

慈濟推動五月齋戒月

『清淨心靈齊護生、化解災疫爲祥和』











P.9



P.15

8 8 7 7 6 4

能付出就是福

張麗禎

1 6

摩托羅拉外島植樹記

何敏 敏

林

文

黄顯偉

1 7

靜思中文班

「勇氣園地

1 5

不一樣的假期活動

堅實的後盾

捐贈報導

三節合一

報導

以愛相伴

藥師經共修 慈濟四十三周年慶

陳崇旭 小均庭 人文真善美 胡淑惠

1 7

葉鳳儀

9

菩薩身影

愛心竹筒啟善念

Ó

無處不修行

18 18 紐西蘭分會活動表/漢彌頓活動表 靜思文物介紹 快樂學刷牙 『無常看人生』

梁初枝 王

3 2

慈濟推動五月齋戒月 清靜心靈齊護生 化解災疫為祥合

邁入慈濟四十四年新年輪

上人開示—

母親節、浴佛節、全球慈濟日

人文真善美

1

1

1 2

1

慈悲無怨悔

化小愛為大愛

能做就是福

蔡麗.

1 4 無悔之路

1 5 預約美善的未來

Glenfield除草行 學習「有捨有得」的涵意 吳瑞光醫師復健心得分享

陳品 施芳玉 林均庭 黄柏 玉萍

發行人:釋證嚴

別淑惠

址: www.tzuchi.org.tw

輯:佛教慈濟基金會紐西蘭分會

址: 9 Springs Rd, East Tamaki, Auckland, New Zealand.

話: (64-9) 271-6976 傳真: (64-9) 272-4639

漢彌頓聯絡處

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

靜思語

「貪」不但帶來痛苦, 也使人墮落。

Greed not only brings misery, it may also bring ruin.



上人開示

◎邁入慈濟四十四年新年輪

向 , 輪 念念虔誠、步步踏實,精進啟動四十四年新年 好心念、莫踏空步;把握分秒、對準方

場 , 月;全球有十六個國家地區、一百一十一個社區道 月,再加上農曆五年兩閏,總計度過五百三十二個 年,舉辦第五百三十二次藥師法會——一年十二個 超過兩萬五千人同步參加精舍藥師法會 今年農曆三月二十四日,慈濟成立四十三周

診、義剪 在這一天對花蓮地區的慈濟長期照顧戶發放、義 立下每年農曆三月二十四日為「藥師法會」日,也 立,為了感恩護持志業的大眾,並祝福苦難眾生, 民國五十五年「佛教克難慈濟功德會」 成

家。 個國家地區有慈濟人,慈善足跡更踏過六十九個國 全世界;人與人之間也日益增長,如今全球四十七 三十位家庭主婦的「竹筒歲月」開始,慈濟已遍及 四十三年來,時間開闊了空間,從最初花蓮

感恩全球慈濟人四十三年來,用至誠無染的

邁入慈濟四 四年新年輪

隊伍;將愛落實在家庭、社會、國際 確,步步踏實、用心付出,成就今日整齊、浩蕩的 心投入四大志業、八大法印,念念虔誠、 方向正

行、用感恩心付出,以慈悲和智慧膚慰世間苦難 近跟緊;不只前進,還要步步踏實。用單純心修 輪,期待慈濟人照顧好一念心、莫踏空步;要把握 分秒、對準方向、踏實精進——不只跟隨,還要靠 四月二十日開始,慈濟邁入第四十四年新年

◎救心

因為一念貪愛、一念執著,使心起無明。用無明 愈深,不能自拔,他人也難以救拔 水,澆灌愛欲土,年久日深,將成泥淖,使人愈陷 人之初,性本善,都有一片清淨純良的心 ;

心,謹慎不「失念」, 就能讓心恢復清新 照顧好一念心,如履薄冰,時時細 捨貪愛執著,用大愛付出 用

\bigcirc 淨土在身邊

人生的苦難,起於貪念。爭!奪!不擇手

日平安吉祥。

地獄 段!即使爭取到了物質,卻讓心地受污染、心靈入

心, 拔除苦痛 就不會有非分之貪,就能帶給人幸福、為眾生 人人都有一顆與佛同等的慈悲心 有慈

悲

悲,人間淨土就在眼前 天堂和地獄都在我們心中,只要轉邪念為慈

◎心寬念純,不傷人己

作容易尖刻傷人,致惡緣愈結愈深 心不寬——常懷怨怒,看人不順眼 ; 言語

動

拿人無心話語自我傷害,致煩惱愈積愈多 念不純―― 常懷疑惑,總覺他人別有用心

淨, 時時善解,念純是美 待人寬厚,常懷包容,心寬是善;心念清

傷己 面對是非,心寬不傷人,境界現前 念純 不

心寬念純 化解惡緣結善緣, 智慧明朗 \Box

^怒濟推動五月齋戒月

清净心靈齊護生

化解災疫為祥和

共振善念聲波上達諸佛聽 息,才能化災疫為祥和。慈濟推動 食並以行動響應齋戒與萬物共生 難,必須從人心開始;提倡人人素 嚴上人呼籲大家不要恐慌,消弭災 波流感疫情等級升高至第五級,證 逐漸擴散,世界衛生組織已經將此 五月齋戒月,共同以虔誠心祈禱 面對H1N1新型流感全球疫情

覺、謹慎防範,提倡人人素食並以 戒慎虔誠、心存善念,時時提高警 弭災難,必須從人心開始;唯有 呼籲大家不要恐慌之外,重申要消 證嚴上人連續幾天的志工早會除了 新的病毒,帶來的威脅無法預料 波流感疫情等級升高至第五級,全 行動響應齋戒與萬物共生息,才能 漸擴散中,世界衛生組織已經將此 面對H1N1新型流感全球疫情逐

傳染病的病毒,是從豬隻身上傳染 到人體;這一 經有多個國家出現確定病例。這種 H1N1新型流感疫情,在全球已 波疫情的蔓延正如頻

> 安。 要疼惜地球,不應該為了滿足口腹之欲 傳的天災是對人類的警策,也提醒我們 善,愛護環境讓愛的氣候普遍蔓延;讓 大地能夠休養生息,人世間自然就能平 人類自己。證嚴上人表示,若人人勤行 而殺生,因果循環後,最終受害的還是

西哥市,提供給需要的民眾。 僑居墨西哥市的台商,於近日寄送到黑 之需;並協助採購急需的N95□罩,透過 套、温度計與洗潔液等物資,以備不時 ;成立防疫協調中心,並備有口罩、手 自傳出H1N1疫情後,慈濟美國總會

疫情之發展情況,配合州政府的相關的 參與德州州政府緊急災難管理中心,召 開的有關H1N1流感疫情會議,全州有約 二千個單位與個人同時上線開會,並視 位於德州的達拉斯分會,每天則會

慈濟人行動方針 「清淨心靈齊護生、 化解災疫為祥和」

、自愛行動:人人保護好自己

一)H1N1流感的症狀與普通流感症狀 類似,包括發燒、頭痛、咳嗽

> (二) H1N1流感的傳染途徑,乃透過 喉嚨痛、肌肉酸痛、寒顫、 傳染,並儘快就醫。 冒症狀者要記得戴上口罩, 感加重等類似季節性流感 避免 有感 疲累

- 確洗手!』,並儘量避免用手等 疫的重點,最重要的就是要『正 徑,故養成良好的衛生習慣是防 品後,觸摸□、鼻、眼等感染途 咳嗽飛沫、鼻涕或接觸受感染物 碰觸眼睛、嘴巴和鼻子。
- \equiv 咳嗽或鼻涕一定要用手帕或衛生 紙遮掩,並將之隔離丟棄。
- 四 後!酒精液洗手 | 樣有效-秒鐘以上,尤其在咳嗽及打噴嚏 經常用肥皂等洗潔液洗手二十
- (五)少到公共場所,並儘量少接觸病 八等患者。

六

一旦有病狀,建議停止上班或上

課以防止流感擴大傳染

二、愛人行動:用智慧安定人心

(一)每日收看上人「人間菩提」, 參與各社區道場志工早會連線 或

> 定己心,更走入社區安定人 聆聽上人完整開示,用智慧安

- (二) 匯聚眾人善念,日日虔誠祈 禱,戒慎響應齋戒:
- ⑴天蓋之下地載之上,都是相 鄰里鄉親響應五月齋戒,以戒 淨化身□意,學習謙卑,尊重 畜傳染為導因的這波疫情,慈 慎心念祈願天下祥和 生命。更鼓勵身邊親朋好友、 濟人應以身帶動齋戒,以茹素 依共存的生命共同體。面對人
- ②帶動大眾發願響應齋戒
- (三)人人提高警覺,並宣導正確防 群眾。 醫院就診並戴口罩,保護身邊 身體有恙者應自我管理,前往 疫知識;請感冒、嗽或發燒

母親節 、浴佛

三節合一報道





場志工們的身上,掃除了師兄師姊連日來 點左右暫停,亮麗的陽光照耀在清掃停車 宜人季節,變得忽晴忽雨、忽冷忽熱,很 地球的溫室效應,讓本應該是秋高氣爽的 配,盡本份的做好自己的工作。 的憂心,大家心情輕鬆的按照事先的分 不穩定。今天凌晨的狂風驟雨,終於在八 紐西蘭的時序已進入秋季,但是因為

與母親相伴,有的雖然行動不便,但是大 水,淨化己心,洗滌煩惱。約九點四十五 親、天下眾生的恩德。藉由浴佛的智慧之 慶,以浴佛的儀式,來表達對佛陀、母 佛節和全球慈濟日。全球慈濟人三節同 家都是以最恭敬的心前來浴佛。 分十方大德雲來集,有的闔家光臨,有的 在充滿感恩的五月裡,有母親節、浴

伴下安靜肅穆的等候。 序入場。不多時,三百六十多位會眾依東 正,會眾們由師兄師姊引導淨手靜心,依 們,別上師姊們親手製作的玫瑰花。十點 朋友和慈青特別為前來參加浴佛的媽媽 西班排列整齊,在《大地和風》的音樂陪 由於今天是母親節,靜思中文班的小

情稍緩,但仍須戒慎虔誠,不可大意。 並叮嚀大家,愛護自己也愛護他人,雖疫 嗽,分會備有口罩提供給有需要的會眾。 所以司儀提醒大眾,如果有罹患感冒或咳 因為紐西蘭有新流感H1N1的病例,

> 惱, 之由來。全球慈濟日,藉浴佛之莊嚴,洗淨眾生無明煩 恩、眾生恩。五月十日當天在全球二十九個國家, 母親節和佛誕日合併,訂定為國定假日,故有三節合 間遍撒種子,在三十周年慶開始,定於每年五月的第二 台灣在內,慈濟總計將舉辦二百七十場浴佛大典 個星期日,母親節當天作為全球慈濟日,又台灣政府將 慈濟人用心提醒會眾,當應時時感念佛恩、父母 慈濟創立於一九九六年,在台灣發芽生根,於國際

細密綿延。 恩!感恩!」,虔誠向佛的心,有如飄在空中的雨絲 菩薩手拄拐杖奮力的移動腳步,口中不斷的說:「感 剛好有位中風的老菩薩駕臨,師姊們連忙撐傘迎接。老 敬浴佛。在儀式進行中,突然天落甘霖沐浴大地,此時 香。接著會眾於 。由師兄師姊們以虔誠恭敬之心,獻燈燭、香湯及花 浴佛典禮恭請智修等三位法師,帶領會眾禮佛三問 《南無本師釋迦牟尼佛》的梵唱聲中虔

嬤阿公祈福。 蘭,想藉由浴佛來祈求雙親平安。也有的回答,要為阿 就是孝順之道。有年少的青年來浴佛,問他們為什麼會 來浴佛?他們很有智慧的回答道,因為父母不在紐 我們的生命是父母所賜,要愛惜身體發揮良能 , 西

其中,浸潤在志工們無私的大愛裡。 們細心介紹,海報一字排開如時空走廊,讓來賓們穿梭 反複的訴說著,慈濟人大愛的故事。把去年一整年慈濟 (的足跡,濃縮在一張張的巨幅彩色照片裡,師兄師 在展覽區裡,海報像一位無聲的說法人,靜靜的

活動劃下圓滿句點。 去。這時天空又飄下雨絲,感恩菩薩的庇護,讓今天的 ,和師姊貼心準備的壽桃,人人滿心歡喜的賦歸 浴佛典禮於十一時十五分圓滿。會眾每人有一份 而 慈濟世界.2009.06

【撰文/人文真善美 攝影/王清貴

開

捐贈奧克蘭STARSHIP星船兒童醫院 腎臟病童醫療器材





診處排隊測量,實在是很辛苦。 待換腎手術期間,住的病房是在六樓, STARSHIP星船兒童醫院接受藥物治療和等 氧氣呼吸管、身上掛著尿袋的病童,在門 依據,所以常常看見坐著輪椅、鼻孔插著 體重的增減變化,都是醫生診斷給藥時的 身高體重機的一樓門診處。加上病童身高 以每次要測量身高體重時,只能到唯 況較嚴重的腎臟病童 在奧克蘭 有 所

Norfolk夫婦,向慈濟紐西蘭分會提出: Wong醫師, 需的投影機,一併捐贈。 後,開會決議通過,連同兒童腎臟協會急 臟科使用。經訪視組查訪、開案、報告 機,(因紐西蘭沒有製造),給兒童醫院腎 是否可以捐助一台英國製的電子身高體重 於是星船兒童醫院腎臟科Dr. William 和兒童腎臟協會Mr. Pau

樓上樓下的來回奔波,也避免在一樓門診 後,立即隨著醫師的引導,走進已安裝好 Norfolk夫婦和Dr. William Wong醫師問好 奧克蘭星船兒童醫院。先後與Mr. Paul 感謝慈濟紐西蘭分會的捐贈,讓病童不用 範如何操作這精準的測量儀器,且衷心的 電子身高體重機的診療室。醫師欣喜的示 被其他病菌再度傳染。

時間 :二〇〇九年三月十三日 ·奧克蘭STARSHIP星船兒童醫院

多之勢,平均一年由七百五十人增加到 必須等待較長的時間了。 佔優勢,相對的需要換腎的兒童病患,就 以成功率為評估考量,所以年輕的成人較 一千五百人。而在腎臟移植方面,醫生都 西蘭近年來,兒童腎臟病例 有

ф

迎著微風細雨,四位師兄師 姊 來到

> Paul Norfolk夫婦之後,走出診療室。在六樓 雙眸,讓人無比憐惜。雖僅有擦身而過的 遇,有的插著鼻管虚弱的躺在床上,有的 的迴廊裡,不時的與示現病苦的小菩薩們相 面之緣,但是誠心的祝福,卻充滿我們的 力的癱坐在輪椅上,那稚嫩的臉龐, 清澈的 無 慈濟世界.2009.06 4

嗎? 心中的陰霾,剎時「拔苦予樂」 濟人啊!」安迪一句鼓勵的話語,吹散了在 子也是慈濟會員。」「你們真的是整齊的慈 認出是慈濟人。他還很驕傲的說:「我的 來他看到我們身著藍天白雲的制服,一 回答說:「是」。在親切的交談中知道,原 費管理員Andy安迪。師兄師姊很驚喜的連忙 天氣與心情相互呼應。 如陽光般照亮心田 走出醫院,天空仍然飄著細雨, 詢問的話語,出自停車場出口處的收 「你們是台灣的慈濟 的使命感 眼就

【撰文/張麗禎 攝影/慈儇

南島難民物資整理

時間:二〇〇九年四月二十八日 · 慈濟紐西蘭分會

子,剛好今天分會有全國難民中心的捐贈活 久就到了位在南區的難民中心。 的心情,仔細聆聽師兄師姊們愛的叮嚀, 加入了這難得的大愛行動。一路上懷著輕鬆 ,於是在師兄師姊的鼓勵下,我把握因緣 每星期二是北岸的志工到分會值班的日

子們更是天真無邪的和我們打招呼。等待接 潔,難民們的臉上已經沒有一絲的恐懼, 我對難民營原有的印象。營區裡乾淨 車子開進難民中心時,眼前的景觀改變

3

將投影機雙手交給兒童腎臟協會Mr.

暖貼心的居家必備物品。 著尊重的心,以誠懇感恩的雙手,獻上溫 教慈濟功德會真誠的關懷。師兄師姊們本 天除了紐西蘭政府的人道救援外,還有佛 們來此的用意時,透過翻譯,難民們的臉 當難民中心負責人及陳相雄師兄,介紹我 受捐贈的難民,井然有序地坐在會場裡, 上逐漸有了開心的表情。因為他們知道今

感恩和滿足的心情,溢於言表,雖然言語 針,讓他們跨出了安家的第一步。他們那 的問題,遂特別有運送物品到家的貼心計 等,還有遷移南島的難民,因考慮其攜帶 棉被、毛毯、枕頭、電熱器、水壺、鍋子 都給予每個難民家庭打了一劑強心 慈濟人贈與實質的生活必需用品,有

不通,但歡喜的笑容令人動容。

通過,由分會來負擔羊毛被的運費。 冷,實在不忍心讓難民們受凍,於是討論 度,眼看紐西蘭冬天將至,南島又比較寒 們的討論後,顧及這批難民多來自熱帶國 禦寒的羊毛被只好被迫放棄。在師兄師姊 無法再負擔他們的超重費用而取消,所以 到難民營中心的臨時通知。原本打算將羊 難民捐贈結束後,於四月二十八日分會接 機的安排,因難民本身行李太多,移民局 毛被直接送交難民,由他們自行攜帶上飛 世事真是多變,四月二十一日的全國

為了怕超出規定的重量,師兄師姊們變 的捐贈品,一一拆封重新整理再打包。 接連幾天,師兄師姊們把已包裝妥當

來。 晚秋裡,竟也忙出了一身汗 內。一陣忙碌後,在這微寒的 要把多出來的東西,擠進紙箱 體積;有人細心排列組合,想 器把羊毛被吸成真空,以減小 得「斤斤計較」,有人用吸塵

活。也期望他們能感恩和知 離苦難,重新過著無恐懼的生 有福報的人。祝福他們從此遠 花香的紐西蘭淨土,必定是很 的世界,來到純淨自由、鳥語 戰爭洗禮,能逃離黑暗無生機 時師兄師姊們才算安下心。難 畢,整齊的排列靜待運送,這 整理,捐贈物品終於裝箱完 為手心向下的助人者。 民們不管是受到政治迫害或是 由手心向上的受助者,成 經過大家同心協力的重新

Shanti Niwas慈善團體

地點::Royal Oak Auckland 時間:二〇〇九年四月二十八日

有近二〇〇名會員 會員日漸增多,目前已 關懷慰問,成立至今已 周二次共叙一堂,互相 上了年紀的老菩薩,每 中風患者;共同點都是 不少是殘障、失明或是 團體,成員大多是印度 團體是一個少數族群的 有十五年的歷史,期間 人及南亞人士,其中有 Shanti Niwas慈善 0

些。 多。又因其聚會的場所 讓這段路走的比較輕鬆 減輕會員的體力負擔 望能有一部輪椅,用來 該會四處尋求助緣,希 人,倍加辛苦,所以 讓本來就行動不便的 與停車場有段距離,這 致行動不便者越來越 身體狀況日趨老化,以 因該團體之會員年齡和 介Debi Jacka的轉達 接到中風協會負責

提案,讓台灣慈濟人的大愛,在白雲的故 鄉飄揚。 同體大悲」的精神,加上由台灣大德捐贈 之輪椅尚有餘額,所以大家 I 致通過捐贈 經分會評估後,本著「無緣大慈

【撰文/施淑鈴 攝影/慈儇】

感謝慈濟給予的協助,並多次表示,希望 能多瞭解慈濟的精神,並期望近期能參訪 行動不便的老菩薩試坐輪椅,期望這部輪 分會。待捐贈儀式告一段落,師兄攙扶著 於捐贈時,該會主席Indu Bajaj非常



自在的活動。 椅能發揮最大的功能,幫助老菩薩們平安 【撰文/陳相雄 攝影 /陳玉英】

星船兒童醫院安親椅捐贈

地點:奧克蘭星船兒童醫院 時間:二〇〇九年五月十九日

身心的煎熬,真是令人心疼。 危,還要寸步不離的守在保溫箱旁,這種 年的期間,母親們不僅擔心嬰兒的生命安 抱回家照顧。在這段長達好幾個月甚至整 賴呼吸器和鼻胃管的餵食,才可以由父母 病房的保溫箱中觀察,一直要等到不用依 天使因身體很孱弱,所以需要在醫院加護 下了尚未足月的嬰兒。這些先天不足的小 護病房裡,有些媽媽們不知原因的提早生 了無常,就像在奧克蘭星船兒童醫院的加 寶的那一刻化為喜悅。但是人生總是充滿 母親懷胎十月的辛苦,在產下健康寶

房內充滿了安心寧靜的氛圍。 溫箱旁。母親們有的坐著,有的躺著,病 張藍色柔軟的安親椅,已經分別安放在保 蘭星船兒童醫院。新生兒加護病房裡二十 五月十九日下午二點四十五分,來到奧克 會的六位師兄師姊帶著慈濟人的愛心,於 在充滿溫馨的五月裡,慈濟紐西蘭分

心貼心的親密而居。 但可以減輕其體力上的透支,還能與孩子 對二十四小時不能離開孩子的媽媽們,不 比較能夠提供舒適性與人性化的服務。這 選用的,和原先冷硬的高腳椅相比,確實 非常符合人體工學,是經由院方仔細評估 用抗菌材質製成的醫科專用安親椅,

除了感恩院方給予付出的機會外,並將隨 襟。代表慈濟紐西蘭分會的陳相雄師兄, Dale黛兒小姐,再三感謝慈濟人的大愛胸 行長Bobbie Brown寶比小姐, 在捐贈的過程中, 星船兒童醫院副執 和護理長

> Courier伊勢坦快報的記者 款的來源告訴院方,和前來採訪的Easter 身攜帶的竹筒展示,詳細的將慈濟愛心善

現在生命跡象已逐漸穩定。 克,經過加護病房五個星期的特別照顧, 了。因為不足月,所以體重只有1300公 娃Cara卡拉,在二十七週時就意外出生 在胸前的母親Rachel瑞秋,巴掌大的女 病房。映入眼簾的是位把小嬰兒緊貼 之後,護理長黛兒小姐邀請我們進

…「終於見到你們了!之前聽醫護人員 表慈濟的捐贈者後,特別感謝致意的 ,這椅子是由台灣的佛教慈善團體捐贈 ,就很想當面致意,今天總算碰面了。 當瑞秋和先生Mark馬克知道我們是

的 說 說



臉龐,讓我們無比的欣慰,誠心的祝福 少,很感謝!」看到瑞秋和馬克微笑的 的情況已略為穩定,我們的心也輕鬆不 以和卡拉親密安穩的相互依靠,現在她 非常感謝你們捐贈的安親椅,讓我們可 家人平安幸福。

心靜默的告別。 重醫院守護生命的責任,我們以祝福之 驗了安親椅的舒適與方便性。同時也尊 隨後在黛兒小姐的引領下,我們體

應。 姊說:是來捐贈的。他以讚許的笑容回 棒!今天又是來做志工的嗎?」 是慈濟會員的他,開心的說:「你們好 迪先生,雖然上回僅有一面之緣,但也 □,巧遇在此任職管理員的鄉親Andy安 也是走下樓到停車場。在停車場的入 用走樓梯的環保方式;圓滿捐贈之後 大醫王和白衣大士的精神,在醫院裡是 為了節能減碳, 師兄師姊效法台灣 師兄師

3a樓層還有空位。真是無限感恩啊-停的一直揮手,原來她是想告訴我們 突然有位紐西蘭籍的女士,站在車外不 中,正當師兄師姊極力搜尋停車位時 的停車場通常一位難求,在一片車海 值得一提的是奧克蘭星船兒童醫院

社區的腳步,已留下了大愛的足跡。 雲,才會對我們合掌行禮,慈濟人落實 家心想:他一定是認得我們這身藍天白 作,令師兄們感動的立即合十回禮。大 前座的師兄合掌敬禮,這突如其來的動 車子因為紅燈而停下。此時車前姍姍走 位毛利籍青年學生,他轉身對著 還有在回程時,快到會所的路上, 【撰文:王萍 攝影/慈儇

₿ 會。在禮佛問訊、招呼問候之後,由 各自活力十足的開始今天的工作項 有人負責室內外環境整理或諮詢台, 天的工作,有人負責佛堂供水打掃, 北岸小組長邱素靜師姊,安排大家一 姊們集合後,共乘來到位於東區的分 所勤務的服務。一大清早,北岸的師 志工活動後,終於有機緣參與值班會 在參加了許多不同性質的慈 濟

愛台的節目,一邊輕鬆的享用齋飯 有份說不出的幸福。 姊們準備了美味的午餐,一邊看著大 到了正午時分,感恩香積組的師兄師 受益匪淺的心靈成長課程。一眨眼就 大家分享佛法真諦和人生體悟,真是 務,靜下心來專注投入。讀書會中, 書會開始了,大家暫時放下手邊的事 大約十點半左右,每週一次的!

境,讓我們的大愛充滿人間。 喜悅,為大家創造 入修行的行列,體驗佛法帶給眾生的 家提供堅實的後盾,讓更多的人能加 無限的服務精神;而會所值班是為大 所教導的妙法,體會手心向下、愛心 面對需要幫助的老菩薩們,實踐上人 同之處是,服務志工點時,我們直接 懷著感恩的心而來,付出無所求。不 同與不同之處。相同處的是,大家都 會所值班與志工點的服務,有相 一個清靜祥和的環

【撰文/姚余】



"黃伯伯早安!冷不冷啊?」

九度,有没有多穿件衣服啊?」 「周爸爸早上好!你這件夾克保暖嗎?」 韓爸爸早!韓媽媽早!今天的溫度只有

出

器才能走動,但是臉上的笑容,因有慈濟 他們有些需乘坐輪椅,有些則是要靠助行 月一次的聚會活動。因中風程度的不同, 薩們,如往常般的來到會所,準備參加每 熱情的問候聲,原來是華人中風協會的菩 人的大愛,顯得特別的亮麗。 大早分會的大廳,就充滿師兄師姊

喝完師姊送上的愛心早茶,身心皆溫

足、接花香的浴佛儀式。 觀慈濟四十三周年慶海報展覽, 師兄「原諒別人就是善待自己」 師姊們的手語表演《母親的手》,沈榮俊 的引領,開始進行今天的活動。內容有 暖的中風菩薩,隨著主持人謝麗娜師姊 分享,林振隆師兄的暖身健康操,還有參 以及禮佛 的靜思語

清流,清流繞全球」的努力以赴,讓中風 看到「靜思勤行道,慈濟人間路」海報上 隊伍,仔細聆聽師兄師姊的導覽與解說。 工們「垃圾變黃金,黃金變愛心,愛心化 許多慈濟志工們的無私付出,以及環保志 ?體不能行動自如,但是仍然努力的跟隨 在參觀海報展覽時,中風菩薩們雖然

菩薩們由衷的讚歎不已

解說竹筒歲月的由來,以及小錢也能行 十,表達內心的感動。 不捨離去。於是一旁導覽的師姊,詳細的 型竹筒很好奇。只見他凝視著竹筒良久, 大善的力量。他聽完後,吃力的以 . 竹筒歲月」展覽區塊裡,擺放的兩個大 有位坐在輪椅上的黃華煜伯伯, 手合 茶4

了。每個月來參加分會定期活動時,常看 從有了志工的陪伴與關懷,整個人都改變 本來因住養老院脾氣變得很不好的她,自 協會一員的胡秀蘭婆婆,笑得好開心哩! ,守護眾生」時,海報上也是華人中風 參觀到紐西蘭的慈善志業「志為菩

> 能來了,同伴們都非常想念她 開心!好開心!」可惜胡婆婆近日因病不 到她笑的合不攏嘴,□中直說:「開 心!

熬啊! 們,人生以病為最苦,家人也連帶倍受煎 以拍下來提醒自己。」這心聲也提醒了我 欣賞別人就是莊嚴自己」。她感慨的說: 掛著的靜思語「原諒別人就是善待自己 先生中風的香港籍太太,用手機拍下牆上 按照師姊示範的浴佛動作,以虔誠恭敬之 家屬共十八位相互扶持的來到佛堂。大家 "我年紀已大,記憶力也愈來愈差了。所 禮敬諸佛。待浴佛儀式結束後,有位 最後在志工們的陪伴下,中風菩薩和 【撰文/王萍 攝影/張麗禎

工點,已將近三年的時間了。長青會的成員有毛利 族、印裔和歐裔等,志工們服務的項目有準備早茶 慈濟紐西蘭分會在中區Glen Innes長青會設立志

Innes社區活動中心參加聚會,除了 動中心的牆面 墊,有時也會做些美勞作品,裝飾活 藝,如打毛線或編織踏墊、餐墊、杯 會提供材料,安排老人家做一些手工 聊聊天話家常外,負責人依索女士都 老菩薩們從不同的養老院來到Glen 每周二上午十點到十二點半

就是

福

午餐與關懷陪伴。

志工和老菩薩們以及負責人依索的互 的收入當做長青會的基金自給自足。 把成品放在活動中心門口展售,所得 除了適時的陪伴關懷,也會和老菩薩 一起做手工藝等等。 經過長期的相處頗為融洽。志工 老菩薩們動動手、動動腦之外

们

轉到另一個志工點服務,所以利用今天與接替的陳吳 由於在此服務已二年的小組長陳麗屏師姊,即將

> 會所當成自己家的她,從廚房煮飯到整理環境,或打掃廁 姊,雖然她的脊椎常感不適,但做事總是不落人後。常把 喜美師姊交接。來自香港的麗屏師姊是 一位熱心負責的師

影,把握時間分秒都不空過。說 所,總會看到她忙裡忙外的身 聽懂上人的慈示。 會努力學幾句台語,因為她很想 步,常常惹出一堆笑話。有時也 起來的她,老嫌自己國語沒有進 起廣東式的國語,總是自己先笑

心樹、灌溉心田,讓好的心念果 心敗壞的現在,我們要努力栽種 果實累累。在全球快速暖化,人 子發芽長成大樹,大樹闊枝散葉 慈濟人不斷散播著愛的種子, 落實社區關懷鄰里。在付出中, ·能付出就是福」慈濟志

提成林時,可以給苦難眾生新鮮的空氣,乾淨的環境,和 個美好的未來。 【撰文/張麗禎 實快快長大,來潤漬眾生;當菩 攝影/張麗禎

-||周年慶

都能圓滿達成。 導活動。所以全體師兄師姊與環保志工共 網邀約,參與所主辦的夏日嘉年華環保官 藥師經;又逢慈濟紐西蘭分會受中華電視 慈濟四十三周年,全球慈濟人將連線禮拜 八十餘位,輪流調配班次,以期兩項活動 四月十九日是個殊勝的日子,欣逢

份用心,當成生日禮物獻給上人。 悦色的告訴會眾如何做垃圾分類,想把這 集合在TelstraClear Event Centre特爾斯 克力兒活動中心。大家臉擦慈濟面霜和顏 上午十點前,志工們各區共乘準時

近午時分,眼見連線時間已近,於



是師兄師姊與環保志工們分乘三部車即時 福,祈求天下無災無難 齊莊嚴的隊伍進入佛堂,和全球十四個國 會場宣導環保。而四十三位師兄師姊以整 的趕回分會,由慈青夥伴們接棒繼續留在 步連線禮拜藥師經,誠心為天下蒼生祈 家,一〇七個道場,有時差卻無秒差的同

完成他想全程禮拜的心願 師姊擔心老菩薩的身體不能久坐,於是貼 腿坐在拜墊上,虔誠垂首靜默禮拜。師兄 對上人的尊敬之心,恭敬的和大家一樣盤 僵直性脊椎炎的他,雖然不懂中文但本著 心的好言相勸,將他攙扶到後排座椅上, 的紐西蘭籍日裔John Sato約翰,患有 在志工的隊伍中,有位高齡八十五

累積善念。

心不受殘疾之身所限,虔誠的精神讓人士 特別來到分會參與藥師法會,聽聞佛法之 都參加衲履足跡讀書會共修的他,今天也 接觸慈濟之後,最喜歡觀賞大愛電視台, 分感動。 尤其是上人的開示他從不錯過。每星期五 還有一位中風的黃怡霖伯伯,自從

教誨,將以「和」供養上人,精進不懈於 慧雙修。」紐西蘭分會全體弟子謹記上人 是慈悲,期盼大家時時多用心,祝大家福 是第四十四年的開始,感恩是智慧,付出 無所求』的精神,真是人間菩薩。今天也 年了,隊伍由小而大,所有慈濟人『付出 慈濟菩薩道。 上人開示:「慈濟一路走來,四十三

【撰文/人文真善美 攝影/慈儇】

竹筒飲善念

神,呼籲老菩薩們一同響應付出愛心 剪活動,再次詮釋竹筒歲月的意義和精 動。為了響應「回歸竹筒歲月」,北岸 有形的付出鋪路,進而以無形的愛心帶 懷的對象,也要應機施教啟發善念,以 二二吉兒小姐提出,希望藉由師姊的義 會的互動,作為愛的存款,向負責人G 的師姊以多年來與Browns Bay中風協 「竹筒歲月」,即使是受慈濟照顧關 上人期許每一個國家的慈濟人,推

ф , 們詳細說明這項活動的用意,所投入竹 歡喜投入。在老菩薩們的鼓掌和歡笑聲 筒,不分金額大小,只要大家隨緣發心 人。往後義剪當天,志工們會帶來竹 筒的款項,將用之於當地,幫助苦難的 利用午餐時間,吉兒小姐和老菩薩 「竹筒歲月」獲得贊同和支持。佛



道,讓大家得以發揮大愛歡喜付出 陀的慈悲心,打開了老菩薩們布施的

實。 辛勤耕耘的福田,今日得以收成甜美果 理念,希望能將善的種子撒播當地, 動。這幾年來慈濟志工們,不只協助中 事情。活動一開始,只見老菩薩們有的 子,一樣的活動,卻有不同的心情,志 老菩薩也用實際行動告訴志工們,平日 風協會的各項活動,更是努力推動慈濟 活動。此時志工們的心中,有無比的感 手握銅板,有的從皮包掏出鈔票,每個 工們擔心老菩薩們是否記得上周約定的 ^都愛心不落人後,踴躍響應這美善的 過了一周,又到了志工點服務的日 而

機,捕捉這一幅幅動人的溫馨畫面 協助再投一次。一旁的志工連忙拿起相 的銅板,並溫柔的牽著老菩薩們的手, 灑落了一地。志工們見狀幫忙拾起地上 雙手,對不準竹筒的投幣口,使得零錢 筒讓大家結善緣。老菩薩們虛弱顫抖的 途,並先向大家道感恩,然後便拿著竹 師兄再次說明,竹筒的意義與款項的用 義剪結束後,陳崇旭師兄和童清標

樂幸福的 過「竹筒歲月」的一天一善念,讓老菩 浮現在張張充滿皺紋的臉上,想必是誘 們歡喜的邊投竹筒,邊看著鏡頭,為的 薩們感受到每天存小錢,也能做大事的 力量;並且體會到能幫助別人,是很快 是想留下這發揮愛心的一刻。看著笑意 這一秒即是下一秒的歷史。老菩薩

【撰文/陳崇旭 胡淑惠 攝影/陳姿吟】

薩身影

集合,看到十幾位師姊師兄們準備著要 列,參加中華電視網夏日嘉年華,宣導 垃圾分類的環保活動。一早到慈濟分會 今天是我第一次加入慈濟志工的行

> 以付出的感覺,真的很好。 歡喜快樂的氣氛圍繞著每一個人,這種可 帶去會場的東西,每個人都是笑容滿面,

隨後大家共乘分成五部車,一路浩 浩蕩蕩的來到

Event Centre特 TelstraClean 幟、傘架;有人 作,有人組裝旗 你我的展開下 們一下車就不分 中心。師兄師姊 默契,令人讚歎 爾司可力兒活動 攝影留下足跡 搬運東西,有人 分工合作的

「ZU CHI RECYCLING STATION

惟恐來不及在預 來裝設牌子,又 了。因為電鑽臨 聽到師兄們驚呼 回收點時,忽然 只好用螺絲起子 時不能用,大家 原來師兄們把 ·頓時笑聲四起 慈濟資源回收 的牌子釘反 在佈置環保

> 有錯了。 定時間內佈置完畢,所以一心急就忙中

解說環保的重要。有位單獨走過回收站前 來,完全沒有時差的她,很認真的向會眾 第一回收站的郭淑鶯師姊剛從台灣汳

的小男孩,吸引了她的注意,原來小男孩



列,最後小男孩聽到要給他照相,竟然露 出可愛的笑容,真是童顏純真啊-上就來。旁邊的幾位師姊也加入陪伴的行 來?幾歲?要他不要再走動,媽媽一定馬 來,安撫一臉緊張的他,並問他和誰一同 與媽媽走散了,於是淑鶯師姊立刻蹲下身

> 來呵護這個受傷的地球,這也是保護你我 重視。志工依序照著班表,分成上、下午 保,可見愛護地球的觀念已經受到大家的 報到,沒想到會有這麼多人來幫忙推廣環 兩個梯次,以歡喜心做環保,盡己之力的 在二樓志工休息室,有許多志工前來 的居住環境,心裡不禁充滿無限

好 ! 當環保宣導在活動中心順

「慈濟人!有你真

飯糰, 姊們才放心的鬆了一口氣, 份愛心午餐,而此時香積組的 整,所有的環保志工們享用了這 刻送往活動會場。中午十二點 其做成飯糰,裝袋打包完畢,立 菜攪拌均匀,不敢歇息的馬上將 司其職,剛把兩大鍋香噴噴的飯 場,實在有些緊張。幾位師姊各 的二小時內,準備好一百人份的 房忙碌著。因為她們必須在短短 進行的時候,有幾位在背後默默 露出幸福笑靨。 付出的香積志工,正在會所的廚 還要準時的送到活動

蒂、竹籤和垃圾,用行動來教導 而他們則是心無旁騖的專心撿煙 梭,吸引了會場所有人的目光, 來撿垃圾學習分類,看到他們 小的身影,在會場來回不停的穿 有志工媽媽帶著孩子,一起

會眾,真是最佳的環保代言人。教育下一

【撰文/林均庭 葉鳳儀 攝影/張麗禎】

一點的在改變。一會兒是海報展示 紐 西蘭分會裡從五月四日開始就 --

栽也增添了生力軍。午後的陽光灑進書 換上了新衣;一會兒大門口和書軒的盆 把慈濟人的心照得暖烘烘的 〕,連螃

> 蟹蘭也好像知道慈濟將要在五月十日辦 喜事,爭奇鬥艷地開得好燦爛, 起迎接這個重要的日子。 準備和

由於今年浴佛台重新訂製,尺寸加 浴佛典禮如往年般的將在佛堂舉

行。

佈置組陸續擺飾白色的石斛 到七尊宇宙大覺者定位後, 做足了事前的準備工作。等 細的把電線用膠帶固定好, 更為了安全問題,師兄們仔 板、和瓦片,來保持平衡 師兄師姊利用磚塊、 平穩度,於是只見佈置組的 大許多,所以更要特別注意 嚴素雅的氛圍 霧器,於是浴佛台呈現出莊 上粉色薄紗、白絹和乾冰噴 蘭、海芋、玫瑰、桔梗,配 硬紙

神 , 原位, 濟人在漏氣中求進步的精 兄師姊因為是第一次參與 緊張的抓不到節拍,但是慈 正確的浴佛禮儀。有幾位師 位。並由精進組為大家示範 大家一次又一次的練習走 組長謝麗娜師姊的口令下, 香花的師兄師姊們,在活動 十八位負責供燈燭、香湯 倒讓彩排現場輕鬆不 各位師兄師姊, 我們再走一 遍。 請回

> 時低著頭討論細節,或是反 是一門大學問,只見兩位不 動中的靈魂人物,活動進行 和慈青趙芸儀,主持人是活 克風沒有聲音喔。」這次負 倆精彩的演出。 複默背著節目表,期待她們 的節奏和氣氛,要如何掌握 責主持工作的是蔡嬌蘭師姊 喂!喂!咦?師兄麥

們細心安排下,一切準備就 卡片和中國風吊飾,在師姊 合一的結緣品,靜思菩提葉 一、條理有序,今年三節 靜靜等待佳節的到來。 慈濟的人文美在於整齊

作了一千個壽桃,個個看來 蜜 喜,事事圓滿,全家甜甜蜜 相信會眾收到時一定滿心歡 加三節合一的會眾結緣的 美味可口,這是要和前來參 志工們用心的把壽桃裝袋 今年由家鄉食品公司製

個場次進行。負責研習會的王萍師姊先 藉 誠 美完美展現。 與會的師兄師姊輪流唸出內容,希望能 深大家的印象,以期能把慈濟的真善 由幻燈片,分享導覽人員須知 委員們承擔, 為了落實社區,導覽人員由各區慈 海報導覽研習會分成兩 2,並請

心投入的模樣,實在很可愛。雖然每年 提問;有人當導覽人員,認真解說 練習導覽技巧。有人扮成會眾, 師兄師姊們很用心的分成小組 不時); 專 相

【撰文/張麗禎

攝影

/張麗禎]

互

展覽, 第 節、全球慈濟日,都會舉辦靜態海報的 在感恩的五月,為了慶祝母親 一次,為的是自我提升和溫故知新。 但是師兄師姊們都把每 節 次當成 浴

面,無限延伸直到虛空。 愛的足跡傳遞出去,由點到線 悲、喜、捨之心,將慈濟的精神和大 希望透過導覽的過程,啟發會眾慈 再到全

往年一樣,懷著一顆歡 紙,熱鬧的提醒著每 來浴佛的母親們準備胸 的重要節日。志工們像 及全球慈濟日三節合一 個集母親節、浴佛節以 節即將來臨, 個人,一年一度的母親 喜感恩的心,親手為前 這也是一

罩給你們啊?」母親啊 因孩子的遠離而褪色 與囑咐:「少去公共場 親,常不時地打國際電 有些師姊在台灣的母 減少;您的愛,也不曾 遠不會因孩子的長大而 !母親!您的操心,永 合啊!」「要不要寄□ 話來,重複的再三叮嚀 西蘭也傳出了病例 最近新流感爆發

前師姊們就開始分工合 用心的成果。早在幾周 小的一朵花,是志工們 緊的捏呀!摺呀的!每 端坐著,手勁兒不鬆不 們靜下心,不急不徐的 種修行。看師姊和志工 一個步驟都不馬虎,小 其實做胸花也是 一朵朵慢慢的綻放

> 慈濟人,對天下母親們深深的敬意和祝 成這片數百朵的花海,每一朵都充滿了

桌面上,五彩繽紛的色

分會齋堂(餐廳)的

感恩」。我們這些身在海外的兒女們, 無法隨時陪在自己的雙親身邊,只好化 的服務,或是關懷獨居的老菩薩 小愛為大愛。平日利用時間參與志工點 上人說:「自愛是報恩,付出是 17,或者



裡,我們會把對母親的愛,悄悄的融進 時候,無限的愛將擁抱慈藹的容顏。 以身示教推動環保,守護地球。分秒不 每一朵花中,當胸花別在母親衣領上的 力的為人群付出。而在這個感恩的日子 浪費的善用父母給我們的身體,盡心盡

【撰文/陶玉萍 攝影/張麗禎

餐的客人越來越少,為了節省開銷,只 始,所以白天的時間也就空了下來。 好把營業時間,改為從下午四點以後開 連帶影響我專心經營的生意,中午用 從去年下半年開始,全球的不景氣

他說不行,因為星期六中午用餐的人較

香積組的班,

我讓他請別人代班一下,

又看到他已穿好藍天白雲,要去會所值

會,好好休息把身體調養好些。但想一 值班,本來我想趁店裡中午不營業的機 年師兄約我一起到慈濟紐西蘭分會會所 協調後的決定。也許是因緣俱足吧!今 的法是那麼的受用。 的關係上,都變得更加善解包容,言語 大的轉變,尤其是在夫妻的相處或親子 氣方面或待人處世的態度上,都有了很 想,師兄在慈濟這一路走來,不管在習 我負責管理家裡的事業,這是我們夫妻 受證慈誠委員起,他承擔慈濟志業,而 上也變得柔軟溫和,讓我感覺到,上人 當初我家師兄朱國泰從二〇〇六年

位整理好,再回來收拾自己的攤位, 攤位交給我打理,然後他再趕到慈濟的 要賣的東西,早早運到會場擺放好後, 到店裡時都已是凌晨兩點了。一早七點 和 員的調度,所以他必須先把我們家自己 是環保組的組長,負責安排現場志工人 也受邀去做環保宣導的活動。我家師兄 申請了一個賣冷飲的攤位,而同時慈濟 府主辦的元宵燈節,我們早已向市政府 工作崗位上。等忙到晚上十點結束後, 所有的師兄師姊們一起,把慈濟的攤 特別一提的是,今年奧克蘭市 政

> 多,而且也沒事先和組長請假, 以及個性上的轉變,讓我深深的感恩上 氣,反而心疼我太累了。他的那份體貼 能不去。 志工做環保,也沒有因為事情多而發脾 忙下的沒有喊累,不但很有耐心的指 人及慈濟大家庭的愛,我堅定信念,要 就這樣,連續三天下來,看他忙上 所以不

跟緊上人的腳步,和師兄攜手同走慈濟 菩薩道。【撰文/蔡麗娜 攝影/慈儇】





假,滿心期待第一次的 所有的工作,跟公司請 名,努力的排除掉當天 業更加貼近。 程,能讓我跟慈濟的志 它是靜態的修心養性課 我在廚房的切切洗洗, 培訓課程。有別於平日 ,毫不思索的馬上報

定,如規如矩不脫隊, 報,光榮的穿著藍天白 不分身份貴賤,一視同 雲的制服,心裡安安定 的內容,受益良多。上 仁,追隨上人行菩薩道 人的開示:「有志一同 心寬念純,用心做慈 致,只付出不求回 行清凈道」大家理念 一日精進課程,多元 由劉錦修師姊安排

身,法喜充滿 大家深入經藏,身心歷練,讓壓力跟著願 語,內藏許多玄機和道理。使我的心念也 如何在生活中實踐佛法,風趣簡單的話 力,深入法髓,隨法入心,進而以法入 跟著轉變,啟發慧根懂得要福慧雙修,讓

原來也可以這麼精緻和健康。

當我知道紐西蘭分會即將舉辦,一年

煩憂。而創意的素食菜餚,讓我知道吃素 香,清爽的菜餚,歡樂的笑聲,洗滌我的 之餘,暫時忘記瑣事,盡情的讓香蘊的米

l 積組是個好地方,讓我能在工作

兄師姊們行堂,這是我生平第一次用感恩 的心情進餐,原來香積組在廚房忙碌後的 義,珍惜米飯,讓大家能感恩惜福。 充分的讓我們體會,稻米粒粒皆辛苦的意 工作成果,可以用如此莊嚴的方式呈現, 最讓我感動的是午膳的經驗 (デ) 由師

Q&A中,各區慈誠志工們的親身體驗及許 服這些發心的前輩志工們。加上雙向溝通 也都用樂觀的態度來面對。 多感動的情節,每人都有無數的故事可以 菩薩們,和他們有愛的交流,我真的很佩 的志工都在各志工點,細心的照料服務老 顧那些行動不便的老菩薩。因為大部分 會有老菩薩離開人世,是很不捨,但大家 分享,更感嘆人生的無常,幾乎每個月都 到的普通狀況,竟然要發那麼大的心思, 風病患的課程,把會場氣氛帶到最高點。 在融會貫通之後,才可以得心應手的去照 貫務技巧的教導讓我大開眼界,平常沒想 兩位kiwi女士專業講解,如何照顧中

透過愛的付出與關懷,誠心祈求天下無 災,人人皆能平安,遠離苦難,大家秉持 善念體膚大地,讓世界充滿愛和關懷。 程切入我們的生活,來奉獻自己的心力, 由各種方式如讀書會、環保回收、共修課 我藉由這次的交流,知道慈濟世界可

遠。 來,步步艱辛,時間不多了,也因為來 能將這條菩薩道舖得更平更穩,走的更 用心投入,無怨無悔,用智慧做好事做好 不及」,不是上人來不及,而是我們來不 不及了,所以才要趕快行動。全力以赴, 及。奉獻行動去行善,慈濟人四十三年走 人,人人都能感恩,善解包容眾生,希望 感恩上人時時刻刻的提醒大家「來

劉濟雨師兄分享,

【撰文/黄柏誠 攝影/慈儇】

的日子。 往報名之後,心裡就一直期待著上課 那裡得知,慈濟分會有花道課程,前 的課程,來充實自己。從賴足霞師姊 也許還可以多去學習一些自己有興趣 頁。心想除了學習當地的語言之外, 定居,在這兒重新開始我人生的另 今年一月底剛從台灣來紐西蘭

到這裡,每個人的心都變得很平靜 都面帶微笑,說話輕聲細語,難怪來 給我的第一個印象很好。師姊們說話 的環境寧靜,師兄師姊們待人和善, 記得第一次到分會報名時,慈濟



瑞光醫師復健心得分享

還可以和一些中風的華人 了可以看看師兄師姊們 們每月最期待的日子,除 媽就出現在會所, 每月一次前來會所歡聚的 分享復健心得。 日子,一早韓爸爸及韓媽

薩們暫時忘記了自身的行 高級咖啡廳中,讓這些菩 妙的琴聲讓人彷彿置身在 一段鋼琴獨奏,美 治先由葉美容師

> 輪椅上的黃伯伯也不例外 課,就算來到會所也絕對要讓大家紓解 軟身操,復健是中風人士每日最需要的功 悶的心情;林振隆師兄接著帶大家來一段 下筋骨,只見每一位認真的做著,連坐在

原來手腳不能動彈, 住了三個星期,出院後認真做復健,由 紐西蘭後,仍不忘運動健身,二〇〇八年 門照顧中風病患,由於熱愛運動,移民來 院中醫系進修,取得中醫資格,在台灣專 醫,因為喜歡中醫,所以又到中國醫藥學 月二十二日,因為小腦中風,在醫院 的 心路歷程,吳醫師在臺灣是 接下來吳瑞光醫師分享他中風後 到現在已經恢復百 分之九十八的 一 位 牙

關經歷 師如何 醫生,且有相 然他本身也 交給醫生 ◎把身體完全 呢?原來只有 景不到,吳醫 功能,半年光 P做到的 , 但 他

病人——只有把 不把自己當

聽他述 艱辛

【撰文/施芳玉

攝影/朱曉鐘】

來,可見大家多麼渴望和吳醫師一樣。 配合醫師做復健,吳醫師的身體在他發 說話,出院後不會走路、不會爬 不捨,因為只有真正失去健康的人,才 病三個月後就有很大的進步,可以自己 在床上手腳不能動、不能大小便 幾位在講到抬腳時不自主的也舉起腳 風人士更是聚精會神的聽著,現場更 體會手腳自由活動的可貴,而在場的 車。這段歷程大家聽得很用心

碌,而沒有機會去接觸

,很高興我終

,因之前的工作太過忙

慈濟的花道是用簡單的

幾

種

老公也鼓勵我,有空多來慈濟走走

你清洗,你安心的大小便,就這樣他馬 洗,最後竟然無法大小便,只因一位護 法正常大小便,常會弄得要護士幫忙清 的指示,從他說到很多功能喪失時, 上恢復大小便功能。 士告訴他,不論你弄的多髒,我都會幫 以為不會好了,沒想到心念一轉,竟是 麼簡單就可以克服了。他說中風後無 ,而是他堅強的毅力、努力配合醫生 我相信吳醫師的例子絕對不是奇 原

信每個人都會和他一樣。 態上一定要當自己是一個正常人,以正 生,保持和醫生良好的互動與溝通,相 常人的姿勢做復健,最重要的是要把每 天的生活做一個完整的紀錄,交給醫 做到的你們一定也可以做到,尤其心 另外他向在場人士信心喊話,我可

給這些中風人士一線生機,但願今天在 是菩薩的示現,藉由他的親身體 人士無不信心滿滿,我想吳醫師何嘗不 ,早日脫離病苦, 聽吳醫師說完他自身經歷 能經由吳醫師的 恢復健康。

> 看每 無明去除後, 如何去蕪存菁,用心體會它「有捨有 學習插花之外,還要學習 式,讓我收穫更多。 後老師會依照作品,說明優點與尚須 現出來的意境,也就會大不相同。之 讓學員在相同的材料中,透過主枝 仿抄習,所以每次在細心解說後, 許多不同的插花知識。老師不建議模 陳吳喜美老師認真的教學中,我學到 喜美老師說過,上這門課最主要的是 補強的地方,如此 二 的涵意, 因為當你在修剪枝葉時,就是學習 ,表達出「意境」的插花技巧 插出自己想要表達的意境。記得 一件事物」。想想真的很有道 我很喜歡用身邊垂手可得的 補枝不同的搭配,每個人所呈 尤其當把不須要的煩惱 你會看見更美的 一對一的教學方 「靜下心來 0

物。

了我內在心靈的世界。 花道,美化了我居家的環境,更充實 利用各種花木的不同特性,加以規劃 景象。而且還讓我有了重新整理自家 卉、盆栽、樹木,所呈現出的 花園的念頭, 植的地方。透過真、善、美的慈濟 學習花道課後, 我會注意住家附近所種植的花 我請友人來幫忙設計 在平常出去 大自然

【撰文/林均庭 攝影 / 慈儇 遵照

Glenfield除革行

士細心講解的 始, 許多學員沒有經驗

解說員細心的指導後,學員們慢慢的進 些才是該拔的雜草;藉由幹部和 開始的不熟悉,到熟能



愛心。 Glenfield,進行今年首次的除草活動。 多人,浩浩蕩蕩的前往奧克蘭北岸的 到,能早一點為大自然付出自己的一份 尚未到達目的地,參加這次活動的夥伴 就已經很興奮並且期待著能早些 拜六一早,紐西蘭慈青一行五十

大家就迫不及待、活力十足的各選 抵達目的地,聆聽解說員Adrian女 開始賣力的進行來此的目 「除草所需注意的事項」

深深的友誼,就從那時開始發芽茁壯 然雙手都沾滿著汙泥,但兩位夥伴臉上都露 幫忙,使勁的把那台腳踏車拉回平地上。雖 兩位學員神秘的消失了。在眾人尋找之下, 出無比的成就感,而且從互相扶持中, 踏車,他們不畏危險,在河堤邊的陡坡互相 原來他們倆發現在河裡有一台被人丟棄的腳 就在除草快結束時,幹部們突然發現有

望可以再多為大自然付出心中的愛與感恩 多年的經驗累積。藉由力行除草,大家深深 第一次除草的經驗,雖然只是一項小工作, 感受到勞動與服務的樂趣,並相約再見,希 卻讓大家體會到原來辨識雜草與否,是需要 享今天除草的點點滴滴。許多學員分享他們 最後,由幹部陪著學員,大家圍個圈分

【撰文/陳品融 攝影/李建中

巧,大家都樂在

力,不畏辛苦闲 力,互相扶持, 現了年輕人的活 麼困難。大家展 在比較陡的斜坡 互相幫忙,使得 斜坡繼續努力。 除乾淨,並前往 坦地區的雜草清 除草變得沒有那 大家藉由同心協 比較有挑戰性的 家把比較寬敞平 很快的,大

讓我有更深的體悟。 除了尋求人生正確方向外,最重要的是在身體健康的時候多學 **督付出。慈濟的道場乃是走入每一個社區的活動道場,每一** 人身上都有一部藏經,閱讀別人身上的故事,猶如翻開一頁又 頁的人生經典,不但印證了佛陀的法義,和上人的教誨, 上人的慈悲與睿智,為眾生開啟四大八印,讓每個慈濟

勇敢面對人生的態度,是我學習的典範 到志工點來和大家互動,從不罣礙病苦,善用生命的使用權 與苦態,讓人看了很不捨。只要在身體狀況許可下,她一定會 教學在家休養,雖然病痛隨身,卻還常保笑容,沒有一絲病容 後,原本身軀就瘦小的她,因為體力不堪負荷,只好暫時停止 捷。在人生的自然法則中,無常的來臨,一次又一次的中風之 她負責教導陶土製作,對於凡事要求嚴格,做起事來身手敏 和我一起服務北區Takapuna盲人協會的志工Ivy老菩薩

使她不得不停止幾十年來的藝術創作,這比起病痛讓她更加難 架上的盤子模型,眼眶泛紅神情落寞的告訴我,身體的不適 彼落。和她一起走到窯爐旁,掀開厚重的窯蓋時,她凝望著牆 今天她的到來,大家高興的與她擁抱問好,寒喧聲此

術氣息中,真令人懷念。在家偶而拿出作品端看,心裏總惦念 個人都好有成就感,謝謝妳lvy!那段學習過程讓我們浸潤在藝 的我們,在妳耐心指導下,一件件成品相繼出爐。看著作品每 達感恩:「之前每個星期一,妳的陶土教學課程,讓 著你是否安好?」此時無聲勝有聲,我們緊緊擁抱,真摯的情 ,如一道彩光在彼此心靈中交映 看她望物思情,那份依依不捨,我趕緊把握這機會向她表

勤行道,期許自己精進不懈,感恩走上這 在道場裡與人結好緣,在每個人的身上讀經學習;願日後靜思 感恩慈濟人間路,引領我走入人群,藉由社區志工服務 條無悔的菩薩道。

【撰文/胡淑惠】

預的美善的未

續由爸爸媽媽送來,頓時安靜的會所變 子,九點五十分開始,小菩薩們陸陸續 今天是星期六靜思中文班上課的日

說早安的小朋友,貼上乖寶寶 得熱鬧起來。師姑師伯為主動 在推行的禮貌乖寶寶運動。 貼紙,因為這是靜思中文班正

影片介紹紐西蘭分會的教育志 業,然後引領到各個教室參觀 師姊歡迎大家的到來,接著以 媽媽也已抵達。首先由劉錦修 觀摩靜思語教學的老師和大愛 此時,由漢彌頓聯絡處來

報上的阿嬤,為什麼要撿空瓶 參觀四十三周年海報的展覽 班靜思語的分享。在小朋友們 參觀海報展覽、浴佛典禮及各 以留下一個乾淨的地球。」 子呢?」梁初枝老師回答說 可以減少垃圾量,這樣才可 因為它可以做成環保毛毯, 毅力班的小朋友問: 靜思中文班今天的安排有 万海

友!你們知不知道我們沒水齡最小的信心班道:「小朋 的小朋友說:「會渴死喔! 窖的海報前,陳玉英老師問年 說:「對啦!所以我們 會變成什麼樣子?」可愛 走到甘肅省慈濟人援建水

> 在蔡宜靜老師的英文導覽下,小朋友都很 定要節省用水,不可以浪費水喲! 喜捨班的小朋友聽不太懂中文,但是

教、年齡而有所分別。

多位小朋友及家長依約的來 災無難。 合掌祈禱,大家祈求天下無 歌曲,小菩薩們都很認真的 佛。隨著《誠心祈三願》 陪伴下,都能以虔誠的心浴 隊入場,隨著司儀的解說和 到佛堂,大家靜心淨手後排 接花香等動作,雖然孩子們 師姑的示範浴佛的禮佛足 有些不熟悉,但是在師姑的 的

謝!

下去,在此我要向他們致以衷心的 間和精神,才能使這個活動一直繼

思語的分享。各班都挑選了 聲和鼓勵,這讓漢彌頓聯絡 動人的是不論表演的好壞 手語表達其中的意義。最感 師和大愛媽媽,非常讚歎。 自己喜愛的靜思語,並且用 處前來觀摩靜思語教學的老 小朋友彼此都給予熱烈的掌 浴佛完畢,緊接著是靜

為世界預約美善的未來 種,期待他日能發芽茁壯 幼小的心田裡,種下菩提善 【撰文/王萍 攝影/王清貴】

專心的聆聽,還不時的發問,可見人人 在內心深處都有一份愛,不受語言、宗

十點五十分,一百七十

孩子是未來的希望,在

|○○九年的復活節假期,我參

景、理念及其所參與的社會事務等有 們的不懈努力,投入了他們寶貴的時 個年頭。這全賴這些志工和慈青幹部 濟舉辦的慈青生活營,今年已是第八 了更深入的瞭解。不知不覺間,由慈 同進行了各式各樣的團體活動,認識 第八屆慈青生活營。這是 加了由慈濟大專青年聯誼會,舉辦的 了很多新的朋友,並對慈濟的歷史背 人回味,而又別具意義的生活營。 一連四天的營隊生活裏,大家 一個多麼今

獻 個範疇,對人類及社會作出了很多音 著慈悲為懷,所作出的事業涵蓋了各 濟都有著不同程度的參與。慈濟人本 際間的救助以至地球的保護等等,慈 多方面的,從個人到家庭、社會、國 理念與它所進行的公益事務一樣,是 精神,使我十分感動。慈濟所宣揚的 心,彼此相互尊重,那份團體協作的 家庭一樣,每位成員都有 慈濟給我的感覺, 就像是 顆感恩的 個大

我的 西。在以後的日子裏,我要更加珍惜 個全新的體驗,教會了我很多東 一切,多做一些有意義的事情 總的來說,這次生活營帶給了我

多麼美好的世界。 愛,發揮慈濟大愛的精神,會是一 我想若地球上的人都能夠互助互 【撰文/黃顯偉 個



都非常擔心 的好天氣。可能上天真的感受到大家的誠 前一天的晚上,一起發心吃素, 為天氣因素而取消。為此, 當天早上真的沒有下雨耶! 年 度的外島植樹 夥伴們在植樹 祈禱明日 會因

總是需要在寒冷及膝的海水裡走一段距離 的炊具。 著師姑師伯們,搬運食物和在島上所需要 邊;不同於以往的是,往年下船時,大家 才剛剛到腳踝。很多熱心的夥伴們,幫忙 才能上岸。今年好運的遇到了退潮,水位

開兩邊講解植樹的要領和注意事項,大家 都很用心的聆聽。講解完畢後, 山間小道,到達島上最高點。保育員們分 右,在負責人的帶領下,浩浩蕩蕩的隨著 個笑臉上展現出期待的神情。上午九點左 合作,撒播愛的種子。 姑師伯們每兩至四個人為一組, 第一次來到這座小島的慈青們,一個 開始分工 慈青和師

氛一片和諧

拉手一起唱著歌曲—

「很幸福」,

整個氣

下的休息站,回去的路途中,幾位慈青手 壯的成長。夥伴們帶著滿滿的收穫走向山 這些小樹苗們能夠在這座美麗的小島上茁

|樹苗在摩托羅拉島上安了「家」。希望

天,在大家的努力下,

一共有2883顆

植樹的活動在十二點半準時結束,

誼。 許多的小樹苗;兩位夥伴雖然初次見面 非常用心和努力,與一位慈青同組,種了 著爸爸一起來植樹。他年紀雖然很小, 但是卻因為這植樹的因緣種下了深深的友 有位朱師伯的兒子也非常有心,跟隨 卻

彩,微風輕撫過慈青們的臉龐 大家帶走幾分熱氣與疲倦。 隨著時間的流逝,晴空中多了幾絲雲 彷彿想為

現了幾株被不經意踩到的小樹苗。他們把 小樹苗扶正,小心翼翼的為它們多填了 續栽種起來。這時候,有幾位慈青夥伴發 休息片刻之後,大家又活力滿滿地繼

【撰文/何敏敏 林文心

攝影/王清貴

連續關心了一周的天氣預報,慈青們 伴們,大家之後也都在走路時更加 些土。這種菩薩行為感動了其他的慈青夥 右手掌上還起了水泡,手背也不知在什麽 以防自己會傷害到這些可愛的小樹苗們 還有一位負責為小樹苗挖洞的夥伴

渡船很快便抵達了摩托羅拉島的海

們建造一個個小小的「家」

只手套後,又拿起了鐵鏟,繼續為小樹苗 時候受傷了。然而他卻毫不在意,戴上

隨著熱湯溫暖了大家的心。 辛苦勞動過後的果實總是特別甜,品

餐:有南瓜沙拉三明治、香菇油飯以及玉 米濃湯。夥伴們滿臉幸福的笑容,滿足感 **嘗著師姑師伯們精心為我們準備的營養午**

很多人還添了第二碗。大家一起來種樹 暖陽擁抱,呵護地球同時淨化己身。 也共享一頓豐盛的「素齋」。碧海藍天 人士,也共同飽餐一頓素食,直說好吃 其中還有一起來參與植樹的當地熱心

可愛的小樹苗們 遲了下雨的時間,恰好讓我們度過一個美 開始飄起來。感恩老天對我們的疼愛,延 滿了這次植樹珍貴的回憶。來年再見吧 好而又有意義的一天。相信大家心裏都充 在海岸邊等船時,原本遲遲不下的

小心

靜思中文班

勇氣園 地

0 聖誕 A.F. 林仕 騰

擺上聖誕樹,上面掛著許多小裝 二十五日。每個家裡和商店都會 聖誕節是在每年的十二月

聚在 早上,大家一起打開禮物看。 聖誕樹下。在十二月二十六日的 禮物。然後把卡片和禮物都放在 好吃。大家會互相送卡片和聖誕 一起吃聖誕大餐,又豐富又 在聖誕節的晚上,大家都會

公公。在聖誕節裡,大家都很快 我希望可以看到真的聖誕老

0 年 林仕騰

新年 夜飯 雞、有魚又有肉很豐富。吃完年 吃年夜飯,有年糕、蘿蔔糕、有 家家戶戶慶祝過年。大家在一起 。家家戶戶會大掃除,貼春聯 大人會發紅包給我們。 每年農曆 一月一日是中國的

相說恭喜發財、新年快樂。 帶我們去親戚和朋友家拜年,互 拜拜,求福求平安。爸爸媽媽會 、新鞋子。大家也會去廟裡 在新年裡,大家都會穿上新

> 車,到處都很熱鬧,有舞龍舞獅 樂過新年。 年裡,有吃有玩, 敲鑼打鼓、放鞭炮,真有趣。在新 大街小巷,都很多人和很多 祝福大家快快樂

0 我 Á5 竉 45 陳詩

喔 時候,她都會伴著我。我好開心 快樂樂開開心心。我每次有困難的 覺。我們每一天都一起玩,玩得快 色的小狗。我每一天都抱著她睡 1。她愛我,我愛她。她是一隻黃 心目中最美麗的小狗。她是女 我的寵物是一 隻小狗。她是

的

0 我 6S 竉 45 劉曉晴

龜。 龜是不是死了?我很想念我的烏 覺。我要回紐西蘭,很傷心,我不 很少。我的烏龜很漂亮,很小。有 的還是我的烏龜,他沒有名字,但 條黑魚。黑魚叫做大,白魚叫做 能帶烏龜。現在我也不知道我的烏 是他很可愛。我的弟弟和姊姊都有 小,我很喜歡他們。但是我最喜歡 有兩條魚。我有一條白魚,還有一 隻。我們的烏龜會游泳。他們吃 次我以為他死了,但是他是在睡 我以前在中國有一隻烏龜還

快樂學刷牙

齒。 菩薩們解說 日,特別請來牙科醫師盧百城師兄,為小 童時期建立。因此靜思中文班在三月二十八 播。同理,正確的牙齒保健觀念,也宜在幼 善的種子在孩童幼小時,即可在心田撒 :如何善待我們的好朋友

家二人一組,互相數 又興奮的心情聚集在佛堂。盧師兄首先請大 早晨第一堂課結束,小菩薩們懷著好奇 數對方目前長了多少

刻,牙刷超人、牙膏超 寶寶,就在這危急的時 屋。正當他倆高興地徜 裝成的老婆婆,引誘進 牙齒寶寶,被蛀牙魔偽 的短片。片中描述兩個 播放的影片知道牙齒的 超人,衝門而入,合力 人、牙線超人、漱口水 出原形,想要攻擊牙齒 徉在其中時,蛀牙魔現 入令人垂涎的糖果餅乾 結構,也觀賞 模樣可愛極了。接著由 表情靦腆的彼此數著, 顆牙齒。小朋友們個個 一段趣味



擊退了蛀牙魔。

一月文の

時間過得真快

吃了最喜歡的甜食後,一定要刷牙或漱口 的面孔時,大家才鬆了一口氣,同時也知道 齒寶寶受到超人們的幫助,恢復了原來潔淨 上的表情隨著劇情的發展而變化。尤其當牙 才不會讓蛀牙魔有機可趁。接著盧師兄問 活潑的動畫吸引了小菩薩們的眼光,臉

> 會面面俱到,刷得乾淨哩! 裡、側,共有十六招,若能徹底運用, 過影片的詳細解說,才知道正確的刷牙方 式,是必需要上、下、左、右、前、後 想:刷牙超簡單的呀!誰不會呢?但再經 **薩被問的皺著眉,一付不瞭解的樣子。心** 小朋友!會不會刷牙呀?」有些 小

線超人出場,小菩薩們大概比較少使用牙 勁,直到盧師兄喊停才肯罷手。再來是牙 看過的十六種方式,信心滿滿地愈刷愈起 範,只見他們手拿牙刷,心裡回想著剛剛 於是盧師兄請了五位小菩薩上台來示

牙齒 就在這一片歡樂聲中 線,於是各種奇特的 的小菩薩努力學習, 確了。此時台上的小 細輔導後,就比較正 住牙齒,就一直往外 是在拔牙。用牙線套 姿態都有, 菩薩賣力示範,台下 拉,經過盧師兄的仔 位小菩薩,簡直就像 正確的照顧好自己的 大家都學習到如何 其中有

的牙齒,做個永遠笑口常開的小菩薩。 師兄的傾囊相授。從豐富活潑又生動的教 動,已接近尾聲。小菩薩們以掌聲感恩盧 的刷牙習慣,這樣才能擁有一口潔白健 材中,每一位小菩薩都知道,要培養正 個 心小時的 衛教 活

【撰文/梁初枝 攝影 /李建中

• 靜思文物介紹 •

膚慰病苦

《無常看人生》

與花蓮慈濟醫院常住志工的生命交會

王竹語著

淨化了人的品質 生命教育的內涵與意義 不但提升了自我也實踐了 改變了悲傷的 人生 戲 碼

聞聲 救苦的慈悲大爱, 是那些藍天菩薩秉持證嚴法師 撘 在醫生與病人之間 生命無常,醫學也有它的 這 些穿梭在白色巨塔下的 起綿密的愛的網 路 身影 極限

交織了動人樂章。

在慈濟醫院與志工 十二個生命故事,

們

只要發自內

心 , 鼓

有不可思議的力

量

哪

怕是一 個

勵 的 關

眼

神

微笑,一 個

個

懷

3【證嚴法師推薦】 與花類經濟醫院常住地工的生命交 が語の音

關於生命, 我們永遠體會太少

自己的家人好?我也不知道為什麼,但我會盡 重避免這個錯誤。

醫院是最容易讓人感受到生命

好嗎?」 時而不會花兩分鐘問一下自己家人:「你今天 通訊軟體跟同事、朋友、陌生人線上聊兩個小 為什麼我們對同事、朋友、陌生人,比對

去,手會按到發痛,我們每天浪費的時間遠比 相信我們手上搖控器的快轉鍵會被按到凹進 果把我們從早上六點起床到晚上十二點睡覺這 在看到無意義或不想看的片段時快轉過去。如 十八個小時全部錄下,再從頭播放給自己看,

每個DVD搖控器上面都有快轉鍵,供人們

自己以為的還多。

網路越來越普及,

年輕的生命常常用即時

愛心,我們也可以感動身邊的人,只要我們做對的 卻不受任何限制,我們可以如我們所想像的那麼有 方,每個人的生命都有極限,但我們和別人的互

事,做該做的事,我們的影響力會生根、發芽、開 我們一句好話、一個微笑、一個鼓勵的眼神。 所有的人,不管他多幸福或多有錢, 都需要 而這

些對我們來說,簡直是舉手之勞。 們永遠記憶猶新。有時候我們一定忘記了:身邊的 身邊傳來一句安慰的話,卻像晨露 **^是多麼期待我們一句窩心的話。** 我知道我說過,但我覺得說再多次都 (們不會保留所有的記憶,但情緒低潮 一般清新, 令我 時

關於生命,我們永遠付出太少。 謝謝你! 謝謝你讓我有付出的機會

不夠

無常的 地

九年紐 西 蘭 分 會 動

Howick東區中風協會志工服務	週—	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—	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 中區志工服務	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
華人中風協會志工服務(每月第二週)	週三	10:00~13:00
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
弱智團體志工服務(每月第一、三週)	週四	13:00~14:30
帕金森症協會志工服務(每月第一週)	週五	10:00~12:00
分會共修	週五	13:00~15:00
分會環保日(每月第四週)	週六	13:30~16:00
慈青養老院慰訪 淨地 植樹(每月一次)	週六	10:00~12:00
淨地 植樹 慈青茶會 生活營(不定期)		
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
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