

心不苦就不辛苦

三十多年的慈善訪視經驗，看到很多辛苦過日子的人，林素玉漸漸釋懷生命中過不去的結，轉念把心打開。

三 月下旬，蘭陽平原綿綿細雨，伴隨著陣陣微風，林素玉和徐杉寶夫妻倆，陪伴訪視志工來到南澳的蔡先生家。

眼前一間粉刷得明亮的鐵皮屋，屋外種植花草，已然不是多年前印象中的模樣，林素玉夫妻同聲說道：「變得不一樣了！」見到久違的蔡先生，「最近過得好嗎？還記得我們嗎？我們以前有來看過你。」

林素玉和徐杉寶是資深的訪視志工，多年前承接市區訪視，便將山區訪視任務交棒給另一組志工，這一天特來陪伴訪視。

蔡先生的記憶也漸漸浮現：「我想起來了，是在郵局工作的

蔡太太也有居家照服員的兼職工作，能夠多少貼補家用。「要好好照顧自己喔，下次再見！」道別後，眾人再度啟程，前往探視另一戶照顧戶。

行善跨出小家庭

林素玉的娘家父母在黃昏市場賣魚，後來轉換工作，父親開著小貨車幫忙工廠運送貨物，養育著五個孩子。國中畢業後，林素玉考上宜蘭高商，會計讀得不錯、珠算也取得檢定段位，畢業後考進郵局，結識了同在郵局工作的先生徐杉寶。

婆婆從事居家打掃與洗衣的工作，有酗酒的習慣，酒後脾氣不好；林素玉為了避免婆婆生氣，會協助婆婆的洗衣工作。在銀行少、沒有提款機的年代，郵局工作非常忙碌，下班後，林素玉煮飯、洗碗，還要到溪邊洗衣服，回到家已晚上十點，「跟婆



Profile

林素玉

宜蘭蘇澳區慈濟委員
慈善訪視資歷逾三十年

師兄師姊。二、三十年了，你們記得我，還來拜訪我，真的很感恩。」他幽默地說：「我沒讀什麼書，也沒什麼地位，還有這麼多人想到我、來看我，我真的很幸福！」

眾人聊起往事，林素玉稱讚蔡先生，現在可以自己操作電動輪椅，至少生活起居正常，



婆住在一起時壓力很大，也不懂如何調適心情，那時候消瘦得很厲害。」

一九八三年，郵局同事馮玉霞每逢農曆初一、十五，帶著林素玉到蘇澳鎮郊的白雲寺吃齋飯、聆聽法師說法；也因著郵局窗口的工作和許多民眾互動，而認識了花蓮靜思精舍德安師父的俗家父親黃居士。林素玉聽了許多慈濟故事，成為定期捐款的慈濟會員，日後也在資深志工的鼓勵下，培訓成為慈濟委員。

平日上班，林素玉僅有晚上及假日能夠參與慈濟活動，但仍投入蘇澳及南澳地區的慈善訪視。南澳鄉是宜蘭最南端的鄉鎮，山高路遠，林素玉、徐杉寶和謝來文、游巧玲夫妻檔，天色初亮就起床先準備路途中的午餐，

林素玉（中）訪視十年前熟識的照顧戶蔡先生，看著夫妻倆生活安好，深感歡喜。

再驅車往南澳。有時一天最多探

訪近二十戶，包括長期關懷的案家，以及新提報的個案；原住民部落中，鄰里彼此住得近，他們也會順道探訪。中午在靠近澳花村的小涼亭用餐，又繼續前行。

林素玉回憶，蔡先生年輕時遭遇高壓電意外，手部萎縮、脊椎損傷，志工送上全新的電動病床，看著蔡太太抱他起來活動時很吃力，於是又為他們在床上設計了一個起重裝置，方便蔡太太協助先生移動。儘管蔡先生行動不便，但夫妻兩人熟悉電器維修，時常幫人組裝音響、修繕家

具，賺點微薄收入。

還有一位身有病痛的单親父親，打零工撫養孩子們，家屋簡陋，下雨時「屋外下大雨，屋內下小雨」，十分難受。志工於是協助修繕，「為的就是要讓住在山上的他們能夠安身立命，生活可以過得舒適一些。」林素玉說。

「看到很多辛苦過生活的人，而我和先生生活無虞，還可以做慈濟，是非常的感恩，也非常知足。」林素玉感性地說。

訪視工作無形中讓她化解了婆媳關係上過不去的結。早年參加志工家庭茶會時，她受邀

分享，只要觸及這段委屈的回憶，還未開口就開始流淚。「可是在慈濟磨練久了，貧病弱勢等個案看得多，很多事情也就沒什麼了，我發現很多人過得比我還苦，漸漸地也不會覺得什麼事都是婆婆的錯，錯是在酒精讓婆婆情緒不穩定。」

婆婆生前罹患糖尿病時戒了酒，因併發症截肢，便需要人照顧；有時幫她剪頭髮、擦澡，婆婆的臉上看得出好心情。林素玉也明白，沒有過不去的關卡，轉個念、換個想法，會讓心更開朗。

婆婆生前罹患糖尿病時戒

了酒，因併發症截肢，便需要

人照顧；有時幫她剪頭髮、

擦澡，婆婆的臉上看得出好

心情。林素玉也明白，沒有過

不去的關卡，轉個念、換個想

法，

會

Q & A

能力有限 也不輕言放棄

問：弱勢家庭遇到的困難不同，僅靠經濟補助難以改善生活，還能為他們做些什麼？

答：針對不同情形的個案，要給予的是適合且需要的幫助，而非沒有變通的只給予金錢上的

補助。

有些個案不會打理生活，還把補助款拿去喝酒、賭博，我

口述：林素玉 整理：廖哲民

知道後也很無奈，後來就改成物資發放。但無論案主本身如何，孩子讀書、生活所需，我們還是會補助，至少要讓他吃得飽、穿得暖、能上學，若是在外地讀書，我們也會協助分擔房租。

即使如此，也還是有遺憾。有一戶人家，我們雖然照顧了經濟所需，但一時很難照顧到孩子的內心，案家的大女兒後來輕生。這也促使我們思考，除了支持生活，也要學習怎麼和孩子們互動。

但欣慰的是，案家的小女兒和我們長年保持聯繫，在郵局遇到她時，還會很高興地喊我師姑；她專科畢業後找到工作，也傳訊息和我們分享。

雖然，案家的家庭功能不盡健全，我們能做的也有限，但是至少可以對孩子多點關心，讓孩子感受到周圍是充滿愛的。

問：案家因為陷入困境才會需要外援，面對這些悲苦境遇如何調適心情？

答：訪視身心障礙的年輕人或是獨居的老人家，眼淚也會不捨地在眼眶裏打轉，但是如果我跟他們一起陷入低潮哭泣，感性大過了理性，反而沒辦法冷靜評估，如何能幫助他們解決經濟、教育、醫療等難關。身為志工，此時要更堅強。假設心情真的很難過，我會在離開個案家後，再把情緒放開來哭。

投入慈善訪視三十多年來，即使社會再進步，貧苦的個案卻始終沒有減少過，世界上需要幫助的苦難人真的太多，對的事，做就對了。即使再不捨、遺憾，甚至無能為力，還是不能放棄任何一個個案，和任何一個可以幫助他們的機會！

問：三十多載的訪視經驗，有哪些是您想和新進志工分享的？

答：多年來，我依舊銘記上人所說：「悲智雙運。」慈悲付出之外還要有智慧，不要只看事情的表面，認為個案好手好腳，為什麼需要幫助？有可能是家裏小孩需要教育費，也可能是有老人家要照顧。訪視時也不要參雜個人情感，就算彼此有朋友或是親戚關係，還是不能有私心。

一群人比一個人有力量得多，有些個案結案後，必要時還是要定期前去探視。有些案家是長者，可能小孩大了在外讀書或是工作，他需要的就是一分關心、問候、陪伴，而我們就是付出愛的這群人。也盡量多和照顧戶的小孩多互動，讓他們能感受到愛，以後有機會也可以做一個手心向下助人的



靜思人文
JING SI CULTURE



各地書軒



購物網

大地蘊草木，滋養眾生身
匯聚眾善，草本護身

淨斯本草飲濃縮液

加量版

由慈濟醫學中心中西醫團隊
嚴選臺灣本土八種中草藥成分，
並與教授群及五位博士、
靜思團隊共同研發。
從草藥嚴選、清洗到加工製成，
堅持不含防腐劑、
不添加人工香料、色素，
全素食，提供最純淨的來源。

8種成分
草本



30ml/10入/盒

注意事項：

建議如有特殊疾病或服用藥物者，使用前請事先徵詢醫師意見。
一般人皆可適用，體弱、過敏、虛冷、慢性疾病、腎功能不佳者，
懷孕、哺乳、生理期等，請謹慎使用；如有不適，請停止使用。