日本慈濟世界

日本ツーチーセカイ
2022年 6月10日 出版　第 173 期

主題報導：虔誠浴佛　行善行孝報親恩

無縫接軌救苦難

常說時間過得真快，現在卻覺得漫長，實在是感覺到人間苦啊！看到有人生活在貧窮苦難中，飢餓而沒有糧食，生命不知有沒有明天；這已經不只是度日如年，是連「度秒」都感覺漫長難過。

在非洲的馬達加斯加，因連年乾旱，到處是黃土，民眾住在破陋茅屋，只能席地而坐，也無乾淨的水可用。有些媽媽堆石頭作灶，拿樹枝點火，放一口破舊鍋子，用髒水煮石頭，哄騙飢餓的孩子，讓孩子等到累得睡著了，就這樣暫度飢餓，但是醒來後又該如何呢？有人則是皺著眉頭吃草、嚼樹根；甚至有人嘴裡咬著製鞋用的皮革原料充飢。這樣天煎地逼，沒有食物，到底如何生活，很令人心疼不捨。

今年一、二月間，馬達加斯加又接連遭遇風災，亟待外界援助。過去慈濟與當地欠缺因緣，想要救也救不到，無力拔苦頗感無奈和傷心，所以時常呼籲能借重科技廣傳訊息。幸好新加坡的慈濟委員張麗君，聽到師父正在尋找救助的因緣，於是將消息告訴澳洲的朋友，再經他輾轉介紹馬達加斯加獅子會的朋友，讓慈濟有機會請他們協助，將米糧和物資送到需要的人手上。

時日一天一天過，只是等待能讓因緣就此拉近嗎？還是要靠一段一段的因緣輾轉相接，才能成就。許多慈濟的個案是經由愛心人提案，我們再前往訪視，受助的人才能與慈濟有緣；或是由好心人的朋友發現案家狀況，再輾轉傳達給慈濟，讓我們了解應該如何幫助。所以很需要大家口口相傳，手手相牽做好事，讓人間菩薩無縫接軌，彼此互動、聯絡訊息，才可以直達苦難處，發揮愛的能量。

很欣慰人間菩薩增加，讓這些民眾有了得救因緣，然而天下寬廣無邊際，還有許多貧困苦難人尚待救拔。現今地球人口近八十億，根據聯合國農糧組織調查，平均九人中就有一人受飢餓之苦；其他人能發現飢餓的那一個人嗎？儘管我們有心想幫忙，若缺乏因緣，也無法救濟。

世間需要更多愛心人會合，希望人人聽聞愛與善的呼籲，就要把握因緣，啓發愛心，發揮力量。大家以愛造福，互相護持，借力使力，力與力相連接，令苦難人有因緣接受幫助；人人造福，累積福氣才能庇護全球平安。

《日程表》

2022年

七月 July

◎東京23区　◎関西地区　◎群馬地区　◎山梨地区

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3 中国語大人クラス 13:00-15:00	4 代々木炊き出し配布 9:30集合	5	6 (読)仏典系列 13:30-15:30	7 写経 13:30-15:30	8 健康気功教室 10:30-11:50	9
10 大阪西成区炊き出し 13:30- 大阪西成区夜回り 17:30-	11	12 大愛食堂お便當配布 16:30-18:30	13 (読)仏典系列 13:30-15:30	14	15	16 ボランティア研修 (日本語) 10:00-15:00
17 ボランテア研修課 09:00-17:00 ボランティア研修 09:00-17:00 中国語大人クラス 10:00-12:00	18 代々木炊き出し配布 9:30集合	19	20 (読)仏典系列 13:30-15:30	21 写経 13:30-15:30 慈濟手話 10:30-15:00	22 (読経)《薬師経》 10:30-12:30 (読経)《薬師経》 10:30-12:30 (読経)《地蔵経》 20:15-22:00	23 菜食料理教室 12:30-17:00 大阪西成区夜回り 17:30- (読経)地蔵経》 20:15-22:00
24 中国語大人クラス 13:00-15:00 (読経)《地蔵経》 20:15-22:00	25 うらら障礙者昼食交流 10:00-13:00	26 大愛食堂お便當配布 16:30-18:30	27	28	29	30
31 七月吉祥月 13:30-15:00						

八月 August

◎東京23区　◎関西地区　◎群馬地区　◎山梨地区

日	月	火	水	木	金	土
	1 代々木炊き出し配布 9:30集合	2	3	4 写経 13:30-15:30	5	6
7 中国語大人クラス 13:00-15:00	8	9 大愛食堂お便當配布 16:30-18:30	10 (読)仏典系列 13:30-15:30	11	12 健康気功教室 10:30-11:50	13
14 大阪西成区炊き出し 13:30- 大阪西成区夜回り 17:30-	15 代々木炊き出し配布 9:30集合	16	17 (読)仏典系列 13:30-15:30	18 写経 13:30-15:30	19	20 ボランティア研修 (日本語) 10:00-15:00
21 ボランテア研修課 09:00-17:00 ボランティア研修 09:00-17:00 (読経)《薬師経》 10:30-12:30 (読経)《薬師経》 10:30-12:30	22 うらら障礙者昼食交流 10:00-13:00	23 大愛食堂お便當配布 16:30-18:30	24 (読)仏典系列 13:30-15:30	25 慈濟手話 10:30-15:00	26 (読経)《慈悲三昧水懺》 20:15-22:00	27 菜食料理教室 12:30-17:00 大阪西成区夜回り 17:30- (読経)《慈悲三昧水懺》 20:15-22:00
28 (読経)《慈悲三昧水懺》 20:15-22:00	29	30	31 (読)仏典系列 13:30-15:30	28	29	30

※上記表は変更になる場合がありますので、参加する前に必ず事務局までお問い合わせ下さい。(読)→読書会

連携リレーで人々の苦難を救いましょう

訳／金子昭

時間が速く過ぎるとよく言われます。でも今、時間が長く感じられるとしたら、それは実際この世の苦難であることに思い至るでしょう。暮らしが貧しく、苦難の中にあって、飢餓のために食べる物もなく、明日の命も分からない人たちがいます。こうした人は一日経つのが一年のように感じられるだけでなく、「一秒が過ぎる」ことさえ長く感じられ、耐え難い思いでしょう。

アフリカのマダガスカルでは、干ばつが何年も続き、至るところ乾燥した黄色い大地でした。人々は貧しい草葺きの家に住み、ただ地面に座って、汚れた水だけを使える状態でした。お母さんたちは石を重ねてかまどをこしらえ、木の枝を使って火をつけ、壊れた鍋をそこに置き、汚い水で石を煮ていました。お腹の空いた子供たちの目を欺くためです。子供たちが待ちくたびれて眠ってしまえば、その間だけ暫時飢えを忘れることができたのです。しかし、子供たちが目を覚ましたらどうするのでしょうか。ある人は顔をしかめつつも草を食べたり、根をかじったりしています。なかには靴を作るための皮革原料を口にしてまで、飢えをしのいでいる人もいるのです。このような厳しい状況の中で、食べ物もなく、どのように暮らしていけば良いのでしょうか。心がとても痛む思いです。

今年の一月と二月には相次いで、マダガスカルをサイクロンが襲い、海外からの支援がとても待望されました。過去には慈済は現地との縁がなく、救援したいと思っても、それができずに無力感を抱くばかりでした。そこでたえず、情報技術の力を借りて呼びかけを行い、この情報を広く伝えていました。幸いにして、シンガポール在住の慈済委員である張麗君さんが、私がまさに救援の縁を探していることを聞きつけてくれました。そして、この知らせをオーストラリアの友人に伝え、そこからさらにマダガスカルのライオンズクラブの友人に話をつないでくれたのです。そのおかげで、慈済は彼らに支援するよう依頼する機会を得て、米などの食糧や救援物資を、これらを必要とする人々の手に渡すことができました。

人間菩薩が増えてくれるのは喜ばしいことです。こうした人々が支援を受ける縁を得ることができるからです。しかし、世界は広大で際限がありません。また数多くの貧しく、苦難にあえぐ人々が救援を待ち望んでいます。現在、地球の人口は八十億近くになりました。国連の食糧農業機関（FAO）の調査によれば、平均して九人に一人が飢餓に苦しんでいるそうです。それ以外の人たちは、飢餓状態にある人を一人でも自分で発見したりできるものでしょうか。私たちがたとえ心の中で手助けしたいと思っていても、縁がなければ救援することができないのです。

時間は一日一日と過ぎていくというのに、縁が自分のところまでやってくるのを待つだけで良いのでしょうか。そうではなく、縁を一つ一つ回してつなげていって、初めてうまくいくものなのです。多くの慈済の支援ケースでは、愛の心を持った人の提案を受けて、私たちが家庭訪問に行くことで、支援を受ける人がはじめて慈済との縁を得ることになります。あるいは、愛の心を持った人の友人がその家がどういう状況にあるかを見出し、それから慈済へとこのことを伝えることで、はじめて私たちはどう援助すべきかが分かることになるのです。それゆえ、人々が口伝えに話をつなぎ、手に手を取って善事を行っていかなければなりません。人間菩薩は連携リレーでもって連絡を取り合い、互いに協力して情報を交換することにより、ようやく苦難の現場にたどり着いて、愛のエネルギーを発揮することができるのです。

人の世では、今以上に多くの愛の心を合わせることが求められています。皆さんが愛と善の呼びかけによく耳を傾け、縁をしっかりと捉え、愛の心を啓発して、持てる力を発揮して下さいますように。皆さんが愛によって幸せを築き上げ、支え合って持てる力を分かち合えば、互いの力を結びつけることができ、苦難の中にある人たちもまた、支援を受けるという縁を得ることができるでしょう。皆さんが幸せを築いていけば、積み重なった福運は世界全体の平和を庇護することになるのです。

特集

■1 四月十一日にはマナンジャリー（Mananjary）でライオンズクラブの会員と一緒に三回目の物資配布を行った。

■2 ライオンズクラブの会員と村長が被災者を訪問、戸別に名簿を作成し、一四一七世帯に支援を行った。

1と2の写真／花蓮本部提供

新刊図書紹介

『行願して半世紀 證嚴法師と慈濟』

文／金子　昭

『行願して半世紀』の中国語原書は、慈濟創立五十周年の記念すべき年の二〇一六年、天下文化出版社から出版されました。作者は『瑠璃同心円』などの著作で知られる潘煊さんです。この本が台北の慈濟日本語翻訳チームの陳植英さんの翻訳、同チームの指導をされている黒川章子さんの編集協力により二〇二一年十二月、総頁数五百三十七頁の堂々たる日本語訳の書物として、静思人文出版社より刊行されました。

本書は、慈濟五十年の歩みを次のように十年ごとに区切って、その折々の特筆すべき活動とその活動に寄せる證嚴法師の思いを詳しく、またその中からとくに證嚴法師の思いがよく伝わる事例を取り上げています。）第一部は「慈善」に力点を置いた時期、そして第二部は「医療」の時期、第三部は「教育」の時期、第四部は「人文」の時期と位置付けられます。これらの四つの時期は「慈・悲・喜・捨」の四大志業がそれぞれ強化された時期です。そして、二〇〇六年の慈濟四十周年を迎えた時、證嚴法師は「慈濟宗宣言」を行いました。

したがって、最後の第五部の時期は、慈濟の歴史において特別重要な意味を有してきます。それは、證嚴法師は「静思法脈」と「慈濟宗門」から成り立つ「慈濟宗」を明確に打ち出した十年間だからです。慈濟宗宣言では、「内に修行する四法」として「誠・正・信・実」の精神を置き、それに対応する「外に表す四法」として「慈・悲・喜・捨」の実践が位置付けられました。前者が「静思法脈」、後者が「慈濟宗門」に当たります。

今日これだけグローバルに活動を展開している慈濟ですが、「仏教のために、衆生のために」は一貫して変わらない精神です。また、活動に当たっての初心は、どこまでも「山火事を消す雀」であることも忘れてはならないでしょう。一人ひとりの力は小さいですが、人々の慈悲や愛心は合力して大きな力を発揮するものです。

半世紀に及ぶ慈濟の歴史を知り、また證嚴法師の思想を学ぶために、『行願して半世紀』は恰好の書物です。初めての人でもとても読みやすく、またある程度詳しい人も新たな知見を得ることができるので、ぜひ本書をお勧めしたいと思います。

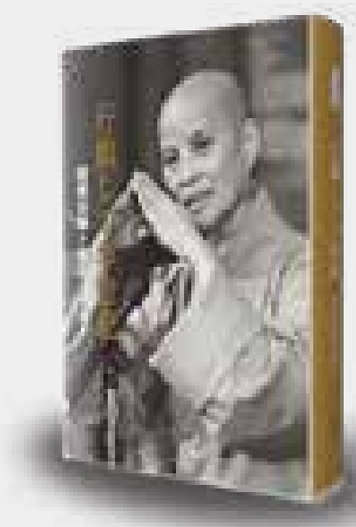
行願して半世紀。

證嚴法師と慈済

ツーチー

「行願して半世紀」は50のテーマで慈濟の50余年間の重要な発展を表しています。始めは、花蓮から全台湾、そして台湾から世界まで。限られたページ数の中で慈濟の歴史が要約されています。誰もが心の中に愛の種を持ち、その愛が啓発されて小さな奉仕となり、大きな変化がもたらされるのです。

世の中を救うには、人の心を救うことから始まります。自分の心の光を灯し、人々の愛の力を集結することで、世界に希望をもたらすことができます。そして次の五十年を照らすことができるのです。



作者：潘煊　訳者：陳植英
編集：陳植英・黒川章子

お問い合わせ：慈濟基金會 日本分會
E-Mail：tzuchi@tzuchi.jp Tel：03-3203-5651

静思人文
JING SI CULTURE

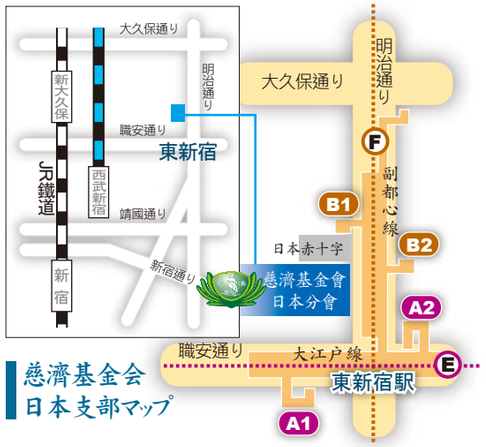
日本慈濟世界

2022 年 06 月 10 日発行　173 号
発行人：釋證嚴
発行所：台灣佛教慈濟慈善事業基金會 日本分會
編集メンバー：
許麗香　張秀民　陳靜慧　王秀寧
陳詩萍　小野雅子　黃韻璇　吉本富美
王姿文　簡毓嫻　莊雅婷　張濟梅
原口東郎　一圓晃子　滝吉道信　池田浩一
慈　涓

《上記以外のご協力の方にも感謝致します》

住　　所：〒169 - 0072
東京都新宿区大久保 1 - 2 - 16
電　　話：03 - 3203 - 5651
F　A　X：03 - 3203 - 5674
E - MAIL：tzuchi@tzuchi.jp
郵便口座：00190 - 4 - 753352
口座名義：仏教慈濟基金会
ブッキョウジサイキキンカイ
時　　間：毎日 9:00 - 17:00
HP：http://tw.tzuchi.org/jp（日本）
HP：http://www.tzuchi.org.tw（台湾）

いつも「日本慈濟世界」にご支援頂きありがとうございます。これからもご協力下さいますよう、宜しくお願い致します。



慈濟基金会
日本支部マップ

【日本慈濟世界】
ホームページ

CONTENTS

上人開示（證嚴法師の教え）
01 無縫接軌救苦難　釋證嚴
02 連携リレーで人々の苦難を救いましょう　金子昭　訳

新書介紹（新刊紹介）
04 『行願して半世紀』
05 『行願して半世紀』を読んで　金子昭

主題報導（トピックス）
08 虔誠浴佛 行善行孝報親恩　河村吉美 鄭文秀
20 お釈迦様へ祈りを 親へは感謝の言葉を　真鍋誠　訳
10 親子浴佛心清安 孝親獻花道感恩　陳雅琴

23 灌仏会で心安らかに
感謝を込めて子から親へ花束贈呈　吳俞輝　訳

日本慈善關懷（日本慈善志業）
12 手做素粽暖心 西成區重啟熱食發放　孫素秋
26 手づくり粽が心が温まる
西成区で活動再開　朱家成　訳

14 病倒在他鄉 愛的醫護網　陳思道
29 他国での病気に愛の医療ネットワーク　岩村益典　訳
16 精準分工 愛心素粽最有味　王秀寧

活動報導（イベント報告）
17 入經藏 不怕路遙　張秀民

志工身影（ボランティアプロフィール）
18 布施惠 樂為蠟燭亮他人　黃韻璇

大愛食堂食譜（大愛食堂レシピ）
31 ベジ甘辛酢豚　郭惠珍
油あげの袋煮　布施惠

相片故事（写真物語）
38 ウクライナ報道　蔣瑞芳　訳

日程表
二〇二二年 七、八月行事暦　王昆京

表紙写真：

年に一度の灌仏会がやって来ました、新型コロナ感染状況と行政の政策を考慮し、日本分會は内部関係者だけで、招待を行わないと決めました。今年は「潅仏会」と「親孝行のお茶会」を主題とし、行いました。　撮影 / 慈涓

主題報導 ― トピックス

虔誠浴佛 行善行孝報親恩

一年一度的浴佛節又到了，在考量疫情及配合政府政策，日本分會決定以委員、慈誠及志工爲對象的內部場次方式進行，參加人員限定 60 位，不對外邀約外賓。

撰文 / 河村吉美・鄭文秀

五月八日浴佛節當天，貼心的香積志工，用能增強免疫力的「靜思本草飲」，熬煮香醇的香菇湯，給連日投入經藏彩排，及包素粽的志工們一解辛勞。今年活動規劃以「浴佛及孝親茶會」為底案，並參考疫情前兩年所舉辦的內容。

四樓空間寬闊適合佈置浴佛台，浴佛後換場三樓續辦孝親茶會。靜思花道志工團隊結緣佈置了一個圓桌型浴佛台，每一盆花，內圈五朵、外圈六朵，代表著慈濟五十六週年，用心的安排讓大家都滿懷法喜，紛紛在浴佛台前排隊留影。

考驗與驚喜 誠心齊發願

活動組有兩位幹事，浴佛當天也同時兼中文班老師。沒現場規劃經驗的另一位幹事鄭文秀，感恩有活動經驗豐富的志工即時援助，一起構思供燈供花的動線與標兵，用麻布線測量站位，用心協助貼地標。

活動流程排順序也是個考驗。因節目有安排「驚喜」，因此孝親活動的司儀，需要能接變化球且臨場經驗豐富。流程的變化、時間的調整，在當天早上終於定案。當活動中，插播司儀慈鈞家人，貼心祝賀母親節快樂的影片時，全場感染著興奮歡樂的氣氛，彼此也都感受到親情的甜蜜。最後現場超越時空，回憶親情的小故事分享，更增添許多感動。

行善行孝不能等！關懷組志工分享近期關懷工作的感人故事，讓大家更能明白何為無緣大慈，同體大悲，為非親非故的人們付出無所求，伸出援手，感念眾生恩；而慈濟人的慈悲喜捨，亦見證了愛灑人間。當唱誦《誠心祈三願》那句「佛陀啊！」全場均被致誠發願所感動，感念佛恩浩瀚的聲波高昂，更是震憾眾人心！

■ 1 日本黃金假期車潮擁擠，山梨志工們克服困難，前來參加殊勝浴佛法會。攝影 / 陳文絲

■ 2 大阪志工虔誠浴佛。攝影 / 孫素秋

■ 3 黃桂英師姊（右）受證後，第一次和女兒鄭文秀（左）參加浴佛，當女兒分享時，媽媽心中滿是感動而流淚，互相擁抱。攝影 / 李月鳳

孝親與茶會 最美的笑容

全體浴佛結束後，動線引導至三樓參加孝親感恩會。感念親恩的孝親主軸在於「親」與「子」之間的互動，當開場歌曲《最美的笑容》音樂響起，全體很自然地肩並肩、手牽手一同唱出讚揚母愛的歌聲。

親情影片帶出感動的淚水，也帶出歡喜與溫馨。親情茶會感念親恩時段，第一位分享的志工是土方理惠。她的母親是台中區的委員。二十多年前來日本幫女兒做月子時，帶來了慈濟月刊，讓她讀了之後深受感動，因而走入當時在三軒茶屋的會所。受證後，她也接引哥哥在日本分會培訓，愛的傳承一代接一代。

第二位分享的是志工劉桂英，她樂善好施的母親是慈濟桃園的第一顆種子。當年四十八歲的母親有一日拜完《法華三部》經後，不顧先生反對遁入空門，剃度為尼。但仍不忘慈濟，每月省下微薄的善款圓滿榮董。桂英感恩她的母親給予生命，讓她走入慈濟，是她這一生的無價之寶。

第三位分享的志工是陳佩思，感恩媽媽在她遇到境界及不如意時，永遠是位最好的傾聽者，做她最堅強的後盾。證嚴上人開示說過，因為跟這對父母有緣，才會出生在這個家庭。所以她發願，會好好利用父母親給的生命，去做利益人群的事。

活動最後是感念眾生恩的愛心募款。烏俄戰爭慘絕人寰，上人期許援助的行動更快速，結合當地各慈善團體，把愛與關懷帶到波蘭，讓當地的難民們都能安心安身，加強對孩子、婦女的教育和生活保障。我們遠在幸福的國度，希望盡微薄之力，募心募款，並為之祈禱，大家集體點亮蓮花燈，誠心祈求戰火和疫情早日平息！

最後全體靜默，在竹筒裡投入善款。一場莊嚴浴佛法會，讓大家體會到了感念佛恩、親恩、眾生恩，清淨己心、洗滌煩惱，是今日活動最大的意義！

主題報導 — トピックス

親子浴佛心清安 孝親獻花道感恩

二〇二〇年疫情爆發以來，面臨不斷變化的疫情，配合政府的決策，日本分會人文教室中文班隨機調整上課日期。爲了安排教室的防疫措施，例如課桌設置隔板保持間距，上課前後消毒教室，目的是希望減少孩子們的學習受到影響。

撰文 / 陳雅琴

親子浴佛 孝親獻花

二〇二二年四月疫情緩和，人文教室恢復部分活動，春季班開始共上靜思語課程，因此在五月八日的靜思語時間，安排親子浴佛及孝親活動，希望透過課程及浴佛讓學生了解親恩、佛恩、衆生恩。

人文教室老師及志工特地為此召開一次線上會議，會議中決議，邀約家長參加並採取事先報名制。因當天下午還有分會的浴佛及孝親茶會，所以上午的時間非常緊湊，每個環節緊緊相扣，耽誤不得，事前準備及流程規劃必須完善，孝親活動所需康乃馨，大愛媽媽們都一朵一朵的包裝，並貼上感謝小貼紙。

浴佛時的位置，關係到孝親活動的座位配置，預設的椅子經現場實地排放後，發現困難點，所以重新調整，連帶的浴佛定位及座位配置也全部重排。雖然沒有時間彩排，但大家的默契十足，流程順暢，活動圓滿。新舊生家長都歡喜參與，有些家庭不只爸爸媽媽，甚至連抱在懷裡的孩子也一起參加，好不熱鬧。

活動前的浴佛說明，因為疫情間入學的新家長未曾參加過，又適逢全球入經藏，清修士思道向家長說明，並誠摯邀約家長一起參加此殊勝的靈山法會。

菩提卡片 寫下感恩

課堂中發下菩提葉母親卡，讓孩子在卡片上寫下給媽媽的話，因幼幼班的學生，還不會寫字，老師在黑板上寫上「注音符號」，小學員努力以注音符號寫下感恩的話，各班孩子紛紛在卡片上，用心地一筆一畫寫下對父母感恩的話。

孝親活動裡，安排孩子向父母獻花，學生們跪著雙手持花向父母獻上康乃馨，同時向父母說聲「我愛您」，父母、孩子相互擁抱。家長專注地看著孩子寫的「母親卡」，神情滿是感動。有家長遲到，孩子看不到家長眼眶含淚，讓人看了好心疼，還好在最後一刻趕到了，孩子一瞬間破涕為笑，母子相擁那是最美的畫面。

全球疫情依然籠罩，加上烏俄戰爭爆發，在這人心動盪不安時期，殊勝莊嚴的浴佛，虔誠彎腰禮佛足，可讓浴佛者靜心淨心，並安住當下，因為只有心安才能平安。今年親子浴佛，父母牽著孩子的手，一起走向浴佛台，浴佛時子前親後，彷彿守護孩子的父母不管何時何地，永遠都是孩子的依靠與後盾。

家長今江崇第一次參加浴佛，他分享說很高興能夠參加這樣一場跟大家聚集在一起的特別活動，知道今天志工們花了很多時間跟努力，提供了這麼好的場地，非常感謝。

張惠婷的孩子剛在四月入學，她很開心參加浴佛，並分享在浴佛時感受到心靈被洗滌，之後下來三樓，收到孩子寫的卡片與康乃馨，感覺孩子長大了，感動得想哭。

還有一位媽媽劉昭誼說：「這是我們全家第一次參加浴佛活動，感到心靈的淨化，並希望藉由這個活動，讓我們一起為世界和平祈禱。」

疫情讓返鄉的路更遠，然而透過現代科技，可以天天與遠方的家人雲端相會話家常，心的距離拉近了，但百歲母憂八十兒，在這非常時期，虔誠齋戒茹素顧身，唯有將自己的身心照顧好，才是孝順。

孝親活動中的獻花，有位家長說：「我沒想到孩子是跪著送花給我，我都快哭了。」或許我們從未在母親節或父親節跪著送花給雙親，但時間不等人，行善行孝不能等，愛要即時說出口，別忘了向雙親道感恩，說聲：「我愛您！謝謝您！」

■ 1 中文班家長浴佛時段，家長們虔誠禮佛，祈求國泰民安闔家平安。攝影 / 慈涓

■ 2 清修士思道向家長們說明浴佛儀軌。攝影 / 朱家成

■ 3 大愛媽媽準備了康乃馨一一交給學員，準備向父母獻花。攝影 / 李月鳳

■ 4 學員於課堂上寫下感恩父母的話。攝影 / 吳孟儒

手做素粽暖心
西成區重啓熱食發放

撰文・攝影／孫素秋

1

近一、二年因新冠疫情而暫停的熱食發放，五月一日這天重新啓動，於端午節前邀請西成區愛鄰屋的日僱工朋友與附近的街友們提前一起來吃素粽，過端午節。

從二〇二〇年一月開始，疫情蔓延到整個世界時，人人無不擔心著自己會被感染，也擔心因此造成社會醫療成本增加，大家配合著日本政府政策自肅，自主管理減少外出。慈濟人除了保護好自己的安全之外，不曾忘記還有些需要我們去關心的人。

黃金假期　特殊任務

日本每年的四月底至五月初是國定假日，加上週末，最長可以連放十天，這段假期稱為「黃金週」。今年由於大多數人都打了三劑疫苗，而且被限制行動已兩年多了，很多人把握這「黃金週假期」選擇外出旅遊，而慈濟志工們選擇與街友結一份好緣，包素粽送愛心。

當聽到要去西成區包素粽時，有志工開心地說：「終於可以出來做志工了！」這天，來自各地的志工都在JR新今宮車站集合，整隊後由志工余瓊珠帶隊前往愛鄰屋。

到達後，志工及愛鄰屋的職員們合力將食材迅速搬入現場，準備做清洗食材工作，所有工作人員各就崗位，切香菇、切素火腿、清洗粽葉，各盡其職。粽葉在前一日已放入大鍋中煮過，今日再拿到洗水槽清洗。

志工將洗好的米放到蒸籠內，蒸好的米取出後拿到分發區，再分裝入小碗，送到包粽區。包素粽材料有菜脯、花生、香菇、素火腿、栗子等，這次總計包了六百多個素粽，志工們用熟悉的動作，包裹著滿滿的愛心與祝福，福從做中得歡喜！看著粒粒愛心成串，最後拿到蒸籠區蒸煮，慢慢飄出的米粽香，這是熟悉的「家鄉味」。

每一顆素粽都包著愛心，也分送著祝福，志工們把握可以付出的機會，珍惜可以做事的福氣，看著一串串吊掛的素粽飄香，這也是海外遊子們思鄉情的寄託。

2

■ 1大阪西城區熱食發放，與附近街友們一起過端午節。

■ 2通圓法師說，我們在成就菩薩道互相成就間互相學習。

歡喜結緣　愛的迴響

今天來了一位特別的志工，他是來自中國的通圓法師，法師來日本有三十幾年了，目前住在京都，第一次來參加慈濟活動。法師表示：「我們學習佛法做事就是要理事圓融，我們要入經藏的話是在人群中去實現，學習怎麼樣有歡喜心。」法師第一次綁粽子說：「原來綁粽子需要這麼多的繁瑣步驟，我們在成就菩薩道也是一樣，彼此之間互相學習，一步一步的互相成就。」

愛鄰屋負責人山中秀俊表示：「這幾年每個月你們都有來做發放，非常的感謝。今天你們來這裡包素粽，我替住在這裡的勞動朋友們謝謝大家。」

臺灣駐日經濟文化辦事處僑務組楊慧萍秘書，首次來當志工，也全程參與素粽製作。她分享：「慈濟在世界各地只要有災難總是第一到達現場的，不論是提供物資或金錢，其實最重要的是撫慰人心。剛剛在街頭發放時，讓人心生感恩之心。平常我們吃飯是很理所當然的，剛去走了一圈，感覺參加了這個活動是很有意義的。」

她說，曾聽山中先生說這裡的勞動者自尊心很強，慈濟剛來時他們很有防備心，但剛剛在發放時，看到他們見到穿著藍色上衣白長褲的志工時，感覺很和善。這應該是慈濟的愛心義舉，已經深深地烙印在他們的心中了。

發放愛心素粽前，志工中村省吾說明今天的發放很不一樣，是志工們特別準備了臺灣的素粽要祝福大家，並向大家說明，等一下會播放〈祈禱〉的歌曲，慈濟在全球進行烏克蘭的募心募愛，所以準備了竹筒。請大家投下愛心，不分幾個銅板，愛心不分大小，許多日僱工朋友紛紛響應。

志工們手持竹筒，邀請大家：「愛心不分大小」，感受到慈濟人的溫馨，雖然自己處境艱辛，也要讓自己的一滴水，滴入大海，共善！

愛鄰屋內發放完後，志工一行人前往愛鄰屋附近，沿街關懷街友送上素粽，有的人很感動，一再的向志工點頭道感恩。

這些露宿的街友，大都不願意讓認識他們的人知道自己的現況，不願意接受社會福祉幫忙，所以無法住進愛鄰屋內，又沒能力自己租屋，只好露宿街頭。他們會互相幫忙，有的已拿過粽子，志工會說：「沒關係再給你。」街友回應：「不，請給其他人吧！」

人人都有純淨的本性，愛是需要被啓發的，只是因為無明蒙蔽了內心，無法顯現出真心。慈濟志工在關懷街友的同時，學習到「見苦知福，少欲知足」，也願能啓發出人人的愛心，讓愛慢慢發芽成長。

病倒在他鄉 愛的醫護網

◆ 撰文／思道　攝影／林真子

■ 志工許麗香（左）到成田機場與臺北駐日經濟文化代表處的呂宗翰先生（右）會合，陪伴案主辦理登機手續。

人生無常，最怕的是老病纏身。二〇二二年三月中旬，東京的櫻花含苞待放，一片春意盎然。就在這個時候，日本分會透過志工呂瑩瑩，接到了一個由長期會員通報的緊急個案。

案主年過六旬，二月二十五日病倒在獨居的小租房裡，直到兩天後才被房東發現，叫了救護車要送醫，找了二十多家醫院，卻沒有醫院收留。無可奈何，案主被送回家，因為下半身不聽使喚，無法自理生活，房東雖有買飯給他吃，但他只能就地排泄，整個房間充滿了異味。房東幫案主叫救護車送醫，在一番折騰之後，終於找到一家綜合大醫院願意收留案主，並診斷出病因是腦挫傷及蜘蛛網膜出血。

疫情下　失業又病倒

因為案主沒有加入國民健康保險，結果入院二天，就欠了一百五十萬日幣的醫療費。經過治療，案主的症狀受到控制，只是有下半身不遂的後遺症。入院時，醫院的社工也幫案主加入了國民健康保險。

案主這兩年因為疫情找不到工作，入不敷出，而且在日本的工作簽證將在三月到期，原本已計畫返臺，不料未能成行，卻已臥病在床。案主的朋友輾轉透過慈濟會員向日本分會求援。接到求援訊息之後，志工林真子隨即前往了解案情。

延居留　志工愛陪伴

慈濟志工陪伴案主的朋友到醫院聽取醫生的說明，並協助翻譯。三月二十七日，案主的日本在留簽證到期了，沒有在留資格的話，不只違法，也將喪失使用國民健保的資格，醫院來電向慈濟人緊急求援，希望協助帶案主到入國管理局申請延長在留資格。

案主長得高大，下肢無法動彈，上半身也沒有什麼力量，要扶抱案主上下車，都要花費很大的力氣，即使有繫安全腰帶也會從輪椅上滑落。幸好，志工吳瑾瑜請兒子開車，一起到醫院協助。

入國管理局的職員非常友善，優先幫案主處理申請手續。回程的路上，兩旁的櫻花盛開，案主卻是視而不見，空洞的眼神是散漫的，似乎帶著看不見未來希望的哀傷。

由於病情已穩定，醫院建議出院，可是案主被送醫之後，原本的租屋處已經被退房。考量到案主出院之後沒有棲身之地，而且必須要有相對專業的照護，所以慈濟人與醫院社工、臺北駐日經濟文化代表處等共同協商，安排案主返臺的事宜。

由醫院社工協助找到國際醫療運送公司，但費用非常昂貴，案主無力負擔。日本分會評估後決定協助這筆費用，當醫療護送公司得知慈濟是一個慈善團體後，也積極的想方設法減輕費用。臺北駐日經濟文化代表處（簡稱「駐日代表處」）也出面協助，快速核發護送的醫護人員的入境公文，讓其可以在臺灣下機之後不入境，搭當天的飛機直接折返日本。這樣子就可以免掉了在臺灣隔離的住宿費、PCR檢查費用等。最終，費用降到了原本估價的一半以下。

善共振　各界愛聯手

醫院也非常的貼心，考量到案主沒有住處，讓案主繼續住院，直到搭飛機返臺那一天才辦理出院。只是臺灣各地疫情升溫，駐日代表處的同仁也經過多番的努力交涉，終於幫案主找到了返臺之後可住的隔離醫院。

在案主返臺前，慈濟志工每個星期日都到醫院去關懷陪伴，配合醫院幫忙準備案主所需的衣物、盥洗用具等。有次，在志工會議中，山梨志工加藤惠聽到後，積極的向僑界朋友邀約，希望僑界也可以盡一份心力。由僑界成立的「日本關東地區海外關懷救助協會」決定撥出一十萬日幣，希望能幫助這位有困難的同胞。同時也積極的表示，希望將來可以跟慈濟合作，大家同心協力行善付出。群馬的慈濟志工也是行善不落人後，聽到有緊急個案，也從他們的聯誼基金撥出十萬日幣，來護持助緣。

在許多善心的凝聚之下，四月二十六日，案主終於可以回臺灣了。志工許麗香及林真子直接到成田機場與駐日代表處的呂宗翰先生會合，在機場陪伴，為案主辦理登機手續。慈濟志工也送上一份祝福金，祝福案主返臺之後，平安吉祥。

靜思

■ 1 由僑界成立的「日本關東地區海外關懷救助協會」大家同心協力行善付出。攝影／日本分會提供

■ 2 志工米山翠（左）向案主的朋友翻譯醫生的說明。

精準分工 愛心素粽最有味

撰文／王秀寧　攝影／陳文絲

■ 志工們一起分工合作包素粽。

自二〇〇二年日本分會搬至大久保會所後，日本分會每年都會規劃邀請大廚團隊及志工們，利用四月底的週末和五月初的黃金週，一起到分會分工合作包素粽，一年可賣出將近一萬顆素粽。歷年來募得的款項或是用於慈善賑災，或是用於護持日本分會基金。

歡喜黃金週　包粽做志工

配合華人五月端午的習俗，加上大廚志工們精湛的手藝，素粽經常供不應求。由於數量龐大，為講求穩定的高品質，包粽的分工十分專業講究。

首先由大廚和志工們從二、三天前進駐分會開始洗料備料，包粽日的分工更是精準，一組志工將拌好花生和調味料的米飯秤好固定重量捏成球狀飯糰，另外的內餡如素肉、素火腿、滷香菇、炸芋頭、和菜脯（蘿蔔乾）則分類擺放好。

包粽的志工把粽葉折成三角錐狀，將飯糰置於其中，再一一壓入內餡包好；綁粽的志工接手包好的粽子，以棉線綑綁後吊在支架上；另一組志工將架上一串串飽滿的粽子收走拿去蒸熟。另有一組志工專門處理訂單和收費、包裝與郵寄。當然事前事後的會場準備與清掃也需要許多志工協助。

雖然大家都非常認真投入包粽的工作，但氣氛卻十分愉快高昂，時不時聽到志工們在互相競爭自褒，比速度、比形狀、比飽滿度，還有比誰當初學得多快，現場笑聲不斷，讓素粽們不僅飽含愛心，也充滿了歡喜心。

每年都參與的資深志工對於大家能夠遠道而來，齊心協力完成同一目標感到很欣喜：也有二十多年前曾被慈濟關懷過的會眾，終於有機會來到分會，能與其他志工一起包粽非常開心。

許多志工和會員不僅自己買來吃，也分送親朋好友應景解鄉愁，送給日本朋友更是得到許多讚歎，沒想到不包肉的粽子竟然如此美味。今年隨著素粽一起寄出的還有一張簡短的慈濟日本分會簡介和上人開示，藉此機會讓更多人認識慈濟。有位收到素粽的朋友分享：「人間有愛，不分宗教，緣分到了，神明自然在。」真是美好的註解！

靜思

■ 志工陳薇存（前一）第一次入經藏。

■ 群馬志工姚明泓珍惜因緣，參加東京入經藏練習。

入經藏　不怕路遠

撰文／張秀民　攝影／陳文絲

四月二十四日，日本分會全面展開入經藏演繹的練習，志工們由各地前來，如 2500 年前，靈鷲山上菩薩雲來集，一起參加靈山法會。

上午九點即抵達日本分會的志工半田蓮美與姚明泓，不怕路遙，從群馬開了兩個多鐘頭的車前來排練。

姚明泓十年前曾於中國廈門培訓，因懷孕因緣不具足沒能受證。五年前結婚來到日本群馬，她喜悅地說：「來到日本分會好歡喜，先生也支持我到東京參加入經藏，這是老天給我的機緣，讓我回到慈濟的家。」

問及當日練習下來的感受，她表示：「練習《佛在靈山》時感動得流下淚來，在付出當中的每一步都要用心，一步一腳印地走下去！」

入經藏雖然要長時間出入東京，相當考驗毅力，但她堅定地回答：「盡力發好願承擔！我強烈希望入經藏，十二年前沒因緣，這次是很大的機會讓我重新回到慈濟，要做上人的好弟子，把所學帶回我住的前橋社區！」

半田蓮美也吐露心聲：「明泓的精進讓我決定放下小愛！看到她的堅持，信、願、行的走出來，我也要給她祝福！認識她的時候看她很開朗，對慈濟百分的堅持，有責任心，我知道為群馬帶來希望的新菩薩出現了，所以我也支持她、陪伴她。」

爸媽都是慈濟人的志工陳薇存是臺灣人，生長在上海。她分享來到日本的因緣：「想來日本生活和學習，媽媽在上海做慈濟，所以希望我能在東京慈濟認親。之前身體不是很好，做手術時師姑、師伯一直陪伴我。在上海曾參加慈濟活動，是旁觀者。這次第一次入經藏，像回到了大家庭。」

練習過程中讓她印象最深刻的，是一開始「千手觀音」的部分。她說：「我排在最前面非常的緊張，但習慣之後就不這麼緊張了。因為有很多師姑師伯在我後面陪伴著。當大家一起演繹大醫王、大船師，師姑在臺上解釋每個動作的意思，更加理解合心協力的意義，感覺非常好。」

入經藏的歌詞，讓她印象深刻：「雖然我還沒有辦法全部背起歌詞，但我願意先體驗一下。下次要繼續來，肯定會做得更完美。」經藏演繹是深入經藏的好方法，只要有心，就不怕路遙！

靜思

布施惠 樂為蠟燭亮他人

「生命因利他而豐富，慧命因自覺而成長」志工布施惠期許自己，先燃燒點亮自己，才能照亮啓發他人。

撰文／黃韻璇

■ 2013年3月9日，慈濟於日航新潟酒店展望台舉辦「日本大震災靜態展」，志工布施惠為會衆介紹慈濟。攝影／林伃琦

總是低調的付出，細心的讓人感到如沐春風的溫暖，布施惠來自臺中優渥的經商家庭，是三個弟弟的大姊。從小在父親嚴格的家教下長大，慈祥的母親專心相夫教子，十分重視兒女的教育，因此養成布施惠從小凡事都盡力做到最好的習慣，刺繡、畫畫等都樣樣精通！本身是檢驗師的布施惠平時除了忙於管理先生的婦產科診所之外，也挑起慈濟幹部的承擔，分秒不空過！身為和氣組長的她對於傳承及各項活動的參與更是不遺餘力。

生日禮物 認識了慈濟

一九七九年帶著年幼的長子跟著先生布施政庭到東京進修專業，讓先生無後顧之憂下順利取得東京大學醫學博士，爾後一九九〇年在綾瀨開業至今，夫妻倆都喜與人為善，是朋友們眼中的善之家。

布施惠五十歲生日時，曾聽聞過慈濟的先生，對她說：「走！帶妳去做一件好事！」便帶著她來到日本分會，因此認識到慈濟大愛的世界。那時因為還在上中學的孩子，還需要照顧，沒法投入做志工，但已在心中種下善的種子。原本認為宗教團體儀軌多，很怕自己會有冒犯，後來參加手語手語演繹，在學習時慢慢認識慈濟，看到了志工的熱誠，因此改變了自己的觀點。

布施惠至今還保留當時的執行長張秀民贈與的一整套《父母恩重難報經》的DVD，當時與秀民並不熟識，但慈濟人對人的溫暖及用心讓她印象深刻。二〇〇七年四月在志工陳金發陪伴下，布施夫婦回到了花蓮尋根，參觀醫院、大學、靜思堂等之後，非常讚歎上人的宏觀與智慧。布施惠回日本之後就積極參與各種活動，加入見習與培訓，提醒自己要跟隨上人的腳步，做個出還要說感恩的慈濟人。

發心立願 自照也照人

二〇一二年布施惠接任TIMA人醫會籌備小組召集人至今。有一次的浴佛典禮，在她鍥而不捨的電話攻勢下，邀了三位醫師來參加。二〇一四年邀請七位醫師在分會舉辦醫療諮詢服務。

二〇二〇年爆發新型冠狀病毒疫情時，日本慈濟志工發起製作布口罩。她雖然工作忙碌，但為了製作口罩，每日一大早就在縫紉機前做到晚上，一共縫製了上百個口罩與需要的人結緣。

聽到上人叮嚀「推素必從身旁的人開始」，因此她連續兩週親自調製素食簡餐，提供給醫院的護理人員享用。感恩疫情期間仍堅守醫院的前線工作，同時也分享茹素的益處。此舉獲得護士們對素食的認同與好評，更有人想要學習如何調理素食料理。

上人常說：「不經一事，不長一智」，所以布施惠常常懺悔自己的過錯，希望改變不好的習氣，隨著年齡增長，智慧也要同步成長！她堅定道心不退轉，時時攝心，要「做中學，學中覺，覺中悟」，在慈濟世界中勤學習，精進再精進，不能忘記曾向師父立願的初發心與悲願。感恩自己擁有付出的能力，期許能將長情大愛如漣漪般擴散，散播善的種子，總有生根發芽的一天。

回想受證的二〇一〇年十二月七日，可說是布施惠一生中幾個重要日子之一。殊勝莊嚴的典禮，〈想師豆〉的慈濟歌曲縈繞於會場，新受證委員依序上台，接受上人的祝福與授證，此情此景不由自主的百感交集，感恩又感激的淚水奪眶而出。

她回憶當時印象最深的一堂課是到精舍巡禮，常住師父提到不要小看柴房內的木材，它們都是按照尺寸劈過，才能被放入爐灶裏燃燒，讓她體悟到要像木頭一樣有分寸的經營自己的人生，同時適度的自我燃燒！很喜歡上人賜的法號「慈煥」，顧名思義就是要燃燒且發光發亮，照亮自己也照亮別人！

二〇一一年的東日本震災，布施惠一共去了東北七趟（布施醫生三趟）。令她難忘的是一張小卡片的故事，當時於宮城縣氣仙沼市進行見舞金發放，她將花蓮慈濟小學學生畫的祝福卡送給災民，祝福鄉親們早日重建家園。當時拿到卡片的一位災民宮川聖德，將那張卡片護貝視若珍寶，七年後，特地打電話到東京慈濟分會，希望能找到當年寫卡片的張瑾瑜小朋友道感恩。

宮川說：「七年來，他一直將祝福卡掛在車上，陪伴他度過震後重生的日子！」最後完成他的心願在臺灣慈大附中與卡片主人相見歡！沒想到當初的一個小卡片，會帶給災民莫大的信念，所以不要小看任何一個雪中送炭的機會，善種子只要種下總有一天會萌芽。

愛心濟貧 耐心更教富

■1 參加第三次見舞金，向受災鄉親介紹慈濟。攝影／黃筱哲

■2「大愛食堂」發放日，與附近的住民互動。攝影／水谷瑞芳

トピックス ― 主題報導

お釈迦様へ祈りを親へは感謝の言葉を

■ 1 日本分會で開催された灌仏会活動は、ボランティア達が敬虔な気持ちで、献花と献灯をしています。写真 / 慈涓

■ 2 ボランティアの林真子は、心を揺さぶる物語を話してくれました。写真 / 李月鳳

■ 3 代々木公園でも簡単な灌仏会活動を行いました、皆様が手を合わせて、敬虔な気持ちで祈ります。写真 / 黄韻璇

年に一度の灌仏会がやって来ました，新型コロナ感染状況と行政の政策を考慮し、日本分會は慈濟委員と慈誠、及び慈濟ボランティアのみとし、参加者は六十人に限定して，外部からの招待客は無しと決定しました。

訳 / 眞鍋誠　文 / 河村吉美・鄭文秀

五月八日浴佛節当日、心優しい食事担当のボランティアは免疫力を増強する静思本草飲と椎茸を煮込んだ香りの良い椎茸スープを作り、入経蔵の練習と素食粽作りに忙しいボランティア達の労を労いました。

今年は「灌仏会」と「親孝行の茶会」を主題とし、コロナ禍の二年間の活動内容を活かすことにしました。四階は灌仏会会場で、お台を設置するのに最適で、続く親孝行茶会を三階で行う事としました。

飾りつけチームは、自費で円形の灌仏会台を設置しました。台の上の内側には五房の花を並べ、外側には六房の花を並べました、これは慈濟の五十六周年を表しています。皆さんに喜ばれるよう心を込めて準備した灌仏会台で、誰もがその前に並んで記念撮影をしていました。

親孝行と誠心誠意

活動組二名の幹事ボランティアは、当日灌仏会活動の対応と中文班の教師を兼任し、両方とも時間の無い状況、もう一名の幹事ボランティアの鄭文秀は、イベント計画の経験も無く、不安を抱えて、そこで活動経験豊富なボランティアがサポートに入り、一緒に「献灯、献花」の動線と立ち位置を考え、適切な場所に目印を貼ってくれ、とても助かり感謝しています。

イベントの流れも考えなければいけません、さらに内容にはサプライズも取り入れます。親孝行の茶会の司会者は臨機応変に対応ができ、現場での豊富な経験が求められます。ボランティアの河村慈鈞はそれに最も適した人選です。イベントの流れ、タイムテーブル等々、当日の早朝やっと決定しました。

このイベントでボランティアの河村慈鈞は、母の日を祝う心温まる楽しい映像をサプライズで流しました。会場は興奮と歓喜に満ち溢れ、皆さんの深い愛情を深く感じました。イベントの最後に、時を越えた親の愛情の物語を皆で享受し、更に大きな感動を覚えました。

善行と親孝行に「次からは」はありません。ボランティアの林真子と呉瑾瑜は、心を揺さぶる物語を話してくれました。「無縁大慈、同体大悲」は、知らない人へも助けの手を差し伸べ、見返りを求めない、皆様からの恩に感謝します。慈濟ボランティアの慈悲喜捨は、愛を世界に広める証なのです。

会場の中には《誠心祈三願》の歌が響き、その中の言葉「佛陀よ…」は、この歌のすべての心からの誓いに感動しました。佛の恩に感謝するあの高音の歌声は私達の心に響きました。

親孝行と茶会　最高の微笑み

浴佛の終了後、三階へ移動し孝親感恩会に参加しました。会場には親の恩をテーマとした「親」と「子」の交流の「最美的笑容」の曲が流れ、全員自然と肩と肩が触れ手と手を繋ぎ、母の愛の歌を歌いました。そして「親情」の映像が流れると感動の余り涙が溢れ、喜びが溢れ心温まる思いでした。

ボランティアの土方理恵

彼女の母親は台湾台中地区の委員です。二十数年前、娘の産後の手伝いにと来日した際に慈濟月刊誌を持って来ました。それを読んだ彼女が、深い感銘を受け、当時三軒茶屋にあった会所に入りました。その後、授證した彼女は、兄を日本分会に連れて来て、今は兄が勉強会に参

■ 1 ボランティアの陳佩思は、自分の母親が永遠の理解者であることを話してくれました。写真 / 李月鳳

■ 2 ボランティアの土方理恵は、愛の伝承を継けていることを語っています。写真 / 水谷瑞芳

加しています。愛の伝承は一代また一代と受け継がれていきます。

ボランティアの劉桂英

彼女の母親は台湾慈濟の桃園地区における一番目の種子です。当時四十八歳の母親は「法華三部」拝んだ後、父親の反対も顧みず剃髪し出家しました。劉さんは片時も慈濟を忘れることと無く、毎月節約し少しずつお金を貯め、慈濟に寄付をつづけています。いま彼女は母親に生命を与え、慈濟に参加させてくれたことに感謝しています。これは彼女の一生の中でかけがえの無い宝物です。

ボランティアの陳佩思

佩思の母親は自分が限界と思った時、自分の思い道理にいかない時、寄り添い話を聞いてくれる永遠の理解者です。また非常に力強い自分の後ろ盾でもあります。彼女はそんな母親にとても感謝しています。證嚴上人は父母との縁が有ったからこそ、その家庭に生まれてくることが出来たのですとおしゃいました。ですから、彼女は父母から授かったこの命を大事に利用すると誓いました。人々に利益のあることをしようと心に決めました。三人のボランティアは母親からの思いや言葉を行動へと移し自らの喜びへと変えて行きました。

活動の最後に皆様の愛の募金に感謝しました。ロシアのウクライナ侵攻は残虐で悲惨な状況を呈しています、上人は一刻も早い援助を期待しています。各地の慈善団体が結束し、愛と心をポーランドへ届ける。当地の避難民達が安心して生活を送れるよう、特に子供達や女性への教育や生活保障を強化します。私達は遠くて幸せな国です。小さな力ですが、心を合わせ募金します。そして祈ります。皆で集まって「蓮花燈」を燈します。心から戦火と疫病が、一日も早く終息することを祈ります。

最後に全員が黙祷し、設置された竹筒の中に善意の募金をしました。荘厳な浴佛法会は皆様にお釈迦様の恩、親への恩、皆様への恩を感じさせ、心を清め、煩悩を洗い流しました。これは今日の活動の最も重要の意義なのです。

静蓮

灌仏会で心安らかに
感謝を込めて親へ花束贈呈

二〇二〇年五月、人文教室の再開初回では、生徒達が親への恩、仏への恩そして衆生への恩を学べるよう「親子の灌仏会と親孝行の活動」を開催しました。

訳 / 呉兪輝　文 / 陳雅琴

■ 親にカーネーションを渡す子供。写真 / 水谷瑞芳

二〇二〇年からのコロナ禍、慈濟日本文會人文教室では行政の感染予防対策に従う取り組みを行ってきました。最長七ヶ月に亘った休講、先生やボランティア、生徒達の体調確認、状況に合わせた授業の日程調整など、学習への影響を最小限にすべく様々な努力を行ってきました。

例えば飛沫防止用アクリル板の設置、授業前後の教室の消毒、生徒達の距離の確保など皆で一緒に対応しました。人文教室での感染予防対策は生徒達の学習環境を保つために、今もしっかりと継続されています。

親子の灌仏会 親孝行の花束

二〇二二年五月、感染の拡大状況に鈍化が見られ、行政の感染予防対策が緩和されました。人文教室もそれに合わせて授業以外の活動を徐々に再開しまし

■ 1 感謝の祈りを捧げる親子達。写真 / 慈涓

■ 2 子供から感謝のメモとカーネーションを受け取り、お母さんが感激と言いました。写真 / 慈涓

■ 3 感激に子供を抱きしめる母親。写真 / 李月鳳

■ 4 お母さんが子供から貰ったカードの内容を真剣に見ています。写真 / 李月鳳

■ 5 中国語クラスの吉武知熙は、式が終わっても、まだ敬虔な気持ちを持って、お釈迦様に手を合わせています。写真 / 陳雅琴

た。まずは春の部での静思語課程の開始です。この実行にあたり先生とボランティア達は感染対策会議を行い、参加事前申込みという形での開催を決定しました。

当日の段取りは午後の「親子の灌仏会と親孝行の活動」の時間をしっかりと確保するために午前の活動を少し変更し、事前準備も入念に行いました。母の日のカーネーションも用意し、一輪ごとに感謝の気持ちをメモにして貼付けました。

会場のレイアウトや机、椅子の配置、生徒たちの立ち位置が灌仏会から親孝行活動へうまく繋がるように考え、机や椅子を置けないまでもリハーサルは実際の会場で検討しました。その成果と皆の協力があって本番では問題無く対応することが出来ました。

コロナ禍で多くの活動が中止となっていましたが、今回の灌仏会では生徒と親御さんだけではなく、年配の方や乳幼児も参加することができ久しぶりに賑やかになりました。

当日の午前中には清修士から参加者へ灌仏会の説明を行い、丁度、霊山法会で入経蔵を学ぶ機会がありそれも説明することが出来ました。

菩提のメモに感謝の気持ちを

授業の時、事前に学生達に菩提のメモを渡し親御さんへの感謝の気持ちを書いてもらいました。まだ字が書けない幼稚園生は、「注音符号（発音記号の一種）」を先生が黒板に書き、それを手本に書いてもらいました。

「親孝行の活動」では生徒達が親御さんの前に跪き「愛してます」と言葉を揃えて両手でカーネーションを渡しました。その動作と感謝のメモを見て、あまりの感激に親御さんが子供達を抱きしめてしまいました。開始時間が来ても親の顔が見えず泣きだしてしまう子供もいて周りが心配しましたが、親御さんが到着するとその泣き顔が笑顔に変わり抱きついていました。それは最も美しい光景でした。

世界的に続くコロナ禍、さらに二〇二二年二月にウクライナとロシアの戦争が始まり人々の不安が拡大しています。その中で静寂かつ荘厳な灌仏会が行われ、参加者が敬虔に仏の足元に身を屈めながら瞑想し、心を浄化しながら安らぎを得ることが出来ました。今年の親子灌仏会では親達が子供達の手を繋ぎ一緒に仏台に向かい、灌仏の時には子供の後ろに立ちました。いつの時代でも子供の後ろ盾になるのは親達の役目です。

初めて参加した今江崇さんは「こんな特別なイベントに皆さんと参加できて大変嬉しかった」と感想を述べました。準備したボランティアへの感謝も頂きました。

また張恵婷さんは「子供が四月に小学一年生となり、縁あって今回の灌仏会に参加しました。灌仏では魂が洗い清められたと感じ、親子活動では子供からの感謝のメモとカーネーションを受け取り、子供の成長を感じ思わず泣きそうになりました」と話されました。

もうひとかた、劉昭誼さんは「家族で初めて参加した。心の不安が浄化されたのを感じ、この活動を通じ世界平和を祈りたいと思います」と語りました。

コロナ禍では故郷への道が遠くなりました。しかし現在のテクノロジーにより遠くの家族と気軽に話ができるなど、心の距離は縮まっていると思います。それでも話をして顔が見えるとはいえ、一〇〇歳の母親でも八〇歳の娘を心配します。こんな非常事態では、身体精神共に健康で有ることが一番の親孝行です。

ひとりの親御さんから親孝行活動の花束贈呈で「子供が跪いて花を贈ってくれるとは思っても見なかった。もらったときには泣きそうになった」とお聞きしました。私たちは今まで母の日や父の日に跪いて花束を贈ることなどしてこなかったかもしれません。それでも時は待ってくれません。親孝行も待ってくれません。親への愛を今直ぐ「愛しています！ありがとう！」と言葉にする事を忘れないでください。

静思

心温まる手づくり粉
西成区炊き出し活動再開

訳 / 朱家成
文 / 孫素秋

二〇二〇年一月からコロナ禍が拡大し、人々は政府の対応に従って、外出を控えるなどの感染防止に努めてきました。そうした中、慈濟のボランティアは、自分の健康、安全に配慮しつつ、援助が必要な人々のことも忘れませんでした。

この度、コロナ禍で一昨年からストップしていた西成区での温かい食事の提供が五月一日に再開しました。端午節に先立ち、西成区愛隣地区の日雇い労働者やホームレスを誘い、粽を作って食べながら端午の節句を祝いました。

ゴールデンウィーク特別ミッション

四月末から五月上旬は、日本のゴールデンウィークです。今年は、週末を含めると最長十連休になりました。三回目のワクチン接種を済ませた方の中には、連休中に旅行など外出しましたが、慈濟ボランティアは、粽を作ってホームレスと共に過ごし、皆に愛を贈りました。

西成区で粽を作る活動を聞いたボランティアのひとりは、「やっとボランティア活動ができる。善を行うチャンスを逃がしちゃいけない」と喜びました。当日、各地からのボランティアがJR新今宮駅に集合し、余瓊珠が会場のあいりんシェルターに案内しました。

ボランティアと釜ヶ崎支援機構あいりんシェルターの職員が一緒に食材を現場に運びました。皆で仕事を分担し、キノコやベジタリアンハムを切ったり、粽用の葉を洗ったりしました。粽の材料は、干し大根に、落花生、キノコ、ベジタリアンハムと栗の六種類です。蒸セイロで蒸した米をほかの具と一緒に包みます。今回は六百個の粽を作りました。具だけではなく、愛と祝福の気持ちもたくさん入っています。粽の米や葉の香りがセイロから漂ってきて、これこそ「故郷の味」です。

粽は愛を包んで、祝福と共にほかの人に届きます。ボランティア達はこの機会に善を行えました。粽を見て、その匂いを嗅いで、望郷の気持ちも和らぎました。

■ 1 ボランティア達が、心を込めて粽をつくています。
写真 / 木村功
■ 2 たけの葉を丁寧に一枚ずつ 洗っているボランティア達。
写真 / 孫素秋
■ 3 出来上がりの粽を心を込めて労働者達に捧げます。
写真 / 木村功

結縁の喜び　愛の響き

活動に参加したボランティアの中には、中国出身の通圓法師もいました。通圓法師は日本に来て三十数年です。今は京都に住んでいて、慈濟の活動に初めて参加しました。通圓法師は「私たちは、仏法を学び、実生活の中で、教理と実践が融合し一体した、すなわち「理事圓融」になることを実践します。人々との関わりの中で如何に歓喜の心を保つことができるかを、お経の中で学び、それを実践します。これはまさに修行なのです」と語りました。

また、法師は初めて粽を自分の手で巻く時に「粽をひとつ作るのに、こんなに沢山の手順が必要ですのね。一歩一歩お互いが支え学びながら、成就させる菩薩道と同じです」と言いました。

釜ヶ崎支援機構あいりんシェルターの担当者である山中秀俊さんは、「この数年間毎月、慈濟の皆さまにはこちらに足をお運びいただいて、食べ物まで、本当にありがとうございます。また、本日慈濟の皆さまが粽を作って下さったこと、ここの住人に代わってお礼申し上げます。」とその気持ちを述べられました。

台北駐大阪経済文化弁事処、僑務部の楊慧萍秘書も、粽づくりに参加しました。今回が秘書にとって初めてのボランティア活動で、楊慧萍秘書も一緒に喜びを分かち合って下さいました。「世界各地どこでも、被災地に一番早く現場に着くのは慈濟です。物資やお金を提供するさいに、一番大事なことは人の心を癒すことです。粽を配っていると、心の中に感謝の気持ちが湧いてきました。今回この活動に参加できてよかったと思い

■ 空港に到着した、ボランティアの許麗香（右）は国際医療搬送会社のスタッフ達とＡさんの車いすからの移動を手伝います。

他国での病気に愛の医療ネットワーク

◆訳／岩村益典　文／思道　写真／林真子

人生は無常で予測できず、最も恐れるべきは老いと病です。二〇二二年三月の中旬、東京は春爛漫、桜が満開になりました。そんな時、慈濟日本支部のボランティアである呂瑩瑩のもとに、長く会員をしている知り合いから緊急の報告がありました。

六十歳を過ぎたＡさんは、二月二十五日、一人暮らしの狭い賃貸部屋で倒れました。二日後、大家さんが気づいて、救急車を呼んで病院に連れて行こうとしましたが、どの病院も受け入れてくれませんでした。仕方なく家に帰って来ましたが、下半身が動かなくなって、自分の身の回りのことができなくなりました。大家さんが食べ物を買って来てくれるものの、床で排泄するしかなく、部屋中が嫌な臭いで充満しました。そのことを知った友人は、再び大家さんに救急車を呼んでくれるように頼みました。苦労の末、ようやく大きな総合病院が見つかりました。そして検査したところ、Ａさんは、脳挫傷とくも膜下出血と診断されました。

コロナ禍での失業と病魔

Ａさんは国民健康保険に加入していなかったので、入院後二日で一五〇万円もの医療費を支払うこととなりましたが、治療の後、症状は緩和され、下半身麻痺の後遺症のみで済みました。また、入院したとき、病院のソーシャルワーカーが国民健康保険への加入をサポートしてくれました。

Ａさんはコロナ禍でこの二年間、仕事が見つからず、生活もままならない状況だったといいます。日本での就労ビザは、三月で切れ、台湾に帰る予定でしたが、寝たきりになり帰れなくなってしまいました。そこで、

■１ウクライナの為に多くの労働者たちが竹筒に募金をしました。写真 / 孫素秋

■２ボランティア達がシェルターの近くにいたホームレスの方々に粽を配りました。写真 / 孫素秋

さらに楊秘書は「会長の山中さんからこちらにお住まいの労働者の方々は、皆さん自尊心が強いとお聞きました。最初、慈濟が来た時は、皆さん警戒していたようですが、先ほど粽をお配りしている時、皆さまが慈濟の青い服に白いズボンのボランティアを見る目はとてもやわらかいものでした。慈濟の慈しみや善の心はもうすでに皆さんの心に深く刻まれているに違いありません」と続けました。

粽を配る前、ボランティアの中村省吾は「今日は普段と違い、ボランティアたちが台湾の粽を用意して、皆さんの幸福を祈りますよ」と言いました。さらに「現在、慈濟は全世界で、ウクライナのために募金をしていて、本日も竹筒を用意しました。いくらでも構いません。皆さんの愛を入れてください。皆が慈濟の優しさを感じて、たとえ自分の生活が辛くても、少しでも多くの方々のご賛同をいただけたらうれしいです。一人一人の一滴の水が集まればやがて海となります。ともに善を行いましょう」と中村は皆に檄を飛ばし、多くの労働者がそれに応えました。

あいりんシェルターでの配布が終わった後、ボランティアたちが近隣のホームレスの方々に粽を持っていきました。感動して、ボランティアたちに頭を下げながら感謝の気持ちを伝える方や、二個目の粽を差し出すと、大丈夫、他の人にあげてくださいと言う心優しい方もいました。

ここのホームレスの方々は、さまざまな理由で、その多くが知り合いに自分の現状を知られたくなく、社会福祉の援助も受けられず、あいりんシェルターに住むこともできず、家を借りることもできず結局ホームレスになったのです。人は皆純粋な心を持っていますが、煩悩に隠れ真の心が見えません。そのため、心の奥にある愛を啓発しなければなりません。慈濟のボランティアは、ホームレスの方々を気遣うと同時に、「苦しみを見て福を知り、少ないものでも、それ以上を望まず、満足すること」を実践し、世界中人々の愛を啓発できるように願っています。

■ 3 多くの方々のご厚意により、台湾に帰ることが出来ました。

■ 4.Aさんが必要とする衣類等の準備を手伝いました。

■ 5 山梨のお茶会でAさんの事を聞き、感銘を受け、直ぐに寄付する方もいました。写真 / 井田音心

■ 1 ボランティアの呉瑾瑜（右）は、息子に頼んで病院まで車で送ってもらいました。写真 / 陳思道

■ 2 緊急、市役所に行って、Aさんの国民健康保険を申請するボランティア 。

Aさんの友人が、慈濟会員を通じて、日本支部に協力を要請したのです。その要請を受けた慈濟ボランティアの林真子が、状況を調べることになりました。

居留延長とボランティアの愛

この期間、慈濟ボランティアがAさんの友人に病院へ同行し、医師の説明を聞いたり、通訳の手伝いをしたりしました。三月二十七日、Aさんのビザが期間終了により失効しました。在留ビザがないと、違法になるだけではなく、国民健康保険の資格も失います。病院は慈濟スタッフに連絡し、入国管理局への「在留期間更新申請」のための緊急支援を依頼しました。

Aさんは背が高く、下肢が動かず、上半身の力もほとんどない状態でした。車の乗り降りをサポートするのも、かなりの労力が必要です。シートベルトをしていても、車いすから滑り落ちてしまうのです。しかし、幸いなことに、ボランティアの呉瑾瑜は、息子に頼んで病院まで車で送ってもらいました。

入国管理局のスタッフはとても親切で、この案件を優先してくれました。帰り道、道の両側には桜が咲いていましたが、Aさんは、桜に気づかず、虚ろな目で、未来に希望が見い出せないことを悲しんでいるようでした。

その後、病状が改善したため、病院から退院を勧められましたが、先に病院に運ばれた後、元のマンションは解約して、戻るところがありませんでした。退院後の滞在先がないことと、専門的なケアが必要なことから、慈濟スタッフは病院のソーシャルワーカーや台北駐日経済文化代表処と連携して、台湾への帰国を手配しました。

病院のソーシャルワーカーが国際医療搬送の会社を探してくれましたが、費用が高額で、Aさんは負担できません。そこで、日本分會はその費用を査定し、支援を決定しました。そして、慈濟が慈善団体であることを知った医療搬送会社は、コストを下げる工夫をしました。

台北駐日経済文化代表処（駐日代表処）は、同行する医療スタッフの入国関係書類を迅速に発行し、台湾で飛行機を降りた後、同日の便ですぐ日本に戻れるようにしてくれました。医療スタッフは台湾に入国して滞在しないので、台湾での宿泊費とPCR検査費用が免除されます。そうして最終的には、当初の見積もりの半分以下にまでコストを下げることができました。

共鳴する善と手を繋ぐ愛

また、病院側の配慮で、宿泊先がないことを考慮して、台湾への帰国便の日まで入院を認めてくれました。しかし、台湾ではコロナの流行が高まっていたため、日本駐在員事務所のスタッフが交渉の末、台湾に帰国した後すぐに、入院できる隔離された病院も、見つけることができました。

Aさんが台湾に戻るまで、慈濟ボランティアは、毎週日曜日に病院に行き、Aさんが必要とする衣類や洗面用具を準備するのを手伝いました。ある時、ボランティアの会合でこの話を聞いた山梨の加藤恵は、何かできないかと華僑の友人達を積極的に誘いました。華僑の皆さんは「日本関東海外援護協会」を設立し、困っている同胞を助けようと二十万円を拠出してくれ、「将来は慈濟と協力して、みんなで善行を積んでいきたい」と積極的に発言してくれました。群馬の慈濟ボランティアも、今回の緊急事態を聞いて親睦基金から十万円を支援に充ててくれました。

多くの方々のご厚意により、四月二十六日、Aさんは台湾に帰国できました。ボランティアの許麗香と林真子は、成田空港へ向かい、駐日代表処の呂宗翰さんと会い、空港でのチェックインに同行しました。慈濟ボランティアは、Aさんが無事に台湾に戻れるよう、祝福の言葉を送りました。

ロシア・ウクライナ戦争で、ウクライナから逃れた人々を支援するため、慈濟はポーランドで人道支援を続けています。

ポズナン避難所

訳 / 蔣瑞芳・写真 / 慈濟花蓮本部

5 月 7 日、慈濟ボランティアがポズナンで 2 回のショッピングカード配布を行いました。最初の配布場所はバスケットボールコートを改造した避難所でした。避難所の中はかなり蒸し暑く、100 人以上が 2 つのトイレを共有していました。子供たちは座って遊ぶしかありません。環境があまりにも悪く、ボランティアはとても悲しくなりました。慈濟ボランティアのルーカス・バラノスキーさん（Lukasz Baranowski、立者前３）は、避難民に配布について説明しました。

ワルシャワのサレジオ会教会

訳 / 蔣瑞芳・写真 / 慈濟花蓮本部

5 月 20 日から 22 日まで、慈濟ボランティアはサレジオ会の教会で避難民にショッピングカードと慈濟エコ毛布を配布し続けました。ウクライナの避難民が並んで、環境にやさしい慈濟エコ毛布を受け取りました。（写真：右）

5 月 6 日、慈濟ボランティアは、ワルシャワのサレジオ会教会で初のショッピングカード配布＆チャリティーコンサートを開催しました。コンサートの司会者であるウクライナ出身のカリマ・ロカンフさん（karima Romaniv、右）は、慈濟のショッピングカードを受け取り、目を赤くしてボランティアを抱き締め「ありがとう、愛を受け取ったように感じました。ありがとうございました。」と言いました。（写真：左）

甘辛ベジ酢豚お弁当

＊青物が酸味に触れると色が悪くなるので、皿に盛る直前に入れるのがおすすめです。
＊野菜は揚げるに限らず、茹でるか（インゲンなど）又は軽く塩もみも色がよく上がります。

甘辛ベジ酢豚

《材料》
1.素肉 30g(畑のお肉ブロック、又は大豆蛋白)

2. 季節の、又はお好みの野菜や果物を彩りよく四色、各 30-50g
例 :(赤、黄色パプリカ各 1/2, ピーマン 1 個、にんじん)

《調味料》
1. 油 200ml
Ⓐ塩、昆布だし、胡椒、生姜。少しずつ
Ⓑ醤油 ..... 小さじ 1
2. 砂糖 ..... 大さじ 2
3. ケチャップ（又は黒酢）..... 大さじ 2
4. 片栗粉 ..... 小さじ 1
5. 水 ..... 大さじ 1
(黒酢を使う場合は水不要)
1 番から 5 番まで、全て混ぜて置く

《作り方》
①素肉を温水で 40 分ほど戻す (芯が残らなくなるまで戻す)
②戻した素肉を一口大に切って、Ⓐで混ぜて、漬けます。
③パプリカやピーマンは一口大に段切り、にんじんはスライス。
④鍋に油を入れて、170 度ぐらい温めたら、味付けした素肉を入れて中火で3分ほど揚げます。
⑤切った野菜をにんじん（根菜）は 10 秒、ピーマンなどは 5 秒で軽く揚げます。
⑥全ての材料（4、5）青ピーマン以外のものを全部鍋に入れて、Ⓑをよく混ぜてから加えて、中火でかき混ぜて出来上がり。皿に盛る前に青ピーマンを入れます。

赤かぶ甘酢漬け

《作り方》
❶赤かぶをスライスして軽く塩もみして置く。
❷赤かぶを瓶に入れて、砂糖とお酢 1:1 の分量でつけ、冷蔵庫で保存。

油あげの袋煮

《材料》
Ⓐ 水 1000ml、みりん 50ml、創味そばつゆ 75ml、砂糖 20g、
絹豆腐 800g、油あげ 5 枚、片栗粉少々
Ⓑ椎茸、人参、インゲン、ひじき 3g（水でやわらかくなるまで煮る）
ⒶとⒷの材料全てこまかくなるまで刻む

《作り方》
❶油あげ 5 枚を半分に切る。
❷絹豆腐水を抜いてからⒷを入れて、混ぜる。
❸❷を油あげに詰るⒶに 15 分位煮ます。
＊飾りに花人参、えんどう、絹さやなど。（お好み）

波蘭盧布林烏克蘭難民關懷

爲關懷因俄烏戰爭逃離烏克蘭的民眾，歐洲慈濟人積極連接相關資源，就近提供協助，人道救援行動持續進行；4 月 3 日，慈濟在波蘭盧布林明愛會避難所進行購物卡及毛毯發放，嘉惠了許多烏克蘭難民。圖：青年志工協助參與發放的烏克蘭難民資料建檔。

20220403 盧布林明愛會避難所　攝影 / 張淑兒提供