《法音宣流》

以感恩心面對人生

講人上嚴證◎
記格秀子弟◎

諸位同修：

我們學佛，過了一天平安的日子，就要生起一份感恩心，感恩外在人與事的和睦，使我們過得安然無憂。現在的社會有許多病態，許多人都過得既緊張又惶恐。

最近我常常接到一些來信，有人表示，他過去生活非常困苦，經過很多努力之後，終於有成，一時得意風光。但是好景不常，因結交惡友，或做生意過於大意而一敗塗地，爲此異常苦惱痛苦。

他之所以會有苦惱，是因得而復失，他不再想到以前那段苦難的生活，卻一直停在那段風光的回憶中。面對著失意遭遇，怎不悲嘆難耐。佛陀說人生無常；不管是天災，或者是出於人與人之間的禍福，都會令人深陷於痛苦逼惱中不能自拔。

我曾在新聞報導上看到了一則消息，這眞是一件離奇的意外災難——高雄地區，有歹徒搶劫，正好有巡邏的警員經過，時間是清晨四點多，警員遇到這件案子，立刻展開追捕行動，結果強盜不肯束手就縛，拔出利刃和警員抵抗，又趁機要逃跑，有兩位警察同時拔出手槍，對準強盜的腳踝開槍，結果分別射中了強盜的左、右腳。意外的是其中的一發子彈，射中歹徒的腳踝後，又射中路邊店面的鐵門，然後反射到一輛路過的轎車，這顆子彈穿破車窗，射入駕駛人一位小姐的腦部，使她不幸當場喪命。

這位小姐是要去接妹妹回家，沒想到在半路上遇上這場離奇的橫禍。她具有此種業因，所以會不偏不倚地遇到這場災難。時間一秒不差，子彈的方向也是分毫不差；時間、空間，再加上業力的牽引，使她毫無閃躲的機會。

人生，能夠平平安安的度過一天，眞的要時時心存感恩啊！要好好利用時間，我們有這種福緣住在一起，生活在安祥和樂的環境，怎能不知感恩！

尤其是處在忙忙碌碌的社會，能夠平安地度過一天，所遇見的都是讓人歡喜的人，更是要感恩！士農工商人人有所付出，且能夠收回代價，這難道不用互相感恩？人生於日常生活中，若時時抱著互相感恩的心，則過一天、一時、一分，甚至只是一秒，都是值得感恩的。如此，社會怎會有抱怨和不滿呢？縱使過去曾遭受坎坷，也要記取更早以前的種種苦難。或者過去有種種的享受，現在則遭遇不順，也該感恩過去那段日子，並且警惕現在，把心境轉爲感恩，時時提起毅力面對現在，若是如此，還有什麼需要抱怨？對人又何需怨恨？

大家應該彼此感恩，並時時培養這份感恩心啊！

▶慈善：二十六年來，慈濟發出的濟貧金額累積已達十四億以上。
◀醫療：義診開始於民國六十一年，深入鄉間爲貧病同胞服務。

▶教育：「慈悲喜捨」是這群未來白衣大士遵循的訓誨。
◀文化：慈濟文化淨化人心的功能已獲社會肯定，新聞局長邵玉銘率作家專訪靜思精舍。

《慈誠感言》

在服務中自我磨鍊

◎梁安順

農曆春節慈濟歲末圍爐團圓宴，在紀念堂地下樓舉行，有幸身爲台中學習慈誠隊一員，參與了兩天的勤務。

團圓會的前一日即回到精舍擔負第二會場桌椅的排列和清潔工作。由於餐桌是從外面租來的，每張桌子都沾滿酒氣腥味，雖然師兄們用清潔劑沖洗，洗了又擦，但仍無法完全洗淨。工作的同時，不禁感嘆，桌椅尚且如此，何況人呢？未入慈濟前，酒色財氣沾滿了我們一身，也沾污了我們的心。擦呀！擦呀！手忙著刷洗桌椅，內心卻直訴著：「拭鏡！拭鏡！不拭心鏡，空拭鏡。」

慈誠隊員做事迅速、確實，縱然有獅子般的勇猛精進心，與恆久耐力，以及慈悲柔軟的心，卻需要在不斷的服務奉獻中自我磨鍊。如在爲師姊們端茶送飯中棄除貢高我慢，大男人主義心理，學習謙卑、敬重的態度。在同事相處中，學習寬容與忍讓的胸襟。畢竟慈濟能有今天的成就，是上人帶領師姊們歷盡千辛萬苦走過來的。

試想，二十多年前我們這一群自命不凡的先生後覺又在那裡呢？因此，師姊們是值得我們敬重、服務與學習的。

上人在許多場合都表示出對慈誠隊員深切的期待與寄望。這使我們原本散亂迷失的心，各循不同的路，找回自心的家。因此我們需要這份鼓勵，更珍惜這份榮譽。讓我們在服務中學習感恩的心，發露懺悔；由身體力行中感悟上人「多做多得，少做多失。」的教誨。

今天如果說世界有戰亂是由男人造成的，那麼若希望有個眞、善、美的明天，就需要更多男士心善的轉變。願慈誠隊員都能學上人發大願，從己身做起，改善世態人心，能有以天下人安和幸福爲己任的抱負與理想，化穢土爲淨土。如此方不枉得人身。

《慈濟辭典》

四大志業

◎陳淑伶

一提到慈濟四大志業，相信只要是慈濟人，必能琅琅上口說出四大志業就是—慈善、醫療、教育、文化。上人秉承佛陀「無緣大慈、同體大悲」的精神，於民國五十五年結合五位同修弟子和三十位信衆，成立「佛教克難慈濟功德會」，從事濟貧教富、慈善救人的志業。二十多年來，慈濟功德會所做的工作目標慈善、醫療、教育、文化四大項目。這四大志業所包含的內容，現在一一爲您介紹：

一、慈善

慈善志業是四大志業的先頭工作。自民國五十五年四月，救濟第一個長期貧困濟助戶——八十六歲的林曾老太太開始，慈濟慈善志業二十餘年來從不曾間斷過，濟助的貧病急難戶，遍及國內外，人數已逾九十多萬人次，所救濟的金額超過十四億元以上。

我們所辦理的慈善項目包括低收入戶長期濟助、低收入戶白米濟助、喪葬費用助，每月在本會或各分會實施義診，遇有負擔而無力支付醫藥費者，分別予以補助。另外還有醫療補助、災害急難濟助、孤貧喪葬濟助，且不定期前往貧戶家裡覆查、幫忙整理打掃環境，及做心靈上的安慰等。

這些慈善項目皆由分佈全省各分會及聯絡站，二千餘位委員共同來執行。

未來慈善志業功能將擴大興辦老人安養、智障兒童教養、殘障人士聯訓中心等機構，以更廣泛照顧大衆。

二、醫療

醫療志業是慈善志業的後續任務。佛陀曾說：「八大福田中，以看病功德爲第一。」上人從濟貧的經驗中，深體「貧由病起」，爲使窮困脫離這一無助無奈的淵藪；爲使病患得到迅速而安全的關愛醫護，更爲了提昇東部醫療水準；秉持「救人爲主」的理想，上人立下宏願，以「好醫師是病患心中的活佛，好護理是病患心中的菩薩」爲期許，不顧一切艱難困阻，於民國六十八年七月正式發起籌建「慈濟綜合醫院」，獲得各方熱烈響應。幾經波折，終於在七十三年四月開工興建，總坪數八四六〇坪。七十五年八月正式啓業，首任院長杜詩綿，現任院長曾文賓。七十六年八月開辦公、勞保。七十七年一月經衛生署評鑑爲「準區域醫院」。爲了提昇地區醫療水準，培養慈濟醫學院師資、醫療網人才，將成立「醫學研究中心」，現已成立管理委員會，各實驗室也將陸續設置。

本院的特色：一、首創免收住院保證金。二、舉辦下鄉巡迴義診。三、有來自全省各地近五百位委員，組成「快樂義工」返回慈院服務。

本會的義診醫療服務，始從民國六十一年九月租下花蓮市仁愛街二十五號作爲義診所，直到慈濟醫院啓業後，才於七十六年五月正式停辦。前後長達十五年。

七十八年二月，成功的完成開心手術，爲東部醫療史寫下新的一頁。將來預備在全省成立醫療網，提供更完善的醫療服務。

三、教育

「名醫易得、良醫難求」，爲延續佛教精神慧命，並使慈濟志業世代綿延，培育有良知良能的醫事及護理人員，更爲了解決東部地區護理人員人力缺乏及照顧東部地區山地少女就學就業問題，於是在醫療志業展開後，慈濟又有發展教育志業的構想。

慈濟教育志業由慈濟護專開始，以慈濟醫學院爲中程計畫，慈濟大學爲最後目標。七十七年三月申請設立慈濟護專。七十八年六月核准立案，同年旋即參加二專聯招。七十九學年起並招收五專學生二班，在職進修二年制兩班，全校現有學生三百八十六名，以「慈悲喜捨」爲校訓。

七十七年九月向教育部申請設立慈濟醫學院，七十八年核准設立公共衛生學系、醫事技術學系、醫院管理學系、護理系、生物化學系、藥理系等，七十九年七月教育部又正式核准可設醫學系，預計於八十二年開始招生。

繼慈濟醫學院之後，將陸續申請設立管理學院、宗教學院、文學院、藝術學院等，合醫學院爲一所具有第一流水準的慈濟大學。

四、文化

慈善、醫療、教育三大志業的終極目的，是在建立一種能夠淨化人心、光明人性的文化，因此文化志業成爲慈濟志業發展的第四階段。

慈濟文化志業中心，負起文化的傳播工作，自民國五十六年創刊的慈濟月刊，內容以闡揚佛理、報導本會會務及善心大德們無私大愛之事蹟爲主；七十五年八月創刊的慈濟道侶雜誌，負責將慈濟訊息迅速傳遞。兩份刊物目前發行量共二十餘萬份，全部免費贈閱。

七十五年四月，於中廣公司台灣台開播「慈濟世界」廣播節目，目前有民本、交通、警廣、中廣等電台每日在全省播出。七十九年十月成立慈濟文化出版社，八十年元月起，開始出書，發行有益世道人心的書籍。

民國七十七年四月動工，興建中的慈濟文化紀念堂，是慈濟的精神堡壘，是慈濟留給子孫萬代的精神文化榜樣，預計民國八十年完工啓用，肩負起開創慈濟文化、推廣慈濟精神與弘揚佛法等任務，提升慈濟文化服務。

我們所從事的上述四大志業，目的就是勵行「慈、悲、喜、捨」的佛教精神，將慈悲喜捨的抽象精神層面，落實到具體的利益人群工作上。慈濟志業懇盼各方續賜護持，鼎力相助，使我們的社會成爲人間樂土，回饋子孫一片美好的天地。

懿德母姊會學期首次聯誼

分組談心 交換體驗

【陳鏡平／花蓮報導】七十九學年度第二學期懿德母姊會第一次活動，於三月廿二日下午三點三十分在慈濟護專舉行。活動主題爲「大家來談心」。爲進一步了解學生回應，並促進親子感情，首次嚐試在母姊會中採座談方式作雙方溝通。各組學生在母姊們循善誘下，打開心門，道出對自己、學校及慈濟的感想。

本次活動累積第一屆懿德母姊工作經驗，建立分組分工制度，希望提高工作成效。經過精心設計，課程內容分爲三部分：開場引言—提出本次活動談「心」主題；歌曲教唱—以「甘露」一曲，配合錄音帶，帶動現場氣氛；吐露心語—引導學生講述感想。

活動正式開始，母姊們針對主題「大家來談心」，以日常生活的親身體驗，深入淺出與學生交談、並聆聽護專學生心聲，增進相互了解；再就孩子不同習氣心性，觀機逗教、引出「萬法唯心」意旨，使其體會「用心照顧好自己心念」的重要。

有學生認爲：來到慈濟大家庭中，有如以熨斗燙平其浮動、雜亂心。另有人自捐血中體驗助人最樂，愛心可貴。並有人在醫院中，感受生老病死、人生無常，增長同情心。

此外，在寒假中曾到母姊方丈尸的多位學生，則表示：在親身見聞後，始相信在台灣富裕繁榮表相下，竟存有此種悲慘晦暗角落，因此領悟到上人創辦慈濟的高瞻遠矚，進而用心去體會、關心、照顧需要幫助之人。

二小時活動中，母姊們亦準備了水果與女兒們共享，下午五點三十分結束校內活動。之後，母姊們亦搭車往赴學生宿舍，與孩子們共進晚餐並閒話家常。

會後，孟月秀委員表示，活動中令人體會「用心聆聽」的重要，與學生相處過程中，深刻醒覺應改變以往待子女的俗親迷情，以清淨大愛代替執著溺愛。林錦貴委員，則一心謹記上人「親如己出」之言，用心與孩子相處，更進一步拓展到自己教職工作上。

李林素蘭委員認爲：母子眞心誠意相處下，使本毫無血緣關係的兩人間，培養出如同親生的眞心眞情，的確是「無緣大慈」之作法。紀麗月委員也感激地說：上人創立懿德母姊會，使母姊們在一次次奉獻付出過程中，轉貪瞋癡爲慈濟喜捨心，換凡夫心爲聖人心。

加強與病人語言溝通

護專舉辦閩南語演講比賽

【靜原／慈濟護專報導】鑑於全台使用閩南語民衆占絕大部分，爲鼓勵護專學生能以流俐的閩南語與病患溝通，提昇護理品質，慈濟護專於四月十二日下午三點三十分，在四樓禮堂舉辦閩南語演講比賽。共有十八位同學報名參加，評審委員由三位懿德媽媽擔任。

此次比賽共選出「我眼中的慈濟世界」、「快樂的白衣天使」……等十道與護理、慈濟有關的題目。比賽採臨場抽籤方式，每位同學有三分鐘準備時間，演講時間以三分鐘爲限，其中以「慈悲喜捨」被抽中的次數最多，因爲是校訓，所以同學大多能抓到重點。

比賽在一片和諧的氣氛中進行，因爲同學平常很少使用閩南語演講，不免生硬，造成許多趣味橫生的場面。

比賽結果，由二年甲陳素卿同學奪魁，她的演講題目是「慈濟護專最難忘的……」，口語清晰，音質優美，且內容豐富。她回憶在護專最難忘的有三件事：「盛大的開學場面，代表民心的結合；懿德母姊會的成立，使人格與心靈，得到莫大的撫慰；住宿生活，學習到人與人相處之倫理……」

比賽在歡笑中結束。懿德媽媽當場頒獎。懿德母姊會提供。

◎錄示開緣隨人上嚴證◎

說法篇

覺有情淚

學員：「我們看到苦難的景象，心中會很痛苦，這樣不是增添煩惱嗎？」

師答：「佛陀見到苦難也會流淚呀！爲悲憫衆生而流淚是『覺有情』淚；爲了自己的慾念而煩惱，則是凡夫迷情。」

客問：「在偏向功利競爭環境下，如何修行？」

師答：「修行分爲刻意脫離人群的修行，與以平常心於生活中的修行。在日常生活的修行就是『把心愛顧好』，布施與人是愛心，但那僅是外圍的一個點；若是能顧好自己的心，才是『愛心』，才是眞正平常生活中的修行。把自己的心照顧好，心就不會爲功利、名譽的競爭而做損人利己的事。就像一塊餅，你吃大口，別人一定只能吃小口，偷、搶劫、勒索都是爲利己而不惜損人的功能。

若把心愛顧好，那麼得失就很平常，得時很平靜，失去也不在意，這種平常心，就是把心照顧好的人，他能出污泥而不染，不被功利環境所牽動。」

縮小自我

客曰：我是自己生命的主宰者，對一切所發生的事負責任，以開放的心，積極參與人生。」

師云：「這是見仁見智的想法，人生本來就該有自我的信念。不過，人生很有趣，過於投入時，我執我慢就產生，於是『自大』成爲人生最大的毛病，以爲世界沒有我不行，我能運轉世界，一切都應以我爲『最』。然而，自我擴大後，心量就被擠小，容納不下別人來侵占自己的地盤，這在佛教稱爲『我執、慢心』，就像有人過於負責任，爲顧好自己的地盤，而變得霸道，大有天下事非我莫屬……。極少數人有『心包太虛、量周沙界』的胸襟。

人生中，具有最高的智慧者，是縮小自我，無礙的映入人們的瞳孔、埋藏在人們的心中，如此才能擁有人心，深植人緣，使自己處身在積極奮鬥的人群中，而不被排斥。」

誠正的力量

客問：「慈濟志業已經二十多年了，這麼漫長的路途，支持您毅力的來源是什麼力量？」

師云：「以誠以正。內心存誠，就不怕苦，再艱鉅的磨鍊，都當做享受。要取信於社會，就要公正；而社會群衆的肯定，即是我最大的支持來源和精神力量。」

客又問：「師父，您的身體這麼虛弱，不知您以什麼樣的意念來推動生命毅力？」

師答：「人身難得，佛法難聞，生命有限，慧命無窮。看透自己的生命，就會及時把握生命的功能。所有的學業、事業與道業，都是靠時間的累積，以這種觀念來決定目標後，緊緊抓住時間，就捨不得浪費時間來生病。今日的慈濟，是用生命毅力步步踏實地走出來的。」

生活篇

聽直接的話

某單位職員，爲同事間的是非而爭執不休，對話聲音愈來愈大，適巧上人見狀，趨前調解。

師曰：「我一向只聽直接的話，好的撿起來，壞的丟掉。人生有多長？內心存放寶藏的空間有限，爲什麼不儲存好的東西？過去的就忘掉，要心存感恩！」

好言一句三冬暖，總算化干戈爲玉帛，兩人握手言歡。

《靜思迴瀾》

膚

●邱豔貞

靜思語一七九頁——一滴燭淚落下來，立刻就會被一層結出的薄膜止住。因爲天地間自有一種撫慰的力量，這種力量叫「膚」。

以往的我，當委屈糾結、思索打結、紛亂的心緒投訴無門時，一場大哭，可以洗滌心靈，回復寧靜。

夏日炎炎的大太陽曬得大地燥熱，此時來一陣大雨，不僅清涼了大地，也涼沁了人心。

冬季連著幾月的寒流，天地陰霾暗晦，當太陽再度熱烘烘時，心頭也有股暖流。

接觸慈濟後，看到很多人，無論過去的缺陷、遺憾有多大、有多深，都能因內心眞誠的懺悔而有了嶄新的生活，不管是家庭或個人都得到莫大的福祉。生命的轉捩點就在慈濟。

愈來愈多的感念於心中，昔日的憤恨不平慢慢的化成悲憫之心。每每想到師父就會動容於心而流下熱淚。慈濟匯集的愛心與智慧，時時「膚」著我，落實了每一腳步、每一思惟。使原本粗糙的生命，有了精緻的內涵。

願每一佛子沐浴在諸佛、菩薩的慈光中，走在這無悔的大道上。

《我最受用的一句話》

吃苦了苦 享福消福

◎張淑貞

不是深奧難懂的哲理，也不是鏗鏘如金石的名言，卻像醍醐灌頂般的使我從猶如一片窮山惡水的人生旅途中，尋找到了彼岸，也見著了陽光。

佛陀說：「貧窮布施難，豪貴學道難。」記得那是一生中最晦暗、低潮的時候，先生車禍，自己動肺部大手術，所有積蓄被倒了……；一連串的不如意，使我開始積極的探索生命的奧祕。

回想失歡的童年，匱乏的經濟使自己無法如願的升學，還有沈重的家庭負擔等等，我對命運加諸自己的種種，極端的憤怒不平。我仇視那些生活在順境中的人，也嫉妒周圍比我幸福的人，於是苦了別人，更苦了自己。

我知道自己心理病得不輕，就在此時我參加了一次慈濟的聚會，委員們的心路成長過程，深深的感動著我，尤其當我聽到「吃苦了苦，享福消福」時，心中頓時豁然開朗起來，多年來累積於心中不平衡的結，終於獲得舒解，我懊惱自己過去因缺少智慧而作繭自縛。

而如今當逆境、挫折來臨時，我了解那是累世的因果，今生的障礙是前世種下的因，除了自己，沒有人能爲我們消除；但會隨著自我的修持而消減。於是，我不再怨懟，用另一種心境去面對逆境，更能以歡喜的心去接受。而當自己心念一轉時，即不再覺得心灰意懶、鬱悶難挨，更進而能從逆境中看出希望，期望否極泰來，曙光再現。

而當身處順境時，我明白福報如倉庫中的存糧，假如停止補給，終將有坐吃山空的危險；於是我不被順境所惑，不敢貪執一切的成就，而迷失自我。

「吃苦了苦，享福消福」的眞諦，提醒我歡喜的吃苦，並積極的造福，洞悉清明的自性，完完全全的接納自己，無論是順是逆、是得是失，時時保持自性的清醒，自由、眞正的在單純中實現生活。

《青蓮采風》

給爸媽的信

●卓孝娟

親愛的爸爸、媽媽：

當初跟你們爭執，執意要來慈濟，你們起初不太贊成，最後終於拗不過我固執的脾氣而答應，之後你們便全力支持我。你們不希望我日後後悔，所以始終給予我適當的鼓勵。在這封信中，我只能輕輕的向你們說聲—「謝謝」。

因爲剛從國中升上來，從未見過現代大專生活，所以一時之間，眞的不知道如何適應，生活過得渾渾噩噩，數一數日子，已過了五個多月了。在這五個多月裏，我也曾回家過幾次，你們都一致認爲我成長了不少，脾氣也好多了，不會再與弟弟爭吵。記得上一次回家，要離開時，你們說：「爸媽對你這次回來的表現，很滿意！」你們認爲慈濟使我成長。爸、媽你們還記得嗎？幾年前我曾對著你們說：「你們好偏心。」那時你們的表情好尷尬，至今我仍常回想，爲什麼那時會如此的不懂事……。

現在因爲參加社團活動，所以經常都很忙，像這次寒假出隊，可能要晚個十天才能回家，我想你們可能又要擔心掛念。上一次回家，爸爸與我徹夜長談，您的意思是提醒我，參加活動沒有什麼關係，交朋友也沒有什麼不好，但總要謹慎些，尤其在交友方面，你們擔心我早早就談起戀愛。我想你們會如此想，或許有兩個原因：第一個大概離家太遠，你們照顧不到；第二個或許是我經常辦同學之間的聚會，家裡常有男同學打電話來，才使得你們緊張。

你們對我如此關心與注意，我很高興，也很喜歡；但是我想我來花蓮學習獨立，我會小心照顧自己，何況我也很少有機會接觸到異性朋友，所以你們可以稍微寬心一下；雖然這有點困難，還是請你們放鬆心情。人家都說在父母眼中，孩子永遠不會長大，即使孩子都已成家立業，父母仍然放心不下。但你們能不能試試看，擺脫舊有的世俗看法呢？你們平時上班工作已經夠累了，回家又要開始和姊姊、弟弟研究學業和生活上的瑣碎事物，忙得焦頭爛額，還要操心我，實在太累，太辛苦了，你們何不把對我的愛，移到姊姊弟弟身上呢？我在這兒有老師、同學、懿德媽媽們、師公及一百多萬人的祝福與關愛，所以你們不必操心我的生活起居，我眞的過得很好。

教我們「人生哲學」課程的老師要我們寫一篇「到慈濟的改變」，我想由你們口中所得知的我是一個漸漸懂事的小女孩，而在我自己的感覺中，我感到自己變得慈悲多了，連有蚊子從我面前飛過，我都捨不得打死牠，而我也發現牠再也不會叮我。

慈濟是一個大家庭，所以可以從中學習到的事非常多，有關自我的修養及人際的進退應對等等方面，我都有顯著的進步，我想您們會覺得我的抉擇是對的吧！祝平安健康

女兒孝娟 敬上

TZU CHI FOUNDATION