

二零二五年九月二十七日

馬來西亞分會

峇六拜與高淵

慈濟幼兒園

校友親子人文班

感恩參訪

慈濟洗腎中心

人數統計

子	親	志工	總人數
二十八位	三十五位	五位	六十八位

活動目標：

一、認識醫療志業，培養感恩心

二、提升健康意識，實

踐自我照顧

三、啟發同理關懷心

四、實踐感恩行動，傳

遞愛與祝福

報到

峇六拜與高淵慈濟校友
親子人文班共聚於檳城
慈濟洗腎中心，展開一
場人文之旅。



拍攝者：「感恩參訪慈濟洗腎中心」真善美團隊

親子們齊聚一堂，享用
由香積志工與常駐志工
用心準備的早餐。



拍攝者：「感恩參訪慈濟洗腎中心」真善美團隊

分組探索趣

活動分為三組——慈幼、慈少、家長，分別進行洗腎中心導覽。雖因醫療規範無法入內近觀洗腎室，但護士仍耐心解說腎臟的重要功能，並介紹洗腎治療所需的針器，讓親子們了解「身

體健康無價，需時時感恩與護持」。



拍攝者：「感恩參訪慈濟洗腎中心」真善美團隊

在《佛陀問病圖》前，
常駐志工娓娓道出慈濟
洗腎中心的創立因緣，
追溯證嚴上人於醫療志
業中的悲心故事。



拍攝者：「感恩參訪慈濟洗腎中心」真善美團隊

接著，鄧慈憫師姐也分
享了香積飯與五穀分的
研發因緣——如何從苦難
中啟發慈悲智慧，研發
出便捷又營養的「愛的
糧食」，為大家帶來溫
飽與希
望。



拍攝者：「感恩參訪慈濟洗腎中心」真善美團隊

見證故事 啟發善念

林慈援師姐接續分享洗
腎中心創立點滴與竹筒
歲月的故事，提醒大家
「滴水能匯成河，竹筒
點滴聚
大愛」。



拍攝者：「感恩參訪慈濟洗腎中心」真善美團隊

接著，由腎友葉慧婷師姐現身說法，分享自身從怨懟命運到轉念感恩、走入人群付出的歷程。她的故事如一盞明燈，照亮他人，也啟發在場每一位。



拍攝者：「感恩參訪慈濟洗腎中心」真善美團隊

最後，由黃佩薈護士帶來健康講座《照顧您的腎臟》，提醒大家珍惜健康、少糖多水，用生活實踐愛己護人。



拍攝者：「感恩參訪慈濟洗腎中心」真善美團隊

之後，常駐志工們為分
享者送上「小兔毛巾」
結緣品。



拍攝者：「感恩參訪慈濟洗腎中心」真善美團隊

手作感恩卡 情意滿滿

慈幼與慈少用心製作感恩卡，親手寫下對腎友、護士與志工們的祝福與鼓勵；一張張色彩繽紛的卡片，蘊藏深深感恩心意。家長們則圍圈圈，彼此分享今日的感動與省思，人人法喜充



拍攝者：「感恩參訪慈濟洗腎中心」真善美團隊

法喜圓滿 人文同行

活動尾聲，峇六拜與高
淵慈濟校友親子代表，
將貼滿感恩卡的畫板獻
給洗腎中心常駐志工，
表達誠摯謝意。



拍攝者：「感恩參訪慈濟洗腎中心」真善美團隊

心得分享

郭柔均分享：「我今天
學不能吃太多糖。女生
一天最多只能吃六茶匙
的糖喔！
回去後，我要把今天學
到的知識告訴家人，讓
他們注意少吃糖，吃得
更健康。」



拍攝者：「感恩參訪慈濟洗腎中心」
真善美團隊



拍攝者：「感恩參訪慈濟洗腎中心」真善美團隊

溫勇衡分享：「透過護
士姐姐的分享，我學習
到要少吃糖果、少喝含
糖飲料，多吃蔬菜。」

林靖淳分享：「這次參訪讓我深深體會到——愛真的很重要。」

從師姐的分享中，我看到她從無法面對疾病，到最後勇敢接受，並把愛傳遞給別人，這需要極大的勇氣，讓我深受感動。

我也更加明白，自己擁有健康是多麼幸福。我們能自由行動、追逐夢想，而許多腎友卻做不到。因此，我們更要珍惜當下，全力以赴，把握生命去完成未能實現的夢想。

在感恩卡上，我畫了一

束紫色的花。紫色象徵
高貴，希望他們雖然身
患疾病，仍能活得有尊
嚴、有力量。花代表祝
福與感謝——他們用行動
教會了我感恩與知足，
也讓我學習堅強與勇敢。
願他們繼續以笑容面對



拍攝者：「感恩參訪慈濟洗腎中心」真善美團隊

生活，感受愛，也把愛
傳遞給更多人。」

許詩韻師姐分享：「今天帶孩子來參訪洗腎中心，最大的收穫聆聽腎友分享，體會到健康的重要。」

此外，透過護士姐姐的分享，我們也學習到要少吃糖果、少喝含糖飲料，多吃蔬菜、少吃精

緻食物。現在的孩子很容易被零食、飲料吸引，反而忽略了最重要的白開水。希望今天的體驗能讓孩子懂得節制、懂得珍惜健康，養成良好的飲食習慣，遠離疾病。」



拍攝者：「感恩參訪慈濟洗腎中心」
真善美團隊

吳龍水師兄分享：「今天是我第一次參訪檳城洗腎中心，也了解到北海和吉打同樣設有洗腎中心。」

讓我感動的是，這裡共有四十八台洗腎機，承擔八十六位腎友的治療。透過今天的學習，我知

道糖尿病和高血壓是導致腎病的主要原因，因此我們要好好保護腎臟，從日常飲食做起。

要多吃蔬果、高纖維食物，一份蛋白質，一份碳水化合物，宵夜要盡量減少。保持良好飲食習慣，就是守護健康、



拍攝者：「感恩參訪慈濟洗腎中心」真善美團隊

愛護自己的第一步。」

郭依雯師姐分享：「這次活動主要是希望孩子們能親身了解慈濟洗腎中心的運作，體會腎友的辛苦，並感恩常住與志工們無私的付出。透過護士姐姐的講解，孩子們認識到如何預防腎病，特別是了解到過

量攝取糖分會導致糖尿病，而糖尿病又會進一步傷害腎臟。這讓孩子們明白少吃糖、養成健康飲食的重要性。

活動中製作感恩卡的環節，是為了啟發孩子們的感恩心，落實『感恩、尊重、愛』的教育理

念。我們希望他們學會
表達感恩，並把這份愛
與祝福傳遞出去——即使
是一句小小的祝福，也
是一股溫暖的力量。」



拍攝者：「感恩參訪慈濟洗腎中心」真善美團隊

高秀琳師姐分享：「洗
腎中心對病友來說是第
二個家，他們靠洗腎維
持生命，承受著常人難
以體會的苦，也不知生
命還能延續多久。」

上人常說『**行善行孝不
能等**』，讓我深深體悟
要珍惜當下。我已盡了

要珍惜當下。我已盡了
孝道，接下來要盡善道
，付出無所求。
願與更多人結善緣。因
此，我決定成為志工，
每週到洗腎中心值班一
天，陪
伴與關
懷病友。」



張文寶師兄分享：「上人對受災戶的用心，啟發靜思精舍師父研發出香積飯——災難來時，只要有乾淨的水，就能溫飽肚子。」

當中，腎友師姐的分享，讓我體悟到健康飲食的重要；一旦患上腎病

，生活便失去自由。護
士的講解，也讓我對含
糖飲料多了一份認識與
警惕。」



拍攝者：「感恩參訪慈濟洗腎中心」真善美團隊

郭樂健師兄分享：「雖然這不是我第一次走進慈濟洗腎中心，但每一次來訪，都能感受到那份莊嚴與溫馨。」

首先，最令我感動的是一位正在洗腎的病友。他以真誠分享生命經驗，提醒大家要吃得健康

、活得健康，正如慈濟
洗腎中心的宗旨——守護

生命、守護健康、守護
愛。唯有擁有健康，才
能有力量的付出，成就愛
的循環。他用生命說法
的身影，深深觸動我。
另一個讓我印象深刻的
故事，來自一位常駐師

姑。她提到，有位參訪者在接過她遞上的一杯茶後，竟感動落淚。原來那位參訪者過去鮮少被尊重，在慈濟卻第一次感受到平等與被重視。這看似簡單的舉動，卻展現了慈濟獨特的人文關懷——用真心待人，

讓人感受溫暖與尊嚴。

作為一位受證十三年的
慈濟人，我深深體會慈
濟精神如涓滴長流，潤
澤人心。雖然現因事業
繁忙，無法常常參與，
但心始終與慈濟同行。
感恩上人的法與慈悲緣
分，讓我在慈濟路上持

續學習、受益。感恩。



拍攝者：「感恩參訪慈濟洗腎中心」真善美團隊

羅芝芬師姐分享：「整個課程活動協調得很好，大家默契十足、互相成就。家長們也有機會走入各個慈濟志業體，更深入認識慈濟，認同慈濟平等、智慧、愛護眾生的理念。這次醫療志業導覽，讓

家長們體會到慈濟以人為本的精神——守護健康、守護愛。

踏入慈濟洗腎中心，感受到的不只是醫療，更是安心與溫暖。

我自己也是因洗腎因緣而認識慈濟，每次回到洗腎中心，都像回到另



拍攝者：「感恩參訪慈濟洗腎中心」真善美團隊

杜麗燕師姐分享：「我常常路過慈濟洗腎中心，但今天是第一次踏入這裡。裡面不僅有洗腎設備，還有溫馨大廳與靜思書軒，陳列著書籍與靜思產品。讓我印象最深的是，大廳擺放的不是上人像，而是《佛

陀問病圖》。經過師姐
的分享，我明白了其中
的因緣與啟發。

身為家長，我因孩子結
緣走入慈濟。每次鼓勵
孩子行三好，自己卻常
因忙碌而忽略了。但陪
孩子上課時，我也能靜
下心來，提醒自己學習

師姐們的精神，從心落
實三好。

透過參訪，我看到慈濟
洗腎中心與眾不同之處
——這裡不僅治病，更療
心。志工們的陪伴，讓
腎友從埋怨、悲觀，轉
為充滿正能量，還積極
投入社區環保、竹筒歲



拍攝者：「感恩參訪慈濟洗腎中心」真善美團隊

月等活動，展現了大愛的力量。」

林瓊玲師姐分享：「今天參加九月份親子人文班，參訪了慈濟洗腎中心。這是我第二次參加，依然感觸良多。原以為洗腎已很辛苦，沒想到比想像中更不易。透過志工與護士的講解，更深刻體會到腎的重要

，也學會如何好好照顧自己的健康。

最讓我感動的是志工們用心陪伴腎友，以愛溫暖他們的心，讓許多腎友從「被關懷」轉為「願付出」，從手心向上變為手心向下，繼續去幫助他人。



聆聽家長們的分享，大
家都深受觸動。我也希
望更多人能走入慈濟，
成為志工，讓這份愛與
善緣不斷延續。」

拍攝者：「感恩參訪慈濟洗腎中心」真善美團隊

陳力維師兄分享：「今天是我第一次參觀慈濟洗腎中心。才知道洗腎過程既耗時又辛苦，身心都要承受極大的考驗。想到血液被抽出體外清洗，再輸回體內，真的難以想像。

聽到洗腎三十年的師

姑分享，她依然精神奕奕，讓我深受感動。她說，因為有慈濟的陪伴，才有力氣走到今天。也感恩護士的健康宣導，提醒我們要少糖、少油、少鹽，保持運動與良好作息。看見腎友們的堅強，更讓我懂得珍



拍攝者：「感恩參訪慈濟洗腎中心」真善美團隊

惜健康，
培養良好的生
活習慣。」

駱曉惠師姐分享：「這
是我第一次踏入慈濟洗
腎中心，感覺這裡不像
醫療場所，更像是一個
讓腎友們感到溫暖與被
關懷的『家』。

平日裡常聽說洗腎是一
條漫長的路，卻對其過
程並不了解。今天這一

趙讓我上了寶貴的一課——原來腎友們每週需洗腎三次，每次長達四小時。那是一段多麼漫長、甚至煎熬的過程。然而，在明澶師姐的分享中，我看到『只要心中有陽光，終會遇見曙光』的力量；只要保持正

向思維，就能從苦中開
出花來。

感恩佩蕙護士小姐的健
康分享，讓我意識到：

趁著自己還有健康的身
體，更應珍惜當下，注
意營養均衡，養成正常
作息，並多行善、助人
利他，讓愛繼續延伸。



拍攝者：「感恩參訪慈濟洗腎中心」真善美團隊

鄧慈憫師姐分享：「這

次的對象以孩子為主，

因此我們準備了較為親

切、童言童語的講述方

式，透過故事引導，讓

孩子聽得懂、家長也能

感受其中的意涵。同時

，我們也希望透過活動

，讓家長體會到——除了

事業與家庭，

仍能善用時間行善付出。
父母是孩子的榜樣，
唯有身體力行，孩子才能真正學會「三好」。

此外，每一次的參訪都要有明確目的，不能只是『走馬看花』。唯有如此，活動才能在大家

心中留下印記，種下善
的種子。未來，當他們
回到各自的親子人文班
，這些體驗都能成為養
分，日後萌芽，成為慈
濟教育的後盾。

此外，我們也安排參訪
靜思書軒，讓大家了解
書軒的角色與精神。我

們希望破除外界對靜思
產品的誤解——靜思產品
並非追求利潤，而是體
現上人的叮嚀『克勤克
儉、簡樸生活』。每一
項產品都蘊含理念，提
醒我們如何將法落實於
日常。

透過故事與實際分享，



我們希望讓大家明白：
慈濟人文不只是說法，
而是生活中的實踐；每
一次參訪，都是播下善
與愛的契機。」

拍攝者：「感恩參訪慈濟洗腎中心」真善美團隊



拍攝者：「感恩參訪慈濟洗腎中心」真善美團隊

恭祝
上人

法體安康
常住世間
法輪常轉

馬來西亞分會
執行長暨
全體靜思弟子
恭敬頂禮