

目錄

壹、人文團隊緣起——信	五
一、聞法啟信——《化城喻品》啟蒙	五
二、一張便條紙 三部影片	六
三、一個畫面 成就無量義行	六
四、【六度萬行】慈濟五十「靜思時空 慈濟萬行」	八
貳、人文團隊的使命	九
一、培育人人聞法、說法、傳法	九
二、行入人群 廣傳正法	一〇

三、淨化人心在靜思 菩薩招生在宗門	一〇
參、廣闢菩提大直道——願行	一一
一、靜思溯源——慈濟的故事追尋	一一
二、科技傳法——「開卷有益 行入經典」LINE線上讀書會	一五
三、法藏系列經典講座	一九
四、說法傳法——樂說無礙	二七
五、人文團隊 行入無量法門	三四
肆、行入靜思法髓無量義	四九
一、無量菩提種子湧現 穿越時空法相繫	四九

二、	大愛朋友工地有人文	五
三、	傳法無礙展潛能	五二
四、	合和互協眾成就	五七
附件	一心得分享彙整	五九
一、	《八大人覺經講述》	五九
二、	《八大人覺經講述》	六一
三、	《八大人覺經講述》	六四
四、	《八大人覺經講述》	六八
五、	《三十七道品講述》	七十
六、	《三十七道品講述》	七三

七、《無量義經講述》……………美國 王慮怡……………七四

八、《無量義經講述》……………蔡淑惠……………七八

九、《無量義經講述》……………許咨民……………八十

十、《無量義經講述》……………洪薌瑾……………八三

十一、《無量義經講述》……………王大英（本景）……………八五

附件二 讀者回饋……………八八

壹、人文團隊緣起——信

一、聞法啟信——《化城喻品》啟蒙

弟子於二〇一三年十月起日日連線薰法，從《方便品》、《譬喻品》等，聞法之餘結合關渡園區讀書會共修，深入經典生信心。

《靜思法髓妙蓮華·化城喻品》二〇一五年一月十七日上人開示：大通智勝佛讚歎十六沙彌，求佛知見，聞法、持法、傳法，度化眾生心殷切，各個在不同的國土，不斷度化一直到成就。

二〇一五年十二月二十六日〈化城喻品〉經文：「令汝入佛道，慎勿懷驚懼」，上人再次鼓勵人人入人群，要勇敢，要承擔。因此弟子發心立願，一定會入群處眾不畏懼，學習上人在《無量義經偈誦》所說：「菩薩為欲正法久住發菩提心」。

二、一張便條紙 三部影片

二〇一六年一月四日回精舍導覽因緣，向德寰師父請示，身為人文推廣要如何推動靜思法脈？

師父一張便條紙，叮嚀所有慈濟人必看三部影片：「慈濟故事的追尋」、「靜思家風」、美國慈濟總會所拍攝的「靜思家風」。所以回到社區即積極推動大家一起看影片、共同來溯源。

三、一個畫面 成就無量義行

二〇一五年 上人歲末祝福在關渡園區，「自由落體」陳俊良設計師恭呈 上人即將出版的法藏系列經典叢書封面樣本，弟子欣逢現場。大家看到灰色封面上拓印精舍的模型非常歡喜，頓感 上人的慈悲，為了弟子的慧命，於慈濟五十周年之際，送給靜思第一代弟子一份大禮，也體會到傳承法脈的重要性。為報師恩，我們發願要廣傳法藏系列經典叢書。

一念動三千，二〇一六年一月藉科技Line線上分享，成立「開卷有益行入經典」線上讀書會，線上首篇，由靜暘師姊分享舊版《藥師經》。二〇一六年二月十五日開始，每天有兩位師兄姊摘要上人開示，並將讀後心得傳到群組上分享。

法遍虛空，不可思議！線上成員，從慈濟人到社區大德，從台灣到美國、大陸、馬來西亞、南非等國，沒有時、空間的障礙。當分享的文章傳出去時，在剎那中可看到非常多人同時在收訊，互通心意，共同潤漬在經典分享的法義中。

這讓我們想到敘利亞的苦難，也是從一個空中訊息所帶來的。所以發願善用科技傳法，並將未來要出版的十七部法藏系列經典叢書，透過「三上文字的力量來弘揚，以達到 上人三願「淨化人心，祥和社會，天下無災難！」

四、
【六度萬行】 慈濟五十「靜思時空 慈濟萬行」

二〇一六年三月一日宗教處的慈濟五十周年布展專案，期盼「人人推廣——慈濟人文」，要有「人人皆可培育」的思維..結合佛法與科學，培育法入心、法入行的說法，導覽者，能貼切地發揮說法、傳法、印證佛法的良能，此計畫讓我們更確信，我們要廣納深入經藏的傳法人，要培育辯才無礙的說法人。

貳、人文團隊的使命

二〇一七年三月〈勸持品〉經文：「我是世尊使，處眾無所畏，我當善說法，願佛安隱住，我於世尊前，諸來十方佛，發如是誓願，佛自知我心。」上人手札：「諸聞法者大乘心，深知佛意為法募人，持經弘道續延慧命，表以繼志敬承聖意。」

一、培育人人聞法、說法、傳法

佛陀為法募人，與上人傳法之情切，身為第一代靜思弟子任重道遠，法入心後更要力行，方能讓佛法永存續傳。為此，人文團隊深耕社區讀書會，多元課程設計，會前精讀推行，在法脈溯源與宗門開展中，領悟靜思法髓妙真諦，接引人人行在菩提大直道。

二、行入人群 廣傳正法

人文共修團隊日日薰法，除了在社區承擔幹部及功能組外，並輪流承擔導讀，訓練說法膽識，誓願成為說法、傳法者。除此，同時開辦「樂說無礙」等課程，廣邀北區法親家人共修互礪說法無礙，廣傳正法，荷起令正法久住之使命。

三、淨化人心在靜思 菩薩招生在宗門

上人慈勉人人需有掘井人的精神，運用各種資源來淨化人心。人文團隊將秉持「四修」的精神共修法藏——靜思法脈勤行道；合和互協共行菩提道，慈濟宗門人間路，為淨化人心而不斷開道鋪路，矢志不渝。

參、廣闢菩提大直道——願行

一、靜思溯源——慈濟的故事追尋

因應慈濟五十周年慶佈展，二〇一六年四月一日開始舉辦社區「說法傳法導覽研習」，呼籲大家熟練慈濟故事，結合薰法香及新知脈動，演練說法傳法，將所得到的感動與會眾分享。

見證慈濟五十，人人可說法傳法。共修方法是透過科技TTC，線上每天看一集菩提心要「慈濟故事的追尋」，由大家主動承擔並將影片寫成逐字稿，或摘要自己感動部分在線上分享。一星期後再會合於關渡園區共同演練，互相說慈濟故事，共完成十八集。因此大家從導覽的解說者，提升到說法傳法的角色。

士林二謝碧雲師姊分享..關渡園區慈濟五十周年佈展期間，讓我勇於承擔學習導覽，就此因緣用心看慈濟故事十八集，由劉曼華師姊負責下載

慈濟故事影片，貼在說法傳法群組，大家分別記錄摘要，並收集其他相關資料，再將它轉為文字檔，與大家互相分享。而我將文字轉為PDF字體放大，存放在電子書，出門隨身攜帶，讓我們更能親近、深入靜思法脈，從中體會溯源之重要性。受到大家的鼓勵，張錦蘭師姊也在每週一於共修點成立了讀書會，至今法親們導讀「衲履足跡」，彼此分享，受益匪淺，以前的我，不敢拿麥克風分享，現在不但勇於分享，更能抓住上人開示的重點，勇於說法傳法。

淡水林冬雪師姊分享：深入慈濟故事，更了解慈濟點滴累積成就，四大志業八大法印緣起，原來上人已經帶領我們走在《法華經》裡面，力行菩提真實道。《法華經，法師品》：「大慈悲為室，柔和忍辱衣，諸法空為座，處此為說法。」

上人教示，做慈濟的同時，就是要以行說法，無論走到哪裡，看見貧窮苦難，都能彎腰膚慰，遭遇環境多麼惡劣，也可以堪忍，即使遭人辱罵，仍然微笑、不起瞋心。這都是在幫助弟子行菩薩道，深入法華，弟子定當信受奉行。



圖說：練習說法傳法之前，大家彼此先熱情互動。



圖說：2016年人文志業中心 每位說法傳法者輪流練習



圖說：2016/4/9 關渡園區五十周年慶
慈濟故事 + 行願半世紀



圖說：士林和氣二社區讀書

二、科技傳法——「開卷有益 行入經典」LINE線上讀

最新科技LINE的發明，牽起了佛陀、上人與我們的一條法脈的殊勝因緣線，讓我們可以跨越時空。共同悠遊於佛陀智慧大海，沐浴在佛心慈悲清泉中。科技傳法，跨越了時間，線上的筆記本，也跨越空間，每篇貼文能保存在雲端，讓成員們能隨時隨地閱讀。

線上讀書會二〇一六年一月成立，二月十五日正式貼文，每日有兩位發心傳法菩薩摘要書中內容與個人心得分享。目前已共同讀完四部經典，《藥師經講述》、《八大人覺經講述》、《三十七道品講述》，與《無量義經講述》。

第五本《佛遺教經講述》預計二〇一八年三月一日開始。

經典的分享篇數如下：

總共	《藥師經講述》	《八大人覺經講述》	《三十七道品講述》	《無量義經講述》	經典
1026 篇	360 篇	115 篇	186 篇	365 篇	分享篇數
115 位	68 位	59 位	72 位	94 位	分享人數

目前有九個群組：

北三合心人文團隊五個群組	一〇二四人
美國	八十九人
大陸	四十五人
桃園	一八八人
新泰和氣區	一八四人
蘆洲和氣	轉貼各功能群組



圖說：2016年 關渡園區 德宣師父經典講座



圖說：2016年 聽完德宣師父的導讀 人人手機傳法

因為「LINC」群組讀者成員來自四面八方，為了在線上保留一塊清淨共修聞法版面，期待此群組分享的是，與經文或上人開示相關之心得，群組內不發送貼圖、道早晚安或分享其他資訊。在數月的默契培養下，群組中的成員會遵守約定，也會互相提醒。

感恩佛陀的教法，上人的教示，讓我們更親近法源。兩年來，從分享心得，貼文者到讀者的角度，無形中開擴了我們心胸，豐富了心靈，也增長了智慧。能夠法傳不輟，持續兩年，感恩線上所有的菩薩眾成就，無限感恩！

三、法藏系列經典講座

(一) 無為化有為——分享者與讀者法相聚

法理透過現代科技，穿越時空，帶到讀者的心靈世界，實屬現代神通。

但我們更期待可以在真實的時空裏，人人能以情相牽，以法相會，結更深的法緣，因此構思舉辦分享者與讀者相見歡，同時在現場中可以將法脈新書陳列，讓讀者親自領略佛法的殊勝妙處。

感恩靜暘師姊恭請德宣師父為我們開辦首場見面會，二〇一六年五月二十九日在關渡園區為大眾詳細解說藥師佛十二大願，為末法時代迷茫眾生指引方向，並印證慈濟五十無量義。當天出席人數約八百人。

二〇一六到二〇一七年年共舉辦三部經典，八場講座。

《藥師經講述》 三場

《八大人覺經講述》 兩場

《三十七道品講述》 三場



圖說：2016 年關渡園區 德宣師父經典講座



圖說：2017 年三重園區 背誦《八大人覺經》經文



圖說：東、西班 人人手中一本《藥師經講述》



圖說：靜暘師姊肯定所有分享者的用

(二)「求法若渴的心 牽出不可思議的因緣」

每星期二弟子薰法香、志工早會完，接著參加關渡讀書會，等待空檔之際，常常與德倩師父不期而遇。得知師父在大愛台指導同仁水懺讀書會；求法若渴的我們，請求允諾參加。

北三合心人文團隊成立之際，即規畫每個月人文團隊共修，因領受德倩師父在人文志業中心的讀書會上法滋潤，收穫滿滿，所以再次請求師父協助，感恩師父慈悲答應。但因人文志業二期工程擴建，師父轉駐錫新店因而牽出了「無量菩提種子精進研習」的因緣。二〇一七年九月十日正式成立，學員約兩百六十人，一個月一次，課程有師兄姊導讀、張秋貴老師教授讀、背誦經文、最後再由德倩師父指導、釋義。

課程中有小組分享，設有桌長，由北三合心及新店慈誠委員主承擔。共讀《無量義經講述》，所有學員須事前預習、看菩提心要影片，工作人員課前共修，分享讀後心得，預計讀三年多。期待人人透過聞思修，深入經藏，未來說法傳法無量菩提種子湧現。



圖說：人文志業中心 日日薰法香



圖說：人文志業中心 周周有法度 水懺讀書會



圖說：第三聯區透過課前共修達到共知共識共行



圖說：2016/9/12 起，於關渡園區 恭請德倩師父指導



圖說：2017 年 第八聯區 課前共修



圖說：2017年 南港信義區 課前共修



圖說：2017年新店靜思堂《無量菩提種子精進研習》課前共修

四、說法傳法——樂說無礙

「為佛教，為眾生」，上人帶領慈濟人深耕社區、行遍天下，是復古佛陀本懷，將佛法精神實踐在人間。佛陀為法募人，慈濟五十一年在人間，要為法求才，「法法相傳、燈燈相續」。人人持法、受法、應用、流通，做覺有情人。

說法傳法——「樂說無礙」的課程，是希望能透過學習、分享、肢體、語言，將人間佛教之法理，以「四無礙智」結合創意與人文精神課程，化為精益求精的生命經驗。有形的是真實走過之路，無形的是內涵之法理，廣傳正法在人間。

《法華經·序品》經文：「皆得陀羅尼樂說辯才，轉不退轉法輪」。上人開示：「『樂說無礙』能契於一切眾生之機而為說法，說者即能隨順眾生心所好樂，以為說法。」「人能弘道，非道弘人」，靜思弟子立志說法、傳法，把握時間、空間，不斷聞法思惟，淨化己心，行入人群印證法理，在

人與人之間廣傳法益，為淨化人心盡心力。

因此北三合心第三聯區於二〇一六年四月九日，在人文志業中心舉辦一天的「樂說無礙」訓練課程，講師是謝佳勳師姊。二〇一七年時，因應人文志業二期工程擴建，需要培育更多的人才投入於工地人文傳法的使命，二〇一七年四月十四日再次邀請謝佳勳師姊為北三合心人文團隊，培育說法傳法的種子，兩天一期、共三期的課程讓所有的學員個個能突破自我瓶頸，更懂得如何「樂說無礙」。

因此，翁雪慧師姊回到社區後，將課程中學到的活潑、生動又有人文的方法應用在讀會上，讓人人歡喜、愛上讀書，甚至從不說話的老菩薩，當天也都能上台快樂、自在地分享。第三聯區人文團隊成員將「樂說無礙」課程學習到的方法，運用在彙整資料上，透過大家的腦力激盪，很快的將走過的足跡記憶找回。



圖說：講師謝佳勳師姊讓學員們開課程菜單



圖說：「樂說無礙」訓練課程 學員反饋前一日課程應用心得



圖說：2017年 天母共修處
翁雪慧師姊將樂說無礙課程融入讀書會帶動。



圖說：2017年人文志業中心。社區讀書會翁雪慧師姊將
樂說無礙課程融入靜思語的緣起與十在心路的套書。



圖說：「樂說無礙」課程的方法，也可應用在彙整資料上

五、人文團隊 行入無量法門

上人慈示：「聽聞佛法，知道方向，就要為自己開道；也要帶領眾生一起鋪路，像是鋪連鎖磚，用愛接力，把這條道路鋪得平坦，讓佛法世代相傳，淨化人心，讓社會祥和，風調雨順。」為此，我們有以下的共修來達到共知、共識，進而歡喜共行。

（一）、靜思法脈勤行道——共修法藏

1. 社區讀書會
2. 讀書會課前共修
3. 薰法香
4. 線上讀書會
5. 法藏系列經典講座

(二)、慈濟宗門人間路——共行菩薩道

1. 人文推廣：大愛之友、經典檀施、靜思人文、大愛感恩科技。
2. 「開卷有益 行入經典」：線上讀書會帶讀及分享者。
3. 人文志業二期工程工地人文..第三聯區說法傳法團隊承擔。

(三)、人文學習及交流之行

1. 慈濟列車開往靜思、淨斯
2. 參訪五十周年佈展：高雄、台中、板橋、內湖佈展。
3. 與台中人文推廣團隊交流及參訪三義茶園。
- 4 與大陸法親讀書會交流。



圖說：2016 年關渡園區 人文推廣於 上人歲末祝福



圖說：2016 年 關渡園區 第三聯區人文推廣團隊



圖說：2016 年 關渡園區 第八聯區人文推廣團隊



圖說：2017年三重園區 海外培訓授證營 人文推廣



圖說：2017年三重園區 海外培訓授證營 制服部營前說明會議





圖說：2017 年 感恩人文志業中心同仁，鼎力護持與協助志工



圖說：即使大愛朋友用餐人數很少，說法傳法者依然用心陪伴



圖說：2016/2/27 慈濟列車開往「靜思、淨斯」



圖說:2017年 北區人文團隊參訪三義茶園



圖說:2017年北區人文團隊與台中人文推廣團隊交流



圖說：2016 年關渡園區 與大連法親家人讀書會交流



圖說：2016年 關渡園區 與大連法親家人溫馨交流



圖說：2016年板橋園區 與大陸法親家人讀書會交流

● 大愛共伴有情天

薰法香可以啟信、願、行，也可以「以智導情」。透過薰法香，人人打開心門，聞法會道後，還可以更進一步用愛鋪菩提大道、開覺有情路。

「經者，道也；道者，路也。」二〇一五年八仙塵爆發生。頓時讓我們體會到

〈譬喻品〉經文：「周匝俱時，欻然火起。焚燒舍宅，長者諸子，若十、二十或至三十、在此宅中。」

〈授記品〉：「其土清淨，琉璃為地，多諸寶樹，道側行列，金繩界道：」

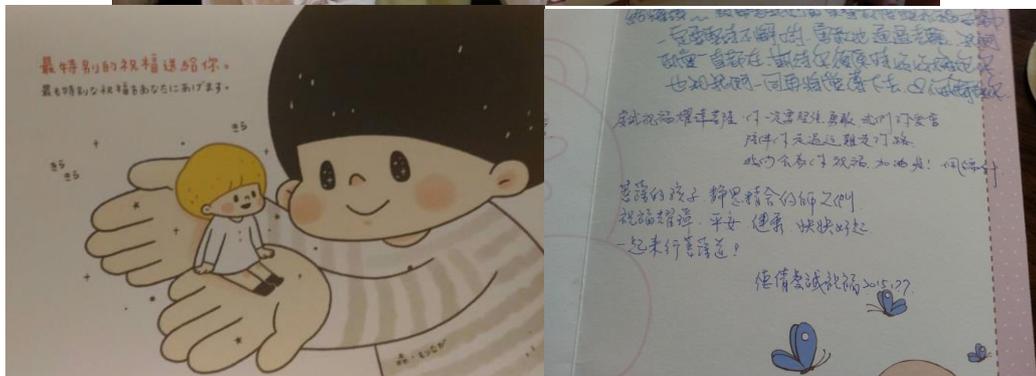
二〇一五年七月一日上人開示：〈授記品〉的幾個國土，「其土平正，寶樹行列：」是人人心中所取向、心所理想；但期許弟子要理想放遠的地方，

心要回歸近的地方，回歸苦難的地方，體會苦諦，知苦的來源，知苦來源，就要苦人所苦，入人群中。」

因此人文團隊，「以智導情」，起同體大悲之心，因為日日薰法，可以時時保持一份悲心，適時表達人生大愛最美的境界。不只在八仙塵爆、金門法親交流，可以展現關懷與虔誠的祝福，也可以透過大愛台同仁發起的「為需要的人儲蓄幸福」募心活動，如 上人所慈示的，「將慈航開向全球，把菩提大道、覺有情路一段段連接起來，讓人心都能受到震撼、受到撫平、受到淨化，帶動人人自覺、覺他、覺行圓滿…也透過入人群學習無量法門，廣度眾生。」



圖說：日日薰法起悲心 援助敘利亞難民



圖說：日日薰法起悲心 為八仙塵爆患者祈福



圖說：金門楊秀珠師姊多年來一個人薰法香，當我們和偶遇的台南培訓師姊與她一起薰法香，她喜極而泣。



圖說：接到靜思福慧袋的台南培訓委員感動得流淚

肆、行入靜思法髓無量義

《無量義經·十功德品》：「是故此經名『無量義』也。能令一切眾生，於凡夫地，生起諸菩薩無量道芽，令功德樹鬱茂，扶疎增長。」

人文團隊願行合一，一念傳承正法之心，走入人群，藉由讀書會、LINE線上經典研習等活動，讓更多人接觸正法，並進而發菩提心，接引大家同行菩薩道。

一、無量菩提種子湧現 穿越時空法相繫

LINE線上讀書會陸續接到讀者的回饋，從心得分享看到他們自我的成長，也藉此展開讀者與分享者的心靈交會。沒有時空的限制，聞法、傳法

的心一樣迫切。從北三合心區到北一、北二，如今美國「開卷有益 行入經典」群組主動提出，從二〇一八年三月份開始的《佛遺教經講述》線上分享，將每個月排入兩位種子菩薩承擔輪流法釋分享。

二〇一六年元月謝宜瑾（慮瑾）師姊，隨同先生移居美國。同年五月承擔慈濟舊金山支會人文推廣幹事，尚處於調整的適應期，即接到美國總會通知人文推廣組，準備啟動《藥師經講述》輪值導讀與法益分享。

正在煩惱之際，聽到 上人於二〇一六年七月二十九日《法師品》的開示：「欲止渴必得水為要，欲得水必得其方則易。」讓她心開意解，立刻加入台灣北區經典線上群組的共修，並設立美國「開卷有益 行入經典」群組，每天轉載臺灣的導讀法義，跨越地區與時區。目前共有八十八位法親

家人參與，同步讀完《藥師經講述》、《八大人覺經講述》、《三十七道品講述》及《無量義經講述》。她感恩有四方菩薩助緣，一同攜手「高原鑿井覓法水」，一起走向正知正見的菩提大直道。她發願：「圓滿廣傳 上人法益，珍惜此生傳法善緣。」

二、大愛朋友工地有人文

關渡園區正在進行人文志業中心二期工程，人文團隊把握這分可以跟工地菩薩結緣的機會，每天中午輪值陪伴。有時播放大愛新聞，有時播放「行動現場」的訪視個案，也常常跟他們分享靜思語。

即使因工程進度，工班人數較少，用餐人數僅僅四到六人，但志工依然用心陪伴。除了感恩大愛朋友為工程辛勤付出，也希望藉由此因緣能廣

傳善法。團隊不放棄任何可以說法傳法的機會，也不分人數多寡，以至誠的心關懷、陪伴所有大愛朋友，這分付出無所求的精神，就是慈濟法髓的延續。

三、 傳法無礙展潛能

1. 二〇一六年二月桃園的范美蓮師姊也成立「開經有義」LINE群組，轉貼「開卷有益 行入經典」群組裡的文章。一開始師姊認為這樣傳法的方式是行不通的，沒想到群組一成立，短短時間竟有二百零九位加入，足見德不孤必有鄰。桃園讀者兩次來到關渡園區參加德宣師父《藥師經講述》的講座，第一次坐滿一部遊覽車，第二次的人數倍增，而且回程時

大家都帶著滿滿的法喜。

2. 團隊中有一位盧秀綢師姊，她小學肄業，參與讀書會及團隊課前共修多年，因不善於用口說法，所以對自己也很沒有信心，可是一路走來，積極入法、學習，現在她也發願要承擔傳法者，透過筆寫，再請師姊幫忙打字、潤稿，學習在線上分享心得。

3. 《無量義經講述》三十九頁，上人開示：「為了自度、為了懂道理、為了自除煩惱一定要全心一意求法；……希望大家不要以應酬的心念來聽法：」。資深的林璧媛師姊，退休後每天晨起作早課、薰法香，幾乎所有讀書會也都參加，感覺自己好像很精進。她回憶自己以前都是以應酬

心態聞法，為此感到非常慚愧。但參加團隊共修後，看到大家的法入心，勇於承擔，開始戰戰兢兢認真讀書，學會做PDF、下載影片、剪輯影片，漸漸培養了信心。在一次團隊共修時，她感謝大家給她的鼓勵，並發願回金門陪伴受刑人一起讀書。今年初開始邀約金門師兄姊，每個月二次，在金門監獄作陪伴。

4. 淡水一的羅美錦師姊非常精進，長期參加讀書會，也是我們共修團隊的成員。她勤儉持家，每個月家裡水費只有一百元，省吃儉用捐了五個榮董。為了跟上團隊與科技時代脈動，特別買了智慧型手機，學習用LINE寫心得在線上分享。每次為了導讀整理資料、寫稿子，會刻意避開家中

吵鬧的電視聲，到圖書館用功。她到大陸書軒舉辦的讀書會分享時，非常受歡迎，她手中的草稿往往是大陸法親家人最愛拍的畫面，雖已七十歲的她，還這麼精進，又勤於說法傳法，是大家心目中的典範。

5 . 北投一林麗卿師姊、淡水一鄭素馨師姊也是因參加讀書會共修及人文活動，而發願回社區帶動讀書會，引導社區會眾深入經藏。林麗卿師姊雖然只有小學畢業，但最擅長說故事；因為聞法才知道有佛法，當碰到挫折時，知道一切都是因緣果報，也因深信而有定力、智慧，用法轉逆境，不被境所轉。也因此越挫越勇，將挫折當做是上天賜給她的禮物；精進再精進，不敢懈怠。



圖說：北投四林璧媛師姊



淡水一羅美錦師姊



圖說：北投一林麗卿師姊



圖說：鄭素馨師姊開始帶動讀書會



圖說：北投一社區讀書會

四、合和互協眾成就

二〇一六年十月二十一日薰法香

《見寶塔品》經文：「諸佛子等，誰能護法，當發大願，

令得久住，其有能護持此經法者，

則為供養我及多寶」

《見寶塔品》 上人手札：「有願無行，但是虛言。

有行無願，則不能堅久。

行願相資，方能成事。」

透過一次次說法傳法、人文推廣發心立願的承擔，從做中學、學中覺，人文團隊充分發揮了合和互協的精神。團隊成員深刻體會到淨化人心不是口號，是做出來的！自己的身形、威儀，無不都在說法，因此在下化眾生

的同時，更需要提升自我內涵——上求佛道。才能在人與人互動交流中，透過有為法，傳遞無為的真理。而團隊彼此合作之間，也才能以情相牽、以法相會，達到共知、共識、共行，合和互協的眾成就。

上人說「慈濟世界是以愛的能量互相交流」，我們發願以這份清淨、無染、大愛的心共伴有情天，寸步鋪路護大地；大家不分他你我，有志一同，步步踏實，往淨化人心、菩薩招生的菩提大道直邁進。

附件一 心得分享彙整

一、《八大人覺經講述》

北投二紀靜暘

第二至十一頁 二〇一六年九月八日

編輯緒文

讀後心得：

未進慈濟之前，人生在「不知不覺，醉生夢死」中度過。進來慈濟之後，上人的殷殷教導、循循善誘，我才如夢初醒，察覺到原來我的人生是有價值的，尤其現在日日薰法，明白佛性與我同在，寶塔在我心中，奈何煩惱無明覆蓋，如日月被烏雲遮住，無法顯現光明，慧命也無法成長，必須靠自己醒悟、自覺，才能找回如來真如本性。

上人開示：「覺者佛也，迷者眾生，心、佛、眾生，三無差別」。人人本具佛性，一念悟時，眾生是佛；只要一念心豁然覺悟，眾生就是佛，但剎那間你又迷失了，就是眾生；一念覺，一念佛，守住「一念心」何其重要！又何處覓得「這一念覺悟的心」，邁向覺悟之道？

上人教示眾人當居安思危，要用心研讀體悟《八大人覺經》，佛陀開示八種覺悟之道，教育我們「覺無常、去貪念、離癡怨、知生死」，幾個大方向，應該如何調整自己的心，改變自己，進而影響他人？

我最常用的兩句靜思語：「改變自己，影響他人」佛陀是宇宙大覺者，「成佛」必須具備三項條件；自覺、覺他、覺行圓滿。「自覺」就是對真理能體悟了解，改變自己，然後以身作則，潛移默化、影響他人，這叫「覺他」。本身能自覺，也能引導他人，待人處事圓融就是「覺行圓滿」。「生命因利他而豐富 慧命因自覺而成長」《八大人覺經》是菩薩覺悟成佛的八種方法，學佛因能自覺而慧命成長，並能運用智慧走入人群度化眾生，

所以生命因能利他而豐富。無限感恩 上人在本書的最後，期勉祝福我們：人人福慧雙修，慧命與日月光明永存！

二、《八大人覺經講述》

淡水和氣二盧培元

第八四頁到八七頁 二〇一六年九月十六日

四大假合

讀後心得：

村上春樹說，這世界有些微小幸福是確切地存在的，「小確幸」三個字，因而廣為流傳。只不過，它們都太輕柔了，我們必須讓心靜下來，來能感受到它們飄浮著，並且環繞著我們。我們行菩薩道也是一樣，不能只是忙於慈濟事，更要時時靜下心來深入法脈，身體力行精進很重要，內心清淨靜思更是必要。隨時顧好一念心，不隨境轉，不惹塵埃，就能在平淡中體

悟最難得的幸福。

從花開、花謝，到日出、日落。覺者看到的是背後的無常，是無為法。凡夫看到的往往只是事相，是有為法。有為與無為，不過一念之間，然而這一念卻是必須經過長遠的修持與磨練，才能達到此一目標，這就是修行。

「若人欲了知，三世一切佛，應觀法界性，一切唯心造。」人生數十載，成見多少？愛恨多少？拿起多少？放下多少？人生不過就是路過一場，風雨相伴，花謝相送。執著的，是這一顆心；放下的，仍是這一顆心；面對一切境界的，依然是這一顆心，心外無法！

日子滑走的聲音太小，飄飛的速度快得來不及做記號，只有當我們偶而翻著舊時的日記，才又一點一滴的回來！極盡三千繁華，不過彈指一剎那，百年雲煙過後，不過是一捧黃沙。人生其實就是一場修行，修的是一顆心，修的是一顆，不污不垢，淡看浮華的，平淡，平和，寧靜之心。

不以物喜，不以己悲，讓清淡的日子活出精彩；學會平和，適時清掃心靈污垢，便會讓腳步輕盈；學會寧靜，便會閑看庭前花開花落，淡看天邊雲卷雲舒，懷一份灑脫，享受寧靜的人生。

真善美志工要拍出一張好的照片，必須要選好角度、調整快門與光圈，選擇最好的時機、最美的畫面，才能拍出真善美的永恆。然而，在修行的路上，人與人的相處不也正是如此嗎？眼睛好比鏡頭、心念與思想正如快門與光圈，守好每一個起心動念與當下，去蕪存菁，將美善的記憶選擇存入我們的八識田中。每一次真心付出的點點滴滴，瞬間美好的累積，無不都是在成就我們慧命的永恆嗎？

我們的法脈不強調靜坐，卻注重靜思。不強調念佛往生西方極樂世界，但期盼的是淨土在當下。一念清淨心，當下即淨土。一個欲念不生，愛心不滅，當下就是清淨、涅槃。「人生苦短，譬如朝露。繁華落盡，身在何處。世事如塵，納濁藏污。地湧金蓮，幻化淨土。」

三、《八大人覺經講述》

新泰和氣二 何述偉〈濟融〉

第九四頁至一百頁 二〇一六年九月十六日

五蘊無我

讀後心得：

我們知道，學佛的人要破「我見、我執」，但「我見、我執」是什麼？我見又名我執，一切眾生的肉體與精神界，都是四大假合因緣所生，本是无我的實體存在，但我們都在此非我法之上妄執為我，故稱之我見。

眾生所以會生死流轉，只因有我見，因我見而不能正見諸法實相，導致迷惑而造業，感召無窮苦痛，浪跡六道，往返三界。若能知我無我，執著就不得由起，當下遠離妄計之執，而可入道。

清朝順治皇帝的「歸山詞」裡，有一段落這樣寫著：『未曾生我，誰是我？生我之時，我是誰？來時歡喜去時悲，闔眼朦朧又是誰？』 此段偈語簡而言之，就是告訴我們要拋棄『我執』——自己固執的心態。

二〇一五年十月十日 〈晨鐘起薰法香〉時，上人曾說過一則「觀身不淨」的故事：

有一位年輕和尚，因為沈溺貪戀女子美色，以致荒廢功課。後來女子往生，年輕和尚居然不信，還認為別人故意欺瞞阻礙他；直至親眼目睹五官已經變形，身上也發出臭味，變成醜陋腐敗的屍體。和尚這才驚覺年輕不可恃，無常隨時會到，從而醒悟要趕緊修行。

佛陀說：「人有四事不可恃。一者少壯會當歸老，二者強健會當歸死，三者六親聚歡娛樂會當別離，四者財寶積聚要當分散。」意思是人生有四件事由不得你，小時候懵懵懂懂，一直到長大成年，不要常倚仗自己年輕，

年輕人一樣會老。不要依恃現在身體健壯，身體再強壯，還是有衰弱死亡的時候；生命在呼吸間，一口氣不來就死了。

最親至愛的人，到頭來一樣要別離，儘管在一起時歡喜娛樂，還是有曲終人散離別的時候。金銀財寶一大堆，名利地位聚集，有一天會再分散。

每個人都是兩手空空地來，兩手空空地去，這一生才華多高，名利地位多大，一樣會散失。人的身體由四大五蘊因緣和合而成，一旦離散，就變成另外一個人了。

在五趣六道裡流轉，隔個趣道就迷失了自己，在胚胎裡知道什麼？等父母生下我以後，我又是誰呢？我們都是生而歡喜死而悲傷的人，生之喜，死之悲，既是人之常情；但什麼是真正的悲？什麼是真正的喜？一個有智慧的人，是不應該任寶貴人生倏忽蹉跎，更不該任由自己鎮日迷迷茫茫、醉生夢死。

因此，我們對「迷、悟」要警惕，對「生、死」要豁達！我們眼睛所見、耳朵所聽、心中所想，是否和我們所學、所知解的有所背道？因此我們「要看那看不到的事物、聽那聽不到的聲音、心中要為天下眾生去著想」，而且要心無雜念，但願眾生得離苦，投入人群中去無所求的付出。

所以俗話說要『想的通、看的開、放的下』，但這簡簡單單的九個字，要做到還真是不容易。雖不容易做，但也時時提醒著自己要隨時注意所言所行，為我們的社會注入一股正確的思想。如同靜思語：『教之以禮，育之以德，傳之以道，導之以正』，以導正錯亂的社會現象，願你我共同努力撥亂以反正。

四、《八大人覺經講述》

新泰和氣一張玉萍（慮俐）

第一四八頁至一五五頁 二〇一六年九月二十五日

多欲為苦

讀後心得：

第二覺知：「多欲為苦，生死疲勞，從貪欲起；少欲無為，身心自在」讀到這段經文，真的心有戚戚焉！

多年前未走入慈濟未接觸佛法，自己的凡夫心重，總是有一缺九，欲求不滿，即使有房子、有車子，又是夫妻雙薪，生活物質上卻總是覺得不滿足，更希望為孩子未來多存一些教育基金；所以時常跟半公職的先生抱怨薪水太少，希望先生再找份工作兼差，也因此，為自己的婚姻種下了惡因。

先生為了給我和孩子有更好的生活開始兼差，白天的工作下班後，晚

上就到卡拉OK幫朋友的忙，幫忙顧店，每天忙到凌晨兩、三點，店裡才打烊，剛開始的幾個月一切都還好，但是不到半年時間，先生開始常常為了晚上的工作，而三天二頭跟白天的公司請假，生活也開始不正常，為了晚上的生意，喝到店裡打烊了回不了家就睡在店裡，後來更有了外緣，連白天的工作和家都不要了；感恩當時身邊有貴人提供意見，留職停薪保住了他白天的工作，也因為公婆的支持讓我有勇氣守住了差點破碎的家，更為迷失的先生留了一扇回家的門，終於，在我走入慈濟後的多年，迷途的羔羊，找到回家的路了，後來也跟著走入慈濟大家庭，一家圓滿。

因為慈濟因為佛法，我懂得對平凡的生活知足，對身邊的一切感恩與善解，對迷途的先生包容，更懂得要用歡喜心面對接受一切的因果；而自己的這段生命的故事，不就是這段經文最真實的寫照嗎？

五、《三十七道品講述》 淡水二劉曼華(心曼)

第一七三頁至一七四頁 二〇一六年十二月二十六日

行住坐臥不離禪

讀後心得：

去年十月家中經濟驟變，婚後十幾年不曾工作的我，不得不重新投入職場。現在的我必須離開以往的舒適圈，勇敢面對突如其來的業障，我整天拼命工作，身心俱疲，少了佛法的潤漬，雖然賺到了金錢，卻很難不墜入貪瞋癡交織的地獄裡。佛菩薩好似聽到我的心聲，聽到我好想好想留在關渡園區，繼續學佛聞法，和社區家人結好緣，承蒙佛菩薩垂憐護佑，賜我殊勝好因緣以及數不清的貴人相助，終於得以在志業體安住身心，成為職志合一的職工，真的非常感恩。

話說前陣子有幾天在園區上早班，當機車滑入園區斜坡時，看到兩旁

厚厚的落葉，夾雜著少許垃圾，趕緊把握社區菩薩還沒到之前，拿起竹掃帚掃起地來，掃著掃著心中浮起前陣子 上人所講的「三變淨土」。

竹掃帚第一次帶走的是大片的樹葉，留下的小葉子和石頭，通常要掃好幾次才能跟著帶過來。要把地掃好其實不簡單，而且說真的，其實還蠻耗體力的。在掃地的過程，陸續有菩薩來到，我微笑著一一道早安，大部分的菩薩看到掃過後的道路一片乾淨，都起歡喜心，紛紛讚歎並感恩，但也有少數人，質疑我掃地的目的是為何？是不是要掃給主管看？一開始我不解，後來心中甚至有些生氣、難過，難道因為身分不同，單純的掃地就該被曲解？靜下來，反觀自性，想想自己是否起了一絲絲的惡念邪想，用「四正勤」先顧好自己的心。

其實聞法之後最大的收穫，就是「觀心」的功夫變好了，我察覺到我自己聽到好話很開心，聽到不好聽的話依舊會起無明，於是速速用法將心田「三變淨土」，所謂「三變淨土」，初變者：表轉第三能變六根分別識，表

破見思惑，出火宅。二變者：表轉第二能變末那識，表破塵沙惑，出化城。三變者：表轉第一能變阿賴耶識，表破無明惑，至寶所。腦海中想著三變淨土，讓自心清淨，不胡思亂想。不容易做，但努力跟著做就對了。所以想想宋代名人蘇東坡居士和佛印禪師的故事，要做到東坡居士詩中的境界——「稽首天中天，毫光照大千，八風吹不動，端坐紫金蓮。」要八風吹不動很難，一般人通常是一屁打過江啊！

在二〇一六年十一月二十一日《靜思妙蓮華》中，上人講到摩訶迦旃延尊者成佛的因緣，其中提起給孤獨長者掃地敬佛的故事，原來掃地有五種殊勝的功德，一、自淨心地，二、令他人內心清淨，三、諸天歡喜讚歎，四、種下來世相貌端正莊嚴的善因，五、命終往生天界。

所以行住坐臥真的不離禪，六度萬行要真正落實在生活中，因中別行，也許就此種下成佛好因緣。祝福菩薩家人，我們一起共勉！

六、《三十七道品講述》 淡水一 盧淑惠（慈耀）

第三二六頁至三三一頁 二〇一七年二月九日

學沙門法 守護根門

讀後心得：

一直明白日常生活處處都是法，然似乎總在忙碌中，未曾停下腳步、靜下心觀想，直到我家阿母受了傷、我開始學種菜，這才發覺原來菜園裡的蔬果，無時不在為我說法。

種子告訴我，土地要翻得鬆，才好扎根萌芽。心田要犁得鬆，善種才易生根茁壯。垂頭喪氣的蔬菜告訴我要記得澆水，才有元氣努力長大。而慧命要記得時時接受法水滋潤，才得以成長。

因我在下午四點多、土地還熱烘烘時澆水陣亡的小黃瓜告訴我，它雖然渴水，但也該挑時間。再好的東西、再好的法，給人也要看時機；在不

對的時間，就算做對的事，也有可能得到反效果。

那因為太多雨水陣亡的白蘿蔔告訴我，小根機的它只能吸收少少的水，太多，反而會斷了善根。寒流來襲前的南瓜告訴我，幫它做好防護，千萬別讓它凍傷，來不及長大。

而自己內心的菩提苗更應小心翼翼地守護，切勿讓人我是非的寒流凍傷，而退失道心。

七、《無量義經講述》

美國 王慮怡

第一二六頁至第一六五頁 二〇一七年五月十一日

得大智慧 通達諸法

讀後心得：

宗教是信仰，信仰正是一種指引。「福在人群中造，慧在人群中修。」
智慧小故事：別人尊重你，是因為別人很優秀

我以為別人尊重我，是因為我很優秀。慢慢的我明白了，別人尊重我，是因為別人很優秀；優秀的人更懂得尊重別人。對人恭敬其實是在莊嚴你自己。

靜思語：欣賞別人就是莊嚴自己。

一家生意火紅的蛋糕店門前，站著一位衣衫襤褸身上散發著難聞氣味的乞丐。旁邊的客人都皺眉掩鼻，露出嫌惡的神色來。夥計喊著「一邊去，快走吧。」乞丐卻拿出幾張髒兮兮的小面額鈔票小聲地說：「我來買蛋糕，最小的那種。」

店老闆走過來，熱情的從櫃子裡取出一個小而精緻的蛋糕遞給乞丐，並深深地向他鞠了一躬，說：「多謝關照，歡迎再次光臨！」，乞丐受寵若

驚般離開，要知道他從來沒有受過如此殊榮。

店老闆的孫子不解，問道：「爺爺，你為什麼對乞丐如此熱情？」店老闆解釋說：「雖然他是乞丐，卻也是顧客呀。他為了吃到我們的蛋糕，不惜花去很長時間討得的一點點錢，實在是難得，我不親自為他服務怎麼對得起他的這份厚愛？」孫子又問：「既然如此，為什麼要收他的錢呢？」

店老闆說：「他今天是客人不是來討飯的，我們當然要尊重他。如果不收他的錢，豈不是對他的侮辱？我們一定要記住，要尊重我們的每一個顧客，哪怕他是一個乞丐；因為我們的一切都是顧客給予的。」，小孩若有所思的點點頭。

這個店老闆就是日本大企業家堤義明的爺爺。堤義明說，當年爺爺對乞丐的一舉一動深深地印在了他的腦海裡，後來講到這個故事，要求員工像他爺爺那樣尊重每一個顧客。

「尊重」不是社交場合的禮貌，而是來自人心深處對生命深切的理解、關愛、體諒與敬重，這樣的尊重絕不含功利色彩，也不受任何身份地位影響；惟其如此，才最純粹最質樸也最值得回報。

【靜思語】福從做中得歡喜，慧從善解得自在。

心寬一尺，路寬一丈，敞開心胸，善待所有人。無論是你喜歡的還是討厭的，無論是你的善友或是你的惡友，都要尊重他們，這是一種勇氣更是一種智慧！

得大智慧，通達諸法。

「法」並非拜拜求福報而來，是走入人群中練習，世相、世態已通達了解才是「通達諸法」。保持清淨心，要有慈悲的行動，要有智慧的選擇。

八、《無量義經講述》

淡水和氣二 蔡淑惠〈明淇〉

第四九六頁至五〇二頁 二〇一七年八月十七日

本性空寂 無差無別

讀後心得：

慈濟月刊第六百〇七期中，上人讚嘆『菩提禪心』節目將歌仔戲深度化，將心理語言表達出來，也是在弘法，上人說，佛法也是『心理法』，需要藉由形相表達出來，才能讓人有感受、有體會。

『無為法』的真諦，要由人們以『有為法』的形相彰顯——人人都有清淨真如自性。

猶記得自家公司旁的環保站，成立之初期，歷經回收物亂放、野狗亂咬、垃圾一推……等等問題，但也因有總總困擾，十幾年下來讓自己不斷的藉著各種事境磨練學習，與志工們的努力下，心轉境就轉，歡喜有環保站這

個好鄰居。世間事隨因緣生滅而成就。

天下諸相，都是自我修行的資糧，我們每天生活中的人、事、物無時不在現相說法，無一法非因緣會合而有，因緣不具，則一切法悉皆空寂。

提醒自己常覺照思惟，使心對境時不再起衝突，也不會再與自己的情緒起衝突，自己的前念與後念不會矛盾，外在的環境不影響內心，不斷常時薰習佛法，正知正念走入人群，心靜、心淨才不會受無明煩惱干擾，精進不懈。

九、《無量義經講述》

新泰和氣二 許咨民〈濟締〉

第五二四頁至第五二八頁 二〇一七年八月二十三日

二、是一法門 名無量義

讀後心得：

佛教概括眾生輪迴，有六條道路↓天堂、人間、畜生、餓鬼、地獄與阿修羅。

當下的社會年輕人血氣方剛，以為逞強鬥勝就是勇敢，常在不自覺中跌入人間的阿修羅道。上人曾開示：「逞強鬥勇、叫囂犯罪的人生，就是阿修羅道。」上人說，志工們給予充分的愛，讓少年懂得自愛，知道有一大群慈濟人，會拉拔自己朝向善的方向，對自己產生信心，而能立志走正路，同時也挽救他人偏差的人生。

認識六道的眾生相，能幫助我們清楚，生命流轉的因緣果報，了解輪迴

不在未來與遠方，而是當下的這一念，一念覺醒一分自在。佛陀教育大眾，人人都有清淨自性，只是被無明蒙覆。要用心撥開無明，讓清淨的本性出現，明心見性就是『覺』，才能出離六道。

最近晨語中，上人不斷反覆地說「一心、三軌、四忍（四安樂行）」重要性，殷切提醒，我們要多用心，要將上人的叮嚀，銘刻於心，付出於行，才能從微小處觀察，去調整各人的習氣，不隨順受種種煩惱之糾纏，且能夠身勤修持一切諸善行，護念大乘經教法。

上人於，二〇一七年八月十九日晨語中慈示，於根塵識中，每日應打開心，有禮問候請安問好，心開語出，身有禮儀，念起口出表態，於生滅法中，生者無永生，縱然於天堂，福盡復歸來，平日生滅中，留意用心，來去自在，用心起念之生滅。

一花一世界，一夢一輪迴。念念觀自在，煩惱即菩提。每一天都是開端，

每一分鐘都是起點，從現在開始，每一個念頭中去掉自私，去掉一點嫉妒，去掉一點是非，去掉一點得失，每一念都會給你積無量功德。

上人開示，要先付出愛，才會被愛；欲得到肯定，必須有正確且堅定的人生方向；此外，有「正信」人生才不易迷航。

六道輪迴，得人身才有修行的機會，歷塵點劫我們此生才有幸得遇明師，得聞佛法，修行要入人群，弘法回歸佛世時代，是聖化，非神話！身為弟子不能僅知成佛方向，未能落實開道，未能體會鋪路，寸寸之心地風光之德，寸寸之愛。應速建立自信，啓發自性，由跡顯本歸源，就意識云知，眼識曰見，推求名見，覺了云知。知眾生之苦，知其所需，而施以求。善用妙觀察智思考活用於生活中，人人要用功於開道、聞道、行道與說道。

十、《無量義經講述》

金門 洪蕪瑾（懿蕪）

第六六五頁至第六七〇頁 二〇一七年十月五日

六種震動 歌歎於佛

讀後心得：

回想自己有沒有這種聞法之後，心開意解，豁然開朗，心生歡喜的感覺？！

是啊，的確是如此。身心歡喜愉悅，那時的心跳應該是會加速，心跳砰砰地，血流加速，愉悅的感覺彷彿由血液帶動全身，臉部的表情，眼睛、嘴角，也會自然地微笑了起來；甚至肢體動作，儘管可能大動作沒有，但細微的身體的抖動，會有的。我們的心念，影響了我們的身體表現，我們身體的表現，也會影響到其他人的心念；別人的身體表現，也同樣會影響著我們的心念。

昨天新聞中有一則，二〇一七年諾貝爾物理學獎 證實愛因斯坦「重力波」學者獲獎，重力波的解釋

<https://www.youtube.com/watch?v=7YLM50jPyrY> 帶質量的物體，會改變其周遭時空的幾何形狀，當兩個質量超大的物體，在時空中互繞時，會不斷的改變周圍的時空曲率，這種變化會向外傳播，就像水滴落在湖面上時產生的漣漪，這種時空漣漪就是重力波。

擴大解釋，人與人之間，心念與心念之間，也是如此吧！

能在一個善的團體裡，大家一起聞法修行，相互以善的心念及身體表現影響著彼此，真的是很幸福，更要感恩惜福，珍惜這個道場！

用實踐力行來體會佛法，就要不怕走入人群。深覺自己還沒有那麼有智慧的能善用方便法，也真的要好好的精進，讓自己有「法」才能自度度人；也要做中學、學中做，不要害怕失敗，勇敢的去承擔，才能成長。

十一、《無量義經講述》 新泰二 王大英（本景）

第七三六頁至第七四〇頁 二〇一七年十月二十五日

第二功德 通無量義

讀後心得：

咀嚼這一段上人開示，不禁要表揚我們讀書會的新發意帶讀者，末學非常讚嘆他們甘願發心承擔；但他們自認上台經驗少，就期望末學提早一個多月前，能把帶讀檔案先供給他們做準備；從第一次上台分享藥師經講述，用心備課、全程投入，直到現在已經接近上人所慈示：「若為人說一句或一偈，自然能得到那麼多的義理，也就是無礙辯才；也就是我們若肯為人解說，自然能得到那麼多法，即使用很久很久時間，法都講不完的智慧」。

「時間」、「願力」成就了新發意的帶讀菩薩。由衷地讚嘆與欣慰！

今年初許榮祥師兄推薦一位住新泰區的更生人，到我們讀書會來上課習經，第一次參與時，巧合有一段慈濟人至監獄關懷的段落，以同理心能感受這位更生菩薩的感動。潛移默化一段時間之後，顯然地他徹底改變了，他努力在餐飲教學協會學了一手好手藝，計畫要重心踏入社會，拾回有價值的人生。

聞法得法義，行法得法益！上人慈示：「教人，會得智慧；救人，會得福，這是菩薩道的利益」。二〇一六年一月十五日《法華經》〈授記品第六〉：「弘揚正法國界祥和 人民勤修福慧莊嚴」

二〇一五年佛陀的故鄉，尼泊爾的迦毘羅衛國有災難，我們有一群大醫王、人間菩薩共同到尼泊爾去，八方的菩薩到那個地方支援，八個國家，不同的地方，都是距離很遙遠的幾千里路，合齊在那個地方，這不就是「國

界弘揚正法祥和」。

在這個國家，很多人跨越國界來到這裡弘揚正法。有位年輕人，災難發生後的自我放棄，慈濟人以法來洗滌他的心，轉一個念，他就將自己的身體整理好，煥然一新，又變成一位能奮發圖強，願意投入人群，去做手心上能幫助人的事，這不就是「人民勤修福慧莊嚴」。

人人只要有心，發願入人群中去付出，不只是自己付出無所求，身體力行佛陀的教法，又能轉變他人的人生。所以說，法要「人」來弘揚，有法的地方就是有佛的國度，因為人人本具佛性，人人發揮真如本性，這樣法就是在人群中弘揚起來的。期共勉之！

附件二 讀者回饋

二〇一六年二月二十七日 讀者 陳雅吟

謝謝邀約我們加入北區人文團隊讀書會，感恩您，生性魯鈍，悟性低，但有空會看看內容文章自省，期盼智慧開啓，昨晚兒子在連絡簿寫罵髒話，因玩遊戲輸了罵髒話，讓我心痛不已，早上小朋友上學後看了群組師兄弟一些文章，心稍寬慰些，感恩您！

二〇一八年一月九日 讀者 陳雅吟

在一個因緣下，我進入了這個讀書會，內心戒慎恐懼，戰戰兢兢的，因為我非慈濟人也不是修行者，我尊重佛法，但不懂佛法，所以加入讓我不知所措；但在麗珍師姊的力邀下加上他的一句話，「聽不懂正常，多聽接

觸，共沾法喜，得到是自己的，這樣一路走來近二年：我尊重每一個人的信仰，但自己內心是混濁的抗拒的，不信心之所向，故莫名抗拒著怕被任何一個宗教牽著走，如此矛盾的進一步、退一步的看著這讀書會，坦白講我跟不上，有時也不知師兄姊在講什麼，因為講述經文深奧，但我很喜歡看師兄姊的分享心得，淺顯易懂，像看故事般，且更進一步而自我省思。

貪、瞋、癡、慢、疑，是我這凡夫俗子的病症心情，在雜亂的心緒中，翻看讀書會的師兄姊讀書心得，讓我專注，靜，而進一步反觀自省。這點倒是讓我意想不到。

外在環境的壓力，身上背負的責任使命（為人母、妻、女兒角色），常讓自己陷入焦躁不安的情緒中，如此情緒反射出來的當然是紛爭，有了紛爭就易有仇恨，如此反覆。在讀書會中有師兄姊分享心得，深入我心，我把它拿來記在記事本作為警戒。

「凡夫的心就如蒙塵的鏡子，看不清楚自己的心念，心隨外境起心動念，心境就如處在酷暑般的躁熱難安」這描述心有戚戚焉，所以寫了句「心不隨境轉是禪定的功夫，希望能定不要亂。我用這讀書會的心得分享來鼓勵警惕自己。我不是一個好學生，忙碌團團轉，學習態度不好，看看停停看看，但不曾離開群組，雖說經文深奧，但有師兄姊的心得分享，間接領悟自省是另一種收獲。」

二〇一八年一月十日 讀者 蘇柏峰

末學以前總認為參佛就是要念經拜佛，但自從麗珍師姊引薦參與線上讀書會並拜讀藥師經與無量義經後，雖對經文懵懵懂懂一知半解，所幸眾多師兄師姊以精闢簡要之心得分享大眾，雖資質匪淺但長期累積後竟發覺受益良多，雖性情依舊容易受他人影響而煩惱躁動，也會因為了家庭的將

來而苦惱，但已漸漸能體會上人所指示煩惱就是心病和身病，要能壓制煩惱，能隨時拋棄煩惱，不受煩惱覆心。

末學自覺佛法是活的，精舍就在自己的心中，有句話說「蓮出淤泥而不染，身入紅塵佛在心」，這或許是 上人所指示的不受外界貪、瞋、癡的影響，顧好自己的心，走入人群弘揚佛法、幫助他人的寫照吧！

二〇一七年十二月三十日 讀者 桃園區中路和氣 王俊川

原本參與「開經有義」，只是因為少數幾次的薰法經驗，跟線上的各地共修們有相互請益的機會，沒想到自己的懈怠，也在這個群組裡被照見！看到有很多師姊、師兄每日精進的即時分享，讓我的不服輸精神有所鞭策。

在日常忙碌的節奏裡，若不是共修、共學相互提醒，很多時候藉口、放下、晚點、明天：一再延遲的理由，讓我有懈怠的出路。而彼此的互勉、

提攜，正好一步步破除這些無名的困擾。

深夜才將自己的承諾完成，也是家庭、生活縫隙的因緣之賜！相信妥善、廣泛的利用各種媒體、平台來共修、聞法，正是《無量義經》的因緣，也以種子自許，或許不知道能不能成為別人的善種子，但是在承受上人的善法上，自己也吸收的滿滿的正法，讓很多無明、舊習，逐步戒除、改過，在面對工作上的人、事、紛爭的時候，憑藉著對於慾望的認知、看清，知道更多自己該避免的舊胡同，正是修習的力量。

再次的感恩所有平台裡的師姊、師兄們，發心的將每日聞法所得，透過鍵盤一字一字的寫下每個感動的當下，讓末學得以在第一時間、第二次、第三次……想要重溫、再次理解上人開示的內容之時，有對照、印證的空間。有各位勤耕的每個篇章，都讓大藏經的內容更加精采。

末學的文筆有限，只能拙略的描述自己對各位付出的敬意，十份不足

其一，實在慚愧？還望各位能夠海涵……也藉機感恩成立、邀約末學參與的美蓮師姊，讓末學的視野增廣，人緣也擴大。感恩之情，難以言喻：

二〇一八年一月七日 讀者 美國紐約 江淑賀

人生的際遇，真的不可思議啊！看完老友，好友轉送的VIDEO，是關於她一生的故事，命運。已過六十歲的我，一直傾向「淡定」的態度，來面對人世繁華一直不停的在變化。但是……，這次又被她的故事衝擊，內心又一次起伏不已。「佛法」二字是她人生的全部。

我每日生活的環境，是圍繞各種不同的宗教信仰，有基督，天主，猶太，回教，印度教等……，這些人卻是我的同事，良師益友。

但是每當我情緒不穩或是人事困擾時（有時無聊時也會），我就翻閱LINE上「開卷有益 行入經典」文章，裡面內容的一些經典佛法，佛理。奇

妙的是，儘管我只閱讀少許的文字，就算一句簡單的佛理，或一小段短短的影片。我很快就可以恢復正向想法，內心平靜，不再執着自我，放下自我，自然而然，煩惱、不安也遠離我了。

對我而言「佛法」就是「活佛」。你可以不信佛，但你不可以不用心生活。佛法是適合世界每個角落、每一個時機、每一個環境、每一個人，因為人要活着，只要佛法詮釋正確，應用得當。我相信佛法會普及，根植在世界每一位人的生活、心裏的。

二〇一六前六月八日 讀者大陸哈爾濱 張理娜

《藥師經講述》 第五百二十頁

出家就是要修行，學佛就是要將過去所犯的過錯消除。人從無始以來，生生世世都帶著習氣，修行就是要修掉不好的習氣。人與人之間，人與事

之間，難免不經意時習氣現前，就會犯錯。末學最近就是習氣現前，看到婆婆來薰法香道心不堅定，進進退退，嘴上沒說，但是心裏已經升起埋怨的心，就如同經文中所說壓抑下來沒有現前，但是種子仍在，自己還是渾然不覺，直到又遇到緣怨心和嗔恨心就出來了，法親們的關懷都無法釋懷，知道靜下來思考，發現自己嘴上不怨，心裏怨的習氣已經很久，是知道沒有徹底悔悟懺愧的心，直到看到同修寶珍師姊，對婆婆的恭敬與孝順，在這惡緣起的當下，真心發現自己做的太不好了。上人開示學佛就是要將過去所犯的過錯和累生累世的習氣都消除。末學現在也是感恩心，能在今生此世發露懺悔自己。

二〇一八年一月一日 讀者 大陸哈爾濱 張理娜師姊

《證嚴上人經典》 線上微信群組

回想我與慈濟的因緣，末學的接引人尚明霞師姊參加了二〇一四年歲末祝福之後，分享當時她的感受，師姊說她在螢幕上看到 上人說「來不及」時，師姊已經泣不成聲地說「弟子來晚了」，當時末學並沒有像師姊一樣感同身受。後來在師姊的帶動下開始參加慈濟的讀書會活動，記得有一次翟師姊分享給尚明霞師姊一首歌曲《問心》，尚師姊將歌曲傳給末學，末學聽著歌曲感覺自己一個人在荒蕪的沙漠中求索，找不到路，那種生生世世都在尋找的感受油然而生，流著淚聽完了歌曲，後來才知道這也是我一直要找的緣。

哈爾濱薰法香的因緣，在翟衛燕師姊的堅持下從無到有，從開始的流動租場地帶動讀書會到目前有固定租住的共修處。哈爾濱的每位慈濟家人

都非常感恩翟師姊初期一個人難行能行將慈濟大愛撒播到哈爾濱這塊黑土地，讓我們這些散落在外的弟子能找到師父，牽上 上人的手，生生世世行菩薩道。

慈濟哈爾濱家人們剛開始是在家裡觀看大愛台的靜思晨語，後來因緣成熟了，幾位家人相約要到共修處帶動薰法香。從二〇一六年五月十五日開始直到現在，共修處一直都有在薰法香。末學在持續薰法之下，除了智慧增長，更看到了自己的習氣。

在薰法香期間，開始的障礙是語言聽不懂，還好很感恩大陸上海的人同聲傳譯的字幕，慢慢開始能聽懂上人的講法，薰法期間也會出現過頭腦不清晰，但堅持下，就克服了精力不集中的問題。當我的意念向外馳逐，就趕緊觀照自己，並想辦法慢慢調伏。

上人總叮嚀弟子們要「多用心」，我也思考：法究竟有多少留在我的心

裡？是不是聽過就忘了呢？在薰法香期間也克服很多個人心裡上的恐懼，由於北方冬天白天短黑天長，早上出門時天還沒亮，一個人又不敢下樓，開始就麻煩先生送我下樓打上計程車，後來試著念著佛號下樓，漸漸覺得自己的膽子好像比以前大了許多。

曾經有段時間（近兩個月）只有我一人堅持薰法香，期間也有過懈怠，但是又不捨。「上人過家門沒有人開門」，就堅持下來了。事後想這更是我

的福報，每天可以一個人與上人面對面交心。記得有一年冬天特別冷，有一天早上真是不想起來（但是也堅持去了），那天正好上人開示：早上掀開被子確實很難，但是想想我們要做的事，起來了也就輕安了。

二〇一五年春節，也正值慈濟五十周年之際，末學在哈爾濱第一顆種子翟衛燕師姊及尚明霞師姊的陪伴下，回到精舍過年，對末學來說便是一次尋根之旅。在精舍幾天的時間，感受到心靈的平靜與法親家人們的愛，最重

要的是見到了敬愛的上人，弟子默默流著淚，也不知道為什麼見到上

人，就莫名的想哭。在精舍與上人近距離的生活幾天是弟子終身都無法忘記的幸福。

尋根之旅回來後，末學就開始承擔當地的讀書會，雖然末學在法上還是不夠深入，但因沒有人帶動，末學便主動來承擔這個功能。當時也是戰兢兢，一來是不懂如何帶動讀書會，二來是怕自己說錯傳錯。在這期間有時讀書會只有兩三人，我也堅持帶動，從沒因個人原因停過一次。

承蒙上人的加持，也可能是因緣成熟，開始有師兄姊先後加入導讀人的隊伍。到今年初，我更用心思考要如何帶動這些導讀人，一起把我們的讀書會經營好，如何接引更多人來聞思修，如何讓我們的導讀人都能合心、和氣、互愛、協力？回頭看看自己走過來的路，覺得自己已有成長，但我僅僅是一顆鋪路的石子而已，在與大家共事中，也有因智慧不足而覺得力量不足的時候，也有因做法不同而有個人偏見的時候。

後來與師姊溝通過一次，我才了解所有的問題與煩惱都是來自自己缺少一顆寬大包容的心，缺少愛心，愛的存款不夠，不夠愛我們的導讀人家們，也深深懺愧自己法不夠入心。在準備導讀的過程中學習佛法、體悟佛法，體會到導讀緊張害怕都是我執太重，只顧自己的感受而沒有達到無我。

至於參與 上人經典連線共修的因緣，是二〇一六年初在精舍師父的推薦下，請購了二〇一六年二月第一版印刷的《藥師經講述》，在精舍只顧沉浸在新年氣氛與精舍的寧靜中，未曾展讀這本書。在臺灣有幸見到了敬愛的紀媽咪與麗珍師姊，麗珍師姊建立了一個「證嚴上人法典線上共修」的微信群，說雖然無法與臺灣師兄姊連線共修，但是可以與大家同步分享自己的心得。有此因緣，回到哈爾濱，才開始閱讀《藥師經講述》。

末學越讀感受越多，有時在讀的過程中不禁流淚，這淚水有感動、有法喜、有慚愧，剛開始不太好意思分享，因為平時很少在人前分享心得，

後來在明霞師姊的鼓勵下，說分享也是一種布施，末學才鼓起勇氣，對有感動體會的地方進行真實分享，有時候分享也是流著淚的。就這樣在臺灣師兄姊的持續帶動下，末學讀完了這套書。

現在想想當初的分享內容，記憶已有些模糊，今天拿出當時寫的二十幾篇筆記，才意識到無形中收穫太多太多了。我現在已對佛法生起好樂心，更重要的是在法水的洗滌下，照見了自己許多習氣，開始反省、懺悔自己有意或無意所造的罪業，進而啟發了內心本具光明的信心。

這樣的法喜也促使了末學要跟隨 上人腳步，精進聞法明理，自度度人的決心，做一個說法者，傳法者。雖然深知在佛法的路上自己只是剛剛起步，但是牢記使命，就會一直無畏前行。

二〇一七年十一月在翟衛燕師姊的陪伴下參加培訓受證營隊，也請回來《無量義經講述》。從那天開始末學就先誦讀《無量義經》，直至今今天未曾間斷。也發願將誦讀《無量義經》做為每天的功課來修行，並發願更用心在當地帶動讀書會，做一位稱職的說法者、傳法者，努力修學，朝上人心目中理想弟子的方向前行，傳承靜思法脈，弘揚慈濟宗門，佛心師志，使命必達。

值此新年來臨之際，弟子恭祝

上人法體安康！常住世間！法輪常轉！

祈願慈濟哈爾濱隊伍浩蕩長！一生無量，無量從一生！

靜思弟子福慧雙修！

願人心淨化！社會祥和！天下無災難！

二〇一八年一月六日 讀者 大陸哈爾濱 翟衛燕

親愛的法親家人吉祥：

末學是大陸黑龍江省哈爾濱的志工翟衛燕，上人賜末學法號慮憬；末學在當區做窗口，經常要處理很多事情，由於智慧不足，時有無明煩惱困擾。二〇一六年春節回台巧遇邱麗珍師姊，當談到自己遇事時的煩惱，師姊建議末學多讀經典多聞法才能開啟無量智慧；分手時師姊有結緣《藥師經》與末學，並邀請末學參加 上人法典系列線上學習。由於自己經常被一些雜事牽絆，沒有靜心堅持日日讀經；但是末學幸運的是，每天都能在網上閱覽到邱麗珍師姊及她帶領的 上人法典系列共修團代每天的分享D.O.文，每一篇都會讓末學感同身受，讓末學日日在法親家人的分享中溫故知新，汲取養料。時間不斷流動，末學的心念越來越定，心寬念純常歡喜，這就是法喜。《無量義經》云：“靜寂清澄 志玄虛漠 守之不動 億百千劫”，這也是末學修行的方向，內心靜定，菩薩道上守之不動！

二〇一六年六月三日 讀者 桃鶯和氣 江辰青

此次參與關渡藥師經共修，共乘大白牛車取經真是收穫滿滿，從布展導覽，看到師姊展現承擔的勇氣與決心，宣揚佛法的用心，攝受良多，更激勵自己應勇猛精進。

也感恩德宣師父的藥師佛十二微妙上願，讓我重新複習已漏的法，重新找回初發心，願今後自身光明，身如琉璃，內外明徹，淨無瑕穢，身善安住，焰網莊嚴，以無量無邊智慧方便令諸有情悉令安住菩提道中，具三聚戒，一切皆得端正點慧，身心安樂具丈夫相，解脫一切憂苦，以法味飽足其身，一切莊嚴具，證得無上菩提。感恩此次一切美好因緣成就，皆由塵點劫而來。共勉之

二〇一六年八月二十八日 北投一 楊語綺

這次參加《藥師經講述》第二冊，十分法喜。在得知有八月二十七日有殊勝因緣能再次恭請德宣師父，就一直很期待，也早早就把日曆畫上記號，如同小學生要去郊遊一般。

當天早上，看到課務團隊用心安排及準備，又見到線上帶讀者遠道而來參與，能當場和大家見面，讓我更加期待下午的開示。中午十二點，桃園家人的遊覽車到達，隊伍浩蕩長。在大門迎接來自各地的菩薩們，感受到大家求法心切，景象令我十分難忘。更加歡喜的是，我母親（從新竹）及我阿姨（從苗栗）也同時抵達園區，他們從遠方走近時，我很自然地抱住我母親。

法會一開始，全體一起恭讀藥師佛十二大願，心馬上收攝下來，心口如一，道氣十足。德宣師父的開示，印象最深刻是這段：「善因，今復憶念，至心歸依，以佛神力，眾苦解脫。」書中上人開示「學佛，時時抱持清淨

心，恆求勝法，這必定依仗佛的力量，心中有佛，不斷洗鍊自己的心，讓我們得到解脫。」我深深體會到，現在的年輕人，心最苦，苦在內心無明煩惱多，而今天有這麼殊勝的因緣恭請德宣師父，在這四個小時，珍惜時間、空間，藉由德宣師父的帶領，一心體會藥師佛的心。

感恩有紀媽咪的勉勵，我更加有信心分享自己的心得，也會更精進於佛法及入人群，做上人的好弟子。

非常感恩德宣師父願意為我們開示，也很感恩群組裡每一位的護法者、聞法者及帶讀者，因為是大家虔誠一念的恭敬心，才能俱足這次殊勝的法會。東方琉璃淨土，立地就是清淨，清淨的心地就是一片淨土。

二〇一八年一月五日 讀者 美國 謝宜瑾

「開卷有益 行入經典」線上群組（美國地區）

群組主責靜思弟子：謝宜瑾（慮瑾）

◎ 遠方菩薩齊相助 群組設立因緣聚

二〇一六年元月，弟子謝宜瑾（慮瑾）隨同夫婿自臺灣調派至美國舊金山赴任公職，並於同年五月承擔慈濟舊金山支會人文推廣幹事，七月即接到美國

總會通知人文推廣組準備啟動「藥師經講述」輪值導讀與法益分享。

初來乍到的我，當時已認識的舊金山菩薩僅約十餘人，而兩周一次的會所讀書會，參與的共修菩薩也都僅有個位數，因此末學仍然在調整自己適應當地的慈濟會所狀況，實在不知如何能夠組織導讀團隊至北加分會輪值法益分享。

然而在此煩惱之際，上人的薰法香早課正在解說法師品，當時 上人的這一段話：「欲止渴必得水為要，若要止渴，我們很口渴，唯一就是水，所以欲得水，必得其方則易」，想要得到水，不困難，只要你知道方法，知道方向，有水的方向在哪裡，只要你知道，要得到水不困難。」。

頓時讓弟子心開意解，立刻電話連繫直屬師姊曾秀麗與關渡園區讀書會的帶讀師姊邱麗珍，說明海外弟子身處異地傳法的困難，此時麗珍師姊立刻建議加入台灣北區線上經典研習群組一同共修，並且也在紀靜暘師姊等精進菩薩們的齊心鼓勵支持下，開始在美國地區也籌備設立上人經典線上研習群組，弟子的主責是每天依序轉載臺灣種子菩薩研讀 上人經典系列的導讀分享文，邀約美國各地區菩薩加入共修，跨越地區與時區，直接連結台灣的宗門法脈與熟悉慈濟人文，一起走向正知正見的菩薩大直道。

◎科技傳法似真空 群組修行享妙有

此群組於二〇一六年七月十日正式運作，由紀靜暘師姊撰寫第一篇導讀分享文開啟法喜，而後每日轉載一篇由臺灣輪值菩薩主筆的法益分享文，並且依循臺灣群組默契，此群組僅轉載上人經典系列導讀法益分享文，沒有任何貼圖，也不轉貼無關文章，實屬一方靜思共修園地。

美國地區「開卷有益 行入經典」線上研習群組，目前共有八十九位菩薩參與共修，近兩年已完成研讀的經典如下：

1. 二〇一六年七月十日 至二〇一六年十一月九日：【藥師經講述】
2. 二〇一六年十一月十日至二〇一六年十二月三十日：【八大人覺經講述】
3. 二〇一七年一月二日 至二〇一七年四月十四日：【三十七道品講述】
4. 二〇一七年四月十五日至二〇一七年十二月三十一日：【無量義經講述】

◎高原鑿井飲法水 聞解修習近菩提

時序已邁入二零一八年，回眸這兩年所有的修習善緣，無限感恩四方菩薩給予助緣，一同攜手在高原鑿井尋法水，霑法喜，如今美國地區開始因圓果熟，今年三月份即將開始研習的【佛遺教經講述】，弟子已邀約數位旅居美國的精進文史菩薩參與輪值臺灣團隊的導讀文分享，祈願美國靜思弟子能與台灣靜思弟子彼此水乳融合，兩地妙義互融！

弟子雖於今年將傳承舊金山支會人文推廣幹事，但仍會繼續用心勤植此方群組福田，圓滿弟子設立群組時的發心立願：『圓滿轉傳 上人法益，珍惜此生傳法善緣』。

二〇一八年一月一日 讀者 陳明伸師兄

無量義經

經文：「其心禪寂 常在三昧 恬安澹泊 無為無欲 顛倒亂想 不復得入。」

自己總是為了生活忙忙碌碌，為了想要的東西，不停的工作，沒有停下腳步 想想為了什麼而忙 什麼時候可以滿足 何時可以停止？

閱讀到這一段經文，感覺到那應該是一片很靜寂、清靜祥和很美的世界，沒有慾望、煩惱、吵雜的人我是非，就讓我聯想到繞佛繞法的時候，心專注到腳步，念著佛號，沒有一切的煩惱 無明，是是非非的念頭來擾亂我的心，沒有什麼掛礙，就是一心不亂的定靜。

經文：「一切諸法 自本來今 性向空寂 無大無小 無生無滅 非住非動 不進不退 有如虛空 無有二法 而諸眾生 虛妄橫計 是此是彼 起不善念

造眾惡業輪迴六趣 受諸苦毒無量億劫 不能自出」。

周遭的事物，本來就是一切虛無、一片寂靜、沒有大小，沒有你我的分別。只是我們的心，被這個虛假的景象給捲了進去，而我們都太認真、也太不認真，認真的過著虛幻生活，不認真從虛幻生活中出離，為了這虛幻的景象而產生欲望、煩惱與無明，而造了各種業，這樣的惡性循環沒有停止，百千萬劫沒有辦法脫離而受苦難。

若能認定生活上的是是非非、你你我我，其實沒有對錯。眼前的影像有如電影一般，一幕一幕只是心的顯現，該來的就會來很快就會過去，若心生執著各種影像將會停格而過不去，這是一種考驗，在乎了、認真了只是把影像映到心裡面，想要再把它去除，就會更困難。要讓虛幻的影像很快過去，不要印在心裡。因為自己只是宇宙的一個點而已。

二〇一八年一月八日 讀者 南非開普敦 慈熒師姊（楊秋雲）

這兩年慈濟人文團隊，每日傳深入經藏聞法的幸福，真的很讚！我每看一次內文就感受到法入我心，像是將法轉為營養能滋潤我身，從中學習到柔軟與人互動，有同理心去社區關心苦難人的生活而力行慈善，受益良多，法喜滿滿，感恩。

二〇一六年七月二十六 讀者 美國紐約 江淑賀

Thanks for group of Healing Sutra

You guys provide or post about Healing Sutra which gives me different ideas from my thoughts I use it every day.

I want to read Healing Sutra when I am frustrated and unhappy.

Because after reading Healing Sutra I feel sooo comfortable and calm.

Thanks all of you for your sharing with me.

