

身體界線

我們與聚落書坊、慧治基金會合作，
用繪本故事和孩子們談身體界線——
根據衛生福利部統計，兒童及少年性剝削案中，受害年齡層以國中居多；
與數位原生世代談身體自主權，幼兒園不嫌早！

撰文・周柔含（慈濟大學宗教與人文研究所副教授）

料

峭春寒，窗外細雨紛飛，正是嫩枝萌發細芽的時節，不禁想起兒童與少年的成長歷程。根據衛生福利部統計，二〇二二年發生二千二百八十八起兒童及少年性剝削通報案，其中「拍攝、製造兒童或少年為性交或猥褻行為之影片等物品」近二千起，受害年齡層以國中居多。因此，與數位原生世代談身體自主權，幼兒園不嫌早！

去年暑假在慧治基金會安排下，我同聚落書坊理事長緯華到臺東宣導「身體自主權」。我擔心混齡情況不好說，先到水源國小安親班試講「身體界線」。現場孩子們直接說出了日常生活，告訴我顧慮是多餘的。

「身體界線在哪裏？」小朋友七嘴八舌：「老師說穿泳衣的地方是紅燈，任何人都不能碰」、「手腳是綠燈，我的朋友可以」等。原來小孩是藉由「身體紅綠燈」概念，學習建立身體界線。

播放了一段國外小影片後，孩子們又答道：「從頭到腳都是！沒有我的同意，任何人都不能觸碰我的身體！」

我問，如果要牽同學的手該怎麼做？孩子答：「要詢問對方的同意。」

再問：「如果大人要你親親阿姨，當你不想要時，可以怎麼做？」孩子說：「我會說不想耶！但我可以握握手。」我再三叮嚀，只要覺得不舒服，就要勇敢說出來。

踏上臺東之行，我和緯華一邊講一邊與臺下即興互動繪本《蝴蝶朵朵》故事，讓我驚訝的是，故事中有段「收買」的情境，小女孩竟因喊價到一千元就動搖了，小姊姊喊：「笨喔，你不會拿了快跑！」物質缺乏的環境，金錢的誘因極大，極容易發生兒童性剝削事件。

最後一場在池上，隨著我們講故事、即興演故事，小男孩們在臺下喊著三千、一萬元。我對小男孩說：「好！跟我去小房間。」孩子才心生警訊，大喊：「我不要！」令我印象深刻的一位小女孩，機靈地在一旁演出打電話通報，我們讚許小女孩的母親教得真好。

數位時代，落實兒少「身體界線、身體自主權」教育，人人責無旁貸。（總）

澄嚴上人

衲履足跡

2
122

《農十二月·二十二至二十三》

挽救地球危機

【靜思小語】節能減碳，知道還要做到；心靈生態會影響地球生態。

不為名或利，帶動人與力

二月一日，日本慈濟人透過網路視訊，向上人報告元旦能登半島地震賑災，第一階段從元月十三日至二十九日，在重災區穴水町發放熱食，十七天以來提供七千多份熱騰騰的餐點，後續擬將運用「以工代賑」的方式供應。

另一方面，對於東日本大地震災的受災鄉親，將近十三年來，日本慈濟人的關懷不曾間斷，東京慈濟志工有一部分趕往能登半島投入熱食發放，一部分按照既定行程，前往宮城縣東松島市和石卷市舉辦祈福

會，與鄉親共同祝福能登半島受災民眾。

日本慈濟人以女眾委員居多，上人讚歎師姊們如千手觀音，人人的心力會合，付出的力量很扎實，各方面細節都考慮得很周全；曾經遭遇過強震海嘯大災難的東北居民，慈濟人直到現在都還在關心，這分情沒有間斷，很令人感動。對於能登半島的後續援助，上人請日本慈濟人了解政府對於受災戶的安置以及重建方向，讓慈濟的幫助可以更貼切。

「到底受災的民眾需要的是什麼？政府要如何做？都需要時間去了解，去與當地人士

互動，慈濟人才有實際的方向再去付出。過去一個月的時間是急難期，現在已經是中期，居民驚惶的心已平靜下來，只是前途茫茫，失去家園，未來不知道該怎麼辦。所以，我們要了解政府對受災人的幫助，再看看慈濟如何付出。」

上人建議日本慈濟人可與當地華人、臺商互動，邀約他們投入災後援助，慈濟現在很需要志工人力。「腳踩人家的土地，頭頂人家的天，在那裏經商、生活，要以回饋的心去幫助受災居民；不要輕視每個人一點一滴的力量，人人出一分心力，可以凝聚安定社會的

大力量。」

上人肯定日本慈濟人以少數人力長途奔波，到災區做了這麼多事，實在很「幸福」：「慈濟人不談苦，要談福，因為你們付出時間、心力，造福了當地人，很了不起。急難救助先告一段落，不是停步，而是要為未來鋪路。首先是人力，要有人才有力量。你們在那裏所做的，當地居民應該都看到了，我們不是為了名或利，是要帶動人與力，未來的慈善救助需要人力。要召集當地志工，也可以看看其他地區是否有人肯發心前往，只要願意與慈濟人一起做事，還要會招呼人、凝聚大家的心力。」

享受少一點，發心多一點

上人於四大志策會對主管叮嚀，四大志業都要用心推動

素食，帶動護生、愛生，引導大眾疼惜生命而茹素，尤其醫療志業推素，可以影響民眾建立茹素有健康觀念；人文志業可以發揮媒體傳播的力量，用說故事的方法，傳達疼惜生命、因果果報觀，還能從科學、哲學的角度佐證素食的環保道理，比自己一個人不斷呼籲更有效果，希望大家共同努力。

上人提到現在為了方便，許多食品用塑膠或紙類包裝，少分量就用幾層外袋包裹，相對製造了大量的垃圾，「如果這樣的商品包裝愈來愈普遍，大地、空氣怎麼會不受污染呢？只是製造一張包裝紙，就不知道要用多少資源。所以教育、人文志業若能多做分析，善法多弘揚，可以讓大眾知道如何健康過生活。」

節能減碳、減少污染的方

喜歡去思考，或是知道方法卻不願做，這才是危機所在。上人嘆道，只是隨著欲念享受便利，不願意為了挽救地球環境而改變，這就是人的心靈生態導致的地球生態危機。

上人說，慈濟人分布在全球許多國家地區，同心、同志願而合和互協，一手動時千手動，假如本會對於環保、推素、節能減碳有明確的方向、規畫和做法，可以讓全球慈濟人就地推展，應該能在國際間發揮影響力，讓人們建立正確觀念且改變生活習慣，這是真正造福人間。

「想到未來，我真的很擔心，氣候大變遷，環境污染導致的摧毀力量很大；不論信仰什麼宗教，我們要相互勉勵，帶動人人縮小欲望、擴大虔誠的心，凝聚大力量去幫助苦難人。」上人說，只要減少自己的一點點享受，將享受的費用

轉為付出助人的善款，每天的一點點，一個月、一年累積起來，就是一股力量；會合人人每天的點滴之力，就有力量為天下眾生做事。請大家多說好話，不斷啟發人心的愛，共同造福人群。

上人指出，「竹筒歲月」的推動，是要讓人人起一念善，會合人人的虔誠善念，「一善破千災」。「人能弘道，非道弘人」，不合道理的，我們要警告大家不能做；有道理的，我們就推動人人向前走，四大志業都可以弘揚善法，帶動人人培養這一念善心。」

付出無所求，歡喜有價值

二月二日，花蓮慈濟醫院總務室沈芳吉主任陪同警勤組、供膳組的同仁向上人拜早年，並分享警勤有許多外包的

保全公司人員，他們看著慈院同仁與志工親切對待病患與家屬，也會在用心投入本分勤務的同時，對病患與家屬多加給予關懷與幫助。

上人歡喜回應，聽到大家在慈濟大家庭裏和樂融融，就讓自己很安心。盤點生命的價值，此時做這份工作，真正幫助到人，就有價值。大家在這裏培養出愛心，關心來院的每一位，不只扶持長者、病弱者，對於年幼的孩子也有如同父母的慈愛之心，能夠疼惜人，也會疼惜物；對於人、事、物都有愛心，都能用心，這就是道理。

「慈濟醫院是救命的地方，很多病人的家庭經濟不好，同仁了解以後，也會關心他們的家，照顧他們不安的心；期待各位都是慈濟人，把職業當作志業。平時在職業崗位上，各自盡職責做事，更進

一步發心立志投入志業，是更加可貴，因為已經不只為了生活而做事，是真正負起做人的志向，發揮志業精神。」

「你們剛才分享在工作時能夠幫助需要的人，都說很歡喜，這就是人生的價值——所做的事對人有幫助，且不求回報，這分志工精神很有價值。」生命的價值為何？上人說，聽到別人做好事而樂於響應，用心投入，即使付出腦力、體力，再累也甘願，這就是慈濟人常常說的「甘願做，歡喜受」，因為勞心勞力而做出成果，看到別人因為自己的付出而得救，會有很歡喜的感受。立志利益人群，恆持這分志願，把握機會付出，這分歡喜會長久維持。

上人指出「甘願做，歡喜受」與「歡喜做，甘願受」不同，「甘願做，歡喜受」是很甘願做好事，內心法喜充滿；

「歡喜做，甘願受」則是隨著欲念不顧一切，即使是錯的也憑著自己歡喜就要做，例如賭博，十賭九輸，但仍有許多人不顧勸告而沉迷其中。既然是自己「歡喜做」，無論要承受什麼痛苦的後果，再如何後悔也無可奈何，只能「甘願受」了。

上人期待大家有機會多參與志工活動，與慈濟人互動，

了解他們為什麼能夠付出無所求，還說歡喜、感恩、體會、學習「覺有情」的菩薩精神；也可以跟著師兄師姊去家訪，看見人間的苦難而自我反省與自我警惕；找到正確方向，日常生活謹慎不犯錯，否則一念偏差，步步皆錯。

「很高興看到大家因為職業而走入志業，有相同的願力，為慈濟、為人間而付出。」

若只用職業的心態做事，離職了就與慈濟沒有關係了；慈濟志工是立志、立願投入慈濟，一日慈濟人則終身慈濟人，慈濟是我們的家，我們共同發揮願力來做慈濟要為人間做的事。祝福你們的道心愈來愈堅固，也感恩你們一直在崗位上付出，投入慈濟大家庭，讓大家平平安安，希望你們願力永恆，祝福大家日日快樂！」

2
3
5



《農十二月·二十四至二十六》

慈濟的國際觀

【靜思小語】不是有多少力量就做多少事，而是至誠發願、勇於承擔，呼籲天下人做天下事。

年輕一輩活化佛法

二月三日，紀雅瑩、羅美

珠、陳麗雯師姊、羅政忠師兄等人報告「拼圖送愛回佛國」之計畫，並請示設計稿，上人

感恩慈濟人很用心、很踴躍，要幫助自己圓滿回饋佛陀故鄉的心願。

「在尼泊爾、印度，佛陀曾經生活過的地方，現在的居民其實對於佛陀了解不多，所以我希望能讓佛法回歸佛陀故鄉。」上人指出回饋佛陀故鄉，不只是募款，而是要讓大家知道其中的意義，所以要藉由活動把話說出去。希望大家了解意義以後，不分宗教虔誠響應，而非只是聽了親友的邀約，隨應人情隨喜捐款。

「在這個時代，許多人只在有事時求佛、求菩薩庇佑，其實不知佛，也不知菩薩。」上人感嘆「人心無佛」，即使佛陀指出眾生皆有佛性，「心、佛、眾生，三無差別」，但是凡夫心早已被無明煩惱蒙蔽，難以體會宇宙大覺者的覺悟心境。

上人說，現在科技發達，要傳佛法很容易，但是要喚起人人的虔誠心，是很困難；也因為心不虔誠，更不能深入體

會佛法道理。「期待藉事練心，也是藉事啟發，讓人人知道尼泊爾藍毘尼、印度菩提迦耶等地的鄉村普遍貧窮，和佛陀在世時的狀況差不多了，少，有難以道盡的苦。苦，就是佛陀成道之後，首先對五比丘說的法；苦集滅道、成住壞空，都是佛陀要告訴我們的道理。」

「慈濟從臺灣起源，慈濟人彼此帶動，所幫助的大多是素不相識的人，即使對於不認識的人，也能翻山越嶺，不辭辛勞去幫助，將骯髒的居家環境打掃乾淨，把破漏的住宅修繕得安全，所以師父稱你們為菩薩，這是發自內心的虔誠尊重。」

上人教師兄弟姊妹們帶動年輕一輩，「活化佛法」，做得更適應現代生活，會合科技在人間播下佛法的種子，並能讓種子落地生根，萌芽茁壯，再

開花結果而產生種子。大家可以用心寫慈濟故事，用淺顯易懂的敘述，搭配圖畫吸引人注意，述說臺灣慈濟如何實踐佛法，讓佛法回歸佛陀故鄉，可運用於尼泊爾的學校課堂，做出讓政府肯定也願意推動的教學成果。從臺灣本會啟動，慈濟人做好具有教育性的影音、圖文刊物，星馬慈濟人就能在藍毘尼、菩提迦耶等地發揮。

目前，回饋佛陀故鄉專案團隊從慈善救濟、住屋援建、職業訓練等方面幫助當地居民改善生活，上人教師兄弟姊妹多分享此專案的援助訊息，不必勉強人非要付出多少力量不可，只要平時省下生活支出的一點點，長久累積，慈濟就可以在有需要的時候立刻啟動去做事，所做的人間善事，就包含長期捐款會員的力量。

「慈濟在需要時舉辦活動，呼籲人人付出力量；平常

時就招呼大家虔誠聞法、聽法，凝聚、帶動人人的虔誠心。大家若能了解，就朝這個方向走。也要把慈青帶好，慈濟形象要照顧好，讓人一看就知道是慈濟人在做慈濟事。」

帶動大地生機循環

二月四日，美國北加州慈誠、委員透過網路視訊，與上人分享當地會務與心得。上人說，聽到師兄師姊提到獵人角社區的慈善援助，以及「幸福校園」的青少年助學、帶動與輔導，不禁感嘆人生過程中總是有苦、有樂，慈濟人援助苦難弱勢者，看到種種人間苦相，有時也要冒著危險去付出，不過人與人之間的互動大多是很溫馨、很歡喜。

舊金山獵人角社區過去因為普遍貧窮和犯罪事件多，被形容是連警察都不想靠近的地

方；舊金山慈濟人二〇〇八年起進入社區幫助，用感恩、尊重、愛與居民互動；居民感受到真誠，也親切回應。「他們對於『藍天白雲』的形象已經很熟悉，知道這群人是來幫助他們的好人，就會善待慈濟菩薩，讓慈濟人在當地很自在地付出，把想要做的慈濟事做好。」

「師父很感恩你們，你我緣，所以師父想做的事，弟子們很在意，就身體力行，去幫助苦難人；長年累月的付出，在當地給人好印象，這就是我們種下的好因，也在當地結好緣。」上人肯定師兄師姊做到慈悲濟世，這也就是「慈濟」之名的意義。對於人間苦難，以「人傷我痛，人苦我悲」的不忍之心，自動去幫助，就是「不請之師」。

「聽到菩薩在人間，幫助苦難人，我很佩服、很感恩、

很尊重，同時也是很敬愛；沒有分布全球的慈濟人，哪有今天慈濟的國際觀呢？也因為有這麼多好人，願意為人間付出，所以讓我更有信心，『信為道源功德母』，道的源頭就是信。我們要有信心，才能走出這一條大道，穩定踏步向前進。期待各位美國慈濟人，當地志業已經耕耘二、三十年了，大家信心滿滿，對的事，做就對了，還要互愛、尊重，把愛傳出去，也要讓接觸到這分愛的人，能夠愛上慈濟、走入慈濟。」

上人說，需要慈濟救助的苦難人、需要慈濟去做的人間事愈來愈多，但若後續無人，人力不足，就無力牽引、庇護苦難人。所以大家發揮慈悲心去幫助人，更要增長福慧的力量，要不斷接引人間菩薩。

上人也提醒師兄師姊，慈濟人付出助人，也要引導受助

合齊美好，歲歲年年
農曆春節將近，精舍內外
布置洋溢年節喜氣，大寮連日

世間需要溫情

26
《農十二月·二十七》

【靜思小語】付出不求回報，但要牽起這分情延續下去，溫暖人間。

製作年糕、發糕，海內外慈濟人陸續返回精舍，歡喜投入常住的各項春節準備工作，「年味」漸濃。

歲末祝福行腳返回精舍以後，上人首次於志工早會對全球慈濟人開示：「時間過得真快！一年三百六十五天，一天

自不量力，那股微小的力量一路持續到現在，國際間哪裏有災難，慈濟的人道關懷就到那裏去。所以說，不要去想自己有多少力量才要做多少事，只要有一念至誠的心，不怕苦，再多承擔一點點，就可以不斷凝聚力量，為天下做這麼多事。」

音，仍然堅定起步，凝聚點點滴滴極微弱之力，就像一隻螢火蟲的光很不起眼，只要不斷有螢火蟲加入，就有令人難以忽視的光亮。要持續帶動、凝聚愛的能量，不斷牽起這一分清淨的長情，用真情維繫每個人的小小力量。

史單位用心彙編，將寶貴的歷史保存下來。「新年將至，總有新的希望、新的作為、新的願力；慈濟志業守護生命、守護健康，也要守護歷史。大家在過年期間總是相互祝福，其實不只在新年、新春時彼此祝福，每一天與人見面都要有好行動、好作為，人好、事好、日日都好，這是師父對大家的祝福。」



顏博文執行長（中）及張濟舵副執行長（右）說明《臺灣導報》慈濟專欄，整理各地靜思堂新春活動。
（2月5日）

者借力使力、自我努力，以徹底改善生活、翻轉人生；教育是翻轉苦難的重點，慈濟人要盤點將近二十年以來，幫助了多少孩子？孩子長大出社會以後，有沒有走在正道上，對社會有所貢獻？可以與他們聯絡，關心他們的現況，了解他們大多做什麼工作，並且邀請他們共同行善，帶動起善的循環。

前，我就已經愛你們了。」的確是這樣，我們彼此結好緣，共同用愛來潤澤天下眾生；而我們還要讓這股湧泉源源不絕，不斷接引菩薩，要培育出能夠承擔的人才，把大家的愛凝聚起來。」

凝聚點滴微弱之力

上人說，菩薩在人間，不僅要救拔苦難，還有教化眾生的責任。慈濟人雖然付出無所求，但是要用愛教導受助者心懷感恩，有感恩心的人，才會走在正確的人生方向，慈濟人如此盡心盡力的付出，也才能如同水的循環，帶動起大地生機，而非二付出就蒸散、流失，大地依然乾旱。

已至農曆十二月二十六日，春節已近，年味愈濃。二月五日聆聽基金會主管同仁分享後，上人對眾開示，聽資深同仁回顧過去，述說草創克難慈濟功德會當時情景，或許大家聽來會覺得很苦，但自己回想當時，感覺一點都不苦，只是責任重大。

「曾經有慈濟人問：『師父，我們為何那麼愛您？』我說：『因為你們還沒有愛我之

「那時常住還沒有居處，就開始做慈濟，克難中承擔人間苦難事；還沒有蓋精舍，我們就開始要為苦難人蓋房屋，想來很自不量力。不過雖然是

八萬六千四百秒，累積一個月、一年有多少秒，這些數字都算得出來，人生就在這些數字當中。時間盤點得清楚，我們的人生價值是否也能盤點出來？隨著時間過去，一定有成就的事，是好事或壞事？自我反省有沒有做錯事，若沒有錯，再盤點為人間成就了什麼事。」

「我對自己的人生如此盤點，到頭來只有『感恩』，感恩一切好事的成就，是有無量的人用心用愛，同心、同願、同方向，開道鋪路走過來；不只是自己走過來，最有價值的是我們走過以後，留下讓後面的人也可以輕安、輕鬆走過去的路。」

「大家歡喜過年，送舊迎新，再三天就過農曆年，新曆年已過去一個多月了。過去的一年，我們合和互協，為了共同的心願，拉著長情走過來，

將我們的心力擴及全球；菩薩擴大愛、拉長情，也不斷擴展人生的價值。」

上人談到今年的歲末祝福演繹，各地慈濟人都發揮創意製作「法器」，花蓮慈濟人推出一本比人高的《無量義經》，內有四大志業、八大法印，從法髓的起源——五毛錢的力量投入一顆球，隨著球的滾動把四大八法一點一點亮，且將慈濟的大愛光芒從臺灣擴展到全球。很佩服師兄師姊們的用心設計，搭配電子設備、電腦控制，還能用中間的軸承把球送上高處，讓它再往下跑。

「人生不就是這樣嗎？剛開始要往上跑，是多麼辛苦！五十多年前，發心立志，『為佛教，為眾生』，帶著幾個弟子，還借住在普明寺，生活刻苦，就要做慈濟，回想起來有幾種感受，第一是辛苦，再來是佩服，最後就是感恩，非常

感恩。後來蓋起精舍，小小三十多坪空間，既是精進的道場，也是我們的起居室，還是功德會的辦公室。蔣經國先生、李登輝先生都來過這裏，幾位國家元首來精舍，都在這樣的小空間。」

「他們之所以會來，代表慈濟已經做到了某一種程度，那時我也覺得很不可思議、很感恩。今天，隨著時代的需要與現代化的科技發展，我在這裏說話，全球都能聽到聲音、看到影像。過去一切都很克難，現在精舍是全球慈濟人的家，全球慈濟人回來過年，雖然空間還是不大，不過這個家的情很長、愛很大。」

四大志業主管同仁辭歲分享後，上人感恩全球慈濟人發揮願力，朝共同方向去行動，才能完成這麼多好事。人人共同一心，心靈沒有煩惱就沒有障礙，人與人之間也沒有隔

閼，心量開闊，廣大無邊，能包容天下；心富有，天下皆富有。

「天下苦難人多，而我們心富有，要關懷心貧窮的人。心的貧窮不只是物質生活匱乏，而是心門緊閉，心靈的寶庫打不開，即使心靈有滿滿的珠寶，能發光閃亮，這分光明也被關住了。要把心靈的門一道道打開，讓一重重光亮照射出去，把黑暗的人間變成亮麗光明的世界，讓人心開闊，把心靈能量發揮出來，惠澤天下。」

上人勉勵，四大志業合為一心，弘法利生；四大一體，就如千手千眼觀世音菩薩，「每一個志業少不了每一個部門，每一個部門少不了你、我、他，人人合和互協，合千手、萬手之力，成就人間真善美。一年的時光是從一秒鐘開始，秒鐘的累積已經幾十年；

期待慈濟志業永恆，百年、千年，總是像我們今天這分真誠的心，合齊美好，人人用愛彼此祝福，合和互協是最美的愛。虔誠為大家祝福，新年快樂、日日如春。」

感恩回饋，回報人間

蘇州門診部陳明宏師兄、陳美慧副院長報告工作項目，廖明仁師兄報告遼寧會務，包括大愛農園、環保教育站、失獨家庭關懷；清修士黃思宇報告四川會務，包括洛水志工及小志工現況、關愛藏娃專案、環保「瓶安計畫」等。

二〇〇八年四川汶川大地震災情嚴重，慈濟團隊前往賑災、義診，突破語言隔閡，與鄉音濃重的居民親切互動，也帶動出一批協助翻譯的小志工。而今，小志工長大成人，有的因為協助醫療團隊翻譯而

立志從醫，也有孩子從此參與慈濟活動。其中，當年的小志工張靜已經成為一名醫師，也受證為慈濟委員；陳龍則是一名護理師，已受證為慈誠。上人開示：「人間苦多，需要有心人救拔；雖然慈濟人付出無所求，但仍期盼受助者記得過去曾經受到關心、得到愛心援助，懂得感恩回饋，這才是真正的溫暖人間；假如沒有感恩心，人間會很冷漠。」

上人教師兄師姊聯絡當年的小志工，再把這分情牽起來，並且延續下去。「時間成就一切，也能成就未來的希望，不過要靠我們現在把過去曾經牽起的那一分情拉回來，才能傳承；不是我們需要回報，是世間需要這分溫情，這分感恩心，是回報給人間。所以我們付出的同時，有責任去教育。」

27



《農曆十二月·二十八》

結好緣圓滿好事

【靜思小語】發心做好事也要結好緣，帶動更多人一起圓滿好事。

靜思精舍的修行環境

上人於精舍常住歲末祝福對眾開示：「天天都說，『是日已過，命亦隨滅』，日日在分秒中過，每一秒都很短暫，但若人生在那一秒過不去，就要等待來生了。生生世世，莫忘那一念；人人本具有佛性，『人之初，性本善』，日日都不要讓那一念善中斷。這一秒鐘是善，佛性就在；若有一點疏忽，善念中斷則惡念生。所以常說善惡拔河，若心不定，就總是在善惡之間拉扯。」

「要好好守護自己的心

念，善根要深、要鞏固，否則人間充滿無明，若影響己心起無明，善消、惡生，開口動舌、舉手投足有分毫之差，就有千里之錯，所以，守護善念是多麼重要啊！你我都是有福人，發了一念心學佛，相會在靜思道場；同在這個空間修行要珍惜、愛護這分殊勝因緣，自我修行，還要付出；能無私付出，才是真修行。」

上人說，付出無所求的清淨心，能夠時時自在歡喜，即使身體勞累，心也很甘願；否則心不甘、情不願，煩惱無明就會不斷生起，不只無法修

行，還累積愈來愈多煩惱。身心時時在善法中，付出無所求，則會累積愈來愈多得法歡喜、助人為樂的感受。

每天精舍有來自全球各地的慈濟志工與訪客，常住承擔所有來賓的飲食起居，有很大的工作量。上人肯定大家維持精舍內外環境整潔，歡喜迎接一群群有心、有愛的人間菩薩。「我們要與菩薩結好緣，讓他們一踏進來就心生歡喜，因為感受到空間的乾淨，接觸到人間的清淨；外境乾淨、心靈清淨，這就是靜思精舍的修行環境。」

「大空間要由大家共同維持；假如只有少數人在照顧，會很吃力，但是甘願付出，就是真修行。反之，生活在這裏，卻不關心這個大空間，只是增添別人的工作量，那就不是修行；修行就在平常生活上用心，共同維持身心清淨、空間清淨，才是同修共行。我期待我的生活環境是有菩薩圍繞的大空間，無論是出家菩薩或在家菩薩，都是發心立願、身體力行的菩薩行者。」

上人說，靜思道場是教眾生成佛道的道場，所以常住要負起責任，度化眾生。「佛陀來人間，是為了求覺道、度眾生；而我們學佛，就要追隨佛陀，走這條長遠的覺悟道路。過去我們不知『道』，是陷在迷情中的無明眾生，而今生篤定了志向，要脫離迷茫、求得覺悟，所以要行覺悟之道。」

「每天早晚課，禮佛求

法，三皈依時，當我們發願：『當願眾生，體解大道』，自己也是眾生之一，不只是求佛給予眾生能得覺悟之道，自己就是在求覺悟的人；自己覺悟，如何求得別人能覺悟呢？所以早晚課誦都在自我提醒、自我鞭策，這就是大功課——天天自問，是為己求或者是為他人求？利己或利他，由自己作答。」

「一天八萬六千四百秒，總是不知不覺不斷過去。我們仔細盤點，這一秒有沒有用得踏實？有沒有進入意識中？天天聽師父說道理，若總是聽過就忘了，雖然都說：『知道啦！』卻只是知而無道、失道，忘掉了道，所以說『博聞愛道，道必難會』。」

上人說，求法不能只在口頭上求，要將聽來的法收入意識，進入第七識的思考，種在八識田，而且下功夫修行，讓

第九識的覺性浮現。否則意識中沒有法的種子，人生空白過去，只留下業識跟隨到下一生、下一世，仍然是不由自主，隨著業力的牽絆而去，迷茫茫茫，不知受生何處，總是在六道中輪迴。

「我們的起心動念、開口動舌，無不在修行，人與人之間相互勉勵、彼此度化，轉無明為智慧。我們接引菩薩走入道場，還要牽引著人人拓展這條道路，世世代代傳承下去；法不只要傳給五十人，要傳五十代，人間菩薩代代增加，將來我們發心再來，就可以再承接、再傳承，如此傳到第五十代，人間就是菩薩淨土，而我永遠走在佛陀的大覺道上。」

「後天就是除夕，大家回家圍爐，請常住用虔誠的心，用口說法、用身行威儀作典範，化度普天之下回到慈濟道場來的菩薩。要把他們當作菩

薩，因為他們平時在世界各地度化人間，比我更辛苦；他們付出無所求，而且是長年累月不斷付出，所以我們要真誠感恩。」

彼此的使命會合起來

宗教處同仁高敬堯、許馨文報告莫三比克援建案——庫拉大愛村工程教育訓練的溫馨故事。上人開示，自己此生有福緣，自從承接「為佛教，為眾生」的叮嚀，選擇「慈善」二字起步，實踐慈悲喜捨的佛教精神，就得到許多有緣人的護持，一路走到今天。

上人進一步說明，「慈」是無緣大慈，要為人間造福，並且在人間播下善種子，就此牽起善緣；悲是同體大悲，若有慈無悲，雖然樂於做善事，但不願意接觸苦，只想要享樂，就不能深入佛法，因為佛

陀剛開始對眾生說法，就是苦集滅道四聖諦。若總是想要享受，心中貪念熾盛，有貪念就不會滿足，不滿足的心態就是貧，有貪的因就有貧的果。慈濟人發心行善，這念心就是一顆種子，當因緣會聚時，就會萌芽成長、開花結果。

「你們願意放下原本舒適的生活，遠赴莫三比克，語言不通，生活很辛苦，忍受著大太陽的曝曬工作，但還耐得住，回來以後還想著要再去，真的是不簡單！菩薩明知世間是苦，但就是願意一再來人間度眾生。」

上人說，利益人間的好事，只憑一個人、少數幾個人的力量是無法做好的，所以發心做好事的人要有好緣，才能帶很多人一起做好事。幾位同仁與志工去到當地，與居民結好緣，而且用法度眾生，帶動起一群本土志工；已經有好緣

了，就要把握因緣，凝聚力量圓滿好事。

「就像我有願，希望幫助他們轉貧為富，但是我走不出去，因緣、時間都不夠，就要靠你們把握時間去付出。所以我常常說自己有福，與你們有緣，這就是福緣；你們也有福認識慈濟，與師父有緣，知道師父不忍那群人受苦，你們就願意代替我去幫助他們。你們要適應氣候，還要用智慧克服生活習慣不同所造成的困難，這都是修行；只要你們願意發心，那裏是修行的好道場。」

上人鼓勵同仁們，投入當地推行志業，讓當地志業有所成，圓滿了心願，之後再回顧，會覺得自己的人生很有價值。「我每天自我盤點人生，覺得很歡喜，因為我這輩子過得很很有價值。我的價值是與大家有緣，你們能出力投入，成就我想做的事；其實各人造福

各人得，只是我們有好因緣，我是帶著使命而來，你們也是帶著使命而去，彼此會合起來，共同造福人間。」

上人教願意長期投入的同仁們把握好因緣，在當地帶

動、教導出更多種子志工與人才，讓居民接觸到慈濟人的生活態度與做事的方法，也能學會工程上的技術，擁有一技之長，還可以再精進，自然能夠成就個人的事業，改善生

活。最好能隨著建設大愛村的因緣，帶動居民認真、勤勞，轉變人生，讓大愛村成為模範村，其他社區看到了，也可以學習、效法，才能帶動整個社會轉貧為富。

《農十二月·二十九至三十》



常常祝福自己

【靜思小語】自我祝福為菩薩，讓眾生因為我們而有福。

入我門不貧，出我門不富

二月八日，泰國林純鈴、張惠珍師姊報告，泰國慈濟義診中心服務三十五個國家的難民；今年的歲末祝福典禮，除了邀約會眾，也有五百多位接受慈濟援助而結緣的計程車司機前來參加。

上人教泰國慈濟人，在慈

善與醫療義診方面，做好整體系統性的規畫，可以幫助更多苦難人；尤其難民義診做得很成功，若規畫得好，還有適合的場地，可以容納更多人，號召更多醫療人員投入，讓難民安心前來就醫治療，慈濟人也可以視情況補助他們的生活。

「我們是很真誠在做慈善，不要怕力量不夠，師父常

常對你們說，『入我門不貧，出我門不富』，否則師父從每人每天存五毛錢開始做慈濟，哪有辦法到現在慈濟大愛遍全球。其實有很多想要做好事的人在等待慈濟人招呼他們，慈濟人還有很多緣可以去接引人。所以你們要有信心，招呼更多志同道合的人，人多力就大，能讓泰國慈濟道場早日建

設完整，就地發揮慈善、醫療以及社會教育的良能。」

理解天下事，精進菩薩行

已是大年三十，天候寒冷，更有過年的氣氛。上人於二月九日早會開示，冬天即將過去，要迎接新春，此時是寒冬與春暖交接的時候，新的一年將至。「每一天八萬六千四百秒，聽來數字很多，可是短短一秒一秒不斷過去，我們的人生時間，就在時鐘的滴答聲中不斷減少；不過我們要感恩，能夠健康康、平平安安度過。」

上人說，世間萬物皆隨著時間變化，只是這些變化微細到讓人無法察覺；亦如對於時間的飛秒流逝不知不覺，就不會在意而浪費時間、空過時日，直到人生最後回顧此生，竟沒有留下任何有價值的歷

史，只能隨著業力而去。慈濟人回顧此生，則能細數投入哪些慈濟事，如何為人間付出，讓多少苦難人得到援助，可以自我肯定不枉此生。

提及近日臺灣各地慈濟會所舉辦冬令發放、歲末圍爐，從大愛新聞中，可以看到師兄師姊真誠關懷照顧戶，將圍爐的年菜置辦得很豐盛，殷勤招呼平時在社區裏照顧的殘病老者與弱勢家庭，彼此溫馨互動如親人。「慈濟人的愛很真誠，就如我們早課時誦〈爐香讚〉，『誠意方殷，諸佛現全身』，就表示我們至誠的心意，諸佛菩薩知道了、見證了，佛入我心來；而我們有佛心、菩薩心，自然就能用誠意對待所有的眾生。」

「圍爐的時候，每一桌都有委員、慈誠陪伴，幫行動不便的老人家或身體不方便的照顧戶夾菜，讓他們享受到過年

的溫馨歡喜，不只是吃得香，而且感受到慈濟人的誠意之美，所以很歡喜。眾生歡喜，佛就歡喜；我們面對苦難眾生，尤其過年、過節，家家戶戶歡喜慶團圓，那一群孤老貧弱者、殘疾窮困人，他們的心就如冬天冰雪寒凍苦難熬，需要有人發揮溫暖的愛，在年前先準備很豐富的年菜，帶著這群人來會所團圓過年。」

「一九六九年的今天，我們第一次在普明寺舉辦冬令救濟，之後年年舉辦冬令發放、歲末圍爐，讓這些老人家來團圓。雖然回到各自的家裏，還是孤單，但是來到慈濟大家庭，即使身邊的人互不相識，但是同桌吃飯，就會彼此認識。若發現彼此住處不遠，以後路上相見也會打招呼，相互鼓勵與照顧，這就是好因緣。」

「我們天天要與人結好

緣，而且常常要祝福自己，在慈濟大家庭，師父都稱呼大家為『菩薩』，要精進行菩薩道，要在人間度眾生，來了就要交

功課，向佛報告：『我在某一個世界，度多少眾生。』要度多少眾生？恆河沙數。菩薩修行中，隨處都是修行的道場，有修行就有度人，所以修愈久的菩薩行，就能度愈多人。資深菩薩修行很久，表示我們度很多人也救很多人。我們總共救多少？不一定是我們親自去救，是慈濟團體在普天下救人；天下慈濟人有願、有行，何處有災、有苦，菩薩就地動員去救人。」

「慈濟人救拔眾生苦難，造福人間，這就是菩薩。不論天災人禍，只要有慈濟人，苦難人就有福了。所以請各位如果有親友在國外，也可以告知慈濟聯絡資料，如果當地有苦難，聯絡慈濟共同去幫助，這

也是功德。我們助人，也勸人幫助人；自己聽法，並且邀人來聽法，這都有功德。」

「無處不是菩薩道，條條菩薩道通佛道，請大家要時時用心，師父說的話要聽，不是只有師父早會出來說話才聽，大愛臺節目《靜思晨語》、《人間菩提》，都要每天看、每天聽，你們會更理解天下事，更了解慈濟人間菩薩行，請大家勤精進。」

「師父特別在今天說這麼多話，一來是要感恩大家幾十年來的護持；若沒有這麼多人投入，就沒有今天的慈濟，無法聚集菩薩入門來，師父開的路就沒有人走。菩薩入門來，共同開道鋪路，救助苦難眾生的同時，也為自己播下修菩薩行的種子，因緣會合，將來就會開花結果，得到福的果實、福的種子，累積到來生。」上人勉勵全球弟子們把握因緣勤



慈濟科技大學莫三比克外籍生與慈青為除夕晚會彩排學習舞獅，上人予以祝福。
(2月9日)

精進，為來生積福糧；要不斷宣揚善道，多勸人素食，減少殺業、減輕污染。

上人說，凡夫眾生，開口動舌無不是業，如果心念偏差，這張嘴說話就在造業；為了口欲殺生食肉，又不斷造殺業，且污染大地空氣。大家要謹慎，不要造口業，而是多說好話、宣揚正法，輔導人向善道，累積功德。「對於過去的

時日，我們要感恩；未來的時日，我們要多發心，好事多做才是積福，分分已得。祝福大家，未來同樣身心健康，造福利益人群，這是師父對大家的期待，也是誠懇的祝福。」

用心做慈濟，莫忘那一人

韓國朴東燮師兄全家、金鉉泰師兄、見習志工馮嫫凌師

姊等人返回精舍，向上人拜年，並分享訪視心得。上人懷念已故妙喜法師對於慈濟志業的護持，而今韓國已有慈濟人，且得到政府准許立案，大家要用心推展志業，莫忘最初的那一人——妙喜法師，還要記得自己是師父的弟子，在韓國發揮慈濟人的菩薩使命，真誠為苦難人付出，合和互協地帶動志工、成就當地志業。

2
10

《農曆正月·初一》

修行的起步

【靜思小語】認清人生苦的源頭，才有方法減苦。

為一大事來人間

二〇二四年農曆正月初一，歲次甲辰，上人於早課後對眾

開示：「時日匆匆，不覺一年過去了，農曆新年從現在開始。時間就是人間的一切，時時要勤精進，何況我們發心出家，

知道人生無常。人身難得、佛法難聞，而我們有幸生於人道，又有好因緣，發心出家，追求佛法，且找到佛陀指引我

們走的菩薩道，就要身體力行，並殷勤精進，這就是我們生命的價值。」

「人人心中有佛，人人本具佛性，要如何才能接近佛性？就要勤修行，讓佛法入心來。首先要了解苦、集、滅、道四諦法，人生本是苦，苦是集種種無明而來，我們要能認清苦的源頭，才能運用佛法滅苦，看得開、放得下。入佛門，行菩薩道，要勤入人間；清淨自己的心，精進佛的道業，教化眾生，這就是我們的任務，這就是為一大事來人間的目的。」

「苦集滅道的集，就是執著，我們要懂得學著放下，清淨自己的心，將佛陀的教法用在人間，也就是行『道』。苦、集、滅、道這四諦，就是我們修行的起步，方向要正，行正道法；還要透徹十二因緣法，才不會受種種煩惱障礙；

了解四諦、十二因緣以後，就要在人間運用六度，用這六種方法度眾生。出家修行，不是僅僅獨善其身，要入人群度眾生，當菩薩僧，要發菩薩心，而且在人群中不被眾生的煩惱感染；我們學佛在人間，要永遠保持心性清淨，大家要時時多用心啊！」

慈濟人的大家庭

上人於志工早會祝福大家新年好，並祝福人人天天都有此時此刻的歡喜心境，時時彼此祝福、相互感恩，這就是人間最美好的景象；人間天天都有過新年的氣氛，日日新，心清淨。

家家戶戶在過年之前大掃除，清除整年累積的污垢；上人說，如果天天清理生活環境，污垢就不會一天累積過一天，到了年終歲末掃除也不會

感到很吃力。同理，人的心靈煩惱也是逐漸堆積，假如今天一件事放在心裏，總是看不開又放不下，每天都有一點點煩惱，如此不斷地累積，此生有多少天、多少年可以累積煩惱無明。修行就要打開心胸，清理內心的習氣，把無明掃除。

「習性難除，我也在努力訓練自己拿得起、放得下，放下了，心靈要淨空，不是只在口頭上說放下，真正放得下，才是修行的真功夫；不過該提起的時候，要勇於承擔，趕快負起責任，殷勤精進。」上人說，一年過一年，體力一年不如一年，自問是否該放下？從內心有一個聲音說：不可！還要精進，正因為時日不多，多少人間福緣還沒有結好，要為來生的修行繼續努力，結好眾生緣，才能廣度眾生，達成來人間修行的目標。

上人說，此時結了好緣，

將來彼此見面就會生歡喜心，聽了話就能發心付出；否則見面不歡喜、不聽話，如何能付出？歡喜、發心，付出以後就會法喜充滿，這就是「甘願做」，看到自己的付出對人間有益，即使身體勞累也「歡喜受」，這就是價值所在。

「過年了，國際間的慈濟人幾天前就陸續回精舍，據說有十八個國家地區的慈濟人回來臺灣探親，也回花蓮看師父。精舍就是慈濟人的家，昨天除夕圍爐，也有二百桌上，我走到哪一個角落，都聽到人人彼此祝福，相互感恩，聲音很嘹亮、很歡喜。精舍是天下的大家庭，也是精進的法之家，運用佛法精進在人間，人間菩薩回到法的家庭相聚，法喜充滿。」

上人期勉慈濟人用心聞法、行法亦傳法，「今天展開新的農曆年，開春也是新春。

一年四季以春為起始，大地逢春，萬物欣榮；我們也一樣，學佛的心就如逢新春，要精進，心地要如春天一樣，把法充分吸收收入心，菩薩道上勤精進，這就是師父對大家的新年祝福。」

慈濟起點的歷史

上人與花蓮、臺東慈濟人座談，提及自己離家後是先到臺東，再落脚花蓮，所以與臺東結緣最早，與臺東慈濟人有很深的緣，請資深師兄師姊共同回顧、整理「慈濟起點的歷史」，且每一位也有各自認識慈濟、投入慈濟的起點，從認識而發心投入、身體力行，才會一路走到今天。

「佛陀來人間，是為了教育眾生，教人人慈悲濟世，這也是慈濟所要做的事。為了做慈濟，就要投入人群，即使素

不相識，也要做得讓大家歡喜快樂；其他人看到我們做慈濟，做得這麼快樂，而且慈濟人行儀整齊莊嚴，也會來了解我們如何做、聽我們如何說，受到感動而樂於投入，這就是我們度人的方式。」

「要度人，就要真正身體力行，不是只用說的。師父若只是坐在這裏講話，大家聽師父講話，覺得很有道理、很好聽呢，又有故事，此時聽得歡喜，不久就忘了。我總是告訴大家，曾經到哪一個地方，做什麼事情，這其中就有法，大家聽了也會學習效法，這樣說法才能夠度人，否則『無法度』。所以你們也要身體力行去付出，心中有法，就能發揮智慧，用方法去做好事。」

上人表示，慈濟是一個天下的菩薩大家庭，這個家的人，彼此是法親，慈濟人若能接引自己小家庭裏的孩子、孫



靜思書軒小志工廖尹甄大年初一向上人拜年，分享手工藝作品。

（2月10日）

子投入法親大家庭，讓善法在自家代代相傳，積善之家有餘慶。除了自家和樂幸福，還能讓善法在社會上擴展開來，愈來愈多人懂道理、守規矩，同行菩薩道，就有愈來愈大的力量淨化人心，佛陀的正法也能不斷傳承下去。

上人勉勵年長的資深慈濟人，要對未來的人間懷抱希望，再接再厲，還有很多事可以做，同時接引中生代、年輕人，發揮智慧力行佛法在人間。

「佛陀想將覺悟的道理傳給眾生，但是在二千五百多年前，受限於時間、空間，交通不便，地廣人稀，難以廣傳佛法。看到星馬慈濟人在佛陀故鄉誦《無量義經》，我很歡喜。《無量義經》是師父年輕的時候，從日文版《法華經大講座》抄寫出來；慈濟人拿這本《無量義經》回到佛陀故鄉

誦讀，將大乘菩薩法傳回佛陀故鄉，意義殊勝。」

上人也提到臺灣各地慈濟人為了《無量義法髓頌》，不斷共修、練習、彩排，才能在每一場經藏演繹，幾百人、千多人動作整齊，整體道氣莊嚴。「我從去年底行腳，各地的入經藏菩薩，有很多是全家投入。我就會想像，這個家庭、那個家庭、隔壁鄰居，或是整個社區，一整群帶動起來，家家戶戶入經藏，讓我覺得很感動。」

上人提到早會開始之前，小小孩子唱〈祈禱〉，聲音很嘹亮，蓋過全場大人的聲音，孩子心地清淨，唱出發自內心的虔誠。大家要把這群孩子照顧好，讓他們維持清淨的心，深入經藏，了解天地萬物的真理。感恩臺東、花蓮慈濟人用愛傳法，要銘記此時的至誠發願，生生世世做慈濟。

2
11

《農曆正月·初二》

定心入人群

【靜思小語】心靜、心定還要建立信心，穩定腳步做好該做的事。

我願意，生生世世力行

透過網路視訊，多國慈濟人連線拜年。美國慈濟人分別聚集在華府分會、芝加哥分會、德州分會、達拉斯分會及美國總會，上人勉勵大家，美國慈濟志業將屆三十五周年，要從「三十而立」到「四十而不惑」的階段，所以要增長智慧，不要懵懵懂懂隨欲造業。

「佛陀為一大事因緣來人間，就是要走入人群、教育人群，指引眾生向著正法走；不只是獨行，還要拉著車、帶著人，步步踏實向前行。看到大家都在精進，人人呼喊著：『我

願意』，這三個字不到一分鐘就講完了，但是要生生世世身體力行，要殷勤、要精進，把無明的人心帶向光明。」

「每一年的歲末祝福，我都發願淨化人心、祥和社會，祈禱天下平安，讓世界亮起來。這個心願，人人都可以做到，轉凡夫心為佛心。凡夫心充滿無明，總是在迷茫中，隨著境界起心動念；佛陀的覺悟境界，分秒思想包含天地萬物、大地乾坤、虛空法界，通徹所有的道理，所以佛陀稱為大覺者。凡夫與大覺者如何比？如同小螞蟻與須彌山，雖然螞蟻很微小，但是牠有心、

有願，從凡夫地起步，行菩薩道，生生世世接連不斷；這條道路很漫長，但是我們要把握當下，踏穩每一步，不要有分秒偏差與漏失。」

上人說，若總是在無明中隨著境界而轉，不由自主隨欲造業，無法發揮自己的覺性，眼睜睜看著時間漏失，道業也無法增長。所以時時自我警惕，好好把握時間，好好說話，不要發出擾亂人心的言語，要引導、帶動人走向正法，建立正知、正見，不要迷失方向。

上人感恩大家發心立願，正知、正見、正行道，讓自己帶著歡喜、感恩的心過年。師

徒、法親要彼此勉勵，在佛法道上勤精進，福慧雙修。

發大心，入人群度眾生

與承擔四川會務的清修士黃思宇（崇發師兄）談話，上人說，說法度眾生不是只照著佛典解釋文字名相，一定要實際做到，還要與眾生結好緣。在人群中做事，大家看到自己怎麼做，對自己說的話很信服，如此就有好因緣可以度眾生。「我此生沒有因緣到大陸，但是我在大陸有很多好緣，需要你們把師父的精神理念帶到當地，傳給當地人士，接起當地的好因緣。」

現在的社會亂象與氣候變化，需要人人關心，也要有人帶動，讓大家了解道理並改變習氣。上人教師兄把握因緣多引導當地民眾，讓他們了解慈濟，願意聽從師父所說而做出

改變；其中，環保、素食是「非推不可」，教育大眾愛物、惜物，也是環保觀念之一，珍惜、善用每一件物品，可以延長使用期限，減少垃圾量。這是很淺顯的道理，要運用智慧傳達給大眾，也要運用智慧就地牽起善緣，讓人把道理聽入心，並樂於響應。

「現在的人間很需要有人說好話、做好事，所以你要發大心。禪要怎麼修？若說要打坐讓自己的心靜，反而一不小心走火入魔，所以我們不求修禪，只求心定，定心入人群，不受人群的煩惱無明污染，而且還要淨化人心。」

「要懂得分析自己的起心動念，對自己的生命價值觀要提升。你是清修士，身心維持清淨，還要建立信心，入人群度眾生，這就是我們現在要做的事，也是我們的責任。」

「要有定心，方向正確，



志工準備各式攤位迎接來精舍走春的海內外法親，唐美雲老師（左三）分享手工燈籠作品。（2月11日）

我們不求什麼，穩定腳步做該做的事，不必有得失心。師父這輩子與人無爭、與事無爭、與

世無爭，但是我步步踏實，時間在過，路也要走，不要停步，並且注意不要踏錯方向。所以

對於走過的路，天天都要自我盤點，安自己的心、穩定自己的腳步，這就是我們的修行。」

知足的有福人

2/12
《農曆正月·初二》

【靜思小語】擁有再多還是覺得不夠，就是貧；心能滿足，就是富有。

我做到了耶

美國紐約分會、新澤西分會、北加州分會、夏威夷分會的慈濟人視訊拜年，上人感恩大家過去一年來救災、濟貧，不辭辛勞，付出無所求。例如夏威夷茂宜島大火災情慘重，夏威夷慈濟志工大動員，去援助一無所有的居民，給予溫暖的膚慰。「那一段時間，你們很忙碌、很辛苦，不過再多

的困難，你們都一一克服，最終能歡喜地說：『我做到了耶！』」
過去教聯會老師在校園推行靜思語教學，引導孩子改變習氣，培養好習慣，孩子做到以後歡喜地說：『我做到了耶！』孩子能夠勇於改過，是許多大人的典範，之後許多師兄師姊分享自己聆聽上人開示之後，改變言行態度，或是克服困難救助貧病個案的心

得，亦歡喜表示：『我做到了耶！』最近則常聽到慈濟人發心立願弘法利生，齊聲說：『我願意。』
上人說，現在的人間，氣候變遷導致的氣候災難愈多、愈嚴重，需要不斷地呼籲發心，帶動更多人提起善念，願意改變生活習慣，願意茹素；要發自內心，虔誠愛人、愛物、愛生靈，不忍眾生受苦難，這分愛就是大愛。人人每日、每

一秒鐘的愛不斷累積，會讓人間充滿愛與福。「聽到大家發心，也看到資深菩薩身體健康，沒有離開慈濟，還是這麼虔誠，還有年輕人願意接棒，師父很歡喜！」

上人肯定年輕一輩跟隨資深者的腳步訪視個案，見到各種人間苦相，反思己身，知道自己很有福，自然能夠知足、惜福。「心能滿足，就是富有；否則擁有的錢財再多，還是覺得不夠，永遠不滿足的心很貧困。慈濟人都是知足的有福人，還能夠發心再造福。」

上人提起已往生的「砂谷阿嬤」林王秀琴師姊等資深慈濟人，在北加州帶動出多位精進的師兄師姊，這群精進菩薩至今不退，且繼續接引、栽培後進，陪伴著慈濟法親，讓慈濟因緣代代相續，大愛長情不斷延續。每一位慈濟人都是一顆種子，請大家共同努力，讓

菩薩種子從「一」生無量，讓天下成為茂盛的菩提林。

「我們都要有這樣的心願，因為我們都是乘願再來的，不是迫不得已隨著業力而來，我們的願就是行菩薩道，哪裏有需要，我們的愛心就要鋪展到那裏去。如同《法華經》的譬喻故事，人人都身懷寶珠，過去我們不知，現在已經知道人人都很富有，只要有心，願意伸出雙手，絕對有力量去付出。」

上人說，慈濟人在全球各地救助苦難，也將「竹筒歲月」的故事告訴受助者，啟發人人的愛心，有不少人響應；無論是存零錢或存「米撲滿」，積少成多，都是一分救苦救難的力量，此舉也能鼓舞貧苦人向善、向上。

「無論力量大小，發心不嫌少，怕的是不發心；人人發心付出，天下就有福氣。否則只憑一個人，即使力量再大，

也只不過一個人造福；要人人都發心，時時起善念、時時造福，讓人間福氣旺盛，這是人間的瑞相，能夠破除災難。所以我們要不斷地弘揚善法，說好話帶動人人付出，利益眾生。期待大家發大願，到了今年年底，能夠對我說：『我做到了耶！』」

疫情的教育

臺北慈濟醫院去年接受醫學中心評鑑，從準醫學中心成為醫學中心；新冠肺炎疫情期間，全院同仁用心精進醫療品質，搶救生命，為此次通過評鑑的重要亮點。趙有誠院長偕主管同仁返回精舍拜年時，上人說，回顧當時疫情遲遲無法平息，感覺很辛苦、很難熬，幸好已經過去了，而且全院人平安，很感恩！「感恩院長、副院長、各科室主管們用

心照顧同仁，而且提高警覺，不斷地叮嚀與關懷，保護全院平安；而且真正做到了守護生命、守護健康、守護愛，若有確診病人來院，我們都沒有拒絕，用愛收治。」

「固然不希望再有疫情，但是我們要記住這一次疫情的教育，以及當時的心情。疫情就如敵人攻城，醫療團隊要像將軍領兵守城，要先守護好自身，所以要穿好戰甲，穿起防護衣，做好預防措施，而且要提升士氣。臺北慈院做到了，用生命守護生命、搶救生命，這不是形容詞，而是同仁們確實做到，堪得讚歎。」

上人談到臺北慈濟人護持「我們的醫院」，慈誠隊如黎逢時師兄等人，三、四十年來，道心堅定，精進不退，從臺北慈院動工建設開始，到慈院啟業運作，一路陪伴醫療團隊，照顧著裏外環境，每一天都不缺席。「看到志工幫忙醫院大掃除，委員、慈誠年紀都大了，仍然不辭辛勞，上上下下清理平時較少清理的角落，連天花板都仔細清潔，我聲聲讚歎；他們比師父更愛惜慈院，用生命守護慈院，守護志業慧命。」

「慈濟人愛護慈濟，比自己的生命更重視、更愛護，

教我如何不感恩呢？在農曆年前，院長、副院長帶著主管同仁，代替師父關懷資深的委員、慈誠，這就是慈濟大家庭，前面的人努力，後面的人感恩，都盡心力投入，所以我總有說不盡的感恩。」

「已是大年初三，這幾天，全球各地慈濟人都與臺灣本會連線，恭賀新年，也是祝賀臺北慈院成為醫學中心，大家的付出受到肯定，所有的慈濟人都很歡喜。感恩全院同仁，包括清潔環境的外包廠商，讓慈院環境清淨明亮，我們都要由衷感恩；祝福大家，日日快樂，平安歡喜。」

用愛付出無所求

《農曆正月·初四至初六》

【靜思小語】付出愛是造福，無所求是智慧。

始於極微力，凝聚極微光

二月十三日，劉素美師姊、黃榮年師兄、郭再源師兄、賈文玉師姊等人在精舍現場，印尼各區慈誠、委員透過視訊連線，向上人拜年。上人對阿源師兄和榮年師兄說，印尼慈濟志業能夠如此蓬勃發展，要感恩華人企業家的身心投入與護持，尤其當年黃奕聰老先生以身作則，登高一呼，企業界共襄盛舉，為印尼社會注入一股安定的力量，也讓原本受金融危機影響而衰頹的民生經濟逐漸復甦繁榮。

上人說，凡事不離因緣果報，有因、有緣才會有力量，展現如今的成果，所以大家要用心留下印尼慈濟歷史，讓後來的慈濟人都知道最初的因緣，並將這分因緣延續下去。

榮年師兄感恩素美師姊把大家集合起來，素美也感恩二

位副執行長的大力護持，否則無法做這麼多慈濟事。上人說，早期除了素美師姊，還有幾位師姊一起救助貧病苦難人。「要記得，做慈濟事，人不可少；如果沒有緣，就無法凝聚這麼多人，也就沒有力量去做事。印尼慈濟有好因緣，大家合起來，才有辦法發揮大力量，讓四大志業落實在印尼。也要記得，如果沒有最初的『極微力』，從很微弱的力量開始做，就無法會合各方的好緣，即使現在想做也不知方向，所以還是要感恩最初的極微亮、極微光。」

二月十四日與馬來西亞簡慈露師姊、陳志遠師兄、林偉才師兄等人談話，上人說，因為過年，各國慈濟人共聚精舍，大家要相互認識與交流；其中，幾位資深的越南慈濟人，從臺灣到越南經商，同時把慈濟種子帶去，事業、

志業平行並進，都是步步踏實。「有種子，才能會合各種緣，遍地有很旺盛的福德林；尤其企業家的人面很廣，可以為慈濟四大志業的推動凝聚力量。你們有心有願，要吸引更多多人，除了做好道場建築的規畫，慈善工作仍要扎實地做，持續凝聚當地民眾的善念，才能成就大志業；不是建築規模大，是『心願力』要大，行願的力量要穩。」

上人說，或許大家過去在商場上見面，為了生意而應酬；投入慈濟以後，都是以真誠的心互動，並且用愛付出無所求。用愛付出就是造福，無所求就是智慧；造福得福，自己可以感受得到。「大家都說是為慈濟而做，其實是為自己而造福，用虔誠的善念、善心付出，自己做、自己得；付出有形的錢財、物資，得到無形的福慧、功德。」

有人力，還要有願力

二月十六日，印度、尼泊爾、斯里蘭卡慈濟志工視訊拜年，上人對目前正在尼泊爾的馬來西亞、新加坡慈濟人說：「聽到大家發願要翻轉佛國，我很感動；還發願弘法利生，我更是感恩；你們要普度眾生、齋戒護生、菩薩招生，但願大家能守護這分心願，要精進，天天相互勉勵。感恩馬來

西亞、新加坡的菩薩們，這一年多來，代替師父回到佛陀的故鄉，去幫助、帶動居民，看來真的很有希望！為大家祝福，你們在那裏，也要照顧好自己的身體健康。」

尼泊爾同仁采潔、慈青羅比娜分享後，與當地志工齊聲恭賀新年快樂。上人叮嚀，年輕人要相互帶動，大家志同道合，將佛法與慈濟精神落實在印度、尼泊爾。

「雖然距離佛陀時代已經二千五百多年，但是道理永遠不變。你們曾經來過臺灣，看到佛陀的思想在臺灣延續，佛陀慈悲度眾生，就是要救拔眾生苦，尤其對於貧窮苦難人，要發揮愛心去幫助。請你們將佛陀的精神帶回去，與鄉親們分享，並且身體力行，這是我最期待的。慈濟很期待為印度、尼泊爾多做一點事，幫助需要的人，你們幾位年輕人要

活化菩薩心

2月16、17日
《農曆正月·初七至初八》

【靜思小語】讓心中這尊菩薩活起來、動起來，走入人間救苦救難。

學佛人。從凡夫要到達佛的境界，中間要走的這條路就是菩薩道，所以要真正邁開腳步去

走，凝聚力量度眾生。」

湖北慈濟人分享後，上人期勉法脈相傳，就地敞開慈濟

大門，開闢大道，邀約人人同行，這要靠慈濟人精勤用心、用愛耕耘。



年節期間承擔大寮組的志工告假，上人感恩大家用心付出。
(2月13日)

「我們好話多說，多招募好人共同來做好事，因為天下苦難人偏多。慈濟是分毫不漏失，分毫都在為人間造福，不只是在你們居住的國家，還可以帮助國際間有困難的人。你們的愛心付出，讓人很感動；你們對慈濟的愛與護持，師父感受到了，很感恩你們。」

師父這樣說，弟子這樣做

二月十五日，上人對返回精舍拜年的苗栗慈濟人說，師徒之間有深刻的慈濟緣，才能如此合心。要把這分緣延續下去，就要持續聞法，精進力行菩薩道。「你們平時有讀書會，敬師如師在，即使師父無法時常到苗栗，至少還有法，讓大家知道『師父這樣說』；最重要的是『弟子這樣做』，如此讀書、做事，才能鞏固法親緣。」

大陸華中慈濟人視訊拜年。聆聽湖南慈濟人分享後，上人感恩師兄師姊與自己貼心，師父所愛就是大家所愛，共同愛護天下眾生，守護大地；做對的事，就在正法中。「愛我所愛，也要說我所說的法，弘法利生。」

山東慈濟人拜年，上人肯定師兄師姊十多年來精進不懈，慈善與環保都做得很好，尤其呵護年長者，互動很溫馨。菩薩入人群，視天下長者如同自家長輩，年齡相仿者如兄弟姊妹，年少者如己子般真誠愛護。有愛的人生最有價值，愛人者人恆愛之。「只要心中有愛，發願行菩薩道，淨化人心，接引人人共同行善造福，就能讓天下平安祥瑞。」

河南慈濟人發願之後，上人叮嚀大家要用心落實：「要有信心，並且發心立願菩薩行，行入人間，這才是真正的

成為種子，在那裏認真、精進做慈濟，才有辦法延續因緣，讓來自臺灣本會的力量可以在當地發揮。」

上人表示，「為佛教，為眾生」是自己的心願，也是所有慈濟人共同的心願；在佛陀的故鄉，要有人力，還要有願力，合和互協達成心願。除了感恩多位校長、老師們投入，上人也勉勵尼爾醫師、馬坤達師兄要凝聚在地力量，把握因緣，專心致志，加緊腳步推動。

馬來西亞陳吉民醫師提到，尼泊爾志工每天收看大愛臺《人間菩提》節目，聆聽上人開示，跟隨慈濟脈動，不只看到慈濟在尼泊爾的付出，也了解全球慈濟人所做的慈濟事，增長見聞、開闊視野，有了想要知道更多、做得更多的念頭。現在本土志工跟著慈濟人去訪視時，能夠很流暢地對

村民說慈濟故事。

《法華經》描述多寶佛塔從地湧出，釋迦牟尼佛在十方世界說法的分身佛回歸共聚，寶塔大門敞開而多寶佛現身。陳吉民醫師表示，過年期間在精舍，看到從世界各國回來的慈濟人，或是在網路視訊中向上人拜年及分享，猶如寶塔從地湧出，上人的分身回歸，開啟寶塔得見如來，遂發願在尼泊爾弘法利生，落實志業，讓佛陀正法恆存。

上人回應：「師父說的法，你們確實理解。慈濟宗門已經敞開，也真正立宗了，慈濟人都能了解，而且靜思法脈的精神也要很牢固。不知道就做不到；既知道了，就可以認識生命的價值。因為難得有因緣走入了佛門，是三寶弟子，就要認識佛陀的精神，負起為人間付出的使命。」

上人說，既已聞法知理、

自信，慈悲為室，柔和忍辱，諸法空寂心自在，有此修行涵養，就是對人間最好的說法。

心相連，力量合起來

馬來西亞雪隆慈濟人視訊拜年，上人欣見年輕人發心立願且彼此帶動，讓自己很安心，感到未來有希望。馬來西亞種族、宗教很多元，貧富懸殊，苦難人多，上人曾勉勵馬來西亞慈濟人，「大馬連心，愛鋪滿地」，無論生活在馬來西亞的哪一個州郡，心都要連起來，彼此真誠讚歎、相互勉勵，力量合起來，廣披大愛，庇蔭、幫助苦難人。慈濟救度眾生不分宗教，慈濟人的精神理念來自佛陀正法，恆持正信走入人群，為需要的人付出。

「師父從來不會告訴你們，只要信佛就會得福。福要自己做、自己得，就如看別人

認知使命，在等待塔門打開的時候，就要站好、站穩；在寶塔門大開的時候，引導人人走進正門，並且為大眾導覽，讓大眾看見寶塔內的寶物，得謁如來。「若你們沒有走出去，即使師父很想要做，也沒有辦法；你們願意踏出去，就有因緣去做，你們的付出對當地幫助很大，功德無量。」

法師品，重要四句話

二月十七日，上人與中區師兄師姊、馬來西亞郭濟緣、劉濟旌師兄、陳吉民醫師等人談話，表示很感恩累生累世與許多人結好緣，才能在此生有這麼多人只要與師父見面就歡喜，聽到師父說話就相信，並且合和互協做到師父想要為佛教、為眾生所做的事。

上人與眾共勉，「大慈悲為室，柔和忍辱衣，諸法空為

吃飯，自己不會飽，還是要靠自己吃；法，靠別人聽，自己感受不到，還是需要自己聽，將佛法聽入心，才會真誠發願。大家真誠發願的那一念心會合起來，就有很大的力量可以造福人間，同時增長智慧，福慧雙修。」

上人感恩馬來西亞慈濟人就地、就近照顧貧病苦難人，且經常投入慈濟在南亞多國的慈善、醫療援助；為了達成師父想要回饋佛陀故鄉的心願，將近二年來，馬來西亞慈濟人在尼泊爾藍毗尼、印度菩提迦耶等地推行相關援助事項。人間菩薩所到之處，當地的苦難人就有得救的機會，當地就有福了；只要有人有心，願意投入時間與心力去做，苦難人就有翻轉人生的希望。

「要當菩薩並不困難；佛陀所說的菩薩，就是真正走入人間救苦救難的菩薩，不是佛

龕內讓人拜拜的菩薩像。菩薩不需要人拜，但是我們心中的這尊菩薩要活起來，要讓心中的菩薩動起來。只要人的菩薩心活化、啟動，人間就有希望；人人行善造福，人間就能充滿祥和的瑞氣。」

上人說，慈濟人遠赴印度、尼泊爾付出，雖然需要適應氣候，生活上也有許多不便的地方需要克服，但是師兄師姊都不說「辛苦」，真誠表示「幸福」，因為看見貧苦居民受到帶動而提振身心力量，教

育方面也有多位校長、老師投入教聯會，人人法喜充滿。「菩薩走入人間運用佛法，付出無所求，看到苦難人得救，我們就歡喜，這分歡喜就是法喜，而這分法喜會永存於心。」

2
18
19
《農曆正月·初九至初十》

對的事，做到底

【靜思小語】恆持善念，過去做得對的事情，未來更不能疏忽。

捐零錢的意義

二月十八日，南投慈濟人返回精舍，向上人拜晚年，並分享心得。上人表示師兄師姊將南投過年的喜氣帶回精舍，人人都很歡喜，讓自己也滿心歡喜。「你們把南投的『家』

照顧得很溫馨，尤其是過年圍爐，招呼照顧戶、外籍勞工或外籍學生，都是很度誠地在付出。無論是因為求學或工作而來到臺灣，遠離家鄉，應該也會想家；在臺灣家家戶戶團圓時，他們的心情很複雜，而你們給予溫馨的關懷，對他們來

說很可貴。」上人表示行腳到南投，覺得南投的慈濟道場很有草根味，且富有的人文，具有人性之美，這都是師兄師姊平時用心，讓簡單的道場美化起來，這個大家庭的人氣很旺，讓人感覺到滿滿的溫暖人情。



南投慈濟人返回精舍，向上人拜晚年，梁明師兄（右三）陪伴兒子梁博鈞（右二）捐出壓歲錢助人。

（2月18日）

「對於過去的每一天，我們都要感恩，能夠平平安安度過；新年剛開始，大家更要發心，延續過去的溫情，更要提起虔誠心，為天下祈求平安。平安不是只靠祈禱，需要人人多造福，僅僅那念要幫助人的心就很重要；我們向大眾勸募，不是只教大家捐錢，最主要的是喚起人的虔誠心，只要有這一念虔誠付出的心念，每天存一元、三元、五元都可以，存零錢到撲滿裏的舉動，就在提醒我們發揮愛心幫助苦難人。每天都有這分愛與行動，且帶動家人、親友共同行善，『積善之家有餘慶』，要推及社區、普及社會，拉長情、擴大愛。」

「淨化人心才能祥和社會，人心不淨化，社會難得平靜；有一個很平靜的人間、祥和的社會，各行各業才能安然發展，這才是我們的福。所

每一天的心境

二月十九日，明聖師伯、慧琳師伯、慧瑤師伯、慧臻師伯與慧香師伯等人到精舍探視上人。上人談及印順師公上人晚年來到花蓮，讓自己奉養一段時間，實在很感恩。「我覺得自己很有福，有一段時間導師在這裏，若有時間，我就上去看看他、坐一坐，還有精舍常住、慈濟志工經常與他互動。」

「我這輩子覺得沒有後悔，平平穩穩過日子。現在年紀也大了，每天心很穩定，無論白天有多少事情，到了晚

上我就放下，該休息時就休息，早上眼睛睜開，就開始認真再做；有人來了，有緣見面互動，談話投機，就有因緣度眾，每天都是過著這樣的日子。人生，總是因緣未了走不了，因緣已盡留不住；若能要走走，不要有掛礙而遲疑，才是真正解脫。」

快樂中藏苦因

聆聽基金會主管同仁分享後，上人有感而發談到，老是自然法則，老不是問題，不健康才是真問題。健康康康、歡歡喜喜地過，就覺得時間過得真快；不健康，拖著時間過日子，才是真辛苦。慈濟慈善救濟是從幫助貧病孤老者做起，讓人因為看見人間苦相而啟發愛心，加入慈善濟貧的行動；慈濟從克難中一步步往前走，愛心人愈來愈多，連接起

人人的無私大愛，愛心力量從臺灣擴及國際。

「因為人間有苦難，激發出愛心人，也讓人看見愛。所以，對於苦難人，我們要愛惜；對於愛心人，我們要珍惜。慈濟將近六十年來，看見的人間苦難、災難很多，愛心人遍布國際，感人故事多；最近我與各地慈濟人談話，都要大家重視歷史，自我盤點生命價值。」

上人提及新春期間，無論是回到精舍團聚，或透過視訊拜年的海內外各地慈濟人，許多熟悉的面孔，已經白髮蒼蒼，大家都隨著時間改變了樣貌。用心盤點人生，其實苦多樂少，即使有人覺得自己一生順遂，總是很快樂，其實快樂中含藏苦因，歡喜中有危機，只是凡夫迷茫不覺。

人間菩薩「覺有情」，已經聞法知道理，要用方法向大

眾宣說，讓人聽得清楚，能夠了解苦、集、滅、道四諦。

「苦，人間有說不完的苦；集，無明的人心不斷地累積錯誤的觀念，在人間造成危機，使人背道而行，造成各種污染，不只有空氣污染、大地污染，更令人擔心的是心靈的污染。所以人間需要佛法淨化，當然還有其他宗教的法，可以淨化人心，消滅人間的危機，引導人心回歸正道。」

上人說，眾生已經背道而行太久了，要引導眾生走向正途，需要不斷呼喚：「路要走好！」並且不斷告訴大家如何走好這條路；方法很多，道理說不盡，最直接的就是看見眼前的苦，深入理解人間苦的原因，找出造成苦的根源而徹底拔苦。

「苦」不同，是「集」不同的原因所造成；要「滅」苦，就要找出原因，例如知道

烏克蘭志工謝爾吉呈送照顧戶雕刻的木作作品，為耶穌於馬廄中誕生的場景。
(2月19日)



自己有不好的習氣，會隨著習氣犯錯，就要改正壞習氣。假如一直無法改正習氣，問題累積愈多，就愈難解決，離目標愈來愈遠。所以說修行就在修習氣，修道於法，要向大家說道理，導偏回正，實在不容易，這條道路很長遠。

找到了正確方向，要開路給人走，從一個人開闢的狹窄田埂路，拓寬到能夠讓二個人、三個人走的寬度，直到可以開牛車，甚至鋪成能讓汽車通行的平坦道路，再拓寬成四線道、八線道，讓更多車輛可以載運更多人通行，帶更多人行正法、走正道，這條寬敞的正道就是菩薩道。

上人說，現在資訊傳輸迅速而普遍，人們有高知識，欲望卻也相對提高，人心觀念複雜，造成許多亂象，人間難解的問題愈多，苦難也偏多；人間需要慈濟，而慈濟也需要在

人間發揮慈悲喜捨的佛教精神愛護眾生，度化社會人士。每一位慈濟人都是「覺有情」的人間菩薩，在人群中把這分情拉得很長，把清淨大愛鋪得密且廣，慈濟人走到哪裏，就把慈濟種子帶到哪裏，當地就有菩薩度化人間。原本互不相識，因為有慈濟，聚集志同道合的人，可以就地帶動人間菩薩。

「人間有苦，才會有菩薩，但是菩薩並非憑空而來，平時就要大招生；不要發生災難才要號召好人，無災難時，人人就要培養善心、造福人間，社會才能祥和、增福，福氣增加，災難就會減輕。」

上人與眾共勉提升毅力、勇氣，無論還有多少人生時間，都要好好把握與運用。過去做得對的事情，到後來更不能疏忽，要持之以恆，恆持善念，發揮善的力量，為人間付出。

2
20
22

《農曆正月·十二至十三》

不要因人亂了心

【靜思小語】人間本來就有是有非，但不與人談是非，不受複雜的人與事污染。

常念感恩，人間有希望

臺南慈濟人二月二十日返回精舍，歡喜分享在過年期間舉辦新春活動，並招募人間菩薩。上人肯定師兄師姊很用心，在社區道場的內外布置及活動都很有過節的氣氛，最重要的是慈濟人的真誠美善顯於言行，讓人感受到，也能將慈濟人分享的法聽入心，感恩慈濟菩薩走入人間度化眾生。

上人說，在座有不少資深慈濟人，從籌建花蓮慈濟醫院開始，舉凡慈濟要蓋醫院、建

學校、建大愛村、國際賑災等，要做的慈濟事一波一波，接連不斷，慈濟人總是踴躍響應，共同出力，讓師父減輕負擔，這分菩薩長情，分分寸寸連接得很緊密。

在這幾十年的過程，師兄師姊為了推行慈濟志業，也運用智慧克服許多困難。上人說，即使面對惡意批評、故意刁難，大家道心堅固，支持師父要做的事情，力量很扎實。

「師父常說一頭牛甘願拖車，但是車上的物資愈疊愈高，愈往前走坡度愈高，需要愈多人

出力來推。所以慈濟人除了自己付出，還要入人群招生，才有力量為社會人間做這麼多事。」

「光是在臺灣，『希望工程』蓋了幾十所學校，你們也有人在九二一大地震之後，投入希望工程。社會的希望在教育，而我們援建學校，讓孩子的學習不中斷，真正在成就社會的希望，也是造福人群。經過二十多年，九二一當年讀國小、國中的孩子，已經長大成

人，出社會了。」

做，就只是希望利益人間，無愧天地人間。」

初心不失，要重新找回

二月二十一日，與馬來西亞郭濟緣師兄、葉淑美師姊談話時，上人說，師兄師姊在馬來西亞做慈濟，是延展師父的慧命；「為佛教，為眾生」是師父畢生的志向，而師兄師姊們皈依，師父說法，教大家行菩薩道、付出無所求，師兄師姊都做到了，慧命就在弟子們的身上延續。「父母給你們的是生命，師父給你們的是慧命；生命有限，慧命是永恆。不只要將佛法的種子種入八識田，還要深入第九識，就是慧命，即人人本具的如來智慧。」

上人說，人人本具佛性，無論是否道心堅定，或心起無明而偏差迷失，這分清淨本性

永遠存在，「初心」不失，只是需要重新找回。「我常對慈濟人說，不要因人亂了心，我也常用這句話警惕自己，因為我要面對人群，但是我以佛心為己心；我的師父對我說『為佛教，為眾生』，所以我以師志為己志，這二句話成為我慧命的導向，我的慧命因此而啟發。」

要為佛教、為眾生，一定要走入人群、面對人群，無可避免複雜的人與事，會有不了解的批評，受到非善意的阻礙。上人說：「人間本來就有是非，要修行就要面對是非而不受污染，保持內心的清淨，所以我不與人談是非。」

談及回饋佛陀故鄉專案，上人說：「若沒有悉達多太子在尼泊爾藍毗尼出生，在印度修行、覺悟，今天就沒有佛教。我們信仰佛教，蒙受佛法的利益，就要用感恩心回溯過

也牽起慈濟情。當年的孩子或許不清楚幫忙蓋學校的是什麼機構，總是有個好環境讓他們平安長大，但是現在應該教育大眾，我們曾經的付出，成就今天的社會祥和與希望，要念著這分恩情。就像父母養育孩子，孩子要感父母恩；老師教學，學生也得要感師恩；社會大眾都要感恩社會環境成就自己安然生活，還要感恩地、水、火、風四大調和。假如人人都有這樣的感恩心，人間真的有希望！」

「念感恩，比念佛更好。有的人念佛是要求福、求平安、求事業發展，不懂得念佛的真實意義。念佛就能夠得福嗎？如果沒有造福，哪有辦法得福？所以我們要肯去做，為了利益人間而付出，這就是慈濟的教育。我們辦活動，能夠辦得皆大歡喜，還要考慮不能造成環境負擔，我們事事要

去，感恩佛陀；同理，投入慈濟的慈濟人，很自然會想到師父、遵從師父的教導。所以要回饋佛陀故鄉。當地居民也真的很苦，我不斷呼喚，慈濟人就會重視，慈善救濟的同時輔助教育，當地就有希望；將來慈濟正式在當地有聯絡點，有慈濟人長久在那裏帶動，讓當地人士認知佛教徒就要這樣，佛法會慢慢回歸，重新樹立佛教精神形象。」

「『佛教慈濟』到尼泊爾付出，等於借佛之名，行佛所行之事，否則當地居民對於佛教認知不深，甚至不知道悉達多太子在此出生、成長，出家修行後覺悟成佛。所以我們現在就要告訴他們，這裏是佛教的起源地，佛教的法是要度眾生、救濟眾生。」

「我此生所做，是報父母恩，回報佛恩也回報眾生恩，為了報恩來付出。因為我的身

體是父母所生，要回報父母養育此身的恩；我感念佛恩，因為佛陀的精神啟發我，導向我走這條道路；我感恩眾生，我說話，有許多有緣人願意聽，願意響應師父要做的事，否則慈濟志業豈有辦法落實在這麼多國家，哪裏有災難，就有慈濟人就地啟動去付出，這都讓我真誠感恩，大家有志一同，結合力量為人間付出。」上人教導弟子，要學習師父感恩佛陀、師長、父母與眾生，懷抱感恩心在人間付出。

祈求和平，人心要淨化

烏克蘭與俄羅斯的戰事持續已兩年，讓許多人流離失所；不過悲苦人生，也有人有福遇到慈濟協助生活、安定心靈，更進一步把他們帶進慈濟，讓他們也有因緣為人間造福，幫助流落異國的苦難鄉親。

二月二十二日，波蘭、烏克蘭尋根團隊與上人座談，上人勉勵志工們，把握殊勝因緣，牢牢牽住菩薩長情，把慈濟大愛帶回居住地，讓慈濟有更多的機會幫助需要的人。

尋根團隊用中文至誠發願，要做慈濟，淨化人心，拔除仇恨種子，祈願世界和平。上人說，淨化人心、拔除仇恨、世界和平，才能讓全球人安然生活；只要人人都有此心願，用真誠的心去做到，就能平安快樂。

「世界要和平，人心一定要淨化；要淨化別人，要先淨化自己。每一個人都有『我』，天天要虔誠淨化自心，人人都願意淨化自己，用虔誠的心行善，就能美化人間，慈濟就是在做這樣的工作。我也期待各位與我一樣，共同淨化人心，為世界祈禱和平，連根拔除人心的恨與仇。」



菩提大直道

【靜思小語】從凡夫到成佛必經菩薩道，這條路雖然很長遠，但方向很正確，直直走就對了。

做；做不到的，即使他們真的很苦，我們連踏都踏不進去，有力量也無從施展。」

相互提醒，必修菩薩行

二月二十四日，時逢正月十五元宵節，上人於早課後對眾開示：「歲月匆匆，已經是過了新年的第一個月圓日。一個月、一個月過，一年、一年過，『是日已過，命亦隨滅』，時間不斷過去，我們的生命不斷減少，往前所剩不多，回頭看過去這些歲月，有意義嗎？是造了善業還是惡業？自我盤

點一下，趕快把握生命，好好為人間造福。」

「人間在你我之間、在你與他之間，彼此要結善緣，相互提醒說好話、做好人。在道場中修行，是要成長慧命；隨著時間過去，生命不斷減少，慧命要不斷增長。我們學佛修行，目標就是覺悟成道，不過從凡夫地到佛的境界，必須修菩薩行，在人間做事，為人間付出。」

「師父時時稱呼大家『菩薩』，就是一再提醒大家：我是菩薩，要修行成佛，非行菩薩道不可。大家要相互提醒，

國際賑災，用智慧評估

二月二十三日，上人與美國曾慈慧師姊、黃靜恩師姊談國際賑災，指出世界上有很多困苦的地區，慈濟作為民間機構、慈善團體，要用智慧評估，了解世界上的苦難狀況，把力量發揮在可以得到的地方，否則就像整片森林陷入火海，只站在邊緣提水桶救火，是毫無作用的。「在貧窮的國家，很少有生活富足的家庭，所以我們要先去了解該如何幫助，做得到的當然可以去

精進造善業，同時增長慧命。若不慎造了惡業，人與人之間有言語衝突，彼此結了不好的緣，都會成為修行的障礙。期待大家在修行的道場相互鼓勵，增長善緣，莫結惡緣。」

律己甚嚴，應盡的責任

金門慈濟人返回精舍，與上人座談，感恩有土地能興建新會所，自許能做到上人曾經祝福金門成為慈濟島。上人叮嚀師兄師姊，慈濟道場不是拜拜的道場，是要就地負起教育良能，傳法入人心，引導人人回歸清淨的本性。

「心、佛、眾生三無差別」，人人本來就有與佛同等的覺性，清清楚楚、智慧明朗，只是被無明煩惱覆蓋而迷茫，走入迷途，愈走愈偏；要從凡夫成為覺者，就要行菩薩道。但即使知道修行的方向，

凡夫心總是反反覆覆，很容易又隨著習氣走往迷途，所以需要在菩薩團隊中，有善知識的陪伴與提醒。

「曾子說，不要以為獨處時作惡沒有人看到，隨時都有看著我們的眼睛、指著我們的手，看著我們的是天眼、心眼。修行就在日常生活中，要守好生活規矩，對自己要很嚴格，隨時用心眼反觀自己，提高警覺，教自己要守規矩、路要走好。」

「我很感恩過去生與人結好緣，此生大家看到師父、聽師父說話，就跟著師父做慈濟。弟子很聽話，我很歡喜，但是同時我也覺得自己責任重大，大家都在聽著師父說話、看著師父做事，我豈能不走好呢？每一步，我都用心在腳上，時時注意自己的言行，不是要炫耀，而是做好自己應盡的責任，才有辦法帶動大家。」

「我們發心行菩薩道，菩薩上求佛法、下化眾生；我們現在也在求法，我每天如果空閒，都從大愛臺看自己講經的法，即使已經看了幾百遍、幾千遍，我要不斷地看，同時檢討自己。就好像照鏡子，幾十年前鏡中的人、幾十年後的人，已經完全不同了，心有相同嗎？不斷問自己，提醒自己要忘記初發心，念佛要念出我們的覺性。」

上人說，學習佛法，不只要讓法進入意識，還要提升智慧，增長智慧的生命，發揮慧命的願力。「你們發願承擔志業，都說『我願意』，人人要承擔，而且不只在此生此世，是生生世世發菩薩心，行願在菩薩道。不過，此生如果沒有起步，來生如何接續？所以這分發心與願力要把握現在，腳踏實地走去，將這分心願恆持到未來。」



金門慈濟人回到精舍座談，並分享當地特產。（2月24日）

「菩薩道很長遠，但是很平坦，很直、很正確，要從凡夫到覺悟的佛境界，其實不困難，在這條路上直直走就對了。」上人說，菩提大道直，而佛道圓滿；世間萬物各有其用、皆有其理，不過推究萬物的本質皆空，而且人間萬相「一切唯心造」，要保護好一念心，不要受煩惱習氣糾纏。

上人勉勵師兄師姊，即使年紀大了，也要趁著身體還可以自主行動，更加精進修行佛法，法親之間相互勉勵，不要說：「那麼多人，哪有差我一個？」那麼多人，別人把握因緣做到了，自己沒有做，別人得到了歡喜、法喜，自己只是隨著時間空空過去。自己做、自己得，自己精進修行，得到福與慧，以及心靈的輕安自在，不要只是隨著時間累積無明煩惱。

「菩提大道，這條覺悟

的道路要如何走，大家用心去體會，方法就是付出無所求——我這樣做，不求什麼，是我應該做的，幫助人讓我覺得很歡喜，這樣就好了。如果保持這分心念，就可以不斷往上提升，將來也很明確知道要往哪裏去；假如只是隨著自己的欲念，被無明煩惱牽引，就不斷往下沉淪了。期待大家彼此提醒，凝聚心力淨化人心、祥和社會，要讓金門成為慈濟島，就不困難。」

清淨無染，慈濟的人才

二月二十五日，斗六慈濟醫院簡瑞騰院長偕大林慈濟醫院、斗六慈濟醫院同仁返回精舍，與上人座談。上人說，醫療志業守護生命、守護健康、守護愛，這是自己對慈濟醫院最大的期許。醫療攸關性命，而人命關天，所以很感恩主管

同仁們能夠用真誠的心投入醫療工作。

上人說，簡瑞騰院長自從在花蓮慈院骨科任職，已經在慈濟三十二年了，可以說是慈濟骨科成長，如今回到斗六故鄉，照顧鄉親。在座也有不少同仁很資深，雖然說資深，但都還是中壯年，已經有二、三十年的臨床或行政經驗。「對於我來說，我最看重的是你們的心，具有慈濟心，

有慈濟的精神方向。我做慈濟這分心是清淨無染，我這輩子與人無爭、與事無爭、與世無爭，但是我認真做事，我要的人才就是清淨無染，才有辦法志同道合，這就是可以做事的人。」

「自我盤點，我很有福，每一個志業單位都有好因緣，向心力很穩定、很堅固，而且很貼心，這讓我很安心也很感恩。普天下的慈濟人，有很多

人不曾與我互動，只是看到師父的影像、聽到師父說話的聲音，他們就很歡喜；若經過視訊再與他們互動，他們就開始規畫，要把慈濟工作做得更扎實，讓這一分守護生命、守護健康、守護愛的精神更加落實，慈善、醫療都需要就地扎根。」上人期勉主管同仁們的心彼此貼合，合於一分共同的無私大愛，秉持佛心師志，做對的事，利益人群。

2
26
27

《農曆正月·十七至十八》

覺悟的有情

【靜思小語】人與人之間最可貴的情是「覺有情」，沒有利害得失，而是清淨無染。

為未來傳歷史、做教育

二月二十六日，文史處與

全臺教聯會團隊報告各區留史進度。上人說，幾十年的史料龐大，每一位老師說出來的故

事，只是蜻蜓點水，但是讓人印象深刻，所以大家一定要好好做，不論是幾十本、上百本

都要做，因為這就是這個時代的歷史，也是慈濟慧命的歷史，老師們都是時代歷史中的人。這幾十年來，臺灣社會能夠平安，大家都要重視自己為社會的貢獻。

「你們擔任教職那時所教的孩子，都是現在的社會中堅分子，所以你們為社會培育優良人才，功不可沒，要趕快提出來分享，好好地記錄起來，不論何時要出版，至少文字都在。請各位老師們盤點自己的生命，為未來留史。」

下午繼續聆聽老師們分享後，上人指出，過去積極推行靜思語教學時間，老師與學生們建立深厚的情感，這一分情很可貴，需要去回憶。「人與人之間有各種情感，最可貴的情是『覺有情』，覺悟的有情，而且能與這麼多人結好緣，彼此沒有利害得失，都是清淨無染，相互教育；每一位說話，

都在菩提大道上，『菩提』就是覺悟，菩薩道上相互扶持、彼此提醒。」

「早上聽你們分享，喚起我的回憶。也許有些做過的事，有人已經淡忘，現在又聽到其他人提起，就喚起自己的記憶；大家彼此補充、相互見證，這才是最真實、最寶貴的歷史，也是我們要編輯、整理出來的歷史，讓沒有參與過的人知道曾經走過的路，以及曾經發生過的溫馨故事。」

上人提到早期老師們回精舍分享，或是自己行腳時，老師們在各地會所報告所用的紙本圖文簡報，還有各自任教班級的學生所寫的靜思語學習心得相關作文，都是很寶貴的史料，要好好保留。大家分享的內容，人、事、時、地、物等資料都要寫下來，包括紀錄與分享的人名，不要漏失。

「希望大家好好回憶，收

集好資料，為未來的人傳歷史、做教育；我們過去真正身體力行，已經做了這麼多事，此時要趕快回顧過去，留給後來的人，讓人知道我們如何守住教育使命。」上人也叮嚀沒日沒夜整理影片資料的戴敦仁老師，以及在座的資深教聯會老師們說，雖然資料龐大，整理起來很費功夫，但是不能廢寢忘食，要照顧好自己的身體健康，才能留更多資料、做更多事。

慈濟人要樹立菩薩典範

二月二十七日，聆聽回饋佛陀故鄉專案團隊在印度菩提迦耶連線報告後，上人請師兄師姊用心收集資料，了解當地人口、生活方式、教育狀況，以及醫療系統現況，把安心、安身、安生的慈善救助做得更完善。為讓正法回歸佛陀故鄉，要讓佛法、菩薩精神落地

生根，需要一片適合的土地與建會所，交通要便利，否則無法度眾生。

「大家有心有願、開心歡喜，讓我很安心，相信要達成我的心願，回饋佛陀故鄉，一定沒有困難；只要大家共同一心，歡喜、誠意投入，就能造福佛陀故鄉，共同成就無量功德。」上人叮嚀師兄姊照顧好自身健康，飲食要注意衛生，凡事以安全、平安為第一。慈濟人要樹立菩薩典範，在當地帶動出菩薩種子。

慈善從生活的範圍做起

辛巴威朱金財師兄報告慈善會務後，上人說：「只要我們做得到的，就發揮愛心去做；不過辛巴威社會不穩定、政治紛亂，而且現在天下局勢很複雜，所以若做不到就不要勉強，先從做得到的範圍幫助

居民生活。」

為了讓天候乾旱且缺乏公共建設的辛巴威村落重拾生機，慈濟自二〇一三年開始幫助居民開鑿水井，自二〇一三年十一月十一日第一口井啟用迄今，總計開鑿二百三十六口井，修復八百三十四口井。上人說，這麼多口井，若都能持續出水，生活用水與農耕用水就會穩定供應，不過居民要很勤勞、很努力。即使是旱地，也可以種馬鈴薯、豆類等。那麼大片的土地，只要勤勞耕耘，就不會受餓。

上人教師兄從自己的生活範圍做起，先對附近的居民做好教育，為本土志工建立起慈濟的精神理念，再往其他縣市推展，按部就班，邊走邊做。目前有二位辛巴威青年來臺學習，上人教宗教處同仁多關心，在假日時帶他們回精舍，若他們對農耕有興趣，可

以跟著常住一起耕種；若對行政、人文記錄有興趣，就適才適用，好好培養。最重要的是引導他們深入體會慈濟精神，培養好精神理念，並且發心立願，回到辛巴威發揮所學，落實志業，一心一志利益當地。

上人舉馬來西亞、新加坡慈濟人投入回饋佛陀故鄉專案為例，星馬慈濟人在自己生活的國度把慈濟志業做得很好，行有餘力，聽到師父想要回饋佛陀故鄉的心願，他們將自己的事業、家業都安排好，就到尼泊爾藍毘尼、印度菩提迦耶去推動。有這樣的因緣，才有辦法去開發。所謂開發不是去開闢，而是把精神理念帶去，教育當地居民。

「要了解當地的民情與地質、氣候，才有辦法找到輔導農耕的方向；若要輔導手工藝，可以像是南非的職訓班或是尼泊爾的縫紉班，輔導居民

擁有一技之長。還要聯絡商品通路，安排產銷營運，有很多人與事需要串聯。可以和其他

國家的慈濟人多交流，知道他們是怎麼做的。師父很期待你在那裏發觀世音菩薩的心，立

地藏菩薩的願，用慈悲心與願力再推動，不過現在要先把身體照顧好。」

能承擔是福

《農正月·十九》

2/28



【靜思小語】能承擔是福，不要怕事情多，這正是在發揮生命的價值與功能。

靜思法脈第一代使命

常住師父與清修士報告朝山等活動規畫。上人表示大家能夠承擔，自己就很放心，最重要的是，靜思法脈的修行者要以身作則，關懷各地慈濟道場，帶動慈濟人，精神理念要準確，方向要正確，尤其清修士的居士身分，更能接近社會大眾，在人群中傳佛法、做慈善。

上人叮嚀，清修士要真正體現出佛教修行者的精神形象，作為標竿。「你們是靜思法脈的第一代，要以身作則，樹立典範，這是你們的使命，也是靈魂。承擔宗教的形象，讓人看得到、聽得到、感覺得到；而且清修士與社會人士有密集的接觸與互動，要更加精進，腳步更踏實，讓清修士的形象與精神在社會扎根，讓佛法深入人群、普傳人間。」

早期精舍常住生活清苦，一九六九年二月，資深委員蔡秀梅師姊不捨上人與常住師父蓋的被子過於單薄，於是送來十二件毛毯以禦寒。但是上人沒有接受，而是轉為慈濟慈善救濟之用，並添購足夠數量，於當月發放時贈予慈濟救助的貧病孤老者。「就是從此開始，覺得在家人都能體會到出家人衣被單薄，我應該要為了這些貧窮苦難的人著想。由此

可見，從第一步踏出來，就是很乾淨也很扎實，這分心和行動一直傳到現在。」

上人對常住師父說：「能承擔是福，不可以認為自己年紀大就不負擔執事；不計較的人得福，計較的人福薄。師父常說，已做已得，不是在年齡大與小，年齡大小只是一個相——我們敬老尊賢，體恤其他人年紀大了，不要讓他們承擔太多；但是我雖然年紀大，我還可以做，自己就要投入。幾位年長者自從發心以來就不斷投入，不曾停歇，這就是我們的典範。」

「人生價值在於承擔責任，要尊重自己的生命，不是覺得自己老了應該休息，要盤點自己的生命是否還有使用的價值，何況如今慈濟要承擔天下的重大責任，人人都要共同努力。所以，不要嫌忙，不要懼怕事情多，這就在讓我們發

揮生命的價值與功能。」上人指出，無論是出家修行者或清修士，都有弘法利生的使命與責任。弘法，是「為佛教」，除了要做慈善，成立「佛教克難慈濟功德會」；為了建設花蓮慈濟醫院，要成立基金會，亦堅持以「佛教慈濟」之名，彰顯佛教的慈悲精神。

「其他的我不執著，但是這一件事，我一定要爭取。佛教要走入人間，這就是為眾生，不是私底下做的，我們要有政府的認證，還要有人間團體的認證，要成立的是『佛教慈濟慈善基金會』，醫療就要從這個慈善基金會延續下來，所以『佛教』這二個字一定要有，有『佛教慈濟』之名，才是屬於慈濟的醫療體系，教育也一樣，四大志業都會加上『佛教』二字，這是我一直在意的。所以佛教的形象要顧好，出家修行者要顧好出家的

形象，清修士是過去沒有的制度，我們也已經把清修士的形象建立起來。」

「清修士同樣辭親割愛，以出家修行的心志走入人群，只是沒有圓頂剃度而已，精神理念與戒律都與出家眾相同。所以，談到精舍師父如何領導禮拜，不是只有出家師父，清修士也要學會宗教儀式，領眾禮拜。有時候看到大家在朝山，真的很感人，海外的慈濟道場也一樣，尤其是馬來西亞、菲律賓，在社區裏、在當地社會顯示宗教的神聖、莊嚴形態。」

「在靜思精舍的修行道場，我們的形象更要建立好，因為精舍是全球慈濟人的心靈故鄉，你們要時時以身作則，把握機會傳法。你們為什麼願意進來？有使命，承先啟後，因為你們前面有師父，還有當初幾位常住師父，農耕、做手

工，胼手胝足度過很辛苦的克難歲月，那分精神要好好傳承。當時的常住人數很少，我們做嬰兒鞋維持生活，每人每天還多做一雙做救濟。」

上人說，當時的慈濟慈善基金，除了由在家居士每天省下五毛買菜錢，一個月十五元；常住做鞋子、糊紙袋，也

省下微薄的工資投入慈濟慈善。這就是法脈宗門起源的歷史，大家都要了解，法脈宗門的慧命，就從五毛錢開始而不斷延續，常住師父與清修士都要守好法脈源頭，並且將佛陀精神傳入世間。

上人對清修士說：「你們是靜思精舍清修士的第一代，

第一代做得好，未來的佛法傳承就有希望，所以你們要好好用心，挑起天下米籬；要承擔天下事，就要有國際觀。」上人叮嚀常住師父與清修士共同守護靜思精舍這個大家庭，法親家人間也要彼此照顧，並且合力招呼、照顧好從全球各地回來的慈濟人。

2
29

《農曆正月·二十》

承擔天下的大力量

【靜思小語】愛心無法用數字估算，真誠無私盡心力付出，就是最大的力量。

臺灣以善以愛為寶

慈濟人文志業於二〇〇六年出版《臺灣四百年》，共分為慈善、醫療、教育、人文四

冊。二月二十九日慈善志策會中，上人提到慈善書冊的內容，讚歎臺灣自從有歷史紀錄，就有慈善工作的史料，臺灣民眾有愛心、很善良，這分

精神很令人感動。

「好事真的需要報導，只是追溯、探討慈濟在臺灣的慈善工作，就可以知道慈濟在臺灣奉獻很大，要感恩慈濟人的

付出。我曾經說：『臺灣以善、以愛為寶。』因為慈濟，我的感受很深刻；再看到這一部書，代表自古以來，臺灣就有愛心人、發心的慈善人。」

上人說，現在慈濟慈善關懷國際，要做的事很多，負擔與壓力不可謂不沉重。然而仔細去想，慈濟是怎麼做起來的？只是每人每天五毛錢，就是這股微末的力量，引發大眾的愛與善，凝聚起承擔天下的大力量。「愛心無法用數字估算，總是大家真誠無私，盡心力而付出，這分心力就是最大的力量。」

「在臺灣，每當災難發生，慈濟人如同從地湧出的菩薩，救苦救難；在國際間，只要發生災難的國度有慈濟人，也會有從地湧出的菩薩，或從鄰近國家搭機而來，從天而降的菩薩，凝聚力量救助苦難人。」上人說，慈濟人除了

賑災，平時就在社區裏幫助貧病殘疾、孤老無依的人，都是出於一分不忍眾生受苦難的菩薩悲心。其實人人本具這分佛心、菩薩心，但是凡夫心久受無明煩惱蒙蔽，需要覺悟的有情入引導，帶動人人「見苦知福」，啟發真誠的愛。

上人表示，人性本來善良，但是凡夫心總是有你、我、他的分別，彼此計較，雖然也會關懷別人，但是關懷與計較在天秤兩端，關懷總是輕一點，計較總是重一點，都是為了自己而計較、爭長短，認為自己有理，這就是人間常態。慈濟人在關心、照顧苦難人的過程中「見苦知福」，放下了自身的享受，走入苦難之地，設法幫助、解救困苦的人。

「慈濟人走在與人不一樣的路，做與人不一樣的事，也因為如此，才有辦法讓國際看

見臺灣的愛與善，看見真善美——用真誠的心行善，就是美。這分無私為眾生付出大愛的真善美，值得讚歎與宣揚，這也是弘法利生，可以帶動人間的愛與善。」上人說，慈濟人做慈善，所見所聞以及救助行動，還有受助者因此改善生活、轉變人生，都要靠人文志業的傳播力量告訴社會大眾，讓更多人看見人間的苦相，啟發慈悲心行善。要多宣揚好人、好事、好道理，不要等到有災難才有善行，平時就要帶動出愛的能量。

上人指出，行善不只是給予生活所需，也要用善法教育人間，讓社會人間有希望。除了學校教育，傳播媒體也要負起社會教育責任，引導人心向善、向上。期待人文志業廣傳善法淨化人心，亦廣傳全球慈濟訊息，在人間相傳愛與善。

談及《靜思語》在海內外

啟發許多人改善習氣，有人只因為其中一句話深受感動，改變了待人處事的態度，自己受用，也讓家庭和睦。上人表示，並非自己說的話有何特別之處，而是貼近生活，讓人易於接受；師兄姊妹們分享自己投入慈濟的心得與改變，也是感動人心的法，大家有志一同，說好話、做好事，做得歡喜，讓其他人聽了分享、看了慈濟人做的事，也想來了解與投入，這就是教育人心、帶動善法。所以聞法就要說法、

傳法，傳善法就是造福人群；就算是一句簡單的話，也許讓人聽了覺得很有道理而改變。上人說，現在國際間有許多天災人禍，苦難人等待救助，大家要持續用心，除了各地原本就在進行的急難救助、濟貧工作，還有許多慈善事務要多追蹤，得知哪裏有需要，就自動去協助，當「不請之師」。感恩四大志業都很用心，要恆持善心、方向正確，合和互協，為淨化人心、祥和社會、天下平安而努力。

花蓮慈濟小學師長陪伴十位學生代表，前來獻竹筒撲滿助人。

(2月29日)



本專欄精簡摘錄自靜思人文《證嚴上人衲履足跡》

還有更多重要開示——

二月十四日 廣東東莞、深圳、廣州慈濟人視訊拜年與分享

二月十六日 高雄、屏東、桃園榮董團隊拜年與座談

二月二十一日 與教育志業主管同仁談「職業」、「志業」

二月二十四日 對北區慈濟教師聯誼會解說「愛的教育」

完整的每日行記以及師徒間感人對談，請關注靜思人文叢書處每季出版新書