

# 臺北

八月二十八日

茹素環保護眾生  
凝聚善念願祥和

農曆七月在佛教而言，是吉祥月也是佛的歡喜月，更是眾生的報恩月。八月二十八日晚間，台北慈濟醫院舉辦「七月吉祥祈福會」，在德昕師父、德杭師父、德愷師父、德怨師父的帶領下，趙有誠院長、院部主管、院內同仁、眷屬、社區志工與病人共六百二十人齊聚，眾人虔誠恭頌爐香讚及開經偈，並獻供心燈花果，凝聚眾人的善念，祈求天下無災無難。

「七月吉祥月 上人開示」影片中，上人殷殷叮囑，以佛心看人，人人皆是

佛；以鬼心看人，人人皆是鬼。

趙有誠院長感恩諸位師父遠從花蓮將祝福帶來台北慈院，「過去因為疫情，這是四年來第一次在淨如琉璃廳舉辦七月感恩祈福會。上人的開示總能用簡單的話語帶出深刻的哲理，各處的災難都讓世界感到不平靜，很感恩師兄師姊將上人的慈濟精神帶到全球苦難的地方，讓他們得到援助、關懷與愛。所以我們在慈濟的世界裡面，感恩祈福，要從自身做起，才能得到祝福。」

紀陳月雲師姊分享上人對她說過的話：「一般民俗認為七月不能出嫁、搬家、少去醫院，但我們又何嘗看過鬼呢？其實鬼並不可怕，可怕的是社會上行為不良的人，不過有心想轉變的人，都能有翻轉的一天。」藉此呼籲眾人應生起正念，用愛讓社會變得更祥和。



八月二十八日晚間，台北慈濟醫院舉辦「七月吉祥祈福會」，祈求天下無災難。  
攝影／盧義泓



趙有誠院長（右）感恩精舍師父從花蓮將祝福帶來台北慈院，紀陳月雲師姊（左）以上人開示呼籲眾人用正念破除迷信。攝影／盧義泓

推素護生是這次吉祥月的主軸。祈福會上邀請婦產科邱筱宸醫師、住院醫師劉謙慧與楊灼華營養師分享茹素經驗。邱筱宸醫師因為先生的關係轉而吃素，一開始因為不了解素食的營養知識，常常容易飢餓又再攝取大量的澱粉，反而增加身體負擔。藉由自身經驗建議民眾，吃素可以從認識營養知識開始。

住院醫師劉謙慧是一位胎裡素者，家庭成員都吃素，劉醫師說：「三十年吃素經驗中，也曾經掙扎過為何吃素，直到在電視上看到無數動物受到殘忍的對待，終於找到讓自己堅定吃素的理由了。」

楊灼華營養師表示：「我吃素的轉機是從戴牙齒矯正器開始，矯正期間牙齒會感到非常痠軟，再加上當時健檢發現膽固醇過高，所以下定決心從飲食改變。經過三年的堅持，不僅膽固醇指數逐漸下降，體態也更加良好了。」

文山新店社區志工透過歌仔戲的方



文山新店社區志工透過歌仔戲傳達蔬食健康、環保減塑的觀念。攝影／盧義泓

式演繹蔬食短劇，讓大家知道蔬食不僅能身體健康，還能保護環境。書軒小志工與仁美幼兒園也以可愛的肢體動作，表演歌曲〈吃菜尚介讚〉呼籲眾人一起吃素。文山新店手語隊溫馨演出手語歌曲〈給你〉，喚醒眾人造福正念的心。

活動吸引許多住院病人及來院大德參與，失智共照中心的個管師焦淑惠日前因病住院，仍前來參加，她表示：「走進慈濟後才知道七月佛教吉祥月，也是孝親感恩的日子，希望大家在慎終追遠的同時也能愛護眾生。」十歲的徐弟弟從小就跟著父母吃素，此次跟著媽媽一起參加活動，覺得非常溫暖。

活動尾聲，精舍師父引領眾人捧心燈為天下祈禱，德昕師父開示：「我們每一個人都是地球的主人，我們的一舉手一投足，都關係著我們地球的未來，所以上人教導我們敬天愛地，聚佛緣，讓我們虔誠的心念，疼惜萬物眾生，將這分祥和的愛共同凝聚。」（文／林芯如、鄭冉曦 攝影／盧義泓）