

善終的權益

多年的醫院醫療志工經驗告訴我，
在生命末期，病人與家屬了解得愈多，想要的積極治療愈少。

撰文 · 周柔含（慈濟大學宗教與人文研究所副教授）

近

年來，我會在課堂上或機構介紹安寧照護以及《病人自主權利法》，發現「忌諱談死亡」的傳統文化觀念已轉淡，約有三分之二的年輕人在課後，會積極跟家人討論「人生最後大事」，中年人則有三分之一至二分之一的比例，願意跟配偶和子女討論「終身大事」，只是怯於跟父母討論。

反觀醫師這邊，除了安寧緩和專科外，也許不到一成的人願意跟家屬講明病情，以及病人善終的權益。

十一月初，好友的九十八歲阿嬤因吸入性肺炎住進加護病房，就在快轉出「C」前，疑似翻身時一口痰堵住喉嚨，開始急喘。醫師說：「阿嬤其他器官都很好，只是呼吸問題，可以搏一下，及早介入治療，比較有希望。」家屬同意插管後，輾轉反側，打電話給我。

我告訴她，插管後可能面臨的困難抉擇後，她問：為什麼醫師沒有告訴我會這樣？我請家屬於家庭會議，跟醫師慎重討論。家屬確知阿嬤的病情和風險後反問醫師：「如果這是你的阿嬤，你會幫她插管嗎？」醫師答，不會。家屬因此更加自

責。

我建議家屬，如果阿嬤有可能脫離呼吸器，最好轉安寧病房；然而醫療團隊認為，阿嬤除了是末期病人之外，並未罹癌，也不是「八大非癌」，堅持不符合健保的安寧療護條件。

這真讓人聽了生氣不解。只因為不符合規定，就被剝奪善終的權益。我心裏吶喊，這符合尊重生命的「公平正義」原則嗎？醫師奉行的生命倫理——「行善」與「不傷害」原則又在哪裏？

兩星期後，家屬決定安寧拔管，讓阿嬤減少痛苦。拔管的第二天，醫療那端仍堅持阿嬤不符合安寧資格。第三天阿嬤離世，家屬目睹了摯愛親人喘不過氣、癱瘓、打鎮靜劑、嗎啡，平添諸多不捨與傷痛。

多年的醫院醫療志工經驗告訴我，在生命末期，病人與家屬了解愈多，想要的治療愈少。但是，病人與家屬若不知病況實情，又欠缺醫療知識，如何能做出正確選擇？

創造醫療價值應從「以病人為中心」做起，更需重視病人善終的權益。

◎

證嚴上人

衲履足跡

TZU CHI FOUNDATION

11
1

《農十月·初五》

品德優先

【靜思小語】教育必須適應時代，但是優良的品德與清淨的本性一定

要守住。

承受逆境，不結惡緣

《法華經》是諸佛來人間，最後必說的大乘經典。上人於晨語開示，佛弟子要用心探討諸佛為何如此重視《法華經》。這部說真實法的大乘經典，小根機的眾生難以理解，因為眾生累生累世陷入無明，要將《法華經》的道理聽入心，轉凡夫而成佛，談何容易？然而佛陀要度的眾生包含各種根機，所以先為小根機的人講說宿世因緣，漸次引導眾生深入大法。

有人認為自己沒有為非作

也能行菩薩道、也會成佛。既然過去已經和人結了不好的緣，現在又遇到了，不能再與對方結惡緣，不要讓不好的因果報牽連不休。」

《法華經·常不輕菩薩品》：「得大勢！是常不輕菩薩摩訶薩，供養如是若干諸佛，恭敬、尊重、讚歎、種諸善根，於後復值千萬億佛，亦於諸佛法中說是經典，功德成就，當得作佛。得大勢！於意云何？爾時常不輕菩薩豈異人乎？則我身是。若我於宿世不受持讀誦此經、為他人說者，不能疾得阿耨多羅三藐三菩提。我於先佛所，受持讀誦此經、為人說故，疾得阿耨多羅三藐三菩提。」

佛陀對大勢至菩薩說，這一位常不輕菩薩，從威音王佛的像法時期以來，在長久的修行過程中，遇到許多佛；菩薩親近諸佛，皆是恭敬、尊重、讚歎，種善根、造善福。每一尊

歹、沒有行偏踏錯，為什麼此生

生遇到種種逆境，身心痛苦不堪？應知因果報不只在此生此世，尤其凡夫眾生迷茫造業，所累積的是宿世累生以來的業力，有些是此生造作業因、此生受報，也有多生以前造的業因、業緣，在此世會遇，就會產生業果、承受業報。無論快慢，只要因緣會遇，就一定要受報。

例如悟達國師十世之前是袁盎，設計斬殺晁錯而造下冤業，即使後來十世為高僧，謹慎守戒，仍然在一念之間起了貢高我慢之心，就此開了業

佛到最後都說《法華經》，菩薩精進修行，積功累德，福慧雙修，最後也得道成佛。

佛陀說，這位常不輕菩薩就是自己——釋迦牟尼佛的前身；經過長時間的修行過程，面對著人間，有人輕視他、不尊重他、罵他、打他等等，他的心沒有起惡念，同樣對人人恭敬讚歎。除此之外，若非自己累劫受持、認真讀誦《法華經》，入人群修菩薩道，六度萬行，再對人傳法、教育人，也不能修得無上正等正覺。

「修行者要有常不輕菩薩的心，不著相，人我皆空；無人相、無眾生相、無壽者相，當然就無我相了。所謂無相、不著相，並不是恣意放縱，還是要認真修行，待人要恭敬，對自己要清淨——認清楚自己過去無明造作業力，所以承受種種果報，努力將自己的心鏡擦拭乾淨；經過累生累世的努

門，使因緣會聚，「人面瘡」的業報顯現，由迦諾迦尊者引導他，在洗三昧水之前，了解自己與晁錯的宿世因緣，真誠懺悔，解冤釋結。

上人說：「世間哪一個人沒有造因？有因，一定有因緣會合之時，必定要受果、受報。無論人生際遇好壞，不可計較，也不能對逆境心生埋怨，要警惕自己：這是我過去造的因，所以現在受這樣的果，要甘願承受。要學習常不輕菩薩，遇到和我們無緣的人，辱罵、打擊我們，仍然感恩以對，真誠祝福對方，將來

力修行，讓自己的心鏡維持清淨明朗，不再蒙塵、受污染。」

上人指出，釋迦牟尼佛述說自己在長久的時間，從最初威音王佛像法時期以來，歷經二萬億威音王佛、二千億日月燈明佛、二千億雲自在燈王佛，在諸佛座下修行，皆受持、修學《法華經》；不只讀誦經典，還能為人宣說，並且身體力行，所以現在才能覺悟成佛，說明「以此經乃佛果之直徑」，這是一條通往成佛目標的菩提大直道，也是必經之道。佛陀修行時間長遠，無法計算；然而這麼長久的時間，也是由分秒累積，所以要把握當下，用心精進。

感恩文化，以校為家

泰國黃雅純師姊報告泰國教育志業，上人勉勵：「有機會承擔使命，做出讓人看得見



◀ 聯合國工作團隊曾慈慧師姊展示獅子山共和國居民以回收布製作的非洲衫，此為慈善合作夥伴之一的蘭頤基金會在當地帶動的成果。
(11月2日)

的成果，這就是自己的生命價值；何況教育是培育未來的希望，現在已經看到初步成果。」

上人說，慈濟在泰北辦校有其因緣，學校成立以後，也走過一段很坎坷的路。不過此時回頭看來時路，已經走了一段長遠的路要走。人生學無止境，社會在持續變化中，教育必須適應時代，但是優良的品德與清淨的本性一定要守住。

「莫忘那一年的那一人，很感恩在這麼辛勞的過程，有人前來支持與協助。」上人說，雅純師姊在泰國求學，通達泰語，清邁慈濟學校成立以後，也願意承

擔使命帶動泰國老師，人生的因緣就在泰國，而且為志業而用心付出，再辛苦都心甘情願，這就是人生的價值。

這幾年已經有從清邁學校畢業的學生事業有成，還有人返回母校擔任教職；看見孩子長大成人、成家立業，而且對慈濟學校還很有感情、有向心力，會覺得很感動，也要自我肯定留在泰國，是正確的人生選擇。

上人並且叮嚀師姊：「一所學校能順利運作，無法只靠一個人就可以承擔，要感恩全校師生，連維護校園環境的同仁都要感恩，要感恩學生認真讀書，否則若是孩子沒有學習

意願，再好的老師都沒有辦法教好他們；感恩許多老師從創校開始，就認同慈濟人文，並且用心傳承，不只把教學當成職業，而是把學校當成家，所以互動如同家人一般自然。我們時時向人說『感恩』，更要常常警惕自己，不忘和顏悅色待人，讓這個家和和氣氣，人人快樂自在，共同以校為家。」

清邁慈濟學校同學們以隨手可得的材料製作茶籽吊飾，與來校參訪貴賓結緣，雅純師姊呈上成品；上人請師姊轉達對同學們的讚歎，可以繼續撿種子做吊飾，也可以寫一些祝福的話語，和許多人結緣。

取之不盡的財富

《農十月·初六至初七》



【靜思小語】人貧心不貧，富者心亦富；心靈均富，是真正的人人平等。

外文翻譯不偏主軸

「佛陀說法時，沒有人即時做筆記；佛入滅後，由比丘結集經典，也不是當時就將佛法翻譯流通到印度以外的國家。佛法從最初的口耳相傳，到後來成為文字，時間又經歷了多久？能不能保證流傳到現代的每一句經文都是正確無誤的？就算是現在有人即時記錄師父所說的話，要整理成書籍，也有不同的寫法，何況翻譯成外文。」

十一月二日，與夏威夷慈光師姊等人談翻譯，上人表示，自己不通其他語文，只能叮嚀書籍或影音出版內容不偏離精神主軸，整理開示或翻譯的人要把握精神理念，聽得懂師父要表達的意思，還要很貼心，知道過去是怎麼做，就明白今後的方向，講前、知今、續未來。

「精神沒有走偏，能讓國

際人士清楚掌握慈濟的精神方向，感受到這麼多不同國家的慈濟人都能合心，合於同一個法脈精神，因而深受感動，這就是翻譯的重點。」

「美國夏威夷這群年輕人，不論是不是慈濟人，腦海意識裏已經有佛法；慈濟在這幾十年來所走的人間菩薩道，他們都吸收入心，而且化為文字，彼此討論，代表眼根、耳根接觸的法深入六識，還能用七識思考；若再更進一步身體力行去做到，就能讓法存在第八識了。」

上人說，慈光師姊就是將法深入第八識的菩薩種子，除了做翻譯，還要去接觸不認識慈濟、但是對中英翻譯有興趣的人，接引他們來到慈濟、認識佛法；先在人間帶動大家將慈濟路鋪平了，就能會合菩薩道。

午後與美國曾慈慧師姊等人談話時，上人提到這幾十年

慈濟道場的教育功能
十一月四日，聆聽臺中慈濟人報告東大園區的規畫，上人說，只要大家有心、有願而且有人力，無論道場空間如何規畫，都有人照顧得到，而且能夠充分運出道場空間發揮良

能，師父都樂見其成，而且很感恩大家的用心。
同一空間可以有更多功能，否則久久才有人為了單一功能來使用，或是像某些課程一星期才開一次課，大部分時間閒置，徒然浪費空間也浪費資源。若要開課，希望可以發揮社會

教育功能，讓社區民眾來上課，不分年齡長幼都能吸收慈濟的人生觀念、生活觀念或是環保觀念，帶回家裏、在生活中落實。
上人強調，慈濟道場要吸引社區民眾進來，人來了以後就要有慈濟人接引；有多少人、

培養人間菩薩

《農十月·初八至初九》

11
4
5



【靜思小語】菩薩心即是「人傷我痛，人苦我悲」的同理心。

不一樣了。」
上人欣慰大家關懷生命、走入社區，這也是在造福、增慧；慈濟在各地有社區長期照顧據點，可以讓醫療志業更有系統地投入社區發揮良能，也可以和慈濟人一起走到照顧戶

家中關懷。
「看到、聽到各單位很合心，彼此感恩，我很滿足也很感恩。在新創或研發的部分，只要方向對，大家有心想做、提出規畫，我都很支持。時間可以成就一切，所以要把握時

間、把握因緣，努力且踏實去做——前腳踏出去是福，用愛造福人間；後腳踏出另一步是慧，用智慧走真實路。如此不斷往前進，用福與慧鋪平人間路、開拓大直道，也在生命中累積福與慧。」



花蓮慈濟醫院約百位主管同仁返回精舍參與合心共識營，分享醫療經驗及對於慈濟人文精神的體會。（11月3日）

來，慈濟「為眾生」做得不少，但是「為佛教」還沒有讓全球大眾正確認識佛教。

悉達多太子出生在人間，看見人間疾苦，因而起念探尋人生的道理，找到解脫苦難的方法。出家以後，四處參訪，了解種種修行方法，也曾修苦行，最終覺得苦行亦無法修得解脫之道，於是取中道而行——跳脫人心的貪欲、執著，但也不會採取違背人性的修行法。雖然無法脫離生、老、病、死的自然法則，但是心靈可以輕安自在——生活貧苦的人，可以安貧樂道；生活富裕的人，心靈也可以富有。

「人貧心不貧，富者心亦富，達到心靈上的均富，才是佛陀所要的人人平等；物質生活再富裕都無法長久，但是心靈財富所滋養的是慧命，是生生世世的資糧。你們很有福，走入了已成形的

慈濟道路，踏上苦難的國度去幫助；只要你們肯用心，就可以啟發貧窮人，讓他們擁有取之不盡的心靈財富。」

在生命中累積福慧

十一月三日，花蓮慈濟醫院林欣榮院長、副院長們以及各科主管帶領團隊，約百位主管同仁返回精舍參與合心共識營，各部門分享醫療經驗及對於慈濟人文精神的體會，共同提升醫療品質，並且研擬深入偏鄉，關懷弱勢。

上人開示：「慈濟醫院是大家的家，這是家業而非職業；醫師、護理師是大家立下志願所選擇的身分，而且有相同的理念，就是『愛』——用愛照顧病患、守護生命。醫護同仁直接與病患接觸，醫病之間生命交會，除了用心，能再多一點愛的關懷，醫療的價值就

需要多大的空間，要如何運用，這樣的規畫方向是最務實也最實在的。

上人感嘆現在推動素食，要用很大的力量，還要很長的時間。人的嘴巴最容易造業，為了吃不斷地造殺業，口欲也永遠無法滿足，不斷浪費食物；若能從飲食方面做教育，不只是推動素食，讓人覺得吃素也很滿足，還要讓人了解道理，要有相關的師資，才能把空間的功能發揮得很扎實。

同理，環保教育也可以從慈濟人的日常行動做示範，讓人懂得珍惜物命，而且要做好廢棄物回收與分類，可以賦予新物命；慈濟道場空間要精實利用，而且善用回收原料做地磚，或是做空間布置等等，做環保的「境教」。

上人強調，生命教育不只局限在人的生命，還要擴大

對於生命的觀念，「大地萬物都有其命，日常生活使用的物品也有物命；當物品毀損、無法再使用了，還可以回收再製，使物命再生。慈濟道場的建設本身要發揮這樣的教育功能，從生命到物命，將功能發揮得淋漓盡致，而且人的生命能夠用在慈悲利他的方向不偏差，不會為害人間；物命也是用於利益人間，到最後也不污染環境，這才是真正的生命教育。」

對佛法最虔誠的表達

美國加州南部與北部紛起林火，經消防人員不眠不休地搶救，已大致控制住，但是許多民眾學生所有化成灰燼。其中以北加州的金凱德林火（Kincade Fire）災情最為嚴重，慈濟人勘災後緊急動員，整理、運送一千條環保毛毯到聖

塔羅沙，發放給避難的居民；夜晚寒凍，許多人都感恩表示慈濟毛毯來得很及時。

「每次得知哪裏有災難，我都先問慈濟人平安嗎？也希望當地慈濟人相互關心；確認慈濟人平安，就要去關心受災受難的人。加州這些受災人都不是窮人，但是一時受災難，很需要有人關懷，溫暖他們的心。雖然只是一條毛毯，或是一碗熱食，但是天氣變冷了，這正是他們所需要的。主要不是給予多少物資，而是給予心靈的膚慰。」

十一月五日，與美國舊金山慈濟人談到這次火災的慈善救助，上人表示，「覺有情」的菩薩心，是「人傷我痛，人苦我悲」的同理心，並且起於行動去幫助人；不論何時何地，平常就要培養這分精神和行動。所以為什麼要投入慈濟做好事，還要見習、培訓，才

能受證成為委員、慈誠？所培養的就是這分「覺有情」的人間菩薩大愛和行動。

上人肯定大家虔誠聞法，

要把法入心，凝聚共知、共識，就要共同身體力行菩薩道，這是對佛法最虔誠的表達。「菩薩不忍眾生受苦難，要及時去

幫助人。平時我們有靜態共修，培養團隊默契；一旦有災難發生，大家就要立即採取行動。」

開啟智慧資料庫

《農十月·初十至十一》

11
6
7



【靜思小語】分享豐富社會經驗，日日為大地人群付出，愈長壽就愈歡喜。

生生世世有約

醫療志業郭漢崇副執行長撰寫慈濟醫療人文史，十一月六日向上人做第十四次簡報，書名暫訂《上人與我——那些年，我們在慈濟的日子》，書中多位主角，包括

花蓮慈濟醫院陳英和名譽院長、王志鴻副院長、陳培榕副院長、心臟外科趙盛豐主任、結核病實驗室李仁智主任、器官移植中心李明哲主任、復健科梁忠詔主任、病理科許永祥主任、神經科劉安邦醫師等人都來參加，臺中慈濟醫院簡守

信院長、大林慈濟醫院失智症中心曹汶龍主任亦與會。陳英和院長發願，要與上人、與慈濟簽下生生世世的約定。

上人感恩這幾年來，幸好總是有人為慈濟人、慈濟事拍照或錄影，留下一幕幕寶貴、真實且動人的歷史影像，見證

十一月七日，與高雄岡山慈濟人談岡山區規畫，上人

品。」
上人期待，慈善救助要做到安身、安心、安生，先讓居民得到溫飽，有力量重建家園，再給予精神上的資糧，鼓勵他們振作起來。
上人慰勉大家為了地震賑災而辛苦奔忙，留下深刻的生命記憶；要把握機會與人分享，邀約人人付出愛心；平時向大眾勸募，也要讓善心大德得到慈濟所做。「今年是菲律賓慈濟二十五周年，虔誠為你們祝福，希望人間菩薩更多，讓菲律賓日日平安；人人都是人間菩薩，在福中修慧、慧中造福，福慧雙修。」

茹素很有道理

十一月七日，與高雄岡山慈濟人談岡山區規畫，上人聽取宗教處同仁報告「慈濟環保三十」系列活動，上人

期許要善用空間不浪費。高雄有幾處占地較大的慈濟道場，已規畫或已有社會推廣教育及長照空間，可以在附近發揮教育、醫療、人文良能；岡山區位於高雄市北邊，鄰近臺南市，只要有需要，高雄、臺南的法親都可以投入，或是報名上課。
「社會教育不分年齡，許多高齡長者社會經驗豐富，而且腦力還很好，可以向年輕一輩分享、傳承經驗；要讓他們生活有重心，天天有事可做，時時開啟『智慧資料庫』，講過去、談現在，不斷地腦力激盪，維持好腦力與好心情。」上人說，做社會推廣教育，不只教生活實務，也可以讓人接觸佛法，能夠淨化心靈、改善生活習慣。
聽取宗教處同仁報告「慈濟環保三十」系列活動，上人



醫療志業郭漢崇副執行長（右一）編撰慈濟醫療人文史，於七月二十四日正式啟動，歷經十四次與上人分享，十一月六日講述最終篇章「莫忘初衷·守護慈濟」，他特地邀請故事中的醫師們回到靜思精舍，與上人重溫當年溫馨。（攝影／楊國濱）

走過的路；這本書收錄的都是人醫典範，而且有很豐富、很感人的醫療事蹟。

上人與在座的醫師們共勉，珍惜此生的生命歷史，走過來的每一天都很有價值，因為每一天都沒有空過。「你們和師父簽約，不是簽二十年、三十年，聽到的是生生世世的約定，很感恩！讓我很放心！」

「我後天就要出門行腳，所以今天正在加油（指打點滴），期待可以順利出門，達成任務再回來。感恩各位大醫王、菩薩，你們也要身體健康，年紀愈大，經驗愈成熟，祝福大家！」

苦難感同身受

菲律賓南部民答那峨島，在十月底接連發生芮氏規模六點零以上強震，災情嚴重；納

卯市慈濟志工在十月三十一日先行前往勘災、發放毛毯，看見居民擠在簡陋的帳棚，而且地面因雨泥濘潮溼，夜間難以休息，苦不堪言，趕緊回報位於馬尼拉的菲律賓分會，由楊國英師兄等人緊急調度福慧床、毛毯等物資，菲律賓航空免費協助運送物資到災區，馬尼拉慈濟志工亦趕抵支援賑災。

慈善志業熊士民副執行長等人從臺灣前往，和菲律賓團隊會合救援，於視訊會議中向上人報告狀況。

上人開示，看到大愛新聞報導居民無家可歸的處境，就好像自己也在如此簡陋、潮溼的環境裏，感覺很不忍心。「很感恩我們有淨斯福慧床，及時送到災區，讓他們晚間可以隔離泥濘的土地，安穩地睡在床上；還有幾處已經發放物資，給予救急的米糧與生活必需

開示，節能減碳保護環境，推動素食是也很重要也很需要的一個步驟，要用心思考如何宣導。

如果只是辦餐會，準備了許多食物卻乏人問津，徒然浪費食物而已；應該讓人先了解為什麼要素食，要用科學研究與數據佐證，讓高知識分子能接受，而且不分年齡長幼，都能聽得懂慈濟人所說的環保道理，知道素食有益身體健康、地球健康，即會樂於響應。

談到社區環保也可以運用在老年長照，上人強調，照顧年長者不是只有照顧生活，讓老人家三餐無虞，更要讓他們生活踏實。老人家來到慈濟環保站，志工可以設立類似集點卡的機制，讓老人家看到自己天天為大地人群付出，多做一天就多累積一天的生命價值，愈長壽就愈歡喜。



上人展開行腳抵達新店靜思堂，感恩慈濟人用心回收連鎖磚再利用，珍惜物命的同時也為自己增長慧命。(11月8日)

不離不棄

《農十月·十一》

11
8



【靜思小語】不因為年紀大就自我放棄，更要用年輕時的精神為生命增加價值。

從小家庭到大家庭

第二梯次海外培訓委員慈誠精進研習，正在板橋靜思堂進行，上人將前往為圓滿培訓的慈濟人授證，並展開歲末祝福行腳；抵達新店靜思堂，午後與臺北資深慈濟人談話。

資深慈濟人從自己的小家庭走出來，進入慈濟的大家庭；從原本面對一個家、幾口人，到面對社會大眾，不斷地邀人共同行善，受接引者又再接引他人，衍生出好幾代的慈濟人，受證的臺北慈誠與委員，

已有兩萬六千七百二十一人。慈濟也從臺灣起步，如今在四十五個國家地區，已受證的慈誠及委員約有八萬八千四百人。

「慈濟在臺北落地生根已經四十年，這四十年來，大家不棄不離，一直陪著師父做慈濟，現在年紀大了，師父還要與大家共勉，不可放棄每一天的生命，要持續走入人群，發揮『慈悲利他』的菩薩良能。不論是否能出門，現在科技發達，可以運用科技工具耕耘心田、播善種子；在家也能打電話聯絡會員、募心募愛，或是

關懷法親。」

「我覺得很有幸，這一輩子鋪『法華』的路、開『法華』的道、說『法華』的法；若沒有你們來幫我鋪路，豈有今日的菩薩道？各位都是替師父鋪路、開道的人，不可因為年紀大就放棄，把五十歲收到壽量寶藏裏，用年輕時的精神，繼續做人間事、鋪人間路，寸寸都是為自己的慧命而鋪路。」

菩薩志業不能放下

臺北慈濟醫院工務室團隊

與臺北慈濟人，分享臺北慈院景觀工程點滴。臺北慈院自二〇〇五年啟業迄今，景觀造景所使用的木料久經日曬雨淋，稍有腐朽情形；顧及病患與家屬安全，北區慈誠隊從今年七月啟動景觀修復工程，歷經三個月、投入近四千人，日前完工，提供更安全且環保的休憩空間。

上人感恩表示，剛剛走進來時，看到地面一塊一塊的連鎖磚，不知已經重複使用幾次了，是慈濟人用心將連鎖磚回收，經過仔細整理以後，讓物命重生，在許多慈濟道場發揮功能；這幾年來，大家皆是如此珍惜物命，同時也為自己增長慧命。

臺北的慈濟種子，是在四十年前，由靜銘師姊等人回花蓮打佛七而產生。上人回憶，當時精舍打佛七是在戶外搭帳棚，大家在簡陋的環境裏

精進；現在精舍主堂已成，大家在其中精進，在主堂外的廊道行走或活動，都不怕日晒雨淋。精舍能有現在的莊嚴殿堂，是臺北慈誠師兄們為主力，加上臺灣各地慈濟人，付出分分毫毫心力建設而成。

上人說，臺灣的慈濟志工人數以臺北為最多，許多資深的臺北委員與慈誠，是全臺慈濟人的學習典範，直接、間接帶動出全臺灣的精進種子，從臺灣到國際，用實際行動讓人看見佛教。

「最早是由慈濟委員穿著繡花鞋鋪路，接著有慈誠金剛戴著頭盔開道，把道路鋪得很平坦，讓我們的家很穩固、很安全。感恩大家用心用愛分寸鋪路，鋪出全球的大愛慈濟村；大家投入慈濟，這幾年來也是用生命在鋪路、用慧命在開道，福慧雙修。」



上人至板橋靜思堂為海外培訓委員慈誠授證，也感恩工作團隊為來自不同國家的法親細心準備生活所需與豐富課程。（11月9日）

臺北資深委員林月雲師姊稍早分享，以前跑了三十個道場，拜了十位師父，本來對慈濟很不在意，後來很投入，因為進入慈濟不寂寞。當唯一的兒子突然往生，那時她剛好回精舍，上人對跟她說，雖然失去一個孩子，但擁有天下家人，寬解她悲痛的心情；然而

這一路走來，愈是投入，就愈能體會上人所說。

「師父也和你們一樣，年紀大了，這都是自然法則；到了這個人生階段，大家可以把自己的俗事、家務事放下，但是天下大家族的菩薩志業不能放下，行菩薩道是生生世世，慈濟法親也是生生世世的菩薩

眷屬。我們早在過去生就結緣，現在續結法緣，彼此為法親，共同維護、疼惜這個大家庭，世世代代彼此尊重、相互謙敬，這個大家庭就能永永遠遠。」上人勉勵第一代慈濟人要用心傳承，永續慈濟緣，持續不斷地拓寬、鋪平菩薩道路。

滅除苦因

《農十月·十二》

11
9



【靜思小語】感受苦，探究造成苦的原因，從根本滅苦。

無私大愛無價

在板橋靜思堂舉行的第二次海外培訓委員慈誠精神研習，有二十六個國家地區、四百五十七位慈濟人參與，其中

三百四十一人今日受證。

海地如濟神父與厄瓜多爾梅賽德斯修女，也在受證行列；典禮中，上人開示：「我很佩服也很感恩，他們以出世的精神，出離自己的家庭為大眾服務。如濟神

父不捨海地的苦難人，把名、利放下，發大心與苦難人長久在一起，照顧兩萬多個窮孩子，這份愛是無價的，他是海地苦難人的身心依靠。美國慈濟人如思晨，經常來回海地與美國，前往關

懷、幫助，也因此接起與如濟神父的因緣。

莫三比克阿梅莉雅 (Anelia)

師姊分享，她從莫三比克搭飛機，經過幾次轉機，終於來到臺灣。她在飛機上總是很緊張，連有人在走道上走動，她都很擔心飛機會不會因為大力走動而墜落；搭電動手扶梯、使用沖水馬桶等等，都是她的人生新體驗。

「聽著她的分享，我也很佩服。他們從遙遠的國度，多次轉機，經過幾個國家才能來到臺灣，雖然很辛苦，卻很堅定。感覺他們的心很貼近，沒有種族、宗教、國籍的差別。」

上人說，大家此刻在莊嚴的靜思堂安心精進，有五種語文的即時翻譯，可以了解臺上講師所說；莫三比克慈濟志工平時在「慈濟的家」共修，在鐵皮屋頂下席地而坐，在沙地上鋪著紙板禮佛，也能整齊

地繞佛繞法。他們要經過幾種語言翻譯，才能聽懂師父所說的話，還是很用心、很珍惜。不論環境是好是壞，慈濟人都是有福人，過去曾經造福因、結福緣，所以現在有福同在慈濟，能夠當別人生命中的貴人。

馬來西亞丹斯里陳志遠師兄也在這次受證行列，由已受證的丹斯里林偉才師兄陪伴與見證。上人說，兩位師兄都是國際知名的大企業家，他們能夠發心投入志業，發揮其影響力，世間的苦難人就有福了。無分貧富，若是人人都能發心立願，發揮無私大愛，天下就能平安無災。

上人為眾皈依並開示：「不分宗教，我們同心同志願，走往同一個方向，『誠正信實為大地，慈悲喜捨為和風』，歸向無私大愛；人人大愛合一，為天下苦難人而付出。」



土耳其慈濟人與境內敘利亞籍志工來臺，滿納海國際學校副校長阿罕默德拿著麥克風，哽咽憶述逃難之路。（攝影／黃筱哲）

戰爭殘酷啟示

「雖然你我語言不同，要經過翻譯，但是真正的語言是『心』，我們的心是相通的；雖然有不同的膚色，我們走在同一條路上，這條路是『菩薩道』，不是小路，是大道，將自己的小愛拓展成廣庇天下的大愛。」接連兩場與海外慈濟人座談，上人欣見人人用心庇蔭當地苦難人，也讓真正信實的慈濟精神，與靜思法脈的無私大愛就地傳續。

其中，來自土耳其的巴塞爾、薛海勒以及阿罕默德三位志工，因為戰亂從敘利亞逃到土耳其，長期接受慈濟關懷，也投入慈濟志工——巴塞爾利用資訊專長設計資訊系統，讓志工在發放、義診能更加順暢；薛海勒是醫師，在主席教授邀約下投入義診；阿罕默德是滿納海國際學校的副校長，見證滿納海國際學校從無到有的過程。

阿罕默德誠摯分享：「親愛的上人，還有所有的慈濟人，臺灣的兄弟姊妹們，大家好！你們帶給敘利亞人的愛和關懷是無價的，我要代表敘利亞人，利用這個機會向大家說感恩！我和太太還有孩子們從敘利亞逃出來，在土耳其已經生活六年了。」

「二〇一三年時，在我居住的敘利亞城市裏，政府軍開始屠殺老百姓。有一天，政府軍的坦克車開到我們家前面，並且開始轟炸，之後他們抓了十五個年輕人，在他們的母親面前處決他們。我的女兒和太太都非常緊張害怕，此事在她們的心裏造成很大的陰影。我們雖然有幸逃到土耳其，但是生活如同掉到泥沼裏。我有六個女兒，其中三個已成年，有三個就讀普通的土耳其學校，已經讀大學了。我的家人是因為你們的幫助，才能得到目前

的生活與教育機會，我必須對你們說感謝。」

「在這幾天，我與各位相處，知道了什麼叫做善行，了解到了什麼是佛法，從你們的言行，甚至在呼吸之間，都可以感覺到法。我們從你們的身上學習，希望我們可以承擔更多的責任。我們如同一個希望走上光明之路的年輕人，有母親能夠在前面引導、在身旁照顧；而我們長大以後，可以靠我們的力量回饋。我將用虔誠的心回饋給大家，希望大家能接受。」阿罕默德並且用中文說：「謝謝慈濟、謝謝臺灣，我愛臺灣、我愛慈濟！」胡光中師兄表示，這是敘利亞老師自己學中文，再教他們，希望能向大家表達由衷的感恩。

胡師兄等人領敘利亞志工來到上人座前，上人對他們說：「好感恩，也很感動！當阿罕默德分享時，感受到你們

的苦，我的心在痛。很感恩土耳其慈濟人，用這分菩薩心來幫助我，把慈濟大愛帶到土耳其。自由與幸福是天下人共同擁有的，過去的過去了，把它當成一場夢，要把握現在，培養未來的希望。」

從惡夢中清醒

無論是在精進研習會中，滿納海國際學校校長主麻教授的分享，或是在溫馨座談中，幾位敘利亞籍志工的分享，字字血淚，讓各國慈濟人心痛不捨。上人對眾開示時嘆言，天下苦難多，世間沒有一個人活著完全沒有感受過苦。佛陀說苦、集、滅、道，就是教眾生觀察、體會這個世間真是苦，進而探究造成苦的原因，是從人的心念衍生、累積而來的；找到原因，就要運用佛法從根本滅苦，走上通達覺悟的大道。



◀ 莫三比克本土慈濟志工與上人座談，分享傳統手工藝品。
(11月10日)

「敘利亞難民原本在故鄉安居樂業，為什麼會有如今的人禍苦難？就是人心起了煩惱、無明，有欲念、起貪心，稍不滿意就起瞋心、發脾氣，不明道理、心靜不下來，就從少數人的衝突，演變成整個社會國家的大災難。」

「人禍比天災更可怕，一時的自然災難，受災的人們得到幫助，還可以復建家園；但是人禍影響深遠，就像剛剛聽到阿罕默德所說，戰爭的傷害非常殘酷，年輕人在母親面前被處死，他說起來還是很激動……我很期待，這樣的苦難能夠由很多人的愛心來彌補，讓

受苦的人心靈也可以放得下。可怕的遭遇就如作了一場惡夢，也會有從惡夢中清醒的時候，要把握現在、放眼未來，為下一代開創幸福、延續幸福，放開了心胸，不要記恨。」

上人說，慈濟能在土耳其建立滿納海國際學校，也是因為當時蘇丹加濟市的阿里市長、教育局長等人，真誠關愛敘利亞難民，由市政府支持慈濟成立學校，並補助敘利亞難民家庭，讓孩子們不再為了家計而辛苦勞動，能夠安心上學讀書。二〇一八年十一月，滿納海慈濟學校由美國教育認證機構評估審核通過，正式成為一滿納海國際

學校」，孩子中學畢業以後，可以拿到國際認可的文憑。

「再窮、再苦，都不能忽視孩子的教育。我很感恩主麻教授的承擔，為敘利亞孩子的教育而努力；看到他這次回來受證，我很歡喜。也很感恩胡居士，即使信仰不同，但是用心做慈濟，跨越了宗教名相，並用大愛庇護土耳其困苦人，並且幫助敘利亞難民。」

上人再鼓勵幾位敘利亞師兄，走過如同惡夢般的苦難境界，現在已經看見希望，而希望是來自於清淨無私的愛，請大家也用這分清淨大愛投入教育，讓孩子有希望的未來。

貪與貧

《農十月·十四至十五》

11
10
11



【靜思小語】過度消費將招致匱乏之苦，一念偏差，因「貪」致「貧」。

真實生命教育

十一月十日，兩場海外委員慈誠座談，在新店靜思堂進行。宏都拉斯的艾雷歐多羅弟兄分享時，幾度激動落淚；他生長在非常貧困的環境，直到十五歲才有鞋子可穿，後來為了謀生，偷渡到美國，努力工作十多年，存了五萬美元，才返鄉與家人團聚，也利用這筆資金整修住家、栽培兒子大學畢業，買了一部卡車做運輸工作，因為運輸工作結識張鴻才師兄，協助慈濟運送臺灣愛心米，因此成為慈濟志工。

當年他從宏都拉斯徒步走了三個月，才到美國亞歷桑那州，期間體力不支昏倒在沙漠裏，被墨西哥人救起；因為生命中曾遇貴人，所以現在把握機會助人。

上人開示時嘆言，聽到幾個國家的慈濟人所分享的，都

是非常苦的人間相；世間有許多有愛的人伸手救拔。這幾天，多位敘利亞師兄對各國慈濟人的分享，也是在做生命教育，讓大家聽見過去無法想像的悲苦遭遇，也看到他們的生命韌力，為了下一代的將來而盡心努力，讓人深感敬佩。

上人叮嚀大家，地球上所有眾生是生命共同體，即使生活在平安富足的環境，莫以為災禍離自己很遠，要照顧好自己的心，切莫恣意揮霍享樂，享福了福，福盡悲來。大家難得回臺一趟，要記住此行所見所聞，珍惜平安有福，把握機會為苦難人付出。

疼惜海外志工

十一月十一日，正逢農曆十月十五，隨師常住清晨向上人頂禮。上人叮嚀，這幾天聽

到海外志工分享，許多人要來臺灣一趟非常不容易，像是中南美洲國家、非洲國家的本土志工，要歷經幾次轉機、長時間的航程，經濟上無法負擔，即使有發心的慈濟人幫助，但若非他們很有心，也不能忍耐種種辛苦而達成受證。

「我很疼惜這些慈濟人，也希望大家用同樣的疼惜之心去招呼他們。此外，也希望你們從而看見人間疾苦，感受苦諦，要用心把握，印證佛陀所說，人間是苦，從他們的身上學習、印證佛法。在慈濟，無處非道場、無人不說法，人人身上都在說法，我們的舉止行動也在說法，人與人之間的互動都要多用心。」

預約人間淨土

一九九一年，慈濟與行政院新聞局、勞委會舉辦「幸福

人生」系列講座，由上人公開演講二十三場，之後由各地慈濟委員承擔，長達八年，共舉行一百三十三場；一九九一年四月一日，慈濟與金車基金會合辦「預約人間淨土」活動，推廣環保護生、珍惜地球的觀念，並推出綿羊撲滿，啟發臺灣民眾日行一善。

上人與北區慈濟志工座談，多位資深慈濟人談起幸福人生系列講座，以及預約人間淨土活動，當年擔任金車基金會執行祕書的林偉賢先生亦表示，當時與慈濟志工一起做事、投入活動的過程，深受每一位志工真誠無私的行事態度感動，這是一段很美好的人生時光。

「這麼多場講座，我都無法事先打草稿，因為時間太匆促，總是走到哪裏就說到哪裏，把自己看到、聽到的人間事，以及自己的想法告訴大家，呼籲大家共同為人間、為社會付

出愛心。我是用很誠懇的心，說真實的話。一路走來，能夠得到這麼多愛的能量支援，就是因為誠與正——全球慈濟人都以誠懇的心，跟著師父走，方向正確不偏。」

上人也強調，「預約人間淨土」不只是二十多年前的一次活動，這是慈濟自草創以來就秉持的心念，從日存五毛錢的「竹筒歲月」開始，就不斷地向大眾呼籲愛心，把握機會邀約人行善，藉以淨化人心。

「天下苦難多，許多人如同身處地獄般身心煎熬，要如何預約淨土、何時可以看見淨土呢？許多慈濟人都說，因為接觸慈濟、看到靜思語，轉變了觀念，人生也從此轉苦為樂。所以我很感恩高信疆先生促成《靜思語》的出版，還有後來的多種語文翻譯，讓更多人接觸靜思語而改善人生。」

上人表示，這幾十年來，

大家做到了許多以前不敢做，或是想不到自己也能做到的

事，例如為了幸福人生系列講座，站上講臺對大眾演講，或是拿起筆來寫文章，還能編輯出書。都是啟發了一念心，就非做到不可；憑著這分精神，做到了這麼多事。「所以說，不用計較學問高低，但是要計

較時間，把握做事的機會，豐富自己的人生。」

上人肯定大家運用生命投入，寫下寶貴的歷史，而且所做都在利益人間，做淨化人間的教育，確實在「預約人間淨土」。

上人也叮嚀，見世間苦相，要懂得自我警惕，即使平安有福，但若一念偏差，也有

可能一無所有，需要他人救助。「貪」與「貧」的字形相近，人也很容易因「貪」致

「貧」，過度消費將招致貧窮匱乏之苦。「祝福大家永遠是『富中之富』者，身在福中要再造福，還要超越造福、得福的想法，付出無所求，到達菩薩淨土。」

11
12
13



《農十月·十六至十七》

集善家庭

【靜思小語】減少殺生造業，從帶動家人做起，茹素家庭就是集善家庭。

自然法則，過程感受皆是苦；無常人生也處處示現，不分年齡長幼。所以要把握還可以做

事的每一天，提升生命價值。雖然自己近來深刻感受到老與病之苦，仍然自我加油，

不願意讓生命空過分秒。「生病了不要怕別人知道，色身一定會老化，功能會衰退，所以要把把握還能行動的每一刻；把心照顧好，人生既然來了，無論面對什麼境界都要歡喜接

難捨學習捨

十二日，與桃園區慈濟人座談，上人嘆言，世間沒有一個人可以永遠不生病、永遠不老死，生、老、病、死是人生

受，也要充分利用時間，因緣已盡就離開。我們對親愛的家人或法親的離世，當然會很不捨，但是再不捨都無法挽回，所以要學會『捨』，前腳走、後腳放，才能繼續往前進。」

一位師姊遭酒駕者撞擊往生，女兒悲痛不已，希望法庭對肇事者從重量刑。上人勸慰：「媽媽走入慈濟，她的心很寬大，對於無親無故的人，若是受災受難，都願意去幫助他們，她也會用這分寬大的心原諒對方。你愛媽媽，就要學媽媽，把心打開，不要再糾結，讓自己這麼痛苦。我能理解你的苦，這群平時和媽媽一起做的慈濟的師姑、師伯也很不捨，但是我們要想，媽媽會怎麼處理這件事？」

「相信對方絕對不是故意的，不過喝酒駕車就是不對，媽媽的生命因此消逝，我們要求他戒酒，可以救他一家，也讓

社會看到了人能彼此原諒，也是一種教育。媽媽此生行菩薩道，她一步踏出去是要造福社會，另一步踏出去是在增長智慧，期待你也要跟上，造福人間也要增長自己的慧命，承擔媽媽的會員，幫她收功德款，照顧這些一直跟著她做慈濟的人，維護他們的善根、善種子。」

「最有價值的人生就是造福人間、慈悲利他的人生。要把憂愁、煩惱、計較的心轉過來，變成慈悲利他的心，為人多設想，讓媽媽的生命能夠教育人。」

見師姊的女兒仍然無法釋懷，上人說，肇事者不願和解，在法律上無法了結，受纏擾的是他，他自己生命中的因果果報也無法了結。「對方有自己的業力而受牽絆，我們不要與他的因緣糾纏；即使法庭訴訟到後來能讓他入獄服刑，也只

用心去做。所以我欠了很多人情，來世要用更大的力量回報大家；也期待我們要牽好這分來世情，生生世世，永永遠遠都要走入菩薩道。」

十三日，在新竹靜思堂舉行的慈濟人聯誼會中，上人說，從靜思精舍的靜思法脈精神為起點，開創慈濟宗門，各地都有貼心弟子。「我很感恩精舍這群修行者，天天勞動，沒有一刻清閒。有時接觸到他們的手，一雙雙手粗糙變形。他們甘願放下很好的生活，一直陪著我清苦修行，從來沒有怨言。」

「出門行腳，每當搭車抵達慈濟會所，門外就有一大群慈誠菩薩；若是風大的時候，大家排出緊密的人牆，還拿著大雨傘要為師父擋風。大家用行動、用虔誠、用孝順、用愛，一直陪伴著師父走。」

「女眾委員們也很貼心，穿著繡花鞋走遍長街陋巷，走

是監獄裏多一個人，教育不了社會。所以說，不要計較，他不解脫，我們要趕快解脫。」

讓生命有用

上午舉行的桃園歲末祝福典禮，是臺灣第一場歲末祝福暨授證典禮，兩千四百八十位桃園慈濟志工感恩領受上人祝福。上人叮嚀新受證的慈濟人，已走在菩薩道上，要虔誠精進。

「大家自從發心立願，經過見習、培訓，探討慈濟如何為人間付出，了解菩薩精神與方向，這一段時間的觀察與學習，決定受證成為委員、慈誠，是智慧的選擇，而非出於一時的感動。相信在這段時間，你們參與訪視，關懷苦難人，可以看見人間苦相；前幾天在臺北，有來自二十六個國家地區的慈濟人返臺，參加海外培訓委員慈誠精神研習，從他們的

出一大片福慧地。委員向大家勸募，如同修行人沿門托鉢；雖然是在家人，但都是真正的佛弟子，聞法、說法、傳法，而且是身體力行的典範。」

新竹的慈濟志業從洪貴美、鄭莊師姊等幾位開始做起，如今將近四十年了；上人說，現在來到新竹，一下車就看見浩蕩的菩薩隊伍，期盼大家道心堅固，不只是聞香積的「香」而來，也要「薰法香」，生生世世薰陶佛法。

上人肯定香積志工用心，讓大家歡喜茹素：「要從自己開始，帶動家人素食，茹素家庭就是集善家庭，減輕殺生造業的機會；還要從自家推展到社區，帶動家家戶戶茹素，減輕社會的殺業，也減輕飼養動物造成的環境破壞與污染。現在氣候異常，災難偏多，我們若不趕快做，真的無法防災、無法平安。」

分享，也聽到了難以想像的人間苦難，很令人心疼。」

海外慈濟志工在苦難的環境裏，盡心盡力救助貧病苦難人，如同在乾枯開裂的土地播種，很努力地匯集點點滴滴愛心灌溉，讓種子發芽；辛苦耕耘多年，現在已經可以看見乾旱大地有綠意，希望在前。

上人勉勵大家學習典範，好好把握時間：「師父這次出門行腳，是拉著自己的生命努力走出來的，我認為只要活著，就要讓生命有用；何況看到國際間的慈濟人這麼努力，我能不加油嗎？與大家共勉，發揮『覺有情』的菩薩良能，為人間付出。」

牽好這分情

「雖說師父不受供養，其實我這一生受了最大的供養——只要師父怎麼說，慈濟人就



上人走訪桃園福興環保站，讚歎人人天天做好事，耳聞善法。
(11月15日)

11
14
15



《農十月·十八至十九》

做自己的主人

【靜思小語】了解因果報之苦，選擇做自己的主人。

助人的原則

十一月十四日，桃園區第二場歲末祝福典禮，上人提到，從典禮播放的二〇一九年《慈濟大藏經》影片，可以看到慈濟人走過的許多窮困國度，居民缺乏安全的棲身之所，有些貧苦村落沒有平坦穩固的聯外道路；回過頭來看自己生活在臺灣，實在是幸福得多了。

上人說，看見天下苦難，要了解人間苦從何來，更要體會因果報的可怕。有的人一出生就是在惡劣的環境裏，或

是原本生長在富裕家庭，但是無常一來，就承受者不堪忍耐的苦。反觀自身平安有福，可以做自己的主人，就要用心思考：要做「富中之富」或是「富中之貧」？即使生活清貧，還是能自我選擇，成為「貧中之富」——富有愛心，樂於助人。

常常從大愛新聞看見慈濟人協助無法整理家庭環境的照顧戶打掃，垃圾堆積如山，清理過程不斷有蟑螂、老鼠竄出，師姊們強忍恐懼繼續清洗環境，直到完全打掃乾淨為止。「五十多年前剛成立慈

濟，有一位富家太太來協助功德會記帳，後來也跟著去看貧戶，就拿一條手帕遮著鼻子。我知道以後就告訴她們：『不要傷到人家的自尊心，不論他們生什麼病，我們自己有衛生常識就好，出來多洗手，進去不要手搗著口鼻。』現在我也會提醒慈濟人，要協助照顧戶打掃，戴口罩、戴手套去做，做好衛生防護措施，但是不要傷到受助者的自尊心。」

「眾生平等，幫助人也要尊重人，這是慈濟人間菩薩的原則，不僅不捨眾生受苦，還

要感恩對方示現苦難，感恩對方願意接受我們的幫助，成就我們行菩薩道。」

這個場次有近三千人參與，七十七位委員、慈誠與榮董受證。上人期勉師徒之間心志合一，造福人間，拔苦予樂，「苦既拔已，復為說法」，在人間廣布善種子。

「五濁惡世中，人心混亂、人禍動盪，必須有菩薩在人間淨化人心、安頓人心。慈濟人發願生生世世跟著師父做慈濟，但是每一段生命有長有短，來來去去有先有後，所以我們要相互引導，先到的等師父，後來的再來接。」

上人說，修菩薩行是生生世世的長遠路，師徒之間要延續「過去」所結的因緣，把握「現在」勤精進，「未來」再續緣，接續力行菩薩道；心心念念都在菩薩道上，不要偏差，分秒不空過。

知心的菩薩

十一月十五日，上人走訪福興環保站、桃鶯共修處、八德靜思堂。在福興環保站，聽到站內正在播放開示錄音，遂對環保志工們說，無論師父有沒有來，只要大家把師父說的話放在心裏，師父就永遠都與大家同在。

上人感恩大家用心做資源回收，減輕地球負擔、守護地球環境；剛才聽到一位老菩薩說她快要九十歲了，十多年來，天天搭兩班公車到環保站做事，很令人讚歎！年紀大、經驗多，就是人間的寶。在環保站口說好話，與大家分享人生經驗；人人手做好事，耳聞善法，每天快樂無擔憂，將功德帶回家。祝福大家天天健康身體好，做環保無煩惱。

來到桃鶯共修處並繞看裏外環境，由林仲篋師兄等人導覽介紹。上人讚許室內古樸典雅，戶

外景觀優美，內外相應；就如人生在世要內修外行，由待人接物、儀表言行展現內在品德。

「這裏的土地很開闊，樹木種得多，也修剪、整理得很美；還能聽到水聲，很有韻律，好像在唱歌。雖然匆匆走一圈，但是對我來說是很難得的享受，我很滿足。」

「我的人生所求不多，但是想要知道的很多，想要了解天下事，天天所關心的是全球環境與眾生安危。所以我一定會收看大愛臺，各位也一樣，你們打開大愛臺，就能與師父一起看天下，而且大愛臺報真導正，讓我們正確了解天下事。」

上人說，大家天天從大愛臺接收天下訊息，也能從大愛臺聽到師父說的話，把師父的話聽入心，都是「知心菩薩」，了解師父的想法，也很清楚師父所要做的事情，與師父同行慈濟菩薩道。

上人致贈回收寶特瓶再製的筆，請大家珍惜資源，做好回收，讓資源循環再利用，保護大地環境；送筆給大家，是希望人人善用生命，利益天地人間，用智慧做好人生課題，寫盡天下好文章。

人人有佛心

與嚴聖炎師兄及宗教處、大愛感恩科技公司主管同仁談環保志業推展，上人表示，環保的脚步不能停歇，必須步步前進，否則環境崩壞的速度愈來愈快，再不來會來不及，恐怕也「做不及」。

「今天從桃園靜思堂到環保站，有環保車載回收物回來，後面有人說，『好臭！這裏還沒有整理好』，我聽了實在很不捨。這些環保菩薩願意在這堆回收物當中做事，天天忍受不好的氣味，還有人說她在環

保站付出十多年了，不曾看過師父。雖然他們不曾親自與我會面，但是他們認同我所說的，做就對了，不需要師父當面鼓勵，就能長久堅持。」

「曾對大家說，『垃圾變黃金，黃金變愛心，愛心化清流，清流繞全球』；其實三十年前剛剛要推動資源回收，環保風氣未開，大多數人認為廢棄物就是垃圾，還不太知道如何做資源回收。而慈濟人總是認定：『師父說要做，那就去做就對了』，默默付出，一路走來，做出廣受重視的成果。」

「對的事情要有人做，而且人人有志一同；每一個人都有一顆相同的心，那就是佛心，只要提起佛心，就不忍地球受傷害，不忍眾生受苦，會發自內心付出。」上人說，地球環境告急了，急需全球人共同搶救，所以慈濟環保還要再精進，做得更好，帶動更多人響應。

11
16



《農十月·二十》

分秒不空過

【靜思小語】時間帶走每一秒的生命，生命也在每一秒中累積價值。

慈濟長照

於臺北慈濟醫院，新北市侯友宜市長率市府團隊來訪，上人感恩市府對慈濟的肯定，讓慈濟人更有信心，持續在社區裏照顧貧病。像是在座的臺北慈濟醫院醫療團隊與慈濟人醫會醫師，不只是在診間看診，若是發現病患家庭有困難，也會提報慈濟基金會評估補助生活；慈濟醫療人員到偏鄉義診，見到病患無力整理家庭環境，也會安排時間協助清掃。

上人說，慈善與醫療結合，能夠照顧貧病人的身心及其家庭。目前政府推動的「長照」，其實就是慈濟在五十年來所做的；只不過現代社會高齡化，家庭結構也不再是代代同堂的大家庭，年長者獨居或兩老相依的狀況愈來愈普遍，孩子在外地無法照顧；政府推動長照，可以照顧其生活，然而年長者更需要有人陪伴、與人互動。

「政府推動長照，已有專業人員投入，我還是對慈濟志工說，有政府的推動，可以減

輕慈濟補助的負擔，但是志工對照顧戶的那一分情是減不了的，仍然要去關心他們，讓人感受到溫暖的愛，不會孤單。」

「慈濟人期待有機會為需要的人服務，不要讓這分熱情消失或中斷；慈濟人不怕承擔得多，只要有機會為社會盡一分心力，救助、陪伴弱勢家庭，都真誠感恩。」上人也談到，許多慈濟志工已是長照政策照顧的對象了，但是他們不希望「被長照」，發願要「長照」別人，八、九十歲甚至

百歲的志工，還在服務社會人群，做得很歡喜。

上人認為，長照政策要照顧的是真正有需要幫助的貧病殘老，其實許多人到六十五歲仍然很健康、很有活力，要鼓勵大家把握健康的身體多為社會人群付出。

點滴人生

臺北慈濟醫院歲末祝福典禮，共一千三百多人參與；午後，醫療主管同仁及慈濟人醫會志工來到新店靜思堂座談，上人身體不適，吊著點滴和大家說話。

上人打趣表示，自己這幾十年來總是「點滴人生」，不只是經常生病打點滴，而且慈濟成立以來，也是靠著慈濟人日存點滴、向大眾募集點滴善款，救助天下苦難。

「慈濟醫院的同仁與人醫

會，都是有志一同，投入醫療、慈善工作，醫人、醫病、還要醫心，這就是慈濟醫療人文。聽到大家分享醫療個案，每一則個案故事，都讓人看見生命的苦難，也能看見生命的價值。」上人表示自己之所以堅持出門行腳，為海外與各地慈濟人舉行歲末祝福，就是希望愛的能量像典禮中的點傳心燈一樣，能夠燈燈相傳，一個人可以啟發、接引許多人走上菩薩道；受接引的人能再去啟發、接引其他人，世世代代不斷傳承，在人間帶動愛的循環。

「每年一次的歲末祝福，對我來說是大事。雖然時間分秒不停，帶走了每一秒的生命，但還是要把握當下的每一秒；生命不能空過一秒，在每一秒累積生命價值。」

上人感恩醫療團隊不辭辛勞，用自己的生命走入病患的

生命搶救其生命；即使手術完成，病患已經脫離險境，同仁的心還是掛在病患身上，直到病患安然出院，心才能放下。

這分精神值得自己稱醫師們為「大醫王」，也就是心目中的活佛；稱護理同仁為「白衣大士」，也就是心目中救苦救難的觀世音菩薩。無論在哪一個科室，同仁們所做的工作都在守護生命、守護健康、守護愛，所以對大家都是同樣地尊敬與感恩。

「今天享受到了一家人團圓的喜悦，更享受到人人法入心的法喜。但願院長、副院長、各位主任、各位菩薩，要永久維持這分喜悦，世世代代傳承志業慧命。」

11/17



《農十月·二十一》

腳步跟緊

【靜思小語】「腳踏出「造福人間」，另一腳接著踏出「增長智慧」，行菩薩道有進無退。」

會合大地與和風

與北投區志工談話，上人期勉努力招募人間菩薩，有進步要更精進，因為行菩薩道是有進無退的，「腳踏出「福」，另一腳就要接著踏出「慧」，如此接連不斷，造福人間、增長慧命。」

上人說，淨化人心的腳步不可停歇，因為唯有淨化人心，才能淨化空氣與大地，緩和全球暖化、氣候變遷；也唯有淨化人心，人與人之間才能有「和敬無諍」，同心協力耕福

田，人人共福緣。今年歲末祝福主題是「誠正信實為大地，慈悲喜捨為和風」，人人都能誠正信實，發揮慈悲喜捨，大地與和風會合起來，全球才能平安。

無論社會人心如何變化，慈濟人還是「對的事，做對的事了」，克服困難阻礙，人人同心朝同一個方向邁進；上人教大家學習常不輕菩薩的精神，平等尊重每一個人，已度者度當度者，當度者度未度者，相互影響與帶動。不論有沒有排到勤務，都要讓人知道活動訊

息，只要有意願、有時間，就可以投入。不必規定誰能來，誰不能來，讓人失望而回，損傷了道心；只要來了就可以歡喜投入，增長福與慧。

安心穩定前進

三千四百多位臺北慈濟人齊聚新店靜思堂，參與北區第二場歲末祝福典禮；慈濟基金會陳紹明副總、慈濟委員陳黃月玫師姊的兒女，上臺分享在父母往生後，他們發願傳承志業。





◀ 新北市福營環保站前身是釣蝦場，許多老菩薩在此投入環保二、三十年，上人感恩人人發心長長久久，讓釣蝦場變成「福營」。
(11月18日)

「在場許多老菩薩投入二、三十年了，師父感動，大家發心長長久久，與師父走同一條路，讓釣蝦場變成福營，每天都在造福；大家不只在環保站裏做事而已，透過大愛臺的傳播，大家所做的事可以教育天下人。」

上人來到三重園區，與社會推廣教育「人文飄香」課程的學員互動：「師父來到門口，已經聞到香味了；課堂上人文飄香，大家也要記得薰法

許多好人作伴，做事做得很歡喜、很感恩，回到家裏也要感恩——感恩自己平安、歡喜度過一天；感恩兒子、媳婦、孫子讓自己有溫暖的家；即使只有自己一人，也要感恩自己擁有健康身體，不需要別人照顧。」

上人也叮嚀，上了年紀，每天的行動都要注意，不要跌倒受傷；照顧好身體，也要照顧好心靈，如果別人做的事、說的話不如己意，就要原諒，因為「原諒別人就是善待自

釣蝦場變成福營

上人前往新北市新莊福營環保站探視，和志工們歡喜互動：「我記得這個環保站過去是釣蝦場，我們現在也在『釣』——將被丟棄的寶特瓶一支一支釣起來，資源回收；這些廢棄物都不是垃圾，來到我們的手裏都能變成黃金，讓黃金變愛心，愛心化清流，清流繞全球。」

香，不要放任時間空過，能夠為了慈濟事而忙碌就是福。」

上人抵達蘆洲靜思堂，與志工及會眾說話，提及剛剛途經巧藝坊，看到老人家運用回收物做出很多美觀實用的物品，「我進去抽一支靜思語籤：『原諒別人就是善待自己。』我們心中時時感恩，就沒有不能原諒的人。」

【靜思小語】努力付出雖然辛苦，但心中無苦，還會感受幸福。

不辛苦，很有福

《農曆十月·二十二》

11/18



「記得當年，慈暉（陳黃月玫）還很年輕，就有如同慈母的慈悲形象，所以師父給她的法號是慈暉；她謹記師父的叮嚀，發揮『慈暉』——用如同媽媽般的慈悲心去愛護一切。自從夫妻皈依、投入以後，全家移居花蓮。花蓮慈濟醫院成立以後，陳副總就開始協助行政工作；之後慈濟護專創校開學，陳副總又投入護專，隨著護專成為技術學院，再成為科技大學，他都沒有離開。」

上人提到今年九月，陳副總在志策會後上前告知，他罹

癌即將入院治療。「那時我告訴他，安心接受治療，師父為他祝福，豈料這是我們師徒最後一次當面對話。他曾經說，『溪埔地成育才良田，教育之路堅守人文』，這是他三十多年來在花蓮、在師父身邊，耕耘教育福田的肺腑之言。現在雖然慈暉也往生了，不過兒女都在慈濟天家庭裏，傳承志願，把愛延續下去。」

「他們夫妻這一生一心一志，與師父同心願、同步走；他們相隔二十多天往生，希望也能同時『再來』，在覺有情

的慈濟道路上相伴同行。以前師父告訴大家，我一路跨大步往前走，你們腳步要跟得緊；我走一步，你們就要跑八步。現在我已經體會到自然法則，身體病痛讓我舉步維艱，外在的大乾坤與身體的小乾坤都在無常變動中，生命要好好利用。」

上人說，大家自從投入慈濟，一路走到現在，已經可以看見四大志業對社會人間的貢獻，要安住心，穩定腳步繼續向前走，更要做好傳承，才能接接連連、長長久久。

己」。平常來到靜思堂，要吸收好話；如果在家要看電視，就收看大愛臺，讓心與腦天天接觸到法，增長慧命。祝福大家身體健康、日日歡喜無煩惱。

在人心中種福田

菲律賓民答那峨島十月底接連發生強震，參與勘災發放的菲律賓慈濟人分享，雖然山路險峻、過程辛苦，但此行圓滿以後，心中只有滿滿歡喜。

上人感恩大家不辭辛勞，及時救苦救難，但仍提醒要確定災情已經穩定，能夠保護好整個團隊的安全，才能進入災區；要提起菩薩的慈悲與智慧，悲智雙運去救助。「發心造福人間，不忍眾生受苦難，這是慈悲；在付諸行動以前要用智慧考量，謹慎行事，照顧好自身和同行法親的安全，才能輕安喜捨。」

慈濟人平時鼓勵大家，在不影響生活的範圍量力付出，點點滴滴累積出一股力量，在世間有災難時，就能幫助受災人度過急難。對苦難人來說，慈濟給予的是一股確實能夠度過危難的力量；對捐款人而言，也看見自己平時的付出真正救助苦難，大家會很安心。

「我們向大眾募心募愛，是在人心中種福田。其實人本來就有這片福田，但是如果沒有用心耕種，缺水乾旱、缺了種子，荒蕪許久難以復耕，這畝田還是『死田』，無法生長作物；需要有人從旁協助，讓『死田』恢復成『活田』。」

菲律賓民眾信仰多元，上人叮嚀，慈濟要在菲律賓樹立起誠懇、包容、慈悲喜捨的佛教形象，為苦難人安身、安心、安生，付出無所求，不會要求他們改變宗教信仰，但是要讓他們心中有慈濟，知道這

是佛教帶來的福；是慈濟人用智慧、費心力，用尊重、祝福的心給予的救助物資，讓他們懂得珍惜。慈濟人也要再用心，把握因緣幫助孩子的教育，希望他們有朝一日能翻轉世代貧窮的人生。

上人對大家說，在人群中行菩薩道，一定會面對不同觀念、想法的人而造成阻礙；無論如何，自己的心要對準方向，慈濟人要相互扶持，感恩、尊重、愛，和敬無諍共福緣。若是彼此真誠感恩，互動時的聲色就會和和氣氣；要常常面帶笑容，讓人看了歡喜，與人結好緣。

「真正投入去做，才能有體會、有心得，會覺得即使做得很辛苦，但是心中無苦；努力地付出，得來的是福。這分福的感受，沒有人能與我們分享；這一顆福的種子，會種在我們的八識田中，生生世世都在。」

11
19

《農曆十月·二十三》



君子之風

【靜思小語】慈悲喜捨、真誠付出，如和風吹拂人間，化解煩惱濁氣。

心態健康，拋掉煩惱

慈濟從二〇一六年開始與臺灣盲人重建院合作，幫助許多後天失明者學習按摩等技能，得以有維生的一技之長；盲人重建院的總部位於新北市新莊區，臺北慈濟醫院也提供健檢、衛教與實習機會。

重建院人員由長期關懷他們的慈濟人陪伴前來，向上人表達感恩。上人開示：「要感恩引路的人，莫忘創建者，讓大家有方向，有個可以依靠的家。我也感恩曾居士（盲人重建院創辦人曾文雄先生）作為

引路人，那個時候就是曾居士來談起盲人重建院之事，更感恩慈濟人一呼百應，都樂於去關懷。」

「有人是眼睛慢慢看不見，也要感恩，感恩過去看過人間的色彩，現在聽到別人形容東西是紅色的，腦海中的色彩就浮現了；聽到貓、狗的叫聲，也會浮現貓、狗的形象，種種事物都印記在腦海中。」

「其實，人身五根——眼、耳、鼻、舌、身，要保持一輩子都健康無缺實屬困難；就如我現在也看不清楚，但是我歡喜接受，因為感恩過去眼力還

不錯，什麼都看得到，現在自然老化了，就歡喜接受。要維持平常心，無論身體有何變化，心境如常；只要我們的心吸收了佛法，能夠力行經典道理，就能踏實精進，修福與慧。」

「若要說公平，我也會覺得不公平啊，難道老了一定要生病，一定要接受身體老化的不便嗎？我有好幾位弟子超過百歲，他們走路挺、做事快，現在還跟著團隊上山、下鄉去付出呢！總而言之，心理健康勝過生理健康，如果能把煩惱都拋掉，世間就沒有難得倒我們的事。」



◀上人於新店靜思堂主持歲末祝福，讚歎環保老菩薩年輕時照顧家庭，年老照顧大地，粗糙的雙手最為美麗而萬能。（11月19日）

上人勉勵在場各位，用平常心過日子，用感恩心接受大家的關心，用健康的心態付出、付出再付出，創造生命的價值。如果想要做很多事情，一定要接受很多聽來覺得不公平的事；但還是要勇敢邁步，不要受到障礙就停步。

誠善之美，君子之風

北區第三場歲末祝福典禮，有三千四百多人參加；慈濟人回憶「那一年」——二〇一五年六月，新北市八里八仙樂園塵爆事故，志工長時間關懷陪伴傷者與家屬；以及八月蘇迪勒颱風在新北市新店、烏來、三峽造成災情，慈濟動員協助鄉親清掃家園。

上人開示，人們立足在大地上，頭頂著天，能感受到空氣愈來愈污濁、氣候變化愈來愈極端，人心也是濁氣重重——

貪、瞋、癡、慢、疑等無明煩惱如天羅地網，讓人看不清事物、找不到方向。大家投入慈濟，找到了人生方向，就要邁開步伐，勇猛精進；踏出一步「慈悲」造福人間，後腳接著再踏出一步「喜捨」，在菩薩道上福慧雙修。

「誠正信實為大地，慈悲喜捨為和風」；慈濟人內修誠正信實，外行慈悲喜捨，以感恩、謙恭的態度，付出無所求。上人說，慈濟人有不同的生活背景、社會地位，但是只要社會人間有需要，大家請假做慈濟，團隊合和互協，用真誠的愛為人付出，展現「誠善之美」。慈悲喜捨的和風，是慈濟人的「君子之風」；與慈濟人互動，不會感受到煩惱濁氣，只有清朗的藍天白雲與徐徐和風。

「各位動員到各地付出，總是展現整齊的行儀，不受污

很好，但不要將所有的無明接來放在心中，也會起煩惱。面對著社會大空氣，要記得『誠正信實為大地，慈悲喜捨為和風』。」

慈濟大經藏演繹之後發願：「聞法入心行六度，安住大悲常不輕，莫忘初心勤接引，以苦為師安樂行。恭請上人常住說法！」上人回應：「常住說法，法本來就在人心。期待師徒心法一致，時時刻刻不忘法，生生世世永相隨；請大家莫忘初心，莫忘這一刻的發心。過去所做的一切，成就此生的生命價值，所有善因福緣藏在八識田裏；更要努力走入第九識，就是乾淨無染的如來本性。」

人生畫紙，福慧充實

下午兩場慈濟人座談，其中張鈞翔師兄分享運用「樸實

染，身心清淨；投入心力付出之後，滿心歡喜，不會記掛過去我們在哪裏做了多少事，但這都是我們生命歷程的一部分。教大家『莫忘那一年』，除了自我肯定生命很有價值，也要感恩一起付出的夥伴。假如沒有這麼多人一起付出力量，我們就沒有辦法做到這麼多事。」

上人說，慈濟人為社會吹拂慈悲喜捨的和風，卻欠缺正氣和風；當社會傳出批評指責的無明言論，將人心籠罩在無明風中，慈濟人仍然低頭默默做好事，無法勇敢抬頭回應，不能用和風吹向無明，化解人心的無明迷茫。

上人叮嚀，不讓自己的心受無明困縛，也要把握機會導正偏差迷茫的人心。「聽到無明言論，或許說的人無心，我們聽話要細聽，回過頭來要善解；有開闊的心去包容一切是

藝術」接引不同年齡層的學員，用繪畫表達想法，畫出不同的人生面相。上人讚佩有學員只是看著相片就能畫出非常逼真的人像，然而分秒不停，人的形象隨著時間變化無常，最能留得住的是記憶，要時常啟動腦細胞，思慮要清晰，認清方向不斷精進，隨著時間累積福與慧。

上人說，「閒閒無事」的人生不是真享受，因為時間空過，人生的畫紙空白；即使是在環保站裏，忍受尚未整理乾淨的回收物氣味，環保志工仍然長時間投入其中，手中忙著做分類、耳朵聽著法語，每一秒都在為大地付出，為自己的生命畫下充實的人生畫面，彎腰撿起別人丟棄的可回收資源，就是「捨福」，任意丟棄則是「捨福」。

「臺灣很有福，福氣就像保護罩，保護臺灣平安；保護

膜要靠大家照顧與維護，否則有一點點破洞，那就漏氣了。要照顧好福氣，就要照顧好自己的心，讓家庭有倫理，社會有秩序。」

上人談到，大家喜歡用「彩色人生」形容人生豐富精彩，其實「黑白」分明的人生才不會模糊失焦。人剛出生時，人生一片「空」，但是「空中妙有」，「有」的是過去生

帶來的業因、業的種子；隨著年歲成長，這顆種子會聚各種因緣，長成花、草或樹木，各不相同。但是眾生本具真如本性，這分純淨美好的心性平等的，沒有貧富貴賤之分。

慈濟人向大眾募心募愛，並且把握機會淨化人心，就是要啟發出這分最為純淨美好的本性，也就是自己最疼惜的一念心。上人叮嚀，不要空過時

間，要「由空造妙」，造出妙有的人生。

「人生如夢，如虛、如實、如空、如妙有。我們每天就要在這個如空但是妙有的世間，把握因緣認真做志業。因為『空』，所以不執著，但是妙『有』真理，所以要把把握因緣創造生命的價值，所做的事點滴不漏，回歸慧命福田之中，一顆顆種子都能夠從一生無量。」

11
20
~
21



《農十月·二十四至二十五》

跨過門檻

【靜思小語】心不要設門檻、造坎坷來障礙自己，就有路可走。

志工心中的寶

二十日，北區第四場、第五場歲末祝福典禮舉行，其中超過

一千三百位環保志工參與。蘇美蘭師姊上臺分享做環保二十多年的心路歷程——

她和先生經營早餐店，受

到來店裏回收的志工接引投入環保。先生陳炳宏很反對她做回收，經常故意把整理好的回收物踢得滿地都是……無論如

何，她還是堅持做環保，而且親自開環保車。後來炳宏師兄受到感動，不但和她一起做回收，還偷偷賣掉自家轎車，購入環保車，夫妻同行做環保。炳宏師兄在前幾年罹癌往生，往生前交代美蘭師姊，要繼續做環保，他來生還會回到慈濟世界，需要她的接引，續行菩薩道。

上人開示，感恩環保志工一投入就是十幾二十年，大家有不同的家庭背景、身分地位，卻不怕不了解的人嘲笑，放下身段一路堅持。「看見環保站有不少八、九十歲的老菩薩，即使上百歲也還在做；還有年幼的小菩薩跟著阿公、阿嬤來做環保，師父很讚歎。大家身體健康、行動自如，最讓師父歡喜；你們天天到環保站，和大家一起聽好話、說好話、做好事，天天都很快樂，很有福！」

環保志工捧著回收寶特瓶製作的愛心，以及一顆地球，列隊走到上人面前真誠發願：「鼓掌雙手做環保，街頭巷尾做道場，上人慈悲為救世，弟子慇懃做慈濟，堅定道心信願行。」

經藏演繹後，上人開示：「我是你們的寶，你們每一位都是我生命中的大菩薩。要救地球，是要身體力行去做，師父只能呼籲大家，感恩你們聽了我的呼喚，一呼萬應，共同守護地球。我們人人都要用雙手捧著、呵護著地球，讓地球轉得自然、轉得健康。」

師徒心心相連

二十一日午後，第一場志工座談中，有師姊談到自己的入生歷程，向大家說了一部苦經。上人開示，世俗家庭有種種牽絆，家家都有一本難念的

經；幸好大家走入慈濟，聽聞佛法，法譬如水，點點滴滴滋潤心田，面對境界就能平靜以對，知道是過去「歡喜做」造的因、結的緣，現在果報現前，就要「甘願受」。

「世間苦，苦的原因是自己甘願『集』來的，感情糾纏，一纏下去就纏不完，煩惱另一半不是對自己不忠，孩子不健康、乖不乖，要照顧生病臥床的公婆等等。對於堂上尊長，要用感恩心孝順他們，同時也能對孩子做家庭倫理教育。境界來時甘願接受，不要埋怨、悲嘆。」

「在自己的小家庭，我們盡責任，走出來可以和慈濟大家庭的法親會合，和這麼多好人結緣，要感恩、要慶幸。你們去照顧貧病苦難人，這些人都與你們非親非故，你們可以『無緣大慈』，為什麼對自己的家人無法『同體大悲』？慈



◀ 每場歲末祝福典禮中，多個場地同步進行，靜思精舍常住師父到各點致贈福慧紅包，表達感恩與祝福。
(攝影／宋岱淳 11月23日)

濟人就要這樣轉心念，心輪轉則法輪轉。」

第二場座談中，上人坦言自己現在行動不甚俐落，視力也大不如前；一直很努力地自我加油，希望可以不必由人攙扶就能平穩走路，不必有人在旁提醒哪裏有門檻要跨過、有樓梯要爬幾階等等。

「雖然現在走起路來覺得很坎坷，不過我的心都是平的。人生路本來就很平，是心在造坎坷、心在造門檻障礙自己。聞法就要把法聽入心，師父說到、你們做到；不要自己設門檻，外在的門檻，我們就抬腳跨過。即使過去的人生如一團

迷霧，現在投入了、知道理了，就把迷霧撥開，讓心維持明朗，有很清楚的道路可以走。」

「師父這一輩子一路走來，一秒鐘都沒有浪費。即使現在身體狀況不好，我也提醒自己，要把每一天都當作最後一天，所以把握每一分秒。雖然我現在很羨慕你們行動自如，但是我沒有後悔過；就是因為有你們，讓我此生無悔。你們這群菩薩把師父說的一字一句收集起來，將每一字、每一句變成可以力行的經典；師父講經，你們行經，前腳一步踏出福、後腳一步踏出慧，福慧雙修。」

上人感恩大家，一步一腳印一起走到今天，師徒心連心，要繼續將菩薩道開拓得寬廣，

「鋪平每天的路，讓我們的腳自由地走，我們的眼睛能觀看人間最美的風景；慈濟人相互信任與依靠，不怕『人心隔肚皮』，心是相通的，他心知我心，我心知你心，心心相連。」
「我們回顧自己走入慈濟以後的人生，沒有後悔，就表示沒有走錯路。請你們照顧好自己的心，菩薩道每一天都要走，慈濟事每一天都要做，去關懷、照顧需要我們照顧的人；發大心、立大願，菩薩道上不停步，永不後悔。」

步步為營

《農曆十月·二十六至二十七》

11
22
23



【靜思小語】分寸集中精神，分秒沒有差錯，人生路不空過。

莫忘那一人

二十二日，上人來到慈濟人文志業中心，為主管同仁們歲末祝福，感於歲月迅逝，小小孩一轉眼就長成高壯的年輕人；去年來到大愛臺歲末祝福時，自己還能穩步前進，今天履平地如行坎坷路，這都是人生過程、自然變化。故望大家把握生命時間，利益天地人間，為有需要的人付出，提升人生價值。

剛剛走進人文志業中心大門，看見人文志業的史料展覽，還有已往生文發處影視組陳友朋師兄的攝影機。「莫忘那一人，機器還在，但是人不在了。小陳總是緊緊地跟著師父，記錄我的『衲履足跡』。過去有風災或地震，我去災區探視，道路開裂了，我還可以一步跨過裂縫，這樣的跨步他也拍下來了。人生無常，他才五十三

歲，當天早上一切如常，中午就得知他坐著往生了，將身體化無用為大用，成為慈大的大體老師。那樣活潑的一個人，轉眼就離開了，很灑脫。」

「很感恩各位菩薩，你們的採訪、報導與出版，可以讓我們眼觀天下；透過科技傳播，可以讓千千萬萬人同時看見、聽見。歲末祝福典禮中的今年度《慈濟大藏經》影片，就是由大愛臺同仁彙整一年來海內外慈濟人、慈濟事，看見每個月的全球慈濟菩薩足跡。」

上人說，大愛臺剛創立時，在臺北分會運作，後來借用公視大樓空間，再遷入南港中視新大樓，在南港時也遭遇納莉風災；關渡慈濟人文志業中心二〇〇五年元旦正式啟用，大愛臺正式遷入。這一路走來甚為不易，「莫忘那一年」，也要「莫忘那一人」，包括姚仁祿師兄，從無到有，直到今

天，有許多人相伴與扶持，永遠懷念與感恩！

午後，人文志業體主管同仁來到新店靜思堂，與上人座談。看見年輕同仁投入了人文志業，還能參與見習、培訓而受證，上人十分欣慰；也有幾位受證的同仁是畢業慈青，他們從學生時期發心立願，迄今不變。菩薩精神代代相傳，可以傳承在教育、也能傳承在人文。

上人說，感恩人文志業傳法留史弘人文，無論是平面出版或廣播、電視及網路傳播，都很用心製作，內容深入淺出，讓大眾易於理解、吸收。

「今天第一次聽到黃錦益居士分享，他隨師記錄三十六年了，總是默默地跟拍；若對他對大家說幾句話，他馬上跑得不見人影。今天看到他勇敢站上臺說話，證明這些畫面不是無中生有，真的有人去拍攝的。」

「早上在大愛臺看見小陳

上人說，剛才拿到的獅子山居民回收塑膠繩編製的提袋，是此生所看到做得最精美的提袋。因為他們在這麼苦的環境裏，看不到、接觸不了花花世界，卻能從內心的世界創造出這麼美的作品。

每一個人要出生在什麼樣的環境，都不是自己選擇的，是隨著自己造作的因緣業力而出生、受報。但是並非出生在

的攝影機，睹物思人；其實平常只要看到有攝影師站在攝影機後面，彷彿就像小陳站在那裏。他很想爬上爬下，有的時候真的爬到樹上去拍；還會開車開到車隊前面，停在路邊拍我搭車經過。很感恩他為慈濟留史。」上人期許同仁們同一心志往前行，為法脈宗門留下足跡，運用媒體傳播精神理念，弘法、傳法度化人間。

心對準方向

二十三日，北區第七場歲末祝福典禮，上人從國際會議廳後方階梯緩步走向講臺，對眾開示：「一步、一階，步步向前，分分寸寸都要集中精神，不能有分秒差錯；就如我們的人生路，步步要踏實，不能有分秒空過。」

「佛陀講《法華經》，教菩薩法，而慈濟人已經走在菩薩道上，留下踏實的足跡。期

待今天受證的慈濟人，不能覺得自己受證是『畢業』，受證只是給予認可，你們的方向正確，堪成慈濟人，能夠承擔師父的委託。所以要精進，用雙腳走慈濟路、用雙手做慈濟事，路不要走偏了，做事不要有分寸差錯，心要對準方向。」

上人期勉慈濟人努力淨化人心，帶動人人疼惜大地，慈濟在各地的社區道場，即發揮了這樣的良能，不為「營利」，而是為了「迎生」——迎接人間菩薩、人間菩薩大招生；請志工們用心經營社區道場，讓愛廣播四方。

已見菩提林

花蓮慈濟醫院感染科鄭順賢醫師、慈濟期刊部蕭耀華師兄等參與西非獅子山共和國發放團的團員，返臺後前來新店靜思堂報告並分享此行見聞與心得。

苦難之地就永遠不能翻身，出生在富裕環境就能永遠享福，若有福因、福緣，苦難人生也可以翻轉；若是只知享福，一旦福報享盡，過去造作惡業的苦報就會現前。所以常教大家把握當下，把握因緣行善付出。

人文志業同仁與人文真善美志工隨團拍攝記錄，也留下美善人、事、物，讓後世見證慈濟人在某年某月某日的人間

11
24
25



《農十月·二十八至二十九》

愛要及時

【靜思小語】慈善救助給予足以安定身心的力量，還要讓人感受到溫馨的社會人情。

社區道場，培訓菩薩

二十四日，北區第八場、

第九場歲末祝福圓滿完成，下午，上人與溫送珍老先生、花蓮慈濟醫院林欣榮院長等人談

到，慈濟志工有不同的生活背景、職業與社會地位，但是大家把愛串起來，心與腦都在

「很羨慕大家，做環保沒煩惱、身體好。為何要做環保？現代人的生活離不開塑膠製品，也製造了大量的塑膠垃

北區第十場歲末祝福，明光法師等四十多位法師入經藏演繹「佛陀的一生——傳奇」。這場有兩千六百多位環保志工、還有巧藝坊志工等，共三千多人參與。上人鼓勵在座的高齡志工，平時為了清淨大地環境而付出，也要用佛法清淨自己的心，做到心無煩惱，就是很令人敬佩的修行人。

大臺北地區有三萬七千多位環保志工，在二千多個環保點、四十個環保教育站發揮良能，做資源分類；大愛感恩科技公司也研發、製造回收物再生的生活用品，可以有效減少垃圾量，減少環境的開發破壞

據環保署統計，臺灣每年產生的廚餘量約有六十五萬公噸，十分驚人。再看看《慈濟大藏經》影片中，慈濟人賑災時接觸到的貧苦孩童，有的自出生就挨餓，缺乏食物、衣鞋，若是臺灣民眾生活節儉一點，不要製造這麼多廚餘，把省下來的花費用於賑災濟貧，可以讓許多窮人得以溫飽。上人強調，少欲節約，就是推行環保的重點。

沒有煩惱，只有擔憂

明光法師等法師們與上人

少欲節約，環保重點

「若問五十多年來，慈濟對臺灣做了什麼？不只在災難發生後的急難救助，各地慈濟人在社區裏默默耕耘，做了很多，只是說得很少，所以很歡迎大家進來聽、進來看慈濟，最想要邀人人進來做慈濟，才能真正認識慈濟。」

圾；現在的人習慣吃外食，自家不必開伙，到路邊攤購買、去餐廳用餐或是將餐點外帶回家，裝食物的容器被丟棄成為垃圾，餐館每天回收的廚餘量也很可觀。」

與污染。上人希望大家影響、帶動更多人響應環保，也感恩法師們帶領信眾投入慈濟環保站，一起做分類，讓環保的推動更有力量。



基隆溫送珍居士（右二）來訪，表達加入慈濟大愛的行列，是一生最光榮的事情；上人也期許慈濟人善用基隆靜思堂，回報溫居士一家人的善心。（11月24日）

「慈悲利他」的方向，人人都好，每一位都是貼心弟子。

世界上有哪個國家地區發生災難，當地慈濟人會相互聯絡，關心彼此是否安全；確認人人平安無恙，就會向花蓮本會回報，並且安排到各災區勘災、關懷與發放。「慈濟人在全球，總是相互關懷，並且密切注意社會動態，隨時應天下人群所需而付出。所以很感恩溫居士捐出基隆的土地，讓慈濟建設靜思堂，成就菩薩訓練道場，各行各業的人都能投入，成為社會清流，發揮菩薩精神，造福社會人群。」

親自投入，認識慈濟

二十五日晨間，上人與臺北慈濟醫院趙有誠院長及醫療團隊，還有在場的基金會董事們談到，老病是理所當然的

現象，自己很能接受身體隨着年齡產生的變化。雖然目前行走較為緩慢，但是腦中思慮不息，總是隨着天下災難訊息，以及慈濟在海內外的人道援助行動而轉。

證嚴上人·衲履足跡

上人表示，慈善救助不能只像蜻蜓點水，要給予足以暫度難關的力量。「社會這麼多人的愛心捐款，平時點滴累積，就是要用在社會有災難、民眾受苦難時，要給予安定身心的力量，讓他們感受到溫馨的社會人情。」

「在臺灣，只要哪裏有災難，慈濟人馬上出現，哪一次沒有慈濟人呢？早上發生事故，至少中午這一餐，慈濟人就能供應熱騰騰的便當；晚間發生災難，隔天一早就有熱熱的粥送到他們手中。所以我天天都感恩，感恩慈濟人發揮菩薩精神，不捨眾生而自動自發救苦救難。」

做到最後一口氣

上人與多位年長的環保志

工座談，勉勵大家把握退休人生——「退」煩惱、「休」無明，聞法、行法，做到最後一口氣。

「或許人生有過懵懂迷茫，後來進入慈濟、認識師父，就開始轉變生命，走出迷茫的

老年生活正精彩

《農十一月·初》

11
26



【靜思小語】「退」煩惱、「休」無明，善用退休生活提升生命價值。

球。我覺得牠說人類很笨，說得很對；但是人類只要回歸佛心智慧，就能通達道理，有力量可以改善世界。」

上人說，人生是苦，任何人都逃不過生、老、病、死、怨憎會、愛別離、求不得、五陰熾盛這八種苦；既然逃不過，就要坦然接受。佛陀說「四念處」，教導「觀身不淨、觀受是苦、觀心無常、觀法無我」，都可以在生活中感受、運用得到。要如何「觀法無

我」？人人都有我執，執著於自己的感受；但是慈濟人能夠回歸「真我」，發揮真誠的慈悲大愛，為社會、為大地而無私付出，將身體的使用權發揮得淋漓盡致。

「就像現在的社會，認定六十五歲以上就是退休年齡，在座大多超過這個年紀了，我們能退休嗎？若是退就無法進，生命功能就會萎縮，自己作廢自己；不要作廢自己，還是要多加利用，不可退、不可

休，休了就萬事皆休，沒有用處了。不退不休，就是精進——精而不雜，進而不退，這就是慈濟人。」

上人感恩全球慈濟人做師父想要做的事，說師父想要說的話，一心一志向前行；從四歲幼兒到百歲長者，都能認真用心做慈濟，尤其環保是全民教育，無分年齡，人人都要共知、共識、共行。期待大家分秒不空過，步步踏實做；認定方向，做就對了！



◀ 環保志工以回收物資製作會發光的地球，呈予上人。(11月25日)

談話，上人指出，弘傳佛教需要佛、法、僧三寶，也需要在家居士護法；慈濟人來自社會各階層，有些是進入慈濟才認識佛教，而且慈濟人不一定是佛教徒，但是大家理解佛教的精神理念，也會在海內外的慈善行動中表達、傳揚佛教精神。

「我這一輩子，自從出家修行快要六十年了；從小木屋孤身一人走出來，直到現在，聽到世間事、看到世間相，總是一再印證佛法，覺得此生無悔。雖然現在身體狀況不好，但是我也已經在臺北完成十場歲末祝福授證；下一趟是否能夠讓我到中南完成歲末祝福？我不知道。人生無常，總有許多未知數，不過我覺得生死自在，沒有煩惱，只有對世間的擔憂。」

「現在的人間，地、水、火、風四大不調，真如經文所形容的，三界如火宅。世間無

常，需要佛法引導眾生出離火宅，需要法師們持續傳法淨化人間。」

精而不雜，進而不退

與臺北委員、慈誠座談，上人提到大猩猩可與紅毛猩猩草莓，在保育員教導下學會手語，懂得用手語和人類溝通。可透過手語表達，牠覺得人類很笨，人類必須趕快保護大自然；草莓詢問小女孩莉娜在吃什麼，莉娜告訴牠花生醬的成分有花生、糖、棕櫚油、鹽，草莓就對莉娜說：「你所吃的食物正在摧毀我的家園。」因為供應商為了製造大量棕櫚油，砍伐了東南亞大片森林種植棕櫚樹，而這些森林正是紅毛猩猩的棲息地。

「現在的地球的確需要及時拯救，可很著急，人類卻還是悠哉地享受資源、破壞地

過去，將對於家庭、事業等等的掛念與煩惱都放下了；現在並不是退休了，只是退除了煩惱、休止了無明，全心全力投入環保、做慈濟事。我最喜歡的是聽到你們『薰法香』，還有讀書會，把師父所說的法聽入心並且照著做。我很感恩，你們與我有緣，願意聽師父的話，做師父想做的事。」

剛才聽到一個打趣的說法，說老年人是「三等公民」——等吃、等睡、等死；然而大家的老年生活很充實，不僅沒有空等時日過去，而且分秒都充分利用。「大家都發願要做環保做到最後一口氣，我也有相同的願，要說到最後一口氣，把握時間，分秒不空過。我們師徒同願，方向相同；這幾天都聽大家說，生生世世都要跟著師父走，做慈濟、做菩薩，這是你我共同的誓願。」

上人欣言這次出門行腳將

近二十天，每天都接受到很好的供養——大家的分享，就是讓自己最享受的心靈饗宴；大家用生命做慈濟，真誠愛護大地，就是給師父最好的供養。

雙手合十說感恩

下午與教育功能團隊、骨髓捐贈關懷團隊及臺北慈濟人座談，上人肯定教育團隊多年的陪伴與引導，成就許多傑出青年；慈濟造血幹細胞捐贈已經救助海內外許多血液疾病患者，慈濟大學的大體老師也培育許多優秀的醫療人才。若非慈濟人的全心信任與響應，無法有如此成就。

說到大體捐贈，上人想起臺北林徽堂師兄，他在自己心目中是一個雖然調皮，但是很認真也很貼心的孩子，後來檢查出患了肝癌，仍然把握時間盡力做慈濟事，到最後捐出軀

體，化無用為大用。「現在如果說到他，就想到他還笑著的調皮模樣，雖然已經往生了那麼多年，仍然很難忘。」

「很多已經往生的慈濟人，都在我生命中留下很美好的身影。我常說我一輩子欠了很多人情債，因為每一位慈濟人的付出都與師父有關係，我很感恩，也希望盡我所能引導大家『轉識成智』。」上人說，吸收再多知識、閱讀再多經典，若是無法起於行動實踐經文道理，也難以讓佛法道理深入意識，成為增長慧命的資糧。而在座的慈濟人、環保志工，就算沒有高學歷，甚至有的老菩薩沒有受過正規教育，但是大家知道理就能力行。

「早上有一群學者專家來訪，跟著我一起聽大家分享，他們都很感動，覺得這群慈濟志工很了不起，自認不如這群婆婆媽媽。我對他們說，沒有

婆婆媽媽們生兒育女，也無法讓大家今天這麼有成就，所以本來就應該尊敬，更要時時感恩。」

上人說，慈濟人總是雙手合十說「感恩」，這個動作涵

蓋一切、包容一切。要對人真誠感恩，除了有包容一切的雅量，還要懂得善解，而且能夠知足；若不知足則求之不盡，擁有得再多都不滿足，心中也會充滿煩惱。

上人叮嚀，萬一遇到不如意事，要記得飲用知足、感恩、善解、包容的四神湯；另一帖四物湯也要常喝，合心、和氣、互愛、協力，把精神連貫起來，落實社區，向下扎根。

回報父母恩

11月27日
《農曆十一月·初二》

【靜思小語】做利益人間的好事，讓父母歡喜，也是回報父母恩。

照顧好我們的家

晨間，與臺北慈濟醫院趙有誠院長及醫療主管們談話，上人感恩院長與主管們用心栽培年輕人，這幾天聽到多位慈濟大學醫學院以及慈濟科技大學畢業的醫療同仁自我介紹，也很欣慰教育志業培養的大醫

王、白衣大士，繼續在慈濟大家庭裏發揮專長。

明天就要離開臺北，上人感恩這次行腳二十天，大多停留在新店靜思堂，北區十場歲末祝福典禮，將近五萬人參加，而且天天訪客不斷，大家來來去去，整個場地都很寧靜，可見慈濟人的心靈寧靜、

穩定；聽到大家分享「那一年」，覺得慈濟對臺灣的貢獻很大，尤其不斷地做無形的心理建設，有助臺灣社會祥和。

許多長年累月做慈濟，將人生精華時期貢獻給臺灣社會的慈濟人，已經年紀大了，身有病痛，上人感恩臺北慈院團

隊對慈濟人的照顧，真的如同與趙院長初見面時，趙院長所說，來到慈濟任職如同回到一個大家庭，要照顧好家人。「院長真的很『顧家』，關懷全院同仁，也照顧著慈濟人，讓我很安心也很感恩！」

上人叮嚀慈大畢業的年輕醫師們：「你們對我的健康建議，我會聽入心；也希望你我志一同，在崗位上守護病患，照顧好我們的家。歷屆慈大畢業生都回來了，希望學長、學姊們要帶好學弟、學妹們，照顧、帶動好新進同仁。」

看戲更是看道理

唐美雲師姊暨〈行願半世紀〉編曲團隊前來拜會，欣見年輕的藝文人士投入，上人肯定並勉勵，年輕人有好功夫，可以在舞臺上扮演各種角色，不過大家「遊戲人間」，不能

「迷戲人間」，心有正向，人生不迷茫；不是只讓人觀看身段技巧，而是要透過臺詞與動作的表達啟發人心。

唐美雲師姊的歌仔戲團隊長期投入大愛臺《高僧傳》節目，演繹歷代高僧的人生，從劇本的編寫就做好考證，力求貼近真實。上人說：「臺詞、旁白，要讓人看到了，覺得這一句話很好，趕緊拿起筆抄寫下來。其實《高僧傳》的臺詞，是慈濟人常說的話，也包含靜思語，所以讓觀者有如常、如實之感，很接近生活，也能吸收道理，看戲還可以看道理。道理我用說的很抽象，你們用演的有形象，能夠將我所說的話，傳達給海內外觀眾。」

上人表示自己與唐美雲師姊有「心靈之約」，期待她與歌仔戲團隊用肢體弘法，展現法脈宗門精神。在舞臺上，無

了愛，或是所愛的人消失了，都是苦。」

「慈悅一家人，好幾位都投入慈濟多年，他們默默做，我是默默受。我認為做愈多愈不用我稱讚，在座的慈濟人的付出都難以道盡，一心一志往前行，直至年老體弱。這幾年來，我一直要大家法親關懷，就是讓這些老了、病了的法親知道，他們還在慈濟大家庭裏。」上人教大家感念資深者過去的開道、鋪路，對於年長法親要多關懷。

「生命就是這樣，擋不住每一秒，每一秒鐘都在帶走我的人生，其實每一個人都在不知不覺中被帶走生命時間，帶走所擁有的的一切；世間的物質，只要有形相的，都會經歷成、住、壞、空，這是自然法則。現在讓我不安心的，就是氣候變遷愈來愈快速，過去我都說『來不及』，現在是覺得

論是扮演提婆達多——叛逆者，或是扮演佛陀——教化者，大家抓住神韻，演什麼像什麼。但是對每一齣戲劇要認真以對，如常、如法，將每一位高僧的精神、每一齣戲表達的道理記在心中，尤其是生、老、病、死的人生過程，是人人都要面對的。

美雲師姊提到母親高齡九十一歲，目前因病住院。上人說，其實母親也年輕過，只是人生到了現在的階段，就要接受老、病之苦；家屬也要接受，而且要把握時間回報母恩，「用父母給我們的身體，做慈悲利他之事；也讓父母歡喜，向人讚歎孩子在做的是利益人間的好事。」

沒有不苦的人生

二〇一一年，在慈濟四十五周年之際，為更進一步

『做不及』，所以我們不能認老，能做盡量做，同時要傳承；傳承並不代表可以退休了，絕對不能退，因為我們永遠都要精進——精而不雜，淨如琉璃；進而不退，如獅子勇猛，要勇往直前，運用生命增長慧命。」

薰法香溫習經文

上人與北一合心和氣組隊幹部座談，感恩能夠為北區慈濟志工完成十場歲末祝福，天天有這麼多人來到新店靜思堂，需要許多師兄師姊承擔工作團隊，大家都是「外護內行」的人間菩薩。

此行也看見人人薰法香，經藏演繹展現韻律之美、肢體動作平齊之美，連高齡九十多歲、百歲的環保志工也能和大家一起唱誦、比手語動作，完全不落人後；在桃園歲末祝福

淨化人心，全臺各地慈濟人舉行逾二十場《法譬如水》經藏演繹，上萬人「入經藏」，從讀書會研討經文意義、分組練習手語、會合演練動作，到正式公開演繹，大家在好幾個月的時間靜心齋戒勤精進。演繹團隊分享「那一年」，過程的許多辛苦都化成法喜。

上人讚許慈悅師姊的藝術天分，也感恩大家願意聽她的話，一遍又一遍地練習；最重要的是人人心中有法，虔誠尊重三寶，用行動彰顯佛、法、僧的莊嚴形象。

「我很感恩此生走對路了，雖然孤單一輩子，我有我自己的心靈世界，大家說話，我就靜靜地聽，聽盡天下事；耳朵在聽，眼睛也在看，閉起眼睛還可以感受到世間苦。不曾有人來告訴我：『師父，我一輩子都沒有苦。』即使物質生活沒有欠缺，但是心靈欠缺

典禮，從主場看到四個場地的志工，動作整齊，分毫無差。

「當時我看了很感動，對大家說話、點燈之後，我到各個場地去看大家。我問那些老菩薩，為何動作那麼整齊，有經過一段時間的訓練嗎？他們立刻回答我，不是硬磨硬練出來的，而是在環保站裏天天薰法香，舉辦讀書會，每讀一句就開始練動作。所以帶讀書會的人很重要，要讓大家知道經文意義再練習動作。」

接著與北二合心和氣組隊長座談，上人期勉人人步步踏

實做，儲蓄生命與慧命的資糧。

「臺北有許多資深慈濟人，一步、一步跟著師父走過幾十年，有很透徹的生命價值觀；慈濟志工都是吃自己的飯、花自己的錢，做利益社會入群、慈悲利他的事，看來一直在付出，但也讓生命扎實，其實在為自己的慧命儲蓄資糧。」

上人叮嚀大家照顧好新店靜思堂，也要照顧好臺北慈院，靜思堂、志業體都是慈濟人的家，而且不只是臺北慈濟人的家，還是全球慈濟人的家；海外法親回到臺灣，常常停留臺

成就感

11
28

《農十一月·初三》

【靜思小語】人生最大的成就，是實現志願，用自己的心力回饋人間。

千千萬萬人造福

即將離開臺北往東行，上人與臺北慈濟醫院主管同仁們、臺北慈濟人以及慈濟人醫會團隊談話時，對百歲人瑞田中旨夫醫師說：「若是想到你與彰化蔡寬師姊，我就會提起精神力量，很感恩你們給我鼓勵。」

「要蓋花蓮慈濟醫院時，有多位長者幫助我，像是楊思標、杜詩綿、曾文賓教授，他們那時為何會相信我？想來也覺得很不可思議。或許是因為天時、地利，也因為人人心中有愛，知道花東地區醫療資源匱乏，所以得到這麼多人的心力支持。」

「當時有一位日本企業家要捐二億美金，在那個時代，要蓋一所綜合醫院綽綽有餘，這是多大誘惑，但是我一點都不動心，只有一個想法——我如果接

受他這筆捐款，就什麼都不用做了，慈濟人不必再去勸募，這不是我要的；我要讓臺灣人造福緣，讓人人有福田、福緣，點滴力量來會合。要把醫院蓋起來，需要千千萬萬塊磚頭，就需要由千千萬萬人來捐，不能讓一個人包辦，否則因緣無法會集，功德只屬於一個人，這不是佛法要教我們做的事情。」

上人談到，其實悉達多太子若要救濟貧苦人，只要用皇宮寶庫的一部分，就可以賑濟很多的貧窮人。但是他沒有這樣做，他希望找到可以徹底解救苦難的方法，所以出家求道。覺悟成佛以後，佛陀運用方法循循善誘，要教大家去除貪、瞋、癡等無明煩惱；唯有除貪才能去貧，否則心有貪念，欲望永遠填不滿，擁有再多財富仍是貧。

慈濟人來自不同的家庭背

北，或是在臺北的慈濟道場精進研習，要讓海外慈濟人回到「家」都能吸收「法」，帶回靜思法脈落實在居住地，就地廣開慈濟宗門。

此外，還要加強法親關懷，不只在口頭上問候，一定要帶著人一起做慈濟事，才能照顧「覺有情」的菩薩道心。「照顧好年長者、帶動好年輕人，把慈濟大家庭的每一個成員的心凝聚起來；將來還有年輕一輩的人照顧我們，環環相扣，這個大家庭才是真溫暖。」

景，有大企業家，也有勞動工作者，大家都樂於付出助人，擁有取之不盡的心靈財富。上人提到一對賣水煎包的夫妻，天天在油鍋前煎水煎包，靠著一顆幾塊錢的水煎包度日；就算生活過得清苦，他們也點點滴滴積存善款助人，而且兩人是受證的慈誠、委員，志同道合做慈濟，日子過得忙碌又快樂。

「他們的心是富有的，賺錢不是為了享受，而是想著要幫師父救更多人。我很愛聽這樣的人生故事，而不是聽什麼人誇耀他們事業做得多大。其實錢賺得再多有什麼用？若是滿心煩惱，人生還是苦。人生最大的成就，是我們用自己的心力回饋人間，例如選擇從醫，學成以後，就回饋給病苦的人，實現自己的發心立志。」

上人欣慰慈濟大學畢業的年輕同仁，能夠安住慈濟大家

◀上人抵達羅東聯絡處，觀看志工撰寫的「晨鐘起，薰法香」筆記。
(11月28日)



庭，實現自己的志願，讓人覺得精神理念一脈相傳，很貼心。也期待院長、主管們照顧好一顆顆慈濟種子，帶領他們用生命走入生命關懷生命，可以忙碌得很充實、做事做得很歡喜，也把這分愛繼續傳承下去。

被需要就有價值

來到宜蘭，上人與志工座談，聆聽大家報告十月一日南方澳斷橋事件發生後的動員情形，以及多年來屢次颱風災害之後，動員賑災、關懷及協助受災戶清掃等行動。

「宜蘭的風景優美，但是每當太平洋海面有颱風形成，宜花東經常首當其衝，常有災害。不過我這一路過來，當車子從西部轉向東部，就看見海闊天空，山海分明，藍天、大海與白色的浪花，還有山的綠意，讓我的心地也明亮、遼闊

起來，覺得很享受！」

「這二十一天的行程很充實，我的心也充滿感恩，因為我聽到慈濟人回憶那一年，天天都有溫馨分享。雖說時間不停留，歲月帶走了一切，幾十年前看到的慈濟人，以及當時慈濟人看到的我，已經完全不一樣了，但是唯有生命的價值帶不走，我們掌握正確方向，腳踏實地走過來，做過來的一切，都累積在我們的生命裏。」

上人說，教大家回憶「那一年」，除了讓腦細胞活絡起來，也要分享給大家聽；當時一起做過這些事的慈濟法親可以當場見證，也讓不曾參與的人知道大家走過的路，包括自己的孩子也能了解父母為什麼這麼忙碌，對父母為社會的貢獻引以為傲。希望大家也能把孩子、孫子帶入慈濟，世代傳承優良家風，「積善之家有餘

慶」，可以福蔭子孫。

「這幾十年來，慈濟為社會人群做了這麼多事，在臺灣社會建設這麼多志業建築，援建永久住宅、學校等等，許多人會說慈濟很有錢，其實是慈濟人很有心；只要我們誠正信實，無私付出，啟發了人人的

愛心，就能募集人人的力量，成就利益大眾的志業。」

「還有時間、有機會可以付出的時候，我們要珍惜，做就對了。幾次的大風大浪，少不了慈濟人去面對；哪裏的橋斷了、路坍了，只要有事故，大家還是盼望著慈濟人

到來。讓人看見我們來了，心就安了，這就是我們的價值；所以有價值的事情，做就對了。」

圓滿宜蘭地區歲末祝福，上人搭乘四點半火車離開宜蘭，於六點初抵達靜思精舍，常住二眾接駕。

11
29
~
30



《農曆十一月·初四至初五》

娑婆世界是堪忍世界

【靜思小語】反省有錯要懺悔，問心無愧就自在。

心力在各志業體傳遞、連通法脈精神；連接法脈精神總綱的「繩子」要有力道，不能讓「粽串」鬆散。

「此時若沒有做好法脈宗門的精神脈絡與傳承，沒有給

世代傳續志願力

二十九日，上人與志業體主管、清修士等人談到，法脈宗門的精神脈絡必須落實與貫通，清修士要自動自發，付出

予大家很扎實的願力方向，未來年輕一輩的『志願力』會愈來愈薄弱。在這個時代，我與一群慈濟人有緣，但是看他們

帶動人，很少是把自己的孩子帶出來。有一句話說『富不過

三代』，是形容子孫難守家業，其實真正發大心、用愛心為社會大眾無私付出的這分精神，也同樣難以世代傳續。」

上人說，在全球各地推展志業，都需要就地接引人，但並非只教人聽志工說慈濟，讓人聽得很歡喜，就是在接引人；要讓人實際去看、去做，知人間疾苦，用發自內心的愛去為苦難人付出。接著還要引導這些願意投入的人，該如何自力做慈善；要持續不斷地向大眾募心募愛，點滴累積，一旦有需要，就要讓善款發揮最大的效用。

「很期待我們借力使力。這五十多年來，我們點點滴滴累積出很寶貴、很豐富的寶藏，現在就像《法華經》裏『窮子喻』的大富長者，要把流浪在外的孩子找回來，把寶藏傳給他，但是孩子仍然甘願做清

家做。」

「志工菩薩們一心貫徹師父的思想綱領，就這樣一路走來幾十年，現在就要做好傳承。」上人叮嚀清修士們，對於資深、年長的慈濟人，要感恩、尊重以對，還要多鼓勵、帶動平輩的年輕人。

人間是修行道場

三十日，上人與慈警會志工談到，自思此生沒有分寸偏差，覺得此生無悔，而且臺灣社會和其他國家相較是很祥和平安的，要知福、要惜福、要感恩。

「除了感恩，也要有包容一切的雅量。娑婆世界是堪忍世界，若不堪忍，無法活下去；既生在人間，就要堪得起忍耐。面對境界，若是反省自己，已有錯，該懺悔的人就要懺悔；問心無愧就自在。」

垃圾的窮子，不知道這麼龐大、豐富的寶藏是自己的，也找不到回家的路。長者雖然找到窮子，但是要牽引他回家，還要設法接近他，做著和窮子一樣的工作，一步步慢慢引導回來。」

「《法華經》真是寶藏，很淺顯的故事有很深奧的道理，我們要懂得『看事會理』。我此生就是用整部《法華經》一字一句鋪路，用分秒、用時日將每一字、每一句鋪過來，苦口婆心不斷地說，慢慢地鋪，鋪過了半世紀。我這次行腳，一直對大家說生命價值，就是要告訴大家『寶處在近』，寶藏在前，已經帶大家到門口了，希望大家真的要把握，不要讓生命空過。」

上人說，教大家尊重三寶，不是只尊重形相，「有相」就要「有理」，要將三寶的精神道理顯示出來，引導大家啟

上人學常不輕菩薩為例，

菩薩在人群中修行，遭受很多的責罵、侮辱，菩薩要忍，而且心不起煩惱，也不因此退縮。所以，要修菩薩行並不容易。慈濟人以常不輕菩薩為學習典範，無論是委員、慈誠或是環保志工，無分年齡長幼，人人以菩薩心為天地人間付出，就要面對人間的濁氣，人間就是修行道場。

上人談到，警察是社會的保母，但是在現在的社會，有很多委屈只能默默承受，像啞巴吃黃連；不過慈濟人關懷員警、帶動起警察的菩薩心，他們面對民眾時態度也會比較柔軟，而且很自愛、有人文，自然會受到民眾的尊重。

環保與人人相關

黃恩婷師姊等人即將前往

發「自性三寶」。「莫拉克風災發生後，我要常住師父到南部災區，換下長衫穿著中褂，和慈濟志工一起投入清掃，接力把一桶一桶的淤泥清到戶外，和大家一起出力去做；我也對宗教處同仁說，把制服的西裝領帶換下來，穿起藍衣藍褲，要和大家一起做。」

「要接引人不能高高在上指導人，要像長者教人換下富貴衣飾，穿起糞掃衣，同樣拿起掃把、畚箕，才能接近窮子，與窮子一起做事，一步步引導他回到家裏，一步步傳承家業。佛陀教導眾生就是用各種方便法，到最後還是要開權顯實，教大家接受真實法。晨語的《法華經》講述進度，已經到第二十品〈常不輕菩薩品〉，《法華經》的思想綱領已經很清楚，接下去就是要帶著大家走、帶著大

西班牙參與聯合國氣候變遷會議，報告相關事宜，上人提醒：「食、衣、住、行都會產生垃圾、製造污染；我們所講的內容要讓大家覺得這是『與我有關』的事，不能只在口頭論述，與日常生活好像離得很遠。」

上人說，慈濟要說環保，不只有理論，還有實際做過的體會，以及實際的成果可以展現。尤其大愛感恩科技運用回收塑膠製作種種實用的物品，可以減少覆蓋大地的塑膠垃圾，讓土地不硬化，讓大地可以呼吸。「我們要說的是現實的生活情形，所展現的簡報都是真實的狀況，與人的生活息息相關，不能只做學術報告，那無濟於事。」

