

朝「環保精質化，清淨在源頭」進發

新冠病毒疫症爆發以來的一年，世界各地不少經濟活動停頓、交通流量減少，這有助於碳排放量的下降，但卻促使對口罩等防疫物資、一次性餐具的大量需求，因而導致對塑料的需求遽增，對環境造成巨大污染。與此同時，許多地方的民眾、民間團體以至政府，對環境保護的意識有所提升，並採取更積極的環保行動。疫情有危也有機，結果如何就看人類怎樣應對。

在2020年底香港新一波疫情中，慈濟香港分會和政府合作的第一個回收便利店「綠在鯽魚涌」啟用。為加強支援地區的減廢回收，環保署在全港十八區推展不同項目，當中包括回收便利店、回收環保站及回收流動點。「綠在鯽魚涌」是第十間投入營運的回收便利店。

物盡其用，延續物命，進而保護大地資源，是慈濟環保的基本精神，與政府的廢物回收循環再用的理念吻合。香港慈濟在社區耕耘環保的第十年之際，感恩有回收便利店這樣的好因緣為環保加大付出。

「綠在鯽魚涌」啟用至今，得到社區熱烈響應，每天前來投放回收物品的民眾可謂絡繹不絕。不少家長還帶小孩同來，向他們進行環保教育。我們相信通過回收便利店的運作，可進一步推動社區環保，加強民眾的環保意識。

環境局局長黃錦星在「綠在鯽魚涌」正式開幕當天蒞臨參觀時表示，回收便利店的硬件(好的設施)與軟件(熱忱的服務人員)相互配合，相得益彰。慈濟香港分會期許大疫情面前，與政府配合，以慈濟的實做和人文精神，在全港更多地區推動回收。

教育是環保領域重要的一環，上人提出「忍痛教育」，希望做到「環保精質化，清淨在源頭」。香港慈濟人自覺要擔負起教育民眾的責任，令大家懂得如何分辨垃圾與可回收物，才能減少垃圾量，真正把環保理念落實在生活中。

鄭偉鳴

印刷 青塔印務有限公司

攝影志工

照片提供 人文真善美團隊

筆耕志工

文稿撰述 人文真善美團隊

美術編輯 黃靖嘉

執行編輯 李慈澤

總編輯 鄭偉鳴

出版 慈濟香港分會

發行人 釋證嚴

目錄

二〇二〇年12月 第146期

15 消業

傳心點滴

14 獲贈愛心祝福包 長者摸上門回饋

13 疫情稍緩 義工再來

8 「疫」起關懷 寫愛的篇章

主題報導 大愛共伴 造福行善

6 回收便利店—慈濟與政府合作的里程碑

主題報導 環保十年有成 綠在鯽魚涌

4 歲末證嚴上人致全球慈濟人感恩函

1 朝「環保精質化，清淨在源頭」進發

編者感言



佛教慈濟基金會香港分會 聯絡資料

靜思堂 香港九龍塘沙福道 12 號

電話 2893-7166 傳真 2893-7478

灣仔聯絡處

香港灣仔道 187 號景星大廈 1F D 室

電話 2892-2578 傳真 2892-2598

大圍聯絡處 · 環保教育站

新界沙田大圍車公廟道 5 號

電話 2337-0158

天水圍聯絡處

新界天水圍天晴邨

電話 2336-3601 傳真 2336-3681

天晴社區綜合服務大樓五樓 504 室

綠在鰂魚涌

英皇道 1010-1056 號東匯坊 130 及 111 號舖

電話 5285-8476 電話 2351-2033

慈濟文化志業香港有限公司

香港九龍塘沙福道 12 號

電話 2575-4966 電話 2351-2033

慈善關懷

16 疫情限聚有距離 送愛行動無隔離

17 送贈抗疫物資 守護安養機構

18 「疫」起度沙院慈濟日 志工書寫心語表祝福

愛灑社區

19 心繫觀塘老區居民 志工持續送愛不斷

20 天冷加疫情 志工「普查」街友所需

21 素食店募心募愛 助菲災民重建家園

愛的傳承

22 「愛有盲點」工作坊 照亮教育志工的心

24 慈少在疫境中 學習面對逆境

清修點滴

25 人生料理師 烹調利他食





慈濟海外分支機構諸位仁者惠鑒：

今年開春以來，新型冠狀肺炎襲捲全球，至今仍方興未艾。尤其秋冬以來，罹病人數屢創新高，甚至連統領全國的領袖亦難豁免；一般民眾怎能不戒之慎之呢？目前，先進國家的大型藥廠紛紛投入鉅資研發疫苗，在有效的疫苗問世以前，期待全球的慈濟仁者，必得戒慎虔誠，時時提高警覺，嚴格遵守人與人間的安全距離。在人群中，切記口『罩』不得離身，保護自己也是保護他人，是所至盼！

大哉教育益群生，行善人間致祥和。很感恩也很欣慰，在面對百年大疫盛行之際，全球各地慈濟人發揮慈悲大愛的精神。及時為第一線守護生命的醫護團隊、膚慰心靈的神職人員、貧困民眾捐輸防疫物資，同時發放糧食紓解生活困境。目前已知，受惠民眾遍及八十七個國家地區，送出超過兩千四百萬件防疫物資，還有三十七個國家地區超過一百一十二萬戶次，有四百六十九萬人次及時得到米糧等以免於饑餓。諸位仁者有如千手千眼觀世音菩薩，發揮菩薩聞聲救苦，及時解難的精神，不僅為苦難人付出，更為前線醫護作後盾，證嚴既感恩又感動！

世間無常，國土危脆。今年新冠疫情嚴峻，天災人禍仍是不斷，令證嚴憂極難言。從年初到進入秋天，美國林火延燒不熄，大片的原始林木付諸一炬，原本徜徉於森林中的動物驚惶四處逃竄。南美巴西的亞馬遜雨林，是全球最大的雨林和濕地，為擴展農業和畜牧業，聽令農民大肆砍伐，甚至縱火毀林；不僅削弱儲碳能力，進而釋放儲存在雨林中的二氧化碳，加劇氣候變遷。

全球更面臨氣候危急，無論在大西洋海域形成的颶風或太平洋海域形成的颱風，一旦生成就急速增強，超強風速與超大豪雨，帶給眾多國家極大災難。如美國南部與中美洲，歷經幾個強烈颶風侵襲，造成路斷橋毀、家園毀壞、人員傷亡。而位於東南亞的菲律賓與越南，從九月至十一月就有十個颱風登陸。其中天鵝與梵高強颱，更是重創菲律賓，強風大水摧毀與淹沒家園，加上疫情帶來停工失業等問題，讓無數人民生活雪上加霜。

感恩無論是美國的林火與風災；中國大陸、越南、柬埔寨、印尼等國家的風災水患，慈濟人都不忍鄉親受苦難，及時發放與關懷。更感恩菲律賓慈濟人第一時間進入災區勘察災情，啟動長達十七天的以工代賑，帶動一萬七千六百餘人次的居民投入清理家園。期間除提供熱食以外，並為五萬七千四百多戶送上祝福金，協助災民儘早重建家園。於此艱難時刻，感恩全球慈濟人與天下民眾共生息，立時啟動募心募愛，用菩薩的覺有情，帶動人心行善造福，將人間菩薩救拔苦難的力量發揮到極致。

四大不調，大乾坤已然遭到破壞，入冬以來，疫情更形嚴峻，鎖國、封城時有所聞。其實，災疫是大自然向人類示警，『大哉教育』，期待人人要抱持感恩心與懺悔心；感恩有幸生在現在的社會，衣食住行一應俱足，彼此更要互助互愛、互相成就、互相見證；還要時時生出懺悔心，自我省思是否不自覺地被貪瞋癡的意念所牽引而糾結難



解，甚至出格犯錯？知道懺悔，才懂得時時勤拭心鏡。

學佛者，多是心懷慈悲的仁者，疼惜眾生尚且不及，又怎麼忍心吞食眾生肉呢？根據統計，全球人類每秒鐘吞食兩千四百四十三條生命，每天高達兩億多條生靈被殺害。吃人半斤，還人四兩；看到動物被殺時哀怨絕望含恨的眼神，烹調得再美味，還是動物的屍體，再問，又怎麼吞得下去呢？

古德有云：『千百年來碗裡羹，冤深似海恨難平；欲知世上刀兵劫，但聽屠門夜半聲』。佛弟子慈悲為懷，怎能為一己口欲，傷殺眾生命，惹來動物冤冤相報無了時？再說六道輪迴，或許今日傷殺的眾生命，曾是我過去生的父母兒女眷屬也未可知。天地生養萬物，穀類青蔬鮮果已足夠提供完整的營養，又能吃得安心健康，不會增加五臟內腑的負擔。不僅守護健康，也能清淨心念，萬物共生共榮，用完整的愛，營造一個健康的地球。

五十五年前，證嚴萌生一念，帶動三十位婦女每天節省五毛錢，慈善志業由此發軔，接著醫療、教育、人文志業次第展開。從臺灣出發，面向全球，如今慈濟人已分布在六十六個國家地區，就地取材，發揮助人功能。從最初的竹筒歲月開始，慈濟之愛已遍覆全球一百一十九個國家地區。

『法華經』就是慈濟法髓。證嚴這輩子來人間的心願，唯獨希望法華經做道，做路來鋪，成為菩薩法髓。十一月初，往赴全臺進行歲末祝福之際，聽到各地慈濟人眾口一心同聲呼喚，請師父續講『法華經』；看到慈濟人精進薰法，以讀書會形式共修『靜思法髓妙蓮華』，以法入心、入行，證嚴深感欣慰，期勉大眾持續精進求法，負起責任，將完整的法，綿延一代傳一代。

新冠肺炎疫情喧騰橫行了一整年，驚世的災難臨頭，但警世的覺悟尚未抬頭；在此疫情未歇，有效的疫苗問世以前，又來到歲末年終之際。證嚴期待，全球慈濟人仍要時時戒慎虔誠，切莫輕忽疫情的威力。更要以無私、無我的心志，利益眾生；以大我、大愛的身行，開道鋪路，才能消弭天下有形無形的災難，讓社會充滿愛的溫馨，更要帶動感恩的人文情懷！虔誠期盼人人增福增益、敬愛生命、調伏欲念、虔誠祈禱人心淨化、社會祥和、天下無災難！

感恩並祝福諸位仁者福慧雙修
期待所有靜思弟子謹記師言

台灣佛教慈濟基金會

釋證嚴

二〇二〇年十二月廿八日

主題報導 環保十年有成 「綠在鰂魚涌」

回收便利店 — 慈濟與政府合作的里程碑

撰文• 謝勤

慈濟香港分會和政府合作的第一個回收便利店「綠在鰂魚涌」於12月20日星期天開始運作，而在22日趁環境局局長黃錦星蒞臨參觀當天正式開幕。

為加強支援地區的減廢回收，環保署在全港十八區推展不同項目，當中包括回收便利店、回收環保站及回收流動點，讓綠色生活扎根社區。位處東匯坊商場的「綠在鰂魚涌」是第十間投入營運的回收便利店。

2020年是慈濟推動環保的三十周年，也是香港志工在社區耕耘的第十年。對「綠在鰂魚涌」的啟用，分會執行長施頌鈴難掩心中的喜悅：「這是一個新的里程碑，很值得大家高興。好感恩香港分會的環保志工，因他們過往十年的付出，我們才有今天這個環保回收便利店。」她期望日後全港十八區都有慈濟和政府合作的回收項目。

統籌「綠在鰂魚涌」營運的分會副執行長李淑玲指出，慈濟之所以成功中標，「是因為這十年在香港推動環保受到市民和政府很大的肯定。」她說，從今年一月受邀投標、五月中標至今近一年的期間，有很多細節和問題要和環保署同仁協商、溝通，過程「幸福」，志工也從中學習到很多，是一個很寶貴的經驗。

特意到訪「綠在鰂魚涌」的黃錦星局長讚歎這裡硬件軟件相互配合：「這裡硬件都很乾淨、很明亮，令人覺得受歡迎；最感動的是你們的同事很有熱忱，在軟件方面配合硬件，相得益彰。」他並感謝「綠在鰂魚涌」的職工和朋友（志工），希望一起將回收便利店辦好，帶動街坊減廢減碳，應對氣候變化。

誠如黃局長所說，這裡潔亮的環境、設施等硬件，加上職工與志工的熱忱態度等軟件，除吸引民眾送來回收物，還令他們喜歡入內了解和交流。在黃局長逗留的一小時，不少市民前來放置回收物。局長與他們親切互動，並親自說明回收流程。一位媽媽帶來小男孩，局長還蹲下來與他交談，並一起拍照。

分會的環保幹事、兼任「綠在鰂魚涌」經理的許鳳儀說，香港寸土寸金，很難像臺灣一樣找到比較大的地方做環保分類，有些地區的志工甚至要在屋苑的垃圾房裡做回收。

「我們的環保志工非常珍惜這個便利店，雖然新冠肺炎疫情嚴峻，但營運的頭兩天都有很多志工主動前來協助宣導。」她說。

「綠在鰂魚涌」有兩個店舖：大的面向馬路，做回收與分類，對出有一片空地，而馬路邊可短暫停泊車輛，方便環保車收卸以及開車的民眾運送回收物；小的在商場內靠近門口，可舉辦環保相關活動。所在地交通方便，人流頗旺，除附近屋苑居民、商場和街市顧客、政府設施（包括圖書館與體育場所）的使用者外，還有前往柏架山道自然徑（入口離店舖甚近）的遊人。

開幕當天因疫情的關係，並沒有舉行特別的儀式，而是近20位志工以付出來誌慶這個日子，其中包括分會董事周玉蓮和協助投標回收便利店的黃香泉。出席的還有投標過程出力甚多的回收商葉文琪，以及環境局和環保署負責此項目的同仁。包括許鳳儀在內的四位職員與一些志工在大舖做宣導及協助民眾分類，部份志工則在小舖整理贈送民眾的結緣品，及回收便利店的宣傳單張。還有一些志工在店舖外向路過的行人做宣導，有的還到商場內的店舖、附近街市的攤檔等派發

結緣品，介紹回收便利店、回收物，推廣環保理念。

據許鳳儀介紹，首天營運的 20 日，許是因為星期天，有約八百人來查詢或放置回收物，在 22 日也有約五百人。其中一些坊眾很高興重遇志工，事緣於 2011 年 2 月至 2017 年 9 月期間運作的慈濟鯽魚涌環保教育站也設在東匯坊。「我認得你們的制服，你們以前在街尾有一個環保站，我經常拿東西去那裡回收。」一位街坊說。「太好了！你們又回來了，我可以放心的把回收物交給你們。」另一位表示。「我對慈濟有信心，感恩你們！」這些經常聽到的話，除了讓志工開心外，也認知過去深耕社區的努力受到肯定，今後要更用心經營，不負民眾的期待。

街坊余汝文是第一次送來回收物，職員協助他開了積分卡。雖然他家附近有回收箱，但他仍然把物品拿來這裡。「以前回收電器要拿到西灣河（回收環保站），現在可以送來這裡，方便了。」他說。

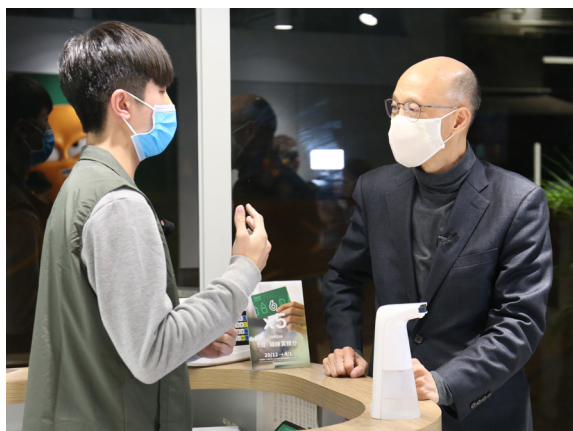
回收便利點從早上 9 時營運至晚上 7 時，另設有 24 小時自助回收投放口，並除聖誕節及農曆新年假期外，全年開放。回收便利店接收不少於 8 種回收物，包括廢紙、金屬、塑膠、玻璃樽、四電一腦、小型電器、慳電膽及光管、充電池等。收集到的回收物會經過分揀，再運送至合適的下游回收商作後續處理。

慈濟感恩有這樣的好因緣為環保付出，會配合政府，更好地推動社區回收，進而達到「環保精質化，清淨在源頭」的目標。



位處東匯坊商場的「綠在鯽魚涌」是第十間投入營運的回收便利店

攝影 / 林碧珊



環境局局長黃錦星與回收便利店同仁交流 攝影 / 林碧珊



志工向民眾介紹「綠在鯽魚涌」

攝影 / 林碧珊

「疫」起關懷 寫愛的篇章

發放地點：樂富橫頭磡邨香港復康會

撰文・謝勤

青草雖不起眼，卻有強勁的生命力；音符通過音樂把大家聚集一起，為人生添上色彩。慈濟香港分會把 150 個祝福包，贈與服務身心受障人士的非牟利自助組織「青草音符」，並於 10 月 3 日送給其會員。

活動在樂富橫頭磡邨宏禮樓地下的香港復康會舉行。下午三時，慈濟 12 位志工、青草音符的 8 位職員、10 位義工開始做派發；現場許多會員在等候著，當中有不少是坐輪椅的人士。

青草音符的職員和義工負責登記領取者，並做祝福包的補給；慈濟志工負責介紹祝福包內的物品以及派發。雖然是雙方第一次合作，卻很有默契。

身心受障人士及他們的家屬都願意分享與交流，從中看出青草音符為傷健共融所做的努力。王先生和鄭先生同是患小兒麻痺症而不良於行，卻都是自己乘搭港鐵來的。青草音符舉辦活動時會通知他們，還給王先生介紹一份兼職，鄭先生希望也找到工作。兩位都非常樂觀向上。

自幼患有肌肉萎縮症的鄭女士，身體已變了形，但沒有怨天尤人，臉上掛著燦爛的笑容。鄭女士由已經照顧她十三年的菲傭姐姐陪她前來，這些年她們彼此善待。

智障的王朗杰和媽媽一起聽志工介紹祝福包的物品時，不時地表現出對搓手液感興趣；拿到祝福包後他一直想要搓手液，志工於是送了給他，這才讓他變得開心，媽媽慨嘆照顧他不容易。郭女士陪伴智障的弟弟到來，

她照顧弟弟多年不離不棄，難能可貴。

曾患嚴重的唇顎裂和多動症的何孟姿，由放棄工作的父親悉心照顧，母親則擔負賺錢養家的責任。她曾是慈濟親子班的學員，所以見到志工就很興奮，拉著大家一起拍照。

一小時的派發活動結束後，青草音符的職員、義工和慈濟志工一起拍照留念。志工感到收穫滿滿，志工周玉蓮讚歎：「這裡充滿了人情味！我們合作得很愉快，是吧？希望有機會再攜手合作，好嗎？」「好！」全體齊聲回答，並報以熱烈的掌聲。周玉蓮帶動大家一起做「你真的很不錯！你真的很不錯！你真的很真的真的真的真的很不錯！」青草音符在其臉書發表了活動的花絮，並表達了對慈濟的感謝。

當天來到的會員他們都有不同的障礙，原本我們是希望付出一點點的關懷，能讓他們覺得溫暖；但看到他們歡喜接受祝福包、看到他們對著我們歡笑，甚至擺出可愛的姿勢讓我們拍照時，當下我們的心中 also 感到很溫暖。祝福他們克服障礙，永遠都微笑著面對生活。

發放地點：九龍樂善堂

撰文・李健平

「你們的物品非常豐富，我相信受患者會非常開心，對他們也是很大的祝福，多謝你們。」在 10 月 9 日早上，慈濟環保車運載 200 個祝福包往位於九龍城的九龍樂善堂，負責接收物資的陸詠恩經理對此表示感謝。

該機構註冊社工及個案經理陸詠恩表示，這批祝福包將會派發給獨居長者、兩老與基層家庭，以及少數族裔。

由於九龍樂善堂大樓門外停滿了車輛，慈濟環保車無法靠近卸貨，只能停靠在隔壁街道。志工繞路才能把放置祝福包的運輸車推拉到目的地，並在他們職工的協助下，把這批為數不少的物資安放妥當。

而在前一天 10 月 8 日，慈濟兩輛環保車已開始將裝滿愛心的祝福包，從九龍塘靜思堂運送到港九新界不同的社區慈善機構，由他們協助將愛與祝福發放。志工拉著手動運輸車，經過屋邨內的通道，將祝福包手傳手搬運進入社福機構，配送予有需要的人，讓他們感受到人間的溫情。

發放地點：九龍貝爾特酒店

撰文・吳萬里

分會於 10 月 17 日，第四次送贈祝福包前往為抗疫的前綫醫護提供免費住宿的九龍貝爾特酒店，上一次送贈為 9 月 14 日。

這次送贈祝福包數量為 100 份，每包都綁上蝴蝶結，象徵誠摯的祝福。志工把物資送到

酒店，再搬上酒店的行李車運往一樓，放置在「前綫抗疫人員物資領取點」。每次搬運都得到酒店職員協助。酒店經理陳小姐代為接收，她對慈濟送贈物資給入住酒店的醫護人員，表示感謝。

慈濟感恩貝爾特給與付出的機會，也讚賞酒店免費提供客房給前綫醫護人員。

發放地點：牛頭角上邨

撰文・謝勤

分會與香格里拉集團攜手於 11 月 3 及 5 日在明愛牛頭角社區中心派發祝福包給基層長者，較早前在 10 月底也曾在該中心做過發放。志工把握因緣，在每一場發放說明祝福包內的物資時，都向民眾講解素食的好處，鼓勵他們茹素，以及介紹慈濟和《靜思語》。

發放的對象是牛頭角上邨的長者，其中不少帶備了購物小推車或有輪子的背包來裝載祝福包；對拿取有困難的老人家，則由志工協



志工向民眾介紹祝福包裡的物資

攝影 / 謝勤



志工協助長者將祝福包帶回家

攝影 / 林季珍

助運送回家。從社區中心往各大樓要走一條長的斜坡，讓護送的志工有機會付出並跟長者互動，大家法喜充滿。

「我也是長者，祝福包頗重，我也要停下來休息。」志工羅彩萍護送一位九十多歲的獨居長者回家，在上斜坡時，公公呼吸急促，卻不願意停下來休息，怕浪費大家時間；貼心的她於是如此安慰公公，他才安心地停下來休息。公公覺得很高興，感受到關懷和尊重，這讓羅彩萍更覺得要趁自己還健康時，把握當下，做就對了。

志工洪玉英護送回家的也是一位獨居長者。這位需要拄著拐杖輔助行走的婆婆，攜帶了手拉車，對志工的幫忙，她很感恩。婆婆一路上跟志工傾訴她年輕時的辛勞，並談及慈濟志工的關懷，如曾派福飯給她。

背著沉沉的祝福包的志工梁月娥與拄著拐杖的婆婆，手牽手走在斜坡路上；婆婆開心地說就像跟女兒逛街一樣。從言談間，梁月娥感覺婆婆是那樣的孤單，那麼渴望家人關懷！梁月娥逗著婆婆笑，沉重的步伐感覺輕鬆起來了。婆婆說祝福包的物資可供她一個月的食糧，十分感恩。梁月娥離開時，婆婆依依不捨拉著她的手，說志工就像她女兒般。

志工李紅梅陪伴兩位婆婆回家，一路幫她們拿著祝福包，其中九十三歲的一位走完最難行的斜坡後，便堅持不需要護送。李紅梅看著她背著祝福包獨自離去，雖然不捨卻又敬佩。

「我們有機會能做就做，你有機會也能出一分力、發一分光，例如食素亦是一種善行。」志工楊德順關懷的同時也不忘勸善勸素。他幫一位八十六歲拄著拐杖的女士拿祝福包，並護送她回家。這位被楊德順稱呼為姐姐的長者上斜坡時走得很慢，多次表示歉意並說：「你們這麼善心，送我禮物還送回家，真是太謝謝你們了！」楊德順於是藉機鼓勵她有機會時也可以茹素行善。

發放地點：多區社福機構

撰文• 凌佩文、林惠芳

11月初一連兩天，分會合共派發 1306 份祝福包至多區的非牟利社福機構，惠及眾多弱勢人士與基層家庭。

第一天的 11 月 5 日上午，志工動用兩輛環保車，把 830 份祝福包運送往西貢、北角、葵盛及將軍澳的 4 間福利機構。

志工分上、下午兩次，才能將 500 份祝福包送到西貢社區中心賽馬會綜合服務處。到達後，中心職員與志工用人鏈方式，合力把物資搬進室內。中心的鄭姑娘說，疫情對西貢區影響很大，祝福包可以紓緩貧困家庭的經濟壓力，解他們燃眉之急。

送往北角家庭福利會的 250 份祝福包，主要派發給該區老舊樓宇的住戶、劏房的獨居長者及貧困家庭。由於家庭福利會正門處於繁忙的英皇道，志工好不容易才找到卸貨點，與該會職員以人鏈接力將之搬去會址。

疫情關係，志工不能把祝福包搬進基督教信義會葵盛宿舍；但考慮到宿舍的兩位身材纖瘦的女職員搬運物資有困難，志工便將之送到宿舍的入口通道，職員感恩志工的用心。葵盛宿舍現有 43 位舍友，是一群年齡老去、自顧能力變差的弱勢人士。廖院長說，祝福包的食物除給院友補充營養外，更令他們感受到慈濟及香格里拉集團滿滿的愛。

這次共有 170 份祝福包，送贈位於將軍澳的香港聾人福利促進會之尚德幼兒中心及家長資源中心，受惠的是中心的會員一來自全港的有學習困難的學童家庭。中心的林姑娘稱「祝福包對於他們是一個送暖的行動」，疫情期間，他們因要用視像上課，需要很大的適應力。

在 11 月 6 日志工再次出勤，早上分兩次將 342 份祝福包，送往位於沙田政府合署八樓的社會福利署辦公室。志工在停車場卸貨後，經過狹窄的通道及小型的搬貨升降機，再經彎曲的通道才到達目的地，故只能用手推車搬運。社會福利署的鄭姑娘說，受惠物資的乃服務該區的 4 個非牟利福利機構—沙田明愛家庭服務中心、沙角尾崇真會、神託會以及東華三院。它們的服務範圍包括沙角邨，那裡住有眾多獨居長者及領取綜援的家庭。

此外，志工也將其中的 78 份祝福包，送贈給社署轄下的沙田保護家庭及兒童服務課，受惠的是因疫情影響經濟收入的基層家庭。

發放地點：粉嶺靈山村

撰文•林莉

「如果沒有送婆婆回家，真不知道香港會有這樣的居住環境，感覺到自己很幸福。」香格里拉義工曾影，因幫忙搬運祝福包並護送一位長者回家，因而見苦知福。

11月21日周六，天空飄著細雨，7位慈濟志工和香格里拉集團義工一早來到粉嶺鄉郊靈山村，為發放祝福包做準備。

靈山村內都是些寮屋和鐵皮屋，住了不少老人家，如高齡的楊婆婆在這裡已住了六十一年。村內也有劏房戶，其中一間屋就分了7戶之多，裏面電線交錯，令人膽顫心驚。

發放場地設在路德會，下午村民陸續前來領取祝福包，依指示排隊，秩序良好。有的外出工作的村民請鄰居代領。200份祝福包，在預定時間內順利發放完成。

八十多歲的何玉華公公表示，因疫情關係不能外食，要到市區買菜回來做飯。祝福包內有米油食糧，他就不用為張羅食物煩心了。

接受綜援、單身已七十歲的鄧婆婆，由香格里拉義工送回家；但她忘記回家的路與沒帶鑰匙，志工幾經艱難才能送她回到她的劏房。

一家六口的何艷新婆婆，幫忙照顧因疫情而停課的兩個孫子，故常困住家中。這次藉著領取祝福包外出，和志工聊聊天，可以透透氣。

在疫情的困境中，慈濟志工不忘關懷住在偏遠郊區的長者與基層家庭，不僅為他們送來物資，更帶給他們貼心的愛。期待將來可以在這裏舉辦環保和推廣靜思語等活動，延續這份善緣！

發放地點：觀塘雲漢邨

撰文•謝勤、李健平

「探訪讓我感受到施比受更有福，能夠關心別人是自己的福報。」香格里拉義工石慧恩參與派發祝福包後，有此感受。

慈濟志工於十一月份繼續關懷觀塘區雲漢邨的長者居民，共派發兩次祝福包。雲漢邨是公共屋邨，只有相隔不遠的兩座樓，分別是

漢松樓和漢柏樓，1998年建成入伙。兩座樓共有約1000個單位。據漢松樓互委會主席郭燕任介紹，這裡居住的六十五歲以上長者大約有600戶。此次派發因緣是因他的老鄰居，居住牛頭角上邨的慈濟環保志工陳明珠的介紹，讓我們有機會跟這裡的長者結一份善緣。

第一次是11月12日，居民帶備長者咭便可領到派發券，之後再換取祝福包。之前雲漢邨互委會已張貼有關發放的通告，派發時間分為兩場：早上9時半至11時半、11時半至下午1時半。居民反應相當踴躍，在邨口排起長長的人龍，有的還一早就前來等候。

本次派發對象是持有長者咭的該邨住戶，即是六十五歲或以上就可以登記領取。第一批領取的陳合蓮婆婆，經志工量體溫、派搓手液清潔、聽祝福包物品介紹後，便去領取祝福包。她稱讚安排有序，物品都很適用。是上海人的七十五歲項國芳婆婆，賦閒在家覺得無聊，希望將來可以做志工。她說自己以前是「上海名廚」，廚藝了得，志工說我們是茹素的，她一口答應煮素食也沒問題，希望不久的將來，我們都可以吃到婆婆煮的美味素食。

對有些不夠力氣搬動祝福包或行動不便的長者，志工把他們送到電梯口或家裡。第一次參加慈濟志工活動的石慧恩和陳德琮，一起送潘見甜婆婆回家，並把祝福包的物品拿出來，對婆婆不太明白如何使用的物品，又耐心講解一遍。陳德琮說，婆婆一個人住好需要有人關心，有機會去幫助她，非常感恩。志工鄭健坤和呂青霞一起送一位婆婆回家，婆婆記錯自己的住址。幸好坐電梯時另一位婆婆認得她，告知她住的正確層數。

香格里拉集團的3位義工已經多次參加發放。馬麗華與羅勁恆夫婦是第四次參加，而黃琴心則記不起第幾次了。他們說，看到別人拿到祝福包時開心的笑容，就是推動他們一次又一次參與的動力。黃琴心說，參加義工好有意義，因為疫情許多低下階層的人都遇上困難，有的老人不能外出，上門跟他們聊聊天，可以舒緩他們的心情。她說，有位慈濟志工跟她分享行善、行孝不能等，對這句話「我永遠都會記住」，之前與她一起參加發放的女兒，也聽到並時時記在心裡。

第二次在雲漢邨的發放於 11 月 21 日上午舉行，共送出 200 份祝福包給長者，參與的志工有 31 位、香格里拉義工 3 位。發放處設在邨內漢松樓互助委員會門口，擺了一張長桌，鋪上深藍的桌布，掛起慈濟標誌的旗幟。志工分兩組介紹祝福包的物品，而每一組一次只限 4 位長者在場。他們聽講完畢由志工帶路去領取。

「慈濟對老人家很關心，祝福包對他們很有幫助。」漢松樓互委會主席郭燕任感恩志工在疫情期間看到長者的需要，並及時送出關懷。

發放地點：新界與柴灣

撰文・周艷娜

志工於 12 月 3 至 5 日向新界地區及柴灣的基層家庭、獨居長者派發安心祝福包。

慈濟與中華關愛長者協會在粉嶺聯和墟合辦的派發活動，原訂於 12 月 3 日舉行，但因疫情嚴峻，為減少人群聚集，經協商後，志工分 5 個點在三天的不同時段派送祝福包。

在聯和墟舊街市的發放，長者有秩序地來領取，收到祝福包後都非常開心。志工還前往元朗洪水橋的石埗村寮屋、粉嶺河壩村、天水圍、荃灣梨木樹，以及港島柴灣派發祝福包。

中華關愛長者協會楊鴻主席參加了是次派發活動；是基督徒的陳漢林因認同上人理念，看到慈濟人無所求地付出，也願意共耕福田植福緣。他們兩位還幫忙在入夜後，派發祝福包給洪水橋石埗村的寮屋居民。

露宿街頭多年的梁婆婆，與愛犬相依為命，接受祝福包時對慈濟和香格里拉集團送出的愛心，非常感謝。她說，感到特別的溫暖和快樂。

在頗為偏僻的河壩村，戶與戶之間相隔很遠，志工用了三個多小時才完成 50 戶的發放。感恩村民李先生駕駛他的電動車和他媽媽的陪伴，志工才較易地穿梭在狹窄又崎嶇的小路向村民送贈祝福包。

志工為獨居長者細心講解祝福包的物資和它們的用法。一位行動不便的婆婆，堅持一步一步地從家中走出來接受祝福包，並對有人來看她表示好開心。

養殖蜂蜜維生的林先生說，今年沒有收成，要去建築地盤做散工，志工把握因緣向他勸素。以種菜維生的陳女士說，今年收成不好，收入不穩定，收到送來的愛心物資，感到好開心、好感動。原本她採摘新鮮蔬菜要送給志工以表謝意，志工心領後多付了點錢給它買下了。

祝福包也送給了柴灣的一棟樓宇內的 10 戶劏房，他們都是低收入戶，疫情期間開工不足，生活雪上加霜。收到祝福包後，他們皆感謝這份實在的關懷和祝福。



志工與機構職員合和互協整合發放的物資 攝影 / 盧志德



志工與義工誠心送上祝福包 攝影 / 梁昌材

主題報導 大愛共伴 造福行善

疫情稍緩 義工再來

撰文•李健平、林惠芳

「我今天感受到什麼是大愛、什麼叫做把愛傳出去，也看到大家團結一致去達成一個目標。」由臺來港修讀中醫科的志工江欣榮，在幫忙包祝福包後有如此感受。

十月初香港第三波疫情漸趨穩定，慈濟志工與香格里拉集團的 20 位義工於 10 月 7 日，再一次聚集靜思堂為第十次的祝福包發放進行包裝。這次共包裝 1200 多份祝福包，累積突破 10000 份，代表自活動以來，將有超過一萬個家庭得到祝福及援助。

分會執行長施頌鈴代表受惠的社福機構，向捐助祝福包物資的香格里拉集團贈送紀念品，由其職工許偉信代表接受。施頌鈴說，正因為第三波的疫情，這個紓困計劃不能停止，但鑑於疫情嚴峻，之前只能讓有限的慈濟志工回來包裝及發放，現在疫情比較穩定了，感恩香格里拉的義工再來一起包裝。

活動開始，大家從存放物資的靜思堂地下木道起築成運輸鏈，以接力方式將一箱又一箱物資，遞送到一樓的佛堂包裝。參與者都做得歡喜，香格里拉義工何婷婷說，同事們一起傳遞物資感覺到很開心。謝嘉欣說：「我感受到很多愛心，自己亦很開心。」黃芷翹說，可以同心協力地準備一些物資，送給社區有需要的人，是一件很開心的事情。

泰國華僑許張秀蓮說，希望接受者收到祝福包後心態能有正面的改變。她 2004 年碰上南亞海嘯，看到慈濟志工對罹難者屍體的尊重，對生還者身心靈的撫慰而深受感動。黃蕙蓉也說，希望在疫情中發放物資給有需要的人，令他們安心。

十一月初，分會繼續為派放祝福包作準備。65 位慈濟志工與香格里拉 16 位義工，於 11

月 4 日再次聚集一起做包裝，當天分上、下午兩場進行，同樣以人鏈方式將物資由一樓搬運至二樓佛堂，工作流程順暢，1306 份祝福包圓滿包裝。香格里拉義工李丹分享說，慈濟人做事很有系統，可以在細節上看出來。是佛教徒的蘇劍洪說，招募義工參與是一種善舉，也感恩公司支付薪資讓他們做義工。第三次參與包裝的張淑寬說，若義工服務的那天是她的假期，她便會報名參加，很高興「因自己小小的付出，成就一件有意義的事」。

在活動中，慈濟人不忘宣導茹素。職工歐陽碧嬋透過影片講解淨斯產品的特點、精舍師父「一日不作，一日不食」的精神等。香積組菩薩還以薏豆粉、素肉鬆做的餅點供大家享用。品嚐後，義工李嘉樂向做餅點的志工請教製作方法。

午齋後，分會執行團隊帶領與會者為受「天鵝」颱風重創的菲律賓災民祈禱，大家並響應呼籲踴躍地將善款投入竹筒。義工鄧羽圻除投下善款外，還到流通處請購全套八本的小型《靜思語》，作為生日禮物送給朋友。



志工與義工合和互協完成祝福包的包裝

攝影 / 李健平

主題報導 大愛共伴 造福行善

獲贈愛心祝福包 長者摸上門回饋

撰文•胡美珍

「阿彌陀佛對我好，我也要出點力。」七十六歲的盧盈盈婆婆，12月3日早上從居住的馬鞍山，一個人幾經轉折，才來到九龍塘靜思堂，目的是要了解慈濟，並作回饋。

前陣子，獨居的盧婆婆在居住的屋邨收到慈濟派送的祝福包。她對收到這份禮品很高興，並覺得裡面的食物非常適合她。她當時心想：「你們送食物包給我，我要去找你們看看，（你們）到底是什麼情況。」

祝福包裡面有一本香港《慈濟世界》，上面刊登了靜思堂的地址，盧婆婆向社工查詢了行程的方向、乘搭什麼車，且沿途問路打了兩次電話給分會查詢，終於到達目的地。她高興地與接待的志工分享了這段旅程。

盧婆婆顯得非常興奮，在志工的帶領下參訪了靜思堂，還請購靜思人文的產品。她對價錢問得很仔細，原來是打算要留下三百元捐給慈濟。她表示自己錢不多，捐的只是點心意，「想到你們為了別人，到處捐助物品，我多少要做些事。」

時至中午用膳時間，志工熱情地邀請盧婆婆留下用膳。她本來不太願意接受，聽志工說「我們都是一家人」後，才開心地留下。

瘦弱多病的盧婆婆希望慈濟舉辦活動能通知她，如有適合的，她會參加，且還會帶同朋友前來。她離開時，志工陪伴她往港鐵站，並叮嚀她回家的路上要小心。



婆婆請購靜思產品時仔細詢問價錢

攝影 / 胡美珍



婆婆是打算要留下找回的三百元捐給慈濟資 攝影 / 胡美珍

傳心點滴

消業

一日，一近住女被人「說」了幾句，

巧遇德融師父趕緊「訴苦」。

德融師父說：「怎麼那麼好，有人幫你消業！」

上人說：「逆境就如磨石，玉不磨不發光啊！」

業消了智慧即現前。」

近住女如當頭棒喝，也起了感恩心。

傳心點滴 [新編]

謹以此書感恩 上人及資深師父辛苦地一同走過三十多年的歲月，讓末學得有大樹庇蔭、身心安住於常住而修學，正是「前人種樹，後人乘涼」。我們從中亦可學習「植樹者」的心量與風範，願共同身體力行於薪火相傳的菩薩道上。

釋德昱 釋德懋 著



慈善關懷

疫情限聚有距離 送愛行動無隔離

撰文•周艷娜、彭順珍、林莉

「再次感謝貴會一直的關顧，在疫情期間為老人家提供了適切的支持、一個較佳又安全的環境；老友記非常掛念志工，希望疫情早日過去，快快恢復探訪活動。」在收到空氣清新機後，元朗盲人安老院的社工趙先生給志工傳來感恩的短訊。

新冠病毒疫情在香港肆虐，考慮到照顧高風險群體的機構對空氣清新機有急切需求，分會推出「空氣清新機捐贈計劃」予受邀請機構申請。志工亦已於10月28與29日運送空氣清新機往成功申請的機構。

首天接收到空氣清新機的機構共9間：位於新界的順恩護老院、萬福老人院、華懋護理安老院、元朗盲人院、天水圍樂勤學校；香港島的欣悅護理安老院及樂怡護理中心；九龍的頌恩護理安老院及耆康護理中心。

順恩護老院打算把送去的2大2小空氣清新機，放在院友日常活動的大廳。院方負責人陳姑娘說，很需要此清新機，讓長者能有一個空氣良好的環境。連聲「感恩」外，護老院職員還拿出飲品熱情招待志工。

萬福護理安老院負責人吳先生，代表接受4部空氣清新機，並感謝慈濟的捐贈與關愛，會善用空氣清新機以服務長者。

葵涌的華懋護理安老院是志工的訪視定點，當志工知道分會有贈送空氣清新機的計劃時，便立刻聯絡安老院；院方表示疫情對長者影響特別大，故極需空氣清新機。華懋護老院共五層，每一層的大廳是長者用餐和活動的空間，皆需要1部，另外還有物理治療室、大堂也有需要。所以，志工一共送去7部空氣清新機。護老院社工何玉寶姑娘代表接收餽贈，並頒發感謝狀，感恩慈濟疫情期間對護老院從不間斷的關懷。

元朗盲人院的張院長出面接收送去的4部大型空氣清新機，並表示這批餽贈對院友很有幫助，當人流聚集時，尤其能發揮作用。

天水圍樂勤學校是志工多年持續探訪的對象。校方表示需要3部小型的空氣清新機，分別放在地下護士工作室、生病學生隔離房以及另一隔離房。代表接收的陳老師感恩慈濟對學校一向的關愛。

送贈港島西區欣悅護理安老院的2部空氣清新機，由負責人陳先生接收。他說可幫助清淨安老院的空氣，造福院友。

贈送給樂怡護理中心的空氣清新機為2大2小，接收的中心負責人對此表示感謝。

九龍區頌恩護理安老院及耆康護理中心分別獲贈3部小機。兩院接收的負責人均表示感恩慈濟的捐贈和幫助。

志工於10月29日，再次出動運送空氣清新機往天水圍善導會朗澄坊。慈濟和善導會合作多年，疫情前，慈濟每個月一次在朗澄坊辦素食聚會。空氣清新機放在「貓貓園地」，裏面「朗朗」和「澄澄」兩隻貓可讓朗澄坊的會員在與牠們聊天的過程中放鬆，並增加自信心和安全感。朗澄坊高級經理陳俊佳感謝慈濟，並表示這部空氣清新機可以保護會員以及兩隻貓，讓大家更加安心。



安老院負責人感謝慈濟的捐贈與關愛

攝影 / 盧志德

慈善關懷

送贈抗疫物資 守護安養機構

撰文•林莉

年中疫情稍微和緩時，上人掛心若再有新一波疫情爆發，海外分會是否有足夠防疫物資應對，於是本會宗教處採購了防疫級別極高的裝備，包括口罩、鞋套、手套和防護服，以備不時之需。

疫情下，許多社會福利機構，包括安養院、復康和護理中心仍然運作，需要使用大量防疫物資。共有 8 間機構向分會申請援助，它們遍佈香港 6 個區，從港島最東的柴灣到新界最北的天水圍，志工送愛跑透透。

派送在 12 月 17 日舉行，第一站是天水圍的樂勤學校，那裡照顧的是重度智障兒童，之前志工每周前往探訪並幫忙餵食。學校現仍有 20 多位寄宿生，若他們出現受感染的症狀，駐校護士需使用全身防護裝備予以照顧，所以醫用防護裝備是必需品。

香港慈濟最早期服務機構之一的元朗盲人院，對防護裝備需求很大。疫情的近一年，院友的家人不能來探望，活動都停頓，現又正值冬天，老人家身體變差，進出醫院的次

數也多了。按照防疫要求，出院的老人需要隔離 14 天，故這期間，照顧他們的人員要穿上全副防護裝備。盲人院張麗明院長說，對防疫物資需求巨大，感謝慈濟的贈予，並呈上感謝信。

小瀝源村的萬福養老院，也是慈濟的訪視定點。一位八十多歲的伯伯見到志工，即能辨認出來；曾在臺北打工的他，知道慈濟在世界許多地方做救援。除了防疫物資，志工也給院友送去溫暖。

對運來防疫裝備的志工，基督教的真光長者服務中心負責人鄧經理一個勁兒地道謝。她說，對臥床的老人大小二便，工作人員處理時要做全身防備；且老人冬天多咳痰哮喘，照顧他們時需要用手套，因此消耗量很大。

順恩護老院的負責人陳淑儀也說，送去的物品真的有用，無論對醫護、一般工作人員，甚至病人家屬都幫助很大。前來探訪的家屬，之前穿的是雨衣，故只能作短暫停留，有了全套防護服，可以多陪伴院友。陳姑娘對志工說：「衷心多謝你們慈濟！」並一起拍照留念。



志工整合防疫物資送至各個機構

攝影 / 謝歡

慈善關懷

「疫」起度沙院慈濟日 志工書寫心語表祝福

撰文•林惠芳

「祝你早日康復！」一句簡單的祝福語，代表慈濟人在疫情下對沙田醫院院友的惦掛。10月14日，志工分別在九龍塘分會、大圍聯絡處以及在自己家裡，為沙院的院友書寫祝福卡。這次使用的祝福卡、感恩卡是慈濟靜思人文的產品，上面的圖畫和文字表達了志工對院友的關愛，以及對醫護人員及職工的敬意。

資深訪視志工區亮貞說，書寫時她腦海中浮現醫護人員及職工忙碌工作的身影，他們在守護生命、守護愛。

在沙院訪視超過十五年的周秀貞說，她非常認同慈濟的理念和工作，所以每當醫院需要志工時都樂意參加。

住在港島、每次往沙院都會早到的伍淑鈴表示，高興能參與活動，並謝謝大家欣賞她的書法。

除訪視外還參與「輕輕鬆鬆一小時」（一個與沙院精神康復者互動的活動）的李秋月說，疫情期間不能探望院的友，很掛念他們的身體狀況，祝他們早日康復出院。

主動回大圍聯絡處書寫的葉致美說，為院友送上祝福是一件有意義的事，誠心祝願他們康復回家。

沒有參加醫院訪視的鄭紋晴表示，謹以卡片向院友致上慈濟最深的祝福，祝願他們平安喜樂。

手部不靈活，卻參與多次「慈濟日」活動的陳美玉，在現場很用心地協助其他志工書寫祝福卡，自己也給院友送上虔誠的祝福。

因為疫情，很久沒能到醫院訪視的林麗香說，希望藉著一張祝福卡，送給院友滿滿的愛。作為沙院志工窗口的凌佩文說，今年「慈濟日」因疫情未能舉行，故志工很用心地包裝禮物，並寫上祝福語，希望讓院友感受到慈濟人的關愛。

10月23日沙院「慈濟日」，雖然掛起三號颱風訊號，幸好沒有風雨，慈誠志工將450份祝福禮物包順利送抵醫院。接受禮物包的醫院資源中心陳慧盈姑娘稱，疫情爆發後，院友的家屬及志工都不能探訪，令院友心情非常鬱悶，院方雖有安排院友與家屬透過視像會面，仍不能彌補面對面探訪的親密感覺。她說，慈濟送來包裝精美的禮物，可讓院友感到人間有情，覺得仍有不少熱心人士關心他們。

陳姑娘還說，送給他們醫護人員及職工的感恩卡，勾起她的回憶：疫情初期慈濟已為沙院送上打氣卡（有些病房將之貼在資訊壁報板），同時又詢問有否需要防疫物資。「這些細微關懷行為，令全院醫護人員和職工感到非常窩心。」她說，期望疫情盡快消退，志工盡快恢復探訪。

陳姑娘任職沙院只有三年多，但對每年十月份舉辦之「慈濟日」印象深刻。她說：「最為深刻的是，每次活動有近一百位志工參與，各司其職。」她記得有一年上午在醫院二樓禮堂舉辦4個遊戲攤位，有過百院友與家屬參加，志工與他們打成一片，整個場地充滿歡樂笑聲；令她感動的是，志工不忘卧床或其他原因沒有到禮堂參加活動的300位院友，還分組輪流去每間病房，獻唱慈濟和其它的勵志歌曲，帶來無限歡樂。

心繫觀塘老區居民 志工持續送愛不斷

撰文• 李健平、謝勤

新冠病毒疫情肆虐下，慈濟志工在 10 月 1 日中秋節當天，在觀塘老區的雲漢大樓派發祝福包予劊房戶，之後的兩個月期間多次於附近的舊式大廈，探訪當中的基層居民，並找尋急需關懷援助的個案。

節日當天下午，志工把 100 個祝福包運送到雲漢大樓，內有五穀粉、香積飯、蔬食麵、素月餅，大樓雜物員陳雲明伯伯在場引領及幫忙搬運。大約 20 個祝福包是派發給已經登記領取的住戶，其餘的則在現場登記後派發。志工分組一戶一戶地派發，並向居民勸素及分享靜思語。有的志工因爬樓梯致氣喘吁吁，但卻法喜充滿。

第一次來做志工的地產公司職員陳小梅，曾為慈濟關懷戶找居所，且減少自己的傭金。她說，有時間會出來為人群服務，有錢出錢，有力出力，有心出心。常常當志工的感恩戶周上群和兒子楊鴻豐，這次又來派送祝福包。

大樓前座一個 480 呎的單位「劊」了 4 個房間，裡面 4 戶都有登記領取祝福包，志工一起派發給他們，還跟他們玩環保問答小遊戲，並跟他們勸素。另一戶只有一位少年李煒昊在家，讀中二的他在烹煮做清潔工的媽媽準備好的菜。志工跟他勸素，邀請他做志工，與他一起閱讀《靜思語》，並讓他在祝福包中挑一個禮物給媽媽。他選了小葉紅茶，希望媽媽喝了會紓緩她工作的疲勞。獨居的黃玉施女士聽了志工宣導茹素後說：「一日吃一餐素，我支持；吃素對身體有益處，又不用屠宰這麼多動物。」

住戶收到志工恭敬奉上的祝福包都非常開心，也表達他們的謝意。有的說很感激佛教慈善機構送這麼多禮物給低下層草根市民，有的說感恩志工這麼辛苦爬九層樓梯來給他們送上這麼豐富的禮物……住戶燦爛的笑容，是給志工最好的回禮。

這次派放在中秋節的夜晚舉行，志工想讓大家感受一下節日的歡樂氣氛，便在大樓地面門口處的一塊空地，請來一些住戶一起唱歌，其中有陳小紅女士的兩個兒子，她大兒子唱得特別起勁。

當晚雖然天色不佳，月光還是透過厚厚的雲層，灑在雲漢大樓上，伴隨志工帶來的關懷，相信那裡的基層住戶會感受到一絲絲的溫暖。

中秋節之後的兩個月，志工繼續在雲漢街一帶舊樓的劊房戶探訪，藉此發掘需要援助的個案。這些老房子包括福興樓、南和大樓、永詔大樓、南橋大樓及德利大樓。其中一戶女士的丈夫因病逝世，她獨力撫養讀幼稚園的兩名兒子。因她和亡夫都是大陸居民沒有香港戶籍，所以小孩無法領取任何政府的資助津貼。另一獨居女士之前在酒樓上班，但因工受傷沒有了收入，她九十歲的爸爸又因交通意外受傷，深感徬徨。志工已為她們登記，解決燃眉之急。

對慈濟志工在觀塘舊區關懷受疫情打擊的劊房居民，在該區工作三十多年的陳雲明伯伯表示，希望日後能夠繼續予以協助。慈濟期待與更多有心人士一起，把愛心送往這繁華都市被遺忘的角落。

天冷加疫情 志工「普查」街友所需

撰文•李健平

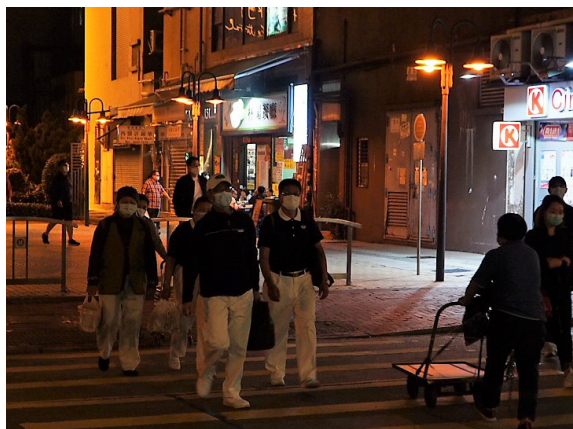
「菩薩所緣，緣苦眾生」，寒冬將臨，加上新一波新冠病毒疫情到來，慈濟人於11月再次走入油麻地舊區，關心那裡聚集的街友，並為冬令發放時他們所需的物品做紀錄。

11月28日，志工前往探訪在舊油麻地警署對面行人路露宿的街友，他們的「居所」是由紙皮圍鋪而成的。除了乾糧與飲品，志工還帶來存放在保溫袋裡、由素食餐館準備的多份熱騰騰的素福飯，讓街友在寒夜可以吃到熱食。志工並了解和記錄街友對冬令發放物資的需求。

志工吳萬里問認識多年的街友陳志新他喜歡涼鞋或運動鞋，答覆是運動鞋。陳志新追憶在麥當勞仍是二十四小時營業時，因志工來派素飯、蛋糕，而互相認識。「（讓我）覺得還有人來關心我們這一群人。」他說。

志工發現一位躺在油麻地社區檢疫中心旁長椅上的老伯伯，原來是相識的街友袁偉華。吳萬里坐在他的「睡床」一起聊天。袁偉華對志工的嘘寒問暖甚為感動，他說：「天氣即將變冷，師兄要給我準備禦寒衣物，讓我度過一個溫暖的冬天。」

12月6日晚上寒流來襲，志工惦掛街友，帶備了暖身的熱飯、紅豆甜湯，以及環保毛毯和禦寒衣物，再度前往油麻地街友聚居地點送暖。



志工準備了熱食與物資前往油麻地探訪街友 攝影 / 李健平

街友鍾錦華在知道志工因為天氣寒冷而為他們烹煮熱食時，表示驚喜與讚歎。而對回收塑膠瓶再製成「續物命、造福慧」的環保賑災毛毯，更是愛不釋手；他在毛毯上寫了自己的姓名以資識別，他說晚上太冷了，環保毛毯真是最合時的禮物。他說志工不嫌棄露宿者的骯髒，但「很多人很害怕……若叫其他人像你們這樣和我聊天，他們都會立刻離開。」

志工又探訪了街友袁偉華，他仍然躺在休閒長凳上。看到年老的他如此境況，令人倍感心疼。

在之前的10月25日，志工對在尖沙咀文化中心附近露宿的18位街友進行了「普查」。參與志工中有兩位本身是街友，他們從手心向上變成手心向下。李國強領取政府綜援，入住慈雲山單人公屋，他常來探訪街友，幫忙他們尋找免費物資和食物。因志工關懷而受感動的莊贊源，多次參與運送祝福包、飯盒、糖水給其他街友，且與他們相處融洽。

「人傷我痛，人苦我悲」，希望在社會暗角被遺忘的這一群，能因志工的慈懷柔腸、持續撫慰關懷，讓他們走出幽谷迎向光明。



寒冷的夜晚，志工為瑟縮街角的露宿者送上溫暖 攝影 / 李健平

愛灑社區

素食店募心募愛 助菲災民重建家園

撰文•李健平

「大愛馳援，讓愛菲揚」，本地兩間素食店為了賑濟菲律賓「天鵝」颱風的災民，發心在店內擺放慈濟的「竹筒歲月」募款箱，並協助志工向顧客募捐，獲得熱烈響應。

位於觀塘的寶光齋在顯眼處貼出募款海報，並將「竹筒歲月」放在收銀處旁，以及在牆上掛滿靜思語。有此善舉，乃因老闆娘鄭秀黎觀看大愛電視臺時得知菲律賓在十一月初發生嚴重的「天鵝」風災，於是發心要幫助災民重建家園。老闆亦是慈濟人的鄭以超，經常護持慈濟舉辦的派福飯及探訪街友活動。

在11月21日，志工於店內向顧客募款，鄭女士協助勸捐。其中一桌的4位，有3人是同一月份出生，相約來茹素慶生。除吃素外，

他們還響應做善事，捐款幫助菲律賓災民。在店內其他進食或外帶的顧客，看見募款海報，都主動將金錢投入「竹筒歲月」。

在佐敦的普光齋餐館，在顯眼處亦貼上為「天鵝」災民募款的海報，以及放置募款用的「竹筒歲月」。老闆翁名偉說，從新聞報導中知道菲律賓受「天鵝」吹襲，很多災民受苦，而慈濟發起籌款幫助災民重建家園，他很樂意協助，許多顧客也響應捐款。客人蔡金玲說，希望捐款能改善菲律賓災民的生活。翁先生於12月19日將募款箱交予慈濟志工收妥。

志工希望通過募款同時募一份愛，共聚善念，讓天下人人都平安。



因慶生來用餐的民眾，將生日的祝福化為善款，幫助菲律賓災民

攝影 / 李健平

「愛有盲點」工作坊 照亮教育志工的心

撰文•李順愛

為配合社區親子成長班的發展，教聯會於十一月舉辦一連五堂以「愛有盲點」為名的工作坊。因應防範新冠病毒的需要，只有第一及最後一堂在靜思堂舉辦，中間的三堂則以線上 ZOOM 會議平臺進行。課程的目的是讓教育志工加深認識父母在陪伴孩子成長過程中常遇到的盲點，並學習應具備的素養和技巧，同時加深認識兒童期的心理成長需要。

課堂分兩部分。工作坊由鄭惠儀主持，她以活潑生活實例作講解，和學員共同討論個案；徐有僕則配合課程，深入淺出、精簡扼要地闡釋和探討「七至十歲的兒童心理發展」。

在工作坊環節，鄭惠儀每堂課都用上一句靜思語，針對父母在陪伴孩子成長時遇到的盲點，並帶出該課堂的重點，使大家更容易掌握義理和銘記於心，並隨時應用於生活中。這就是「靜思語教學」的活用。

第一課的靜思語「父母是孩子的模，一定要照顧好自己的言行舉止」，提示父母應以身作則，才能有效地引導孩子，學習掌握如何照顧自己的成功和快樂，並帶給世界一份正面的影響。針對的盲點一：對孩子由小到大過分保護，他們事事被安排，遠離外面世界的危險，卻失去了生存的自信和自理本能。

第二課的靜思語「愛，就是生命的力量」，針對盲點二之家長的焦慮、壓力、不安。這些負面情緒會累積形成親子間衝突的「地雷」，如能以「換框法」尋找負面行為背後的正面動機，可化解家長的焦慮等情緒。

第三課的靜思語「一句不恰當的話，令人產生排斥的心，說得恰到好處，多一句少一句

都不好」，針對盲點三之溝通的問題。溝通包括多方面：身體語言、內容、聲調、標籤。學員學習「錄像機說話」技巧，以緩解親子間的衝突和緊張氣氛。

第四課的靜思語「轉一個角度看世界，世界無限廣闊」，針對盲點四之負面情緒的殺傷力。學員分組討論學童自殺新聞，從中學習應先處理情緒，後處理事情。父母平常每天練習和自己的身心好好的溝通。

第五課的靜思語「眾生相即眾生見」，針對盲點五之快樂親子時間遊戲的欠缺。親子間要有黃金時間（孩子和父母共同喜歡的活動）和太空時間（雙方不算舊帳、相互坦誠說出內心情感的需要、談大家在一起時的開心事）。

在有關「兒童發展理論和兒童心理學」部分，徐有僕簡介了兒童發展理論。理論以七至十歲兒童發展為主，主要分為：心理社會論、行為主義、認知發展及人文心理學。

第一課介紹心理社會論，透過佛洛伊德及艾瑞克森兩位心理學家的理論，去了解兒童早期經驗的重要性，因它會影響兒童日後成長的人格發展。

第二課介紹了幾種行為理論。巴夫洛夫與華森的理論講，父母的教養方式直接影響子女的行為。史金納提出正增強、負增強及懲罰之比較。班度拉的社會學習理論強調個體的自主性，學習得自觀察與模仿。

第三課介紹皮亞傑與維高斯基的理論。皮亞傑的認知發展理論，指出兒童從基本行為模式，透過同化、調適，平衡或失衡學習和認知事物。維高斯基的社會文化論則指出，需

要別人做給兒童看，讓他領悟自我解決問題，而不是幫他解決問題。

第四課介紹馬斯洛之需求層次論。這個需求金字塔從最底層的生理、安全、社會、尊嚴、自我實現，到最高的自我超越的需求，現今則多了一層基本需求，對網絡、智能手機等的需求。

第五課重溫並總結所談及的理論，幫助學員建立正確的工作方向。

雖說是探討兒童發展，課程對參與者個人的成長也有幫助，在輔助兒童發展時能發揮較大效能。以下是學員的體會和心得。

胡建秀：學會凡事換個角度看，尤其在別人的角度看，令大家較易溝通和善解；知道啟導和陪伴孩子自訂作息時間表，且不時檢查其進度和成效，並鼓勵親子共享歡悅時光。

張鳳平：學會覺察自己的盲點，改用新思維，去調整自己與人相處的態度；從兒童成長過程的解說，知道讓自己融入兒童及青少年的世界，掌握溝通之道。

黃金珠：感恩兩位導師增加了我們對孩子的教育認知，我一向疏忽孩子的感受，每次孩子頂嘴起煩惱時便打罵她，現在懂得和孩子說笑。

梁麗君：感恩在課堂裡學了「換框法」，先了解負面行為背後的正面動機；很喜歡課程易明切實。

施淑卿：學習到如何當個有效能的隊輔，處理學員問題時要有耐性，及多方面了解他們的特性、情緒和思維。

林莉：工作坊活潑地突出重點，讓人印象深刻和易於掌握，感恩兩位師姊；上人叮嚀我們時時多用心，要轉識成智，所以我們應多做重點練習，就能時常提醒自己應用所學。

浦聖芳：課程勾起我不少兒時和帶孩子的回憶，深感兩代人分別很大，故我會把孩子身心發展的知識應用到親子成長班，紓緩孩子和家長之間的緊張關係。

晉鳳琴：讚歎導師和團隊精心的策劃，深入淺出說明重點及精華，我非常喜歡和期待可再參與有關的課程。

羅潔明：課題讓我們能夠對治日常生活中，經常遇到又不知如何處理的問題；不過，要把所學到的實踐，才能發揮作用。

袁惠敏：我們自以為掌握對孩子的教育，其實非然，因為忽略了自我檢討、留意對方的反應等重要一環；課程對教育志工非常實用，可糾正我們的缺失。

參與者對課程一致讚好，認為所教授的理論切實可行。對線上 ZOOM 會議平臺的使用，多位學員表示效果很好，又可互動，使大家更加能夠專注聽課。大家期待教聯會多開設強化志工承擔志業的能力和興趣的課程。



工作坊內容豐富深入，學員獲益良多

攝影 / 梁昌材

愛的傳承

慈少在疫境中 學習面對逆境

撰文• 浦聖芳、何潔儀

新冠病毒疫情爆發將近一年，難免令人產生壓力和焦慮等負面情緒。為此，慈少班在2020/21學年的第二堂課程目標為：理順逆境情緒，逆境不會惡化，自然安然度過。由於疫情再次嚴峻，這次課程改為在線上平臺舉辦，共有19位學員參加。

於12月13日舉行的課程主題靜思語為：「人生的困境如何發展，就在如何解釋、接受，而有不同的結果」配合主題，屏幕播放香港攀石運動員黎志偉的勵志故事：一次意外導致下半身癱瘓，卻沒有讓他放棄自己的人生，他組織了一隊攀石攝製隊，憑著不斷的鍛鍊、堅毅的意志，終於克服坐輪椅的障礙，再度攀登上獅子山頂。

導師李仕雄藉著黎志偉的經歷，引導、啟發慈少省思生命：「世上無難事，只要肯攀登」，人人都有超越困境的能力，登上自己的「獅子山」。

在「自然@聆心一刻」環節，導師何潔儀以一段配上大自然聲音及輕音樂的有關森林的

影片，引領學員走進蘊含生命力的大自然，感受大自然的療癒能力。大家並用靜觀呼吸的方法，讓思緒沈澱，專注當下，令心回復自在平衡。

團康活動「收買佬」中，主持的志工梁麗君讓大家輕鬆一下，要「收買」各人居家的物品，並鬥快在屏幕上展示，有寵物……一大堆東西。師姑師伯和慈少一起開心投入，增進了彼此情誼。

在學員分享成長經驗的環節，唸中學三年級的陳閱心講述，如何以「SMART」的概念制定自己的成長計劃。閱心在小學時已參加親子成長班，師姑師伯欣賞和肯定她的用心：不但制定清晰的成長目標，並就短期、中期、長期釐定實踐方向，更鼓勵同組同學努力達成。

在對課堂的回饋分享時，學員感恩師姑師伯用心準備課程與陪伴，從中感受到他們的愛與無私的付出。



疫情之下運用網路科技，雲端上同聚，相互學習

圖像出自 / ZOOM 線上錄影