

日本慈濟世界

日本ツーチーセカイ

2023年6月10日出版

第 179 期

活動報導：「禮讚與感恩」佛誕節特展報導



慈濟人放下身段，用心援助尼泊爾的教育，也感動了當地人。有間學院的院長，因此願意投入帶動，而先

佛陀的故鄉尼泊爾，有許多貧窮苦難人，一直讓我掛心。新加坡、馬來西亞的慈濟人，聽到師父想要回饋佛陀的故鄉，近年來各自放下家中事業，一次又一次接力前往，發心立願停留在當地付出。儘管這群志工原本的家庭環境，與尼泊爾的生活條件有如天壤之別，不過他們卻很甘願，抱持著菩薩心安住於此，很令人佩服、感動。

大愛，在慈濟世界裡很飽滿，但是相對於廣大世間，感覺是那麼微小，就像黑暗中點綴的微光。我們要如何將這些極微光，凝聚成有活力、閃閃發亮的希望之光？需要人人啟發一念善心。

佛陀的故鄉尼泊爾，有許多貧窮

苦難人，一直讓我掛心。新加坡、馬

來西亞的慈濟人，聽到師父想要回饋

佛陀的故鄉，近年來各自放下家中事

業，一次又一次接力前往，發心立願

停留在當地付出。儘管這群志工原本

的家庭環境，與尼泊爾的生活條件有

如天壤之別，不過他們卻很甘願，抱

持著菩薩心安住於此，很令人佩服、

感動。

慈濟人放下身段，用心援助尼泊

爾的教育，也感動了當地人。有間學

院的院長，因此願意投入帶動，而先

孤寡家庭。

「一把米」的善行，隨著慈濟人

前慈濟所幫助的學校，也陸續有校

長、老師加入，一起組織教聯會，成

就教育的希望工程。慈濟人有如菩薩

農耕隊，帶著善種子到尼泊爾播種，

殷勤教導大家如何耕作心地，既耕耘

又陪伴，接引更多人來承擔，讓善苗

快速成長。

這些人間菩薩很有智慧，還邀請

民衆陪同下鄉訪視，因為慈濟人知道

若想培養志工，就要將他們牽引到鄉

下，才能看到比他們更苦的人。雖然

他們的生活也很貧困，但是只要一念

善心啟發，同樣能點滴累積善行。緬

甸不就是如此嗎？從慈濟呼籲曰存

「一把米」開始，數年間已有八萬多

戶次響應，會合起來可以救濟很多更

貧窮的人，或是無生產能力的長者、

「一把米」的善行，隨著慈濟人

前慈濟所幫助的學校，也陸續有校

長、老師加入，一起組織教聯會，成

就教育的希望工程。慈濟人有如菩薩

農耕隊，帶著善種子到尼泊爾播種，

的宣導，無形中也影響了尼泊爾。許

多當地學生聽到這個故事，回家與家

長、親戚分享，天天存下「一把米」，

對生活沒什麼影響；即使只有幾粒米，

累積起來也能成籬，發揮助人的價值。

期待「翻轉佛陀的故鄉」，若只

是慈善救濟，能給予的資糧總是有限，

唯有教育能改變貧苦人的生活。而且

教育是未來的希望，可以一代傳一代，

只要有心、有願，就能引導每個人都

有愛深入內心，一同真誠地行善。

現今因緣具足，喜見弟子們實踐

這個心願，連結全球慈濟人的力量，

為尼泊爾的教育付出。這種愛的能量

要多宣揚，帶動人心；千萬不要輕視

自己，儘管微小如螢火蟲，也能閃閃

發亮。若能多造福，讓更多人看見愛

的力量、善的祥和，人間就會充滿大

愛，平安吉祥。



凝聚極微光 閃亮希望之光



《日程表》

2023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 中国語子供クラス 10:00-12:00 中国語大人クラス 13:00-15:00	3 代々木炊き出し配布 9:30集合	4	5 (読) 仏典系列 13:30-15:30	6 写経 13:30-15:30 慈濟手話 10:30-15:00	7	8
9 中国語子供クラス 10:00-12:00 中国語大人クラス 13:00-15:00 大阪西成区炊き出し・夜回り 14:30-18:30	10	11 (読経)《薬師経》10:30-12:30 (読経)《薬師経》10:30-12:30 大愛食堂お便當配布 16:30-18:30	12 (読) 仏典系列 13:30-15:30	13	14	15 ボランティア研修 (日本語) 10:00-15:00
16 ボランティア研修 9:00-15:00 ボランティア研修 9:00-15:00	17 海の日 代々木炊き出し配布 9:30集合	18	19 (読) 仏典系列 13:30-15:30	20 写経 13:30-15:30 写経教室 (甲子園) 13:00-15:00	21	22 料理教室 (尼崎) 10:00-17:00 大阪西成区夜回り 17:00-18:00
23 中国語大人クラス 13:00-15:00	24	25 大愛食堂お便當配布 16:30-18:30	26 (読) 仏典系列 13:30-15:30	27	28 (読経)《地藏経》 20:15-22:00	29 (読経)《地藏経》 20:15-22:00
30 (読経)《地藏経》 20:15-22:00	31 うらら障害者昼食 交流 10:00-13:00					

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	2 (読) 仏典系列 13:30-15:30	3 写経 13:30-15:30	4	5
6 中国語大人クラス 13:00-15:00	7 代々木炊き出し配布 9:30集合	8 大愛食堂お便當配布 16:30-18:30	9 (読) 仏典系列 13:30-15:30	10 (読経)《薬師経》 10:30-12:30 (読経)《薬師経》 10:30-12:30 慈濟手話 (梅田) 10:30-15:00	11 山の日	12
13 大阪西成区炊き出し・夜回り 14:30-18:30	14	15	16 (読) 仏典系列 13:30-15:30	17 写経 13:30-15:30 写経教室 (甲子園) 13:00-15:00	18	19 ボランティア研修 (日本語) 10:00-15:00
20 ボランティア研修 9:00-15:00 ボランティア研修 9:00-15:00	21 代々木炊き出し配布 9:30集合	22 大愛食堂お便當配布 16:30-18:30	23 (読) 仏典系列 13:30-15:30	24	25 (読経)《慈悲三昧水懺》 20:15-22:00	26 (読経)《慈悲三昧水懺》 20:15-22:00 大阪西成区夜回り 17:00-18:00
27 吉祥月活動 13:30-15:00 (読経)《慈悲三昧水懺》 20:15-22:00	28 うらら障害者昼食 交流 10:00-13:00					

※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

小さな光を集めて 希望の光を輝かせましょう

訳／金子昭

大愛は慈済の世界に満ちあふれています。でも広い世の中を言えば、ごくわずかな光のようで、暗闇の中でまだたく小さな光のようです。これらの小さな光を集めて活力あるものとし、きらめく希望の光にするには、私たちはどうしたらよいのでしょうか。大切なのは、皆さんが善の心を啓発することなのです。

お釈迦様の故郷ネパールには、貧困と苦難にあえいでいる人が多くいて、私はずっと気がかりでした。シンガポール、マレーシアの慈済人は、私がお釈迦様の故郷にお返しの際り物をしたいと聴いて発心してくれました。彼らは、近年来それぞれの家でやっている事業を脇に置いて、一回また一回とリレー式にネパールへと赴き、現地にどまり尽力するこ

とを決心しました。これらのボランティアたちはもとの家庭環境はネパールの生活条件とは雲泥の差がありました。しかし彼らは喜んでこれを行い、菩薩心を保ち、この地に腰を落着けたのです。それはとても頭の下がることで、心を動かされる思いでした。

慈済人は己のことを顧みず、心を込めてネパールの教育を支援しました。これには現地の人々が感動しました。そのため、ある専門学校の校長先生は自らを投入して率先して動きました。そこは慈済が以前に援助した学校もあり、その校長先生や教諭たちも加わり、教育連誼会を共に組織して、教育の希望工程を実現させました。慈済人たちは、菩薩の耕作隊のごとく、善の種子を持ってネ

パールに行つて種を蒔き、人々の心を耕し寄り添う支援活動をどのように行つか、これを指導することに努めました。その結果、さらに多くの人々がこの活動を引き受け、善の苗を速やかに育成していったのです。

これらの人間菩薩たちは智慧があり、現地の人々を誘って一緒に農村に訪問視察に行くことにしました。慈済人がボランティアを育てようとする場合、彼らを農村に連れて行けば、自分たちよりも苦難の中にある人たちがそこにいることを知っているからです。人々の暮らしは確かに貧しいですが、善の心を啓発しさえすれば、同じように少しずつ善行を積み重ねることができるようになります。ミャンマーの事例がまさにそうではなかったでしょうか。慈済は「一掴

みの米」を毎日貯えるよう呼びかけて以来、数年間ですでに八万戸以上の家庭がこれに呼応し、いっそう多くの貧困にあえぐ人々を救済し、また働くことのできない老人や一人暮らし家庭を救済することができました。

とができるのです。ただ真心をもって決意さえすれば、人々を導いて心の中に愛を深く植え付け、共に真実を尽くして善を行うことができるのです。

今では縁が満ちて、皆さんが私の

「一掴みの米」の善行は、慈済人の導きによって行われ、知らず知らずのうちにネパールにも影響を及ぼしました。多くの学校の生徒たちがこの話を聞いて、家族や親戚の人たちに、毎日「一掴みの米」を貯えても生活を圧迫するわけではないからと話をしました。たとえ何粒かの米でも貯まれば籠一杯になって、人助けの価値を発揮してくれるのです。

私は「お釈迦様の故郷を変革すること」を期待しています。もっぱら慈善救済だけでは提供できる資源はいつも有限なものです。教育だけが貧苦にあえぐ人々の暮らしを変えることができます。しかも教育は未来の希望でもあり、代を重ねて伝えるこ



思いを実現してくれました。皆さんが世界中の慈済人の力をつなぎ、ネパールの教育に尽力している姿を見て、とても嬉しく思っています。この愛のエネルギーをさらに宣揚し、自ら手本となって人々の心を動かしていきましょう。決して自分のことを軽く見てはいけません。螢のようにごく小さな光であっても、光を放つことはできるのです。もし多くの幸せを生み出そうとするなら、さらに多くの人々に愛のエネルギーや善の素晴らしさを見てもらうことです。そうすれば、世の中は大愛に満ちあふれて、平和に生きていくようになるでしょう。

■「一掴みの米」の話を聞き、自分も出来る事を実践したネパール現地ケアの方が、慈済ボランティアに寄付してくれた。写真／慈済本部提供



許麗香 張秀民 陳靜慧 王秀寧
陳詩萍 小野雅子 黃韻璇 王姿文
簡毓嫻 吉本富美 一圓晃子 莊雅婷
張濟梅 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

FAX：03-3203-5674

E-MAIL：tzuchi@tzuchi.jp

郵便口座：00190-4-753352

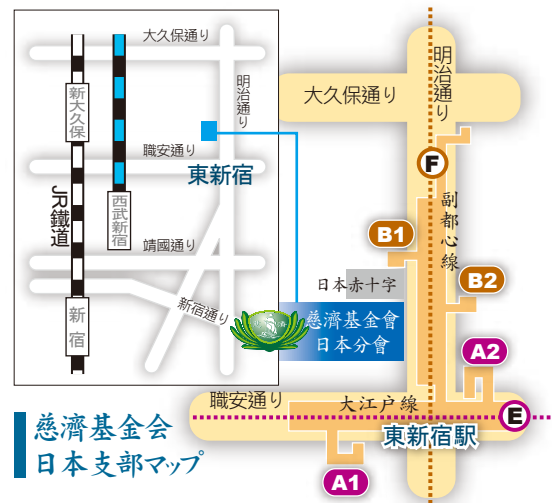
口座名義：仏教慈濟基金會
ブッキョウジサイキキンカイ

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。



慈濟基金會
日本支部マップ



【日本慈濟世界】
ホームページ



表紙写真：

慈濟日本分會は、五月十四日に、三年ぶりの灌仏会式を開催しました。法師の指導の元、皆心静かに仏陀の礼拝を行い、仏陀の足元に一礼して心の雑踏を洗い流しました。その後、恭しく花の香りを受け取りながら、仏陀、両親及び衆生の恩を感じました。誰もが純粋な心で、宗教儀式の美しさを示し、善のある考えを持って、心の中にある暗闇を浄化しました。

写真 / 洪秀瑩

上人開示 (證嚴法師の教え)

01 凝聚極微光 閃亮希望之光

釋證嚴

02 小さな光を集めて 希望の光を輝かせましょう

金子昭

訳

主題報導 (トピックス)

06 「禮讚與感恩」佛誕節特展報導

陳雅琴・黃韻璇

26 「贊美と感謝」仏陀誕生日特別展レポート

吳俞輝

訳

09 燈燈相續誠祝福

陳靜慧

訳

30 燈と燈が連結し心から祝福します

真鍋誠

訳

活動報導 (イベント報告)

11 慈青高尾山淨山

黃晨育

訳

12 齊心包愛粽葉飄香滿溫情

李淑娟

14 片片粽葉片片情

陳靜慧

社區活動 (地域レポート)

15 拉長情擴大愛 新宿組聯誼會感想

陳文青

16 「馳援土敘賑災」東北石巻募心募款

王素蘭

沼田青寶

日程表

二〇二三年 七、八月行事曆

王昆京

大愛食堂食譜 (大愛食堂レシピ)

25 大愛食堂レシピ

瀨川絹恵

日本慈善關懷 (日本慈善志業)

20 異國慈青 大都會夜訪街友

黃晨育

32 さまざまな国よりの慈濟青年

大都會の夜間訪問

岩村益典

22 最後一哩路 道愛道別道感恩

陳靜慧

32 最後のお別れ愛と感謝

小野雅子

訳

訳

心靈點滴 (こころの風景)

17 淨天淨地淨心田

庄明泓

人文志業 (人文志業)

18 慈濟科技大學來日參訪人文講座

施燕芬

19 音樂與靜思語結合的人文饗宴

陳詩萍



■ 台北駐日經濟文化代表處副代表周學佑（右二）與僑務委員黃宗敏（右一）前來參加浴佛。攝影 / 樂玉欣

「禮讚與感恩」 佛誕節特展報導

今年五月第二個週日是慈濟五十七週年慶，慈濟在全球同時舉辦浴佛典禮，一起報答佛恩、父母恩及眾生恩。

撰文 / 黃韻璇・陳雅琴

「禮讚與感恩」
佛誕節慈善人文特展

慈濟日本分會於五月十四日舉辦睽違三年的浴佛節。在法師的帶領下，會眾靜心平氣浴佛，禮佛足洗去心中塵埃，恭敬彎腰接花香，感佛恩、衆生恩、父母恩。人人清淨一念心，展現宗教儀軌之美，凝聚善念，洗滌心中無明。

除了舉辦浴佛儀式表達對佛陀的敬意之外，更有志工們用心設置「禮讚感恩」慈善人文特展，希望讓會眾了解慈濟對於佛陀本懷的現代詮釋。

另一區為「感念佛恩」區，在視聽室播放《大愛全紀錄》之

《覺者》及《靜思供燭台》影片。大眾於佛前供燭，同時也了解靜思燭中「燃燒自己，照亮別人」的深意。導覽志工解釋證嚴上人研發「不掉淚的蠟燭」的用心，同時義賣靜思精舍師父們的手工蠟燭組。燭光雖小，但可散播光明及溫暖，如慈濟從草創堅持至今五十七個年頭。

導覽的終點是「弘法利生」區，展示慈濟在佛國尼泊爾的「零輟學計畫」及大眾的募心募愛。證嚴上人慈示：「佛國的希望在教育」，慈濟在佛國努力興學，與二十四所國中小學校長合作，希望家訪每一位輟學學生並幫助其復學。

本次活動協調志工表示：

「身為佛教徒，要幫上人分憂，一起扛天下米糶！希望來賓看完人文展後，能將感動化行動，成為一股愛的力量。上人說：『布施最大福，感恩最大慧』我們準備靜思書軒的茶杯組與隨喜捐款的大眾結緣，拋磚引玉就是為了弘法利生。」

難行能行 用心就是專業

活動團隊分享：「感恩整個籌備團隊眾志成城，讓更多人有機會了解慈濟宗『人間佛教』的意涵。我們的場地雖然小，卻想把最精華的內容呈現出來。」

承擔今年浴佛布置的花道團隊，把會場布置的莊嚴又素雅。承擔的志工說，今年的浴佛節特別有感動，因為母親往生了，希望用最虔誠的心布置，迴向供養給母親和祝福全世界的母親。證嚴上人也說過，真正回報親恩就是用父母給的身體去力行付出，增長我們的慧命。

看似簡單的布展，每個角落

都是志工們用心付出的成果，光是海報的製作就花了大家一整天的時間，分工合作才能將海報平滑地裱起來；背景音樂則搭配〈轉法輪〉及〈八瑞相〉的自然音前奏，讓心能更沈澱下來。當《大覺者》影片播放時，牆上用螢火蟲的閃燈營造出「微光閃爍，但一群螢火蟲會合，也能在黑暗中引出生光」，展場內處處都是可以細細品味的意境。

遇見佛陀本懷 找回清淨自性

承擔海報導覽的志工們，熟讀全球導覽線上共修的內容之外，日文導覽的志工更需要內化再用日文準確的傳達，讓參訪的貴賓能了解佛陀的足跡及慈濟人慈悲喜捨的腳步。讓導覽志工小野雅子最有感觸的是「譬如船師身有病，若有堅舟由度人」，因為她的父親在台中慈院住院時，受到鄰床慈濟志工的照顧，如同經文所述。她說：「佛陀兩千五百多年前創立佛教，兩千五百多

年後，證嚴上人創立慈濟，並將佛教生活化。常說明師難遇，我真的很有福報，能夠遇見上人並走入慈濟。盤點人生，我的人生沒有空過，而是有價值的人生。」

人文教室中文班五月靜思語「世界上有兩件事不能等：一是孝順、二是行善」，又適逢母親節、浴佛節，人文教室老師以戲劇方式來詮釋靜思語。今年的母親卡是由各班老師製作，一張張卡片都有老師的愛。各班學生用心寫母親卡，並於下課後送給媽媽。

志工們利用孩子上課時間，透過三樓的「禮讚與感恩」區了解佛陀的一生，及慈濟重返佛國，助佛國的孩



■ 導覽志工小野雅子向堪祖仁波切介紹日本慈善志業。攝影 / 洪秀瑩

法輪的鹿野苑，佛陀的故鄉大肚男孩及趴在地上找奶瓶的男孩。家長們心中不捨，希望自己也能付出一點愛，幫助更多需要幫助的人。

人文教室家長仲崇杰看完展後，對「弘法利生」區感觸良多「同樣的生命，命運卻不同！慈濟不分國界傳播善念，假如沒有慈濟團體，許多人可能一生都



莊嚴浴佛臺 綠草為大地

大阪聯絡點這天布置了莊嚴的浴佛臺面，以薰衣草、金錢草、常春藤等綠草為地，芍藥、芝蘭花、蘭花與含笑花在綠葉中散發微微清香。負責布置的志工施燕雪說明：「三十多盆金錢草是多年前浴佛節活動後帶回自家栽種，圓圓的葉片象徵圓滿吉祥」。常春藤因容易栽培，象徵著旺盛的生命力。多年來這兩種觀葉植物在浴佛節後，都由志工帶回家繼續栽培，每年重複使用，既環保也代表著永續不散的祝福。

除了邀請貴賓、會眾參加，活動由八位身著灰衣白褲的培

訓、見習志工承擔今年的供燈、供花，揭開浴佛典禮序幕。新的志工力量，代表疫情之後的新舊傳承，藉由燈燈相傳，燈燈相續，帶來生生不息的力量。

活動時首先由眾人虔誠唱頌《讚佛偈》，表達對三寶的尊敬與感恩。浴佛時，由今日的出席貴賓演仁旺萊師，首先帶領浴佛。

這次活動中特別安排一曲手語演繹《心燈》。燈，代表光明與希望；燈，也代表了智慧與方向；更象徵著以佛陀的德香、法香，點亮人人的心燈。演繹的志工透過一次又一次的排練，祈願透過這首好聽的歌曲，傳達祝福，願人人點亮心燈，溫暖與照



■ 與會貴賓們，於浴佛臺前虔誠恭敬獻燈、供花，禮敬諸佛。

關西浴佛節報導

「燈燈相續誠祝福」



在貧困與疾病中忿恨不平，社會就會動盪不安。」

「這次看了人文展特別有感受！」志工李淑娟的爸爸在今年二月往生，因父親生病回台照顧，她理解到病苦及無明的可怕。看到佛陀所說「三理」及「生、老、病、死」，更能體會身體在行蘊中，人卻常常執著在感受。人命在呼吸間，莫再頻造惡業。所以要常常求懺悔，以法水來洗滌自己的垢穢。

年輕新世代 向媽媽說感恩

來自中國江蘇的慈青沈天勸，高中就來到日本留學。看完展後發心「弘法利生」，雖然打

■ 1 中文班家長今江シエリ（中）聽了志工說明慈濟在佛國尼泊爾的「零輟學計畫」，馬上響應「弘法利生」捐款。
攝影／李淑娟

■ 2 今日適逢母親節，各班學生用心寫好母親卡，於下課後送給媽媽。
攝影／水谷瑞方

工所賺不多，卻還是捐了一筆不小金額。她感受到來自佛陀的恩典，身處異國他鄉，慈濟就像是能量加油站，每當沒有能量的時候，來慈濟參加活動就獲得能量滿滿。得到如此多的感動及愛，她也想要做能付出愛的人。

就讀音樂科系的慈青王世林，常常利用周日時間協助人文教室靜思語教學，在繁忙的學業中前來浴佛洗滌心靈。看到小朋友們向媽媽說「我愛你」並送上卡片覺得感動，表示也會向自己的媽媽道感恩。

專程從台灣來參加的堪祖仁波切感謝慈濟全球浴佛節三寶加持，他表示因緣殊勝，希望大家繼續支持全球弘揚佛法，共襄盛舉。佳稱仁波切也表示：「很榮幸能再次參與慈濟浴佛，也非常感動慈濟在全球耕耘。」

台北駐日經濟代表處副代表周學佑表示：「浴佛是十分有意義的活動，深深感受到慈濟慈悲喜捨、誠正信實。今天是母親節，也是浴佛節，同時也是國際

的慈濟日，這樣的活動可以洗淨人心、祥和社會、祈求天下無災無難。慈濟日本分會積極地從事各項公益活動，尤其在僑界的聲譽非常好，在此表示肯定與感謝之意。」

周阿嬤是個案關懷戶，今年已八十幾歲，身體有恙。她感動地說：「第一次在日本參加這樣的法會，覺得大家心裡懷抱著福緣，感受到人生要走好路。很高興，感覺人生好像要重新再出生一樣。今天聽到大家喊我阿嬤，讓我無法說出來的歡喜。大家這麼熱心，這兩天感動到睡不著！」

慈濟宗門是「福」，走入人群造福人間；靜思法脈是「慧」，勤修自心廣傳善法。慈濟人五十七年來遵循佛陀及證嚴上人的教誨，為人間道鋪路。藉全球浴佛典禮，啟發清澄的智慧，弘揚佛法在人間，接引社會大眾凝聚虔誠心聲，體會佛教莊嚴美妙之宗教人文。

五月十四日是佛誕日、慈濟日、母親節三節合一的殊勝日子，是感恩佛恩、親恩、眾生恩的一天。這是疫情之後，關西首次舉辦對外的浴佛活動，而浴佛無非是為洗滌自身的無明。

撰文／陳靜慧 攝影／王孟專



■ 當日淨山成果，慈青們將撿拾的垃圾分類，並帶回日本分會處理，不造成該區域負擔。

慈青高尾山淨山

撰文／黃晟育 攝影／慈涓



五月初是日本的黃金週，疫情過後，各地的遊客比往年多出很多。旅客一多，垃圾量也隨之增加。當大家都在遊玩的時刻，日本慈青相約一起去觀光客多的高尾山撿垃圾。

五月三日，慈青們還擔心

會下雨或太熱無法成行，很幸

運地，當天不僅有太陽，還吹

著涼涼的風，在好天氣的陪伴

下，開始了當天的淨山之旅。

慈青悲智行 聯誼啟慧根

從高尾山口一路朝著高尾

山頂前進，即便過程中大家都

很喘，大家仍不忘注意腳邊的

亮這個世界。

「繞佛繞法」時，會眾圍成一個大圈，由滇仁旺萊師帶領，以順時鐘方向的莊嚴隊伍繞佛繞法，歌頌佛德，表達內心的虔誠。這日的貴賓幾乎都是第一次體驗。

世界華人工商婦女企管協會日本關西分會（以下簡稱世華會）會長劉雯玲第一次來參加活動她說：「從浴佛節的活動中，感覺到自己的心靈被洗滌了。看到志工的手語《心燈》演繹時，那一刻我感動到了，所以我淚流滿面，覺得我應該是跟佛有緣」，她表示希望以後有機會來慈濟做志工。

世華會輔導會長洪麗華對浴佛節的莊嚴場面也深深覺得感動。她曾多次參與活動，也曾一起參與西成區的發放，她說，只

■ 1 「繞佛繞法」時，會眾圍成一個大圈，由滇仁旺萊師帶領。

■ 2 第一次參加浴佛的新芽生米田大河，很開心參加活動。

要有需要的地方，都非常希望和大家一起付出。

虔誠一念心 福長智慧增

目前一人自住的米田大河從小在機構中長大，缺乏親情溫暖，成為慈濟的新芽助學生後，多次參與志工活動，感受到有多位慈濟媽媽的愛，尤其今天是母親節，他特別開心能夠來參加活動。

今日承擔中文司儀的志工施燕芳分享，「抱著戰戰兢兢的心情，不斷地練習司儀稿，不僅要會唸，而且表達速度的快慢，咬字發音的準確，是否讓與會大眾能聽得清晰順耳。」於是她重複地「說、錄、聽」，直到自己覺得「說得流利」和「聽得順耳」之後才敢稍微休息。

志工陳奇緯第一次承擔日文司儀，發現這不是一件很簡單的事，因為要讓整個活動流程都能夠順利地進行，然後有任何的變化球也要馬上能夠接下，

是整個活動的靈魂。這次承擔後，也發現有非常多慈濟還有佛教用語，平常都沒有接觸過，還有許多需要努力之處。

臺北駐大阪經濟文化辦事處副處長張永賢伉儷第一次參加浴佛節的活動，張副處長說，對於志工手語演繹時，「滿滿的慈祥與充滿愛心、智慧的身影，我被這種特殊磁場所吸引，深深感動」，並表示，「社會救助工作，需要行政與民間的愛心共同參與，衷心感謝慈濟大阪聯絡處全體志工」。他感恩關西地區志工，不僅協助關懷受刑人，關懷獨居長者等，「只要哪裡有苦難，就有慈濟志工的身影。因此，在我看來，慈濟師兄姊都是付出不求回報的人間菩薩」。

藉著大眾浴佛的虔誠共振，願淨化人心，祈求世界和平，天下無災無難。期待五濁惡世裡的凡夫，皆能以佛法洗滌眾生的無明煩惱，令諸眾生，福德長，智慧增！

些小力量匯聚成一股清流。

不擅長運動的林維爾收到夥伴們的邀請，想著師公上人（證嚴上人）呼籲「用鼓掌的雙手來做環保」，便參加了此次活動。她說：「這是我人生第一次爬山，也是第一次參加淨山活動。過程中發現大部分的垃圾都是零食或者糖果的包裝紙，這些小型的塑料很有可能被小動物誤食，造成生命危險。撿垃圾，是保護環境，保護生命，也可以是一種樂趣，爬山時就少了疲憊感。」

沈天勤也是第一次在異國他鄉參加淨山活動。雖然在中國時也有登山經驗，但這是她第一次不坐纜車，完完整整爬完一座山，果然這一次的體驗很不一樣。

登頂一路雖然很熱很累，但大家互相鼓勵，歡聲笑語。她覺得很開心能加入慈濟大家族，也感恩這一次的淨山體驗。因為，淨的是山，清的是心！

齊心包愛 粽葉飄香滿溫情

撰文・攝影／李淑娟



■ 日本分會包素粽義賣，志工們付出包愛心素粽。

配合華人五月端午的習俗，

慈濟日本分會每年都會規劃邀請大廚團隊及志工們齊力「包素粽獻愛心」，一年可賣出將近一萬顆素粽。

從二〇二〇年以來，大廚志工們都會放下手邊工作，全力維持「愛心素粽」的製作，加上志工們精湛的手藝，慈濟的素粽有口皆碑，頗受好評。今年四月二十九與三十日兩天共有一百二十位志工歡喜付出，一起包粽。

眾人齊力 包素粽奉獻愛心

素粽的製作，首先由大廚和志工們從幾天前就進駐分會，從洗米、備料開始，樣樣都需要體力。包粽日當天，志工們在廚房裡不畏高溫，忙中有序，大家各司其職，有人不停地攪拌著蒸

好的糯米，有人加入花生、調味料，默契十足。

另一組志工秤好固定重量，捏成球狀飯糰，若一分神，不是太多就是太少；經驗老到的志工一拿到手裡就知道輕重，薑還是老的辣。

第一批完成六千多顆的素粽，志工們同心協力，手忙心不忙，為圓滿一個共同的心願努力不懈。洗粽葉、炒香菇、包粽、蒸粽、送茶水、準備點心與水果，每個人都扮演著舉足輕重的角色，缺一不可。

身在海外，因事業忙碌無法返家的志工們，也藉由製作素粽，讓熱騰騰的粽香溫暖心頭，一解思鄉之愁。

技巧傳承 包粽濟貧共成就

東京女子醫大志工村上國子，從十幾年前認識慈濟後，每年都來購買素粽，因家人愛吃，也分享給女子醫大志工。每次都買很多放在冰箱冷凍，想吃就拿

出來蒸熟，她覺得不僅可以護持慈濟，又有好吃的素粽可吃，真是一舉兩得。

成人中文班的學生，因為素粽好吃，幾年來偶爾寄給自己的親戚外，還會寄給幾位高中同學品嚐，希望能達到拋磚引玉，協助募心募愛。今年他在班上推銷愛心素粽，主動廣結善緣，班上的同學們也熱烈響應。

有位志工從加入慈濟以後，就開始學習包素粽，現在她已經可以指導新人了。雖然有些人因為無法包得很漂亮而想放棄，她還是耐心地教導。她分享，以前資深志工們也是這樣教導自己，在陪伴過程中培養耐心和毅力，語氣要柔和，才不會造成學習者的心理壓力，也才能幫助學習者能慢慢地融會貫通，將素粽包得完美。

正在培訓的志工橫田光美從家到分會，坐車需要七十分鐘，途中還要換一次車。早上的車班常常擠得水洩不通，到分會已經滿身大汗。經過一年的通

車和志工經驗，真感受到無處不是修行，重點是要如何讓自己的心如如不動。

這次在分會包素粽，每位志工都非常發心，從早上站到晚上，年紀都已經很大，很發心連續站好幾天，真令人敬佩，她們因可以盡一分心力而開心。當看到自己包好的成品從蒸鍋取出，聞著陣陣粽香，看著一串串素粽呈現在眼前，接著大家踴躍訂購一顆顆賣出去，內心感到非常喜悅，感恩有機會可以付出。

新發意志工胡富英歡喜分享，從備料到洗米，連續好幾天都站著付出，晚上還陪志工去送素粽。站一整天都腰酸背痛了想要休息，但是看到這些年長的志工都這麼認真，自己也不敢偷懶。

會員劉小涵，連續兩天來幫忙包素粽。在臺灣生活很多年，從來沒有包過粽子，竟然是來到日本後，有機會體驗人生第一次包粽子，感受到透過分工合作，到最終完成任務所帶來的

廣結善緣 對的事做就對了

成就感。她覺得志工們都很親切，大家都是為了共同目標，想幫助更多需要幫助的人而努力。這次包粽子的活動，不僅能介紹傳統的習俗與分享好吃的粽子給日本朋友，還能義賣幫助弱勢者，真是一舉多得，期待能年年參加慈濟各項活動。

志工劉月英分享，因疫情回臺灣一年半後再回到日本，法親的關懷倍感溫馨。回來後依然承擔香積勤務，發揮自己的專長，



證嚴上人說：「對的事，做就對了」當然義不容辭囉！她也應大眾要求，做了三次蘿蔔糕共一百五十塊，並承擔幾次手語共修的香積，也承擔培訓便當。面對一年多思念的法親，看到大家吃得歡喜，又能與大家結善緣，做得滿心歡喜。雖然在這次在活動中感覺力不從心，腰椎沒辦法像以前搬重和彎太久，但是她還是撐起來，以駱駝的耐力把它完成。

兩天包素粽中，人人學會妥協善解，退一步海闊天空，路要一步步走，苦要一口口吃，就像人生有點點甜，有點點苦，好與壞，還有希望跟無奈，生活才會更生動美好更快樂。

■ 新發意志工胡富英，連續幾天站著綁素粽，腰酸背痛，但看到年長志工們為愛心義賣而盡力，自己也受鼓勵。

片片粽葉片片情

撰文・攝影／陳靜慧



志工們付出包愛心素粽。

一片竹葉一片情，連結著許多海外遊子的深深鄉愁，對慈濟人來說這粽子情，又多了幾層的深意。證嚴上人曾比喻志工要如同一片片的粽葉，經過擦洗乾淨、滾水滾燙成熟，才能變得柔軟，再發揮功能把如同是糯米、餡料的各項社會資源緊緊包住。

義賣素粽是思鄉情 也是慈濟情

關西地區的志工，今年五月舉辦了一場素粽義賣會。原本預計製作六百顆，採預約訂購制，由於響應熱烈，最後一共製作了超過一千五百顆素粽。因場地與設備不足，前後分三次製作，於五月八日、二十二日，先於大阪聯絡點的小廚房製作了約七百顆，最後三十一日這天再租借場地，有二十多位志工齊心協

力，製作了約八百顆粽子。

供不應求 串串粽子愛無價

一顆顆外型飽滿，有稜有角端正正的素粽，是志工們用愛心、耐心、還有毅力所完成的。蒸一次米就要約二十分鐘，蒸好後再一次次拌料調味。小廚房小鍋具每次能製作約四十顆粽子，包好後還要再一鍋鍋再次蒸熟。

承擔總廚的志工真鍋慶子，在家中把要用到的糯米、花生、素肉塊、香菇做好事前處理，隔天再與大家一起奮戰全日。一個月來經常站到膝蓋酸痛，貼著疼痛藥布，圍著護腰，仍然堅持每一小鍋都親自把關，雖然要花很多的時間，對味道絕不輕心，因為「要顧的是慈濟的愛心信用」。

志工高橋鳳英十多年前，因為聽到「素粽救人」的義賣，跟著姊姊開始做志工而走入慈濟。當時關西地區只有一個委員和二個志工，製作素粽時靠的是許多發心會員與大眾的支持，也曾邀約大家在其住家一戶建頂樓製作。這次義賣有多位當時曾來幫忙的會眾。經過了疫情大家久未見面，又能聚在一起做好事，每個人都覺得很歡喜。

這次的素粽義賣，粽葉、蘿蔔乾、素蠔油等日本不易買得的材料，靠著志工們回臺時幫忙採購，一批批手提過來。有人護持材料、場地費，有人幫忙運送，有人用心做，有人熱心買。一顆顆粽子讓點點的愛心聚集，把大家的愛都串連在一起，愛心無價，這才是最可貴的社會資源。

靜思

拉長情擴大愛 新宿組聯誼會

撰文／陳文青 攝影／高峻喆

時來了個「有獎徵答」，慈濟成立於哪一年？慈濟的四大志業是甚麼？最後在〈一家人〉的歌聲中，圓滿閉幕。

人人都是「不請之師」

二年前開始承擔新宿協力組長的陳文青分享當時非常忐忑不安，後來感受到大家都是「不請之師」。有事大家都是全心投入，勇於承擔，資深志工用心用愛用力一路陪伴，讓她感受到不孤單。

這天來了幾位年輕志工，有些是慈濟委員的孩子。來日本深造棒球的卜子楓經常利用空餘時間來參加慈濟的活動，「大愛食堂」日，會和志工一起製作素

■來日本深造棒球的卜子楓（右）是慈濟委員的孩子，繁忙之際也會把握時間來參加慈濟活動。



四月是東京最美的季節，櫻花盛開，萬物復甦，三年的疫情漸漸好轉，一切也漸漸回復常態。四月也是日本新年度的開始，新宿協力組志工一直期盼能相聚，因此相約於四月八日在分會三樓舉辦了一場「拉長情擴大愛」聯誼會。

在執行長感性叮嚀下拉開序幕，接著以「慈濟的故事」呼籲大家不要忘了竹筒歲月精神，然後用照片串連去年新宿組志工的身影，列後讓鏡頭上的志工們訴說感想，也許是短短一句，都贏得熱烈掌聲。有趣的是，尾聲

證嚴上人告訴我們，慈濟人努力做事，所做的不只是為自己，利人的心走在前面，利己的心跟在後面，善事要大家一起做，慈善的工作就一定會做長久。我們做事就像挑著一根扁擔，一頭是「福」一頭是「慧」。

不論是在家裡在學校在職場或在旅途中，即使只是給孤獨的人送上擁抱，給寂寞的人送上微笑，給無助的人伸出我們的手，這就是在助人。期許人心淨化，社會祥和，人人發揮愛心。這就是慈濟精神，這就是上人理想的弟子。

靜思

東北石卷募心募款 「馳援土敘賑災」

撰文／王素蘭・沼田青實



■ 東北志工發起愛援土敘街頭募款，當地居民熱烈響應募心募款。攝影／沼田青實

東北志工於2023年3月30日至31日，於宮城縣石卷市、石卷車站以及AINOYA超市兩處，為「馳援土敘賑災」，共進行了三場街頭募心募款活動，期盼能為災區盡一點心力。當地的委員張君，特地開車來到東京，載著三位東京志工前往當地，大家一起製作募款箱，並由東京志工投下第一筆善款。

第一場 石卷車站

三月三十日當天，志工們拿著「道路許可證」前往宮城縣石卷車站募心募款。每隔幾分鐘電車入站，雖然人潮不多但是大家都熱心捐款。車站前，尤其是中高年齡的行人，不少人捐出千元鈔。還有媽媽帶著小朋友前來捐款，也有小朋友主動將自己的零用錢捐出，愛心不落人後。有位公車司機身上沒帶錢，還特地回車上拿錢來捐。二小時的募款感受到石卷市民非常有愛心。

第二場 AINOYA超市渡波店

下午志工轉至石卷市的AINOYA超市渡波店前，這裡是地方小店，買菜的人不多。有幾位鄉親來投款時說：「以前曾受惠於當地，所以希望透過慈濟，能將善款送到土耳其。」鄉親們以回饋的心，踴躍共善。小小超市，約有六、七成的人投款，令人感動。也有鄉親開車進停車

場，看到我們在募款，都不吝準備零錢。有一位年輕媽媽，將所有的零錢交給小孩投下愛心。有當地鄉親不吝惜投幣共善。人潮雖不多，但踴躍投幣共善的心，讓志工們得到無比的力量，也備感歡喜，為下一場的募心募款注入新能量。

第三場 AINOYA超市望野店

第三場募款時，二位東北志工，虔誠地向投幣共善的鄉親道感恩。志工張君也把握因緣，向來投善款的鄉親介紹日本慈濟，並向鄉親行九十度鞠躬禮，說明慈濟正在為「馳援土敘地震」募款，以及目前的賑災進度。同樣受過災難的東北鄉親們聽到後，有不少人踴躍投款，希望為災民盡一分心力。

志工王素蘭首次體驗人生第一次的街頭募款，感受到愛心其實充滿在每個人的心中。的確，只要能把握因緣去啟發他人的愛心，愛一直都在！

淨天淨地淨心田

撰文・攝影／庄明泓

二〇二三年四月四日，我

與朋友佟秀慧相約，各自帶著孩子們到群馬縣前橋市中央公園附近清淨公園。

證嚴上人常常說：「有願就有力！」發起環保這個想法其實一年前就有了，當時因為疫情不斷爆發，一直拖延到現在。這次春假孩子們在家，總想著帶孩子們做一些有意義的事。同時也是想讓孩子少接觸電子產品，讓孩子們明白少用一次性的東西，也是愛護地球，同時也想讓身邊的人更多了解慈濟。

事先跟她約好十一點開始，結果等到十一點二十分，都不見她的身影，電話又聯繫不上，這一瞬間腦袋瓜裡有個念頭，是繼續帶著兒子做環保？還是直接取消？猶豫不決時想起上人說的話：「對的事，做就對了！」此時任何顧慮都沒了，於是帶著兒子上公園。就在這時候她來了電



■ 1. 孩子們身體力行的清淨環境，相信善根已深植心中。

■ 2. 志工庄明泓（右一）與會員佟秀慧（左二）的孩子們，在群馬縣前橋市中央公園附近清淨公園。

話說已在路上。秀慧第一次參加這樣的活動，帶著家裡兩位小朋友。她覺得讓孩子們一起做一些有意義的事很開心。已是會員的她，繳了功德款一年多，這天更深入了解了慈濟。她今年六歲的大女兒到公園後，便迫不及待的想多做；只有三歲的二女兒看到垃圾就趕緊撿，還自言自語的說，是誰亂丟垃圾。

我的兒子分別是九歲、五歲、三歲，聽到哥哥中午要去環保的弟弟們也說要參與。孩子們的善念，做媽媽的大力支持，答應他們先上保育園，下午提前接回來，再帶他們一起做環保。環保結束後又與她分享了慈濟的源起，〈人間菩提〉影片也讓她了解了慈濟的人文。之後一起比手語歌〈一家人〉及〈一個乾淨的地球〉，圓滿地完成了

在群馬前橋淨天淨地的心願，也清淨了自己的心田。

感恩上人的法，堅定了我的信念，也感恩志工張秀民的指導與半田蓮美事前的陪伴。期待下次有更多的志工一起來環保愛地球。這次的活動後，孩子不但會關心路邊垃圾，而且第二天再路過這條路時，會很自豪說，「媽媽你看現在都沒垃圾了，是我做的哦！」

慈濟科技大學 來日參訪人文講座

撰文／施燕芬 攝影／王孟專

四月八日，慈濟科技大學羅文瑞校長和蔡宗宏院長率團來日本參訪姊妹校，他們一行七位在緊湊的行程之中，專程到大阪聯絡處與關西志工交流。

十點左右，二十一位志工齊聚一堂。羅文瑞校長說明，因為疫情的延燒，和大阪的大手前大學姊妹校的交流暫停了三、四年，希望解封之後能做更多的學術交流或是交換學生的聯誼。

緊接著，校長播放十五分鐘的影片，讓大家了解慈濟科技大學的現況。一邊看著影片，一邊讓人陶醉在青山綠水環境清幽的校園裡，整個校園的氛圍令人心曠神怡。

校長又解說，「慈科大是遵循上人的『無緣大慈，同體大

悲』的理念，要培養具有關懷社會、尊重生命、大愛精神及人文素養的專業人才為宗旨」，也就是強調專業與人文並重的教學。

影片中提及優惠清寒學生的獎學金和生活補助金制度，讓學生專心求學無後顧之憂。另外，還提供品學兼優的學生到國外做學術交流等等。如此誘人的條件下，吸引海內外學子投考慈科大，學生人數也年年增加，更孕育出無數才德兼備的有為青年。

健康科技管理學院的蔡宗宏院長分享二大科系的專業和職責，分別為醫務暨健康管理系，資訊科技管理系與經營管理系。學校引導學生慎選所學，分析其未來的出路，讓他們依據各自的愛好正確選擇自己的專業智能和技術，有利於未來的求職道上順

利接軌，回饋社會。

關西志工們帶著滿心歡喜的心情，意猶未盡地聽完了人文講座。為了誠情款待「花蓮來的家人」，香積志工一早已在廚房裡忙進忙出，做好色香味俱全的和風素食料理，以自助餐式的六菜一湯呈現。

午餐過後，慈科大的師長們與志工們做雙向溝通的茶話會，在輕鬆愉快的氛圍下，志工輪流發表感言，大家內心法喜充滿。

透過這一場可遇不可求的心靈饗宴，大家的凝聚力似乎



■ 慈濟科技大學羅文瑞校長和蔡宗宏院長率團來日本參訪。

更堅定不移了。相信此時此刻，志工們都迫不及待地想大力宣傳慈濟科技大學的人文教育的美善事蹟，藉此廣招天下有志青年走入慈科大校園，四年後的他們必是慈悲為懷的人間大菩薩！

靜思

音樂與靜思語結合的人文饗宴

撰文／陳詩萍 攝影／李淑娟

4月16日是人文教室兒童中文班2023年度春季班的第一堂課，這天安排了一堂很不一樣的靜思語課。

四月十六日是人文教室兒童中文班二〇二三年度春季班的第一堂課，這天安排了一堂很不一樣的靜思語課。靜思語課一開始，陳詩萍老師拿出扯鈴，孩子們的眼神中充滿了好奇，對於在日本長大的孩子們來說，扯鈴是很陌生的。詩萍老師示範了

扯鈴的玩法，也展示了一些如「螞蟥上樹」等特別的招式，現場紛紛傳出驚呼聲，老師告訴大家，只要耐心練習，就能夠熟練。

接著也問孩子們學過哪些才藝？學了多久？孩子們紛紛分享，「鋼琴」、「棒球」、「英文」、「游泳」有的是初學，有的學了兩三年。這時候老師告訴孩子們，一旁負責音控的慈青哥哥王世林其實也會一項很厲害的才藝！世林拿出小提琴以一曲〈二步之遙〉，讓現場氣氛完全變成音樂會。悠揚的琴聲，令人陶醉的旋律，他告訴孩子們，其實他也是從小開始學習小提琴，遇到困難不放棄，就會越拉越好了。

這堂課的靜思語是：「信心、毅力、勇氣三者具備，則天下沒有做不成的事。」在開學的第一堂課，希望勉勵孩子們不論學習任何事，都要有「駱駝的耐力」、「獅子的勇猛心」，也要

隨時保持對事物的好奇，擁有「天真的赤子心」。

信心毅力勇氣具備 天下無難事

王世林說：「感恩慈濟給我這個機會鍛煉自己，希望這次的表演，可以讓小朋友們擁有堅持自己興趣、愛好的動力，或者是種下一顆想學習一門特長的種子，也希望能通過自己的努力，讓慈濟的活動更加有趣、精彩。」

中學一年級的張皓貽是今年加入的新生，也是第一次參加靜思語課，他分享之前準備中學考試時也曾經遇到困難，但他沒有放棄，最終考上了自己的第一志願，所以很認同今天學到的靜思語，只要朝這個方向努力就會達到目標。

靜思語課在一曲〈天空之城〉演奏中畫下尾聲，祝福每個孩子未來都能勇敢的面對挑戰，實現自己的目標。



2



1

■ 1 中文班學生示範扯鈴。

■ 2 就讀音樂科系的慈青王世林拉著小提琴，悠揚的旋律縈繞，令人陶醉。

異國慈青 大都會夜訪街友

在日本有一群年輕人，默默地布施自己的時間與愛心。每當夜色暗下，街友們便出來鋪好毛毯，在冷冷的街道上準備過夜。這場景無論在多少繁華的城市裡總會出現，在東京都廳周圍當然也不例外。

撰文／黃晟育



■ 1. 慈青曾勁（右一）說：雙手奉上食物的那一剎那，感受到幫助他人就是自利利他，心情就很愉快。攝影／林真子

■ 2. 慈青們將滿滿的愛與祝福包進飯糰裡。攝影／施美君

慈濟，大愛足跡深入每一個苦難的地方，憑著行善助人的願力，默默地盡本分，做該做的事，歷經半世紀而不改初衷。

你有多久沒有照過鏡子

東京都廳的街友夜訪，在疫情影响下被迫暫停一陣子，隨著政策不斷的鬆綁，慈青學長姊們決定重新啟動，帶著年輕志工一起前去關懷街友。為了讓久違的夜訪活動順利進行，三月開始，先前往了解現在都廳街友的狀況。實地勘察後，發現有幾位街友在疫情期間往生了。現在都廳的街友們大部分都是生面孔，需花一些時間與他們互動，讓他們知道慈濟，避免他們排斥。

在事前的勘察過程中，有一位先生接受志工帶過去的飯糰，也很熱情地和志工聊天，更願意一起拍照。當他看到自己的照片時非常歡喜，因為他已經很久沒有看到自己的臉長什麼樣

子。志工跟他約定下次去的時候，會帶印出的照片送給他。

原本預期因活動是在晚上，且又是與街友互動，可能只有幾位慈青同學報名而已，意外地當天報名人數超乎預期，包含陪伴的志工們，共有二十餘位參與。為了避免同一位街友被二十人包圍，志工們細心地規劃三條動線及組別。除了飯糰外，也準備了香蕉、葡萄乾、紅豆湯等。下午五點，人員陸續到齊，大家開始分工，細心準備，分裝好每一份要給街友們的物資。看見大家如此用心準備，志工們也很開心為大家準備豐富的晚餐，感謝慈青願意出來布施自己的時間。

送上飯糰 留下溫暖字條

抵達現場，志工們細心地叮嚀與街友們互動的注意事項，也安排每一組一位有經驗的志工陪伴去關懷街友。剛開始時，參加的夥伴們不敢上前，擔心自己日語程度不好，無法順利與街

友溝通；但經過幾次志工們的引領與示範，大家逐漸開始敢用著不太流利的日文，主動奉上食物。或許因感受到大家的真誠，街友們也願意和大家多聊天。

當街友們發現慈青是來自不同國家的留學生時，不禁讚歎大家那麼年輕卻願意花時間過來；也誇讚慈濟是一個「很厲害的國際團體」。也有些街友甚至樂意與大家合照，且說我們的飯糰還是熱的，吃的時候能感覺到那份溫暖。

有些街友因為尚未回來，慈青貼心的在他們的休息處放置食物及紙條。當然也不忘與須藤先生的約定，不巧剛好他不在，所以留下紙條、飯糰、香蕉等，跟他說下次再將照片帶給他。

學生有感 街頭上的朋友

活動進入尾聲，大家圍成一個圓，每位夥伴分享著夜訪帶給他們的感動。

李浩溶在台灣時就很想要

幫助街友，但是因緣一直不足。這次能夠參與表示很高興，她也邀約大學院的同學一起來參與。

她發現「街友們其實都熱愛生活，這次也學習到要用同理心蹲下來遞物資，將他們當成朋友跟他們講話」。

張文豪一開始發放時心情很激動，感受到「看到人生的疾苦，可以知道人人都有慈悲心。這次的活動向慈濟人學習，跟街友互動時沒有分別心，而是把他們當作我們的朋友」。

王榮瑄說自己很喜歡幫助別人，覺得「雖然對他們來說沒有非常大的幫助，也沒辦法改善他們的生活」，但至少讓他們知道還有人在關懷他們。

曾勁一開始有點怕，因為日語不太好，擔心沒辦法跟街友們溝通。「但是在志工們的陪伴下，用雙手奉上食物的那一剎那，心情非常愉悅」，感受到幫助他人就是自利利他。

苗詩媛第二次參加慈濟活動。雖然住的地方離東京有點

遠，但是有付出的機會，她很願意繼續參加。認為要「珍惜現在所擁有的；跟街友們學習不怕困難對生活抱著樂觀的精神；以後遇到什麼困難，應該把今天的經驗帶到生活當中」，認為今天是很寶貴的經驗。

林維爾在馬來西亞的時候，幾乎都在靜思堂或共修處付出，這次走入社會是第一次，希望「以後有更多機會，可以用自己的雙手來幫助別人」。

這群年輕人來自不同的國家，有著不同的母語。不少人對自己的日語沒有信心。但那份幫助他人的心克服了國籍、語言，街友們也感受到那份溫暖的關懷。因為疫情而停止的都廳街友夜訪，在年輕人的帶動下再次啟動。下一次的夜訪雖然沒有訂下明確的日期，但已約定好想去參加的人就在群組出聲，再邀約有經驗的志工陪伴即可成行。力量雖然薄弱，但一步一步耕耘，也能成為社會中一股有力的清流。



最後一哩路 道愛道別道感恩

二〇二二年十一月底，一位臺籍陳蒨榆小姐因母親病重，急求助於公部門。她的母親陳女士已腦癌末期，照顧她的是日本繼父，年事已高本身也中風，二人處於「老老看護」狀態。

撰文／陳靜慧 攝影／余瓊珠



■ 志工與辦事處人員一起前往關懷。

十二月來日探病後，她希望能接回病中的母親，但遭到繼父拒絕，只好先行回臺。焦急的女兒請求這段期間能有人代為探望確認安危。

「請問關西慈濟志工是否可以一同前往探視一位臺籍婦人陳女士」，收到大阪辦事處陳浩明先生聯絡後，志工與辦事處人員約定時間並一起前往。突然的訪客，讓陳女士的日籍先生有些驚訝，「沒有需要協助之處」他說，勉為其難讓我們進入後，將輪椅上的太太從房中推出。

老老看護 二長者陷困境

終於見到了陳女士她骨瘦如柴，因之前腦癌手術時傷及語言中樞後已無法言語，且右邊失能已無法站立。經以國臺語多次確認：「妳想回臺灣嗎？」陳女士皆點頭，並默默流下眼淚。確認情況後，志工進一步與其臺灣的女兒聯絡。得知她擔心的是母親餘日不多了，所以不得已時，不排除以迅雷不及掩耳方式，來日強行帶回媽媽。

幾日後志工帶了稀飯、水果、小菜，再度拜訪她的繼父。

按門鈴時松實先生依然面有難色，說不希望被打擾，也不需要志工。我們直說對不起，只是來探望一下陳女士。志工餵她吃了一點稀飯，休息一下後，再抱她上了廁所。

屋內物品多，推輪椅時很不便，問松實先生：「我們是否能幫忙清除堆放在門口的雜物與空箱，讓輪椅進出時較順暢？」也許是被志工無私的誠意打動，他點頭接受了，並第一次道感謝。

又一日，志工再準備了些稀飯前往，進門後聞到房中有異味，知道是排便，立即捲起袖子，為躺在床上的陳女士清洗擦拭後換上乾淨衣物，也換上新床單、被單。看她四肢消瘦，沒有血色，志工端來熱水讓她泡腳，並為她輕輕按摩。

「有苦的人走不出來，我們要走進去」，是平日證嚴上人對志工的教誨。看到平日要照護陳

女士的松實先生，自己走路都不穩，也已無法出門，令人擔心他到底要如何照顧太太？很顯然的二老是陷在困境中。志工問他日後有何打算？他說已經在洽詢社服人員了。

親屬爭執 不忍苦上加苦

一位老病的長者，加上擔心不已的女兒，三人都陷於苦境中。「要接媽媽回臺，要以和為貴。大家一起想想最好的處理方式，用溫和的方式，不要結不好的緣」，志工陪伴、居中翻譯協調與勸解女兒，並再向繼父傳達女兒想法時，他說「（我）希望太太在日本安老，終老，這是夫妻間的家務事，志工不要介入，不歡迎你們再來」。

面對生命中的糾結，佛法往往是最佳良方。志工與女兒分享要以「善念、惜緣」之心面對，珍惜感恩長者，病老的長者都是我們的「示現菩薩」，帶我們看

見了人生的四苦、八苦，同時也讚歎女兒的孝心。

放下執著 媽媽已帶不走

十一月底，女兒得到了假期飛來日本。進入繼父家後，才知道媽媽又入院了。面對單獨在家的繼父，「我考慮了很久，該不該蹲下握他的手叫他爸爸……」、「沒想到，我這麼做，他就哭了」，「我蹲下握著他的手說：『我也是你的女兒，謝謝你照顧我媽』」，女兒分享那一天，繼父哭了，她也哭了！

過年期間無法會面，女兒先行回臺。一月時女兒再來日探病，志工陪伴醫院會面翻譯，提醒她也許是最後一段路，不要忘記道謝與道愛。

告別式當天，志工也陪女兒前往火化場陪伴撿骨，再陪女兒回家向繼父道別，隔天女兒帶著媽媽的骨灰回臺。

繼父往生 志工床前助唸

異國孤單陪病，面對著陌生的環境，傷心、無助還要面對親人臨終時的害怕。女兒問：「若往生了，媽媽的大體該怎麼



大豆ハンバーグ お弁当レシピ

シェフ：潘秀鳳



A. 大豆ボールと野菜のほんのり甘い梅ソースあんかけ

a. 材料（4人前）

大豆ミート・・・100 g	調味料・・・分量
木綿豆腐・・・100 g	砂糖・・・大さじ2杯
大饅頭・・・1個	醤油・・・大さじ2杯
人参・・・中1本	醤油膏・・・大さじ1杯
ひじき・・・適量	塩コショウ・・・小さじ1杯
コーン・・・缶詰1個	
グリーンピース・・・缶詰1個	

b. 作り方

1. しっかり水切りをしたお豆腐と大饅頭を細かく潰して細くする。
2. フライパンで細く切った生姜、グリーンピース、ひじき、大豆ミートを混ぜ炒める。
3. 調味料を全部入れて一緒に5分炒める。
4. 粘り気がでるまでよく捏ねて、手にオリーブオイルを付けて成形する。
5. フライパンに適量の油をひき、熱して、大豆ミートだんごを並べる。
6. 表面を色よく焼き、水を加えて蓋をして蒸焼きにして一旦取り出す。
7. 人参は5mm角程度に切り、茹でて、缶詰の汁を切ったコーンとグリーンピースを加える。
8. フライパンに水2カップ入れて、砂糖、醤油、ごま油少々、素油膏、梅エキ스와煮汁を入れて、中火で4分程煮て、さつまいも粉を水に溶して適量を入れて、とろみをつける。
9. 器に大豆ミートだんごを盛り、人参、コーン、グリーンピースとソースをかける。

B. かぼちゃとさつまいものサラダ



a. 材料（4人前）

かぼちゃ・・・4/1個
さつまいも・・・200 g
りんご・・・2 g
ゆず・・・1個

b. 作り方

1. かぼちゃとさつまいもは皮付きのまま、一口大に切り、なるべく平らに広げて皿に入れて蒸す。
2. 蒸したかぼちゃとさつまいもの水気を切り、ボウルに移してバターを加えて潰る。
3. かぼちゃとさつまいもの小さな固まりが残る程度まで粗めに潰したらースを加える。
4. 更にマヨネーズを加え、木べらでざっくりと混ぜる。
5. 味を見て、甘みが足りなければ黒砂糖や蜂蜜を入れて全体を混ぜたら最後にすった胡桃をのせてできあがり。
6. 好みによってレタス、サンチュ、クラッカーに具をのせて食べてもおいしい。

C. 小松菜など



a. 材料（4人前）

ごま・・・大さじ2杯
味噌・・・大さじ1.5杯
砂糖・・・小さじ2/1杯
からし・・・少々

作り方

1. 鍋いっばいに湯を沸かして洗った青菜を入れ、3分程湯がいて水に入れて、水気をよく切ったら、一口の長さに切っておく。
2. ボウルにごまを捻って入れ、味噌、砂糖、からしを入れて、柚子の絞り汁と柚子の皮を削いだものを加えて、よく混ぜる。
3. ボウルに青菜を入れて、20～30分程度冷蔵庫においてなじませたらできあがり。

P. 青菜の水気はよくきること。ごまは乾煎りすると旨味、香りが増します。



2



3

■ 2. 陳女士往生，志工們前往助唸陪伴。

■ 3. 志工們協助女兒整理雙親的遺物。



■ 1. 陳女士緊急入院，志工陪伴女兒前往醫院。

女兒曾問：「你們不是看護，為什麼遇到媽媽排便時能夠立

屋子裡，滿滿的是「老留下
的生活物品、雜物，只是主人已
去，人事已非。從探病、翻譯、
居家關懷到往生助唸，志工全程
陪伴女兒的二個多月，看到她和
死神寸拔河，卻是連續走了二
個長輩。

沒想到三月上旬時松實先生
健康狀況急轉直下，一天夜裡往
生了，大體暫置於屋內。接獲通
知的女兒搭機趕到時，已經是晚
上。漆黑的空房子裡，志工陪著
女兒進入屋內，一起為靜靜躺在
床上的松實先生助唸。不久葬儀
社來接走大體。

太太往生後，松實先生成為獨居
長者，雖能扶著家具走動，但無
力整理居家，若不小心跌到也無
力自行站起。因家中充滿家具
衣物、雜物，志工約定大家一起
幫忙他整理，改善居家環境。

慈濟人學習「付出無所求，
還要說感恩」，付出是二次的生
命見證與學習：感恩女兒回饋說：
「在陪伴雙親的過程中，最大的
收穫，就是認識了慈濟人」。「苦
集」的示現，讓我們見證了唯有
愛，方能滅苦。

遺物整理時，女兒不斷懺悔
與感恩，說：如果沒有志工的陪
伴，面對人生的巨變，她早就崩
潰了。面對滿屋遺物，不知如何
是好，帶也帶不走，處理也處理
不了。不斷後悔自己和媽媽都太
愛買東西了。她說，這一段路讓
她徹底了解「斷、捨、離」的
意義。

刻捲起袖子，就幫媽媽清洗換
衣？」其實在苦難的當下，許多
志工都是未多加思索，直覺的起
不捨心想要幫忙。當聽到松實先
生第一次用「娘」（お母さん，日
文義為「女兒」）稱呼女兒時，
志工也因為見證親人的和解而安
心歡喜。



■ 三年ぶりの灌仏会を敬虔な心で行うボランティア達。写真 / 水谷瑞芳

「賛美と感謝」

仏陀誕生日特別展レポート

訳 / 吳翕輝 文 / 黃韻璇・陳雅琴

「賛美と感謝」 仏陀誕生日
人文特別展示

慈濟日本分會は、五月十四日に、三年ぶりの灌仏会活動を開催しました。法師の指導の元、皆心を静かにし、敬虔な気持ちで拝む、仏陀の足元に一礼して、心の雑念を洗い流しました。その後、恭しく花の香りを受け取りながら、仏陀、父母及び衆生に感謝しました。誰もが純粹な心で、美しく儀式の所作を行い、善の考えを持って、心の中にある暗闇を浄化しました。

仏陀への敬意を表すための灌仏会活動、さらにボランティ

ア達による「賛美と感謝」の特別展示も開催し、参加者に対しどのように慈濟が仏陀の真の心を現代的に解釈して来たのかを見てもうりました。

「仏陀の恩への感謝」展示では視聴室で「大愛全記録」宇宙の悟り」と「静思の燭台」を放映しました。参加者は仏陀へ「慈濟の蠟燭」を捧げると同時に、その持つ「身を燃やし、他者を照らす」の深意を理解しました。現場のボランティア達は、證嚴上人の発案した、涙を流さない蠟燭の意図を説明し、チャリティー販売をしました。この蠟燭の灯りは小さいながらも光と温か

さを届け、まるで慈濟が設立から堅強に五十七年も続いている姿の様でした。

展示の最後は「弘法利生」のコーナーです。慈濟が仏の国ネパールで実施している「学習脱落者ゼロ計画」及び募金とボランティア募集の展示です。

證嚴上人は「仏の希望は教育にあり」と優しく語りかけ、ネパールにおける慈濟の活動では、二十四箇所の小学校の校長と協力し、全ての学生達が脱落しないよう助けています。

今回の活動調整役のボランティアが「仏教徒として、私たちは上人の負担を分かち合い、一緒に行わなければなりません。今回の展示会を見たら方々が、感動を行動に変えて欲しいと思います。」

難しくても行つ

気持ちがいれば専門に

活動チームは「より多くの方に慈濟の「人間仏教」を理解する機会を作ってくれた準備チームの皆に感謝しています。会場は小さくても、最も紹介したい精細な内容を表現することが出来ました」と言われました。

また、生け花チームのボランティア達は、今年の灌仏会台の装飾を担当され、厳かかつ優雅に会場を飾りました。中にボランティアの藤本裕子にとって、今年は特別でした。自分の母親が亡くなった事と重なり、最も敬虔な心で花を飾って母に敬意を表し、世界中の母親たちを祝福したいと述べました。證嚴上人も父母の恩に報いるには、その与えられた体を使って知恵と運命を高めるために最善を尽くすことであると仰っています。

今回の展示構成は一見シン

ブルですが、隅々まで多くのボランティアの努力の賜物です。展示会場のいたるところでその芸術性を味わうことができました。

仏陀の本心に触れ
清らかな自分を探し出す

ポスター担当のボランティア達は、世界各国に共通で配られている研修科目を理解し、その上で仏陀の足跡や慈濟の活動を日本人にも

理解しやすい様に表現方法を考えました。その中でボランティアの小野雅子氏が最も感動したのは「例えば船に乗り、船長が病気になるかとしても、船が堅強であれば、人々を救える」という経文でした。彼女の父



■ 周おばあちゃんは初めの灌仏会に感動を覚えて「お釈迦様と会話が出来、良かった」と嬉しそうに言った。写真 / 洪秀瑩

親が台中の慈濟病院に入院していた時、まさに経文の通りに回りのボランティア達に助けてもらいました。「仏陀が仏教を創立し人々へ広め、それから二千五百年後に、證嚴上人が慈濟を創立、さらに人々の生活の中に、仏教を広めました。良い師は見つかり難いというが、私はすごく恵まれています。上人に会い、慈濟に参加し、今までの人生、全てが貴重な時間でした」と話



1



2

■ 1. 母の日に手作りのカードを作る中国語子供クラスの生徒。写真 / 李月鳳

■ 2. 慈青沈天勤は（右一）展示会を見た後で「弘法利生」を決意し、バイトで溜めた貯金をできるだけ寄付しました。写真 / 李淑娟



3



4

■ 3. 「賛美と感謝」の特別展示会の来場者達。写真 / 李淑娟

■ 4. 中国語クラスの生徒達が灌仏会のお祈りをする。写真 / 慈涓

例年、人文教室の先生は、灌仏会そして母の日であるこの日に、静思語を題材とした活動を行ってきました。五月に選んだ静思語は「世界では二つ待てないことがある。一つは親孝行、もう一つは善行である」です。子ども達は各班の先生により、心を込めた手作りカードに、丁寧に母親への言葉を書き込んだ後、授業後に母親へ手渡をしました。

保護者の方々は子どもたちが授業に入っている時間に、三階の「賛美と感謝」展示コーナーで仏陀の一生や慈済のネパールでの活動を学びました。経典にある靈鷲山、初回転生の鹿野苑の事や、ネパールでの人道援助の事など理解を高めました。皆さん誰もが、自分達も少しでも愛を与え、より多くの困っている人たちを、助けることができればと願いました。

人文教室の親御さん仲崇杰氏より言葉を頂きました「展示会の中で一番「弘法利生」展示に思うところがありました。どれも同じ命なのに異なる運命とは……。慈済が国境を越えて活動をしていなければ、たくさんの人々が貧困や疾病に陥り、その憤りは社会に不安を与えていただでしょう。」

またボラティアの李淑娟は「私の父は今年の二月に亡くなりました。亡くなる前、台湾へ戻り看病していたので病気による苦痛の恐ろしさと将来への暗闇を知りました。仏陀の説かれた「三原則」と「生老病死」を見ると、人の身体は形あるものなのに、心は形の無い感情に執着されてしまう。人の命は一瞬先でどうなるか解りません。ですから悪行をすべきでは無く、常に悔い改め、仏の水で汚れを洗い流すべきだ」と話されました。」

若い新世代 母親へ感謝の恩を

中国・江蘇省出身の慈青、沈天勤氏：高校留学のために来日しました。展示会を見た後で「弘法利生」を決意し、バイトで溜めた貯金をできるだけ寄付しました。慈済から仏陀の恩恵を感じ、異国にいて身体が疲れ切ったとしても、頑張る力と愛を与えてくれる。だから自分も他の方へ与えられる様になりたい。

ある音楽学部に通っている慈青が：三回は灌仏会を体験するために来ました。子供達が母親に対し「愛している」と伝え、母の日のカードを送っている姿を見て感動し、自分も同じように感謝の気持ちをお母さんに伝えたい。」

台湾から来日した堪祖仁波切氏：慈済の世界同時灌仏会の開催に感謝をします。この取り組みはとても特別で、慈済が引き続き

世界中で支持し、灌仏会を盛り上げて欲しいと思います。佳稱仁波切氏：慈済と一緒に灌仏会に参加することが出来、大変光栄であり、また、世界中での活動にとても感謝しています。

台北駐日経済代表処副代表周学友氏：灌仏会は非常に意味のある行事であり、慈済の慈悲、喜び、寛大さ、誠実さを深く感じた。そして灌仏会の日、母の日、慈済の日でもある。これは、人々の心を清め、社会を平和にし、災害のない世界を祈る活動である。慈済日本分會では特に慈善活動を中心に、さまざまな公益活動に積極的に取り組んでおり、特に華僑社会からの評判は非常に高く、敬意と感謝の意を表したい。

周福氏：今年八十一歳になるが、健康状態があまり良くない。初めて、日本でこのような法会に参加しました。参加者の皆が

心に祝福を持っている様で、人生は良い道を進まなければならぬと感じている。とても幸せを感じ、新たな人生の始まりの様である。皆から、おばあちゃんと呼ばれる言葉では言い表せない程うれしい。こんな熱心な皆に囲まれて、感動してこの二日間眠れなかった。

慈済宗は「祝福」であり、衆生みんなが福のある人間を作り上げることを意味します。静思法は「智慧」であり、自ら鍛え善の法を広めることを意味します。慈済は五十七年間も仏陀と證嚴上人の教えに従い、社会に道を造ってきました。この世界同時仏沐浴の儀式を通じて、社会の人々が、澄みきって清らかな智慧と、仏法の伝達を受取り、周囲の敬虔な声を拾い上げ、さらに仏教の厳粛で美しい宗教的人間性を誰もが感じてくれればと思います。





関西灌仏会報道

燈と燈が連結し
心から祝福します

五月十四日は佛誕日、慈濟日、母親節の三つのめでたい日が重なった特別な日です、佛様の恩に感謝し、親の恩に感謝し、皆様への恩を感謝する一日です。

訳／真鍋誠 文／陳静慧



■ ボランティアの手話「心燈」来場者に感動を与えました。写真／王孟專

これは関西においてコロナが猛威を振るった後の最初の対外的に開かれた浴佛活動です、浴佛とは自分の悩みや怒り等を洗い流す事です。

荘厳な浴佛台 緑草が覆います

大阪連絡所ではこの日、厳かな浴佛台が設置されました。ラベンダー、ウチワゼニワサ、アイビー等の緑草が浴佛台を覆いました。そして芍薬、芝蘭花、蘭花、ミケリアが緑の葉の中でさわやかな香りを漂わせていました。設置を担当したボランティア施燕雪さんは「三十鉢余りのウチワゼニワサの丸い葉は円満吉兆の象徴です」と説明さ

れました。アイビーは容易に栽培でき旺盛な生命力の象徴です。このふたつの観葉植物は、毎年ボランティアが家に持ち帰り継続して栽培され毎年使用しています。これは環境保全に対しても永遠に止まることのない祝福です。

始めに全員で「讃佛偈」を誠意を持って唱えました。それは三寶への尊敬と感恩を表します。浴佛の時、お招きした陞萊法師（法號：滇仁陞萊）が皆に先立ち佛様の誕生を祝いました。

ご招待した来賓の方々が登場され、委員や慈誠となる前の灰色のシャツに白のズボン姿の八人のボランティアが今年の供燈、供花を担当し灌仏会は幕を開けました。新しいボランティアの力、コロナ禍後の新旧伝承の現れです。燈と燈が連結し、永遠に続く力をもたらししました。

今回、特別にアレンジした手話「心燈」。燈は光明と希望を表します。また燈は智慧と方向を表します。更に佛様の徳香、法香の象徴であり人々の心の燈を灯します。演技するボランティアは何度も練習を経てこの美しい歌曲を通じて人々の祝福、人々の心燈を照らし、この世界を温かく照らすことを祈りました。

さらに「繞佛繞法」の時は全員でひとつの大きな輪を作り、陞萊法師が先導するなか荘厳な列が心を込めて歌頌佛徳を唱え繞佛繞法をしました。これはご招待した方々殆どが初めての体験でした。

世界華人工商婦女企管協会 日本関西分会（以下世華会）会長劉雯玲さんは今回初めてこのイベントに参加しました。彼女は「灌仏会の活動から自分の心靈が洗われるのを感じました。ボランティアの手話「心燈」の演技を見た時、私は非常に感動して涙が止まりませんでした。そして私は佛様と縁があると感じました」と言われ「以後機会があれば慈濟のボランティアに参加しようと思います」と仰っていました。

また、世華会の補導会長洪麗華さんは灌仏会の荘厳なる場面に深く感動しました。彼女は

これまで数多くの活動に参加され、西成区の物資提供活動にも参加されています。そして「必要とされている所に皆さん一緒に寄付する事を強く希望します」と仰っていました。

誠心誠意の心

福は長く智慧が増加

現在ひとり暮らしの米田大河さんは幼少期から施設で育ちました。親の温もりに恵まれていたとは言えませんが、新芽奨学金を受け取るようになってから数多くのボランティア活動に参加しています。今は多くの慈濟ママから愛の温もりを感じています。母親節のこの日、彼はイベントに参加できた事がとても嬉しかった様です。

司会の施燕芳さんも頑張っていました。彼女は「非常に緊張しました。中文の原稿を一生懸命何度何度も練習しました。

口調の速さを考え、はつきりとした発音に注意しました。全員に内容を理解してもらえるか？耳障りは言い方ではないか？自問自答し何度も録音し、聴いて納得できるまで練習しました。今、やっと一息つく事ができました。」と言っていました。

もうひとりの司会者、陳奇緯さんは日本語を担当しました。彼はこの司会を大変なことだと感じ、努力しました。そしてこの司会を担当した事で慈濟と佛教の用語がとて多く有る事を知り、ふだんこの様な用語に接した事は無いことから、さらに多くの事に努力が必要だと感じました。

最後に大阪経済文化事務所、副所長張永賢さん夫妻からの言葉を紹介します。「灌仏会の活動に参加するのは初めてです。ボランティアの手話の演技を見た時、慈祥に満ち愛心智慧が充

満した姿を見、私は特殊な磁場に引かれる思いで深く深く感動させられました。

社会救助事業は行政と民間の愛心を持った共同参加が必要です。慈濟大阪連絡所のすべてのボランティアに心より感謝します。さらに関西地区のボランティアの受刑者への協力、寄り添いだけでなく、ひとり住まいの高齢者にも寄り添う、苦難がある所には慈濟ボランティアの姿があります。慈濟の師兄姐は貢献しても見返りを求めない人間菩薩です。」

誠意のある浴佛の行動は人々の心を浄化し、世界の平和、世の中の無災害、無苦難を祈ります。この複雑で悩みの多い世界にいる人を佛法をもって心を浄化し、すべての人に福德は長く、智慧は増える事を期待します。



街友の方々と慈青達は互いに心を開き交流をした。写真 / 沼田青實

さまざまな国よりの慈濟青年 大都会での夜間訪問

訳 / 岩村益典 文 / 黃晟育

日本にも自分の時間を割いて愛を捧げる若者達があります。夜になり暗くなると、ホームレスの人々が現れ、ダンボールを置いて、寒い路上で夜を過ごします。どんなに華やかな街でもこの光景は見られます。もちろん都庁周辺も例外ではありません。

慈濟はあらゆる苦しみの場に深く入り込み、善を行い他者を助けようと、大愛をもって黙々と自分の責務を果たし、なすべき事を行ってきました。半世紀を経た今日でもその初心は変わっていません。

最後に鏡を見たのはいつ？

都庁付近の夜間訪問は、コロナ禍でしばらく中断されていたが、規制緩和により、先輩ボランティア達が再開を決め、若手を連れて、ホームレスのお世話をする事になりました。待ちに待った夜間訪問をスムーズに行うため、三月はまず都庁付近のホームレスの現状を把握する事から始めました。現地視察の結果、流行期に数名のホームレスが亡くなっている事がわかりました。ホームレスの多くは、慈濟を初めて知った人達です。まず、慈濟の存在を知ってもらうところからです。その

ため、拒絶されないよう、時間をかけて交流する必要があると思いました。

調査をしていますと、一人の男性が、ボランティアが持参したおにぎりを受け取り、とても熱心に話をし、その後一緒に写真撮る事にも快く応じてくれました。写真撮影は久しぶりの様子で、写真の自分の顔を顔を見てとても嬉しそうでした。そこでボランティアは、次回行くときにプリントした写真を持ってくる事を約束しました。

参加者を募集した当初は、活動が夕方である事やホームレスとの交流と言う事で、参加を申し込む学生は数名程度としか見込まれていました。しかし、ふたを開けてみると予想外に応募者が多く、同行するボランティアを含めて二十名を超える参加者がありました。同じ人が二十〇人に囲まれないように、ボランティアは三つのルートにグループを分けての活動を計画し

自分にも返ってくる事を実感したようです。

苗詩媛さんが慈濟の活動に参加するのは二回目です。今あるものを大切に、前向きに生きる事をホームレスの人々から学びました。彼女にとって今回は貴重な体験になったようです。

これらの若者達は、出身国も違えば母国語も違います。自分の日本語に自信がない人も少なくありません。しかし、彼らの「人を助けたい」という思いは国籍や言語を越え、ホームレスの人達に温かい心遣いを感じさせました。コロナ禍で中止していた夜間訪問も若者達によって復活しました。まだ参加したいという声も、若者達の中から聞こえてきました。経験豊富なボランティアが同行する事で、次回も実現できるでしょう。微弱ながらも、一步一步活動を進める事で、地域社会の力強い潮流になっていくのです。

ました。おにぎりの他に、バナナにレーズンやお汁粉も用意されました。午後五時、全員が到着し、それぞれ分担して作業を開始しました。ホームレス達は、ボランティアの食事の準備への心配りやその労を見てとても喜び、時間を割いてくれた慈濟に深く感謝しました。

おにぎりは温かいメッセージ

到着後、ボランティアは参加者にホームレスとの接し方を丁寧にアドバイスしました。そして、グループごとに経験豊富なボランティアが引率してホームレスの世話をするように手配しました。参加者達は、日本語が流暢でないため、コミュニケーションに不安を覚え、積極的になれませんでした。しかし、幾度か場を踏み、またボランティアの指導を受け、流暢でない日本語で食べ物を提供する勇気を持つ人が出て来て、その気持ち

が伝わって、積極的に彼らと会話するようになりました。

慈青が様々な国の学生で構成されている事を知った人々は、わざわざ来てくれた若者達を賛し、慈濟を「素晴らしい国際団体」と褒め讃えてくれました。中には、一緒に写真を撮ったり、「おにぎりが温かくて、食べていると心の温かみが伝わってくる」と喜んでくれました。

まだ帰ってきていないホームレスもいましたので、慈青は彼らの居場所に食べ物やメモを置いていきました。以前にいつしよに写真を撮った男性も不在でしたので、同様にしました。

学生達と路上の友人

その日の活動が終わりに近づく、参加者達が夜間訪問の感想を述べ合いました。

李浩溶さんは、台湾にいるときからホームレスのちからにないたいと考えていましたが、

會勤さんは、日本語が上手く話せず、コミュニケーションできるかどうかは、びくびくしていました。しかし、ボランティアに付き添われ、自分の手で料理を提供した瞬間、とても幸せな気持ちになりました。人助けの効果はその人だけではなく、



最後のお別れ 愛と感謝

二〇二二年十一月末、台湾在住の陳蒨榆さんは日本に住む重病の母親の件で台北駐大阪経済文化代表処へ連絡しました。彼女の母親は脳腫瘍末期で、ご主人（継父）が介護をしていますが、継父も高齢で脳卒中の後遺症もあり「老老介護」の状態でした。

訳／小野雅子 文・写真／陳靜慧



陳さんは前回来日した際に母親を台湾へ連れ帰りました。継父の許しを得る事はできませんでしたが、帰国後も母親の状態が心配となった陳さんは、自分の代わりに母を訪問してもらえないかと依頼したのです。

見舞いを拒絶されたのですが、どうにか中に入れてもらおうことができ、車椅子姿の母親と面会することができました。

老老介護

共に助けが必要なふたり

関西の慈済ボランティアは「台湾人女性宅への訪問に同行して頂くことは可能ですか？」と代表処の陳浩明氏から連絡を受け、スタッフと共に訪問することとなりました。訪問の際、ご主人は困惑した様子で「私たちに助けは必要ありません」と

彼女はやせ細っていました。脳腫瘍手術の後遺症で話すことはできず、右半身麻痺により立つこともできませんでした。それでも中国語と台湾語で「台湾に帰りたいですか？」と繰り返し尋ねる私たちの問いに、黙って頷き涙を流していました。そ



■ ボランティアがお母さんの絡まった髪を整えている。写真／中村瓊珠

の後、私たちは台湾の陳さんへ状況を連絡し、彼女の考えを聞きました。その答えは「母の余命は僅かです。必要な場合は無理にでも、母を台湾へ連れ帰りたい」と言う強い意志でした。

案に、初めてご主人より感謝を頂きました。私たちの真摯な行動が彼の心を少し開かせたのかもしれません。

数日後、再び私たちはお粥や果物などを携え家を訪ねました。この時もご主人は困った表情を浮かべ「誰にも迷惑をかけたくないし、ボランティアの必要もない」と言われ、直ぐに家に入れてもらう事はできませんでした。私たちは訪問を謝りながらも「陳さんのお母さんの見舞いに来ただけです」と伝え、なんとか家に上げて頂くことができました。

またある日、家を訪ねると部屋に異臭が漂っていました。私たちはすぐさま袖を捲り上げ、ベッドに横たわるお母さまの下のお世話をし、体を綺麗にして着替えをし、シーツや毛布を交換しました。その際に手足が細く血色も悪いのを見た私たちは、お湯を持ってきて、足湯を準備し優しくマッサージしました。

私たちはお母さまの食事のサポートや、お手洗いの介助もさせて頂き、更に「玄関に積まれた荷物や空き箱を片付け、車椅子の出入りをスムーズにして良いですか？」という私たちの提

介護をしているご主人自身も、歩行に不安があり、外出もままならない状況です。ふたりが苦境にあるのは明らかでした。「苦しむ人は外へ出て行けません、ですから慈済ボランティアは中に入って行くのです。」これは上人が常に慈済ボランティアに諭している教えます。



■ ボランティア達が、お母さんの汚れた体を拭き、服の着換えを手伝いました。写真／陳靜慧

家族の問題 苦しさの上に厳しい現実

ご主人、お母さま、そして娘さん、それぞれが辛い状況にあります。私たちボランティアに何ができるのか「和を重んじながら、みんなで最善策を考えましょう」と話し合いました。陳さんに、そしてご主人に、ご本人の考えを尊重しながら、互いの考えを改めて伝えましたが、思いは通じず、ご主人からの言葉は「妻には最期まで日本で過ごしてもらいたい、これは

夫婦の問題であり、ボランティアの介入は必要ありません、もう来ないでください。」でした。しかし、人生の困難に直面した時、仏教は最良の道となります。「私たちが善意と縁を大切にすること、接することが大切です。年長者を尊重し、感謝することが必要です。病气や老いに苦しむ姿は『示現の菩薩』であり、私たちに、人生の苦しみを見せてくれているのです。」と私たちは話し合い、陳さんやご主人との関係を保ち続けました。



■ 1 「母を大切にしてくれてありがとう」
娘の陳さんが継父の松實さんに、感謝の言葉を
言いました。写真 / 陳静慧



■ 2 慈済ボランティアは陳さん抱きしめ慰める。
写真 / 陳静慧

■ 3 松實さんは奥さんが亡くなった二か月後に
逝去されました、ボランティアは娘さんと共に
お経を唱えました。写真 / 陳静慧

十二月末、陳さんは再び来日しました。しかし家にはご主人のみで、母親は入院していることを知りました。その時のことを陳さんが話してくれました。「私は逡巡しながらも、彼を父と呼びました。思いもよらずその言葉に彼は涙を見せました。私は思わず彼の手を取り『私もあなたの娘です。母を大切にしてください』と語り、継父と陳さんは共に涙を流したそうです。

年末、病院の都合で陳さんは一旦台湾に戻りました。明けて一月再び来日した時、私たちボランティアは病院での通訳を兼ね面会に付き添いました。陳さんへは「これがおそらく最後になるかもしれない。お母様へ感謝と愛を伝えることを忘れないように」と言葉をかけました。

執着せずこ

闘い続けながら、母そして父を見送ることができました。

今回、私たち慈済ボランティアは病院へのお見舞い、通訳や在宅ケアのサポート、そして、最期の念仏まで、二か月以上にわたり、陳さんに寄り添ってきました。私たちは「奉仕するだけではなく、感謝を述べることを学びます。奉仕するたびに生命の証しと、学びを身に付けることができます。陳さんは「この度のことで、私が最も得たものは、慈済ボランティアとの出会いです。」と感謝の気持ちを表してくれました。

この「苦集」を示してくれたこと、そして、愛のみがその苦しみを無くすことを、教えてくれたことに感謝します。



て台湾へ帰りました。

継父の逝去、慈済ボランティアはその傍でお経

奥様が亡くなり、独り暮らしとなったご主人ですが、歩くことも儘ならず、万一転倒しても自力では立ち上がることもできません。ですので、私たちボランティアはまず、家の整理のお手伝いを彼と約束しました。ところが三月上旬、ご主人の体調が急変し、そのまま逝去されました。

その突然のことに、台湾に戻っていた陳さんは急遽来日しました。家に到着した時は既に夜になり、陳さんは七人の慈済ボランティアと共に、静かにベッドに横たわる継父のためにお経を唱え、暫くして葬儀社の車を見送りました。

お二人が亡くなり誰も居なく

なった家には多くの家財や荷物が残されました。その遺品整理をする陳さんを手伝っている時、彼女から「介護従事者でもないのに、なぜ何のためらいもなく腕を捲り、便で汚れた母の着替えまで、手伝ってくれたのですか？」と聞かれました。多くの慈済ボランティアが、人が困っている時、深く考えることなく自然に「人を助けたい」という思いに駆られます。

そして今回、ご主人が初めて陳さんを「娘」と呼んだ時、私たちは家族の和解を見届けることができたことに安心と喜びを感じました。

さらに陳さんは自らの反省や感謝の気持ちを込めて「もし皆さんのお力をお借りできなかったら、人生の困難に直面し、困り果て挫けてしまったことでしょう」と話されました。こうして、彼女は身近な者の死への不安と

慣れない異国の地で、愛する家族を看取ることになるであろう悲しみと不安に、私たちは優しく寄り添いました。そして、一月末のある日、病院から連絡があり、午後九時過ぎに、医師が母親の死を宣告しました。陳さんは母親の手を握りながら、話しかけたり念仏を唱え、私たちも静かに付き添いました。午後十一時過ぎ、葬儀社の車がご遺体を迎え、私たちは陳さんの母親が乗る霊柩車に深く頭を下げました。

その後、ご主人が葬儀の手配をしましたが、彼はもう家から出ることも難しい状況で、葬儀場には、遺影とともに陳さんと慈済ボランティアたちが参列し、お経を唱えながら陳さんを抱きしめ慰めました。その後、火葬場へも同行し、骨上げに立ち会いました。そして、葬儀を終えた陳さんは継父に別れを告げ、その翌日、母親の遺骨を持つ



「禮讚與感恩」佛誕節慈善人文特展

睽違三年慈濟日本分會舉辦浴佛典禮，除了浴佛儀式表達對佛陀的敬意之外，更設置「禮讚與感恩」慈善人文特展，希望讓會眾了解慈濟對於佛陀本懷的現代詮釋。2023.05.14 日本分會 浴佛節 攝影/李淑娟