

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

願世間
永無戰禍

敘利亞難民漂泊心聲

一特別報導

本刊榮獲行政院新聞局金鼎獎



588

2015年11月25日出刊

入慈濟法海

|| 社·論 ||

每

年歲末，是慈濟培訓志工歡喜期待的時刻，證嚴上人將親授委員慈證以及「福慧紅包」，象徵志工菩薩道的新里程碑。今年由六百餘位大陸志工來臺受證揭開序幕，本月初，他們在多日的精神研習後，圓滿領受上人祝福，以及入慈濟法海的心願。

中國大陸幅員廣大，志工來自東西南北不同省分，難得共聚一堂，回顧慈濟近半世紀以來濟世的軌跡，薰習在利他服務中長養的菩薩情懷，分享經驗。法親以情相互關懷，以紮實體驗的法共勉，期望菩提種子發榮滋長，撒播到更多角落。

許多志工原已接觸佛法，接觸慈濟後，深感其中「做中學，學中覺」的行銷法門契機，也為能變化氣質，提升品格的慈濟人文所吸引。引領他們入慈濟門的是當地來自臺灣的志工，他們用心呵護新發意志工，陪伴關懷甚至長達十餘年，以「難行能行，難捨能捨」的身教，感動愈來愈多的本地志工雖歷考驗而不退轉。

培訓過程中，不少大陸志工曾來臺參訪慈濟各地分會、環保站，以及心靈的故鄉——靜思精舍，這一趟尋根之

旅，見證了上人、精舍師父和無數慈濟人默默付出的堅實力量，處處得生命價值何在的法益啟發，更加深願力追隨。

在此次精神研習中，靜思精舍師父們勉勵大眾，要把握得人身、遇明師、聞佛法的難得因緣。聞佛法最受益的是自己，在生命的轉折中得以豁然開朗，體悟原來自己是有福之人，而能轉煩惱為菩提，知福、惜福、再造福。

志工們確有類似經驗，如不知如何給孩子正確人生觀，直到參加慈濟後，才找到方向，發現希望孩子變好，要先改變自己；當孩子親眼見證父母的轉變，自然受到潛移默化。也有人覺悟到，自己原來並未真正地體貼家人，來到慈濟才學習愛人，也發現愛的力量很大。

志工服務示現生老病死的循環，因緣果報歷歷不爽，提醒人此生應戒慎，莫再造惡緣。日常生活中雖沒有大惡，卻也受習氣纏縛，心難安穩，慈濟道場所修不外滅除習氣，時時轉念向善，在正確的道路上可以有自信而坦然地前進，成為更好的人。

人間多難，天災和烽火不斷，此時需要點亮人人的心燈，給他人帶來溫暖和希望。入慈濟法海，燈燈將相傳無盡。

慈

慎行大直道

無明輕動，易入險道，
差之毫釐，失之千里，
困於憂惱，流轉生死。

蠲除無明，群勤精進，
藉事修心，去塵沙惑，
大圓鏡智，慎行直道。

——證嚴上人·靜思晨語——



(攝影／李白士)

「苦」的切身感受

我是個很幸福的人，到土耳其參與慈濟志工對敘利亞難民發放的活動，才真正發覺「苦」的感受這麼切身！

此行之前，我才從尼泊爾賑災返臺。四月發生的強震，瞬間造成災難，即使國家窮困，也會設法幫助自己的子民；受災的居民彼此語言相通，也有親戚朋友可以投靠或幫忙。但是，身處土耳其的敘利亞難民卻不同，他們自戰火中逃出，經歷生死；離鄉背井，到了語言不通的新環境，天天面對食、衣、住、行的窘迫，心情隨之擺盪。

當我們在蘇丹加濟市菜市場舉辦發放，一位資深議員致詞時，突然有位敘利亞婦女很不客氣地當眾責難：「為什麼是慈濟志工遠從臺灣來幫助我們？土耳其政府呢？」她不斷地大聲指責，情況十分尷尬。

土耳其志工周如意師姊上前擁抱這位婦女，輕拍她的背安撫，希望她可以冷靜。

長年定居在伊斯坦堡的胡光中師兄後來上臺說話，提及政府其實努力幫助敘利亞民眾，慈濟志工在土耳其進行的所有援助活動，包括場地等種種協調，都獲得政府支持。敘利亞籍的主麻教授，也跟大家分享關於慈濟「竹筒歲月」的故事，並且邀請這位敘利亞婦女和第一排的貴賓坐在一起，觀看我們的發放典禮。

她看著我們對敘利亞民眾鞠躬贈送現值卡等物資，終於開心地笑了；旁人感受到她原本怨恨的心境開始逐漸轉變。

我最感動的是周如意師姊，她看著這位敘利亞婦女，自己竟哭了起來。她說，她哭是因為感受到對方的苦，卻不知道可以怎麼幫助對方。

上人時常提及，我們不該停在聲聞、緣覺的小乘境界

裏，應該「回小向大」，不只愛自己，更愛普天之下的一切眾生。我覺得周如意師姊心心念念的，就是想著怎麼幫助這些敘利亞難民。

我曾經在紀錄片裏看見一位敘利亞男士說：「這是我第一次向真主阿拉以外求助。」我不禁掉下眼淚。穆斯林對信仰十分虔誠，會說出這樣的話，可見是真的面臨萬不得已、走投無路的處境了。爾後，在慈濟志工的真誠相待裏，感受到宗教與種族之間的藩籬其實可以被跨越，天下一家，愛無盡。

當我在發放現場，站在對方的立場上感受，明白何謂「苦」。敘利亞難民接受的物資終會用盡，但是我相信，慈濟志工的愛與關懷會持續留在他們心上。

臺北 王明萌
(曾美雪整理)

童年友誼

十月隨臺灣關懷團前往土耳其，最不捨的是敘利亞孩童小小年紀就歷經顛沛流離，純真的眼神中透出的沈穩世故、成熟有禮，更令人心疼他們寄人籬下的堅強隱忍。

滿納海中小學借用當地宗教學校上課，敘利亞的學生在土耳其學生放學後，接著使用這些校區。許多土耳其的學生到校，幫忙慈濟志工打包要送給敘利亞孩子們的禮物。

我們被一大群半大不小的土耳其小男生包圍，活潑直爽地要我們用原子筆或麥克筆在他們的手臂上簽名；我被其中一位小男生從面前撲抱，途中還被小孩們雙手拍打著身體，有點不知所措；同團的師兄們事後提及，他們也體驗過這樣的熱情。

被熱切歡迎的同時，我也想到，敘利亞的孩子們每天上

學時會不會也如此活潑？

敘利亞難民的到來，降低了平均薪資，因為他們為了生活願意做任何工作；難民愈來愈多，租金愈來愈高，提高了物價水平。成人之間確實有一些衝突，但是敘利亞難民卻不得不選擇隱忍。

土耳其人並不熟悉敘利亞人的阿拉伯語，敘利亞人也不會講土耳其話；在土耳其的這八天，我只遇到四位會說英語的成年人。可想而知，語言隔閡所產生的距離與陌生，更是存在於兩國孩童之間。

小小年紀的土耳其孩童或許無法理解烽火無情和離鄉背景的苦，看到我們帶給敘利亞孩童的文具、足球與飛盤，顯得有些羨慕。蘇丹加濟市的教育局長迪米爾先生，希望志工們播放大愛臺紀錄片《星月下的愛》給土耳其學生們觀看，內容果然引起愛心回響。或許藉由這些方式，可以讓他們稍

稍了解國破家亡背後的眼淚與辛酸，減少彼此間的陌生感，讓敘利亞孩童在求學期間也有土耳其鄰居的友誼。

土耳其人和華裔留學生主動來協助我們打包物資，九十度鞠躬致贈物資給難民，給予擁抱和安慰。身無分文的敘利亞難民慷慨回捐物資給不在發放名單上的同胞，他們雖然物質困乏，內心卻富足。

難民再苦再窮，他們蝸居的家都布置得整齊乾淨，每個人穿著得體整潔，他們之中不乏知識份子和實業家，只是國家的內戰和動盪破壞了一切，讓人民畢生的一切化為烏有。

戰爭！這兩個字很沈、很重，身處其中的人又是什麼感受？看見無奈與悲哀，只嘆我能為他們做的事太少。但同時也看到人性的光輝，見證了跨越種族、宗教和文化的大愛，這是此行難忘的珍貴禮物。

臺中 洪芯宜

【慈濟月刊·歡迎投稿】

投稿地址：11259臺北市北投區立德路二號十二樓

慈濟月刊編輯部 傳真電話：02-28989994 e-mail：reader@tzuchi.org.tw



■特別報導

敘利亞難民漂泊心聲

10 願世間永無戰禍

撰文・李美儒 攝影・黃世澤

- 28 安住土耳其 撰文・蕭芳芬
- 31 父親的心聲 撰文・游孟雅
- 33 世間仍有美善 撰文・顧佩珍



今年十月在土耳其伊斯坦堡蘇丹加濟市國際文化中心，慈濟志工致贈敘利亞難民現值卡，提供助學生家庭生活補助金；街頭的敘利亞兒童，透過玻璃窗觀看。敘利亞內戰爆發四年來，逃往土耳其的難民約兩百萬人，其中四分之一為兒童，且高達三十六萬人失學。難民籌措高額費用才得以離鄉，在異國面對居住、醫療、生計及教育等窘境，慈濟志工自去年起展開慈善補助及助學。（攝影／黃世澤）

目錄

二〇一五年十一月二十五日出版 第588期

社論

1 入慈濟法海

無盡藏

6 大愛之道廣披寰宇 長情之路古往今來

證嚴上人

人間問路

35 不只是工作

撰文・張瑛芬

助人線上

42 陳朱定 慈悲定力三十載

撰文・李委煌 攝影・游錫璋

慈善臺灣

56 女兒的新廚房

撰文、攝影・王鳳娥

主題報導

58 「意外喪親・悲傷關懷」攝影・顏霖沼 繪圖・蘇芳霈

當人生從我們變成我

60 夢裏想起，他走了

撰文・鄭雅嫻

68 走回傷心地

撰文・楊舜斌

76 讓他自由自在飛

撰文・黃秀花

84 「諮商室」普安法師

整理・黃秀花

遺憾來不及說再見

92 「諮商室」彭榮邦老師

悲傷有期限嗎？

整理・楊舜斌

人醫之愛

102 安寧照護 從花蓮慈院到監獄

撰文、攝影・魏瑋廷

生命的禮物

108 醫病相疼惜

口述・陳鶯鶯 整理・鄭淑真

百川歸海

110 另一種朝聖

撰文・盧蕙馨

111 證嚴上人衲履足跡

釋德伋

《內容提要》

・近期國際間攻擊事件頻傳，屢屢造成重大傷亡。上人開示：「人禍比天災更可怕，而且影響深遠。要徹底解決人禍災難，唯有淨化人心。不能輕視自己小小的力量，要自淨心意，且以純真善念傳播善法，撫平人心動亂。改變人心，就能改善外在環境。」

阿板蕭法香

155 慎防心靈燒燙傷

撰文、插畫・阿板

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・2015年11月25日出版 第588期

發行人／釋證嚴 人文志業執行長／王端正 總編輯／王慧萍 主編／呂祥芳 撰述／黃秀花、李委煌、邱如蓮、鄭雅嫻、楊舜斌

編輯／蔡嘉琪、李秀玲、葉又華 攝影組／蕭耀華、顏霖沼 叢書主編／陳汝君 叢書編撰／葉文鶯、邱淑娟、葉子豪、吳翰有、何姿儀

叢書編輯／涂慶鐘 專案出版主編／洪淑芬 感謝 新豪華製版印刷股份有限公司免費製版

感謝 攝影志工 黃筱哲 文字志工 蔡瑜璇 繪畫志工 林建宏、林淑女、陳舜芝、蘇芳霈 校對志工 廖信吉、張勝美、簡素珠、林美枝、蔡宗恩

印刷廠／中華彩色印刷股份有限公司 美術設計／色・相・聲・劇 企畫設計 編輯部／11259臺北市北投區立德路2號12樓

慈濟人文志業中心中文期刊部 電話：(02)28989000 傳真：(02)28989994 讀者索閱專線／電話：(02)28989000轉1165 傳真：(02)28989966

*如欲轉載本刊文章，請洽詢 (02)28989000轉2055 中文期刊部蔡嘉琪小姐

Printed in Taiwan

數位閱讀 慈濟月刊

歡迎進入慈濟月刊新網頁
http://web.tzuchiculture.org.tw
立即體驗PDF全螢幕電子書
或加入慈濟月刊 臉書粉絲專頁
http://www.facebook.com/TzuChiMonthlyFans

行動APP
大愛人文書城：



Android



iOS



大地保母

36 秋香的好因好緣

- ・甘苦夫妻甘苦談
- ・結髮夫妻結法緣

撰文・黃筱哲、蔡瑜璇 攝影・黃筱哲



大愛之道廣披寰宇 長情之路古往今來

恐懼、痛苦、仇怨，會在人心滋長惡的種子，為世界帶來無盡災難。
拉長情、擴大愛，在人心撒下愛的種子，讓人間綻放希望花朵。

證嚴上人主講 編輯部整理 講於二〇一五年十一月一日至十六日

敘

利亞內戰已經四年，約四百萬人逃離家園。難民們頭頂風霜雨雪、腳踩泥濘長路，身上揹著、抱著好幾個孩子……不少人中途喪命；即使歷盡艱辛抵達他國，往往不得其門而入……

人禍造成的苦難，令人不捨。約旦、土耳其以及德國慈濟人，長期關心境內敘利亞難民，持續發放物資、提供醫療及助學。付出時，他們的腰彎得比接受的人更軟、更低，表達尊重；希望這分誠與愛，可以跨越宗教與種族的藩籬，讓難民感受到人間的溫暖。

土耳其收容了上百萬敘利亞難民，但無法提供工作機會，因此許多難民家庭只能靠兒童打工支撐一家生計，生活刻難。難民兒童經歷殘酷的戰爭、

艱險的長途逃難，如今又面對嚴苛的工作考驗，心靈難免受影響；如果任由恐懼、痛苦、仇怨的種子滋長，未來令人擔憂。

土耳其慈濟人和政府及敘利亞知識分子合作，協助難民兒童重回校園，希望透過教育，引導他們不要累積仇恨，正看向世界；更進一步在他們心田，撒下愛與善的種子。

時間、空間、人與人之間，這「三間」能留下來的，唯有人與人間的情。祥和平安的世間，少不了一分「誠」；所以說「誠之情誼，人間祥兆」。

今年底的歲末祝福，我們為明年立下目標——「大愛之道廣披寰宇，長情之路古往今來」；慈濟成立近五十年來，慈善足跡已走過九十二個國家地

區；在全球天災人禍頻傳的時代，要持續開闊長情大愛，以慈悲和智慧步步精進，讓愛廣被天下苦難。

一年一度的慈濟「海外培訓委員慈誠精神研習會」，十一月七日到二十四日舉辦，共有三十餘個國家地區慈濟人參與；其中一千七百多人已在僑居地完成慈濟委員或慈誠的見習與培訓，這次回臺灣準備受證。

臺灣志工歡喜招呼這群遠途歸來的家人們，感恩他們把愛的能量伸向全球；海外志工也深深感受到法親細膩的誠意；彼此之間感恩、尊重、愛。

海內外志工，發心的因緣各不相同，共同的就

是與佛有緣、和我師徒之緣。在慈濟大家庭中，人篤定「佛心師志」——懷抱與佛同等的寬闊心量、清淨無染的大愛，力行師父志願，為天下苦難人拔苦予樂；且引領人人朝光明大道、正確的方向邁進。

人人都有清淨本性，可惜一念偏差，產生煩惱、分別心；貪愛、對立、仇怨，造成人間種種災禍。慈濟是「為佛教、為眾生」而成立，將近半世紀以來，「淨化人心」、「啟發愛心」的初衷，始終如一；是安定社會人心、促進人間祥和的重要力量。

日日起善心，時時做善事，拔除無明草，不受惡纏縛。

人人都有與佛同等的清淨本性，可惜累生累世熏染無明、複製煩惱，養成不好的習氣，讓世界成為堪忍世間、疾苦不斷。

心地乾燥，微風輕吹就塵沙飛揚、昏天暗地。精進聞法，將法水吸收到內心深處，點點滴滴滋潤心地，回歸清淨本性，就不會因為一點風吹，就揚起漫天沙塵。

佛陀教導：「諸惡莫作，眾善奉行。」其實人人都做得得到——從培養善念開始，日日起善心、時時做善事。養成行善的習慣，就不會受惡習纏縛，而能天天歡喜自在。

一般人看到喜歡的東西，就會起愛欲、想要擁有，所以養成消費的習氣；為了滿足口欲，不惜讓動物犧牲生命。就從去除這些小小的不善開

始——節制愛欲，不貪為己有；不放縱口欲，尊重一切生命。面對人、事、物的不如意，忍一步海闊天空；還要進一步割捨所愛，布施給需要的人。

要在心地播下善種，而不是雜念；如果愛鑽牛角尖、打不開心門，任由無明煩惱造作業力，自作自受，會困住自己。將善法注入心中，每天發好心、做好事，身心安穩，自然心開意解。

照顧好心田，不讓無明雜草占據，慧命才能健康成長。

滅除一切惱，
廣度一切眾，
恆持初發心，
菩提大道直。

《法句譬喻經》記載——

佛陀在靈鷲山講經時，有一人前來表達出家修行之志。佛陀問他為何想修行？他說：「在家庭，為了妻、兒一輩子庸庸碌碌，牽掛無了時，很辛苦啊！求佛讓我出家，體悟世間真理，並且將佛法傳達給大眾。」

出家後，他到山上自修，日日靜坐思惟，觀察樹木、花草、水流，體悟到「世間無常」的自然法則。如此三年過去，他感覺所得無益於人，不如回家享受天倫之樂。

佛陀知道了，運用神通化身為出家人，來到比丘身邊，藉由問路，和他一同下山。在山下忽見一隻老獼猴，出家人問：「奇怪！這猴子應該在山林，為什麼來到平地？」

比丘說：「這隻老獼猴，我已經觀察牠三年，

牠有妻、有子，每天在樹林間忙著採果、取水，來供應家族。因為不斷爬上爬下，手脚都已磨破；可能太辛苦了，因此下山來求得清閒。」

但是不久後，又看到老獼猴離開平地向山林去了。出家人問：「奇怪，牠已經離開山林，為什麼又向山上去呢？」比丘答：「可能是不捨牠的眷屬，心有戀著，所以又回歸山林。」

比丘說完，發現眼前的出家人，原來是佛陀化現——佛陀知道他修行的心退轉，化身來度化。比丘起慚愧心，向佛陀頂禮懺悔。

佛陀開示：「就如溪水不斷流逝，人的心念也是不停變動。如果不能堅持初發心，讓時日流逝空過，仍在六道輪迴中，與

這隻獼猴有何不同呢？」

佛陀進一步表示，「愛結如葛藤」。「人心貪於愛，就如葛藤將樹身緊緊纏縛。欲愛未盡、煩惱未淨，就像老獼猴離樹又回樹林，再回牢籠仍當受苦。要提起智慧，斷除煩惱根源。」

比丘頓時領悟，雖然每天看花開花落、溪水不返，卻沒有用心體會到，生命也隨著時光流逝不復返；日日獨居清修，逐漸退失了度眾之心。

比丘感恩佛陀指點迷津，就此回歸僧團修行。

許多人初發心時勇猛精進，懷抱熱情想要自度、度人；但「發心容易恆持難」，面對複雜的人間事，經不起人我是非考驗，日漸累積煩惱雜念，道心於是停滯、退轉，放棄入群度眾的熱情，只求

自修自度。

佛陀來人間「開示」，希望人人「悟入」，而且身體力行菩薩道。《法華經》就是鼓勵人人發大心、立大願，通過菩薩道而成佛。

發心立願作人間菩薩，要時時自我反省——是否仍保持最初的發心？

《法華經·化城喻品》中，眾人來到「險難惡道，曠絕無人怖畏之處」，有導師表示可以帶領大家出離險境，到真正藏寶處。但眾人遙望前路迢迢，只想找地方休息，不願再前進。

導師鼓勵大家，走過長遠險路，不就是为了要到珍寶處嗎？「云何捨大珍寶而欲退還？」於是在前方化現一座城，讓眾人可以暫時休息。

疲累至極的大眾，看

到前方有城可以安歇，非常歡喜！但是進去之後，覺得環境很舒適，就忘記了原先的目標，想長久留在那裏享受安適的生活。

導師提醒，城的另一邊就是寶藏之處，這個城只是幻化的，並非真實，既然體力已經恢復，應該繼續往前走。眾人看到化城已滅，終於起身，繼續往目標前進。

佛陀用這個譬喻來教導大家——「煩惱惡道，險難長遠」，要離開重重煩惱的人生，向覺悟之路邁進；「佛道長遠，久受勤苦，乃可得成」，一定要耐苦耐勞、殷勤精進，才能達到成佛目標。

學佛，不能只是「自度」，只求個人了脫生死；一定要入人群中歷練，人群才是寶藏處。要堅定心志，入人群而

不受人群習氣染著，以法「滅」除一切煩惱，廣「度」一切眾生。


人人身懷寶藏，就是清淨的真如本性；只是起心動念誤入歧途，讓人生路變得步步艱險。

佛陀指引的是一條菩提大道，既已發心，就要篤定信心，一路向目標前進。即使半途迷路，也要及時回頭；心路若通，自然行路無礙。

《普賢菩薩警策文》：「是日已過，命亦隨滅。」生命過一天滅一天，過一年滅一歲；要把握時間，對的事情，做就對了，不要讓無明煩惱動搖心志。

請大家多用心！

◎



■ 特別報導

敘利亞難民漂泊心聲

願世間 永無戰禍

撰文・李美儒 攝影・黃世澤

敘利亞內戰爆發四年來，四百萬人離家避禍，
超過兩百萬人逃到土耳其；
其中五十萬人為學齡兒童，卻只有十四萬人能就學。
這個世代，失去了祖國，不能再失去未來。

伊斯坦堡街頭的敘利亞難民。大部分敘國難民逃往約旦、黎巴嫩、土耳其等鄰國，也有不少人取道土耳其前往歐洲尋求庇護。

亞當哈吉玩著逃難時一起帶過來的玩偶。在敘利亞時，他的母親從事服裝設計及裁縫，父親從事文具批發，五個月前從家鄉阿勒坡逃離來到土耳其，他們不願入住邊境的難民營，於是在伊斯坦堡落腳；如今父親在工廠上班，月薪八百土幣，剛好等於房租。





「戰爭是所有人都不希望看到的。但願在這之後，不會再有人需要放棄一切，跑到另外一個國家去。」這天中午，陽光露臉，頭戴暗褐色花式頭巾的瑪雅（Maya Ahmeth），在伊斯坦堡的蘇丹加濟市（Sultanгази）文化中心，領取慈濟發放的現值卡後由衷感恩，也無奈道出所有難民的心聲。

在敘利亞時，瑪雅經營一家鞋店，卻因為

戰亂拋下家園、事業和親友，帶著五個小孩逃到土耳其。因為慈濟的幫助，顛沛流離的她和眾多難民一樣，生活暫時獲得了改善。

四年前，北非地區掀起茉莉花革命，敘利亞內戰隨後興起，人民流離失所，預估有兩百到三百萬人逃到土耳其。伊斯坦堡是土耳其最大城市，亦是中東最大和全球第六大城市，更是該國的經濟、文化和歷史中心，打工和生

存下來的機會較其他地區更大，自然湧入許多難民，其中蘇丹加濟市即有三萬多人。

大批敘利亞難民攜家帶眷倉皇離境，途中處境令人心疼與不捨；當他們長途跋涉抵達異鄉，依舊面臨種種困境，如無根的浮萍，找不到安身立命的地方。

蘇丹加濟市滿納海中小學第一校區附近，敘利亞婦女帶著孩子到校上課。根據聯合國難民署統計，二〇一四年全球難民人數近六千萬，其中一半以上是兒童。



難民困境——居住、工作、醫療、教育

伊斯坦堡慈濟志工胡光中，在利比亞求學、到土耳其經商近二十年，這兩年投入敘利亞難民關懷與發放，

從他們窘迫的困境歸納出所面臨的四大難題——居住、工作、醫療及教育。

難民賃屋居住，入境人數愈多，房租幾乎每兩個月就調漲一次；而難民一般工資是一千

到一千兩百土幣（約新臺幣一萬一千元到一萬三千元），最便宜的房租也要七百土幣（約新臺幣七千八百元），若到了冬天，瓦斯一個月也要兩、三百土幣，再加上水電費，他們即使

十月十八日，慈濟在蘇丹加濟市菜市場舉辦發放，致贈一千五百戶難民每戶十六項生活物資及五十土幣的現值卡。菜市場外牆張貼著志工先前逐一拜訪造冊的名單，領取物資的民眾可先行核對發放號碼。

蘇丹加濟市菜市場發放現場，七十多位敘利亞、土耳其、臺灣等志工一起完成工作。



不吃不喝，也很難負擔生活基本支出。

在敘利亞是

小學老師的奈爾斯（Nails），她的先生是政府官員，戰亂中被伊斯蘭國ISIS組織殺害；年紀輕輕的她，只能獨自帶著年幼的三個女兒和一個兒子，一路驚險逃到土耳其。她在裁縫工廠工作養家，不諱言每月房租就是一筆沈重的負荷。

房租困擾，普遍成為難民心中的隱憂，遑論增添其他設備。每當志工家訪，

所見到的室內家具，櫥櫃、床鋪、電視甚或一盞燈泡，都是人家所捐贈的。

胡光中談到第二個問題是工作：「難民在土耳其不能合法工作。雖然現有的法令下來，不讓童工打工，他們一定要去讀書，可是沒有了童工，家庭經濟就會出現問題；也不是成人不願意去工作，而是他們年紀大多超過三十七、八歲，雇主不肯錄用。」

生病看醫師，也是難民心中揮之不去的痛。「雖然敘利亞人到公立醫院看病不用錢，但因語言無法溝通，病根本就看不好；而私立醫院雖有土耳其人會講阿拉伯文，那也只有有

錢的敘利亞人會去看病，一般沒錢的根本看不起。」言談間透露出心疼的胡光中提及難民的就醫處境。

納伊拉（Naila Nedrarcy）帶著四個孩子及三歲小孫女逃到土耳其，她的先生一心想回去家鄉，加上也有年紀了，實難找到工作；孫女患有眼疾急需手術，然而全家僅靠二十八歲的兒子賺錢，一個月一千五百五十土幣，扣掉租金和水電費，只剩下八百土幣左右，難以提供生活最低需求，只能延後治療。

蘇丹加濟市有近六千戶、三十萬多位難民，超過一半是孩童，如果要接受教育，只能考慮「私塾」性質

的教學樓，或者就讀土耳其學校，但語言、文化和費用重重阻礙求學之路；胡光中也相當擔心教育問題。「學童失學後，不是在街頭乞討，要不就是拿石頭丟房子、車子；再過個兩年，或許他們就是流氓或文盲，社會問題也會浮現。」

一心想為敘利亞失學兒童辦學的敘利亞籍主麻（Cuma）教授，與慈濟志工對於「教育不能等」的想法有志一同，加上蘇丹加濟市政府和教育局的支

發放典禮中，一位敘利亞女士突然起身，哭訴表達所遭遇的不平等待遇，讓現場氛圍凝重。周如意師姊上前關懷，希望她能感受到慈濟人的愛，放下心裏的怨恨。後來她情緒平復，也謝謝大家陪伴著敘利亞人共同面臨這最低潮困難的時期。





合力排除萬難，二〇一五年一月成立滿納海學校，讓孩子們重返校園，重拾書本。

胡光中說：「現在滿納海學校變成土耳其的模範學校了。」以前除了滿納海學校不收費，土耳其兩百五十五所敘利亞公立學校都要收費；「如今教育部正式宣布，敘利亞公立學校不再向學童收費。」

慈濟發放—— 讓學童放心回學校念書

目前土耳其有三位慈濟人，還有上百位敘利亞志工；他們詳實完成滿納海學校一千八百位學生的家訪，每位學子的資料完整。

慈濟援助敘利亞難民關懷團，一行二十三人於十月十六日晚間由臺灣啟程，歷時十三個

小時，於十七日上午飛抵土耳其伊斯坦堡，馬不停蹄展開六天緊湊行程，參加滿納海學校一校、二校開學典禮，勘查三校校地，並進行難民家庭的現值卡及物資發放、家訪等，送出愛的關懷。

志工攜來文具、飛盤、躲避球，並與當地志工和學生合作打包。「如果真主阿拉給我們

伊斯坦堡蘇丹加濟市滿納海中小學第一校區，早上為土耳其古蘭經學校，下午提供給敘利亞難民小孩上課；土耳其國父像底下，難民學生穿校服。全球收留最多難民的國家，即是土耳其。

懲罰，讓我們有一天也發生戰爭，這時候敘利亞小朋友也會接納我們過去。但是我們不希望發生。」土耳其女孩愛丹奴感同身受地分享，並體會到戰爭是無情

的，今天有能力幫助他們，就要盡力去做。

十月十九日，志工致贈一百五十二位學生家庭生活補助金，讓這些年紀小小就承擔家計的孩子，能夠得到三百到八百不等、約等同於打工薪資的家庭生活補助金，安心來就學。

致贈典禮中，恩雅（Eyye）的爸爸主動上臺分享：「我從阿拉伯到這裏兩年半，找了很多地方，都沒辦法找到一所合適的學校，只有滿納海學校能讓我女兒願意放棄工作去上學。我相信女兒會很努力把握機會，好好讀書。」

恩雅接著上臺說，領取助學金，她並不難過，反而感到光榮，她

會很勇敢地打敗愚昧，珍惜慈濟所提供的上課機會。

恩雅說，爸爸是車縫工，每天從上午七點工作到晚上九點，真的很辛苦，所以這兩年她也打工支持家計。一個月，聽力早有問題的妹妹，已經完全聽不到，但是家裏沒有足夠的錢讓妹妹裝上助聽器；所以這家人沒有任何休假、努力工作一整個月，終於湊齊三千土幣買到助聽器，讓妹妹聽得見了。

兩週前，媽媽問恩雅有想要念書嗎？恩雅說，她知道家中很需要她去工作，但她更想念書，即使只有一、兩個小時也沒關係。媽媽於

是向主麻教授求助，終於獲得這個機會。

恩雅說：「衷心感謝慈濟人，從那麼遠的地方來幫助我們。我想上學，但我的家裏也需要錢，慈濟給我們每個月八百元生活補助金，讓爸爸、媽媽能支付房租和食物費用。」

主麻教授也與家長分享他的心情。「我有兩個孩子，大兒子叫瑪哈姆，他生病了，我希望你們能為他祈禱。我第二個兒子叫哈利，他已逃到歐洲去了，他才十六歲……我要永遠把各位的孩子當成我的孩子，有一天在天堂見到主時，可以給他一點成績。」主麻教授流下眼淚，現場不少人也跟著哭了起來。

長子承擔——
希望兼顧求學與家計

十四歲的加桑（Gassan），兩年前和雙親、十二歲的弟弟、九歲的妹妹逃來土耳其。加桑在鞋廠工作，每月工資七百土幣，爸爸在成衣加工廠上班，月收入僅有八百土幣，兩個人的所得扣除房租六百土幣，僅剩的九百土幣要維持五口之家的生活費用，不是那麼容易。

身為長子的加桑，將來的願望是當一位工程師；弟弟在敘利亞時就失學，來到土耳其也未能去上學。直到慈濟提供補助，三兄妹終於能去滿納海學校讀書。

加桑的媽媽依絲瑪（Esma）說，以目前家

滿納海中小學

土耳其境內有兩百四十三所敘利亞學校，均為私校，俗稱寫字樓；滿納海中小學是土耳其第一所正式成立、半公立的中小學。由敘利亞教育事務委員會註冊以及土耳其教育部備案，學生可獲發學歷證明。

學校阿拉伯文發音為Menahel，字義為「沙漠中的泉源」，取其音義，象徵知識如泉湧，源源不絕。

滿納海中小學從一年級到七年級，二〇一五年開學，校區借用土耳其一般學校，上午是土耳其學生上課，下午成為敘利亞難民小學，由敘利亞籍專業教師授課，目前約有一千八百位學子。考量有些難民子弟大多需要在工廠工作或留在家裏做手工補貼家計，慈濟發給家庭生活補助金，約等於打工費用，讓他們能專心求學。



十月十七日，滿納海中小學兩個校區開學典禮，來自臺灣的慈濟志工帶動團康。

願世間
永無戰禍

滿納海中小學學生阿布杜拉茲——

以前我在敘利亞，念書都是第一名，我知道我有個未來；來到土耳其只能埋首工作，幾乎沒有感覺到自己活著，我的未來墜到谷底。
慈濟來到這裏，將笑容放回我們的臉上，這真是一件美麗的事情。我會努力在這個班級念書，繼續當個第一名。

裏的狀況，真的非常需要錢。當初無法相信慈濟提供免費入學，同時補助學童打工的薪資；因為過往也有機構承諾，卻沒有辦法做到。

談到先生，三十三歲的依絲瑪含著淚娓娓道來：「先生患有一種精神疾病，發病時完全變了一個人，什麼人都不認得，生氣、緊張、滿口髒話，不但會罵人，還動手打人。加桑很懂事，每每遇到父親病發時，都會默默地承受父親的暴力，絕對不會反抗，為的就是讓父親情緒趕快穩定，安靜下來。」

加桑流著眼淚說：「我很愛我的父親。我知道爸爸是因為生病才會打我，當我緊緊地抱

住他，他很快就會安靜下來。」

加桑的父親在當兵時，因為過度緊張開始發病，一年頂多發作一個月，戰爭發生後，幾乎一年之中有半年都在生病，也影響工作，這讓加桑和媽媽心情沉重，不知如何是好。

依絲瑪頻頻擦淚說道：「我的先生不生病時，是一個非常好的人，常常告訴我，要好好栽培孩子，才有希望的未來。他完全不知道他發病時的情況，我們也不忍心告訴他，不想讓他喪失自信心，家人們盡全力來鼓勵他。」

依絲瑪心疼地說，無情的戰爭讓加桑變得非常不愛吃東西，雖然有就醫和服藥，但依舊

吃不下；後來又長時間的工作，緊張疲憊更無心飲食。

加桑非常貼心懂事，看到志工前來家訪，主動在門口幫忙排鞋子，還到廚房燒開水泡咖啡；在大家知道他的狀況後，無不傷心難過。

依絲瑪說，這兩天領到慈濟致贈的現值卡及家庭生活補助金，身為媽媽的她會支持孩子繼續受教育。加桑也高興地說：「我會很認真讀書，但如果有多餘的時間我還是會去打工，幫忙承擔家裏的費用，減輕母親的負擔。」

續緣十五年——

大愛村民認出藍天白雲

三十五歲的蘇丹加濟市教育局長亞伯拉罕迪米爾（Ibrahim Demir），全力支持慈濟在土耳其的所有工作。他說，自從認識慈濟，就愛上臺灣，因為臺灣和土耳其人一樣，熱情好客，前陣子他專程到臺灣拜訪慈濟，停留了四天，帶著滿滿的幸福回來，之後花了三週時間用心籌備滿納海第二所新學校，討論學童們的受教課程。

亞伯拉罕局長帶著關懷團拜訪相關單位，並與師生分享：「我們每個人都應該幫助敘利亞人。阿拉告訴我們，我們應該要做善事，要幫助別人，不是只有做禮拜、念古蘭經，然後

什麼事情都不做。以後如果看到敘利亞人要表示尊敬，這就是最好的示範。」

來到蘇丹加濟市最好的米瑪（Mimor Sinan）女子學校交流時，法瑪（Fafna Kaya）老師看到慈濟志工藍天白雲的身影，主動過來表明曾經住在大愛帳棚區長達兩年，讓關懷團團員為這不可思議的因緣驚喜不已。

一九九九年土耳其發生大地震，慈濟志工急難發放，並援建都覺（Duce）大愛帳棚、歌覺（Goluck）大愛屋。

慈濟志工拜訪滿納海學生加桑，聽聞他與媽媽訴說照顧生病父親的故事，感佩他的孝心，緊緊擁抱著他給予鼓勵。

（攝影／李美儒）



逃到伊斯坦堡的難民愈來愈多，房租愈來愈貴；敘利亞母女三人住在房租六百土幣的小房間，幾乎舉債度日。志工十月二十日家訪五十二戶敘利亞難民家庭，入戶所見，無論他們多麼貧困，家庭環境總是乾淨整齊，維持流離歲月的尊嚴。

法瑪老師的故鄉即在都覺市，十八歲時她在外地讀大學，地震發生後趕回探視，家園倒塌，許多鄉親與好友喪生瓦礫堆中，她感到很難過。二〇〇〇年初，她與家人、親戚遷入慈濟在都覺市所提供的大愛帳棚區，兩年多之後，舉家搬到土耳其政府建設的房子居住。

法瑪老師回想十五年前慈濟為鄉親帶來的援助，「建設大愛帳棚期間，慈濟志工長駐三個月與我們互動，很關

心我們的食衣住行，所致贈的生活包，其中用品準備得很齊全；鄉親們很驚訝，慈濟志工在那麼遠的地方怎麼知道要來關懷我們？心中非常感動。」

法瑪老師說：「媽媽最近身體不大舒服，如果知道慈濟人來到這兒，會很開心！」就像家人久別重逢，她說：「我會一直為證嚴上人和慈濟人祝福，永遠記得慈濟人。」

家訪時協助翻譯的敘利亞籍志工阿蕾絲（Rawda Alrais），曾在英國念書修到碩士學位，回到敘利亞後，在公立大學當講師。她先

生從事軍職，因為不想傷害老百姓，因此夫妻倆帶著兩個小孩逃難。「逃離家鄉的時候，什麼東西都沒有帶，僅有身上穿的這件衣服而已。」氣質出眾，談吐優雅的她，如今在滿納海教書，未來能否回到家鄉，她不敢期待。

難民為爭取活命機會四處流竄，雖有方向卻不知終點在哪裏。秋末初冬之際，這一趟行程讓臺灣志工深感平安的生活真的有福，也慶幸能有健康的身體為人群付出；更深體會到上人所說，無奈與無常因許許多多的業力而累積。在這苦難人間，更需要持續發心，志為菩薩。

敘利亞籍主麻教授：

「愛」可以造一個房子，這個房子可以住一百萬人，也可以住一千萬人，甚至是十億人；這個房子住著土耳其人、敘利亞人及臺灣人，這間房子讓每個人都非常開心快樂。

穆斯林相信沒有愛，不是一個完整的宗教，他們發現各位也是這樣。各位敬天愛地，愛天下眾生，願意把善帶給周遭的人，這是大家共同追尋的方向。

感謝慈濟人為敘利亞人帶來希望，看到各位就忘卻戰爭帶來的痛苦。謝謝慈濟讓大家認識真正的「善」。



安住土耳其

撰文・蕭芳芬

在土耳其及敘利亞的孩子們心中種下善的種子，
有一天他們長大後，
或許難免因為語言和種族不同而有隔閡，
但是愛與善可以消弭對立，愛與善的循環永不止息。



土耳其學生來到學校，幫忙慈濟志工打包玩具送給敘利亞難民學子，也希望分享自己的幸福給他們。

願世間
永無戰禍

028

二〇一一年三月，敘利亞內戰爆發，至今看不到和平的曙光；一千多個日子以來，難民為了逃離戰火，千方百計進入鄰近的國家；身處在和平世界的我們，很難想像，戰爭會如何殘酷地改變他們的生活。

這類報導偶爾出現在新聞中，而坐在電視機前的我，多希望能夠為他們做些事情，而不是只能看到了，知道了，覺得這些難民很可憐，然後跟著他們一起流淚，心中默禱他們能平安順利逃到歐洲；幾分鐘後，擦乾眼淚，又繼續回到我平常的生活中。

今年十月十六日到二十三日，這樣的生活有了變化，我離開臺灣，跟著慈濟敘利亞難民關懷團，來到了土耳其。我親手擁抱敘利亞難民，膚慰她們，傾聽她們心中的苦，陪著她們流淚，擦乾她們的眼淚，一起唱歌、比手語，面對面看著她們臉上，露出難得的笑容與笑聲。

他們突破種種困難，跨越國家、種族、宗教，由土耳其蘇丹加濟市市長和教育局長提供當地學校教室，敘利亞臨時教職人員規畫教學課程，臺灣佛教慈濟基金會提供獎助學金。土耳其人、敘利亞人、臺灣人，不分伊斯蘭教、佛教，全部以愛來相會，以誠來相待，以情來交流；我們不分彼此，都是一家人。

經過十三小時飛行，我們十七日清晨五點多抵達伊斯坦堡機場，馬上趕到滿納海中小學準備發放前置工作；我們完全感受不到已經轉換的時間、空間、人與人之間，這一切全部要感謝胡光中、余自成、周如意三位慈濟志工在土耳其竭盡所能的付出。

生活物資及五十元土幣的現值卡，另外一千戶一百元的現值卡，總共發放兩千五百戶。

三是對一百五十二位難民學童發放家庭生活補助金。讓原本在工廠當童工賺取生活費的學童，能夠重新回到學校讀書。這是一個史無前例的助學金發放，很多敘利亞父母都不相信，不敢貿然讓小孩放棄好不容易才找到的工作；直到親臨會場見證後，才又重新申請補助金援助。

在打工學童家庭生活補助金的發放現場，這群八到十四歲的孩子以及他們的父母，紛紛上臺敘說內心感動。

「我一天要工作十二個小時，從早上八點到晚上八點，中間上

撰文・游孟雅

父親的心聲

去年慈濟針對難民發放時，
阿德罕先生勇敢出現在人群中，請求慈濟給予協助。
他說，這是他第一次求人……身為父親，他只想對慈濟志工說：
「感恩慈濟讓我的孩子有書讀，讓孩子有了笑容。」



慈濟志工補助因為經濟因素中斷學業的孩子，讓他們安心回學校就讀，更讓父母親可以不用擔憂孩子上學之後導致家庭生活困難的疑慮，更放下那分對不起孩子的自責。

廁所時間總共只有十三分鐘；如果動作太慢了，老闆會罵人甚至動手打人。現在慈濟補貼我打工的薪資，我可以不用去工作，謝謝慈濟，謝謝臺灣。」

「我很難過，之前都不能去讀書，因為家裏沒錢，我需要幫助爸爸和媽媽；現在的我會好好把握這讀書的機會，努力成為班上的第一名。」

「我的女兒一直很想上學，但是她為了賺錢養家，不得不去工作；她的功課一直都很好，真的很好，現在慈濟提供八百元助學金，她可以回學校，非常謝謝慈濟，感謝真主阿拉！」

「我的大兒子，兩年半來早出晚歸，我很

心疼；謝謝你們提供機會讓他讀書。我希望孩子長大後，能成為一個有用的人，有一天也能夠像您們一樣，去幫助別人。」

「因為懷孕了，找不到工作，只好讓兒子去打工；現在你們給他機會去讀書，我也可以安心在家，祈求真主阿拉賜福給你們！」

發放結束後隨即展開家訪，每個家庭都有不同的辛酸故事。十四歲的加桑，主動去廚房煮了咖啡請我們喝，聽到媽媽講述爸爸的病情時，他的臉上依然掛滿著笑容，但是仔細觀察他的手指，不停地交替在翻動著，可見心中的不安與害怕，我們不捨的要他來坐在身邊。

離開前，志工和加

桑彼此有個約定，他要努力讀書、多吃東西、變得更堅強，這樣長大後，才有體力完成他的願望，成為一個工程師，擁有一間工廠，讓家人溫飽，成為家裏的支柱。

除了發放行程，每天中午，在教育局長的安排下，我們到不同學校的餐廳用餐，餐後與該校同學交流，局長會先介紹我們是從臺灣來的志工團體，接著分享慈濟及竹筒歲月，播放大愛電視臺紀錄片「星月下的愛」，傳達敘利亞難民的苦與悲，無奈與無助。

教育局長藉此啟發土耳其學生的愛心，問

他們能為敘利亞的學童做什麼呢？同學們紛紛舉手搶答——不能穿的衣服捐出來，教他們讀書寫字、把書捐給他們、給他們玩具……還有孩子說，我可以愛他們；大家於是紛紛用手比出愛心的形狀。

在往後幾年，土耳其的小孩會長大，敘利亞的小孩也會長大，大家因為語言的隔閡、種族的不同，或許會有互不融合、彼此排擠的情況發生；但是，因為在孩子心中，早就種下愛與善的種子，但願會漸漸茁壯。唯有愛與善，可以消弭彼此的對立與仇恨，讓愛與善循環永不止息。祝福敘利亞的難民，能天天帶著愛與笑容，安心安住在土耳其的暫時家園裏。

撰文・顧佩珍

世間仍有美善

孩子們在逃難過程中，難免歷經諸多負面遭遇；
我們期待透過跨越國界與信仰的關懷，
讓他們體認到這個世間仍有美善的人事物，
對周遭的朋友乃至陌生的人也能釋出善意。



敘利亞持續內戰造成數百萬人流離失所，已成為近期世人矚目的國際議題。這些難民的家究竟在哪裏？回家之路是否仍然存在？

此次發放中所接觸的敘利亞鄉親，共同特徵是父母為了給孩子一個未來，忍著淚水、冒著生命危險奔向自由，但共同處境卻是「寄人籬下，苟且偷生」。為維持生計，家庭成員無論大人甚或年幼兒童都到工廠擔任臨時工，這些工作薪資微薄，土耳其幣一里拉約新臺幣十一元，成人月薪一千兩百里拉，童工則是六百到八百里拉。

從臺灣出發，跨國傳遞全球慈濟人的愛來關懷敘利亞難民，在每次發放現場或是與學校師生互動時，最常聽到的就是不停的「修可蘭」（阿拉伯文「謝謝」），並以右手貼胸表達心意。

也同時看到敘利亞志工向每一戶受助家庭，彎腰奉上物資。那樣的感恩、尊重、愛，讓人感動；我們走進校園，敘利亞師生以流利的中文謝謝臺灣來的家人，學生更聲嘶力竭以中文整齊喊出：「謝謝臺灣！謝謝慈濟！我愛臺灣！我愛慈濟！」聲響迴繞在我心，那樣的情境讓人感動與心疼。

與環境潮溼；他們努力生活著，只盼望有一天能返回敘利亞。阿德罕先生患有小兒麻痺，行動不方便，靠著柺杖，從陸路、海路帶著四個小孩千里跋涉，冒著生命危險，在缺少食物、惡劣環境中抵達土耳其。這三年來雖有安居之所，但沒有正式的身分，想要找工作養家也不容易。

阿德罕先生哭著說，生活實在太苦，加上身體殘疾無法工作，孩子逼不得已只好當童工養家。他很沈痛，身為父親卻無法照顧家人，對孩子更不捨。

前陣子房東漲房租，他們只好搬家到更便宜的地方；難民愈來愈多，房東哄抬房價，如果負擔不起就會被趕出去。面對難民訴說寄人籬下的心情，大家只能安靜與心疼。

還好這個家庭在苦難中遇到了慈濟。去年發放時，阿德罕先生勇敢出現在人群中，請求慈濟給予協助。他說，這是他第一次求人。胡光中師兄家訪關懷，先為他添購一臺輪椅電動車代步，也補助他的小孩在滿納海中小學就讀。

讓孩子有了笑容。」走出這個家庭，我的心總是悶悶的。我看著土耳其的天空，有許多多的為什麼？他們在敘利亞的時候擁有不錯的職業，甚至是老師或醫師，一夕間卻成為難民，可愛的孩子跟著大人逃難，有一餐沒一餐；孩子為了挑起家計當童工，每天工作十二個小時……實在是不知道為什麼！

人心不調和，造成人禍；參與國際賑災以來，更感受上人法語——法入心才能有法度拉拔苦難人，造就善循環。我發願勤精進聞法入心，也感恩上人，讓我從提菜籃的家庭主婦走到國際發揮生命良能，知福、惜福、再造福。

Q

職場生活日復一日，難脫倦怠；工作只能是工作嗎？



夜半的鈴聲劃破靜寂：「有案件，快來處理！」「天氣這麼冷還麻煩警察，不好意思！」案主父親道歉連連，臉色青黃。我告訴他：「這是我的職責，別擔心。」身旁年輕女孩滿臉輕佻、不在乎。

我打開警察局的「性侵害案件登記表」，一一詳問；父親氣極敗壞的說：「丟臉死了，逃家、翹課、一夜情，許多警局都有她的紀錄！」女孩大聲咆哮：「我就是丟臉啦！去死好了！」她的舌鋒直刺父親心門。

我輕聲問她：「你有受傷嗎？」她別過頭去抿起嘴：「要你管！」我依法說明相關規定、製作資料，她簽名、捺印，老練得讓人心疼。買來熱飲與她對談，她沒有謝謝，自顧吸吮。「你愛他嗎？要生下小孩嗎？你要養嗎？」我的問句讓她遲疑，「他愛你嗎？他會保護你嗎？」她啞口無言。

女孩父親忙於工作，她與後母經常口角，網友讓她壯了膽子，也成為警局的常客。我沒有歧視，只有心疼。與她說話，溫言暖語讓她不再沈默：「誰不想在家啊？男的罵人、女的打牌，誰待得住啊！」父母的離婚、再婚讓她難以承受，叛逆武裝內心脆弱，但沒人了解，更加深親子對立。

她就是世俗眼中的壞小孩，我依照案件流程處理即可結案；警察制服告訴我可以下班了，但隱形的藍天白雲讓我不忍就此罷手。

這幾年來，我從「慈少班」的家長到穿上志工服，明白了「孩子乖巧不是本能」這件事，上人一句「用媽媽心愛別人的孩子，用菩薩心愛自己的孩子。」破除多年的我執，也開始學習傾聽孩子的聲音；在工作上，也改變與案主的相處模式。

孩子說：「媽媽不再愛生氣了！」同事說：「你的笑容變多了。」從警已經二十七年，也許是長期的刑案處理，讓我習慣冷漠，案情之外我不想關心，只想趕快結束厭煩的刑事程序，因為這是工作。現在的我會把握因緣，處理案件也同時關懷個案，是關心也是勸說；在警察制服下，柔和忍辱衣無聲的提醒著我。

深談後，女孩的臉不再冰冷，也有回應；臨去，她給我一個微笑，暖了心頭。我沒把握她是否會迷途知返，但我努力過。我相信，走過的痕跡，腳會記得，傷痛的膚慰，手有感覺，被愛過，心會明瞭。

慈

當拖著疲憊身心回到家，因收入有限，租屋狹小，加上家中成員眾多，十分吵雜，連要好好休息都有困難；再加上過度勞累，通常食欲欠佳。內外壓力交迫，長時間的身心煎熬，真是苦不堪言。

父母原想給孩子好的生活而離鄉，卻讓他們分攤家計而失學，心中往往自責。但不幸中也有大幸，他們在經歷各種不幸遭遇之後，有緣認識、接觸到當地慈濟人，不但暫時解除經濟困窘問題，下一代教育問題也得到了解決。

穆斯林常掛在嘴邊的一句話：「布克拉、引下拉！」這句話意味著：「一切就看阿拉的安排。」其實這句話與佛教的「一切都是好因

緣」的意思很接近。主麻教授找到同樣是穆斯林又是慈濟宗門弟子的胡光中師兄、周如意師姊，共同研擬了濟助敘利亞鄉親的構想，加上相當感佩上人的蘇丹加濟市教育局長全力協調、安排，讓出當地宗教學校下午沒上課的空檔給敘利亞鄉親的孩童上課，更感恩蘇丹加濟市市長全力支持，方能成就這一大事因緣。

有位助學生分享說，她曾經夢見古蘭經第二章「黃牛章」，夢中遠方具備愛心的人前來幫助，沒想到不久後就美夢成真！

一位媽媽手上抱著一歲半的兒子，對我們說，先生沒有固定收入，兩個較大的孩子只能被迫去打工，維持一

家八口生活；當主麻教授告知，臺灣來的慈濟人希望可以幫助因經濟而中斷學業的孩子，會發放等額工資的生活補助金讓他們回校念書，「我心中充滿懷疑，這可能是要來騙我們的，所以我堅持不讓孩子辭去工作。沒想到我的鄰居告訴我，真的領到了！」

「我無限的懊惱與自責，只因為我的私心、只因為我不相信慈濟，讓年紀較大的兩個孩子再一次失去讀書的機會。我真的很對不起孩子，我該怎麼彌補這過失？」我們去其他家庭訪視時，也發現類似的問題。媽媽愧對於貼心的孩子，也努力爭取再有一次就學機會。

孩子們在逃難過程

中，心中難免烙印諸多負面形象；期待透過慈濟的助學計畫及人文活動，讓他們體認到世界還有很多美善的人事物，感受到跨國、跨宗教、跨語言、跨族裔之大愛，相信當他們長大成人之後，也會對人間存有美善之印象，對周遭的朋友乃至陌生的人永存感恩、善解之心。

回想我在尚未加入慈濟前，就已經因為工作必要走遍中東各國，當然土耳其伊斯坦堡也是常造訪之處，但是怎麼也預料不到會在此地結下如此美善因緣，當然感恩上人、感恩慈濟、感恩眾多的師兄姊，更感恩土耳其、敘利亞的鄉親們，讓我們共同成就了此項因緣。

慈

秋香的好因好緣

花蓮

林秋香

老一輩的人常說，女人家是「油麻菜籽命」，就像油麻菜籽一樣，隨風飄落到哪就長到哪。在傳統社會中，婚姻多半是由父母決定，嫁好嫁壞天註定。今年六十八歲的林秋香師姊，也是在父親的安排之下嫁給彭武志師兄。

結婚後，秋香師姊才知道師兄在六歲時因腦膜炎引發後遺症，導致行動和表達的障礙。這對師姊來說衝擊很大，原本一心期盼嫁給老實人，後半生有所依靠，卻必須扛起重擔，面對往後充滿考驗的生活。即便如此，她仍勇於接受上天的安排，不離不棄地陪伴在師兄身旁，當師兄的守護者。

四年前，秋香師姊被慈濟志工林月華師姊付出無所求的精神所感動，開始投入環保志工的行列，並參加花蓮鳳林共修處的靜思語讀書會，逐漸增長智慧。師姊從小生活貧困，在聽聞志工助人的故事後，更能體會苦的滋味，促使她更加積極行善。





甘苦夫妻甘苦談

秋香師姊早年為了生活，與武志師兄兩人在糖廠工作四十餘年。由於師兄的手腳不靈活，做起事來較緩慢，引起一些工人的不諒解，有時還會有口角衝突，師姊不忍師兄被指責，身材嬌小的她為了多砍甘蔗，就會連師兄的分也一起做，常常需要耗費雙倍的力氣，即使手臂痠痛無力，也默默忍受。

武志師兄曾兩度突然出現四肢無力，全身動彈不得的情況，幸好師姊在身旁才能及時送醫救治，不然後果不堪設想。從此師姊不敢讓師兄獨自一人在家，只要師姊去哪，就會帶著師兄前往。曾經有人對她說：「你總是多帶一個孩子出門。」師姊聽在耳裏雖不是滋味，也不願多作辯解。一般人不見得能接受這樣的事實，卻是秋香師姊幾十年來的生活模式。

有次鄰居對秋香師姊說：「嫁這樣的丈夫，換作是我早就跑掉了！」師姊不僅沒有被動搖，反而有智慧地說：「至少他不會喝酒也不會賭博，人生就是這樣，可能我跟他前世有相欠，所以這一世要還人家。」雖然一路走來過程艱辛，但師姊珍惜因緣，有著刻苦耐勞的精神，以感恩代替怨懟，以智慧轉化煩惱。



曾經有段時間，師姊心情沮喪鬱悶時，會到萬里溪撿拾玫瑰石、雞血石。晚上獨自一人，拿起砂輪機磨石拋光，磨去石頭粗糙表層，才得以看見內層的紋理色澤，展現石頭的本來面貌。師姊的人生也是歷經重重考驗，磨練心志，淬礪奮發。如今師姊不再磨石，藉由做環保，磨去煩惱憂愁，呈現心地的光明快樂。

武志師兄雖然手腳有點不方便，但是思慮清晰，老實憨厚，在我們採訪的時候，總是一臉笑瞇瞇在旁聆聽。以前秋香師姊半夜磨石，砂輪機聲音響亮，師兄也不會因此不悅，對於秋香師姊的興趣與喜好，他保持一貫支持、尊重的態度。雖然師兄嘴上未明講，卻用行動表達對師姊的愛護。

現在師姊將心力投注在環保上，師兄則成了最佳拍檔。每個星期二、五是鳳林環保站的回收日，可見秋香師姊騎車載著武志師兄徜徉在臺九線的道路上，少了過去工作打拚的壓力與愁苦，多了做環保回收的幸福與快樂。所謂「少年夫妻老來伴」，兩人攜手走過人生的風雨，以單純的心念守護大地、利益人群，成為菩薩道上的好伴侶！

慈濟

結髮夫妻結法緣





助人線上

陳朱定

撰文・李委煌 攝影・游錫璋

慈悲定力三十載

每週四上午，陳朱定固定到環保站做資源回收；她一早就換好志工服，然後拄著傘當拐杖，再緩步走往站牌搭公車。

位於臺北市松山區這個環保站，座落在喧囂大馬路旁，陳朱定掛起老花眼鏡、戴起工作手套，再以剪刀除去寶特瓶口的蓋環，然後丟進籃裏由他人負責踩扁。

現場約有二十多人分組分工，大多是不用趕著上班的中老年婦

女，戴著口罩專心做回收，就像入定似地幾乎不語；陳朱定雖然已經七十三歲，做起分類依舊熟悉俐落。

回收工作告一段落，她趕緊在環保站裏洗把臉，再將髒污的藍褲換成白褲，然後偕同張孟琳、郭佩冬等訪視伙伴，搭車到石太太家慰訪。

石太太多年獨居，先生、孩子都不在身邊，性格向來樂觀堅強，卻願在志工面前表現脆弱，邊傾訴委屈，

邊哽咽拭淚。志工端詳她的氣喘、痛風、血壓等藥包，順便提醒服藥注意事項；一會兒，石太太翻出租屋契約，憂愁地跟志工說她的房間租期將屆。弱勢獨居長輩最擔心的，就是房東不願再續約，所以她平日水電使用都極節省，甚至不敢自行加裝窗簾，就怕哪天租約到期會無家可歸。

石太太比陳朱定小個兩、三歲，兩人多年互動情誼，就像姊妹般無話不說；有時會相約在公車站牌見，就近開話家常打發一下時間。

這幾個月來，陳朱定比過去更忙碌些；她和志工們頻繁來到三軍總醫院松山分院，關懷八仙樂園塵爆傷患及家屬，「我幾乎每天都

人生歷程：1942年出生，1984年受證慈濟委員，1985年開始參與訪視。

訪視資歷：30年

訪視祕訣：對方不理我們沒關係，但我們不能棄之不理；做好事本來就要習慣勞碌，不會貪圖享受舒適。

志工心得：單純做好事，與人結好緣；儘管人生不免有挫折失意，相信無形中會有貴人來幫忙。

來，有時一天還去兩次呢！」

這天，陳朱定提了袋桃子，在羽蓉復健時間前往探訪。才剛踏進復健室，就聽到陣陣哀號聲；雙掌被繃帶強迫裹起握拳復健，羽蓉痛得頭磕桌子、雙眼垂淚，一旁的老爸只能心疼乾焦急，恨不得代替女兒來受苦。

雖然說訪視經驗豐富，但接觸這麼嚴重的燒燙傷患者，對陳朱定來說也是第一次，只能盡量學著去關心與協助。

陳朱定已是好幾位孫子的阿嬤了，外型 and 性格也很婆婆媽媽，走在社區中不容易引人注意，就像鄰居的阿姨、大嬸那樣；或許正因外型如此親民，容易讓對方卸下心防，接受這位

七旬長輩的疼愛。

每天撥出一小時做好事

近十年來，陳朱定的膝蓋因退化性關節炎不適，「但慢慢走也一樣可以到。」她似乎並不太在意，「反正我也沒時間去管它。」談起這雙腿，彷彿跟她無關似的。

她已換過好幾支傘了，平時走路就當拐杖使用，下雨或烈日也可拿來遮蔽；雖然膝蓋不好，但她不曾開刀，也堅持要繼續走下去——走去案家做訪視，走去會員家收善款，走去需要她的地方。

不會開車、騎車的她，都是搭公車去收善款；最多時高達五百戶會員，她換車輾轉在新莊、士林、中和、萬華

等地拜訪收款。如今她一樣搭公車到處去，差別只在於下車前一站，她得提早起身按摩雙腿，做好邁步的暖身準備，畢竟年紀大了。

育有四女一子的陳朱定，在投入慈濟前，每天忙著照顧老老少少一家九口；她只敢默默捐錢，沒想過可以撥出時間做志工。一九八四年，證嚴上人行腳臺北，曾當面鼓勵她說：「你只要每天撥出一個小時就可以了。」

想想也是有道理，一天一小時不影響生活；師父的一句話，成了陳朱定決心做志工的關鍵。有時為了參加晚上的慈濟活動，她在下午四點先將飯菜煮好，再趕著出門，往往返家時也很晚了；幸好公婆體諒，知道這媳婦愛做

善事。

與公婆同住將近半世紀，在婆婆晚年臥病時，她隨侍身旁看護多年，同時仍不忘做訪視；有時白天非得出門家訪個案，交情好的志工姊妹也會來家裏陪伴公婆。

會這麼投入慈善工作，或許跟她三十年前訪視的第一例個案有關。印象中那是棟老房子，房頂上搭了間矮小陋室，大小差不多僅兩個榻榻米；她連那天的探訪時間都還記得，約莫上午十點，天氣很熱，阿嬤窩在房裏，然後對著屋外澆水降溫；她的兒子往生，媳婦再嫁，徒留老小相依為命。「我哭得半死，覺得他們實在好可憐。」陳朱定想：「阿嬤好瘦，而且滿頭白髮，孫



陳朱定膝蓋退化，忍痛跛行；傘和公車是她的另一雙腳，依賴著它們，到處做志工。

陳朱定已七十三歲，依舊勤於勞動，每週到環保站分類回收資源。



二十二歲結婚後，陳朱定生養五個孩子；直到么兒上了小學，她才放心投入慈濟志工。（相片提供／陳朱定）

牽掛獨居長輩

她所居住的臺北市松山區，古稱「錫口」，就像中山區的大稻埕，都是因為基隆河的水運便利而興起。擁有許多公園腹地的松山區，有公教住宅、聯合二村等早年規畫良好的社區，不少居民是軍公教退休者及眷屬，算是生活環境較好的區域。

當區也確實較少弱勢案家，陳朱定說，慈濟個案多靠近饒河街一帶，估計那裏是較早發

展的區域，許多居民都是來自外地的賺呷人。而隨著時代演變，孤苦無依的獨居長輩較往年為多；慈濟負責關懷的一百多位老人家，陳朱定幾乎都親自拜訪過。

或許是自己有近半甲子陪伴公婆的經驗，陳朱定總有辦法膚慰缺乏安全感的老人家；無論老人家在「番」什麼，陳朱定總是先說：「好好好……」包容他們不同的個性。

但她並不是敷衍，而是順從，更多時候是牽掛。有時去電多次無人接聽，她會很擔心，總是請人立即騎機車載她過去，好確定一下老人家狀況；即使人到了，呼喊半天，依舊沒人應門……原來，有時獨居長者生病就醫去

了，有時甚至已病倒住院，也有人在睡覺加上重聽，壓根不知有人來電或敲門。

關懷獨居長輩並不容易，時間和方式完全要配合老人家。有人很喜愛一堆人來聊天，最好順便切個蛋糕唱唱歌，氣氛好不熱鬧；有人則習慣獨自一人，安靜靜圖個清閒，已年逾八旬的傅奶奶就是這型。

剛接觸傅奶奶時，她不太理人，陳朱定愈挫愈勇，仍常去電關心；傅奶奶一下要求陳朱定穿好制服給她確認，一下又更改約見時間，而即使碰了面，也希望少少人談心就好。「但現在我們人還沒到，她就已泡好茶在等候了。」陳朱定說，老

人家很有意思，因為一旦取得信任，關係、心態就完全不同了。

每遇颱風天、地震時，陳朱定也一定去電關心老人家或其他個案。她對案家狀況如數家珍——蔡太太住在公寓頂樓加蓋處，強風驟雨肯定將窗門吹得嘎嘎響；而住在一樓屋外搭出房間的石太太，因為少了上排牙而咀嚼不便，一定要多問一下是否有備妥素鬆等菜料，至少颱風天可煮個稀飯充饑。

她叮嚀老人家別在風雨天外走出動，免得發生危險。「個性有點雞婆也好啦，總是應該要關心一下。」陳朱定接受自己個性就是這樣，總是忍不住顧東顧西，真心將案家事當作

自家事。

善行不是有錢才做的事

有段時間，陳朱定每月遠赴新北市萬里區關懷案家；一位單親媽媽的幾個孩子，總是躲進房裏默不吭聲，問候或敲門也相應不理；「不理我無所謂，我理你們就好。我知道孩子的媽媽很辛苦，我不會輕言放棄的。」陳朱定的個性與訪視哲理，雖有些鄉土、有些固執，卻給人很真誠的感覺。

她帶著這位媽媽到區公所申請低收入資格，有時陪著孩子去辦理助學貸款，往往一出門就是一整天。幾年的陪伴，看到孩子們大學畢業或工作賺錢，家中處境早非當年的困窘狼



萬里鄉的阿公，原先的房舍被兒子賣掉償債，他不願離開所以住在老家旁的停車場，無水無電，陳朱定（中）與志工前往關懷，並為老人家清潔身體。（相片提供／陳朱定）



一位獨居長者將移居桃園「榮民之家」，陳朱定（左一）等多位志工歡送，祝福老人家能獲得更好的照顧。（相片提供／陳朱定）

狠，而是和樂且充滿希望。

做訪視，或許會面對個案因種種顧慮而冷漠相待，也可能本身因貧病沒辦法照顧好個人或居家衛生導致屋裏污穢髒臭，陳朱定說：「我是習慣做事的人，沒想過要享受舒適。」她回憶自己的人生，也許旁人看她挺好命，但從姑娘到婚後人生，她認為自己雖非勞碌，卻堪稱是勞動命的。

連領養的兄妹在內，陳朱定另有六位手足；老家在臺北萬華，不過是個平凡農家，一家九口人，就是種啥吃啥，有時菜頭有時高

麗，豆干只有初一十五才吃得到。排行老四的她，最能體恤媽媽的劬勞，看著媽媽忙著耕田、養豬、煮飯、種菜，於是她小學畢業後就不再升學，去汽水、牙膏工廠打工，吃重的工作難不倒她，以日薪五元分攤家計。

後來媽媽開了間柑仔店，陳朱定幫忙照料，也知道賣一斤糖才只賺兩角，酒、油也都是以一杓杓來算錢，生意利潤實在很薄。

爸媽生活勤儉，在鄰里間卻是大善人；每當有行乞者來討食，總不吝布施米糧與金錢。那個年代，南部人來臺北萬華討生活，拉著牛車，往返車站運貨、拉石頭、載甘蔗等；每當發生風災，他們會開放

地勢較高的家裏空地，讓這群異鄉人避難；年紀還小的陳朱定，看到許多人就拉著牛車、攜著家當來暫住；不僅如此，父母也施粥施飯，有時陳朱定還被叫去幫忙掃牛糞……

爸爸在六十大壽後，每年歲末以賑濟取代慶生；家人會到公所取得萬華雙園區的低收入戶名單，再一戶戶請他們來領白米。這樣的寬懷心量及善行義舉，一直做到爸爸八十歲往生才停止。

從小耳濡目染長輩「省自己、顧別人」的德行，也潛移默化地影響了陳朱定的行善性格。她從一九七九年起就參加慈濟會員，每月固定為家人捐款新臺幣六千五百元；即使當

年未曾見過上人，身為家庭主婦的她，即勇於向親友介紹這位法師的救人宏願；志工生涯從四旬中年，一直做到如今的七旬老年。

平凡一生很有價值

陳朱定的個性，傳統卻不失自在；她捐款助人、自費行善，沒想過為一家人囤積存錢，也很少生起不安全感。她的觀念，保守卻不失開明；儘管生養了五個孩子，個個乖巧，卻沒有養兒防老的期望。「沒孩子要依靠自己，有孩子一樣要依靠自己

今年九月在陳朱定（前排中）家中舉辦的慈濟委員聯誼活動，彼此分享做慈濟的人生體會，其中不少是二、三十年來一起走過來的資深志工。





啊。」即使人生閱歷有限，但訪貧經驗無限，讓她更為重視心靈的自覺。

「做了就是我的了。」陳朱定知道，做志工付出本身就是意義，錢財在死後帶不走，世間一切只是不斷的因緣聚散，「有什麼是永遠屬於你的呢？」

她的個性直率單純，很容易就相信別人，雖有親友說她憨呆，但或許正因為這直心、無私的特質，讓她做訪視時認真了、歡喜了，也就不會多想了。

孝順、行善、無愧家人、學習佛法，人生遇逆境也都戮力圓滿解決，而最美好的就是成為慈濟志工，「即便隨時往生，我也無憾了。」陳朱定心安地

說，平凡的這一生算是有價值了。

經常幫陳朱定整理訪視資料的小女兒陳美萍說，媽媽愛做善事，而且做得歡喜，她完全是體能漸衰，記憶力不如往日，「這些年來，她雙腿膝關節都走到變形了。」想著撐傘緩步的媽媽，輕鬆笑談，隱忍疼痛，為人子女也不免心疼。

陳美萍也真心覺得這群慈濟志工很了不起，「即使吃力不討好，被誤解、被批評，他們依舊無私地行善，不計較自掏腰包、花去多少時間。」她強調：「我的媽媽，在我心目中就是這樣堅強的形像。」

Q&A

自我珍惜

怨恨就像在內心塞入負面情緒，其實是在糟蹋自己；我親身走過這條路，很不捨別人因此受苦，雖然「轉念」不容易，但放下才能暢快。

問：家境困難，慈善組織補助經濟可以稍解辛苦；但心境受困，志工能做出什麼幫忙？

答：其實案家的情緒起伏，我們通常能夠理解；與其設法改變他們，不如說是很心疼他們吧。慈濟照顧戶吳太太，先生多年前到大陸經商，結果另有了家庭；她獨自撫養三個孩子，含辛茹苦地將孩子帶到二十多歲後，其中一位兒子卻因意外成為植物人，女兒則離家遠走。

她不願對外求助，跟先生既沒辦理離婚，也很難申請到社會資源；儘管兒子重殘，但法定上的先生在大陸有事業，也就無法申請低收入戶。存款與保險理賠用罄，兩、三年前輾轉透過社福機構提報，

由慈濟志工協助關懷並提供經濟補助。

因為經濟吃緊，她花費很省，有時一天才吃兩餐，所以我偶爾會買點她喜愛吃的東西帶過去。

我每月為她送去慈濟補助金，她常激動地告訴我說：「這是我的救命錢啊！」癱瘓的孩子需要管灌牛奶或高蛋白營養品，而且還有氣切、尿管、鼻胃管等問題，日常固定的耗材開銷不小。有次氣墊床壞了，怕孩子褥瘡，我們趕緊買個新的送去。

先生外遇在先，之後沒有負起養育子女的責任，太太埋怨、仇恨都是可以想像的反應。

獨居長輩最令陳朱定掛念，老人關懷老人，她和石太太就像朋友敘舊。

她告訴我，曾想過孩子長大後能盡孝，但有辦法順心如願嗎？她人生所有希望全泡湯了。

我其實能夠理解她的辛苦，因此總是先聽她訴苦，再抱抱她；當然，等她發洩完後，就換我說了。「都過去了，你很勇敢。」我提醒她，怨嘆其實是在糟蹋自己，內心塞入負面情緒，對身體細胞也不好；我請她一定要好好照顧自己身心，才有體力陪伴孩子。

我是擔心又心疼啊，萬一哪天吳太太先倒下來怎麼辦？那家境不就更苦了嗎？

我知道要人調整心念、改變心境其實很難，有時也會很無奈；但至少我們持續關心，讓案家有個情緒紓發的

出口就是。

問：經濟困頓是否比較容易造成負面思考？

答：親子、婚姻、經濟等家庭問題，是一般人都常遇到的煩惱，當然我們訪視時也會聽到案主不斷抱怨相關困擾。我會以自己為例跟對方說，別看我做志工很好命的樣子，其實我也走過跟你們同樣的路，無論是在經濟或婚姻方面。差別只是因為我加入慈濟志工，從訪視中也學習到「轉念」的重要；因為若不試著去轉念，其實只是自己在受苦、自己在搥心肝而已，很不值得。

內心緊緊抓著一件事，自然會很辛苦的。正因為自己苦過，所以我很清楚知道，人們的

念頭要轉何嘗容易，要改變觀念也很不簡單。每當看到人們為執著所苦，我同時也會跟著內

省並生起感恩心，覺得相較起來自己算是很幸運、很幸福了，至少我還能做到轉念，而不再為無謂的事所苦、所癡迷。就像手緊抓著五十斤米，負擔沉重；一旦放下，就會感到很暢快。

世人常說沒錢萬萬不能，但依我自己的心路歷程與訪視經驗，這句話雖然沒錯，不過總可以努力打拚來賺錢。錢能解決的算是單純，但情這東西很黏膩的，往往就黏在心裏，親子情、夫妻情、朋友情，很難放下啊。

問：您經常說，訪視就是種結緣。如何詮釋？

答：我常感到很慶幸，身為慈濟訪視志工，接觸形形色色的家庭；在這過程中盡力付出自己能做的事，從沒要求過什麼，無形中卻跟許多人結了好緣。

「未成佛前，先結好人緣」，也就是讓人歡喜。有時候我們拜訪案家，帶著食物或書籍去分享，他們身心健康，我們也會很開心，不去計算自己付出多少。

長年無所求照顧社區弱勢家庭，許多人也看在眼里；今年初有些媒體報導誤解慈濟，我的慈濟會員依舊固定捐善款，我想應該是大家眼中的我這位陳太太，多年來總是很認真、很實在地跟他們互動，也常將慈濟理念及所做的事跟他們分享；因此雖

然有些人不太了解流言，仍然願意持續行善，我想這是對我的信任，也是對慈濟的信任。

問：八仙塵爆傷患的關懷不同於平常的慈善訪視，有哪些特殊經驗？

答：今年六月二十七日後，我們關懷三軍總醫院松山分院多位塵爆傷患，配合醫護人員建議，有時採購適合他們需要的食品，有時得知孩子們從加護病房轉往普通病房了，想吃哪些水果，或以前喜歡的速食，也準備好送過去，希望現階段讓他們盡量補充營養；到十月底最後一位傷患康復出院，我們才結束長達四個月的關懷行動。

探望傷患時，他們的家人也才下班不久，



長達四個月之久，慈濟志工在三總松山分院陪伴八仙塵爆傷患與家屬；女孩羽蓉展開復健治療，每天都與疼痛、淚水在拚搏；像是她阿嬤般的陳朱定，只能一旁輕撫鼓勵。

所以我們會準備好餐點、水果，與他們邊吃邊聊一下；若有志工輪流探訪時，也會相互提醒別重覆詢問，才不會讓家屬們感到疲憊困擾。我們能夠同理他們傷痛的心情，尤其當對方不愛說、不想說話時，我們更不可勉強好奇探詢。

我們跟傷患羽蓉的家人熟悉後，她的爸爸、姑姑跟我們聊起家裏狀況，姑姑也拿她自製的手飾送我，彼此的距離拉近許多。羽蓉轉到普通病房後，我有跟她分享說，當她還在加護病房時，爸爸曾難過地為此痛哭，我們一群志工也只能陪著爸爸落淚。

這些心情，做爸爸的可能不會跟女兒說，而女兒也不會知道；因

無低收入戶資格 卻有被照顧的需求

整理・李委煌

問：有些獨居長輩，例如名下有房卻缺乏生活費來源，又或是在法律上有先生、太太或孩子等撫養人，只是因故不在身邊，以至於老病後也無法申請低收入戶；請問民間慈善團體可以提供這類「邊緣條件」的弱勢對象什麼幫助？

慈濟基金會慈善志業發展處臺北分會社會服務組組長李玉華：

針對這些特殊狀況，社政單位會針對每個個案的狀況擬訂協助的方向，有需要時也會轉介民間單位共同協助，讓長輩們得到長期且固定的社福照顧。民間機構確實比較機動及彈性，針對暫時無法取得政府低收或中低收補助的長輩，慈濟基金會只要訪視確認長輩們生活困難，便會適時評估給予生活、急難或醫療等所需費用。

有人疑惑，長輩既然名下有房子，為何不能變賣？其實對於民間組織的社工與志工來說，不會去干涉、介入處理財產問題，因為房子不僅跟身後繼承問題相關，許多長輩也有善終在家裏的傳統觀念；因此就算貧窮得只剩下房子而已，也不是可以輕易提議要老人家賣掉房子，近年來政府也有推動以房養老計畫，但仍在試辦階段。

儘管為人子女，有撫養年邁父母責任，但慈濟訪視志工在實務上也接觸過許多案主，很可能在年輕時未盡到照顧家庭的責任，或因債務問題跑路躲藏、拋家棄子，等到老來獨居時，家人根本不願出面接納他，甚至完全聯絡不上。當然，也有長輩是性格關係，自覺不想麻煩在外打拚的孩子，寧可獨自生活就好。

慈濟志工關懷獨居長輩，往往是在互動許久、取得他們的接受與信任後，才漸漸得知錯綜複雜的親友狀況與背景，也能理解有些子女對長輩難免累積怨恨。志工在關懷時，也會視因緣試著與老人家的子女及親友聯絡，期待有機會再牽起他們彼此的情誼。有時獨居長輩的親友或兒女感動於志工無私且長期付出，也會在多次的聯繫互動後，願意出面擔起照顧之責。

志工的服務與付出並無任何目的，只要志工發現或政府轉介、民眾提報，經家訪評估有需要者，都會持續關懷，進而帶動老人家參與社區活動，發揮生命良能，豐富晚年生活。

慈濟

此我想由志工從旁來說，或許不失是個拉近父女感情的方式。志工願為橋梁和潤滑劑，盡心居中陪伴，希望他們帶著親人的愛走過這段復健之路。

問：三十年訪視經驗，感受到那些比較大的社會變化？

答：以前的人多半是三代同堂或大家庭，但從訪視經驗中明顯看出一個趨勢，現代很多都是「一個人一個家」，年輕人自己一個家，老年人也一個家；所謂的獨居不一定是指老人，臺灣社會「獨身戶」比例愈來愈高了。

隨著大環境改變，人們的心態也變了，人與人真實互動少了，甚至連親情也跟著淡薄。

厝邊鄰居普遍互動不多，若生活臨時發生問題，也很難期待彼此就近伸援幫忙；只能倚靠政府提供補助，或是民間慈善機構介入，來補上日漸欠缺的人情味了。

問：政府資源和民間機構如何互補？

答：有位慈濟照顧戶，跟前夫離婚後改嫁，不久後又再度因故失去先生；孩子後來也離開她了，結果年老後獨自一人，由政府與慈濟等民間機構照顧。

她過去無心照料孩子，年老後孩子也沒能奉養，即使提告遺棄也無法勝訴；在達不到低收入戶申請條件下，她只能依賴每月三千五百元的老人津貼，根本難

以負擔每月五千元房租，更別說其他生活費。經人提報，慈濟伸援補助，讓老人家至少能夠安身與生活。

像這類因為有孩子卻沒有被扶養，或是有房子但老病需人照料的案例，背景條件不符合低收入戶卻實實在在在生活困難者，在慈濟關懷個案中並不少。

他們生病時得花錢就醫，只好更加節衣縮食，依靠老人中心補給生活物資或糧券；但沒有低收入戶資格，就無法申請機構免費安置，當無法獨自生活的那一天來到，恐怕晚景堪慮。

社福的制度、法令合理，但涵蓋層面有限，我們就是盡量設法承擔與照顧。

女孩的新廚房

撰文、攝影・王鳳娥

以前颱風或下雨時，廚房會飄雨，地上溼答答，要撐傘才能洗碗或煮飯。
如今我們有溫暖的地方用餐和料理三餐，
媽媽可以在空間變大又乾淨的浴室洗澡，終於再也不用擔心風雨了……



慈善臺灣

志

工親自水磨的糯米湯圓，在孩子們的小手搓揉下，成為一粒粒象徵「幸福團圓」的湯圓；鍋爐的水滾了，湯圓翻騰在鍋中。稍晚，男主人帶著孩子們，就以湯圓、鮮花、水果等來敬謝天地：「感謝天，感謝地，感謝慈濟人主動來關心，為我們修建房子，不再受風雨之苦。對太太我會更努力幫她做復建，並真心栽培孩子，將來對社會有貢獻……」

兩年前，女主人因不明原因昏迷癱瘓在床，五個孩子都還年幼，廖先生只好暫時放下油漆、裝潢工作來照顧妻子和孩子。廖太太昏迷住院三、四個月期間，曾有五次病危；出院回家後，沒想到因為家人不放棄，在親情不停呼喚下，半年後竟奇蹟地醒來了。

就在地住花蓮慈濟醫院心蓮病房時，慈濟志工梁信一發現了這家人的困境，經提報而

成為慈濟照顧戶，除了關懷也給予經濟協助。

今年連續三個颱風，重創了他們位於花蓮吉安鄉的住處，廚房的木板牆被吹垮，風雨、蟲蛇都進來了；簡陋的浴室木頭天花板，遇雨就漏水，窗戶也壞了，洗澡時冷風直竄，全家人只能苦撐著。「外面下大雨時，屋裏就下小雨，小孩子承受風雨吹襲，常常感冒發燒。」廖先生覺得很對不起孩子，讓他們受苦了。

為了讓這家人安住身心，慈濟在今年八月二十七日開始修繕房屋。施工期間，廖先生特地要孩子幫忙做一些事，例如搬磚塊等，「希望孩子們長大後，有能力也要幫助別人。」廖先生感恩且堅定地說：「生活雖然艱困，還是一步一步向前

走。」

留著一頭長髮，綁著兩個髮髻的年輕女主人，躺在床上被打理得乾乾淨淨，雖然無法表達言語，但意識非常清楚，看到慈濟人送來一串祝福「平安」的吊飾，笑得好燦爛！

「我媽媽會好起來！」就讀小學一年級、最小的孩子依偎在媽媽身邊，露出純真的笑容對志工說。雖然女主人癱瘓在床，但這家人不向命運低頭的堅定信心和努力，或許會有第二次奇蹟，讓孩子的媽媽康復起來。

十月十一日「入厝」，十位慈濟志工像辦喜事般，早就帶著伴手禮來到；年幼的孩子看到長期陪伴他們的熟悉面孔，雀躍地跑上

跑下，開心極了。

就讀國中一年級的三女兒，孝順乖巧，除了讀書，都在照顧媽媽，晚上也陪媽媽一起睡覺。她很高興廚房變得整潔又舒適，尤其慈濟為他們打造新的流理臺，可以很方便地料理三餐。她說：「以前颱風或下雨時，廚房會飄雨，地上溼答答，要撐傘才能洗碗煮飯。很感謝慈濟人，給我們舒適又溫暖的『家』，我長大也要幫助有困難的人。」

今年考上了北部的大學、負笈他鄉的大女兒，入厝這天特地寫了一封信來給慈濟人：

「媽媽臥床至今，雖然日子過得很辛苦，但我們沒有放棄，反而樂觀認真地過生活。很感謝一直照顧我們的師姑、

師伯，幫忙整修廚房和浴室，讓我們有溫暖的地方可以一起吃飯，讓媽媽可以在空間變大又乾淨的浴室洗澡，再也不用擔心風雨了。最感謝慈悲的上人，給我們一個完整安全的家……」

自二〇一三年十月解決孩子們學雜費的困難開始，梁信一持續陪伴，也感觸良多；廖先生從無助到勇敢面對，以及孩子們的孝心，是一帖良藥，讓志工每次到訪，都發現廖太太點滴的進步；全家人傳遞著正面的能量，讓人感動：「這就是愛！」

「風雨」已經過去，慈濟人將繼續陪伴這家人迎向陽光之路。

（資料提供／楊寶月）

意外喪親・悲傷關懷

當人生從我們變成我

那天的對話，再家常也不過，
卻成為記憶裏最後一個畫面；
還來不及說出的那些話，
直讓人對這世間一切無語。

直到有一天，能和人聊起他的種種，
笑中帶淚，彷彿他又回來了，
感受到他曾存在，
也看到他已經不在……

Susu

在小學擔任美術老師的傅心怡，在專注創作與教學過程裏暫時忘卻傷痛。



夢裏想起，他走了

一切陳設幾乎與從前無異，

彷彿先生沒有離去，下一刻就會滿臉笑意推開房門。

常常覺得可以遇到他，好幸福、好幸運；

但幸福有多深，痛就有多深……

撰文・鄭雅嫻 攝影・顏霖沼

傳

心怡左手無名指還戴著閃閃發亮的婚戒，問她一直都戴著嗎？她說：「看當天的心情，有時戴，有時不戴。」

每當初識她的人好奇地詢問：「結婚了沒？」、「有沒有孩子？」，她都會照實回答：「結婚了。」「沒有小孩。」若對方進一步關心地提醒：「要趁年輕趕快生，不然會帶得很累喔！」她總笑答：「嗯，我知道了。」

刻意迴避的重點，只有她知道：「我不會說『我先生死了』！」儘管她曉得對方遲早會知道真相，仍不想成為主動告知的那方。不明說的原因，是不想把談話的氣氛弄僵，不希望彼此感到尷尬，更不願迎來帶有憐憫的目光。

當初想要嫁給職業為消防隊員的黃育隆時，旁人曾提醒她風險太大，她反而不那麼想，

「這個社會需要消防隊員，為什麼他們可以是別人的家人，不能是自己的家人？我不想要這麼自私。」

然而婚後三年，二〇一三年二月，大年初三的年節時分，黃育隆在一次出勤的過程中殉職，年僅三十七歲，她最不願見到的狀況還是發生了……

告別時刻，依舊擁抱說愛

黃育隆逝世至今兩年半左右，傅心怡仍舊與公婆同住，她在夫妻倆的房間內掛著他在特種搜救隊的制服、兩人笑顏綻開的婚紗照，桌上擺放著許多乘載兩人回憶的小物件。

一切陳設幾乎與從前無異，彷彿先生沒有離去，下一刻就會滿臉笑意的推開房門……

同是一九七七年出生的他們相識未滿一年就決定結婚，

婚後的感情一如交往時期般甜蜜。傅心怡描述與育隆在一起的點滴往事時表情很多，最常洋溢幸福的笑容：「我們常在公園約會，只是一起吹風、聊天、吃水果就好滿足。他很節省，約會都穿消防隊員自製的休閒衣服、海灘褲和涼鞋，沾到油漆也照穿！」

她觀察到他每個月將薪資所得的五分之一，捐到各個不同的慈善機構，內心驚喜又感動，「好聽的話容易說，但不容易做到，他生活節省卻願意付出，很難得。」

她回顧過往甜蜜起頭、衝突告終的戀愛經驗，都因價值觀差異所致，直到遇見育隆，彼此惜福、知足的價值觀相近，心很自然地就靠在一起。

育隆可以自在的地跟岳父、岳母話家常，替他們按摩，貼心地幫忙農事、遛狗和採購家



黃育隆逝世將近三年，傅心怡依舊保持臥房每處布置的合，彷彿先生常伴身邊支持自己。

塵埃落定，卻是心底波瀾

中需要的各種家電，長輩對他讚不絕口。知道她要早起參加「晨鐘起，薰法香」，他仔細為她挑選了反光外套，囑咐出入要穿上才安全；見她下班累了，他主動關心並聆聽她的心情；更多時候，他們在睡前分享彼此的一天，聊到趣事一起大笑，同住的家人經常被他們的笑聲感染跟著漾起笑容。

「家庭教育的關係吧，他每天都會很自然地表達他的愛，很自然的擁抱你，然後說他很愛你，可以結婚好好喔！可以一起生活好好喔！」重述一遍育隆對自己的愛，傅心怡的眼眶盈滿了淚，心情五味雜陳。

事發前一天，育隆送她到火車站搭車去花蓮當志工，告別時他依舊擁抱道愛。傅心怡後來回想，那一幕是他們的最後一面。

一個人的旅程

很幸運遇到他，我們都很珍惜這樣的緣分，還有在一起的平凡日子，沒有什麼奢求；他突然離開，我覺得最需要調適的是，有好大的不捨要放下。

「兩個人在一起太幸福了，聽到他發生意外，好大的打擊，就像從天堂掉到地獄！」年節期間，在花蓮的傅心怡接獲消息，即刻趕回臺北，她的公婆在國外度假，娘家爸媽遠在屏東，情急之下她商請熟識的慈濟志工顏湘婷先到醫院了解情況。

情感很緊密，我當下就一個念頭，不能直接告訴心怡，她會承受不住。」顏湘婷沒有悲傷關懷的經驗，但本著同理的態度，幫傅心怡擋去了醫院門口的媒體採訪和拍攝，陪她來到急診室的病床前，提醒道：「育隆現在很需要你的祝福。」

傅心怡當下抱著育隆還有一線生機的希望，在他耳邊不斷地說著祝福和激勵的話語，忘了時間、疲累和飢餓，直到家屬到齊了，聽見顏湘婷在耳邊輕聲地說：「如果不行了，是不是要放手？」才不得不面對急救不治的殘酷現實。

回憶那段衝擊的時刻，傅心怡很慶幸有志工相伴，還有那段和先生對話的緩衝時間，「比起第一時間聽聞噩耗，這樣讓我比較能接受，雖然還是覺得怎麼可能『不行了』？」悲慟不已的長輩，透過整個

月籌備喪禮，表達對孩子的不捨與思念，過程中還有慈濟志工接力陪伴；出殯當天，總統為育隆頒發褒揚令，追贈小隊長並入祀忠烈祠表彰其貢獻，來自全臺各地上千名的消防弟兄列道送他最後一程。

傅心怡則是親自製作長達十五分鐘在告別式播出的回顧影片，透過文字、相片和歌曲再一次溫習兩人回憶，「這是我能為他做的重要的事，雖然製作過程好痛苦，從頭一直哭……」

回憶影片的感情再怎麼濃，表揚和撫卹再怎麼多，喪禮再怎麼隆重，一切都在育隆火化後，化成灰，塵埃落定。生者漫長的悲傷歷程，才要開始。

收到關心，溫暖而不打擾

傅心怡猶記得喪假結束後，一直恐懼著該用什麼表情回應關心她的親友。有好一段

一個人的旅程

知道別人想關心，但還是很害怕，不知道該用什麼表情回應；我知道必須走出去面對所有人的關心，但第一步卻好難跨出去，覺得好煎熬、好痛苦。

時間，她總是戴著口罩面對人群，要遮住大半張臉，才感到一絲輕鬆。像是喪失知覺感受般，對身邊所有的事變得冷淡，少有笑容。

「每天都覺得好煎熬、好痛苦，大家都好心的在用自己的方式關心我，我知道自己必須走出去面對所有人的關心，第一步卻好難跨出去。」

一位好友知道她的遭遇，內心很不捨，一邊哭一邊說：「你怎麼那麼衰啊！」讓傅心怡聽了覺得又好氣又好笑，儘

管她善解朋友的心意，卻也因此好一陣子不敢與對方見面。

「你最近還好嗎？」「還OK嗎？」這些平時聽起來再尋常不過的關心，此時都變成一個個揪心的句子；還有他人若有所知或不經意一瞥的眼神，也會挑動她敏感的神經。

但有親友的貼心舉動，讓她覺得溫暖：收到朋友手機傳來安靜不擾人的慰問簡訊；回到學校，發現同事默默地幫她將美勞教室及周遭環境整理乾淨；課堂中，成人教育班的學員有默契地不問不提傷心事，一如往常開心自在的上課……

她在國小擔任多年班級導師，連續幾年申請轉任美術老師未果，最後在育隆離開那年順利轉任。每天聚精會神地投入在教學和支援學校的美術任務，讓她體力透支也暫時忘記煩憂。

有段時間，她大約每十五天就夢到育隆一次，在夢裏，他

們很生活化的互動著，她會忘記他已死去。

「有次我在夢裏告訴他：『我最近好像很常講老公我好想你』，說完以後夢裏的我就突然意識到：『我想起來了，我知道你死了！你不准走。』我硬是把他的手拉住，他很用力的要把我的手扳開……」

那時候她總覺得育隆還沒走，所以回到房間還是像過往那樣，想跟他說什麼就直接說出來。

害怕時間的流逝和忙碌的生活會使她淡忘育隆，她頻繁地在半年內將記憶中兩人的對話，以及關於他的一切細節都記錄下來。

記憶卻像在跟她玩捉迷藏，她偶爾會忽然忘記兩人的結婚紀念日、育隆的忌日等重要日子或事件，「感覺那像是一種保護機制，忽然就一片空

當人生從我們變成我



傅心怡喪偶那段最哀慟的時刻，過往晨起聆聽上人開示點滴累積的智慧，成為她重要的精神支柱；她提醒自已持續聽聞佛法，別沈溺在悲傷中。

白，改天會再想起來。沒有罪惡感之類的情緒，因為知道自己內心深處非常愛他，也都記得。」

哭過笑過，再認真過活

「會不會是我給育隆帶來厄運？」「一個人活下去好辛苦，如果能跟著育隆離開那多好？」傅心怡曾有過這些紛雜、想不開的念頭，沒去鑽牛角尖主要歸因於婚後持續地在「薰法香」中吸取佛法的智慧。她過去經常捧著筆記向育隆分享聽聞佛法後的喜悅，生活中用佛法相互提醒，「以前會覺得自己知道生老病死了，知道生命必然這樣；真正遇到了，才發現突然的讓人難以接受。」

後來悲傷到睡不好，她會收看「靜思晨語」節目或跟著拜經，給自己多一點時間獨處，保持內心寧靜。

她可惜育隆走得早，沒能來得及一起聽聞佛法，後來除了幫他延續每個月的捐款之外，家人決議用他的撫卹金捐榮董，藉此與慈濟結緣。「他很善良，做好事對他來說，是如此自然而然的舉動，如果有來生，會希望他不忘去學習佛法的智慧。」

傅心怡的公公曾因為育隆的早逝，向她道歉，「婆婆也曾私下找我媽媽談，如果我之後遇到更好的對象，她會像嫁女兒一樣祝福我；如果還沒有對象，她捨不得讓我搬出去一個人孤單的生活，希望我繼續跟他們住在一起，相互照顧。」

還在療傷的她，其實完全無心思索對象的事情，但是公婆的善良大度讓她覺得窩心。

與婆家關係密切，她觀察到彼此都在用自己的方式調適悲傷：公公的話少，習慣將情緒



藏在心裏，鮮少談起育隆及其相關的話題；婆婆則會偶爾聊起往事時默默流淚或呵呵笑；小叔與小姑會透過書寫，或分享或私密地記錄手足間點滴。

娘家的爸媽也不捨女婿，更擔心女兒，媽媽因此經常北上關心，「結果看到她也很悲傷，卻還要陪伴我，我反而更難過，覺得自己好不孝，心情很煎熬。」

幾位與育隆要好的消防同仁，告別式後經常來黃家探望，起初是想為長輩盡點棉薄之力，後來長期互動下建立了如家人的情感；逢年過節或長輩生日他們都會來問候，聊些生活和工作上的趣事，逗得大家都笑得很開心。

那個告別式結束的隔天，發現從此上下班都要獨行，難過恐懼到邊騎車邊流淚的傅心怡，慢慢地回到常軌了，內心

的悲傷逐漸在淡化，免不了偶爾觸景傷情的一會兒哭一會兒笑，好好發洩過後再回神認真過活。

「育隆對人和動物的愛與關心都很自然、很溫柔、很細膩，帶給我很多的感受和學習。或許『薰法香』到一個地步，我可以跳脫小愛去看得更寬廣。」她期待也相信會有那麼一天。

一個人的旅程

偶爾會忽然忘記兩人的結婚紀念日、他的忌日等重要的日子，感覺像是一種保護機制，忽然就一片空白，改天會再想起來。沒有罪惡感之類的情緒，因為知道自己內心深處非常愛他。

曾經不知道要以什麼表情回應關心的人，傅心怡只好戴上口罩面對人群；而今心境與生活都逐漸回歸日常，她重展笑顏期許自己認真過生活。

真正的愛，是成全

「誰會去相信這樣的事情？」

「媽，我要上班去了喔！對了，明天我要出差到花東，先跟你說一下。」

正在吃早餐的亢潘貴香，看著在環保局上班的兒子英傑，一把抓起背包出門，露出招牌笑容。亢潘貴香如往常回應，「要上班啦！路上小心。」

收拾好餐桌，亢潘貴香到工作的飯店準備開始一整天的忙碌；沒過多久，手機響起，傳來令人震驚的消息——兒子出了車禍，被送到成大醫院。

「我原本想像中的車禍是擦傷碰撞那種，沒想到這麼嚴重。」亢潘貴香趕到醫院急診室，聽到的第一句話就是：「兒子要留一口氣帶回家？還是要送到殯儀館？」

誰都沒辦法接受。外傷、昏迷那些都還可以接受，但醫師卻說沒辦法了……亢潘貴香跪著求醫師繼續急救，也祈求上蒼能帶來奇蹟；在醫護人員努力之下，總算讓英傑恢復了心跳，但昏迷指數只有三。她在病床邊緊握著兒子的手，喃喃說著：「媽媽會一直在這裏陪你，你一定要加油！」

住進加護病房四、五天，兒子的狀況依然沒有好轉，反而愈來愈差。醫院社工對她說，有考慮讓兒子器官捐贈嗎？亢潘貴香沒有當場回答，「我再考慮看看吧……」兒子的器官正在衰竭中，亢潘貴香知道太慢決定，恐怕就沒機會了；她帶著沈重的心情回家，準備和女兒們商量。

其實，早在社工提及器官捐贈時，二姊及三姊就想起弟弟好像簽過器官捐贈卡，也確實

找到了，但擔心影響媽媽的心情，遲遲不敢說出口，索性就將器官捐卡放在抽屜中最醒目的地方。

六神無主的亢潘貴香，在頂樓禮佛後，經過兒子的房間，下意識地佇足其中，沒想到拉開抽屜就看到了那張器官捐贈卡，腦中也浮出某日上班前看到的「靜思晨語」，上人開示「化無用為大用」的道理，霎時她知道了孩子的願原來在這，忍不住淚流滿面，趕快叫來女兒，哽咽地說：「我們應該要成全他……」

「明明全身都沒有傷，就撞到頭而已……」難過、不捨、祝福，種種的情緒混雜一塊，亢潘貴香走進加護病房，把握最後幾眼的機會，摸著孩子的臉頰說，「你既然有這個意願，媽媽就順你的意思，幫你捐器官。」簽下同意書，混

密密麻麻且工整的字跡中，不難看出亢潘貴香抄寫佛經時的專注與虔誠，很難想像過去的她，識字不多，連名字都寫不好。（攝影／顏霖沼）



走回傷心地

趕到醫院急診室，

聽到的話竟是：「兒子要留一口氣回家？還是送殯儀館？」

醫院是她的傷心地，僅是想到要再踏入就很害怕；

卻沒想到，療傷的路從這裏起步……

撰文・楊舜斌



亂的心反而平靜了，祝福孩子去救人。最後英傑順利捐出心臟、肝臟、腎臟，讓四個家庭有了重生的契機。

圓滿之後，黑暗來臨

將孩子的遺體火化，辦妥了告別式，亢潘貴香褪去了故作堅強的外衣，讓思念獨子的黑暗壟罩。「人好像一個空殼子，做什麼都沒興趣。」

當時的她，覺得自己就像沒

年輕時的亢潘貴香喜歡打扮，而先生也待她如公主一般，一家六口生活快樂幸福。

（相片提供／亢潘貴香）

有靈魂一般，眼前的事物看起來是如此的乏味，走路感覺不到腳上傳來的回饋，嘴中的食物也是靠著女兒們半強迫的塞進去。無心工作便索性離職，腦子只剩下兒子的身影，想著為什麼會這樣？不過分開短短半小時怎麼就出車禍了？兒子過去的一舉一動，還有總是掛在臉上的笑容……

崩潰、痛哭，短短不到一個月，亢潘貴香就瘦了七公斤。「那時候女兒們也擔心我想不開，所以輪流待在家裏陪我。」亢潘貴香說，雖然女兒想盡各種辦法讓她開心一點，像是問要不要出國散心，還是回娘家走一走？但她不想出門，只想待在自己的房間裏。

身旁的人對她說「要看開一點」、「人都走了，我們就只

能祝福他」等話語，她聽不進去；不但沒有被安慰的感覺，反而心裏還會冒出「我早就知道你要講什麼了」、「別再說了好嗎」的想法。

亢潘貴香不是沒有失去親人的經驗，十多年前先生因病往生，同樣的生離死別，但也許是少了心理準備，兩者的痛，對她來講真的非常不一樣。

老家在屏東縣滿州鄉的亢潘貴香，是排灣族人，十八歲嫁給了大她二十二歲的先生。當時外省軍人與原住民結婚很普遍，雖然年紀差距甚多，但先生體貼還自持家務，讓亢潘貴香過著如公主般受呵護的生活，結婚許久，鮮少下廚的她，會煮的飯菜可能還湊不了一桌。

然而先生晚年罹患許多老人疾病，只能待在安養中心或是榮民醫院；雖然亢潘貴香在旁照顧，但先生從生病到往生，

將近十年沒有回家，因此其實已經很適應先生不在的日子，所以先生走的時候，亢潘貴香反而覺得他解脫了，不用再被病痛「折磨」；雖然不捨，卻也充滿祝福，很快就調適好心情。

但失去兒子的時候，她形容自己像「行屍走肉」，明明知道要走出來，悲傷卻怎樣都丟不掉。

從最痛處，找到曙光

束手無策的女兒們，只好聯繫當時幫忙替弟弟助念的高淑珍師姊，把希望放在慈濟志工身上。在高淑珍的引導下，亢潘貴香開始外出，從環保志工、福田志工做起，但也只是跟著別人做動作而已，腦中還是想著兒子。

有次她到臺南靜思堂幫忙洗

鞋袋，遇到謝麗娥師姊，邀她參加下個月的醫療志工服務。亢潘貴香心想，醫院就是她傷心的地方，光是再踏進去就很害怕，怎麼可能去做志工？不過仔細思考後，覺得師姊既然都邀請了，心情反正也不會更差了，就決定跟著去見識看看。

隔月，謝麗娥親自開車送她到大林慈濟醫院；由於一開始對醫療志工勤務並不熟悉，就幫忙送病歷或協助門診工作，不然就是站在門口幫忙引導病人看診，一次、兩次、三次……隨著經驗累積，過了快五個月，她決定報名參加花蓮慈濟醫院的醫療志工，而服務的地點，也變成到病房或加護病房服務。

「在加護病房，看到生生死死很多，有時候一天看到搬出去的好幾個，進來的也好幾

個，那時候就比較真正放開了。」就如上人說的「見苦知福」，亢潘貴香在走入醫院付出後，有了不同以往的體會，失去孩子雖然很苦，但看到一些病人，人生由不得自己，更是辛苦。

轉念的她，慶幸兒子沒有受到太多痛苦就走了，還能夠

一個人的旅程

身旁的人說：「要看開一點」、「人都走了，我們就只能祝福他」，當下很難聽得進去，不但沒有被安慰的感覺，心裏還會冒出「我早就知道你要講什麼了」、「別再說了好嗎」的想法。那時候只想獨處。



一個月後，亢潘貴香再次回到花蓮慈院做志工。在病房區走動時，竟遇到阿德的媽媽，告知阿德已經轉到普通病房。看到阿德坐在病床上，吃著蛋糕，亢潘貴香忍不住開心地抱住阿德，媽媽對阿德說，

「她就是你昏迷不醒的時候，一直在身旁為你加油打氣的師姑。」
「那種歡喜難以言喻，就好像救了一個人，救了一個家庭。」雖然阿德對於加護病房的過程毫無記憶，也不認得眼

前的師姊是誰，但亢潘貴香並不在意，因為在過程中，她獲得的更多。

靜心抄經，廣結善緣

「我覺得我跟佛很有緣。」亢潘貴香說。

的確，沒有緣分的話，很難想像一個從小在教會與祖靈信仰中成長的女孩，會因為一次在寺廟裏看到了《心經》，而愛上佛法。雖然國小沒畢業，看不懂幾個字，也不理解佛典意涵，卻生起了歡喜心，讀經書、禮佛、收看法師講經的節目，每個佛教臺的講經時間都

每次想起兒子的笑容，亢潘貴香仍會心痛；看著他的器官捐贈卡，她感覺兒子還在上，延續了許多人的生命；假如被救的人是家中的經濟支柱，那一家人就有重生的希望。

（上圖提供／亢潘貴香
下圖攝影／林碧枝）

發揮良能幫助別人，這也是福報。於是她每月報名參加醫療志工，也開始參加委員培訓課程，隔年受證後承擔起臺南永康區的醫療幹事及醫療志工副領隊，一下到大林、一下到花蓮，一個月有一半都在做醫療志工。

及家屬的互動，無形中也是解開自己心鎖的良方。
有次亢潘貴香如往常到花蓮慈院做志工，發現加護病房中十七歲的阿德（化名），因車禍撞擊頭部，昏迷指數只有三，住在加護病房近一個月；父母整天以淚洗面，祈禱孩子能夠恢復意識。這個情景，讓她宛如看到了當年的自己。

一個人的旅程

在醫院當志工，看到生生死死很多，那時候就比較真正放開了。我的兒子沒有受到太多痛苦就走了，還能夠發揮良能幫助別人，這也是福報。

相同場景，改寫結局

「我最大的成長就是在醫療志工。」亢潘貴香感恩地說，期間難免遇到一些喪失親人的家屬，如果對方願意聽，她會分享自己的故事與經驗；由於同是過來人，家屬們接受的程度也比較高。而每一次與病人

「我的感受很深，每天都去那個孩子的床邊鼓勵他。」亢潘貴香很能體會阿德父母的心痛無助，在加護病房服務的八天，日日到阿德的耳邊說：「你要加油，一定要醒來喔，不然你的爸媽會很難過。」同時請阿德的父母準備孩子愛聽的音樂，用隨身音響循環播放。

阿德的媽媽得知這個好消息，感動地抱著她直流淚；她也不忘叮嚀阿德的父母依然要努力地鼓勵孩子，講孩子喜歡聽的，不要責備孩子。當結束八天的醫療志工時，阿德已經進步到臉部有反應，腳也能稍微抬高。

記得清清楚楚。當孩子回到家裏要看電視，她就到佛堂抄寫經書，光是《心經》就抄了好幾十本。

在喪子後，抄寫佛經也成為亢潘貴香平靜心情的方法。她知道要走出悲傷，只能靠自己還有時間沖淡，因此她努力讓自己不要太「閒」，無所事事就容易深陷思念的漩渦。不做志工時，就是看書和抄經，抄寫的經書包羅萬象，尤其是《法華經》、《大悲咒》、《楞嚴經》、《普門品》、《地藏經》都抄寫了無數次，一邊抄一邊念，從中學習寫字和人生的智慧，再透過聆聽上人開示，深入理解經文內涵。

進入慈濟後，亢潘貴香每天堅持做早、晚課；當二〇一〇年臺南靜思堂開始和花蓮連線志工早會時，她就天天到靜思堂報到，那時候的固定班底，靠五根手指頭就能數出來，有

法的淬煉，亢潘貴香已能和人侃侃而談分享自己當時的痛，體認到每個人有他扮演的角色，生命不在長短，而是使用的深度與廣度。

亢潘貴香現在的工作是做饅頭。但她的饅頭不是用來賺錢，而是拿來救濟，每顆義賣所得都捐給慈濟助人。每次做饅頭前，亢潘貴香都會對著機器說，「我們要好好合作，這些饅頭都是要去救濟苦難的眾生，所以每顆都要粒粒飽滿喔！」然後一邊聽著上人開示，一邊做饅頭；由於料好又實在，饅頭還沒出爐，就已經有許多人排隊預約。

「如果沒有遇見慈濟，可能我還走不出來，不知人生何去何從。」雖然每天都過得非常忙碌，但亢潘貴香很滿意現在的人生，身體力行去廣結善緣，做就對了。

一個人的旅程

就跟演戲一樣，他的戲分就到這邊，已經沒有戲了，叫他繼續留在臺上也沒意思；就算強迫留下，戲也不好看。

時留守靜思堂值夜的師兄沒聽到門鈴聲，一行人還得翻過矮籬笆去敲門，真的是「求法若渴」。

「我很感恩慈濟能夠帶著媽媽走入這個行列，她現在面對幾百人的場面，也能很高興的分享不會怯場。」三女兒亢寶琴分享，以前媽媽連名字都不太會寫，但有次媽媽很高興地拿了一張稿紙，裏面寫了滿滿的字，說這個是明天要去跟人分享的內容，希望孩子能幫忙看看通不通順。

看到媽媽雖然年過六十，

但還是這麼認真的學習，甚至為了聽「靜思晨語」，學習使用電腦，亢寶琴很感動也很不捨，雖然現在從外地回娘家還得跟媽媽預約時間，不然可能會撲空，但她很敬佩媽媽的成長。

亢潘貴香說，她一生中最感恩兩個人，一是先生，一個就是兒子。先生是退役軍人，她依靠著先生的半俸過日，不至於操煩生活用度；兒子則是度她進慈濟的貴人，如果人生沒有這麼大的考驗，那她可能還在慈濟的門口徘徊，流連各個道場找不到方向。

「就跟演戲一樣，他的戲分就到這邊，已經沒有戲了，叫他繼續留在臺上也沒意思，他總是要下臺，就算強迫留下，戲也不好看。」經過時間與佛



端午節這天，亢潘貴香（右）用平日義賣饅頭所得，親手做了許多愛心粽，與高淑珍師姊一起分送給照顧戶們享用。（攝影／林碧枝）

每當想念冠興時，張寶秀就會在自家念經祝禱，期盼以虔誠之心助他離苦得樂，去到圓滿歸處。（攝影／顏霖沼）



讓他自由自在飛

擔任機師的兒子，消逝在最愛的飛行途中；

提起空難前後種種細節，她不禁滴下了淚，

儘管她已許久不哭，但隱藏在心底的痛是那樣赤裸，

她不禁喟嘆：「人生真的很無常，是不是？」

到底明天先到，還是無常先到？」

撰文・黃秀花

冷

冽天候、蒼茫河邊，救難人員忙著下水搶救可能的倖存者、搜尋罹難者遺體，氣氛緊張凝重。

人群中，一位銀髮婦人對著水面上飛機殘骸呼喊：「建宗、自忠，我是江冠興的媽咪，也是你們的媽咪，你們已經完成飛行任務了，家人們都在岸上等著，快回來吧！」寒風中的呼喚，一聲又一聲……

這是二〇一五年二月，復興航空班機墜毀在臺北基隆河的現場。七個月前，婦人的次子江冠興遭逢空難喪生；而今，兒子的同袍、擔任機師的兩位年輕人遇難，身為母親的她感同身受別人的苦。

不同的空難現場，同樣怵目驚心。這位老母親撕心裂肺的傷痛，彷彿重新倒帶再翻攪了一次，是那樣殘酷又難以言詮……

貼心兒子，最後通話

二〇一四年七月二十三日，麥德姆颱風過境臺灣，帶來狂風暴雨；暗夜中，澎湖馬公機場附近傳出爆炸巨響。不久，各新聞臺跑馬燈迅即跑出「空難」字眼，人在新北市土城家中看電視的張寶秀，心頭一驚：「這會是冠興駕駛的飛機嗎？」上飛機前，冠興剛與她通電話：「媽媽，家裏水龍頭會漏水，等我飛回後，再過去幫你修理。」

張寶秀雖感震驚，但在冠興生死未卜前，仍努力保持鎮定，她想及隔日預備載志工們去做慈濟，不得不拿起電話聯繫：「復興航空出事了，剛好那架飛機就是我兒子所執勤……」言語中無太多起伏，卻讓人聽出她的不安。

到了凌晨兩點，冠興確定

罹難，她抵不過內心的煎熬，崩潰痛哭。清早，在志工陪同下，一家人趕至澎湖處理後事。

前一夜，氣候惡劣，班機從高雄起飛，在下降時出事，全機五十八位乘客及機組人員，只有十名旅客獲救。「我看到躺在冰櫃裏的冠興，身體完好，沒什麼傷口，稍有一點點安慰。」張寶秀說，孩子的表情安詳，猶如沈睡狀態。

搜救人員描述，發現副駕駛江冠興時，他手仍緊握操控桿、嘴角也有出力痕跡，代表最後一刻仍在努力，想保住所有乘客性命；只可惜功敗垂成。

「事後經黑盒子判讀，冠興連說了好幾句『Go around』（中止降落重新爬升）」，代表他最後一刻還在拚命。雖然沒有成功，但已盡力了。」張寶

秀說，出了這場意外，她不怪誰，只覺得那是他的因緣。「如果，冠興的犧牲，能喚醒大家對飛安的重視，那麼也算有了代價。」

張寶秀提起那段時間種種細節，不禁滴下了淚；儘管她已許久不哭，但隱藏在心底的痛是那樣赤裸，又難以隱瞞，不禁喟嘆：「人生真的很無常，是不是？到底明天先到，還是無常先到？」

飛行大夢，慈母支持

張寶秀談起，早年家境貧窮，五個孩子跟著她過了一段苦日子。「以前家裏沒床，母子六人一起睡在地板，常被螞蟥和蟑螂咬。」冬天棉被不夠，他們相互拉來扯去；連充足的碗筷也沒有，一人吃完飯，才換另一人吃……

冠興排行老三，從小就有

「飛行夢」，每當看到報章雜誌有飛機圖片，必定會剪下貼在牆壁上。他常對母親說：「媽媽，我以後長大開飛機載你去環遊世界！」

軍職退役以後，他到美國半工半讀參加機師課程。「他英文不好，聽不懂教授講的話，對方就不要他。」張寶秀說，教授要冠興退學，不死心的他懇求教授，可否讓他錄音回去聽；就這樣一遍又一遍地練習，逐漸跟上進度，也努力精進技術，畢業時竟拿到第一名的好成績。回臺後，考進航空公司培訓，最終取得了飛行員資格，當正式授勳、被戴上臂章時，他比誰都還開心！

對於冠興一步步踏實逐夢，張寶秀始終樂觀其成。雖然，閩南語俗諺：「開飛機，是紅衣穿一件。」意喻很大危險性，但孩子就是喜愛，她也任其自由發展；她知道唯有如

此，他才能得到快樂。飛行是冠興最初的夢想，卻也是他魂散之處，張寶秀每想起，就覺得諷刺。

身為慈濟委員的她，強打起精神，居喪期間，每天照舊到附近會所跟著大家一起做早課、薰法香。「我希望讓自己維持平靜，更重要的是把念經功德回向給冠興。」虔誠的信仰，讓張寶秀相信，唯有這樣做，冠興才能靈安，而佛菩薩也會接引他到善處修行。

「我是學佛者，了解那是三世因緣。」張寶秀也告訴自己，要用祝福代替牽掛，讓冠興去到好的歸處，對世間不再罣礙或留戀……

思念纏繞，淚眼放手

溫柔、體貼、愛笑，是張寶秀眼中冠興的形象。她手機裏還留有兒子的照片，每張都是



一個人的旅程

母子緣是一輩子的，除非我沒了呼吸，不然還是會想念他。

穿上機師服的江冠興英姿煥發，是母親的驕傲，卻在盛年與她別離。澎湖空難翌日清晨六點，志工們來到張寶秀位於土城的家中，陪伴她等候前往澎湖處理相關事宜的這段時光。

（上圖攝影／吳碧華
下圖提供／張寶秀）



一個人的旅程

有時會想，他那麼善良，為什麼出事？痛哭之後，告訴自己，緣生緣滅，不該強求，他已經走了，這是事實，不能再牽絆；就像斷線風箏一樣放手讓它飛，希望孩子沒有罣礙，去到好的歸處。

眯眼微笑的臉；家中的相冊，母子倆貼近合影，小眼睛笑起來好相像。

這個她暱稱「小眼睛」的孩子，和自己長相最相似，還遺傳到她的愛乾淨。「在家時一條抹布常拿在手上，東擦西擦的，就是不讓屋內染灰塵；衣物也一件件摺疊得很整齊，女生都還比不上他呢！」

母子倆感情甚篤，當初冠興與妻子在尋覓新居住處時，刻意挑選位於桃園靜思堂附近，就是為了方便母親過去住，他還指著前方對她說：「媽媽，你的慈濟在那裏啦！」

他深知母親愛看佛經，把多部經文都輪進電腦裏，稱之為「媽媽的佛書」，就希望母親能常過去，好讓他盡孝道。

回到媽媽土城的家，也一樣貼心。為了怕她夜晚起床會跌倒，就把電燈設計成感應式；浴室盥洗臺也改裝成凹槽，避

免底部卡到髒污；LED燈泡分別標明已用或未使用，以免母親弄不清楚……種種生活小細節，他都設想周到。

這樣的好孩子走得太突然，教張寶秀難以承受，「我的兒啊，怎會不見了？」就算她坦然接受冠興已離開，但每當特殊節日家人相聚，總會想起：「怎麼少了一個人！」也很怕

再踏進他桃園的家，「因為有太多的回憶。」

「母子緣是一輩子的，除非我沒了呼吸，不然還是會想念他。」難過時，她躲進房間裏痛哭一場，流淚喊著：「為何這麼殘忍，好好一個人，就這樣走了！他那麼善良，怎麼會這樣？」痛哭過後，恢復理智，她告訴自己：「緣生緣滅，不該強求，冠興已經走了，這是事實，不能再牽絆，就像斷線風箏一樣，要放手讓它飛去！」

種種悲傷情緒，時而蔓延、時而消散。冠興的妻子也同樣悲慟難忍：「好人怎會發生這種事？」還有一次她對婆婆說：「媽媽，是不是我沒有福氣，冠興才會那麼早走；如果我可以，我也好想跟著他一起去！」這張張寶秀很心疼，安慰著媳婦：「你是冠興很棒的

太太，還有孩子要扶養，也不能讓娘家父母擔心，碰到了，就要面對，這是你人生的功課。」

婆媳倆互訴哀傷，漸漸地，次媳的眉頭才略見舒展；張寶秀有時與她對話，也會帶點輕鬆的口吻，談起冠興的種種，她指著他的照片說著：「你看，小眼睛又在笑了！」媳婦聽她這麼一說，也彷彿感應到丈夫在對她們笑著。

及時說愛，真心永在

三十九歲的壽命太短暫，特別連句「再見」都沒說，這是令張寶秀最受不了！

「要說他沒道別，其實也不盡然。」張寶秀靜靜回想起，去年母親節前夕，冠興想著屆時可能要出勤，沒法陪媽媽過節，就提前邀她外出用餐。母



二〇一四年七月二十三日，張寶秀的次子在澎湖空難往生，同年七月三十一日深夜高雄大氣爆，慈濟進行急難關懷，張寶秀在八月二十日即來到災區，協助分送便當。（攝影／李富生）

子倆在搭乘手扶梯時，兒子的手扶著她的肩膀，另一隻手則比著，為何要來這邊？東西有多好吃？讓張寶秀邊聽邊掉淚，因為太感動了！

而當他發現媽媽在哭，還問：「怎麼了？」張寶秀回答：「你已經好久沒牽過我了！」之後，冠興又言：「媽媽，我都不知道你有白頭髮，真的老了！」兒子的字字句句都那麼直接，可她卻聽得出他的真心與不捨。

如今，他再也無法牽起媽媽的手，也不能再她幫過母親節了。儘管她還有四個兒女不時陪伴，媳婦及女婿們也很孝順，但少了一個冠興，生命就永遠缺了一角。

就在他過世一周年前夕，張寶秀做了一個夢。夢中，冠興與大哥站在陽臺講話，不久冠興走了進來，她問：「是否

要找兒子？」他很簡短地回答了一句：「媽媽，免！」然後靠到她懷裏，她也輕柔地撫摸他，就像對待小嬰兒一般：但不知怎麼摟著摟著，他竟漸漸縮成一團，最後隱沒入肚內……

這時，張寶秀驚醒了。夢境如此鮮明，她詮釋是冠興已轉世投胎，所以來託夢告知。如此一想，她就能得到安慰，也寬心了！

這一年多來，張寶秀讓自己忙於志工事，填滿生活，隨著時間過去，痛慢慢淡化。她也學習轉化心情，看到災難新聞，不會再將情緒累加，反而會想趕快去助人；特別想去安撫受難者的家屬，給予他們一絲絲溫暖。最初，她是做不到的，現在卻做得很自然。

年初得知基隆河墜機事件，她勇敢站上關懷的第一線，那

是種同理，也是責任，因為兩位飛行員與冠興都相熟，也像是她兒子；而當初冠興出事時，他們也來過家中探望，喊她一聲「媽媽」！

再次感受生離死別，人似乎也會變得比較堅強。張寶秀說，她會盡量拋棄創痛，雖然還是很難，但會努力試看看；而這樣做也不代表就忘了冠興，相反的，他永遠活在她心中，成為生命中不可抹滅的一部分。

一個人的旅程

雖然很難，但會盡量拋棄創痛，轉化為感同身受別人的痛，給予溫暖；這樣做不代表就忘了孩子，相反地，他永遠活在我心中。



住家附近的慈濟環保站，每週三都可看見張寶秀的身影；她藉由插花過程，一點一滴釋放傷痛，懷念雖深，痛卻可慢慢減輕。（攝影／顏霖沼）

遺憾 來不及說再見

普安法師

大林慈濟醫院心蓮病房臨床宗教師，服務資歷八年；蓮花基金會臨床宗教師培訓完訓，南華大學生死學研究所畢業，學理與臨床兼具。
法師長年投注於臨終關懷，是病患、家屬及醫護團隊有力的支持力量。除了床邊陪伴、參與個案討論、團隊研討外，也做居家探訪，協助安頓身心；並在病人生命將盡時，給予靈性撫慰，引導家屬做四道人生。事後，還追蹤遺族情緒，助其宣洩及調適。



(攝影／于劍興)

■沒有人能預知未來■

問：意外喪親，最令人傷痛難以接受，家屬常感疑惑與自責，遺憾無法挽回。該如何開導與陪伴？

答：來不及告別的喪親傷痛，短時間內很難撫平。在這段急性期，常會有很多情緒陸續出現，崩潰、痛苦、絕望、大哭、大叫等，這都需要讓對方宣洩，不必急於制止。

十多年前，我摯友的兒子騎單車外出，遭逢車禍往生；孩子才二十幾歲，青春正茂，讓她很難接受，不斷問著：「我兒子這麼善良，為何發生意外的是他？」對於她的疑問，我無法回答，這世間因緣如何牽扯，我們無法得知；但既然事情已經發生，就要想怎樣做比較好。

這位母親是佛教徒，經常誦經回向。在誦《藥師經》時唸到「九大橫死」，當場淚流不止：「我兒子難道是如經文所寫，前世造惡，現世才會受此惡報？」

我無法回答她過去生的事，轉而跟她談「死亡」問題：「我們都希望在安穩環境中，有親人陪伴，安詳往生，這是世俗人所

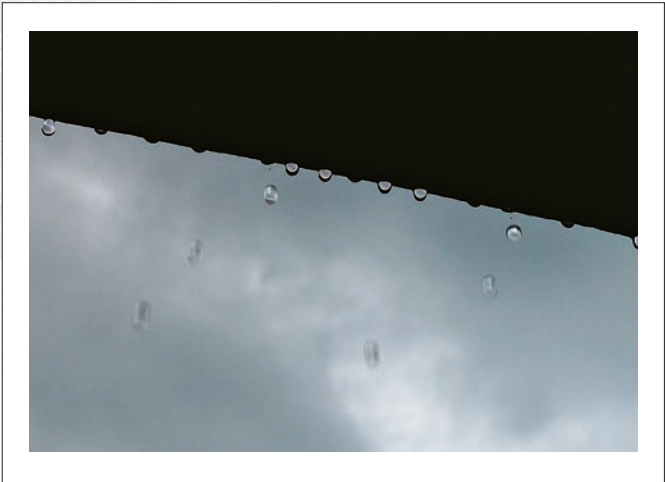
希望的『善終』；但有多少人能如此呢？尤其現今天災人禍那麼多，誰能預料哪天無常不會降臨到自己身上。」

她又再問，若當日阻止他出門，是否就能躲過一劫？意外喪親者常認為死亡事件是因自己的疏忽而引起，這其實是自己愧疚感的責罰。沒有人能預知未來，自然無從防範；而就佛教理論，這是業力的牽引，我們在業的輪迴中無法預知及逆轉，但對遺族而言，這種愧疚感與自責卻是恆常存在心中，揮之不去。

其實，每個人都會死。死亡有很多種形式，意外致死只是其一；重點也不在如何死，那是生命必然結果，要在意的是過程。我跟這位母親為他兒子進行了生命回顧，她說：「我兒子乖巧，孝順又有愛心，會跟我們去拜佛，也很熱心公益，當年大林慈濟醫院啟業，他還去鋪過連鎖磚呢！」細數起兒子的貼心和善解人意，她的臉龐滿是驕傲。

「是啊，他這麼有善心，會不告而別，自有其因緣。」我安慰這位媽媽：「你兒子這一世塵緣已盡，圓滿了，就必須再往下一段因緣走，我們要用祝福心送他；而人不在

(攝影／楊舜斌)



了，也不代表連結就此斷絕，他還可以另一種形式活在你心上啊！」

這個孩子的離去，我也很不捨，並促成了我後來走上臨終關懷的契機。至今，每當開車行經大林慈院，聽到隨車輾過連鎖磚的破破聲，孩子的身影仍清晰再現；思及此，我內心就有股悸動和感動，他的生命雖短了點，卻活得很精采，也很有價值，至少他影響了我。

問：該如何陪伴家屬度過急性悲傷期？

答：急性期悲傷，身體知覺會急速被壓縮，頭痛、胸悶、失眠、沒食欲、呼吸急促等；心理也易生麻木、憂傷、無助、焦慮、恐懼、失去生活目標。若衝擊太大，身心失

衡，初期可求助身心科醫師，或許吃個藥，好好睡眠，會比較容易修復；另外，不強加社會道德規勸，也有助喪親者更易於進入接納失落的自我修補能力。

面對此劇烈創痛者，臨床常使用「角色扮演」的冥想方式，讓他與往生者進行對話。從放鬆開始帶入情境，將離去的親人

療傷OK繃 來不及告別，最是折磨人，短時間內很難撫平。在這段急性期，會有很多情緒，崩潰、痛苦、絕望、大哭、大叫，都是正常的心理反應；可讓對方充分宣洩，不必急於制止。

「具象化」，再引導家屬把來不及說的話、情緒及情感，徹底地發洩和解放；這方法提供一個平臺和管道，讓喪親者正視事實，通常可達將悲傷化為祝福。

例如，當家屬激動大喊：「為何死的是我兒子？」我就會回答：「他也不願啊，但卻是無可奈何，無法掌控！」家屬再大叫：「我一輩子都在行善，為何孩子還會遭此橫

逆？」此時，千萬別用「因果」帶過，會加深悲傷情緒；我反而會勸解：「這世間太苦了，或許你孩子來此只為了償還一些因緣；還完了，就不必再受苦。」

當家屬仍是情緒高漲、憤憤難平，也不要強加阻止，就任其繼續大聲哭泣、聲嘶力竭，只要適時給予撫慰即可；等他發洩夠了，或許整個癱掉，這時反而會舒服一些，不然就像壓力鍋一樣，隨時可能爆炸。

透過一次又一次的情緒釋放，回顧和重

能不哭？

也有人講，掉淚是情執太深，但我覺得這說法有點殘忍，眼淚是情感的表徵，一定悲痛到了極點，身心難以負荷，哭就哭吧，不需太壓抑。就如我去參加已故病人的追思會，影片一播放，淚水也是忍不住嘩啦流下！但我寧可說，那是純真本性的觸動，照顧病人久了，難免有感情，何況是摯愛他的家人呢？

而在臨床上，碰到病人猝逝，家屬來不及告別，引發強烈悲傷，我就會引導他附在往生者的耳邊，輕聲「道愛、道謝、道歉、道別」，完成「四道」人生，至少比較沒遺憾；我也會代替往生的親人回應，感謝家屬的照顧與愛。最後再以宗教師身分發言，肯定逝者此生的努力和付出，讚揚其生命價值，並請他寬慰：「你看，親人們這麼難過，都捨不得你離去，但你的身體已無法使用了，他們希望你能去到一個很好的地方。這眼淚，不只是悲傷，也懷著祝福，祈願你去換個更好的身體再來。」

無論如何，總希望讓生死兩相安，走向各自的旅程；在過程中，眼淚是很自然的情

問：有人說，親人過世時，不能將淚水滴在他身上，不然他會走不開。這樣的觀點合理嗎？
答：並非眼淚的問題，而是這種心念，易讓往生的親人產生執念，捨不得離去；但是過度壓抑，反會阻礙原本情緒的出口，若是彼此關係甚深又相互依附，怎可

覆，但日子久了，傷痛慢慢減輕，最後會找到新的平衡，漸漸回到原本的生活軌道。

整與往生者的過去經歷，心情會逐漸獲得舒緩。就好比美國心理學家史卓比（Stroebe）和史卡特（Schut）所提出的「雙軌擺盪模式」，在接受與逃避之間擺盪；或許最初撞擊力道很強、震盪很大，但隨著擺盪時間一長，震幅會愈縮愈小；喪親者的悲傷也一樣，急性期的情緒起伏很大，過後也反反覆覆，但日子久了，傷痛慢慢減輕，最後會找到新的平衡，漸漸回到原本的生活軌道。



緒出口，不必過度克制，更期盼含帶祝福之心，減緩傷慟情緒，而轉換成正向能量。

問：電影《百日告別》的主角有言，「做七」與其說是幫逝者祈福，但比較像不斷提醒生者，他真的走了，給個期限，讓我們放手。法師以為呢？

答：悲傷並沒有期限，也不是放不放手的問題。就佛教而言，做七有其意涵，《西藏生死書》也提到，每隔七日都是轉世輪迴的機會，直至滿七。生者可藉由誦經拜懺回向給逝者，以宗教儀式為媒介，讓生者與逝者間產生連結。

雖然，人往生了，形體已不在，但他與在世者的情感還有連結，死亡只是關係的轉換而非結束。喪親者初經悲傷階段，在理智層面，能理解逝者已走的事實；但在情感層面，並不會因告別式結束就真的接受事實，在內心深處猶存在著逝者的生前影像和深刻記憶。

這些儀式正給了遺族調適身心的時間，逐步與逝者告別；每次的儀式，也像是一次生命的重新回顧；生者透過念經祝禱，與逝者心靈對話，遺族們也能彼此聊聊對逝者的

一個夢，一位首領引導我走了一段長路，經過原始聚落、神聖宗祠，繞過一座森林、沙灘，最後登上大海中的小島，就好像一趟探索之旅，是很神聖的領域。我看到有明亮的人影走來走去，還聽得懂兩隻神獸在耳語；之後，首領帶我走向沙灘，我們並肩坐在一起，望著皎潔月光撒向海面的波光粼粼，他

以心印心唸誦咒語，我傳承其心法。

夢醒後，我感覺非常奇妙，好像身體的感官經驗被開發了。父親潛修道教，雖然我們倆的宗教不同，但其身教影響我甚深。這個夢，我感覺是父親送我最好的禮物。

但如果夢境意象不好，也不必過度聯想。有時夢境所現的情境或許有其他因素，是否喪親者的自責、愧疚所導致；不妨回顧一下往生

懷念與情感，相互釋放苦痛和壓力，回顧過程也可達到療癒的效果。

■人不在，連結依舊在■

問：日有所思，夜有所夢。夢境的好壞，往往影響家屬的情緒。這部分該如何化解？

答：意外往生，家屬常會惦念：死去的親人去了哪裏？過得好不好？日有所思，夜有所夢，就容易夢到與逝者有關的影像或意象。

就我臨床經驗，有家屬夢過親人坐著蓮花或被佛祖接走了，這對生者就是很大安慰；特別是因意外而亡，家屬很難釋懷，若能夢到這些瑞相，即有一定的撫慰作用。

有位母親心中一直很忿恨，女兒為何要走上絕路？她無法接受白髮人送走了黑髮人。某天，她就夢到女兒來辭行，在靜默中，母女倆心心相印，她解讀這意涵：「女兒過得很好，即將要去別人家了……」這對傷痛至極的母親深具撫慰，儘管她在內心已無數次對女兒告別，事實上卻放不下；透過這個夢境，她便願將悲傷轉化成祝福。

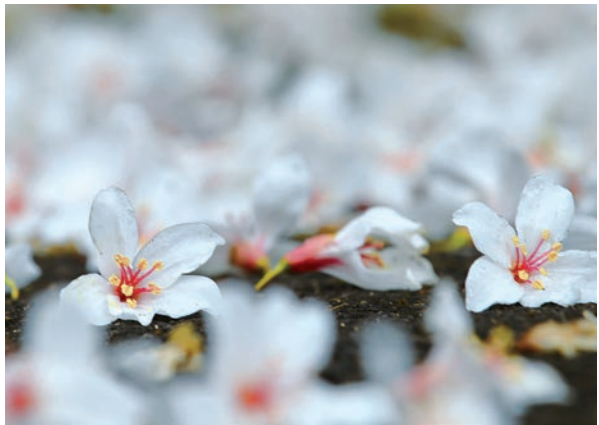
還有的夢境，不是逝者本人顯像，而是帶有意象性畫面。我在父親告別式前，做過

者的生命經驗：「他這輩子是很糟的人嗎？無惡不作嗎？」若非如此，就無需驚慌，因為夢境易受個人心境所影響，在悲傷的情緒下，也容易做惡夢；關於夢境，常需自我覺察及反思其意境，不做過度想像，秉持著正信、正念的態度去面對，就能心安。

問：想隨著時間沖淡悲傷，又怕自己淡忘摯愛的親人，該如何走下去？

答：悲傷調適的最終目的是：「讓喪親者能慢慢理解，不是放棄與逝者的關係，而是在情感生命中，為逝者找到適宜的地方安置。」因此，從斷裂的關係中重新找到連結，進而調整心念和轉化想法，方能找到可以活下去的力量。

大林慈院有位志工，她在女兒往生後，一度消沈、萎靡不振，毫無生趣可言；後來她開始學習種菜，看著菜苗日漸成長，體會到生命不可思議，我們也鼓勵她透過農作勞動消耗體力，並分散注意力，偶爾就會關心問：「阿嬤，你的菜瓜熟了嗎？」隔一段時日，又問她：「阿嬤，我想吃地瓜葉！」有了大家的激勵，她似乎愈種愈起勁，也找到了



了生活樂趣。

另一位家屬，在女兒過世後，邀我一同去她們母女倆常走的登山步道，邊走她還邊說，女兒會停在哪邊休息、做些什麼？我陪她舊地重遊的這一路上，母親難免觸景傷情，也會滴下眼淚。在一陣悲傷後，我試著緩和氣氛：「你這個女兒，人真好，很懂事，實在可惜！不過，她已病了好多年，現在沒痛苦了。」走了一段路後，我又故意逗她說：「我頭有點暈，難道是你女兒知道我們來了，特地來迎接？」她聽了，忍不住噗哧一笑！

談談笑笑中，我

們走完了全程，她也再度回顧往日的美好。我想，這一趟旅程，不管對她或對死去的女兒，應該都很重要吧！

還有一些家屬，歷經傷痛後，還願意回到心蓮病房當志工，或許藉由幫助別人，他可找到生存的浮木，在這熟悉的場域，似乎還能感覺逝去親人的氣息，因而產生連結；這不是有形的相依，而是心與心的緊密契合。只要他們能化小愛為大愛，就能在支持

喪親者過程中，重新找到個人的定位；這並不是淡忘自己所愛，而是將愛循環，於已於人，都有助益。

問：所謂「天人永隔」，關係的斷絕令人難以忍受。若是自己或親人正在經歷這種哀痛，怎麼做可以撫慰心靈？

答：人之所以為喪親痛苦，是因為再也看不到對方、聽不見他的聲音，這種關係的斷

療傷OK繃 心念很重要，會產生正向能量；覺得逝去的親人現在很好，他就真的很好，也給自己動力，繼續往前行。當然，不是這樣想，悲傷就能止住，而是要轉念，提醒自己過得好，逝者才能無牽掛。

絕，教人難以忍受，也是悲痛的所在。

在臨床常把「天人永隔」比喻成「搬家」，並把「家」的概念重做詮釋，讓家屬接受逝者只是回去另一個家；等到你們百歲終了，也是要回歸那個家庭，到時就能團聚。這樣的說法，對一些老人家很有用；或把家比擬在「佛祖」那邊，他們更能接受。

這種「信念」的傳達，會讓家屬即使悲傷，也願帶著祝福。尤其，如果親人往生

時，面色紅潤、表情柔和，或散發檀香味，也會讓家屬感到放心，覺得他是「善終」。

而對意外離世者，要提醒家屬相信，為他所做的善行，如布施、念佛、齋戒等，都有重要功能，存在這樣的信心，家屬才能產生轉化力量，否則會活在懊悔與愧疚之中。

我仍然要強調，心念很重要！這會產生正向能量，你覺得他好，他就好，也給自己動力，繼續往前行；當然，也不是這樣說，悲傷就能止住，而是要轉念，提醒自己過得好，逝者也能無牽掛。

或許，有人會想，燒個逝者喜愛的物品給他，如紙飛機、紙房子、紙車子等，如果生者因而能寬慰，也未嘗不可。這是補償的作用，但不要過於強調利益，而是在敘說中肯定對往生者的意義與用心。

比較擔心的，是負向

思考太多的人，若能及早介入輔導，就比較有療癒效果。透過多次的懇談，了解其內心的情緒脈絡，在會談中重新建立新的想法，情緒會慢慢鬆綁及舒緩，自然就能導向正軌。

投入安寧療護、關懷喪親者那麼多年，我很能體會完成「四道人生」有多重要；但有些人就是來不及道愛、道謝、道歉、道別，就算事後進行，他們也覺得於事無補，因為逝者已難收到。

其實，這個問題很值得探討，往生後，連結就斷了嗎？我並不這麼認為，為進行多層次的了解，我透過舉辦讀書會及共同研讀悲傷關懷的書籍，幫助喪親者找答案，調整心緒、解開心結，也讓他們以不同的觀點來看待生死課題。

生死問題，永遠會是個顯學，有生就有死，有死就有生，因緣相續。但人死去後，四大假合崩解了，是否意識也跟著瓦解，我想不是的；要相信佛教所說「因果循環」的道理，就像樹葉枯萎、落地後，更願化作春泥更護花，冬去春回，又會長出新芽，生生不息。

悲傷 有期限嗎？

彭榮邦老師

美國杜肯大學臨床心理學博士，現任慈濟大學人類發展學系專任助理教授。

臺大求學期間，跟隨臨床心理學者余德慧教授學習，踏入「人文心理學」及「生死學」的大門，走入臨終照顧領域，深入探究現代人對於生死以及受苦的心理處境與轉化等議題。曾擔任余德慧教授特助，為《張老師月刊》共筆撰文；並於美國賓州及花蓮慈濟醫院擔任臨床心理師。曾翻譯《好走：臨終時刻的心靈轉化》、《聆聽疼痛：為痛苦尋找話語、慈悲與寬慰》等書。



（攝影／楊舜斌）

■不要壓抑，而是轉化■

問：許多失親者都會經歷一段既憂鬱又黑暗的時刻，甚至精神渙散；為什麼會有這樣心理的變化？

答：我在碩士論文《牽亡：悼念世界的安置與撫慰》中，曾引用艾瑞希·林曼德對於人在失去親人後會有哪些「正常悲傷的複合症狀」，像是「我幾乎不能登上一步臺階」、「剛一出門，我就感到神疲力乏」、「食物嘗起來像吃沙子一般」等描述，就是失親者常見的狀況。

通常，我會把失親者形容是倖存者的狀態；因為從人文臨床的觀點來看，生病跟死亡不只是個生理事件，實際動搖的是跟往生者有關的社會網絡。

從失親者身邊把一個杯子拿走，他的心情不會受到影響，但他與逝者是「為了對方」存在的關係。例如照顧孩子或是面對情人的時候，我們常常會覺得對方很煩，這個煩是「操煩」的意思，代表他的存在本身，讓你不得不經常去關注他。

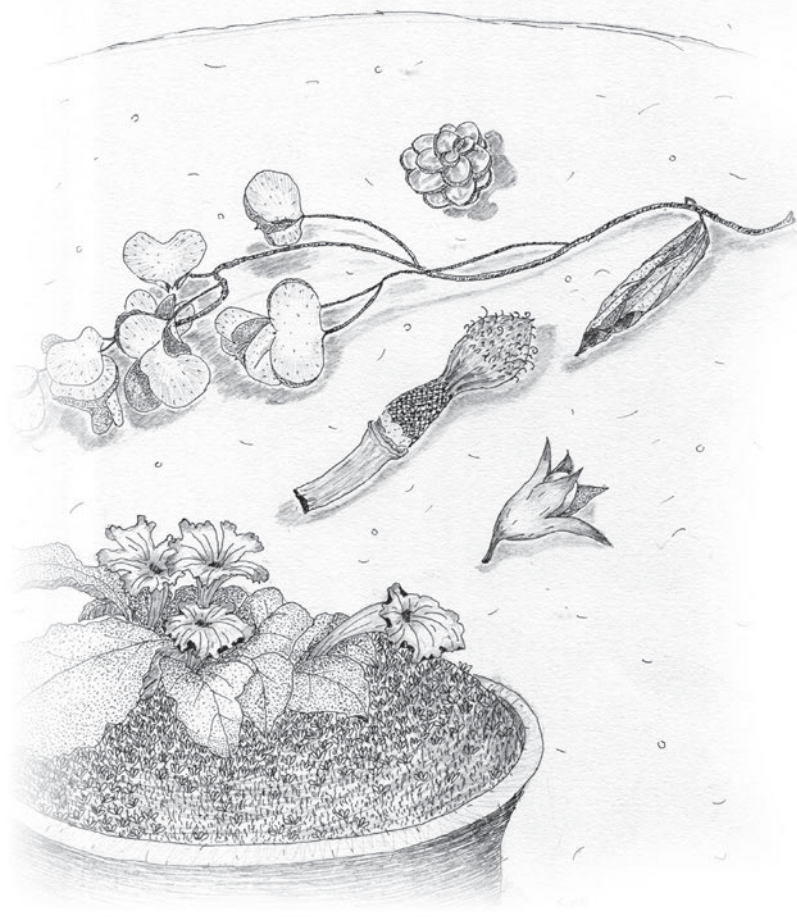
身為父母會特別有感覺，養育子女的

過程中不知不覺人生就從「我」變成「我們」。平常嫌孩子很吵鬧，但他們去畢業旅行、不在家的那幾天，就特別想念他們。所有這些心思和想念，其實都說明了一件事，就是這個人跟我的狀態是「我們」，對他的操煩構成了我們人生的趣味。

我們看到很多失親者的描述是「我本來回到家那邊應該要有個人，他可能招呼我、或是在做菜，或是在做些什麼事情……」，突然之間把這樣有關係的人抽掉後，另外一個人會空掉。因為本來向著他、不斷要求他做什麼、可以一起去哪兒的這個部分被拿掉後，生活從「我們」變成「我」。所有經歷的痛苦，都與從「我們」到「我」的撕裂有關。

在常態的生活中，表面上活在現在，但多數人實際活在未來，不斷地規畫接下來的種種。如果是生病往生，親人在陪病的過程中會想像過死亡的終點，可是意外事件卻讓共同的想像、共同的未來戛然而止。

這就很像「兩人三腳」，有個人跌倒了，突然之間你的未來消失了、被打斷了，這種情況在白髮人送黑髮人時會更明顯，因



問：死別是無法挽回的失去，如何處理這樣巨大的悲傷？

答：面對這個問題，其實我們更應該了解的是悲傷的性質，到底什麼東西讓你悲傷？如果是意外往生，親人會心疼他在那個時候會不會痛？一想到他可能很受苦的時候，很多

他的路會不會更好呢。

人就忍不住掉眼淚，不捨這個讓你操煩、讓你揪心的人。

另一種悲傷，是你走了我該怎麼辦？如果仔細觀察一個失親者，不一定整天都在哭，有些時候可以正常跟別人說話，但某些時間點就會非常難過，這就是一個「疊影」，會突然在某個時空深刻地感受到對方的不在。

療傷OK繃

轉化悲傷，看到對方遺留在自己身上或是遺留在這個世間的未竟之事，然後去完成，好像帶著對方一起走，他做為我的一部分，我們一起去實現這個願望。

為父母不會想像自己的小孩會先於他們而去，他們會想像孩子有個循序漸進的人生，之後含飴弄孫，甚至是生病會被孩子照顧；所以不只是那個人的身體沒有了，而是彼此共同的人生沒有了。

問：有些失親者會反覆思考，我當初阻止他出門就好，早知道就不要讓他出去……為何會有這類自責的情緒？

答：我常說人活著是奇蹟，能健康地活著，其實仰賴著很多條件；人的死亡，則是在因緣聚合當中，比較核心的關鍵被抽掉了。

可是為什麼這個關鍵會被抽掉？為什麼他出去會被車撞到？為什麼我那時候不陪他出去，說不定我可以注意到那部車子？這些「天問」包含了「我可以阻擋這件事情」的假設，這個假設裏頭，是人跟天意的對抗。

比如說車禍，有時候根本不是我們的疏失，更無法預測對方的疏失，即使再小心都有可能出事。但當我們想對抗天意的時候，就會出現自責，彷彿只要我在旁邊就可以阻止事情的發生。

可是仔細想想，就會知道這個答案是不合理的。但它還是會出現，尤其是沒有可以

指責的對象的時候。如果有肇事者，我們往往會用盡全力去責怪，希望討個公道。那種憤怒，其實某個部分是在處理自己的失落。這是自責的第一個層次，是跟天意的對抗。

第二個層次，是來自於某些對自己責任的迴避。每個人都有要面對的議題，像有些人無法接受父母老了，沒辦法想像記憶中強壯的父親卻是如此脆弱，甚至減少回家探望的次數；當父母往生，這個自責就會不太一樣。

所以我會建議，在某個時間點，能做的事情要盡量去做，即使硬著頭皮也要完成。像我過世的妻子病重時，剛好是兒子考完國中學測的階段，一般學生會想出去玩，那時候我跟兒子說，你媽媽現在大概到最後面的階段，剩下的日子屈指可數，我理解你很想放鬆，但如果這個時間沒有陪著媽媽的話，你以後會後悔，因為那個是來自於我能做，可是我沒做。

不過，這並不代表盡力做到最後，就不會有自責。因為在照顧的過程中，一樣會碰到「天問」；例如要不要用這個藥？要不要開刀？治療到底對病人好不好？其實這就是人的選擇，做了之後就承擔，誰知道選了其



療傷OK繃

讓過世的人以另一種形式在我們身上活著，存在於這個關係裏、存在於旁人對他的記憶與感受。也因此我們不再感覺失落，反而歡慶這個人出現在生命中，有他真好。

在失親者的想法跟感受上，往生者還在，但是眼前卻不然。「在」跟「不在」的反差裏，會出現巨大的悲傷。當兩個人以「我們」的方式生活幾十年後，環境周遭都是跟彼此有關的記憶，隨時都可能遭遇到這個人已經不在的殘酷事實。

但回憶不會只有悲傷，有時候也能很好笑、很溫馨。比如說在喪禮後的家屬聚會，笑中帶淚分享往生者的趣聞往事，好像過世的人又回來了，體驗到他曾經是以這種方式活著；失親者一方面看到了他的存在，同時也看到了他的不在。

余德慧老師常說：「人的不在是最大的在，他不在之後，他的在，會轟然作響。」那個轟然作響就是在這一群人裏面，過世的人其實不是存在心裏面，而是「在我們身上活著」。我們帶著一部分的他一起走下去，有時候是責任，有時候是溫暖，當然有時候是傷害；但他會存在於這個關係裏、存在於旁人對他的記憶與感受中，而這也是對活著的人最大的安慰。

問：親人驟然過世，有人選擇維持原樣，不碰他的東西，避免傷感，有人則開始整理遺

答：其實當你看到他的「在」的時候，就沒有遺忘的問題。所謂的「遺產」，我覺得不是物質上的，而是這個人在你及其他人身上、在這個世界上，以什麼方式延續著，這個才是真正的遺產。

當你看到逝者留下的遺產時，就不會有失去的失落感，反而會歡慶這個人曾經出現在你的生命中，有他真好，不然現在的我不会是這樣。不過這個感受不會馬上出現，而是經歷過許許多多心境上的轉化。

以自己來舉例，孩子或許會問我為什麼要再婚，你不是那麼愛媽媽嗎？常常我們不能去處理和面對的其實就是這樣的問題，一

物。這兩種做法對減輕悲傷各有幫助嗎？

答：失親者為什麼要維持所有東西的原樣？就是希望保留他還在的世界，感覺他彷彿還活著。如果我們懂得他做這件事情的意義時，他有可能會因為我們的懂，漸漸地做出一些改變。

有的失親者擔心自己前進後，舊的世界就改變了，所以停留在原地；但這有可能因此把自己的未來向度掐住，鮮少和其他人互動。

還有些人把傷痛和記憶像膠囊一樣包裹著，當成這件事過去了，我繼續過日子，但其中卻包含很大的情感量無法抒發。這其實不是個好方法，而且也很難走得長久。

真正好的方式，是有轉化地走下去，讓那個過世的人出現在你要做的事情裏面，例如去完成他的未竟之事等等。即使肉身消逝，卻以另一個方式活著，以不同形式繼續和我們在一起。

問：有些失親者認為自己沒有再獨自快樂或幸福的權力，好像我不應該就這樣子把他忘掉，把他丟了。該如何引導他們從這種情境或自責感中離開？

般人比較難看到那個轉化的過程。

我們知道對方的生命以另一種方式留下來了，變成一種內在力量的存在，成為我們的一部分。當我們接受了這件事情後，才有辦法去看到人生的其他可能，而不是讓遺憾一直存在。

原本我以為沒辦法再去愛人，但現在太太帶給我的，就是一個再愛的可能性。當我們反對一個人去取代過世的人的位置時，其實我們正在做一個殘忍的事，就是阻止愛的可能，當然很多時候，是我們阻止自己再愛的可能，如果我們沒有看到那個轉化跟變化的話。

療傷OK繃

無論與對方的關係是近還是遠，最重要的還是傾聽；就像觀世音菩薩，傾聽他所受的苦。有些時候他需要我們在场，我們就陪伴；有些時候他需要獨處，我們就離開，這才是慈悲與智慧。

■現在，需要我的陪伴嗎■

問：該如何安慰與陪伴失親者，讓他們盡快走出悲傷？

答：陪伴失親者，最忌諱的就是用過來人的角度勸他要走出來、看開一點，這實際上是揠苗助長。這是屬於他個人內在的歷程，歷經心境或是處境的改變，才可能真的走過去；我們直接告訴他結果，對他來說沒有意義，因為他現在看不到我們所講的境界。

在這個時候，我們可以順著他的「境」陪伴他。例如，他想要保持往生孩子的房間原貌，如果你硬要他趕快把房間收一收，就是與他的心境不同，因為他還想用力量去挽留那個已經消逝的世界。

我們要做的是，進去那個房間，跟他聊天，談談孩子以前是什麼樣的人；不用怕他哭泣，唯有這些事情都做了之後，轉化的可能性才會出現。

我們有個專業詞彙叫做「涵容」，作為陪伴者，創造出一個環境，讓他將正在經歷的處境，在這個空間裏面說出來，以你的傾聽讓話語鮮活地呈現，不用懼怕他的眼淚、他的憤怒，因為我們了解他的難過是來自於在與不在的反差，就陪著他，讓這個人在他

心裏再活一次。

問：失親者有時希望向人傾訴，有時又希望能獨處，親友如何拿捏距離？

答：其實就直接問他需不需要我在。

這個問題其實也反映了我們自身的害怕，因為失親者的心情或樣子，很多時候對我們來說是不太容易去承受的，跟你習慣帶著笑容的他不一樣，我們得去碰觸到那個不熟悉的面向。

但如果你真的陪伴在他身邊，你會發現有很多事可以做；或許他難過很久了，房間沒有整理，你可以問他是否要幫忙，或者為他料理食物。在陪伴中，看他需要什麼，我們就給他什麼。

如果是志工的助人行為，那就可能就有點不同，更需要傾聽。就像觀世音菩薩的精神，傾聽他所受的苦是什麼；有些時候他需要我們在场，我們就陪伴；有些時候他需要獨處，我們就離開。

例如在安寧病房，病人有時候比較疲憊，如果你察覺自己的出現像是打擾，離開就是一種慈悲；有時你發現似乎他身邊一直都沒家人來拜訪，你去坐在他身旁，也是一種慈悲。

無論與對方的關係是近還是遠，最重要的還是傾聽；離開或陪伴，還是要現場判斷。悲心和智慧一起配合，才能真正幫助到對方。

有時預設有類似經驗的志工可能對他比較有幫助，但會面臨到一種風險。過來人如果自顧自地講起自己轉化的過程，甚至哭了起來，反而對正在難過的人造成更多負擔。

聽，你沒有把感受力借給他，卻是任他的故事引發你內在的騷動。或許他談起離婚這件事，回過頭你想起了自己的婚姻，所有的問題被這個故事帶出來，反而變得很糟糕。

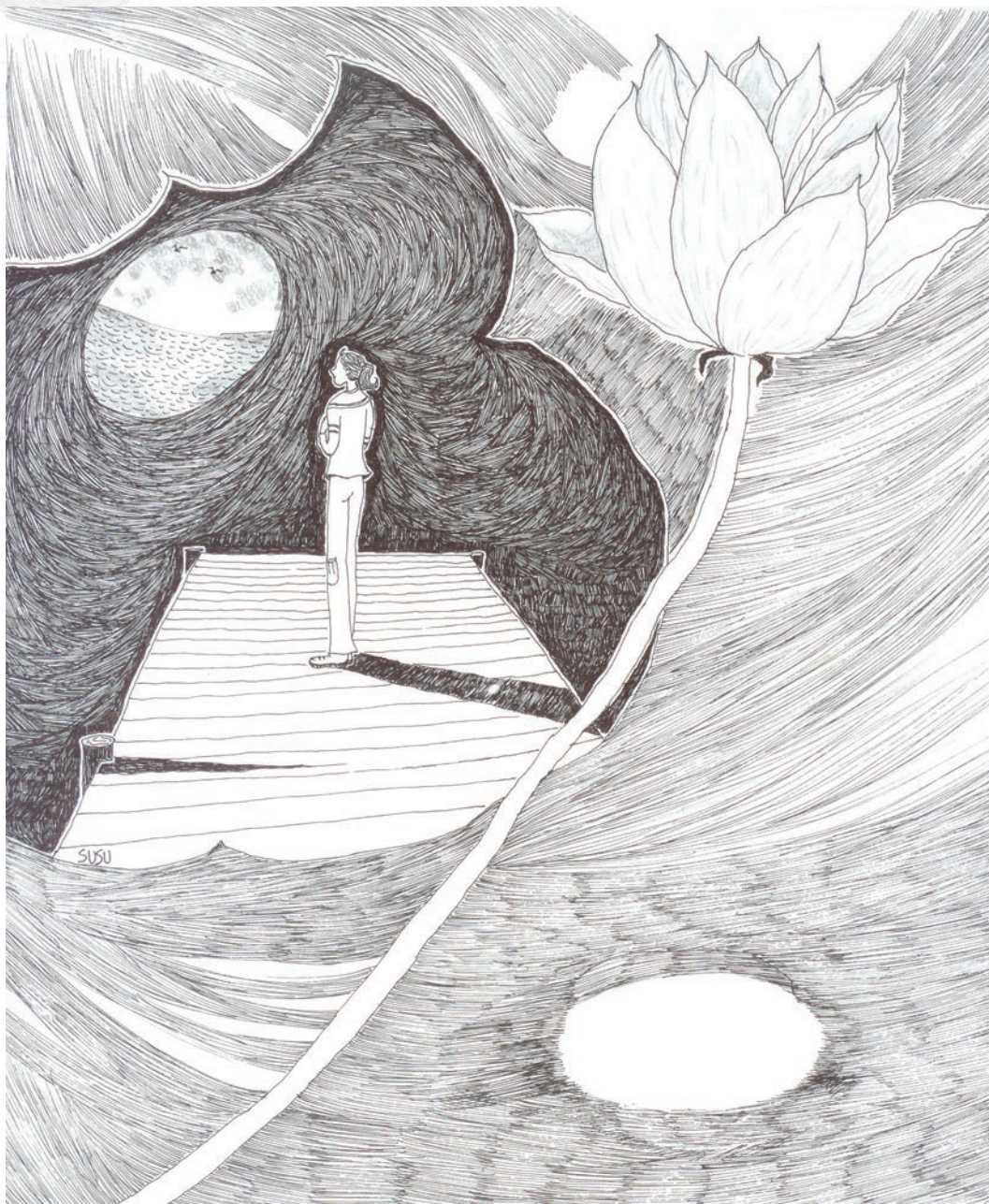
如果用對的方式去聽，你會知道這個不是你的故事，過去就過去了；但你很投入跟著他的故事走，鼓勵他把本來不知道該怎麼談的心情，因為你的傾聽而講出來，這對他

問：傾聽對方的苦，有無可能陷入情境？有哪些情緒壓力會建議尋求專業協助？

答：其實幫助別人本來就是一件可能會受傷的事情，因為傾聽的過程不只把耳朵打開，也會被他的話觸動。例如他描述那一天在什麼狀況下發生了什麼事情，在你腦中形成畫面，即使你沒有在同一個處境中，卻被故事吸進去。

會讓我們太難過的原因，或許是用錯誤的方法來





療傷OK繃

悲傷的頻率會減低，那些讓我察覺到他不在的事情會愈來愈少；或許在某個情境悲傷又會出現，也沒有什麼不好，因為這代表這個人曾經在你的生命裏這麼深刻的存在著。

來說才是有幫助的。

至於什麼時候需要尋求專業治療，如果對方真的吃不下、睡不好，持續消瘦，沒辦法完成平常可以做的事情，然後周遭的資源也幫不上忙，就醫可能會有幫助。

有些人會擔心失親者輕生，但我認為自殺或許不一定直接失去有關，而是他生命有其他難題在這個時間點被引發出來，讓活著變成一件沒有辦法忍受的事情，只有用極端的方式去逃離。

這部分要觀察對方的「無望感」，從他說話的內容感受到是否已經完全看不到未來性，還有是否已出現極端行為等等。

問：悲傷會有停止的一天嗎？

答：哀悼的過程，涉及的是生命狀態的轉化，從肉身存在的「我們」，到之後以一種象徵性存在去連結的「我們」，這樣轉化的過程需要時間，也許至少經過一輪春夏秋冬，去經歷同樣的時間、地點卻沒有對方的存在。

有些人靠忙碌來轉移注意力，但忍不住不讓自己傷心，並不會讓悲傷隨著時間減少；面對自己，適當表達情緒，悲傷才有轉化的

契機。

看到對方遺留在自己身上、或是遺留在這個世間的未竟之事，然後去完成，就好像帶著對方一起走，象徵了我們的關係，他做為我的一部分，我們一起去實現這個願望。

傷痛後，選擇投入志工則不太一樣。他可能之前被幫助，後來決定成為幫助別人的人；他將自己的位置轉變了，不再是像以前那樣的狀態，某個程度來說，他現在的能力比以前大多了；或許先前對某些事情有些愧疚或力有未逮之處，但後來發生了替代性的事件，讓他把在原來處境做不到的事情，在眼前這個人的身上完成了。

悲傷到底有沒有期限？我必須說，只要活著就還是會有難過的可能，只是悲傷的頻率會減低，那些讓我察覺到他不在的事情會愈來愈少，因為你實際上已經接受了他不在的這件事情。

可是那個悲傷本身其實是很重要的。假如我們用比較正面的方式去面對，會知道如何以一種新的姿態活著；或許在某個情境偶爾會出現悲傷，但也沒有什麼不好，因為這代表這個人，曾經在你的生命裏這麼深刻的存在著。

經



■ 人醫之愛

安寧照護

從花蓮慈院到監獄

淚水不聽使喚地從這位七十三歲的老人家眼中流出，癌症轉移，骨瘦如柴的身軀有華麗龍鳳紋身，述說著「曾經」；對花蓮慈濟醫院安寧療護團隊來說，他不是受刑人，而是一位需要醫療協助的病人……

撰文、攝影・魏瑋廷

身上華麗的龍鳳紋身，靜靜地述說著阿水（化名）那放浪不羈的過往人生；床尾垂落的長鐵鍊，以及病床旁一刻不離身的獄卒，束縛著阿水所擁有的活動空間，也洩漏了不同一般病患的身分。伴隨著阿水疼痛低鳴的，是鐵鍊「銀鐺、銀鐺」的聲響。

他是花蓮慈院心蓮病房的病人，七十三歲，患有攝護腺癌合併骨轉移；他的另一個身分，是花蓮監獄的收容人，因為違反毒品危害防制條例，來回回監獄多次。這一次，是十三年的刑期。

二〇一三年起，花蓮慈濟醫院承接第一期「全民健康保險提供保

險對象收容於法務部矯正署花蓮監獄者醫療服務計畫」，在花蓮監獄提供門診服務；每天，都有多科別的醫師輪流到花監駐診，讓收容人能受到健康照護。

今年年中，醫師發現阿水重病，他也成為首位從花蓮監獄門診直接轉收花蓮慈院安寧病房的病人；在醫療團隊的照護下，阿水撐過急性期，病情穩定，九月順利出院回「家」。

阿水出院後，花蓮慈院醫療團隊仍惦記著他，在心蓮病房主任王英偉醫師的帶領下，心蓮團隊將安寧居家照護帶到監獄，首創醫療機構為監獄收容人提供居家照護的先例，用心、用愛守護收容人。

確診、住院、居家照顧

今年初，阿水感覺身體不適。原先只是用餐時，肚子總覺得悶痛，好像食物「擠住」腸胃器官，就這樣忍了好幾個月；後來腹痛逐漸加劇，「整粒腹肚都很痛，痛得無法走路」，回憶起那時身體所承受的疼痛，阿水仍心有餘悸。

六月初，阿水掛號看診，駐診的腸胃內科洪睿勝醫師警覺阿水的病況不對勁，立刻幫阿水安排到花蓮慈院進行電腦斷層掃描等詳細檢查，確診癌症已轉移。慈院醫療團隊立刻將阿水收治住院，經過花蓮慈院血液腫瘤科、泌尿科等多科別共同照護，狀況時好時壞，前後共

住院兩次。

阿水出院回「家」後，也一直由花蓮慈院家庭醫學科黃亮凱醫師，負責在花監為回診的阿水控制病情。黃亮凱醫師說，九月初，接到獄方醫療團隊的來電，表示阿水的狀況急速惡化；黃亮凱到獄中診斷，確定需要安寧團隊的照護介入，阿水立刻轉送至花蓮慈院心蓮病房接受安寧照護。

骨轉移的病人，腰背會產生劇烈疼痛；剛到心蓮病房的阿水，整日呻吟，無法下床行走，遑論自理生活。疼痛控制及症狀治療，是醫療團隊提供阿水的主要治療，護理人員並協助進食、擦澡……一點一滴用心照護，阿水的病況漸趨穩定。

經過十多天的治療，阿水撐過了急性期，已經能靠自己的力量拿著湯匙緩慢進食，更能在兩位護理人員的支撐下，到浴室沖澡。

阿水說：「花蓮慈院心蓮病房的醫師、護士，都把我照顧得真好！」

九月中旬，阿水準備出院，心蓮病房王英偉主任特地召集醫療會議，團隊討論如何持續照護阿水，最後決定：「我們到花監進行安寧居家照護吧！」

花蓮慈院心蓮病房針對出院病人的居家照護，是長久以來的傳統，這出自於對病人的掛念與愛，體貼病人和家屬也許返診困難、也許臨時有急性變化。每週，心蓮團隊到病人家探訪，指導照護者如何

為病人翻身、拍痰，以及醫療器材管路照護，也提供氣墊床、抽痰機、製氧機等輔具需求的評估。

但是到監獄進行居家照護，這可是前所未有的構想。因為王英偉主任的堅持，心蓮團隊「邊走邊摸索」，和獄方建立起最適當的居家照護架構與默契。王英偉說，秉持全人照護的精神，只要病人有需要，醫療團隊就會一視同仁地盡力搶救、照護。

醫者眼中只有病人

「他們是收容人，正在為曾經犯下的錯誤接受矯正與懲治。這樣的身分，不代表他們沒有接受醫療的權利，也不代表他們對於疾病

的敘述，需要受到質疑。」負責阿水居家往診的花蓮慈院家庭醫學科謝至鏗醫師說，收容人被剝奪的是自由，健康照護不應該被剝奪；在限制嚴格的醫療環境之下，他們比一般患者更顯得弱勢，更存在著不對等的醫病關係。

社會對收容人納入健保體系的輿論，謝至鏗是了解的，「然而對身為醫者的我而言，生病的收容人就是病人。」

了解花蓮慈院的居家照護計畫後，法務部矯正署花蓮監獄全力支持，在劉世添典獄長、衛生科陳文銀科長等獄方人員的大力協調下，計畫順利進行。

九月二十四日，花蓮慈院安寧團隊首次到花蓮監獄進行居家照



謝至鏗醫師和居家護理師劉嘉臻來到花蓮監獄為阿水看診。九月二十四日開始，花蓮慈院安寧團隊每週一次為阿水進行居家照護。

護。謝至鏗醫師和居家護理師劉嘉臻，通過層層鐵門，來到阿水所暫居的花蓮監獄病舍。有別於一般獄舍席地而睡的環境，病舍有著簡單的單人鐵床；接近二十個人一間，長排鐵床排列整齊，最後遮蔽著的空间，提供盥洗、如廁、洗衣和晾衣。

因為疼痛，阿水瑟縮在床角。謝至鏗醫師為他進行基本的理學檢查，些微的移動，似乎都拉扯著阿水的每根疼痛神經。淚水不聽使喚地從這位七十三歲的老人家眼中流出，骨瘦如柴的身軀，上頭華麗的龍鳳紋身，仍靜靜述說著已逝去的「曾經」。現在的他，只是一位需要醫療協助的病人。

「阿水，我幫您按摩讓您舒服點好嗎？」

此，顏惠美師姊除了常常到病房探望阿水外，也和阿水約定，他出院回「家」後，一定會去探望。

中秋節前夕，顏惠美師姊依約來到花蓮監獄；身體虛弱的阿水一看到她，開心地說：「我就知道你們一定會來看我。」看到顏師姊帶來的中秋月餅、柚子和五穀粉，阿水想嘗嘗，無奈實在無法起身；顏師姊立刻彎下身來，一小口、一小口地將月餅送進阿水嘴裏。滿足的笑臉，在阿水臉上漾開，持續了好久，好久。

十一月初，阿水再次因為疼痛住進心蓮病房控制症狀，這段穿梭鐵窗的醫病情持續著……

居家護理師劉嘉臻坐到阿水身邊，用溫暖的雙手，為阿水緩解骨轉移造成的劇烈腰背疼痛。這是劉嘉臻護理師和阿水的第一次見面，「深呼吸，放輕鬆。對，就是這樣，阿水，你做得很棒喔！」阿水的情緒漸漸和緩下來。

身旁二十位「同學」們好奇的眼光，從四面八方投射過來；在他們眼中，看到了來自花蓮慈院很不一樣的醫療團隊，大家熱心地，你一言、我一語，解釋著阿水平時的生活作息、飲食狀況。獄方人員和「同學」都很關心阿水，謝至鏗醫師和居家護理師劉嘉臻也一點一滴地了解阿水回「家」後的生活。

首次短暫的居家照護會面結束了，之後每

週一次，配合當日駐診醫師，為阿水調整最適合的用藥，更安排心理師前往探視，提供所需之治療。

病榻上想見的人

居家護理師劉嘉臻每週固定探視阿水，針對症狀控制，進行精油按摩、腹部按摩甚至是繪畫等舒適護理與放鬆治療。除了身體疼痛，還有心靈上的病痛，劉嘉臻說，經過幾次的居家照護，阿水漸漸打開心房，時而說說心裏話，時而回味過去的生活經歷。阿水的眉頭不再深鎖，花蓮慈院安寧團隊提供的居家照護，讓阿水「很安心」！

其實阿水符合「保外就醫」條件，但也許是前半段的「退退」人

生，結下解不開的緣，無論花蓮監獄獄方或是花蓮慈院醫療團隊努力聯繫、居中協調，仍然沒有親人同意協助阿水進行保外就醫。

花蓮慈院與花蓮監獄的結緣，來自於東區慈濟人醫會的義診以及花蓮慈院常住志工顏惠美師姊多年來定期的關懷。

二〇〇九年，在收容人未納入健保前，花蓮慈院即每週於監內陸續提供四診次門診服務；二〇一三年配合矯正機關之收容人享有健保醫療照顧政策，花蓮慈院在花蓮監獄提供的門診服務，十八個專科一應俱全，每月平均開設四十八診次以上。

阿水在心蓮病房住院期間，也想到了「慈濟醫院的顏師姊」；因



今年中秋節前夕，慈濟志工來到花蓮監獄為阿水和其他收容人送上祝福；這分心靈的鼓舞行之有年。（攝影／楊國濱）

醫病相疼惜

醫護人員照顧阿水，阿水嫂就照顧醫護人員，相互感恩，密密織出醫病情。

口述・陳鶯鶯（大林慈濟醫院常住志工）

整理・鄭淑真 畫作・陳舜芝



相

識多年的病人阿水往生，告別式後，阿水嫂說：「一切都圓滿了！在先生生病後，感恩有師兄、師姊善的力量一路扶持。」

阿水從小失怙，只要有工作，再粗重都肯做；他說自己的力氣很大，做什麼最好賺？就

是殺豬，從豬耳朵一拉，把脖子扭過來，然後刀子插進去……說的時候，他非常懺悔，懺悔自己殺業那麼重！

十多年前，他的腳關節壞死，手術多次都呈現骨髓炎；二〇〇三年，他因為敗血症來到大林慈濟醫院，由骨科簡瑞騰醫師治療以後，漸漸好轉。

阿水出院後，有一段時間還可以做一些簡單的工作，但是病情一直沒辦法根治，反覆發炎住院，清創傷口。看到簡醫師來病房，阿水會很開心，可是一聽到護理車「咕嚕、咕嚕」推來的聲音，他就心驚膽跳，因為換藥非常痛。

十幾年來，阿水頻繁進出醫院；阿水嫂除照顧先生外，也照顧身邊其他病人與家屬，幫

忙更換床單等例行事務

更是輕快敏捷。她知道簡醫師的門診幾乎從早看到晚，就為他泡上咖啡，虔誠祝福他身體健康，可以照顧更多人。

看到護理人員忙碌，沒辦法好好吃一頓飯，她便把水果洗好、削好，請護理人員來吃；甚至趁著空檔，端著水果用叉子往她們嘴裏塞。骨科護理同仁都說這個阿姨像媽媽一樣。

更感動的是，她會來跟我說：「鶯鶯師姊，我知道哪位護理同仁，她有什麼樣的心事；但你當作不知道，就去關心一下，好不好？」她來這邊是照顧先生，其實也照顧到整個病房區的心，大家相互感恩，醫病情就這樣傳下來。

阿水很喜歡吃豬腳，有一次，他又要阿水嫂

去買豬腳；阿水嫂直勸他不要吃，「一次就好、一次就好！」阿水懇求，然而吃完又開始不舒服。疼痛中，他叫阿水嫂把《懺悔文》拿來給他唸；阿水嫂說：「唸沒效啦，一定要做！」那次以後，他再也不敢吃了。

阿水有糖尿病，長期洗腎，心臟也做過支架，四、五年前一度病危，住進加護病房，身上接滿管子 and 機器；我們跟阿水嫂說，如果真的不行了，就讓他安心離去好嗎？阿水嫂想想說好啦，「他兩腳截肢，我替他那麼多年，也該夠了；如果時間到了，就讓他隨著菩薩走。」阿水嫂每天在加護病房唸《懺悔文》、《發願文》，病危的阿水在醫療團隊的努力

下，又平安度過一劫。

夫妻倆雖然經濟不好，但碰到慈濟義賣，一定會省下一點共襄盛舉，感念慈濟的幫忙。他們最後一次來慈院時，剛好簡瑞騰副院長去尼泊爾賑災義診；阿水洗腎回家後，在睡夢中悄悄地走了。阿水嫂說：「我沒有傷心，只是很不捨！好像揹了十年的包袱，一下空掉了。」她很感恩簡副院長，回臺後知道阿水往生，第二天就去她家看望，「十多年前就是簡副院長救了我先生！」

感念醫護、志工的陪伴，阿水嫂說，一定會回來當志工，因為慈濟世界充滿美的故事、善良的故事，能讓心也更好、更美！

（摘自二〇一五年六月七日志工早會分享）

經

撰文・盧蕙馨（慈濟大學宗教與人文研究所教授）

另一種朝聖

歷代強勢折衝的傷痛，孕育了土耳其土地上的「大心」；
朝聖的行列間，宗教分別不再重要；
在歷史的動盪中，人該學會和平共處。

對臺灣人而言，土耳其是一個遙遠陌生的國度，地理位置模糊，不過讓人聯想到中國古代邊防的游牧民族突厥，以及東羅馬帝國的大城君士坦丁堡。難怪一九九九年土耳其發生大地震時，慈濟的救災募款遇到不少質疑：土耳其在哪裏？為何要救國外？

今日，這個國度不再神秘，已成為國人的觀光勝地。二〇一五年夏天，我到此旅遊十天，不禁著迷於它斑斕的文化遺產，從高原到海洋的民俗風情，以及歷經希臘神話、基督教、伊斯蘭教洗禮的建築印記。

遼闊的安那托利亞高原，在黑海和地中海之間，有絲路古道連綿至中國。旅人風塵僕僕，彼時有供人和牲口歇息的驛站，殘存至今無幾。然置身深幽的圓頂拱門方柱間，仍可讓人遙想當年的喧騰氣派。

因為地處歐亞交通要道，土耳其歷來不同人種川流不息。西元前三千年的古城遺跡，仍被發掘當中，藝術、哲學、醫藥皆有可觀。從血緣的交流，以至於軍事或利益上的競爭，既造就文明的風華，也註定歷代從古典城邦到王朝的榮枯興亡。

土國人加上成群結隊的旅遊者，有著不同膚色層次，五官是歐亞人種的各式調和版，彷彿延續歷史上的民族融合風景。最讓人感動的是，在此近乎百分之百的人口信奉伊斯蘭教的國度，基督教的遺跡和藝術受到尊重和保護，如早期基督徒避難和修行的巨石洞穴、聖母瑪麗亞在耶穌受難後避居的小屋。

西元六世紀君士坦丁大帝所建，曾屬全球最宏偉的聖殿——聖索菲亞大教堂，後來改為清真寺，現在成為博物館，有無數基督徒前來，和穆斯林共同朝聖。

在這朝聖的行列中，宗教分別不再重要。在歷史的動盪中，人該學會和平共處。十三世紀，詩人魯米在土國西南的康雅城創立蘇菲教派，宣揚愛與心靈啟蒙，他說：「人類的戰爭如同小孩爭吵，都無意義、無情、可鄙。」

到康雅朝聖的人潮絡繹不絕。也許，魯米的情懷，以及歷代強勢折衝的傷痛，孕育了這塊土地上的「大心」，如滿山的橄欖樹、遍野的玫瑰花，傳遞滋養和芬芳的訊息。

四年來，土國收容了鄰國敘利亞內戰的難民逾兩百萬人。如今，慈濟也在伊斯坦堡加入國際救援的行列。「大心」匯聚，是我們朝聖禮讚的所在。

慈

證嚴上人

衲履足跡

10

1



《農八月·十九》

守戒修善

【靜思小語】莫因外在境界，阻礙付出善念。

守戒律，修上善

嘉義有位患有精神障礙的中年人「阿益」，常常撿拾垃圾回家，堆放在三合院裏；不只環境髒亂，有時還會放火燒東西甚至拿刀揮舞，讓鄰居非常困擾。

為了公共安全，鄰長和他的父親溝通，同意慈濟人來幫忙清理滿屋垃圾。九月初，當志工抵達時，阿益擋在門口；他的叔叔趕來安撫，同時示意志工從廂房進入，沒想到他發現了，大喊：「土匪！」

慈誠師兄試著和阿益聊天，

轉移他的注意力——問他胸前掛那麼多護身符，神明會不會打架？阿益指著身上的符令一一介紹：「這是王爺的，這是觀世音菩薩的……神明不會打架。」志工善巧跟他說，慈濟人是觀世音菩薩派來幫忙他的，請他不要害怕。終於安定他的情緒，讓志工進門。

五十位慈濟志工和社區發展協會的義工搶時間清理環境，不只清出大批垃圾，還陸續找出四十幾把刀；志工把刀和回收資源一起變賣，所得全數交給阿益。

因為垃圾堆積如山，十多年來阿益不曾睡過床，只能躺在垃圾堆上；看到地板和牆壁被洗刷乾淨，志工還送來新床墊、整個房間煥然一新，阿益露出難得的笑容。志工跟他約定，以後會常常來看他。

「雖然彼此無親無故，但是慈濟人不忍眾生苦，作『不請之師』，耐心請求對方同意、心甘情願付出。看到又髒又臭的垃圾，志工沒有排斥、退縮，不受髒臭苦惡境界阻礙心中善念，一心一意為他人拔苦；真正是人間菩薩！」

晨語時間，上人讚歎志工如菩薩化身，解救阿益出離污穢髒臭的居住環境，也讓他感受到「愛」。

「走入人群，面對複雜的人間事相，心境能夠不受影響，持戒定心，不攀緣外境，就是『禪定』。」

《法華經》敘述，大通智勝佛在漫長的時間中「修無上善、守持戒律」，所以心志靜定，不攀緣外境；從十方前來聞法的梵天王，同樣是修無上善、守持戒律，可謂是「諸上善人會聚一處」。

上人肯定慈濟人遵循佛陀教法，無分貧富，廣為眾生付出，即是「供養植福之廣」；不因外境動搖心志，付出同時體悟人生，可見「常修定慧之深」。

「守規戒、修上善，把人人都當成佛一樣恭敬對待——不忍眾生苦，走入一般人不願走入的

環境，接近一般人不敢接近的人。這分付出不為名利、沒有絲毫企圖，一心一志只為利益眾生。」

所謂修行，莫只是念佛、誦經；上人表示，「經者，道也；道者，路也」。「與其為人誦經消災，不如陪伴他、引導他，身體力行為他開一條路。付出無所求，只希望有朝一日，能讓苦難人走出黑暗坎坷，邁向平坦大道，更進一步從受助者變成助人者。」

上人強調，「菩薩在人間，修行要入人群」；救一個人，不只幫助一個家庭，整個社會也會因而平安。

教之道，貴品格

慈濟技術學院今年八月升格為科技大學。教育志策會中，上人肯定教育志業二十多年來步步

踏實，已做出廣受讚譽的成果，致勉：「品質也要更上一層樓。」

「十年樹木，百年樹人。師長們要提起『傳道』精神，以身作則，為學生樹立典範；以如師、如父的真誠心，盡心盡力付出，指引學子正確人生方向。」

上人強調，「少子化」不是大問題，教育品質，才是真正需要重視的大事；期許師長們鋪設一條正直、優質的教育道路，為學子建立人格品德、傳授利益社會人群的學識與技能。

「無須為了迎合社會流行，而標新立異、隨波逐流。無論時代、社會如何轉變，要守住『傳道授業』精神。」



10

2



《農八月·二十》

戰勝欲望

【靜思小語】開闊心胸，莫隨欲念煩惱起落，使心迷失方向。

人心健康，大地平安

英國央行總裁日前指出，因全球暖化導致的災害，以及轉型低碳經濟造成的經濟損失，全人類很快就會感受到「氣候變遷的災難性衝擊」；非營利組織「氣候互動」(ClimateInteractive)則提出警訊——地球均溫提高三點五度，「全人類將無法適應這個世界」。

早會時間，上人感嘆：「地球健康，人類才能平安。但渺小的人類，卻在大乾坤作怪，讓地球發燒、生病，導致災難。」

上人強調，人體「小乾坤」

與天地「大乾坤」道理相通——病菌在人體裏作怪，人就會生病；人類破壞環境，就會讓天地四大不調。

「地球的健康，需要全人類身心健康才能維護。希望地球降溫，要從每一個人改變生活習慣做起——安分守己、生活簡約、愛人惜物，幫助地球恢復健康。」

深入經藏，覺而不迷

一位志工談及，誦《地藏經》回向給一位生病的師兄，祝福他早日康復。

上人開示，病勢是否有起

色，自有其因緣，並非靠他人誦經，就能消災解厄、求得健康。

「讀經，不是為了祈福，是幫助自己了解道理。多讀經典、將佛法道理吸收入心，時時自我提醒謹慎身、口、意，才能真正蒙受法益。」

上人教導，要深入《地藏經》，了解因緣果報的道理，自我警惕，把握有限人生造福修慧。「聞法有體會，力行菩薩道而增長智慧，都是自己的收穫。」

平等教育，扭轉人生

「尼泊爾人的階級與姓氏連

結，跟隨一輩子。」尼泊爾本土志工馬坤達談到，某些偏遠山村不只階級分明，男女地位也有很大的差別，有些貧苦家庭會拍賣未成年女兒到富人家為傭；聯合國人權組織及當地慈善團體雖想改變此一陋俗，但人心觀念根深柢固，難以轉變。

上人聞言感嘆，兩千多年前，悉達多太子看見人生種種苦以及階級不平等，促使他出家求道，終於覺悟成佛；佛陀覺悟到「眾生皆有佛性」，因此盡其一生說法度眾。

「尼泊爾強震後，慈濟人有因緣踏上佛陀的故鄉救災助苦，也很希望將佛陀『慈悲等觀』的精神，回歸到佛陀的故鄉。」

印度企業家普明·巴利森，今年三月偕母來臺皈依。普明表示，自己出身最低層的「首陀羅」階級，因為父母的努力讓他們接受良好教育，終有機會出人

頭地。上人以此為例：「所以，階級並非不能改變；透過教育，就有機會轉變階級造成的不平等。」

慈濟將在尼泊爾援建希望工程，上人希望藉此讓貧窮家庭的孩子也能接受良好教育，未來能脫離困苦、改變家族世代命運。

以事顯理，以法為歸

「為苦難眾生辛勤付出的同時，也要將『法』用在心裏，用在人與人之間。」與大陸華東、華西志工談話，上人勉眾，以

「法」滅除憂悲苦惱。

「法，不在於艱深的名相；真實的事相，就是最能打動人心的『法』。」上人表示，世事如幻如化、虛空無常，唯有法理永存不滅。「法無體相，須用人、事、物譬喻顯示；人間一切事相無不包含佛法，須用心體會。」

慈濟在大陸，無論是濟貧或

助學，二十多年一路辛苦走來，用心撒播種子、耕耘福田。上人表示：「沒有過去的克難耕耘，就沒有今天的成果，這些感動人心的事相，可以帶動更多人起而付出；這也是人人要珍惜的『法』。」

「慈濟宗門」起於「靜思法脈」，必須有法脈，才能廣開宗門。上人表示，身處狹窄的空間，看不見外面的境界，打開心門，就能海闊天空、無限開闊。「要用心聞法，傳承靜思法脈，讓慈濟宗門在全球發揚。」

「見苦知福，更要知足。」上人說，「十二因緣」從無明開始，累生累世循環不止，要消除煩惱，就要從滅除無明做起。

「人各有習氣。若總是執著於自我見解、要求別人配合，不只事情無法推行，彼此也無法合和互協、皆大歡喜。」上人期勉，要做到「立體琉璃同心圓，菩提林立同根生，隊組合心耕福田，

▼慈濟大學、慈濟科技大學與花蓮慈中「暑期國際交流團」圓緣，上人叮囑，要珍惜就學期間能到海外學習、走入苦難處「見苦知福」的機會，用功讀書，朝正確人生方向精進。（10月3日）



慧根深植菩薩道」。

「戰勝不了欲望，內心不斷複製無明煩惱而造業，將自我沈淪，生生世世輪迴受苦。」上人教眾打開心門、開闊眼界，莫隨

重視因緣



《農八月·二十一》

欲念煩惱起落，使心迷失方向。

「學佛，最重要的是自淨心地，讓己心有明確的方向；進而走入人群，為天下苦難眾生付出。」

慈濟人依循同一個法源，如同菩提樹林立，都出於同一條根。上人期許大眾，回歸佛法根源，時時行在法中。

【靜思小語】好緣從何而來？從人與人之間互動而來。

提起願力

「退讓並非吃虧，而是心胸開闊、有修養的表現。與人共事，心能放寬，就不起煩惱障礙。」

與馬來西亞志工談話，上人教導，「我說你聽」無法帶動人，「做我所說」，才能得人尊重信任，進而歡喜投入、無私付出。

座中一位志工忙於事業，較少參與慈濟活動。上人鼓勵，要把握機會與人互動。「在商場上為生意而應酬，彼此言談總是真假假。在慈濟道場，法親之間真誠互動、日日付出，人生踏實。」

上人叮囑，在慈濟不能只是捐錢，要從力行付出中，體會佛法。「度化人間，並非只是募款，

而要度人的心。」

新聞報導，一百一十歲的阿富汗人瑞阿齊茲，家鄉被塔利班組織占領，三個兒子均被殺害；他失明、耳聾又跛腳，日前由九個子孫扶持，逃難八個月終於抵達德國巴伐利亞邊境城市帕紹，成為當地接收到年紀最大的難民。

「若非迫於戰火而逃難，阿

齊茲老先生在一般人看來，應是子孫滿堂，福、祿、壽具足的好命人；但因人心不調和，使許多幸福家庭破碎，居民淪落異鄉成為難民。」上人以此為例表示，人間禍患，多出於少數人心不調和。「聞法定心，方向才不會偏差。要把握因緣，造福修慧；發心立願到苦惡之地度眾，而非隨業受報，生於惡地。」

座中一位志工分享，最初做慈濟時，社區裏只有一、兩位慈濟人，覺得力量微弱，不知如何推動志業；後來幾位志工用心耕耘，慢慢有好緣聚集，發心投入者都是非常飽滿的種子，成就一個合和互協的團隊。故歎因緣不可思議！

「因緣從何而來？就從人與人之間互動而來。人人合心，就能發揮無限善力。」上人與眾共勉。

「愛」是希望

「『多用心』這三個字，是我每一天的自我提醒，也是人人生活中不可或缺的。」慈濟大學、慈濟科技大學與花蓮慈中「暑期國際交流團」圓緣，上人叮囑，要珍惜就學期間能到海外學習、走入苦難處「見苦知福」的機會。

「這條路，是慈濟人一寸一寸用愛鋪著走過來的——慈濟人以愛付出，改善苦難人生活，助其轉變人生，進而帶動人人起無量愛心。相信你們此行，已親自見證這分愛的影響力。」

上人舉述，一九九八年起慈濟援助甘肅缺水窮鄉，從援建水窖到協助遷村，一路以愛相助，讓許多家庭轉貧為富，孩子也能安心升學，未來希望無窮。

又如在馬來西亞、泰國邊境，許多難民無法取得正式身分，生活不易、生病不敢就醫；慈濟人突破重重障礙，長年給予難民生活補助，也提供醫療義

診。

在約旦、土耳其的慈濟人雖少，卻盡力幫助敘利亞難民；土耳其慈濟人更與政府、流亡海外的敘利亞知識分子合作，成立「滿納海中小學」，讓難民孩童復學，為流落異鄉的敘利亞人點

燃未來希望。

「看見他人之苦，要感恩能生活在祥和社會，也要珍惜當下，用功學習、發揮愛能量，朝正確人生方向精進。」

上人期許年輕人莫當「低頭族」，要抬頭看真實世界的苦

相，並且善用科技，傳播人間真善美的訊息。

「『愛』，是社會的希望。在此大時代，要明大是非——對的事，認真去做；不對的事，不能聞聲起舞，還要導正人心觀念，使之回歸正向。」

10 4

《農八月·二十二》



法入心，法入行

【靜思小語】法脈如淨水，滋潤善種；宗門如大地，深植法髓。

除習氣，行善法

「慈濟不只是慈善團體，要提起宗教精神，修除惡習氣、力行諸善法。」對臺北、宜蘭、花蓮、臺東培訓委員慈誠開示，上人勉眾，要「精進聞法，信受奉行」。

「慈濟人不分宗教、種族，但必須具有正確的宗教精神——所謂『宗教』，是『人生的宗旨、終生的教育』。」上人強調，只要是正信宗教，都要終生奉行、彼此尊重。

至於「修行」，則是指「修心養性、端正行為」。上人教

眾：「要自愛，在心地下工夫——時時反觀自照，莫讓一念偏差，導致錯誤行為；還要自我肯定，成就高生命價值的人生。」

佛陀不斷說法，希望引導人回歸清淨無染的真如本性。上人指出：「要回歸清淨本性，必須修除習氣、掃除無明煩惱；如

此，也才能讓佛法根植於心。」

有人覺得，好不容易聞法去除煩惱，若再走入人群，是否又會被人間煩惱污染、受人情牽絆？上人開示，「菩薩所緣，緣苦眾生」，修行必須借重人群，從種種人間事中體會道理。

「行菩薩道，要走入人群救拔苦難、廣行六度；不只培植自心善種子，也要成就別人的善種子。」上人教導，人人心中都有一顆善種子，要讓它有機會發芽。

「如同骨髓順暢造血，能讓身體健康；『靜思法脈如淨水』，法髓移植成功，才能『滋潤慧命善種子』。」

上人表示，「法入心、法入行」，才是真正移植法髓。「『慈濟宗門如大地，山高地厚蘊法髓』，要把握機會撒播善種，讓人人增長慧命、成就道業。」

上人感恩資深慈濟人，盡使命、盡責任陪伴後進，將曾經錯

誤、迷失的人生一一拉拔過來，增長善力量。「人間善惡拔河，人多的一方才會贏。祝福人人志同道合，同行菩薩道而福慧雙修。」

爭時間，長慧命

與印尼慈濟人談話，上人說明，「菩薩」意謂「覺有情」。「並非供奉在佛龕裏，受膜拜的塑像才是菩薩；心胸寬廣，為社會人群付出，就是人間菩薩。」

上人教眾，莫被動受指派才付出，要作覺悟的有情人，自動自發，聞聲救苦、造福人群。「只是拜佛祈求，無法得福；親自走入人群付出，才能自我造福。」

一九九七年印尼發生金融風暴，許多人一夕之間淪為貧民，社會瀰漫不安氣氛，印華之間對立緊張；而今印尼社會安定，工商業蓬勃發展，各方面欣欣向榮，上人感恩印尼慈濟人二十多

年來，匯聚點點滴滴愛心善行，累積成可觀的大愛力量，助益社會祥和。

「時間可以累積一切，也可以成就一切。慈濟人長年以尊重心布施，讓印尼民眾感受到真誠之情，建立互信互愛情誼；人與人之間感恩、尊重、互愛，帶動社會一片祥和。」

印尼土地廣大、物產豐饒，上人勉眾遍灑大愛人文，廣招人間菩薩。「讓愛的精神無處不在，人人願意造福人間。」

座中有多位實業家，上人表示，企業發展需要勞資雙方共同付出心力，唯有彼此感恩、互愛和諧，才能形成善的循環。

「莫一直想要擴張事業版圖，欲念愈大、欲求愈多，煩惱也會愈多。要安分守己、穩健經營，承擔起社會責任。」

早期上人親自帶著委員投入慈善訪視以及義診，用生命去感觸眾生之苦。上人教勉，人生時

間有限，莫只是汲汲營營於事業、爭取世間財；要爭取時間、增長慧命。

「只是看水冒煙，無法感受水的溫度；只有真正用手觸摸水，才能感受深入體內的溫

暖。」上人叮囑，莫只是捐款行善，親自力行救助苦難，感受更為歡喜、體會更為深刻。

10

5



《農八月·二十三》

慎防心靈污染源

【靜思小語】謹慎微小一念，慎防污染源入心。

守戒防非

《法華經》中描述，大通智勝佛應十方諸梵天王及十六王子所請，先說「四諦」、「十二因緣」法；十六王子聞法深有體會，請求出家而成為智慧利根的十六沙彌，再請求大通智勝佛說「阿耨多羅三藐三菩提法」，修習成佛之道。

晨語時間，上人解說，十六位王子累劫累世持戒嚴謹、勤修

大乘法，發大願行菩薩道，故身心清淨、智慧利根，聽聞大通智勝佛說《法華經》，即能通達。

「莫輕視童子年紀小，不諳世事；童子入道，也能成就道果，說法度眾生。」上人說起一則佛典故事——

孔雀王朝時，國境內發生嚴重瘟疫，為了防止疾病傳入王宮，阿育王封鎖王城的出入交通。見宮內人心惶惶，便請僧團派法師前來安定人心。

有一天，來到王宮說法的是年僅八歲、已證得阿羅漢的「妙顏沙彌」。王后見沙彌顏容端正，十分可愛，想要抱抱沙彌，卻遭嚴詞拒絕。

王后說：「你就像我的孩子，我出於母愛而想要抱孩子，豈有過失？」

沙彌回答：「情愛貪著，是從很微細的一念心開始。就如一顆小如栗子的火苗，可以延燒萬里山林；微如指尖的滴水，久之

也能滴穿堅硬玉石。」

阿育王聞言，也覺得妙顏沙彌似乎把事情看得太嚴重了。

沙彌表示，佛陀制戒，是為防患於未然。「一切禍患皆起於微小一念。小事也須防範，否則種種弊病從此而生。就如：在果園整理頭冠、在瓜田彎身摸腳，都會讓人心生懷疑，都要避免。要警覺微細心念，莫在無意間犯戒。」

阿育王與王后聽了非常感動，向沙彌懺悔，對佛法更為敬重。

「阿育王為了防止疾病傳染而封城，妙顏沙彌的智慧言行，則是教導大眾防止『心靈的污染源』，以清淨法水淨化眾生心。」上人表示，心若散漫、懈怠，就容易受惡法污染，讓無明煩惱遮蓋清淨本性。

「要堅定心志，精勤不懈，以法水淨化己心，不再受外境影響而起無明、生煩惱；且能發大

乘心，廣度眾生。」

星火燎原

兩天前，美軍在阿富汗昆都茲市，對伊斯蘭激進組織神學士發動攻擊，卻誤炸當地由無國界醫師組織駐守、唯一能夠搶救重症傷病的醫院，醫療人員與病患傷亡慘重。

早會時間，上人感嘆：人心不調和，人與人之間起衝突，影響甚巨！

上人回憶，早年精舍空間有限，每當稻米收成時，就一包包堆疊在舊大殿外的通道上，有時會有老鼠來咬米袋。

「當時，有一隻貓常守在米袋上，看見老鼠來咬，牠只是用前爪輕輕撥開，並不傷害；老鼠看到貓也不害怕，換個方向又來咬，貓就再撥開牠，很像在玩耍。動物世界可以和平相處，人類世界為何總有對立戰亂？」

天下頻起戰禍，幸而在慈濟

世界，總能看到不同國籍、種族、宗教的人，以愛會合，共同付出。

近日，菲律賓馬尼拉志工遠赴萊特省海燕災區發放臺灣愛心米，住宿於奧莫克市剛搭建好、還沒有水電的簡易屋，夜晚就睡在摺疊床上，生活諸事克難；但想及災後民眾臨時搭建的家更為簡陋、只能睡臥在潮溼泥地上，大家「見苦知福」的體會更深。

「人心原本單純。若人人能提起清淨無染的智慧，改變心靈，就能改變外在環境。」上人勉慈濟人，不能輕視自己小小的力量，要自淨心意，且以純真善念傳播善法，淨化天下人心。

「星星之火可以燎原。一句虛幻不實的惡言、一個錯誤的動作，會造成深遠的影響；要謹慎身、口、意。」

愛惜人才

心懷善念，就是美

《禮記·檀弓下》記載「苛政猛於虎」典故——

孔子行經泰山，見一婦人在一座新墳前哭泣，便遣子路前去關心。原來，婦人的公公、丈夫、

兒子都死於虎爪。

孔子出於關心，下車詢問婦人：「為何不搬離山區？」

婦人回答：「山上雖有老虎，卻無苛政。」

孔子藉機教育弟子：「記住，險惡的人心與暴政，比老虎

更可怕！」

早會時間，上人感嘆，人心不平衡，少數人無明一動，讓許多無辜百姓陷入苦難。「敘利亞內戰爆發後，數以百萬計的難民逃離家園。但即使遠離戰禍，卻無處安身、處境艱難，不知人生

與人無爭，與事無爭

《農八月·二十四至二十五》



與美國《法譬如水》翻譯團隊談話，上人教勉，引法水淨化己心，還要能湧出法泉，淨化人心。

「說法，要真正流入他人心坎裏。切莫像水管輸水——水流過後，水管本身並無吸收。要作水源，也要作容器，將法留住、

善加運用。」

上人強調，法不在深、不在多，幾句淺顯的法，能受用、聽入心，就能改善人生。

慈濟人遍布全球，許多人以英文為主要語文，美國翻譯團隊的功能，更顯重要。上人期勉：「要當留法的容器、法的湧泉，

莫只當輸送法水的管子。聞法入心，自我消化，再向人述說體會，這才是『活的法』。」

上人指出，佛法不是放在藏經閣裏的高深學問，要將法「活化」，運用在日常生活中，成為生命的精粹、慧命的法髓。

妙顏沙彌只有八歲，卻已修得羅漢果，能說法教眾預防心靈疾病。有人疑惑：「八歲的孩子真能具有此等智慧？」

與蘇州返臺的兩位清修士談

就如星星之火，能延燒萬里山林。堅持初心，精勤修行，也能有滴水穿石之效。微細一念影響深遠，要『多用心』！」

兩位清修士常在大陸蘇州志業園區，上人致勉，要用心培養

讓法「活化」

上人期許帶動更多人「薰法香」，深入了解慈濟精神、引法入心，就能與人合心共事，達到整體合和互協。

▼「要當留法的容器、法的湧泉，莫只當輸送法水的管子。」與美國《法譬如水》翻譯團隊談話，上人教勉：「引法水淨化己心，還要能湧出法泉，淨化人心。」（10月5日）



話，上人以真人實事佐證——

日前，六歲的加拿大女孩蒂安娜（Tiana），見已離婚的父母吵架，說出一番道理規勸媽媽：「我想我能夠對別人好，你也可以。」蒂安娜態度誠懇，一再強調「我沒有惡意」、「媽媽，我相信你能做到」。媽媽深受感動，錄下女兒這段發言放上網路，感動許多人。

「妙顏沙彌應是發大乘心，累劫累世堅定心志、嚴守戒律、勤修大乘法，才能有此大智慧，能融通佛法，且言詞無礙對眾說法。」上人教導清修士，要維持清淨的初發心；不只自修身心，還要對外發揮良能。

「一念微小的貪執、欲愛，

願意發心的人才，讓法脈落地生根。

「要先去愛人——愛惜人才。照顧好自我心念，展現謙卑柔和的氣質，讓人願意親近、受人敬愛，才帶得動人。反之，若總是用強勢威權指使人做事，無法讓人心服。」

上人表示，有純真的心，若無法發揮惜才、培育人才的良能，等於「有因無緣」。「『緣』的建立，要靠自己主動與人親近、真誠關懷人。」

慈濟是「人」的組織，團體要有「法」的核心。上人說明：「有法，根才能扎得深、伸得廣。法，並非只求紀律的法規，而是深蘊人文的法理。」

希望何在？」

暴政、戰亂，造成幸福家庭破碎、人民流離失所。反觀在貧苦國度，即使生活困苦，只要人



薩拉與德奧簽訂健康協議書，進行交換學、研究、生等合作。奧古斯丁（Br. Agustin Boquer）與上人分享該校學生畫作。（10月6日）

聞法力行，大根機

七日晨語，上人說明，佛陀應眾生根機而說法，無分大、小乘。「就如大樹與小草，在大雨過後吸收的水量不同。同樣的教育，大根機者領悟大法，小根機者只能吸收小法。」

上人表示，日日聞法，要用心吸收；莫閉門自修，要把握機會，與眾分享。

「大根機者了解無常、苦、空，除了自我警惕、修行斷苦，亦悲憫苦難眾生常陷無明，生生世世受苦難脫，故發心走入人群度眾，讓人了解法理、得受法益。」

二〇一三年，菲律賓接連遭受幾次重大災難——九月，三寶顏發生長達一個多月的動亂，反政府軍燒毀村落，大批居民無家可歸；十月，保和島發生芮氏規模七點二強震，簡陋建築應聲而倒，災情慘重；十一月，海燕風

人以愛相互扶持，心靈富足即能安然度日。上人以莫三比克為例——

蔡岱霖師姊帶動貧困的本土志工，效法慈濟「竹筒歲月」精神，「聚小愛、行大善」，匯聚點滴愛心幫助貧病家庭。九月九日吉祥月活動中，本土志工改編當地的豐收舞、祈雨舞，以歌聲舞蹈感謝慈濟，讓他們心靈大豐收。

親自走入苦難境界，「見苦知福」而降低欲念，也不再與人斤斤計較，這就是心靈富足。上人肯定，慈濟人救拔苦難，也給予正法。

「在人人心中種下善種子，啟發愛心能量，帶動平等尊重、互愛互助。人間有愛、人人心懷善念，就是美！」

上人勉慈濟人，以佛法救世、以佛法解困、以佛法致富。「打開心門、注入愛；心富，生活自然有福！」

災讓萊特省遭受毀滅性大災難，許多城鎮被夷為平地。

三寶顏動亂中，楊偉順師兄帶著為數不多的志工，在炮火中冒險濟助倉皇逃難的居民；保和島地震後，蔡青山、李伯芳師兄等人，從馬尼拉搭機前往勘災、救助，並為當地搭建簡易教室；海燕風災過後，慈濟人傾力救援，帶動「以工代賑」清掃市街，讓災區恢復生機……

「這分無私付出，不求回報。與受助者長時間真誠互動，建立情誼，對方發自內心感恩，主動加入志工行列；這就是辛勞付出後，最歡喜、欣慰的收穫。」

上人讚歎，慈濟人聞法且能身體力行付出，從中領悟、印證大乘教理，人人都是上根機者。

誠之情誼，結好緣

全球因氣候變遷造成的災難

愈來愈多，與宗教處、慈發處同仁談話，上人叮囑，災後百廢待舉，面對龐雜的賑災事務，要思考輕重緩急；「將心比心，給予最適用的物資。」

以尼泊爾強震救援為例，上人說明，許多貧苦地區居民希望慈濟能給予鋅板，讓他們自行搭建住屋；但鋅板不耐用，下雨時又會產生噪音……

「己所不欲，勿施於人。要給予他人的物資，必須是自己也願意使用之物。即使成本較高，也要用心挑選安全耐用、可以確實改善苦難人生活品質的物品。」

投入慈濟宗門，沐浴法流且宏觀天下事；上人期勉同仁，要珍惜身在靜思道場的因緣，恆持清淨心，融通世間法與出世法，自度度人。

「要時時省視自我，言行、態度是否誠懇？對外有沒有與人

多結好緣？要加強『誠之情誼』——對外與人結好緣，對內凝聚團隊情感。臨事積極處理，莫讓人覺得冷淡、缺乏誠意，使發心的人熱情冷卻。」

上人指出，天下多災難，慈濟的愛不斷擴展，是自然發展，非刻意而做。「師父向來與人無爭、與事無爭，一心一志『為佛教，為眾生』；從開始到現在絲毫沒有變。期待大家踏穩腳步，做好該做的事，更要做出真、善、美的品質，就能讓大眾了解慈濟。」

無論遇到何等逆境，上人教眾要視為「逆增上緣」，感恩以待。「身處污泥中，必須潔身自愛；要懂得預防、保護自心不受污染。」



10
8

《農八月·二十六》

調御己心

【靜思小語】生命要健康，慧命要增長。

「我是釋迦族後裔，但隨著時代轉變，自己的心靈也滿覆無明塵埃；而今來到臺灣、見到上人，心靈又重新被洗淨。」尼泊爾本土志工尼爾蒂斯醫師來到靜思精舍，用中文表達心中感受。

上人開示，佛世時，印度宗教信仰多元、修行流派複雜。

「佛陀成道後，亦知難以在短時間改變大眾觀念，故而廣設方便法，應機施教；希望人人都能覺悟真理。慈濟一向不談神通變化，而是身體力行佛法，將佛陀的慈悲與智慧運用在人間。」

尼泊爾的種姓觀念根深柢

固，偏遠村落仍有活人祭祀的陋習。上人提到，非洲莫三比克一位本土志工的兒子，曾與十多位青少年遭擄走，準備賣給南非巫醫，活活挖出器官為富貴人家的病患祈福……所幸最後獲救。

學佛必須正信，還要建立平等觀。上人期勉尼爾蒂斯醫師，此行能深入了解慈濟，以及釋迦牟尼佛的精神教法，將正法傳回佛陀的故鄉尼泊爾。

守護本性

八月初，福建福鼎市醫院轉介罹患「肌躍症合併肌張力不全」的鄭大耿先生來到花蓮慈濟

醫院治療；他十八歲發病後，身體不由自主抖動，說話、寫字、行動都有困難，二十年來四處求醫都不見好轉。醫療團隊為他進行深部腦刺激手術及復健，兩個月來身體抖動情況已大幅改善。

醫療志策會中，上人歎言生命奇妙！「身體功能失調、生活行動不由自主，經由醫療找出病因，運用高科技工具對症治療就能改善。由此可知醫療研究的重要性，期待醫療與教育志業緊密結合，增進搶救生命的力量。」

人腦主宰思考，但是「心」、「識」藏在更深處。上人表示，人人本具佛性，只是累生累世熏染煩惱無明；幼童未受世俗污染

的純真心性，更貼近佛陀的真如本性、清淨智慧。

「佛陀十號中，有『調御丈夫』之名，意謂能調御凡夫心入於聖道。」上人表示，心、佛、眾生三無差別，人人都有與佛同等的清淨本性，也能夠達到「心

包太虛，量周沙界」的心靈境界。

「然而，人心愈益狹窄，彼此計較、衝突；人與人爭、國與國爭，演變為影響無數人的戰禍，讓人間苦難無盡。」

上人教眾，將自心調伏得寬



《農八月·二十七》

以愛暖心

【靜思小語】以開闊大愛，為人心驅散悲悽，帶來溫暖與希望。

法，信受奉行

《法華經·化城喻品》：「說是經時，十六菩薩沙彌，皆悉信受，聲聞眾中亦有信解，其餘眾生，千萬億種皆生疑惑。」

晨語時間，上人引用《道德經》「上士聞道勤而行之，中士聞道若存若亡，下士聞道大笑

之；不笑，不足以為道」解說。

「『上士』，是智慧、利根機的人——聞法歡喜，拳拳服膺，法入心而化為己用，殷勤力行，且能善用佛法感動人、化度人，讓人信受奉行。」

「『中士』，是中根、中機的人——聞法能夠了解而感動、歡喜，卻沒有在日常生活中運

用，以致很快就忘記。」

「『下士』，是根機下劣之人——聽法之後一笑置之、毫不在意，或是心存疑惑，卻不願向人請教；有人解說也不肯聽，一味排斥，甚至誹謗佛法。」

對法一知半解，由疑生惑，由惑起無明而誹謗佛法，業力深重。上人強調，想找一蹴可幾、

快速成道的方法，很容易偏入邪道。「修行，一定要按部就班，把握因緣，聞法力行，日日精勤聞、思、修。」

人身難得，佛法難聞。上人表示，即使是鈍根者，無法完全體會經文意義，只要日日薰習，少許的法入心，也能改變自我習氣。

愛，溫暖人心

據聯合國難民署統計，過去五年全球新增十五個衝突區，全球難民人數已近六千萬。德國庇護難民的福利廣受肯定，但也因近年大量湧入的難民，而面臨極大挑戰。

德國南部城市慕尼黑，因毗鄰義大利與奧地利，是難民渡海到歐洲的中繼站。當地慈濟志工范德祿、陳樹微夫婦，住家附近有一所收容中心，收容來自敘利亞、阿富汗、伊拉克及非洲國家

難民。

慈濟人定期前往關懷，提供生活物資。九月間，德國日夜溫差大，夜晚氣溫只有攝氏八度，師姊發現難民缺乏保暖衣物，孩童經常感冒生病，除募集二手衣物，並採購新外套、襪子，親自送到每位難民手中。

韓森原本是敘利亞醫學院學生，和父親徒步逃到土耳其再搭船到希臘，散盡家財買假護照，終於來到德國；目前他最大的希望，是能在德國完成醫學教育，早日把母親與弟弟妹妹接來。

「多麼悲哀啊！」早會時間，上人感嘆，如此優秀的年輕人被迫中斷學業，千辛萬苦逃到德國，已是一無所有。「每一位難民身上，都有很淒涼的故事。這都是因為人心不調和，造成的人間悲劇！」

在德國北部左斯特市，慈濟志工鍾家隆發現，難民因為語言隔閡謀生困難，於是今年八月起

和天主教明愛會合作，在三個難民收容中心開設四個德語班，由慈濟聘請老師教學，預計半年後讓難民學員參加德文檢定，以增加就業機會。

九月十九日，慕尼黑、漢堡及法蘭克福五十一位慈濟人，不辭路遙開車前往左斯特市，與兩百多位難民互動，帶動慈濟歌曲〈一家人〉、〈愛與關懷〉手語，致贈每戶生活包，且精心準備午餐讓大家享用。

「愛，能安定人心。」上人感嘆，難民安置問題龐大而複雜，慈濟人無法徹底解救其苦，唯有盡心盡力，傳達愛與溫暖；感恩德國慈濟人如家人般照顧難民，給予物資也給予溫情，膚慰他們歷盡風霜苦難的身與心。

「即使國籍、種族、信仰不同，但人人心中都有愛。慈濟人以開闊大愛，發揮溫暖人心的情，驅散苦難人心靈悲悽，為他們帶來光明希望。」



《農八月·二十八》

心不離法

【靜思小語】依於正法、行於正軌，心不離法。

創造因緣

《法華經·化城喻品》記載，大通智勝佛受十六沙彌所請，宣講《法華經》後，「即入靜室，住於禪定八萬四千劫」。晨語時間，上人說明，覺者說大法後入定，是為引導聞法眾靜定深思，通達法的深義。

眾生根機不同——有人聽聞真實法，立即心開意解；有人缺乏信解心，對法有所懷疑；有人則是完全無法理解。上人表示，十六沙彌對大乘法信受奉行，所以大通智勝佛入定後，即由十六沙彌複講《法華經》，為聞法眾

解答疑惑。

「大通智勝佛說法之後入靜室，是為了成就十六沙彌，為他們創造與法華會上聞法眾結緣的機會。」

上人指出，釋迦牟尼佛即是第十六沙彌，於法華會後，生生世世不斷上求下化，入人群中造福緣、修福因；直到因緣成熟，成為迦毘羅衛國的悉達多太子，出家修行、覺悟成佛，再啟靈山會。

「慈濟人也可能是在大通智勝佛的法華會上，與十六沙彌的結緣眾之一。」上人表示，修行是一條生生世世的漫長道路，要

在每一個當下用心——無論根機深淺、聞法了解多少，都為自我結下再於靈山會上聽聞大法的因緣。

「人人都有可能成佛，所以對任何人都要有信心、有耐心，由衷敬重。聞法理解，還要再為人解惑，讓佛法廣為流傳，且創造因緣成就未來佛。」

恆持善念

人生，是由每一天、每一分秒的短時間累積而成。早會時間，上人開示，時間分秒流逝，要把握正確方向，做對的事，留

住正法，傳延世世代代。

「人的心念，總在分秒之間變化無常，生出許多煩惱。要『把握當下，恆持剎那』——恆持一念善心，使之成為永恆善行。」

近日，法國巴黎的清道夫不滿待遇過低而罷工，法國航空公司員工也不滿裁員而罷工；兩起事件導致巴黎街頭垃圾堆積、交通混亂，對民眾生活造成困擾。上人慨言：「美好環境，由人維護；人心不滿，也會造成環境髒亂。社會上人人安分守己、各盡本分，才能安居樂業。」

人心調和，是社會國家安定的基礎。上人表示，位高權重者的一念心更要調和，莫因一念偏執，釀成種種戰禍，讓人們的生命財產、寶貴文明毀於一旦。

「人間許多災難，都起於人心不調。期待政治人物不為私利，將『安定』放在最前端。以法理安定人心，社會才能祥和，

世界才能平安無災。」

以事顯理

經典中常提到久遠劫的長時間，以及無量寬廣的大空間，乍看覺得不可測量、難以想像。與負責靜思堂布展的基金會同仁談話，上人表示，浩瀚宇宙中，每一個星球都是一個世界，太陽系不過是宇宙中無數星系的其中之一。「這正說明，佛陀智慧超越地球、遍虛空法界，覺悟的心靈境界無法測量。」

早年上人清晨講經時，會先走到大殿外的角落仰望虛空。「清晨萬籟俱寂，用心感受，可以聽到大地非常細微的呼吸聲音、感受大地呼吸的韻律。」就如時鐘秒秒前進，心靜下來，便能聽見它的律動；上人表示，人們的生命也是隨著飛秒、微秒，在不知不覺中流逝。

「要藉由有形事相，顯示法

的本體。體、相、用三者合一，即能彰顯佛法之妙。」

人成佛成

對十多位即將圓頂的近住女開示，上人致勉，要將「六和敬」落實在生活中，與眾和合，共同成就傳續「靜思法脈」的修行道場。

就像太陽系行星繞著太陽運轉，上人表示：「靜思道場的每一位修行人，都是繞著佛法精神而轉、繞著真如本體而行，分秒都要善用生命價值，在生活中力行、彰顯大乘法。」

常住每天每餐準備幾百人的飲食，讓全球慈濟人回到靜思的家，都有資糧可以供應。上人表示：「慈濟人是人間菩薩，常住合心協力成就這一切，等於在供養未來佛。」

以身作則，才能廣度眾生。上人期勉大家圓頂後，言行舉止

更要守規則，對外顯現莊嚴相、內在則要有健康的身心。「未成佛前，先結好人緣。用感恩心面對每一個人、事、物，才能結好緣。」

就像時鐘的秒針、分針與時針不停轉動，軸心總是固定。上

人叮囑：「修行，重在修『心』，道心要如軸心般堅定。要把握時間吸收法、增慧命，舉手投足皆不離法；依於正法、行於正軌，心法不離，才能堅定志願。人格成，佛格就成。」

上人教眾，要提起使命感，



《農曆八月·二十九至九月·初二》

自我鍛鍊：分秒有愛

【靜思小語】用愛溫暖冷漠人間、調和不平人心。

時間，累積慧命

海燕風災至今已逾兩年，菲律賓賓慈濟志工仍持續對重災區萊特省關懷、援助。近期，志工發現塔瑙安鎮許多貧困農民必須借貸購買穀種，收成後連同利息歸還，通常所剩無幾；若遇天災歉

收，就要負擔更沈重的債務，如此惡性循環，難以脫貧，因此前來發放臺灣愛心米幫助居民暫解燃眉之急。

發放典禮中，鎮長代表農民感謝慈濟援助；居民聽聞慈濟「竹筒歲月」緣起，紛紛撿拾空寶特瓶投入零錢交給慈濟人，希

望幫助世界上比自己更窮困的人。

早會時間，上人欣見受助貧農，在付出中自我肯定。「這就是善的循環！匯集人人真誠的點滴付出，成為一股救助苦難的愛心能量，可以溫暖冷漠的人間、調和不平的人心。」

八十三歲的基隆環保志工楊顏葉師姊，投入環保十多年，每天在位於山坡上的社區回收資源，背著沈重的回收物爬樓梯、上下坡，步履穩定、動作敏捷，人稱「鐵腳阿嬤」。

上人讚歎楊阿嬤，年輕時勤於勞力工作，老來精進不懈投入環保回收，「訓練出負重的耐力與體力，身心健康無煩惱！」

佛典中有一則故事——

一位牧童抱著一頭剛出生的小牛，天天渡過大水溝。隨著時日過去，小牛慢慢長成健壯的大牛，牧童也逐漸長成少年，卻依然習慣性地抱牛過溝，也因此不知不覺中，訓練出大力量。

「學佛也是如此。天天聞法力行，即使生命老去，慧命卻在無形中增長。」人生，過一天就少一天、過一年就少一年；上人教眾學習楊阿嬤精勤不懈的精神，把握時間，讓慧命在分秒間增長，且要走入人群發揮良能，

作他人生命中的貴人。

「慧命從何而得？在聞法、力行中得。」聽法入心，智慧增加，日日培養善念與善行；「日累積愛的能量利益眾生，就是生命的最高價值。」

見苦，積極造福

希臘第二大城塞撒洛尼基，十月九日舉辦「餵飽五千人」活動，居民將兩噸因賣相不佳或其原因遭丟棄的蔬菜和水果，製成美味的大鍋菜、蔬菜煎餅和沙拉，供應超過五千人食用。

十二日早會，上人以此提醒大眾，要節約、惜福。「全球每年約有三成食物被浪費，若人人改變生活習慣，做到『零廚餘』，並且節省生活用度，就能發揮大良能，為苦難人紓解困境。」

獨居在香港九龍深水埗舊區三坪小公寓的鄧伯伯，因高齡七十九歲且罹患心臟疾病，無力

整理住家，居住環境臭穢不堪。

慈濟九月底動員十一位志工，為伯伯打掃住家。

看到原本又黃又黑的環境，經過志工一番洗洗刷刷，變得清爽潔白，且擺上嶄新的電器與家具，不只鄧伯伯開心，流汗付出的志工也很歡喜。

上人讚歎，一般人覺得難以做到的事，慈濟人卻伸出雙手、付出力量，心甘情願去做，真正是人間菩薩。

「慶幸人間有愛，可以廣慰苦難人身心之苦。期許人人都能『見苦知福』，改變享樂消費的作為，關懷人間疾苦，積極造福。」

啟善，愛心成林

東印度加爾克漢德省有一群運煤人，撿拾煤礦堆上的廢棄煤炭塊，用腳踏車推到八十公里外的都市銷售，來回一趟費時三

天，一公斤只能賣到約新臺幣二到四元。路途遙遠崎嶇，尚須面對天候、人為考驗，但是迫於生活，仍有許多人靠如此吃重辛苦的工作，賺取微薄收入養家。

十三日早會，上人教眾「見苦知福」，且要自我警惕，多造福。「此生有福享受平安生活，要把握因緣行善造福，且要提起智慧慎行諸事，累積福德智慧。如此才不會空過時間，徒然累積業力。」

南非有許多貧困社區，居民生活窮苦心亦苦，經常起衝突、治安不佳。慈濟人悲智雙運，帶動本土志工深入關懷、救助殘病老者及孤兒；長年真誠互動，彼此建立起互信互愛情感。

在自由省喜爾布朗市，居民大多信仰基督教，但因慈濟人長期來供應熱食、賑濟米糧，培養出深厚默契；每當發放時，居民同時呼喊「阿彌陀佛」與「哈路亞」，不同宗教、種族互動融

洽。又如菲律賓民眾大多信仰天主教，慈濟人長期救貧、救災，感動許多人響應「竹筒歲月」，帶動起人間互助之愛。

上人肯定：「愛能創造奇蹟——真誠的愛，能降伏暴戾、促進祥和。只要人人願意付出愛，也啟發他人愛心，粒粒愛心種子終會長成功德林！」

慈濟從「克難」起家，在克難中展開救貧工作，一路走來，將近半世紀，這分精神不變。上人勉眾，要養成日起善念、日行行善的好習慣。

「無論濟貧或救難，要應其所需而給予，過與不及皆不宜。將每一分善心力量用在最需要的地方，且要以正知正見引導，在人與人之間牽起大愛長情。」

復健，環保最好

罹患罕見「肌躍症合併肌張力不全」，導致手脚不自主顫

抖，無法正常說話、生活也難自理的鄭大耿先生，經花蓮慈濟醫院植入晶片治療、復健，已經能用手拿物，還會操作手機書寫訊息。

十四日下午，即將出院回福建家鄉的鄭先生父子，由醫療團隊陪同入精舍，向上人道別並致謝。

上人慰問一直陪伴在大耿身邊的鄭爸爸：「您辛苦了！」

鄭爸爸頻頻表達感恩：「不辛苦，只要孩子的病能好，我就開心。」上人祝福道：「會的，因為大耿自己很努力。」

「有沒有信心？」上人詢問大耿。大耿篤定回答：「有。」

上人鼓勵大耿，除了靠藥物與晶片，還要靠自己的毅力持續復健。「莫讓心理因素障礙身體復健。回去後，可以把做環保當作復健；把握每一個施力的機會，相信會愈來愈好！」

10
15

《農曆九月初三》

堅定信根，提起耐力

【靜思小語】堅定信根、信力，提起耐心、耐力，精進付出。

啟發心靈財富

南非德本慈濟志工自去年九月起，連續七次南行傳法，行跡遍布東倫敦、威廉王城、伊莉莎白港等地，每次來回路程超過兩千公里。今年九月，他們來到威廉王城的「馬達肯尼」，發現村中有一戶人家在辦喪事，便帶著米前往關懷，讓喪家非常感動。

早會時間，上人讚歎這群南非的「黑珍珠」，生活清苦卻樂於付出，不畏路途顛簸、住宿克難，突破種族、宗教隔閡，「無人不度」。

「他們傳法途中日日早起『薰法香』，將法理聽入心，通

達人間苦諦，故能把握當下，以整齊有禮的人文尊重、關懷人；走入每一個貧病家庭，細心照顧、協助改善生活，並且引導對方打開心門，啟發心靈財富。在他們身上，印證『只要用心，沒有做不到的事』。」

德本慈濟人在艱困環境裏精進付出，上人勉勵身在慈濟發祥地的臺灣慈濟人，學習這分甘願、歡喜付出的精神，日日精進不懈怠。

眾生根機不同，佛陀以種種法門循循善誘，引導走上正道。上人表示，人心習氣與根機利鈍，是累世熏染或修習而成。「過去種好因、結好緣，此生就

能順利幸福；若總在人與人之間起無明、生煩惱，此生難免遭遇障礙。」

精進聞、思、修，就能通達法理，行事無障礙。上人教眾，將「法」融入身心、顯於言行，堅定信根、信力，以耐心、耐力為眾生付出。

提升生命價值

「從事醫療工作，必要救護生命；從事教育工作，必要增長慧命。」四大志策會中，上人表示，現今醫療、教育工作者，比過去面對更多困難與要求；期待加強跨單位、跨志業體連結，

「六院一家」、「四校一家」，合和互協朝同一方向前進。

「我只是發起者，募集大眾愛心，將醫院、學校硬體建設完成後，就回歸專業，託付給各位；期待大家有志一同，真誠付

出、發揮最大良能。」

上人教眾，要提升品質，也要做好人才培育；提攜、培植後進的同時，資深的人才更不能流失。

釋迦牟尼佛入滅至今，已超

過兩千五百年，但是佛陀的慧命仍活躍在佛弟子生命中；上人表示，生命價值不在長短。「人生無常，無人能掌握生命的長短，要自我開創生命的廣度與深度，共同成就美善人間。」

10
16
17

《農曆九月初四至初五》

轉動善循環

【靜思小語】帶動人心互助之愛，扭轉人間無常之苦。

互愛，解人間苦

全球人口快速增加，氣候變遷導致糧食歉收，糧荒問題愈來愈嚴重。十月十六日「世界糧食日」，上人於早會時間感嘆：「糧食安全及饑荒問題，是現今全球矚目焦點；糧食得來不易，應善加珍惜，切莫浪費。」

緬甸今年遭逢嚴重水患，全

國有八十一萬畝農田遭大水破壞，政府暫停稻米出口，並將穀種碾成食用米應急。為避免來年糧食歉收，馬來西亞與緬甸慈濟志工，九月十九日起連續兩天前往莫比鎮、岱枝鎮發放稻種，為五百多村的七千多位農民紓困。

岱枝鎮是仰光省稻米出口最多的地區，農民以種田為榮。志工來到多沈紐女士家探望，她的

四十畝田因大水毀壞所有作物，再次播種後，又有二十六畝被大水淹沒，損失慘重而致負債。她感謝慈濟贈與稻種，將振作精神重新整地播種。

二〇〇八年納吉斯風災過後，慈濟數度對緬甸貧農發放稻種，也啟發了許多人的愛心。當時發願效法慈濟「竹筒歲月」精神，「日存一把米」助人的烏丁

屯，如今已是培訓慈濟志工，此次也投入發放行列；只見他身穿慈濟志工服，向同胞分享「日存一把米」助人的心得，上人甚感欣慰。

「過去他接受濟助、也接受善法，心懷感恩而持續行善回饋。看到這分『善的循環』，讓人很歡喜！人間多苦，需要推動善法，帶動人與人間『互助之愛』。」

上人表示，無論貧與富，只要有心，就有能力助人。「愛心能量如冬季暖陽，能發揮救助苦難的大力量，溫暖苦難人身心。」

平安就是福；上人教眾，要心存感恩，也要戒慎虔誠，照顧好每一天的心念，與人和睦共處、互愛互助。「人心平和、維持人倫道德，社會就能祥和平安！」

祝福，重建幸福

子安心上學。

二十三位慈濟人從臺灣啟程，遠赴土耳其參與開學典禮，並攜帶八百公斤文具用品，與一千多位難民孩童結緣；為應難民度冬所需，土耳其慈濟人也準備禦寒衣物及食品發放。上人肯定：「此刻，是慈濟關懷、援助敘利亞難民的一步，意義重大。」

敘利亞內戰爆發後，許多人冒著被炮火攻擊、狙擊手射殺的危險逃到鄰國，包括約旦。約旦

「無常既已發生，心再痛，再不捨，女兒都回不來了，只能給予祝福。愛她，就要延續她的精神，為受苦受難的人付出。」

尼泊爾本土志工希潔那九月底意外往生，母親珊達麗思念女兒，日日以淚洗面。上人透過視訊連線，安慰這對悲傷的父母。

地震過後，住家倒塌的希潔那與慈濟人接觸，了解人間苦難偏多，自己至少還擁有助人的能力，因此不僅投入志工行列，也接引家人付出。「她是善良又善解人意的孩子，出於真誠行善，必然帶著福報而去；相信現在已經出生在另一個幸福家庭……」

希潔那的爸爸，災後曾投入慈濟簡易教室搭建工程，上人鼓勵他，現在最重要的是重建家庭的幸福。

「父母堅強、開朗，以健康的身心繼續生活，整個家庭才能穩定。全家人都能健康、歡喜過日子，心開福就來，希潔那也就

不會有牽掛。相信她會再來人間當菩薩，我們一起為她祝福！」

上人再次叮嚀希潔那的父母，放下傷心、不捨，給予兒女虔誠的祝福。「展開笑容，才能招來福報；打開心門，幸福就會來到你的家。」

調心，消弭災難

土耳其慈濟人為幫助境內敘利亞難民孩童復學，與當地教育單位、主麻教授等敘利亞知識分子，合力成就三所「滿納海中小學」；第一、二中小學十七日舉行開學典禮，校方鄭重邀請慈濟人前往參與。

十七日早會時間，上人言及，敘利亞難民在土耳其境內沒有正式身分，難覓工作，只能靠孩子打工賺取生活費；慈濟人不忍孩童失學，四處奔走，終於會合各方力量在蘇丹加濟市設校，並提供難民家庭生活補助，讓孩

慈濟人關懷境內難民，其中，慈力師姊的女兒收養了一名敘利亞

嬰孩，他的親人於逃難途中全部喪命，身受重傷的母親生下他後也往生了；幸而在慈濟人以愛呵護下，嬰孩如今已長成活潑可愛的小男孩。

在瑞典，當地政府出於人道考量收容十多萬難民，但因住房不足，數以萬計的難民，將在帳棚裏接受北歐嚴寒考驗；儘管有電力供應暖氣，但帳棚的穩固性

與保暖效果不如一般住屋，生活起居凡事克難……

人的心念瞬息萬變。上人感嘆，一念心不調，造成天下苦難。「心存法理、依於正軌，天下就能平安；反之，觀念偏差而致行為偏差，將釀成災禍、擾亂人間。」

上人教眾，知福、惜福，時時造福。「提升自我生命價值，更要調和人心，消弭天下災難，讓受傷的大地、人心恢復生機。」



《農曆九月初六》

大愛一家

【靜思小語】用寬廣無垠的愛，庇蔭天下苦難人。

付出，共創歷史

泰國納里宣大學 (Naresuan University) 委員會主席卡紗·差納

翁博士 (Prof. Dr. Krasae Chanawongse) 來臺，頒發「社會發展榮譽博士」學位給上人；推崇上人以

「為佛教，為眾生」的願行及

「慈、悲、喜、捨」精神，帶領全球慈濟人為苦難眾生付出。

「這分榮耀屬於全球慈濟人，我只是代為接受。」上人感

無緣不聚，有緣不離

《法華經·化城喻品》中，

磨出鑽石光芒

《農九月·初七》



【靜思小語】磨損是粗石，磨亮是鑽石。

隨大通智勝佛出家的十六沙彌，與佛結緣很深，先是父子緣，後是師徒緣。故聞法後能信受奉

行；而有些結緣眾法緣結得不深，聞法一知半解，更遑論力行。晨語時間，上人解說，人與

大愛，包容天下

來臺頒授學位的泰國卡紗·差納翁博士高齡八十二歲，曾任泰國多個部會首長、泰國副總

震。慈濟人在第一時刻就深入各災區，提供短、中、長期援助，並援助五十所學校；在此同時，仍信守承諾對土耳其賑災。

理。午後與上人會談，他推崇上人是全世界最偉大的女性之一；並引用上人所說「對的事，做就對了！」與同行的泰國貴賓共勉，要學習慈濟精神且發揚光大，讓全世界的人都能體會且力行佛法。

上人感恩這分真誠的鞭策與勉勵，表示全球慈濟人會更踏實地向前邁進。「全球災難頻起，需要凝聚更多愛心力量，救助在苦難中掙扎的人。願意付出愛心的人愈多，就有愈多人得救；這

是慈濟的目標，也是全球人類發展的目標。」土耳其「滿納海中小學」昨日舉行開學典禮，敘利亞籍主麻教授感恩慈濟人為敘利亞民眾帶來希望，他說：「『愛』可以造一棟大房子，容納千萬人、上億人，不分種族、國籍，人人快樂生活其中。」

上人用主麻教授的話表示：「大愛，就是全人類和睦共處的家。期待人人努力擴展寬廣無垠的愛，包容天下所有苦難人。」



▲泰國納里宣大學委員會主席卡紗·差納翁博士（右三），代表頒發「社會發展榮譽博士」學位給上人，肯定上人帶領慈濟人創立四大志業：慈善結合醫療照顧困苦人民需求，學校教育出具有慈悲心的醫療人員，人文志業淨化療癒人心，有助社會祥和。（10月18日）

►緬甸與馬來西亞慈濟志工返臺報告，九月十九日到十月九日間，於緬甸水患災區進行穀種發放事宜。上人感恩大家以誠與情，在災後一片泥濘的道路中，走出平坦寬闊的菩提大道。（10月18日）



恩納里宣大學肯定，也期勉所有慈濟人更用心、更努力，承擔起全球人道援助的使命。

「傳承靜思法脈、弘揚慈濟宗門」志業體同仁精進研習圓緣，上人開示時，回顧慈濟歷史的今天——

二〇〇五年十月十八日，為援助遭遇芮氏規模七點六強震受災的巴基斯坦民眾，慈濟首梯次賑災醫療團自臺灣出發；包括約旦、土耳其、印尼、馬來西亞與臺灣等地慈濟人，跨國動員前往

救助。

這場地震造成逾八萬人死亡、六萬人受傷、三百萬人無家可歸，一千多所醫院和七千多所學校震毀，堪稱毀滅性的大災難。慈濟賑災醫療團隊與受災民眾同住帳棚、生活克難，雖然語言不通、文化迥異，大家比手畫腳溝通；除了定點義診，也跋山涉水到村落往診，幾位醫師的鞋子都「開口笑」了……

時過十年，巴基斯坦賑災點滴仍歷歷如新。上人表示，當年投入賑災的土耳其胡光中師兄，也是因為地震，和慈濟結緣——一九九九年八月十七日，土耳其發生芮氏規模七點四強震。當時慈濟人前往災區馳援，全臺志工也上街勸募愛心；有民眾不以為然，認為慈濟何必救助這麼遙遠的國家？甚至有人辱罵、指責志工。

豈知一個多月後，臺灣就發生災情慘重的「九二一」大地

人之間，「無緣必不相聚，有緣必不相離」。

「眾生生生世世的輪迴中，各自結下善惡因緣，緣深緣淺各不相同。即使共同聞法，有緣的人歡喜信受，無緣者隨境起心動念而離去；即使長久共住修行，若不重視法，雖同居一處但法緣兩相離。」

上人教眾，把握時間，精進聞法，自造來世聞法因緣，從此與法不相離；還要對眾傳法，讓與法無緣的人，也有聞法受用的因緣。

時間秒秒過，好事日日做

敘利亞男孩穆罕默德，因為妹妹罹患眼疾，他從小立志當眼科醫師；內戰發生後，他與家人逃難到土耳其，被迫中斷學業且要打工負擔家計。當初的願望，似乎已成了遙不可及的奢想。

早會時間，上人感嘆，因少

數人心不調，使敘利亞孩童無法在家鄉安居、成長，跟著大人逃難；不僅中斷學業，也中斷夢想。幸而逃到伊斯坦堡，與慈濟人結下深緣，穆罕默德進入「滿納海中小學」就讀，讓成為醫師的夢想，重新有了希望。

土耳其慈濟人拜訪敘利亞難民家庭時，發現一個十口之家，倚靠才七歲、九歲、十一歲的三個孩子打工維持生活；工廠規定他們每天工作十二個小時，如廁時間不能超過十三分鐘……

十月十七日「滿納海中小學」開學典禮，穆罕默德與一百五十多位必須打工養家的孩童，一起接受慈濟補助家庭生活費，他開心地說：「我的人生又有了希望！」

慈濟人到各班分發文具，男孩阿布杜拉茲說，他在敘利亞讀書總是第一名，來到土耳其迫於生活必須打工，對未來感到絕望。如今重拾課本笑容又回到他

的臉上，阿布杜拉茲自許：「努力用功，再拿第一名！」

上人欣慰表示，若非助學的善因緣，或許要埋沒許多未來的優秀人才。「感恩許許多多人凝聚愛心，讓這群孩子重燃人生希望。」

主麻教授說，愛，可以造一棟大房子，讓百萬、千萬人甚至幾十億人居住其中，不分宗教、種族，人人快樂生活。上人認為，這與慈濟人長久傳唱的〈一家人〉不謀而合。

「全球人共同生活在天地之間，就如大家庭，何必分國籍、宗教、種族？要用無限開闊的愛心，包容天下人，用愛維護這個『家』。」

慈濟人出於使命感，在全球各地援助苦難人、利益大地人群。上人感恩大家用心付出，造福人間。「時間秒秒過，好事日日做！」

行大愛道，牽長情路

與宗教處同仁談話，上人解說今年歲末祝福主題：「大愛之道廣披寰宇，長情之路古往今來。」

「慈濟創立近五十年來，救苦救難的足跡從臺灣廣布國際，『大愛之道廣披寰宇』，名副其實；要延續數十年來的菩薩長情，長情之路不能斷。」

看到許多高齡志工依然健朗，無論環保或是委員、慈誠的勤務都不缺席，而且做得很歡喜；上人肯定，每一位都具有清淨的菩薩長情。

「有投入、有參與，生命價值才能提升。缺少付出機會，就算富可敵國、權傾天下，一旦心理老化，身體機能也會很快退化。」

人的心靈有無限潛能。上人表示，要幫助老人家持續發揮潛能，自我肯定；才不會總是感嘆

「老而無用」，讓身心持續老化凋零。

「過去師父怎麼說，他們就怎麼做，總是盡心盡力去愛人、幫助人；他們是師父的知音。現在需要大家愛他們、照顧他們。慈濟法親的愛與情，是長長久久、生生世世的大愛長情。」

上人教導同仁，要加強落實「合心就是協力」，只要年長志工身體狀況允許，就要鼓勵他們與團隊共事，讓他們常在慈濟大家庭裏，感受法親以愛以情相伴。

長情大愛，修福持慧

歲末祝福以「長情大愛」為主旨，對內共修則以「修福粒米藏日月，持慧毫芒有乾坤」與眾共勉。

上人解說，要應苦難人所需給予最適切的幫助，即使小如粒米，粒粒都有慈濟人的愛與用

心。「修福之外，還要持慧——以智慧為救助行動設想周全、貼心付出。」

在志業體任職，要當成在道場修行。上人勉勵同仁：「自己要先修除煩惱、增長智慧，結好緣、造福因，才能教別人走入人群造福、廣結善緣。自己要先接受磨練——被磨損的是粗石，被磨亮的是鑽石；才能教人走入人群磨練。」

上人期許同仁，發揮大愛長情、修福持慧；對外的待人接物、對內的自我修養，都要用心做好。「福與慧，都要用心修持；入人群，才有大善大緣。」



10
20

《農曆九月初八》

八分飽，兩分助人

【靜思小語】生活簡約、匯聚點滴，讓更多人受益。

榮耀，來自力行

「慈濟教育的理想，就是無私付出，不為私己、不為營利。就像父母對孩子全然付出，慈濟教育也是不計成本，唯用真誠心培育人才。」

馬來西亞馬六甲慈濟人擬辦國際學校，上人叮囑，要辦好一所理想的學校，必須凝聚眾人以「愛」護校，並且號召有志一同的教師投入。「所有付出不為私己，是為社會培養人才，更為國際培養人才。」

由泰國政府召集社會賢達成立的「復興國家道德力量推廣中

心」，二〇〇五年八月開始頻繁派員來臺參訪慈濟，取法慈濟精神，已有數千人來訪。其中，泰國警察大學校長將慈濟「竹筒歲月」精神落實校園，學生入學時發給四節竹筒日存零錢，每學年結束時鋸下一節竹筒，匯集作為校內學生急難救助基金。

泰國納里宣大學委員會前天頒授上人「社會發展榮譽博士」學位，這是自一九九三年獲頒香港中文大學「社會榮譽博士」學位後，海內外第六所大學授予上人榮譽博士學位。

與加拿大何國慶師兄、郭淑緣師姊談話，上人表示，這並非

個人功績，是慈濟整體的成果受肯定。卡紗博士曾任泰國副總理，現已自公職退休，頒贈典禮結束後皈依，表示既成為慈濟人，一定會再回來當志工。

「慈濟能受各界肯定，來自所有慈濟人長期耕耘的成果，榮耀歸屬於全球慈濟人，我只是代表大家接受這分榮耀！」

傳善，提振大愛

兩天前，土耳其慈濟人在蘇丹加濟市對敘利亞難民發放現值卡、糧食以及生活物資。包括土耳其志工、敘利亞難民等皆主動

幫忙，人人為「愛」而投入，從每一個細節裏傳達尊重。現場分不出誰是助人者，誰是受助者。

事前雖曾逐一拜訪難民家庭，仔細造冊並按家庭人口數採買物資，但由於境內的敘利亞難民人數隨時再增加，有幾十戶沒有在名單上的難民來到現場求助。

主麻教授分享慈濟「竹筒歲月」精神後，詢問領到物資的敘

利亞同胞：「慈濟人迢迢而來，

沒有任何目的、條件的幫助我們；但現在外面還有許多人無法得到幫助，有沒有人願意分享手上的物資？」

沒想到此舉獲得熱烈回響，許多人捐出零錢，還有人捐出五袋物資。匯集大眾回捐的物資，足夠分給在場外等候的同胞。

與「天下文化」林天來總經理等人談話，上人以此說明：

10
21
22

《農曆九月·初九至初十》

吃苦當作吃補

【靜思小語】以平靜心面對逆境，以甘願心消除惡業。

起，長期關懷南薩地區難民，每月從首都安曼前往提供物資和義診服務，真誠與難民建立情誼。

二十三歲的敘利亞女孩伊嫚，為了逃避空襲以致眼睛受

傷、接近失明，慈濟協助她進行兩次手術，如今已恢復視力；六月間慈濟再到南薩舉辦牙科義診，來看診的伊嫚歡喜感謝慈濟讓她重見光明，等牙齒治好了，

秋 十月

拉長情，擴大愛

位處中東的約旦，邊境有數十萬難民生活在帳棚裏，生活困苦。約旦慈濟人自二〇一二年

就可以開心地笑了！

五歲的敘利亞男童努爾遭到空襲重傷，性命垂危，慈濟協助他到醫院進行兩次手術，並為他母親安排住處以就近照顧。如今努爾傷勢好轉，已轉入普通病房。

在土耳其，三天前的發放，許多敘利亞難民在慈濟人撫慰下，宣洩心靈創痛，還有人捐出部分物資，幫助其他受苦同胞。

「人生多苦難，需要愛與關懷，支持苦難人度過難關。」晨語時間，上人感恩慈濟人悲智雙運，救助苦難眾生的同時，也撫慰他們的心，引導他們化解痛苦、仇怨心情，甚至以愛回饋。「心存大愛、把握長情，就能讓長情大愛不斷延續。」

菩薩道難行能行。上人教眾，既發菩提心，就要堅定道心，無論面對何等境界，皆以因緣觀之。

「吃苦當作吃補。以平靜心

面對逆境，以甘願心消除惡業，並以智慧『化解惡緣為善緣』。」

上人勉眾，要在人事中增長智慧、廣結善緣，恆持大願，助苦難眾生解脫身心之苦，累積清淨福德因緣；且自我訓練心念、行為時時向善，習慣成自然，就不會偏差。

付出，還要尊重

位處溫帶的德國，近日氣溫降至攝氏零度，數千名在帳棚裏過夜的難民冷得受不了，懇求當局另闢棲身地點。二十二日早會，上人不捨難民中有許多婦孺，要如何度過寒冬？

能得到正式庇護又能安穩生活的難民少之又少，難民問題已是全球複雜難解的課題，上人深感無奈，也感恩慈濟人在力所能及的範圍，盡心設法救助。

猶如敘利亞主麻教授所說：「愛」可以建造一間大房子，容

納天下人。上人表示，這和佛法的道理相通。「佛法云『心包太虛，量周沙界』」，意即無限開闊的無私大愛，能夠擴及虛空法界，包容天地蒼生。」

宗教名稱雖有不同，但共同的精神都是「愛」。上人舉述，土耳其胡光中師兄雖然身為穆斯林，但十多年前與慈濟結緣後，就以耐心、愛心與堅定的心志耕耘志業，也就地啟發愛心人，鋪展出一條大愛道路。

「天下苦難多，慈濟人學習佛陀寬廣的心懷，救助原不相識的苦難人，以愛付出的同時，也表達尊重的態度；希望啟發人的愛心，廣布善種子，帶動世間人人互助互愛，減輕災難。」

真誠，展現人文

校院聯席會中，上人以「因」與「果」形容學校與醫院——慈濟大學、科技大學，培育

優良醫療人才是「因」；畢業生到各所慈院服務，則是醫療教育所成就的「果」。

「教育教得好，醫院就有好人才，不僅能將慈濟人文帶到工作崗位，一舉一動能影響同仁，也會讓來院的病患與家屬，感受到溫馨的醫療人文。」

上人提到，今日志工早會，大林慈院志工黃明月師姊分享二十多年前關懷的個案——

瓦歷斯·浦亞是花蓮太魯

閣族人，十三歲到臺北機車行當學徒，一天夜晚準備打烊時，突然被人手持西瓜刀衝進店裏砍傷左小腿，傷口感染潰爛，最終被迫截肢。

轉到花蓮慈院治療後，母親為生活四處奔波，鮮少來院照顧，志工天天到病房關心他，出院後更常去家裏探訪，並協助他到彰化和美仁愛實驗學校就學。

住校期間，校方找不到他的家長，明月師姊就充當他的「代

10
23
24



《農曆九月，十一至十二》

人道之愛

【靜思小語】以人道精神互愛互助，世界就能和平。

懷抱使命、提起熱情，積極與人互動、啟發愛心，自然就有善因緣招募到更多人間菩薩。「勸募，不在於募款多寡，重要的是

募心——要善用方法淨化人心，讓人樂於付出，共同成就人間善事。」

許多人投入慈濟後，身心轉

戶無量，福無量

對北、中、南、東區培訓志工開示，上人教導，慈濟委員要

變，不再為了小事與人計較爭執，也改善了家庭關係。上人期勉，要更上一層樓。「不只自己聞法受用而改善身心言行，也要讓會員『法入心』；人人聞法受用，對於個人、家庭和社會都有助益。」

要淨化濁亂的社會，就要讓更多人接觸佛法、改善心念與行為。上人強調：「要淨化人心，須先自我淨化。要深入法脈宗門，堅固道心，隨時精進、隨處分享。若對志業一知半解，一旦面對誤解質疑，很可能會自我退縮，甚至退轉。」

上人勉眾，開闊心胸眼界，學習早期資深慈濟人「見人就說慈濟」的熱情，接引人人接觸佛法、改善身心言行。「期待大家提起真誠之愛，廣招會員；『戶無量』自然『福無量』，菩薩道上修福又修慧。」

誠與愛，跨藩籬

有足夠的教室與宿舍空間。

合約期滿後，印尼慈濟人決定輔導院生善用院區閒置土地耕種，學習自力更生。在哈比長老支持下，慈濟人傳授方法，教院內青年學生利用課餘耕種，學做麵包，以自身力量改善困境。

當初習經院接受慈濟援助，哈比長老承受很大壓力——曾有教友指責他，穆斯林不該向佛教徒求助。哈比長老对大家說明：「慈濟人幫助我們是出自真誠之愛，不是要改變我們的信仰。」

慈濟與習經院師生情誼維持至今二十年，慈濟人定期前往關懷、舉辦義診、做靜思語教學；而慈濟舉辦大型活動時，師生們也會前來協助並參與。

上人表示：「佛教慈濟與伊斯蘭習經院的真誠互動，展現出不分宗教、種族、國界的無私大愛；也合於聯合國成立目標——『期待世界和平，全人類都要以人道精神、互愛互助』。」

10
25
26



《農曆九月·十三至十四》

以愛包容，天下一家

【靜思小語】愛，可以超越一切隔閡，包容天下人。

有愛，世界一家

早會時間，高雄、臺南靜思堂兩千六百位環保志工透過視訊連線，聆聽上人開示，美國、加拿大也有約四百位慈濟人連線參與。上人提到敘利亞難民在異國生活的困頓——

四十歲的裁縫蘇海拉女士和經營文具批發的先生，為了躲避戰火，帶著兩個孩子離開首都阿勒坡，冒險穿越邊境鐵絲網，輾轉偷渡到土耳其。

逃難前，就讀高三的長子因住家遭炸彈攻擊坍塌而受傷，休養兩個月無法參加期末考，沒有拿到畢業證書；一向品學兼優的

他，背著裝滿課本的書包，歷經艱難逃到土耳其，希望能夠完成學業。

蘇海拉的先生到塑膠射出成型廠上班，因長時間工作，不慎被機械割傷了手；長子為了幫忙家計，也到工廠打工。次子獲得慈濟助學，進入滿納海中小學就讀。慈濟因此知道這一家人的遭遇。

「蘇海拉感謝慈濟協助次子上學，希望有朝一日，長子也能回鄉完成高中學業。志工問她需要什麼？她含蓄地說，逃難五個多月來，家人只有身上穿的那套衣服；可以的話，請給他們一些衣服替換……」

歷經顛沛流離之苦，蘇海拉女士只求一些換洗衣物，上人感到心疼；也想到伊波拉疫情蔓延的西非獅子山共和國，慈濟與兩個國際慈善組織合作，捐贈醫藥、糧食和摺疊床給收容病患的醫院，接下來除了提供醫療手套等耗材，也應其所需給予衣物、鞋子。

「國際間有這麼多苦難人，我們能接觸到、幫助到的，少之又少；實在無奈！」連日新聞報導，各地難民不斷湧入歐洲，密密麻麻的人潮擠在邊境。上人感嘆，傾家蕩產、辛苦逃離，到了邊境卻不得其門而入，婦女牽著、抱著年幼的孩子，在人群中

大聲求救……

世間種種苦難，讓人不忍。上人教大家「見苦知福」，把握健康平安時，為社會人群付出。

北桃竹宜花東「培訓委員慈誠尋根暨精神研習」圓緣典禮，上人再次提及敘利亞主麻教授的話——有一個「家」可以容納百萬、千萬人、上億人。「這個家，就是『愛』！」

慈濟在土耳其蘇丹加濟市進行大規模助學、發放後，許多敘利亞人、土耳其人都學會唱慈濟歌曲〈一家人〉。上人表示：「儘管彼此國籍、語言、宗教各不相同，但在大愛包容下，都是『一家人』」。

對即將受證的師兄、師姊，上人開示，受證代表「承擔」。「不能只是做一個快樂的志工，要做一個能『承擔責任』的慈濟人，不斷接引人間菩薩、擴大愛的能量，世界才能和平，人生才能幸福。」

帶動人行善造福，減少社會上的爭執與衝突。」

在美國推展「竹筒歲月」，主要目的在「教富濟貧」；菲律賓慈濟人在每一場救災、濟貧發放中宣導「竹筒歲月」，則是為了「濟貧教富」——帶動貧困居民開啟富有的心靈，建立向善的人生態度。上人表示：「無論貧富，只要願意，人人都有能力可以助人；人人互愛互助，人間就能祥和平安。」

皈依時間，上人勉勵新佛子，「皈」是反黑歸白，表示今後將從無明黑暗，歸於光明正向。「過去若有不好的習氣，或是糾結難解的愛恨仇怨，從現在開始，要看開、放下；要學習佛陀『心包太虛』——開闊心胸，包容一切。」

人生苦短。上人表示，真正的快樂，是將生命發揮在有意義的事情上。「時間不待人，只要是對的事，不能半途而廢，要把握時間和因緣，勇往直前付出。」

付出，扭轉苦難

新聞報導，成千上萬難民湧向歐洲，許多國家難以負荷，決定關閉邊界，避免難民從過境變成滯留。

看到跟著大人逃難的幼童，上人深感心疼，二十六日早會時慨嘆：「何處是他們立足之地？」

他們一無所有，如何在風雨霜雪中度日？」

難民悲慘的命運，要如何轉變？上人表示，唯有愛。「就如主麻教授所說，『愛』是一個無限寬廣的大家庭，可以容納百萬、千萬、萬萬人。只要人人付出一點愛，就能匯集無限大的力量，幫助世間苦難人『運命』。」

美國陳家璋、林孟茹夫婦參與慈濟十多年，去年六月返臺時向上人發願，每天要向五個店家介紹慈濟「竹筒歲月」。他們告訴店家，若發現有需要幫助的人，務必通知慈濟；並在有意願的店家放置竹筒撲滿，邀他們日存零錢共襄善舉。

每隔一到兩個月，夫婦倆會到店家換上新竹筒，送上捐款收據並分享慈濟訊息。不到一年，就號召了超過五百戶店家響應。

上人讚歎，這就是早年委員們「見人說慈濟」的精神。「讓需要幫助的人，及時得到救助；

用法，補心漏洞

「慈濟人內修『誠、正、信、實』，外行『慈、悲、喜、捨』。內修、外行必須並重。」上人強調，只是做事，沒有聞法，心中煩惱還是會不斷累積；法入心，新煩惱不再升起，同時修除舊的煩惱，就能讓心地回歸清淨。

「無明煩惱，就像心靈的破洞，會讓『法』不斷漏失；要善用『法』，修補漏洞。掃除造成

心靈漏洞的因子，才會從凡夫變成菩薩！」

上人指出，沒有因果觀念的人，不怕因果報，所以為所欲為：清楚因果觀的人，開口動舌、舉手投足都會很謹慎。

「慈濟人要有『不昧因果』的明朗清淨心，明辨是非、清楚事理，不受無明黑風動搖；堅定心志，以誠正信實之心，在人群中力行慈悲喜捨。」

10
27
28



《農九月·十五至十六》

暢通人生路

【靜思小語】日日發揮良能，成就大好人。

國家科學院院士、中央研究院院士的廖俊智先生來訪。

談到臺灣人才培育問題，上人認為，臺灣絕對有培養國際頂

尖人才的教育環境與實力。「但是社會人心觀念偏差，導致教育功能不彰。需要更多有志之士，共同為臺灣留住人才、培養人

堅持正向

美國洛杉磯加州大學化學暨生物分子工程學系主任，也是美

才，成就未來的希望。」

談到人道援助，上人表示，救災、濟貧不只要有人道精神，還要有道德情操；道德精神，是阻止人類走向滅亡的希望之光。

「慈濟人總是『走在最前，做到最後』，出錢、出力、出時間，甚至為救助苦難而奮不顧身；且持續關心、鼓勵，與受助者建立情誼。如此付出無所求，已不僅是人與人之間的互助，更深含宗教與道德情懷。」

猶如人體保健比醫療治病更重要，上人表示，救災行動再迅速，都不如做好防災；近來慈濟在屏東縣、臺東縣、花蓮縣許多學校進行「減災希望工程」，將老舊危險校舍重建為穩固的新建築，就是為了防患於未然。

教育是社會未來希望所寄。上人表示，再好的種子，也必須播入土中，讓水土、陽光等因緣成就，才能生根發芽。

「現今社會風氣轉變，教育

環境不若以往單純。志為人師，要把握因緣投入心力，在逆境中堅持帶動正向，未來才有希望。」

自覺利他

海內、外眾多慈濟道場響應「晨鐘起，薰法香」，一位志工分享：「自從養成早起聞法習慣，每天清醒著做事的時間延長，如同生命時間增加。能夠多了解道理、多做好事，日子過得很充實。」

二十八日早會時間，上人以此教眾：「日日發揮良能，就是大好人；反之，懵懵懂懂、不由自主隨業流轉，人生道路處處行不通。」

心裏的苦，多來自於長久累積的煩惱以及無明習氣。上人教導：「要以法去除無明煩惱，自覺且利他——以覺悟的心，發揮生命價值、利益他人。」

二〇一一年宏都拉斯發生大

水患，居民普遍貧窮，受災後無力恢復家園，只能拿回收的建材搭蓋棲身之處。長年在當地照顧貧民的張鴻才師兄立下宏願，要為他們興建永久住宅。

他運用「以工代賑」方式，帶動本土志工在馬可比雅市夢哈娜村興建完成一百六十一戶大愛屋；今年九月繼續在秋市興建兩百多戶大愛屋，第一期工程在本月中旬完成，四十二戶居民終於可以告別塑膠布搭建的簡陋住屋，擁有一個遮風蔽雨的家。

上人肯定張鴻才師兄善用方法——就地取材、降低建屋成本，「以工代賑」帶動居民建屋、補助其生活，讓他們擁有安穩居住處，且帶動人人成為志工，走向人生正向。

「人生苦難雖多，只要人人發揮良知、集中愛心力量，就能幫助苦難人離苦得樂。」

以愛弭恨

上人特別叮嚀在土耳其視訊連線的胡光中師兄，透過慈濟至誠、無所求的援助，讓敘利亞民眾感受到人間之愛。

「心中有愛，沒有仇恨。要以愛帶動滿納海中小學的孩子，成為促進人間和平的種子。」

難民問題是現今國際社會一大挑戰。上人指出，要徹底解決人禍災難，唯有淨化人心。「人回歸道德根本，才能共同付出力量，救助苦難人；人心淨化，才能消弭衝突對立，減少世間災難。」

▼遠赴土耳其為敘利亞難民兒童助學、發放的二十三位臺灣志工，齊聚精舍分享心得。上人開示：「期待透過慈濟至誠、無所求的援助，讓敘利亞民眾感受到人間之愛。」（10月28日）



到土耳其助學發放的二十三位臺灣團員，齊聚精舍分享此行心得。上人聽後表示，敘利亞難民期待有朝一日可以回歸故鄉，眼前不得已流落他鄉，「不能讓孩子空過時日，要讓他們扎實地受教育，充實智慧。」

即使信仰不同，但是各個正

信宗教的精神理念一致——都講求清淨無染的愛。上人指出：「這分無私之愛，不分種族、宗教、國籍，能包容一切。要讓土耳其和敘利亞的民眾了解，天下人人都是家人。」

10
29



《農九月·十七》

正向看世界

【靜思小語】用愛膚慰，消弭仇恨。

月嬌，昨夜在花蓮慈濟醫院往生，家人護送遺體到慈濟大學，圓滿她成為「無語良師」的心

願。巴拉圭人醫會梅沙醫師，五十八年人生也在昨晚畫下句點，捐出眼角膜遺愛人間。

秋 十月

福慧圓滿，人生謝幕

七十五歲的臺南慈濟志工洪

早會時間，上人慨嘆，人生分秒消逝，不待人。「這兩位都是好弟子，此生不空過、福慧雙修；也將帶著所造的福慧而去。」

洪月嬌師姊二〇〇一年受證慈濟委員，把握機會積極參與慈濟活動、擔任醫療志工。今年五月健檢時發現罹患胃癌，醫師告知時日無多，她決定返回花蓮慈院接受緩和醫療，之後成為「無語良師」。今日清晨，她在家人、法親陪伴下，圓滿此生最後心願。

巴拉圭的胡安·梅沙醫師（Dr. Juan Silverio Meza Leguizamon），患有糖尿病卻積極投入當地義診服務，近十年來幾乎年年排除萬難，歷經五十個小時飛行來到臺灣參與人醫會年會。

今年九月年會前，梅沙醫師腎臟功能喪失、健康走下坡，決定提前到花蓮，住進慈濟醫院治

療；住院期間並請假參與人醫年會。十月二十七日晚間病情急轉直下，昨日往生。

看著螢幕上播出梅沙醫師笑容滿面參加人醫會年會，上人哽咽：「很不捨！但這是人生自然法則，要看得開、想得透——雖然他此生已盡，人醫典範卻永存人心，讓人永遠懷念與學習。」

守志奉道，傳遞清流

與大愛臺同仁談話，上人表示，慈濟人在土耳其為敘利亞難民付出，是跨越宗教、種族、國籍的愛心行動，希望消除難民孩童深埋於心靈的仇恨種子，得見人間互助的無私大愛。

「從慈善角度來看，這群孩子很需要人道幫助；慈濟希望經由助學、生活補助，與他們長久互動，讓他們感受到來自世界各地的愛。」

難民兒童跟著大人逃難，過

程血淚交織；天地之大，卻無容身之處。好不容易來到了土耳其，迫於生活必須長時間工作養家……上人表示：「要用愛陪伴他們成長，才不會讓恐懼、無奈、痛苦、仇恨等負面情緒，不斷累積在小小心靈，變成根深柢固的觀念；將來以怨報怨，讓世間苦難不止。」

國際間自殺炸彈攻擊事件頻傳，每每造成重大傷亡。上人慨嘆：「這是因仇恨的意識深植於心，不惜付出生命粉碎一切。」

人文志業董事會中，上人再言，慈濟希望將愛注入敘利亞難民兒童心靈，拔除恐懼與仇恨，以正向態度看待世界，也能以感恩心付出。

教育，是社會未來的希望。在臺灣，慈濟更長年幫助清寒家庭學子就學，重燃家庭希望；九二一大地震後啟動「希望工程」，為五十所學校重建穩固校舍；目前更在臺東、花蓮、屏東

三縣進行「減災希望工程」，修繕、重建老舊校舍。凡此種種，都是為了讓孩子安心求學、為臺灣的未來付出。

「人禍比天災更可怕，而且影響深遠。悲憫天下蒼生苦，要加強傳遞人文清流，撫平人心動

亂。」人文志業透過影像、聲音、文字，報真導正，傳揚美善。上人致勉，寸寸紙張、秒秒畫面，都要讓觀看者見聞受用，認同道理並且身體力行。

在混濁的社會中，若無法堅持原則，很快就會捲入無明煩惱

的滾滾浪潮、淹沒其中。上人期勉同仁要「守志奉道」。「無論社會風氣如何轉變，都要腳踏實地、步步踏實，守持初心、守住志業精神，朝正確方向精進前行。」

10
30
31



《農九月·十八至十九》

入人群，造福修慧

【靜思小語】福，在人群中造；慧，在人群中修。

立典範，真情鋪路

緬甸七月底遭遇暴雨侵襲，全國十四個省邦中，有十二個受災，讓「世界米倉」損失慘重。仰光慈濟人八月上旬，遠赴九個半小時車程外的實皆省蒙育瓦鎮勘災，隔天再搭三小時車到哪吉村為一百六十四戶發放。一趟勘

災、賑災行，耗時四天。

早會時間，上人開示：「慈濟人不辭勞苦、逐村訪查，田埂路泥濘難行，有時又須冒險涉水而過。儘管前路坎坷，大家出於真誠、真情，堅持走出一條平坦寬闊的苦提大道。」

岱枝鎮、莫比鎮是仰光省產米重鎮，水災使得四萬多畝農田

毀損，稻種泡水腐爛，一萬多位農民血汗泡湯。慈濟人八月中旬前往勘災，先結合寺院為斷炊的受災民眾煮熱食，之後發起「以工代賑」，聘請當地婦女為六個村的居民每天供應兩餐。九月初大水退去，志工走入農村、學校訪視，致贈乾糧、日用品與文具；之後又提供稻種給五千多位

農民，協助農田復耕。

二〇一〇年納吉斯風災過後，慈濟人曾到丹茵鎮二十九個村發放稻種，如今農民生活改善，此次水患沒有受災，村民們響應慈濟號召，踴躍捐出稻種援助災區同胞。

上人欣言：「慈濟人長期在緬甸以愛互動、濟貧教富，帶動起互愛互助的善循環。期待人間菩薩『一生無量』，凝聚更多救助苦難的力量。」

全球天災人禍愈來愈多，如《法華經·化城喻品》描述，眾人困於險路，心中充滿恐懼。上人開示：「即使生活在平安之地，也要面對自身的老、病、死亡，以及不知何時現前的無常。要把握身體健康之時，多付出、多造福，樹立愛的典範；用愛鋪平無明、仇恨的坎坷人間路。」

修善法，自我要求

與精舍出家眾談話，上人叮囑，修行之路漫長，要時時自我修心。「人生路，步步陷阱。若沒有踏穩腳步，徒有修行之名而無修行之實，是自我欺騙、空過人生。」

心念無形，卻會從待人接物、言行舉止中顯現。上人教導：「對內的自我要求，要比外在的章程法規更嚴格。期待人人自我提升，對外有章法、對內有品質。」

對於承擔重任的人才，上人要求「量要寬，志要堅」。「有寬大的心量、堅定的意志，才是真正賢能之才。」

出俗家，捨小向大

農曆九月十九日是觀世音菩薩出家紀念日，靜思精舍十五位近住女圓頂出家，上人引導辭拜父母、親屬，感恩養育之恩。

「從世俗身轉為出家身，福智莊嚴。重生在三寶家庭中，要把握分秒修學佛法、力行志願，在菩薩道上增長智慧。」

靜思法脈勤行道，慈濟宗門人間路。上人期許新佛子傳承法脈，更要肩負天下事，荷擔起如來家業。「入三寶門，要取大法。時時自我期許，『福』要在人群中，『慧』也要在人群中修。」

上人叮囑，謹慎言行，與眾結善緣；在僧團中和敬相處，成為在家居士的典範。「對內淨化自心、滅除一切煩惱；對外廣結善緣，度化眾生。入人群而不受無明濁氣污染，心境永遠維持清淨。」

精舍生活天天忙碌勞動，上人勉新佛子要甘之如飴，禁得起磨練。「有堅定的心志，加上家人支持，就能輕安自在，投入天下大家庭、為天下人付出。」

慎防心靈燒燙傷

前陣子聽陽光基金會專業人員分享，才真正了解燒燙傷；原本以為那跟一般外傷一樣，出院就等於康復，其實後面漫漫長路的復健才是辛苦。想著想著，腦中突然冒出——心靈「燒燙傷」！佛法形容人嗔怒時為無明火，會燒傷別人。

一個人的心若被無明火烧到，心靈的復健也像這樣很漫長吧！有時候要面臨傷痕的攣縮，復原過程若有一點點偏差，心就愈縮愈小。

以前看卡通節目，夜晚的小鎮，孩子們拿著木棒，一邊敲一邊說：「小心火燭，星星之火可燎原——」在人的腦海裏，也居住著各式各樣的心念；要自我警惕，每個心念要小心火燭、「心星之火」可燎原……小小的無明火，不只燒傷自己，也可能會燒傷別人。叩！叩！小心火燭！



阿板（凌宛琪），慈濟基金會同仁，承擔薰法香開機任務，每天以漫畫方式呈現聞法心得，上網分享。



【慈濟海內外聯絡點】

勞勿（Raub）
TEL:609-3561040 FAX:609-3563964
古晉支會（Kuching）
TEL:608-2344706/344707
FAX:608-2349707
TEL:608-2251013（靜思書軒）
美里（Miri）
TEL:608-5419753 FAX:608-5420232
詩巫（Sibu）
TEL/FAX:608-4349712
亞庇（Kota Kinabalu）
TEL:608-8381779/8382779
FAX:608-8383013
TEL:608-8250626（靜思書軒）
根地咬（Keningau）
Tel/FAX:608-7333893
丹南（Tenom）
TEL:608-7736001 FAX:608-7736002
山打根（Sandakan）
TEL:608-9212886 FAX:608-9212893
斗湖（Tawau）
TEL:608-9911896 FAX:608-9911895

■ 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:62-21-5055999
FAX:62-21-5055699
TEL:62-21-6123733（大愛臺）
FAX:62-21-6123734
慈濟醫院（Jakarta）
TEL:62-21-70631218*9
FAX:62-21-70633620
慈濟中小學（Jakarta）
TEL:62-21-70607254
FAX:62-21-70731550

泗水（Surabaya）
TEL:62-31-8475434*5
FAX:62-31-8475432
錫江（Makassar）
TEL:62-411-3655072*3
FAX:62-411-3655073
棉蘭（Medan）
TEL:62-61-6638986
FAX:62-61-6638986
TEL:62-61-4525151（大愛臺）
FAX:62-61-4513887
萬隆（Bandung）
TEL:62-22-2534020
FAX:62-22-2534052
巴淡（Batam）
TEL:62-778-7037037
FAX:62-778-450332
當格郎（Tangerang）
TEL:62-21-55778361/71
FAX:62-21-55778413
北干巴盧（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:94474378676
FAX:94474378675

■ 約旦 Jordan

安曼（Amman）
TEL/FAX:962-6-5817305

■ 土耳其 Turkey

伊斯坦堡（Istanbul）
TEL:90-212-6609825
FAX:90-212-6609683

■ 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

■ 紐西蘭 New Zealand

紐西蘭分會（Auckland）
TEL:64-9-2716976
FAX:64-9-2724639
漢彌頓（Hamilton）
TEL/FAX:64-7-8541496

慈濟廣播、大愛網路電臺
電話：02-28989999 轉 1041-1043

14：00 點亮心光（Live 首播）
16：00 真心看世界（首播）
17：00 鐘聲若響（首播）
17：30 英文新視界
18：00 音樂共和國
18：55 大愛全球新聞（電視聯播）
19：45 慈濟歌選
20：00 真心看世界
21：00 英文新視界（首播）
21：30 鐘聲若響
22：00 愛灑人間（週一）
無盡智慧無盡藏 & 生活講臺語（週二）
人文聽講（週三）
藍天白雲好時光（週四）
心的力量 & 藝朶心蓮（週五）
23：00 大愛夜間新聞（電視聯播）
23：30 靜思妙蓮華

【週六、週日】

00：00 鐘聲若響週六版
01：30 生活講臺語
02：00 大愛知音
03：00 慈濟世界 愛在洛城
03：30 心的力量
04：00 人文聽講
05：00 鐘聲若響週六版
06：30 大愛晨間新聞（電視聯播）
07：30 生活講臺語
08：00 藍天白雲好時光
09：00 愛灑人間（首播）
10：00 無盡智慧無盡藏（首播）
10：30 心的力量（首播）
11：00 人文聽講（首播）
12：00 大愛午間新聞（電視聯播）
12：30 生活講臺語（首播）
13：00 大愛知音（首播）
14：00 慈濟世界 愛在洛城（首播）
14：30 無盡智慧無盡藏
15：00 藍天白雲好時光（首播）
16：00 愛灑人間
17：00 鐘聲若響週六版
18：30 心的力量
18：55 大愛全球新聞（電視聯播）
19：45 慈濟歌選
20：00 藍天白雲好時光
21：00 人文聽講
22：00 愛灑人間
23：00 大愛夜間新聞（電視聯播）
23：30 無盡智慧無盡藏

【大愛電視臺節目表】

■ 週一至週五

00:19 大愛會客室
00:30 *Da Ai Headlines*
01:00 大愛人物誌
01:30 草根菩提
02:00 戲說人生（週一）
長情劇展（週二至週五）
02:30 音樂有愛
03:00 大愛劇場（重播）
03:49 大愛會客室
04:00 行動現場（週一）
志為人醫守護愛（週二至週五）
04:30 法華經序
05:30 靜思妙蓮華
05:56 人間菩薩
06:00 草根菩提
06:30 大愛晨間新聞 *Live*
07:33 *Da Ai Headlines*
08:00 靜思妙蓮華
08:30 慈濟新聞深度報導 *Live*
08:55 菩提禪心
09:20 呼叫妙博士（週一）
地球的孩子（週二）
當我們童在一起（週三）
小主播看天下（週四）
生活裡的科學（週五）

09:45 人間菩提
10:00 大愛十點新聞 *Live*
10:26 人間菩薩
10:30 大愛人物誌
11:00 現代心素派
11:30 大愛醫生館
11:45 人間菩提
12:00 大愛午間新聞 *Live*
12:26 妙手入經藏
12:30 長情劇展
13:35 行動現場（週一）
志為人醫守護愛（週二至週五）
13:55 人間菩薩
14:00 菩提禪心（首播）
14:30 大愛人物誌（首播）
15:00 彩繪人文地圖（週一）
悲智印記（週二）
回眸來時路（週三）
夢醒薰法香（週四）
看中醫（週五）
15:30 大愛午後新聞 *Live*
16:00 大愛劇場（重播）
16:49 大愛會客室
17:00 現代心素派
17:25 妙手入經藏
17:30 地球的孩子（週一）
當我們童在一起（週二）

小主播看天下（週三）
生活裡的科學（週四）
呼叫妙博士（週五）

18:00 草根菩提
18:30 菩提禪心（重播）
18:55 大愛全球新聞 *Live*
19:45 人間菩提
20:00 大愛劇場
20:50 大愛醫生館
21:00 靜思妙蓮華
21:25 人間菩薩
21:30 氣象樂活家（週五）
志為人醫守護愛（週一至週四）
22:00 長情劇展
22:48 人間菩提
23:00 大愛夜間新聞 *Live*
23:30 大愛劇場

■ 週六

00:19 大愛會客室
00:30 殷瑗小聚
01:00 證嚴法師菩提心要
02:00 長情劇展
03:00 大愛劇場（重播）
03:49 大愛會客室
04:00 靜思書軒心靈講座
04:30 法華經序
05:30 衲履足跡
06:00 草根菩提
06:30 大愛晨間新聞 *Live*
07:30 *Tzu Chi This Week*
08:00 看中醫
08:30 慈濟新聞深度報導 *Live*
08:55 印尼大愛週刊
09:20 大馬慈濟情
09:45 人間菩提
10:00 大愛十點新聞 *Live*
10:30 穿梭在病房間的愛
11:30 唐朝小栗子（臺語）
11:45 人間菩提
12:00 大愛午間新聞 *Live*
12:30 人間渡・覺有情
13:30 行動現場
13:56 人間菩薩
14:00 經典 *TV*
14:25 大愛全紀錄
15:30 音樂有愛
16:00 大愛劇場（重播）
16:49 大愛會客室
17:00 證嚴法師菩提心要
17:50 妙手入經藏
17:56 人間菩薩
18:00 回眸來時路
18:30 衲履足跡
18:55 大愛全球新聞 *Live*

19:45 人間菩提
20:00 大愛劇場
20:48 證嚴法師說故事
21:00 發現
21:55 妙手入經藏
22:00 人間渡・覺有情
22:48 人間菩提
23:00 大愛夜間新聞 *Live*
23:30 大愛劇場

■ 週日

00:19 大愛會客室
00:30 音樂有愛
01:00 週日劇場
02:00 人間渡・覺有情
03:00 大愛劇場（重播）
03:49 大愛會客室
04:00 殷瑗小聚
04:30 法華經序
05:30 衲履足跡
06:00 經典 *TV*
06:30 大愛晨間新聞 *Live*
07:30 夢醒薰法香
08:00 證嚴法師菩提心要
08:55 見證臺灣生命力
09:45 人間菩提
10:00 大愛十點新聞 *Live*
10:30 殷瑗小聚
10:55 發現
11:45 人間菩提
12:00 大愛午間新聞 *Live*
12:30 年輕人讚起來
13:00 悲智印記
13:33 穿梭在病房間的愛
14:25 週日劇場
15:15 唐朝小栗子
15:35 靜思書軒心靈講座
16:00 大愛劇場
16:49 大愛會客室
17:00 三代之間（首播）
17:30 彩繪人文地圖
17:55 人間菩薩
18:00 見證臺灣生命力
18:55 大愛全球新聞 *Live*
19:45 人間菩提
20:00 大愛劇場
20:48 證嚴法師說故事
21:00 戲說人生
21:26 人間菩薩
21:30 經典 *TV*
21:55 妙手入經藏
22:00 大愛全紀錄
22:48 人間菩提
23:00 大愛夜間新聞 *Live*
23:30 大愛劇場

【慈濟廣播節目時刻表】

■ 中廣新聞網

真心看世界：週一至週五 23:10-24:00
愛灑人間：週日 6:10-7:00
臺北、基隆、桃園／AM648、宜蘭／AM630
新竹／AM882、苗栗／AM1413
臺中／AM720、嘉義／AM1350
臺南／AM1296 高雄、屏東／AM864
臺東／AM819、花蓮／AM855
埔里／AM1413 金門／FM963

■ 中廣寶島廣播網

慈濟世界：週日 6:30-7:00
臺北、基隆、桃園、高屏／FM105.9
新竹、苗栗／FM101.5
臺中、花蓮、臺東／FM106.9
嘉義、臺南／FM104.3、宜蘭／FM102.9

■ 臺北教育電臺

點亮心光：週六 21:00-21:30

■ 民本電臺

真心看世界：週一至週六 6:00-7:00

■ 桃園廣播電臺

生活講臺語：週日 7:30-8:00

■ 新竹新農電臺

慈濟世界：週一至週六 21:30-22:00

■ 新竹新聲電臺

音樂共和國：週日 22:30-23:00

■ 中廣臺灣臺 臺中

慈濟世界：週一至週六 6:30-7:00

■ 臺南勝利之聲

慈濟世界：週二至週六 5:30-6:00

■ 臺南愛鄉之聲

真心看世界：週一至週二 20:00-21:00

■ 高雄漁業臺

點亮心光：週一至週五 06:30-07:00
鐘聲若響：週一至週五 00:30-01:00
音樂共和國：週六 00:30-01:00
生活講臺語：週日 00:30-01:00

■ 花蓮後山電臺

真心看世界：週一至週六 6:00-7:00

■ 花蓮教育電臺

點亮心光：週六 21:00-21:30
花蓮 FM97.3 玉里 FM88.9

■ 花蓮慈大實習電臺

愛灑人間：週六 09:00-10:00 首播
週一至週五
真心看世界：08:00-09:00
大愛廣播劇場：13:00-13:30
點亮心光：21:00-21:30
親子不打烊：18:30-19:00（週一）
生活講臺語：18:00-19:00（週二）

■ 臺東教育廣播電臺

大愛廣播劇場：週一至週五 19:30-20:00
點亮心光：週日 21:30-22:00

■ 金馬之聲廣播電臺

真心看世界：週一至週六 02:00-03:00
愛灑人間：週日 00:00-01:00

【大愛網路電臺節目時刻表】
http://daairadio.tw

【週一至週五】

00：00 大愛 Talk Show
02：00 真心看世界
03：00 點亮心光
05：00 音樂共和國
06：00 靜思妙蓮華
06：30 大愛晨間新聞（電視聯播）
07：30 英文新視界
08：00 真心看世界
09：00 大愛 Talk Show（Live 首播）
11：00 愛灑人間（週一）
無盡智慧無盡藏 & 生活講臺語（週二）
人文聽講（週三）
藍天白雲好時光（週四）
心的力量 & 藝朶心蓮（週五）
12：00 大愛午間新聞（電視聯播）
12：30 靜思妙蓮華
13：00 音樂共和國（首播）



Tzu Chi Recruitment Ads

【慈濟志業體徵才】

●慈濟志業體人才招聘網址：www.tzuchi.org.tw

■財團法人佛教慈濟慈善事業基金會■

營建企畫人員、營建機電人員、營建結構人員、園藝景觀設計人員、室內裝修人員、庶務人員、醫管人員、系統工程人員、系統分析師、教保人員、幼教廚工、帳務人員、財管高階主管、財務主管、多媒體與美編設計師、文史編輯人員、新聞公關人員、影視約聘人員、音控聲音剪輯人員、警動人員、保管人員

◎意者請至本會網站
<http://124.219.23.205/moghuman/PERWhiteCardT.nsf/Entry.xsp> 完整登錄應徵人員履歷表相關資料。請於履歷登錄完成後的次日，來電：40510777 轉 4209、0912412600 轉 4209 王小姐確認履歷是否已送達

■財團法人佛教花蓮慈濟醫學中心■

醫師類
各科主治醫師、各科各級住院醫師、教學型主治醫師
護理類
各科病房護理人員、急診護理人員、兼職護理人員、門診兼職護理人員、內外科加護病房護理人員、外科加護病房資深護理師／專科護理師、婦產科病房護理人員、手術室護理人員、血液腫瘤科病房護理人員、內科加護病房資深護理師／專科護理師、預防醫學中心護理師／佐理員

醫技類
檢驗醫學科醫檢師、藥劑部藥師（中、西醫）／辦事員／中藥局技術員、血液透析室護理技術師、復健科成人／兒童語言治療師、耳鼻喉科聽力師、牙科技術員／定期契約技術員、影像醫學部定期契約醫事放射師／醫事放射師／護理技術員、胸腔內科技術員、臨床麻醉科麻醉學員／疼痛科疼痛護理師、衛福部計畫 TB 實驗室醫檢師、放射腫瘤科醫事放射師

行政類
骨髓幹細胞中心資料庫暨行政組組員、總務室營養組營養師／作業員／營養組助廚／供膳組作業員／供膳組廚師／供膳組書記、總務室工務組長期工讀生、衛福部計畫個案管理師（癌症醫學中心）／研究助理（癌症醫學中心、品質中心、TB 實驗室）、院外合聘計畫臨床研究護理師（眼科）、科技部計畫專任研究助理（工作地點：臺大醫院）、跨院校計畫專任研究助理（腸胃內科檢查室）、人力資源室組員、醫務部組員、職業安全衛生室健康管理師
◎意者請備歷照傳（五百字）相關證書影本，註明應徵類別，寄〈970 花蓮市中央路三段 707 號〉花蓮慈濟醫院人力資源室收
合者約談，不合者恕不退件
電話：03-8561825 分機 3609
身心障礙者經甄試合適者優先錄取，歡迎踴躍來函

■財團法人佛教臺北慈濟綜合醫院■

醫師類
各科主治醫師、住院醫師
護理類
專科（資深）護理師：急診、外科、內科、身心醫學科、手術室
護理人員：一般病房、身心科病房、產房、呼吸照護中心、手術室、急診、內外科加護病房、放射腫瘤科、臨床常日班、門診正職、門診部份工時人員

醫技類
麻醉部麻醉技術師、耳鼻喉科聽力師／兼職技術員、復健科語言治療師、檢驗科醫檢師、癌症中心個案管理師、藥學部藥師、腎臟內科血液透析師、解剖病理科細胞醫檢師、呼吸治療室約聘呼吸治療師、眼科約聘技術員

◎意者請備歷照傳（五百字）相關證書影本，註明應徵類別，寄〈231 新北市新店區建國路 289 號〉臺北慈濟醫院人力資源室收；或 e-mail:xdhr@tzuchi.com.tw
合者約談，不合者恕不退件

■財團法人佛教臺中慈濟綜合醫院■

醫師類
各科主治醫師、各級住院醫師、104 年度 PGY 住院醫師、104 年度各專科住院醫師（內、外、核醫科）
護理類
急診／加護病房／內外科病房／安寧病房護理人員、內科／外科／神經團隊專科護理師、佐理員、臺中慈濟護理之家護理人員／照顧服務員
醫技類
臨床藥師、西藥師、中藥師、耳鼻喉科語言治療師
行政類
供膳作業員、健保門診申報／申覆人員
◎意者請備歷照傳（五百字）、相關證書影本，寄〈427 臺中市潭子區豐興路一段 88 號〉臺中慈濟醫院人力資源室呂小姐收
合者約談，不合者恕不退件
電話：04-36060666 分機 3672
身心障礙者經甄試合適者優先錄取，歡迎踴躍來函

■財團法人佛教大林慈濟綜合醫院■

醫師類
主治醫師：皮膚科、血腫科、婦產科、骨關節中心、小兒心臟科、重症專責醫師、新生兒科、精神科、神經外科、眼科、解剖病理科、一般牙科、齒顎矯正科、影像科
斗六門診部主治醫師：新陳代謝科、耳鼻喉科、眼科
護理類
各類護理人員（加護病房、內外科病房、產兒病房、HDR、斗六 HDR）、開刀房手術助理、內外科病房護理佐理員、外科加護病房專科護理師、內外科病房專科護理師、斗六慈濟診所兼職護士、供應中心技術員、氣喘個案管理師、婦產科／身心科專科護理師、門診兼職護士
醫技類
藥劑部藥師、營養治療科作業員、耳鼻喉科語言治療師、營養治療科廚師、預防醫學中心行政組辦事員、內視鏡室技術員、核子醫學科醫檢師
行政類
大林大愛幼兒園教保人員、托育人員、工務室消防技術員、企畫室績效管理組組員、社區醫療部約聘人員、資訊室醫療資訊發展組組員
◎意者請備歷照傳（五百字）、相關證書影本，註明應徵類別，寄〈622 嘉義縣大林鎮民生路 2 號〉大林慈濟醫院人力資源室收，或 e-mail: dalin-hr@tzuchi.org.tw
電話：05-2648000 分機 5165-5170
合者約談，不合者恕不退件
原住民或身心障礙者經甄試合適者優先錄取，歡迎踴躍來函

◎意者請備歷照傳（五百字）、相關證書影本，註明應徵類別，寄〈981 花蓮縣玉里鎮民權街 1 之 1 號〉玉里慈濟醫院管理室收
合者約談，不合者恕不退件
電話：03-8882718 分機 70

■財團法人佛教玉里慈濟綜合醫院■

專科護理師、護理人員、藥師
◎意者請備歷照傳（五百字）、相關證書影本，註明應徵類別，寄〈981 花蓮縣玉里鎮民權街 1 之 1 號〉玉里慈濟醫院管理室收
合者約談，不合者恕不退件
電話：03-8882718 分機 70

■財團法人佛教關山慈濟綜合醫院■

腎臟內科專科醫師、家庭醫學科醫師
◎意者請備歷照傳（五百字）、相關證書影本，

註明應徵類別，寄〈956 臺東縣關山鎮和平路 125 之 5 號〉關山慈濟醫院人事室收
合者約談，不合者恕不退件

■慈濟大學■

媒體製作暨教學中心專案教學人員、編導人員、電算中心軟體開發人員、學務處約聘管理員（具救生員執照）
◎詳情請上慈濟大學網站 <http://www.tcu.edu.tw>

■慈濟科技大學■（原慈濟技術學院）

教師：護理系、通識教育中心、醫學影像暨放射醫學系、醫務管理系、行銷與流通管理系、資訊科技與管理系
總務處營繕組約聘辦事員、學務處約聘校安人員／學諮中心輔導員、祕書室文宣公關組約聘辦事員
◎意者請備歷照傳（五百字）、畢業證書影本、成績單、著作目錄和相關工作證明影本，寄〈970 花蓮市建國路二段 880 號〉慈濟科技大學人事室收
合者約談，不合者恕不退件
電話：03-8572158 分機 2351、2328
慈濟科技大學「徵才訊息」網頁
<http://per.tccn.edu.tw/front/bin/home.phtml>

■慈濟大學附屬高級中學■

學務處生輔組約聘生活輔導員（女生宿舍）
◎意者請至慈大附中網站查閱
<http://www.tcshhlc.edu.tw/default.asp>

■靜思人文■

叢書部責任／文字編輯（工作地點：花蓮）、企劃部商品企劃專員（靜思品類、淨思品類）
營運部門門市組員（全臺門市）
◎意者請備歷照傳（五百字）、檢附兩吋半身照片、畢業證書影本，專業證照等資料（均以 A4 直式格式），請將電子檔 e-mail 寄至：yumay_tsao@tzuchi.org.tw
人力資源處收 電話：03-8266779 分機 533
合者約談，不合者恕不退件
（詳細說明請上慈濟網站查閱）

■贊助慈善、醫療、教育志業■

郵政劃撥帳號：06887791
戶名：佛教慈濟基金會
請指定用途：
1. 慈善：國內長期貧戶濟助、急難救助、居家關懷
2. 醫療：推展醫療志業
3. 教育：推展完全化教育志業
4. 國際：國際救援基金

■贊助人志業出版■

郵政劃撥帳號：19905781
戶名：慈濟傳播人文基金會
請指定用途：1. 加入「檀施會」會員，每年 1200 元以上（每月 100 元以上），每兩個月可獲一本「慈濟道侶叢書」2. 隨喜助印《慈濟月刊》和「慈濟道侶叢書」3. 《慈濟月刊》郵資一年份：國內 165 元，國外 500 元
●讀者服務專線：02-28989000
分機 1165（慈濟月刊）
分機 1168（慈濟道侶叢書）

■參加「大愛之友」■

贊助大愛電視臺
郵政劃撥帳號：19905781
戶名：慈濟傳播人文基金會



精進道場，在眼前

南非、辛巴威、賴索托、波札那、莫三比克、史瓦濟蘭六國，共計兩百六十三位志工，十月三十日起克服萬難齊聚南非約翰尼斯堡，參與為期三天的「本土幹部研習營」暨「返臺精進共識營」。

這群「黑菩薩」把握機會學習慈濟精神理念，彼此交流、激勵。將於十一月下旬返臺精進的志工，依照靜思精舍作息，清晨學習早課禮拜、繞佛繞法；求法之心，在虔誠行儀間。

（撰文／鄭雅嬌 攝影／蕭耀華 南非約翰尼斯堡 2015.10.31）