

# COP28 糧食安全議題 顏博文呼籲茹素少浪費



▲慈濟基金會顏博文執行長（左）與傅狄諾（右）在慈濟花蓮本會與杜拜現場進行連線會議。  
（圖：慈濟基金會文史處）

**花蓮訊** / 十二月八日  
COP28 慈濟代表團以糧食安全為題舉辦一場周邊會議。杜拜與會講者出席的有〈聯合國氣候變遷綱要公約〉官方社群之一 YOUNGO 代表，愛雅 (Aya Khourshid)、生技科學家希拉 (Sheelah Bearfoot)、KPMG 永續顧問公司臺灣區總經理黃正忠；慈濟基金會顏博文執行長與慈濟莫三比克志工傅狄諾 (Dino Foin) 在慈濟花蓮本會，透過連線分享慈濟在全球糧食安全議題上的慈善經驗。

「全球的糧食安全危機來自於氣候變遷與人為禍害，而無論是天然災難或是人為災難，都是起因於衝突！」顏博文執行長在會議中，直指問題核心，他看見人類為謀取經濟利益破壞環境、加速地球暖化速度，讓天然災難發生頻率越來越高，同時也讓世界引發戰爭。

顏博文執行長表示，慈濟在全球有超過上百萬以上的志工，秉持慈悲濟世情懷積極投入社區，進行跨組織、跨區域合作，援助災難現場並展開社

區長期陪伴，協助受難者將受創經驗轉化為前進動力。他呼籲人們茹素，採取減少浪費的負責任消費行為，並保持心靈上淨化，唯有如此，才能減少人與自然、人與人的衝突，也才能為地球找到永續之道，確保全球糧食安全。

慈濟志工傅狄諾也分享慈濟如何在大愛農場的經營，以透過大愛農場的經營，以協助糧食供給問題。慈濟經驗為這場會議帶來很深共鳴，杜拜現場的與會者皆深表認同。（文：慈濟基金會文史處）

## 慈濟賴索托千次大米發放解飢餓

**賴索托訊** / 非洲南部賴索托因為土地乾旱、農作歉收，加上百分之二十二點四的超高失業率，許多家庭難以溫飽；尤其鄉村地區的村民，經常要與飢餓奮戰。

慈濟基金會在二〇二三年，動員了當地志工一千六百八十三人次，在賴索托境內馬費滕 (Mafeteng)、馬賽魯 (Maseru) 等地，總計進行了一百七十四場大米發放，送出三萬六千兩百六十五包大米，希望藉由發放，緩解貧苦居民食物匱乏的苦境。

一名賴索托的村長表示，很感恩慈濟的發放，因為氣候變遷，天氣時而乾旱，時而暴雨，導致農作物無法生長。許多民眾為了領取一包大米，甚至是涉水而來，因為發放前突來的一場暴雨，讓河流漲出水



▲賴索托大米發放後，慈濟志工會帶著村民一起祈禱，感恩發放圓滿，也祈願天下無災難。  
（圖：慈濟基金會）

位，村民也只能光著腳渡河來領取這份重要的糧食。然而，當他們拿到大米後，高興地跟著慈濟志工一起唱歌，因為大米帶回家後，家人就有飯吃了；有飯吃，未來就有希望和力量了。（文：慈濟基金會）

# 慈濟

榮譽發行人—釋證嚴  
發行人—顏博文 編輯—文史處  
發行：佛教慈濟慈善事業基金會  
地址：花蓮市中央路三段七〇三號

### 第 11 期 週報

### Tzu Chi Weekly

2023年12月25日 星期一



國內郵資已付  
花蓮郵局許可證  
花蓮字第 149 號  
無法投遞免退回



電子報下載  
QRcode



## 加入慈濟不一定要信佛教

# 但要有

# 虔誠的愛

加入慈濟，不一定要信佛教；你同樣安心信你的宗教。一切宗教給你的就是一個「愛」，慈濟也要求你要愛心，要有一種虔誠的愛心，投入去幫助人。慈濟的道路很寬、很大，條條道路條條會合，就可以鋪成一條廣大平坦的道路。

過，我們相信人人接觸到了道理，就能理解了人生本來就有高低，無法整齊，這就是生活在人間的生態。」

「有的生在窮困的家庭、不穩定的國家，總是生活辛苦，很不平等，社會不安

定。有的出生在文明國家，生態都很好，國家和

生活總是富有；他在過去生有造福，所以來到人間，總是這麼地有福。」

欲知前世因，今生受者是。過去所造就的因碰觸了緣，產生了今日的業果。

「過去已經過去，結果已經現前，沒有辦法去移轉。不過，有一個方法叫做『法』，就是道理，只要在這一生好好地造福人間，可以讓未來的路開拓得更

大，也改善未來的種子。」

上人揭示，慈濟宗門人間路，就是從「因緣果報觀」之中，為自己、為後代子孫所鋪設的人間康莊大道；大道的基礎，是不分種族、國界與宗教的大愛。

他的宗教都是說：『你趕快，好好地做好事，就升天堂；你相信我，相信天主就升天堂。』相信有主，相信耶穌，你就會造福，不會做壞事；絕對不會說：『你現在信我，你過去所做惡業就會消掉。』不可能。總是要轉變自己，要覺悟。過去曾經有過苦難，來到這一生還是苦；現在相信佛法，而懂得解開心裡的不甘願，接受過去。」

「信仰也是一樣，總是我們要正信，過去也許沒有信宗教，但是自己信了很複雜的方向，把心帶得很混亂。現在開始我們有因緣，有一個正信的方向，我們接受了好的道路，雖然前面是有一點坎坷，但是要接受，因為這一條路是正確的。」

「加入慈濟，不一定要信佛教；你同樣安心信你的宗教，只要你虔誠。你信天主，要信天主所說的；好的法要有博愛，要有仁愛，一切宗教給你的，就是一個『愛』，慈濟也要求你要愛心；愛心可以幫助人，所以不分宗教，但是要有一種虔誠的愛心，投入去幫助人。所以說來，慈濟的道路很寬、很大，要自己去鋪，不管哪一條信仰的道路，總是要好好地走進了那一條路，條條道路條條會合，就可以鋪成一條廣大平坦的道路。」

（摘自證嚴上人行腳十二月十六日海外慈濟人溫馨座談開示）

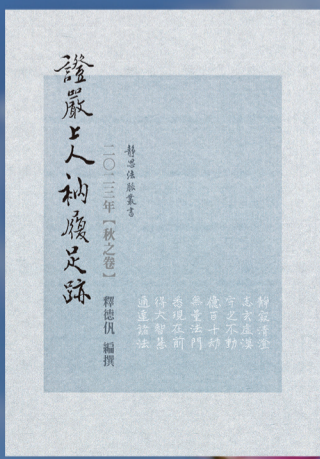
受到新冠疫情影響，闊別三年未舉行的慈濟海外培訓委員慈誠精神研習會，於二〇二三年重啟，第四梯次假新北市三重區舉行，來自英國、法國、美國、南非、賴索托、辛巴威、莫三比克、新加坡及馬來西亞等九國新發意志工，於十二月十六日接受證嚴上人親自授證。

下午的溫馨座談中，上人聽聞幾位來自貧窮國度的新發意菩薩發心立願，並以因緣果報的道理，曉喻大眾——克服了困難進入慈濟，自身的困難並非就此消失，而是在濟貧教富的過程中學習到智慧方便，度他而自度。

「人生苦難偏多，我們現在同時在這裡，有的人生活富有如在天堂，有的人在窮困的國家，生活真的是很辛苦。不



入秋災難頻，菩薩聞聲救苦；擔憂人心淨化的進度遠不及環境惡化的速度，期勉加強力道，拉長情、擴大愛！  
廣傳好人好事好訊息，帶動共善共修共精進；累積利益眾生的福報，減輕眾生共業的業報。



二〇二三年「秋之卷」  
證嚴上人袖履足跡  
慧思法師主編

# 難民公寓猶如聯合國

## 英國慈濟志工關懷異鄉客

英國訊／英國諾丁漢一座二十一層樓高的公寓，住了二百二十五位難民，他們來自烏克蘭、蘇丹、阿富汗……等二十二個國家，總計九十九個家庭，這些家庭帶著孩童，所有人都得想办法在異鄉生活下來。英國慈濟志工從二〇二一年起，開始進行陪伴，為孩子們準備文具，上學必須穿的皮鞋、制服，並為他們提供日常生活物資。這些難民朋友來到英國，多半身無一物，甚至連一張記憶家人的照片都沒有。

近三年的陪伴，英國慈濟志工幾乎每週前往探望，為孩子舉辦英文靜思語三好（口說好話、心想好意、身行好事）活動、帶動口腔保健，藉此關懷孩子們的心靈及難民家庭的生活情況；甚至細心地把活動照片洗出來，展示在牆上並送給他們。一名小男孩，因為沒有在活動中留影，他哭著告訴慈濟志工，很想擁有一張照片，因為他身上沒有一張屬於自己的回憶照。於是慈濟志工拿出拍立得，即刻為

男孩捕捉當下影像，也為他與媽媽留下唯一的全家福照片，才讓小男孩破涕為笑。

難民飄零的生活讓人心疼，慈濟志工王以潔告訴孩子，年底還會回來看看他們的靜思三好作業，沒想到七歲的孩子卻告訴她：「我不知道那個時候，我會在哪裡？」（文：慈濟基金會）

▼慈濟志工用拍立得為諾丁漢難民公寓的難民朋友拍下紀念照片。（圖：慈濟基金會）



## 莫三比克兒童營養不良 非洲慈濟五穀粉解饑饉

莫三比克訊／據最新調查，莫三比克近百分之四十兒童患慢性營養不良，其中更有百分之五為急性營養不良。許多家庭幼兒斷奶後，就開始改吃玉米粉、玉米粒或高麗菜等食物，因為父母無力負擔奶粉錢。慈濟志工自今年七月起，啟動五穀粉專案，每戶每月補助四公斤五穀粉、二十公斤大米、兩公斤豆類、兩公斤花生，幫助一百九十八位孩童及其家庭。（文：慈濟基金會）



吉爾多 四個月後

◀▶ 莫三比克孩童吉爾多經過四個月的營養補充，前（右）後（左）身型體重差異情形。（攝影：慈濟基金會）

12.5 公斤  
臀圍 12.8 公分

7.9 公斤  
臀圍 11 公分

## 阿富汗農業碩士淪難民

美國訊／美國北加州佛瑞斯諾慈濟志工長期關懷入境美國的阿富汗難民，協助他們安身及找工作。自二〇二一年八月，美國從阿富汗撤軍，近八萬阿富汗難民來到美國，他們雖遠離了動盪的家園，卻要面臨一無所有的處境。

阿富汗難民安德森（化名）告訴慈濟志工：「我常常半夜驚醒，不知道自己身在何處？我真的很焦慮，因為沒

有錢，沒有工作，沒有住的地方，慈濟給我的援助，幫了我很大的忙。」

安德森和妻子在阿富汗都擁有農業碩士學位。剛到美國時，住在亞利桑那州，二〇二三年二月帶著僅有的兩千美元現金，開著一部二手車，載著懷有第二胎身孕的妻子和剛滿一歲的女兒，以及幾件簡單的行李，來到佛瑞斯諾。沒想到原本允諾一起租屋的朋友臨時退租，這對無力負擔全部

## 美國慈濟志工雪中送炭

租金的安德森一家人，宛如晴天霹靂。還好慈濟志工正上門要來關懷那位退租的阿富汗朋友，才因此得知安德森一家人的處境，進而趕緊幫助他們安家、申請低收入家庭折扣水電費補助等。

感恩節前，志工再度探訪，小寶寶已平安出生，安德森表示目前工作壓力很大，但為了家人會努力克服，他由衷感恩慈濟志工雪中送炭。（文：張願鈴、劉健筠）



▲慈濟志工持續關懷協助安德森夫妻（右二起）和兩位幼兒的生活。（攝影：劉健筠）

# 北區慈濟人醫會 為基隆創世植物人洗牙與膚慰

**基隆訊** / 十二月三日，北區慈濟人醫會與基隆牙醫公會成員前往基隆創世基金會基隆分院，展開因疫情停辦三年的植物人洗牙義診。慈濟志工一大早便冒雨抵達該院，為各項前置作業作好準備。

現場洗牙機器聲吱吱作響，一張病床有牙醫師與志工多人服務，血氧機夾在腳趾上，測量血液中含氧濃度及心跳。護理師黃桂珠貼近撫慰院民，「不要緊張，放輕鬆！要開始了喔！」志工摸摸院民的頭，或按摩手部，緩和他們的情緒。

為植物人洗牙，有很多注意事項，包括必須讓病患斜躺四十五度以上；洗牙同時，頭要偏一邊，讓結石及水流到另一邊，方便吸唾機即時吸取，避免引發吸入性肺炎。因疫情關係，洗牙義診已停辦三年，院民的牙結石非常多，部分院民的口腔黏膜已經受損。希望藉由這次洗牙服務，改善院民的口腔問題。

每位植物人背後都有一段辛酸的故事，就讀陽明醫學院四年級的郭新華同學，大一時曾跟著父親前來幫忙，這次再度參加義診服務，更讓她提醒自己不忘行醫愛人的初衷。北區慈濟人醫會這次動員二十位牙醫師、九十八位志工，為四十五名植物人病患做了基礎的口腔保健，也期盼藉此機緣，膚慰他們的心靈。

(文：彭美蘭)



▲北區慈濟人醫會與慈濟志工，在基隆展開因疫情停辦三年的植物人洗牙義診。(攝影：陳何嬌)



▲一百一十四位甫受證的慈誠委員接受證嚴上人的祝福，九百多位慈濟志工和二十五位家屬同場觀禮，還有十二個國家地區線上同步參與。(攝影：楊文道)

## 海外114位人間菩薩 發心立願加入慈濟行善

**新北訊** / 十二月十七日，一百一十四位來自馬來西亞、澳洲、日本、緬甸和土耳其等地的新版依慈誠委員，在新店慈濟靜思堂接受證嚴上人授證，立願跟隨慈濟的慈善志業，行善人間，他們的動力都是來自對慈濟的深刻感動。

來自緬甸的丹丹乃，他的先生是瑞那滾村帶動「日存一把米」的烏善丁；慈濟在緬甸濟貧，促使受助者烏善丁帶動當地人，一天存一把米，累積點滴善行。丹丹乃跟著歡喜付出，她看見因著上人的慈悲教導，村人彼此互助團結，力行「八分飽，兩分助人」的理念，大家的生活越來越好。於是她發願要跟隨上人，用生命行善。

慈悲是全球共通的語言。參加慈濟慈善活動已八年之久的敘利亞籍巴塞爾，專長資訊的他，針對物資發放設計一套程式，能夠縮短志工的作業時間，也使領物資者不用大排長龍。

歡喜加入慈濟的成員都有各自的故事和感動。證嚴上人表示：「我覺得自己的心跟大家的心貼在一起。」上人期勉大家，人人行菩薩道，讓世界大同。

(文：朱秀蓮)

## 老夫婦赴英 白髮送黑髮 慈濟志工協助後事

**英國訊** / 一對臺籍陳姓老夫婦原本歡喜到英國切斯特菲爾德探望愛女，卻意外見到殘酷事實，女兒已臥病在床、骨瘦如柴，英籍夫婿三餐卻僅供她飲料，不忍愛女遭此對待，老夫婦決定留在英國照顧女兒，三個月後，女兒在他們懷中往生了。巨大傷痛讓這對老夫婦不知所措。

英國慈濟志工張堯華和其他志工得知此事，大家從各地開車來到切斯特菲爾德，幫助老夫婦處理女兒後事，協助他們替女兒申請死亡證明書，陪伴他們直到平安返臺。

(文：慈濟基金會)



▶十一月十七日，在慈濟志工協助下，陳姓老夫婦為女兒舉辦了告別式。(圖：慈濟基金會)

# 九十嫂嫂顧九十聾啞小叔 投入環保20年

**苗栗訊**／莊張秀英早期在慈濟苗栗園區米食工作坊做饅頭、包子；二〇〇三年，經人介紹開始到苗栗園區環保教育站做回收分類，每天早上八點就載著同年紀的小叔來到環保站，直到下午四點才離開返家。

「我去那裡，他就跟著去！」莊張秀英疼惜地說。

「會做是福氣，沒做就費氣（臺語，麻煩之意）。來環保站削電線，拆電風扇零件，天天來，就是賺一分歡喜，每天都想來。如果只是在家看電視，會得老人癡呆症。」她慈藹地說。

小叔也會做一些簡單的回收工作，但往往只是做一下，三不五時還會發出「嗚——哇——」沒人聽得懂的語言，似乎是想引人注意，莊張秀英就會說：「要聽話喔！坐好在那邊等，否則不帶你回家！」

小叔四歲時因為罹患瘧疾，吃藥一直沒有好轉，全身無力，反應遲鈍，醫生最後判定重度智障。莊張秀英的先生很疼他，去旅行都帶在身邊，還時常叮嚀她：「我這個弟弟，妳一定要疼惜！」世間無常，二〇〇一年，先生於睡夢中往生；先生離開了，小叔很孤單，她就每年帶上小叔一起去雲林北

港進香。

平日，小叔會冷不防地揮出拳頭捶她，還會用手指頭掐人。莊張秀英覺得小叔很可憐，「我想，他如果是正常的人，就不會這樣子……」

日復一日，年復一年，二〇一七年，小叔雙腳沒力，無法行走，健康狀況日趨嚴重；小叔行動不便臥床後，莊張秀英就開始留在



▲早期，環保志工莊張秀英駕駛老舊的電動摩托車，載著重度智障的小叔一起到環保站。（大愛臺《行動現場》節目畫面）

家裡照顧他。她利用空檔時間，到住家附近工地撿廢棄物，回家仔細分類後，趁小叔睡著了，再騎電動摩托車將回收物載到環保站，至今已歷六年。

莊張秀英照顧著聾啞小叔，兩人同行慈濟環保路十多年，或許是年邁了，或許也是太累了，今年九月莊張秀英突然病倒，一度昏迷不省人事。醒來後，擔憂小叔的狀況，住院十天就堅持提前回家。現年已經九十歲的莊張秀英，雖然必須靠助行器走路，然而，看起來仍精神奕奕。

「希望能夠再見到上人。」這是莊張秀英現在的願望。

（文：章麗玉）



▲莊張秀英八十多歲時，腳已不靈活，聽力也不好，依然到環保站工作。（攝影：章麗玉）



▲媳婦煮好麵線，兒子餵著莊張秀英進食。（攝影：章麗玉）

## 慈濟輔具團隊 助創世二手製氧機檢修

**新竹訊**／創世基金會新竹分院朱敏慧院長，感謝慈濟志工定期到創世院內，幫忙製氧機的清潔維護及檢修事宜。

朱院長提到創世的製氧機，大部分來自於二手捐贈，所以沒有廠商可以幫忙定期檢修維護。此次慈濟輔具團隊前來幫忙定檢，同時教導創世同仁如何檢查機具，

以及機具維修整理後可以再用多久等等知識，這對院民是最大的助益。除了輔具部分，朱院長很感恩慈濟志工總是樂意將收到的資源，如生活所需的紙尿布、看護墊等等送來給院民使用，減輕照顧者家庭經濟及身心上的負擔。

（文：方惠珍、簡毓嫻、吳彬福）



▲朱敏慧院長（右四）對慈濟輔具團隊的協助，表達由衷感謝。（攝影：葉晉宏）



▲來自汐止的慈濟志工曾立文（右三）向朱敏慧院長說明檢測結果。（攝影：方惠珍）

## 人間行者 手心向下 行善傳家——廿三號慈濟委員張約

張約，花蓮人，一九二五年生，育有五名子女。原本生活無憂，先生因公殉職後，全家經濟頓失依靠，張約只能忍著哀傷，每天早出晚歸，以幫傭維持一家生計。幾年下來，她患了嚴重的胃病，無法再工作，全家生活又陷入困頓。

就在日子快過不下去的一個夜晚，證嚴上人與幾位志工來訪，他們了解張約家裡的情況之後，



上人將兩千元交到張約的手上，並提醒她每個月到靜思精舍領取物資，頓時她感動得淚流滿面。一九六九年張約成為慈濟委員，法號靜節。此後，張約跟隨上人去訪視及複查，每當看到家境困難的人家，就想到自己以前孤苦無依時的處境。

一九九八年，上人在全省委員會聯誼會中，以慈濟的「竹筒歲月」勉勵眾人，由於張約自己是受到「竹筒歲月」幫助過的人，她與大家分享：「我經常告訴孩子、孫子要把零用錢省下來投撲滿，捐給上人做好事，建立他們做善事的觀念，留給子孫一個示範。」

（彙編：曾美伶、陳婉貞）  
圖：慈濟基金會

# 返家途中見車禍 兄弟檔護理師即刻救援

**嘉義訊** / 中山高速公路民雄段十一日晚間發生一起車禍，有民眾受困車中，正好下班開車經過的大林慈濟醫院急診室護理師林承睿，及外科加護病房護理師林承濬雙胞胎兄弟，停車協助傷患檢傷及救護，直到嘉義縣消防局民雄高級救護隊救護人員到場，再共同救護及送醫。

年僅二十三歲的兄弟兩人並不是第一次在高速公路協助救護，弟弟林承濬分享，之前某次小夜班下班，也在同一路段遇到車禍事故，曾停車協助救護，幸好傷患沒有大礙。兩人因從小興趣及志向都差不多，一起就讀護專，投入護理工作，又先後來到大林慈濟醫院工作，曾擔任救護志工的兩人都認為，自己有救護的專業，看到有人需要協助，如果不下車會對不起自己。

急診室護理長李荔芳稱讚兩兄弟平常就很熱心助人，也對緊急應變處理非常有經驗，因為他們之前是救護志工，有接受這方面的專業訓練。這一次事件，他們能參與協助救護，也讓單位與有榮焉。

(文：黃小娟)



▲大林慈濟醫院急診部部長李宜恭（右一）與急診室護理長李荔芳（左一）為林承睿（左二）、林承濬（右二）雙胞胎兄弟的熱血表現比讚。（圖：大林慈濟醫院）

## 三義慈濟中醫醫院 攜手長照寒冬送暖

**苗栗訊** / 三義慈濟中醫醫院十二日慶祝啟業一週年，葉家舟院長與慈濟長照推展中心副召集人莊淑婷，一同至苗栗慈濟居家長照機構服務的獨老及老耆相見的長輩家送暖。

葉院長表示，團隊深入在地，以三義為中心，將愛延伸鄰近鄉鎮，除了日常門診，居家往診醫療也是一大特色。

「我幫您帶藥過來了，腳上的傷口有好一點嗎？」葉院長一走進溫爺爺的家就親切寒暄。莊副召集人說：「爺爺從去年中醫醫院啟業後，就一直在這裡看病，因為行動不便，所以幫他申請了長照以及居家醫療，中醫師每週一次到宅服務，加上長照每天兩次傷口照

顧，他的身心靈都能很安心、很健康。」苗栗慈濟日照中心與長照據點因地緣相近，三義中醫醫院醫師會不定期義診，為長輩問診、把脈，診後也會進行衛教，也教導簡單按壓「穴道」緩解不適。中醫師的專業看診及照服員的親切問暖，讓長輩們可以放心。（文：鄭淑鳳）



▲葉家舟院長幫溫爺爺護理傷口，莊淑婷副召集人從旁協助。（圖：三義慈濟中醫醫院）

## 醫療科技展

### 花蓮慈濟醫院展示中醫科技

**臺北訊** / 花蓮慈濟醫院已連續六年參加臺灣醫療科技展，除了專家講座、海報展，中醫部設置的體驗區年年都是「人氣熱點」，今年除了中醫耳穴檢測、氣場能量檢測，還有智順科技公司帶來的「一手診儀」，以及由臺灣大學



▶花蓮慈濟醫院中醫部醫師駐點，運用耳穴探測儀，從體驗民眾的耳朵對應身體各部位的穴位來檢測身體狀態。（圖：花蓮慈濟醫院）

機械系陳湘鳳教授帶領實驗室學生研發的遠端中醫脈診系統，每站體驗都令民眾嘖嘖稱奇。中醫耳穴檢測與氣場能量檢測站，運用耳穴探測儀，從體驗民眾的耳朵對應身體各部位的穴位來檢測身體狀態；中醫師還會針對檢測反應較弱的穴位，施以耳穴埋豆法，在穴位貼上按摩種子，並教導民眾如何按壓穴位。花蓮慈濟醫院副院長何宗融表示，在證嚴上人與林欣榮院長的大力支持下，中西醫合療是花蓮慈院的一大特色，不僅可以幫助病人調整病症，促進復原的效果，甚至幫助許多難症、罕症的病人獲得改善。臺灣醫療科技展花慈展位的中醫體驗區，是讓民眾感受中醫的可近性，透過耳穴儀、能量儀、手診儀、脈診儀，體驗現代中醫醫療科技的發展。（文：游繡華）

# 倫敦慈濟人文學校 讓孩子從做中學



▲扮演媽媽遊戲，體驗媽媽懷孕、做家務的辛苦，讓小朋友懂得感恩媽媽，孝順媽媽。(攝影：朱建隆)

英國訊／倫敦慈濟人文學校是目前歐洲第一所慈濟人文學校，由於疫情的關係，學生人數從一百二十位降至六十位，為了學校的穩定發展，倫敦慈濟志工決定多管齊下，申請臺灣華語文學習中心，以及招募老師與學生。

除了透過社群媒體及電話招募老師與學生，也藉由街友熱食發放、募款音樂會、素食料理課程等慈濟活動，讓大眾透過實際參與，了解慈濟所做，進而招募志工、老師及學生。

人文學校中的人文課由慈濟志工承擔教學，老師上課以小組進行，穿插談話、遊戲、觀看影片、念誦靜思語等。例如「孝順」主題月，利用扮演媽媽遊戲，體驗媽媽懷孕、做家務的辛苦，讓小朋友懂得感恩媽媽，孝順媽媽，希望學生透過多種感官形式的學習，理解並感受慈濟的人文理念。

(文：慈濟基金會)

## 慈濟大學論壇 科學化肯定蔬食益處

花蓮訊／想要健康生活就從蔬食開始！慈濟大學宗教與人文研究所十二月十五日舉辦「蔬食的科學探究與人文論述」論壇，參與研討會的學者專家，包括醫學、公衛、生科、哲學、宗教、地理、環工等不同專業，橫跨「科技」與「人文」領域。從科學研究證明，蔬食對於現代文明病預防，舉凡心血管疾病、糖尿病、尿道感染，甚至是憂鬱症都有很大的幫助。

慈濟醫療財團法人執行長林俊龍醫師以「素食益生」進行專題演講，分享他在二〇〇一年所做的第一項素食研究發現，素食者比葷食者的血管彈性好四倍之多，而且吃素的年限愈長，彈性愈好，顯示素食對血管內皮及平滑肌功能有直接的益處，有助於降低動脈粥樣硬化與心血管疾病的發生率及死亡率。

參加論壇的聽眾反應熱烈，最後由慈濟基金會何日生副執行長主持「蔬食之永續實踐」，與眾人共同探討如何以實際行動將蔬食推廣給更多人，參與者也把握機會回饋並提問，從各個面向「愛生」、「護生」，盡一己之力。

(文：李家萱)



花蓮慈大附中國小部的小朋友聚精會神聆聽美國慈少哥哥姊姊的分享與介紹。(圖：花蓮慈大附中)

美國慈少與花蓮慈大附小溫馨連線  
花蓮訊／在美國，每年十二月廿五日的耶誕節是整年度最重要的節日。在耶誕節前夕，全美各地慈濟青少年團隊的哥哥姊姊在雲端和花蓮慈大附中、國小部的同學再次相聚，以「耶誕節」作為二〇二三年最後的英文主題課程，帶領孩子們體驗最溫暖、最歡樂的佳節氣氛。

為了讓孩子到校就能沉浸在交流的氛圍裡，導師們在班上都裝飾了耶誕布置。「Do you want to make gingerbread?」「No! We just want to eat!」紐約的慈少姊姊們為四年一班的小朋友介紹了許多垂涎三尺的耶誕節必備點心。隔壁四年的二班與印第安那州連線，慈少哥哥分享「How to create a snowman」，以簡單的英文步驟，引導孩子簡單手做屬於自己的耶誕雪人。

慈大附中李玲惠校長非常感恩全美慈濟青少年團隊的用心，願意付出額外的時間和慈大附中師生視訊連線，透過認識美國重要的節慶、文化，引起孩子學習的興趣，拓展國際視野，也呼應慈大附中「學習無界，人文無限」的學習目標，恭喜孩子們在太平洋的那一端也擁有了美國各地的哥哥姊姊家人。(文：梁曉薇、張晴芳)



▶慈濟醫療財團法人林俊龍執行長以「素食益生」進行專題演講。(圖：花蓮慈濟醫院)

# 歷史上的「一週」

(12月25日至12月31日)

## 2010.12.25

推動莫拉克風災助學專案，在全臺陸續進行「安心就學·點燃希望」祝福活動，頒發助學金給受災學子。

## 2004.12.26

印尼蘇門答臘外海發生芮氏規模 9.1 強震，引發海嘯，波及南亞十二國；慈濟志工趕赴災區勘災、發放，全球慈濟志工為災民祈福、集結物資與募款。

## 2014.12.27

慈濟於 27、28 日在土耳其為 200 戶特別貧困的蘇丹加濟市敘利亞難民，發放燃料費及購物卡。

## 2003.12.28

伊朗東南部卡曼省絲路古城巴姆市於 26 日清晨發生芮氏規模 6.7 的強震，逾五萬人死傷。臺灣慈濟人於 28 日啟程與約旦、土耳其志工會合，啟動救援行動。

## 2003.12.29

阿根廷布省中部哥多巴市於 26 日發生嚴重龍捲風災害，慈濟志工前往勘災，規劃物資發放方向。

## 2020.12.30

慈濟因應超強寒流來襲，展開寒冬送暖行動，前往各火車站周邊、公園及高架橋下關懷街友；也在澎湖西嶼鄉內垵村關懷外籍漁工，致贈保暖衣物。

## 2004.12.31

南亞海嘯援助行動，首批慈濟賑災義診團在斯里蘭卡漢班托塔設立醫療站展開義診，並有醫師隨勘災人員到各地往診。



▲第一天的藝術表演者和團體。

第一天的藝術表演者和團體。演出團體有朱宗慶打擊樂團、原聲國際學院合唱團、親愛愛樂、雲門舞蹈教室、陽光教練盧柏任、靜思書軒小志工等。

【健康守護區】十二月廿九日有捐血、癌症篩檢宣導、骨髓幹細胞中心驗血建檔、3C 商品回收及智能健康小站。當日捐血及骨捐建檔民眾，有機會獲得味全龍職業棒球隊的小禮物。

本刊訊 / 由慈濟人文志業中心主辦的第二屆關渡人文藝術週，將於十二月廿九、卅日兩天，在慈濟關渡靜思堂進行。此次活動以「人文 x 蔬食 x 美好 x 永續」四大主題，「美聲嘉年華——螢火蟲之夜」、「守護地球兒童音樂會」、「一人文 26·美好如素蔬食市集」等三大主軸，邀請關渡鄰里及所有參與者，藉由五彩斑斕的蔬食，感受大自然的饋贈，找回身心自在。同時，透過觀賞精心策劃的各項藝術表演，將釋放長期緊繃的神經，豐富心靈的世界。

## 美聲嘉年華、蔬食好市集

# 關渡人文藝術週 登場!



【DAY 1 美聲嘉年華——螢火蟲之夜】活動首日由藝人楊子儀擔任主持人，邀請味全龍職業棒球隊球員擔任開幕嘉賓；節目由三樂團三位藝術家接力串聯，直至夜幕低垂時，隨著打擊樂「夢幻列車」的節奏，如螢火蟲般閃動點點亮光，第一天的活動將在傳遞希望與溫暖的氛圍中劃下句點。

演出團體包含朱宗慶打擊樂團、SONAR 聲吶人聲樂團、守夜人、獨創歌手吳汶芳、大環藝術家楊世豪、表演藝術家王柏森等。

【DAY 2 守護地球兒童音樂會】活動第二天，將由金鐘獎兒少節目主持人王伯源與陳璋薇共同主持，活動包含二大原民樂團、二大國際團體、陽光型男，以及百名兒童律動歡唱等串接。

十二月卅日更新增一個「甜心區」，要給參與的民眾們一個驚喜的歲末跨年。為響應環保，主辦單位提醒，參與的民眾請自備環保餐具。

【快閃】十二月廿九日中午時段，於華碩、和碩與和信三個大型機構，進行「快閃」表演，提醒大家，在忙碌一天下班後，讓藝術、蔬食，幫助您從工作模式切換到放鬆模式。

【健康守護區】十二月廿九日有捐血、癌症篩檢宣導、骨髓幹細胞中心驗血建檔、3C 商品回收及智能健康小站。當日捐血及骨捐建檔民眾，有機會獲得味全龍職業棒球隊的小禮物。



▲第二天的藝術表演者和團體。

<b>12/29</b> 17:30~20:00	<b>美聲嘉年華——螢火蟲之夜</b>
主持人：楊子儀	
時間	表演藝術家 / 分享嘉賓
17:30	開場
17:35	朱宗慶打擊樂團
18:00	王伯源、味全龍職業棒球隊
18:15	吳汶芳
18:35	SONAR 聲吶人聲樂團
19:00	Night Keepers 守夜人
19:20	大環藝術家—楊世豪
19:30	王柏森 + 靜思書軒小志工

<b>12/30</b> 15:00~18:00	<b>守護地球兒童音樂會</b>
主持人：王伯源、陳璋薇	
時間	表演藝術家 / 分享嘉賓
15:00	開場
15:05	朱宗慶打擊樂團 2
15:40	味全龍職業棒球隊
15:55	靜思書軒小志工
16:15	親愛愛樂
16:50	暖身健康操：盧柏任
16:55	雲門舞集舞蹈教室
17:30	原聲國際學院合唱團

【哈雷體驗區】北投分局在兩天的活動中，備有兩輛哈雷重機及小小哈雷車、警察大頭娃娃，提供現場參與者拍照打卡，寓教於樂展示交通及行人用路安全。

【閱書品蔬區】主持人楊子儀、網紅找蔬食、王伯源與陳璋薇，將在現場跟小朋友們分享「探索蔬食的美好」。

(圖 / 文：慈濟人文志業中心)

2023 12/29 五

捐血救援 即刻行動 13:00—18:00

造血幹細胞驗血建檔 16:00—20:00

參與以上活動者，就有機會獲得 限量味全龍紀念品或(日素 2024 日曆)

16:00—20:00 關渡靜思堂 B1—健康守護區

- 和碩 3C 回收小站：當日可收廢棄手機、電腦螢幕、電腦主機、NB、硬碟等，回收即贈送小盆栽及和碩紀念品。
- ASUS HealthHub 健康小站：居家智慧醫療體驗。
- 和信醫院—健康行動站：免費癌症篩檢報名諮詢、健康管理資訊。