

目錄



引用本會獎助學生製作之分享卡

發行所 財團法人法鼓山
社會福利慈善事業基金會

董事長 果東法師

會長 王景益

發行地址 11244 台北市北投區公館路186號

電話 (02)2893-9966 轉慈善基金會

網址 <http://charity.dfm.org.tw>

出版日期 2017年05月

版權所有，未經授權不得轉載

- 2 方丈和尚開示
感恩奉獻·福慧傳家
- 3 會長的關懷
我們是生命共同體
- 4 走過 2016 年 - 慈善足跡摘要
- 5 百年樹人獎助學金
灌溉希望的種子
- 25 年節關懷與機構關懷
匯聚各界愛心 傳送溫暖
- 36 安心家庭與陽光有約
以心關懷 安心安家
- 44 災難救助
祈願人人心安平安
- 51 海外災難救助
跨越國界撫慰身心
- 55 四川賑災後續關懷
心靈環保 心安平安
- 60 特定群體關懷
落實整體關懷 注入向善力量
- 62 人才培訓
布施的人有福·行善的人快樂

信用卡捐款授權書及慈善捐款方式

感謝所有參與本會關懷、救災和災後重建的所有法師、義工及相關人員的付出；以及本書編輯過程中，提供協助的所有人員。

★愛護地球環境，本刊物採用環保大豆油墨印製及環保紙張。

感恩奉獻，福慧傳家

佛法有個名詞稱為「法住法位」，意思是說，生活中的萬事萬物，都有各自的現象和功能。然而當我們從整體看待的時候，會發現彼此是互依、互補的生命共同體。

現代人崇尚自我，當個人面對家庭的時候，有些人會以自我利益為優先；佛法则提出，個人的安身立命，無法脫離環境中的人事而存在。因此，法鼓山創辦人聖嚴師父有一段話：「無我的智慧，安心安身；平等的慈悲，安家安業。無盡的感謝，安心安身；無限的奉獻，安家安業。」便是期許我們，用智慧與感恩心來照顧自己，用慈悲和奉獻來關懷家人與周遭環境。

不論時空環境如何轉換，家是我們安心、安身的避風港，家所提供的物質生活安頓和精神生活的歸屬感，仍是無可取代。雖然家家有本難念的經，建議都能把它當成是啟發智慧的心經，及修福修慧的菩薩行功課，在生活中養成知福惜福、感恩報恩的正面心態；安於當下、促緣改善，讓自己與家人都能有福有慧，共同成長。



2017年法鼓山以「福慧傳家」為年度主題，希望與社會大眾共勉，用慈悲、智慧照顧好自己的家，是菩薩行基礎。再逐漸擴大，由小至大、由內而外，在所處的環境中，盡心盡力，隨緣盡分，奉獻利他。

祝福大家：修福修慧，安心安家；六度萬行，傳心傳家。

法鼓山方丈 釋果東

我們是生命共同體

回顧2016年，就在國人最重視的農曆年前夕，2月6日清晨，台南市發生芮氏規模6.4的大地震，嚴重災情造成百餘人罹難，是繼921大地震後最嚴重的地震，震碎許多家庭平安團圓的新年。

許多救難人員不眠不休地在災區奉獻；法鼓山也隨即啟動緊急救援機制，前往倒塌現場關懷，並設置服務據點協助救災，義工二十四小時輪班，提供物資、陪伴災區民眾和救災人員，度過最需要安心、護佑的時刻。創辦人聖嚴師父曾說過：「我們是生命共同體，在災難之後，是往正面思考的契機，由災難中得到很多的教訓，大家應該要求平安，求平安要先求心安，從每個人自心做起、自身做起。」

全球天災與人禍不斷「世間無常，國土危脆」，有更多受災者和弱勢者都需要不斷的關心和協助，法鼓山慈善基金會兢兢業業於國內外的慈善工作，能力雖然有限，但希望能善盡一份力量帶來影響，讓更多的人給我們支持，大家共同給予受苦受難者扶持。



感謝在第一線的義工們的奉獻付出，感恩無數善心的護持捐款者和各單位機構，同時更要感恩受苦受難的菩薩願意接受我們的付出。對眾多善因緣的護持與成就，我心中充滿無限的感激與謝意，法鼓山慈善基金會將秉承聖嚴法師的教導「安己、安人、安樂眾生」的本懷，與世人共創善因善緣，朝人間淨土而前行。

法鼓山慈善基金會會長 王景登



走過2016年——慈善足跡摘要

項次	事件	說明
1	百年樹人獎助學金	<ul style="list-style-type: none"> 辦理百年樹人獎助學金、學習禮兩學期共 3,070 人次。 讀書心得徵文活動，共 543 人次。 傑出才藝獎助學金共頒發 10 位學生。 分享卡創作，得獎者 628 人次。 分享卡聯誼會共 30 場，共 1,361 人次。 兒童暨青少年學習輔導專案，共 6 區辦理，關懷 1,354 人次。
2	個人及特定群體關懷	<ul style="list-style-type: none"> 端午、中秋、歲末，共關懷 6,668 人次。 機構關懷共 8,396 人次。 北投地區獨居長者陪伴關懷，19 場次，206 人次。 大專院校學生社團補助，共補助 105 個服務性社團。 捐助清寒、獨居老榮民春節期間即食調理包 1,800 包。 捐助新北市鼻頭國小 23 座護眼檯燈。 捐助南投縣信義鄉雙龍國小附幼和一年級，共 54 名新生體育服。 捐助新北市三重商工「食物製備教室裝修改善」。
3	急難救助	<ul style="list-style-type: none"> 安心家庭關懷專案，共補助 847 戶次家庭。 「與陽光有約-心靈環保之旅」，共舉辦 28 場次，受助 985 人次。
4	災難救助	<ul style="list-style-type: none"> 2/6 台南地震關懷，設置關懷陪伴安心服務，提供熱食、祈福關懷、急難慰問金、校園清理、受災戶家園清理、獎助學金等。 2/14 舉辦祈福平安法會。 捐贈台南崑山國小教學設備投影機並捐助教學樓補強復建工程。 07/08 尼伯特風災關懷，關懷受災戶，清理校園，捐助台東縣各國中小學教學設備，並捐助卑南國中健力柔道館興建工程。 09/13、09/23 莫蘭蒂和梅姬風災關懷，發放慰問金和協助校園清理。 捐助宜蘭、彰化縣獨居長者、低收入戶、身心障礙者，共 3,200 只偵煙式住宅用火災警報器。
5	海外災難救助	<ul style="list-style-type: none"> 尼泊爾大地震關懷，援助尼泊爾前譯紀念學校增建「衛浴餐廚、活動中心暨衛生改善設施」工程。捐助 400 位貧童書籍、制服、書包等學用品。 菲律賓海燕風災關懷，援助共 21 位受災學生獎助學金。 10/4 海地-馬修 (Matthew) 颶風關懷，捐助 NPH 組織，進行「海地-馬修颶風災後重建計畫」。
6	四川後續關懷	<ul style="list-style-type: none"> 舉辦國中小 18 場次生命教育課程，共 1,036 人次參與。暑期高中、大學營隊，共 230 人次參與。
7	人才培訓	<ul style="list-style-type: none"> 共舉辦 12 場救災與慰訪，參加 18 場公部門演習等，共計 667 人次參與。



百年樹人獎助學金 灌溉希望的種子

百年樹人獎助學金原是法鼓山關懷九二一震災，以協助災區弱勢家庭中的學子，「法鼓山慈善基金會」成立之後，更將援助對象擴大至全台，從 2002 至 2016 年度止，已完成第 29 期，累計協助 37,496 學生人次。

本會為了深化關懷，舉辦各式後續關懷，如頒發活動、致贈書籍和文具（即學習禮）、舉辦「分享卡-創作聯誼會」、鼓勵學生參與義工服務的學習服務，亦透過「兒少學輔」的定期和持續課程，給予身心關懷及學業輔導，也頒發「傑出才藝獎助學金」，發掘學生的多項才藝表現。

期望透過種種規劃的活動，傳遞法鼓山的理念和社會的關懷，將善的種子灑向社會的每一個角落，相信終能有開花結果之日。

2016 年獎助學金補助一覽表 (人次)

期別	小學	國中	高中	大學	小計
第 28 期	401	389	400	417	1,607
第 29 期	324	341	407	391	1,463
總計	725	730	807	808	3,070

計畫 / 活動名稱	學生人次
1. 獎助學金補助和頒發活動	3,070
2. 學習禮贈送文具、書籍	3,070
3. 讀書心得徵文活動	543
4. 分享卡活動	
4.1 分享卡-創作聯誼會	1,054
4.2 分享卡-作品評選	1,478
5. 高中和大學之學習服務	1,517
6. 兒童暨青少年學習輔導 / 兒童心靈環保體驗營	1,354
兒童心靈環保體驗營	145
7. 傑出才藝	10





頒發活動

獎助學金依學校每年兩次的學期期，上下半年各一期，辦理申請與頒發活動，2016年（第28、29期）的頒發活動分別於4月10日至5月29日及10月16日至11月20日間進行，全台共有88場頒發活動，總計有學生、家屬及義工共5,789人次參與。

各地區的頒發活動，除了傳遞法鼓山「心靈環保」的理念，更規劃具有教育和趣味的學習活動，如各式各樣的體驗活動和參觀行程，帶領同學們體驗禪修、茶禪，或是DIY動手做的樂趣，也至戶外大自然生態體驗，透過特色的頒發活動，吸引同學發現自我，並探索環境，愛護自然和萬物，每一場的頒發，從籌劃到辦理，都有無數的義工灌溉很多努力和愛心於其中，也可以看到許多動人的畫面，感受到滿滿的溫暖。

2016 參加頒發活動人數一覽表

期別	場次	學生人數	家屬人數	義工人數	小計
第28期	44	1,559	839	676	3,074
第29期	44	1,432	686	597	2,715
總計	88	2,991	1,525	1,273	5,789

歷年補助人次統計表

年度	國小	中學	高中	大專	總人次
2000年	-	-	107	73	180
2001年	39	19	156	72	286
2002年	94	86	143	72	395
2003年	261	179	272	130	842
2004年	506	366	523	233	1,628
2005年	559	497	569	295	1,920
2006年	767	527	632	423	2,349
2007年	811	570	708	409	2,498
2008年	970	656	708	344	2,678
2009年	1,043	669	750	349	2,811
2010年	988	644	664	350	2,646
2011年	1,047	724	670	461	2,902
2012年	1,038	787	740	541	3,106
2013年	1,014	827	837	702	3,380
2014年	952	871	867	782	3,472
2015年	814	841	828	850	3,333
2016年	725	730	807	808	3,070
總計	11,628	8,993	9,981	6,894	37,496

學習禮 / 讀書心得徵文活動

每期選定聖嚴法師的著作或相關的優良讀物與文具用品，透過頒發獎助學金的活動頒贈給每位學生。

期待學生藉由廣泛的閱讀，增加課外知識與培養良好品格；亦提供實用的文具讓學生的學習過程更為順利，配合學習禮書籍，鼓勵學生閱讀，舉辦讀書心得徵文活動。

2016 年讀書心得各學別投稿統計

期別	各組別數量					合計
	國小 (1-3年級)組	國小 (4-6年級)組	國中 組	高中 組	大學 組	
28期	23	40	53	55	49	220
29期	24	49	84	77	89	323
小計	47	89	137	132	138	543



學習服務

為培養學生的正向價值觀並養成回饋社會的胸襟，安排高中組與大學組的學生做學習服務，期待學生從奉獻和服務的過程之中，體會知足惜福，也能肯定自己有助人的能力，更增強自信心。

2016年共有1,517人次參與學習服務，經過義工們長期悉心關懷與陪伴，學生已逐漸展現出他們的成長與改變。



分享卡創作聯誼會

分享生活 · 溫暖感謝

每年配合獎助學金的申請，會舉辦兩次分享卡聯誼會，為申請的學生提供一個製作的平台，邀請同學共同製作分享卡，在互動的過程中相互學習，也激發個人創意，而達到共學的目的。

也藉由活動的安排及慰訪義工的陪伴，傳達法鼓山對學生的支持與關心。這些活動內容受到同學們和家長的喜愛和歡迎，連義工們也熱切的融入在手作的探索之中，希望藉這些活動讓同學們可以展現和肯定自我。



2016年分享卡創作聯誼會				
期別	場次	學生人數	家屬人數	義工
28期	10	279	105	85
29期	20	516	154	222
合計	30	795	259	307

分享卡創作評選

「百年樹人獎助學金」除了協助弱勢家庭的學子們學習費用之外，也透過各種後續的關懷活動，傳遞法鼓山和社會的溫暖。

九月是新學期開始，聯絡同學申請獎助學金的申請送件和收件之外，除辦理「分享卡創作聯誼會」，也增加有「分享卡創作評選活動」。

分享卡創作活動分初選和決選二階段辦理，每年辦理一次，2016年於第29期辦理評選，申請件數總計1,478件，全台44地區，初步由該地區先行選出優秀作品，並推薦入決選區參加評比。而決選區則是由其他地區義工和本會協調推選一地區所主辦。

決選階段由該主辦地區邀請美術或相關專業老師或社會人士擔任評審委員，在公開、公平的情況下，評選出各學別各獎項得獎卡片。



兒童暨青少年學習輔導

學輔導地區為北投區-國小及國中二組、文山區、新莊區、中永和區、新竹區-富興國小、朝山國小及台中區雙龍國小，共計六個地區辦理八個班別。

2016年學習輔導班統計					
月份	地區	次數	學生人次	教師人次	義工人次
第一季	6	57	325	193	53
第二季	6	75	440	234	51
第三季	6	27	141	73	13
第四季	6	61	448	249	55
合計			1,354	749	172

註：新竹區富興國小因地處偏遠，師資不足自105年9月暫停。



文 / 鄭麗嬌

桃園、中壢、新竹地區獎助學金頒發

法鼓山慈善基金會桃園、中壢、新竹等地區，11月5日於大溪齋明寺舉辦第29期「百年樹人獎助學金」，受獎學生各區共計199位，連同參與的學生家人及義工，有近四百人與會。

很多學生和家人表示很喜歡齋明寺自然清幽的環境，微風綠意讓人隔絕煩囂，身心自在。頒發活動以「命運掌握在自己手上」的相聲表演揭開序幕。

就讀台灣戲曲學院三年級的朱同學，帶來一系列高難度的專業級街舞表演，令大家驚艷。苦練街舞已近8年的朱同學也與其他共同接受獎助學金的

同學們分享「要找到讓自己有熱情的興趣，並持之以恆地堅持下去」。

頒發獎項豐富，除了頒發獎助學金之外，也有許多同學榮獲學習禮、分享卡等獎項，在領取獎品時，同學們都非常高興，而看到獎狀上印著自己的得獎作品圖片，讓學生愛不釋手，這真是最好的鼓勵方式，也激發學生再接再厲提筆和用心認真的製作分享卡。在禪堂前大合照，以感恩的笑容為今日的活動劃下句點。

獎助學金頒發 各地區花絮

宜蘭地區

由莊詠筑、莊蒼鈺兩位美術老師，帶領同學製作分享卡，同學凝神專注的構思，每一處文字和圖畫的交織，都是一段心靈交會的時光，親手繪製卡片，傳遞對認養人的感謝之意。由法鼓山青年院的「純真·覺醒」之歌，帶領同學從靜寂的沈思中躍動起舞，大家同樂在一起，拉近了彼此的距離。秘書長果器法師蒞臨與會關懷，勉勵同學要珍惜所擁有，勿需比較，祝福同學更進步，有多少能力，就盡自己力量助人為善！



金山萬里區

在國父紀念館「心靈環保 SRE」現場舉行，鈔經、托水鉢、浴佛等，感念佛恩與父母恩。果樞法師關心同學並說明在母親節辦浴佛活動的意義，透過佛誕日結合母親節，用浴佛浴心，潔淨身心感恩佛陀、感恩父母、感恩師長及一切幫助我們成長的人。



南投地區

『國立手工藝館』的義工導覽解說館內設施。體驗動態~與藝術有約的新視野，接著由茶師的帶領下，初體驗「茶禪」，原本稍微浮動的心，在環境的攝受之下沈澱，不管大人或小孩身心都漸漸的安定下來，演義法師也鼓勵學生，多發揮同理心，平等對待每一個人，並相信自己的潛能，讓社會環境有更多安定的力量，創造人間淨土。



三重蘆洲地區

在淡水 147 農場舉行，經由農事體驗，愛護大地萬物，增進人際互動的機會。有親手 DIY 比薩、水草盆栽製做及獎助學金頒發。謝同學說他拿起水草時，濕濕黏黏的，心裏出現討厭的感受，但告訴自己要有耐心，試著重新拿起水草，把肥料補齊，用縫衣線一圈一圈網綁起來，原本心中不喜歡的情緒，轉化為接納與喜悅，面對與接受困難，去處理它之後，困難就不存在了。



中永和地區

因應端陽的暑熱帶來的蚊蟲滋生，教同學們製作驅蚊中藥包，以 DIY 用柿子造型布，製做驅蟲包，每個孩子都親自動手作，努力針線的縫合，看到呈現的作品之後，開心也很有成就感。



文山地區

來到陽明山福田園教育休閒農場，學習如何尊重自然，並愛上大自然。鄉村體驗課程，每人材料有棉布方巾一條、木製方盤及石頭各一件，各種葉片一盤，同學聚精會神的敲打，努力的將葉片槌染至方巾上，從學習槌染，也發揮耐心及創意，製作出不少美妙的作品。



海山 / 中正萬華地區

到富田農場，後山的小森林尋幽探訪、介紹野生植物，也正逢油桐花開的季節，小徑上落滿小白色桐花。麥桿菊小盆栽、彩繪風鈴、貓頭鷹冰箱貼、蝴蝶蜻蜓等，創意手作 DIY，有親自動手的快樂和成就，大家認真製作，做出自己滿意的作品。



彰化地區

念大四的小浩同學擔任串場主持人和獨舞的暖場活動，接著由十位同學帶來精彩的演出和分享，有學習古蹟解說的同學，介紹「如何欣賞古蹟」、聽障同學的手語教唱、有念航電，參加航空社的同學介紹空拍無人機的知識分享，他不僅透過文字解說，並拿出四小軸飛行器，教在場的同學玩法，讓同學驚呼連連。



高雄地區

在 28 期頒發，歌聲甜美的法青們，在烏克麗麗的伴奏聲之下，演唱「四眾佛子共勉語」的輕快旋律，大家跟著法青們一句一句哼著唱著時而拍手，輕鬆的旋律讓人心情放鬆。29 期的活動，義工們精心策劃了五個充滿趣味的團康遊戲，讓大家在成長的路上能夠學習團隊合作的精神、彼此尊重、並培養熱情和默契。



嘉義地區

受獎學生小廷、小軒姊妹以直笛合奏「甜蜜的家庭」並合唱一首「父親」，質樸的笛聲和清亮的嗓音，傳達為人子女的心聲，珍惜與感恩學生愛你的人，不只深深觸動了每個人的心，也讓現場氣氛飄著濃濃的幸福味道！



苗栗地區

設計花草植物圖樣，用木槌敲打定型於布上，見咚咚聲像有一大群啄木鳥，非常認真的在工作，手做敲染活動，是跨越年齡與性別的有趣活動，具有魔力般，讓所有參與的學生與家長，個個安靜並專注於創作，與佛法中禪修的靜心相呼應，具有安頓身心的妙益！



淡水地區

在國立臺灣博物館，由專門定點導覽的解說員，介紹館內珍藏的舊照片，介紹台北城的建築，從過往的時代變遷到近代，在時代的流光之中，雖然物換星移，但建築卻是越老越有格調和獨特的風格。



中山地區

製作棒棒糖鉛筆是大家期待的活動，白色加上紅、綠、藍三色黏土，經過大家的巧思巧手，變化出五顏六色的小湯圓，讓人愛不釋手，再一個魔術般的變身，又成了獨一無二的棒棒糖。小惠同學和媽媽一個搓白球，一個搓紅球，兩人合作愉快。可愛的棒棒糖鉛筆，收藏或送禮兩相宜。



台南地區

仁德糖廠十鼓文創園區參訪，在綠意盎然占地 7 公頃多的園區中，參觀西元 1909 年籌建的百年製糖歷史；乘坐懷古的甘蔗載運五分車，登高穿越三個大型蜜糖罐所串連的天空步道，及觀賞大家最期待的十鼓夢糖劇場擊鼓表演。



羅東地區

黃美涼老師帶來了竹節花器創意禪風康乃馨花藝，老師用心的指導大家，同學和家長們都專心製作，當大家捧著親手製做的康乃馨花卉作品，共同祝賀母親節快樂，現場洋溢歡樂溫馨的氣氛。



基隆地區

常恩法師引導大家參觀法鼓文理學院，開闊的空間與樸實的建築，每一方都能見到青山綠樹，與大自然巧妙相連。下午至北投區湖山國小做藍染DIY，由北投文化基金會朱孝慈老師介紹藍染並指導DIY做藍染手帕，同學和家長們沉浸在構圖和手染的樂趣中，從構圖、浸染、漂洗、晾乾、漂洗定色，專心一意，正是心靈環保的最佳寫照。



社子和新店地區

兩場活動的手作黏土小猴，老師以清楚、細心、幽默的示範教學，大家專注並細心的製黏小猴，當作品完成之後，老師檢視大家作品，對一些同學的發想和製作精巧讚賞有加，鼓勵同學繞場展現作品，獲得大家的熱烈掌聲和讚美。



三芝石門 / 新莊 / 三重蘆州

『多肉植物盆栽』DIY製作，植栽之前進行彩繪的設計，每個人的眼神都散發出認真的光芒。動作輕巧、細緻地為盆栽上色，仔細地完成每個步驟。接著也要在置於盆栽中的木片，寫下給自己祝福的話。這是一項自己做給自己的「禮物」。



文 / 琪翰

我在法鼓山的成長之旅

2009年我國中二年級，莫拉克颱風(八八水災)侵襲南台灣，風災和水災肆虐我的家園，當時許多的受災戶學生，都接受法鼓山獎助學金的幫助，我也是其中之一。

當年家境困頓，我和哥哥仍在學，發生過嚴重車禍的父親長期住在醫院，母親也不在身邊，家中經濟僅仰賴阿嬤一人務農維持，風災後農作歉收，家中天花板破了個大洞，我雖然不甚懂事，但也明白阿嬤的辛苦，也很感激法鼓山在此時伸出援手，多了一股力量支撐家裡的重擔，讓我能專心於求學之路。

我目前已就讀大三，在法鼓山我學習和遇見了很多不一樣的事物和體驗，從六龜安心服務站到屏東辦事處，我印象最深刻的是去墾丁淨灘，因為自己的一份心力，海灘回到乾淨的面貌，才領略到自己也能有付出的能力；也到了信愛護理安養中心去陪伴老人，帶一些簡單的活動，陪他們吃飯聊天散步，聽著他們說說過往的故事，讓我相當的感動。



就像在陪伴家裡的阿嬤一樣，希望他們可以過得開心。

每一次到法鼓山，總看見和善笑容和問候，感覺就像是第二個家，跟其他同學共同幫忙午齋，師兄師姐也不吝嗇的教導我們洗菜、切菜，甚至是洗很多碗的技巧跟流程安排，黃老師說過，不論在做什麼，我們的心要專一於現在當下所做的事情，這讓我無論在讀書或是工作，都時時刻刻提醒要更專注，將每一件事情順利完成。

在法鼓山的日子裡，心靈格外的平靜有收穫，還學習到很多不一樣的手工藝，像是蝶谷巴特，自製天然的壓花手提包，和大家一起學習、分享，一起茁壯，至今，我已是二十來歲的成年人了，很謝謝法鼓山這一路上的陪伴，希望未來畢業後，也能夠像法鼓山一樣，幫助社會上更多需要幫忙的人，讓善意永遠的在這個社會上持續流轉，謝謝法鼓山。



參加獎助學金 頒發由衷感謝

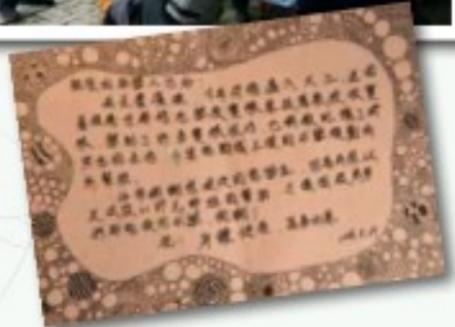
學生心得分享
文 / 筱筑

正值鳳凰花開畢業的季節，很快的我即將要畢業，在我的心中對法鼓山已經有滿滿的感情，也充滿著感激。

感謝法鼓山創辦人聖嚴法師，藉由地區關懷員讓我認識法鼓山；感謝獎助學金的認養人，謝謝他們的資助，讓我可以安心認真的讀書；及每一位為我們勞心勞力的的師兄師姐們，因為有你們，所以每一次都有那麼有趣又精彩的活動，謝謝豐富我的生命，謝謝這些生命中的貴人，讓我從一個不懂人情世故的黃毛丫頭，轉變為即將要出社會的青年人士，筱筑由衷的感謝。

大一時，我為了學習服務到農禪寺，報名兒童夏令營的隊輔志工，沒想到我因此愛上這裡，不僅學習到拜佛的恩典，也從中體悟到做人做事的道理。

我感謝身邊每一位幫助過我的人，因為我知道要幫助別人是非常不容易的，所以每次受別人的幫助時，在我心中就種下一個要回饋社會的心願，我相信我一定可以做得到的。



參加屏東頒發 有感溼地探索

學生心得分享
文 / 健倫

這次參加獎助學金接近大自然的溼地探索活動，前往林邊光采濕地，並由專人講解濕地生態，親自看到生物體在自然界中是如何相輔相成，形成生生不息，蓬勃發展的生態圈。

也安排手做野地廚房，在溼地邊搭建的簡易廚房，麻雀雖小，五臟俱全，設備齊全。學員親手做午餐，寓教於樂，了解廚師辛苦做料理的心情，更能吃到好吃的菜餚。

溼地裡林立很多公共藝術家的作品，師姐們安排一個小隊任務，學員必須與一項公共藝術品拍照，並說出為何與它拍照、為什麼擺出這個POSE？我們在輕鬆有趣的氛圍下逛完了整個園區。

下午在一片蘆葦田旁邊的綠能屋，頗有田園風采。在聽了光采濕地感人的緣起之後，同學們發表感言和分享小隊任務的心得，我們帶著感恩且愉快的心回到了屏東，完成當天頒發活動。



參加社子獎助 學金頒發有感

同學心得分享
文 / 玉慧

4月23日參加頒發活動，大約前一個月，師姐就打電話問我是否可以和妹妹表演，於是我們姐妹決定合唱歌曲作為表演。

第一個活動是老師教導我們如何用黏土做成一隻小猴子。原本我認為捏黏土是一件再簡單不過的事情了，不過親自體驗後，才了解到要捏成一隻小猴子很容易，但是要捏得好看，可不那麼容易呢！

爾後便是進行頒發獎助學金的活動，我相信，每一個人都是帶著感恩的一顆心去接受這一份恩惠的，領獎之後是我與妹妹的表演，站在台上時我有點緊張，也很害怕自己會怯場或是表現得不夠好，不過還好最後還是順利完成這場表演。

透過這些活動，我了解我們不只是手心向上的人，而是能夠付出自己的一臂之力，帶給他人更多的歡笑或幫助，我也期許自己，日後能夠成為一位懂得回饋社會的人。



法鼓山就像 我們的家

同學心得分享
文 / 慧君

我今年六月份即將大學畢業，跟法鼓山的緣分是在八八風災那一年，那時我高一，我是受助的學生之一。

記得在高中時，參加了法鼓山六龜安心站所舉辦的活動，每次的活動都覺得讓自己成長不少，我跟夥伴們非常的謝謝法鼓山舉辦活動的用心。有一次去日月潭，印象非常深刻，我們建造船，船是由桶子加繩索加竹子建造而成，建造完成後，我們就在日月潭中划船。

在這項活動裡，我們都學習到，在做任何事情，我們都需要非常的謹慎，每個步驟都需要一一的檢查清楚，才不會在最後關頭出錯。還記得舉辦夏令營時，我們都會到安心站一起做海報、排練表演，小小的辦公室卻有很多開心的回憶，就像是一個小家庭。

我高三那一年，法鼓山安心站正式撤離六龜，真的很捨不得各位師兄師姐。一直到上了大學，也和高中同學分開，我們都各自就讀不同縣市的學校，我們每次都會約好一起回來法鼓山做義工時數，正好讓我們大家聚在一起。這麼多年，法鼓山就像我們的家，提供給我們最強的後盾，成為我們的避風港，法鼓山的師兄師姐就像我們的家人，給我們最溫暖的關懷。

他助、自助到助人～ 我的人生學習

文 / 庭瑜 (新莊)

一開始接觸到法鼓山，是在我高中時，當時我們家是由媽媽撫養我們四姊妹，家中經濟較困難，幸好有每學期的法鼓山獎助學金申請，對我家來說，是非常大的幫助。每一次申請獎助學金都需要親手自製給認養人的分享卡，以及做服務學習。

在製作分享卡的過程，同時在培養我們抱持一顆感恩的心。每一次與師姐、師兄的接觸，都能感受到其寬闊的胸懷與待人處事的智慧，並進而引導我的思緒，使我的心靈更平靜。

曾到香積組做服務學習，了解每一樣食物從挑選、剝、切再到清洗的每一環，都有一定的步驟及訣竅，且絕不浪費任何食材，過程中十分嚴謹且講求效率。而每天都會清洗廚房，這一切都是由許多義工菩薩們同心協力齊心完成的，也使我從中學習到分工合作的重要。

大學期間，也到新莊辦事處的學輔班協助指導小朋友，十分感謝有這樣環境，讓我為這些小朋友們課業輔導，付出一點心力回饋給社會上的其他兒童。成長過程中我們受到不少人的幫助，也希望接下來自己也能有能力，回報給社會上其他需要幫助的人。



苗栗分享卡 聯誼會

文 / 張利珍



46位學生在鍾添堡、邱瑞育兩位老師指導下，分成六組製作第28期獎助學金的分享卡。

選出幾位具有優秀製作卡片經驗的高年級同學擔任小老師，教導低年級的學生。領取自己需要的材料後，便開始設計心目中最精美的卡片，用不同的色紙套色，有的拿起色筆精心設計圖案，有的剪剪貼貼專注的製作立體的卡片。在卡片裡，充滿著孩童的感恩之意：「有了資助人的支助，減輕父母的負擔，很感謝！」

卡片完成之後，鍾老師讚美孩子們很有自己的想法與創意，有的卡片造型很特別，但因為時間較短，所以仍有努力空間。邱老師則認為，大部分同學的文字駕馭能力值得肯定，也期許同學在文字部份，可以再精煉，因為卡片不是信函，內容不適宜太冗長。

擔任小老師的盧同學表示，這次擔任協助同學製作卡片，角色的轉換讓他有不同的感受，因為，必須要獨當一面，不僅要分配材料，更要協助其他同學們製作卡片，過程中需要彼此互相尊重，這是一種學習和成長！



文山區分享卡聯誼會～ 攜手前行，惜緣共勉

文 / 曾效蘭

2月29日於文山辦事處舉辦「分享卡創作聯誼會」。27位同學、17位家屬、連同義工、專職等共62人參與。

首先放映「人生無悔」影片-蘇格拉底與學生對話，歸納人生面臨重大選擇及困境時應該採取的態度。西方大哲學家對人生的感悟與法鼓山創辦人聖嚴法師提倡「四它」(面對它、接受它、處理它、放下它)竟然如此相應，古今輝映，異曲同工，看完之後更有體悟。

隨後慧珍師姐與同學闡述聖嚴法師「四感」(感恩、感謝、感化、感動)內涵精神及具體方法。接著是規劃四種性質不同的活動。第一區是分享卡製作區。優秀的陳同學協助指導學弟妹，第一次角色轉變開始承擔責任，表現的認真負責，可圈可點。



第二區「金猴報喜」、「彩蝶送愛」手工創作區，用五顏六色回收材料，製作各種可愛的動物造型。帶耳機的章魚，五彩繽紛的猴子，更讓人驚嘆同學們驚人的想像力與創意。

另外針對平日壓力沉重的家長，策劃「定心寫經」。許多家長們洗淨雙手，端坐振筆書寫心經，儘管四周環繞歡語聲，卻沒有絲毫擾動感覺。家長鈔經圓滿後，紛紛索取鈔經本，想在家中繼續書寫，而同學們在做好分享卡之後，也自動參加鈔經。

最後一區是益智遊戲「到彼岸去」，將寫著「散亂」、「懈怠」、「愚痴」三張紙牌，與彼岸的「禪定」、「精進」、「般若」位置按規則對換。這個遊戲結合佛法「六度」法及邏輯思考，非常具有挑戰性，家長及同學們都躍躍欲試，完成渡河任務後，更是歡呼聲掌聲不斷，熱鬧非凡。

看到家長能與同學們共同成長的過程，讓慰訪義工們更堅定信念，珍惜每次獨一無二的相聚時刻，在人生旅途上相互歡欣攜手前行，惜緣共勉，也為未來提供了努力的目標。



竹山分享卡聯誼會～ 植栽療癒手作趣

文 / 林雅芬

竹山地區 8 月 6 日於竹山共修處舉辦「分享卡聯誼會」，有學生 60 位、連同 10 位義工，共有 70 人參與。由林淑紅、魏文玲兩位老師指導同學。

當天「多肉植物微景觀」手作活動，同學們專注的栽種植物，同學說看到小小的植物生長在自己布置的小花園裡，就像看到生命的成長，覺得有股激勵人心的感動，也期許自己不管遇到多大的逆境，也要好好的活下去。

手做活動，另有段感人的插曲，有位新面孔的小男孩，不安的眼神和異於常人的舉動，讓其他同學注意著他。義工關心他時，他將卡片的材料揮灑到地上，把分享卡撕成兩半。

大家覺得有些氣餒，決定先讓他自處。義工請教關懷這戶家庭的慰訪義工後，得知孩子叫小龍，父親已往生，母親為新住民，他還有一位就讀小二的弟弟，小龍即將升上國一，但外形瘦弱，看來像小學低年級學生，智能有遲緩的狀況。

在下午的微景觀手作 DIY 活動，經過講解、介紹材料和做法之後，小龍拿起彩繪筆躍躍欲試，義工也趁此機會靠近他協助，小龍的專注和

投入的狀態，與方才判若兩人，義工們會心一笑，紛紛投以讚嘆的眼神，不敢相信眼前所見，沒想到微景觀手作可以讓孩子有如此的表現和轉變。



中區分享卡評選活動

文 / 蔡春香、徐嘉敏

為了鼓勵富有創意且用心和進步的同學，本期分享卡評選，全台分為七個選區，在第五選區之中，有臺中、東勢、豐原、南投、竹山等地區，今年則由東勢地區負責主辦評選作業。

9 月 10 日早上，東勢共修處揭開決選活動，共收到 180 位同學的作品，經五位評審老師細心決選出最佳「主題表現獎」、「整體造型創意獎」、「環保媒材運用獎」、「文筆獎」四項獎目。

主持人春香老師說明評審規則，接著進行五位評審老師的評選作業。按組別的配置，評審們一一至展示台仔細審閱，細細凝思每張分享卡，發現多數孩子的用心，每件作品都有各自特色。

看到同學們的卡片製作，從內容主題到製圖的設計，每年都有提昇，從中可以感受孩子們的進步和成長，讓人看著卡片，不由自主的連聲讚美，也讓在旁的許多慰訪義工備感欣慰。

最後依主題，遴選 69 張卡片獲得各項評比。選出的作品呈現出純真、自信、創意，也從同學的生活分享，讓我們更瞭解同學們，大家把心拉近，這些卡片傳達著自勉的上進心和回饋的動力，蘊藏著生命歷程美好與希望。



我與竹山的彩色分享卡

學生心得分享
文 / 黃順平

2016 年 8 月 6 日是竹山地區「分享卡製作聯誼會」的日子，時光荏苒，我從國小三、四年級初次領取「百年樹人獎助學金」，至今已有 14 年之久了，如今我已經是大四學生。

當天我看到一批新面孔的同學，讓我特別有感覺，還記得小時候，我剛到此地，嚇到差點哭出來，我從小生性害羞又膽小，遇見陌生人都不敢講話，默默地躲在一旁角落靜靜地坐著，我從斗六地區來到這個完全不熟悉的地方，令我感到害怕。

但是每次參加分享卡製作活動，總能透過分組，認識到更多的同學，彼此間互相合作，還有師姐們溫馨的與我們互動，我漸漸地開始熟悉這個環境，也開始喜愛這個地方。

我小時候不是個讀書的料，所以家人也沒抱太大的期望，認為只要乖乖不惹事就好，因此我國小時，我也認為自己沒辦法讀到大學，從領取獎學金之後，我盡量參加法鼓山的活動，從英文會話、拼布活動，我每一次都懷著感恩的心，很用心地去做好每一件事，哪怕是卡片的製作、讀書心得、蝶谷巴特製作或是小組長種子訓練，這些原本看似小小的活動，但對我卻是意義很大。

因為我也想不到這些做過的事情，也有派上用場的一天，我大學實習，公司活動需要做蝶谷巴特，整個公司竟然只有我一個人會，因此公司希望由我負責這個活動，要帶著一群小朋友製作。而我也沒想到參與多次的小組長訓練，竟然也讓我學會如何準備材料、如何教導小朋友的經驗，所以我很快能籌設活動，也知道如何做。

當年的我，在參加那些活動時候，沒想過有一天會擁有這些收穫。用心做好每一件事，這些親手製作的分享卡，都在見證我們每個時期的成長，只要努力的學習，是可以創造屬於自己彩色的人生分享卡！



基隆地區分享卡聯誼會

文 / 孫同祥

基隆地區每年都會辦理兩次的分享卡創作聯誼會，2016 年上半學期在 1 月 24 日，下半年則是在 8 月 28 日辦理。每場有約三十餘位同學和義工參加。

慰訪組孫組長帶領同學鋪地墊、搬桌椅及架設電腦等，在安定中完成場佈工作，也讓同學們體驗身在那裡、心在那裡，將佛法落實於生活中。

吳憶翎老師教同學用珍珠板做版畫和手作撕畫。版畫是將板上完成的文字或圖案，著色後印在卡紙上，此技法類似拓印，可運用在分享卡之上；手作撕畫則是要先構想要設計的圖形，再將圖形用手撕下，以黏貼、彩筆等種種材料和工具，完成作品，一張張環保又有創意的卡片便完成了。

憶翎老師在每次的分享卡教學製作，都有創新，總是能在一點一滴中看到老師的用心、惜物和環保。在分享卡教學中，不僅是教做卡片，同時也示範著珍惜物資愛護地球的環保理念。

基隆精舍副寺果樞法師關懷同學，關懷勉勵同學們，正向思考，在困境中愈要奮發向上，讓善的種子茁壯成長，讓善的力量延續到每一個需要幫助的角落。



嘉義地區分享卡聯誼會

文 / 李翎寧



7 月 10 日尼伯特颱風剛肆虐台灣，空氣仍有大雨後的潮濕，水氣密集得像張網，好像隨時又會下雨似的，但嘉義地區仍然如期於嘉義辦事處，舉辦分享卡製作聯誼會，學生 63 位，家屬 8 位，義工 20 位，共有 91 位成員參加。

活動邀請曉雨老師教禪繞畫。禪繞畫所需要的工具非常簡單，只要一枝筆和一張紙，就可以想到哪、畫到哪。透過重複的畫圓或繞條等基本圖樣，畫出漂亮的圖形，在畫畫的過程之中，也能透過專注繪畫來放鬆心情，達到療癒效果。

許多同學也馬上把學到的禪繞畫運用在他們的卡片製作中，讓卡片除了有感恩的心情點滴之外，還增加了禪悅的意境。下午的活動是手捏紙黏土，由老師帶領大家製捏小猴子。透過個人不同的想法與創意，捏出的小猴子型式都略為不同。

透過不同的猴子造型，也可以看出每個人不同的個性，透過作品的分享活動，大家彼此交換意見、激盪想法，進而互相欣賞，頓時教室歡笑連連，老師也教導大家如何發現他人的優點，欣賞他人。

看到同學們開心並歡樂的情形，透過活動完成分享卡製作，還可以結識朋友，分享生活經驗…等，大家相互關心、交流，這對同學們來說，也是欣喜的收穫。



新竹學輔班戶外教學暨結業式

1 月 16 日，老師和義工們帶領新竹學輔班 28 位同學，前往清華大學蝴蝶園和梅園戶外教學。在寒冷的冬天，義工們貼心的烹煮了熱騰騰的關東煮和養生湯做為午餐。

到蝴蝶園做植物導覽，再集合前往相思湖做環湖生態的導覽介紹。湖面上有天鵝和烏龜，小朋友們目不轉睛的觀賞。而在湖旁有石碑刻寫，曾有小朋友落水，當年就讀清大的同學和另一位高中生，兩人為了救人，雙雙溺斃，此碑是為了表揚他們捨己為人的精神。聽了這故事，大家心生警惕，默然哀悼，老師也告訴學輔班的學童們，無論在那裡，都要遵守規則，不可頑皮靠近湖邊或下水，這是保

護自己也是保護別人。

下午到梅園賞梅和成功湖旁松鼠及鴿子生態簡介。老師告訴小朋友，不能隨便餵食，會造成動物失去覓食的本能，愛護動物是要讓動物有求生的本能，才是真正對牠們好。

在大草坪上由助教帶領小朋友團康，讓同學們學習互助的重要。活動結束返程，小朋友說很快樂也很感謝老師和義工們的陪伴，很開心的一天，也對相思湖救人而罹難的故事感到印象深刻。而助教們表示，雖然帶小朋友很累，無法太放鬆，但看到孩子們天真無邪的笑容和開心，就不覺得疲累了。





暑期兒童營感受喜悅的心靈

隨著暑期長假的到來，為了持續關懷弱勢家庭學童，本會於7月4日起舉辦三天兩夜的「兒童心靈環保體驗營」，對象是本會北部關懷家庭中的學童、以及北市社福中心轉介，共約50位小三至小六的學童參與，透過活潑有趣且富含教育意義的營隊活動，體驗多元學習、團隊合作，體會付出和給予間的美好。

帶著新竹學輔班孩童北上的陳暖師姐表示，孩子們因缺乏家庭的關照，生活上與人的應對與禮節較為欠缺，但在三天的課程活動後，可以感受到孩子們臉上的笑容多了、行為上的禮儀多了，彼此緊閉的心也因接觸與分享，對團結的重要性有更深的體悟。

懷抱著感恩與回饋心，擔任小隊輔的高中生蘇冠廷說道，在與孩童們緊密相連的三天生活中，讓他更加欽佩慰訪義工們的無私付出。冠廷表示自小便是在義工的耐心與關愛中成長，十分感謝義工給予自己正確的價值觀與人生觀。他也不時提醒孩子們誠實與負責的重要性，他說：「誠實是勇於面對自己的過失，負責則是改正過錯的決心。」只要有這樣的心念，才有機會擺脫生活困境、改變自己。

從新竹來參加的小傑與小萱同學，對於此次的營隊體驗感覺十分新鮮，小傑對於「托水鉢」由動而靜的心境轉折，印象特別深刻。小萱則是對於手作DIY的課程驚歎連連。在營隊結束後，大家期盼明年還能再次結緣，為下一代主人翁種下善的種子。



年節關懷與機構關懷 匯聚各界愛心傳送溫暖



除了在平日關心遭逢急難事故之家庭，協助申請本會短期或中期的相關支持性補助之外，也持續性訪視弱勢個人、家庭或機構，期望帶給更多的溫暖和關懷。

在三大節日春節、端午、中秋，本會各地區的慰訪義工們腳步更是從不停歇，皆會規劃各項活動，為弱勢家庭和機構辦理豐富溫馨的佳節關懷。



2016年三節關懷暨機構關懷統計

關懷列車	辦理區數	關懷家庭	關懷機構	受益人次	義工人次
端午關懷	26	1,083	5	2,249	1,134
中秋關懷	30	1,205	4	2,341	1,105
歲末關懷	43	2,078	0	3,567	1,943
機構關懷	10	0	17	8,396	1,818
社區長者	1	0	1	206	139



寒冬送暖一甲子 法鼓山農禪寺歲末關懷

除了於定點辦理活動，各地區的慰訪義工，更是走入偏鄉關懷弱勢家庭，每次的到訪，除了致贈年節禮金和民生物資之外，更重要的是，帶來心靈的關懷和支持。

在三大節日之中，農曆春節最受國人所重視。從1956年開始，法鼓山創辦人聖嚴法師的恩師東初老和尚，在法鼓山中華佛教文化館開辦冬令救濟，協助弱勢家庭安度年關，此後，歲末關懷即成為法鼓山傳承之活動。每年12月至1月，於農曆年前，本會陸續於全台辦理歲末關懷，以祈福供燈、園遊會...等活動，傳送社會的溫暖。

歷年歲末關懷統計表			
年度	受益戶數	受益人次	義工人次
2008	1,806	1,798	1,387
2009	2,197	4,072	1,386
2010	1,885	3,731	1,151
2011	1,646	3,789	1,563
2012	2,673	4,279	797
2013	3,028	4,845	1,711
2014	3,242	6,342	2,365
2015	2,909	4,787	968
2016	2,078	3,567	1,943

本會於2016年12月10日，於北投農禪寺啟動首站歲末關懷之旅，邀請大臺北地區4百多戶關懷家庭共同參與；12月17日也於法鼓山世界佛教教育園區，邀請新北市金山、萬里、基隆等2百多戶家庭參與歲末關懷。

除了備有物資及致贈慰問禮金外，以祈福儀式及心靈環保園遊會帶給現場民眾濃厚的溫馨熱鬧氛圍。本會王景益會長勉勵大眾「把握今天、讓明天更好。」

時時保持關懷與感恩的心，為社會注入更多的溫暖。

農禪寺果仁法師說明供燈的意義，藉由象徵智慧光明與平等普施的供燈祈福儀式，提醒大眾追求智慧、慈悲。

10日農禪寺場歲末關懷，有活力滿滿的法鼓青年，以及文山區社大快樂手語班、「光仁中學特教班」前來演出，在滿懷感恩的祈願祝福和表演後，上千位民眾開懷地參與豐富有趣，有好吃

更有好玩的「心靈環保園遊會」。

而11日在法鼓山園區的開場，由法青張冠茵、陳姿好擔綱，以小提琴、鋼琴合奏，帶來感恩的心及多首琅琅上口的歌曲演奏。中場則有萬里幼童軍團50名家長及同學帶來的歌曲表演，最後由老梅國小打擊樂團，用充滿節奏的打擊樂演奏台灣民謠組曲，各項演出都讓現場掌聲不斷，活力滿滿。





齋明寺歲末關懷

2016年12月24日，桃園齋明寺一早陽光燦爛，來自新竹、中壢、桃園及大溪，約六百家庭，聚集齋明寺禪堂參加歲末關懷，參與活動的有本會秘書長果器法師、副會長柯瑤碧…等眾多嘉賓等。

柯瑤碧副會長以「一碗麵的故事」，即使是面對熟悉的家人，也要時時心存感恩。表演活動由周亞萍老師指揮的法鼓山桃園合唱團，帶來優美歌聲，曲目有延命十句觀音經、準提神咒及如果明天就是下一生，並藉由義工之美的影片欣賞，鼓勵在場的受關懷戶走出來參與義工工作以自利利他。

祈福法會由齋明寺監院果舟法師帶領誦念心經及觀音菩薩聖號，期勉大家學觀音、做觀音，禪堂外全體合影留念，圓滿當日活動。



東勢地區歲末關懷

東勢地區的歲末關懷分為兩種方式辦理，一是由慰訪義工至偏遠地區，為交通不便和身心狀況不佳的家庭，一一送上關懷禮金和民生物資等，也送上社會的關懷和祝福，貼心的舉動，讓受關懷的對象感到份外的溫暖。

另外則是在法鼓山東勢共修處辦理歲末關懷活動，邀請關懷家庭參加，從「放鬆體驗」、「觀呼吸」及「靜坐」活動開始，氣氛靜悄安然，大家感受到放鬆的舒適。帶動唱「安和豐富」、「感到幸福就拍手」等曲目，全場熱身舞動，都暖和了起來。

由林谷澤團長所帶領的萬興國樂團，演奏六首曲目，在每年歲末關懷，都與大家分享美好的佛曲，讓大家心靈更加豐富。陳秀珍師姐吹奏薩克斯風，曲目為「我為你祝福」及「甜蜜蜜」；張鈺捷師姐演奏古箏「睽山谷曲」、「幸福渠水」兩首曲目，全場掌聲如雷，非常動聽感人。

觀賞精采的節目之後，一一送年節禮金和民生物資，在東勢地區謝淑雲副主委祝福之下圓滿關懷活動。



文 / 東勢地區
涂同學

參加東勢歲末關懷心得

106年1月16日，我的家庭受邀參加歲末關懷，我家是關懷戶，而我當天也是學習服務的義工，因此也在現場做服務。在迎賓入口處，細聽義工同伴的寒暄，便覺內心無限溫暖，好久沒有這種闔家歡樂的感覺了，也看到受邀關懷戶們的歡喜。

迎賓工作結束，突如其來的帶動唱活動，讓人措手不及，不分男女老少、來賓及義工，有趣的動作令人發笑，但也備感溫馨。

接下來的國樂團表演，其中古箏最令我驚豔，真有如琵琶行所描述，順耳動聽，彷彿有攝魂的力量，令人久久不能自己。而「光明遠大」的春聯，其意義之深，期望之遠，很開心能得到這份結緣禮。

活動在大夥兒提著滿滿物資，臉上掛著笑顏之中結束。我想今天最大的收穫，就是這些笑臉吧！正如我學到的心靈環保，就是在任何情況下，照顧好自己的心，保持內心的平穩與安定。



埔里地區端午關懷～ 以愛祝福慶端陽

端午佳節來臨之際，埔里德華寺的義工們早就分組進行關懷戶的慰訪，深入每一個偏遠角落，了解需求，規劃發放活動，期許善的種子，在每一個「施」與「受」的心中交流。「每年的三節關懷活動，總是讓我們在忙碌與疲累中照見溫馨與希望。」

一位參與慰訪多年的慰訪義工說，「關懷戶有結構性的困境，令人不捨與鼻酸，但看到有些受助多年的家庭能夠自立自強，慢慢走出貧困，進而結案，那是最開心的事了！」而長期捐助的功德主更令人讚佩，並不是因為他們富有，而是因為他們懂得付出。而每次都來幫忙義剪的師姐，也都是愛的祝福、善的累積。

談吐幽默的主持人陳立師兄以法鼓山「心五四運動」的搶答送禮，也穿插著「如來如去」的帶動唱，氣氛活潑熱絡。德華寺果弘法師開示勉勵大家，及時行善的重要，盼望眾生時時心存慈悲，刻刻不忘種福，勿以善小而不為，應日日行善，自有福報。

活動尾聲發放物資，從義工的手中接過生活用品的關懷戶，笑中帶淚、滿載而歸。



文山中秋關懷～ 佳節團圓歡聚同樂

9月4日邀請28戶關懷家庭同歡，同學、家長及義工共64人參與活動。

活動開始，文山地區彭玉霞召委鼓勵並歡迎大家參與活動，多樣的活動內容也一一上場，如團康活動的「平手相逢」，大小朋友猜拳互動，寓教於樂；另有帶動健身操，更讓大家打開內心門窗，融入歡樂氛圍中。現場還準備各式素食點心、飲料及水果，讓大家活動筋骨後，能補充體力，同時放鬆心情或閒話家常。

「柚子創意造型區」，運用想像力，把柚子變裝成可愛的動物，同學們的巧思和想法，讓人眼睛一亮。而最吸睛的「DIY幸運手環編織區」，大家低頭專心編織手環，搭配喜好的顏色，做自己喜愛的樣式，有種幸福滿滿的感覺油然而起。

「看圖猜猜猜」激發腦力及聯想力，猜成語及佛學詞彙。「Find and Match」區，則是大膽嘗試，用簡單英文呈現節慶活動設計，試探高中、大學組同學們是否願意自我挑戰。看到同學埋頭作答，熱心參與的模樣，讓義工們驚訝且開心。在活動尾聲，發放應景月餅及柚子，有同學把精心創意的造型文旦送給慰訪義工，讓義工感受到溫馨的回饋。





機構關懷

法鼓山慰訪義工們本著學觀音、做觀音的精神，持續關懷資源相對不足之社福機構或安置機構，如：育幼院、護理之家、康復中心、老人之家與安養（養護）中心等機構關懷。

每次的關懷內容，都是細心的集思籌劃，也於活動之後，進行分享和檢討，希望帶給受關懷的對象有更多貼心的溫暖和有利於身心的活動，為身處於社福安置機構之住民、其家屬及員工，帶來安定身心、陪伴放鬆的效果。

期待能一步步的深耕社區，以利他為出發點，自我也不斷的進修，在服務他人的同時，自己的生命品質也能成長。

2016年機構關懷統計：

序號	地區	關懷對象	義工人次	受益人次
1	基隆	基隆暖暖博愛之家	299	758
2	北投	演慈康復之家	18	13
3	北投	浩然敬老院	592	1,060
4	北投	慈誠康復之家	110	202
5	文山	忠義育幼院	91	63
6	苗栗	大千醫院南勢院區	76	809
7	台中	大雅健德安養中心	88	880
8	台中	烏日仁德老人關懷	60	375
9	東勢	凱華護理之家	160	2,355
10	台南	台南市老吾老養護機構	5	15
11	高雄北	惠心護理之家	140	498
12	高雄北	新吉祥養護中心	61	231
13	屏東	長青老人養護中心	0	0
14	屏東	屏安醫院	41	468
15	屏東	屏安醫院附設精神護理之家(1樓)	4	55
16	花蓮	長生老人養護中心	32	282
17	花蓮	長春養護之家	41	332
合計			1,818	8,396



苗栗機構關懷～利人利己

從2014年開始，苗栗慰訪義工深入社區關懷，除了至苗栗縣社區老人安養護中心關懷外，從該年7月起，應大千醫院的邀請，每月持續關懷該院南勢院區患者及家屬，約70至100人等。

藉著多元的活動內容，如義剪活動、八式動禪、托水鉢、簡易念佛共修、電影欣賞、團康活動...等等，一年多來，從院方的醫護專業人員至服務對象們，已深深歡喜我們每月一次的關懷服務，尤其是服務對象，從開始時的靜默、冥想、微笑到主動參與，到如今一看見義工們，就會跟我們即時招呼「阿彌陀佛」，甚至會拉著我們談及他所知道、或感受到的佛法。

這些種種的改變，是從大家長期的互動和關懷之中，將溫暖挹注之後，慢慢的造成影響。這也讓慰訪義工們感到欣喜，因為這也代表著透過關懷的服務，確實能發揮實質的法益和身心收穫。



我的義工心情 參加浩然敬老院院慶

文 | 蘇柔安

5月28日，我和法鼓山慈善基金會一群義工，來到浩然敬老院參加三十週年慶，法鼓山贊助的攤位-素麵線，我就被一大陣仗約25位義工師兄、師姐們給嚇著了。

大家都好有愛心，在這樣週六的清晨，是一個多麼適合睡到飽的一天，卻有這麼多人願意來做義工、服務大家，我真的覺得很感動，尤其是當我們開始準備材料的時候，雖然我身為一個年輕體壯的年輕人，但因桌子太低，所以長時間的彎著腰切菜，腰部都覺得有些不堪負荷，何況是在我身旁一直努力著的義工師姐們，覺得很佩服他們，尤其是看著他們既熟練又快速的刀工，我簡直是目瞪口呆，這大概就是媽媽們的拿手絕活，把芹菜切的那麼快速，又能將粗細掌握的剛好，最讓我想要學習的，大概是要怎麼手離菜刀這麼近都還不怕吧！

一鍋鍋的麵線煮好之後，卻馬上就被拿完了！可見我們的麵線有多麼的好吃，每一位義工師姐、師兄都笑得好開心，我想這是一種成就感吧！大家彼此的鼓勵與感謝，感謝對方來參與這項活動，這樣的氛圍真的讓人覺得很溫暖。





關懷基隆博愛之家～念佛心歡喜

本會基隆地區的慰訪義工，平日除了關懷弱勢家庭或急難救助之外，對於長者的陪伴也是不遺餘力。

9月30日，基隆地區15位義工依往例於下午二點，來到博愛家園六樓佛堂，帶著約40多位老菩薩念佛共修。適逢九九重陽節即將來臨，基隆精舍副寺果樞法師亦撥冗前來關懷長者。

果樞法師帶領大家持誦「南無觀世音」聖號，六樓佛堂內外充滿莊嚴的佛號聲，整個博愛園區宛如佛國淨土般清淨，老菩薩在佛號聲中感到安定和歡喜。

博愛家園林主任致詞時說道，每於工作繁忙心情煩躁之時，總會來到佛堂禮佛，讓自己身心安定。前幾日，因颶風風雨強勁，擔心建築物與園區長者的安全，幸而有佛菩薩的護佑，園區一切都很平安。感謝法鼓山義工們每週五都來陪伴長者念佛，在佛號聲中獲得平安與平靜，不致擔心害怕，老菩薩們心生歡喜，樂於安住在園區。

果樞法師致贈基隆的名產「麻荖」、壽桃和聖嚴師父的兩本著作「老得有智慧」與「佛法妙錦囊」等結緣物，祝福老菩薩們愈活愈有滋味，並能將佛法運用在行、住、坐、臥中。



關懷北投獨居長者

從2015年10月開始於每個月雙週的星期二下午，本會專職和北投地區慰訪義工、法鼓山青年會的青年們，定期至北投社會福利服務中心關懷轄區內65歲以上的弱勢獨居長者。

藉由義工的陪伴與關懷活動，讓年長者走出家中，也可彼此互動、鼓勵，感受人與人之間的溫暖與關懷，進而紓解生活及心理上的壓力。

在兩週一次的活動中，主持人王雅寬師姐和北投區義工們的熱情帶領下，透過例行性的八式動禪、十巧手、靜坐及趣味遊戲、佛法故事…等活動，陪伴獨居長輩度過愉快的下午。

年節之時，也會規劃應景活動，如端午節，吃粽還要「包」粽，親手縫粽子香包。一群平均年屆75歲，且多是男性的老菩薩做手縫粽子香包，原以為是件不可能的任務，但結果卻出乎意外，因為長者大多獨居，常自己料理家務，縫補衣服難不倒他們。

雖然部份長者望著材料，還是心生怯怯，但在義工們及法青同學的鼓勵與協助下，最後都縫出屬

於自己的香包。「我已經10多年沒縫東西了！」再度拾起針線，長者言語中透露出欣喜。還有人全程自己縫，半個小時就完成了，法青同學笑說，「我們第一次自己縫，還得花上一個小時！」顯見老菩薩的好手藝。

活動主持雅寬師姐觀察到，原以為讓老菩薩縫香包，那麼細緻的針線活對他們來說可能會很吃力，但其實長者大多獨居，常自己料理家務，縫補衣服算是家常便飯，難怪粽子香包可以「包」得這麼好。

活動中總可以看到溫馨畫面，當大夥低頭忙成一團時，有兩位菩薩只是看著而不縫，一問之下，原來是為了把香包材料帶回家給孫子玩。除了手做香包，義工翠娥師姐特地準備素粽與大家分享結緣，北投社福中心送上粽子，法鼓山慈善基金會也準備了豐富的素食西點餐盒，預祝長輩端午佳節快樂。

2016年北投長者陪伴關懷

1-12月	場次	服務人次	義工人次
	19	206	139





安心家庭與陽光有約

以心關懷 安心安家

聖嚴法師說：

「勤於照顧眾人的苦難是大福報，
樂於處理大家的問題是大智慧。」
用愛心溫暖受關懷家庭，
讓更多家庭得以身心安頓。

2016 安心家庭關懷統計表	
項目	統計
個案關懷及補助	847 戶次
與陽光有約-心靈環保之旅	28 場 / 985 人次
心靈分享會	48 人次

家庭是與自身關係最緊密的，照顧好自身和整個社會。隨著時代的變動，以往家族之間緊密支持體系已然逐漸瓦解，「家」的意涵，也隨著社會生活和環境而改變。

弱勢家庭之中，成員一旦發生事故，往往整個家庭即陷入困

境。為了達成安定人心、穩定社會的目的，本會安心家庭專案為弱勢家庭和危機家庭在發生重大急難事故時，提供精神關懷和短期補助。

2016年，本會到宅訪視，通過評估之後，共補助 847 戶次。除此之外，更辦理 28 場的「與陽光有約-心靈環保之旅」活動，

以生活化和活動體驗的方式，讓平日忙於謀生的弱勢家庭，可以有紓壓的機會，家庭成員共同走到戶外，來到青山綠水的大自然，沒有水泥叢林和塵囂瀰漫的喧嘩，增進家庭親子間的感情，讓心靈可以更加沉澱。



2016 年各項補助之統計							
項目	急難救助	生活補助	醫療補助	托育補助	物資補助	其他補助	合計
個案次數	163	507	71	3	38	65	847

圓緣心靈分享會

自 2015 年 10 月開始，北市文山地區舉辦「圓緣心靈分享會」，期待藉由每月共讀『幸福，從心開始』書籍，讓關懷中的家庭成員，或是領取獎助學金的同學和慰訪義工們，大家有機會藉由定期的讀書會，分享生活的喜怒哀樂，更藉由一則則小書中的智慧，察覺內在的心，喚起人我的省思和學習。

在多場分享會，看到情感的真實交流，在「幸福是什麼？」的篇章，聖嚴法師告訴我們，『知足常樂就是幸福。幸福的人，一定是知足的，而且能夠惜福、培福。』在分享會，蔡師兄說，我做不到，成為大家所需要的人便是幸福。慰訪組黃組長則說，活在當下，不斷學習求進步就是幸福。

「謝謝癌菩薩」一文的分享會之中，張劉老菩薩說道，自己的一場大病，必須要手術治療，在療治的過程艱辛痛苦，但因為要養育孫子恩恩，是這份責任感，讓她有了堅定的求生意念，要為孫子活下去，最後克服痛苦振作精神。她很感謝法鼓山，感恩師兄們在她人生旅途上的陪伴和關懷，只要看到肥壯健碩的孫子恩恩學業有進步，且心靈成長加速，她的內心是滿心歡喜！

關關師姐則分享，自己大病一場不全是負面的，手術過程中受折磨痛苦不堪，難免對醫務人員的親切度不夠有所抱怨，但感謝一路陪著走過病痛的親愛家人，大病讓她生活覺醒，有佛菩薩護佑，未來會更好。

在讀書會的分享中，往往是淚水和歡笑聲交織著，在回顧起生活的難處和心酸，哽咽著或是眼角含淚，更有說著說著，眼淚就是不經意的流下來。因為信任和支持，讓大家可以坦然訴說生活的經歷和感想，也看到、聽到許多對自己生命和生活的反省及察覺，如今會想到，自己對生活應該抱持怎樣的態度？

心靈分享會，讓大家的心可以放心交流和溝通，互相鼓勵與支持，在人生的道路上，能夠堅強正向的往前走。



中永和暨新店地區 與陽光有約

文 / 呂美月
古秀杰
邱美馨

9月4日新店與中永和地區為關懷家庭辦理「與陽光有約」活動，總共有60位成員參與當日活動。

一大早，大家抵達新北市三芝區『李天祿布袋戲文物館』體驗掌中戲，由館方簡介名稱的由來、戲偶的材質等等。實際體驗時，才發現這份工作並不容易，為了符合人物在不同情況所表現出的動作，手部運作常常不符合人體工學。

也安排同學表演掌中戲劇，主軸傳遞了點亮屬於自己的那盞生命之燈，既照亮別人，更照亮自己。館中的布袋戲個個栩栩如生並且精緻，現代人已很少接觸傳統的布袋戲，非常感謝李天祿先生慷慨提供戲偶及建立這個博物館。

下午安排至『番婆林休閒農場』，難以想像這裡是大台北地區，理應在南部才能看見的一片鄉村景色，就展現大家眼前。體驗農夫採地瓜、拔玉米的辛勞，地瓜就像深埋地底的寶藏，只有循著地瓜葉留下的線索，才能找到它；玉米田裡，株株都與人齊高，風吹而過，葉子隨之沙沙作響，看著便使人心曠神怡。

有同學表示，這趟小小旅程真是不虛此行，獲益良多，看到佳餚的本來面目，了解生長環境及過程，不只親近了大自然，也生起了要好好珍惜這塊樂土的強烈之感。有家長說，很開心能有機會跟孩子來到戶外，看到每個人都拔得很開心，也體驗到農夫的辛苦，要惜福、感恩。



東勢地區與陽光有約

文 / 鍾雅慧
林嘉敏

連續的陰雨中，5月1日東勢地區慰訪義工帶領平日所關懷的家庭成員，在雨聲的陪伴下，一行共30人，搭車前往位於新北市的法鼓山世界佛教教育園區，進行「與陽光有約-心靈環保」之旅。

來到法鼓山，雨停太陽出來了，在祈願觀音殿，對著殿外的池水學習「觀水」，身旁人群走動細小的交談聲彷彿在霎那間消失，池水宛如明鏡照映著來往景物，卻依然清淨平和，似乎告知大眾學習「安心」，勿隨外境任意心起波瀾。

接著前往開山紀念館，館內紀錄法鼓山創辦人聖嚴法師自幼學習佛法禪法、經歷及相關事蹟及部份展品。在心靈郵局將內心祝福，透過明信片寄給親友，或在菩提葉上寫下心願掛在菩提樹上。

在微笑館，大家專注的圍在桌前，人手一張美麗的小紙，原來紙條上暗藏玄機-微笑種子夾在內。無論老少，大家都露出開心的笑容，重要的是要讓開心的感覺陪伴自己也帶給身旁的親朋好友。

禪行到位於園區的最高也是中心點-開山觀音，沿途看到屋頂將雨水聚集再使用的集水設施，

視野佳可見依山坡地形，融合於大自然中的建物，氛圍祥和安定，真是人間淨土。

返程分享時，學生說：雖然即將面對大考壓力，但來到法鼓山，感覺很放鬆，回家後有動力再繼續努力。也有人說：微笑館內提醒自己常保笑容，或覺得義工很發心，共同維護這個道場...等等，每位都有不同感受體悟，是一次豐碩的學習。





改變心就能改變生活

慰訪義工分享
文 / 吳佳珍

玉芳(化名)是我所探訪和服務的單親媽媽，她獨自撫養女兒，在車禍中受傷，腳部經過兩次手術，依舊不良於行，無法工作沒有收入，為了生活，只好求助前夫。

與前夫居住時，遭受語言暴力和衝突，久而久之讓她罹患憂鬱症，也心生厭世的念頭。求助於本會之後，由我去訪視和關心她，我希望能從觀念和心理去撫慰她，唯有轉換自己的心境，才能改變行為。

某次安排要去探訪玉芳的前一夜，我因為樓下鄰居搬家，將物品堆在門口，當時燈光昏暗視線不明，我騎著腳踏車因為碰撞到雜物，我摔倒造成臉頰、手腳幾處擦傷。

女兒看著我鼻青臉腫，說道，這樣好像被家暴耶，不適合出門去家訪吧，會很難解釋！我照著鏡子，不斷自問，到底要不要去？我心中猶豫著，突然我想起聖嚴師父在 108 自在語「心不平安是苦事，身體的病痛不一定是苦」。我豁然開朗，還是決

定按計畫與另一位慰訪師姐共同前往玉芳家中去關心她。

我們一進門，玉芳和她的女兒瞪大眼睛看著我，「師姐，你怎麼了？你都這樣了，還過來看我們…」我笑答，只要能走，就能來跟妳聊天說話啊！大家都笑了，我們和玉芳閒聊生活裡的大小事，也鼓勵玉芳簡樸過日子，面對生活的不如意，只要盡力就好，遇到挫折不能失去信心，失去往前走的勇氣，改變心就能改變生活。

一個月之後，玉芳告訴我，她高二的女兒，假日開始在麥當勞打工，她自己除了做手工，也找到賣花的機會，看到玉芳的改變，積極努力生活，真是滿心歡喜地祝福她。

在多年的慰訪中，看到許多人想努力做工賺錢，但因為身體殘病，空有許多理想，也因環境的限制，讓自身陷入苦惱中。我難免在心情上，或多或少的受到牽引，所以我也深刻的自省，要學習照顧自己的身心，方能自利利他，人生才會更有價值。

關懷家庭
心情分享

感謝法鼓山陪我成長

文 / 林同學 (潮州)



還記得第一次接觸到法鼓山，是 2009 年的八八水災後的重建期，看著周遭一片一片泥塵的道路，自己也總拖著疲憊的身軀回家，當時家中所有的魚塢皆被無情的水，一一淹沒。

因為爸爸身心障礙，又需撫養我們四個小孩，食指浩繁，那個暑假，所有的魚塢都無法成為生財工具，家中的氣氛也因為經濟上的問題，每下愈況，甚至讓年幼的我，有了不想回家的念頭。

領取法鼓山慈善基金會的獎助學金之後，在林邊安心服務站我遇到林玉師姐，她總是充滿笑容，讓我覺得很不一樣。讀高中之後要做學習服務，當時有點抗拒，要去一個不熟的地方，有所拘束，甚至期望趕快到達規定的服務時數量。

師姐跟我講許許多多的道理，但畢竟當時的我，其實有一點叛逆，但漸漸的，我好像慢慢的找到了心中那抹黑暗當中一點一點的光芒，也改變了當時國二的我，因為那時，我甚至想放棄讀書，我想我需要重新開始，應該利用讀書來改變家裡經濟情形。

我從國二才開始很拼命地念書，來得及的!! 法鼓山給的經濟援助，改善了我的家庭困頓的狀況，雖然還不能說是沒有後顧之憂，但是雪中送炭的情誼，永遠是最深刻的，但給我最大的改變的卻不是錢，而是情誼。

真正了解法鼓山是參加法鼓山成長營，當時第一次見到常法法師，覺得法師是這麼的能為我們著想，甚至和我們如此貼切。我和當時去參加法鼓山成長營的夥伴和隊輔們，直到現在，大家依然都是很好的朋友。回憶當時，第一次去墾丁的時候，媽媽告訴我，

這是法鼓山的活動，我二話不說就答應，雖然有一部份原因是因為爸爸的關係，家裡不太會出遊，所以能到任何可以玩的地方，總讓我充滿嚮往。一開始，我是最小的隊員，但現在，我已成了最大的隊輔，一開始的感覺，是我陪著法鼓山出遊，但後來，是法鼓山陪著我出遊。

參加隊輔時，有件令我感動的事。在小小的搶答遊戲中，有位未滿 10 歲的小男生，他根本沒辦法答對題目以獲得獎品。我將我書包的南一中的徽章送給他，希望能彌補他心中沒有拿到獎品的遺憾，當時他很開心也喜歡我，所以我陪伴著他，甚至於抱了他一整路，我原本以為這事應該在這裡就結束。

在我考上台大之後，我在法鼓山再次遇見了那位小男生，其實我早已認不出他，但他卻記得我，他拉著他的媽媽說著，是那個哥哥~ 那個哥哥。我當下有一點心酸，那時才想起，原來我們不是一直手心向上的接受法鼓山的補助，或是社會的幫忙，在我們的小小力量當中，其實也能對其他人有善的回饋。這是我從法鼓山的理念中，學到最寶貴的親身體驗和心靈的體悟。

回顧自己一路走來，是如何面對挫折？多少法師、法鼓山成長營同伴、義工們陪伴我，讓我度過苦澀少年歲月，在痛苦中成長，其實對自己並不是只有壞處，永不放棄，才能學習到最寶貴的歷練。現在的我已逐漸走出自己的路，感謝有法鼓山，從小到大的支持，我沒齒難忘。





像娘家一樣的靠山

慰訪義工分享
文/利珍

我大約自 2004 年起在苗栗擔任慰訪義工，十餘年來陪伴過許多遭遇困難的家庭，大家各自有著不同的生命故事，其中，我對胡媽媽印象尤其深刻。

胡媽媽的丈夫罹癌往生，她獨力扶育 3 名子女。大女兒國中時期，因跨區就讀，缺乏熟悉同儕，人際互動出現問題，在輔導老師的陪伴與協助下，度過了學校適應與人際互動的困擾。

經過校方的轉介，開啟了胡媽媽一家與本會共譜的善樂章。胡媽媽表示，自從接受本會關懷，一路走來，她們家庭真正感受到被關照、被呵護。因為女兒的適應問題，才學習與子女正向溝通，這也是胡媽媽在母兼父職中學習面對真實自我的契機，過程中，她雖常常感到迷惑、挫折，但是因為有本

會「像娘家一樣的靠山」，給了她鼓舞、打氣，學習欣賞並且肯定自己的努力。

因為法鼓山而讓她體會到，原來成長的功課，是不分老少的，接納也是一股往前行動的衝力，願意擔負起責任，全然清楚自己確實有能力去回應所發生的事。從親子衝突（居住在同個屋簷下的一家人，距離如此近，但心卻相距遙遠），漸漸轉變成親子間可以傳遞情感，表達關懷，相互的信任，結合成一股內聚的向心力量，整個家庭氛圍變得和樂、有凝聚力與安定力，這是她最感謝的。

這十餘年來，本會在地區的深耕與生根，面對多元問題的個案，本著法鼓山大關懷教育的理念，就像水的慈悲澤及萬物般，溫暖著受助者的心。

看見身教 打開心門

阿浩的父親車禍受傷之後重度肢障，需長期進出醫院做治療和復健，已無法外出工作，家計由母親打零工維持著，經濟並不寬裕，每到開學日，總是家裡最緊張和艱難的時候。

本會彰化地區慰訪義工訪視阿浩家庭之後，協助阿浩和妹妹申請本會獎助學金。剛開始阿浩很排斥宗教團體，但因為補助款可以讓他安心就學、減輕父母親的負擔，帶著些許的勉強，他出席獎助學金頒發活動，但不能融入的尷尬和陌生感，幾乎讓他心裡想打退堂鼓。

本會除了提供實質的獎助學金之外，也為了培養同學肯定自我和回饋的態度，鼓勵高中和大學生參與「學習服務」。阿浩帶著不安的心到達法鼓山彰化辦事處，抵達即遇見義工們親切地問候，及一聲聲的阿彌陀佛。一開始，阿浩只輕輕簡短地回聲早，更多的時候是話語在口中，但卻沒說出口。

共同做義工的師兄和師姐們都會先謝謝及鼓勵大家的出席，再說明工作內容，大家就開始分配工作。師兄姐並不會規定要如何做，重要的是，彼此陪伴共同努力去做，這樣的身教，漸漸打開阿浩的心門，慢慢地，阿浩似乎有點期待，希望在寒暑假回辦事處「出坡」。



平凡努力的家庭生活、穩定的求學生涯，阿浩愈來愈成熟穩定。做學習服務時，會主動關心較安靜的同學，像個大哥哥，熱心負責，也會思考及解決問題。2015 年協助本會彰化地區獎助學金的頒發活動，從活動企劃、表演，都看到阿浩出色的表現，他不僅是領獎人，同時也是義工。

阿浩大學畢業，準備考研究所，也是阿浩領取本會獎助學金的圓滿期。2016 年的頒發活動，阿浩接下主持棒，同時他也是分享人。他與學弟妹說：回想做義工服務，師兄、師姐不勉強要求，只講概念，尊重及支持我們的想法，讓我學到很多...，他們還常分享聖嚴法師 108 自在語，我也是經過一段時間之後，才慢慢地瞭解其意義。年輕人追求流行，口邊總說沒想這麼多，但現在不想，以後還是要想，108 自在語如金玉之語，隨著年齡的增長，愈見其義，希望學弟妹們努力學習...。

阿浩將踏入人生的另一個階段，他說道感恩這些年來，法鼓山義工們溫暖的關懷，讓他有正向和快樂的力量。義工們看到阿浩的成長，感到開心和欣喜，大家衷心祝福阿浩心想事成，前程光明遠大。





災難救助 祈願人人心安平安

法鼓山創辦人聖嚴法師曾說：
「災難發生了，只有勇敢的面對它，
才能真正的增長，和發揮你的智慧。」

2016 年對台灣來說，是個不平靜的一年，2月6日小年夜的清晨發生大地震，造成台南市嚴重災情，多處民宅倒塌，震碎許多家庭平安團圓的新年。除了地震，颱風也挑戰著台灣的戒備和因應。

7月8日清晨，尼伯特颱風登陸南台灣，對臺東縣造成嚴重災情。中秋假期，台灣又接連受莫蘭蒂、梅姬、馬勒卡等颱風侵襲；不僅是夏颱多，連9月也成了颱風旺季。每次颱風襲台時，本會都會召開內部會議，嚴密關注颱風情勢，並連絡

法鼓山各分寺院道場和各地區義工，大家一起來協助並關心受災地區的民眾。

法鼓山方丈和尚果東法師曾經說過：「災情發生時，要不分彼此，盡心盡力協助救災，以沉著、冷靜，心安平安，安己安人，讓災情減少至最低程度，更要捧一盞明燈，為自己也為他人帶來身心安定。」

匯聚善念、傳達愛心，祈勉共同學習以慈悲關懷人，祈願受苦受難的同胞，都能在人生的每個階段，獲得平安與心安。



關懷南臺震災 虔誠祝禱安己安人

2016年2月6日，臺灣南部發生地震，最大震度為臺南市新化7級，造成臺灣有史以來單一建築物倒塌之罹難人數最多的災害。台南永康區維冠金龍大樓、歸仁區旺林飯店大樓傾斜、幸福大樓等房屋倒塌，有117人不幸罹難、數百位民眾受傷，此起地震與1999年集集大地震為臺灣在二戰後傷亡相當嚴重的地震。

政府和社會各界全力投入救災，而法鼓山也啟動緊急救援機制，前往維冠大樓倒塌現場關懷，分別成立三個安心服務據點，提供救災人員及受災民眾提供安心服務及物資補給。

法鼓山臺南分院舉辦「祈福平安法會」，監院常嘉法師表示，「安身、安家、安業都需要以安心為本，藉由法會祈福的宗教力

量，是最好安定人心的方式之一，透過法會也希望提醒更多人來祝福，體會因緣變化無常，發起同體大悲心，為示現受苦受難的大菩薩祈福。」台南分院全數投入關懷、援助行列，法師、義工二十四小時輪班，提供物資、陪伴災區民眾和救援人員，度過最需要安心、護佑的時刻。法鼓山法師為搬運遺體的國軍官兵，





發揮善的力量 法鼓山持續關懷震災民眾

地處台南市區較為偏遠地帶，玉井及關廟區深受地震影響，許多住戶房子傾倒，或出現扭曲裂痕、壁磚脫落、地板隆起，不堪居住的情形。住民大嘆畢生辛苦攢出一棟房子的努力，瞬間崩塌毀壞，心血於一夜間付諸東流，失落無依的心令人黯然神傷。

法鼓山台南分院慰訪義工在鄰里長的協助下，對受災情形嚴重的住戶，進行慰訪救助。87歲高齡的楊老先生，百年古厝成了斷垣殘壁，但捨不得離開居住地，暫時於古厝旁的平房住下，並從古厝中搬出瓦斯桶，就在露天的院子裡，就地架起爐灶，料理三餐。慰訪義工見此情此景，展開協助清理家園之「安家」服務。

2月22日上午，台北南下支援的常法法師帶領14位義工，為兩戶受損嚴重的災區住戶，展開清理家園之服務，不畏烈日，拿起鏟子揮汗努力。看見通道在義工們的努力中出現，心中的成就感油然而生。

除了為楊阿公住家清理通道外，並拉起水線將廚房設置於屋簷下，提供新瓦斯爐，讓阿公有個舒適安全的料理空間。阿公不斷感謝，還說著：「感謝鏟出通道，不再堵住鄰居的後門。」在困苦的環境中，還能照顧他人（鄰居）的心意，讓義工升起讚嘆。

大夥兒與阿公阿嬤坐在門前閒話家常，阿公阿嬤臉上柔和的線條與神情，有別於與他們第一次見面時的愁苦憂容，恬靜的風吹來，安定了大家的心。

2016年南台地震 關懷紀要

序號	名稱	說明
1	祈福平安法會	舉辦祈福平安法會以及灑淨儀式，帶領社會大眾功德迴向傷亡者，表達追思與祝福
2	陪伴關懷安心服務	永康重災區，永大路與崑山里民活動中心設置關懷陪伴安心服務，提供熱食、毛毯、大悲水...等，陪伴救援人員及災區民眾，度過最需要安心、護持的時刻。
3	祈福關懷誦念	於重災區，法師帶領菩薩稱念觀世音聖號，安定受災民眾身心
4	醫院關懷	至各醫院關懷傷者，並致慰問金
5	助念關懷	至殯儀館關懷罹難家屬
6	校園清理	協助台南崑山國小清理校園
7	家園清理	協助關廟地區受災家庭清理家園
8	訪視關懷	至新營、玉井、關廟等地區，慰訪關懷傷者及家屬，並致贈慰問金及結緣品
9	端午關懷	維冠大樓受災戶及玉井、關廟等受災地區，需協助關懷之28戶家庭，於端午節時關懷。
10	獎助學金	提供需協助之家庭中的學子，申請本會「百年樹人獎助學金」
11	捐贈教學設備	捐贈台南崑山國小投影機設備
12	捐助校園補強復建工程	捐助台南崑山國小教學樓補強復建工程
		動員義工 3,608 人次



於每次執行任務前開示，勉勵他們都是觀音菩薩隨聲應身的化身，以慈悲、感恩的同理心，幫助往生者安心圓滿人生的道路。

14日下午，在各搜救團隊達成階段任務後，法鼓山方丈和尚果東法師親至永大路安心服務據點，主法「2016 震災祈福平安法會」，共有救難消防隊員、國軍官兵及上千民眾參與；臺南市副市長曾旭正也偕同市府、各界救

難代表，隨同僧團法師為受災地區持咒灑淨。法會圓滿時，全場民眾為救災人員報以感恩掌聲久久不絕，場面至為感人。

災難過後，本會的關懷仍在持續，到醫院關懷傷者外，也前往玉井等受災地點勘災慰訪受災嚴重的民眾，法鼓山臺南、嘉義、高雄等各地義工，協助受災地區清理校園、家園。

地震造成台南許多學校受損

嚴重，位於重災區的台南市永康區崑山國小，有十位學童不幸罹難，而學校校舍亦有沉陷、高低差、牆面裂縫、斷層現象，急需進行復建。經本會實際勘查了解後，為了維護師生上課安全，決定捐助崑山國小「教學大樓補強建物工程」案第1期~第4期，以協助學校教學樓復建，期使師生有一安全的學習環境。





關懷台東尼伯特風災

7月8日清晨，尼伯特颱風登陸臺東縣太麻里鄉，東部沿岸和南臺灣遭豪雨侵襲，臺東最大陣風到達破紀錄的17級，街上滿目瘡痍，許多房屋、屋頂損壞，到處是飛落的招牌，大量倒蹣的路樹散落在路面。

臺東地區嚴重災情，各界積極投入救援。本會立即啟動救助，到受災嚴重的太麻里鄉慰訪受災民眾，並發放慰問金，號召各地義工協助清理校園。16日信行寺舉行大悲懺法會，為受災民眾祈福關懷，虔誠為在風災的受苦的民眾祝禱平安。

法鼓山僧團法師率同來自南台灣各地和熱血法鼓山青年會義工們，從11日至15日，每日皆有上

百名義工，協助各校園災後清理，共協助卑南、復興、仁愛、南王、龍田...等11所學校。

風災造成許多校園百年老樹及設備摧毀、傾倒，義工們細心的將一枝一木，和四處散落的樹材與設備匯集並清理，校方說道，這些破壞，原將耗費學校數星期方能整理，經過法鼓山眾多義工的協助，讓學校可以盡快恢復，校方師生們都十分感恩。

許多參與清理的義工也表示，雖然在酷熱的炎夏搬運清理，身體疲累揮汗如雨下，但看到受災嚴重的校園，在大家的共同努力之後，恢復原本有序的樣貌，感覺開心和有意義，更感恩有機會為台東服務！



除了協助校園清理之外，另外在受災嚴重的地區，慰訪關懷民眾。信行寺監院果增法師、本會副秘書長常紳法師、其他僧團法師們，亦分別帶領慰訪義工們前往太麻里、豐源里、建業里等鄉鎮，關懷並致贈慰問金。

太麻里香蘭村受損嚴重，許多村民的房舍屋頂被強風吹落，屋內殘破不堪，家中物品只能任由豪雨浸濕，慰訪途中所見都是等待晾乾的用品、衣物或桌櫃，也有不少村里仍然無水電可用，多位受災嚴重的民眾含淚敘說颱風當時的驚恐和無助，遇到法鼓山法師及義工們的溫暖關懷，感覺被關心和鼓舞的力量。

在慰訪過程中，遇到有受災嚴重的民眾，除了感嘆風災造成損害之外，但也說道，天意如此，並無怨言，也慶幸這次強颱，並未對台灣其他地區造成嚴重災情。面對台東民眾的純樸和愛心，實令慰訪義工們嘆服不已！

在強颱重創台東之後，縣內各級學校受損嚴重，需要外界補助，本會協助更換55所學校教學設備；而卑南國中「健力柔道館」，主要為棒球隊、健力隊及柔道隊使用，校方多年來為台東貧弱家庭學童提供多元升學管道，參賽成績斐然，此次亦遭受風災毀損，急需改建復原。為了確保學生有安全環境及訓練場所，本會決定援助該校舍重建，以期讓學生有良善的訓練環境，讓學童有正向學習成長。





2016 年台東尼伯特風災 關懷紀要

序號	名稱	說明
1	清理校園	7/10-15 日動員「高雄、台南、潮州、屏東(含林邊)、嘉義、台北、台東」七地區義工、法師、法青等，備清掃器具、鍊鋸、推車等進行校園清理。共清理卑南國小、卑南國中、復興國小、豐源國小、南王國小、台東女中、仁愛國小、台東大學校本部、龍田國小、瑞源國中、東海國中等共 11 所校舍。
2	訪視關懷	7/10-8/31 前往太麻里鄉(香蘭村、美和村、華源村)、台東市(知本里、豐原里、建農里、建業里)慰訪關懷並發放慰問金，總計關懷戶數 103 戶，其中發放慰問金戶數為 70 戶，共 405 人受益。
3	大悲懺法會	16 日信行寺舉行大悲懺法會，為受災民眾祈禱關懷。
4	校園補助	補助台東縣 55 所國中小學尼伯特風災災後教學設備之復建經費。
5		補助「卑南國中健力柔道館」興建工程

梅姬颱風襲台 關懷受災民眾

9 月 13 日莫蘭蒂颱風肆虐南台灣，中心風速在最巔峰時期達到每秒 60 公尺，是 1995 年氣象局修改颱風風力計算標準以來，襲台期間風力最強的颱風。

法鼓山台東信行寺監院法師帶領 5 位慰訪義工，關懷於桃源國小避難之村民們；並關懷於風災之中罹難的村長。17、18 日，慰訪義工前往海端鄉廣原村龍泉部落、延平鄉鸞山村關懷村民。潮州地區慰訪義工於 9 月 18 日，在地區救災總指揮帶領，前

往受災區域光園村進行災後慰訪關懷，並發放慰問金。

梅姬颱風於 9 月 23 日下午登陸花蓮市，造成狂風暴雨，棚架、招牌倒塌，全臺超過 410 萬戶停電，僅次於前一年以相近路徑重創臺灣的強烈颱風蘇迪勒，9 月 29、30 兩日，台南分院救災中心動員 42 位義工協助台南鎮海國小清理校園，讓校園早日恢復，學生可以安心上學。



海外災難救助

跨越國界撫慰身心



法鼓山創辦人聖嚴法師曾經說：「在無限的時空之中，有無限的眾生需要幫助和度化，只要哪個地方的緣成熟了，我就去！」

2016 年，不僅是台灣發生南台大地震，而千里之外的海地，遭逢近十年最猛烈的颶風馬修(Hurricane Matthew)襲擊，災情不亞於 2010 年發生的大地震。本著人飢己飢、人溺己溺的精神，本會援助災區民眾生活所需。除此之外，亦持續關懷尼泊爾 2015 年的大地震和菲律賓『海燕』風災等的救助計畫。祈祝各方的幫助，讓災區民眾早日脫離苦難，眾生皆得安心，世間得以平靜。



法鼓山援建尼泊爾學校之增建工程落成



法鼓山慈善基金會於尼泊爾大地震之後所援建「前譯紀念學校」(Ngagyur Memorial School)增建『衛浴餐廚暨衛生改善設施』及『活動中心』已竣工。2016年12月20日，由本會副秘書長常禪法師率團赴尼泊爾參加捐贈典禮，該校師生熱情觀禮，校長堪布札西微令仁波切與常禪法師共同剪綵、祈福。

「前譯紀念學校」主要收容孤兒、單親、貧困兒童…等，共收容400位學童；本會於去年兩度派遣人員前往關懷及醫療義診，該地區潮濕且衛生設備、廚房與食堂的空間不足，影響學童的生活與健康。本會決定援建相關設備並補助學童書籍、制服等，以改善災區學童生活。

落成當日，校長堪布札西微令仁波切表達對來自台灣民眾與法鼓山援助增建學校設施的誠摯感謝，並親自帶領參觀增建的『衛浴餐廚暨衛生改善設施』。

常禪法師致詞表示，被現場小朋友們的熱情與開心感染了欣喜和感動，感謝台灣民眾的善心捐款，也要特別感謝「大方廣佛學講修學會」的協助，同時也要感謝在地許多民眾的協助，才能順利完成這件善行。當日捐贈活動在學生們的各项表演之後圓滿完成，期望透過外界的關懷和援助，讓尼泊爾受災的地區民眾，能夠改善生活的困難，也祝福擁有更好的生活。



2015~2016年 尼泊爾地震關懷紀要

事務	時間	說明
捐贈物資	2015/05	捐贈毛毯、乾糧、帳篷。
災區關懷	2015/04~06	派遣義工前往災區關懷、賑災
山區孤童就學安置	2015/04~06	援助尼泊爾努日山區白玉分寺「雅久日奔學校」偏遠災區孤童就學安置。 1. 捐助硬體設備 2. 捐助宿舍四百人份寢具 3. 捐助425位孤童制服及學用品
義診關懷	2015/12/07~12/16	援建「達丁區臨時學習中心」，33所公立學校的100間臨時學習中心
捐建學習中心	2015/2016	與「聯新文教基金會」合作，派遣醫療人員至受災地區為民眾義診服務

關懷海地馬修颶風

2016年10月4日，加勒比海國家—海地共和國遭遇近十年最猛烈的颶風馬修(Hurricane Matthew)襲擊，根據聯合國兒童基金會的統計，受災最嚴重的區域完全被颶風夷平，有6萬6千戶房屋全毀，兩萬棟嚴重損壞，3萬戶家庭受災，1千人死亡，140萬人亟待緊急援助，且爆發霍亂。

本會期望協助當地人民重建、自立、回歸正常的生活，以安定災區人民的身心為目標，因此，與曾經合作過、且在當地長期經營的國際慈善組織NPH-Haiti(Nuestros Pequeños Hermanos)合作，捐贈5000戶房屋及農場都被摧毀的家庭，提供糧食、補植的農園和牲畜、固定的屋頂和房子、醫療援助等，基本的生活所需的援助，讓災區民眾不會發生饑荒的狀況。

聖嚴法師說：「生命的意義是為了服務，生活的價值是為了奉獻」。法鼓山在世界各地發生災情時，皆本著「無緣大慈，同體大悲」的精神，關懷及協助當地的民眾安定身、心、靈，渡過難關，重新展開新的生活。



菲律賓海燕風災後續關懷

關懷菲律賓海燕風災災區學生的就學已逾三年，回顧 2013 年 11 月海燕風災發生初期，本會配合外交部賑災專案捐贈民生物資，並透過菲律賓台商總會、華僑來了解當地情況，並與其他 NGO 團體保持互動，於 2014 年 1 月派員前往菲律賓勘災與關懷，評估後續菲律賓災後的援助方向。

海燕颱風造成菲律賓中部地區重大災情，本會與援助受災嚴重之雷伊泰 (Leyte) 省塔克羅班 (Tacloban) 市 ABE 大學受災學生，提供獎助學金幫助復課並完成學業。

2016 年於 5、9、12 月，共頒發了三次獎助學金，補助 ABE 大學 3-5 年級受災學生共 25 人。學生在領取時，皆感謝台灣善心民眾和法鼓山的援助和關懷，也書寫感恩

卡表達感謝之情。希望藉由獎助學金的補助，除了直接地改善物質上的條件，也間接地增長了學生們的心靈能量，因而讓他們更加自立、成長。期待這些善的種子能在此處生根發芽，散播善念善知，並將感恩回饋於他人。



榮獲外交部表揚

法鼓山慈善基金會與國內多家非政府組織 (NGO) 團體，因常年協助政府，投入人道關懷、環境保護等國際合作事務，3 月 2 日由外交部部長林永樂頒發「國民外交表揚狀」，由慈善基金會副會長柯瑤碧代表接受。感謝外交部的肯定，以及社會大眾對法鼓山學習奉獻的支持和鼓勵。

未來，本會仍然會在既有的服務關懷上持續努力，並且和社會大眾共同推動法鼓山創辦人聖嚴法師「心靈環保」理念，在相互依存的地球村，以尊重、包容，不因種族、文化、宗教信仰的不同，落實慈善服務關懷。



四川賑災專案雖然已圓滿，但災後心靈重建工作需長期耕耘，本會於 2014 年度起，延續以獎助學金計畫、辦理生命教育以及心靈環保、假日書法班…等相關活動關懷，盼望善盡對受災地區學子之經濟和心靈的幫助。

災 後心靈重建工作尚需長期耕耘，本會於 2014 年度起，每年持續在當地辦理生命教育、暑期營隊、書畫寫作…等各式活動，善盡對受災地區的學子之經濟和心靈的幫助。透過多元的課程活動體驗，讓學生體會不同的生命課題，提高對自我的覺察並於自我進行轉化與建立正向思維模式。

營隊融入「心靈環保」、「禮儀環保」、「自然環保」、「生活環保」具體行動，讓四種環保的



種子在同學心中發芽。透過活潑有趣且富含教育意義的活動提供學生正確的觀念，讓學生體驗身心安定、認識自我、常懷感恩及學習放鬆。

兒童生活教育寫畫創作活動

藉由作文及繪畫等創作形式，具體地呈現自己的想法與感受，從而落實在日常生活中與他人互動的省思與實踐。本會與聖嚴教育基金會合作，鼓勵學童觀賞具有教育意義且活潑有趣的動畫，9月28日於四川綿陽市安州區秀水一小，舉行「兒童生活教育寫畫創作活動」，活動內容共分成三種類別：繪畫組、寫作組、書法組，分別各有169人、112人、39人於現場創作。

四川 2016 年 - 心靈環保體驗營

日期	營隊	地點	受益人數	義工人數
7/10-14	大一營	四川江油羅漢寺	80	24
7/26-31	大學營	四川江油羅漢寺	64	35
總計			144	59

四川 2016 生命教育

時間	秀水一小	民興中學	合計(人次)
第一梯(5月)	312人	206人	518人
第二梯(6月)	312人	206人	518人
總計			1,036人



心靈環保體驗營

2016年法鼓山四川暑期大學生命教育心靈環保體驗營，於7月分為兩個梯次辦理，由副住持果品法師帶領五位僧眾法師和義工、專職等人辦理營隊五天四夜的活動。

第一梯次為7月10日至14日，有高三升大一的學員參加。透過人間淨土繪畫、心靈折疊詩、托水鉢、比手畫腳猜成語、寫未來信、點燃無盡燈以及瑜珈練習等等，帶領同學們探索生命的意義，體驗法鼓山安定身心的心靈環保理念。

第二梯次於7月31日圓滿，由四川地區的大學學子參加，以法鼓山心靈環保、心五四、心六倫、放鬆體驗等理念安排課程，體驗法鼓山安定身心的禪法與心法。

果品法師勉勵與會同學，要學習與自己相處，傾聽內心的聲音。不僅順境成功是好的收穫，逆境失敗亦是好的體驗，我們要感恩每一個機緣，順境、逆境皆是恩人。

常寬法師也提到，希望同學們都可以透過禪修練習探索內心的喜悅，慈悲心與智慧心也能隨之增長。

參與活動的余同學表示，第四天晚上進行點燃無盡燈時，內心充滿感動，也回想起高中三年的點點滴滴，很多過去在意的關卡，在那一刻，彷彿都隨著蠟燭的燃燒一起殆盡，重新感受生命的價值，會試著用慈悲心關懷世界，多做一些能力所及的公益回饋社會。

在營隊中擔任義工的黃同學分享，在營隊中的學習和體會，身心收穫良多，學習熱愛生命、關懷生命，此後便把握機會當義工回饋。鄭同學則分享，此次營隊最大的收穫，便是重拾與人相處的「信任感」，過去跟人談話總是有所保留，但接連幾天在營隊跟法師與同學們談心，卻突然有種敞開心扉的感覺。

活動尾聲，常寬法師祝福同學們大學的四年生活，是平安、健康、幸福、快樂。



台灣法鼓山援建天全县多功乡中心小学灾后重建项目

竣工典礼



援建四川心校園

法鼓山在 2013 年 4 月四川雅安地震之後，援建「雅安天全縣多功鄉中心小學」；汶川大地震之後繼續關懷，援建民興中學「圖書館及體育場」，兩硬體建物於 2016 年 1 月 21 日舉行落成典禮。另外，民興中學「乒乓球館」於次日辦理動土典禮，預定於 2017 年 6 月完工。

法鼓山方丈和尚果東法師、副住持果品法師、慈基會秘書長果器法師出席，一同分享迎接心校園的喜悅。典禮中邀請四川省臺辦主任周敏謙、成都慈善總會秘書長榮道清等數十位嘉賓蒞臨剪綵與指導。

援建「雅安天全縣多功鄉中心小學」工程於 2014 年 10 月動土興建，至 2015 年秋季開學投入

使用，援建行政教學樓、教職員宿舍、食堂、體育場圍牆、警衛室、校園綠化…等工程。

援建民興中學「圖書館及體育場」，緣因法鼓山在四川賑災之後繼續關懷計畫項目。圖書館的落成將成為學生開啟人生知識和智慧，提供學生自我充實最佳場所；而體育場除了提供學生運動健身或運動比賽外，更可提供附近居民晨間運動、散步。

果品法師表示，感恩十方大眾的愛心，及當地政府的協助，法鼓山將秉持創辦人聖嚴法師「提升人的品質，建設人間淨土」的理念，以學習的態度和感恩的心，為災區居民帶來更多的平安與祝福。



關懷探訪四川受助學生家庭

汶川大地震發生之後，本會援助受災地區，從學校、衛生院等硬體工程至心理重建照顧民眾的心靈，並頒發獎助學金，辦理生命教育及心靈環保等相關活動。在每期獎助學金的申請，本會不惜長途跋涉，一一訪探學生的家庭概況。

在 2008 年參與的義工鄧琦表示，當年手機通訊設備尚不普及，導航定位也不如現在準確，加上地震後道路的改變，為了規劃訪視家庭和運送救援物資的路線，難度非常高。當時在半個月的期間，開車將近 8000 公里往返四川各地，回想起來，仍是忙得快樂、累得歡喜，一點也不疲累。

義工何美惠也說，2008 年剛參與家訪時，冬天下大雪的日子，看到受災民眾在戶外煮飯，義工贈送物資時，建議我們轉送給更需要的人；協助家訪的義工陳柯伏也提到，透過家訪，逐漸瞭解到家訪的關懷意義，最讓人感動的是看到每個家庭努力未來所凝聚的向心力。

義工池仲芸則說，去家訪時，對方聊著人生遇到的憂傷，往往讓人流下淚，但是彼此都不拒絕分享，即便有些人對細節含糊帶過，但是所流露出來的感受，卻是無法隱藏的。對這些受苦受難的大菩薩，我們都是在向他們學習著的。

來自香港參與家訪的義工吳華方表示，每次探訪後都有感觸與反思，許多家庭雖然生活困頓，但也感受到四川偏鄉那份動人的溫暖和純樸務實。生活在繁華大都市裡的我們，對平日生活的花費毫不自覺，有時僅是為了剎那的開心，當下沒有想到這些錢可以幫助有需要的人，心中感動慚愧，期勉自己還要多學習。



特定群體關懷

除了平日的關懷訪視需要協助的個人和家庭之外，也致力於國內外重大災難的援助；對社區的弱勢機構和團體，則是辦理種種關懷活動，讓安養機構

捐助南投雙龍國小學生體育服裝

南投縣信義鄉雙龍國民小學位於濁水溪上游，學生大多數為布農族，年輕人大多下山工作，留在山上則為老人與小孩居多，因此學生家庭經濟普遍不佳，學校之教育資源亦很有限。

本會自九二一地震後，台中安心服務站即長期在該校辦理學童生命教育課程關懷，義工們多年來的陪伴與該校師生互動良好。本會於 2015 曾補助學生體育服經費，2016 年再次補助，捐助國小和附幼學生共 54 名學生體育服，期望能為偏鄉學童略盡棉薄之力，讓學童能快樂學習。



補助清寒獨居榮民年節物資

臺北市榮民服務處表示，許多清寒、獨居的年長榮民，原本有每日送餐服務，但因農曆年節連假期間，送餐的社福機構均暫停服務。為了協助弱勢獨居長者的用餐問題，本會於 1 月 28 日在歲末寒冬之際，至台北市榮民服務處，提供六日份、100 位長者，共計 1,800 之即食調理包，期望藉由提供年節物資的服務，傳遞社會的關懷，使需要溫暖的榮民，都能夠有個溫馨平安的春節。

落實整體關懷注入向善力量

和社區長者有與外界更多接觸的機會。

除此之外，對符合公益，需要外界贊助的特定群體，更基於關懷整體社會的落實，給予補助和支持，期望為社會注入更多向善的力量。

捐贈住宅用火災警報器

台灣經常發生住宅火災，造成嚴重傷亡，為防範未然，宣導民眾裝設住宅用火災警報器是極為重要。

為了協助中低收入戶及高齡 65 歲以上獨居長者補助安裝火災警報器，營造安全的居住空間。本會於 2016 年各補助宜蘭縣 1,200 顆、彰化縣 2,000 顆，共補助 3,200 顆住宅火災警報器給予縣內獨居老人等弱勢族群家庭，安裝之後希望能有效降低住宅火災的發生，減少人命傷亡，降低財產損失。



大專院校服務性學生社團補助

為了鼓勵年輕學子多投入慈善公益活動及關懷服務，希望能讓慈善關懷的種子在校園播種開花，在生活之中也能有更多的學習和成長。本會每年兩次會捐助大專院校服務性學生社團的出團經費補助。

本會期望能協助學生們在課餘之外，能更關懷身邊和周遭的社會公益，鼓勵高年級的學生能參與社會共好，藉由學生團體的力量，在教育資源缺乏地區、偏遠地區，以多角度為弱勢族群深耕服務。

2016 年補助統計

項目時間	申請學校	補助社團
寒假	39	53
暑假	31	52
合計	70	105

捐助新北市鼻頭國小護眼檯燈

新北市瑞芳區鼻頭國小為偏鄉之迷你小學，因多數學生家境清寒，近八成學生課後於禮堂參加社團（書法、國樂練習）及課輔活動，受限於場地挑高，光線照明不足，長期恐影響視力。

為了保護學生視力，本會捐助全校 23 位學生，每位一座護眼檯燈，希望學生能感受到外界對他們的關心和愛護。



補助三重商工中餐教室設備

新北市三重商工因申請經費有限，求助於本會改善綜合職能科中餐教室。現有空間結構，無法裝設抽油煙機與管線，設備老舊、通風不良、地面排水設施規劃不佳，走路容易打滑，長期恐影響師生健康。

該校綜合職能科招收輕度智能障礙與自閉症的學生，透過技能教育培養學生生活自理能力與習得一技之長，為了讓學生能有更好的學習環境，本會到校評估實際狀況，確實對健康、環境安全及教學品質造成影響，遂決定補助改善其設備。

2016 年 12 月 6 日完成改善，27 日校方辦理感恩茶會，看到改善後明亮、寬敞的中餐教學教室，特教班級共 100 多位學生流露出歡欣和快樂的笑顏。學校詹組長表示，這群孩子從小被否定到大，很需要累積成功的

經驗，他們的能力需要被激發，更重要的是要讓他們知道透過自己的努力也能學到東西！

未來教室也將開放辦理校內外教師研習，協助各校提升特教教師專業技能，讓社會大眾的點滴之愛能造福更多人。



人才培訓

布施的人有福，行善的人快樂



聖嚴法師說：「辦理任何活動，不離教育和關懷。以教育達成關懷目的，以關懷達成教育的任務」



不論在國內外的災害救助，或是弱勢團體和個案的關懷慰訪，都要有慈悲心和專業能力做後盾，才能讓各項慈善工作順利推動。透過培訓課程的學習與演練，使義工獲得助人知識與技能，期能提供適切的關懷與援助。

透過相關培訓課程，接引有意投入社會服務的新進人員，增進地區義工人力，落實各項慰訪關懷



工作；透過訓練活動，建立溝通平台和相互學習成長的管道，強化團隊合作及協調能力，加深團隊的凝聚力，為社會盡心，為建設人間淨土而努力。

2016年，本會共舉辦12場教育訓練，參與人數為657人次。另外，參與18場各縣市政府舉辦之防災演習訓練，共88人次參與。



2016年教育訓練一覽表

序	日期	活動名稱	學員	服務義工/專職	合計
1	01/31	新(續)任救災總指揮暨慰訪組長業務說明	92	20	112
2	02/16	災後慰訪關懷培訓	50	2	52
3-8	2-7月	慰訪員個案研討會(每月1場,共6場次)	54	2	56
9	04/17	南部地區慰訪進階教育訓練	35	4	39
10	05/22	雲嘉南慰訪進階教育訓練	60	6	66
11	05/28	雲嘉南慰訪初階教育訓練	142	6	148
12	08/14	北部地區慰訪教育訓練	152	32	184
合計			585	72	657



南部地區進階教育訓練

4月17日早上九點，來自高雄、潮州、台東...等地，共38位慰訪義工共聚法鼓山高雄紫雲寺，參與慰訪進階教育訓練。

相見歡和暖場活動拉開當日課程序幕，首場課程是「訪視與溝通技巧」，陳涼講師從各層面指導，如何在探訪受訪對象時，可以順利達成慰訪。老師以分組練習的方式，更深入認識同理心，以聖嚴法師的法語勉勵義工們：「生命的意義在不斷的學習與奉獻之中，成就了他人，也成長了自己。」

下午的課程，由高市府社會局吳社工和大家介紹社會福利的資源，並以實際的案例與大家分享，讓義工們可以瞭解公部門的相關福利協助。吳社工也分享多年工作的心得，快樂通常來自於付出！她的一番話，也讓現場學員們感同身受。

接著是專職帶來的慰訪演練，義工們精采的呈現自己服務的情形，大家看的專注並為之讚歎，也讓每位學員更能察覺自己的身、心、口儀。





北區慰訪教育訓練 - 願眾生離苦得樂

8月14日共有來自北基宜、桃竹苗，甚至遠從花蓮而來的152位義工匯聚於雲來寺，參加慰訪教育訓練。

本會副秘書長常紳法師「運用佛法於慈善服務」的分享課程，期許每位義工化作觀世音菩薩的分身。接著由林添增心理師與方隆彰社工師帶領大家認識助人技巧、同理心及討論實務工作；也邀請在資深的慰訪義工分享慰訪心得。

基隆地區鍾秀容師姐分享，「提供善知識，以佛法接引個案，

當對方觀念一點一滴落實在生活中，才能真正改變生命。」訪視的經驗，有些案家令人讚歎，因為縱然叨念著生活中的不如意，但仍以樂觀積極態度面對苦難，易地而處，自己恐怕都難以做到。也讓她更珍惜自己當下所擁有的，深覺收穫比付出的多。

新竹地區鄭陳暖師姐則提出，慰訪容易陷入的情境 - 眼見為憑，比如見到案主穿著名牌或有房有車，心想還需要補助嗎？深入了解後，才知道衣服是隔壁鄰居送的，而房車則是已故家屬

留下，目前仍在貸款中。

針對慰訪過程常見的兩難或挑戰價值觀的問題，各組在方隆彰老師帶領下，熱烈討論並提出不同觀點。方老師表示，思考問題應把握大原則「承認自己的有限性，更能把事情做好！」

課程最後，秘書長果器法師以聖嚴師父《普賢菩薩行願讚講記》闡述「恆願眾生」的內容關懷並勉勵大家，也為課程畫下圓滿句點。



義工分享
大 / 解春富

心的學習 ~ 體認「見苦知福」

自小在資源充裕的都會區長大，天命之年後舉家遷往國外生活，在那裏接觸了法鼓山創辦人聖嚴法師的禪佛教，深印於心，近年返台居住，落腳於樸實的苗栗鄉居。

對佛法的渴求，就近親近了法鼓山苗栗辦事處，這是一個多麼不一樣、特殊的區域呀！參與道場的夥伴95%以上都是銀髮老菩薩，我算年輕老人。見著這群銀髮菩薩，發揮萬行菩薩的精神，值班、念佛共修、助念關懷外，對於法鼓山慈善基金會的慰訪關懷服務，也是躬身親為，用最具體的行動展現最直接的生命關懷。

這一切教我不敢鬆懈，只要時間與機緣許可，辦事處的事務都盡力參與；透過關懷慰訪的服務，體認「見苦知福」的真義。關懷的精神及方法不只限於捐款，也不只是物資面的關懷，更需要是精神面的即時撫慰。



慈善基金會的關懷服務，是一種將心比心，以親切溫暖的態度，關照他人生命的苦寂，讓受助的生命感受到愛心撫慰與相助，義工們秉持著這樣的態度，用實際的行動去將法鼓山的社會關懷落實到地區。

每次到受助家庭中訪視和關懷，也體會到地區慰訪義工們的辛苦；但我做得歡喜，因為在助人服務的過程，認識不同層面的服務對象，雖然多數家庭是資源較不足者，但不同的對象、不同的家庭，各自的苦味不同，我體會著一場場不一樣的生命教育，欣喜的是，總是能夠看見部分服務對象在困頓之中，仍很努力地提升自我身心靈的昇華。

願諸佛菩薩的慈光，普薰需要被關懷的角落，也願苗栗辦事處這高齡化但努力宣揚法鼓宗風的可愛道場，人人都是具足福報成為資源的提供者、成為服務的推動者，成為分享者，感恩，這一切的因緣際會！





法鼓山

法鼓山基金會信用卡捐款授權書

地址：台北市北投區公館路 186 號 電話：(02)2893-9966#6104 傳真：(02)2897-6298

◎ 我已清楚瞭解本表右方填寫需知 9. 及 10. 之個資規定並同意填寫本表。

※請詳閱背頁之填寫需知。

持卡人資料 (粗框內欄位請以正楷填寫完整)		填表日期： 年 月 日	
姓名	身份證字號		
聯絡電話	日：()	生日	
	夜：()	行動電話	
E-mail			
通訊地址	□□□□□ (郵遞區號)		
卡別： <input type="checkbox"/> VISA <input type="checkbox"/> MASTER <input type="checkbox"/> JCB			
發卡銀行 (請填寫)： <input type="checkbox"/> _____			
卡號： - - -		有效期限： (月)/ (西元年) 止	
持卡人簽名：		(簽名須與信用卡相同)	

捐 款 資 料						
扣款方式	1. 單筆扣款		2. 定期 (<input type="checkbox"/> 每月 15 號扣, <input type="checkbox"/> 每半年 15 號扣, <input type="checkbox"/> 每年 15 號扣)			
捐款期間	民國 年 月 至 民國 年 月, 共計 次					
捐款用途代號	1. 5475 2. 建設法鼓山 3. 公益慈善關懷 4. 百年樹人獎助學金及後續關懷 5. 淨化人心、淨化社會活動贊助 6. 其他 _____					
捐款人姓名	捐款人生日 (年月日)	電腦編號 (第 1 次捐款免填)	捐款用途 (可寫代號)	扣款金額	收據抬頭	收據抬頭身份證字號 / 公司統一編號
收據處理： <input type="checkbox"/> 逐次開立 <input type="checkbox"/> 年底累開 <input type="checkbox"/> 不寄				合計 新台幣 NTS	元整	
若本次不及扣款同意法鼓山於次一作業日處理？ <input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否			若扣款不成功同意法鼓山於次一作業日補扣？ <input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否			

法鼓山審核使用欄 授權書單號： 電腦單號： 建立日期：

(此欄由法鼓山填寫)

請您在寄出或傳真之前，確認授權書是否填寫完整及簽名。

※ 敬請傳真授權書 10 分鐘後主動來電確認信用卡授權書是否已收到，感恩！