

名戶 二三三五八一〇〇：號帳撥劃金基貧濟

子五目

◎ 證嚴

「一、討第一飯當思米處不易，半絲半縷恆念物力維艱。」「日常生活基本所需，不論是食、衣、住、行……，都是由人群勞力所奉獻的。例如一碗飯菜，須經農人辛勤耕作、工人製造農具以助生產、商人轉運貨物以及火車的油料，才能送到每個人的家中；至於炊具杯碗實以鐵器，也同樣不能或缺。」

所以，我們要先計算自己付出多少功勞。要飲水思源想想這些米飯得來不易——須經農、工、商……等許多人的努力及辛勞，才能成米、成餐。我們要知道福惜福，珍愛碗中的飯菜，用餐時應存有「一計多少，量彼來」的觀念。

二、付己德行，全缺應供

有些人吃飽飯無所事事，吃喝玩樂……想想看，作的人這麼辛苦，但這些遊手好閒的人，卻無謂地消體力，空過人生，不積德也不造福，豈不覺得忤逆？人生應不斷付出良能為人群效力；常常付己善對會的奉獻，才能食而無愧。不要因為生活富足就盡量享福，應努力行善積德，兼養「人飢己飢、人溺己溺」慈悲心懷，回饋社會，造福人群。

三、防心離過，貪等為宗

學佛者須防止貪、瞋、癡、念，因為心念的過失，會成罪惡的行爲。有句話說：「富人一席餐，貧漢半生餐。」有錢人到酒館或飯店吃喝豪飲，一餐飯就足夠貧

，以免過、生，就應該斷，正念來食用這餐。良藥事。」如此，才有充足體力，豐沛的體力為社會大眾做事。

五、為成道業。佛弟子為成就道業而修心養性，若無健康的身體，如何為眾生做事？因此，為了力侍薩道，發掘良藥，應服視自己身心的健康。懷著感恩的心念，好好接受養身食物。

孔子曰：「一食，佛弟更應時時知感恩念，虔恭敬、願修、切善、願斷、切惡、習度、切惡念。」裏著慈悲心願，「食存五觀」，莫放縱雜語，方能體會「三昧飯」的真義！

吃飯是爲了生存，唯有攝取營養，保持健康，才能發揮身體的功能。所以應當尋適量，不挑食、不暴飲暴食。有的人一定要吃山珍海味、大蝦大肉才滿足口腹之慾；其實，粗茶淡食才是維持健康之道。

半年的生活費，如此重負，不僅傷害自己的身心，也容易敗壞社會風俗。

「慈濟功德會發揮慈悲濟世的力量，是社會的示範和宣導。」行政院長郝柏村參訪慈濟時，誠摯表達衷心敬仰之意。攝影■林瑛琚

心協助，使得屏東區的貧也能得到慈濟的照顧；爲分會發軍最大功能，十時三十五分，惟勸法師帶領十四位出家眾，星二相大殿做灑淨、啓鑪等儀式。市火車站約一公里，交通便

開示，他以大家長的身分歡迎前來分享「家有喜事」的各地經濟人，並發心捐指日可待。最晚上祝福全體人士「家家平安，個個吉向中，屏東分會靜思堂落座，啓出典禮圓滿結束。

屏東分會成立於民國六十六年七月，原址在長治鄉園

志業，他並祝福慈院屏東，
院也能早日在屏東興建、
成。

時二十分，禮敬人對
上人消化人心、弘法利生
上人強調「政府替民衆服務
而社會是民衆的，要有安
和樂利的社會，須靠大家合
力」。

主持慈濟屏東分會會長、星
度心觀禮。三十分三十分、
十二位發誓分列大殿內

要細水長流，努力護持證嚴上人正式弘法，三位法師嚴的氣氛中，四十八位委員

要因爲生活富足就盡量享樂的身體，如何爲衆生做事。因此，爲了力行菩薩道，發揮良能，應「視自己身心的健康，懷着感恩的心念，好好接受養身食物。」

孔子曰：「君子無鮮食，粗食而飲。」佛弟子更應時時

喝玩樂……。想想看，工
好閒的人，卻無謂地消耗
這福，豈不覺得慚愧！

五、爲成道業——

佛弟子爲成就道業而修心養性，若無健
身是成道器。

有的人一定「吃山珍海味、大魚大肉才滿足口腹之慾」；其實，粗茶淡食才是維持健康之道。

我們要把食「當做「正事良藥」；爲了療養血肉之軀

證嚴

半年的生活點滴，如此豐富，不僅傷害自己的身心，也容易敗壞社會風俗。

四、正事良藥 彰彰古

吃飯是為了生存，唯有攝取營養，保持健康，才能發
揮身體的力能，所以應適量，不挑食、不暴飲暴食。

郝柏村院長蒞本會，對各項志業表肯定支持。

【周靜竹／花蓮報導】行政院長蔣經國於四月四日蒞臨花蓮訪問慈濟功德會慈濟護士會，並參觀佛慈慈濟綜合醫院、慈濟護士會及功德會的發祥地「靜思精舍」。郝院長表示，他代表行政院，感謝慈濟功德會在護法護教、自利利他、利國下，對政府的協助及社會的貢獻。

郝院長偕同夫人，輕車簡從，於上午九時分抵達慈濟醫院，同行的行政院秘書長、參政委員、政務委員吳伯雄伉儷、證嚴法師及多位院友、政務委員吳伯雄伉儷、證嚴法師和立委黃清醫院院長曾文賓、花蓮縣長吳國棟、立委黃一省議員王慶豐等都在醫院熱烈歡迎。郝院長在參觀中，看到志工們在各角落為病患服務，頻頻讚許他們犧牲奉獻的精神。郝院長伉儷並到大樓佛堂參觀。對於精舍常任師父自製蠟燭等手工的自食其力精神，院長伉儷不斷稱讚這種以社會力量解決社會問題，謀求社會福祉的慈濟精神，「真是了不起！」

郝院長隨後表示，想要建設台灣成為一個安和樂利的社會，不僅物質上要富裕，「事實上，我們已經很富裕了，但更重要的是精神生活、生活品質的提昇；今天社會所需要的愛心、財富還要重要」。郝院長希望慈濟功德會能發揮佛教慈悲為懷的偉大力量，作社會的示範和宣導，用宗教的力量，使社會更安和樂利。

「我個人對於慈濟功德會的每一位會員對社會的貢獻，都表示十分的敬仰和敬重。」

首次參訪慈濟的郭正宏第四度蒞臨慈濟的政務委員吳伯雄先生，認為證嚴上人的人格感應到社會上很多人的愛心，是真正將身為佛教徒發揮到最高的境界。吳政務委員表示身為佛教徒，他也感到「與有榮焉」：「我願一位佛教徒，有什麼事交代我，我願意跑跑。」

院長、曾院長引導參觀慈濟各科設備及病房，對慈濟管理完善、設備的現代化，稱讚不已。十點，在醫院大樓前廣場，曾院長以幻燈片說明醫院興建的經過，啟業四年多來的醫療成果及未來展望。

對於蔣院長所提的慈濟醫院及慈濟大學，因已購妥校地受「佳山計畫」建築高度限制，準備另外覓公有地交換一事，郝院長表示，我支持你們！「當場授與吳縣長盛力協助解決校地問題，隨後並捐贈善款五萬元。」

郝院長在參觀中，看到志工們在各角落為病

〔台東舉行年度第三場茶會〕
 「台東年度第三場茶會聯誼活動，將於四月二十八日上午九點至十二點，在台東縣立文化中心舉行。歡迎民眾參加。」

〈美分會舉行四月份聯誼會〉
 慈濟美國加州分會，將於四月二十八日上午十時，舉行例行的「雙月企業人士參加」一慈濟時報媒體、報界記者、工商業人士參加。一慈濟世界電視節目開播茶會。此節目由何日生製作，將於五月七日開始連續七週，每週下午六時半至七時在洛杉磯華語、十八台電視頻道播出。歡迎民眾參加。

●直隸縣委員暨忠誠救國聯誼會，將於四月二十一日早上八點至下午三點三十分，在羅東國中圖書館舉行。歡迎民眾參加。

●新莊舉行政委會聯誼會

●新莊委員會聯誼會，將於四月二十一日晚上七點至九點三十分，在新莊國中體育館舉行。歡迎各界民眾自由參加。

中，慈濟委員主講「快樂的素菜」。

第十場：四月二十六日下午七點至九點，在鳳山國父紀念館，慈濟委員主講「找回自我的日子」。

〈慈濟教師專業聯誼〉

「慈濟文化教育專業聯誼會」，歡迎四月二十日下午二點，在慈濟文教事業中心舉行，歡迎教育界人士參加。

〈宜蘭縣委員暨慈誠家聯誼〉

活動看板

的新學友、金石忠孝書店及汀州店、誠品書局、宇音樂器行、誠品書局、何嘉仁書局信義店、何嘉仁美術學校、教友士林、惠來社、中國音樂書坊

、知新藝術生活廣場、東方出版社、金車教育基金會。有興趣的朋友歡迎前往洽當。洽詢專線：（〇二）五四二一九六八。

台灣民謠演唱晚會
定點售票敬請響應

人因看到海峽而心動，紛紛行善，散佈慈悲。買書和捐款的人中，有許多是從報紙和電視等媒體上，得知「慈濟」而留下印象和信心的。還有某些人是慈濟會員，而會員們皆熱心響應，且有人表示將直接匯款至「心連車戶」。

此次在志恩書院設法義賣，共賣「靜思語」二十五本，「童叟吟」十六本。

〔陳靜思，基隆報導〕「預約人間淨土」街頭義賣活動，第一場地在基隆廟口進行。

是日下午，童叟教育基金會義工，手持宣傳單、「靜思語」、「童叟吟」等書義賣，手持「愛的綿羊」標牌，遊走於基隆廟口一帶及「香城樓」門口，向過往行人廣為介紹此項活動的訊息。民眾有人也在解活動意義後，紛紛投錢於「愛的綿羊」中，也有

心淨。這幅圖畫，是李鴻章在甲午戰爭期間，於大連海軍工廠，接見英國海軍大臣時，所贈送的一幅。圖中，李鴻章正與英國海軍大臣交談，李鴻章身後，有兩名隨員，其中一人正為李鴻章整理衣領。圖中，李鴻章正與英國海軍大臣交談，李鴻章身後，有兩名隨員，其中一人正為李鴻章整理衣領。

上，他

作。

為配合義賣進行，金車教育基金會動員多名義工，身著黃色制服，在各義賣點吸引路人廣為宣傳。義賣品包括一、是頁頁書、明膠百貨、華光百貨

樂之捨喜 賣義頭街 夜之恩感 演義善慈

中行進烈熱動活列系土淨間人約預

▲在街頭濟醫

「預約人間淨土」系列活動，首場「喜捨之樂——感恩晚會」，由一群視障人士演奏多首曲目，傳達人與人之間互相提攜、共創未來的希望。

攝影■胡元達

照來來攘攘的基隆廟口，展開熱烈的募款活動。一元、十元的點滴捐輸，就是慈光研究中心的一磚一石。

攝影／林偉賢



美／台北報導 您欣賞過「無人指揮」的嗎？由華民國女學管總、金車教育基金會慈善基金會合辦的「預約人間淨土」四月六日晚間七時三十分在台北實踐大學之樂 感恩晚會一慈善義演，正式揭曉木鳥樂團、黑鳥樂團和聲音三重唱九位聲優與正恬小姐主持下，分別上台演出中

們大多畢業自
具專業素養。
入，聽眾在演
予以讚歎、鼓
一預約人間
化家庭、淨化
導老師張豪表
表揚。他表示
淨土」活動理
無有殘障、健
獻社會。他並
業發展空間，
共創理想的溫
為使貧胞也
台北縣市慈濟
一杜鳳清、
間淨土」系列
別在基隆頭義賣
首度街頭義賣
為，希望透過
心的訊息與淨
項系列活動。
收據。所有款
究中心建設
義賣內容包
每本各義賣一
了證嚴上人答

特色在演
「系列活
雙目失明
程中不時
音樂系，
啄木鳥
，甫獲中
此次義演
，也希望
會。」

北市忠老
動車場
宣傳，散
徵信，主
數千人」。

靜思語
、一百五
示及言談

【本報
工作中
的步調
未曾停
首音樂
約、悠
點二、三
將於原
藝活動
人問淨
唱家聯
演唱會
這場
研究研
員人員
、鄭一
蘇秀芬
演出。
原始、
曲、藝
一二五
元三種
購票地

[illegible][illegible][illegible]

作爲配合
義賣的聖
供之用、
提供這兩
位補圖、
旨任在說
話、

人：「
大：「
點：「
友、金石
、敦煌書
誠品書局
何喜真
林、忠老
各分枝、

（幸福）
七場：四
八場：四
九場：三
十場：四
慈濟、慈
、慈濟、
在慈濟

[illegible]

的義賣，金車敬
在，在各藝
，在好市場
。當天路
。李章
？和「章
邱小姐
，金車敬
，在各藝
，在好市場
。當天路
。李章
？和「章
邱小姐

士

共賣出
預約欠人入行人士金會義工書等唱愛的問捐款許多是從印和心暗著熱心

歌諸

知新藝出版、有興趣者請向查詢專二九六

智指

點至九點
點至九點
點至九點
七點至九點
的景源「
我的生日
聊誼」將於
歡迎。

靜思語
「人間淨土」上
動員多
人廣爲
自貢、崇
絡、緬甸
本「靜
覺得很受
她們開心
善只是
一家人
回去，
上班，隨
報紙和電
信心的。
響應，且
，在高雄
，在台南
，在彰化
點，在風
子」。
四月二十
教育界人

「二十
街頭義
傳單、
棉羊、
人在了
也有
視等媒
還有些
有人表
應會
場、東方
基金會。
前往贈賞
二五四
市立文化
縣立文化
縣立文化
山國父紀
日下午三
士參加。