



[No.2]

# 感恩知足 大福大富

Gratitude & Contentment Brings Blessing & Bliss

■ 文 | 廖怡婷 臺中慈濟醫院 8B 病房護理長

學生時期有社會教育課程，參加過公益活動、街頭募捐發票、到安養院關心爺爺奶奶，但只是跟著做，心裡沒有什麼感動。小時候也常跟著媽媽看「大愛劇場」，但就像在看別人家的故事，沒什麼切身感。那時候對於慈濟的唯一印象就是——災後會有一群人出現，關心受難的民眾。

高中時期就讀的是幼保科，學習對待小朋友要有耐心，但父親生病住院期間看著照護父親的護理師，覺得護理工作很專業，很吸引我，於是大學選擇就讀護理系，在最後一哩實習，我與同學選擇了臺中慈濟醫院，一走進醫院大門，就看到慈濟志工們親切的笑容，熱心的協助，內心感到溫暖。這是我自己與慈濟的初次接觸。



第一次被安排參加「志工早會」的時候，心裡的想法只有「太早起、好想睡」，無法理解消化早會時上人及精舍師父的開示。但是這幾年下來，覺得志工早會是一段心靈淨化的時間，是一段讓我反思的時間；我懂得珍惜眼前所擁有的生活，也希望趁我有能力的時候，多幫助更多的人。

梨山義診，是我參加過最特別的活動。平常到社區義診可能不到半天的時間，到梨山義診需要兩天一夜，跟著中醫師到梨山山區進行義診，因為在山上，年長者不方便外出就醫，就期待著每個月梨山義診，可以讓醫師調理身體。山上的居民們看到我們到來，展現的真不是一般的熱情，總是有吃不完的水果，感恩我們願意花時間上山一趟，讓他們的健康有所依靠。而我也體會到「施比受更有福」。

而第一次參加慈濟的歲末祝福活動，內心非常震撼！場



面氣派莊嚴，而且我第一次見到上人本尊從面前經過，一股感動湧上心頭。整場歲末祝福回顧著慈濟一年來的足跡，真的很感動，也感受到大愛的力量。之後每一年我都會報名參加歲末祝福，更擔任手語演繹人員上臺表演，把我的感動化為行動，傳達給上人。

還沒接觸慈濟之前，我覺得我的付出應該要有相對的回報，有時候也會抱怨「為什麼總是我？」會去計較誰做得多、誰做得少。但是接觸慈濟人文之後，對待他人變得以和為貴，學會不計較，學會感恩。在照護病人的時候，也會更有同理心的去照顧他們，常常聽到家屬對我說：「謝謝妳，辛苦了。」我也學會對他們說：「辛苦了，感恩。」因為真正在病人身邊照顧二十四小時的是陪病者，他們晚上可能沒辦法安穩的睡覺，真正辛苦的是他們。有了同理心及感恩的心，對照護病人有很大的幫助，我不再經常抱怨，與病人相處也更融洽。

受過慈濟人文的薰陶，讓我在臨床工作處事更融洽，更能以病人或家人的角度去思考，了解他們焦慮的原因，體認他們因疾病受到的煎熬。

當上護理長之後，也希望能夠將慈濟人文對我的影響傳遞給單位的同仁。或許我現在所做與人們口中的大愛還有很大的距離，但每一天的「小愛」，一點一點的串連，最後將會成為心中的大愛，就如同靜思語「善解知足最大富，感恩包容最大福。」每一天都抱著感恩知足的心，就會愈來愈快樂。