

二〇二三年五月二十日

吉打分會  
飲一杯智慧的水

# 與精舍師父相見歡

●線上的方便，減少了  
距離的障礙。感恩上  
人及精舍師父體恤弟  
子們的思鄉之情，讓  
吉打分會的志工能在  
雲端親近師父，把握  
慧命增長。

# 盤點生命

● 此次的主題為「盤點生命」，共有五位志工參與這次的分享，亦有將近五十位吉打分會的志工把握因緣，一起雲端親近師父。

# 歡喜親近德瑋師父

● 當晚的主持人是委員黃麗根（慮本），她亦是吉打分會品書會的分享者之一。她首先感恩精舍師父的用心安排，讓大家能線上飲一杯智慧的水。



● 主持人黃麗根（慮本）

一人一善 蔬食行善  
人人茹素 遠離災難



● 第一位分享者

蘇志祥



6



# 蘇志祥的盤點生命

● 培委蘇志祥在二〇一四年加入洗腎中心當護士同仁，至今已有一九年。他分享到，剛開始加入洗腎中心時，希望可以做一些改變，可是其他人不配合，於是自己就起了煩惱。

●由於上班時的不愉快，導致自己想離職。感恩當時有緣回到台灣精舍，發現原來慈濟是很好的團體。他曾聽一位師伯分享上人所說：你是因為我加入慈濟，卻因為其他人而離開了慈濟。



● 這句話讓他感觸良多，  
終於決定繼續留在慈  
濟。慈濟教了他很多，  
包括如何處理人事問  
題，他也慢慢開始往  
好的方向改變。以往  
的他只看到別人的錯  
誤，並不懂得反省自  
己。

● 在剛過去的浴佛典禮，  
他因爲一些人事問題  
而鬧得不愉快。他想  
起師伯開解：我們可  
以換個方式思考，也  
說過「感恩你的無明  
開啟了我的智慧」。  
這句話讓他感到非常  
慚愧。

●蘇志祥表示自己會一直留在慈濟這條道上。  
慈濟幫了自己很多。  
同時，也感恩自己的妻子幫忙照顧四個孩子，才讓自己有機會在慈濟付出。



# 德瑋師父回饋

● 德瑋師父分享，慈濟路不是那麼的簡單，因為在有人地方一定會有是非。所以我們要聽法，慢慢的累積法，心中有法才能去面對並化解這些不如意的事。

● 師父讚歎蘇志祥很有福報，不是每一個人都有機緣職志合一，上班下班都在做慈濟，能做慈濟事的時間比別人來得長。有考驗才能成就我們的成長，沒有考驗就看不到自己的成長。

● 我們要學習更柔和及如何將別人的意見融合起來，就能轉化成更好的方向。上人教我們合和，是我們做事與思考方式都可以運用的。在與人摩擦中繼續走下去，就能看到自己進步更多。



● 第二位分享者 ——

伍玲玲



15

# 伍玲玲的盤點生命

● 培委伍玲玲是一位退休老師，她即將受證。她分享到自己在二〇一二年加入慈濟；認識慈濟前在社區做環保，培訓後就開始做訪視。她表示訪視讓自己成長最多。

●感恩有相處融洽的家  
人，感恩生活條件比  
上不足比下有餘，還  
有健康的身體讓自己  
有機會付出。上人創  
造慈濟讓自己可以做  
有意义的事，忙碌的  
當兒，也把煩惱給忘  
掉了。



●雖然加入慈濟有些遲了，但不怕慢，只怕站。未加入慈濟前，喜歡到處遊山玩水，懺悔每次出國都把小孩交由媽媽看顧，覺得這是理所當然的，因為媽媽都沒有怨言。

●身為老師，以前教書  
都是在拚成績，一直  
以填鴨式的教學，要  
學生死記死背，抹殺  
了學生們對讀書的興  
趣。同樣的方式也應  
用到自己孩子身上。  
兒子達不到她的要求，  
她就覺得很煩惱。

●聞法後，才體會到萬事求不得，上人要我們用菩薩的智慧教自己的孩子，不要有得失心。父母只能從旁協助，沒有辦法做主孩子的人生。讓孩子學習感恩更爲重要，凡事都要知足感恩。



● 在做訪視時，有個個案讓自己感觸良多。

有兩母女，媽媽是感恩戶，以前是大福人家，對唯一的女兒很溺愛，女兒吃東西沒節制，導致身形過胖行動不便，無法像正常人一樣出來做工。

● 女兒沉迷網絡，後來  
也被愛情騙子欺騙。

媽媽聽信女兒，把所  
有家產變賣，以致沒  
錢交房租而被屋主趕  
出，最後被迫入住政  
府臨時屋。因為因緣  
不足，志工也無法真  
正幫助，只好放手。

●從中學到幫人也要有  
機緣，幫不到就要放  
手，不要執著。很感  
恩自己與慈濟有這因  
緣。上人說，人生無  
常而短暫；上人也教  
導我們要盤點生命，  
要做對人間有意義的  
事，生命才有價值。



● 這麼多年來開開心心  
做慈濟，一步一步走  
來自己已是培訓委員，  
年尾就要回台受訓，  
伍玲玲祝福自己以後  
可以更精進，有能力  
承擔更多志業。

# 德瑋師父回饋

● 德瑋師父分享，做慈濟不是看加入時間的長短，而是看深度有多深。每個人都在跟自己賽跑，看自己跑了多少圈，過了一個終點又是另一個開始。

●目前還在培訓，做得  
開心，受證之後就會  
在承擔中遇到很多煩  
惱。所以現在就要儲  
存上人的法，記得每  
一次的感動；有承擔  
就有進步，也是提升  
智慧的一個因素。每  
次的感動要化成行動。



● 每次的訪視與活動可以  
以看到很多的感動；  
要走得更踏實，要把  
握更多的機會來付出。  
回來受證的時候記得  
找師父。

● 第三位分享者

張鳴鳳



28

# 張鳴鳳的盤點生命

●見習委員張鳴鳳分享

感恩有二哥的牽引讓  
她加入慈濟。她之前  
因為環保而認識了慈  
濟。感恩母親以身作  
則，他們跟著母親在  
路上看到瓶罐，都會  
動手撿起來回收。



●這讓她深受影響，總是會珍惜資源。感恩組長引領她去訪視，訪視中她學到了見苦知福。其中一位感恩戶讓她深受感動，雖然腳被鋸斷了，且嚴重暴瘦，但那位感恩戶亦很樂觀面對逆境。

●張鳴鳳的丈夫十年前  
往生了，四個女兒還  
小，而且自己也病了。  
當時她覺得應該沒有  
人比她更苦了；但訪  
視時才瞭解到，自己  
並不是最苦的人，因  
為身邊還有很多兄弟  
姊妹來幫助自己。

● 全球入經藏那一天，  
經過冗長的練習，最  
後卻因為生病而沒法  
參與，感恩有機會參  
與今年的朝山。她也  
分享到，與其讓生命  
生鏽，不如讓生命發  
光發熱，感恩有福報  
來付出。非常感恩！



# 德瑋師父回饋

● 德瑋師父分享，張鳴鳳非常有福報，媽媽八十歲真的是很難得，還可以精進做環保。要答應師父培訓受證委員。在慈濟真的可以讓我們學習很多。

● 如果沒有參加慈濟，  
自己的生活就在一個  
小空間，接觸的人少，  
相對的心就會比較小。  
但走入慈濟，尤其是  
訪視，看到別人的苦，  
會慢慢將自己的心放  
開；看到原來還有人  
比我們更苦。

● 我們要珍惜這樣的因緣，疫情讓我們經歷了不少，我們有福報跟著上人做慈濟，所以不要等，要發願趕緊培訓成為真正的慈濟人，要珍惜跟上人的因緣，要慢慢的把家人一起帶進慈濟。



● 訪視是慈濟的根本，  
可以成就我們的慧命。  
我們要感恩感恩戶，  
因為他們現苦讓我們  
體會，讓我們的心也  
打開。我們在幫他們  
實際上是他們在教育  
我們。慈濟路一定要  
走下去。

● 第四位分享者

洪勇毅





# 洪勇毅的盤點生命

● 慈誠洪勇毅是一位企業家。他因為孩子參加人文學校，逼不得已須以家長的身份陪伴孩子參加慈濟活動。他在人文學校聽到了上人的開示，不知不覺也把法聽進心去。



● 雖然認同慈濟是很好  
的團體，但還不是慈  
濟志工，也沒有很認  
真做慈濟。感恩有師  
兄的邀約讓他參加了  
實業家的營隊，才讓  
他下定決心要將自己  
的小愛擴大。他開始  
把愛擴到自己的公司。

● 因為時常看到員工買肉類快餐來慶祝生日，他開始建議員工們不要買這些食物，讓他們只是買蛋糕，自己則準備了素食餐來招待大家。他鼓勵他們不能吃長素無所謂，但要常常吃素。

●他表示在加入慈濟前，自己都是修福沒有修慧。成爲了慈濟志工後，從竹筒入校園的活動中學習做宣導，呼籲孩子們要惜福造福，宣導的過程中也開始影響了自己，自己也學會惜福造福。





● 過後，他也領悟到說，  
要度人，首先還是要  
先自度，並開始走入  
人群付出，生活很法  
喜。上人說，有苦的  
人走不出來，有福的  
人要走進去。他表示  
上人的法語都是我們  
可以用在生活上的。

● 他也分享到，慈濟的  
理念很適合落實在多  
元種族的馬來西亞，  
法是活的，是不同種  
族都可以使用的，只  
要他人願意轉念，能  
利用上人的法，就可  
以離苦得樂。他發願  
接引更多人加入慈濟。



# 德瑋師父回饋

● 德瑋師父分享，自己走過的路，就會有所體會。慈濟無國界、無種族、無宗教之分，中心點在於啟發每個人的善心善念。啟發他人的同時，自己會成長，善心也會增加。

●自己成長，別人也會  
跟著一起成長；別人  
成長，自己也會成長。  
身為企業家，可以接  
引及推廣素食的因緣  
更爲理想。要發願多  
推廣素食給身邊的人，  
素食可以成就更多不  
可思議的因緣。

● 台灣有一位實業家，  
透過提供素食餐給員  
工，慢慢帶動他們茹  
素，開始時時一周一  
天，慢慢在改進。另  
一位師兄，把食堂改  
造成五星級的素食餐  
廳，吸引更多人來茹  
素。



● 我們就看自己的能力，  
每個人都有各自的因  
緣，設想自己如何能  
在自己的崗位上做到  
推素。要努力將家人  
也帶進來，走進菩薩  
道，全家人都是菩薩  
家庭則為更加圓滿。

● 第五位分享者 ——

麥梅芳



# 麥梅芳的盤點生命

● 來自日得拉聯絡處的  
見習委員麥梅芳分享  
自己在二〇一六年加  
入慈濟時只有二十二  
歲。當時那顆心還不  
堅定，也沒有很認真  
在做慈濟。



● 後來因為疫情，慈濟活動轉為線上，有師姊邀約她成為蓮花主，這對她是很大的挑戰，因為不善於溝通。她開始承擔時只是做記錄，後來師姊鼓勵她，讓她去帶動，到現在也看到了自己的進步。

●她表示，看到上人雖然年紀大了卻還是要拼命為弟子說法，讓她覺得很慚愧，覺得自己還這麼年輕，應該可以做得更多。所以當時也發心要好好力行菩薩道。

● 因緣真奇妙，發心後，就有這個因緣來入經藏演繹手語。當時的生活就是早上上班，放工后就練習手語。那三個月是自己人生中過得最充實的日子。經藏演繹當天更是滿滿的感動與法喜。



●入經藏需要茹素三個  
月，她開始思考可以  
趁著這個因緣持長素。  
所幸家人也很支持。  
感恩家人會特別為了  
她多點素菜、少點葷  
食。素食煮得好吃，  
家人也會吃。她就開  
始常煮素食給家人吃。

●對她來說，慈濟算是  
人生的一個轉折點，  
讓她發揮生命的良能，  
去做對的事情，讓自  
己分秒不空過。最後，  
她也發願去力行菩薩  
道。

# 德瑋師父回饋

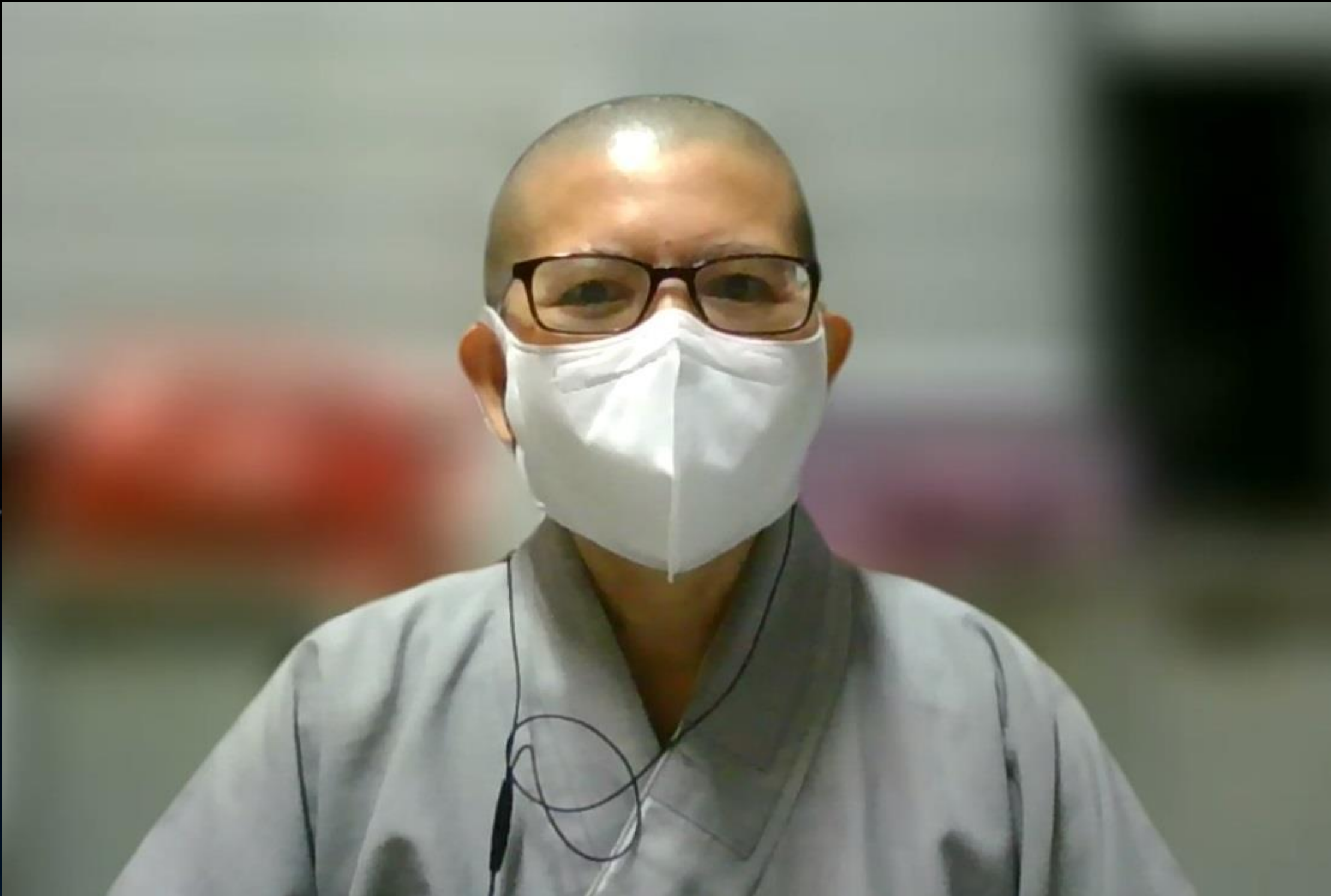
● 德瑋師父分享，法的傳承是非常重要的，傳承是非常重要的，傳法人除了要會講，同時也要真正的落實自己的生活中。要加強做的方面才能與法融合在一起，才知道法的運用程度更廣。



●要自己從心裡面體會法，是要透過不斷的付出，通過不同的志業來成就，因為兩個是平行的。所以上人說福慧要雙修，修福需要智慧轉煩惱，只是修慧沒有去做的話，就不知道福是什麼。

● 福慧平行更能成長，  
尤其年輕人更要發願。  
對於家人，我們可以  
發更大的願來回報。  
讓他們加入素食的行  
列，看到素食的好處，  
要發大願才能成就這  
個好因緣。

● 感恩德瑋師父





# 德瑋師父愛的叮嚀

●今天聽到大家的分享，  
聽到大家在盤點自己  
的人生，很感動。走  
在慈濟的路上為什麼  
要盤點生命？就是要  
反省自己，慈濟路上  
的成長是什麼。



● 看看自己停在哪個階段，如果起煩惱心，就要把腳步放慢，看看自己的方向對不對，看準了方向，調整腳步，再往前走。今天如果可以走到十五年、二十年，並不是沒有起過退轉心。



● 每一次的感動與成長，  
讓自己捨不得離開慈  
濟這一條路。我們所  
碰到的問題，五年後  
再回頭看，其實並不  
算什麼。看看自己在  
慈濟路上，是煩惱多  
過法喜，還是法喜多  
過煩惱？

● 所以每一次參加的訪  
視或是任何活動，都  
要當做是一個法會，  
再盤點自己學到的是  
什麼，這樣才可以看  
到自己的進步。大家  
要有因緣觀。












● 例如參加歲末祝福，  
如不參加，那個時間  
在做別的事，是否可  
以保證這段時間沒有  
造任何的惡業？參加  
慈濟的活動，無論任  
何的功能組都一樣，  
這個時間可以用來和  
五百人結好緣。



● 在精舍要結的緣更廣，  
所以我們要把握因緣  
回到心靈之家的靜思  
精舍。在慈濟路上走  
得很累的時候，要記  
得回來精舍充電，因  
為這裡的磁場還是不  
一樣，最主要的是心可  
以洗淨，重新出發。

● 大家要把握因緣回來  
來精舍。師父表示自  
己也是吉打人，希望  
有因緣回去吉打跟大  
家多分享，不過還是  
等大家回來精舍比較  
快。期待大家在菩薩  
道上要更精進。



 德瑪	 靜思弟子_陳明誠 (音控)	 靜思弟子_伍玲玲	 靜思弟子_蘇志祥	 靜思弟子_洪勇毅	 靜思弟子_郭美瑾 (盧昂)	 靜思弟子_陳可文/誠彬
 靜思弟子施慈慈	 靜思弟子_黃慮本	 靜思弟子_麥梅芳	 靜思弟子_莊慮昶	靜思弟子 鍾慈禮	靜思弟子-張鳴鳳	靜思弟子 李玉...
靜思弟子-楊蕙...	CTTan	iPhone	靜思弟子-黃慈沈	Lim Guat Cheh	靜思弟子_李叔萍	Yong weng seng
靜思弟子-楊蕙瑛 (慈鏡)	CTTan	iPhone	靜思弟子-黃慈沈	Lim Guat Cheh	靜思弟子_李叔萍	Yong weng seng
淑玲	靜思弟子苏丽芬	Feon Yeoh	靜思弟子_许素华	靜思弟子_潘思俾	靜思弟子_戴慈夷	靜思弟子_汪美莉
淑玲	靜思弟子-苏丽芬	Feon Yeoh	靜思弟子_许素华	靜思弟子_潘思俾	靜思弟子_戴慈夷	靜思弟子_汪美莉
靜思弟子_陳智...	靜思弟子_李世良	靜思弟子_陈明峻	靜思弟子 骆荣槟	靜思弟子_刘杏珠	靜思弟子_慈丕	LEE HEONG FONG
靜思弟子_陳智娴 (音控)	靜思弟子_李世良	靜思弟子_陈明峻	靜思弟子 骆荣槟	靜思弟子_刘杏珠	靜思弟子_慈丕	LEE HEONG FONG
靜思弟子_尤慮忱	靜思弟子_陳彩晶	靜思弟子_何義雄	靜思弟子-楊惠音	靜思弟子_許慈旗	Si Ying	P06 - happy on...
靜思弟子_尤慮忱	靜思弟子_陳彩晶	靜思弟子_何義雄	靜思弟子-楊惠音	靜思弟子_許慈旗	Si Ying	P06 - happy ong (慈諒)
	靜思弟子_李文新	realme RMX3521	靜思弟子_陈雪冰	靜思弟子-吳本榆	Teh	
	靜思弟子_李文新	realme RMX3521	靜思弟子_陈雪冰	靜思弟子-吳本榆	Teh	



恭祝 上人

法體安康  
常住世間  
法輪常轉

馬來西亞

吉打分會

劉濟旌暨全體  
靜思弟子

恭敬頂禮