



記 日 十 離 隔

小渺類人見看 己自對面澱沉

從最初的擔心、孤獨、不自由，漸漸地沉澱、沉澱、再沉澱，在結束隔離前夕，我想我學習到：「善解、包容、更加的了解自己。」
◎張廷旭

五月十九日，我從澳門飛抵桃園中正機場。手上握著「SARS隔離通知單」，看著同班機旅客兩百多人陸續入關、返家隔離，只剩下我在內的四個人，等著前往楊梅「弘武營區」進行十天的隔離。弘武營區，在軍事上的重要性，在軍用箱型車內奔馳在高速公路上，由警車鳴笛警笛開道，頗有總統出巡的尊榮感，就這麼為隔離拉开序幕。

誰是入侵者？誰是受害者？

十天的隔離，我除了關心疫情，也把握機會讀讀書。這幾天來，上上呼籲社會大眾把心安住、誠心祈禱，也要配合政府的防疫政策。我想，即使在這幾百幾千位隔離者中只有一位是SARS可能病例，卻因此保障大眾健康，那麼我們這點犧牲又算得了甚麼呢？當然，衷心期望連這一位都沒有。

慶幸與持戒

結束隔離，有人說值得慶祝。但我想，今天沒有被傳染上，固然歡喜，但誰能保證明天？今日的「沒有」，更應該化為警惕，繼續戒慎下去。
◎林宗明

五月四日夜，自上海經馬尼拉返回台灣，翌日向區衛生所報到後，返回家中開始「居家隔離」。這經驗未曾有過，不僅衝擊著個人，還包括家庭、親友等，換言之，考驗著人與人之間的情感。

我自SARS病例集中區入境，屬於B級居家隔離，也就是經衛生所人員同意後可以外出就醫、在空曠場所運動、買便當、倒垃圾，但必須戴好口罩。原本以為只有自己受限制，但沒想到隔離第二天，妻子的同事認為如果我染病了，她有被傳染的可能，而我的孩子也在同一家公司服務，因此，她們母子也就一併與我居家隔離了。

此時上海的天氣還要蓋厚被子睡覺，而台北已經開始吹電扇，也許是溫差一下變化太大了，隔離第二天，我的喉嚨感覺沙沙的，偶爾有輕微的頭痛。

苦瓜甜了

「自討苦吃」非人所願。如何將吃苦當吃補，且能化苦為甘？
◎楊愛娟

慈濟關懷園區正在興建中，為營造優質的工地文化，慈濟人帶動工地朋友推行「三不」：不抽菸、不飲酒、不嚼檳榔，鼓勵他們攜帶環保餐具，實施全區素食。

給媽媽的一封信

直屬慈濟委員楊慈慶師姊，五月十四日在長女懷中安詳往生。在志工眼中，她秉持佛心志志，認真於環保工作，人生因此不凡；在兒女心目中，她不只是為家庭奉獻一生的母親，更是濟世愛人的典範。

告別母親的這一刻

別告別母親的這一刻，內心充滿悲痛。人生中最痛苦的是至親的死別，這種痛苦為何會這麼無奈呢？陰陽雖然阻隔，但阻隔不了身為子女的我們，對媽媽無止盡的懷念與感恩。

口罩與面子

五月下旬，開車上班的途中，腦海迴響著出門前電視上看到的畫面：台灣口罩短缺，感染SARS的人數增加中……我心裏不禁一陣酸，也忽然覺得好好好，要好好保重身體；如果你心靈欠缺，你也可以好好讀幾本書。

伴手禮 愛香甜甜

今年端午節，慈濟新店醫院工地的勞工朋友都收到一份貼心的伴手禮。八寶健康素粽、抗菌香包以及傳說可以防SARS的鳳梨。代表致謝的陳正松和夏宗宗兩人有話，除了說感恩，還是感恩再感恩，惹得全場笑成一團。

香粽組長高銓源與陳桂蘭夫妻檔的八寶健康素粽，內容有糯米、紫米、糙米、香菇、素肉塊、蘿蔔乾、花生與栗子，健康又好消化；約五十位志工包出兩千六百個素粽，其中五位師兄負責淘米、淘飯、炒配料等較粗重的活，至於洗粽葉、包粽，則由師姊分擔，一條條的「生產線」快速完成任務。



六好禮 吃得鮮味

六好禮，祝福您！高雄志業園區工地勞工朋友接過生活組志工陳幼卿致贈的端午好禮，這真面可是很有學問的。精緻的手提籃象徵團圓合心；素粽為「包中」；荔枝好似圓滿；黃澄澄的芒果有吉祥之意；五穀粉、薏仁粉與薏豆粉吃了健康平安；菩提卡片則期許收到好禮的人們能發菩提心。

