

生的真諦

TZU CHI FOUNDATION

所謂看開人生，不是悲觀，而是積極樂觀；



陳阿桃

一九五五年生，雲林縣土庫鎮人，個性爽朗、率真。父母務農，九個兄弟姊妹中排行第四。小學畢業後即離鄉背井到外地學美髮；二十四歲結婚，先生從事攝影工作，育有二子。在家經營家庭美髮，兼做慈濟事。一九九七年受證慈濟委員，二〇〇二年，以先生名義捐一百萬成爲慈濟榮譽董事。

草根十足 慧根具足

◎黃基淦

「當樹葉枯黃後，自然脫離母體，不會眷戀不捨；那輕盈、優雅的體態，隨風款擺，落到哪裡就安居到哪裡，多麼瀟灑自在！」

這般情境與寓意的聯想，出自於一個只有小學畢業的中年婦人口中。她正與來電邀約演講的人侃侃分享：「這是大自然給我們的啓示，教我們凡事不要太執著。」

很難相信，眼前這個女人——銅鈴般的大眼、豐潤的臉龐，一口台灣國

語，一身碎花布連身洋裝，十足鄉下女人的裝扮，卻能有這番深刻的體悟，令人不得不歎服她敏銳的觀察力。

然而，與其說她的體悟是觀察得來的，不如說是實地「做」出來的。

她是大愛劇場「阿桃的故事」的主人翁——陳阿桃。

沙拉油怎會起泡泡？

時空的交叉點落於一九八五年的台灣，此時島內各地正颯起一陣「大家樂」的賭風，瞬間席捲各大街小巷，也席捲了阿桃倉皇迷惘的心。

一直以來，生活對阿桃來說，是一杯難以入喉的苦茶，經濟壓力使然，每天都要飲上一杯。她的工作從早上九點忙到晚上九點，剪髮、燙髮、洗頭，日復一日，生活的意義就是爲了賺錢。

錢，對於一個貧寒家庭的重要，阿桃體會異常深刻。從小她要下田幫農、做家事，國小畢業後就到外地學美髮，在沒有瓦斯爐和熱水器的寒冬裡，必須燒柴煮熱水，提水爲客人洗頭，還得凍著一雙龜裂的手洗老闆娘全家的衣服，甚至老闆娘的孩子上完廁所也要幫他擦屁股。爲了錢，她飽嘗生活的辛酸，一

切逆來順受，在現實環境的苛磨下，媽媽的話始終是她人生方向的指南：「女孩子家學會一技之長，以後吃飯就不用愁了。」想到這裡，再多的苦頭，她只有咬著牙，強忍著淚，硬撐下來。

幾年過去，結婚後的阿桃，努力掙錢仍是她生活的重心。因此，當大家樂浪潮排山倒海而來時，她也和許多平凡的小人物一樣，投入時間、心力與賭注，渴望一夕致富。

白天她想著有大把大把的鈔票入袋，夜裡夢想周公賜給她亮晃晃的明牌。當她中了大家樂時，就像賭博贏錢時一樣，高興到會去撞牆；一旦沒簽中，整個人便像洩了氣的汽球一樣無精打采。有一次慘遭「損龜」，失魂落魄的她，還是勉強打起精神張羅三餐，當也將沙拉油倒進鍋裡，下意識要把砧板上的青菜下鍋時，「咦……鍋裡的油怎麼全起泡泡？」猛然回過神的阿桃，這才驚覺，倒進鍋裡的沙拉油原來是沙拉脫！

貢高我慢的媳婦

賭性堅強的阿桃，早在十幾歲學美髮時，工作一有空檔就喜歡與同事們小

賭一下，結婚後與先生北上打拚，每逢過年回台南婆家，也喜歡賭幾把；爲了賭，她可以放著孩子不顧，「吩咐」婆婆幫她帶。經常一早出門去，非賭到凌晨兩、三點不回家。

第二天早上，婆婆做好早餐，輕手慢腳地走進她的房間，小聲搖醒她：「阿桃啊，起床呷飯囉！」

睡夢正酣的阿桃突然被吵醒，一臉不悅，睡眼惺忪地問：「現在才幾點？」

婆婆回說：「已經七點了。」一聽是七點，阿桃原本臭著的一張臉更形難看，沒好氣地說：「七點！還這麼早，吵什麼吵！」隨即倒頭呼呼又睡。

過了一些時間，婆婆又來叫她起床吃早餐；阿桃被吵醒，仍不耐煩地問幾點？婆婆說：「已經九點半哩！」她才懶洋洋地爬起來說：「這還差不多。」

有一次，婆婆來台北看她和先生，在家閒著沒事，便對阿桃說想要拖地，正看著報紙的阿桃只應了聲「好」，仍埋頭在報紙裡。於是，婆婆拿著拖把拖呀拖，阿桃一逕坐在沙發上翹起二郎腿看報紙，絲毫不理會周遭的動靜；當婆婆拖到她旁邊時，她很自然地將兩腳抬起，十分配合地讓婆婆「拖過去」。

幾天後，一位歐巴桑來洗頭時，向阿桃抱怨起自己的媳婦很不像話，「我在拖地的時候，她竟然把腳抬起來讓我繼續拖下去，也不會趕快接手來做。」阿桃聽了嚇一跳：「她說的人不就是我嗎？」這件事，讓她回想自己過去以來對待婆婆的方式，不禁心生愧疚……。

那時候的阿桃，雖然對長輩的態度十分驕慢，但她心地善良、個性耿直，就像一顆未經磨礪的鑽石般，粗糙的外表下，隱蘊著亟待敞亮發光的因子。

廣招天下人植福田

一九八七年的某一天，一位婦人來店裡洗頭，向阿桃聊起：「花蓮慈濟的師父身體虛弱，但是卻發願要蓋醫院，很缺錢呢！」她靜靜聽著，那輕輕的話語，重重地壓在她的心上，她想：「蓋醫院是件好事，單憑師父一個人怎麼做得起來？大家一起做才有力量啊！」慈悲的種子深深埋進她的意識田裡，如同春雷乍響，喚醒久蟄的心。

隔天，她憑著一股傻勁，以自己對慈濟的有限了解，付諸實際行動。她開始向親朋好友、街坊鄰居宣傳慈濟的理念，更拿著女兒的筆記本，挨家挨戶按

門鈴募款，一筆一筆記錄下來。從彼時起，她每天上午準時收聽漢聲電台的「慈濟世界」，聽證嚴上人的開示，第二天再將內容說給客人聽，有時說到與自己心靈相契處，淚水便撲簌簌地滾下來。

阿桃的家庭美髮院度化不少眾生，她一邊幫客人「整修門面」，一邊為她們「淨化心靈」。如果是阿嬤級的客人，她會說：「夕陽無限好，可惜很快就下山了，您要趕緊把握機會種福田喲！」若來客是年輕人，因為醫院已經蓋好，她就會用瓊瑤電影裡的對白說：「您的過去我來不及參與，可是您的未來一定有我。慈濟還有環保、骨髓捐贈、國際賑災……永遠等著您。」

上人法語洗滌塵垢

阿桃深受證嚴上人法語滋潤，使得原本乾涸的生命變得豐沛起來。做慈濟好幾年後，她終於有機會見到上人。

這一天，她坐在眾人最後面的位子，心想可以自在一些，不料卻被上人叫到最前面。上人對著她說：「妳眉頭皺得這麼緊，忍得這麼辛苦沒有用，妳都不會消化。」劈頭被這麼一說，阿桃心裡真不是滋味，上人接著又說：「妳心

中裝的都是鐵釘和玻璃，還沒傷到他人，已經先傷了自己。」她知道，上人是修行人，琉璃透徹，一眼識破，不得不令人佩服。

「妳要做海綿，不要做牙籤，海綿會吸水，牙籤兩頭尖。……如果沒辦法改變別人，要先改變自己；改變自己，才能影響別人。」阿桃像是受到一連串指責一樣，不禁暗暗叫苦：「別再罵了，以後我一定會做您的好弟子啦！」

回家後，她不由得犯嘀咕，放著好好的生意不做，幹嘛花一整個上午的時間去討罵，實在是自找苦吃，但是轉念一想：「已經發願要做上人的好弟子，可不能反悔呀！」

悲心願力一旦被啓發，就有一股內在的能量鼓舞著人往前行去，像一道清靈的晨光，極欲排開混沌，噴薄而出。恰似這樣的意念，催促著阿桃再多做些什麼。

約莫一九九〇年間，她聽到證嚴上人開示：「天上破個洞，古時候有女媧來補，現在誰來補？就靠人類的雙手來填補，靠你們的雙手來做資源回收。」彷彿受到激勵似的，她隨即行動。每天晚上店裡的生意打烊後，就到住家不遠處的垃圾堆裡，拆開一包包的垃圾袋，翻找可以回收的「廢棄物」，分類清楚

後，用手推車運到附近的資源回收桶裡。一個晚上往往來回要三、四趟，忙完回到家裡時，早就筋疲力竭，通常已經十一、二點了。

做環保是不分季節的，即使是燠熱的夏天，阿桃仍然在臭氣沖天的垃圾堆裡，弓著身子做人們以為拾荒的事，但是她不以為意，只管做就對了。她甚至接引好幾個憂鬱症患者一起來參與，無形中，他們的病因為做環保不藥而癒。

自從做環保後，阿桃不會買過一件衣服，身上所穿的都是回收的「環保牌」；客廳的沙發、椅子及冰箱、洗衣機等家電用品也都是回收來的。她不是沒錢，而是惜福。

阿桃持續十幾年來做資源回收的用心，普遍獲得肯定，知道她在做環保的人，將一般公司的贈品，如皮包、藝術品、日常用品及特定尺碼的成衣等送來店裡，他們知道阿桃會善加利用這些東西。果真阿桃突發義賣的妙想，每天傍晚六點半打烊後，便到巷口臨時租來的店面與幾位志工會合，義賣這些東西，一個多月下來，竟賣了三十多萬元，所得全部捐給慈濟。

TZU CHIH FOUNDATION

說與做的哲學

有一年，慈濟舉辦大專教授的營隊，活動之前，主辦單位正為講師名單大傷腦筋，因為學員已經是教授了，到底要請什麼樣的人來為他們講課呢？後來講師名單出爐，赫然出現「陳阿桃」的名字，其中一位教授一看這名字，就認定這個人沒讀多少書，心中很不以為然。後來聽到阿桃的演講，這位教授的態度有了一百八十度的轉變，他親口對阿桃說：「妳現在可是我的偶像喔！」

阿桃現在一年演講超過兩百場，最多一天連趕五場，她把自己接觸慈濟的因緣，做慈濟的經驗，透過各種演講場合與許多人分享。主辦單位樂於將她的場次排在下午第一堂，因為她草根味的台灣國語及幽默、率真的表達，總會惹得台下觀眾笑聲連連，自然驅逐了午後的瞌睡蟲。

時間回到一九九七年，阿桃第一次踏上講台緣起於帶會員到花蓮「尋根」，在心得分享時，台下一千多人，黑壓壓的一片，泥水匠出身的吳榮勝師兄和從事美髮的阿桃，正躊躇著不知該如何分享？吳榮勝擔憂地說：「他們都是電腦界的知識分子，我們兩個，一個做土水，一個做頭髮，兩個都國小畢業，可以跟他們講什麼？」

當時，證嚴上人就坐在旁邊，阿桃對吳榮勝說：「上人是我們的導師，我們可以請示上人啊！」兩人恭請上人開示後，上人只簡單地說：「說你所做的，做你所說的。」

上人的一句話，彷彿在阿桃身上打了一劑強心針；她一下子明白了，隨即放鬆心情，不須打草稿，反而不緊張了。這場分享，由於她將平時所做的原原本本說出來，展現出的真性情，贏得如雷的掌聲。此後的每一次演講，她的表現都很精采，一次比一次自然，因為她不需要做太多準備，所有的準備早在平常的付出中。

付出的喜樂寫在阿桃不時顯露法喜的臉上，也寫在爬滿密密麻麻行程的月曆上。掛上電話，她握著筆的手在牆壁的月曆上搜尋著，像一個孩童般對周遭充滿好奇，終於發現一塊空間，興奮地留下新的印跡。

現在的阿桃，是慈濟的名嘴，透過說與做的哲學，她的足跡遍及社區、孤兒院、養老院及各級學校等。她知道自己所說的一切不是鏡花水月，而是踏踏實實走過的人生路，每個步伐都踩得深刻而紮實，一如證嚴上人所說：「一句話若能入心，就能改變人的習氣，環保志工阿桃就能說得讓人家心服口服。」



陳新發

法號惟繕，一九四〇年生，台灣花蓮人。現為慈濟台北大安區和氣隊隊長，一九九四年圓滿榮董，一九九〇年一月受證慈誠，一九九九年十二月受證委員。從事營造工程，因房業失敗，舉家遷移台北重新展開新生活，而後又遇種種考驗與磨難。

潮起又潮落的人生路

◎魏淑貞

三十八度的高溫下，柏油路熱得燙人，台北市的一處頂樓，一位六十五歲的伯伯，戴著斗笠正處理著防水工程。焊槍火燄和著攪拌機的吵雜聲中，他正一小塊一小塊地將舊有的地板除去，兩手不停忙碌著，只能趁著空檔拉起袖子，拭去臉上的汗水。

他是陳新發，大安區和氣隊隊長。

現在的他，和兒子一起從事屋頂防水工程，日子過得十分踏實。以前經營

龐大營造工程的陳新發，如果不是因為進入了慈濟，可能不會有心思體會什麼叫「輕安自在」。

一心只想賺大錢

陳新發總是帶領志工們走在最前、做到最後，無論是裝貨櫃或是做環保，他都不忘鼓勵大家：「工作做完了，雖然汗流滿身，回家洗洗澡，喝杯熱茶，感覺很舒服。」看到隊長認真的身影，大夥兒總是開玩笑地說：「他二十九歲，我們三十九歲。」

然而，在走入慈濟之前，他將全部心思用在事業的打拚上，每天睜開眼想到的就是「要如何標到大工程？如何才能賺更多的錢？」那時候，一個月約有二十五天在應酬中度過，經常半夜三更由友人護送爛醉如泥的他回家，甚至在花蓮老家的牆上，還留著他因酒醉開車撞出的凹痕。

高中時代即跟著大哥學「泥水功夫」的陳新發，一九六九年在朋友的撮合下與許阿照結婚，婚後用五百元向鄰居鍾婆婆租下一間日式矮房子，展開另一階段的人生。

TZU CHI FUNDATION

學得一身技藝之後，他想要自行創業，卻礙於兩手空空。看著他長大的鍾婆婆，深知他凡事認真的態度，儘管自己的生活並不富裕，卻自願為陳新發做後盾，成全他創業的心願。

於是，從零開始，無論是一萬、五萬，甚至十萬元的工程押標金，鍾婆婆總是信守承諾全力支持，而陳新發也沒讓人失望，創業的十年間，幾乎是一帆風順，無往不利；他從小工程出發，漸漸地開始承包以億為單位的大工程。

就在創業的第三年，他已有能力買下了屬於自己的第一棟房子。當時，花蓮的賓士車不超過五部，而陳新發就擁有其中一部。

人生豈能盡如人意

除了工作外，從小在花蓮長大的他，偶爾會幫在縣政府擔任機要祕書的堂哥跑跑腿，接送縣政府的客人到靜思精舍參訪；送客人抵達精舍時，他也不進去，就坐在車上休息。當時的陳新發，「滿腦子都是錢、錢、錢，雖然很早就知道慈濟在花蓮做了很多事，只是沒有機會瞭解，也不會想要明師啦！」

人生豈能盡如人意，正當意氣風發時，一連串的工程意外，讓他經歷了一

次又一次的挫折。

最重大一次公安意外，發生於一九八二年間的花蓮機場機堡營建工程。約莫午後四點多，水泥車灌漿作業即將完成的工地，突然間倒塌，工人們從四層樓高跌了下來，受到重傷，醫藥費、賠償費及工程的損失高達七、八千萬，讓他遭受空前的打擊。

那時候，建築業正蓬勃發展，一心想飛黃騰達的陳新發想：「如果蓋房子能夠大賣，肯定可以讓我的事業再登高峰。」

可是，當房子蓋好後，卻賣不出去。

好像走進死胡同

先前的嚴重虧損，加上後來資金的周轉不靈，沉重的經濟困境壓得他喘不過氣。一九八五年，陳新發終於宣告破產。由於擔心家人的安全，他讓妻子帶著二個年幼的孩子到台北投靠岳母及小姨子，自己則留在花蓮處理虧損的二千多萬元債務。

一個人住在自己蓋的大樓裡，沒有妻兒的陪伴與歡笑聲，空空洞洞的屋

子，就像掉進深淵般的虛空與無望。陳新發讓自己鑽進了死胡同。

「那種感覺就好像從二十五層樓高的地方重重摔了下來，粉身碎骨，沒經歷過的人是無法體會那種痛苦的。」原本胼手胝足積攢的錢，一夕之間變成身無分文的債務人，他知道要從頭再來，是萬萬不可能的，心中有一個念頭蔓延著——只等律師處理完債務，就準備服下安眠藥，永遠離開這個讓他心痛的地方。

就在這時，帶著孩子在台北生活的許阿照，母子分隔三地居住，日子雖苦，她卻不怨天尤人，默默地承受起這一切。多年的夫妻情分，讓她感覺出了丈夫的異樣，每天晚上十點鐘，電話鈴聲總會準時響起，她對陳新發說：「你不要做傻事喔！孩子還小，你走了，我怎麼辦？」「你把身體照顧好，我們重新開始，留得青山在，不怕沒柴燒。」一字一句，道出為人妻的善解與包容。

一切重新出發

妻子的話點醒了他，驚覺到一個男人怎可如此沒有責任感？以前自己也是從零開始的啊！於是，他放下花蓮的一切，回到家人身邊，在台北重新出發。

在台北，許阿照爲分擔家計走入職場。原本在花蓮已是慈濟會員的她，在林金寶師姊的鼓勵下開始加入勸募的行列，她想把陳新發也帶入慈濟，默默地以丈夫的名義持續捐款。就在過年前的某天，她告訴陳新發：「我已經幫你繳了八十五萬，你自己再補滿十五萬，就能成爲慈濟的榮譽董事。」

乍聽之下，陳新發大發雷霆，厲聲罵她怎麼可以在家裡經濟還不穩定的狀況下，就把錢捐了出去。然而，打定主意圓滿榮董的阿照，只是靜靜地坐著任由他罵，一句話也不回。

看到妻子如此堅決的態度，陳新發轉念一想：「能夠捐款行善也是件好事啊！」

剛巧手邊有一件軍事工程的標案，於是，他發了個願，若能順利得標，就讓阿照如願。果真有願就有力，他以低價得標，而且順利完工，捐了錢圓滿所願之外，還有盈餘，讓全家過了一個特別快樂的年。

慢慢地，陳新發開始參加茶會、聆聽上人的開示，也慢慢明白慈濟所做的
一此事。

TZU CHI FOUNDATION

這條路要認真走下去

不過，真正要成為慈濟志工，還不是那麼容易的事。

起初，從事工程時，冰桶裡永遠裝著一大箱啤酒解渴的陳新發，要他謹守慈濟十戒——不喝酒是絕對不可能的事，他甚至說了狠話：「要我進慈濟，除非四支釘子釘下去（蓋棺之意）。」因此文山區的吳隆盛師兄常常藉機用證嚴上人的話鼓勵他：「堂堂五尺以上的男子漢，怎會輸給那兩寸的杯子。」

因緣巧合，在石碇有個感恩戶的房子需要整修，正好讓陳新發可以發揮所長；他帶著自己的班底，吳隆盛帶著師兄、師姊，從早上八點到晚上十點，一鼓作氣地將房子整修完畢。

這位感恩戶本身是個礦工，工作時受了重傷，沒有錢治療，只好將嚴重受傷的腿截肢，後來又因感染而過世，妻子也離家，留下三個尚在就學的子及一間破爛的房子。

當晚，師姊問這些孩子們：「房子修好了，屋頂不會漏水，床也不凹了，有什麼感想？」

大姊說：「很感恩師姑、師伯的幫忙，現在弟弟妹妹不用去別人家裡做功

課了，我會好好照顧他們。」

陳新發看到此情此景，再也忍不住潸然淚下，在心中不停自問，世間怎會有這麼苦的人？這次的整修工作，讓他深切體悟到世間苦難的存在，也看到志工出錢出力無私的付出，他立誓慈濟這條路要認真地走下去。

曾經起落終歸浪靜

曾經好長一段時間，陳新發不願回到傷心地花蓮，現在因為承擔各項志工的工作，卻常常往返於花蓮、台北之間。花蓮，不再是他生命中的幽谷，每次來此，心中無風也無浪，只有滿懷的虔誠，迎向後山第一道金色的陽光。

從風光地開著賓士車到以工程車代步，從喝酒交際到用證嚴上人「誠正信實」的法寶做生意。面對這一路的起起伏伏，陳新發告訴自己也和別人分享：「我跟隨上人走菩薩道，上人說『前腳走，後腳放』，我已經不會把失意放在心裡了。」

現在只要有勤務，陳新發一定撥出時間盡心承擔，在力行的過程中，深入上人慈悲濟世的理念，對於那曾經如潮起潮落的人生，如今只成爲過往雲煙。



王松

慈濟台北海山區和氣隊隊長。一九四九年生於台北縣樹林鎮，在兄弟姊妹中排行老大。自幼家境清寒，雖考中，卻因無力繳交學費而放棄升學。塊頭高大、生性豪爽，最愛「朋引伴、見義勇為」。朋友多，交際應酬接踵而來，一些不良的習慣，在耳濡目染下慢慢上身，終至無法自拔……

浪子回頭 歡喜重生

◎涂鳳美

一九九八年，中南美洲遭颶風侵襲，慈濟發起舊衣回收，援助中南美洲活動。已到了肝硬化末期的王松，挺著腫得不能再腫的肚子，雖然舉步艱難，依舊在海山區幫忙整理舊衣物。師兄師姊見狀十分不忍，紛紛勸他回家休息。他長長地嘆了一口氣說：「再不做，恐怕就沒機會了。這盞燈也不知道什麼時候要熄滅？」

警察眼中的頭痛人物

由於家境清寒，國小畢業後，王松即到針織廠做工。體型高大又講義氣的他，最愛打抱不平。見到年紀較輕、個子較小的同事被欺負，一定挺身而出，久而久之，這些同事便稱呼他「大哥」，跟隨在他身邊。他們有十個兄弟，共同結為八拜之交。下班後，經常成群結隊，騎著自行車四處遊蕩、滋事、徹夜不歸，成為警察眼中的頭痛人物，也讓父母傷透腦筋。

服兵役並沒有讓王松有所成長，婚姻同樣約束不了他，就算當了父親，他也只是偶爾收斂而已。孩子出世的第三天晚上，他和幾個朋友一起喝酒，因對方口氣不好而引發衝突。他怒氣沖沖地奔回家中，將預藏的武士刀橫在肩上，獨自外出找對方理論。妻子章美月心急如焚，顧不了自己還在坐月子，也不管屋外風寒露重，順手拿了一條大手巾裹在頭上，便追了出去，還好那群人早已離去，才沒有釀成難以收拾的後果。

爲了想賺更多的錢，退伍後，他從事針織代工，但卻吃不了苦，工廠裡裡外外都靠美月打理。王松乾脆將工廠改作賭場、簽六合彩，當起了大家樂組頭，到最後，除了債台高築，他只學會吃喝嫖賭、打架鬧事的惡習。

積習難改

一九八九年，王松因為肝硬化而住進花蓮慈濟醫院。當時已是慈濟委員的美月，見到證嚴上人在百忙中依然每天抽空巡視病房，關心病患的就醫狀況，心裡非常感動。於是鼓勵丈夫要心發好願，發一個自己做得到的願。

住院第三天，上人再次來到他的病床前。

「師父！等病好了，我也要當慈濟委員。」王松順著美月的意思發願。

「如果要當慈濟委員，你的習氣要改喔！」上人看著他輕輕地說。

王松非常震撼，心想，我住在北部，師父遠在花蓮，怎知我的習氣？不免心虛地承諾：「師父！我會慢慢改。」

「倘若慢慢改，還不如不要改！」上人再次慈示。

出院後，王松並沒有好好調養身體，更沒有履行對證嚴上人的承諾，他還是不務正業，每天照樣吃喝玩樂、夜以繼日地賭博，債務因此累積了好幾百萬。

妻子死諫喚回浪子

一天早上，他又賭輸了。那時家裡並沒有多餘的現金，於是拿著妻子結婚時的首飾去變賣，美月說什麼也不答應，兩人因此相互拉扯。一氣之下，王松大聲吼道：「既然我不能用，妳也別想用！」說完忿然將整包金飾丟入窗外的河中，重重地推門大踏步而去，留下一臉錯愕的美月，急忙在湍急的河水中尋找那些黃金。

王松既然無心幫忙做針織代工的活，美月一個人也已力不從心，只得將工廠結束，改行經營素食自助餐。夫妻倆言明在先，王松在家好好養病，等身體康復後同行菩薩道；美月則獨自經營餐廳，以便及早還清債務。但事與願違，王松總是一而再地傷透她的心。

餐廳開幕之初，因為缺乏資金周轉，所有貨款皆以支票支付。不久，美月連續三次接獲銀行存款不足的通知，發現原來是王松偷撕了幾張支票去簽六合彩，這時她的一顆心完全碎了。

哀莫大於心死，美月拖著疲憊的身軀，到五金行買了一條繩子，拉了一桶瓦斯到房間，並鎖上房門。她哭著告訴門外的王松：「你我的因緣到此結束！」

你不但沒有好好養病，還輸了這麼多錢。對師父發的願也沒有一項做到，我沒臉再見師父，只有自我了斷！」王松急了，他才驚覺美月真是鐵了心；沒有太多猶豫，使勁踹開門，向美月懺悔，請求原諒。

等死不如做死

一九九〇年，證嚴上人在板橋體育館的一場「幸福人生講座」中，不斷地呼籲要拯救地球，並教導大家用鼓掌的雙手做環保。王松聽後非常感動，回到家即自告奮勇，希望能帶動社區開始做環保，但對於一個曾經呼風喚雨的「大哥」，要彎下腰「撿垃圾」是何等困難！

一九九八年，是王松最難熬的一年。肝硬化末期的他，整個肚子腫得宛如孕婦臨盆般，微血管清晰可見。由於無法正常排汗、排尿，體內的腹水竟高達八千西西，必須即時到醫院將積水抽出。花蓮慈院肝膽科林憲宏醫師告訴他，除了肝臟移植別無他法，但慈院相關醫療團隊尚未成立，因此建議他到肝臟移植成功率已達百分之八十的高雄長庚醫院登記。

從醫院回來，他以「等死不如做死」的心情，全心投入做志工，更期望能

圓滿榮譽董事。那時年關已近，銀行存款僅夠支付員工薪水。對於王松的願望，子女頗有微詞。美月排除眾議，標會、借款完成他的心願。並藉機告訴孩子：「布施就如同打井水，不管今天汲取多少，明天依舊回到原來的水位。」不久，台灣爆發第一波口蹄疫，大家不敢吃肉，卻因而讓他們的素食自助餐生意大好。

重生的喜悅

等待換肝期間，雖然受盡煎熬，但王松把握當下，並用證嚴上人的法：「人的生命有限，能以有限的生命來付出，不論付出多少都是功德」來鼓舞自己。在協助載送回收衣物時，看著卡在方向盤下的肚子，王松心想：「如果身體好好的，不知有多好？」這時，他終於明白爲什麼證嚴上人當初要說「倘若慢慢改，還不如不要改！」

「但願一切還來得及，現在做一天就賺一天，等衣服整理好，我的病就好了。」因緣不可思議，果然在舊衣物出櫃前，就接到高雄長庚醫院的換肝通知。美月拿著電話，激動地說不出話來。在告知雙方父母後，她才靜下心來整



王松（中）利用假日加入出坡行列，參與三峽園區的整建工作。

理自己的情緒。

「這一趟路千里迢迢，王松動的又是大手術，有沒有命回來還是個未知數。萬一有個閃失，我一個人該如何是好？」美月不加思索，拉著大兒子攔了一部計程車，一行三人直奔松山機場。

那天，正好是一九九九年一月三日，適值元旦連續假日，機位一票難求。院方的催促聲，讓美月急得像熱鍋上的螞蟻，她在松山機場的航空公司櫃台間，來回穿梭奔走，苦苦懇求其他候補的旅客把機票讓給他們，時間如沙漏，在她焦急顫抖的雙掌中悄然流逝：

也許是巧合，可能是對王松不棄不

離的真情，天地也為之動容。在關鍵時刻，櫃台服務員突然走到她身邊，悄悄塞給她一張紙，叮囑她速速去買機票；她緊捏著這張紙，居然不多不少，剛好買到她要的三個位子。煎熬中透著驚喜，彷彿曙光出現般，三人終於如願抵達醫院，順利完成換肝手術。美月禁不住感慨：「善的存款要足夠，多發好願，多當別人的貴人，當你需要幫助時，貴人就會出現。」

如今六年過去了，王松揮別過往，以重生的喜悅，行走菩薩道。他最常分享的句話是：「如果沒有做志工，我不可能活到今天！」

TZU CHI FOUNDATION



蔡滿

一九四九年生，台中縣人。二〇〇〇年受證慈濟委員，二〇〇五年圓滿慈濟榮董。罹患憂鬱症長達七年，曾具有自殺的衝動，遊走於鬼門關邊緣；走訪各大醫院，遍尋名醫，病體仍不見起色。她的人生宛如汪洋中的孤帆，亟需尋找停泊的港灣：

開啟憂鬱的心扉

◎王淑芬

一向講求速度的蔡滿，吃飯快、走路快、做事也很快。

看別人做事慢條斯理的，她會很生氣；凡事要求完美，愛鑽牛角尖，長期下來，精神緊繃、壓力大、朋友少、沒有人可以傾訴，加上小時候家境貧困，造成自卑感及壓抑的性格，遂悄悄埋下憂鬱的病因。

「黃昏的時候，一看到太陽下山了，我就開始害怕；晚上常常睡不著，有時連一隻螞蟻爬過，都好像聽得到似的。那時，最嫉妒別人可以睡得很香甜：

：」回想起那段憂鬱症發作最嚴重的時期，五十六歲的蔡滿，仍心有餘悸。

繭中度紅塵

那是一段不得安寧的日子。先生呂息奔及女兒每天都要輪流打電話回家，關心蔡滿的狀況。倘若電話鈴響了三聲而無人接聽時，電話那頭的先生就會開始緊張起來，擔心妻子是不是突然昏倒或一時想不開輕生。家人雖然出門在外，一顆心卻是七上八下，懸念著獨自在家的蔡滿。

四十四歲正值人生的黃金歲月，她卻從那年開始，把自己關在透不過氣來的「繭」中，長達七年。

曾有三年的時間，她的生命像走進死胡同裡，怎麼鑽也鑽不出來；那種叫天天不應，叫地地不靈的無助感，讓她興起自殺的念頭。有一天，她衝動地進入廚房，拿起刀子擱在手腕上，眼一閉、心一橫，準備要往下劃。突然，一股痛覺直竄腦心，剎那間，她猶豫了。「萬一沒死，被救了起來，鄰居看見，那不是很丟臉嗎？」愛面子的個性，救了她一次。

既然割腕自殺不成，那就換另一種方式。一到中午，她就像個遊魂似地步

行在大馬路上，希望當街被車撞死，屆時，所有的煩惱馬上煙消雲散，不會讓病魔纏身，也不再生不如死。

求醫之路迢迢

家境清寒的童年，讓蔡滿對金錢有種放不下的執著，她努力賺錢，懶得花錢。她常想，五十歲以後就要退休了，到時候把幾間房子租出去，靠著房租維持生活。她把美好的未來都計畫好了，卻沒料想到憂鬱症會找上她。

蔡滿的病情日益嚴重，鎮日渾渾噩噩。家人不敢稍有大意，每天都膽戰心驚地提防著，深怕一個不留神，她又做出傻事。看她為病所苦，家人的心一樣難受，於是帶著她走遍各大醫院，四處尋訪名醫，不惜代價，只求病情有所好轉。而疼愛她的先生，還會瞞著讓她住進總統級的病房，一天的花費要六千元；一個星期後，蔡滿的病情仍然不見起色。

正統的醫療行為無法改善病情，無計可施，只好求神問卜，就盼一條生路，得到的答案卻是：她前世虐待媳婦，這輩子才會得憂鬱症。根據神明的指示，得燒紙錢「消業障」。然而，每次買紙錢得花六千元，雖然所費不貲，也

只能姑且一試。等到發現對病情毫無益處，家人這才放棄。

「不管它」是妙方

因為常常無緣無故昏倒，蔡滿出門時，都要拿支雨傘拄著，以免走路突然跌倒。因此，當念佛會的洪秀綿師姊，邀她一起參與資源回收工作時，她猶豫了，「萬一我昏倒了，怎麼辦？」

洪秀綿反倒毫不考慮地回答：「不管它！」

因為這句「不管它！」讓蔡滿做回收工作時，能暫時拋開煩惱與病苦，心無旁騖地全心投入。

由於長期為憂鬱症所擾，她的健康逐漸亮起紅燈，也引發呼吸困難的毛病。第一次，她跟著志工做些簡單的分類工作，回到家後，覺得喘不過氣，因而向先生抱怨：「我以後不要去。」隔天，當洪秀綿再來邀約時，蔡滿實在不好意思推辭，只好又硬著頭皮去了。

一陣子過後，先生突然冒出一句話：「妳的氣色愈來愈好了。」經他一提，蔡滿這才驚覺到自己的改變：每當有口氣喘不上來，或是全身無力、搖搖

欲墜時，冥冥中好像有股力量在背後支撐著。

做環保志工一路走來，有歡笑也有淚水，還曾遭遇多次考驗。剛開始在社區推動之際，認同的人很多，嗤之以鼻的人也不少，更有人提出質疑：「那是騙人的把戲，你們把東西賣了，錢都放到自己的口袋吧！」

聽到這些傷人的話，對於一心只想幫助證嚴上人推動環保的蔡滿來說，無疑是一種打擊，她感到滿腹委屈；不過，天性樂觀的洪秀綿，卻開玩笑地告訴蔡滿：「當然要放在口袋裡，不然要丟掉嗎？」這才讓她破涕為笑，更因此堅定了她的信念，「我要做出成績給你們看！」她自我鼓舞。

竟然不藥而癒

清晨五點半，天還未亮，蔡滿已經準備出門了。她每天在大街小巷穿梭，沿街撿拾被丟棄的瓶瓶罐罐，經過商店時，順便詢問是否有可以回收的物品。經常忙著忙著，竟忘了時間；中午她都與洪秀綿共進午餐，簡單吃碗麵，能夠填飽肚子，就覺得心滿意足了；下午又繼續做回收物分類，直到天色暗了才回家。

曾經不小心被玻璃割傷了手，她自我解嘲是在「消業障」。她並不因這點小傷而停頓下來，反而以此提醒自己，時時刻刻要更小心才是。不管是別人的誤解，還是受了傷，每一道難關都沒有將她擊倒，反而磨鍊出堅強的韌性。後來，憂鬱症竟然不藥而癒了。

自從接觸資源回收後，蔡滿的煩惱變少了。她忙得沒時間胡思亂想，回到家，身體早已疲憊不堪，經常倒頭就睡；曾困擾她許久的失眠，慢慢地也就不再找上她了。沒想到這帖身體力行的藥方，意外的讓她的病不藥而癒。此後，常將「做環保，子孫沒煩惱，大家身體好」的口號掛在嘴邊，因為她就是最好的證明。

原來幸福這麼近

歷經那段幽黯看不到希望的日子，現在的蔡滿非常珍惜，將自己的身體照顧好，緊緊把握可以為別人付出的每一時、每一刻。她這艘原在汪洋中漫無目的飄流的船帆，因為投入志工行列，改變她對生命價值的看法，終於破繭而出，發現原來自己那麼幸福。

曾經她的病讓家人忙得團團轉，整天擔驚受怕，也因為這個病，一家人才能認識慈濟、參與慈濟。他們以行動支持蔡滿：先生幫忙做家事，讓她一回到家，即有熱騰騰的飯菜可享用。女兒是慈濟人醫會的成員；媳婦也在慈濟醫院台北分院擔任護士。這一切，讓她覺得驕傲又感動。

由於平時做香積及環保所結的好緣，二〇〇五年七月因為肝膿瘍，住進慈院台北分院半個月，師兄師姊們就像親人般，經常到醫院關懷。也因為這場



平時做環保、香積結好緣，讓蔡滿的憂鬱症不藥而癒。

病，讓她對生命有更深一層的體悟，以前總感嘆為何每天要這樣為生活而打轉，做志工之後，深刻體會賺再多的「世間財」，心裡還是空虛；賺「功德財」，才找到踏實感。

身為證嚴上人的弟子，蔡滿一直覺得自己做得還不

夠，想到瘦弱的師父為度化人間，肩負著那麼多的責任，便於心不忍，想盡一點為人弟子的心意。住院期間，她再次向先生提議想圓滿榮董的心願，原本就非常支持及疼愛她的先生，二話不說，「只要我們省一點，生活應該沒問題。」於是，將多年的存款領出，圓滿她長年的願望。

以前汲汲營營為生活，現在忙忙碌碌為慈濟；原本空虛的心靈，經過細心的澆灌，漸漸變得踏實了。走過病苦的折磨後，蔡滿終於開啓心扉，走出戶外，她看見浩瀚無垠的天空，原來是這般開闊，正如她此刻的心情。

TZU CHI FOUNDATION



李梅苑

一九三九年生，是家中長女，下有七個弟妹，八歲就學會煮飯，身體不好，開了五次大刀，大小病痛不斷；脾氣也不好，和丈夫鄭大崎是一對歡喜冤家。一九九四年受證成為慈濟委員，爲了招募慈濟會員，她在五十五歲那年戴上老花眼鏡，重新學寫字。她最常掛在嘴邊的是：「如果沒進慈濟，我早就沒在了。」

一帖良藥

◎張晶玫

夜黑風高，新婚不久的李梅苑，氣急敗壞地走在自家菜園旁的小路上。

六〇年代的鄉間小路沒有路燈，她的眼前一片漆黑，伸手不見五指，只好摸黑前行，嘴裡不禁恨恨地說：「這個鄭大崎跑到哪裡去了？從下午就不見人影，放我一個人菜園裡種菜，嫁給這種老公，真歹命。」突然腳下一滑，她就這樣硬生生地跌進水溝裡。

哭泣的新娘

渾身溼透的她，爬出水溝，坐在泥地上大哭。想到自己根本不會種菜，嫁給這個丈夫之後，每天在菜園裡做得像條老牛似的；丈夫不但不憐惜，還嫌她把菜種得歪歪斜斜的；有一次，魯莽的丈夫從地上抄起一把和著小石頭的泥塊，不由分說就朝她臉上砸去……李梅苑愈想愈傷心，看著自己還在滴水的頭髮，又想起幾天前，丈夫怪她沒把菜洗乾淨，大發雷霆之下，居然舀起水溝裡的水，將她潑成了落湯雞。

坐在泥地上，種種新仇舊恨湧上心頭；望著茫茫黑夜，不知道要到哪兒找那花天酒地的丈夫算帳。不久，她站了起來，拍拍身上的泥土，抹去淚水，將溼淋淋的髮梢擦向耳後，踏著大步往回家的路上走去。此時的她，心裡已經有了打算——明天，要人贓俱獲，讓鄭大崎想賴都賴不掉。

李梅苑嫁給鄭大崎後，跟著夫家學種菜，每天還要走好遠的路去賣菜。本以為只要夫妻同心，日子辛苦點也沒關係。沒想到，自從鄭大崎當上里長後，一連串的噩夢便開始了。先是每到下午就不見人影，漸漸的，抽菸、賭博、喝酒全來了，夜裡喝得醉醺醺回來，有時還吐了一地，她氣不過，乾脆拿了桶

水，朝著爛醉如泥的丈夫一股腦兒地澆下去。

在她跌進水溝的隔天下午，鄭大崎一如往常又出門了。李梅苑裝作若無其事，然後一聲不吭丟下鋤頭，偷偷跟在他後面。見丈夫進入一戶人家還順手掩上門，她不得其門而入，索性攀上籬笆，閉著眼睛一躍而下。正在打牌的鄭大崎，驚見妻子居然能找到這裡來，臉色一變，半晌，才惡狠狠地問：「妳來做什麼？」李梅苑原本高張的怒氣，被丈夫這麼一問，瞬間熄了火，只好胡謔了一句：「我怕你會冷，拿外套給你穿。」

揹著藥袋說慈濟

小時候，曾有算命的江湖術士告訴李梅苑：「妳的身體很差，活不過四十九歲。」果然她在三十二歲那年眼睛開刀；三十五歲時甲狀腺開刀；四十歲摘除子宮；四十九歲時兩腳膝關節退化開刀。一度消瘦到只剩三十幾公斤，虛弱得必須扶著牆壁才能走路，雙手連個毛巾都擰不乾。每天藥不離身，而且是這一小時吃中藥，下一小時吃西藥，她那時的日子就像藥罐子一樣，苦極了。

直到一九九一年，李梅苑的人生出現了轉機。那天，表妹幫她報名參加

「慈濟列車」，參觀花蓮慈濟功德會的靜思精舍。她照例隨身攜帶大包小包的藥袋，只當是去花蓮遊覽。晨光中，她來到搭車處，見一位梳著烏亮髮髻、身著旗袍的師姊，笑盈盈地招呼她上車，順手接過她的行李。這是李梅苑第一次看到身著藍旗袍的志工，覺得穿旗袍的女人好美，她低頭看自己一身鬆垮的休閒服，心中湧起一個念頭——「我也要穿上旗袍成爲志工。」愈來愈強烈的念頭，化成一股澎湃的激情，讓她感動莫名、熱淚盈眶。遊覽車奔馳在花東縱谷，窗外的風景變成浮光掠影，李梅苑不記得一路上的風光，只記得當她走進簡樸的靜思精舍，隨著大家拜誦《法華經序》時，一起一落間，眼淚不斷地簌簌滴落，將拜墊暈溼了一大片。她不知道自己爲什麼哭，這趟「慈濟列車」，她哭著去，又哭著回來。哭完之後，頓時覺得整個人都輕鬆起來。

從花蓮回來後，她迫不及待要將所有的感動與人分享，包括一日不做一日不食、救濟窮人、蓋醫院救人等等。每天早晨揹著藥袋到公園運動，只是胖胖的肚子上多了一台播放佛號音樂的收音機。綁著收音機走來走去的滑稽模樣，加上佛號音樂，總引來人們的注意。只要有人走近好奇詢問，她便關上收音機，開始「說慈濟」。就這樣，在很短的時間內，招募了將近四百戶的會員。

年過花甲勉力精進

募到了會員，煩惱卻來了。國小畢業的她，那時年近五十二歲，早已經不太會寫字。「這麼多的會員要如何登記呢？」苦思好些天，終於下定決心學寫字。她戴上老花眼鏡，從一豎一橫開始練習，她把筆握得很低、很低，像個初學寫字的孩子，因為這樣才容易控制力道，寫出來的字才不會歪七扭八。

二〇〇五年十月九日，李梅苑坐在客廳的小板凳上，彎著腰，面前是一盆又一盆待洗滌的糯米。寬大的客廳裡，堆滿了鍋子、蒸籠、洗好的紅蘿蔔、切絲的香菇、像小山般的青豆，屋外的小空地，早已升起了爐火，她和街坊鄰居及志工們，正在趕製上千盒的素油飯，要在中午十二點前，將熱騰騰的油飯送到預訂的客人手上。爲了援助八月間發生在美國紐奧良的風災，這已經是他們連續兩個星期、第八次的義賣了。

「梅苑師姊，妳的電話。」「梅苑師姊，香菇可不可以放下了？」此起彼落的呼喚聲，讓她不得不數度從小板凳起身，費力地挪著上個月剛開過第二次刀的膝蓋，一會兒接電話，一會兒拿醬油；偶爾還要扶著牆壁，蹣跚地繞到冒著熱氣的大鍋旁，叨唸幾句：「不要那麼小氣，香菇、素肉多放一點！」

清涼人生老來伴

這時廚房傳來鄭大崎粗聲粗氣的大嗓門：「小板凳放哪兒去啦？」所有人停下手邊的工作，面面相覷。李梅苑板著臉，咕噥著向廚房走去，手上提著一大包青豆準備放到冰箱裡。抬起頭看到掛在牆上的靜思語：「得理要饒人，理直要氣和。」原本打算和丈夫理論的嘴馬上閉緊，臉上的線條也變得柔軟了。只見鄭大崎站在冰箱旁，遞過來小板凳，依舊粗聲粗氣地說：「膝蓋剛開完刀，沒本錢摔跤，不要走來走去。」

李梅苑接過小板凳，打開冰箱一看，發現裡頭塞得滿滿的。放下手邊的青豆，彎下腰，往冰箱裡翻了翻。從最裡層拿了大大的一包東西出來。打開後竟然發現，那是她早已忘了的藥包，算算日子已經過期多時了。

看著那一大包的藥和手上的小板凳，忽然一陣清涼拂上臉頰，那是從冰箱裡吹出來的冷氣，她深深地吸了一口氣，心頭有一種感覺：「好清涼！」這時候，身後傳來了隔壁林太太的喊聲：「梅苑師姊，下次義賣，記得叫我喔！」