

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

特別報導

丹娜絲風災

全臺馳援嘉南

慈濟SDGs  
人品典範

慈濟環保35年 草根行動×全球永續  
勤修實做一甲子 緬懷德昭法師

705

2025年8月1日出刊





攝影／黃筱哲

## 慧命永續在人間

佛法真諦示無常，  
三理四相緣生滅，  
勤行正道清淨心，  
慧命永續在人間。

### 編者的話

## 災難重建之道

副總編輯

呂祥芳

**沿** 臺灣海峽北上的丹娜絲颱風，百年不遇地從嘉義布袋闖入臺灣，幾達中颱上限的十五級強風重創嘉南沿海；許多老房屋舍的磚瓦、鐵皮及玻璃門窗被強風吹掀、破裂或擰曲，不少居住嘉南數十年的老居民，都驚恐地聲稱首次親歷如此強風；在地慈濟志工也廣泛受災。

風災後，多處災區停水、斷電，加上網路不穩，慈濟志工接獲公所來電尋求協助，旋即動員提供熱食；同時勘災家訪致贈安心祝福禮、發放應急金、提供並協助搭架帆布、支援電鋸清理折傾大樹，號召全臺年輕志工協助復原校園、寺院、果園；並已展開修繕及評估援建。

全臺慈濟志工齊集嘉義、臺南，和當地志工走訪關懷受災戶；還有高溫下極度耗費體力的

復原工作，無論是對外線上或是志工群組報名，一開放就秒殺，一車車進入各校園，這所學校掃完，整隊後又帶往下所學校，而且不麻煩校方提供飲食，不願再為災區增加絲毫負擔。

月刊同仁隨著志工走入鄉間記錄。文字記者傅斌觀察到，複製慈濟過往救災經驗，志工同步進行好幾項工作，「熱食發放尤其珍貴，畢竟缺水缺電那幾天，家裏有再多食材，也烹飪不出一道小菜。」

攝影記者筱哲則感動於在地志工的發心，即便本身受災，仍暫緩自家清理及修繕工程，第一時間就跟上賑災行列，受災居民也回報以溫暖及善良，甚至相互安慰：人平安就好。在無情風雨中，人與人之間的互諒與互助，才是最好的重建之道。

長年累積急難救助經驗，慈濟雖然已有成熟的救災模式，志工也有動員默契，但面對日益頻繁的氣候災難、人口老化的社會現象，應變能力的提升，已成為災後思索與精進的方向。

此際不只臺灣風災，六、七月間澳洲東岸炸彈氣旋（Bondo Cyclone）、動輒出現高溫熱浪的西歐、美國加州中部的馬德雷大火（Madre Fire）、希臘克里特島（Crete）野火、日本鹿兒島的頻繁地震等，讓身處高科技飛速發展的人類，像是生活在一顆充滿危機的地球上。

本期慈濟SDGs系列報導，從慈濟環保志業屆滿三十五年說起，以及慈濟各志業執行淨零目標之進度。環保與氣候災難有什麼關係？答案就在這些篇章之中。



風災重建，需要我們每個人

七月十三日響應慈濟號召，一行人包括我跟女兒、外甥女等七人從臺中南下丹娜絲風災災區，協助臺南佳興國小復原。

烈日當空，氣溫飆高，在黃三和校長與老師帶領下，我們合力清理被狂風掃落的樹枝，每個人汗如雨下，特別是身為慈濟委員的三姊，近午時幾乎中暑昏厥；她在短暫休息後，繼續投入下午的行動。她說：「災區需要我們，怎麼忍心停下來休息？」那分堅毅令人動容，更敬佩慈濟人的大愛之心。

看著一棵棵倒樹殘枝被移出、校園逐漸恢復整潔，我心中湧現的不只是感動，更是感恩！上人說：「對的事情，做就對了。」我們用行動體會這句話的溫度與

力量；在三姊的帶動下，也看到跨世代的攜手合作，每位志工都是災後希望的播種者。

在我們離開災區後，其實還有很多地方需要人力支援復建，無論是一雙手、一分心力，都是孩子們早日回歸校園、安心學習的重要力量；讓我們繼續攜手，為災後重建注入更多善與愛。

臺中 張瑞芬

敬請上人莫憂慮

上人七月初行腳到高雄，我聽打開示逐字稿時，聽到聲音裏的無力，及偶爾參雜的咳嗽聲。我想著：可是受涼了？

七月五日，我前往高雄靜思堂參加人文真善美共修課程，早上九點不到，就聽到隨師團隊傳來即將北返的訊息，我們前往大

廳集合，準備送駕。

臨行前，上人慈示：「因為氣候關係及身體小乾坤四大不調，加上颱風形成，所以提早北上。請大家要注意安全。」現場人潮眾多，我便走到外面一心橋前，恰好上人座車停駐在此。

「你們可以再往前一點，沒關係。」一旁清修士說。大廳響起〈立願文〉音樂，我含淚唱著：「傳承法脈心相繫，弘揚宗門志不移；慈濟因緣會珍惜，靜思法髓無量義。吾等弟子當謹記，敬請上人莫憂慮！」

上人緩緩上車，車窗外的我們努力揮手：「上人再見。」望向那瘦弱身軀，究竟承載了多少悲心大願？想起「盡形壽、獻身命」是上人所願，我的眼鏡已一片霧濛濛，心裏默禱著法體安康；座車慢慢駛離高雄靜思堂，

〈立願文〉歌聲依舊迴盪……

高雄 王澄琇

時光隧道中的慈濟之路

一九九七年六月赴美留學，抵達俄亥俄州後第一件事，就是尋找當地的慈濟會所。感恩上人創立慈濟大家庭，讓遠在異鄉的我找到依靠，每逢節日思親時，師姑師伯們像對待自家孩子般噓寒問暖；香積媽媽煮的家鄉味，總能療癒我思鄉的情懷。

一九九九年九月二十一日凌晨，臺灣發生大地震，重創我的故鄉南投；我透過網路得知竹山玉山新城受創嚴重，我和弟弟一個躲在廁所哭、一個坐在廚房落淚；幸好不久後，爸爸聯繫上我們，聽見他的聲音哽咽顫抖，我的眼淚也潰堤，這分久違的親情是文字無法描繪的激動。

那時克里夫蘭慈濟會所迅速發起募款，支援九二一災後重

建，看著一筆筆捐款匯集，我的眼淚再次潸然落下。我的母校——社寮國小與國中，就是希望工程的學校之一，慈濟人的付出烙印在家鄉每一寸土地，也銘記在我心中；當初母親一句話：「參加慈青社吧！」也悄然改變了我一生的方向。

今年六月二十一、二十二日參加「召喚學長，點亮慈青」活動，回到花蓮靜思精舍。上人開示深深觸動我：「師父身邊這麼多人，天天都在幫我寫日誌，這是未來我的生命留史，也期待你們筆拿起來寫自己的日誌。」

四年多前，我因為身體狀況而開始閱讀大量書籍，由此體會到文字的力量；受臺中烏日洪素養師姊邀約，投入人文真善美志工行列，如今我也在工作之餘記錄自己的人生足跡。感恩上人的叮嚀，讓我更加確信自己正走在一條正確而有力量的道路上。

「召喚學長，點亮慈青」活

動中，最特別的是「走讀」體驗。我們來到東淨寺，由住持導覽並分享當年敲鐘與護持慈濟的故事，還參觀早年慈濟義診所現址，資深師姑娓娓道來當年景象；也造訪在○四○三花蓮大地震後，由縣府跟慈濟合作興建的福利住宅，還有上人掛單過的慈善寺……這一切如實地見證上人一步一腳印，從花蓮走向世界的歷程，令人感佩不已。

來自全臺的慈青學長共有一百八十人齊聚一堂，好像回到年輕時代參與慈青營隊的盛況；感恩慈青學長李致宇的發起，中部慈青召集人黃靜萱師姊的熱情接待，幽默的黃鳳美師姑總是讓人捧腹大笑，果然是帶領年輕人的最佳人選；更感恩先生徐國書的支持與陪伴，他也是最堅強的力量。心燈重新被點燃，期望點亮自己，也能照亮別人；未來更加投入慈濟志業，廣結善緣。

臺中 張瑋玲





慈濟月刊  
取閱方式

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

99	證嚴上人納履足跡	—— 撰文・釋德伋
98	百川歸海	—— 撰文・周柔含
96	我們一起玩	—— 撰文・李秋月 插畫・鍾庭嘉
94	交給醫師來擔心	—— 口述・林北江 整理・蔡嘉琪
88	生命的禮物	—— 撰文・周傳斌
84	人醫之愛	—— 撰文・張麗雲
82	慈濟柬埔寨義診現場觀察	—— 撰文・周傳斌
80	江俊斌行醫花蓮	—— 撰文・張麗雲
78	人醫之愛	—— 撰文・周傳斌
76	西班牙洪患	—— 整理・編輯部
68	志工跨國為重建助力	—— 整理・編輯部
64	寰宇映像	—— 整理・編輯部
56	移工週日相約北車	—— 撰文・陳秋華 攝影・江寶清
54	造血幹細胞建檔	—— 整理・編輯部 攝影・蔡瑞聰
42	高僧傳發行感恩會	—— 整理・編輯部 攝影・蔡瑞聰
38	最盛大場次	—— 整理・編輯部 攝影・蔡瑞聰
26	三十年環保路	—— 撰文・吳秀玲、鄭金滿 攝影・陳仲銘
24	八千人慢跑淨街	—— 撰文・吳秀玲、鄭金滿 攝影・陳仲銘
22	資料提供・柳慧晶、李智傑、李麗心、江欣燕	—— 撰文・吳秀玲、鄭金滿 攝影・陳仲銘
16	草根行動×全球永續	—— 撰文・葉子豪
10	慈濟環保35年	—— 撰文・葉子豪
8	Since 1990 慈濟環保大事記	—— 撰文・葉子豪
6	二〇五〇淨零排放	—— 撰文・葉子豪
1	氣候在變	—— 口述・黃正忠 整理・葉子豪

目錄	編者的話	災難重建之道	無盡藏	學才能覺	以智慧造福人間	—— 證嚴上人	慈濟誌	天下事	—— 整理・編輯部	特別報導	丹娜絲風災	全臺馳援嘉南	—— 撰文・周傳斌 攝影・黃筱哲	一夜風雨	逾萬志工賑災	—— 撰文・周傳斌 攝影・黃筱哲	停水停電	兩萬個熱便當送到	—— 撰文・吳秀玲、張如容	臨時安置	也要好好睡覺	—— 撰文・溫寶琴	人品典範	勤修實做一甲子	緬懷德昭法師	—— 撰文・釋德榮	二師兄顧家為上	—— 撰文・釋德榮	慈濟SDGs	慈濟環保35年	草根行動×全球永續	—— 撰文・葉子豪	Since 1990 慈濟環保大事記	二〇五〇淨零排放	慈濟也在做	—— 撰文・葉子豪	氣候在變	我們也要變	—— 口述・黃正忠 整理・葉子豪
----	------	--------	-----	------	---------	---------	-----	-----	-----------	------	-------	--------	------------------	------	--------	------------------	------	----------	---------------	------	--------	-----------	------	---------	--------	-----------	---------	-----------	--------	---------	-----------	-----------	--------------------	----------	-------	-----------	------	-------	------------------

慈濟基金會誠摯邀您加入慈濟會員

您的捐助，照亮他的未來，定期定額或單筆隨喜，共造福緣

■ 專案捐款

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

■ 一般捐款

慈善：臺灣慈善、國際慈善、大愛共善 救拔苦難

醫療：佛教慈濟醫療財團法人

教育：慈濟學校財團法人

人文：慈濟傳播人文志業基金會

■ 贊助人文志業

郵政劃撥帳號：19905781  
戶名：慈濟傳播人文志業基金會

請指定用途：

1. 隨喜助印《慈濟》月刊或《檀施文庫》
2. 每月捐助 100 元（一年 1200 元）以上，加入「慈濟道侶檀施會」，每兩個月可獲贈一本《檀施文庫》出版品
3. 參加「大愛之友」贊助大愛電視



中颱丹娜絲七月六日重創臺南、嘉義，全臺慈濟人接力投入大規模救災；其中臺南七股區民宅受災嚴重，志工多次前往關懷與發放，七月中旬並場勘屋損修繕事宜。（攝影／黃筱哲）

中華郵政臺北誌字第886號執照登記為雜誌交寄 1967年7月創刊・2025年8月1日出版 第705期  
發行人／釋證嚴 人文志業執行長／王端正 合心精進長／姚仁祿 平面內容創作中心主責長／王志宏  
副總編輯／呂祥芳 編輯／李秀玲、葉又華、蔡嘉琪 採訪召集人／李委煌 撰述／葉子豪、周傳斌  
攝影召集人／蕭耀華 攝影副召集人／黃筱哲 攝影／顏霖沼 美術指導／邱宇陸 美術設計／歐陽婉茹  
數位主編／楊舜斌 數位編輯／黃若欣 感謝 新豪華製版印刷股份有限公司免費製版 插畫繪者／黃逸樵  
溫牧、蘇芳霽 校對志工／林美枝、張素卿、陳輝明 印刷廠／中華彩色印刷股份有限公司  
編輯部／11259臺北市北投區立德路8號 慈濟傳播人文志業基金會 慈濟期刊部 Printed in Taiwan  
電話：(02)28989000 傳真：(02)28989994 讀者索閱電話：(02)28989000轉1165 傳真：(02)28989966





二〇二五年七月四日至九日

# 學才能覺 以智慧造福人間

慈善工作要做到讓人有感受——

肚子餓的時候能吃飽，提供的援助能安穩生活，所以很需要會合大家清淨無染的智慧，思考該如何做，有智慧才有辦法造福人群。

## 七

月六日，丹娜絲成為第一個由嘉義登陸的颱風，威力很大，看到屋頂被狂風掀走了，大雨卻還在下著，生活不方便也很難過日子。一陣風就為這麼多人製造了這麼多的困難，我們真的要敬天愛地，更要關懷天下人，慈善工作要全面動起來，這個時候不問貧富，趕快共同努力安定受災者的心，恢復他們的生活。

這次雲嘉南受災，感恩南部集合人力來承擔，各區也主動合

力。菩薩何處祈求何處現，還要不求自來，就是常說的「不請之師」，臺灣慈濟人都做到了。哪怕自己同樣受災，也先放在一邊，挺身而出，一起去解決別人的困難，才回過頭來處理家裏的事。所以說，慈濟人真的是菩薩心，以愛付出，法親之間也要共同關懷，彼此疼惜。

七月初行腳到南部，聽慈濟人分享相互關懷的心得，總是很安慰；還有以前每次風災發生後

急難救助，能夠給人熱騰騰的食物吃，最讓人感受溫馨，他們也都做到了；早期有幾次災情，還是集合家家戶戶的電鍋來煮熱食，可以感覺到大家真誠的心，對社會都是很盡心力。

無論是國際或臺灣，每當災難發生，我都會先問大家平安嗎？平安了就能去了解、去關心，評估如何幫助。慈善機構應社會人群所需要，更何況慈濟是「無緣大慈，同體大悲」，即使

對方與我們無因無緣、非親非故，聞聲救苦，及時去撫慰、陪伴、供應，這就是菩薩，這分覺悟的有情，就是「覺有情」。

慈濟慈善做到即時給予，還要做到讓人有感受——肚子餓的時候能吃飽，所發放的金額或提供的援助，讓他們心安、生活可以穩定，而不是蜻蜓點水，象徵性的就好。也因此很需要大家會合起來，發揮清淨無染的智慧去思考怎麼做，有智慧才有辦法造福人群。

所以常說學與覺，平時就是一直學、一直學，學習如何做菩薩，學這個「覺有情」要如何做，而且做得很正確；一旦有事，就運用智慧趕快投入，這也是成長的因緣，考驗我們的應變能力。

這段時間，不只臺灣有風災，全球四大不調也很多；這個時代危機也很大，人與人之間如果和諧，加上科技發達，戰爭的傷害比以前更嚴重，造成難以

挽回的人間悲感。

內心總是很擔憂，但是無奈感嘆沒有用，要及時付出。平常除了盡人事去預防，更重要的是淨化人心。人心淨化，就有好的行為方向；行動有規律，氣氛就會很和諧；如果人間生活沒有規則，形成亂的氣流，總是會造成災難。

佛陀說人間如火宅，眾生就像在這火宅中玩耍的孩子，懵懂無知，貪求的東西即使破壞大地也想要擁有，不如己意就起瞋心，火冒三丈發脾氣。無明就像點點星火，不問斷噴發，數量愈來愈多，成為業火。

眾生皆有如來智性，都有與佛同等的大慈悲心；但累生累世以來，與佛性愈來愈分開。佛陀來人間，教育眾生反迷為覺；就是要學，而且在人群中學，見苦知福，發菩薩心投入救拔苦難。臺灣這幾十年

來大致平安，但每回的災情都是告訴我們要提高警覺，謹慎接受大自然的教訓，用虔誠心祈求平安。誠意就是愛護生靈，疼惜生命，盡量以如素表達誠意；不忍心吃眾生肉，虔誠守齋戒，就是表達大愛的方式。

還要呼喚出人人愛心，一起做好事；把愛無限開闊，減少貪念、減輕怨氣，讓人間充滿瑞氣、天下平安無災。請大家都用心！

（經）





# 慈濟誌

## 天下事

6/20

7/21

整理・編輯部

臺灣

Taiwan



● 中颱丹娜絲7月6日為嘉義、臺南、雲林帶來災情，志工啟動救援，熱食供應超過2萬份，關懷逾1萬戶次，透過網路號召青年志工投入清掃學校、復原災區；7月中旬起展開屋損修繕作業

★請見10頁報導

● 國立臺灣圖書館館長曹翠英率領古籍修復團隊，至新店靜思堂拜會行腳中的證嚴上人，歸還7冊《法華經》。該部經典為上人早年在臺中慈雲寺購得，其年代久遠、經頁泛黃破損，2023年6月5日委託該館修護，歷經2年多完成修護任務（7月11日）

● 花蓮慈濟醫院陳培榕副院長獲臺灣頭頸部腫瘤醫學會頒發「2025年醫療奉獻獎」，表彰30年來對東部偏鄉的付出，並成立「頭頸癌跨科整合治療團隊」，提升頭頸癌患者的存活率和生活品質（6月28日）

● 2025年《泰晤士高等教育世界大學影響力排名》（Times Impact Rankings）6月公布，慈濟大學在聯合國永續發展目標SDG3「健康與福祉」領域名列全球第64名，展現了長年來在健康照護、醫療研究、社區服務等多面向的耕耘

### 2025年6月 臺灣慈善數據

提報個案 **6,716** 件  
長期濟助 **60,684** 戶次  
居家關懷 **101,854** 戶次  
急難補助 **7,917** 件  
居住環境改善 **266** 件  
助學補助 **3,285** 人次



慈善



醫療



教育



人文

美國

USA



● 德州中部地區於國慶假期期間遭遇山洪，多個縣損失慘重，超過130人罹難，災區一度受到管制；志工7月中旬展開勘災，計畫和紅十字會合作，展開現值卡和物資卡發放

阿根廷

Argentina



● 布宜諾斯艾利斯（Buenos Aires）聖卡耶塔諾（San Cayetano）5月中旬發生水災，志工來回勘災6次，確認災戶最需要禦寒物品及清潔用品，並獲市政府協助製作發放名冊，7月7日前往發放水桶、抹布、洗衣粉、衛生紙和毛毯等物資，735戶受惠

墨西哥

Mexico



● 美國與墨西哥慈濟志工每月固定為提娃娜貧困家庭義診，發現當地缺乏對於身障人士的牙齒保健與治療技術，因此邀請臺灣慈濟人醫會專長特種醫療需求的牙醫師進行衛教與義診，4天治療119人，並舉辦特殊牙科需求研討會，共有130位在地牙醫師參與交流（7月9日、12日）

西班牙

Spain



● 馳援2024年10月瓦倫西亞水患受災居民，動員臺灣、英國、德國、法國、荷蘭、波蘭、義大利、瑞士、阿根廷及當地共10個國家地區約51位志工，於7月9日至15日在6個重災區進行7場次物資卡發放，共致贈3044戶

★請見68頁報導



# 丹娜絲風災 全臺馳援嘉南

中颱丹娜絲百年來罕見地從嘉義登陸，  
掀飛了屋頂、折斷電線桿，斷電斷網更帶來不便與不適。  
慈濟熱便當和應急金先行，緊接著補給帆布和清理校園，全臺志工一路接力！

撰文・周傳斌（慈濟月刊撰述）  
攝影・黃筱哲（慈濟月刊攝影）

丹娜絲颱風重創臺南七股區，  
志工家訪關懷。





## 收拾心痛

臺南七股區一棟老宅中，民眾正清理著家中老舊、充滿回憶，卻被淋溼毀壞的物件；屋內無電，陽光從被風掀開的屋頂灑落，其實，灑落的還有五分鐘前的豪雨（左圖）。  
丹娜絲狂風暴雨造成農業重鎮嘉南平原重大災損，在臺南麻豆，一位果農將一顆顆跌落的文旦撿入袋中，和樹葉一起丟棄。「會生菌。」她輕輕解釋了為何不等隔日親友來幫忙就先獨自清理，盡快移除落果才能避免滋生病蟲害、保護果樹。雨水在果園形成長長的水道，整年辛勞也付諸流水（右圖）。







## 及時走到

颱風離開後時雨時晴，慈濟志工投入災區復原，展開安心家訪。臺南志工走進七股、北門、將軍、學甲等區，手中提的祝福禮是從花蓮靜思精舍緊急運來的穀粉等乾糧物資（右圖）。在嘉義布袋鎮關懷社區三十多年的志工，與鎮民互動熟稔如家人，傾聽老人家訴說颱風夜驚恐的心情；兒孫們則把握晴天修繕老厝，檢回屋瓦重貼（左圖）。



# 一夜風雨，逾萬志工賑災

「過去都沒有這麼強的颱風！」在嘉義、臺南沿海一帶鄉村勘災，這是最常聽到的說法，接著是一陣靜默，彷彿是當夜驚險記憶再度襲來……

太陽高高掛在空中，這是丹娜絲颱風過境後，難得的晴天。沿著臺南七股區頂山里的外圍馬路，跟著十二條慈濟訪視動線的其中一組，走進這處宛如被歷史遺忘的聚落；頂山里許多房子都是古厝，瓦片被吹落在地，有的房屋失去整片屋頂，三合院中積滿了水。

村子被猶如湖水般平靜的水面圍繞著，這是早已被廢棄的鹽田殘景。在村莊的角落，往南邊望去，可以瞧見潔白的鹽山，在亮麗的景象對比下更顯唏噓，居民正努力用畚箕、掃把、水盆將

住處積水清出去。

風災後的第五日、七月十一日，慈濟志工們逐戶訪視受災戶，超過六十人在頂山里進行安心家訪。天空不時飄起小雨，近午時，雨滴化作水炮，猛烈轟擊。志工進到民眾家躲雨，同時關切屋況及復原狀況等事項，也為屋主念起上人的慰問信，並送上應急金。

原本應該是溫馨的場景，此刻因暴雨，雨水從破損的屋頂灌入，將屋內的家具、床鋪和地面、牆壁弄得更溼；好不容易稍微退去的積水，再次在屋子及庭

院中積累。

「過去都沒有這麼強的颱風！」在嘉義、臺南沿海一帶的鄉村勘災，這是最常聽到民眾的說法，往往說完後都會引來一陣停頓，似乎是當夜的驚險記憶再度襲來，老者無奈地搖頭、靜默，不再說下去。

七月六日晚上十一時許，中颱丹娜絲罕見從臺灣西南部——嘉義與臺南的交界處布袋鎮登陸，暴風圈長驅直入，重創嘉義、臺南。不少獨居長者孤單地面對這一切，訪問中，他們多以簡單的詞彙形容當時的情形，

## 丹娜絲風災 慈濟援助

圖例： 丹娜絲颱風路徑 災情嚴重及慈濟關懷區域

### 災情概要

#### ●影響區域

今年第一個侵臺的颱風，7月6日晚間11:40登陸嘉義布袋鎮；為中央氣象署有完整紀錄以來，首見自嘉義登陸的颱風。強陣風重創缺少地形屏障的雲嘉南沿海地區，屋頂受損家戶超過一萬間；全臺2人死亡、708人受傷

#### ●風力紀錄

臺南氣象站7月6日晚間測得陣風達**13**級，是該站1897年設站以來第**3**強；颱風中心接近臺南時出現**16**級強陣風

#### ●停電規模

全臺近**2,500**支電桿、**3**座高壓電塔倒塌，累積近百萬戶停電，集中嘉義、臺南；台電動員逾萬人次搶修

#### ●農業損失

超過新臺幣27億，以嘉義縣、臺南市、雲林縣及屏東縣較為嚴重，主要受損農作物為文旦柚及香蕉

#### ●降雨持續

颱風離境後一週內，低壓帶與西南風仍持續帶來豐沛水氣影響中南部地區

### 慈濟行動中

（2025年7月22日統計）

#### ●急難救助

- 社區關懷 | **10,712** 戶次
- 安心家訪 | **2,845** 戶
- 熱食供應 | **20,862** 份
- 致贈應急金 | **2,340** 戶

#### ●後續關懷

安心家訪時發現2百餘戶有後續關懷需求，其中包含中低收入、獨老、身心障礙等弱勢家庭屋損戶

#### ●環境復原

- 外區志工前來打掃校園、住戶、果園、寺院
- 1,669位青年志工響應網路號召而來加速災區復原

#### ●修繕重建

- 提供屋頂受損家戶帆布，暫時遮風擋雨
- 志工實地場勘受災狀況，展開修繕或委由合格專業廠商承攬
- 修繕戶預估369戶

#### ●志工動員

7.7～7.22統計**16,927**人次







志工安心家訪帶來祝福禮、上人祝福信為民眾壓驚，並進一步了解受災狀況，評估援助。

「真驚！」、「『碰！』」一聲很大聲！」有位阿嬤忽然哽咽；不知是為陪伴自己已久的老宅損壞而難過，亦或是當晚風雨實在太駭人，仍心有餘悸。

音訊隔絕，回到最原始的家訪

颱風離境兩天後，在臺南與嘉義市中心，只能從零星散落在角落的破損帆布、掀起的鐵皮屋頂以及斷枝的大樹，瞧出端倪。隨著垂落的電線往沿海一帶移動，斜倒或斷裂的水泥電線桿、無法亮起的紅綠燈，馬路上大量的殘枝樹幹，沒有屋頂的房子，風災的景象終於映入眼簾。

丹娜絲風災造成全臺近二千五百支電桿斷倒，創下歷年最高紀錄。市區電力恢復後，海岸、郊區部分災區，光亮仍未抵達。走入不少民眾家，除了感受到撲鼻而來的潮溼及霉味，視覺上就是大白天卻漆黑一片的室內。

沿海一帶不少鄉村，到了第五日仍然是停電狀態，在臺南甚至有十二區持續停班停課。

早在七月七日一早風雨停歇，慈濟即在嘉義、臺南等地啟動關懷，勘災、發放熱食、清理環境等，多項行動同步進行。災後停水停電，熱食尤其珍貴，里長、區公所接連提報熱食需求，災後一週，嘉義、臺南香積團隊持續提供熱食。

慈濟志工石瑞銓說明這次的災害在嘉義災區的特殊性：「它造成的災況很分散，斷電斷網的情況，也讓鄉下的老人家很難主動求助。」這樣的情形對於熱食及應急金發放都造成挑戰，尤其是要快速且通盤了解弱勢族群的人數、災況。

通訊中斷，區公所等公部門亦停電無法提供資料，勘災、援助行動需要回到人與人最直接的接觸——慈濟人與村里長逐戶拜訪或是民眾主動求助。







今日勘災，明天立刻補給所需

臺南七股區頂山里雖位於郊區，但在風災隔天、七月七日，里長聯繫上慈濟，志工在確認所需的熱食餐數，便盡快送去。

在嘉義的六腳鄉、布袋鎮等地，零星及區域性的受災類型都存在。斷電斷網的情況下，社工及志工分路線穿梭在不同鄉鎮訪視。七月九日一早，慈濟社工陳彥睿及志工謝惠芬，在六腳鄉看了九個受災個案，跨了兩個村鎮，就花上了大半天；訪視後，陳彥睿回到慈濟嘉義聯絡處的災害應變中心回報狀況，會議結束時，已經是晚上七點半了。

點狀的受災個案分布嘉義各區，進入沿海，則呈現區域性的災況。七月十日，接到布袋慈濟志工蔡琬雯通報後，團隊前往幾處勘災，其中布袋鎮復興里，有一整排的三樓房屋屋頂都被掀起，巷道還被飛落的鐵皮給堵住。

濟志工賴秀鸞說明，這筆一萬元的應急金是急難救助，屬於生活補助，並非屋損補助，希望可以讓受災民眾立即有現金應用。

至於破損的屋頂需要建材和專業人員，由於災區廣大，缺工缺料，慈濟委由專業團隊投入，並已先自全臺調度塑膠帆布，讓房屋毀損的鄉親可以暫時覆蓋屋頂。

家訪過程，有著一些令人難以忘懷的景象，布袋鎮的虎尾寮是其中之一。地處海岸的虎尾寮，一排透天厝遠看像是廢棄的樓層，其中一戶二樓正面破了大洞，三樓鐵皮屋頂也被吹走，二、三樓的內部一覽無遺，也盛接了災後那幾天的雨水。

屋主是一名婦女，她有著一切可以悲戚的理由，不過當志工

颱風登陸點嘉義布袋空拍災況，強烈瞬間陣風造成住家屋頂損壞嚴重。（攝影／黃文徵）

志工抵達前，下了一場暴雨。傾盆而下的雨水直接落進了房屋頂樓，接著順著樓層往下流動，鄉親的家都遭到了雨水的入侵，無一處倖免。

在村長的帶領下，志工走訪了受災最嚴重的巷弄。其中蔡琬雯已奔走多日，她與村長因為慈濟修繕、輔具提供或是個案關懷，早有長期互動；平日聯繫的村里長，也及時向她提報災況。

勘查布袋鎮復興里的狀況後，志工們判定為重災區。考慮到災情的嚴重程度，不等到週末人力最充沛時再進行發放，隔天即前來致贈五十多戶應急金。

同一天，七月十一日，臺南從已經取得完整資料的重災區七股區展開安心家訪，連續兩天共二千四百多戶；接續在北門、學甲、將軍區等公部門提供資料後，快速展開安心家訪，並為弱勢族群受災戶送上應急金。

在七股頂山里進行家訪的慈

前來關心時，她仍展開笑顏，真誠的雙眼和燦爛的笑容，實實在在是堅毅的體現。

附近有不少住家的屋頂都被強風掀走，甚至連謀生用的漁船都被摧毀了。民眾臉上或許有著疲憊和不悅，但仍舊保有面對明日的積極與樂觀。一同前去的志工石瑞銓由衷讚歎：「我沒有從他們口中聽到一句怨言！」資深志工葉麗卿回應道：「走出來，才能看到民眾的這分淳樸。」

財物的損失、身體的不適，在這樣的困境中，受災戶樂觀、積極的心靈更顯得珍貴與不容易；而家裏同樣受災的慈濟志工、其他慈善組織、村里幹事，來自全臺的台電維修人員、協助清掃的青年志工等等，因為使命、責任，因為不捨民眾受災，願意走出來付出；一張張容顏所展現的，是經歷無情風災後仍保有的堅韌。復原的力量持續進入嘉南，風雨過去，迎來平安。



# 停水停電 兩萬個熱便當送到

撰文・吳秀玲、張如容（慈濟志工）

丹娜絲七月六日登陸後，快速而猛烈地往北掠過，雲林縣最強陣風高達十七級。早在當天下午，慈濟雲林聯絡處就開設災害應變中心；依過往經驗——為災區鄉親送熱食是主要勤務之一。香積窗口程美娘即時打電話向西螺鎮果菜市场訂購蔬菜一批，機動師兄在風雨來臨前，載回斗南的中央廚房冷藏備用。

災後第二天，慈濟接獲嘉義義竹鄉公所告知鄉內停電，請求隔日供應熱食五千份；雲林聯絡處和嘉義聯絡處、太保聯絡處及大林慈濟醫院合作，準時送達。災後五日，嘉義鹿草、新港鄉依舊無電，也陸續提出餐點需求。

臺南沿海部分鄉鎮同樣大規

模停電，公部門陸續向慈濟求援。慈濟佳里聯絡處、善化聯絡處和新營共修處雖也受災，但立刻動員和臺南分會合作，源源不斷向北門、將軍等區送出便當。

善化聯絡處大寮瓦斯全開，掌大廚的志工吳王秀菊領著香積團隊，將一道道料理翻鏟快炒，汗水溼透衣裳。「颱風天菜很貴，我也知道一定貴，因為我們買的都不是便宜的青菜。」吳王秀菊絞盡腦汁變換菜色，「災區房子屋頂都被吹掀了，沒水沒電可以煮，我們不捨，盡量可以出來就出來付出。」

許多志工同樣受災，依舊來到會所洗菜、切菜、打包便當，送到需求的村里、區公所進行分

送。車子行駛在滿目瘡痍的魚塢產業道路上，來到北門區錦湖里白米部落，里長陳國庸看到區公所的送餐車到來，馬上趨前協助，沒有電力能廣播，只能請鄰長挨家挨戶親送，「電線桿橫躺在道路上，再加上下雨，部落內大部分都是老人家，根本無法外出買食。真的很感激慈濟師兄師姊在第一時間提供熱食！」

七月十日，受到低壓帶與西南風影響，臺南下起大雨，佳里聯絡處也淹水，志工穿起雨鞋，站在水中煮食。七月十一日，嘉義災害應變中心再度接獲請求，需要一千一百份便當……懷抱著使命感，不讓鄉親餓肚子，香積團隊拚了！



停電停水難以煮食，嘉義、臺南多處慈濟會所持續製作熱食提供給有需求的村里；在嘉義布袋鎮江山里，里長熟悉每一位居民，親自載便當發送。

（攝影／黃筱哲）





# 臨時安置也要好好睡覺

屋頂沒了，但家還在；移居至安置中心，居然還能看到熟識的訪客主動尋來，還把電動床扛上三樓……

風丹娜絲近百年來罕見地在沒有山嶽屏障的嘉義布袋登陸，緊鄰的臺南鹽水區鄉間，位於空曠田野的老舊古宅難抵強陣風，屋頂全毀、屋瓦掉落。

一整夜風雨後，七月七日中午，慈濟新營共修處接到鹽水區、後壁區、東山區三公所需午餐，志工及社工都警覺須規畫路線親自訪視，七月八日即從最靠近布袋的鹽水區開始，一路往後壁、白河、柳營勘災。

首站拜訪鹽水區區公所，三樓禮堂從颱風前就安置了被勸離的住戶，多是居住在低窪地區或

殘障、低收、獨老。不少人家中無恙，也來到公所讓手機充電，或者是連上網路與親友聯繫。

禮堂裏，公所使用摺疊床鋪上床墊，一戶一個區塊，並提供三餐；曾媽媽感謝公所同仁貼心照顧，也無奈感嘆：「深夜十二點四十分，強風掀走我家屋頂，暴雨無情澆灌，比水災還可怕！」一家四人撐到天亮，才由消防隊救護到公所安置。

曾家特別甜蜜的負擔，是二十五歲罹患肌肉萎縮症的小兒子，這三天來都坐在電動輪椅上，家人每小時會幫他挪動或翻

身；志工許茂忠、廖月凰送來祝福禮和應急金時，不忍全家人如此折騰，即時聯絡鹽水志工江水和，到新營土庫慈濟環保輔具倉庫載來電動床。

志工和公所同仁共六名壯漢，齊力把電動床從一樓搬上三樓，三天未曾躺下的曾先生，靦腆地點頭說謝謝。前來關心的社會局長，徵詢是否要到醫院安置，曾媽媽說只要孩子能舒展肢體、好好睡覺，就會有體力和免疫力，不願浪費醫療資源。

中午時分，曾媽媽帶著志工回到她蔦松腳的家，「其實很不

想回來，因為看了就很難過、很無奈。」她眼中閃著淚光，自我

解嘲地笑說：「我還不到五十歲喔，結婚三十年來，我將低收入婆婆家一點一滴扶持起來；經過兒子發病的無奈、先生罹癌的折騰，好不容易先生病情穩定，能重回市場賣水果，現在又遇上強風，家全毀了……不知道我上輩

子為什麼會寫下這樣的人生？」

多年來的老友、訪視志工廖月凰就像媽媽一樣安慰她：「菩薩給你的磨練，是因為知道你很堅強，吃苦了苦，關關難過關關過；心安人安，一家人在一起，就是最好的福報。」

同樣在安置中心的翁女士，也是慈濟多年照顧戶，她和中風

癱瘓十餘年的先生租屋而居，但是租處屋頂被風吹走；看到熟識的廖月凰前來，她淚流滿面，非常擔心無處可去。志工輕聲安慰，要她放心，會提供急難補助，並協助尋找租屋資訊。

公所同仁找出防災演習時慈濟提供的福慧隔屏，幫忙調整床位，多一層隱密，讓翁女士為先生換尿布、擦澡時都會自在安穩些。安置中心最多時曾有三十八人住宿，在陸續依親後，留下的九戶皆為屋頂全掀的弱勢家庭。公所同仁用心把他們照顧妥貼，曬衣區、充電處、飲食區俱全，受災鄉親也都能相互尊重，輕聲細語。期待雨過天晴，大家能找到更好棲身處，或重返修繕後安全的家園。

（慈濟）



慈濟志工為安置中心一位受災戶病患提供電動床，讓連日在電動輪椅過夜的他安穩躺平，減輕家人照顧的負擔。



人  
範  
品

勤修實做一甲子

# 緬懷德昭法師

證嚴上人第二位出家弟子德昭法師，今年七月圓寂，享耆壽九十一歲，身後並捐贈大體成為無語良師。他跟隨上人修行一甲子，將生命奉獻給靜思精舍、奉獻給慈濟，勤修實做的精神，讓他今生沒有遺憾，也成為來生的慧命資糧。





去年十月三十一日，強颱風芮從四面八方圍襲靜思精舍，宛如龍捲風捲倒了大殿前蒼翠的臺灣肖楠、折斷了榕樹，高大的巴吉魯（麵包樹）應聲倒地，甚至高齡的樟樹也被連根拔起。

康芮離開後，齋堂外堆積一大片被摧折的臺灣肖楠枝葉，淨皂軒的德瑯師父及德玟師父，帶領志工剪下可用來萃取精油的細莖枝葉；前一個月才因肺炎住院的德昭師父，也在現場剪枝，雖然坐在輪椅上，絲毫無礙他靈活的雙手。

下午去看他老人家，他一個人坐在寮房大門外的閱讀空間，看到我就自誇地說：「我早上還教志工怎麼剪，我一下子就剪一堆了啊！」一臉的喜悅與得意，雖然已是九十高齡，還是那麼愛做、能做。

閱讀空間的電捲門和木櫃因

風災毀損，在我與昭師父話當年的時候，志工正在整修，偶爾還有常住穿梭路過，昭師父的眼睛隨著走動的身影轉個不停。我問：「您在看什麼啊！」

「我在觀察啊！」精舍每一個人的動作起落，都是他關心的，也看看還有他能做的事嗎？「雖然腰彎不下去，腳也蹲不下去了，多少還能做一點，我一直不想休息。」

「如果一直叫人家做，自己卻沒辦法做，也會感到自卑，也怕別人說我不識字卻愛管東管西；但是我說：我愛常住啊！」不識字一直是昭師父心中的結，但是對常住的愛，是他力量的泉源。

這幾年，昭師父年老力衰、步履蹣跚，就拄著拐杖在精舍四處走走。而他一定要去看他堅持種下的香蕉，雖然只是零星的空地、零星的種植，只因為他一直

牢記著上人的一句話：「地不能荒廢。」所以地盡其用，是他的要求。

修行路走到透

儘管德昭師父為常住用心盡力，但他一直遺憾沒有讀書。上人希望弟子知書達理，早期農閒時教授四書，「我不會讀，一個字就要一直問、一直問，我就是不會啊！」但是跟隨慈悲的上人，讓他懂得做人的道理。

德昭師父本名鍾三妹，一九三五年出生，老家在苗栗客家莊，只因祖父重男輕女，在她四個月大時即過繼給同庄鍾姓人

最早皈依上人的六位弟子，左起依序為德恩師父、德慈師父、德仰師父、德融師父、德昭師父、紹良師父。

（相片提供／花蓮本會）





家；養母很早去世，她很受養父、阿嬤疼愛，上面還有兄、姊各一。

後來他們舉家遷至花蓮玉里北部大禹，全村都是客家人的地方。七、八歲時，廟會有人在算命，她好奇地去湊熱鬧，「有人就說我將來會是『菜姑』，但我不知道『菜姑』是什麼？」

十二歲那年，有一位法師入村化緣，她和村裏的孩子一路跟著，心生一股莫名的歡喜：「以後我也要『住菜堂』。」於是時常和一位年齡相仿的鄰居女孩，到不遠的寺廟拜拜，看見終年茹素的齋姑生活平靜單純，她歡喜地將零錢投入功德箱，留在那裏吃齋飯，對「呷菜人」很有

花蓮東淨寺舉辦冬令救濟，街頭勸募；彼時德昭師父（左六）尚未出家，一心嚮往修行之路，也參與其中。

（顏霖沼翻拍）

好感。

三妹雖然沒有上學，卻學會許多本事，尤其是農作。「家裏有兩、三甲的山地，我十五、六歲時，常常帶領雇用的山地少女上山整地，種花生、地瓜、玉米等。」收成往往百多斤，三妹一肩挑著走，身手十分俐落，加上勤儉耐勞，就有幾戶人家來說媒。

儘管三妹百般不願意，但父命難違，二十歲嫁到花蓮吉安鄉的田姓人家。「先生人很好，很善良。雖然不想結婚，但他的爸爸逼著他非娶不可。」婚後，三妹才知道丈夫和她一樣早就無意婚姻，傾向修行。女兒出世後不久，公公往生，這個學佛家庭瞬間解體，一家人遁入空門。

三妹結束兩年婚姻後，在徵得慈善院（後改名慈善寺）住持師父同意，抱著幼女來帶髮修行。得空回俗家探望，養父叮囑她：「這條路要走就要走乎透，不能

走一半又還俗。」她答應父親堅持修行之路，也應驗了菜姑命。

師徒因緣展開

一九六三年十月，證嚴上人受邀到慈善院講《地藏經》，三妹回憶：「我覺得上人很不平凡，走路很快，好像沒著地似的，很像觀世音菩薩。」當時慈善院裏既無經文本，也不曾見過《地藏經》，上人到臺北帶回幾十本《地藏經》回到寺裏，每人一本，眾人皆滿心歡喜。「我喜歡聽上人講經，聽不懂，就慢慢學，最後也是會誦。」

上人移單到慈善院的小房間，與三妹的寮房相近。「上人每天清晨兩、三點就上大殿禮佛，沒有間斷，很用功。」有一天夜裏，三妹突然身體不適，嘔吐得很厲害，上人悄悄走進來，拍拍她的背，端水給她喝，「上人輕聲地說慢慢喝，不要喝太

多。我喝了三大口，覺得舒服很多。這件事我一直感恩、歡喜在心底。」

當上人結束七個月的講經，離開慈善院的那一天，三妹跑到菜園哭了一場；之後心中有委屈時，她就到上人住過的寮房，哭一哭才出來，一心期待再見上人。

一九六五年五月，三妹在慈善院帶髮修行已近八個年頭，將滿三十歲時，皈依妙賢長老尼，並剃度圓頂，法號達慧。一年後，他想去受戒，但住持師父不同意，他決定離開慈善院去臺北，想到上人曾對他特別照顧，行前就到普明寺向上人辭行。

上人勸他回慈善院，但是達慧師父表示去意已堅；沒想到上人跟他說：「看你身體不太好，在這裏調養好再走，身體好才能擔執事啊！」達慧師父十分感動，看到他們借住在普明寺的生產活動儉刻苦，竟然還要留他養







靜思精舍常住自力「耕」生，早年花生田收成，德昭師父（右圖左一）採收花生。晚上藥石後，德昭師父（左圖左一）把握時間製作蠟燭。（右／黃錦益攝影 左／花蓮本會提供）



錢；來到普明寺掛單，二張榻榻米加後面一小塊空間睡四、五個人，沒有棉被，正好我有一個親戚住院，出院時棉被不拿回去，問我要不要？我就拿回來。慈師父也有一件棉被，兩件被子就四個人蓋，一入睡就拉來扯去的，冬天很冷也是這樣蓋。」

「還有好多老鼠衝來撞去，腳趾頭被咬得大洞小洞都有。蚊子又很多，晚上必須掛蚊帳睡；偶爾還有蛇類出沒，有一次上廁所時，發現有一條杯口粗的大蛇盤踞在裏面，見有人進來，就掙扎著要出去。牠怕，我也怕；只能攀住窗口，直到牠爬出去了，我才鬆了一口氣。」

俗家親人來看了這樣的生活環境，很為他擔憂：等老來做不動了要怎麼辦？也為他準備了去其他道場安單的錢，他卻一心只想追隨上人。

在普明寺幾個月過去了，他還未獲得上人賜予法號，始終懸

掛在心。有一天早課之後，上人給他法號「紹旭」，並安排他於十月與德慈師父一同去受戒。「師父取這名字，我很高興。」雖然他是隨師開山五大弟子中最遲進來的，因為先受戒而排行第二，這對他來說，更是「擔當」使命的開始。

常住除了耕種還要做手工，不只自力更生，也是為了支持濟貧工作。種稻時要「輪水番」，與別人分時段使用灌溉水，「自己要算時間，輪到時不能錯過，不然水就會流到別人的田了。如果輪到凌晨三點還好，要是半夜十二點多就很辛苦。」昭師父說：「我們的田是在後面，有一次水源頭那邊沒有放水，我們和融師父就先去水源頭放水，它在大溝很裏面，很深……」

弟子們的辛苦，上人清楚明白，「每到初一、十五，上人就不要我們去。但是如果沒準時去放水，水流到別人的田裏，我們

病。上人的慈悲再度震撼他的心，「如果我能拜這位師父為師，跟隨他修行不知有多好！」

當時是一九六六年六月，慈濟功德會剛成立一個多月，內外事務繁忙，上人的大弟子德慈師父也一直勸他：「你就在這裏教我們做事。」達慧師父原本擔心若留下來，會讓慈善院的師父誤會上人，但最後還是決定留在普明寺，因為他發現大家都不太會做農事。

「借地種地瓜，用人力掘地，我一行掘過去又一行，已經半畦了，他們兩、三個人才掘了半畦。」他整地有功夫，田畦又直又方，稜角分明，是師兄弟們的模範，「我那時候三十二歲，真有體力可做。」

#### 一生擔當使命

「過去在慈善院出家，是一人一室，每月還有三十元的單





的稻田就沒水了。所以時間一到，我們就跣著腳尖，輕輕走到門外換雨鞋，放好水回來，遠遠就脫下雨鞋，再跣著腳尖回來。「他們不想讓上人操心。」

有幾次，昭師父騎腳踏車去顧田水，因為路很小、石頭又多，為了趕時間騎得很快，連人帶車翻滾進了溝裏，衣服溼了，人也受傷了，幸無大礙。

後來上人覺得種水稻要「看田水」很辛苦，就想是不是可以種不用水的「薄稻」。「稻子高大，要跪在土地上拔草，那時候又沒有手套可以戴，就用手用力去拔，拔到手指頭瘀青，指甲變成紫色的，日子久了，指甲都掉

了。」回想至此，昭師父兩眼盯著雙手，停駐在那一段操勞的艱苦歲月。

#### 凡事學習上人

薄稻種一次便不再種了，改種花生、玉米、地瓜葉。每天昭師父和師兄弟去出坡，上人就燒熱水等著眾人回來沐浴。有時一早出門農作，八、九點時，上人就會叮嚀：「好了，回來吧！」大家只是應聲卻不起身，心想：「現在做得正好！」上人若再喊一聲，「我們一定放下工作，立刻趕回來，因為凡事都要唯師是從。」

昭師父說：「有時候，大家在織手套，看到上人要從書房走出來，就趕快將鉤針藏起來，我們說沒有針了，上人就『喂』一聲，再『喂』一聲，我們只好把針拿出來。」棉紗手套要用碎布車得很厚一層再去裁剪，剪得手都起水泡了，上人總是和弟子們同甘共苦。

上人儀態輕盈秀氣，動作卻很俐落，鉤棉紗手套時，一人領一打的量，昭師父曾私底下偷偷和上人較量，卻總是落後上人兩、三隻手套；上人雖然不常做手工，手藝總是又快又好。

只是，上人有心臟宿疾，體力較弱，不宜過度用力，「有一次在疊磚頭時，上人也過來搬磚，沒搬幾趟就心絞痛發作。從此以後，我們就不敢再讓上人做太出力的工作。」提起這件事，昭師父滿滿地不捨。

昭師父在木屐底下釘上橡膠，保久耐穿。有人笑他怎麼那

麼節省？他爽快地回道：「在菜堂（寺院）走路不能欹欹扣扣，否則來生會生到鳥類去。」上人也教育我們：「走路要輕，怕地會痛。」就是要我們惜福愛物，具備慈悲的胸懷。

他在精舍看到燈開了太多盞，會一盞一盞地去關。「上人連五燭光的燈都不要人家幫他點，真的很省，我都有學起來啦！」他也學習上人的省水哲學，「洗手水用桶子裝起來，可以沖廁所，我沐浴後的水也是這樣。」

#### 這是所愛的「家」

即使邁入九十高齡，昭師父

德昭師父（左二）每天清晨三點起床，按時到主堂做早課，並堅持精進自訂的功課——早上誦《普門品》、《阿彌陀經》，下午誦《無量義經》。



## 德昭法師

- 1935年 | 出生
- 1957年 | 到慈善院帶髮修行
- 1963年 | 證嚴上人於慈善院宣講《地藏經》而結緣
- 1965年 | 皈依妙賢長老尼剃度圓頂，法號達慧
- 1966年 | 前來普明寺，獲證嚴上人賜予法號紹旭，後依印順導師弟子法脈字號，法名悟霧，字德昭；與德慈師父一同受戒，成為上人第2位出家弟子
- 2025年 | 7月15日圓寂，耆壽91歲

日，德宿師父只要幫忙剃頭，其他昭師父完全自主，不要旁人代勞。一向只要他自己能動的，絕不假他人之手。

雖然每次他站起來的時候，雙腳都會不由自主地顫抖，但只要能跨出一步，他一定堅持自己走。令德深師父佩服的是，昭師父每天按時到主堂做早課，每天完成自己的念佛、誦經定課，而且〈普門品〉、《無量義經》早已深印腦海中，倒背如流。

準時、守規矩是昭師父生活的定律，遵守僧團戒律更是上人的教育。昭師父謹守「禁止竄寮」的規矩，因為竄寮會製造是非，人眾之間雜話太多，就會有語言的疏失，惹來是非非。

我有時到寮房找宿師父議事，昭師父開口即念：「又來竄寮！」因為公事應該到公眾空間，私交避免閒談製造是非；德深師父感知德昭師父是在提醒他們不要違反了叢林規矩。



還是會坐著輪椅到靜思精舍人文館後的慈悲迴廊，關心常住眾的進出，或者定點在慈悲迴廊右側近茶水區的地方，那兒有個大大的竹筒，讓人隨喜發心，只要看到有人投入，他就合掌感恩。

更令人感動的是他會到執勤中心向師兄們道感恩！因為精舍自從有了執勤志工輪流守護，他安心了。不然以前只要半夜有個聲響，他就會驚醒，探頭看一看有什麼動靜，因為這是他所愛的家啊！

和德昭師父同寮的德宿師父、德深師父，白天輪執，夜間隨侍照顧昭師父。昭師父生活的起落已不能隨心，需要有人協助上下床，但只要一進到盥洗室，他就要凡事自己來。每逢剃頭

德昭師父擅長農務，一生閒不住，只想付出，即便有了年紀、行動不便，依舊不時去探看精舍農作。

慈濟委員心琳受託在白天協助陪伴昭師父。第一次見面，昭師父對她說：「你可以牽我嗎？」兩、三天之後，昭師父跟她說：「現在是我牽你，不是你牽我哦！」話中之話，昭師父不忘提醒心琳要好好修心。

昭師父每週約有兩天到慈院中醫針灸，也把握因緣與病患分享早期生活，令大眾更了解精舍、相信精舍。心琳說：「昭師父在我們的心目中，一直是一位勇於擔當，不怕辛勞與困難的長者，雖然對後進的我們要求很嚴格，稍有疏失總是疾言厲色，令人敬畏。其實大家都知道，他嚴峻臉色背後的慈悲。」

有一次心琳看到昭師父手背上有一大撮的小黑蚊，「昭師父，有小黑蚊咬您！」

「餵它一下有什麼關係啊！」

他，就是我們又敬畏又愛顧的二師兄——德昭師父。



# 二師兄顧家爲上

撰文・釋德澡 攝影・顏霖沼（慈濟月刊攝影）

我們的二師兄種田第一，做事也第一，處處精打細算，節省開支，「要勤儉，才有底。」對於上人的教育，他入心入行，用電用水以身作則：「管東管西，易討人厭，但爲了常住，就是要這樣做。」

二〇二五年七月十五日早上六點零一分，靜思精舍人稱「二師兄」的德昭師父圓滿人生，享耆壽九十一歲。

清晨五點多，仍在臺北隨師的三師兄德融師父，打電話來表達上人的關心與祝福，請彌留中的昭師父放下，快去快回，「此刻的心念要很清楚，大家都會為你祝福，要記得，隨時回來幫忙師父。」融師父接著又說：「大家會依照您的交代去做，關心上人，將精舍顧好，您安心、放心走，快回來幫師父，將佛教與慈濟都一起帶上來。我們在臺北同樣深深為您祝福。」

即使病了也要做早課

昭師父的捨報，我百感交集。我於二〇一〇年十月圓頂，隔年起跟他同住了六年多。這六年多，有酸、有甜，有笑、有淚，種種心情都化為感恩與思念。

昭師父做事俐落敏捷，是個急性子，遇到我這個「慢郎中」，有時他一心急也會念我，令人起心動念，甚至氣得不想跟他說話，但他都是為了教我、爲了我好，真的疼我入心。

他有一件新被單一直放著沒用，有一年就請德佩師父爲我做了二套短褂。十多年了，我一直寶貝著這二套衣服，一套還是全新，捨不得穿，一套是出門時才拿出來穿。

二〇一三年十月，我到基隆靈泉禪寺受戒，出門前，昭師父一再叮嚀，物品要備齊，更祝福我：「要精進，取得上品戒回來。」出發前，他還送我一件他很喜歡、正使用中的黑色小毛毯，「天氣漸漸涼了，應該會用得上。」其實受戒時，戒子們都是使用睡袋，當時為了節省行李可利用的空間，我有點不願意帶，但不忍傷了他的心意，還是將它塞進行囊中。

那一年基隆如常陰雨不斷，尤其晚上涼意濃厚，我就用這條小毛毯包住身體再鑽進睡袋，真的溫暖多了。回到精舍，我據實以告：「昭師父，很感恩您的毛毯，讓我溫暖了一個月。」又說：「在戒場，除了思念上人和您，其他人我都沒想，因為每天蓋著您的毛毯，不想也不行。」記得他眼睛帶著微笑，瞪了我一眼，但我知道他是欣慰的。

昭師父每天清晨三點起床，堅持精進自訂的功課——誦經。早上勤誦《普門品》、《阿彌陀經》，下午誦《無量義經》，他雖然不識字，卻能倒背如流，字字句句分明，即使病了也一定要做早課，聞法不間斷，令人佩服與感動。發心如初，成佛有餘，堪為後輩的典範。

勤儉持家不怕被討厭

實做、精進，是昭師父的日



常。然而到了晚年，體力弱了，做事慢了，他對自然法則也感到無奈。

幾年前，精舍種了上千棵印加果，當時上桌的印加果實幾乎都是昭師父及五師兄仰師父剝的。硬邦邦的殼，一層又一層，要剝開著實不易。昭師父握著鉗子，使盡力氣才能取出果實，雙手片刻不停，「痛啊！雖然痛，還是要剝。現在能做的就只有這個了。」這讓年輕時身手俐落的昭師父感嘆非常。

昭師父看起來有點嚴肅，但心地慈悲，如果有人生病或往生，他一定詢問對方的名字及出生年月日，誦〈普門品〉或《阿彌陀經》為他們祈福、結善緣。而昭師父對常住的愛，「顧家」為上。早期他是精舍總務，大小事都由他經手，打點事務從不馬虎，也處處精打細算，就是為了節省開支，「要勤儉，才有底（生活有保障）」。「對於上人

的教育，他入心入行，用電、用水都是以身作則，給大家看，也經常提醒大家要這樣做。他覺得：「管東管西，易討人厭，但為了常住，就是要這樣做。」

昭師父行動自如時，早齋、午齋打板前，他經常是第一個到齋堂等待上人用餐；上人一到，在齋堂方圓處，就可聽到昭師父宏亮、中氣十足的呼班聲：「請合掌，向上人問訊。」

「聞板聲赴齋堂」，是他謹守的靜思家風，即使上人因年邁沒到齋堂用餐，「請合掌，向上問訊」的呼班聲，還是鏗鏘有力，不輸年輕人。

德樞師父說，以前大寮、炒豆間、粉間、流通處等，常常都可見昭師父的身影。用餐前，昭師父會隨時注意並關心每桌飯菜的量是否足夠，因為他謹記上人的叮嚀：「不要失禮，要讓客人吃得飽。」

在炒豆間，昭師父也會不時

關懷：「豆子要炒得香，沖泡起來才能香味四溢。」早期慈濟列車一到，他一定到流通處，緊盯著穀粉區，看到快缺貨了，就趕緊請人去倉庫補貨。

樞師父對昭師父懷著感恩與不捨，「雖然他說話有些嚴厲，但是為了精舍的生活及肩負慈濟的後盾，他總是一心一志顧好這個家，讓上人安心。」顧家，成了昭師父的招牌，也是他此生不變的心念。

德憬師父也語帶哽咽地說：「很感恩昭師父對常住的付出，是我們學習的典範。」他說，假如沒有早期五位長老師父的開道鋪路，就沒有今天的常住，也沒有今天的慈濟，「期許自己以他們的身行為典範，用心為常住付出，為苦難眾生付出。」

只要身上有錢，昭師父一定是有多少就捐多少，算算也捐了幾個榮董，他說：「上人要救那麼多人，希望盡點力，減輕上人

肩上的重擔。」

平常在精舍，昭師父會到慈悲迴廊看顧德安師父放置的大竹筒撲滿，招呼來來往往的人投愛心，經常有人要求合照，他會說：「不行！我太老了不好看。」「好看！好莊嚴。」昭師父恆順眾生，露出靦腆的笑容回應：「好啦！」

### 擊掌問候的千言萬語

七月五日，昭師父如常做早課，五點多無預警地從座椅上跌下來，幾分鐘後意識漸醒，隨即送醫。

在他住院這十天，常住師父們若去探望，總是逗他開心，德侔師父打趣著說：「您再不回來，竹筒要被扛走了。」昭師父也心腦明朗，對答如流：「你們先顧著，我馬上回去。」在病榻前，他唯一的心念還是承擔。

在師兄弟間，昭師父與融師

父特別投緣。提起融師父，昭師父總有一種溫馨的感覺：「他很照顧我，有好東西也會想到我。」

九十一歲的昭師父要與融師父見上一面，著實不易。所以每天至少一次，中午十一點半或傍晚五點半左右，會準時出現在大寮外等融師父來取餐，「相互擊掌」成為他們每天的問候語，也是心靈相通、相互關懷的時刻。

「來見見老朋友，很有親切感。」因為融師父的時間寶貴，來去匆匆，所以昭師父很珍惜這短暫的一、兩分鐘，不論風雨，兩位師兄弟的相會從不間斷。

相互擊掌時，融師父曾開玩笑地對昭師父說：「怎麼沒力？」昭師父為了不讓「老朋友」擔心，把這句話重重地聽在心裏，每每知道融師父要來了，或要回程了，坐在輪椅上的他，一定趕緊挺起胸膛、正襟危坐，「這樣擊掌起來有聲又有力。」

如果有人無意擋住昭師父的視線，他會緊張地請對方讓開，就怕錯失了見面的機會。而融師父也時時關心他：「年紀大了，要照顧好身體；天色若是晚了，就不要到執勤中心或工地四處走動。」近一甲子的法親情誼，溢於言表。

「在精舍，沒有一樣工作我沒做過，要做動作就要快，不要拖拖拉拉。」昭師父堪稱做事第一、種田第一，「此生就是要磨、要做，我不要享受；如果要享受，就不用來修行了。」昭師父說，無論再苦都要忍下去，就是要跟上人修行。

五位長老師父的勤與做，為精舍立下克己、克勤、克儉、克難的靜思家風，是後輩應奉行的典範。在精舍一甲子的歲月，昭師父的人生精華全奉獻給精舍、奉獻給慈濟，勤修實做的精神，讓他今生沒有遺憾，也為來生增添慧命資糧。

經



慈濟SDGs

慈濟環保35年

撰文・葉子豪（慈濟月刊撰述）

# 草根行動 × 全球永續

全臺一萬一千多處環保據點、超過九萬位環保志工，每天從街頭巷尾回收資源，草根行動三十五年如一日；他們的日常生活就是為了永續地球未來，更推動慈濟進階升級，實踐循環經濟、淨零碳排。





## 來

到位於臺北關渡慈濟人文志業中心七樓的大愛電視工作區，記者出身的募心募愛室副總監歐宏瑜，對前來參訪的環保志工們講解大愛新聞的製播原則，「其他電視臺的頭條都放什麼？大部分是社會新聞。大愛新聞則是播放對人有幫助的訊息。」

對於遠道而來的志工來說，能夠進入媒體核心地帶，在新聞攝影棚留下身影，是此行最大的亮點。人文志業同仁也以高規格接待環保志工，因為製作好節目的經費當中，有高達百分之四十的比例，是志工們做資源回收點滴累積而得的。這群分布全臺的草根菩薩，是每一位同仁的「頭家」，前來見證多年的努力，如何讓「垃圾變黃金，黃金變愛心，愛心化清流，清流繞全

球」。

主播鄭佳奇現場訪問幾位年過八十的老菩薩，「您做環保多久了？」「我做二十幾年了，孫子現在已經上大學，以前我帶他去環保站，就給他筆、紙，讓他在那邊畫畫，後來他說阿嬤我也要環保，會用螺絲起子拆錄影帶……」

志工陳吳富美一報出年齡，立即贏得全場讚歎，高齡八十七歲的她，每週一、五都在臺中市西區的向上環保站做資源回收。旁人看她年紀一大把了，不免覺得辛苦，但她堅信要活就要動，要動就去做環保，舉凡整理寶特瓶、去除瓶蓋和瓶環，或者動手動腦拆解廢棄電風扇，都對自己有幫助。

「我早上六點搭公車到環保

站，做到十一點左右。環保之外也做醫院志工，還有去游泳、買菜，每年定期健檢沒有三高。」頭髮全白的她雖瘦削，但精神奕奕，說起話來中氣十足。

「我做了十幾年，我住在西屯……」陳豐進接著上臺，他的言談斷斷續續，甚至無法說出完整的一句話，太太張玉雲補充說明：「他的命是環保救回來的。」

陳豐進與張玉雲原為台電員工，二〇一三年臨近退休時，陳豐進突中風倒下，後來又再次中風，傷及大腦語言區，所幸肢體活動未受影響。他勤於做環保、配合規律運動，復健成效顯著，更是環保站的重要拆解人手。

在臺北市內湖區，八十歲的朱郭罔市發願每日回收千斤物

資，每天至少跑滿四十個回收點、收取三百戶人家的回收物，二十年來從早收到晚，颳風下雨也不間斷，幾乎全年無休。居民深受感動，有人主動幫忙收集回收物，有人提供電動三輪車的電池與耗材支持。

朱郭罔市專注於行善，放下失去家人的悲苦，讓人生從苦轉甘：「希望保有勇健的身體，能做到最後一口氣！」

歹銅舊錫簿仔紙通賣無

從自家門口、街坊鄰里做回收開始，目前全臺有超過九萬位環保志工，各縣市鄉鎮有慈濟環

慈濟環保志業屆滿三十五年，各地環保志工參訪大愛電視，臺中環保志工來到攝影棚主播檯，每位都是護持大愛電視的「頭家」。

（攝影／游阿寶）

保站、點，「手」護大地的行動如微血管般深入鄰里，默默發揮了降低環境負擔、增加資源回收再利用率的正效益。

而早在一九九〇年，證嚴上人於臺中新民商工演講中，呼籲大眾「用鼓掌的雙手做環保」時，臺灣對環境保護的認知還處於啟蒙階段。行政院環保署（今環境部）掛牌運作沒幾年，相關法規、政策還未成熟落實；民眾知道「歹銅舊錫」可以賣給拾荒者，但不了解何謂資源回收，鐵鋁罐、紙類、塑膠跟不可回收的廢棄物經常混雜丟棄。慈濟人在社區收集回收物時，甚至會被鄰居關切：是不是生活過不下去了？

身為第一批響應上人號召的先行者，臺中慈濟志工簡素娟就對當時鄰居們的誤解印象深刻：「他們以為我家狀況不好，全部拿給我去賣。我就跟鄰居講，這是要給師父蓋醫院、蓋學校



的。」

要帶動更多人做環保，唯有「說我所做，做我所說」。有感於九〇年代初期，臺灣經濟快速成長，工業廢水、空氣污染與垃圾量劇增，社會投機簽賭之風猖獗，慈濟先與金車教育基金會合辦一系列「預約人間淨土」活動，藉由講座、公益園遊會、植樹、資源回收等活動，推動人心的淨化以及對環境的關懷。

在一九九二年「世界地球日」，慈濟特別舉辦「知福惜福再造福——回收廢紙救臺灣林木」活動，號召民眾捐出廢紙，變賣所得全數作為慈濟醫學院建校基金。在當日短短六小時的活動中，就收到多達一百六十噸回收紙，寫下「垃圾變黃金，廢紙育良醫」的歷史紀錄。

及至一九九六年賀伯風災後，上人有感於全臺災情慘重，山河大地變色，再次呼籲疼惜臺灣。《天下雜誌》於是會同慈

濟、臺北市環保局、工研院等十七個單位共同舉辦「美麗臺灣、清淨家園——九九九，大家一起來掃地」活動，號召五萬人共襄盛舉，其中有一萬人是慈濟志工。眾人在全臺各縣市進行掃街、資源回收等公益活動，也促使環保意識進一步深入人心。

「一九九〇年，上人呼籲用鼓掌的雙手做環保，我在社區就開始推動。我們五位娘子軍，從中和莒光路，拿著文宣挨家挨戶去按門鈴，邀請人來做環保，也就近打掃巷子。」新北市雙和區慈濟志工吳燕雪細說從頭。

當年志工在中和自強國小周邊宣導環保並開設站點，總計成立了多達三十三個回收點，其中有一個還是慈濟在臺灣設置的第一個大型資源回收站。「民眾扶老攜幼來參加，人很多但秩序很好。有人開卡車、中型貨車，還有幼稚園用的娃娃車，椅子折起來就能載回收物。當我們開始

做，板橋、土城、中正、萬華還有新店的志工都來學習，再回歸社區去帶動。」

家有環保志工如有一寶

慈濟人一開始做環保，不僅要克服找地、找人、借車的重重困難，更大的挑戰是調整心態。北區環保合心幹事陳金海就直白地說：「三十多年前，很多人還不了解環保對地球的意義，會把做回收當成收垃圾，我們自己也會覺得不好意思。」

除了要翻轉自己內心以及社會大眾對「拾荒」的刻板印象，克服想要「賺錢」的期待，明白真正的價值所在，不因回收價格的高低而歡喜或氣餒，是更重要的修行。有時候滿滿一車回收物變賣的金額，還不夠支付載運的油錢，當價格落到低點，或是回收商考量無利可圖而不收的時候，志工們還要為回收物找出



上個世紀九〇年代「用鼓掌的雙手做環保」的身影，開始在臺中黎明新村（下圖）等地帶動；一九九六年「九九九大家一起來掃地」全臺串連，民眾將物資分類回收（上圖）。（上／林美依攝影 下／花蓮本會提供）







## 慈濟環保關鍵數字

(資料來源：《2024年慈濟年鑑》)

全臺  
環保教育站  
社區環保點  
**11,376**  
處

臺灣受證  
環保志工  
**92,520**  
人

2024年  
各類資源  
回收總量  
**80,357**  
公噸

35年來  
累積回收重量相當  
**3,410,025** 公噸  
二氧化碳當量  
相當於  
**8,767** 座  
大安森林公園  
1年的固碳量

路。  
好比三十多年前，有一陣子大臺北地區的回收廠商突然停止收購寶特瓶，幾位志工幹部特地前去協商，只要對方願意收，慈濟環保站願意免費贈送。  
陳金海進一步說明，慈濟做資源回收，從來就不以金錢來衡量，一個環保站幾十個人在做，假如以一般成本利潤思維來衡量，是絕對沒有經濟效益的；但改以對個人的益處、對大地和社會的貢獻來衡量，就是非常有意義的事。  
「經過慈濟的提倡，上人不斷地鼓勵，現在做環保是會讓人感到非常尊重的，孩子們甚至會以父母長輩為環保付出感到光榮。很多原本在家等吃、等睡、等往生，當『三等公民』的老人，因為做環保為社會付出，為環境在盡心盡力，變成『上等公民』，甚至發願往生後捐大體，讓身體還能夠回收再利用。」

投入一元有六倍影響力

付出無所求，不計較金錢收入，但求做得健康、做得歡喜、大地清淨，這是數以萬計慈濟環保志工的日常。以往，由於評估效益的準則、方法未臻成熟，慈濟人對社會、對環境的貢獻度，很難以具體數字呈現；及至二〇一五年，慈濟與安侯建業聯合會計師事務所（KPMG）簽約，推動組織優化，開始編寫《永續報告書》之後，慈濟志工的社會影響力（Social Return on Investment, SROI）數值才逐漸

晨昏在大街小巷穿梭，許多環保志工在自身工作之外，努力回收資源已數十年（左圖），回收物從環保點匯集到環保站，銀髮志工細部分類、整理（右圖），動手也動腦。（左／黃筱哲攝影 右／蕭耀華攝影）





塑膠袋材質輕薄，拾荒者多不回收，慈濟環保志工用心整理、打包（右圖），尋找廠商再製成塑膠粒原料（左上圖），不計獲利多少，只為減少大地污染。

（攝影／蕭耀華）

間成本，但因為志工均為無償投入，扣除時間成本，效益可達一百五十二點七元。

慈濟大學宗教與人文研究所簡玫玲副教授，則是下了一番工夫研究環保志工的「幸福感」。她深度訪談了十多位年齡從六十到八十二歲，做環保十年以上的慈濟環保志工，並請他們填寫



被盤點出來。

根據二〇二一年調查結果，環保志業垃圾減量、環保站長者供餐、環保輔具等活動的總體SROI值為六點三，代表每投入一元善款，就能為社會創造六點三元影響力。

「這個行動表面上是環保，其實它帶來多元的效益。」主管調查、盤點的安侯永續發展顧問公司董事總經理黃正忠表示，慈濟志工做環保回收，首先是把被錯置的資源回收了，提高其再利用性，同時降低了環境設施如垃圾掩埋場、焚化爐的處理量，接著取得貨幣的收入，用於大愛電視進行更多慈善公益、淨化人心的報導；而志工們到環保站做回收，彼此交談、交流，就健康福祉而言也是很好的作為。

黃正忠說明：「所以我們做出來的分析就發現，在環保投入一塊錢的資源可以帶來六塊多的效益。」這是考慮最低時薪的時

簡式「幸福感量表」和「老人幸福感量表」，結果都落在「最幸福」的六級分和五級分。

「付出之後的心靈感受，就是這群樂齡志工所感受到的幸福。簡單來說，環保志工幸福感的深層的機制，是透過對家這個概念的解構，打破之後再建構而成的。從有限時空的小家庭，轉化成環境和諧、子孫永續的大家庭。關愛照護的心量和行動，無限地開展，背後成就一個『畢竟大樂』。」簡玫玲總結道。

手護大地也要守護志工

從認證機構的量化計算，以及學術研究者的質化分析來看，做環保都是自利利他的善行，且影響深遠。

根據慈濟慈善事業基金會的統計，二〇二四年一整年，全臺九萬兩千多名慈濟環保志工，總計回收了八萬多公噸各式物資，





回收寶特瓶蓋拼出慈濟環保志業標誌，志工草根的笑容中，有著共同心願——愛惜地球資源、將青山綠水留給子孫。

（攝影／蕭耀華）

從聯合國永續發展的角度來看，志工們看似簡單的資源回收行動，以及隨之衍生的愛物惜福、節能減碳生活方式，不僅有助於保護海洋及陸域生態，更是個人能力所及，最佳的「氣候行動」，而且能促進城鄉永續，增進個人與社會的健康福祉。

回首來時，許多人的雙手已做環保三十多年，如今更有青壯年上班族、熱心的年輕世代投入，大家的背景、年齡、行業或有所不同，但本著愛護地球的一念心，萬千雙手撿起人們丟棄的物資，也撿起清淨大地的明天。

包含三千五百八十一公噸塑膠袋、六千五百三十三公噸玻璃瓶等品項，三十多年的努力，相當於減少了三百四十一萬公噸二氧化碳排放量。儘管這些數字和同時期地球所承受的環境破壞相比，是九牛一毛，但全臺乃至全球慈濟環保志工不以善小而不為，持續為地球、為人類永續而努力。

有感於志工年事漸高，各環保站的設施、用具也隨著歲月流逝逐漸老舊，慈濟基金會環保推展組於二〇二〇年起推動「環保站電氣電路改善計畫」，更新全臺環保站的電氣電路及相關安全設施，首先汰除老舊、不安全的電線及配電盤，換成合乎現代安全標準的新設備。環保站廚房瓦斯，志工特地選用老鼠咬不破的不銹鋼編織軟管，以及可遮斷洩漏的接頭，用更周全的防護降低災害風險。時隔五年，今年夏季再次進行安全方面的盤點與改

善。

主責安全業務的環保推展組同仁許桂榮表示，目前慈濟著重的安全面向有二，首先是防火，除了確保電器電路、使用瓦斯的安全，還特別防範「鋰電池失火」問題。

「我們已公告所有的環保站不收鋰電池，民眾可將回收鋰電

池直接交給清潔隊的資源回收車。如果收到的回收物中發現鋰電池，就用比例千分之一的鹽水浸泡一天，放到沒有電不會冒泡後，再收集交給回收商，或拿去清潔隊請他們處理。」

除了環保站點的防火安全之外，環保推展組也關注高齡志工的行車安全，輔導七十五歲以上

## 慈濟志工 做環保的多重效益

- **資源再利用**  
回收錯置於垃圾中的資源，如紙類、塑膠、金屬等，提升物資再利用率
- **減少環境負擔**  
降低垃圾進入掩埋場與焚化爐的處理量，進而減少污染與碳排放
- **轉化為公益能量**  
將回收所得支持媒體傳達正向能量
- **促進身心健康**  
勞動、互動、活動，特別有助於長者延緩退化
- **凝聚社區力量**  
帶動鄰里一起為環境努力，建立互助網絡



- 《不願面對的真相》紀錄片上映，關注氣候變遷
- 全球金融危機
- 臺灣實施垃圾分類政策，家戶回收率提升，焚化量大幅下降
- 聯合國通過哥本哈根協定，贊同續行京都議定書
- 《看見臺灣》紀錄片問世
- 196國簽署《巴黎協定》，同意將升溫控制在1.5~2°C內
- 聯合國通過《2030永續發展議程》，包含17項永續發展目標（SDGs）
- 歐盟發布《歐洲綠色政綱》行動計畫，推動2050年達成淨零排放
- 聯合國氣候峰會通過《格拉斯哥氣候協定》，聚焦「淨零承諾」與「淘汰煤炭」
- 聯合國《氣候變遷綜合報告》指出氣候變遷的衝擊比預期更快，強調2030年前須大幅減碳
- 全球升溫破紀錄，達1.48°C
- 聯合國警告「碳預算」將耗盡，若碳排放不減，全球將於2030年前突破升溫1.5°C門檻
- 2024成為史上最熱一年

2006

慈濟國際人道援助會研發環保毛毯

2008

大愛感恩科技公司成立

以回收寶特瓶紡紗製造成衣物，化廢為寶，實踐循環經濟

2009

2010

倡導環保精質化、清淨在源頭

2013

首次參與聯合國氣候變遷會議

2015

於聯合國氣候變遷大會巴黎記者會宣導環保應共知、共識、共行

2016

發起「111世界蔬醒日」

2019

獲聯合國環境署觀察員身分  
啟動環保志工「雲端健康關懷系統」計畫

2020

行動環保教育車啟動  
2025年6月統計逾31萬人次參與  
環保站安全改善

2021

首度公布環保志業SROI社會影響力  
慈濟環保志業每投入1元，可創造6.3元社會價值，並於2023年通過英國Social Value UK認證  
慈濟×PaGamO環保防災勇士PK賽展開  
2025年4月統計超過4萬人參賽

2022

2022至2023年，10處會所碳盤查暨認證、太陽能案場建置

2023

慈濟減碳目標基準年

2024

23處會所碳盤查暨認證

2025

持續行動中



# 慈濟環保大事記

Since 1990

## 海內外大事與環境事件

- 聯合國於巴西召開地球高峰會
- 聯合國通過氣候變遷綱要公約

- 聯合國首屆氣候變遷大會於德國舉行

- 臺灣賀伯風災

- 臺灣推行資源回收四合一計畫
- 多國簽署「京都議定書」

- 臺灣九二一大地震

- 臺灣制定「資源回收再利用法」

- 非典型肺炎（SARS）爆發，公共衛生意識抬頭

- 歐盟啟動碳排放交易系統
- 臺灣實施垃圾強制分類、垃圾不落地

## 慈濟環保大事記

1990

慈濟環保志業起點  
證嚴上人於臺中新民商工演講，呼籲大眾「用鼓掌的雙手做環保」

1991

預約人間淨土  
與金車教育基金會合作，改善社會風氣

1992

環保志業跨海  
美國紐約率先響應；2024年統計，全球有19個國家地區設置慈濟環保據點

1994

推廣隨身攜帶環保餐具

1995

1996

賑災省思水土保持

1997

首次全臺環保志工尋根之旅

1999

九二一地震賑災推動使用環保餐盒  
實行綠建築  
慈濟建築與援建屋舍採用連鎖磚鋪設園區

2001

急難救助全面採用環保餐盒

2002

回收所得納入護持大愛電視製作淨化人心好節目

2003

國際慈濟人道援助會成立  
研發慈善與環保兼具的設備器具

推動「心素食儀」茹素護生

2005

應邀參與聯合國世界環保日  
推動環保五化  
年輕化、生活化、知識化、家庭化、心靈化



# 二〇五〇淨零排放 慈濟也在做

組織永續的前提之一，是地球環境必須永續，慈濟各志業勇於自我挑戰，主動盤查溫室氣體、減少碳排，為「二〇五〇淨零排放」超前部署。

粗

糙的雙手，布滿歲月痕跡的笑容，慈濟環保志工「草根菩提」的形象深植人心，是寶島臺灣可愛與可敬的一群；而應對全球性的氣候變遷危機，需要做的事還有更多。

歐盟決議在二〇二六年施行「邊境調整機制」，針對進口高碳排產品徵收碳費，金融機構也開始對高耗能、高污染的產業限縮貸款與投資，某些知名大學甚至把石化業等排碳大戶，從校務

基金的投資標的中剔除。

身為出口導向的經濟體，臺灣無可避免受到衝擊，指標性的大企業已公開宣示響應聯合國「二〇五〇淨零排放」的行動，並訂定出實踐的時程；許多中小企業也積極尋找顧問公司指點，學習如何盤點溫室氣體、減少排放、申請國際級認證，希望能通過嚴苛的考驗檢視，確保永續經營。

非營利組織相形之下碳排放

較低，沒有如此龐大的轉型壓力，然而慈濟基金會卻毅然領取這份高難度試卷。

降低會所溫室氣體排放量

「我們以科學基礎目標的方法，從溫室氣體盤查開始，朝向碳排放零成長，二〇四〇年碳排放減半，二〇五〇年達成淨零排放！」慈濟慈善事業基金會執行長顏博文率臺灣非營利組織之

為降低用電產生的碳排放，大林慈濟醫院採用節能燈具（上圖）降低照明耗電，同時在大樓屋頂鋪設花園、塑木棧道，藉由空中花園隔熱，減少空調用電。

（攝影／黃筱哲）







臺中慈濟醫院在頂樓屋簷下設大型集水槽，因高溫天數變多，空調耗水量也隨之增加，回收雨水可節約自來水用量及抽水馬達用電量。

(攝影／蕭耀華)

全球溫室氣體排放量中，有百分之四點四源自醫療院所，臺灣的醫療用電量甚至高居非生產性事業之冠。以往在人命優先的前提下，政府、民間對於醫療的能源使用、資源消耗及廢棄物污染，多半抱持較寬容的態度；然而當氣候變遷已擴大天災與疾病的危害，導致更多人傷病、就醫，就會造成惡性循環。

環境部於今年元月公告「事業應盤查登錄溫室氣體排放量之排放源」草案，預定將高耗能的服務業、運輸業、醫療院所、大專校院、中小型製造業列入管制。在醫療部分，首先要求醫學中心進行溫室氣體排放盤查，甫於二〇二四年升格醫學中心的臺

北慈濟醫院「躬逢其盛」。

「但我們早在二〇二三年四月就成立淨零碳排委員會，二〇二四年十一月拿到ISO50001的認證，今年七月取得ISO14064-1的證書，兩項認證都拿到了。」身兼臺北慈濟醫院永續長的副院長徐榮源表示，淨零排放是慈濟醫療志業體的重要政策，花蓮、臺北、臺中、大林四大慈濟醫院，早已執行溫室氣體排放的盤查以及改善。

徐榮源表示，北慈的「碳足跡」當中，最大的一部分是外購電力，等於近七成碳排來自於用電。這對醫療機構來說不足為奇，無所不在的空調、照明，必要的冷藏、冷凍設備，精密的醫療儀器等，都需要仔細盤點揪出藏在細節裏的魔鬼。

以照明為例，全院燈具超過八千多盞，盤點估算後發現，如果全數換成更省電的LED燈，「每日」可省下一千九百度電，

先，二〇二一年許下「二〇五〇淨零排放」的承諾。

宣布的隔年，首先針對十處大型會所進行碳盤查，並以新冠疫情高峰退燒後的二〇二三年為基準，盤查結果在二〇二四年公布。一如預期，各大會所的最大排放源就是外購電力，耗電第一名的項目是空調，而且活動愈頻繁，耗用的電量就愈高；如何兼顧社會公益與節能減碳，考驗著業管單位的智慧。

「我們通常會提早開冷氣，讓空間變涼；一般規定八點開機、六點關掉，我可能七點半就開了。但推動淨零之後，如果天氣不是非常熱，八點半才開空調，下午五點半就關機，相差一個小時，就能省很多電。」慈濟基金會總務處東部總務室室主任張建中簡述了應對之道。

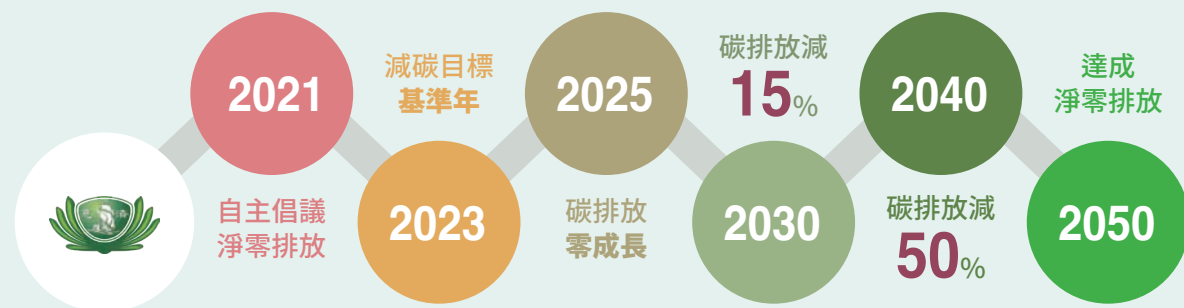
飲水機的節能也是同樣的道理，總務人員在確保衛生的前提下，設定自動斷電，讓機器跟著

人一起「下班」，天亮後再於上班時間前半小時開機提供熱開水即可。

除了調整用電時段，淘汰耗能舊設備，以節能新設備取代外，慈濟也在「綠電」方面探索新的可能性。慈濟基金會永續發展組高級專員曾詩茹表示，目前慈濟已在全臺會所建置三十二個太陽能光電的案場，並取得十六張再生能源的憑證。會所、聯絡據點所設的太陽能光電設施所發出的綠電，都可直接就地使用；並參照氣候相關財務揭露（Task Force Financial Disclosure, TCFD）的要求，針對氣溫上升、乾旱、颱風、暴雨等風險，建立氣候風險評估機制。

「它就是針對氣候變遷所做財務方面的準備。好比你知道會有狂風暴雨，有沒有準備好防水系統？備便救災小艇、充氣筏？不能等到真的遇到了才處理，要

## 慈濟基金會淨零排放推動時程與目標



慈濟基金會已取得ISO 14064-1:2018溫室氣體盤查，與ISO 50001 能源管理之國際認證，並積極進行各項優化以減少溫室氣體排放。





相當於五到六戶家庭一個月的用電量，換算約為近一噸的二氧化碳排放當量。

但和其他高耗能的設備相比，照明只能算是「小兒科」，為了降低最大宗的空調用電，臺北慈院預計將熱泵系統排出的低溫空氣導入手術室，降低冷氣的使用量；除了精進硬體設備，院方也積極在軟體、管理方面下功夫。

「透過智慧化的管理，能知道哪一個空間目前的溫度，如果做得愈精準，就可以省下愈多能源和排放。智能醫院還有綠色醫院就是我們的重點，這也是全世界的趨勢。」對於環境部、衛福部日益提升的節能減排要求，徐榮源並不擔憂，盤點自家醫院各項作為，也不忘讚歎大林慈濟醫

### 小辭典

## Net zero 什麼是「淨零排放」？

- 並非完全不排放二氧化碳等溫室氣體，關鍵在於達到排放與吸收的平衡——將溫室氣體排放量降至最低，剩餘部分透過吸收與移除手段來抵銷

- 常見做法：

- ✓ 使用再生能源、改變交通與消費習慣
- ✓ 利用科技（如碳捕捉與封存技術）來移除並儲存二氧化碳
- ✓ 透過森林、土壤、海洋等自然系統吸收二氧化碳

- 當「排放量」等於「吸收量」，即達成「淨零排放」

院跑在最前面。

花東偏遠醫療也做得到

地處田野旁的大林慈院，建院之初就將環保與節能納入設計概念，建築通風採光，並設置空中花園以植被阻隔太陽直射，以

「清淨在源頭」的概念減少照明及空調的能耗。十多年前開全臺醫院先河，導入熱泵系統用於製造熱水，大幅降低燃燒化石燃料產生的溫室氣體排放；近期更換磁浮式冰水主機，空調的能耗大幅降低。

大林慈院也是全臺首座宣示淨零的醫院，溫室氣體排放盤查已持續三年。「我們全院節能減碳的共識很高，未來將持續加強淨零綠生活、循環經濟、綠色採

購等。」大林慈院永續發展組組長陳敬森補充道。

單一院區總病床數上千的大型醫院，為了搶救生命，免不了製造一定當量的「碳足跡」，但面對問題就能進行解決和改善。透過更換高耗能設備，可以有效降低溫室氣體排放量，花蓮慈濟醫院並創新加入台電「虛擬電廠」機制，將院內發電機納入備援電力，提升能源韌性。

而因應花東地區地廣人稀，偏鄉就醫較困難的處境，花蓮慈院及玉里、關山兩座中小型的慈濟醫院，也致力優化遠距醫療，甚至把AI人工智慧納入遠距醫療系統中。

花蓮慈院永續發展室高級專

慈濟人文志業所在的關渡靜思堂，致力於節能、省水、環境友善等永續面向，獲美國綠建築協會LEED黃金級認證。

（攝影／王怡文）





媒體對社會進行環境教育的同時，更需要以身作則。

關渡靜思堂榮獲美國綠建築協會所頒發的「LEED綠建築黃金級認證，因為地處平原邊緣，少有高樓遮蔽，靜思堂廣大屋頂面積，成為太陽能發電的場所，電網也和台電連線，必要時可以支援供電。新舊大樓之間的水池，具有儲水滯洪，供應消防用水的用途；隱藏的雨水貯留回收系統，不僅大幅降低自來水的使用量，也使得園區內的藥草園、花園等景觀得到充分的灌溉。

這塊基地位在關渡平原，生態多樣性良好，管理單位也重視「光害」防治，園區每個室外燈具都加裝燈罩，避免直接照射地表；入夜後的廣場上只剩間隔的小小地燈，亮度剛好讓人看清腳下地面，不僅省下大量照明耗電，也能讓周遭動植物休息，不致打亂生理時鐘。

慈濟教育志業的最高學府慈

因應二〇五〇淨零排放，環境部與二十八所大專院校開設「綠領人才」培育課程，慈濟大學主辦東部及離島地區的培訓，今年五月在校內成立培育中心。

（相片提供／慈濟大學）

濟大學，在去年完成歷史性的合校作業後，重要工作之一即是為臺灣培育急需的「綠領人才」。

為了促進臺灣實踐「二〇五〇淨零排放」目標，環境部與二十八所大專院校合作，成立「淨零綠領人才培育聯盟」，廣邀在職人士及學生進修，造就自己成為具備碳盤查、碳足跡、碳減量與碳管理能力「綠領人才」。修滿課程測驗合格後，即可獲得國家環境研究院頒發的結業證書，具備從事淨零產業、推動企業永續的資格與能力。

「慈大是東部主辦學校，我們與宜蘭大學、佛光大學、臺東

員藍陳清解說道：「以前X光車到偏遠地方，照完以後片子帶回醫院，等七、八天後病人再到醫院看報告。現在影像即時傳回醫院，交AI初步判讀，再由醫師確認後回傳，不到一小時就能通知病人結果。」

數位化的遠距醫療，不僅節省了病人等待、奔波的時間，也落實了無紙化、無片化，能夠減少廢棄物及溫室氣體排放。儘管這些行動和供應素食餐一樣，都尚未列入碳盤查的項目，慈濟醫療志業體還是用心推廣。

「對於花蓮這樣比較偏遠的地方，要找到相關人才不是那麼容易，做這件事通常難度會比較高一點，但我們也是盡力完成。」藍陳清中肯地說。

傳媒與學校更要走在前面

慈濟人文志業中心兩年前搬進新的關渡靜思堂，廣電及平面

大學、澎湖科技大學、金門大學、海洋大學連江分校合作開設課程。「慈大永續發展辦公室主任江允智教授表示，針對綠領人才培訓班，慈濟大學以東部特色及學員需求調整內容，課程時數最多的是「自願減量專案」，幫助企業確實減碳，獲得「碳權」。

「自願減量最容易做的就是汰換耗能設備，比如換一臺新的冰水主機。慈濟慈善事業基金會派同仁來我們這裏上課學習，共同研討未來減量計畫的訂定與執行；我們慈大也願協助他們寫文件進行申請。」江允智舉例說明。

慈善志業體與各慈濟醫院已站上淨零排放的起跑線，並繳出初步的盤點成績單，人文及教育志業也在節能減排方面積極加速；二〇五〇年人類所處的環境是什麼樣子，就取決於今日全球為永續願意付出的力度！



# 氣候在變 我們也要變

不因為法令規定才去做低碳淨零，而是人類要走到那個階段才有活路。  
我們在環保、節能、減碳各方面要更用力、影響領域更廣。  
氣候行動不積極的代價絕對慘痛，不要流連舒適圈，趕快覺醒！



**當**人類一味追求經濟發展忽視了環境保護，使用的能源排放二氧化碳、溫室氣體，導致全球暖化帶來極端氣候，造成整個世界無差別的災難。

現在全球要邁向淨零，對抗氣候變遷，有一個很重要的關鍵，就是升溫不要超過攝氏一點五度，這是跟什麼時候的溫度來比呢？就是一八五〇到一九〇〇年這五十年的平均溫度，抓中間點一八八〇年，也就是距離現在一百四十五年前。那是還沒有大

量使用煤、石油、天然氣等化石燃料的工業化前時代。

所以要減緩暖化，第一個要做的就是「能源革命」，革掉百餘年來大量使用的化石能源。

這裏有幾個根本性的問題，其實大家都很清楚——臺灣就只有三萬六千平方公里，四面環海。燃料、金屬、材料從哪裏來？都必須要仰賴海外運輸進口。但我們的油、水、電價格，長期以來非常廉價，你可以到便利店買一瓶水，喝完後把空瓶拿

去加油站加油，就會發現，怪了，臺灣沒有產石油，那加油站的油怎麼賣得比水還便宜？

資源在整個國家政策影響，走廉價路線的狀況之下，民眾和企業處在「舒適圈」當中，就不知道資源的珍貴。如果油、水、電的價格仍然是現在的水準，臺灣要淨零是不可能的。大家必須要有心理準備，我們要從化石能源轉向再生能源，或其他低碳能源，能源的價格一定會增加，這是第一個面向。

不是只有大公司，排碳量大的企業要去低碳、節能、淨零的轉型，而是要三百六十度全方位的節能減碳。好比在臺灣，大家開的車、騎的摩托車絕大部分

氣候變遷導致林火、風災、乾旱等極端災害日益頻繁；今年初美國洛杉磯山火蔓延，導致一萬八千棟房屋損毀、二十萬人被迫撤離。（攝影／黃治華）





## 每天都能減點碳

### 碳排放怎麼算？

1度電 = **0.494** 公斤  
(碳排量)

1度水 = **0.156** 公斤  
(碳排量)

燃油汽車 1公里 = **0.2~0.3** 公斤  
(碳排量)

### 常見減碳做法



使用節能家電、減少待機

冷氣設 **26~28°C**



傳統蓮蓬頭1年用水約

**1.5~2.9** 萬公升

換裝省水蓮蓬頭

可省  
大約 **40~60%** 水量



省水不只省錢，更減少  
抽水、送水與污水處理  
的碳排放



選擇大眾運輸，使用電  
動車或共乘，騎腳踏車



延伸閱讀——  
慈濟SDGs系列報導

逐步推廣環保，將資源回收、分類，讓垃圾減量。臺灣一九九七年起推動資源回收，特別是臺北市，二〇〇〇年開始垃圾隨袋徵收；家戶必須付費處理垃圾，政策的外來壓力促使家庭開始進行垃圾分類。隨袋徵收後，就看到垃圾量繼續往下減了。所以我們需要機制、法規，以及處理資源的行動。

這整個過程，慈濟的環保站

及環保志工扮演民間發起的角色，它後面有很多政府相關的機制，可是它帶動大家願意從自身去做資源的分類回收。環保站表面上看起來好像只是做資源回收的地方，但它其實是一個資源不斷循環再利用的縮影。我們要投入很多的資本，推動節能減碳、資源回收跟循環經濟的進展，這是未來整個地球人類要存活、我們臺灣是否保有競

爭力、在世界經濟的座標上仍有一個位置的關鍵。所剩的時間愈來愈少，災難的程度卻愈來愈大。期許慈濟在環保、節能、減碳各方面的推廣，能比過去更大聲、更用力，影響領域更廣。也希望人們都能理解，淨零是猛藥，不是免費午餐，氣候行動不積極的代價絕對慘痛，不要流連舒適圈，趕快覺醒、動起來！



都仰賴傳統的化石燃料，但以北歐國家挪威為例，在今年成為全球禁售燃油車的第一個國家，銷售的新車百分百為電動車。所以交通運具往低碳轉型，是第二個重點。

第三個領域是建築。城市裏有百分之四十的耗能是來自建築，像慈濟的靜思堂，很多都有專家協助採用低碳、綠建築的方式建成，可是幾乎很少聽到有人說，我家是「低碳住宅」。房屋與不動產的轉型，應從建材選擇與綠建築觀念著手，推動建築本身的低碳化。此外，還包括工業界的低碳製造、水資源的回收再利用、廢棄物的資源化，以及農業部門的低碳轉型。

所以我一再強調：「節能減碳必須說真話。」真話就是說，進行氣候行動，勢必會增加成本，可是如果大家都沒有把節能減碳當一回事，極端氣候會帶來更多的損失。

總體來看，氣候仍然在持續暖化，特別是過去這兩年，全球氣溫已經多次接近或短暫突破攝氏一點五度的升溫警戒線。因為極端氣候異常的發生頻率，造成的災難程度都會是空前，但不會是絕後。像慈濟就投入很多的能量做天然災害的救助，這也是全世界將來要面臨的嚴苛挑戰。

但也有比較樂觀的一面，好比歐盟將在二〇二六年正式實施碳邊境調整機制（CBAM），也就是所謂「碳關稅」，臺灣也是從明年開始徵收「碳費」。這一些機制在愈來愈多國家開始實施，接著就會逐漸導入到民眾的生活、經濟發展，屆時你的工作、製造的產品所排放的二氧化碳，就不是免費的午餐了。

只剩二十五年可以努力

低碳淨零，不是說法令規定一定要做，而是整個國家、社會

要走到那個階段才有活路。邁向這個活路，我們不斷地鞭策自己，企業界要不斷地提升技術效能，才會長出更多、更好、更具有競爭力的產業、產品跟服務，才會在低碳淨零的時代幫助臺灣的下一代，爭取更好的競爭優勢。

現在距離二〇五〇淨零排放只剩二十五年，不做得到，很快就可以得到檢驗。但我們不希望做不到，因為做不到代表溫室氣體的排放仍然持續增加，會帶來更多極端氣候的災難。而且地球資源是有限的，世界走到今天已有超過八十億人口，如果要讓每個人依照目前的消費生活方式吃得飽、穿得暖，我們其實需要一點八個地球。但是，去哪裏再找那零點八個地球呢？

所以證嚴上人教大家要珍惜天然資源，也要做資源回收。三十五年前，慈濟從我們的周遭生活，開始重視被錯置的資源，





## 西班牙洪患 志工跨國為重建助力

罕見暴雨引發逾三十年來最致命洪患，  
西班牙古城瓦倫西亞受創深重，多個城鎮半年來難以恢復，  
十個國家地區慈濟志工齊集災區，再為重建推一把力。

整理・編輯部

南 歐國家西班牙東部二〇二四年十月下旬發生致命洪患，

如同臺灣說的滯留鋒面，部分地區短時間內降下超過全年平均雨量，導致河渠氾濫，迅速淹沒住宅區與交通幹道，逾兩百餘人罹難，其中不少是來不及撤離的長者。

其中瓦倫西亞省（Provincia de Valencia）受災嚴重，期間歐洲慈濟志工啟動一次勘災及六次複查行動，並透過當地政府單位統整受災名冊，今年七月九日起舉辦為期七天、逾三千戶的物資卡發放。

洪水逝去，留下創傷

慈濟志工與阿帝斯基金會（Fundación Altius España）、明愛會及災區政府合作勘災與發放。阿帝斯基金會於災後啟動緊急救援，迄今依舊受理受災戶求助，提供家具等物資；他們所建

立的檔案也相當嚴謹，依照災戶受損程度及是否有居住事實，綜合判定是否納入援助名單，必要時還會家訪確認。慈濟志工即依據他們提供的名單家訪複查。

發放在教堂或市府文化中心舉辦，發出的物資卡是與連鎖超市美卡多納（Mercadona）合作，店內從新鮮蔬果到耐放的乾糧，居家用品應有盡有。

受惠的三千多戶中，半數位於皮卡尼亞（Picanía）：當地近一萬兩千人口，有一千七百戶受災、約五千人，其中八十戶已完全無法居住，由政府安置。

五月中旬，第一副市長羅薩里奧（Rosario González）親自引領慈濟志工勘災。城區被一條大河貫穿，河面上五座大橋全部遭大水沖毀；政府搭建了一座臨時便橋以恢復通行，工作人員依舊在清理河面。

大河兩邊的屋子被高達一到兩公尺的大水嚴重毀壞，滿目瘡

痍；洪水退去後，災區展開復原，貝內圖瑟（Benetuser）部分街道泥濘不堪、泡水車輛翻覆在路旁等待清理。（相片提供／Veronica Chaparro Sornosa）

痕；河邊主要的大教堂歷經數月裝修，終得以向大眾開放。社會局長艾米利亞（Enlila）說，去年十月二十九日水災發生後，市政府十一月二日成立急難救災中心，開放災戶登記災況與需求，政府和紅十字會共同提供補助。艾米利亞出示資料，還有五十多戶完全沒有領到家電或是缺乏物資；也有一區受災水位雖然不高，但大多是獨居長者。

阿帝斯基金會志工後續也陪伴慈濟志工再次走訪災區，幾個城鎮的災情基本上相似——人去樓空，或房屋整修中無法居住，室內家具大多是慈善機構捐贈的。居住在皮卡尼亞三十五年





是位在坡約峽谷（Rambla de Poyo）沿岸的重災區，卡塔羅哈（Catarroja）則是遭洪水從山上沖瀉而下，成為水鄉。明愛會人員陪伴志工家訪，七十三歲的維森塔·胡安娜·尤薩·西斯坎（Vicenta Juana Yusa Ciscan）回憶，洪水來時她獨自在家，水勢迅速及腰，她警覺事態嚴重，趕緊爬上桌面站立，大水卻一直漲到她的脖子，她就站在斷電的黑暗之中等待了四小時才有人來救援。

右手拄著拐杖、行動不便的胡安娜·帕科莫（Juana Pacomo），逃出家門時在汪洋中抓住鄰居拋來的床單，才不致被大水沖走；載浮載沉中，她看

志工元月二十一至二十四日勘災，途經奇瓦市一處河道，洪水及泥石流侵蝕的痕跡猶在。

（攝影／王慧貞）

到一位罹難的鄰居從眼前漂過。災後，她三歲的孫子洗澡時，只要聽到蓮蓬頭的水聲就會哭喊著：「不要！」

這裏的受災戶大多是長者，老厝也有歷史了，一旦被沖毀，屋主很難有能力重建；慈善機構給予的補助相對來說只是杯水車薪。有的長輩雖然倖存，但失去家人後要獨自面對殘破家園的苦楚；志工感同身受，靜靜傾聽爺爺或奶奶們訴說後，一定會給予一個溫暖的擁抱。

的瑪莉亞（Maria）正是河邊住戶，大水來臨時，家人都往樓上跑，但是先生折回去拿重要文件，沒想到就被大水帶走，十五天後在離家不遠處找到遺體。

另一位老奶奶告訴志工，災難重擊整條街的住戶，人人幾乎面無表情，過了很長一段時間才漸漸從災後創傷中恢復過來。有人慶幸自己還有二樓可以往上逃，但是災後許久，腦海中還是反覆聽到那些呼救聲，以及聲音消逝的剎那……

老宅老人，有苦難言

在重災區烏鐵爾（Utiel），十月二十九日上午開始降雨，隨後河水決堤，沖入建築物中，甚至高達兩米，而且長達二十四小時才退去。有些房子已成危樓，被大水沖破的牆面不時仍會滲水，天花板也布滿壁癌。

與派波塔（Paiporta）同樣

畫去憂愁，廣結扇緣

法國、英國、德國、波蘭志工組團勘災及複查，拜會政府單位和機構，元月、三月、四月、五月到達不同災區勘查合適的發放場地；六月也在派波塔租了臨時辦公室籌備發放。

派波塔災後形同癱瘓，街道滿是泥濘，電力、供水與瓦斯中斷。慈濟辦公室附近的居民知道志工的來意，不時走進來打招呼 and 了解慈濟，常常有左鄰右舍送蔬菜、水果、蛋糕分享；後來穿上志工背心、固定來幫忙的人愈來愈多。莉迪亞（Lidia）得知慈濟人是專程自費、來自不同國家，她幾乎每天都來臨時辦公室協助瑣務，打電話聯繫受災戶，「看到這麼多人受苦，什麼都失去了，打電話雖然只是件小事，但也是我的一分心力；有這麼多慈濟人從那麼遠的地方來幫我們，內心有個聲音告訴我，我也





為生計，應該盡力助人，這才是活著。」鄭小玲常為志工烹煮午餐，變換美味的素食菜色；如此的善意，安慰了半年來往往往返災區的歐洲志工們。

六月下旬起，志工開始向各個鄉鎮受災戶致送發放通知單。皮卡尼亞社會局長艾米利亞帶動社區志工，分成十條動線進入不同街道，挨家挨戶送上通知單。

#### 跨越宗教，圓滿發放

超過五十位來自西班牙、英國、德國、法國、荷蘭、波蘭、義大利、瑞士、臺灣和阿根廷共十個國家地區的志工，七月八日齊集災區準備展開發放。

七月九日首場華人受災商家發放後，七月十日，志工在卡塔羅哈聖母堂教會進行發放。本土



應該出一分力，做點什麼。」她說。

臨時辦公室也舉辦「愛心扇・愛行善」活動，邀請居民在紙扇上繪製花紋，準備作為發放的結緣品；藉著專注畫畫，讓心情平靜和減壓，還有人離開前不忘投下零錢到竹筒撲滿一起助人。有一群長輩天天來畫畫，平均每天三小時，甚至外帶回家繼續畫，他們承諾要完成兩千把扇子，因為能廣結「扇」緣，是件很有意義的事情。

六個鄉鎮、七場次的發放需要大量人力；由於語言及文化的差異，多數居民對以華人為主的慈濟並不熟悉，志工時常被誤以為是詐騙而被掛電話，因此招募能說西語、英語或中文的本地人就顯得十分重要。六月三日，慈濟在派波塔舉辦首場志工招募說明會，並獲得在地華人餐廳老闆鄭小玲無償提供下午不營業時段的空間，她表示：「人不該只

志工蒙莎（Monsa）是心理師，為了邀約更多同胞加入志工行列，不僅錄製了發放流程說明影片，還以紙板畫製標示受災者在相關文件上簽名的位置，協助本土志工們熟悉發放事宜。

水患毀壞了泰瑞莎（Teresa）全部的家具，年近九十的父母也因為住家毀損而前來與她同住。身為建築師的她表示，慈濟援助的物資卡能幫助父母三個月的生活費，自己同時也有獲得其他團體的協助，而能一點一滴地重建

四月十二日，志工依著烏鐵爾市府及明愛會提供的受災名冊訪視，在淹水嚴重的區域裏，許多屋舍已成危樓，敲去地板及牆面（右圖）；一位女士回憶，受災當下的第一個念頭是搶救相本，從結婚時媽媽為自己梳妝到孩子出生、成長，這是一個家的美好回憶（左圖）。

（攝影／梁欣伶）





#### 發放戶數統計

- 7月9至15日，共7場次
- 物資卡面額依每戶人口分爲：

1至2人 | **600** 歐元

3至4人 | **900** 歐元

5人以上 | **1,200** 歐元

城鎮	發放戶數
皮卡尼亞Picanya	1,507
派波塔Païporta	890
烏鐵爾Utiel	222
卡塔羅哈Catarroja	205
奇瓦Chiva	173
貝內圖瑟Benetússer	47

共計 **3,044** 戶



圖例：◎ 首都    - - - 國界  
● 災情嚴重及慈濟關懷區域

## 慈濟援助西班牙洪患

### 背景

西班牙東部2024年10月29至30日遭極端暴雨引發山洪，超過2百人罹難；是西班牙1996年、歐洲1967年以來最致命洪災之一

### 成因

當地秋季常見特殊氣象達納（DANA）效應，高空冷氣團與地中海溫暖氣流交會，觸發劇烈對流而致暴雨；氣候變遷將導致發生更頻繁、強度更猛烈

### 災區

瓦倫西亞省（Valencia）災情最重，多地河水暴漲、排水失效，造成道路癱瘓、建物毀損、電力與通訊中斷

省會瓦倫西亞市建城超過2千年，是西班牙僅次於馬德里、巴塞隆納的第3大城市；傳統火節（Las Fallas）入選為聯合國非物質文化遺產

物資卡發放現場，許多西班牙本土志工擔綱第一線為同胞服務；奇瓦教堂裏，一位本土志工雙手致贈物資卡。

（攝影／王素真）



家園，令他們十分感恩。

一位老奶奶領取物資卡後步出教堂，看見廣場上致贈結緣品的慈濟人時，再度淚流不止。志工不禁感嘆，即使災後過了十個月，原來受災鄉親心裏還壓抑著許多沉重情緒未能宣洩，只是不得不擱置悲痛才能繼續前行、開展新生活。

烏鐵爾小鎮上，有數百年歷史的聖母升天教堂提供場地發放；就像舉行主日彌撒，克里斯多伯神父（Cristobal）慎重地點亮六支大白蠟燭，象徵隆重與神聖，也為慈濟物資發放寄予祝福。

慈濟基金會宗教處歐美非會務組組長呂宗翰代表致詞表示，來自臺灣的佛教團體能夠在西班牙天主堂發放物資，是個宗教融合的美麗奇蹟，也是世界此刻最需要的大愛精神，「抱歉慈濟人來晚了，但我們很努力要來這裏幫助大家，最感恩的是有許多

西班牙本土志工的協助，才能圓滿今天的發放！」神父則是以《新約聖經·路加福音》中「好撒瑪利亞人」的比喻闡釋「愛鄰如己」的真諦，表示自己對於慈濟人的遠道而來很感動，鼓勵居民學習慈濟人「不請之師」的精神。

從慈濟人踏出勘災第一步就從旁協助的在地華人實業家陳耀明表示，發放的最後，居民在志工的帶動下彼此手牽手、緩緩比著「一家人」手語歌曲，現場就像是籠罩在神聖與溫暖的氛圍中；最終響起熱烈掌聲的那一刻，所有曾經面對的困難都值得了。

災區沒有慈濟聯絡點，志工在異鄉的甘苦盡在不言中，但所有塵勞就在聽到派波塔一位年輕媽媽分享時煙消雲散：「當世人都遺忘我們的時候，感謝慈濟仍然惦記著我們的苦痛。」

（感恩王素真、潘靜涵提供資料）

（經）





## 移工週日相約北車 顧健康

撰文・陳秋華 攝影・江寶清

國際移工健康關懷活動於臺北車站舉辦，牙科、中醫、內科、婦科、皮膚科等科別百餘位醫護人員展開服務（左圖），並首度增設心臟超音波檢查與神經內科，外籍志工在車站各區邀請同鄉參加（右下图）。許多移工平日照顧長者、於工地或工廠勞務，工作時間難以外出就醫；每年三到四次，慈濟基金會、慈濟人醫會與臺北市政府勞動力重建運用處攜手，舉辦免費健康諮詢，六月二十九日週日當天健檢高達九百零四人次。







整理・編輯部 攝影・蔡瑞聰



## 造血幹細胞建檔 為生命爭取得分

慈濟與味全龍職棒球隊合作，六月二十二日於天母棒球場舉辦「造血幹細胞捐贈驗血活動」。志工事前在每場球賽宣導，球團號召職員、球迷參與建檔，球員也挽袖驗血，正式加入造血幹細胞資料庫。

目前資料庫有近四十九萬志願者，但只要年齡超過五十五歲就失去捐贈資格，因此迫切需要新血參與，為血液病患者提升配對成功機率。今年就有近九百人尋求配對，預約建檔請搜尋「慈濟骨髓幹細胞中心」。





# 高僧傳發行感恩會 最盛大場次

撰文・吳秀玲、鄭金滿 攝影・陳仲銘

慈濟於全臺舉行「高僧傳叢書發行感恩會」，臺南靜思堂六月二十八日迎來各寺院一百一十三位長老、法師及百餘位隨師人員參與。首次有如此多位法師蒞臨，臺南志工績密規畫，以高標準儀軌接待，並演繹〈行願〉、〈圓夢〉曲目（右圖），展現鑑真大和尚東渡日本傳法的願力。慈濟人文志業從二〇一八年開始出版《高僧傳》叢書，呈現歷代高僧生命歷程、思想及對後世貢獻，考證嚴謹，預計出版一〇八冊。





## 三十年環保路 八千人慢跑淨街

資料提供・柳慧晶、李智傑、李麗心、江欣燕

馬來西亞慈濟環保志業屆滿三十年，在雪隆地區就有七十一個環保站、二百四十八個環保點；自二〇二四年起更舉辦源自北歐的plogging慢跑活動，參與者慢跑健走的同时撿垃圾，今年吸引超過八千人參與；六月二十九日活動當天，主場從吉隆坡靜思堂出發（右圖），包括彭亨、沙巴與砂拉越州等全馬五十二個地點同步舉行，透過盛大的倡議行動，影響不同組織和社區攜手守護地球。

（攝影／鄧亦純）



（攝影／鄧亦純）



（攝影／黃寶慈）



# 深耕口腔病理研究四十年 江俊斌行醫花蓮

全臺口腔病理學專科醫師僅有二、三十位，江俊斌是其中一位，深耕在相對冷門卻基礎的領域四十多年，退休後選擇來到花蓮，不只治療疑難雜症，更傳承經驗給年輕醫師。

為提升東部口腔醫療品質，慈濟大學去年成立口腔醫學暨材料研究所（簡稱口材所），提供在地牙醫師進修管道，並儲備與培育未來申設牙醫系之師資。

口材所多方廣納專業師資，除了口腔醫學博士李彝邦所長，也禮聘臺大牙醫專業學院創院院長林俊彬教授、專精口腔黏膜病理的江俊斌教授，以及現任臺北慈濟醫院牙科部主任許博智醫師、研究部郭展延博士；

其中江俊斌和郭展延兩位教授均入選「全球前2%頂尖科學家（World's Top 2% Scientists）」榜單。

江俊斌擁有美國哈佛大學醫學科學博士學位，行醫四十餘年，為口腔黏膜病變診斷與治療領域專家，發表研究論文超過五百篇；自二〇二〇年起連續四年榮獲全球前2%頂尖科學家。自臺大醫院退休後，除了每週兩日於花蓮慈濟醫院門診，同時參

與口材所教學工作，培育口腔病理專業人才。

風範，學生心中好老師

江俊斌大學聯考進入臺大農工系，半年後認為與志趣不符，毅然休學重考，考上臺大牙醫系。當時牙醫系並非熱門醫科，個性隨和的他認真讀書，多次拿到書卷獎，六年後以第二名優異成績畢業，並留在系上當助教。

一年後，臺大醫院口腔病理及診斷科創始者關學婉教授問他，是否有興趣走口腔病理？江俊斌的這一聲「好」，讓他從此踏上一生奉獻的專業之路。

當時看似隨口答應，不是毫無考量，他認為口腔病理跟全身疾病密切相關，加上當年牙醫的出路不被社會看好，而口腔病理研究正好接近他學醫的初衷。

決定專精口腔病理研究的第二年，他早上在臺大醫院進行一般牙科訓練，下午回到牙醫系當助教，第三年至病理科受訓；兩年後再回到口腔病理專科，由關學婉教授親自指導，學習口腔外科切片的檢驗和診斷；之後擢升為講師，根據臺大醫院制度，身分已等同主治醫師，他開始負責牙科初診，為患者判斷須補牙、

花蓮慈濟醫院牙科診間，江俊斌仔細看診，同時為學生示範臨床診療。（攝影／江家瑜）





根管治療或裝假牙。

兩年後，江俊斌取得國家科學及技術委員會「博士生研究獎學金」，雖僅資助前兩年學費，不包含後兩年寫論文的時間，但他認為這是個難得的深造機會，還好在父母資助之下，他攜著妻子和一雙年幼兒女赴美，在哈佛大學專攻可應用於癌症病理分析等研究的電子顯微鏡和免疫組織化學染色法（immunohistochemistry, IHC），並於一九八九年取得醫學科學博士學位。

學成歸國後，江俊斌回臺大醫院任職，當時年僅三十六歲，是年輕有為的副教授。他教書、行醫、投入口腔病理研究，一九九九年升任教授，歷任臺大醫院牙科部主任、臺大牙醫專業學院院長，以及口腔病理學會理事長和學術主委。

「老師是一位溫文儒雅、很照顧學生的長者。」慈濟大學口

材所所長李彝邦回憶，江俊斌是他就讀中山醫學大學牙醫系時的講座教授，也是他報考口腔病理專科時的筆試與口試老師。

口腔病理相對冷門，卻是牙科的基礎學問，了解口腔病理才能對症下藥，但收入卻比不上植牙，報考人數歷年來屈指可數，當年應考的也只有李彝邦一人。

考試項目是筆試和切片閱片，江俊斌看到李彝邦很緊張，以輕鬆語氣安慰他：「沒問題啦！你一定可以的。」教授和藹可親的眼神，果然大大鼓勵了李彝邦，順利通過筆試。

可是口試就沒那麼簡單了，「老師覺得我讀的書不夠多，口試三次才過。」江俊斌的博學和嚴謹，讓李彝邦印象深刻，「老師其實待我們如孩子一樣疼和照顧，常常鼓勵和指導學生多寫論文爭取升等，或引薦學生去當病理科老師等等。」

「老師在口腔病理的研究和

臨床診斷，目前臺灣幾乎無人能出其右。」李彝邦說：「尤其老師願意傾囊相授，例如在學生時代，我們難有機會學習到冷凍療法，或專治口腔扁平苔蘚的黏膜皮下注射，老師放手鼓勵我們執行，『這很簡單，不要怕！』他慈藹、耐心地在一旁指導，讓我們安心地治療病人。」

醫病，從醫人醫心開始

二〇一七年，江俊斌從臺大退休；透過昔日臺大同事、慈大口腔所特聘教授林俊彬引薦，二〇二〇年受邀加入花蓮慈院，擔任牙科部口腔病理科主任。

江俊斌認為，醫病須醫心，特別是口腔黏膜疾病和生活壓力或習慣密切相關，必須耐心地了解患者的身心狀況，才能對症治療；如果醫院只注重營收，在乎看診人次，就縮短了問診時間，難以防治相關疾病。

江俊斌總是耐心地向患者解釋病情，並詢問近況和生活習慣，試圖從中找到病因；有些患者缺乏營養知識，他不惜花時間引導，給予飲食建議；有些病人想多了解病況，他也会進一步提醒生活中該注意的細節。

李彝邦表達感恩：「老師來花蓮慈院之後，相關的病人都得

到良好的診治，尤其像口腔扁平苔癬這種會反覆發作的自體免疫疾病。老師研究出一套正規的治療方法，先控制症狀，然後從『心』下手，讓復發的次數減少，提高病人的生活品質。」

花蓮好山好水，讓人不由自主地放慢腳步；慈濟醫院的醫療理念也與江俊斌契合，「在這裏

我可以跟病人好好聊天，給他們一點心理建設；同時傳承經驗給年輕醫師，心情蠻愉快的。」

多年教學經驗讓江俊斌觀察到，多數牙醫系學生對口腔黏膜疾病所知有限，即便口腔病理與診斷是必修課程，若無臨床應用的經驗，加上畢業後多偏向高收入的領域，口腔病理專業的醫師與師資相對就會減少許多。

目前全臺口腔病理專科醫師與合格師資約二、三十位，慈濟大學口腔材所身為東部唯一牙醫相關研究所，正擔負起培育口腔病理人才的重任。江俊斌希望自己能再貢獻幾年所學所能，協助培養更多醫師投身東部，為牙醫系未來奠定師資基礎，也為東部居民帶來希望與保障。

（照片提供／花蓮慈院）



江俊斌二〇二〇年起受邀加入花蓮慈院牙科部及慈大口腔材所，傳承專業也培育人才。

（照片提供／花蓮慈院）



## 慈濟柬埔寨義診現場觀察

# 高效、細緻、有溫度

三天三千六百多次的大型義診，我穿梭在眼科、牙科、內科、中醫與外科採訪，也看見來自五個國家地區的團隊合作，明確分工，在有限時間內救治最多病人。

慈濟跨國醫療團隊今年五月三十日至六月一日，在柬埔寨進行大型義診，採訪時所見，

清楚的區域規畫及品質保證的產出。

義診第二日，我進入眼科診間，右側區坐滿患者，他們面對的另一側空間即是眼科手術室；兩間手術室各配置兩名醫師，在護理師協助下，這一天預計完成一百五十臺手術。「只要民眾願意等，我們可以一直做到傍晚。」唐榮謀（Julian Tong）師兄以流利的英文說道。

以當天流程估算，手術從早

上七點進行到晚上六點，中間休息一小時；四位醫師平均每小時需處理十五臺手術，每位醫師負責三到四位病人，每位病人的手術時間約為十五至二十分鐘；最後依病人就診情形，一天實際執行了七十二臺。

唐榮謀眼神中帶著幾分英氣與銳利，笑起來卻格外親切。他是菲律賓資深慈濟志工，主要負責後勤管理。他向我介紹等候區中，病人術前點用散瞳藥水與人

以眼科和牙科為例，兩者在診療運作上存在著某種共同性，一種猶如工業流程的機械美感，每個環節都有明確的專業分工，

展現出來的智慧。



菲律賓眼科團隊專注執行手術（下圖）；並在術後隔天安排複診，一位病人戴上志工發給的護目鏡前來（上圖）。

（攝影／Jamaica Mae Digo）



免灰塵飄入或手部觸碰。」唐榮謀拿起桌上的眼藥水向我展示：「病人眼睛癢的時候，可以使用這個。」

我向唐榮謀師兄表達，對菲律賓賓眼科團隊合作無間的震撼。「其實我們在菲律賓賓眼科中心平常就是這麼做。」他微笑地回答。我好奇維持這樣高效率的運作模式，需要多少人？「這取決於看診人數的規模，」他說這次

菲律賓慈濟團隊出動了二十四人，加上約十名當地翻譯志工。「如你所見，一切運作得相當絲

牙科病人經過初診分類後進入診間，四位牙醫師分工為病人吸唾、持手電筒照明等，協助治療進行（右圖）；一位小女孩結束治療，與牙醫師開心合影（左圖）。（右／蔡夢萍攝影左／潘慧文攝影）



工水晶體的配發流程。

每位病患在病眼上方的額頭貼有一張標籤，標示英文字母「C」或「P」。我所見的大多標示為「C」，代表白內障（Cataract）。「P」則是翼狀胛肉（Pterygium）。標籤上同時印有編號，這個編號對應到病人所領取的人工水晶體外盒編碼，確保配發無誤。

雖然置入眼球中的人工水晶體不必客製化，但仍需依據術前測量患者眼軸長度與角膜弧度等數據，選擇相應尺寸。唐榮謀笑著解釋：「每個人的眼睛大小不一樣。」

我跟著他走出診間，外面幾十排的病患額頭貼著標籤等候著；短短的十公尺路，來到另一棟樓，這棟建築由一條長長的走廊貫穿，兩側放滿椅子，供術後的病人坐著休息。

「病人會在這等待領取護目鏡（goggles），保護眼睛，避

滑。」

強大的團隊後援，才能讓四名眼科醫師專心致志地進行一場又一場手術，也是他們有把握在一天之內可以治療上百人的關鍵。

強化初診，即刻解決最痛

在見識過單日預備百檯眼科手術的高效場景後，隔日我來到眼科正前方、由新加坡團隊負責的牙科診區。

在牙科報到處，穿著藍色手術服的陳添旺牙醫師手持手電筒，逐一為病人檢查口腔，請他們張大嘴巴，判斷需要拔牙、補牙或是洗牙，並將結果填寫在看診單上歸還病人；針對特殊個案，他也會註記採用根管治療或是口腔手術。

經過陳添旺的初診把關，病人被分成三組：拔牙、洗牙和補牙；同一組的患者們坐在一起，



候診時會有志工前來衛教，教導如何正確刷牙，刷到牙齒的每一個面。

牙科診療室是個寬敞的長方形空間，所有牙科椅都背向中央，沿著四面牆排開，圍成一圈；中央大長桌放著大量且排列整齊的器械。行動迅速的許智亮牙醫師穿梭其中，時不時走出來，從不同組別的候診隊伍中引導患者進入，安排坐上剛空出的診療椅。

許智亮受訪時，肯定陳添旺在報到處一夫當關的重要性：「病人領著他寫好的單子進來時，醫師們就能依照上面的指示直接治療。」

許多病患蛀牙過於嚴重，只能當場拔除；但若是二、三十歲甚至更年輕的病患，醫師盡可能採用根管治療，保留牙齒。「根管治療有時需要兩次或三次，我們先解除他的牙痛，之後轉介到TYDA（東埔寨總理青年志願

醫師協會）醫師服務的義診中心或是他們所在的醫院，繼續療程。」許智亮說明。

牙科診區井然有序的背後，能窺見對現實的考量。例如有拔牙需求的病患有時也會需要洗牙或補牙，「我們會根據病人的整體狀況，決定處置的優先順序。」許智亮說。為讓所有求診者都能獲得最適切的醫療處置，牙科團隊需在有限人力資源下，達到服務效能最大化。

無論是新加坡牙科團隊或菲律賓實眼科團隊，共同點就是志工在每個環節各司其職，專注執行預設好的幾種醫療處置，以維持高品質及高效率。

### 深入問診，紓解身心壓力

內科、外科及中醫的醫師背景各異，國籍不同，專科領域也相當多元；以內科為例，就有腸胃內科、家醫科、心臟內科、血

液腫瘤科等。無論他們平時在醫院採用哪種精密器材，在義診現場需回歸到觸診和問診，聚焦於解決居民的病痛。

義診在茶膠省泰格巴縣立轉診醫院辦理，臺北慈濟醫院副院長、胃腸肝膽科醫師徐榮源非常肯定這次新加坡及東埔寨主辦的跨國大型義診，「設備非常完善，是我參加過非常好的一次義診。他們的X光、超音波、心電圖與基礎檢驗站，其他如血壓計、消毒水、壓舌板、聽診器，還有各種轉診單和檢驗單的設計，都非常完備。」

身兼北區慈濟人醫會召集人的徐榮源有感而發：「臺北慈院這次派了四位非常資深的醫師來學習，對未來無論在海內外辦理義診，都可以當作學習的模板。」

在動線安排上，外科、中醫及內科沒太大差異，後兩者則是屬於問診較深入的科別；馬

來西亞內科醫師陳書賢，以及在慈濟大學完成物理治療課程的法籍中醫師安博宇（Nicolas Berger），就發現病人除了病痛外，家庭所面臨的經濟困頓。

一位面色憂愁的中年女士帶著女兒前來，陳書賢先查看她們帶來的健康檢查報告，確認女兒罹患糖尿病，於是開立相關藥物。女孩表情稚氣，問診過程中沉默不語。陳書賢進一步詢問後得知，她有心智障礙，雖可自理生活，卻沒有工作能力。

考量糖尿病是需長期服藥控制的慢性病，陳書賢關心地詢問女士，是否有能力持續負擔藥費；女士坦言仍背負房貸，原本夫妻倆尚能應付，直到兩個月前，丈夫車禍後無法工作，家中經濟才陷入窘迫。

陳書賢十分不忍，於是告知在現場忙前忙後的慈濟東埔寨聯絡處負責人謝明勳師兄。謝明勳隨即安排母女倆在現場用餐，午

後由社工及醫師一起回到病人的家訪視。離開前，這位女士再度遇到陳書賢，並且連聲謝謝；這個畫面，讓陳書賢回國後依然難以忘懷。

安博宇在為一位車禍後半身癱瘓的小男生看診時，發現他的下肢仍能做出細微的動作；安博宇請東埔寨志工留下小男孩的資訊，並表示自己日後很願意再回來為小男孩治療。

### 轉診追蹤，慈善醫療結合

義診選擇的地點往往是醫療資源較為不足，例如徐榮源提到的X光與心電圖等儀器，在過去較為少見，包括牙科和眼科團隊仍舊需要自海外攜來手術器械。不過曾來東埔寨義診的醫師們，

此次都對當地顯著的經濟和建設發展有感，政府單位也大力發展醫療，支持醫師出國學習新技術，以及投資各大醫院的醫療設

備，因此義診可動用的資源逐漸增加；加上全國性的非營利組織TYDA能與慈濟合作，更為義診增加了轉診的功能。

負責這次義診流程規畫的新加坡志工曾秋莉說：「TYDA醫師在現場設置了轉診櫃檯，這是以前沒有的。」TYDA負責接洽轉診病人，若他們有交通和醫療費用的困難，慈濟也會給予協助，可以說是醫療和慈善的緊密結合。

隨著時代變化，各國國情都會影響慈濟義診進行方式，慈濟人醫團隊、慈濟志工、非營利組織及政府單位，未來可以如何合作，都會是一場全新的挑戰與學習。

（經）

延伸閱讀——  
慈濟東埔寨義診  
系列報導





# 交給醫師來擔心

大腸鏡和電腦斷層確定她大腸癌合併肝臟轉移，我建議手術加上化療，安慰她不要擔心；但化療那段期間，我也非常擔心，祈求菩薩庇佑她。這段過程很漫長，但我們過關了！

## 故

事要從四年多前說起，一位婦人來到我的門診做人

生第一次的糞便潛血篩檢，報告結果是陽性。她憂心忡忡地詢問

該怎麼辦？我說先不用擔心，你才五十歲而已，很年輕，我們安

排大腸鏡檢查一下，如果沒有瘰肉、沒有發炎的狀況就沒事啦！

她接著問：「我會不會是得癌症？」我反問最近腹部有不舒服

嗎？她說沒有，我請她先不要害怕。

一週後她回來診間看報告，

我告知她的腸子長了一個腫瘤，

而且大到快要塞住腸道了。她才坦白地說其實排便不順有段時間

了，擔心自己是否罹患大腸癌？我還是安慰她沒關係，我們再排

個斷層掃描檢查，確定身體其他地方都沒問題，就開刀把腫瘤拿

掉，一切就過關了。

斷層掃描檢查後發現，肝臟

也有兩顆腫瘤，所以確定這是大腸癌合併肝臟轉移，在臨床分期

來說屬於第四期，也就是大家口中的末期。過去聽到癌症末期，

就覺得好像站在死神旁邊，不過

醫療科技日新月異，我建議她先開刀處理腸腫瘤，接著做化療把

肝臟腫瘤控制住後再切除，接續做化療，避免復發的情況發生。

這段過程聽起來很簡單，事實上經歷蠻漫長的時間，還好一切都

非常順利。

這個案例是發生在新冠肺炎

疫情期間，那時人心惶惶，大家去藥局排隊買口罩、預約登記打

疫苗，不知道能不能順利看到明天的太陽，每個人都被關在家無

法外出，出國更是不可能的事情。當時這位婦人的女兒在日本工作，她不想讓女兒擔心，所以沒有讓女兒知道自己的病情。

化療那段期間，我非常擔心，萬一藥物對她的腫瘤沒有

效，很有可能會擴散轉移出去，

那樣的話就真的「末期」了。我能做的就是替她祈禱，希望菩

薩庇佑她順利度過人生的難關。

人生過程難免遇到低潮，很高興我們順利挺過那一關。這是

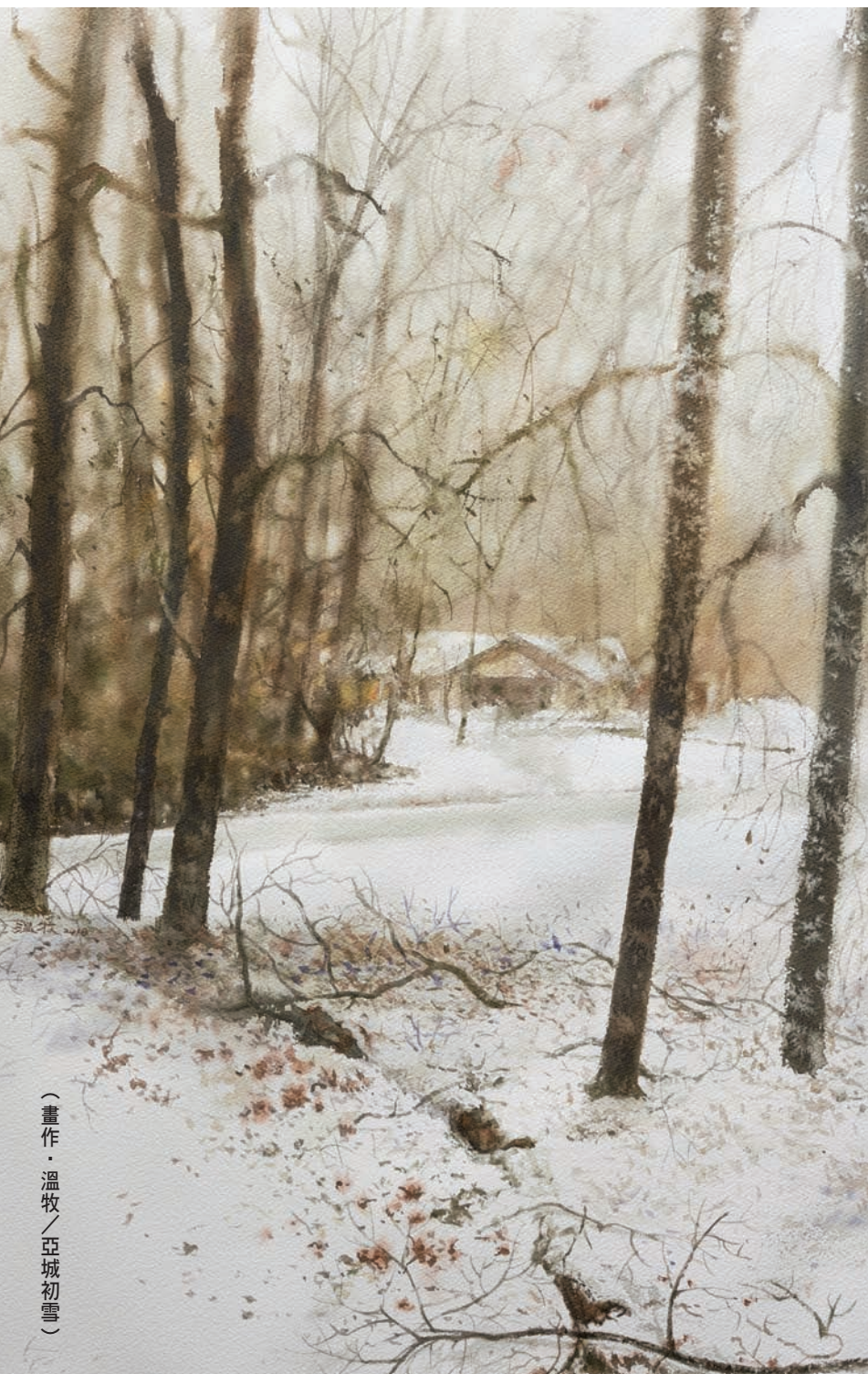
一個最壞的時代，但我也深信危

機就是轉機，最壞的時候也是最好的時候，而且我相信一切磨難

終會過去，陰影的背後永遠有光

明。（摘自二〇二五年六月十七日志工早會分享）

（經）



（畫作・溫牧／亞城初雪）



# 我們一起玩

**問** 孩子在班上遇到同學組小圈圈，刻意不跟他玩，造成心理受傷。該如何引導孩子處理人際互動？

**答** 孩子三歲左右的時候，話題都是：「我媽媽說……我爸爸說……」那個階段，父母就是孩子世界的一切。等到進入小學到五年級以前，眼界變大了，面對同學或父母會轉述：「我們老師說……」五年級之後，孩子的話題變成：「我們班同學說……」孩子的成长與改變是有跡可循的。

如果遇到班上同學組小團體，刻意被冷落、被排擠而感到

難過，父母可以怎麼引導呢？

相信孩子會找到方法

孩子如果回家說：「同學組小圈圈，不跟我玩。」父母聽了一定會焦慮，甚至會想：「我想為孩子做……」但其實這時候最需要做的是：冷靜與傾聽。

父母可以關心地說：「怎麼啦？」或「還好嗎？」先引導孩子將內心的感受和委屈說出來，

接下來再問：「你覺得可以怎麼做？」經過情感的同理和理智的討論，孩子一定可以為自己的人際關係找到出路。

現代人際關係普遍冷漠，就算是鄰居，出門相遇也像陌生人，甚少主動打招呼，更不要說相互幫助。如果父母用這樣的態度和鄰居相處，孩子也在無形中學到自私與冷漠，長大後，他的人際關係要好，真的很難！

父母在孩子小的時候，看到

鄰居可以帶著孩子一起打招呼：「洪阿姨好！」「謝謝馬老師送蔬菜給我們！」

鄰居有困難的時候，也要帶著孩子一起幫忙。前陣子，隔壁廖太太來按門鈴：「李老師，我們家有塊長雜草的地方清不到，可以請您幫忙嗎？」我馬上答應，並跟兒子講這件事，兒子立刻回應：「我的手比較長，我來幫忙清理。」人際關係三分靠注定，七分靠教養，但人際互動技巧是可以透過家庭教育來培養的。

父母身教是最好的引導

一般而言，人際本來就是小圈圈，合則聚，不合則另擇圈圈，或者也可以找朋友自成一圈，有歸屬感、能安頓就好，不用硬湊上去討好誰。刻意迎合別人，是人際關係的第一個地雷。父母看到孩子被拒絕，會非

常心疼，「拿物質去幫忙孩子交朋友」，長期而言是無用的，請父母千萬不要這樣做，這也是人際關係的第二個地雷。

這時候要處理的是：孩子

是否是永遠被

拒絕的人？孩子的個性和應對問題的方式有沒有需要調整的部分。沒有誰有義務照顧、接納我們的孩子，所以要讓孩子在團體中有可見的優點，才是當務之急！

有需求、有反省才有改變的可能。建構孩子的人際關係，並沒有教科書提供參

考，唯有靠父母運用智慧，在發生問題的當下，立刻說明和引導，加深孩子的印象；父母更該注意：「身教，是最重要的教養方式。」

（總）





廣結善緣不只在於「給予」與「接受」，  
雙方心意的契合和相互尊重，也許才是重點。

撰文：周柔含（慈濟大學宗教與人文研究所教授）

「志」工班上課時總是熱鬧非凡，一走進教室，便見同學們笑容滿面、談話聲此起彼落，氣氛溫暖而融洽。教室一角的桌上，擺著大家帶來的餅乾零食、水果茶點，有時「師姊同學」會主動分送這些充滿心意的點心，共享溫馨時光。

有一回，課堂討論的主題是「廣結善緣」，班長分享了一段剛發生的插曲：「上課前，師姊遞給我一包蘇打餅，我當下脫口而出：『我不要。』她又遞過來，我頓了一下，心想，接受別人的好意也是結善緣，就回應：『我帶回家後，再看看怎麼處理吧。』」

「其實我心裏明白，帶回去後很可能就擱在一旁，最後也許根本不會吃。這樣的接受是否反而結下了不清淨的緣？因為接受餅乾的那一刻，我的心念仍在『要不要、該不該』之間打轉，難以安住。唉！我發現自己真的不太懂得如何廣結善緣，應該學學師姊時時樂於與人結好緣才對啊！」班長語帶自省地說。

我這樣回應：「緣」是關係，「結緣」就是建立關係。將物品分享給人固然是廣結善緣，但若對方無此需要，我們卻堅持對方收下，而未覺察到對方的為難，讓這分關係產生煩惱，這可以說是「善緣」嗎？

反過來說，就受者而言，若明明不需要，卻因不忍拒絕而勉強接受，心中產生抗拒與無奈，是否算得上與人結善緣？廣結善緣不只在於「給予」與「接受」，雙方心意的契合和相互尊重，也許才是重點。

此中的微妙值得深思：接受者，為何無法坦然地說出「不需要」？顧慮的是禮貌、人情？還是怕辜負或傷害對方的好意？而給予者又為何難以接受對方的婉拒？是否誤將對方的回絕，視為對自己善意的否定？

若所分享的是公共物資，這看似好意的堅持，或者誤以為是「結善緣」，其實可能反而造成十方物資的浪費。

善的循環不只是給予與接受的形式，更是內心是否真誠、清淨、自在。在看似尋常的互動中，善意與關係、誠意與界限如何建立，皆值得我們以覺照之心體察，虔敬學習。

◎

證嚴上人

袖履足跡

撰文：釋德侃



【靜思小語】無常是最真實的道理，要看得開、想得透，不受煩惱糾纏。

# 不受煩惱糾纏

6

1

《農曆五月·初六》



## 福慧相傳，福慧相生

菲律賓四合一幹部與上人座談，提及因病在花蓮慈濟醫院治療的菲律賓分會副執行長蔡昇航師兄，師兄師姊皆表達不捨與祝福。上人說：「人生苦，苦在哪裏呢？最近感到心苦，心有所求，卻無法順遂。師父這輩子對自己是無所求，因為人生本無常，沒有永恆的人事物；佛陀八十歲入滅，不過佛陀的慧命永存，他的智慧還是延續在人間，因為處處有佛法，還有許多人信仰佛法。」

「要用真誠的心信仰佛法，佛陀已經為我們指出真實的道理，再怎麼煩惱，回過頭來還

是要說人間無常啊！這是最真的法，人的生命在生老病死的無常中，一切物品的物命在成住壞空的變化中，我們的心念起起落落，也都在生住異滅的循環裏。最重要的，我們要看得開、想得透，就是真正覺悟。」

上人指出，世間的人事物都是隨著因緣生滅，人是隨著與父母的緣而出生在這個家庭裏，而出生後的人生劇本是過去生所寫。慈濟人隨著自身的因緣出生在不同的家庭，但也有共同的因緣會合在慈濟，同行菩薩道。其實道理說起來就是這麼平常，但人們大多想不開，所以受煩惱糾纏，要能夠自我解套。「雖然擔

憂昇航，但我還是對自己說，生死因緣就是自然法則。醫療團隊不放棄，盡心力救治，且大家都很虔誠地為他祝福，其他就要靠因緣；我們要看得開，也要想得透。」

「對於任何一個人，我們都要珍惜因緣，並且相互勉勵，精進同行菩薩道；如果已經走在菩薩道上，我們永遠都很放心。我對昇航也很放心，因為他從很年輕就投入，身為慈青也帶動慈青，畢業後投入志業，這條道路是他自己走出來的，而且自己開道鋪路，所以我們不用擔憂他的路，只是這分情難捨，我們要祝福他。他的心很清淨，要看他此生與世



菲律賓四合一幹部分享團隊所描繪的理想領導人特質——具責任感和藹可親，形容彷彿在場的菲律賓分會副執行長楊國英師兄（左一）。（6月1日）

間的因緣有多長，我們唯有盡心力為他祝福。」

「人生就是如此，慈濟人會合在佛法中，佛法教我們知無常，要自我警惕且勤行於道，這條道路要好好走，用心往前開拓，無論人生是長或短，只要我們方向正確，路鋪得平坦，將來還能繼續接著走。此生的時間有多長，是靠自己的因緣而定，也要靠自己珍惜法脈。」

「我們的法脈是污染或保持清淨？保持清淨就是走正道，為人間付出，運用佛陀教導的菩薩法，廣行在人間，即『六度萬行』。人人都有這分心，走同一個方向，各盡力量，就能讓菩薩種子從『一』生無量。」

上人指出，佛就是覺，學佛就是學得覺悟，而覺悟之道就在腳下，認清了方向，就要不斷向前走，日日精進。眾生有種種煩

惱無明，而佛教徒已經入佛道，看見人間苦難，就要設法拔除，這就是佛教徒的使命。

上人說，無論身在何方，慈濟人都是在這條覺道上學習的法親，要相互砥礪，步步精進不懈怠；福與慧就像雙腳，前腳跨出，後腳再跟著邁進，慧傳福、福成慧，福慧相傳、福慧相生，福與慧在人間平行並進。

## 輕聲柔語，引人向善

高雄線上讀書會團隊返回精舍，與上人分享線上聞法，以及跨區、跨國交流討論法益的心得與法喜。上人表示自己聽了與大家一樣滿心歡喜、法喜充滿：「我覺得自己很有福，而我的福是來自於特殊的因緣，並且是歡喜、法喜的好因緣；天天登上雲端看人間，不只看見人間百態，



也能看到覺有情的人間菩薩，每一位都是『大有情』，因為你們的起心動念都想著如何將好話傳給人，帶動好人做好事，而且都回向給師父，說是師父教你們做的。」

上人說，佛陀度眾生，必須走入人群、親近人間，才能牽引人走上覺道。線上讀書會的成立，就是透過人與人之間的宣傳、引導，讓人知道而來參與，也經由這個平臺將人與人之間的情牽起來，每個參與者再邀約更多人來參加，讓愈來愈多人吸收善法。

上人說，法就如水，是每個人都需要的，只是有人覺得清水淡而無味而不願意喝，就需要給予甘甜、酸、鹹或辣等調味，因應各人的喜好，讓他們樂於飲用。其實無論是什麼味道，本質都是水，最重要的是讓人吸收而發揮其作用。同理，古聖先賢要將他

們所覺悟的道理傳給大眾，如老莊、孔孟，以及世界上各個正信宗教的教法，雖然各有不同，但都是引人向善，向有緣接觸到的人傳法、傳道。

上人指出，教導人要讓人受教，若是輕聲柔語，會讓人感覺很甜、很貼心，所說的話能讓人常常記得，感受到愛，能夠促進社會祥和；若說一句惡語，也會常常讓人記得，但卻讓人起瞋恨心，或許還會擾亂社會。

要向大眾廣傳善法，還要突破語文障礙，上人感恩團隊裏有外語專業人員，能為不同語系的成員翻譯，讓他們聞法與互動沒有障礙；除了口譯，還要將大家的聞法心得與筆記整理編輯成書，翻譯成多種語文，才能長久流傳，讓後世聞法受益，且不同語系的聞法者看到自己熟悉的語文，會覺得很貼心，更願意深入

了解，所以外語翻譯也是度化人間的方法。

「人間的覺道就是佛法，從起步到目的地，在學與覺之間，會經過漫長的菩薩道；要走過這麼長遠的路才能到達，方向一定要保持正確。」上人表示，生而為人，首先要守好做人的本分，要守倫理秩序，互動有禮節，孝順父母、敬事師長等等，都是很基本的尊重，能尊重才會認真——認清楚真實的本性。

「人人本具佛性，但是我們迷失了，所以成為凡夫；能從凡夫脫穎而出，就是覺有情，否則還是迷有情。所以學與覺中間這一條道很重要，一定要行菩薩道，而且不能中斷，走過這條道路才能看見目的地。如同《法華經·化城喻品》所述，『寶處在近』，要從化城再起步，再往前走沒多遠，就到達寶處。」

「這條人間菩薩道，你們已經走多久了，不要放棄，後面所剩的路途已經不遠，寶處在近，回歸本性。此時大家共聚一堂，這裏就是人間菩薩的寶處；即使你們回到高雄，在各自的居住地，

也要時時叫醒自己，時時都在寶處，而且法親要相互提醒、相互牽引。」

上人說，接引眾生有很多方法，而大家在線上讀書會經營得很好，要拉緊這條網路線，擔起

天下米籬，廣施法糧，在網路上要寫善法、傳好的訊息，隨時可說、隨時可傳；點點滴滴不斷累積，久而成甕，這就是法水。「閱上雲端」，慈雲普潤，慈悲的雲聚合，可以普降法雨潤澤群生。

【靜思小語】任何一個人都不知明日事，但能為未來累積好因緣。

## 過去、現在、未來 6/2

《農曆五月·初七》



### 永不離開慈濟

上午近八時，菲律賓分會副執行長蔡昇航師兄因罕見血癌，圓滿此生，並成為大體老師。在其五十一歲的生命中，自二十一歲走入慈濟，成立菲律賓慈青，

投入志業三十年期間，始終精進不輟。

菲律賓分會執行長楊國英等師兄師姊談及蔡昇航師兄離世，不捨之情溢於言表。上人說：「雖然他才五十一歲，不過師父認識他很久了，從慈青一直到現在，

很不捨，也無奈。不過他的因緣很好，你們剛好在這裏，也跟他見一面，他都清楚。人生無常，因緣到了就要離開；但是他不會離開慈濟，說不定他現在已經出生在另一個家庭，已經再來人間，脫離了生病痛苦的身體，已經是



活潑健康的孩子，在慈濟人的家庭成長，我們要為他祝福。」

上人請師兄師姊回菲律賓以後，要對昇航師兄的朋友以及他所陪伴的慈青同學說，人生無常，且脫離不了自然法則；大家也要發心，把握時間，結合力量，把當前推動的志業事務做好。只要大家有信心、能合心，可以為當地社會做很多事，尤其菲律賓貧富懸殊，需要慈濟照顧的人很多，義診也很重要。即使昇航離開了，大家要繼續進行他原本在做的慈濟事，等著他再來接棒。

### 緬懷昇航師兄

基金會主管同仁分享後，清修士蔡思一與蔡青兒師姊分享哥哥昇航師兄投入志業的身行典範，最後眾人以慈濟歌選〈生生世世都在菩提中〉共同緬懷昇航



臺東聖母醫院鄭雲修女（中）  
由志工陪同來訪，問候上人。  
（6月2日）

師兄。談到昇航師兄往生，上人說，相信他也祝福他生生世世都在菩提中。「在我的心目中，他永遠是年輕人，很投入、很會帶動人，是年輕人的典範，永遠在我的記憶中。想到他，就要好好挺起胸來，多把握一秒鐘，多一分精進付出，也就是回報父母恩、回報菩薩恩、回報佛恩。」

「生老病死是自然法則，但是佛陀還是教我們要放下，捨、捨、捨，要捨去一切煩惱情感，至誠祝福。」上人說，回顧昇航師兄短短五十一年人生，已經值得稱為人生典範。他自青年時期走入慈濟，直到他成家立業，亦承擔起菲律賓慈濟志業。只是師兄過去生所造的因、結的緣，讓他此生壽命較短，不過他樹立了永久的典範。

上人說起昇航師兄屢次在菲律賓進行濟貧與賑災發放時，走

入人群中，拿起麥克風對大家說話，帶領本土志工或居民「以工代賑」清掃家園，搬運物資等，還會鼓勵大家存零錢做好事，居民都受到鼓勵而歡喜響應。所以不只是菲律賓慈濟人都認識他，他也與各地居民結了很好的緣。無論大小事，他總是很願意承擔，很認真投入，付出很多。

昇航師兄正值壯年卻因病往生，上人教大家警惕無常，任何一個人都不知明日事，過去所造的因已定、緣已成，唯有把握當下，不斷為未來累積善因緣。「過去造作的，我們現在要負責；對於未來，我們也要承擔。雖然捨不得他，但還是要把不捨的心情放下。」對於父母來說，白髮人送黑髮人的心痛，一時難以放下，心靈的傷痛只能等待時間慢慢恢復。上人教在座的蔡青兒師姊與思一師兄陪伴父母走出傷痛，也

要帶著他們投入慈濟活動，不要閉門在家哀傷相對。

「如果總是念著他，這分情放不下，就是癡情。再如何思念總是拉不回、留不住，我們要啟發智慧，把握不斷流逝的時間，好好了解真諦，耕耘心田。經就是道，道就是路，這條大道一直在我們的面前，假如受到境界影響，忘記我們此刻都走在這條道路上，稍微偏了一點點，差毫釐就失千里。」

「我們的心思如農夫耕田，要先把土地整平再鬆土，接著耙平再播種。種子一與土壤接觸，會合空氣、水分、陽光，就在不知不覺中萌芽，不斷地動作。即使是很微小的種子也有殼，播種之後，外殼裂開了，種子的生命力也在掙扎，根與芽掙脫外殼，就會不斷延伸。人的魂魄脫離軀殼時，我們要為他祝福，不要讓

他的魂魄被外境的聲音困擾而拉住。」

「他這一生已經成就未來的種子，天天累積好緣，現在要趕快讓因緣會合，不要因為親友的啼哭擔憂纏住他，而是要歡喜祝福，讓他脫離病痛衰弱的舊軀體，解脫紛擾的人間，了無煩惱，讓清淨的魂魄與好緣會合。每一個孩子出生時總是啼哭，可見從母親的胎胞裏是如何掙扎而出，這就是生死大關。」

「修行者所要學的，就是修來世行。我們是乘著前世的因，牽著前世所結緣，借父精母血結成，藉著媽媽的胎胞而來人間。我們要求生生世世都在菩提中，菩提就是『覺』，要學習永恆的覺悟，不要一念迷失，讓那一顆清淨的種子基因突變。他此生的『果』已經結成，脫殼而去，『因』落在哪一個家庭，投胎去



了，從母親的胎胞出來以後，意識剎那之間與人間接觸，哇哇大哭；我們把捨不得的痛苦放下，他就會在那裏順利出生，不會在胎胞裏掙扎太久。」

「所以要放下他，同時祝福他，為他念佛，轉煩惱無明成為誠信——用最誠懇的心，相信因緣，讓他了無牽掛，換一個健康的身軀再來。雖然真的要放下很

困難，不過這就是修行者要修的路。相信昇航他有修，很清楚道理，所以他的因緣到來時，不會再拖延，就這麼瀟灑而去，沒有受到太久的病痛折磨。」

上人說，醫療團隊判定昇航師兄的疾病很罕見，現在他已經解脫而去，但願他可以讓醫界多了一個研究的病例，找到醫治的方法，造福其他患了同樣病症的

人，也是功德一樁。

「感恩大家為他助緣，一群一群去為他助念。他此生很清淨，投入慈濟三十年來，做了很多事，累積了很多好因緣，所以我們也不用掛礙他，只要知道他的生病到往生，是給予我們生命教育的一段課程，所以我們要學他，道心堅固，不斷做好事，積極提升生命價值，也讓慧命不斷增長。」

【靜思小語】蓮花吸收污泥的養分而成長，逆境是菩薩修行最好的道場。

## 啟發菩薩心

63

《農曆五月·初八》



用心行善，不爭長論短

上人與黃思賢師兄談到，娑

婆眾生在遼闊無際的大宇宙間之微小，遂時時以小螞蟻來警惕自己，不能自大，要縮小自己、守

本分，守志奉道。時間、空間、人與人之間，這「三間」若有不平衡，就是「無間」了，所以要

謹慎。

「師父這輩子與人無爭、與事無爭、與世無爭，只是本分地做自己，有因緣就把握因緣、珍惜因緣。昇航才五十一歲，單純善良，大限來時也是留不住，擋不住也求不得。自他發病以來，師父一直掛心，他這樣去了，趕快回來找到好因緣，寄望他於未來。」

「要延續法脈，就要靠大家『守志奉道』，則『其道甚大』。

我們不要與人爭長論短，尤其值此大時局，時勢很令人擔心，但是再怎麼擔心又奈何？還是要很精進，要用心行善，不要一直與人爭，為小事衝突卻惹來大事。」  
「師父期待弟子顧慧命、守平安，我們總是要關懷貧病，很純粹地行善，行有餘力，在臺灣有因緣可以蓋醫院，四大志業都有慈濟的人文品質，如規矩矩。

人文志業以揚善、教育為方向，引導大眾發揮愛心、保護生命。要如何保護？我們盡量宣導茹素，守善弘道。」

度人行善，從家庭開始

馬來西亞霹靂支會師兄師姊與上人座談，分享生命歷程與投入慈濟的轉折和法喜心得。上人說，師徒之間在過去久遠劫前已經結緣，生生世世同行菩薩道；或許也在佛世時共同聽聞佛法而起歡喜心，故而種下學佛修行的因，彼此也結下好緣。

「我們都是『覺有情』人，聽聞佛法就能歡喜接受，即使還無法徹底覺悟，但是有情牽連；只是我們的無明厚重，每一生、每一世都聞法修行，聽了以後有感受，有一點點覺悟，但是日常生活的起心動念，都在增長無



馬來西亞霹靂支會慈濟人敬呈慈善個案繪製的牡丹圖作品。  
(6月3日)



明；覺悟只有一點點，無明卻很多。所以在長久的時間以來，生生世世、重重疊疊，覺悟的有情增長，永遠趕不上無明的增加。」

上人說，此生有緣會合在慈濟，繼續聞法學習，要身體力行佛陀教導的菩薩法。常告訴大家「經者，道也；道者，路也」，就是要讓大家更加了解「道」，就是人人的本性；要發掘本性，就要走這條路。其實「佛在靈山莫遠求，靈山只在汝心頭」，人人本來就有一座靈山塔，不需要遠赴他方求法，只要好好自我啟發、精進修行。

上人說，要度人行善，首先

要讓家人歡喜支持。馬來西亞慈濟人當中，有不少夫妻同修，讓師父最為安心歡喜。「如果另一半不支持，你們也無法安心投入；得到另一半支持，讓你們可以專心做慈濟，如果夫妻合力投入，力量更大且福慧具足。期待慈濟人虔誠立願，從家庭開始啟動。如果沒有做到讓你們的家人滿意，反而讓家人不滿，這就是缺點。我們要做到讓社區鄰里都讚歎這是很美的家庭，夫妻都在做善事，全家支持，就是典範家庭。」

上人表示，愛的能量可以淨化人間、美化大地，就如蓮花雖然生長在污泥池中，但它出污

泥而不染，還能淨化水質、美化環境。每個人心中就有一朵清淨的蓮花，只要讓人的心靈都能開出蓮花，「心蓮萬蕊造慈濟世界」，成就人間淨土。

「蓮花是吸收污泥的養分而成長，如果沒有污泥，蓮花就無法盛開。同理，人間雖然有許多無明煩惱，充滿貪瞋癡慢疑；因為有這五毒，造成人間種種苦難，才能啟發菩薩心。所以師父教大家無論如何都要感恩，逆境就是菩薩修行最好的道場。你我同心同願，要相互勉勵，不斷接引人間菩薩，多一位菩薩，就能將人間的污濁多淨化一分。」

【靜思小語】老師以身教引導學生建立品格，就是成功的教育。

## 教育成功

645

《農曆五月·初九至初十》



### 邀約慈濟校友共聚

六月四日，聆聽教育志業主管同仁分享後，上人開示，臺灣西部教育很充足，然而在東臺灣，慈濟還需要努力，請大家用真誠的心將慈濟的完全教育做好。「我們不是為營利而辦教育，是為呵護『人』的根本而做教育。我們將慈濟教育做出好品質，將愛的教育鞏固在花蓮，還要用這分真誠與信心繼續努力，讓教育精神永久延續。教育是希望工程，而且是永恆進行的工程。」

「醫療與教育雙軌並行，是很不簡單的，總是走過了起步時的艱辛；我們不只是一要重視、珍惜過去，現在更要用心努力，為未來鋪展四大合一的大道。四大志業一定要連貫，連貫起來就是慈濟志業的完整之美。」

上人請各校盤點歷屆畢業

生，與他們取得聯繫，舉辦校友聯誼，讓大家返校共聚，再度牽起師生情，連結對於母校的情感，對於慈濟教育的發展也是一股支持的力量。

「慈濟志業是以佛教精神創立，雖然我們不曾排斥其他宗教，但是我們自己不能忘記『為佛教，為眾生』的初衷，佛陀是為了教育人間而來。但『為佛教』不是只談佛法，佛法就是世間法，要引導人建立真正有品質的人格，若能將佛法用在生活中，具有覺悟的菩薩情，就是教育成功。」

上人表示，「慈濟學」涵蓋的領域範疇很廣，校長、教授們可以更深入研究。學無止境，尤其生命的教育探討不盡，老師們一面教、一面學，要學得有覺悟，通達道理，才有辦法貼切傳達、教育道理。「學者也要不斷學，才有辦法覺，見到真理就是

『覺』。不要把學問當成工具，能夠教學就好，自身如果沒有修養，難以身教服人。要修養，就要覺悟，建立品格，以品格、行為教化人，這就是真誠的教育。」

### 師徒因緣不可思議

六月五日人文志策會中，上人感嘆人間總是有悲有喜，這就是人間生動的寫照；人文志業為人間寫歷史，無論悲喜都要重視，詳實記錄每一件事。

印順導師在二〇〇五年六月四日圓寂，上人表示在這二十年來，導師的身影時常浮上腦海，「我思我師」，無論時間過了多久，仍然很思念導師。「我與師父的緣很深，當時在慧日講堂，我請慧音法師向導師表達我想拜他為師，導師回眸一看，我們就有這一分的師徒緣。本來我已經



入戒場，因為沒有皈依師父，不符合資格，打包好行囊就要回花蓮；但是那時交通不方便，先借住在臺北菩提講堂，並且利用等待車班的空檔到慧日講堂，想請購一部《太虛大師全書》，也因此遇到導師，認定這就是我要皈依的師父。」

「禮佛、頂禮導師之後，導師寫了一封介紹信，要我帶著信趕快回到戒場。那時候已經封堂不能進去了，不過有這封信，所以特別給我一個安單的地方。原本戒場所有的床位都被排滿了，只好將我安插在一個角落，只要坐起來就會頂到木板，所以無法

坐直，很克難，但我也在那個地方直到受戒圓滿。」

「後來導師要我到嘉義妙雲蘭若，也給我一筆搬家的費用。」上人表示，當時在花蓮慈善寺講經結緣的老菩薩們得知後，聯名寫了一封陳情書給導師，請求緩調三年。「我對她們說，師命不可違，除非大家願意幫忙我做慈善，那我就會留在花蓮。慈濟因緣從此開始，一路走過來真的很辛苦，不過也感到這一路都有不可思議的因緣，成就如今的慈善國際化，醫療普遍化，教育完全化，人文也做到即時傳真、傳善，運用媒體傳播力量淨化人心。」

上人感恩從「五毛錢」直至現在，有許多人支持，才能成就四大志業；而志業體的主管與同仁認真投入，一心一志、同心同願，真的為人間做了不少事，例如教育志業已經栽培出不少優秀人才。「回想起來，這一路『為佛教，為眾生』，就起於那時導師的回眸一念間，而成就這一段的師徒之緣，不可思議啊！」

「要把握好因緣，四大志業為一體，人文志業要弘揚善法，醫療是搶救生命的善法，教育則是搶救慧命，四大志業都要很用心，會合愛的能量，相互讚歎與勉勵，共同支持，讓志業永續。」

【靜思小語】生命價值無法用有形金額衡量，而是讓人覺得很重要、被需要。

## 人生貴在修養

6 6

《農曆五月·十一》



### 自給自足，自修自得

常住師父報告協力廠規畫後，上人對大家說：「修行，不是為了安穩生活就好，而是為了慧命，所以要用心了解佛法。佛陀本來是一國太子，他的生活也是很安逸，為什麼要出家？就是為了求法，其實法就在生活中。人活著，要如何活得清淨無染？要活得對人有益而自己沒有貪念，而且要有修養。修行者要有德相，不是端正走路讓人看，說話讓人聽得歡喜而已，真正的德相是真正的修養，是發自內心的清淨無染言行。」

「修德、學德，德者得也——得到修行的質、有質感，讓人肯定與讚歎。修行是修我們的本質，人的生命價值無法用有形的物品或金額衡量，但我們自己要知道如何活出有價值的人生，

不是自大傲慢，而是讓人覺得很重要，是被需要的人。」

「人生長短看因緣，人生價值在修養。我相信佛陀所說法，所以今天有我，而你們與師父有緣，所以才會一起在這裏修行，師父怎麼說，你們就怎麼做，整個靜思道場的形象很整齊，出門在外都有莊嚴相。」

「要保護好自身的品質，要有『身範』，一言一行都要作典範，以身作則。有的人講話有習氣，就是學養不足，要好好學，才能覺。覺就是見道覺悟，『悟』字由『我』與『心』字組合而成，意即道入吾心，是清淨心，就是本性，本性悟道就是『覺』。所以要用清淨的赤子心認真學，不是懵懵懂懂，總是說自己沒有惡意，卻常常冒犯人；沒有好好學，就會常常去得罪人，造作不好的因緣。」

上人說，靜思精舍的修行

者有共同的願力，要了解自己的本分方向，還要時常提醒自己：修行是為了利益他人還是自利？自利者還在迷茫中，看不透，只求自己好就好了，恣意妄為；真誠的修行要修慈悲喜捨，要「捨我」，才能發揮大愛，才是覺有情的菩薩。

「若沒有與人培養感情，說話沒有人聽，聽我們講道理也聽不懂，道理不通達。不是對方根機鈍，可能是我們講得不透徹，所以要自我提升，自己要先通徹了解道理，才能解說得讓人聽得懂。若道理沒有開通，待人處事就無法圓融，無心所講的話傷人心。這就是該有的道心沒有用到，多了不應該有的心，多心就多疑，惹出許多人我是非的困擾。」

上人指出精舍的修行者自力「耕」生，自食其力，也需要合心協力，才能把事情做好；彼此



感恩，不會相互傷害，還能合力幫助苦難人。

「精舍是全球慈濟人的家，慈濟人回來家裏，你們親切招呼，就像家中的長輩看到外出的遊子回家一樣，打從內心歡喜，用疼惜的心對待，讓他們有休息的空間、安心飲食等等。若不愛人，要如何做菩薩？所以要好好用心，也要很感恩在我們忙碌時，

有各地的在家居士回來幫忙。」

「我們得到居士的力量護持，最難得的是他們真誠用心來擁護著我們，大家要用感恩心回報，就要在態度、語言上展現。與人講話要有道氣，讓他們來到這裏，會覺得忙碌得很歡喜，得到無量的法喜，所以我們要用法度人，讓法入人心。」

上人說，雖然出家修行，但

不離開社會，入世就要合群，要

適應社會。請大家日日抱著歡喜心，甘願付出，「甘願做，歡喜受」；踏實修行，單純過生活，自給自足，也與來自世界各地的法親結生生世世的緣。善惡因緣都是不做不得，自修自得；「得」就是「德」，修行所得的就是德，不修養就沒有德，不去做就無所得，所以大家要用心。

【靜思小語】天天心想好念助人，就是內修的「功」；善念、善行不斷累積，就是「德」。

## 功德無量

679

《農曆五月·十二至十四》



### 回歸「竹筒歲月」精神

六月七日，廖群、盧瑩順師

兄等一行人分享印度、尼泊爾行。

六月八日委員慈誠精進日，上人開示，今年開春以來，世界

上很多國家地區的災難都很慘重，例如美國洛杉磯林火、緬甸強震、日本林火等，慈濟人都在

北區盧瑩順師兄敬呈印度的紅包樣式。  
(6月7日)



災後動員救助。「看到慈濟人在世界各地的付出，我就會慶幸自己在將近六十年前起了那一念，呼籲家庭主婦每天從買菜錢當中存下五毛錢助人。」

「我要她們每天存五毛錢，而非每個月捐十五元，理由就是要每天起一個『要救人』的善念，並且隨手付出，這就是內修的『功』，讓我們的心常常培養善念；善念、善行不斷累積，就是『德』。所以慈濟委員向會員收善款時都會說：『感恩喔，功德無量！』因為功德是自己做、自己得，分分已獲，而慈濟人向人勸募，是引導人起一念善心並付出。」

「慈濟委員時時口說好話，了解慈濟所做的事，一來是警惕自己不可鬆懈，再者向大眾募集愛心、善念來救人，也讓自己天天保持愛心。如果每個家庭可以

時時都有善念、能造福，『積善之家有餘慶』，臺灣社會就會很有福、很平安。」上人與眾共勉，不只自己行善，也要不斷教人行善，所以要走入人群，宣導、述說慈濟正在做的事，邀約民眾天天發揮愛心、善念，讓家家有福，社會上隨處都有滿滿的愛心。

「即使年紀大了，我也不放棄；只要有一天，就要說一天的好話，運用體力做一天的好事，不要放任時間空過，更不能隨著時間累積凡夫的無明煩惱，開口動舌都在造業。我們的開口動舌要牽起人與人之間的好因緣，談慈濟、勸人做好事，不要讓人間的『善力』減退或消失。」

上人教全球慈濟人回歸「竹筒歲月」的精神，帶動家家積善；此外，現在社會人口老化，獨居長者、孤老無依的人很多，慈濟人更要用心做好慈善工作，時常





文史處主管同仁陪同高雄教聯會志工分享歷史溯源。  
(6月9日)

關懷他們，給予所需的協助。例如「安美專案」為年長者修繕住家、安裝扶手等，讓老人家的生活起居更安全，即使並非生活困難的家庭，慈濟人在社區裏看到老人家有需要，也可以與他們結好緣。若因此保得家家平安，也是行善、積善。

「要培養好自己的心，時時心存好念，起一念善心就要造福。這時候我們有好因緣，有這麼多同心同願的法親，可以相互鼓勵，會合力量，如果此時沒有去做，將來想要做也沒有因緣、沒有力量可做。」上人說，慈濟人相互鼓勵、共同行善，也能鼓勵各自的親友發揮愛心，讓愛與善生生不息，讓人間永遠有善的生機。

### 教之、愛之、疼惜之

六月九日，文史處主管同仁

偕高雄教聯會與人文真善美團隊回顧高雄教聯會溯源。上人對大家說，「老師心，菩薩心，愛之深，教之切」，只為了把孩子教育成才，所以循循善誘，教之、愛之、疼惜之，雖然因為頑皮、叛逆的孩子而煞費苦心，總是不放棄。

「孩子不了解老師心，你們還得用愛心、耐心與他們磨合，把一顆顆懵懂、模糊的頑石，慢慢地磨成明亮的鏡子。幸好我們所磨的不是愈磨愈損的磚頭，孩子們還是能受教，尤其你們自從接觸到《靜思語》，運用《靜思語》編教材，孩子也能接受。對於師父所說的話，你們有聽、有用，就有辦法得『力』——有力量可以讓孩子把道理聽入心而改變。所以師父那時曾說，只要老師肯用心，沒有教不好的孩子。」

上人也提到，有調皮的孩子

讓老師傷腦筋，老師設法引導，也累積了經驗和教材可以分享，讓更多老師有方法教孩子。「面對一顆頑石，我們很用力、下功夫去磨，不只能磨亮它，還可以雕出很多種可愛的形象，內在的質也很好。」

「二、三十年前，師父對大家說，要認真一點，未來時間還

很長，我們的任務還很多；但是現在都說，時日已過，要精進。我們重視生命，就要善用生命，用得很有價值。如果自我盤點，覺得此生有價值，更要多用心，做得更多，也將我們過去的教學經驗傳承下去。」

上人教從教職退休的老師們，可與過去教導的學生們聯絡，

了解大家目前在哪裏生活、從事什麼工作，也可請同班同學相互聯絡，相約與老師共聚。老師關懷學生，同學再連接起友誼，彼此互動與勉勵；就如自己與弟子們有生生世世的師徒情，老師與學生們也要拉起師生情，繼續帶動善的影響，在人間拉長情、擴大愛。

【靜思小語】為利益人群而甘願辛苦，付出無所求得歡喜自在。

## 幸福感與成就感

610

《農曆五月·十五》



信念堅定，心境永恆

已至農曆五月十五日，上人於早課後開示：「時時面對著大

家，我都是以面對菩薩的心向大家說話，對人人心存敬重。修行者放下小家庭，走出家這條殊勝的道路，分秒都要精進，不可

慢慢地一寸一寸走，要跨大步往前走。自從我起了一念心做慈濟，已經將近六十年了，這一路走來，看著沿路風光，有的很美、很明



亮，廣闊大地有茂盛的寶樹，或是七寶池開滿蓮花，這些美景都在我們的心裏。」

上人說，因為眾生心無明，而致人間濁亂不堪。大家既知身在濁世，故而選擇佛陀指引的方向，走這條能夠通往淨土的大道，有黃金鋪地、七寶行樹，有清淨蓮池，也有七寶佛塔。「你們時常會在經典中讀到這麼美好的境界，例如《法華經》提到多寶佛塔湧出，佛教徒到印度朝聖時，可以看到靈鷲山旁邊有一座山，據說就是多寶佛塔出現之處。

雖然我們距離佛世有二千五百年，但是佛經上提到的地點，現在還能找到遺跡，可以加強我們的信心。」

「靈鷲山是佛陀講《法華經》的地方，我時時都以靈鷲山為我永久的道場，所以我念念靈鷲山。我將我的心境向大家分享，

大家也願意相信，我們的修行道場就是靈鷲山，在佛陀講《法華經》的地方，我們身心就在當地，樹木茂盛，天天看著太陽自東邊浮上山頭，佛陀就在山上說法。」

「就像現在也是太陽初升，照著我們的道場，這就是人間實境；精舍與菩提迦耶的緯度是一樣的，雖然有形的距離很遠，不過我們修行的道場與佛陀成道處是一直線，我們也是面向東方。每次我走出來，要到主堂時，看到外面日出，心靈就浮起佛陀覺悟時的境界。」

「雖然時日不斷過去，但是莊嚴的境界永遠在心裏，心境永恆，只要我們有『信』，信心、信念堅定，境就在。請大家用虔誠信心修《法華經》，行菩薩道就是修法華道場的清淨行，入人群利益眾生，大家要虔誠，多用心啊！」

## 生活克難，不貪不染

新加坡蕭慈力師姊、莫濟協師兄報告精舍六十周年策展概念規畫。上人說起早期的常住生活非常刻苦，即使是一條棉被的被單，也是用零碎的布拼接而來。回顧當時，也覺得很佩服，跟著自己修行的常住師父們，即使物資生活很匱乏，也很甘願。

「雖然我們做慈濟，在救濟貧困人，但是自己的生活也很辛苦，不過大家意志堅定，守志奉道，就這樣走過來。現在師父也要大家守志奉道，要堅持為天下眾生而付出的一念心，這就是道心。儘管比起過去那樣地克難，現在的修行生活很有福，人數也增加了，不過這都是最早的那一群人，甘願從克難中的辛苦生活走過來，點點滴滴累積所成就的；我更感恩的是大家毫無貪

念，堅守慈濟功德會的資源就是用於慈善救助。」

「只要慈濟有需要，修行者耐苦、耐餓、耐寒，都要供應，或付出心力，這就是守志；我們的志願就是要行菩薩道，『守志奉道，其道甚大』，我很佩服、很感恩這一群與師父有志一同的修行者。走過了一甲子的路，很有成就感，那分成就感來自大家不貪不染，為眾生做那麼多事。」

「當初勸募每人每天五毛錢，點滴不漏，買一斗米、二斗米給予需要的人，直到現在，從臺灣到國際間，慈濟已經蓋了幾所醫院、幾所學校，還有慈濟大愛村；即使國際間的慈濟人離我很遙遠，但凡我想到，他們就去做，這就是慈濟人的願力。我真的很感恩慈濟人，他們對師父的真誠、服從，刻苦耐勞，距離再遠，他們也去付出。最近看著

回顧早期國際賑災的影片，當時他們還年輕，那麼帥、那麼漂亮，現在白髮蒼蒼，已現老態，但是志業道路都是他們鋪出來的。」

上人說，從慈濟創立以來，農曆每個月二十四日就是發放日，誦《藥師經》；近幾年，認為《無量義經》就是慈濟的精神。「當年是救貧、救苦、救病、救難，所以誦《藥師經》；現在要淨化人心、祥和社會，我就講《無量義經》，因為《無量義經》教育做人的大道理，若能懂得做人的道理，心就淨化了，啟發精神理念，真誠為人群付出。所以我教大家要生活在『無量義』之中，以增長智慧，這就是慈濟的法。」

看到協力廠二期建築的相片，上人肯定空間規畫完整，也想起當初在小木屋的生活，覺得不可思議。協力廠是靜思道場修行生活所依，這二百多位修行者

不僅自食其力，也能招呼從世界各地回來的慈濟人溫馨共聚。

「精舍就是慈濟人的家，慈濟人回來，總是跟著常住出坡，去勞動、做農務等等，都是抱著要回家幫忙做家事的心投入，這裏就是大家庭，也是靜思法脈的起源地。靜思法脈勤行道，所以我們很勤勞，用心努力；慈濟宗門人間路，要用佛法利益人群，就需要有社會人士走進慈濟，力行菩薩道。精舍的修行者總是付出再付出，不說辛苦，而是說幸福，因為大家付出無所求，彼此感恩，得到幸福與歡喜的感受，這就是法樂；雖然身體勞動會疲累，不過心靈總是歡喜自在。」上人亦交代常住師父，工廠裏有機器，動線要讓大家操作順暢，周圍要乾淨且有人文氣息，並請濟協師兄與慈力師姊與常住多互動，共同為了這個家而用心。



【靜思小語】人生有功能和良能，用愛心發揮功能利益人間，就是良能。

## 功能與良能

6  
11  
12

《農曆五月·十六至十七》



### 呼喚自己，提醒別人

六月十一日，聆聽美國慈濟人分享後，上人表示，大家走入慈濟，長年累月認真耕耘志業，而且彼此合心，是很難得的因緣。雖然人間苦、空、無常，人生難免有苦有樂，但是因為心有佛法，與這麼多慈濟法親有緣，心靈常在法喜中。「人生是甘、是苦、是甜，如人飲水，冷暖自知。不過大家要懂得善解，尤其在人與人之間，我們有共同的使命，要為佛教、為眾生，這不是只靠自己或少數幾個人就能做到，所以要不斷接引人，還要相互照顧。」

在團體中與人相處，難免會有摩擦，上人形容就如被人踢到會感到痛，下意識可能想要罵人，不過這時要趕緊提起「覺」，覺察到自己在學佛，不能起瞋心。「貪、瞋、癡是無明造業的三種毒素，我們學佛要覺，雖然還在學，難免還是會起貪念、會發怒、生無明，但是我們不斷呼喚自己：不可迷失方向，不能偏離已經在走的正道。呼喚自己，也要提醒別人，法親要相互勉勵。」

很感恩；況且天下有這麼多慈濟人，讓我感覺到我很幸福，大家看到師父，聽到師父說話，就相信師父，接受師父指引的方向而身體力行，所以我每天都真誠表達感恩。」

「師父稱你們為『菩薩』並非應酬，因為你們身體力行菩薩道，是名副其實。你們已經邁步在走，只是腳步有沒有印得深？大家都已受證，也了解慈濟，有信、有解，還要行、要證。路就在你們腳下，要踏實往前邁進，才能從『學』走向『覺』。」上人說，千里之行始於初步，難得已經投入菩薩團體，菩薩道就在



花蓮慈小八位畢業生敬呈畫作，彭詩予同學（持麥克風者）分享作品呈現靜思精舍淨皂軒。

（6月12日）

腳下，走這條路要精進，慧命才能成長。

### 與人合和，擇善從之

六月十二日，醫療志業主管返回精舍參與醫療志策會，談及目前的整體醫療環境，年輕的醫護人才流失，但社會人口老化，更需要醫療照護。上人指出，花東人口老化情況更為明顯，其實在自己的觀點，中、老年人的工作經驗很足夠，許多人就算超過六十五歲，精神與體力都還很好，正是發揮才能的好時機。人生在世，有用處的時候最有價值。

「在人間，有功能還要有良能，用愛心發揮功能利益人間，這就是良能；假如少了愛心，擁有再高的知識、再大的功能，也會危害人群。現在科技發達，也有很多高科技的發明，都是人的

知識去製造很多用途的物品。其實我們的物資已經很豐富了，大熱天還能在室內享受空調，卻也在享受中耗費能源、資源，導致更大的開發與破壞，形成惡性循環。」

「我們要把心調適好，生活上盡量節能。但是有的時候避不開，這個時代、這個大環境，譬如我不想用空調，但大家總是非用不可，只好自圓其說，對人間要多發揮一分愛。我們在無奈中，還是要與人合，但是要『擇其善者而從之，其不善者而改之』，不好的事要盡量避免，若有辦法就為人間多付出。」

上人說，科技發展日新月異，醫療技術與研究也要跟得上科技發展的速度，需要大家認真努力。所以說學無止境，除了自我提升，人與人之間也要彼此感恩、尊重。雖說預防勝於治療，



但是疾病預防須從多方面注意，防不勝防，甚為困難，所以患病之後能有藥可治，還是最重要

的；但願人間所有的病症，都能夠研發出對治的藥物。「在座每一位都接受很高的教育，具有很

高的才能，期待大家同心立願，發揮對人間有益的良能，這就是我們的價值。」

【靜思小語】有心、有願、有力，還要與人合心，才能圓滿好事。

# 合心才能圓滿

6 13 14

《農曆五月·十八至十九》



## 培植青年人才承擔未來

六月十三日，全球合作暨青年發展室報告慈濟國際青年工作坊，及規畫為慈濟六十周年，編撰一本盤點慈濟遍布全球六十年愛的足跡，與聯合國以及國際組織分享慈濟精神理念、共善合作的英文專書。人文志業王端正執行長、慈善志業顏博文執行長、

曾慈慧國際長、清修士黃恩婷、陳祖淞等人在場，新加坡劉瑞士師兄、馬來西亞馬六甲羅繡甄師姊、菲律賓實施映如師姊等人透過網路視訊與會。

針對《慈濟六十》英文專書，上人說，慈濟將屆一甲子，這六十年來為人間所做的事，無法在短短幾十分鐘述說得盡；要了解慈濟，也不是看了書或網路資

料就可以全盤了解，要把握精神理念並身體力行。常常說起一個譬喻，有人在野外口渴了，要找水喝，找到一條溪流，卻在溪畔遲疑，不知道哪一段的水最乾淨，要取哪一段的水來喝。既然口渴，捧起水來喝即是，也不可能將所有的水喝完，只要能救急，讓自己不至於脫水，以保障生命。

上人說，慈濟過去做了這麼

多事，歷史很豐富，未來還有很長的路要走，而且要與時俱進。雖然科技工具很方便，但是使用的人要有很明確的方向。未來的慈濟志業，除了需要把握當下的每一個好因緣，把事情做好，也要培植青年人才以承擔重任。

「慈濟創立那年，我還不到三十歲，也是青年；早期慈濟還有『炬光青年』，那時他們與現在的慈濟人、慈青一樣，閒暇時去幫助照顧戶打掃、服務社區、義診等等，慈濟的愛不會隨著時間改變，未來也是如此。」

「當時義診不只有醫療人員參與，我帶著他們從花蓮到臺東，最南端到大武，讓這群年輕人去看、去接觸到貧病人，也是希望這些年輕人能見苦知福。果然這個方法是對的，這一群天之驕子看到人間苦難以後，對慈善工作更投入，醫療人員也很積極參與，

慈濟就這樣一路走過來。雖然大家已經上了年紀，但還能傳承經驗，帶動、培育年輕的一輩。」

「也期待年輕人要發大心、立大願，不要輕視自己的能力，有心、有願，就會有力，而且要與其他人心合心，力量會更集中；否則人多想法多，又各自堅持己見，一件好事永遠都會有缺角，無法很圓滿。」

上人感恩慈濟人與自己有好緣，只要聽到師父如何說，他們就如何做，讓自己覺得很安心。

「能與這麼多人有這麼好的緣，我想可能是從久遠的過去生，就累積著善念、善行，累積好因、好緣、好行為，總是有心、有願、有力，走的路都沒有偏差，且大家同一個善的方向，也不斷吸引人投入。」

「慈濟有今天，是每一個人與周邊的緣，凝聚起善的力量而

成就的。你們認同師父所走的方向，你們的朋友與你們有緣，也跟著你們走進來，各自發揮長才，為人間做更多事。」上人期勉年輕人發揮創意，用更貼近年輕一輩的方法接引同儕；可以讓大家看見世界上還有許多人，自從出生就在非常窮困、惡劣的環境，相較於他們，大家就如同生活在天堂，故見苦知福要再造福。

## 尋找因緣推動士農工商

與辛巴威朱金財師兄談志業推展方向，對於米糧發放，上人表示除了持續運送臺灣愛心米到辛巴威，也可以承租土地，僱用居民投入農耕，作物收成以後可以供應慈善救濟。「當地士農工商都需要有發展的機會，而我們替他們想辦法——士，幫助青年成就學業；農，要教他們承租土





馬來西亞志工謝依善（前排左二）發願陪伴印度菩提迦耶慈青，投入慈善與教育服務。  
（攝影／楊文輝）

地，協助農耕；工，若是他們需要工作機會，可以像慈濟在尼泊爾成立職訓所，教他們做裁縫、手工藝，讓他們有生產，也促進商業貿易。」

朱金財師兄曾分享當地糧食短缺，年輕婦女用一種像蘆葦草的植物放在蟻穴附近，讓螞蟻鑽進草莖，再整隻抽出來，吃螞蟻果腹。也有小朋友半夜去抓金龜子，有的抓到先放在寶特瓶裏，有的抓到就吃了。上人嘆言：「眾生的求生意志很強，不過再怎麼強，總是要給他一個方便的生機，雖然不至於活不下去，但真的是很辛苦。我們要把握因緣，幫助他們有機會發展土農工商。」

「要有信心，沒有信心製造不出因緣。現在朱居士與臺灣有很好的因緣，臺灣慈濟人不斷鼓勵你、肯定你、支持你，你就要放心去做，從助學開始栽培孩子，

如果有可造之材，可以安排他們到慈濟大學繼續培養，讓他們成為優良種子，有心、有願力，在臺灣學成以後，回到自己的國家發揮所學。」

上人提到當地志工大多是婦女，男眾較少，期勉朱師兄把來慈大學習的年輕男眾帶動好，深入慈濟理念與人文，成為生命的一部分，自然會願意投入辛巴威的慈濟志業。「安排他們來臺灣，不只是讀書、學中文而已，接受高等教育要有高知識分子的品質，同時也要灌輸慈濟精神，回去辛巴威能擴展大愛的力量，利益人間，這就是愛的教育，這樣遠赴臺灣學習才有價值。」

### 不受複雜人間引誘偏向

六月十四日，馬來西亞馬六甲分會四合一幹部返回精舍，各

分支聯絡處負責人報告會務，眾人並以手語呈現〈一念心〉歌曲後發願：「回歸竹筒歲月、恆持初發心。」

上人開示：「一念心是一顆種子，一念心是菩薩的心；這一顆種子是人本具有，也許你、我都在二千五百多年前，與佛同世，同在靈鷲山上聽佛陀說法，這顆善念的種子永遠存在八識田中。」

「大家與佛有緣，且你我因緣特殊，所以會合在慈濟，造福人間、淨化人心，這就是我們的使命，也就是佛法的軸心。我們發心做好事，不過現在的人間受到人心無明欲念所造的業力污染，我們一定要謹慎堅守這分清淨無染的愛。」上人提醒大家照顧好心念，守志奉道，不受複雜的人間引誘偏向。

聞及羅雪花師姊與女兒謝依善發願到印度菩提迦耶關懷、帶動當地居民，上人期待師姊把握機會多分享所見所聞。「人的見聞很重要，聽聞正法，就會往正確的方向走；假如接觸到有污染、不正確的事，也會被帶往偏邪、不正確的道路。我們自身行於正道，更有責任將佛法廣傳於人間，以淨化人心，為人指引正向。」

【靜思小語】照顧好身與心——身體健康，才有力量做事；心要精進，日日利益眾生。

## 守護身心健康

6  
15

《農曆五月·二十》



提起智慧判斷好與壞

上人於美國董事會中開示，

美國慈濟志業三十六年了，人生「三十而立」，志業應該要很穩定，站穩了就要向前跨步，一步

接著一步走。假如第一步跨不出去，第二步就沒有力；但是跨出去以後，一步步有沒有走在正確



的方向？心要誠、行要正，而且要有愛，愛是人生的核心價值。

上人感慨言，隨著時間過去，慈濟人增加的速度，比不上凋零的速度，也是「人口老化」了。「你我在二、三十年前都很精進，當時師父才四、五十歲而已，那時候我真的很想做，很有誠意，有想就會誠，起了一個心念，就邁出腳步。我們這時候還在進步，沒有停頓，但是一起往前走的人逐漸消失，有力的老化了，新的退化了，需要加強培養年輕人。」

「我們培養的年輕人，有沒有把心留住？這也是度化眾生的功夫。有度，但是有沒有同化？同化，也要有修養，把他們的心教育好，而且方向要對準，有優良的品行。為人間培養人才是不簡單，但是非教不可、非做不可。」

是開闢出一條菩薩道，名為「慈濟」，慈濟的法門已開，也鋪了路。

慈濟剛開始，從三十位家庭主婦每人每天存五毛錢做起。上人說，慈濟人都要知道「五毛錢」的故事，這是很寶貴的慈濟緣起、歷史源頭。知道的人要向不知道的說，這也是傳法。除了要知道有這段歷史，還要知道為何師父要大家這麼做，第一個慈善個案是哪一位，就這樣追溯起點，從而了解慈濟，體會師父的用心。

上人說，知道歷史的人向不知道的人述說，讓人了解並感動投入，就是弘法利生；不知道的人主動詢問資深者，了解他們為何發心跟著師父做慈濟，這條路是如何走過來的，這就是一問道」。過去的歷史，第一代有責任往後傳承，當事人所說的是最

「慈濟將近一甲子，對社會人間能夠影響多少呢？無論如何都要做，往好的方向不斷邁進，而且做好事要有伴，群策群力，人的心要會合起來，要做好人、說好話，有正確的方向，身體力行。」上人勉眾恆持初心，且要警惕無常在瞬息間，每天的八萬六千四百秒都要提高警覺，因為眾生共業，分秒都是性命攸關。

上人說，影響人間的好事與壞事都取決於瞬息之間，所以人人都要提起智慧，時時警覺、用心選擇。譬如聽到有益人間的好話，進而響應，就會增加一位好人；聽到不好的話語，加以附和，就會又多一件惡行。所以時時都需要注意與警覺，培養智慧無染的大愛，不要受不好的境界影響，預防無明煩惱的產生。感恩慈濟人日日做慈濟事、說慈濟法，而且呼應好人好事，大家合和互協，

正確的歷史，而非以訛傳訛。所以請大家負起傳法重任，講述歷史不能有毫釐之差。

「如是因，如是緣，如是果報；我們好不容易有這個因——來到慈濟，就開始培育一顆種子，這顆種子會合周圍的緣，萌芽成長，又會開花結果，產生許多種子。所以要好好把握因緣，每一次開口說話、每一步腳印，都要對準方向，所說的都是真理事，其中就有很多飽滿的種子，可以啟發許多人，在每一位的心田播善種。聞法獲益的人多，將來也能弘法利生，淨化人心。」

上人說，佛陀選擇在娑婆世界說法淨化人心，而娑婆世界就是堪忍世界，因為此處多苦難，生活在這裏必須堪得忍耐。生、老、病、死都是苦，尤其身有病痛，是時時刻刻都受折磨，除了求醫治療，也要忍耐痛苦。面對

共同發揮愛的能量。

上人叮嚀師兄師姊要照顧、守護好身心健康——身體健康，才有力量做事；心要精進，才有辦法利益眾生，法親之間要互愛，相互扶持。

### 慈濟人要知慈濟緣起

花蓮、臺東慈濟人返回精舍分享社區活動、法親關懷後，於桃園八德、新竹、南投、清水、雲林、嘉義、臺南舉辦精進日的社區道場同步連線，各地師兄師姊共同聆聽上人開示。

上人表示自己從還不到三十歲時出家修行，一路走來快九十歲了，剛來到花東時所接觸到的年輕人，現在都當祖母了，第二代、第三代接棒做慈濟，代代相傳，看了很感恩也很感動，覺得很有價值；更加有價值的，

人生種種逆境考驗，也要堪忍，如果不精進而退轉，就是考不過、不及格；若能堪忍而不斷精進，則關關難過、關關過，承受過去造業的業果、業報，再培養善因、福緣，為來生造福、積福。

「此時大家聽師父說話，應該要比過去更加珍惜；過去你們聽師父怎麼說就怎麼做，跟著師父一路踏實走來，現在要更精進。你們珍惜師父，師父也珍惜大家，因為珍惜所以要把握好我們的因緣，將心、身照顧好，自己精進，也不斷接引人、傳種子。」

上人教大家「內外相度」，不只是向外招呼、接引人走入慈濟門，也要讓兒孫至親了解慈濟，讓他們知道自己如何與師父結緣，並且幾十年來跟著師父做慈濟，講故事、說道理，讓他們也願意傳承父母、祖父母的志業，「積善之家必有余慶」。



【靜思小語】慈悲是一分感同身受的大愛，不忍有人受苦而起於行動。

# 慈悲心

6  
16  
17

《農曆五月·二十一至二十二》

## 好人好事要做到底

六月十六日，基金會主管同仁分享，編纂處主任洪靜原師姊分享上人曾開示「老來有三好」，並提到彰化黃蔡寬師姊等幾位高齡百歲的慈濟志工。上人說，每次行腳到彰化靜思堂，都會看見蔡寬師姊來迎接；進入會客室或講堂，師姊都是坐得直挺挺，專注聽師父說話。

「最近這次看到她，她說自己一百零七歲了。我教她出入行動要多注意，她說師父曾經勉勵她不要認老，所以她要一直做事，繼續發揮生命的良能。她的身體還是很健康，不過比較無法走遠路。我問她現在有沒有多休息？

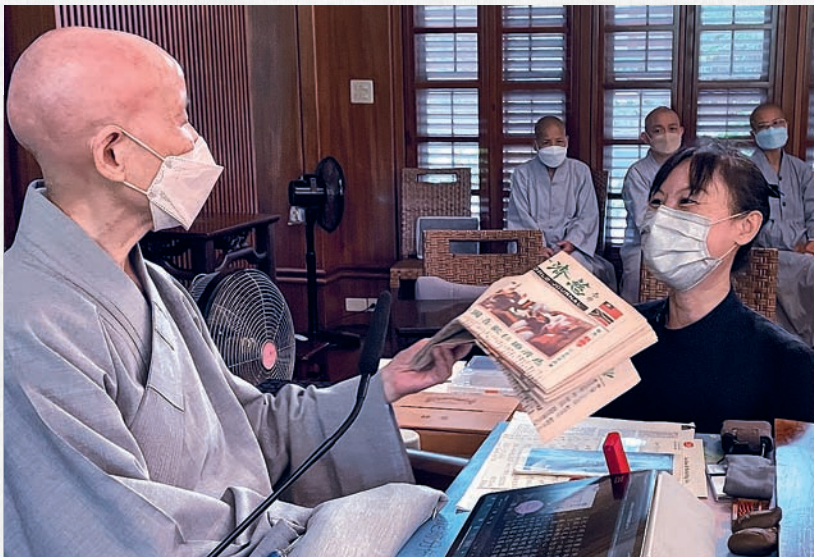
她說她還是要把握因緣，『好人好事要做到底』。我聽了再問她，要做到多徹底？老人家反應很好，她回答：『做到水乾了，就到底了。』老人家很有哲學，她的人生點滴如甘露，都很寶貴。」

上人說，蔡寬師姊自從七十多歲投入慈濟，一路走來不曾停歇；只要想到她年紀這麼大，還繼續做慈濟，就讓自己又振作起精神。「她的兒孫孝順，總是陪著她進進出出，相信她的慧命不間斷，將智慧大愛愈拓愈寬，就如她的名字，她的生命很寬也很深。」

「無論是做好事、勸好人，她的一些小小動作，都是大有為，例如她去會員家收善款，不是收

錢而已，最重要的是去勸善；若有家不圓滿，或有人有煩惱，她就頻頻去拜訪。老人家說話有分量，而且她所做的都是好事，大家都會聽她的話。這不就是菩薩嗎？入人群度化眾生。」上人說，蔡寬師姊總是發揮「做到底」的精神，發揮生命價值，大家要向她看齊。

最近聽花蓮資深慈濟人的分享，整理出許多寶貴的歷史資料。上人感恩全球慈濟人的真誠付出，向大眾募心募愛，成就四大志業、八大法印，為人間做這麼多事，為無數苦難家庭翻轉困境。「從過去累積到現在，國際間有六十八個國家地區有慈濟道場，同時在做慈濟，我們的生命真的



慈青學長簡懿旖師姊敬呈早年南非慈濟人印製的《慈濟世界》季刊。（6月16日）

很有價值。如果不是因為做慈濟，或許不會認識不同國籍的人；因為有付出，才能把愛的能量擴展到這麼多國家地區。大家盤點、記錄早期的慈濟歷史，也要持續拉長情、擴大愛，讓慈悲大愛世代相傳。」

## 培養孩子善良有福

六月十七日，印尼慈濟人第二代、第三代返臺尋根，與上人座談。上人對陪伴同行的師兄師姊說，讓孩子們走入慈濟門，將來進入社會，才會懂得如何行菩薩道；培養愛心、善良的心，有愛的人生才有價值。

上人指出，學問的學習與探討是無窮盡的，最重要的是學做人，也要認真學習慈濟過去的歷史。「要了解慈濟的起源，如何從克難中一路走過來，將近六十

年的路是怎麼走的，為人間帶動出很多有愛心、善心的好人，也讓許多不幸的家庭轉變成幸福的家庭。善念、愛心，自古以來都有，而慈濟接引這麼多人進來，同行菩薩道，一同做慈濟。菩薩是『覺有情』，覺有情的精神就是大愛、仁愛、博愛，這也是佛陀的教育。」

上人說，世間的正信宗教都在教育人間，為人指引愛與善的道路，都是同樣一條善道。孩子們能體會到人間的苦難，發起一念要救人的善心，這念心就是佛法說的慈悲心。大慈，要讓人人快樂、人人有福；大悲，是不忍心有人受苦難，自己卻束手旁觀。本來人人有愛，少了那一分悲念，就不會想要去幫助。所以慈悲就是博愛、仁愛、大愛，有別於私我染著的愛，宗教的愛清淨無染。

上人談到印尼曾經歷過金融





印尼慈二代、慈三代來臺尋根，慈少同學敬呈禮物。

(6月17日)

危機，走過一段困頓的歲月，社會動盪不安，而當時黃奕聰老先生聽從自己所說，用愛撫平傷痛、消弭仇恨，以身作則，發揮影響力，帶動企業家投入慈善救助行動，幫助印尼從困境中「翻轉」過來。

「對於現在的尼泊爾與印度，我也期待慈濟能夠去翻轉底層貧困居民的生活。慈善、醫療、教育方面的援助已經在進行，期盼企業家也能來會合力量，共同為天下做好事，讓苦難人有翻轉的空間，不要世代永遠貧窮。」

上人說，印尼慈濟現在有這麼大的力量可以推行志業，其實也是從最初的一顆種子開始，這顆種子可以成就千萬萬種子，在世界各地發揮愛心，幫助苦難人。「不分宗教，我們要把愛心會合起來，成為大愛，不要因為

信仰不同而起爭端。佛教說『無緣大慈，同體大悲』，就是一分感同身受的大愛，因為有這分精神，所以看到世間有苦難，很自然就會去幫助、去扶持。」

「天下範圍這麼大，所以要有『群』，才能得到這麼多的苦難；只要有慈濟精神，人人都是我，我就在你們的身邊，總是一體，有共同的大愛。看到這些孩子，我很歡喜，感到很有希望！感恩當地有慈濟人，也要感恩他們的父母以身作則，而且培養孩子走向善良的大道，每一位都是有福的人；有福，智慧也不能落後，要福慧雙修。」

上人叮嚀，知道理也要身體力行，就如道路在面前，要邁步去走，「前腳走，後腳放」，一步接著一步往前精進，把握因緣，為人拔苦予樂，自己也不斷增進福與慧。

【靜思小語】突破艱難做到讓大眾平安歡喜，再辛苦也覺得幸福。

## 功德回向

6月18、19

《農曆五月·二十三至二十四》

### 五毛錢的影響力

六月十八日，上人對花蓮慈院主管開示，世間事物有利也有害，要過濾不好的成分，讓好的部分發揮作用。例如有毒性的植物當中，也有利益人體健康的成分，就需要專業人員好好研究，用於救人，這就是研究的價值。而人與人之間的合作也有同樣的道理，有的人很強勢，但再強勢也難以服眾；有人態度溫和，能用溫言軟語說服人。要用心陪伴、聆聽分享，從互動中了解各自的品格，找到能夠一起共事的人，合力完成對人間有益的事。

「其實人無完人，脾氣不好的也不是壞人，是需要有人關懷他，耐心『牽成』」（編按：閩南語，意為提拔、栽培），讓他理解為善最樂；若是不好的事情，引導他深思，這對人類、對環境有危害，就會浮起良知，加以注意。大家各有專精，在不同的領域，要會合各自的長才，共同利益人間。」

上人談到，自從創立慈濟以來，面對很多境界，做得很辛苦，但是認定應該做的事情，突破艱難去做到了，感受就是幸福。「慈濟在做的事，依賴這麼多人，同心同願，共同為人間付出，身體

雖辛苦，但覺得幸福，因為我們共同造福人間，讓大眾平安，我們自己也心安歡喜，這就是功德回向。」

「現在國際間有很多天災人禍造成的苦難，這些苦難其實是來自於眾生的業力。」上人指出，要教育人人每天發一念心，如同過去日存五毛錢的「竹筒歲月」，現在慈濟人在各社區推動「富有愛心店」，是為了募心而非募款，讓顧客知道投入零錢，是在做善事。「人人本具善心，而這分有善心的愛要去哪裏付出？有的人想要捐款，但沒有因緣，這就是一個機會，他們聽到慈濟，進而





成為慈濟會員。」上人表示，這就是化善為愛，也是弘法利生；善，即是淨化人心，也是「慈濟」的源頭，而五毛錢的善心在此時已擴及國際間。

上人亦談到，因為不捨貧病無醫之苦，所以再如何辛苦也甘願去做。「雖然走過很坎坷的路，但是無論如何，我還是很堅持做對的事。當時東部最欠缺、最需要的是醫療，慈濟醫院蓋在這裏，就是要救人。人生最苦就是身有病痛，醫療真正能為其拔苦，而拔除痛苦就叫作功德，也是人生的價值。」

### 活到老要學到老

聆聽慈濟大學主管報告後，上人開示，學無止境，人生自幼年到老年，都需要學習，「長照班」也可以讓身心健康的年長者

參與；偏鄉的老人家若要外出，交通不便，又沒有兒孫在旁照顧，需要有人經常去探望，因應他們的需求而給予協助，若能就地培養長照人才，就能及時走入這些長者的家，關心、照顧他們。

上人說，現在的社會，長者獨居或兩老相依的家庭很多，要達到「老有所養」，讓老人家都有依靠，除了政府與民間團體為老年長照投入力量，還要加強孝道教育，讓年輕人有反哺之心。「父母恩重難報，回報父母恩是人的本分；要教育年輕人不能只是向外追逐利益，忘記了腳踏的這一片土地，忘記了培養自己成長、升學的這一群人。學歷再高，人的品質、品格都要顧好；讓孩子學得實用且有益於社會的才能，這就是我們的教育重點。」

六月十九日於教育志策會中，上人提到除了加強培養長照

人才，也要維繫人倫親情，提倡孝道，以使「老有所養」；現今社會繁榮進步，是老年人在中壯年時努力所成就的，年輕人要以感恩、尊重心愛護與照顧他們。

「現在的教育實在很令人擔心，就因為擔心，我們才更要篤定方向，維持我們的教育質量，要讓人間有光明的希望，不要讓希望之光黯淡。雖說少子化影響招生，不過我們除了持續用心於對孩子的教育，也可以開設長青教育，幫助年長者維持身心健康，讓他們活到老、學到老。」

「活到老要學到老，何況佛法說『萬般帶不去，唯有業隨身』，業就是業識，要讓好的意念常存在意識中，生生世世都行於善道。教育要提升人們的思考力，一直往善的方向思考，在八識田中播下善種子，遇到困難時，懂得善解，解開了煩惱，面向著



臺南慈中姚智化校長敬呈臺南市低碳示範校園認證標章；臺南慈中首次參加即通過五項標章且完成碳盤查，是今年六所示範學校之一。

（6月19日）

光明的希望。」上人指出教育是希望工程，要為人間許一個希望的未來，就要提升人心的境界，提高人品的質量。

有鑑於護理人員流失是醫界普遍的問題，上人表示，要讓選擇就讀護理學系的學生提升價值觀，能夠「守志奉道」，篤定志向、負起使命；畢業之後，要「學有所用」，不論是在醫療崗位上或是長照單位，都能運用所學照顧病人、年長者。

「老、病，都是人生自然法則，很需要醫療照顧，而我們要教育的醫療人員，是真誠守護生命、守護健康、守護愛。其實不只是有醫療人員，其他領域的教育也很注重品格的養成，要善良、有愛。雖然人間的普遍現象都是為了自己而圖利、牟利，甚至損害他人而利益自己，這是人性的沒落，很需要教育來提升人生的

價值，引導學子培養愛與善。」

上人期待慈濟教育人文可以普及天下，讓天下眾生得以普遍接受愛的教育，這需要用很長的時間，最重要的是現在的教育志業，要從起點就做得很扎實，並且會合四大志業的力量，才能向全球普遍推展，延續到未來。如果這一代沒有做好、帶動好，未來就會力量分散而難以為繼。事在人為，一代傳一代，只要這一代做得好，下一代也能依循方向繼續努力，讓未來永遠有希望。

「雖然我們的力量很微弱，但是幾十年來也做出了成績，在黑暗中看到了微光。哪怕是一隻螢火蟲，只要有一整群，也是夜空中的美景。不要輕看自己，還要招呼志同道合的人，借人的光、借人的福，彼此相照，將孤單的微弱力量變成群體的大力量，群策群力，成就光明的人間。」



【靜思小語】不同宗教都有一部分清淨無私的大愛，這也是人類共同的方向。

# 人類共同的方向

6  
20

《農曆五月·二十五》



## 菩薩心，菩薩法

佛陀故鄉專案團隊陳吉民醫師報告尼泊爾迦毘羅衛貧民區訪視及大愛村籌建規畫。王慈惟師姊分享縫紉職能培訓中心的婦女，已有十一位通過國家縫紉認證考試，成為有國家縫紉證照的裁縫師，而證書內容同時寫上其父親的名字，可謂家庭的榮耀。由於慈濟報考人數多，考場的裁縫車不夠，加上燈光不足，徵求相關單位同意，慈濟自備四臺裁縫車，還有志工協助用手機補燈光。

上人開示：「二千五百多年前，佛陀出生在尼泊爾，為一大

事因緣來人間，就是要教導菩薩法；若沒有菩薩心，走不了這一條路，而菩薩覺有情，要覺悟，就要有智慧，還要有勇氣，具備仁、義、禮、智、信。」

「仁就是慈心，義就是義行，應對進退有禮，智慧要啟發，還要有信，信仰佛法，因為佛法的慈悲就是孔子所說的『仁』，不只是仁慈，要有『無緣大慈，同體大悲』的開闊心胸——無緣大慈，尼泊爾居民與你們素不相識，可是你們見到他們的苦難，敢發出慈悲的心，所以身體力行，很勇敢地走進去，教導他們啟發愛心，帶動出善心，並且教他們禮節，也教導生活的

方法。」

「起初她們連剪刀都不會使用，任意拿起來比畫，讓人看了有點心驚；現在她們會使用剪刀裁布，還會踩裁縫車，已經做出成品，可以穿在身上，見證我們的努力已經有成果。這二、三年來，真的很感恩你們，否則師父看到他們的苦卻無可奈何，即使我發願翻轉尼泊爾，但距離太遠，無法走到那裏，幸好有你們代替師父去，從起點邁開腳步去走，才能有進展。三年有這樣的成就，我很感恩也很滿足。我們的方法很圓滿，還是要真正去做、去落實、去推動，我們的心願才能達成。」

慈濟在尼泊爾藍昆尼設立縫紉職訓中心，已有十一位學員考取國家縫紉技能證書。

（攝影／李麗心）



## 壽命有限，慧命無量

菲律賓慈濟人返回精舍，共同緬懷日前往生的蔡昇航師兄。看完昇航師兄在凱莎娜颱風重創馬利僅那市過後，投入災區付出的影片，上人對蔡萬福師兄說，昇航此生雖然只有五十一歲，但是他所做的事已經超越了有限的壽命，延續了無量的慧命，因為他此生把菩薩道開拓得很寬廣，將來出生在菩薩家庭，等他長大以後，就能接著繼續開道鋪路，與被他帶動出來的人間菩薩相伴行道。

上人也對座中李偉嵩師兄等人提到：「從影片中看到你們少數人去帶動那麼多居民以工代賑清掃環境，到底是怎麼做出來的？不是只有昇航，而有這麼多愛的能量陪伴著他，是多位長輩、師姑師伯，大家用愛支持他，讓

他有力氣這樣去做，所以還是要感恩你們成就他。」

眼科中心院長那巴洛分享自己是一名天主教徒，而昇航師兄讓她認識佛法，其付出的身行在提醒大家要行菩薩道，做善事。上人說：「天主教與佛教，都有共同的一分愛——清淨無私的大愛，這也是人類共同的方向。很感恩有因緣能讓院長投入，幫助很多人重見光明。」

黃解放師姊回顧從慈青時期一路走來，與昇航師兄相處的點點滴滴。上人說，昇航的人品典範，永遠在大家的記憶中；要學習他這分堅定的志願，延展他的慧命。蔡萬福師兄感恩師兄師姊們為昇航師兄盤點人生，也深信上人所說，昇航已經再來人間而感到心安。上人教師兄全家都要放心，昇航是圓滿了階段性的任務，將來再來人間，還會為人間



樹立典範。

「我很擔心現在的社會現象，再接下去的人間會更加令人擔心，很需要未來的人間菩薩度眾生，所以他快去快回，會再為下一代人鋪路。我們要為他祝福，讓他對這一生無牽掛，安心去做未來的鋪路。」

「我時常說，慈青都是我的孩子，昇航就是繼承了師父的慧命，是我慧命的種子。他這一生，感恩父母生育他，感恩菩薩團隊陪伴著他，也成就他。他往生時五十一歲，但是慈濟路走了三十年，三十而立，立願要生生世世

都在菩提中。」

「他剛投入慈濟才二十一歲，就已經堅定道心。感恩他有好因緣，一路走來都有菩薩陪伴鼓勵；他很活潑，但是他莊嚴慧命，很認真地帶動出菩薩行儀。在座各位大多是他的長輩，同時也是他的師兄弟，因為大家同為師父的弟子，共同開拓這條慈濟道路，他去了也會很快回來。就像現在常有幼小的孩子，由父母、祖父母抱著來，到了我的面前就對著我笑，還有孩子會趴過來要我抱抱他。我心裏知道，這都是往生的慈濟人再來了，看到師父是

那樣歡喜，來向我報到了。他們在菩薩家庭成長，會有很好的緣，將這顆種子培養長大，來承接我們的志業，繼續開拓菩薩道。」

上人說，昇航師兄與眾生結了好緣，是很有福的人，有這麼多菲律賓慈濟人發自內心愛護他且真誠追思，感念他的行誼風範。如同《華嚴經》中的善財童子，從小接觸佛法，且有「五十三參」，到很多地方拜訪善知識，了解如何修行，從而發心行菩薩道。「昇航的同參就是你們大家，與他同行菩薩道，成就他生生世世都在菩提中。」

【靜思小語】感恩大地供應人們安然生活，要「一見有情」——愛物惜物，愛護山林。

## 愛惜萬物

6  
21

《農曆五月·二十六》



### 慈青學長傳承慈濟情

畢業慈青返回精舍與上人座談，眾人以手語演繹〈傳心燈〉後發願，在社區道場用心耕耘，傳承「慈青魂」。上人開示時，提到自己說法，說的是人生法——教導做人、守家、傳愛於人間的方法，這都是人間很需要的法；現在的人間需要愛與情，而且是清淨的長情、無私的大愛。

「情，要牽得直，不能偏，否則差之毫釐、失以千里。過去木匠製作桌椅，一定要拿『文公尺』，用『墨斗』拉線彈墨水畫直線，做出來的桌椅才能平整方正。我也很期待，佛陀指引我們方向，指出這條菩薩道，我們也要照著這條筆直的大道身體力行。」

上人指出，慈濟將佛法生活化、菩薩人間化，慈濟人廣布國

際，將慈濟情拉得很長，大愛涵蓋得很廣，自己與慈濟人的殊勝因緣，是過去久遠以來，生生世世所結，現在因緣會合，才能一呼百應、千應、萬應，人人有共同一分慈濟情、慈濟心，見到人就介紹慈濟，接引同行菩薩道，一代牽著一代，子孫也傳承慈濟志業。

上人說，現在的地球環境與人間現象令人擔心，很需要帶動人們共同呵護大地、造福人間。首先要推動素食，減少畜牧養殖以淨化空氣水土，並減緩山林開發，藉以保護森林，且從飲食淨化人體；大地出產農作物，蘊含製造生活用品的原料，供應人們安然生活，人們本來就要用感恩心保護大地環境。感恩大地，就要愛物、惜物，「一見有情」，看到就會珍惜。

「我們來到人間生活，不應

製造問題，也不能製造破壞，要轉惡為善。要如何解決當前的人間問題？不須向外求解答，『佛在靈山莫遠求，靈山就在汝心頭；人人有個靈山塔，好向靈山塔下修』，要好好向內自修，佛陀說《法華經》的靈鷲山就在我們的心裏。」

「慈青成立三十多年了，最早投入的這一群慈青，隨著歲月，從青年到中年、壯年，也慢慢走入老年，大家要有心理準備，自我警覺，不要讓心腦迷失；要堅定立志，時常喚醒心頭的靈山，發揮智慧造福人間。心志堅定，就沒有妄想雜念，只有一條通往靈山塔的道路，就能步步往前走上山，一步接一步走近。」

上人叮嚀大家，過去播入心中的種子，已經成長茁壯，要繼續拉慈濟情、擴大愛。雖然大多數離開家鄉，在外地成家立業，



但是莫忘家中長輩，行善孝為先，除了時常探望，也要凝聚鄰里，讓鄰里如一家，相互關心與照顧。有很多人需要幫助，有時只是需要有人扶一把，不要輕視善小而不為；面對比較繁雜的慈善工作，則要呼喚人人共同出力，會合千手、萬手的力量，用心去做。

「看到你們回來、聽到你們的分享，就知道慈濟還在你們的心中；慈濟的路，你們還在繼續開。人人各有一條路，我們要把普天下的路開通，而且將條條道

路接上慈濟道路；人人心中有無限的力量，只要從無限的力量中提出一點點，粒米也可以成籬。」上人說起貧困的緬甸農民，聽到慈濟人分享「竹筒歲月」之後受啟發，每天存一把米，每個月家家戶戶捐出積存的米撲滿，可以救濟更窮困的家庭。

上人說，緬甸農村推動「米撲滿」是真人實事，也是值得弘揚的善法：「弘法要用智慧，但是有智慧沒有實力，也無法推廣；需要有人發揮實力去走、去做出來，讓人看到有相、有事、

有行，才能夠接受並響應。若只有說法，沒有去做，也『無法度』。所以我們做出我們所講的法，有成果、有形相，我們還要在人間拉起清淨長情，才有緣讓人看見事相，證實我們說的法，和我們一起在人間開拓這條道路。」

「各位過去是慈青，期待你們現在都是慈誠、委員菩薩，並且一代傳一代，在菩薩家庭中，也用菩薩情傳家，佛法就是傳家寶，走入人間造福，也讓自己的家庭有福。」

【靜思小語】行善、行孝並進，若只有行善而忘了行孝，只是做一半。

## 行善行孝並重

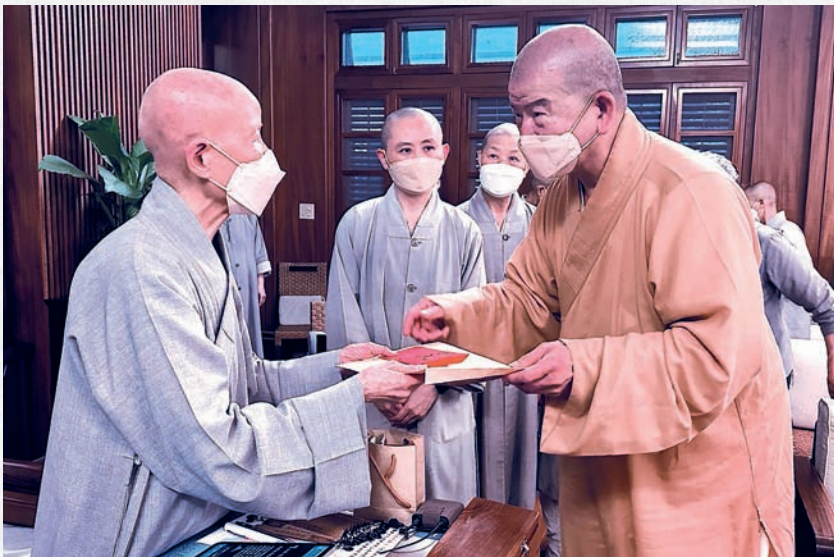
6  
22

《農曆五月·二十七》



明光法師分享參與慈濟浴佛心得寫下的偈文，並捐助「回饋佛陀故鄉」的善款。

（6月22日）



### 伸出雙手，牽出五百人

高雄說法傳法團隊成立十周年，返回精舍與上人座談。上人說，聽到慈濟人發心立願，是對自己最好的打氣，給予自己一股很大的支持力量；不只在口頭發願，有心最重要、有願就有力量，要憑著虔誠的心願，發揮願力不斷精進。

「有誠意的願才有力，如同〈爐香讚〉：『誠意方殷，諸佛現全身』，只要我們虔誠，諸佛菩薩就會來聽我們的心聲，聽聽凡夫心有沒有上菩提道？有沒有精進？發心立願行菩薩道，前腳踏出去，後腳跟著前進，一步一步踏實走。千里之路始於初步，何況菩薩道長遠，要生生世世不斷往前走。眾生煩惱無盡，我們在人間走菩薩道，要應機對眾生說法，不是空口說白話，而是真

正伸出雙手，牽著他們往前走。」

「不只是五百人牽五百人，要相信自己的雙手可以牽出五百人；我們伸出雙手，自然會有一千隻手往我們發願的方向共同出力。要有這麼多人來響應，平時就要與人人結好緣。要與人結好緣，就要靠我們的誠意；我們說話有誠意，做事很實在，這分誠意讓人看到、感受到，從而在人群中建立信心，才能讓人聽得進我們所說的話，願意跟著我們走，這就是我們的『信眾』。每一個人都有信眾，你們要去度信你們的人，把人的信眾聚集過來，共同走慈濟這條現代人間的大菩提道。」

上人說，佛陀覺悟成道之後，走入人群度眾生，最初是向五比丘說四諦法，漸漸地走向更廣的範圍，接觸到愈多人，吸引更多的人來聞法修行；遇到來問難



的外道教，對他們說真實法，引導他們轉邪為正，讓不同道場的修行人歸於正法，佛教的道路就是這樣走出來的。「我們現在傳法，也要學習佛陀，就如你們看到人就說慈濟，也有海內外的團體來參訪，聽你們說慈濟，相信他們會很信服慈濟人腳踏實地的菩薩行，這就是用真實法度人。」

「你們的法源自師父，在不同的地方發揮良能；不論是井水、泉水、溪水、河水，其實水性是一，還是慈濟法，是佛陀度眾生的法，教導慈悲喜捨——慈是無緣大慈，悲是同體大悲。即使素無瓜葛，但是有緣接觸到了，我們就要把種子傳給他們，為他們耕耘心田、播下種子，陪伴種子發揮生命力，還要除草施肥，讓苗芽健康成長，開花結果，再產生許多種子。」

上人用種花生的方法譬喻傳

法，在犁地之後，將花生種子播入土中，覆土還要用腳把土踏得緊實，讓種子發芽後努力掙脫土壤，長得健壯；培養到開花以後，果實在土中成熟，看到植株落葉，就知道可以收成了。「我們要盡形壽、獻身命，就像師父現在，如同花生在地面下已經很成熟了，這株花生的葉子、根漸漸要枯萎，盼望的就是地下這一串果實結得飽滿。每一個豆莢有二、三粒花生，這一串拔起來，就有幾十粒、上百粒花生，大多數供應人們作為生活資糧，留下少數種子到下一季播種。」

「師父要你們說法傳法，就要用這樣的方法，說活法，隨眾生根機而化度。植物有生機，人也要用心機。有心機並非不懷好意，只要用得對，正思、正念、正見、正行，就能讓人間生機蓬勃；不是雜草叢生的生機，而是

像花生、稻穀這些糧食作物，可以不斷供應人間。」

#### 聞法入心，再鋪入人間

上海趙明師兄、凌俏師姊等人報告社區共善耕耘成果。上人欣言：「你們聞法之後法入心，又將法鋪入人間；現在回來與師父分享，好像我又聽了一次我說的法，等於你們將從我這裏聽的法用出去以後，再回向給師父，讓我感覺法喜充滿，得到法的供養，也見證你們所做的是對的。」

「行善、行孝不能等，生命總是隨著時間消失，這是自然法則，可是我們能夠讓慧命不斷成長，就要把握生命去做對的事。就如我經常提起種花生，種子播入土中，還要用腳把土夯實，讓花生發芽以後，從地底下用力掙扎而冒出土面，才能長得健壯，

不久就能收成一大串花生。我們

聞法，將一顆法的種子播入心田，接著要為心地除雜草，將煩惱無明除得乾乾淨淨，讓種子吸收養

分，在環境的歷練中成長茁壯。」

上人指出，行善、行孝要平行並進，若只有行善而忘了行孝，只是做一半，如同將地面上的花

生植株照顧得很好，卻忽略在地底下的根以及果實，無法有好收成。所以要行善、行孝並重，造福人間同時增長智慧，福慧雙修。

【靜思小語】人心清淨無染，就能減輕對環境的污染和破壞。

## 愛護環境的關鍵

6月23、24

《農五月·二十八至二十九》



#### 慈濟所承擔的使命

六月二十三日，上人出門行腳前叮嚀常住二眾，現在氣候變遷，四大不調，例如一下雨就是強降雨，所以早晚都要注意氣象預報，留意氣候變化；若得知有颱風形成，就要留意動向，做好

防颱準備。

而夏季高溫，豔陽如火，白天出坡要等到陽光溫和的時候，也要注意多喝水；動作要敏捷，把握時間快快做，提早返回室內，彼此要相互關心與照顧。「每一回我要出門，總是對你們嘮叨這些話，因為我總是記掛著大家；

而大家要讓師父安心，自我照顧、彼此關懷，才能讓我放心。」

驅車北上新店靜思堂，聆聽北區資深慈濟人及人文真善美團隊分享後，上人說，大家盤點過去所做的慈濟事，都是寶貴的慈濟歷史，從最初人少力弱，很辛苦起步，好像小小螢火蟲，到現



在慈濟人遍布國際，志業足跡落實許多國家，已經如夜空中閃亮的星星。

「確認是對的事，就要邁開腳步去做，而且不要喊累，如同《法華經》的『化城喻』，一位導師帶一群人走向『寶處』，在長遠的路途走久了，大家心疲力倦，開始想要放棄。導師化出一座城讓大家休息，之後鼓勵他們，『寶處在近』，已經靠近目的地，趕緊再起身趕路。」

上人指出，佛陀適應眾生根機而說法引導，從小乘佛法說起，看到大家似乎疲累了，就讓大家停下來思考；接著講中乘佛法，教大家不能只是閉門自修，要普傳佛法；最後說大乘菩薩法，說出佛陀的使命——為一大事因緣而來人間，說菩薩法、教菩薩道，這就是慈濟現在要做的，也是所承擔的使命。

「大乘法門已開，我們走在大乘佛法的大道上，而且不是一輛單車載二個人，也不是一輛小轎車載少數人，而是用大巴士、火車運載群生，如同早期你們不斷帶『慈濟列車』回花蓮尋根，不只匯集建設志業的愛心力量，也帶動許多人同行菩薩道。」

「今天搭車走蘇花公路北上時，我看著寬闊平坦的道路，回想過去要搭車走蘇花公路，一邊是山、一邊是海，路面狹窄，常常需要等待會車，只能單邊通行；現在已經拓寬，行車很順暢。那個時代，你們為了勸募建院基金，一趟趟帶慈濟列車回花蓮，也可以說是步步艱鉅，也這樣走過來了。」

「慈濟人不為自己求安樂，而是為了眾生，不怕辛苦去付出，心態總是知足常樂，心志很堅定。請大家要把握時間、因緣，逢人

說慈濟，不是說空話，你們有很豐富的真實故事可以說；將你們所分享的真人實事彙編成書，就是現代的慈濟《阿含經》。」

### 環保經是世間法寶

慈濟推行環保三十五年，北區環保志工六月二十四日歡喜共聚，與上人分享心得。上人說，三十五年前在臺中新民商工的演講，請大家用鼓掌的雙手做垃圾分類、資源回收，從此開始，各地志工起於行動，現在已經將慈濟環保教育與行動推及國際。

上人談到現在全球人口超過八十億，近百年來人口暴增，人類活動造成的環境污染更為嚴重，已經影響天地氣候。「其實有人就有污染，就如現在我們聚會，仍然緊緊戴著口罩，就是為了預防疾病傳染；否則我們說



臺北市中山八德環保教育站  
江旻真師姊（中）敬呈記憶  
保養班學員手工藝作品。

（6月24日）

話，病毒、細菌會隨著口沫飛出，我們自己看不到，卻因此在人與人之間交叉感染，瘟疫也是嚴重的災難。」

「舉凡污染與疾病傳染，災禍看不到、擋不住，要怎麼辦呢？還是要從個人的生活做起，減少污染，讓空氣清新，也保護大地。唯有大地健康，氣候盡量不受干擾，人間才能平安。所以我們要有勇氣向大眾宣導環保，『大哉教育』，開口動舌、舉手投足，都要發揮教育的良能。」

「聽大家的分享，念的都是環保經；我們這部經是因應這個污濁的時代而產生，是世間的法寶。佛教有佛、法、僧三寶，出家人有責任流傳佛法，而在居士接受佛法，在社會人群中實踐，也讓佛法走入社會中，接引更多人聞法受用。如果沒有在家居士傳法，只靠出家修行者弘法，是

很困難的。而你們不是只在口頭說法，是身體力行做出來，讓人看得到而受感動，再聽到你們開口呼喚，他們就會生起信心而響應。」

上人說起社會人口老化，如今慈善關懷的對象，不一定是生活有困難的家庭，有許多孤單的年長者。如果志工在社區裏帶動得好，讓長者相互關心，有對象可以互動、聊天，有助於保持身心健康，環保站就是很好的場所。

「環保站讓老人家動手也動腦，做好事也說好話，句句都有佛法、句句都在勸善。老來是寶，我們連垃圾都要讓它變黃金了，何況人的心智，要使之回歸佛心，在人間發揮清淨無染的大愛。我們做環保，不只是讓人心清淨無染，還要讓大地清淨無染，因為我們居住在大地上，倚靠大地而生活，人們造成的污染，享受過



後丟棄的垃圾，都對大地有損。」

上人舉例說，為了滿足人的口欲而供應肉食，畜牧業就要飼養大量的牲畜，動物的呼吸與排泄產生大量的污染物質；人們大

啖牲畜的肉、啃牠們的骨，其實是傷了人的心智而不自知。面對現在的氣候變遷，四大不調肇災，人類實在要深刻反省，要用感恩的心愛護、保護供應人類生存的地

球環境。減少破壞、減輕污染的關鍵，在於人心能知足，知足常樂，知足的人就懂得感恩；人人知足、彼此感恩，人間就是清淨的樂土。

【靜思小語】大風考驗大樹的根有沒有扎得深，境界也是來試煉自己站得穩不穩。

## 對人感恩，對己堪忍

6  
25  
26

《農曆六月·初一至初二》

咱的心惦置這

六月二十五日，臺北慈濟醫院主管同仁與上人座談，並以手語演繹院歌〈咱的心惦置這〉，齊聲發願：會愛上人所愛的人，用心守護臺北慈濟醫院的家。

「大家這麼愛我，可知道我有多麼愛大家，因為有你們，我才能在慈濟將佛法融會貫通。慈濟醫院不只為患者看病，也會關心他們，若有人家庭貧困，就會合慈善去訪視與幫助；若有年長的病人獨居，除了結合社區長

照，還時常去看護他們。」  
上人提到臺北慈院方便國際間的慈濟人與會眾，在抵達臺灣以後，就能到慈院做健康檢查，或是身有病痛便於就醫。若有慈濟人檢查出身體有狀況，就會教他們要聽醫師的話，趕快治療。



小志工帶動唱〈阿爸牽水牛〉，接著敬呈竹筒撲滿。  
(6月25日)

「你們聽師父的話，而我聽天下人的話，還要鼓勵天下人，想要身心健康，就要聽醫護的話。醫療團隊的責任，就是守護生命、守護健康、守護愛，這也是我們的使命。」

「愛心『惦』在這，我們的身心也『惦』在這，共同來維護這裏，讓國際間的慈濟人回來就醫診療，也能在此安住身心，知道他們肯定、相信慈濟醫療，所以人來了，心也帶來了；而我們有心疼他、顧他、愛他，所以人人共同一心『惦』在這，共同做生命的守護者。」

無明風練腿力

六月二十六日清早，上人在會客室散步時，林天來師兄隨師在側，與上人分享最新一期《慈濟》月刊內容。上人說，慈濟出

版品所書寫的都是真實紀錄，一字值千金，而且都是慈濟人做出來的成果，其實他們做很多但說得少，需要人文志業用心記錄。  
林師兄請問上人，走過「無明風」後，當時與現在的心情是如何？上人回答：「很歡喜、很感恩，當時我就說感恩，那是練我的腳力，看我站得穩嗎？現在看來，那一股無明風是真正給我助力。我從來沒有埋怨過，每一回有無明風，我就說感恩；要看一棵樹的根有沒有扎得很深、站得穩不穩，就需要有大風來考驗。」

「上人不會生氣嗎？您為人間做了這麼多，慈濟人也是為世人做了那麼多。」「我這輩子，在我的生命中只有兩個字：感恩。面對境界，要堪忍、要感恩——對己要堪忍，對人要感恩。我沒有在口頭上念佛，但是常念





「老三師姊」胡玉珠（左二）等北區資深慈濟人前來與上人話當年。（6月26日）

感恩。」

### 慈濟醫療人文

於臺北慈濟醫院醫療團隊晨間座談，上人開示：「身有病痛真的很苦，度秒如年，很難過。所以慈濟四大志業中，慈善普及全球，醫療要普及人類，有病人遠從海外，千里迢迢來到臺灣，就是因為他們知道慈濟醫療能體會病人之苦，在慈濟醫院能安心接受治療。」

上人說，病中最苦的是明明感覺到不適，就醫檢查卻被告知身體沒怎麼樣，就會覺得很挫折、很無奈，也會讓家人因此埋怨、不諒解。所以醫師要「分別病相，隨病授藥」，還要引導家屬體會病人的感受。

「科技再怎樣發達，生命的苦諦，身苦的道理，醫師無法體

會。而佛陀能分別病相、曉了藥性、隨病授藥，故稱為大醫王。其實佛陀所開的藥不是物質的藥，而是給予心靈的藥，為眾生除心病。」上人表示，有病相，就有對治之相，所以就有醫院。

「病人與某位醫師很有緣，看到醫師就心安，病痛的感受就減輕了，醫師就是他們的貴人，用同理心去鼓勵，所說的話能讓他們聽入心，並且願意照著醫師的叮嚀改變生活習慣，家人也會很感恩。」

「當孩子陪長輩來到診間，醫師為長輩看診，也要想方法成就孩子的孝心，用我們的醫療人文去幫助他、教育他。所以常說慈濟醫療守護生命、守護健康，還要守護愛，醫師教育家屬，這一分用心就是為了守護愛，歸納起來就是善，也就是『無緣大慈，同體大悲』，清淨無染的愛。」

【靜思小語】不是有錢才快樂，無貪無求輕安自在。

## 無貪無求最樂

6月27、28

《農曆六月·初三至初四》



### 苗栗園區，美麗的家

六月二十七日，上人南下，途經苗栗園區，坐車巡禮園區一隅及小靜思複刻預定地。慈誠隊成立除草隊定期除草，園區內種植無患子樹與木麻黃等，北區師兄來幫忙種植菴摩羅果樹；園區對外開放，每天有一、二百人進來活動。

近十點半前往佛堂，上人對眾簡短開示：「這個園地很美，會那麼美是因為乾淨，能夠那麼乾淨是因為它整齊，能夠那麼整齊，就是因為有人在照顧。所以

車子從大馬路轉進來，我不斷讚歎，也很感恩大家真誠照顧我們的家，把園區照顧得生機盎然，很有生命力。」

上人也感恩長照中心將老人家照顧得乾乾淨淨，很可愛。「我也常常想，我老了也要能得人愛，所以要很精進；年紀大了還是要做事，說我們有辦法說的，做我們有辦法做的。」

上人近午抵達臺中靜思堂。午後聆聽臺中居家安全扶手施作與輔具團隊分享後，上人對眾開示：「人間是苦，而我一直有一個心願，想要反苦為樂。其實苦

或是樂，只是在一念間，有錢的人不見得快樂，貧窮的人也不見得很苦，只要有善心，無貪無求就能輕安快樂。」

上人引述孔子稱讚弟子顏回：「一簞食，一瓢飲，在陋巷，人不堪其憂，回也不改其樂。賢哉，回也！」雖然顏回的生活清貧，同樣的生活環境，別人可能不堪其憂，顏回卻很安然自在，就是因為內心很富有，對於物質生活無貪、無求，人到無求品自高，顏回有無盡的內在財富。

「人心的貪念不斷增長，所以求無窮盡。佛陀教育眾生，



把有形財富撇開，無形的品德財富提升起來，這就是佛教在人間的目的。所以佛陀教導菩薩法，座中都是力行菩薩道的菩薩，付出無所求，還要說感恩；沒有需要幫助的人，我們哪有付出的機會？所以付出以後總是真誠感恩，慈濟人都做到了。」

上人說，慈濟人回收還可以使用的輔具，是出於惜福、惜物之心，不辭辛勞地去搬回來定點，仔細清洗並修理，讓物命再生，可以提供給有需要的家庭使用。很感恩大家為社會人群、為大地人間無私付出，將近六十年來，為臺灣、為國際做了多少好事，每一位的生命都很有價值，也讓師父覺得自己的生命很有價值。雖然生命隨著時間流逝，但是大家要好好珍惜慧命，也要照顧好身心健康，在菩薩道上持續精進！

### 科技發達，莫忘初心

六月二十八日晨間，臺中慈濟醫院簡守信院長領醫療團隊前來臺中靜思堂，與上人座談，其中血液腫瘤科李典錕醫師分享次世代基因定序，協助癌症精準治療。

上人說，聽到分享勸捐骨髓，都會想到有位慈濟委員，年紀大了，知道骨髓幹細胞移植能救人，很想要幫忙勸募捐髓者，於是到人來人往的菜市場大喊：「來喔，來救人！」當民眾上前關心，她就帶著大家到骨髓捐贈說明攤位，由專業醫療人員為大家解說，邀請民眾響應捐髓。

這些年長的慈濟志工，或許教育程度不高，卻很有智慧，尤其是做慈濟的那一念心很真誠、很熱切。上人表示，即使現在是科技時代，無論世界發展到什麼程度，還是要莫忘初心，以及志

業起步時的那一群人。這群老菩薩有很樸實的草根氣息，如果沒有這些草根菩薩，今天也不會有四大志業、八大法印。所以整理這部現代的大藏經，少不了這群菩薩的足跡；每一個志業邁出的第一步，都有他們的力量。

「我總是感恩，不只是向大家感恩，也自我感恩，自從拜師時，聽到導師說，要『為佛教，為眾生』，就一生堅持。回頭來看，已經走了這麼長遠的路；往前看，路更長遠，需要生生世世去走。慈濟人都說，要生生世世跟著師父走，只要心志堅定，就能發揮這分願力，我也很期待醫師們發心立願。我總是稱呼醫師為大醫王，就是將你們當作佛；如果沒有這些靈感的佛，眾生的痛苦如何救？感恩臺中這一群大醫王，大家的心很合，共同守護生命、守護健康、守護愛。」

【靜思小語】好話要廣傳，一句話若能轉變人心、利益人間，不只一字千金更是難以計價。

## 一字千金

6  
29

《農曆六月·初五》



### 盤中粒粒皆辛苦

上人為第七十九期靜思生活營的學員開示，聽大家的分享，總是感覺到臺灣社會很美，因為民眾很善良，尤其慈濟人多，因為臺灣是慈濟的發祥地；而慈濟在中部有特殊的因緣，因為是自己的出生地，對於中部總有一分親切的感情。

追溯緣起，慈濟從「五毛錢」起步，上人期盼人人記得「五毛錢」的故事與意義，當時的時間、空間，人與人之間，編織出人人

的人生故事，也寫出人間歷史。

「我出生在戰爭的時代，經過一段躲空襲的歲月；因為戰爭，生活在恐懼中，很緊張、很無奈，物資也很缺乏，有時候要吃米都很困難，得去黑市以物易物，用戒指、項鍊換米，相較之下，我們現在很有福。每一天用餐的時候，雙手合十，『量彼來處，計功多少』，到底有多少人來成就面前的這碗飯？從犁田、發稻、插秧，需要農夫投入多少力量。」

「我未出家的時候，曾經與

慈雲寺的常住一起割稻、『掌草』（跪行水田中用手除草），我全都做過。有經驗就會有常識，插秧之後開始要除草，上一季的稻梗還在水底，梗還很硬，跪著邊爬邊除草，手腳都被割得流血，從這個經驗就知道農民的辛苦。所以吃飯時『莫忘來處』，就會生起感恩心。」

上人引述《食存五觀》：「計功多少，量彼來處；付已德行，全缺應供；防心離過，貪等為宗；正事良藥，為療形枯；為成道業，應受此食」，教大家體會



農人、工人的辛苦，反思自己對人間有何貢獻，要感恩珍惜糧食與各種生活用品，不能貪心、浪費，且要適量、善用，照顧好身體，為人間做好事。

上人說，「靜思法脈，慈濟宗門」，大家都是第一代；除了師父在靜思道場要往下傳承，慈濟人也要傳給第二代、第三代，世世代代不斷延續，不斷接引人做慈濟，力行菩薩道。所以在家居士也要傳法，在家居士智慧長，智慧要不斷成長，不斷將佛法傳下去。

「現在資訊傳播很發達，要傳法很簡單，期待你們少看一些複雜的人間訊息，多收看大愛臺，接收正向資訊；師父成立人文志業就是要讓人人有法可傳。大家有難得的因緣能共聚在慈濟，要惜福，法入心是難以估價，如果聽了法有用，則一字千金；靜思

語很簡短，但是轉了多少人的心、救了多少家庭，且已翻譯成多國語文，廣傳國際，利益人間。所以大家要好好把握時間，吸收正確資訊，傳法在人間。」

### 救護處大依止處

與臺北慈濟醫院趙有誠院長、臺中慈濟醫院神經內科曾啟育主任談話時，上人說起慈濟醫療不與人爭利，而是很自然地做好該做的事；醫療工作對於主管同仁們來說，不是一份謀生的職業而已，大家是真正「志為人醫」，為了守護生命、守護健康、守護愛而投入，是畢生的志業。

「每次聽到醫師分享與病人互動的情，很細膩而且很貼切；或是聽到病人來感恩慈濟醫療團隊，我都很歡喜，感覺到我們在臺灣的這幾所慈濟醫院，都做到

守護生命、守護健康、守護愛，而且品質都很不錯，很感恩！」

談到醫療人力留才，上人說：「我們尊重、愛他們，若是他們做得好，我們就要肯定他們；如果做得不好，我們要指導他們。我們用真誠的心帶人，他們就會很安穩，心『恬』在這，愛『恬』在這。」

「慈濟大學的醫學生，畢業以後來到慈濟醫院，你們好好帶動；我們有很好的教育、很好的醫療，所以能夠一脈相承。我從花蓮要出門之前，聽老師、醫師在精舍分享，原來這群老師、醫師都是慈濟畢業校友，也有慈濟畢業生在各志業體任職。他們在精舍共聚，就像同學會，聽了覺得心很安、很穩，慈濟是『安穩樂處』，也是『救護處大依止處』，讓大家發揮所學而歡喜快樂。」

【靜思小語】要自我肯定，做好事不能缺我一人；更要看重別人，感恩彼此共同成就好事。

## 成就彼此生命價值

6  
30

《農曆六月·初六》



### 來做慈濟很歡喜

中區環保志工與上人座談，上人說，聽大家的分享總是讓自已很歡喜，因為每一位所說的，都是真實出力做出來的好事。大家跟著師父一直做、一直走，並且接引、帶動新進者共同投入，不只是做環保，也護持四大志業，成就志業建築以後，也投入當志工。所以大家盤點生命過程，會覺得很有價值！

上人說，慈濟人來自各行各業，但是有共同的志業，就是慈濟；大家以慈濟為終生志業，不

為營利，而是付出無所求，彼此感恩。「我們共同成就利益人間的好事，所以發自內心感恩彼此，也是由衷感到歡喜；所以剛才聽你們說『來做慈濟很歡喜』，這樣就對了。總而言之，師父與大家這輩子的生命很有價值。要如何評估價值？要想想看，我們有沒有走入人群？有沒有為人群做事？答案是『有』。因為看到你們的付出，我也要感恩自己，若沒有我當初的發心，現在也沒有這麼多慈濟人。」

「你們也一樣，要自我肯定，做好事不能缺我一人，若沒

有我，就少一分力；要看重自己，更要看重別人，彼此看重、相互感恩，在這樣的環境做事就會很快樂。即使做得身體很疲累，心裏的感受還是歡喜，而且很有成就感。」

上人表示自己對大家講經、開示，這麼多年來，感覺最有價值的就是三十五年前在新民商工的那場演講中，教大家用鼓掌的雙手做環保，從此展開慈濟的環境保行動，從臺灣到國際，教育環保觀念、帶動環保行動，共同守護大地的健康，也守護心靈的健康。





清水蘭草團隊敬呈以粽串為主題的裱框作品。

(6月30日)

「一句話聽來很簡單，裏面有很深的道理；你們如果將師父說的話用出去，對人群有益處，這句話就是很好的道理，師父講話就是講道。所以我對自己也肯定，感覺到這輩子有價值；但如果沒有大家把我說的道理做出來，我就無法這麼篤定地說我這輩子有價值，其實價值是你們每一位做出來的，所以我們要相互感恩。」

### 讓佛法走進人間

南投及臺中港區慈濟人與上人座談，上人說，慈濟大家庭很溫馨，家人們相互招呼、彼此照顧，不只在社區帶動鄉親，邀大家來會所綁粽或製作手工藝品，很熱鬧、很歡喜，成品讓大家帶回家並且分送給各個志業體，這個大家庭人人歡喜、人人有感受，

可謂「覺有情傳有情」。上人說，蘭草編製的手工藝品，充滿故鄉的香味。期待除了讓師父欣賞以外，也能讓社區老人家共同動動手、動動腦，與同齡者說話互動，保養腦力不退化，手的動作也能保持敏捷，而且可以讓老人家傳手藝給年輕一輩，讓自古以來沿襲的手工藝不失傳。

在慈濟道場裏，可以一邊做手工藝，一邊透過大愛臺聽上人開示，如《人間菩提》、《菩提心要》等節目，或是收看《高僧傳》，了解歷史上的高僧求道、弘法的過程與精神。「過去的佛教道場大多在山上，所以一句話說『天下名山僧居多』，信徒護持高僧開山建道場。不過，我覺得這時候道場應該入人群，這個時代需要讓佛法走進人間，因為世界紛爭不斷，師父每天看新聞，

是要了解現在的天下時局，才能夠知道要如何積極為人間的需要而做事。」

「雖然臺灣現在平安，但是世界不平安，臺灣也無法安定。我們真的要感恩臺灣社會祥和，大家都能平安度日，但是『晴天要存雨來糧』，要持續淨化人心，社會才能常保祥和平安。不敢說能讓天下都平安，但是天下平安是我們的心願，要盡心力，

打從內心愛護生命。天底下會有戰爭就是殺生、殺業多，這輩子我們有福德人身，但若將福業享盡，只剩過去生累積的惡業，也許今生捨了人身，將來就淪入三惡道。我們要守十善，勤造福，不是為了生在天堂享受，而是要再來人間當菩薩。」

上人說，只憑少數人的力量，難以普遍淨化人心，所以要不斷接引人同行菩薩道；此生有

因緣就要趕快接引、趕快凝聚，將來再續緣，就能一呼百應。要邀人行善，不分貧富，即使只有微弱的點滴之力，只要人多，會合起來也是一股不小的力量。慈濟人鼓勵窮人付出助人，他們大多樂於響應，造福人間更為自己造福緣；對於生活富裕的有福之人，慈濟人要引導他們知福、惜福再造福，深入佛陀智慧，走入人群救拔苦難。

## 《證嚴上人衲履足跡》，是「上人之日記」。

靜思精舍常住每日敬侍師側、記錄言行，經融會貫通於心，轉化為字字珠璣，由靜思人文彙整結集，每年四冊，依春、夏、秋、冬四季出版。

本專欄即精簡摘錄自《證嚴上人衲履足跡》，完整版本請關注每季最新出版品。

《二〇二五年【春之卷】》裝訂：精裝本 定價：四〇〇元



(刊頭題字／胡念祖 刊頭攝影／蕭耀華 相片提供／花蓮本會 插圖／蘇芳霽)



週一至週五

00:00	經典劇坊	10:00	經典劇坊	17:00	週一、二：小主播看天下 WOW
00:50	365 日日素	10:50	365 日日素		週三：伯源哥哥的秘密屋
00:55	仁心慧語	10:55	仁心慧語		週四：呼叫妙博士
01:00	大愛地球村	11:00	看美善學美善 - 美善劇場		週五：生活裡的科學
03:00	大愛劇	11:24	大愛真健康	17:30	現代心素派
03:50	大愛醫生館	11:30	大愛醫生館	17:54	大愛真健康
04:00	週一：人文講堂	11:45	人間菩提	18:00	大愛學漢醫
	週二：志為人醫守護愛 2.0	12:00	大愛午安新聞	18:15	365 日日素
	週三：生活地球村	12:30	大愛劇	18:20	仁心慧語
	週四：映照人生	13:19	365 日日素	18:25	慈濟充滿愛
	週五：大馬慈濟情	13:25	仁心慧語	18:30	高僧傳
04:30	法華經序	13:33	高僧傳	19:00	大愛夜安新聞
05:30	法譬如水	14:00	看美善學美善 - 美善劇場	19:45	人間菩提
06:30	大愛真健康	14:24	慈濟充滿愛	20:00	大愛劇
06:35	大愛早安新聞	14:30	週一：人文講堂	20:50	大愛醫生館
07:05	365 日日素		週二：行動現場	21:01	看美善學美善 - 美善劇場
07:15	大愛醫生館		週三：志為人醫守護愛 2.0	21:25	大愛真健康
07:30	現代心素派		週四：大愛全紀實	21:30	法譬如水
08:00	看美善學美善 - 美善劇場		週五：靜心瑜伽	22:26	仁心慧語
08:25	慈濟充滿愛	15:00	法譬如水	22:30	大愛學漢醫
08:30	人間菩提	16:00	大愛劇	22:45	人間菩提
08:45	法譬如水	16:50	大愛醫生館	23:00	大愛劇
09:45	大愛學漢醫			23:50	大愛醫生館

週六

00:00	人文講堂	09:15	納履足跡	17:30	大愛全紀實
00:30	大愛迷你劇場	09:45	365 日日素	18:00	人文講堂
02:30	行動現場	10:00	大愛真健康	18:25	365 日日素
03:00	青春愛讀書	10:30	人文所思 - 靜美好	18:30	納履足跡
04:00	證嚴上人說故事	10:45	慈濟的故事	19:00	大愛夜安新聞
04:15	365 日日素	11:40	大愛真健康	19:45	人間菩提
04:30	法華經序	11:45	人間菩提	20:00	證嚴上人說故事
05:30	納履足跡	12:00	大愛午安新聞	20:15	大愛迷你劇場
06:00	生活地球村	12:30	志為人醫守護愛 2.0	21:55	大愛真健康
06:30	大愛真健康	13:00	行動現場	22:00	志為人醫守護愛 2.0
06:35	大愛早安新聞	13:33	大愛迷你劇場	22:30	人文所思 - 靜美好
07:05	365 日日素	15:30	大馬慈濟情	22:45	人間菩提
07:15	證嚴上人說故事	16:00	大愛學漢醫	23:00	大愛全紀實
07:30	名人書房	16:15	365 日日素	23:30	行動現場
08:25	大愛真健康	16:23	大愛真健康		
08:30	人間菩提	16:30	映照人生		
08:45	靜心瑜伽	17:00	草根菩提		

週日

00:00	人文講堂	08:30	人間菩提	16:15	365 日日素
00:30	大愛迷你劇場	08:45	大愛真健康	16:30	慈濟的故事
02:30	大愛全紀實	09:15	納履足跡	17:30	行動現場
03:00	名人書房	09:45	365 日日素	18:00	青春愛讀書
04:00	證嚴上人說故事	10:00	生活地球村	18:54	大愛真健康
04:15	365 日日素	10:30	人文所思 - 靜美好	19:00	大愛夜安新聞
04:30	法華經序	10:45	名人書房	19:45	人間菩提
05:30	納履足跡	11:40	大愛真健康	20:00	大愛影展
06:00	映照人生	11:45	人間菩提	22:00	人文講堂
06:30	大愛真健康	12:00	大愛午安新聞	22:25	大愛真健康
06:35	大愛早安新聞	12:30	人文講堂	22:30	人文所思 - 靜美好
07:05	365 日日素	13:00	大愛全紀實	22:45	人間菩提
07:15	證嚴上人說故事	13:33	大愛影展	23:00	青春愛讀書
07:30	青春愛讀書	15:30	證嚴上人說故事		
08:25	大愛真健康	16:00	大愛學漢醫		

大愛電視官網



Youtube



大愛行



佛教慈濟基金會

虔誠邀請  
七月吉祥  
祈福會

每年農曆七月——  
佛陀的歡喜、吉祥、孝親，  
人人茹素護生，  
以正知見、正信、正念回饋社會，  
將愛心普及一切眾生，  
即是落實真正的「普度」。



以功代金線上捐款



線上共修與祈福



慈濟大愛幼兒園（淡邊）  
TEL:606-4410658  
慈濟大愛幼兒園（馬六甲）  
TEL:606-2866468  
新山慈濟幼兒園  
TEL/FAX:607-5594768

■新加坡 Singapore  
新加坡分會  
TEL:65-65829958 FAX:65-65829952  
慈濟義診中心  
TEL:65-64758812 FAX:65-64758718

■印尼 Indonesia  
印尼分會（Jakarta）  
TEL:62-21-50559999  
FAX:62-21-50556699/89  
TEL:62-21-50558889（大愛臺）  
FAX:62-21-50558800  
慈濟醫院（Jakarta）  
TEL:62-21-55963680 FAX:62-21-55963681  
慈濟中小學（Jakarta）  
TEL:62-21-54397565/70608949  
FAX:62-21-54397573  
泗水（Surabaya）  
TEL:62-31-8475434\*5 FAX:62-31-8475432  
錫江（Makassar）  
TEL:62-411-3655072\*3 FAX:62-411-3655074  
棉蘭（Medan）  
TEL:62-61-6638986 FAX:62-61-6638986  
TEL:62-61-80501846（大愛臺）  
FAX:62-61-80501847  
萬隆（Bandung）  
TEL:62-22-2534020 FAX:62-22-2534052  
巴淡（Batam）  
TEL:62-778-7037037  
FAX:62-778-450332/450335  
當格朗（Tangerang）  
TEL:62-21-55778361/71 FAX:62-21-55778413  
北干巴盧（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/FAX:94（0）472256422  
可倫坡（Colombo）  
TEL/FAX:94（0）112620133

■約旦 Jordan  
安曼（Amman）TEL/FAX:962-6-5817305

■土耳其 Türkiye  
伊斯坦堡（Istanbul）  
TEL:90-212-4225802 FAX:90-212-4225803

■美國 United States  
美國總會（San Dimas）  
TEL:1-909-4477799 FAX:1-909-4477948  
洛杉磯慈濟義診中心（Alhambra）  
TEL:1-626-2813383 FAX:1-626-2815303  
佛教慈濟醫療中心（Alhambra）  
TEL:1-626-2813383 FAX:1-626-2815303  
南愛滿地慈濟社區門診中心  
（S. El Monte）  
TEL:1-626-6368701 FAX:1-626-6368739  
西洛杉磯（West Los Angeles）  
TEL:1-310-4735188 FAX:1-310-4779518  
西北洛杉磯（Northwest Los Angeles）  
TEL:1-818-7277689 FAX:1-818-7279272  
喜瑞都（Cerritos）  
TEL:1-562-9266609 FAX:1-562-9261603

橙縣（Orange County）  
TEL:1-949-9164488 FAX:1-949-9165933  
聖地牙哥（San Diego）  
TEL:1-858-5460578 TAX:1-858-5460573  
南聖地牙哥（South San Diego）  
TEL:1-619-4248443  
聖地牙哥靜思書軒  
TEL:1-619-7566299 FAX:1-619-6773294  
北加州分會（San Jose）  
TEL:1-408-4576969 FAX:1-408-9438420  
舊金山支會（San Francisco）  
TEL:1-415-6820566 FAX:1-415-6820567  
佛瑞斯諾（Fresno）  
TEL/FAX:1-559-2984894  
莫德斯度（Modesto）  
TEL:1-209-5292625  
奧克蘭（Oakland）TEL:1-510-8790971  
沙加緬度（Sacramento）  
TEL:1-916-5685800  
士德頓（Stockton）  
TEL/FAX:1-209-9577800  
尤開雅（Ukiah）TEL/FAX:1-707-4622911  
鳳凰城（Phoenix）  
TEL:1-480-8386556 FAX:1-480-7777665  
聖塔羅莎（Santa Rosa）  
TEL/FAX:1-707-5461945  
拉斯維加斯（Las Vegas）  
TEL/FAX:1-702-8805552  
德頓（Dayton）  
TEL:1-937-4318292 FAX:1-937-4318192  
雷諾（Reno）  
TEL:1-775-7701138 FAX:1-775-7701148  
紐約分會（New York）  
TEL:1-718-8880866 FAX:1-718-4602068  
長島支會（Long Island）  
TEL:1-516-8736888 FAX:1-516-7460626  
曼哈頓（Manhattan）  
TEL:1-212-9651151 FAX:1-212-9651152  
波士頓（Boston）  
TEL:1-617-7620569 FAX:1-617-4314484  
新澤西分會（New Jersey）  
TEL:1-973-8578666 FAX:1-973-8579555  
新澤西中部（Central Jersey）  
TEL:1-732-3321089 FAX:1-732-3321439  
匹茲堡（Pittsburgh）  
TEL:1-412-5318343 FAX:1-412-5318341  
費城（Philadelphia）  
TEL:1-215-6271915 FAX:1-215-6271916  
華府分會（Washington D.C.）  
TEL:1-703-7078606 FAX:1-703-7078607  
洛麗（Raleigh）  
TEL:1-919-8023728 FAX:1-919-3636945  
夏洛特（Charlotte）  
TEL:1-704-2818060 FAX:1-704-9431031  
瑞其蒙（Richmond）  
TEL:1-804-3066037 FAX:1-804-3783520  
德州分會（Houston）  
TEL:1-713-2709988 FAX:1-713-9819008  
達拉斯分會（Dallas）  
TEL:1-972-6808869 FAX:1-972-6807732  
奧斯汀（Austin）  
TEL:1-512-4910358 FAX:1-512-9261373  
康福（Point Comfort）  
TEL:1-361-9877130 FAX:1-361-9877139  
亞特蘭大支會（Atlanta）  
TEL:1-770-4581000  
邁阿密（Miami）  
TEL:1-954-5381172 FAX:1-317-6459907  
奧蘭多（Orlando）  
TEL:1-407-2921146 FAX:1-407-4793662  
奧克拉荷馬（Oklahoma）  
TEL:1-405-7013927  
紐奧良（New Orleans）  
TEL:1-504-7825168 FAX:1-504-8322022  
芝加哥分會（Chicago）  
TEL:1-630-9636601 FAX:1-630-9609360

芝加哥服務中心  
（Chicago Service Center）  
TEL:1-312-2257670  
印城（Indianapolis）TEL:1-317-5800979  
聖路易（St. Louis）  
TEL/FAX:1-314-9941999  
堪薩斯（Kansas）  
TEL:1-913-3976517  
底特律（Detroit）  
TEL/FAX:1-586-7953491  
蘭辛（Lansing）  
TEL/FAX:1-517-3496441  
明尼蘇達（Minnesota）  
TEL:1-6514939388  
麥迪遜（Madison）  
TEL:1-608-2687692  
克里夫蘭（Cleveland）  
TEL/FAX:1-440-6469292  
哥倫布（Columbus）  
TEL:1-614-4579215 FAX:1-614-4579217  
波特蘭（Portland）  
TEL/FAX:1-503-6432130  
西雅圖支會（Seattle）  
TEL:1-425-8227678 FAX:1-425-8226169  
夏威夷分會（Honolulu）  
TEL:1-808-7378885 FAX:1-808-7378889  
夏威夷慈濟義診中心  
TEL/FAX:1-702-8805552  
■加拿大 Canada  
加拿大分會（Vancouver）  
TEL:1-604-2667699 FAX:1-604-2667659  
加東分會（Toronto）  
TEL:416-886-8886、905-947-1182  
FAX:416-900-2048  
西多倫多（Mississauga）  
TEL:1-416-6217996、1-416-6219419  
北多倫多（Richmond Hill）  
TEL:1-647-9313092  
愛明頓（Edmonton）  
TEL:1-780-4639788 FAX:1-780-4621799  
蒙特婁（Montreal）  
TEL:1-514-8442074 FAX:1-514-2889152  
卡加利（Calgary）  
TEL/FAX:1-403-2711748  
渥太華（Ottawa）  
TEL:1-613-2184660 FAX:1-613-5966177  
本拿比（Burnaby）TEL:1-604-4287123

■墨西哥 Mexico  
墨西加利（Mexicali）  
TEL:1-760-7688998 FAX:1-760-7686631  
■多明尼加Rep Dominican  
聖多明哥（Santo Domingo）  
TEL:1-809-5300972  
■薩爾瓦多 El Salvador  
聖薩爾瓦多（San Salvador）  
TEL:503-7293905 FAX:503-7293905  
■瓜地馬拉 Guatemala  
瓜地馬拉（Guatemala）  
TEL:502-22327648 FAX:502-23675872

■巴西 Brazil  
聖保羅（Sao Paulo）  
TEL:55-11-55394091 FAX:55-11-55391683  
■巴拉圭 Paraguay  
亞松森（Asuncion）  
TEL:595-21-333818 FAX:595-21-310588  
東方市（Ciudad del Este）  
TEL/FAX:595-61-512506  
■玻利維亞 Bolivia  
聖塔庫魯茲（Santa Cruz）  
TEL:591-3-3422856 FAX:591-3-3434224

■阿根廷 Argentina  
布宜諾斯艾利斯（Buenos Aires）  
TEL:54-11-48625770 FAX:54-11-43140252  
■荷屬聖馬丁 St. Maarten  
聖馬丁（St. Maarten）  
TEL:1-721-5863019  
FAX:1-721-5420523

■英國 U.K.  
倫敦（London）TEL:44-20-88699864  
FAX:44-20-89334262  
曼徹斯特（Manchester）  
TEL:44-788-4465558  
■法國 France  
巴黎（Paris）  
TEL:33-1-45860312 FAX:33-1-45862540  
■德國 Germany  
漢堡（Hamburg）  
TEL:49(40)388439 手機:0049-152-2951-9571  
慕尼黑（Munich）TEL:49(86)41598432

■荷蘭 Netherlands  
阿姆斯特丹（Amsterdam）  
TEL:31-629-577511

■瑞典 Sweden  
哥登堡（Goteborg）  
TEL/FAX:46-31-227883

■奧地利 Austria  
維也納（Vienna）  
手機:43-6602053428

■南非 South Africa  
南非分會（Gauteng）  
TEL:27-11-4503365  
TEL:27-11-4502256  
德本（Durban）  
TEL:27-31-5615348 FAX:27-31-5644438  
開普敦（Cape Town）  
TEL:27-21-9130934 FAX:27-21-9137057  
雷地史密斯（Ladysmith）  
TEL:27-36-6341333 FAX:27-36-6341261  
布魯芳登（Bloemfontein）  
TEL:27-51-4366460 FAX:27-51-4368690  
新堡（Newcastle）  
TEL:27-34-3757408 FAX:27-34-3757709  
伊莉莎白港（Port Elizabeth）  
TEL/FAX:27-41-3607033  
東倫敦（East London）  
TEL/FAX:27-43-7222866  
普里托利亞（Pretoria）  
TEL:27-12-6643888 FAX:27-12-6643705

■賴索托 Lesotho  
馬賽魯（Maseru）  
TEL:266-28312566 FAX:266-22313897

■澳洲 Australia  
澳洲分會（Sydney）  
TEL:61-2-98747666 FAX:61-2-98747611  
布里斯本（Brisbane）  
TEL:61-7-32727938 FAX:61-7-32727283  
墨爾本（Melbourne）  
TEL:61-3-98971668 FAX:61-3-98974288  
黃金海岸（Gold Coast）  
TEL:61-7-55717706 FAX:61-7-55717703  
柏斯（Perth）  
TEL/FAX:61-8-92278228  
阿德雷德（Adelaide）  
TEL:61-8-82319008

■紐西蘭 New Zealand  
紐西蘭分會（Auckland）  
TEL:64-9-2716976FAX:64-9-2724639  
漢彌頓（Hamilton）  
TEL/FAX:64-7-8541496

■大愛網路電臺

週一至週五

00:00 真心看世界  
01:00 週一：愛灑人間  
週二：大愛知音  
週三：健康100分  
週四：藍天白雲好時光  
週五：聽見生命力  
愛在西拉雅  
02:00 濟雨讀書會  
03:00 無量義經有聲版  
03:30 父母恩重難報經有聲版  
04:00 林安梧教授經典導讀  
04:30 慈濟的故事有聲版  
05:00 衲履足跡有聲版  
05:30 靜思妙蓮華  
06:30 大愛早安新聞  
07:00 志工早會連線  
08:00 濟雨讀書會  
09:00 真心看世界  
10:00 週一：愛灑人間  
週二：大愛知音  
週三：健康100分  
洛城大愛百寶箱

週四：藍天白雲好時光  
週五：聽見生命力  
愛在西拉雅  
11:00 靜思法髓溯源  
11:30 衲履足跡有聲版  
12:00 大愛午安新聞  
12:30 點亮心光  
13:00 濟雨讀書會  
14:00 真心看世界  
15:00 週一：愛灑人間  
週二：大愛知音  
週三：健康100分  
洛城大愛百寶箱  
週四：藍天白雲好時光  
週五：聽見生命力  
愛在西拉雅  
16:00 林安梧教授經典導讀  
16:30 衲履足跡有聲版  
17:00 週一：心聞螢光筆  
週二：站在時代的渡口  
週三：心示代  
週四：您有一通心留言  
週五：證嚴法師幸福心法

17:30 鑼聲若響  
18:00 真心看世界  
19:00 大愛夜安新聞  
19:45 大愛之歌  
20:00 週一：愛灑人間  
週二：大愛知音  
週三：健康100分  
洛城大愛百寶箱  
週四：藍天白雲好時光  
週五：聽見生命力  
愛在西拉雅  
21:00 週一：心聞螢光筆  
週二：站在時代的渡口  
週三：心示代  
週四：您有一通心留言  
週五：證嚴法師幸福心法

21:30 靜思妙蓮華  
22:30 衲履足跡有聲版  
23:00 靜思法髓溯源  
23:30 無噪駕駛

週六至週日

00:00 用心深呼吸  
01:00 大愛知音  
02:00 洛城大愛百寶箱  
02:30 您有一通心留言  
03:00 聽見生命力  
03:30 愛在西拉雅  
04:00 愛灑人間  
05:00 藍天白雲好時光  
06:00 無量義經有聲版  
06:30 大愛早安新聞  
07:00 志工早會連線  
08:00 愛灑人間  
09:00 洛城大愛百寶箱  
09:30 大愛知音

10:30 衲履足跡德禪師父導讀  
11:00 藍天白雲好時光  
12:00 大愛午安新聞  
12:30 心聞螢光筆  
13:00 證嚴法師幸福心法  
13:30 您有一通心留言  
14:00 心示代  
14:30 站在時代的渡口  
15:00 藍天白雲好時光  
16:00 大愛知音  
17:00 洛城大愛百寶箱  
17:30 證嚴法師幸福心法  
18:00 您有一通心留言  
18:30 心示代

19:00 大愛夜安新聞  
19:45 大愛之歌  
20:00 愛灑人間  
21:00 藍天白雲好時光  
22:00 洛城大愛百寶箱  
22:30 大愛知音  
23:30 慈濟的故事有聲版

朵用心  
PODCAST



■臺灣地區播送

教育廣播電臺  
臺北 AM1494、臺東 FM100.5  
高雄 FM105.3  
點亮心光 週六 21:00-21:30  
鑼聲若響 週日 21:00-21:30  
桃園先聲電臺 AM774  
愛灑人間 週一 4:00-5:00  
新竹新農電臺 FM89.1  
慈濟世界 週一至週五 22:30-23:00  
中廣臺灣臺 臺中 AM1062  
慈濟世界 週一至週六 6:30-7:00  
臺南勝利之聲 AM756  
慈濟世界 週二至週六 5:30-6:00

臺南愛鄉之聲 FM90.7  
真心看世界 週日 23:00-00:00  
高雄 週一 00:00-01:00  
花蓮後山電臺 FM89.7  
真心看世界 週一至週六 6:00-7:00  
花蓮教育電臺  
真心看世界 週一至週五 22:00-23:00  
花蓮 FM103.7 玉里 FM100.3  
慈大之聲 FM88.3  
週一至週五 真心看世界 8:00-9:00  
大愛來點名 9:00-10:00  
大愛下午現場 19:00-21:00

週六 藍天白雲好時光 8:00-9:00  
愛灑人間 9:00-10:00  
鑼聲若響 13:00-13:30  
生活講臺語 18:00-19:00  
金馬之聲廣播電臺 FM99.3  
真心看世界 週一至週六 2:00-3:00  
愛灑人間 週日 00:00-01:00  
台南廣播電臺 AM999  
藍天白雲好時光 週日 21:00-22:00  
真心看世界 週日 00:00-01:00



# 慈濟全球聯絡點



## ■臺灣 Taiwan

**本會**（靜思書軒）  
971花蓮縣新城鄉康樂村精舍街88巷1號  
TEL:03-8266779－03-8059966  
0914-009966 FAX:03-8267776  
**志業中心－靜思堂**（靜思書軒）  
970花蓮市中央路3段703號  
TEL:40510777轉4002、4004（市話直撥）  
0912-412600轉4002、4004（手機直撥）  
TEL:03-8460717（靜思書軒）  
970花蓮市中央路3段707號  
TEL:03-8561825 FAX:03-8560977  
**臺北慈濟醫院**（靜思書軒）  
231新北市新店區建國路289號  
TEL:02-66289779  
TEL:02-82192217（靜思書軒）  
**臺中慈濟醫院**（靜思書軒）  
427臺中市潭子區豐興路1段88號  
TEL:04-36060666 FAX:04-36021123  
**三義慈濟中醫院**  
367苗栗縣三義鄉廣盛村16鄰八股路24之9號 TEL:037-558666  
**臺中慈濟護理之家**（日間照護中心）  
427臺中市潭子區豐興路1段66號  
TEL:04-36060666 轉3786  
日間照護中心轉2151  
**大林慈濟醫院**（靜思書軒）  
622嘉義縣大林鎮民生路2號  
TEL:05-2648000 FAX:05-2648999  
產後護理之家轉3029、3030、3033  
住宿長照機構轉3835  
**嘉義慈濟診所**  
600嘉義市西區驛站里1鄰仁愛路383號1樓 TEL:05-2167000  
**斗六慈濟醫院**（靜思書軒）  
640雲林縣斗六市雲林路2段248號  
TEL:05-5372000 FAX:05-5370503  
**玉里慈濟醫院**（靜思書軒）  
981花蓮縣玉里鎮民權街1之1號  
TEL:03-8882718 FAX:03-8881929  
**關山慈濟醫院**  
956臺東縣關山鎮和平路125之5號  
TEL:089-814880 FAX:089-814822  
**慈濟大學**  
970花蓮市中央路3段701號（中央校區）  
TEL:03-8565301 FAX:03-8563604  
970花蓮市介仁街67號（介仁校區）  
TEL:03-8572677 FAX:03-8567985  
970花蓮市建國路2段880號（建國校區）  
TEL:03-8572158 FAX:03-8577261  
**慈濟大學附屬高級中學**  
970花蓮市介仁街176號（中學部）  
TEL:03-8572823 FAX:03-8573273  
970花蓮市介仁街178號（小學部）  
TEL:03-8578819 FAX:03-8573697  
TEL:03-8578819轉351（幼兒園）  
FAX:03-8573697  
**臺南慈濟高級中學**  
708臺南市安平區建平五街111號（中學部）  
TEL:06-2932323 FAX:06-2933838  
708臺南市安平區文平路95號（小學部）  
TEL:06-2959595 FAX:06-2959955  
TEL:06-2959230（幼兒園）  
**花蓮大愛幼兒園**  
花蓮市中山路一段3巷182號1樓之7  
TEL:02-40510777轉4063  
**臺北大愛幼兒園**  
新北市新店區建國路279號1樓  
TEL:02-40510777轉4237  
**臺中大愛幼兒園**  
臺中市潭子區豐興路一段192巷62號  
TEL:02-40510777轉4417

**大林大愛幼兒園**  
嘉義縣大林鎮平林里下潭底81號  
TEL:05-2648000轉8459  
**臺南大愛幼兒園**  
臺南市仁德區仁義路226號  
TEL:06-2493578  
**高雄大愛幼兒園**  
高雄市三民區河堤南路50號  
TEL:07-3987667轉4560  
**慈濟人文志業中心**（靜思書軒）  
112臺北市北投區立德路8號  
TEL:02-28989000  
**靜思人文**  
TEL:02-28989888 FAX:02-28989889  
**中正紀念堂靜思書軒**  
100臺北市中山南路21號  
TEL:02-23560701  
**喜來登靜思書軒**  
100臺北市忠孝東路1段12號1樓  
TEL:02-23222437 FAX:02-23223582  
**臺北東區聯絡處**（靜思書軒）  
110臺北市松隆路327號1樓  
TEL:02-27660971-5（會所）  
TEL:02-27662209（靜思書軒）  
**臺北舊分會**（大安聯絡處、靜思書軒）  
106臺北市忠孝東路3段217巷7弄35號  
TEL:4051-0777轉4453  
0912-412600轉4453（手機直撥）  
FAX:02-27761244  
**臺北分會**（新店靜思堂、靜思書軒）  
231新北市新店區建國路279號  
TEL:02-22187770 FAX:02-22185852  
**關渡志業園區**  
112臺北市北投區立德路8號  
TEL:02-28989999  
**關渡靜思書軒**  
112臺北市北投區立德路2號1樓  
TEL:02-28989968  
**板橋志業園區**（靜思書軒）  
220新北市板橋區大觀路2段265巷15號  
TEL:02-22753926 FAX:02-22753936  
**新泰聯絡處**  
242新北市新莊區福營路165巷20號  
TEL:02-8992-0485  
**新泰靜思小築**  
242新北市新莊區新泰路413巷18號  
TEL:02-8992-0484  
**三峽志業園區**（靜思書軒）  
237新北市三峽區介壽路1段498號  
TEL:02-86710603  
TEL:02-86713481（靜思書軒）  
**基隆靜思堂**（靜思書軒）  
204基隆市安樂區六合里樂利三街150號  
TEL:02-2434-6988  
**中正聯絡處**（靜思書軒）  
100臺北市中正區羅斯福路1段135號  
TEL:02-23415238  
**大同聯絡處**（靜思書軒）  
103臺北市大同區延平北路4段237號  
TEL:02-25851001  
**中山聯絡處**（靜思小築）  
104臺北市建國北路3段42號  
TEL:02-25180269 FAX:02-25180569  
**中山八德共修處**  
104臺北市中山區八德路2段118號  
TEL:02-27417348  
**松山聯絡處**（靜思書軒）  
105臺北市南京東路5段188號16樓  
TEL:02-27485692 FAX:02-25283989  
**師大禮居共修處**  
106臺北市和平東路1段117號B1  
TEL：02-23922742  
**萬華聯絡處**（靜思書軒）  
108臺北市萬華區普光路222號  
TEL:02-23366526～7 FAX:02-23366528

**天母共修處**  
111臺北市中山北路6段161號B1  
TEL:05-2648000轉8459  
**士林雨農共修處**  
111臺北市士林區雨農路62號1樓  
TEL:02-28314676  
**內湖聯絡處**（靜思書軒）  
114臺北市內湖區成功路5段168號  
TEL:02-27938563 FAX:02-27938565  
**汐止聯絡處**（靜思小築）  
221新北市汐止區福德一路392巷50號  
TEL:02-26953366 FAX:02-26953377  
**永和聯絡處**  
234新北市永和區永和路2段92巷1號3樓  
TEL:02-29249040 FAX:02-29248935  
**永和靜思書軒**  
235新北市永和區中山路1段128巷3號  
TEL:02-23560701  
**雙和聯絡處**（靜思書軒）  
235新北市中和區中山路3段41號  
TEL:02-82281628 FAX:02-82281528  
**三重聯絡處**（靜思書軒）  
241新北市三重區中正北路450號  
TEL:02-29810310 FAX:02-29869871  
**蘆洲聯絡處**（靜思書軒）  
247新北市蘆洲區長樂路125號  
TEL:02-22891193 FAX:02-82868034  
TEL:02-82860597（靜思書軒）  
**鳳鳴共修處**  
239新北市鶯歌區永和街184號  
TEL:02-26795254 FAX:02-86776214  
**林口靜思書軒**  
244新北市林口區佳林路166號1樓  
TEL:02-26029409 FAX:02-26027010  
**桃園分會**（靜思書軒）  
330桃園市桃園區大業路1段307號  
TEL:03-3586111 03-3170933（書軒）  
FAX:03-3586033（靜思書軒）  
**八德聯絡處**  
334桃園市八德區興豐路1139號  
TEL:03-3689797、03-3731607（靜思書軒）  
**永安聯絡處**（靜思書軒）  
330桃園市桃園區永安路189號7樓  
TEL:03-3371303 FAX:03-3358893  
**中壢志業園區**（靜思書軒）  
320桃園市中壢區環中東路701號  
TEL:03-4654148 FAX:03-4650001  
TEL:03-4387306（靜思書軒）  
**中壢聯絡處**（靜思小築）  
320桃園市中壢區中山路493號  
TEL:03-4919962 FAX:03-4919884  
**新竹聯絡處**（靜思書軒）  
300新竹市中華路5段208巷20號  
TEL:03-5309955 FAX:03-5304999  
**竹東共修處**  
310新竹縣竹東鎮文林路168號  
TEL:03-5960118  
**竹南共修處**（靜思書軒）  
350苗栗縣竹南鎮光復路73號  
TEL:037-472462  
**三義聯絡處**  
367苗栗縣三義鄉廣盛村16鄰八股路24之15號  
TEL:40510777轉4581～4582(市話直撥)  
0912-412600轉4581～4582(手機直撥)  
FAX:037-876453  
**後龍共修處**  
356苗栗縣後龍鎮南龍里信義街5鄰57-1號 TEL:037-723602  
**苑裡共修處**（靜思小築）  
358苗栗縣苑裡鎮中山路321號  
TEL:037-856990  
**苗栗聯絡處**（靜思書軒）

360苗栗市福星里中華路243號  
TEL:40510777轉4333、4334（市話直撥）  
0912412600轉4333、4334（手機直撥）  
**士林雨農共修處**（靜思書軒）  
403臺中市西區民權路314巷2號  
TEL:04-23054073 FAX:04-23019616  
**臺中分會**（靜思書軒）  
408臺中市南屯區文心南路113號  
TEL:40510777轉4102-4106（市話直撥）  
0912-412600轉4102-4106（手機直撥）  
FAX:04-24735483  
**東大聯絡處**（靜思書軒）  
407臺中市西屯區東大路一段888號  
TEL:04-24619497、04-24639407（書軒）  
FAX:04-24618538  
**大里聯絡處**（靜思書軒）  
412臺中市大里區里科街66號  
TEL:40510777轉4423-4425（市話直撥）  
0912-412600轉4423-4425（手機直撥）  
FAX:04-24964626  
**太平共修處**  
411臺中市太平區新平路3段394巷16號  
TEL:04-23918130  
**豐原聯絡處**（靜思書軒）  
420臺中市豐原區自強南街77號  
TEL:04-25131799 FAX:04-25131798  
TEL:04-25277019（靜思書軒）  
**后里聯絡處**（靜思小築）  
421臺中市后里區甲后路三段145巷2號  
TEL:04-25585261 FAX:04-25585401  
**東勢聯絡處**（靜思小築）  
423臺中市東勢區三民街199號  
TEL：04-25772167 04-25772030  
**心田聯絡處**  
427臺中市潭子區豐興路1段252號  
TEL:40510777轉4396（市話直撥）  
0912-412600轉4396（手機直撥）  
FAX:04-25393059  
**臺中港區聯絡處**（靜思小築）  
433臺中市沙鹿區鎮南路2段472號  
TEL:04-26312728 FAX:04-26318261  
**清水聯絡處**（靜思書軒、日間照顧中心）  
436臺中市清水區五權路267號  
TEL:04-26283236 FAX:04-26268486  
**大甲聯絡處**（靜思小築）  
437臺中市大甲區新政路456號  
TEL:4051-0777轉4402-4405（市話）  
0912412600轉4402-4405（手機）  
FAX:04-26869147  
**彰化分會**（靜思書軒）  
504彰化縣秀水鄉鵝鳴村彰鹿路626號  
TEL:04-7699340 FAX:04-76868660  
**員林聯絡處**  
510彰化縣員林鎮員東路1段465號  
TEL:04-8374193  
**南投聯絡處**（靜思書軒）  
540南投市菓栗路101號  
TEL:049-2241169 FAX:049-2241379  
**草屯聯絡處**（靜思小築）  
542南投縣草屯鎮碧山路859號  
TEL:049-2323249 FAX:049-2300249  
**埔里聯絡處**（靜思小築）  
545南投縣埔里鎮中正一路100號  
TEL:049-2997296 FAX:049-2997297  
**竹山聯絡處**（靜思小築）  
557南投縣竹山鎮延和里大智路52號  
TEL:049-2659671 FAX:049-2654709  
**雲林聯絡處**（靜思小築）  
630雲林縣斗南鎮新生二路178號  
TEL:05-5954196 FAX:05-5954197  
**西螺聯絡處**  
648雲林縣西螺鎮大園里10鄰光復東路88號 TEL:05-5880034 FAX:05-5882481

**北港聯絡處**（靜思小築）  
651雲林縣北港鎮草湖里華勝路679號  
TEL:05-7832270 FAX:05-7827950  
**嘉義聯絡處**（靜思書軒）  
600嘉義市彌陀路26號  
TEL:05-2777852 FAX:05-2777853  
**嘉義志業園區**  
600嘉義市博愛路2段469巷19號  
TEL:05-2353318  
**臺南分會**（靜思書軒）  
717 臺南市仁德區 仁義路222號  
TEL: 06-2792999 FAX:06-2493338  
**安平聯絡處**（靜思書軒）  
708臺南市安平區國平里國平路211號  
TEL:06-2989111  
FAX:06-2995111  
**佳里聯絡處**（靜思小築）  
722臺南市佳里區民安里同安寮76-1號  
TEL:06-7224872  
**新營共修處**（靜思小築）  
893金門縣金湖鎮山外里南雄29號  
730臺南市新營區長樂路1段378號  
TEL:06-6352150  
**善化聯絡處**（靜思小築）  
741臺南市善化區小新里小新營346號  
TEL:06-5832330  
**高雄分會**（靜思書軒）  
807高雄市三民區河堤南路50號  
TEL:07-3987667 FAX:07-3987665  
**新興共修處**  
800高雄市新興區開平里8鄰河南一路16號 0912-412600轉4242～4250（手機）  
**苓雅共修處**  
802高雄市苓雅區苓雅一路2號  
TEL:07-5367855  
**鹽埕共修處**  
803高雄市鹽埕區必信街150號  
TEL:07-5613357  
**小港聯絡處**（靜思小築）  
812 高雄市小港區高松路12之9號  
TEL:07-8034311 FAX:07-8034310  
**鼓山聯絡處**  
804高雄市鼓山區迪化街36-1號  
TEL:07-5617156  
**岡山聯絡處**（靜思書軒）  
820高雄市岡山區岡北路6號  
TEL:07-6217555 FAX:07-6232555  
**岡山共修處**  
820高雄岡山區竹園南街97巷20號  
TEL:07-6226555 FAX:07-6221555  
**鳳山聯絡處**  
830高雄市鳳山區國泰路二段396號  
TEL:07-7475132 FAX:07-7475517  
**大寮共修處**（靜思小築）  
831高雄市大寮區三隆里三隆路299號  
TEL:07-7819480 07-7820552  
**大樹共修處**  
840高雄市大樹區中正一路385號  
TEL:07-4051-0777（市話直撥）  
0912412600轉4264（手機直撥）  
**杉林大愛園區聯絡處**  
846高雄市杉林區月眉里大愛路3號  
TEL:07-6775668 FAX:07-6775670  
**屏東分會**（靜思書軒）  
908屏東縣長治鄉長興村中興路83號之1  
TEL:08-7363953 FAX:08-7366853  
**鹽埔聯絡處**（靜思小築）  
907屏東縣鹽埔鄉新二村德協路100號  
TEL:08-7933252  
**潮州聯絡處**（靜思小築）  
920屏東縣潮州鎮永春里志成路46號  
TEL:08-7891347 FAX:08-7894545  
**里港共修處**  
905屏東縣里港鄉鐵店村鐵店路34之28號 TEL:08-7754879

**東港聯絡處**（靜思小築）  
928屏東縣東港鎮興東里14鄰沿海路171號 TEL:08-8321045  
**宜蘭聯絡處**  
260宜蘭市東港路1段405號  
TEL:03-9370289  
**羅東聯絡處**（靜思書軒）  
268宜蘭縣五結鄉五結路3段360號  
TEL:03-9605711-2 FAX:03-9600396  
**鳳林共修處**  
975花蓮縣鳳林鎮信義路321號  
TEL:03-876-2578  
**玉里聯絡處**  
981花蓮縣玉里鎮民權街56號  
TEL:03-8888816  
**臺東聯絡處**（靜思小築）  
950臺東市勝利街90號  
TEL:089-225229、225279  
FAX:089-238928  
**金門共修處**  
893金門縣金湖鎮山外里南雄29號  
TEL:082-334579  
**澎湖聯絡處**（靜思小築）  
880澎湖縣馬公市西文里13之2號  
TEL:06-9211557 FAX:06-9211670

## ■中國大陸 Mainland China

**北京靜思書軒**  
富貴園店：北京東城區東花市大街118號花市棗苑甲3-7號  
TEL：86-10-51005558  
北京書院店：北京市西城區前門西大街55號 TEL:86-10-83576080  
**上海靜思書軒**  
長風店：上海市普陀區大渡河路168弄22號H棟1樓101室  
TEL：86-21-61231841  
昌化店：上海市普陀區昌化路826號1幢104號漢庭酒店1樓  
TEL:86-21-52735827  
**蘇州靜思書院**  
江蘇省蘇州市姑蘇區滾繡坊41號  
TEL:86-512-65816171分機3102  
**蘇州慈濟志業園區**（景德靜思書軒）  
蘇州市姑蘇區景德路367號  
TEL:86-512-80990980 FAX:86-512-65162885  
TEL:86-512-80990980分機4202（書軒）  
**無錫靜思書軒**(湖濱店)  
無錫市濱湖區山水東路98號  
TEL:86-0510-85555805  
**杭州靜思書軒**(南宋御街店)  
杭州市上城區南宋御街大井巷20號  
TEL:86-571-86573839  
**浙江靜思書軒**(紹興店)  
浙江省紹興市越城區客運西站（幸福財富中心）11幢1號  
TEL:86-575-85133292  
**廣州靜思書軒**(天河店)  
廣州市天河區華景新城華景路33號慈濟二樓 TEL:86-20-38208810  
**深圳靜思書軒**(福田店)  
深圳市福田區八卦二路鵬益花園1號群樓104（中信銀行旁）  
TEL:86-755-22380860  
**泉州靜思書軒**(新門店)  
福建省泉州市鯉城區新門街拓改工程北12＃27-29號（梨園古典劇院對面）  
TEL:86-595-22850338  
**福鼎靜思書軒**(古城店)  
福建省福鼎市古城南路120號  
TEL:86-593-7832707  
**廈門靜思書軒**  
湖裡店：湖裡區興隆路582號之一A  
思明店：思明區禾祥西路12號103店

面 TEL:86-592-2285766  
嘉禾店：湖裡區嘉禾路586號創新城大樓3樓  
TEL:86-59-25718815  
**長春靜思書軒**(寬城店)  
吉林省長春市寬城區北京大街420號百洋大廈1樓  
TEL:86-431-82761800  
**山東靜思書軒**(青島東海店)  
山東省青島市市南區東海西路51號16棟網點一層C戶  
TEL:86-532-58692826

## ■香港 Hong Kong

**香港分會**  
TEL:852-28937166 FAX:852-28937478  
**灣仔聯絡處**  
TEL:852-28922578 FAX:852-28922598  
**大圍聯絡處**  
TEL:852-23370158 FAX:852-26871889

## ■韓國 Korea

**京畿道**（Gyeonggi-do）  
TEL:82-10-6850-8188

## ■日本 Japan

**日本分會**（Tokyo）  
TEL:81-3-32035651 FAX:81-3-32035674

## ■菲律賓 Philippines

**菲律賓分會**（Manila）  
TEL/FAX:63-2-7320001  
**宿霧**（Cebu）TEL/FAX:63-32-3438587  
**三寶顏**（Zamboanga）  
TEL:63-62-9910226 FAX:63-62-9911048

## ■泰國 Thailand

**泰國分會**（Bangkok）  
TEL:66-2-3281161-3 FAX:66-2-3281160  
**芳艷支會**（Ampur Fang）暨  
**清邁慈濟小學**（Chiang Mai）  
TEL:66-53-382026 FAX:66-53-383059

## ■越南 Vietnam

**胡志明市**（Hochiminh City）  
TEL:84-28-38535001/38535003  
FAX:84-28-38535055  
**河內**（Hanoi）TEL:84(0)24-35575957

## ■柬埔寨 Cambodia

**金邊**（Phnom Penh）  
TEL:855(23)890126/890211

## ■緬甸 Myanmar

**仰光**（Yangon）  
TEL:95(9)260032810、457496317

## ■馬來西亞 Malaysia

**雪隆分會**(KL&Selangor)  
TEL:603-62563800 FAX:603-62563801  
**馬來西亞分會**(Penang)  
TEL:604-2281013 FAX:604-2261013  
**巴生支會**(Klang)  
TEL:603-51662048 FAX:603-33242218  
**北海支會**(Butterworth)  
TEL:604-333101 FAX:604-3241013  
**大山腳**(Bukit Mertajam)  
TEL:604-5081013 FAX:604-5080013  
**怡保**(Ipoh)  
TEL:605-5471013  
**太平**(Taiping)TEL:6012-5200111  
**巴里文打**(Parit Buntar)  
TEL:605-7162184 FAX:604-5937546  
**高烏**(Pengkalian Hulu)  
TEL:6049-5918105  
**吉打分會**（Kedah）  
TEL:604-7311013 FAX:604-7321013  
**日得拉**(Jitra)  
TEL:604-9179013 FAX:604-9170117  
**蘭卡威**(Pulau Langkawi)

TEL/FAX:604-9666008  
**居林**(Kulim)TEL:6012-4739931  
**雙溪大年**(Sungai Petani)  
TEL/FAX:604-4218732  
**玻璃市**(Perlis)  
TEL/FAX:604-9763208  
**吉蘭丹支會**(Kelantan)  
TEL:609-7433013 FAX:609-7439013  
**登嘉樓**(Terengganu)  
TEL/FAX:609-6317703  
**彭亨**(Pahang)  
TEL:609-5172969 FAX:609-5172062  
**關丹**(Kuantan)  
TEL:609-5139016/5132969  
FAX:609-5139062  
**淡馬魯及文德甲**  
(Temerloh&Mentakab)  
TEL:609-2778818  
**勞勿**(Raub)  
TEL:609-3561040 FAX:609-3563964  
**芙蓉**(Seremban)  
TEL:606-6331934/6331936  
FAX:606-6331935  
**淡邊**(Tampin)  
TEL:606-4416068 FAX:606-4431068  
**馬六甲分會**(Melaka)  
TEL:606-2810818 FAX:606-2812796  
**新山支會**(Johor Baru)  
TEL:607-5547703 FAX:607-5541703  
**麻坡支會**(Muar)  
TEL:606-9544375 FAX:606-9544377  
**居鑾**(Kluang)  
TEL:607-7736115 FAX:607-7711266  
**哥打丁宜**(Kota Tinggi)  
TEL:607-8827736 FAX:607-8827737  
**峇株巴轄**(Batu Pahat)  
TEL:607-4311013 FAX:607-4337013  
**古晉支會**(Kuching)  
TEL:6082-344706/344707 FAX:6082-349707  
**美里**(Miri)  
TEL:6085-660013 FAX:6085-650013  
**詩巫**(Sibu) TEL/FAX:6084-349712  
**亞庇**(Kota Kinabalu)  
TEL:6088-381779/8382779  
FAX:6088-383013  
**根地咬**(Keningau) TEL/FAX:6087-338838  
**丹南**(Tenom) TEL:6087-737893  
**山打根**(Sandakan)  
TEL:6089-212886 FAX:6089-212893  
**斗湖**(Tawau) TEL:6010-4563059  
**檳城慈濟洗腎中心**  
TEL:604-2297211 FAX:604-2297213  
**北海慈濟洗腎中心**  
TEL:604-3331013 FAX:604-3241013  
**吉打慈濟洗腎中心**  
TEL:604-7323604 FAX:604-7358604  
**吉隆坡慈濟養診中心**  
TEL:603-21421567  
FAX:603-21421569  
**巴生慈濟義診中心**  
TEL:603-51662048  
**馬六甲慈濟義診中心**  
TEL:606-2866469  
**檳城慈濟幼兒園**  
TEL:604-2267703/604-2295054  
**峇六拜慈濟幼兒園** (Bayan Lepas)  
TEL:604-6438703  
**高淵慈濟幼兒園**(Nibong Tebal)  
TEL:604-5937703  
**北海慈濟幼兒園**(Bagan Ajam)  
TEL:604-3317703  
**慈濟大愛幼兒園**（吉隆坡甲洞）  
TEL:603-62563990  
**慈濟大愛幼兒園**（吉隆坡班丹英達）  
TEL:603-92016428



贊助慈濟人文  
好事傳全球

大愛之友



歡迎加入  
「大愛之友」

不限金額，長長久久  
產製好節目、好新聞

郵局劃撥  
信用卡  
銀行轉帳  
LinePay



☎ 客服專線  
02-28989000分機1035

出版品

慈濟月刊  
慈濟英文雙月刊  
慈濟日文月刊  
檀施文庫叢書

☎ 索閱或助印專線

02-28989000  
分機1165（月刊）、2145（叢書）

經典雜誌

☎ 訂閱專線  
02-28989991

98-04-43-04 郵政劃撥  
19905781  
金額：新臺幣（小寫）

通訊欄（限填本次存款有關事項）

- ☐ 參加大愛之友，贊助大愛電視臺  
☐ 參加檀施會，每年1200元以上  
（每兩個月可獲贈「慈濟檀施文庫」一冊）  
☐ 隨書助印慈濟月刊等平面刊物  
☐ 助印「慈濟檀施文庫」書籍：  
☐ 不索書 ☐ 索書，「請註明助印書名及冊數」  
捐助人姓名、地址：☐ 同寄款人資料

捐款收據開立方式：☐ 合開一張 ☐ 分別開立  
捐款收據郵寄方式：☐ 年寄 ☐ 每次寄 ☐ 不寄  
索閱出版刊物（舊讀者編號：\_\_\_\_\_）

- ☐ 慈濟月刊（國內郵資一年165元）  
☐ 慈濟日文月刊（國內郵資一年120元）  
☐ 慈濟英文雙月刊（國內郵資一年80元）

收件人姓名 \_\_\_\_\_  
地址 \_\_\_\_\_  
電話 \_\_\_\_\_

慈濟傳播人文志業基金會

寄款人

姓名

地址

電話

經辦局收款戳

◎ 寄款人請注意背面說明

郵政劃撥儲金存款收據

收據帳號戶名

存款金額

電腦記錄

經辦局收款戳



慈濟大學  
TZU CHI UNIVERSITY

教研與實作兼備 科學與人文互融  
具有國際競爭力的慈濟大學

有教無類 積極躍升

慈大獲教育部補助金額創新高

「高等教育深耕計畫」114年度補助總額突破新台幣一億元，平均每位學生可獲超過2萬元支持，東部最高，醫學大學名列前茅。「私校獎補助計畫」也獲得逾1億元補助，學生將可獲得更多的學習資源。

- ◎ 已連續第19年榮獲教育部教學卓越和高教深耕計畫肯定
- ◎ 各類國家證照考試表現優異，名列前茅
- ◎ 系所及中心評鑑全數通過
- ◎ 打造「高品質教育、低負擔就學」的學習環境
- ◎ 全球慈濟志業網絡，就業及擴展國際視野之最佳場域
- ◎ 平均每12位學生中就有1人獲出國學習補助
- ◎ 融合人文典禮之臨床模擬手術課程，廣受國際肯定
- ◎ 慈濟人才培育計畫，優先提供慈濟志業體之工作機會
- ◎ 「衣珠專案」照顧經文不利學生的生活、學習與職涯發展
- ◎ 2021-2024年連續四年獲TCSA台灣企業永續獎肯定

弱勢學生入學零負擔學雜費政府、慈濟來分攤

自106學年度起，補助低收入戶、中低收入戶、五級弱勢學生學雜費：

- (1) 低收入戶：政府補助全額
- (2) 中低收入戶：政府補助60%、慈濟補助40%
- (3) 五級弱勢：慈濟補足政府補助之差額

醫學院

醫學系  
藥學系  
醫學檢驗生物技術學系  
物理治療學系  
公共衛生學系  
分子生物暨人類遺傳學系  
醫學影像暨放射科學系

人文傳播暨社會科學院

傳播學系  
兒童發展與家庭教育學系  
社會工作學系  
人類發展與心理學系  
東方語文學系  
外國語文學系

護理學院

護理學系

智慧永續管理學院

資訊科技與管理學系  
醫務暨健康管理學系  
經營管理學系  
國際服務產業管理學士學位學程

生物醫學科技學院

醫學資訊學系  
生物醫學暨工程學系

遠見雜誌2025台灣最佳大學排名

30 最佳大學總榜單	5 醫學大學排名	2 小型大學排名	2 東部與離島大學
27 產學合作績效	13 私立大學排名	13 財務體質	

慈濟大學網站：<https://www.tcu.edu.tw>  
中央校區：970374 花蓮市中央路三段701號 03-8565301  
介仁校區：970048 花蓮市介仁街67號 03-8572677  
建國校區：970302 花蓮市建國路二段880號 03-8572158



本校未來學生專區



IOH學長姐經驗分享



# 用心·耕心

## 我與孩子一起實踐 《靜思語》的 21 堂人文成長課

慈濟教師聯誼會／彙編  
陳乃裕、靜思書軒／總策劃

【靜師芬芳錄】教育故事再續！  
一本見證《靜思語》以愛為教室  
以眾人為學生，從教師心中萌芽  
進而在人群中開花結果的行動之書

2025.6.11  
上市

- ★精彩收錄 21 則《靜思語》創意人文教案，實踐故事力與人文力的深度融合
- ★從校園走向社區，跨場域啟動生命教育，展現教育的廣度與溫度
- ★適用於學校教學、家庭親子教育的最佳指南



## 支持慈濟志業 行善聚福氣



捐款方式

### | 功德會 |

建立佛教人間道場暨護持推動四大志業

### | 臺灣慈善 |

社區及偏鄉扶困脫貧，  
長照服務推展，青少年公益發展，  
兒少、婦女及身心障礙福利服務，  
機構關懷與經費補助，  
防災、備災、賑災，環境保護

### | 大愛共善 |

以「教育扶助・陪你發光」  
助弱勢學子  
以「安美計畫・長者關懷」  
助弱勢長者  
以「災害防救・六安行動」  
即時災害救援  
以「重大災難・全球共善」、  
「終結貧窮・消除飢餓」  
啟動全球人道救援行動

### 【專案名稱】

114年度「大愛共善・救拔苦難」

### | 國際 |

國際急難之人道救援及  
災後中長期重建工作

### | 醫療 |

醫療志業及國際災難醫療救援、  
國際人文醫療、國際新科技研發平臺

### | 教育 |

教育志業及建立國際品德、生活、  
科學人文素養交流平臺

### 請 寄 款 人 注 意

- 一、帳號、戶名及寄款人姓名通訊處各欄請詳細填寫，以免誤寄；抵付票據之存款，務請於交換前一天存入。
- 二、每筆存款至少須在新臺幣十五元以上，且限填至元位為止。
- 三、倘金額塗改時請更換存款單重新填寫。
- 四、本存款單不得黏貼或附寄任何文件。
- 五、本存款金額業經電腦登帳後，不得申請撤回。
- 六、本存款單備供電腦影像處理，請以正楷工整書寫並請勿折疊。帳戶如需自印存款單，各欄文字及規格必須與本單完全相符；如有不符，各局應婉請寄款人更換郵局印製之存款單填寫，以利處理。
- 七、本存款單帳號與金額欄請以阿拉伯數字書寫。
- 八、帳戶本人在「付款局」所在直轄市或縣（市）以外之行政區域存款，需由帳戶內扣收手續費。

交易代號：0501、0502現金存款 0503票據存款 2212劃撥票據託收

本聯由儲匯處存查 210x110mm(80g/m<sup>2</sup>) 保管五年

### 郵政劃撥存款收據

#### 注意事項

- 一、本收據請詳加核對並妥為保管，以便日後查考。
- 二、如欲查詢存款入帳詳情時，請檢附本收據及已填妥之查詢函向各連線郵局辦理。
- 三、本收據各項金額、數字係機器印製，如非機器列印或經塗改或無收款郵局收訖章者無效。





## ｜復原災區校園 年輕人出手｜

中颱丹娜絲重創嘉義、臺南多處校園，其中颱風登陸的嘉義布袋鎮，貴林國小滿目瘡痍，志工合力搬運沉重的籃球架。

慈濟投入第一線勘災與發放，也透過網路廣徵全臺年輕人清理災區，超過一千六百人報名前來，由慈濟安排接駁與飲食；更多外地志工年齡雖然超標，也不請自來，做好事不能少我一人。（攝影／劉志銘 嘉義布袋 2025.7.13）