

為淨化心靈作活水 為祥和社會作砥柱 為聞聲救苦作耳目

釋迦牟尼佛

慈濟世界



紐西蘭

二〇〇八年三月
第三十一期



敬天愛地聚福緣 福慧紅包結好緣

目錄



P.2



P.4



P.5



P.8



P.9



P.10

1	上人新春祝福——迎接吉祥福慧年 上人開示——心靈的依靠		
2	敬天愛地聚福緣	施芳玉／王萍	
3	新春祝福感恩會花絮	鍾寶瑩	
4	慈濟人的使命	陳相雄	
4	見苦知福 見樂知足	慈儂	
5	路愈遠 愛愈長	陳相雄	
5	一〇〇七年耶誕慰訪報導	施芳玉	
6	華人中風協會——聖誕節慰訪	林振隆	
7	Remuera 中風協會——深深好緣	施芳玉	
7	Royal Oak 中風協會——溫暖的虧慰	王文欣	
7	St John 中風協會——感恩的淚		
8	8 用愛擁抱大地	沙美蘭	
10	10 「來不及」的警惕	施芳玉／王萍	
10	10 無憂無懼	何宛苓	
11	11 愛的鑰匙	蔡瑋／葉鳳儀	
11	11 香積樂	鄭小嫻	
12	12 美好的一天	蔡宜靜	
12	12 地球是我家	君暉	
13	13 回收小記	慈捷	
13	13 答案	王靖元／王靖仁	
14	14 靜思文物介紹——東方琉璃藥師佛大願	張凱佳	
14	14 紐西蘭分會活動表／漢彌頓活動表	慈儂	

靜思語

只要緣深，不怕緣來得遲；只要
找到路，就不怕路遙遠。

It is never too late for a
deep-rooted affinity to blossom.
Do not worry over a distant journey
as long as one finds the way.

發行人：釋證嚴

網 址：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) 271-6976 傳真：(64-9) 272-4639

漢彌頓聯絡處

地 址：11 Halcione Cres., Hamilton, New Zealand.

電 話：(64-7) 854-1496 傳真：(64-7) 854-1496

邀您走入大愛的慈濟世界

歡迎進入慈濟紐西蘭分會網站查詢相關訊息

www.tzuchi.org.nz

迎接吉祥福慧年



上人開示

【證嚴上人新春祝福】

用感恩心送走過去——

安度每個秒關，才有年關可過；

感恩平平安安走來，不只分秒不空過，
且用心、用愛付出，開闢出人間福田，
也拓寬、深化自我生命價值。

用虔誠心迎接新年——

大地不斷地毀傷，唯有用愛來彌補。

在心田播下善種子，用智慧與愛去呵護，

人人都有一片心地淨土，

戒慎虔誠、敬天愛地、廣結好緣，

社會自能祥和，天下就無災難。

現代人動輒煩惱叢生，心生憂鬱，以致做出不理性的行為，令家庭痛苦、社會不安。如何打開心門，讓心靈有依靠，並負起人生責任，是現代人最重要的課題。

我們在關懷別人的同時，也要祝福自己，並思考應如何付出？其實知道自己擁有什么，能夠付出什麼，就是知足的人，也是最富有的人。現在社會人心之所以不健康，多因為缺乏「自淨其意」。若能自淨其意，世間就不會有太多的苦難，因此首要「律己防非」，自我遵守戒律，預防錯誤的行為，才能將心念停留在最善之處、保持清明。

其次要「止惡防非」，也就是時時提高警覺，不做任何惡行，一旦察覺起心動念有偏差，就須及時停息、守好本分；做到這樣，心就能定，才能靜慮，進而成長智慧，乃至離苦得樂，人生道路就會很開闊。

馬來西亞馬六甲有位奧斯曼先生，由於家境貧窮，妻子生病無力負擔醫藥費，生活陷入困境，經過醫院轉介，找到慈濟。奧斯曼先生接受援助，不忘感恩圖報。他律己甚嚴，天未亮就起床，兼做好幾份工作，為家計打拚，也做志工發揮良能，如社區巡邏、到學校幫忙，也落實環保，為慈濟做資源回收。

有人建議他：「何不變賣這些回收物，貼補一點家用。」

他說：「已經接受慈濟人很多的愛，我覺得也應該回饋，將環保所得再去幫助別人。」這就是點滴愛心流入大海，可以匯聚成很大的力量，真是人窮志不窮。

他在外奔忙、勤奮地付出，分秒不空過，回到家還將家裡整理得一塵不染；雖然他是虔誠的穆斯林教徒，卻能夠跨越宗教藩籬，自願清掃慈濟馬六甲的佛堂。他表示，這也是一種虔誠禮拜，又可以清淨心靈道場。他懂得善解、善用時間、守志奉道，所以做得非常歡喜，能夠海闊天空。

人人若能心存善念，彼此以善行互助，自然就能互結好緣、歡喜自在；如同天下一家親。

心靈的依靠

敬天愛地聚福緣

紐西蘭分會新春祝福感恩會



今天是農曆正月初四，雖然在奧克蘭絲毫感覺不到過年熱鬧氣氛，但是今天紐西蘭分會在會所舉辦「新春祝福感恩會」，卻可以讓身居國外的華人一解鄉愁。新春祝福感恩會有二層重要的意義，一是將上人的祝福與福慧紅包，致贈給十方大德；二是感恩會員和志工們的發心護持。

◎ 會眾踴躍，落實社區

一早天降甘霖，讓乾涸的大地，重新充滿生機，受到全球溫室效應的影響，紐西蘭的夏日已不如往昔的清涼乾爽，久旱不雨的現象頗令人憂心。十點不到，只見分會大門外車水馬龍，交通組師兄迎著細雨，氣定神閒的引導著

門內師兄師姊則以迎接家人的心情，歡迎著扶老攜幼闔家前來的會眾，更讓人驚喜的是有幾位中風協會的老人，竟然克服身體和行動的限制，毅然的出現在會場，令志工們欣喜無比。看著在座年年增加的外籍法親，儼然慈濟志工平時的予樂拔苦，落實社區已有成效。

十點十分開始進場，不一會兒，預先擺設的三百張椅子，已座無虛席，臨時增加五十張也已坐滿，算一算再加上幕後的一百多位志工與師兄師姊，今天總共有四百五十多位社區會眾來參與盛會。

◎ 福慧紅包，歡喜結緣

會場內，無量義經的唱頌聲攝入人心，引領會眾肅穆安靜，會場道氣莊嚴。在節目未正式開始之前，藉由影片介紹福慧紅包的由來及涵義。福慧紅包內的五元是上人版稅所得，歡喜與大家結緣。

稻穗，象徵《無量義經》中的從一生無量，無量從一生，其製作過程，動員了很多志工，以無比的愛心、用心、耐心、恆心、誠心完成的。飽滿的稻穗，是全球慈濟人對十方大德的無限祝福。會後秦仇儻表示，福慧紅包原來是這麼有意義，一定要好好珍藏。

◎ 敬天愛地，節能減碳

今年新春祝福感恩會的主題是「感恩・尊重・愛・敬天・愛地・聚福緣」。透過影片，眾人聆聽上人的祝福，感受到上人對「來不及」的憂心，以及「愛護地球」的殷切叮嚀。

看到畫面上，地球被人類蹂躪的柔腸寸斷，提醒大家要從己做起減少破足跡，從生活中省水、省電、減緩溫室效應，人類才有未來。期望大家透過畫面能深刻體會到，地球存亡每個人都有責任，唯有「愛」才能使地球不受毀傷，唯有地球健康，人才能平安。

◎ 慈濟足跡，膚慰苦難

接著，播放「二〇〇七年慈濟全球」大藏經影片，大家從畫面中感受到災難的無常及無情，雖然目前全球有四十五個國家有慈濟人給予愛的膚慰，但如果大家不敬天愛地，大地的反撲只會更激烈更無情。

而慈濟人本著「走在最前，做到最後」的精神，已獲得很多國家的認同。台灣及全球浴佛節的畫面，讓在場的會眾很震撼，全球的慈濟人不分種族、地區，卻都能以同一方式浴佛，展現慈濟人同心協力。

◎ 無聲說法，環保減碳

接著，《無量義經》序曲的手語表演，師兄師姊以整

齊柔和的手勢來說法，除了將大家帶入佛法的意境，也留下了一個「人生價值為何？」的省思。接下來是

克己復禮－環保篇的影片，提醒大家要用心學習身體力行。

隨著地球愈來愈熱，溫室效應會不斷的擴大，大自然已經發出警訊，所以我們應該要從日常生活中，力行減少碳足跡。人人善心善行，相信一定可以達到「人心淨化、社會祥和、天下無災難」的心願。

她知道慈濟人在推動環保，拯救大地。

有群年輕的孩子會後異口同聲的說有些傷心，因為地球被破壞了。問他們要怎麼辦呢？回答說：應該要省水、省電、不浪費資源，為地球盡一分力。其中一位哥哥表示，他現在是醫學院的學生，希望畢業後能成為慈濟人，為人類盡一分心力。

次都覺得慈濟人很用心，待人有禮又和氣。尤其今天深刻體悟到，地球已經受傷很嚴重了，看到慈濟人推動環保愛護地球，也教育大家於日常生活中力行減少碳足跡，她覺得看到了希望。

【撰文／施芳玉／王萍 摄影／吳祖銘／林茂隆】

◎ 克己復禮、愛護地球

紐西蘭分會副執行長陳相雄師兄代表慈濟向大家拜年，接著播放「二〇〇七年紐西蘭分會」大藏經影帶，藉此讓民眾更加瞭解慈濟平時在社區的耕耘足跡。

感恩智修法師、界心法師與定慧法師，統領大眾禮佛三問訊，點燈，虔誠祈禱。

最後由陳相雄師兄和陳美玉師姊致贈福慧紅包及福慧袋。當會眾接到福慧紅包時，每個臉上都流露出幸福的笑容。結束後，大家陸續來到靜思書軒，有的請購靜思文物，有的瀏覽書籍，有的品嚐一杯慈濟靜思茶；川流不息的人潮，讓書軒的志工忙的不亦樂乎。

用過午齋送完會眾，師兄師姊們立即著手整理場地，慈青夥伴洗碗，男眾搬桌椅，師姊擦桌拖地，會所馬上恢復原狀。大家雖然身體有些疲憊，但心裡卻是倍感歡喜，因為今天種下了無數的善種子，期望很快地能發芽，一起加入克己復禮、愛護地球的行列。

◎ 會眾迴響，力行減碳

紐西蘭籍的珍妮表示：這是第一次參加新春祝福感恩會，雖然她加入會員不到半年，但她很喜歡慈濟，並且常向朋友介紹慈濟。她讚許說：今天的活動太棒了！雖然有些中文部份聽不懂，但是透過畫面，

◎ 今天在會所，到處可見來賓與會眾，大家都以回家的心情同聚一堂。多位來自 Highland Park 中風協會的老菩薩們，雖然行動不便，外加微風細雨的天氣，但是並沒有阻斷他們和大家團聚一起，共同迎接新年的心。

◎ 有位信奉基督教的來賓，看到我們對殘障人士的關愛及照顧，表示令他非常感動。他感受到慈濟人以大愛的力量幫助別人，不分宗教，不分膚色，讓被幫助的人感覺被尊重，體會到所謂真誠的付出。

◎ 透過影片介紹，一些外籍人士看到慈濟人在海外多年來的默默耕耘，以及無所求的付出，不自覺的流下感動的淚水。中風協會負責人 Linda Williams 以行動表示，願意加入每週一日的會所福田志工。

◎ 有位家屬帶著中風的雙親來參加活動，於午齋時，發現慈濟人的照顧是這麼的用心與週到，讓行動不便的父母能愉快地享用午餐，於是感動得當下加入每月捐款的慈濟會員。

新 春 祝 福 感 恩 會 花 累

◎ 委員陳麗屏師姊的女兒，每年都來參加慈濟舉辦的活動。在會上聆聽 上人開示後，感受到 上人的慈悲心，以及期許大家積極做環保，減少碳足跡，拯救地球，人人有責的呼籲。她發願說：回家後要實行克己復禮，從自己做起，珍惜家中一切資源。

◎ 「宇宙無涯，生死剎那，新新生滅，無需驚訝」慈誠委員以手語傳遞「無量義經」的序曲，獲得來賓熱烈的掌聲。其中剛受證的委員呂玲惠師姊，自從戴上 上人所贈的琉璃佛珠，感覺到 上人每天都看著自己，所以提醒自己把握當下精進不懈。在排練期間除了得到許多師姊的鼓勵，更學會與他人配合，所以對今天的演出充滿自信。

◎ 在每次活動結束時，我都可以感受到參與的菩薩們心中的那份喜悅。而於活動的籌備過程裡，每一位師兄師姊都是我學習的典範，讓我覺得做志工，使人生變得有意義，雖然我與慈濟結緣只是短短兩年，但是「做就對了！」是我一心一志的信念。

【撰文／鍾寶瑩】

慈濟人的使命

二〇〇七年十二月六日細雨紛飛，午後一時正，難民營的運輸車準時抵達分會。師兄師姊迅速地把羊毛被、枕頭、床單、水壺、煮鍋、電風扇、垃圾桶以及文具用品搬運上車。臨行前，謝麗娜師姊提醒參與的志工以感恩、尊重、愛三心來發放，根據名單點清數量，並且要互相補位。大夥兒將「愛的叮嚀」謹記於心，隨即出發。

和藹可親的難民營主管阿曼先生，這幾年與慈濟人相處下來，已對慈濟人文有所瞭解。他代表難民致詞感謝慈濟對難民的捐贈，付出無所求的愛心，讓難民得到無比的溫暖。透過翻譯傳話，難民們臉上露出感激的笑容。

陳相雄師兄代表致詞說：感恩有這個付出的機會，捐贈的物品都有慈濟人的大愛，我們雖然來自不同的國家，但都是一家人，應該互相扶持與照顧。祝福各位在紐西蘭都能過著平靜安祥的生活，勇敢的迎向未來。透過翻譯，難民們眼中泛著淚光，感恩的氣氛圍繞著整個會場。

接著林白蒂師姊帶動大家比「普天無」的手語，「普天之下沒有我不愛的人，普天之下沒有我不信任的人，普天之下沒出一片大愛無國界的畫面。」

簡單的歌詞，卻包含了深刻的意義。透過翻譯，難民們隨著旋律認真的學比，呈現出我不原諒的人……煩惱憂愁放下了。」是難民最需要的。師兄師姊們很恭敬地彎腰行禮，用雙手把物品交給難民，大家有

秩序地領取。難民需要幫助時，師兄師姊們也會協助難民搬運，很有一家人的感覺。

難民群中薩蘭愛及薩泰隆是姊弟，

在緬甸因政治問題，雙親被監禁，至今生死未卜。姊第二人投靠亲戚，東躲西藏，輾轉逃到馬來西亞，透過聯合國難民組織，再轉送至紐西蘭。姊姊看到慈濟人的關懷及愛護，感激的淚水不斷湧出。

「謝謝你們！我是佛教徒！今天受到佛教慈濟的幫助，有說不出的溫暖，我們會勇敢的面對未來。」師兄師姊立即為其抹去淚水，並給予鼓勵與安慰。

在今年的尾聲，能把握機會關懷難民，讓人間的苦痛因此而減少，或許只是一點點，但這就是慈濟人的使命啊！

【撰文／陳相雄 攝影／胡妙珍】



見苦知福 見樂知足

孩子的未來在教育，尤其是先天不足有缺憾的孩子，在成長的過程中，更需要給予幫助，提供更多的學習與求知機會。師兄師姊一行八人捧著精心包裝的八片電腦軟體程式，於十一月二十七日上午十時三十分出發，前往位於奧克蘭中區的Carlson 卡爾森特殊障礙學校捐贈。

途中經過 Three Kings 三

王小學，小朋友正在寬闊的操場上舉行運動會，活潑健康的孩子們，在初夏的陽光下，光著腳，盡情的跑著、跳著，好快樂！和風輕拂坐在小草坡上觀看的父母，他們臉上愉悅的神情，讓人覺得好幸福！



約十一時十分抵達，與校長與副校長握手致意後，隨其引領走入一間教室。眼見五位坐在特殊輪椅上（最大的十八歲），頭、手臂、手腕、背等全身，幾乎都由固定帶支撐著的孩子，用歡迎的眼神注視著我們（有二位幾乎無法直視）。師兄師姊以溫柔的微笑回應，同時也向照顧他們的五位特教老師致意。

副校長大聲清楚的向孩子說明慈濟人的關懷與愛護，並且感謝從二〇〇三年來持續的幫助。今天捐贈的八片電腦軟體程式，可配合慈濟捐助的特殊電腦，提供大家學習更豐富的知識。接著老師們表示，孩子平日有音樂課程，所以今天想呈現一段上課的情形。於是隨著該週主題薩摩阿的樂曲，孩子們的手無節奏的開始擺動，師兄師姊與老師們隨即上前，輕握住他們的手鼓勵著，孩子們高興的笑著。

此時有一位孩子，突然開始全身抽動不已，老師呵護的為她蓋上毛毯，迅速的推到醫護室，在一旁目睹這般情景的師兄師姊，強忍淚水由衷的感嘆道：這麼一點點的快樂，他們卻因先天的不足而無法接受，真是令人好心疼！

待捐贈完後，師兄師姊放心不下剛才發病的孩子，於是向副校長詢問情形。副校長請我們放心，說明學校有醫生和護士會給予適當的照顧，而老師和義工也都會陪伴在側，我們才放心離去。

在回途中師兄師姊相互分享，有人感恩自己的孩子四肢健全，有人知足的表示要修正自己對待孩子的態度。感恩菩薩今日示現人生的樂與苦，讓我們見苦知福，見樂知足，珍惜當下所擁有的的一切。

【撰文／慈懷 攝影／王清貴】

路愈遠 愛愈長

紐西蘭東部吉斯本地震勘災

天災連連，國土危脆，人類已到壞劫時期，感恩慈濟法親聞聲救苦，同行於菩薩道上。

同林倦鳥未言休 倒轉乾坤苦難多
但見慈悲暖異域 驚疑大地易春秋

知福造福人間渡 佛心師志堅不奪
慈濟偕行又一載 法親情似血緣稠

時值二〇〇七年歲末，紐西蘭已可以充分感受到新年的氣氛。十二月二十一日半夜一點多，陣陣鈴聲叫醒了熟睡夢鄉的我，原來是台灣花蓮宗教處德宸師父，得知紐西蘭東部吉斯本發生六點八級的地震，特地打來關懷的電話。他慈悲的詢問：情況是否嚴重？是否有人受傷？關切之情溢於言表，使人覺得份外溫暖。

當日早報在頭版，有很大篇幅的災情報導，從照片及文字中得知當地有建築物倒塌，所幸無人死亡。雖然地震對奧克蘭區沒有一點影響，但慈濟人本著「人傷我痛，人苦我悲」的情懷，勘災工作是勢在必行。

早上九時許，偕同劉錦修師姊、沈榮俊師兄，三人驅車前往災區，奧克蘭與吉斯本距離約有五百多公里。

沈榮俊師兄，三人驅車前往災區，奧克蘭與吉斯本距離約有五百多公里。由一號公路轉入二號公路的路途中，有一大段是傍著高山彎沿而行，高低

起伏的路況，開車是要非常小心的，我們於下午四時許抵達目的地。期間台灣慈濟大愛台，也曾試圖用手機連絡詢問災情，但因山區阻擋，以致收訊不良而間斷。

進入災區即見不少建築物東倒西歪，損害最為嚴重的屬巾中心，警方把災區封閉，任何人等不准進入，避免再發生危險。現場救難指揮中心是民防單位，設於市政廳大樓。我們找到主管 Paul Stuart 說明來意，Paul 首先很感謝慈濟人的好意，接著說明：這次地震達 6.8 級，震央是在距離吉斯本五十公里的外海，建築大樓雖有倒塌，幸好損失不太嚴重。尤其這裡的建築物只有三層樓的高度，修復工程較為容易；一般商店都有參加保險，相信很快就能得到修繕賠償。至於受傷的數十位民眾，皆屬於割傷或扭傷，公家意外賠償局已為傷患作妥善的處理。聽完他的說明，我們總算放下心中大石。

Paul 更表示，慈濟人能從奧克蘭趕來吉斯本關懷，真情可貴。雖然目前不需要協助，但知道慈濟是聯合國認可的國際救援組織，日後如有需要，一定會聯絡慈濟的老菩薩為主。一年一度的耶誕慰訪，最能深刻觸動老菩薩的心，有別於往年的熱鬧，今年的慰訪節目是以小小音樂會來呈現，使老菩薩們享受一場溫馨的人文饗宴。今天是今年第一場耶誕慰訪，節目安排有歌詠隊、手語、二胡演奏、小提琴中提琴及鋼琴

表演。

紐西蘭是個有福報的國家，山明水秀，環境優美，雖然火山略多偶有地震，但每次都能平安度過。正因為如此，我們更要戒慎恐懼，也要知福惜福再造福，以一善擋千災，希望在未來的一年，人人能平安吉祥，幸福快樂。

【撰文／陳相雄】

一九〇七年耶誕慰訪報導



演奏。大家都抱著歡喜的心情，來為老菩薩祝福。

在這裡服務的志工，皆為北岸的師兄師姊約二十人，而且已經有五年之久。第一個節目是由北岸手語班帶來的苗山慈濟情，輕鬆的表演方式，將歡喜的氣氛散佈全場；歌詠隊唱出第一首毛利情歌，讓耳熟能詳的老菩薩也都跟著唱起來，第二首「溫情滿人間」，更讓大家呈現出手牽手心連心的溫馨畫面。

慈青演奏的慈濟歌曲，讓老菩薩沉浸在美妙的旋律當中。同樂的部份，則由志工帶動唱五首耶誕歌曲。今年的致贈禮物是由執行長蔡美珠師姊承擔，她面帶笑容的輕聲祝福每一位老人家，雙手奉上慈濟人的大愛禮物，相信老菩薩門都感受到，內含「感恩・尊重・愛」的耶誕禮物。

最後是虔誠祈禱，因為是英文歌詞，所以大家都很虔誠的許下他們的心願。就像負責人 Gili 說他們很喜歡我們來做慰訪，尤其是我們的手語表演，他們很喜歡，明年度他希望可以擴大，多邀另一區的老菩薩來欣賞我們的表演。

結束今天的活動，讓人不禁覺得人文的影響力真是太大了，我想要讓慈濟走入國際，這將是一個最快速直接的法門。

【撰文／施芳玉】

華人中風協會 聖誕節慰訪

華人中風協會成員皆為華裔中風人士，他們都是早期移民，或是和子女移民到紐西蘭，因為中風和需要人全天候的照顧，大部份住在養老院。由於語言及飲食上的不同，華裔中風人士在心理上更為孤寂，於是紐西蘭分會在一年前，每月舉辦一次聚會，藉著手語、慈濟人文來予樂拔苦，如今大家儼如一家人。

聖誕節的腳步將近，今天安排了他們耶誕慰訪的活動。只見一早廚房的香積師姊們，正忙碌的準備耶誕午餐，活動組也特別設計了一套屬於華人的小型音樂會，展現出慈濟的人文，節目一開始是「感恩、尊重、愛」的手語表演，帶出了溫馨的氣氛。

接著表演合唱，雖然他們的動作不是很靈活，但是仍賣力的跟著節拍拍手，而慈青的二胡及中小提琴合奏望春風、望你早歸和草山的風，讓大家深深的陶醉在音樂聲中。接著志工與老菩薩們一起唱耶誕歌曲，並由執行長蔡美珠師姊及陳相雄師兄致贈耶誕禮物，只見大家手捧禮物滿臉幸福，因為他們在這兒找到愛與尊重。

最後表演「人間有愛」的手語，只見黃老伯認真的比劃著，因為他有參加會所的手語班，看他比著比著竟留下了眼淚，他說：「我很喜歡你們的手語，尤其是「人間有愛」的歌詞很感人，謝謝你們帶給我很多的愛。」平常黃老伯都是太太陪同前來，這次因為太太回香港，女兒很孝順的特地由香港來陪伴他。

節目結束後，曹女士說：她第一次來參加，感謝安排這麼好的節目，以後每個月都要來。李女士說：「我很喜歡你們的禮物及卡片，謝謝大家。」吳先生說：「節目很好看，讓我很感動，我很喜歡到你們這裡來，師兄師姊非常有愛心，而且不分宗教，愛人知己，謝謝大家。」

楊先生剛來時很靦腆不太愛說話，現在已與大家有說有笑，他表示：現在他很喜歡來這裡，謝謝大家對他的關心。胡婆婆原來在養老院脾氣很不好，喜歡罵人，現在每次來都滿面笑容，她說：「我很喜歡今天的表演，也很喜歡來慈濟。」

上人開示：每個人都是一部經典。由他們的身上我們看到了勇氣毅力，及慢慢展現出心寬意純的笑容。原來只要有愛，每個人的心都會被開啟，祝福這些老菩薩在異地他鄉能有個溫馨的新年！

【撰文／施芳玉】



因緣不可思議，也許是與 Remuera 中風協會的老菩薩們，結下的深深好緣吧！到會所一向堵車的交通，竟然從未像今晨這般的暢行無阻過，心中因此充滿了歡喜。

深深好緣

雖然曾提醒自己，儘量不要對不同的中風協會的老菩薩有分別心。可是，難呀！因為這是我第一個參與的志工點。看到好一段時間，未曾謀面的老朋友們，不自覺地難掩歡欣，就一直想與他們多聊聊天，但是節目即將開始，只得匆匆踏上舞台，為老人家們表演節目。

溫馨的慈濟樂曲響起，感性的 Neville 與我對視一眼（那是一種久遠的期待），心中不禁潸然，率性的 Michael 也閉起雙眼，若有所思，連往日喜歡和我嘻鬧的 Bill 與 David，也都神情專注的正襟危坐。還好此次選擇的曲目，溫馨中帶著幾分輕鬆歡愉的氣氛，否則太感性的我，總是會淚濕衣襟的。

節目結束後，中風協會負責人 Judy 為感恩慈濟人不求回報的奉獻，及對他們的要求，永不說「no！」的精神，特別臨時提議，請大家響應竹筒歲日捐款。看到老人家們都熱烈歡喜地投幣到竹筒內，Tina 師姊在向老人家道謝時，得到的回應是「這還不及你們所給與我們的」，可見這竹筒裡除了捐款，還充滿了無限的真誠感恩。

陪著老人家們用午餐時，大家給了我不少回饋。對我們的環境佈置、節目安排與志工接待的用心，都感激不已。在恭送老朋友們搭車離去的時候，眼看著這群已漸衰老的身影，我的心有點兒痛，有點兒不捨，總覺得給他們的還是不夠多啊！

【撰文／林振隆】

Royal Oak中風協會

溫暖的肩慰

今天到分會參加耶誕活動的 Royal Oak 中風協會菩薩一共有二十八位，大都是行動不便的老人家。分會安排的節目，仍以富有慈濟人文的音樂會為主，只見每位老菩薩都很欣賞我們的演出，有時拍手，有時跟著哼唱，志工們則以一對一的方式陪伴在側。

當節目進行至耶誕歌曲同樂時，因為現場氣氛很溫馨，使得好幾位老菩薩都紛紛的流下了眼淚。志工見狀，即刻給予肩慰，原來每逢佳節倍思親，他們是思念自己的親人，幸好在志工溫暖的安慰下，於贈送耶誕禮物時，歡喜的笑聲，沖淡了悲傷的氣氛。

活動結束後，很感動的 Heather 女士表示：這一生，還沒有人這麼用心的為她準備耶誕節目，好精采又溫馨，她非常謝謝大家。

午餐雖是簡單的三明治，但在香積師姊們的妙手搭配下，漂亮的顏色，整齊的形狀，讓人味口大增，再配以炒飯及春捲，老菩薩們都吃的很高興。

活動結束後，有些老菩薩們相偕到書軒，為的是想購買靜思文物作為聖誕禮物，送給親朋好友及他們的孫子。最後在依依不捨中，與我們揮手道別。

【撰文／施芳玉】

在熱情的歡迎歌聲中，迎來了 St John 中風協會的老菩薩們，志工們扶著行動不便的老菩薩步入書軒，以一杯溫馨的「早茶」，揭開了一年一度聖誕節慰訪的序幕。

在主持人的簡短歡迎詞之後，歌詠隊唱出優美的合聲，溫暖了老菩薩們的心，弦樂二重奏、鋼琴獨奏，熟悉的旋律，更讓老菩薩們陶醉。美好的回憶隨著歌聲、琴聲一幕幕的展現，身體隨著節奏擺動，彷彿時光倒流，又回到年輕時候。

手語隊表演的「人間有愛」，因為是英文歌詞，更是觸動了那脆弱的心。中風菩薩們的淚水在眼中打轉，口中不停的唸著「Thank You...」串串淚珠由臉頰滑下，滑過那一道道歲月的痕跡，滑過那風霜洗鍊的日子，在微笑的嘴角，多麼美的畫面啊！

感恩的淚水，純淨清澈，洗淨了煩憂，溫暖了心靈；但願志工們帶來的喜樂，能讓大家充滿歡笑，勇敢迎接美好的未來。

【撰文／王文欣】

St John 中風協會

感恩的淚

北岸盲人協會——小動作 大力量

今天的表演節目有北岸師姊們的手語，慈青的中、小提琴的合奏，和我所參加演出的合唱團。在大家開心唱著聖誕歌曲的同時，蔡美珠師姊致贈每位老菩薩一份由志工們手工製做的「愛的禮物」。我相信只要真心付出，帶給老菩薩的快樂是金錢難買的。

盲人協會的老菩薩們都有視力的問題，我所陪伴的老菩薩已經八十年了。我用左手輕輕的搭在她的肩膀上，看到她的面容因和善，於是我又用右手試著撫摸她的雙手。這時我感覺到她的身體，微微的顫抖著。她告訴我說：很想看看我的臉，摸摸我的面頰，但是她什麼也看不見。當時的我聽了很心酸，有一種想哭的衝動。我只是做了再簡單不過的膚慰，卻能給她如此大的感動！



十一月二十日天氣晴朗，早上到會所共乘交通工具，前往北岸的塞車，謝麗娜師姊特別叮嚀志工們，出發的時間要提早。很感恩李建中師兄的安全駕駛，讓我們順利的比預定時間，早到了一個小時。

利用這段等待的空檔，志工們來到附近的海邊，做表演前的預習。在藍藍的天、白白的雲相襯之下，我們整齊的隊伍，很快的就被在海邊散步的人們發現，並且給予我們掌聲鼓勵。

用愛擁抱大地



時序隨著四季更替的脚步，即將邁入農曆鼠年，雖然在紐西蘭沒有很濃的年味兒，但是仍然可以在一年一度華人舉辦的新春活動中，嗅出一絲中國年的氣息。

在室內展覽點，一對來自台灣的梁姓夫妻，很歡喜的說自己是慈濟會員，看到慈濟為推廣環保所做的回收站，心中很感動。陳美玉師姊見梁太太懷有身孕，除了給與溫馨的關懷，並以「一人看，二人得智慧！」，鼓勵其安裝大愛電視頻道，好讓胎兒能有個優質的胎教。梁先生在旁點頭應允，立即寫下地址，請我們安排安裝事宜。一天下來，填

是台灣中華電視網舉辦的新春花市活動，慈濟志工把握這有五萬人次參與的最好時機，鼓勵社會大眾，以愛的行動，擁抱地球。

寫表格要安裝大愛電視的民眾，共

有十一位，成果頗佳。

會眾對

於能用回收的寶特瓶，再製成的國際賑災毛

毯、衣服，

都很驚奇與

訝異。有的

用手不停的

撫摸，有的

睜大眼睛想

仔細的看個

清楚。對慈

濟人用心於

資源回收的

再利用，留

下了很深刻

的印象。

環保餐



具組是此回頗受好評的靜思文物，而一張環保問題Q&A的海報，也引起不少人的駐足，不論你回答的對或不對，都有靜思語書籤結緣。重要的是這些平日沒被注意的問題，已經讓在場的會眾警覺到，垃圾減量、資源回收、多蔬少肉的 important 了。

於戶外的資源回收站，來丟垃圾的民眾如潮水一般，看到所設置的資源回收站，有海報展示，有志工在做垃圾分類，也有師兄師姊在宣導環保常識，尤其引導完回收資源分類後，志工們的感恩態度，讓民眾非常讚許。

有些會眾們還以為慈濟是主辦單位請來的清潔公

司，經過解說之後，對慈濟人愛護地球的心深表讚許，也對志工們犧牲假日來做環保頗為讚美。不過也因此讓師兄師姊深深體悟到，今後要更加努力推動紐西蘭的慈濟事業，讓人間菩薩無處不在。

一位紐西蘭籍的島民提了一袋可樂罐，志工請他放進鋁罐回收筒內。當他看到志工們把鋁罐用腳踩扁，覺得很奇怪，師姊趁機向其解說：這樣做，除了可以節省體積，還可回收再製；而且一個鋁罐，可以省下看三個小時電視的能源。於是他就丟了一個鋁罐試踩，體會做志工的快樂，看得一旁的師兄師姊笑不攏嘴，因為一顆環保的種子，已經種在他的心田。

有二位分別來自台灣和斯里蘭卡的慈濟會員，看到回收的垃圾筒滿了，很主動的加入志工行列清理更換袋子。從台灣移民來的康先生說：在紐西蘭居住已經十多年，這是頭一次看到華人活動現場乾淨整齊，感覺很光榮。另一位NADA已是慈濟的會員。他覺得慈濟人推動環保，不但可以為子孫留下可用的資源，還可以拯救地球，是個很有意義的活動。

有位剛來紐西蘭奧克蘭不久的母親，帶著三位孩子來到回收站。她表示由於自己平日有工作，沒辦法做志工，希望能現場參與做垃圾分類的工作。於是師兄姊立即奉上志工背心及手套，她臉上歡喜的笑容，有如花朵般的燦爛。而她三位可愛的孩子，則由師姊們引導參觀環保海報展示，這正是「把握當下」，知道就要做到的典範。

起初，有些民眾的反應會覺得資源回收很麻煩，但是經過志工們耐心的解說，都紛紛的點頭贊同，並且表示會從出門自備購物袋開始做起。有些家長很有智慧，看著屏風上的環保海報，機會教育自己的孩子。志工的精神感動了人心，有些家長更鼓勵自己的孩子，要他們長大後學慈濟人一樣，幫助需要幫助的人，讓志工們覺得很欣慰。

當一天的環保推廣活動結束時，慈青與志工們紛紛表示，感恩有此機會來和這麼多的人結好緣，並

在這裡值得一提的是，感恩香積組今天做了一百三十多個便當，用環保碗盛裝分成四大箱，由承擔生活組的呂玲惠師姊一家人運送。才十歲左右的兒子說，他搬到手都一直在發抖，但是看到大家吃得津津有味，心中很高興就不累了。真是一棵小小菩提樹來形容。

就會很容易接納你的話語。年齡大一點的志工表示，雖然身體有些疲憊，但滿心的歡喜，卻是無法用言語形容。

【撰文／施芳玉／王萍 摄影／吳祖銘】





「來不及」的警愓

近年來，由於人類對環保問題的忽略，使得大地天災人禍不斷，基於這個想保護大地的理念，紐西蘭慈濟分會的慈濟人決定在今年的臺灣文化節走入人群宣導回收垃圾分類的工作。

這次我有幸參與這個行列，心中覺得很開心，因為一般人的認知，總覺得回收垃圾是髒亂的工作，始終難以全面推廣，就像往年去會場，看到參與的人潮，個個穿紅戴綠，吃吃喝喝，尤其在新一代中，沒有意識到環境污染的嚴重性，總是隨手將吃完的垃圾亂丟，讓人看了很憂心。

在慈濟人齊心努力下，發動了這次資源回收的宣導活動，告訴民眾要做環保，把垃圾量減到最低。在民眾把垃圾丟進垃圾桶之前，我們要先教導他們哪些是可回收，哪些是不可回收的，如果瓶罐中有剩餘的飲料，也請民眾把它倒掉，再做分類處理。大家都能耐心的聽完我們的解說，並帶著微笑回報一句「謝謝」。有民眾還表示，以前也有人在做，只是慈濟人做得更落實，更有制度。

當下我覺得每一個人都可以是環保尖兵，只要大家有心，即使再苦再累，也很值得。就如上人教導我們「福從做中得歡喜，慧從善解得自在」。在這裡每一個人都有福之人，特別是當自己親身去做之後，會有一種莫名的欣慰與幸福感。相信只要我們願意發心，就會持之以恆的做下去，讓這顆善的種子發芽長大，朝「更好、更努力」邁進。

的確當大會整個結束，人潮散去之後，我仔細的抬頭一看，眼眶不禁濕了一圈，因為今年我真正的看到了一個完全不一樣的臺灣文化節，當我們生活在別人的土地上，就有責任共同來愛護這片美麗的土地，期盼每一個人都能調整己心，把環境保護看做一種現在不做，就會「來不及」的警愓。畢竟破壞地球的是人類，拯救地球的也唯有人類自己啊！

【撰文／何宛苓 摄影／吳祖銘】

無憂無懼

—一〇〇七年九月由於左耳的聽力愈來愈弱，只好到醫院檢查，檢驗的結果竟然是得了鼻咽癌。一向自以為開朗樂觀的我，頓時覺得無法接受，情緒因此變得非常低落。

幸好我家師姊二年前與慈濟結緣，當慈濟的師兄師姊得知我的病情後，給予我很大的支持和鼓勵。列舉了很多慈濟人戰勝病魔的成功例子，使我信心得以恢復。在等待治療期間，閱讀了一些證嚴上人的著作，使我能更正面地看待病痛與生死。

從治療開始到結束的兩個月期間，幾乎每次都有慈濟師兄師姊的陪伴和虧慰。師兄師姊本著「人傷我痛，人苦我悲」的同理心，不斷的為我加油打氣，使我對先生的病痛。最後我發願，與眾法親永遠攜手同行在菩薩道上。

現在已順利的做完所有療程，身體也在逐漸康復之中，只要我的精神和體力一恢復，我一定把握身體的使用權，加入慈濟志工的行列。

【撰文／蔡瑋】

【撰文／葉鳳儀】

兩年前到分會參加靜思書軒的講座，因王萍師姊的接引而成為慈濟會員。又由於收看大愛電視台的節目，深受感動，於是主動參與社區志工點的服務，成為付出無所求的慈濟志工。期間認識了許多同師、同道、同志願者，彼此在慈濟人文的薰陶下，原本性格內向、身有病痛的我，逐漸變得開朗大方、神采奕奕。

正當在菩薩道上越走越歡喜的時候，無常卻悄悄降臨。當聽到先生罹患鼻咽癌的那一刻，我剎時變得六神無主，但在師兄師姊的安慰下，我很快的恢復平靜。因為他們讓我知道：此時的我，一定要勇敢堅強，才能給予先生最好的照顧。

現在先生的療程已告一段落，身體也正在康復中。感恩慈濟大家庭的關懷，和一路陪伴的法親，讓我覺得有肩膀可以依靠。更感恩這兩年來，在慈濟的共修與精進，領受到許多上人傳授的法，讓我能以平常心來面對先生的病痛。最後我發願，與眾法親永遠攜手同行在菩薩道上。

愛的鑰匙



最後一場聖誕慰訪，終於在祥和的祈禱聲中結束。這是在慈濟做志工四年來，第一次全程參與慰訪活動。從十一月中到十二月初，一共有十幾場，剛開始心情比較緊張，因為從南區到北區的各個志工點，面對著不一樣的老菩薩，

多少都會有一些壓力。因為慈濟都很尊重每一位參與的人，所以大家都儘量做到完美。

到最後三場時，大家都表現得非常自然，因為已經完全能投入在情境中。大小提琴二重奏的兩位慈青，經過這麼多場的合作，表現得也更有默契和流暢。我和惠鈴師姊在手語表演時，不再受緊張的情緒影響，也都能把感情融入歌詞中。很感謝合唱團老師林振隆師兄，兩個月來很有耐心的指導，讓師兄師姊和諧美妙的歌聲，為老菩薩帶來無限的喜悅。

不論現場氣氛的帶動，或是節目的表演，陪伴老菩薩唱歌跳舞，致贈小禮物，以及事先的準備，人文真善美的攝影、錄影等工作，都需要很多師兄師姊的參與，所以不要小看自己的能力，只要做就對了。

最令我難忘的事，是這些中風的殘疾人士，雖然身體外表和我們不同，但是他們的内心和平常人一樣是很需要愛的。尤其是當我們牽著他們的手跳舞時，你可以看到他們臉上流露出喜悅的笑容，和得到溫馨關懷的快樂。

在「人間有愛」的歌詞中，有一句「長久封閉的心，終究會打開」很令我振奮。因為每當我看到在養老院的老菩薩，那一張平淡無表情的臉，以及那嶙峋的肩膀、脆弱的身軀，總是讓我很不捨，而緊握他們那涼涼的手，來傳遞我心中的溫暖。

在日常生活中，要多付出愛心，珍惜身邊的人、事、物，善待一切眾生。期望自己能以「感恩，尊重，愛」三心，來作為打開那些封閉之心的鑰匙。

【撰文／鄭小嫻】

看
積
樂

星期天慈濟紐西蘭分會的志工們，應邀在新春花市上宣導環保觀念與資源回收。我被分配到香積組，幫忙師姑師伯為在會場忙碌的志工們準備午餐便當。雖然這是我第二回在廚房幫忙，卻是第一回幫忙為上百位的志工準備餐點，所以心中充滿著好奇，到底要煮多少飯菜？才會夠大家吃呢？

一大早，在會所的廚房中，生活組的師姑師伯正在切西瓜和鳳梨，因為要馬上帶到會場，讓志工們可以隨時解渴補充體力。而香積組的師姑師伯們也開始準備午餐。師姑教我如何洗菜及切菜。我們共準備了五樣菜，預計在十一點半時送出。十點半時，我們就開始提醒自己動作要快了，因為把所有的菜炒好後，還要分裝一百三十個便當。

我們把所有的便當都放在大流理台上，真是壯觀極了！大家都分工合作依序把飯和菜裝入碗中，同時還要確定五種菜都放了，以及顏色和份量的搭配是否適當。每個人都全神貫注地在準備。我們準時的在十一點半分裝完畢，真是超有成就感的！

下午近三點的時候，師姑載著已經空空的便當盒及筷子回到會所。我們馬上開始着手清洗。我們準備了三桶水洗碗，盡量減少水的使用，但仍能達到清潔的效果。碗筷洗乾淨之後，師姑煮了一鍋水消毒清潔碗筷，這樣一來保證乾淨衛生。早上我們在洗菜時也一樣盡量減少水的用量。洗碗水就拿來清洗水槽，而洗菜水也拿到菜園澆菜，完全不浪費。節約水資源及各種能源真的是很重要的，克己復禮一定要從生活中落實，才能讓地球更美好！

【撰文／蔡宜靜】

美好的一天

一個小禮物，一句聖誕節快樂，一個小時的表現，打動了許多位老菩薩的心。這天是一個值得回憶的日子，我將會永遠記在我的心裡。那一天我學到了愛的真諦，一個關懷能使人感到快樂與安心。

十二月一日的下午，慈濟的師姑師伯、慈青哥姊姊，帶領我們兒童精進班的小朋友，去老人院和老菩薩們一起慶祝聖誕節。我們都很緊張，不知道是否練習的夠不夠，但也很高興，想快點去陪老菩薩們。

起初，我不知道怎麼與老菩薩們談話聊天，而且還有一點點害怕，但聽到慈青哥哥姊姊與老菩薩們談話聊天是那麼的輕聲細語，那麼有愛心，我體會到這件事並不是那麼困難的。師公上人說：「人與人相處，都是以聲色互相對待。講話是聲，態度是色，與人講話要輕言細語，態度要微笑寬柔。」

表演開始了。在表演扯鈴的時候，那些老菩薩都目瞪口呆，高興的問東問西。聽著美麗的小提琴、鋼琴、薩克斯風的曲子，老菩薩的臉露出了喜悅的笑容。看到這個笑容，我突然感覺到同樣的喜悅。師公上人說：「付出，就是最大的收穫。」

表演完後，我們與慈濟的師姑師伯、慈青哥哥姊姊，和老菩薩們一起合唱聖誕歌曲。大家一邊拍手，一邊高興的跳舞，歡樂無比。陳師伯帶領我到每一位老菩薩前面，送一個愛心小禮物。我發現每一次陳師伯到一位老菩薩前面都會半跪著，陳師伯會那麼做是為敬老尊賢，雖然是一個小小的動作，但這是值得我們學習的。

當我們結束走到外面時，老菩薩們個個從窗戶內向外揮手，口中說著：「聖誕節快樂！再見！謝謝！」我體會到師公上人說的「能施與的人，比受施的人更有福。」我永遠記得這美好的一天。

【撰文／君暉】

地球是我家

，保護地球，惜福愛物，從自身做起，願人人攜手連心呵護大地，做一個虧慰地球的人間菩薩。

【撰文／慈捷】



熙來攘往的人群中，有人忙著選購商品、也有人駐足美食區，享受著家鄉味。但是，滿足口慾的背後，地球即將承載更重的負擔，值得我們省思。慈濟人不忍地球受毀傷、不捨眾生受苦難，放下身段做環保、淨心惜物，結好緣。慈青、慈少穿梭在擁擠的人群中「拾寶（垃圾）」，一袋一袋提回回收站之後再分類，讓垃圾數量減少。來參與的志工 Judy 說，她能有機會學習是很歡喜的事，多學多做，有一天就會和慈濟人一樣無所求付出，這種活動自然會有垃圾問題，只要有人重視，就一定能改善；做一天有意義的事，就是一天菩薩，願人人有志一同，能為大地的母親療傷，時時與地球共生息。

靖仁、靖元兩位小菩薩與爸媽同來做環保，最讓他們驚訝的是六十個保特瓶可以製成一件毛毯！他們在不輪班時去會場逛，「發現會場並沒有很髒亂，原來是慈青的哥哥、姊姊們在到處收集垃圾，他們真是用心的在保護地球。」

每當有人來回收站，除了依標示分類，又能抬頭望著看板的標語與說明時，令人感動，這個小小的動作，就是一個希望。「地球是我家，環保靠大家」，環保教育，今日不做，明日就後悔；「粒米成糴、滴水成河」，

溫室效應造成全球暖化、南北極冰山融化；歐洲發生嚴重乾旱，引發森林大火。澳洲水災成患、中國大陸發生五十年來最大雪災、阿富汗三十年來最寒冷的冬天、美國南部陸續發生龍捲風。世紀災難頻傳，身為人類的我們，如何能為地球盡一份力，將不捨大地受毀傷之心，化為行動和力量？

二〇〇八年二月三日，漢彌頓聯絡處參與分會活動。我們共邀了二十位鄉親、會員共襄盛舉，四部車

都坐滿五人（有兩個家庭還是全家總動員），人雖然不多，但大家都把握機會學習。

星期天早晨九時抵達位於 Manukau Telstra Clear Pacific Stadium 的新春花市會場，只見車輛擁塞，人潮洶湧的來往於各類攤位中，充滿了過年的喜氣。慈濟規劃的攤位與眾不同，一進大門就看見慈濟大愛台，正播放著地球暖化的影片，一旁陳列著回收物所製成的上衣與國際賑災用的毛毯；加上「環保常識Q&A」、「別讓地球哭泣」及「回收多少個寶特瓶即是一件上衣或是毛毯」等看板。另外還設了三個環保回收站，以行動宣導地球暖化的危機，及資源回收的重要。

溫室效應造成全球暖化、南北極冰山融化；歐洲發生嚴重乾旱，引發森林大火。澳洲水災成患、中國大陸發生五十年來最大雪災、阿富汗三十年來最寒冷的冬天、美國南部陸續發生龍捲風。世紀災難頻傳，身為人類的我們，如何能為地球盡一份力，將不捨大地受毀傷之心，化為行動和力量？

溫室效應造成全球暖化、南北極冰山融化；歐洲發生嚴重乾旱，引發森林大火。澳洲水災成患、中國大陸發生五十年來最大雪災、阿富汗三十年來最寒冷的冬天、美國南部陸續發生龍捲風。世紀災難頻傳，身為人類的我們，如何能為地球盡一份力，將不捨大地受毀傷之心，化為行動和力量？

回收小記

◎最快樂的一天

星期日一早我、媽媽、爸爸和哥哥一起去奧克蘭花市園遊會，我們是參與慈濟資源回收的工作。



到了會場很久沒看到過如此多的人，九點半我們先開始做回收，我拿著塑膠袋在會場撿可回收的垃圾和一般垃圾，每一趟都有豐富成果。

今天是很快樂的一天，也學習到回收的知識，希望大家一起做回收，保護地球；正如師公所教我們的「知福、惜福、再造福」。

【撰文／王靖元】

答 案

在我們的生命中，每天都需要面對很多問題，所以無時無刻都在尋找答案。舉凡生活問題、面臨挑戰、感情煩惱等等，都希望能得到一個正確的答案。讀了這本書後，我覺得其實答案就在自己的心中，如書裡所說的「生命隨心轉」，每個人的觀念、想法，就已經決定了問題的答案。

在書中有一個「原諒別人，也是善待自己」的故事，作者述說與住同一棟大樓的表妹有些誤會，自認是表妹不對的心態，總是煎熬著自己，生悶氣、避不見面到最後互不往來。直到有一天在電梯裡相遇，作者發現逃避不是辦法，所以只好向表妹打招呼，而這一舉動把所有的心結都解開了，與表妹重修舊好。

以前，若有人對我保持距離，我也不會向他們走近一步，反而會與他們更保持距離，心想著：既然你們不願意，我也不需勉強自己。而長久以來，我一直以為這是正確的答案。直到看了書中「別人站得遠，我們就走近些，距離便會縮小。」這句話以後，我才體認到自己的答案是錯誤的。怎麼可以因為他人冷漠，自己也隨之冷漠；這樣下去，彼此之間的隔閡會愈來愈大，永遠都結不到好緣了。

由此看來，當問題發生時，我們常會被環境影響，寫下錯誤的答案，所以不要讓心被境轉了。此書雖然不能提供我們解決問題的答案，但書裡談及的孝道、付出、感恩、原諒、常保持笑容及「做就對了」的觀念，都能幫助每個人在生命裡找到答案的。

【撰文／張凱佳】

◎環保志工的經驗

鈴！鈴！鈴！是什麼時候了？窗外的天還沒亮，我就立刻跳下床準備好一切，等待六點半出發，今天我們的目的地是奧克蘭。

我們先開到漢彌頓慈濟會所，和其他志工集合一起前去奧克蘭。很快的我們抵達奧克蘭新春園遊會的會場，遠遠就看到奧克蘭的師姑、師伯已經把帳棚搭好。在會場師姑、師伯介紹有關環保的知識給我們，最讓我驚訝的是四十個保特瓶可以製成一件毛毯！

之後，師姑分配我們到回收地點，當民眾來丟垃圾時，我們告知他們應該丟在哪一個回收筒。我們做了一小時就換下一批志工，休息時我們到園遊會場去逛逛，發現會場沒有很髒亂，原來是慈青的哥哥姊姊們在四處收集垃圾，他們真是用心的在保護地球。

今天讓我知道回收的好處有如此的多，所以大家應該從日常生活做到徹底回收，不要浪費物資。

【撰文／王靖仁】

小菩提心語

合心班

◎我希望我可以當一個畫圖老師，我喜歡畫圖，因為畫圖會讓我覺得很快樂。我會畫很多畫拿去賣，把賺到的錢給師父拿去幫助窮苦的人。

【蘇芷緹】

◎我希望我是一位老師，傳授知識，教育小朋友，了解小朋友的心理和心情，幫助小朋友成長。

【江林子樂】

◎假如我是一隻大恐龍，我會吃很多樹葉，因此我可以長大。我要讓大家騎在我的背上，不用搭車或開車，這樣不但可以節省汽油，還可以保護地球不受到污染。

【陳帆】

◎我希望我是一位護士，我喜歡照顧病人，使他們的病快快好起來。

【林傳謬】

◎假如我是一位老師，我要教小孩子讀書，玩遊戲，寫字和唱歌。我也要常常講故事給小朋友聽。我希望他們有一個快樂的童年。

【陳勇年】

東方琉璃藥師佛大願

緣。這群慈濟人恒心不懈，身心相契合。這是第二項慈濟與藥師經的因素。第二為廣招來眾，講經是一種方式，很多資深委員就是結緣於講此經時，醫療志業、教育志業與建院建設的基金，皆以此廣結有緣人。一直到現在，這群慈濟人恒心不懈，身心相契合。這是第二項慈濟與藥師經的因素。

上人在自序裡闡述：時間能成就一切，若沒有好好把握，也會失去一切。當初也是把握了時機、因緣，講述了「藥師佛經」，其意義：

一為成立慈濟克難功德會，要廣開方便門，因為一般人都會有：我為什麼要付出？付出後可以得到什麼？的想法；又受「法華經」的影響，故在每月二十四日誦「藥師經」，將功德回向給大家。誦此經或讀疏文時，是人最掙扎、最痛苦的時刻，因為違背出家自定的原則，但轉念想想，為救人救心，所以義無反顧。

二〇〇八年紐西蘭分會活動表

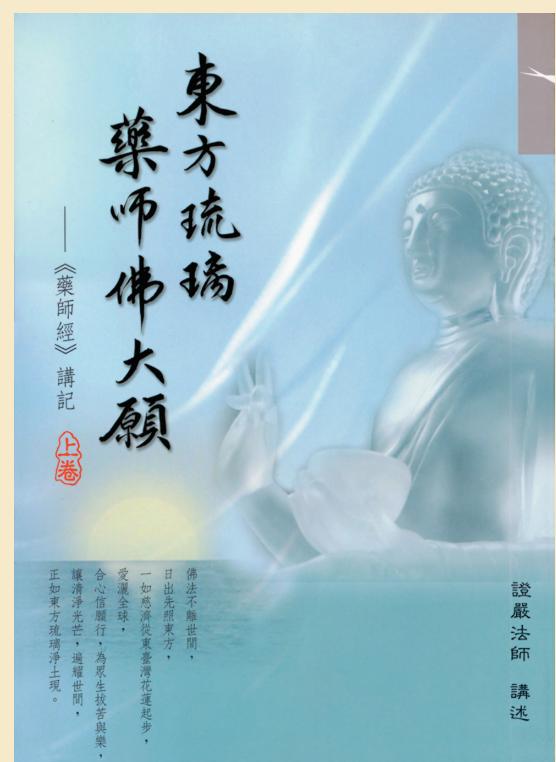
Howick 東區中風協會志工服務	週一	10:00~12:20
Pakuranga Communicare 東區志工服務	週一	09:30~13:00
Mangere East Communicare 南區志工服務	週一	09:30~13:00
Ambridge 東區老人院慰訪	週二	13:30~14:45
北岸盲人協會志工服務	週二	09:45~12:00
Glen Inns Communicare 東區志工服務	週二	09:30~12:15
Remuera 中區中風協會志工服務	週三	10:00~12:30
Browns Bay 北區中風協會志工服務	週三	10:00~12:30
帕金森症協會志工服務（每月第一週）	週五	10:00~12:00
Royal Oak 中區中風協會志工服務	週三	10:00~12:20
Pakuranga 東區中風協會志工服務	週四	10:00~12:20
分會環保日（每月第四週）	週六	13:30~16:00
分會共修	週五	13:00~15:00
慈青養老院慰訪 淨地 植樹（每月一次）	週六	10:00~12:00
慈青聯誼會	週六	14:00~16:00
淨地 植樹（不定期）	週日	10:00~12:00
獨居老人居家關懷		

才藝班

靜思書軒讀書會	週二	10:30~12:00
手語教學（分會）	週三、週六	10:30~12:00
手語教學（北岸）	週四	13:00~14:30
電腦基礎班	週四	10:00~12:00
兒童靜思語中文班	週六	10:00~12:00
靜思花道班	週六	13:30~15:00

漢彌頓聯絡處每週活動表

禮拜法華經序（熱食關懷低收入戶）	第一週一 / 月	10:00~11:00
關懷喜憨兒	週二	10:00~12:00
Maeroa 醫院（隔周一次）	週二	14:00~15:00
關懷喜憨兒	週三	09:00~10:00
Maeroa 醫院（隔周一次）	週三	14:00~15:00
Hilda Ross 老人院（每月兩次）	週三	10:30~11:30
St. Joans 老人院	週四	10:00~11:00
關懷喜憨兒	週五	09:00~11:00
手語教學	週五	13:00~14:30
Hilda Ross 老人院（不定期）	週六	10:30~11:30
兒童中文靜思班	週日	10:00~12:00
讀書會	週日	13:00~15:00



—《藥師經》講記
上

佛法不離世間，
一如慈濟從東臺灣起步，
愛滿全球，
合心信願行，
讓淨淨光普，遍福世間，
正如東方琉璃淨土現。

第三佛陀於兩千多年前，就對人口稀少、思想單純的世間，講述此經。何況現今人口遽增，天災人禍頻仍，因此更有必要講此經，以調伏人心。眾生共業，愈多人的心平靜，世間才能祥和安定。

東方淨土法門的『藥師琉璃光如來本願功德經』是很適合現代人稱頌，告訴我們如何調伏人間的生理、物理、心理；如何看待世間萬物一切；人與人之間如何彼此協調；如何調和自己的身心與人我。是現代人最好的良方，應機調治現代社會人與人之間的祥和。

由於眾生根機不同，煩惱執著不同，所追求的也不同，因此佛陀廣開無量法門，雖然開很多

方便法門，但必修的課題卻一樣是「淨化人心」。從義理上看東方淨土的「藥師經」是教人消災解難，延年益壽，安住現世人心，為眾生希求現生安樂。西方淨土的「阿彌陀佛經」是教人專心念佛，將來往生西方極樂世界的後世樂。所以東、西方法門實為「一體兩面」，都是開啟一道善的法門，啟發人的智慧良能，佛陀教育的理念都是相同的，東方淨土與西方淨土是相通的。天地方向只是一個名相，希望大家諦聽此經，淨化自心，進而淨化人心，然後體解大道，發無上心。

【撰文／慈懷 攝影／胡妙珍】