

疫外的體悟

「緊來看，有火金姑（閩南語：快來看，有螢火蟲）！」父親招呼著。家人陸續確診解隔離，我陪著剛康復的父母漫步田間小路，追起了螢火蟲。

今年五月間，我快篩陽性，到醫院等待PCR報告時想著，這病毒看不到、摸不著，卻真實的存在。回家趕緊服藥休息，卻開始反覆發燒，痛苦地號啕大哭。想起上人拖著年邁的身體也還在為我們說法，便自我鼓勵：「我還年輕，要好好吃飯，把身體養好再繼續付出。」

染疫的第四天，我已經可以打開電腦處理公事、參與線上讀書會，隔天還參加第一場社區志工培訓課程。

幾天後，家人相繼確診。初癒的我，負責準備家人的食物、飲水、日常用品及藥品；我跟先生的房間是家中唯一有衛浴的套房，提供給婆婆隔離養病。平常父母及公婆給了我很多很多的疼

愛，現在長輩們生病了，是我要付出的時候了。

雖然奔波很累、很辛苦，但甘之如飴！看到家人逐漸恢復健康，此刻還能陪伴爸媽散步、驚歎「火金姑」在黑暗中的微光，心裏只有感恩，平安真好。

確診隔離期間，只能待在一個小空間裏，感覺被困住了。如果沒有進來慈濟，我可能會痛恨這可惡的病毒，並咒罵它攪亂大家的生活。面對突如其來的無常，真的需要學習如何保持如常觀；只要接受一切、安住自己的心，也就能輕安自在了。

彰化 柯佳汶

意外的旅程

在慈濟人文志業服務超過十年，今年六月安排假期前往英國探親，心想距離波蘭不遠，是不是有機會能去參加慈濟發放，關懷烏克蘭難民。出發前，主管貼心聯繫英國曼城的慈濟師姊，於是我們就同行前往波

蘭斯塞新籌備發放。

第一週發放，遇到波蘭的國定假日，行程寬鬆；往後的兩週，每天回到飯店已經累垮，還要製作日誌、簡報，回報當日行程內容，有時還要思考發新聞回臺灣；往往凌晨三點就寢，早上七點起床前往下一個城市，我常問自己：為什麼比在臺灣工作還要累？

英國志工團隊與當地的「歐坦那斯基金會」合作，但採購物資的過程十分艱難，首先是幣值的轉換，再者有時廠商品項不足，志工於是直接前往賣場採購各三百份。

英國團隊只有少幾個人，但永不放棄的精神讓我敬佩。尤其王素真師姊每天記錄拍攝，早上起來看到她，不是前一晚在電腦前睡著，就是早已換好慈濟制服，隨時準備出發，她總是眼神堅定地說：「上人說，分秒不空過。」

在海外參與發放，看著慈濟《行願半世紀》的影片，聽著志

工恭讀上人的慰問信，我瞬間明白上人「為佛教，為眾生」的意義。培訓成為慈濟委員三年了，我至今才領悟，實在有點慚愧。

語言不通之下，我只能陪伴烏克蘭鄉親哭泣、用歌聲擁抱他們；看著他們笑就非常滿足。若問人生的價值是什麼？我想只要能活著，什麼事都不要計較，但若能幫助別人，就是一件快樂的事情！

臺北 陳怡佳

挹注媒體清流

大愛臺最近推出了許多不同形象風格的節目，呼應了當初上人創辦媒體的初衷，回歸真善美、人間至善的原點。

回想我在美國的時候，身為異鄉遊子，心靈匱乏，因為有大愛臺節目的陪伴，而滋養了精神世界。每每因看見人間的真善美而感動，更攝受於上人的德與法，調伏了內心的煩惱，滋養了

我的慧命。因此我發願，此生只要能力所及，必定要每年護持大愛臺公益廣告，這也是身為靜思弟子的一分心力！

過往只是一個人悶著頭做，很少邀約同修善友共善，開口向人勸募對於我是很難的。但看到我的善知識王文茜師姊、周元師兄、周恩中師兄，一家人推廣慈濟人文是這麼不遺餘力，而深受感動！

看到今日臺灣媒體的亂象，報真導正的大愛臺立志做媒體清流、中流砥柱，帶動社會良善風氣，如果每個人都像我只是做個配合者，腳步太慢了。過去有人以助印經書護持佛法，大愛臺將良善與佛法以科技廣傳天下，不就是傳法說法，比印經書還快，那真是功德無量啊！

我在佛菩薩前發願，做首善女，以虔誠懇切的心，邀約三十位人文榮董支持大愛臺，除了是給自己一個目標，也為慈濟人文志業盡心力！

臺北 張華容

智慧如陽光

從靜思精舍啟程回彰化，一路晴空萬里，心想正是曬棉被的好天氣。為了讓回到精舍的靜思弟子有乾淨的寢具可用，寢具必須經常換洗；這些天總是把握分秒，尤其是曬被，得看準陽光普照，也總念著「日光菩薩」，不要忽然來一陣雨，那就糗大了。

途中打電話向常住師父報平安，師父說：「今天有四位師姊來幫忙曬棉被，被單也洗了。」真是心有靈犀，知道我惦記著。

行車到了合歡山，遼闊藍天掛著白雲，想到昨天常住師父叮嚀記住的〈普門品〉：「無垢清淨光，慧日破諸闇，能伏災風火，普明照世間。悲體戒雷震，慈意妙大雲，澍甘露法雨，滅除煩惱焰。」智慧如陽光，能破除內心的黑暗，滅除貪瞋癡慢疑，降伏無明、煩惱。那天體如鏡，任白雲來去，清淨的智慧，任塵事煩擾，亦不染塵憂。

彰化 陳秀嫻