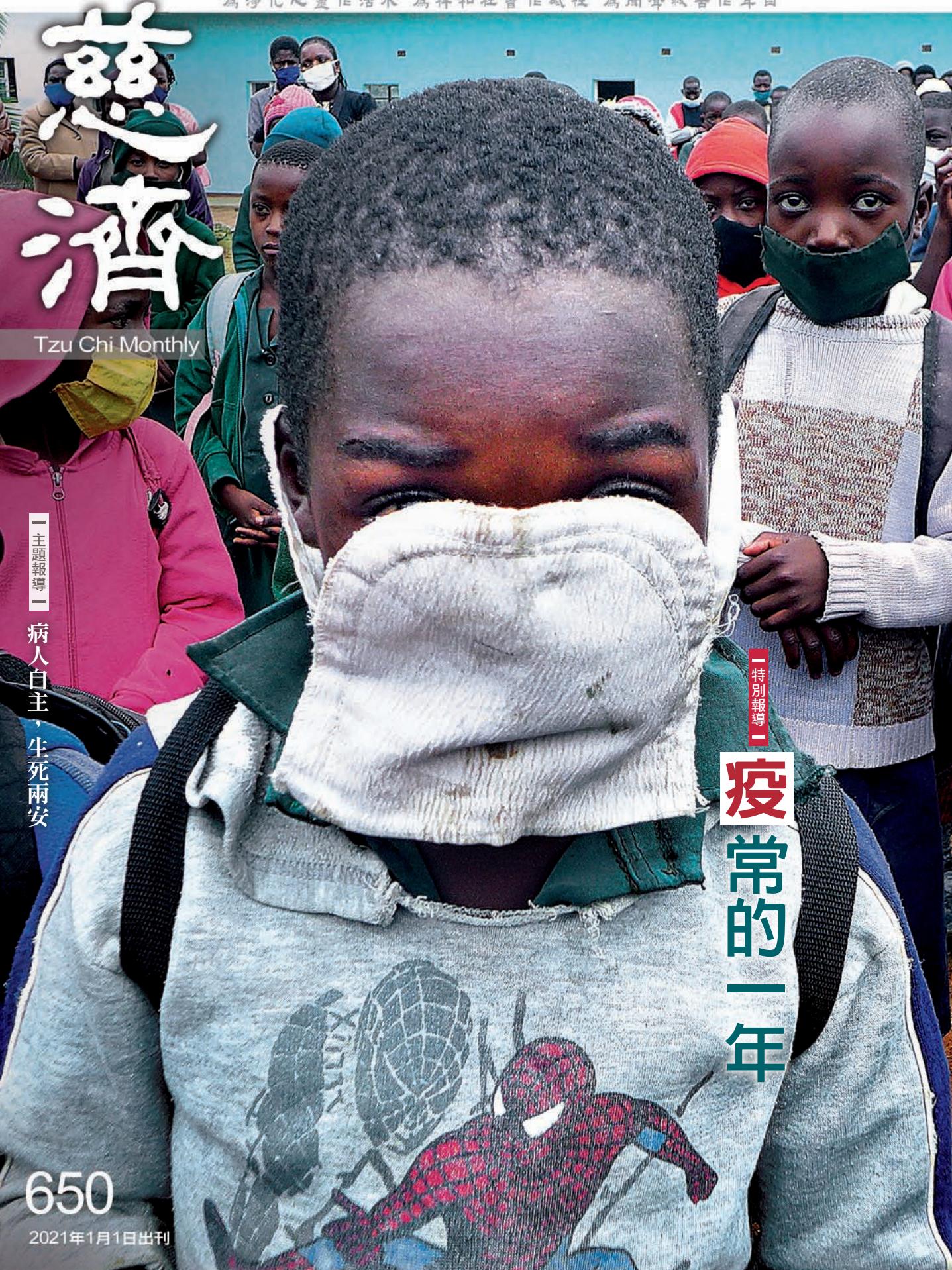


為淨化心靈作活水 為祥和社會作砥柱 為聞聲救苦作耳目



# 慈濟

Tzu Chi Monthly

— 主題報導 —

病人自主，生死兩安

— 特別報導 —

## 疫常的一年

650

2021年1月1日出刊

## 迎接平安福慧年

感恩為善付出愛

匯集點滴聚大愛，造福全球，  
虔誠齋戒護生靈，悲智雙運；  
願人心淨化無染，福慧雙修。

迎接新年發好願

願天下四大調和，無災無難；  
願社會和諧平安，互助互愛；  
連線精進身力行，法在人間。



# 在

高齡化社會中，如何面對死亡，是愈來愈多人須深思的課題。

醫療科技挽救生命，卻也模糊了生與死的分野。《紐約時報》記者凱蒂·巴特勒（Katy Butler）在《偽善的醫療》書中指出，自一九六〇年代維生系統問世以來，創造了半死不生的生命狀態，產生「植物人」、「腦死」的新詞彙。儘管治療令生命品質低落、醫療成本高昂，醫病關係緊張，醫護人員也難以脫離「救命」的角色責任。

為了結束痛苦，包含許多末期病人在內，感覺自己走投無路之下就會嘗試自殺，但世界衛生組織（WHO）等研究皆指出，每十到五十名嘗試自殺者當中，只有一名會成功；不論成功與否，都令親人受苦，社會資源也受到影響。

在華人社會中，死亡常是避談的話題。病人在親友密切的網絡關係中，滋生面對疾病和死亡時的複雜情緒；尤其在「孝道」的家庭倫理影響下，病人未必能夠自由決定生死。曾有媒體調查反映，九成以上民眾願意在末期時放棄維生醫療，但六至七成的人卻希望家人能多活幾天。家人在經歷情感上的不捨和煎熬時，也可能因彼此意見相左，而不

敢承諾，難以真正尊重病人意願。

因此，「適時死亡」成為有識之士奮力爭取的目標。所幸《病人自主權利法》終於在二〇一九年元月上路，讓人們在意識清楚時，能夠針對日後病重時，預先選擇接受或拒絕的醫療照護，透過與專業醫療團隊諮商，簽署「預立醫療決定」。此舉可望緩解病情無法逆轉時的道德困境，翻轉《醫療法》架構下，病人無法拒絕各種延長生命措施的單一立場。

本期主題報導中，臺北慈濟醫院第一批預立醫療決定書簽署者中，有慈濟志工朱文姣。她在照護不同親人的經歷中，深深感需坦然面對死亡，也持續和家人談論生死，相互了解內心的想法感受。

協商過程的可貴，在於彼此共同創造生命的意義和價值。生命誠有限，但在終點前回顧人生旅程，會發現一步一腳印的無憾，以及還有機會表達的愛與善念。

在身體健康時發揮良能，有病痛時預先自主決定如何劃下生命圓滿的句點，這是人人可以為講師的生死教育。如此一來，往昔令人畏懼與忌諱的死亡，將轉化為饒富意義的「善終」，啟發生者產生勇於面對日常的力量。

慈濟

## 車窗裏的每張笑臉

著頭皮勇往直前。

另一位司機卡利托·克羅斯就更辛苦了。封城前，為照顧罹患癌症的妻子，他暫停工

從四月起展開新冠肺炎疫情紓困發放，到十二月中已經進行三百場次，超過十七萬戶次受惠。十月底，當慈濟志工第二次到巴石市發放「愛心包」給失業已大半年的「吉普尼」司机，看見發放地點時，我再也坐不住了，因為離我家只有一公里遠。

疫情肆虐，令人人不敢輕易出門，而我女兒是住院醫師，天天奮戰在第一線。為了讓她無後顧之憂，我答應乖乖待在家裏，但這次發放地點近在咫尺，如果不去會很不安，我就不動聲色地報了名。

發放當天，志工早上六點集合，掐指一算要五、六小時才結束，需穿長褲、長袖並戴口罩及面罩，悶熱天氣下不吃不喝。想到這些問題，膽怯陣陣襲來；但既已報名，只好硬

發放可用「出生入死」來形容，特別是一些六十歲以上的華人志工，更是讓人敬佩，如果沒有一顆慈悲的心是做不到的。

五十歲的赫爾曼當司機二十年，有九個兒女；最大的二十四歲，最小的五歲。全家人擠在丈母娘家的一個房間裏，就靠他的工作維持生活。原本全家人一天要吃掉三公斤的大米，封城後為節省口糧，一日只吃早晚兩餐。他說慈濟給的大米和食品讓他們暫時有果腹之糧，希望能盡快有工作，才能自給自足。

五十歲的赫爾曼當司機二十年，有九個兒女；最大的二十四歲，最小的五歲。全家人擠在丈母娘家的一個房間裏，就靠他的工作維持生活。原本全家人一天要吃掉三公斤的大米，封城後為節省口糧，一日只吃早晚兩餐。他說慈濟給的大米和食品讓他們暫時有果腹之糧，希望能盡快有工作，才能自給自足。

另一位司機卡利托·克羅斯就更辛苦了。封城前，為照顧罹患癌症的妻子，他暫停工與官員溝通、發放名單造冊、採購及包裝物資，甚至是設計宣傳推素的環保貼紙圖案，都極為耗時。望著忙碌的志工，腦海蹦出「活菩薩」三個字。

感染人數居高不下，每場發放可用「出生入死」來形容，特別是一些六十歲以上的華人志工，更是讓人敬佩，如果沒有一顆慈悲的心是做不到的。

五十歲的赫爾曼當司機二十年，有九個兒女；最大的二十四歲，最小的五歲。全家人一起清理巷弄裏的垃圾，讓居住環境清潔。

看著司機們分享，慈濟志工很是喜悅，司機們把佛教中七種不花錢的布施應用到生活中；每一輛滿載而歸的吉普尼，車窗裏露出一張張笑臉、聲聲發自心底歡喜的感謝，也感染了因扛大米而流了一身汗的志工。

每場發放的志工飯盒都是施菱菱及洪英黎師姊親自烹飪，我回家後，迅速把自己整理乾淨，當我清清爽爽坐下時，已是下午一點半了，打開這份素食飯盒，看似平淡，卻美味地讓我驚喜連連；吃完後，一身的疲勞消失無蹤，這是我吃過最棒、最懷念的午餐。無限感恩每一位默默付出的無名英雄！

菲律賓 楊逸萍

## 成全生命無盡

自美國飛回臺灣，展開居家檢疫十四天；返抵家門後，慈濟志工送來一本近期出版的《生命無盡》，書裏描寫的是慈濟大學大體捐贈者「無語良師」的故事。

閱讀之後，我很感動。作者葉文鶯的文筆流暢細膩，很多章節詳細描述了醫療領域的專業，以及其中環環相扣的細

節；部分作業模式，與我所投入的安寧療護，必須面對人在臨終前的剎那，有很大的共鳴。

在志願捐贈者往生後，不論日夜，慈濟大體捐贈關懷志工往往必須掌握時效，協助家屬和慈大的遺體處理人員之間的聯繫，完成捐贈者最後的心願，甚至陪同家屬送大體老師至花蓮慈大、圓滿捐贈後才返家；在無語良師啟用前，慈濟志工也會持續關懷、陪伴家屬走出悲傷。

## 修補人生缺口

嚴上人的堅持，都令我深感敬佩；也感恩有這本書，讓我們機會看到慈濟志業另一個層次的發展。

美國 曾慈慧

大體捐贈關懷志工必須具備基本醫學常識，也亟需投注時間服務；感嘆的是，志工逐漸老邁，人數也成長緩慢。這分深具使命感的工作，又該如何延續？

研發與創設大體冷凍技術、模擬手術課程的慈大副教授長曾國藩教授，那一分堅持，以及高處不勝寒的遠見，慈濟

醫學領域的國際觀，還有證

「如果」，人生也不能重新選擇，犯過的錯只能自我約束不再犯。上人說，缺口的杯子若換個角度看，仍是圓的。這些話點醒了我，監獄是讓人修行及修補缺口的地方，未來重返社會後，我將以圓的這一面服務、回饋社會；更要盡力修補缺口，別讓它愈破愈大。

高雄 阿毅





## 竹筒歲月一念心

二〇二〇年歲末祝福  
一一一月開始，從

日存五毛錢，克難做慈善，最初那一念真誠沒有偏差，五十五年後的現在，有慈濟人的地方就有「竹筒歲月」，小錢行大善，愛環繞全球。

——證嚴上人主講

編輯部整理

講於二〇二〇年十二月一日至六日

希望生生世世都能跟著師父在慈濟菩薩道上。看到鏡頭中，她人生走到了最後，對我來說是很大的失落；但也覺得，她一心一志，發願而且如願把握了時間去實行，是最美的人生。

不只是曹美英老師，好幾位慈濟人身體有病痛，或者環境很不好，都堅持一念心做慈濟，行善不落人後；這都是給師父最大的供養，給我很大的力量。

最近常說，我這一輩子沒有後悔。五十五年前，看到世間無常，貧窮苦難是這麼多，因緣很及時，我的師父要我去嘉義，但花蓮有一群人希望我不要離開，我就說，如果大家能

能去助人就是有福的人。即使土耳其的

幫助我做慈善，及時照顧貧困苦難人，這樣我留在花蓮的生命才有用處。於是大家省下買菜錢，每天出門前先在竹筒投下五毛錢，就此開始了「佛教克難慈濟功德會」的救濟工作。

大家點點滴滴會合，入溪河、入大海，小錢行大善，能成就任何一個地方的好人好事，也讓愛環繞全球。當年的「五毛錢」，五十五年後的現在，有慈濟人的地方就有「竹筒歲月」，在六十三個國家地區有慈濟分支聯絡點，志工就近付出，關懷足跡也走到一百一十九個國家。

不是等著被人幫助，人。即使土耳其的

敘利亞難民孩子也能響應，無論是海外的災難，或者是臺灣花蓮或南臺震災，這幾年來都踴躍捐錢幫忙賑災。有人開出一張「支票」，是一張白紙，上面寫捐一元；雖然他沒有錢，但有心。敘利亞的孩子們很真誠，這分力量最大，這念心最感人！

五十多年前的我那一念心，就如同那孩子的一念心，以這一念心一直走到今天，方向沒有偏差，還能與這麼多人結一個真誠的好緣。每當看到天下的苦難，掛心煩惱，心會很沉；但是看到許許多多慈濟人共同一念心付出，我就又提起生命的價值，生命還是有用的。五

忘那一人」，所說的都是付出無所求的大愛；也有人分享過去有過愛恨情仇，家家有本難念的經，某個因緣接觸慈濟，轉迷為悟，轉凡夫心成菩薩心。

人生走過、做過，很真、很實，而且勇於說出來，就是最美的故事。這次出門所聽到、所看到，是世間無法形容的美。慈濟五十五年了，慈濟人、慈濟事，是一篇精彩感人的故事，也是能夠教育人心的教材。

在臺中歲末祝福中，南投志工分享，投入慈濟二十幾年的曹美英老師，十一月十一日往生，捐贈大體成為「無語良師」，實現了自己的心願：「做慈濟做到最後。」她說「做慈濟，永不後悔」，

十五年前，假使沒有那一念，集中大家點滴的愛，就無法救援這麼多人。更重要的是，不是給了多少物資，而是開啟了他們的心門，心中有愛，就地取材去付出。

期待人人多了解人間事、天下事，多用一點心關心苦難人。現在大家不只閱讀書會，慈濟網路平臺都很通透，拿起手機，指頭按一下，你們隨傳師父就隨到，馬上可以說話給大家聽。

「病主法」通過後，民眾的醫療自主決定選項可透過門診、諮詢、簽署、上傳並註記於健保卡。



# 病人自主 生死兩安

— 主題報導 —

臺灣上路兩周年的「病人自主權利法」，是亞洲第一部以病人醫療自主權為核心的專法，它也開啟了更多生命與尊嚴的對話，提醒人們與家人彼此了解，在此生將盡的艱難時刻，走向圓滿、不留遺憾。

撰文・李委煌 攝影・蕭耀華



- 2019年元月6日正式實行。
  - 保障病人知情、選擇、決定的權利，是繼《安寧緩和醫療條例》之後，臺灣首部善終專法。
  - 意願人在清醒健康時，接受「預立醫療照護諮商」，簽下「預立醫療決定書」，未來被診斷為末期疾病、不可逆轉昏迷、永久植物人狀態、極重度失智及經中央主管機關公告之疾病等5種特定臨床條件時，可選擇不施加維持生命治療與人工營養及流體餵養方式達成善終。

書」(Advance Decision, AD)，預先安頓好隨時可能戛然而止的人生終點。

根據安寧照顧基金會二〇一二〇年十月發表調查結果，臺灣傳統醫療「急救到底」的思維已漸被翻轉，對於末期病人在臨終前的急救醫療，有近七成民眾認為不需要；調查中也顯示，雖然民眾對死亡議題的關心度較十年前調查時提高，有更多人思考若確

利法」，二〇一九年元月在臺灣正式施行，年滿二十歲的完全行為能力人，可在醫療機構中與諮詢商團隊共同完成「預立醫療照護諮商」，書面簽下「預立醫療決定書」；未來，在五種臨床條件發生時，能夠依照個人意願選擇重要醫療決定。

患重病並可預見生命存活時期，近五成受訪者希望能自主安排剩下的日子，有九成七的人都贊成預立遺囑，但其中近六成的人沒有任何行動。

這兩年來，知名作家張曼娟、資深藝人譚艾珍，分別偕著父母及女兒，一同前往醫院諮商

人在健康時感覺不到無常，多數人比較在乎自己倒下來後的醫療費用或保險理賠，卻不太在乎「想如何被對待」的醫療處置問題；然而，當這一天來臨時，身體如何被救治或處置，往往已由不得自己了，重要的醫療決策，都是由家人決定。隨著醫療科技進步，過去生病沒錢醫、沒藥醫的窘況，在臺灣已相對少見，反而常見聞的現實是「想走也走不了」。

在臺北慈院心蓮病房外的廊道上，氛圍靜謐卻偶爾流動著一絲焦慮，末期患者家屬有許多不安與未知，輕聲地與醫護人員討論著。並簽署；作家龍應台在社群平臺分享自己的簽署心情等新聞訊息，都引起不少人對此法的關注與討論。

或許一般人會覺得「病主法」立意很好，「但這個法關我什麼事？」

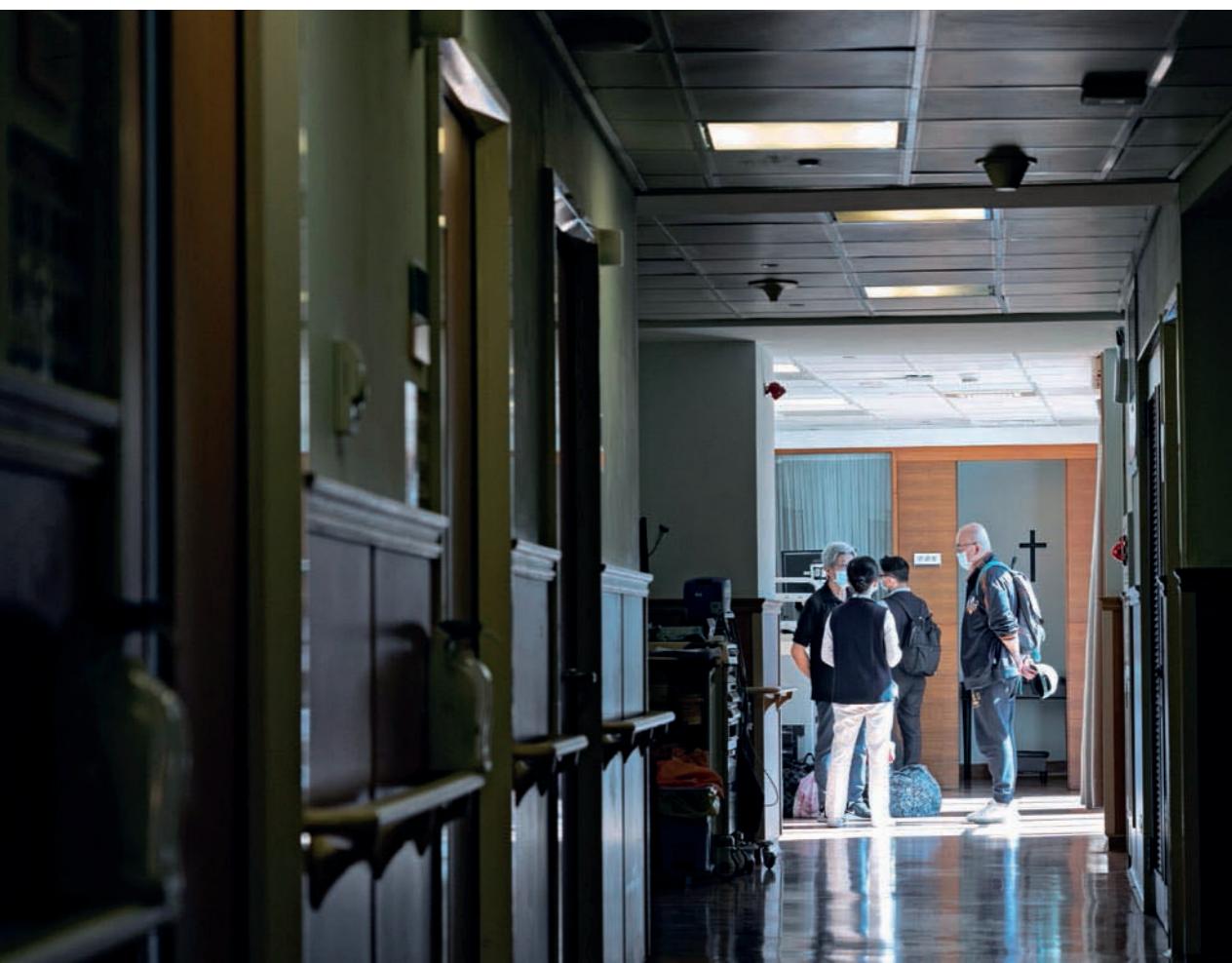
一程的「病人自主權利法」，似乎應該更為人們所關心，並正視「善終」這門生命必修課。

家住桃園的林美榕，二十年前被宣判胃癌末期，手術切除了胃、膽與脾臟；療程結束後，她抱著病體到醫院的安寧病房當志工，以自身經驗陪伴重病患者及其家人。

這段經歷促使她簽下「預立安寧緩和及維生醫療抉擇同意書」（DNR，俗稱不急救同意書），未來生命末期時不以人工方式延長死亡過程；而在「病人自主權利法」正式實施後，她也在先生陪同下前往臺北慈濟醫院掛號進行「預立醫療照護諮商」（Advance Care Planning, ACP），並在諮商後簽署「預立醫療決定

隨著全球每三秒就有一人被診斷為失智，以及國人「癌症時鐘」加快到每四分多鐘便有一人罹癌，再加上臺灣高齡化、少子化問題嚴峻，攸關人生最後一程的「病人自主權利法」，似乎應該更為人們所關心，並正視「善終」這門生命必修課。

家住桃園的林美榕，二十年前被宣判胃癌末期，手術切除了胃、膽與脾臟；療程結束後，她抱著病體到醫院的安寧病房當志工，以自身經驗陪伴重病患者及其家人。



與家人事前討論善終議題，當家人面臨拔管及停止治療兩難抉擇時，必定陷入天人交戰的煎熬。若家人間無法達成共識，也將造成親情的撕裂與對立。因此，民眾參與諮商，常見原因是想要生

命自主、避免無效醫療的痛苦，「免除家屬的決策壓力」也相當常見。

「病主法」的主要推動者前立法委員楊玉欣，以及她的丈夫、臺灣大學哲學系孫效智教授，長年致力於醫學倫理與生命教育。被媒體譽為「罕病天使」的楊玉欣，因自身患三好氏遠端肌肉無力症，身體肌肉會逐漸萎縮直至全身癱瘓、器官衰竭，因此人如何活、如何善終成為她一生關心的議題。

身為罕見疾病患者，她相當關注與自己相似的病患，以及他們在臨終前可能面臨的困境；事實上，這也是一般人可能會遭遇的處境——在生命的盡頭，是否要接受可能只會徒增痛苦的維持生命治

療措施。她認為「醫療不足」或是「醫療過度」，都是不合醫療倫理之事，因此「如何善終」，是人人都需面對的「終生大事」。

#### 需家屬支持

「病主法」上路兩周年，截至二〇二〇年十二月初，全臺已累積近兩萬人完成「預立醫療決定書」的簽署與健保卡註記；但是許多民眾或是專業醫護人員，對於「病主法」相關內容依然模糊，門診諮詢的可近性也仍待提升。

目前全臺逾一百八十家醫療院所有提供「預立醫療照護諮商門診」，需要透過電話或網路提前預約，許多醫院一週只有一或兩個諮商門診時段；一次諮商需要六十分鐘，並需至少一位二等親家屬陪同諮商與兩位見證人簽名見證；且因健保未給付，民眾須全額自費，種種因素，多少影響了民眾使用諮商服務與簽署的意願。



診、往診，對當地長者獨居、老化嚴重的現實與問題並不陌生。

二〇二〇年三月，臺北慈

濟醫院開始支援平溪衛生所做

「預立醫療照護諮商」，但或許因為收費關係及民眾觀念保守，

目前仍無人預約。近年致力於推動「病主法」的臺北慈濟醫院常佑康醫師坦言，他知道有九十高

齡的平溪老人想簽署「預立醫療決定書」，卻約不到家屬同行諮商，而無法如願。

「善終」，其實是普遍被認同與支持的，但具體實行仍有細部理念及操作面的詮釋、價值差異處；在臺灣，「病主法」的精神內涵仍需繼續被介紹、宣導與推廣。民眾打破死亡禁忌，與家

人討論善終議題，參與預立醫療照護諮商只是起點，除前述諮商門檻效應、門診可近性及政府宣導待克服外，諸如醫師的醫病溝通能力與照顧生命末期病人的知識與能力、安寧病房床數、在宅醫療與在宅善終等結構性議題，更值得社會各界重視與討論。

全臺三百六十八個鄉鎮市區，最老的地區是新北市平溪區，根據二〇二〇年五月內政部人口統計，老年化已逾百分之三十。慈濟醫護志工長年固定前往平溪義終」將會是必要趨勢。

全臺三百六十八個鄉鎮市區，最老的地區是新北市平溪區，根據二〇二〇年五月內政部人口統計，老年化已逾百分之三十。慈濟醫護志工長年固定前往平溪義終」將會是必要趨勢。

政府針對特定族群予以補助，甚至提供免費諮商，但是使用程度仍偏低。臺北市立聯合醫院社會工作室主任楊君宜提出分析，截至二〇二〇年七月，在臺北市立聯合醫院（七院區總和）的三千多例諮商者中，只有百分之十八是免諮商費的身心障礙、重大傷病、中低收入戶、失智、獨居及街友等族群；而中低收入背景者也僅有八十八位。

全臺目前高齡化程度百分之十六、共有逾三百七十萬位老人，在臺東縣東河鄉比例更高達百分之二十二點五。位於該鄉的都蘭診所賴瑋伶醫師說，即便在臺東全縣，也只有三個醫療院所能夠執行預立醫療諮商及簽署，因此發展「在宅諮商」、「在宅善

終」將會是必要趨勢。

全臺三百六十八個鄉鎮市區，最老的地區是新北市平溪區，根據二〇二〇年五月內政部人口統計，老年化已逾百分之三十。慈濟醫護志工長年固定前往平溪義終」將會是必要趨勢。

全臺三百六十八個鄉鎮市區，最老的地區是新北市平溪區，根據二〇二〇年五月內政部人口統計，老年化已逾百分之三十。慈濟醫護志工長年固定前往平溪義終」將會是必要趨勢。

# 生命與尊嚴的三方對話

在醫療現場，關於生死若沒有明確的談論，受苦的往往不只是病人。「病主法」彰顯了病人的自主權，而其中諮商機制所強調的溝通，更提醒醫護人員聆聽病人意願的同時，也別忘了照顧家屬的感受。

「當我躺在病床上那天，要尊重我（的決定），要尊重喔！」林女士對著陪同前來的丈夫說道。

二〇一〇年八月初，臺北慈濟醫院二樓的專屬諮商室，迎來了一對老夫妻，等候他們的是常佑康醫師、湯雅婷護理師及吳芳茜社工師。這是「預立醫療照護諮商」門診中，有關生命和尊嚴的對話現場。

林女士此次前來，是為了自己未來籌謀：假設有一日因傷病臥床，陷入救治無望或嚴重

昏迷的困境，在今日諮商後確認的決定，將會是「是否要透過維生治療來延長生命」的依據，而醫師也會遵照與尊重她做出的法律聲明。

看著眼前一頭銀髮的林女士，常佑康囑咐她，務必讓子女了解此事。兒女固然需尊重母親的決定，但這並不表示要讓他們因不知情，而在未來飽受遺憾之苦。「為了讓兒女了解與支持，溝通也是你的責任喔！」常佑康語重心長地說道。

「病主法」於二〇一五年

一位阿嬤眼看著年逾九十的

底三讀通過時，正是放射腫瘤科主治醫師常佑康接任臺北慈院醫學倫理委員會總幹事二年之時，此身分迫使他比一般醫師更有責任，去釐清三年後即將實施的「病主法」立意——為何病人自主權利需被立法保障？病人、家屬與醫護人員間的關係又如何被改善？最重要的是，「善終」真的可以因「病主法」而得到保障嗎？

生命難以承受之重



老伴，插著鼻胃管、躺在病床，奄奄一息；此次患上的急性感染肺炎，似乎是阿公即將離去的預兆。

入院以來身體器官逐漸衰竭，加上意識不清，阿公再也吞嚥不下食物了。由於老人家曾經囑咐過家屬，在生命末期不願插鼻胃管，然正當家人決定忍痛放手之際，主治醫師卻極力反對：「怎麼可以不插鼻胃管呢？你們是要把病人餓死嗎？」面對南轅北轍的老伴意願、醫師意見以及無形的指責，阿嬤不知所措地當場哭了。

終究，阿公還是插上了鼻胃管——十天之後依然往生，以他

「病主法」規定當事者在重要關係人的陪同下，參與預立醫療照護諮商，由醫師、社工師及護理師組成團隊充分說明與溝通確認。

不期望的方式離開了人世。臨終之際，人連決定自己如何離去的權利都沒有，善終又該從何談起呢？回憶起行醫歷程的真實場景，常佑康目光透出一絲悲憤、語帶哽咽。

在醫療現場，關於生死若沒有明確的談論，受苦的往往不只是病人。

一位八十多歲高齡的阿嬤因中風入院，同時感染急性肺炎；眼看抗生素無效、病情持續惡化，醫療團隊為阿嬤戴上正壓呼吸器，氣流撐開呼吸道，讓高燒喘息的阿嬤得以呼吸。

老人家滿是皺紋的臉被面罩繃緊地套著，一直伸出還能動的手，想拔除這個生命的束縛。

一旁照顧的兒子不忍母親辛苦。

臺灣邁進超高齡化社會，老與病的時刻如何自處，成為人人必須思考的課題。



常佑康（左一）在新北市平溪區

的社區服務據點進行「病主法」宣導，隨著醫療進步與資訊普

遍，老人家比年輕人更能體會為生命作主的必要。

（相片提供／常佑康）

阿嬤算是幸運的吧，有位願意放手的兒子；但，對於兒子而言，面臨的是抉擇之苦，還可能因為親友的不諒解而被冠上不孝之名；死，是人想迴避的話題，卻又是每個人終將面臨的事實。

長久以來，醫師所受訓練的信念「不讓病人死在手中」、家屬能否接受死亡等種種因素，在搶救生命的醫院現場，影響著病人能否獲得善終。

苦，與家人商議後向常佑康醫師坦言：「想為媽媽撤除氧氣面罩和抗生素。」與醫師的會談中，

兒子滿臉淚水地說：「父親離世後，母親一手把我們帶大，此時此刻，我們無能為力，無法再為母親盡孝了，唯一能做的就是為母親撤除面罩……」在這艱難的時刻，兒子放下執著，他了解母親的「真正需求」，知道母親在生命末期，需要的不是殘存「一口氣」。

#### 現場誰負責做決策

臺灣大學哲學系孫效智教授在其專書《最美的姿態說再見》中指出，依據「醫療法」第六十三條及六十四條，醫院或醫師應對病人「或」病人家屬秉持告知義務，並賦予他們同意及拒絕的權利。當沒有「病主法」保障病人的優先知情權及決定權時，病人及家屬是被「一視同仁」的。

假設病人已進入末期，出於好意考量，當醫師與家屬向病人隱瞞病情，在「病主法」施行之前，因醫師的告知義務未必需要包含病人，可以只單獨告知家屬。若病人家屬要求醫師搶救到底，醫師往往會選擇聽從家屬以避免醫療官司纏身。

「醫師全權決策，未必都是好事。」常佑康身兼臺北慈院醫學倫理委員會總幹事多年，面對以上種種醫學倫理問題，他深



感「溝通」在其中扮演著舉足輕重的角色。

常佑康認為，很多時候醫師並不需要一肩扛起所有的醫療決策，逼迫自己扮演全知全能、完全責任的角色，「醫師不是神，不論今日醫學多進步，極限一直都會在。」這些話套用在家屬身上也是如此，要為最親愛的家人做生命決策，何其困難。因此，為何不將生命最後一哩路要如何走完，回歸到溝通的層次上，尊重自主，讓決定權交還給生命的主人呢？

### 病主法不是安樂死

「我可以吃安眠藥解脫嗎？」在預立醫療照護諮商過程中，八十六歲的阿嬤問道。老人家骨髓中的造血幹細胞失能，無法製造足夠的紅血球，造成她嚴重貧血，血紅素只有正常人標準的一半不到。

一般再生不良性貧血病患會

出現疲憊、無食欲、心悸、活動力下降等症狀，嚴重時會因組織缺氧發生器官衰竭，輸血後血紅素仍然逐漸下降。阿嬤每個月就需要輸血一次，這些醫療處置，固然能讓阿嬤繼續存活，但年老的身軀早已受不了抽血、打針、醫療流程中漫長等待的折騰，以及各種症狀所折損的生活品質。阿嬤每天拜菩薩時，都是請菩薩早點帶她走。她訴說著病痛的折磨，詢問：「我可以安樂死嗎？」

常佑康能理解她長久以來的痛苦，與想結束生命的掙扎與無奈。他向阿嬤說明，很多人誤以為「病主法」讓病人可以選擇安樂死，但「病主法」保障的是在五種臨床條件時，停止沒有意義的維持生命治療（包含輸血）與鼻胃管、營養針等，讓病人尊嚴善終，因此是「自然死」；而以人工執行縮短生命的「安樂

死」，在臺灣尚未立法允許。

「那我還能怎麼做呢？我可以吃安眠藥解脫嗎？」阿嬤無奈地問著。

諮詢過程中，醫師與社工師引導家人溝通，有哪些方法可以增加阿嬤想要活下去的動力？人都有求生意志，當病人想解脫，必然有認為比死更難受的事，兩種力量拉鋸時，關鍵是哪邊的力量大。

轉眼一小時過去，常佑康向阿嬤說明，如果尊重她的決定，停止輸血，一段時間後，可能出

現心臟、腎臟衰竭或缺血性中風等各種狀況，到時候經過兩位專科醫師診斷為末期病人，再經過緩和醫療團隊兩次照會，確認本人意願及後續照顧計畫後，可轉入安寧病房，或銜接在宅醫療團隊繼續安寧照顧。家人原本擔心要立即停止輸血、擔心阿嬤會受苦，了解後續的醫療步驟才放下

在「拚到最後」與「適時放手」之間如何決定、取捨，是沒有標準答案的生死考題，尤其當面對摯愛親人時。



後續醫療團隊得知，阿嬤的老伴原本也是希望她繼續配合醫療，一段時間後終於不捨地接受阿嬤的決定。兒女們認為輸血並不像洗腎那麼痛苦，希望多一些時間讓子女盡孝，即使阿嬤說，每次輸血後只有好三天，三天後就沒效了。第二次約齊所有子女討論後，阿嬤的一位女兒決定請

間，「這樣，我將來才不會有遺憾。」

常佑康醫師說，「預立醫療照護諮商其實是對本人及家屬的一堂生命教育課，希望讓大家思考，不論是準備出發的人或是留下來的家人，為了在到達終點前好好活著而不留遺憾，我們現在該怎麼做？」

關於生命末期的認定，其實並沒有一條明確的分水嶺，一般來說，醫師會依據評估病人的疾病是否「不可治癒」及是否「近期內死亡」，來作為末期的標準。對於「近期內死亡」這點，一般醫師判斷是以「半年之內往生」為標準，但也有會認為，臨終那幾日才是真正的生命末期，多活一日也有其價值。

只是，病人究竟想以什麼樣的方式活著？所謂有尊嚴地活著的樣子該是如何？這些問題其實關乎著病人的自主選擇。隨著醫學的專科化、專業化，整體性的全人照顧卻愈被遺忘，這不禁讓願意關懷病人情感的醫療人員，在投入救人工作中有失落感。對於這群奮不顧身投入「病主法」推動工作的人而言，他們對於諮商機制，寄予厚望。

「如果我們覺得植物人的狀態，對自己是無意義的折磨，那今天我請求大家的支持與諒解，有一天我變成這個狀態時，請容許我照著我的想法離去。」常佑康站在病人的角度強調，預立醫療諮商重點在於「溝通的過

程，「這樣，我將來才不會有遺憾。」

常佑康醫師說，「預立醫療照護諮商其實是對本人及家屬的一堂生命教育課，希望讓大家思考，不論是準備出發的人或是留下來的家人，為了在到達終點前好好活著而不留遺憾，我們現在該怎麼做？」

關於生命末期的認定，其實並沒有一條明確的分水嶺，一般來說，醫師會依據評估病人的疾病是否「不可治癒」及是否「近期內死亡」，來作為末期的標準。對於「近期內死亡」這點，一般醫師判斷是以「半年之內往生」為標準，但也有會認為，臨終那幾日才是真正的生命末期，多活一日也有其價值。

只是，病人究竟想以什麼樣的方式活著？所謂有尊嚴地活著的樣子該是如何？這些問題其實關乎著病人的自主選擇。隨著醫學的專科化、專業化，整體性的全人照顧卻愈被遺忘，這不禁讓願意關懷病人情感的醫療人員，在投入救人工作中有失落感。對於這群奮不顧身投入「病主法」推動工作的人而言，他們對於諮商機制，寄予厚望。

擇、關乎著病人認定的尊嚴、關乎著病人的「善終」與家屬的「善生」。

「病主法」作為法律的宣示，強調了病人的自主權，讓病人能擔起自己生命最後的決定。那麼，病人能依照自己意願離去，就表示他「善終」了嗎？

#### 專法並非善終保證

大部分前來簽署預立醫療決定書的人，其實心裏早已清楚知道自己的意願，簽署的過程直接了當，但卻未必保證將來都是圓滿的；其中只有老伴陪同前來、膝下子女卻未到的諮詢者不在少數。

事實上，子女錯過了父母親在填答預立醫療決定書過程中所吐露的心聲——「我們的醫療太好了！想死也未必死得了。」

「我之前開刀的時候，就想

過這件事了。」「以前家人生病，是我做決定。我不想把這種決定留給家人，才想來簽署。」有些家屬或許不願與至親談論死亡與身後事，但也會有家屬誤解諮商的用意。「諮商過程會看見人間百態啊！」負責諮商前協調任務個管師工作的湯雅婷感嘆道。有些人前來諮商，是為了不想受盡折磨而死或不想成為家人的負擔；有的人卻是擔心重病的家人成為自己的負擔。

參與過一場又一場的諮商，湯雅婷表示其中牽涉的問題多不勝數：長期照顧妻子的丈夫，認為鮮少回來的兒女不能擔任母親的醫療代理人；不合的夫妻因太太干預丈夫的決定而被請出諮商室外……家人間的傷害、矛盾及不信任，種種問題有時並非諮商人員能直接介入，唯一能做的，也只是確保病人的自主權能得到



楊玉欣女士（前排中）長期推動「病主法」，除了維護弱勢群體的生命自主權以外，更希望維護他們的生命尊嚴。（相片提供／台灣生命教育協會病人自主研究中心）

# 病主法Q&A

整理・編輯部

Q1

## 病主法與常聽到的放棄急救（DNR）有什麼不同？

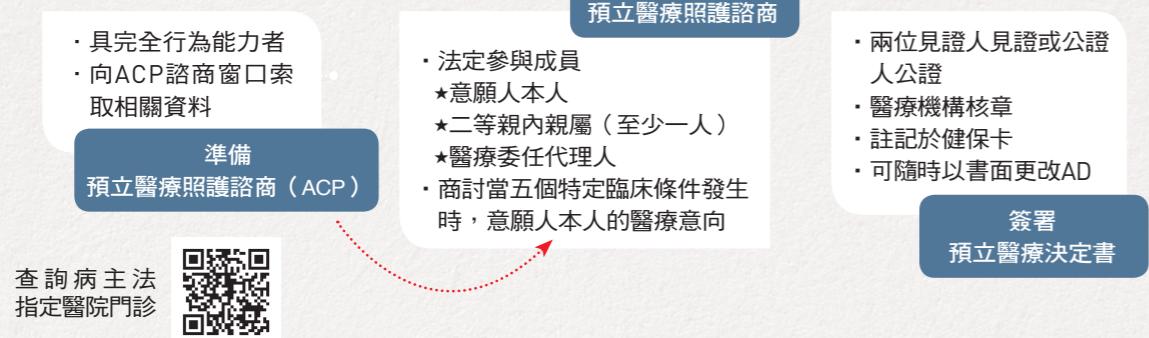
- A：以往病人不能拒絕醫療，因醫師對病人有救治義務，能救而不救有違法（醫師法、醫療法、刑法）的疑慮。在「病主法」實施前，二〇〇〇年通過的「安寧緩和醫療條例」，保障本人與家屬可簽署DNR意願書和同意書，在被確診為「末期病人」時，選擇是否拒絕心肺復甦術、維生醫療，接受安寧照護。「病主法」則擴大適用情況為五大臨床條件患者；並從過往拒絕「無效醫療」，進一步能主動選擇拒絕插氣管內管、呼吸器、洗腎、輸血、抗生素等維持生命治療及鼻胃管、營養針等重要醫療決定。不同於DNR意願書可能被家屬或醫療委任代理人撤回，預立醫療決定書僅本人可以修改或撤回。

預立醫療決定書相關資料會註記在健保卡上，確保病人的自主權得以保障，但對於病人的善終也只能促進，因為，唯有回到溝通，善終才得以實現。

Q2

## 如何接受諮商，簽署「預立醫療決定書」（AD）？

### A：預立醫療流程三步驟



Q3

## 簽完「預立醫療決定書」後，什麼時候會用到？

- A：當簽署者有疑似臨床條件發生時，需兩位相關專科醫師確認診斷及緩和醫療團隊至少兩次照會。如果不符，將建議繼續治療；符合條件且本人意願不變者，在決定未來照護模式後，依本人意願不再以人工方式維持生命，後續由照護場所提供緩和醫療照護，直到生命自然終點。

簽署者如有指定醫療委任代理人，可在意識昏迷或無法表達時，代理表達醫療意願。

Q4

## 撤除維持生命治療及鼻胃管後，照護場所有哪些選擇？

### A：建議民眾與家屬跟醫療團隊事先討論：

- 離開加護病房，轉入安寧病房或普通病房，與家人有更多時間相聚
- 由醫院的安寧醫療團隊接手，返家接受「居家安寧」及「社區安寧」照護
- 由在宅醫療團隊接手，返家接受醫療照顧及在宅善終
- 轉到安養機構照顧

回到那個炎熱的下午，林女士在諮詢結束後，把預立醫療決定書帶回家讓女兒簽署，讓她成為自己預立醫療決定的二位見證人之一，然後再帶回醫院，讓個管師將資料上傳衛福部資料庫、完成健保IC卡註記，靜待來日。

無論是否簽署預立醫療決定書，藉由這個機會，人們能學習如何與親人談生死大事，談論這個在親人間隱晦卻又無可迴避的話題。

無論是否簽署預立醫療決定書，藉由這個機會，人們能學習如何與親人談生死大事，談論這個在親人間隱晦卻又無可迴避的話題。

「病主法」的法條彰顯了病人的自主權，而其中諮商機制所強調的溝通，更提醒了醫護人員及家屬，聆聽病人意願的同時，也別忘了照顧家屬的感受。  
今生有緣相會的親人，都值得與離去之人做「善別」，唯有這樣，活著的他們才能安然面對接下來的生活；同樣地，離去之人若在臨終之際，能得到親人的傾聽與祝福而安心離去，這樣「生死兩相安」的善終理想才得以實現。

在生命結束之際，若病痛的痛苦讓人難以承擔，亦或已無感知周遭種種的意識時，人應當有維護自己尊嚴的權利。生命的最後一哩路，也正是與親人道別之後。病人是否要接受急救、維生治療的意願，若家屬一無所知，不管做出什麼決定，家人可能都會陷於困惑和慌張的複雜情緒中，不知道所做的決定，是否符合親人的意願？

（參考資料：臺北慈濟醫院、衛福部健保署、安寧照顧基金會網頁）

# 不等無常 活在剎那

朱文姣因無常受苦，也因無常覺悟，多位親人先行離去，他們最後的旅程一次次教導她，生命不在長久，而是把握活著的剎那！



朱文姣

六十五歲，定居臺北市，二〇一九年二月十九日成為臺北慈濟醫院第一批「預立醫療決定書」簽署者，陪同她前往參與簽署前諮商者有女兒及女婿；前者擔任她的見證人之一，後者擔任醫療代理人，確保若她落入病主法的五大臨床條件時，她的意願被執行。

了幫忙父母的小生意，還得照顧弟妹，甚至母親坐月子時，也是年僅六歲的她陪伴在旁。

來自中國大陸的父親，因家道中落、又回不了老家而失志。

心念惦記著故鄉的他，常處於悲

憤之中，酒醉之時便會大吵大鬧。

一個說著浙江話，另一個說著閩南語，父母鷄同鴨講的吵架畫面，烙印在年幼文姣的腦裏。

家中食指浩繁，沉淪酒鄉的父親難以擔起家計，哥哥的離世，對於母親可謂是雪上加霜。

文姣不忍看母親辛苦獨自承

受，為了減輕母親負擔，十五歲時她決定輟學，全心全意幫母親

顧好麵店生意。當時日子雖苦，但幸得貴人相助，房東見文姣一家境遇如此，遂將出租公寓的

一樓裝潢成店鋪，讓文姣的母親能做生意養活一家子。

那段時間，年輕的文姣在麵攤忙進忙出，無論是陽春麵、米粉，她游刃有餘。瓦斯尚未普遍的年代，文姣燒著黑煤球，煮了一碗又一碗的湯麵，客人再將兩

雨籠罩的夜裏，睡在由角鐵、木板搭成雙層床上鋪的少女，被哭聲和晃動驚醒了。屋外狂風呼嘯，雨水猛烈拍打著屋瓦，卻及不上淒厲哭聲帶來的不安。下鋪床板上，母親抱著臥病的哥哥哀號，原來哥哥離去了。

漫漫長夜過去，風雨與哭聲漸漸停了；家裏貧窮得連喪禮都

辦不起，少女的母親出門四處借錢，就希望女兒能盡快入土為安。

母親典當了戒指，仍然不足夠，不得已下，將老公送養才籌足了費用，然而卻已是兩天後的事；這段時間，哥哥的遺體躺在

家中拆下的門板上。看著早已無

血色的哥哥，少女心中悲傷，更對生命起了疑惑。

同母異父的哥哥年僅二十五歲，才剛服完兵役，正要開始找工作、幫補家計，母親盼著他結婚生子；可是，死亡無情地粉碎了這一切。

哥哥退役後被診斷得了尿毒症，貧窮的他們，即使到了醫院也是求助無門。「我的病好了，

會幫你照顧弟弟妹妹……」、

「阿母，我不想死！你幫我借錢，我要給醫師看！」少女憶起哥哥曾經許過的諾言，想起他

一碗麵一個家

少女名為朱文姣，有十位兄姊姊妹。因家中貧困、長期欠債，自年幼起，身為老三的她除

生命的無常與無情，讓對「何謂生死」尚懵懂的少女難以接受；她疑惑，面對這般無常的

生命，人活著還有何意義呢？

苦苦哀求母親，無論如何一定要設法活下去的畫面；那麼一個年輕、孝順，且求生意志極強的人，就這樣帶著未兌現的承諾離開了人世。

塊錢投到吊掛在麵攤的小桶子裏。

偶爾同學會到麵店探望這位再沒出現在學校的朋友，不知她們能否明白文姣為何這般努力工作呢？文姣沒空猜想，但她確信努力掙錢，至少能為家裏帶來更好的生活。

十八歲那年，獲得母親的許可，文姣開始了自己的服飾生意。

她先後在夜市和麵店賣女裝及童裝，幾年之後，藉由媒妁認識了剛服完兵役、長她三歲的黃振榮。振榮高大貼心，只要有空就會到文姣家幫忙，情投意合的兩人在心中默默認定了彼此。

二十四歲那年，文姣嫁入黃家成了長媳，夫家沒有女兒，除了丈夫的疼惜，婆婆對這兒媳婦疼愛有加。

文姣擁有了當初哥哥錯過的

一切：事業的奮鬥、浪漫的愛情、美滿的婚姻；正當世界的一切運作在正軌上時，無常又再度來到……

## 病榻前的抉擇

結婚翌年，文姣父親二度中風入院，病況危急，醫師說明，不動手術就會死亡，縱使手術成功保住性命，父親也會成為「植物人」。

當年家中的男丁都在服役中，決定的重責落到姊妹們身上，「親情」、「孝順」在眾人腦裏盤旋著，於是她和姊妹做了當時認為「最恰當」的決定，後來卻也成了讓她懊悔的決定……

事隔十三年，她已是兩個孩子的母親。在大年初一晚飯後，家裏接到了電話，小叔的妻子因心肌梗塞入院了！文姣幫忙照顧小叔的兩個稚兒，振榮趕到醫院陪伴。

小叔的妻子經搶救活了下來，卻因腦部缺氧，而落入了和文姣父親當年一樣的「植物人」，渾身插了管子，毫無知覺

地躺在病床上。

文姣想起當年父親，在病床上撐了約兩週才往生，她坦言那時她竟然感覺鬆了口氣，因為深刻感受照顧一個完全癱瘓的人是如此困難的一件事；她也後悔當時的決定，居然會將父親陷入如此無生活品質的窘境。

然而，才三十多歲的弟媳竟然落入同樣的處境。面對這般無常，文姣再度問自己：生命的意義為何？

四十五歲那年，她與丈夫一起加入慈濟，成為人文真善美志工及醫療志工，自此她的時間除工作外，便被「做志工」給填滿了。當年那個國二輟學、一直因學歷不高而自卑的少女，再次拿起筆，並開始學習電腦，用文字記錄醫療現場的故事。

關懷病人的過程，讓她體會到同樣因無常而受苦的人很多，自己也很想為這些人盡一分力。看見母親投入志工後的改變，

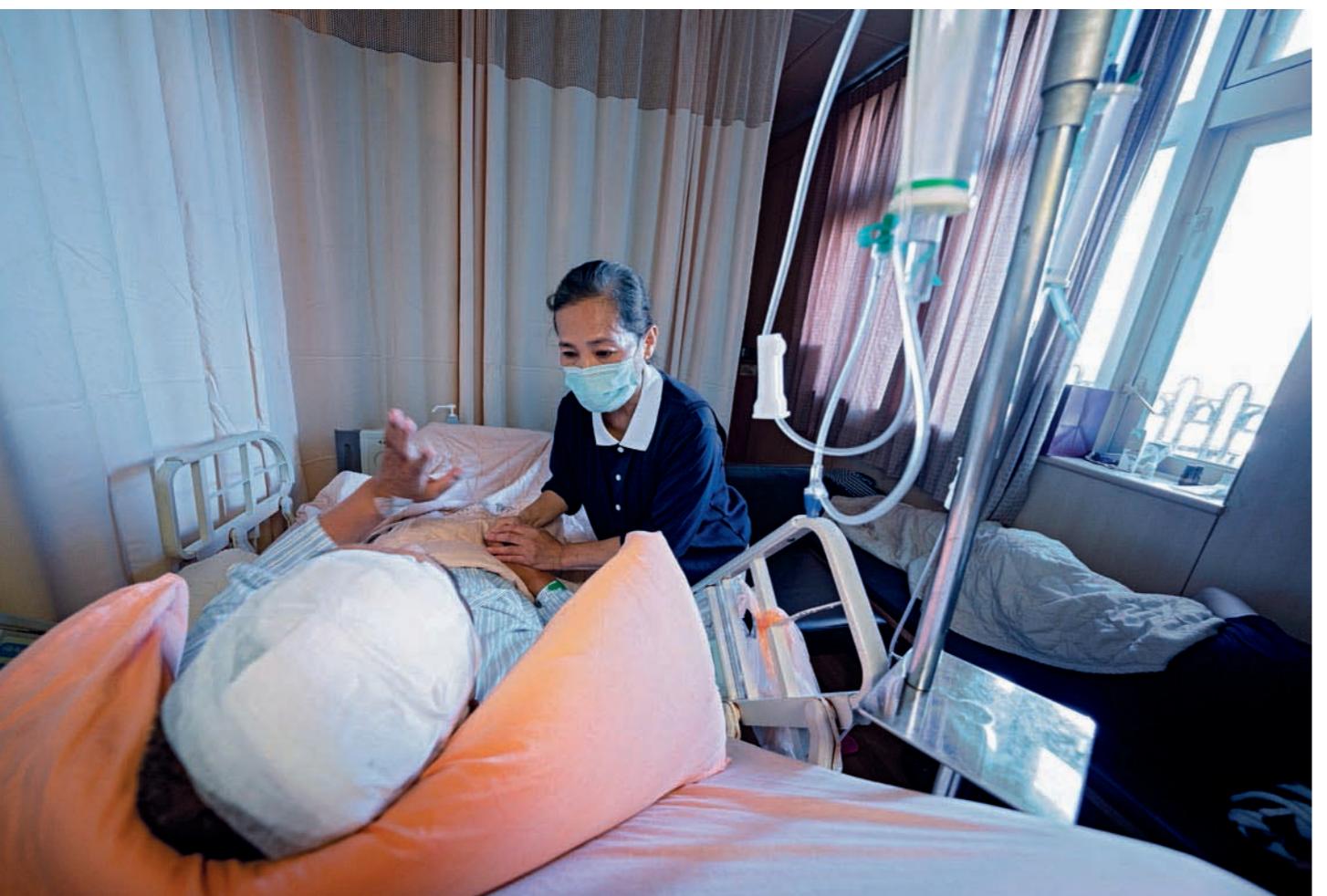
兒女對辛勞了大半輩子的父母表示，兩老可以退休、專心做自己喜歡的事就好。了解兒女的心意後，文姣將長年經營的服飾店收掉，把所有時間全投入志工服務。

退休後的日子，早晨打開電視，聆聽證嚴上人開示，之後便到臺北慈濟醫院擔任志工，傍晚返家，她還和其他志工帶動讀書會。文姣就如同眾多慈濟志工一樣，生怕沒有善用生命，沒將自己的學習、熱情與時間，好好運用在志工與付出上。

## 老人家的渴望

這樣的日常過了十餘年。文

一生中，朱文姣經歷過太多親人的離去，這分悲傷沒將她擊倒，而是化作同理心，讓她能更深刻地去聆聽他人的疼痛。





歷經生命的悲歡離合，黃振榮、朱文姣伉儷在志工勤務中相互扶持，樸實歲月裏珍惜每一刻。

文姣五十八歲，二〇一四年那年，高雄發生氣爆事件，她和丈夫跟隨志工團隊南下賑災，又轉往花蓮參加志工活動。正要準備返家，就接到小叔來電，婆婆身體有了狀況。夫妻倆一進門便聞到一股尿臭味，老人家似乎不能好好自理生活了。

經醫師診斷，發現婆婆不僅罹患輕微失智症，還患上了C型肝炎。突如其來的消息，意味著婆婆及照顧者的生活將徹底改變。此後，醫院成為他們的日常去處，婆婆也隨著身體逐漸衰敗吃不下東西，作息日夜顛倒，過於善忘而對家人惱怒。

有次文姣扶婆婆上洗手間，老人家突然失禁，糞尿瀉出，婆婆滑了一跤跌在糞尿之中，兩個人當場哭了出來；當時家人都不在，文姣獨自面對如此慘況而身心俱疲。婆婆或自責、或因面對逐漸失控的身體而感悲傷，這樣的日子持續了兩年，隨著婆婆的

的心願，婆婆急著要文姣讓她簽署，因不會寫字簽名，她猶如小孩般對著長媳喊：「（我可以）蓋手印！蓋手印！」

我想這樣說再見

「阿嬤，我來念繪本給你聽！」在婆婆葬禮結束後某天，孫女拿著一本名為《想念奶奶》的繪本念給文姣聽，故事描述一個女孩在奶奶過世後的心境。聽著孫女琅琅的讀書聲，文姣問道：「那將來有一天，你的阿嬤也會不在這個世界上，你希望參加的阿嬤葬禮會是怎麼樣？」

「不知道……」孫女說。

「記得要提醒你的媽媽，阿嬤要做醫學院的大體老師，然後燒一燒再幫阿嬤撒在大地上，可以再長出樹木，讓人家乘涼……」

邁入六十五歲的文姣，已是

法定的「長者」，她找機會與兒女談「生死大事」：「你看那個花買回來是不是很漂亮，當它綻放的時候，它把最美麗的給人家欣賞，慢慢地它也會凋零；花開花謝，這都是自然！」

回顧自己的一生，很多親人先離她而去，親見他們人生最後的路程，也給了她很多感悟；雖然感到痛心，同時也感恩他們教導自己思考何謂生命。

不自覺，文姣在分享往事時，娓娓道出了自己的生命觀：「生命不在於拖著乞求長長久久……生命是你曾經在乎擁有，是你活著的那一剎那，真心擁有的那一剎那。」

此刻，婆婆也不再避忌生死。有一次聽見文姣在向人介紹「預立安寧緩和醫療暨維生醫療抉擇意願書（DNR）」，就問了文姣，才了解到這是讓病人可以決定在生命末期時放棄急救的意願書。

憶起早逝的兒媳臥床情景，生命還能活多長已經不是老人家

往生才告一段落。常人眼裏的美食早已成了婆婆的負擔，文姣比任何人都了解這一點。當婆婆要求拔除鼻胃管時，文姣沒有絲毫猶豫；之後，她努力為婆婆準備好入口的餐食，也清楚婆婆只吃得下一兩口，但她願意讓婆婆在僅有的時光中，去體驗著常人微不足道的感受」。

此刻，婆婆也不再避忌生死。有一次聽見文姣在向人介紹「預立安寧緩和醫療暨維生醫療抉擇意願書（DNR）」，就問了文姣，才了解到這是讓病人可以決定在生命末期時放棄急救的意願書。

憶起早逝的兒媳臥床情景，生命還能活多長已經不是老人家



在家人的鼓勵和支持下，朱文姣（前排左三）全心全意投入自己所好，擔任全職的醫療志工。年少時習得的一手好廚藝，如今為醫務人員傳遞愛意與關懷。

# 善終大事 我們仍在學習

病主法在實務面仍面臨許多挑戰，傳統上作為醫療主導的一方，醫護團隊需要更多自我提升、更好的醫病溝通，幫助末期病人走得安適、讓家人安心。



一位六十多歲的漸凍人，他之前已簽署過DNR，病程末期時四肢已癱瘓，餵食流質也容易嗆到，但他意識清楚，就是堅持不插鼻胃管；他的女兒跪在醫師面前，請求能為爸爸插上鼻胃管，「我不能眼睜睜看著爸爸『餓死』啊！」

他是嘗試自殺？或者只是符合法規的病人自主權利伸張？曾在安寧病房照顧他的護理師陳美慧說，一切都看怎麼「解讀」。

「雖然他無法自行進食，

但他器官是運作正常的。我們要尊重病人自主，也要顧慮家屬感受。「陳美慧認為，且不论法規，「它背後是一個女兒對爸爸的愛與不捨。」因此她在臨床上設法的，是如何讓爸爸去體諒及緩解女兒的愧疚與自責，「否則，她會永遠停留在『爸爸絕食而死』這件事情上。」

「你會感覺餓嗎？」「不餓，我都很好。」對話中，陳美慧建議他，有機會可以讓女兒理解自己並沒有食欲；「女

兒看你沒進食，會感覺你被折磨……」經過溝通與建議，雖然還是堅持不插鼻胃管灌食，但他願意接受棉棒沾水溼潤嘴唇；有時陳美慧也會用空針餵他一點冬瓜茶或紅茶，幫助他側身慢慢吞嚥。一個多月後，他自然離世。

安寧療護的本懷，是希望讓末期病患能走得尊嚴與安適，長年來陳美慧一直陪著病人往這個方向走，「但是，所謂走得安適，不是自己舒適，也要讓家人安心。」

## 法律之前，相互理解

從護校畢業後即投入臨床護理工作，三十年來擁有多富臨終照護經驗的陳美慧慨嘆說，學校教導的是如何維護病人健康，但她熟悉的安寧療護工作，卻是不斷地在「送死」。

她曾製作臺北慈濟醫院心蓮病房二〇一〇年到二〇一三年報表，那幾年一年平均要送走二百八十九位末期病人！常態性的「送往迎來」，為她的護理生涯帶來莫大衝擊；她更關心「病主法」的推動與實施，因為在臨床照護上，經歷過太多醫病或家屬間的糾結、矛盾與衝突，她難免有許多擔憂。

「簽署者的觀念是如何建立的？」「他與團隊諮商時，聽到了哪些重點？」「未來碰到的情境，可符合此法條件？」

異，也都是唯一，處置方式不是單純量化或「一選一」。

病人術後可能需要插鼻胃管，若他自認已有簽署「病主法」的預立醫療決定書，而拒絕這項導致他不適的醫療行為，「醫護人員能否清楚說明，適用狀況需要醫師判定，而他的病況還不適用？」

七十八歲的病人因肺病昏厥而被家人送急診，一般標準程序是先裝上呼吸器、送加護病房，待緩解後再轉入一般病房。他在加護病房甦醒時，發現手腳被綁束而相當生氣，因為就是不想苟延殘喘、不想沒有尊嚴，所以簽署了DNR，為什麼還要被插管？

實際上，DNR放棄急救的適用狀況，需為醫師確定不可治癒，且近期內將死亡的末期患者；而「病主法」的適用則擴及五大類病況，其中，極重

疫情期间，志工提來熱湯為繃緊神經的臺北慈院護理人員打氣，陳美慧護理長代表致謝。



慈濟大學附屬高級中學

110學年度招生

**慈大附中**

國中部 / 高中部



『 培養國際領袖人才，孕育非凡人文氣質 』

國 中

招生說明會

雙語班 / 育才班

科學班 / 藝才班

3月13日（星期六）

4月10日（星期六）

5月01日（星期六）

招生說明會

自然與科技實驗班

育才實驗班  
雙語實驗班

3月14日（星期日）

4月10日（星期六）

5月01日（星期六）

高中

1月1日，開始報名！



慈濟大學附屬高級中學 中學部  
970花蓮市介仁街178號  
03-8572823(轉135)  
報名請上中學部網站左上角

認定尚有模糊地帶，第一線醫護是否已經能充分了解適用情況？當病人送來醫院，他的情況符不符合規定？醫護團隊都知道要如何判別嗎？病人在 A 醫院諮詢簽署，日後在 B 醫院面臨處置時，各院醫護團隊的解讀是否一樣？

陳美慧舉上述例子，主要是想表達：在「病主法」施行之前，醫護團隊與病人及家屬間溝通、理解已很不容易；她肯定「病主法」將善終的選擇交還給病人，但醫護團隊傳統上作為醫療主導的一方，對於此法的本懷與做法，還有不同的看法與歧義，遑論要將醫療決定權交還給病人。

雖然實務上仍會面臨許多挑戰，陳美慧也相信，醫療團隊能藉此機會自我提升，付出更多時間與技巧，在醫病間做更合情合理的互動與決策。

陳美慧早年在花蓮慈濟醫院心蓮病房服務，照顧過一位胰臟癌爺爺，連續護理了三天，沒聽他講過一句話。巧遇證嚴上人來病房關懷，老人家竟然跪在床上大喊：「上人，救救我！我想早點死。我打過仗，我不怕死，但我現在死不了！」

上人暖語回應：「你時間還沒到，心要安下來，好好聽醫師的話，佛祖會來接你的。」在旁的陳美慧想，「這麼說會有效嗎？」之後，爺爺常會跟着志工誦經念佛，安穩了不安的心，一週之後安詳辭世。

另一位病患是慈濟志工，罹患口腔癌末期，虛弱的她特地換上慈濟委員旗袍，很正式地

面對師父：「上人，我已準備好了，不要浪費您時間，別人更需要您！」

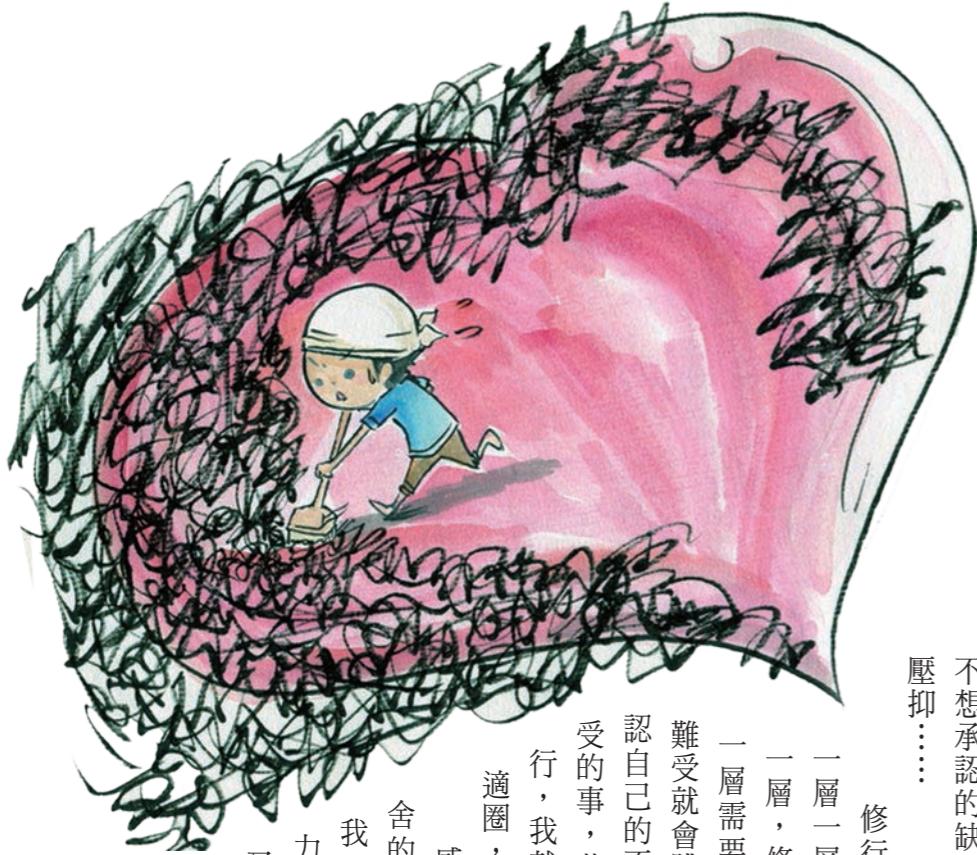
她的超脫自在讓陳美慧好奇，也常常關注著她；偶爾詢問病況，確認她是否需要止痛，「還好，這種痛還可以忍的，疼痛也是一種修行與學習。」

臨床中的種種見聞，不僅影響陳美慧對待病人的態度，也相信病人在臨終前仍有情緒調適或透過宗教信仰自癒的能力，有些現象甚至已經超越醫療專業。

病人病情發展，各有不一樣的情境、判斷與處置。陳美慧衷心希望，無論是疾病治療或安寧療護，都能拉近醫病雙方的落差，每個醫護團隊「醫生」也能「顧死」，讓病人與家屬坦然相對，善終，才能成為生命最後一程，最好的祝福。

# 最難看見是自己

待在舒適圈，看不見最不想面對的那個「我」，要承認自己的不足，是一件非常難受的事。誠實面對自己，會很不堪，但神奇地，會漸漸產生自我療癒的力量。



罹患罕見疾病的大學生有著出書的願望，在慈濟團隊協助下確定可以執行，志工僅僅是一個安心的眼神，彷彿告訴他：「別怕，有我們在，慈濟會一直陪著

事情，無法增長你的智慧。」我從罕見疾病的他學到應該面對真實的自我，勇敢接受自己的不完美；當我對自己誠實時，開始看見那個最不想看見的「我」、最不想承認的缺點、最不堪的內在壓抑……

修行，猶如剝洋蔥，一層一層認識自己。剝完一層，修復了，發現還有

一層需要修正，再來剝，難受就會跳出來抵抗。要承認自己的不足是一件非常難受的事，若沒有回來精舍修行，我就會待在自己的舒適圈，而看不見自己。

感恩上人的法、精舍的常住師父，幫助我在一個具有包容力的環境下，一層又一層看見自己

的核心。成長不是一夕之間，必須按部就

**媽** 媽生病時，我才剛踏入十三歲，我思索，人的一生有多長？該如何才能將遺憾減到最少？什麼樣的生活才有意義？我從媽媽抗癌歷程以及最近接觸的一位罕見疾病個案，想起上人說過，我們無法掌握生命的長度，卻能自我拓寬生命的寬度與厚度。

結束訪視，在返回花蓮的火車上，他陽光般的笑容不時在我腦海中繚繞，也回顧了自己轉換生活跑道的點滴。爸爸和媽媽的

你。「我看見他純淨眼眸裏閃著真誠的感激，志工們的善意及溫暖也觸動了我。

他的身體一天天敗壞，但他積極生活，和病痛小惡魔和平共存。他坦誠面對缺陷，去調適所有考驗，不放過任何陶冶心情的機會；他感謝一直給予他協助和溫暖的人，支撐他走過每個關卡。

生命終點，啟發了我和姊姊修行的起點，告別了舒適的生活，二〇二〇年來到靜思精舍，每天學習很多不曾做過的事，要熟悉和很多人相互適應的生活圈。

在這裏，漸漸放下「我」，去融入團體，欲望愈來愈小，所有微不足道的快樂都在那一瞬間突然亮起來，也因此有了一層又一層的蛻變與體悟。

上人開示：「每一件事情來到我們的面前，都是讓我們學、讓我們知道、讓我們理解。我們都要堪忍，因為你沒有經過這些

班，用佛法如實的認識自己，不但不會再退縮，反而有更大的勇氣繼續往前。不再輕易被負面的情緒干擾，遇到考驗就感恩所有的一切，也神奇地產生自我療癒的力量。

誠實和感恩，是我從那位罕見疾病的孩子身上學到的寶貴禮物。每個人都有自己獨特的特質，在摸索和挫折中探索生命的價值，不知不覺歷經了無數個「不可能」，淬煉後，看見希望的光亮，我已走在愈來愈好的路上。

知名作家張曼娟說：「生命說到底就是一場永劫回歸，為的是要帶著你回到自己的最初。」我和姊姊已走在最初的路上了，這一路發了心、立了願，每天培養更大的慈悲心，從為他人付出與奉獻體會佛法的真諦，也希望從自身做起，感動身邊的人一起往愈來愈好的菩薩道上前進。

# 我不想當老大

撰文·李秋月（高雄慈濟教師聯誼會志工）插畫·鍾庭嘉

問：每次聽到爸爸或媽媽說，我是老大，應該當弟弟妹妹的模範。但這樣的我感覺很累。



「都是妹妹搶走你們對我的愛」、「我就是討厭他」或「我不要當老大」；你可以說：「我真的很喜歡他，請讓我慢慢學會如何當老大，請不要給我壓力。」相信父母聽到你的告白後會自我提醒，也會改變對待你的方式。

可以開誠布公地跟爸爸媽媽說你真的不喜歡「你是老大……」這些話，也要選擇適當的時候表達你真實的感受。但是要避免說：

「老大看著父母的背影長大，老二則是看著老大的背影長大。」如何讓老大、老二和諧相處是個學問，也是個藝術，請父母一定要重視，這樣才可以讓孩子日後兄弟不鬭牆，手足沒有心結！

大：人的眼光天生容易被外型比較美好的人、事、物所吸引，平日家長就應多用心去發現每個孩子具體的特點與擅長處，當孩子們都在現場，朋友卻

只稱讚其中一個孩子時，家長可以主動跟對方說：「謝謝您的讚美，您有沒有發現我們家老大牙齒很漂亮，笑容很迷人，講話很有條理！」聽到

父母這樣讚美，老大就算沒有當場開心地笑出來，也一定會在心裏偷笑！

## 給老大的建議

孩子畢竟是孩子，沒有人天生就會當老大，就像父母也不是天生就會當爸爸媽媽一樣；記得用同理心對待老大，也要讓老大發現父母永遠愛他。平常可以製造機會讓小的幫大忙，也要讓孩子知道：兄弟姊妹是要「相互照顧」的，不是相互爭寵、競爭的。

有句話說得好：「老大看著父母的背影長大，老二則是看著老大的背影長大。」如何讓老大、老二和諧相處是個學問，也是個藝術，請父母一定要重視，這樣才可以讓孩子日後兄弟不鬭牆，手足沒有心結！

答：個人深深理解當這樣的老人的辛苦與無奈，尤其是父母常常說：「你是老大，要讓弟弟、要照顧弟弟……」、「妹妹不懂事，你是姊姊怎麼可以這樣！」這些話真的會讓老大無形中增加壓力、也會有無力感，覺得爸媽偏心，這對孩子來說是不公平的！

要怎樣做，才能讓老大快樂、減少壓力，甚至沒有心結呢？

平等對待：當孩子吵架或搶玩具時，不問原因先斥責老大，老二或老三不會學到尊重。孩子小的時候，若性別相同，玩具、衣服等用品最好買一樣的，以免有比較心；若性別不同，購物前先讓孩子自行挑好各自要的，可避免為了搶玩具、衣服而吵架，平等對待會讓手足相互學會尊重。

別因為老大長大了，就忽略他：很喜歡一個家長的教養方式，帮忙拿尿布、遞奶瓶，無形中完全接受新成員，他就不會害怕被取代了。

父母們若覺得一週一次做不到，至少一個月一次，老大一定會非常珍惜這樣的約會，親子關係會更親暱，手足的感情會更好。

為了不讓老大有被冷落的感覺，每週和老大單獨約會一次，去吃飯、吃點心、逛街、講悄悄話，獨處的時間重質不重量，每次一個小時就足夠了；因為這樣，他家老大更愛弟弟或妹妹。

## 給父母的建議

當家裏有新成員時，要先告訴老大：當初懷老二時，為了讓老大接受他，從懷孕時，就告訴他會有新

弟弟（妹妹）降生我們家；胎動時讓他摸肚子，感受小baby的存在；嬰兒降生後讓他帮忙拿尿布、遞奶瓶，

# 我的無家孩子

街頭是阿侯的家，「歐巴桑」們是他的另一種家人；他鬧脾氣時，「歐巴桑」也會教訓他：「你不好好顧好身體，我們也年紀大了，以後誰照顧你？」

撰文、攝影・柯德桂（基隆慈濟志工）

**年**輕人阿侯終日在街上閒晃，穿著沾滿污漬的衣服，腳板下的拖鞋早已分不出顏色，走起路來，左高右低、右高左低，身體晃來晃去。他向來安靜，偶爾會大吼，嚇壞過路人。

他居無定所，白天遊蕩，晚間瑟縮在騎樓、牆角過夜。

一九九六年，基隆信義區東信路的慈濟環保回收點成立，每月一次的社區環保日，阿侯看著大家做資源回收，志工邀請他一起做環

保，都被他回絕。志工找到適合他的衣服，會洗淨後送給他、讓他更換。

從那以後，他經過環保志工家門口，會隔著玻璃門大叫：「歐巴桑！」這是他打招呼的模式。「我們家今天早餐吃稀飯，你吃了沒？幫忙吃一碗好嗎？想吃就說好。」志工開門說著。

挺有個性的他，若

聽到志工說：「我盛一

碗稀飯給你！」那他一

定說不要，若請他幫忙

接納他；明白他不會傷人，願意和他互動的人也多了。

二〇〇七年夏天，志工吳東滿經過阿侯身邊，被他喊住：「歐巴桑，我快死掉了！我不舒服，三天沒尿。」吳東滿趕緊帶他到附近診所就醫，接著轉診到大

醫院，被診斷為盲腸破裂，須緊急手術。但

他沒有身分證明，也說

不清楚自己是誰，該怎麼辦？志工商請醫師先

治療，再想辦法補齊證件。

阿侯住院期間，

吵著要出院回家；但

是，他的家在哪裏？

之後又該去哪裏靜

養？一位鄰居願意騰

出倉庫的角落，架好摺

疊床讓他安身，其他鄰

居提供營養品及食物補

充體力。雖然他什麼話

也說不出來，但眼神

柔和，見到人會咧著嘴

笑。

幫助阿侯辦理身分

證明，是最急迫的事；訪視志工走訪他過去的鄰居，但一無所獲；於是透過警政和戶政單位協助，找出他原籍資料，循線聯繫上遠房亲戚，出面確認是阿侯本人無誤。

有了這證明，志工又四處奔走，將身分證、健保卡、身障卡及低收證明辦妥，政府每月的補助款足夠他生活。

有樣學樣，任務圓滿

阿侯體力漸漸恢復，偶爾會跟著吳東滿做環保；一段日子後，他也能主動到固定的店家完成物資回收任務。

每週三下午三點，



志工吳東滿（右）用媽媽心關懷阿侯（左），帶著他一起做環保。

先前經醫師檢查，

阿侯智能不足，沒有行

動，阿侯體力漸漸恢復，偶爾會跟著吳東滿做環保；一段日子後，他也能主動到固定的店家完成物資回收任務。

阿侯體力漸漸恢復，偶爾會跟著吳東滿做環保；一段日子後，他也能主動到固定的店家完成物資回收任務。

阿侯智能不足，沒有行

動，他拖著推車來到小吃店門口等待，四點半鐵門一開啟，他迫不及待鑽了進去、往倉庫走，將紙箱、油桶、寶特瓶一一歸類，回收物堆疊上推車綑好，接著推去分類整理。小吃店的員工、飲料店老闆對他讚賞有加，時常請他喝飲料呢！

年的王文祥、黃素媛夫婦表示，阿侯現在改變很多，身上的衣服很乾淨，會主動幫年長者倒垃圾；見到其他流浪漢欺侮老人，會挺身而出。回收點經他整理後，整齊乾淨，沒有臭味，也沒野貓、老鼠，真的很棒！

吳東滿對待阿侯，就像自己的孩子。阿侯不見時，她急得團團轉、到處找人；阿侯情緒不穩定時，她苦口婆心、帶著他做環保，教他惜福、積福。多年來，吳東滿不曾放棄，她常說：「做就對

# 疫常的一年

新冠肺炎疫情橫跨兩個冬季，全球累計確診人數升幅未見舒緩，歐美各國在感恩節假期後，病毒傳播加劇，亞洲的日本、韓國、香港，新一波疫情尤甚以往。

人們形塑出新生活常態應對這世紀病毒，但仍期盼早日從異常走向尋常。

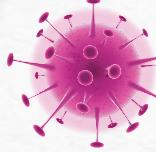


非洲南部辛巴威防疫物資匱乏，位於馬斯溫戈省（Masvingo）的Murekwa小學，孩子將各種布料綁在臉上，罩住口鼻充當口罩使用；慈濟志工十一月下旬捐贈一千個醫療口罩及一個紅外線額溫計給該校。

（攝影／Hlengisile Jiyane）



# 嚴重特殊傳染性肺炎(COVID-19)



嚴重急性呼吸系統綜合症冠狀病毒2型（SARS-CoV-2），於2019至2020年間在全球引發大流行疫情。  
世界衛生組織（WHO）於2020年2月將此疾病命名為「2019新型冠狀病毒疾病（COVID-19）」，簡稱「新冠肺炎」。

撰文・顏婉婷（慈濟基金會文史處同仁）

## 疫情一年變化

- 2019年冬** 中國大陸湖北省武漢市出現多起「不明原因肺炎」病例，2020年1月23日，當局緊急針對武漢市採取疫區封鎖隔離措施，是近代公共衛生史上第一次對千萬人口規模的大城市採取封鎖措施
- 1月13日起** 疫情陸續蔓延到泰國、日本及韓國等國家，1月21日臺灣出現首起確診病例，21日美國西雅圖出現亞洲以外的首例確診個案
- 2月** 東北亞國家疫情大爆發，出現多起大型群聚感染；3月間，歐洲、北美洲、拉丁美洲、中東、非洲等地疫情快速蔓延，美國、義大利、西班牙確診人數首次超越了中國大陸。即使許多國家宣布封國令、封城措施、行動管制等，4月全球確診人數仍衝破300萬，逾20萬人染疫往生

5月

俄羅斯、巴西、印度疫情爆發，全球累計確診人數達到600萬。歐洲在歷經3、4月疫情高峰後，進入緩和平穩狀況，各國逐步解封。臺灣連日零確診，本土社區無感染，隨即展開防疫新生活運動，呼籲人人保持社交距離，戴口罩、勤洗手，維持良好衛生習慣

6月

全球確診人數破千萬，7月更趨失控，原因之一為解禁國家疫情死灰復燃；8月中旬，世衛表示疫情進入新階段，年輕人感染比例增加，且多數無症狀、不知自己感染，對抵抗力弱的族群帶來危險

9~10月

疫情出現10個月，全球病歿人數已突破百萬；隨著氣溫下降，人們較常待在室內，使病毒更容易傳播，世衛示警，北半球正處於疫情大流行的關鍵時刻。10月統計，美國、印度、巴西、俄羅斯、西班牙、阿根廷、法國及哥倫比亞均超過百萬人確診

11月

短短30天爆增1,700萬人感染，美國成為全球第一個確診人數突破1,000萬例的國家。疫情重返歐洲，各國祭出封鎖措施，卻再次打擊經濟民生，部分無法再忍受封城的國家居民起而抗議，也讓疫情快速失控。臺灣則新增百例以上境外移入個案，全民配合「防疫秋冬專案」

12月15日

全球確診突破7千萬人；英、美民眾開始接種新冠疫苗

## 慈濟援助全球疫情

防疫物資援助，共計87個國家地區

紓困物資發放，共計35個國家地區

- 慈濟慈善事業基金會全球防疫物資援助（PPE1.0）計畫，在11月告一段落，最後一個國家突尼西亞順利清關；另外從英國調度馳援希臘的難民營，從法國調度捐助黎巴嫩的天主教耶穌會，包含臺灣總共援助全球87個國家地區。
- 與此同時，慈濟也提早自9月起超前布署，啟動全球防疫物資援助（PPE2.0）計畫，進行醫用口罩、手套等防疫物資備存作業。由慈濟大學等單位產學合作的「新型冠狀病毒抗體快篩試劑」援助計畫，陸續送往印尼、宏都拉斯協助防疫。
- 考量全球疫情依舊嚴峻，各國慈濟志工持續關懷生活受影響的弱勢群眾並進行紓困，致贈糧食、物資或應急金。



希臘列士波斯島（Lesvos）是國際難民前往歐洲的跳板，島上「希望工程」慈善團體向慈濟求援，由英國慈濟人協助將2萬片醫療口罩於11月送達「莫里亞難民營」。希臘是慈濟防疫行動第86個國家，也是慈濟國際援助足跡第119國。

（相片提供／希望工程組織）

## 新常態

戴口罩、勤洗手、保持社交距離，是人們面對新興傳染病最基本的態度；一年來，個人防護用品已經成為醫療院所和市井小民的生活必需品。



1 辛巴威限縮人民活動防疫，首都哈拉雷貧困人口最多的艾普沃斯（Epworth），診所通報兒童有營養不良情況，慈濟志工獲准恢復兒童供餐計畫，準備了水、肥皂讓孩子飯前洗手。

（攝影／Hlengisisile Jiyane）

2 吉隆坡慈濟義診中心為防止交叉感染，四人座的長椅只保留兩個座位給病患，彼此保持一米以上距離候診。

（攝影／何志暉）

3 慈濟捐贈的防疫物資四月中旬送抵南非，約堡Netcare Milpark Hospital院方人員特地派出救護車前來南非分會接收口罩與防護衣，減少慈濟志工外出的感染風險。（相片提供／慈濟南非分會）



2



3

## 新貧族

疫情全球化，苦難則在各地鑿刻出不同深度。仰賴旅遊業的人們暫時看不出生計復甦跡象，不少人淪為新貧人口；而封鎖與閉關措施，更讓中低收入戶陷入飢餓爆發的邊緣。



1 馬來西亞馬六甲州以旅遊業為重要經濟支柱，地標荷蘭紅屋以往穿梭著花俏絢麗的三輪車，疫情期間街道冷清，車夫苦等不到遊客，生活陷入窘境。慈濟志工主動關懷，十二月提供援助。  
（攝影／羅秀蓮）

2 在東南亞國家，緬甸疫情僅次於菲律賓和印尼；委身在仰光市達格大鎮區（Thaketa Township）違建中的黑工家庭，如同鳥兒銜草築巢拼搭成棚屋，在長期封城後已嚴重缺糧。慈濟與福利部首次合作，十一月援助一萬零五百戶米糧。

（攝影／Yi Mon Than）

# 世界已經不一樣

撰文・葉彩雲（馬來西亞《慈濟世界》記者）、陳思妤（吉隆坡慈濟志工）

新冠疫情重創全球經濟，馬來西亞也躲不過這場世紀災難。

除了讓弱勢族群及時獲得援助，也祝福他們重燃面對挑戰的希望。

在雪蘭莪安邦、二十八歲的

伊斯旺（Mohd Irfwan Zulfizi bin Hamzah），在二〇二〇年

三月大馬政府實施行動管制令（MCO）下，被公司解雇了；

他轉行當快遞員，相信只要肯拚搏，一家溫飽不成問題。六月全國進入復甦式行管令，各行各業恢復運作，對快遞員的需求減少，令他再度失去收入。

家裏有兩個孩子，太太又將臨盆，伊斯旺很需要幫助，「所以當兒子的學校發給家長一份『慈濟守望相助紓困計畫』傳單時，我決定嘗試申請。」九月時領到第一筆補助

金，他用來購買孩子的奶粉、尿片及生活必需品；這項現金補助為期三個月，他將十月補助金用來在自家門口擺起小檔口，賣馬來傳統熟食。與志工通電話時，他說生意還不錯，會再持續找工作，但此刻至少可以安住身心。

伊斯旺的處境，相信只是許多大馬人，甚至是許多國家人民的縮影。根據世界銀行估算，受

到新型冠狀病毒衝擊，二〇二〇年全球進入第二次世界大戰以來程度最深的經濟衰退。在此浪潮之下，大馬亦無法豁免，三月行管令實施，五月失業率

創下三十年來新高。

根據馬來西亞拉曼大學商業與金融學院經濟系副教授黃錦榮觀察，最直接受到疫情影響的，包括航空業、零售業、旅館業，



與旅遊相關的範疇，都難以恢復以往的景象，「就算是社區的本地商店也無法恢復元氣。很多人習慣了叫外賣或自己煮，我們很難回到跟以前一樣，出門逛街、消費，更不用說如今第三波疫情爆發，大家開始又不敢出門。」

就算經濟重啟了，但世界已變得不一樣。很多公司規模縮小，裁員、減薪，很多人的生計回不了過去。這樣的氛圍籠罩著整個社會，慈濟志工特別走訪人民組屋區關懷，發現許多人籠罩在收入不穩定的陰影之下。

為此，慈濟雪隆分會決定展開救援，於二〇二〇年七月策畫

疫情後，伊斯旺（右一）兩度失業，決定用慈濟援助金創業，在家門前做小生意，和太太茹思雅娜（左一）一起照顧小孩。

（攝影／陳國雄）



Malaysia

馬來西亞

三月實施行動管制令，發揮成效，六月起改採復甦式行管令；七月過後出現群聚感染，十月起疫情失控，十二月十日單日確診兩千多例創新高。第三波疫情更深層地經濟萎縮程度，被重創的行業已難恢復元氣。

「Kita1Keluarga 守望相助」紓困計畫，幫助貧困家庭度過難關。

「Kita1Keluarga」源自馬來文，意即「我們是一家人」。馬來西亞是個多元種族國家，各族人民獨特的文化及語言能力，成為馬來西亞人的優勢，甚至引以為傲。二〇二〇年疫情發生後，政府呼籲「Kita Jaga Kita」，寓意「我們照顧好我們」，各族人民應發揮守望相助的精神，一起對抗疫情。

紓困計畫主要負責同仁之一的林美美表示：「這是全球性的災難，我們不能等別人來救，自

需要援助的人們在哪？志工群策群力、深入社區，舉辦超過一百七十九次。行前說明會上，由慈濟人醫會團隊清楚布達完善的防疫標準作業方式，保障志工和申請者雙方的安全。

（攝影／饒瑞萍）



己人要幫自己人。有福的要幫比自己苦的人，我們希望在社會上帶動善的循環。」

走到就會看到

政府推出各種紓困配套方案，盡可能照顧企業和人民；但每個家庭狀況不同，所需的援助頻率、時機和內容也相異，需要民間慈善組織在此時共同把社會保護網做好。慈濟志工先是登報發布紓困專案內容，緊接著走入社區進行一百七十二場宣導，不錯失任何需要幫助，卻求助無門的家庭。

巴生志工更在巴當爪哇人民組屋（PPR Padang Jawa）的

衛生診所、巴生中路彩虹組屋等設立服務櫃檯，協助弱勢家庭完成申請。志工鍾瑞珊說：「有難的人走不出來，我們就要走進去；如果沒有走進來，怎麼知道原來他們生活這麼苦。能夠為許多已經陷入生活困境，甚至三餐不濟的居民帶來溫情的幫助，是我們志工的福氣。」

紓困計畫於七月十二日到二十八日開放申請，共收到四千三百八十一份申請，兩千一百七十八戶家庭通過補助，慈濟依每戶家庭的情況，於九月到十一月每月發出三百到八百令吉（約新臺幣一千七百元到四千六百元）不等的援助金。

照亮社會暗角

為了盡速送上援助，志工必須與時間賽跑，在八月初的

走進吉隆坡有小印度之稱的十五碑（Brickfields），映入眼簾的除了形形色色的印度

兩週內完成逾四千個家庭的家庭訪，動員了一萬七百六十九人次。行前說明會上，由慈濟人醫會團隊清楚布達完善的防疫標準作業方式，保障志工和申請者雙方的安全。

七十一歲的吳金蘭保證自己會注意安全，說服家人讓她出門付出，先生決定成全她，還陪伴她到警察局申請准證。她訪問了四個家庭後感觸良多，貧窮已非大家既定印象中單一種族的問題，疫情讓各種族人民都受到了影響。

餐館和商店，還有大大小小、二十多家的盲人按摩院；估計曾經聚集逾千名視障人士在此工作及居住，而紓困計畫的受惠者、七十六歲的葉志明便是其中一位。

葉志明一家四口住在店屋三樓，年輕力壯的志工爬樓梯都感覺有點吃力，不禁聯想到年邁又失明的葉志明，回家的路應該更費力和挑戰。當志工何淑娟開口問候葉志明時，他以宏亮的聲音回應：「你是何小姐對嗎？」

敏銳的聽覺讓大家頓時驚訝不已，已經失明近五十年的葉志明微笑說，早已習慣用聲音認人。二十七歲的大兒子大學畢

業，有固定工作，小兒子在家協助母親進行一些簡單的包裝工作。行管令實施後，葉志明連續四個月零收入，一家生活擔子就落在長子身上。

即使七月復工後，或許擔心近距離接觸，顧客量大不如前，導致葉志明的收入減半。

葉太太從報紙得知慈濟紓困計畫，馬上請長子透過網路申請，這因緣造就慈濟志工走入葉家。

葉志明將慈濟的補助都用在生活費上，「很感激慈濟注意到十五碑不幸的殘障人士，還有人來關懷我們，真的很開

心。」只要有客人預約，他就會搭計程車外出按摩，也增加了感染風險，但他說：「為了生存不能怕頭怕尾，回頭望一下，世道不景氣，這一帶很多餐館都結束營業了，所以我要更加努力工作。」

在紓困計畫開跑後，慈濟實業組志工隨即展開募款，許多組織負責人深表認同，認為企業應該在此時發揮社會關懷的精神，履行社會責任。此外，志工在社區舉辦了九十五場次「竹筒回娘家」、五十六場次義賣會，撐起這項慈善專案的重擔，正如受助的葉志明夫婦抱著回饋心念，只要有零錢便投入竹筒撲滿。葉志明說了一個故事：「有一個乞丐身上只有一塊錢，但他捐出了全副身家的一半，而一個富翁則捐了一百萬，是他全部家產的一部分，大家認為誰的功德比較大？我不敢說我的五毛錢大，但是出自我的真心。」



→丹斯里陳志遠舉辦慈善晚宴，讓各界人士了解慈濟慈善志業的核心價值，懇請大家支持守望相助紓困計畫。（攝影／蔡德青）

↑做好防護措施，志工分組家訪，實際了解申請者的生狀況，給予相應的輔助。

（攝影／覃平福）

# 度假樂園不再歡樂

撰文・陳麗安 相片提供・小野雅子

一萬片口罩運抵度假樂園塞班島，慈濟委員小野雅子高興又擔憂，喜的是能保護前線人員，憂的是島上只有她一位慈濟委員，該如何發放……

**塞班島（Saipan）**，坐落在西

太平洋與菲律賓海之間，面積一百二十二平方公里，約半個臺北市大小，是美屬北馬里亞納群島（Northern Mariana Islands）當中最大的島嶼，從南到北縱列了十四個由火山或珊瑚礁組成的島嶼，豐富的自然景觀，使群島之首的塞班島，擁有「度假樂園」之稱，也是人口集中地及商業重鎮。

島上民風純樸，觀光為其主要經濟來源，鄰國的菲律賓人亦前來從事餐飲或服務業；熱情的陽光、細緻的沙灘及豐富的海上活動，總是讓到訪的旅客流連忘返。二〇一九年五月，配合日藉先生工作的調度，初來塞班島的小野雅子，每天即沉浸在隨處可見的椰子樹及湛藍海水帶來的度假氛圍中。

## 疫情封島 苦難現形

二〇二〇年二月初，為防範新冠肺炎疫情擴散，塞班島優先暫停過去十四天有中國大陸旅遊史者，及從中國大陸起飛的航班入境；三月二十三日，政府更進一步封島，避免航班往返之間，病毒趁機侵島。

五月，疫情終稍緩和，政府



Maturana修道院居住著多位退休修女，年齡都高達八十歲以上，小野雅子為她們帶來口罩。

此外，口罩成了外出必備品，但對失去收入、甚至失業的人們而言，儘管當地時薪平均七塊美金，但扣除房租、基本水電等費用後，所剩無幾，一個要價至少一美元的醫療口罩，對久無收入的困苦者來說，如同奢侈品。

這場疫情，也打斷了小野雅子的生活步調，並讓她看見社會弱勢的處境。在一次前往老人院探訪時，她發現工作人員配戴的口罩品質極差；此外，得知當地教會亦有牧師感染新冠病毒。「若能提供品質良好的口罩，給這些醫病、療心的前線人員就好了！」小野雅子隨即向慈濟基金會申請七百片口罩，最後共收到

為運送物資，重開航班，但僅限關島（Guam）往返塞班島；然而仰賴觀光維生的島民生計已受影響，斷糧問題隨時可能發生，人們頓時為生活憂心忡忡。

## 塞班島

美屬北馬里亞納群島首府，位於太平洋西岸。三月起因為疫情封島，觀光相關產業失去收入，仰賴聯邦政府救濟；但外籍勞工不具有美籍身分，無法享有福利。

**Saipan**

一萬一千八百五十片。

「塞班島只有我一個慈濟志工！」面對數量龐大的物資，小野雅子開心之餘，也有煩惱，像是短時間要如何整理大批口罩？捐贈儀式時的連線要如何操作？擔憂之際，臺灣志工彭秀靜隨即傳來兒子梁維元正在島上就學的訊息，並表示可以幫忙。

「還好有年輕人支援！」小

野雅子在梁維元的協助下，兩人立即向老人院、醫院志工團體、教會、特殊教育學校、修道院及女性避難所及技術學院，發放醫療口罩，期望家境困苦的孩童、前線辛勞人員們，可以獲得保護。

### 積少成多 善力凝聚

六月，美國聯邦政府針對島上所有的勞動人口發放救濟金，一人一千二百美金，此外亦陸續開放失業補助申請，但未持有美籍身分的大量外籍勞



長期照顧外籍勞工的「Friends of CWS」志工們，出錢又出力，與小野雅子合力完成發放。

小野雅子強調，「團員並非都很富裕，但相較失業者，還能擁有所工作、可以維持生活。」就像慈濟的竹筒歲月，「Friends of CWS」的成員平時一點一滴累積存款，積少成多，再購買生活物資協助貧困家庭紓困。

「因為物資有限，所以要從中找出最辛苦的人們。」小野雅子表示，這次的合作從收集失業者名單、家訪到正式發放都嚴格把關，除了小野雅子自行購買的物資，「Friends of CWS」也提供了米、罐頭、雞蛋等生活物資。

這場於十一月底舉辦的小型發放，共發出一百三十八份生活物資，當中除了菲律賓籍的

說：「看見受困者們的表情變得柔和，眼神有感動與感恩，我覺得一切都值得！」

人Irene所組織的團體「Friends or CWS」（CWS簽證，為島上合格的外國工作者，臨時的移民身分簽證）合作，團員多為菲律賓人，專門支援島上失業外籍勞工。

外籍勞工，也有少數到塞班島打工的土耳其籍勞工。小野雅子在現場也把握因緣，分享慈濟的緣起、贈送親手製作的靜思語小禮，希望能藉此鼓勵人們，從疫情的衝擊中振作。

### 風災過後 愛未遠離

二〇一五年，中度颱風蘇迪勒侵襲塞班島重創當地，基礎設施、建築物、樹木都不敵狂風暴雨。當年慈濟獲得求援訊息後，即刻援助了大米與千個鍋具，這是塞班島與慈濟第一次相遇。

五年後，疫情再次牽起慈濟與塞班島的因緣，持續伸出援手；儘管島上目前只有小野雅子一位慈濟志工，但與當地慈善團體攜手合作，依舊能解人危難。能盡一己之力，小野雅子感性的

工，卻不在「失業補助申請」資格內。其中，未生孩子的外籍勞工，也無法像有子女的外籍勞工，藉由下一代一出生即獲得的「美籍」身分，領取每月一次的「食物券」補助。

繼口罩發放後，看見部分外籍勞工生活過得特別艱峻，原本小野雅子與慈濟基金會籌備要與當地團體合作，發放生活物資，然鄰國菲律賓遭逢颱風侵襲，慈濟傾力急難救助，合作計畫暫緩。

但小野雅子想起上人時常提及，有苦的人不能等，加上年末已近，於是先發心購買米、油、蛋等物資，同時為了推廣素食，亦向時常光顧的菜攤，

訂購大量新鮮當季蔬果；包裝也考量到「減塑」，均以過期報紙打包。

至於造冊與發放所需要的

人力，小野雅子與之前認識的朋友，給困苦外籍勞工的新聞。



# 百萬確診衝擊歲末團聚

撰文・廖哲民

入冬後，歐洲迎來第二波疫情，各國政府在耶誕前陸續宣布更嚴格的社交禁令。這一季難以團聚，這一年慈濟志工也不放棄關懷的力度，不讓疫情疏離了人心。

年十月的德國慕尼黑啤酒節，是國際盛事，雖然二〇

二〇年因為疫情停辦，但小酒館並沒有錯過這樣的商機，一位原本應該居家檢疫的美裔人士，期間到處去酒吧喝酒，造成上百人遭受感染，成為「超級傳播者」。

「整個歐洲的第二波疫情大多是由服務業而起，尤其是酒吧、咖啡廳，在這麼窄小的空間，人們沒有戴口罩，也會很大聲講話。」德國的臺灣媳婦林美鳳，婚後僑居法蘭克福多年，是資深的慈濟志工，她說雖然政府取消許多大型活動，不過染疫風險依然存在。

搭飛機旅行，學校繼續開放，都增加了感染機率；九月起多國確診人數不斷上升，重症病人持續增加、病房數也逐漸無法應急，各國政府被迫嚴加封鎖、提高防疫政策。感恩節後，十二月十日，德國創下單日確診新紀錄，二十四小時內二萬多人染疫，總理梅克爾懇切請民眾避免社交活動，別讓祖父母度過「最後一次的耶誕節」。

歐洲國家彼此連動，而每個國家所採取的防疫政策不一，在春天第一波疫情來臨時，德國管制措施相對嚴格，但是民眾在保持安全距離的條件下還是能正常

外出；在法國，民眾每天只被允許一小時外出運動或到超市採買食物；在義大利，民眾外出被限制範圍，需攜帶證件隨時接受檢查；在西班牙，民眾外出需要向警察報備，且在一小時內返家。

秋冬低溫加上節慶相聚，出現新一波疫情，法國、英國、西班牙、義大利、德國、波蘭等地陸續擠進百萬確診行列。截至十二月二十三日，全球十六個國家染疫人數逾百萬，有七個國家就在歐洲。

歐洲

Europe

「第二次防疫限制，對歐洲人來說是一種打擊！」林美鳳說，嚴格的管制政策雖相繼祭出，但疫情仍不斷擴散，「人民會覺得，管制如果有用，疫情早就過去了；既然沒有用，我為什麼要配合隔離？」

疫情終止遙遙無期，攪亂生活步調及人心，歐洲慈濟志工正面對，透過網路連線，線上相見，每天晚間八點十五分齊聲虔誠唱誦禱，之後輪流分享佛法心得或疫情期間心情，也邀請醫師宣導防疫知識，志工示範布口罩縫製方法。從三月到年底近三百天，共有英、法、德、荷蘭、義大利、奧地利、盧森堡、



德國中西部慈濟志工舉行中秋行善茶會，邀請中文學校的老師和家長們參加，一起製作防護面罩，提供給有需要的學校老師。

（相片提供／林美鳳）

約旦及美國等多國志工持續參加，超過一萬人次共同祈禱、學習，形成一股「善的帶動」。

### 雪中送炭並不難

一位英國醫師成了新冠肺炎輕症病患，獨自在家隔離，每天打開門，就看到一鍋熱食放在門口，這是來自慈濟志工的溫暖。

僑居瑞士的產婦，父母遠在八千多公里外的美國，疫情紛擾使得交通更為不便，無法前來幫她坐月子。林美鳳恰巧有事前往瑞士，就主動準備了一包包加熱就可補身的素食月子餐，冷凍裝箱親自送去她家中。

志工不讓疫情阻斷人與人相互關懷的心，反而更加貼心。

林美鳳說，雖然家家戶戶都備有口罩，但總有人不夠用；一位義大利志工得知友人需求，考量隨意外出會遭警察盤查罰款約兩百歐元（約七千元新臺



巴黎封鎖期間，慈濟志工馮倩明途經空蕩的凱旋門附近去超市購物，為缺乏食物來源的街友帶去麵包，也為超市員工送上口罩。

（相片提供／馮倩明）

遠的警鐘。

060

幣），於是她決定摸黑凌晨起床，花三十分鐘走進對方家裏，迅速將口罩放在門口，再走回家。

林美鳳也很感恩慈濟花蓮本

會，早在三月初即關切歐洲地區的防疫需求，「當時疫情尚未嚴重，一般人認為不需要，或存在著『只要我自己安全就好』的心態。」可是，當德國、英國、法國等地疫情接連擴散，尤其看到醫護人員因為缺乏足夠裝備保護而確診的新聞時，許多團體也開始主動向慈濟請求協助；四月下旬，首批物資八萬只口罩終於送抵，志工取得後立刻分送。

林美鳳認為，慈濟在疫情中

的關懷，就是基於最單純的「問候」做起，「如果沒有主動關心

身邊的人，怎麼會知道誰缺少口罩？如果沒有打通電話關懷別人有什麼需求，其實什麼也不知道。」將關心、問候化為行動，恰恰正是敲響了人們因疫情而疏

對來自不同家庭的孩子們，不免還是會感到恐慌，此外，老師戴著口罩授課也有所不便，因此慈濟親手製作了師生適用的防護面罩；這分貼心，也嘉惠了聽障生在學習時能清楚看到老師的嘴型。

### 在家茹素最平安

不少家庭因為疫情選擇在家煮食，所以，慈濟在歐洲更是借力使力推動素食，志工團隊成立「歐洲蔬食趣-E-Veggie」臉書粉絲專頁，分享自己的特色素食食譜。林美鳳補充說明，基於環保理念，德國吃素人口不少，再加上德國的肉品加工廠工作人員屢

傳感染跡象，素食也成為此時多數德國人的飲食選擇。

在「歐洲蔬食趣-E-Veggie」分享創意素食的德國慈濟志工林森喜，曾經是葷食中餐館的老闆，疫情這一年剛好退休，帶著全家人一起投入研發新穎

的素食料理，每天持之以恆地分享一道佳餚，林美鳳不禁讚歎：「我發覺他所上傳的兩百道菜，沒有一道重複！」林森喜所使用的食材，在歐洲隨時隨地就能買到，也便利大家照著食譜烹調。

二〇一〇年九月底，林美鳳戴著雙層口罩及加長版防護面罩搭機返臺探親，已經習慣疫情衝擊日常的歐洲生活，在臺灣參加多場慈濟歲末祝福，她感到很不可思議，能夠聚眾祈福，可見非常安全，也是大家用心防疫的成果。

她想起二〇二〇年公公往生，時逢德國防疫限制措施開始，不僅戶外的告別式人很少，「之後的家庭聚會，大家相隔一點五公尺坐著，大概只有六個人。」十二月底離臺返德，正逢歐美人士最重視的耶誕節，林美鳳只有一個盼望，就是疫情已





# 無常帶來新常態

撰文・張素雯（加拿大多倫多慈濟志工）

十一月，多倫多再次封城，無奈但也必要。

疫情橫跨兩個冬季，為保護彼此而發展出的新常態，讓我們發現，原來隨時與親朋好友見面不再是理所當然，原來不見面也可以傳達關懷，無常現前，終於學會珍惜。

十一月下旬一場初雪，就累積了高達十公分以上的雪量，再次提醒著加拿大多倫多正式進入冬季。往年的此時，大人忙著鏟雪，小孩樂在堆雪人或是躺在地上畫雪天使。人人都期待著白雪皚皚的耶誕節到來。

但是這一年的景象有點不同。我們不急著鏟雪，大部分的小孩也留在家裏少了玩伴，因為幾乎都不出門了。冷清的街道被白雪覆蓋，少了行人錯綜複雜的腳印。這是庚子年加拿大多倫多的冬天即景。

過了兩個月炙熱的夏季，疫情稍緩，讓我們可以喘一口氣，踏出門享受戶外時光。然而，好景不常。加拿大入秋以來，大家都預估疫情將捲土重來。果真，氣溫降到攝氏十度以下後，每天確診人數都創新高。為此，總理杜魯多也公開談話，促請國民更嚴格地限制社交，盡量多留在家中，並警告「控制新冠病毒危機」將關係到加拿大的未來，如不立即採取行動，子孫後代都可能受影響。

這個冬天已經沒有可能過正

常的耶誕假期了。十一月二十七日，根據安大略省衛生部門報告，新增新冠肺炎感染個案三千八百二十六人，累計確診人數已逾三十五萬六千例了。因此即使安省政府針對疫情嚴重的多倫多市與皮爾郡，在十一月二十三日下達封城命令，大部分的民眾無奈下都能接受，也覺得這是必要的。

北多倫多慈濟會所位處約克郡，政府剛剛下達自十二月十四日起封城的緊急命令。郡政府嚴陣以待已久，以前新政策落實，



公務流程至少兩到三年，現在一切防疫優先，人力重新配置，全面E化兩個月搞定、一次到位。我也被徵調支援公共衛生部門的財務。這八個月來既不敢出國，也不能跨省，省去了來回隔離十四天的麻煩。為了彼此的健康著想，我們已經慢慢接受這種新常態（new normal）。

一〇一二〇年真的是名符其實的鼠年：平時躲在洞裏，出門上街有如過街老鼠，要避開人群。外出只有兩大理由，一個是就醫，一個是買菜。例行的門診檢查能免就免，去看醫師時口罩是基本配備，但是醫師比你還擔心，他穿了兩層防護衣，兩層口

疫情阻隔人際，北多倫多慈濟志工謹守分際，向鄰近店家介紹「蔬食折扣祝福券」的使用方式並勸素。

（攝影／甄月群）

罩，外加面罩。候診室的病人寥寥無幾。

超市入口處擺上乾洗手液供顧客隨時取用；買菜時，再不會像以前挑三揀四，而是拿了就走；或者乾脆網路上購買。夏天時還造就了許多「後花園農藝家」。

生活上的不便倒還好，什麼都可以延誤，唯有孩子的教育不能等。九月後，教育局提供實體與線上兩種選項給家長。這給資深卻不習慣網路教學的老師製造了難題，選擇提早退休，新老師得以遞補。安省多年來新老師排不進任教的問題，瞬間迎刃而解。

## 科技跨越路障

不像三月封城時前兩個月的手忙腳亂，我們一家四口已經在家上班八個多月了，每天離不開電腦跟手機。公司還公布，到二〇二一年九月前，不會回公司正常上班。

有生之年，我有此因緣遇上了兩次疫情，二〇〇三年的SARS致死率雖高，但是多倫多社區感染比例低，在進入夏天之後也漸漸消失；但是萬萬想不到二〇二〇年，我們在疫情下跨過兩個冬季。

向來行程緊湊的慈濟人，活動嘎然停止，沉寂多個月後，我們漸漸摸索發展出疫情下照樣做慈濟的方法。要外出例行發放或收穫。

能旁聽。

雖然剛開始使用視訊軟體有技術障礙，但是慈濟人不藏私，資訊組與視聽組的志工們，用書面或電話等方式協助大家成功上線，法親之情表露無遺。有七十歲以上的師姊學會在線上與大家互動後，很開心地表示，以往因為沒有交通工具而不能參加的薰法香、讀書會等活動，現在都不是問題了。

北多倫多慈濟手語組邱玉亭師姊，在眾望所歸下，克服技術困難，也開起了線上手語班，廣邀大德會眾成為同學，遍及渥太華與蒙特婁。遍地開花讀書會更是蓮花朵朵盛開；還有中文班、

慈濟加東分會九月一日成立，十月見習培訓志工開營；此後疫情再度升溫，限制聚會人數，十一月課程有百餘位志工連線在家上課，張素雯和丘啟源陪伴學員精進學習。

（相片提供／張素雯）



## 疫想不到

捐贈防疫物資時，盡量召集感染風險較低的六十歲以下志工，但是防護口罩與手套不可少。其他活動則一律在家進行。

不能參與實體發放的志工，於回收牛奶袋後，在家為街友編織牛奶袋地墊、編織冬天不可缺少的圍巾；廚藝佳的志工也展現功力，在通訊群組分享蔬食實做，努力推素等等。

除此之外，意外地發現，以往辦活動只在多倫多周邊，現在開會、共修、薰法香，都可以透過科技跟全球同步。以往無法請假回臺參加的慈濟全球四合一營隊、國際慈濟人醫會年會、各地資深慈濟人的精彩講座，上線即

廣東話班，連遠在臺灣或是中美洲聖馬丁的慈濟人都一起上線學習。我們待在家為防疫盡心力，也能獲得生活中的小確幸。

## 變與不變之間

疫情的洪流把我們的生活作息打亂，然而病毒對眾生是公平的，任您達官貴人、市井小民，機會平等。求生存的本能下，人類開始尋找出路。原來隨時與親朋好友見面不再是理所當然，原來不見面也可以傳達關懷，無常現前，終於學會珍惜。

時代巨輪正以超過我們想像的速度往前奔馳，疫情改變了我們的生活，然而感恩心卻時時浮上心頭，感恩平安之際仍能有機會付出。此「大哉教育」改變我們的思維，創意不斷湧現，也帶來新的契機。唯一不變的是我們對人性本善仍保有信心，依舊勇於傳遞大愛，樂此不疲。

· 買菜不再挑三揀四，拿了就走；例行健檢能免則免，少去醫院；在家防疫，也造就了許多「後花園農藝家」。

· 全家在家辦公，很難得地與孩子幾乎二十四小時在同一屋簷下；這種親密的互動，在空巢期多年後再現，對我們是意外的收穫。

# 人情原來有溫度

撰文・陳金香（馬來西亞吉隆坡慈濟志工）

以口罩遮嘴的鄰人，無論識或不識，開始會停下腳步，寒暄數句，透過眼神傳遞著平安和祝福；走進菜市場，發現人情也變了……

**新**冠病毒疾病，被世人稱為無硝煙的戰爭；當這場戰爭在病毒與人類之間大爆發之際，我們已經沒有逃避的餘地，各國封城鎖國、強制人民留在家中，商店、娛樂場紛紛關閉。時間在防疫措施中搖擺，世界陷入停頓中，我的如常生活也變了調。

二十多年來一直在工作與做慈濟中度過，記憶中，似乎都是忙忙碌碌地過日子，一個個採訪人物、一篇篇報導，美善故事的溫暖總縈繞於心。然

而，二〇二〇年三月的行動管制令，打亂了這一切。

管制令限制了行動自由，無法工作、沒有慈濟活動，在家裏的時間變多了，天天對著窗外的藍天白雲，凝視一群群鳥兒自在地飛翔，視線隨著鳥兒飛向遠方之際，一種難以排遣的悲涼夾雜惶恐湧上心頭。

今後我們只能在窗內看世界嗎？人與人之間只能靠手機視頻來相見嗎？慈濟活動真的無法進行嗎？我手中的筆還能為慈濟留下美善嗎？那一刻，

真實體會到上人常說的無常與明天，哪一個先到，誰也不知道。是呀，誰會想到一個無聲無息的病毒突然爆發、跑到全世界向全人類宣戰呢？

疫情中的居家生活，我不得不學習放慢生活，讓時間在薰法香、聽網上課程、網上共修、網上大精進中度過。多餘的時間則用來看看書、做做家務。每天下午一點半全球連線祈禱更是必做的功課，只因凝視遼闊的天際，雙手合十祈求天下無災無難，是減輕心靈惶恐的妙藥。



慈濟志工十一月為一戶人家帶來生活補助，暫度疫情難關，更感動於一家人相依為生活打拼的精神。

（攝影／林振勝）

隨著時日，竟也能漸漸適應蜗居的生活。不僅如此，與人招呼也和往常不一樣，以往在街上、在電梯遇到他人，都是為趕時間而匆匆擦肩而過，而今出門買食物，看到大家都是口罩遮嘴，難以看清臉容，但不知為何，遇到認識或不認識的，很自然地停下脚步，寒暄數句，彼此透過眼神，傳遞著平安和祝福。

走進菜市場，發現人情也變了，賣香蕉的小伙子戴著口罩，依稀看到年輕的臉容還是

酷酷的，但自他嘴裏卻吐出：「病毒很兇，老人家不要亂亂跑，買了東西快快回家。」賣菜阿嫂兇巴巴的聲音也多了一分關心：「想想還有什麼要買，最好一次買夠一星期的，減少出門。」賣經濟粉麵的阿婆往常最計較份量，但疫情下，卻和顧客說：「要吃多少自己拿，盡量拿。」

這些聽似平常的話語像陽光，總驅散了疫情的陰影，帶來感恩的微笑。疫情改變人的生活，但也因疫情，人與人之間多了溫度，少了冷漠。

## 生命依舊堅韌

「守望相助紓困計畫」於七月在慈濟雪隆分會推動下開跑，八月走進一戶戶申請者家中，我心中忐忑，想著疫情已經過了四、五個月依然無法消弭，這場戰爭每天都在攀升的

數字中持續，我擔心大家的情緒會有很大波動，也做了要面對訴苦和哀號的心理準備。

然而，出乎意料，在採訪過程中，發現疫情下的生命依然堅韌不拔，處處展現頑強不屈。

八十三歲的易阿嬤獨居，她守著洗頭、剪髮的行業已經數十年，從不曾萌生退休念頭；在行動管制令期間無法營業四個多月，她不氣餒不沮喪，反而在可以營業時第一時間開店工作。年老的她不求長期受人援助，她樂觀地強調，可以工作養活自己的

行動管制令限制行動自由，人與人之間只能靠手機視頻來相見嗎？我手中的筆還能為慈濟留下美善嗎？那一刻體會到上人常說的無常與明天，哪一個先到，誰也不知道。

## 疫想不到

時刻，絕不會放棄。  
年輕的馬來裔爸爸育有二個孩子，妻子正懷第三胎，受疫情衝擊，面對裁員的他不得不申請慈濟援助；然而，當援助金快要花完時，他醒覺不能坐以待斃，必須尋找出路。原是文員的他做起小販，一家人在小買賣中看到希望的曙光，原來天無絕人之路，只看自己能不能改變心念。

六十歲的鄭女士原是餐館的清潔工，疫情衝擊，失業了。單身的她要養九十歲的媽媽和

在家上網薰法香、參加共修課程，多餘時間則用來看看書、做做家務；隨著時日，竟漸漸適應蝸居的生活。

管制令限制行動自由，人與人之間只能靠手機視頻來相見嗎？我手中的筆還能為慈濟留下美善嗎？那一刻體會到上人常說的無常與明天，哪一個先到，誰也不知道。

## 【疫情改變了什麼】

撰文・謝勤（香港慈濟志工）

# 艱難時刻悲與喜



移居香港二十五年，每年最多只能農曆年回鄉跟父母小聚幾日；父母年紀愈來愈大，二〇一九年歲末休假了二十天，是這些年來最長的假期了，三個孩子都要上班沒能回去，我便獨自回到福建老家，開開心心陪父母過年。可是還沒到農曆新年，就爆發新冠肺炎疫情。

當時香港還沒有病例，但各種信息已鋪天蓋地，這麼多年來都是我在為孩子們擔心，因為這波疫情他們開始擔心我了，女兒知道我不大留意新

不只面對感染的風險，因為疫情而失業或停工，是許多香港人這一年來的處境，包括我的孩子們也一樣：這是一個艱難的時期，但也讓我們看到很多的美好……

聞，不停發信息提醒我，我告訴她我們鄉下很安全，防控也做得很好，但她還是很懷疑，是疫情對我們的第一個改變。

隨著香港疫情的爆發，女兒叫我不要返港，因為人口稠密的地方更加危險。我所在的公司，工廠在深圳沒法開工，公司也不能正常運作，於是安下心，放自己一個悠長假期。

當然，最高興的是我的父母，每天在家陪他們煮飯、聊天。雖然陪伴在父母身邊是我多年

的願望，但以這樣的方式實現，也讓我感到難過。

看著不斷攀升的確診人數、死亡人數，看著醫護人員一批批前往疫區增援，更看著各地慈濟人為籌募防疫物資奔忙，而我除了為他們祈禱，什麼也不能做，真的很慚愧。

到了五月，因為公司的事務也不能再拖延了，終於依依不捨告別父母姊妹回到香港。經過十四天的居家隔離，開始上班，也趕緊加入慈濟香港分會的活動。

五十多歲的身心障礙妹妹，以為這次的難關很難度過。在志工前往家訪時，她投下零錢在竹筒裏，許了一個卑微的心願：「我希望趕快找到工作。」許是心誠則靈，她很快找到在咖啡店沖泡咖啡的工作，儘管每天凌晨五點就要搭老闆的順風車去上班，下午三、四點才放工回家。工作辛勞，但她不以為苦，她笑說，能找到工作，已是難求的好運……

回首這一年來在疫情下的日子，我深深感恩還能用筆記錄美善，感恩這些人物和故事令我體悟到，在這場沒有硝煙的戰爭中，能為人們留下點滴美善是何等難得的福報！

## 爭取機會做好事

疫情下，除了要面對感染的風險，也令原本繁華的香港一片蕭條。旅遊業完全停頓，零售業也遭到衝擊，各行各業都不可避免地受到影響。兒子失業，小女兒開工不足（無薪假），大女兒教授的鋼琴班停課，只有單獨教授的學生繼續來學習；香港很多人都面臨了同樣的境況。

這是一個艱難的時期，疫情已經讓生活發生了很大的變化；但就是在這樣艱難的時刻，也讓我看到很多的美好。



疫情期間，慈善腳步不停，慈濟志工訪視觀塘舊區的雲漢邨，了解住在劏房中的低收入家庭飲食和口罩是否夠用，並及時補足。

（攝影／李健平）

香格里拉員工非常積極，有一次派發時，年輕可愛的職員洪潔兒很興奮跟我們分享，第一次參加的時候，幫到很多公公婆婆，看見他們收到祝福包之後開心的表情，令她很感動。沒想到第二次報名不成功，第三次一見公司發出電郵招募義工，便以百米衝刺的速度按鍵，終於搶到了參加的機會。她說，平時搶機票搶得多，現在才知道，原來做義工也是要爭取、要搶的。

工，讓我看到了苦難，也看到愛、看到慈悲。

香港疫情幾度嚴峻，他們助人的心也不退縮。義工邱嘉宏說：「雖然疫情好嚴重，但我們不需要忌諱太多，做好足夠的清潔，自己安心；幫助了別人，自己開心。我們一起努力幫別人做多一點點！」

最近一次在雲漢邨發祝福包，香格里拉的黃琴心說，她記不清自己第幾次參加了，印象最深刻的是，有一次帶著女兒一起出席，有位志工跟她分享：「行善、行孝不能等。」這句話讓她很感動，和女兒牢牢記在心上。

大女兒告訴我，她租用的工作室，業主主動減租，而且她也可以申請一些政府的津貼，所以能夠度過困難時期。而我所在的公司，向政府申請了「保就業」補助金，業主也主動減收租金，雖然營業額大幅下降，但大家都努力共度時艱。

香格里拉酒店集團在疫情下更是捐出善款，購買防疫物資、食品等，由慈濟志工和集團員工親手打包祝福包，自五月開始連續八個月，每月兩次、每次發放約一千戶；通過不同機構，把這分愛心和祝福親手送給低收入家庭及獨居長者。他們還鼓勵員工捐款，帶動家人、朋友一起參加派發，活動時間也一直在延長。

我有幸多次參加活動，接觸到一些受疫情影響的民眾，還有不同慈善機構或團體的負責人、慈濟志工和香格里拉義工，有幸多次參加活動，接觸到一些受疫情影響的民眾，還有不同慈善機構或團體的負責人、慈濟志工和香格里拉義

和多個慈善機構合作派發祝福包過程中，香港家庭福利會的受眾應該是這麼多場次中最年輕的。家庭福利會的負責人王志平說，受疫情影響，很多小家庭因為失業、因為開工不足而收入大減，甚至激化了家人之間的矛盾，所以他特意挑選這些家庭作為受惠的對象。

他在接受志工採訪時說：「你懂得去感恩，我也懂得什麼是施比受更有福，我希望香港也有這樣祥和的氣氛。」我深深被他感動，因為我知道這是一個真正了解苦難、真正想去幫助苦難民眾的第一線社會服務者的肺腑之言。

通過這些機構，我們接觸到更多不同類型需要幫助的人士，同時也明白，愛的路上，我們不孤單。疫情帶給我們苦難，也帶給我們教育；它讓我們困擾，也讓我們學會愛。

## 疫想不到

這麼多年來，都是我在為孩子們擔心；因為這波疫情，他們開始擔心我了，不時提醒我注意安全。這次透過與不同機構合作發放，接觸到各類型需要援助的人士，也發現愛的路上原來不孤單。

# 從流感、SARS到新冠肺炎

十八年前，我擔任 SARS 專責醫院執行長，種種經歷刻骨銘心，是不願意再想起的一段歷程……而今新冠肺炎疫情，宛如人類歷史重演，記取瘟疫的可怕，還要正確地去理解和防範。

口述・羅慶徽（花蓮慈濟醫院副院長）  
整理・曾慶方、洪靜茹  
攝影・黃筱哲



羅慶徽在辦公室休息時會使用電腦播放《想師豆》樂曲，端著茶水望著窗外靜思精舍的方向。

二〇〇年初，我最不想看到的事情發生了，一種很類似

SARS的新冠病毒引發嚴重肺炎，迅速衝擊全世界。元月二十

一日，花蓮慈濟醫院林欣榮院長

請我在志工早會時，先向上人與全球志工分享這波疫病的走勢分析。疫情初期，即使相關資訊很有限，但仍足以從數字變化和病例分布大膽推論，「非常有可能」已發展成有效的人傳人疫病，萬一猜想成真，春節期間大規模的人流移動恐將加速病毒的傳播。為此，我提醒志工們一定要勤洗手和戴口罩，也暫時不要出國旅行。

我呼籲大家要戴口罩，事後引起不同的聲音，有人提出疑問，這樣會不會引發不必要的恐慌？我將狀況回報給林院長，他引用了一句《靜思語》勉勵我：

「對的事，做就對了。」

我請託何宗融副院長，協助請購大量中藥材，之後得以製作

仁不時補充；也拜託總務室沈芳吉主任多準備一些防疫裝備；再聯絡檢驗醫學科張淳淳主任趕快準備檢疫相關備品，她信心滿滿表示都有多買。不過，淳淳很聰明，舉一反三，隔日她回報：「羅副，你昨天來電話後，我想一想，又訂了更多！」所以後來幾個月疫情進入延長戰，實施更嚴格的防疫醫療物資管制，我們醫院始終備有充足的試劑供應前線。

院部主管都有共識：「一定要把花蓮、慈濟醫院和靜思精舍守住。」不只是病人，醫院工作人員、精舍師父和志工們，還有整個花東地區，都是我們全力以赴的守護對象。

路過幫忙 從翻譯變執行長

和討論事務。兩個小時後，我也該告辭了，他們卻開口問我可不可以繼續幫忙？時逢週末，我便答應下來，連續兩天都到院幫忙。

週日下午四、五點，時任松

二〇〇三年，松山醫院成為臺灣首間專門治療SARS病患的醫療院所，慈濟人送愛防疫，羅慶徽接收物資。（攝影／王輝華）

醫抗SARS專責醫院總指揮的李建賢醫師跟我說：「羅醫師你一定要留下來幫忙。」我直言假日沒問題，但明天要上班，「我是軍人，不能聽你們的。」

陪同外賓的黃芳彥醫師就此展開電話聯繫，先打給國防部長徵求同意，聽聞我只聽直屬長官的，又再打電話給軍醫局張聖原局長，接著又致電給三總的陳宏一院長，要他跟我講：「好啊，你留下來幫他們一星期。」既然陳院長指示，那就聽命行事。

沒想到，原本的路過，走進一個意想不到的發展，演變成「國軍松山總醫院抗SARS專責醫院執行長」的特別任務，而說好的支援一週，終究變成四十



志工虔誠為松山醫院隔離人員祈福，希望大家皆平安出院。  
(攝影／牛成德)



幾天無法回家。

## 一臺音響 在難眠的夜運轉

什麼都找羅慶徽；雖然每個人都知道那個羅慶徽脾氣不好，可是大家遇到問題，還是通通找我！我自嘲這也是一種好人緣啊！

有位女性病人來告訴我：

「我月經來了。」「咦？跟我講幹嘛？」我的反應也很直接。

「執行長，我出不了院區啊！」

當時，由臺北榮總、三總、馬偕、國泰、新光及長庚醫院等六家醫學中心各派一位醫師及六名護理人員到松山醫院，輪班對 SARS 病人的照護工作。

成員來自不同的醫療體系，雖然有能力也有心，但該怎麼合作？該怎麼指揮？我身兼執行長，對內的協調溝通全部落在我肩上。在那段非常時期，不管收到什麼需求都必須盡快解決，從物資補給到病床調配，個人防護裝備的穿戴標準，治療方式的統合與共識，每件事情的時間壓力都很緊繃。

期間什麼光怪陸離的需求都有，而我就是要當聯絡所有事情的那個人。缺乏食物，找羅慶徽；缺乏裝備，找羅慶徽，需要

羅慶徽為肝膽腸胃科專家，門診期間與患者親切互動，看診耐心且十分幽默。

期間，慈濟志工團隊來醫院送素食便當，也送很多物資，有趣的是，我收到什麼都發下去給團隊，唯獨偷偷留了一臺可以播放錄音帶的手提音響。晚上吃了人給狗狗食物與水……

衣，再專程送來松山醫院，讓醫療團隊全部都穿上了防護衣；這項提供防疫物資之恩，多年來始終銘記於心，後來當高雄慈濟人邀約我演講，我非去不可，因為「有恩報恩」！

精神科醫師開的安眠藥還是睡不著的時候，就放錄音帶聽證嚴上人講法。大部分的內容是似懂非懂的，不是我閩南語不好，也許是因為心裏有太多事要處理，躺下之後還是無法放空，可是那聲音卻能讓我放下掛慮，進而入睡。

大概過了半個月還一個月，我又開口跟慈濟要了第二臺手提音響，「聽壞掉了，請再給我一臺。」專責任務持續了多久，我就聽了多久的開示入眠，那一個多月期間，我哭得可多了，全靠那臺機器擺脫失眠。

那也是我第一次接近慈濟。那種情況、那種處境，志工團體來來去去，奇妙的是，慈濟人還留著，或者該說是「慈濟人一直在」。

剛開始，醫療團隊是沒有隔離衣這項防疫裝備的，因為臺灣從來沒有這樣嚴重的疫情發生，感恩高雄慈濟志工日夜趕製防護

## 醫者煎熬 與瘟疫生死拔河

物資逐步到位後，每餐想要吃什麼，絕對有人幫忙準備好，可是我的體重卻直直落，一個月就少了八公斤。這輩子減肥就只有那次成功，原因就是壓力。

每天在面前輪轉的、包圍我們的，都是人間最殘忍的生死拔河。早上看了一位病人的肺部 X 光片，下午再照一次竟然全白了！天哪，這位病人可能不行了嗎？隔天早上就聽說他逝世了。

死亡就是這麼讓人措手不及。但是身為第一線醫療人員，我們必須振作，因為還有不知道多少病

人需要援救，我們只能在夜深人靜的時候黯然淚流。

另外，由於病床數有限，為了管制入院人數，我們請其他醫院先傳真病歷摘要過來，進行判讀，再決定是否收治入院。每天都有幾十份傳真病例躺在那裏等著判讀，可是眼前醫院沒幾張空床啊！我們擔心病人進不來，又不能讓不是罹患 SARS 的病人進來，當年全臺灣的每位醫師都是第一次和 SARS 交手，在那麼緊促的判別時間裏，有沒有可能誤判？我們雖然忐忑，但也只能互勉盡力，不能因為害怕萬一做錯而暫時停下腳步，與 SARS 生死拔河，分分秒秒都不可以耽擱。

一開始我們只能收一百多床，後來慢慢擴充到五百床，不管有沒有收滿，只要病人進來就是壓力。另一方面，我們誰也不敢說自己不會染疫。我家就在松山醫院後方宿舍，但我暫居在



憲兵司令部營區，有四十幾天沒有回家，深怕萬一自己被感染又傳染給家人。那段時間，太太來送東西，只能擺放在遠處，我再去拿，遠遠地看著彼此，不能太近、不能擁抱……

松醫團隊中，有一位年輕的護理師支援結束回去後就發燒了，好在她有活下來，但也留下了一些後遺症，聽說走路都會喘。你說我怎麼會不難過？對我來說，這不是故事裏的人物，他們是在真實的世界，與我一起執行艱難任務的夥伴啊！

醫療人員在這麼艱困的形勢下盡心盡力守護臺灣已經夠難為了，有位同仁下了班去理髮，理髮師得知眼前這位客人在松山醫院工作，他就不剪了。看到醫院員工頂著剃了一

半的頭髮走回來，我可以理解理髮師的害怕，但是無法接受同仁受到這樣的對待，打電話給理髮師，跟他說我第二天要「公開感恩他專門替松醫同仁免費理髮」，最後他過來醫院一趟，幫同仁把頭髮理好。

目前擔任花蓮慈院精神醫學部心理治療及諮商中心主任的林喬祥，當時在團隊中承擔起特殊功能。

有一天早上接到他的電話，第一句話就說：「大哥，我們又損失了一名同伴……」那時，高雄醫學大學畢業的年輕醫師林永祥因為染疫不治殉職，電話那頭，林喬祥醫師一直哭一直講；我因為不願意在計程車上讓司機聽到我們的對話，決定下車走路，沿途聽他

傾訴，講到手機熱得發燙，輪流換手拿，又拿出手帕包著繼續講，一只充飽電的手機就這樣被他哭到沒電。

當時說什麼我都不能讓通話斷掉，不給他時間讓他哭完、把壓力釋放完，我也很怕他會出事。一位精神科專業領域的醫師都有這麼嚴重的反應，可以想見當年那樣緊繃的狀態下，對我們這群人來說，每個衝擊都是超大的壓力！現在的我只要偶爾服用半顆安眠藥，大概就昏睡到第二天中午了，但那段時間，我連吃兩顆安眠藥都還睡不著。

林喬祥醫師本來已經談好要到花蓮慈院服務了，SARS發生時，他主動跟慈院說要晚一點報到，接著就志願進駐松山醫院支援。他的精神醫療專業學識、人文素養各方面，都是醫療團隊很大的依靠，是我們所有人的情緒垃圾桶，那些沉痛的、脆弱

的、包含不知道明天會發生什麼事的恐懼，只能向他傾倒。

正因為如此，當他需要宣洩時，我必須要接住，因為我們是相互依存的夥伴，否則要怎麼去捱過那段日子、要怎麼面對種種未知的考驗？那段歲月已經遠去，當然不希望再來一次，但一想到當時有彼此在，真是太感恩了。

### 沒見過面 親近如生死與共

那段時間，我主要接觸的是松山區慈濟志工，但其實我們沒有見過面，頂多通個電話。但是人生多好玩，就在SARS結束

羅慶徽忙碌於臨床、研究與行政管理，看診、巡房同時也非常重視陪伴同仁並傳承經驗。



之後過了幾個月，有一次我與女兒到宿舍後面的公園走走，一位慈濟師姊正在帶活動，我聽到她的聲音，就直接走過去問：「你是游美雲對不對？」「對呀。」她也沒問我是誰，但我們兩個人就抱在一起。

女兒一直笑，然後問我，「這是不是又是你SARS的朋友？」我說對呀。這種感覺，說是革命情感也好，說是合作默契也算，感覺就是很親近，生死與共的經歷，熟悉到毋須多言就能辨識到彼此，而這種感覺，只發生過兩次，另一次是與支援和平醫院的璩大成醫師（今臺北市立聯合醫院副總院長）相認。

SARS期間，我們經常通電話，相互交流，彼此扶持，他還曾經因為發燒而疑似「染煞」被隔離並通報為病例。其實那段日子裏，整個時空感、病識感都容易發生錯亂，我也有一次誤以為自己發燒而非常緊張。

全的前提下，深入社區服務長者不中斷，沒有關掉任何一個社區據點，也沒有讓任何一位阿公阿嬤因為疫情而少吃一頓餐或少洗一次澡，都讓我們非常感恩。

貫徹防疫也讓我的工作模式有所變動。以前有時候會比較晚下班，現在時間一到就下班，假日反而待在辦公室，因為沒有人群，不會傳染給同仁，也不會被傳染。正如太太說的：「人多的地方少去。」這種壓力不是講出來的，而是已經內化成為我們日常的一部分。還有，切記「保持社交安全距離」可能要持續很久！

我們在臺灣是很幸運的。有人說戴口罩不方便，可全球疫情當前，有口罩可以戴儼然成為特權，可知世界上多少人沒有一個好的口罩可以戴著保護自己？同理，洗手也是特權，世界上有多少地方連足夠的飲用水都沒有，

SARS疫情結束後過了一年多，忘了是在哪裏相遇，我們一聽到彼此的聲音，兩個大男人就緊緊抱在一起，沒有人先開口。過了好一會我才說：「真好，我們都活著！」

雖然不同院區，但你知道有另外一個人也處在相同的處境，可能跟你一樣慘，一個人要搞定一所醫院裏面所有人的吃喝拉撒睡，更要想盡辦法讓病人活下去，還要應付外部各式各樣的壓力，最難的是要在眾人面前裝堅強，而你跟他都清楚知道，我們都不能一走了之，要好好守到最後一刻——守住最後一個戰友、病人！

### 記取教訓 正確理解與防疫

我目前在花蓮慈濟醫院的工作範疇，涵蓋行政、教學、研究和臨床，要陪伴許多同仁，

遑論洗手。

臺灣近年旱澇極端、蓄水量不穩；此外，為了防疫，我們都用了很多水。很多人因為害怕病毒，洗手用水就開得很大，但又沒有可能隨著水花噴濺，病菌又回頭往自己身上衝？這可是玩笑話！所以請大家防疫期間也別忘記要省水。

一九一八年流感大流行（1918 flu pandemic），隨著第一次世界大戰流竄，跟著軍艦跨越海洋再登上陸地，美國、法國、中國大陸、西班牙及英國、義大利、德國、俄國，都相繼發生類似的流感。

第二波在秋季襲捲重來，卻是死亡率最高的一波，而且以壯年人居多。以美國來說，一九一八年統計有二十萬人因而喪命，因此美國人一九一八年的平均壽命比歷年減少了十二年。流行病學家提出數種可能的解釋，但以現代流行病學的觀點來看，第二波的流行與群聚感染脫不了關係。春季到秋季之間的短暫空檔，人們以為沒事了、輕忽了，開始參與遊行慶典等大型聚會，進出酒吧和舞廳等公眾娛樂場所，因此第二波感染多以年輕人為罹病大宗。

時空轉移到現今的局勢，全球傳播下的境外移入風險居高不下，群聚造成的防疫破口防不勝防，怎麼能不擔心？不論百年前或百年後，如果不希望再有更多生命犧牲，人類應該做的是記取疫情的可怕，正確地去理解、去防範。

這次我們面對的新冠病毒，雖然肉眼看不見的它，但威力之大，卻讓全球人類活動不得不停擺或重新調整！它比過去的SARS更聰明更可怕，然而現在的我，有信仰的力量，有上人在；再者，SARS讓我們累積了智能！

農曆年節期間，醫院防疫措施一啟動，我就與護理部鍾惠君主任商議，護理部如何應變，以防萬一有同仁累垮了，或者是醫院發生所謂的「淪陷了」，各種沙盤推演，一定要在我們的防疫規畫內。我非常以護理團隊為榮。

另外，我們長照團隊的一百位同仁，疫情期間，在兼顧安

生於春季，基本上多是輕症；

百年前那場疫情，第一波發

我們幸運生在臺灣，擁有全世界最樂於付出的醫護人員，還有抗SARS的實戰經驗，以及據此經驗建立的防疫網，希

望民眾只要有不舒服，到醫院一定要將病情和接觸史據實以告，相信醫療，相信彼此，我們一定會挺過去的。

羅慶徽不僅有醫療專業，也是受證慈濟志工，不吝分享經驗陪伴團隊向善向上發展。



## 心靈的家在呼喚我

上人與我初次見面，問我的第一句話說：「你會不會累？」

我忍住了沒有流淚，雖然很震驚，但竟不覺得意外！

□述・羅慶徽（花蓮慈濟醫院副院長）  
整理・曾慶方、洪靜茹

### 二〇一八年，受邀到慈濟演講，

談高齡醫學與照顧整合，林欣榮院長是我國防醫學院的學長，要帶我會見上人，本想是不該事先約一下時間才好，他說不等了「直接出發」。還記得是農曆春節前後，滿屋子的客人。

那時候仕途得意，我在輔導會（國軍退除役官兵輔導委員會）的就醫保健處擔任處長，負責管理北、中、南三家榮民總醫院、十二家榮總分院、十六所設在榮民之家內部的保健診所，以及照顧榮民的醫療政策。

雖然在長官、立委、部屬之間都深獲疼愛，但心裏面知道我累了，總覺得缺乏什麼？卻從未跟任何人講。林院長介紹我後，

上人問我的第一句話說：「你會不會累？」我差點哭出來——當然忍住了，哪有第一眼看到人就掉眼淚的！後來又交談了幾分鐘。上人接著又說，「我跟你因緣這麼深，你為什麼現在才回來？」我還是忍住，沒有哭。

那是我第一次看到上人，一個不認識的人跟我講這些話，我很震驚，但竟不覺得意外！

眼前的比丘尼那麼瘦、講話聲音小到幾乎聽不到，卻要跟這麼多的人談話，直覺得好辛苦，心想：「如果有機會的話，真想幫您分擔一些責任！」但隨即轉念作罷，因為不知道發願要付出什麼代價，而我不可能來慈濟。

當時長官對我已有安排，我本以為就此打住，但老天爺自有安排。

「是哪天要來？你怎麼都不

回我話？」過了三天，林院長打電話來問。

「你哪天在，我又不知道，怎麼去？」

「我是初一到十五啦！」林院長的意思是初一到十五都在精舍，隨時可以來。

兩、三天後，他又再來追問。

「我還沒買票。票不是很難買嗎？」

隔不久，「欸，去拿票啊！」林院長幫我買了票。

「在哪裏？」我是真不知道，以前都是參謀跟助理搞定的。

「去便利商店。」

不是我要大牌，是我不會拿票耶！是說，哪個將軍會自己拿車票的？部屬自會把事情處理妥當。最後是許文林副院長幫忙取票，然後送到我住家附近的捷運站見面。

我們夫妻依約前往花蓮拜會

上人。那天沒別人，一、兩個小時裏，上人跟我太太聊什麼？聊那平凡得不得了的環保，聊天裡講話。講著講著，老人家突然問，「可以來嗎？不要讓師父空歡喜喔！」我看到太太點頭，好像要掉眼淚了，趕緊阻止她：「你不要亂答應，回去想清楚！」

PP、PE等塑膠材質，也太跟人講話。講著講著，老人家突然問，「可以來嗎？不要讓師父空歡喜喔！」我看到太太點頭，好像要掉眼淚了，趕緊阻止她：「你不要亂答應，回去想清楚！」

這場東進花蓮的舉家大遷移，讓我們夫妻多所商量，包含工作內容、生活習慣、對慈濟文化能否適應等等全面性的考量。我本來的辦公室空間之大，還設有會客廳、個人休憩室及衛浴設備；因為我清晨四點半起床，所以中午一定要二、三十分鐘完全休息，下午才有辦法工作。可是

看到林欣榮院長的辦公室好小，只是這顆種子發芽後，花了十多年才生根茁壯。

回想起與上人初次見面，上人講的也沒錯，他等我很久了。或許我之所以覺得人生缺乏什麼，是師門在呼喚，而我在想家，心靈的家！

至於要不要跟上人頂禮？要

從生活了大半輩子的臺北大都會區，辭了工作，翻山越嶺轉到人口稀少的東部花蓮上班，對任何人來說，都是人生一大轉折，但若追本溯源，其實這個大轉彎早在多年前就埋下了種子，只是這顆種子發芽後，花了十多年才生根茁壯。

回想起與上人初次見面，上人講的也沒錯，他等我很久了。或許我之所以覺得人生缺乏什麼，是師門在呼喚，而我在想家，心靈的家！

## 靜思家風

無論是哪一種手工，不只是維持常住的生活，也可以供應慈濟人返回精舍的用度，直到現在，精舍都在為慈濟作後盾。

——恭錄證嚴上人靜思語



# 守住淨土 不怕麻煩

口述・鄭幸嘉（花蓮慈濟醫院護理部急診護理師）  
整理・魏玉縣（臺中慈濟志工） 畫作・陳舜芝

疫情期間擔任急診檢傷護理師，如果判斷錯誤，就可能成為防疫破口，坐在那個位子上，壓力真的非常大……

**新**冠肺炎疫情在臺灣趨緩後，國外依然嚴重；面對各種未知的狀況，醫護人員仍需戒慎地守在崗位上，特別是急診。

每個急診室的第一關，是「檢傷護理師」。什麼是檢傷護理師？就是病患來掛號時，遇到的第一位護理師；他的工作是將眼前的病患，用專業判斷分類為一級到五級。一級病患需要立刻復甦急救，二級是危急，均需立即送診療區就醫，三級到五級，病情急迫性較低，可以檢查生命徵象後再進一步處理。

因為海外疫情惡化，三月間出現返臺人潮。但三月十九日前還沒有十四天居家檢疫隔離規定，疫情恐慌下，有些人出現小症狀就很緊張來醫院掛號，急診非常忙碌。

三級到五級，病情急迫性較低，可以檢查生命徵象後再進一步處理。檢傷護理師的每一個判斷，都會影響到病患後續所接受的治療，必須要有兩年以上經歷，並接受專業課程，才可以坐在那個位子上。

在上半年疫情發生時，我剛好被分配到擔任檢傷護理師，每天穿戴髮帽、護目鏡、手套、隔離衣等，全副武裝上陣。醫院執行分艙、分流感染管制，保障病人與醫療人員安

全，當被指派為檢傷護理師時，一次輪值就是兩週以上，壓力非常大。在檢傷櫃檯，我後方是負壓隔離室；當遇到可能需要被隔離採檢的病患，直接往隔離室送，就不會到急診診間去。所以每一個決定，如果有錯誤，就可能會成為防疫破口。

當時中央流行疫情指揮中心因應疫情變化會調整標準，可能依照今天的標準，某個病人這樣分類進去沒有問題，可是下午或隔天就改變了。每天都需要接收最新的標準，包括詢問病人的問題內容改變，檢傷時間拉長，也會造成候診民眾的不耐煩。

有時候，隔離區護理師真的忙不過來，我也要進去幫忙。這時需要穿戴的裝備更複雜，連身防護衣、手套和口罩都戴兩層、護目鏡等等，非常悶熱。一進去，可能一整個班都在裡面，沒有辦法喝水、吃飯，甚至要避免上廁所，以免頻繁穿脫裝

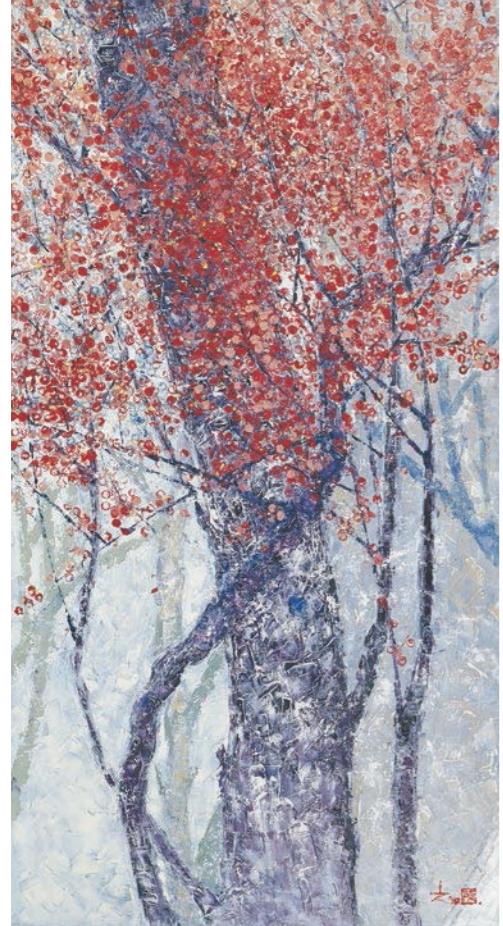
患檢傷，沒有辦法及時跟阿嬤溝通。後來再次要將阿嬤重新檢傷掛號時，家屬情緒性地反應：「花蓮這麼安全，你們有必要搞得這麼麻煩嗎？」在承受很大壓力且精神緊繃的當下，卻聽到這一句話，似乎否定了醫護人員的努力，當下眼眶紅了，心裏很委屈，也開始懷疑自己的努力是否值得。

那時我正替其他病人檢傷，沒有辦法及時跟阿嬤溝通。後來再次要將阿嬤重新檢傷掛號時，家屬情緒性地反應：「花蓮這麼安全，你們有必要搞得這麼麻煩嗎？」在承受很大壓力且精神緊繃的當下，卻聽到這一句話，似乎否定了醫護人員的努力，當下眼眶紅了，心裏很委屈，也開始懷疑自己的努力是否值得。

在急診隔離室一整天下來，護理師總是一身狼狽，臉上因為久戴N95口罩而產生壓痕。有一天，一位記者無預警地出現在急診室採訪；他問了很多問題，其中有個問題讓我印象深刻：「是什麼原因，讓你在這麼辛苦的情況下，還願意留在這

題，可是下午或隔天就改變了。每天都需要接收最新的標準，包括詢問病人的問題內容改變，檢傷時間拉長，也會造成候診民眾的不耐煩。

有時候，隔離區護理師真的忙不過來，我也要進去幫忙。這時需要穿戴的裝備更複雜，連身防護衣、手套和口罩都戴兩層、護目鏡等等，非常悶熱。一進去，可能一整個班都在裡面，沒有辦法喝水、吃飯，甚至要避免上廁所，以免頻繁穿脫裝



撰文・楊逸萍、羅約翰、羅薇娜、李佳美、黃亮亮、黃解放（菲律賓慈濟志工）、施雅竹、吳文琦（慈濟基金會宗教處同仁） 整理・編輯部

## 疫情、風災雙重襲擊 從殘景中走出救災路

中颱梵高跟著強颱天鵝的腳步，登陸菲律賓，新冠疫情下困窘的生計，風災後雪上加霜；災區狼藉，居民避居安置中心更是隱患。防疫期間，救災從何著手？



從空中俯瞰馬尼拉都會區，東側馬利僅那河兩岸街廓泡在黃色泥水中，颱風「梵高」（Vamco）帶來風雨，加上水庫洩洪，河水位高達二十二公尺，大水淹漫馬利僅那市（Marikina）市區。「從三樓望出去，只看得到二、三樓的房子，其他全泡在水裏。」馬利僅

梵高風災災區馬利僅那市空照圖。

（相片提供／林福益）

那市杜馬那里等地志工向慈濟菲律賓分會回報災況，許多來不及撤離的民眾在屋頂撐過風雨夜。

二〇二〇年九月至十一月，十個颱風、熱帶低氣壓接續侵襲菲律賓。十一月一日，超級強颱「天鵝」（Goni）挾時速二百二十五公里狂風來襲，是二〇二〇年全球最強颱風，且四度登陸重創呂宋島南部美骨區（Bicol）各省。儘管新冠肺炎疫情嚴重，馬尼拉慈濟志工迅速啟動勘災，並有六位志工趕往更嚴重的災區亞眉省（Albay Province）與當地慈濟人陳華民（Tabaco）帶動居民「以工代賑」清理家園。

「天鵝」風災尚在勘災、救災中，同月十一日，颱風梵高接續襲來。這次馬尼拉大都會區不再僥倖逃過，正面重創。政府繃緊神經撤離居民，風雨肆虐後，大規模停電、滿目瘡痍。

「這個颱風淹水災

況，更甚於二〇〇九年凱莎娜風災！許多過去沒有淹水的區域也在這次受災，半夜風雨最大，洪水在一兩個小時內快速高漲，水壩也不堪負荷洩洪，影響下游地區大水不退。」菲律賓分會執行長楊國英說明災情，梵高颱風襲擊中部五省與首都馬尼拉，登陸點位於馬尼拉都會區東側，凌晨大量雨水造成馬利僅那市、黎剎省聖馬刁鎮那市、聖馬刁鎮、亞眉

數個市鎮洪水氾濫。大水退去後，沿街電線、樹梢上掛著塑膠袋、垃圾，厚厚泥濘覆蓋街道住家，倉皇逃離的居民回家，清出的廢棄家具、毀壞物品，在巷道堆成一座座小山，滿地垃圾積水……

日薪三倍，賑災兼重建

救災經驗豐富的志工深知，若未趕在淤泥乾涸之前清除，夾帶垃圾硬化的泥漿會發出惡臭，清理難上加難。兩起風災災區分布呂宋島南部、中部，志工以僅有的兵力分多路勘災，十一月十四日起在三處重災區——馬利僅那市、聖馬刁鎮、亞眉省，同步啟動以工代賑，帶動居民「以工代賑」清理家園。

那市杜馬那里等地志工向慈濟菲律賓分會回報災況，許多來不及撤離的民眾在屋頂撐過風雨夜。

二〇二〇年九月至十一月，十個颱風、熱帶低氣壓接續侵襲菲律賓。十一月一日，超級強颱「天鵝」（Goni）挾時速二百二十五公里狂風來襲，是二〇二〇年全球最強颱風，且四度登陸重創呂宋島南部美骨區（Bicol）各省。儘管新冠肺炎疫情嚴重，馬尼拉慈濟志工迅速啟動勘災，並有六位志工趕往更嚴重的災區亞眉省（Albay Province）與當地慈濟人陳華民（Tabaco）帶動居民「以工代賑」清理家園。



## 菲律賓天鵝、梵高風災 慈濟關懷地圖



### 災情：

- 天鵝風災：**2020年11月1日四度登陸菲律賓，為全年全球最強颱風，百萬人撤離，重災區亞眉省山洪暴發、火山灰泥流、土石流災情嚴重，全菲近40萬人流離失所。
- 梵高風災：**2020年11月12日登陸呂宋島，首都馬尼拉大都會區等區域豪雨洪災，造成117人死亡、近2萬6,000棟房屋損毀，逾300萬人受影響。

### 慈濟援助統計：

以工代賑  
**17,600**  
人次

熱食供應  
**46,000**  
人次

祝福金  
**57,426**  
戶

統計截至2020.12.18

卡馬鎮以工代賑最後一天，志工邵淑然看到撐著柺杖的青年雷納（Reynan Brioso）站在

(Fema dela Rosa) 收到一千菲幣時，忍不住流淚，「颱風來時，我們幾乎在屋頂上待了一整天，水又急又快，我們所有的東西都被沖走了，連換洗衣服都沒有。」有了這筆代賑金得以添購基本用品，重啟生活。

七人小組，動員兩千人  
在亞眉省天鵝風災災區，慈濟志工賑災腳步同時前進，各處受災程度不同，有的村鎮火山灰淤積急需清理，有的區域土石流毀村已無法居住，居民撤離到避難中心。

尼拉附近災情，志工無法再進來亞眉支援，上人說要借力使力，把人帶出來。」從馬尼拉來到亞眉省的蔡青山、蔡昇航等志工，牢牢記得上人的叮嚀：「這些人的幸與不幸，就在你們這幾個人了。」

僅有的人力需要借力使力，七位慈濟人十  
啟動以工代賑清掃。疫  
情期間，中低收入家庭生計原本困難，因已逼近年關，很多家庭買來物品，準備在耶誕節前做些小買賣，災後一無所有，以工代賑是僅有的重要幫助。



天鵝颱風強烈，造成亞眉省淡描戈市大片民宅全毀，志工深入重災區勘災。（攝影／黃亮亮）

堆積的淤泥、廢棄物，需要卡車、推土機配合清運，政府的機具不足，志工努力聯繫民間廠商大型卡車加入；居民自備工具，從自家開始打掃；行動廚房也來到馬利僅那市，志工煮大鍋菜提供以工代賑

活動、說明，讓居民了解，「這一千元來自全世界一點一滴的愛心與祝福！」

儘管在防疫期間，沒有人的以工代賑，志工有毅力地一場接一場帶動、說明，讓居民了解，「這一千元來自全世界一點一滴的愛心與祝福！」

「現在終於體會到，為什麼人家說施比受更有福了。」居民派崔克說，住在八打雁市綠地社區的他們，災後第二天便看到慈濟人勘災，並帶動以工代賑，數百個家庭獲得及時收入；他們也希望盡自己的力量，幫助其他人盡早讓家園恢復原貌。

每天的清掃結束，當天就可以領到代賑金。在馬利僅那市馬蘭代里，五十八歲的羅莎

在囊卡里，慈濟志工帶著本土志工先清理出公共區域，來自天鵝風災災區八打雁省（Batangas Province）的一群居民，跨區趕來支援打掃，回報十一月初慈濟的幫助。

「現在終於體會到，為什麼人家說施比受更有福了。」居民派崔克說，住在八打雁市綠地社區的他們，災後第二天便看到慈濟人勘災，並帶動以工代賑，數百個家庭獲得及時收入；他們也希望盡自己的力量，幫助其他人盡早讓家園恢復原貌。

每天的清掃結束，當天就可以領到代賑金。在馬利僅那市馬蘭代里，五十八歲的羅莎

居民午餐。

柱子邊，神情失落地看

眾人清掃；靠近詢問，才知他也想參加，清早步行三小時到Lawod里，但抵達時已是九點，以工代賑早已登記結束開始清掃了。

十五歲的雷納天生右腳缺陷，個性害羞的他，家裏有十三個兄弟姊妹，母親患哮喘病，因家貧，母親已有兩個月沒有用藥了，非常需要錢為母親買藥；志工不捨，於是請他加入香積組幫忙切菜、協助中午供餐，當天也領得一千菲幣代賑金。

烈日下努力清掃，艾爾博多（Alberto）一家人同樣急需這份收入，十九歲的大兒子瑞歐文斯（Riovans）從小失明，一家六口在災後

無以為繼，「天鵝颱風

過後，我們整個里全被泥沙和巨石覆蓋。」艾爾博多感恩還有機會憑著自己的力量為家人賺得溫飽，夫妻倆投入清掃，兒子瑞歐文斯也摸索著在住處清理。

卡馬鎮三天以工代賑行動有兩千多人次參與，最後一天，鎮長巴舵親至現場頒發感謝狀，「雖然只是薄薄的一張紙，但這張紙背後是我們全鎮民眾最大的感謝，謝謝你們帶給我們復原家園的動力！」

三家銀行，兌現祝福金部分重災區以工代賑告一段落後，慈濟展開大型發放，為超過五萬七千戶受災家庭致贈

祝福金。

首波十一月十八日起在亞眉省連續四天，慈濟志工帶動社區志工分往六個市鎮致贈祝福金。社區志工依照家庭人數、核對證件，在發放券上蓋一至三個印

章，民眾可以憑券至三家銀行領取祝福金。

發放隔日開始，與慈濟合作的三家銀行，開辦特別櫃檯讓受災居民提款。菲律賓國家銀行有警察維護秩序，首都銀行還設有場外等候區，金融銀行門口也出現排隊人潮。有些距離較遠的民眾，前一晚就夜宿門口，希望早日取得祝福金展開重建。

民眾威爾弗雷多（Wilfredo Rosero）緊緊拿著發放券說：「這對

聖馬刁鎮在梵高颱風災後泥濘遍布、廢棄物堆滿街道，經濟停滯；慈濟啟動「以工代賑」，帶動居民清理家園。



（攝影／楊碧芬）

路線，在馬利僅那市、聖馬刁鎮同步啟動，為近四萬戶致贈祝福金發放券（部分地區為現值卡）。

為了整理受災戶名冊，志工連日趕工，發放前甚至整夜未睡。許多民眾以為是來領取物資，當聽到依照每戶人數可領一萬五千到兩萬五千菲幣金額，現場爆出掌聲，許多人喜極而泣！看到鄉親的切身感受，志工也忍不住哽咽拭淚。

很多受災民眾自疫情封鎖肆虐後就沒了工作，如今家被淹了、家當沒了，被迫借高利貸應急，利息卻成為更大壓力；居民艾利爾（Ariel Saysan）已有十個月積欠房租，風災時住處水淹到一樓高，身

很多人來說是很大的幫助，尤其是像我這樣，房屋在颱風後全毀的家庭，感覺就像收到了希望！」吉諾鎮居民蘿西琳說道：「人生太苦，真的太苦了，我常常哭，但家裏只剩我可以照顧生病的媽媽……慈濟祝福金給那麼多，我簡直不敢相信，可以趕快去幫媽媽買藥了！」

在大馬尼拉都會區，志工加緊速度，只希望讓受災民眾耶誕前收到及時的幫助。十二月八日起連續四天、分十四條

配合大型機具、眾人合力清理下，聖馬刁鎮街道恢復原貌，參與清理的居民等候領取代賑金。

（攝影／郭嘉獎）



為一家之主的他，為一家生計與每月的貸款憂心不已，這天聽到會收到兩萬五千菲幣，手貼著胸口再三致謝。

災區的「竹筒歲月」



雖然水電費還沒付、住處還未修復，不阻礙受災民眾發揮愛心，許多人捐出零錢、紙鈔投竹筒；居民維達將感動化為行動，第一趟帶回家裏的銅板，接下來帶著桶子，挨家挨戶呼籲大家捐出零錢給慈濟，幫助更多需要幫助的人，再回來時帶來整桶鄰里居民的愛。

(攝影／洪真珠)

志工楊國英與受助居民分享眾人的關心，也藉由此跟大家說，此次風災，上人呼籲全球要為菲律賓祈禱，已有超過二十個國家地區捐款馳援，包含斯里蘭卡的貧民、敘利亞的難民，也為菲律賓募心募愛，「希望大家能好好

生意，有更多人購買食  
物、修繕住家，受助居  
民雷克斯說：「希望在  
耶誕節前重建房子，讓  
家人能在自己家裏過  
節，感謝所有捐款幫助  
的人！」市街經濟活動  
慢慢恢復，人們努力營  
生，疫情下、風災後，  
迎接新的一年。

他們說，被慈濟愛的力量感動了，也要付出愛去幫助別人。

前來致意的馬利僅那市市長原本計畫只到四個發放地點，但經過第一站、第二站，所見深深感動，臨時取消當日原有行程，前往馬利僅那市十處發放現場為居民加油，叮嚀鄉親要好好把慈濟的補助用於家庭，不要花在抽菸，喝酒及賭博上。

珍惜這分幫助，也能分享福報給其他更需要的  
人！」

隨著市街恢復生氣，許多小店重新開門。「慈濟的祝福金幫助很大，我們不用去借貸就有本錢，可以重新做生意了。」賣蔬果的當娜貝爾，風災後歇業好一陣子，十二月中旬終於又開張，攤位生意絡繹不絕；領到的祝

小趕去收容所；隔天大水消退後回家，發現二樓坍塌，全部家當泡在泥濘中，幾天來只能靠鄰居接濟食物。吉諾亞難以相信能收到現金補助，心中只有一個念頭，「終於可以修房子了！」

來。同樣受災，她卻與志工投入救災；一個月後終於能發放祝福金給鄉親了，她激動地又哭又笑，替大家歡喜。問她是否有領券？她說女兒一家有領到就足夠了，她身為慈濟人，要懂得知足。「上人的悲心很寬闊，這一次真的幫助了很多人。我年紀大了，但哪裏有需要，我就去那裏。期待上人賜福！」

後慈濟人仍然在，真的  
非常感恩！」杜馬那  
里長安賜達（Ziffred A.  
**Ancheta**）誠摯地說：  
「因為有你們的引導，  
讓杜馬那里的鄉親更懂  
得相愛及互助。」許多  
居民捐出身上的零錢，  
順利得到幫助。

的背起裝有慈濟制服的  
背包，聯絡其他志工準  
備到收容中心服務。想

給我力量，讓我能做慈濟做到最後一口氣。」



# 貝魯特大爆炸後

透過黎巴嫩福圖瓦伊斯蘭協會的協助，慈濟得以深入貝魯特大爆炸後的貧困災區，就在地中海岸旁，援助不曾到達的家庭。土耳其慈濟人投入家訪與發放，想像當貧戶開啟慈濟食物包時內心的澎湃，會感受到愛確實存在。

撰文 · 廖哲民 翻譯 · 胡光中（土耳其慈濟志工）  
攝影 · 穆罕默德 · 阿爾 · 傑麥爾（土耳其慈濟志工）



貝魯特港（下圖）是歐亞非各國貨物重要轉運站，八月上旬發生爆炸事故，下旬恢復運作，十二月志工前往發放，市區建築仍處處可見損壞痕跡。

爆炸事故後，慈濟設法尋找協助管道，透過土耳其慈濟人聯繫到當地慈善組織福圖瓦伊斯蘭協會（Foutouwa Islamic Association），承擔物資採購、發放人手召集，十二月連同土耳其慈濟人一同進入貝魯特市節納海地區（Jnah），為亟需援助的貧民區家庭帶來糧食物資。

曾有「中東小巴黎」美譽的黎巴嫩首都貝魯特（Beirut），二〇二〇年八月四日發生震驚國際的貝魯特港爆炸事故，沖天蕈狀雲、強烈震波造成慘重死傷，整座城市宛如末日場景；長年因戰亂紛擾、敘利亞難民湧入，深陷經濟危機的黎巴嫩，再受重擊。



## 黎巴嫩 慈濟關懷小檔案



- 人口超過680萬，地處西亞，與敘利亞、以色列為鄰
- 1946年獨立後長年戰亂紛擾，貧富懸殊嚴重、青年失業率高；2020年8月4日下午6時，貝魯特港口發生大爆炸，數十萬人無家可歸，而市內第二大穀倉塔也遭到摧毀，導致因新冠肺炎疫情而發生的糧食短缺更為惡化
- 慈濟獲得黎巴嫩福圖瓦伊斯蘭協會協助，得以展開賑災。福圖瓦伊斯蘭協會設立於1974年，長期救助貧困家庭與補助清寒大學生就學
- 土耳其慈濟志工自伊斯坦堡省前往貝魯特賑災，援助區域鎖定受到大爆炸波及的節海納地區中的貧區「聖西蒙」受災鄉親，12月12、13日5場發放，超過4百戶領取。黎巴嫩為慈濟慈善援助足跡的第117個國家



這裏比戰亂更悲傷

為《慈濟》月刊阿拉伯文版第二期的封面人物。

三歲小女孩努爾（Noor）探出頭，對著福圖瓦伊斯蘭協會志工說：「可以給我那張紙（家訪表）嗎？」志工回說：「那是要給大人填的。」小女孩說：「可是我也很餓……不可以幫我拍照，然後給我東西吃？」十月家訪時短暫的相遇，幾句話深深烙印在志工心中，拍下努爾的照片，傳給土耳其慈濟人，成

福圖瓦伊斯蘭協會志工協助受惠戶逐一將食物裝入麻布袋，總重大約二十九公斤，可供一個家庭一個月所需；下次發放時再把麻布袋帶來即可。

十二月，三位土耳其慈濟志工前往黎巴嫩參加發放。「我看過自己國家因動亂被破壞的地方，但我沒看過這樣遇到更大損毀的地方。」阿罕默德·阿里揚（Ahmed Aliyan），目前是土耳其滿納海國際學校副校長；二〇一三年他從敘利亞大馬士革逃難，歷經七小時陸路，抵達黎巴嫩，再轉往土耳其，身為高級知識分子卻只能在工廠打工；二〇一五年受惠於慈濟發放，之後也成為志工。

進入貝魯特市勘災、家訪，震撼了曾在戰爭中飽受磨難的阿

罕默德。大爆炸後的市區，人車往來間，仍是滿目瘡痍，許多建築頽壞毀損，殘破的窗戶圍著布簾，「災區直徑達五公里範圍都是這樣的災難景象，看了真的很難過。」

來到市區南邊的節納海地區，位於海邊的貧民區聖西蒙（San Simon），棲居著巴勒斯坦、敘利亞難民及當地貧民。這類區域一般不允許外人進入，難以接觸；透過當地區長、里長協助，他們多是有名望的仕老，志工才得

一起，一戶戶窄小潮溼。阿罕默德不忍地

說：「像是動物待的，不是人可以居住的地方。」

一戶住著年約六十多歲的老婦，有呼吸疾病需要呼吸器，當清潔工的她已經兩個月沒繳電費，沒電可用，恐有生命危險的威脅；一看到底有人來訪，她既驚訝又害怕地說，自己已把生命交給阿拉，「你們要做什麼？」無法相信有人要來幫助她。

一名五十歲患有糖尿病的男子，腹水擠壓肺部，無力工作也無法負擔醫療費；他的大哥往生，只剩大嫂能依靠，常常連食物亦無；他的甲狀腺疾病也需要手術，醫療費用近百萬黎巴嫩磅（約新臺幣一萬八千餘元），「可是

我連一千元（新臺幣十  
八元）都沒有。」

從殘礫中站起來吧

發放經驗豐富的土耳其

志工教他們如何規畫動

線、保持社交距離排好

椅子，模擬居民坐下之

後的狀況。

輕爸爸，腳被割傷，

為了養活妻女仍忍痛工作，縫合未癒的傷口持續發炎、疼痛……

「帶我們來的當地人說，我們所看到的只是百分之一而已，在整個節納海，每個人臉上都是悲傷而痛苦。」土耳其慈濟志工薩伊德·忽母斯（Sayed Alhomsi），和留在敘利亞的家人已經五年沒辦法見面了；眼前見聞讓他感到沉重，「回到土耳其時，我要告訴我們所認識的敘利亞家庭，雖然他們生活困苦，但沒有比這裏痛苦；也會讓他們知道，他們捐款的愛心已經到達這些家庭了。」

十二月兩天共五場發放，逾四百戶受惠；在慈濟土耳其基金會負責發放事務的薩伊德說，事前他們向協會志工解釋慈濟慈善作法及志工精神，「以尊重、尊敬的心對待受助家庭，而不是以上對下的態度，要帶著笑容像在接待家人一樣。」薩伊德也分享，土耳其志工是如何從零開始學習及實踐慈濟精神，「看見這些志工時很感動，白天工作已經很累，還放下休息時間，盡心盡力希望為居民貢獻。他們都有一種熱忱，希望自己能做更多的事。」

當地防疫物資缺乏，六年前三次在土耳其蘇丹加濟市，敘利亞難民首次在地下室接受慈濟的發放現場，一包包米、扁豆、鷹嘴豆、奶粉等物資擺滿桌面，每公克的食物包；因應新冠肺炎疫情，每個人還可拿到口罩及冬季需要的毛毯、瓦斯取暖器。

薩伊德說，在第一場的發放中，人們微笑帶著「禮物」離開，他問起一位老先生歡喜嗎？老先生真心地說：「希望真主阿拉給予你！」土耳其志工穆罕默德·阿爾·傑麥爾（Mohammed Nimr AlJamel）看見人們無私付出，說出感受：「我也很希望貝魯特的志工也向民眾說明菲律賓近期遭遇颱風「天鵝」、「梵高」接連襲擊，慈濟正如火如荼救災；小女孩努爾也來到現場，把父親辛苦賺到的半日所得，全部投入竹筒幫助受災的菲國人民，人們在她跟爸爸投竹筒時祝福：「真主阿拉給你們所有的回賜！」當場不少人也從口袋掏出零錢，甚至有人跟身邊的人說：「跟你借一點錢捐款，之後還給你，可以嗎？」



志工教他們如何規畫動線、保持社交距離排好椅子，模擬居民坐下之後的狀況。  
六年前在土耳其蘇丹加濟市，敘利亞難民首次在地下室接受慈濟的發放，相似的場景重現於黎巴嫩。跨越國界的發放現場，一包包米、扁豆、鷹嘴豆、奶粉等物資擺滿桌面，每公克的食物包；因應新冠肺炎疫情，每個人還可拿到口罩及冬季需要的毛毯、瓦斯取暖器。

薩伊德說，在第一場的發放中，人們微笑帶著「禮物」離開，他問起一位老先生歡喜嗎？老先生真心地說：「希望真主阿拉給予你！」土耳其志工穆罕默德·阿爾·傑麥爾（Mohammed Nimr AlJamel）看見人們無私付出，說出感受：「我也很希望貝魯特的志工也向民眾說明菲律賓近期遭遇颱風「天鵝」、「梵高」接連襲擊，慈濟正如火如荼救災；小女孩努爾也來到現場，把父親辛苦賺到的半日所得，全部投入竹筒幫助受災的菲國人民，人們在她跟爸爸投竹筒時祝福：「真主阿拉給你們所有的回賜！」當場不少人也從口袋掏出零錢，甚至有人跟身邊的人說：「跟你借一點錢捐款，之後還給你，可以嗎？」

十二月發放前，土耳其慈濟志工帶著阿拉伯語版《慈濟》月刊來到聖西蒙區探訪，三歲的努爾（左二）與封面上的自己合影。

十二月發放前，土耳其慈濟志工帶著阿拉伯語版《慈濟》月刊來到聖西蒙區探訪，三歲的努爾（左二）與封面上的自己合影。

每一場發放中，志工也向民眾說明菲律賓近期遭遇颱風「天鵝」、「梵高」接連襲擊，慈濟正如火如荼救災；小女孩努爾也來到現場，把父親辛苦賺到的半日所得，全部投入竹筒幫助受災的菲國人民，人們在她跟爸爸投竹筒時祝福：「真主阿拉給你們所有的回賜！」當場不少人也從口袋掏出零錢，甚至有人跟身邊的人說：「跟你借一點錢捐款，之後還給你，可以嗎？」

# 從「慈濟宗」到「慈濟學」

「慈濟宗」創立，「慈濟學」建構成形中。

慈濟大學宗教與人文研究所盼為「靜思法脈」作學術連結，橫向聯繫慈濟各志業體，深度探討「慈濟宗門」的經驗模式，成為「慈濟學」的教研重鎮。

撰文 · 林建德（慈濟大學宗教與人文研究所教授）

**證嚴上人開創「慈濟宗」**，有「慈濟宗」就當有「慈濟學」，一如古代有禪宗就有禪學，其他如中觀、唯識、天臺、華嚴等，有如是宗就有如是學。

二〇二〇年二月慈濟大學「慈濟學教學研究中心」成立，證嚴上人親臨主持開幕揭牌典禮，除精舍法師外，志業體高階主管如副總、執行長、校長、院長等都應邀出席，可知這是慈濟世界的大事。

上人在世的「慈濟宗」，所有靜思弟子都是「第一代」；所有參與「慈濟學」研究的都是「開路先鋒」。這也意味著「慈濟學」正在建構成形中，充滿諸多的可能性，未必有絕對標準，也難以有一人、一家之言，尤其其學術研究之多元開放，更是如此。

為推廣、響應「慈濟學」研究，我曾寫了以下兩段心得感想，雖然內容顯得制式，卻是內在真誠的想法：

慈濟志業走入第五十五年，慈濟大學宗教與人文研究所將以「靜思法脈」為精神內涵，「慈濟宗門」為實踐模型，善用四大志業資源、借重四大志業所長，深入上人思想與「四大

八法」之研究，結合實務與理論傳承、創新「慈濟經驗」。

透過「慈濟學」之教學與研究，慈濟大學宗教與人文研究所盼為「靜思法脈」作學術連結，橫向聯繫慈濟各志業體，深度探討「慈濟宗門」的經驗模式，讓「慈濟學」研究成為慈濟大學的新亮點，並作為「慈濟學」的教研重鎮，持續發揚上人理念、推廣慈濟典範。

慈濟大學宗教與人文研究所創辦二十年，依著上人的教育理念，期能貢獻這個研究所於社會之祥和與人心之淨化，長期以來一直以「信仰」、「實踐」和「療癒」為辦學宗旨，二〇一九年更設立「慈濟組」，以「慈濟學」之論述研究作為辦學重點之一。

「慈濟學」之作為學術研究，如何深刻而不淺薄、扎實而不空泛，就有賴學科知識的底蘊涵養以及學術方法的思考訓練；而慈濟大學宗教與人文研究所正提供一個自我進修、自我充實的機會和管道，竭誠歡迎任何有志一同的慈濟家人共襄盛舉，在共知共行中探索生命的美善。



# 利己更要利他

《農九月·十六》

**【靜思小語】**選擇能利益眾生的工作，當成終生職志盡心專精、得人

信任，利人也利己。

## 發心還要立願

今年度的「傳承靜思法脈，弘揚慈濟宗門」志業體同仁精進研習，以「大哉教育，生命教育；素念秒間，開口造福」為主題，自十月三十日起在花蓮靜思堂展開。因為防疫考量，只有三百多位志業體同仁參加，但是透過慈濟網路精進平臺，海內外志業體同仁與志工同步上線參與課程。今天圓緣典禮在精舍主堂舉行，三十一個國家地區的九千三百五十六人透過視訊連線聆聽學員分享，並恭聆上人開示。

上人說，人生在世，生、老、病、死皆是苦；佛陀覺悟成道以後，在鹿野苑對五比丘的第一場說法，說的就是苦、集、滅、道「四聖諦」。此生苦，來自於過去生造作而來，聚集的種種因緣，以致今生隨業受報，隨著因緣而生自某一對父母、生活在某一個家庭。有的父母是身心障礙者，家庭環境很不好，若是孩子明理、有悟性，會更加珍惜、愛護父母；看著父母畢生受苦，兒女會更「爭志」，立下志願，朝著此生的志向努力前進。這在佛法來說，就是「發心」，發了一

念心，要有願力去執行，所以發心之後還要立願；立願從事各種行業，方向一定要正確，不只要利己，最重要的是利他。「利己並不是自私，若無檢視自己立下的願，若只為利己而損人，固然不可取；能利己、益人的心願，就是值得努力達成的志願。」上人指出，發心立志，要以智慧判斷，選擇正確的方向，並且盡此生努力達成。

上人說，若是選擇職業只為輕鬆賺錢，就只是學會技能而已，總是以應付的心態做事，不能盡心、無法專精，難以得

到他人的信任；發心立願投入到某一個行業，將這分工作當成終身職志，就會為了利益眾生而持續努力，精益求精。

如同人生有生、老、病、死，世間有形之物亦有成、住、壞、空，人的心念更是不斷在生、住、異、滅的變化之中。上人說，凡夫心常在變異之中，也許前一刻聽了法，覺得很歡喜，發大心、立大願行菩薩道，但是時間久了，遇到各種境界，漸漸淡忘這

分初發心；也可能剛發心不久，遇到困難就打了退堂鼓。

就舉素食為例，常說：「勸善容易，勸素難。」因為大多數人克服不了口欲，或許聽了道理，知道為了身體健康、不與眾生結惡緣、為了地球環境，都是「非素不可」，也下定決心茹素，卻受不了肉食誘惑，很快就放棄了。

「過去我沒有告訴大家要素食，因為知道說了也沒有用，

很多人做不到，聽了徒增心靈負擔，我不希望如此。但是此時天災、人禍不斷，加上瘟疫遲遲不能平息，我不得不說，這是我的責任，非說不可。期待各位同仁菩薩茹素，不要每一餐吃的都是『負債餐』，為了吃而背負眾生的命債，來生還要攤還。現在的素食都做得很好，所以不妨試試看，多吃一餐素，少結一分惡緣，身心輕安自在。」

## 造福得福

《農九月·十七至十八》

**【靜思小語】**如同汲取井水，水位不變，付出愈多，餘福不減。造福會更有福。

沒有時間再猶豫

菲律賓慈濟人在新冠肺炎

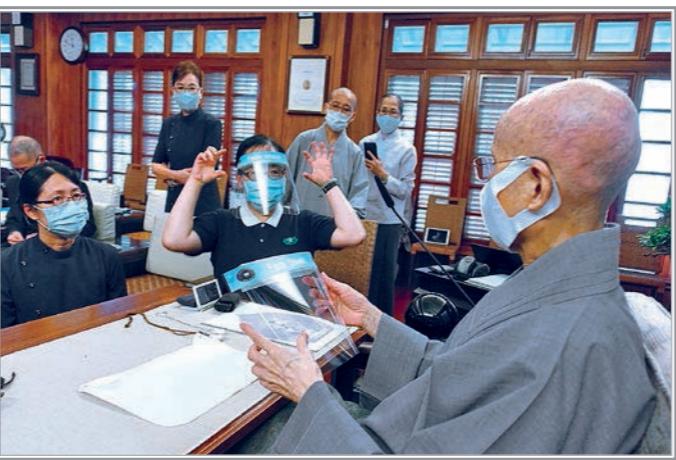
疫情發生後，持續幫助因防疫失業而陷入困境的貧苦家庭；扶困行動尚未圓滿，菲律賓又

受天鵝颱風重創，慈濟人籌備賑災；氣象預報天鵝颱風將要登陸越南，而且還在增強當

《無量義經》的精神，做出無量菩薩行，六度萬行，不怕辛苦，請大家共同挑起這分責任。」

給予有感的援助

強風「天鵝」四度登陸菲律賓，強風豪雨摧毀住家，造成傷亡。呂宋島南方馬容火山的火山灰，因為大雨沖刷，泥流滾滾傾洩而下，掩埋房屋。官方初步估計，全菲律賓大約有三十七萬人因風災流離失所，重災區亞眉省（Albay Province）多達六千人無家可歸。



歐洲慈濟人回收印製作防護面  
罩，返臺分享過程與心得。

中，實在令人擔憂

諸侯上人  
補履口人

十一月二日，聆聽基金會主管同仁們每週一分享後，上人教大家共同提起虔誠的心祈禱平安，同時要準備好相關的慈善援助力量，作為受災國家慈濟人的後盾；「平安時，大家點滴匯聚愛心力量；一旦發生災難，就要用在此時，為無家可歸的受災人安身、安心、安生。」

上人教導大家，要善用電子傳訊工具，讓人接收慈濟新的訊息，而且看得到全球慈濟人的付出；除了傳訊息給會員，也要邀約親朋好友一起做好事。

「此時正是『人間菩薩大招生』的時刻，要多向大眾呼籲愛心，

加強國際慈善救助的力量。視訊連線要普及，讓身在平安之地的人，都能看得到、聽得到師父的呼籲：期待人人用虔誠的心，會合力量付出造福。」

愛心、善念，就要展露自己的

「工代賑」等相關事宜。上人叮嚀大家要把握因緣，趕緊讓菲律賓這次風災的創傷恢復，「新冠肺炎疫情已經重創工商業，再加上這次天災，對許多人來說是雪上加霜。我們快速推展以工代賑，讓市容恢復整潔，生意人可以重新開店，有助工

——來參加以工代賑的居民，都是我們原本就要救助的對象，所以不能用一般工資來評估以工代賑的工資，而是要能讓他們舒緩生活困難，加上祝福金，才有力量修繕毀損的房屋。」

上人說，災情很嚴重，很難讓受災居民一下就恢復原本的生活，把房子重建起來，「希望盡一分心力，所援助的力量可以發揮一些作用，讓他們感受到我們的誠意，而不是蜻蜓點水般可有可無。」

「黑力船司有口無。」

真心誠意，牽起人與人之間的情誼，才能讓人受到感動、對慈濟有信心而共襄盛舉，還能再向其他人呼籲。經過這樣的呼籲，讓愛心蓬勃發展起來，災情才能趕快平息。

「面對全球性的、世紀性的大災難，我們行菩薩道的脚步更不能停滯，沒有時間讓我們猶豫，要趕緊出力去做。」上人說，疫情遲遲不能平息，慈濟接到愈來愈多國家的機構與團體請求援助防疫物資，或是對貧苦家庭進行生活濟助；接到求援訊息要儘速聯繫、及時付出，打開國際慈善援助之門。

「人間菩薩要勇敢挑起天下米籮，『滴水成河，粒米成籮』，大家持續不斷，點點滴滴募集而來的愛心力量，猶如一點一滴的水，久而久之累積起整甕的水，成為一條條溪河之水，這就是《無量義經》告

「有造福，就有福，每個人來人口，這些人同樣受災，而且得不到政府補助，所以要準備的資糧，要比政府提供的戶數、人口數更多，應實際發放所需而調整。上人請大家不要擔心力量不足，只要發心投入，各地法親都會支持，愛心也會源源不絕地湧現。

就像一口水井，無論從這口井打出多少水，井水不會減少，付出愈多水可以幫助愈多人；把這個道理告訴其他人，呼籲人人都來造福；能付出就有福，不造福就無法得福。」

臺灣各慈濟醫院、分會、人文志業中心等志業體主管同仁，以及各地慈濟志工，在志工早會聽到上人談及菲律賓風災，紛紛啟動募心募愛，要支持國際賑災。「師父一發出呼籲，大家都為師父助力，人人

共同見證此刻

十一月四日，在莊嚴的氣

## 把握剎那生起的善念

11—425  
《農九月·十九至二十》



【靜思小語】堅定善念，念念接續，一念間可以成就生生世世的善因緣。

承擔法脈宗門傳承的重任，期待將來每一位出家弟子、清修士，也能與自己一樣，不斷地傳法、帶動人間菩薩，一代傳一代，讓世間有無數的「我」，在世界各地為天下眾生而付出。

上人說，女子若是在家，照世俗觀念總是要出嫁，「嫁」字是女字旁邊多一個「家」字，意謂背了一個家庭。「背一個家庭並不輕鬆，即使是家庭富

裕，不必擔心生活經濟，也有很多掛礙，總是擔心著孩子、家人等等，有許多煩惱纏身。修行者不受俗情所『纏』，所要修的是『禪』定的功夫，沒有牽腸掛肚的煩惱，為佛教、為眾生而全然奉獻。」

「所以說來，發一念心要修行，是很可喜可賀、很值得歡喜祝福的；清修士雖然沒有現出家相，但是他們的心與出



天鵝颶風侵襲菲律賓，志業體主管同仁報告慈濟人勘災情況。  
(11月3日)

的力量集合起來，就可以幫助很多人，這就是助緣；而你們是主力前線，發大心救助受災居民，給予他們多一點力量，能讓更多人得救。」

### 以行善來盡大孝

上人與即將圓頂的近住女、即將受證的清修士之家屬座談，欣言這幾位近住女與清修士們很有福氣，在這麼多親友的祝福下，安心走上自己所選擇的人生方向與道路。

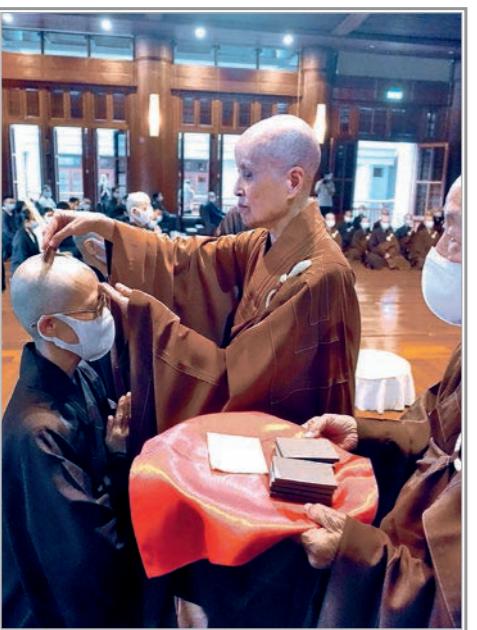
上人說，即使發心立願要在道場中清修，但仍是身處人群中，要堪忍人人的無明習氣，也要靠自己下功夫，修除自心的無明雜念。「精舍常住二百多位，而且天天人來人往，每餐約要準備六百多人的餐食，是一個大家庭，人人都有不同的習慣，彼此要和睦相處、互動，讓外來的人看了，就感受到這

是一個很和氣、有道氣的修行道場，讓大家來了就覺得心很安定。」「這個道場是為全天下而設立的，大家來到這裏，都發心立願要為天下眾生挑米籮。每一天，我坐在這個不算寬闊的空間裏，透過視訊面對全球慈濟人，快速與他們對談，為慈濟事做決定。慈濟事不是一個人就能做到的，要大家一起來做；四大志業、八大法印，需要人人共同承擔。慈濟人都以靜思精舍為心靈故鄉，像是粽串一樣，人多力大，而且同心齊力，大家朝同一個方向發揮力量，才能為天下做好事。」

「生命的價值在於把握時間為眾生付出，出家是盡大孝、為大善，因為我們用父母所生的身體，為天下眾生做好事，是將行善的功德回向給父母。」上人說，近住女發心出家，師兄師姊們發心成為清修士，要

氣中，親屬與慈濟人的見證、祝福下，靜思精舍五位近住女、九位清修士虔誠接受上人

為他們舉行出家暨授證儀式；上人並依儀軌為眾開示，賜予法號。」



上人主持靜思精舍新出家眾剃度圓頂  
暨清修士授證典禮。  
(11月4日 下圖攝影/蕭耀華)



「『心源湛寂，法海淵深，迷之者，永劫沉淪；悟之者，當處解脫。』大家發心脫離小家庭，走入天下大家庭，是為天下眾生發心立願，挑起了天下米籠——我們要發心濟度眾生，去除眾生無明。我們過去的人生迷茫，不知幾度輪迴六道，今時此刻發心修行，就要出離迷途，回歸正道，如此天魔外道亦能拱手皈依，領天下眾生歸向正念。」

「出家之德是『上報四重恩，下濟三途苦』，憑這念報恩、度眾生的心，虔誠歸入佛門，要時時共修，遵守禮節。現在大家發這一念心，父母、家屬歡喜讚歎，你們要禮拜父母，禮謝養育之恩。」上人說，無論是出家修行者或清修士，都已經在精舍生活數年，清楚佛法儀軌和精舍的修行生活，發心立願終身依止於此修行；從今日開始，乃是真實修行。

慈濟人談話時說及：「人間真的很苦，尤其這個時候，眾生觀念混亂，看不清方向，以致世間濁氣深重；全球人口多，但是真正能聞正法、立正行的人少之又少，所以要淨化人心的力量實在很微弱，有時想想也會覺得寒心。但是看到大

尊，這是無上正等的榮耀！我為大家見證，大家已是佛弟子，入佛門來就要守戒律，守戒才能成長慧命；身不犯戒，才不使煩惱無明不斷覆蓋於心。將過去的煩惱無明掃盡，現在以菩薩為伴侶，以救度天下眾生為目標。」

「『往昔所造諸惡業』，是過去無始以來累積的貪瞋癡所引起；我們現在面向覺道，貪瞋癡要完全捨去，身、口、意都要清淨，發好心、立好願，所說的句句都是好話，字字都是度人的種子，說法度眾生、啟發道念。大家已經發心懺悔，懺悔即清淨，皈依在精舍，傳承佛陀教育，落實佛陀

者，要運用父母所生的身體為人間付出；用佛法所給予的慧命，傳續佛的法脈，讓正知正見永存人間。」

「皈依佛，兩足尊；皈依

法，離欲尊；皈依僧，眾中尊，這是無上正等的榮耀！我為大家見證，大家已是佛弟子，入佛門來就要守戒律，守戒才能成長慧命；身不犯戒，才不使煩惱無明不斷覆蓋於心。將過去的煩惱無明掃盡，現在以菩薩為伴侶，以救度天下眾生為目標。」

「『往昔所造諸惡業』，是過去無始以來累積的貪瞋癡所引起；我們現在面向覺道，貪瞋癡要完全捨去，身、口、意都要清淨，發好心、立好願，所說的句句都是好話，字字都是度人的種子，說法度眾生、啟發道念。大家已經發心懺悔，懺悔即清淨，皈依在精舍，傳承佛陀教育，落實佛陀道場，要精修勤做，承擔起天下慈濟大家庭，挑起如來家業，生生世世、心心念念，為佛教、為眾生。」

上人為沙彌尼剃度已畢，叮嚀弟子們斷一切惡、修一切善、度一切眾生，為天下人間鋪路、開道，接引眾生共成佛道。「讚歎大家今日的發心，祝福你們生生世世行於菩薩道，方向正確，分毫不偏差；大家誓願成佛道，就要力行菩薩道，為佛教、為眾生，這是我們共同的心願。感恩你們的家屬、親友來為你們祝福，我也感恩他們歡喜施捨，捨出自己的孩子成為三寶弟子，是大布施，為人間增添愛的力量，祝福人人平安吉祥，感恩！」

### 道心要更堅固

上人與前來觀禮的家屬及

家這麼踴躍護持，就會自我勉勵，要更加利用生命時間，多在人間結好緣，讓更多人接觸佛法。」

「佛法提到的『劫』，都是難以計算的長時間，生生世世就在長久劫裏輪迴，不斷地造業、受報；但是只要我們在剎那間起了一念善心，念念接續，一念間可以成就生生世世的善因緣，要有一分堅定的道心。」

上人說，佛典經文字句都很美，這是歷代古師大德們用心傳法、編譯，以心血集成；後世學佛者面對佛法大海，若不能通達精髓，文字讀得再多卻不能運用，就不能增長慧命。移植法體如同人體的骨髓移植，要移入健康的骨髓幹細胞，才能恢復正常造血功能，讓生命健康延續；慧命的法體移植成功，就能源源不絕地發揮佛法良能，讓慧命生生世世傳續。

上人致贈結緣品給新發意

圓頂弟子及清修士的家屬：「你我的孩子或兄弟姊妹今天發心出家、成為清修士，而你們真誠祝福他們，隨喜也是功德，很感恩！期待他們道心堅固，殷勤精進，為人間付出。」

有時間歡迎你們常回精舍，這是他們的家，也是你們的家，是天下慈濟大家庭。」

#### 防疫不能鬆懈

自一月十四日，上人歲末祝福行腳返回花蓮以後，新冠肺炎疫情迅速擴散全球，各國紛紛採取隔離防疫措施，限制交通往來，暫停群聚活動等等，上人近十個月未行腳，海外慈濟人也難以返臺相聚。國際疫情遲遲未能平息，而臺灣相對平安，上人十一月五日展開今年度歲末祝福行腳，出門之前對常住與志工們行前叮嚀，防疫仍不能鬆懈，時時都要做好

上人叮囑，在行腳期間，精舍的早晚課誦、志工早會如常進行，用心在生活中，也精進在佛法中，堅守靜思法脈、慈濟宗門的規矩，道心要堅固，彼此要照顧。

傍晚抵達松山火車站，上人簡短繞視東區會所；臺北慈濟人與志業體主管同仁們恭迎上人來到新店靜思堂。

防範；法親道侶要相互照顧，為了防疫要保持距離，但是彼此的心不能有距離。

「生命健康很重要，所以要做好防護；慧命是永恆的，要靠自己精進。生命、慧命都要靠自己照顧好，但是彼此之間可以相互鼓勵、共同精進，合和互協是共住生活的原則；

有人來到精舍，我們也要發揮高度智慧招呼人，在互動中做教育，教育就在生活中、人群中，人人都可以發揮這一分力量。」

上人教眾珍惜共聚在慈濟人，與福人共同造福業；你們也要感恩此生有好因緣，能夠遇到這麼多菩薩，和菩薩們共善因、共造福緣，為天下眾生付出。」

上人教眾珍惜共聚在慈濟人，與福人共同造福業；你們也要感恩此生有好因緣，能夠遇到這麼多菩薩，和菩薩們共善因、共造福緣，為天下眾生付出。」

於新店靜思堂與北三合心區慈濟人座談，上人提到，若

有人前來請求拜師皈依，都會對他們說，要做慈濟才能皈依；要當自己的弟子，就要受

證成為慈濟委員。」

#### 珍惜慈濟因緣

「師父出家時曾經發願，其中有一個願就是不收弟子；但是後來大家要皈依，我就說，要做慈濟才是我的弟子。從五十多年前到現在，我說的話都一樣。所謂皈依，不在有沒有正式的儀式，而是在你們的心念和行為。」

於新店靜思堂與北三合心區慈濟人座談，上人提到，若

有人前來請求拜師皈依，都會對他們說，要做慈濟才能皈依；要當自己的弟子，就要受

## 與好人共造福緣

【靜思小語】與好人為伴，相伴做好事，讓此生不空過。

11  
6



《農九月 · 二十一》

「培訓委員、慈誠受證時，我都會叮嚀，右肩要擔起如來家業，左肩擔起慈濟精神，胸前掛著個人氣質，這三項若是一都做到了，只要一走出來，一般大眾就會知道，這就是慈濟人。」

「師父很感恩這幾十年一路走來，遇到的都是好人、有福人，與福人共同造福業；你們也要感恩此生有好因緣，能夠遇到這麼多菩薩，和菩薩們共善因、共造福緣，為天下眾生付出。」

上人教眾珍惜共聚在慈濟人，與福人共同造福業；你們也要感恩此生有好因緣，能夠遇到這麼多菩薩，和菩薩們共善因、共造福緣，為天下眾生付出。」

「歲月不饒人，生命有限，但是我們要永遠留著好的

心是永永遠遠，師父對大家的愛也是生生世世。人生再長壽，總是有那麼一天，但是緊接著我還會再來，你們也一樣，與師父的緣是長長久久的，生生世世都在善的輪迴之中，善因福緣生生不息。」

北區一、二合心區慈濟人與上人座談時，回顧「那一年」的慈濟人、慈濟事，上人鼓勵資深師兄師姊們要喚醒記憶，把握機會多分享，讓大腦不退化，並且加深做慈濟、做好事的記憶。

113 | 2021.1 慈濟

意識，將接觸外境所生的六識，經過思考存入第七識。

『思』是田下一個心，要用心勤耕福田，起了一念善心就要去做；要讓佛法不離心，時時去除心中的無明煩惱，讓智慧增長。第七識的思想是乾淨的，選擇往善的方向走，將粒粒善種子播入心田，而且時時勤耕耘、除雜草，就能讓善種子吸收營養、水分、空氣，有很好的收穫。」

「如果只是播種到田裏，卻沒有下功夫去耕耘，讓心田長滿雜草，善種子即使發芽了，也會營養不良，不能健康成長，無法有好收成。所以說來，你們都很有福，自己播下善種子，而且『耕者有其田』，自耕福田，將心田的雜草除得很乾淨，心無雜念，善種子健康成長，自然能夠再產生無量種子。」

上人說，在慈濟大家庭裏，

有許多菩薩法親同行，如果一

時懈怠了，法親會相互提醒，或是這個大環境裏會有其他的因緣給予啟示。與好人為伴，相伴做好事，此生的時間就不會空過。

從早上到下午，聽到許多慈濟人的分享，可以知道家家都有一本不太好念的經；但是有因緣投入慈濟，轉了心念，就開始修「菩薩經」，身體力行六度法——布施、持戒、忍辱、精進、禪定、智慧。所以

既有種子，也有好水、好土地、清新空氣，還有殷勤的農夫，因緣具足，要用心精進勤耕耘。

今年有全球性的疾疫流行，國際間不斷傳出地、水、火、風四大不調的災難，上人向大家呼籲愛心，能力大者出大力、力量小者出小力，大家共同付出一分虔誠的心力，相互托福、共同造福，點點滴滴也能匯聚成救助天下的大力量。

「如同疊石成山，大石頭

要疊得穩，也需要小石頭來支

持，所以點滴都不能輕視。要把握機會向人說慈濟，開口造

福、招福；慈濟在五十多年前，

是從每人每天存五毛錢的『竹

筒歲月』做起，點滴力量成就如今的慈濟，為人間的付出難以計量，都在為臺灣造福。」

「聽到資深菩薩堅定行於人生道路上，道心堅固，我很歡喜！從三、四十年前，只有少少幾位陪著師父做訪視，到現在有這麼一大群慈濟菩薩，走入人群中付出。『菩薩所

緣，緣苦眾生』，而此時此世災難偏多，眾生心念濁亂，發

心行道的人間菩薩要修一個『忍』字，禁得起種種困難、辛苦，提起同理心為眾生付出。」上人期勉大家時時以感恩心看待一切；若是遇到不如意事，就要應用知足、感恩、善解、包容的「四神湯」，轉心念、造福緣。

## 愛像一道明亮的光

《農九月 · 二十一至二十三》



**【靜思小語】**人人愛心永恆不滅，這道希望之光能破除世間一切無明黑暗。

醫療之愛，希望之光

今年度北區第一場，也是

全臺灣第一場授證暨歲末祝福典禮，十一月七日在新店靜思堂舉行，約八百位臺北慈濟醫院主管同仁及三百多位志工、會眾參加。臺北慈院趙有誠院長率主管同仁投入經藏演繹，並帶動全場虔誠發願。

上人感恩表示，慈院與新

店靜思堂現址，在二十多年前是雜草叢生的荒地，正式動土以前，臺北慈濟人動員除草、整地；為了慈院的建設，他們

盡心盡力付出，也向大眾勸募，一塊磚、一包水泥、一根鋼筋，都包含了無量的愛。

慈院啟業以後，醫療團隊合和互協，讓慈院在此發揮救人拔苦的良能；就如剛才大家上臺演繹，每一個動作都傳達真誠大愛，讓人人看見希望的光，破除一切無明黑暗。期盼這道光愈來愈明亮，人人的愛心永恆不滅。

在稍後與臺北慈院醫療科

同仁座談中，聽到幾位主管同仁談到面對新冠肺炎疫情，雖然感受壓力，仍勇於承擔，上

人開示時感恩醫療同仁以大仁、大勇、大慈之心面對風險，盡心盡力守護、照顧病患。

也有同仁提起，平時很習慣在院內看見擔任醫療志工的師兄師姊，疫情出現後，基於防疫考量，也為保護大家的健康安全，醫療志工暫時不到院內協助。同仁們在防疫的緊張情緒中，又少了醫療志工的陪伴與協助，都很想念師兄師姊們，也更感恩他們平時的付出。

上人說，慈濟人盡形壽、獻身命做志業，向大眾募心募愛建設志業；待醫院啟用，他

們投入醫療志工，照顧醫療同仁，並且當醫病橋梁，膚慰病患與家屬，安定他們的心。

上人感恩慈濟人以照顧自己家的心情護持志業，而剛才看到、聽到醫療主管同仁們的分享，也感覺到全院如同一家

人，人人一條心。每一則醫療個案的故事，讓人看見人間至苦的疾病之苦；也回憶起早期訪視的幾個貧病個案，都是久病無醫導致傷病惡化，走到案家門口就聞到一股惡臭，病患傷口腐爛、病勢嚴重卻無可奈何的苦相，至今仍然印象深刻。

「這些貧病個案，也是促使我籌建慈濟醫院的原因之一。我認為生命平等，不能因為貧窮而得不到醫治；貧與病就如孿生兒，若要根除貧窮，不能只靠慈善救濟，還要有醫療。而今看到臺灣各地的慈濟醫院真正發揮良能，解救許多人的病苦，也挽回他們的家庭幸

福。」上人感恩臺北慈院醫療團隊以「照顧家人」的心情，不只照顧慈濟法親，也將這分愛擴及天下眾生，以平等的大慈悲心守護生命、守護健康、守護愛。

#### 如規如矩，如法修行

新冠肺炎疫情發生後，各國慈濟人就地啟動慈善扶困，做好自身的防護措施，謹守防疫規定，把物資送到貧戶門口，真誠地向居民合十祝福與感恩。十一月八日，北區第二場授證暨歲末祝福典禮，上人讚歎慈濟人行事如律如儀，就像現在

大家來靜思堂參與歲末祝福典禮，在座位安排上也事先規畫，人與人之間保持距離，分成七個場地，透過視訊連線同時進行。不只在新店靜思堂，有二千五百多個地點與新店靜思堂連線，海內外慈濟人同時參與典禮，令人感恩科技先進，

讓不同國家地區的慈濟人得以突破地理限制，共同精進。上人說，佛法無處不在，只要有心聞法，就能聽到佛法，有法就能度眾生。現在天下災難頻起，還有疫情遲遲不能平息，希望人們合和互協，把愛普及，用行善的福氣保護人間。

北區第三場授證暨歲末祝福典禮中，上人開示，慈濟人用真誠的愛為眾生付出，愛有餘、福有餘而去幫助別人，都是有福人。看見慈濟在全球各地的慈善行動，各界人士也願意響應慈濟的國際賑災、濟貧扶困。

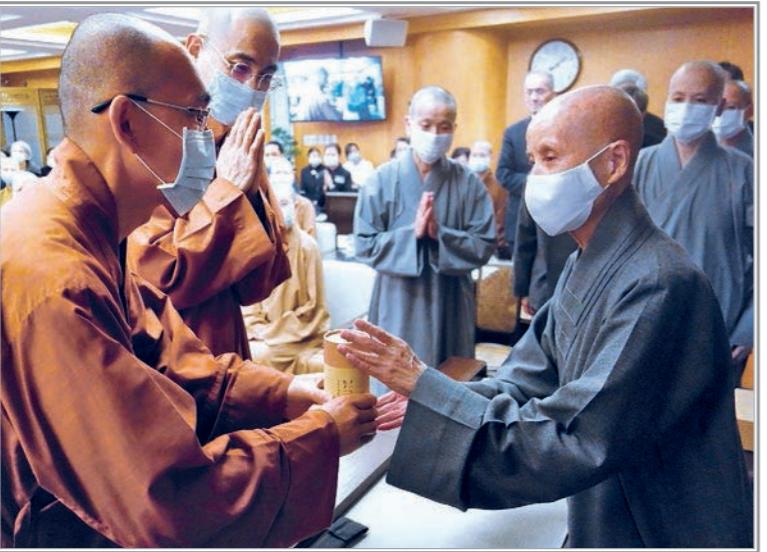
「天下人為慈濟而付出，慈濟為天下人毫無保留，這就是共伴、共愛——大家相互作伴，共同用愛付出。」上人說，「慈濟」二字，是慈悲濟世之意，「慈」是無緣大慈，「悲」是同體大悲；無論是否為親屬、認不認識，大家共同生活在天地之間，要以愛共伴、共生息。

福智僧團如偉法師蒞臨新店靜思堂，帶來竹筒，共同救助苦難、造福天下。 (11月8日)

除了支援防疫物資，慈濟人也向大眾「勸素」，莫為口欲而殺生。「慈濟世界裏，有許多幼小的孩子，因為捨不得動物受傷、被殺而堅決吃素，也會勸家人吃素。有些長輩對孩子說，吃素會營養不足，孩子就會向長輩講道理，讓他們心服口服，全家都茹素。這些孩子很有智慧，不就是度化家庭的菩薩嗎？」

「不只慈濟人法入心、法入行，希望家家戶戶都能如規矩，如法修行。修行要修在内心，展現於外在行為，要以發自內心的誠意走入人群，幫助苦難眾生。」

如菲律賓慈濟人正在天鵝風災的災區，運用「以工代賑」帶動居民清掃環境。「這不是純粹發給居民工資，而是為了幫助他們，紓解他們的生活困難；投入的人愈多，才能儘早恢復市容，復甦生機。」



11

9 / 10

農九月·二十四至二十五

【靜思小語】堪忍生老病死之苦，心無散逸隨緣自在。

## 學習放下

農九月·二十四至二十五



### 聽見大地呼吸的聲音

九日，優人神鼓音樂總監黃誌群與創辦人劉若瑀伉儷等人前來拜會，並播放由黃老師譜寫的〈六瑞相〉曲樂。

今年八月二十九日，慈濟基金會與花蓮縣政府合辦「優·慈濟·洄瀾」，邀請優人神鼓在靜思堂道侶廣場舉行《金剛心》感恩祈福公演，藉由安定的鼓聲傳遞穩定正面的能量，也感恩所有的防疫英雄。

上人表示，當時的公演讓自己深感震撼，在道侶廣場的

露天演出，非常有道氣，感受到靜思堂之美，更感受到優人神鼓的每一位都很「真」，都是在山上的修行人。

上人表示自己很嚮往《法華經》的境界，期待能夠用音樂傳遞經文道理，讓全世界的人都能感受到佛法超然物外，卻又與天地合一的境界。

「雖然我常說，真正靜下心來，可以聽到大地呼吸的聲音，但是大家體會不到，希望借重音樂，讓人深入其境，先聽到了大地呼吸的聲音，感受到天、地、人融合為一；即使沒

有出聲，卻有感覺，就是『真空妙有』。我這一輩子雖然講了許多經典，還是感覺生命、慧命都在《法華經》的世界裏，期待能將這樣的感覺完整呈現。」

人文志業體主管同仁前來新店靜思堂，與上人座談。聆聽報告與分享後，上人開示：

「大家分享的每一段內容都是寶貴的歷史，我一面聽、一面想著：這一群人、每一段故事，再經過五十年，是否還能讓人們知道，五十年前的此時，有這樣的一群人做了



行腳期間，上人憂心菲律賓天鵝風災受災戶處境，基金會主管同仁報告以工代賑情況，期望市容早日恢復。  
(11月9日)

這些事？其實不需要經過這麼久，我們分享的內容，同在此時的大多數人都不知、不想知，即使知道了，也覺得和他們沒關係，所以體會不到。」

「但是我們已經體會道理，就要用真誠的心理解天下事，將生命時間用於增長智慧，不要等到事情發生在自己身上，才想『不經一事，不長一智』；我們要隨時隨刻，用真、誠、善、美的心體會人間事，也將許多美好的人間故事記錄下來。」

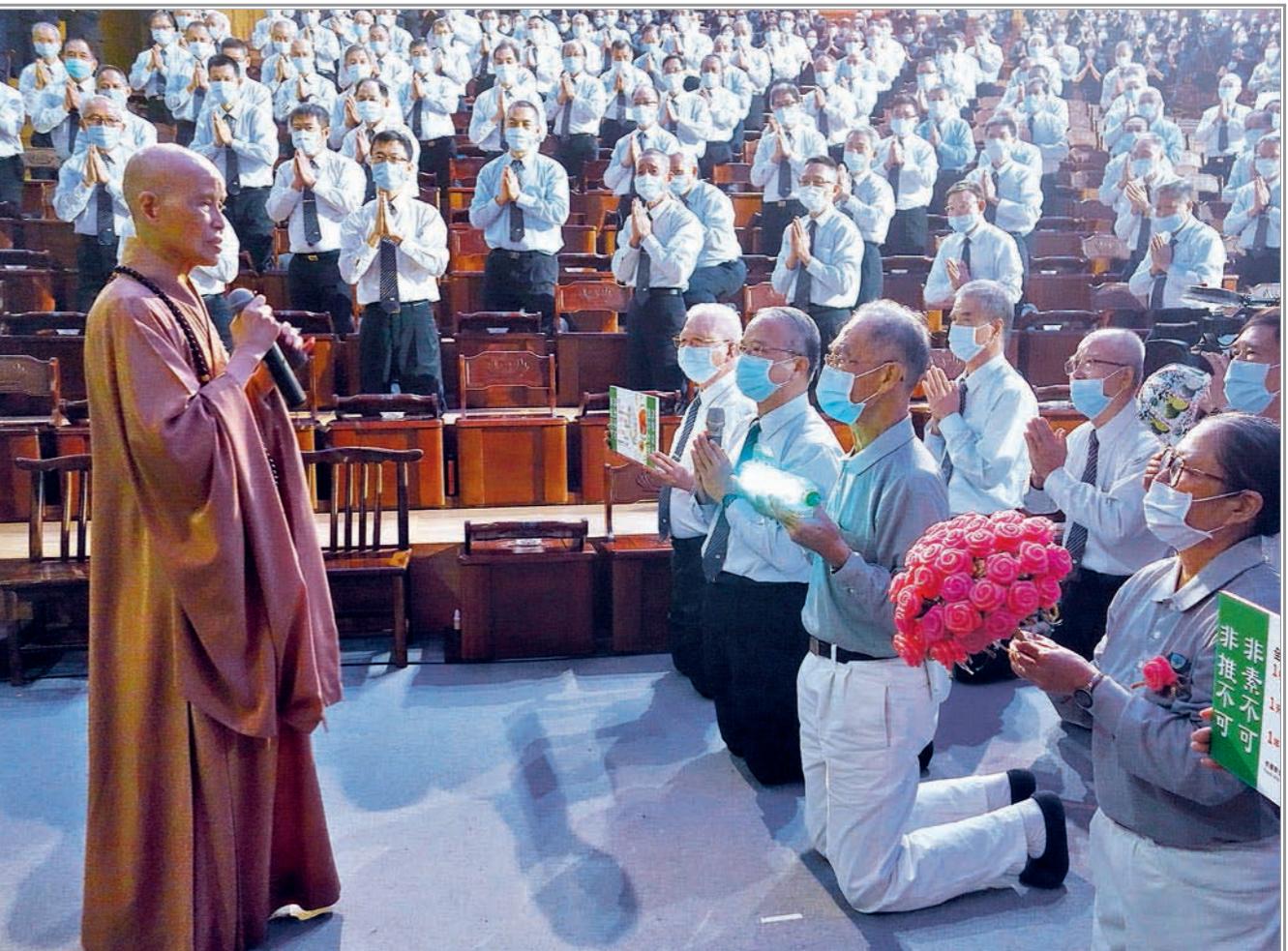
上人談到晨間與「優人神鼓」團隊的談話，述及用音樂與肢體動作傳達《法華經》的境界，讓自己很期待用音樂與戲劇、舞蹈，表達《法華經》的真、善、美人文，體現真理，使不同年齡層、不同宗教與種族的觀眾都能接受，讓清淨法水滲透到生命裏。

### 向自己的生命說感恩

北區第四場授證暨歲末祝福典禮有近二千人參加，還包括透過網路視訊參與的海內外近一千個連線點。上人開示勉勵全球慈濟人珍惜時日，精進行道，分秒不空過。

「每當一天過去，腦海就會浮現〈普賢菩薩警眾偈〉：『是日已過，命亦隨減，如少水魚，斯有何樂？』又過一天，我的生命又減少一天，到底還有多少時間，可以讓我清楚楚地說話，能夠挺起胸來，一步一步向前邁進？想到這裏，我就會敦促自己要精進，每天都要過得很精、沒有污染，日日不錯過、日日無差錯，這樣的人生就感覺有價值。」

上人與眾共勉：「要向自己的生命說感恩，因為我們有很清楚的生命方向，走入慈濟



北區第四場歲末祝福，環保志工敬呈利用資源回收物製成的物品，並發願做慈濟要做到最後一口氣，救助無邊無量苦難人。

(11月9日)

行菩薩道，就是實踐佛陀教導的菩薩法。要好好保持正向，一天八萬六千四百秒，秒秒都要自我提醒，方向不偏差，心念不脫軌，照顧好清淨無染的本性。即使天天忙碌，也要忙於有意義的事，所以時時要用心。」

上人指出，菩薩道是要生世世力行的長遠大道，即使人生苦短，但是師徒有約，先走的人會「再來」，先替師父鋪路、開道，等師父再來時接著鋪；一環扣著一環，一棒接著一棒，不斷地往前鋪展菩薩大道，不斷地指引眾生同行，生生世世、心心念念，都是為佛教、為眾生。

「我們要感恩這輩子沒有



十一月十日於慈濟人文志業中心舉辦北區第五場授證暨歲末祝福典禮，主管同仁共同參與演繹。

(攝影／蕭耀華)

走錯路，走入慈濟的門；菩薩道上要勤行，讓靜思法脈的脈絡分明，而且一脈相傳；前面的人要牽著後面的人，連連接接不要中斷。」

上人說，師父要讓大家走這條慈濟路，絕對不會後悔；剛剛聽到高齡環保志工的分享，也是這麼說，而且發願要做到最後一口氣，來生也要接著走慈濟菩薩道，深感貼心與歡喜。「師父發自內心尊敬高齡環保菩薩，每一位都沒有空過人生，而且很有智慧，功德是自做自得，人生很有用、很有品質！」

「這個時代的傳播、通訊便利，讓我們了解很多道理；也是在這個時代，讓我們行在菩薩道上，做到了佛陀對我們的教導。很感恩大家將愛的能量會合起來，共同打造如今的慈濟世界；要再接再厲，讓慈濟世界寬廣，指引、度化更多人。」

上人說，行菩薩道要堪得起辛苦，再苦都要忍耐，第一要堪忍的就是生、老、病、死的人生自然法則。「色身難免衰老，若是因緣未到，還是會恢復，還可以繼續做慈濟事；若此生因緣盡了，就要保持清淨的心，不要纏著人間的煩惱事，凡事看開、想通，道心要堅定，隨著因緣，用很自然、很法喜的心面對；隨緣人生，輕安自在。」

上人與眾共勉：「我們現在也要學會放下。無論此生能活多少年，這都不太重要，最

重要的是生與死之間，假如在一分一秒間，一念偏差，接下來每踏一步就偏得愈遠；照顧好這一生、這一身，心念與行為都不偏差，才是真正有福的人生。」

上人說，無論人生順逆、壽命長短，都要把握此生、此

身造福人間，心念沒有絲毫迷茫，直到最後還是清清楚楚、明明白白。

就如施火生師兄，是臺北正德環保站「永遠的站長」，於今年往生，在往生之前，他心心念念要回到師父身邊。這是師徒之間過去結下的深遠因

11  
11  
12

《農九月·二十六至二十七》

## 團結力量大

**【靜思小語】**心與力要會合起來。不怕事情困難，只怕人心不和，力量難以施展。

### 全球為後盾

十一日，菲律賓慈濟人透過網路視訊，在幾個地點與新店靜思堂連線，向上人報告天鵝風災的勘災、賑災進度，以

及持續啟動「以工代賑」，帶動居民清掃家園的情形。上人期勉菲律賓慈濟志工、人醫會與當地政府單位和居民合和互協，凝聚各界力量，以使災區儘快恢復生機。另亦提醒師兄

師姊，颱風「梵高」即將登陸菲律賓，請大家隨時注意氣象報告，菲律賓分會要與外出勘災、賑災人員保持密切聯絡，志工們一定要保護好自身平安。

重災區百廢待舉，慈濟賑災事務龐雜，上人鼓勵菲律賓慈濟人，再困難的事都不需要害怕，只怕人心不合、彼此不和，就算有再大的力量，若不團結就難以施展。「我們要把心與力會合起來，為這麼多苦難人付出。換句話說，這麼多的苦難人，他們的幸與不幸，就掌握在我們的手中，需要你我共同一心為苦難人付出。」

「菲律賓常有重大災難，慈濟人經常承擔沉重的賑災工作，師父對你們很有信心，臺灣

耳其推動志業，救助敘利亞難民時接觸到的悲悽人生。上人在北區第六場授證暨歲末祝福典禮開示時說，因緣不可思議，胡師兄是臺灣人，家族世代是虔誠穆斯林，而且他遠赴利比亞讀書、在土耳其成家立業，卻與慈濟、與師父有緣而成為慈濟人；也因為這一分緣，慈濟得以在土耳其救助貧病苦難人，尤其是幫助敘利亞難民，成立滿納海國際學校，讓難民孩童重拾書本，也重拾希望。

「感恩胡居士他們一群人負擔沉重，除了有當地愛心人士的護持，也需要臺灣本會支援。」

菲律賓募心募愛，做你們的後盾，所以請你們安心；對的事情，做就對了！」

### 天天第一念

胡光中師兄等土耳慈濟人因疫情暫時停留臺灣，並把握機會隨師，向大家分享在土

緣，所以此生跟著師父，聽師父怎麼說，他就怎麼做，心堅志定，歸向慈濟。相信他「再來」的人生，也保有慈濟的意識，知道歸途。上人亦勉勵施師兄的子女傳承父親的愛心、善行，投入慈濟同行菩薩道，這是最真誠的盡孝，以善傳家。

「感恩胡居士他們一群人承擔每個月的慈善發放，以及敘利亞籍主麻教授與敘利亞老師們承擔國際學校的教育事務，還有敘利亞醫師在當地的慈濟義診中心為難民看診。土耳慈濟志工對敘利亞難民的援助行動，已經持續多年未曾間斷，所幫助的人難以計數，慈善、醫療、教育都是不能浪費；要善用生命時間去

付出，不只是為自己付出，要為無量個「我」而付出，生命才有價值。」

上人說，無量的「我」就是天地眾生，不只有人，還有世界上的所有動物。蠢動含靈皆有佛性，眾生皆有清淨的真如本性，所以要平等尊重與愛護，莫為口欲而損傷眾生。「生活平安有福，要更加提高警覺，齋戒茹素不殺生，發揮完整的愛救度眾生，把握機會多造福，把福氣做來『圓』。」

### 傳承不休息

十二日，上人即將離開新店靜思堂前往桃園，臺北慈濟醫院主管同仁把握機會，晨間前來與上人相聚。上人開示，大家有緣共聚在慈濟，有相同的方向與目標，在慈濟這個愛

的環境裏，能讓大家更安心地實現醫療志願。每一個人都有「我」，生活習慣、做事習慣各不相同，如果各有堅持，彼此相處、互動就會很辛苦，人生也會有很多障礙，而且煩惱重重，就是因為每人只注重「我」，為我而爭執、為我所想要的利益而與人爭鬥。人間苦，就苦在人為「我」而爭，「我」就會有種種不滿足的感受，不足的人生最辛苦。若是轉一個念頭，把眼光從自己這個「我」，放下去看天下眾生，見苦知福，天天都很滿足。

### 與北區慈濟人談話，上人

勉勵資深師兄師姊，要喚回剛投入慈濟時的熱忱，而不是想著自己年紀大了，慈濟事都交給年輕人做就好了；傳承固然重要，但是傳承不是把責任交給別人，自己就休息了，「公

大法印，就是無數人以信心、願力成就。」

上人說，在大自然的威力之前，人類很渺小，不能有巨大的心態，要懂得「縮小自己」，聚合無量的「小我」，成就真正的「大我」，才能以行善功德庇蔭天下平安。

修公得，婆修婆得，不修不得」，只要還可以做事，就要把握機會去做。要多接引人投入慈濟，淨化人心、帶動人心向善。

「你們初識師父時，師父要蓋醫院，你們都很熱心去勸募。最記得你們形容自己即使走在路上，不小心跌倒了，衣服沾了泥沙，也捨不得拍掉，還要泥沙帶回來加入慈濟醫院的工程裏。這是因為你們相信你們，點點滴滴的愛心委託你們帶回來；四大志業、八大法印，就是無數人以信心、

## 家家顧大家

【靜思小語】照顧好一生一世的小家庭，共同在生生世世的慧命之家

成就道業。

好因好緣，愛心萌芽  
十三日於桃園靜思堂，土耳其胡光中師兄、周如意師姊分享滿納海國際學校學生感恩慈濟的信函；桃園慈濟人向上人報告慈善關懷個案——外籍婦女遠嫁來臺，卻因家庭變故以致生活陷入困境，在舉目無親的臺灣，幸好有慈濟人給予關懷及生活補助，並協助她讀書學習，甚至陪考駕照，讓她的人生重新起步。

上人讚歎慈濟人是「如實菩薩」，不是「名稱菩薩」，

是真正能夠伸出雙手救助苦難眾生，而且做到身、心、靈的完整關懷與陪伴：「你們是這位太太生命中的貴人，希望她有朝一日生活可以自立，也能和慈濟人一起回饋人間。」

「弱勢家庭的孩子也很需要照顧，讓每一株『新芽』有良好的土壤、水分、空氣、陽光等因緣，得以健康成長；他們的家庭條件不是很好，慈濟人就要幫他們會合善因緣。眾生各有因緣果報，雖然此生受苦，但也有好緣、福報

遇到慈濟人而得到幫助；將來是無所求的付出，只希望撫

這些孩子有能力了，就換他們去照顧、幫助人。愛的能量就是這樣擴展開來，延續不斷。」

對得到慈濟幫助的敘利亞難民而言，土耳其慈濟人也是他們生命中的貴人。上人說，胡師兄是虔誠穆斯林，認為慈濟所做的一切，體現了伊斯蘭精神；而從佛教觀點來看，胡師兄等人就是人間菩薩，是覺悟而以無私大愛為眾生付出的「覺有情人」。

平他們的身心創痛。這分真誠的愛，他們接受了，也讓他們提起愛心，而且眼界開闊了，看見國際間的災難，不斷地培養愛心，與慈濟人的大愛相連而無私付出。每每看見他們響應國際賑災而捐款，雖然數目不多，但是讓人覺得很溫馨；看見他們的愛心萌芽了，覺得很值得！」

### 美好之家，代代相傳

桃園慈濟人報告八德靜思堂落成啟用之後，各空間妥善運用。聽到大家合和互協舉辦大型活動，歡喜邀約、快樂參加、圓滿完成，上人讚歎師兄師姊是憑著信心與願力達成目標，未來要更加用心努力，讓靜思堂空間長長久久發揮妙用。師兄師姊們的另一半都支持，或是共同投入，所以無後顧之憂，天天都來照顧這個大

家庭，諸事都考慮得很周到，讓師父無須擔憂。

若是將來有因緣設立幼兒園，或是成立親子班，大家的孩子、孫子也來到靜思堂；還可以開設各種才藝班，讓社區中的老、中、青年人人都來學習，其實不少老人家都有巧手藝，都可以在此發揮。一家多代都投入慈濟大家庭，「家家顧大家」，這個「大家」就是生生不息、代代相傳的美好之家。

上人說，桃園是進出臺灣的門戶，國際人士要到臺北或花蓮拜會，若是時間已晚，會先在桃園安單，所以桃園慈濟人要負起交通接送，以及接待海外慈濟人、貴賓訪客的任務。過去是到桃園靜思堂，現在還有八德靜思堂，請大家持續用心，讓來人在桃園就留下深刻的第一印象。「未成佛前，要先結好人緣。你們可以把握

機會，讓海外人士在停留期間，多了解你們平時如何在此接引人、做慈善等等，要訓練自己隨時都可以當講師。」因為車禍受傷導致行動不便，人生陷入黑暗。因為收看大愛臺《圓夢心舞臺》節目受到鼓舞，決定主動求助慈濟。志工深入桃園復興鄉，為他送上輔具，讓他積極復健，重新站起來。

有一天志工居家訪視，陳先生突然拿出一個竹筒撲滿，表示自己也要幫助天下苦難人；迄今已經捐出四個竹筒撲滿。桃園區第一場授證暨歲末祝福典禮中，陳先生與師兄姊們一同站在臺上，說出感恩：「這段時間很感謝慈濟人

的照顧和開導，讓我更有勇氣活下去。」

上人說，慈濟人聞聲救苦，而且是「不請之師」，心甘情願走入苦難之地。陳先生從臥床到如今能在大眾面前現身說法，是慈濟人用愛一路陪伴與扶助，也是陳先生努力突破重重困難，把握因緣為自己翻轉人生。

「感恩慈濟人會合起組隊的力量，承擔起偏遠地區的慈善關懷。雖然大家都說，是聽了師父的話而投入人群付出，但是各人做各人得，若沒有付出，就不能得福；慈濟人日日真誠付出，所造的福與功德自分已獲。所以要爭取因緣行善，造福人間、增長智慧。」

### 今生來世，何其有緣

十四日，於桃園第二場授證暨歲末祝福典禮，上人談到

桃園聯絡處在二十多年前（一九九四年）成立，是在一栋大樓的二個樓層，從小小的空间蓬勃發展，慈濟人愈來愈多，現在已經有桃園靜思堂與八德靜思堂。無論空間大小，每一處社區道場都是慈濟人家。『各人的小家庭，是一生一世的家；靜思堂是生生世世的慧命之家，慈濟人在這裏增長慧命，在這裏發心立願，在這裏成就道業，共同成就菩薩道。』

上人表示，自己一向注重《無量義經》，因為它是《法華經》的精髓，字字句句都是菩薩法的精神要義。「用心聞法，聽入我們的心來學做人；做人成功，才能成功做菩薩。用心就不困難，不用心才是真困難。」

談到十一月十二日來到桃園八德靜思堂，「從門口一路往裏面走，進去就看到『慈濟人合和互協，共同一心莊嚴道場；即使師父沒有來，弟子們敬師如師在，大家那分敬愛師父的心，就好像師父時常與你們相伴，你們都很用心地分享心得。菩薩雲集，每一位都是人間菩薩，每一位的心得就是法。」

斷有慈濟人跟著師父的脚步走，隊伍浩蕩長。」

「現在又常聽到你們唱著：『生生世世誓為佛教，心念念誠為眾生』，總而言

積善之家有餘慶  
自北半球進入冬季，氣溫降低以後，新冠肺炎確診病例攀升，全球疫情愈趨緊張。上人來到新竹聯絡處，在上午的新竹區第一場授證暨歲末祝福典禮中，提醒大家持續做好防

企業家除了本身投入，也帶領其公司員工一起當志工，一個區域接著一個區域去付出。菲律賓慈濟人現在的救災工作很沉重，真的很辛苦。」

上人說，慈濟人從馬尼拉到幾個重災區，距離遙遠，交通不便，還有一個離島向慈濟發出求援訊息，表示島上災情非常嚴重，希望慈濟人給予幫助。「要到這個離島，不僅要乘車還要搭船才能到達，動輒十多個小時的交通時間，慈濟人仍然不辭辛勞前往幫助。」

上人不捨菲律賓慈濟人長途奔波忙碌，並藉以教導大家，平時就要不斷地呼籲、招募人間菩薩，讓投入慈善工作的人更多一點，若有無常災難，即可就近、快速展開慈善行動。再者，社會上的愛心人密集，人人心中有善念，以行動造福，會聚合一股清淨的福

## 福人居福地

《農十月·初一》

11 / 15

**【靜思小語】**社會上有愛的人密集，聚合成「福氣保護膜」，能阻隔災患惡氣。

疫，最重要的是保持虔誠心，人人心中有愛，願意救災救苦，讓社會平安。

菲律賓慈濟人正在天鵝颱風災區推行「以工代賑」，帶動居民清掃環境。「慈濟要讓受災的居民有工可做，所以帶著他們打掃，清理完成以後，

氣，像一層保護膜一樣，能夠隔離災患，阻絕衰敗的惡氣進入，這片土地就是福地，福地福人居，福人居福地。

### 安定災後的民心

「常常看到慈濟人賑災時煮熟食、做香積，一道道菜做好以後，還未開飯之前，為防蚊蠅沾染，就先用保鮮膜將食物保護好；人間也需要福氣的保護膜，只要臺灣民眾發揮愛心、智慧，就像一層膜一樣，保護著臺灣平安。」

下午舉行新竹區第二場授證暨歲末祝福典禮，上人說，全球慈濟人就地募心募愛，取於當地、用於當地，但是在賑災時皆對受助者表示，慈濟來自臺灣，引導受助者感恩、祝福臺灣，這也是一股保護臺灣的力量。

弱勢、貧苦民眾感受到慈

還要紓困發放，補助他們的生活。這幾天菲律賓慈濟人很忙碌，除了帶動清掃、發放，志工也在路邊煮熱食，讓大家不會餓肚子。」「慈濟人不是只在旁邊看他們打掃，而是穿起雨鞋，和他們一起走上街去打掃。多位

濟人真誠的愛與溫暖的關懷，也會讓災後的社會民心安定下來。要照顧好人心，就要合人類的愛心力量，為貧苦無助的人安心、安身、安生。上人提及慈濟「竹筒歲月」的精神與募集愛心的做法，由全球慈濟人帶到世界各地運用，鼓舞人人天天發一念「要救人」的善心，日日付出一點點力量，就地帶動善的循環。

「想要求得社會平安，要將人人的愛心會合起來；無論是富有或貧窮，人人隨著各自的因緣果報而有此生的境遇，但是現在要為未來創造好的因緣果報，富有的人要付出，窮困的人更要把握機會造福。」上人教慈濟人更加用心邀約大眾同行善事，照顧好發心捐款的會員，一定要讓會員知道慈濟最近的訊息；法親之間更要相互疼惜，合和互協，菩薩道上共精進。

之，師父走到哪裏，你們就要跟到哪裏。我們一定是過去在法華會上結了好因緣，所以這輩子師父讀《法華經》、講《法華經》，力行法華菩薩道，大

家也歡喜聆聽、傳承《法華經》，並且身體力行，跟師父步步向前走。今生、來世，我們心連心、志傳志，心志永不移。」

11  
16

《農十月·初二》

# 心靈滿足不起貪念

【靜思小語】傷殺動物求美味、喜新厭舊多浪費，皆因貪念使然，隨

欲犯錯。

## 將生命用夠本

上人於桃園靜思堂與桃園合和互協組隊座談，並透過網路視訊「行腳」至龜山區佳治環保站，繞看環境。上人對環保站裏幾位八、九十歲的老菩薩說：「大家都很健康，而且將五十歲存入『壽量寶藏』

之後，都還很年輕，要將生命用得夠本，天天都很有價值。」

上人說，老人家每天在環保站做分類，動頭腦、動手腳，保持身體健康，而且智慧明看見人間疾苦，普施大愛於人間。

上人說，佛法教人要善解、包容，還要知足、感恩，心靈滿足就不會起貪念。就如飲食是為了維持生命健康，大體所出產的五穀、果菜，營養已足夠，健康就應滿足，不需要殺動物來吃。

又如現在科技發達，電子產品推陳出新，鼓勵消費。手上的用品還沒有毀壞，看見新產品就想要擁有，丟棄尚可使用的物品，造成大量垃圾，而製造商又再開發大地山林，取得原料以製造新用品，讓地球環境遭受更嚴重的破壞。傷殺動物求美味、喜新厭舊多浪費，皆因貪念使然，使得心永不滿足，而且求得愈多，貪念

朗；環保站還有發明家，能夠做出減輕志工負擔、壓縮回收物而節省堆放空間的壓縮機器，很令人讚歎！所以環保道場就是一個大研究學院，人人一邊做、一邊學、一邊發明，做得愈多，智慧累積得愈多，生命價值愈高。

結束連線以後，上人對在座的桃園慈濟人說，每一回行腳來到桃園，聽到大家分享法親關懷，雖然衰老臥病無法避免，但還是希望人人重視自己的身體健康，才能把握生命為人間付出；法親之間也要把握

腳來到桃園，聽到大家分享法親關懷，雖然衰老臥病無法避免，但還是希望人人重視自己的身體健康，才能把握生命為人間付出；法親之間也要把握

這一分緣，彼此多互動。  
上人勉勵慈濟人，精進心要更增長一點，不只是向人勸素、勸善，還要帶人走入佛法；自己精進，也帶動人人精進。唯有體會佛法，才能了解為什麼要茹素，不是只教人吃幾餐素食，計算累積了幾餐而已，因為其中有道理存在。

上人言，若是平常總說要發善心、立大願，為眾生、解救眾生，但審視自己的生活與行為，是否真的做到了？且不說為了口欲殺生食肉，僅是對

愈重，求不得即起瞋恚心，無明愚癡蒙蔽智慧，就更容易隨著欲念犯錯造業。並非要人揚棄便利的電子工具不使用，而是要珍惜物命、善用工具，說好話、傳善法，帶動大眾發揮愛的能量，做有益人間的好事。

聽入心，我也會覺得很榮耀。因為有這麼多弟子，聞法以後轉變過去迷茫的人生成為『覺有情』，身體力行菩薩道，這是讓我最歡喜的。」

上人說，弟子把師父的話聽入心、運用出來，而且人人合和互協，是對師父最好的鼓勵。「師父說法，大家聽了能夠受用，我才會覺得這麼說是有用的，會更有信心；而且我們有此因緣，共同生活在這科技發達的時代，我在花蓮說話，你們就可以透過網路視訊同時聽到，大家要彼此提醒、相互勉勵，菩薩道上共同精進。」

上人教大家惜福、惜緣，並且感恩家人支持自己天天早起精進，不論是先生支持太太，或是太太支持先生，都要相互感恩；聞法入心就要將法帶入家庭，讓另一半也能受用，成就完美的家庭。

聆聽師兄師姊分享聞法及讀書會共修心得，上人說：

「佛陀說法，就是希望眾生受用；師父每天對大家說話，也希望有益人間，若是大家願意



來到臺中靜思堂，上人將零錢投入可綻放的蓮花竹筒中。  
（11月17日）

苦報也要自己承受，所以我們要很謹慎。結了很多的好緣，天天都會很开心，人與人之間互動會很溫暖，否則天天充滿煩惱、無明，就苦不堪言了。——上人說，有社區道場，才有因緣聚合當地的菩薩力量；而道場要發揮良能，必須由人合和互協才能成就。在慈濟道場，沒有人說大話、誇海口，



**接引眾生，招呼菩薩**  
上人即將離開桃園，行前對師兄師姊叮嚀，談到道場的價值，在於能夠接引眾生、招呼菩薩；慈濟人有緣共聚，要惜緣，感恩有此空間做為道場，讓大家共修，而且同行菩薩道，提升生命價值。

上人來到位於高架橋下的新竹千甲環保站，志工們歡喜相迎；上人走到各空間探視，並且和老菩薩們親切互動。

（11月17日）

慈濟志業從無到有，要感恩過去，把握現在，才有未來。起初的幾位到花蓮與師父見面，就把慈濟種子帶回來，會合善因緣，就地帶動起眾多人間菩薩。感恩資深慈濟人過去開拓志業，但是不能停留在過去的境界，資深者也要有進步，不斷地招呼、培養後進，廣結菩薩緣。

「不論你們投入什麼志業工作，總是自己做、自己得，功德分分已獲；若是結了不好的緣、做了不好的事，苦果、

而是好人說好事，彼此鼓勵，共同往好的方向走；發現哪裏有缺點，也要真誠相告、提醒改進。聽到別人提醒自己哪裏沒有做好，要真誠感恩別人讓自己加強不足之處。

桃園的幾處社區道場，都是慈濟人的家，何況桃園有國際機場，海外慈濟人來到臺灣，若有需要休息、過夜而來到八

德或桃園靜思堂安單，這二個靜思堂就是他們來到臺灣第一個接觸的慈濟道場，也是他們的家。上人請師兄師姊照顧好社區道場，照顧好自身威儀，用耐心、愛心接待與陪伴，讓海外法親、貴賓對臺灣、對慈濟留下良好的第一印象。

一念愛心，一生無量

新竹慈濟人聯誼會中，新竹師兄師姊分享社區慈善帶動、長者法親關懷、社區關懷等。上人開示提及上午至千甲環保站探視環保志工，很讚歎志工們能在如此吵雜的半露天空間安然做分類。全臺各地環保志工皆是如此天天辛勤付出，只為了保護地球環境。

「在座大多數的菩薩們都

## 溫暖的菩薩道場

【靜思小語】真誠感恩彼此提醒改進，相互鼓勵走往好的方向。

11  
17



關心、投入環保，所以我們要相互道感恩，有彼此的付出，讓我們的社區更乾淨，讓地球更健康，能夠維持更久。保護地球的是人，破壞地球的也是人，現在世間四大不調的災難愈來愈嚴重，還有疾疫蔓延，災難臨頭，我們真正要有覺悟。」

「每天看著全球訊息，總是感恩臺灣平安有福；臺灣平安，是因為臺灣民眾有愛心，

放亦未停步，已發予十五萬二千八百八十二戶次。上人日日關心菲律賓慈濟人的賑災情形，十八日，於臺中靜思堂與菲律賓慈濟人視訊連線。

十一月十四日於馬尼拉大都會區的馬利僅那市啟動馬蘭代里的以工代賑，發生一些插曲，在發放代賑金時，有些未在名單中的民眾包圍志工，想要爭取代賑金，團隊花了近二小時溝通化解。事後慈濟人並沒有放棄這個地方，十一月十七日，居民們看到志工又來以工代賑，非常歡喜和感恩，有位老太太對志工說，公道自在人心。

上人開示：「這一回你們真的很『幸福』！自從災情發生，你們快速前往重災區幫助受災戶，距離遠的天鵝颱風重災區急難救助告一段落，就將力量回歸大馬尼拉，就近集中志工人力投入梵高颱風淹水災

樂於付出助人，為臺灣覆上一層福氣的保護膜。期待人人要有『信』心，要發『願』，而且身體力『行』，多招呼大家發揮愛心，共同做好事。」上人教師兄師姊多多招募長期捐款的慈濟會員，每個月的小額捐款，可以讓他們時時發好心、立好願，在心中種下善種子，並且與慈濟委員多接觸，多了解慈濟訊息，再由他們邀約親

區，師父很贊同你們的想法和做法。」

上人說，馬尼拉是大都會區，經濟活動集中，趕緊將受災地區清掃完成，以使經濟復甦是很重要的；待大馬尼拉災區的急難救助告一段落，就可以規畫在亞眉省重災區的中長期援助。

上人讚歎菲律賓慈濟人具有耐心與勇氣，遇到境界能夠沉穩面對，化險為夷，皆大歡喜；這麼長的時間，承受著很大的壓力，仍然一心要助人，用柔和善順的態度為他們付出，實在是難能能行、難為能為，很了不起！

得到居民一句「公道在人心」，師父則要說「路遙知馬力」，這次賑災對菲律賓慈濟人來說是一大考驗，過程中讓人看出師兄師姊的慈悲與智慧，這也是一次大教育，是真實的菩薩行。

「師父出門行腳，走到各地都教大家為菲律賓祈禱，期待菲律賓一波波的災難，可以重災輕受；只要大家的心會合起來，重建的路應該更好走。因為防疫限制，臺灣慈濟人無法到菲律賓支援你們，只能就地凝聚愛心，隔海為你們加油；希望你們也要為彼此加油與鼓勵，把握因緣，帶動起更多人，增加力量。」

堪忍的功夫

上人與中區環保團隊座談，師姊展示志工用回收雨傘布做成的各式精美提袋。林秀蘭師姊是縫製提袋的環保志工之一，她的大兒子在今年四月因心肌梗塞往生，當時環保站正在縫製防疫布口罩，她怕影響團隊進度而沒有告知法親，默默地辦喪事。

路遙知馬力

菲律賓慈濟人分為多條路

## 知、識、行

11  
18 ~ 19  
農十月 · 初四至初五

**【靜思小語】**成功的學校教育，是培養學生有為社會人群付出的志向與價值觀。

線，深入幾個遭受天鵝颱風與梵高颱風重創的災區，「以工代賑」帶動居民清掃街道；

另一方面，針對新冠肺炎疫情發生後，因防疫隔離而失業斷炊的居民，慈善紓困發

友共同行善，善種子就能從「二」生無量。

「人間菩薩大招生，只要一個人啟發一念愛心，這個人就是一顆種子，這顆種子做善事做得很歡喜，就會產生很多的種子。這是從『竹筒歲月』以來，慈濟募心募愛的精神方向，讓五十多年後的今天，我們能夠立足臺灣，為天下苦難而付出。」

層福氣的保護膜。期待人人要且身體力『行』，多招呼大家發揮愛心，共同做好事。」上人教師兄師姊多多招募長期捐款的慈濟會員，每個月的小額捐款，可以讓他們時時發好心、立好願，在心中種下善種子，並且與慈濟委員多接觸，多了解慈濟訊息，再由他們邀約親

事做得很歡喜，就會產生很多的種子。這是從『竹筒歲月』以來，慈濟募心募愛的精神方向，讓五十多年後的今天，我們能夠立足臺灣，為天下苦難而付出。」

蔡玉娥師姊在年幼時失聰，三十年前丈夫離家，她送

報兼差，獨力撫養三個孩子，並努力學唇語與外界溝通。玉娥師姊真誠發願：「我會認真地做環保，好好保護地球。」

李英嬌師姊的丈夫、女兒相繼罹癌往生，在法親關懷之下，她收拾悲傷投入環保，把環保站當成自己的家，走過最難熬的日子。

師姊們的人生遭遇，令聽聞者深感不捨。上人開示時對大家說，人生苦，苦在最愛的家人患病或發生事故，最為牽腸掛肚。娑婆世界是堪忍的世界，既然生來人間，就要訓練出堪忍的功夫；堪得忍苦，就可以行菩薩道，成為「覺有情」的人間菩薩。

「來到人間所面對的一切境界，都是因與緣會合而成，我們要承因，還要順緣，才會很吉祥。」

心，師志是行菩薩道，這是慈濟人共同的方向。上人勉勵，不只是自己學佛、行菩薩道，還要傳承給下一代，讓世世代代都有無私大愛，以愛為傳家寶；積善之家有餘慶，行善的家庭福有餘，會很吉祥。

### 佛法生活化

「每一個學校都有各自的教育方向，宗教學校也會給予學生宗教的方向。慈濟學校沒有特別傳授佛法，但慈濟教育一定要走在法脈宗門的方向。」十九日，教育志業主管同仁與董事們來到臺中靜思堂參與教育董事會，上人表示，佛教是智慧的宗教，尤其慈濟不談神通變化，而是強調佛法生活化，可以在生活中運用佛法，在人間淨化人心，讓年輕人在惡濁

愛是傳家寶

能消業障。過去所造作的一切，已經為此生種下了因，

讓我們的心掛念、難過——最親愛的另一半或兒女，發生了問題，每一件事都讓我們苦惱；過去種下煩惱因，此生因緣成熟，所以業障現前。幸好此生進入慈濟，懂得轉心境，提起善解心，將痛苦的心轉過來，保持堅定的道心；有好因緣進入慈濟，有慈濟法親相伴，而且聞法入心，『有法度』自己的心，撐過辛苦的日子。承因順緣消業障，用法轉心除煩惱，還能投入人間為大眾付出，這就是聽法、學法的好處。

上人讚歎環保志工認真做資源回收，讓回收物再造新生命，是化無用為有用；而慈濟人聞法入心，能將人生煩惱轉為利益人間的智慧，是化煩惱為菩提。

「完整的愛，不是只有行善付出，還要護生，素食、齋戒就是護生的行動——只要人們少吃肉，就少飼養、少殺生；人人茹素，就沒有動物會因為人的口欲而喪生。素食要從『我』做起，從你我的我、他的我、我的我，天下人的『我』會合起來，成為天下共同的『大我』。」

午後，舉行中區第一場授證暨歲末祝福典禮，有一千七百多人參加。上人教人人用「大我」的寬廣心胸看待天下眾生，自然具有「人傷我痛，人苦我悲」的同理心，不忍眾生受苦難，所以伸出雙手去扶助苦難人。

慈濟人共同一心，就是「佛心」；同一個志願，就是「師志」。佛心是大慈悲，

的社會風氣中不至於迷失方向。

上人強調教育不只傳授知識，還要引導學生提升智慧。若是只給予知識，沒有引導判斷是非善惡的智慧，很容易讓孩子用知識追名逐利而行偏踏錯。無論選擇哪一個科系，學生都有「利益人間，為社會人群而付出」的志向與價值觀，才是成功的教育。

慈濟教育要與慈善、醫療、人文志業「四大合一」，上人指出，四大志業也要有慈善精神，教育要重視慈善，應慈善的需要而發揮教育良能。像是一些國家的居民長久貧苦，缺乏教育資源，教育志業可以和慈善志業合力，協助補充教育資源，提升其教育水準。臺灣的慈濟學校，也要讓學生了解全球現況，宏觀天下，培養開闊的眼界

與胸襟。

「要讓學生了解人生的目標與意義，能夠以宏觀的精神服務人群，這是我對教育的期待；無論如何因應時代而有多元教育，有一個永遠不變的教育就是愛，否則脫離了真誠無私的愛，學習成績再好都沒有用。」上人指出，要達到此一教育目標，就要信、願、行——要有堅定的信心，相信方向是正確的；了解人間的需要，從而發心立願；用愛心、願力身體力行。若是口頭發願卻不去做，有認「知」、有「識」，卻不去「行」，學習再多道理都沒有用。

上人期許各校老師都是教育的「覺有情人」，也就是以教育為職志的人間菩薩，無論面對什麼樣的境界，都能堅定地朝著正確的方向信、願、行。

11  
20  
21

《農十月·初六至初七》

## 做好事不用等

【靜思小語】節省點滴捐出，援助苦難無數，人人都有無量功德。

### 菩薩道就在眼前

二十日，臺中港區慈濟人分享法親關懷。上人說：「一年一度歲末祝福，這一回師父是很努力，抽力拖命走出來的。不過，也真的是愈久沒有出來，看到老人變多了。時間過得很快，我們既知無常，而且年齡不斷增加，要感恩生命的過去，更要利用生命的未來。」

「過去，我們有因緣，看了不少人間事，也做不少利益人間的好事，走入慈濟真的有福！有福的人生，我們更要把握，有做才有福；若沒有付出，徒

具慈濟之名，沒有慈濟之實。」

「佛陀教導慈悲喜捨，教導我們力行菩薩道。回顧過去，我們有看到苦難眾生嗎？看到了，我們有付出嗎？『如人飲水，冷暖自知』，自己的生命到底發揮多少價值，還是自己最了解。希望大家要把握生命時間，有做有得，分分己獲。菩薩道還可以做得更好；大家要相互勉勵，不要中途放棄。」

### 慈悲喜捨真布施

慈濟援助的防疫物資，在

濟，所以大家不需要等到生活經濟變好才做好事，當下就能付出行善。」上人說，受助的菲律賓居民總是踴躍響應「竹筒歲月」，這些年來也有不少受助者成為慈濟志工，有些已經是受證的慈誠、委員。

慈濟人在海內外做慈善，同時向大眾募心募愛，發現貧窮的人反而樂於捐獻。上人指出，許多人的心態是「有一缺九」，永不滿足，既然覺得不滿足，就難以付出；貧困人樂於「有十捐一」，雖然擁有的少，但是因為知足，願意在不影響生活的情況下付出助人。

上人遂言，「慈悲喜捨」不只是文字名相，而是很重要修行功夫；慈濟法門實踐了慈、悲、喜、捨。「慈」是無緣大慈，「悲」是同體大悲，無私付出就是「捨」，而且捨得很甘願、很歡喜，才是真正布施。

具慈濟之名，沒有慈濟之實。」

慈悲喜捨真布施

十一月十九日送抵希臘，慈濟關懷的國家地區也因此增加到一百一十九個。中區第二場授證暨歲末祝福典禮，上人說，滴水成河、粒米成糲，慈濟在海內外發揮的慈善力量，都是由每一位愛心付出者的每一分力量匯聚而成的；只要觀念一轉，在生活中節省一點點，就可以幫助這麼多國家的這麼多苦難人，付出的人都有無量功德！

「多年以來，菲律賓慈濟人在賑災或慈善發放時，都會分享『竹筒歲月』，慈濟剛開始就是在克難的情況下做救

同道、同志願，就能延續靈鷲山上共同聞法的因緣，生生世世會合大力量，在濁惡的世間度化眾生。

與臺中慈院醫療團隊座談時，上人說，上午的歲末祝福典禮，慈院主管同仁經藏演繹，動作整齊，讓人看見合和互協的慈濟人文之美；下午的醫療科報告，每一位所分享的都是搶救生命，驚心動魄的畫面，讓人隨著醫師們述說的驚險過程感到緊張，聽到團隊盡一切努力，讓病患重拾健康，亦同感欣喜。

上人提到神經科郭啟中醫師報告的十六歲護校女學生，去年上體育課時跑步猝倒，一度心臟停止，急救後勉強恢復心跳、血壓，經診斷為可致死的心室性心律不整疾病，由於發病過程導致缺氧性腦病變且有呼吸衰竭現象，女孩出現認知及運動功能障礙，飲食需透



曹美英老師退休後投入慈濟二十餘年，在南投積極帶動「社區親子成長班」和「大愛媽媽成長教室」。  
（攝影／鍾素璋）

上人開示：「曹老師是師父的好弟子，我不捨，但又奈何呢？人生自然法則，人人各隨因緣而來，無法預知生命長短。曹老師從一九九八年投入慈濟，是很精進的教聯會老師，到了人生最後，心心念念要跟師父走。『五百年前師度徒，五百年後徒度師』，她先我而去，將來會先回來幫我鋪路，等我再來，就會有一條平坦的路可以走。無論是師度徒，還是徒度師，我們有志一同，所走的還是同一條路。」

「未來的慈濟世界，要由大家共同承擔，世世代代不斷傳承、接棒。最近常常聽到慈濟人說：『師父，我們不能沒

體不適，打起精神繼續帶動大愛媽媽，不久之後病情急轉直下，病篤時法親前往醫院探望，她說：「做慈濟，永不後悔。」曹老師於十一月十一日往生，捐贈大體成為無語良師。

上人指出，慈濟志業是凝聚慈濟人的無私大愛所成就，人人付出無所求，而且滿懷感恩，做得法喜充滿，人生充滿價值。「有生命才能付出，能夠付出的生命才有價值。否則只是生在人間消耗資源，徒然造業，來生又再帶業而來，就不一定是生而為人了；即使得人身，也沒有因緣造福人間，或許就要生在受苦受難的人群中。」

上人勉勵大家，把握因緣造福，還要邀集人人的力量，合每一個「小我」成為「大我」，朝共同的方向努力，就有足以翻轉苦難的大力量，讓苦難人間成為快樂天堂。

二十二日，中區第四場、第五場授證暨歲末祝福典禮舉行；南投慈濟人來到臺中靜思堂參與，人品典範曹美英老師，原本任職南投國中，以前在學校是很嚴格的老師，投入慈濟以後，變成孩子口中慈祥的老師。曹老師在南投成立大愛媽

### 做慈濟永不後悔

**【靜思小語】**堪得起磨練與切磋，成為愈磨愈亮的寶石，而不是愈磨愈損的粗石。

## 甘願承擔

《農十月·初八至初九》

11  
22  
23



過胃造口灌食。慈院神經科在女孩發病後半年接手治療，郭醫師為她做完相關檢查，後續接受高壓氧治療共十八次，加上復健科的物理及職能治療，並且用植入式體內去顫器預防再出現心律顫動，女孩恢復良好，重新看見人生希望。

「十六歲而已，假如不救

她，這個孩子可能終身臥床了。她現在逐漸恢復，已可以表達溝通；這就是醫療的價值，也是從醫者生命的價值。每一位大醫王的生命，不斷地發揮搶救生命、守護健康的良能，具有至高無上的價值！」

今年臺中慈院有六十二位主管同仁受證成為委員或慈

誠，上人欣慰表示看見希望，也從大家的分享聽到真誠的同心；相信全院同仁不只在醫療工作上同心、同道、同志願，而且都具有慈濟人文精神。期待在全院主管同仁的努力之下，能將這分精神傳續到未來，長長久久地展現慈濟醫療之美。

媽教室，由此帶動出數十位慈濟志工。

今年二月，曹老師發現罹患胃癌，但她不願時間空過，心心念念都是做慈濟；克服身

讓菩薩種子從『一』生百千萬。」

## 不忍眾生受苦難

二十三日，與南投慈濟人座談，上人說，許多南投慈濟人都是務農維生，「磨手皮」

辛勤工作，慢慢地累積慈善捐款而圓滿榮董，這分心意很令人感動；最感恩的是大家真誠關懷、幫助窮困或殘疾孤老家庭，就如剛才從簡報看到的居家關懷清掃行動，大家走入如同經典所說的糞尿地獄中，堪忍一般人難以忍受的髒臭，把垃圾清出，並且用力刷洗、清理，讓房間、衛浴恢復乾淨整潔，所秉持的就是要為眾生拔苦的菩薩心。

「雖然事先穿好防護衣物，也做好心理準備，但實際面對仍是會害怕；然而還是要做，以一念清淨無染的愛，清理外在環境的污染，同時淨化了自己內心的污染。」上人說，菩薩道在人間修，也要在

人與人之間相互磨練與切磋，要成為愈磨愈亮的寶石，不要變成愈磨愈損的粗石。

「本來我們不必這麼做，但是為了愛，很甘願地打開了我們的心，克服懼怕與排斥的心理，接受這個環境的磨練；清掃之後，環境亮麗了，我們的心也清淨了。」

上人肯定大家發揮「覺有情」的菩薩心，把普天下的孩子當成自己的孩子，把年齡差不多的人，當成自己的兄弟姊妹，所以不忍心看到他們受苦難，願意克服內心障礙而勇於承擔，真的很不簡單！

人間菩薩覺有情

中區第六場授證暨歲末祝福典禮中，人品典範見證分享者是今天受證慈誠的劉邦洲師兄，曾經犯罪入獄，出獄後，在慈濟人的陪伴與關懷

中區第六場授證暨歲末祝福典禮中，人品典範見證分享者是今天受證慈誠的劉邦洲師兄，曾經犯罪入獄，出獄後，在慈濟人的陪伴與關懷

接引迷中人，覺中度迷，就是「覺有情」的人間菩薩。請大家都發心立願，當「覺有情人」，度化苦難眾生，這即是佛陀說《法華經》的主要目標。

下，努力工作賺取生活所需，並參加環保、訪視、香積、讀書會。

劉師兄的改變，讓原先懼怕他，不願意原諒他的前妻和孩子，漸漸願意重新接納他。因為以往的酗酒、吸毒及嚼檳榔等惡習，他的口腔黏膜受損，甚至出現癌前病變；因為心中有法，劉師兄明白這是因緣果報，願意以懺悔心及歡喜心面對病痛，並更用心走慈濟菩薩道。

上人開示，佛陀成道後說法度眾生，且視眾生根機而說種種方便法循循善誘，最終接引人走上菩薩道。劉師兄曾經無明犯錯而接受刑罰，然而他也帶著善因緣而來，得到慈濟人的關懷與輔導，轉迷為悟，再去接引迷中人，覺中度迷，就是「覺有情」的人間菩薩。請大家都發心立願，當「覺有情人」，度化苦難眾生，這即是佛陀說《法華經》的主要目標。

## 相取心在菩薩道

【靜思小語】生死無可逃避，心靈不要迷失，明明覺覺、清清楚楚，來來去去都在菩薩道。

11  
24  
25



《農十月·初十至十一》

### 感同身受就會用心

二十四日，中區慈濟人醫會紀邦杰醫師等人報告義診狀況，範圍涵蓋苗栗卓蘭、南庄、臺中新社、外埔康復護理之家、南投移民署、陳綱兒少家園、基督教阿尼色弗兒童之家、彰化人安基金會、老人養護中心、臺東創世基金會、仁愛之家、慎修養護中心；並分亨往診關懷的個案故事。

觸苦難人，一定都會生起不忍之心，思考用什麼方法救助他們脫離苦難。「我不是醫師，但是我的心與你們一樣，感同身受病人的苦；我們共同一心，所以用心盡力，要為苦難人拔苦。大家義診時會帶著醫療儀器出去，而且設備愈來愈精密，為病患提供更好的治療；也因為體會病患的苦，所以也帶著洗澡機要為他們洗澡，真的很用心！」

上人開示，大家平時在醫療崗位及慈善義診的過程，都能體會人生最苦莫過於病；接

上人肯定人醫會舉辦讀書會，讓大家更深入了解佛法，而且了解慈濟為何能在五十五

於中區第七場授證暨歲末祝福典禮，上人聽到師兄師姊分享參與讀書會的心得，於開

示時欣言，弟子們不只在晨間「薰法香」，還願意讀書，並且彼此討論、分享聞法與讀書的心得，這是好現象，表示人心願意親近佛法，時時用法水洗滌煩惱無明；人心清淨，社會、世間也就清淨了。

上人不捨提及曹美英老師，直到人生最後心志不改，發願生生世世跟著師父走，也相信她已經應緣而生，很快就會回到慈濟大家庭，接力鋪路、開道，等著師父去而再來，在菩薩道上相聚。「人生總是很難以圓滿，人間就是來來去去、去去來來，最重要的是心靈不要迷失，要明明覺覺地來，清清楚楚地去，都在同一條道路上，要乘願再來人間。」

上人說，生、老、病、死的自然法則，要坦然面對，不要逃避，也無可逃避。慈濟世界裏有許多年幼的孩子，都很懂事、很精進，會跟著大人做

出花樣。現在要看到這個景象是很困難了，這分手工藝可能也隨著老一輩人消失，所以我一直期待這麼美好的手工藝不能消失，要傳承下去。」

看到蘭草編的棕串，上人說，以前到了端午節，家家都會綁粽子，現在這分節日氣氛也淡薄了，大多數人已經不會綁粽子。期待綁粽子的功夫也要傳承下去，即使非節日，平

環保、做慈濟，還有孩子早起「薰法香」，將道理述說得清楚分明，把握機會向人勸善、勸素。相信他們都是去而再來的慈濟人，過去就在慈濟世界中，此世很快就回歸慈濟家庭。

「看到這群孩子，更加相信佛陀所說的因緣果報——種如是因、結如是緣，就會得如是果、如是報。這一群孩子發心再來，開始成長，而老一輩的也會安詳而去；待孩子們長大，承擔起法脈宗門的責任，等我們再來、再接棒，慈濟的精神思想會愈來愈成熟，慈濟的世界愈來愈鞏固。」

上人鼓勵「遍地開花」讀書會，不限開出幾朵花，只要大家共聚精進，不談是非，專心分享佛法，可以盡量在社區多帶動。讀書會也是為佛法開一道門、鋪一條路，接引大眾、淨化人心。感恩大家用心

時也可以運用各種材質做小巧的手工藝品，可與非華裔訪客結緣。「這是國外沒有的，師父拿你們編的小粽子送其他國家的訪客，他們都很歡喜，所以老菩薩要繼續加油、繼續做。」

師兄師姊們運用相思豆製作的各式小藝品，上人也經常拿來與各國慈濟人結緣；慈濟人稱相思豆為「想師豆」，尤

用愛走入大藏經，而且將佛法身體力行，表達出來。

**美好手工藝不能消失**

二十五日，中區第八場授證暨歲末祝福典禮，港區蘭草團隊分享「蘭草香，故鄉情」，帶著各式蘭草編織作品上臺展示。有師姊表示小時候就編過蘭草，很高興有此因緣，可以和這麼多人一起編蘭草；有師姊分享在編織過程靜下心來，不再想東想西，忘記了煩惱。

上人開示：「剛剛上臺的老菩薩們，看到她們的巧工、良能，我就心生歡喜；她們送我的蘭草藝品，我拿在手中，回憶起小時候，每一天出門上學、放學，沿路可以看見婦女坐在前埕編斗笠，即使眼睛看著遠方或坐在對面的人，手上的動作很快、很流暢，每一行、每一行都不會編錯，還可以編

其海外慈濟人無法時常親近上人，遂藉以寄託想師之情。上人言，以種子藝品與人結緣，亦有「一生無量」之寓意，一顆種子若是播入土中，水分、陽光、空氣等周圍因緣具足，就能萌芽茁壯，又能開花結果，產生無量種子。大家投入巧藝勞作，不只是傳承傳統技藝，也能藉此方法接引人走入善道。

## 為下一代負責

11  
26

〔農十月・十二〕

【靜思小語】人生如同登山，登頂還是要下山；一代要牽著一代走對的方向，代代傳承不息。

真誠懇切，發自內心

橫跨老、中、青世代的中

區慈濟人，帶著小小幼兒前來與上人談話，並且發心立願。上人欣言法脈宗門代代傳承不

息，最重要的是發自內心的懇切與真誠而發心。「自從發心，就要把握當下這一念，對準方

向去做；無論何時回顧，若都沒有偏離初心，就要自我感恩，感恩自己做到了當初的發願。」

「要弭平災禍，唯有淨化人心，凝聚人人的真心誠意，讓虔誠的心聲上達諸佛菩薩。」

大人怎麼教，他們就怎麼學。小菩薩們會唱也會比，聲音、動作很合齊，展現出天真無邪的赤子心。看著他們從臺上順著臺階，一層一層地走下來，到最後頂禮，脚步很穩定。」

「孩子很純真，家長要一直帶著他們走對的方向，而且時常與他們解說道理，他才能清楚：現在在做的是什麼事，面對的是什麼樣的人，要學習的是什麼道理，讓孩子能真正認識人、事、理，否則只是當唱歌跳舞一般，經藏演繹過了也就過了。請大家要為下一代、為未來的社會人間負責，做真誠的教育。」

### 成就好事，幸福人生

中生代慈濟人承先啟後，勇於承擔。中區慈誠委員聯誼會中，中生代師兄師姊們分享社區深耕關懷，以及帶動後進、培養人才。上人開示：「看到了年輕人發心立願，我心安，我放下了！因為我最放心不下的，就是後繼無人。時間過得很快，臺中慈濟人早期是在宏師父（達宏法師）的道場裏聚會，那時候大家都還年輕，孩子還很小，現在大家的孩子已經成家立業了。」

「彼此要珍惜因緣，年長者的資深菩薩要陪伴、帶動年輕者；對於同輩的法親要互愛、提攜，何況孩子，都要用愛陪伴與帶動。資深者不要懈怠，人人各有專精、都有能力，可以在不同領域發揮良能。」

「時間不斷地累積，讓孩子長大成人；對我們來說，也是每一秒鐘不斷地帶走一切。人生如同登山，從山下爬到頂峰，達到最高處，還是要下山來；一代拉著一代往山上走，也是一代跟著一代下山。生、老、病、死都是人生的自然法則，而且今生是帶著過去生作的因緣而來，有何境界現前，都要坦然承受。」

「聽到羅居士（羅明憲師兄）和明華（鄭明華師姊）都提到，他們剛認識師父的時候，就知道師父身體不好，撐著病弱的身體在做救濟。從過去到現在，確實都是很『幸福』的人生；你們跟著師父做慈濟，積極投入，也做得很幸福，但是要很感恩，感恩我們這麼幸福地投入，費盡心力、流汗付出，為大地眾生成就了這麼多好事，這段生命才有價值，真正是幸福人生！」

## 養成好習慣

11  
27

《農十月·十三》



**【靜思小語】**養成行善的習慣，長存造福的善因。

上人說，資深慈濟人早期用心耕耘，「幸福」付出，才有如今造福天下的慈濟；看著師兄師姊用影片、相片回顧中

區志業發展足跡，聽著資深慈濟人談自己投入慈濟的人生因緣和心路歷程，上人說，這些寶貴的歷史資料，都是許多慈

濟人用生命時間一分一秒累積而來的；慈濟歷史裏有大家的生命足跡，慈濟歷史也是大家的生命歷史。

### 激發生命能量

即將離開臺中往北行，上

人晨間與臺中慈濟醫院主管同

仁及臺中慈濟人談話時表示，

人生相聚即有別離時，生離死別都令人難捨，但是再難捨還是不得不捨，尤其生死是自然是

到慈濟人報告某位法親往生，

雖知這是一定要經歷的過程，但是想到以後再也看不到這些貼心弟子，亦是感傷。

聽到很多人總是因為愛而難以割捨，「愛別離」真是苦；人生八苦當中，與醫療最密切的就是病苦。上人說，若是聽到有人無病無痛，突然間就往生了，都覺得這就是他的福，因為其人生不需要承受病

苦；或是久病纏綿於床榻，突然間往生了，這也是解脫。此生因緣已盡，自然地往生，就輕飄自在地再隨因緣至下一段人生；但若是自毀身體而亡，則是罪業深重，會很痛苦，如同深陷夢魘難醒覺，就在掙扎中墮落地獄。

「天天都要感恩我們的生

「剛才在法華坡道緩緩地走，我內心想著，福田志工每天擦拭法華坡道，一步一步上人從臺中靜思堂出發北上，首站來到民權舊會所，繞視臺中溯源館，一行人彷彿走回時光隧道。」

（11月27日）



「後來建了臺中分會，依然人氣旺盛，進到一樓大廳，道心就落實下來。臺中分會現在雖然已經移往文心南路的臺中靜思堂，你們還是常常在這裏共修。此地位處鬧市，車輛來來去去，你們還可以靜下心來繞佛、朝山，所以說一切唯心。何處是道場？鬧市中亦是道場，每一處慈濟道場都是一樣莊嚴、有道氣。」上人請臺中第二聯區慈濟人照顧、守護好這個「起家厝」。

大里靜思堂工程進入最後階段，正在申請使用執照，上人前往看視，並對大里師兄師姊們說：「從門外進來直接從法華坡道走上四樓，每一個空間都很寬敞，通風、採光都很好。你們很有福！大里的慈濟道場這麼莊嚴，更要精進。」

#### 啟發無量種子

接著來到清水靜思堂，上

就像在朝山；福田一塊一塊耕，無處不乾淨，這一片心靈福田乾淨有福。菩薩道要身體力行，如果沒有把握因緣行菩薩道，人生空過，也枉費這裏有如此莊嚴的道場。」

東大靜思堂主體建築已完成，內部尚未裝修，上人繞看園區環境；之後來到豐原靜思堂，志工與長照據點的長者們拿著巧藝編織品歡喜迎接。上人對大家說：「來到這裏，就感覺到回家了！老菩薩們手捧著紙編籃子，都是用他們的智慧、巧手，紙一條一條折，拼起來就是一個一個籃子。只要

有心，世間就沒有做不到的事情，就像學佛，只要用心、發心走菩薩道，菩薩成了，佛道就成了。」

人對在場的志工與鄉親們說：「清水的青青流水，讓我流過千重山、萬重水到花蓮去，現在繞了一圈，再繞回清水。看到大家的手工藝品，還有靜思堂展示的許多舊時用品，覺得很親切、很有故鄉味。」上人說，剛才看到老菩薩編草，聞到草香與「法味」，一枝蘭草編出「十二因緣」、菩提葉，有福、有慧，大轉法輪。

「我的人生因緣從清水開始，在清水出生、豐原長大，到花蓮修行，老來也要返回故鄉看看。鄉親、鄉親，人的心很親、很貼心。從最開始的一顆種子，乘風飛翔，再產生無量種子，擴展到現在，全臺灣各地都有靜思堂。我今天到臺中好幾個靜思堂，我都告訴當地慈濟人：『這裏就是家，人人要顧家。』現在到清水靜思堂，我也要告訴大家，這裏是

能做事；更要感恩我們選擇要做的都是好事。」上人說，醫師為人治身體的病，拔除身體的病苦，也要引導病患正向思考，鼓勵他們發心行善，激發其生命能量。

上人肯定在診間放置竹筒撲滿的做法：「你們幫助病人解脫身體的痛苦，還要再輔導他們發善心救助苦難人；不拘零錢多寡，所要培養的是一念真誠的善心，這一分心就是善因。久而久之，這一念『要救人』的意識長存，而且養成行善的好習慣，不斷地行善造福，生命就很有價值。」

上人說，醫療攸關性命，從醫者一定要有良知。醫師從讀書求學就是名列前茅的高知識分子，但不能只用知識牟利，必須提起智慧，運用醫療專業利益人群。「我很有福，每一所慈濟醫院的院長都很有心，帶領同仁們朝共同的方向

努力，讓慈濟醫療真正發揮守護生命、守護健康、守護愛的智慧良能，為社會人群而出。希望大家有志一同，把握因緣，治病同時勸善。」

#### 不枉莊嚴道場

來到位於臺中市的民權路舊會所，上人看視空間調整與布置之後，對在場慈濟人說，時過境遷，這次來看，已經和記憶中的舊分會不一樣了；各個空間「寸寸有法」，用心就能體會法。「最近師父常說，鋪平路也要開大道，臺中慈濟人最初就是從這裏開道、鋪路。剛才看到宏師父（達宏法師）與我合照，那時還很年輕，而且這裏只是小小的日式房屋，圍牆圍著，我在裏面講經，聽講的人從裏面坐到外面，還有人攀過圍牆，圍牆外面都是人。」

我們大家的家。人人有小家庭，而靜思堂就是人家的大家庭，要讓佛法在這裏興旺起來。」

上人來到新近完工的大甲靜思堂，師兄師姊們夾道歡迎；上人走入靜思堂，宣布大甲靜思堂啟用。「今天是第一次在大甲靜思堂停下來，一走進來就覺得很有深度，是讓菩薩勤行道的大道場。」

師父來到大甲，今天就是大甲靜思堂啟用日，所以為大

家祝福，人人要在靜思堂好好地學習佛法，行菩薩道利益眾生。」

**發源臺灣，克難邁步**

前駐巴拉圭周麟大使、前駐葡萄牙代表處林正惠代表、政大圖書館陳志銘館長及傳媒、資訊等專業人士來訪，與上人談話。

上人說，慈濟發源於臺灣，是應臺灣社會所需，在克難中邁出了志業脚步，和臺灣民眾一起走過各種艱難困苦，也和臺灣社會一起成長，發揮出援助國際苦難人的慈善力量；這五十五年的慈濟歷史，亦等同臺灣現代史，而且是由不同社會階層、不同生活背景的人，應不同的人間生態而付出，所寫下的真實歷史。要為慈濟整理這短短幾十年的歷史，不只要考證人、事、時、地、物，也要考據各階段的臺灣社會狀況與民眾生活型態。

慈濟應此社會背景與人間

生態，從臺灣而到國際間，並非刻意為之，而是佛法所說的「因緣」使然。就如慈濟在二〇一七年葡萄牙發生森林大火以後，受災農民生活無以為繼，當地人士向臺灣駐葡萄牙代表處求援，當時的王樂生代表寫信向慈濟基金會提報，於是歐洲多國慈濟人合力前往勘災、賑災。諸多因緣牽引，慈濟才能到這個沒有慈濟志工的國度，為需要幫忙的人親手布施。

「遙遠國度的人們有難，我們很願意去幫忙，但是一時之間要從臺灣遠赴不曾接觸過的國家，也有很多困難，所以是由鄰近國家的慈濟人去關懷，慈濟慈善關懷的力量，才能擴及一百多個國家地區。因緣環環相扣，許多事都要借重各方因緣才能成就，所以慈濟人總是付出無所求，還

要說感恩。」上人表示，慈濟

【靜思小語】有能力幫助苦難人翻轉人生，就有辦法改變自己；這即是自覺覺他的菩薩行。

人出自真誠的愛要為天下苦難人付出，但也要有付出的機會，所以只要得知哪裏有人受苦難，而且有機會去幫助，就會積極把握。

「這次出門，到北部、中部，在一場一場歲末祝福典禮中，聽到志工的分享，每一位都很用心付出，而且都會說：『感恩師父創造慈濟世界，讓我們有慈濟事可做，天天做得很歡喜、很快樂。』即使付出的過程很勞累，仍然滿心歡喜與感恩。」

上人說，慈濟志工的言行態度，讓人感覺到他們真誠善良的一念心，這一念心很值得做研究。所以才會希望做好「慈濟大事記」，統整慈濟的人、事、物，而且當前還有當事人可以彼此印證這些歷史事件和人物經歷；若是時日久了，人不在了，所說的數字與事物就可能出現

11  
28



《農十月・十四》

像植物種子一樣，一顆種子播入土中，可以發芽成長，再產生無量種子。」

苗栗慈濟人歡喜迎接上人來到苗栗園區，上人說，車子從外面進入園區，就覺得很开心，因為園區很開闊，有茂盛的樹林綠地；更歡喜的是看到人人合和互協，也祝福大家日日輕安歡喜、健 康平安。

走訪多處會所後，晚上七時許，終抵新店靜思堂。

誤差。故希望借重專業，把握時間共同成就數據匯整與史料統整。

### 守護心念，成就道業

上午進行北區第七場授證暨歲末祝福典禮，上人對大家說，十二天前，從臺北往南到桃園、新竹直到臺中，過了十一天再回到臺北來，到每一個慈濟道場與慈濟人互動，聽慈濟人分享，內心總有滿滿感恩，深深覺得師徒之間，是累生累世結來的因緣，而此時因緣聚合，在臺灣、在國際間「為佛教，為眾生」而付出。

上人表示，自己很珍惜這趟出門的機會，所以一路北上，就期待到每一個分會、聯絡處、環保站去看一看。到了每一處，與慈濟人歡喜相見，但也是感慨良多，歲月把人的青春年華帶走了，熟悉的慈濟人，頭髮

念、調伏惡念最好的方法，所以大家要認真聽法、學法，精進力行菩薩道。尤其很難得可以和這麼多志同道合的人間菩

白了、背也駝了。時間是不會留給任何人的，大家老了，師父何嘗不是呢？這就是自然法則，老了、病了，最後的就是脫體靈魂，輕無飄渺。

「我們不知此生如何而來，但是去時，從現在開始就可以篤定方向。假如天天心想好意、身行好事、口說好話，力行菩薩道，步步踏實不空過人生，而且走入人群，用佛法救度迷茫茫眾生，讓無明眾生也能成為『覺有情』的菩薩，我們當下就是菩薩。時時刻刻都在成就自己的心，時時刻刻都在成就自己的道業，也可以引導別人走向正向，這就是自覺覺他的菩薩行。這是最重要的人生大事，要用我們的生命去做到。」

### 下午進行北區第八場授證暨歲末祝福典禮，上人談及早

上有一群靜思書軒小志工前來，有的是「胎裏素」，很小的時候就跟著大人來到慈濟，

薩在一起，合力救助苦難人，幫助他們把苦難的人生轉為好人生；既然有辦法改變別人，當然有辦法改變自己，

自覺、覺他，終能修得覺行動。感恩臺灣有愛，人人聽了紛紛響應國際慈善援助，盡一分心力。知道捐出長年積蓄的人，生活並不寬裕，我就問，辛苦工作這麼久的儲蓄，要全部捐出來嗎？他們說：『師父放心，生活是人在過的。既然以前就過得去，未來同樣也過

現在十幾歲了，聰明智慧、身體健康。也有三、四歲的孩子，侃侃而談自己當書軒小志工，如何向人勸素，句句都是道理。』

### 「看到這群有福的孩子，

就會想到世界上許多窮困家庭的孩子，從出生就沒有遮風擋雨的房子可住，以天為蓋、大地為床，吃不飽、穿不暖，營養不良，手腳細細、頭與肚子大大的，這些孩子真苦啊！」上人說，為什麼這世界上有人會出生在平安富足的環境，在長輩呵護下健康成長，有人自出生就開始受苦受難？佛陀為眾生講苦、集、滅、道四聖諦，還有十二因緣法，都指出苦的來源是眾生的煩惱欲念，眾生要謹慎身、口、意，不要偏差造業。

上人說，若是心迷茫了，說出來的話就容易傷人，也會做出不好的事，所以要守護好自己的心；佛法就是守護心

11  
—  
29  
—  
30

《農十月·十五至十六》

## 活用經典

【靜思小語】最好的傳法，是將道理運用在日常生活中，讓法活躍起來，讓人人都有感受。

### 快樂付出，歡喜度日

二十九日，北區第九場、第十場授證暨歲末祝福典禮舉行。上人談及早年看到許多貧病苦相，雖然悲憫眾生受苦受難，卻無力救援，所以思考著：若是人人平時都能付出一

點點，久而久之匯聚人人的點滴愛心，也能及時解救苦難人。即使當時修行生活清苦，常聽自己講經的老菩薩、家庭主婦們也不富裕，仍然用日存五毛錢的方法，在克難中做救濟。

「菲律賓接連遭遇風災，災情很嚴重。我行腳到臺北，就對大家提起菲律賓的災難，

以及菲律賓慈濟人的賑災行動。感恩臺灣有愛，人人聽了紛紛響應國際慈善援助，盡一分心力。知道捐出長年積蓄的人，生活並不寬裕，我就問，辛苦工作這麼久的儲蓄，要全部捐出來嗎？他們說：『師父放心，生活是人在過的。既然以前就過得去，未來同樣也過



上人到內湖園區繞看環境，並探視環保志工，讚許景觀美人亦美，因大家都很殷勤、很用心，雙手曰忙碌在做環保、做好事，這雙手就是最美的手。 (11月30日)

得去。』我很感恩，也很讚歎他們的智慧，所說的話富有哲理。」

上人也提到出門前，精舍常住在當天中午的祈禱過後，

帶動同仁與志工投竹筒援助菲律賓。「精舍常住每個月有一千元的單金，以應生活中的

需要；然而他們在精舍修行、生活，少有需要用錢的時候，所以都把單金存起來，此時就能響應呼籲而捐出，這分為眾生付出的心很真誠。」

「他們的想法也和那些捐出長期積蓄的在家居士一樣，知道以前都過得去了，未來當然也可以過得去。常住的生活是一個大家庭的生活，我們可以自力『耕』生，靠自己的力量過生活，還可以快快樂樂地付出，歡歡喜喜地過日子；最重要的是精進聞法，信、願、行——相信佛法真諦，即發心立願，而且身體力行。」

### 治療」。

上人感恩國圖修復團隊，慶幸求救有門，方得以保存具有歷史意義的寶貴經典。每一個正信宗教都在傳揚世間的真諦，妥善保存、流傳經典，才能讓道理延傳於世間。人再長壽，總有那麼一天，但是像這部經書已經流傳五百年，破損了還可以修補；有經典在，就能將宗教的慧命留存。而慈濟維護佛教的經典，最好的方法就是活用經典；用實際的作為讓人了解佛法道理，就是最好的維修。

上人說，各宗教的精神理念存於經典裏，需要由人用心學習並傳承；最好的傳法是將道理運用在日常生活中，讓法活躍起來，讓人人都有感受。感恩慈濟人在社會人群中實踐佛法，人與人之間彼此關懷，這分愛由每一個人傳給許多人，不斷擴展開來，也讓佛

### 法不斷延續。

### 分秒流逝，日日精進

下午舉行北區第十一場授證暨歲末祝福典禮，土城和氣組隊分享林戶丸師兄的人生故事：師兄在一九八六年進入慈濟，隨即投入環保站付出，同修陳姿妙師姊也認同而加入，然而姿妙師姊在參加培訓那年病逝。二〇一二年的一場車禍，讓戶丸師兄腦部受傷，大部分的事都已經遺忘，之後休養了三年，又出現在環保站，在法親的關懷之下慢慢康復。

今年七十三歲的戶丸師兄雖然忘記了許多事，但做環保守護大地的記憶深植於心，每天不畏風雨，清晨五點多就搭公車到三峽園區做環保，他都在公車上說慈濟、募愛心。長期互動下，某位大德

深受感動，每次見到師兄就捐十元，請他代為投入園區的竹筒。

「他在臺上說話，我在臺下聽著，有慈誠菩薩在我身邊補充，說他天天都很精進，我聽了真的很安慰！他從認識師父到現在，做慈濟也做了三十多年；弟子年紀大了，師父也老了，時間帶走了一切，包括身體的功能，隨著時間分秒流失。每當一天過去，生命就又少了一天，所以要珍惜還能運用的每一天。」

上人請大家把握好因緣，不只是師徒間的因緣，慈濟法親之間都是好因緣，因為與「諸上善人俱會一處」，人人都無私付出、不求回報，而且真誠感恩的上善之人，所發揮的是清淨無私的至誠之愛。「你們的前後、左右坐著的都是活菩薩，法親之間要相互珍惜、尊重與敬愛！」

天下就是一個大家庭，人類共住在地球上，不分膚色、不分國籍，都是這個大家庭的一分子；天下家人有難，即發自真誠，匯聚力量而援助。上人期勉人人把握生命時間，發揮慈悲大愛，提升生命價值。

### 珍惜經典，流傳世間

三十日，國家圖書館《古蘭經》修復團隊拜會，說明胡光中師兄致贈之五百年歷史《古蘭經》手抄本修復進度，估計仍需一年半才能完成。

上人談到胡師兄將這部《古蘭經》呈給自己時，感覺它很珍貴、很有歷史價值，令人發自內心尊重。歷經五百年歲月，封面、內頁脆化破損，於是請國家圖書館以專業協助修復。「我是打從心裏珍愛、珍惜它，認為它需要修復也值得修復，才會把它送去『住院

靜思書軒  
日得拉店 Tel:60-4-9174567  
吉打店 Tel:60-4-7332567  
吉蘭丹店 Tel:60-9-7433013  
Gurney Paragon 店 Tel:60-4-2189311  
檳城洗腎中心 Tel:604-226 2601  
檳城店 Tel:60-4-2616561  
北海店 Tel:60-4-3331013  
怡保店 Tel:60-5-2551013  
彭亨店 Tel:60-9-5172013  
淡屬店 Tel:60-277 2599  
吉隆坡靜思堂店 Tel:60-3-62563888  
吉隆坡店 Tel:60-3-21447780  
Tropicana City Mall 店  
Tel:60-3-77311640  
八打靈店 Tel:60-3-78871013  
雪蘭莪店 Tel:603-79832190  
蒲種店 Tel:603-80805510  
巴生店 Tel:60-3-3324 8001  
芙蓉店 Tel:606-601 6431  
馬六甲店 Tel:60-6-2866470  
峇株巴轄店 Tel:60-7-4381013  
新山金山園店 Tel:607-5581814

新山店 Tel:60-7-5547703  
亞庇店 Tel:60-88-250626  
古晉店 Tel:60-82-251013  
**■ 新加坡 Singapore**  
新加坡分會  
TEL:65-6829958 FAX:65-65829952  
慈濟義診中心  
TEL:65-64758812 FAX:65-64758718

**■ 印尼 Indonesia**  
印尼分會 (Jakarta)  
TEL:62-21-50559999  
FAX:62-21-50556699/89  
TEL:62-21-50558889 (大愛臺)  
慈濟醫院 (Jakarta)  
TEL:62-21-50558890  
慈濟中小學 (Jakarta)  
TEL:62-21-54397565/70608949  
北干巴魯 (Pekan Baru)  
TEL/FAX:62-21-54397573

泗水 (Surabaya)  
TEL:62-31-8475434\*  
FAX:62-31-8475432  
錫江 (Makassar)  
TEL:62-411-3655072\*  
FAX:62-411-3655074  
棉蘭 (Medan)  
TEL:62-61-6638986  
FAX:62-61-6638986  
TEL:62-61-80501846 (大愛臺)  
FAX:62-61-80501847  
萬隆 (Bandung)  
TEL:62-22-2534020  
FAX:62-22-2534052  
巴淡 (Batam)  
TEL:62-778-257037  
FAX:62-778-450322/450335  
慈濟醫院 (Jakarta)  
慈濟小學 (Jakarta)  
北干巴魯 (Pekan Baru)  
TEL:62-21-98747666

**■ 汶萊 Brunei**  
馬拉奕 (Kuala Belait)  
TEL/FAX:673-336779  
**■ 斯里蘭卡 Sri Lanka**  
漢班托塔 (Hambantota)  
TEL/FAX:94 (0) 472256422  
可倫坡 (Colombo)  
TEL/FAX:94 (0) 112620133  
**■ 約旦 Jordan**  
安曼 (Amman)  
TEL/FAX:962-6-5817305  
**■ 土耳其 Turkey**  
伊斯坦堡 (Istanbul)  
紐西蘭 New Zealand  
紐西蘭分會 (Auckland)  
漢密頓 (Hamilton)  
TEL/FAX:64-7-8541496

## Tzu Chi Radio Programs

### 【大愛廣播節目時刻表】

慈濟廣播、大愛網路電臺  
電話：02-28989999 轉 1041-1043

#### ■ 金馬之聲廣播電臺 ■ FM99.3

真心看世界：週一至週六 2:00~3:00  
愛灑人間：週日 0:00~01:00

#### ■ 天南廣播電臺 ■ AM99

藍天白雲好時光：週日 21:00~22:00

### 【大愛網路電臺節目時刻表】

<http://daairadio.tw>

#### 【週一至週五】

00:00 週一：愛灑人間 週二：用心深呼吸 週三：站在時代的渡口（第一、二週）、笑談人生（第三、四、五週）

週四：藍天白雲好時光 週五：大愛知音

01:00 真心看世界

02:00 祕履足跡有聲版

03:00 慈濟的故事有聲版

04:00 藍天白雲好時光序品

05:00 大愛來點名

06:00 鐘聲若響

07:00 靜思妙蓮華

08:00 大愛晨間新聞

09:00 慈濟世界愛在洛城

10:00 週一：心的力量 週二：心蓮朵朵開 週三：

英文新視界 週四：聽見生命力（第一週）、真是桃

花園（第二週）、雲嘉大愛行（第三週）、愛在西拉

雅（第四週）、無盡智慧無盡藏（第五週） 週五：

慈濟世界愛在洛城

11:00 週一：心的力量 週二：心蓮朵朵開 週三：

英文新視界 週四：聽見生命力（第一週）、真是桃

花園（第二週）、雲嘉大愛行（第三週）、愛在西拉

雅（第四週）、無盡智慧無盡藏（第五週） 週五：

慈濟世界愛在洛城

12:00 週一：心的力量 週二：心蓮朵朵開 週三：

英文新視界 週四：聽見生命力（第一週）、真是桃

花園（第二週）、雲嘉大愛行（第三週）、愛在西拉

雅（第四週）、無盡智慧無盡藏（第五週） 週五：

慈濟世界愛在洛城

13:00 週一：心的力量 週二：心蓮朵朵開 週三：

英文新視界 週四：聽見生命力（第一週）、真是桃

花園（第二週）、雲嘉大愛行（第三週）、愛在西拉

雅（第四週）、無盡智慧無盡藏（第五週） 週五：

慈濟世界愛在洛城

14:00 週一：心的力量 週二：心蓮朵朵開 週三：

英文新視界 週四：聽見生命力（第一週）、真是桃

花園（第二週）、雲嘉大愛行（第三週）、愛在西拉

雅（第四週）、無盡智慧無盡藏（第五週） 週五：

慈濟世界愛在洛城

15:00 週一：心的力量 週二：心蓮朵朵開 週三：

英文新視界 週四：聽見生命力（第一週）、真是桃

花園（第二週）、雲嘉大愛行（第三週）、愛在西拉

雅（第四週）、無盡智慧無盡藏（第五週） 週五：

慈濟世界愛在洛城

16:00 週一：心的力量 週二：心蓮朵朵開 週三：

英文新視界 週四：聽見生命力（第一週）、真是桃

花園（第二週）、雲嘉大愛行（第三週）、愛在西拉

雅（第四週）、無盡智慧無盡藏（第五週） 週五：

慈濟世界愛在洛城

17:00 週一：心的力量 週二：心蓮朵朵開 週三：

英文新視界 週四：聽見生命力（第一週）、真是桃

花園（第二週）、雲嘉大愛行（第三週）、愛在西拉

雅（第四週）、無盡智慧無盡藏（第五週） 週五：

慈濟世界愛在洛城

18:00 週一：心的力量 週二：心蓮朵朵開 週三：

英文新視界 週四：聽見生命力（第一週）、真是桃

花園（第二週）、雲嘉大愛行（第三週）、愛在西拉

雅（第四週）、無盡智慧無盡藏（第五週） 週五：

慈濟世界愛在洛城

19:00 週一：心的力量 週二：心蓮朵朵開 週三：

英文新視界 週四：聽見生命力（第一週）、真是桃

花園（第二週）、雲嘉大愛行（第三週）、愛在西拉

雅（第四週）、無盡智慧無盡藏（第五週） 週五：

慈濟世界愛在洛城

19:45 週一：心的力量 週二：心蓮朵朵開 週三：

英文新視界 週四：聽見生命力（第一週）、真是桃

花園（第二週）、雲嘉大愛行（第三週）、愛在西拉

雅（第四週）、無盡智慧無盡藏（第五週） 週五：

慈濟世界愛在洛城

20:00 週一：愛灑人間 週二：用心深呼吸 週三：站在時代的渡口（第一、二週）、笑談人生（第三、四、五週）  
週四：藍天白雲好時光 週五：大愛知音  
21:00 靜思妙蓮華  
22:00 大愛夜間新聞  
22:30 真心看世界  
23:30 週一：心的力量 週二：心蓮朵朵開 週三：英文新視界 週四：聽見生命力（第一週）、真是桃花園（第二週）、雲嘉大愛行（第三週）、愛在西拉雅（第四週）、無盡智慧無盡藏（第五週） 週五：慈濟世界愛在洛城

**■ 週六、週日**  
00:00 用心深呼吸  
01:00 大愛知音  
02:00 慈濟世界愛在洛城  
03:00 心的力量  
04:00 站在時代的渡口（第一、二週）、笑談人生（第三、四、五週）  
05:00 藍天白雲好時光  
06:00 大愛來點名  
07:00 鐘聲若響  
08:00 靜思妙蓮華  
09:00 大愛晨間新聞  
10:00 慈濟世界愛在洛城  
11:00 大愛午間新聞  
12:00 大愛來點名  
13:00 大愛午間新聞  
14:00 大愛午間新聞  
15:00 大愛午後新聞  
16:00 大愛午間新聞  
17:00 大愛午間新聞  
18:00 大愛午間新聞  
19:00 大愛全球新聞  
19:45 大愛全球新聞

#### ■ 週一至週五

00:00 DaAi Headlines  
00:30 全球視野  
01:00 靜思妙蓮華  
02:00 立德路 2 號（週一）  
經典 .TV (週二)  
中醫出任務（週三）  
志為人醫守護愛（週四）  
行動現場（週五）  
02:30 草根菩提（週二至週五）  
03:00 大愛年度劇展（重播）  
03:48 大愛會客室  
04:00 人文講堂（週一）  
全球視野（週二至週五）  
04:30 法華經序  
05:30 靜思妙蓮華  
06:30 大愛晨間新聞 Live  
07:25 人間菩薩  
07:30 草根菩提（週一至週四）  
阿明來報喜環保站走透透（週五）  
08:00 DaAi Headlines  
08:30 志工早會（週一、週二）  
志為人醫守護愛（週三）  
中醫出任務（週四）  
行動現場（週五）  
09:00 高僧行誼  
09:15 高僧傳  
09:45 人間菩提  
10:00 大愛十點新聞 Live  
10:30 大愛經典劇坊  
11:18 人間菩提  
11:30 全球視野  
11:45 人間菩提  
12:00 大愛午間新聞 Live  
12:28 大愛年度劇展  
13:17 大愛會客室  
13:33 蔬果生活誌  
13:45 高僧行誼  
14:00 高僧傳（首播）  
14:30 經典劇坊  
15:15 大愛醫生館  
15:30 大愛午後新聞 Live  
16:00 大愛年度劇展（重播）  
16:48 大愛會客室  
17:00 小主播看天下 wow (週一)  
妙博士的異想世界（週二）  
TRY 科學（週三）  
哎喲喂急診室（週四）  
好朋友的故事（週五）  
17:30 草根菩提（週一至週四）  
阿明來報喜環保站走透透（週五）

18:00 蔬果生活誌  
18:15 高僧行誼  
18:30 高僧傳（重播）  
19:00 大愛全球新聞 Live  
19:45 人間菩提  
20:00 大愛年度劇展  
20:48 證嚴法師說故事  
21:01 圓夢心舞臺  
22:00 大愛晚間十點新聞 Live  
22:24 青春愛讀書  
22:47 人間菩提  
23:00 大愛迷你劇院  
23:48 真善美故事館  
**■ 週日**  
00:00 DaAi Headlines  
00:30 大馬慈濟情  
01:00 證嚴法師菩提心要  
01:30 行動現場  
02:00 圓夢心舞臺  
03:00 大愛迷你劇院  
04:30 法華經序  
05:30 祕履足跡  
06:00 中醫出任務  
06:30 大愛晨間新聞 Live  
07:30 經典 .TV  
08:00 DaAi Headlines  
08:30 證嚴法師菩提心要  
08:55 圓夢心舞臺  
09:45 人間菩提  
10:00 大愛十點新聞 Live  
10:30 人文講堂  
11:00 證嚴法師說故事  
11:18 人間菩提  
11:30 青春愛讀書  
12:00 大愛午間新聞 Live  
12:30 大愛迷你劇院  
13:18 真善美故事館  
13:30 志為人醫守護愛  
14:00 地球證詞 + 導讀  
16:00 大愛迷你劇院  
16:50 真善美故事館  
17:00 立德路 2 號  
18:00 中醫出任務  
18:30 行動現場  
19:00 大愛全球新聞 Live  
19:45 人間菩提  
20:00 大愛迷你劇院  
20:48 證嚴法師說故事  
21:01 大愛全紀錄  
22:00 大愛晚間十點新聞 Live  
22:24 經典 .TV  
22:47 人間菩提  
23:00 大愛迷你劇院  
23:48 真善美故事館

海外觀眾（亞洲地區除外）請接收「大愛二臺」訊號。大愛電視 HD 高畫質頻道節目及各時區節目表請參考大愛電視網站 <http://www.daai.tv>  
客服專線：02-28989898 \* 如有更動，請以網頁之節目表為主 \*

## 【慈濟海內外聯絡點】

### 臺灣 Taiwan

本會（靜思書軒）

971 花蓮縣新城鄉康樂村精舍街

88 巷 1 號

TEL:03-8266779-03-8059966

0914-009966 FAX:03-8267776

志業中心—靜思堂（靜思書軒）

970 花蓮市中央路 3 段 703 號

TEL:40510777 轉 4002、4004

（中語直撥）

0912-412600 轉 4002、4004

（手機直撥）

TEL:03-8572890（靜思書軒）

花蓮慈濟醫學中心（靜思書軒）

970 花蓮市中央路 3 段 707 號

TEL:03-8561825 FAX:03-8560977

臺北慈濟醫院（靜思書軒）

231 新北市新店區建國路 289 號

TEL:02-6628977

TEL:02-82192217（靜思書軒）

臺中慈濟醫院（靜思書軒）

427 臺中市潭子區豐興路 1 段 88 號

TEL:04-36060666 FAX:04-36021123

臺中慈濟護理之家（日間照護中心）

427 臺中市潭子區豐興路 1 段 66 號

TEL:04-36060666 轉 3786

日間照護中心轉 2151

大林慈濟醫院（靜思書軒）

622 嘉義縣大林鎮民生路 2 號

TEL:05-2648000 FAX:05-2648999

產後護理之家轉 3029、3030、3033

嘉義慈濟診所

600 嘉義市西區驛站里 1 鄰仁愛

路 383 號 1 樓 Tel: 05-2167000

斗六慈濟醫院（靜思書軒）

640 雲林縣斗六市雲林路 2 段 248 號

TEL:05-5372000 FAX:05-5370503

玉里慈濟醫院（靜思書軒）

981 花蓮縣玉里鎮民權街 1 之 1 號

TEL:03-8882718 FAX:03-8881929

關山慈濟醫院

956 臺東縣關山鎮和平路 125 之 5 號

TEL:08-814880 FAX:08-814822

慈濟大學

970 花蓮市中央路 3 段 701（校本部）

TEL:03-8565301 FAX:03-8563604

970 花蓮市介仁街 67 號

（人文社會學院）

TEL:03-8572677 FAX:03-8567985

慈濟大學附屬高級中學

970 花蓮市介仁街 176 號（中學部）

TEL:03-8572823 FAX:03-8573273

970 花蓮市介仁街 17 號（小學部）

TEL:03-8578819 FAX:03-8573697

慈濟科技大學

970 花蓮市建國路 2 段 880 號

TEL:03-8572158 FAX:03-8577261

臺南慈濟高級中學

708 臺南市安平區建平五街 111 號（中學部）

TEL:06-293233 FAX:06-2933838

708 臺南市安平區文平路 95 號（小學部）

TEL:06-2959595 FAX:06-2959955

慈濟人文志業中心（靜思書軒）

112 臺北市北投區立德路 2 號

大愛電視臺

TEL:02-28989999 FAX:02-28989966

經典雜誌

TEL:02-28989990 FAX:02-28989994

慈濟期刊部、出版部

TEL:02-28989000 FAX:02-28989994

靜思人文

TEL:02-28989888 FAX:02-28989889

中正紀念堂靜思書軒

100 臺北市中山南路 21 號

TEL:02-23560701

誠品信義靜思書軒

110 臺北市松高路 11 號 5 樓

TEL:02-22736686 FAX:02-27238182

臺來登靜思書軒

100 臺北市忠孝東路 1 段 12 號 1 樓

TEL:02-23222437 FAX:02-23223582

臺北東區聯絡處（靜思書軒）

110 臺北市松隆路 327 號 1 樓

TEL:02-27660971 ~5（會所）

TEL:02-27662209（靜思書軒）

大安聯絡處（靜思書軒）

106 臺北市忠孝東路 3 段 217 巷 7 弄 35 號

TEL:02-27760111 FAX:02-27761244

臺北分會（新店靜思堂）

231 新北市新店區建國路 279 號

TEL:02-2187770 FAX:02-2218582

關渡志業園區

112 臺北市北投區大度路 3 段 110 號

板橋志業園區（靜思書軒）

220 新北市板橋區大觀路 2 段 265 巷 5 號

TEL:02-22753926 FAX:02-22753936

竹東共修處

310 新竹縣竹東鎮文林路 168 號

TEL:03-5960118

三峽志業園區（靜思書軒）

237 新北市三峽區介壽路 1 段 498 號

TEL:02-86710603

基隆聯絡處（靜思書軒）

204 基隆市安樂區六合里樂利三街

150 號 TEL:02-2434-6988

中正共修處（靜思書軒）

108 臺北市中正區延平北路 4 段 50 之 1 號

TEL:02-2351837 FAX:02-23514455

苗栗聯絡處（靜思書軒）

360 苗栗市福星里中華路 243 號

TEL:04-5010777 轉 4333、4334（市話直撥）

0912412600 轉 4333、4334（手機直撥）

民權聯絡處（靜思書軒）

403 臺中市西區民權路 314 巷 2 樓

TEL:02-25180269 FAX:02-25180569

中山八德共修處

104 臺北市中山區八德路 2 段 118 號 TEL:02-2747348

松山聯絡處（靜思書軒）

106 臺北市南京東路 5 段 188 號 16 樓

TEL:02-27485692 FAX:02-25238989

師大禮居共修處

106 臺北市和平東路 1 段 117 號 B1

TEL:02-2392742

華聯聯絡處（靜思書軒）

108 臺北市萬華區莒光路 222 號

TEL:02-2748562 FAX:02-2548562

天母共修處

111 臺北市中山北路 6 段 161 號 B1

TEL:02-28346755

士林雨共修處

111 臺北市士林區雨農路 62 號 1 樓

TEL:02-28314676

豐原靜思堂（靜思書軒）

420 臺中市豐原區自強南街 7 號

TEL:04-25131799 FAX:04-25131798

內湖聯絡處（靜思書軒）

114 臺北市內湖區成功路 5 段 168 號

TEL:02-27938563 FAX:02-27938565

汐止聯絡處（靜思書軒）

421 臺中市后里區甲后路三段 145 巷 2 號

TEL:02-2336526 ~7 FAX:02-2336528

天母共修處

411 臺中市太平區新平路 3 段 394 巷 16 號

TEL:02-28346755

豐原靜思堂（靜思書軒）

420 臺中市豐原區自強南街 77 號

TEL:04-25177019 FAX:04-25177018

后里聯絡處（靜思書軒）

421 臺中市后里區甲后路三段 145 巷 2 號

TEL:02-28377019 FAX:02-25772030

臺中港區聯絡處（靜思書軒）

433 臺中市沙鹿區鎮南路 2 段 472 號

TEL:04-2631278 FAX:04-26318261

清水靜思堂（靜思書軒）

430 臺中市鳳山區自由路 417 號

TEL:04-27455366 FAX:04-2695377

永和聯絡處（靜思書軒）

243 新北市永和區三民街 199 號

TEL:04-25772167~04-25772030

三重志業園區（靜思書軒）

421 新北市三重區中正北路 450 號

TEL:02-29810310 FAX:02-29896871

# 改變世界的雙手

## 101個環保的善行

疫情衝擊、天災不斷、地球暖化、氣候異常，依以生存的地球正在改變。  
三十年前，來自證嚴法師「用鼓掌的雙手做環保」的呼喚，開啟全球環保行動。  
三十年後，千萬環保志工之手，成為改變世界的雙手。

證嚴法師暢談101則慈濟環保的微小善行與人物故事，  
紀錄人心的至善與感動。

慈濟三十來的環保工作，猶如全球環保行動縮影，  
從臺灣到全球，站上世界舞台，為守護地球做出示範。

釋證嚴  
著

### 改變世界的雙手

101個環保的善行



天災不斷、地球暖化、氣候異常……  
為地球盡心力，是我們每個人的本分也是使命。  
要救世，就要「做環保」——  
不只心靈環保、社會環保，還有地球環保。  
不分老少，看看老菩薩，  
駛起的背是奉獻一輩子的印記，多令人感恩與疼惜。

平裝・全彩  
定價新台幣380元  
2020年9月23日初版

靜思人文  
讀書共和國出版集團(發光體文化)出版



人文與學術專業薈萃的典範大學

#### 醫學院

醫學系  
醫學檢驗生物技術學系  
公共衛生學系  
護理學系  
醫學資訊學系  
物理治療學系  
生命科學系  
分子生物暨人類遺傳學系

#### 人文社會學院

社會工作學系  
人類發展與心理學系  
東方語文學系(中文組、日文組)

#### 教育傳播學院

傳播學系  
兒童發展與家庭教育學系

#### 國際暨跨領域學院

英美語文學系  
國際服務產業管理學士學位學程  
國際數位媒體科技學士學位學程  
(110學年招收境外生)

#### 繁星推薦時程

- ◎甄選會辦理報名 (110/3/10-110/3/11)
- ◎第1~7類學群錄取名單及第8類學群通過第1階段篩選結果 (110/3/17)
- ◎本校第8類學群(醫學系)第2階段指定項目報名 (110/3/18-110/3/26)
- ◎本校第8類學群(醫學系)第2階段面試 (110/4/17)

#### 個人申請時程

- ◎甄選會第1階段報名 (110/3/22-110/3/24)
- ◎本校第2階段指定項目報名 (110/4/1-110/4/8)

甄試日期	本校甄試學系
書面審查	護理系、醫資系(含APCS組)、英美系
110/4/16(五)	傳播系、人發系
110/4/17(六)	醫技系、公衛系、生科系、分遺系、兒家系、社工系 東語系中文組、東語系日文組
110/4/16(五) -110/4/17(六)	國際服務產業管理學士學位學程
書面審查	翔飛A組、翔飛B組
109/4/24(六)	醫學系(含公費生)、物治系
組別	學系
翔飛A組	醫技系1名、公衛系2名、護理系2名、醫資系1名、 物治系2名、生科系1名、分遺系2名
翔飛B組	傳播系1名、兒家系1名、社工系2名、人發系1名、 東語系中文組1名、東語系日文組1名、英美系1名、 國際服務產業管理學士學位學程1名
	合計
	11名
	9名

#### 弱勢學生入學零負擔學雜費政府、慈濟來分攤

自106學年度起，補助低收入戶、中低收入戶、五級弱勢新生學雜費：

- (1) 低收入戶：政府補助全額
- (2) 中低收入戶：政府補助60%、慈濟補助40%
- (3) 五級弱勢：慈濟補足政府補助之差額



繁星推薦  
網站連結



個人申請  
翔飛AB組  
網站連結

慈濟大學網站：<http://www.tcu.edu.tw>

校本部：花蓮市中央路三段701號 886-3-856-5301

人文社會校區：花蓮市介仁街67號 886-3-857-2677



## | 讓父母以我為榮 |

泰國疫情影響各級學校教育，十年來固定於五月開學前舉辦的慈濟新芽助學金頒獎典禮，也因此延後到十一月，共有一百多所學校、一千七百多位弱勢家庭學子受惠。孩子們不僅安心上學，也歡喜能減輕父母在防疫期間的生計重擔。

(撰文、攝影・蘇品緹 泰國曼谷 2020.11.9)