

•

01

編者感言

匯聚眾人之愛 打造大愛中醫診所

大愛中醫診所首次義診 貼心服務「關深南昌」街坊

(

社

歲末祝福經藏演繹 聲聲「我願意」撼動人心

年度亞洲素食展 淨斯產品備受青睞

冬令發放傳遞溫暖 膚慰基層民眾心靈

靜思語話劇用「心」聽 盲友信受法入行

慶元宵辦團康活動 長者志工開心同樂

年花義賣募心募愛 護持大愛中醫診所

以花會友 共襄善舉 20

身體力行的修行

社區志工課程 元宵街友團拜 雲漢邨長者屋新春團拜 沙田單車公園環保回收

23

東區「非常社區節」 慈濟獲邀宣導環保





 \bigoplus



的 傳

(

以茶水汲取法水 慈少體悟人文精神

親子同遊願行館 開眼界習護大地

了解街友生活 慈少知苦惜福

精

宗教處同仁訪港 做會務關懷與指導

新任四合一幹事 期許挑天下米籮

培訓課程多元精彩

點

心念單純 專心當下

發行人 釋證嚴

出版 慈濟香港分會

鄭偉鳴 總編輯

李淑玲 梁正惟 編輯團隊

美術編輯 歐陽姗姗

文稿撰述 人文真善美團隊

筆耕志工

人文真善美團隊 照片提供

攝影志工

精進日齊聚共修 沉澱心靈再出發

學員體悟深志更堅

159_draft.indd 3 8/5/2024 5:47:22 pm



匯/聚/眾/人/愛/ 打造大愛中醫診所

撰文 / 謝勤

慈濟大愛中醫診所於 3 月 16 日在診所舉行了簡單而隆重的開幕儀式,在現場出席並剪綵的有專程來港的全球志工總督導黃思賢,以及在線上予以祝賀與勉勵的本會副總執行長林碧玉和醫療執行長林俊龍。

參與現場開幕儀式的還包括香港慈濟人醫會成員、醫療界、佛教界、地產界, 以及本會宗教處的代表鄭思弘與王姿涵、新加坡分會代表劉明光與江石獅。因為診所地 方有限,分會特意安排了儀式連線直播,讓眾多志工能够在九龍塘靜思堂觀看,共享喜 悅。

中醫診所於 2023 年 12 月 18 日開始試業,除向民眾提供門診服務,還和社區、 慈善機構合作,為有需要的民眾做義診。

在致詞中黃思賢說:上人為診所取名大愛中醫診所,「大愛」就是「沒有條件的愛」,上人的愛就是沒有條件,因為眾生平等,我們的診所就是「集眾人之愛,愛天下之人」;上人在前面給我們指導,但是假如沒有羣策羣力、彼此合和互協也不可能成事;無論是設計師、工程團隊,背後護持的院長、醫師等,以及將來我們服務的病人,因上人說醫生要感恩病人,大家都彼此感恩,彼此尊重,才有真正無條件的愛。他指出,中醫診所在香港落地,是慈濟的香港醫療志業的第一步,說不一定哪一天在香港也有自己的醫院,大小不拘,中西合療。

在現場只作二小時逗留就趕往機場回臺的黃思賢,善用時間跟來賓互動交談; 也會見了分會的五區志工代表,除感恩讚歎大家的付出外,也勉勵修行路上要放下妄想 執著,轉分別的意識,成為沒有分別的智慧。

剪綵嘉賓之一的香港特別行政區行政會議成員高永文醫生致詞說:他一直很關心慈濟在香港醫療服務的發展,看到慈濟終於有了第一家慈善診所,他非常感恩。他表示,香港法例是相對寬鬆,註冊中醫和註冊西醫都可以在社區行醫,慈濟大愛中醫診所可組織慈濟人醫會的西醫輪流來會診合作,長遠可以將社區的中西醫合作推進,更重要發揚慈濟的大愛,守護香港的病患。





「上人慈示診所命名為大愛中醫診所,是期許我們能夠落實慈濟愛的醫療人文。」擔 當開幕儀式司儀的大愛中醫診所主管陳家禎闡釋上人的期待。

「有大家的祝福和幫助,我們才會有堅定的信心,落實上人給我們的『守護生命、守 護健康、守護愛』的使命。」執行長施頌鈴感謝中醫診所籌辦過程中給予關懷的林碧玉副總執 行長、林俊龍醫療執行長、全球志工總督導黃思賢,以及印尼法親、香港各界人士,以他們的 專業及寶貴的經驗,為診所打造了一個舒適、和諧、實用並重的環境。

「整體設計令我覺得很暖、很靜,以及很莊嚴,會令來診的病人感到安心和信任。」 前來祝賀的香港兒童醫院行政總監李子良醫生,在聆聽施頌鈴介紹診所的醫療設備和人文設施 後有此感受。

負責設計的建築師陳翠兒說: 感恩有機會將上人「守護生命、守護健康、守護愛」的 心願,在這個空間呈現出來;能成為上人的大願背後的一個小幫手,是一種幸福。

大德洪小蓮說,千里之行,始於足下,有了第一步,期待診所讓慈濟醫療志業發揚光大。

在靜思堂線上觀看大愛中醫診所開幕儀式的志工,也是非常激動、興奮。周小燕在診 所剛裝修完時曾幫忙做打掃清潔,現在看到掛上了佛陀問病圖,感覺非常莊嚴。她說,中醫診 所的啟動意味香港慈濟的醫療志業有了大突破,只要診所有需要,志工會全力支持。

黃濱玲說,大愛中醫診所是個實體,中醫可以調理身心,加上慈濟大愛精神,可以幫 助更多病人。

中醫診所開幕儀式結束後,在靜思堂的志工以恭敬的心聆聽上人在《菩提心要》的開 示,然後禮拜誦念《法華經序》。

大愛中醫診所是香港慈濟醫療志業新的里程碑,就如黃思賢所說,它是集眾人之愛而 成,我們因而要珍惜這一分愛,把愛的醫療人文在香港落實,不負眾人之愛,愛天下之人。



在試運中的大愛中醫診所與慈濟人醫會於1月21日,為「關深南昌 社區協作計劃」(「關深南昌」) 照顧的街坊提供中醫義診暨西醫義檢服務。 有受惠者表示,感受到診所散發出濃濃愛意和人情味。

大愛中醫診所位於繁囂鬧市之油麻地彌敦道銀座廣場一樓,內部裝潢 盡顯慈濟的人文— 一親切、雅潔和明亮。在場還有慈濟志工提供溫馨的協助。

慈濟分會是參與「關深南昌」之七個非政府組織成員之一。計劃召集 人吴翠萍介紹:深水埗南昌區內許多都是基層人士,住在劏房,資源缺乏,特 別是一些婦女、長者,為了省錢,不是很願意看醫生,義診和義檢可讓他們了 解自己身體的狀況,甚至獲得治療。該計劃的社會福利署代表張金旗說,義診 照顧大家的身體健康,也灑播大愛精神,讓深水埗街坊感受到對他們的關愛, 「我相信這一份關愛可以令他們身心更加健康」。

慈濟中醫診所主管、人醫會成員陳家禎說:與以往只有義檢不同,這 次人醫會能提供中醫義診和免費取藥,而西醫義檢則提供病情診斷以及指導, 如飲食要注意的地方或轉介給專科醫生。

據陳家禎介紹:中醫診所的收費參考了本港其他非牟利醫療團體的訂 費標準,若遇到有特別困難的人士,便會轉介至慈濟香港分會的訪視組,做探 訪和評估;診所再根據他們的意見,豁免這些人士的診金或藥費。

救世軍深水埗家庭支援網絡隊社工劉文景肯定中醫診所的價值。他指 出,該隊的服務對象都是勞工階層,租金佔去收入的大部份,日常生活捉襟見 肘,有些上班一族,對看私家診所醫生的負擔感到吃力,而基層人士由於居住 環境惡劣,感染新冠病毒的後遺症不少,都需要較長期的藥物治療,而他們大 多信任中醫。

女青年會深水埗綜合社會服務處詹璦珍說,她所服務的婦女因經濟問 題,對自己的病,特別是生理方面或勞損造成的身體痛楚,多數是去深圳或趁 回家鄉時醫治。

對輪候看症的人,在場的志工皆予以關懷。志工留意到一位少年獨自 一人只顧著玩手機,經上前瞭解、安排後,他順利完成看診。這位姓曾的中四 學生一家三代六口居住於深水埗舊樓,他去年患新冠之後,咳嗽至今,是他爸 爸要他來看診的。

與兒子一起來就診的陳青雲女士,對從量體重/身高至取藥整個流程 都有志工溫馨提醒和指引,感到窩心。對於在候診區時有物理治療師教授簡單 運動,以及中醫師的細心問診和解答問題,她很感恩。

111111111









文 / 林惠芳









06 主

攝影/盧志德

「有那麼多志工陪伴,感到很溫馨。」張女士對志工在場協助有此感受。 她還讚歎,醫生很有耐心,會慢慢講解病情,經護士講解才知道,有良好的飲食習 慣與適當運動,小朋友才不會那麼容易生病。

於不同時段,人醫會志工張嘉慧在候診區帶動受診者做簡單的保健運動。 這些調整呼吸的運動,訓練左右腦協調,有助在壓力下生活的人放鬆,以及讓長者 思維清晰。張嘉慧說,大家回家可以在安全環境下繼續練習,保持身心健康。

在旁,有兩位少年志工協助長者學習保健運動,讓動作到位。他們是十四歲的晨皓和十三歲的弟弟晨瑋,跟隨參與義診服務的父親——脊醫廖崇位——前來做志工。認同助人為快樂之本的兩兄弟也在洗手和量體溫的崗位協助受惠者。

「我參與人醫會義檢多年,體會到慈濟醫療志業的人文精神,而這份精神可從志工在中醫診所的服務顯現出來。」人醫會的余嘉龍醫生如此說。余醫生與太太、一對子女一起參與這次的義檢活動,他一家過往多次參加慈濟的義檢。他認為慈濟大愛中醫診所成立,是病人和佛教徒的福氣,而透過中醫診所,更多人可認識慈濟。

慈濟的人文精神有助於慈濟大愛中醫診所達成上人賦予醫療志業的「守護 生命、守護健康、守護愛」的使命。





歳 末 祝 福 經 減 養 聲 「我願意」 滅動人心

撰文 / 牟晏莹、林妙禎、林惠芳

「從往年坐在臺下看,到今年參加入經藏的手語演繹,我能夠更瞭解佛法,也更能 貼近法,讓法入髓。期許自己在未來能更精進,能夠一直跟著上人同行菩薩道。」志工吳 雅詩在參加癸卯年的歲末祝福感恩會後,道出內心的感受與期許。

2023年歲末祝福的主題是「弘法利生信願行·蔬食共善護大地」。1月27日在靜思堂舉行的志工場次,有二百二十多位法親家人相聚,一起回顧2023年慈濟的慈悲足跡,也共同為新的一年祈福。下午二時,活動在〈爐香讚〉與〈開經偈〉莊嚴的唱誦聲中開始。

現場播放的全球及香港的《大藏經》影片,講述藍天白雲的身影穿梭在世界不同的 角落,從日常的社區環保、基層探訪,到突發性的災難現場,都在第一線支援、關心需要 幫助的人。對此,吳雅詩分享說:「志工的那種不計較,無所求的付出,跟著受幫助的人 同喜同悲,真的很讓人感動。」

活動最後,二百餘位志工共同入經藏,現場道氣十足,道心也在聲聲「我願意」中 更為堅固。

「這是 2024 年第一個紅包,也是我第一個慈濟的紅包,而且還是福慧紅包哦!希望今年能夠順順利利。」第一次參與歲末祝福的年輕志工馮鈺,領到福慧紅包後顯得非常激動。對新的一年,她充滿期待且信心滿滿地說:「有夢想就不怕困難,聽師公上人的話,做就對了!」

靜思堂一邊的桌子上志工用布與紙,巧手製作了「須彌山」,再放上幾十隻編織繩做的小螞蟻,布置成「螞蟻雄兵勇攀須彌山」的場景,訴說志工求法的決心。祈願 2024 年 有心有力,用善用愛,照亮每一個需要溫暖的角落。

用心籌辦 凝聚道心

歲末祝福供會員大德參加的場次,於2月3日在九龍灣國際展貿中心三樓展覽廳舉行。因為已經多年沒有在靜思堂以外的地點舉辦大型的歲末祝福,志工事前用心規劃,仔細分工,眾志成城來籌辦;透過此活動大家的心重新凝聚在一起,不論是慈濟志工或是來參與的會眾,臉上都寫滿了期待、法喜及感動。

是日的歲末祝福分午晚兩場。為了做好活動,朝陽初露時,志工已進場各司其職,做布置、試音、試光及彩排。志工的獨特心思及巧手,把會場的入口接待處,布置得充滿新春吉祥氣氛。在其中一入口處旁,設有一株菩提樹,會眾紛紛把寫下祝福及願望的貼紙放到菩提樹上,並拍照留念。從江蘇無錫遠道而來的慈誠吳將,把上人當天早上的開示「見善隨喜,福慧增長」寫在菩提葉上。他表示自己作為上人的弟子,無論是在家或出門在外,一直堅持每天清早聆聽上人的開示。

攝影/謝勤

00 悉海社區



下午場的歲末祝福,先由數位法師帶領大眾唱誦〈開經偈〉進入靈山法會;之後 有鐘鼓隊演繹〈勤行頌〉,帶引大家收攝心神;在「深入經藏‧智慧如海」環節,志工用 手語演繹《無量義經》之第二、七、八、九及十功德。

會場上揚起的一聲聲鏗鏘有力的「我願意」,道出弟子緊隨上人的堅定決心,為 苦難眾生興建永久屋,重建因地震而倒塌的學校……上人強調醫院及學校的建築必須達到 最高的防震級別,為民眾及學童提供最大的安全保障。

《香港分會大藏經》簡介了分會在過去三十年裡,推動「四大志業」的決心及成果。志工全心投入慈善、醫療、教育、人文、環保等志業,不畏艱難,不論地域遠近,用溫暖的手膚慰人心。慈濟人謹記上人的叮嚀,以《法華經》為基礎,實行人間菩薩道。

在尾聲大家最期待的福慧紅包派發環節,由分會執行團隊將福慧紅包及福慧袋贈給與會來賓。會末,全場會眾點亮蓮花燈,以最虔敬的心,為眾生、家人、自己祈禱及祝福: 人心淨化、社會祥和、天下無災難。

認同理念 隨喜讚歎

會場的淨斯產品攤位很受歡迎,迎來了許多舊雨新知。曾在 2023 年隨尋根團參訪花蓮精舍,現已成為見習學員的蘇育華,了解到淨斯產品採用純正及天然材料,且由常住師父用心製造,故對產品具十足信心,一直支持請購。和女兒從惠州前來的藍麗琼說,購買淨斯產品是因認同及支持志工對地球及社會所作出的貢獻,亦藉此感恩慈濟人對她一家的關愛。

馬來西亞給媽舍法師說,慈濟人是在苦難中幫助人的菩薩,有很大的動力,心被訓練得很好。「令我最感動的是,很多慈濟人都是上了年紀的,有八、九十歲的,仍然想去幫助其他人。年輕人要向他們學習。」他說。

「我非常隨喜讚歎上人的慈悲喜捨,並很認同上人的信念——將愛傳到全世界, 利益一切眾生。」在花蓮見過上人的釋宏順法師說,希望有機會跟上人學習,也祝福每一 位慈濟人平安吉祥。

 釋佛寶法師說,慈濟人將佛教「不為自己求安樂,但願眾生得離苦」的精神融入 人間,希望慈濟人在新的一年再接再厲。

「歲末祝福能讓我的心安靜下來,反省過去一年的思想及行為,同時讓我能夠重新得到力量。」認識慈濟多年的港區全國人大代表凌友詩說,她珍惜與慈濟結的緣,都會盡量抽空出席歲末祝福。她說,上人開示現在的災難越來越多,並提出了解決方法,就是要弘法利生,「這是一個很重要的指引,因為只有法才能引領我們走在正確的道路上,利生則是讓我們把愛傳播出去。」上人的開示令她有所體悟。

居住荃灣的會眾陳存雲一家三代六口一同前來。他非常感恩慈濟人對他和家人的關愛,平日會去荃新天地環保點做環保回收,學習付出。

「過去一年慈濟人在全球不同地方救災,真的做得很好。」慈二代何倩瑩說,希 望大家繼續加油。

啓發善念 利他為上

S. E. N. 社企可可阿樂創辦人盧禮宇說,在《全球慈濟大藏經》影片中看到,全球的慈濟人默默地做了很多事,他深受感動。他說現在將慈濟慈善事業副執行長何日生在香港舉辦的「善經濟」課程中學到的「以信念為核心,以價值做領導,以愛為管理」的理念,應用到公司的運作及待人接物上,期望能逐步達成。

第一太平戴維斯袁志光說,活動令他最感動的是點亮心燈環節,感受到發願的重要性,「有願就有力,我會從自己做起,用利他的角度去待人處事。」

第一次參加慈濟活動任職永明金融的羅永健說,他真的很感動,上人開示:「我不知道錢在哪裡,但我知道愛在哪裡。」對他有很大的啟發,就是「愛可以改變世界」, 慈濟就是一個愛的世界。

「愛所帶給災民的力量,金錢也買不到。」會眾尹瑋婷說,從《全球慈濟大藏經》 看到世界不同地區的各種災難救援中,慈濟人總是走到最前,不怕艱辛,身體力行拯救苦 難眾生。「我今天學到了很多,多謝慈濟。」她感恩說道。

從佛山來香港珠海學院讀碩士的林綺清說,她與同學第一次來參加歲末祝福,覺得很有意義,播放的短片很感人,一些會眾擦眼淚,應是心靈受觸動。「點亮蓮花燈,帶給我寧靜及希望。」她說。

當教師的 Teresa 說,歲末祝福最觸動她的是上人的開示,她會效法慈濟的大愛精神去教導學生,鼓勵他們愛自己、愛父母、愛家人、愛眾生。本身素食的 Teresa 說,學生可通過愛護動物培養愛心,將小愛擴展為大愛。她感恩慈濟人對參與者的體貼安排,由港鐵站至接駁巴士站,沿途有很多志工舉牌引路。

志工郭雲仙說,這是她第一次參加慈濟的大型活動,還承擔「標兵」的工作—— 負責舉牌及帶領會眾進場及就座。她感恩志工的愛心及耐性指導,提醒她特別關注及照顧 長者或行動不便的會眾。

癸<mark>卯年歲末</mark>祝福圓滿落幕,與<mark>會者心中滿懷感動與法喜,</mark>期能將感動化為行動, 一起為弘法利生而努力。

攝影 / 林桂霖

年

度

「今天由早上開始,我們做個不停。很多客人慕名而來,選購我們的產品。加上有優惠,買一件產品可以有9折,買兩件有8折,更加推高了銷量。」 志工張衍初雀躍地形容素食展開幕當天顧客對淨斯產品的熱烈反應。

在灣仔會展中心舉辦的第十屆亞洲素食展於3月8日開幕,為期三天, 多達三百多個展商參加。香港特別行政區商務及經濟發展局副局長陳百里博士 出席致辭,祝賀素食展成功舉辦。

慈濟三年前才開始參加亞洲素食展,推廣淨斯產品。人文推廣幹事張 行初認為,通過這個活動去推廣產品非常有效。在現場,志工除了推廣產品, 也將慈濟的資料卡片、《香港慈濟世界》季刊、環保願行館的小冊子派發給公 眾,介紹慈濟的志業及理念,尤其有關環保及素食。「希望讓更多人接觸到慈 濟,讓更多人一起行走慈濟菩薩道,以及利用這個平臺積極地推素。」她說。

有「素食教煮」之稱素食餐廳主廚,也是慈濟人的鄺梓罡到訪慈濟攤位,並選購了很多的產品。他說,今年在慈濟攤位,發覺又多了很多新的產品,而推素時最重要是讓人覺得方便、健康又好吃,慈濟提供了這樣的產品。

屬梓罡在現場即時推薦酸菜鍋和十全食補鍋,他說慈濟出的產品基本上是有機、無添加、健康的產品,加上香港人很喜歡吃酸菜鍋,慈濟這道酸菜鍋可以加進一些新鮮的菇類、蔬菜,如果想再豐富一點,加入一點豆腐或者豆製品,就可以做成一鍋味道更好的素菜了;至於十全食補鍋,可以加放一些枸杞、紅棗、當歸片,或一些瓜果類,也是一道非常不錯的湯鍋。「這都是個很方便推素的方法。」他說。

「我們很喜歡慈濟的產品,包括吃的、用的。」結伴而來的民眾章志美和梁順貞表示,她們是透過書展認識慈濟,平日會做環保回收,在每次的書展、素食展她們都會來購物。這次在慈濟攤位發現多了不少新產品,「有很多零食沒有吃過,要買來試試。」她們說,會在初一、十五吃素,希望以後努力多吃素。

任職慈濟大愛中醫診所助理的陳靜儀說,她在診所曾購買慈濟產品, 吃後覺得很舒服,味道也很好,所以來素食展多買一些,介紹給朋友吃。「希 望大家都能食素。」她說。

民眾陳潤金 1999 年開始吃素,雖為家人反對,仍然堅持至今。她與志工陳悅徵在素食展重逢,除感到開心外,還相約一起努力推素。她倆是幾年前在香港書展認識的,過去三年因為疫情關係,很少目面。



在寒冷的舊曆歲末,本港志工分別在多區舉行冬令發放活動,為居民 送上新一年的關懷與祝福,讓他們也能夠感受到人間溫暖。

(

早在去年十二月初,慈濟志工便對街友和籠屋居民的需求進行普查, 之後,再按照他們的尺碼與喜歡的顏色,採購發放的衣服鞋襪等物資。有店舖 老闆知道物資的用途,願意便宜地賣給慈濟人。志工何俊佑說,由於每一次他 們都用心準備街友需要的物資,所以街友覺得很開心,可以選擇到自己適合又 稱心的物品。

1月13日,一年一度的街友冬令圍爐在位於佐敦的普光齋二樓舉行, 筵開四席,約四十五名街友與籠屋居民參與。他們興高采烈、積極地參加唱歌、 環保與推素有關的有獎問答遊戲等節目,並對素食餐廳的佳餚感到十分滿意, 場面融洽溫馨。席間,陳輝明伯伯說他在素食餐館工作時,也不曾做過這麼美 味的素食料理,讓他感到十分開心;志工分享今年歲末祝福的主題是「弘法利 生信願行,蔬食共善護大地」,希望大家在新的一年多茹素保護大地。

在祈禱環節,餐廳願意配合把用餐區的電燈短暫關掉,讓在場眾人的 內心能夠平靜下來。派祝福包時,老友記井然有序地上前領取,之後滿心喜悅 地離開。

「見苦知福, 行善造福」, 志工心疼生活艱苦的街友和籠屋戶, 將各 自內心的愛匯聚成一股大愛的暖流, 膚慰他們的心靈。



159_draft.indd 12

從手心向上到向下 找到人生的新方向

除了冬令圍爐的發放外,1月17日志工也到旺角的籠屋為住戶送上祝福包,帶去溫暖。其中,籠屋居民區月麗見到慈濟人非常歡喜,當志工帶領大家向其他住戶做派發。志工吳萬里遇到由街友變成籠屋居民的石雄感到十分開心,他曾帶在颱風中跌倒的石雄到醫院檢查並治療,之後還幫助他住上籠屋。此後,石雄多瞭解了慈濟,並因為有了一較為安定的住所而對未來有了期望。「他們開始找到人生方向,希望他們能夠改變自己的人生。」吳萬里說。

1月6日,志工在有五十多年樓齡、有大量低收入人士與獨居長者居住的雲漢大樓舉行冬令發放。疫情爆發伊始,慈濟志工就關懷這裡的居民,有鑒於三年間居民也有所流動,志工重新核對了他們的身分後,向二百名住戶派發物資。

為了配合上班族劏房戶,發放時間安排在下午四時至七時,派發的物資包括很受歡迎的大燕麥、湯包和冬菇。志工並呼籲大家帶環保袋來裝載物資,或捧在手裡拿回家。收到物資後居民顯得很開心,跟志工互道祝福。

首次參加雲漢大樓發放的志工李漢明表示,街坊都感恩慈濟送贈合用的禮物,他自己希望能帶給街坊一些歡樂。

志工也上樓關懷不方便前來領取祝福包的住戶,其中一位是住五樓、獨居的 八十多歲的關伯伯。他前年因跌倒撞到頭部要住醫院進行手術,他的兒子鮮有回來 探望。大廈雜務員陳雲明將關伯伯介紹給慈濟跟進關懷。

志工唐春秀曾經是雲漢大樓的劏房戶,和丈夫及一對兒女住在一個狹小的空間,今年一家獲派更便宜、空間大些的政府公屋。在居住近四年的劏房期間,她和兒子的身心都出現許多問題,她慶幸獲得慈濟關懷結下善緣,現在盡可能參加慈濟活動,希望把關懷和祝福送給劏房居民。





濟人的點滴付出收穫了居民的溫暖和愛,希望未來可以繼續予以陪伴,幫助他們找 到人生有意義的目標。

「居民見到慈濟人真的很開心,都很雀躍。」居住在牛頭角上邨的志工陳 明珠說。在該區環保點耕耘多年的她指出,當地環保點尚未重開,但居民見到慈濟 志工來派發福袋已雀躍不已。

發放期間,牛頭角基督徒信望愛堂的何俊傑先生,帶來一批新鮮的橘子送 給長者。該教會在牛頭角服務了很多年,過往曾協助慈濟派福飯。何先生表示,很 高興有機會跟慈濟一起合作服務這個社區,讓社區有更多溫暖。

大愛無疆,不分種族、宗教,只要伸出我們的雙手,就可以擁抱蒼生。一 個微笑,一句輕聲問候,就可以溫暖別人,也可以溫暖自己,有願就有力,只要人 人集合起每一分善念,愛也就能夠充滿每一個角落。

攝影/盧志德

14 愛灑社區

話

劇

用



在微涼、細雨紛飛的早上,元朗盲人院內熱鬧、忙碌;志工一個接一個地走進報到,並做消毒、探熱、接受愛的叮嚀,務求做好防疫措施及讓活動順利舉行。

3月9日,來到盲人院探訪老友記的志工之中,出現了年輕陌生的臉孔;原來是來自慈濟青年團的兩位新成員,這讓訪視志工的整體年齡因而下降了不少。

活動前,音控志工莫俊傑忙於接駁音響及作測試,對老友記聞 到聲音要求點唱歌曲,他都有求必應,為他們做播放。聽到歌曲,老友 記搖頭擺腦陶醉在其中。

這次志工人數有近三十位,每位老友記身旁都有一至兩位志工 陪伴關懷。大家在輕聲細語中閒話家常,非常開心。

活動以健身操「幸福美滿呼啦啦」開始。「嘿喲嘿喲幸福呼啦啦……」的音樂響起,老友記抬手、聳肩、踢腳、扭身,他們的身體開始溫熱了,現場氣氛也隨之熱絡起來。接著是靜思語話劇,院友熟悉的話劇主角花師奶和六姨婆出場了,花師奶為了兒子搬家的事情吵得不可開交,六姨婆以靜思語「屋寬不如心寬」來開解她:大小事情以一寬字面對,人生自然會開闊。話劇雖然簡短,但志工以生動、簡單且貼近生活的方式來呈現,讓老友記能深植心田;在之後的問答環節,老友記都搶著回答,意味著話劇的成功。「故事內容不但讓老友記聽得開心,也對他們在院中生活有用。」第一次來參加的志工陳雅詩說,很驚訝慈濟的話劇能引起老友記如此大的迴響,而自己聽完後也多了一番對生活的見解。

愛灑社區 15



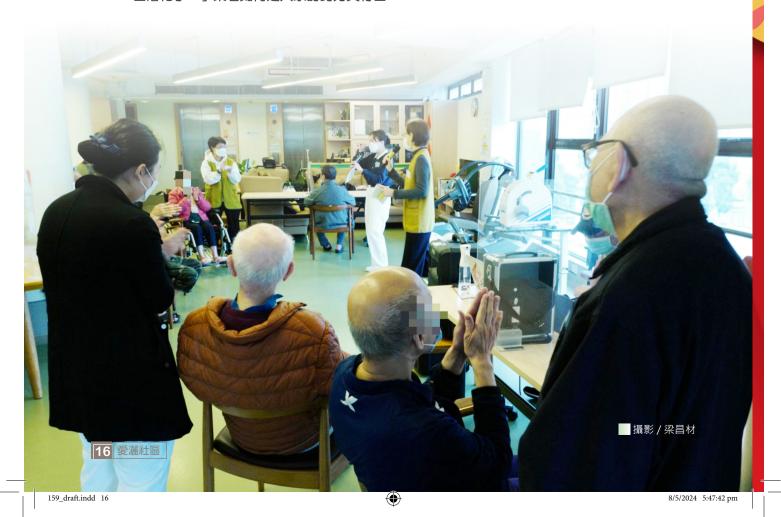
之後的「猜一猜」遊戲由兩位青年志工帶領,雖然這是他們的第一次,卻能夠 帶動老友記投入參與。遊戲簡單有趣,大家爭相搶答,獲得滿滿的成就感。

最期待的環節——音樂派對開始了,< 鳳閣恩仇未了情 > 、< 帝女花之香夭 > 、 < 萬水青山總是情 > 等歌曲一首接一首地響起,氣氛高漲下,志工和老友記還跳起了舞來。原本與家人出外飲茶的張觀明伯伯,在歌唱環節快結束時趕回來,高歌 < 我是中國人 > ,雖然他只唱了半首,但其熱情和投入感染了在場的每一位,獲得眾人的鼓掌及歡呼。

「伊比壓壓」按摩環節開始,志工走到老友記後面,為他們按摩,而老友記也 搶著為志工按摩;結果,一個志工按著一個老友記,老友記前面又按著另外一個志工, 形成一條按摩人龍,畫面既有趣又溫馨。最後是〈一家人〉手語歌帶動,志工手把手帶 著老友記一起做手語,大家用手比劃出一間心中的屋子,象徵我們就是一家人。

活動尾聲,志工為老友記送上代表上人祝福的福慧紅包,院友都珍而重之。道 再見時,老友記依依不捨拉著志工的手,相約下月的相聚。

「很感謝志工用心演繹話劇,日後會繼續用靜思語來呈現,讓院友、員工和志工將此善法用在生活中,解決問題之外也活得快樂和諧。」心得分享時,統籌志工梁君茹道出慈濟辦活動不能只求開心,當中必須要有法的帶動。她還說,其實一開始有不少老友記對我們的活動是抗拒的,到後來願意接受並積極參與,「志工的用心把他們的冰山溶化了。」梁君茹肯定大家的努力與付出。



愛灑社區 17



歌唱環節是長者最興奮和熱愛的,一首應節的〈迎春花〉 讓現場氣氛

「我覺得慈濟辦這活動很有意義,志工與長者彼此都獻出愛心,共度

志工楊德順說,每次活動圓滿結束時,聽到老友記不斷地道謝,以及

活動尾聲,志工給長者送上花燈、吉祥扇及甜甜蜜蜜小福包,並祝福

高漲,老友記不斷嚷著要「安哥」,欲罷不能。最後,志工帶動大家比唱慈 濟一首充滿溫情的手語歌〈一家人〉——「因為我們是一家人,分擔分享, 彼此的人生……」在優美的樂音聲中,志工與長者手牽手,滿面笑容,像一

快樂時光,希望下次有機會再來參加。」第一次來做志工的余煒珍對此活動

表示肯定。她說,剛開始有位老人家並不是很投入,但在唱歌時,便投入氣

氛中與大家同樂,而她自己因此被感動,也覺得開心。

臉上顯現的歡喜,志工心中自是充滿法喜與充實感。

他們平安吉祥、身體健康,期待下次再相會!

家人般,氣氛溫馨和樂。

159_draft.indd 17 8/5/2024 5:47:43 pm

中

診

所



為了護持慈濟大愛中醫診所的運作,慈濟志工與花道興趣班的學員 2 月初在靜思堂,用了短短三天的時間,完成近百盆的年花,他們有些出力又出錢,還把年花請購回家。

人文推廣幹事張麗英說,位於油麻地的大愛中醫診所年底開始試營運, 人文推廣團隊和花道班的幾位導師便發起「花團錦簇迎新春」年花義賣活動,為 中醫診所籌款。

自己認購了五盆的張麗英感恩善心人士及志工以行動護持中醫診所。志工施蔚廷說,雖然準備的時間緊迫,但大家合力排除萬難來完成,「感受到合和互協的法喜。」她道出內心的感受。

花道班導師劉苑清說,這一盆盆的年花有志工滿滿的愛心以及上人的祝福,請購者除了可以開心地拿盆花回家,也為自己種一個健康的福田。

看到《溫暖人間》的介紹而參加花道班的學員梁翠芬說,她覺得課堂很精彩、很棒,知道義賣年花後,她和其他幾位學員便報名來幫忙。

「義賣活動非常有意義,所以我也請了一盆年花。」另一學員羅素欣說, 感恩花道老師和志工為中醫診所募款的付出,她自己也表示一點心意。

志工譚惠芳說,因為是義賣所以大家都做得法喜充滿,知道前一天插的 年花全部賣完,好開心,會繼續努力。



「這是我第一次學插花,是在臉書看到介紹,覺得很好,便立刻報名,在過程中感覺很舒服。」參加花道興趣班的學員趙妙嬋說,自己一直想學插花,這次可以第一個在臉書上報名,覺得是一種緣分。

人文推廣團隊於 1 月 31 日在靜思堂舉辦賀年花興趣班,除吸引原有的學員,還通過臉書招收了不少民眾。這是繼去年五堂花道課後舉辦的活動。

扔下插花幾十年的容少英也是在臉書看到有此興趣班而報名的。她說,活動開始先聆聽上人講故事,所以她內心很平靜,而經老師提示,她學習享受插花的過程。對自己的作品十分滿意的她,興奮地跟同學和老師一起拍照。

前來參加的慈濟志工希望能够透過學習花道,更深入了解慈濟人文, 以及傳播慈濟人文理念。志工黃琬婷說,插花可以令人寧靜、放鬆,因為可 專注在當下。

花道班導師劉苑清時常負責靜思堂及分會活動的布置,所以有一個心願——未來分會能設立一個有規範、有規模的布置組,希望藉著花道班做菩薩大招生,培育人材。

這個賀年花班啓發了劉苑清舉辦年花義賣活動,為慈濟大愛中醫診所籌款的念頭。對透過義賣一百盆年花為中醫診所籌款的計畫,學員反應熱烈,她們除了認購年花外,且答允幫忙插花,這讓她非常歡喜。「希望透過花道班,接引更多民眾參加慈濟。」劉苑清滿心期待地說。

———— 共襄善學- 以花會友 ———

撰文/謝勤



偶有貨運車送來物品,暫時擱置屋簷下,經常一放就 是好幾天。

上人見狀說:「你們竟然能夠視而不見,若因此造成物品腐壞,這種耗損你們承受得了嗎?什麼叫做修行? 『收』就是『修』啊!」上人指著未曾移動的貨物說:「這就是修行啊!」(「收」與「修」閩南語同音)

上人強調的是身體力行的「收」拾功夫!

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



20 傳心點滴



這天,寒風凜冽又下著毛毛細雨,課程一開始,培訓組先以 〈幸福的臉〉這首輕快旋律的歌曲,帶動大家做手語兼暖身,靜思堂 頓時熱鬧起來,寒氣也一掃而空。

為了讓學員更深入瞭解慈濟,志工陳宜卓介紹慈濟的緣起、 理念和使命;周艷娜分享香港慈濟的歷史;陳玉明講述慈濟的四大志 業、八大法印。學員都專注聆聽,並且有所饒益,感受良多。

「十分敬佩上人,從那一刻起發願要救濟眾生。」學員陳靜 慧說,一攤血的故事,令她印象特別深刻,也感佩上人的悲心。

林妙禎分享自己認識慈濟已十五年,亦是大愛臺的觀眾,看了大愛劇集《一閃一閃亮晶晶》後,她獲啟發,也希望自己的人生能夠發光發亮。她十分認同慈濟十戒,期待成為慈濟人後再帶動身邊的人加入。對環保特別有興趣的她,表示會加入環保志工的行列。

因為在上班的路上見到藍天白雲的慈濟人, 感到十分莊嚴, 經上前詢問、瞭解後, 希望自己也能加入的劉秀玲說, 認識慈濟後, 家裡發生了一些事情, 得到志工很大的幫忙, 所以發願要幫助更多有需要的人。

來香港工作的謝丹,受到身在福建、已認識慈濟的媽媽的鼓勵,所以來香港分會多瞭解。她報名參加歲末祝福的鼓隊,亦曾探訪街友,覺得很有意思,希望為社會多付出、盡一點力。

「靜思語不但影響小朋友,也令我終身受用,感恩慈濟。」 莫俊傑說,自己的孩子以前在慈濟參加親子成長班,他每次來都覺得 志工的容貌十分善良,孩子來這裡十分有意義,因為他們來學習做一 個善良的孩子。

「幸福有沒有在我身邊……爸爸說幸福就在鏡子裡,那就是我快樂的臉」,課程最後,〈幸福的臉〉的歌聲再次響起,大家開心地比劃著手語,感受慈濟大家庭的歡樂,課程也就此圓滿結束。

21

印象真善美

1月28日

社/區/志/工/課/程

撰文 / 羊潔嫻





維多利亞港的元宵之夜,遊客如織,處處洋溢著歡聲笑語。 不過,絢麗的燈光也有照不到的角落——這裏聚集一群以「天地為家」 的街友。

這夜,身著藍天白雲制服的慈濟志工來到這裏,給街友派發素食餐盒、清涼的飲品和新鮮水果。街友歡喜用餐之後,就是元宵節必備的「猜燈謎」遊戲。燈謎多為有趣的動物描寫,例如「嘴像小鏟子,腳像小扇子,走路左右擺,水上划船子」。有些街友一眼就能説出謎底,臉上洋溢著自豪的笑容;有些則互相交流,共同破解難題。成功猜中謎底時,大家會鼓掌;猜不出時,就用唱歌作為替代,一樣會獲得熱烈的掌聲。

猜燈謎之後是唱歌的環節,有〈迎春花〉、〈上海灘〉這些經典的曲目。有的街友隨著歌聲起舞,與志工手牽手共同轉圈跳舞,場面溫馨而歡快。志工也帶動他們一起做〈一家人〉的手語,最後還送上素食餐券,鼓勵他們多吃素。

「街友唱歌、猜燈謎、吃得開心,還會說『阿彌陀佛』,讓 我很感動也很開心。」志工蔡萌芽分享她第一次關懷街友的感受。

慈濟人在尖沙咀關懷街友已達十載。他們用十年的堅持,將 愛化作明燈——照亮被社會遺忘的角落。

2月24日

元/宵/街/友/團/拜

撰文 / 牟晏莹





印象真善 21

2月21日

雲漢邨長者屋

新春團拜

撰文 / 謝勤





「你聽鑼鼓響一片,聲聲送舊年……年年歡樂,歡樂年年」 應節的年歌在漢柏樓的長者屋響起,現場一片歡樂,喜氣洋洋。

 \bigoplus

新年伊始,志工來到給長者派福飯,還特別舉辦了新春團拜活動。志工在現場貼上春聯,掛起小燈籠,長者屋頓時有了濃濃的新年氣氛。

兩年多的相伴,長者和志工建立起一分深厚的情誼,他們很期待志工的到來。有長者一早就來幫忙志工做布置,享受一起相處的時光。

團拜在〈歡樂年年〉大合唱中拉開帷幕,大家把對新年美好的願望用歌聲表達出來。志工邀請居民張江生伯伯扮演財神,不太會講廣東話的他,用帶著濃重鄉音的普通話給大家帶來新春的祝福,同時也表示多謝慈濟對基層市民的關心和愛護。場地有點悶熱,穿著厚厚戲服的他卻不以為苦,仍很用心扮演,帶給大家很多歡樂。

活動中還安排了唱卡拉 0K、做手部操,以及擊鼓傳花猜謎遊戲等,長者都很踴躍參加。除了猜中謎語可以收到財神送的小禮物外,另有抽獎節目,結緣品包括吊飾、湯包,以及超市現金券;活動最後,還給大家派發一個十分精緻的福袋。對於未能出席團拜的長者,志工逐戶派發福袋和福飯,送上虔誠的祝福和關懷。

「大家都全心全意地去付出,希望能夠令老人家開心。」志 工伍彩玲表示,見到老人家開心,大家都開心,盼日後多舉辦這類活 動。

「有這麼難得的機會可以跟長者接觸,關心他們,一起過一個開心的下午,覺得很感動。」第一次參加慈濟探訪活動的李美絲如此說。

沙/田/單/車/公/園環/保/回/收

撰文 / 彭順珍、謝勤





住在馬鞍山的慈濟志工黃衍宙和張鳳平夫婦,在附近做晨運時,沿途撿拾遭丟棄的寶特瓶、易拉罐等物資。後來他們徵得大水坑單車公園(沙田體育會單車公園)工作人員的同意,多年來在園內收集丟棄的瓶罐,且感動其中的一些人員協助回收。

單車公園位於美麗的沙田城門河畔,設有單車租賃服務、二部飲料自動售賣機,以及一個小食亭。公園內平日有不少被丟棄的東西。

黃衍宙和張鳳平通常一周三至四次去單車公園做回收,待周 五讓環保車送走。在他們沒來的日子,工作人員會幫忙收集丟棄的物 資。有時候工作人員對物資沒有分類或不乾淨,夫婦倆會予以分類及 清洗。

2015年入職,負責單車公園管理和清潔工作的人稱「豐哥」的林豐,被黃衍宙和張鳳平的付出所感動,加上自身也注重環保,便主動幫忙回收。他喜歡清潔整齊,看到瓶子不清潔或留下東西在內,會先行清理才回收。張鳳平讚歎豐哥用心做環保,且很積極。他今年三月退休了,但樂意加入慈濟,繼續為環保、為地球出力。

單車公園,因為種種原因,近期改變經營模式,由一間單車 行承包,加上「豐哥」退休,目前此環保點將暫停。志工希望日後再 有機會在公園做回收,繼續守護社區環境。

22 印象真善

區/非/常/社/

濟獲激宣導環保

撰文 / 謝勤

23





慈濟香港分會於 3 月 25 日,應邀參加在鰂魚涌海濱社區休憩空間「舍區」舉行 的「非常社區節(東區)」,並以「非常環保生活推廣」為主題,宣導環保與素食。

由非牟利慈善團體「非常香港」主辦的「非常社區節」,通過在各類公共空間 舉辦創意活動,連結街坊,相互交流,建構地方回憶,為熟悉的空間重新賦予意義。慈 濟因為所營運的「綠在鰂魚涌」位處東區,而受邀參加「非常社區節(東區)」。

在鰂魚涌「舍區」,慈濟共擺設了五個攤位:二個展示和售賣淨斯產品;二個 有關環保願行館,提供環保遊戲和介紹大愛感恩科技產品;另一為「綠在鰂魚涌」設置 的流動街站,教導民眾分類回收。

活動得到分會五區的志工大力協助,參加志工超過三十人。除負責淨斯產品推 廣外,志工也協助願行館和「綠在鰂魚涌」的職員宣導環保。志工還走入人群,跟參與 活動的民眾及其他團體結緣,並分享穀粉飲品、素冷麵和餅乾。「藍天白雲」的身影活 躍在整個現場。

駐守願行館遊戲攤位的志工,熱情接待民眾,透過環保小遊戲,跟他們分享七 大類塑膠的分類,以及塑膠回收後的用途。旁邊大愛感恩科技產品攤位的志工則接著向 民眾介紹如何生產環保產品。

大地園丁 23



慈濟環保推廣經理梁榮錦稱讚活動場地很好:有一個完備的室內廚房,可準備素食, 另有一容納五十人的房間,可舉辦講座,戶外面積寬敞,可以擺放許多攤位,很適合慈濟推 廣環保、素食。

幾位擅長廚藝的志工,在廚房用慈濟的蔬食麵、五穀粉和山藥杏仁風味粉等食材製 作素冷麵,除邀請前來的民眾試吃,也與「非常香港」及其他參與團體的同仁結緣。志工還 沖調了穀粉飲品,給大家品嚐。「非常香港」職員容啟謙說,冷麵口感豐富,很清新,裡面 加了橙汁,特別好吃。當知道有些工作人員的午餐還沒著落時,志工建議享用我們的素便當, 他們高興地接受了。

慈濟在活動室舉辦了一個講座,主要關於垃圾徵費。除此,「綠在鰂魚涌」和願行 館的職員由不同的角度說明環保和回收的重要性,以及環保理念如何在日常生活中落實。

「社區空間是一個開放的平臺,給不同的人去接觸不同範疇的話題,如環保、素食, 也可以包含不同的宗教,如佛教,這對於街坊是很好的,可以認識更多不同範疇的東西。」 滿臉笑容的「非常香港」項目經理呂素熒說,慈濟在活動中介紹了不同的項目,如環保、垃 圾徵費、素食,都很有意義,而她試吃的素食很有營養,也很好吃。「希望以後有機會在不 同的社區節裡再一起合作。」她期待說道。

「非常香港」項目幹事黃駿燁表示,這次「非常社區節(東區)」,有很多街坊踴 躍支持、參與,也有很多不同的團體,前來為鰂魚涌、東區提供服務,活動相當成功。

「非常社區節(東區)」散發著和諧融洽的歡樂氛圍,慈濟人期待未來與其他團體, 再打造能回應地區願景的「你」想社區生活。





以 茶 水 汲 取 法 水 慈少 體 悟 人 文 精 神

25

愛的傳承

撰文 / 王萍

「這堂課讓我們暫時放下了繁重的學業和煩惱,感覺身心清靜與快樂!也學到平時在學 校學不到的茶學知識。」上完靜思茶道課後,慈少班學員馮嘉璇有此感受。

2023 年 12 月 10 日,在教育團隊的用心安排下,慈少班學員在靜思堂體驗了一堂寧靜愉悅的茶道課。當天,場地的布置簡約質樸,清新素雅,氣氛沉靜祥和。

課程開始,先由志工李漢明帶領大家做靜心體驗活動:學員排成一條人龍,每個人手捧裝滿清水的茶杯繞著佛堂慢走。起初,大家聽著古箏音樂,心還不能完全靜下來,步伐節奏各不相同,慢慢地,大家專注在當下,步伐開始變得有序起來,杯中之水也不再來回晃動了,最後沒有一位學員把水晃出杯口。

來到當天課程主題:「茶道工作坊」,由人文推廣幹事曾曼華,介紹慈濟茶的緣起及其 茶道文化與精神:位於苗栗縣三義鄉的慈濟茶園,原本規畫作為淨化人心的據點。天有不測風雲, 1999 年 9 月 21 日凌晨,臺灣發生規模七點三的大地震,震碎了許多人的家園。大地震使上人決 定這片茶園不再規畫為據點,要打造成生態茶園,讓茶園永續發展生產出純有機的「素」茶。

三義靜思茶園在有鐵漢意志力的志工陳忠厚,秉持證嚴上人敬天愛地的理念辛勤耕耘下,2016年通過臺灣最嚴格的有機認證單位「中興大學農產品驗證中心」的 312 項檢驗,成為臺灣最大的獨立有機茶園。

「慈濟靜思茶道創立的精神本懷源於『靜思』兩個字。」曾曼華說,「靜思」是用很冷靜、清靜之心來思考人事,如此產生的是人性最清淨的思想,這種思想非常堅定且充滿智慧,日常生活中能「靜思」自然就不會犯錯造惡。正如主題靜思語所說:「心念若能常保清淨,周圍就會是真善美的境界。」靜思茶道是學習靜定精神,且要知行合一。





這天,曾曼華還為學員介紹茶的種類,根據制作方法的不同,分為六大類:紅茶、青茶、黑茶、黄茶、白茶和綠茶。而泡茶的三要素:茶量、水温、時間,三者結合才能泡到一杯好茶。團隊邀請了茶人彭順珍來示範行茶之禮法,一舉一動是那麼的美、優雅及有威儀,讓大家感受到泡茶的真善美。

示範完畢,學員每人獲發一包淨斯茶包,學習如何泡茶及品茶。能夠喝到一杯好茶,當中要經過茶農辛勤的勞動,以及制茶師傅等許多人的付出,故「泡茶的人與品茶的人都要懷著感恩、尊重、愛這三心,才能品嚐到一杯好茶。」曾曼華如此說。彭順珍也和學員分享何謂「慈濟三好茶」:第一口,心發好願;第二口,口說好話;第三口,身行好事。真正是「喝心茶,傳心法」。

喝茶少不了茶食的點綴和搭配,但茶食宜少不宜多,要以簡樸素雅為原則。曾曼華精心準備了美美的禪悅食糧和黑糖琥珀核桃,純手工製作,賞心悅目 又好吃!學員細細品嚐,享用完後,盤內乾淨桌面整潔,表現出對師姑的尊重和 感恩。



「從沒想過喝茶也要心存感恩、尊重、愛,這是上課最大的收穫。」學員吳敏有此感受,他還說,靜思茶園種出的茶葉都是有機的,對身體很好,很健康,想買一包回去泡來跟家人分享。另一學員吳江華心情愉悅地分享說:「今天好開心!環境與平時很不同,好舒服!」

志工李順愛表示,活動讓她體會到對大自然要心存敬畏和感恩;愛惜植物;專注當下,學會靜定精神。

「青少年需要有一個空間放鬆心情,慈濟的茶道可以做到這點。」志工 浦聖芳感恩人文推廣團隊的配合,設計出寧靜的環境,讓學員在此氛圍中心情得 到紓緩。

「以茶水汲取法水」靜思茶道讓學員領悟到佛法與生活的結合,人人學會感恩、尊重、愛所有的天、地、人、事、物,如此自然就可以達到「以茶會祥和社會」。

26 愛的傳承

同

遊

館

為了讓學員認識大自然災害之由來和環保理念,親子成長班今年度的 第五堂課以「清淨在源頭·簡約好生活」為主題,並安排在大圍的慈濟環保願 行館進行。

3月9日下午,九龍塘與天水圍親子班的學員與家長,一起來到願行館上課。首先由館內同仁導賞「地球館」,透過視覺和觸感,瞭解環保行動的迫切性。當中「與地球共生息」主題帶出現今世界面對的「地、水、火、風」四大不調與人類的關係,提倡「清淨在源頭」,在生活中實踐源頭減廢。

親子接著參觀專題展覽「空山見林」,認識到大量「廢」紙被棄,森林過度砍伐影響自然生態和動物棲息地。展館使用被棄置的書籍、習作簿和圖畫製造出一株大樹,牆壁貼上用習作紙剪成的大蝴蝶,並提供顏色筆,讓參訪者在樹及牆壁上畫上自己喜愛的花草、樹木、動物或文字,並通過觸摸感受紙張與大自然的息息相關。

在示範製作「純素紅豆草莓大福」時,導師以問答形式介紹所需的純素食材和份量,還讓學員動手搓出蝴蝶結來點綴成品。製作完成後,親子一起品嚐純素美食。

在交流時段,志工何潔儀問,保護環境除了回收,還有什麼辦法?天水圍班學員陳國霖說:人類製造了很多二氧化碳,樹木把它吸收再釋出乾淨的氧,所以要多種樹木;到二手店購買衣物,將自己不合用的送給別人,舉辦義賣會令衣物重生,而售賣衣物得到的錢,又可捐出助人。

「家長以身作則並與小孩一起做環保最有效。」志工袁惠敏提出看法。

學員潘允之、潘彥升姐弟的外婆感恩慈濟為地球做了很多好事。平日 有做環保的她說,高興慈濟營辦這麼好的展館提供環保教育,希望大家一同進 步。

家長許美蓮說,兒子參加親子班後品德變好了,如會講「(對別人) 有話要好好說」,也學會做環保,把需要和想要的弄清楚。她說,願行館令大 家大開眼界,並好好思考如何做好環保。

家長張偉雄說,他的小孩認識環保後,會和家人分享,在課程中顯得 開心,他自己也增加了對環境保育的認知。



「感恩慈濟有此平臺,可以讓人看到大愛、溫暖的人性及光輝的一面。 現今的社會很需要這種課程。」陪伴孩子前來參加慈少班的黃蔚詩女士有此體 會。

慈少班今年度第五堂的主題「慈善志業——街友」,契合了主題靜思 語:「天上最美是星星,地上最美是溫情」。通過本堂課,學員明白自己的幸 福,進而知苦惜福,珍惜身邊的一切。

課堂於 3 月 10 日在靜思堂舉行,先由教育志工陳娜平與李寶明帶領學 員,以遊戲方式體驗內容主題。每一位學員在白紙寫上他或她喜歡的物品及家 居必需品,再從中挑選放入行李箱裡,之後從一旁的四個箱中,各抽出一勾畫 基層人士生活的紙張 (分別寫有年齡、性別、個人物品、居住情況)。最後, 學員分享他們抽到的人物的生活,從而瞭解基層人士的生活條件,並進而認識 自己生活何等幸福,以及「見苦知福」的道理。

體驗之後,志工余小碧講解慈善志業緣起,然後播放影片《香港慈濟 大藏經》,讓學員更加瞭解慈濟。志工特別分享慈善志業,包括:機構、社區、 弱勢社群、獨居長者的探訪與關懷。課堂上還播放了探訪街友的影片。志工何 俊佑也分享了多年探訪的感受、見聞:有些街友變成了志工,從「手心向上」 需要幫助到現在「手心向下」的志工。

學員長何潔儀與浦聖芳說,分享的每一個感人的關懷個案是鼓勵學員 學習付出的正思惟。之後學員回饋他們的感受:生活在幸福的家庭裏,吃得飽, 穿得暖,從不需要擔心生活問題,但幸福不是必然的事情,現在懂得知足了。

心得分享後,志工以手語帶動大家比劃〈一家人〉,場面溫馨。「因 為我們是一家人,分擔分享,彼此的人生」歌詞道出了「慈善志業」的理念, 就是愛與關懷。

陪伴兒子第一次上慈少班的黃蔚詩說,孩子沉迷打機,上課不專心, 不尊敬父母與老師,希望他參與慈少班,走出自我世界,擴大生活圈子,關心 他人。

隊輔卓曙光說,有些學員看了訪視影片,感到震撼,其中一位以往很 少發言,但這次則發表了意見。志工余小碧說,一位學員對沒有家庭、朋友的 街友產生了同理心,有的學員明白大愛沒有分別心,要關懷社區中被遺忘的一 群人。





宗教處同仁訪港 做會務關懷與指導

29

菩提精進

撰文 / 林惠芳、牟晏莹



籌備多時的慈濟大愛中醫診所於 3 月 16 日開幕,本會宗教處同仁鄭思弘和王姿涵,得到上人慈允特地前來參加,並送上祝福。他們於 3 月 15 日到港展開為期四天的會務關懷,除了出席慈濟大愛中醫診所的開幕禮,參訪分會的社區道場、環保志業體,舉辦精進日外,也去探訪街友與籠屋戶。清修士鄭思弘和同仁王姿涵是第一次到訪香港分會,他們與香港的慈濟家人彼此都十分期待面晤交流。



他們 15 號上午抵港後,在執行團隊陪同下,隨即驅車前往位於新界的天水圍聯絡處,法親家人夾道熱烈歡迎,近百平方尺的地方聚滿了志工。執行長施頌鈴簡介分會的社區情況,以及新界西社區與天水圍聯絡處的運作。接著由新界西的「大家長」、年近八十的志工陳悅徵,帶領參觀及說明聯絡處如何善用有限的空間。

下午是新界西做會務報告。新界西有三個協力

組,有不同的關懷定點,包括醫院、安老院舍和盲人院,也會進行居家關懷、親子成長班、環保等活動。席

上,志工分享了關懷定點的個案與自己的心得感受。

志工林麗玉生病期間得到許多法親的關懷與鼓勵。她說自己有精神的時候會上線參加薰法香、志工早會,也承擔品書會的導讀。「我的身體生病,但心沒病。」她如此說。鄭思弘讚歎她「心交給菩薩,身交給醫生」的精神值得大家學習。

邱英憶述兒子在疫情肆虐的 2022 年 11 月離世,法親翌日在線上展開了關懷,與她一起念佛號,兒子出殯當日天氣寒冷,仍然來了五十多人,過年的時候,也到她家拜年,法親家人一路溫暖的陪伴讓她非常感恩。在安排好家業後,她積極地重投志業中,放下心中悲痛,轉念為別人祝福。鄭思弘對邱英讚歎之餘,也鼓勵她帶動先生一起走入慈濟,並將愛擴大,將所有孩子當成自己的孩子,給自己機會去幫助他人。



幫助街友 改變觀念為要

晚上宗教處同仁在志工陪伴下探訪了尖沙咀文化中心一帶的街友,在這裏慈濟人做關懷已十年了。通過與他們的互動交談,鄭思弘覺得街友的基本生活需求有一定保障,慈濟人最需幫忙他們的地方是轉變他們的觀念。例如,一位年僅三十二歲的街友在父母七年前去世後就流落街頭,他打臨時工,所以經常會遇到沒有工作的情況。

鄭思弘認為,其實這位街友是有能力賺錢,但只要他的觀念轉變,就可以「上樓」(搬到房子裏住),可能因為沒有人教他,他不知道正常的生活應該是什麼模樣。

接著一行人前往旺角的「籠屋」探訪,其中一位住戶石雄先生,是在志工的幫助下,從露宿街頭住進籠屋。石先生過去因為吸毒和妹妹關係不好,但現在妹妹還是會關心他。鄭思弘和志工分享時說:街友上樓後,看起來還是很苦,而每一個人的自我知見是很牢固的,非之言兩語能夠改變,需要不斷思考如何可以給予幫助。

法親關懷 用爱陪伴照顧

3月16日早上,鄭思弘、王姿涵出席了慈濟大愛中醫診所的開幕儀式。活動結束後,兩人隨即回到靜思堂,簡單用過午餐後,聽取九龍社區的會務報告。

其中九龍東互愛組長許鳳儀報告校園「閱讀靜思書籍」贈書計畫。鄭思弘回饋說, 送書後,要想如何延續其效果,拉長情,擴大愛,例如舉辦作文比賽、分享會,引導孩子深入,學到智慧,而不只是讀到知識,只有知識可能會有煩惱。

九龍東社區的法親林漢威患有帕金森,腦功能退化,獨居於家中,幾乎不能自理 生活,但沒有辦法送他去醫院,因為他不簽字。志工梁月娥說,林漢威不會煮飯,需要 志工煮飯送去給他。洗澡、換衣服則是由志工楊德順幫忙。鄭思弘關心地勸林漢威說, 大家都很愛他,他要聽家人的話,心安住。林漢威點頭答應,還和大家合十。

當天下午,一行人來到港島參訪慈濟與環保署合作營運的「綠在鰂魚涌」回收便利點,他們仔細聽取其運作方式也體驗「綠綠賞」禮物兌換的操作方法。之後,在活動室由互愛組長歐紅報告港島區志業推動的概況,接著是與法親家人的交心座談。席上,志工輪流分享自己的慈濟心路歷程或提出問題尋求解答,鄭思弘聽後給予回饋與鼓勵,場面相當温馨。





獅城志工 環保經驗分享

3月17日,香港分會舉行兩年一度的幹部換屆儀式暨精進日,五區的志工一早齊聚靜思堂,先恭聽上人的開示,之後是幹部任命及交接;對新舊幹部的心得分享,鄭思弘與在雲端聆聽的德懷師父作了回應。

會中,也安排了新加坡分會合心環保幹事劉明光及和氣環保幹事江石獅,與眾分享當地環保志業概況;用環保理念舉辦慈善義賣會,將廚餘轉化為肥料,以及通過遊戲促進環保知識的普及;一協力組建一環保點,全島現已有三十八個社區環保教育點;每月第三個星期日的慈濟環境永續日,吸引超過千人聚集在周邊的環保教育點;兩年一次的新加坡總統杯環保獎,新加坡志工會努力收集整理資料申請。他們說新加坡的「慈濟永續生活館」需要不斷更新內容,此次也是來香港學習,尋找更多靈感和經驗。二人在前一天參觀了「綠在鰂魚涌」回收便利點及在北角的回收街站,做現場的了解。





多黛法香 有助解惑轉念

在下午座談時段,陳嬌麗分享了在訪視中遇到的問題:有志工對關懷個案作「保密」處理,以及有案主幾年間重複某些問題,無法真正釋懷。鄭思弘建議:訪視時,志工之間要建立默契,對案主要拔苦與樂,要拉長情,不要有太綿密的感情;即使案主要求只和一個人說,也要記錄並告知團隊;要適度地打開案主的心胸,如果總是講秘密、悄悄話,那更難打開心門;採用多元方式,從周邊的角度來解決問題。德懷師父強調團隊的重要性,不應該只有一個人陪伴,而是需要一個團隊。對於有個案一直無法打開心門,可請對方觀看大愛臺,必要時,尋求醫生的幫助。



朱鳳羚說,現在活動頻繁,大家身心感到疲累,長期下去可能會缺乏法喜,招募更多的菩薩也是一大難題,之前計畫的活動可能擱置。鄭思弘說,以前自己平時會努力用功學習,然後在活動中多分享,這樣組員就會願意在一起。而作為領頭人,需要付出很多努力,在累的時候只要適度地調整,就會有新人接替上來。德懷師父開示:做完事情一定要心得分享,要彼此關懷,協力組長要常關懷組員;幹部要薰法香,薰法香會帶來法喜,有助於解惑和轉念;在活動前要有叮嚀,活動後要進行盤點,看看對內有沒有提升凝聚力,對外有沒有起到接引的作用。

承擔協力組長多年的周小燕說,她感覺工作愈來愈困難,對於活動,如品書會、聯誼會,參與者愈來愈少。鄭思弘回應說:上人是最好的導讀人,可以利用上人的視頻和文字進行導讀,然後大家一起分享;大家都喜歡聽故事,並希望別人傾聽自己的故事,但也要給別人表達的機會;談話中出現了爭議或情緒,就要及時調整,這樣大家就會更願意參與。德懷師父說:大家彼此多交流很重要,聯誼不僅僅是傳遞資訊,更是法親之間的關懷,對於那些沒有出席的人,要給予關懷,幫他們找回慈濟魂;聽完上人的法,應該思考如何將其應用到生活中。德懷師父呼籲大家多參與,要常回精舍。

夕陽餘暉溫柔地灑在靜思堂內,一日精進在眾人唱誦〈立願文〉的聲音中畫下句號。眾人漸漸散去,帶著滿滿的法喜回到家裏,回到社區中。



菩薩招生 利他思惟為上

3月18日早上,兩位同仁參訪了願行館。執行長施頌鈴為他們作導賞,介紹願行館及其環保建築。之後,鄭思弘與新界東志工進行座談。當中提到社區志工陳國柱:曾中風行動不便的他,因投入環保,令身體逐漸康復,現在可以隨環保車做回收,在疫情期間,多次協助運送防疫物資到醫院以及社會服務機構。

鄭思弘師兄:之前的聯絡處演變成今天的願行館,新界東志工能讓它保持一個家的感覺,令人讚歎,而年長的環保志工在這裡身體力行,是大家的典範。他說,香港地小人多,許多人居住的地方很狹窄,人與人之間需要聲色柔和地溝通,在菩薩大招生上,應以利他為主的思惟,讓社區大德體會到慈濟的確是個很特別的團體。

宗教處同仁這四天的會務關懷,除了實地瞭解香港的志業推動外,本地志工也因他們的法繹分享與指導,找到方向堅定信念,未來更踏實地走在慈濟路上。

香港分會 2024 至 2026 年新任幹事,於 3 月 17 日在精舍德懷師父透過視頻及清修士鄭思弘在現場見證下,獲得任命並與上屆進行交接。香港分會踏入第二個三十年之際,新任四合一架構的幹部於未來二年,在上人的期許和祝福下,會以合和互協的精神,勤耕香港這塊福田——弘法利生,菩薩大招生,穩步行走菩薩道。

3月17日一早,分會五區志工聚集靜思堂,先恭聽上人的開示。宣讀新一屆 幹部任命之前,鄭思弘勉勵大家,用真誠落實法親關懷,做事要彼此善解和包容,用 寬闊的胸襟,為慈濟培育人才,「發掘並培育人才,才是對上人最好的供養」。他說, 幹部更要擔負起承先啟後、繼往開來的責任,人人有事做,事事有人做,要去成就無 數的人。

幹部名單布達後,有組長承諾以傳承的心,手牽手與接棒的幹事攜手同行; 也有願意承擔的幹事說,運用智慧,用心地與家人溝通,解決了家業或事業的問題, 得以投入團隊。分享期間,一幕幕令人感動和共鳴的場面,讓大家找回進入慈濟的初 心。

卸任港島區財務幹事的詹愛玲說,要把對的人放在對的位子上,她感恩有財務工作經驗的曾小慧承擔港島區財務幹事,未來她會繼續陪伴。

在協力或互愛組長崗位有十多年的新界東的彭順珍,因身體原因,退下來改為承擔人文真善美。她說該區的志工不多,但大家合作非常好,對每一個活動承擔都很歡喜。接任其崗位的仇文英說,自己在思考如何協調家業、志業——要多陪伴將退休的丈夫,也有信心接引他進慈濟。參加慈濟已十八年的陳嬌麗說,看到新界東的菩薩大都已七十多歲,十分不捨,因此自己也出來承擔。

新界西社區志工眾多,站滿整個講臺。承擔互愛組長的朱鳳羚之前沒做過協力組長,很感恩陳慈勇對她的指導。留紫玉說,本來想陪伴年紀大的父親,從互愛崗位上退下,現決定繼續承擔,期許自己做到心念不偏差,行動不離法。邱英說,曾考慮家人的感受,且自己在內地、香港兩地居住,怕做得不好,但想到要把握當下,就承擔起來。舒慧萍說,加入幹事團隊的原因很簡單,因為「我愛慈濟,就要來承擔,並在做的時候去覺」。

九龍東互愛組長許鳳儀說,上人叫我們挑天下人米籮(以天下事為己任), 她會和組長、組員跟著上人拼著做。稱自己是「行動派」的另一互愛組長譚小玲說, 她不會說太多,以行動表達。協力副組長謝勤說,很感恩組長鄭健坤在 2017 年尖沙 明冷佛時期她接引入慈濟,「我會做好為馬」。





九龍西互愛組長邱雅雯說,自己已經做了六任組長,很遺憾沒有做好傳承。 同區的何俊佑說,希望九龍西重新出發,很支持雅雯師姊帶領,九西將更團結。互愛 隊長黃耀良今年1月31日退休,2月1日已到慈濟大愛中醫診所做志工,他說:「世 間財賺夠了,來賺功德財。」

各組心得分享之後,由慈誠隊談他們行經的體會。去年受證的王子文今年承擔總務,他說,自己不知道總務做什麼,但發願,力所能及就做!施仁賀也作了簡短而有力的承諾:「在慈濟對的事情做就對了,有人找我我就做」。才二十歲的培訓委員陳思捷用令人振奮的語氣說:「九龍西很多老菩薩,上人說天下米籮年輕人來擔,不用怕!年輕人來啦!」這番話讓整個場面頓時熱絡起來,把下一位分享的陳家禎感動得一時間不知如何說起。待心情平復後,承擔大愛中醫診所主管的他說,感恩大家對他的信任,成就了中醫診所,他只是在前面努力,大家是他的後盾,「我一定盡心盡力,經營大愛中醫診所,以感恩大家」。

「勇於承擔要勇氣,樂於配合要智慧。」幹部心得分享後,一直在雲端聆聽的德懷師父有此開示。德懷師父說很開心聽到互愛和協力團隊溫馨的分享,這讓他留下深刻的印象。他說大家要多做法親關懷,讓有需要的家人可以得到實際的幫助和心靈膚慰;在菩薩大招生一環,可思考多種途徑推行不同活動,如在靜思堂多舉辦活動,吸引路過大德入內了解慈濟;環保志業也是一個可以接引菩薩加入志工行列的法門。「菩薩要有群,有群才有力量。」德懷師父說雖然看到有年輕人願意承擔,但是一個不夠,要努力思考,怎樣來接引多些。他也叮嚀大家要薰法香,薰法香會帶來法喜,「信、願、行」在做中體悟佛法。最後,他期望香港家人可以多回花蓮探望上人和慈濟家人。

儀



「只要(慈濟人)在菩薩道上一念心,點點滴滴地集中力量,定能幫助我達成願望,感恩大家。」在精進日,上人談及「法乳西饋」時,感恩新加坡與馬來西亞團隊,長年在佛陀故鄉的尼泊爾進行援助,代他將心願付諸行動,

今年度首堂的委員慈誠精進日於3月3日舉行,在〈佛在靈山〉攝心的旋律聲中,身處九龍塘靜思堂的香港志工,透過連線,仿佛去到了花蓮本會的現場,與全球慈濟人一起精進。

德澡師父為大眾講解《譬喻品三》:慈濟眾菩薩要有大承擔,不斷行善, 人人若能好好堅持這念心,不再貪著,就能夠「速出三界」,廣結福緣,成佛可期。 德澡師父藉精舍製作年糕的過程,鼓勵大家去煩惱,塵盡光生,勤修精進。

慈濟慈善事業基金會執行長顏博文就 2024 年的志業目標與展望,以及全球慈濟志業的推動作了介紹。志工回饋說,這令全球志工更明白,虔誠、茹素、環保是靈方妙藥,匯聚全球更多志同道合人士的正能量,才能社會祥和,天下無災。

在「慈善訪視,無悔之路」的環節,花蓮志工廖秀與她的團隊用愛心身體 力行,送餐幾十年,把關懷的溫暖,帶到每一個角落。這大愛團隊令整個花蓮善 的力量得以延續,令聽者非常感動。

身心寬暢時間,大家趁機交流。慈誠楊德順分享,他謹記上人法親相互關懷與扶持的慈示,故會經常致電一位年紀大患腦退化的獨居志工,提醒他吃藥和早餐,並關心他生活有無欠缺,需要時給他補給。「令老人家不感孤單,自己亦安心。」他說。

攝影 / 林桂霖





志工蔡秀川說,拜經時有師父帶動,感覺不一樣,心彷彿給帶往嚮往的花 蓮靜思堂。

「我要像清修士靜涵那樣精進,要好好反省自己,她每一句話都好像提醒自己——要加油。」志工仇文英說,承擔會有壓力,遇困難要盡力克服,在菩薩道上努力向前行。上人年紀那麼大,仍那樣精進,弟子更要好好緊跟,講了「我願意」,一定要盡力去做。

志工陳思捷說,很讚歎臺灣潘靜涵清修士的分享,「恒持初心甘願行」不是放在口頭上,而是把佛陀智慧融入生活,生命中的逆境往往是在成就我們。他說,「佛道上來去自如把握因緣」這段上人的開示,提醒他不要受業力的束縛,增加助緣,煩惱自然減少。



(

舞臺上,兩位慈濟志工正模擬演繹到案家關懷一位飽受咳嗽困擾、不能吞嚥無法入睡的婦人;扮演的志工用哽咽的聲音,把婦人陷入絕境、無人理解的苦楚,刻畫得入木三分。生動的演繹,引起臺下學員的悲心共鳴。

1月28日以「慈善」為主題的培訓委員慈誠課程中,團隊用心準備了這齣話劇,以加深學員的訪視概念。志工余嘉進則分享訪視的注意事項,哪些應該做,哪些不應該做,並指導大家要依據以下原則來寫個案記錄:立即性、完整性、真實性、連貫性、客觀性、豐富性;他且給學員做了仔細的講解。

課程上,學員還透過影片看到護理人員如何細心照顧、陪伴一位 三十多歲因病下半身失去知覺,因而情緒低落,時常有輕生念頭的梅女士。 照護這樣一位病人,任何安慰都顯得無力,但一位非常細心的護理人員發 現梅女士用手機與人通訊時,常發出各種表情包,於是見面時就拿手機向 她討教,並及時讚賞鼓勵她,讓她知道即使身體殘缺,都有發亮的時候。

清修士陳思擔講解《無量義經》的環節,讓人非常法喜。對於佛經的內容,他有很多「為什麼」,並透過自己對問題不斷地思考、探尋,以及親身經歷得到的答案,幫助我們釐清了很多之前模糊的認知。

「一言半句勤誦習,通達無量微妙理」,天天讀經真的有效嗎?很多學佛的人,都有一個計數器,每天計算自己讀了多少遍,有多少功德!「對內自謙即是功,對外禮讓即是德」,功德不在計數,那為什麽還要天天讀經呢?陳思擔解釋說,比如你從尖沙咀去深圳,你要打開谷歌地圖,地圖會告訴你往北三公里,往西兩公里,遇到路口向東一公里。經文好比是地圖,會告訴你方向,多讀幾遍,就記在腦海裏。但如果只是口念而不行動的話,永遠到不了彼岸。



「《無量義法髓頌》這本書,我天天放在布袋裏,拎著去上班,路上翻來覆去地讀,讀了有十多遍。」心得分享時,學員黃愛喜說她很喜歡《無量義法髓頌》,書一翻開,裏面都是重點和摺痕。

她還說,自從茹素後,感受到三大好處 ——多了些慈悲心,便秘沒有了,性格變好了; 以前老是嘰嘰喳喳亂講話,現在吃飯的時候都止 語。家人對她的改變很好奇,她說,他們到靜思 堂看看慈濟人的莊嚴相,就會明白了。

「學習的路上有各種磕磕絆絆,但總有一股力量讓我堅持下來。」牟晏莹說,佛陀在王宮長大,經過十一年苦修,最後在菩提樹下覺悟,我們也要學習佛陀的精神,長時修,堅定地朝著覺悟的方向。

陳思捷看到上人為了弘法,親自用鐵筆 在鋼板上刻出整部《無量義經》,再用蠟紙油印 出來,而當初因為用力過度,到現在手指還會疼 痛。「上人心心念念為衆生,為法忘軀的精神, 讓我非常感動。」陳思捷道出內心的感受。



守護生命、守護健康、守護愛

於 3 月 24 日舉辦的培訓委員慈誠課主題為「醫療志業」。在「片瓦滴血上人心」中,志工周玉蓮講述上人當年為了讓「後山」的居民能有全面的醫療照顧,規劃籌辦醫院,在經歷了重重艱難後,1986 年花蓮佛教慈濟綜合醫院終於啟業。她說,為挽救全球的血液疾病患者,「慈濟基金會骨髓捐贈資料中心」於 1993 年年底設立,1994 年首例非親屬骨髓配對成功。

有關香港慈濟的醫療志業,人醫幹事陳家禎醫生回顧說:2008年分會在天水圍舉辦首次義檢,於2016年8月成立了香港慈濟人醫會,之後多次舉辦義檢活動,卻總覺這做法猶如蜻蜓點水,非長久之計,去年因緣成熟,承蒙上人的祝福,終於在油麻地覓到適合設立診所的好地方。陳醫師說,慈濟大愛中醫診所秉持著守護生命、守護健康、守護愛的理念走入社區,除了服務各階層人士,更以照顧弱勢族群為使命。今年年初,經多方人力的合和互協,在診所舉辦了一場大型義診;醫人、醫病、更醫心,在香港社區編織愛的醫療網。

課程也安排精進組幹事歐陽碧嬋教導學員「學佛行儀和食之威儀」;志工梁君茹和蔡佩君兩人分享如何「菩薩大招生」——見人說慈濟、把握因緣說慈濟、多傾聽、多關心、多用心引導及呼籲,言行舉止要有慈濟人文,還要以身作則。

「如何健康地茹素」是陳宇傑中醫師分享的主題。「食素 = 健康」嗎?陳醫師說,一般因宗教信仰而持素者,會忽略健康吃素,他們比較隨意,只想不吃肉就好。對此,陳醫師分享了許多健康茹素的資料和每天做十分鐘的運動,希望能幫助大家在茹素中保持身體健康及最佳精神狀態。





心得分享時,學員陳思捷說從上人開示的影片中看到,住在照顧之家兩年的一位病患,從沒說過一句話,大家以為他是啞巴,但他到大林慈濟醫院就診後,竟然對醫生說了聲「謝謝」。這證明了醫護所做的行動和關懷是何其到位,竟然能令一個自我封閉了兩年的人打開心扉,願意開□說話。「這讓我體會到醫生在醫療過程中,要醫人、醫病、更要醫心。」他深有感受。

曾經也是培訓委員,後來因緣不具足沒有受證的學員陳素梅說,去年十月回花蓮 見到上人,自己非常感動,回港後跟家人分享並得到祝福,於是今年再次來參加培訓,希 望這次能好好的學習。

學員楊婉微說,她近來身體不適,看醫生了解病情後,心裡非常難過,但睡了一 覺隔天醒來,她告訴自己要轉念,不用擔心。「該來的就去面對,該做的就去做。不要因 為自己的悲觀影響到身邊其他人的情緒。」她鼓勵自己要堅強、樂觀,說不定會沒事。

透過培訓課,學員汲取慈濟的精神理念,也更深刻瞭解志業的脈動,讓自己的菩薩道走得更穩、更堅定。