

為淨化心靈作活水 為祥和社會作砥柱 為聞聲救苦作耳目

釋迦牟尼

# 慈濟奇界



紐西蘭  
二〇〇七年九月  
第二十九期



拯救大地  
為地球降溫



P.2



P.3



P.4



P.6



P7



B 9

## 目錄

1	上人開示——為地球降溫	慈心起歡喜	周中慧	沈榮俊／鍾寶瑩
2	拯救地球	尊重 讓愛更緊密	李俞慧	黃素鈴
3	人間有愛	愛的雨露	慈懷	葉鳳儀／陳相雄
4	行善不能等	鍾寶瑩／葉鳳儀	鍾寶瑩	全宏昌
4	以「心」交會	淑卿	慈中	汪慶昌
5	大愛灑人間	黃柏誠	11	9 見苦知福
5	把愛傳出去	施芳玉	12	9 不怕緣遲
6	尋回心靈的寧靜	王玉琦	13	8 視長者如己親
7			小錢行大善	10 人文真善美
7			做就對了	10 安手 定心
14			生活禪	11 11 鄭佳玲
14			菩提種子看世界——怎樣孝順父母	11 12 汪慶昌
14	紐西蘭分會活動表／漢彌頓活動表	濟速	靜思文物介紹——人間佛法	13 14 慈中

# 靜鬼語

Good deeds must be encouraged  
and disputes must be set aside.

To help others succeed is one's success.

好事要提得起，  
是非要放得下，  
成就别人即是成就自己。

發行人：釋證嚴  
網 址：[www.tzuchi.org.tw](http://www.tzuchi.org.tw)  
編 輯：佛教慈濟基金會紐西蘭分會  
地 址：9 Springs Rd, East Tamaki, Auckland, New Zealand.

電 話 : (64-9) 271-8978 傳真 : (64-9) 272-4639  
漢彌爾頓聯絡處  
地 址 : 11 Halcione Cres., Hamilton, New Zealand.  
電 話 : (64-7) 854-1496 傳真 : (64-7) 854-1496

邀您走入大愛的茲濟世界

歡迎進入慈濟紐西蘭分會網站查詢相關訊息

[www.tzuchi.org.nz](http://www.tzuchi.org.nz)

# 上人開示



## 為地球降溫

我們生活於世間不可或缺的是水、火；但是過與不及都會帶來災害。人心不安定、火氣大，是一種無形的火；有形的火，烈焰衝天，令人怵目驚心。

目前全球有形、無形的火，都很大；如美洲、澳洲頻傳森林火災，多是起自天乾物燥，焚風摩擦乾木所致；地球暖化現象，致使熱浪一波波地侵襲各地，即使在臺灣也能感受到今年較往年高溫，地球如同發燒般地高溫不退。

無論有形或無形的火，都與我們的身心息息相關。人心不羈，哪怕小小的欲念引誘，也容易因此偏離正道，一旦放縱心念成為習性，想要再收心，就很困難了。看看我們生活在這片原本美麗的山河大地，長年遭受人為的破壞，空氣也被汙染，溫室效應日益嚴重，影響所及，是氣候失調，諸如有些地方，不應炎熱的季

節，卻飽受熱浪侵襲；不應寒冷的地方，卻是大雪冰封。

如何為地球降溫？其實就如人發燒時，醫師除了開立藥方之外，都會說：「要多喝水。」人體不能缺乏水分，地球也是如此，不能缺少水。

有形的大火要用水熄滅，無形的火氣，需要智慧法水消除。人心的貪、瞋、癡念旺盛，就會引發無明火，蒙蔽清淨本性，而造作諸多的破壞，甚至引發不可收拾的災難。倘若能將貪、瞋、癡「三毒」的無明火熄滅，才能真正地緩和地球暖化的現象。

最好的方法就是改變個己生活方式。

諸如為減少「碳足跡」，上班距離近者，可步行或以騎腳踏車代步；距離較遠者，儘量搭乘大眾運輸工具，而不個別開車出門。許多學校、公家機關單位都有人響應，反應良好。有人表示，以前開車上

班，需擔心找停車位，一個月還要花費數千元的油費，騎腳踏車不僅節省油資，又毋需擔心停車位；此外，騎腳踏車也是一項很好的運動，有助於對身體健康。

其實大量耗用電力，也是汙染空氣、製造二二氧化碳。現代生活，都需要使用電，今年夏至夜晚，有人發起七十分鐘關燈、拔插頭的節能活動，當日全台有六十餘萬人響應，省下三十萬度電；由此可見，人人若能節約用電，對大環境的影響，必然相當可觀。

平日我們應該要養成節約能源的習慣，如少搭電梯、隨手關燈，能處處用心，無不是舉手之勞。

總而言之，要淨化大地、拯救地球，必須先滌淨個己心靈，克制個己欲念做起，不要一味追求享受，而不願付出努力，這都需要人人的響應與配合，也是為地球降溫。

# 慈心起歡喜



志工們與受贈代表毛利媽媽米麗佳、小女嬰斐恩、與南奧克蘭健康局的代表合影留念。

【攝影／慈中】

走入大廳的牆上，有對所有贊助單位的感恩扁額，在其中看到「慈濟基金會」大家都很高興，並合影留念。其實，南奧克蘭健康基金會為彌補政府經費的嚴重不足，便依整個大奧克蘭南部大小醫院及老人家的需要，經過統籌再緊急向各慈善單位勸募。紐西蘭分會也因此，可將醫療物資送到更偏遠的地區，落實取之當地，用之當地。

走出溫暖的兒童醫院，一行人搭車返回會所，戶外滂沱的大雨夾著冷風迎面而來，此刻大家心中卻蕩漾著「付出無所求」的愉悅。

【撰文／周中慧】

今年紐西蘭的冬天似乎特別的濕冷，新聞報導還有小型龍捲風來襲。早上才出現的一絲陽光，現在又被厚厚的雲層遮蔽，直把人壓得喘不過氣來，但相較全球各地因乾旱、洪水而出現的災情，真不知是應該喜還是憂呢！

午後兩點，師兄師姊們一行九人，帶著兩百套由志工（包括最年長的約翰）繡上慈濟 logo 的嬰兒毛毯及嬰兒袍，到第一兒童醫院（Kidz First Children Hospital）進行捐贈。該醫院是與慈濟合作多年的南奧克蘭健康基金會（South Auckland Health Foundation）所資助的醫院。與往年不同的是，這次由該基金會安排一位才出生兩天的小女嬰斐恩（Feaian Tupou）與

其母親米麗佳（Milika）代表受贈，這是對慈濟人大愛的信任與肯定。

小斐恩是家中的第六胎，看起來非常早熟。大大的眼睛和不時轉動的小腦袋，似乎正好奇得觀察周遭的世界。

師兄師姊們看到小斐恩可愛的模樣，忍不住逗著她並與她玩耍起來。年青的毛利族媽媽米麗佳，屬於多次妊娠的高風險群產婦，來此醫院生產得到很多的關懷與照顧。看到母女均安的幸福模樣，讓人覺得非常的溫馨。

捐贈儀式後，注意到兒童醫院

入口大廳的牆上，有對所有贊助單位的感恩扁額，在其中看到「慈濟基金會」大家都很高興，並合影留念。其實，南奧克蘭健康基金會為彌補政府經費的嚴重不足，便依整個大奧克蘭南部大小醫院及老人家的需要，經過統籌再緊急向各慈善單位勸募。紐西蘭分會也因此，可將醫療物資送到更偏遠的地區，落實取之當地，用之當地。

走出溫暖的兒童醫院，一行人搭車返回會所，戶外滂沱的大雨夾著冷風迎面而來，此刻大家心中卻

一連好多天的刮風下雨，天氣終於放晴了，讓原訂於兩星期前因雨順延的種樹活動，終於可以如期舉行。昨天晚上收看大愛電視新聞時，看到世界各地發生的水災和火災，不但讓人類生命飽受威脅，連大自然的山川樹木也遭受波及毀壞無數，心中無限感嘆地球真的生病了！所以發願在今天種樹的時候，一定要全力以赴。

早上九點與師姑師伯在會所集合，等十人全部到齊後，坐上會所的小巴士，前往目的地——奧克蘭西區Avondale 保留地。在途中，陳美玉師姑提議大家分秒不空過，把握時間學習「無量壽經」的手語，於是由慈美珠師姑帶領大家一字一句的練習，然後每個人再輪流帶動一次。當柯金沐師伯帶領大家比完後，滿頭大汗的說：「我還沒開始種樹，就已經熱得滿身是汗了。」讓全車的人開懷大笑。

因為對奧克蘭西區不熟悉，所以李建中師伯花了一點時間找路，還好是星期天交通順暢，所以我們還是即時到達。下車看到慈濟的旗幟在空中飄揚，原來是環保組的師伯們已先把旗子插上，並且把要用的器具準備好了。

我們先和市政府指導員問好，接著他就開始講解、示範種樹的要領和注意事項。解釋完畢，師姑師伯和我共十三人，開始按照大衛放置樹苗的位置，開始挖洞，放入樹苗，把洞填滿，用腳輕踏等步驟。這次和上次搭船到外島 Motorola 植樹有些不同：此次的面積較小，而且都是陡坡，種的樹又較為密集。土質屬於黏土，其中還有很多的石頭、玻璃塊、鐵塊及垃圾。

我每一劇幾乎都會挖到石頭，手被震得很痛。這時一旁的莊永發師伯告訴我說：「山不轉路轉，路不轉人轉，境不轉心轉。只要往旁邊偏一點點，就可以

# 拯救地球

二〇〇七年八月十六日是紐西蘭分會對 RMS 難民中心，今年舉辦的第四梯次冬季發放。感恩難民中心的許可，事先徵得一個難民家庭的同意，接受採訪與攝影。難民中心很盡職的保護這群歷經苦難的男女老幼，而感同身受的師兄師姊們，更是施予愛的關懷與撫慰，只為避免對他們再造成二度的傷害。

這次有七個家庭三十五位的難民，大部份是因為逃避戰爭，被迫離開自己的家園。柬埔寨家庭的爸爸 Ehna 以哀傷的語氣表示，自己的國家常有戰亂，老百姓始終生活在恐懼中。於戰爭時失去了一條腿變成殘障後，從此一家六口的生活更是艱苦，只好以難民身份申請救援。其間被轉到泰國難民營，最後才被紐西蘭政府收容。瘦小的媽媽 Wah 懷抱著兩個月大的嬰兒，眼底盡是憂愁，讓人看了很心疼。

師兄師姊已和九歲的大女兒、二女兒互動著，而一兒子則面無表情的遠坐一旁。此時我發現王怡靜師姊慢慢移到他身邊，指著剛剛捐贈給他的書包，溫柔的問道：想知道裡面是什麼？要不要看一看？小男孩沒有回應。直到看見書包裡的彩色鉛筆及繪畫簿時，臉上才開始有了表情。怡靜師姊趁機問：要不要畫畫看？終於怡靜師姊的愛心，讓二兒子在畫圖時，慢慢展現了淡淡的笑意。

另一個逃避戰亂的伊拉克家庭 Kaiss Aziz Kalabat，

大姊興奮得拉著我，迫不及待的說：一年前她和大妹先獲准來紐西蘭，當時與父母弟妹分離，心中十分悲傷。在難民中心感受到慈濟人的愛心，加上慈濟捐助的生活必需品，讓生活很快的安頓下來。如今父母弟妹都已被紐西蘭政府收容，一家人總算團聚。今天來接父母弟妹，竟然與慈濟人再次見面，所以很感恩也覺得自己太幸福了！

發放完時發覺有幾位難民，默默的站在一旁，沒有離開的意思。經師兄師姊細問後得知，原來是想要對慈濟人

的捐助（棉被、被套、枕頭、枕頭套、床單、熱水壺、飯鍋、電熱器）表達感謝之意。另有一位與父母分離，單獨來此的阿富汗青年，他說慈濟人的關心與愛護，讓他覺得一點都不孤單了。

捐贈完畢於歸途中，車窗外灰濛濛的天空、陣陣的細雨，與我充滿陽光的心情恰成對比。感恩此地沒有戰爭！感恩一家人能在一起！感恩四肢健全、身體能動！更感恩有慈濟世界可修行啊！

【慈懷】

【攝影／濟瑄】

逃避戰亂的伊拉克家庭同意接受採訪與攝影

避開挖下去了。」這讓我體會到，種樹也有「法」在裡面，所以知道法理還得要運用在日常生活中才對。

經過大約一小時後，我抬頭一看，眼前小樹林立，心中歡喜成果不錯。轉頭放眼看去，師姑師伯們也頗有成績。這群人間菩薩，有的已是阿公阿嬤，還有的身體狀況並不太好，但卻能一蹲就是二、三個小時，真是令人佩服！其中最年長的美玉師姑，還與師伯拿著鏟子一起做挖土的工作，真是人品典範！忙了一個上午，總共種下了四百多棵。告別時，市政府指導員表示：從沒看過一個團體，每個成員都如此的用心付出和快樂歡喜！並感恩我們對大地的愛護。回會所的途中，我憂心的想到：樹木被摧毀的速度這麼快，而且要等樹苗長成大樹，需要幾十年的時間，這樣怎麼來得及救地球呢？身旁的師姑安慰的說：「這就是慈濟人的責任與使命。要淨化人心，使人人注重環保，愛惜資源。人心沒有貪瞋癡，社會就會祥和，天災人禍自然就會減少，到時地球就會恢復健康了！」

【李俞慧】



【攝影／胡妙珍】

# 尊重 讓愛更緊密

# 人間有愛

能擁有一個美好的人生。正如上人所說：「心要寬，念要純，心寬是善，念純是美。心寬念純就是美善，日日歡喜自在。」

「普天之下，沒有我不愛的人，普天之下，沒有我不原諒的人……。」，志工們以一首英語版「普天三無」的手語，為每月定期來拜訪的中度弱智菩薩們揭開活動。

在郭淑鶯師姊及陳玉英師姊悉心

指導下，一會兒他們已能把歌詞朗朗上口。或許他們不是很了解歌詞的涵義，所以手的動作並不十分純熟。但是他們把天真、活潑、熱情融入在歌曲中，並且很大方得呈現在眾人面前，這讓我們非常讚歎。

接下來鄧雪燕師姊以流利的英語和他們互動著，把現場氣氛蘊釀的很溫馨。隨後由我介紹紙蓆花的製作，經過詳細的示範之後，由志工們一對一的陪伴引導。不到一會兒，一朵朵艷麗奪目的紙蓆花，已經別在他們身上，看到孩子們臉上的喜悅與滿足，不禁使我的内心也法喜充滿。

雖然他們的心理有缺陷，智商永遠就像小孩一樣，但是他們的內心善良，沒有一般凡夫的「貪、瞋、癡」。只要我們以愛心去關懷陪伴，他們必定能發揮良能，做一個有用的人，同時也

前，師姊們端來他們最喜歡的可可，同時以「人間有愛」的手語為他們表演。孩子們一邊享用，一邊欣賞，其樂融融。拜訪活動約於下午三時結束，孩子們帶著依依不捨的心情告別，並以剛才學會的「謝謝」與「我愛你」的手語和志工們道再見。

【撰文／鍾寶瑩 摄影／沈榮俊】



## 愛的雨露

寒假一波波的寒風冷雨中，不知不覺已經過了一大半。早上開車來會所的途中，看到倒地的道路指示牌和被樹壓毀的屋籬，想必是昨晚的強風所為，幸而今早雨過天晴，氣溫也跟著回暖。

居住於大奧克蘭地區的華人中風長者，在家人或志工的陪伴下，很歡喜地來到會所。其中有位八十歲的胡秀嫻老婆婆，罹患帕金森症住在養老院，因為言語不通，家人又不能常來探望，讓婆婆的心情非常鬱悶。因此她常會亂發脾氣、罵人、丟東西，是養老院中的頭疼人物。

幸虧志工們每週定期的慰訪與



關懷，並多次做婆婆和院方溝通的橋樑，使得她情緒穩定不少，而慈濟紐西蘭分會每月一次的愛灑茶會，則成為婆婆最期待的大事。每回從一進門，志工們親切的問候，貼心的安置她的輪椅，到恭敬的奉上茶點，在在溫暖了婆婆的心，使原本緊鎖的眉頭因此而舒展。

另一移民紐西蘭多年的韓爸爸，自從老伴中風後，子女又不在身邊，總覺得鄉的日子特別孤寂。幸而參加分會每月的第一個星期二，為「華人中風協會」舉辦的愛灑茶會，從目前正在培訓的鍾寶瑩師姊，分享到上人靜思語的啟示，如今這對老夫妻晚年不再孤寂。看到滿面紅光的韓媽媽，雖然說話的功能還未恢復，但問她今天過得好不好時，她會笑容滿面的點頭說：「好！好！」。

在溫馨的愛灑茶敘之後，有林振隆師兄帶動的健康操，還有師兄姊們表演手語「牽手」。寶瑩師姊帶領大家利用回收罐頭和麻布手套，做「小狗娃娃一家親」的擺飾品。中風菩薩們動手又動腦，每位都做得認真又開心，彷彿回到往昔大家庭，子孫滿堂和樂融融的情境。

近午時分，廚房裡的香積組師姊們，已經準備好營養美味的素食料理。白從香港的陳麗屏師姊加入香積組，菜色增添一味；由於她做的菜頗有媽媽的味道，又很照顧會員，所以吸引了很多的人間菩薩。如今在會所的各角落，不時可聽到國語、台語、廣東話、英語的對話，好不熱鬧，讓人覺得很有趣哩！

用完午餐，該是告別的時候，祝福中風協會的菩薩們，在慈濟人愛的雨露滋潤下，活出有尊嚴的人生。

【撰文／周中慧 摄影／慈中】

電話鈴聲劃破了寧靜安詳的夜晚，聽筒的一端傳來王萍師姊感傷的聲音：「我們關懷的

楊伯伯，星期三下午往生了。」這突如其來的消息，讓我握著話筒的手顫抖不已，腦海中湧現出許多的回憶。

記得某個星期五在分會的共修會上，長期居家關懷楊耀先老菩薩的王萍師姊，帶了幾張楊伯伯親筆畫的水彩畫，傳給在場的師兄師姊們欣賞。當下不禁想起自己已經往生的父親，因為家父也是一位畫家。心想：一位八十多歲的老人家，用繽紛的色彩表達對人生的希望，生命力湧現於畫中，如此美麗的觸動，讓我很想去探望他。

隨著因緣的牽引，我和我家師兄與師姊們，每隔一週的星期三下午，定期前往位於 Edge water Drive Midlife 養老院關懷這位老菩薩。因為楊伯伯喜歡吃紅豆湯和中式小點心，所以我們會為他準備。他總是一邊喝著甜湯吃著糕點，一邊回憶著舊日的時光。他雖然已經八十多歲，但是頭腦卻非常的清晰，對往日的點點滴滴，描述得非常清楚。



2007年2月  
楊耀先老菩薩參  
加新春祝福會最  
後身影  
【攝影／胡妙珍】

還記得一則小趣事，他老人家中風穿脫褲子很吃力，因此不愛穿，總是嚷著要圍一條長布紗龍在腰下。由於這不太合乎養老院的規定，於是每次到訪，我家師兄總是很耐性的哄著，並且呵護著他換上長褲。今後這般情景將永遠不再！

師兄於楊伯伯的告別式後分亨道，每次關懷楊伯伯，總把他當成自己的父親一樣。因為不能陪伴在香港的父親，心中充滿愧疚，幸好有美善的慈濟世界，能將做不到的小愛化為大愛，也藉此體悟到行善真的是不能等啊！

【鍾寶瑩】

還記得一則小趣事，他老人家中風穿脫褲子很吃力，因此不愛穿，總是嚷著要圍一條長布紗龍在腰下。由於這不太合乎養老院的規定，於是每次到訪，我家師兄總是很耐性的哄著，並且呵護著他換上長褲。今後這般情景將永遠不再！

從去年開始，我承擔了北岸中風協會的香積，負責老菩薩們中餐三明治的製作。在素食的架構下，如何調製出美味的三明治，對我而言，的確是一大挑戰。於是至圖書館查閱有關西洋素食的食譜，整理出幾套菜色，取代一成不變的作法。

## 以「心」交會

起初，多變化的菜色普遍得到老菩薩們的肯定，看到他們將三明治一掃而光時，那是我最為欣慰的事。有時他們吃完我烘焙的甜點，也會不吝稱讚感謝，這對我是莫大的肯定及鼓勵。在其間，有位老菩薩JOE 經常未動餐盤，曾幾次詢問，他都禮貌性回答：

「肚子不餓。」心生奇怪但也不便繼續追問。

在上次學校休假日前，中風協會負責人SUE給了我一封信。信中言及我給中風老菩薩太多的食物，把他們餵得太飽；而且三明治的內餡太豐富，對有糖尿病史的老菩薩們不適合；並建議我改做簡單

的三明治及單種甜點。當時看完信，我感到莫名的沮喪及挫折感，似乎我做的太過了。回到家，無意間翻閱到靜思小語：放下執著，你心貼我心，我意合你意，感恩、尊重、真誠的愛，才能把事情圓滿。

我的心因這句話豁然開朗，感恩這封信，讓我終於明瞭為何有老菩薩不吃的的原因。自己太過主觀，滿心自認能為寂寥孤獨的他們，帶來滿足口慾的快樂。轉念之後，我決定照SUE的指示，準備簡單的三明治，以顏色來變化。第一次的反應，雖然有些老菩薩不太習慣，但我最高興的是JOE開始吃了。當時我立即走到他身邊，很愧疚的向他道歉，並詢問他喜歡吃何種口味的三明治。我很真誠的說：「以後我會做你最喜歡吃的三明治！」

經過這段插曲，我更能體會上人慈悲的：感恩、尊重、真誠的愛，三者缺一不可；三者具足，才能從發心的那一刻開始，一路走來無退心。

【淑卿】

# 大愛灑人間

基督城的寒冷清晨只有一度，推着行李踏著輕快的脚步，離開飯店趕往機場。返抵奧克蘭，我家貴英師姊已在機場外等候；因為我倆將直奔北岸市，參加慈濟紐西蘭分會舉辦的愛灑人間活動。

來到會場，即見分會的師兄師姊，列隊在入口處熱情的歡迎會眾。親切的問候和會場的用心佈置，讓我感受到特別的愉悅。各區的慈濟人共聚一堂，不一會功夫，會場已坐無虛席。在副執行長陳相雄師兄的慈濟志業介紹中，我知道慈濟人為當地的學校和醫院做了很多的捐助，而布施者與受惠者間的彼此感恩，讓我留下深刻的印象。

精心設計的節目、志工經驗的分享和上人的開示，還有豐富的人文教育，把慈濟的大愛精神充分展現。由北岸志工準備的素食午膳，慈濟推廣的環保碗筷，食物知福惜福的適量取用，讓我見識到慈濟人文是多麼的美善！整個活動看到師兄師姊的無所求的付出，讓我心裡好愧疚！我一直把忙當作藉口，平日只交功德款和享受現成的結果，如今看到大家的分工合作以及影片中的活動紀要，才深感自己參與的實在太少了。這個世界實在有很多地方，需要人人的付出啊！

我家師姊比較發心，除了參加每周盲人協會的社區志工，還參加手語班的課程。今天看到她的表演真得是很高興，經過北岸手語班王文欣師姊的帶動，對唱歌有恐懼症的她，也可以把一首歌用手語詮釋得這麼好，實在不簡單！那專注用心的神情，把愛灑向會場內所有的觀眾，相信大家都感受到這股誠摯力量，所散發出的光芒。

我的思緒倒回一九九五年移居紐西蘭之前，我任職的醫療儀器公司，讓我和慈濟醫院有了第一次的接觸。但是那時候，我以為慈濟醫院，只是一般廟宇用信徒捐贈的香火錢，所成立的醫療機構，所以未曾留意。直到移民紐西蘭，接觸到慈濟的師兄師姊和大愛頻道後，才恍然大悟自己錯失因緣。

記得林振隆師兄告訴我，為了給孩子乾淨無污染的環境，家裡只裝大愛電視台的衛星接收器，不讓不好的節目進入家中。如今我藉大愛台把師父請進家裡，也藉由收看大愛台深入慈濟世界。從四十二年前的竹筒歲月，一路走來的苦心經營和大愛滿人間的種種足跡，以言教身教和傳播媒體的力量，把眾人的愛心匯集成大愛遍灑人間。證嚴法師的菩薩心引領著大家行菩薩道，讓我們緊跟著上人的腳步，一起努力向前行。

【黃柏誠】



師兄師姊列隊在入口處熱情的歡迎會眾

【攝影／慈懷】

# 把愛傳出去

紐西蘭社會福利雖然很好，但是仍有一群長青會及中風協會的苦薩們，需要我們定期的關懷及協助。經過師兄師姊們的耕耘，透過每年長青會或中風協會的愛灑活動，愈來愈多志工點的老苦薩，對慈濟已有很基本的認識，也很期待來參加慈濟所辦的活動。

今天首先來到會所的是二十多位 Rakuranga 長青會的老苦薩，接著來到的是 Mangere 長青會的十位老苦薩，大家都特別盛裝出席，可見對本活動的重視。師兄師姊們有的上前攬扶，有的在門口唱

英文慈濟歡迎歌迎接；更有師姊們以整齊的隊伍，和感恩的微笑奉上點心，由老苦薩們臉上的表情，即知他們心中已是滿滿的感動。

喝完早茶後，在師兄師姊的協助下前往佛堂。導覽的師姊們詳細的解說佛堂展覽的海報內容，以及回歸竹筒歲月的意義，此時老苦薩們紛紛響應的拿出錢幣，投入「竹筒回娘家」的竹筒軌道中，並表示很高興能參與這項有意義的慈善行動。

本日節目的安排豐富而精彩，有手語表演、Discovery 對慈濟世界的介紹、還有真善美花道及手語帶動。上人四十年前創立慈濟克難功德會，

由三十個竹筒開始日存五毛錢，透過 discovery 的專輯，讓全世界非華語系的國家，也因有較完整的報導，來認識慈濟四十年來的歷史。觀賞完後，只見充滿感動的老苦薩們，紛紛以讚歎的話氣，述說其內心深處的觸動。

其中有一位老苦薩，一直問我說：這是真的嗎？生命的價值是什麼呢？為什麼一位瘦弱的佛教法師，可以帶領全球這麼多人，一起來做慈濟呢？而這些人為什麼能付出無所求？大家的表情又都這麼的和藹可親，是怎麼做到的呢？我回答說只要心中有愛，生命就會充滿意義。

節目結束，大家相依相隨的走進餐廳，餐桌上方擺放著香積苦薩為大家預備的素食（明治、炒飯以及玉米濃湯，色香味俱全引人食指大動。老苦薩吃得津津有味，因為太好吃了，連 Mangere 長青會的負責人大衛都說：以後該志工點要改為素食三明治。

有一位老苦薩今天剛好過九十六歲生日，大家為他唱生日快樂歌，並由慈幼小苦薩獻上一束鮮花，老苦薩臉上充滿喜悅而幸福的笑容。最後，二個志工點的負責人除了向我們致謝外，還將老苦薩們的愛心捐款致贈分會。如同他們致詞時說的：金額雖然不多，但是代表他們滿滿的愛心及對慈濟世界的認同。所謂大愛無國界，今天我們把愛傳給這些老苦薩們，而他們也把愛再傳出去，這愛的心室效應將改變溫室效應，讓世界更加美好！

【攝影／吳祖銘】



【施芳玉】

## 尋回心靈的寧靜

一年前開始參加慈濟紐西蘭分會的真善美花道課，嘗試學習真善美花道的插法，沒想到原本就學過插西洋花的我，從此改變喜好且深深的為真善美花道著迷。插西洋花與真善美花道有很大的不同；西洋花的形式講求色彩鮮艷、內容豐盛，需要用比較多的花材，完成的作品通常是很燦爛奪目。而有點日本池坊味的真善美花道，是以簡單純樸、清新自然為訴求，不重花材只講求意境的呈現。

或許是心態的轉變，亦或是心靈層次已提升，對那繢繡燦爛、配飾豐富、色彩華麗、造型熱鬧的花型，已不太能接受。就像年輕時對生命的熱情澎湃，隨著成長的過程和歲月的脚步，如今變得恬淡泊。

在慈濟學花道不僅光是插花，上課前的靜思語分享，也是很有趣處的；因為有時一句靜思語，會解開心中的結，或許讓煩惱化為菩提。還有在吳喜美老師的引導下，我學會了愛惜一花一草，盡力發揮它們的良能。經過幾個月的薰陶，我漸漸懂得欣賞和體會個中的意境，也學會感恩大自然提供的一切資源。現在，我每天都期待著周六插花課的到來，盼望著和班上同學，一起度過這開心的兩個小時。心中無限感恩慈濟提供優質的學習環境，更感恩吳喜美老師的耐心教導。

【王玉琦】



【攝影／慈懷】

# 視長者如己親



【攝影／王萍】

接著移步到佛堂參觀靜態展覽，志工們在旁詳細解說，希望藉此機會讓他們多多了解慈濟。有些老菩薩走到「竹筒回娘家」的地方，紛紛從皮包拿出銅幣，投進慈濟愛心「功德海」，由此可見他們很認同日日一善念的活動。

司儀鄧雪燕師姊以流利的英語，將發現頻道錄製的「慈濟世界」影片，吳喜美老師和郭淑鶯師姊示

的志工大約有三十人。其中有一位一百零一歲的高齡長者 Ina，她的臉上始終帶著親切的微笑，讓人見了心生歡喜，難怪她能這麼長壽。大家先在書軒喝杯熱茶或咖啡，彼此輕鬆的閒話家常。十點三十分會副執行長陳相雄師兄致歡迎詞，並且介紹慈濟紐西蘭分會的志業與「竹筒歲月」的意義。

接著漫步到佛堂參觀靜態展覽，志工們在旁詳細解說，希望藉此機會讓他們多多了解慈濟。有些老菩薩走到「竹筒回娘家」的地方，紛紛從皮包拿出銅幣，投進慈

濟愛心「功德海」，由此可見他們很認同日日一善念的活動。

「視長者如己親」是慈濟人的大愛精神。位於東區的Pakuranga 中風協會，從二〇〇〇年開始就是慈濟紐西蘭分會落實社區服務的第一個志工點。由於志工們無私的付出，多年來持續的關懷及協助，現在有如一家人般的和樂。

今早天氣晴朗，約九點三十分

，師兄師姊們列隊在門廊，口中唱著英文版的歡迎歌，熱情的迎接老菩薩的到來。雖然天寒地凍，但彼此的笑容，驅走了身上的寒意。

這次到訪的老菩薩和中風協會的志工大約有三十人。其中有一位一百零一歲的高齡長者 Ina，她的臉上始終帶著親切的微笑，讓人見了心生歡喜，難怪她能這麼長壽。大家先在書軒喝杯熱茶或咖啡，彼此輕鬆的閒話家常。十點三十分會副執行長陳相雄師兄致歡迎詞，並且介紹慈濟紐西蘭分會的志業與「竹筒歲月」的意義。

接著漫步到佛堂參觀靜態展覽，志工們在旁詳細解說，希望藉此機會讓他們多多了解慈濟。有些老菩薩走到「竹筒回娘家」的地方，紛紛從皮包拿出銅幣，投進慈濟愛心「功德海」，由此可見他們很認同日日一善念的活動。

司儀鄧雪燕師姊以流利的英語，將發現頻道錄製的「慈濟世界」影片，吳喜美老師和郭淑鶯師姊示

的Joyce 一口答應參與演出。動作雖然不是十分純熟，但她用心的學習態度，讓我們很敬佩。記得早上 Joyce 到會所時，還跟著師兄師姊們在菩薩法相前問訊，透過「感恩，尊重，愛」的真誠，彼此宗教雖然不同，卻達到了大愛無國界的境界。

另一位二十四歲的印度藉志工 Sony，從未學過手語，但在短短半小時的練習下，竟然就學會了。表演時充滿自信心的她，獲得許多大家的讚賞。在分享心得時，她表示對手語非常喜愛，希望能有機會再來會所學習。最後由謝麗娜師姊以「普天三無」的手語帶動，結束整個活動。

站在門口，看著老菩薩們一個個歡喜的離開，剛才跟他們互動的畫面，仍在我腦海中停留。雖然他們的行動不便，但積極面對人生的態度，頗值得學習。

範的花道，及手語表演「大愛的孩子」等節目串連起來，老菩薩們專注的欣賞並大為讚歎。

手語表演「大愛的孩子」的行列中，有兩位外籍志工。一位是來自英國的獨居老人 Joyce，她雖然是天主教徒，但是很認同慈濟人所做的一切。在中風協會志工已七年多，五年前即是慈濟的會員按月捐款，每當有大型活動，她必定參與。

在志工們熱情的邀請下，八十年的 Joyce 一口答應參與演出。動作雖然不是十分純熟，但她用心的學習態度，讓我們很敬佩。記得早上 Joyce 到會所時，還跟著師兄師姊們在菩薩法相前問訊，透過「感恩，尊重，愛」的真誠，彼此宗教雖然不同，卻達到了大愛無國界的境界。

另一位二十四歲的印度藉志工 Sony，從未學過手語，但在短短半小時的練習下，竟然就學會了。表演時充滿自信心的她，獲得許多大家的讚賞。在分享心得時，她表示對手語非常喜愛，希望能有機會再來會所學習。最後由謝麗娜師姊以「普天三無」的手語帶動，結束整個活動。

站在門口，看著老菩薩們一個個歡喜的離開，剛才跟他們互動的畫面，仍在我腦海中停留。雖然他們的行動不便，但積極面對人生的態度，頗值得學習。

# 不怕緣遲

回首十幾年前，因為證嚴法師的第一本由九歌文化出版的靜思語，我開始認識了慈濟，也打心底佩服這麼瘦弱的一介女子，怎麼會有智慧及勇氣行這樣大的願。那個時候起，師父就成了我生命中的依歸。

十年前因為公司遷廠到高雄楠梓，因緣際會地發現一間素食自助餐，掛了個招牌招募慈濟功德會員，自此我正式與慈濟結了緣，但也很遺憾的是始終只是一個捐款的會員。如今很感恩在紐西蘭有這樣好

的因緣，讓我可以參與慈濟的事情，也因此有機會寫下心底的這份感恩與感動。

在心裡我曾經一直有這樣的願望：等

我能放下肩頭的擔子，我要投入慈濟做一

個全職的志工。感恩胡淑惠師姊的分享，讓我知道了上人所說：「要把握做好事的因緣，一旦因緣消逝，想做就來不及了！」還說：「有願放在心裡，沒有身體力行，正如耕田而不播種，皆是空過因緣。」我恍然大悟！驚覺我還有幾個十年能等啊？

這些年來，原來是自己讓因緣流失，再不做就來不及了。又有幸於靜思書軒講座，聽到來自台灣的林秋萍師姊及黃靖盈師姊的分享，她們的人生故事激發了我發心立願的勇氣。

奧克蘭北岸 St. Anne's Club 盲人協會成立已有二十多年，專門照顧眼睛失明及弱視的殘障朋友，其中有一部份還患有中風、帕金森症等疾病。每週二定期的聚會，志工們以編藤籃、做刺繡、做陶製品和手足體操等活動，來鼓舞他們面對黑暗的人生。看著他們努力克服困難跨過障礙，盡力完成手中的作品，那種堅定不移的精神，令人佩服！

長久以來北岸地區的師兄師姊，都希望能在當地多開起幾個志工點，期以落實社區志工。St. Anne's Club 盲人協會原本就有一些華人的義工，以個人名義在此服務，而該協會負責人 Marlene Pinregar 女士，也要求慈濟志工們以個人名義來服務。但經過

## 見苦知福

訪視組多次誠懇的拜訪，並很詳細的介紹慈濟四大志業、八大腳印，讓 Marlene 女士深受感動，遂將最初只答應以個人名義來參與的義工服務，改變成慈濟團體（佛教慈濟功德會）的志工服務。近兩年來，志工們無私的灑播大愛，彼此之間有了愛的存款，只要有活動他們都是很期待的。

今天早上天空下著毛毛細雨，感覺有些寒冷，因為從分會到北岸盲人協會的車程將近一個小時，所以分會的師兄師姊一行九人，準時於九時三十分出發。一路順暢的來到目的地，走進活動室，發現已有老菩薩在做手工藝了，看到他們個個精神飽滿，衣著整齊，想必很重視每次的聚會活動。

他們分成幾組，有些做陶製品工藝，有些編藤籃子，有些刺繡；還有幾位隨著節拍做健康操。老菩薩都很長壽，有位已經一百歲零二個月，雖然他們有的雙目完全失明，但仍然能用觸摸去感受一切。不

時光飛逝，轉眼到了該說再見的時候，雖然大家都有些依依不捨，但也不能期待下次再相聚。走出盲人協會，天空仍舊下著毛毛細雨，氣溫依然的寒冷，我的

在會所舉辦愛灑活動之際，我原本是去幫忙做事的，後來卻被請到佛堂去當眾。看到手語表演，我覺得好美！很想透過那優雅婉約的手語，找回那柔軟溫柔和會因為聽到一首歌，就會感動流淚的我。那天的活動讓我内心激動澎湃，一直到結束心情都無法平靜。多少年來，不論內心是多麼感動或是悲傷，我都不曾在人前流淚，但是很感恩諸佛菩薩的巧妙安排，讓我在過生日的同時，以淚水洗滌了身心找回自我。

今年第一次參加慈濟的浴佛活動，回想從五月十一日至十三日的這三天，我學習到很多的事情。慈濟真的是一個很不一樣的道場，上人說：「肯付出就是造福，不執著就是智慧。」「面對人事，就

是在修慧」在慈濟這個大家庭裡，我看到師兄師姊們不求回報的付出，在做利益眾生的同時，亦要求事事完美，一點都不可馬虎。在要求完美的同時，難免會有意見相左的情形，但不執著、縮小自己都可在此看到典範，所以這是一個福慧雙修的道場，更是一個能增長慧命的道場。

一支蠟燭如果沒有心，就不能燃燒；即使有心，也要點燃才有意義。上人開示：「要先點燃自己的心燈，才能點燃別人的心燈。」「集合五百人，就是一尊十

手觀音。」我虔誠地祈求諸佛菩薩，讓我能夠點燃所有家人的心燈，進而可以點燃更多有緣人的心燈；讓我的一雙手也能成為千手觀音的兩隻手，去做拔苦予樂利益眾生的事情。

【黃素鈴】



【攝影／胡妙珍】

# 人文真善美

## 安手 定心

紐西蘭分會每個星期六的上午，除了有小朋友的靜思中文班，也為家長開辦了手語教學；下午還有真善美花道的研習課，日後也將會推廣靜思茶道。人文教至自開辦以來頗受好評，也是人間菩薩大招生最好的平台。當學員得知即將舉辦人文教室成果展，都滿心期待並更加努力勤奮練習。

八月十八日天寒微

雨，午餐後步入佛堂，花道班的作品已擺設在鋪著藍布的檯面上。每一花型均有一句靜思語襯托，花香語意四處飄散，讓人心情倍感平靜。表演節目準時於一時三十分開始，現場來賓約一百八十餘人，連漢彌敦聯絡處的師兄姊也前來助緣。

首先由紐西蘭分會執行長慈美珠師姊致詞，說明人文教室宣是遵循上人慈示，藉以推動克己復禮，培養品德歸厚，達到淨化人心祥和社會的目的。接著在「克己復禮」的影片中，上人顯示：要教導孩子敬師、重道、勤學習的道理，養成明禮即、懂義理、重節操的人格。若人人知書達禮，則國泰民安。

接著南區手語班演出「心寬念純」，師姊們以整齊優雅的手勢，融合優美的旋律，引領觀眾進入真善美的境界。繼續播放「人文教室

心情點滴」影片，這是學員們的上課心得。有的學員表示：體悟到不比較、不計較，將煩惱心放下。也有的學員感覺到：學習讓生活更充實。更有學員悟出：把握當下，即時行善。

其後是北岸手語班表演「大愛讓世界亮起來」，師姊們步履整齊，千手觀音隊形結尾，讓人深覺學習手語不但能調和聲色，更能柔軟自心。接下來是吳臺美師姊和郭淑鶯師姊的花道示範，傳遞了「世間萬物皆有成、住、壞、空，應該把握當下即時付出」的意境。



繼續有：同修師兄師姊表演手語「牽手」、李建中師兄和王萍師姊的茶道示範、漢彌頓聯絡處的師兄師姊行奉茶禮儀。在飲「三好茶」時，司儀謝麗娜師姊要大家將「口說好話、身行好事、心發好願」落實於日常生活之中，因為這才是學習靜思茶道真正的意義。

最後是慈濟委員師姊們「渡化人間」的手語，溫柔婉約的師姊們以纖纖妙手，完美呈現上人「為佛教，為眾生」的慈悲喜捨之心，全場會眾報以熱烈的掌聲。散場時聽到有人讚歎說：「慈濟的歌很好聽！」

「手語表演得真好！」「想上課要如何報名？」迴響熱烈為今天人文教室展寫下圓滿的註腳。

【撰文／全宏昌 摄影／胡妙珍】

為了讓平時忙於課業的夥伴們，能夠趁週末期間接觸慈濟人文，李建中師伯與王萍師姑特別在今天下午，於會所為慈濟夥伴們示範及解說靜思茶道。

茶道是一項已經存在很久的中國傳統文化。近年來，上人推行「克己復禮」的活動，並將其融入於茶道中，「青山無所爭，福田用心耕」的靜思茶道也就從此誕生。慈青平日時常接觸手語，但對茶道卻頗為陌生，因此夥伴們這一天都懷著異常期待的心情，來向師姑師伯學習這門講究「定」與「靜」的慈濟人文。師姑師伯莊嚴的神情，配上縹渺的背景音樂，就像一股柔的力量，很快就安定了我們略為浮躁的心。在師伯示範師姑解說之下，我們得知原來在將茶喝入口中之前，必須經過一系列嚴謹的程序。從展布茶席、溫壺、煮水、泡茶到分茶湯，每一個步驟都不能輕忽。這樣不僅可考驗自己的靜心與定力，也可在每一個動作中，磨練心性、矯正習氣。

茶道中的每一個動作，都具有深層的意義。師姑一再提醒，每一個動作都包含了善解與包容，都回歸到心中的一絲善念。譬如溫壺這個步驟，就好像我們做慈濟時，希望能溫暖他人的心一樣；擺茶具的時候，也必須懷著一顆感恩的心，並將每樣器具都放在固定的位置上；倒茶水時，需盡量讓每一杯的茶湯相等，意味著慈濟人無時無刻在修的那顆平等心；而手持茶具時的行走路線，也不能妨礙到其他茶器，象徵我們平日與他人相處，要有適當的尊重。

活動的最後，師姑為每位夥伴倒了一杯熱茶。此時，周圍的空氣瀰漫著淡淡的茶香，眾人的心歸於寧靜，室中存著一股莊嚴卻又令人感覺自在的道氣。師姑表示，泡茶的過程就像是修行，藉由「定心」與「安手」來達到內心的「定」與「靜」。而在飲茶時，我們要力行「三好茶」：喝第一口茶，要「心發好願」；再喝一口茶，要「口說好話」；喝第三口茶，要「身行好事」。

話畢，夥伴們每一個人都端起了茶杯，用心品嚐師伯所泡的這一杯「三好茶」。茶道的意境很廣，我們今天只是稍微接觸了皮毛，誠心希望愈來愈多人能夠學習靜思茶道，並將三好力行在日常生活中，啟發心中的善念，進一步營造祥和的社會。

【汪慶昌】

# 做就對了

感恩胡淑惠師姊每一次熱心的邀約，讓我們這群北岸的志工，有機會參與慈濟的各項活動，讓人人能從做中學、做中覺、覺中悟。

在北岸 Gelentfield Coastal Walkway 的植樹，在地球空氣污染日益嚴重的今天，我們唯一可以做的是以植樹來淨化大氣、保護地球，也是另一種用鼓掌的雙手在做環保。

來參加植樹的慈青們很踊躍，尤其在這寒冷的早晨，能爬出溫暖的被窓已屬不易，何況還要出勞力，令我感動不已。看著他們熟練的將大小鏟子、泥土、肥料、樹苗，一一搬到指示的位置，這分工合作的默契，想必是平日慈濟人文薰習出的吧！

艾德麗安 Adrian 女士 一位

及保護土地的專業人士。她詳細的示範從如何正確的使用鏟子、挖土、鬆土、施肥、混入肥料土，到測量樹種下去的正確高度以



【摄影／林依蔓】

蓋土、灑水。今天讓我們學習到什麼叫「專業」，大夥兒分成幾個小組，認真的按照步驟一個一個的完成，祈禱歌更是此起彼落，大家忙得不亦樂乎。Adrian女士也教導我們，時時要有一顆感恩大自然的心，因為我們都是靠大地滋養，是大地的孩子。

雖然只是短短的一個下午，大家懷著歡喜的心滿載而歸，很感恩能夠接觸慈濟這個美善的團體，我會分秒不空過，步步踏實的做就對了。

〔鄭佳玲〕

# 小錢行大書

今年是慈濟的四十一週年，而慈濟紐西蘭分會也以「回歸竹筒歲月」，樹立慈濟新年輪為主題，佈置了富有慈濟人文的靜態海報展，介紹慈濟的緣起以及慈濟志業在紐西蘭的發展。

靜思中文班特別請各班老師安排時間，參觀四十一週年的靜態展。擔任「勇氣」班導師的陳玉英師姑，就帶著讀國小一年級的小朋友們，來到佛堂進行海報導覽。這群活潑可愛的小朋友，大部分從幼幼班起就開始在靜思中文班上課，對靜思

透過簡單的講解，能讓他們初步認識慈濟。熟悉，但對慈濟的緣起卻甚了解。師姑今天帶他們參觀導覽，即是希望透過簡單的講解，能讓他們初步認識慈濟。

一張張圖文並茂的大型海報，描述了慈濟的緣起，及紐西蘭分會創立至今一路上的點點滴滴。孩子們因為年紀還小，所能吸收的並不多，因此師姑主要是針對照片，以「看圖說故事」的方式來進行講解。

「看圖說故事」的方式來進行講解。

參觀完了海報之後，在佛堂後方的另一邊則是竹筒歲月的主題陳設。在擺設的正中央，有一條長長的半剖開來的竹筒銜接在一起，師姑對小朋友們說：「比起當年的學生，你們真的是太幸福了！因此你們要把握機會專心上課，這樣才是惜福喔！」

個大甕上，甕中已累積了許多來自會眾認養竹筒的善款。許多小朋友也已將存滿的竹筒帶回來注入甕中，真所謂積沙可成丘，小錢行大善啊！

一枚枚小小的硬幣，本身或許發揮不了很大的用處，但匯集在一起後，就像小水滴注入了河川，再流進大海一樣，會形成一股很大的力量。小朋友們幾乎都有認養竹筒，並和爸爸媽媽一起的養竹筒，今天更是親眼見到了聚集各方善念的功德海，更加體會到了每個人的小小貢獻，都是非常非常地重要。

蔡美珠師姑拿了一把硬幣分給小朋友們，讓他們順著竹筒將硬幣滾入甕中，體驗付出的喜悅。玉英師姑並提醒孩子們，在付出的當下要雙手合十，感恩能有付出的機會。相信在這些小菩薩們的小小心靈中，已有許多善的種子正在發芽、茁壯，未來也將跟隨慈濟的脚步一起成長。



【撰文／汪慶昌 攝影／王清貴】



【攝影／慈中】

# 生活禪

為了讓孩子對慈濟人文有更深刻的體會，於是慈濟紐西蘭分會，舉辦了第一次的兒童靜思生活營。一早生活組的師姑們，歡喜地幫孩子們辦理報到，慈青隊輔哥哥姊姊則忙著給他們愛的叮嚀。

開營儀式後，劉錦修師姑教大家學

佛行儀：三問訊、三頂禮。食的威儀：龍口含珠、鳳頭飲水，行住坐臥都要很用心。接著是隊歌的手語教學，師姑要求大家不但手到、眼到、口到，「心」更要到。藉著練習手語，將歌詞深印心中，也展現在行為中。之後由李俞慧老師、陳玉英師姑、鍾寶瑩師姑教大家利用包裝紙，做「愛心卡」送給雙親。

這時廚房傳來陣陣的香味，原來師姑師伯們已將午餐準備好，這充滿愛的素食料理，讓人看了胃口大開。雖然美食會被消化，但這份愛卻會永存孩子們的心中。

下午學習克己復禮，因為想成為彬彬有禮的人，必須從自己做起。所以當蔡嬌蘭師姑以「有禮真好」這本書提問時，大家都會先舉手再回答，其實這就是有禮貌的表現。

接下來是新素食儀話劇「不要吃

我」，當師姑師伯們表演到將被宰殺的母雞害怕的哭訴說：「求求你們不要吃我！我不想死！我要和家人在一起。」時，小朋友們都感同身受的一起請求起來，讓人覺得慈悲之心人皆有之啊！

之後，大朋友到廚房準備素食火鍋，小朋友則準備煎銅鑊燒。不久，家長們陸續抵達，與孩子們圍坐一起，一同享用素食火鍋，畫面好溫馨。再來是幫爸爸媽媽端熱水泡腳、捶背、奉茶，都是慈濟世界愛的教育，家長們笑在嘴裡，甜在心裡。

第二天的課程於晨曦中以「菩薩拳」開起。張麗珠師姑帶領讀書會，吳祖銘教授教作藏書票。原本患重感冒的他，開心的說：昨晚被兒子和女兒端熱水泡腳的孝心感動，感冒竟不藥而癒。這時，受紐西蘭慈濟分會照顧已五年的獨居老人伯尼斯，歡喜地來和小菩薩們過他九十歲的生日。大家熱情的擁抱他，還準備了禮物與他結緣。寶瑩師姊做了個大蛋糕，讓他老人家開心的不得了。以愛滋潤眾生，世界必定充滿美善。

圓緣時，孩子們將兩天所學一一呈現，師姑師伯們也鼓勵孩子們實行於日常生活中。家長們非常感恩師姑師伯們的用心陪伴，同時也給孩子這麼好的學習環境。最後，大家響應竹筒歲月的精神，投下銅板發出一日一善念，願人心淨化、社會祥和、天下無災難。

# 怎樣孝順父母



## 菩提種子看世界



兒女從出生後到被養大成人，父母的恩情是一生都還不完的。可是這就一定說，你什麼都不能做，我們現在就應該要孝順父母才對。雖然我現在還在讀書，無法賺錢奉養爸爸媽媽，但是可以用其他方法表達我的孝心。

其中一方方法之一是「敦品力學，用功讀書」，這是天下所有父母的希望。以後孩子出社會，他們就不用擔心兒女的就業問題。

方法一是「幫忙做家事」。例如：照顧弟弟妹妹，幫忙媽媽買些東西，或者等爸爸下班後，幫他捶捶背……等。同時也不要讓父母為我們擔心、操心、勞累過頭。

方法三是「不要頂撞父母」。父母責備我們，可能是擔心我們各方面都還不成熟，怕我們受傷害。也因此愛之深責之切，所以我們一定不要當面頂撞，要事後委婉說明。

雖然以上這二點表達我們對父母的孝敬，但是並不是嘴上說說就算了，一定要真心誠意的去做，才是真正孝順。

【彭賢芬】

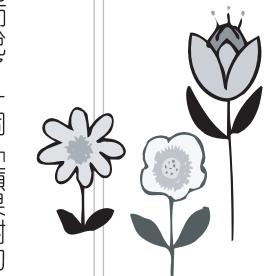
前幾天老師說了一個「蘋果樹的故事」。故事中的男孩從小到老，蘋果樹就像父母一樣給他所要求的東西。但是男孩並不懂得蘋果樹給他的恩情，也不知道要感恩和報恩。

看到媽媽懷孕的時候，肚子大大的很辛苦，而且每天還要去上班，我想她一定很累。生下妹妹從醫院回來後，晚上還要起來餵為妹妹喝牛奶，由此可以知我小的時候，媽媽也是這樣辛苦的照顧我。所以我一定要知道父母的恩情，並且有機會就要感恩和報恩。

但是我要怎樣孝順父母呢？首先要我幫忙做家事，例如：照顧妹妹、幫忙洗碗、等等。另外我也要聽從父母親的話，不違背他們。不但如此，更要做到早晚請安。

雖然我現在年紀還小，無法像大人一樣賺錢奉養父母，但是只要我能做到以上的三點，相信我也是一個孝順的孩子。

【蘇俐安】



你知道「孝順」是什麼嗎？孝順是尊敬和順從你的父母。在一個和樂的家庭裡，孝順是佔很重要的因素。如果一個家庭裡，孩子不重視孝順的話，整個家就會得到天翻地覆。兒女會和父母吵架，那時每個人都會不安心，可見孝順的重要了。

但是你知道要怎樣孝順父母嗎？在很多情況下我們可以對父母表達孝心。例如：母親在忙的時候，我們要趕緊幫忙，不要讓他們太勞累。我們應該聽父母的教訓，不能頂撞他們。將來我們長大了，父母也老了，我們要好好照顧他們，一定要把他們放在心裡，不能丟下他們不管。

我希望每個人都要孝順自己的父母親，不要讓他們失望。我們永遠不能忘記，父母把我們扶養長大和教育我們的恩情。

【林慧金】

父母養育我們非常的辛苦，父母的恩情大如天，所以我們應該要孝順他們。現在我們還在讀書，孝順父母最好的方法就是努力用功讀書，不要讓他們擔心。在家的時候要幫忙做家事，例如打掃房間，整理床鋪或收拾碗筷。

我會永遠孝順父母，做一個乖巧又懂事的好孩子。

【江哲瑋】



## ・靜思文物介紹・

# 人間 佛 法

【攝影／胡妙珍】

【人間佛法】是【慈濟法髓】全套書的冊四，是證嚴上人於一九八六年花蓮慈濟醫院落成啟用後，於每月「慈濟全省委員會員聯誼會」開示時，宣講【佛遺教經】，以慈濟志業印證佛經義理，告諸大眾「利益眾生是最究竟的佛法」，「慈濟成就佛教的形象」。

上人於書中提及：「我來花蓮創立慈濟，名義上是為救濟的工作，實際上是為勸導人心。因為天災人禍都是眾生共業，如果



能把眾生的心，從惡業轉為善業，自然會化禍殃為吉祥。……救世必需先救心，所以因緣成熟時，就想到要設立一個佛教的慈善團體，讓每個人都有從事救濟的心念。……舉辦義診是一大福田、大因緣，以實際行動踐行佛陀的教法，比任何法會都有效。」

佛教中講「中道」，不執「有」也不執「空」，但「真空」中有一「妙有」。真空是道理，亘古不變，但卻看不見也摸不著；「有」則是世間的實相，會因年代的改變而損壞。上人以願力，將無形佛法的真理、慈濟人的愛心，化為有形的慈

濟四大志業八大腳印，印印清楚的演說佛經的義理。

對每個慈濟志工而言，可以直接受行於菩薩道上，再經過「聞、思、修」而證悟佛法，疾速成菩提。對社會上因身心苦痛而需幫助的人，則可因慈濟人的「拔苦予樂」，而使痛苦減輕，甚至可成為能助人的菩薩。

整個世界也希望由此善的循環，而化災難為祥和，是故我們若想要深入了解「慈濟法脈」的精神，體會上人的心地風光，見證「慈濟宗門」發展的縮影，這是一本值得參考與珍藏的史料書。