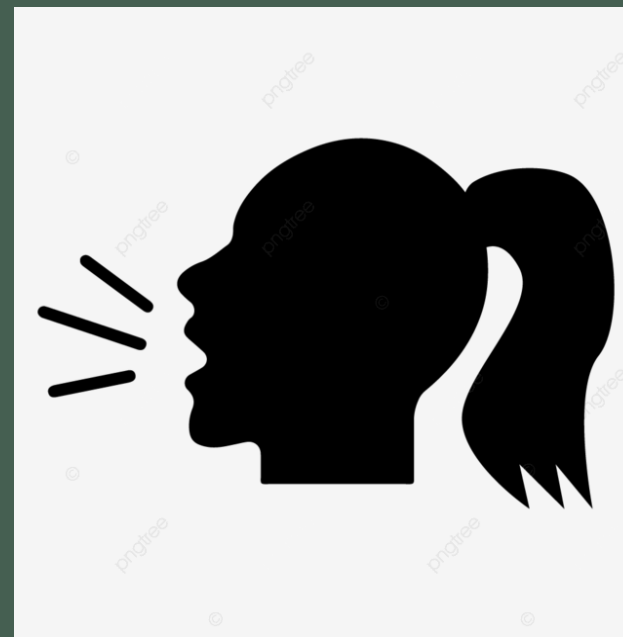


講不停 一直講
隨妻沿路40' ->左耳會特別好
對哥哥的耐性





靈方妙藥 唯有茹素

—— 證嚴上人 ——

2025.4.1(二) 王文茜分享

1991年 受證委員N1817

1994年 職志合一

1997-2004年.媒體公關.大學人文課窗口

2005年 人文志業中心接待組

2015年~ 人文志業中心募心募愛室

首重推素



2003年SARS肆虐期間.和平醫院封院.7名醫護人員殉職.
台灣346名確診.73人死亡；全球8,096名病例. 774人死亡。

CTS NEWS 台灣爆發院內感染 回顧SARS和平封院 | 華視新聞 20200302

CTS 是由台灣政府全額或部份出資的媒體。

旅遊疫情升高，入境需屏

更多影片

17-27 0%

華視新聞 瓦斯降價 配合穩定防疫物價 天然氣連3月凍漲

在 YouTube 上觀看

19:03:23

YouTube

https://www.youtube.com/watch?v=FnLKBRLuQp4

1998年.伊拉克中止與聯合國武器核查人員的合作.
美英發動空襲。

2001.9.11

「基地組織」襲擊紐約世界貿易中心和華盛頓五角大樓後.時任美國總統小布希政府開始制定入侵伊拉克的計劃。



2003年的戰爭推翻了薩達姆政權

2003年3月20日，美國及其盟友派軍入侵伊拉克，推翻了薩達姆政權。

2003.4.17-2008.3.12.

證嚴上人於晨語時間宣講《水懺》，歷時五年

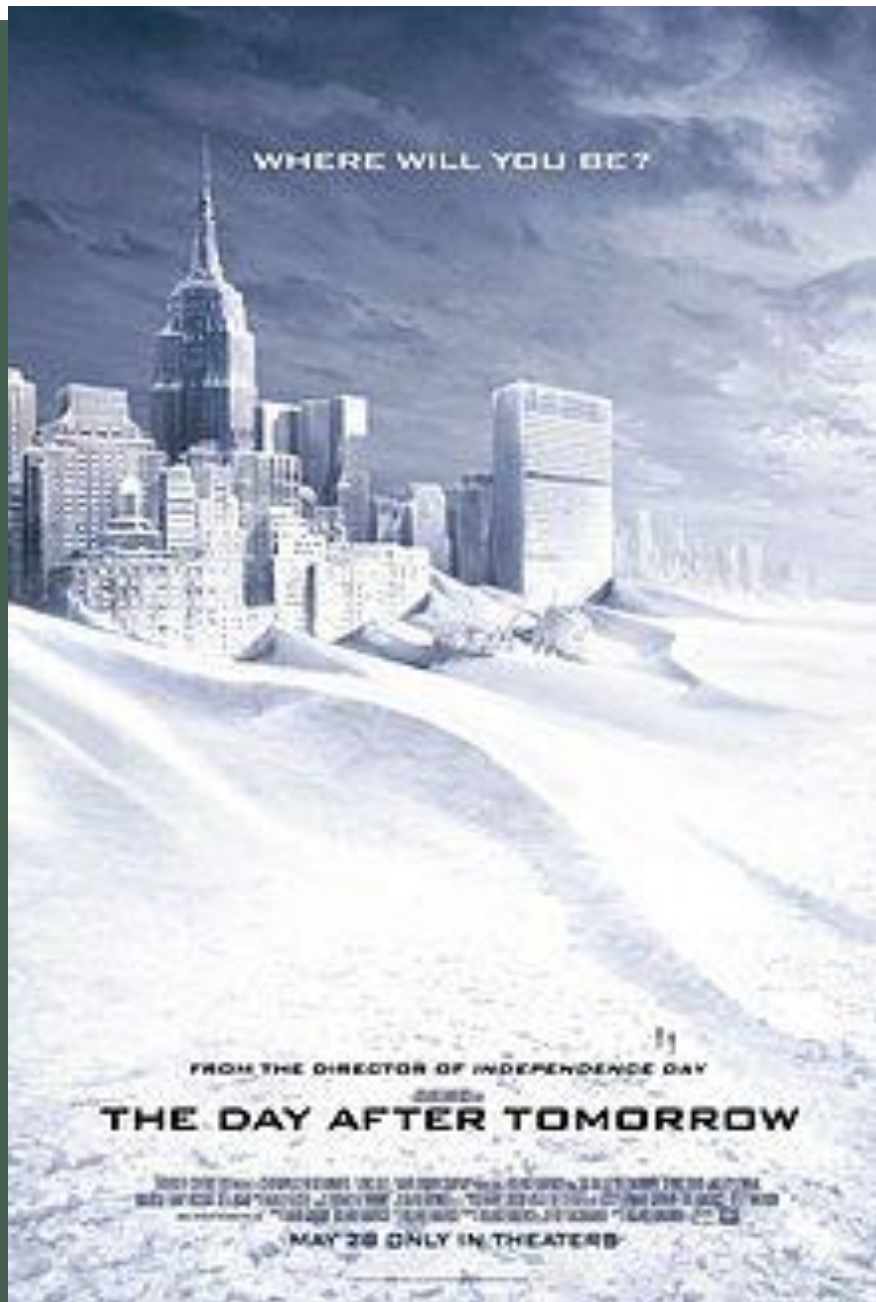
人前行懺，自淨淨他

SARS、禽流感、新流感等傳染疾病橫掃全球；恐怖攻擊及美伊戰爭，引發全球人心不安與眾多生靈塗炭；全球暖化導致各種極端氣候頻頻出現，氣候難民日漸增加；饑饉情形在氣候暖化的助長下，作物歉收面積與挨餓人口都比上個世紀更為嚴重。小三災遍地肆虐，大三災蠢蠢欲動，上人因此於本世紀初頻頻說著「來不及！來不及！」。面對撲天蓋地而來的眾生苦業共報，上人說的「來不及」三字，明顯流露出心中對苦難眾生的悲痛不捨。

如何才能消弭災難？怎樣才能轉「來不及」為「來得及」？搶救地球要從哪裡救起？答案只有一個，就是帶動人人大懺悔。上人慈示：「此刻所需要的是全人類共同做『大懺悔』。人人洗心革面，趕快將心中的埋怨、對立、瞋恨消除，開啟自己清淨善良的本性。唯有啟發這分虔誠的心，以慈懷柔腸相互對待，才能真正消弭接二連三的災難。」

2011.8.6-8.24 全台24場「法譬如水」經藏演繹如法會
高雄.台北.台中.彰化公演. 需齋戒108天.全省讀書會.
幾個颱風過門不入





2004年 明天過後



2012



2010年上映



2011.3.11日本海嘯



2019.12起COVID冠狀病毒
全球確診人數破6.7億人染疫
死亡人數逾673萬人。 (2023.1止資料)

2025.3.22 三立新聞網

美國過去一年來禽流感肆虐，農民撲殺千萬隻雞，
造成雞蛋價格過去一年來飆漲65%，蛋量也供不應求。
白宮日前宣布投入10億美元（約台幣330億）對抗疫情，

2003食譜-1 2010.5食譜-2.十刷.發行15萬本

上人說:非素不可.若30年前這麼說..
珍惜眾生生命，人人都做得到的；
也唯有如此，人類才能與天地共生息。
3影片:養豬戶/癌末王明永/許醫師

↵
敬愛的師姊：阿彌陀佛！↵

↵
真的很抱歉！這篇文章電子書是經由我同學傳給我的，他不是慈濟人，
是妻師姊的會員，由本案顯示，師姊編的這篇電子書已成為網路暢銷的
重要葵花寶典。↵

↵
恭喜你，並感恩師姊常有給我很多好的資訊，感恩！↵

↵
漢生 感恩合十 29/07/2011↵

↵



素食救地球
心素
食儀
Part II

365 蔬食 日日素



蔬食365-日日素



今日主廚：林勃攸 香煎杏菇
番茄莎莎



今日主廚：楊開瑞 紅扁豆番
茄濃湯



今日主廚：徐嘉欣 印尼式溫沙
拉



今日主廚：Adam 馬告腰果絲
瓜



今日主廚：陳彥志 白芋牡丹扣
山珍



今日主廚：范展誠 沖繩苦瓜
2024-05-16

*應酬時吃素.說是因慈悲心.被嗆聲.回到原點

***漸進式**.no牛->no豬->no雞鴨->no海鮮

豬排->肉條->肉絲->碎肉 > 無肉

很素的人要全素、很葷的人方便素、五辛素..

每個人都要提升.早齋->一週一素->一週二素....

*師兄沒吃素，多因師姐不會做，師姐要改進

*十菜一湯



週三吃素趣~

歡迎將美味素食帶回家，和家人一起素素看！

8/13 主廚上菜： 茄汁義大利麵



● 份量為橢圓餐盒八分滿，每份50元

- 訂餐方式：請自行在網上預約登記，可於NOTES或EIP公告中點取連結。
- 訂餐截止時間：週一(8/11)18:00以前(訂餐確認，以雲端名單為主，感恩。)
- 領餐步驟：1.週三13:00前，將餐盒貼名條，放入B1藍色筐(貼有【週三吃素趣】字樣)。
2.週三17:30-18:00，至B1齋堂領餐，付現，請盡量自備零錢。感恩。
- 訂餐諮詢窗口：趙亦梅(分機7009)、賴晏沛(分機7060)
(*歡迎報名加入美味素食志工團，感恩。)

8/27 主廚上菜： A.五彩壽司 B.日式小菜

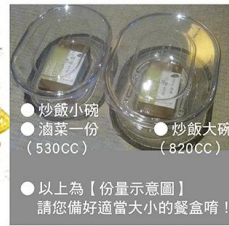


「何家壽司」，色香味俱全的夢幻日式料理~~

9/10 主廚上菜： A.三明治 B.油醋生菜沙拉



10/9 主廚上菜： A.夏威夷炒飯 B.滷菜



● 炒飯小碗
● 滷菜一份 (530CC)
● 炒飯大碗 (820CC)

● 以上為【份量示意圖】
請您備好適當大小的餐盒唷！

12/10 主廚上菜： A.茄汁義大利麵 B.馬鈴薯沙拉



11/26 主廚上菜： A.魯香飯 B.台式泡菜



12/24 主廚上菜： A.蘿蔔糕 B.關東煮



*小伍*5
 *銘均用
 鍋子裝
 *同仁的
 師兄裝9
 根支架。
 很喜歡我
 們的素

慈濟人文志業中心 2014 週三吃素趣 菜單及收支明細

時間	主食	主廚	售價	登記 人數	非素 人數
1 8/13	茄汁義大利麵	詹振聰師兄	每份 50 元	90	80
2 8/27	a.壽司 b.涼拌海帶芽等	何明娥師姐 “	5 粒 50 元 每份 30 元	81	87
3 9/10	a.三明治 b.生菜沙拉	謝媽媽 主管們	@10 元 @30 元	67	63
4 9/24	a.涼麵-小黃瓜.紅羅 <u>蔔</u> . 豆芽.蛋皮絲.素火腿 b.沙茶 <u>蒟蒻</u> 條	楊純芳 林玲美 王靜慧	(小)40 元 (大)50 元 每份 30 元	65	51
10/9 (四)	a.夏威夷炒飯 b.滷味 4 種	蔡美玉師姐 林玉棋師兄	(小)40 元 (大)50 元	75	66



	時間	主食	主廚	售價	登記 人數	非素 人數
6	10/22	a.青醬義大利麵 b.胡麻醬沙拉	謝劉富師姐-2 委員合作	每份 50 元 每份 30 元	80	51
7	11/12	a.水煎包一大. 小 b.涼拌乾絲	涂師兄.板橋 阿棋師兄	1 個 10 元 1 份 30 元	125	94
8	11/26	a.魯香飯&浦燒豆皮 b.台式泡菜	詹振聰師兄-2 +	大 50.小 40 30 元	42	35
9	12/10	a.茄汁義大利麵 b.馬鈴薯沙拉	詹師兄 阿棋師兄	大 50.小 40 30 元	130	63
10	12/24	a.蘿蔔糕 b.關東煮 c.小黃瓜	貞惠 阿棋師兄 又禎師姐結緣	5 塊 50 元 4 塊 40 元 40 元/份	80	50
合計 10 次		共 835 人次訂餐	其中 640 人次為非素人口			



疫情初期.推素餐券
藥房排隊買口罩等待時推素送券
秀美.貴琴師姐等擴及公園...



蘭揚食品-全素.蛋奶素.五辛素.&全家&芳珍/半成品+料



慈濟月刊700期p.112
馳援美國LA 世紀山火



上人感嘆，美國慈濟人說明，這次山火也波及富人、名人聚居處，原本是風景很美的地方，福地居福人。但若有福地，無福的人還是住不久，眾生共苦業，災難會集中在一起。

「自造福則自得福，我們要有做才有得。如果想要得福卻沒有付出，哪有辦法得？這是很簡單的事相。真正行菩薩道是不著相，當眾生有難時，理所當然要即時現身，我期許慈濟人都是菩薩。」

內隨願 外隨緣
方能自在如願



療慈
集廣



萬象依理
各循其道

療慈
集廣

靠山山倒 靠人人跑
靠佛煩惱少



療慈
集廣

精選推薦

點我切換 ▶ 心靈成長



舒食力

· Veggie Life ·



支持善內容

· Donation ·



即時直播

· Live ·

春天養生
肝為先

· 這樣吃 肝肝好 ·



慈濟脈動

· News ·

點我切換 ▶ 精選推薦

心靈成長

歡迎加入
大愛之友官方帳號

LINE

FRIENDS
of DAAI

慈濟傳播人文志業基金會



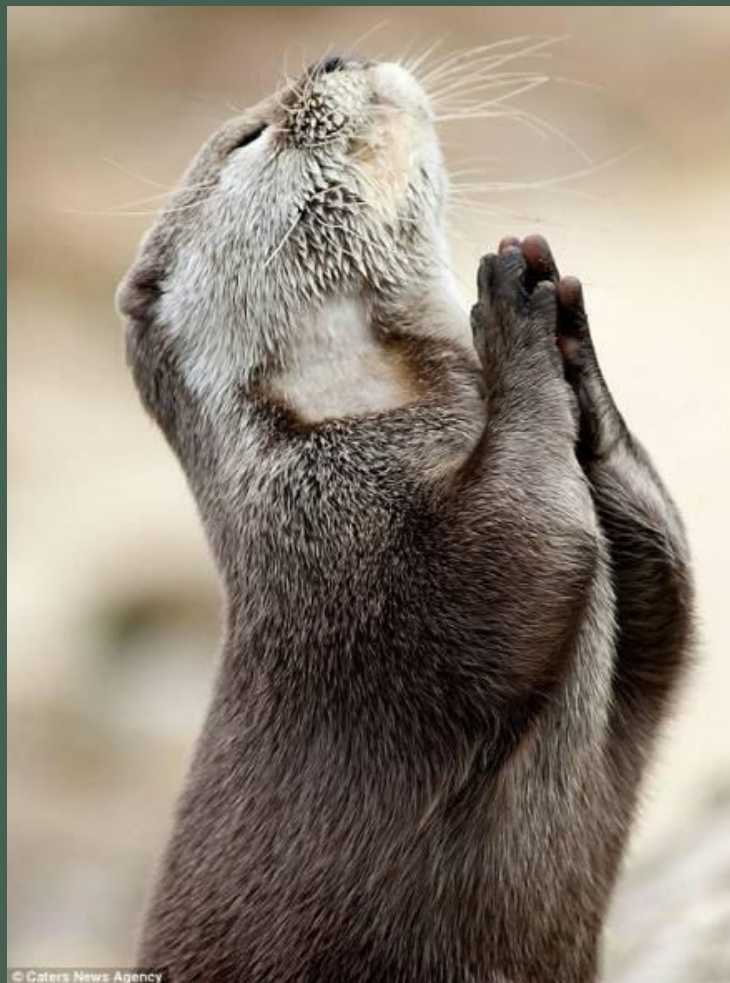
聞鐘聲
薰法香

從後山
看世界

小故事
大啟示

線上
隨師

感恩



© Caters News Agency

A collage of images featuring Bill Gates and other figures, with the word 'Vegetarian' written in large letters at the bottom. The background is a lush green field of crops.

名人
素
寫

比爾·蓋茲

微軟創辦人

地球的未來要靠素食
為了和平
請成為素食者

Vegetarian