

為淨化心靈作活水 為祥和社會作砥柱 為聞聲救苦作耳目

慈濟

Tzu Chi Monthly

一甲子



為佛教，為眾生 開道鋪路

714

2026年5月1日出刊





佛教慈濟慈善事業基金會
Buddhist Tzu Chi Charity Foundation

六十載初心 讓我們與佛相遇

佛誕節、母親節與全球慈濟日三節同慶，
欣逢慈濟創立六十周年。
誠邀您淨心祈願，化善念為行動，
共同守護世界平安。



全臺浴佛場次



大愛一臺直播



線上浴佛

2026
05/10 誠摯邀請您，
一起為世界祈福！

07:00 花蓮浴佛大典 (06:30入場) 慈濟花蓮靜思堂 道侶廣場

18:30 臺北浴佛大典 臺北中正紀念堂

編者的話 慈濟一甲子的社會影響力

副總編輯

李婁煜

今年五月，慈濟志業發展屆滿一甲子，三月一日起到五月一日，來自海內外上萬名志工回到心靈故鄉，於靜思精舍朝山經行。在步伐前進間靜心思惟，六十年來慈濟人守持正確方向，將狹窄的田埂路開拓成了寬廣的大道。

當我們回眸來時路，總是會想到兩件事：其一是上人近年來常提及的「時間可以成就一切」；其二是「慈濟形塑了什麼模式對社會產生影響」？本期刊專題報導，即以微觀的生命故事與宏觀的志業發展，為讀者梳理這分跨越時代的使命感。

慈濟六十年來的「日存五毛錢」慈善行動，如今依舊在全球運行，在臺灣還有街頭巷尾的「富有愛心店」模式，店主不用

出門，就能邀請顧客做好事；而融為日常生活一部分的「社區志工」，則像是一種與行政鄰里緊密結合的現代版「守望相助」。

開展超過三十五年的環保行動，萬餘個社區環保據點與回收觀念，成功地從個人延伸到社會，環境保護意識深入家戶，提醒人們珍惜物命；而慈濟倡導「大體捐贈」提供教學，則翻轉了華人看待生死的傳統觀念，其中「非慈濟志工」捐贈比例逐年攀升，顯示出社會大眾對此生命教育的高度認同。

教育與醫療的投資，往往需要數十年的光陰才能見證改變，例如三十多年前第一屆慈濟醫學院學生蔡任弼，如今不僅成為全球百分之二的頂尖科學家，更下鄉守護雲嘉南醫療，可謂是一良

「醫」教育傳承的最佳詮釋。

面對日益動盪的世界，慈濟基金會顏博文執行長受訪時，也提出了新時代的慈善思考。在極端氣候與地緣政治衝突頻傳當下，慈濟正透過科技輔助與國際合作，將科學的精準度與宗教的慈悲心結合，應對世局挑戰。

慈濟將善念轉化為人人可複製、可實踐的善行模式，月刊編採攝影團隊所記錄的人物故事平凡且溫暖，也是千千萬萬海內外慈濟志工縮影；拉開時間軸來看，不要輕視一個人、一件事，在分秒累積中有動人的翻轉乃至社會影響力。誠摯邀請您翻開《慈濟》月刊，與我們一起見證這段用愛鋪就的人間美善史，同時在下一甲子繼續並肩前行！

◎

慈濟在聯合國婦女大會

第七十屆聯合國婦女大會三月在美國紐約舉辦，這是我第三次代表慈濟出席，與幾位慈善組織人員增進了友情，也認識了幾位慈善組織人員並建立了新的友誼。今年有近兩百場周邊會議，由各國及聯合國單位舉辦；平行會議則由各NGO籌辦，超過七百五十場。慈濟作為聯合國跨機構工作小組多元信仰諮詢委員會成員，也召開線上座談，與參加婦女大會的百多位信仰組織成員對話，反思不同信仰教義如何面對性別歧視。

這次有兩個場地值得一提，一是位於聯合國總部正對面的教堂中心，交通方便、地點優越，是眾多國際機構設立辦公室的地点。一樓為各宗教融合的教堂，

開放不同信仰者使用；二樓和十樓為會議室，開放各組織租用。

提出入駐申請的NGO團體，其理念必須與聯合國衛理公會相同才能取得進駐資格。慈濟精神理念早已符合，經多年等待，終於等到入駐的空間，我們即在此舉辦「透過青年領導力建立和平——亞洲視角」座談會。

另一個重要的地點是位於曼哈頓區的慈濟大愛人文中心，我們舉辦了慈濟一甲子座談等多場重要活動。沈慈知師姊為大愛人文中心負責人，雖然體力不如當年，依舊守護道場和大家的初心；同修趙惟功師兄更是常下廚，照顧我們的三餐。還有楊萊師姊、周雅美師姊、楊淑嫻師姊等，長期守護著大愛人文中心。年輕志工的力量也開始湧現。來自臺灣的趙亮，每週協助

接待；而慈濟受紐約市政府委託，每週為貧苦居民整理並配送生活用品，打包地點就在人文中心，每週未吸引不少年輕人發心投入，讓中心的人氣不斷提升。

大會期間印象最深刻的是聽到一位合作夥伴分享，雖然她來自具宗教背景的慈善組織，但三十年前，聯合國只承認其國際慈善組織身分，一直漠視其宗教背景。慈濟美國總會聯合國代表裘曜陽師兄也提到，十一年前巴黎氣候峰會（COP21），聯合國認為節能減碳是科學議題，與宗教無關；而如今，聯合國已認同宗教對淨化人心、改變觀念、優化行為的重要性，故信仰組織更要積極合作，發揮所長。

這些年來，慈濟團隊不懈的努力，讓聯合國平臺內很多夥伴組織一想到佛教，自然而然的就

會提及慈濟——這就是大家身體力行，做出來的感動！

慈濟大學副教授 陳榮光

朝山，朝向心靈的覺知

清晨七點，我們列隊，雙掌合十，靜心等待慈濟新加坡分會朝山活動揭開序幕。佛號響起，人人三步一跪拜，以天為幕、以地為席，結合天氣、人氣與地氣，步步和諧向前，學習縮小自己，虔誠修行。當我五體投地，雙手貼著溫熱的柏油路面，額頭輕叩大地，那是此生最「接地氣」的時刻，也是與自己的身、心、靈最緊密連結的時刻。一呼一吸之間，覺知格外清晰。

就在額頭輕叩大地的瞬間，我看見縫隙裏努力發芽的小草，看見一隻紅螞蟻從容路過，看見白色的道路標記，也看見馬路上烏黑的油印。這一刻，心變得很低，低到能聽見大地的呼吸；

視野卻很寬，寬到能看見每一個微小生命的存在。原來，所謂敬天愛地，不過是在俯身時，真正看見腳下的世界——正如上人所說，要「感恩眾生，尊重生命」。

佛號聲中，腳步從最初的難以協調，漸漸走出一致的節奏。每一次俯身，都是一次向內的觀照；每一次叩首，都是一念清淨的回歸。在五體投地的瞬間，不僅是為了找回真如本性，更將虔誠化作祝福，遍灑人間。

想起上人的叮嚀：「修行就在每一個當下。」而我，正處於這分正念中。不是過去，不是未來，就在這一呼一吸間，在這一俯一叩裏。心無旁騖，念念分明，用心專注於當下的每一刻。

走到半途，陽光已鋪滿大地。汗水不再是滲出，而是如潰堤般滾落，模糊了雙眼，也流進了嘴裏——那鹹澀感，是此刻最真實的滋味。體力正一絲絲透支，腳下步伐也愈發沉重蹣跚。

步上斜坡，拐彎後，抬頭眺望到不遠處的心靈道場——靜思堂。

灰白的建築靜默矗立，像一位長者的身影，在晨光中慈悲地守候，彷彿無聲地說著：「到家了。」力量頓增，不是因為腿不痠、汗不流，而是因為方向篤定。原來修行路上最珍貴的，是眼中有目標，心中有皈依。

此刻，「甘願做，歡喜受」這句話浮上心頭。原來這就是「受」。不是忍受，而是接受：接受汗水浸溼的衣衫，接受雙腿的痠軟，接受每一步帶來的沉重。因為甘願，所以即便體力耗盡，心裏卻有一種自在與輕安。

朝山路上，每一步都是修行；俯仰之間，每一念都是感恩。行至終點，回望來時路，那條被汗水浸透的柏油路上，有我、有眾菩薩，還有上人殷殷的目光。原來，所謂的朝山，朝的是心中那座獨一無二的靈山。

新加坡 饒美琦



慈濟月刊
取閱方式

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

目錄

編者的話

1 慈濟一甲子的社會影響力

無盡藏

6 真、善、美的每一天 —— 證嚴上人

8 慈濟誌 天下事 —— 整理·編輯部

主題報導

12 慈濟一甲子

為佛教，為眾生 開道鋪路

14 日存五毛錢 竹筒歲月精神永遠不變 —— 主述·證嚴上人

【典範模式樹立】

18 復刻竹筒歲月 愛心帖在這 —— 撰文·周傳斌 攝影·黃筱哲

平時互動，急難互助 志工守望社區 —— 撰文·周傳斌

30 默默奉獻三十六年 為環保志工鼓掌

—— 撰文·周傳斌 攝影·黃筱哲

36 最後一堂課的先行者 致敬無語良師與家屬 —— 撰文·周傳斌

【時間成就一切】

42 慈濟醫學系首屆畢業生 嘉義小鎮的全球頂尖科學家

—— 撰文·葉子豪 攝影·黃筱哲

48 第一代慈青 有事弟子服其勞 回家承擔

—— 撰文·葉子豪 攝影·黃筱哲

54 九二一希望工程 教育不能等 校長追車請命

—— 撰文·葉子豪 攝影·黃筱哲

60 慈善種子從一生無量 窮苦孩子長成人菩薩 —— 撰文·葉子豪

專訪慈濟基金會顏博文執行長

66 世界愈動盪，愈需要善的力量

—— 採訪·李委煌 整理·葉子豪、周傳斌

74 全臺最大環保輔具運作中心 長照最強後援在後里

—— 撰文·張麗雲

84 中東視角 二十八年陪伴 艾雅的缺憾與圓滿 —— 撰文·林綠卿

慈善全球

90 印尼雅加達菜市场竹筒歲月

—— 撰文、攝影·Meta Wulandari 翻譯·陳龍仔

94 林偉慶 用半世紀回答「我是誰」

—— 撰文·黃田恬 攝影·陳正宇

聞思修

100 開箱我的人生 —— 撰文·張素雯

百川歸海

104 百元與百萬 —— 撰文·林建德

105

證嚴上人納履足跡

—— 撰文·釋德伃

【不說苦，是幸福】能為他人創造幸福，就是有福的人。

【人生寶藏】不要輕視自己人微力弱，人人都能發揮生命價值。

【感恩眾人成就】心懷感恩的人生最美，有愛的人生最有價值。

彙集《慈濟》月刊百張歷史影像，呈現慈濟自一九六六年四月十四日（農曆三月二十四日）成立、從臺灣走向全球的一甲子足跡。由濟協、慈力設計的慈濟 60 Logo，以無限符號象徵時間與願力的交織，往復循環，成就自利利他的圓滿之道。（封面構成／邱宇陞）

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·2026年5月1日出版 第714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 平面內容主責長／王志宏
副總編輯／李委煌、呂祥芳 編輯／李秀玲、葉又華、蔡嘉琪 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／歐陽婉茹
數位主編／楊舜斌 數位編輯／黃若欣 實習生／林欣愉 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、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 讀者索閱電話：(02)28989000轉1165
公益贊助／于東玫、陳湘湘 公益贊助專線：(02)28989000轉1093



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：

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



真、善、美的每一天

以一分清淨無染的大愛度過每一天，每個起心動念、開口動舌，都不要忘記愛的表達；每天結束時都有一個好的結果，天天都是「真、善、美」。

時 間在匆匆、秒秒、分分中度過。每晚天黑準備休息了，若是身體調和，一躺下去眼睛閉上，再次聽到聲音時，天已經亮了，又是新的一天，二十四小時就是這樣不知不覺流逝。

人生有時候看起來很漫長，但是掐頭去尾，真正能夠對人間有付出、有用的時間其實不多。所以說分秒都是寶，修行最重要的就是重視時間、把握時間，我們要好好自我認知：每天都是同樣的分秒，如果能夠認真精進，

廣種好因，就能做出正確的選擇；有了正確的人生觀，才不會做錯事，這就是在保護我們的慧命。

用愛來面對人間，在分秒時刻中，每一個動作、每一個開口動舌、每一分體悟，都不要忘記愛的表達。以一分清淨無染的大愛度過每一天，天天時間在過，但每天結束時要有一個好的結果，期待每天都是「真、善、美」。

佛陀是覺悟者，但對眾生的

雖然沒有辦法人人都回到佛陀故鄉，但能共同關心，翻轉苦難人的生活。感恩新加坡、馬來西亞菩薩們，放下事業，專心投入在尼泊爾和印度，耐勞耐苦，實現師父「回饋佛陀故鄉」的心願。有人在當地不斷和居民建立感情，給愛在先，所說的話就能讓他們聽進去，比較順暢地輔導他們工作或耕種，帶動自力更生，就有翻轉窮困的希望。也許原先他們不知道如何生活，慈濟人用愛撫慰、喚醒如何發揮良能，就像在他們的心地播下種子，但也要他們能夠接受，殷勤耕耘，產生資糧。

臺灣是慈濟的發祥地，慈濟能照亮在全球，也是因為臺灣慈濟人努力耕耘，才能讓全球看到慈濟就是這樣做。慈濟到現在已經一甲子，假如沒有在地的起點，也沒有辦法走到遙遠的地方；如今在國際間能夠受到認同與支持，要感恩這麼多人來成

就，因為一個人、少數人是做不起來；正因為一個人做不出來，很多人才能成就大福氣，所以要感恩彼此。

我很期待大家自我盤點，來到慈濟有沒有價值？慈濟人過去做了哪些慈濟事？又是如何做的？留下這些給慈濟人的子孫和後代感覺到：「我的父母、我的阿公阿嬤是慈濟人！」做得很有價值，讓下一代也很有光榮感。

我也自我盤點，這輩子沒有做壞事，好事則是有限，但總是平平安安過日子，所以我很感恩。每天禮佛，我感恩佛、法、僧三寶的加持；六十多年來，天天在心裏跟導師說話：「『為佛教，為眾生』，弟子謹記，依教奉行。」我感恩導師給我的這六個字，這是我生命的慧命，所以能做的我盡量做，心心念念結好眾生緣。

最近全球慈濟人陸陸續續回來，我跟他們說，記得慈濟是從

「五毛錢」開始，大家節省買菜錢，拼拼湊湊做救濟，只要聽到哪裏有生活困難的人，一念不忍，就趕快去探視；哪裏有人願意發心，也趕快去接，不捨讓任何一位會員失去進來慈濟的機會。

天天儲蓄小錢，人人都做得到的，而且能夠援助天下眾生；做到現在，慈濟已向一百三十九個國家地區提供人道援助。很感恩大家發心來成就，付出無所求，這一切都值得盤點。這分愛的能量是大家共同創立的；有人起步，就有人跟著走，把隊伍走到浩蕩長。人生最重要的就是把握當下，對的事做就對了，請大家多用心！





● 全球志工迎接慈濟一甲子，3月起回靜思精舍朝山經行，預估**12000**人參與
(3月1日~4月26日)

(3月1日~4月26日)

● 慈濟大學舉辦多科聯合模擬手術課程，全臺**42**家醫院、**150**位醫師參與，由專業醫師指導在**8**位無語良師大體實作自由皮瓣重建、腰椎內視鏡等高階術式。逾百位志工協助人文典禮等事務，其中無語良師江漢民以往擔任送靈志工，此次在昔日夥伴陪伴下走完人生最後一程 (4月13日~17日)

● 慈濟基金會於后里聯絡處成立「大中區環保輔具運作中心」，作為中彰投地區輔具後動倉儲 (3月25日) ★請見74頁報導

● 內政部強化社區防救災能力，今年擴大辦理「公寓大廈管理人員防災士培訓」，慈濟基金會作為防災士培訓機構，承辦**6**場次培訓，首場4月9日在高雄靜思堂，10日東大靜思堂、11日大同靜思堂、13日蘆洲靜思堂及桃園靜思堂、16日在板橋靜思堂陸續開辦

● 第5屆慈濟 X PaGamO 環保防災勇士PK賽全球總決賽，由新北市龍埔國小彭芯怡奪冠。本屆賽事規模創下歷年新高，全臺**1602**所學校、**12**萬名學子參與，並首度有馬來西亞參賽者來臺，同時與泰國等地連線交流，展現環境教育跨域影響力 (4月12日)

● 臺灣專科護理師學會2026「智慧照護新世代：AI賦能健康進行式競賽」，臺北慈濟醫院以「智慧AI虛擬練功房」獲金質獎與人氣獎。系統以專科護理師口試為核心，打造臨床情境模擬，可透過手機隨時演練，強化臨床思維與應試能力，提升學習效率與考照成績 (4月11日)

● 花蓮慈濟醫院周英芳、龔彥綸、高晴吟獲選2026年花蓮縣優秀青年。周英芳投入急重症逾**15**年，曾於太魯閣號事故等重大事件應變院內大量傷患與人力整合，並獲全國優秀青年表揚。龔彥綸推動中西醫合療與偏鄉義診；高晴吟深耕婦產與婦癌照護**18**年 (3月29日)

● 慈濟大學學士後中醫學系吸引**1745**人報考，爭取45個名額，錄取率**2.57%**創歷年新低，5月11日放榜

● 慈濟大學五專護理科「原住民單獨招生」1996年起招生，今年到考率高達**97%**；預計錄取**50**名，**5**年學雜費全免，每月**5000**元零用金 (每學年領9個月)，畢業後將進入慈濟醫療體系服務 (4月12日)

● 大愛電視國際影展頻傳佳績：紐約電視節入圍**5**項，包括《血·拾人生》戲劇類及男演員宋偉恩、《我們六個》女演員天心、《風月同天》品牌紀錄片、《那年我們在火裏奔跑》人文紀錄片，5月下旬揭曉。世界媒體節入圍並進階**2**項，《風月同天—南馬2篇》與「SDGs系列」，5月7日公布。休士頓國際電影獎入圍**1**項《日日過心年》，另**4**項晉級決賽，展現多元創作實力

2026年1至3月 臺灣慈善數據

提報個案 **3,334** 件
 長期濟助 **29,674** 戶次
 居家關懷 **49,677** 戶次
 急難補助 **3,840** 件
 居住環境改善 **96** 件
 助學補助 **1,752** 人次



菲律賓 Philippines

● 於民答那峨島伊利甘市，針對2月受西望洋颱風影響之**7648**戶家庭，發放每戶**1200**披索物資兌換券，可採購糧食與生活必需品 (3月21日~22日)

馬來西亞 Malaysia

●雪隆分會慶祝慈濟60周年，4月4日起在吉隆坡靜思堂舉辦5場朝山經行，5月將在武吉加里爾國家曲棍球體育場舉辦萬人浴佛典禮，志工自3月起廣邀大眾共襄盛舉

尼泊爾 Nepal

●藍尼尼慈濟園區進入工程最後階段；其中「藍尼尼佛教慈濟學校」4月13日取得辦學執照，4月28日開學；園區預計5月啟用

柬埔寨 Cambodia

●於菩薩省格羅戈縣舉辦大型義診，與柬埔寨總理青年志願醫師協會（TYDA）合作，集結臺灣、新加坡、菲律賓及當地醫護，提供內科、外科手術、眼科、牙科及中醫，3天服務4052人次。醫護團隊並帶動在地醫學生參與，落實偏鄉醫療援助與技術傳承（3月27日~29日）

澳洲 Australia

●布里斯本聯絡處於昆士蘭省塔拉鎮（Tara）舉辦年度義診，動員147位志工投入，其中62位慈濟人醫會醫護團隊，提供牙科、神經內科、家醫科、中醫及營養學衛教、假牙製作、疫苗施打等服務，嘉惠822人次（4月2日~5日）

阿根廷 Argentina

●受進口關稅高昂等因素影響，物資取得不易，慈濟採購1400公斤布料，借用僑民會館投入製作毛毯，匯聚老少志工與照顧戶協力裁切布料、縫邊、剪線、摺疊與標誌印製等工序，4天完成1400條，為冬季發放預作準備（4月6日~9日）

黎巴嫩 Lebanon

●黎巴嫩與以色列衝突造成黎巴嫩境內逾2020人死亡，約120萬人流離失所。約旦志工與哈希米慈善組織合作，4月下旬將6228條加厚毛毯運往貝魯特贈予紅新月會，後續規畫糧食發放

阿富汗 Afghanistan

●慈濟針對2025年8月底阿富汗東部芮氏規模6.0強震之援助行動，於2026年4月15日完成。與國際救援委員會（IRC）及賑災物流基金會（A.L.I.N.K.）合作於2月展開發放後，歷經邊境武裝衝突、發放暫停，以及軍事行動引發物價上漲及難民湧入，3月豪雨水患更造成運輸中斷，最終仍達成山區1665戶發放，包含4個月糧食包，以及冬衣、毛毯、衛生包，並提供140張摺疊床予醫療院所

巴勒斯坦 加薩走廊 Gaza Strip

●援助以巴衝突下的加薩走廊難民，土耳其慈濟志工與滿納海國際學校師生、家長從2025年9月起募得逾4.8萬美元，攜手臺北清真寺提供熱食，至今年2月共發放31場，9620戶受惠。今年遠距培訓15位在地志工，於加薩市、努賽賴特及代爾巴拉赫3處帳棚區家訪，配合齋戒月在3月11至12日及28至29日發放食物籃，援助812戶

尚比亞 Zambia

●西部省芒古地區因鄰國安哥拉跨境洪水，近4萬戶受影響。志工計畫以獨木舟運送物資，4月在卡拉博發放500戶包含玉米粉、毛毯、淨水藥水等物資，6月將在芒古、納洛洛、塞南加進行1500戶發放

為佛教，為眾生

開道鋪路

慈濟

60
甲子

一甲子

證嚴上人奉行師囑「為佛教，為眾生」，
以此為方向創立慈濟，從微弱點滴的力量起步，
隨時間不斷匯聚而成就，
人道關懷擴及一百三十九個國家地區，
帶領全球慈濟人走過六十年。



卍
慈 恩 精 舍

日存五毛錢 竹筒歲月精神永遠不變

慈濟從臺灣花蓮起步，每人每天存五毛錢助人，直到現在全球有這麼多慈濟人救濟貧病苦難人。一路走到如今，仍要常常回溯源頭，就是為了守持正確方向，憑著一念真誠為人間付出，這分精神要永遠持續。

慈濟屆滿六十年了，回顧這六十年，真的很辛苦，走入人間所面對的境界難以言說；

不過感恩更多，感恩有殊勝因緣，這麼多人用愛來支持，同心同願，造福人間。我們能從臺灣做到全球，這也是臺灣的奇蹟。

我決定出家，離開俗家後，都在尋找心目中的師父，直到要去受戒，戒場的法師看到我填的資料，還沒有師父的法名，不符合資格，所以就這樣離開。回花蓮前，我想要請一套

《太虛大師全書》，好好了解佛法，之後再來受戒。

在慧音法師陪伴下，到了慧日講堂請書，在等待領書的時候，看到印順導師從寮房走出來，站在佛前，向我們微笑著，點個頭。看到那一個點頭、那一個笑容，我的心忽然間好像開了，於是向慧音法師說，我想要皈依導師。他說導師許久不收弟子了，拜師的機會不大。我還是拜託他，代為向導師請求，並得到

導師慈允。導師問：「你要拜我為師？」我說：「是，懇請導師慈悲。」他點點頭說：「你要去受戒，時間超過了，趕快去禮佛叩頭。」我向佛頂禮三拜，回過頭來向導師頂禮三拜，他說：「你與我師徒有緣，因緣很特殊，要記得將來要為佛教，為眾生。」我帶著這幾個字進入戒場，受戒圓滿，也帶著這幾個字回花蓮，不斷思考如何「為佛教，為眾生」。

時間過了六十多年，我的心每天都沒有離開道業；每天感恩父母，也感恩導師。如果沒有父母的生育、養育，就無法發心出家；而如沒有導師，出家受戒不成，如今就無法為佛教、為眾生而付出；要為佛教，所以我出家以後仍然走入人群；就是因為走入人群，今天才能與這麼多慈濟人相聚，共同付出。這一切都是因緣，因緣真的不可思議！

慈濟因緣從此開始

慈濟從「五毛錢」起步，可以說因緣起於導師的一封信，希望我帶著弟子去西部。師命

不可違，我也準備搬家了，當時在花蓮慈善寺講經結緣的老菩薩們得知後，不肯讓我回去，就趕緊請代書寫了一封信，請求導師緩調三年。

我對他們說，只要大家願意幫忙我做慈善，那我就一輩子不離開花蓮。我教這群家庭主婦，每天出門買菜前，提起菜籃，就先投五毛錢到竹筒裏。有人說，何必每天存五毛錢，一個月捐十五元就是了。我告訴他們，每天存五毛錢的這個動作，就是要讓人天天想到要救人、要做好事，每天都有善心和善行。

她們心中有這個念頭，到了菜市場，很自然在對話中提到要少買幾株菜，省下五毛錢。菜販和市場裏的人就好奇詢問：存五毛錢要做什么？聽到的人大多覺得「五毛錢做好事」很容易，自己也能做到，也將慈濟訊息傳播開來。

慈濟功德會在克難中成立，開始做慈善救濟的工作，只要有人提報個案就去，貧困的給他們米糧，有病的幫助他們就醫。這分力量就來自於每人每天存的五毛錢。響應的人愈來愈多，也讓慈濟有愈來愈大的力量救濟貧病苦

難人。

從這一念心做起，雖然是很自不量力，但也不可輕視，只要有心，許許多多人會合起來，能為天下做無量事。即使沒有離開臺灣，但是愛心點滴流入功德大海，也能翻山越嶺、越洋過海救助苦難。

直到現在，有六十八個國家地區有慈濟人，他們就地取材，就近及時救助苦難；還有一百三十九個國家地區的苦難人，接受過慈濟的人道援助。

這五毛錢輕如滴水，很微弱、不起眼，卻是慈濟志業的起源；其重要性不在五毛錢本身的價值，而是每人每天心中有愛，而且有付出的行動，這是慈濟人自起步就建立的觀念。不分貧富，只要一念愛心起，付出點滴，不影響生活，但已經造了一分福，累積了善因福緣。

隨著時間成就一切

慈濟六十年來為社會人間所做的事，都不是預先想要做什麼，或是先累積了一定的力量

才做，而是當下看到人間苦難而起了一念不忍之心，就起於行動去付出。這一念正確，方向沒有絲毫之偏，就能隨著時間成就一切利益人間的好事，也成就自己的生命價值。

慈濟從慈善起步後，看見貧病相依的無奈，於是協助就醫，也開辦義診所，不讓小病拖成大病，但還是無法及時救治急重症；感受到花東醫療資源匱乏，所以決定興建花蓮慈濟醫院；隨後又面臨醫護人員招募不易，因而創辦慈濟護專、醫學院。

慈善志業在世界各地幫助生活困苦的人；醫療志業搶救生命，全臺灣有八所慈濟醫院與一間慈濟診所，真誠地守護生命、守護健康、守護愛；教育志業培養慧命，為天下培育人才；人文志業向人間傳播大愛、弘揚善事，淨化人心，讓社會祥和。

從慈善而醫療、教育到人文，四大志業有前後順序，四個步驟一步一步都踏得穩，真的為人間做不少事。這絕對不是一個人，而是許多人有一個理念，大家共同來做，才能有這樣的成就。

這幾十年來，我想要做什麼，慈濟人都說：「既然師父說要做，那我們做就對了。」他們不會抱怨為何師父要做這麼多，總是感恩師父讓他們能為社會盡一分心力；但凡我想到，他們就去做，這就是慈濟人的願力，志業道路就是他們所鋪出來的。

而我篤定了方向，要做事就不怕困難。即使負擔沉重，大家總是問：「錢在哪裏？」我都說，就在人人的口袋裏，只要我們用真誠的信心做對的事情，就會有人響應。所以我對自己有信心，而且堅守誠正信實原則，認定選擇的路是對的，就殷勤精進往前走。

做出典範影響人間

「為佛教，為眾生」這六個字，是我畢生的方向；回過頭來，已經走了這麼長遠的路，往前看，路更長遠，需要生生世世去走。

雖然距離佛陀時代已經有兩千五百多年，但慈濟人實踐了佛陀的救世精神。《法華經》

是佛陀所教的菩薩法，把道理說得很清楚，《無量義經》則是《法華經》的精髓，道理說得很淺白，讓我們知道人生要學菩薩，以及菩薩面對眾生的方法，這也是慈濟自創立以來所走的道路。

六十年來，我們把每一個腳印都踏得很實在，才能將慈濟從臺灣推向國際，讓全球人看見臺灣的愛與善，讓愛與善成為臺灣的標誌。慈濟能夠在國際間廣受認同與肯定，我們要安心定向；四大志業要在各領域做出典範，發揮影響力教化人間。

「五毛錢」是慈濟的「起家錢」，也是慈濟的歷史緣起。慈濟六十年要重新再起步，如同剛開始的三十位家庭主婦、資深慈濟人，把握機會向民眾說慈濟，邀約行善，點滴匯集做好事。也要抱持佛教克難慈濟功德會剛成立那時，每增加一位會員就歡喜感恩，那份感恩心，人人都要有；而我們天天都要記得惜福、造福，生活節儉，五毛錢也可以節省下來做慈善，這分精神理念要永遠持續。

復刻竹筒歲月 愛心惦在這

撰文·周傳斌（慈濟月刊撰述）
攝影·黃筱哲（慈濟月刊攝影）

緣起：一九六六年四月十四日佛教克難慈濟功德會成立，號召大眾每天省下五毛錢投竹筒助人創新；觀念遠播海內外，有容器各異、內容物不同的「竹筒歲月」；以及「富有愛心店」，店家不必走出店門，在店內放置竹筒就可以做好事，募集大家的點滴力量共同造福，所以說「愛心惦在這」

精神：量力而為、點滴累積，人人都能助人

清晨的天空還是一片深藍，大地尚未甦醒，黃秀真已經出門前往慈濟基金會花蓮本會上

班；但和一般上班族不同，她的背包裏裝滿了沉甸甸的零錢。抵達辦公室，她再度檢查背包中一個又一個收納袋，仔細檢查點收表，確保無誤後才去用早餐，參與每日晨間的志工早會，直到上班時間。

這些零錢是她與志工團隊利用下班時間，走訪花蓮各個「富

有愛心店」回收而來的善款；她交給財務室點收，讓這些愛心去到需要的地方。

所謂富有愛心店，可以簡單理解為那些同意慈濟在自家店裏放置慈濟募款箱的店家。竹筒是慈濟重要的象徵，於慈濟成立之初，在那個物資匱乏的年代，幾位最初的會員從買菜錢中省下五毛錢，投入竹筒，不只自己助人，也在生活周遭影響別人。這種「點滴累積、勸人向善」的觀

念，從此在花蓮菜市場擴散開來，而今擴及全球慈濟人所在的地方。

主動與人結好緣

慈濟會員捐贈善款有多元的方式，最傳統的就是實體互動，下班後，黃秀真帶著竹筒邀請店家加入富有愛心店，讓更多人一起小錢行大善。



由慈濟委員收取；或是會員親自到靜思堂捐款、銀行轉帳、線上匯款或專用APP支付。雖然形式隨著時代而因應調整，小額捐款仍為行善力量的主要來源；以二〇二四年統計為例，捐款次數中，低於新臺幣五百元的單筆捐款就占了百分之八十八。

「富有愛心店」延續眾多善意匯聚的小額捐款理念，一家家商店、餐廳、機構，都是由慈濟志工親自拜訪、邀約及每月回訪。在花蓮推廣團隊中，許多志工本身就任慈濟基金會工作；他們相約下班後一起去收竹筒，通常會選定一家富有愛心店的餐廳用晚餐，不但像是一場朋友間的聚餐，也是給予店家實質的支持。

這一天，黃秀真與黃少冠、林欣穎相約在中山路一間鐵板燒餐廳，老闆娘聽到志工讚賞她炒菜身手俐落，靦腆笑著繼續忙碌，愛心竹筒就在一旁的櫃臺

上。林欣穎說，因為推廣富有愛心店而認識許多店家，和人有進一步的互動；對她而言，每個月幾次與志工夥伴一起到不同的店家用餐，飯後再到各個富有愛心店收竹筒，雖然要提著沉沉的收納袋，這條長長的路不累。

二十來歲的江菩瑩、江仙竺姊妹檔，也有志工和同仁的雙重身分。江仙竺拿著點收表進到店裏，語氣客氣、語速輕快地打招呼：「您好，我們來收竹筒，辛苦了。」當她與店家簽名核對時，其他團隊成員各司其職：有人遞上上個月善款收據，有人將竹筒裏的零錢清點倒入收納袋中，再貼上寫有新日期的封條。

當時接近年末，她們還多了一道程序：將印有二〇二五年衛生福利部活動許可文號的綠色貼紙撕下，貼上二〇二六年文號的金色貼紙。這個小動作也代表著合法合規的徵信。

江仙竺在與店家接觸時，總

是說著「不好意思」或「謝謝你給我們機會」。江菩瑩則回憶，一開始邀請陌生的店家人員成為愛心店，難免擔心被拒絕，但後來發現：「大家就算婉拒，也都非常友善。」

走訪過程中，她們發現一家新開的飲料店，江仙竺微笑上前詢問：「您好，我們是慈濟志工，請問願意讓我們放愛心竹筒嗎？」雖然飲料店店員以「老闆不在，無法作主」禮貌地回絕，志工們仍道謝：「沒事沒事，謝謝您！」隨即轉向下一家店。

富有愛心店算是延續了志工主動持續與人接觸的勸募模式，因此有機會向店家解說慈濟事，甚至由他們協助再向顧客說明，招呼更多人一起做好事。

創造行善的因緣

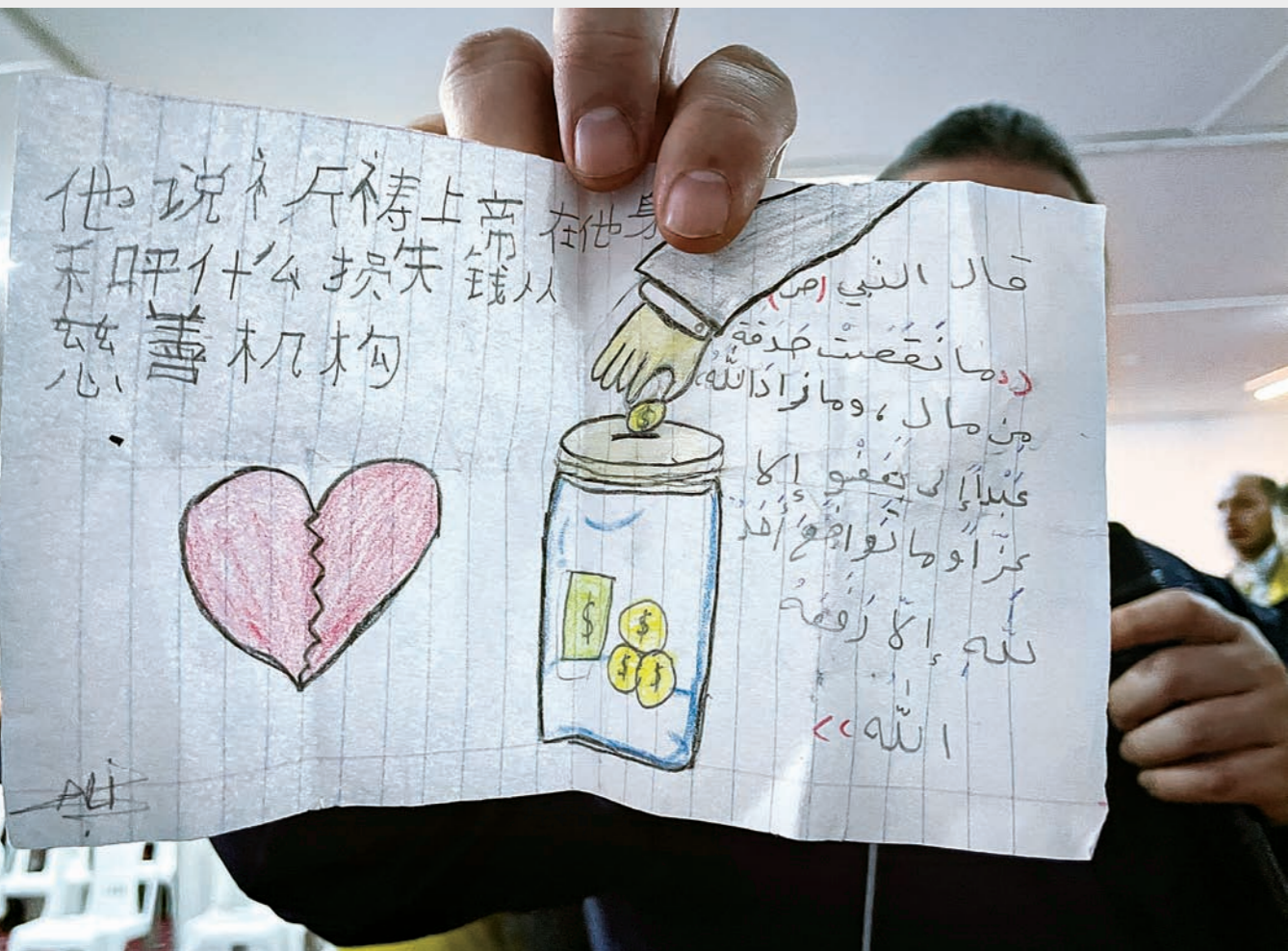
「大額捐款在慈濟志業的推進上，的確形成一股堅實的力量；但我們的組織，更以啟發人心、帶動善念為主。讓更多人一起行善，才是我們最重要的核心理念。」慈濟基金會執行長辦公室主任王運敬說道。

自二〇一九年四月起，在王運敬的鼓勵下，黃秀真推動第一家「富有愛心店」，此一模式逐步擴展至各縣市；二〇二六年四月中旬統計，全臺已有六萬九千多家店響應。

七年來，黃秀真的身上總是帶著新竹筒，幾乎每天晚上陪伴團隊志工，在花蓮大街小巷走訪店家，收取愛心竹筒或推廣理念。她也觀察到，每位志工個性不同，方式各異：有人邊聊天邊

土耳其滿納海國際學校敘利亞學生為土敘強震受災者捐零錢、獻愛心，阿拉伯文寫著「你的奉獻不會減少你擁有的，反而會增加福分」。

（攝影／林裴菲）



竹筒歲月 全球妙用

竹筒歲月精神，成就慈濟起源，也隨著慈濟志工擴及全球；匯集的不一定是善款，也可能是一把米、一張郵票，共同點是小額捐獻及啟發善念。



緬甸 | 米撲滿

88村日存一把米，2025年累計捐出7,244公斤幫助貧窮家庭。(攝影/蕭耀華)



尚比亞 | 玉米粉撲滿

社區熱食站，居民募玉米粉，為孤兒及獨居長者供餐。(相片提供/尚比亞慈濟志工)



印度 | 米撲滿

菩提迦耶每月慈善發放日，慈濟照顧戶存米回饋助人。(攝影/駱美花)



印度 | 嘟嘟車行動撲滿

司機在車上裝設竹筒，成為行動版富有愛心店，載客也載愛。(攝影/留瓊玉)



柬埔寨 | 寶特瓶撲滿

垃圾山周邊貧戶撿來寶特瓶存錢，慈濟發放日讓寶特瓶「回娘家」。(攝影/黃淑珍)



土耳其 | 竹筒歲月

2022年臺灣池上強震，土耳其滿納海國際學校師生援助花東救災。(攝影/余自成)

收，有人一家接一家快速地完成。她笑說：「我比較喜歡一邊享用餐點，一邊收竹筒零錢。」

在推動過程中，她也用心降低志工參與的門檻：假日在花蓮靜思堂等候，讓收好竹筒零錢的志工將善款交給她，代為送回花蓮本會給財務人員，開立收據；或事先為志工們列印和排序好點收表。雖然增加了自己付出的時間和負擔，但她更期待志工，特別是志業體同仁，能在不影響生活的情況下持續投入推廣。

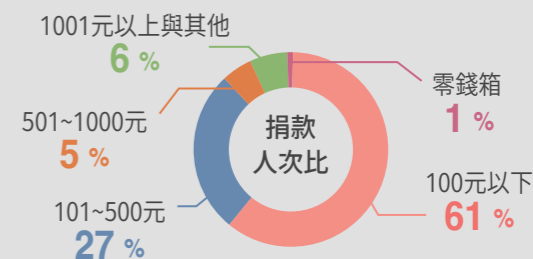
「我真心喜愛在第一線服務他人，因為真誠與溫暖，是我最珍貴的能力。」黃秀真說。

「富有愛心店」的成就，來自志工走入店家推廣、店家提供店鋪空間、顧客隨喜布施，眾人合力而成。在當今社會結構日益複雜的情況下，募款方式需隨法規與生活型態調整；只要竹筒歲月的精神不離勸善初心，就能在世間長久流傳。



伸援 139 個國家地區 力量來自五毛錢

慈濟慈善足跡走入139個國家地區，愛心力量即來自於全球小額捐款。慈濟捐款人次中，每10次捐款有近9次低於500元



我的 去哪裏了？



補助臺灣42萬戶次弱勢家庭生活、教育、急難(2025年數據)



臺灣唯一「骨髓資料庫」檢驗費用



急難現場一碗穩定心神的熱湯



醫療、教育與清流媒體，穩定社會



一根浴室扶手，輔助長輩居家安全



愛心即刻送達全球貧病者、受災者與難民



每一塊錢
都能成為
改變世界的
起點

平時互動，急難互助 志工守望社區

撰文·周傳斌（慈濟月刊撰述）

緣起：一九九六年賀伯風災後，將志工依社區分組，現代版守望相助

運作：平時互動關懷，急難時發揮「就近、迅速」的動員力

精神：將慈濟委員組和慈誠隊員人力資源統合，以功能來編入合心、和氣、互愛、協力組隊架構裏，象徵慈濟精神藉由「四合一」運作來傳承

地 震、颱風、大型災害現場，往往看見藍衣白褲的慈濟人身影，為救災做後盾、煮熱食安人心。為何慈濟志工總能在第一時間動員？

「速度會這麼快，因為我們的志工就住在社區裏。」新北市三重資深慈濟志工羅美珠一語道出關鍵。

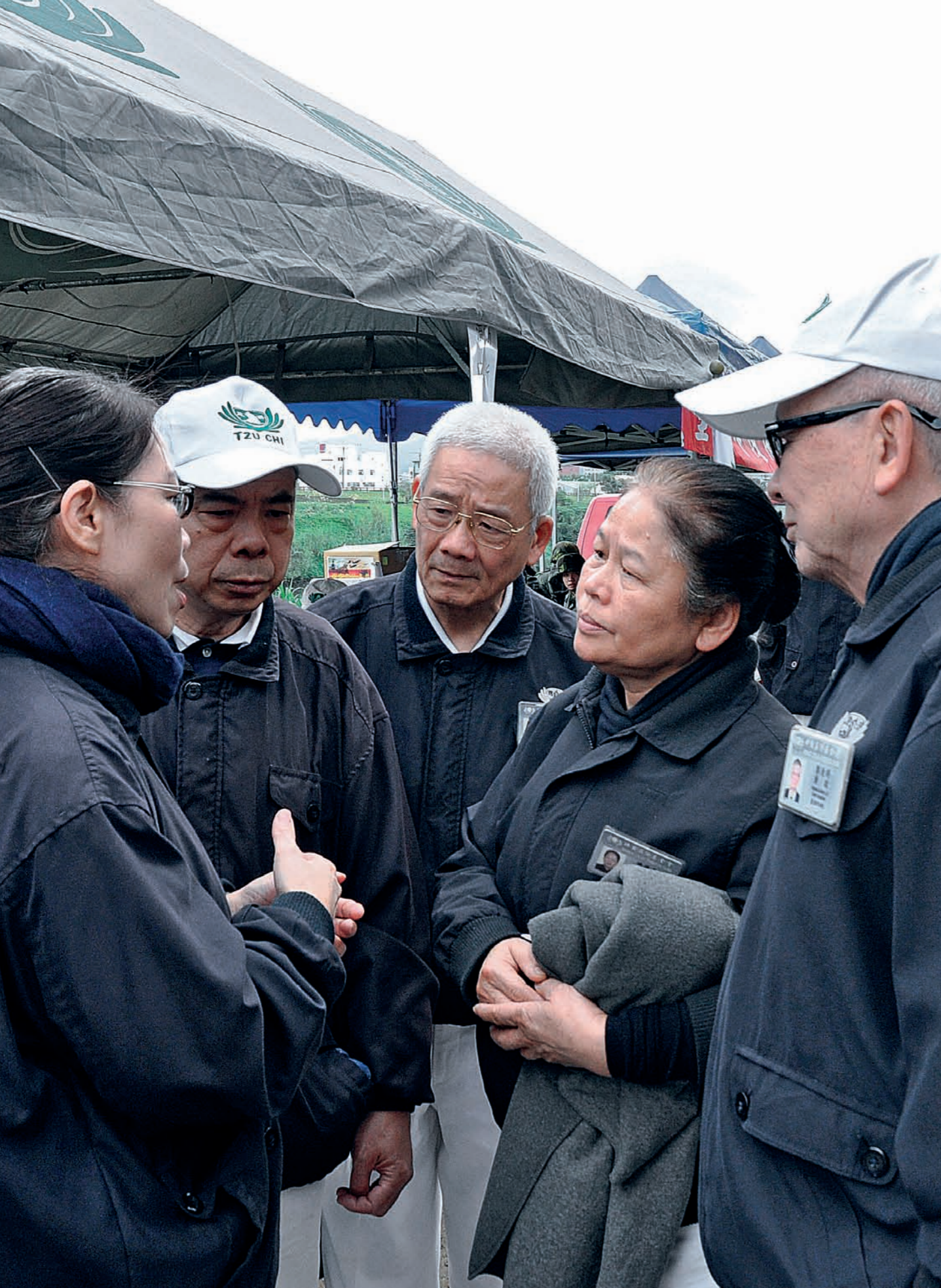
從一位平凡的磁磚店老闆娘開始參與慈善關懷，四十五年來已成為社區志工團隊後盾、國際賑災老兵。羅美珠憶起一九九六

年慈濟三十周年開始推動「社區志工」觀念，隔年起九千名受證慈濟志工依行政區重新編組，當時身邊的人一度無所適從，對於「如何在社區做慈濟事」的想像感到模糊。

「我們那時候搞不清楚，若要帶領新進志工到社區，是指要帶到哪裏去？」羅美珠說，全臺志工幹部特別為此回到花蓮靜思堂，聚精會神地討論如何走入社區。大家心裏都有同一個疑問：「社區化」是什麼意思？

在推動「社區志工」前，地緣並非慈濟運作的首要考量。慈濟志工的分組，多是依靠人與人之間的「情感」與「因緣」引薦和聯繫。同一個組隊志工可能散居不同區域，每逢開會，大家

二〇一五年復興航空班機墜落臺北市南港區基隆河道，事發四十分鐘，南港、內湖、汐止慈濟志工已抵達現場設立服務中心，羅美珠（右二）與團隊商議救災。（攝影／陳信和）





便跨越鄉鎮，齊聚在組長家討論事務；動員賑災時，更要遠途會合。

一九九六年八月，賀伯颱風在全臺造成嚴重災情，慈濟志工投入賑災。上人在一個月的勘災行程中，正式呼籲「社區志工」觀念。

上人期許志工能成為教化人心的典範。但是龐大的志工群體若僅以人緣連結而分散各處，力量難以凝聚；隨著會務成長與急難事件發生，志工回歸「社區分組」，才能真正起到祥和社會的作用。「過去我說要淨化人心、祥和社會、天下無災難，那是觀念的呼籲；現在因緣成熟了，我

要開始實施，告訴你們如何落實社區志工。」

這是為何「社區志工」成為慈濟八個法印之一，核心意義就在於善美能量的在地凝聚。

遠親不如近鄰

對比三十年後的現在，羅美珠欣然地說，現在全臺許多社區有了會所，當慈濟志工談起「社區」時，大家會聯想到七月吉祥月、歲末祝福、暑期營隊等大型活動，或是環保站、志玄文教基金會教育中心等民眾可參與的公益服務及課程，還有各種深入社區的關懷行動。

「愈多人參加，這個地方就有愈多愛心；愈多行善付出的人，地方就愈祥和。」她堅定地說。

然而，改變初期並非一帆風順。因為慈濟向來重視人情導向，從早期到今日都是如此；志工難免經歷舊情感重整、新連結尚未建立的過渡期。「畢竟是十幾年共事，相處、合作都有默契，彼此相互了解，緣結得很深，一下子要分，大家需要適應。那時還有師兄弟請求上人不耍分啦！」羅美珠回憶這段往事，嘴角帶著笑意。

有一段時間採取社區組隊與原組隊並行的「雙軌制度」，但後來臺灣發生了幾起事件，加速了志工社區化。「一九九七年八月，溫妮颱風重創北部，林肯大郡整個房子陷下來，我們北區救災小組因為淹水過不去，住在汐止的師兄弟就先到達勘災。」

一九九八年華航大園空難亦

如此，第一時間到達現場的是桃園在地志工。羅美珠說：「這些大災難讓我們更能體會上人的用意。」畢竟，若非以社區來做志工分組，像這類急難事件很難就近、迅速動員。於是原本預計一年的雙軌期，在半年內便轉為「單軌」的社區志工模式。

當志工社區化後，交通時間縮短，在地活動也讓志工能更方便地邀請家人和民眾參與；鄉親之間的關係因此更緊密，這在急速現代化的臺灣，人與人之間感情逐漸疏離的時代更顯難得。

大家都是志工

七年後，二〇〇三年又迎來

九二一地震，全臺多地建築倒塌，慈濟志工就地啟動救災；在臺北市松山區東星大樓災區，運補飲用水，為救災人員提供後援。（攝影／林鳳琪）



慈濟會所兼具救災中心、社會教育與共修活動多功能；每年歲末祝福，社區民眾就近齊聚，點亮心燈迎接新年。
(攝影／李士彬)

證事項，還要負責瑣碎的收支登記。不論名稱為何，羅美珠穿上志工服，每天一早來到靜思堂，看頭顧尾，處理大小事務。「合心就是協力。合心是一個名相，只是為了運作方便，但大家都是志工，還是要回到社區做事。人家問我在靜思堂忙什麼？我說我在園區掃地、拔草啊，不是『一指神功』，上人與常住師父也是以身作則、自力耕生。」

羅美珠在社區服務的身影，只是眾多慈濟人的縮影之一。目前已受證的慈濟志工約十萬八千多人，遍布全臺鄉鎮社區，更擴展到全球六十八個國家地區。在社區「合和互協」地做慈濟事，已然成為慈濟人的生活日常，而促使這一切發生的歷史仍舊被參與過的人清晰記憶著：藍天白雲的形象在需要時及時出現，也帶動更多力量，將慈濟精神傳遞下去。

「四法四門四合一」架構推動，將志工分為「合心、和氣、互愛、協力」四個組別。羅美珠強調，這並非企業的上下階級，而是「平行」的運作層級。以新北市三重區為例，當地每一名合心組志工會對接四位和氣組志工，每位和氣組志工負責兩位互愛，每位互愛志工再負責四至五位協力組長；一位協力組長會帶領十至二十位慈濟志工，做第一線的勤務，一層層往外擴散如同心圓。當慈濟基金會需要布達訊息，由合心往外傳遞；當社區發生事情，分散在各鄉里的志工也能將訊息回傳。

四合一架構並非階級管理模式，因為志工是秉持奉獻精神付出，關懷社區、參與賑災完全沒有酬勞、甚至還得自費自假；他們投入的動力更多是對於宗教理念的熱情和感動。因此四合一架構主要是希望將慈濟精神系統性地傳遞給每位志工，同時也在

管理架構中蘊含佛法的「慈悲等觀」，讓志工維持一個更為清淨的修行道場。

上人期許弟子在做慈濟事能夠「合和互協」，常比喻合心猶如樹根、和氣為樹幹、互愛如樹樞、協力如枝葉，藉由菩提樹的譬喻讓志工了解，雖然以功能分組隊，不過本是同根生，大家的心是一體的。

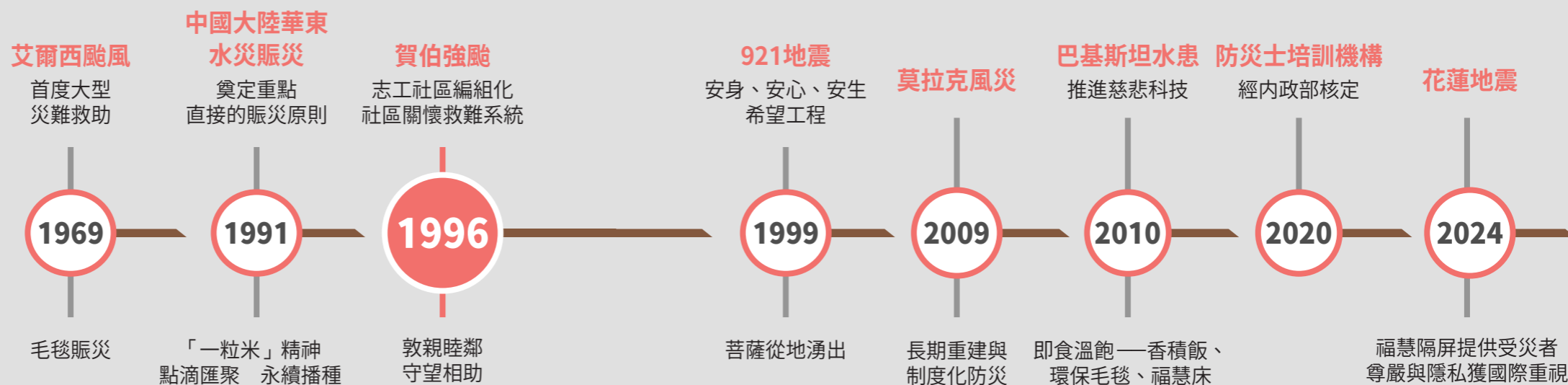
羅美珠目前是「知音合心」，知音合心不同於合心，更像是「終身顧問」。「知音是知誰的音？是知上人的音。我們跟隨上人比較久，上人說什麼，我們比較容易理解。我覺得合心志工的職責，還是要將經驗傳承下去，把你過去為人處事或辦活動的經驗透過陪伴給對方，讓他覺得有後盾。」

在短短的訪談期間，羅美珠就有不少需要處理的事情，有志工前來諮詢借用靜思堂場地，一會兒她又與團隊討論志工培訓受

從大型救災到 韌性治理

慈濟防救災演進史

從實地勘災開始，結合科技力量，發展出兼具即時援助與長期韌性模式。



(圖表整理：慈濟基金會慈善志業發展處災防組)

默默奉獻三十六年 為環保志工鼓掌

撰文·周傳斌（慈濟月刊撰述）
攝影·黃筱哲（慈濟月刊攝影）

緣起：一九九〇年，證嚴上人呼籲「用鼓掌的雙手做環保」，目前全臺逾一萬一千處據點、九萬位環保志工

運作：志工從實做中珍惜物命、節約生活，不只回收資源，更加強環境教育，帶動「不用、少用、重複用、修理再利用、清淨回收有大用」

精神：慈濟人在十九個國家地區設置環保據點，複製經驗

目 前臺灣一般廢棄物回收率接近六成，可說是全球排名前段班。然而，回首四十年前，卻曾面臨截然不同的環境挑戰。

現今鄰近基隆河、綠草如茵的內湖復育園區，在一九七〇年代其實是座垃圾掩埋場；垃圾未經妥善處理，堆置達數層樓高，甚至引發連續數日的垃圾山大火。一九八五年，《人間雜誌》筆下揭露了駭人的城市光景：一座長九百公尺、高十幾層樓的垃

圾山，其中寄居著約百位背景各異的拾荒者，試圖在城市廢墟中討生活。這類極具批判精神的報導，代表了當時惡化的環境問題，以及社會中逐漸高漲的環境保護意識。

一九八六年臺灣垃圾清運量為五百萬公噸，到了一九九六年飆升至八百八十八萬公噸，十年間成長近七成。在經濟快速發展、消費主義高漲的背景，大量廢棄物隨之產生。

慈濟也在此時開始行動——

一九九〇年八月二十三日，證嚴上人應「吳尊賢社會公益講座」之邀，前往臺中新民商工開示，因聽眾掌聲熱烈使演講數度中斷，上人即以「用鼓掌的雙手做環保」勉勵大眾。這番話成為無

內湖環保站環境簡單，謝秀連（後排右一）與環保志工，為守護大地付出己力。





數環保志工的啟蒙，不僅開啟了臺灣最具規模的民間資源回收行動，也讓環保意識深植社區。

再難也要做

不同於當時社會常見以抗議公害或維持權益為出發的環保路線，慈濟將科學實證的生態保護論述轉化為慈悲利他，以宗教精神啟動民眾投入環保。在受到上人的理念啟發後，許多人回到社區建立環保回收據點，謝秀連即是其中之一。

一九九五年，她在北市內湖住家附近的美容院及西安公園推動，邀請鄉親從紙類回收做起；

社區大型環保日，慈濟志工與鄰里居民分類回收各項資源，結束後將地面清理乾淨不留痕跡；隨著環保政策及回收習慣的建立，這樣的街頭回收活動已逐漸減少。
(攝影/林亨)

現寶特瓶如何製成賑災毛毯，精彩導覽吸引海內外團體參訪。「我們一年最多曾接待三百多團，有時一天兩到三團。」謝秀連說。

於二〇〇九年加入環保志工的林碧鑾，記得當時場地簡陋、空間小，十幾二十位年長志工坐在一起，年齡加總超過千歲！他們愛惜物命、保護大地的真實畫面，往往讓訪客震撼。

困難一直都有

目前全臺有超過九萬位環保志工，各縣市鄉鎮有慈濟環保教育站、環保點，運作模式持續隨著時代改變。在內湖區，早期經營據點的人力逐漸退場，社區環保點減少，隨著家戶落實資源分類回收，志工開始向願意配合做物資初步清潔和整理的店面、大樓或政府機關回收物。

志工們低頭做環保，也開始

二〇〇三年八月，更承擔起慈濟內湖環保站事務。她笑言，自己一開始其實並不敢接手。

內湖環保站面對大湖，距離當時已停用的內湖垃圾掩埋場僅三公里；二〇〇一年納莉風災淹水後，環保站運作又暫停一年，園區設備簡陋，缺乏規畫，「那時每天僅有六到十人來做環保，在園區最尾端整理回收物。」園區後方只有簡單的舊帳棚，尚未整理的回收物堆放其中，志工們撐起遮陽傘，在烈日下做分類。就如上人所教，克己、克勤、克儉、克難。

當時臺北市因推動垃圾費隨袋徵收與回收制度，資源回收率已達三成多，領先全臺，但是許

多品項尚未被納入回收，例如塑膠袋；志工們為此做了不少努力。

二十多年前，臺北鮮少願意回收塑膠袋的廠商，為減少垃圾量、焚燒污染空氣，內湖環保志工將回收的乾淨塑膠袋隨著瓶罐載送到中南部，免費給廠商回收。直到二〇〇六年左右，終於在臺北找到回收廠商，可觀的塑膠袋才有了去處。

早年的克難歷歷在目，如今鐵皮棚架早已整頓為各樣紙類、寶特瓶、塑膠容器與廢塑膠、金屬與廢五金及綜合回收物的分類區，每區明確區分動線。內湖環保站也因環保志工細緻處理資源、帶動參訪者實作體驗，並呈



新加坡環保教育站中，志工為前來參訪的香港小學生介紹環保十指口訣；近年來海內外慈濟志工也主動走入校園，透過環保防災電競大賽等不同方式推動環保理念。

(攝影／蔡長盛)

退休後參與慈濟的林碧鑾回憶，最初對環保並不感興趣，直到二〇〇九年參加《慈濟》月刊讀書會後，了解慈濟在海內外援助災區，再度投入環保時就未曾停過。「退休時每天在家裏不知道要做什麼。以前覺得慈濟需要我們，現在覺得，是我們這些環保志工需要慈濟。」

「看著這些老菩薩做志工，真的很幸福。」訪談中，林碧鑾忍不住讚美道。前方，一位老菩薩正在對著園區佛堂的方向禮拜，閉眼及雙掌合十的神情十分虔誠。

退休後參與慈濟的林碧鑾回憶，最初對環保並不感興趣，直到二〇〇九年參加《慈濟》月刊讀書會後，了解慈濟在海內外援助災區，再度投入環保時就未曾停過。「退休時每天在家裏不知道要做什麼。以前覺得慈濟需要我們，現在覺得，是我們這些環保志工需要慈濟。」

抬頭說環保。在林碧鑾的印象中，慈濟環保站更明確轉向環保教育，是在二〇一四年，上人行腳到高雄，見到環保志工在黃昏時分仍在整理回收物；回收物中混雜著異味濃厚的廚餘及不可回收的雜物。出於推動環保應減少污染的初衷，且心疼志工未能在衛生的環境中付出，上人呼籲推動「清淨在源頭」、「忍痛教育」的觀念，讓民眾更有環保意識，也能提高回收再用率。

林碧鑾記得觀念宣導初期，有志工不捨回收量減少，也擔心若忍痛拒收，民眾往後不願再提供回收物。後來經由經驗分享，大家才逐漸適應開口勸導民眾，廢棄物在被丟棄時，若能先行清理，並有較精確的分類，這樣在環保站做處理時，就能更有效的再利用。

環保志工年齡層增長趨於老化，加上新冠肺炎疫情後，作業強度降低，目前雖仍有志工做到

下午四、五點，但多數改為晨間七點至中午或午後一、二點；並貼心設置小房間，供志工報到與量血壓。

近年來，外來回收物壓低了本土回收價格，例如很多廠商開始不收特定塑膠，或是收購價格很低；加上現在塑膠製品多為複合材料，回收成本高，即使有補助也難與新原料競爭。

環保人力日漸減少加上回收商收購意願低落，林碧鑾感到無奈，但也告訴自己不要執著，該放還是要放；當前最重要的，還是要讓年邁志工在比較舒適的空間持續做環保。

生命很有價值

鐵皮頂棚下，各區志工在一個籃籃的物資前忙著、手腦並用，在環保站付出良能，找到成就感。九十歲的高阿葉阿嬤，做環保近三十年，在塑膠袋區做起分

臺灣奇蹟 環保志工環保毛毯 揚名國際

回收**67**支寶特瓶
可做成一條毛毯，
輕軟、保暖、快乾



環保

志工回收、分類寶特瓶

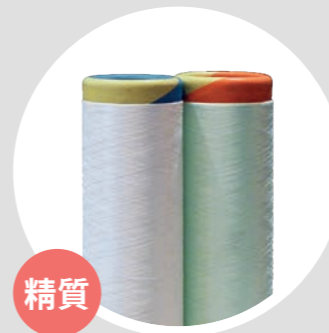
分類三色瓶身、去除瓶蓋瓶環



創新

大愛感恩科技
研發紡織技術

處理廠 | 切片製成酯粒



精質

高品質抽絲織布

紡織廠 | 抽絲紡紗、織造毯身布料



接力

志工團隊後製

拉布、裁剪、拷克、
燙熨慈濟標誌、摺疊、裝箱



慈善

暖身暖心

已送到**47**個國家地區、
送出**139**萬條

最後一堂課的先行者 致敬無語良師與家屬

撰文·周傳斌（慈濟月刊撰述）
攝影·蕭耀華（慈濟月刊攝影）

緣起：臺灣醫學教育缺乏教學遺體，慈濟醫學院成立時，證嚴上人呼籲慈濟人，在往生後能「化無用為大用」，捐贈大體培育良醫

運作：最初僅用於大體解剖教學，後來進階發展出大體模擬手術教學

精神：無語良師寧讓醫學生劃錯百千刀，也不能在病人身上劃錯一刀；醫學生透過與家屬互動，將人文關懷注入醫師專業養成

現況：逾四萬三千人簽署遺體捐贈志願書，42國、43個醫學會醫師參與模擬手術課程

位於花蓮的慈濟大學模擬醫學

中心，二〇二六年三月舉辦年度第一場模擬手術教學。課程前一天，大體老師家屬、醫學生前來參加人文典禮，模擬醫學中心主任曾國藩為大家介紹模擬手術的發展過程，用淺白的話語向沒有醫學背景的家屬說明，這幾天醫學生和住院醫師將會進行的手術教學。

「結束後，我們會清洗內視

鏡，畢竟一根五十萬，不能用完就丟。」曾國藩鉅細靡遺地說明模擬手術室與一般手術室的異同。這裏設有八個手術檯，配備全套相關裝備、獨立手術燈組、內視鏡等儀器，與醫院手術室相同，也有清洗和消毒的流程。

一年八次的模擬手術課程，每次啟用八位大體老師，進行四天。醫學生會穿好整套手術服，手術前，向尊稱為「無語良師」

的大體老師默禱，報告當天進行的術式，如同醫師與病人進行醫病溝通。

當醫學生在無語良師身上劃下一刀，或是住院醫師使用內視鏡深入到大體體內進行操作時，手術檯前方螢幕中，一幕幕呈現

慈濟大學大捨堂，玻璃龕內尊放大體老師部分骨灰，空間開放讓親友隨時可回來追思。





這位老師的生平故事。

模擬手術課程的每一個環節，投入大量人力與資源，使學生眼前不再只是冰冷的標本，而是一位曾經生活於世、被家人深深愛過的人。這樣的教學設計，讓醫療學習不只是技術操作，也是一場生命對話。慈濟推動「無語良師」已逾三十年，不僅改變醫學教育現場，也逐步帶動臺灣醫學界從無名、匿名遺體走向具名捐贈，並導入人文儀式的完整實踐。

以身示教，造福眾生

過去三十年來，醫學知識如免疫學及遺傳學的研究發現大量增加，在3D數位影像、VR虛擬實境、AR擴充實境等技術及工具輔助下，讓歐美為首的醫學教育體系出現減少傳統解剖課時數的趨勢。

曾國藩認同數位影像在教學上的輔助價值，但仍持審慎態度，「課本上的器官與腫瘤，往往是被分開理解的；但人體實際

上有結締組織與筋膜連結。」醫學生必須透過視覺與觸覺的整合經驗，在解剖過程建立對真實人體的理解。

微創手術如內視鏡手術、透過達文西機械手臂輔助的手術，如今成為主流趨勢，許多年輕醫師也因此無法像過去一樣，可以臨床觀察資深醫師開傳統大刀，清楚看見在病人身上的手術操作。曾國藩沉重說道：「現今內視鏡和達文西手術做得最好的醫師，過去都是開大刀的醫師。」

在此困境下，大體老師的重要性更加凸顯——提供醫學生與醫師一個不傷害真實病人的學習場域，反覆演練與熟悉技巧，將臨床風險降到最低。

刀更精準，心更柔軟

模擬手術課程第一天啟用典禮，早上七點，在靜思精舍法師引領下，家屬與各組醫學生走到

手術檯旁。組內兩位醫學生掀起蓋著無語良師頭部的布單，當再次看見往生家人的面容時，有位老先生號啕大哭，有一家大小落淚哽咽，還有位中年男士獨自靜靜看著；親人圓滿心願的這天，終於到了。

「上人在任何場合，只要聽到哪一位無語良師的故事，他就會說這些人是老師，表達他對無語良師的感恩，也肯定這是件利益眾生的事。」曾國藩說道。

「老師們」選擇捐贈大體，簽署捐贈志願書，病危階段經評估身體狀況、確認學校遺體儲存空間，在往生後捐出，讓此身發揮最後價值。不少慈濟志工健康時即決定將遺體奉獻給醫學教育，視為這輩子最後的心願；最

慈大模擬手術課程，醫師及醫學生從無語良師身上學習，熟悉各種手術操作。

早跟隨上人修行的靜思精舍長老弟子中，已圓寂的德慈法師、德昭法師、德恩法師與德仰法師，一生辛勞後也成為無語良師，化無用為大用。

不論是在專業技術層面，亦或人文儀式，模擬醫學中心團隊始終以「曾經活過，被他人愛著的人」來尊敬、慎重對待每一位無語良師。不僅儀式細緻嚴謹，在保存遺體技術上亦不斷精進。

目前使用遺體大致分為兩類：一為「大體解剖」，供醫學生認識人體構造；另一則為「大體模擬手術教學」，提供臨床前的手術訓練，此一課程由慈濟大學於二〇〇二年後逐步發展，完整模擬外科手術流程，供海內外高年級醫學生與醫師進修。

慈大對於解剖教學遺體防腐處理，是透過血管注入防腐液，而非傳統浸泡式；而防腐的遺體與臨床面對的活體組織完全不同，無法作為手術練習。為了克

並不容易推動。

然而隨著證嚴上人的呼籲，以及慈濟長期建立的人文儀式——從家訪大體老師家屬、人文典禮、啟用儀式，到入殮、送靈、追思、入龕，使遺體捐贈觀念逐漸被社會熟悉，成為延續生命價值的一種選擇。

一九九五年至二〇〇八年，慈濟推動遺體捐贈初期，轉贈兩百九十五具遺體予其他醫學院校，尊重捐贈者的人文精神隨之擴散；近年更吸引國際學者醫師與學生來訪、參與課程，馬來亞大學更跨國引進無語良師模式。

「從美國回臺灣，因緣際會，我辭掉臺大的工作，回來慈大教書。慈濟在解剖教學上有理念，願意以不同的運作方式投入。我們甚至可以發展夢想的手術。」身為解剖學科教授的曾國藩繼續說道：「人體結構早就被探索完，解剖學常被認為沒有東西是新的；但是如今我們可以開

服遺體保存問題，曾國藩採用了急速冷凍技術，捐贈者往生後，遺體需在八小時內送到慈濟大學，由遺體處理員放置到攝氏零下三十度的急凍冷凍庫。模擬手術啟用前回溫，大體老師的皮膚與組織保有如活體般的柔韌，面容安詳。

謹記付託，尊重生命

在四天課程後，各組學員恭敬為無語良師縫合、入殮，第五天送靈、火化。清晨六點半，送靈儀式在慈濟大學與靜思堂間的石磚大道上展開，精舍法師引領著醫學生和家屬扶棺緩緩走出校門，約兩百公尺的石磚路兩旁，早有慈濟志工和慈濟教育體系師長等候，合掌禮敬無語良師。志工來自各縣市，有些是專程參與莊嚴的送靈儀式，有的則是在這幾天課程中全程支援引導、場地布置及備餐等作業。

創出新的道路，去影響很多人，特別是回到人性的一面。」

對曾國藩及簽署捐贈遺體的人而言，大體老師始終希望能在救人救命的領域有所貢獻，擁有一顆利他的心；而這分付託，模擬醫學中心團隊未有辜負。

透過互動，醫學生得以理解家屬的心情，也讓家屬看見醫學教育的意義。解剖課的學生及捐贈者家屬同在一個空間，在全球各地非常罕見。

西方醫學教育常強調「情感抽離（Emotional Detachment）」，但曾國藩認為，這是教育者的傲慢，「因為他們知道，如果牽涉到學生與家屬的互動，那要投入多少心力？」

不少西方國家，即使有著完善遺體捐贈體制的英國，仍然選擇將遺體捐贈者匿名，主要出於隱私權及避免造成學生的創傷，尤其早期遺體來源多是無名遺體，甚至是死囚。

臺灣亦是如此，醫學院教學遺體來源不足，醫界為了精進醫療技術，需要進口冷凍軀幹進行研究教學，或遠赴海外研習。華人文化中，「留有全屍」、「入土為安」、「身體髮膚受之父母」等觀念根深蒂固，遺體捐贈

整個職涯致力於遺體保存、

醫學教育的曾國藩，常被問及他本人會不會捐，他笑說問題俗氣：「我不會說我要捐身體，但我會說：『因為我一輩子用嘴巴教，希望到那一天，躺下來上最後一堂課。』」

獻身醫療 4萬人最後的心願

歷程

1990年代 | 人文奠基

不只是解剖課，慈大首創「家訪與感恩儀式」，讓醫學生走入大體老師的生活

2000-2002年 | 技術突破

發展全臺首見「急速冷凍技術」保存，讓遺體適用於模擬手術

2008年 | 醫學里程碑

成立全臺首座「模擬醫學中心」，應對微創手術趨勢提供醫師真實演練

2010年至今 | 國際影響

各國醫師前來模擬醫學中心進修，將人文精神與無語良師大愛傳遞至世界

●無語良師 | (2026.4.15統計)

43,781人簽署捐贈志願書 **1,412**人已捐贈

●模擬手術 | (2025.12統計)

醫學生課程：**18**國、**48**所學校**1,880**人

醫學會課程：**42**國、**7,593**人次醫師

(資料來源：慈濟大學模擬醫學中心)

統計

慈濟醫學系首屆畢業生 嘉義小鎮的全球頂尖科學家

撰文·葉子豪（慈濟月刊撰述）
攝影·黃筱哲（慈濟月刊攝影）

四十年前花蓮慈濟醫院為了守護東部居民而成立，八年後慈濟醫學院創校，解決良醫難求的困境。首屆畢業生蔡任弼如今不僅肩負慈濟醫療管理重任，更致力培養後輩，讓這分守護生命的使命薪火相傳。

週

五晚間的嘉義市，準備迎來週末時光，然而位於仁愛路上的嘉義慈濟診所依舊忙碌。上班族下班後看夜間門診，顧孫的老人家等到兒女回家接手後，才有空就醫。

腎臟內科診間，蔡任弼醫師已從上午九點一路看診至入夜；身兼嘉義慈濟診所負責人、大林慈濟醫院腎臟內科主任，他不時還需要處理管理事務。雖然這種「馬拉松」式的門診一個月只安排兩天，但對承擔診療、行政、

研究、教學等多重任務的蔡任弼來說，仍是頗重的負擔。待下了診、開車回到雲林斗六的家時，往往都超過晚間十點。

「上人成立這家診所，是為了解服務嘉義以南，包括臺南、高雄、屏東的師兄姊及居民。上人也希望慈大醫學系的畢業生能承擔更多責任，我們第一屆就帶頭承擔。」不僅如此，蔡任弼也是慈濟大學醫學系副主任；太太許愷玟說，慈濟畢業的孩子就是「憨憨地做」。

二〇〇六年，蔡任弼在花蓮慈院升任主治醫師，大林慈院前來借將，他毅然前往支援，自此於雲嘉落地生根。許愷玟回憶：「二〇〇八年他去斗六診所成立洗腎室，當時醫師極缺，他就一個人承擔下來。」

二〇二〇年他又接下成立嘉義診所的重任，頻繁往返大林、斗六、嘉義與花蓮。直到人力銜接補充後，分身乏術的他才終能卸下過重的醫務，專注於大林與嘉義。



天道酬勤，他還不到五十歲時，就已名列「全球前百分之二頂尖科學家 (World's Top 2% Scientists)」榜單。他以自己的成就，參與醫療志業的茁壯，也回報教育志業的栽培與期許。

在花東摸索從醫之路

一九九四年夏，出身臺中的蔡任弼，取得了全臺限量一千三百名的醫學系入學資格，進入慈濟醫學院就讀。當時全校僅有醫學、公衛、醫技三系及護理研究所，每一位新生都被上人及全球慈濟人寄予厚望。

然而，癌末的母親等不到他入學便撒手人寰，喪親之痛讓他一度封閉自我。「那段時間，我常一個人跑到花蓮南濱公園看海，不想上課、不想說話，整個人像卡住一樣。」眼看蔡任弼翹課、荒廢學業，成績「當」得一塌糊塗，導師方菊雄不得不嚴肅

告誡，才將處在退學邊緣的他拉回正軌。直至大三展開大體解剖課，蔡任弼才真實感受到自己身為醫學生的使命，踏穩習醫之路。

在選擇專科時，蔡任弼因膝傷無法久站而捨棄外科，轉攻內科與急診。「選擇這兩個專科，是因為我喜歡跟病人互動，特別是家屬都會在患者出院，或者我們把患者照顧到一個程度、安詳離開後，來跟我們說謝謝。讓我深感所做的一切都很值得。」

他在花蓮慈院擔任住院醫師期間，也前往玉里與關山慈院支援急診，逐漸摸索出志向：「我比較習慣全面問診、看檢查報告後再做診斷，不適合從事急診，就回歸內科。而腎臟學是內科學裏涵蓋範圍比較廣的，腎臟只要一有問題，全身都會出問題。」蔡任弼把握機會完成北部醫學中心的外訓，返回花蓮慈院後旋即被借調到大林慈院。儘管兩

地奔波、工作繁重，他仍擠出時間進修，二〇一一年考取中山醫學大學臨床醫學研究所碩士，因優異成績直升博士班，二〇一四年取得學位。

研究期間，孩子呱呱墜地；蔡任弼下班後幫忙育兒，待妻兒入夢後才靜心鑽研，常忙至凌晨。迄今他發表超過百篇論文，質量俱佳，也在二〇二一至二〇二五年間，通過美國史丹佛大學與國際知名出版商 Elsevier 評比，名列「全球前百分之二頂尖科學家」。

這番成就打破了「唯有留學才能成才」的迷思。蔡任弼感性分享：「需不需要出國？要看自己想學什麼。就算是在臺灣努力，每天一點一滴累積，成果也自然會慢慢浮現。」

對慈大畢業生有信心

嘉義慈濟診所成立後，蔡任

弼幾乎跑遍嘉義各鄉鎮的環保站、共修處，甚至走入宮廟前為鄉親開講，教導大家如何養身護腎，避免「洗腰子」。

「衛教其實也像義診。我常常幫民眾看檢驗報告或藥單，甚至把超音波設備帶出去，現場檢查，有問題就馬上轉診。」談起在雲嘉南深耕二十年的下鄉衛教，蔡任弼自信投入的次數，在全臺醫界應是名列前茅。

回首三十多年學醫行醫路，昔日十八、十九歲的醫學生已年過五十，正式接下師長輩傳承的重擔。蔡任弼細數同屆同學：朱崧肇現為花蓮慈院腫瘤科主任，張恩庭擔任慈大醫學系主任，羅彥宇曾任花蓮慈院神經內科主任，現為臺東聖母醫院院長。

蔡任弼觀察，當年同學多半

蔡任弼來到大林慈院血液透析室，仔細查訪病況，也聆聽病人訴說。



慈濟醫護畢業生 投入慈濟醫療

四十年前花蓮慈濟醫院因為花蓮醫療欠缺而成立，後續又因花東醫護人才缺乏且招募不易，證嚴上人因而創立慈濟護理專科學校、慈濟醫學院；當年的心願，如今依舊撐住臺灣偏鄉醫療、守護民衆。

圖例：

■ 慈濟畢業醫護人數
■ 全院醫護人數

臺北慈院 23 %

醫師 102 / 482
護理人員 288 / 1187

三義慈濟中醫院 7 %

醫師 0 / 7
護理人員 1 / 8

臺中慈院 15 %

(含護理之家、臺中居家護理所、慈濟仁愛長照機構)

醫師 38 / 271
護理人員 159 / 1082

花蓮慈院 65 %

醫師 205 / 466
護理人員 881 / 1205

斗六慈院 10 %

醫師 3 / 12
護理人員 5 / 68

玉里慈院 4 %

醫師 1 / 7
護理人員 1 / 40

大林慈院 29 %

醫師 79 / 287
護理人員 313 / 1066

嘉義慈濟診所 13 %

醫師 2 / 25
護理人員 4 / 20

關山慈院 29 %

醫師 1 / 10
護理人員 17 / 52

2026.04統計

但師長的日常舉止其實都會潛移默化，比如對患者輕聲細語、不斷地想要怎麼樣協助。我想，這是慈大比較不一樣的地方。」

對於當前年輕醫師因顧忌血汗工作與醫療糾紛，而捨「內、外、婦、兒、急」轉投醫美、五

官科的趨勢，蔡任弼坦言重症壓力確實大，學生們的想法多少也會受外界影響。但他對慈大畢業生有信心，目前投身五大科的比列還是不錯的。

「我覺得他們如果自己搜尋過資料，再跟師長討論過反而更

好；談完對於想走哪個方向會更篤定，留下來的就是真的有心人。」

蔡任弼以自身的學思歷程證明：只要找到路，就不怕路遙遠。有願就有力，定向前航精進不退，時間終究會成就一切。



「雖然沒有刻意強調慈濟，承擔嘉義慈濟診所負責人，蔡任弼勤跑社區衛教，時常在宮廟前開講，深入淺出地為鄉親講解腎臟保健知識。」

(攝影／陳明君)

身為大學長兼教授，蔡任弼認為現在的慈大學生雖更有主見、敢於表達，但本質與九〇年代的學長姊差異不大。透過入學審查與面試，學校選拔出特質契合的學子，再經六年專業培育與人文薰陶，展現出與眾不同的氣質。

選擇「內、外、婦、兒、急」五大科，選輕症專科的反而是少數。這群西部子弟畢業後，高比例選擇留在花蓮成家立業。他認為這種「東漂」現象，主因在於花蓮慈院的專業水準不比西部醫學中心遜色；老師們都在花蓮，學生自然也想留下來繼續跟隨師長學習、做研究。

第一代慈青 有事弟子服其勞 回家承擔

撰文·葉子豪（慈濟月刊撰述）
攝影·黃筱哲（慈濟月刊攝影）

「您的孩子回來了！」是慈青與證嚴上人約定的密語。
第一代慈青蔡宗宏和廖逸貞實踐承諾，更是職志合一，安住花蓮，
在日益艱難的教育環境裏，穩定慈濟校風。

「校長好！」「同學早！」每個上課日的清晨，花蓮慈濟大學附屬高級中學校門口，總能見到校長廖逸貞的身影。

「好的傳統就該延續。我與李玲惠前校長一樣，每天七點到七點二十分守在中學部校門，之後到小學部的門口，結束後再去幼兒園入口。」投身教育界超過二十年，廖逸貞從職員、教師、處室主任一路歷練，去年成為慈大附中創校以來，首位由內部體系培養出的校長。

她的另一半蔡宗宏教授，同

樣深耕教育；在慈濟大學與慈濟科技大學合併後，擔任慈大智慧永續管理學院副院長。這對皆出身於「慈濟大專青年聯誼會」的菩薩眷侶，將教育視為此生最重要的使命。回首這段長達二十六年的「東漂」歲月，始自一個「美麗的誤會」。

慈濟青年社問世

「一九九九年我剛離開資策會，在一個金融集團擔任資訊部門襄理，薪資很不錯。」蔡宗宏

那時盤算留在臺北，廖逸貞也在臺北慈濟機構服務，一起在工作之餘投身志工，以畢業慈青學長的身分提攜學弟妹；如此一來，事業、志業、家業就面面俱到了。但是，廖逸貞一心只想回花蓮慈濟志業體服務。

蔡宗宏為了說服未婚妻留在繁華的臺北，約她前往新店碧潭散心。「結果她非常堅持，不想談了就站起來，我以為她要……」「他不想回花蓮，既然講不下去就算了，我轉身要走，他卻以為我要往下跳，就什麼都





答應了！」

兩人的慈濟緣分，要追溯到三十多年前，慈青蓬勃發展的時期。

一九九〇年，慈濟委員張子貴考入清華大學統計研究所，同時接引清、交兩校師生接觸慈濟。當時就讀交大應用數學系大四的蔡宗宏，應邀搭上慈濟列車，跟著新竹慈濟人到花蓮見上人；親自走一趟後深受感動，於是積極參與茶會、共修、訪視及醫院志工等活動。

有一次，志工邀約蔡宗宏去新竹縣寶山鄉「浴佛」，「結果看到一位臥床的獨居老人，大小便都在床上，整間屋子很臭，我覺得他好可憐，想著我們可能就

一九九八年，剛畢業於臺大外文系的廖逸貞（中）擔任慈濟赴中國大陸交流營隊工作人員，與慈青夥伴在長城合影。

（相片提供／廖逸貞）

是捐些錢幫他。」老病苦相讓蔡宗宏不忍，而同行的慈濟人已取來大鍋燒水，要幫長者沐浴，他才恍然大悟，原來這就是一浴佛」啊！

忍著惡臭，蔡宗宏小心翼翼地幫長者擦拭、沖洗，他感受深刻：「這種助人的行動其實是一種共修了。那次真的體會到，慈濟跟其他宗教團體很大的不同。」

當時嚮往慈濟的大專生們，在各校佛學社團中成立「慈濟組」。及至一九九二年五月三十一日，「慈濟大專青年聯誼會」正式成立，各佛學社的「慈濟組」，陸續申請改為正式的「慈濟青年社」。

廖逸貞回憶，高中時參加慈濟活動，志工祝福她考上臺大，「臺大有慈青，你可以參加。」一九九四年，廖逸貞考取臺大外文系，那時臺大佛學社團「晨曦社」有慈濟組；廖逸貞在大二

時，跟著同一屆的組長顏家豪開始跑創社流程；升大三後，臺大慈青社正式創立，「我擔任第一任社長，大四承擔北區慈青的副總幹事。」

當年的慈青非常活躍，好比臺大慈青隨同北區志工關懷廣慈博愛院長輩們、到汐止花東新村為孩子輔導課業、帶動快樂兒童精進班、為骨髓捐贈上街宣導；寒暑假期間，大家也踴躍舉辦營隊、參加醫院志工。

「為什麼喜歡慈青？因為參加一般的宿營、聯誼，當下很開心，可是回家後很空虛。」廖逸貞表示，參加慈青的快樂是延續很久的，尤其是志工服務感覺很充實，「就像上人講的『法喜充滿』。」

把人生搬到花蓮

大學畢業後，廖逸貞先是擔任慈濟人文志業外文期刊編譯；

那時她與蔡宗宏已因共事慈青事務而相識交往數年，彼此也都有為慈濟、為上人效力的志向。

「當時我大學剛畢業，而宗宏確實是放棄高薪，一起來到花蓮。」廖逸貞的堅持，加上蔡宗宏對教學也有興趣，於是一婦唱夫隨、攜手東漂」。

一九九九年八月，蔡宗宏進入當時的慈濟護專擔任數學及資訊課程教師，並兼任學務處課外活動組組長，「剛來就遇到十周年校慶，整個課外活動組包含我就三個人，卻要辦園遊會等大活動。」

那一年，慈濟護專改制為慈濟技術學院，師資也要跟著提升，蔡宗宏於是報考博士班進一步深造，錄取了交大、清大及臺師大等學校。為了兼顧校務、志業與家庭，於是選讀花蓮東華大學在職進修，於二〇〇五年取得企業管理博士學位。此後，他歷任電算中心主任、醫管系主任；

技術學院升格為科技大學後，他又承擔教務長、健康科技管理學院院長等重要職務，對慈濟的技職教育貢獻良多。

廖逸貞的職場軌跡則與慈大附中的發展緊密相連。二〇〇〇年，她進入剛成立的慈大附中，擔任人文室職員兼校長秘書，同時教授慈濟人文及英文課程。在曾漢榮與歐源榮兩位前校長的提攜與鼓勵下，她決定進一步深造，取得正式教師資格。

「我是先辭職再就讀慈大教研所，入學的時候是挺著大肚子去報到的，因為兼修師資培育學分還有教育實習，整整讀了四年。」二〇一〇年取得教育碩士學位後，廖逸貞考回慈大附中擔任英文教師，並兼任圖書館主任。之後歷任雙語班、科學班導師、國際教育處主任等職務，二〇二五年八月起接任校長，負責從幼兒園到高中多元教育體系的校務。

比高薪更好的事

教學上，廖逸貞把靜思語融入英文課，讓學生在學習語言的同時，接觸良善的價值觀；帶學生出國交流時，還特別商請當地慈濟志工協助，安排同學們在安全的狀況下投入志工服務。

「學生穿著制服在電影《哈利波特》拍攝地牛津大學拍照，感覺他們就像貴族，劍橋大學的教授也肯定同學們的學習熱忱與表現。」曾任國際教育處主任的廖逸貞說明，同學們為街友奉上熱食，除了可以實際應用英文，也能感受到，再先進的國家還是有社會暗角，「而慈濟人就在暗角點燈。」

蔡宗宏同樣經常帶學生從事社會服務，或跟隨慈濟志工社區訪視。回想剛到花蓮在偏鄉看到的許多艱苦家庭，現在情況已經改善許多，「反觀臺北，學生去山區很驚訝，有些村落甚至連自

來水都沒有！」

蔡宗宏說明了前往東南亞交流的初衷：一方面帶領臺灣學生看見世間的困苦，並付出一己之力；另一方面，也接引與扶助當地貧困家庭子弟來臺就讀慈濟院校，透過教育翻轉人生。

「學生們畢業後，不論從事醫療或其他行業，在他人生最重要的階段，我們都有參與到。」回想二十多年前，捨下職涯前景到花蓮投身教育，蔡宗宏認為，自己最大的收穫是任何金錢都無法衡量的心靈富足，「有時在醫院或重要場合，有人對我說『老師好』，我感到自己對國家、社會有貢獻，也把上人想培育好人才的理念落實了。」

廖逸貞的媽媽生前是國小老師，她從小就對教育有一分憧憬；即使現在的教育環境比以往艱難，她還是有所堅持，「很多學校的老師因為怕被投訴不敢管教學生，但對學生的管教、生活及

人文教育，我們還是很堅持。」

在廖逸貞通過遴選、確定接任慈大附中校長後，上人曾語重心長對她說：「你做校長，要有覺悟！」接著又補上一句：「你的師兄也要有覺悟！」廖逸貞心有所感：「我想上人是要我們兩個全心奉獻！」

慈濟里程碑有我

蔡宗宏、廖逸貞是九〇年代以來，青年學生熱情響應慈濟的代表；當年青春正盛的慈青，如今已是中壯年的社會中堅。

「比如王佩茹學姊，在慈大附中國小部擔任教務主任；許豪仁學長是慈大生醫學院院長；李彝邦學長在花蓮慈濟醫院牙科服務；鄭鳳嘉學姊在慈濟基金會宗教處……」身為老學長的蔡宗宏一下子數不完，因為人數真的太多了。

當年投入慈濟志業的慈青，

許多畢業於國立頂尖大學，甚至取得海外名校文憑，最終選擇安住花蓮，「以師志為己志」、貢獻己力，幫助慈濟達成教育完全化、慈善國際化的里程碑。

歌《惜緣》所述：「莫說愁，不悲秋，慈懷柔腸學古佛；相砥礪，互切磋，錦繡年華不空過。」慈青在慈濟一甲子歲月中留下了無數美善紀錄，未來仍惟師志是從，傳承發揚慈濟精神。

慈濟教育 37 年 培育 3.3 萬人

- 1989年 | 慈濟護專創校，首屆報到學生107人，培育在地護理人才
- 1994年 | 慈濟醫學院創立
- 1999年 | 護專升格技術學院
- 2000年 | 醫學院升格慈濟大學，並成立慈大附中及實驗國民小學，完成教育完全化
- 2007年 | 臺南慈濟中小學暨附設幼兒園創校開學
- 2011年 | 慈大附中、實小合校；臺南慈濟中小學合校
- 2015年 | 慈濟技術學院升格慈濟科技大學
- 2024年 | 慈大與慈科大合校，結合「高教」與「技職」優勢醫護領域科系畢業生超過7成

年輕的故事待續，下一段由你來說



加入慈青聯誼會
一起行動



探索慈大附中
看見改變發生



連上慈大校友會
青春延續影響力

九二一希望工程 教育不能等 校長追車請命

撰文・葉子豪（慈濟月刊撰述）
攝影・黃筱哲（慈濟月刊攝影）

九二一強震在臺灣刻下歷史傷痕，新社國小校長黃世忠以教育熱忱奮力向外求援。慈濟重建五十一校，二十六年過去了，地震傷痕已被抹平，當年的斷垣殘壁化作穩固的校園，依然守護著師生與社區。

「證」嚴上人是在後面的大愛屋，已經上車準備離開了。」

聽到學生跑來報告，時任臺中縣新社國小校長的黃世忠，立即從位於三樓的校長室一路衝向學校後操場的受災戶組合屋工地。

「上人，請您認養我們吧！」黃世忠邊喘氣邊激動地說著，道出了九二一大地震後，師生最深切的盼望。上人慈悲地留下幾句話，期勉師長們繼續深耕教育。

「後來大概隔了兩、三天，教育局來電話，說慈濟要援建新

社國小了。那時候我們真的是欣喜若狂！」時隔二十六年，已退休的黃世忠談起九二一地震及校園重建的往事，記憶依舊鮮明。

臺灣半世紀來最嚴重災害

一九九九年九月二十一日凌晨，芮氏規模七點三強震重創臺灣；全臺兩百多所中小學校舍受損，影響高達數以萬計學生。家住臺中縣后里鄉的黃世忠驚醒後，立即聯絡教職員趕赴學校。行經石岡鄉時，道路隆起無法通

行，他只得下車步行，沿途災情怵目驚心。

「新社街上很多一樓都變成了『地下室』，停在騎樓的車輛都被壓扁。我們學校的校舍結構被嚴重破壞。」黃世忠說，因校舍曾增設柱子強化走廊，新社國小幸運躲過了全毀命運。災後經縣府鑑定，初步認為補強修復即可。「但將來若再有地震，安全性是否堪慮？所以我堅持爭取重建。經過三次鑑定，縣府終於同意拆除重建。」

黃世忠的堅持，讓創立於





黃世忠追上證嚴上人座車為校園重建請命，與慈濟結下的善緣延續至今二十六年。

(右／新社團小提供)

災區師生在帳棚內復課，二〇〇〇年六月，黃世忠主持新社團小災後的第一個畢業典禮。

(左／黃世忠提供)



二〇〇三年二月調職，黃世忠在新社團小任職期間，有一半的時間都奉獻給校園重建與復原。這之前，他對慈濟並不陌生。

「我在臺中市內埔國小擔任主任、代理校長時，姊姊就已加入慈濟，我們家的善款都由姊姊負責收。一九九三年、九四年還因為慈濟海外賑災，在校內發起捐款助人。」黃世忠回憶道。

因為知道慈濟有很多「寶」可用，黃世忠在新社團小校長任內敞開校門與慈濟交流，舉凡靜思語教學、教聯會老師入校輔導，或是帶學生到慈濟環保站體驗資源回收等，可以說把所有看到、接觸到的慈濟資源都運用到極致。即便之後調職、退休，也延續著這分因九二一希望工程連結起來的善緣，並引介其他師長一起共善、共修。

黃世忠調離新社團小後，歷任豐原區富春國小、豐田國小校長。在富春國小任內引進了靜思

一八九九年的新社團小迎來了重生的契機。也為超過百年的校史，留下了一段「校長追車」為校請命的動人故事。

二〇〇〇年六月三日動工，到次年元月十七日竣工，新社團小成為慈濟援建五十一所學校中，第一座完工的希望工程。施工期間，上人到校關心工程，曾因撫摸洗石子牆面，覺得太粗糙，擔心小朋友碰觸受傷，便要求施工單位改善。負責的營造廠也從善如流，立即打掉重做。

由於工程進度快、品質好，安全衛生標準高，被譽為「模範工地」，吸引臺中、南投地區多所重建學校的師長前來觀摩。「過程中，上人來過新社團小大概五次，每次都帶給我們滿滿的感動。」黃世忠感恩地說。

將社會支持化作教育養分

自一九九九年二月就任，到

語教學，擔任豐田國小校長時，邀請慈濟志工帶動五月母親節的敬師孝親活動，引導學生向媽媽奉茶，「那時候連續辦了兩、三年，家長也非常感動。」
二〇一七年屆齡退休後，曾榮獲師鐸獎且辦學經驗豐富的黃世忠，獲聘為臺中市政府市政顧問、教育局榮譽督學；並受國家教育研究院之邀，擔任校長主任培訓班的「師傅校長」。

從一校之長，到指導一群候用校長與主任的「師傅」，黃世忠將在慈濟學到的方法，結合多年教育經驗分享給學員。他也將慈濟資源，如廣受歡迎的「行動環保教育車」、臺中靜思堂環境教育設施、靜思閱讀書軒、新芽獎學金等引介給教育界，鼓勵校長們善加利用。

「慈濟有這麼多資源，擺著不用多可惜？所以我推動資源的整合與利用，讓大家相互成就。」黃世忠如此總結。

全球援建 259 所校舍 給後代一個不倒的未來

「慈濟不是有錢，是孩子的教育不能等。社會的希望在孩子，孩子的希望在教育，災區學校延宕一天，孩子的教育就等於空白一天。」證嚴上人於九二一震災後決定承擔希望工程，並由全球慈濟人勸募支持建設經費。後續也大規模投入減災希望工程，寧為防災而重建，不能等到災難發生才不得不做。海外慈濟人秉持這個理念，不忍貧區或災區教育被耽擱，盡力支持，給世世代代一個不倒的未來。

51 所

希望工程
1999年臺灣九二一
震災後認養重建

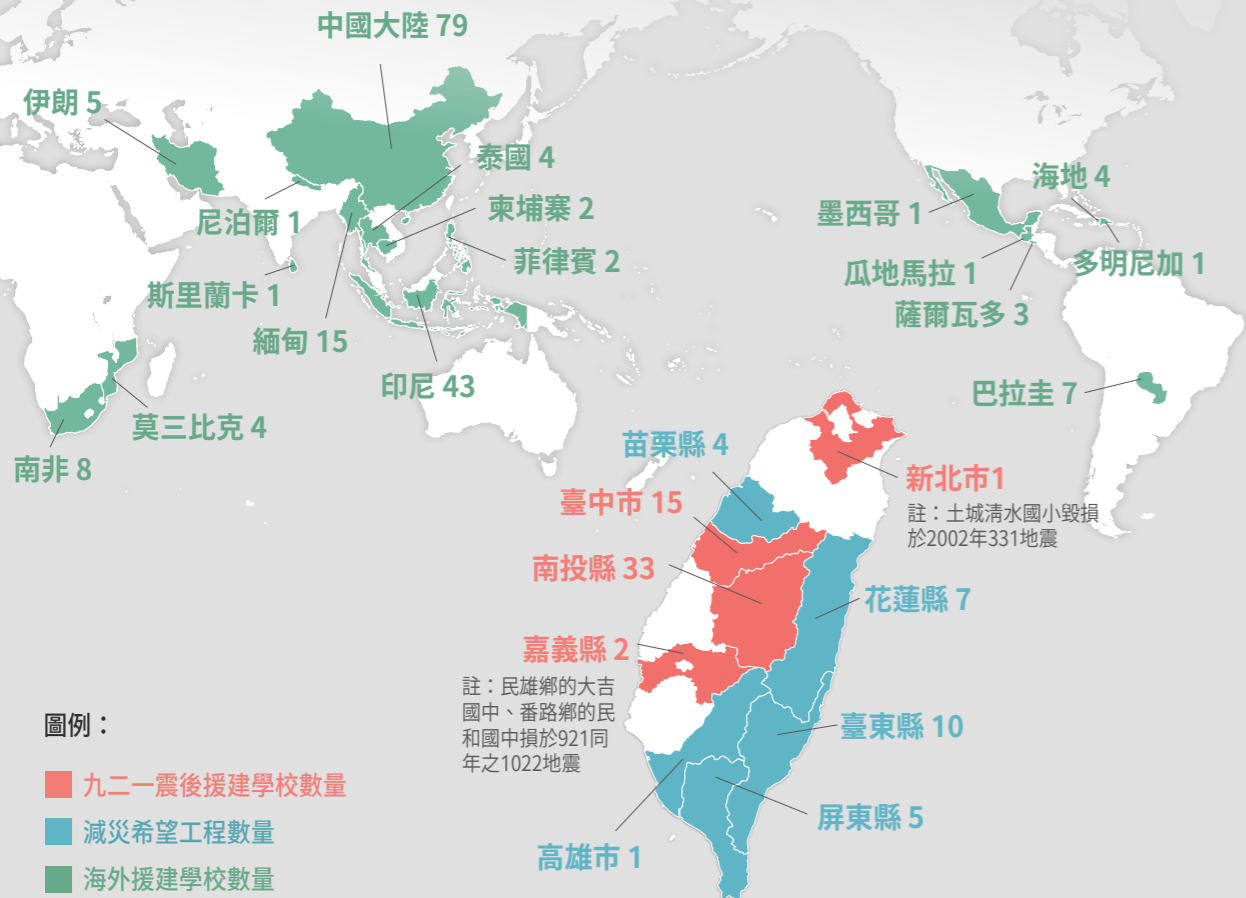
27 所

減災希望工程
2014年~2021年改建
臺灣老舊校舍危樓

181 所

海外17個國家地區
援建學校

資料來源：《2024慈濟年鑑》



為「三高」壓力校長解憂

九二一強震的創痛與希望工程的感動，是許多親身經歷者終身難忘的生命印記。然而隨時間流逝，當年目睹校園毀滅與重生的孩子早已畢業，參與重建的師長也大多榮退或異動。

現今九二一希望工程學校的學生，甚至許多年輕老師，都是千禧年後出生的世代，未曾經歷過二十多年前的大震撼。該如何讓後進傳承「莫忘那一年，那一人，那一念」的記憶？

二〇一九年九二一地震二十周年，慈濟以「莫忘那一年」為主題，在臺北、屏東以及中部的希望工程學校舉辦感恩音樂會，邀請重建學校的師生、家長參與。黃世忠是籌備團隊的一員，負責聯絡、協調事務，但上人進一步期待，連結希望工程學校師長成立團隊，「當然我是義不容辭，隔天就找慈濟師兄姊開會，

然後把重建學校的校長連結起來。」

「為廣結善緣，我們擴大組織對象，並冠上『新』字，意謂新同儕的加入能凝聚新思維、新方法，同心點亮教育領域裏不平凡的光。」乘著感恩音樂會的因緣，「新希望工程學校校長聯誼會」於二〇一九年十月成立，成員包含了臺中地區十五所希望工程學校的現職及退休校長，之後也有外縣市校長加入。

在黃世忠的安排下，聯誼會每個學期舉辦兩次活動，邀請辦學績效優異的校長分享經驗，協助成員們解決推動校務時遇到的疑難雜症。又進一步成立讀書會，邀請校長們從上人著作中汲取智慧，「現在的教育工作都非常難為！特別是校長都有『三高』——高口水、高壓力、高風險，辦學遭受很多挫折、困難，所以我希望能夠藉著慈濟的悲智願行來幫助他們。」

「我們希望校長們對所有的學生都能夠發大慈悲心，這是教育工作者一定要有的願心，凡事不要埋怨，不要急躁，不過度、不強求；碰到問題不悲觀、不刻板，不慌亂；得意時也不忘形，這就把握住了辦教育的精髓。」榮獲二〇二四年全國教育奉獻獎的黃世忠解說道。

從九二一強震後百廢待舉的校園，一路走到承擔慈濟與教育界連結橋梁的志工，黃世忠因希望工程與慈濟結緣，而且緣起不滅延續至今，未來也將持續；不僅要傳承九二一地震後，希望工程愛與善的歷史記憶，讓後世永遠記得「那一年，那一人，那一念！」也要讓慈濟的「善知識」源源不絕地挹注挑戰日增的臺灣教育現場。

「秉持上人的大愛精神，希望把感恩的心，植入師生還有家長的心中。我們需要做這樣的傳承。」黃世忠如是自許。

慈善種子從一生無量 窮苦孩子長成助人菩薩

撰文·葉子豪（慈濟月刊撰述）

十八年前緬甸納吉斯風災，慈濟人排除萬難深入災區救援，也帶動出本地志工長期濟貧。女孩溫星雨在與慈濟相遇後，生活獲得照顧、完成大學課業，還擁有影響一生的禮物——《靜思語》。

「我從師公上人開示的佛法和靜思語學到了很多，特別是『不要小看自己，因為人有無限的可能』，這句話給予我很大的鼓勵和力量。」來自緬甸的溫星雨，穿著慈濟委員的「八正道」制服，站上靜思精舍志工早會的講臺，自信地分享慈濟陪伴成長的歷程。

○二五年）已經大學畢業了。」
眾人掌聲熱烈。

慈濟推動慈善志業一甲子，海外慈善、災害援助也有三十多年了，幫助海內外數以萬計貧窮弱勢的孩子翻轉命運，甚至從受助者成為扶助他人的生力軍，溫星雨就是其中之一。

成長於貧困的隔代教養家庭，父親在她兩個月大時就因為肺癌過世，八歲時，母親也往生了；失去雙親的她，唯有靠爺爺拚著一把老骨頭撫養長大。

她是土生土長的緬族人，出身貧寒幾乎失學，在慈濟的長期濟助下完成學業，並練就緬、中、英三語能力。她說著流利但略帶口音的中文：「我今年（二

那些不敢對爺爺說的話

二〇〇二年，溫星雨出生在緬甸南部的仰光省，雖然是全國經濟最發達的精華區，但她卻是

「爺爺是製作皮包的工匠，必須不停的工作，才能維持生計並支付我的學費；有時他的錢包裏只有一千緬幣（約新臺幣十五元），但還是會給我兩百元（約新臺幣三元）買文具。我小時候經常很擔心，如果爺爺不在了怎麼辦？」

二〇〇八年五月，納吉斯氣





旋重創緬甸，才六歲的溫星雨對於風暴還有一點印象，所幸一家人平安，房屋也沒受損。但風災規模震驚世界，超過十萬人罹難，馬來西亞慈濟人也因此獲准進入，與當地志工會合救災；隨著大規模急難救助與長期重建展開，帶動出更多本土志工。

「二〇一三年，我們去政府學校發放文具，跟校長們詢問有沒有家境困難的學生？老師給的名單裏有溫星雨，我們就去家訪。」緬甸慈濟志工郭寶鈺表示，當時溫星雨的爺爺還在，就讀小學六年級的她跟爺爺、小姨同住，生活很貧窮，甚至付不出學費。

慈濟志工於是將這一家列入

溫星雨（左）童年即失去父母，由做皮包維生的爺爺（右）撫養長大，貧苦的生活常讓她擔心，要是爺爺也不在了該怎麼辦？（相片提供／溫星雨）

習靜思語，暑假期間也帶著一起從事各項志願服務，例如訪視受助家戶，到老人院服務長者等，「他們從小就跟著我們做事，而且是很多年。」

在苦孩子身上看見自己

溫星雨從小學、中學，一路「從做中學」到大學，從跟著大人走的小妹妹，長成到可以承擔訪視、發放、義診等工作，帶動受助兒少的大姊姊。二〇二五年，緬甸曼德勒發生芮氏規模八點二強震，已經成年的她跟隨慈濟賑災團隊進入曼德勒、實皆市發放物資。

「許多家庭無家可歸，房屋也不安全，他們只能睡在體育場。慈濟提供毛毯和蚊帳，也把大米和食用油送到糧食短缺的地區。」災區的慘況讓溫星雨印象深刻，除了緊急發放，她也參與個案關懷。其中一家六個孩子被

扶助名單，不僅幫溫星雨繳學費，還資助她補習；原本連吃飯都有困難的她，得以安心就學，甚至有餘裕學習中文。

溫星雨表示，自己從小就喜歡英語，所以大學時選英文為主修。「上人的教誨和《靜思語》都是中文，我想深入了解，所以也努力學中文。我的中文名字，就是臺灣慈濟大學華語中心的中文老師幫我取的。」

慈濟志工提供生活補助與米糧，更重要的是給了溫星雨如父母般的關懷。「當我遇到慈濟時，我感受到了慈悲的溫暖。我常常想，如果這些志工是我的父母該有多好！」溫星雨讀小學

時，曾看到同學的父母到校為孩子送午餐，回家後便問爺爺：「能不能帶午餐到學校給我？一次也好。」

沒想到爺爺竟然回應，自己努力工作賺錢都是為了她，無暇顧及其他，要她認清自己的處境，好好讀書。小小年紀的她體諒長輩的無奈，只能把盼望埋入心中，不再跟爺爺說心裏話了。

「但是在慈濟，我可以傾訴那些無法對爺爺說的話，也得到許多指引和關懷。」溫星雨感恩地說。

郭寶鈺提到，慈濟在緬甸濟貧，如果這個家庭中有學齡兒童，每月一次會邀他們到會所學

慈善 × 教育 脫貧之道

慈濟從慈善起步，也希望從根源消滅貧窮；而脫貧最好的方法就是教育，濟貧中有助學項目、新芽獎學金，近年又發展培育專案，精準提供資源，協助青年謀得穩定職業，為家庭翻轉宿命。

臺灣

育成計畫 (苗、中、彰、投) 串連資源與學長姊經驗，輔以業師陪伴，引導職涯規畫	YOUNG 善青年培育 (北北基桃、新竹、離島) 人文、增能、服務、團隊、自立五大面向實務課程	領航員計畫 (宜、花、東) 提供工讀環境與寒暑假職場實習，強化職涯接軌能力	青少展能計畫 (屏東) 偏鄉學校學子課後輔導、營養支持、優勢專才培育	陪你發光計畫 (全臺) 補足教育資源以縮短城鄉學習差距
--	--	--	---	--

雲端伴學

 滿納海的承諾 土耳其 臺灣青年大學伴線上教華語，敘利亞青年檢定通過率97%，增加就業機會	 清邁 慈濟學校 泰國 臺灣青年大學伴遠距教學，結合暑期實體交流	 數位素養 莫三比克 與科丁聯盟協會合作，為5所學校引進程式設計課程	 青年知光 柬埔寨 呼應當地職場華語需求，臺灣及新加坡學伴線上教華語，提升青年職場競爭力
---	--	--	--

職能培訓

 長照專班 菲律賓 全額獎助清寒學子來臺就讀慈大長照二專班，畢業後可留臺投身長照	 非常青年 馬拉威 提供資訊技術及職能培訓。此專案獲2024年第7屆全球企業永續獎消滅貧困銀級肯定
--	---

給孩子 追夢的力量



清寒學子
線上申請補助



幫助弱勢
年輕人發光

資料來源：《2024慈濟年鑑》、
《2024慈濟年度報告書》



溫星雨長年跟隨慈濟人做慈善，成年後也投入志工行列；二〇二五年七月和賑災團隊前往曼德勒震災區訪視災戶。
(相片提供／慈濟緬甸聯絡處)

父母遺棄，年紀最長的僅十三歲，最小的才兩歲。孩子們跟著叔叔、嬸嬸，連像樣的住所都沒有，到了學齡也沒上學，鄰居經濟條件同樣不好，無法長期接濟，災後處境更是雪上加霜。

「慈濟志工幫他們打掃修繕，更換地墊、雨棚，提供米、油、蔬菜等生活物資。每個孩子只有兩套衣服，又髒又舊，我幫他們洗澡、換衣服，教導如何保持家裏的清潔。」

在慈濟志工的幫助下，這一家孩子已經能正常就學、生活了。溫星雨在這些苦孩子身上宛如看見自己的童年，「如果沒有慈濟，我不知道學業還能否繼續下去。接受慈濟關懷十三年後，我清楚地找到了自己的人生目標，要幫助那些比我面臨更大困難的人。」但溫星雨不免遺憾，相依為命的爺爺已經辭世，無法再有機會孝敬爺爺。

二〇二五年歲末，完成志工培訓的溫星雨，跟著緬甸慈濟負責人李金蘭帶領的志工團隊來到花蓮，由上人親手為她別上慈濟委員證，實現了她最有感的那一句靜思語：「不要小看自己，因為人有無限的可能。」

溫星雨表示，童年時失去父母，又怕爺爺突然離開，內心總是自卑又缺乏自信，常常告訴自己「做不到」；但受到慈濟關懷、跟著志工幫助他人，她發現自己是有力量的，「從那個軟弱無助、失去雙親的女孩，到成為能夠幫助他人的人，這一切都感謝上人和慈濟人。我發願做慈濟，為實現上人的願景貢獻力量。」

走過喪親之痛、貧窮之苦，正值青春年華的溫星雨，用生命故事見證了昔日因國際賑災播下的善種子，已長成新芽甚至成材，足以承擔重任；未來的人生有無限可能，但她已篤定行善利他、行菩薩道的方向。

專訪慈濟基金會顏博文執行長

採訪・李委煌（慈濟月刊副總編輯）
整理・葉子豪、周傳斌（慈濟月刊撰述）

世界愈動盪，愈需要善的力量

從高科技企業執行長轉身成為慈濟基金會的舵手，顏博文以敏銳的「科學精準度」與「宗教慈悲心」，從組織治理的革新到夥伴共善的接力，重新定義當前社會的慈善樣貌。
站在慈濟一甲子里程碑，他也對慈善志業的下一步提出思考——

慈濟走過一甲子，是無數慈濟人點滴累積的願力與心力，得以把善與愛送到最需要的地方。然而此際，我們正處於一個

日益分裂的世界，國家間的武裝衝突，區域經濟的對抗，影響能源價格波動等現象，造成全球物價上漲；而戰爭更是引起人命、財產損失及土地破壞。

從每天的國際新聞也看得見，極端氣候所造成的災難未見下降，且影響範圍與強度比以前更大。這些風險使得國際人道援

助的需求跟著急劇增加，也使得全球永續發展目標的達成愈顯艱難。

根據聯合國難民署（UNHCR）統計，全球難民人數一直增加，然而近年來，無論是聯合國相關人道機構的運作資金，或是整體人道援助捐款，普遍面臨資金不足與募款壓力。這是一個令人無奈且憂心的惡性趨勢，因為「需求在增加，資源卻在萎縮」。

慈濟長年從事國際慈善，同樣也面臨著更多救助需求，但全

球捐贈收入並沒有同步增加；因此，如何更聰明、更智慧地運用資源，正在考驗著我們。當然，我們依舊努力地邀集更多的志工或會員，持續擴大善的力量，這也是當前可以努力的方向。

這幾年全球大型災難頻傳，臺灣相對平安，民眾也有愛心願意援助國際。就像證嚴上人常強調的，「有福的人要走出去」，而不是認為自己也很需要幫助；我們現在能走得更遠、援手伸得更廣，就代表臺灣有福氣。

跨越國界，讓善連結彼此

慈濟從臺灣走到國際的實踐過程中，我們看見了許多令人動容的典範。

上人帶領的第一代慈濟人，很多都是榜樣，他們願意當上人的手腳，用心走進世界苦難處，甚至發願長期照顧當地。像是已故的非洲辛巴威朱金財師兄，令人敬佩，我們稱他為「辛巴威的掘井人」，因為在那麼一大片乾涸土地上，他帶領著當地人打出一口又一口井，那不僅是水源，更是希望的源頭。

從災後救急到援助重建，慈濟組成專業團隊，致力守護臺灣。二〇二二年九月十八日臺東池上發生芮氏規模六點八強震，許多花東民宅受損，慈濟基金會執行長顏博文（右一）與專業志工場勘修繕工事。

（攝影／江昆璠）





(左／花蓮本會提供)

慈濟功德會一九六六年成立，在克難中起步，幾位常住和志工在花蓮訪貧與濟助；隨著委員人數增加，被照顧的人範圍也漸廣，圖為上人帶領委員於臺南、恆春訪視。



(右／陳昌民攝影)

二〇二五年樺加沙颱風外圍環流豪雨，導致馬太鞍溪堰塞湖溢流，於花蓮光復鄉造成災害。全臺民眾自發性湧入災區清掃，協助受災戶早日復原；慈濟志工動員超過兩萬六千人次，同時以強大後勤力照顧來自各地的民眾。

一甲子來，上人用很淺顯的話語，讓我們了解佛教之深奧；很多志工因此把靜思法脈實現在人間——就是透過慈濟的慈善、醫療、教育、人文四大志業，把

科技進場，救災更有效率

慈濟能非常感恩且認同的。在南蘇丹，我們用非常少的預算，達到很大的援助效果。不只幫助二千多位學生，又能夠感動遠方的人們。這是我們應該要做的的事情，也就是社會影響力的發揮。

慈濟能提供最經濟補助。幾乎只要跟慈濟互動過的 NGO 組織或是曾接受過幫助的人，他們對慈濟、對上人都非常尊敬。南蘇丹學校的修女們甚至敬稱我們年輕的南蘇丹專案同仁褚于嘉為「Mother」（媽媽），更尊稱上人是「Great Mother」，偉大的媽媽。可見她們對慈濟是非常感恩且認同的。

慈濟能提供最經濟補助。

世界上還有很多地方沒有慈濟志工，或是慈濟尚未在當地註冊。這時，我們就會善用「合作夥伴」的管道去完成。我們的合作夥伴在各自領域都很專業，像是「無國界醫師」（MSF）或「世界醫師聯盟」（MDM），他們有能力在像是敘利亞這樣的戰爭衝突地區，建立起多個醫療據點，提供受難者照護。當他們在物資或醫療用品上有需求時，慈濟就能及時提供支援。

再以非洲南蘇丹（South Sudan）為例，在二〇一一年從蘇丹獨立出來後，長年深陷內戰之苦，是世界最貧窮的國家之一，人均 GDP 僅三百元美金，民眾實際收入遠低於基本生存水平。當地沒有慈濟人，天主教組織透過各種管道跟慈濟求助，因此我們得以支援他們食物，幫助學校繼續運作。我們同仁也一直跟校長、修女互動，建議他們可以做一些農耕自力更生，必要時

慈悲喜捨真正落實日常生活。

然而科技在進步，我們已進入全網路時代、甚至進入AI時代了，現在孩子一生出來就是「AI原住民」。不過這些都只是外在物質面，更重要的是我們的心靈與物質，兩者要如何融合？

科技只是工具，如果善用就能夠利益眾生。所以我們更需要發心，把科技用在「善」的目的，用在救人方面而非自我享受，這就是把科技和慈悲心融合在一起。

根據二〇二五年丹娜絲颱風救災經驗，許多災區住戶的屋頂被狂風吹掀，需要鋪蓋大面積帆布，這屬於高風險的高架作業，在天氣惡劣時對人員極其危險。

我們已經與工研院合作研究，如何利用無人機協助救災，例如在第一時間吊掛帆布覆蓋在屋頂，讓我們爭取時間，先行展開受損建築內部的整修工作。

再以花蓮光復鄉堰塞湖溢流

洪災為例，由於災區道路條件惡劣，甚至在交通管制下車輛也難以進入，若當時能有無人機協助，就能減少救援工作的種種不便，順利送進醫療及救援物資。

入戶清理工作在某些條件下，也可嘗試遙控小山貓或小怪手，進入屋內作業；這些設備能大幅減少人力負擔，讓清理效率更快。

慈濟志工的平均年紀都大了，應該把力量放在受災戶慰問金發放、訪視關懷、心理衛生等計畫，或是幫助農民重新耕種等；透過科技輔助，我們能夠做更多的事情，也可以保護志工的安全，讓他們把最珍貴的熱忱，放在最需要人性溫暖的地方。

有效溝通，感動才能帶動

隨著社會人口老化、慈濟志工年齡漸長，如何進行「典範傳承」以及「人才培養」，尤其是青少年、中青世代的永續傳承，

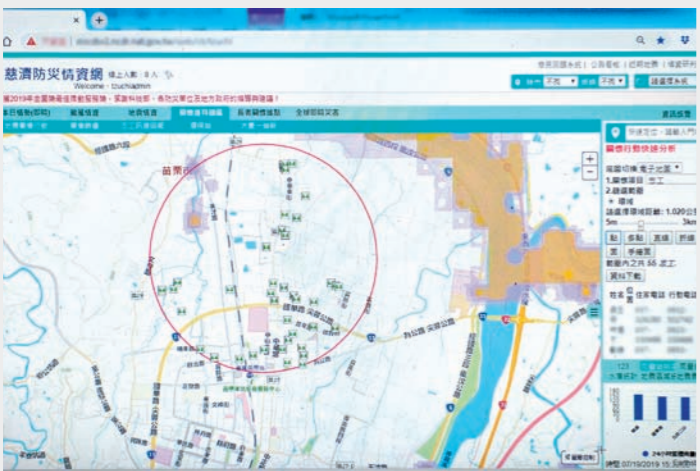
更是慈濟發展的「重中之重」。

上人為我們鋪好道、開出了路，我們現在的使命就是要把路好好鋪平，牽引更多人一起來投入。

慈濟志業推動涵蓋層面很廣，但重點是，要能夠帶動出「人文精神」，這是非常不容易的。興建醫院或教育辦學，大家都容易懂，但是若要帶動出人文內涵，就需要透過傳播媒介的力量了。我認為這對社會相當有幫助，不但具有創意而且是應該做的事，所以我加入慈濟之後，就提出「慈濟論述，國際認證」，並持續努力推動，也讓外界能以更具體的方式理解慈濟的工作成果。

社會大眾對慈濟的認知似乎還是不夠。雖然我們努力做，但如何才能發揮更大影響力？還是要透過更多種管道，正向地讓更多人來認識慈濟；一方面是人間菩薩大招生，一方面也可以說是大家一起來「合作共善」。

合作共善的意義，是指就算



慈濟志工成立空拍團隊，辦理專業培訓課程，應用無人機等現代科技於防災救難和活動記錄（上圖）。慈濟志工模擬賑災動員，在慈濟防災情資網上輸入地址，以一公里為半徑劃定區域，即可顯示區域內的慈濟志工相關資訊及人數（下圖）。（上／王鳳嬌攝影 下／呂學正提供）

沒有加入慈濟，但可以互補；別人的強項未必是慈濟的強項，透過合作，把人道救援的精神理念真正落實。

現代AI相關產業成長非常快，主事者也藉助時代因緣掌握了潮流、資訊和資源。慈濟除了「濟貧」也要「教富」，這些掌握尖端科技的人，通常比較理性思維、務實且習慣「證據導向」，因此我們要用不一樣的方式來互動。思考他想要看到什麼資料？他可能會考證你這個組織是不是過度擴張？有沒有經過第三方認證？有沒有符合法律規範？所以我們要檢視自己是否準備好了。

慈濟本身要整理好資料，財務要透明、資訊揭露要及時、論述要有邏輯；如果能夠兼顧這些角度，我相信就能更有效地溝通。一旦這些人被感動，他們的影響力是非常大的，因為他可能帶領著幾萬、甚至幾十萬人的大



公司，這股力量一旦轉向善的循環，對社會的貢獻將難以估量。

方法創新，接引現代人心

全球宗教人口雖持續增加，但部分地區佛教徒占比下降，天主教、基督教也有相同趨勢；相較之下，無神論與無宗教信仰人口則普遍上升。現代社會有各種因素在吸引或干擾人們，這也跟科學界的發現是一樣的：大家愈來愈不願意受到束縛、自我意識很高，甚至AI在未來都可能出現自我意識。現代人學習很快，我們的方法必須更進步。

如果希望佛教能夠傳得更遠，我們的方法就要更多元化、門要開得更廣，一步一步地接引人們。因應時代並不表示我們的心念、信仰或原則變了，因為我們最終極的目標始終不變。

如果用一種比喻來理解，就像量子力學中對「不確定性」的

慈濟強化全球夥伴關係，與三十三個NGO組織「合作共善」。圖為與土耳其世界醫師聯盟合作，在敘利亞北部凱利義診中心提供服務（上圖）。二〇二三年聯合國氣候變遷大會於杜拜舉行，時任大林慈院副院長林名男（下圖右一）分享蔬食對於身體健康的助益，與對保護環境的重要。（上／土耳其慈濟志工提供 下／海克特攝影）



描述，每個人的思維都是一「跳來跳去」的。你說天堂在哪裏？如果你心存正念，你就上到天堂去；一不小心有了負面想法，你馬上掉到地獄。

重要的是，我們要保持善念，願意幫助人的時間多，就經常停留在「天堂」，停留在正向的區塊。我們需要透過各種學習與練習，給自己機會去做很多好事，讓心理大部分保持在比較正向的狀態，這樣我們可以激勵自己，甚至影響別人。

這也是為什麼慈濟志工常常要「共修」，如果你跟很多好人在一起做好事，就會保持較長的正向時間；當然，共修過程也會碰到挑戰，甚至遭遇挫折，人人都需要磨合，從中學習調適。

在這個不確定的年代，唯有透過不斷地自我修正與群體共勉，我們才能在如量子變動般的世界中，守住那一顆不變的慈悲心。

◎



全臺最大環保輔具運作中心 長照最強後援在后里

臺中后里區五萬多人口，六十五歲以上就占了五分之一；慈濟在此成立全臺最大的環保輔具運作中心，七百坪倉庫裏雖然沒有職業技術團隊，但有一群願意從零學起的志工，幼稚園老師、農婦、家管、退休公務員……在「不能讓輔具變廢物」的草根願力下，運轉起輔具平臺日常。

撰文·張麗雲（臺中慈濟志工）

「斜的躺下去，斜的慢慢上來！」四位志工各站兩邊，面對面從一樓抬著床架，邊抬邊相互關照是否同步跟上。遇到只容一人轉身的樓梯轉彎處，還要互換位置，才能一階一階往上爬。

一張重達上百公斤的電動床架，以人力扛上四、五層樓的舊式公寓；有時豔陽高照，他們走在炙熱的水泥路、蜿蜒的丘陵坡道，爬著無止盡的階梯，依然毫不卻步，將輔具推向需要的長者家中。這些都是志工汗流浹背的日常。

舒適的電動床送達，收到案家一聲聲「慈濟輔具都是乾乾淨淨的，不必額外清洗。」「謝謝你們！真快！有效率，服務真好！」——這些，同樣是志工的日常。

慈濟環保輔具平臺自二〇一七年起在各縣市成立以來，志工回收堪用的輔具，經過徹底清

潔消毒、整理、維護，透過平臺媒合，宅配到有需要的家庭；今年三月統計，已在全臺服務超過十一萬戶次，送出輔具多達十七萬件次。

因應超高齡社會輔具需求量大增，尤其在中部地區大幅成長，慈濟基金會三月二十五日成立大中國區環保輔具運作中心，作為中彰投地區輔具後勤倉儲，同時也是慈濟目前在全臺最大的環保輔具中心。

福聚之地，服務量能加倍

大中國區環保輔具運作中心所在的后里聯絡處，原是一棟閒置多年的舊廠房，年久失修，屋頂、圍牆與地板皆顯頹圮。經初步整理後，二〇〇七年成為后里慈濟志工共修場所。這片將近三千坪的寬闊空間，是福聚之所，也是慈悲道場的象徵——二〇〇八年，辛樂克颱風造

位在慈濟后里聯絡處的大中國區環保輔具運作中心，三月二十五日揭牌。

（攝影／楊凱誠）

成后豐大橋斷裂、傷亡慘重，后里聯絡處隨即化身急難救助中心，全力支援救難人員與受災鄉親。二〇一三年菲律賓海燕風災後，這裏成為整理大愛屋零件的集散地；二〇一九年伊代風災重創東非，也在此匯集二手衣物送往非洲援助。

集慈善、環保等多元功能於一身的后里聯絡處，不論任務如何轉換，鄰近志工始終合力承擔。近年再度轉型，歷經一年多籌備，修繕屋頂、整建地板，並增設倉儲與消毒設備，其中七百坪空間規畫為大中國區輔具運作中心，化為利益社會病痛者的道場。后里區志工隊長蕭順樟感性形容，「每一個階段的因緣都是

一座化城！只有好是不夠的，我們還要更好。」

揭牌典禮上，衛福部社家署副署長張美美表示，在視察業務時發現，全臺四十家公部門輔具中心皆曾與慈濟合作，對其從回收、清消到運送、倉儲的一條龍流程，印象深刻。

輔具回收後，會在廠區內先以次氯酸水初步滅菌，並靜置四十八小時，再進入清消區，以保護使用者與清消、整理、運送的人員。接著以中性清潔劑洗去污垢，並以回收雨水沖洗。廠房外設有二座十五噸水塔儲集雨水，將自然資源循環運用。清消後的輔具經由陽光自然曝曬，進入紫外線殺菌室後，完成防護流程。

倉庫內輔具種類齊全，從細節處把關使用安全。拐杖腳墊如同輪胎，關係到長者是否滑倒；一旦止滑紋路不足，不分新舊皆會更換升級，讓輔具縱然在潮溼

的環境中仍能維持穩定與耐用。少一次跌倒，就能減輕一個家庭的負擔。

輪椅區有高背型、一般型和特製型，是不方便行走者的雙腳。扶手、踏板、煞車與輪胎為檢測重點，必要時更換輪胎與煞車線，確保每一臺在使用時停得住、停得穩，降低翻覆風險。對於可能刮傷皮膚的粗糙座墊或扶手墊，巧藝坊志工隨時裁縫換上。

至於電動氣墊床的每一條充氣管，皆進行深度消毒，以防範感染；氣墊床除充氣測試外，也靜置進行負重檢測，確保無漏氣情形，降低長期臥床造成壓瘡的風險。

出庫前的品管監督，從使用情境出發，檢視操作是否順手、夜間是否產生異響，以及是否會刮傷皮膚。對細節的挑剔，是基於對捐贈者的尊重、對使用者的承諾。

每一件輔具出庫前，皆經兩道交叉確認程序。若關鍵部位毀損無法再用，則取出可用的螺絲、床板或墊片，組成零件庫，支援其他輔具的再生。

專業素人，女力撐起大局

在大中區運作中心，最美麗的風景可說是一群非職業女力。

正值中生代、經營重機具公司的老闆娘塗淑敏，家庭生活圓滿順遂；當慈濟基金會二〇二三年十月選定后里聯絡處設置輔具運作中心，她以為與過往志工勤務無異——身為組長，她只要帶領組員準備好茶水、香積與場地布置，任務就算圓滿了。

「我從未想過輔具跟我的生活有什麼關聯，直到見到那一幕……」某日午休，塗淑敏遠遠看見一位行動不便的照顧戶，騎著電動代步車緩緩進入聯絡處，車上竟掛著輪椅與助行器。她好



奇趨前詢問，對方笑著回答，這是朋友不再使用的輔具，他收過來整理好，轉贈給更需要的人。「照顧戶雖然行動不便，卻能同理他人的需求；我行動自如，卻對輔具的急迫性如此無感。」這一幕震撼了塗淑敏。面對大量從草屯及各社區陸續移入的輔具，她和蕭順樟勇於扛起前期整理的任務。

塗淑敏帶領幾位志工率先認養氣墊床清消，「不能讓這些使用過的輔具變成廢棄物！親自去做，才知道該從哪裏出發。」為了精準管理進出貨，她找來蔡美玲、林雪鳳與劉家鳳撐起後勤，合作設計表格、盤點庫存，將堆積如山的各種回收輔具理出頭

慈濟后里聯絡處前身是一座年久失修的閒置廠房，二千多坪的空間經過整理，成為社區道場，其中的七百坪為中區環保輔具倉儲。（攝影／楊凱誠）



二〇一三年菲律賓賓海燕風災後，志工匯聚后里聯絡處，分組加工組合屋零件援助災區（右圖）。如今週六上午，輪椅區志工埋首保養輔具，仔細檢查零件更換或上潤滑油（左圖）。（右／陳聰霖攝影 左／楊凱誠攝影）

緒。

「大部分師兄姊都在上班，我來支援拍照記錄或協助雜務。志工認真付出的身影若沒拍到，我會感到遺憾。」過程中，劉家鳳也學會整理輔具的流程。當新進志工不知所措時，她化身「不請之師」，教導如何調整煞車

線、拆卸軸心清出毛髮，儼然成為專業檢測員。

初期投入輔具保養者寥寥無幾，紀秋月自告奮勇，從零學起。早在二〇一三年，紀秋月每週三都會隨臺中慈濟醫院的接駁車，陪伴后里鄉親就醫；她發現許多輪椅因年久失修，推動時發出刺耳耳聲。出身大甲高工建教班、從小跟著父親修理農機具的她，琢磨著：維護輪椅應該不難，但該去哪裏學習呢？當后里環保輔具據點一成立，她立即加入，「我若學起來，就不用凡事靠別人了！」

然而，招募志工過程並不順遂，女眾多畏懼五金機械，男眾也未必感興趣。紀秋月的堅持，打動了在環保輔具養護領域深耕多年的草屯志工洪錫財，決定傾囊相授。

從草屯到后里近五十分鐘的車程，洪錫財曾叮嚀：「秋月，你去招些人，我一起教。」但在

苦無新血加入的情況下，紀秋月隻身扛起重任，遇到瓶頸便請教洪錫財，甚至下班後仍心心念念著未解的機械環節，兩人常在電話中討論至深夜。

紀秋月自家種植鳳梨與葡萄，生活忙碌卻規律。只要不是收成季節，她每天清晨六點半便準時出現在聯絡處，獨自在倉庫整理輔具。她闢出一塊井然有序的零件小天地：馬達線、螺絲、遙控器分類分明，隨時支援需求；不僅如此，還兼任送貨員與解說員。

有的電動床架重達上百公斤，沒人幫忙時，紀秋月就一個人硬扛。收工回家後常全身痠痛，但翌日起床又生龍活虎地準時報到。盛夏的輔具平臺倉庫裏悶熱不通風，她長年跪在地上修整，膝蓋跪出一片焦黑，兒子見了納悶問道：「媽，你的膝蓋沒洗乾淨嗎？」

「在整理輔具的當下，是一

種療癒。遇到瓶頸，受到挫折，脾氣又來的時候，看到大德來我們這裏借到輔具、眼睛亮起來的那一刻，我的挫折感就完全不見了，動力又回來了。」五十六歲的紀秋月說：「我還年輕嘛，要拚啊！」

療癒時光，種下「健康因」

「人力不足依舊是最大的挑戰！」二〇二五年一場聯區志工會議中，塗淑敏神情凝重地呼籲：「后里倉庫是大中區の後援中心，希望鄰近的豐原、東勢志工能一起動起來！」

她語重心長地說，后里聯絡處的倉儲是大中區輔具需求的後援，大家來這裏服務，將輔具帶回送至有需要的家庭，一來能維持各區道場環境的整潔美觀，二來資源共享，就可騰出更多時間投入慈善關懷、訪視與接引會眾。

座中的資深志工陳明珠聽完後深思，想起老父與中風的先生都曾是輔具受惠者，「我身為上人的弟子，理應全力以赴。」她隨即請塗淑敏辦理說明會，並親自向各區組隊長邀約：「上人說，慈濟人的使命是給予苦難人即時的幫助。環保輔具是慈善的延伸，涵蓋醫療與環保，社會需求只會更多。像我前一天為爸爸申請，隔天師兄就送到了。我們一起來學習，就算只認養清洗也很重要。」

其中，劉秀慧帶領組員認養週五下午與週一早上。起初有人擔心時間無法配合，劉秀慧溫柔鼓勵：「若有事，大家會相互支援；總之，福報來的時候，我們就伸出雙手接下去吧！而且清洗輔具也是在種『健康因』，我們把輔具洗得乾乾淨淨，需要的人感受到這分虔誠，說不定病痛就好一半了。」

這分正向能量讓團隊從外行

變內行，短短兩個月便整理出上百張電動床。陳明珠也感同身受：「現在每週三下午，團隊一定準時報到，若沒去，心裏還覺得不踏實。」

「在過程中學習成長，是一件很有成就感的事。」四十九歲的張媛惠從事居家清潔，餘暇便從東勢來到后里投入輔具整理。這件任務全憑經驗與耐力，對女性而言，更換輪椅輪胎外胎尤其吃力，新手志工即便是三人合力，滿頭大汗忙了二十分鐘，也未必能順利換好。

「剛開始很有挫敗感，想著將幾臺舊品篩選、理出可用的部分就好，結果弄好後運作還是不順。」張媛惠說，後來經過洪錫財指導，才明白若主結構已受損，即便外觀理得再好也無法安全使用。她將理論與實務結合，每整理好一臺更親自試坐把關；如今已成為輪椅區的「班長」，帶領東勢男眾志工細心作業，

「做出興趣後發現，靜靜地整理物資其實很療癒。學會這門手藝，更能懂得愛惜物命。」

慈善加上環保，讓人依靠

慈濟基金會執行長顏博文表示，中區志工自二〇二〇年起於多處會所設立環保輔具據點；至今年二月底統計，已累計提供四萬七千餘件次輔具，並回收民眾與機關捐贈物資逾五萬兩千多件次，占全臺慈濟環保輔具平臺三成之多。

顏博文特別感謝志工、合作夥伴與在地里長的支持，更強調這背後難以計數的無形影響力——不僅是對弱勢家庭的實質協助，更是資源循環與慈善關懷

回收輔具設有清消標準流程；志工細心刷洗床架的每個角落，完成初步清潔。

（攝影／劉家鳳）



感恩有您

Thank you
for your support.



蘭揚食品

本期公益冠名支持

共築永續善循環
蘭揚食品以實際行動投入公益，
與慈濟攜手關注人與社會，
讓責任與關懷並行，
共同打造更溫暖且永續的未來。



的具體實踐。

后里區長賴同一指出，后里五萬多人口中，六十五歲以上者就占了五分之一，輔具需求極大，運作中心的成立對當地居民而言是一大福音。塗淑敏也有感而發：「輔具服務的對象就是里民。這裏不僅有志工相互陪伴，連附近的幼兒園、中小學師生，甚至中科廠商同仁都來投入服務，這正是愛的循環。」

「只要認真做，共善的力量就會匯聚。」蕭順樟回憶，過往環保站回收的輔具，他整理後便親自載運給急需的個案。即便平臺成立初期人力吃緊，他依然秉持「自己回收、自己送」的精神，以歡喜心克服萬難。

數年來，他信守單純信念：「困難的事情簡單做，簡單的事情天天做，自然就沒有所謂的困難了。」這分堅持，正是后里輔具中心能從無到有、接引大眾最堅實的力量。

慈濟大中區環保輔具運作中心 居家照護好幫手

範圍 | 支援中、彰、投地區後勤倉儲與調度

時間 | 每週一至六 8:30~11:30 13:30~16:30

安全把關這樣做

回收清消



初步滅菌
次氯酸水噴灑，靜置48小時



環保洗滌
中性清潔劑去污，
以回收雨水沖洗



完整防護
經陽光曝曬乾燥，
送入紫外線殺菌室

整備品管



分類入庫
維護功能與微調外觀；若物資不堪使用，則理出完好零件備用



嚴謹確認
由兩位志工交叉核對安全性



出庫領取
完成品出庫，送往申請者家庭

歡迎支持或使用輔具服務

- 捐贈閒置輔具幫助更多人
- 成為志工參與清消與配送

- 關注慈濟
in后里



- 線上申請輔具



二十八年陪伴 艾雅的缺憾與圓滿

一九九〇年代，約旦在伊拉克低價石油支撐下，民生經濟穩定，人們深受傳統與宗教影響，將扶助親族視為責任，難以接受外來慈善組織。慈濟的第一戶關懷戶卻在這時候出現，而且一路守護二十八年。

「姊姊，我回到約旦了，你們什麼時候會來我們家？我家附近的野菜都長好多了，我們可以一起去採野菜。」電話的另一頭傳來開朗的邀約聲，是艾雅（Aya Aljarrah）。這位慈濟陪伴了二十八年的女孩，每年六月，像候鳥準時歸來，帶著四個子女從阿布達比（Abu Dhabi）回到約旦北部的鄉間探親，等到九月開學前，再回到阿布達比生活。

北部伊爾比德（Irbid）是約旦第二大城，城市與鄉間人口有兩百萬，是一片有高原、有平原、有河流的美麗農業區。慈濟

在這一區有六戶固定的關懷戶，這八十五公里、一個半小時車程，慈濟人持續來去了二十八年，慈濟約旦分會的第一戶關懷戶就在這裏。

封閉村落的罕病家庭

這個家庭的媽媽娜薇爾（Nawel Aljarrah），樂觀純樸，大家都叫她艾雅的媽媽（Um Aya），家中四個女兒有三位重度身障。她居住的村落馬札爾（Mazar），環境保守封閉，習慣近親通婚，女孩大多輟學早婚，男孩們的生涯相對有

自主性，可以繼續升學，選擇自己喜歡的人生道路。

娜薇爾十二歲就被許配給堂哥，十四歲產下長女皓菴（Khawlah Aljarrah），患有罕見的半乳糖血症，這是一種隱性基因的遺傳疾病，如果沒有喝特殊配方奶粉，運動神經與語言發展會有不可逆的傷害。當時的醫療環境不先進，皓菴雙腿萎縮，無法行走，說話不清。

四年內，第二個女兒安（Ann）、第三個女兒梅（May）相繼報到，都是一樣的狀況。在觀念保守的社會中，父親把孩子

的病症全怪在母親身上；他另外娶妻，生養了六個孩子，對這三個最需要幫助的女兒不聞不問。

在那個年代的社會環境中，父母很難找到資源幫助身障的孩子，大多將孩子藏在家裏，用最簡單的方式養活；甚至把他們鎖在房間，為的是避開鄰居的閒言閒語，或是影響家中其他孩子未來的婚配。

一九九八年，一位出身馬札爾村的貿易商，華人妻子得知娜薇爾的狀況後，找到約旦慈濟，提報幫助這家人。

慈濟聯絡處位在首都安曼（Amman），一九九七年九月甫成立，當時慈濟會員林慧真因先生職務調度來到中東，成為約旦第一顆慈濟種子。隔年，慈濟

艾雅由慈濟志工一路陪伴成長，如今有四個健康活潑的孩子圍繞身邊。（攝影／林綠卿）





人接受提報進入馬札爾村，訪視第一個關懷戶娜薇爾，並且每月回訪。隔年，林慧真病逝，旅居約旦多年的陳秋華與當地僑民接起慈濟志業，直到現在。

對於先生的冷漠無視，志工曾經問娜薇爾：「為什麼不離婚呢？」「這三個孩子是我的寶貝，如果離婚了，她們的爸爸會把她們送去政府的安養院，在那邊沒有辦法得到好的照顧。」

每當我們家訪，看到家裏環境保持整潔，可以想見，這五十年來，媽媽花了多少精力在維持女兒們的生活如常。現在這位媽媽也六十五歲了，她最擔心自己過世之後，這三個孩子誰來照顧呢？

鐵盒裏盛滿寶貴記憶

娜薇爾還有第四個女兒艾雅，一九九三年出生後，擔心她也帶有基因缺陷，便改以特殊配方奶粉餵養；幸運的是，艾雅健康地長大了。只是為了照顧三個生病的孩子，娜薇爾沒有太多心力顧及艾雅；直到艾雅五歲時，慈濟志工出現了，為艾雅的童年帶來一絲暖陽。

她從有記憶以來，就知道有一群穿著藍衣白褲的外國人，每個月定時送物資到家中。而且這些叔叔阿姨會帶給她一些新奇的禮物，有時是可愛的串珠手鍊，有時是髮飾，還有時是彩色筆跟

繪畫本。這些珍貴的禮物，都被她珍藏在一個餅乾鐵盒中，變成她成長過程中，不可磨滅的甜蜜回憶。甚至在成年結婚之後，跟著先生到阿拉伯聯合大公國首都阿布達比生活，也把這個鐵盒子帶在身邊。

志工照顧娜薇爾一家不遺餘力，還多次幫忙油漆家裏，就是希望她們可以生活在比較舒適的環境，身障女孩們的病情不再惡化。艾雅在十八歲時，高分考上國立大學的檢驗科系，生父卻在這時出現，直言無法承擔學費，要艾雅放棄升學，依他的安排嫁人。

幸好，陳秋華師兄鼓勵艾雅一定要繼續念書，將來可以工作幫助媽媽。約旦分會提供了助學金，幫助艾雅註冊、通勤車資，讓她可以到離家二十五公里外的約旦國立科技大學就讀。這是艾雅生命的轉捩點，她終於可以走出家門，為自己的未來努力。



約旦長期關懷戶娜薇爾（上圖左一）一家，志工二十八年來定期家訪不間斷；家中第四個女兒艾雅婚禮上，陳秋華（下圖右一）與慈濟志工以嫁女兒的心情成為親友團。

（上／陳秋華攝影 下／林綠卿翻拍）



感恩有您

Thank you
for your support.

本期公益冠名支持

共築永續善循環
勝力交通以實際行動投入公益，
與慈濟攜手關注人與社會，
讓責任與關懷並行，
共同打造更溫暖且永續的未來。

勝力物流
Victor Logistics



作者 林綠卿



政大阿拉伯語系畢業，留學、旅居約旦27年，2019年至2025年服務於慈濟約旦分會，2026年起為約旦人文真善美志工。透過她細膩的華人視角，記錄在中東生活點滴，以及貧民、流徙者展現的生命韌性。

婚禮中的女方親友團

我們家訪時，媽媽很興奮搬出一盒老照片，記憶模糊泛黃，卻可以看出大學時期的艾雅沒有燦爛笑容，清澈的眼神中，始終有揮之不去的落寞。

艾雅在大四時，遇到了一生的摯愛，同村的一個男孩，也是校內急難救助系的學生，他們在眾人祝福下結婚了，慈濟的叔叔阿姨們穿著慈濟旗袍與西裝，出席婚禮，以嫁女兒的心情，成為女方親友代表。在這個最重要的日子，艾雅不是孤單的。

大學畢業後，艾雅的先生努力建構他們理想中的家庭。如今約旦的薪資水平低，物價節節攀

升，他們在阿布達比有工作，生活穩定；每年暑假，艾雅帶著孩子回鄉探親，不只是陪伴媽媽和姊姊們，也等待每次與慈濟人的溫馨重逢。

婚後六年，她生了四個孩子，個個活潑健康。我曾經問：「帶孩子很辛苦的，你真勇敢！」她的回答是：「我在成長過程中，一直都感覺很孤單，成為母親後，我慢慢地丟掉寂寞。」

在我做訪問錄影的時候，這群可愛的孩子圍繞在我的背後，看著攝影螢幕中的艾雅，像一群嘖嘖喳喳的小雞仔，不斷地叫著：「媽媽，媽媽！」此時的我明白了，需要與被需要，達成了雙向奔赴的平衡。

每當艾雅有煩惱或對人生有疑惑的時候，總會翻開阿語版的《靜思語》，從中找到解惑的智慧，對她人生最有幫助的一句話是：「付出無所求，還要感恩。」這句話成為她心中堅定行善的指針。她說，這是一本所有人都應該讀的書。

雖然生命的開局並不圓滿，甚至充滿缺陷與挑戰，在慈濟志工們長情陪伴下，艾雅把感恩心付諸行動。暑假期間回收二手書包，在老家一針一線縫補修復，再送給有需要的學童。她回收修補的是內心的空虛與傷痛，而展開雙手後，送給人間的是無止盡的愛與關懷。這分愛，會在生意盎然的鄉間流傳下去。



印尼雅加達菜市場 竹筒歲月

六十年前在花蓮菜市場開始的慈濟竹筒歲月，重現在雅加達菜市場——
竹筒裏滿滿的硬幣，是攤販賺來的辛苦錢，
也是慷慨捐出的愛心點滴，善行長達十年！

撰文、攝影 • Metta Wulandari (慈濟印尼分會同仁) 翻譯 • 陳龍仔 (慈濟印尼分會同仁)

星期五早晨，印尼雅加達卡布新村 (PK) 的新鮮市場 (Fresh Market) 即將開始一天的忙碌；十八位穿著藍天白雲制服的慈濟志工也出現，不為購物買菜，而是拜訪攤商，進行每三個月一次的「竹筒回娘家」。

志工李珈珉說：「我們特別選擇平日來，是避免假日出現購物人潮。人多的話，我們也比較難行動。」除了在地下室擺設「竹筒回娘家」攤位，志工分為十組，手中提著大布袋，在這棟三層樓的建築物中穿梭，把商店和攤位擺放的竹筒愛心收回來。

大家都很期待聆聽店主和攤販們分享竹筒的小故事，黃世莉熟門熟路來到地下室的乾貨與民生物資區，目標是菜販素茜 (Susi Sulani) 的攤位。

素茜經營兩個蔬菜攤位，看見志工走近，露出笑容迎接，而且雙手從收銀臺抓起一把零錢，遞給攤位外的丈夫，再豪邁地從

口袋中掏出一疊鈔票，完全沒有細算金額，再次遞給丈夫，由他連同竹筒裏的愛心一併倒入志工的袋子中。

素茜的丈夫微笑說：「不好意思，竹筒滿了，這些錢沒辦法再塞進去了。」素茜笑著補充：「這些錢是早就準備好的。」每當竹筒滿了，在等待志工來臨前，她會把要捐的善款另外存放：「雖然金額不是很多，但期待幫助有需要的人。」

大部分攤販將竹筒綁在柱子上，一個攤位綁一個竹筒，以免遺失或忘記放在何處。素茜說，十年前開始領養竹筒，每個月總是把竹筒投得滿滿的；後來更成為慈濟會員，定期捐善款。

「我和丈夫從零開始，白手起家；因為之前負債累累，所以更努力工作，凌晨三、四點就出門去進貨，然後擺攤和顧攤。感謝真主阿拉，現在已經有七位員工幫忙；相信狀況好轉的背後，

一定有很多人的祝福，所以我們要經常分享愛心。」素茜歡喜地說：「我很認同竹筒上寫的句子：『小錢行大善』，這些善行將會帶給我們善果。」

守在攤位前勸善

來到市場一樓的小吃區，賣點心的李麗 (Jie Lee, 右圖右二) 以甜美微笑招呼訪客。李珈珉問候：「李麗女士，別來無恙！」「讚美主，一切安康。」

九年前，李麗聽隔壁攤商介紹慈濟在幫助貧苦人家，她也跟著領養竹筒，幾乎每天發善念、投零錢，定期讓竹筒回娘家。

「我每天做生意，很難挪出時間離開市場做其他事情，尤其是做善事；我很喜歡向顧客分享『竹筒歲月』，或許他們有意要捐善款，又或許他們會把找的零錢投入竹筒也說不定，我們一起幫助更多人。」

感恩有您

Thank you for your support.



復刻竹筒歲月 愛心惦在這

緣起：一九六六年四月十四日佛教克難慈濟功德會成立，號召大家每天省下五毛錢投竹筒助人創新：觀念遠播海內外，有容器各異、內容物不同的「竹筒歲月」；以及「富有愛心店」、店家不必走出店門，在店內放置竹筒就可以做好事，募集大家的點滴力量共同造福，所以說「愛心係在這」。

精神：量力而為、點滴累積，人人都能助人。

清晨的天空還是一片深藍，大地尚未甦醒，黃秀真已經出門前往慈濟基金會花蓮本會上班；但和一般上班族不同，她的背包裏裝滿了沉甸甸的零錢，抵達辦公室，她再度檢查背包中一個又一個收納袋，仔細檢查點收表，確保無誤後才去用早餐，參與每日晨間的志工早會，直到上班時間。

這些零錢是她與志工團隊利用下班時間，走訪花蓮各個「富有愛心店」回收而來的善款；她交給財務室點收，讓這些愛心去到需要的地方。

所謂富有愛心店，可以簡單理解為那些同意慈濟在自家店裏放置慈濟募款箱的店家。竹筒是慈濟重要的象徵，於慈濟成立之初，在那個物資匱乏的年代，幾位最初的會員從實業錢中省下五毛錢，投入竹筒，不自己助人，也在生活周遭影響別人。這種「點滴累積、動人向善」的觀念，從此在花蓮菜市場擴散開來，而今擴及全球慈濟人所在的地方。

主動與人結好緣

慈濟會員捐贈善款有多元的方式，最傳統的就是實體互動。

下班後，黃秀真帶著竹筒邀請店家加入富有愛心店，讓更多人一起小錢行大善。

本期公益冠名支持



感恩公益支持
因為有合心開發的長期相伴，
讓善的循環不斷延續，
將人文關懷化為實際行動，
在社會中發芽、生長，
成為溫暖的力量。

市場後方的阿迪群島咖啡店 (Adi-Kedai Kopi Nusantara)，店主妮雅 (Nia Soraya) 亦是期待志工到來；除了交出竹筒，還再捐了一筆善款。

她一邊攪拌咖啡，一邊說著：「布施讓我們獲得一種成就感，希望能利益人群。」她曾投入教堂慈善活動，深知在現實生活中有很多苦難人需要援助；她也不曾忘懷，一九八五年父親過世後，母親帶著七個孩子艱難度日的時光。

「我們家很窮，受過不少人幫助。我當時對自己說，若有一天上帝賜福於我，我就會給需要的人提供糧食。許下這個承諾，我就盡己所能去做。感謝慈濟，透過竹筒讓我行善。」

僅是一個上午，志工就收回了一百四十五個竹筒，善款統計為四百六十二萬零八百印尼盾 (約合新臺幣八千五百元)。市場店主與小販的付出，讓李珈珉

甚是敬佩，因為他們努力工作的背後，有許多發揮愛心的動人故事，「布施的人感受歡喜，我們也跟著隨喜。能啟發人人善念，何樂而不為呢？」

九十二萬支竹筒

一九六六年，在花蓮菜市場展開的竹筒歲月，開啟了慈濟志業；一九九三年，慈濟種子飄落印尼生根，擴展到如今近二十個慈濟分支會聯絡點以及慈濟醫院、大愛臺、慈濟學校。印尼慈濟也於二〇一三年起推動「竹筒歲月」，走入店家、學校和企業公司，邀約民眾以小錢行大善。

二〇二三年底，印尼分會更在每個竹筒撲滿附上QRIS (印尼標準二維碼)，讓大眾透過手機掃碼一指行善。

二〇二六年四月統計，十三年來超過九十二萬個竹筒分布在印尼各地。這些竹筒平時靜靜

地待在角落，卻能夠長期照顧貧困家庭或舉辦義診。印尼分會並開設專戶，呼籲各界以點滴心意來支持大型專案——在去年底森雅氣旋引發嚴重洪災後的房屋重建，或是響應慈濟這兩年來為五千戶貧戶改建危房。

「我們宣導一日一善，如果能夠天天行善，那就代表我們很有福——有財富可以布施，有健康的身體可以工作，日日都是好日。」李珈珉認為，志工的角色之一是接引善緣，布善種子一生無量；志工們也會持續走入社區募心募愛，因為一個人或一群人行善是遠遠不足的，而是要人人共善。

李珈珉說明：「透過竹筒，我們讓行善不會成為大家的負擔，以小錢或購物時找的零錢，數目小也可以，按照個人意願捐出就好。當這些點滴善念匯聚在一起，就會成為一股幫助苦難人的強大力量。」

林偉慶 用半世紀回答「我是誰」

在夜總會樓頂仰望夜空、叩問人生的那個迷惘少年，
半世紀後站在新加坡靜思堂前的菩提樹下，回答了這個問題。

上個世紀、七〇年代新加坡，
燈紅酒綠間，一個酒吧夜總會老闊的兒子在頂樓露臺上，望著踴躍離場的酒客和殘妝未卸的陪酒女郎，心中自問：「我的人，也要這樣度過嗎？」

他是林偉慶，酒吧夜總會富二代，二十八歲創業，三十六歲財富自由半退休。七十歲的他，找到了值得一輩子追求的事嗎？

成長於華燈初上

林偉慶一九五六年出生，父親經營幾家中高檔夜總會，在那

個娛樂不多的年代，酒吧夜總會是僅次於電影院的場所。上班族、生意人、外地遊客……在這裏小酌、跳舞，向陪酒女郎傾訴心事。

身為長子，父親常帶他出入夜總會；他十幾歲便熟悉了成人世界的光鮮與落寞——懂得分辨哪支菸最暢銷、哪瓶酒最昂貴，也能聽出港臺最新的流行歌曲。

對其他孩子遙不可及的聲色世界，於他來說是尋常；但他未曾因此沉迷於聲色犬馬，反而冷靜觀察：酒客今夜紙醉金迷，夢醒時分仍是迷茫；年過四十歲的

陪酒女郎坐在角落，無人搭理，他想：「為什麼她們不去找別的工作呢？」到了年紀更長一點，他才隱隱意識到，入了這一行，哪有那麼容易回頭。

他生平唯一一次打工，是在鄰居開設的旅行社；鄰居衣著筆挺、手提亮眼的名牌公事包，俐落打點生意的形象觸動了他，倒不是愛慕虛榮，而是被那種「人生由自己掌控」的感覺吸引。

林偉慶沒有按照父親預期繼承夜總會生意，而是選擇自己創業開旅行社，而且專攻當時炙手可熱的日本遊客市場。





新加坡分會二〇一一年起支援
關懷東埔寨慈濟會務，二〇一
六年擔任新加坡分會行政主任
的林偉慶（左一），參與東埔
寨金邊市發放。（攝影／蔡長盛）

三十歲前，他實現夢想——買下心心念念的名牌公事包，當時這只包售價一千五百元（約新臺幣二萬二千五百元），在組屋房價兩、三萬元（約新臺幣三十萬至四十五萬元）的年代象徵著身分的躍升。「還有九百元的皮鞋、五百元的眼鏡……」林偉慶細數當年的意氣風發，以為自己抵達了功成名就的終點。

隨著事業版圖擴展到澳洲，林偉慶也移居當地。在人口最稠密的雪梨（Sydney）、大堡礁（Great Barrier Reef）和黃金海岸（Gold Coast）設立分公司，平日無需親自打理，他偶爾去辦公室看看，為員工打打氣。

生活彷彿按下慢速播放鍵，日子愜意得如同一場無盡的假期。他笑稱，當時算是「半退休」了，富足的生活填滿了時間，卻無法消解隱隱生起的虛無感。那種少年時看盡繁華的落寞，竟在多年後悄然回來了。他

意識到，財富、閒適，也許並不是人生真正的答案。

財富自由後，他再次叩問，人生的意義。

人生有別的可能

二〇〇一年某天，林偉慶在雪梨唐人街辦事，偶然瞥見一張澳洲慈濟青年手語演繹的宣傳海報。他聽說過慈濟，出於好奇，他撥了海報上的電話索取門票。

不久後，一位慈濟志工驅車把票親自送到他手上，還熱情地邀請他前去會所了解慈濟。他如約觀賞了演繹，臺上年輕人的動情投入，讓他感受到，人生還有另一種重量。

此後，他成為慈濟志工，也認識到雖然澳洲是個高福利國家，但在城市邊緣，仍有一群被遺忘的人——澳洲原住民（Aborigines）。

慈濟人每週前往原住民聚集

地發放食物、關懷。因為有車，林偉慶常負責載送物資。這裏與他習慣的世界天差地遠——地上散落著用過的針筒，牆上是隨意塗鴉，還有遊蕩的流浪漢。

這裏被稱為「黑區」，鮮少有亞洲人主動靠近。志工穿著慈濟制服，結伴而行，才慢慢贏得居民信任。當時同樣旅居澳洲的新加坡志工伍慧麗，仍記得與林偉慶並肩行善的景象：「我們都是新加坡過去的，帶著一點怕。」

不過，危險並不總能避得開。有一次，林偉慶沒穿制服，開著才買幾天的高級轎車單獨前往發放，結果車窗被砸碎；所幸人沒受傷，車上也無財物損失。

林偉慶雖然有些心痛，但也意識到，付出關懷不能只是遠遠地施予，而是要走進別人生命最黑暗處，真誠地接納與陪伴。

二〇〇三年，林偉慶回到新加坡定居。當時坐落在牛車水美

食街的慈濟，專職同仁稀少，資源有限，志工服務卻已深入全島各個社區。林偉慶積極投入訪視、義診、環保、義賣會等等，發現同是福利國度的新加坡也有被忽略的社會暗角，更堅信「做好事不能少我一人」。

碰壁退轉的時候

從老闆到志工，林偉慶認為，最大的學習是放下自我。

林偉慶有潔癖，出門在外找座位，都習慣用紙巾擦一遍才安心入座。起初走入照顧戶家訪視，地上的髮絲、角落的雜物，都在他眼中無限放大，太髒太亂的環境甚至會讓他全身起雞皮疙

開箱我的人生

每天花十幾分鐘回憶口述自己的人生，再轉成文字，編輯成書，才發現那些波濤洶湧的過往，都是為了成就今天的自己；而生命的輝煌時刻，原來就在慈濟！

個人生命的價值究竟是重如泰山，還是輕如鴻毛？不盤點一下，還真不知道！

一年多前，就常聽到上人殷殷叮嚀弟子們一起來完成慈濟的歷史。上人真的對弟子期許很高，稱大家是現代的菩薩，也提醒記錄自我生命歷程，就是慈悲利他的傳家寶。平日忙碌於工作與志業之間的我，即使深受感動，但心有餘而力不足。

因緣殊勝，二〇二四年蔡蕙妃師姊承擔慈濟加東分會人文真

善美窗口，與一直有寫自傳習慣的王贊維師兄商議，是時候為加拿大東岸慈濟歷史留下菩薩足跡了，邀請師兄師姊開始「自我生命盤點」，也為編纂加東歷史做前導。

談到寫活動報導，大家都不陌生，但要寫自己的故事，就有點不知從何寫起了。感恩臺灣北區多位師兄姊支援，多次線上教學，也教導運用AI潤稿和語音轉換文字，讓不熟悉鍵盤打字的我深慈濟人跨越了一個大鴻溝；同

時也邀約有意願的青年志工加入撰稿行列。只要會講話，就可以寫自傳；只要有心分享，您講的故事我來寫！因此大大提高師兄師姊盤點生命的意願。

在這世上度過了一甲子之後，我的故事雖然不至於戲劇化，但想起初發願的那分心，我的人生應該也有一些值得記錄，以此回報上人的聲聲呼喚。

我使用通訊軟體的錄音和語音轉換功能，每天對著手機花十五到二十分鐘口述，記錄下生



命歷程。從原生家庭的童年時光、求學經歷到初入社會的點點滴滴，就像一場場與自己的心靈對話，不必華麗的詞藻，如實娓娓道來。如同影片快速倒帶，往事一幕幕浮上心頭，那些曾經讓我悸動不已的瞬間，恍惚再一次品嚐曾有的酸甜苦辣。原來我的生命也是波濤洶湧，原來周遭有那麼多人一起豐富我的生命。當年的這些人，或許現在已經不復存在了，但沒有他們的參與，絕對造就不了今日的我。

在接觸慈濟後，我的世界不再只是我摯愛的家人，下半场人生故事有了新的轉折點！啊，原

慈濟北多倫多聯絡點十一年來與Newmarket「Inn From the Cold」街友中心合作發放，張素雯（右二）與丘啟源（右一）二〇二一年底打包物資。

（相片提供／丘啟源）

感恩有您



Thank you
for your support.

本期公益冠名支持

感恩嘉利達企業以善為念，與慈濟攜手同行，
讓人文精神得以傳遞，讓關懷跨越距離，
在每一個需要的角落，持續點亮希望之光。

JTD 嘉利達企業有限公司
Jia-Li-Da Enterprise Limited Company

來我生命的輝煌時期都在慈濟。付出開始成為日常，愛屋及烏，不忍之心時時油然而起。因為有了上人的法語滋潤，我為了應付生活試煉、日漸堅硬的心變柔軟了。看樣子，我還算是堪得受教的弟子。

榮幸成為慈濟歷史一部分

一路按著年分思考記錄，完稿後，發現段落不夠分明，也有重複的部分。感恩蔡蕙妃師姊與北區人文真善美團隊協助整理編輯，美編製作，才有足以出版的清晰樣貌。

配圖部分，也感恩我的同修丘啟源一直有攝影的愛好，自學生時代結識以來，都為兩人的人生旅程拍下許多珍貴的鏡頭；我在慈濟的任何時光，也有他相伴左右。深覺我的人生少不了他，有他的支持，我的慈濟路才能愈走愈穩；經與蕙妃師姊商量，也

一併記錄我家師兄的人生歷程。

慈濟屆滿一甲子，雖然我與慈濟的因緣仍算資淺，但我從臺灣移居加拿大多少年，就與慈濟結緣多久，我的移民史就是個人的慈濟史。慈濟在我的生命長河中已逾一半，這次的盤點，讓我再次面對真實的自我，很榮幸能成為慈濟歷史的一部分。

一路寫下來，不得不說感恩，感恩父母、朋友、另一半；感恩跟我同行攜手突破難關的慈濟夥伴，也感恩逆增上緣，讓我懂得沉澱，懂得反省。

我的生命盤點書籍二〇二五年在臺完成編輯和印刷，十月與加拿大志工回到花蓮，也親自呈給上人；即使遠在加東，我們依然感覺師父就在我們心中，引領著我們走向菩薩道。我也將這本盤點生命分享給親近的家人朋友，感恩他們擔任我生命旅程的重要角色。

上人不時鼓勵資深弟子將

五十歲存放在「壽量寶藏」中，我們可以再年輕一次。而上人先進的理念，跟最近很流行的一無齡感」有異曲同工之妙，也就是在年齡增長甚至老去後，仍然保持一種不為年齡所累，如年輕時一般的生活態度。

上人指引弟子撰寫人生傳記，回憶過往歷程進而放眼未來，這個過程正是由學到覺的旅程。「學」習在菩薩道上如何跌倒、如何領悟，看見背後的道理，成為自己的智慧，到達「覺」的境界。

坦然接受年齡，不為此束縛，傾注對生命的熱情，對的事情，做就對了。我們的人生因為有慈濟而活出一道光，這道微光既是傳家寶，也希望能照亮讀到這本書的每一個人。期許更多加拿大菩薩匯聚螢火蟲之光，加入自我生命盤點，也成就慈濟大藏經，相信這是慈濟六十周年呈給上人最好的禮物。

臺灣有許多善心大眾經濟未必寬裕，生活亦相當刻苦，卻樂於行善助人，喜捐大錢濟貧。偉大但不精明的利他奉獻精神令人肅然起敬，這也是支持慈濟能為海內外貧苦人做出貢獻的後盾。

撰文·林建德（慈濟大學宗教與人文研究所教授兼所長）

近

幾個月，岳父都在花蓮與我們同住；去年年底他捐了一百萬給慈濟、護持國際賑災；事實上岳父歷經農村生活，一直是個節儉的人。

過年前我帶他去剪髮，在花蓮太昌的三角市場附近有數家理髮店，價格各不相同，有一百五、一百二和一百元等不一，恰巧百元理髮店的客人剛剪完，於是岳父很高興地理了一百元的頭，臉上有種「賺到了」的笑意。我心想：他捐款百萬、理髮百元，這一百萬夠理一萬次頭了。

不只是岳父，慈濟有許多這

樣的例子。有一位擔任清潔工的慈濟師姊受雇於親戚打掃家裏，四小時工資一千六百元；雖然打掃房子費力耗時，賺的是血汗錢，但每當慈濟募款時，她就慷慨解囊，一捐就是上萬塊，讓勞務所得轉向需要的人。

在慈濟還有個著名故事：新北市謝明和與陳昭夫妻長年來省吃儉用，以賣水煎包維生，雖然一顆水煎包利潤相當有限，但夫妻倆竟然靠賣水煎包行善，每次捐出一百萬、共捐出二十多個榮董給慈濟；夫妻同心同願，數十年辛勞所獲的點滴都捐贈出去，這分良善與無私深切動人。

正如證嚴上人常說的「貧中之富」，甚至是「富中之富」，豐足的心靈與人格一點也不貧乏，如佛典中的「貧婆供燈」。「愛心菜販」陳樹菊女士的善行深為臺灣人所熟知，她每天從早到晚、日復一日勤奮賣菜，卻把全部獲利捐作公益，小錢賺得辛苦卻喜捐大錢，努力工作只是為了濟貧，亦從此「草根菩提」看見菩薩身影。

上人說：臺灣以善、以愛為寶，臺灣人的善良造就今日的慈濟世界。慈濟世界有今天，正因為有無數個像陳樹菊女士一樣的善心大眾，經濟上未必寬裕，生活亦相當刻苦，卻非常樂於行善助人。

慈濟之所以能為整體臺灣社會，乃至全球災難、國際貧苦做出重大貢獻，正是源於這種利他奉獻精神；這看似不夠精明的選擇，實則非常偉大，讓人不由得肅然起敬！

◎

證嚴上人 袖履足跡

撰文·釋德侃

【靜思小語】能為他人創造幸福，就是有福的人。

不說苦，是幸福

3

1

《農正月·十三》



去而再來，找到慈濟

過年後首次舉辦全臺委員慈誠精進日，宜花東慈濟人在精舍感恩堂、全臺慈濟人則在各地慈濟道場共修聽課。午後時分，包括海外多國慈濟人透過連線，共同聆聽上人開示。

上人提到上午到花蓮慈濟醫院，從大門到眼科，所見各處都很乾淨，打從內心說出感恩。「慈濟醫院建設完成以後，有好醫師、好護理，全院同仁都很盡心力，才能把空間整理得這麼乾淨。更感恩阿嫂們（清潔人員），假如不是他們隨時清理，豈能隨時隨處都這麼整潔；大家都盡職、

盡心力，維護著醫療的大空間。」

「中午回到精舍，車子先到協力二廠的自力耕生園區，繞進去看一看，靜思書軒本店很漂亮，擺設富有有人文，很樸素且實用，確實有用心在耕耘。當然也要感恩有各地的慈濟菩薩回來幫忙，讓我眼睛看到周遭環境，打從內心感動。」

「慈濟一甲子，很不簡單；六十年前，是從菜市場的『五毛錢』起步，請大家一定要記得，莫忘那一年、莫忘那一人，也莫忘那一樁事；在座有幾位從師父號召『五毛錢』的時代，就跟著一起做慈濟，讓我想起過去，是那樣貼心。我們做慈濟，真的要

生生世世，不斷地延續下去。」

上人說，人生有限，但是自己的心願是去而再來時，很快就找到慈濟，會有慈濟人的大手牽著自己的小手，生生世世不斷傳承。

上人說，幾十年的歲月，讓人的形貌不知不覺改變，從年輕到中年到老年；而臺灣社會也隨著時間變化，經濟繁榮、交通發達，雖然偶有風雨、地震等災難，但大致平安，平安就要感恩。「感恩天下眾生，感恩社會安和，感恩四季風調雨順，感恩在臺灣光復以後，安然過了七、八十年了。我們感恩之餘，也得要繼續維護臺灣的平安祥和。」

「這六十年來，各位委員、

靜思精舍旁的靜思書軒本店今年二月改裝啟用，上人看視布展中常住住昔做手工的器械。

（3月1日）



慈誠跟著師父，做得很『幸福』；我們不說苦而說福，是因為只要不做，都不會辛苦，做得很累就表示我們為慈濟做很多事情，所以我們是有福的人，為慈濟創造幸福。法親之間要互道幸福，因為他們為我們創造幸福，我們也為他們創造幸福，幸福是大家合和互協而成就的。」

上人說起靜思書軒本店空間寬敞，布置樸素，且物品排列有次序，只是大略走一走、看一看，就會感覺有人生的幸福感，因為有人用心整理。師兄師姊們的家裏如果都像這樣收拾得整齊齊齊，也會覺得很幸福；說不定因為天天用心整理，環境整潔舒適，身體因而更加健康，頭腦更清楚。

靜心思考，凡事感恩

上人說，若希望社會祥和，

就要讓社區和睦；希望社區和睦，就要家家成為典範。要達到家家典範，就需要人人守倫理秩序，所以只要人的心調和，社會、國家與天下充滿好人好事，就是菩薩淨土。「但不能只要求別人做到，聽到師父這麼說，就要趕快問自己：我有做到嗎？如果還沒做到，要趕快改正。凡事要問自己，這就是我們在人間要學習、要修行的重點。」

「禪修，是要好好靜下心來思考，而非只是坐著，什麼都不要想。要好好思考：我們的生命是如何來？人生要怎麼活？生活中需要的是什麼東西？有很多可想，而想到最後還是要感恩。嬰兒出生時會哭，再來就懂得要吃，憑著本能不斷爭取；成長過程中，接觸愈多、想要的愈多，就不斷爭取；人與人爭、國與國爭，造成世間的動亂危機。」

上人期待大家好好地想，像是此刻師兄師姊坐在會客室裏面，要感恩有這棟房子，如果沒有這麼寬敞的空間，這麼多人如何能安心聽自己說話呢？而精舍有這麼大的空間，不是為了常住眾要修行才建得這麼寬敞；要修行，只要有寮房通鋪，有齋堂、大寮，就足夠了。「我們是為了做慈濟才有這個道場，否則我決定要修行時，就是希望靠自己的力量過生活；因為要做慈濟，才需要土地建屋舍，為了我們的生活要擴大再擴大，要讓全球慈濟人回來就在精舍的大家庭裏生

活，所以我們需要這樣的空間，有很多物品來供應，這都是大家要用心思考的。」

「慈濟將屆六十年，能夠從花蓮走到全臺灣，從臺灣走到國際間，都要靠因緣。因緣很重要，師父過去生中與人結很多的好因緣，你們也是過去生與師父有結過好緣，才會聽到有人說，農場有一位師父在修行，他在做好事，有『功德會』，就來響應。就是有好因緣，你們才會願意；沒有好因緣，聽了就過了。我這輩子有這些好因緣，我自然就會感恩過去，過去我們就已經有緣了，

你們與我在二千五百多年前已聞佛陀說法。」

上人說，師徒有好因緣，將來還要再續緣，此生此世就要傳承佛法，弘法利生。「我們對人間所做的最好的事情，就是見法、聞法、說法，讓人人都懂道理。早期的慈濟事，你們要再回憶，將慈濟歷史整理好，並流傳下去。慈濟在人間，不是我們這代人過去就消失了，我們要留、我們要傳，不只傳給同時代的人，也要傳承給子孫，讓子孫再傳給後代；將來我們再來人間，就會再承接。」

【靜思小語】不要輕視自己人微力弱，人人都能發揮生命價值。

人生寶藏

3 2

《農正月·十四》



覺悟極微妙，分享微妙法

下午的慈善溫馨分享，豐富精彩的內容讓聆聽者意猶未盡。

上人開示，天地萬物無不都在說法，不論是自然生成或是人造物，都是不斷在說，所說的是一「成住壞空」的真諦法，人的生命也在說「生老病死」的法。極微分的時間在過，萬物也不斷變化，但人們體會不到，更無法體會到人生的消逝，只知道過日子、趕時間、計較時間。

有感於主管同仁們分享時，會因為預定的時間到了，正要深入分享的內容就需要等到下一回，上人指出，即使大家還有很多微妙法可以分享，但是等到下一回，是否能說出原本要說的法？也許會有更好的內容可以分享，進而取而代之。「人生的每一天都有很多法，之前我常說極微

彰化簡淑絲師姊（中）、陳春來師兄（左一）一家人分享「富有愛心店」推廣心得後，敬呈早期硬幣集存簿。

（3月2日）



光、極微法、極微妙等等，不過我現在很想說的是無常法。極微妙的時間不斷流逝，無法攔住，如我上一秒鐘想說的，就被下一句話截走。」

「人生都是在這樣的無常法中，生命跟著無常法不斷地轉變、不斷地流逝，想要留著極微妙、極微光都留不住，不過我們要珍惜緣。」上人不捨述說辛巴威朱金財師兄與香港周玉蓮師姊，這二位在自己生命中非常重要的弟子，於睡夢中灑脫而去。他們此生的生命告一段落，但是會再來人間，將來就是他們要來牽自己的手，繼續走這條慈濟的人間菩薩道。

上人說，雖然當前此世距離佛陀在世時，已有二千五百多年，但在佛陀所化度的人間，釋迦牟尼佛還是教主。「所以我們這一輩子要好好進入佛法，虔

誠體會佛法。你們此生是什麼因緣來體會佛法？也許是聽師父講經，師父講『如是我聞』的經文，接下來會變成『如是我說』，講我認為佛陀要說的內容。其實我們聽聞佛法的因緣，可能起自二千五百多年前，我們與佛陀同世，共同在靈鷲山上聽佛陀說法，我們在靈鷲山都同樣發心，要在惡濁的娑婆世界度眾生。」

上人指出，眾生除了生、老、病、死的根本之苦，各有不同的際遇，在不同的家庭出生，不同的環境生活，隨著各自的因緣，有各自的家境與家教，接觸不同

的社會人群。但在六十年前成立了慈濟，來自不同家境、家教的慈濟人，都聽師父的話，做師父要做的事，讓自己回想起來，覺得將近九十歲的人生很有價值。

上人教導，人生要發揮價值，不要輕視自己人微力弱。就如過去教家庭主婦每天存五毛錢，五毛錢雖然只有半塊錢的價值，卻是慈濟的「起家錢」，點滴累積起來，一路走過六十年，已經是無價之寶。

「人間萬物，有用就有價值；而你、我的生命，在這個時代，都發揮了很高的生命價值。」

所以常常教你們盤點生命價值，最近也有來自臺灣與海外各地的慈濟人分享他們盤點自己人生的心得，我聽著就覺得這也是我生命的價值。因為他們都是我的弟子，聽了師父的法，真的有運用在生命中，累積了無形的寶藏，與師父的人生寶藏會合起來；在慈濟，任何一個人做過的好事，都匯聚在慈濟，我們所結的都是慈濟好緣。『是日已過，命亦隨滅』，人人都要有此覺悟，覺悟生命無常，把握當下為自己的生命鋪未來的路，未來的路要從現在起步。」

【靜思小語】分秒都要對人間有益，分秒中累積修行功夫。

分秒不空過

3 3 4

《農曆正月·十五至十六》



待人退一步、讓一寸

三月三日，農曆正月十五元宵節，上人於早課後對眾開示：「時日匆匆，又是一個月圓日。一個月、一個月不斷過，一年有十二個月圓日，這是今年的第一個月圓日。應知『是日已過，命亦隨滅』，時間無法留給人，我們分秒都要珍惜，運用每一分、每一秒，累積我們的修行功夫。」

「人生苦短，在這分分秒秒不斷過去的當中，我們能不能平平安安、順順利利？無法預測，唯有當下好好用心。師父稱呼大家為『菩薩』，菩薩是『覺有情』，要時時有覺悟，覺悟人生苦短、人生無常，覺悟人生要發揮愛的力量，及時把握因緣，用愛去付出，才不會空過人生。」

「我們的生命在分秒中對人

間有益，無論是我們的付出對人間有益，或是我們退一步、讓一寸，與人和睦相處，好好把握分秒精進，修福、修智慧，這就是沒有空過的人生。」

加深行菩薩道的意識

臺南慈濟人安排二天一夜的行程，返回精舍與上人共度元宵，並且分享法親關懷與陪伴等溫馨事。上人對師兄師姊們說，雖然有的法親往生，相信他們已經再來了，有些已經是慈青，或是幼兒園的小菩薩；在菩薩道上，無論人生長短，輪迴再來，都會回到慈濟的菩薩道場，不斷地走下去，直到因緣成熟，真正成菩薩。所以現在最重要的，就是加深行菩薩道的意識，不要在長遠的輪迴往復中迷失了。

「剛才聽你們談起黃勝璧，

他很精進，常常回來，總是隔二、三天就會看到他；有時候我行腳在外，他也一樣來隨師，師徒的情很親近。在座的臺南慈濟人與他也很有因緣，他帶動很多人來投入。我們真的很有幸，有這分緣共同走入慈濟，走在佛陀為我們指引的道路上。我們在此共聚，所分享的都是自己過去做了什麼慈濟事。聽著你們的分享，我的內心總是讚歎，感覺到如同二千五百多年前，在靈鷲山共聚一處、同聞佛法，你我生生世世皆是如此。因為若無緣就無法聚會，而我們的聚會又是很特殊——同行菩薩道、做慈濟。」

上人談到此時於辛巴威正在舉行朱金財師兄的追思告別會，「他為了辛巴威付出很多。過年前與我視訊，我還問他，現在一天要供應熱食給多少人？他說一萬七千多人。我真的很感恩，十

多年來，他每週六天供應一餐，每一天一萬七千多人，的確是功德無量，積功累德。」

「除了供餐，他天天都在外面跑，看貧戶、掘井等，十多年來已經開鑿與維修四千七百多口。他在那個地方，真正奉獻很大，想一想有多少人吃過他的飯？我也為他感到前無古人、後無來者，唯有他能做得到。我想，他做的量足夠了，而且他快去，還要很快就來，或許已經來了，在新的家庭裏展開另一段人生了。」

上人說，朱師兄是辛巴威貧人之父，他達到此生要供應的量，緣也結得差不多，所以帶著很大的好緣而去，換個地方，再為非洲的苦難人付出。「他親自對我說，他來生來世也要在辛巴威付出。所以我也相信他與辛巴威有解不開的情，那裏的人看到他就

像父母一樣，很尊敬他、很愛他，他也有求必應。」

上人亦提及同樣在睡夢中安詳離世的香港周玉蓮師姊，投入慈濟三十多年，也是不斷在香港付出，幫助貧窮苦難人，承擔香港分會的會務推行。這二位乍然離去的好弟子，都是發大心、立大願的大菩薩，相信他們沒有停下腳步，會趕快走入等著他們的有緣家庭，而且是有福的家庭，可以受到很好的教育，將來為天下苦難人做更多事。

「他們在此生已經做好了未來的福業，因緣也結好了，所以不必再躊躇，捨此投彼，方向很明確，已經去而再來了。這二位都是人生典範，讓我也覺得自己雖然年紀也大了、氣力不足，所剩時日不多，要更把握時間，抽著氣、出大力，也要與大家分享他們的付出與發心。」

草木有靈、草木有情

三月四日，慈濟大學林明德教授報告中藥草研究進度及成果，上人讚歎：「大地生機真的很奇妙，草木有靈、草木有情，人有人的生態世界，草木有草木的生態世界，有生命就有生機。」

上人說，生長於大地的草，經發現是對人體有益的藥，有的能「退火」，在西醫觀點有消炎的功效，不過還是需要醫師診治，應病予藥，否則對於虛寒體質者，服用後無法改善，反而讓身體變得虛弱。所以草木的生機對於人體有正面與反面的效用，可以用現代的科學研究和反覆實驗，確認其功效與運用方法。

上人說，以前常有人上山採草藥，這些野生植物若真的對人體有益，就可以深入研究，設法研發成可流通的食品，或符合法

規的藥物。「草木無貴賤之分，只要對人有益就珍貴。研究確認吃下去對人有用、無損害，就能

加以運用，不能只在原地打轉。天地萬物都有用，大地遼闊，還沒有發現到的藥草還很多；已經

發現的藥草，人們普遍不認識，我們若有因緣，不只能專注研究，也可以種植與推廣。」

【靜思小語】心合、口合，互動自然和氣，做任何事都有力量。

合和互協

35

《農正月·十七》



展現佛教徒的氣質與美感

馬來西亞郭濟緣、郭濟航師兄請示峇都加灣園區建設規畫，姚仁祿師兄在座。上人表示，慈濟人都抱著護法的心，只要大家的心合，意見統合，人人互動很和氣，要做任何事都會有力量；要達到合和互協，就要不斷互動溝通，大家提出意見來討論，謀

求共識之後共同完成。

「合」字由人、一、口組成，心合口就合，動作自然合。上人說，即使建設完成，大家也要在和和氣氣、很歡喜的氣氛裏共事，在這個莊嚴道場延續佛法慧命；否則建蓋起莊嚴的大道場，人卻不和合，後續的運作會很困難。「人能和合，要做事情才能牽緊彼此的手，才有力量，這是最

重要的關鍵。人不合，建築蓋起來反而是拖累，因為人都不來靠近，我們會很煩憂。我們要蓋道場，是讓大家歡歡喜喜來運用、來聚會，促進社會人群和睦共處，不只社區民眾喜歡來，全馬來西亞的慈濟人也會來，甚至全球慈濟人都會來參訪，這就是我們要經營的人間道場。」

「我們不是要蓋出家人修行

的叢林，而是佛教的在家居士在這裏要『為佛教，為眾生』——居士很和氣，就能表達佛教徒的氣質，讓人覺得這個道場很好，這也可以淨化人心。我們常常開課，未來也能成為宗教的教育道場。」上人說，慈濟道場是佛教的建設，在設計上要展現佛教的美感，展示佛法的人文。人生無常，生命有限，要為未來的佛教而立志，讓世世代的佛教徒或非佛教徒都樂於親近，在這裏修行、上課、接受教育等等。

上人指出，慈濟的法不是只有在道場裏談佛法，要呼籲大家來做好人、學做好事，這就是佛教的教育。「要在道場淨化人心，落實佛法教育，就要讓人來到這裏，就能靜下心來，思考人生要怎麼做，慢慢接近佛法。」

「慈濟的名與質要一致，不能只是要做好聽、好看，而沒有

做出本質。我們要愛惜慈濟，把慈濟事做好；要做事的人，那一念心很重要，而且所發的願，要從開始就很穩定，不能搖擺不定。假如發心時，與師父的心很合，但是人心總會有自我的偏見，認為自己的才是正見，別人的是偏見，彼此的心就會愈離愈遠。」

「我一向與人無爭、與事無爭，但是真的要做事，我就很用心，把握好我的方向，有我的堅持。師父有這樣的方向，而你們有要在馬來西亞發展佛教慈濟的真誠，姚居士對於建築有他的專業與美感，會合起來就很紮實；有真誠的心、善的動力、美的呈現，你們在馬來西亞就能將真善美的人文發揚起來，讓馬來西亞慈濟的菩提大樹更加茂盛。」

上人感恩師兄師姊的發心與付出，並叮嚀大家專心致志成就慈濟的慧命，在地深耕，做得有

形有相，讓這棵樹的根扎得很穩，得到足夠的養分，枝葉才會茂盛，成為千年古樹。慈濟從起步到今年六十年，慈濟志工逾十萬人，但是這棵菩提樹要持續成長得很茂盛，樹根就要很牢固，樹根吸收土地的地氣、樹葉吸取天空的天氣，有天地之氣的滋養，而且上下均衡，這棵樹才能長得很好；否則稍有不平衡，這棵樹不健全，很快就會枯萎。

「慈濟的根在臺灣，馬來西亞慈濟人帶回種子，也借馬來西亞這片土地種植。你們不能將它種在花盆裏，也不能種在淺淺的花圃裏，局限它的生長，根伸展不開，枝葉就伸展不開，樹幹也站不穩。所以真的要好好選擇適合的土地，把這棵樹種下去以後，心就要很堅定，還要有人把這棵樹照顧好。你們有堅定的心，師父的精神理念就不會散，把這棵

樹照顧得開花結果，在更廣大的土地播種，讓馬來西亞隨處都有茂盛的菩提林。」

「慈濟是師父親手把種子播入土中，一直照顧它成長，看它開花、結果；所收穫的種子，有人拿去別的地方種，我也要了解種子的去向，種子有成為菩提樹的希望，培育出能夠開花結果的菩提樹，才是真正的菩提樹種。」

無論生長在世界上的哪個地方，

真正能夠落實師父的精神理念，由人的行動表達出來，就堪稱佛教慈濟，人人都是慈濟人。」

上人說，佛法說不盡，人間也還有很遼闊的範圍無法走到；雖然走不到、說不盡，而且還不曾聽聞慈濟的人占大多數，要聽聞佛法更難，但只要法的種子還在人間，有人栽培、照顧，就有

傳遍人間的希望。

「現在慈濟在國際間的種子還沒有很成熟，不過若能做好傳承，世世代代都能把慈濟的精神牢牢把握住，照既定的方向去走，認識慈濟的人就會愈了解慈濟，知道慈濟原來就是在人間行菩薩道，不分宗教都能投入慈濟，但是要守佛教的規矩，佛教的規矩就是做人的本分，如此而已。」

【靜思小語】結更多的好緣，說更多的好話，延續生生世世好因緣。

正向影響力

367

《農正月·十八至十九》



生命最重要的一句話

國際知名影星李連杰先生於

三月四日在關渡靜思堂，以一沒有當下的當下，才是當下一為題的心靈講座中，分享自身深入佛

法後的人生體會。李先生與女兒由何美頤、蔡青兒師姊陪同，三月六日到訪精舍。上人說，這二

天在大愛新聞，看到李先生與臺灣年輕人的分享，年輕人很喜歡，也帶給大家很好的印象，所以李先生與大家結了很多的好緣。

「佛法說因緣，在舞臺上表演的人，若沒有好因緣，即使演得很好，卻很少人想看；就是有好因緣，只要你說的話，即使是在舞臺上演繹時說的，大家也會很認真聽，就好像聽佛法一樣，會很受用。我常說，愈是有名氣的人，與大眾愈有緣，說的話很重要，假如一句偏差，或是隨意亂說，會對社會造成很不好的影響。假如能夠維持正向，有好因緣，就要多說話，因為所說的話，人人都很喜歡聽，能發揮更大的影響力。」

上人談到「感恩」是自己生命中最重要的一句話，感恩大家對師父的真誠支持，以及對於慈濟志業的用心投入。慈濟人來自

不同的家庭背景與生活環境，自己經常告訴家境富裕的慈濟人，此生有福，是過去生所結的好因緣，今生還要多結好緣、多造福，也帶動更多人走入正確的方向，而非吃吃玩玩，空過人生。

蔡青兒師姊提到心靈講座的主題：「沒有當下的當下，才是當下」為李先生的女兒所訂。上人肯定這句話充滿智慧，人生無常，沒有人知道下一刻會發生什麼事，就如辛巴威朱金財師兄與香港周玉蓮師姊，這二位貼心的弟子，在晚上入睡之前還在記掛著隔天要做的慈濟事，豈知一睡就永遠長眠了。

「所以要把握因緣，你與大家結了很多在舞臺上的好緣，期待你在真實人間，要結更多的好緣。」上人說，人生如戲、戲如人生，真實人間亦非真實，但是在人生中造的因、結的緣，都會

收入意識。就如現在見面說話，用的是六識、七識，當下所結的因與緣都會收入更深層的意識。

「時間不斷過去，『是日已過，命亦隨滅』，人生隨著分秒在減少，所以要把握當下。自我盤點生命，做多少對人間有益的事，我對自己感覺很感恩、很滿意。小時候孝順父母，直到我對人生有困惑，接觸佛法以後決定走出小家庭、走入天下大家庭，把握因緣認識更多人，接觸善知識吸收好的法，對還不懂佛法的人，我可以給予佛法的方向，我的人生價值就是這樣而已。現在年紀也大了，我都對弟子說，要把握當下的慈濟因緣，好好看、好好學，為人間多付出，走該走的方向，也要多分享、多傳法。」

上人致贈手抄本《無量義經》予李先生和女兒，請李先生若有因緣多分享佛法，這是增長



國際影星李連杰(左四)與女兒(右四)拜會上人，分享受益於佛法的心境。(3月6日)

慧命的一大事因緣，可以收入意識中，帶著佛法的意識而去，將來還會接續學佛行道的好因緣。

慈濟人的慧命代代相傳

三月七日，馬來西亞新山慈濟人返回精舍，分享青壯年志工承擔重任，發揮科技長才與智慧巧思，成就莊嚴盛大的馬來西亞分會歲末祝福典禮。現場與線上的全體志工發心立願以後，上人欣慰表示，看到年輕人的承擔與精進，就覺得希望永遠都在眼前，相信慈濟精神能夠代代相傳，慈濟人的慧命也能不斷增長。

「我也相信我的慧命會永遠存在，而要讓師父的慧命永存，去了、再來，這中間一定要有人承擔起慧命以代代相傳。這一代我傳給你們，下一代你們傳給我，讓慈濟的精神成為永恆。現在科

技發達，不論你們住在哪裏，只要手指頭一點，我就來到你們面前，我說的話，你們用心聽，將法銘刻在你們的心裏，很自然在與人說話時，就會傳我的法，在日常生活中運用《無量義經》。」

上人說，大家這一念心已經啟發，種子播入心田，一粒粒種子都可以成為樹苗，在人間有茂盛的菩提林，未來的人間就是菩薩世界。「我們過去在靈鷲山上聞法，佛陀所說的每一句都是因緣種子。我們的因緣不是今生才會合，是代代連結；這一念心不要忘掉，這一顆種子可以產生無量菩提種子，即使現在還沒有成就天下的菩提林，但是我們這一生已經把粒粒種子都培養得很飽滿了。」上人勉眾在今生就要好好地培育菩薩種子的基因，使之成熟；不是讓種子能萌芽就好，要認真灌溉它，才不會成為空殼。

上人表示，自己天天都很努力、很用力對大家說話，就是希望在人人心中的那顆種子「灌漿」，讓每一顆種子充實飽滿；師父盡心盡力所說的每一句話，大家若能牢牢地記住，這顆種子就會不斷吸收養分。不只來到臺

灣當面聽師父說話，大家平時在馬來西亞，要收看大愛臺或上網聞法，讓師父說的話持續繞在心裏，讓師徒彼此的心總是貼合在一起。

「雖然相隔兩地，但是有心就不遠。師父對你們說話，是真

誠用力在說；而我也相信你們很用心在聞法，還會把我的法傳回去，更相信你們的發願是生生世世。也許將來是你們度我，也許我再來時，我還會再度你們；我們生生世世相度，引導彼此的初發心。」

【靜思小語】人生不會只有走平路，爬山或下坡都是學習；能夠克服困難，修行就有所成。

人間好修行

389

《農曆正月·二十至二十一》



無量螢火蟲，點亮滿天星

從三月六日至八日，臺中慈濟人返回心靈故鄉，舉辦中區四合一幹部精進研習營，學員與工

作人員逾四百人。三月八日圓緣時分，承擔幹部的師兄師姊們分享心路歷程並發心立願。上人說，慈濟志業是慈濟人合和互協而成，即使是最初發一念心做慈濟，

也需要人人合和互協，讓更多人知道「五毛錢能救人」而響應，凝聚起慈善救濟的力量。

「五毛錢能夠救人嗎？一定要長久不斷，而且人人合力，五

毛再五毛，存下無量的五毛錢，就可以做得到。就像螢火蟲只有少少的一隻、二隻不顯眼，但只要有五、六隻，或五、六百隻，甚至上千隻，就能在夜空中點亮滿天星。在座的每一位都是慈濟的『星星』，如果沒有這一顆顆星，哪有辦法讓點點滴滴匯聚成一杯水、一缸水、一條河，甚至是一整片海水呢？所以我們不要輕視自己的那一點滴，更要感恩人人點滴的力量。」

聽師兄師姊的分享中大多提到，自從參與慈濟，發心報名見習、培訓，直到承擔幹部，難免會遭遇困難。上人說，從起步到現在，每一步都在累積經驗，過程中的每一步都要對準方向，無論如何，每踏一步就要接著踏一步，步步踏實而且步步升高。人生不會只有走平坦的路，也要爬山，爬上山也還要再下坡。上

山與下山時的姿勢各有訣竅，要懂得技巧並且保護自己不受傷，所以說凡事都需要學習。

「不是只有聽師父講話才是聞法，大家聚會在這裏，聽聽彼此的分享，也是在聞法。聽到有人要做慈濟，家裏的人不贊同，是偷偷出門找地方換上慈濟制服；有的家屬寧願給你們錢去遊覽，也不願意你們花時間做慈濟。人生很複雜，做好事也很不簡單，但是如果沒有人做好事，這個人間就不是人間，而是凡夫眾生的世界。所幸眾生都有很可貴的那一念佛心、菩薩心，在人間好修行，佛在人間成。」

上人指出在人間好修行，就是因為人間複雜。為了做好事，在行菩薩道的過程遇到困難與障礙，要下功夫去克服；能夠克服困難，修行就有所成。如果遇到障礙就停步，修行永遠不會有進

展。所以一定要發願，方向要正確，動線要走好，自從起步就步步精進。

「我們用真心投入慈濟，合力做善事，並且用心耕耘志業，現在就能讓人看到慈濟的隊伍很美；而要能夠很美，就是我們提起善心，發揮真誠無私的大愛而成就。大眾看到慈濟的真善美，自然會受到吸引，也歡喜投入。所以師父很敬重你們，要做事、要接引人，都是靠著你們的力量，我只靠著一分好緣，你們這麼多人都與師父有緣，所以此生響應師父的號召而投入慈濟；你們各有過去生與許多人所結的好緣，所以再憑著這些好緣把人箍（接引、凝聚）過來。」

上人說，要當慈濟委員，也要與人結好緣，否則說得再多，無緣者就無法度。所以修行也要修緣，與許多人有好緣，就是有



潘惠珠師姊（左一）、沙畫老師梁台生（中）分享花蓮監獄關懷心得，展示以「方向」為題的沙畫作品。（3月9日）

福的人；有福的人說話，大家都願意聆聽。所以要有緣才有福，才有辦法做事情。修行的道路要走得順，必須有這三項——要有緣、要與人結好緣、要修福；有福才有緣，才有辦法接引人，讓人人願意跟進，才能有「滴水成河、粒米成籬」的力量，從臺灣推及全球，慈濟在國際間的付出，不可少每一個人的每一分力量。

上人教大家善用社區道場，經常邀請會眾來共聚，聽慈濟人分享；組隊聚會時，也要常常分享。社區道場就是讓慈濟人與大眾結好緣的道場，也是自我訓練的菩薩道場；把握因緣說話給人聽，也要感恩來聽話的人，彼此感恩、相互度化。

寫下傳家寶，留後世教育

三月九日，文史處主管同仁

報告《說故事的人》專書規畫等文史出版進度，上人肯定團隊認真用心，已經整理出不少文史資料，編輯完成就趕緊出版。資料存於書籍中，歷史不會消失；若只靠口講述，唯有在場的人聽得到、能了解。若覺得這是需要傳承後世的好文章，是重要的歷史，就要彙整印刷出版。

「例如你們現在報告的某一位慈濟委員怎麼做慈濟事，若將之印刷出版，這位委員就能千古留名。我一直告訴慈濟人最好是自己細說，並由孩子來書寫，這就是『傳家寶』——這個時代有慈濟，而慈濟在這個時代做了不少事，讓孩子能看到自己的父母參與其中，做出這麼多利益人間的好事，這就是留予後世的教育。所以你們的工作很重要，所留的是真實歷史，真人實事，很有價值。」

【靜思小語】無私也無求，不怕人批評，而是做到讓人沒有批評的空間。

問心無愧

310

《農正月·二十二》



師父的關心與擔心

菲律賓賓分會團隊報告菲律賓賓醫院籌備進度。上人說：「要蓋一所醫院，和我們為自己家蓋一間房屋是完全不同的。我們要蓋自己的家，再怎麼樣都是讓我們自己歡喜就好了；但是要蓋醫院，不只要讓大家都歡喜，還要讓醫院裏所有的單位都好用，要有醫療專業上的考量，各方面都要仔細做好。所以我們要有心理準備，要很小心，不要說不怕，會怕才會謹慎，不怕就太過放鬆了。」

慈濟興建醫院，無論在臺灣或海外，都是為了守護生命、守護健康、守護愛，而慈濟人盡心盡力護持，也向社會大眾勸募，皆會合愛心力量成就醫療建設，皆是付出無所求。「慈濟開始，是師父當時起了一念心，這一念心要很正，要做到不招人批評；不是叫別人不要批評，而是要做到讓別人沒有批評的空間。我們永遠都要立正，慈濟志業才能從六十年前一路走過來，從臺灣擴及國際。」

上人說，海外多國都有以慈濟之名所辦的醫療、教育院所，

雖然是由各地慈濟人募心募愛而成就，志業體的運作也由他們一力承擔，但是都與師父有關；因為是師父這樣說，他們就這樣做。

「凡是慈濟人在做的事情，都與我有關，所以我每天都關心，也會有擔憂。慈濟人發心要為佛教、為眾生而付出，你們要做，我很歡喜，但是要有人能承擔，而且要很合心，心很合，生生世世都可以傳承。」

上人說，要有人才能做事，而且慈濟要做的事需要有志一同的好人來做。「就像師父要蓋醫院，大家若了解師父為何要這麼

做，力量結合起來，自然能夠保持這個方向，延續千秋萬世。師父是用無私大愛付出，也感恩所有護持的慈濟人，達成我的心願；若沒有你們，我無法做到，但假如其中有人與人之間的問題，師父當然會擔心。」

「大家對同一件事很用心，但觀念不同，無關對錯，彼此之間卻無法和睦相處，這件事的運作就會有問題；要成就這件事，人人要合心、和氣、互愛、協力，也就是合和互協。師父這輩子與人人都是合和互協，彼此的觀念都能相合；而且不是只有現在你我能合，我們要讓下一代、再下一代，代代的觀念都能相合，志業才有辦法傳承千秋百世。」

自力耕生才能自在

針對設計方案欲融入精舍大

殿造型，上人除了表示外觀設計要協調，也告訴師兄師姊永遠要有慈濟精神，並提到精舍向來是自力耕生，從最早糊紙袋，做手工來維持生活。隨著慈濟志業推展，人愈漸增多，全球各地師兄師姊回到精舍，全都由常住師父承擔，而大家捐出的善款涓滴不漏都在基金會。

上人叮嚀大家：「我們做事要做到問心無愧，問自己有沒有按照當初的心願在做？被人看到的、聽到的以及所知道的，都是相同的，就如一桶清水，有色的布丟進水裏，紅色的、青色的，從水桶上方看起來，桶子裏五顏六色，但是將布撈出來以後，仍是清水，這就表示水永遠都是清的。」

「師父為慈濟做這麼多，有這麼多志業建設，除了醫院、學校、各地靜思堂，各有負責單位

或由基金會管理；回到精舍的範圍，種種事務都是常住師父所做，也負責我們自己的生活，這樣我們能生活得很自在，並且照顧『回家』的慈濟人。慈濟人是師父的弟子，回到精舍，就是精舍的家人，所以慈濟人叫做靜思弟子，靜思弟子要傳靜思法脈。」

「四大志業都屬於慈濟宗門，各有基金會運作，與精舍的財務不相通；你們回到精舍，就是弟子回到靜思的家一起生活，與基金會的資源無關，而且無論是佛教徒或非佛教徒，都要守靜思道場的規矩。慈濟人有不同的宗教信仰，像土耳其胡光中居士是很虔誠的穆斯林，他回來精舍也跟著我們的生活作息，而我們也尊重他，讓他依照伊斯蘭教的固定時間做祈禱。宗教是自由的，若對慈濟，則要共同一心，為天下人做天下事，我們都要有心包

太虛的開闊心量。」

「身為佛教的出家修行者，我本來就要守好佛教的規矩，但

我不要求大家與我一樣守佛教的規矩，只要各自虔誠守好你們所信仰的宗教規矩，但是做慈濟，

要合乎慈濟的規矩，而慈濟人也都是按照靜思法脈的規矩去做慈濟。」

【靜思小語】幫助學生成就人格，當好人、做好事，就是老師對人間的貢獻。

為自己記功

3
11
12

《農曆正月·二十三至二十四》



教育工作者的慈善之心

三月十一日，教育志業主管同仁返回精舍分享後，上人開示，慈濟從慈善做起，人人都要有慈悲善良之心，以慈善為人生方向。教育工作者有慈善之心，用愛為天下育英才，就會負起責任，去教導、幫助學生。「優秀

的人才是社會的希望，而栽培人才的责任在我們的身上，我們要如何教？如果將學生當作自己的孩子，就會以家長對孩子的期待來教導，讓他們成為對人間有益的人。如果能夠這樣，每一位老師、教授都對人間很有貢獻。」

在座多位主管是從慈濟護專時期就在教育志業任職，上人

感恩大家初心不變，且隨著三十多年的時間累積經驗，教育的心志更加堅定。「不過我們還是凡夫，難免有時起心動念，會讓無明覆蓋了清淨的本性。無明一來，也許會有不滿足、有計較等等，要靠同事相互提醒與勉勵。同事也是同修，我們共同在這個地方工作，要有好修養，就要修行。」

要修什麼行？就是反省自己的言行、起心動念，若起了歡喜心、有善念，說話會很溫和，看大家都是很和善，所以彼此讚歎，這就是心靈的修養。」

有人的心被無明覆蓋，脫口而出讓人覺得不適宜的話，不只讓人感到其修養不足，連帶質疑其專業。上人說，看別人在起無明，要回過頭來問自己有沒有這樣的習氣？聽人分享時，自問有沒有這樣的學養與志氣？如果沒有，就要趕快學習他人，不斷精進。假如看到有人該說的話不說，該做的事不做，行為總是違反規則，也要盤點自己，若沒有這樣就安心。天天盤點，天天心寬念純，身心都沒有違背道理，能夠「無無明」，就有好人格。

「二百多字的《心經》，用心念一遍，就像用鏡子照自己的臉，問自己有沒有做到？如果能

夠這樣，對人、對事都能善解與包容，天天都會做得很開心。期待你們對學生也一樣，幫助學生成就人格，當好人、做好事，這就是老師的功德。」上人教大家每天盤點，也就是自我評估，今天的付出有價值，就為自己記功一次；若是沒有，也要記好備註，明天再接再厲。請老師們用佛心、菩薩心，不斷培育人間菩薩。

醫療不是競爭而要認真

全臺有花蓮慈院與臺北二家醫學中心，大林慈院為準醫學中心，還有臺中慈院、斗六慈院、關山慈院、玉里慈院、三義慈濟中醫院，以及慈濟嘉義診所。三月十二日醫療志策會，上人提到醫療志業共有九間醫療院所，若在規模較小的診所無法治療的傷病，趕快轉送到設備充足的慈濟

醫院，彼此都可以互愛互助，共同發揮醫療良能，讓病人康復。上人說，生命的價值在於對人間有益，所做的事能利益人間，尤其當醫師，如果有因緣，遇到貧病交加的苦難人，在醫院治療而家庭生活陷入困境，就趕快提報，由社工師將資料回傳本會，由本會支持及幫助。

上人期盼「四大合一」，四大志業都要發揮大愛，還要把這分無私大愛連起來，尤其事關人命，要及時救助。「大愛無私也是大善無私，我們不能有私心，何況我們有好因緣，共同在這個環境，可以讓我們發揮大愛，要好好珍惜。」

「人生苦，除了病苦以外，還有無明之苦，無明就是想不開而彼此計較的種種煩惱。若是排除了煩惱，再怎麼難做的事情，都可以做得到。師父不是醫師，

也不是企業家，我什麼都沒有，

僅有一項——愛，愛所有人，即使有一段時間遭遇『無明風』，受人批評，我也覺得既然問心無愧，這些風再怎麼吹也沒有關係。要做好事，難免有很多的坎坷路要走，我們要有這樣的覺悟：要走過這些坎坷的路，才能夠鍛鍊心志，練出我們的力量；如果只有走平坦的道路，缺乏挑戰，也

會覺得沒意思。」

提及醫療志業於新冠疫情期間所面對的嚴峻挑戰，上人表示，天天與各院視訊會議中，總是教大家在疫情如敵重重圍城之時，必須披甲勇猛赴戰場，才能保護城牆不被攻破。而要把城守好，需要兵；兵則需要將領。「大家都是主管，要尊重醫院裏的每一位同仁，即使是外包的清潔人員，

都要尊重、感恩，何況各單位的主管與同仁。我永遠尊重每一位，感恩大家的付出；若人人都能發揮無私大愛，守護生命、守護健康、守護愛，相信慈濟醫療一定能世世代代永恆傳續，還能影響整體醫療環境。若說醫療在競爭，我們就要認真，不要競爭，把醫療做好；每一所醫院能夠把醫療做好，就能讓社會健康幸福。」

【靜思小語】歡喜尊重每一個人，培養這一念「歡喜因」，來生與人見面就會得到「歡喜果」。

歡喜因，歡喜果

3
13
14

《農正月·二十五至二十六》



懺悔心，結好緣

三月十三日，聆聽新加坡、

馬來西亞靜思人文團隊分享在居住地推廣靜思人文出版品的心得感想，上人回應，最近各國慈濟

人回來，人人所發的願都是一心一志，感覺安慰也很歡喜。「佛陀為一大事而來人間，這一大事

就是要度化眾生成菩薩。我很感恩，雖然與佛陀相隔二千五百多年，我覺得我傳承到了，而且我在小小的臺灣，慈濟人卻遍布國際，人道關懷行動已擴及全球一半以上的國家地區。這也讓我感覺到這一輩子真的結了很多的好緣，這些好緣不是今生此世才結下的，而是累生累世所結。」

「不只是我自己，你們也一樣，假如沒有慈濟、沒有走入慈濟，你們可能互不相識，也不可能像現在一樣坐在一起，除非你們在居住地已經是舊識；但是投入慈濟以後，還會有新認識的善知識。人生要多結好緣，因為我們要學佛、要成佛，成佛前要多結好人緣，而你們走入慈濟，與一群有緣人有志一同，共同聞法、共同活動、共同去看貧戶。」

上人說，慈濟人訪視貧戶，看看他人、想想自己，是否感覺

自己很有福？人人都是福中人。若不做慈濟，還不知道自己不是福中人，可能會一直追求，總是不滿足。譬如對另一半總是有許多要求，覺得對方做得不夠好；夫妻之間都會有求而不足的情況，何況對其他人呢？總是與人計較我對、你錯，與人結了不好的緣。

「可知道若無緣的人相會是很痛苦，只是看到了就不高興，起瞋恚心，這就是眾生的習氣；我們現在走入慈濟要修行，第一步就要修除看別人不順眼的習氣。師父以前就對你們說，看別人不順眼，是自己修養不夠，所以要趕快反省自己。我們要學佛用開闊的心度人，想辦法把對方拉進來，期待對方也可以成菩薩。」

上人說，學佛就是要學佛陀的開闊心境與智慧，而佛陀疼惜眾生就如疼惜自己的獨子羅喉羅，愛他也會教導他。羅喉羅

慈青學長座談，第一代慈青、慈大智慧永續管理學院副院長蔡宗宏敬呈與花蓮慈院產學合作、獲得臺灣健康照護聯合學術研討會論文獎項。

(3月14日)



別人不會原諒我們；除非修成菩薩，別人對我們才會善解；若成佛了，說什麼話都是對的，人人都會很受用。我們的德行要修得好，所說的話要讓眾生聽來句句話都很順耳，就要先結好緣；結了好緣，哪怕我們所說的話不好聽，別人聽來也很有感受，因為你知我、我知你，這叫知己，我們彼此是知己。可是我們都是凡夫，知己能有多少人呢？」

上人說，因為還在凡夫地學習菩薩道的過程，與人說話、吸引人，也要把握修行的因緣，修自己的善解心。看到別人不好的臉色，要善解，並且如同照鏡子，自我反省是否也用不好的臉色對人？聽到別人說的話很傷人，也要趕緊反省，自己對別人說的話，是不是也傷了人？無論如何都要自我反省，這就是修行。

「我們都是凡夫，面對的任

年幼出家，有一些調皮的習氣，佛陀曾經要他拿一盆水來為佛洗腳，並問他洗過腳的水能喝嗎？聽到他回答這盆水已經髒了，所以不能喝，佛陀接著教示，原本清淨的心如果充滿習氣，就如洗腳之後的髒水一樣；佛陀還踢開盛過洗腳水的木盆，並嚴厲教導羅喉羅，若無法改過，就如木盆一樣，無法受到尊重與愛護。羅喉羅不曾見過佛陀如此嚴厲，但也因此警覺而懺悔。

「佛陀教育眾生，也希望眾生能受教，而凡夫眾生都要先懺悔才能受教，所以有的佛教徒若惹人不開心時，就會說『懺悔、懺悔』。」上人指出，只是口頭上的懺悔，內心卻不理解、不諒解，並且討厭對方，斷絕了情，這就是絕情。

「我們有時與人對話，自己的修行還不到，說了不好聽的話，

何境界都是讓我們修行。人家褒揚我們，我們感恩他們的認同與祝福；若是對方臉色不好看，我們要更慎重，以免說話又得罪他們，一結未解又多一結；曾經打過結的，我們盡量讓他，解冤釋結，解掉冤仇還要結善緣。」

上人表示自己用力提氣對大家說的話，都是出自真誠，請師兄師姊要用心聽；雖然平時相隔兩地，也要運用科技，從電視、網路聽師父說話，聽了受用，也要把法再傳給其他人。要記得師父教大家多結好緣，或許看到法親顯現出不好的形象而覺得不舒服，仍然要感恩以對，感恩他們現相教導，警惕自己照顧好形象。

「假如看到不好的形象，對他沒有好感，我們就已經與一個人沒有結到好緣；儘管他不知道，但是這一顆不好的種子已經形成。所以我們要學會對任何一

個人都歡喜尊重，即使這個人今生與我們不曾互動談話，來生相見就會歡喜親近。此世培養好自己的心，以修行的心，培養出見人就有這一念『歡喜因』，來生與人見面就會得到『歡喜果』。」

孩子心，永不變

三月十四日，畢業慈青返回精舍，述說各自的人生經歷，並表達「孩子心不變」，多位已受證委員、慈誠，或投入志業體工作，再度發心立願擔天下米籬。上人說，三、四十年前，與自己甫相識的慈青，現在已經是社會

菁英，相貌也與當時大不相同了，不過這分無私大愛與菩薩長情都還在；得知畢業慈青負起社會責任，守在各自的崗位，盡心力為社會付出，讓自已最為歡喜。

「慈濟是大家的家，有時間就常回來；看到你們，就如自家孩子一樣，這一句『你們回來了』總會脫口而出，這是我的真心話。聽到你們在哪裏發展，我都很開心，不過最重要還是叮嚀你們一定要為人間做事，而且做利益眾生的事，盡自己的力量去付出。社會是我們大家的，讓社會有一分好，就有一分福，而人人有福，國家、社會一定會很平安。」

近來國際間情勢不安，上人說，看著新聞畫面而操心不已，種種問題都是出自人心，所以期待大家在各自的生活環境，能夠發揮教育、帶動社會的良能。

「我期待人人都與我有相同的一念心，這一念心就是愛，付出無所求，盡心力去做。將來要靠你們延續慈濟為社會付出的這一念心，帶動人人造福，人人都是好人、人人單純，相信社會一定很平安。不要看輕自己——因為臺灣有『我』，所以臺灣平安；而你們在各行各業都如規矩，很認真做事業、做志業，所以要彼此感恩，也要自我感恩。」

【靜思小語】以一念真誠的祝福淡化惡緣，不生惡念。

莫結惡緣

3
15
17

《農曆正月·二十七至二十九》



誠意相對，相知相惜

三月十三至十五日，二百多位屏東慈濟人返回花蓮舉行屏東區四合一幹部精進研習營，第一天下午回到精舍由常住師父帶領經行朝山，之後二天課程中汲取法脈宗門的精神內涵，十五日與上人座談。上人說，屏東鄉親很純樸，屏東慈濟人很早就開始做慈濟，所以每次行腳到屏東都感到很親切、很歡喜，而屏東慈濟人也很親近師父，彼此就是真誠的法親。

在座有多位資深師兄師姊，上人教大家要將志業傳承給下一代，以善傳家就是最好的傳承，留德給子孫。德，就是付出所得，雖然說是付出無所求，但是分分已獲，所做的都是自己所得。所謂誦經回向給他人，其實經文記憶在讀誦者的腦中，法喜也是由

讀誦者自己感受，只是心中為某人虔誠祈求平安，對方感受到了，而在心理上得到了支持力量。

「自己修是自己得，你有這分愛心，去替某一個人求平安，其實先得到平安的是自己；你的虔誠影響到他的心理，讓他知道有人虔誠為自己求平安，所以他的心放寬了，若身有病痛也好像緩解了。總而言之，誠意很重要，你們回到花蓮也是出自誠意，有的人還要請假，百忙中特地安排幾天回來心靈故鄉，要回來看師父。」

「師父對你們很真誠，也要告訴你們，要有誠意；感受到你們的誠意，我就很感恩。你們聽到師父向你們說感恩，覺得自己的虔誠讓師父知道了，所以你們也會很歡喜。我們相知，彼此是知己，要先了解自己，與師父相知相惜，其實對於任何人都要這

樣，這分相知相惜的愛就是大愛。大家都請師父不要擔憂，只要大家相知相愛，合和互協，師父就沒有擔憂。」

「師父對大家也有期待：慧命要增長，修行要精進，要用生命增長慧命，做到讓人有感受，就能相互影響而帶動起人的愛心。」上人教大家思考，如果此生沒有投入慈濟，不認識師父，也不認識這麼多法親，無法隨著慈濟的慈善行動而與世界各地的人結好緣。

「我很慶幸自己因為做慈濟，能夠與一百三十九個國家地區的人結好緣。其實我沒有離開過臺灣，是全球慈濟人做全球慈濟事；我們都是慈濟人，全球慈濟事是『我們大家』做的，無論是否相識，我們大家與全球慈濟人都有這分緣。慈濟人上街募心募愛，也是為了要與社會大眾結

好緣，能夠有一個人停下來聽我們說慈濟事，就結一分緣；引導了一個人走入慈濟，就結了一分好緣。」上人說，「未成佛前，要先結好人緣」，而慈濟製造因緣讓大眾與眾生結好緣，也因為師兄師姊們的投入，讓大眾看見慈濟。

上人說，大家投入慈濟，認識許多慈濟人，所分享的都是好人做好事；也會在投入慈善行動時，與不同家庭背景的人互動，看見各種人間苦相，增廣見聞亦累積經驗，無論是正向或負面的人間形象，都可以作為增長慧命的資糧。當師兄師姊遇到有人有生活上或人際關係的困難，就可以提出自己的人生體會，或是分享其他人的經驗，用來開導有心結的人。

「我們用心聽每一位所說的話，這就在聞法；好的我們捨來，

學起來；如果說的是壞事，我們也要將它捨起來，不是用，而是自我警惕，或是告訴別人這是不對的事，不能這麼做。」上人教師兄師姊將聽了受用的分享好好放在心中，取回好的法就要好好學，並且運用出來，舉手投足讓別人看了也歡喜，這就是大家的聞法所得。

書寫日記，盤點人生

六十年的慈濟人、慈濟情，有述說不盡的溫馨故事與寶貴史料。三月十六日聆聽基金會主管同仁分享，上人希望將最早期的慈濟人事蹟蒐集整理好，為世間教育留歷史。

「那一群弟子大多往生了，要盡量找知道的人詢問他們的過往歷程，若沒有他們跟著師父走，就沒有今天的慈濟。請你們用尊

重的心態，對於任何一個人的任何一點因緣，都要謹慎收集起來，這些都是寶。慈濟人的歷史都很真實，我們所做的事都能留下紀錄，真實歷史才能不斷延續。」

上人教慈濟人盤點人生，可以自己寫傳記，也可以寫週記或日誌。「不要聽到師父要你們交日記而不敢出席，若不知道要如何寫，我可以介紹會寫的人指導你們。不會就要問，而且要不恥下問，我們自己的歷史，由我們自己寫，或拜託會寫的人幫我們做紀錄，我們也要學，『不經一事，不長一智』，寫好此生的慈濟史，接著寫來生的慈濟史。」

敞開心門，立足美國

一百八十位美國慈濟人返回精舍參加全美精進研習營，三月十七日分享心得，眾人演繹

波蘭張淑兒師姊（右一）及先生盧卡斯師兄（右二），敬呈由女兒繪製的靜思精舍畫作。

（3月15日）



〈行願〉並發願；上人教大家莫忘此時的發願，要「守之不動，億百千劫」；也請大家莫忘最初開創美國慈濟志業的幾位慈濟人，是如何在美國開拓人心福田，播下慈濟種子，多年來，不斷接引出精進的人間菩薩，期待還要持續增長。

上人教師兄師姊學習師父的心寬念純，開闊心胸，用無私、清淨的大愛對待每一個人。「每一位慈濟人都說愛師父，期待你們用同樣的這分愛對天下眾生，把凡夫心轉成聖人心。佛陀來人間的一大目標，是教眾生學菩薩道；我們學佛，就要掌握這個方向，走入人群行菩薩道。我們學習的不只釋迦牟尼佛，三世一切佛——過去、現在、未來，永遠都有無量佛在我我心中，要學習無量佛的大心、寬心、愛心。」

「我這一生，感恩大家也感

恩自己，在無量世之前就不斷與大家結好緣，才會在今生此世，有許多不認識的人聽到師父的名字就起歡喜心，見到師父就發心立願，即使是不同宗教信仰者也一樣，人人有共同的一念心，那就是慈濟心，用慈濟心做慈濟事，敞開心門愛一切眾生。」

上人鼓勵美國慈濟人在居住地要多接引人，把握機會對接觸到的人說慈濟、談慈濟，是否投入都不要緊，只要讓人知道慈濟所做的一切都是為佛教、為眾生。「師父期待大家廣傳佛法在人間，用以度化眾生。任何一個正信的宗教，我們都尊重，但也要讓他們把慈濟的愛容納在心裏，何況與我們有緣的人，只要聽了我們介紹慈濟，就會心生歡喜，自然會投入；就算是無緣的人，我們也盡一分責任，對他們分享佛法的好，傳達諸惡莫作，眾善奉行的好，傳達諸惡莫作，眾善奉行

的觀念。」

上人勉勵大家更努力於淨化人心，引導人人的心向善，而且要從自己做起。「如果與人互動時，對人有不滿的心態，起了不

好的念頭，要趕快警惕自己，不可以生惡念，反而要好好地祝福對方，一念真誠的祝福能夠讓惡緣淡化，也許將來彼此會成為很好的朋友。多結善緣、莫結惡緣，

這是師父出自真誠，要對大家說的話，我也是這樣警惕自己。我遭遇過一次又一次的無明風，還是安然不動，唯有把握時間做好我想要做的事。」

【靜思小語】心懷感恩的人生最美，有愛的人生最有價值。

感恩眾人成就

3
18
20

《農曆正月·三十至農曆二月初二》



這一輩子沒有白來

三月十八日，花蓮慈濟醫院林欣榮院長、張睿智副院長、外科部陳言丞部長等人，領外科部團隊返回精舍與上人分享，張副院長與陳部長都是慈濟大學醫學系畢業校友。上人欣言：「師父

很有福，有這麼多好弟子，用心用愛，付出無所求。如果為了名利做事，有多少才華，用多少錢就能打平，沒有什麼價值。我們有愛心，哪裏有需要，且我們力所能及，就去哪裏付出，都是出自真誠。」

上人說，近年來歲末祝福為

委員慈誠授證時，會聽到年輕的師兄師姊說：「上人，您的孩子回來了。」有的是畢業慈青，有的是慈濟學校畢業校友；而且從農曆年節到現在，陸續有臺灣與海外各地慈濟人回到精舍，有不少年輕的師兄師姊們表示自己是畢業慈青，也已成家立業。所以

慈大陳宗鷹副校長說明，菲律賓賓麥格塞塞獎基金會主席三月十八日參訪慈大，致贈收錄包含上人在內、三百四十八位得獎者生命故事的套書，以及上人法相畫軸。（3月18日）



讓自己感覺這一輩子很有價值，沒有白來這一趟。「我很期待慈濟人都能回來分享，讓師父的八識田可以帶著這些意識，將來我還會再來，不會忘掉慈濟四大志業、八大法印。」

上人期盼選擇從醫為志願的人，都不是為了賺錢，當然醫師的薪水是比較高，然而職業沒有貴賤，對於在日正當中揮汗、出力工作的人也要心懷感恩。因為大家在每一個階段的人生都有很多人來成就，包括父母、師長與社會大眾，所以對每一個人都要感恩，感恩的人生最美，有愛的人生最有價值。

《法華經》因緣難得

三月十九日人文志策會，以「溯源法華，見證六十：從千年譯經到當代人文」為主題，主

管同仁們分享；其中，楊景卉師姊分享上人珍藏之《法華經》的印行出處——湧泉寺溯源。上人說：「這一部《法華經》就是從這個地方傳出，輾轉來到臺灣。法也有落難的時候，經典流傳到後來，子孫把它當成舊書堆置在床鋪底下，因為床鋪要拆掉了，經書則要拿去賣給古物商。」

「總是有因緣，那段時間我正好在慈雲寺療養身體，一大早就有信徒來對修道法師說：『師父，我看到一個家庭把一部佛經從床底下搬出來，說這些紙都要拿去賣給古物商。我是佛教徒，我覺得佛教的經典不能當廢棄物賣，要怎麼辦？』我聽說這是一部《法華經》，心生歡喜，就趕快請這位信徒幫我買回來。我用八百元買這部經，當時的八百元算是很貴，但我覺得因緣很難得，就將它買回來珍藏，直到我決定



美國紅十字會與慈濟合作二十八年，總部副總裁珍妮佛·皮帕 (Jennifer Pippa, 左二)、大衛·古德溫 (David Goodwin) 特來拜會，致贈感謝狀。(3月20日)

要離家，什麼都沒有帶，只帶這部經出來。」

這部《法華經》一直收藏到現在，因為修復胡光中師兄所贈《古蘭經》的因緣，上人亦委託國立臺灣圖書館團隊修復這部遭遇法難而老舊破損的《法華經》。去年修復完成，再請回精舍後，就趕緊將它放入防潮箱保存起來，直到現在還捨不得翻開來看。

「過去不知道該如何保護它，直到臺灣圖書館修復之後，把它珍惜得用防潮箱密封起來。現在想來這樣也不對，應該要拿出來讓它呼吸一下，也要將它請出來，與它對話。很歡喜，看著你們拍攝回來的影片，我們一起到湧泉寺去繞一圈。」

「為佛教，我還沒有做得很紮實；為眾生，很感恩各位認真投入慈濟四大志業，對臺灣社會、在國際間，多多少少有影響。」

上人期盼大家重視緣起的慈濟歷史與精神理念，在「五毛錢」的竹筒歲月時期，慈濟委員很認真投入做慈濟，為如今的慈濟志業打下紮實的基礎，「五毛錢」的精神要世世代代傳承。而追溯慈濟精神理念的起源，《法華經》亦相當重要，「我做慈濟之前，就一直抄《法華經》、讀《法華經》，因緣真的不可思議，這分不可思議的因緣，值得話說從前，把這些歷史整理好，請大家共同完成。」

六十年故事說不盡

三月二十日，聆聽呂慈悅師姊報告慈濟六十年慶典活動規畫後，上人表示，慈濟是一個大因緣，會合這麼多人，成就這麼多事，所以要顯示這分因緣，讓大家莫忘那一年、那一件事、那一個人；掌握源頭，梳理脈絡，

讓大眾看見這六十年來，天下發生多少事，而慈濟人是如何做出四大志業、八大法印，這些人、這些事就是人間。

「我常說，人人來人間，都是在舞臺上，大家會合因緣演一齣戲。這齣戲中，哪一個人是主角，就隨你們選擇；要演哪一件事，同樣隨你們決定，只是大家都是同臺人，要有互動，才能演

出生動的戲劇。無論選哪一段演出，六十年的慈濟事述說不盡，可以每年選不一樣的片段來呈現。」

上人說，慈濟剛好在這個時代，交通方便、資訊傳播快速，有慈濟志工的國家不斷增加，每一個國家的慈濟人都很認真。臺灣的土地面積小，但是這臺戲就是從臺灣開始。「我很讚歎自己

有好因緣，否則沒有這麼多好人投入慈濟，而且是付出無所求。像不少海外慈濟人要回來臺灣一趟，都是自行負擔交通費，有些遙遠的國度，機票高達臺幣一、二十萬元；有的慈濟人經濟狀況不好，必須存錢存很久，才能負擔得起來回機票，分享時總是真誠地感恩並表達歡喜；做慈濟做得很歡喜，就是好因緣。」

【靜思小語】夜空有明月和星光，才能讓人看得更遠；不與人爭「大」，每個人盡一分本領，祥和的人間最美。

明月當空，群星閃爍

3 21 ~ 23

《農曆二月·初三至初五》

菩薩道場，廣度眾生

馬來西亞雪隆分會四合一

幹部返回花蓮精進研習，三月二十一日回到精舍與上人座談，分享聞法心得與人生轉變，以及

援助亞庇無國籍個案的過程，承擔幹部的自我期許等。上人對師兄師姊們說，馬來

西亞土地大、人口多，很需要廣傳佛法。看到巴生靜思堂已獲批准動工，這就是慈濟的家，是每一位慈濟人的大家庭，所以人人都要用心用愛，虔誠守護，讓這個家順利完成，成為當地的菩薩道場，廣招人間菩薩，為人間成就菩薩。

「雖然平時相隔兩地，但是你們愛護師父，師父很了解，你我師徒貼心。你們要記得做我想做的事，還要度我想度的人，因為人間有菩薩，才能淨化眾生。面對人人，都要視為度化的目標，我們要看到每一個人，都能起歡喜心。但是人間很複雜，若有時不小心顯露出不好的臉色，也會被誤會，所以要很謹慎、很用心，這也是修行很重要的一環。」上人說，修行就是持續不斷地自我訓練，言談態度與表情都要修得好，才能廣結善緣、廣度眾生。

菩薩長情，人間大愛

新竹區組隊幹部三月二十二日返回精舍分享，上人稱許新竹慈濟人富有人文素質，最重要的是合和互協，持續接引並傳承。「在座有多位資深菩薩，慈濟志業就是由資深的菩薩開始做起，從無到有、從有到普遍，需要由一位號召十位、百位，直到千萬萬，不是只有孤單一人，而是要號召許多人。」

「今年過年以來，全球各地的慈濟人陸續回來，讓我感覺不孤單、不寂寞；而且雖然人數很多，會合起來充滿『四大八法』，與師父分享都不離開這些，真的為人間付出很多，而且祥和了人間。」

上人說，創立四大志業、八大法印，要為社會人間發揮良能，必須很多人會合心力；只憑孤單

的一個人，即使再有本領，力量還是很微弱。就如一隻螢火蟲，即使可以發出很亮的光，在黑夜裏也不顯眼，很孤單；有一整群螢火蟲飛出來，就如星星布滿夜空，讓人看了心胸開闊，融入浩瀚宇宙，如果還有明月懸掛夜空，會更加明亮，讓人看得更遠。

上人指出人人都有無限潛能，因為人人本具佛性，「心、佛、眾生三無差別」，即使佛陀覺悟的智慧像月亮，高掛在天空，眾生如星光相對微弱，但若只有一顆月亮，感覺很孤單，這樣的夜空不會美；若天空有月亮、有星星，感覺很熱鬧，也很明亮。所以不要總是想要與人爭「大」，每一個人盡一分本領，大家合和互協，這樣的人間最美。「看著每天的國際新聞，感覺到每一個國家都要爭霸，每一個國家都認為它是天空中最亮、最大的，其

實人人如果能夠認真做一顆星，相互之間就會祥和、平安。」

「人多，並且合和互協，才會有大力量，共同成就利益人間的好事。所以要用感恩、尊重、愛對待所有人，連大地萬物都要感恩、尊重與愛護。慈濟人能夠這麼合齊，就是因為人人心中有慈濟，而慈濟人的本分就是愛。我們學佛懂道理，懂理要牽情，拉長情、擴大愛，情是菩薩的長情，愛是人間的大愛，這二項不能錯用，要學得正確，這分長情大愛可以造福人群，最重要的是造福自己，因為發揮這分大愛而成菩薩，牽起菩薩法親之間的長情，凝聚力量成就志業。」

上人叮嚀大家，如果沒有覺悟的愛，情就會錯用了。「我們的長情是菩薩情，大愛普及天地萬物，不是只愛人，還要疼惜物命，這就是慈悲。要記得，拉長

情、擴大愛，人人心中有愛，自然就能與人合和互協，成就整體之美。」

關心天下，立願護法

三月二十三日下午聆聽基金會主管同仁的例行報告後，上人說，每個星期一聽洪靜原師姊等人分享過去的慈濟事，深感一甲子的慈濟事，真的很多，而且從小小的臺灣做到全球，實在很難得。雖然在國際間的許多國家都有慈濟人，但這些慈濟人只是種子，真正要有力量，就要將種子播入大地，並且成就因緣，種子才会有力量，萌芽之後推開土壤、石頭，成長為健壯的大樹，又能開花結果，產生無量種子。否則種子無法發芽，原本為數不多的慈濟志工人數會漸漸減少，利益人間的行動也會愈來愈沒有力量

去推展。

上人請大家提起信心，「信為道源功德母，長養一切諸善根」；人人有信心，而且人要多，力量才會大。就如一顆小種子埋在土中，被許多石頭壓著，但是因為有信心、有願力，無論遇到多沉重的壓力，面對多少障礙，仍然在石縫中冒出新芽。慈濟起步時的「五毛錢」就是這一顆小小種子的微弱力量，因為信心堅定，而且凝聚愈來愈多人的信心與願力，所以一路走過六十年，成就如今的慈濟志業。現在的人間有許多令人擔憂的現象，但只是擔憂也沒有用，更需要踏實把握因緣做慈濟事。

「世界上有多少人在苦難中，很需要慈濟人發現他，去幫助他；又有多少人想要做善事，卻找不到方向，需要我們去拉他一把，引導他走入慈濟，多出一

分善的力量。所以我們要把握因緣多接引人間菩薩，才能夠在需要救人時有力量，等著被人救的苦難人也有機會可以得救。所以請大家發揮信心，現在還有因緣改善人間，業力才會減輕，讓平安的時間更長一點，這要靠人人共同一念心來轉業，就像慈濟人見到人就說慈濟，有因緣就用善法度人，帶動大眾行善造福，用善與福來轉惡業。」

上人表示，過去大家「薰法香」，很用心聽師父說話，但是師父只有一個人，現在天天都有

來自海內外各地的慈濟人分享，所說的都是法，請大家用心聽，而且要聽得正，心正、思想正，並且帶動人人都有正思、正法、正語、正行為。

上人說，只要有心、用心，好好把握時間精進，就不會遠離佛法，而且佛法會永遠存在心中。「師父直到現在，每天清晨還不到四點，板聲還沒有敲響，我就起床了；即使體力不足，我也可以在寢室裏靜坐，聽著常住做早課，主持志工早會，對大家說話。我聽了也會很安慰，這一群佛門

弟子修行者傳師父的法，不只有念經，也同樣關心天下事。」

「只要出家修行者與清修士都在用功，大家都有我的思想與用心，我就很安心；而你們（慈濟人與主管同仁）要發心立願護法，幫助精舍的修行者傳承靜思法脈，以使法脈永存。未來的世間，有很多人更需要佛法，所以會更需要出家修行者與清修士，他們以佛法為中心、以度人為使命，用心用愛推展佛法融入人群。這都是我們努力的方向，現在就要邁開腳步，精進向前走。」

【靜思小語】因為被看重才有機會承擔，以感恩和善解自我提升。

感恩與善解

3
24

《農曆二月·初六》



真誠付出的情最珍貴

聆聽雲林慈濟人分享後，上人談到慈濟從五毛錢開始，廣招許多善緣；五角的幣值很小，現在要收集來製作五毛錢吊飾已不容易，感恩大家用心用力製作，五毛錢吊飾所蘊含的意義很深，相當珍貴。

「世間物什麼叫做價值？真誠付出的情最有價值，將五毛錢做成吊飾，就是很有價值的紀念品。所以，有沒有價值是在於我們的一念心，把它用於勉勵慈濟人，或送給有緣的人，說出它的故事，讓大家知道慈濟在六十年前如何起步。度人要有方法，除了與人結好緣，也要找到方法讓人願意聽我們說話，所以要把把握因緣、運用智慧來度人。」

「要如何訓練智慧、提升覺性？就如你們做手工藝，轉心

念、下功夫，就能做出很有價值的東西。若不會就要學，或去想要怎樣把東西做出來。人生萬事萬物都有法，就如我們坐在這裏，所用的每一樣物品都是經過設計者、製作者的智慧，包括桌椅、麥克風等，所以能夠有這麼多好用的物品，要很感恩。」

上人說，人生在世有種種苦，但自從出生也就開始接受人群的付出，所用的每一項物品，從原物料到生產製作，都有許多人付出心力以成，每一項物品、每一件事情的成就都有法。生活中的舉止動作都有法，人生沒有一刻不感恩；如果常常抱著感恩心，即使看到別人不好的臉色，聽到有人罵我們，也要感恩自己仍耳聰目明。

「感恩之後，就要善解，看到不好的臉色、聽到不好的話，讓自己的心很難過；但是幸好對



加入慈濟四十九年的臺北陳錦花師姊回精舍探望上人，上人致贈「學與覺」吊飾。
(3月24日)

方說出他的不滿，我們才知道對方有何誤會，趕緊向他道歉。無論如何，心中都存有感恩，這就是覺——對於所看見的、所聽到的，頭腦很清楚地去了解、去感受，用智慧去分析並反應。能夠這樣，無論我們年紀多大，腦力

都不會衰退。」

「腦筋如果沒有常常用，讓它休息了、睡著了，日常生活的反應就沒有那麼快了，所以要常常與人互動，和大家一起做事。不要說：『為何總是將事情推給我？』要說：『感恩喔，讓我

可以做事，但是我們大家都要來做。』要用智慧招呼人，讓自己又多了一分如何帶領人的覺悟。做人如果不承擔，就是沒有用；有人要我們承擔，是看重我們。要善解，與更多人結好因緣，將好因緣帶到來生。」

【靜思小語】人生成就不是爭來的，醫療更不要再有功利的競爭，而是真心實力守護生命。

慈濟醫療守護愛

3
25
27

《農曆二月·初七至初九》



醫療研究發展永無停歇

三月二十五日，花蓮慈濟醫院人體生物資料庫團隊與上人分享，以高品質方式儲存並管理檢

體，希望能成為臨床醫師們研究之後盾。林欣榮院長敬呈將在三月二十八日舉行的「花蓮慈濟院新進醫師暨晉升醫師合心共識營」課程表。上人感恩主管同仁們的

認真付出，讓原本缺乏醫療的花東地區，有優質的醫療團隊與豐富的醫療資源。

上人勉勵同仁們，慈濟醫療要在臺灣做得很精純，只要大家

有信心，就沒有困難。「花蓮好山好水，環境很單純，只要守住這一念心，不要有功利心，用真心實力來發展，達到慈濟醫療守護生命、守護健康，最重要的是守護愛的目標。不要有功利的競爭，要很認真守護著真誠的心。盤點自己的生命價值，我們的人生成就不是爭來的，是自然成長起來的。」

「雖然我們很用心，也在成長中，但科技的發展永遠沒有盡頭，我們的求知、求進步，就永遠都不能停歇，所以大家盡量用心做，慈濟人也會盡心力護持醫療科技發展；只要對人間有利益，你們的工作與我們的護持就有價值。」

慈濟教育的特色與價值

慈濟在臺灣的教育志業，在

花蓮有從幼教到大學、研究所的完整教育，在臺南有慈濟中小學，臺北、臺中、嘉義大林、臺南及高雄皆設有大愛幼兒園。上人與教育志業主管談話，提到除了慈濟學校，在臺灣還有幾十所援建的希望工程學校；而日後於國際賑災，急難救助階段過後，若有因緣也會援建住屋或學校。「很感恩臺灣慈濟人，幫助慈濟志業從臺灣擴及國際，護持各個國家地區的慈濟援建；有些國家的慈濟人能凝聚在地力量，就地承擔慈善援建，全球慈濟人也會支持。」

「人多，力量才會大。隨著時間過去，我們的志業體不斷增加，不斷為人間付出，回想一九六六年起步時，只憑著每人每天存五毛錢，這分精神必須不斷延續。」上人說，四大志業都要傳承法脈精神，尤其是教育志業，從慈濟護

專開始迄今已經三十多年，為人間培育許多優良人才；還有早期在各大專院校的慈青，現在已是中壯年，成為社會菁英。最近他們陸續回來分享，聽到他們在各行業發揮慈濟精神，感到很欣慰。所以，若能將慈濟精神融入教育，這分精神理念就會永恆傳續。

上人說，要校長、老師們經常與慈濟學校的畢業生聯絡，關懷、鼓勵他們，也是希望延續慈濟精神。「這不是為了慈濟需要，而是人間需要；而且學生畢業以後，若師長不再關心他們，這分師生情也就中斷了；老師與學生若經常聯絡，學生也會時常關心母校。」

上人感嘆現在的社會風氣轉變，「尊師重道」的觀念薄弱；其實在校若沒有建立好師生情，學生認為老師本來就要傳授知

識，缺乏尊重，不尊師也不重視道理。期待教育志業加強慈濟精神傳承，成為慈濟教育的特色，讓教育重回大眾心目中的崇高地位。慈濟精神能夠有系統地經由教育而延續，就是慈濟教育的價值。

「師父這輩子盡心盡力，很希望四大志業穩固流傳，其中，教育要將慈濟的精神理念，一屆一屆不斷傳下去，每一屆的畢業生都要有志業精神。例如培育醫生，將來都能成為『志業醫師』而非『職業醫師』；培育教育人才，也要教出『志業教育』而非『職業教育』，這才是教育成功。趁師父還在，你們能直接聽師父的話，師父對你們有很大的期待，請大家更凝聚一點，除了加強慈濟精神教育，也要再培養年輕的教育人才，做好傳承，慈濟教育志業才能不斷延續。」

教育與醫療為社會承擔

三月二十六日教育董事會，上人開示：「學無止境，現在科技發展得很快，我們更不能落後，因為我們要承擔起責任。醫療要追科技，是為了守護生命、守護健康、守護愛，所以要不斷精進；教育也要追上科技，因為將來孩子出社會，無論從事什麼行業都要能適應社會的科技發展。」

上人表示，不只高等教育要用心，其實幼教、小學也要很重視，不要認為孩子年幼不懂事，過去的人很重視啟蒙教育，現在更不能輕忽。「現在的臺灣東部交通比過去便利多了，只要我們認真做教育，把教育做出好口碑，各地的家長都會願意把孩子送來就讀。而且現在的網路視訊也很方便，可以用於遠距教學，若我們有所準備，也可與各國慈濟人

聯繫，讓不同國家的學子能透過網路學習慈濟學校的課程；若有華語專班，能讓海外學子先上課，學好中文以後，也方便他們來到慈大進修。」

慈善與醫療要相互感恩

三月二十七日，澳洲黃金海岸吳照峰師姊與「弘法利生」團隊，陪同瑪特基金會執行長安德魯(Andrew Thomas)等人來到精舍拜會上人。

上人叮囑師姊代為傳達自己對安琪拉修女的想念：「師父很想念她，也知道她一樣在想著我，但是她沒有辦法來，我也無法去。她與我有共同的志願，同樣是離開家而全然投入宗教，雖然宗教名稱不同，但我們的意志、心念是相通的，捨棄了自己的小家，投入了人間的『大家』，身心奉



澳洲瑪特基金會慈善事業執行經理萊斯利雷(Lesley Ray)請求皈依，上人慈允，授以皈依證及法號「慈懷」。

(3月27日)

獻給人類、給宗教，所以我們都是出家人；即使相隔遙遠，但是我們的心常在一起，精神理念永遠在一起。」

上人說，慈濟志業得以在澳洲推展，除了有澳洲慈濟人的因緣，也因為安琪拉修女的支持與協助，才會有好緣能與瑪特基金會合作，所以慈濟人如同敬愛師父一樣敬愛安琪拉修女。「重要的是你們不在臺灣，人在澳洲，要用如同愛臺灣的這一念心，與臺灣慈濟人一樣為人間付出；也要像臺灣慈濟人為臺灣做事一樣，你們在當地護持瑪特醫院，就如在臺灣護持慈濟醫院，因為它是修女創立的。」

「你們有好因緣與修女相識，當地有這片福田讓你們耕作，這分精神要延續。人生無常，如果能夠在那個國家，將大愛精神宣導開來、延續下去，醫院可以

永遠有社會人士支持，永遠都能在當地搶救生命、愛護生命、守護生命。」

「人生最有價值的是生命，最苦的是病痛，若是沒有能力就醫治療，缺醫、缺藥，那是苦中之苦，而我們有這個因緣會合在慈濟，能夠去幫助有苦難的人。」上人說，有苦、有病、有痛的人會到醫院看病，其中包括貧病人士，若是醫院裏有一群很有愛心的人，這所醫院要做好事就很簡單。

「就像臺灣的慈濟醫院，如果不是有這麼多好人在做好事，醫院也建不起來；醫院建設完成以後，有病患來就可以及時搶救，有人住院無力支付費用，還有志工團體可以關心，給予慈善援助。」上人說，醫院要救治傷病，本身也需要有營運的能量，才能發揮醫療良能。醫療團隊有愛，

需要大眾的支持與鼓勵，在收治貧病者的同時而能安心經營；非醫療專業人員雖然有愛心，想要救人但沒有辦法，就可以護持醫

院去救人，所以慈善與醫療要相互感恩與照顧。

上人期許慈濟人把握與瑪特醫院的因緣，遇到貧苦的病人，

盡量協助他們就醫治療；法親之間也要相互照顧，慈濟人雖然不是骨肉親，卻是法髓親，更何況在相同國家生活，更要就近關心。

【靜思小語】了解眾生的苦，才能為眾生拔苦；醫師要用同理心去愛人人的生命。

大醫王的生命價值

3
28

《農二月·初十》



花蓮慈濟人把「家」顧好

花蓮組隊新舊任幹部返回精舍，新任幹部分享心路歷程，以及資深者傳承培育中生代幹部、陪伴新受證法親的過程與分享；在花蓮有許多職志合一的志業體主管同仁，受證委員或慈誠之後，

也在崗位上發揮志業精神。

上人說，花蓮是慈濟的發祥地，是慈濟這棵大樹的根據地，樹根扎得深、扎得穩，樹幹和枝葉才能持續生長繁茂，就如佛經所說的閻浮樹。「小時候，每當月圓時，會看到月亮上的陰影就像一棵樹，樹下有一隻猴子，猴

子很虔誠，合掌仰望著這棵樹。這是我們小時候看到的月亮，或許是地球上閻浮樹的投影。可是現在已經看不到月亮裏的那一棵樹、那一隻猴，或許是因為地球環境改變了。」

「世間萬物都在無常中，不斷地變動，連同我們所生活的大

環境都在變動中。人體小乾坤、天地大乾坤，以及宇宙中的星球，都有它的生命，就算是我用的這支麥克風也有它的物命，當它出產的時候，就是它生命開始。當裏面的精密零件毀壞，無法再修復時，就會失去它的功能，它的生命也就終止了。世間沒有一件物品會永恆存在，人也一樣，故謂無常。」

上人表示，在無常變動的世間，更要把握時間，時常自我盤點，來人間這一趟，個人的生命對這個大空間，到底是有益還是無益？「我盤點自己，覺得這一輩子的生命，的確沒有帶給人間損害，對人間還有一點利益。」

「就如今天聽各位的分享，就知道慈濟這個團體對花蓮有幫助、有利益、有淨化。你們也要自我盤點，這輩子做了多少慈濟事？做慈濟以前，是一個好人，

或不關心其他人，又或者是做了很多有損人間的事？都要盤點。相信大家因為走入慈濟，能盤點出很多利益人間的好事，人人要把自傳寫好。慈濟若沒有各位，慈濟的整體形象就建立不起來；就是因為有你、有他、有我的生命，共同關心人間、為人間付出，所以慈濟對人間有貢獻、有幫助。」

上人說，慈濟臺灣到國際，是以花蓮為起點，從六十年前的那一念為因，每人每天存五毛錢，讓慈濟的慈善行動邁開第一步。在全球地圖上，臺灣只有小小一點，慈濟大愛卻能從臺灣傳到國際間，已經有一百三十九個國家地區接受過慈濟的人道關懷，六十八個國家地區有慈濟據點。

「如果想到這些數據，慈濟為人間做這麼多事，範圍這麼廣，是從五毛錢開始的，就會覺得不

能輕視小小的力量，凡事都是從小而大，積少成多。所以大家要很重視那些少數、小量，不要浪費，點滴都要珍惜，都能夠造福人群。」

上人請在座的資深慈濟人，以及早期慈濟人的第二代、第三代，要好好盤點父母長輩與自己的人生，把慈濟緣起時的故事補充完整。因緣成就慈濟在花蓮成立，成就大家共聚在慈濟；花蓮是全球慈濟人的心靈故鄉，精舍是全球慈濟人的家，如果有法親家人「回家」，因為人數眾多而到花蓮靜思堂安單、共修，花蓮慈濟人都要幫忙護法。「我如果外出，都會交代你們把『家』顧好，花蓮是慈濟的起源地，靜思堂就是花蓮慈濟人的家，要靠你們顧家。」

「海內外的慈濟人來花蓮，你們要招呼大家；如果有營隊在

靜思堂精進，你們也要照顧。有你們在花蓮，全球的慈濟人或訪客來，我就不用擔憂；吃、住都有你們在那裏做主人，我很安心、很感恩！」上人說，海外訪客來到靜思堂，無論是參訪或住宿，即使語言不通，只要看到內外整潔，人人整齊、有禮貌，他們也會很安心；花蓮慈濟人作為主人，要主動關心與招呼。

良醫良護有同樣的心願

花蓮慈濟醫院新進醫師暨晉升醫師合心共識營於精舍舉辦，主管同仁分享心得後，上人期勉慈濟醫院要培養更多解救人間苦難的良醫，能用同理心去愛人的生命，發揮佛陀大願力的「大醫王」。「之所以稱呼你們『大醫王』，是因為你們就如活佛，當眾生有病苦時，醫師可以醫治

他們身體的病痛，這就是你們學醫的價值；要做一個真誠為醫療付出，為苦難眾生拔除苦難的人。」

「要栽培良醫、良護，也需要有好的醫學院、護理學院，培養出優良的醫護人員，才能真正救拔苦難，這是慈濟人的心願，相信你們學醫，也有同樣的心願——要救人。所以我常說護理師如觀世音菩薩，醫師如釋迦牟尼佛或是藥師佛，你們的人生很有價值；有價值的人生，總是要先下一番苦功，得到真功夫，才能發揮仁醫仁術。」

上人說，醫者天天面對的都是寶貴的生命，要用很虔誠、很真誠的心疼惜病人，就像父母疼惜孩子一樣去診治與照顧。所以請大家真正要用心用愛，拯救眾生脫離病痛苦難，這就是醫師的價值，能獲得人人的崇敬。

「如今，慈濟在臺灣有八所慈濟醫院、一間慈濟診所，我很感恩各院的院長，都具有慈悲喜捨的精神，不計自己的得失而來慈濟任職；在慈濟，都要放下身家歡喜而來。否則花蓮此時雖然交通比以前方便，但是大家的心上還是覺得花蓮是後山。其實東部是『日頭浮海先照到山』的前山，花蓮總是比西部早一點天亮，早一點展開新的一天的，早一點發揮愛來守護生命、守護健康、守護愛。」

上人說，醫療是不分日夜都需要守護、照顧病人，很感恩慈院團隊不分日夜用愛投入，院長、副院長與主管們都把同仁們帶得很好，讓自己很安心。「各位年輕的醫王、菩薩，你們來到慈濟任職，這裏沒有功利的競爭，但是自己的慧命要有成就。你們專

注於學習醫療技術，也要學習醫王的品格；醫王就是活佛，要用活佛的心來看待眾生，要了解眾生的苦，才能為眾生拔苦。」

上人表示自己創建慈濟醫院，不是為了營利，慈濟醫院不是賺錢的醫院，是為了救人而付出的醫院，期待全院主管同仁有

志一同，將病人照顧好，還要多培養大醫王。對於全臺灣的慈濟醫院與診所來說，花蓮慈院就是總院，需要做得更好；而且慈濟大學有醫學院，醫院與學校要共同培養好醫學生，傳承慈院大醫王的好醫術。

「精舍就是你們的家，常住

師父們都很疼惜你們，歡迎大家常回來。也請院長與各位醫王，作為精舍這個『大家』的一分子，代替師父愛所有的人；不僅僅疼惜醫師，也疼惜老師與學生。盤點自己的生命，能愛人人、人人愛我，此生與這麼多人相互疼惜與愛護，就是人生的價值。」

【靜思小語】濟貧要從教育做起，才能有徹底改善的希望。

教育與濟貧

3
29
31

《農二月·十一至十三》



企業的社會影響力

來自八個國家地區、二百零五位全球實業家靜思生活營學

員，三月二十九日回到精舍，於圓緣時分與上人分享心得與體會。上人說，在座有一群資深的榮董，他們都是很成功的企業家，

「所說的成功，不只事業做得大、很成功，我很讚歎他們的心靈與行為，待人處事都很成功。錢賺再多、事業做再大，都是平常事，

也與別人無關，但是能帶動人群走向正確的方向，這才是做人的價值。」

「做人做事，對人有益、對人間有用處，才是值得與大家分享的內容。平時與人談話、做事，都讓人在與我們相處時覺得很安心、很舒服，想要向我們學習，這就是成功的人生。一個人的為人處事經驗，在許多人共聚時分享出來，你來學、他來學，你會很成功，他也很成功，就是『大家好』。」

「一個人走得快，一群人走得遠，所以有志一同的人要時常共聚、共修，整個群體不斷提升，才是真正很成功，對人間才有很大的幫助。」上人請靜思生活營的學員們，從營隊回去以後，可與親友多分享此行心得，並相互邀約下次一起來，慢慢地凝聚有志一同的大群體，對社會也漸漸

地產生影響力。

「社會需要企業家做生意，而且大家都能用誠懇的心做事業，用誠信的態度取得人人的信任。臺灣的企業家、生意人如果都能這樣，這就是臺灣的成功；若只有一位很好的企業家是不夠的，需要有很多好人做好事，經營好的事業。好的事業要從正確的志業而來，志業與事業要平行並進。你們在做事業，如果能夠加上志業，為人間付出、為人群謀福利，一個人能影響很多人，大家相互影響，直到臺灣人人都好，人人都事業有成，讓臺灣因為有你們而化為淨土，因為有你們而成為典範；將來你們的子孫到海外做貿易的時候，人人得知他們從臺灣來，就肯定臺灣人都是好人，做的事業都很正確。」

上人表示自己一向抱持這樣

的心態，期待臺灣人人都要朝好的方向、發出善念，共同努力去做。「你們聽到師父說的話，不只是聽入心，若覺得受用，就要用在家庭中。剛剛看到夫妻檔分享，因為聽了師父的話而化解家庭問題。我聽了師父的話而化解家庭問題，應了太太的根機，她可以接受，遇到問題就拿出來實用，這就是價值，讓你們家庭圓滿，事業順利。」

「你們聽師父的話，而且在日常生活中，聽話就有價值；我知道你們聽了我的話，用在生活中，讓家庭平安、事業成功，我會很開心，這就是我的人生價值。能夠達到目的，所說的話、所做的事就有價值，可是要達到什麼目的？要先思考方向是正或是斜？要確認正確的方向，不能偏斜，否則差毫釐即失千里。」

學識。人生有覺悟，也會正確選擇自己要學的知識，選擇正確的職業而努力。」

好人積極招呼好人

上人說，人人本具佛性，也就是善良與愛。慈濟志業所秉持、所弘揚的就是大愛，教導人人提起善心，發揮愛心做好事；做好事是大愛，行善也是大愛，走正路也是大愛，那一分為人間付出的愛就是佛性。如果人人心中有正念的愛，則「民德歸厚矣」，人人的心都存有道德，自然很願意發揮愛心為他人付出。這是佛陀的教育，也是孔子的教育，是人生在世要學習的正法。

「佛陀說，眾生本具佛性，心、佛、眾生三無差別。既然我們有與佛同等的本性，怎麼會與佛差那麼多呢？因為我們還是凡夫，還未認識、還不清楚，到底自己是學知識或是學智慧？智慧就是覺，覺悟則『一理通，萬理徹』，所以要學而覺，不能只有

上人說，假如只為了牟利而選擇職業、與人相爭，事業做得愈大，業力就愈重。「為了利己而與人爭，對人不利，業就愈造愈重。因緣果報是自己造作，自己承受，別人不會為我們分攤，自己要負責任，所以說『萬般帶不去，唯有業隨身』。有人造了很多惡業，別人只是聽了知道他為惡而已，不會與他共業；如果聽了也一樣去做惡事，就分攤了他的惡業，還製造更多惡業，造惡業的人愈多，天下就大亂了。」

「所以不要學壞的事情，人人都要學好的；知道這是好事，就要一起來做。就像靜思生活營，就是好人招呼好人，你們來了以後，聽到很多慈濟過去所做的好事情，認為這些事值得做，應該要



委內瑞拉第一顆慈濟種子吳冉云師姊（右一）、劉炎暖師兄（右二）問候上人。
（3月29日）



蔡岱霖師姊敬呈莫三比克社區職訓中心學員以棕櫚葉編織的提袋，以及寶特瓶圈編織的跳繩。
(3月31日)

來投入而積極參與，好人好事你們就都做到了。這個團體愈大，世間就會有愈多好人，社會愈來愈淨化，直到人間成為淨土，人人都願意造福人群。」上人請大家把握機會投入好事，並且招呼其他人一起來做，讓造福人間的力量愈來愈大。

真誠回饋佛陀故鄉

林靜憫師姊報告尼泊爾藍昆尼慈濟園區建設進度，李玲惠師姊報告藍昆尼慈濟幼兒園招生情況。馬來西亞教聯會鄭素麗師姊過去曾擔任校長，目前投入佛陀故鄉專案，今偕擔任幼兒園老師的媳婦潘姿穎師姊向上人告假前往尼泊爾。

上人勉勵大家抱著真誠的感恩心回饋佛陀的故鄉：「若問，佛陀故鄉給我們什麼，為何回

饋？是要感恩佛陀給予我們精神智慧的力量。若沒有佛陀，就沒有佛教；沒有佛教，今天也不會有慈濟，所以佛恩浩大。佛世距今二千五百多年，佛法還沒有傳遍人間，而且認識佛教的人，大多沒有真正接觸到佛陀的智慧。現在有因緣，慈濟人是用真誠的心、真誠的愛，要投入佛陀的故鄉幫助貧窮苦難人。」

「我們還要在那裏辦教育，就是要將他們的精神能量，藉由教育提升起來。很難能可貴的是新加坡、馬來西亞慈濟人合起來，發揮實力就地深耕；除了資金以外，更需要有人長期進駐，去落實、去推動，由本會作後盾，所以請你們用真誠的心投入。」

因緣會合莫三比克

三月三十日，顏博文執行

長、文史處羅政忠、人文志業同仁林大欽等人報告慈濟六十慶典系列活動籌備進度。午後，上人聆聽慈善基金會志業分享。

慈濟在莫三比克有好因緣，有蔡岱霖師姊與傅迪諾師兄在莫國與政府機構接洽相關事宜，與在地人士互動溝通，故得以推展各項慈善援助行動。岱霖師姊與迪諾師兄返回精舍，三月三十一日，向上人報告伊代風災後，慈濟在中部災區援建成果：於索法拉省援建四座大愛村、二十三所

學校，其中四座大愛村全數完工，共計三千一百三十二戶，學校已建設完成十九所，規模最大的小學為埃社圖羅小學，最大的中學為雅瑪郡中學，第二大中學是莫凡比斯中學。

上人對迪諾師兄說：「你是我的好弟子，要幫助我達成心願，我的心願就是大愛，很真誠地愛你們的國家，真誠地愛天下所有的國家；你與我、與慈濟特別有緣，要有緣才能真正合心，會合因緣，達成你我要做的事。幸好

有你在，慈濟才有因緣，能夠為莫三比克多做一點事。」

「若沒有你，我無法到莫三比克，雖然現在我也無法去，但我的心永遠在那裏，一心一志，將當地所需要的一一完成，尤其是教育與濟貧；濟貧要從教育做起，才能有徹底改善的希望，所以更需要培養人才，讓居民的生活改變，社會才能不斷發展。」上人說，要達成這個目標，需要會合莫三比克當地與臺灣本會的力量，早日完成建設。

《證嚴上人衲履足跡》，是「上人之日記」。

靜思精舍常住每日敬侍師側、記錄言行，經融會貫通於心，轉化為字字珠璣，由靜思人文彙整結集，每年四冊，依春、夏、秋、冬四季出版。本專欄即精簡摘錄自《證嚴上人衲履足跡》，完整版本請關注每季最新出版品。

《二〇二六年【春之卷】》



(刊頭題字／胡念祖 刊頭攝影／蕭耀華 相片提供／花蓮本會 插圖／蘇芳霽)

大愛電視節目表

海外觀眾（亞洲地區除外）請接收「大愛二臺」訊號
客服專線：02-28989898

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：叩叩叩到你家
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 無量義經偈頌	13:33 高僧傳	19:00 大愛夜安新聞
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
07:25 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 無量義經偈頌
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 無量義經偈頌	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 無量義經偈頌	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	08:45 靜心瑜伽	16:30 映照人生
00:30 大愛迷你劇場	09:15 衲履足跡	17:00 草根菩提
02:30 行動現場	09:45 365 日日素	17:30 大愛全紀實
03:00 青春愛讀書	10:00 大馬慈濟情	18:00 人文講堂
04:00 證嚴上人說故事	10:30 風月同天	18:25 365 日日素
04:15 風月同天	10:45 證嚴上人說法華	18:30 衲履足跡
04:30 法華經序	11:40 大愛真健康	19:00 大愛夜安新聞
05:30 衲履足跡	11:45 人間菩提	19:45 人間菩提
06:00 生活地球村	12:00 大愛午安新聞	20:00 證嚴上人說故事
06:30 大愛真健康	12:30 志為人醫守護愛 2.0	20:13 大愛迷你劇場
06:35 大愛早安新聞	13:00 行動現場	21:55 大愛真健康
07:05 365 日日素	13:33 大愛迷你劇場	22:00 風月同天
07:15 證嚴上人說故事	15:30 證嚴上人說故事	22:15 志為人醫守護愛 2.0
07:30 名人書房	16:00 風月同天	22:45 人間菩提
08:25 大愛真健康	16:15 365 日日素	23:00 大愛全紀實
08:30 人間菩提	16:23 大愛真健康	23:30 行動現場

■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 證嚴上人說法華
02:30 大愛全紀實	09:15 衲履足跡	17:24 大愛真健康
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 大愛夜安新聞
05:30 衲履足跡	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	15:30 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 鑼聲若響
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
洛城大愛百寶箱	11:30 衲履足跡有聲版	20:00 週一：愛灑人間
週四：藍天白雲好時光	12:00 大愛午安新聞	週二：大愛知音
週五：聽見生命力	12:30 點亮心光	週三：健康100分
愛在西拉雅	13:00 濟雨讀書會	洛城大愛百寶箱
02:00 濟雨讀書會	14:00 真心看世界	週四：藍天白雲好時光
03:00 無量義經有聲版	15:00 週一：愛灑人間	週五：聽見生命力
03:30 父母恩重難報經有聲版	週二：大愛知音	愛在西拉雅
04:00 林安梧教授經典導讀	週三：健康100分	21:00 週一：心聞螢光筆
04:30 慈濟的故事有聲版	洛城大愛百寶箱	週二：站在時代的渡口
05:00 衲履足跡有聲版	週四：藍天白雲好時光	週三：心示代
05:30 靜思妙蓮華	週五：聽見生命力	週四：您有一通心留言
06:30 大愛早安新聞	愛在西拉雅	週五：證嚴法師幸福心法
07:00 志工早會連線	16:00 林安梧教授經典導讀	21:30 靜思妙蓮華
08:00 濟雨讀書會	16:30 衲履足跡有聲版	22:30 衲履足跡有聲版
09:00 真心看世界	17:00 週一：心聞螢光筆	23:00 靜思法髓溯源
10:00 週一：愛灑人間	週二：站在時代的渡口	23:30 無噪駕駛
週二：大愛知音	週三：心示代	
週三：健康100分	週四：您有一通心留言	
洛城大愛百寶箱	週五：證嚴法師幸福心法	

■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 衲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 愛灑人間	16:00 大愛知音	

臺灣地區播送

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

臺南愛鄉之聲 FM90.7
點亮心光 週日 23:00-00:00
週一 00:00-01:00
真心看世界 週一至週六 23:00-00:00
週二至週日 00:00-01:00
花蓮後山電臺 FM89.7
真心看世界 週一至週六 6:00-7:00
花蓮教育電臺
真心看世界 週一至週五 22:00-23:00
花蓮 FM103.7 玉里 FM100.3
慈大之聲 FM88.3
週一至週五 真心看世界 8:00-9:00
大愛來點名 9:00-10:00
大愛下午現場 19:00-21:00

週六 藍天白雲好時光 8:00-9:00
愛灑人間 9:00-10:00
鑼聲若響 13:00-13:30
生活講臺語 18:00-19:00
金馬之聲廣播電臺 FM99.3
真心看世界 週一至週六 2:00-3:00
愛灑人間 週日 00:00-01:00
天南廣播電臺 AM999
藍天白雲好時光 週日 21:00-22:00
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:6019-5918105

吉打分會(Kedah)

TEL:604-7311013 FAX:604-7321013

日得拉(Jitra)

TEL:604-9179013 FAX:604-9170117

蘭卡威(Pulau Langkawi)

TEL/FAX:604-9666008

居林(Kulim)TEL:6012-4739931

雙溪大年(Sungai Petani)

TEL/FAX:604-4218732

玻璃市(Perlis)

TEL/FAX:604-9763208

吉蘭丹支會(Kelantan)

TEL:609-7433013 FAX:609-7439013

登嘉樓(Terengganu)

TEL/FAX:609-6317703

彭亨(Pahang)

TEL:609-5172969 FAX:609-5172062

關丹(Kuantan)

TEL:609-5139061/5132969

FAX:609-5139062

淡馬魯及文德甲

(Temerloh&Mentakab)

TEL:609-2778818

勞勿(Raub)

TEL:609-3561040 FAX:609-3563964

芙蓉(Seremban)

TEL:606-6331934/6331936

FAX:606-6331935

淡邊(Tampin)

TEL:606-4416068 FAX:606-4431068

馬六甲分會(Melaka)

TEL:606-2810818 FAX:606-2812796

新山支會(Johor Baru)

TEL:607-5547703 FAX:607-5541703

麻坡支會(Muar)

TEL:606-9544375 FAX:606-9544377

居鑾(Kluang)

TEL:607-7736115 FAX:607-7711266

哥打丁宜(Kota Tinggi)

TEL:607-8827736 FAX:607-8827737

峇株巴轄(Batu Pahat)

TEL:607-4311013 FAX:607-4337013

古晉支會(Kuching)

TEL:6082-344706/344707 FAX:6082-349707

美里(Miri)

TEL:6085-660013 FAX:6085-650013

詩巫(Sibu)

TEL/FAX:6084-349712

亞庇支會(Kota Kinabalu)

TEL:6088-381779/8382779

FAX:6088-383013

根地咬(Keningau)

TEL/FAX:6087-338838

丹南(Tenom)

TEL:6087-737893

山打根(Sandakan)

TEL:6089-212886 FAX:6089-212893

斗湖(Tawau)

TEL:6010-4563059

檳城慈濟洗腎中心

TEL:604-2297211 FAX:604-2297213

北海慈濟洗腎中心

TEL:604-3331013 FAX:604-3241013

吉打慈濟洗腎中心

TEL:604-7323604 FAX:604-7358604

吉隆坡慈濟義診中心

TEL:603-21421567

FAX:603-21421569

巴生慈濟義診中心

TEL:603-51662048

馬六甲慈濟義診中心

TEL:606-2866469

檳城慈濟幼兒園

TEL:604-2267703/604-2295054

峇六拜慈濟幼兒園 (Bayan Lepas)

TEL:604-6438703

高淵慈濟幼兒園(Nibong Tebal)

TEL:604-5937703

北海慈濟幼兒園(Bagan Ajam)

TEL:604-3317703

慈濟大愛幼兒園（吉隆坡甲洞）

TEL:603-62563990

慈濟大愛幼兒園（吉隆坡班丹英達）

TEL:603-92016428

慈濟大愛幼兒園（淡邊）

TEL:606-4410658

慈濟大愛幼兒園（馬六甲）

TEL:606-2866468

新山慈濟幼兒園

TEL/FAX:607-5594768

吉隆坡國際學校

TEL:603-48135000

■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

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

TEL:62-61-80501846（大愛臺）

FAX:62-61-80501847

萬隆（Bandung）

TEL:62-22-2534020 FAX:62-22-2534052

巴淡（Batam）

TEL:62-778-7037037

FAX:62-778-450332/450335

當格朗（Tangerang）

TEL:62-21-55778361/71 FAX:62-21-55778413

北干巴盧（Pekan Baru）

TEL/FAX:62-761-857855

■汶萊 Brunei

馬拉奕（Kuala Belait）

TEL/FAX:673-3336779

■斯里蘭卡 Sri Lanka

漢班托塔（Hambantota）

TEL/FAX:94-472256422

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

南愛滿地慈濟社區門診中心

（S. El Monte）

TEL:1-626-6368701 FAX:1-626-6368739

西洛杉磯（West Los Angeles）

TEL:1-310-4735188 FAX:1-310-4779518

西北洛杉磯（Northwest Los Angeles）

TEL:1-818-7277689 FAX:1-818-7279272

喜瑞都（Cerritos）

TEL:1-562-9266609 FAX:1-562-9261603

橙縣（Orange County）

TEL:1-949-9164488 FAX:1-949-9165933

聖地牙哥（San Diego）

TEL:1-858-5460578 TAX:1-858-5460573

南聖地牙哥（South San Diego）

TEL:1-619-4248443

聖地牙哥靜思書軒

TEL:1-619-7566299 FAX:1-619-6773294

北加州分會（San Jose）

TEL:1-408-4576969 FAX:1-408-9438420

舊金山支會（San Francisco）

TEL:1-415-6820566 FAX:1-415-6820567

佛瑞斯諾（Fresno）

TEL/FAX:1-559-2984894

莫德斯度（Modesto）

TEL:1-209-5292625

奧克蘭（Oakland）TEL:1-510-8790971

沙加緬度（Sacramento）

TEL:1-916-5685800

士德頓（Stockton）

TEL/FAX:1-209-9577800

尤開雅（Ukiah）TEL/FAX:1-707-4622911

鳳凰城（Phoenix）

TEL:1-480-8386556 FAX:1-480-7777665

聖塔羅莎（Santa Rosa）

TEL/FAX:1-707-5461945

拉斯維加斯（Las Vegas）

TEL/FAX:1-702-8805552

德頓（Dayton）

TEL:1-937-4318292 FAX:1-937-4318192

雷諾（Reno）

TEL:1-775-7701138 FAX:1-775-7701148

紐約分會（New York）

TEL:1-718-8880866 FAX:1-718-4602068

長島支會（Long Island）

TEL:1-516-8736888 FAX:1-516-7460626

曼哈頓（Manhattan）

TEL:1-212-9651151 FAX:1-212-9651152

波士頓（Boston）

TEL:1-617-7620569 FAX:1-617-4314484

新澤西分會（New Jersey）

TEL:1-973-8578666 FAX:1-973-8579555

新澤西中部（Central Jersey）

TEL:1-732-3321089 FAX:1-732-3321439

匹茲堡（Pittsburgh）

TEL:1-412-5318343 FAX:1-412-5318341

費城（Philadelphia）

慈濟全球聯絡點



歡迎各界人士踴躍參加，共襄盛舉。

歡迎各界人士踴躍參加，共襄盛舉。

■ **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

三義慈濟中醫院

367苗栗縣三義鄉廣盛村16鄰八卦路24之9號
TEL:037-558666

臺中慈濟護理之家（日間照護中心）

427臺中市潭子區豐興路1段66號
TEL:04-36060666 轉3786
日間照護中心轉2151

大林慈濟醫院（靜思書軒）

622嘉義縣大林鎮民生路2號
TEL:05-2648000 FAX:05-2648999
產後護理之家轉3029、3030、3033
住宿長照機構轉3835

嘉義慈濟診所

600嘉義市西區驛站里1鄰仁愛路383號1樓
TEL:05-2167000

斗六慈濟醫院（靜思書軒）

640雲林縣斗六市雲林路2段248號
TEL:05-5372000 FAX:05-5370503

玉里慈濟醫院（靜思書軒）

981花蓮縣玉里鎮民權街1之1號
TEL:03-8882718 FAX:03-8881929

關山慈濟醫院

956臺東縣關山鎮和平路125之5號
TEL:089-814880 FAX:089-814822

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67號（介仁校區）
TEL:03-8572677 FAX:03-8567985
970花蓮市建國路2段880號（建國校區）
TEL:03-8572158 FAX:03-8577261

慈濟大學附屬高級中學

970花蓮市介仁街176號（中學部）
TEL:03-8572823 FAX:03-8573273
970花蓮市介仁街178號（小學部）
TEL:03-8578819 FAX:03-8573697
TEL:03-8578819轉351（幼兒園）
FAX:03-8573697

臺南慈濟高級中學

708臺南市安平區建平五街111號（中學部）
TEL:06-2932323
FAX:06-2933838
708臺南市安平區文平路95號（小學部）
TEL:06-2959595 FAX:06-2959955
TEL:06-2959230（幼兒園）

臺北大愛幼兒園

新北市新店區建國路279號1樓
TEL:02-40510777轉4237

臺中大愛幼兒園

臺中市潭子區豐興路一段192巷62號
TEL:02-40510777轉4417

大林大愛幼兒園

嘉義縣大林鎮平林里下潭底81號
TEL:05-2648000轉8459

臺南大愛幼兒園

臺南市仁德區仁義路226號
TEL:06-2493578

高雄大愛幼兒園

高雄市三民區河堤南路50號
TEL:07-3987667轉4560

慈濟人文志業中心（靜思書軒）

112臺北市北投區立德路8號
TEL:02-28989000

靜思人文

TEL:02-28989888 FAX:02-28989889

中正紀念堂靜思書軒

100臺北市中山南路21號
TEL:02-23560701

喜來登靜思書軒

100臺北市忠孝東路1段12號1樓
TEL:02-23224437 FAX:02-23223582

臺北東區聯絡處（靜思書軒）

110臺北市松隆路327號1樓
TEL:02-27660971~5（會所）
TEL:02-27662209（靜思書軒）

臺北舊分會（大安聯絡處、靜思書軒）
106臺北市忠孝東路3段217巷7弄35號
TEL:4051-0777轉4453
0912-412600轉4453（手機直撥）
FAX:02-27761244

臺北分會（新店靜思堂、靜思書軒）

231新北市新店區建國路279號
TEL:02-22187770 FAX:02-22185852

關渡志業園區

112臺北市北投區立德路8號
TEL:02-28989999

關渡靜思書軒

112臺北市北投區立德路2號1樓
TEL:02-28989968

板橋志業園區（靜思書軒）

220新北市板橋區大觀路2段265巷15號
TEL: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

242新北市新莊區福營路165巷20號
TEL:02-8992-0485

新泰靜思小築

242新北市新莊區新泰路413巷18號
TEL:02-8992-0484

三峽志業園區（靜思書軒）

237新北市三峽區介壽路1段498號
TEL:02-86710603
TEL:02-86713481（靜思書軒）

基隆聯絡處（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

師大禮日共修處

106臺北市和平東路1段117號B1
TEL：02-23922742

萬華聯絡處（靜思書軒）

108臺北市萬華區莒光路222號
TEL:02-23366526 ~7 FAX:02-23366528

天母共修處

111臺北市中山北路6段161號B1
TEL:02-28346755

士林雨農共修處

111臺北市士林區雨農路62號1樓
TEL:02-28314676

內湖聯絡處（靜思書軒）

114臺北市內湖區成功路5段168號
TEL:02-27938563 FAX:02-27938565

汐止聯絡處（靜思小築）

221新北市汐止區福德一路392巷50號
TEL:40510777轉4488（市話直撥）
0912-412600轉4488（手機直撥）
FAX:02-26953377

永和聯絡處

234新北市永和區永和路2段92巷1號3樓
TEL:02-29249040 FAX:02-29248935

永和靜思書軒

235新北市永和區中山路1段128巷3號
TEL:02-29241370

雙和聯絡處（靜思書軒）

235新北市中和區中山路3段41號
TEL:02-82281628 FAX:02-82281528

三重聯絡處（靜思書軒）

241新北市三重區中正北路450號
TEL:02-29810310 FAX:02-29869871

蘆洲聯絡處（靜思書軒）

247新北市蘆洲區長樂路125號
TEL:02-22891193 FAX:02-82868034
TEL:02-82860597（靜思書軒）

鳳鳴共修處

239新北市鶯歌區永和街184號
TEL:02-26795254 FAX:02-86776214

林口聯絡處

244新北市林口區文化北路1段277號
TEL:40510777轉4600~4601（市話直撥）
0912-412600轉4600~4601（手機直撥）

桃園分會（靜思書軒）

330桃園市桃園區大業路1段307號
TEL:03-3586111 03-3170933（書軒）
FAX:03-3586033（靜思書軒）

八德聯絡處（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）

永安聯絡處（靜思書軒）

330桃園市桃園區永安路189號7樓
TEL:03-3371303 FAX:03-3358893

中壢志業園區（靜思書軒）

320桃園市中壢區環中東路701號
TEL:03-4654148 FAX:03-4650001
TEL:03-4387306（靜思書軒）

中壢聯絡處（靜思小築）

320桃園市中壢區中山路493號
TEL:03-4919962 FAX:03-4919884

新竹聯絡處（靜思書軒）

300新竹市中華路5段208巷20號
TEL:03-5309955 FAX:03-5304999

竹東共修處

310新竹縣竹東鎮文林路168號
TEL:03-5960118

竹南共修處（靜思書軒）

350苗栗縣竹南鎮光復路73號
TEL:037-472462

三義聯絡處

367苗栗縣三義鄉廣盛村16鄰八卦路24之15號
TEL:40510777轉4581~4582（市話直撥）
0912-412600轉4581~4582（手機直撥）
FAX:037-876453

後龍共修處

356苗栗縣後龍鎮南龍里信義街5鄰57-1號
TEL:037-723602

苑裡共修處（靜思小築）

358苗栗縣苑裡鎮中山路321號
TEL:037-856990

苗栗聯絡處（靜思書軒）

360苗栗市福星里中華路243號
TEL:40510777轉4333、4334（市話直撥）
0912412600轉4333、4334（手機直撥）

民權聯絡處（靜思書軒）

403臺中市西區民權路314巷2號
TEL:049-2659671 FAX:049-2654709

太平共修處

411臺中市太平區新平路3段394巷16號
TEL:04-23918130

臺中分會（靜思書軒）

408臺中市南屯區文心南路113號
TEL:40510777轉4102~4106（市話直撥）
0912-412600轉4102~4106（手機直撥）
FAX:04-24735483

臺中港區聯絡處（靜思小築）

433臺中市沙鹿區鎮南路2段472號
TEL:04-26312728 FAX:04-26318261

東大聯絡處（靜思書軒）

407臺中市西屯區東大路一段888號
TEL:04-24619497、04-24639407（書軒）
FAX:04-24618538

豐原聯絡處（靜思書軒）

420臺中市豐原區自強南街77號
TEL:04-25131799 FAX:04-25131798
TEL:04-25277019（靜思書軒）

后里聯絡處（靜思小築）

421臺中市后里區甲后路三段145巷2號
TEL:04-25585261 FAX:04-25585401

東勢聯絡處（靜思小築）

423臺中市東勢區三民街199號
TEL：04-25772167 04-25772030

心田聯絡處

427臺中市潭子區豐興路1段252號
TEL:40510777轉4396（市話直撥）
0912-412600轉4396（手機直撥）

大里聯絡處（靜思書軒）

412臺中市大里區里科街66號
TEL:40510777轉4423~4425（市話直撥）
0912-412600轉4423~4425（手機直撥）
FAX:04-24964626

清水聯絡處（靜思書軒、日間照顧中心）

436臺中市清水區五權路267號
TEL:04-26283236 FAX:04-26268486

大甲聯絡處（靜思小築）

437臺中市大甲區新政路456號
TEL:4051-0777轉4402-4405（市話）
0912412600轉4402-4405（手機）
FAX:04-26869147

彰化分會（靜思書軒）

504彰化縣秀水鄉鶯鳴村彰鹿路626號
TEL:04-7699340 FAX:04-7686860

員林聯絡處

510彰化縣員林鎮員東路1段465號
TEL:04-8374193

南投聯絡處（靜思書軒）

540南投市菓葉路101號
TEL:049-2241169 FAX:049-2241379

草屯聯絡處（靜思小築）

542南投縣草屯鎮碧山路859號
TEL:049-2323249 FAX:049-2300249

埔里聯絡處（靜思小築）

545南投縣埔里鎮中正一路100號
TEL:049-2997296 FAX:049-2997297

竹山聯絡處（靜思小築）

557南投縣竹山鎮延和里大智路52號
TEL:049-2659671 FAX:049-2654709

雲林聯絡處（靜思小築）

630雲林縣斗南鎮新生二路178號
TEL:05-5954196 FAX:05-5954197

西螺聯絡處

648雲林縣西螺鎮大園里10鄰光復東路88號
TEL:05-5880034
FAX:05-5882481

北港聯絡處（靜思小築）

651雲林縣北港鎮草湖里華勝路679號
TEL:05-7832270 FAX:05-7827950

嘉義聯絡處（靜思書軒）

600嘉義市彌陀路26號
TEL:05-2777852 FAX:05-2777853

嘉義志業園區

600嘉義市博愛路2段469巷19號
TEL:05-2353318

臺南分會（靜思書軒）

717 臺南市仁德區 仁義路222號
TEL: 06-2792999
FAX:06-2493338

安平聯絡處（靜思書軒）

708臺南市安平區國平里國平路211號
TEL:06-2989111
FAX:06-2995111

佳里聯絡處（靜思小築）

722臺南市佳里區民安里同安寮76-1號
TEL:06-7224872

新營共修處（靜思小築）

730臺南市新營區長榮路1段378號
TEL:06-6352150

善化聯絡處（靜思小築）

贊助慈濟人文 好事傳全球

大愛之友



歡迎加入 「大愛之友」

不限金額，長長久久
產製好節目、好新聞

郵局劃撥
信用卡
銀行轉帳
LinePay



☎ 客服專線
02-28989000分機1035

出版品

慈濟月刊
慈濟英文雙月刊
慈濟日文月刊
檀施文庫叢書

☎ 索閱或助印專線
02-28989000
分機1165 (月刊)、2145 (叢書)

經典雜誌

☎ 訂閱專線
02-28989991



四技二專甄選入學
技專招生聯合會辦理報名：
5/15(五)-5/22(五)



五專完全免試單獨招生
國中集體報名時間：
4/28(二)-5/4(一)



五專優先免試入學
招生科系：護理科 / 報名時間：
5/18(一)-5/22(五)



日間部二技申請入學
學系：護理學系 / 報名時間：
5/14(四)-6/9(二)

安心就學

首選慈濟

融合高教技職優勢
提供全方位學習



98-0443-04	郵政劃撥	儲蓄存款單	金額	仟	佰	拾	萬	仟	佰	拾	元
19905781			新臺幣 (小寫)								
通訊欄 (限跟本次存款有關事項)											
<input type="checkbox"/> 參加大愛之友，贊助大愛電視臺 <input type="checkbox"/> 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) <input type="checkbox"/> 隨喜助印慈濟月刊等平面刊物 <input type="checkbox"/> 助印「慈濟檀施文庫」書籍： <input type="checkbox"/> 不索書 <input type="checkbox"/> 索書，「請註明助印書名及冊數」 捐助人姓名、地址： <input type="checkbox"/> 同寄款人資料											
捐款收據開立方式： <input type="checkbox"/> 合開一張 <input type="checkbox"/> 分別開立			捐款收據郵寄方式： <input type="checkbox"/> 年寄 <input type="checkbox"/> 每次寄								
索閱出版刊物 (舊讀者編號：_____)			慈濟月刊 (國內郵資一年165元)								
			慈濟日文月刊 (國內郵資一年120元)								
			慈濟英文雙月刊 (國內郵資一年80元)								
收件人姓名			地址								
電話			地址								
姓名			地址								
戶名			地址								
慈濟傳播人文志業基金會			地址								
字號			地址								
地址			地址								
電話			地址								

◎寄款人請注意背面說明	◎本收據由電腦印錄請勿填寫	郵政劃撥儲蓄存款收據
收據帳號戶名	存款金額	電腦記錄
經辦局收款戳		

虛線內備供機器印錄用請勿填寫

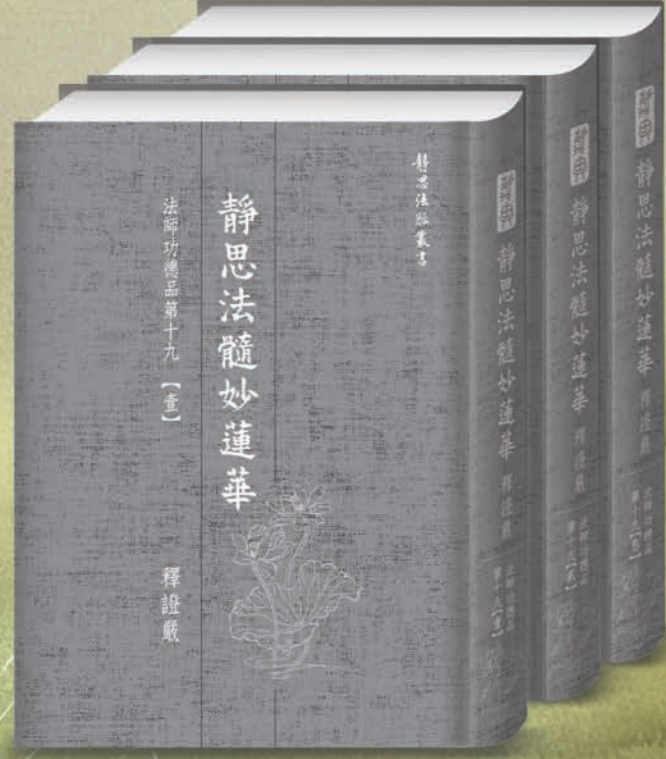


靜思人文虔誠發行

通達順正法
一切身中現
諸苦成甘美
功德各有別
尋常轉殊勝
持經六根淨

(六章章名)

法師功德品第十九



靜思法髓妙蓮華

靜思法脈叢書



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·救拔苦難」

| 國際 |

國際急難之人道救援及
災後中長期重建工作

| 醫療 |

醫療志業及國際災難醫療救援、
國際人文醫療、國際新科技研發平臺

| 教育 |

教育志業及建立國際品德、生活、
科學人文素養交流平臺

請寄款人注意

- 郵政劃撥存款收據 注意事項
- 一、本收據請詳加核對並妥為保管，以便日後查考。
 - 二、如欲查詢存款入帳詳情時，請檢附本收據及已填妥之查詢函向各連線郵局辦理。
 - 三、本收據各項金額、數字係機器印製，如非機器列印或經塗改或無收款郵局收訖章者無效。
- 一、帳號、戶名及寄款人姓名通訊處各欄請詳細填寫，以免誤寄；抵付票據之存款，務請於交換前一天存入。
 - 二、每筆存款至少須在新臺幣十五元以上，且限填至元位為止。
 - 三、倘金額塗改時請更換存款單重新填寫。
 - 四、本存款單不得黏貼或附寄任何文件。
 - 五、本存款金額業經電腦登帳後，不得申請撤回。
 - 六、本存款單備供電腦影像處理，請以正楷工整書寫並請勿折疊。帳戶如需自印存款單，各欄文字及規格必須與本單完全相符；如有不符，各局應婉請寄款人更換郵局印製之存款單填寫，以利處理。
 - 七、本存款單帳號與金額欄請以阿拉伯數字書寫。
 - 八、帳戶本人在「付款局」所在直轄市或縣(市)以外之行政區域存款，需由帳戶內扣收手續費。

交易代號：0501、0502現金存款 0503票據存款 2212劃撥票據託收

本聯由儲匯處存查 210x110mm(80g/m²) 保管五年

明心



Journey to
Enlightenment



A Multimedia Exhibition on Buddhist Cultural Heritage

佛教遺址藝術沉浸式展

這時代最需要的一場展覽…… 穿越千年佛教遺址，不必遠行！

八大單元貫穿佛陀的成道、說法、修行、圓滿等歷程，
同時呼應慈濟六十年在人間實踐佛法的精神，
讓每位觀眾透過沉浸式藝術，
不只「看」佛教，而是「走進」佛法與成為菩薩行者。

2026 05/10_{Sun} - 12/15_{TUE}

慈濟花蓮靜思堂二樓智慧迴廊

每日09:00~17:00(最晚16:20進場)

播映場次：
10:00 / 14:00 / 16:00

免費入館 · 歡迎預約參觀



展覽資訊