

為淨化心靈佐活水 為祥和社會佐砥柱 為聞聲救苦佐耳目

# 慈濟

Tzu Chi Monthly

慈濟 SDGS

慈濟站上聯合國平臺

讓善行被看見、被複製

特別報導  尼泊爾·希望菇坊

## 小農培力

翻轉千年種姓宿命

711

2026年2月1日出刊



攝影／黃筱哲

## 人生的大福

人間有愛，相互扶助，  
念念向善，日日造福；  
心淨土淨，無量福德，  
社會祥和，天下平安。

### 編者的话 讓善行成為普世語彙

副總編輯 吳祥芳

元月初起，第二波歲末祝福暨

授證典禮在冬日暖陽中展開。證嚴上人行腳宜蘭、彰化、嘉義、臺南、高雄，溫馨圓滿慈濟大家庭年度盛事。期間，最動人的風景莫過於各地資深志工帶著各自的「傳家寶」書籍，或由本人現身說法，或由立傳者細細記錄，一本本生命故事，都是人間菩薩行最珍貴的歷史見證。

月刊此際也迎來重要里程碑。自二〇二四年七月啟動的「慈濟SDGs」系列報導，在本期主題「慈濟在聯合國」中邁入系列終章。一年多來的深度紀實，隨後也將結集成冊，為慈濟一甲子留下階段性見證。

儘管上人常叮囑弟子，慈善付出是分內事，但慈濟人仍懷抱宏願：期盼源自臺灣的靜思義

理、宗門善跡，能從「清流」溢向「主流」，讓人間佛教的影響力與能見度從臺灣跨入國際平臺，真正做到「慈濟論述，國際認證」的肯定。

慈濟在聯合國耕耘已有二十多年。二〇〇三年，慈濟獲准加入聯合國新聞部（DPI）所

屬的非政府組織，二〇一〇年成為聯合國經濟及社會理事會（ECOSOC）諮詢會員。從長期

在婦女地位委員會分享女性賦能故事，每年參與聯合國氣候峰會（COP）等會議，慈濟也從單純的參與者轉變為「倡議者」——

分享素食、環保、循環經濟、氣候行動與青年賦能等核心議題，讓慈悲行動變得可量化、可見證、可複製。

慈濟重視在地生根力量。

嗚！

感恩在世界角落默默耕耘的

每位慈濟人，讓這分大愛、善的影響力，在國際間持續擴散與共

三十二年前，幾位穿著「繡花鞋」的婦女踏出第一步，在印尼開展了慈善工作，同行的本地志工也愈來愈多，將慈濟四大志業發揚光大。本期月刊即收錄印尼慈濟人參與國家級「扶困修繕計畫」，翻修五千餘戶貧困陋宅，且戶數持續增加中。

而在佛陀故鄉尼泊爾，慈濟種下的希望種子已見綠意。志工深耕職訓培力，縫紉班培育多位婦女通過國考，成為裁縫師；又開辦草編工藝課、淨皂工坊、希望菇坊等，期能傳授一技之長，翻轉世代種姓制度下貧窮複製的弱勢。

感恩在世界角落默默耕耘的每位慈濟人，讓這分大愛、善的影響力，在國際間持續擴散與共

別讓有緣人等您太久

我投入慈濟骨髓捐贈關懷志工超過二十多年，陪伴過的捐贈者也有一百餘位了。二〇二五年元月，我的女兒也配對成功，順利完成周邊血幹細胞捐贈。我祝福受贈者已經把健康找回來，一家人幸福美滿。

三十二年前，證嚴上人在經過醫學專家評估，確認「救人一命，無損己身」後，接受政府委託，正式發起號召，成立慈濟骨髓幹細胞中心。陸續有善心人士響應號召、志工不分日夜長期投入，成就了目前開放全球尋求配對的骨髓資料庫！

當病患配對成功，慈濟骨髓幹細胞中心會透過各社區的骨髓捐贈關懷志工聯繫捐贈者，同時輕易吹熄別人的生命燭光；相反地，這世界有你、我、他的一點善念，就能凝聚成微光照亮暗角。

我們志工是沒有領薪水的，反而感恩自己很健康能夠付出，也很願意自掏腰包陪伴捐受雙方。所有的努力不求掌聲，唯願病患及家屬在最需要的時候，可以找到「生命中的貴人」！

收心與修心

閩南語的「收」與「修」是同音。上人說：「收，就是修。」聽來簡單，細細體會，原來修行離不開日常生活的一舉一動中。

臺中 王孟專

也啟動受贈者關懷流程，我長期在臺中榮總骨髓移植中心陪伴病患與家屬，深深感受到，等待被救命的人十分無助，在親屬間找不到配對相符的人，只能寄望生命的貴人出現捐贈。

配對流程非常嚴謹，必須由移植醫院主治醫師向資料庫提出申請，並且提供病人的血樣進行HLA配型檢驗進行配對；捐贈者完全無償捐出造血幹細胞，並由醫師評估其健康狀況，確認是否適合捐贈。過程中產生的醫療行政費用，例如捐贈者住院、採集、交通等，由受贈者支付，經骨髓中心代收後交給委任採集造血幹細胞的醫院。若受贈者家庭經濟困難，經過志工及社工的評估提報，慈濟也會給予優免，讓病患安心得過生命的難關。

在靜思精舍遇見回來清掃排水溝、大寮抽油煙機及齋堂、菩提區天花板、地板的師兄師姊，這是大中區慈濟人每年歲末的「專利」，有人八年來從不缺席，甚至剛打掃完，就已預約來年，深怕名額有限。

第一次回來打掃，並擔任領隊的張國欽師兄說，精舍歷經五十餘年、先後分二十期施工，才有今日的完整規模，也因此每條排水溝的深度、角度都不同，清掃時必須隨時調整自己的身段，尤其溝中「陰井」的深度，高於男眾的身高，進去清潔出來宛如泥人，而且充滿異味，但大家卻甘之如飴。

他說，隨時調整身段，也是在觀照自己的心，尤其看到常住師父用牙刷輕輕地刷掉天花板間的每個夾縫以及門縫的塵垢，那種專注怡然的神情，讓大家頓時把散亂的念頭收回當下，身心安住在此時此地。

也感恩配對成功的捐贈者，

感同身受，努力透過運動、食補、正常作息，只希望把品質最好的造血幹細胞捐給受贈者。

我們每一位關懷志工都簽署了保密契約，嚴格遵守個資法；過程中，醫護人員與志工看到的都只是一串英文字母加數字的代碼，保護雙方生活不受干擾。直到五年後，若雙方皆有意願，才有機會「相見歡」。受者的感恩、捐者的歡喜，這是人間最動人的一幕。

現在是地球村的大時代，骨髓資料庫不分宗教、國籍、膚色，是屬於全臺灣最珍貴的「公共財」。每個人都是家裏的唯一，每一條生命都很珍貴！所以志工很認真在各區舉辦造血幹細胞捐贈驗血活動，這些訊息也能

看到裏外空間清爽、地面乾淨，物品歸位，灶臺、抽油煙機潔淨明亮，心中生起一分踏實與歡喜。這樣的「收」，一點也不感到勞累，反而覺得這是對自己與環境的尊重。

當「收」成為一種習慣，我們的心是否也應該要常常整理？因為習氣如同雜物，若不時觀照，便會堆積成沉重的負擔。當我們願意「收」回向外攀緣的心，少一分貪求，多一分知足；少一分計較，多一分包容，內在的空間便會慢慢敞開。當心門敞開，事理自然通達；當心不被煩惱遮蔽，智慧便有了增長的空間。

上人說：「有心要修行，處處是道場。」「收」是攝心，也是道場，收好外在的物，修的是尊重與用心；收好內在的心，修的是清淨與慈悲。若能體解「收，就是修」，日子雖然平凡，內心卻清淨自在，生活亦能喜樂踏實。

臺中 靜淇



1. 掃描左方QRcode 數位閱讀《慈濟》月刊  
慈濟月刊 2. 《慈濟》月刊免費贈閱 歡迎到各地慈濟會所取閱  
取閱方式 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

## 目錄

97	96	92	86	82	78	74	66	特別報導	64	62	60	54	44	34	26	12	8	6	1			
<b>證嚴上人衲履足跡</b> —— 撰文 · 釋德凡	<b>生命本身就是一場朝聖</b> —— 撰文 · 鍾隆琛	<b>百川歸海</b>	<b>《兩三五人做慈濟》—— 中區慈濟千號委員人物故事</b>	<b>心寬天地闊，人和世界安</b> —— 釋證嚴	<b>《靜思語》—— 天地人和：萬物共生息的自然法則</b> 卷首序言	<b>《刀鋒下的溫柔》—— 慈濟整形外科醫師的愛與傳承</b>	<b>黃介琦追求「完美」</b> —— 撰文 · 吳立萍	<b>印尼危房翻新，改變五千個家庭</b>	<b>特別報導</b>	<b>長住他鄉的克難時光</b> —— 撰文 · 吳南凱、許麗珠、白如璐	<b>追尋鳩摩羅什大師足跡</b> —— 撰文 · 孫思承	<b>慈濟SDGs</b>	<b>慈濟站上聯合國平臺</b>	<b>讓善行被看見、被複製</b> —— 撰文 · 葉子豪	<b>人物誌</b>	<b>生命的禮物</b>	<b>實習醫學生的第一位病人</b> —— 口述 · 張賀翔 整理 · 蔡嘉琪	<b>別讓視力被悄悄偷走</b> —— 撰文 · 吳宛霖	<b>謝月</b> 推著助行車做環保 —— 撰文 · 羅秀蓮	<b>慈濟平安</b> 人生最大福 —— 整理 · 編輯部	<b>讓善行成為普世語言</b> —— 編輯部	<b>無盡藏</b>
<small>【保養身心良方】對的事情不斷地做，善的記憶連續不斷，好的習慣是對身心最好的保養。</small>	<small>【淨土在人心】愛心很密集的地方就是福地，清淨的心地連結在一起，就是人間淨土。</small>	<small>【心要寬、念要純】待人讓一步、退一步，這是真功夫，也是純真的本性——以佛心包容天下人。</small>																				

## 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 陪你發光、  
翻轉非洲、全球難民關懷

## 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

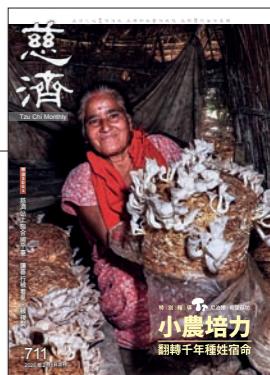
## 請指定用途：

- 隨喜助印《慈濟》月刊或《檀施文庫》
- 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
- 參加「大愛之友」贊助大愛電視



慈濟於尼泊爾佛陀誕生地藍毗尼和成長地迦毘羅衛，推動多項職訓課程，幫助社會底層居民創造生計、改善生活。參加菌菇計畫的迦毘羅衛婦女，在自宅耕耘、歡喜豐收。（攝影／馬健智）

中華郵政臺北誌字第886號執照登記為雜誌交寄 1967年7月創刊 · 2025年2月1日出版 第711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 圖片編輯／顏霖沼 美術指導／邱宇陞 美術設計／歐陽琬茹  
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、蘇芳霏 校對志工／林美枝、張素卿、陳輝明 印刷廠／中華彩色印刷股份有限公司  
編輯部／11259臺北市北投區立德路8號 慈濟傳播人文志業基金會 慈濟期刊部 Printed in Taiwan  
電話：(02)28989000 傳真：(02)28989994 讀者索閱電話：(02)28989000轉1165 傳真：(02)28989966



二〇一六年元月六日至十八日

# 世間平安 人生最大福

新年心願，不只祈求自己幸福，接引人人發好心、立好願，時時講好話、行好事，一起在眾生中造福。人人和睦，世間和平，自然風調雨順，這就是我們人生最大的福報。

**新**曆年過了，接下來就是農曆新年。每一年這段時光，是歲末祝福的時刻，感覺到喜氣洋洋，也感受到時間真的過得很怏。「是日已過，命亦隨滅」，一天天過去，每天平安自在就是福；不只虔誠祈求自己幸福，能夠有大因緣在慈濟大團體中，發大心為天下眾生謀福利，更是有福。

我們要做典範，時時講好話、行好事，接引人人發好心、立好

願，一起在眾生中造福。善念合齊，人人和睦，自然風調雨順，這就是我們人生最大的福報。

佛陀來人間一大目的，就是入人群說菩薩法，教導人人啟動

菩薩心，為苦難人付出。人人本具佛性，只是生生世世把一層一層的無明塵埃，一層一層的遮蓋自己的清淨本性。找出心靈那一分佛性，就是我們修行的目標。

一念無明起，偏差了道理，一釐差、萬里錯，我們要顧好這

這些真的是對師父很大的供養，師父也是為了這樣而走入人群修行。

慈濟人入人群結好緣，展現的形象和行動，讓人一看到就知道這是「慈濟」，也會起一分愛與尊重，肯定慈濟人的品格和禮節；所以我們更要自我盤點，知道做慈濟的價值和本分，要自愛。如果相互之間，看到行為不當，有口氣或聲色比較不合格，就輕輕靠過去說一下，這也是互愛。

每一次出門看著大家，總是感覺人老得這麼快；隨著歲月過去，難免自然法則，生病和老態也很辛苦，聽大家在說的鹹、酸、苦、澀，我也感受到了，老才知道老來的滋味。

慈濟人所關懷的家庭，孤老無依、有病有痛，非有人扶持不可，當他們的居家環境被志工打掃乾淨，或是收到環保輔具，可以想像到他們內心有多重的感

說，師父就會為大家調解好，讓方向一致。只要兩行鐵軌鋪得好，無論列車要掛多少節車廂，一節勾著一節往前走，總是會很穩固。人間菩薩道就是這樣。

我天天都很感恩，感恩我們這一代共同走入慈濟，覺得有價值的事情就去付出，每天與好人聚會一處，而且做得滿心歡喜。看到大家服裝整齊、進出有序，各在各個崗位上精進，合心、和氣、互愛、協力，這四項平時都有做到，所以我也很滿足。

常常跟慈濟人說，要自我盤點生命的價值；我每天自我盤點，也感覺很幸福。累生累世累積善因好緣，今生擔起如來家業，還有這麼多人間菩薩支持著我，幫助世間這麼多苦難人。每次聽到大家分享在社區訪視關懷，扶持照顧戶家裏的孩子長大成人，可以自立了；還有慈濟人全家投入，好幾代人來跟師父說話，感受到他們的家庭很和睦，



恩。雖然被愛很有福，但沒有人想要被服務，所以付出愛的人也要細心，不要去傷到人的心，不要讓他感受到被輕視、被排斥。人間菩薩用真誠的心靠近，為他祝福，他們感受會更深刻。

新春將至，萬物逢春，就是要發展起來，但願慈濟在大家的耕耘下也能再蓬勃起來。祝福人

人新年心願皆成就，也不要忘記為天下人祈禱，會合這分虔誠，付出愛的能量，天下平安、無災無難，就是我們的大福！

慈濟人所關懷的家庭，孤老無依、有病有痛，非有人扶持不可，當他們的居家環境被志工打掃乾淨，或是收到環保輔具，可以想像到他們內心有多重的感

## 臺灣 Taiwan



慈濟基金會於全臺舉辦**56**場冬令發放，近**27000**戶弱勢家庭在過年前收到祝福禮、物資卡，每場次均搭配圍爐活動；另針對北區獨居長輩、高雄偏遠山區及金門縣逐戶送上祝福。（1月17日～2月10日）

慈濟為0121嘉義大埔地震嚴重屋損戶援建「慈濟大愛屋」，其中原地重建的獨棟「預鑄安心屋」完工，臺南楠西區、玉井區及左鎮區**6**戶入厝；異地重建之集合式中繼福利住宅**70**戶興建中。（1月3日）

慈濟於臺灣長期濟貧發放，各縣市採用農曆日期為基準，此原則維持將一甲子。因應社會趨勢，更為讓照顧戶妥善規畫補助金的運用，2026年1月起改為國曆日期，定點發放及志工親送依各地社福室所訂時間為準；郵儲匯款、長期物資卡加值於每月20日作業，郵寄匯票則於20日後一週內寄達。（1月1日）

因應少子化與高齡化挑戰，基隆百年學府「光隆家商」轉型，顏氏家族回饋在地，校園空間活化為長照據點，慈濟基金會設立「慈濟光隆日間照顧中心」正式揭牌，提供失能、失智長者共**48**個服務名額。（1月8日）

## 臺灣慈善數據 2025年

提報個案 **13,343** 件  
長期濟助 **120,064** 戶次  
居家關懷 **202,872** 戶次  
急難補助 **16,438** 件  
居住環境改善 **564** 件  
助學補助 **6,845** 人次



慈濟基金會「全球共善學思會」在花蓮靜思堂舉行，國家災害防救科技中心、CNEWS匯流新聞網協辦，主題「從溢流到湧愛：光復災後的民間經驗交流與新興議題探討」，逾**337**位講師與實務工作者，透過**3**場論壇發表與**1**場綜合座談研討，深入探究賑災領域的新興研究議題、方向與趨勢。（1月3日）

慈濟基金會再次獲得臺灣永續能源研究基金會(TAISE)頒發「淨零標章—綠級」認證，肯定節能管理、再生能源導入、資源循環等淨零行動；臺中慈濟醫院同步獲得「綠級標章」認證。（12月23日）

花蓮慈濟醫院第22屆國家新創獎獲**7**項大獎，涵蓋泌尿再生醫學、智慧用藥管理及醫學教育數位化等；其中與慈濟大學合作的「立體3D浮影數位醫療」類別獎項。（12月17日）

慈濟基金會針對參與9月花蓮光復鄉清掃的青年鏟子超人，開辦防災士培訓課程，提升其防救災專業知識與技能。首場訓練；第二場於2026年1月17、18日在關渡靜思堂舉辦。（1月3日）

日本學者須藤博士(Dr. Noriko Sudo)採訪0403花蓮地震慈濟賑災實務，學術論文1月發表於國際期刊《Progress in Disaster Science》。該研究肯定慈濟在公私協力與社會韌性之貢獻。（1月7日）

**2025年災害關懷摘要**

總體規模 | **207** 件災害，包括0121嘉義地震、丹娜絲等5場颱風  
家戶關懷 | **24,094** 戶次  
現金援助 | 應急慰問金 **7,854** 戶  
志工動員 | **58,856** 人次  
熱食供應 | 結合行動廚房提供 **155,362** 份  
生活物資 | 安心祝福禮 **13,394** 份、福慧床 **838** 件、隔屏 **227** 件  
校園復原 | 丹娜絲風災整理 **87** 所學校環境  
淤泥清理 | 逾 **2** 萬人次協助樟加沙颱風花蓮光復鄉家戶清掃  
房屋修繕 | 丹娜絲颱風 **175** 戶  
0121嘉義地震 **272** 戶，另有預鑄安心屋 **6** 戶完工  
**70** 戶永久屋興建中

## 菲律賓 Philippines



慈濟菲律賓醫療基金會董事長史美勝醫師獲聖多馬斯大學「2026傑出醫學校友獎」。史醫師將白內障超音波乳化術引入菲律賓，長年號召學生至偏遠地區義診；帶領慈濟眼科中心自2007年成立至今，累計完成逾2.5萬例手術，守護超過18萬名患者，結合醫學教育與慈善服務，為貧病家庭帶來光明希望

(1月17日)

## 越南 Vietnam



2025年遭遇極端氣候，中南部多處嚴重洪災、土石流；慈濟於乂安省山區「兩明社」、平原地「福祿社」進行歲末發放，兩地共400戶受助；另在襄陽社有15戶近期因洪災房屋倒塌，慈濟將持續援助

(1月3日~4日)

## 斯里蘭卡 Sri Lanka



2025年11月底迪瓦氣旋風災引發洪水與山崩，人口稠密的可倫坡受災嚴重，慈濟於周邊地區哥達圖瓦（Gothatuwa）展開大型發放，1205戶獲贈包含20公斤以上白米與生活用品的物資包

(1月17日)

## 印尼 Indonesia



蘇門答臘2025年11月底洪災，慈濟急難救助範圍廣及亞齊和巴東13縣市、96個據點，發放物資、建立公共廚房、動用重機具清理環境、設置供水站，人醫會義診12場、2795人次受惠，高達23萬人無家可歸，慈濟啟動永久屋援建，2500戶分布於亞齊、西蘇門答臘、北蘇門答臘3省8地；災後不到一個月，12月21日即舉行第一批6百餘戶動工儀式

## 約旦 Jordan



● 在死海南端果爾莎菲（Ghawr Safi）地區為3所學校、1所身障兒童發展中心致贈童鞋保暖，共1000人受益；600戶貧困農工收到1個月分量食物包，度過無工作收入的嚴冬

(12月19日~21日)

## 美國 USA



● 美國華盛頓州12月中旬豪雨導致河流氾濫，慈濟12月18、19日與救世軍餐車合作，於康克里特市（Concrete）、薩馬斯市（Sumas）等6個社區中心與避難所送餐，發放80份物資包及首批現值卡20戶，1月持續關懷弱勢與偏遠受災社區

## 馬拉威 Malawi



● 慈濟美國總會文史室於2024年編撰、全套22冊的《慈濟美國35周年：家譜》系列叢書，2025年底統計，獲哈佛、耶魯、普林斯頓等美國7所世界級大學圖書館典藏。該叢書匯集逾400位志工訪談，記錄亞裔移民在美付出與宗教發展軌跡，成為華人移民史重要學術史料

● 2025年11月進入雨季後強降雨持續至1月中旬，中部恩科塔科塔及南部恩桑傑、奇夸瓦區嚴重洪患，逾3萬戶受災志工進入奇夸瓦勘災，流離失所者安置營地嚴重缺乏物資，為2個營地350戶致贈300袋玉米粉、350公斤紅豆



# 尼泊爾女性培力

## 翻轉千年種姓宿命

慈濟志工走入佛陀出生與成長的尼泊爾藍昆尼與迦毘羅衛，為受限於種姓制度與男尊女卑的婦女傳授一技之長；當縫紉機噠噠作響、鮮菇在幽微中綻放、指尖在草編藝品中穿梭時，她們終於有機會擺脫貧窮而自立。



撰文・白如璐、吳南凱、馬健智（慈濟志工）

藍昆尼拉克西米布爾村婦女二〇一五年三月學習草編工藝「達吉亞（Dhakya）」，由老師蘇巴烏蒂（Subhauti Pai，左）指導為蒲團收尾。

（攝影／林家如）



慈濟於迦毘羅衛市活動中心開辦基礎電腦班，新加坡慈濟志工張愛彬（右二）二〇二五年七月二一日關心年輕學員學習狀況。（攝影／拉梅什）

程。一包菌種約新臺幣十六元，產量要看氣溫、處理方式及採收時間而定。菴達同時培育好幾袋，吸收失敗經驗而成功收成，鮮菇賣出五千尼幣（約新臺幣一千一百元），烘乾菇又賺得四千尼幣（約新臺幣八百八十元），生活自足的感受讓她歡喜。

在活動中心二樓，則是有十二臺縫紉機的車間，來自附近的婦女們從上午八點工作到下午四點。這間工廠二〇二五年七月下旬啟動，大家從車直線開始學習出職場文化——準時到班，自行打掃維護環境，愛護公物不能丟失。

來到中心的第三層樓，又是另一番景色。六位年輕人在電腦鍵盤上敲敲打打，熟練複製、剪下及貼上檔案的指令。老師和助教加上四位志工，教會他們初級文書操作，助於謀職。

這些微小的改變，只是慈濟志工理想中的第一步；三年來，慈濟想方設法尋找適含量產的產品，創造就業機會，期待有朝一日以優質產品或技術取得政府認證，幫助村民翻轉貧困宿命，實現真正的自立。

#### 翻轉貧窮的指尖力量

出路，只有少部分家庭會為孩子的將來打算，培育他們成才。男子往往守著世襲相傳的土地當農夫，女子則準備嫁為人婦。

三年前第一批來到藍毘尼的馬來西亞慈濟志工王慈惟，綜合這幾年來訪視見聞分析，許多家庭背負著父輩的債務，最大原因是為了替女兒籌措嫁妝。雖然有不少微型金融機構提供借貸給婦女或農民，但資金往往無法轉化為可持續的收入來源，結果不得不不再借第二筆、第三筆貸款來償還前一筆，形成惡性循環，甚至一生都在為債務而工作。

最讓王慈惟心痛的是，許多女孩因為父親舉債、家庭困難而放棄學業，教育的中斷等於剝奪了她們的未來；加上當地鮮少有產業落腳，工作機會少之又少。女性能夠自立，才能改變人生。「所以我們籌備縫紉班，透過本地志工挨家挨戶詢問女孩們願不願意來參加，接著還要獲

又是一個霧氣瀰漫的清晨，菴達（Radha Upadhyaya）已在庭院忙碌，熟練地以石灰混著肥皂刷洗鍋具。儘管步入花甲之年，她仍得為生活勞碌奔波。她與先生棲身於迦毘羅衛第六里巴爾麥利村（Barmeli Village）的貧民窟，在那座不時崩塌的土角厝裏安身，於非法開墾的土地上養牛、河邊淘沙，並守著一小塊薄田糊口。三個孩子中學未畢業便遠赴異國打工，也在外成家，生活亦是捉襟見肘。「我們不可能一直依賴孩子，只能靠自己。」

二〇二五年九月二十一日，她前往迦毘羅衛市活動中心（Tilaurakot Community Learning Center），參加慈濟希望菇坊課子們讀到十或十二年級後就沒有

在藍毘尼這個農村社會，孩子們

在藍毘尼這個農村社會，孩子們



慈濟二〇二五年五月於藍毘尼  
悲心女子學校設立縫紉職業與  
創業培訓中心，腳踏式縫紉機  
裝有馬達，有電力時可加快縫  
製速度，也可因應藍毘尼頻繁  
的停電（右圖）。

（攝影／李麗心）

第四、第五屆藍毘尼縫紉班學  
員穿著親手縫製的衣服，參加  
二〇二五年五月十七日畢業典  
禮，獲麥特立法師等嘉賓頒  
發畢業證書（左圖）。法師表  
示，當地有不少機構開辦裁縫  
技術班，卻從未有像慈濟這  
樣，輔導學員通過國家級考

試。

為期六個月的基礎縫紉班不收學費，內容涵蓋二十一種縫紉技能，以及裁縫所需的計算能力。通過考試才能進階高級班，

縫紉班賦能女性勇氣



Arjun)訝異地說，從來沒有一個NGO會用那麼長的時間，培訓農村婦女完成國考。

自二〇一二年十月藍跟尼紹紉班開班，迄今已有五屆高級縫紉班，七十一位畢業，其中十一位獲得國家裁縫師證照。王慈惟的目標是申請成為尼泊爾技術教育與職業培訓委員會認證的培訓中心，二〇二五年十一月下旬接獲通知，慈濟教學課綱已獲審核通過，可以正式上呈申請書。

得她家人的同意，讓她出門上課。這是我們最初遇到的文化落差。」但志工的目標絕不只是成立補習班，讓婦女閒暇時縫縫補補，而是進一步帶領學員參加國家考試，成為裁縫師。

尼泊爾技術教育與職業培訓委員會（CTEVNT）是國家技職教育最高機構，由於考場機器破舊，慈濟從會所運送針車過來；加上燈光昏暗，王慈惟便申請讓志工進入，拿出手機為學員照明應試。師生在隆冬夜色中，借用車燈照明合影，成為彼此記憶裏最溫暖的時光；學員們也才明白：「原來上人是這麼用心用愛，把我們拉拔起來，我們再也不想每天無所事事，睡得昏昏沉沉。

家考試，成為裁縫師。

尼泊爾技術教育與職業培訓委員會（CTEVN）是國家技職教育最高機構，由於考場機器破舊，慈濟從會所運送針車過來；加上燈光昏暗，王慈惟便申請讓志工進入，拿出手機為學員照明應試。師生在隆冬夜色中，借用車燈照明合影，成為彼此記憶裏最溫暖的時光；學員們也才明白：「原來上人是這麼用心用愛，把我們拉拔起來，我們再也不想每天無所事事，睡得昏昏沉沉。」

由於農村物資匱乏，剪刀從來不是家庭常備工具，婦女甚至以鐮刀剪指甲；也由於輟學率偏高，女孩們不太會數學和計算長度。考官卡納爾女士（Karnal）

二期的學員莎基娜（*Sakina Khatun*），姊姊十八歲就出嫁，

她讀到小學四年級輟學，負責家務；慈濟陪伴她完成生命中的第一次口試、筆試、實作，二〇二五年五月通過國考，二十歲就成為縫紉老師，目前接單一套服飾可賺三百盧比（新臺幣六十三元）。但她沮喪告訴慈濟人，父母計畫把她嫁給在中東打工的男子，「素未謀面，我真的不想嫁給陌生人。」

若是詢問學員，未來想做什麼，大多一臉茫然；有些村落的婦女礙於習俗，從小到大沒離開家鄉，如果有機會到市區，看到車來人往，往往臉色蒼白，不知所措。

敢追夢、突破自我限制的象徵。「縫紉班為她們打開通往外界的門。記得有些學生第一次出門時，站在十字路口不知所措，但她们最終都勇敢地跨出了那一步。」

慈濟馬來西亞分會副執行長

陳吉民說明，目前當地還是受到種姓制度的影響，而且普遍存在男尊女卑的觀念，女孩的地位非常低；「所以每一次我看到有婦女從縫紉班畢業，我都會掉眼淚，因為她們終於有機會走出土屋；有了收入，也會了解到教育的重要。接下來會培養她們創業與經營的能力，甚至參加服裝設計師課程，創造出屬於自己的品牌。」

志HII-OI-四年九月為馬杜巴

尼中學（*Shree Madhubani*）清

寒學子套量尺寸，發給由藍毘

尼縫紉班師生製作的制服。

（攝影／阿瑪凱什）

他當醫師！」

另一位學員絲娃絲堤卡

（*Swastika Chaudhary*），在慈濟縫紉班工作兩年，已有能力自行支付進階考試費用，「在慈濟學會紀律、助人、付出愛與關懷，我計畫成為縫紉老師。」王慈惟說：「我們並不是教她們學會賺錢，而是希望她們能回過頭來關心自己的社區——當女性被賦予力量之後，她們就能幫助其他女性。」

慈濟縫紉職業與創業培訓中心設於悲心女子學校（*Karuna Girls College, KGC*），有二十臺電動縫紉機規模。志工洛基（*Rakesh Tripathi*）說明：「悲心女子學校是我哥哥默帝耶法師（*Ven. Metteyya Sakyaputta*）所創辦，目的就是為了培育藍毘尼地區的女性。」中心負責人拜傑納特（*Bajijnath*）肯定成員們的努力，幾個月就產製了四千個禮品袋，每個都經過嚴格品管，

兩年來陪伴學員成長的老師普珈（*Puja Khadka*），在第四、第五屆縫紉班畢業典禮中，看著學員穿著自己親手縫製的衣服，不僅是技能的展示，更是勇

「這個中心幫助許多已婚女性能持續成長並自立自強。」

藍毘尼十一里摩訶提婆村（*Maurya*），二〇一四年七月無償提供自家空間，讓慈濟成立第一個社區中心，也使得村裏的一家之主們能放心讓女兒或妻子外出，目前每天有一百五十位婦女前來縫紉班上課。

王慈惟分享有趣的觀察：「我們家訪時，村裏老人反饋：

現在女孩們如果走出家門，一看就看得出來她有沒有去過慈濟！」縫紉班的核心價值在於培養女性自信心，每日課間恭聽上人開示，接受基本禮儀培訓，許多人在外貌及行為上有了很大的改變。





這場「尋菇之旅」背後還有一段善緣。農業部行政主管阿爾賓德（Arbind Mani Tripathi）的兒子舒海洋（Ashutosh），在慈濟活動薰陶下，從一個叛逆休學的青年，轉變為孝順上進的慈濟青年。阿爾賓德決定回饋這分大愛，引領志工參訪現代化工廠，並引薦專業技術。

室內即可種植菇類，且稻草等材料在當地隨處可得，極具發展潛力。二〇二五年九月，第一梯次「希望菇坊」啟動，由農業系畢業的慈濟同仁阿麗札與辛然（Simran Thapa）擔任講師。為了確保產量，村民必須學習嚴謹的消毒程序：切碎稻草稈、浸泡石灰水、生火蒸煮消毒。九月的尼泊爾，抗議運動與連日豪雨導致來自加德滿都的菌種運輸一度受困；即使有種種考驗，最讓志工感動的是村民們高度的學習熱忱，在家中開闢出適合培育的空間，並確保符合衛生條件。

「看到村民因為沒有收入、沒有未來而借酒澆愁，我們必須為他們尋找謀生的方法。」七十五歲的新加坡慈濟志工洪德謙，看著迦毘羅衛巴爾麥利村貧困景象，滿是不捨。雖然當地已有縫紉班，但洪德謙思索，村民需要門檻更低、成本更少的生計產業。



志工二〇一五年兩度在迦毘羅衛舉辦養菇課程，學員將稻草稈與菌種一層層加入塑膠袋，完成菇包（右圖）。  
二〇二五年九月二十五日實作訓練課程，男學員合力清洗稻草，使用蒸氣消毒法進行殺菌處理（左圖）。

有學員表示，以往也種植過菇類，但沒有人教導正確培育工序與流程，收成不彰；課程進行期間，就已有在家開闢菇包儲存空間。（攝影／拉梅什）

陳吉民提到，當她們每天日存一把米助人，或是到學校發放親自製作的學生制服，「回來後和我們分享，沒想到自己原來也有幫助人的能力。」

在家培育出希望鮮菇

「看到村民因為沒有收入、沒有未來而借酒澆愁，我們必須為他們尋找謀生的方法。」七十五歲的新加坡慈濟志工洪德謙，看著迦毘羅衛巴爾麥利村貧困景象，滿是不捨。雖然當地已有縫紉班，但洪德謙思索，村民需要門檻更低、成本更少的生計產業。

「看到村民因為沒有收入、沒有未來而借酒澆愁，我們必須為他們尋找謀生的方法。」七十五歲的新加坡慈濟志工洪德謙，看著迦毘羅衛巴爾麥利村貧困景象，滿是不捨。雖然當地已有縫紉班，但洪德謙思索，村民需要門檻更低、成本更少的生計產業。



迦昆羅衛居民菈達第一批培育九袋、其中七袋成功收成三輪鮑魚菇，第一批九袋也生長良好；她說已有年紀，這項農活在家即可進行，而且容易管理，未來計畫擴大栽培空間。

（攝影／馬健智）

袋中。第一梯次雖有學員遭遇菌種感染的挫折，但在阿麗札與辛然每四天回訪與技術指導下，許多人成功收穫了「希望之菇」。

十二月第二梯次培訓，目標招收三十人，竟吸引四十二戶村民湧入，里長藍吉特（Ramjeet Prasad Kurmi）勉勵學員：「未

曾有NGO入村職訓，請珍惜這自力更生的機會。」

在「希望菇坊」的學員中，有幾位特別的身影。四十五歲的

克里希納（Krishna）失明，靠販售香炷維生，當志工初次入村推廣時，他率先表態願意參加，並鼓勵冷漠遲疑的鄰居一起嘗試。在他的帶動下，三戶合力學習、共同販售，收入平分。

預產期僅剩十五天的孕婦帕碧特拉（Pabitra），家中五頭水牛因意外燒傷停止產奶，失去經濟來源。她堅定地告訴志工：「培育蘑菇可以讓我們利用當地資源，以低成本、快回收的方式

實作訓練中，大家更展現前所未有的合作精神：男學員合力搬運沉重的鐵桶蒸煮稻草稈，女學員細心地將菌種層層植入塑膠

增加收入，我想徹底學會。」

當村民有了穩定收入，孩子就能安心上學，家庭暴力與酗酒也有機會減少。志工們相信，只要把路鋪好，村民就會自己走下去。阿麗札則反思：「身為當地人，若不是加入慈濟，我根本不知道家鄉有這樣的貧民窟，我希望用專業幫助鄉親創造就業機會。」

洪德謙為村民勞碌奔走，計畫再逐步改善生產條件和設施，「看到村民滿足的目光，就是最好的回報，所受的苦也是值得的。最重要的是讓他們體會到，只要願意、只要用心，一切都是可能，這也是上人所說的『人有無限潛能』；當他們產生信心和



藍昆尼淨皂工作室以當地苦楝樹葉子為原料，以工代賑的婦女仔細檢查成品的品質。

（攝影／林家如）

強烈的自力更生意識，就會願意再去嘗試。」

根據調查，菌菇在尼泊爾有市場需求，卻不易在市面上穩定取得，主因在於一般菇農產量有限。新加坡志工張愛彬說，目前村民多為散戶種植，產量確實難以支應市場需求；同樣位於第六里的迦昆羅衛大愛村正在興建中，未來或可設立規模化的菌菇工廠，屆時這些受過訓的村民將有機會成為技術員工。

從本地生出力量承擔

在尼泊爾藍昆尼的拉克西米布爾村（Laxmipur），婦女們利用農暇時間，學習以佛陀草編織蒲團與生活用品。這項手工技藝取材自然資源，也符合村落現有的生活節奏。在具備合法採集許可的老師帶領下，村民前往藍昆尼花園北端，靠近世界和平塔的天然產區採集佛陀草；每年七月



圖例：◎ 首都 --- 國界

### 迦昆羅衛

活動中心 | 縫紉車間、電腦班、英文班  
第六里巴爾麥利村 | 希望菇坊

### 藍昆尼文化市

慈濟會所 | 縫紉班、淨皂工作坊  
摩訶提婆村社區中心 | 縫紉班  
庫達巴卡社區學習中心 | 縫紉班  
阿達莎社區學習中心 | 縫紉班、電腦班  
悲心女子學校 | 縫紉職業與創業培訓中心  
拉克西米布爾村 | 手工藝課程（佛陀草編織）

的佛陀草纖維柔韌，適合製作高品質手工藝品，採集過程依循規範，確保來年仍能再生，兼顧生計與環境永續。

在藍昆尼會所的淨皂工作坊也是就地取材，志工與以工代賑的婦女運用苦楝樹葉製作天然淨皂，不僅作為結緣品，也開始接訂單，逐漸成為收入來源。

預計今年完工啟用的藍昆尼慈濟園區，將規畫空間銜接並擴大這些職訓計畫。三年來幾乎長住於此的志工陳吉民感動地說，在佛陀誕生地，慈濟終於有一個家了，還有本地志工如菩薩湧出，一起承擔、一起付出，「路還很遙遠，責任更重，但我們會繼續走下去。」

# 長住他鄉的克難時光

撰文・吳南凱、許麗珠、白如璐（慈濟志工）

二〇一二年起，新加坡、馬來西亞與臺灣志工接力長住藍毘尼與迦毘羅衛；雖然生活方式截然不同，但無論身處何地，始終相通的是人心的慈悲。

○二五年九月，尼泊爾社會動盪驟起。年輕世代走上街頭示威，抗議社群媒體禁令，要求更多就業機會。慈濟加德滿都會所前的大馬路上，群眾與警察衝突不斷；慈濟藍毘尼會所外，人們高聲吶喊，揮舞手中木棒，鎮暴警察在旁嚴陣以待。

政府宣布宵禁，正在尼泊爾

的志工得知緊繃局勢可能擴大，九月九日決定即日起暫停在加德滿都、藍毘尼與迦毘羅衛的活動。本土志工杜西（Tulsi）和蘇吉（Sujit）則留守藍毘尼會所；在藍毘尼義診中心進行到第五天的中醫義診，也因此取消。

儘管突發情況打亂計畫，來

自馬來西亞的中醫團隊依然展現

高度彈性與敬業精神，沒有讓這一天白白流逝，反而把握因緣，為留宿飯店的志工提供醫療服務。

肩頸緊繃、膝蓋疼痛、睡眠品質不佳……每一位在前線奔波的志工，背後都有不為人知的疲憊。連續幾天的針灸、推拿、整骨，醫師們體力負擔不小；但志工們在調理後彷彿滿血復活，感恩在這人心浮動的時刻，獲得「意外的禮物」，得以繼續把握停留在尼泊爾的時間做事。

志工自馬來西亞、新加坡與臺灣接力而來，面對異國他鄉的

不安定與不確定性，總是靜觀其變，轉逆境為祝福，虔誠祈禱。

師父心願，弟子達成

慈濟與尼泊爾的緣分始於一九九三年。尼泊爾東南部嚴重水患，慈濟首度馳援，為受災的三縣四村落援建一千八百戶大愛屋。二〇一五年強震襲擊，慈濟再度啟動大規模救援，物資發放與義診惠及逾十一萬人次。

二〇一六年，慈濟與尼泊爾健康照護基金會（HECAF）及馬來西亞慈濟洗腎中心跨國合作，協助尼泊爾國際佛教協會（Nepal International Buddhist



慈濟志工三年前進入藍毘尼慈濟貧，從無到有走出一條路；如今本土志工接力，穿行農田進行每月固定的照顧戶物資發放。（攝影／吳南凱）

增建洗腎中心，後續又擴建。二

〇二〇年至二〇二一年新冠疫情

期間，慈濟捐贈醫療防疫物資，

並為弱勢民眾發放紓困。

慈濟馬來西亞分會副執行長陳吉民回憶這段歷史，期間向花蓮本會報告相關事宜，聽到上人說，藍毘尼是佛陀出生地，慈濟人依從佛陀教育，救助苦難眾生，也應該讓尼泊爾居民了解佛陀誕生在人間的目的。

「我不曉得我這一生有沒有辦法看見慈濟落實在藍毘尼？」上人靜待因緣成熟，陳吉民覺得自己身為弟子，應當完成師父的心願，於是將醫院交由股東經



新加坡退休護理師林金燕（右一）三年來往返佛陀故鄉，二〇二五年九月關心迦毘羅衛居民健檢狀況。（攝影／拉梅什）

營，二〇二二年四月二十八日進入藍毘尼，一切從零開始。

陳吉民一心一志，一趟又一趟飛往藍毘尼，協同馬來西亞、新加坡志工落實慈濟志業。迦毘羅衛和藍毘尼都在藍毘尼省，兩地居民常跨越國界到印度購買相對便宜的物品；雖然居民普遍信仰印度教，但這三年來，已受證的慈濟委員與慈誠隊員都展現誠意與用心，目前有六十餘位見習培訓，新進志工超過兩百人。

每月的培訓日，本地志工已默契十足，穿著整齊服儀，攜帶環保餐具，準時報到。每月第一個星期六為「慈善日」，向照顧戶發放物資，同時也收回他們日存的一把米，回饋助人。

每一次發放，本地志工出席滿大家行善的心願，讓人人都有機會參與訪視。出發前，他叮嚀大家，接受米撲滿時，要恭敬彎腰、感恩布施；並記錄每戶捐出

的分量，下個月再奉上收據。

杜西誠懇地說，慈善發放不只給物資，還要問孩子有沒有去讀書。「有形的幫助可以暫時免除飢餓，更要關心看不到的苦，在最需要的時候給他們依靠，領導他們積極面對人生。」

杜西二〇二四年受證慈濟志工，他認為自己的責任，是將慈濟的慈善精神傳遞給更多人，讓本地居民也能學習慈濟的方式付出；不能只想「我能得到什麼」，卻從未思考「我能給什麼」。

和杜西同年受證的馬努基 (Manoj Dhawal)，多年前在麥特立法師介紹下認識慈濟，得知

新冠疫情期間，慈濟在藍毘尼發放三萬件物資，他身為當地人，覺得一定要表達感恩。

後來看到慈濟人從各國而來，不畏冬寒夏熱、風吹雨打，只為幫助藍毘尼村民，進而激勵了當地人付出，他們也看到志工

如何將佛陀精神傳回佛陀誕生地。「我出生在佛陀的誕生地，但卻不熟悉佛陀的一生。慈濟人遵循佛教教導來到藍毘尼，這裏的人們很單純、很慈悲，會很歡喜地接受上人的法。」

自從村民知道他是慈濟志工，不論深夜或清晨，屋外總有人守候著，尋求幫助。雖然他在付出，卻也常感嘆部分村民的誤解，甚至懷疑他做慈濟是為了牟利。他忍受著誹謗與辱罵，心中以上人為依靠，謹遵上人教誨，「不讓任何孩子失學」為目標。

禦寒外套，貼心溫度

尼泊爾的十二月至翌年元月，是一年中最寒冷的時節，貧民區的村民更是難熬；房屋保暖效果極差，有些家庭買不起冬衣，孩子清晨上學時凍得發抖，只能披上薄毯子或點小火取暖。

二〇二五年十二月六日，

七十位志工參加「慈善日」，除了發放物資，更為孩子們準備

外套，媽媽們則得到披肩。共有七十六戶感受到這分貼心溫度。

前往照顧戶家訪途中，職業

是攝影師的志工拉梅什（Ramesh

Karki）特別歡喜。上一次訪視，他發現居民缺乏禦寒衣物，孩子沒有鞋穿，臉被寒風凍得乾裂、泛紅，也不哭不鬧，他非常不忍。今日此行，他終於可以放心一些。

志工轉進稻草籬笆內，單親

媽媽瑪杜莉（Madhuri Maury）

與三名孩子住在區公所提供的帳棚；因分家只分到一塊空地，一家人暫以帳棚為家，無電、無廁所，帳內已有霉斑，全部家當就是兩張編織床與簡單衣物。冬季無農作收入，生活艱難；志工送上米糧，也決定再補助他們三個月糧食。拉梅什為孩子穿上冬衣，孩子露出靦腆笑容；來自馬來西亞的李麗華為瑪杜莉披上披

肩，並不忘給予擁抱。

沿途常看到貧民與牲畜共處，還有孩子為協助家計輟學務工，李麗華總是語重心長，提醒家長以教育為重，或讓孩子學習一技之長。

來到布賈希亞村（Bhujahiya），

卡拉瓦蒂·帕西（Kalawati Pashi）

與三個女兒在家；拉梅什仔細核

對衣服尺寸，看著孩子們試穿。

走入潮溼不堪的屋內，晚間只能點著小小一盞油燈，深感生活之不易，但卡拉瓦蒂·帕西仍回饋

米撲滿，志工虔誠合十感恩。

七十二歲的李麗華，二〇二二年起頻繁往返尼泊爾與馬來西亞，手把手將訪視經驗傳遞給

本地志工，她對拉梅什的用心深

表肯定，做到「全家關懷」——

關注長輩的居家環境安全，孩子

是否正常上學，全家生活有沒有逐步改善。

慈善日發放結束，本地志工也會分享所見所聞。沒有經濟能

無常是常，時間寶貴

二〇二二年八月，李國香陪同先生、新加坡分會副執行長邱

建義首次來到藍昆尼，因志工有限，不分功能，只能把事情擔起來做。她在辦公室煮飯，還得防猴子搶食物，應變不時的停電，洗菜前要看看從水塔裏流出來的水是不是黑的。在長期住宿的旅店，洗澡時常遇到停電，她繼續沖水，等到電來了、燈亮了，才發現水是黑的；吃不好、住不好，還曾因為中暑脫水，她依舊如常往返兩國。

婚後在家相夫教子，李國香沒有打工經驗，當二〇二五年挑起迦毘羅衛裁縫車間成立的重擔，壓力大到讓她長達一個月睡不好、吃不下，甚至病倒了。幸好邱建義從旁協助，加上很多志

馬來西亞志工李麗華（左）為住在帳棚中的瑪杜莉披上紅色披肩，再給予擁抱。瑪杜莉感動地說：「天氣冷時很難受，現在我們溫暖了。」

（攝影／許麗珠）





帶著「米撲滿」來到迦毘羅衛市活動中心，為了節省從藍毘尼到迦毘羅衛跋涉時間，並且快捷地在社區服務，志工賃屋入住。慈善組長洪德謙、醫療志工林金燕和陳秀珠身先士卒，去適應和新加坡截然不同的生活——老鼠進出房間是常見的事，夏天又熱又潮溼，昆蟲多，

慈濟志工二〇二三年三月啟用迦毘羅衛市活動中心，為了節省從藍毘尼到迦毘羅衛跋涉時間，並且快捷地在社區服務，志工賃屋入住。慈善組長洪德謙、醫療志工林金燕和陳秀珠身先士卒，去適應和新加坡截然不同的生活——老鼠進出房間是常見的事，夏天又熱又潮溼，昆蟲多，

（攝影／林家如）

蚊子更多；最受不了是每天停電十幾次，多數只停幾分鐘，但也有過一個多小時。空調無法運作，汗流浹背，又有蚊子干擾，忍無可忍，躲進伸手不見五指的蚊帳裏。

林金燕說，偶爾會想為何來此受考驗，但轉個念，還好這裏

沒有黑水。吃不慣異國三餐，雖然可以從新加坡帶去慈濟研發的香積飯、香積麵，但每次飛機限重二十三公斤，醫療器材和食糧一比較，孰輕孰重，自有分曉。

外國人入境天數有限，對慈濟人來說，時間無比珍貴；一次，林金燕前往加德滿都準備籌辦義診，卻遇上公職人員走上街頭遊行示威，她停留在會所一個月，無功而返迦毘羅衛；這回準備大展拳腳，但只做了一天入村健檢，就遇上全國暴動，實施禁令和宵禁，無法再進入村落。

「無常為常，只有接受。就善用時間，構思藍毘尼未來醫療作業

的標準化流程。」

陳秀珠說，生活處處是挑戰，每天斷電是磨練，然而本地人習以為常；想到新加坡綠樹成蔭，氣溫適宜，斷水斷電更從未有過，生在福地，卻在這裏「見苦知福」，提醒自己更要「知福、惜福、再造福」。

同樣來自新加坡的張愛彬，二〇二三年三月首次進入尼泊爾，愈深入鄉村訪視，就感到需要融入當地，才能找出讓村民安身安生的方式；於是二〇二四年十月放下管理四百人的電腦公司經理一職，長住佛鄉。

放下職場工作去迦毘羅衛，卻沒有放下新加坡的訪視工作，繼續跟進進度，反之亦然。張愛彬說：「新加坡生活富裕，但仍有暗角，反映人心貧窮，不易滿足；而尼泊爾貧民沒得吃，臉上卻掛著笑容，形成強烈反差。」

張愛彬坦承，在尼泊爾最困難的是語言不通，所幸村民純樸

可愛，透過肢體語言，了解他們友善又親切。她曾詢問年輕人：「不會英文，為何來慈濟報名電腦班？」對方回答：「我想學新的知識。」而希望菇坊的參與人數倍增，也是因為村民看見希望，想抓住希望。

慈濟志工一步一腳印走入村莊，既看見居民生活的艱難，也看見他們的善良與韌性。在這片承載佛陀足跡與歷史滄桑的土地上，貧苦與希望並存，志工與村民彼此扶持，但願生命的微光在日常裏慢慢閃亮。

工支持，終於完成任務，「在慈濟，只要你發願承擔，自有貴人來相助。」

三年過去了，困難一直都有，她真誠地說：「上人當年創立慈濟時多克難，都不怕辛苦；如今上人有願，弟子當然使命必達，以師志為己志。」

## 持續見證 尼泊爾職訓蛻變

Tzu Chi  
Buddha Land



人文志業  
佛鄉印記



邀您支持  
翻轉貧窮行動



# 追尋鳩摩羅什大師足跡

人文頻道

撰文·孫思承（慈濟人文志業中心法音宣流部製作人）

這趟拍攝任務，我們深入新疆庫車，在雅丹地貌與千年石窟間穿梭，尋找千百年前，鳩摩羅什大師走過的生命印記。雖然世間萬物脫離不了成住壞空，但我們可以留下線索，讓後世依循。

位在鳩摩羅什故里的克孜爾石窟前，後人感念而立的羅什塑像，身形清瘦、半跏趺坐，寫實地展現他刻苦修行的樣態。（攝影／賴展文）



○二五年十一月八日早上  
——九點多，班機降落新疆維吾爾庫車（Kuqa）機場，我提醒自己提升腦袋運轉速度，未來的八天，團隊必須完成在新疆的拍攝任務。回想下機前半小時，飛機降低飛行高度時，空服員一反常態地要求大家拉下遮光板。

落地走出艙門，馬上聽到廣播禁止拍照錄影，並有人員請我們快步走過機坪，進入入境大門，讓人感受到庫車身為軍事要地的氛圍。事實上，從二千年前的漢朝開始便是如此。

庫車，漢朝時為古龜茲國所在地，是西域治理的核心，也是穩定西域與中原的關鍵。東漢將領班超多年出使西域，擊退來犯的大月氏，使姑墨、溫宿、龜茲等諸國歸附漢朝。他隨後被任命為西域都護，駐守龜茲，不僅保障了絲綢之路的暢通，也讓龜茲成為中原與西域文化、宗教交流的重要樞紐。至今，庫車人仍以

龜茲文化為傲；這裏也是漢傳佛教四大譯經師之一——鳩摩羅什的出生地，也是拍攝團隊前來的唯一原因。

### 重返龜茲古國

這趟拜訪鳩摩羅什大師故鄉之旅，花了近三年才確定成行。我在慈濟人文志業中心服務，自二〇一七年起有幸參與製作《高僧傳》歌仔戲，近幾年因為節目和戲劇製作品質更加嚴謹，秉持上人對《高僧傳》拍攝求真求實的叮嚀，歷史的考據更不可馬虎。

這幾年，我常想著上人對《高僧傳》的重視，一定要想辦法做好，禮佛時常向佛菩薩、龍天護法，甚至是鳩摩羅什大師祈求，請他們給我力量、給我方向；甚至還曾想著，如果有更好的人選可以接手，也請佛菩薩和龍天護法指點。不怕大家見笑，

我就是如此地徬徨無助。

抵達庫車，前往飯店的途中，我好激動，「我到了，我踏上大師故鄉的土地了！」像是重返一千七百年前的舊地重遊，我真心覺得大師就在身邊，會一路陪著我，用他的方式再次告訴我他在故鄉生活的一切。

攝影團隊有四位成員：導演賴展文、攝影師林彥丞、攝影助理蔡余暘，再加上我。從臺北飛抵新疆首府烏魯木齊，已是半夜十二點四十分，我們四人在機場內找個人少的沙發區休息，等到凌晨五點半，再搭機飛往新疆庫車。

旅途的疲累，在午餐後前往龜茲博物館拍攝時便拋諸腦後，各式魏晉時期的龜茲古文物，讓我們如獲至寶。展示櫃裏有龜茲學習漢朝所鑄造的五銖錢、各式單耳的陶製器皿，甚至還有夜壺，也有來自他國的珍貴顏料樣本；其中，青金石更是代表龜茲

白楊樹林立的大道盡頭便是克孜爾石窟入口，岩壁上寸草不生，石窟群分布其間（上圖）。（攝影／孫思承）

石窟研究者趙莉以「數位復原」克孜爾壁畫為使命，大學畢業投入研究至今已有三十餘年（下圖）。（攝影／賴展文）



當時國力的強盛及其貿易重鎮的地位。

最吸睛的是一具從皇家寺院蘇巴什佛寺出土的年輕女性骨骼。解說員表示，古代龜茲貴族有「壓額」的習俗，將剛出生的嬰兒額頭壓得扁平，外貌看起來和百姓不同，是身分尊貴的表徵。鳩摩羅什是龜茲王妹的兒子，怎麼說也是個王子，額頭也是扁平的嗎？古籍中未曾記錄他的長相，任何一點線索都可能讓後人對他的容貌多一點想像。鳩摩羅什是印度人和龜茲人的混血，是不是也會有點像博物館入口那些五官立體、臉部輪廓深邃的維吾爾人呢？



蘇巴什佛寺主殿內，鳩摩羅什曾於此講經，遺址如今只剩下斷垣殘壁；此為古龜茲國的皇家寺院，也是西域的佛法重鎮，羅什七歲時即隨母親在此出家。（攝影／孫思承）



龜茲博物館距離龜茲故城遺址——皮郎墩（Piliangdun）不遠，土墩上是什麼建築目前尚未得知，確定的是它屬於西漢到宋代的龜茲古城。我想，鳩摩羅什出生的皇宮內院，應該就在這附近吧！

古城七十公里外、車程一個多小時，拜城縣渭干河邊的克孜爾石窟（Kizil Caves），是龜茲皇家供養的寺院，內有石窟，如第四十七窟，體現了龜茲的小乘佛法信仰，受鳩摩羅什弘法由小乘轉為大乘的影響。

出了市區，走獨庫公路前往，第一個遇到的地標，就是初建於漢代的軍事建築——克孜爾哈烽燧（Kizilgaha Beacon Tower）遺址。在古代，軍人夜晚點火是「烽」，白天燒物產生濃煙為「燧」，是重要的軍事預警系統；烽燧旁的峽谷鹽水溝，風化成一條平坦大道，是古絲路的一段，試想曾有多少商賈僧人

走過，包含鳩摩羅什和玄奘兩位大師。

沿途盡是紅褐色的雅丹地貌，寸草不生、杳無人煙的荒漠，在無雲的蔚藍天空下，遠處高聳的天山南麓山脈和近處形態萬千的岩體是如此壯闊，讓我們在車上讚歎不已。接續三〇七省道在克孜爾鄉中心小學前左轉，再八公里過了兩個髮夾彎，看到一個美麗的峽谷，有河流、有草木，那裏就是克孜爾千佛洞了，難怪受訪者趙莉老師說它像人間仙境。

念考古系的趙莉老師，大學畢業後就搭著驢車來到這裏做研究。初次走入石窟，她便被震撼；見到許多壁畫在二十世紀初遭西方探險隊切割毀損，就像皮膚被一片片剝下，她萌生使命感，決心走遍世界各國博物館，將壁畫拍攝回來，透過數位科技讓石窟重現原貌。她這一待，就是三十四年。

現今克孜爾石窟，只有谷西區、位於鳩摩羅什大師雕像正後方的幾處石窟對遊客開放；其他石窟僅供學術研究者申請進入。我們經過特別申請核准，才得以踏入這流傳近一千七百年的佛教藝術殿堂。

根據鳩摩羅什在龜茲生活的年代，我們挑選了十多個四、五世紀開鑿的石窟拍攝。除了谷西區，我們沿著千淚泉溯源而上，走了約半小時；時而攀爬階梯，時而踏在懸崖邊約三十公分的狹窄沙路，一不小心就可能滑下山谷。谷東區較遠，連解說員都忍不住搭巡邏車載我們；後山區則因難以抵達，未能前往。

克孜爾石窟大致可分為四種類型。第一種是中心柱窟，用於禮佛。進入後，窟中央可見佛龕，兩側通向後室。佛龕內的佛像因年代久遠或戰爭，如今已不

復存在。沿甬道前行時，需依順時針方向：先左入後室，再右出甬道，象徵佛教「右旋繞佛」的儀軌。

克孜爾石窟還有第二種方形窟，如第一一零窟空間寬敞，內部繪有佛傳故事，用來講解佛陀生平與憶念佛陀。第三是僧房窟，室內有火爐並開窗通風。當時龜茲以「說一切有部」的小乘佛教為主，禪修是僧人的日常功課。趙莉老師說，僧房窟正用於禪修，僧人生活多在河邊地而建築。

第四種是由中心柱窟演化而成的大像窟，例如第四十七窟。可惜主室已坍塌，只剩甬道和後室，但兩側壁上仍可看到安置大型塑像的鑿孔。

壁畫中佛像的臉部仍清晰可見，但金箔袈裟及象徵佛陀或菩薩散發出種種光明的頭光與身光多已剝落，部分還被後人盜走。

拍攝團隊中最年輕的蔡余暘

問道：「為什麼佛在這麼多石窟中涅槃？」起初我們覺得問題很好笑，但這個提問點出了中心柱窟後壁畫的共通特色：幾乎全都描繪佛陀涅槃的故事。這些畫作寫實呈現小乘佛法「佛陀已自娑婆世間入滅」的觀念，也提醒後人依循教法與戒律追尋個人解脫，同時表達僧人對佛陀的憶念。

然而在大乘佛法中，佛陀並未真正入滅，而是以更廣泛、常住的形式利益眾生。涅槃的呈現，是為了度化眾生，避免眾生產生依賴心而不精進修行。

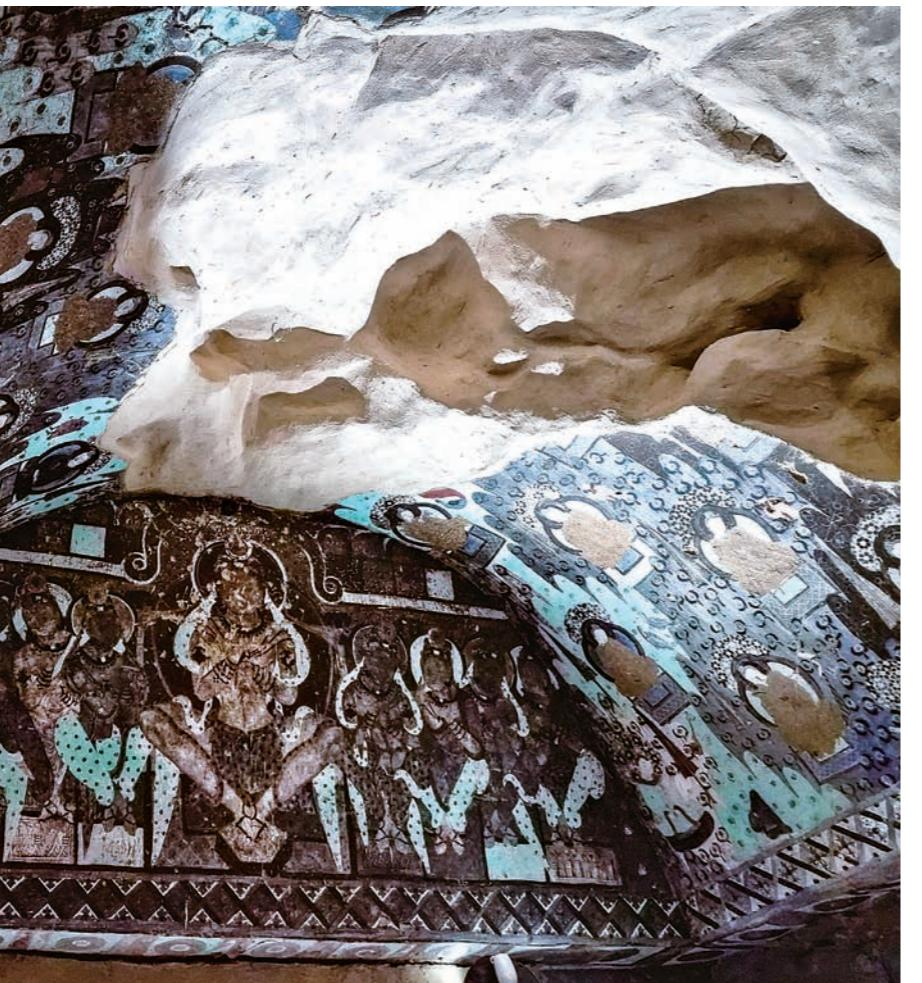
那麼，克孜爾石窟中到底有沒有大乘佛教的遺跡呢？答案是有的！羅什大師從十幾歲改宗大乘佛法，一直到四十歲被前秦大將呂光征討西域擄走前，都在龜茲弘揚大乘佛法。壁畫中可以看到諸佛菩薩的畫像，與小乘佛教獨尊釋迦牟尼佛的畫像不同，顯示克孜爾確實受到大乘佛教影

響。然而在大師離開後，龜茲很快又回歸小乘「說一切有部」的信仰，這可從晚期石窟壁畫中看出。

克孜爾讓我們難以忘懷的不只是豐富的佛教藝術，也包括那令人嚮往的遠古佛教盛況，以及如仙境般的地理景觀。更令人感動的，是工作時全身心投入的趙莉老師，以及團隊成員扛著器材，大口喘氣爬上爬下的努力足跡。

攝影師林彥丞曾在攝氏零下

六度的清晨站了三小時，結果感冒了。我承諾一到庫車就要為攝影機買暖暖包，卻直到回臺灣都



克孜爾石窟內，主室前的「釋迦說法圖」呈現佛陀過去生仍示小乘佛法獨尊釋迦牟尼的主要思想，部分壁畫疑似遭西方探險隊揭去而毀損。

(攝影／孫思承)

找不到時間或商店購買，這件事也被其他三位夥伴記住了。

對我來說，真正重要的是，我深信大師一直護佑著我們。尤其是在他的故鄉，我感覺他一直就在我們身旁。

### 見證不朽願力

鳩摩羅什被呂光擄走，離開龜茲後途經張掖來到涼州。在呂光的監控下，他在涼州待了十七年。涼州的都城是姑臧，即今日甘肅武威。羅什大師在此學習漢文，為日後翻譯佛經奠下基礎。武威和張掖則是絲路河西四郡中



羅什大師曾立下「舌不焦」的誠實誓言，圓寂後，舌舍利被送回甘肅武威鳩摩羅什寺舍利塔（圖左）供奉；羅什大師於呂光在位的後涼時期，長住於此蒐集梵本、胡本、漢文佛典。

（攝影／孫思承）

的兩個重要城鎮，也是從龜茲進入中原的必經之地。

我們來到張掖時，天氣十分寒冷，祁連山覆蓋著白雪。受龜茲文化影響的馬蹄寺石窟旁，小河已結冰，景象壯麗又帶寒意。大師在長安（今西安）圓寂後，其舌舍利被供奉在武威鳩摩羅什寺的舍利塔中。

住持理方法師熱情地為我們介紹寺內殿堂和舍利塔。羅什大師的塑像比克孜爾石窟的更圓潤，呈現壯年形象；寺中也陳列著各種版本的鳩摩羅什傳記。不知為何，我突然有一種即將道別的情緒湧上心頭。我想，大師一定會覺得欣慰。即便他生前遭呂光羞辱而「被破戒」，又被後秦皇帝姚興以荒唐方式逼迫，大師仍能超越困境。臨終前，他立下誠實誓言：「若所傳無謬者，當使焚身之後，舌不焦爛。」他做到了。經典傳續佛法，影響世世代代，帶給人們解

脫的希望。

這趟拍攝行程，不只是考據與記錄，更是見證。石窟壁畫與龜茲故城隨時間自然風化、人為破壞；長安草堂寺譯場原址早已不復存在，現在只見民房住宅。古籍或史書是否因史觀偏頗而記載錯謬？百分百還原一千六百多年前的歷史是不可能的，只能透過現存遺跡，探索當年的美好與艱難。

慶幸的是，仍有人願意守護與傳揚美善的故事。像克孜爾石窟的趙莉老師、鳩摩羅什寺住持理方法師、馬蹄寺石窟的解說員，以及草堂寺的知客師父，他們不厭其煩地一遍又一遍解說，讓訪客彷彿穿越時空，與鳩摩羅什大師相遇，得到啟發，甚至療癒心靈。

這趟旅程讓我深刻體會到人文志業的重要與使命。雖然世間萬物脫離不了成住壞空，但我們可以留下線索，讓後世有人依

循。像鳩摩羅什大師一樣發誠實誓，只要秉持真誠、傳播不謬，這些好人好事的紀錄就能在世界上長存，永遠流傳。

## 鳩摩羅什大師

- 西元344年生於龜茲國，413年圓寂於長安，東晉至五胡十六國時期譯經大師
- 將《法華經》、《金剛經》等近4百卷佛典翻譯為漢文流傳，被尊為四大譯經師之一
- 引進中觀思想，確立「中道實相」的理論基礎，深刻影響漢傳佛教與中國傳統文化思想發展



延伸閱讀  
《高僧傳·鳩摩羅什》



# 慈濟站上聯合國平臺 讓善行被看見、被複製

慈濟以非政府組織身分加入聯合國已有二十多年，

除了合作進行人道援助，也善用聯合國場域進行「議題倡議」：氣候行動、難民援助、循環經濟、青年賦能，讓慈悲的行動可量化、可見證、可複製，擴大影響力。



「Mesi（海地語謝謝）！」在國家足球場發放現場，慈濟志工彎腰九十度，以尊重的態度送上打包整齊的物資，居民禮貌致謝接過。現場萬頭鑽動卻井然有序，讓負責維安的官兵出乎意料、讓慈濟在國際平臺的重要倡議之一，在COP28周邊會議中，時任大林慈濟醫院副院長林名男（右一）分享慈濟落實蔬食減碳。

震過後的海地首都太子港強（Port-au-Prince），道路兩旁盡是危樓殘壁，交通陷入癱瘓，載運慈濟志工及發放物資的車隊一困在路上，負責護衛的聯合國維和部隊士兵立即下車，分站車隊兩側及後方警戒，白色裝甲車在前開道，於混亂中撐開一道防護圈。抵達目的地國家足球場後，場內以及各出入口也都維和部隊管控，以確保發放能順利、安全進行。

這是二〇一〇年元月，加勒比海島國海地在大災之後，慈濟震災的日常。嚴密的武裝把守，反映海地長年動盪，社會體系隨震災徹底瓦解的現實。

二〇〇四年海地爆發政變、總統流亡，全國陷入無政府狀態，聯合國安全理事會於是向會員國借調軍警，組成維和部隊進駐重整秩序；不料六年後，破敗不堪的海地又遭芮氏規模七點零強震重創。面對超過二十萬人罹難、災民處境危殆的險情，當時

已被聯合國認可的國際非政府組織慈濟，迅速動員美、加及中南美洲志工投入救援。

「太子港的機場強震後受損，民航機沒辦法飛，只有聯合國一天三班的專機可以進去，所以我們就申請了專機。」慈濟基金會國際長曾慈慧回憶，首批賑災人員就是搭聯合國專機入境；如果從鄰國多明尼加走陸路，穿越國界前往太子港等災區，就得

在山路上顛簸八、九個小時。

受災民眾渴求糧食，然而政府陷入癱瘓、黑幫橫行，人道救援伴隨著難以預料的暴力爭奪；慈濟駐海地志工在發放前必做的一件事，就是確定由哪一國軍警來「護法」，以武力和公權力維持發放現場秩序。掌握維和部隊指揮權的巴西軍、來自中東的約旦皇家陸軍，都曾護衛過慈濟的賑災發放。

氣候行動是慈濟在國際平臺的重要倡議之一，在COP28周邊會議中，時任大林慈濟醫院副院長林名男（右一）分享慈濟落實蔬食減碳。（攝影／海克特）

料。

「慈濟，讓我們看到了海地人的另一面。」巴西部隊帶隊軍官桑吉南多（Sangineto）表示，弟兄們勤訓精練，為的就是在群眾失控時以兵力壓制，但慈濟志工與海地受災居民的互動，卻讓他感受到：「我們不是為了鎮暴，而是為了賑災而來。」

除了重大天災賑濟，難民援助也是慈濟與聯合國所屬組織落實SDG 17「夥伴關係」的合作重點。二〇二五年九月，慈濟泰國分會就與聯合國難民署（UNHCR）進行信函交換，將雙方多年合作關係制度化與深化。

「若沒有慈濟守護，許多人恐怕無法獲得基本且急需的醫療照護。」駐泰聯合國難民署代表譚米·夏普（Tammi Sharpe）表示，難民缺乏合法身分，隨時可能被逮捕拘禁甚至遣返，遑論就業、就學、就醫，而慈濟的慈善

救濟、義診醫療，開設語言及電腦課程，對他們是很大的幫助。

「與慈濟攜手是充滿價值與意義的事，更是守護生命的善行。」

馬來西亞慈濟人也和聯合國長期合作，為境內難民施醫施藥，提供生活與教育協助。曾慈慧解說：「慈濟申請聯合國難民署的專案基金，志工無私無償做守護難民的工作，每一季也會提出報告書，向聯合國難民署說明。」這樣的模式，讓民間慈悲能量與國際政策框架緊密接軌。

### 慈濟論述，國際認證

對長年投入國際人道援助的慈濟來說，聯合國提供的資源其實在意料之外。當初申請加入聯合國所屬組織，並非企求便利，而是為了讓慈濟在此國際主流平臺上被看見、被聽到，同時與各國NGO夥伴、政府組織交流切磋。

「上人並沒有要求我們一定要在聯合國達成什麼，但他希望我們去揚善，擴大善的力量。」曾慈慧表示，慈濟參與聯合國組織，一方面是出於會務的需求，另一方面也是因緣合和。二〇〇三年，擔任聯合國新聞部



慈濟與聯合國難民署長期於各國開展人道救援。在泰國，難民署代表譚米·夏普女士（上圖右）與慈濟泰國分會執行長林純鈴完成信函交換，攜手為難民提供醫療、慈善與教育支援；在馬來西亞，新山慈濟人醫會則與難民署合作，為羅興亞孩童施打疫苗（下圖）。（上／蘇品緹攝影 下／陳俊輝攝影）



(DPI) 顧問的朱亨湧先生接觸

慈濟後，深感志工們在世界各地所做的事蹟，應當登上聯合國被全世界看見，於是建議慈濟申請加入聯合國新聞部所轄的非政府組織。

聯合國總部設在美東大城紐約，美國慈濟人就代表慈濟，邁開進入聯合國的第一步。旅居美國多年的曾慈慧記得，志工一開始是在聯合國婦女地位委員會分享，慈濟在美國推展志業的內容，包括義診醫療、慈善濟貧。由於那時大家完全是門外漢，對聯合國的組織架構、倡議重點、規範作法等都不了解，只知道把

莫三比克本土志工耕耘大愛農場，收穫的作物投入濟貧；當地女性從災民轉變為志工，改善貧困與糧食不安全問題的經驗，也是慈濟在聯合國所屬組織分享的重點。

(相片提供／慈濟莫三比克聯絡點)



慈善、醫療、教育、人文四大志業的內容做成簡報講出來。但經過二十多年邊走邊整隊的學習磨練，慈濟人已能將證嚴上人的理念，全球法親的耕耘成果，準確地對接聯合國所重視的人道、環保、永續等議題，一步步達成「慈濟論述，國際認證」的理

想。

「我們現在不只是參加會議，更重要的是提出倡議。」曾

慈慧敘述目前慈濟在聯合國平臺上大力宣講的四大議題——首先是減災與氣候行動，其次是教育與青年賦能（empowerment），第三項為難民與弱勢的關懷，最後是永續發展與循環經濟。

「在減災跟氣候行動部分，我們分享最多的是莫三比克伊代風災的援助，那邊的成果很亮麗。近期則講到臺灣花蓮光復鄉的堰塞湖災害、鐘子超人出現，還有西非獅子山共和國、印尼紅溪河等長期援助案。」

曾慈慧接著補充，慈濟每一項重要倡議，都會與相關的聯合國所屬機構對接，好比以非政府組織成員身分加入環境署（UNEP）、減災辦公室（UNDRR），就是呼應減災與氣候行動的倡議；而因應聯合國氣候變化綱要公約（UNFCCC）召開的氣候峰會（COP），更是不容缺席。

氣候峰會，蔬食發聲

西、被譽為「雨林門戶」的貝倫（Belém）舉行，兩人也從歐洲飛越大西洋前往參加。

林美鳳說：「聯合國其他會議的參與團體和人數，都比不上氣候峰會。因為氣候牽動的是全球每個地方、每一個人。」在

COP30的兩週，他們每天清晨便出發到會場，奔走各場會議與論壇宣講倡議、交流意見，往往要到晚上八、九點才回到民宿休息。當地民眾見夫妻倆每天規律搭乘公車，也會親切提醒：「快到站了，準備下車囉！」

日日奔忙，是為了抓住每個發聲的機會。林美鳳指出，慈濟此次在峰會上倡導的主題是糧食安全，因為賑災是慈濟國際事務的重點。氣候變遷造成天災頻率增加、強度極端，不僅會在短時間內直接造成生命財產損失，也會嚴重影響糧食生產。特別是全球人口已突破八十億，若要確保

自二〇一三年起，慈濟每年都派員參與聯合國氣候峰會，倡議用素食替代肉食，以減少溫室氣體排放，並展示由回收資源製作的環保毛毯、福慧床等賑災用品。由於氣候峰會多在歐洲舉辦，旅居德國的慈濟志工林美鳳與其德國籍夫婿楊濟洪（Jan Wolf）經常代表慈濟出席。二〇一五年第三十屆氣候峰會（COP30）在南美洲巴

每個人都有足夠糧食，就必須正

視氣候行動。

「植物性飲食在減少溫室氣體排放上具有巨大潛力。將飲食從高碳排放、不健康的模式——例如大量肉類與乳製品，轉向以植物為主，不僅有益自身健康，也有益地球健康。」

德國志工楊濟洪在論壇中，再次傳達了慈濟多年勸素、推素的理念。相較於十多年前形單影隻、響應者寥寥的艱難時刻，如今素食推廣已不僅是民間團體或宗教組織的行動，一些國家政府也開始採取政策工具，改造食物系統。

例如，豬肉出口大國丹麥在二〇二三年啟動全球首個《國家海地世紀強震，慈濟在太子港聖亞拉罕卓教堂進行發放，美國慈濟志工帶動居民祈禱，會合不同宗教的力量，共同守護平安。

(攝影／劉子正)

植物性食品行動計畫》，投入相

當於一億九千萬美元的經費，推廣以素食為主的飲食方式，改善民眾健康、減少碳排放並創造經濟機會。與會的丹麥駐巴西大使

佩德森（Eva Pedersen）向林美鳳與楊濟洪說明：「政府資助願意改變的公司與組織，不論是生產製造，或是推動消費者改變飲食習慣，都可申請補助，希望帶動國內全面性轉型。」

COP30地主國巴西亦積極推動改變。巴西擁有全球第二大的學校午餐供應鏈，政府決定增加素食，讓未來的國家主人從小培養多蔬少肉的飲食習慣。峰會主辦單位也打破以往供餐慣例，會場的兩個主餐廳中，其中一家只提供素食，且精緻可口，讓與會者發現「原來素食也可以這麼美味」。林美鳳欣慰地表示，慈濟與其他志同道合的國際NGO夥伴，連續多年倡議推動，逐漸看



到主辦單位的改變。「唯有大家共同努力，才能把聲量帶起來。」

宗教攜手，引領方向

與「百年老店」級的國際組織如紅十字會相比，一甲子歷史的慈濟仍算是後生晚輩。在國際能見度、倡議宣導、交流合作等面向，仍有很大的進步空間。

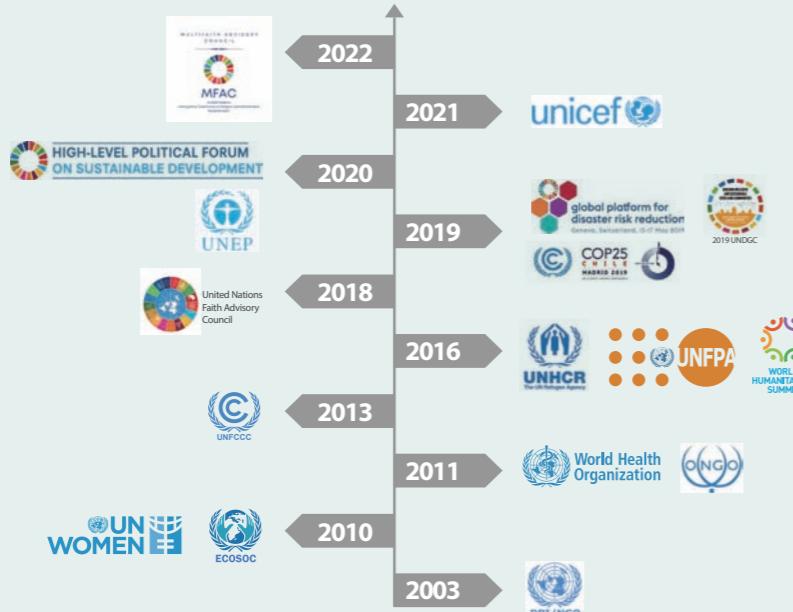
曾慈慧長年參與聯合國事務及各大國際會議，觀察到早年慈濟倡議的一些事項，如今不少國家已經實行，甚至超越了；而跨宗教交流與青年的接引，則是未來必須用心經營的方向。

「舉例來說，慈濟過往的強項是循環經濟與環保回收，但現在印度在寶特瓶回收技術上已經做得很好；慈濟骨髓幹細胞中心也不再是最大的亞裔族群骨髓庫，第一名現今在中國大陸，不僅人口基數大，技術也很進

## 參與聯合國組織 連接世界

- 2003年 慈濟成為聯合國新聞部（DPI）一員
- 2010年 成為聯合國經濟及社會理事會（ECOSOC）諮詢會員

### 至今參與 17 個聯合國所屬組織



步。」

看到各國政府與NGO組織的進展，曾慈慧認為，慈濟的貢獻在於拋磚引玉，將好的觀念帶到聯合國等國際平臺，讓其他公部門或民間機構看到並評估，甚至進一步導入。若對方以「國家級」或「國際級」的規模推動，其影響力是不容小覷的。

「慈濟在物質與資源上無法與他們相比，我們的亮點在於信仰與精神層面。慈濟的倡議，就是慈悲與愛的展現，但必須可量化、可複製、可見證，才能讓別人學得起來。」曾慈慧說。

近年來，美國政黨輪替帶來政策改變，援外經費大幅削減，迫使以往高度仰賴美援的聯合國機構，加強與非政府組織互動以獲取資源。這也凸顯了宗教組織的影響力與跨宗教連結的重要性。「好比聯合國難民署、兒童基金會（UNICEF）都增設了宗教與跨信仰（Interfaith）事務部

門，就連農糧組織（FAO）也設有跨宗教委員會，可見宗教信仰的重要性。」

談到跨宗教連結，曾慈慧指出，慈濟正積極參與「宗教與永續發展國際夥伴關係（PaRD）」。

它雖非聯合國直屬機構，但成員多為聯合國會員國政府或具有宗教背景的非政府組織，慈濟藉此平臺廣結跨信仰善緣，發揮全球影響力。

「上人說，博愛、大愛、仁愛雖名稱不同，但基礎相同。宗教對話就是希望了解彼此所做，達成默契與共識，相互尊重、感恩，把愛的基礎建立起來。」曾慈慧補充。

早在二〇二一年，慈濟就十周年，同年也是聯合國訂定的「國際志工永續發展年」。走過一甲子，慈濟在全球深耕的志工網絡、志業成就，已成為聯合國所提倡永續發展的良好範例，匯聚眾人之力，共同為地球與人類的永續努力。

慈濟SDGs系列報導



2/3~8

二〇二六台北國際書展  
台北世界貿易中心展覽一館  
展場名稱：慈濟人文 D527

3~5日 10:00 - 18:00 / 6~7日 10:00 - 22:00 / 8日 10:00 - 20:00



人文寶藏 歷百千劫  
愛與尊重中 重現光明  
智慧 在此安住

溫古知新  
妙顯法華  
慈濟行願六十  
經典古籍 伊斯蘭教《古蘭經》與  
佛教《法華經》特展

助天主教教會與穆斯林國家取得急需的防疫物資，正是宗教結合慈善、為世界做貢獻的具體例子。佛教「無緣大慈，同體大悲」的教義，在這些行動中具體展現。

「慈悲的行動，是慈濟論述的主軸。」曾慈慧說，每一步實踐都是將佛法帶入國際主流平臺，並邀請全球夥伴跨越宗教，共善共行。

二〇二六年，慈濟將迎來六十周年，同年也是聯合國訂定的「國際志工永續發展年」。走過一甲子，慈濟在全球深耕的志工網絡、志業成就，已成為聯合國所提倡永續發展的良好範例，匯聚眾人之力，共同為地球與人類的永續努力。

步。」

看到各國政府與NGO組織的進展，曾慈慧認為，慈濟的貢獻在於拋磚引玉，將好的觀念帶到聯合國等國際平臺，讓其他公部門或民間機構看到並評估，甚至進一步導入。若對方以「國家級」或「國際級」的規模推動，其影響力是不容小覷的。

「慈濟在物質與資源上無法與他們相比，我們的亮點在於信仰與精神層面。慈濟的倡議，就是慈悲與愛的展現，但必須可量化、可複製、可見證，才能讓別人學得起來。」曾慈慧說。

近年來，美國政黨輪替帶來政策改變，援外經費大幅削減，迫使以往高度仰賴美援的聯合國機構，加強與非政府組織互動以獲取資源。這也凸顯了宗教組織的影響力與跨宗教連結的重要性。「好比聯合國難民署、兒童基金會（UNICEF）都增設了宗教與跨信仰（Interfaith）事務部

門，就連農糧組織（FAO）也設有跨宗教委員會，可見宗教信仰的重要性。」

談到跨宗教連結，曾慈慧指出，慈濟正積極參與「宗教與永續發展國際夥伴關係（PaRD）」。

它雖非聯合國直屬機構，但成員多為聯合國會員國政府或具有宗教背景的非政府組織，慈濟藉此平臺廣結跨信仰善緣，發揮全球影響力。

「上人說，博愛、大愛、仁愛雖名稱不同，但基礎相同。宗教對話就是希望了解彼此所做，達成默契與共識，相互尊重、感恩，把愛的基礎建立起來。」曾慈慧補充。

早在二〇二一年，慈濟就十周年，同年也是聯合國訂定的「國際志工永續發展年」。走過一甲子，慈濟在全球深耕的志工網絡、志業成就，已成為聯合國所提倡永續發展的良好範例，匯聚眾人之力，共同為地球與人類的永續努力。

慈濟SDGs系列報導



# 謝月 推著助行車做環保

撰文・羅秀蓮（慈濟馬來西亞馬六甲分會同仁）

從被醫師判定臥床到能夠再「腳踏實地」，

八十七歲的謝月感恩兒女的照料，

「孩子孝順很好，但不要依賴他們；做該做的事，還要快點做！」

清

晨天色微亮，八十七歲的謝

月早已穿好毛衣在家門口等待，未等女兒侯美玲關好門，便步履匆匆地出門，讓女兒後來追上。她說，做好事不能慢慢來，就像抓緊寶貴時間的尾巴，往前奔馳，更像是要填補過去身體抱恙、無法做事的空缺，趁著精神

飽滿的時候，趕快做。

侯美玲說：「媽媽一向少有病痛，二〇一六年被檢驗出骨質疏鬆，情況還好，但媽媽只要做環保做得興起，就將醫師的告誡拋諸腦後；直到二〇二三年或更早，她的背部支撐不住了，骨頭往下沉，痛得不行。醫師說，媽

媽情況相當嚴重，躺著可能無法再起身。」

幸好有緣遇見良醫，謝月能再度「腳踏實地」，只是無法再提超過兩公斤的重物。她出門晨運，推著助行車，沿著住宅區往公園走，邊走邊說：「垃圾車前一天才來收垃圾，所以一路上沒有什麼可以撿。」

她廣結善緣，路上主動和好鄰居、好朋友招呼問暖。拄拐杖、坐輪椅的杜英娘早起到公園運動，看謝月經過總愛一起聊的物品送給謝月。

謝月的助行車上備著塑膠袋，在公園漫步當兒，雖然無法彎腰，但只要眼尖發現躺在草地上被露水浸溼的寶特瓶、鋁罐、煙火紙筒，或有異味、被遺棄的厚紙磚等等，就請女兒去撿起。她把瓶瓶罐罐踩扁，再裝進袋子，大件的紙皮一折再折，塞進助行車的籃子。

三十分鐘到一小時的路程，即使沿路看似乾淨，母女倆總可帶回滿滿一車的回收物；一趟晨運，不僅鍛鍊手腳和記憶力，還可保持公園整潔。

謝月被診斷有骨質疏鬆症，情況一好轉就到環保站做分類。

（攝影／楊秀麗）



## 不識字，做好事結善緣

自公園返家喝完早茶，侯美玲趕著上班，謝月誦經完畢，另一位更早出門、走不同路線的女兒侯美珍，拖著一大袋回收物回來，母女倆快速動手分類，將有異味的回收物洗淨、曬乾、綁好，等志工開車來載。

謝月說：「我不認識字，只會做環保。」左鄰右舍常主動送來回收物，家裏就像個小小環保站；她們不曾因東西太髒而拒收，並且樣樣收納整齊。謝月微笑說：「不因善小而不為，就好像慈濟人，做好事不挑工作一樣。」

回顧一家人做善事的因緣，

侯美玲（右）每天清晨陪著母親謝月到公園運動，途中撿拾回收物放入助行車。

（攝影／黃玉花）



謝月說自己很早就是佛弟子，捐

善款護持慈濟許多年；二〇〇八年受慈濟志工劉木蘭邀約，深感自己「年紀大，不能等了」，於是和女兒一起投入志工行列，先生侯添財也隨之加入。夫妻倆和侯美玲於二〇一二年受證慈誠及委員，侯美珍也在四年后受證。

多年來，一家人都在慈濟會所的常客，疼惜法親、謙卑做事的謝月夫妻更是備受志工尊敬的長輩。謝月最懷念每年去會所綁粽子、做月餅的日子，可以貢獻

好手藝；侯美玲說：「最開心的時候，一星期七天，我們幾乎天天出門做慈濟，什麼活動都參加，能做是福。」

奈何考驗總是不擇時日到訪，侯美玲的弟弟中風需要照顧；見人總是大嗓子、精神奕奕的侯爸爸，二〇二〇年五月七日因病往生；隨之而來是謝月的骨質疏鬆病況轉趨嚴重，二〇二三年被醫師宣判可能長期臥床。侯美玲扛起家裏的經濟重擔，妹妹侯美珍辭掉工作陪伴母親，遠在外的妹妹輪流回來分擔。

盡心力，菩薩自有安排

穩脚步；侯美玲於是準備助行車，帶她外出晨運。

回憶這段過程，謝月用先生的口頭禪輕輕地說：「力氣是練出來的，愈不動就愈沒有力。哎，勞碌命啦！」

謝月是長女，不曾受過教育卻自學縫紉；十四歲時父親往生，她外出割膠、編織漁網，舉起沉重的鐵鎚將大石敲碎，和母親一起拿著大鋸子鋸木材等等，身材嬌小卻宛如巨人，扛起一家七口的重擔。

年幼辛苦的經歷，讓她更能同理他人的艱辛。每回年節親手製作糕點，她總會幫別人預留一份；鄰居家有喪事，她打開縫紉機幫忙縫製喪服，盡心盡力不求回報，她總是相信，菩薩自有安排。

勞碌大半輩子，換來兒女孝

力、走路會跌倒，漸漸地能夠站起來；她天天鍛鍊，從起初四肢無力、走路會跌倒，漸漸地能夠站



## 四葉醉心

小葉紅茶(80g)x4

感恩價\$1000元(原價1280元)

## 雙茗迎香

烏龍+紅烏龍(袋茶)

感恩價\$500元(原價630元)

## 紅韻相承

紅烏龍(袋茶)x2

感恩價\$550元(原價660元)

六十載歲月，感恩有您

茶香載法意  
葉葉皆是心

順的晚年，還有機會做環保，謝月覺得自己很有福氣。好學的她，還慶幸有明師指導，因為加入慈濟而學會認字、寫字，每天必不錯過大愛電視《靜思晨語》節目。她說：「上人的開示，好像在指出我們的問題，提點我們反省自己、懂得認錯，改變別人之前，要先改變自己；老了更要學習，跟年輕人學習。」

「上人說，幫助人不只是捐錢而已，還要惜福、節省。」她說，還未認識慈濟前，吃穿儉省都是為了家庭；認識慈濟後，開拓眼界，知道用物不可以亂丟，要回收再利用；而且一水多用，資源使用更加徹底。不浪費，是為了幫助別人，也是珍惜地球資源，「對別人好，對自己也好。」

很感恩，陪伴父母到老

月覺得自己很有福氣。好學的她，還慶幸有明師指導，因為加入慈濟而學會認字、寫字，每天必不錯過大愛電視《靜思晨語》節目。她說：「上人的開示，好像在指出我們的問題，提點我們反省自己、懂得認錯，改變別人之前，要先改變自己；老了更要學習，跟年輕人學習。」

侯美玲輕輕、穩穩地攏扶謝月踏上公園裏的運動器材，母女倆一同伸展著身子，伴隨談不完的話題，陽光無限好。

「陪伴媽媽是很有福氣的事，我只是天天早點起床，帶她出去；看著她活力十足、愈走愈快，腳踩得愈來愈有力，我也很开心，至少她健康，還有時間讓我們盡孝。」短短一席話，道出她照護多年的「甘願」。

侯美玲把握家人在一起的因緣，珍惜家人讓自己照料的機會，她將對待外人的好臉色帶回家；身心疲累時，她就到慈濟道場充電。

侯美玲感恩母親積極的行動力，還能獨立自主，一起分擔家務；妹妹侯美珍雖然智力輕微受損，但活潑開朗，繼承了父親做環保的熱忱與體力，不僅與鄰里廣結善緣，也在侯美玲外出時陪伴母親，「我不會看字，但是會唸阿彌陀佛、會做環保，做環保

就是愛地球！」中風的弟弟則是參與慈濟至今十七年，「環保」已成為她們一家人很重要的件事；即使無法走出家門，待在家也借助環保讓自己動起來，希望深植佛緣，延續與慈濟的善緣。

承襲母親烹飪及做糕點的手藝，侯美玲百忙中依然擠出時間製作拿手糕點參與義賣。她說，只要有人喜歡吃，她就會一直做下去，這也是傳承母親的愛。

上人鼓勵大家，年紀愈大，愈不能讓腦筋睡著，身體要照顧好才能做更多的事。謝月很聽話，發願成為更有智慧、生生世世追隨上人的弟子。她急切而認真說道：「孩子孝順很好，但不要依賴她們；要做該做的事，還要快點做！」

# 實習醫學生的第一位病人

口述·張賀翔（花蓮慈濟醫院內科部主治醫師）  
整理·蔡嘉琪（慈濟月刊編輯）

從醫學生時期單純做作業與報告，轉換到臨床實際面對患者，再不需要跟誰交代我今天做了什麼，但最重要的是自己有沒有即時覺察病人的痛苦，準確找到病因，舒緩病人眼前的問題。

七年多前我剛進南部一間醫院實習，第一位患者是七十歲的老先生，因為肝硬化合併肝腎衰竭而入院；他在治療過程中需要使用血管收縮的藥品，我每天都去巡房，看看他的手腳、聽聽呼吸、壓壓肚子，我覺得一切都順利，如同我自己的想像。

直到第三天，同組的學姊突然語氣嚴厲地問我：「你知道這個藥物有什麼副作用嗎？你有仔

細巡視病人的所有皮膚嗎？」

聽完這些話，我自認每天都去看病人，為什麼她的語氣像是在斥責我？儘管如此，我還是走到病床邊，請老先生把衣褲脫下，結果在他脫下衣物的那一刻，我被眼前所見徹底驚醒。

老先生胯下以及生殖器的每一吋皮膚都發黑潰爛，那一刻他才跟我說這幾天解尿都很痛，但不好意思跟醫護人員反應私密部

位的不舒服。三天後，老先生的病情急轉直下，他潰爛發黑的皮膚在停藥之後仍然向雙腳蔓延；家屬決定不再搶救，老先生後來到病床邊，請老先生把衣褲脫下，結果在他脫下衣物的那一刻，我被眼前所見徹底驚醒。

實習醫學生的第一個週末，我生起一股強烈自責，反思自己有做但沒有做到位，卻以為用心的心態，嚴重傷害到病人，他皮膚的劇痛有如一個巨大的警鐘，深深把我敲醒。

從醫學生時期單純做作業與報告，轉換到臨床實際面對患者，再不需要跟誰交代我今天做了什麼，最重要的是自己有沒有即時覺察病人的痛苦，準確找到病因，舒緩病人眼前的問題。

簡而言之，醫師要對病人負責，唯有當病人的苦痛得到緩解，家屬內心的焦慮得到寬慰，一分厚實的尊重才會真實誕生，這些是實習醫學生時期第一週那位老先生用生命教會我的事。在臨床醫療中，我們必須持續地跑在病患的病況前面，才有機會及時攔住疾病這臺可能隨時撞向山壁的失速火車。

下個月我即將升為主治醫師，扛起更多生命的責任；實習時期老先生的那一記警鐘，依然恍如昨日般掛在耳邊，我會繼續帶著這分用血淚換來的提醒，在未來行醫路上照顧東岸的患者。

（摘自二〇一五年八月十三日志工早會分享）

# 別讓視力被悄悄偷走

「目之害者起於微」，視力退化並非一夕之間，而是日積月累；中西醫師提醒養眼之道，就從日常生活中的小改變開始。

**長** 時間盯著手機、電腦，再加上生活壓力與環境刺激，現代人的「靈魂之窗」正承受前所未有的負擔。視力模糊、乾澀、疲勞，往往被忽略，直到看不清楚，才驚覺視力已悄悄流失。

花蓮慈濟醫院眼科醫師吳尚晏以行醫經驗，提及花東地區導致視障的前幾名為白內障、老年性黃斑部退化、糖尿病視網膜病變和青光眼。這些疾病多半來得緩慢、初期無感，卻可能在不知不覺中奪走視力。

白內障是常見的眼疾之一，與年齡老化、高度近視、糖尿病、

長期使用類固醇、眼部外傷或遺傳相關。一旦水晶體混濁，最有效的解決方式就是開刀更換人工水晶體。吳尚晏提醒，及早發現治療，生活品質差異極大。

另一個高齡族群需留意的是老年性黃斑部病變。多發生於五十歲以上，多數患者初期無感，但中心視力會慢慢衰退，看東西時影像模糊、扭曲變形或固定看見中心黑影，造成難以閱讀、開車、使用手機和辨識人臉，影響生活。預防之道包括攝取富含葉黃素的深綠色蔬菜，補充抗氧化維生素C、E、鋅及胡蘿蔔

素，使用陽傘、太陽眼鏡或帽子避免紫外線傷害，以及戒菸、減少長時間近距離使用3C產品。

吳尚晏特別叮嚀，糖尿病是多種眼疾的共通風險因子。血糖控制不佳，十年內約有四成機率出現視網膜病變，患病十五年以東甚至高達八成。嚴重時可能導致視網膜剝離，甚至引發新生血管性青光眼，造成視力喪失。因此，穩定血糖、控制血壓與血脂，加上定期眼底檢查，是保護視力最重要的關鍵。

青光眼則是各種因素混合引起，其中眼壓過高是主要危險因

子，造成視神經損壞。吳尚晏提醒，青光眼早期也沒有症狀，愈早診斷與治療，愈能維持視力。

從西醫觀點來說，多數眼疾與血糖控制、血管健康密切相關。中醫則說：「諸脈皆屬於目，目得氣血而能視。」花蓮慈院針灸科主任林郁甯指出，眼睛不只是感官器官，更是全身健康的縮影；《黃帝內經》：「五臟六腑之精氣皆上注於目。」經絡氣血運行順暢，就是明目之道。

林郁甯分享一套簡單好記的保養口訣：「一站、二動、三按、四推、五拍、六敷」。每天靠牆站立、活動頸椎，按壓風池、攢竹、絲竹空等穴位，再熱敷眼睛，都是日常能做到的護眼方法。

林郁甯強調，「目之害者起於微，睛之損者由於漸，欲無其患，防制其微。」任何疾病都是起於微小，照顧健康也從微小開始，循序漸進，逆轉惡視力，靈魂之窗長長久久。

## 日常六步驟，護目小妙方

(資料提供・林郁甯中醫師)



(圖片由AI生成)

# 專圓飯？還是出國玩？

撰文・李秋月（高雄慈濟教師聯誼會志工） 插畫・鍾庭嘉

問 孩子跟我說，畢業進入職場，「以後過年想出國玩」。我該放手讓全家團圓的傳統畫下句點嗎？

答 隔壁的老林今年八十五歲，他的兒女在他生日的時候，送上一個溫馨有意義的禮物。

他的大女兒細心安排日月潭、惠蓀農場三天兩夜的深度之旅。回高雄的時候，老林興奮、滿足地和我分享這份禮物：「我的外孫四人、內孫兩人，這三天常伴膝下；大女兒、大女婿陪著

我們細細品嘗日月潭晨曦、夕照之美，在惠蓀農場林蔭間尋幽探秘；這幾天我最幸福的不是吃了多少美食、品了多少美景，而是

孫女為了這趟生日旅遊請了三天假，從臺中回高雄的高鐵票也都是外孫女出錢；我們這些晚輩對老林最羨慕的，則是兒孫的孝順與貼心。

讓團圓成為期待

兒孫圍繞身旁的快意。」

最為老林津津樂道的是，外孫女為了這趟生日旅遊請了三天假，從臺中回高雄的高鐵票也都是外孫女出錢；我們這些晚輩對老林最羨慕的，則是兒孫的孝順與貼心。

如今兒孫們長大了，他們最珍惜的是能與一年未見的表堂兄弟姊妹見面敘舊，聊聊過去一年發生的趣事或遇到的困難。從沒有人提議要在過年期間出國旅行，因為祖父母年邁，不適合遠行。

老林家會有這麼好的凝聚力，是因為孩子還小的時候，他們家族互動就經營得很好，而且

成為傳統，這也是最直接有效的愛的表達，因此老林家的兒孫們都非常期待一年一度的家庭聚會。

忘不了的過年味

家庭的愛，是一種令人忘不了的滋味，就像是個引子，總能勾起最深的回憶；也像是種載體，乘載著家人的關愛與心意，是生命中最豐盛的滋養，能帶來最深遠的力量。

我和先生在孩子還小的時候，只要是三大節日——農曆新年、清明節、中秋節，一定全家回婆家過節，讓孩子享受爺爺奶奶的愛，也讓公婆享受兒孫繞膝的快樂。過年的時候，婆婆會準備火鍋，一家人圍著大圓桌吃團圓飯，餐後發壓歲錢，祝福小孩平平安安、兩位老人家健健康康，這樣的方式雖然平淡，但很有過年的味道。過年不需要什麼

儀式，只要家人健康平安聚在一起。

致力於腦科學研究的洪蘭教授曾多次提及——感情需要在日常生活培養，太多父母不知道子女心中在想什麼，子女也不知道父母的生活習慣和喜好。

所以我們要多創造機會，讓孩子跟親戚朋友多相聚、多走動，無形中孩子就能和親戚們很親，自然會想要共度佳節！



# 印尼危房翻新 改變五千個家庭

從雅加達狹窄潮溼的巷弄到中爪哇省山上的村莊，數以萬計的房屋結構脆弱；慈濟響應政府大規模扶困計畫，承擔五千戶硬體翻修，為貧困家庭重建最基本的安全與尊嚴。



西爪哇省北加西市一戶人家二〇一五年接受扶困修繕，屋主安頓（Anton，左一）一家人歡喜看視屋內環境。

（攝影／Arimani Suryo Asmoro）

撰文・Fikri Fathoni、Khusnul Khotimah、  
Metta Wulandari（慈濟印尼分會回仁）  
翻譯・黃曉倩（慈濟印尼分會翻譯組同仁）

對

某些人來說，「家」是遙不可及的奢侈品。在印尼城市的角落和偏遠的鄉村，許多人生

活在不適宜居住的房屋中——屋頂漏水、地板沒有鋪上水泥或磁磚、牆壁搖搖欲墜、結構脆弱彷彿隨時會倒。雨季來臨時，雨水滲入，室內無一處乾爽；烈日當頭時，悶熱的空氣無法排出。許多住屋不僅空間擁擠，也缺乏衛浴等基礎設施。

印尼中央統計局（BPS）二

○二三年發布「住房與環境衛生指標」，全國高達百分之三十七的住房環境不佳；意即每百戶中，約有三、四十戶居住條件亟待改善，甚至成為風險來源。

為應對此一嚴峻的社會問題，印尼總統普拉博沃（Prabowo Subianto）二〇二四年十一月啟動「三百萬戶房屋建設與翻修計畫」，這項以修繕為主、少部分重建住屋的工程，預計在鄉村與沿海地區建兩百萬戶住宅，在城

市興建一百萬戶，協助極端貧困及中低收入階層民眾擁有健康的居住環境。

為達成這項目標，印尼住

房與居民區部（Kementerian Perumahan dan Kawasan

政府機構攜手推進；慈濟基金會

承擔五千零二十戶，成為合作夥伴中翻修房屋最多的單位。二〇二五年元月起步，年底已超過七百戶完工，近四百戶施工中。

政府與民間同心協力

慈濟負責的五千多戶房屋，分布於爪哇島的首都雅加達（Jakarta）、萬隆市（Bandung）、泗水（Surabaya），以及蘇門答臘島省會棉蘭（Medan）、巨港（Palembang）等，共計十個地點。慈濟印尼分會執行長劉素美表示，印尼近年經濟持續發展、社會也在進步，但仍有許多人生

活在貧困線下，「如果沒有安身之處，無論是他自己還是下一代，未來都會受限。」

慈濟在印尼已有三十年，至

二〇一五年底，護持善款的會員已逾二百三十萬人。早於二〇〇六年就開始與國軍或政府合作援建貧戶住房，二〇二五年統計，翻修超過一千四百戶；也在震災後造村，包括亞齊、巴東、巴路、龍目島和日惹等災區，建設了八千戶房屋。

劉素美說明，這次規模與以往不同，數量多且覆蓋的地區廣，也因此初期進度比較慢，需要花時間與政府、住戶溝通；「有些居民擔心整修期間沒地方住，所以我們提供租金補貼。」

另一個挑戰是要在各地區尋找合適的包商。「在不同地區修這麼多房子，要找到足夠人力不容易；一個地區五百戶，就要有數十個包商一起投入。除了人力，我們也要確保工程品質符合

要求；房子是不是建得牢固，對我們來說非常重要。」

修繕房屋更是一項公共衛生升級的具體行動。曾隨同慈濟志工前往北加西市（Bekasi）進行援建前訪視的慈濟人醫會懿彥醫師發現，房屋緊密相鄰、通風不良的住家容易積聚溼氣，形成肺結核等傳染性疾病的溫床；印尼的肺結核患者實際人數遠高於官方統計，根源之一就在這些隱性傳播現象。

在巷弄之間點亮希望

修繕計畫協調窗口盧德汕深入施工現場勘查，發現最大的挑



志工二〇二四年十一月為雅加

達卡馬爾·穆阿拉村第六階

段修繕進行訪視，屋主珂珂姆（Kokon Komariyah）表示，

木地板腐朽斷裂，常會踩空。（攝影／Arimami Suryo Astoro）

戰是巷弄狹窄。許多房屋的規模不到兩坪，就位在僅有三、四十公分寬的巷子中，材料運輸相當困難。

他舉例說明，萬隆比雅加達晚兩個月開工，但進度反而超前，也因此從萬隆調用人力來雅加達支援，「因為萬隆的工人多，巷子也比較寬，材料運送相對方便。」

「整修也比重建要複雜得多。翻修的意思是要拆又要建，所以等於做兩次工，當然需要更長的時間。」各地施工的狀況不同，以中爪哇省班尤馬縣（Banyumas）為例，村與村之間距離遠，地勢起伏不平，建築



卡馬爾・穆阿拉村第六階段修繕計畫二〇二五年二月展開，慈濟志工、印尼慈院同仁、世達集團員工及安達盧西亞護理專科學校學生協助拆除。（攝影／Clarissa Ruth Octavianadya）

工人得爬山或下坡搬運材料。

盧德汕坦言，剛開始承擔時也有些忐忑，深怕居民不歡迎、擔心面對過於困苦的環境，而自己無能為力。但每一次走進幽暗的巷弄、踏入破舊的房屋，看見那些住所沒有牆面、屋頂多處破洞，床鋪設在排水溝上，甚至用貝殼鋪地，他便提醒自己一定要堅持下去。

「有時候做生意不順利，我會埋怨幾句。但一想到慈濟援助的雅加達卡馬爾・穆阿拉村（Kamal Muara）村民，他們在那樣艱苦的條件下住了十幾年，從沒一句怨言，我還有什麼好抱怨的呢？我會努力去安排與調整自己，因為這是很值得投入的使命。」

慈濟選擇雅加達、萬隆、泗水、德波克和茂物作為重點地區，是因為在這些大都市繁華的形像背後存在許多暗角。盧德汕說：「我們想要彌合貧富差距這

一條鴻溝，幫助這些家庭走出貧窮的陰影。」

清真寺與學校換新貌

卡馬爾・穆阿拉村是北雅加達一座靠海的漁村。「其實就在慈濟印尼靜思堂後面，但是路不通，必須繞一大圈；平常約三十分鐘的車程，塞車時甚至要二個小時才能到。」盧德汕說，這裏的房子老舊破損又低於路面，每逢雨季或海水漲潮就淹水，牆壁長時間泡水，幾乎快要坍塌。

志工走過村裏極窄的小路，

好不容易抵達住戶，進屋必須彎腰低頭，太胖的還進不去；為了避免房子淹水塌陷，村民以貝殼墊高地面，房子因此變矮了；有些室內地板腐朽，包括住戶和志工都曾踩空摔跤。

在慈濟響應政府計畫前，二〇一九年就進入卡馬爾・穆阿拉村援建，二〇二五年邁入第六個

階段，累計援建四十八戶民宅、二間清真寺以及努魯伊斯蘭小學（Nurul Islam）。新房完成後，

與受惠者約定至少居住十年，期間不得轉售、出租或轉讓給他人；移交時，志工也為居民準備電鍋、電風扇、瓦斯爐、桌椅、床鋪等家具。

翻修危屋的益處，即可從卡馬爾・穆阿拉村得到驗證。就讀努魯伊斯蘭小學五年級的德諾萬（Denovan Ramadan）成績優異，每年都是第一名；他的家在二〇二四年十月重建完工，他驕傲地說：「以前我們住高腳屋，下雨時雨水從窗戶噴進來；現在房子很穩固，我們很安心。」

新家激勵了德諾萬認真學習，家裏經濟狀況也明顯改善。以往一家人靠父親賣粥為生，母親藉著慈濟提供的攤車開始賣麵；後來他們購入了一輛機車，提供送餐服務。母親欣慰說：「這個新房子真的帶來了很多

福，感謝真主阿拉！」

一家之主能抬頭挺胸

早晨陽光柔柔灑落在中爪哇省班尤馬縣的蘇馬卡頓村（Somakaton），五十三歲的拉斯曼（Rasman）推開了新家的門。回想過去，以木頭和竹子接牆，一下雨就得在屋內用桶子接漏水，地板都是泥巴；此刻心中只有無盡感恩，因為他是「扶困修繕計畫」的受益者之一。

經濟主要依賴農業傳統手工業，居民缺乏穩定的工作機會；多山與丘陵的地形不利於現代化產業發展，被列為印尼最貧困的地區之一。二十七個鄉鎮中，慈濟修繕計畫在十三個鎮進行中，志工一戶戶訪視勘查才施工，確保真正幫助到有需要的人。

太太穆璇麗達 (Munfaridah) 以往每次禱告總是祈求有一間乾淨、明亮、健康的房子，但實現的日子似乎遙遙無期，就像風一樣，有些人員來看看就走。「但先生對慈濟很有信心，我也跟著相信。只有一個念頭，就是感恩；我們一起努力，為了這個家，也為了孩子們的未來。」

太太穆璇麗達（Munfaridah）以往每次禱告總是祈求有一間乾淨、明亮、健康的房子，但實現的日子似乎遙遙無期，就像風一樣，有些人員來看看就走。「先生對慈濟很有信心，我也跟著相信。只有一個念頭，就是感恩；我們一起努力，為了這個家，也為了孩子們的未來。」拉斯曼是農工，月薪約五萬

整修期間，拉斯曼一家暫住在房屋後面的親戚家。他每天關

卡惠爾・穆阿拉村村民哈斯娜娃蒂（Hasnawati，中）一家  
人歡喜入住新家。  
(攝影＼Arimami Suryo Asmoro)



家給了我們這麼好的設備，也願意主加倍賜福給各位。」

不同於低矮的傳統爪哇屋，新房屋頂挑高，空間寬敞，拉斯曼說：「有三個房間，一間給我跟太太，兩間給孩子，我們還有客廳。」能有自己的房間，是小兒子烏塔科（Utaqo）一直以來的心願；拉斯曼興奮地說，就等著把家具搬進去了！

每位屋主燦爛的笑容，激發志工團隊展現出與時間賽跑的使命感，不只修繕房屋結構，更讓房屋煥然一新且宜居，安撫五千餘戶人家的心靈！

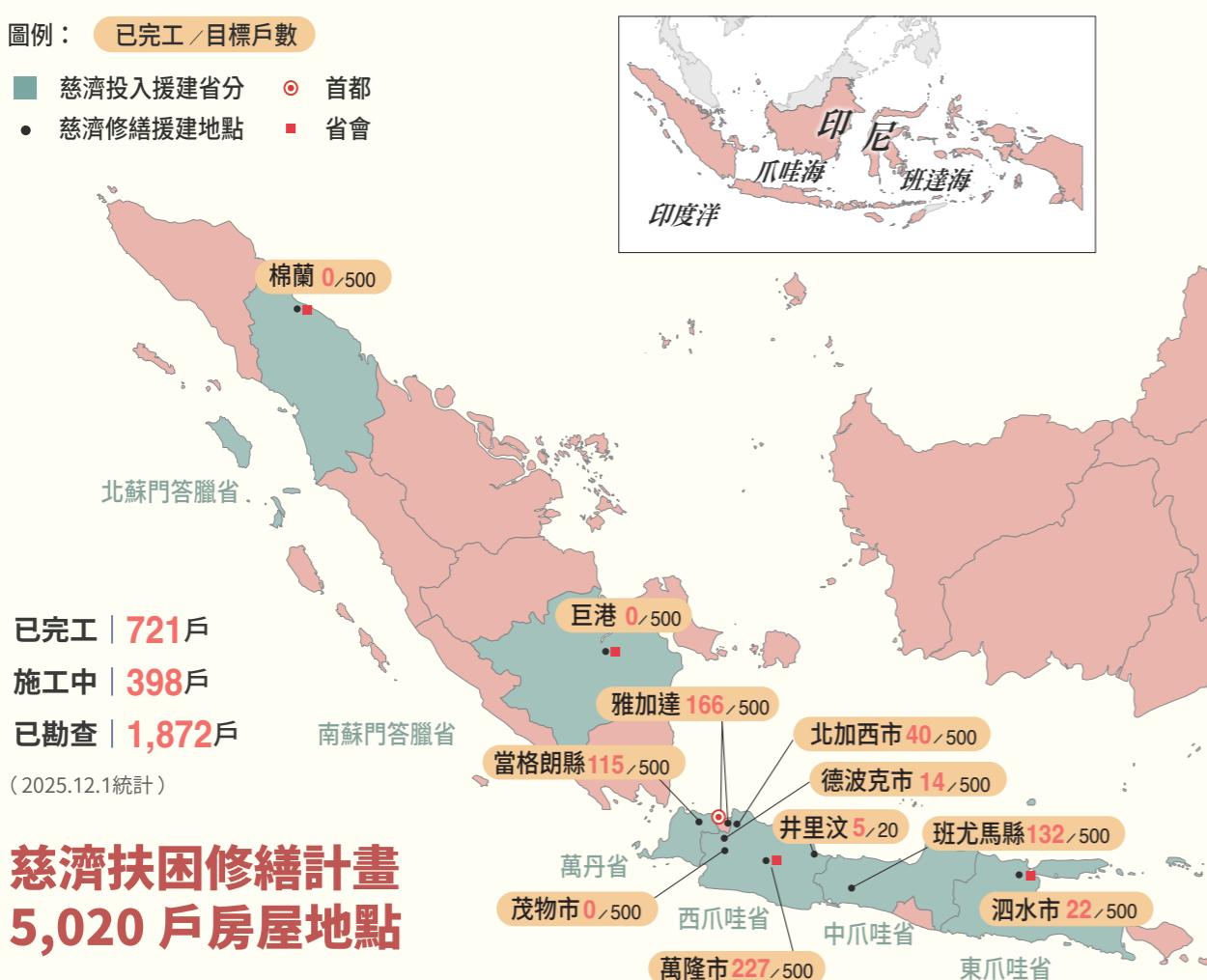
把家具搬進去了！

每位屋主燦爛的笑容，激發志工團隊展現出與時間賽跑的使

命感，不只修繕房屋結構，更讓房屋煥然一新且宜居，安撫五千餘戶人家的心靈！

圖例： 已完工／目標戶數

- 慈濟投入援建省分
- 慈濟修繕援建地點
- 首都
- 省會



# 慈濟扶困修繕計畫 5,020 戶房屋地點

心工程進度，偶爾也會幫忙，或  
坐在門口看著房子一天天成形；  
有時，他甚至晚上也睡在那裏。  
他說這不是為了看顧工地，而是  
想親眼見證，這個家是如何一點點

# 蝸居大變身

破舊潮溼的三十年老屋，重建為安全明亮的新家，

不用彎腰低頭出入，也不再難為情，敞開大門歡迎親友來作客。

撰文、攝影：Arimami Suryo Asmoro（慈濟印尼分會回仁）  
翻譯：黃曉倩（慈濟印尼分會翻譯組同仁）



曾經，每一滴雨水都讓蘇米（Sumi）焦慮不安，深怕屋頂漏水，大風來襲時房屋可能倒塌；如今，她的新家明亮又堅固，她敞開大門歡迎親朋好友到來，一同慶祝她的人生新篇章。

約十坪的老房子，位於雅加達組哈巴魯鎮達納丁宜村（Tanah Tinggi）一條窄巷裏，四十九歲的蘇米在此居住了近三十年；唯一的通道是一扇高度僅一米多的小門，進出必須彎腰；室內採光極差、空氣不流通，牆板早已裂開，不時滲水甚至淹水，而且沒有衛浴設備，她和兩個兒子只能依賴公共衛生設施。

住屋是家族的遺產，兄弟姊妹多半變賣搬離，只有蘇米留下；她和先生曾有翻修房屋的念頭，但先生在二〇二〇年因哮喘去世，援助始終沒有到來。從那時起，她靠打零工養家，在印刷廠幫忙折紙，獨自扶養哈里斯（Haris）和阿爾菲安（Alfian）長大成人。

當得知被選為慈濟和政府住房與居民區部扶困修繕計畫的受惠者，蘇米雙眼閃爍著光芒說道：「感恩真主！我們三餐都有困難了，更何況要翻修房子。很高興有人來幫忙，全家人能夠睡得安穩、保持健康。」

二〇二五年二月，慈濟志工訪視後啟動翻修工程。施工期間，由慈濟提供租金，讓蘇米一家住在離家不遠的房子裏。

身為長子，二十九歲的哈里斯很想幫助母親修繕房屋，但他只讀到初中，畢業後就開始打零工維持日常開支，「以前我必須到當格朗（Tangerang）街上表演Ondel-Ondel（巨型傳統玩偶），很少回家。現在大部分時間都在家裏，跟著親戚幫人家維修冷氣。」哈里斯說道。

儘管生活充滿艱辛，但對哈里斯兄弟來說，家仍是最有意義的地方。「我在這裏出生長大，

無論去了哪裏，我的目標就是回家。」哈里斯含著淚水說。

再談起那扇高度一米多的小門，總是迫使每個人低頭，「不是曾經、而是經常撞到頭，我們家就像『蝸牛屋』一樣。」哈里斯笑著回憶，舊房子又髒又溼，常有蠍子、蜈蚣光顧，「現在連老鼠都沒有了，空氣也更涼爽了；以前就算有風扇，我們還是會流汗。」蘇米也鬆了口氣說：「難以想像房子會有這麼大的變化，空氣流通，沒有老鼠糞便的味道，門也長高了！」

過去二十九年來，她很少打開家門，「如今我就直接敞開門，不再感到害羞了。」她的鄰居們也紛紛感到驚訝和讚賞。

志工來訪時，蘇米正輕鬆地

二〇一五年一月志工前來訪視，蘇米（右二）的住屋光線昏暗、狹窄而悶熱，環境已不適合居住。

## 慈濟援建經驗 獲邀加入國家計畫

撰文・Metta Wulandari  
(慈濟印尼分會回仁)

「有福同享，有難同當」，在慈濟和政府住房與居民區部合作的房屋翻修計畫中，這句古老的成語彷彿找到了生命，以互助的雙手實現居民對舒適家園的渴望。

在印尼，許多久居破舊房屋的民眾，受限於各種行政規範和手續，而難以獲得國家修繕補助。此外，危房建設目標高達三百萬間，國家財政難以與之對等。印度尼西亞政府住房與居民區部透過「企業社會責任」(CSR)開啟更廣泛的合作。「我們主動倡議，邀請並號召企業界朋友們參與。」部長馬魯阿拉爾(Maruarar Sirait)表示，企業或是像慈濟這樣的基金會，乃至個人捐款者的加入，讓這項計畫運作得更快、更廣，也更具人文關懷。

馬魯阿拉爾強調，這項計畫最大的力量源於「互助合作」(Gootong Royong)的精神，以

快速與精確，並依循住房部、地

庭獲得更體面且安康的居所。」

馬魯阿拉爾指出，服務必須信對居民來說將產生巨大的效

及印尼的多樣性。「我們有不同的宗教、族裔和經濟水平，但我們有互助精神，這分差異正是我們的力量。如同普拉博沃總統所叮囑的：『不要成為貪婪的企業家，而要實踐分享經濟(Berbagiomics)。』」

馬魯阿拉爾在視察翻修完工的地區，向居民表示：「有時來幫助我們的，不是親戚、鄰居也不是家人，上天甚至派來我們不認識的人提供援助。因為在印尼，我們都是一家人。」

馬魯阿拉爾感恩表示：「每一雙伸出的援手，都能讓一個家庭獲得更體面且安康的居所。」



躺在地板上，「現在躺著很舒服，以前是泥土地，根本不可能。屋梁、樓梯……所有東西都被拆除重建了。」房屋的改變讓蘇米接待客人更有自信了，「過去好幾年，開齋節期間很少有人來訪；但前幾天親戚來，甚至還留在這裏過夜。」她開心地說。蘇米感受到，扶困修繕計畫對於像她一樣，無力負擔翻修費用的弱勢群體來說，非常重要，「這個計畫真的太棒了，幫助生活艱困的人也能夠住在整潔舒適的家中！」（本文精選自印尼《慈濟世界》季刊2025年7月至9月）



慈濟印尼分會  
Facebook



慈濟印尼分會  
Instagram

修繕完工後的新家乾淨明亮，蘇米(左一)和兩個兒子終於有舒適的休憩空間。

這項大型計畫與慈濟長期實踐的人道使命不謀而合，郭再源說：「與政府共同推動，我相信對居民來說將產生巨大的效

# 從忍無可忍到忍而無忍

我在家中排行老大，平常負責管教弟弟妹妹，但回到精舍修行，我的輩分最小，樣樣要受人管教，由於習氣一時無法改過來，所以處處都是挑戰；也會到除了修忍辱，還要修定力，有了定力，才能生出智慧化解衝突。

**學**生時代，我最喜歡《禮記》的〈禮運大同篇〉，對「老有所終，壯有所用，幼有所長，鳏寡孤獨廢疾者，皆有所養」的美妤世界心生嚮往。但這是不可能在人間實現的。

直到在上班的地方看到《慈濟》月刊，才知道已經有一位法師帶領一群慈濟人，朝著世界大同的理想前進。我看得很歡喜，於是兩天後到郵局劃撥捐款，後來在一家素食館認識靜貽師姊，於是請她來我工作處收善款。

《慈濟》月刊，才知道已經有一位法師帶領一群慈濟人，朝著世界大同的理想前進。我看得很歡喜，於是兩天後到郵局劃撥捐款，後來在一家素食館認識靜貽師姊，於是請她來我工作處收善款。

我是奶奶帶大的，和她有深厚的感情；當她往生後，慈濟人前來助念，我在嘉義的老家非常偏僻，他們打了好多通電話找路；我想如果是我，可能就選擇放棄了，但他們還是鍥而不捨找到了，讓我非常感動和感恩。

助念結束，我想包紅包表達謝意，師兄師姊說：「我們沒有收紅包喔！」我要倒開水給他們喝，他們說我們有自備。這讓我更感動了，慈濟人真的像月刊裏所寫的「付出無所求」。

## 修行路上的「兩善」

回到靜思精舍才是修行挑戰的開始！過去我在百貨公司上班，每晚九點半下班，往往凌晨上人行菩薩道、做慈濟。

一、兩點才就寢，睡到早上八、九點。但是在精舍，清晨三點五十分敲板，剛開始我根本爬不起來，同梯的近住女拉著我的手喊著快起床。

當時我深覺兩善的重要，一是善知識，二是善的環境，善知識在身邊隨時提醒，善的環境不斷薰習。現在我已習慣早睡早起，維持生活作息，讓身體更健康。

在家中排行老大的我，平常負責管教弟妹，但回到精舍，我的輩分最小，所以要聽從管教。一開始師兄交代事情，只要聽得不順心，他講一句，我回三句；明明是想來結好緣，結果都變成

結惡緣，心中很懊惱，後來聽上人開示：「要修忍辱喔！」我心想，「對啊！我的忍辱功夫不夠，忍不住來才會回嘴結惡緣。」

大寮是結好緣最快的地方，也是火燒功德林最快的地方。因為一餐要煮給數百人吃，一天供應一、兩千人，又急、又忙、又累，很難保持聲色柔和。

一次輪到大寮切菜工作，典座請我切紅蘿蔔，我照著他要求的切，第二位、第三位師父接連經過，建議我怎麼切會更好；每個人的說法都不一樣，為了不結惡緣，我都說好，但是心中已經起煩惱，不過我忍著沒有回應，默默繼續切。



回到靜思精舍修行二十五年，德杰法師承擔各種不同執事工作，也從力行中體會佛法、實踐佛法。二〇一四年為雲嘉南區志工導覽精舍環境。

（攝影／黃威然）

等到典座看到我切完的紅蘿蔔，生氣地質問：「怎麼形狀、厚薄都不一樣？到時候下鍋，有的有熟，有的沒有熟，我要怎麼煮？」這時我再也忍不住了，別人是修到最高境界「忍而無忍」，我卻是修到「忍無可忍」；

口述·釋德杰  
整理·黃若欣（慈濟月刊數位編輯）

我跟典座師父說：「一個說要這樣切，一個說要那樣切，你又說要這樣切，到底要怎樣切！」接著我拿起菜刀大力切菜，師父嚇了一跳就默默走出大寮。

此時我回過神來，心想：「糟糕！又結惡緣了。」後來又聽到上人開示：「除了修忍辱，還要修定力，有了定力，才能修福又修慧。」經過了這次事件再度懺悔，定力不夠，沒有智慧處理自己的情緒，也深刻體會到情緒宜疏不宜堵，要有方法處理，不能強忍，因為沒有消化，後面的爆發力會更大。

又有一次經過大寮，一位師父招手叫我去幫忙，請我將上人跟賓客那一桌菜餚鋪排整齊；我自認鋪得整齊、美觀，滿意得不得了。後來回大寮，師父又向我招手，我想他一定是要跟我說感恩，結果卻是責備我：「菜鋪好要蓋起來，這樣才不會涼掉，你怎麼沒有蓋？」

方法是以牙還牙，但這樣只會與人結惡緣，也傷害到別人的心。

還沒修行前，我解決事情的方法是以牙還牙，但這樣只會與人結惡緣，也傷害到別人的心。

我回憶起上人說，處理人事物要「用心觀照、用愛應對」，對人是起一顆「慈悲喜捨」之心，還是「貪嗔癡慢疑」之心？如果是善心就會種好因、結好緣、得好果，如果是惡因，就會結惡緣得惡果。

我也想到上人說，做事除了「合和互協」，對人還要「感恩尊重愛」，於是懷著一顆真誠尊重的心去和師父溝通。我先跟他道歉，再誠懇地說：「不知道是我沒有聽清楚，還是你沒有講；可是師父剛剛的聲色傷害到我，我聽了真的很難過。」

結果師父竟然跟我說：「對不起，剛才是我太急了。」那一句對不起，當下撫慰了我受傷的心，整顆心豁然開朗；我也非常敬佩這位師父，因為上人說：「勇敢承擔是一分動人的力量，而勇

於認錯是一分高尚的品德。」

通往幸福的三把鑰匙

我回到靜思精舍已經二十五年，上人時常勉勵我們如法修行，就能一層一層地去除無明；只要有心尋找方法，就一定能降伏煩惱，解決困境。

行菩薩道，最重要的就是結好人緣，要口說好話、身行好事、心想好意，這也是幸福的三把鑰匙——口說好話，時時祝福自己，也祝福別人；身行好事，因為行善是安定社會的一股力量，也是祥和人間的一股清流；心想好意，什麼事情都是一體兩面，端看自己如何詮釋。

如果只注重做事，很容易無意間傷到人而不自知。透過修習佛法去除習氣，才有智慧；願我們人人都能做到這三好，人間會更美好。（摘自二〇二五年十一月二十九日志工早會分享）



要感謝被救的人，讓我們有行菩薩道的機會，因為他們示現了「苦空無常」的人生。所以，生活安穩、四肢健全的我們，怎能不好好把握人生，充分發揮生命的良能。

恭錄證嚴上人靜思語

## 卷首序言·釋證嚴

## 心寬天地闊，人和世界安

氣候異常已經顯而易見，這是「大哉教育」。不要消極認為：只有我一個人改善沒有用，要有信心，相信人的願力，以及群策群力的力量。人的心力向善結合起來，欲念縮小一點、生活單純一些，就能減輕災難，人間就有希望。

**世間離不開生住異滅、成住壞空、生老病死，佛陀已經為我們指出真實的道理，就是人間無常！這是最真實的法，人的生命在生老病死的無常中，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。**

一天有八萬六千四百秒，生

命都在過秒關，分秒都要走在正確的方向；如果長久時間後，不知不覺鬆懈，就要自我警覺，趕快再調整好前進的步伐。

凡是生命都會經過生老病死，走向終點，無論如何都會輸給永不停歇的時間，雖然無須和時間爭輸贏，但是要盡本分。沒有盡本分是空過時日，讓生命隨著時

間流逝；要懂得愛惜時間，不要讓生命漏失。

人生有限，必須做的事要趕快做，讓生命為人間發揮價值。生命的價值無法用有形的財物衡量，一個有價值的人，就是很願意付出，是被人需要的人。

凡夫無明迷茫，造業受苦；要從迷轉悟，就要「學」菩薩道，

一面走、一面學，直到透徹人間道理而「覺」悟。從學到覺的過程中，「學」字之下有個「子」，要覺悟，不能只是鑽研文字，一定要行道；以赤子之心學行菩薩道，不斷提升智慧、增長慧命，就能見到這段道路的風光，也就是菩薩道的心靈風光，從而覺悟真實的道理，回歸清淨的本性。

眾生有很多無明煩惱，遇事常只顧自己，為自己爭取利益，心中只有「我」，這個「我」會無限膨脹，自我膨脹的人生其實心裏的空間很狹窄，容不下別人；有所覺悟的人懂得縮小自己，縮小再縮小，則空間無限大。我們要自勉「心包太虛」，把心放寬，心寬天地闊，不論宇宙多廣大，我們的心胸要隨著宇宙而開闊，能夠包容一切。

## 但求利益眾生

生命的價值不在求利，若要說利，就是利益眾生。

地球空間與資源有限，而人

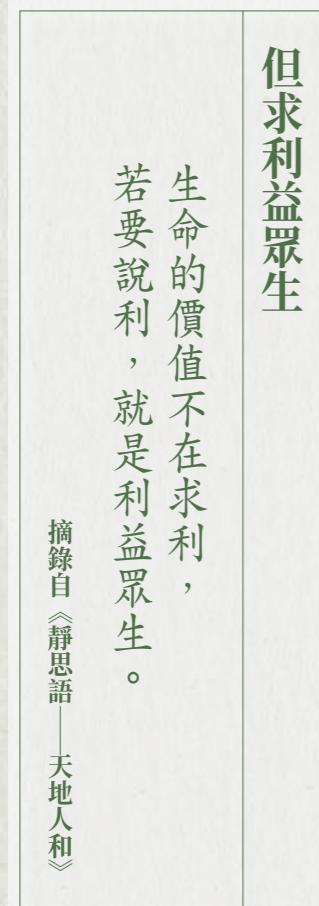
類歷史幾千年以來，人口不斷增加，人心思想愈來愈複雜，不斷地隨著無明欲念造業，在全球的大空間累積了沉重的業力。

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，口腹欲望無底洞，損傷心智而不自知。為了享福而破壞自然環境，導致地球上愈來愈多災難。

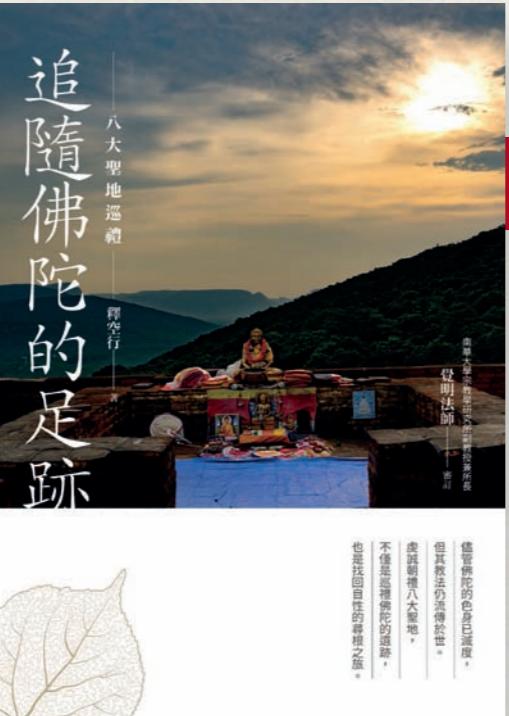
面對氣候變遷、四大不調釀成的災難，需要人人的覺悟抬頭，改變行為，愈多人願意茹素，就能減少殺生，減輕畜牧業造成的污染與破壞。平時帶動、邀約大眾行善或茹素時，常聽到的回覆是「盡我所能」，其實應該要更進一步「盡我本性」，也就是提起佛性，普愛天下眾生。

氣候異常已經顯而易見，這是「大哉教育」，人類不能再沉迷於享樂，要停、聽、看，稍微停一下、靜一下、想一下，調整生活與心態。不只是佛教徒，信仰任何宗教都要虔誠，要接受宗教的教育，心向善、少欲知足，多用心注意自己的心念與行為，與天地萬物共生息。

不要消極認為：只有我一個人改善沒有用；要知道：你一個



摘錄自《靜思語》——天地人和



# 追隨佛陀的足跡

---

## 八大聖地巡禮

---

八大聖地貫穿了佛陀的一生，也代表佛教與佛法的歷史  
朝禮這些聖地，成為每位佛教徒心之所向，承載著虔誠的信仰和敬意——

藍毘尼園	佛陀誕生地	舍衛城	佛陀大顯神變處
菩提迦耶	佛陀成道之處	僧迦施國	佛陀自忉利天返回處
鹿野苑	佛陀初轉法輪之地	毗舍離	佛陀三轉法輪之所在
王舍城	佛陀弘法之重地	拘尸那羅	佛陀大涅槃之處

追隨佛陀的足跡：八大聖地巡禮 作者：釋空行 出版：慈濟傳播人文志業基金會

歡迎加入「慈濟道侶檀施會」 每年捐款 1200 元，每 2 個月獲贈一本好書 劃撥帳號：19905781  
戶名：慈濟傳播人文基金會（註明加入慈濟道侶檀施會） | 客服專線：02-28989000 轉 1165、2145

說「人力定能勝天」，人力無法比大自然更強大，但是人的心力如果向善結合起來，欲念縮小一點、生活單純一些，就能改善不調和的氣候，減輕天地的災難。個人力量有限，所以要時時刻刻感恩有人來幫助，共同達成付出的心願。如果每一個人都能對人感恩，自然會生起尊重心，尊重人人都是我們生命中的貴人，幫助我們完成心願。人人互為生命中的貴人，相互感恩、尊重、敬愛以待，社會自然祥和美妤。

人、他一個人，人人有心、有愛，願意伸出手、付出力量，膚慰、守護大地，人間就有希望。

要有信心，相信人的願力，以及群策群力的力量，更需要靠著不同宗教信仰者共同發揮虔誠的力量，將時間、空間、人與人之間會合起來。我們不能自大地

暖、夏熱、秋涼、冬寒，冷熱交替周而復始，用以調和天地生態，促使萬物生生不息。人間依四季施行適切的救濟，如冬季嚴寒，苦難偏多，窮人在風霜雪凍中更加飢寒逼迫，所以自古以來莫不都有冬令救濟。人間的溫情與天地的節氣相會合，這就是天

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，但蓮花出污泥而不染，還能淨化水質、美化環境。蓮花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；但是也因為有這五毒，造成人間種種苦難，才能啟發菩薩心。

世間是修行的道場，給予世人修行的機會。每個人都有清淨的蓮花，期待大家抱持著在人間修行的心，安住己心於感恩付

● 靜思語——天地人和：萬物共生息的自然法則

- 作者：釋證嚴
- 出版：靜思人文
- 內容：「靜思法脈叢書」八大書系之「靜思語錄」書系，輯錄上人開示「天地人」相關之靜思語，分為4章共4百則
- 定價：420元
- 歡迎至全臺靜思書軒門市及靜思網路書軒訂購



能相安共處，這就是人生的幸福。只要人人的心靈都能開出蓮花，就能不斷淨化人間，成就人間淨土。（本文摘錄自《靜思語——天地人和：萬物共生息的自然法則》卷首序）



卷之三

## 《刀鋒下的溫柔》慈濟整形外科醫師的愛與傳承

# 黃介琦追求「完美」

大林慈濟醫院整形外科醫師黃介琦對「完美」的追求，不是指醫美抗老，而是做到不讓病人因為外觀而影響自信與生活，這也是整形外科富有挑戰及創意之處……

半夜兩點，救護車急駛到花蓮慈院急診室大門，救護人員將一位頭部受傷的婦女緊急送進急診室。

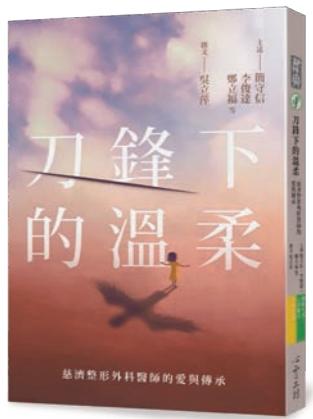
她在工廠工作時，頭髮不慎被機器捲入，撕裂頭皮，情況非常緊急。當時是一九九六年，值班的黃介琦還是從臺大輪調到花蓮慈濟醫院的住院醫師，面對這麼嚴重的狀況，他決定打電話給當時的主任簡守信。

他心裏很忐忑，現在是大半夜，不知道主任會不會接電話……顯然他多慮了，電話那一頭很快應答：「我現在就過去！」當他們一起完成手術，已經是清晨了。

簡守信高黃介琦十二屆，他身體力行人文醫療的行誼，早在臺大的醫師之間傳開，但實際看到的感受比聽聞更為深刻。因為意外什麼時候發生不知道，即

使在半夜，也要打起精神站在手術檯前，在病人最危急的時刻拉他們一把，這不僅是救一條生命，也要讓他們在日後維持一定的生活品質。

「先苦後甘」，這是黃介琦對整形外科的感想，前面的急救過程是苦的，但是能看到病人恢復健康，這是甜的；而無論苦與甜，心裏都很溫暖，這股暖流就是來自真心對病人關懷。



醫師最痛苦的時候

黃介琦在臺大醫院擔任外科住院醫師，從第四年開始，每年和其他三位住院醫師輪流到剛啟業的花蓮慈濟醫院，支援一個月；他很珍惜這個機緣，把握機會觀摩簡守信幫病人開刀。

三十多年前，顯微手術才剛發展，簡守信以及臺大整形外科多位醫師都曾到海外學習，帶回最新技術。相較於其他科別的顯微手術，切除、挖除病灶，整形外科著重於後續的重建，包括利用顯微鏡做微小的神經重建、手指血管重建，還有游離皮瓣及肢體移植，甚至是異體的器官移植。

黃介琦為跨海求醫的柬埔寨女孩阿莎進行血管瘤摘除、耳朵重建等多次手術；術前與團隊反覆討論術式。

(攝影／于劍興)

在住院醫師的第三年，黃介

琦立志進入整形外科；第四年聽說慈濟將在嘉義大林成立醫院，他決定回家鄉服務，同時繼續跟著簡守信學習。

「醫師，我一定要在這裏開刀！」七十幾歲的阿公因為長期吃檳榔而罹患口腔癌，他一直期待大林慈院趕緊啟業，這樣不用大老遠跑去其他醫院治療。

這位阿公是黃介琦二〇〇〇年來大林慈院接手的第一位頭頸癌患者。手術很成功，但阿公沒有改掉吃檳榔的習慣，兩、三年後又復發；再次手術治療後，阿公終於決定戒除檳榔，也不再喝酒、抽菸。

阿公所接受的游離皮瓣手術，也稱自由皮瓣手術，簡單來說，有點像是「挖東牆補西牆」，身體因為受傷或手術而切除、挖除的部分，再從身體其他地方取一塊適合的皮瓣移植；因為是自體的皮瓣，傷口恢復的時

間會比較快。

口腔科醫師先幫阿公將癌細胞切除，留下的空缺部分，由黃介琦以游離皮瓣手術重建。游離皮瓣手術除了運用在頭頸癌術後功能重建，也有助於重建肢體，避免因組織缺損而必須截斷的命運。因為游離皮瓣手術的發展，讓醫師們在處理腫瘤切除手術時，不用擔心組織缺損過多、傷時，無法縫合的問題。

十幾年後，黃介琦和大愛臺採訪團隊找到當初那位阿公，八十八歲高齡的他身體硬朗，看見當年幫他開刀的醫師，開心得合不攏嘴，不斷地向黃介琦道謝，「很多朋友都因為愛吃檳榔，又喝酒、抽菸得到口腔癌，開刀後又復發，沒多久就走了。我有幸運，遇到好醫師治療，才能活到今天，真是太高興了。」

阿公的家人說，很慶幸這裏開了這間大醫院，讓阿公及時接受治療，陪伴孫子長大、成家，

當個健康快樂的阿祖。

大林慈濟醫院團隊迄今已經執行超過兩千多例游離皮瓣移植，頭頸癌成功率和下肢重建成功率也超過全臺平均水準。黃介

琦說，沒有一個醫師能保障手術百分之百成功，尤其游離皮瓣移植手術要接血管，必須讓血液流通；如果出問題，得馬上再進開刀房，重新打開血管清血塊。

「這是整形外科醫師最痛苦的時候，但要經歷這些才會成長，也才能提高手術成功機率，給病人最安心的保障。如果不發生問題，也不要害怕，愈早處理愈好。這也是一個熟能生巧的過程，一開始可能需要開七、八個小時，甚至十幾個小時，現在三到五小時就能完成。」

兩千顆雞蛋的感謝

大林慈院啟業二十五年，當年跟隨簡守信從花蓮回鄉服務

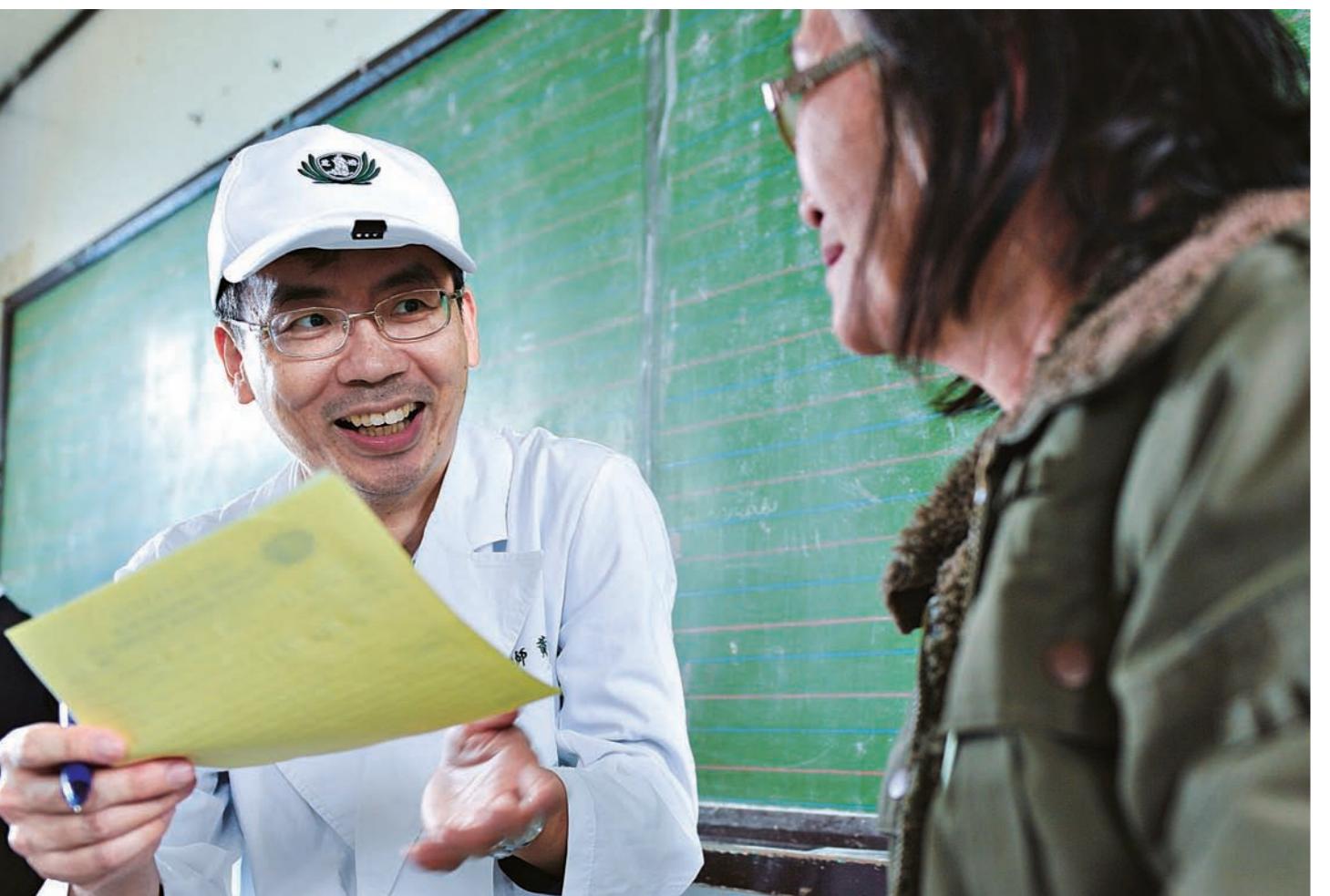
的黃介琦，現在是整形外科部主任，也是鄉親們最信賴的醫師之一，他除了協助病人傷口癒合、功能重建，也會盡量滿足病人對外表美觀的期待。

二〇一六年，一位四十多歲先生脖子的左邊腮腺長瘤，看電視介紹說微創手術不會留疤，因此希望用微創手術處理。但黃介琦評估後，決定從耳垂往後劃開，把皮掀起來拿掉腫瘤，傷口小，而且藏在耳後，正面完全看不到疤痕。手術後，病人很滿意，身為醫師的他也很有成就感，這即是整形外科富有的挑戰及創意。

整形外科醫師在可能的範圍內盡力達成外觀上的「好看」，不過也有例外的時候。

菲律賓海燕風災後兩個月，二〇一四年初慈濟至重災區萊特省帕洛鎮義診，黃介琦為民眾看診。

（攝影／陳國麟）





大林慈院整型外科團隊二〇〇〇年啟業至今，執行超過二千七百例游離皮瓣移植，黃介琦（右五）與團隊共同成長。  
（攝影／江珮如）

原來是幾個月前，一位雞蛋孵育場老闆帶著被截斷的五隻手指來急診，因為這場突如其来的情意外而驚恐到說不出話來。經黃介琦診斷，第二、三、四指可以接回，但第一和第五指因為絞斷處在前端，加上傷口不平整，部分組織已無法復原，也就是說，即使接回也會短一些，外觀無法和原本一樣，但手指的功能有機會藉由復健恢復。

黃介琦把情況向病人及家屬說明後，馬上進開刀房。接指的

手術極為精密，不僅要在顯微鏡下將骨頭肌腱組裝回去，還要將斷掉的神經、血管一一接回，而微血管甚至比頭髮還細。黃介琦形容這個過程就像是在修行，因為極為專注，常常沒有時間感，等到完成手術，才發現幾個小時過去了。在一般人眼中覺得不可思議的耐心和定力，對他來說並沒有什麼特別，就是專注而已！

術後八週，骨頭癒合良好，經過持續復健，已經可以活動，不僅保全了手指的知覺與外觀，更能繼續從事原本的工作，病人回診時帶來兩千顆雞蛋感謝醫護人員，也慶祝自己的「重生」。

不過，在黃介琦心中還是存有小小的遺憾，總認為那短少一點點的第一指和第五指，當初應該再盡力讓它們恢復原狀。這大概就是整形外科醫師對「完美」的自我要求——所謂完美不是指醫美的美容訴求，而是最好能做

觀而影響自信與生活。

#### 為病人發展次專科

大林慈院整形外科在二〇二三年成立傷口治療中心，病人若有一直無法痊癒的傷口，會經由其他科轉診過來治療，病人也可以直接掛號就診。

另外還有二〇一六年成立的糖尿病足中心，由許宏達醫師與血管外科合作聯合門診，同年並成立靜脈曲張治療中心；二〇二三年成立淋巴水腫中心，由莊濬綦醫師為主力治療醫師；未來還將會與耳鼻喉科合作，成立頭頸癌治療中心；以及軟組織腫瘤中心，治療範圍包括骨頭和腹部以外的軟組織腫瘤。

所有次專科的發展，都是在以病人為前提考量下所做的規畫。目前大林慈院整形外科住院醫師，都是從花蓮慈院訓練及輪調過來學習，黃介琦以美、日等

## 刀鋒下的溫柔 慈濟整形外科醫師的愛與傳承

愛與傳承

- 主述：簡守信、李俊達、鄭立福等
- 撰文：吳立萍
- 出版：心靈工坊
- 定價：550元

歡迎至全臺靜思書軒門市及各

二〇二〇年年初，大林慈院收到二十大籃、共兩千多顆雞蛋。當時正值各地缺蛋、蛋價飆升的時候，醫護人員收到這份大禮都很驚喜。

原來是幾個月前，一位雞蛋孵育場老闆帶著被截斷的五隻手指來急診，因為這場突如其来的情意外而驚恐到說不出話來。經黃介琦診斷，第二、三、四指可以接回，但第一和第五指因為絞斷處在前端，加上傷口不平整，部分組織已無法復原，也就是說，即使接回也會短一些，外觀無法和原本一樣，但手指的功能有機會藉由復健恢復。

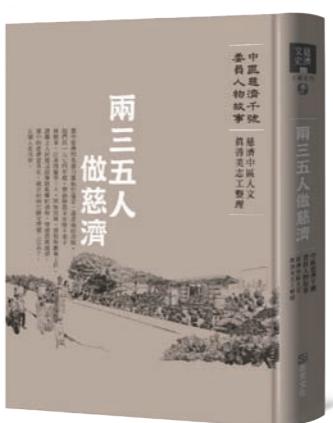
黃介琦把情況向病人及家屬說明後，馬上進開刀房。接指的

國訓練醫師的Mentorship（導師制）為前提，帶領後輩醫師。整形外科有這麼多的術式、這麼多不同的治療方法，怎麼做才是對病人最好？黃介琦說有時不一定是要用最複雜、花費最高的方式，醫療必須多一點溫暖，其實這就是證嚴上人念茲在茲的人文醫療理念，他很慶幸自己在醫師的養成之路來到了慈濟，也會將這分身為醫者的人文關懷傳遞下去。（本文摘自《刀鋒下的溫柔》）<sup>◎</sup>

# 臺中慈濟的先發力量

《兩三五人做慈濟——中區慈濟千號委員人物故事》

中區慈濟人文真善美志工透過資料蒐集、口述訪談、考證彙編等方式，完成十二位資深慈濟人的生命盤點，結集成《兩三五人做慈濟——中區慈濟千號委員人物故事》一書，表達對這群先驅者的感恩，也作為後世學習之典範。



一九六〇年，證嚴上人在臺東知本清覺寺正式辭親求道後，俗家養母王沈月桂（慈濟人敬稱師嬪）即全力護持上人修行；後來也是經由師嬪的引介，臺中達宏法師、達彥法師投入慈濟，從一九七四年起帶領座下弟子——林麗華、汪黃綉蘭等人，在臺中地區訪貧、發放及勸募，加上「勸募訪貧四人組」的王沈月

桂、廖炳南、黃春梅與甘芬成，為慈濟在臺灣中部打下基礎。

從無到有，從慈善開始

達宏、達彥法師與慈濟委員們訪貧的足跡，遍及中部地區各縣市，範圍從北邊的苗栗涵蓋至南邊的雲林。多數案家的住處位

往往要到很晚才能回到家，所以自備午餐，中午就近找所學校或樹蔭下用餐，再繼續上路。訪貧結束，再由達彥法師彙整資料，寄回花蓮靜思精舍，委員每個月輪流回花蓮本會報告個案。

當時委員人數少，每個月訪貧前由達宏法師備齊資料、安排路線，再由汪黃綉蘭和陳貴玉出資租車前往，直到一九七九年薛

淑貞加入，她請公司的員工開車載委員去訪視，便不需要租車。漸漸地委員人數愈來愈多，訪查的個案戶數也增加，而且散居在各鄉鎮，一部車已不敷使用。幸而之後有王萬發和林美蘭夫妻，以及陳俊吉相繼加入，提供自家車輛，適時解決了訪視交通問題。

慈濟慈善的腳步在中區展延開來，慈濟人也逐月增加。達宏法師覺得需要有個地方來辦理慈濟事務，於是在一九八〇年與達彥法師貸款買下位於臺中北屯的三樓透天厝，命名為「香雲精舍」，並於同年年底啟用。慈濟委員除了每月農曆初一在香雲



王沈月桂（左四）與資深委員們從訪貧開始，邁出中區慈濟脚步；隨著會務與志工人數成長，慈濟臺中分會一九八六年於臺中市民權路設立。

（相片提供／花蓮本會）

有感於上人生活清苦卻堅持做

慈善，達宏法師（右）決定襄助一臂之力。一九六八年，法師與王沈月桂（左）到花蓮普明寺探望剛成立功德會的上人，幾年後帶領弟子投入中區慈善工作。（相片提供／花蓮本會）



精舍舉辦例行發放，每月農曆初一、十五也在此共修。慈濟在臺中有了暫時的據點。

一九八二年十月十七日，臺中市湖南里大誠街（竹廣市場）發生火災，上百戶人家付之一炬。達彥法師連夜通知委員一起前往關懷，他們先到派出所取得災戶資料，再經由里長、鄰長找到受災戶，了解他們的需求，同

時準備賑濟物品。上人由電視晚間新聞看到了災情報導，隨即電話聯絡達宏法師，並於隔日清早

劃撥三十萬元作為救濟金之用。

當時天氣漸轉寒涼，王沈月桂特地從豐原購來幾十件棉被，先送給需要的人禦寒。其他如衣物、白米和本會匯來的救濟金先後送達，使四十餘戶及時獲得救助。在所有賑災行動中，慈濟是

第一個伸出援手的慈善團體；達彥法師也詳實記錄救助細節，寄回花蓮本會。慈濟辦理緊急救災工作的迅速和確實，膚慰了受災者，也感動了許多人參與勸募或響應捐款。

#### 勸募訪貧，豐原四人組

上人一九六六年成立慈濟功德會開始做慈善工作，俗家母親王沈月桂也想幫忙勸募，但她憂心被人說閒話，誤以為是女兒出家後，老人家的經濟陷入困境而出來乞討，所以遲遲不敢向人勸募，只以家中老小的名義捐款。

為「勸募訪貧四人組」。此外，上人少時的結拜姊妹張雲蘭，也是王沈月桂的會員，在一九八二年擔任慈濟委員之前，即大力護持，協助推動勸募工作。

#### 追回史料，寫人間美善

慈濟在臺中的草創時期，達宏法師幾乎包辦所有的會務，如收善款、訪視、共修等，隨著會務愈來愈繁重，身體漸漸不堪負荷，於是在一九八一年以抽籤的方式將委員們分為四組，由林美蘭帶領第一組、薛淑貞帶領第二組、汪黃綉蘭帶領第三組、陳貴玉帶領第四組，三年後再增加第五組，由張雲蘭擔任組長，每個

月輪流承擔訪貧、發放、香積及接待等工作，建立委員組輪值的雛形，為中區志業奠基。

一九七九年，為了籌募花蓮慈濟醫院建院基金，上人號召善心人士的支持，也拜託母親在豐原勸募。某天，王沈月桂對常去洗頭的美髮店老闆廖炳南提起她的顧慮，廖炳南說，蓋醫院是為了救人，是好事，願意跟她一起去募款。廖炳南不僅自己捐款，也積極向來店裏的客人募款。

王沈月桂從認識的人開始勸募。黃春梅是王沈月桂經營戲院時的忠實客戶，也有姊妹情誼，王沈月桂第一次來勸募時，她沒問原因就捐了錢。一個月後，王沈月桂又來收善款，她才知道王沈月桂在「做慈濟」，主動加入勸募。之後，黃春梅再邀約好友甘芬成，四個人在豐原地區推展慈濟。

他們每回出門都是兩輛機車，四個人風塵僕僕地在城市、鄉間穿梭，為慈濟募集善款、訪貧，即使再偏遠的新社、卓蘭一帶，也會想辦法前往，因此被稱

中區慈濟人文真善美志工為下美善篇章，作為後世學習之典

## 兩二五人做慈濟

中區慈濟千號委員

人物故事

人稱口述歷史訪談紀錄呈現；「王沈月桂、達彥法師、陳貴玉、張雲蘭」，則因無法自述生命故事，且無訪談逐字稿留存，採「文獻彙編」、「後人口述追憶」方式呈現。（本文摘自《兩三五人做慈濟》編者序）



整理：慈濟中區人文真善美志工

出版：布克文化

定價：550元

歡迎至全臺靜思書軒門市及各大網路書店線上訂購

了感恩這群先驅者，也為人間留下美善篇章，作為後世學習之典

生命不能預測，能把握的只有當下，擁抱它、歡迎它，相信一切都會好起來。一路上總是帶著慶祝和信任，朝聖不只是走向遠方的聖地，最終是朝向自己內在的聖地。

撰文・鍾隆琛（慈濟大學宗教與人文研究所副教授）

「生命是什麼？」有人曾以「生命是一場朝聖」來回答。但「朝聖」本是指信徒前往聖地尋求體驗的過程，當它與「生命」連結時，又該如何理解呢？

兩年前，在「蔬食的科學探究與人文論述」計畫支持下，筆者帶領一群大學生成立讀書會。本學期，我們一起讀薩提斯・庫瑪（Satish Kumar）的《簡樸美學》（*Elegant Simplicity*），書中對「生命是一場朝聖」的詮釋，頗能引人深思。

首先，「朝聖」與「一般旅行」不同。兩者關鍵的差別，以庫瑪的話來說，在於：「朝聖者一

路上總是帶著慶祝（celebration）和信任（trust）。」

「慶祝」什麼呢？庫瑪說：

「朝聖路途每一刻都值得慶祝。」他甚至提到，「朝聖這概念，本身就意味著不怎麼計畫，也不怎麼預測。朝聖者歡迎困境，接納問題。萬事總不能預先定好，新事總會持續湧現。湧現時，就讓我們去擁抱它，歡迎它吧。」

那麼，為什麼這樣的「慶祝」是可能的呢？答案是「信任」！這不同於一般的相信，而是一種「全然信任」。正如庫瑪所說：「朝聖者信任宇宙有一個更大的計畫，是以他們可以安然

接納整個過程。」換句話說，就是「相信一切都會好起來」。

再者，「朝聖」也不能只理解作「前往某個聖地」。庫瑪說：「前往聖地朝聖是個象徵式的行動。然而，這終歸是要讓人明白聖地就在自己裏頭。」至此，我們可以拿庫瑪所說的「朝聖者一路上總是帶著慶祝和信任」來重新理解「生命」，也就是內在的聖地。

第一，就「慶祝」而言：生命何時結束，總不能預測，能把握的只有當下；生命總有其限度，也總會面臨困境。能做的是擁抱它、歡迎它。

第二，就「信任」而言：相信生命有其美好願景。只要能調整某些方向，例如迴避與生命目的無關的物欲，終會逐漸回歸真實生命。

最後，可以發現：生命經常處於朝聖狀態，或者說：「生命本身就是一場朝聖。」

證嚴上人  
衲履足跡

撰文・釋德凡



# 不輕微末

12-1 《農十月・十二》



## 慈濟事少不了我

中區第五聯區、臺中港區、苗栗區的新任組隊幹部分享並發願。上人說，大家有心有願、用心用力跟隨師父走，就是相信師父所做的事情沒有偏差。「好事在人間，少不了你一個、他一個，所以人人要想，『慈濟事少不了我一個』，每一個真誠的『我』合起來就是大我。」

上人表示，慈濟人跟著師父做對的事，做慈濟絕對不後悔，子孫後代也會感到光榮。不過，大家一定要合和互協，慈濟事需要會合眾人的力量來完成。有「大

我」的心態，就有天下一家的觀念，能與其他人配合，共同為天下付出。

## 走佛陀走過的路

林靜惆師姊、營建處張正助主任報告尼泊爾藍毘尼慈濟園區相關設計方案，以及座落在淨飯王王宮遺址向東三點七公里處的迦毘羅衛大愛村即將動工，有八坪、十二坪房型，園區內也規畫幼兒園、活動中心、市集等。

上人感嘆，無論是藍毘尼或迦毘羅衛，貧困的村落裏沒有良好的公共建設，即使從佛陀時代

到現在，經過二千五百多年，當地卻沒有太大的發展。「大家都稱悉達多為太子，其實當時的印度是以城為國，就是一個城的小範圍，他是城主的兒子，在王城內的生活很富有、很享受。一直到娶妻生子後，才出王宮去看，因為他即將承接王位，城內這些人都是他的子民；看到子民生活這麼貧困而決定出家，我覺得這樣解釋，才是合情合理。」

「師父常說要回饋佛陀的故鄉，其實這句話我許久之前就講過，但是我講了以後也想著：到底是要回饋什麼？有什麼理由？我覺得認識佛法就是福，有佛法

位師兄師姊事業有成，住家很豪華、生活很享受，卻甘願到生活環境很不好的藍毘尼、菩提迦耶等地去付出，就像佛陀專程去苦修一樣，他們就是在那裏苦修，而且甘之如飴，這是真正的修行。

在座的羅明憲、洪武正與楊明達師兄等人，都因為參與慈濟國際賑災而走過許多國家地區。上人表示：「比較資深的慈濟人有這樣的因緣，就要說給沒有因緣、還未去做到的人聽。其實天下还有很多苦難人需要救助，你們都要發心立願，知道哪裏有需要，就自告奮勇去付出，才能夠體會慈濟的慧命、生命的價值。」

上人教大家要珍惜在慈濟，與這麼多人一起去救苦救難；如果沒有這麼多人，可能盡此生也不會走到那麼遠的國度，做那麼多慈濟事想要與大家分享，如今

可以聽、有佛法讓我們走，要感恩悉達多太子放棄了他富裕享受的生活，到城外苦修。他經過了苦行林的修行，覺得各人修行不同，宗教很雜，都不究竟，於是離開苦行林，到菩提迦耶靜坐自修，思考到底什麼才是真正究竟的人生道路。直到他在很寧靜的氛圍中，身心與虛空合為一，體會宇宙的大道理，覺悟成道以後，才又去到鹿野苑，去度當初跟隨他修行的五比丘。佛、法、僧三寶成就，才開始弘揚佛法。」

「這時候，慈濟人去佛陀故鄉，親自去走佛陀走過的路，而那裏的居民對佛法不了解，佛法在當地早已沒落，所以我現在很想要將佛法送回佛陀故鄉。很感恩馬來西亞、新加坡這群菩薩，把事業交託給孩子或合夥人，專心守護在那裏，去幫助、去帶動，這就是愛的力量。」上人說，多

## 慈濟歷史多分享

苗栗合心區、臺中港合心區、中區第五聯區之第三場歲末祝福大事記企畫團隊分享，包括二〇〇八年辛樂克颱風災後援助行動，以及柬埔寨在一九九四年接連遭受旱災、水患，慈濟連續四前往賑災發放，參與的師姊分享由軍方裝甲車開道，前進災區救助受災民眾的驚險過程。

上人教大家要珍惜在慈濟，與這麼多人一起去救苦救難；如果沒有這麼多人，可能盡此生也不會走到那麼遠的國度，做那麼多慈濟事想要與大家分享，如今



中區第三場歲末祝福暨授證典

禮，慈濟人入經藏演繹並虔誠  
發願。

(12月1日)

年事已高，也是有心無力；而且自己要對大家所說的話，最有價值的就是過去與慈濟人一起做的慈濟事。那時師父只要說起哪一個國家需要幫忙，師兄師姊踴躍投入去賑災，回來就有很珍貴的見聞可以分享。

上人且言，海外賑災發放固然寶貴，慈濟人長年累月在臺灣所做的慈濟事也需要做好紀錄，發表出來讓大眾了解。

#### 因緣殊勝在慈濟

中區第三場歲末祝福暨授證典禮，有中區委員、慈誠、榮董與環保志工等，逾二千人參與。上人期勉大家分秒不空過，分分秒秒都要發好心、立好願、行好事；如果說有所求，這就是平時所要求的。

「空求空過沒有用，要實求

我們今生有緣有福，同在慈濟，更要惜緣。」

「你們總是感恩師父，其實我對大家同樣感恩，只是我這輩子生在人間，有因緣比你們先接觸佛教而出家，並且比你們先做慈濟，所以你們稱我為師父，只是因為我帶動大家。或許過去你們所做的好事傳給我，我今生才會起了這個念頭創立慈濟，所以感恩你們、你們感恩我，而慈濟人也要相互感恩。」

每個人隨著各自的因緣而出生在不同的家庭，有各自的家人與生長環境，承受著各自的果報。上人指出，即使是一個家庭的兄弟姊妹，也是各有因緣果報，有不同的志向；而慈濟人沒有血緣關係，卻有相同的志向，所以同在慈濟大家庭，這是很殊勝的因緣。

「慈濟人彼此稱呼師兄、

師姊，師父對大家說話，也總是說『我們』——我們慈濟人，應該要做什麼事情；我們慈濟大家庭，要守什麼規矩。對於我們擁有的大空間，我們的大因緣，都要好好的珍惜。身在菩薩團體，為人間做菩薩事，是理所當然。我們好樂這個道理，所以共同在人間行菩薩道；也因為我們在人間行菩薩道，我們的行動從臺灣到國際，而每一個國家都有不同的生態。」

上人談及佛陀故鄉專案團隊分享到尼泊爾藍毘尼等地的見聞，感覺很不捨。「雖然我早就知道那裏的環境很不好，從他們拍攝回來的影像，尤其是網路資訊的即時影音，看見居民生活的苦，還是很震撼。」

馬來西亞、新加坡慈濟人輪流前往尼泊爾、印度推行專案，已逾三年；他們平時在居住地過

著舒適的生活，不必自己做家務，但到了尼泊爾加德滿都會所與藍毘尼會所，環境很簡陋，衛生不佳而常被蚊蟲叮咬，氣候和飲食等方面都需適應，生活諸事都要自己動手，他們仍然克服一切不適、不方便，安住當地，為貧苦居民付出。上人說，在座的師兄師姊們即使無法去到當地，也可以凝聚愛心力量，支持佛陀故鄉專案的推行。

上人教大家持續募集大眾的愛心，即使是小額捐款，也不要輕視這些點滴微弱之力，只要長久持續，就能累積救助世間苦難人的大力量，這也是慈濟從起步到現在所秉持的精神。「人間有很多苦難人，不分哪一個國家，我們把力量凝聚起來，只要有因緣就能救得到。你們如果有親友在任何一個國家，就能牽起因緣，讓慈濟能夠救助那裏的苦難人。」

# 己做己得

12  
2~3 《農十月·十三至十四》



## 愛的引導，善的因緣

十二月二日中區第四場歲末祝福暨授證典禮中，上人開示，慈濟起步時的「竹筒歲月」，教家庭主婦每天出門買菜之前，存五毛錢到竹筒裏，這個方法讓聽到的人們樂於響應，這就是愛的引導。經過口耳相傳，響應的人從少數漸漸變多，匯聚的愛心力量也愈來愈大，從而開展四大志業、八大法印。無論時間過去多久，時代如何變化，希望慈濟人都要保持這分精神，向大眾募心募愛，不斷在人間牽引善因緣，這也是弘法利生的行動。

就如現在各地慈濟人穿梭大街小巷，推廣「富有愛心店」，

也是希望讓更多人有行善造福的機會，讓臺灣充滿福氣；臺灣平安有福，就有餘力造福國際。「今年花蓮縣光復鄉因為堰塞湖溢流而受災，我從大愛臺看到臺灣各地民眾湧入光復幫忙清掃，很多都是年輕人，穿著雨鞋、帶著鏟子去幫忙，和年長的居民溫馨互動，實在很感動，也覺得臺灣很有希望，愛是最大的希望！」

上人表示近六十年來，慈濟人在社會上的慈善行動，對於大眾也有帶動與教育的作用，願意無私付出而利益眾生。「在菩薩道上學習，我們要學得心開闊；雖然不斷地救度、接引眾生，我們還是在『學』的過程，如果學到盡頭，那就是『覺』。所以這

家地區，當地苦難人就有得救的機會；其他沒有慈濟人的國家，若有因緣能讓慈濟人去賑災、做慈善救濟，也有機會帶動出當地的人間菩薩。而大家身在臺灣，要更加用心，讓臺灣永遠是慈濟凝聚愛心最多的地方，讓其他國家看見臺灣慈濟的明燈，因為這盞明燈而在茫茫大海中看見希望、找到方向。

## 慈悲之樹，想師之情

十二月三日，中區第一、第六聯區新任組隊幹部分享心得並發心立願。上人說：「感恩菩薩們一心一志跟隨師父，最重要的就是身體力行菩薩道，路是自己走出來的，菩薩道的功德也要自己做出來。行菩薩道最重要就是德行，己做己得、不做不得；就像『資深菩薩』只是一個名稱，

沒有做就不資深。大家要時常聚會共修，注意慈濟最近做什麼事情？自己有沒有參與？要自我精進並且與法親相互勉勵。」

「要重視自己、感恩自己，更要感恩團隊；若沒有團隊，只有自己一個人，發心想要做什麼，也無法達成，所以要感恩大家相互成就。天天要彼此感恩、互愛，隨著時日成就一切。」

臺中慈濟醫院簡守信院長於今晨領團隊前來臺中靜思堂分享時，恭呈「想師樹」——孔雀豆樹苗盆栽，日後也會栽種在院區，命名為「慈悲之樹」，除了寄寓想師之情，也提醒人人銘記上人慈悲的精神。上人提起「想師樹」，表示自己偏愛相思樹，因為小時候家門口有一棵相思樹，孩子們都在樹下玩耍，也有不少永銘於心的深刻記憶。

翻轉貧窮，即刻行動  
中區第五場歲末祝福暨授證典禮，上人對眾開示時，提及佛

條路不只是今生此世在走，而是生生世世。」

「我們還沒有到達覺悟的終點，人人都是在輪迴中，有一段又一段的人生，稱為分段生死；此生既然有學佛的因緣，我們就要趕緊把握，認真學、認真聽，並且身體力行。初學時，多聞、多看、多聽、多行動，這輩子做得足夠，當此生告一段落，我們還會在意識中保持著那分覺性，當我們再來人間時，還會接起好因緣，接觸佛法即起歡喜心，又開始繼續認真學、用心做。隨著一段又一段的人生，覺性愈來愈明朗，愈來愈深入佛法。」

上人說，慈濟已經從花蓮、臺灣到國際，只要有慈濟人的國

陀故鄉專案推行現況。「我很掛心佛陀的故鄉，希望在那裏建設醫院、學校。慈濟在藍毘尼也有一個小道場，看到慈濟人可以在藍毘尼禮佛，我很羨慕，也感恩慈濟人，師父有心願但走不到，他們替師父去走、去做，超過三年的時間，已經與居民建立情誼。」

藍毘尼慈濟園區正在工程中，除了建設靜思堂，讓現有的慈善救濟、醫療義診有根據地，也有學校以及職訓工廠，讓參與縫紉班的婦女有更完善的學習場域，從而擁有一技之長；此外，慈濟人也將慈濟教育人文帶到藍毘尼的學校裏。上人言，慈濟人

是用愛將慈濟人文、教育生態帶進藍毘尼居民的生活，這也是他們從未接觸過的。

「我認為要徹底改善居民的生活，一定要先讓他們的生活可以穩定下來，並且能夠自立；為了讓居民有機會從事不同種類的工作，所以我們要為他們設立工廠。慈濟人用心輔導他們，期盼轉變思想觀念，能積極面對生活，知道人生要努力才有希望，貧困不是宿命。這都需要耐心，長時間的陪伴與引導；雖然不知要經過多久，不過，我們有心、有方法，即刻行動，做就對了！」

從團隊傳回來的畫面中，看

【靜思小語】做人要內圓外方，有方向有規矩，圓融包容一切，圓滿待人處事。◆

12  
4 《農十月·十五》



## 法入心，真的有用

上人即將返程北上，於中區感恩時刻期勉師兄師姊們，要尊重自己，也要盤點自己生命的價值，常常自我反省。要達致完美無缺點，是不可能的；只能不斷修正錯誤、改善缺失，把平常聽到的法收進心裏、運用出來，不要漏掉。

「讓無明煩惱存在心裏，就是有漏，把佛法漏掉了。真正盤點自己，就要常常問自己，聽了那麼多法，是否聽了就漏掉？不是只有師父來了才來聽師父說話，現在科技發達，只要有心，每天手指頭點一下，師父不厭其煩，隨叫隨到，要聽我哪一天說的話，都可以重複播放，或是從文字資料讀得到。」

「大家聽了很多法，如果像水桶有縫隙，水加得再多都漏掉，

等到我們要用的時候，桶子都是乾的；明明每天都注入法水，卻一直漏掉，所以我們累生累世一直都要求法，卻沒有太大的進步。我盤點自己，這輩子總是把握時間，從拜師時聽師父對我說

『為佛教，為眾生』，我聽入心，一直持續到現在。只要你們將最初那幾句話聽進去了，一輩子所做的沒有錯誤，就是最聽話的弟子；聞法者就是行法者，就是真實的修行者。」

「我認為自己也是個真實修行者，但是生命有限，六十年前感覺這二句話很好，那時是生命入法的起點，生命接受到法而不斷運用，一直做到現在，已經感覺到用得夠了，剩下的就留著下輩子。你們聽到的法是不是夠用了？要看自己是否將法吸收收入心，才是真的有用。師父說的話，大家如果不聽，就等於沒有

到藍毘尼農村的房子相當低矮，慈濟人必須彎下腰鑽進去屋內；屋裏四面牆壁僅僅鋪草做隔界而已，不能遮風也無法遮雨。居民沒有太多家具或物品，有飯菜，但是吃得很不好；若有剩飯，也沒有桌子可放，就用繩子從屋頂垂下來，下面綁一個鉤子，吃剩的就掛在鉤子上，比較不會被老鼠、蟑螂吃掉。」

上人表示，如此苦難的環境並非不能改變，需要有人發心去幫助與帶動。如今，慈濟人發揮愛心，出力去幫助、鼓勵、教育他們，相信不久之後定能翻轉佛陀的故鄉，從窮苦變得亮麗。



上人來到新店靜思堂，資深委員陳美月師姊敬呈《盤點生命》一書。  
(12月4日)

用。」

「大家護愛師父，我只期待人人聽師父的話，我們這輩子已經結好因緣了，也能夠在來生繼續緣，一樣不離人間。很多佛教徒都說做人很苦，成天念佛，想要往生西方。方位是相對的，東西南北就如同一個方形的框架，我們不要把自己框在有形的架子裏，要記得無形的心是圓的，要

好好用心，內圓外方——內心圓融包容一切，對外有方向，要守規矩，但是待人處事要圓滿。」

### 真與誠，才有價值

唐美雲師姊偕編劇莊士鉉、飾演龜茲國公主亦是鳩摩羅什法師母親的方馨女士，分享劇集《鳩摩羅什·千年一譯》的拍攝規畫。上人讚歎大家從事的是藝術工作，不是一般的演戲，這是最超

慈濟人已經拿到各自的「傳家寶」系列書籍，並不代表此生已經完成，還要繼續做，繼續寫自己的生命歷史。或是鼓勵年輕人來幫忙寫，讓他們了解資深慈濟人如何做慈濟，也可以藉此因緣把他們度進來，讓人間有更多好人做好事，也將好人好事傳揚在人間。

上人致贈「五毛錢」吊飾給

【靜思小語】愛心很密集的地方就是福地，清淨的心地連結在一起，就是人間淨土。◆

## 淨土在人心

12  
5 《農十月·十六》



奉行佛陀教育、導師叮嚀

在北區第四場歲末祝福暨授

證典禮中，上人感恩慈濟人用心

用愛投入人間，在臺灣各地發揮菩薩良能，讓臺灣平安有福。雖

然臺灣今年有幾次地震、颱風造成災情，所幸是重業輕受，大致平安度過；而且災難發生後，慈

然的價值。「你們真正是用生命投入，做出了生命的藝術，踏實地詮釋歷史，我很讚歎。尤其要演繹歷史人物，年代久遠難免有杜撰的故事，我很希望經過考證，要用『真誠實意』探討歷史，做出有歷史價值的戲劇。」上人亦肯定團隊對於場景的考究，呈現出最貼近時空的景貌。

「真真假假、假假真真，其實是真實人生，但是要用戲劇扮演，不過，真誠就是價值；若可以將假的刪掉，留存真實，這就是價值；人生本來就是一場戲，我們呈現戲中之戲，就是精髓。」

上人說，人的一生很短暫，這場人生戲劇演完，就再也看不到了。而大家追尋歷史上的人物故事，雖然無法完整重現其人生，但能盡量貼近真實，做出富有教育意義的戲劇，讓觀眾有收穫，就是用過去教育現在。

「我們演過去的故事，若演得很真，景也搭得很真，更重要的是劇本對白也寫得很好，就很

有價值。」上人勉勵師姊與團隊把鳩摩羅什法師的精神理念呈現出來，這對佛教來說是很重要的。一段歷史。

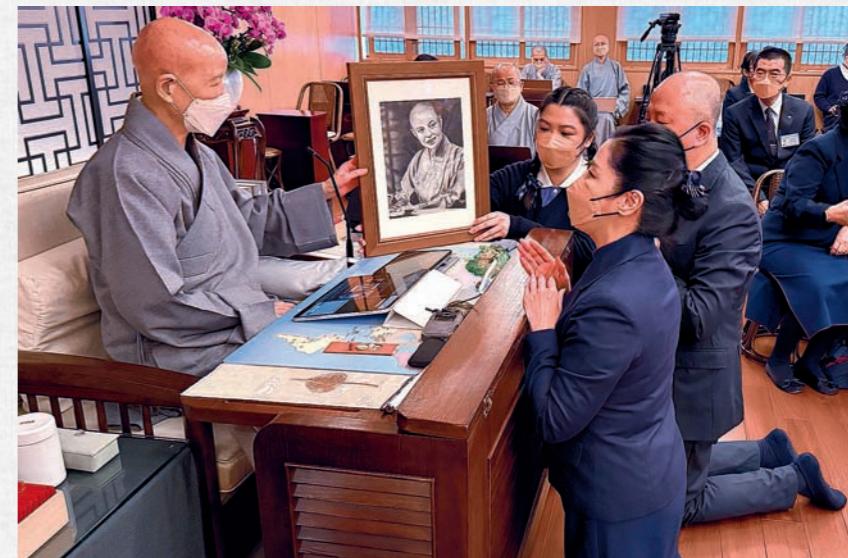
### 做好事，報父母恩

聆聽北區資深慈濟人盤點生命的歷程後，上人先提醒大家，今天氣候寒冷，要注意保暖；把父母所生的身體照顧好，為人間做好事，就是報父母恩。

再者，也可以報師長恩。大家知書識禮，是經過學校教育；有年長者在年輕時比較沒有條件上學讀書，而來到慈濟有好因緣，能學習佛法，還能夠做好事，是過去生積福德才有此好因緣，所以要把握。雖然在座有不少資深

師兄師姊們，教大家不要輕視微小的力量，點滴微弱之力，經過六十年的累積，已經將志業推展至國際。「莫輕物微而不重視。不可輕視，不要說『這麼一點點而已』，從米袋掉出來的米粒，我們一粒一粒撿起來，也會累積出讓人得以溫飽的數量，所以說『粒米成籮，滴水成河』。」

「創立慈濟的第一個月，師父呼籲大家，每天存五毛錢做慈濟、要救人。那三十位婦女聽師父這樣說，她們就每天這麼做；慈濟到現在已經是第六十年了，我又重新再呼籲，人人發揮愛心，多少錢都沒有關係，只要不影響生活，點滴、點滴累積，我們就能夠做造福人群的好事。」



菲律賓邦邦牙省（Pampanga）慈濟人呈當地照顧戶所繪製的上人法像。 (12月5日)

濟人立即動員展開急難救助與關懷，臺灣民眾也很有熱忱，像光復鄉的水患發生後，民眾從各地前往幫助清淤，而且過程合和互協，井然有序，讓人看了很安心、很感恩。

佛陀來人間度眾生，指出人間苦難多，教導人與人之間要相互關懷與愛護。慈濟的創立，就是秉持這分精神，加上印順導師叮嚀之「為佛教，為眾生」。上人表示，無論是對於佛陀的教育或導師的叮嚀，自己盡此生依教奉行而不曾懈怠。也因為與花蓮有緣，有一群人跟著自己做慈濟，就從每天存五毛錢的竹筒歲月，一路走到今天將近六十年，慈濟大愛從花蓮發祥而遍及臺灣，亦擴及國際。

「為什麼剛開始我發給花蓮的家庭主婦竹筒時，要大家每天存五毛錢，而不是一個月交十五

護國土，讓國家社會能平靜，風調雨順，所以需要調和人的心態；人人好心，朝著好事去力行，也就是順天理、愛大地，這樣的  
人間最為祥和。」

上人提及香港宏福苑大火，全社區八棟大樓中有七棟陷入火海，造成嚴重傷亡，消息傳出令人驚駭，再次感受人生無常。「看見離我們這麼近的香港，發生那麼大的災情，我們都要提高警覺，日常生活要很謹慎，並且相互照顧，用愛互助、互動，將臺灣的好人好事推廣出去；我們要不斷地付出、不斷地推動，將臺灣的愛再擴展到國際間。如果有親友在海外工作、生活，也鼓勵他們就地做好事。」

上人說，臺灣的土地面積不大而愛心很密集，還有餘力推展愛心善行到其他國家地區，這裏就是福地、就是淨土。其實淨土

不在他方，淨土就在人間，人人都有一片淨土，因為人人本具佛性，所以「淨土在人心」，只要將大家的愛展現出來，就將人心中的淨土連結在一起，連成一片造福人群的菩薩淨土，人人就在淨土中，無須向外尋淨土。「人人心中有淨土，人人心中也有一面清淨的鏡子，我們要每天擦，把煩惱污垢擦乾淨，保持明心如鏡，用這面鏡子照自己，看見自己的本來面目，看見莊嚴的菩薩相。我們修菩薩行，要修得自心清淨、用愛付出，也帶動人人成菩薩。」

「人的生命有限，但是慧命無窮，每個人的慧命就是從本性而來。此生我們有因緣親近佛法，還有因緣在慈濟，要用心做好人間的活菩薩。佛教菩薩法，就是教人人做好事；懂得做好事、利益人群的人，都是菩薩。」

元就好？是為了要她們每天發好心、立好願；現在也一樣，我也要大家天天好心好願做好事，每天點滴累積，讓自己天天都忘記做好事。」

上人也叮嚀慈濟人要天天記得對人說慈濟，不一定要勸募，而是宣導「每天做好事」的觀念與方法，亦是弘揚佛法，教育人間也淨化人心，讓臺灣充滿好心好願做好事的好人，人人造福，福氣增、災難消，庇護人人平安。委員、慈誠走入人群行菩薩道，說好話、做好事，敬天愛地、守護人間，是人品典範，也是被尊重的人間菩薩。臺灣好人多，而且認識慈濟、投入慈濟、做慈濟事的人不少，所以臺灣是福地，福地福人居，人人都有福氣。

放眼天下，天災人禍很多，更需要人人多造福，讓世界各地都成為福地。「愛的力量最能保

「我很欣慰這輩子來到人間，也覺得這時候我有話就要說，說真話給大家聽。人間的道理說不完，最重要的道理，就是走入人群，相互關懷、彼此教育。教育什麼？做好事、救人。修行就要守好人倫道德的規矩，才能生生世世不失人身，才有因緣可聽聞佛法、學佛修行，所以我們能夠在這裏聽法，是很有福的。」

「也許你們過去不認識佛法，現在已經坐在這裏，代表每個人肯定佛法，也肯定慈濟，發心立願要行菩薩道。所以我們都很有福，既有福，現在換我們要去度人。」上人勉勵新受證的師兄師姊們，過去受到資深慈濟人接引，現在已經受證委員、慈誠，就要負起責任去度其他人，邀約人人做好事。做好事的好人愈來愈多，世間才能和平，得到風調雨順、國泰民安的福報。」

# 求眞、求善、求美

12 6~7 《農十月·十七至十八》



## 慈濟人文、醫療人文

十二月六日，北區第五場歲末祝福暨授證典禮，有臺北慈濟醫院主管同仁及慈濟人醫會參與。上人說，每次行腳來新店，感受到慈院主管同仁們很和樂，與慈濟人互動很溫馨，共同在慈濟大家庭為天下人間守護生命、守護健康、守護愛。

上人談到慈濟雖然從慈善起步，也是因為看見貧窮人生病無力就醫的苦而創立；而後發現許多家庭是「因病而貧」或「因貧而病」，必須解決貧窮人無醫之苦，才有辦法徹底解救其家庭。

「因為想要救人，所以即使

當初我一無所有，也堅持在克難中成立慈濟這個慈善團體，並且下定決心一定要把它做好，只要知道哪個地方有貧病人，就去照顧他們。我們募集點點滴滴的愛心捐款，除了救濟貧戶的生活，如果其家庭成員患病，我們也協助他們就醫，『克難慈濟功德會』就這樣開始做起。」

隨著慈濟所做的工作得到愈來愈多人的護持，上人說，幾年後遂移除「克難」二字，成為「慈濟功德會」；而後為了在花蓮蓋醫院，才向政府提出申請設立「佛教慈濟慈善事業基金會」。慈濟邁入第六十年，有很豐富的歷史，請各位醫療同仁多了解，慈濟起

成就慈善、醫療、教育、人文四大志業。感恩各位疼惜、愛護生命，搶救生命、造福人間！」

## 《無量義經》，慈濟法髓

宜蘭慈濟人來到新店靜思堂，分享在地農產品。（12月7日）

十二月七日於北區第六場歲末祝福暨授證典禮，上人表示，時常感恩大家愛護、支持慈濟，被感恩的人都說，是他們要感恩師父創立慈濟，讓臺灣平安。「其實是有大家的愛心護持，師父才『有法度』——用人間善法向社會人群宣導人心向善。師父不斷地呼籲，而大家都是好人心善，聽進去了，有志一同，凝聚愛的力量而無私付出。」

上人說，人間好人多，行善造福的人氣很旺盛，有福的人間有好天氣，風調雨順，則大地平和、萬物豐收，讓人們擁有豐富的大地資源。所以天氣、地氣、



人氣是相互關聯的；天氣、地氣、人氣和，就能讓社會平安。

上人談到樺加沙風災後，臺灣各地的青壯年人湧入光復鄉災區協助清淤，經由媒體傳播，讓國際人士看見臺灣的真善美。

「人人心真誠、很善良，有事情的時候，大家合起來行動，這樣就是美。所以人生要美、要善不困難，平時我們就是這樣做，一旦有什麼事情，大家一舉手都是同方向。就像每一場經藏演繹都很美，慈濟人一舉手、一投足、一開口都是整齊，在場的每一位都是以至誠的心，很虔誠地為臺灣祝福。」

「我們入經藏，一舉手、一投足都在傳達《無量義經》的意義。《無量義經》是《法華經》的精髓，《法華經》則是佛陀說法到最後『開權顯實』而講的重經典，也是四十多年來所說法

步時很辛苦，從五毛錢點點滴滴累積，做出四大志業、八大法印，慈濟大愛遍及國際。

臺北慈院團隊經藏演繹並發願，上人肯定大家發揮真誠的愛，長時間投入排練，表達出來的就是美；慈濟人文就是由人人的言談舉止表達真誠之愛。大家平時在醫療崗位上，用生命面對生命，拔除生命之苦，很令人敬佩；不只有醫師治療疾病，需要全院各單位合和互協，真誠的心與行動會合。感恩院長帶動全院主管同仁投入經藏演繹，大家都認為自己是慈濟人，所以很願意參加與配合，慈濟人文就是慈院的醫療人文。「我們都是慈濟人，共同

的精髓，所以《無量義經》是法體中的法體。聽法的人歡喜接受，而且真誠相信，感覺行菩薩道是理所當然，就發心而投入人間付出。」上人表示，慈濟人一直以來都走在《無量義經》的道路上，也就是在菩薩道上學習並力行；學佛能夠學得精髓，要感恩、珍惜並精進。

「慈濟此時在人間所做的一

【靜思小語】福不是別人給予的，是自己造來的；要自我祝福永遠都是能助人的有福人。◆

## 造福才會有福

12  
8

《農十月・十九》



### 非做不可，力量難思議

臺北中山、大同、大安、中

步的一個小團體，逐漸隨著時間拓展；而氣候變遷與世界局勢變化快速，幾十年來所面對的都是天下大事，不做，其實與個人無關；要做，總是事事困難。

就如同海燕颱風在獨魯萬市、奧莫克市造成毀滅性的大災難，當時地方政府災後缺乏力量，而菲律賓慈濟人多方奔走，與政府和地方人士接洽，展開以工代賑的災後清掃與發放，鼓舞民眾將滿目瘡痍的災區街道清掃乾淨，慈濟所發的賑濟金也能讓居民做起小生意，重新點亮災區的生機。

上人說，在急難救助時期，菲律賓慈濟人總動員，還冒著被搶劫的危險，把賑災資金用海運送到災區；還有重機械的調度，得到當地企業家的大力支持與協助，才能圓滿達成這次賑災行動。「有很多事，事後想起來都感到：

哪有可能做到這樣？真是不可思議！災區範圍廣大，假如真的被放棄，這群居民該何去何從，對當地來說是很大的危機。」

「那時昇航還很年輕，真的

是用生命投入獨魯萬賑災，不分晝夜。為了幫受災民眾搭建簡易屋，臺灣慈誠隊也很努力，有人先到災區去幫助組裝工程，而臺灣多地慈濟人則動員整理簡易屋的材料，連有幾顆螺絲都要算得很清楚。」

「如果要說用心，這就是用心；要說用力，這就是最大的用力；而要說真誠，那麼長的時間，很耐心地清點材料、拆裝組合，確保一根螺絲都沒有少，再用海

運將這些材料從臺灣運到菲律賓災區組裝，每一個步驟與細節都

要設想周到。現在想起來，也感到實在不可能做到，不過當時想

要幫助人的心很急切，什麼都不

切，是佛陀二千五百多年前想要做的；佛陀希望將佛法推入人間，不是只有講經、聽經、誦經，是身體力行在人間社會。」上人說，這個時代交通方便、網路視訊也很方便，可以在不同的國度，同時讀《無量義經》，入《無量義經》的法門。

「最近幾年來，各地慈濟人投入經藏演繹，一練再練，練得

人人很合齊，口合、心合、聲音合，舉手投足都很合，就呈現了整體美，可以經由每一場歲末祝福的視訊畫面，讓人感受到慈濟人很真誠的心、很美的形態。」上人感恩師兄師姊們弘法利生，讓全球會眾看到臺灣慈濟人的合，肢體語言、經文韻律都很美，讓人受感動而共同入經藏，就是最虔誠的祈禱。◆

正、萬華區師兄師姊分享歲末祝福大事記，包括華東華中水災賑濟，以及菲律賓海燕風災賑災行

動。上人說，每次聽慈濟人分享過去的慈濟事，感恩、感動之餘，也感嘆慈濟從無到有，從克難起

動。上人說，每次聽慈濟人分享呼籲，大家都很貼心地起於行動，這就是我對臺灣慈濟人的感恩與讚歎，感到人人有愛，人人都含藏不可思議的力量，大家都是菩薩，要用菩薩心才有辦法凝聚菩薩的力量去救苦救難。所以過去這些故事，請你們要重新整理好，其中有哪些人做了什麼事，再微小都不要漏失，要好好寫清楚，讓慈濟大藏經可以千古流傳，讓後世的人都能看見起源於臺灣的慈濟能救助這麼多國家的苦難人，見證臺灣的奇蹟。」

每日行善，慈濟的根本

北區第七場歲末祝福暨授證典禮，逾三千五百人參加，盛大莊嚴。上人開示，人間苦難多，

在慈濟剛起步時，就接觸到許多貧苦家庭，除了經濟上有困難，家庭成員生病也無力就醫。所以慈濟除了救濟孤老無依者，也關懷、幫助貧病人；一步一步往前走，愈來愈深入人群，愈來愈了解人間疾苦，也愈有經驗，知道該如何因應不同的苦難，給予最需要的救助。

於是慈濟委員、慈誠有見習與培訓的制度，有心投入者除了在社區道場共修，參與靜態課程，也會由資深委員帶領，探視困苦家庭，看見人間苦難的真實相，從而自我反思，知福、惜福，再造福。從培訓直到受證，通常需要二、三年，這段時間以來，已經了解慈濟，培養慈濟人的愛心、耐心與同理心。

上人說，每年歲末祝福典禮中，看到慈濟人來受證，尤其許多慈濟家庭有傳人，一家多代都

是慈濟人，感到很歡喜，讚歎這些慈濟家庭是傳善之家，必有餘慶；臺灣有更多傳善之家，愛心人不斷增加，臺灣的福氣就愈來愈旺盛。

慈濟從每人每天存五毛錢做起，上人表示，這是慈濟的根本，慈濟人要持續發揮並推廣「竹筒歲月」的精神與做法。就如近年

來，各地慈濟人推動「富有愛心店」，響應的商店成為社區的愛心募集站，也是介紹慈濟的定點。

「愛的力量不能中斷。每天積存少許、不影響生活的行善方法，讓大眾樂於響應，讓人人都有因緣可以做好事，天天都能造福；從日常開支節省一點點，和大家的力量會合起來，就能幫助很多人。」上人期盼大家不斷呼籲愛心，匯聚點滴力量，能讓更多苦難人得救；也希望大家自我祝福永遠都是有能力幫助別人的

「我們若見聞人間有苦難，可以及時付出，見福、造福，就得福；福是自己造來的，不是別人給予的。而信仰三寶、尊重三寶，是佛教徒的本分，也可以帶動人的禮節與愛心；佛教徒禮敬佛、法、僧三寶，是培養自己的信心與禮節。」

師兄師姊們經藏演繹並發願，上人感恩表達，但願佛法常在人間，就要讓更多人聽到佛法並為人間而付出。大家平時要閱讀、共修《無量義經》，體會經文意義，並且身體力行。「你們走入佛法，真誠信仰，而且真正為人間、為佛教而付出，我很歡喜，期待要代代相傳，不只在我這一代而已，還要不斷延續下去，全家都是慈濟人——要用愛傳家、慈濟傳家、佛法永恆傳家，世世代代福慧雙修。」

## 藏經樹

12 9

《農十月·二十》



【靜思小語】無常的人生、真實的故事也是一部經，用以警惕自己、教育人間。◆

### 宏福苑救災三階段

香港大埔區宏福苑在十一月二十六日發生嚴重火災，香港慈濟人在災後一星期完成將近二千戶受災戶登記，並展開發放，這是慈濟香港分會成立以來，最大的發放行動。香港分會執行長施頌鈴師姊與香港慈濟人來到新店靜思堂，向上人報告災後關懷與慈善發放情形。

上人請大家多用心關懷，除了生活上的支持，還要給予心靈的療傷。「人生無常，一旦遇到了，再傷心也無奈，而我們總是盡心地關心他們。受災的人，身

心創傷會持續很久，而且難忘大火發生當時，總是會很害怕，就需要長期膚慰，慈濟要做的就是這一部分。」

「師父知道慈濟人平安，也很慶幸；此時需要慈濟人發揮愛關心受災的人，事後的發揮也很重要，不要說事情過去了，已經結案了，就沒事了。這是重災難，給予心靈所需要的依靠，是我們的責任與使命；不是等著人家請我們去做，不請自來的才是志工，我們要很主動去關懷。」

上人指出，如果在關懷過程中，發現到原本在這個社區裏工作維生，如今突然間失去工作，

或是時因為害怕而無法去工作的人，慈濟人除了膚慰他們，短期間幫助他們的生活，這也是需要的。「急難救助過後，就是中期援助，要評估他們多久之後才能真正恢復正常生活？有三個月或是半年的中期關懷；也有人受傷以後，無法再工作，變成終身的殘疾，也需要長久的關懷。所以有急難的救助、中期的關懷、長期的幫助。」

上人也對師兄師姊們說，看見那麼大的災難，大家要警惕無常，人與人之間要相互祝福。「要常常與受災戶互動，有人受到嚴重的驚嚇或心靈創傷，可能需要

有福人。

一輩子的關心。我們除了關懷、輔導他們，也要帶他們投入慈善行動，去做幫助別人的人，讓他們不再認為自己是最不幸的。」

「也可以說佛法故事引導他們走出陰影，用譬喻故事與他們互動，這也是療傷的方法之一。還可以介紹他們看大愛臺，新聞和節目中有很多在苦難中掙扎過來，還能自立自強，重新站起來的真實案例，也可以用來鼓勵他們。」

上人說，大家在這一次賑災時認識的人，或是受災居民所分享的經歷，都是人生的教育，要當成經典，把每一則故事收集起來，讓自己的心就像一個「藏經櫥」，認真聽別人的分享，也認真存在內心，有時候可以拿出來輔導人。佛法也是如此，佛陀常常說曾經發生過的故事，用來傳達佛法道理以教育眾生。

教育，將教育方法帶回尼泊爾。

### 慈濟醫療的每一步

上人於醫療志業行政會議中，對主管同仁們開示：「慈濟

【靜思小語】不要浪費時間與人計較，不斷向前走，就不會被人丟到石頭；若停在原地，每顆石頭都會丟中。

## 對的事，做就對

12  
10

《農十月 · 二十一》

### 生生世世，師徒接力鋪路

病篤臥床的美國達拉斯分會執行長凌源良（濟成）師兄透過視訊連線與上人互動。同修吳美樺（慈謨）師姊、子女與法親家

人陪伴在側。慈謨師姊說，師兄每天都思念著上人，她要為師兄打果汁，師兄都叮嚀要放紅豆二顆，因為這是想師豆。師兄連日來昏昏沉沉，但聽到要與上人視訊，精神好轉許多。

上人對師兄說：「你很想念

的緣很深，師徒的因緣都是在行菩薩道，我們的責任是救拔人間的苦難，你在那裏也替師父做很多了。」凌師兄回答：「但是還不夠。」上人說：「是還不夠，所以我們的發心立願要長長久、生生世世。師父也年紀大了，

### 慈濟精神走入佛鄉

藍毘尼佛教慈濟學校儲備校長與教師來臺，於慈大附中實習將近五個月，儲備校長科麗緹即將返回尼泊爾，前來向上人告假，慈濟教育志業執行長辦公室顧問李玲惠等人在座。上人勉勵：「發心要篤定，一定要把中文學好。」科麗緹校長以中文回答：「好的，上人，我願意！」

「佛陀是在藍毘尼出生的，對佛教來說很重要，所以我決定要回饋佛陀故鄉，讓慈濟的精神走入佛陀的故鄉。佛陀出生在人間，是基於願力而來，就是為了引導人人學會佛法的精神。他在世時，已經在那裏打下基礎，但是基礎沒有打穩就離開人間了，現在反而是我們比當地人更清楚佛陀的精神。」

上人說，佛世時交通不便，佛陀要對人群說法，都是徒步而行，走走停停，能到達的範圍很有限，能接觸到的人不多，即使說法四十九年，仍難以讓佛法普遍傳開。幸好有祖師大德將佛法東傳到中國，佛教徒深入體會佛陀的理念，而後又隨著時代的因緣，讓一群大法師從中國來到臺灣，也將佛法精髓傳入臺灣，有很多知識分子研究佛法，佛法在臺灣對於人們的精神思想有很正面的教育。

「其實佛法本來就是很單純，且充滿了愛，隨處都能適應人間，對於人心有善良的教化功能。我很期待讓佛法從臺灣回歸尼泊爾，我們能在那裏建校教育學生，也讓學生了解佛法。當地有藍毘尼佛教大學，要研究佛法，可以多互動。」上人教科麗緹校長除了與佛教大學多交流，也要常回臺灣，更加了解臺灣的佛教

長與教師來臺，於慈大附中實習將近五個月，儲備校長科麗緹即將返回尼泊爾，前來向上人告假，慈濟教育志業執行長辦公室顧問李玲惠等人在座。上人勉勵：「發心要篤定，一定要把中文學好。」科麗緹校長以中文回答：「好的，上人，我願意！」

「佛陀是在藍毘尼出生的，對佛教來說很重要，所以我決定要回饋佛陀故鄉，讓慈濟的精神走入佛陀的故鄉。佛陀出生在人間，是基於願力而來，就是為了引導人人學會佛法的精神。他在世時，已經在那裏打下基礎，但是基礎沒有打穩就離開人間了，現在反而是我們比當地人更清楚佛陀的精神。」

上人說，佛世時交通不便，佛陀要對人群說法，都是徒步而行，走走停停，能到達的範圍很有限，能接觸到的人不多，即使說法四十九年，仍難以讓佛法普遍傳開。幸好有祖師大德將佛法東傳到中國，佛教徒深入體會佛陀的理念，而後又隨著時代的因緣，讓一群大法師從中國來到臺灣，也將佛法精髓傳入臺灣，有很多知識分子研究佛法，佛法在臺灣對於人們的精神思想有很正面的教育。

「其實佛法本來就是很單純，且充滿了愛，隨處都能適應人間，對於人心有善良的教化功能。我很期待讓佛法從臺灣回歸尼泊爾，我們能在那裏建校教育學生，也讓學生了解佛法。當地有藍毘尼佛教大學，要研究佛法，可以多互動。」上人教科麗緹校長除了與佛教大學多交流，也要常回臺灣，更加了解臺灣的佛教

人生的路，我們很認真在走，先走到底的人就要堅定道心，再來人間開闢慈濟道路。這條路很長，這輩子師父先來鋪，讓你們走；下輩子你先鋪，鋪的路讓師父走。

這輩子，師父已經為你們鋪了很長的路，你們也在達拉斯替師父鋪出了一條教育的道路，在那裏度出很多菩薩，這些菩薩未來也會跟著我們在人間做慈濟。」

「地藏菩薩發願『眾生度盡，方證菩提』，而我們要把人間化成菩薩道；現在人間的菩薩還未成就，仍然要等我們來生再來，儘快把菩薩道路鋪好，繼續度人間菩薩。」上人交代師兄：

「你的心念那麼清楚、那麼堅定，讓師父很有信心，因為未來的路，是換你要牽師父走，要記得牽師父的手走下輩子的路。」

上人也囑咐慈謨師姊：「他

要堅強！以後，你就要做二人份

的志業，加倍精進走慈濟路、行菩薩道。」

濟成師兄與達拉斯慈濟人因

為援助清寒學子而與當地學校結

善緣，尤其與歐巴馬中學緊密互

動，師生還曾來臺參訪交流。上

人對師兄說：「你已經度很多人，

把小小孩子的心地鋪好了，也為

他們播下好種子，所以很值得，

要安心。你的慈濟緣很深、很長，

後面的路要記得繼續往前再開

拓。將來不只要牽著師父走，圍

在你身邊的慈濟法親，未來也要

跟著你鋪路走。」

濟成師兄回答：「慈濟的菩薩道要大家一起走，自己走會孤

單，颱風來就要跑去躲，一群人

一起就不必躲。」上人說：「這

就是智慧的話，自己走會孤單，

現在我們有伴，風雨來時不必躲，

勇敢一起走。師父感恩你，為你

祝福，你要一切放下，放得下才提得起。」上人也教慈謨師姊提起智慧，放得下，為他助力，讓他安心睡，睡一覺起來就在另一個好家庭裏，因緣已經鋪好了，可以再接著走慈濟的菩薩道。

上人對此刻伴隨在濟成師兄身旁的慈濟人說：「感恩你們，你們以法親情陪伴他們，要用菩薩的覺有情為他祝福，菩薩道，

我們永遠一起走。」

濟成師兄表達希望永遠在上人的帶領之下，生生世世跟著上人的指引而行。上人對師兄說：

「不要急，心自在，要安心在當

下，將來要走的路已經鋪好了，

師父一定跟你在一起的。」濟成

師兄說：「上人這句話，我就放

心。」上人說：「你放心，師父

也會放心。為你祝福，不要忘記

師父，還是要牽師父的手往前走。」濟成師兄再發願：「生生

### 慈濟達拉斯分會執行長凌源良

二〇一五年十二月十二日圓滿

此生。他放下事業，全心承擔志業，將品德教育推入校園，在孩童心地播下善種。

(相片提供／慈濟達拉斯分會)

### 世世跟著上人。」

不爭不求，做有價值的事

與教育界訪客談話，上人

說：「要徹底認清人生，到頭來都是空。我剛才與美國達拉斯凌居士通話，是在他人生最後的告別。我對他說，盤點自己生命的價值。別人要給我們做怎樣的評論，我們不用管，只要盤點這輩子在人間，有做多少不值得做的事？有計較那種不值得計較的事情嗎？」

「計較那些不需要計較的事情，是白白浪費時間；要看看自己有做多少有價值的事情，若覺得做了不少事，都有價值，就要安心，不用去看別人如何評價我們，已做己得，不要浪費時間與人爭價值，否則本來就有價值，爭到後來變成沒有價值。」

這樣就心安了。」

上人提到為資深慈濟人做「傳家寶」系列書籍，讓他們的子孫留作紀念，而且子孫也能引以為榮，告訴他們的子孫後代，父母、祖父母是第一代的慈濟人；做慈濟做得讓子孫與有榮焉，子孫自然就會傳承。這就是自己為慈濟人做「傳家寶」的想



法，沒有其他目的。「你們還很年輕，要做的事情還很多，只要記得所做的哪一件事對臺灣有幫助，就有價值了。但是對的事情不是只有某一段時間在做，要不斷堅持、永久護持，讓人覺得這

件事值得繼續傳下去。」「無論別人怎麼說我，我總是穩穩地邁步；只要盤點自己，確認我沒有錯，就要不斷向前走。我們若不斷向前走，就比較不會被人丟到石頭；若不向前走，站

生」的初衷永遠不能消失。

「慈濟醫療在臨床、教育和研究三方面的基礎打得很好，需要有人來守護，還要不斷進步、持續深入。科技日新月異，醫療也不斷發展，我們不仅要被動跟進，甚至還要主動開發，最重要的是我們的方向要維持正確，主

在那裏，每顆石頭都會丟中。我們就穩穩地走就對了。」上人予以勉勵，要記得「守志奉道，其道甚大」，對的事要守好；確認這條路是對的，就向前走，這條路就是康莊大道。

## 保養身心良方

12  
11 ~ 12

《農十月 · 二十二至二十三》



### 設立醫院的初衷

上人對於醫療志業有深切期許，十二月十一日在與醫療志業郭漢崇副執行長談話時即言，若只是要經營醫院，聘醫療人員來

管同仁都要了解慈濟的精神。我們不是為了營利做醫療，也不是為了營利做研究，所以需要一群很有心，真正為生命做研究的專業人才。」

上人表示，當初不只是為了救助貧病苦難眾生而建醫院，「其實慈濟醫療能夠做到這樣，師父是以『為佛教』為出發點——秉持佛教精神愛護眾生，這是我建醫院的目標；若沒有宗教的理念，我就不必這麼辛苦。我很堅持醫院的名稱一定要有『佛教』二字，就是期待做出佛教的精神，讓大眾看見佛教為社會的貢獻。」

上人感慨提及盧丹桂與黃桂子這二個早期的慈善醫療個案，慈濟不僅幫助她們的家庭經濟，也協助就醫治療。但是慈濟接案的時候，她們的病況都很嚴重了，像慈濟協助盧丹桂到宜蘭做眼部手術，也沒有太大的改善；而黃

桂子的腫瘤，則是在初訪時看了就深受震撼，她臉頰的腫瘤已經腫脹到破裂，她躺在床上餵孩子吃奶，嘴裏的血一直流。」「慈濟剛開始做慈善，就頻頻接到類似的貧困個案，無法在症狀還沒有那麼嚴重前就醫治療。所以我們辦義診，及早將疾病診斷出來，趕緊就醫治療。花蓮市的義診所持續了十五年，一個星期二次義診；後來決定要蓋醫院，一些參與義診的醫師也來幫忙建院事務。建院過程很辛苦，醫院蓋好以後，運作要穩定下來也很不容易，所以我也很感恩你，還有陳英和醫師等資深主管同仁，自從來任職以後就一直都在。」

上人於醫療董事會中說，自上人於醫療董事會中說，自

### 醫療的虔誠之愛

己並非醫療專業人員，只是一心一志，希望讓慈濟醫療在人間守護生命、守護健康、守護愛，這是慈濟醫療一定要守護的宗旨。「我這一生什麼都不求，只求看見苦難人得到幫助；有病無力就醫的人，能得到愛的關懷，還有健康的庇護，這是我最大的願望。無論時間過了多久，慈濟四大志業若都能被好好守護著，是給我最大的肯定與回饋。」

「期待未來的人都能好好守護著慈濟志業，愛護它、做好它，讓它永遠是人群所需要的；人人愛護它，保護著它的方向不偏差，它才能為人間奉獻更大的力量。」上人說，事在人為，而慈濟已經走了六十年，如今能看到這麼多優秀的專業人才投入志業，而且與自己同心、同志願，發揮良能的同時也不斷自我精進，即感到歡喜。醫療攸關生命，所以需要

大家共同守護，讓慈濟醫療安心專注地守護生命、守護健康，並發揮虔誠之愛。

出無所求——有人有需要，我們就給；不論所需要的是什麼，只要有人欠缺，得到以後有用，這

十二月十二日於人文志業董事會中，談及對於身心最好的保養，就是「對的事，做就對了」，

我們立志的方向要篤定，講話、走路、做事也不會偏差，因為這是自己人生的志業，生命的方向很明確。」



慈警會彭康順師兄（左）陪同高齡九十四歲的母親呂菜師姊

向上人請安

(12月12日)

養，就是「對的事，做就對了」，  
上人說，做對的事，而且要一直  
做，保持好的記憶；今天發一念  
好心做好事，明天要繼續，後天  
也要繼續做，讓好的記憶連續不  
斷，也培養做好事的好習慣，讓  
身心永遠在好的方向，有好的思  
考，這輩子都在「好」的方向，  
不會差毫釐而失千里。

我們立志的方向要篤定，講話、走路、做事也不會偏差，因為這是自己人生的志業，生命的方向很明確。」

——我們要有定力，定在好的方向，只要中心立定，怎麼走都差不多在我們定好的方向。要如何才能夠讓大家抓準定位？就要像慈濟，慈悲濟度一切眾生，付

是精神理念；大家的精神理念都一樣，就是我們最寶貴的資本。」上人期許媒體要做到宣揚好人、好事、好典故，也就是真實故事；人文志業包括平面出版，

都是說真實故事、傳真實歷史，用以教育人、帶動人。無論是節目主持人或是演講者，讓人聽得入神就是成功；不必要求聽眾鼓掌，講話的人認真講，講出想要講的內容，而且不須自讚毀他，不

能毀謗別人，也不說煽動人心的話，只要說出自己做到的事，講出所要宣導的理念，就如大愛臺節目要讓觀眾看得快樂、歡喜，就能接受真人實事的教育。

喜看的作品，讓人也能學習與傳承。我們的書籍、雜誌都做得很好，若能按照這樣的品質，不要變質，就可以千古流傳，不斷延續。」

【靜思小語】醫師盡使命守護生命，人間就有活佛保佑衆生。◆

好醫師是人間活佛

12  
13  
15

卷之二

無常人生把握因緣  
一位師兄日前返回家鄉不幸遭逢意外而往生，哥哥認為若不是他邀弟弟回老家，也不會如此，十二月十三日向上人分享時，既

悲傷又自責。上人勸慰道：「心  
要放下，這就是他的因緣，不  
是說你把他邀出來，才會發生意  
外；用世俗的話來說，未註生先  
註死，他的人生有多長，是一定  
的，最重要的是這一生如何過。」

——以前人說——樣生，百樣死」，總是看各自的因緣，因緣會合，就要承受果報。你們是兄弟，所以邀他回老家，這是你們的親情、親緣；而他自己的因緣如此，無病無痛而去，這是他的福。要

無常人生把握因緣

為他祝福，讓他放得下，走得了；你若是心糾結不捨，還將他拉住、綁住，他會走不開。人生無常，平時要把握因緣多做好事，常常和好人、有福的人共同造福人群，會讓我們心很開闊、很歡喜。你要放下，他才能夠超越。」

### 留學臺灣說好中文

由印證教育基金會提供獎助學金來臺念書的海外學子，於印證教育基金會董事會中分享。上人開示時，指出教育是為人間

育良才，不分哪個國家地區的學子；像是莫三比克青年來臺學習，是源自慈濟在莫國推展慈善

志業的好因緣。既然有此因緣來到慈濟學校學習中文、華語，校方就有責任讓他們學得標準、說得流利。

上人勉勵海外學子們，語文

「中文的文字有很深的內涵，一個字可以解說很多的道理，每一個字都有它的故事。你們與人互動時多學習，不只是發音而已，字裏面的道理也要學習，假如今能這樣，你們來到臺灣學中文就很有價值。」

### 五毛錢起步的精神

十二月十四日慈濟慈善基金會董事會，上人致贈五毛錢吊飾給董事們，請大家莫忘慈濟從「五毛錢」起步的初始精神，這分精神要永恆維持。上人並述說正在

日本西光禪寺住持檀上宗謙禪師（左一）拜會上人，致贈《靜思語》讀後心得。

（12月15日）

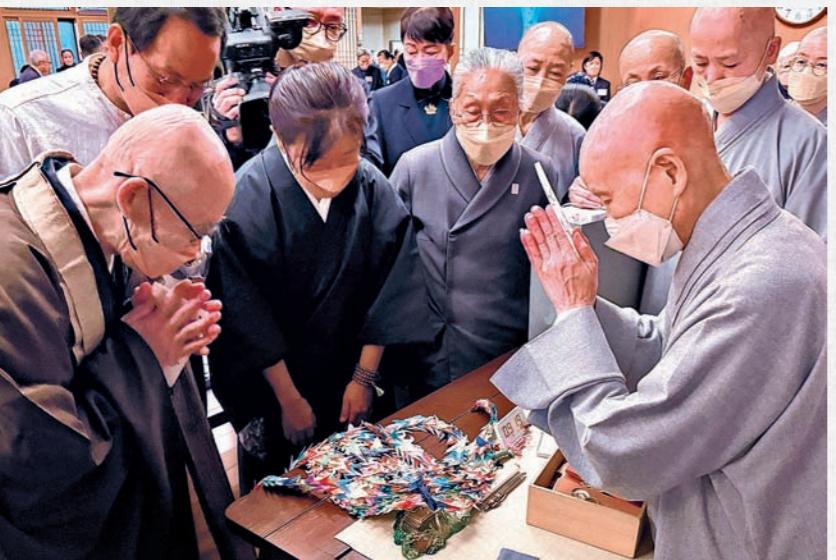
「因緣很不可思議，我很感恩，也抱著虔誠的心為他們祝福。」

除了感恩星馬慈濟人這三年來的付出，也要感恩慈濟在臺灣從起步到現在，從二十個婦女支持我，每人每天存五毛錢，六十年來不斷累積愛的能量，人力增加、物力增加，把因緣擴展到遙遠的地方，能夠回饋佛陀的故鄉。」

上人說，從全球地圖來看，

臺灣與印度菩提迦耶相隔三千多公里，馬來西亞、新加坡慈濟人要到佛陀故鄉，也是經過三千多公里，成為一個等邊三角形，全長約一萬公里，讓不同國度的人跨越時空距離，重回佛陀時代，追尋佛陀足跡，也要讓佛法在佛陀的故鄉推廣興盛。佛教界人士能夠會合起來，在慈濟人的護法之下，參與迦毘羅衛大愛村動土盛會，也讓自己很歡喜、很感恩！

上人感恩大家在臺灣守護慈



進行中的佛陀故鄉專案，回饋佛陀故鄉是自己一直以來的心願，

很感恩馬來西亞、新加坡慈濟人率前往尼泊爾藍毘尼，以及印度菩提迦耶等地，推行慈善、醫療、教育，也在互動中將慈濟人

文帶給貧苦居民。

上人說：「慈濟是因為佛法的精神而創立，也因為佛法，讓慈濟在六十年來為人間、為眾生而付出，所以要飲水思源。如今因緣成熟，慈濟人幾年來與居民的互動，已經牽起一分很好的緣。」

林靜惆師姊說明，迦毘羅衛大愛村十二月十八日將舉行動土典禮，將有不同國籍、不同道場的佛教法師前來參與。除了建蓋永久住宅，大愛村還設有社區中心、幼兒園，以及職能培訓所、義診所，旁邊的空地若經接洽允許使用，可以讓居民農耕。

濟志業的根，讓慈濟慈善援助及人道關懷，擴及一百三十九個國家地區，「慈濟從臺灣花蓮，每個人每天存五毛錢做起，現在大愛普及國際，可以讓大眾看見佛法，我們是名副其實『為佛教，為眾生』。」

### 守護「我們的醫院」

十二月十五日，上人即將啟程返回花蓮，臺北慈濟醫院主管同仁、北區師兄師姊依依不捨，於感恩時刻分享心情。上人開示，人生四大事——生、老、病、死，都離不開醫療，最仰賴醫療的就是病。人身是載道器，身體也是最不乾淨的。所謂載道器，就是生而為人，才有因緣可以聽聞佛法，了解佛陀所要教導的道理——真誠、信實。

醫療守護著生命，人們從出

生到老死，身有病痛都要依靠醫師救治，上人說，佛陀被尊稱為「大魔王」，自己也稱醫師們為大魔王，視同如佛般，因為許多人想要解脫苦，總是求佛保佑，而如果想要健康，就要求醫師救治疾病。

「有的病人走不出來，醫師主動走進他們的家，這就是不請之師。」上人感恩各所慈濟醫院承擔偏鄉醫療，送慢性病藥物到偏鄉，也經常利用假期，與慈濟人到偏遠鄉鎮為個案義診或協助送醫。

「這就是醫療的使命感，這

分精神要延續。醫師對醫療沒有其他要求，只求大家要有使命，院長、副院長與主管們要將同仁帶好，讓大家盡自己的使命感，實踐自己救命、治病的志願。你們決定要當醫師，難道不就是為了救人？會立下這分志願，就是

好當初決定建醫院，也幸好當初決定做醫療教育。」

每一所慈濟醫院的建設，都是慈濟人走入群眾中募心募愛，匯聚點點滴滴的力量而成就；醫院開始運作以後，也投入醫療志工，把慈濟醫院當成「我們的醫院」。上人說，慈濟人不只當醫療志工，作醫病橋梁，當醫院有

圓滿二十八天第一趟歲末行腳。上人座車於午間返抵精舍，照顧好慈濟大家庭。

因為愛惜生命，這分初心不可忘記。」

上人說起每一年即將踏入醫院臨床實習的慈濟大學醫學系學生，都會到精舍舉行宣誓儀式，誓詞內容亦是要盡形壽守護生命。「我總是默默地想著，隨著一群群的慈大孩子畢業，若都能按照他們所宣誓，則人間都是活佛，都是好醫師。現在看到許多慈大畢業生在慈濟醫院任職，與團隊共同守護生命，也照顧著生病的慈濟法親，總是很慶幸，幸好當初決定建醫院，也幸好當初決定做醫療教育。」

不只是志工，許多醫療同仁都是已受證的慈濟人，都是師父的弟子，也是佛弟子，用真誠的心面對生命，讓自己很安心。請大家時常共修、互動，共同守護、照顧好慈濟大家庭。

## 自我超越

12  
16 ~ 17  
《農十月 · 二十七至二十八》



### 師父真誠的盼望

為公眾而做事、為大眾而承擔責任，要面對許多人、處理許多事，難免會遇到不同的意見而有不同的聲音。十二月十六日，上人對承擔志業會務的常住師父說：「我們是很特殊，因為當年師公對我說：『你我師徒因緣不可思議，你要為佛教，為眾生。』這段話，我不只是將它當作鼓勵，而是當作真誠的盼望，所以一定要依教奉行，一路來都是這樣做，那時的心與現在的念是一致的。」

「差毫釐、失千里，最可怕的就是心，假如雜念心起，毫釐之差，隨著時間過去可能會愈偏愈遠。我最近常常在盤點自己，盤點起來也佩服自己——我對人無私，無論如何都是這樣做，即使外界的無明風起，四面八方有那麼多的是非言論，我也覺得自己站得穩、做得對，如如不動，做就對了，就這樣走過來。」

「現在我年紀這麼大了，只掛慮之後到底是誰能繼續做？師父很感恩你們，師父想做的，大家合心起來做。要做事並不困難，但是領眾要養德，德最重要。不要計較、不要起煩惱，總是問自己有沒有做錯？沒有錯的，做就對了。」

### 後山居民有醫靠

十二月十七日，花蓮慈濟醫院團隊報告，其中 ESO 永續發展辦公室藍陳清高專分享慈院永續發展成果，人力資源室劉曉諭主任分享打造人才永續以及提供同仁健康照顧，醫事室褚惠英專員分享秀林全人整合照護。

需要時，也義不容辭投入如景觀工程、院區設施維護、院內活動支援等。

### 醫院前的連鎖磚

「醫院前的連鎖磚，是院長帶領同仁，與慈濟人一起鋪的，一塊一塊拼起來，我看了覺得很貼心，每一塊磚貼平大地，讓道路平坦，人可以走得很穩，車輛來回輾壓也還是很平穩、很鞏固。

慈濟人與醫護同仁共同守護這片土地，志工也曾經大動員，協助擦拭、維護各樓層的欄杆，將這所醫院當作自己的家一樣疼惜與愛護，我真的很感恩！」上人說，不只是志工，許多醫療同仁都是已受證的慈濟人，都是師父的弟子，也是佛弟子，用真誠的心面對生命，讓自己很安心。請大家時常共修、互動，共同守護、照顧好慈濟大家庭。



花蓮慈院以「職場即社區」為經營理念，推動樂齡友善銀銀共融，為東部醫療儲備人才庫，榮獲首屆「遠見」的醫療永續獎」樂齡友善組「楷模獎」。（相片提供／花蓮慈院）

源也相對較少。不過，花蓮的優點是單純，人情味濃；反過來想，能夠生活在環境單純，人與人互愛的地方，並且發揮自己的專業良能，發揮生命的價值，人生夫復何求？

「若說後山求才難，在慈濟是人人都是好人才；師父一直覺得自己很有福，也很好命，能得到這麼多的好人才，人人用真誠的心求真、求好、求美，包括慈濟人、志業體主管同仁都是好人，很真誠地用愛搶救生命、守護生命。人生難得有知己，而我們有志一同，不就是知己嗎？知道我要做什麼，大家共同協力，方向一致去做，就是最知己。」

「人生在世，所要努力得到的是什麼？若說享受，享用美食或是金銀財寶放一大堆在面前，這樣是享受嗎？其實最好的享受就像你們這樣相互分享所做的，

人表示，雖然是自己要建醫院，但如果沒有這麼多人來支持，只憑自己的力量也做不到。「有人來，而且有誠意，願意去做，我就很感恩，不論是臨床醫療或行政，都很認真、很用心，後勤支援前線，克服很多困難，讓病人

與家屬得到所需要的幫助，做得很好。」

上人肯定慈院團隊可以在知道哪個地方有需要，儘快調度人員，派車送醫護同仁到偏鄉，克服了交通上的困難；至於運用無人機運送藥物到山鄉，可以評估

聽了會很歡喜；而且我們是因應人間所需要，為了利益公眾而善用專業良能，最重要的，能與這麼多知己的好人共聚、相處，就是最值得的。」

上人談到慈濟剛起步時，看見許多貧病交加的苦難家庭，認為醫療很重要，所以在花蓮市辦義診所，但是義診所只能為貧病人治療感冒或提供慢性病藥物等，能發揮的力量很有限；花蓮當時缺乏像北部、西部有精密儀器的大醫院，醫療人員也不多，所以才下定決心在花蓮蓋醫院。

如今慈濟在臺灣總共有八所醫院、一間診所，而在東臺灣則連結花蓮、玉里、關山一線，為較重症的病患提供醫療治療。「很感恩花蓮慈院團隊，到玉里慈院、關山慈院等地支援，所以慈濟醫療在後山，真的做到讓後山傷病者有『醫』靠，我很高興。」上

考量如何做最穩妥，如果山間的村落臨時有需要，無須人車千里迢迢趕路，而能善用科技縮短時間，同時保障人員安全。請大家共同努力克服技術或流程上的困難，有困難需要克服，人生的價值才會不斷增長與超越。

【靜思小語】待人讓一步、退一步，這是真功夫，也是純真的本性——以佛心包容天下人。◆

## 心要寬、念要純

12  
18

（農十月・二十九）



大智若愚，不起煩惱

澳洲布里斯本聯絡處副負責

人盧威程師兄，以及盧以欣、張曉馨、高敬堯等十多位澳洲慈濟

人，返回精舍與上人座談時，上人教導威程師兄，要將設立特殊醫療門診中心的過程中所遇到的挑戰說出來：「不是要你們自誇，要讓人知道有困難該怎麼克服。」

若一帆風順，沒有困難，就沒有什麼事可講，也沒有什麼歷史可寫；就是有困難，我們甘願用心、盡力去克服，不怕辛苦又繼續走，這就是很寶貴的歷史，一定要寫

下來分享。」

「之前再怎樣辛苦，都已經過去，最安慰的就是我們做得成功，而且腳踏實地，不斷進步；我們所走的這條路充滿荊棘，有很多刺的林投樹，很難走，我們還是不怕辛苦，也要很勇敢去砍除林投樹的刺，鋪平坎坷的路，終究走過來了，這就是價值。」

「要你們盤點自己生命的價值，真的不是為了誇耀自己，我們老實走，寫下來踏實走過的路，才能為未來的人鋪出一條大家同樣能走的路。傳承不是放下責任，而是帶著大家一起走，傳自己走這條路的經驗；你們現在這樣的年紀，是最好做事的時候，路才剛鋪起來而已，你們就要一直帶人，讓後來的人順利承接，繼續走路、鋪路、帶人，愈接愈好，前面的人把每一步都踏得穩，後面跟著走的人也會愈走愈平穩。」

「我們做對的事情，把事情做得圓滿，就感到法喜充滿。什麼叫做法喜？就是做到了付出無所求，所以很歡喜。我們繼續傻傻地做就對了，就是要保持這樣，從過去到現在，這念心不要再有變異，否則會起煩惱；你們一直維持這樣，做就對了，有朝一日會有很多人向你們看齊。」

### 發揮佛性，心不打結

上人說，對於四大志業，自己已經很安心；人生無常，何況自己的年紀也這麼大了。過去自己做的事情，現在大家都承接得很好，而慈濟事不離開人間事，只是大家都還是凡夫，各有見解，比較了解師父的慈濟人，會認為師父這麼教，弟子就照著做就對了；如果有一點境界干擾，以致心起無明，他們也會自己用法解

開，若還是解不了，就會回來向師父傾訴，由自己把他們的心結一一解開。

「凡夫心無明，很容易打結，就像繩子一樣，編得愈長，愈容易打結。我們要做的是天下大的事情，無論發生在地球上哪一個洲的災難，我都要聽、要看，這都是我所要擔憂的，你們只是在澳洲。大家現在都還很年輕並且這麼合心，比師父更有福，師父當初獨自創立慈濟，帶著少數幾個人做慈濟，你們是一開始就有慈青同學，學問平齊，見解相似。我沒有文憑，學歷不夠，現在四大志業有很多博士，志業體需要這麼多高學歷的人才，不過大家也都說，『師父要做的，我們照師父的話做就對』。」

上人表示，早年臺灣能栽培孩子上大學，是很值得慶祝的事；現在的年輕人普遍有高學

之後，上人叮嚀師兄師姊們永遠都要記得靜思法脈與慈濟宗門，靜思法脈源自臺灣花蓮的靜思精舍，精舍就是慈濟的本家，人人都是靜思弟子。所謂「慈濟宗」，慈是無緣大慈，濟是同體大悲——得知有人有困難，不忍、不捨而伸出援手，付出得很甘願、很歡喜，這是大悲心；大慈，就是用法解救眾生在生活上的貧困、彌補精神上的欠缺，而與眾生同樂。

「我們濟度苦難眾生，有『濟』還要有『度』；我們去幫助人，對方的心還未滿足，我們繼續給，給到他們歡喜滿足，我們就帶他們走進來，一起來付出，這也是度人的一種方式。慈悲就是付出無所求，還要說：『感恩喔！』師父說這句話的含意就是在這裏。」上人說，在臺灣有不少慈濟照顧戶，後來主動停扶，

並且投入志工去幫助人，也有人受證成為慈誠或委員。所以慈濟菩薩面對苦難眾生，要用愛去濟度，在物質上幫助他們，也真誠關懷他們，希望他們有朝一日，身心都能自立，還能夠為別人付出，這就是大家做慈濟的收穫。

「付出無所求，還要說感恩，這樣我們會常常很快樂；能夠做幫助人的事情，是最有福的人。不論如何，他還需要，我們就給他，這代表我們有餘力能付出，是我們的福。」上人教導，大智若愚，有智慧的人有時會讓助人，對方的心還未滿足，我們繼續給，給到他們歡喜滿足，我們就帶他們走進來，一起來付出，這也是度人的一種方式。慈悲就是付出無所求，還要說：『感恩喔！』師父說這句話的含意就是在這裏。」上人說，在臺灣有不少慈濟照顧戶，後來主動停扶，

歷，碩士、博士已經沒有什麼特別了，大家能夠和睦相處、尊重彼此，是最重要的。「現在的人面對的世界愈廣、人愈多，有時計較愈多；若希望人生很安穩、很平安，反而很難求得，故而需要宗教，將心靈付託給信仰。不論信仰哪一種宗教，都能共同在慈濟大家庭一起做事，做得很歡喜。不同的宗教信仰者，若能結合力量，就可以發揮很大的良能，前提是大家都要有正信，不做迷信。」

上人談到自己很珍惜與澳洲安琪拉修女的情誼，宗教家之間的情很真、很純。如果大家都如此，不分宗教，合和互協做事，力量就很大。「你們在澳洲，要做社會人間事，要發心立願，常常維持心寬念純，心要寬且念要單純。師父如果遇到什麼事情，就自我提醒這句話：心要寬、念要

要純。我們不要誤會人，即使對方的要求，在我們看來比較過分，我們可以讓一步、退一步，還是尊重他們、愛護他們。能夠做到這樣，就是真功夫，也就是發揮純真的本性——用佛心、佛性，

包容天下人，大愛人間事。

「要人人都與我們有一樣的心態，這是不可能；我們有自己堅持，堅持對的事、做就對了。要把自己的心培養得寬廣，若有人我是非，我們自己的心念要單

純；有人對我們有誤會，我們能解釋就解釋，如果解釋不開，我們就稍微停一下，讓他們去思考。對於我們該做的事情，還是要認真做，做得讓他們自己覺得，還是應該再回來做慈濟。」

【靜思小語】關心世間的災難與天下的苦難人，就會知道如何解自己的苦。

## 透徹人間疾苦

12  
19

《農十月·三十》



### 相聚在志學大愛農場

花蓮縣壽豐鄉鯉魚山下的志學大愛農場，是精舍的「糧倉」，由精舍向台糖承租十二公頃田地，從二〇一六年開始規畫，以

友善方式耕作，獲有機認證。九年多來，屏東、臺中、桃園、苗栗等地的慈濟志工輪流前來插秧耕種，從最初在荒蕪的土地上，桃園團隊負責撿石頭、挲草、拉防護網防雁鴨；臺中團隊承擔開

通和維護灌溉水道、施有機肥等粗重工作；苗栗團隊承擔田埂除草工作，臺北團隊搭建農舍等，如今在這片良田豐收的稻米，足以供應精舍每天三餐所需。

全臺志學農場志工與上人座

南非朱恆民師兄（右四）、袁亞棋師姊（右五）偕德本教育團隊向上人銷假。（12月19日）

談，上人說起自己曾與豐原慈雲寺常住眾一起做過農事：「慈雲寺的田是在潭子，從豐原到潭子也有一段距離，走田埂路就要有一段時間。種田很辛苦，尤其是在挲草、收草，我都曾做過，吃米知源頭，農人真的很辛苦。」

「聽著你們的分享，我在內心是聲聲句句的『感恩』。大家都是生活在都市，從事商業、工業等工作，因為慈濟而用誠意投入農耕，作息很不同。大家原本互不相識，借這個因緣回來共同做事，也建立了感情；農田也是道場，大家一起做著不曾做過的工作。其實做歡喜就好，不要太過勞、太勉強，要照顧好自己的身體，不要在大太陽下曝曬太久，冬天寒冷時也不要讓自己冷過頭。總而言之，大家就抱著來體驗的心態，不要做得太辛苦。」

上人認為大家難得從臺灣各

### 把握能做事的每一天

年長的師兄師姊表達要學習上人，分秒不空過，要做事做到最後一口氣。上人肯定大家的精神，也叮嚀照顧好身體，要適應現在的體力做事，不能做太粗重



的工作，還有許多慈濟事可做，例如有法親遇到境界考驗，可以陪伴、鼓勵、安慰他們，慈濟人相互輔導。

「我們都是凡夫，難免會在人與人之間起摩擦，只要我們知道哪一位有狀況，就去膚慰他、勉勵他。人們總是感嘆人生苦，要解自己的苦，其實是要多看人間不同的苦。慈濟人看的苦難人很多，你們若去訪視、賑災，什麼樣的苦都看過；或是收看大愛臺，了解國際間發生什麼事情，讓自己的眼界與心胸更開闊。在這個時代，好人要更多一點，好事要更多人來做，否則眾生共業，世間的災難與人間的苦難會愈來愈多。」

上人說，善惡拔河是人多的一邊會拉贏，好人愈多、善事愈多，人間就會充滿祥瑞、吉祥之氣；若充滿惡濁之氣，則會更快

面對末世的災難。「現在還來得及，因為有這麼多慈濟人，都不斷在帶動好人做好事，最起碼此時還平安。最怕的是未來的人，沒辦法像我們這樣一直講、一直做，而且帶著人一起做、講給更多人聽，沒有人帶動做好事，善的力量就減弱了。」

「我們唯有把握還健在時，只要做得到就去做，師父每天都這樣鼓勵自己，也鼓勵大家。不過，我也很疼惜自己，不要讓自己過勞，顧好我的腦力，腦力要很健全，而且時常用它，不要讓慈悲利他區域的腦細胞睡著。我們若能好好培養慈悲利他的心念，顧好這一區的福田，經常對別人分享好事、帶動人，人間的好人會更多。」

上人說，人間的善惡會相互影響，若交談時總是談比較負面的事，對人沒有同情心、沒有疼

愛的心，就愈趨於惡而遠離善。「有良知、有愛心的人會疼愛人，不讓人受苦、受傷害，世間的正信宗教都倡導這分愛，廣愛眾生。」

上人肯定師兄師姊們在插秧後，牽起「愛的防護網」，防止雁鴨戲水破壞秧苗，在即將收成時也會撐起網繩，減少鳥兒啄食。

「你們圍起網子，也是疼惜、愛物，照顧好作物，也不傷害鳥，這一點做得很好，師父很感恩你們。」

「田地雖然是租的，原本若沒有人耕種，就放任荒蕪，而我們用心、用力去開墾，種出有機、無毒的稻子，很感恩有這片土地，讓大家回來做農事，做得皆大歡喜，建立好感情，師父也會很歡喜。但是師父打從內心要跟你們說，做歡喜就好，不要以收成多少為目標，也不要做得太過頭。」

## 教育品質看得見

12  
20  
21

《農十一月·初一至初二》



【靜思小語】教育不只是「教」，而是老師以身作則，作為學生學習的典範。◆

### 尼泊爾希望種子

馬尼斯、吉斯南、維偉、璧瑪拉、尼季塔等五位藍毘尼佛教慈濟學校儲備教師，來到慈濟大

學學習中文及慈濟人文，迄今已五個月，預計於十二月二十四日返回尼泊爾。十二月二十日，在馬來西亞余靜怡老師、慈濟教育志業執行長辦公室顧問李玲惠等人陪伴下，前來分享並告假。

慈濟學校的師生要穿制服，上人期許老師們以身作則，讓人裝儀容很整齊，從行儀就看見教育品質。假如老師要求學生整齊，

本身卻邋遢，就無從教起。老師對學生說的話都是教育，不是只有「叫」他們怎麼做而已，要教導他們，讓他們知道為何穿制服。

「老師服裝儀容整齊，不會大眾看到老師的品格，能夠尊師重道。當老師是很神聖的，不是只有讓學生認識講臺上的是老師，要讓社會大眾也認識這群人是老師，所以出門同樣要服儀整齊。」

上人表示，每一位慈濟人不只在慈濟道場辦活動時穿制服，團體在外行動也穿得很整齊，包

現都強調「愛的教育」，上人說，要先有情才能傳愛，這



靜思精舍六位常住師父至新竹關西潮音禪寺受三壇大戒圓滿，展具向上人謝戒銷假。

(12月20日)

分情是菩薩的「覺有情」，清淨而覺悟，老師也要引導懵懂的孩子成為覺有情的菩薩。能夠這樣，學生與老師的情不會因為學生畢業就中斷，而老師們與師父的情也能連接起來，會合於佛法；信仰其他的宗教也無妨，各宗教的教主同樣都有如佛菩薩的品格。「菩薩愛護人間、教育眾生，而老師們將孩子教好，讓社會祥和，是最有資格稱為菩薩。」

上人對尼泊爾老師們說：「請你們把我的愛與期待帶回尼泊爾，要承擔起教育責任。尼泊爾對我來說有一分深遠的感情，

這分情是來自於二千五百多年前的釋迦牟尼佛，也就是出生於藍毘尼的悉達多太子。他離開王宮修行，覺悟了宇宙人間的道理，並且走入人群度眾生，他是我們的模範。他離開王宮，就是離開了世俗的名、利、地位；一般人

求名、求利，都是為了自己，但是悉達多太子是要求自己超越。」「我們也要自我要求，將在臺灣學到好的教育方法帶回去，好好發揮；還要好好追蹤悉達多太子的腳步，了解佛陀的生平事蹟，也帶回我對尼泊爾的誠意與愛。一顆種子播入土中，從土壤發芽、成長，直到開花結果，會產生很多種子；我很有心要幫助尼泊爾提升教育品質，你們就要當這一顆種子，從『一』生無量，為尼泊爾帶回無限的希望。」

#### 茹素好處說不盡

十二月二十一日與阿根廷聯絡處負責人邱淑玉師姊談話時，提及推動素食，上人教導不要讓人覺得走入這個團體就要素食，有人會因此劃了一道界限。要先讓人知道素食的道理，了解茹素

有什麼好處，對人的身心有益，也能保護大地環境、淨化空氣與水土；推素應該從多方面鼓勵人，除了有益健康、保護環境，並且連結佛法道理，用慈悲心愛護眾生，所以不忍食眾生肉。

上人指出，眾生都有與佛同等的智慧與本性，只因長久以來被無明雜念蒙蔽，隨著欲念而爭權奪利；科技愈先進，對大地資源的消耗愈大，對環境的破壞也愈加嚴重。然而每個人的生活

卻已離不開這些消耗資源而製造的物品，無法教大家都不要使用，這是很無奈的。順應人間的同時，要愛物、惜物，珍惜使用每一種物品，並且自我節制欲念，不需要用到的東西，則不一定要擁有。

【靜思小語】好的醫療是能與人互動，醫師與病人結好緣，進而教病人學會如何面對疾病。◆

## 醫療要與衆生有情

12  
22  
24

《農十一月·初三至初五》



### 為後世追溯真實的史料

名學者賜序。文史處同仁在座。

十二月二十二日，慈善志業顏博文執行長報告天下文化將為慈濟出版永續治理專書，並有臺灣大學校長、企業界及管理界知

慈濟的看法，只要是很真誠、有誠意為慈濟而寫，就要留在將來可以成為歷史的書籍，所以要很嚴謹。

「我現在總是要大家留下慈濟的史實，可以追溯得到的資料就要留，是為了在未來讓人知道慈濟的起源，符合當時的社會背景與文化。有人看到『五毛錢』，會去查找慈濟起步當時的社會環



慈大團隊參加「2025 iENA 慶國紐倫堡國際發明展」獲獎，師生前來分享參展作品之一「多點式醫療管路固定與調整裝置」。

境，包括當年『五毛錢』起頭時  
有多少力量，都要能講清楚、說  
明白。——

明白。

「我不求其他，只求真實，歷史的起源要寫好；最初幾例接受慈濟救助的照顧戶，我們要把他們的人生故事，接受慈濟救濟

故事，要守護好這一點。

慈濟慈善援建住屋之始，「當時一間房子，幾千元就能蓋起來了。不過那時的幾千元是一大筆費用，但能讓人安身、安心、安生，所以我們覺得這樣做得很對，後來就漸漸從援建零星住屋到興建大愛村。所以一切都是有源頭，都有脈絡可循，就要講清楚，讓大愛村的住戶知道，他們住的房子是慈濟援建的，是慈濟的恩情，是慈濟的愛，是慈濟的福。」

「又如『用鼓掌的雙手做環保』，那一場講座也影響很大，就從那一年開始，慈濟環保延續來的人知道源頭在哪裏、法脈在哪裏。」

的人間生態。人的生命很有限，若當事人往生了，就無法得到他們的親身見證；但是相片或物品，若經妥善保存，可以見證當年。

的靈鷲山說法臺為例，桌上擺放的模型，是照著實景縮小，自己清晨禮佛時，就會看著模型觀想靈鷲山。「此生雖然從未去過這個地方，卻感到很熟悉。每天早晨禮佛，觀想佛陀在此說《法華經》，也是在此說慈濟人天天力行的《無量義經》。」

——其實印度的靈鷲山說法臺場地不大，我看到慈濟人站在臺上，頂多能容納二、三十位而已，而經文總是寫著有幾百、幾千人來聽佛說法，或者可以說這是心靈的境界；佛陀帶一千多人在這裏講經，其實是沒辦法，但是經

地方起尊重心而放大數字。我認

為應該要呈現真實相，實際的環境有多大，可以容納多少人，讓後代的人了解當地的真實狀態。」

醫療要能直接與人對話

十二月二十四日，花蓮慈濟醫院團隊返回精舍報告，包括在醫策會醫療品質獎（NHQA）、「

國家新創獎表現亮眼。上人感恩大家的努力與精進，獲得獎項肯定，並表示醫療是直接與人的生命對話，人生的四大事——生老病死都與醫療密切相關，所以很用心要將醫療做好。所希望達到的「好」，就是真正能與病人對話、互動，不是只有為病人診斷、開藥，還要讓病人了解自己的狀況，知道要用什麼態度來面對疾

「人生過程總在不斷地學習，要到覺悟的境界，還有一段很長的距離。要到達成佛的覺悟境界，就要學菩薩道，學習與眾生建立『有情』，人與醫要有對話，醫師要與病人結好緣，教病人學會如何面對疾病。」

自然會聽醫師的話，增進疾病治療效果。所以醫師要學會與病人建立好緣，進而教病人與疾病對話。」

「人生過程總在不斷地學，要到覺悟的境界，還有一段長的距離。要到達成佛的覺悟界，就要學菩薩道，學習與眾建立『有情』，人與醫要有對學會如何面對疾病。」

對於團隊報告的癌症篩檢與追蹤防護網，上人勉勵慈院除了加強篩檢，幫助民眾早期發現、

十二月二十三日，南投舍心組隊師兄師姊們返回精舍，上人期許大家回憶過去所做的慈濟事，並好好整理出來；慈濟將近一甲子，這六十年的歷史即包含了這麼多慈濟人的生命足跡。

上人說，一天有八萬六千四百秒，其實每一秒都是生命的關卡，任何一秒過不去，此生也就結束了。所以總是提醒大家要把握時間，將值得回憶的人生經歷留下來，留給人生足跡與過去。

至今。」上人指出，各地慈濟人帶動社區會眾做資源回收分類，都會說起「用鼓掌的雙手做環保」，這都很有歷史性，請主管同仁們要將當時的資料找齊並寫好，所呈現的都是真誠、實在的故事，要守護好這一點。

證嚴上人衲履足跡

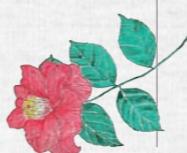
早期治療，也要會合教育志業進入山鄉做衛生教育，傳授維護健康的知識，安排村民來院健檢；或是聯合慈善志業，輔導居民戒菸、戒酒、戒檳榔等，從改善生活習慣，根除觸發癌症的因素。

「我們既然在花蓮，就要為花蓮付出；你們來到花蓮慈院任

## 心的方向感

12  
25  
26

《農十一月·初六至初七》



職，也是為了守護生命、守護健康、守護愛，這是師父的心願，但要靠你們才有辦法達成。慈濟醫療在花東，要如何更貼切地照顧到各鄉鎮的民眾健康，請你們評估考量，或者可以結合慈濟人醫會去做，由基金會支持，大家合和互協守護花東。」

### 人文志業的社會責任

十二月二十五日，人文志業蕭毅君、歐宏瑜、林天來師兄等

人，與志工余碧真、婁明慶師姊前來分享甫於十二月十九日至二十一日圓滿落幕的關渡人文藝術週活動點滴。上人說：「要讓

社會很美，就要人善；要引導人向善，就要多舉辦善的活動，創造善的人文風氣。」

上人指出，慈善、醫療、教

育、人文四大志業都需要人文，每一個志業都少不了人文志業的加入。「只要有因緣、有機會，都要去參與並傳播，這是人文志業的社會責任。創造善與美，才叫做人文；要有善與美，當然需要教育。總而言之，我們要在人間帶起慈善人文的社會風氣。臺灣有多少善的行動、善的活動，除了慈濟，其他團體所做的也不少，我們要收集、傳播人間的善，也可以讓其他團體在關渡園區辦一些演講活動。」

上人表示，善心、善行需要宣揚，不能只是局限在某個範圍，要讓大眾看得見、體會得到善的美；善的行動也要有解說，讓人了解這個團隊的特色。例如關渡園區的鄰居有和碩、華碩公司，幾位領導者長久以來與慈濟緊密互動，可以時常合辦活動，讓整個地區的人們都能來參加，做出

花蓮監獄關懷團隊敬呈受刑人繪製的「心經與觀音佛像」書畫作品。  
(12月26日)



上人表示，在團隊裏，大家互動時都要提起感恩、尊重、愛；面對大眾，則共同努力守護健康、守護愛。很感恩主管同仁們看見偏鄉需求，其實不只在花東，即使是宜蘭，有慈濟人的社區，都可以連結起來，會合人醫會提供醫療服務或疾病篩檢與衛教。

上人表示，在團隊裏，大家互動時都要提起感恩、尊重、愛；面對大眾，則共同努力守護健康、守護愛。很感恩主管同仁們看見偏鄉需求，其實不只在花東，即使是宜蘭，有慈濟人的社區，都可以連結起來，會合人醫會提供醫療服務或疾病篩檢與衛教。

受證榮董，希望回美國後參加委員培訓課程。

談話中，上人說到，若以為是人生遭遇了什麼境界才來求佛法，這是錯誤的觀念，佛法傳達的宗教道理，就是人生的宗旨、生活的教育；人生若沒有宗旨會很迷茫，所以宗教信仰能讓人篤定地走自己選擇的人生道路，所以一向尊重所有的正信宗教，慈



全球慈青年會回到靜思精舍圓緣分享心得，尼泊爾志工薩姆拉特·普拉賈帕蒂（Samrat Prajapati，左二）敬呈父親手作的蠟燭。  
（12月27日）

### 給師公上人的一句話

來自馬來西亞、新加坡、菲

律賓、澳洲、南非、印尼、美國、

斯里蘭卡、緬甸、加拿大、馬拉威、尼泊爾、尚比亞、日本，

以及臺灣各地的慈青學員、隊輔與工作人員近五百人，十二月二十七日返回心靈故鄉參與全球

## 大愛理所當然

12  
27  
28

《農十一月·初八至初九》



【靜思小語】愛自己的孩子是當然，能做到理所當然愛天下的孩子，是真正無我無私的大愛。◆

在社會上接觸很複雜的人與事，若心無定向，遇到了境界就很容易被拉過去，有的時候一念偏差，千萬事錯；如果有信仰，心有一個方向，就不會偏差。所探討的道理。

濟人即使並非信仰佛教，只要虔誠，而且具有正信，自己都很支持。大家走入慈濟，也是走在正信宗教的道路上，其中有很值得探討的道理。

在社會上接觸很複雜的人與事，若心無定向，遇到了境界就很容易被拉過去，有的時候一念偏差，千萬事錯；如果有信仰，心有一個方向，就不會偏差。所以，要用心了解慈濟的好在哪裏。」上人說，要受證成為委員，必須經過培訓，對於選擇要走的道路了解得更明確。「你們真的要走入慈濟，慈濟需要人才，也有所要求，所以會經過一關又一關，確認自己做得到，更加堅定往前走。」

慈青年會，與上人座談並舉行圓緣典禮。

聆聽分享之後，上人肯定慈青們很誠懇，很用心承擔志業，傳承慈濟大愛，讓自己很安心也很感動。「慈濟這一分愛，要靠你們繼續向下傳承，代代相傳慈濟心、慈濟情；只要每一代都有這分愛，我就很放心。」

緣於菲律賓慈青馬克·博伊瑟不捨地緬懷因病往生的蔡昇航師兄，上人說：「人生做到讓人永遠記得，還會想起此人曾經為人間做了什麼事，就是有價值。雖然在座可能有人不認識昇航，不過我們聽到有人分享人品典範，也要提起誠懇的愛學習。」

「昇航是用他的生命做慈濟，雖然人間的因緣不長，可是他在慈濟的慧命長長久久。昇航在菲律賓做慈善發放、賑災清掃的影像，已經一幕一幕刻在我

的心裏。他的這一生，是他的爸爸（蔡萬擗）送他來，我牽著他走；等到我的下一生，換他會來牽我的手再走入慈濟，繼續同行菩薩道。」

「未來的人間比現在更需要慈濟，但是未來的人間是需要你們去傳慈濟。所以你們要發心立願，慈濟道路有你們不斷地開拓、鋪展，並且呼籲人人走上這條人間菩薩道。你們在不同的國家，就地傳承慈濟的精神，這就是我最大的期待。」

上人教各國慈青回到居住地以後，每天都能透過網路平臺共聚，傳遞「給師公上人的一句話」，讓自己身在臺灣，天天都有各國慈青圍繞在身邊；看著世界各地的年輕人，想著未來世界還是會與大家共聚，大家與今天一樣圍繞在身邊。「我們今天發了好願，結了這分好緣，菩薩立

願、行願在人間，生生世世，我們永遠同行。」

### 不輕視渺小的一念心

十二月二十八日，海內外畢業慈青與上人座談，這群年輕的師兄師姊們都表示，最初投入慈濟的那一念心，直到現在都沒有變。上人肯定道，只要大家能恆持初心，對自己來說就很足夠；感受到大家的誠意，自己很感動。

「地球是宇宙虛空中一顆小小的星球，人類在宇宙中真的很渺小，但是不可輕視我們渺小的一念心。就如你們平時生活在世界各地，雖然地理距離很遙遠，但是你我的心靈距離很貼近；無論你們在哪一個國家，心中都有我，只要想到了我，慈濟志業就不會中斷，所以因、緣不斷地相牽，牽著我們生生世世都可以見面互

動。」

「我相信，只要你們有心，那一個國家就會有慈濟人；只要你們心想著慈濟，展現出善的行動而投入。好的法，要多走、多行，一腳向前邁出去，另一腳緊跟著再邁出。就如我桌上的陶雕雙足，寫著『唯吾知足』，『吾』是我、是你、是每一位，要時常知足，把愛的能量再向外付出，因為我們有滿滿的愛。」

座中有海外畢業慈青發願，自己沒有孩子，但是會用這分心在居住地努力承擔，不只撐起志業，也要帶好更多慈青，代代相傳、棒棒接力。上人說，成立家庭後，就會掛慮家人，對於自家的孩子也總是有偏私的愛；而大家很有福，走入慈濟，愛有一個寄託的方向，普天下的孩子都可以去愛，這分愛是心無掛慮的愛。

一個人的力量太微弱，必須與大家會合起來，共同為天下的孩子付出，這樣的行動有名、有相，名副其實。「一個人走不了多少路，哪怕我的心真正愛普天下人，有心想要做天下事，實在是做不到，要結合人人的愛，愛的能量就無限大。所以要你們與我、我與你們，化為大無我的能量，才能愛護天下眾生。」

慈青從一九九二年成立至

「大愛包容地球村，沒有孩子不要緊，天下的孩子都是我們的孩子。若說愛自己的孩子，大家認為理所當然；要去愛天下的孩子，這分愛是否理所當然？能

做到理所當然地愛天下的孩子，就很是不起！假如人人都能做到，就是人間淨土。這分愛是真正無我的大愛，沒有私我的愛，而能與天下眾生同為一體。」

上人表示，即使心有大愛，一個人的力量太微弱，必須與大家會合起來，共同為天下的孩子付出，這樣的行動有名、有相，名副其實。「一個人走不了多少路，哪怕我的心真正愛普天下人，有心想要做天下事，實在是做不到，要結合人人的愛，愛的能量就無限大。所以要你們與我、我與你們，化為大無我的能量，才能愛護天下眾生。」

今，已逾三十三年，上人說，第一期的慈青加入時，大約二十歲，現在年過半百了，許多人成家立業，孩子也長大了。壯年過後，就會進入老年，真正能利益人群的時間也隨之減少。

「你們或許曾經發大願，但

是大願難成，回到這裏與夥伴們共同發心立願，大家會合起來，人多，願力就大。」上人教師兄姊們要經常聯絡，不只是彼此緊密互動，也要與本會保持緊密聯繫，可以隨時回傳行善助人的心得，也讓自己天天透過網路看

到這群慈青孩子。「你們與我有約，為了要與我聯絡，一定要成就一件好事、說一句好話、帶動一個人。所以建立這個聯絡的平臺，也能督促你們行善，要記得我在這裏等待你們的訊息，有時間要常回來。」

## 佛性的展現

12  
29  
30

《農十一月·初十至十二》



【靜思小語】大愛普及一切，不只愛人，要愛物、愛天地、愛衆生。◆

環保與素食

十二月二十九日，慈善志業

何日生副執行長與文史處團隊報告慈濟與哈佛文理學院 Chinese

Art Media Lab 合作，在慈濟迎向六十周年之際，以《明心》(Journey to Enlightenment) 為名所策畫的

沉浸式展覽，將透過數位藝術與歷史考古，串聯亞洲佛教歷程與

午後慈善溫馨分享，上人提及此項展覽，期待內容要做得有溫度、有內涵，很真、很實在。請文史相關單位，也要結合靜思



法脈的精舍常住眾，共同投入。

「沒有靜思就沒有慈濟，而靜思

是從佛教而來，所以我們要回饋

佛教，感恩釋迦牟尼佛出現在人

間，我們才有成為佛教徒的因緣，

成立佛教的機構；感恩佛陀，就

要應用佛法，將佛陀的精神理念

發揮在人間。」

「佛陀為眾生指引方向，只是一個起頭，後面的路是由世人繼續開拓、鋪展。佛陀告訴我們：人人本具有佛性，也本具有與佛同等的智慧。我們要用心思考，

『心、佛、眾生三無差別』，『蠢動含靈皆有佛性』，所以眾生平

等，要愛護一切生靈。我們推動

素食，已經讓人看見了，也有感

覺了，我們要繼續努力。因為現

在地球環境的破壞與污染很嚴

重，有很大一部分是為了供應人

們吃肉而畜養動物，砍伐山林變

成畜牧場等，動物的呼吸排泄也

造成環境負擔，我們要從環保觀

點來呼籲大眾愛惜大地。」

上人說，大愛普及一切，不

只有愛人，要愛物、愛天地、愛

眾生。只靠自己大聲疾呼，影響

力有限，需要大家憑著各自的智

慧，用方法推動與帶動。「全球

人口愈多，一張口所造的業很重，

吞食很多動物傷害牠們的生命，

還造了很多口業，說了很多傷害

純真慧命的話。我們要弘揚善法，

帶動人人開口說好話、動手做好

事，做出真正為人間有貢獻的好

人好事，成為人間菩薩。」

### 職業與志業

高雄人文真善美團隊敬呈《盤點生命價值·高雄子藏》五本  
樣書。

(12月29日)

十二月三十日，宗教處主管  
同仁報告歐美非慈濟會務後，上  
人說：「職業與志業的差別，在  
於職業是上班，行政工作做好就  
好了；志業是立志要做的人用誠

意投入，而非公事公辦。」

「若是用從事職業的態度  
投入志業體，對慈濟不了解，只  
是做自己工作範圍內的事，按照  
時間上下班；若是做志業，志工  
即使沒有領薪水，卻自動自發，  
不分日夜，很真誠地投入，這就  
是發心立願的人面對慈濟事的態  
度。儘管職業人來承擔慈濟的工

作，是按時上下班，也有守職場  
的規矩，只是少了那一分做志業  
的志願心。」

「當然也有志工會挑自己  
喜歡做的事來做，人事物若不如  
己意就不去管，很自由；但若真  
正有承擔志業的精神，會將志業  
視同自己的生命，無論面對什麼  
境界，都勇於突破困難去做到。」

## 爲人間發揮所學

12  
31

《農十一月・十二》



【靜思小語】教育是社會希望所寄，所培育的人才能利益人群，教育才有價值。◆

隨著因緣去來自在

病房團隊、長照部同仁與上人分  
享科室業務。上人說，生病除了  
身體感受痛苦，心理上也有面臨

死亡的恐懼；而慈濟醫療團隊真  
誠用愛照護病人，也在工作中膚  
慰病人與家屬，讓他們安心把生

命交託給醫護人員。

「雖然現在的醫療很進步，醫師的技術也不斷提升，同時也發現很多新的疾病，很棘手的病況，在醫療科技的搶救下，保住性命，卻無法回復如常的生活，只能躺在床上靠別人照顧，該怎麼辦呢？所以面對病重的親屬命危，要救、不救？總是很掙扎、很矛盾。」

「病人承受『求生不能，求死不得』之苦，很希望得到醫療解救，而我們除了研究治療方法，醫師、護理師也要表達出他們會把病人照顧好，但是要把病人治好的機會很渺茫，即使病人與家屬心裏都知道，卻無法接受，這就是無奈。」

上人說，當時在慈濟醫院設立心蓮病房，是期待給予病人一個緩和的醫療環境，當病人臨命終時，能有去來自在的態度。但

要在面對生死時，心能自在，還要透徹佛法；若知道佛學道理，

就會了解因緣果報，因未斷、緣未了是死不了。有些人感到病痛很苦，很期待趕快離開，但是自己表達不了，家人也不敢做決定，總是無奈地等到最後那口氣斷。

「要說是情，大部分的人都會是癡情，少數人才選擇走覺有情的路。所以很希望大家來學佛，學得自我了徹，來去自如，才不會在人生最後時掙扎痛苦。」

上人提到被醫師宣判生命走向終點的桃園李鶴振師兄，選擇回到花蓮慈院，入住心蓮病房，因為他希望往生之後捐贈大體，能從慈院就近送回慈濟大學，成為大體老師；自己對其人生最後的平靜，印象很深。而在心蓮病房客廳牆面上，掛有一幅口足畫家謝坤山先生致贈的繪作「九品

蓮花化成佛」，師兄會經常坐在畫作下方。

「那幅圖乍看就是蓮花池，用心看就是一尊佛，蓮花中藏著佛。我們的一生，大多無法發現到自己本來具有的佛性，其實佛性永遠存在，就像那朵蓮花，永遠開得很豔麗。那幅圖表達人人本具佛性，佛就隱藏在花裏，若用凡夫心來看，永遠是一幅蓮花圖；真正用心去看，就有佛像。」

### 枯樹枝再度展生機

新加坡蕭慈力師姊、莫濟協師兄報告《回家·聽故事》慈濟六十周年特展內容，並敬邀上人蒞臨指導。上人說，回顧過去，有許多時空背景使然，求不得的苦。無論如何，人與事隨著時間不斷過去，在忙碌的當下也不覺得困擾掛礙，等到已經穩定下來，

聽別人對這一件事的看法，而且有很多人不同的分析，說出不同的故事；有藝術眼光的人來看它，並運用其藝術天分加以展現出來，就變成一件具藝術性很美的作品。

如畫面呈現的枯枝，若信手擺在旁邊，有人不明所以，會覺得很占空間。若有人解說其展示意義，例如印順導師向太虛大師辭行要前往杭州時，太虛大師囑咐道：「回來時，折幾枝梅花來吧！」幾天後太虛大師因病重而圓寂，這枝梅花是永遠也看不到了。看到這個畫面，會聯想到那個時代，若是知道的人，就會把這麼美的故事引述出來。

「每一件物品都要用心去看，而且用心去描述；每個人的藝術美感和學問不同，述說出來的故事與看法也會各不相同。讀過導師《平凡的一生》，知道

這段對話，就會有這樣的聯想。所以說，我們讀書以後，在腦海中輸入的記憶很重要。另一方面，我也感覺到人類的大腦可以容納無限的知識、記憶與思想，真的很不可思議。」

「幾年前，施博士（施益民教授）從美國來與我談話，提起他們的研究，發現人的大腦裏面有個『利他』的區域。後來我常常對大家提起，因為他所說的科學發現，和佛陀說眾生皆有佛性，道理相通。佛和一般人的智慧都一樣，只是我們沒有用心，凡夫被欲念牽引，衍生許多煩惱無明，一層一層將本性遮蓋了。眾生的心靈深處與佛是同樣乾淨，有與佛同等的如來智性。」

上人肯定師兄師姊的布置規畫，並表示還要再加上有人從旁解說，讓枯樹枝也能再度展現生機。「我們要時常與人互動、對

話，讓過去的記憶更鮮明，提升思考力。很感恩濟協、慈力這對夫妻，真的是慈濟『協力』，要繼續發揮愛的能量，用心展現藝術才華。」

### 新的一年善的發動

二〇二五年的最後一天，教育志業體主管同仁返回精舍與上人共度。校長們報告校務，其中，花蓮慈大附中廖逸貞校長報告「大愛育才，綻放生命之光」，慈濟大學校友會張群明理事長分享近期活動規畫。

上人開示：「日曆一張一張撕下來，到了今天剩下一張，明天撕下後，又是新的一本；一天一天過，一天一天撕，到最後都是空。但是牆壁上的日曆空了，期盼著新的日曆會更美，寄望日子會更好，總是很期待新的一年



# 大愛電視節目表

海外觀眾（亞洲地區除外）請接收「大愛二臺」訊號  
客服專線：02-28989898

大愛電視官網



Youtube



## ■週一至週五

00:00 經典劇坊	09:45 大愛學漢醫	17:00 週一：快樂小蘑菇
00:50 365 日日素	10:00 經典劇坊	週二：GO 來雜學
00:55 仁心慧語	10:50 365 日日素	週三：小主播看天下 WOW
01:00 大愛地球村	10:55 仁心慧語	週四：妙博士的異想世界
03:00 大愛劇	11:00 看美善學美善 - 美善劇場	週五：TRY 科學
03:50 風月同天	11:24 大愛真健康	17:30 蔬果生活誌
04:00 週一：人文講堂	11:30 大愛醫生館	17:54 大愛真健康
週二：志為人醫守護愛 2.0	11:45 人間菩提	18:00 大愛學漢醫
週三：生活地球村	12:00 大愛午安新聞	18:15 365 日日素
週四：映照人生	12:30 大愛劇	18:20 仁心慧語
週五：大馬慈濟情	13:19 365 日日素	18:30 高僧傳
04:30 法華經序	13:25 仁心慧語	18:56 慈濟充滿愛
05:30 無義義經偈頌	13:33 高僧傳	19:00 大愛午安新聞
06:30 大愛真健康	14:00 看美善學美善 - 美善劇場	19:45 人間菩提
06:35 大愛早安新聞	14:25 慈濟充滿愛	20:00 大愛劇
07:05 365 日日素	14:30 週一：人文講堂	20:50 大愛醫生館
07:15 風月同天	週二：行動現場	21:01 看美善學美善 - 美善劇場
07:20 仁心慧語	週三：志為人醫守護愛 2.0	21:25 大愛真健康
07:30 蔬果生活誌	週四：大愛全紀實	21:30 無義義經偈頌
08:00 看美善學美善 - 美善劇場	週五：靜心瑜伽	22:24 風月同天
08:25 慈濟充滿愛	15:00 無義義經偈頌	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 無義義經偈頌	16:50 風月同天	23:00 大愛劇
	16:55 仁心慧語	23:50 大愛醫生館

## ■週六

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

## ■週日

00:00 人文講堂	08:30 人間菩提	16:15 365 日日素
00:30 大愛迷你劇場	08:45 草根菩提	16:30 慈濟的故事
02:30 大愛全紀實	09:15 納履足跡	17:00 草根菩提
03:00 名人書房	09:45 365 日日素	17:30 行動現場
04:00 證嚴上人說故事	10:00 生活地球村	18:00 青春愛讀書
04:15 風月同天	10:30 風月同天	18:54 大愛真健康
04:30 法華經序	10:45 名人書房	19:00 大愛午安新聞
05:30 納履足跡	11:40 大愛真健康	19:45 人間菩提
06:00 映照人生	11:45 人間菩提	20:00 大愛影展
06:30 大愛真健康	12:00 大愛午安新聞	22:00 人文講堂
06:35 大愛早安新聞	12:30 人文講堂	22:24 大愛真健康
07:05 365 日日素	13:00 大愛全紀實	22:30 風月同天
07:15 證嚴上人說故事	13:33 大愛影展	22:45 人間菩提
07:30 青春愛讀書	15:45 證嚴上人說故事	23:00 青春愛讀書
08:25 大愛真健康	16:00 風月同天	

# 大愛廣播節目表

慈濟廣播、大愛網路電臺

電話：02-28989999

大愛網路電臺 <http://daairadio.tw>

大愛網路電臺官網



## 大愛網路電臺

### ■週一至週五

00:00 真心看世界	週四：藍天白雲好時光	17:30 鐘聲若響
01:00 週一：愛灑人間	週五：聽見生命力	18:00 真心看世界
週二：大愛知音	愛在西拉雅	19:00 大愛夜安新聞
週三：健康100分	11:00 靜思法髓溯源	19:45 大愛之歌
週五：TRY 科學	11:30 納履足跡有聲版	20:00 週一：愛灑人間
	12:00 大愛午安新聞	週二：大愛知音
	12:30 點亮心光	週三：健康100分
	13:00 濟雨讀書會	洛城大愛百寶箱
	14:00 真心看世界	週四：藍天白雲好時光
	15:00 週一：愛灑人間	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 納履足跡有聲版
		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	09:00 洛城大愛百寶箱	17:00 洛城大愛百寶箱
01:00 大愛知音	09:30 大愛知音	17:30 證嚴法師幸福心法
02:00 洛城大愛百寶箱	10:30 納履足跡德禪師父導讀	18:00 您有一通心留言
02:30 您有一通心留言	11:00 藍天白雲好時光	18:30 心示代
03:00 聽見生命力	12:00 大愛午安新聞	19:00 大愛夜安新聞
03:30 愛在西拉雅	12:30 心聞螢光筆	19:45 大愛之歌
04:00 愛灑人間	13:00 證嚴法師幸福心法	20:00 愛灑人間
05:00 藍天白雲好時光	13:30 您有一通心留言	21:00 藍天白雲好時光
06:00 無量義經有聲版	14:00 心示代	22:00 洛城大愛百寶箱
06:30 大愛早安新聞	14:30 站在時代的渡口	22:30 大愛知音
07:00 志工早會連線	15:00 藍天白雲好時光	23:30 慈濟的故事有聲版
08:00 濟雨讀書會	08:00 愛灑人間	

## 臺灣地區播送

教育廣播電臺	臺南愛鄉之聲 FM90.7
臺北 AM1494、臺東 FM100.5	真心看世界 週日 23:00-00:00
高雄 FM105.3	週一 00:00-01:00
點亮心光 週六 21:00-21:30	花蓮後山電臺 FM89.7
鐘聲若響 週日 21:00-21:30	真心看世界 週一至週六 6:00-7:00
桃園先聲電臺 AM774	花蓮教育電臺
愛灑人間 週一 4:00-5:00	真心看世界 週一至週五 22:00-23:00
新竹新農電臺 FM89.1	花蓮 FM103.7 玉里 FM100.3
慈濟世界 週一至週五 22:30-23:00	慈大之聲 FM88.3
中廣臺灣臺 臺中 AM1062	週一至週五 真心看世界 8:00-9:00
慈濟世界 週一至週六 6:30-7:00	大愛來點名 9:00-10:00
臺南勝利之聲 AM756	大愛下午現場 19:00-21:00
慈濟世界 週二至週六 5:30-6:00	

週六 藍天白雲好時光 8:00-9:00
愛灑人間 9:00-10:00
鐘聲若響 13:00-13:30
生活講臺 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
大南廣播電臺 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

## ■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

## ■泰國 Thailand

泰國分會 (Bangkok)  
TEL:66-2-3281161-3 FAX:66-2-3281160

芳縣支會 (Ampur Fang) 暨  
清邁慈濟中小學 (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

霹靂支會  
TEL:605-5471013

大山腳 (Bukit Mertajam)  
TEL:604-5081013 FAX:604-5080013

怡保 (Ipoh)  
TEL:605-5471013

太平 (Taiping) TEL:6012-5200111

巴里文打 (Parit Buntar)  
TEL:605-7162184 FAX:604-5937546

高烏 (Pengkalan Hulu)  
TEL:6019-591805

## 吉打分會 (Kedah)

TEL:604-7311013 FAX:604-7321013

日得拉 (Jitra)  
TEL:604-9179013 FAX:604-9170117

蘭卡威 (Pulau Langkawi)  
TEL/FAX:604-9666008

居林 (Kulim) TEL:6012-4739931

雙溪大年 (Sungai Petani)  
TEL/FAX:604-4218732

玻璃市 (Perlis)  
TEL/FAX:604-9763208

吉蘭丹支會 (Kelantan)  
TEL:609-7433013 FAX:609-7439013

登嘉樓 (Terengganu)  
TEL/FAX:609-6317703

彭亨 (Pahang)  
TEL:609-5172969 FAX:609-5172062

關丹 (Kuantan)  
TEL:609-5139061/5132969

FAX:609-5139062

芳縣支會 (Ampur Fang) 暨  
清邁慈濟中小學 (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

## 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:604-4218732

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

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

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

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

霹靂支會  
TEL:605-5471013

大山腳 (Bukit Mertajam)  
TEL:604-5081013 FAX:604-5080013

怡保 (Ipoh)  
TEL:605-5471013

太平 (Taiping) TEL:6012-5200111

巴里文打 (Parit Buntar)  
TEL:605-7162184 FAX:604-5937546

高烏 (Pengkalan Hulu)  
TEL:6019-591805

## 泗水 (Surabaya)

TEL:62-31-8475434'5 FAX:62-31-8475432

錫江 (Makassar)  
TEL:62-411-3655072'3 FAX:62-411-3655074

棉蘭支會 (Medan)  
TEL:62-61-6638986 FAX:62-61-6638986

萬隆 (Bandung)  
TEL:62-22-2534020 FAX:62-22-2534052

巴淡 (Batam)  
TEL:62-778-7037037

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:94-472256422

可倫坡 (Colombo)  
TEL/FAX:94-112615623/24

## ■約旦 Jordan

安曼 (Amman)  
TEL/FAX:962-6-5817305

## ■土耳其 Türkiye

伊斯坦堡 (Istanbul)  
TEL:90-212-6682167

## ■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

## ■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

慈濟人文青年中心  
TEL:65-62354901

## ■印尼 Indonesia

印尼分會 (Jakarta)  
TEL:62-21-50559999

FAX:62-21-50556699/89

TEL:62-21-50558889 (大愛臺)  
FAX:62-21-50558890

雅加達慈濟綜合醫院  
TEL:62-21-50950888

金卡蓮慈濟大愛醫院 (Jakarta)  
TEL:62-21-55963680 FAX:62-21-55963681

慈濟中小學 (Jakarta)  
TEL:62-21-54397565/70608949

FAX:62-21-54397573

## 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:1-707-46229111

鳳凰城 (Phoenix)  
TEL:1-480-8386556 FAX:1-480-7777665

## ■聖特婁 (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:1-312-9577800

芝加哥服務中心  
(Chicago Service Center)  
TEL:1-312-2257670

聖塔羅莎 (Santa Rosa)  
TEL/FAX:1-707-5461945

拉斯維加斯 (Las Vegas)  
TEL/FAX:1-702-8805522

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

</div



## ■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）

花蓮慈濟醫學中心（靜思書軒）

970花蓮市中央路3段707號

TEL:03-8561825 FAX:03-8560977

臺北慈濟醫院（靜思書軒）

231新北市新店區建國路289號

TEL:02-66289779

TEL:02-82192217（靜思書軒）

臺中慈濟醫院（靜思書軒）

427臺中市潭子區豐興路1段88號

TEL:04-36060666 FAX:04-36021123

三義慈濟中醫醫院

367苗栗縣三義鄉廣盛村16鄰八股路24

之9號 TEL:037-558666

臺中慈濟護理之家（日間照護中心）

427臺中市潭子區豐興路1段66號

TEL:04-36060666 轉3786

日間照護中心轉2151

大林慈濟醫院（靜思書軒）

622嘉義縣大林鎮民生路2號

TEL:05-2648000 FAX:05-2648999

產後護理之家轉3029、3030、3033

住宿長照機構轉3835

嘉義慈濟診所

600嘉義市西區驛站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:03-888218 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

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

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7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

970花蓮市介仁街178號（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:06-295955

TEL:06-2959230（幼兒園）

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

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:40510777轉4461（市話直撥）

0912-412600轉4461（手機直撥）

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:40510777轉4322（市話直撥） 0912-412600轉4322（手機直撥）

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:40510777轉4370（市話直撥）

0912-412600轉4370（手機直撥）

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

喜來登靜思書軒

100臺北市忠孝東路1段12號1樓 TEL:02-2322437 FAX:02-2323582

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:02-2218770 FAX:02-2218582

關渡事業園區

112臺北市北投區立德路8號 TEL:02-2898999

關渡靜思書軒

112臺北市北投區立德路2號1樓 TEL:02-2949040 FAX:02-2948935

永和聯絡處（靜思書軒）

235新北市永和區中山路1段128巷3號 TEL:02-29241370

雙和聯絡處（靜思書軒）

235新北市永和區中山路2段92巷1號3樓 TEL:02-2924030 FAX:02-29240305（市話直撥）

0912-412600轉4302~4305（手機直撥）

FAX:02-22753936

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:40510777轉4302-4305（市話直撥）

0912-412600轉4302~4305（手機直撥）

FAX:02-22753936

新泰聯絡處（靜思書軒）

242新北市新莊區福營路165巷20號 TEL:02-8992-0485

FAX:02-8578819

970花蓮市介仁街178號（小學部）

TEL:03-8578819 FAX:03-8573697

TEL:03-8578819 FAX:03-8573697

970花蓮市介仁街178號（幼兒園）

FAX:02-8573697

新泰靜思小築

242新北市新莊區新泰路413巷18號（中學部） 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:40510777轉4461（市話直撥）

0912-412600轉4461（手機直撥）

大林大愛園區

嘉義縣大林鎮平林里下潭底81號

TEL:05-2648000轉8459

臺北大愛園區

高雄市三民區河堤南路50號

TEL:07-3987667轉4560

中正聯絡處（靜思書軒）

104臺北市中正區羅斯福路1段135號

TEL:40510777轉4461（市話直撥）

0912-412600轉4461（手機直撥）

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:40510777轉4466（市話直撥）

0912-412600轉4466（手機直撥）

永安聯絡處（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（靜思書軒）

334桃園市八德區興豐路1139號

TEL:40510777轉4466（市話直撥）

0912-412600轉4466（手機直撥）

中壢聯絡處（靜思書軒）

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

98-04-43-04 郵政劃撥存款單  
收款帳號 19905781  
通訊欄（限銀本及存款有備註項）

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）

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（請讀者編號：）

慈濟月刊（國內郵資一年165元）

慈濟英文雙月刊（國內郵資一年120元）

慈濟月刊（國內郵資一年80元）

收件人姓名

地址

郵局劃撥  
信用卡  
銀行轉帳  
LinePay



客服專線

02-28989000分機1035

## 出版品

慈濟月刊

慈濟英文雙月刊

慈濟日文月刊

檀施文庫叢書

索閱或助印專線

02-28989000

分機1165（月刊）、2145（叢書）

## 經典雜誌

訂閱專線

02-28989991

慈濟大學  
TZUCHI UNIVERSITY



教研與實作兼備 科學與人文互融  
具有國際競爭力的慈濟大學

### 醫學院

醫學系  
藥學系  
醫學檢驗生物技術學系  
物理治療學系  
公共衛生學系  
分子生物暨人類遺傳學系  
醫學影像暨放射科學系

### 護理學院

#### 護理學系

### 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  
外語暨新興科技應用學系

### 生物醫學科技學院

資訊工程學系  
生物醫學暨工程學系

### 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

### 五專護理科 原住民族學生單獨招生

- 學校辦理報名(115年2月23日-3月9日)
- 到校考試日期(115年4月12日)
- 寄發成績單(115年4月21日)
- 現場登記分發日期(115年5月9日)



五專單獨招生

### 115學年度大學「繁星推薦」

- 甄選會辦理報名(115/3/11-115/3/12)
- 第1-7類學群錄取名單及第8類學群通過第1階段篩選結果(115/3/18)
- 本校第8類學群(醫學系)第2階段指定項目報名(115/3/23-115/4/7)
- 本校第8類學群(醫學系)第2階段甄試(115/5/16)

### 115學年度大學「申請入學」

- 甄選會第1階段通過篩選公告(115/3/31)
- 本校第2階段指定項目報名(115/4/7-115/5/6)
- 本校第2階段指定項甄試(115/5/15-115/5/23)

甄試日期 本校甄試學系

書面審查 醫務暨健康管理學系、經營管理學系、翔飛A組、翔飛B組、翔飛C組

5/15(五) 外語暨新興科技應用學系、資訊科技與管理學系

5/15(五)-5/16(六) 醫學檢驗生物技術學系、醫學影像暨放射科學系、資訊工程學系(含APCS組)、生物醫學暨工程學系、社會工作學系

5/15(五)-5/17(日) 物理治療學系

5/16(六)-5/17(日) 公共衛生學系

5/16(六) 醫學系(含公費生)、分子生物暨人類遺傳學系、護理學系、傳播學系、兒童發展與家庭教育學系、人類發展與心理學系

5/23(六) 藥學系

組別 學系 合計

翔飛A組 醫學檢驗生物技術學系1名、物理治療學系1名 2名

翔飛B組 藥學系1名 1名

翔飛C組 護理學系2名 2名



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  
介仁校區：970048 花蓮市介仁街67號  
建國校區：970302 花蓮市建國路二段880號  
聯絡電話：03-8565301

未來學生專區

# 為佛教・為眾生 六十年的願行長河

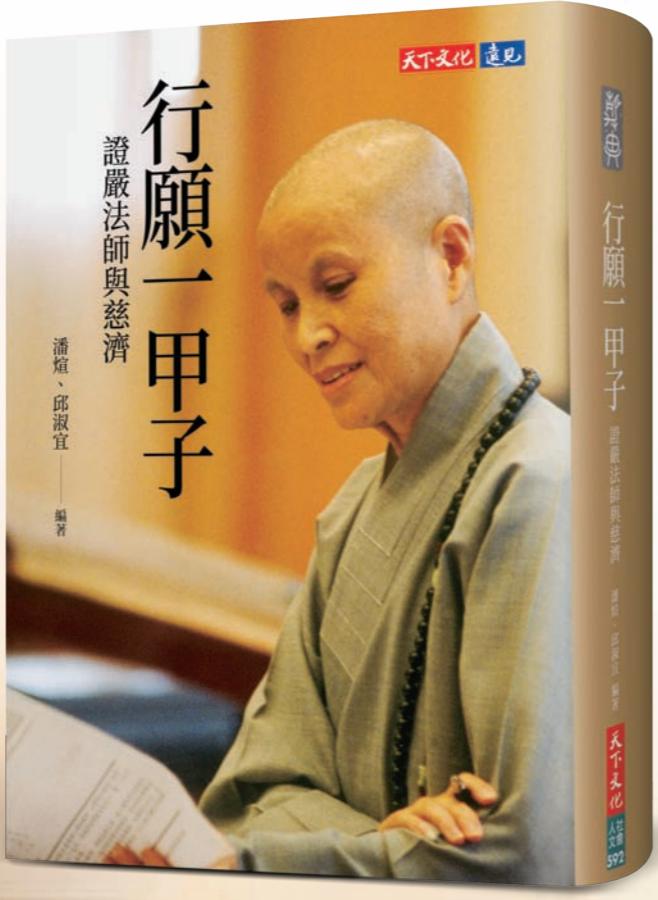
一甲子是一段路，也是一分承擔；  
期待慈濟人用更謙卑的愛、更堅定的願，  
繼續陪伴苦難，照亮世界黑暗的角落，  
讓善念長流、慈悲綻放。

—— 釋證嚴 慈濟基金會創辦人

## 以恒持的善念與行動 留下穿越時代的足跡

《行願一甲子》透過珍貴史料、訪談與當事人記述，呈現慈濟如何在無資源、無人手的年代，仍以誠正信實的力量啟動善循環；也描繪出無數平凡人如何在慈濟路上，改變了自己的命運，也改變了他人的生命。

★全彩印刷，超過六十幅珍貴照片  
★軟皮精裝，六十週年典藏版



## 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 |

「陪你發光」教育扶助計畫  
「安美計畫」長者照護行動  
「六安行動」災害應變機制  
「全球共善」災害援助計畫  
「消除貧窮與飢餓」扶困計畫

### 【專案名稱】

115年「大愛共善・救援苦難」

### 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明，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

慈濟六十周年特展 / 靜思精舍

# 回家。聽故事



一個家，

從一念清淨心開始；  
一段故事，

用每一個愛的行動譜寫。

從花蓮的一座小木屋，  
到世界的一座座慈悲道場，

這條路，走了一甲子。  
每一步，都有足跡；  
每一段，都是心願；  
每一個故事，  
都是回家的路標。

讓我們回家，  
回到靜思的法源，  
一起聽聽這一路走來  
上人引領弟子們  
用愛書寫的真實故事。  
慈悲與行願的故事裏，  
您或許可以  
找到自己生命的方向。

展覽時間：每日上午 9:00am ~ 下午 4:00pm  
展覽地點：靜思精舍 / 自力耕生園區 A 棟 B1