證，更是為慈濟寫歷史，以這二項為主。為臺灣作見證，是見證從小小的臺灣，人道關懷行動可以鋪展到國際間；當

國際間發生大災難，慈濟人去賑災，或是國際間的慈濟人就地做慈善濟貧，這幾十年來有豐富龐大的史料。講述歷史就是說故事，

「大藏經裏有很多故事，不一定都是佛陀講的，佛經也是後來的人結集、整理的；慈濟歷史有很多人傳記，還有當事人與旁人見證的真實紀錄。只說慈濟剛起步時的竹筒歲月，每人每天存五毛錢做慈善，家庭主婦出門買菜之前記得要省五毛錢投竹筒，存著這一念心，到菜市場就

會對菜販說，少拿一些菜，要存五角救人，引起聽者的好奇詢問，這個方法就此傳播開來，人人都覺得自己也做得到而紛紛響應。所以不要輕視這五毛錢，最初那三十位家庭主婦小小的力量與舉動中隱藏著智慧。所以我覺得這樣的故事一定要寫出來，而且呈現的方式要有質感。」

每一則故事都是歷史，需要有人用心連貫起來，呈現真善美的慈濟大藏經。

「我們所做的都是善事，現在的人間需要善的教育，所以整理慈濟歷史，不只是為了突顯慈濟，也是發揚善的真人實事。」上人提到厄瓜多在二〇一七年四月發生嚴重水患，美國與阿根廷慈濟人前往賑災，啟動以工代賑；逢五月慈濟周年慶，神父出借聖塔安娜大教堂，讓慈濟人布置成莊嚴的浴佛道場，神父且穿著正式服裝前來參與，跟隨慈濟人浴佛。這是很有意義，值得廣為流傳的真善美人間實事。

談及跨宗教的真誠互助，王志宏師兄提到高雄慈濟人與教會團隊，在莫拉克風災後，長期關懷、幫助高雄杉林大愛園區居民，並為園區學子輔導課業，《經典》雜誌有深入採訪報導。上人

表示，只有《經典》讀者了解這些事還不夠，要讓這些內容廣為人知。

「慈濟快要六十年了，這些內容我們要聚焦重編。可以請高雄教聯會團隊來重新述說，把資料再收集起來，彼此見證做過的慈濟事，呈現最真實的歷史紀錄。若只有一個人說過去，不成歷史；要有共同做事的一群人相互印證與補充，所有的參與者整理出共同所做的善事，故事會很美。」

上人說明：「現存的佛教典籍，是佛陀入滅許久以後，才整理編輯而成。但是我們在將近六十年來所做的慈濟事，還有當事人可以見證，或是留有影音、文字紀錄；慈濟人所做的事都是真實善行，他們付出時間、金錢與心力而投入，即使過程很辛苦，做過以後，只要看見受助者得救了，就滿心歡喜，從來不求回報。

這群慈濟人實在很值得我們為他們寫下歷史，讓他們的芳名與事蹟流傳在人間，這是我現在最想要達成的心願。」

### 心態上不要認老

上人與人文志業王端正執行長、姚仁祿精進長、王志宏主責長等人談及佛教的宇宙觀，有四大部洲——東勝神洲、南瞻部洲、西牛賀洲、北俱盧洲，娑婆眾生所住的是南瞻部洲。很期待有人能參照現在的科學觀測，找出相對位置，自己對這方面很有興趣，更期盼將佛法與現代科學融合，帶大眾深入了解時間、空間、人與人之間，有許多值得探討的道理。

「我將佛法對於時空、人間的道理，分類、歸納為三理四相——人間有生老病死，世間有

成住壞空，人心有生住異滅。

種種看得到的物品，都在看不到的變化中，自從形成以後就不斷在敗壞中。」上人舉面前的《無量義經》手抄本為例，若將它放著不去翻動，過一段時間以後再拿出來看，紙張就會變色，還會有腐蝕的斑點；反而是天天拿來翻閱、讀誦的經本，會有生命的「氣」在，比較不容易腐壞。同理，身體也是物品的一種，若沒有經常運用，很快就衰敗了。與其躺著休息，或坐著發呆，不如起身走動、與人互動，或聽別人說話，讓身體的「氣」常在流動。「所以我常說不能認老，如果心態上覺得自己年紀大了，要退休、要休息，退了就休了。」

### 醫療志業要念情

上人對醫療志業林俊龍執行

長、臺北慈濟醫院趙有誠院長、眼科孫逸珍醫師等人說：「慈濟不是為營利而經營醫院，是真正為守護生命、守護健康、守護愛而建醫院。院長很貼心，知道師父想要的方向，他很細心、很關心大家，負起慈濟醫療的任務，也讓我很放心。」

「愛心是人的本性，人間總是無法平安祥和，就是因為脫離了本性之愛；我很感恩同仁們都能將這分本性之愛發揮出來。院長把握住合心、和氣、互愛、協力的原則，細心照顧同仁，帶領大家合慈濟心——守護生命、守護健康、守護愛，並且照顧慈濟人，他知道師父很珍惜與慈濟人的這分情，還會代替師父到資深委員家裏探望。現在四大志業都有能力運作，當初為了成就志業而勸募的慈濟委員，已經老邁、生病了，換我們用既有的能量關懷當初付

出的人。這就是『念情』，感念菩薩覺有情，彼此感恩回饋。」

「你們志願行醫，難得能與志同道合的人共同付出，除了認真更有真誠。師父創立慈濟醫院，沒有想要從醫院得到什麼樣的利益，唯有將慈濟人募集的愛集中起來，成就愛的醫療。」上人說，若沒有慈濟人向大眾勸募，就沒有力量建設慈濟醫院，無從凝聚醫療團隊的愛心，成就真正有愛的醫療。很感恩各地慈濟醫院的院長們領導團隊，承擔共同的任務，守護生命、守護健康、守護愛，這是慈濟醫療的目標，也是從醫者的志節與情操；如果同仁都能守好這分志節與情操，慈濟醫院就是培植醫德的好環境。

上人拿起粽串模型說明，慈善、醫療、教育、人文等四大志業各有系統，但相互貫通，每個「粽串」之下有各部門，一顆一

顆粽子包起來，靠著一條一條粽繩去綁，這一條條繩子就是精神理念，貫通到總繩結，有共同的

志向。這一串粽子有故事，很希望大家都能了解慈濟的起源，貫通源頭的精神理念。請院長們拉

好粽串，做好管理，帶領全院發揮守護生命、守護健康、守護愛的慈濟精神。

【靜思小語】道理要講得通、讓人聽得懂，才能入人心。

## 講得通，聽得懂

167

《農十二月·初七至初八》

無量義，大教育

元月六日，上人與志業體主管談及當年離家到臺東，與馬蘭糖廠王耀民課長一家人結緣，他們是虔誠佛教徒，女兒王郁清剛進小學；「那時候我還沒出家，在他們家看到日文版《法華經大講座》，了解到『法華三部』。當年郁清大約八、九歲，彼此覺

得很有緣，她要拜我為師父。她父母就說：『好啊，靜思，你如果出家，我們郁清是你第一個弟子。』就很歡喜地讓她先拜師父。」

與姚仁祿、黃思賢師兄及臺北慈濟醫院趙有誠院長談話時，上人表示看到尼泊爾藍昆尼的僧眾誦《無量義經》，覺得很感動；他們往昔沒有接觸過《無量義

經》，而今星馬慈濟人將《無量義經》帶到佛陀出生地，當地僧眾遂有因緣讀誦這部經典。

「《無量義經》是我從日文版《法華經大講座》發現的。當時我與修道法師到臺東佛教蓮社講經，認識了郁清的媽媽。她聽我們在蓮社說話，聽得很歡喜，就請我們去參觀臺東馬蘭糖廠，然後到他們的宿舍。我在他們家

今年元月尼泊爾藍昆尼歲末祝福，創古度母寺法師帶領大眾以尼泊爾語恭誦《無量義經·德行品第一》梵唄。

（攝影／洪肇民）



的書架上看到《法華經大講座》，了解到『法華三部』，不只有《法華經》，還有開經的《無量義經》與結尾的《觀普賢菩薩行法經》，我深受其中的《無量義經》吸引。」

「《無量義經》三品內容很貼近世間，我們四大志業的精神都在裏面，尤其是『醫王大醫王，分別病相，曉了藥性，隨病授藥』等句，可以說我會建醫院，也受到這一部經的影響。最初看到《無量義經》很受震撼，覺得看到了佛法入世的精神，對人間有大教育。」

有其人，有其事

元月七日，上人與人文志業主管等人談話，提及慈濟人接觸到慈濟後的人生轉折，有很多很精彩的故事。在佛典當中，《阿

含經》就有很多人故事，不只有佛陀時代的故事，還有佛陀講到許久之、長遠劫前的故事。又如敦煌石窟的經變圖，不是用文字講故事，而是用畫圖、雕刻表達。隨著時代變化，現在要用文字、語言，還可以加上戲劇演繹等，讓大眾更容易接受，把佛法引入心中。

上人請師兄師姊們提起使命，將佛陀的人生故事寫好，不要各種神通變化的傳說，而是要搭配現在還能看得到的佛世遺跡實景，讓人了解到佛陀是真正曾經出現在人間的真實人物，有怎麼樣的經歷與感悟，讓他出家求道、修行覺悟。「佛經裏一些飛天遁地的神通描述，我在講經時不會照著說，而是經過我自己的理解與編輯，要講得通，讓人聽得懂；講述讓大家覺得真實、合理的內容。」

# 調和人間

1879

《農十二月·初九至初十》



## 彙編歷史，回報慈濟人

元月八日與志業體主管談話，上人期許人文志業把握時間，認真做出讓慈濟人有傳家意義的作品。「這件事非做不可，將近六十年來，慈濟真正對臺灣、對國際有助益。這不是我們自誇，而是真的有一群人長年累月在付出。所以，如果可以有一個融合影音、文字的紀錄，最重要的是文字。先做出有科技感，能吸引年輕人，讓他們願意深入了解文字內容，也將其中展現的法吸收入心；而且對於每一位委員的家庭，都有獨特的紀念價值，而且

有傳承歷史的古樸之感，讓子孫後輩覺得很珍貴，值得世世代代傳下去。」

上人也提到隨著科技發展而快速汰舊換新，所以要找到可以永恆保存的方法。「是日已過」，不論大家有什麼想法與建議，都要及時提出來，經過討論與篩選，直到有最適合的選項，就認真執行。沒有慈濟人，就沒有現在的慈濟，做這份「傳家寶」，就等於慈濟回報慈濟人。

上人說，佛陀給予慧命，慈濟也是運用慧命，發揮在這個時代的人事物，很真誠、很實在地在人間膚慰苦難。人們受苦，不

是用口頭關心或肢體的膚慰就能解除，有人窮困飢餓，所需要的是糧食救濟；有人身有病痛，所需要的是醫療救治。人間有種種苦，都要因應衆生的需要而付出。現在這個時代，衆生之病在於心不調和、理念不調，造成世界亂象；不調和的觀念是因為貪、瞋、癡導致，要用智慧設法調整。

「慈濟一直以來所做的事，都在祥和社會、造福人間。僅僅是教聯會成立，運用靜思語教學的老師遍布全臺與離島的各級學校，受教的孩子也會影響家庭，對臺灣社會有一股淨化的力量。」上人對主管們談到，要將參加過



美國洛杉磯元月七日起發生世紀山火，全球志工總督導黃思賢師兄說明災況。

(1月9日)

教聯會的老師、校長們再凝聚起來；過去曾經編輯《大愛引航》等教案也很有教育價值，是不少人的精神食糧，所以現在構思設計「傳家寶」贈予慈濟人，也要用以感恩老師們及教案編輯者。

上人說，靜思法脈的延續，是法脈人的責任；而慈濟宗門已立，慈濟立宗不是只在佛教的範圍裏開山立宗，而是開出人間的一條道路，不分種族、國籍，總是得知哪裏有苦難、哪裏有人需要，慈濟就到哪裏去付出。要給慈濟人的紀念品或傳家寶，要將精神理念化為文字，還要設計、製作出高品質，讓人看起來就覺得值得珍藏。

上人說，過去的慈濟歷史紀錄要再彙整，若放由散落而致不見，會對不起那個時代辛苦投入的人。就如最初在花蓮市成立義診所時，幾位省立花蓮醫院的醫

師前來襄助，包括張有傳、張澄溫醫師父子，還有黃博施醫師、朱隆陽醫師、鄒永宏醫師等人，除了定期在義診所為貧苦病患看診，也會利用假期搭巴士到較遠的鄉鎮去付出。還記得有一座橋，是火車和汽車共用，有一次義診的巴士輪子被鐵軌卡住，眼看著火車就要來了，很緊張，幸好有驚無險通過。

「我們從義診到蓋醫院的過程，現在的新進者大多不清楚，所以人文志業要將資料整理好並呈現出來。」上人說，將早期做志業，筆路藍縷的辛苦歷程展現出來，也能讓大眾知道慈濟是如何做出今天的成果，讓國際感受到臺灣的大愛；過去慈濟人總是低頭做事，走過幾十年歲月，也應該抬起頭來看廣布國際的「藍天白雲」，感恩走入慈濟，用生命、用力量去付出的慈濟人，給



予真誠的回饋。

上人請人文志業將過去出版品盤點清楚，做好彙整，留下一「文字般若」。「我常提起大藏經是佛陀入滅許久之後，才有口頭上的集結；口耳相傳的法到幾百年後才有文字紀錄，難以確認是否佛陀原話，後人只能掌握佛陀的精神理念，揣摩佛陀覺悟以後的心靈境界。佛陀為眾生開示，引導眾生悟入佛陀思想，等於為我們開一條道路，而且引導要如何走，分寸不能偏差，所以佛陀是人間導師，讓我們走在正確的方向，建立正知、正見、正思惟。」

「我們現在要將佛法導入人間，也要把握這個原則，而慈濟做到了，但不是靠一個人做出來的，是有這麼多人，共同往這個方向合力去做，分寸不偏移，才將這條路走得愈長遠、愈寬廣。」上人說，寶貴的資料不能遺漏，

而且要留有文字，唯有文字才能留住慧命。

### 對治疫病，中西醫合療

元月九日與王志宏師兄、呂慈悅師姊以及王端正執行長等人談話時，提到現在流感疫情升溫，還有不同的病毒肆虐，上人說起早期臺灣社會若有感冒流行，在各個家庭裏會煮芥菜、蕃薯、薑，薑是老薑，要煮得辣辣地，加以對治，這是民間的祕方，材料也很容易取得。

上人認為在感冒大流行時，中醫、西醫都可以研究對治的方法，中西醫合療；除了中藥與西藥，也可以研究民間的食療，也許用自然的方法提升免疫力，可以讓疾病不藥而癒。

談及「傳家寶」的設計，上人表示，只要掌握觀念、擬定方

案，就要把握時間去進行，要在慈濟六十周年慶之前完成；無論是書籍或紀念品，都要實際製作生產。

### 如規如矩，認真每一天

與志業體主管談話時，上人提到般若部的經典很多，《心經》則濃縮般若經典的精神，成為二百六十字。

「我們是用色眼看人，還是用法眼看人？若用色眼看人，就是辨別所看到的是哪一位，認識某某人是什麼樣貌；聽這個人在說什麼話，在現場用直覺反應，就是六根接觸六塵而產生六識。眼睛看到形貌、耳朵聽到聲音，都是各人的眼耳功能，出聲的人則是動舌根。各人的六根，也要使用得恰恰好，否則當一個人要講話，另一個人搶話，彼此重疊，

說不清也聽不清，就很不恰當。」

佛法名相中，有諸多法數，王端正執行長說，六根、六塵、六識，總共為十八界。上人言，其實認真做每天的事情，如規矩把事情做好，就是最如法。

談及草木成分的研究和製作有益人體健康的產品，上人期許醫療與教育志業持續合作，做出

更多利益人群的成品。「草木皆有靈，各有可以運用的成分。上一趟行腳時，康芮颱風把精舍園區的樹木吹倒了，包括樟樹、肖楠等樹木，常住將鋸下來的樹幹、樹枝拿去萃取精油；這些精油可以去分析成分，各種樹木都不同。」

上人談到早期對弟子講經，如《四十二章經》、《佛遺教

經》、《八大人覺經》等，經文篇幅較短，自己都要求弟子背誦經文；不只是佛典，早期德慈師父等人還要背《論語》、《大學》等四書，自己對弟子很嚴格，而弟子都很聽話、很守規矩。現在是無法一一要求大家，不過幸好談話都有紀錄，將來一段段整理完成，就可以完整流傳。

【靜思小語】人間菩薩聞聲救苦，不是千處祈求千處現，而是千處有難千處現。

# 不請之師

1  
10  
11

《農十二月·十一至十二》



## 虔誠祈禱美國山火熄滅

元月十日，聆聽黃思賢師兄

及慈善志業熊士民副執行長報告美國加州山火災情，上人開示，天下事大，個人事小，在這個時

候，要把個己的恩怨煩惱撥開，會合心力為「公」而投入，彼此要有大公無私的配合。

上人交代思賢師兄向美國慈濟人代為轉達自己的關心與掛念：「這個時候很需要我們挺身而出，表達生命的價值觀，而且要去當面膚慰，不是呼喚。呼喚與膚慰不同，若只是站在那裏呼喊，就少了情，所以要將師父這分情帶回美國，表達師父對大家的掛念與擔憂。」

「即使我們都很有心，很願意盡自己的力量，即使全心全力投入，還是孤軍力弱；必須彼此會合，人人都盡心力，借重群體的大力量去付出，才有辦法救助這麼大的災難。這次大火看起來已經是國家的大災難了，就算美國的國力很強，也經不起這麼大範圍的災難。」

「師父很關心這場災難，現在消防人員用盡方法仍無法撲滅大火，唯有靠大眾戒慎虔誠，慈濟人要堅定信念，帶動大眾依各

自的信仰虔誠祈禱；內心就是道場，要虔誠祈禱並發願。」上人說，天地威力非人能控制，需要群眾凝聚虔誠的心力，除了祈禱、發願，還要齋戒茹素，為美國、為天下祈求平安。

### 會合人力、物力、心力

美國總會曾慈慧執行長報告山火現況以及志工動員情形。上人表示資深者即使年紀大了，此時也要和團隊會合起來，為這波大災難付出心力，即使只是說話也能安撫人、安定人心。

「這個時候天下有大事，需要我們共同付出。聽你們說消防栓裏、消防管線沒有水，發揮不了作用；我們要讓慈濟像消防管線，而且管子裏面有水，水就是我們的心，否則只有做出形式但無心，無法感動人。」

上人說，與人互動時，難免在言談、行動中，會因為彼此的觀念或習慣不同而起摩擦，就好像路很狹窄，才會擋路，撞到別人；若將這一條路拓寬，就不會擋到、撞到人。不過在這條路還狹窄的時候，要更用心走，彼此讓一下，還是可以讓二、三個人同時通過，關鍵是要把心放寬。

「慈濟人是人間菩薩，『不請之師』，千處有難千處現，而非千處祈求千處現；不用等人來求，這個時候眾生有難，我們要及时去救度苦難。這一波是大災難，若沒有好好控制，以致大火繼續蔓延，會不堪設想。慈濟人要會合人力、物力，最重要是心力凝聚，才能夠去救援。」

上人感嘆，依照美國慈濟人的說明，這次山火也波及富人、名人聚居處，原本是風景很美的地方，福地居福人。但若有福地，



洛杉磯爆發多起山火，伊頓山火延燒一個月，空氣品質惡化，九千棟建築付之一炬，為加州史上破壞力第二強大火。  
(攝影／黃治華)

無福的人還是住不久，眾生共苦業，災難會集中在一起。「自造福則自得福，我們要有做才有得。如果想要得福卻沒有付出，哪有辦法得？這是很簡單的事相。真正行菩薩道是不著相，當眾生有難時，理所當然要即時現身，我期許慈濟人都是菩薩。」

「美國有此災難，臺灣本會也會支持賑災的力量，但是人力必須就地募集。」上人指示，急難救助時的一切行動都要保障人員平安；當大火過後，要了解民眾如何復建家園，再評估中長期援助。現在無論是對消防救災人員的照顧，或是對受災戶的援助，都要把慈濟人的菩薩情表達出來，拉長情才有辦法擴大愛，沒有情就不會有愛；慈濟人這分真誠付出的愛，要讓人感受得到。請大家要把握因緣，「菩薩所緣，緣苦眾生」，若沒有苦難眾生，

就沒有因緣會合菩薩共同付出。所以請大家擴大心量，以清淨心會合，及時為苦難眾生付出。

### 讓受助者感受愛與尊重

元月十一日，黃思賢師兄報告美國山火情況，上人說，大災難現前，首重專心投入救災；若還沒出力，就醞釀複雜的成見，造成的災禍會比火災還嚴重！故而總是教大家要戒慎虔誠——誠心守戒、虔誠祈禱。

「昨晚看新聞畫面，災區住宅的後面是一整片紅通通的火光，讓人感到很緊張。大火加上大風形成火團，火團燒斷了樹木，強風再吹，整團的火再飛到其他區域，火勢就再蔓延到更大的範圍。幾十年前，臺東大南村在颱風過後失火，把整片房屋燒毀。那是慈濟首次的大型急難賑災，

發放給受災戶在當時品質最好的台麗毛毯。」

「我們剛起步做救濟，就要給人最實用、品質好的物資，讓人

感覺真正受到幫助。從一開始我就抱著這分心，發揮真誠的愛與尊重，讓受助者『有感』。品質最好的毛毯，不是一戶只給一件，

一戶若有四個孩子，我們就給二件，有六個就給三件。要發放的衣服，是經過清洗、縫補、熨燙，整理得乾淨整齊才給他們。」

【靜思小語】翻轉困境，需要有心人，有心還要恆持；而且不只一個人，要一群人真誠付出。

## 有心還要恆持

1  
12  
13

《農曆十二月·十三至十四》



### 溯源二千五百多年前

元月十二日，唐美雲師姊向上人報告，將前往印度靈鷲山等地拍攝。上人說自己很認真，很迫切地想要把該做的事情做好，其中一項就是回饋佛陀的故鄉，

是因為感恩佛陀傳法，其思想理念對自己影響很大，才有有如今的慈濟。

「所以說溯源，要從這一生追溯到二千五百多年前，把佛陀的思想足跡做一次完整的巡禮，循著佛陀足跡走一趟，盡量將佛

陀當時的建築遺跡，以及修行的洞窟拍攝回來。」

上人談到佛陀出家修行、成道說法，都是徒步行走，而且常常是走走停停，有時會在某一個地方停留久一點，為當地人士說法，接引有緣的人跟隨佛陀出家

修行，短短幾十年的時間，實在無法走到多遠的範圍。佛世時的古印度有很多國家，其實是以城為國，城主就是國王，有些王國的王宮建築很簡單，一個國家也沒有多少人民。

「我們有很豐富的資料，只是沒有整體的盤點與整理，總是零零散散地發表，實在很可惜。慈濟這幾十年來，為天地人間做了多少事情；『為佛教，為眾生』是導師給我的使命，他輕輕一說，即使是說法時經常的叮嚀，我當弟子是重重地聽入心，而且很認真要做到，要彰顯佛教對人間的貢獻。」

若說現在是像法時期，即將進入末法，上人認為是佛法要重新再起之時，而非佛法即將消失，佛教徒要重新振作，所以要有使命感。美雲師姊是師父的弟子，要為了志業而付出心力，過去或

能遊戲人間，現在真正要回歸本性。「你的劇團已經很成熟，我們若賦予團員弘法利生的使命，大家百般武藝在身，可以借力使力，將佛法故事演繹得很生動，讓佛法道理從對白中表達出來。」

上人說，表達歷史故事，要有戲劇的脈絡，對白也很重要，可輔以文字，將重要的歷史事蹟顯露出來。「二千五百多年後，我們回歸佛陀故鄉，即使是佛世的建築遺跡，或在佛陀入滅後幾百年才興建的佛教遺跡，也可以顯示時間的過程，見證人類過去曾經有怎樣的生活。現在的科技發達，我們要用真誠的心，把過去的時間、空間與現在連結，將佛法形象化，為佛教留下故事，用戲劇將佛教歷史表達出來，這就是有形的文化，在慈濟稱為人文——由人用心設法表達過去的文化，延伸到現在與未來。」

「師父有此心，且你我師徒有緣，你們很願意來輔助我做這件事，與劉老師（劉若瑀）團隊結合彼此，把握因緣，真誠地用文藝、藝術的形式演繹歷史故事，讓有信仰的人很有興趣來了解。」

### 雖然困難但不捨放棄

元月十三日，全球合作暨青年發展室黃靜恩主任報告至西非獅子山共和國出團規畫。上人感嘆在獅子山的人道援助行動難以推展，關鍵需要有人下決心承擔，而且不能只有一個人，需要一群人真誠地付出身心力量去做。

「如果要去做，以小做大，從小範圍做起。」上人說，一般貧民散亂地居住在簡陋屋舍裏，偷接電線使用，很容易發生火災，而且一發不可收拾，會燒毀大範圍的房屋，讓居民又陷入一無所



慈濟於獅子山共和國人道援助行動已邁入十年，志工二〇二五年二月回訪，評估後續合作專案與人才培育規畫。（相片提供／慈濟美國總會）

有且沒有棲身之處的困境；一切從頭開始，又去找廢棄物搭建簡陋住屋。如果可以為他們搭建穩固住所，做好整體規畫，讓他們生活有規律，子弟也能受教育，就可以中止這樣的惡性循環，改善當前困境。需要的就是有心人，而且這分心要恆持，否則只是起初有人做事，一段時間以後就沒有人願意繼續投入。

獅子山共和國距離遙遠，尤其社會不安定、不平靜，也是阻礙慈善援助的因素之一。上人說：「我們並沒有特別的期待或要求，純粹是因為不捨居民窮苦。我們已經幫助了他們一段不算短的時間，有時他們若遇到災難，我們也會立刻去援助，但是他們當地沒有可以承擔的人，被動地等待慈善援助，實在無法翻轉困境，很無奈！」

「雖然無奈，但也不捨因此

就放棄他們，總是要把握因緣，當因緣具足，我們就好好地盤點人力去做。彼得神父對慈濟也很有心，雖然是不同的宗教，但是同樣為眾生而設想。我們都有誠意，慈濟能夠出物資，彼得神父可以帶動信徒出人力，在災難發生後，慈濟的慈善發放就可以委託他們進行，我們也很放心。但若長期耕耘，還需要有二、三位行政人員常駐當地，該如何？是要被動接案，或是自動去關懷，我們要先設想好。」

上人續言：「這是急不來的，因為一大片土地，到處都是垃圾，看了手就軟了。我曾經呼籲以工代賑，帶動居民把街道清一清，至少有一區可以當模範。若有一區做模範，至少能給居民有一個概念，看到這個區域乾淨、亮麗，覺得這樣很好，也願意跟進。」

上人亦言，要做到這個成

果，前提是這個區域的人能受教，不只是一時清理乾淨就好，無法長久保持；要讓他們有基本的衛

生觀念，長久保持環境整潔。他們能做到，就由他們當種子，帶動其他居民。「總是要教出能做

典範的人，再由他們去教別人，不然這麼廣大的範圍，我們實在照顧不到。」

【靜思小語】扮演好此生的角色，盡責任為人群奉獻，就是人生最大的享受。

## 細思人生意義

1  
14  
15

《農曆十二月·十五至十六》



不只救濟，還要教育

元月十四日，上人與人文志業王端正執行長及黃思賢師兄談話，思賢師兄談到過去與王志宏師兄到阿富汗賑災，因當地物資匱乏，幾個人輪流用一根湯匙舀食物吃。上人遂言，慈濟人要想辦法向大眾教育、提倡素食與衛

生，不只在臺灣，若有機會到世界上較為貧窮落後的國家地區，除了慈善救濟，也要協助他們維持基本的生活衛生。

談到佛陀故鄉專案中，對於居民的就業輔導及生活來源的開發，王執行長建議輔導居民製作貝葉刻字，作為紀念品流通；上人認為此舉能讓居民有事做且有

收入，也讓大家知道何謂「貝葉經」，最初的佛典文字就是如此記錄流傳。

上人說，若能把經典的樣貌復原，可讓大眾了解大約二千年前的印度文化，不只是佛經，書信也是用同樣的材料書寫。現在有一群很有才華的馬來西亞、新加坡慈濟人，放下事業，專注投

入推行佛陀故鄉專案，要翻轉居民貧苦生活，有師姊教導當地婦女做裁縫；除此之外，還可以再教他們做貝葉加工品，有人文復古的時代意義。或許在大家集思廣益之下，運用垂手可得的樹葉編織生活用品，藉此發展出手工業，讓居民不再無所事事，而能擁有一技之長，也不必遠赴外鄉打工，在家鄉漸漸穩定生活、改善經濟。

### 美國慈濟，家譜系列

美國慈濟三十五周年「家譜」系列，從二〇二四年三月起執行，以口述紀錄彙整撰寫而成，有逾四百位受訪的資深志工，投入文稿審閱修正、提供私人珍藏的老照片；全美人文真善美志工加入編輯團隊，撰寫圖文、收集史料、考證史實。行文以貼近人

物的真實個性為主，並透過每位主人翁的生命歷程故事，忠實呈現慈濟在美國發展的歷程，全系列共二十二本。

元月十五日，美國總會文史室主任范婷師姊報告家譜套書已進行編排付梓，黃思賢師兄、慈善志業熊士民副執行長在座。上人肯定道：「這可以讓慈濟人傳家，就是我們做這本書的價值。這麼多慈濟人，其中有很多婆婆媽媽，如果沒有做慈濟，人生不會這麼豐富精彩；即使晚年沒有家人陪在身邊，也在慈濟的大家庭裏，有這麼多法親的關懷和照顧。你們這群年輕的慈濟人，也要多與資深者聯絡感情。」

「慈濟人是菩薩，是覺有情人，不只照顧社區，也關懷整個社會。看看加州這次嚴重的山火災情，影響很大，慈濟人也要關懷、勉勵受災民眾，讓他們驚惶

的心平靜下來，且不會感到孤單。

必要時，慈濟會所與園區也可以提供場地讓打火英雄休息，或者供應餐食、茶水、物資給消防人員，並推動茹素。」

「我長久以來的心願，是希望空氣清新，減少污染，非素不可。若能讓更多人素食，就不會一直砍伐林地做畜牧場，減少屠宰殺生，也保護地球資源。借力使力，趁這個機會，我們想辦法對民眾做教育，提倡素食。」

感嘆大火不斷蔓延，災難擋不住，上人說：「此時唯有帶動人人共同一心，齋戒茹素，虔誠祈禱。這幾天，我總是觀想觀世音菩薩，期盼楊枝淨水遍灑，潤溼乾旱大地，平復這場大火。面對大災難，若人力不足，更要展現出虔誠的信心，借助諸佛菩薩、天龍八部的力量。不論信仰什麼宗教，都要虔誠祈禱。」



慈濟美國總會文史室主任范婷敬呈《慈濟美國35周年：家譜》系列叢書。

(1月15日)

### 醫病之間，情誼真摯

上人與臺中慈院神經內科曾啟育主任談人才培育：「要選擇真正有慈濟精神，而且醫病之間也要有良好的醫病情，這樣的醫師才會體貼病人的苦難，所以要帶動醫師們培養好醫病情。」

「人生的價值不在財富多寡，要細思人生的意義在哪裏？生命中互有交集，而且有真摯的情誼，這是真的很難得。現在的社會有很多孤老者、獨居長者，不是沒有子孫，而是年輕人離鄉背井，在外地就學或就業，只剩老人在家鄉。我們在醫療崗位上接觸得到這些老人家，就要負起責任照顧他們，這就是價值。」

談到美國山火災情，上人提及《法華經》裏，佛陀形容三界如火宅，眾生都像火宅中的孩子，不知道趕快出離火宅，還在裏面

玩火。眼看火勢愈來愈大，長者在外面不斷呼喚孩子趕快出來啊！孩子仍然貪玩而不出來。所以長者就設方便法，有羊車、鹿車、大白牛車，以寶石瓔珞裝飾，運載許多寶藏，只要孩子願意出火宅，這三輛車任憑他們選擇。

「這三輛車就是佛法三乘的教法，大乘就是牛車，可以運載群生；羊車小乘、鹿車中乘，能載的人有限。修行如果只是獨善其身，不管世俗事，只想要了脫生死，其實很難，總是要把握當前能夠付出的機會，為人群而奉獻，這是最大的享受，我覺得這也是我這輩子很大的享受，很有價值。」

曾主任提及《無量義經》中，述說佛陀三十二相、八十種好，「而實無相非相色，一切有相眼對絕，無相之相有相身，眾生身相相亦然」，認為慈濟精神就在

其中；佛陀法身無相，但法身恆在，所要學習的是佛陀的法身。上人說：「你們現在是醫師，所扮演的相就是醫師，醫師也有法，能夠『分別病相，曉了藥性，隨

病授藥』；當醫師也要懂藥理、知藥性，才有辦法對病授藥。」

曾主任再提到「未能自度已能度人」之句，就是大乘精髓，無私為眾生，守持這個精神觀念，才

能讓佛法走入人間度眾生。上人說：「要自度，若己心無依靠，如何能讓人依靠？天主教的神父、基督教的牧師，同樣有一個宗教的依歸，才能向外弘法利生。」

【靜思小語】能夠在他人最需要時付出，就是生命中最有價值的時刻。

# 及時付出，盡力做到

## 116

《農十二月·十七》

### 對自己要有信心

上人與醫療志業林俊龍執行長、臺北慈濟醫院趙有誠院長及慈院主管們談話，提及看到現代種種現象，心很著急，「現在全球有八十多億人口，人心作怪、

貪欲難消，讓世間更為混亂，所以我常常說『來不及、來不及』。慈濟好不容易走到現在，這麼多人共同一個方向，為人間付出心力，做了這麼多事，大家要很珍惜，繼續精進。」

「慈濟人都很護持師父，都

說只要是師父要做的事，一定會響應；而我篤定了方向，要做事就不怕困難。即使負擔沉重，大家總是問：『錢在哪裏？』我都說，就在人人的口袋裏，只要我們做對的事情，就會有人響應。所以我對自己有信心，而且堅守

誠正信實原則，認定選擇的路是對的，就要殷勤精進往前走。『靜思法脈勤行道，慈濟宗門人間路』，即使你們在做的都是宗門的志業事務，最重要的是大家要有法脈的精神，我才会放心；如果只是用應付的心做慈濟事，不想探討法脈精神，總是徘徊在門外，我就很不放心。」

上人表示自己對於人才的要求，才華不是最重要，所注重的是真正願意承擔，而且了解、肯定慈濟，才有辦法延續法脈；要領眾的人，精神法脈要能表達得清清楚楚。

「天地廣大，道理浩瀚，要從哪裏學起？就像一個很口渴的人，走到溪邊看到清水很歡喜，趕快去捧起來喝，卻想著更上游的水更清澈甘甜，到底要到哪裏才能喝到最清澈的水？在那裏游移不定，仍然解不了渴；唯有把

握當下，趕緊捧起清水解渴。要對自己有信心，相信這一股水是清淨的，趕快救自己的命。」

### 從開始做到最後

針對美國加州山火賑災，上人透過網路視訊，與美國慈濟人連線，線上與會者有美國總會執行長曾慈慧，各合心區執行長、副執行長，合心組員、和氣組隊長等六十人。

上人聆聽師兄師姊分享並開示：「這一波火災很嚴重，這段時間要掌握資訊、調度人力與物力去付出，都很辛苦。我們不說辛苦，要說『幸福』，用誠心、誠意面對未來，還有很長遠的路要走，還有更多的事要做；從開始做到最後，圓滿結束，這就是慈濟精神。」

「這是天災，『天降大任

於斯人』，我們要共同承擔；我們在臺灣，很虔誠祝福美國，而且臺灣慈濟是你們的後盾，該做的要趕緊去做，要給予受災人有感覺的幫助，不要蜻蜓點水，是要讓他們得到真正有用的援助；若是覺得負擔過於沉重，就回報給臺灣本會，由本會支援。所以美國慈濟與臺灣本會的訊息要暢通，而在美國各州的慈濟人，都要就近關心大火災情，付出心力造福，讓這片土地平安，同時是造福自己。」

上人說，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，讓平時擁有的一切物資都消失了。此時慈濟人要凝聚人人虔誠的愛，積極有所為；面對天災的強大威力，唯有人人提起真誠的愛心，才能救助

需要的人，並且凝聚個人的虔誠祈求，上達諸佛諸天聽，讓諸佛諸天看見人間的大愛。請慈濟人要共同用大善、大愛、大誠意去付出，不要等待，在緊急的時刻，能做到的就要盡心力去做。

「這群住家燒毀的受災人，將來何去何從，目前還不知道，當前我們能做的是急難救助，其他地區的慈濟人則要趕快呼籲，凝聚大眾虔誠的心，期待這一波火災穩定或早日息滅。眾生共業，這次火災給我們很大的教育，我們現在就在學習，但是火還在燒，除了人力與物力的投入以外，還要借重大家虔誠的祈禱。」

美國師兄師姊關心上人法體，上人回應：「師父在這裏有很多人照顧，師父自己也很爭氣，所以你們放心。你們要照顧好人平安，在災區滅火救災的人，也要用誠意去關懷他們，只要我

們能做得好，就要及時付出。」

得知北加州慈濟人為洛杉磯山火啟動募心募愛，上人肯定並表示，不只要為賑災募款，最重要的是呼籲大家提高警覺，並發揮人間互助的誠意，把握造福的因緣。「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，所以我們用心付出的同時，要呼籲更多的朋友發揮力量，發心共造福田。」

上人說，大火平息之後，當急難救助告一段落，確實需要訪視勘查，而當前許多人受災陷入困境，無論富有或貧窮，肚子很餓沒得吃，難道認為他是富有的人，就不給他一碗飯吃嗎？急難時，喝水吃飯都要很及時給予，且天候寒冷，也要趕緊提供保暖的衣物或毛毯。

「不論貧富，災難一來，什麼都空掉了，尤其富有的人損失得

多，心靈的傷害比平常窮無一物的人更重。我們要用寬大的愛心去思考，在危急當中要及時用愛去膚慰這一群人的傷痛；菩薩度人就在這個時刻，其他州的慈濟人若有因緣，也可以前往付出。」

「這時候我們即時給予大愛，將來才能拉長情，待重建家園之後，也邀請他們投入大愛的力量，與慈濟會合，再向人間付出愛。救度眾生必須用方法，還要把把握因緣，倘若沒有因緣，也做不到。所以我們要將『覺有情』的這分長情，從一開始就拉住，讓他們度過難關，之後我們才教育大愛，這就是方法。」

上人叮嚀慈濟人投入急難救助之時，必須把自己照顧好，火災導致空氣品質很差，口罩一定要戴好，要確保自身安全。「目前較嚴重的火場大多已經控制住，我們就在外圍設服務站，如



慈濟北加州分會響應「馳援洛杉磯縣世紀山火」，志工在大型商場外募集愛心。

(攝影/陳柏翰)

果有受災難的人出來，我們用真誠的心膚慰他們。慈濟美國三十多年了，了解慈濟的人不多，我們真誠的付出，可以讓不知道慈濟的人認識慈濟，並且跟著我們走這一條菩薩大道。你們膚慰苦難人以後，把慈濟的精神介紹給他們，這也是弘法利生。」

「各位菩薩，師父很感恩在這個科技時代，讓美國各地的慈濟人同時聽到師父說話，這麼直接、清楚，教大家共同來為洛杉磯的這一波大火而付出，當前要及時做到，未來還有永續的關懷，感恩大家發大菩提心，為你們祝福！」

### 慈濟醫療有誠意

上人與臺北慈濟醫院趙有誠院長、喬麗華主祕談到慈濟在臺北建這所醫院，是很有誠意要在

此地守護健康、守護生命、守護愛，這分誠意至今有增無減。

「醫療是四大志業中很重要的一環，因為人有健康才有希望，除了人體健康，還有思想方向。」上人亦提到團隊的重要，「就像師父常說，儘管我當時發一念心成立慈濟，但若沒有眾緣會合，也沒有今天的四大志業、八大法印，所以我天天發自內心真誠感恩。」

上人說，各地慈濟醫院各有特色，尤其同仁們對於醫療工作的用心，他們與病人的互動，探究他們患病的起因之後，自我深刻反思與回饋，都讓人印象深刻。

「在臺中、在大林，我若聽他們做醫療報告，都會了解更多醫療保健常識，而且體會每一所醫院的人文，也聽到不同的人生故事，醫療團隊如何細心地為病人治療複雜病症、為傷患縫補傷口，每一所醫院都有其特色的親和感。」

「醫療攸關生命，要讓醫療良能順利發揮，各所醫院的領導者不能因為與某人的緣比較不好就排斥；為了培養人才，要心寬念純。人與人之間，難免會有看法不同的時候，雖然看法不同，但是目的相同，總是要為了人間而舉才。我也經歷過很多無明風，每一次難免覺得挫敗，但回過頭來，我總是感恩，經由這些事教育我，讓我了解要用什麼方式對待人。」

上人談到四大志業各有重要性，慈善國際化，只要有因緣可以幫助苦難人，慈濟會盡力去做到；尤其在災難發生的急難時

期，受災受苦的人很需要救助，慈濟要及時伸出援手，跨州甚至跨國會合力量去做。不要想說別的國家的事，與自己有何關係？地球是不斷轉動的，其實全球人都生活在同一片天空下、同一個地球上，某一個地方發生災難，對全球都有影響。

美國洛杉磯發生嚴重的山火災難，雖然洛杉磯在南加州，當地慈濟人立即動員，北加州慈濟人也前往南加州投入急難救助。

「我在視訊中告訴美國慈濟人，只要當地有需要，就盡力去做，物資或資金部分若有不足，臺灣

本會支持。北加州還有紐約等地的慈濟人已經自動上街頭募款。他們自己發心啟動，但無論如何，臺灣要作他們的後盾。」

「上街勸募不是只為募款，最重要的是讓大眾對天地環境的變化起警惕心。以前臺灣有不少慈濟人移民到澳洲、紐西蘭，回來以後說，那裏如同人間天堂，都沒有災難。我就對他們說，眾生共業，你們要多造福業，否則一旦惡業共聚的時候，災難擋不住。世間無常，國土危脆，若說人力有多強，天力比人力更強，天地的威力真的無法抵擋。」

【靜思小語】息滅心地煩惱無明，保護大地生機盎然。

## 護心地如大地

1  
17  
19

《農十二月·十八至二十》



### 捨小我，合大我

美國洛杉磯山火自一月七日起延燒，迄今約八萬二千四百人撤離。慈濟愛滿地聯絡處成立法親關懷安置中心，關懷並援助被撤離以及家中停電無法煮食的志工。洛杉磯官方成立二個災後復原中心，慈濟團隊從早上九點到晚上八點輪流值班，提供受災戶申請援助。

元月十七日透過視訊連線，上人對美國慈濟人說：「大家的身心都很疲累，真的很不捨，但是美國這一波，的確是大劫難，看到新聞畫面，真的是人間火宅！即使美國向來是國際舞臺上的大國，但是面對這樣大面積的林火災難，也不免有些吃力。」

上人期勉美國慈濟人要先向內自我穩定，這個階段很需要合心。「在長期相處中，難免各人

有各人的想法，各有各的方向，難以磨合。不過在這個時候，要撥開、捨棄小我，與大家合心，會合出一個無私大愛的大我。」

「眼見火勢還在蔓延中，不捨又無奈，但我還是對自己說：不能放棄，必須振作！想及觀世音菩薩，手持楊柳枝、淨水瓶，滴水遍灑大地；青綠色的楊柳枝，充滿盎然生機，點點滴滴的甘露水，就從這枝綠色的楊柳灑向大地，潤澤大地。心地如大地，無明的心地就如心靈的火宅，愛心就是甘露水，所以我們要會合愛心，滋潤人人的心地，息滅人心的煩惱無明。」

「我們都要發揮觀世音菩薩的精神，啟發人人本具的佛性，不只是顧好自己的安全，更要顧及人人的生機。我們的佛性不要睡著了，要自我覺悟起來，喚醒明覺覺的佛性，清清楚楚地投入

救災。」上人說，幾十年來，大家已經在慈濟培養出慈悲心，浸潤在愛的能量中，此時要振作精神，再度號召、呼籲其他不知不覺的人，共同響應這波賑濟工作。

「我雖然從不與人競爭，向來是與人無爭、與事無爭、與世無爭，但若世間有難，我必定會抬起頭來，積極努力去救助。我這一生，平時很冷靜，但是在冷靜中很有毅力，真要做事時，總是提起毅力去付出。」

「美國現在天色已晚，今晚大家安心睡眠，好好養息精神體力，明天再重整腳步，相互勉勵與打氣，共同提起信心、毅力、勇氣，力行感恩、尊重、愛，合和互協，為天下承擔使命！」

### 淨人心，護人間

元月十八日與姚仁祿師兄談



及美國洛杉磯山火災情，上人感嘆美國近年來多災多難；過去雖然也常有林火，但是遠離人群聚居處，大家不以為意，這次從遠處的起火點，就有火球隨著大風飛到其他區域，燒毀房屋。

上人說，要平伏災禍，必須淨化人心；要淨化人心，要先淨化環境，教大家保護山林大地，且要很有耐心地分析道理給他們聽。「要保護大地環境，就要控制好心靈的境界，心境如果沒有控制，外在的大環境都會受損。我覺得要呼籲媒體宣導，是很困難，不如我們自己來創立傳播媒體，用優美的畫面，高品質的影音、文字製作，為人間報真導正。」

### 真與誠，傳與承

元月十九日，臺北慈濟醫院醫療科與行政主管同仁與上人座

談。上人勉勵大家，有信心，還要定心，安住在這個有情有愛的大家庭。面對評鑑，大家「做我所說，說我所做」，讓人看到了、聽到了最真實的狀況，自然受到肯定。

「我們所做的一切都是出自誠意，而且正向不偏差；這一分真誠的感情會合起來，就會展現整齊之美。就如志業體主管同仁們與志工合起來，展現的經藏演繹，就有道氣莊嚴的整齊美；假使只有少少幾個人，無法構成如此壯觀又不失柔和的整齊之美。慈濟的整體美是全球性的，不只在臺灣的某一個點。只要人人啟發真誠的心，人人都可以得到；人人都能做到，整體自然整齊。」

上人說，自己雖然有「為佛教，為眾生」的願，但無法只憑一人之力去做到，創立慈濟之後，有許多人發揮心力，凝聚各方善

因緣，克服重重困難，才能建立四大志業、八大法印。「要做事，要有人，而且是許多有心人，對於慈濟有這分情，共同一心，才會有力量。」

「我們都是一家人，師徒之間，就如我對我的師父，他叮嚀我『為佛教，為眾生』，這六個字，我這一輩子做不完，下輩子要繼續做，生生世世不離開人間，要把這分志業永恆延續下去。不過，空檔時需要有人有慈濟人，以群眾之力維持整齊美；慈善、醫療、教育、人文，四大志業的真誠與愛之美，要永恆傳承。」

上人鼓勵慈院主管同仁們，一所醫院要做得好，少不了任何一個單位，即使是外包的清潔廠商，看到他們在為慈院維護整潔，都要感恩、尊重、疼惜以對；大家輕輕的一句「感恩」，會滲入他們的心裏。用情相待，用愛輔



慈濟於洛杉磯兩個聯絡處舉辦多場山火受災戶發放，二月九日是美國人重視的「超級盃週日」，志工依舊堅守崗位。  
(攝影／駱淑麗)

助，就是醫療志業的方向。

### 入人群，影響力

與呂慈悅師姊、優人神鼓劉若瑀師姊談《無量義經》梵唄時，上人表示眾生根機不同，說法者要因材施教，才能讓所有人都能理解道理；而佛陀說法是「三根普被」，不論是上根機、中根機、下根機，共同聽到佛陀說法，上根機者能深入領受與感覺，中根機與小根機者也覺得要做到並不容易。《法華經·藥草喻品》即用譬喻說明，大地上有小花小草，也有大樹，下雨之後，所有的植物都吸收到水分，只是多寡不同，就是譬喻不同根機的人，接受佛法有不同的感受與運用。

「其實佛法不深，不過聞法的人聽了有何感受，能不能力行？就如我的師父簡單交代我六

個字：『為佛教，為眾生』，我終生力行。為佛教，要如何把佛法傳遍，不分宗教都可以接受且做得到？要讓各宗教信仰者都可以融入群體，是我們要去合不同信仰的人，讓他們能夠接受，這是傳法的目標。」

「而且學習佛法，不能只在字裏行間作文章，最重要的是入世教化眾生，在生活中身體力行佛法。就如慈濟人，不論根機，他們聞法都歡喜接受；許多年長者聽到『垃圾變黃金，黃金變愛心，愛心化清流，清流繞全球』，即投入環保，做得法喜充滿。有人因為做環保而改變人生，改善家庭氣氛與人際關係，這都是法的作用，也是慈濟人走入人群的影響力。所以我為何想要將佛法譜成詞曲，就是希望讓大眾能接受，讓人喜歡其音律，字字句句很清晰，讓人琅琅上口。」

# 滋潤人心

1  
20

《農十二月·二十一》



## 穩立在國際平臺

美國慈濟人透過網路視訊，向上人報告洛杉磯山火目前狀況，以及慈濟賑災行動。上人叮嚀大家，山火無情，大家都要謹慎注意，保护好自身安全。已知受災人離開了災區，有的投親靠友，住宿與生活漸趨穩定，但畢竟是倉皇逃出火場，經濟上也許面臨困難，這是慈濟要關心、協助的部分；此外，他們在心靈上也很需要膚慰。

上人說，能夠在大災難中保得生命平安，已是有福之人。像是吳如真師姊的家也在這次大火中付之一炬，但她知曉無常、苦、

空的道理，在無常來臨時，有形之物瞬間成空，也深知「真空妙有」，「妙有」在心，所以心念一轉，就能夠暫時放下自家的創痛，立刻回過頭來幫助人。「慈濟人面對境界，可以自我膚慰，而且有法親的愛，這分能量支持著她，讓她能反過來膚慰別人。」

「雖然不捨她受災，但是師父想到她立刻跳脫受災的悲情，投入團隊為其他受災戶付出，覺得她是很勇敢的好弟子！她接受事實，放下被焚毀的假相物資，以真誠的一念去幫助別人，真的很了不起。我們的法親有此典範在前，我們不只要珍惜，還要學習她的智慧。」

「全美慈濟人都要積極啟動救災，不論北加州、南加州或在其他州，全美慈濟法親要彼此膚慰，合和互協，用愛與智慧投入。大家和和氣氣，彼此互道感恩，因為多了你的雙手、多了他的雙手，我們一手、千手、千千萬萬手伸出來，支援這次賑災，一定會比較輕鬆。」

「除了慈善救助，人文志業的記錄與報導也要做得好，不是要自我炫耀，但慈濟在美國已有三十多年，應該要有穩立之地，所以要把握因緣，以實力做到有效率幫助，以誠意站立在美國這個國際平臺上，千年百世延續『為佛教，為眾生』的精神。」

「大家很幸福，一定要再接再厲，莫忘師父對大家的期待，彼此合心，密切會合起來，同心協力熄滅這場有形的大火，啟發人人本具的無形佛性。未來的人間，災難避免不了，所以救災的經驗要代代相傳，這就是『大哉教育』；要負起責任傳承教育，自己就要以身作則，用真誠的愛來表達虔誠。」

「真誠的愛，是疼惜眾生

命；保護眾生的生命，就是養護、滋潤自己的心宅。我們的心靈像一個大宅邸，若能時時用愛滋潤，心地就不會乾燥，才不至於一點火就燃燒起來。不只在人與人之間要互愛，我們推廣素食，不食眾生肉，亦是以愛滋潤人心的教育。」上人說，天地間很多的災難，無法以人力抵擋；眼見這場無常大火，大家要有所覺醒。期待慈濟人心力和合，將師父每天

所說的法，一代一代地傳下去。

「美國和臺灣有時差，但是我們的心沒有秒差，任何一秒鐘都要貼合在一起。虔誠為大家祝福，還要勉勵大家即時造福，有做有得、有做有德，不做就不得，有做才能表達出我們的德，才能顯現我們的本性。我們是因為不忍眾生受苦難而做，自然有得有德，請大家共同努力。」

## 身為慈濟第一代

菲律賓慈濟人與上人座談，上人期勉大家把握因緣、善用時間，當下可以做到的事就要趕緊做好，不要等待。「每天有二十四個小時，每一個小時是三千六百秒，一天有八萬六千四百秒，每一秒不斷過去，如果凡事都說要等一下才做、等明天才完成、等明年再進行，人生無常，不知道

能不能等到我們預設的時間，完不成為人間造福的好事。」

「以我的觀念，就是要及時把握因緣，趕快去做。慈濟快要六十年了，就是從最開始的『五毛錢』起步，自從踏出第一步，步步都在精進，隨著時間不斷前進，步步踏實，分分秒秒都在利用，才能有今天的慈濟。」

「每一個家庭都要傳家業，慈濟需要傳志業，志業就是立志為人間做好事，並且起於行動，行善造福。你都是慈濟的第一代，要一代一代傳法脈，以善傳家，需要你們發揮智慧，鼓勵、教育子孫後代做好事、行善願，這就是智慧的教育。」上人說，有心造福，必須啟發智慧，方向才會偏差。所以師兄師姊們不只要傳承造福人間的使命，同時要傳承智慧在人間，讓世世代代都能福慧雙修。」

# 誠意感動天地

1  
21

《農曆十二月·二十一》



## 喚醒人心警覺

凌晨零點十七分，嘉義縣大埔鄉發生芮氏規模六點四、深度約九點七公里的淺層強震，臺南楠西區、白河區與東山區，因緊鄰震央，也傳出民房受損災情。

上人掛念災情，透過視訊連線，聽取臺南、嘉義、高雄慈濟人及臺南慈濟中學、大林慈濟醫院主管報告，慈善志業顏博文執行長、人文志業王端正執行長、醫療志業林俊龍執行長、教育志業王本榮執行長等人在座。精舍常住師父、張濟舵副執行長等人在花蓮本會透過連線與會。

臺南張文郎、嚴聖賢師兄、黃惠師姊等人在楠西區老人文康中心連線報告安置情形。上人說：「在災難發生之後，臺南多位居士們都很迅速反應，所以我比較安心。不過這次受災地區有許多年紀大的鄉親，要與鄰里長互動，詢問老人家們有什麼需求，需要什麼幫助，先去關懷他們。」

上人說，大家平時與鄰里長常有互動，此時更需要快速聯絡，傳達關心；地震突如其來，鄉親都受到驚嚇，慈濟人要趕快走近身邊膚慰，讓他們可以安心。請大家虔誠祈禱，並且呼籲大眾茹素，因為災難是擋不住的，唯有

淨化人心，才能減輕業力。「不論信仰什麼宗教，都要有虔誠的信念；慈濟人不斷宣導、帶動戒慎虔誠，茹素齋戒。」

住在震央大埔鄉的陳勵譚、林余淑卿師姊報平安，並表示會繼續關懷法親與鄉親。上人回應：「只要聽到大家平安，我就先安心；法親之間要彼此聯絡，相互關懷，也代替師父傳達關心與祝福，平安就是福。」

大林慈院賴寧生院長、劉鎮榮主祕報告地震後巡視院區，關懷斗六慈院、嘉義慈濟診所、大埔醫療站的情形。上人表達感恩並提醒：「可能還會有餘震，

回饋佛陀故鄉團隊分享心得，新加坡林金燕師姊敬呈以印度圍巾摺成的小熊，用以致贈戒酒成功的村民。

(1月21日)



所以不能掉以輕心；山路還不穩定，暫時不要上山，盡量照顧好大家的安全。」

高雄方上榮、潘機利師兄報平安，並已啟動法親關懷，一早也與張文郎師兄聯繫，臺南若有需要將支援人力、物力。

上人開示：「我們共同一心，我的心與大家同在。就美國洛杉磯林火的大災難來說，我這幾天的心都掛在那裏。想起曾經說過，哪怕是一隻小鳥，也會口銜樹枝、樹葉去沾水，想要撲滅森林大火；雖然是很不自量力，但最終感動了天地而降雨滅火。我們一定要有這一分信心，要發自內心的虔誠，去面對這場尚未停息的大火，持續不斷地呼喚大家戒慎虔誠，並推動素食，非素不可！」

上人說起早期臺灣有「五年二醮」的習俗，在五年中要作

醮二次，為地方祈安；在作醮的七天期間，人人虔誠茹素，連菜市場都禁屠。「經過五十多年，人們虔誠的信心慢慢淡薄，所以我也很擔憂，長久以往，大家會遺忘這分虔誠的信念。幸好在這五十多年來，慈濟人走入人間，呼籲大眾虔誠齋戒，且獲得響應，感覺還有一點效用。」

上人指出，天地威力強勁，是眾生共業所致；共惡業就成災難，共善業即成福報。這次天地一動，再次把人心震撼起來，將大家在睡夢中震醒。但願這麼一震，能喚醒大家有所警覺，重新建設這一念心，相勉發揮虔誠的愛心，付出真誠的行動。

「唯有真誠的心才能感動天地，所以我們要帶動人人虔誠造福。慈濟人在各地推動富有愛心店，響應的店家會放置竹筒撲滿，我們也可以設計，當有人投入一

個銅板，竹筒就會發出聲音，提醒大家要戒慎虔誠。此外，我們也要廣發訊息，膚慰人心之外，還能讓人眼睛看到、耳朵聽到法。」

上人說，目前看來，雖然地震過後有房屋倒塌或毀損，也有人受傷，但大致平安，這也讓大

家有所覺醒：天災擋不住，唯有淨化人心，所以要不斷地呼籲虔誠祈禱、齋戒茹素，讓人人提起這些信念並付諸行動。

「當前國際間除了有四大不調的天災發生，還有俄烏戰爭等人禍未歇；天災人禍並起，人心波動不已，但盼這波動盪能早日

平息，讓大眾平順度過災厄。讓人擔憂的事很多，但是不論如何，我們都要把握現在，能做快做、積極去做，因為世間無常，今日不知明日事。期盼眾生共造福、共行善，也許人心平和，災禍也能平靜下來；人心轉惡為善，天下自然能轉禍為福。」

【靜思小語】付出的物資有限量，善緣卻能恆久；情誼要延續，大愛要普及。

## 拉長情、擴大愛

1  
22

《農曆十二月·二十三》



陪伴重建，有所準備

美國林火視訊會議中，上人叮嚀美國師兄師姊們，這次災情

甚大，急難救助之後，未來還有長遠路要走，大家必須有所準備。「師父過去曾說，美國國土廣大，但慈濟人不多，萬一有事

需要付出，恐怕人力不足，現在已經證實我說的話了。只要投入的人多，愛的能量匯聚，就能凝聚大福氣，這股善的氣氛可以破

除災難。」

「其實，愛的付出不僅是為別人，同時是為自己，因為得到更多；我們一時的付出，是有限量的物資，得來的是永恆的善緣。在慈濟的大團體中，平常就要多互動，凝聚情誼；一旦有事發生，自然能夠即時會合力量。慈濟人是覺有情的菩薩，菩薩法親要時常相互勉勵與關懷，拉長這分菩薩情誼，才能擴大愛，造福天下人。」上人說，大家在人間用心拉長情、擴大愛，可以滋潤慧命，讓慧命不斷增長。

「生命有限，慧命無窮。每個人的壽命都有限量，即使是百歲以上的長壽之人，也終究有逝去的一天；但是慧命是生生世世連接，此生捨此投彼後，就會隨著有福的因緣，去到有情的慈濟大家庭中，所以我們這一生要盡形壽培養好慧命。」

上人指出，這波林火災情，

風助火勢，火球在空中飛，點燃其他區域的林木，以致大火蔓延，遲遲無法撲滅。想要破除這股無明風，唯有淨化人心。「看到大家頂著寒風雪凍上街勸募，我很感動大家的熱情，但內心有話要對大家說，請大家要照顧好自己的身體，人體的小乾坤要順著大乾坤而行。現在大乾坤四大不調，當地的低溫寒凍也是前所未有的，我們依順天候穿上大衣，還感到刺骨般的難受，何況那些受災人，他們暫住親友家，畢竟非長久之計；當他們回來重建家園，經濟上有困難時，我們就要思考如何發揮愛的能量，付出在前並陪伴到最後，直到他們生活穩定下來。」

「我的心天天不離這場大火，密切注意相關訊息。你們在美國，前線已經啟動賑災，我們

在臺灣也會及時支援；不論前線或後方，都要共同全力以赴。在受災鄉親的家園復建之路上，我們要多關心，安定他們惶恐茫然的心。就如被火焚燒過的大地，需要甘露水的滋潤。安慰是口頭上蜻蜓點水的話語，說過就沒有了；我們要給予的是長久的膚慰，長久用愛滋潤與陪伴。」

上人期勉全美慈濟人，不分東、西、南、北，都要盡心力展開復建援助、啟動膚慰關懷。菩薩情要自我啟動，透過這波賑災因緣，借力使力，只要盡一分心力，就能呼喚出自己內心的本性，激發出自己本有的愛心能量。大家在街頭寒風中勸募，實在很辛苦，但是大家都做到了，很令人佩服與感動；後續的發放，也要有所準備。希望師徒同心，全體合和互協，讓長情大愛普及人間，善緣廣結，造福人間。

【靜思小語】造福的人愈多，地方就會有福氣。鄰里有行善的風氣，社會就能祥和。

## 好鄰居

1  
23

《農十二月·二十四》

### 慈濟道場，在社區做典範

上人自去年十二月九日行腳北上，為各地慈濟人歲末祝福，一路南下至臺南時，因身體抱恙，十二月二十六日折返新店靜思堂靜養，今天即將返回花蓮，臨行前對北區師兄師姊以及臺北慈濟醫院主管同仁做感恩叮嚀。

上人感恩在座的資深慈濟人，幾十年來一直愛護師父，真誠護法，一心一志為慈濟而付出。全球慈濟人透過大愛臺或網路視訊，看到臺灣慈濟人的精進，也啟發他們的精進心，就地鞏固志業力量，堅定力行菩薩道，故而

臺灣慈濟人就是他們的典範。若沒有大家的投入，只靠自己孤掌難鳴；就因為有這麼多人，鼓掌的聲音會帶起熱烈的回響，讓靜思法脈鞏固，慈濟宗門敞開，接引全球慈濟人。

上人說，慈濟人各自有小家庭，而各地靜思堂、聯絡點等慈濟道場，是慈濟人的大家庭，將大家庭守得平安，對社會而言也是一大典範；要在社區廣結善緣，與人做好鄰居，接引鄰里鄉親，讓社區裏都是慈濟志工，這些社區的大家庭才能夠成為永久的大典範，所以請師兄師姊要持續不斷地招募人間菩薩，「菩薩

所緣，緣苦眾生」，畢竟人間多苦，所以要有愈多人願意行善造福，形成一股福氣，可以保護地方祥和平安。除了把握時間發揮生命價值，也要做好傳承，讓人間永遠有菩薩救度眾生。

上人說，慈濟人無論是做慈善救濟、賑災，都以整齊的團隊形象獲得大眾讚歎；有時為了一個大型活動，大家從事前的準備工作，到活動當天的各項工作，以及活動圓滿後的收拾場地，長時間付出心力，照顧好每一個細節，即使身體勞累，但都是甘願做、歡喜受，做得法喜充滿，這樣的精神就堪為典範。

這次出門行腳四十多天，跨

過新曆年，在新店靜思堂二十九天，上人感恩師兄師姊們天天守護著師父，在生活上的各方面照顧著師父，都是用心用愛付出，讓自己很感恩。這段時間在這裏也沒有空閒過，照常與主管們討論、處理諸多志業事務，尤其美國洛杉磯林火非常嚴重，故而頻頻呼喚大家要戒慎虔誠祈禱、要

茹素齋戒，不只是為美國，而是為天下祈求平安。

為天下祈安，不能只有一時虔誠，只有幾天茹素齋戒，過後依然故我。上人指出，眾生的共業是長年的無明造作累積而來，如此沉重的業力也需要眾生長期虔誠齋戒，淨化心靈、改善言行，才能減輕業力的影響。

雖然十二月二十五日之後就

【靜思小語】不只分秒不空過，分秒都要實用。

## 分秒有價值

1  
24  
25

《農十二月·二十五至二十六》

### 教學相長，共同精進

農曆年節即將到來，元月二

十四日志業體主管同仁們辭歲拜年後，上人與四大志業主管座談。提及人才培育，上人表示，「院

校合一」能一貫栽培出好品格的優秀人才，醫療與教育志業要緊密互動，老師用心培育學生，並



且推薦好人才，讓院方了解學生的情形；學生畢業到醫院任職以後，主管也要觀察同仁與病人的互動，栽培真誠用愛守護生命的良醫。醫與學就如天平兩端，在學的品格與在醫療崗位的品德要平衡並重，天平才能穩定。

「優秀醫療人才的養成，要先經過扎實的學習，而且畢業之後仍不能放棄學習，因為科技不斷進步，醫療方面的技術也是不斷更新，永遠學不完，需要不斷跟進。」上人說，花蓮慈濟醫院頻頻獲獎，但並非為了得獎而與人競爭，而是大家平時老老實實、扎扎實實地做，真正做出貢獻而得到肯定，這樣的好品質要永恆傳續，不斷培養出品學兼優，為解救人間病苦而持續精進的醫療人才。

「有良師才有優良的學生，所以老師也要精進，學校也要與

醫院合作，不斷加強研究。對於醫療同仁而言，若沒有病人，所學就沒有發揮的餘地，也無法累積醫療經驗，所以要用感恩的心對待病人。同理，老師也要感恩學生真誠受教；學無止境，老師盡教育的本分，並且不斷精進，才能以身教引導學生踏實學習。」

一句話說「五百年前師度徒，五百年後徒度師」，上人指出教育是教學相長，老師與學生都還在學習，要彼此鼓勵、共同精進，建立「學德」。即使目標遠大，仍要有自信，認定方向就不斷前進。就如自己拜師時得到「為佛教，為眾生」的叮嚀，然而佛法深奧，要如何為佛教？就從為眾生做起，「眾生無邊誓願度」，明知眾生無邊，但立誓要度眾生；要如何度？就是教導眾生回歸清淨無染的清淨心，為天下眾生而行菩薩道，願意向善、

無私付出，故而自己創立慈濟，

現在已經可以看到志業成果。就如花蓮慈濟護理部導入AI人工智能照護糖尿病友的發想和成果，獲得SZO代表國際級的金獎標章，是長年付出的成果受到肯定。

「雖然我不求名也不求利，不過看到志業體得獎，也會感到很欣慰、很感恩。眾生有眾生相，菩薩也要有菩薩的方向，我們得到肯定，自我認證方向是對的，就要繼續往前走；雖然人生有限，但我們願力無窮，就如運動場上接棒，一代一代接力前進。」

### 天下米籬，甘願挑起

與花蓮慈院主管同仁座談時，上人與眾共勉把握時間發揮生命價值，不只分秒不空過，而且分秒都要實用，慈濟志業就是由許多人把握每一分秒用心盡力

而成就。

上人談到慈濟在克難中成立，當時還沒有建設靜思精舍，自己帶著常住借住在普明寺後方的小木屋，生活很清苦，既要做手工維持生活，還要做慈善，再辛苦仍然堅定走來，才能有這麼多慈濟人凝聚大眾的愛心力量，成就如今的慈濟志業，能在國際間發揮良能，把握因緣關懷、幫助天下苦難人。「回顧過去，我也覺得自己很大膽，自不量力；但是我也很讚歎自己，既發一念心，話說出去了，我一定身體力行，這一點直到現在都沒有變。」

上人說，慈濟挑起天下米籬，這並非形容詞，而是全球慈濟人真正做到，只要哪裏有需要，有因緣能幫助得到，大家就會盡力設法去幫助。就如美國洛杉磯山火災情嚴重，美國慈濟人的急難救助行動尚在持續，除了現值卡、

物資發放，還要承擔香積，供應茶水、熱食。這段時間，當地慈濟人很勞累，但是他們不喊苦，都是很歡喜、很甘願地去付出。

在慈濟的發源地臺灣，慈濟人遍布各鄉鎮，更能立即反應，幫助受災受難的人，或是長期關懷、援助社區裏的貧病孤老。「師父想為社會人間做的事，慈濟人都樂於承擔；他們不會抱怨為何師父要做這麼多，總是感恩師父讓他們有事可做，能夠為社會盡一分心力，所以我時時真誠感恩天下慈濟人。」

上人說，慈濟醫院少不了志工作伴，醫療志工作為醫病橋梁，照顧醫療同仁，也關懷、陪伴病人及家屬。「慈濟醫療守護生命、守護健康、守護愛；不論面對何等棘手的狀況，醫療團隊皆是合和互協，盡心力救治，所以你們得獎是理所當然，這樣的肯定也



花蓮慈濟醫院勇奪國家生技醫療品質獎大獎，護理部主任鍾惠君（右四）、泌尿部主任郭漢崇（左三）代表團隊領獎。（攝影／羅景豐）

是大家生命價值的認證。你們經常獲獎，要分享、要發表，讓慈濟人知道慈濟醫療得到什麼獎項，受到臺灣與國際醫學界的肯定，對無私付出的慈濟志工而言，這是最大的回報。」

### 掘出清泉，生生不息

元月二十五日，大陸華東江蘇省、上海市、浙江省、安徽省約七百位志工齊聚蘇州志業園區，透過網路視訊向上人拜年。蘇州慈濟門診部李桂心院長分享後，上人感恩李院長專心守護在

園區，照顧這一片土地上的老人家，維護他們的身體健康，也讓他們的心靈感受到愛。慈濟醫療是抱著菩薩精神，愛護需要愛的人；人間有愛，才有溫暖的感受。

孔斌斌是孔子第七十五代孫，為孔蕩大愛村居民，今年和阜寧多位志工一起報名見習志工。上人說，自己很尊敬至聖先師孔子，經常在對大家說話時也引用《論語》，聖人的智慧要代代相傳。看到當地祭孔活動，孩子們整齊有禮，這也是孔子的教育，有禮者從言行展現道理；但願優良傳統教育，由後代子孫發

揚光大。

華東靜思弟子共同發願要當掘井人。上人開示：「我們大家共同一心，發揮大愛，讓大地湧出清淨無染的泉水，讓大地生生不息。你我因緣是永恆的，即使我年紀大了，將來也會再來與你們一起努力，讓慈濟的湧泉持續滋潤大地。感恩與祝福大家，要精進喔！菩薩道上永遠有你、有他還有我，我們一起往前進。看到蘇州的醫療志業已經鞏固，慈善也在那裏發揮得很好，感受到美善的人文，很感恩。祝福大家新年快樂，平安吉祥！」

【靜思小語】虔誠懺悔，反省有沒有做過壞事，還要自問做過多少好事。

## 讓善念勝過惡念

1  
26

《農十二月·二十七》



### 合為一輛開闊的大白牛車

美國慈濟人透過網路視訊報告洛杉磯山火賑災行動，簡報中顯示被火燒過的焦黑大地，過去美麗的房屋與街景只剩斷垣殘壁，讓人感受到受災家庭的悲悽。上人對師兄師姊們說，林火燒了將近二十天，青翠的山林大地哪能堪得起？火勢不知何時才能完全熄滅，還是要繼續凝聚大眾的虔誠心，無論信仰，都要虔誠祈禱。

「若缺了虔誠反省的心，還會不斷做錯事、做有違天理的事；業力累積到一定程度，業報顯發而遭遇災難，則『獲罪於天，無所禱也』，這時才想要禱告，已經來不及了。過去造業，現在受報；但是未來是平安或受罪，就要靠現在，虔誠反省、懺悔過錯，確實改過，就還來得及補救。」

上人說，各宗教都有戒律規範，虔誠信仰者會用心守規戒；但是凡夫心總在煩惱迷茫中，時間久了就忘記信仰，忘記守戒、守本分，也不如剛開始精進。所以佛陀形容三界如火宅，因為眾生無明造業，長時間累積了沉重的眾生共業，以致世間災難頻起，眾生所生活的大地環境也快速毀壞。所以佛陀廣設方便，接引眾生脫離覆滅的危機，就如「火宅喻」故事中的長者在火宅外面設三車，用載滿寶物的羊車、鹿車、大白牛車吸引火宅裏的孩子，佛陀說小乘、中乘、大乘法，因應眾生的根機而施教於眾生。

上人提醒師兄師姊，學佛不能執著於小乘，也不應該守在中乘，要回歸於大乘佛法，帶動、引導更多人離苦得樂。「這個天地大宅裏面，眾生無明，心中的無明就如一把火，隨時都會成為



慈濟二月十六日在聖谷愛滿地聯絡處與西洛杉磯聯絡處致贈受災戶物資與現值卡，針對洛杉磯山火第一階段急難救助賑災告一段落。

(攝影/周一帆)

點燃的火種，一不小心就造成大災難。我們不斷地自我反省，雖然沒有做過一件壞事，但還要自問：我是慈濟人，我做過多少的好事？盤點一下，自從走入慈濟，投入多少慈濟事。」

「你們認同師父的理念，也認為做好事讓心情最歡喜，所以堅定且用心走在這條路上。二、三十年過去，資深者年紀大了，現在要趕快將我們過去行菩薩道所做，所得的心安理得歡喜心，再延續下去；要好好招呼新進者，不分種族、國籍，只要有因

緣，都可以帶他們走進慈濟。」

「聽到美國各州的慈濟人紛紛準備上街勸募，我當然贊成；不只要募款，重要的是募心，讓人們知道這次災難造成不少人無家可歸，並且提醒大眾，即使是富裕人家，也抵擋不了大火。人生無常，要常作『無常觀』，這也是佛陀對我們的教育。時常都說美國的生活像天堂，其實這個天堂也在無常中。」

上人教美國師兄師姊，要陪伴受災者度過最辛苦的階段；相信將來他們恢復正常生活，心中

會有慈濟，也許聽到「慈濟」就有親切感，將來也是慈濟會員，或投入慈濟菩薩行列，所以這也是菩薩度眾生的因緣。

上人說，現在普天之下，有很多地方有災難，全球慈濟人要更加努力，帶動人人發善念勝過惡念，天下才能平安。「人類本來就生活在同一個大宅裏，大家要合心，即使每個人選擇的羊車、鹿車各不相同，我們要讓所有的車合為一輛開闊的大白牛車，在此時借緣來使力，共同精進用力，成就人間的幸福。」

【靜思小語】從心境到環境，從內到外展現氣質與修養。

## 修行者的氣質

1  
27

《農曆十二月·二十八》



### 化一秒鐘一念心為永恆

歲末常住集眾，上人在會客室透過視訊與在主堂的常住師父們開示。同在會客室者有德融師父等幾位資深師父。上人表示，要警悟人生無常，把握每一分秒，謹慎修行，隨著時間累積功德、增長慧命，不要讓寶貴的時光空白溜過，要讓此生的生命很有價值。

上人教大家都要深入了解靜思法脈源流，為慈濟宗門負起責任：「法脈是我們的慧命，宗門是我們現在的責任；既然現出家相，就要顧好修行的形象，做出典範以度化眾生。要度化眾生，不一定要說法，涵養道風、道氣，自然而然展現修養與氣質。」

「人人都在這個大家庭裏，雖然各有執事，如果有空檔，看到別人在忙，也不要袖手旁觀，

要利用我們這個色身的價值，出手幫忙；及時伸手幫助別人，自己也有所『得』，多結好緣——

有行動，才有所得，得就是德，而我們也會覺得很踏實，會有『我做到了』的歡喜快樂。」

「感恩大家在過去的每一天，都有盡本分。有職務，大家承擔；沒有輪到職務，也隨時伸手付出，所以我們的道場內外才能這麼乾淨。修行要讓心地如淨土，環境也如是，就因為人人都很願意付出，所以到處都是乾乾淨淨。」

上人說，修行道場是清淨地，大家身心也要保持乾淨，最重要的是讓心境清淨，要下功夫修除煩惱無明；身體也要保持整潔，雖然工作時會流汗，不過也要保持整潔不邋遢，讓人從外在的境界到修行者的身行，都感受到修行的道風與氣質。

「人身難得，佛法難聞」，

現在每天晨間，早課後聆聽「靜思晨語」，是重播上人過去講述的《靜思法髓妙蓮華》。上人表示，自己在書房裏也靜靜地聽重播的內容，自我回向。「聽聞自己說的法，我也覺得很感動。原來過去曾經有這樣的人間事相，多少年走過來，慈濟所修的法門是走入人群，是人間的菩薩道。」

上人提及每年歲末祝福的《慈濟大藏經》影片，短時間彙整了一年當中的慈濟大事記，這都是慈濟歷史，是全球慈濟人走过的路。慈濟人平時在居住地付出，將精舍當作心靈的家，年節時從各地歸來；感恩常住總會事先安排、做好準備，迎接慈濟法親，這也是靜思道場的道風。

靜思法脈的修行者，從一開始就是自力「耕」生，也做過多項手工維生；常住日常作務，不



只維持精舍生活，也要作天下慈濟人的後盾。「靜思精舍是慈濟人心靈的家，更是法脈的家；每一位慈濟人都是我們的法親，要讓人人回來，都可以從你們的威儀，以及你們接物待人的那一分的愛，感受到那一分法親的愛，這也是修行者度眾生的方法。」

「我們自力『耕』生，也不離『為佛教，為眾生』的初衷，這是導師對我的叮嚀，他一秒鐘輕輕說過，我重重記在內心。一秒的一念心，人人來累積；若有

二十人把握當下這一秒，就能踏實運用二十秒，三十人就有三十秒，大家同一個法脈，人人的心和合，共同為天下做事。」

上人表示，生、住、異、滅是心靈在每一秒鐘的過程，若發起一念心，將這念心放在意識中，並且從行動做出來，這一秒鐘的一念心就會成為永恆。「期待各位珍惜並把握生命，起心動念、開口動舌、舉手投足都往善的方向，手舉起來就是要做好事，腳走出去就是要行菩薩道，樹立起修行典範。」

上人也叮嚀大家要把身體照顧好，才能有力量為道場、為人間付出；能夠善用時間，才能成就德行。明天就是除夕，不斷有海內外的慈濟人「回家」，他們平時為慈濟而付出，此時回到法親之家、法髓之家，常住要真誠招呼，且自己的言行態度都要謹慎，彼此互助、隨時補位，讓從外地回來的菩薩感受到法親真情，也讓精神力量更加凝聚。祝福大家新年事事如意，日日法入心而法喜充滿，菩薩道上步步踏實，殷勤精進成就道業。

【靜思小語】祥和的環境來自於人心的平和，要彼此祝福、相互體恤。

## 一見面就歡喜

1  
28  
29

《農十二月·二十九至農正月初一》

### 日日新，日日心歡喜

元月二十八日，甲辰年除夕，許多海內外慈濟人攜家帶眷返回精舍團圓，十分熱鬧溫馨。圍爐前，上人在會客室連線觀看精舍各用餐區，為大眾開示祝福後，由常住師父承接圍爐紅包發至各定點。

上人祝福大家：「除夕夜，人人見面說好話，其實不是一年一度才相互祝福，我們要日日彼此祝福、彼此勉勵，是因為我們肯定自己的生命，也肯定別人，尤其難得有這群同心、同願的法親，要相互珍惜。在這樣的氣氛中，大家自然會精進。」

「時常提起一個實驗，準備二碗飯，對一碗飯天天說好話祝福它，這碗飯經過了幾天都還有清香；對另一碗飯，天天咒罵它，它很快就發霉腐壞了。人與人之

間亦同此理，人人本性清淨，都有善心善念，只是環境不同，養成不同的習氣。假如是在彼此互爭互鬥的環境，很難找出心平氣和的人；在彼此祝福、相互勉勵的環境，人心一定是平和的。慈濟人在這五十多年走過來，人人互愛關懷，彼此體恤，所以人與人之間，見面就有歡喜心，相互感恩與祝福，這個環境就很自然會祥和。」

「明天就是過年，過去這一年，天下災難很多，除了大自然的地水火風不調，還加上了人心不調，互爭互鬥的人禍，世間紛紛擾擾，讓人很擔心。災難是擋不住，但是我很希望人人要心存好念，彼此共善而且共行，造福人間，用福氣消弭災難。」

上人說，臺灣在過去這一年來大致平安，雖然遭遇幾次颱風，包括精舍園區的樹木被康芮颱風



靜思精舍除夕圍爐，常住師父承接福慧紅包，代表上人發予大眾，祝福新春平安。

(1月28日)

的強大陣風吹倒受災，不過很快就將有各地慈濟人回來，把被吹倒的樹扶起來並且支撐好，或重新種植，看了以後覺得比颱風前更鞏固。

「我從臺北回來的時候，車子從外面遠遠地開進來，我一直看著精舍，覺得很安心，整體安然無恙，園區綠意盎然，還是一個莊嚴道場；雖然人力無法勝天，可是災難過後可以靠人力快速來彌補。」

受冷氣團影響，臺灣今日普遍低溫。上人說起幾十年前，自己年幼、年輕時，冬天很冷，會讓老人家拿竹編的小火爐，裏面小火盆放著燒紅的炭，用以取暖。現在已經看不到有人用火爐，也因為科技發達，住家使用暖氣，這是現代人的福。希望人人在享福的同時，還要持續造福人間。

「歡迎弟子們回到法脈的大

家庭，大家歡歡喜喜圍爐。祝福人人新年事事如意，師父還要大家日日心歡喜，就如過年時，日日新，每天的心都清淨無染，天天快樂；要日日早起聞法，吸收佛法以增長慧命，生命是隨日過，但是慧命要日日增，日日行善造福，福慧雙修！」

### 大家庭，新春聚一堂

元月二十九日，乙巳年正月初一，全球慈濟人以清淨歡喜之心，於精舍現場或透過網路視訊，同步跟隨常住師父們做早課，並聆聽上人於早課後的開示。「時日匆匆，昨天已是『去年』，今日則是『新年』。昨晚圍爐，我們這個大家庭很大、很旺，慈濟人從海內外遠途歸來，二千多人共聚一堂。雖然我無法到齋堂，不過也從視訊畫面看到了，如同

參與大家的圍爐一樣，很歡喜！」

「這是一個大愛的大家庭，期待這個大家庭的成員年年增長，全球各地都有慈濟人為人間做事，讓大愛普及天下。很難得每年此時，大家利用春節假期回來，常住要疼惜、照顧慈濟菩薩，用法與大家分享，讚歎慈濟人做慈濟事。修行是向內自修身心，向外要走入人間行菩薩道，現在內外會合，要用心發揮法親之愛，把握因緣多招呼。」

「一年之計在於春，大地遇春豐足，萬物復甦，是生機旺盛之時，我們也要把握此時發心立願為人間付出，日日虔誠為天下祈求平安。這是我們應該有的誠意，與應該要負起的責任。除了自己造福，還要引導其他人，共同用心用愛造福人間，才能有足以庇護人間的福氣，讓四季氣候調和，天下無災難。」上人說，

天地大自然是大乾坤，人體則是小乾坤，大小乾坤都要四大調和，才能平安順遂；要維持身體健康，更要調和心靈，時時發好願，用心勤精進，請大家多用心！

### 盡責任，照顧好自己

各地慈濟人紛紛回來拜年，大林慈濟醫院賴俊良副院長並報告醫院通過評鑑，正式成為準醫學中心。上人開示：「主管同仁們要有信心，不是準醫學中心而已，要用醫學中心的標準要求自己，盡我們的誠意，顧好品質，繼續發揮守護生命、守護健康、守護愛的使命。」上人也感恩大林慈院照顧南部慈濟人：「法親菩薩們的年紀大了，有你們就近關心，代替師父關懷，很感恩！」

南非、史瓦帝尼、賴索托、辛巴威、莫三比克等非洲國家的

慈濟人經由視訊連線，向上人拜年。辛巴威朱金財師兄用閩南語獻唱〈慈濟之路〉，是以閩南語歌謠〈農村曲〉的韻調，由同修李照琴改寫歌詞為——透早就出門，天色漸漸光，為著要做善事，我入慈濟宗門。上人希望阮做人要仁慈，要守本分，當一個慈悲的慈濟人。

上人說，這是臺灣很早期的老歌，務農的人大清早就出門，是為了生活；而辛巴威慈濟人大清早出門，是為了做善事。師兄師姊將這首歌帶到辛巴威，用來帶動居民做慈濟事，勉勵居民做好人，很適當、很有智慧！感恩這對菩薩伴侶，牽手在這個苦難國家付出，帶著志工為居民鑿井、維修水井。水是人的大生命，無水不能生存，不過鑿井之後有淨水可用，大家要感恩、要珍惜，水資源不能浪費，請師兄師姊要

好好教導居民惜水、愛護水源。

莫三比克慈濟志工獻唱〈立願文〉，上人肯定大家咬字清楚，讓自己聽得懂；歌詞中「吾等弟子當謹記」，要記得師父說的話，聽入心化成行動，每位都是貼心弟子，而且是很飽滿的慈濟種子。期待每次視訊連線，可以看到更多茹素、聞法的精進志工。

中區慈濟人醫會紀邦杰醫師等人返回精舍拜年，並請上人保重法體。上人與眾共勉：「我覺得責任還很重，所以會好好照顧自己；你們也一樣，慈濟人都是責任重大，所以要照顧好自己，才有辦法照顧別人，要知道有很多人需要我們照顧，師父現在就是靠這分心念支持自己。你們就要學師父，聽從醫師的建議做保健，即使你們本身是醫師，不過不同科有不同的專業，要照醫師說的去。」

# 最好的回報

1  
30

《農正月·初二》



## 隨著時間的變與不變

廣東深圳與東莞慈濟人拜年，上人對大家說：「即使所在地區不同，不論身在何處，同樣都在這一顆地球上，而地球在宇宙中，看起來很渺小，卻涵蓋了無限生機，我們也需要倚靠地球的生機而活。雖然人間各方面的發展不斷進步，無論如何發展都要走正路，而我們開正道，是要讓人間能合和互協，合於一念愛心；人間不能缺少愛，沒有愛的人生會很孤單。」

師兄師姊提到貴州景觀，與慈濟在二十多年前去做慈善發放時相比，已經大不相同，因為高

上人拜年。施美雙師姊分享泉州慈濟的新家——泉州浮橋大愛美好生活館，並播放影片介紹內部空間。

上人回應：「看到每一個空間很寬敞、很明亮，而且很有法的味道；其中，環保回收有藝術創造，很令人讚歎！這是因為人心中有愛，尤其建築師以其美感設計，讓人感覺活潑有趣。雖然我無法去，但只要看到你們歡喜，我就很歡喜。感恩大家合和互協，共同以慈濟精神投入人群，用智慧、用方法淨化人間。」

福建廈門孫福加師兄與廈門師兄師姊，唱其自編之閩南語歌曲〈人間菩薩慈濟人〉：「環保菩薩尚古錐，各種資源來分類，上人佛法是精髓，愛護地球袂吃虧，人間菩薩慈濟人，阮的名字叫志工，遇到災難馬上動，幫助貧困有希望。誠正信實如大地，

速公路的開拓，如今交通方便，工商業也隨之發展建設；即使是旅遊業，也很需要人力，人多氣旺，為地方帶來旺盛生機。

慈濟人早年在貴州發放時認識的小女孩姚春芝，小年紀就很懂事，爸爸在外工作，她在家就扛起家務，看到慈濟人來訪，還會準備茶水，很有禮貌地招待客人。「當時的小春芝好可愛，二十多年過去了，現在已經為人母了，可見人生隨著時間，每一天都在無形中有所變化。但是人間菩薩的愛，無所求的付出永遠不變，只要看到我們走過的路，景象美化了；看到幫助過、輔導過的人生轉化，有所成就，總是

互相鼓勵認真做，改變習氣頭一題，每天付出無後悔。慈濟宗門人間路，志工精進來擁護，福慧雙修兩頭顧，淨化人心好前途。」

上人讚歎其才華，並肯定大家用心認真做環保，為環保而走入人群；大家心能合齊，就能展現真善美。環保很重要，要好好愛惜物命，盡量讓物品回收再利用。

## 藝術創作的弘法利生

東莞黃銘德師兄展示其創作之可旋轉的木雕音樂盒，造型圖案可多樣設計。談及靜思精舍舊大殿供奉的三尊佛菩薩像，上人說：「釋迦牟尼佛、地藏王菩薩、觀世音菩薩，是自從靜思精舍建設完成以後，就有這三尊像，代表靜思法脈做事的方向。因為我們入世，就要像地藏王菩薩，守護地獄門，不要讓眾生造惡入地

心生歡喜且充滿感恩。」

「不論她記不記得慈濟，我們總是付出了，每一次付出之後就感覺很歡喜。所以，我們回顧過去所做，看到幫助過的地方改善了，人們的生活無慮，也就很歡喜了，這就是我們行人間菩薩道的收穫。佛法說因緣，我們要時時造好因、結好緣，有機會付出就要把握，做到問心無愧，做得心滿意足，則時時安心歡喜，這就是最好的福報。」

## 慈濟路上永遠有你我

福建省福鼎市、泉州市、廈門市共四百多位志工透過視訊向

獄；觀世音菩薩是千處祈求千處現，淨化人心。」

「其實觀世音菩薩過去早已成佛，現菩薩身，也能現人間眾生相，在任何一个地方以慈悲心現不同的相度化人間。也許我在過去生，也有相互接引、度化的因緣，也發願度化人間；而此生為了度化人間，各人有各人不同的事業、不同的家業，有緣會合在一起，來完成人間的志業。」

上人舉例說明，唐美雲師姊面對鏡頭，演出歷史故事，穿著悉達多太子的服裝，在印度走過二千五百多年前太子經過的地方；為了度化人間，即使做戲劇也要有法。師兄做木雕藝品，也要有法可以解說，讓人拿到這個物品，就能看到其中所要表達的意義。方法要靠大家用智慧想出來，能夠做得完善，就能弘法利生。

# 不辛苦，是幸福

1  
31

《農曆正月·初三》



## 前線精進，後勤全力支援

美國慈濟人透過網路視訊向上人拜年，並與上人座談。現在雖然是華人重視的農曆年節，師兄師姊們仍然為了洛杉磯山火賑災事務而忙碌；上人說，慈濟人是名副其實的人間菩薩，不為自己求安樂，只願眾生得離苦，為了陪伴照顧受災人，無暇享用過年的團圓飯，總是盡這一分愛的能量去付出。前線的慈濟人勇猛精進，後勤的法親也盡力支援，菩薩覺有情，很令人佩服與感恩！

美國慈濟人在這三十多年來，境內若有災難，就會從各州會合力量去救助。就如這次南加州洛杉磯山火，其他州郡的慈濟人，不辭路遠而來助緣，或是在各自的居住區域上街頭勸募。天候寒冷，大家穿著厚厚的衣物，捧著愛心箱，冒著寒凍向大眾呼籲。

「街頭勸募是為了募心，要警惕大家：天下有難了，人間要有愛，唯有愛才能消弭災難。募一分錢，多對人說幾句話，借重因緣教育眾生，是用愛弘法，開闊心胸、不分宗教。」

「對於大家，師父很感恩也很不捨；感恩，是大家的愛很整齊地發動起來；不捨，是風雪中還出去外面站著勸募。大家『幸福』了——不說苦，也確實是福，造福人間，而且相信大家內心是歡喜的，完成了這一天的大愛使命；付出之後也回向給自己，要對自己說感恩，感恩自己有這念愛心，扎扎实實為人間付出，將這一天過得很有價值。」

上人教大家及時盤點：今天在每一條街上，遇到了多少愛人來付出，要好好記錄下來。有紀錄、有心得，法親之間可以相



北區書畫志工林旺錢師兄  
(中)分享「福祿壽喜」春聯作品。  
(1月31日)

互分享，彼此勉勵，借重因緣把愛心凝聚起來。

## 醫療傳法，提升精神理念

臺北慈濟醫院趙有誠院長領主管同仁返回精舍，先入座聆聽美國慈濟人分享與上人開示後，向上人拜年。上人說，慈濟四大志業起於慈善，因為做慈善，才能將慈濟因緣廣鋪全球，再與國際間的許多人結好緣。也因為做慈善，為了解開因病而貧、因貧而病的惡性循環，決定蓋醫院，建立了如今的醫療志業。一所醫院裏，除了醫師、護理師，各院系各司其職，缺一不可，即使過年期間也需要有人值守，隨時守護生命、守護健康、守護愛，醫療是人間不可或缺志業。

聽到醫療同仁分享個案，人生無常，有時稍微碰撞，就造

成危及性命的傷害，醫療團隊總是要幫助傷患與死神拔河。「每個人各有因緣，生命危急時，一邊是死神、一邊是福神，如果這個人的福報大，有好因緣，福神多出一點力，就能幫助醫療團隊把他搶救回來。但是有福的人守住了生命，恢復健康了，不知道能不能懂得利用身體來造福人間？」

上人期盼醫療志業也可以有傳法人，當醫療團隊救護病人，病人得救以後，「苦既拔已，復為說法」，讓其心得法而不再迷茫。「為佛教，為眾生」，過去是為眾生而創立四大志業、八大法印，步步踏實走過來，得到這麼多好因緣的護持，慈濟大愛才能繞全球。我們現在應該要為未來的延續，每一個志業都要做好傳承。雖然大家都知道慈濟是佛教團體，慈濟醫院是佛教醫院，

但是這所佛教的醫院有何內涵，除了救人性命、守護健康，精神理念為何？」

「我我想要讓人們的身心都健康，心有覺悟，行為自然就會偏差。當然無法像佛陀那般覺悟成道，最起碼讓人在迷途中，有一個明確的方向可以走。不排除其他宗教，但是我們也要多提升佛教，不要忘記佛法的精神理念。」

### 相互感恩，同行陡峭山路

越南陳大瑜師兄與師兄師姊十多人返回精舍拜年，王寬鴻師兄分享摩羯颱風過後，到災區發放的故事。發放前，志工家訪途中發現一名婦女躺在地上，旁邊另一位婦女抱著一個新生兒；原來是年輕孕婦從家中需徒步三小時才能走到衛生站分娩，卻在中

途就生產了。見產婦身體虛弱又沒有食物，志工趕緊到附近雜貨店買雞蛋與礦泉水，請老闆幫忙燒水煮蛋給產婦補充營養。

接著志工再前往其中一戶受災家庭訪視，由於道路陡峭又狹窄，只能步行而上。案主一家以耕作與養殖為生，但田地因土石流被掩埋；過了不久，案主的女兒回到家中，手中抱著新生兒，原來就是志工在途中所見的那位年輕產婦，這段巧遇令志工感到不可思議。

上人開示：「你們隨著因緣，從臺灣到越南去經商、生活；腳踏著那一片土地，頭頂著那一片天，用真心的愛回饋當地。無論在哪裏造福，都是自己做、自己得，大家要相互感恩，因為有法親相伴，才能有更大的因緣去付出。」

上人感嘆剛才師兄簡報中的

是大家共同走慈濟路的源頭，花蓮慈濟人有空就回來，多了解靜思法脈，更知道如何走慈濟的人間路，將慈濟精神鋪展到更廣闊的範圍。

「人生要有價值，總是要發揮功能，而且是發揮對人間有益的功能。走這條慈濟路就在利益人間，可以安心前進，並能走得很歡喜。有做有得，沒有做就沒

有收穫，所以還是要把握時間，多做多得，年紀大的要不斷傳承，中生代、新生代要發心立願承接，讓志業代代相傳。」

屏東戴敦仁老師分享，他將熬夜剪接的習慣改成晨起工作，反而覺得更順利。上人遂言：「雖說要把握時間，也要斟酌運用，師父最不希望你們熬夜。有時你們寫文章或剪輯影片，都是一坐

個案住屋甚為簡陋，是生活在臺灣難以想像的境界；也提到後續關心，慈濟人從河內到災區，每次都要爬山路，坡度很陡，路途遙遠，抵達案家大約五個小時，如果每三個月都前往，對志工們的體力與時間是一大負擔，可以在他們有需要下山的時候，相約送物資或補助生活費用。「很感恩大家克服很多困難去救助這個家庭，不過也要思考用其他方法，只要能確實幫助到他們，我們就安心。」

### 精舍過年，有空就常回來

「精舍過心年」功能組，包括人文真善美志工、交通組、活動組、書畫志工、機動組的師兄師姊與上人分享心得。上人感恩大家歡喜承擔精舍過年期間的許多事務，這裏是全球慈濟人的家，

下去就不知起身，這樣不可以，要設定一段時間就起來走一走，運動一下；我們要做的事情還很多，所以要照顧好身體健康。」

上人教在座的資深慈濟人要與過去一起做事的法親聯絡，了解這群老夥伴的近況，代為傳達師父的關心與掛念；大家要相互照顧，把學佛法、行菩薩道的慈濟因緣連接好，代代相傳好因緣。

## 《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【冬】之卷》裝訂：精裝本 定價：四〇〇元



（刊頭題字／胡念祖 刊頭攝影／蕭耀華 相片提供／花蓮本會 插圖／蘇芳霽）

# 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	17:30 現代心素派
03:52 大愛醫生館	11:30 大愛醫生館	17:54 大愛真健康
04:00 週一：人文講堂	11:45 人間菩提	18:00 大愛學漢醫
週二：志為人醫守護愛 2.0	12:00 大愛午安新聞	18:15 365 日日素
週三：生活地球村	12:30 大愛劇	18:20 仁心慧語
週四：映照人生	13:19 365 日日素	18:25 慈濟充滿愛
週五：大馬慈濟情	13:25 仁心慧語	18:30 高僧傳
04:30 法華經序	13:33 高僧傳	19:00 大愛夜安新聞
05:30 法譬如水	14:00 看美善學美善 - 美善劇場	19:45 人間菩提
06:30 大愛真健康	14:24 慈濟充滿愛	20:00 大愛劇
06:35 大愛早安新聞	14:30 週一：人文講堂	20:52 大愛醫生館
07:05 365 日日素	週二：行動現場	21:01 看美善學美善 - 美善劇場
07:15 大愛醫生館	週三：志為人醫守護愛 2.0	21:25 大愛真健康
07:30 現代心素派	週四：大愛全紀實	21:30 法譬如水
08:00 看美善學美善 - 美善劇場	週五：靜心瑜伽	22:26 仁心慧語
08:25 慈濟充滿愛	15:00 法譬如水	22:30 大愛學漢醫
08:30 人間菩提	16:00 大愛劇	22:45 人間菩提
08:45 法譬如水	16:52 大愛醫生館	23:00 大愛劇
09:45 大愛學漢醫		23:50 大愛醫生館

## ■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	09:45 365 日日素	17:30 大愛全紀實
02:30 行動現場	10:00 漢寶德 - 與歲月對話	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
07:05 365 日日素	13:33 大愛迷你劇場	22:30 漢寶德 - 與歲月對話
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
08:25 大愛真健康	16:15 365 日日素	23:30 行動現場
08:30 人間菩提	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	08:30 人間菩提	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	09:45 365 日日素	16:30 名人書房
04:00 證嚴上人說故事	10:00 漢寶德 - 與歲月對話	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
07:05 365 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 漢寶德 - 與歲月對話
07:30 青春愛讀書	13:33 大愛影展	22:45 人間菩提
08:25 大愛真健康	15:30 證嚴上人說故事	23:00 青春愛讀書

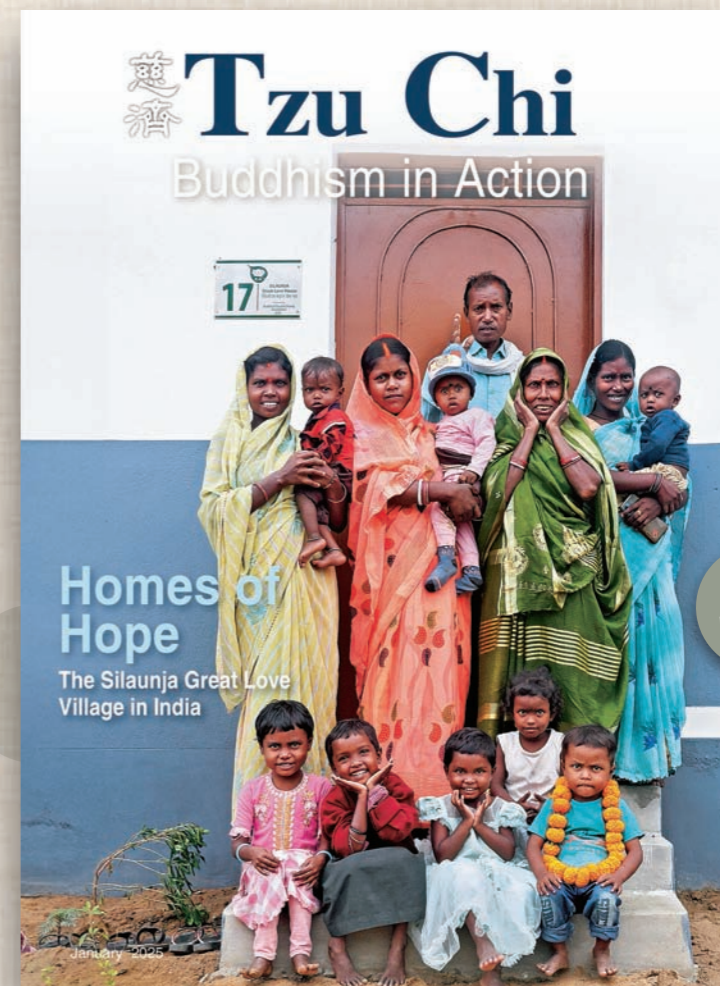
大愛電視官網



Youtube



大愛行



## 《慈濟》英文雙月刊

於一九九四年春創刊，以流暢易懂的英文  
 報導全球真善美人事物，啟發眾人的愛與善心，進而共同行動  
 創造更和諧美好的世界



- 臺灣地區讀者，單本一年份郵資 NT\$80
- 更多數量需求請洽讀者服務專線：  
**02-28989000 分機 1165**
- 海外地區讀者請洽當地慈濟分會索取
- 《慈濟》英文雙月刊網站閱讀請掃 QR code

# 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

■**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

**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:1-6514939388  
**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

■**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

■**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:64-9-2716976FAX:64-9-2724639  
**漢彌頓**（Hamilton）  
TEL/FAX:64-7-8541496

■**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

■**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:64-9-2716976FAX:64-9-2724639  
**漢彌頓**（Hamilton）  
TEL/FAX:64-7-8541496

■**玻利維亞 Bolivia**  
**聖塔庫魯茲**（Santa Cruz）  
TEL:591-3-3422856 FAX:591-3-3434224

■**玻利維亞 Bolivia**  
**聖塔庫魯茲**（Santa Cruz）  
TEL:591-3-3422856 FAX:591-3-3434224

# 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  
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  
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

### 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

## ■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

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  
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  
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

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



**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

慈濟廣播、大愛網路電臺

電話：02-28989999

大愛網路電臺 <http://daairadio.tw>

# 慈濟全球聯絡點



● 全球聯絡點

● 臺灣 海外聯絡點

■ **臺灣** **Taiwan****本會**（靜思書軒）971花蓮縣新城鄉康樂村精舍街88巷1號 TEL:03-8266779~03-8059966 0914-009966 FAX:03-8267776**志業中心－靜思堂**（靜思書軒）970花蓮市中央路3段703號 TEL:40510777轉4002、4004（市話直撥）0912-412600轉4002、4004（手機直撥）TEL:03-8460717（靜思書軒）**慈濟大學**（靜思書軒）970花蓮市中央路3段707號 TEL:03-8561825 FAX:03-8560977**臺北慈濟醫院**（靜思書軒）231新北市新店區建國路289號 TEL:02-66289779 TEL:02-82192217（靜思書軒）**臺中慈濟醫院**（靜思書軒）427臺中市潭子區豐興路1段88號 TEL:04-36060666 FAX:04-36021123**三義慈濟中醫醫院** 367苗栗縣三義鄉廣盛村16鄰八股路24之9號 TEL:037-558666**臺中慈濟護理之家**（日間照護中心）427臺中市潭子區豐興路1段66號 TEL:04-36060666 轉3786 日間照護中心轉2151**大林慈濟醫院**（靜思書軒）622嘉義縣大林鎮民生路2號 TEL:05-2648000 FAX:05-2648999 產後護理之家轉3029、3030、3033 住宿長照機構轉3835**嘉義慈濟診所** 600嘉義市西區驛站里1鄰仁愛路383號1樓 TEL:05-2167000**斗六慈濟醫院**（靜思書軒）640雲林縣斗六市雲林路2段248號 TEL:05-5372000 FAX:05-5370503**玉里慈濟醫院**（靜思書軒）981花蓮縣玉里鎮民權街1之1號 TEL:03-8882718 FAX:03-8881929**關山慈濟醫院** 956臺東縣關山鎮和平路125之5號 TEL:089-814880 FAX:089-814822**慈濟大學** 970花蓮市中央路3段701號（中央校區）TEL:03-8565301 FAX:03-8563604 970花蓮市介仁街67號（介仁校區）TEL:03-8572677 FAX:03-8567985 970花蓮市建國路2段880號（建國校區）TEL:03-8572158 FAX:03-8577261**慈濟大學附屬高級中學** 970花蓮市介仁街176號（中學部）TEL:03-8572823 FAX:03-8573273 970花蓮市介仁街178號（小學部）TEL:03-8578819 FAX:03-8573697 TEL:03-8578819轉351（幼兒園）FAX:03-8573697**臺南慈濟高級中學** 708臺南市安平區建平五街111號（中學部）TEL:06-2932323 FAX:06-2933838 708臺南市安平區文平路95號（小學部）TEL:06-2959595 FAX:06-2959955

**花蓮大愛幼兒園** 花蓮市中山路一段3巷182號1樓之7 TEL:02-40510777轉4063

**臺北大愛幼兒園** 新北市新店區建國路279號1樓 TEL:02-40510777轉4237

**臺中大愛幼兒園** 臺中市潭子區豐興路一段192巷62號 TEL:02-40510777轉4417

**大林大愛幼兒園** 嘉義縣大林鎮平林里下潭底81號 TEL:05-2648000轉8459**臺南大愛幼兒園** 臺南市仁德區仁義路226號 TEL:06-2493578**高雄大愛幼兒園** 高雄市三民區河堤南路50號 TEL:07-3987667轉4560**慈濟人文志業中心**（靜思書軒）112臺北市北投區立德路8號 TEL:02-28989000**靜思人文** TEL:02-28989888 FAX:02-28989889**中正紀念堂靜思書軒** 100臺北市中山南路21號 TEL:02-23560701**喜來登靜思書軒** 100臺北市忠孝東路1段12號1樓 TEL:02-23222437 FAX:02-23223582**臺北東區聯絡處**（靜思書軒）110臺北市松隆路327號1樓 TEL:02-27660971~5（會所）TEL:02-27662209（靜思書軒）**臺北舊分會**（大安聯絡處、靜思書軒）106臺北市忠孝東路3段217巷7弄35號 TEL:4051-0777轉4453 0912-412600轉4453（手機直撥）FAX:02-27761244**臺北分會**（新店靜思堂、靜思書軒）231新北市新店區建國路279號 TEL:02-22187770 FAX:02-22185852**關渡志業園區** 112臺北市北投區立德路8號 TEL:02-28989999**關渡靜思書軒** 112臺北市北投區立德路2號1樓 TEL:02-28989968**板橋志業園區**（靜思書軒）220新北市板橋區大觀路2段265巷15號 TEL:02-22753926 FAX:02-22753936**新泰聯絡處** 242新北市新莊區福營路165巷20號 TEL:02-8992-0485**新泰靜思小築** 242新北市新莊區新泰路413巷18號 TEL:02-8992-0484**三峽志業園區**（靜思書軒）237新北市三峽區介壽路1段498號 TEL:02-86710603 TEL:02-86713481（靜思書軒）**基隆靜思堂**（靜思書軒）204基隆市安樂區六合里樂利三街150號 TEL:02-2434-6988**中正聯絡處**（靜思書軒）100臺北市中正區羅斯福路1段135號 TEL:02-23415238**大同聯絡處**（靜思書軒）103臺北市大同區延平北路4段237號 TEL:02-25851001**中山聯絡處**（靜思小築）104臺北市建國北路3段42號 TEL:02-25180269 FAX:02-25180569**中山八德共修處** 104臺北市中山區八德路2段118號 TEL:02-27417348**松山聯絡處**（靜思書軒）105臺北市南京東路5段188號16樓 TEL:02-27485692 FAX:02-25283989**師大禪居共修處** 106臺北市和平東路1段117號B1 TEL：02-23922742**萬華聯絡處**（靜思書軒）108臺北市萬華區莒光路222號 TEL:02-23366526 ~7 FAX:02-23366528

**天母共修處** 111臺北市中山北路6段161號B1 TEL:05-264846755**士林雨農共修處** 111臺北市士林區雨農路62號1樓 TEL:02-28314676**內湖聯絡處**（靜思書軒）114臺北市內湖區成功路5段168號 TEL:02-27938563 FAX:02-27938565**汐止聯絡處**（靜思小築）221新北市汐止區福德一路392巷50號 TEL:02-26953366 FAX:02-26953377**永和聯絡處** 234新北市永和區永和路2段92巷1號3樓 TEL:02-29249040 FAX:02-29248935**永和靜思書軒** 235新北市永和區中山路1段128巷3號 TEL:02-29241370**雙和聯絡處**（靜思書軒）235新北市中和區中山路3段41號 TEL:02-82281628 FAX:02-82281528**三重聯絡處**（靜思書軒）241新北市三重區中正北路450號 TEL:02-29810310 FAX:02-29869871**蘆洲聯絡處**（靜思書軒）247新北市蘆洲區長樂路125號 TEL:02-22891193 FAX:02-82868034 TEL:02-82860597（靜思書軒）**鳳鳴共修處** 239新北市鶯歌區永和街184號 TEL:02-26795254 FAX:02-86776214**林口靜思書軒** 244新北市林口區佳林路166號1樓 TEL:02-26029409 FAX:02-26027010**桃園分會**（靜思書軒）330桃園市桃園區大業路1段307號 TEL:03-3586111 03-3170933（書軒）FAX:03-3586033（靜思書軒）**八德聯絡處** 334桃園市八德區興豐路1139號 TEL:03-3689797、03-3731607（靜思書軒）**永安聯絡處**（靜思書軒）330桃園市桃園區永安路189號7樓 TEL:03-3371303 FAX:03-3358893**中壢志業園區**（靜思書軒）320桃園市中壢區環中東路701號 TEL:03-4654148 FAX:03-4650001 TEL:03-4387306（靜思書軒）**中壢聯絡處**（靜思小築）320桃園市中壢區中山路493號 TEL:03-4919962 FAX:03-4919884**新竹聯絡處**（靜思書軒）300新竹市中華路5段208巷20號 TEL:03-5309955 FAX:03-5304999**竹東共修處** 310新竹縣竹東鎮文林路168號 TEL:03-5960118**竹南共修處**（靜思書軒）350苗栗縣竹南鎮光復路73號 TEL:037-472462**三義聯絡處** 367苗栗縣三義鄉廣盛村16鄰八股路24之15號 TEL:40510777轉4581~4582(市話直撥) 0912-412600轉4581~4582(手機直撥) FAX:037-876453**後龍共修處** 356苗栗縣後龍鎮南龍里信義街5鄰57-1號 TEL:037-723602**苑裡共修處**（靜思小築）358苗栗縣苑裡鎮中山路321號 TEL:037-856990**苗栗聯絡處**（靜思書軒）

360苗栗市福星里中華路243號 TEL:4051077轉4333、4334（市話直撥）0912412600轉4333、4334（手機直撥）**民權聯絡處**（靜思書軒）403臺中市西區民權路314巷2號 TEL:04-23054073 FAX:04-23019616**臺中分會**（靜思書軒）408臺中市南屯區文心南路113號 TEL:40510777轉4102-4106（市話直撥）0912-412600轉4102-4106（手機直撥）FAX:04-24735483**東大聯絡處**（靜思書軒）407臺中市西屯區東大路一段888號 TEL:04-24619497、04-24639407（書軒）FAX:04-24618538**大里聯絡處**（靜思書軒）412臺中市大里區里科街66號 TEL:40510777轉4423-4425（市話直撥）0912-412600轉4423-4425（手機直撥）FAX:04-24964626**太平共修處** 411臺中市太平區新平路3段394巷16號 TEL:04-23918130**豐原聯絡處**（靜思書軒）420臺中市豐原區自強南街77號 TEL:04-25131799 FAX:04-25131798 TEL:04-25277019（靜思書軒）**后里聯絡處**（靜思小築）421臺中市后里區甲后路三段145巷2號 TEL:04-25585261 FAX:04-25585401**東勢聯絡處**（靜思小築）423臺中市東勢區三民街199號 TEL：04-25772167 04-25772030**心田聯絡處** 427臺中市潭子區豐興路1段252號 TEL:40510777轉4396（市話直撥）0912-412600轉4396（手機直撥）FAX:04-25393059**臺中港區聯絡處**（靜思小築）433臺中市沙鹿區鎮南路2段472號 TEL:04-26312728 FAX:04-26318261**清水聯絡處**（靜思書軒、日間照護中心）436臺中市清水區五權路267號 TEL:04-26283236 FAX:04-26268486**大甲聯絡處**（靜思小築）437臺中市大甲區新政路456號 TEL:4051-0777轉4402-4405（市話）0912412600轉4402-4405（手機）FAX:04-26869147**彰化分會**（靜思書軒）504彰化縣秀水鄉鶯鳴村彰鹿路626號 TEL:04-7699340 FAX:04-7686860**員林聯絡處** 510彰化縣員林鎮員東路1段465號 TEL:04-8374193**南投聯絡處**（靜思書軒）540南投市菓菜路101號 TEL:049-2241169 FAX:049-2241379**草屯聯絡處**（靜思小築）542南投縣草屯鎮碧山路859號 TEL:049-2323249 FAX:049-2300249**埔里聯絡處**（靜思書軒）545南投縣埔里鎮中正一路100號 TEL:049-2997296 FAX:049-2997297**竹山聯絡處**（靜思小築）557南投縣竹山鎮延和里大智路52號 TEL:049-2659671 FAX:049-2654709**雲林聯絡處**（靜思小築）630雲林縣斗南鎮新生二路178號 TEL:05-5954196 FAX:05-5954197**西螺聯絡處** 648雲林縣西螺鎮大園里10鄰光復東路88號 TEL:05-5880034 FAX:05-5882481

**北港聯絡處**（靜思小築）651雲林縣北港鎮草湖里華勝路679號 TEL:05-7832270 FAX:05-7827950**嘉義聯絡處**（靜思書軒）600嘉義市彌陀路26號 TEL:05-2777852 FAX:05-2777853**嘉義志業園區** 600嘉義市博愛路2段469巷19號 TEL:05-2353318**臺南分會**（靜思書軒）717臺南市仁德區仁義路222號 TEL: 06-2792999 FAX:06-2493338**安平聯絡處**（靜思書軒）708臺南市安平區國平里國平路211號 TEL:06-2989111 FAX:06-2995111**佳里聯絡處**（靜思小築）722臺南市佳里區民安里同安寮7-1號 TEL:06-7224872**新營共修處**（靜思小築）730臺南市新營區長樂路1段378號 TEL:06-6352150**善化聯絡處**（靜思小築）741臺南市善化區小新里小新營346號 TEL:06-5832330**高雄分會**（靜思書軒）807高雄市三民區河堤南路50號 TEL:07-3987667 FAX:07-3987665**新興共修處** 800高雄市新興區開平里8鄰河南一路16號 0912-412600轉4242~4250（手機）**苓雅共修處** 802高雄市苓雅區苓雅一路2號 TEL:07-5367855**鹽埕共修處** 803高雄市鹽埕區必信街150號 TEL:07-5613357 0912-412600轉4396（手機直撥）FAX:04-25393059**臺中港區聯絡處**（靜思小築）433臺中市沙鹿區鎮南路2段472號 TEL:04-26312728 FAX:04-26318261**清水聯絡處**（靜思書軒、日間照護中心）436臺中市清水區五權路267號 TEL:04-26283236 FAX:04-26268486**大甲聯絡處**（靜思小築）437臺中市大甲區新政路456號 TEL:4051-0777轉4402-4405（市話）0912412600轉4402-4405（手機）FAX:04-26869147**鳳山聯絡處** 830高雄市鳳山區國泰路二段396號 TEL:07-7475132 FAX:07-7475517**大寮共修處**（靜思小築）831高雄市大寮區三隆里三隆路299號 TEL:07-7819480 07-7820552**大樹共修處** 840高雄市大樹區中正一路385號 TEL:07-4051-0777（市話直撥）0912412600轉4264（手機直撥）**草屯聯絡處**（靜思小築）542南投縣草屯鎮碧山路859號 TEL:049-2323249 FAX:049-2300249**埔里聯絡處**（靜思書軒）545南投縣埔里鎮中正一路100號 TEL:049-2997296 FAX:049-2997297**竹山聯絡處**（靜思小築）557南投縣竹山鎮延和里大智路52號 TEL:049-2659671 FAX:049-2654709**雲林聯絡處**（靜思小築）630雲林縣斗南鎮新生二路178號 TEL:05-5954196 FAX:05-5954197**西螺聯絡處** 648雲林縣西螺鎮大園里10鄰光復東路88號 TEL:05-5880034 FAX:05-5882481

**東港聯絡處**（靜思小築）928屏東縣東港鎮興東里14鄰沿海路171號 TEL:08-8321045**宜蘭聯絡處** 260宜蘭市東港路1段405號 TEL:03-9370289**羅東聯絡處**（靜思書軒）268宜蘭縣五結鄉五結路3段360號 TEL:03-9605711~2 FAX:03-9600396**鳳林共修處** 975花蓮縣鳳林鎮信義路321號 TEL:03-876-2578**玉里聯絡處** 981花蓮縣玉里鎮民權街56號 TEL:03-8888816**臺東聯絡處**（靜思小築）950臺東市四維路2段606號 TEL:089-225229、225279 FAX:089-238928**金門共修處** 893金門縣金湖鎮山外里南雄29號 TEL:082-334579**澎湖聯絡處**（靜思小築）880澎湖縣馬公市西文里13之2號 TEL:06-9211557 FAX:06-9211670

■ **中國大陸** **Mainland China****北京靜思書軒** 富貴園店：北京東城區東花市大街118號花市棗苑甲3-7號 TEL：86-10-51005558 北京書院店：北京市西城區前門西大街55號 TEL:86-10-83576080**上海靜思書軒** 長風店：上海市普陀區大渡河路168弄22號H棟1樓101室 TEL：86-21-61231841 昌化店：上海市普陀區昌化路826號1幢104號漢庭酒店1樓 TEL:86-21-52735827**蘇州靜思書院** 江蘇省蘇州市姑蘇區滾繡坊41號 TEL:86-512-65816171分機3102**蘇州慈濟志業園區**（景德靜思書軒）蘇州市姑蘇區景德路367號 TEL:86-512-80990980 FAX:86-512-65162885 TEL:86-512-80990980分機4202（書軒）**無錫靜思書軒**（湖濱店）無錫市濱湖區山水東路98號 TEL:86-0510-85555805**杭州靜思書軒**（南宋御街店）杭州市上城區南宋御街大井巷20號 TEL:86-571-86573839**浙江靜思書軒**（紹興店）浙江省紹興市越城區客運西站（幸福財富中心）11幢1號 TEL:86-755-85133292**廣州靜思書軒**（天河店）廣州市天河區華景新城華景路33號慈濟二樓 TEL:86-20-38208810**深圳靜思書軒**（福田店）深圳市福田區八卦二路鵬益花園1號群樓104（中信銀行旁） TEL:86-755-22380860**泉州靜思書軒**（新門店）福建省泉州市鯉城區新門街拓改工程北12# 27-29號（梨園古典劇院對面） TEL:86-595-22850338**福鼎靜思書軒**（古城店）福建省福鼎市古城南路120號 TEL:86-593-7832707**廈門靜思書軒** 湖裡店：湖裡區興隆路582號之一A 思明店：思明區禾祥西路12號103店

面 TEL:86-592-2285766 嘉禾店：湖裡區嘉禾路586號創新城大樓3樓 TEL:86-59-25718815**長春靜思書軒**（寬城店）吉林省長春市寬城區北京大街420號 百洋大廈1樓 TEL:86-431-82761800**山東靜思書軒**（青島東海店）山東省青島市市南區東海西路51號16棟網點一層C戶 TEL:86-532-58692826

■ **香港** **Hong Kong****香港分會** TEL:852-28937166 FAX:852-28937478**灣仔聯絡處** TEL:852-28922578 FAX:852-28922598**大圍聯絡處** TEL:852-23370158 FAX:852-26871889

■ **韓國** **Korea****京畿道**（Gyeonggi-do） TEL:82-10-6850-8188

■ **日本** **Japan****日本分會**（Tokyo） TEL:81-3-32035651 FAX:81-3-32035674

■ **菲律賓** **Philippines****菲律賓分會**（Manila） TEL/FAX:63-2-7320001**宿霧**（Cebu）TEL/FAX:63-32-3438587**三寶顏**（Zamboanga） TEL:63-62-9910226 FAX:63-62-9911048

■ **泰國** **Thailand****泰國分會**（Bangkok） TEL:66-2-3281161-3 FAX:66-2-3281160**芳籐支會**（Ampur Fang）暨**清邁慈濟小學**（Chiang Mai） TEL:66-53-382026 FAX:66-53-383059

■ **越南** **Vietnam****胡志明市**（Hochiminh City） TEL:84-28-38535001/38535003 FAX:84-28-38535055**河內**（Hanoi） TEL:84(0)24-35575957

■ **柬埔寨** **Cambodia****金邊**（Phnom Penh） TEL:855(23)890126/890211

■ **緬甸** **Myanmar****仰光**（Yangon） TEL:95(9)260032810、457496317

■ **馬來西亞** **Malaysia****雪隆分會**（KL&Selangor） TEL:603-62563800 FAX:603-62563801**馬來西亞分會**（Penang） TEL:604-2281013 FAX:604-2261013**巴生支會**（Klang） TEL:603-51662048 FAX:603-33242218**北海支會**（Butterworth） TEL:604-333101 FAX:604-3241013**大山腳**（Bukit Mertajam） TEL:604-5081013 FAX:604-5080013**怡保**（Ipoh） TEL:605-5471013**太平**（Taiping）TEL:6012-5200111**巴里文打**（Parit Buntar） TEL:605-7162184 FAX:604-5937546**高烏**（Pengkalan Hulu） TEL:6019-5918105**吉打分會**（Kedah） TEL:604-7311013 FAX:604-7321013**日得拉**（Jitra） TEL:604-9179013 FAX:604-9170117**蘭卡威**（Pulau Langkawi）

TEL/FAX:604-9666008**居林**（Kulim）TEL:6012-4739931**雙溪大年**（Sungai Petani） TEL/FAX:604-4218732**玻璃市**（Perlis） TEL/FAX:604-9763208**吉蘭丹支會**（Kelantan） TEL:609-7433013 FAX:609-7439013**登嘉樓**（Terengganu） TEL/FAX:609-6317703**彭亨**（Pahang） TEL:609-5172969 FAX:609-5172062**關丹**（Kuantan） TEL:609-5139061/5132969 FAX:609-5139062**淡馬魯及文德甲**（Temerloh&Mentakab） TEL:609-2778818**勞勿**（Raub） TEL:609-3561040 FAX:609-3563964**芙蓉**（Seremban） TEL:606-6331934/6331936 FAX:606-6331935**淡邊**（Tampin） TEL:606-4416068 FAX:606-4431068**馬六甲分會**（Melaka） TEL:606-2810818 FAX:606-2812796**新山支會**（Johor Baru） TEL:607-5547703 FAX:607-5541703**麻坡支會**（Muar） TEL:606-9544375 FAX:606-9544377**居鑾**（Kluang） TEL:607-7736115 FAX:607-7711266**哥打丁宜**（Kota Tinggi） TEL:607-8827736 FAX:607-8827737**峇株巴轄**（Batu Pahat） TEL:607-4311013 FAX:607-4337013**古晉支會**（Kuching） TEL:6082-344706/344707 FAX:6082-349707**美里**（Miri） TEL:6085-660013 FAX:6085-650013**詩巫**（Sibu） TEL/FAX:6084-349712**亞庇**（Kota Kinabalu） TEL:6088-381779/8382779 FAX:6088-383013

**根地咬**（Keningau） TEL/FAX:6087-338838**丹南**（Tenom） TEL:6087-737893**山打根**（Sandakan） TEL:6089-212886 FAX:6089-212893**斗湖**（Tawau） TEL:6010-4563059**檳城慈濟洗腎中心** TEL:604-2297211 FAX:604-2297213**北海慈濟洗腎中心** TEL:604-3331013 FAX:604-3241013**吉隆坡慈濟養珍中心** TEL:603-21421567 FAX:603-21421569**巴生慈濟義診中心** TEL:603-51662048**馬六甲慈濟義診中心** TEL:606-2866469**檳城慈濟幼兒園** TEL:605-2267703/604-2295054**峇六拜慈濟幼兒園**（Bayan Lepas） TEL:604-6438703**高淵慈濟幼兒園**（Nibong Tebal） TEL:604-5937703**北海慈濟幼兒園**（Bagan Ajam） TEL:604-3317703**慈濟大愛幼兒園**（吉隆坡甲洞） TEL:603-62563990**慈濟大愛幼兒園**（吉隆坡班丹英達） TEL:603-92016428

● 全球聯絡點

● 臺灣 海外聯絡點

● 全球聯絡點

● 臺灣 海外聯絡點

● 全球聯絡點

● 臺灣 海外聯絡點

● 全球聯絡點

● 臺灣 海外聯絡點

● 全球聯絡點

● 臺灣 海外聯絡點

● 全球聯絡點

● 臺灣 海外聯絡點

● 全球聯絡點

● 臺灣 海外聯絡點

● 全球聯絡點

● 臺灣 海外聯絡點

● 全球聯絡點

● 臺灣 海外聯絡點

● 全球聯絡點

● 臺灣 海外聯絡點

● 全球聯絡點

● 臺灣 海外聯絡點

● 全球聯絡點

● 臺灣 海外聯絡點

● 全球聯絡點

● 臺灣 海外聯絡點

● 全球聯絡點

● 臺灣 海外聯絡點

● 全球聯絡點

● 臺灣 海外聯絡點

● 全球聯絡點

● 臺灣 海外聯絡點

● 全球聯絡點

● 臺灣 海外聯絡點

● 全球聯絡點

● 臺灣 海外聯絡點



# 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



慈濟大學  
TZU CHI UNIVERSITY

## 教研與實作兼備 科學與人文互融 具有國際競爭力的慈濟大學

### 醫學院

醫學系  
藥學系  
醫學檢驗生物技術學系  
物理治療學系  
公共衛生學系  
分子生物暨人類遺傳學系  
醫學影像暨放射科學系

### 人文傳播暨社會科學院

傳播學系  
兒童發展與家庭教育學系  
社會工作學系  
人類發展與心理學系  
東方語文學系  
外國語文學系

### 護理學院

護理學系

### 智慧永續管理學院

資訊科技與管理學系  
醫務暨健康管理學系  
經營管理學系  
國際服務產業管理學士學位學程

### 生物醫學科技學院

醫學資訊學系  
生物醫學暨工程學系

### 五專護理科 原住民族學生單獨招生

- ◎ 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)
- ◎ 現場登記分發日期 (114年5月10日)



五專單獨招生

### 114學年度大學「繁星推薦」(普高生)

- ◎ 甄選會辦理報名 (114/3/11-114/3/12)
- ◎ 第1~7類學群錄取名單及第8類學群通過第1階段篩選結果 (114/3/18)
- ◎ 本校第8類學群(醫學系)第2階段指定項目報名 (114/3/19-114/4/7)
- ◎ 本校第8類學群(醫學系)第2階段甄試 (114/5/17)

### 114學年度大學「申請入學」

- ◎ 甄選會第1階段通過篩選公告 (114/3/27)
- ◎ 本校第2階段指定項目報名 (114/4/8-114/5/7)
- ◎ 本校第2階段指定項甄試 (114/5/16-114/5/24)

組別	學系	合計
翔飛A組	醫學檢驗生物技術學系1名、護理學系2名、醫學資訊學系1名、物理治療學系2名	6名

### 114學年度科技校院「繁星推薦」(技高生)

- ◎ 技專校院招生委員會聯合會報名 (114/3/12~3/19)
- ◎ 考生網路選填登記就讀志願序 (114/4/24~4/30)
- ◎ 公告統一發錄取名單 (114/5/6)

群組	學系	合計
電機與電子群	資訊科技與管理學系2名	14名
化工群	生物醫學暨工程學系1名	
商業與管理群	經營管理學系1名	
設計群	傳播學系2名	
家政群	兒童發展與家庭教育學系1名	
不分群	醫務暨健康管理學系1名、醫學影像暨放射科學系1名、護理學系2名、醫學資訊學系1名、社會工作學系1名、人類發展與心理學系1名	

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 不寄  
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 \_\_\_\_\_

隨喜助印慈濟月刊等平面刊物  
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」  
捐助人姓名、地址：同寄款人資料

戶名 慈濟傳播人文志業基金會  
姓名 \_\_\_\_\_  
地址 \_\_\_\_\_  
電話 \_\_\_\_\_

郵政劃撥帳號 98-0443-04  
金額 19905781  
儲蓄存款單  
元 拾 萬 仟 佰 拾 元

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

收據帳號戶名 \_\_\_\_\_  
存款金額 \_\_\_\_\_  
電話記錄 \_\_\_\_\_  
經辦局收款戳 \_\_\_\_\_

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



大學繁星推薦



申請入學連結



科技校院繁星

虛線內備供機器印錄用請勿填寫

## 點亮孩子心中的善念與語文潛力

本套六冊精美書籍附書盒，搭配活潑插畫，讓孩子在閱讀中學會感恩、尊重、愛與環保，探索人文禮節與蔬食主題。內文為中英對照並附注音，適合家長陪伴孩子一起閱讀、學齡孩童自己閱讀，或教師作為補充教材，可以邊學習雙語邊陶冶品德、增進閱讀能力。



### 兒童靜思語2 (中英對照) Jing Si Aphorisms for Kids 2

#### 書籍特色

- 2005年《兒童靜思語》(中英對照)經典重啓，全新選句。
- 培養品格與雙語能力。
- 插畫活潑生動，讓閱讀更有趣。



靜思書軒



靜思網路書軒



# 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
- 注意事項
- 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據郵局收訖章者無效。
- 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/m<sup>2</sup>) 保管五年



## ｜聽你說，陪你哭 馳援洛杉磯縣世紀山火｜

加州洛杉磯元月初大規模山火造成一萬八千多棟建築燒毀，許多居民一生努力化為烏有。美國慈濟人從一月十八日到二月十六日，在聖谷愛滿地聯絡處與西洛杉磯聯絡處展開發放；受災戶在志工親切的微笑和溫暖的擁抱中，緩解了傷痛，並帶著現值卡和物資展開重建。

（攝影／周一帆 美國加州洛杉磯 2025.2.2）★請見本期特別報導