

二〇二二年十月一日

法脈宗門研習自營
志業體同仁精進
共修

馬來西亞分會



145位同仁參與2022年法脈宗門實體研習營



攝影者：顏文煌

實體共修，靜思堂

● 過去每一屆法脈宗門研習營，同仁都是自假自費回臺參與。

● 歷經兩年的新冠肺炎疫情，前年首次在雲端共修，今年恢復常態，在靜思堂實體共修。

3



時間就是生命

● 重啟回到舊日「常態」活動，回首這兩年，疫情帶來了太多變化、眼淚與感動，所有的經歷共同組成了我們的集體記憶。

4

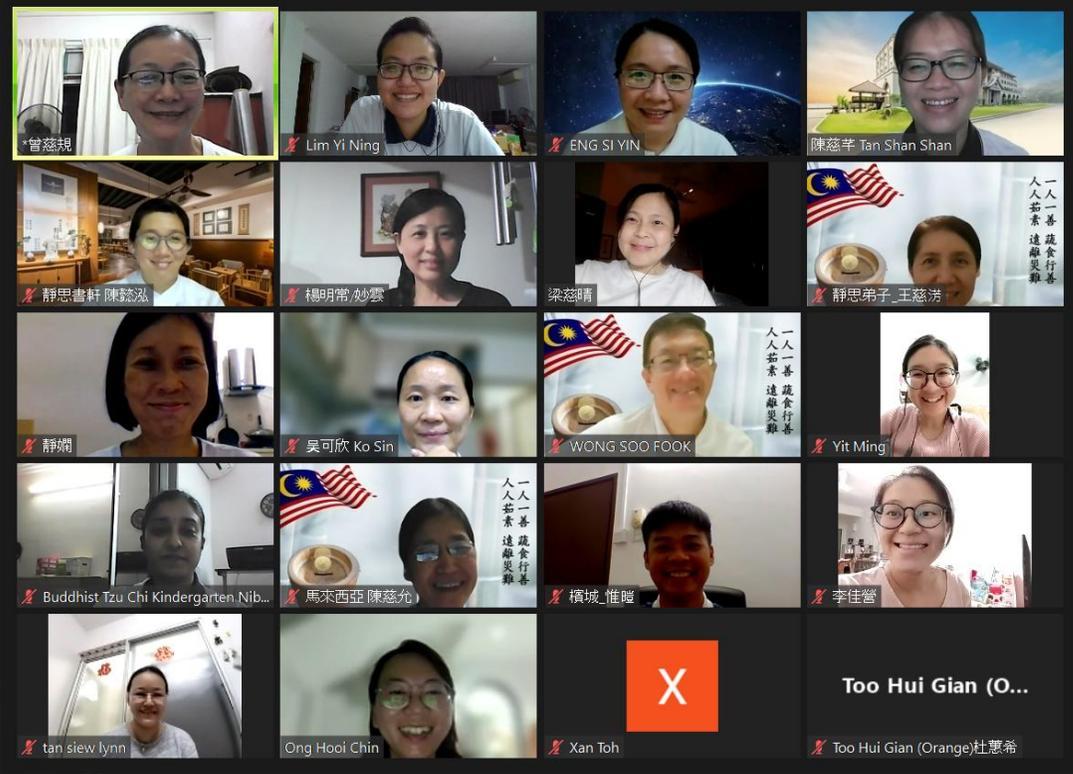


5

實體連線共修 前置作業



曾慈規



線上螢幕截圖：林懿寧

習營當天的作業流程。
 組在線上一起討論研
 協調慈規師姊與成就
 九月二十九日晚，總

用感恩心承擔



螞蟻雄兵的力量

攝影者莊智文

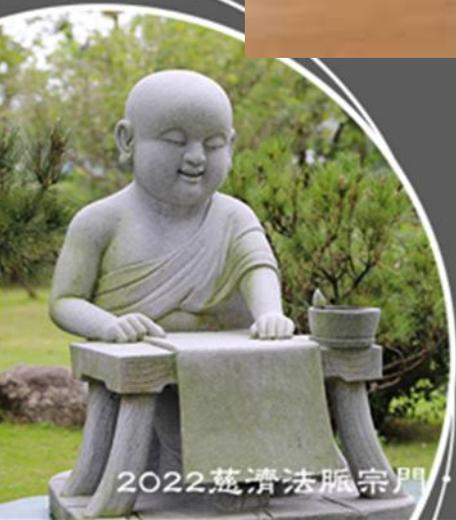


回到心靈的家 靜思堂精進共修





靜思堂常駐志工整齊列隊歡迎同仁們回心靈的家精進共修



創新分組方式

- 編排組別以抽靜思語卡方式，抽到與隊輔相同的靜思語就是學員當天的組別。



攝影者：曾慈規



攝影者陳守杜



三大種族齊精進

精通多種語言的同仁除了做連線課程翻譯，也帶動實體課分享。



● 學員總共分為二十組，

分別是中文十七組，

英文三組。

● 三位同仁承擔翻譯員，

特別為異族同仁做現

場翻譯。



攝影者：曾慈規



法脈宗門研習營連 線臺灣開營



攝影者：張漢龍



攝影者：陳守杜

實體環節，帶動手語
 ● 大愛揚起風帆，長情
 划動雙楫。締造出光
 明希望的二十一世紀。



● 實體環節！家有喜事
 一次過舉杯開懷暢飲
 跨別兩年沒聚集歡慶，
 本草飲與家人同喜。



攝影者：陳守杜



攝影者：陳守杜



自備熱水泡香積飯
 成就組作出周全考量
 大家的午餐，請所有
 學員自備熱水自泡香
 積飯。

送愛環節

● 二十位隊輔代表基金

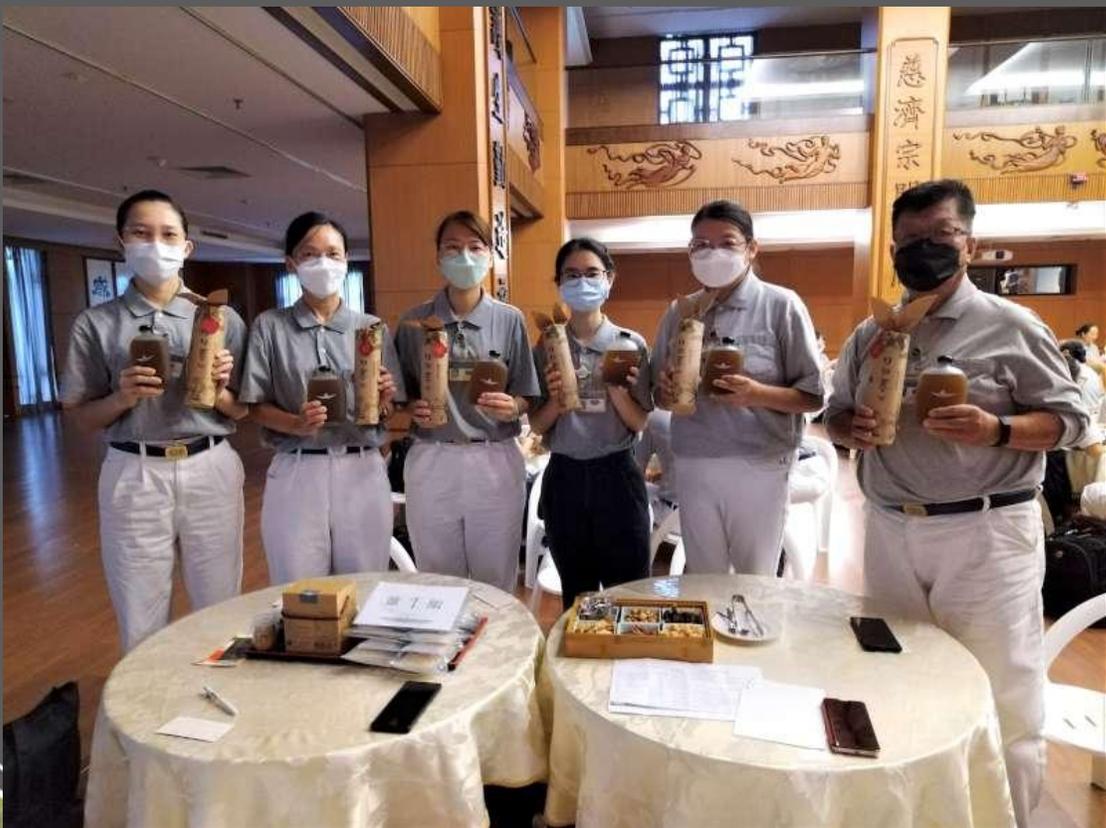
會送愛心結緣品



攝影者：陳守杜

愛心結緣品

● 2023年之「靜思藥草」
日曆，供我們在自我
生命日曆上，天天寫
下有價值的篇章。



攝影者：陳守杜



愛心淨斯本草飲

● 與疫情共處的世界，
除了防疫措施，借助
本草飲提升免疫力，
先照顧好自己才能照
顧好別人。



攝影者：曾慈規





同仁結緣品 & 膳食

壹、同仁結緣品【每人一份】

01_2023 靜思月曆（掛曆）RM31

02_淨斯本草飲～客制玻璃瓶

貳、膳食（160人）

○ 早點【六宮格點心】20套-小組圓桌

01_Q苓膏軟糖(3kg)小葉紅茶

02_生機堅果(綜合)

03_胡桃(新)

04_香積口糧（小叮叮）胡椒

05_綜合莓果乾

06_杏仁一口餅

○ DIY午餐【四方黑色紅邊托盤】20套-小組圓桌

01_小包裝香積飯：160包

02_配料～生機果仁素香鬆

03_配醬～藥善薑泥醬



幸福洋溢的早晨

● 常駐志工的愛心甜點



攝影者：曾慈規



彼此感恩時刻

● 靜思堂常駐志工張慈

敏師姊（左五）代表

送上暖心的祝福



攝影者：張瑞月



照片提供：
李濟瑯

小組留影



小組 留影

照片提供：
李濟瑯





攝影者：楊妙雲



攝影者：陳秀凌



攝影者：王懿筠



學員針對當天課程的心得與學習





安住願力，從小小
 心願開始
 ● 項目管理專員周濟帆
 師兄

攝影者：張瑞月



● 周濟帆師兄：「感恩
今天豐富又緊湊的課
程安排，收穫滿滿，
尤其對靜原老師所說
的一段話感觸良多：
『法聽進去就要身體
力行，有感覺就要入
心。法要入心，才
能入行。』」



● 盤點疫情開始至今的
學習和改變，濟帆師
兄許下了三個小小的
心願！

一：戒食雞蛋

● 聽過邱國氣師兄不吃
蛋的分享後，他決定
試試，轉眼間已過了
兩年多。



二：參與線上捐款

● 每天起床、盥洗後，
拿起手機的第一件事
就是點擊線上捐款的
應用程式捐款；兩年
來，這是濟帆師兄每
一天的『早課』。



三：參與志工早會連線

● 疫情後，線上課程、分享等成了常態，濟帆已適應。凡有線上課程、溫馨座談、歲末祝福隨師等都會參與學習。也養成了每日必參與志工早會的習慣。



不為沒有時間、沒
 有能力找藉口
 ● 洗腎中心護士萊克蘇
 米達



攝影者：陳守杜

癱瘓。

受傷導致下半身

● 弟弟遠國數年前車禍

落在他身上。

顧唯一弟弟的責任就

自從母親往生後，照

到。深入了解後獲知

忠開始洗腎時，常遲

遠忠的主責護士，遠

● 萊克蘇米達是腎友黃



● 遠忠雖然需要洗腎，
但從不因洗腎而忽略
照顧弟弟。每次要去
洗腎前，他都會先張
羅弟弟的飲食及衛生
處理，才導致他常常
遲到。



● 他在慈濟洗腎、照顧
弟弟之餘，常撥出時
間到靜思堂當志工，
協助打包同仁及腎友
們的午餐。

● 其實遠忠很擔心一件
事：若自己無常先到，
弟弟該怎麼辦。



● 今年六月，遠忠在醫院加護病房住了一段時間，臨終前，護士探訪時告知遠忠，慈濟人已將弟弟安頓在安養院，並會繼續關懷弟弟。

● 聽完護士的承諾，遠忠安詳往生了。



● 萊克蘇米達護士發願

要學習遠忠的精神：

一：不要找藉口說

「我沒有時間」

● 因為遠忠不只要洗腎

，還要時刻照護臥床

的弟弟，還可以安排

時間當志工。



二：不要找藉口說

「我沒有能力」

● 因為遠忠拖著病體，
還可以照顧身形與他
不相上下的弟弟，還
可以付出當志工。



● 黑衣者（已故黃遠
忠），藍衣者是弟弟
黃遠國。



照片提供：黃靜嫻





因為愛 所以在

師兄

- 洗腎中心總務謝濟鼎

攝影者：張瑞月



● 濟鼎師兄分享：總務

執掌角色多元化，體
悟最深的是陪伴洗腎
患者，傾聽他們的心
事，一些孤老無依的
患者會託付國義師兄
代辦事情。師兄體恤
孤老患者，自願二十
四小時開機，以防
萬一。

41



● 只要能改善他人生活的力量，所有的關卡都是能提升自己的價值觀。濟鼎師兄在檳城洗腎中心任職總務將近二十年，談起這兩年疫情期間，許多洗腎患者染疫，



而總務是負責推送行
動不便的患者進出洗
腎房。職資尚淺的總
務難免擔心自身健康
。濟鼎師兄勇於以身
作則，帶動總務們熱
愛自己的工作，並從
中找到自己的價值和
使命感。



把握當下 恆持剎那

● 秘書室專員粘濟廣

師兄



攝影者：張瑞月

命在呼吸間

● 濟廣師兄於上個星期
日二十五日，在慈濟
環保站因身體不適而
被送入院，日常動作
在下一秒鐘失控，深
感生命在瞬間。



時刻保持無常觀

● 濟廣師兄患耳水不平
衡，病情反復發作，
頭暈時出現天旋地轉
的感覺，無法掌控何
時會發病。感嘆人生
無常，時刻保持無常
觀。

46



安住願力 智深志固

● 經歷病痛折磨後，處事的態度也改變了，在營隊中聽到「安住願力」以及「把握當下，恆持剎那」吻合內心深處的感觸。

47



● 把握當下所擁有的，
尤其是身邊人，要多
分享多傾聽。恆持當
初的一念心，並且持
續保持溫度。病苦是
修行的助緣，用良能
的雙手發揮生命的價
值。



分秒不空過

● 「當被邀請當隊輔時，二話不說就答應了。若是以前的我，會諸多藉口推辭，如今把握因緣分秒不空過。」





師姊

● 靜思書軒店員黃欣盈
生命就在呼吸間

攝影者：陳守杜



● 欣盈師姊，在疫情期間因志工和大德對本
草飲的大量需求，導
致工作量激增。工作
的壓力加上接收到疫
情造成的許多負面訊
息，情緒瀕臨崩潰，
要靠著拔除家裡的每
一株雜草，



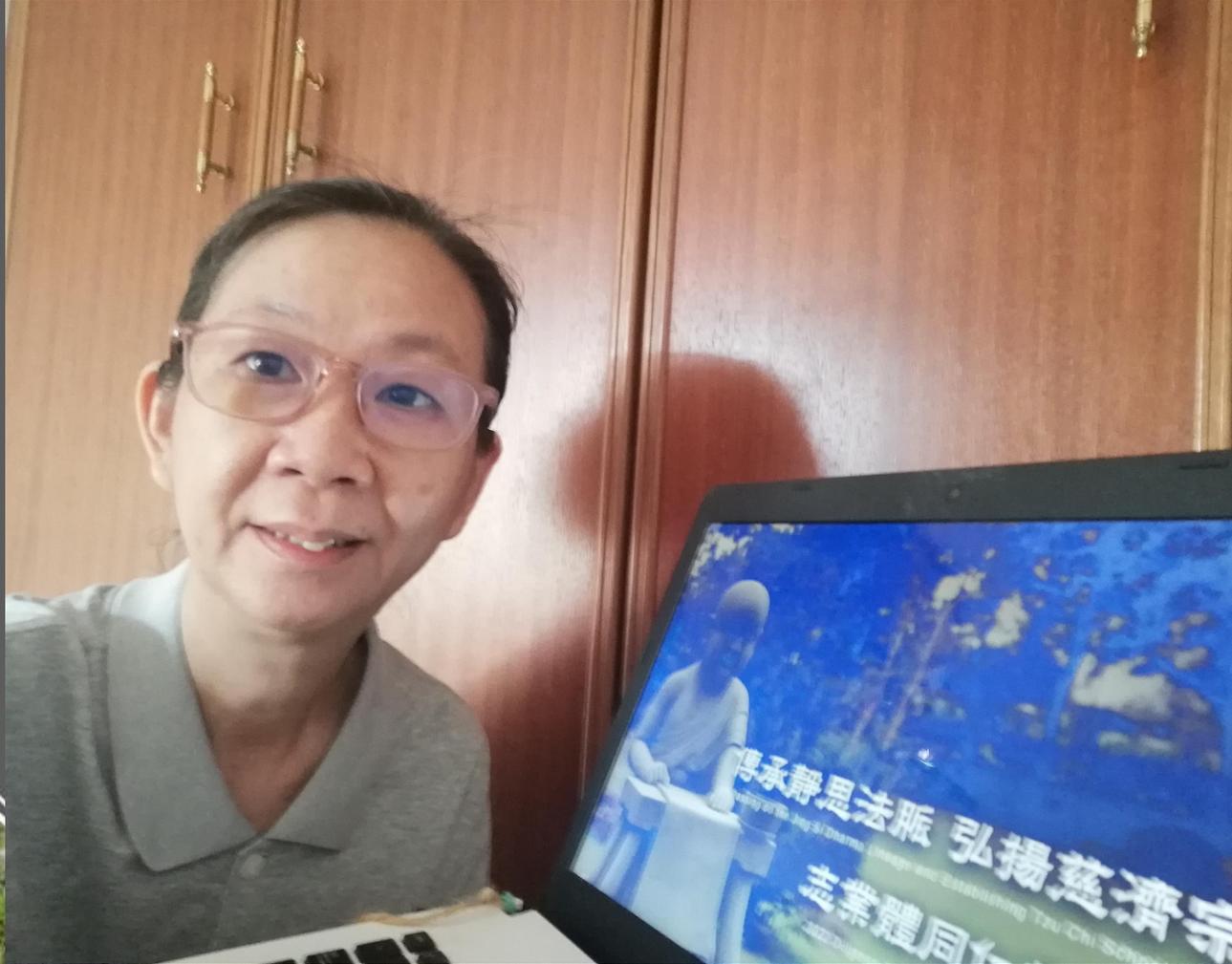
才能去除內心的煩惱
雜念，走出情緒困境。
深刻體會 上人的開示
『生命在呼吸間』。
過去急性子和要求完美
的欣盈師姊，疫情讓她
學會放慢腳步，踏踏實
實，平心靜氣地把事情
圓滿。



確診而未有懈怠
珍惜分秒做對的事

● 新山幼兒園行政王綉

蘭師姊



照片提供：王綉蘭



● 營隊當天因染疫而在
家上線的綉蘭師姊內
心感觸良多。

● 她分享課程心得：

「洪靜原老師分享法

脈宗門，談生命與慧命，
有一句話刻入我的心
坎裡：『生命有多長
不是你能決定。』



但是時間要怎麼用是
你自己能夠決定的。』
● 確診是非常不舒服的，
但是內心充滿著感恩
。感恩確診後依然能
夠在家如常工作，甚
至可以很專注的上線
參與法脈宗門研習營。



● 感恩確診並沒有讓自
己懈怠，依然警惕自
己要珍惜分秒做對的
事情。

● 上人開示：「大家
都是一步一腳印跟隨
師父走過來，而且踏
得比我更深，走得比
我更穩……」



● 不敢說自己的腳步跟
得很緊，更別說踏得
比上人更深、走得
更穩，我發願要更精
進，更善用有限的時
間，想方設法做別人
生命中的貴人。



● 期許自己能夠擴大
「愛與善」的力量，
珍惜一切好因緣，做
對每一件事。
● 除了聞法，還要了解
法，學習說法，每天
都求進步，哪怕只有
一點點。



● 讓自己的腳步越走越
快，踏得更深，走得
更穩，緊緊跟著
上人為弟子所鋪設的
人間菩提大道。



步步踏實做

● 精進共修總協調曾慈

規師姊



攝影者：張瑞月



回饋感言

● 回來心靈的家，靜思堂。
這個實體的同仁精進
共修，實在很難得。
以往都是回臺灣，因
為這兩年的疫情而改
在線上。

61



● 今年一切生活回歸如常，只要做好防範措施，把握共聚一堂的相聚，回來實體精進。感恩本會的精闢研習課程，讓同仁更了解明年的目標：

慈悲行善福滿門

智慧處世德傳家



李濟瑯：行政主任 的心得

- 新舊同仁喜相逢
- 聽課分享長智慧
- 經歷疫劫猶健在
- 發願弘宗傳法脈



攝影者：陳守杜



恭祝
上人

法體安康

常住世間

法輪常轉

馬來西亞分會

郭濟緣執行長

暨全體靜思弟子

恭敬頂禮

