

一處的修鍊方式；禪坐，是儲存人體能量的最佳姿勢；法師進一步闡釋修習禪定的功德有四：一、現法樂；二、勝知見；三、分別慧；四、漏永盡。稍後大家紛紛提出問題討論，場面熱烈。

赴日求學將歸國的黃泰裕師兄，也於會中發表臨別感言，表示「當下」就是做慈濟的時候，並以菩薩道上要相互提攜、彼此砥礪等感性話語與大家共勉。

此次茶會由陳雪花、張立兩位師姊提供素食餐點，山本優美子師姊也展露其長才，首度擔任茶會司儀。

美分會舉行清明祭祖大會 並悼念千島湖罹難人士

4月10日美分會在靜思堂舉行清明節緬懷先祖追思大會，同時悼念千島湖罹難人士，有近兩百人與會，場面隆重感人。分會執行長黃思賢師兄代表大家向堂上祖先上香敬禮，之後，眾人齊聲誦念「爐香讚」、「心經」、「彌陀讚」、「百聲佛號」。在莊嚴的佛號聲中，令大家再次感受到先輩的德澤和父母親的慈光，同時與會者也感恩上人開創慈濟世界，讓大家在海外同耕福田；此外，執行長並以悲痛的心情談及千島湖不幸事件，表達了無比哀悼之意，大會最後播放上人的國語開示錄。

馬六甲慈善工作向前跨步 定期發放長期照護貧病

4月10日馬六甲慈濟人為效法花蓮本會長期照顧感恩戶的模式，於三月做成決議，訂定每個月的第二個星期日為固定發放日。

是日，在劉銘達師兄開設的製衣工廠後方，闢設一發放場所，舉行第一次嘗試性的現場發放。有百餘位來自各地的慈濟人參與此項發放工作。

當日計有五十多位照顧戶親抵發放會場，師兄姊們為阿公、阿婆進行義剪、義燙、義診服務，並共同觀賞上人開示的錄影帶。

午間慈濟人與照顧戶一同享用愛心餐，同時進行團康表演節目。第一次試辦性的現場發放活動，於午後二

時許圓滿結束。

檳城慈濟人不畏路途遙遠 成為病苦人家體己的朋友

4月10日馬來西亞檳城十餘位慈濟人，於是日前往距離檳城約六十哩的高烏探望照顧戶。

車行入山，路面崎嶇，沙石紛飛，眾人坐於車內顛簸有如騎馬般；經過兩個小時的車程抵達高烏，與當地蓮友做了簡單的交流後，便到照顧戶顏先生的家。

顏先生因長了腦瘤而影響視力，不時抽搦頭疼，目前已失去工作能力，一家五口單靠顏太太一人割膠賺取微薄的生活費，在徬徨無助時，檳城慈濟人適時伸出援手，並贈以證嚴上人開示的錄音帶，顏先生深感句句法語都像是對他的勸慰，精神上也獲得倚靠。



馬來西亞檳城慈濟人探望照顧戶顏先生，並分享其心路歷程。