

## 大哉教育 善哉造福

慈濟庚子年歲末祝福的主題為「大哉教育益群生，行善人間致祥和」，這是證嚴上人在新冠病毒持續肆虐全球的情形下，對慈濟人於新的一年警惕與期許。

大哉教育包括諸方面，從個人生活習慣到地球環境生態都在其中。上人提示人人口罩不離身，還要收斂行跡，盡量不要往人多處集中，更敦促大家要「齋戒茹素」。而教育的方式因科技發達，通過雲端網絡，既能讓參與者保持安全社交距離，又能將法傳得更遠更廣。今年初全球慈濟人就首次以 Zoom 平臺連線方式向上人拜年，並聆聽開示，以及其他國家地區的家人分享。

大哉教育的目的是利益群生以及行善，致使人間祥和。在疫情下，建立個人的良好生活習慣，保護自己也保護他人，換得全社會的平安。對疫情中備受打擊的弱勢基層社群，慈濟志工則繼續予以關懷、援助，如年三十晚志工帶著素年糕，以及祝福包、靜思語「揮春」去探訪牛頭角上邨長期關懷的獨居長者。而為了宣導環保與素食，志工除了在社區張貼印有上人《每日一叮嚀》的推素海報，也在探訪時，向關懷戶講解其內容。

人間祥和需要用善與愛來營造。慈濟人以《法華經》鋪路，行走人間菩提大直道，並期許自己如上人開示的，「看到美好的山河大地不斷遭到破壞，我們要力挽狂瀾，必得從推素開始；對他人需要幫助時，即時發揮愛心付出無求；對物惜福知足；對動物要疼惜愛護。」

唯有凝聚世人更多善念，共耕福田，尊重生命，敬天愛地，疫情才能早日消弭，迎來平安幸福日子。

鄭偉鳴

二〇二一年三月第147期

# 目錄

印刷	青塔印務有限公司
照片提供	攝影志工 人文真善美團隊
文稿撰述	筆耕志工 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

16	除夕夜訪獨居長者予溫暖
14	《每日一叮嚀》獲坊眾回響
11	深耕舊區跨年的持續關懷
	<b>慈善關懷</b>
10	疫情持續 愛不間斷
	<b>大愛共伴 造福行善</b>
8	為傳播人間美善 因應情勢更精進
7	首次線上拜年 溫馨零距離
5	線上歲末祝福 疫情下祈平安
	<b>主題報導 歲末祝福</b>
4	證嚴上人致全球慈濟人新春祝福函
1	大哉教育 善哉造福
	<b>編者感言</b>

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

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

綠在鯽魚涌

鯽魚涌英皇道 1010-1056 東匯坊 130、111 號舖

電話 5285 8476

28 環保天地

27 在甘願付出中 體會人間實相

清修點滴

23 慈濟香港回收新一頁

大地園丁

21 真善美工作坊開鑼 學習交流互促成長

20 面對數位社會 學習自我提升

菩提精進

19 歲末大掃除 去疫情煩擾

18 ^ 祈禱 v 歌聲響起 在不同角落地點

愛灑社區

17 把握做人的時間

傳心點滴





諸位慈濟仁者：大家好！

逢此新春佳節，本是全家歡喜團圓的日子，共同迎接新歲到來。無奈新型冠狀肺炎籠罩全球，疫情一整年仍未斂跡。國際製藥大廠積極開發疫苗應世，但新冠病毒變種又再悄然來臨，委實令人耽憂。為了防止疫情擴大，人人必須改變原有的生活習慣，不但必須「口罩」不離身，還要收斂行跡，盡量不要往人多處集中，保護自己也保護他人。忍得一時的不便與無奈，才能換得全家的平安。平安最大富，願人人時時要抱持感恩心，感恩各行各業堅守崗位默默奉獻，才能換來我們享有的平安歲月。

「大哉教育益群生，行善人間致祥和」，我們有緣生在此時代，以法華鋪路，行走人間菩提大直道。感恩現今科技發達，透過雲端，有聲有影，師徒之間，仿佛無時無刻都在身邊團聚。能將法脈宗門普遍弘揚，讓人人找到向善向上的力量，這就是師父最感到歡喜安慰的。值此新春佳節，願人人安住身心，儘量減少外出。更要珍惜與家人團聚的機會，把握時間多多分享美善的故事，也讓家人領受一路行在菩薩道的心靈風光。

期待人人共同一念心，廣造菩提功德林。看到美好的山河大地不斷遭到破壞，我們要力挽狂瀾，必得從推素開始。祥和的社會需要人人用完整的愛來編織，對他人需要幫助時，即時發揮愛心付出無求；對物惜福知足；對動物要疼惜愛護。謹記時時「口說好話、身行好事、心想好意」，持續推動愛灑人間不停息，為天下祈福。期待大家信守力行齋戒、不殺生的具體行動，表達一分虔誠的力量，帶動社會愛的共鳴。

唯有凝聚更多的善念，行善造福，共耕福田，尊重生命，敬天愛地，才能早日讓疫情消弭於無形，迎來無憂無懼的平安幸福日子。祈願人心淨化、社會祥和、天下無災無難！虔誠祝福人人平安，家家吉祥，福慧雙修。

台灣佛教慈濟基金會

釋證嚴

二〇二一年二月十一日

主題報導 歲末祝福

## 線上歲末祝福 疫情下祈平安

撰文•馬子愉

慈濟香港分會庚子年的歲末祝福，因防範新冠病毒的需要，改為在線上進行。活動當天的2021年1月31日，會眾安坐家中參與，為香港聚福緣，世界祈平安；因適逢見習課程，培訓組於是安排學員於Zoom會議中，同步參與。當天同時上線人數為三百四十四位，總觀看次數為一千一百七十五次。

一如以往的現場活動，在線上法親家人一同回顧過去一年慈濟人行善的足跡，聆聽上人的開示，以及觀看手語演繹。

分會執行長施頌鈴在致詞中，感恩志工一年來的付出，為社區、弱勢社群、街友及醫護人員送上防疫物資及祝福，亦感恩十方大德對慈濟的護持，並呼籲大家捐出愛心善款的同时，更要齋戒茹素救地球。

歲末祝福雖然沒有現場活動，志工在做足防疫措施下，還是把靜思堂布置出新年的氣氛，讓大家在人心惶惶的社會氛圍下，通過視像感受到節日的歡喜及慈濟人文。

九龍塘分會的圍牆外掛上「歲末祝福」海報。從大門口通往靜思堂側門的走道掛著紅燈籠，寓意燈燈相傳無盡燈，每一位經過的人都可以成為提燈照路的人間菩薩。走道的盡頭是「福到人間」及「法髓緣·慈悲願」的擺設。志工巧妙地把「法髓緣·慈悲願」、「心蓮照萬家」配合「五穀豐收」等場景，營造熱鬧和諧之美。

在分會花園內，設計優美的竹筒區，擺放了以四支竹枝併成「M」字的裝置，讓大家可以從左右兩側投善款入大瓷缸，匯集愛心。由於舊有的竹筒已經損壞，志工要往竹業工



雖然沒有現場活動，志工在做足防疫措施下，還是把靜思堂布置出新年的氣氛

攝影 / 林桂霖

廠找合適的竹枝，製作新的。靜思堂門前貼上今年的歲末祝福主題「大哉教育益群生·行善人間致祥和」對聯。

香港分會第一次舉辦線上歲末祝福，為確保活動順暢，預先錄影整個流程及配以後期製作，並發佈至 YouTube 平臺，讓大德及志工參與。在正式拍攝前，活動組向真善美團隊講解每一個環節的分鏡和畫面需求，並一起討論如何拍攝。真善美團隊第一次承擔這樣的工作，互相補位，邊做邊學。

志工原計劃於不同場次演繹〈行願半世紀〉及《無量義經》音樂劇內的部分手語，從去年 11 月便已開始練習。但改為線上播出後，大家只好調整曲目重新練習，却仍然展現了莊嚴的道氣。

多位參與線上歲末祝福的會眾、志工談及他們的感受與心願。元朗盲人安老院的張麗明院長，感恩慈濟多年關愛院舍的長者及社區上有需要人士，並祝大家平安健康。胡姑娘說，慈濟全球志工處處親力親為，感動了每一位接受幫助的人。

「慈悲心感動他人，傳燃感恩的心燈。」蔡雅聰祈願疫情早日消弭，點亮新一年的平安吉祥。

梁曉霖說，《大藏經》的片段令人很感動，也透過回顧過去一年所發生的災害以及全球慈濟人的付出，令自己反思對地球做過的破壞，但願人人能為地球、為眾生多付出一點力量。

何俊佑感恩慈濟人在疫情下仍送贈防疫物資給醫護人員，給他們鼓勵與祝福；也給全球許多的國家地區發放防疫物資和愛心祝福包，做危難救急，並在全球勸素。

「在疫情發生這非常年代，非行大善教育不可。」王水說，人類要懺悔過失，知足感恩，尊重生命愛，推素茹素，眾生才會平安，人類方得祥和。

胡美珍感恩上人開創慈濟世界，佛法難聞今已聞，今生得以聞法行經，見苦知福，體會修行真理。

浦聖芳說，持續一年多的疫情，突如其來的生活習慣的改變，實在很需要有個心靈上的倚靠；上人說大小災害來自於四大不調，故要素食及環保清淨在源頭，祈願大家能力行上人的慈示，才能救地球、眾生。

「感恩在疫情下各地慈濟人迅速行動，為民眾解困支援，並照顧好他們的身心靈。」李國富感恩有福緣成為其中一員，在這艱難時刻，為苦難人送上一點點光明和溫暖。

「身為上人的弟子，應該以身作則，我自己茹素外，也帶動女兒一家多吃素。」李秋香說，新冠病毒在全球肆虐一整年，是一場「大哉教育」，提醒人類必須覺悟，唯有齋戒茹素護生，才是消弭災疫的靈方妙藥。



執行長施頌鈴感恩志工、大德一年來的付出護持 攝影 / 謝勤

# 首次線上拜年 溫馨零距離

撰文•謝勤

「弟子會依教奉行，發揮生命大價值，步步精進慈濟路。恭祝上人法體安康！常住世間！法輪常轉！無量壽福！」大年初一的早上，香港慈濟人以連線方式向證嚴上人拜年，並齊聲道出弟子內心虔誠的祝願。

2月12日，五十位志工懷著期待卻有點緊張的心情，一早回到靜思堂，參加香港分會首次以 Zoom 線上平臺跟上人拜年。因為疫情無法聚眾的關係，同一時間，還有很多的志工留在家中參與連線拜年。

## 線上祝福 至誠發願

通過連線，香港慈濟人聆聽到上人的開示，以及其他國家地區和家人分享。輪到香港分會時，首先播放預錄的賀歲影片，向上人及全球法親家人，送上深深的祝福。之後是新委陳瑞兒分享她如何在疫情中帶動線上讀書會。最後弟子向上人至誠發願：「齋戒茹素護群生，聞法入心智慧增，廣行環保勤精進，弘揚法華心志堅，人間菩薩大招生，福氣共聚保護膜。」

往年都與家人回靜思精舍過年的分會副執行長梁榮錦，因為疫情的關係今年回不去。他說，在這裡和香港家人一起透過連線跟上人拜年，感覺也是零距離，也很溫馨，祝願上人法體安康，常住世間。

資深志工周玉蓮說：「一早起來，我們用好高興的心情，在空中跟上人拜年，但當然最想的是回去精舍，親自見到上人，在年三十晚一起吃團年飯。雖然今年無法回去，但可以排到初一連線跟上人拜年，我已覺得好開心，好感恩了。」

## 齊心協力 做到最好

因為是第一次用 Zoom 與全球慈濟人一起拜年，包括視聽、真善美、司儀、分享者及活

動組的志工，七點鐘就到達分會。有的住得比較遠，是趕第一班巴士或地鐵回來的。志工希望在短短的十分鐘，把準備好的祝福恭送給上人與全球法親家人，也讓大家瞭解香港分會新一年精進慈濟菩薩道的決心。

志工余嘉進說，雖然香港以往用過 Zoom 上培訓課或者做節目，但這是第一次用這種模式跟全球慈濟人一起為上人送上祝福，「難免會有一點緊張，希望今天可以順利進行啦。」

活動組的志工馬子愉擔心志工這麼早回來沒有時間吃早餐，特為他們準備了三明治。眾人回到分會即各就各位，將各種器材依照之前測試時的位置擺放好，再測試一次，主持人和分享者也抓緊時間練習。準備就緒後，沒吃早餐的志工才享用美味的三明治，等待拜年開始。

過舊曆年前的2月7日，負責測試的志工趁分會召開「四合一」會議，請求大家會後留在線上，協助測試年初一跟本會連線的狀況。會議近中午十二時才結束，合和團隊匆匆前來佛堂參加彩排，在線上參加會議的志工也配合協助測試。今年沒有辦法回花蓮和上人、常住師父一起迎接新的一年，大家希望線上短短的十分鐘可以讓上人、常住師父和全球家人，真切感受到香港弟子愛上人的心，接收到香港家人獻上的最虔誠的祝福。



香港志工透過網路雲端與海外家人相會

攝影 / 林桂霖

主題報導 歲末祝福

## 為傳播人間美善 因應情勢更精進

撰文•謝勤

不要浪費每一場危機。在新型冠狀病毒疫情的持續下，為令必要的活動順利進行，對網絡平臺的使用越來越多，慈濟志工因此精進學習新技能，並從中獲得成長。

每年的歲末祝福感恩會與全球慈濟人的連線拜年，是大家都重視與期待的日子，今年因防範疫情的需要，改為在網上平臺進行，因而對負責製作的志工在技術上有更高的要求。

### 努力摸索 互相配合

為了預錄活動內容，真善美團隊有限的人力都動員起來，全力以赴，希望做到最好。因有聚集人數的限制，拍攝只能分組、分時段，再行剪輯。對這樣的拍攝方式，大家的經驗非常不足，只好努力摸索、互相配合去完成。

已有三十多年攝影經驗的梁昌材，因香港分會缺少攝錄人手，自學了攝錄。他還在2017年前往花蓮的大愛臺新聞中心學習。

為了做好這次的製作，梁昌材加倍用心。在1月23日第一次拍攝的前一天，他回到分會和志工盧志德一起檢測器材，把所有電池充



真善美志工梁昌材（左三）分享多年拍攝經驗 攝影 / 林桂霖

好電，並從他公司借來補光燈，以備不時之需。拍攝後，他不斷地重看作品，把認為做得不够好的地方，一一查找出來，然後跟其他志工分享。他感嘆道：「因為疫情、之前的社會事件，我很少錄影，操作錄影機不是很純熟。對非專業的志工來講最好就是多做，因多做多得。」29日下班後，他還趕往深水埗自費購買了監視器，以便在30日、第二次拍攝時，可即時看清攝錄畫面，和活動組溝通。

### 各司其職 盡心盡力

文字、攝影與攝錄「三項全能」的李健平，工作需輪班，假期則幾乎都用來做慈濟。近年他深耕社區，每個月都參與對街友和雲漢街劏房戶等探視；由於這些活動多在晚上進行，他許多時候一個人出班，承擔了文字、攝影和攝錄任務。這次兩天的拍攝，李健平都回來承擔，就每一個鏡頭認真做調整。

年過七旬、已退休的盧志德除了做真善美，還參加做環保，回大圍環保站當值，更是逢人說慈濟、勸素。他和太太彭順珍共同精進



大家學習拍攝技巧，交流心得

攝影 / 張銘輝



在慈濟菩薩道上，在缺乏人手時，會盡量安排自己出班。這次拍攝，他全程投入，和其他志工配合得非常好。

有五十年的拍攝經驗，年紀比盧志德還大的林桂霖，仍每周工作六天，但只要有需要，會踴躍出班。這兩次拍攝選在星期六，林桂霖都請假回來參與。

年輕的張銘輝平時工作忙碌，但會抽出時間盡量參與周末的活動，對真善美事務盡力盡責。見習學員龔龔非常用心學習攝影技巧，且因從事機械工程職業，又反應靈敏，對攝影燈、監控器等新器材能容易掌握，在接駁器材、打燈等方面能提供很好的協助。

### 合和互協 展現創意

活動組等其他志工以及分會職工，在這次的拍攝中也表現得非常出色，顯示出合和互協精神，以及靈活的創意。

活動組的馬子愉介紹說，為了遵守疫情下的限聚令，活動按法例規管的人數，分成不同場次、時段去拍攝。為製作向全球法親拜年的影片，志工改編了一首在香港很流行的歌曲，讓參與的法親家人在家裡練習，且邀請了好幾位小菩薩和他們的祖父母一起演繹。



志工合和互協共同精進圓滿賀歲影音作品 攝影 / 林桂霖

在拍攝過程中遇到各種技術上的問題，志工就在網絡上邊學邊做。馬子愉說：「也感恩真善美團隊，師姑、師伯很用心教導我們如何把每一個畫面、鏡頭呈現得好一點。對出來的效果一好輕鬆活潑一大家都好開心。希望今後還有機會合作拍攝這類影片，可以透過多些不同的方法接引更多人。」

無論活動結果是不是足夠完美，志工表現出來的團隊美已經值得讚歎。用心記錄人間美善，也用行動傳遞人間美善，我們全都是慈濟的「真善美」！



志工馬子愉（左）邀請小菩薩和法親家人一起演繹 攝影 / 林桂霖



大家各司其職，圓滿每一次的出班拍攝 攝影 / 林桂霖

大愛共伴 造福行善

## 疫情持續 愛不間斷

撰文•胡美珍

在新冠病毒疫情持續下，分會與香格里拉集團對基層與弱勢群體的關懷也持續進行。於2021年1月13日，志工做了第十五次的祝福包派送活動。

當天，三名志工開車派送共六百多份的祝福包往三個社福機構，讓它們派發給其成員。

上午時段，志工派送四百五十份祝福包往位於將軍澳調景嶺的路向四肢傷殘人士協會，下午派送一百六十份往明愛觀塘長者中心，以及二十五份給為嚴重智障兒童服務的明愛樂義學校。

社福機構代表接收物資時，對捐贈都表示由衷的感謝。



志工親手將祝福包送至社福機構

相片 / 明愛樂義學校提供

## 慈善關懷

# 深耕舊區 跨年的持續關懷

撰文• 李健平、謝勤、林鈺濤、吳萬里

「素食好，素食好！」「節能減碳，環境好！」；「素食好，素食好！」「幸福美滿指數 go！go！go！」居住在雲漢大樓的兩姊妹，在志工的帶動下玩環保打油詩遊戲；情緒高漲的兩姊妹，以手掌拍打唱和著，姊妹還興奮得跳了起來。

農曆新年期間，香港的新冠疫情仍然嚴峻，慈濟志工因記掛觀塘舊區雲漢大樓的基層居民，並希望在春節給他們送上祝福、歡樂及宣導茹素，遂於大年初八的2月19日前往探訪。

當天，志工帶備二百個福氣袋派發給大樓的住戶。袋內有香積麵、山藥粉、勸素卡、靜思語書籤及一些應節糖果。志工為住戶舉辦了流動的團拜，除送上福氣袋外，還有玩環保素食推廣遊戲，讓居民自選福字或靜思語吊飾。

### 財神臨門 呼籲茹素

活動還安排了一位財神爺，給大家帶來祝福與齋戒茹素的訊息。這位親切的財神由住戶



財神爺隨同志工一同關懷住戶

攝影 / 李健平

程懷泓伯伯扮演。出生於北京、獨居的伯伯已屆七十五歲，但身體仍健壯。疫情期間志工經常給他送素飯及致電噓寒問暖，讓他深受感動，因此每當慈濟在大樓舉辦活動時，他都會主動幫忙。這次找他扮演財神，他更一口就答應了。

在賀年歌曲的樂聲及財神帶領下，志工帶著靜思語與「非素不可」的春聯、糖果利是及福氣包，挨家挨戶去探訪。

在地下天井旁，志工向三名準備外出的女士，送上糖果利是及福氣袋並提問：「寶特瓶可否回收？」女住戶答：「可以啊！」志工問：「做什麼可令疫情快些消失？」女住戶：「吃素！」志工接著展示掛上結緣品的《每日一叮嚀》勸素宣傳板，並和她們分享上面所寫：「茹素能夠護身心、護大地、護地球。」

在林俊杜伯伯的家，志工跟他拜年並勸素。志工問：「吃素對我們有什麼好處？」伯伯答：「環保些，對身體有益。」



志工帶動住戶玩環保打油詩遊戲，氣氛歡樂 攝影 / 李健平

## 環保遊戲 寓教於樂

住在後巷的石水珍婆婆應門，財神程伯伯與志工立刻向她祝賀：「新年快樂，身體健康！」在推素遊戲中志工問：「素食有什麼好處？」她答：「身體健康。」遊戲後，志工向婆婆送上福字吊飾。聽到志工問：「溫室效應令地球很炎熱，有什麼最直接的辦法令炎熱減少或者消退呢？」石婆婆鄰居的一位女孩立即說：「減少伐木！」

另一戶打開門的是一位笑容燦爛的小妹妹，財神向她送上糖果利是及福氣袋。環保素食推廣遊戲中，小妹妹讀誦《每日一叮嚀》的「茹素能夠護身心、護大地、護地球。」

業主立案法團辦公室旁的一戶住了位婆婆，在推素遊戲中志工提問：「吃素有什麼好處？」她說：「對身體好，令身體健康。」並表示自己也有吃素。

一戶大門邊的窗戶貼上「茹素不受冤冤相報的宿業相隨，自然活得快樂，輕安自在。」當志工宣導素食時，住戶馮文嘉伯伯立刻指著窗旁的《每日一叮嚀》說道：「我知道了，已經貼上了。」

一單位住了兩兄弟，志工在推廣環保素食遊戲中問：「保麗龍盒需要多少時間才能腐化呢？」弟弟說：「超過五百年。」答對了，他們獲贈福字吊飾。



為了表示尊重，志工用心包裝福袋

攝影 / 李健平

與婆婆相依為命、九歲的宋倩瑩說，早餐、晚飯都會吃素，「不要吃這麼多肉，如果吃這麼多肉，世界上很快便再沒有動物了！」

志工吳萬里說，通過這次新春團拜，祝福家家平安、如意吉祥，並希望藉著素食推廣遊戲，讓居民持素。「累點辛苦點，沒有關係。」扮演財神的程伯伯說，上下九層樓，是很辛苦的，但為了環保、拯救地球，應該這樣做。

## 送贈揮春 喜慶吉祥

在過舊曆新年前不到一周的2月7日，志工來到雲漢大樓，為居民書寫揮春。委員吳美容的丈夫盧國枝老師，在場即席揮毫，除應節的語句外，還書寫上人的靜思語。

志工在大樓內挨家挨戶拜訪，邀請居民前來設於辦事處前的揮春書寫攤位。翰墨飄香，紅紙翻飛，鳳舞龍翔，秀氣端正，一幅幅筆法精湛，蘊含喜慶祥和氣息的手寫春聯，躍然呈現，年味兒也頓時濃烈起來。

任職街市清潔工人的范水珍婆婆，半年前因病暈倒在獨居的家中，幸好親人到訪，將她送院救治。留醫三個多月後，自此感到無常，更珍惜生命。志工說：「身體健康重要……寫一張『身體健康』，好不好？」婆婆點頭同意。

來到揮春書寫攤位，范婆婆除了志工提議的「龍馬精神」、「身體健康」外，還要了一張「出入平安」。「三張春聯啦，生生猛猛！」



志工順利圓滿的將新春祝福送給每一位住戶 攝影 / 李健平

她說。志工拿起寫上「物質之樂，虛幻無常，節欲少用，富足平安」的靜思語春聯與婆婆分享：「人知足，貧亦樂」最重要。范婆婆回應說：「知足就會常樂。」

范婆婆的鄰居一對夫婦也來討揮春，是有關祝福家人身體健康及學業進步的。夫婦倆並挑選了志工推薦的寫上「時時感恩，尊重人人，用開闊大愛對待一切」的靜思語春聯，並貼在家門邊的牆壁。

志工前往七十多歲獨居、患有腸胃病的林俊杜伯伯家探訪，並帶去寫上「接受愛，感受溫暖；付出愛，輕安自在」的靜思語春聯。伯伯頗有感觸：「接受別人的愛，感受到溫暖，好像你們派食物，我們可以得到溫飽。」

### 感受溫暖 期待常見

七十三歲獨居的石華妹婆婆看見林伯伯門外的春聯，便跟志工說，她也要這樣的春聯。石婆婆因掛念子女及感恩志工的付出，要了兩張分別寫上「日日相見」「天天掛念」的春聯，貼在家裡。志工應婆婆的要求將「接受愛，感受溫暖；付出愛，輕安自在」的春聯張貼在她家的鐵閘上。「這是愛心，是真情真意不是虛假的。」石婆婆說，志工對老人家的關懷，讓她很感動，有錢也未必能買得到。

上人開示，「大哉教育」，懺悔感恩，消弭病疫「非素不可」，慈悲尊重動物「非善不可」，所以也「非做不可」。故志工邀請盧老師書寫「大哉教育」與大樓居民結緣，勸導他們虔誠齋戒。

雲漢大樓所處的雲漢街有十幾座五十多年的舊樓，居住著大量的低收入人士和獨居長者。志工從最初關懷雲漢大樓延展至鄰近的多座大廈的居民，在去年中秋節派發祝福包後，對該等樓宇住戶做普查並登記造冊。由於大部分居民都要上班，普查安排在傍晚開始，有的志工是下班後趕來參加。這些大廈近年間隔成大量的劏房，令居住環境更形複雜。

### 靠「導航燈」發放圓滿

志工非常感恩這次普查的「導航燈」陳雲明

伯伯。他在雲漢大樓當雜務員超過三十年，並在其他樓宇協助收管理費，所以對這一帶非常熟悉，能帶領志工一戶一戶地敲開劏房住戶的門。他說：「幫助得到有需要人士，我覺得很開心。」

這次普查中登記了兩百戶劏房戶，在去年12月14日向他們派發祝福包，發放地點就在雲漢大樓。因為得到陳伯伯的鼎力相助，採取了足夠防疫措施の志工，親手將祝福包送給前來領取的居民。陳伯伯將上人《每日一叮嚀》の抗疫茹素の宣傳海報貼在大廈通道、入口處等，還提供大樓互委會辦公室給志工使用，令派發進行得更為順利。

劏房居民黎監坤領取祝福包時，志工楊德順雙手送上祝福包並合十說：「年年順景，身體健康。」黎監坤感謝說：「有米又有油，關懷我們這些貧窮人家。」

### 啓發善念 發願助人

祖籍浙江、六十多歲的杜春華伯伯，帶著快滿八歲的孫女一起來領祝福包。杜伯伯的兒子和兒媳已離異，現在由他看顧孫女。只能用普通話交談的伯伯說：「志工上門幫我登記，每一次都打電話叫我來領取東西。」志工介紹素食後，兩爺孫承諾願意為了愛護動物而吃素。孫女非常乖巧，志工給她解釋祝福包內靜思語書籤「行善行孝不能等」的意思，叮囑她要孝順爺爺，有好事就要去做；問她要不要日後穿上志工制服一起去幫助別人，她非常真誠的表示願意。

獨居雲漢大樓的馮文嘉伯伯領了祝福包後說，感覺很溫暖，還邀請志工到他家中坐。馮伯伯感謝慈濟人多次來雲漢大樓進行探訪和舉辦活動。「你們挨家挨戶探訪，對這裡的獨居老人或者貧困家庭進行調查後，給他們不同的幫助，展現人間有愛。」他感恩說道。

入夜後氣溫愈來愈低，志工仍堅守崗位，等待夜歸的民眾到來。瑟瑟的冷風中，手捧祝福包，等待的身影，溫暖的笑容，成為嚴冬最美的風景！

慈善關懷

## 《每日一叮嚀》 獲坊眾回響

撰文• 李健平、林鈺濤

為宣導環保與素食，慈濟志工年初在社區張貼及講解印有證嚴上人《每日一叮嚀》的海報，獲得坊眾熱烈地回響。

在牛頭角上邨，志工除在邨內大廈的大堂告示板張貼《每日一叮嚀》海報外，還拿著海報向在休憩處的街坊宣導。

很認同慈濟理念的常富樓互助委員會主席陳明珠，帶領志工在告示板張貼《每日一叮嚀》海報。茹素多年的陳女士說，她希望能夠帶動大家茹素，人人都能平平安安。

尚悅樓互助委員會主席肖茂英也答允志工請求，帶領他們在邨內張貼海報，並建議在她的互助委員會辦事處外的告示板上也張貼。她稱讚海報「很美、很有意義」，並說自己會一日吃一餐素。

志工吳萬里向曾參加派福飯活動的居民陳婆婆宣導素食：「響應一下素食，及為自己、環境、地球、也為了疫情，我們多吃素食好嗎？」婆婆回應：「好！好！好！吃多點瓜菜，身體好嘛！」

於互助委員會外張貼《每日一叮嚀》海報期間，志工羅彩萍把握因緣，向來查看的街坊勸素：「我們最難守是口欲，我們忍一忍口，可以令少些豬、鴨等被宰殺。」有些民眾聽後點頭認同。

在觀塘雲漢街的多棟樓宇，志工得到那裡部分居民的協助，張貼《每日一叮嚀》海報。過去一年疫情期間經常受到慈濟人關懷的程懷宏伯伯，選了「環保從心做起，食、衣、住、行從簡；茹素能護身心、護大地、護地球。」的《每日一叮嚀》放在自己的家門；他還協助志工把海報張貼在他居住的雲漢大



志工帶著虔誠的祝福呼籲大家茹素善循環 攝影 / 李健平



樓宇職員協助張貼海報響應善循環 攝影 / 李健平

樓的其他地方。他說，以後多吃點素，少吃點動物。

晚上，在這一帶樓宇當雜務員的陳雲明伯伯帶領下，志工與雲漢大樓劊房戶馮文嘉，前往雲漢街的多座樓宇張貼《每日一叮嚀》海報。

在任職清潔工的韓堅洪家門前，志工邀請他在居所的大門張貼海報。他十分認同《每日一叮嚀》的內容：「日食八分飽，二分助人好；日食九分飽，一分布施也好，如捕霧汲露水，累積點滴也能助人。」志工吳萬里解釋：「節省到的錢……」韓堅洪接著說：「可以用來幫助別人。」

志工在莫惠紅當回收工的瑞寧樓大樓的閘門張貼《每日一叮嚀》，她看到後主動提點張貼海報的適當位置。志工羅彩萍向她勸素：「我們要有感恩心及慈悲心，用自己的嘴巴來放生。」莫惠紅回說：「你們張貼的海報很有意義，我喜歡吃素菜的，每日吃兩餐素。」



志工陪同婆婆一起閱讀慈濟刊物

攝影 / 李健平

在眾人的合和互協下，張貼活動順利圓滿。一張張言簡意賅的《每日一叮嚀》海報，將會在人群熙來攘往的大樓裡，默默地發揮它推素傳法的功能。



志工向市民宣導茹素能護身心、護大地、護地球 攝影 / 李健平



志工在社區向居民勸素

攝影 / 李健平



張貼《每日一叮嚀》海報在大門上，祈願能喚醒人人茹素  
攝影 / 李健平

慈善關懷

## 除夕夜 訪獨居長者予溫暖

撰文• 李健平、林鈺濤

年三十晚，慈濟志工因掛念牛頭角上邨長期關懷的獨居長者，於是帶著素年糕，以及祝福包、靜思語「揮春」去探訪他們。

素年糕由位於牛頭角上邨旁、市政局街市的一間售賣素食糕點及麵條的店舖捐出。林美蓮女士經營的這間商店已是連續三年，在農曆新年捐出一百個素食蘿蔔糕、芋頭糕及香蘭椰汁糕，讓慈濟轉贈給牛頭角上邨的孤苦無依老人及貧困戶。在疫情下，此舉令這些民眾更能感受人間的溫暖。

林女士認同慈濟的慈悲理念。過舊曆年前，志工吳萬里帶來靜思語，林女士從中選出「心靈富有愛，即使身處苦難，也能走向光明」的一張，貼在店舖內。她說：「吃多點素食，使人祥和一點。緣份的東西，剩下多少便全部捐出去……很多人收到會感到很開心的。」

傳統年三十晚，家人會一起吃團年飯，此夜，慈濟志工探訪獨居長者，希望能帶給他們溫暖與團年的感覺。

第一戶是何萃伯伯，他早已敞開家門，像等待兒女回來吃年夜飯般等候志工。看到志工，他臉上露出喜慶、幸福的表情。他把喜愛的靜思語張貼在大門上，寄託著對新的一年美好的憧憬。

志工接著前往也是獨居的馮美雲婆婆的家。因疫情關係，她無法與家人一起吃團年飯，但仍煮了多樣餸菜應景。志工的到來，讓她高興得手舞足蹈，臉上的皺紋因笑逐顏開，

就像菊花瓣燦爛盛開般。在婆婆的同意下，志工將仍掛在牆上的2015年的日曆，換上她選取的「知足，生活才會富樂安穩」的靜思語。「舊符」換上祥和的新詞，婆婆祈禱疫情快點結束，可到大陸探親、團聚，對志工常常探訪關心她，「使我心靈上有了依靠，開心快樂。」她感恩道。

來到外號「細佬」的一位伯伯的家，志工看到他臥在床上，孤獨寂寥。當接到祝福包、素賀年糕，他開心極了，並連聲道謝。他祈求來年身體健康、疫情消退。

這次年夜探訪最後一位是志工長期關懷的婆婆。接到祝福包和素年糕的她，顯露喜悅，並感恩志工多年來對長者的關顧，派送福飯，讓他們感到窩心。

在完成對關懷戶探訪後，志工與牛頭角上邨常富樓互助委員會主席陳明珠，一起往邨內各座大廈的大堂告示板上及主要通道，張貼印在紅紙上的靜思語，為居民祝願新的一年疫情消弭、社會祥和、天下無災難。



志工送上春聯與祝福給居民

攝影 / 李健平



# 傳心點滴

## 把握做人的時間

徐師兄請示對治生活懶散之道，

上人說：「不妨睡的床硬一點，住的簡單一點。」

徐師兄因有親人死於肝疾，心生憂懼，

以為養肝之道，在於每天睡足八至十小時。

上人開示：「一輩子睡了三分之一，

可發揮良能的時間還有幾年？」

徐師兄當下懺悟，立志改進。

### 傳心點滴 [ 新編 ]

謹以此書感恩 證嚴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



愛灑社區

## 〈祈禱〉歌聲響起 在不同角落地點

撰文•謝勤

「大家一起來祈禱，從不同角落地點，祈求平安吉祥滿人間……」2月25日一早，〈祈禱〉的歌聲在尖沙咀太空館前響起，讓人感覺無比的和諧悅耳。

新冠肺炎病毒肆虐全球已逾一年，消弭疫症，盡快「脫罩」，恢復正常的生活，是世人共同的心願。慈濟大愛臺特別製作〈祈禱〉音樂錄像，讓全球慈濟人一起，虔誠祈求天下無災。

香港慈濟人為這錄像的香港部份提供畫面，參與製作的志工施蔚廷介紹說，他們會拍攝一些有香港特色的景點，如青馬大橋、尖沙咀文化中心、海傍、靜思堂、慈濟大圍聯絡處。「我們希望透過這個〈祈禱〉的MV，祝福天下無災難，疫情早日消弭，大家可以重過以往正常的、除掉口罩的生活。」施蔚廷說道。

2月25日一早，天空飄著微雨，志工在尖沙咀太空館前做拍攝。顏彩雲和黃春逢兩位志工，站立在雨中虔誠地唱誦〈祈禱〉，其他志工操作攝影機以不同角度拍攝她們，而

施蔚廷、馬子愉、周艷娜輪流打著傘，保護攝影機不要給淋濕。大家很有默契，很順利地把拍攝完成；雖然淋了雨，各人卻法喜充滿。

當志工的車輛駛向青馬大橋，太陽出來了，天空一片湛藍。沿著開滿洋紫荊的步道，志工登上青嶼幹線觀景臺的最高層，此時青馬大橋、汀九橋、馬灣海峽的壯麗全景盡入眼簾，而洋紫荊在風中搖曳，婀娜多姿。志工周玉蓮、潘婉華、葉致美就在這景色怡人的觀景臺唱頌〈祈禱〉。

下午在九龍塘靜思堂，六位同仁在門前拍攝音樂錄像。陽光下的靜思堂像鍍上了層金色，十分莊嚴，同仁白藍相襯的制服、整齊的隊形，表現出團體之美。

參與拍攝的同仁吳賢林說，他們虔誠祈禱，「祈求天下無災難是我們慈濟人一直以來的心願。」蘇靄潔說，早上上班時下雨，她有點擔心會影響拍攝，但到中午突然放晴，陽光燦爛……「祝福一切，願疫情盡快過去。」

不論是晴天或雨天，只要我們虔誠一心，祈禱就會上達諸佛菩薩聽。



同仁在靜思堂前虔誠祈願疫情消弭

攝影 / 謝勤



志工合和互協圓滿〈祈禱〉影音作品

攝影 / 謝勤

愛灑社區

## 歲末大掃除 去疫情煩擾

撰文•謝勤

今年分會靜思堂的歲末大掃除，因應防疫的需要，避免太多志工聚集，而採取分時段分區方式進行。分會是慈濟人的家，志工都帶著歡喜心、感恩心回來付出。

1月16日上午，大掃除由慈誠隊打頭陣，所有最困難的工作幾乎都是師兄包辦。在大門口，有的師兄打掃落葉，有的揭開渠蓋清理被落葉堵塞的水渠，有的爬上長梯在走道上端搭設鐵線網，用來懸掛燈籠。齋堂裡，有的師兄爬上梯子或站在桌上，清洗天花板、吊扇與冷氣機，另外一些師兄遞上洗滌、擰乾的毛巾，雙方顯得很有默契。在莊嚴的佛堂，師兄架起長梯與升降臺，除天花板、冷氣機外，還用心擦拭旁邊的一扇扇玻璃窗。

當天下午由九龍東和新界東的志工接力。九龍東負責多功能室和空中花園，把每一個細微的地方都擦拭到：每一塊玻璃門、玻璃窗都擦得光可鑑人；桌子、櫃子、竹筒等擺設，甚至連廁板及盆栽的每一片葉子都給抹得乾淨。新界東則把所有的椅子搬出來，一張張拭擦，一絲不苟。

第二天17日的上午，輪到新界西的志工回來打掃。他們把佛堂和音控室的地板和設施再清潔一遍。港島區則清洗流通處、東西班木道以及樓梯等地方。下午，九龍西回來清洗最難洗的廚房、齋堂以及廁所的角落。感恩在志工辛勤付出下，靜思堂的每一處地方都變得纖塵不染。

志工祈願把這年因疫情產生的煩擾，像塵埃一樣拭去，以歡喜心迎接新的吉祥年。



志工認真細心的清潔靜思堂每一個角落

攝影 / 謝勤



疫情下，志工更認真清洗物件

攝影 / 盧志德

菩提精進

## 面對數位社會 學習自我提升

撰文•林惠芳

在數位社會的時代，如何處理大量上傳的照片、影片、文字，以至運用手機？這都是人文真善美志工日常工作時遇到的問題。於3月13日及14日舉辦的「2021年慈濟人文真善美通識——數位社會與公共媒體」課程，對這些問題都有所解答。

這為期二天的課程由慈濟基金會文史處主辦，慈濟基金會宗教處及各合心區人文真善美團隊協辦。香港分會的真善美團隊適逢於3月14日舉辦今年的第一次工作坊，成員於是集合在大圍聯絡處，一方面以線上方式參與課程，另一方面分享拍攝及攝錄技巧。

在當天課程的上午部份，文史處的賴睿伶除談及如何處理大量數據等問題外，還提出值得好好思考的人文真善美的幾大挑戰：歷史人文典範如何留存；新媒體時代中如何傳法；勤務如何分配；如何號召年輕人參與，以及如何用人文提升慧命。

第二位講者是泛科學知識長鄭國威，講題為「給大腦一套新演算法」。他以個案來引發大家思考新聞報導的基本原則，強調查證新聞來源的重要性，並指出讀者要培養科學素養：承認自己對許多事不知道；接受自己能力有限及很懶惰。至於新演算法，他說，就是有科學思辨力。

接著是自由撰稿人陳曉以「設計思考～線上線下的一體世界」為題做講解。她以慈濟救災為例加以說明「設計思考」：傳統思維對災民沒有食物、物資的情況，解決方法是派發物資，設計思維則以人為本，發掘新產品如香積飯、福慧床等去賑災。

課程下午部份由資深委員羅美珠以「時間、空間、人與人之間」為題，分享她三十多年來在臺灣三重地區慈濟路上的經驗，例如：在三重靜思堂興建之前，在工地籌辦千人茶會；回收酒店棄置的窗簾，來製作靜思堂的窗簾。她也談及如何想方設法吸引年輕人進入慈濟等。

在「社區道場策展的條件」講題中，文史處組長羅政忠指出策展的內容必須有故事，才能令圖片有溫度，而布展要注意：如何讓非慈濟人進來、做到親民、說法而不是說教，以及創造文創商品，如手作結緣品。

心得分享時，第一天因工作無法出席的周艷娜表示，她仍善用手機上網聽課；而令她印象最深刻的一句話是：「一張照片必須有溫度（即其背後的故事），才能感動受眾。」盧麗梅說，她對課程內容不太懂，但會回家再看，慢慢消化，看懂它。第一次參加真善美活動的黃金珠說，對照片要加溫度的講法她也有感受。

線上課程結束，學員除了對人文真善美有更深入的瞭解，知道自己的使命外，也啟發了新思維，個個都法喜充滿。



真善美志工齊聚一堂學習、精進

攝影 / 林桂霖

菩提精進

## 真善美工作坊開鑼 學習交流互促成長

撰文•謝勤

香港分會的人文真善美團隊一直希望將工作坊常規化，讓成員藉此有所成長，同時接引更多志工、大德加入。一年多來，由於新冠肺炎疫情反覆，真善美這個交流和學習平臺延至3月份才能重啟。

今年度的工作坊時間，安排在每個月第二和第四個星期日的下午。3月份第一場工作坊於3月14日舉行，當天適逢慈濟本會舉辦「2021年慈濟人文真善美通識——數位社會與公共媒體」課程的第二天，學員把握因緣參與，所以活動改為全日進行。

活動在大圍聯絡處舉行，為保證場地整潔和與本會連線的暢順，盧志德、鄧美珍等志工一早回去作準備。香積菩薩鄭健坤則為大家準備精緻美味午餐。

### 分享經驗 用心學習

有些聽不太懂國語的學員，上人文真善美通識課程時，各出奇謀「抄筆記」，如用手機拍下重點及截圖，務求明白講題的內容。

工作坊中志工經驗分享部份，有五十年攝影實戰的林桂霖指導學員拍攝十分用心，深受大家的歡迎。謝勤、黃金珠、盧麗梅分享如何使用手機程式，如何讓拍攝的角度更多樣化。

見習學員龔龔由太太林莉接引，熱愛攝影的他，自購相機幫忙為慈濟活動留下歷史，把菩薩身影呈現。年屆七十的鄧美珍，不懂英文及繁體字，現在執筆學寫文章，拿手機學攝影，很感謝志工的陪伴。她說：「寫文字經過實踐便會有信心。」

護老院因疫情關係暫停一切探訪，院友生活沉悶，院方希望慈濟能帶去愛與關懷。志工就想到拍攝一首歡快熱鬧的賀年歌曲〈歡樂年年〉送給長者。第一次當視頻導演的林莉說，拍攝的分鏡是臨時計劃，演員也缺乏事前溝通，反省自己準備不足，幸好視頻效果很喜慶，感恩各功能成員的團結合作。

課程與工作坊圓滿後，志工梁昌材期許香港分會真善美人材濟濟，學習就地取材，自力更生。



志工鄭健坤替學員準備美味的午餐

攝影 / 胡美珍



雖年屆七十，志工鄧美珍仍勇於承擔香積的工作 攝影 / 胡美珍

謝勤說，看到大家非常融合，互相尊重成就這次活動。

第二場的工作坊於3月27日仍然在大圍聯絡處舉行，剛巧當天慈濟本會舉辦線上「人文真善美基礎課程」，學員參與早上的課程，下午才正式開始工作坊。

課程中，本會法務處袁長志解答了採訪時最常見的十個法務問答，包括：採訪要徵求案主的同意，拍攝時保持適當距離；訪問七歲以下的人，要徵得他們家人同意；訪問者自己盡量不入鏡。

NG劇場讓學員了解，如何從法律角度看入鏡的尺度，盡量避免拍個案的正面，但要有側面或背面的照片，特別部份用馬賽克處理等。

下午的工作坊，請到香港分會第一代種子陳宜卓、唐慧齡夫婦，講大圍環保站緣起和真善美早年的工作，讓學員做訪問攝錄的實際

操作。他們倆說起當年慈濟的歷史如數家珍，陳宜卓還帶來很多初期大圍環保教育站的珍貴相片和視頻，供工作坊使用。

梁昌材詳細分析拍攝的視頻和相片，叮囑所拍的要溫度、有故事，能突出主題。他講解每組鏡頭如何分段，令畫面裡的故事再延伸，大家聽得津津有味。

學員蔡佩君說，自己有很多不足之處，所以把握每次上課的時間，專注每一細節。鄧美珍和羅淑儀互相陪伴、分享，共同精進，都說工作坊令她們獲益良多。

有幾位上了年紀的志工，學習不甘人後。已退休、做過媒體編導的施潔玲第一次參加工作坊。資深的環保志工林發金，一心想記錄菩薩身影，一聽到有工作坊，馬上就報名了，還邀請了蔡淑英一起參加。

通過工作坊，日後大家將所學實實在在地去應用，相信能讓香港的人文真善美留下有溫度的影像。



縱然年邁，志工盧志德在音控崗位上仍得心應手 攝影 / 胡美珍



真善美志工互相切磋一起成長

攝影 / 胡美珍

大地園丁

## 慈濟香港回收新一頁

編者按：本文乃《溫暖人間》於 2021 年 4 月 15 日出版的 565 期刊載的一篇訪問，現得到刊物的准許，重刊於此，以饗我們的讀者。

撰文•何三

位於英皇道東匯坊的「綠在鯽魚涌」回收便利點，一如全港二十二間「綠在區區」店舖，以相同的裝潢和配套，由不同非牟利機構承辦。而鯽魚涌這一家，營運者便是我們熟悉的慈濟香港分會。

這天早上來到「綠在鯽魚涌」，已有一輛大型回收車停泊在店舖外，只見幾位慈濟志工把大袋大袋回收物放上車，場面壯觀。當中有一名個子小小的女士，街坊經過都與她打招呼，好不親切。她就是這裏的營運長一慈濟香港分會副執行長李淑玲師姊。

「師姊，回收量好墟口啊！」

「這裏只是少部分呢！」淑玲師姊笑瞇瞇說。

然後，師姊帶我們走入店內的後臺工作間，狹窄的位置，卻堆滿一座小山丘的垃圾膠袋，都是這兩天的回收物。因為農曆新年的關係，回收商未能全然運走，所以只能塞在店裏。「這店去年十二月二十日開始運作，十二月的塑膠回收量有六噸，廢紙超過一噸，一月份更有十二噸膠，想不到市民的反應那麼熱烈。」淑玲師姊表示，年三十晚那天，店外排着長長的人龍，每人都拿着大袋回收物。「我們開玩笑說，不是派飯、不是樓盤開售，卻吸引到那麼多人來排隊，可說是奇景。」回想當天景象，淑玲師姊也禁不住笑起來。然而，想深一層，回收量多也未必是好事，因為環保不僅是力行回收，更是一種漸漸捨棄物欲的生活方向。



如小山丘般的回收物資，顯示市民對回收便利點的熱烈反應

攝影 / 李健平

## 人間菩薩在社區

正如其他「綠在區區」的店舖，前台設有八個回收投口，分別接收膠樽、其他塑膠、廢紙、金屬、玻璃、小型電器／充電池、慳電膽／光管及紙包盒。每天都有很多街坊拿着一袋二袋回收物到來，有時數量太多，他們迫不得已，只好把回收物放在店外的空地。

「我們也沒想過回收量那樣驚人，在人手安排上有點失預算，始終需要體力支出，幸好有志工幫手，慈濟一向歡迎人間菩薩加入志工行列，一起付出。證嚴上人也經常讚歎環保志工，不怕污穢不怕苦。」

在臺灣，慈濟推動環保三十年，在香港也踏入了第十二年，從 2009 年成立「大圍環保教育站」開始，志工於全港各社區宣導環保，一直默默耕耘，漸漸深得民眾的支持，目前全港共有二十個環保據點。「綠在鰂魚涌」開店的緣起，都是因為政府對慈濟的認

同和信任，故此邀請他們參與投標。「我們覺得是一個面向群眾，推動環保的大好機會，這是慈濟自九龍灣回收物料轉運中心 MTC 後，再一次與政府的合作項目。民間力量始終有限，如果能夠結合政府的資源，就能夠發揮更大的功效，加上有政府幫我們宣傳，可以讓更多人認識慈濟。」其實在 2011 年，慈濟已在鰂魚涌開設環保教育站，跟街坊早建立了良好的關係，對於由慈濟營運的這家回收便利點，大家都滿是期待，所以廣結人緣十分重要。

## 人文蘊於內心

談及店內設計，淑玲師姊讚歎今次形象的革新非常成功。「店舖外牆是落地玻璃，簡潔明亮；清晰分類的回收投口，設施有洗手盆、飲水機、香薰、音樂，徹底改變大眾對回收店的觀感，空間舒適又位置方便，大眾都樂



各社區的志工前來協助做回收分類工作

攝影 / 李健平



意到來回收。」內外企理乾淨，的確是吸引大眾實踐環保的元素，硬件齊備，軟件都要有所配合。證嚴上人一向倡導「人文」的重要，人文蘊於內心，形於外表。所以淑玲師姊常跟職工和志工說，在接觸民眾時要建立親善形象，例如小聲說話，輕力丟東西，營造成為「一個有溫度、有人情味的地方」。

秉持證嚴上人「清淨在源頭」的理念，淑玲師姊也希望提醒大家，在日常生活裏落實6R的好習慣（Refuse 拒絕、Reduce 減量、Reuse 再利用、Repair 修復，Recycle 回收，Rethink 買前三思），從源頭減低消耗，就能減少廢棄物。「說到底，最重要是減少貪念，同樣的物品一件就夠，不要囤積，沒必要因為大減價而多買幾件。另外，就是要『清淨在源頭』。第一，回收物最好先行清潔；第二，希望帶動大家少用，最好就不要用。」店舖經理馮錦華師兄說，有些收集回

來的物品，仍未剪掉標籤，或者是未用過的贈品，都很新淨，這方面是需要大家思考一下的。

除了回收便利點，慈濟在商場的地庫也有一個多功能活動室，可是因疫情關係，尚未舉辦任何活動，但他們已有一連串計劃，準備稍後舉辦一些環保講座、環保工作坊、素食烹飪班等等。「聯合國報告指出，最好減碳方法是素食，加上疫情來勢洶洶，證嚴上人說消弭疫情的良方是齋戒茹素，所以我們想利用此活動室來宣導素食。」淑玲師姊說。

### 子女環保教育

開店至今四個多月，有什麼感動故事分享？

「慈濟在北角、鰂魚涌一帶耕耘多年，我們最開心莫過於得到街坊認同，很多街坊都說，一見到我們就有信心，稱讚我們做回收做得很乾淨。有次還聽到一位媽媽跟女兒說：



志工在後臺默默付出做拆解的工作

攝影 / 李健平

『這裏的人很有禮貌、很親切啊！』有很多父母更帶子女來做分類，給予環保教育，這些對我們都是極大鼓舞。」淑玲師姊分享。

今時今日，市民的環保意識已經提高了不少，馮師兄回想當年他們收到的回收物，驚嚇度是 9.9 分。「差不多你說得出的都有，例如床、衣櫃、一袋袋發臭的食物，甚至連用過的尿片也有。」如今的情況好了很多，大部分都是沖乾淨才拿來回收。然而，偶爾也會有些人貪一時之便，把沒分類、沒弄乾淨的就胡亂將廢棄物放於門外，新年期間，他們更收過一株爛了的桃花殘枝，十分無奈，所以教育是很重要！

「有心的話，做環保一點也不困難，因為一切唯心造，每人做少少，成效就可以好大。」淑玲師姊最後叮嚀。

### 我們對環保體會

李淑玲師姊在 1995 年加入慈濟香港分會，至今已有二十六年，這些年來，師姊印象最深刻的，是證嚴上人日夜跟他們強調環保的重要性。「師父每一次的開示，幾乎百分之九十都是吩咐我們要做環保，否則地球很快就會被我們毀滅，我們都希望永續經營這個地方，所以希望接引更多人投入環保志業，這是師父的期待，亦是我們弟子要奉行的使命。」

馮錦華師兄加入慈濟香港分會十年，他對環保一向有興趣。加入慈濟後，除了買制服外，並沒有買過其他衣服，當然更不會買樽裝水。「因為飲一樽水，就製造了一個垃圾，減少購買欲才是最重要。」

馮師兄說，以前的人環保是因為經濟不富裕，現在做環保是因為太富裕。好像以前去大排檔外賣奶茶，他們會將煉奶罐做外賣杯，叫做「奶茶嘍上」。



李淑玲師姊加入慈濟香港已有二十六年，秉持證嚴上人的教誨，將環保志業深根社區

攝影 / 李健平

## 在甘願付出中 體會人間實相

撰文—潘翠微 圖—擷取網路

住在精舍大家庭，一年三百六十五天，清修士都需要承擔不同崗位的副執事工作：協助打掃齋堂、洗碗、刮菜盤、收碗盤、擦桌子及行堂……有時遇到工作忙碌，副執事的確會帶來一些壓力，但自己抱持著「換一個工作就是休息」的想法，積極參與這「入人群」的工作，不但學習很多，更是心得滿滿。

每十天更換一次工作內容的副執事，這次輪到午齋後洗碗，而自己負責第一關清水。由於手腳不夠快，盤子一個接一個、湯鍋一個傳一個，到稍微可以鬆口氣時，才發現水盆底還累積了大湯瓢、小湯匙等許多還要清洗的小東西。

帶著自嘲的語氣，我與身邊的家人說：「哇！你看！我有很多寶藏耶！」當下念頭閃過上人在《妙法蓮華經·信解品》中提到的窮子，擁有寶藏而不自知。

學無止境，事無大小，參與副執事工作是讓自己體會佛法的過程，藉由甘願付出，體會事相背後的真理—看著靜靜躺在水盆底的湯匙、飯瓢等「寶藏」，它們就像已浸潤在佛法中的自己，如果沒有用力搓洗，如何能去除習氣？

五濁惡世如汙泥，是讓心蓮綻放得更燦爛的養分；天天得聞佛法，更要身體力行走入人群，發揮功能、兼利他人，因應眾生需要，將佛法運用在生活中。

法髓增長慧命，是勤行菩薩道上不可缺少的資糧，只要我們抱著修行的心，甘願接受考驗與磨練，人群互動就是轉煩惱為菩提的養分，可以幫助我們培養出一顆遇難不退、遇事會理的平等心，如蓮花一樣清淨無染。

修行路上，因人事物的磨練感到疲憊時，請不要卻步，不妨尋找一個獨善其身的心靈空間，讓身心稍感清涼。

清明時節雨紛紛，站在絲絲細雨中，想起上人開示，面對五陰熾盛煩惱，只要有法水養分滋潤心地，菩提小草就能向下扎根、向上茂盛，更見力量。

法水如雨，無私平等灑下，能潤濕、洗滌煩惱的心靈；佛法就在生活中，只要你願意將頭抬起，耀眼的朝陽就在前方，溫暖地迎接我們再踏出下一步。



**環保教育站**  
**大圍環保教育站**

# 環保天地

逢星期一、四、五 10:00am-05:00pm

沙田大圍車公廟道 5 號 ( 車公廟後面 ) 電話 : 2337 0158

## 環保回收點

### 九龍區

香港分會靜思堂	逢星期一 05:30pm-07:30pm	九龍塘沙福道 12 號
順利邨	逢星期五 07:00pm-09:00pm	利業樓互助委員會辦事處門外
牛頭角上邨	逢星期五 11:00am-01:00pm	常富樓互委會門口
啟田邨	逢星期二 10:00am-12:00noon	藍田啟田邨啟信樓互委會旁邊
山林道	逢星期一 02:30pm-04:00pm	尖沙咀山林道 45 號地下
美孚新邨	逢星期五 07:30pm-09:00pm	荔灣街市旁天橋底
紅磡道	逢星期五 07:30pm-09:00pm	紅磡道與戴亞街交界天橋底對出行人路

### 新界區

慈航淨院	每月一次 09:30am-12:00noon	新界大圍新田村 1 號 A
馬鞍山遊樂場	逢星期六 09:30am-11:30am	新界馬鞍山遊樂場外恆安街路旁
荃灣大河道	逢星期一 09:00am-11:00am	萬景峰 3 座 中國銀行側行人天橋底
天水圍天晴邨	逢星期五 10:00am-12:00noon	天水圍天晴邨社區中心對開廣場
元朗水邊圍	逢星期五 07:30pm-09:30pm	元朗水邊圍牌坊旁
大埔大元邨	逢星期五 09:30am-11:30am	大元邨有蓋舞台 ( 泰民樓與泰德樓中央橋底 )
天水圍天瑞邨	逢星期五 10:00am-11:30am	天水圍天瑞邨
將軍澳尚德邨	逢星期一 07:30pm-09:00pm	將軍澳尚德邨尚真樓 ( 與廣明苑交界對出空地 )
馬鞍山恆星樓	逢星期五 08:00pm-10:00pm	馬鞍山恆星樓垃圾收集站旁

### 港島區

北角道 10 號	逢星期三 08:00am-11:00am	亞太商業中心對出渣華道行人路
鰂魚涌芬尼街	逢星期二 10:00am-01:00pm	芬尼街 5 號對出行人路 ( 近鰂魚涌地鐵 B2 出口 )
太古栢蕙苑	逢星期三 02:30pm-05:30pm	太古栢蕙苑對出英皇道行人路
綠在鰂魚涌	每日 09:00am-07:00pm	鰂魚涌英皇道 1010-1056 東匯坊 130 號舖

各環保回收點之回收物種類有別。疫情期間，部分回收點暫停，請致電查詢。