

慈濟

紐西蘭月訊

February 2024



紐西蘭新春祝福感恩會

◎新春祝福感恩會

「各位來賓！歡迎您今天來參加慈濟紐西蘭分會2024年的新春祝福感恩會。在活動即將開始之前，敬請將手機轉為靜音或是關閉。感恩您的配合！如果您有不同的宗教信仰，請用您的方式和我們一起虔誠祈禱。感恩！」在兩位中英語司儀謝鑑鍾、郭怡君溫馨的叮嚀中，2024年2月18日上午10點30分新春祝福感恩會正式開啟。

當天出席者除了會眾鄉親好友之外，還有：智果法師、駐奧克蘭台北經濟文化辦事處、中華婦女會、多元種族協會(Interfaith)、韓國長青會(Korean Positive Aging)、紐西蘭穆斯卡安信託基金(Muskaan Care Trust NZ)、奧克蘭種族協調(Ethnic Responsiveness Auckland)、奧克蘭防溺協會(Drowning Prevention Auckland)。

今年新春祝福感恩會的主題是《弘法利生信願行，蔬食共善護大地》。因緣殊勝，分會恭請智果法師帶領大眾，向佛菩薩行三問訊禮。「又是新的一年的開始，感恩大家今天來分會一起慶祝迎接新年！」紐西蘭分會執行長王萍向現場約230位來賓致上祝福與感恩。

隨後，駐奧克蘭台北經濟文化辦事處處長陳詠韶向大家拜年：「祝大家龍年吉祥如意！感恩慈濟對社會做了很多的貢獻，如：推廣素食，推廣永續的概念。到社區發放餐食，到監獄關懷，在社會各角落大會發揮愛心，同時也協助辦事處，幫助國人在紐西蘭旅遊時發生的急難救助。還有中文班的文化傳承，希望新的一年我們一起用善心迎接挑戰。」

◎福慧紅包蘊深意

上人在新年祝福中說到，千里之路始於初步。慈濟創始於台灣一九六六年，當時自己帶領三十位家庭主婦每天存五毛錢，開始了慈善救濟志業。如今大愛的足跡遍布全世界，所以不要輕視五毛錢的力量。長年支持慈濟紐西蘭分會的會眾楊水娘說：我年紀大，很少出門了，帶竹筒回來是我最重要的事情。

大家來慈濟過新春，最開心的就是會拿到證嚴法師的福慧紅包。志工真誠的雙手奉上，看到每一個會眾滿臉的笑容，就能感受到福慧紅包的能量。福慧紅包來自證嚴法師的著作版稅，以及精舍師父一日不作、一日不食的工作所得，是智慧財與功德財的精華。每年都會和大家分享。福慧紅包它不僅是祝福，也可以代代相傳，成為愛的傳家寶。

福慧紅包以菩提樹圖案設計。二千五百年前，佛陀在印度菩提迦耶的菩提樹下夜睹明星，證道成佛。二千五百年後，在靜思精舍，證嚴上人將佛陀慈悲喜捨的精神，化作具體可行的四大八法菩薩道。

打開紅包，看到宇宙大覺者膚慰地球，同時也看到靈鷲山上，當年佛陀宣講法華經無量義的說法台。而在地球上與菩提迦耶同緯度的靜思精舍，日不落的慈濟世界，五十八年來分秒不空過的走入人群，擁抱蒼生，救拔苦難，弘揚正法。

另外每個紅包都有一句靜思語，這是上人對大家的祝福。同時，也有上人開示的祈願文：願諸世界常安穩，無邊福智益群生。所有罪障並消除，遠離眾苦歸安樂。祈願天地之間萬事萬物都能遠離苦難，世代安居樂業人安心。啟發人人的愛心，弘法利生，以善以愛共造無量福德，祝禱人人平安。

◎音樂饗宴賀新春

新春祝福感恩會的表演節目，有充滿溫馨的音樂饗宴。從小在慈濟家庭長大的布萊恩老師(Brian)和他的哥哥，邀請兩位小音樂家們，一起演奏慈濟歌曲。還有靜思中文班表演的《小小螢火蟲》。

分會志工利用回收的彩色紙版製作道具，讓小朋友化身成一隻隻繽紛的螢火蟲，揮動著翅膀，乘著大愛的風，綻放美麗的微光，合力照亮黑暗的角落。兩位學生家長更是賣力的在臺前帶動，安撫小朋友緊張的情緒。雖然經過多次的排練，但每一次的版本都不一樣，「真的太可愛了！」年紀最小的小朋友忘記動作，還好有旁邊的好同伴提醒，又勇敢的跟上隊伍，自然純真的表演，全場報以熱烈的掌聲。

七位師姊帶來《竹筒歲月》的手語表演。回顧當年上人發起小錢行大善的溫馨故事。證嚴法師說：能幫助別人的人，是最有福的。慈濟人以「克勤、克儉、克難」的精神，靠著五毛錢的點滴累積與匯聚，慈悲濟世的走過半世紀。日日投竹筒，天天啟發自己一個善念，這是人人都可以做到的。

◎福從做中得歡喜

看到紐西蘭大藏經裡的慈濟志工，大家都是愈做愈健康，愈做愈歡喜。除了每週定期在各區的中風協會，社區關懷協會，華人中風協會服務外。還在分會的靜思書軒、香積廚房、環保站、中文班，用心的付出。有句靜思語：福從做中得歡喜。能做是福氣，不能做就會晦氣了！因為做好事不能少您一人喔！

◎龍年迎春福滿門

在《祈禱》前，感恩法師、來賓、鄉親大德表達多年來對慈濟的護持之心。志工王萍帶領師兄師姊們，向大家合十鞠躬致上誠心的感恩，祝福會眾健康平安！新年快樂！接著大家以一個共同的心願，虔誠唱出心中的願望，那就是2024年是風調雨順，國泰民安的太平年。新春祝福感恩會在中午12點圓滿，會眾在散場時，除了有靜思語的春聯，還領到花蓮靜思精舍師父們和大家結緣的福慧袋。

來自馬來西亞的普拉薩德和基坦吉勒(Prasad/Kithanjele)，這一對年輕朋友穿著應景的喜氣紅色T恤，在人群中特別亮眼。兩人是來紐西蘭打工度假，華裔的基坦表示自己已完成見習培訓，本來去年底應要回臺受證委員，但因目前的工作計畫而延遲了。只要工作結束，就會回馬來西亞，早日完成佛心師志的大事。

此時會場外的愛心竹筒DIY，還有綠色市集、盆栽義賣、環保茹素我願意拍照區...等攤位紛紛開鑼，大家穿梭其中好熱鬧。「我願意」的亮麗看板，吸引大人小孩駐足拍照。分會準備素齋結緣，許多會眾坐在樹蔭下的小圓桌，享受香積志工準備的素食午齋。新年充滿新的希望，祈願人心淨化，社會祥和，天下無災難。



漢彌頓協力新春祝福感恩會

◎一家人喜助緣

因許多志工回原居住地過農曆年，紐西蘭漢彌頓協力在龍年開春時節人手不足。紐西蘭分會得知消息，召集二十位志工南下助緣。當天開車一個半小時到了目的地，因場地環境不熟悉，《竹筒歲月》手語表演的五位師姊們，馬上進行彩排以及調整走位方式。

◎正能量好彩頭

「新年快樂！歡迎大家初二回娘家！」2024年2月11日上午十點三十分，慈濟人在大門迎接會眾鄉親好友，笑容和問候，馬上拉進彼此的距離。蕭立邦、林偉澤兩位師兄以雙語主持揭開序幕。上人的福慧紅包充滿祝福和能量，大家從紐西蘭分會執行長王萍手中，接下新年的好彩頭。回到座位上，大人小孩都忍不住的細細端詳看清楚。《一家人》手語帶動新春團聚的歡喜氣氛。眾人虔誠《祈禱》，願新的一年平平安安。

◎資深志工分享

90年代是臺灣的移民熱潮，上人對移民國外的海外弟子開示，移民要受人尊重，一定要做到三件事情：第一要遵守當地的法律。第二要懂得在當地付出。第三人多力量大，一定要團結。1987年紐西蘭政府開放移民，今年七十六歲的志工劉淑嫻和大家分享：「當年移民紐西蘭定居漢彌頓，我是第四戶的台灣人。上人的開示一直是我生活中的準則。華人是受人尊重的族群，讓我們一起努力！」

◎語重心長回饋

「當我看到2023年慈濟大藏經影片裡面，志工幫助土耳其的身影，讓我感動的掉下眼淚來！」兒童腎臟協會前負責人保羅和太太葛羅麗亞(Paul/Gloria) 退休後，從奧克蘭搬到漢彌頓附近小鎮，今天受分會邀請參加新春祝福感恩會。

社會型態的轉變，接引年輕志工不易。認識慈濟十多年的保羅，建議分會要調整腳步，主動積極的讓更多人知道慈濟的好，保羅說：「我和朋友聊起慈濟，但這麼好的團體，紐西蘭知道的人卻不多。真的很可惜啊!!」志工告訴保羅，分會將三月份在奧克蘭會參加其他社團連續兩天的活動，向大眾介紹慈濟。這兩位慈濟的好朋友才略鬆了口氣的點頭贊同。

新春祝福感恩會在中午十二點結束，六十三位志工和會眾互相祝福，一起在大門前歡喜合影。隨後，領取結緣品，並享用志工準備的午齋便當。

◎少林養生座談

下午一點三十分，和分會師兄師姊一起南下的少林傳人林勝傑教練，為當地鄉親分享少林養生功法。短短一個鐘頭的精彩內容，散場的時候，會眾意猶未盡的笑著說：「太棒了，今天一天真的收穫很多！」



向 上人拜年之溫馨座談

紐西蘭靜思弟子於2024年2月17日農曆新年初八，連線向 上人拜年，恭祝上人 法體安康，法輪常轉，長住世間，無量壽福。敬祝精舍師父暨全球慈濟家人健康平安，新年快樂。除了三十六位在紐西蘭分會現場，還有六位回臺過年的師兄師姊之外，另外邀約幾位已回流臺灣多年的資深志工，總共六十九位一起在雲端拜年。

溫馨座談之前，執行長王萍向上人報告紐西蘭南島基督城波特山大火的近況。感恩本會得知消息，於第一時間關懷。南島基督城的法親家人都平安。敬請上人放心。溫馨座談則由四位志工許丹婷、鄧雪燕、謝鎰鍾、陳美玉承擔。

◎上人開示

曾有人說紐西蘭風調雨順，但這幾年氣候變遷，火災水災都有傳出災情，還有地震。這都是在地球上一切會發生，因為這是氣候變遷法則。大家要戒慎虔誠。人無法勝天，這幾十年來，地球上人口增加，而且欲念越來越大，科技發達，享受方便，享受多了也污染破壞大地，所以常常說眾生共業，一發不可收拾。

慈濟人都是有心有愛，每一個地方都聽到，要救災幫助都是先給熱食。因為當災情發生，有的人無家可歸，吃的來源也不知在哪裡。或者是冬天很寒冷，這個時候最需要的是一杯熱的水，還有一碗熱的麵，這個都是很重要，慈濟人都有做到。今年日本在元旦那一天發生地震，也是造成很大的災情。當地慈濟人也是很快與當地的人集合起來，供應熱食。愛的能量只要人多，任何一個地方有了災難，就會有當地的菩薩出現，這就是最溫馨的人間的美。

期待時時愛的能量匯聚，時常要聯繫，一旦需要，力量就大了。大家都是用虔誠的心推動茹素。素食很重要，你們的便當都是做得很好，也都是得到佳評，這都是因為大家用心。感恩紐西蘭慈濟人合和互協，雖然不少人回流到台灣，還是在聯繫關心，大家互相感恩勉勵。

基督城山林火災災情要持續關心，需要幫助的話也可以傳訊息回來。大家放心做好想要做的事，應該做的事，大家就近去付出，而遙遠如台灣也會協助，只要做的對大家都會支持。危險的地方不要去，要等到平安了。這都是師父說的，走在最前面的緊急救災，不然就是做到最後的關懷付出。有愛心也要提升智慧，慈悲智慧要平行，感恩在紐西蘭的菩薩們，祝福一切平安，有時間就要回來喔！祝福大家。



靜思書軒講座-樂活哲學 健康人生

台灣唯一少林傳人林勝傑教練，受到紐西蘭奧克蘭警察總局的邀請，在百忙之中，一年安排二或三次的指導課程。而且他和慈濟的緣分很深，只要人到了奧克蘭，一定來靜思堂走走，探望師兄師姊們。

「我會來，是因為大家想念著我啊！」浩瀚宇宙，茫茫人海，你我相遇相識是一件多麼不容易的事情。2024年2月9日農曆除夕，揮別兔年的最後一天，感恩從臺灣遠道而來的林教練，再度回到紐西蘭分會，和大家分享「樂活哲學 健康人生」。當天有四十位出席講座。

樂活和健康有著密不可分的關係。生活和環境難免對人產生壓力，而壓力就會影響健康。生命的價值不在活多久，而是可以快樂的活著，生活能自主自理。除了以林教練曾分享的養生功法來強健身體之外，正念思考，能量平衡也可以修復問題與困難。

哲學從生活而來。林教練說這次搭機來紐西蘭，飛航旅程中，碰上一群情緒高亢的銀髮旅行團，聊天說話開心的像小朋友一樣，讓同班機的旅客無法休息。還有更令人意想不到，當日出升起，這些阿公阿嬤竟然開始唱歌，受到干擾的林教練趕快轉念，讓自己的情緒穩定下來。「也許他們是第一次出國吧！想想自己第一次出國，心情也是很澎湃的。」奇妙的是當感同身受老人家的快樂，自己的心不煩躁了，眼前在晨光中晃動的耆老身影，成為精神奕奕的少年，而走調的歌聲也不刺耳了。

科學講求事實證據，講師分享從基因細胞分裂到太陽系，量子力學到永生。人身難得，是需要匯集很大的能量而成。生老病死的前三項，我們因經歷過而了解，唯獨面對死亡，因一無所知而產生恐懼。林教練舉例2021年土耳其的一個癲癇患者，在往生之前八小時，因病需要施藥，院方以儀器監控腦波的放電狀況，意外得到臨死前腦波的快樂指數記錄。原來死並不可怕，令人畏懼的是無知所帶來的壓力啊！

最後，林教練帶領大家做低耗能運動，以最小耗能的站立方式對抗地心引力，這也是練武的入門內功練習法，稱為站樁。簡單的動作，抬手呼吸吐納，巧妙利用地心引力幫助身體達到良好血液循環，睡前稍微做幾次，也可以達到幫助入眠的功效。講座在中午12點圓滿結束，林教練和大家約好下次見！



志工感恩茶會

2024年2月24日風和日麗的星期六午後，分會舉辦志工感恩茶會，邀請全部的志工回家團聚，這是疫情過後的第一次家聚，大家都非常的期待。

師姊們恭敬奉茶，感恩志工長年的付出。分會執行長王萍歡迎大家回來：「回顧過去，我們的腳步，步步踏實，也祝福大家新的一年因付出，生命充實更有價值。」

臺語有一句俚語：「明明的做，暗暗的來。」雖然人生遭遇很多困難，香積志工蔡麗娜感恩菩薩沒有放棄她，給予力量，讓她度過難關。相信有做有得，她發願要做到老老的，只要有一分力就出一分力。

開朗的志工詹玉嬌笑稱自己常常無厘頭的跳躍思緒，一點也沒有慈濟味。去年她生病開刀，在醫院度過一個月的時間。剛從台灣回來紐西蘭，就馬上就投入志工行列，她說：「星期三在分會值班，大家喜歡吃我煮的午餐，我高興的暫時忘記身體的病痛。」看到新受證的許丹婷師姊穿著莊嚴的旗袍，也期許自己加緊腳步，穿上柔和忍辱衣。所有志工也祝福她有願就有力，早日受證歸隊。

2019年在志工陳麗茹的陪伴下，來自馬來西亞的陳劍瑩(Kim)，加入北區中風協會志工點的社區服務工作，之後也參與監獄關懷小組，和獄友分享靜思語。她說：「做志工我覺得我得到的比付出還多。從服務老人家，還有和其他的志工互動中，得到很多的正能量，很感恩慈濟大家庭的溫暖，給我機會去做志工。」

「很高興我能在慈濟打雜工。」另一位監獄關懷小組的成員鄧雪燕，其實在分會也承擔了很多不同的工作，如：活動主持、老人院慰訪、華人長青會、警局社區會議...等等。監獄關懷將在今年三月開始，以中英雙語和獄友分享靜思語，雪燕師姊希望大家一起參加。

因兩人的兒子從小同校同學成為好友，志工曾簽和張麗禎也成為朋友。工作退休後，在麗禎師姊接引下成為慈濟志工，曾簽開始在奧克蘭中區的社區關懷協會志工點付出。越做越歡喜的說：「我很喜歡和志工點老人家們互動。」幾年前，她搬家到東區，離分會會所近，也投入更多的時間做慈濟。師兄師姊也祝福好人緣的曾簽師姊，早日成為慈濟人。

「感恩慈濟給了我一個平台，我只是做了我能做的事情。讓我從家裡的後院做到這裡來。」志工蘇燕熱愛園藝，因為愛好來到慈濟的大愛菜園，推廣友善大地的環保耕作理念。她遺憾的表示種菜重要的就是夏季需要澆水，換季要鬆土挖地，目前菜園照顧的仍有待努力，還無法全面供應分會的需求量，希望能找到更多人一起加入。如果有人知道什麼品種的菜容易管理，比較適合大愛菜園，也請大家多多關注。

發心容易，恆持難。資深志工夫婦林振隆和太太郭惠如，分享二十多年的志工經驗，鼓勵大家多多參與投入，一起說慈濟，一起做慈濟。周嘉煌師兄(Peter)因為和慈濟合作街友熱食發放的項目，覺得自己得到的比付出還多，更感受到慈濟大家庭滿滿的愛和溫暖。最後大家在祈禱聲中，互相感恩道別。



台灣佛教慈濟慈善事業基金會紐西蘭分會

Buddhist Compassion Relief Tzu Chi Foundation NZ:

9 Springs Road, East Tamaki, Auckland, New Zealand | +64-9-2716976

Hamilton Branch: 11 Halcione Cres, Hamilton, New Zealand | +64-7-8541496



www.facebook.com/TzuChiNZ/



info@tzuchi.org.nz



www.tzuchi.org.nz