

國立交通大學

客家文化學院

客家社會與文化碩士在職專班

碩士論文



宗教的實踐與認同一慈濟功德會新竹分會的女
性參與

Woman's Practice and Identification in Religious Community
—A Case Study of Tzu-Chi Foundation in Hsinchu Area

研究 生：蕭志明

指導 教授：林秀幸 博士

中華民國九十九年七月

宗教的實踐與認同—慈濟功德會新竹分會的女性參與
Woman's Practice and Identification in Religious Community
—A Case Study of Tzu-Chi Foundation in Hsinchu Area

研究 生：蕭志明

Student : Chih-Ming Hsiao

指導教授：林秀幸 博士

Advisor : Dr. Hsiu-Hsin Lin

國 立 交 通 大 學

客家文化學院客家社會與文化碩士在職專班



A Thesis

Submitted to College of Hakka Studies

National Chiao Tung University

in partial Fulfillment of the Requirements

for the Degree Program of Hakka Society and Culture

in

College of Hakka Studies

July 2009

Hsinchu, Taiwan, Republic of China

中華民國九十九年七月

宗教的實踐與認同—慈濟功德會新竹分會的女性參與

學生：蕭志明

指導教授：林秀幸 博士

國立交通大學客家文化學院客家社會與文化碩士在職專班

摘要

宗教信仰一直以來對人類的影響都很大，心靈的支持、信念的穩固，許許多靈性的探究也告訴我們宗教對人的幫助有多大。但宗教的一切影響，其實是在幫助人類最根本的，生命意義的創造與延續。

本研究以「慈濟功德會」這個在台灣近年來可說是發展最快，也最具有影響力的佛教團體，作為宗教的代表，探討女性參與慈濟，接受慈濟的許多概念與想法後，如何實踐與認同慈濟，並對自身的生活產生何種影響。

本研究以質性研究形式書寫，尋找新竹地區六位參與慈濟功德會的委員做為報導人，以深度訪談的方式取得研究資料。

研究結果發現女性參與慈濟的原因是由一念善心所致，並致力於圓滿生命，而參與慈濟眾多行善助人活動，其實也是經驗學習的反覆建構過程，並讓女性自覺有增能培力，不論外在或是內在；另外，在這些過程中，女性也察覺自身的變化，自我的建構和角色認同於焉產生；最後，女性認為參與慈濟對核心組織一家庭的關係轉化產生了莫大的幫助，也讓自己與周遭人群有著良好的互動。

本文最後提出可能的研究限制，以及對於後續研究的建議。

關鍵字： 宗教、實踐、認同、慈濟功德會、女性參與、經驗學習、增能培力

Woman's Practice and Identification in Religious Community

—A Case Study of Tzu-Chi Foundation in Hsinchu Area

student : Chih-Ming Hsiao

Advisors : Dr. Hsiu-Hsin Lin

National Chiao Tung University College of Hakka Studies
Degree Program of Hakka Society and Culture

ABSTRACT

Religion has a great impact on human condition, Spiritual support, and provides Firm belief. Many explorations have proved that the religion plays an essential role in human's life. The religion is not only helpful but also provides the meaning of life for human being.

As a Buddhist association, the Tzu Chi Foundation has experienced a rapid growing in recent thirty years in Taiwan. The woman's participation in it is so eminent that it represents the exuberance of the volunteer group in Taiwan.

In this study we will explore the women's practice, identification, and transformation of mental state in this group. Following the trajectories of these women's lives, we have explored multiple facets of their daily lives and have a observation in their learning and transformation by practicing the principles taught by Cheng Yen Master, the central figure of Tzu Chi Foundation.

In this research, we have discovered some aspects about the theory of identification and experiential learning. These women construct their identity in Tzu Chi by "doing". "Doing" plays an essential part in construction of this community. By "doing", the members of the group experience the teaching of Cheng Yen Master, and obtain a transformation in their realization for life. This process enforces and maintains their identification for the community and gives a push in the expansion of this foundation.

Keywords: religion, practice, identity, Tzu Chi Foundation, woman's participation, experiential learning, empowerment

誌謝

炎炎夏日中，欣喜若狂的完成了這篇論文。

好像得獎人一般，心中有許許多多要感謝的人，所幸，我沒有時間限制。

首要感謝的當然是指導教授秀幸老師，包容我不甚好的文筆，彌補了我的缺漏，再多感謝的話似乎都無法表達我的謝意，老師，萬分感恩您的辛勞！

家人一直是我的後盾，只要我在趕寫論文的日子，家事總是瞬間就消失了，這讓平日只有晚上才能拼命的我，更是能有充足的時間構思與撰寫，雖不致茶來伸手，飯來張口，但也夠幸福的了。

同事的支持與鼓勵一直都是我的紓解良藥，一句問候，一個關心，在我疲憊的心靈注入一股清泉，而無私的經驗分享與傳承，更讓我昂然無懼，因為，我的孔明可是比劉備多很多個啊！

對於每個願意當我報導人的師姑，真的都讓我感動萬分，不只是她們的故事，還有她們對慈濟的那種信仰與信賴，使我生活中的慈濟，突然間都活絡了起來，讓我對慈濟增添了更多的關注與興趣。

最後，謹以此文獻給我的母親以及每個偉大的新竹區慈濟人，我能說，慈濟，有妳們真好！

2010.07.01 於 最深愛的家中

目 錄

中文摘要.....	i
英文摘要.....	ii
誌謝.....	iii
目錄.....	iv
表目錄.....	vii
圖目錄.....	viii
第一章 緒論.....	1
第一節 研究緣起與目的.....	1
一、研究源起.....	2
二、研究目的.....	5
第二節 研究範圍與對象.....	7
第三節 研究設計與方法.....	8
一、研究流程.....	8
二、研究問題.....	9
三、研究方法.....	9
第二章 文獻回顧.....	10
第一節 慈濟相關研究.....	10
第二節 志願工作者相關研究.....	11
第三節 經驗學習相關研究.....	12
一、經驗學習的定義.....	12
二、經驗學習相關理論.....	13
(一) Lindeman的經驗學習觀點.....	13
(二) Dewey的經驗學習觀點.....	14
(三) Kolb的經驗學習觀點.....	15
(四) Jarvis的經驗學習觀點.....	15
第四節 女性增能培力相關研究.....	17
第五節 認同相關研究.....	19

第六節 人際互動相關研究.....	21
第三章 慈濟的歷史與組織運行.....	23
第一節 慈濟的緣起.....	23
第二節 慈濟的歷史.....	24
第三節 慈濟的組織運作.....	25
一、志業中心.....	26
二、志業體	26
三、志工組織.....	30
第四章 研究整理與發現.....	36
第一節 「做」慈濟的因緣：道德行善觀念.....	36
一、行善之舉始於善念啓蒙.....	36
二、由自身經歷而行善助人.....	38
三、孝心成就善行.....	39
四、排除萬難，堅持行善之路.....	40
五、行善助人，不遺餘力.....	41
六、行善最樂.....	42
七、小結.....	43
第二節 行慈濟之路：經驗學習與女性增能.....	43
一、改變自己，獻身慈濟.....	44
二、歷經家庭巨變，仍勇敢站起.....	49
三、面對家庭與職場，皆深感收穫滿滿.....	54
四、調整自我，變化自身.....	58
五、積極學習，謙虛向上.....	61
六、縮小自己，提升內在.....	67
七、小結.....	71
第三節 對慈濟的認同：自我的建構與改變.....	71
一、走過人生低潮，邁向嶄新人生.....	72
二、更換角度，坦然面對困境.....	74
三、轉換心念，發揮自身影響力.....	75

四、改變自己，度過重重考驗.....	77
五、覺察自我不足，積極向上.....	78
六、內省自我，虛懷若谷.....	79
七、小結.....	80
第四節 慈濟對人際關係的改變：疏離感治療.....	80
一、對家庭關係的影響.....	81
二、對人際關係的影響.....	87
第五章 結論.....	91
第一節 研究發現與結論.....	91
一、女性參與慈濟是由一念善心所致，並致力於圓滿生命.....	91
二、經驗學習的反覆建構過程.....	92
三、自我的建構和角色認同.....	93
四、對核心組織—家庭的關係轉化.....	93
第二節 研究限制與後續研究建議.....	94
參考文獻.....	96



表 目 錄

表1-1 報導人基本資料.....	7
-------------------	---



圖 目 錄

圖1-1 研究流程圖.....	8
-----------------	---



第一章 緒論

第一節 研究緣起與目的

一、研究源起

筆者在國小擔任過導師，也兼任過行政職，常遇到學生的問題需要處理，通常的處理時間都不會太久，但偶爾會遇到比較花時間的個案，在深入了解後，往往發現家庭功能不彰是這類孩子共有的特徵。

教育除了知識的傳遞外，正確態度的培養可說是更為重要。感覺的到，一個溫馨和諧的家庭中教養出的孩子，到了他接受學校教育時，教育的效果是良好且顯著的；但相對的，孩子若是在家庭功能不彰的家庭成長，教育的效果就必須打折扣了。

翻開報章雜誌，或是觀賞電視新聞，常常看到許多的社會問題被報導，或許發生的原因有許許多多，但常被透露出的一個層面就是家庭的問題。家庭內的問題不只是影響自家而已，甚至也讓影響到了整個社會。

透過婚姻而結合成的家庭，是人類出生第一個會接觸到的環境，許多的價值傳遞，開端也是從家庭出發的。對一個族群來說，傳遞其最重要的傳統精神文化，在家庭中施作可說是最好的方式了，可見家庭對人類的重要意義。而社會是由家庭組成，一個功能齊全的家庭，才能在各方面對社會做出貢獻。而要使家庭功能完善，和諧的氣氛是最不可或缺的。涂大杭（2007）在〈在構建和諧社會中創建和諧家庭〉一文中明白提出：

家庭是社會的細胞，在社會發展中具有非常重要的基礎性地位和作用，因而創建和諧家庭對構建和諧社會具有重要意義。而我們要創建的和諧家庭，應該是平等有愛、科學民主、文明健康、充滿活力、穩定安全、家庭成員和睦相處的家庭。

家庭有許多功能，如生產、消費和情感的滿足，年幼與年長成員的照顧保護等，因此家庭成員的食衣住行育樂等等的需求可在家庭中解決，讓每個家庭成員能夠獲得生活上的保障以及精神上的支持與安寧。對社會而言，其基本組成單位的家庭若是都能完整的展現其功能，整個社會的基本架構是十分堅固的，社會自然呈現穩定狀態。而這樣的社會環境又能孕育出更多功能良好的家庭，如此良性的循環，可說是社會的最好狀態呈現。由此可知，擁有齊全功能的家庭對社會而言有著不可言喻的重要性。

只是由於社會的快速變遷，連帶也讓家庭產生巨大變化。核心家庭成為現代

家庭的主體，讓以往家庭所能提供的功能減少，像教育、娛樂、經濟活動、宗教信仰，甚至是最基本的養育照顧，有時都必須倚靠相關的社會機構來維繫住正常的運作，也就是說，家庭能夠承擔的責任變少了，相對於以往的大家庭，現代的小家庭常是需要獨立面對問題，要是無法順利解決問題，家庭會產生更多不良的變化，更加速家庭的破碎或解體。

以核心家庭的組成而言，夫妻可說是最主要的支持體系，也因此，兩性的互動關係成為最關鍵的影響因素。由於「男主外，女主內」的傳統觀念，再加上父權社會體系的強大，家庭中往往是以男性中心為主要運作模式，家庭的建構與維繫，男性可以說應是最重要的角色。

家庭中由於成員間的相處與溝通發生改變，因而常造成家庭關係與氣氛的變化，可能由於父權社會的影響，女性在家中地位多是不及男性的，也因此家中發生變化的原因也常是由地位較高的男性所引起，但此時女性的反應往往決定了家庭關係的變化程度，以此觀點，女性在家庭中的重要性反而是超過男性的。

另外，在聚會的場所中，已婚男性討論的議題通常是工作事務、社會現象或是政治評論等，而已婚女性則常離不開夫妻關係或養兒育女經驗分享上。就家庭層面來看，女性探討的部分對維持家庭功能似乎較為相關。

對家庭而言，每天必定會面對的問題就是家事的產生，只是投入家事的勞動力感覺上並沒有生產出任何的「價值」，但試想，若是家事都沒人做，家中必定變得亂七八糟、一蹋糊塗，而這樣的環境，怎能讓辛苦一天的家人得到休養與回復呢？進而影響到自身的工作，甚至使社會失序，造成混亂而殘敗的國家。因此我們可以說，家事的處理是個人、家庭、社會生產中最重要的關鍵，看起來雖沒有任何「產值」，但卻是其他所有生產工作的最基礎部分。

以現今社會來看，家事的投入通常是女性居多，即便現在講求兩性平等，性別平權，女性仍是承擔了大部分的家務工作。換言之，女性完成了生產中最重要的基礎工作，而讓男性得以在社會上貢獻自己，完成自我理想，可見女性角色之重要。

而從女性主義的立場論來說，女性工作者不論在公(低價的勞動力)在私(沒有價值的家務勞動)都處於弱勢地位，因此女性才最有資格說明社會整體的運作與機制，因為越是處於弱勢地位者，越是具有認知的獨特位置(吳秀瑾 2005)。這讓筆者體認到女性角色可能才是家庭中最重要的存在，但影響女性想法與做法的層面有很多，哪方面可能是比較好的研究方向呢？

筆者的母親是個慈濟委員¹，當筆者與母親聊著這類的問題時，她談到投身

¹ 「慈濟委員」指的是經培訓授證的慈濟人，並沒有分男女眾。相對於「慈濟會員」，指的則是有捐善款，並留下個人資料的人，而會員只要經過培訓授證的過程就能成為「慈濟委員」。

慈濟事業的人大部分多為女性，且在她認識的慈濟人當中，有家庭關係發生大變化的家庭，雖然母親並不是很清楚細節，但是她也向筆者說明，這些家庭本來是存在著些許問題，諸如夫妻關係的不和諧，長輩與晚輩間的溝通不良等等，但這些問題在家中女性投入慈濟工作後，都獲得了不同程度的改善。

宗教在人類的生活中，一直扮演著重要的角色，以西方來說，中世紀時，宗教以神聖的方式進行秩序化的人類活動，提供社會穩定的基礎，但在歷經工業化、資本主義經濟活動以及都市化後，宗教在社會中的地位開始有所改變，不能再像以往一樣對個人的生活作全面性支配。這時曾有預言說宗教將會消失，但沒想到新興的宗教反而如雨後春筍般地出現。至此，人們方才理解，宗教存在的型態或許因時而異，但人類對信仰的需求，永遠都不會有消失的一天。

台灣的宗教除了政府播遷來台後將大陸盛行的宗教一併帶來之外，十七世紀由荷蘭人和西班牙人統治期間所引進的基督教與天主教信仰，在歷經三百多年的發展，以及六〇年代美國對台灣的各式介入，也蓬勃的運行著。而當我國退出聯合國後，由於外來的力量減弱，加上解嚴後的自由化，讓台灣的宗教環境，形成了一個自由競爭且多元化的世界。

陳世慧（2005）認為對於大型宗教團體而言，在他們逐步擴展其社會影響力的過程中，包括佛光山、慈濟基金會、法鼓山、中台禪寺、靈鷲山等佛教團體，或是行天宮、指南宮、大甲鎮瀾宮、北港朝天宮等道教團體，以及一些新興團體，如宋七力的顯像協會、清海的清海無上師世界會、或是太極門等，根據學者丁仁傑的觀察，皆是以「邊陲性宗教團體」²的地位及角色，對台灣宗教現象的變遷趨勢產生具體的影響，進而帶動了新的宗教景象。

台灣的宗教不僅多樣化，民眾參與宗教活動的比例也相當高。根據中華民國資訊統計網「社會發展趨勢調查」的資料中顯示，所有社團類型的參與，以宗教活動的參與為最多，其比例達 21.46%（調查截止時間為 2003 年九月）。宗教信仰除了給予人們心靈上的慰藉與支持外，許多人其實也將參與宗教活動視為是一種休閒活動。宗教是人們在自由時間所獲得的一種選擇，有些人會以某種方式或是參加頻率選擇宗教活動，就如同他們選擇其他休閒體驗一樣，如每周末固定上教堂做禮拜，參與教會聚餐或教會組成的球隊，及萬聖節等活動，都成為重要的休閒活動，同時具有社會支持，分享彼此情感的功能（黃金柱 2006）。

根據中央研究院社會學研究所歷年來所進行的「社會變遷」基本調查結果顯

² 學者丁仁傑（2004）在其《社會分化與宗教制度變遷：當代台灣新興宗教現象的社會學考察》一書中提出「邊陲性的宗教」的說法。他認為在西方世俗化的理論下，台灣宗教的發展，雖然沒有一個完全等同於西方的背景與過程，但若把根植於儒家倫常與宗法思想的正統帝國及家族連帶關係，視為一個主流的宗教組織、一個類似於西方一統性的教會、一個佔據過去華人信仰核心地位的宗教形式時，那麼圍繞在核心之外的既有道教、佛教及一般民間信仰，就是所謂的「邊陲性的宗教」。

示，強度佛教徒，即自稱皈依制度性佛教團體者，多半在 1987 年至 1996 年間開始信仰佛教，且有逐年增加的趨勢；相對的，宣稱自己信奉民間信仰者，則在 1996 年起，開始成長緩慢，比例亦逐年下降；而基督教信仰者則維持固定的比例，沒有升高的趨勢。因此，佛教的勃興，乃成為現今宗教環境裡一股不可忽略的現象（陳世慧 2005）。

而在佛教團體中，「慈濟」³可說是近年來發展最快，也最具有影響力的組織了。從 1966 年成立以來，參與的會員由最初的三十人，到如今的將近四百萬人，幾乎超過了台灣人口的六分之一；其分佈據點除台灣外，也遍布全球四十幾個國家。苦難的社會提供了慈濟發展的舞台，慈濟人聞聲救苦的形象加深了台灣民眾的認同，也是慈濟這個團體內部凝聚向心力的主軸，而慈濟獨特的援救文化與對科技的普遍應用，也讓慈濟更是顯得一枝獨秀（陳世慧 2005）。

慈濟在 1999 年發生九二一大地震後，迅速且有效的動員志工投入救災，事後也陸續完成許多學校的重建，學者丁仁傑（2003）即認為「慈濟」在此事件後，一躍成為台灣主要的災難論述者、社會服務提供者、以及集體意識的維繫者。且由於海外慈善事業的推廣，使得慈濟在海外也擁有極高的知名度。而證嚴上人⁴針對海外慈濟組織的運作，仍是強調兩項工作原則：其一是「腳踩人家的地，頭頂人家的天，要懂得回饋。」其二則是在方法上，需視當地的風俗習慣作適當的調整，也即是說必須要「本土化」；如此也讓慈濟的海外慈善事業蓬勃發展。

因此，即便將慈濟對台灣廣泛的影響力除去不談，考量到慈濟將慈善事業由在地推廣到全球化（台灣→全球→當地的本土化）的經驗，將「慈濟」當成台灣現代宗教的研究對象，絕對具有高度的代表性。

由於佛教在心理和倫理上都具有穩定社會的積極功能，證嚴上人也曾親自闡明其創立慈濟的三願為：「淨化人心、祥和社會、天下無災難」。而家庭是組成社會的基本單位，因此，在追求社會祥和的目標之下，對於身為家庭主婦的女性委員們更是多次加以強調，要謹守女性在家庭中的本分，將家中事完成後才做行善助人之事。筆者的母親也是如此，她一定把家裡都安頓好了才會去做慈濟的相關工作，即使現在我們長大了，可以幫忙很多的家事了，她仍然堅持要把飯煮好才去進行她的慈濟工作。而從母親的口中，筆者也聽過了許多加入慈濟的人，先求自身的改變，而讓家中的其他人也進而自發的改變自己，使整個家庭和氣、安

³ 「佛教克難慈濟功德會」在 1966 年於花蓮成立，1980 年由於發展的需要，「佛教克難慈濟功德會」向省政府完成地方性的財團法人登記，並定名為「財團法人佛教慈濟慈善事業基金會」；後又因行善對象遍及全國，復於 1994 年向內政部登記更改為全國性的財團法人。本文以下皆以「慈濟」代稱「財團法人佛教慈濟慈善事業基金會」。

⁴ 「慈濟」的創立人一般人稱之「證嚴法師」，因出家人皆隨佛陀之姓，故亦稱「釋證嚴」，偶見稱「證嚴」者；筆者的母親為慈濟人並皈依獲賜法號，因而稱之為「上人」或「師父」，故筆者在此文中皆以「證嚴上人」稱呼之。

樂，不好的變好，好的變更好，整個家庭的人甚至都一同投入慈濟的志業工作中。另外筆者也常從許多媒體上聽到慈濟人分享自己的心情故事，許多的故事都是女性的隱忍與堅持，再加上投入慈濟後的學習，成長自我，而讓家中有了不一樣的改變；即使無法改變家中其他成員（多為丈夫），但對自己來說仍像是獲得了重生，而不像過去那般痛苦難耐。因此，筆者相信以慈濟作為探討方向的聚焦會是個好選擇。

二、研究目的

宗教信仰一直以來對人類的影響都很大，心靈的支持、信念的穩固，許許多靈性的探究也告訴我們宗教對人的幫助有多大。但宗教的一切影響，其實是在幫助人類最根本的，生命意義的創造與延續。

生命包含著許多的起伏與變化，也讓人生常是悲喜交雜；快樂的部分給了人們美好的經驗，雖然痛苦在所難免，但破繭而出的喜悅總能給人們帶來更多的快樂。宗教給予人類轉化生命的想法與做法，而生命的轉化又賦與生命更多的意義，人們對自己的境遇也多了些解讀與詮釋的機會，讓人們能夠拋去痛苦，迎接快樂。

女性長期處於弱勢下，諸多痛苦或許也被自己弱化了，但弱化不代表消失，日積月累下，恐怕只會痛上加痛；所幸轉化並非如此困難，只是需要個方向罷了。生活中累積的經驗，能讓女性學習到更多的方法來支撐自己，改變自己，女性對生命轉化的實踐之道，正是筆者所亟欲探求的。

另外，女性的生命歷程多在私領域的家中度過，慈濟給了她們能投身於公領域社會中的機會。對筆者而言，母親的投入慈濟不但成為其精神的寄託，且由於慈濟的全球化與委員培訓工作的扎實，除了讓母親的知識大為提升，國際觀也大大的擴展開來，這也讓筆者關注到慈濟對參與者的高影響力。而女性接受慈濟的許多概念與想法後，受到慈濟的影響，對於生活在家庭中或社會上的種種逆境或挑戰，是否有著不同的面對方式？而自身與周遭人群的相處是否也因投身慈濟而有不同的改變呢？

慈濟屬於非營利事業，因而參與者都是志願工作者，女性是在何種情況下接觸到慈濟，且是因何種原因願意無償地投身慈濟志業呢？綜合以上所述，筆者認為本研究的目的有：

1. 了解女性在生命歷程中，接觸慈濟的契機及其背後的環境脈絡。
2. 了解女性認同慈濟精神與理念後，在生活中闡述並實踐慈濟理念的方式。
3. 了解女性在慈濟所提供的資源以及工作場域中的學習成果或增能培

力。

4. 了解女性對自我的認同在參與慈濟並了解慈濟後的變化。
5. 了解女性藉由慈濟的幫助，與生活周遭人際關係的轉變或提升。

筆者希冀對參與慈濟的女性，其內心轉變的過程與生命轉化的歷程，做有系統的整理與分析，並讓女性能找到一個幫助自己改變、解放或轉化的方法與機會。



第二節 研究範圍與對象

要探討宗教性社團對女性的影響必須要找到適當的報導人，針對有參與慈濟各項活動的慈濟人中，慈濟會員由於多僅限於捐款護持慈濟的諸多行善活動，自身實際參與活動者較少；而慈濟委員不但是各項慈濟事務推動的主力，也由於經驗的累積而對慈濟有較深的認識，因此本研究的研究對象皆為女性慈濟委員。

筆者的母親是新竹區的慈濟委員。因此筆者藉由母親的人脈與介紹，找尋新竹區的女性慈濟委員作為本研究的報導人。報導人都已參與慈濟十年以上，對於慈濟自然也有著諸多的想法與看法，值得筆者細細品味與思量。報導人的基本資料如表 1-1。

表 1-1 報導人基本資料

代稱	年齡	婚姻狀況	子女數	居住地	職業	參與慈濟年數
A 師姑	61	已婚	2 女 1 男	新竹湖口	家管	20
B 師姑	59	已婚	2 男 1 女	新竹新豐	自行創業	19
C 師姑	55	已婚	2 男	新竹新豐	職業婦女	17
D 師姑	59	已婚	3 男	新竹湖口	職業婦女	19
E 師姑	42	已婚	1 男 1 女	新竹湖口	職業婦女	10
F 師姑	56	已婚	3 男 1 女	新竹新埔	職業婦女	25

第三節 研究設計與方法

一、研究流程

- (一) 問題意識形成：由研究者實際生活經驗，課堂所學形成初步想法。
- (二) 文獻資料蒐集：透過多元管道蒐集文獻資料後，經過反覆閱讀與挑選，試著釐清研究脈絡。
- (三) 確定研究主題與目的：在文獻的閱讀與探討後，確定研究主題與目的，並從中確認研究相關問題。
- (四) 確定研究對象：將研究對象設定為新竹區的女性慈濟委員。
- (五) 取得研究對象同意並進行訪談：透過關係網絡向研究對象以口頭或書面說明研究目的，以取得同意，進行訪談。
- (六) 質化資料分析：將蒐集到的訪談資料予以分類整理。
- (七) 撰寫研究整理與發現：透過資料的分析與文獻理論的輔助，以質性研究法進行訪談資料的撰寫與詮釋。
- (八) 提出研究結果與建議：綜合訪談資料與文獻分析結果，提出研究的結果與後續研究建議。

如圖 1-1 所示。

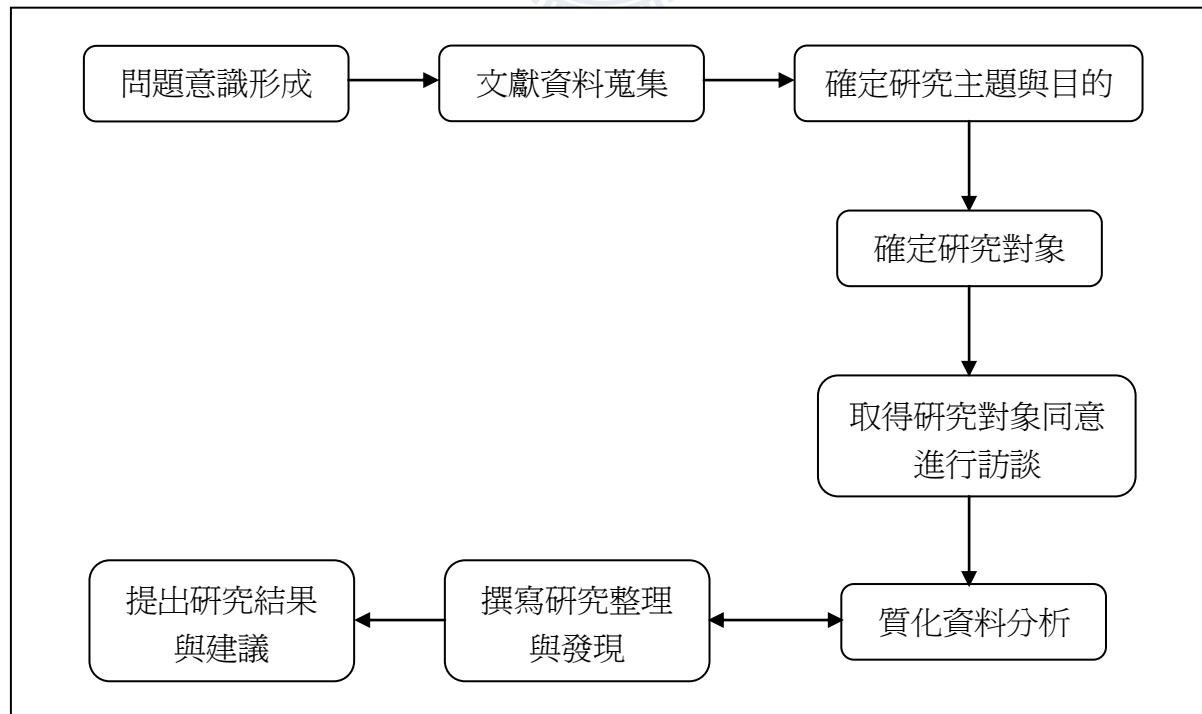


圖 1-1 研究流程圖

二、研究問題

1. 女性在生命歷程中，接觸慈濟的契機及其背後的環境脈絡為何？
2. 女性認同慈濟精神與理念後，如何在生活中闡述並實踐慈濟理念？
3. 女性在慈濟所提供的資源以及工作場域中如何學習或增能培力？
4. 女性對自我的認同在參與慈濟並了解慈濟後，是否有所變化？
5. 女性藉由慈濟的幫助，是否對生活周遭的人際關係能有所轉變或提升？

三、研究方法

研究方法方面首先採行的是文獻分析法，與主題相關的文獻回顧與分析是首要工作。主要蒐集的文獻包括了志願工作的論述、經驗學習、女性增能培力、自我認同、人際關係相關文獻、慈濟各種的出版品以及對慈濟分析與評述的文章等等。筆者藉由文獻的閱讀與整理，進行問題意識的釐清與研究主題的確認；也藉文獻所提供的想法，對報導人的觀點做進一步的了解。

由研究問題，本研究在蒐集資料方法上，最主要採行的是訪談法。訪談以一對一的深入訪談為主，告知報導人訪談內容僅供學術研究使用，並採取匿名的方式；報導人會先拿到訪談大綱，經其閱讀後，先以口頭做意見交流才予以訪談，並在訪談者同意下始得錄音。訪談後將所獲得之資料轉化成文本逐字稿，並從中整理出與研究問題相符之資料。且基於尊重報導人隱私，逐字稿會先讓報導人看過，由其挑選出不希望被提到或使用的部分，筆者再由可使用的部分加以撰寫與詮釋。

第二章 文獻回顧

本研究首先回顧的文獻即是探討慈濟的文章，包含了與慈濟論述以及思想體系相關的研究與出版物。慈濟工作的投入是志願性的，為了瞭解女性參與慈濟的動機，針對志願工作者的研究是筆者找尋文獻時的一個重要方向；而女性的經驗學習與增能培力文獻的整理，在詮釋女性投身慈濟後的變化，相信能找到許多切入點；而女性在參與慈濟後，對慈濟這個組織的認同，或是女性自我認同的建構也是重點之一，對此的相關文獻探討是很必要的；最後慈濟給予女性在家庭或社會人際互動上的幫助也很值得討論，因此人際互動關係、家庭溝通模式等議題，亦是本研究所不可或缺的。以下便分別論述。

第一節 慈濟相關研究

由於證嚴上人是佛教徒，因此慈濟許多的思想與論述也與佛教有關，慈濟的根本在於「人間佛教」的主張，這是證嚴上人從其師父「印順導師」處承襲而來思想體系。慈濟大學宗教與文化研究所副教授盧蕙馨（2004）在其〈證嚴法師“人間菩薩”的生命觀〉一文中，以證嚴上人濟世教化所歸結的生命觀為研究對象，探討其對於「人間佛教」思想的傳承與實踐。

王俐雯（2004）認為證嚴上人的人間佛教理念包含了「佛教生活化，菩薩人間化」、「做中學，學中做的生活實踐哲學」、「能通過人事磨練的民間教育」、「濟貧教富的平等性」、以及「創造人間淨土」等五項；而由此也建構出了包含了「談長情、說大愛」、「平等、無私、無國界的大愛精神」、「自利利人的工作倫理」、「誠、正、信、實」、以及「凡事感恩」等五種慈濟人文精神。對於慈濟組織主要的理念與精神，做了整合性的介紹。

另外，學者丁仁傑在其〈慈濟人的長情大愛-婦女社會力的萌芽〉一文中，探討到慈濟初期的動員以女性為主，是給予女性一個貢獻自己，關懷社會的機會，而證嚴上人一句「做，就對了！」成為婦女最有實踐力的行為模式，也由此得到了社會的承認與尊重。而女性也在參與慈濟的過程中，有著不同於過往生活的體驗，或許看到遠比自身家庭中還要痛苦的苦難與困頓，或許見識了人生的無常，一切種種都讓女性對生命的價值與意義有了新的看法。這對於女性的參與慈濟，提供了一個探視的面向。

慈濟的出版物中，《慈濟月刊》裡記載著許許多多慈濟人的故事，如 482 期〈王麗香陪伴洪來幼一出門做好事〉，紀錄了慈濟委員王麗香與患有「先天性層狀魚鱗癬」的洪來幼共同做慈濟的點滴；483 期〈傳授愛子果雕藝術—林梅珠用

愛止淚》，將林梅珠師姑遭逢巨變後藉慈濟的幫助重新面對人生的故事；489期〈八旬阿嬤蔡麗輝一健步走在幸福路上〉，述說著六十五歲加入慈濟，做到八十歲仍是健康如昔、始終如一的慈濟委員蔡麗輝阿嬤的人生經歷等。其實在《慈濟月刊》裡，這樣的故事不勝枚舉，筆者藉由閱讀慈濟月刊，思索著對於本研究報導人的訪談方向及整理分析的模式，可說有莫大的助益。

另外大愛電視台每晚八點的「大愛劇場」，針對慈濟人的故事，以較為鮮明的描述與拍攝手法呈現，也讓筆者有著許多的體會，雖然筆者不是每部都有看，但是與其相關的出版物《大愛之友》，對故事的大致介紹以及諸多人士觀點與想法的描述，也具有極大的參考價值。

而對慈濟組織的源起、歷史與運作，則留待第三章筆者再整理撰述。

第二節 志願工作者相關研究

志願工作者（volunteer）在台灣大多翻做「志工」或「義工」，一般來說並無太大差異。孫建忠（1987）認為志願服務指一種純粹是以人本、慈悲心與提升社會利益為出發點來為眾人服務，是出自於個人的意願而不收受任何酬勞，其目的在於彌補政府服務的不足，提高公共服務工作的效率與效能，藉以達成社會發展的目標。而 Ellis and Noyes（1990）在「民治」（By the People）這本著作中，對志願工作者做了如下的定義：是一種基於對社會負責的態度，而非以金錢利益為目的，來呈現個人為滿足需求而表現出的行動，此行為乃是出於自願且超越了個人基本義務的範疇（引自劉士豪 2006）。由以上的觀點，加以投身慈濟者都是自願貢獻己力於慈濟中，因此本研究以「志工」稱之。

劉士豪（2006）認為在非營利組織中，志工可說是最主要也最重要的組成部分，志工因屬志願服務性質，因此內心的自由意願是影響其參與的最主要因素。林秀英（2004）認為做為志工，除了自我與服務對象的雙向提升外，對退休人力與家庭主婦而言，也可說提供了一個接觸社會的管道，因此，志願工作不但與個人自我發展相關，針對大環境的發展，小至社區，大至國家社會，都可說息息相關。

針對女性志願工作者，林秀英（2004）的研究也歸結出婦女參與志願服務的動機有七點如下：

1. 求知識與技巧
2. 表達社會責任感
3. 社會接觸
4. 反應他人期望

5. 社會認可
6. 成就感
7. 自我成長

何美珍（2008）利用問卷針對非營利組織女性志工參與動機進行量化研究，認為女性志工的參與動機為以下七項：

1. 女性志工的參與動機以「自我成長」之參與程度為最強烈。
2. 女性志工的工作投入以「工作認同」之投入程度為最高。
3. 女性志工的工作表現以「工作滿意」之情況為最佳。
4. 個人變項與各變項的差異在「工作投入」部分最為明顯。
5. 參與動機與工作投入各構面均具有顯著的正關聯。
6. 工作投入與工作表現各構面均具有顯著的正關聯。
7. 參與動機與工作表現各構面均具有顯著的正關聯。

徐淑靜（2006）針對桃園地區慈濟社區志工管理的研究指出，慈濟志工本身只有責任而沒有權利，授證完即開始擔負責任，而志工的義務則在遵守工作規則及基金會所訂定的規章，參與教育訓練，妥善使用志工證以及拒絕向受服務者收取任何報酬、保持秘密義務等無所求付出的慈濟志工精神。

由以上的文獻可看出參與志願工作需要高度的自我意識，且女性在參與志願工作的動機上，追求「自我成長」可說是最強烈的誘因。而參與慈濟的女性，同樣成為了志工且必須擔負責任，其動機與內心的想法可說是非常值得深究的所在。

第三節 經驗學習相關研究

一、經驗學習的定義

學者黃富順（2001）將「經驗」與「學習」兩個名詞分別解釋，他認為學習是有目的、有組織的活動，旨在達成個體在知識、技能、情感與態度的改變，亦即是由經驗而獲得知識或行為改變的歷程。經驗則是包含兩種涵義，一是指個體在生活活動中所經驗的一切事故，經驗是活動的結果；二是指個體在生活中為適應環境要求所從事的一切活動，經驗是活動的歷程。而「經驗學習」指的就是透過經驗或實作的方式來進行學習，其目的在於達成知能的增長或行為、態度的改變。

人的生活過程會不斷的製造經驗，而學習就是將經驗轉換成知識、技巧與態

度的過程，因此個體經由經驗學習的過程，可讓自身更加進步與成長，使生活更加愉悅、平順。黃富順（2001）談到成人教育時，也不斷強調經驗與學習的關係是相當密切的，學習是經驗不斷改造的過程，而經驗不但是成人學習的重要資源，也會影響往後的學習。成人具有豐富的經驗，而藉此，成人不但可從中學習，獲得實用的知能，也可能達到自身態度的轉變。因此可說經驗是學習的主體，學習的本身即在於經驗的不斷重組與改變。

陳雪雲（2000）認為經驗是學習的基礎，個人與環境的互動，所做出的反應不是隨機的，而是經由個人特有的期望和假設以理解及行事。經驗可以經由遊戲、角色扮演和模擬等方式分享，學習的功能即在修正或重塑既有經驗，並引導未來的行為。（引自顏朱吟 2008）

黃明月（2000）指出經驗包含了反思與行動，乃至於所有個體與本身、情境之間的互動，而豐富的經驗是成人學習者的特性。

學者 Weil 和 McGill (1989) 認為經驗學習有四個完全不同的型態，代表了不同的目的與價值，其稱之為四種學習的「聚落」(villages)，分別是：(1) 從生活中評量學習、採認經驗的經驗學習；(2) 為促進離校後教育之結構與目的改進，而進行的經驗學習；(3) 以提升團體覺知為目的的經驗學習；(4) 以個人成長發展，提升自覺與團體效能的經驗學習。他們強調從生活中的經驗出發，依據不同的學習目的與概念，可以為個人發展出不同程度的學習以及促進個人的成長與發展，而這四種經驗學習更是表現出了經驗學習的複雜性（陳怡心 2005）。

Jarvis 與 Holford、Griffin (1998) 等人，把經驗學習界定為「將經驗創造和轉化為知識、技能、態度、價值、情緒、信仰以及感受的過程」，並且強調經驗是社會建構的，當人們面臨一個情境時，通常會參考一些背景知識以詮釋所面臨的情境，進而建構了新的經驗，此為「建構論」(constructivism)。建構論強調認知的策略，而經驗學習著重在學習情境以及學習過程中的反思（黃明月 2000）。

Brookfield (1987) 指出，經驗學習有四項特點：(一) 認知與實踐交錯在一起，因此經驗學習的論述不應侷限演譯、歸納和類比等推理能力；(二) 經驗學習不僅是基模與觀點轉化，現實的認知、經驗的獲取，以及知識的轉移，均必須藉助於語言符號和表意系統；(三) 經驗學習必須立基於社群參與與和理性溝通網絡，才能發展自我與文化認同；若以批判學習或批判多元文化觀點，則還需加上；(四) 除協助理解自我經驗，經驗學習本質上是意識型態的批判（引自顏朱吟 2007）。

二、經驗學習相關理論

(一) Lindeman 的經驗學習觀點

Lindeman(1926)的著作「成人教育的意義」(The Meaning of Adult Education)一書中認為成人教育的目的在於發現經驗，並使生命更有意義，經驗本身在於探究心靈、尋求形成行為概念的緣由。教育是一種使經驗與行為相連結的成人學習技巧。因此，Lindeman 認為成人教育應該強調個人的經驗，並以交換和探索經驗為目標（引自黃富順 2001）。

Lindeman 同時也強調應該重視學習者的經驗，因為學習者的經驗是成人教育最有價值的來源。如果說教育即生活，那麼生活也是教育，填鴨式的學習內容不過只是他人的經驗和知識。真正的教育會把行動和思考結合在一起。當人們從自身所碰觸到的種種事情來學習而變得有智慧，生命也因此而有所提昇，並且深具意義。此時，個體將發現隨著時間的增加，經驗的吸引力也增加了；當人們從參與事件中尋找合理的意義時，將會發現到箇中的欣喜。Lindeman 對經驗的看法後來也影響 Dewey 對教育與經驗的基本主張，及 Knowles 的成人教育學內涵和 Kolb 的經驗學習的理論，故其影響可謂相當深遠。（陳怡心 2005）

（二）Dewey 的經驗學習觀點

Dewey 可以說是二十世紀最著名的思想家之一。他提出教育即生活、教育是經驗的不斷改造或重組。他在「經驗與教育」(Experience and Education)一書中強調，教育是經驗不斷的改造或成年早期女性經營兩性親密關係之經驗學習改組，其過程是屬於經驗、源於經驗和為著經驗的。而每種經驗就是一種推動力，經驗的價值只能由它所推動的方向來評斷。在某種意義上，每種經驗都應該使人做好準備去獲得未來更深刻、更廣泛的經驗。這也是經驗的成長、經驗的連續性和經驗改造的涵義（引自陳怡心 2005）。

Dewey 指出，每個經驗都有其動力，經驗的價值即來自於這個動力；而這個動力不只來自個人內心世界，也源自經驗所產生的客觀環境，因為每一個真正的經驗，都具備著影響外在環境的主動力量。當經驗存在時，個人的態度、願望和目的，都會受到影響；而態度又影響外在情境，所以經驗具有動力，而且繼續成長且彼此影響。

另外，Dewey 也點出了人類具可塑性的能力。個體從經驗中學習，且會依學習經驗又建構出自己的學習，且在這樣的過程中會不斷增加學習的能力。Dewey 提出一個非常適合成人教育的觀點：每個人隨時、隨地都可以接受教育，每個人原則上都有參與這過程的能力。他是經驗學習的最早提倡者。（顏朱吟 2007）

Dewey (1938) 認為一切真正的教育都是從經驗中產生的，這種說法與 Lindeman 的觀點相符。他更指出經驗本身能引起個體不同一般的情緒反應，也為其後個體的行為帶來改變。總之，Dewey 實用主義的教育哲學思想強調經驗的

學習，主張從做中學，也強調學習者個人主觀經驗的重要，提倡學習者個人探索和重視實用知識。(陳怡心 2005)。

(三) Kolb 的經驗學習觀點

Kolb (1984) 的理論綜合了經驗學習的三大傳統，包括 Dewey 所提出的學習模式、Lewin 在訓練和組織發展領域中的場地論，以及 Piaget 的認知發展及經驗學習之過程論。Kolb 認為經驗學習是成人教育的基礎，他指出高等教育發展的重要趨向之一，就是強調學習者的經驗。Kolb 對於學習所下的定義是：「學習是一個過程，在此過程中藉由經驗的轉換而創造知識 (Kolb, 1984)」。知識創造過程是由具體的經驗出發，經過反思與觀察，進而形成概念和推論，並在新情境中檢驗概念的正確性。Kolb 將學習視為是經驗的理性反思過程，學習者經由有意識的感官覺察的認知歷程，透過程序式的反思和論證，將經驗轉換成為知識(顏朱吟 2008)。

Kolb 認為學習基本上是人和環境之間的互動，個體不需要學習型態本身的平衡，而且在適應環境之中，必須使型態具有相當的彈性。學習型態受到遺傳、過去經驗和當前環境要求所影響，在環境方面特別是受到大學的專業訓練、生涯選擇、目前工作及工作的任務所影響。而要進行經驗學習，需要具備四種能力：

(1) 具有開放的意願，願意把自己置身於新的經驗中 (具體經驗)；(2) 具有觀察與反思的技巧，以便從各種不同觀點檢視新經驗 (反思的觀察)；(3) 分析的能力，即透過觀察創造出統整的觀念 (抽象概念)；(4) 做分析及解決問題的能力，以便新的觀念可以在實務中應用 (行動實驗)。這四種交互相關的能力形成以一種循環的過程，從具體經驗開始，逐漸到反思觀察、抽象概念及行動實驗，最後產生的行動又成為另一個循環的具體經驗。所以，在學習的過程中，個體扮演各種不同的角色，從行動者到觀察者，從涉入特定事件到建立普遍原則。由此一模式得知，經驗學習始於個人的具體經驗，接著為個人進行觀察和省思，獲得抽象概念並加以類化，最後在新情境中，檢視概念的正確性。這是一種循環的狀態，每一循環就產生新的經驗，在學習過程中，個體扮演各種不同角色，從行動者到觀察者，從涉入特定事件到建立普遍原則 (引自顏朱吟 2008)。

(四) Jarvis 的經驗學習觀點

Jarvis (1987) 將 Kolb 的經驗學習理論加以擴張而提出學習歷程理論，係以成人生活情境，或經驗的觀點來解釋成人學習的一種理論架構，其理論前提為「所有的學習始於經驗」，與 Kolb 一樣，Jarvis 相信學習包含將經驗轉化為知識的過程，但 Jarvis 加上技能及態度兩個向度，也就是學習為經驗轉化為技能和態度的

過程。

Jarvis 將經驗分為初級經驗及次級經驗。初級經驗由行動產生，是經過意義化的直接經驗，個體透過感官經驗及心靈從實際情境中學習，有可能從嘗試錯誤、觀察別人表現，以及請教有經驗的前輩等方式中學習；而次級經驗是教育情境中最普遍的類型，透過語言溝通、閱讀書籍、聽演講及對話等方式產的一般間接經驗，是一種次級經驗，個人接收了他人的直接經驗，經由語言的溝通及想法的交流，形成自己的次級經驗。(顏朱吟 2008)

Jarvis 強調並非所有的經驗都會導致學習的發生，但是經驗是所有學習的核心，在所有的經驗中，只有個體花時間去思索和反省，甚至去尋求別人的意見或是其他的資訊來理解的經驗，對於個體來說才是深具意義的經驗。經驗本身並不具有意義，從經驗中獲取意義是個體主觀給予過去事件的一個詮釋，然而這些個體主觀認定具有意義的經驗正是人們從人生經驗中學習的基礎。

Jarvis 將經驗學習在成人學習上的應用，分為以下幾種（黃明月，2000）：

1. 日常生活的經驗學習：日常生活與個人生活脈絡 (social context) 息息相關，在生活經驗的過程中，人們有意的或偶然的獲得了學習，這就是最自然的經驗學習，也是各類經驗學習的基礎。
2. 教室中教導式的學習：教室中的學習較常出現的情況就是由教師提供次級經驗，例如教師說故事或實例，試圖喚起學生過去類似經驗來進行學習。Jarvis 等人認為這也是經驗學習的一種形式。
3. 教室中學習者中心之學習：教室中學習者為中心的經驗學習亦相當多元，包括問題解決的學習、角色扮演的學習、互動討論的學習都屬於之。這些經驗學習在專業養成教育，繼續教育上都是相當受到重視的。
4. 職場上的學習：由於工作性質變遷的快速，使得職場成為學習的重要地方。以工作為基礎的學習 (work-based learning)、行動學習 (action learning) 等，都是職場上的經驗學習。由於科技的進步，職場上的經驗學習將是繼續教育的重要方式，因為提供了最實際、最直接的經驗。成人學習場域從教室延伸至工作職場，正是 Jarvis 經驗學習觀點的重要啓示之一。

由以上四位學者的論述，可以知道經驗能幫助學習，而學習則是將經驗加以重組與吸收，女性在慈濟中的經驗學習，正也是本研究的重點之一。

第四節 女性增能培力相關研究

empowerment一詞有著許多不同的翻法，如「增能培力」、「增權賦能」、「增能」、「培力」等，在此為尊重各研究，故皆以研究內所使用之翻譯法稱之。此一名詞發源於1960年代社會運動的意識形態，它已發展成許多概念的同義字，如頂尖技能、個人效能、能力、自足等（Inglis, 1997），這個概念近年來在台灣廣為流傳，不但在性別教育論述中常見到，在成人教育、護理、社工領域及組織管理與企業訓練中都可看到對這個概念的討論與運用，女性主義相關的研究，也非常重視這個概念（張婉如 2008）。

張婉如也認為增能培力強調的是有自信地展現個人的技巧與能力，強調自我反省與批判，不斷與自我對話，有信心的說出自己的想法，不但會尋求社會資源，也會對社會不公平的現象採取行動或提出批判。一個權能兼備的人，不是一個等待被幫助，而是能夠追求自己的權利的人，要有具體的行動，而不是紙上談兵。

郭嘉韻（2007）經由文獻綜合歸納，認為增權賦能（empowerment）可從四個面向來看：

1. 心理（認知）面向：個人對自己有信心，相信自己有能力，對自我價值肯定，能夠有信心的運用個人的技能，促成工作的完成。
2. 行動面向：除了在信念之外，也伴隨著具體行動，例如資料的蒐集、自我學習的安來、資源的爭取等，以促使工作的完成與組織的改進。
3. 經濟面向：女性有能力投入生產性的活動，在經濟獨立的情況下，有一定程度的自主性。
4. 政治面向：在增權賦能的過程，個人發展參與能力以扮演有價值的社會角色，並具備知識與批判意識，瞭解事情運作的情況，集體工作，為所有人創造可能性。增權賦能的目的不在削弱別人或壓迫別人，而是要使自己及別人脫離被壓迫者的角色。一個權能兼備的人，不是一個等待被幫助的人，而是能夠追求自己的權力並負擔責任的人。

而女性培力一詞最早出現於1970年代，由第三世界的女性主義者所提出。Sen與Crown（1987；摘錄於Makombe, 2006）提出女性的發展需要被培成，因為要挑戰父權體制和全球的性別不平等。她們認為，構思和分析女性培力是基於性別是被社會建構與再建構的，其結果就是兩性的行為會表現在社會經濟和歷史事件的改變。進一步從這個角度切入探討女性培力的概念，即由結構的觀念以及權力的關係，探討女性培力之定義（徐聖汝 2008）。

徐聖汝進一步說明培力是建立在人的知覺能夠提升以及被自身察覺，知覺的

提升可以靠教育訓練來達成培力的結果。然而，培力的過程卻會因為社會環境的限制導致個人培力的結果無法開展，因此進一步則必須集結眾人的力量才能對個體產生培力的功效。

林明璇（2000）提到女性主義者對於女性增能的意涵說明，認為女性增能即是藉由個人或集體參與多樣的活動，而來改變邊緣化女性之結構性力量的方向與本質，強調女性作為行動的主體性與自我轉換在過程中的重要角色。

而 Lazo（1995）曾以一群家庭代工的女工經驗，來理解婦女增能的過程，提出了幾個重要內涵（引自吳麗雪 2001）：

1. 增能象徵著一種習得、提供、運用資源和方法的過程，或促使採取途徑和控制這些資源和方法。
2. 促使個人省察並意識到那些不想要的、不喜歡的現況，而知覺到一個較好的情境，取得它的可能性，以及實現何種內在自身所及與其能達到的方法。所涉及的是一種改變的覺知，產生行動力的趨力。
3. 促使婦女產生選擇機會，取得一種平衡的權利。
4. 幫助婦女獲得相關的力量，促使婦女社會經濟地位的提升。
5. 檢視婦女缺乏權力的狀態，包含環境和個人因素的互動和連結。
6. 增能是一種移動的狀態，從沒有權力的一端移向充滿權力的另一端。

吳麗雪另外還整理了 Medel & Bochynek (1995) 以婦女教育與增能為主題的討論，提出「增能」充分的概念性定義應包含認知、心理、經濟和政治等成分：

1. 認知方面：意指婦女對其次等地位處境的了解，以及導致這些處境的微視與鉅視層次社會因素。它也指涉婦女應習得新知識體系，以建立一種性別關係的不同理解，並且摧毀那些建構性別權利意識形態的舊信念，充實兩性迷思的相關知識，同時婦女必須知道有那些已存在的合法權利，哪些是不合理而尚待突破者。
2. 心理方面：指培養婦女足以採取行動改善自身處境的感受；意即形成足以成功改變的信念。
3. 經濟方面：促使婦女有能力投入生產性的活動，允許她們有某種程度的自主性。由於較具風險、耗時，以及難以忍受，因此幫助婦女產生所得的活動較前兩者難以實行。
4. 政治方面：包括組織和促動改變的能力。增能過程所能涉及的，不僅是個體的意識覺醒，也在於集體意識和集體行動，而集體行動是達成社會變遷的基礎。除此之外，增能使婦女擁有選擇機會，使轉換成有關的力量，並為其爭取權利。雖然婦女可能個別產生自我能量，但女性主義觀

點所關切的是，開發一個婦女可以發出集體聲音和展現集體力量的地方，因此將增能納入女性主義觀點的概念，隱含著渴望長期重新設計一個立基於民主政治關係的社會。

增能培力概念放在女性教育的脈絡中，最重要的目的在於幫助女性覺醒，認知自身處境及導致這些處境的社會因素，能讓她們表達自己的喜好和感受，同時也認清自己擁有那些能力、缺乏那些能力、為何缺乏能力，它可以讓女性形成一種信念，啓動並轉化自己原有的力量，重新看待自己，更進一步地鼓勵女性從限制的社會結構中獲得自由。(徐聖汝 2008)

對於參與慈濟的女性而言，在慈濟中的學習可將之視為一種自我的教育歷程，也是女性增能培力的過程，而獲致的結果即是女性的成長。

第五節 認同相關研究

Johnson and Heimberg (1999) 認為認同的名詞之由來可以追溯到 Lasswell (1965) 之政治學理論，其推論此一名詞來自於 Freud。Freud 對認同的定義是：對另一個人情感關係的最初表達。Freud 區分「認同」為原始認同 (primary identification) 與衍生認同 (secondary identification)，原始認同是指最初未被分化的知覺，將外在客體視為自己的一部份；衍生認同是指能將自己從外在客體中分離出來。(引自張嘉達 2009)

Parsons (1951) 認為：「認同為接受一套價值模式也就是將一套價值內化到個人的學習過程」。Kagan (1958) 則認為：「認同不是一種全有全無的過程，是有不同的反應強度的，對於不同的楷模，其認同的程度可能有所不同」、他將認同的概念置於學習理論的架構上來看，認為「認同是一種獲得的，認知的反應，這種反應的內容就是將某些楷模的特質，變成個人心理結構的一部份，而視發生在楷模身上的事物，好像發生在自己身上一樣。」(陳川正 2000)

認同可以被視為自我的思考表徵 (Marsh, 2003)，同時也是人們意義與經驗的來源。Castells (1997) 認為認同是個人行動意義的來源，也是經由個別化的過程所建構的，但他的來源可能是源自於具有支配力的制度(如社會、教育機構)，唯有個人將之內化，才會成為認同 (邵詩茹 2008)。

張春興 (1989) 認為認同是一個心理過程，個體會將他人所有觀點、特性、屬性品質接收為已有，並以此為模仿的對象，進行部分或完全的變化成所模仿的人，個體人格的建立與分化就是透過這一系列的認同作用而形成的。自我認同指的是個人的行為與自己的思想一致，個體了解自身所具備的條件與能力，並知道

自己的需求、愛惡與動機，再根據對自己的瞭解建立生活的理想與目標，且在自己的理想引導下去追尋實現既定的目標。

Burke and Reitzes (1981) 則提到角色認同具有三種特徵：

1. 角色認同是社會的產物，透過社會的認可，自我角色得以形成與保持，因此配合社會的想法是角色認同必要的過程。
2. 角色認同是個人的詮釋，個人會對角色做出不同於社會期望的詮釋，也可能做出與社會期望相同的看法。
3. 角色認同是個人與他者的互動後，該角色經由個人理解與內化而加以詮釋。

綜合以上所述，認同可說是將一種個人所形塑出來，可為自身所接受的一種楷模，予以內化的過程。而此楷模則是由個體所接觸的事物與累積的經驗，以個體自己的詮釋方式加以整理而形塑出來的。

探討到慈濟對女性認同的影響，則不得不談到組織認同的部分。慈濟屬於非營利組織，因此能夠凝聚組織成員共識的「組織認同」便格外重要，因為這可讓組織的人力資源得到最妥善的運用，以發揮最大力量，完成慈濟志業工作。而對社會大眾而言，對慈濟的「組織認同」會讓其奉獻己力，提供財麗、物力等，讓慈濟能得到支援的力量，讓慈濟能永續經營。

許士軍 (1990) 提到所謂的認同 (identity) 「代表一人對於所服務之組織具有隸屬感程度。做為團體成員之一，是否感到具有價值，並更加珍惜這一地位。」梁雙蓮 (1984) 認為：「組織認同是個人目標與組織目標交互作用，成員對組織所產生的主觀情感聯繫」。陳川正 (2000) 認為：「組織認同可作為組織目標與組織經營活動的中間媒介」也就是說：「以組織認同來有效的指導所有的經營活動」。

李總績 (2002) 說明組織認同依據它的作用，可分為「對內凝聚」與「對外擴張」二個主要方向：

1. 所謂「對內凝聚的組織認同」是指：組織成員不斷更加深入的凝聚在組織使命下，共同致力於組織目標的行為。「對內凝聚」的結果，除了使組織目標迅速達成外，現有的成員會培養出一種相當密切相當深厚的人際關係，甚至到達組織活動以外的私人生活領域互動。
2. 所謂「對外擴張的組織認同」是指：組織的活動，在面對組織外部目前並非成員的社會大眾時，設法轉化他們的原先認同，得到他們心理上的支持，更進一步設法讓他們自願變成該組織的新成員。

洪紹榮（2004）則將組織認同分為「自我認同」、「群體認同」、「組織認同」三個層次，且此三個層次彼此緊密相關：

1. 自我認同：Maslow（1954）的需求階層理論，將人類需求歸納為五種基本類別，即生理需求、安全需求、社會需求、尊重需求和自我實現之需求。其中社會（愛與被愛、友誼、歸屬）需求，尊重（自尊，受尊）需求，自我實現（企望成為自己所希望成為的人）需求等「個人想要」的動機即是自我認同。
2. 群體認同：許士軍（1988）認為群體就是「兩個以上組織成員，共同具有群體意識，並發展某種共同遵守規範，彼此得以接觸與溝通，滿足某方面的需求為目的」。組織成員間小群體中密切互動，就是群體認同。群體是一個社會的縮影，每個人的人格可以透過和別人的互動中而得到發展、成長、改變和修正，而且大部份是在小群體中進行的。群體中成員所擁有的角色、地位和經驗可以內化成為他人的一部份，且被引進其他群體之中。群體中的同儕力量，能夠強而有力去影響他人的看法、態度、感情、思想和行為。群策群力可達成群體目標。
3. 每個人無論是對個人或是對群體，或是對組織的認同大都是漸進發展的，如此成員對組織認同才能產生為組織效命的動力，達成組織目標。

Patchen（1970）提出組織認同的廣泛概念，包括：個人知覺到自己與組織中其他成員共同的目標與利益、個人自我概念與組織的連結程度、個人對組織的支持與保護程度（張嘉達 2009）。

對參與慈濟的女性而言，接觸慈濟這個組織，不但對自我角色認同有著不同的形塑方式，也對慈濟產生了高度的組織認同。

第六節 人際互動相關研究

社會是人活動的大舞台，人藉由與他人的互動活動滿足自我需求，Maslow（1970）即認為人類所有行為皆是由於生理的需求、安全的尋求、愛與隸屬的需求、自尊的需求、自我實現的需求所引起，而這五種需求皆發生於人際互動的過程中（劉永元 1988）。而在眾多的人際行為活動中，最重要的莫過於人際關係的建立與培養。

在人際的互動過程中，人際互補（interpersonal complementarity）是非常重要的概念，人際行為不是只有對刺激產生反應，也會傾向於引發對方特定的行為反應（Kiesler, 1983）。Carson（1969）以 Leary 的人際圓周複合結構為基礎，提

出人際行爲的相互性 (reciprocity) 與對等性 (correspondence) 原則。「互補性原則」反映在權力向度上即出現「支配—順從」的互補行爲，即一方的支配行爲會引起對方的順從行爲，而順從的行爲也會引發支配的行爲；「對等性原則」反映在關係向度上即出現「愛—憎」的對等行爲，即一方的關愛會引起對方的關愛行爲，一方的憎恨行爲也會引發對方的憎恨行爲，此種人際互動的規律，即是所謂的「互補法則」(廖梓辰 2002)。

家庭中的人際互動關係同樣可以用「互補法則」來探討之，家人的相處關係多取決於雙方的互動行爲，若是一方能表現出另一方所期待的行爲，則出現了「支配—順從」的互補行爲，能帶來彼此的和諧；若是相反，則會出現反互補行爲，反而會讓雙方產生不和諧或衝突。

家庭的互動關係可以藉由溝通來改變，徐敏容 (2008) 認為家庭中，溝通能為夫妻關係以及親子關係帶來不同的改變，良好的溝通讓婚姻品質提升，也讓親子關係融洽；但溝通不良不但使夫妻產生衝突，也讓親子間容易產生意見不合或是感情不睦。而徐敏容在參考諸多學者的看法後，認為良好的溝通應包含下列六項要素：1.維持良好的氣氛；2.信任與自我坦露；3.正確的自我表達；4.專注傾聽與澄清；5.接納尊重不批判；6.面對實際問題。

而在社會上的人際互動關係來說，Fiske (1991) 認為社會互動主要是以共享法則 (communal sharing)、權威排序 (authority ranking)、對等互惠法則 (equality matching)、市場議價 (market pricing) 等四種模式進行 (廖梓辰 2008)。Fiske 將這些社會關係之基本形式視為儲存於個體腦海裡的基模，並以此建構出複雜的人際關係。且 Fiske 認為社會（包括家庭）角色的扮演如能遵循適切的基模而運作，將較為順暢和諧。

對慈濟的女性而言，參與慈濟後對自身生活的周遭，包括家庭互動關係的轉變，以及社會人際互動的變化，似乎都隱隱包含著「互補法則」的運作，這也成為探討慈濟對女性影響的一個重要項目。

第三章 慈濟的歷史與組織運行

慈濟發展至今，已是一全球性的龐大組織，且慈濟由宗教慈善角色與本土社會所有的緊密結合，若能了解其歷史發展脈絡，與組織運行規則，在探討其對女性的影響時，勢必能提供吾人諸多觀點、想法與依據。因此本章即對慈濟的歷史組織，進行整理分析。

第一節 慈濟的緣起

慈濟的創辦人證嚴上人，俗名王錦雲，一九三七年出生於台中縣清水鎮，自小即過繼給叔父。後來叔父雖然有再生了兒女，但仍將這個長女視如己出，而王錦雲不但照顧弟妹，也幫忙打理家中戲院的生意。一九五二年母親罹患胃穿孔，這使得王錦雲立誓若母親能康復，她願意減壽十二年，後來母親痊癒後，王錦雲便開始茹素生活。

一九六〇年時，父親因腦溢血而撒手人寰，讓王錦雲體悟到人生無常，便常思索人生道理，後因父親法事的緣故接觸到了佛法，便開啟其尋佛之心。當地慈雲寺的出家眾奉行百丈禪師家風，與當時台灣佛教「拜經懺」的風氣大相逕庭，這也對後來證嚴上人出家理念的堅持，很有影響。

一九六一年王錦雲隨著慈雲寺的修道法師出家，並到台東、花蓮等地過著修行生活。一九六三年時台北的臨濟寺要開壇授戒，王錦雲便想去報名，但因為沒有拜師，所以無法授戒；當時王錦雲想說去慧日講堂買《太虛大師全書》後就回去好了，沒想到也是在此時，她遇到了一生中最重要的人—印順導師，王錦雲對人間佛教的信念大為感動，便請求印順導師收她為徒，導師便幫她取了法名「證嚴」，字「慧璋」，並開示要時時刻刻為佛教，為眾生。

證嚴上人後來在花蓮普明寺處修行，他堅持「一不趕經懺，二不做法會，三不化緣」，因而手工縫製毛衣、飼料袋、嬰兒鞋等為生。一九六六年時由於「一攤血⁵」的事件讓上人慨歎人情的冷漠並也覺察到東部醫療資源的不足，興起濟貧救病的念頭；而當地海星中學的三位修女老師路經普明寺時，與上人針對佛教與天主教的教義與思想有著諸多討論，修女老師們認為佛教並沒有入世，因此沒有救世的功能，反觀天主教有醫院、學校，有濟貧工作，並且深入山地，顯然天主教相較於佛教而言，更能發揮救世人的功能。而其中一句「佛教信徒這麼多、力量這麼大，如果做社會服務的工作，影響會更大。」更令上人心頭震撼不已。

⁵ 1966 年證嚴上人與弟子在花蓮鳳林的一間私人醫院外看見一攤血，一問下得知是豐濱山上的婦人因小產，由家人從山上抬了八小時到山下來看醫生，但因為付不出八千元的保證金而被拒收，只留下地上的一攤血。

上人覺得佛教不是沒有救世的力量，但通常是隱姓埋名，默默的行善，整體的力量沒有有效的組織，這讓上人開始思索著要如何結合佛教救世的力量。那時印順導師指示上人去嘉義主持妙雲若蘭道場，當地信眾知道後極力挽留上人，上人便以「如果能在花蓮完成其濟世救貧的理念，他便不走。」來回應他的信眾，也因而開始了上人在花蓮的社會救濟工作。

上人留在花蓮後，開始了慈濟人言傳中的「竹筒歲月」。上人與自己的五位同修弟子每人每天增產一雙嬰兒鞋，而三十名信眾則每日存五毛錢於竹筒中，並以此經費進行濟貧工作。此一消息在菜市場傳開後，造成極大迴響，因此一九六六年的農曆三月二十四日「佛教克難慈濟功德會」於焉成立，也是至今仍不間斷的濟世工作的開端。

上人本不欲多收弟子，但許多信眾都要求皈依，上人為了讓功德會能招募更多有心的會員，提出兩項基本條件：要皈依的人必須做「慈濟功德會」的會員；皈依的會員，必須實際負起「慈濟功德會」的社會救濟工作。後來慈濟的委員都成為上人的在家皈依弟子，也是慈濟的最主要的核心成員。

第二節 慈濟的歷史

學者丁仁傑將慈濟的發展歷史分為五個階段（引自徐淑靜 2006）：

1. 前慈濟時期：1966 年以前。
2. 慈善事業發展時期：1966～1979 年，這段時期是慈濟委員-會員體系組織的形成期，慈濟仍屬地方性組織，且婦女為其構成主體。
3. 醫療事業與教育事業發展時期：1979～1990 年，這段時期慈濟的現代事業組織與志業中心陸續形成，且能見度提升，慈濟委員也將慈濟多加宣傳，並協助解決興建慈濟醫院的種種困難。此外，組織的擴展與人數的增多，使委員內部產生了組長（多屬資深委員），組長即在代替證嚴上人與委員的互動溝通任務；而地方據點（如聯絡處或分會）也在此時陸續形成，以利地方會務的推動與發展。
4. 文化事業與制度化發展時期：1991 年以後，各地的「功能組織」以及「次級文化族群團體」形成，如環保（資源回收）活動、賑災活動、骨髓捐贈、社區志工等，再加上前期所推動的慈善、醫療、教育、文化合稱為「一步八腳印」。
5. 未來的發展：除讓四大志業—慈善國際化、醫療普及化、教育完全化、文化深度化之外，慈濟還建立了「三合一」組織、慈濟大專青年聯誼會、慈濟快樂兒童精進班、以及相關的各次級文化團體都將陸續形成與遍佈。

各地。

而另一位研究者邱定彬則以「慈濟組織運作」作為新的分析重點，而將慈濟的歷史脈絡劃分為四個階段（引自賴家陽 2002）：

1. 「委員-會員體系組織」的成形（1966～1978）：此時的慈濟尚為一「地方性、草根性的施善濟貧廟宇組織」，欠缺科層專業的結構型式。
2. 「委員組」以及「分會據點」的形成（1979～1985）：由於參與人數的增加，原本上人直接與委員的互動變得困難，取而代之的是資深委員與其帶出的委員間的互動模式，而形成了「委員組」；而此時慈濟的組織內規漸趨一致，委員資格的認定也有了統一標準，有助於委員認證的管理。另外推行場地的不足，也使得分會的興建與擴增行動不斷的進行。
3. 「現代組織事業」與「志業中心」的形成（1985～1990）：慈濟醫院的建立顯示慈濟正是將醫療領域納入救世工作中，這也使慈濟的發展邁向一個新的方向；而慈濟護專的招生讓慈濟將其觸角伸進教育領域。面對龐大的志工體系以及醫療、教育志工群，靜思精舍內原有的行政單位已無法符合組織的需求，因此慈濟便擴大行政部分，成立了志業中心。
4. 各地「功能組」以及「次文化族群團體⁶」的形成（1991～1996）：慈濟在此時期內推行了「環保志工」、「國際賑災」、「骨髓捐贈」、「社區志工」等四個工作主軸，再配合「慈善、醫療、教育、文化」四大志業，合稱為「一步八腳印」。這些工作需要各地「委員組」更有效率的動員以及明確的組織分工，使得各分會與聯絡處的「功能組」開始成形，而功能組的成立也讓成員的專長與理念得到發揮與實踐的機會。而四大志業八大腳印也提供了不同志工參與的平台，因此形成了如「慈誠隊」、「教師聯誼會」、「大專青年聯誼會」等諸多「次文化族群團體」。

由以上慈濟的發展歷史，可以知道慈濟不但懂得配合時勢，也能適時改變以符合組織擴大的需求，這不但讓慈濟不斷成長茁壯，也讓證嚴上人慈悲濟世的理念有更好的實現能力。

第三節 慈濟的組織運作

慈濟經過四十年的發展，不但成為了龐大的組織，也有著許多的事務需要處理，而這些都必須仰賴良好的組織運作去完成，因此對於慈濟的組織結構與事務

⁶ 賴家陽認為「次文化族群」指的是擁有特殊屬性，擁有自分性與分工機制的運作團隊。這些志工團體成員因各自次文化（不同於慈濟委員為主流的組織文化）的殊異而有所不同，且各次文化團體也依其成員特質發展出特有的集會活動。

運作實有了解的必要。筆者參照諸多研究者⁷對於慈濟組織的研究與分析，再參考張榮攀（2004）所著之「慈濟語彙」一書，將慈濟的組織做一整理。

慈濟全名為「財團法人佛教慈濟慈善事業基金會」，乃為向內政部登記之全國性財團法人，而其組織形態，由法律角度定位，是一個公益性財團法人（張培新 2006）。慈濟的組織結構在董事會下大致分為「志業中心」、「志業體」及「志工組織」三大部分，以下即分別介紹之。

一、志業中心

一九九〇年慈濟由於四大志業的確定，因而設立了「總管理中心」，並由分別出生於媒體領域、醫療領域、企業界的王端正、林碧玉及陳紹明等三人主導之（賴家陽 2002），此即為志業中心的前身。志業中心可說是為了日漸龐大的行政相關工作而設立的，其目的即在於讓慈濟具更制度化的管理組織架構。

賴家陽（2002）依功能將志業中心分成「幕僚管理單位」、「志工協調聯繫單位」及「志工規劃單位」等三部分，由此分類可以了解到志業中心負責了大部分慈濟組織內的人事相關工作。志業中心雖為慈濟組織中行政管理的中樞，但其功能在協助志業體工作的推動，並非主導慈濟走向的角色。此外，由於慈濟的財團法人角色，政府依法對慈濟有監督、輔導與補助的職責，因此志業中心亦成為慈濟與政府連繫的窗口，遇到屬於整體組織而非專業領域的工作，也是由志業中心負責。

志業中心講求「自我管理」的風格，其獲得上人的充分授權，且上人要求志業中心要以「志工」的精神執行行政工作。另外志業中心的工作主要在慈善志業及協調與整合另外三大志業體，因此賴家陽（2002）即認為志業中心主要的職能還是在宣達上人的理念以及落實上人理念的行動。

二、志業體

慈濟的事業始於「濟貧」、「教富」的宗旨，開展為「慈善」、「醫療」、「教育」、「人文」等四大志業，一九九一年間先後加入了新推動的「國際賑災」與「骨髓捐贈」，一九九六年上人再加入「環境保護」與「社區志工」成為今天所說的「一步八腳印」。以下分別說明各志業工作的相關理念與作為：

1. 慈善志業：

慈濟的志業始於慈善工作，一九六六年慈濟功德會成立之初，便

⁷ 如賴家陽（2002）對於慈濟志業中心的制度化分析；涂建平（2003）對慈濟組織架構的整理；徐淑靜（2006）以慈濟人的身分對慈濟組織的介紹；張培新（2006）以社會資本觀點分析慈濟組織等。本文的分類法則以張培新的觀點為主。

是從慈善濟貧開始；這是慈濟最久，也是上人著力最多的部分。目前慈濟的慈善志業工作分為：低收入戶長期濟助；低收入戶白米濟助；義診藥費補助；醫療濟助；災害急難濟助；孤貧喪葬濟助等六個項目。而海外慈善志業，則隨著一九八五年慈濟美國分會在加州成立，及之後全球各地分會或聯絡處的成立，而就地推動。證嚴上人希望慈濟海外的各項志業，都能以「自力更生，就地取材」的精神與做法，來啓發大愛，開發當地的愛心資源。

慈善志業在龐大志工群的努力下，已成為人們心中的暖流，而持續不斷的慈善工作，也是希望人間能無苦難，處處成為樂土。

2. 醫療志業：

慈濟功德會於一九七二年，便開始在花蓮市舉辦每週兩天的義診活動，服務貧病民眾。一九七八年計畫蓋醫院，並在一九七九年獲得印順導師的贊同後，便著手進行籌劃。一九八六年八月十七日花蓮慈濟醫院正式啓用，它首先開創了病患「免保證金制度」，並獲得政府的讚許，衛生署遂於該年十二月頒發命令，自一九八七年起全國所有醫院比照辦理。對證嚴上人而言，花蓮慈濟醫院只是整個醫療志業的初步奠基，建立慈濟全國醫療網，讓全國的百姓普遍平等的享受醫療資源，每個地方都可以有醫院，並有良醫、良護救助病人，這才是證嚴上人最終的理想。

目前全台各地計有花蓮院區、台北院區（台北新店）、台中院區（台中潭子）、大林院區（嘉義大林）、玉里分院（花蓮玉里）、關山分院（台東關山）等六個院區。慈濟計劃在北、中、南、東各建一座醫學中心規模的慈濟醫院，以此為據點的服務網再向四周放射延伸，以建構完整綿密的慈濟醫療網絡。而做為醫療志業後援組織的「慈濟人醫會」對偏遠地區的醫療關懷與服務亦持續不斷。

在海外的部分，慈濟一直都有協助貧民接受醫療的服務，隨著國際賑災腳步的擴展，也使得海外醫療志業蓬勃發展，而人醫會對海外觸角的延伸，也讓各地的義診服務形成有組織、有系統的全球醫療服務網⁸。

3. 教育志業：

證嚴上人為解決台灣東部地區護理人才的欠缺，提供慈濟醫院將來所需的護士來源，並希望培育出具有慈悲心懷的優秀護士，因此一九八九年在花蓮成立慈濟護專。而上人為了擴大栽培將來慈濟醫療志業體所

⁸ 詳見佛教慈濟綜合醫院網站：

http://www.tzuchi.com.tw/tzuchi/About_Promote/Default.aspx?ContentType=2&IdentityID=29

需的各類醫事人員，並改善台灣醫療界一些不良風氣等問題，且希望為社會、為人類培育「視病如親」的良醫，於一九九四年繼續在花蓮創辦慈濟醫學院。慈濟教育志業體的最終目標，便是希望能建立一個從幼稚園、小學、國中、高中、專科、大學、研究所（含博士班）、社會推廣教育（含海外），整體連貫終身的慈濟教育體系。

一九九一年起，海外的慈濟青少年團體接連成立；一九九四年第一所海外濟人文學校在美國創辦，為日後慈濟海外教育志業的拓展邁開初步。目前已在多明尼加、泰國、印尼、南非、大陸等地，成立多所慈濟小學；而慈濟大學也在馬來西亞成立「社會推廣教育中心」及「華語文教育中心」，令慈濟大學向國際性大學邁進。

4. 文化志業：

慈濟的文化志業擔任佛教文化宣導推動的角色，舉凡聲音、文字、影像到電腦網際網路的應用，無不備全。其目的是希望透過現代人所能接觸到的一切媒體，吸收學習佛教、慈濟的精神，以達到度化人間的目的。從一九六七年七月「慈濟」月刊的發行開始，慈濟的文化志業持續擴大所涉足的領域。包含廣播節目「慈濟世界」；「慈濟文化志業中心」的成立；為方便廣大社會讀者接觸慈濟出版品成立的「慈濟文化出版社」、「靜思文化志業有限公司」；將「慈濟慈善事業基金會」相關介紹，載入國際網際網路，向全世界傳送慈濟所有訊息；慈濟「大愛電視台」的開播；「經典」雜誌的創刊發行。如今，慈濟文化志業訊息的宣導系統，可說已經相當完備。此外，二〇〇二年三月五日，慈濟成立第一家「靜思書軒」後，全台陸續設立多家靜思書軒，其陳設與環境設計，讓來此買書、品飲與閱讀的民眾有著很不一樣的心靈經驗，感受到慈濟文化的優雅與寧靜。

證嚴上人期許慈濟人不只以「文化人」自我期許，更期盼慈濟人成為「人文人」，讓慈濟人文精神深入社會的每個角落。

5. 國際賑災志業：

一九九一年起，證嚴上人跨越政治立場及人群種族限制，本著「慈悲無國界、宗教無政治」的精神，引領全球慈濟人積極從事國際急難救援事務，在物質與精神上，給予各國遭受不幸災難者，最適切的幫助與關懷。至二〇〇三年十二月止，累計援助全球五十多個國家，橫跨歐、美、亞、非、大洋洲等五大洲。證嚴上人解釋「國際賑災」的觀念：「慈

濟人『由真誠而大愛，由大愛而起勇猛心。』以勇敢與毅力投入國際賑災，這種大愛精神是真誠無所求的，這也就是慈濟菩薩道精神。」

慈濟的國際賑災，已逐步發展為以當地或鄰近國家的資源和志工參與為主。當我們可以不分宗教、地域，不分種族、膚色，不計敵我、親疏，去關懷需要幫助的人時，就可以「用大愛和全世界相連」。

6. 骨髓捐贈志業：

一九九三年，行政院衛生署主動希望慈濟成立「骨髓資料庫」，以便救護血癌病患，當時證嚴上人經過考量，認為慈濟若不做：第一，救不到人；第二，台灣醫療水準不能提昇，第三，社會一般人的執著和迷信無法破除。於是本著慈濟「尊重生命」的一貫立場，決定設立「骨髓資料庫」。「救人一命，無損己身」是慈濟針對骨髓捐贈一事，向台灣民眾所提出的呼籲，經過無數慈濟志工的用心宣導，破除人們原有的疑慮，使志願捐贈資料庫，成為亞裔最大的骨髓資料庫，僅次於美國及歐洲，為世界第三大資料庫。這個全台人民寫下的愛心紀錄，令國際讚嘆台灣為「愛心之島」。透過資料庫配對成功而進行骨髓移植的血癌患者，不僅在台灣，連國外都受惠。

二〇〇一年開始臍帶血收集，二〇〇三年慈濟骨髓資料中心擴編為「慈濟骨髓幹細胞中心」，俾能在更大的領域裡發揮更大的功能。截至二〇〇三年九月，參與骨髓捐贈驗血者已達二十四萬五千人，至今仍不斷增加中。

7. 環境保護志業：

證嚴上人於一九九〇年的一場演講中，鼓勵與會的信眾「用鼓掌的雙手來做環保」，從而正式提倡「資源回收」、「廢物再利用」等觀念，更呼籲慈濟人做好環境保護的工作。全省慈濟人立即響應，在台灣各地落實環保工作，組成慈濟環保志工，長期在社區推動資源回收。上人希望不僅是慈濟人要做，社會大眾也能共襄盛舉，一同保護人類自己的生存環境。

慈濟人為落實環保工作，不但在實際生活中隨時攜帶環保杯、環保碗筷等，在相關活動中也帶動會員和一般民眾共同重視環保。而資源回收的部分資金也轉作大愛台的護台基金，期望藉大愛台全球播映的感染力，影響社會人心，達到淨化人心的目的。

8. 社區志工志業：

一九九六年賀伯颱風來襲，造成台灣地區災情慘重，證嚴上人便再次強調社區志工組織的重要。而為落實「社區志工」理想，證嚴上人將慈濟委員，依行政地區和社區考量，重新編組，並期望透過社區志工的各項活動，帶動社區居民彼此敦親睦鄰、守望相助，並進行社區服務工作。透過「社區志工」的理念與實踐，能夠將大愛的精神、理念、文化，推動落實於社區，共創人間美善和樂的淨土。

由以上各志業成立的事業單位，如慈濟醫院、慈濟護專、慈濟中小學、大愛電視台等，便稱為志業體。這些志業體皆屬於完整獨立的事業機構或法人組織，但其行政工作仍由「志業中心」統合（張培新 2006）。這些志業體均具有獨特的組織文化，就是要以「慈濟人文精神」做為其核心理念，對於志業體的管理體系而言，這也是他們決策的重要依據。

三、志工組織

慈濟為非營利組織，因此志工可說是組織內最重要的組成成員，也是慈濟四十年來能蓬勃發展的主因。慈濟的志工組織最早是由跟隨著上人的信徒形成的「委員」所組成，後因為組織事務的範圍擴大，延伸出許多的次文化族群團體。但值得注意的是，其實這些次文化族群團體多是由委員多主導，為因應組織或社會的需求而產生的，可以說具有相當大的彈性與發展特色，而這些次文化族群團體也讓慈濟能快速的因應時勢，並對社會的改變做出適當的反應。以下便逐一介紹各志工組織。

1. 慈濟委員：

委員是慈濟成立之初就存在的原始成員，直到現在，委員組織仍是慈濟的核心，是推動慈濟志業的重要力量。慈濟委員都是證嚴上人的在家皈依弟子，秉承著上人「為佛教、為眾生」的志願，接受「以佛心為己心，以師志為己志」的師訓，不分晝夜，出錢出力，從事濟貧教富的志業。

出任慈濟委員，必須具備下列四項條件：有正知正見，無不良嗜好；能撥出時間從事濟貧教富的工作；能有「以佛心為己心，以師志為己志」的深切體認，恪遵上人訓示，言行舉止端莊合宜；遵守誠正信實的工作精神，並擔任見習委員及培訓委員合達兩年以上。

慈濟委員的任務包括：勸募善款，發揮慈悲喜捨予樂拔苦的精神；訪查、複查低收入戶；慰問急難災戶病患。此外，委員尚須參與所屬地

區分會各項活動及會議；至於協助推動本會會務，則更是責無旁貸之事。

由以上的整理可知，委員對於慈濟組織的運行有著不可或缺的重要地位，而委員的工作不僅在慈善志業上，隨著「一步八腳印」的揭示，委員的足跡遍布在各相關的志業工作中。雖然委員的功能逐漸變得多元化，但身為委員最基本的還是「勸募善款」、「招募會員」與「訪貧工作」，能累積足夠的經歷者，才能真正的成為組織所認可的慈濟委員。

慈濟委員的組成早期多為婦女，特別是中高齡的家庭婦女，近年來職業婦女與男性加入的比例也不少，委員可以說是慈濟精神最典型的傳播者，而且也是慈濟形象最主要的塑造者。

2. 慈誠隊：

一九八九年慈濟護專開學，男眾居士自動組織起來，配合慶祝開學二萬人大活動的秩序維護工作，當時稱為保全組。一九九〇年七月二十五日，證嚴上人正式命名為「慈誠隊」：「慈」為慈悲，「誠」為赤子之心，並制定了「慈誠八戒」。後來又將八戒增訂為「慈濟十戒⁹」，成為入門慈濟人共同遵守的戒律。

慈誠隊的成員來自社會各階層的男眾，可說是慈濟的護法金剛。他們重視組織、講求紀律、具有魄力，雄健剛勁，慈濟團體因男眾的投入，更為迅速有效率，大大提高了慈濟在社會的形象。而慈誠隊的設立，也使慈濟人走向夫妻同修的境域。

慈誠隊平日的工作其實與委員差不多，主要也是在參與並支援慈濟各項活動。上人期許慈誠能夠謹守十誠，做賢夫良父，以團隊共修的精神，互相提醒、勉勵彼此的言行，並成為社會的中堅份子。

3. 慈濟榮譽董事（簡稱「榮董」）：

榮譽董事源起於一九八六年八月十六日，慈濟醫院開幕前一天，證嚴上人為感恩捐款滿百萬元台幣贊助建院的大德們出錢成就慈濟志業，特地頒發慈濟榮譽董事聘書。

榮董只關懷慈濟的發展，並不參與行政事務；而為表由衷感恩之意，榮董每年可享有一次免費的慈濟醫院健康檢查。榮董間也有聯誼會，由於人數的龐大，因此由各區自行辦理，區與區之間也會相互聯誼，交換

⁹ 「慈濟十戒」：一、不殺生；二、不偷盜；三、不邪淫；四、不妄語；五、不飲酒；六、不抽煙、不吸毒、不嚼檳榔；七、不賭博、不投機取巧；八、孝順父母，調和聲色；九、遵守交通規則；十、不參與政治活動及示威遊行。前五項為佛教五大根本戒，後五項則為證嚴上人針對現代社會發展的特殊型態，所提出的生活要求。（張榮攀，2004：160）

心得。榮董不但捐錢，本身也常參與慈濟活動，以實際的行動護持慈濟。其組成的成員可以是各種身分的人，條件是在一年內捐款滿台幣一百萬元者，但捐贈給國際賑災、急難救助、義賣捐款者除外。

4. 慈濟教師聯誼會（簡稱「教聯會」）：

成立於一九九二年七月二十三日，「秉持佛陀『慈、悲、喜、捨』之精神，以慈濟人文相互砥礪，提升師道尊嚴，淨化校園、社會為宗旨。」上人也期望教聯會的成員要將教育當作「志業」而不是「職業」，要教書也要會教心；並要有一番使命感，用大愛的教育精神，將學生當作是自己的子女來教導，希望他們能成為未來的社會棟樑。

參與教聯會的老師們都會先教育自己，再以身教與慈濟的精神來加強學生生活與品格的教育，大愛引航—靜思語教學是許多教聯會老師所採用的教材，它的活潑生動與深植人心，不但在教育學生上有著極佳的成效，也對家長產生了良好的影響，而老師自身也從中獲益不少。

5. 慈濟大專青年聯誼會（簡稱「慈青」）：

成立於一九九二年五月三十一日，其宗旨在秉持佛陀慈、悲、喜、捨之精神，以啓發良知，培養現代青年。上人希望慈清能將慈濟精神散播至校園的每個角落，以達成淨化校園的目標。慈青採行的是入會制，期望能建立慈濟大專院校人力資源網，並為慈濟創造新的血輪。因此慈青可說是未來慈濟志業的接棒者，並肩負著傳承慈濟的使命。慈青在校學習之餘，也常利用課餘時間參與慈濟的各項活動；寒暑假也會有相關的營隊活動，讓慈青有更多學習、付出的機會，並進而成長。

6. 慈濟服務志工：

慈濟除各式團體成員外，還有數目龐大的志工群。在花蓮本會以及各地的分會或聯絡處，都有不同種類的志工，名稱則視其工作性質而定。如在醫院服務的稱為「醫院志工」，協助環保工作、資源回收者稱為「環保志工」等。

志工的代表標誌是一雙相握的手，周圍繞著一顆完整得心，它代表者慈濟人發願要手心向下，歡喜的給予，不要手心向上而有所求；施比受更有福。且每個慈濟人都隨時與證嚴上人及其他慈濟人「心手相連」，共同為慈濟志業而努力不懈。

7. 慈濟文化志工

在志工群中有一群較為特殊的組織稱為文化志工，其在資訊已十分快速流轉的現代，不但肩負慈濟歷史的編撰，對慈濟信念與消息的整理傳播也可說是功不可沒。由於文化志工多需文筆專長或特殊器材來協助完成自身的工作，也讓文化志工的參與條件較其他的志工團體來的較為受限。

協助文字工作的稱為「筆耕隊」，協助拍攝者稱為「映像志工」。筆耕隊成立於一九八九年十月十五日，其成立的宗旨在：一、詳實記載慈濟功德會推動慈濟志業的過程，為慈濟歷史做見證；二、透過文章闡發，讓慈濟精神傳播十方，並期能闡揚光明正信的佛教；三、發揮文化工作的影響力，落實淨化社會功能。

文化志工將慈濟內大小活動記事與參與成員見聞與心得做整理與留存，為慈濟留下珍貴的史頁。也由於科技的快速發展，在二〇〇三年時，文化志工跳脫筆耕與映像的區分，進行文字、照片、影像的訓練與整合，統稱「文化三合一志工」。上人也期望藉由文化的深耕，能將慈濟的清流散播至各個角落。

8. 懿德母姊會

為了培育優秀的護理人才，並希望在生活上給予離家就學的學生們更多家庭般的照顧，能享受到如家庭般的溫情，證嚴上人於一九八九年十月二十五日在慈濟護專（現之慈濟技術學院）成立「懿德母姊會」，並親自遴選慈濟委員為組織成員。期望學生藉由和慈濟委員的互動，能耳濡目染，自然地養成高雅的氣質和端莊的形象。

懿德母姊會中，較年長已婚的扮演媽媽的角色，較年輕未婚的則是姐姐，上人希望在學生遇到生活、感情或心理上的問題時，懿德母姊們能夠提供成熟、豐富的人生經驗，幫助她們發展健全的人格。懿德母姊們也都能把學生視為自己孩子般的關懷與疼愛。

9. 慈誠懿德會

等同於懿德母姊會，慈濟醫學院（現之慈濟大學）也組織了慈誠懿德會，每十至十五位學生就安排一位由上人親自挑選的慈誠爸爸與兩位懿德母姊，輔導學生生活禮儀及道德倫理，輔導學生心理、情緒上的困擾，扮演關懷者、傾聽者、輔導著的角色。

慈誠懿德會希望能啟發學生的良知良能，培養以人為本，對生命尊

重並對蒼生關懷的精神。且由於學生的年齡與思想的逐漸成熟，慈誠懿德會與學校和學生互動的定位為「亦主亦客」、「亦母亦姊」、「亦父亦兄」、「亦師亦友」。

10. 慈濟人醫會

慈濟在累積了十餘年濟貧經驗後，發現疾病是痛苦的根源、貧窮的由來，「防貧」必須由「止病」下手才是根本之道。因此於一九七二年九月成立義診所，每周固定兩次義診，並不定期的舉辦下鄉巡迴義診；直到花蓮慈濟醫院啓業後，便接手致力於偏遠地區及原住民的義診。

為結合醫療人力及資源，以利義診工作進行，一九九六年成立「慈濟醫學聯盟」，一九九八年更名為「國際慈濟人醫會」，傳承慈濟人解救病苦的精神，並將之發揚光大，不只平時在居住地，依各地特性做義診、往診及居家關懷，發生緊急重大事件時，也會跨區支援。

隨著慈濟國際賑災的活動，人醫會也將醫療的大愛伸及許多普遍缺乏醫療的國家，執行包括外科手術在內的全科性義診服務；而台灣本地的偏遠地區也有著同樣的固定義診服務，許多參與的醫生與護理人員，犧牲自己的休假時間，隨著人醫會的脚步上山下海，享受著付出獲得成長的法喜回饋。



11. 慈濟警察暨眷屬聯誼會（簡稱為「警聯會」）：

慈濟志工於一九九四年十月起對警察及其眷屬伸出關懷的雙手，因而成立了「慈濟警察暨眷屬聯誼會」，成為警察與眷屬的支持後盾為其宗旨。上人希望能以慈濟人的愛與關心，藉由定期的關懷活動陪伴警察、交通、消防、保安等相關工作人員及其眷屬，紓解工作與生活方面的壓力。透過警聯會與相關人員的互動，也讓員警增加諸多不同於原本工作的經驗，如訪問轄區貧戶、獨居老人或參訪照護機構等，讓人民保母能有不同的工作方式與體驗。

慈濟的志工組織不但有各自的任務，也能各司其職，以完成慈濟志業為目標。而志工組織的動員，在正式制度上，是由靜思精舍的「宗教處」來統一辦理。遍佈各地的慈濟人，在宗教處的協調支援下，依地區、功能，分組分工，組織扁平，橫向與縱向聯繫密切，形成緊密活絡的志願動員體系，來維持整個龐大慈濟志業運行的財力與人力資源，其動員能量不容忽視（張培新 2006）。

由上所述，以行政支援為主的「志業中心」，具獨立運行模式的各「志業體」，

以及身爲慈濟核心力量的「志工組織」，三者合而成爲慈濟這個龐大的組織，且在慈濟人文精神下，三者在經由不斷的協調與溝通下，也成功的合作使慈濟得以順暢的運作，也使慈濟與上人信念的實現，有著最堅強的支持力量。



第四章 研究整理與發現

心的躍動來自於相逢的感動，筆者與這些女性的相逢都要感謝同為慈濟人的母親，訪談的點滴更是讓筆者的感動久久無法消散。慈濟與這些女性生命歷程的結合，筆者試著從四個面向來探索，分別是：一、「做」慈濟的因緣；二、行慈濟之路；三、對慈濟的認同；四、慈濟對人際關係的改變。以下即論述之。

第一節 「做」¹⁰慈濟的因緣：道德行善觀念

針對女性參與慈濟的探討，首先便是思索到女性接觸慈濟並做慈濟的原因為何？學者丁仁傑（1999）曾分析慈濟集體行為背後文化及宗教的因素，認為其行動的具體方式，和華人文化內容有著高度相關性。他提出三個討論的方向：1.儒家的倫理；2.佛教中助人與慈善的觀念；3.傳統華人社會中積功德的觀念。因此慈濟的集體助人行為在某種程度上等於是把過去許多華人傳統文化中的要素，以一種可見而有條理的方式，實踐於當代的台灣社會當中。

中華文化向以儒家思想為主要體系而建構，儒家思想以「仁」為主要思想核心，而其內涵則以「人」為主體。儒家思想強調人的道德主體性，認為人有其人格的獨立性，孔子找尋出人的內在人格世界，此一世界以「仁」為代表，開啓人類融合與無限向上之機；「仁」本身即具有道德的涵義，是內在人格精神活潑的德性動源力，是實踐道德的根據（蘇彥臻 2005）。孟子針對人心提出四端之說中的「惻隱之心，仁之端也」，即在說明人所本有的良善之心，會讓人們在看見他人有苦難之時，頓生人飢己飢，人溺己溺的同理心，使自己伸出援救之手；惻隱之心即是由道德而使個人的行善之心油然而起，行善之舉因而產生。

女性在承襲中華文化優良傳統的過程中，建構出行善助人的想法，並配合傳統倫理道德的觀念，使女性在面對慈濟的來訪時，多能敞開大門歡迎貴客的蒞臨。

一、行善之舉始於善念啓蒙

A 師姑由於身邊朋友的介紹而認識了慈濟，那時正逢人生低潮的她，聽聞了證嚴上人的開示，再加上親眼目睹慈濟組織的凝聚力與約束力，讓她對慈濟這個團體留下了深刻的印象：

¹⁰ 慈濟人行善皆是身體力行，強調「甘願做，歡喜受」，加入慈濟本就是要做善事，因之對外常向人介紹自己是在「做」慈濟。

那時剛好師公上人、證嚴法師就來清華大學演講，就是因為有這個因緣，我就去聽他演講。我們去到清華大學時，已經有點慢了，所以我們沒辦法坐到禮堂去，我們就坐在看得到電視螢幕的地方。那個當下我感覺到說，這個團體怎麼這麼有規矩，這麼有條理，我是看到很多穿制服的師兄，排得非常整齊的在門口迎接每個到訪的民眾，然後又看到那時她們大家都有穿旗袍，就是看到很多師姐都穿著旗袍。那時給我的感覺是這個團體竟然是這樣的團體。也許是我那時沒有什麼出入社會，所以看到這個感覺到說，有很不一樣的感覺，感到很不可思議，但是看起來很歡喜。那時上人正在推「用鼓掌的雙手做環保」，所以給了我很深的印象。（A 師姑）

雖是為生活汲汲營營，雖是為家中憾事而感到不捨，但 A 師姑內心的善念正也開始萌芽，而證嚴上人的到訪新竹，如天降甘霖般灑落在師姑的心中，從慈濟人的種種表現，師姑有了不同於以往的人生體驗。因此 A 師姑便在朋友的牽引下，開始投身慈濟，初期的師姑並沒有多想什麼，或許也是自身原有的善念，讓她認為自己其實只是單純的做善事罷了，並沒有刻意的想知道什麼或是獲得什麼；而自己做生意之便，也讓做慈濟變得簡單許多：

一開始我只是想要做善事，畢竟人是以善以孝為本的，沒有想過說要知道慈濟的什麼事情，就是想說做慈濟就是幫忙人家，不會去想說慈濟到底是什麼，只是很單純的做善事。因為我那時在做生意，所以跟人家募款是很快的，我們本身很老實，人家也很相信我們，而那時我們也辦了很多茶會，因而收了很多會員。但是那時候也僅於此，我們還是沒什麼接觸到慈濟，也不太懂，慈濟那時也不像現在，有平面媒體、電視等等，所以那時都是靠人力去做環保，去宣導，以及辦茶會，用這些方式宣揚，看到人就講，就這樣進入慈濟了。（A 師姑）

行善之舉始於善念的啓蒙，而自小習得的傳統倫理道德觀念，讓 A 師姑很快的投入助人行善的工作；而自身的平實的生活態度，也讓 A 師姑有擴大善心的機會，讓身邊的人能一起響應善舉。不僅如此，由於親眼見到人世間的苦難，讓 A 師姑的善路更形開闊。台灣受到九二一大地震的衝擊，在經歷如此世紀大災難給予的震撼，再加上到大陸的賑災經驗，讓 A 師姑的善心更加成長，也堅定了師姑專心一志做慈濟的信念：

九二一是在 88 年，離我授證的時間(85 年)很近，因此讓我很專心的投入。九二一讓我體悟到人生的無常，而我在那年的年底把我的店收起來，我自己就全心的投入，2000 年的時候我到大陸賑災，到大陸時，我感覺好像重回 40 年前，我小時候的時候，那個環境真的讓我有這樣的感覺。也因此，我從大陸回來後，更加專心一志的做慈濟。(A 師姑)

體認到行善不能等，助人不能停，讓 A 師姑毅然決然地將自身完全投入慈濟行善助人的行列之中；面對與自小痛苦經驗相似的情景，師姑不但是悲人之悲、痛人之痛，也以實際的行動讓自己的善心得到最大的釋放。

二、由自身經歷而行善助人

B 師姑自述是個純樸的鄉下小孩，從小便常會去幫助別人，自己也覺得是很快樂的事。而由於自己孩子痛苦的經歷，讓師姑自身的道德感增強了本有的善心，加上先生也有著相同的信念，讓自己與先生共同決心要去幫助別人：

師伯 (B 師姑的先生) 就曾說過，要是我們以後可以的話，一定要去幫忙人，那時我聽到這句話好像被電到一樣。真的，小孩子生病的時候，要錢沒有錢，要時間沒有時間，有時候真的是坐著發呆，想說為什麼會這樣呢？後來就真的會覺得要去幫助別人。(B 師姑)

但善念的萌芽卻曾遭受無情的攀折。由於 B 師姑與先生共組的小家庭需要時間來維繫，因此開始時師姑是用自己認為最容易的方式—捐錢來做好事幫助別人，但是行善之路不甚順遂，善心遭到欺騙，原本的一片好意頓受打擊；所幸夫妻兩人並未因此而斷了善念，而與慈濟的因緣也正好到來，讓 B 師姑與先生一同加入了慈濟的行善行列：

我們家做生意，人家叫我們捐錢我們也會捐啊，可是有時候會發現錢都不知道到哪兒去了，師伯就會跟我說善心也要用對地方，但我想起自己孩子，就真的還是會起悲憫心，我就會比較挑選，只是我還是會一直捐錢。但是有一次我們一直在幫忙的人，看到報紙才知道是騙人的，師伯就發願說要找到真正的來幫助。那時師伯送貨會到桃竹苗，在中壢就有看到半月刊，而之前我們很困苦的時候也曾經聽過花蓮的證嚴師父，

就這樣點醒了他，後來我們的客戶也鼓勵啦，師伯也覺得這個時間因緣具足了，就開始每個月劃撥錢過去。（B 師姑）

真的是緣分到了，原本師姑就曾聽聞過慈濟的消息，只是那時的自己尚有阻礙，讓師姑錯過與慈濟的相聚，所幸行善之路總有交集，讓 B 師姑的善心終有貢獻的空間，也讓師姑與先生感受到行善的快樂。只是礙於自身工作的繁忙，捐錢仍是當時夫妻倆認為最適合也最方便的行善方式，而貴人的出現，讓夫妻倆真正了解到行善之路必須擴展，加上對慈濟的更加了解，讓夫妻倆毅然獻出己身投入慈濟工作：

師伯就會開始看月刊，回家吃飯時就會跟我們分享，慢慢的我們從報紙、錄音帶，也更了解慈濟。新豐的陳師兄後來知道了我們有在捐善款，他就來跟我們聊，也跟我們講如果有人不知道哪裡可以做善事，就跟他們推薦花蓮的師父；他人真的很好，拿了很多錄音帶給我們聽，師伯就在車上放，聽了好多靜思語，也帶著孩子聽，講給孩子聽，從那時才開始增長一點點智慧。從 80 年開始認識慈濟，到 83 年我們就培訓成為委員，其實也是陳師兄逼我們的啦（笑），那時真的很忙，做生意嘛，一年 365 天幾乎都沒在休息的。培訓的時候，我們兩個很有默契的趕快把事情做好，然後就可以去培訓，那時候在台北培訓，我們事情做完就把鐵門拉下就去了。（B 師姑）

三、孝心成就善行

C 師姑，如同每個良善的傳統婦女，擁有倫理觀念與道德良知，她對婆婆的一片孝心，在一個適當的因緣下成了開啓自身善途門扉的鑰匙：

大概是民國 81 年吧，那時我婆婆來我這邊住，老人家住在這，也常常到處不舒服，我就常帶她去湖口的一家中醫診所，診所的櫃檯上就有張老師留的連絡方式，是跟慈濟相關的，每個佈施只要 100 元，我就覺得還不錯啊，我隔天就跟她聯絡，就此結下因緣。（C 師姑）

善念的萌生無須刻意強求，緣份到來自是水到渠成。C 師姑認為自己就是做了應該做的事，也就是中國人倫觀念中最基本的行孝，沒想到意外地讓自己有了可以行善的機會。除了捐錢之外，C 師姑也著手招募會員，募集更多愛心善款，

再經由慈濟所辦的活動認識了同為新豐人的B師姑，讓自己的善路越走越遠，也成為了慈濟委員：

張老師送我一套「度」的錄音帶，我就常聽，也跟著收功德款，就這樣一直做，到了82年，有一次在湖口的黎師兄家的對面有紀媽咪的講座，我去聽的時候，張老師就把我介紹給B師姐，B師姐是在新豐，那也就近跟著她做慈濟。後來到了84年就跟著她們做活動，去培訓授證，85年我就可以自己做了。一開始也是什麼都不懂啊，從一個平凡人進入慈濟的大家庭，看人家怎麼做就跟著做，也慢慢的學會了。

(C師姑)

四、排除萬難，堅持行善之路

本為基督教徒的D師姑，由於原生家庭與婚後家庭信仰的不同，長輩雖是給予方便並不會強迫D師姑改變信仰，但生活習慣難免受影響，正在備感無奈之際，與慈濟的因緣就此到來：

我娘家的嫂子在接觸佛光山，但不是很深入，而那時慈濟正在募款蓋醫院，她也有參與，我就跟她聊起這個問題，她就鼓勵我去參加慈濟的活動。湖口那時有辦茶會，一位認識的師姐有看到，就邀我一起去，我就這樣參與慈濟了。(D師姑)

行善最樂，D師姑參與慈濟本想盡力的去做善事，但百善孝為先，生病的公公是需要人照顧的，D師姑以家庭為重，但也沒有因此而斷了善心，仍是抽空參與活動：

我那時並沒有很深入的去參與，因為我公公身體不好我要照顧他，所以有些活動我就比較沒辦法出門去參與(79-80年)。雖然她們是一直叫我出來，但是我真的沒辦法，我是到81年公公往生後才正式入會，那時小孩子也比較大了，我就覺得因緣具足了，我就參與比較多了。
(D師姑)

道德觀念引發了D師姑的善心，但傳統的倫理觀念也讓師姑以孝為先，行孝可說是身為人媳最重要的事，這雖然讓師姑暫時無法讓自己的行善願望得以實

現，但善念仍是保留了下來。但沒想到 D 師姑的先生在一切看似圓滿之際卻罹患了癌症，不但對家庭是種打擊，也讓師姑的慈濟路再次受到阻礙；但先生的支持與鼓勵，終於讓 D 師姑堅持善心的發揮，出來授證成為委員，擔負起更大的責任：

我也常講給師伯聽啊，就跟他說師父說什麼什麼，他 also 是一直叫我出來授證，但是我一直不敢，我也跟他說你現在這種情況，我如果授證壓力會更大，會更沒時間。師伯其實會一直鼓勵我出來，大概也是因為那時他快要走到人生的盡頭了，可是我反而覺得我會有更大的壓力，我又要照顧他，授證後責任更大，我就要投入更多的時間，怎麼有可能呢？可是師伯就覺得慈濟很好啊，都在做善事，以後就可以成為我的寄託了，他竟然已經想到這麼多了！所以我就出來培訓授證了。（D 師姑）

走的顛簸不代表這路不能行，尤其證嚴上人認為世上有兩件事是不能等的，那就是「行善與行孝」。因此 D 師姑展現了無比的毅力與勇氣，加上家人的支持，終能將善之途鋪成一條康莊大道。

五、行善助人，不遺餘力



認識慈濟算是較晚的 E 師姑，與先生在社區中一向是十分熱心幫助人的好鄰居，由於社區中的慈濟人的介紹而加入了慈濟的行善行列，但家中孩子較小，也讓很重視孩子教養的 E 師姑遲遲未能更進一步，但九二一大地震後，慈濟人在自己所居住社區的愛心活動，讓 E 師姑開始了解慈濟這個團體，而進入募款的工作中，讓自己的善心善舉更擴大：

我的母雞吳師姐，她住在後面，常常會來邀我一起參加慈濟的活動；我覺得我還在上班，孩子也很小，就不是很想參加，要我繳功德款 OK 啊，所以我只有每個月繳功德款而已。後來會比較積極是因為九二一大地震的關係，我看到好多師姐來我們社區募棉被、募睡袋、募帳篷，也因此讓我更仔細的去看慈濟這個團體，九二一之後，打開電視看，地震震得我們台灣一蹋糊塗，看到這些人（慈濟人）其實是很熱心的，你在媒體上都可以看的到，這時我的母雞就問我說要不要做幕後，那時我覺得做幕後 OK，不要叫我做幕前就好了。因此我就跟她說我可以在公司募款，我先生也可以這樣做，所以我們（夫妻兩人）的會員就是從這兩個地方開始募起。（E 師姑）

助人為快樂之本，E 師姑面對著社會上的挑戰與家庭的責任，仍是悄悄的讓善心茁壯，見苦而知福，九二一大地震增強了師姑行善的意念，也讓師姑對跟著慈濟行善更有信心，雖然不敢直接走在第一線，但師姑仍秉持著要幫助人，要多做善事的念頭，終也是踏進慈濟所引領的善途。行善之路不孤獨，社區中有著同樣初探慈濟的夥伴，讓 E 師姑也決定擔下更重的責任，一同授證成為委員：

我的社區裡面住著一個周師姑，我跟她說我們兩個(夫妻倆)現在在幫忙(慈濟)，她就很熱心的邀我們兩個參加，因為她覺得我們兩個是社區裡面最「雞婆」的人，我覺得慈濟人都有具備一個特質，那就是「雞婆」(大笑)，後來她就覺得我們兩個可以去培訓上課。後來就一路聽從著她的安排，見習、培訓，後來就授證了 (E 師姑)

六、行善最樂

身為早期的慈濟人，F 師姑談起自己加入慈濟的因緣，其實也就是一念善念所致：

那時我家的附近有寺廟，我就常去啊，我的外甥女，就是我大姐的女兒，她跟我說花蓮有一位師父，過一些比如說「一日不做、一日不食」，怎麼樣去救助人、濟貧等等；我那時聽到這個，我就跟我一個很要好的朋友，也是我第一個小雞¹¹，她住在楊梅。那時我就用一個信封，每個月提 500 元，那大概是 25-26 年前了，她也拿出 500 元，然後差不多半年寄去花蓮一次，第一個善念是這樣的。那時桃園的第一顆種子楊師姐就主動跟我聯絡，說我們要訪視啊之類的，那你是不是可以來幫我們。我覺得一念善念真的是很重要，那時也沒委員啊，就這樣的一念善念就開始了我的慈濟之路。 (F 師姑)

只是聽聞一位不知名的師父助人、濟貧的善舉，便讓 F 師姑不但喚起了自己本有的善心，開始做善事，更進一步讓身邊的朋友也一同踏入行善大門。而 F 師姑除了捐錢助人之外，也由於自身好的因緣而有機會貢獻一己之力讓善心更得以舒展：

¹¹ 慈濟人對自己所接引做慈濟的會員稱之為「小雞」，而自己就是「母雞」了。因此「母雞」與「小雞」即是代表慈濟人間的直屬關係。

因為我本來是住在桃園的客家地區，那時的新竹縣都還沒有任何慈濟的種子，從台北、桃園下來的師姐都是講閩南語的，她們在做訪貧時，語言是一大問題，因此我便用我的母語去協助她們。（F 師姑）

行善助人本就為樂事，但是語言的隔閡有時會阻礙了善心的發展。F 師姑能善用自身的母語客家話，不但讓新竹縣的慈濟行善之途得以開展，也讓自己的善心善念有實踐的機會，難怪 F 師姑一直稱自己是得到了好因緣，才可以認識慈濟並加入慈濟。

七、小結

宗教向來對人類有其影響力，加以中華文化在傳統儒家思想，外來佛教觀念的揉合中發展出如今的面貌，使女性在此良善的薰陶中成長，再以倫理觀念對他人之苦發揮同理心進而行善，善苗就此滋長。而女性在善念萌發之際，能夠有慈濟相伴，不但使善念得以發揮，善心得以置放，也讓人生旅程加入行善之路，使自己的生命更加圓滿。

第二節 行慈濟之路：經驗學習與女性增能

女性認識慈濟，並開始投身慈濟後，做慈濟的過程想必與原本的生活會有不同的火花產生，並學習到各類型的經驗，經驗可說是人生活上不可或缺的要素之一，人從生活中學習經驗，而經驗又對人的生活產生影響。學習可說是將經驗與以吸收並內化為自身知識的過程。就此觀點來看，女性參與慈濟正可說是一種經驗學習的過程。

經驗學習指的是透過經驗或實作的方式來進行學習，即是個人透過生活事件而獲得判斷、情感、知識或技能的改變（黃富順 2002）。經驗學習可說是成人教育中相當重要的概念，成人經由既有經驗的學習，使得學習動機更為強烈，而習得之成果又成為下次學習的經驗，而層層經驗也成為生活上的智慧與助力。Jarvis (1992/2002) 說明學習可以延續既往，也可具創造性，是日常生活和有意識經驗的本質，是一種將經驗轉化為知識、技能、態度、價值和信念的轉型過程，也是一種意義化日常經驗的持續過程，經由人類生活與時間、空間、社會和人群關係的交互作用，而產生經驗。學習是對生活經驗的反應，因為它經常會主動地創造經驗，並從中汲取新的新的知識、技能和態度等（引自顏朱吟 2007）。

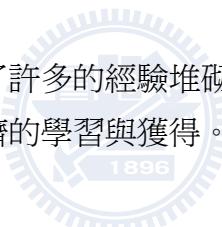
當然，日常生活經驗並非全然有用，經由挑選並反省思考的才會成為對自我

具價值的經驗，以此達成更良好的學習。美國學者 Knowles 認為成人學習具自我導向，Killigan & Blenkey (1982) 則指出婦女與男性學習是有差異的，從自我認同或道德形成的概念來看，大部分婦女的學習重視人際與互惠的關係，這是女性學習的特性，且女性學習包含著個人生活經驗的聯結（引自鄭春惠 2006）。

經歷經驗學習過程的女性，不但在自身能力上有所增加，也對自我更加的肯定，此即為女性的增能（empowerment）。就 empowerment 一詞而言，筆者較贊同「增能」的翻譯，畢竟「增能」具主動性，能引發真正的思考學習與有意義的行動。增能是自身發展或獲得力量而引發個人的力量，其建立在人的知覺提升與察覺，而人的知覺提升與察覺即是增能所必經的過程，也是其結果（徐聖汝 2008）。女性的增能除了在提升女性的自我能力，同時也釋放出女性原本即有的能力，因此增能可說也可以說是給予個體肯定自我能力的一種信念，或是達成目標的一種力量而逐漸增能（蔡華芳 2009）。

莊大輝（2005）認為慈濟女性從事志願服務工作的執行後，不但發掘了自己的潛力，也建立了自信，肯定自我價值；且因論述會產生行動，因此慈濟女性會以實際的行動來印證自己所聽聞的慈濟論述，而再次強化了行動的實踐力，重新建構自我觀念。

女性行慈濟之路正也經過了許多的經驗堆砌以及觀念建構過程，因此筆者便由以上的觀點來探討女性做慈濟的學習與獲得。



一、改變自己，獻身慈濟

投身慈濟已經近二十年的 A 師姑回憶起早期慈濟的工作仍是記憶猶新：

那時的我還在做生意，雖然是授證了，但還是沒辦法全心投入參與，那時大多是在做環保，環保人力一直不太夠，那時只有張老師、池春妹師姐跟幾個志工一起做，去收平價中心（現在的湖口全聯），還有做訪視、募款等，重點就是這樣了。那時湖口的慈濟人沒有這麼多，我們是屬於新竹的，有事就到新竹去參與，作聯絡跟共修。（A 師姑）

由於小時候家庭環境困苦，而結婚後也過了一段苦日子，不但讓她對「利」看得很重，遇事也常以實事求是的精神去了解、驗證。而當她決心投身委員培訓，承擔責任之後，她感覺到要對慈濟更加了解，因此她就藉著每次做慈濟的機會實際上去詳看詳聽，讓她對慈濟有著更深一層的認知與了解：

我也「回去」精舍¹²住，去洗滌，去接近上人的法體，因為我自己本身沒有讀什麼書，很多事不像別人一聽就懂，我要實際去做、去看。…我覺得加入慈濟不只對女性，對男性也是一樣，像本來一天要吃一隻雞的人，可以變成全素，而且他第一筆生意就是做善事的；像是本來三五天就要進一次監獄，媽媽大老遠來看他還會把媽媽趕走的那種浪子，都會因加入慈濟而改變，不只是像我們這種潑婦能改變而已（笑）。慈濟就是要你去行，講了 N 遍，別人也無法體會。（A 師姑）

在精舍親身經歷過的經驗，以及對慈濟的更深刻了解，讓師姑的生活方式有所改變，懂得「做就對了」，由做慈濟的過程也學習到了更多的經驗，讓師姑自身有所成長。對於慈濟幫助人心的改變，A 師姑給予高度的肯定，也因此堅強了自己的心理層面，讓從小看到血就會怕的 A 師姑，竟也嘗試了以往幾近不可能接觸的醫療志工工作，而在鼓起勇氣多做多看下，讓自己有許多不同於以往的感受，也體悟到證嚴上人平日要求弟子多做做看，諄諄教誨的用心：

像我第一次進加護病房，我的腦裡想的是我要跨進地獄了，要不是我是去做醫療志工，我絕對不敢進去加護病房的，我以前當小姐或是結婚生小孩了，我對這些都一樣排斥，因為我看就會嘔吐了，像我去助念，我都不敢看（大體、遺容）。我還記得我們的醫護人員，在跟一個阿伯治療時，那個阿伯是滿身插管，插了好多好多的管，臉上也貼了一堆的膠布。那個阿伯看起來已經沒有意識了，我們的護士小姐仍是跟他說，「阿伯，我要幫你打針了，會有一點點痛喔，一下下就過去了。」那時給我的感覺就是「尊重」，即使阿伯如此，護理人員仍是小心翼翼，我覺得這就是對病人的尊重。我想為什麼上人要他的弟子去做這些，就是要我們去面對，人生就是如此，誰不會死呢？所以上人不要我們去大殿上念經拜佛，這樣做並沒有辦法體悟到。（A 師姑）

面對以往不敢接觸的層面，A 師姑由於在慈濟的學習而獲得成長的力量，而能夠投身於醫療志工的志業中，此種學習即類似於成人自我導向學習，黃富順（1997）認為自我導向學習包括四點：1.是主動的學習；2.符合人類自然的心理發展歷程；3.具經濟性；4.不受時間限制（引自鄭春惠 2007）。A 師姑堅強了心理層面，而能主動的投入以往不敢接觸的醫療志工，從中學習到的，不僅是自我

¹² 即花蓮的「靜思精舍」，慈濟人多以回娘家的心情到精舍生活個幾天，跟隨著精舍裡的師父作息，體會與做志工不同的慈濟體驗。

心裡的再增強，更體悟到證嚴上人的用心與人生的不變法則。體會到做比知幸福後，適逢九二一地震重創台灣，不但使投入賑災工作的 A 師姑更加感恩自身所擁有的幸福，也讓其對證嚴上人的諄諄教導有更深刻的體會；而 A 師姑也藉由到大陸賑災的機會增廣自己的經驗，也讓這不同於自己以往在台灣的異質性經驗增加了自身能力，也更加堅定做慈濟的信念：

所以上人為什麼一直叫我們這些弟子去賑災，就是要去「見苦知福」，你看到別人的苦，才知道自己是很幸福的。我現在負責的醫療志工，每次我到醫院去，好像去人生的活地獄，這就是上人給我們這些弟子看到的改變，上人給了我們這個福田，讓我們去走去看（沒法用「探討」啦，我們沒那麼厲害），我們才知道說，人生就是這樣，你要去了解，苦的人比你苦，雖然幸福的人也是很多。…九二一讓我體悟到人生的無常，而我在那年的年底把我的店收起來，我自己就全心的投入，2000 年的時候我到大陸賑災，到大陸時，我感覺好像重回四十年前，我小時候的時候，那個環境真的讓我有這樣的感覺。也因此，我從大陸回來後，更加專心一志的做慈濟。（A 師姑）

個人的自主性是學習的重要關鍵，也是影響學習成果的因素之一。A 師姑做慈濟的種種體會，讓自己更加主動的投入在行善助人的志業裡，而強烈的自我意願讓師姑肯定自己所做的事，也讓自己感覺做的更快樂，進而學習到更多寶貴的人生經驗。對慈濟的認同轉變成堅定的信念，而堅定的信念又讓自己更加認同慈濟，因此 A 師姑經由培訓成為委員後，正式擔起了責任，讓自己了解自己的使命，清楚自己該走的路，不但開闊了自己的生活視野，提升了精神層面，智慧也跟著增加不少。A 師姑對於「慈悲喜捨」尤有深刻的體會與認知：

上人為什麼要我們授證去當委員，就是要給我們一份責任，你做了，就變成使命，像我的使命就是醫療志工，即使這梯不是我出隊，只要我有空，我也會去看看，這是自己要學習到的啊！成為委員後當然也對慈濟有了更多的了解啦，像是四大志業、八大法印，受證後才了解到這個媽媽（指證嚴上人）的存在，把上人當作媽媽的感覺，自己要當媽媽的乖孩子，好好的去做好自己該做的事，而知道了四大志業、八大法印之後，就開始想要去推廣人文的部分。上人要我們有悲心，做慈善，就會歡喜，就好像我每次做志工回來，都會覺得很歡喜，而付出無所求，

這就是「慈悲喜捨」了。你不會要求要什麼回報的時候，就會做得很歡喜，就不會有計較。（A 師姑）

成功的學習經驗成就了 A 師姑積極向前的心態，用此心態師姑對自己的責任有著更深的體認，也了解到還有許多自己可以做的事情，人文的推廣就是現在的師姑積極在做的，這也讓師姑確認了自己的目標。每次的付出不但讓自己更加歡喜，也讓自己更加的親近慈濟，了解慈濟，對師姑而言，學習到更多的經驗，豐富了自己的生活，不但在慈濟的圈子裡與人相處和睦，在生活中偶然面對他人許多存疑或責難時，也能夠有智慧的加以回應：

有些人會問我說，你們慈濟是怎麼修行的，我就說我們是「身體力行」，有的就會追問說妳們有沒有在拜經念佛，我就說我們是用走的，修就是修身養性，行就是身體力行，這樣就是修行了，不過有些人是不能了解的。有的人會說你們慈濟都沒有在念經，以後往生了就會怎樣怎樣……，好像每個人都在為了往生以後鋪路，為什麼不看看眼前的世界呢？那個人都跌倒在你面前了，你怎麼不把他抱起來，你不抱他你也不能過啊，而且他說不定會有生命危險呢，為什麼只坐著唸經呢？因此上人要我們「行經」，我們的早課是思考，晚課是反省，不是說只在念經。

（A 師姑）

A 師姑由做慈濟的種種經驗豐富了自己的知識，增添了生活上的智慧與應對的能力，讓師姑有能力對他人的質疑給予相對應的回覆。而這些生活經驗的累積，也讓師姑對證嚴上人所說的「行經」有著更深的體會，並能自己加以詮釋，不但自己懂，也想用更易懂的方式讓人了解。師姑就開玩笑的說連這麼笨的自己都能懂上人說的道理，相信有智慧的眾生更是能夠輕易的就知道上人的法。不僅如此，心態的轉變也讓 A 師姑更加勇敢的去做自己認為對的事，尤其在環保工作方面，面對著預知的危險與不可知的未來，A 師姑積極處理每個可能的拉扯，期盼地球上的人能正視地球所面臨的危機，多一個人了解就多一份救地球的力量，哪怕對方因個人的習性而現出兇神惡煞的模樣，A 師姑一樣勇往直前，運用高 EQ 面對眾生百態：

以前的我是那種「自掃門前雪」的，「多一事不如少一事」嘛，但現在的我就算對方罵我或是嫌我雞婆，我也覺得無所謂啊，因為我有做到我該做的事情。當然這也不是只有慈濟這個團體在做，地球上的人都

應該要做到的。這就是師父要的，不管是做環保或是做善事，這是地球上每一個人的責任。上人常說，我們每一個人眼睛一睜開就在造業了，做慈濟讓我感覺說我變勇敢了，就好像台語說得「漏氣求進步」，不怕別人笑了，我現在的理念就是該做的，我就去做。像我在街上看到人家摩托車沒熄火，我會主動跟他說話，請他熄火。雖然有的人會回我一個白眼，我就會跟牠說對不起啦，因為有二氧化碳，我就會帶著微笑的跟他說，不管他有沒有生氣，我就覺得這是我應該要做的。（A 師姑）

自我的成長來自成功的習得經驗，自發性的意願不但讓師姑專心的投入學習的過程，也獲得了更豐富的成果。面對著自己以往的冷漠，師姑從慈濟所學了解到大環境的變化，這讓師姑對環保理念相當認同，不但自己已做了多年的環保工作，也想更進一步的影響普羅大眾。如此的責任感強化了師姑的心理素質，讓師姑遇到該勸說、該挺身而出的場合，必定是毫無畏懼的上前。對於自己的家人師姑更是懂得把握機會，藉著與家人相處的時光暢談自己投身環保工作的心態與理念，不但自己的家庭做好環保，也讓師姑的弟弟回到公司後，推動環保餐具的使用以及資源回收等環保工作：

像我們出門都會隨身攜帶環保餐具，這樣也影響了我的弟弟，因為我的弟弟是在別的團體，他看到我這麼做，他就回去他們那邊推廣，甚至本來沒做環保的，現在也做得很好。（A 師姑）

因此，不但自己生活周遭的人有所變化，也對接觸到的眾產生了好的影響，A 師姑的學習引發了自身的改變，改變也讓師姑去學習更多的經驗，如此反覆的運行，師姑認為自己不但成長了不少，也讓自己做慈濟做得更歡喜。一切的一切師姑認為都是來自慈濟的幫助：

要是我沒有接觸到慈濟，我可能不會拿筆了，可能連自己的名字怎麼寫也不知道了；像我去上補校（國中），雖然是沒有很專心上，因為都想要做慈濟，但是至少我可以多懂一些字，包括英文字母啊；然後我要慢慢學電腦，像現在出隊的名單那些需要整理的東西都要自己打、自己弄啊，好了還要（用電子郵件）傳給人家，另外像看慈濟的網站等等，要是我沒有進入慈濟，這些我一定都不會去學的。（A 師姑）

面對人生的新啓發、新學習，A 師姑不但抱著正確的心態面對，也在過程中

領悟到自己的不足，因此師姑懂得去加強自身能力，使自己擁有更多的能力來做好該做的事，盡好應盡的責任。其實有些部份師姑本就擁有相關的能力，只是沒有開發出來罷了，而在慈濟的直接或間接引領下，讓師姑將之發揮出來，可見慈濟對女性的增能必有其重要性。A 師姑藉由做慈濟的學習，不但使自己增添了不同於以往的人生經驗，也以此經驗面對自己的家庭，面對生活中遇見的他人，有智慧且有深度的在生活中學習經驗，用經驗來學習生活，使得 A 師姑有著滿滿的收穫。

二、歷經家庭巨變，仍勇敢站起

婚後面對婆媳問題的 B 師姑，在接觸慈濟，做慈濟之後，增添了許多與人相處的經驗，而不免感嘆以往的自己真的有許多不足：

我們真的應該要有同理心，愛她的人也要愛她的心，不應該傷害到她，只是當時真的還不知道啊，會跟她計較，我還曾經離家出走三天，真的是很不好，那時還沒接觸慈濟，要是有的話一定不會這樣的。

(B 師姑)

本是凡夫心，萬般皆是苦。B 師姑認為自己無法體會婆婆的苦心，也沒有那種肚量去包容與善解婆婆的各項舉動，這讓自己終日只是抱怨，認為自己怎麼過得這麼痛苦，因而做過許多很傻的舉動。所幸自己接觸到慈濟，體會到看待事物的不同角度，學習到處理事物的不同方法。因此 B 師姑覺得自己在做慈濟的過程中不但得到許多寶貴的經驗，也讓自身的心態有所轉變，不再與婆婆有所爭執與不相容。B 師姑在慈濟中所做的，簡而言之就是「心」的修行，「心」獲得了力量，讓師姑能夠面對生活中許多的變化，也能把握住每個好因緣：

在慈濟裡面，讓我們學習到人與人相處要把握好因緣，這因緣一過可能就沒有了，當遇到事情的時候，我們就是要去面對它、解決它，跟它和平相處；學習怎麼用心做事，想想自己能給予什麼幫助。這好像是菩薩給我們的力量，是上人給我們的力量，我們的心修行的地方是在慈濟。 (B 師姑)

從女性學習的角度，能夠了解到師姑對於生活經驗的渴求，讓自己能夠反求諸己，並積極面對在慈濟裡所遇到的人與事，而能夠獲致新的力量。不僅在外如

此，對內在家庭的維繫，師姑也運用了慈濟所學。B 師姑與先生的感情一向很好，夫妻一同做慈濟讓彼此有共同的話題，共同的信念，共同的學習，而許許多多的經驗累積，不但成長了彼此，也讓孩子們在耳濡目染下，學習到了成長：

小孩子在國中會有一些小插曲，我們常在吃飯的時候聊到證嚴法師，小孩子就會聽到，我就覺得家庭中夫妻最重要，在小孩子前面真的要給他們精神的提升，物質往下看，這樣我們會成長很多，會讓我們產生更多智慧。（B 師姑）

女性從成功的學習中獲得經驗，而經驗也影響了女性的生活。B 師姑面對孩子的教育問題，也懂得以自己經驗做引導，給孩子正確的觀念，能夠行正走直。而自己也在這樣的過程中，再次驗證自己所得經驗的正當性與實用性，並藉以成長，師姑可說對自己的學習成果感到十分滿意。做慈濟的收穫滿滿，家庭事業也一帆風順，但沒想到夫妻倆卻面臨到人生中最大的逆境，唯一的寶貝女兒竟罹患了罕見的疾病，而且是在夫妻倆對慈濟有高度認同，決心要承擔更多責任，而參與培訓授證的忙碌時間裡，這讓兩人也不免慌了手腳，亂了心緒：

我們 83 年 3 月開始培訓，5 月就接受到一個大考驗：女兒的腦部有問題，又動手術又跑醫院，最後還是沒辦法完全好。那時候培訓又還沒結束，可以說我們在培訓時真的是心驚膽跳，我女兒在我們培訓中幾乎是一年去一次醫院，而我們也常要去拿藥；授證那天其實我女兒也很正常的去竹北上課，看起來也好好，怎麼會突然這樣呢？還好我女兒知道要打給哥哥，哥哥回來趕快先帶她去附近的診所打點滴，然後把她送到婆婆那邊休息，感覺沒事了我女兒還又回去學校上課。真的喔，我都沒想到我培訓的過程竟然會這麼辛苦。（B 師姑）

B 師姑回憶到女兒所面臨的苦難，前後長達四年，而夫妻倆一面做生意，一面照顧女兒，一面仍是做慈濟，參與培訓、授證當委員，其中的辛酸與考驗，讓當時的師伯一度對培訓授證萌生退意，但也就是在做慈濟中培養出來的一股堅定的意志，讓 B 師姑堅強自己，從困境中走出：

雖然是進了慈濟，可是那麼大的逆境、挑戰，真的是沒幾個人可以承受，那時師兄其實有想要退了，可是我沒有，我覺得我抓到慈濟，碰到慈濟了，上人又在做那麼好的事，我們怎麼可以這樣碰到逆境就退掉

呢！我的精神支柱，家裡是師兄，另外就是上人，讓我又能站立起來，我想我不能倒下去，不然師兄就更累了，又要顧外又要顧家裡，我沒有把自己照顧好，全家人可能都會受影響，那一念心就是我一定要做到，一定要做到。（B 師姑）

在慈濟的成功學習經驗讓師姑肯定自己的能力，而對證嚴上人的崇拜給了師姑力量，堅定的信念支持著師姑屹立不搖。因此 B 師姑與師伯就常帶女兒去做復健，而母愛的力量讓師姑更增強自己的能力，除了一般的治療與看護，師姑還去學筋絡按摩只為了讓女兒能有更好的照顧。只是外在的能力看似增加了，但內心的不捨有時也讓自己軟弱，畢竟像是自己心頭上的一塊肉在痛，偶爾無法把持自己，就像是俗話說的「病急亂投醫」。師姑也回憶到自己會去聽信別人的話語，人家說什麼東西好，就會跑去買；人家說去哪裡有用，師姑跟師伯就去，也到處問神。但是到了最後，仍然學習到了，還是相信醫生才是最好的治療方式：

其實還是上人講的話最有道理，他說有病的時候就把身體交給醫師，把心交給菩薩，心就會定，為自己或是家人祝福，這樣孩子的病也會更快好。那時我們也是慌啊，講什麼地理風水我們也信，其實都沒有用。

（B 師姑）

仍然是證嚴上人的一番話給了師姑穩定下來的力量，師姑很誠懇的述說自己學習到了寶貴的經驗，就是把身體交給醫生，把心交給慈濟，盡自己最大的力量，完成自己可以做的每一件事。最後在 B 師姑與先生鍥而不捨的堅持與努力之下，女兒雖是無法完全恢復原貌，但終能健健康康的生活著；雖是歷經許多障礙，家中的生意仍是維持得有聲有色；心的成長與生活智慧的積累，讓師姑不但維持了家庭的安定，慈濟的工作同樣一次不漏，B 師姑堅持自己在慈濟的學習，因為這真的給了自己持續的經驗成長。她對於證嚴上人的法語尤有深刻的體認：

就像上人講的法語「要冷靜、要有定力」，這兩件事要用心去做，我覺得我是有做到了。你看我家現在過得還不錯，但是那時的過程要跟你說喔，真的是長到說不完啦！但是最重要的就是毅力、勇氣，不要意氣用事。（B 師姑）

千言萬語或許無法清楚表達，長情摯愛仍是溫暖付出。師姑認同上人的想法，也能加以實踐，並獲得自我的成長。對於自己最疼愛的孩子所遭逢的痛苦，雖是

難過溢於言表，但師姑仍是從正向的心念來面對，把一切視為是讓自己更加成熟穩健的修行與磨練：

我的孩子你現在看到是這樣子，那時候在醫院真的是…，那個臉跟手腳，筋都浮出來了，皮膚也沒彈性了，都平平的，好像那種往生者；師兄師姐看到也不敢跟我們說什麼啊，但是我的心就是要去面對她，我就是要想辦法把她照顧起來，不會想說她要往生了，我覺得那只是暫時的過程，我一定可以把她照顧起來。我覺得菩薩是要讓我修行，給我磨練，磨我的耐心，磨我的凡夫心、傲慢心。（B 師姑）

考驗或許是成長最快的途徑，雖然過程可能痛苦萬分，但師姑懂得用以往的經驗應對，堅強自己的心，強化自己的能力，並且用正面的態度來面對考驗，終能度過難關。而感恩於慈濟的幫助與回饋，讓師姑夫妻倆不但自己做慈濟，也讓女兒參與其中，即使女兒不良於行，推著輪椅，走出戶外，做善事讓自己心無罣礙，昂然而行。雖然有時會遇到老朋友在言詞中不慎流露出「怎麼會讓你們這種好人遇到這種事」的唏噓，但內心已經成長堅強的夫妻倆，便會運用慈濟所學與靜思語的開導，用正面的態度來看待已發生的事實，並且以之得到更多的智慧與啓發。對於做慈濟所獲得的種種，B 師姑感到十分滿足，她也認為現在的自己就是身處在所謂的極樂世界，做慈濟不但讓自己與先生成長不少，懂得如何面對困境，也讓家庭更加幸福美滿：

我在做慈濟的過程中，常聽人家講往生就可以去極樂，我說現在就是極樂世界了啦，接觸慈濟真的是讓我們兩個有很大的改變，我們雖然還是很忙，但是我們會互相配合，像我晚上要出去他就會早點結束送貨回家；一同做慈濟也讓我們更有話聊，更知心更甜蜜，心與心沒有隔閡，吸收上人的法很棒，可以說盡在不言中。我走出來做慈濟真的是幸福滿滿，我很不會講話，我只是把我的話講出來，你叫我怎樣舉例，怎樣用詞我不會啦，但是我覺得我就是把握當下，像我有時候我就會把好的東西（用 email）傳給你媽媽（指筆者的母親），我覺得很好的東西就是要跟大家分享。我覺得我們現在就是在極樂世界了，滿心歡喜的做，就算遇到困境也是能比較快走出來，跟大家相處都能很坦誠，沒有隔閡。

（B 師姑）

或許自認拙於言辭，但 B 師姑仍是滔滔不絕的述說著慈濟的好，心理的完

整建設或許就是現今的師姑最有力的學習後盾，讓師姑付出越多就收穫越豐。面對在慈濟中，自己所扮演的香積組負責人身分，B 師姑秉持著相互學習，共同成長的精神，一方面接受慈濟高層規畫下來的事務，帶領著組員們去完成；另一方面也在一次又一次完成的過程中，學習到更多與人相處的經驗以及自我成長的方法：

我就跟你媽媽講，我們作組長的，不管人家做得對不對，我們都不要傷到人家的心，好像昨天的事情，妳也知道啊（對著筆者的母親說），我們就是要用心的去做事，她們已經覺得很不好意思了，我們當然要去寬慰人家，不要再去責罵人家，也可以適時的提醒人家，就好像學習經驗啦。（B 師姑）

人難免犯錯，成功也是多次的錯誤累積而來，不論過程如何，完成事情後習得的經驗就是自己最寶貴的回報。B 師姑懂得帶人帶心，能夠包容善解，不但完成每次的使命，也讓組員和自己都累積許多經驗，也增加了處事的能力。因此，B 師姑自認相對於還沒接觸慈濟前，現在的自己不但成長許多，也懂得把握當下，成就未來。而 B 師姑也將慈濟的好傳達給在家中幫忙的外勞，希望讓對方不只是來付出勞力賺取薪資，更能付出愛心來獲得心靈的成長，甚至能夠給更多的外勞好的影響，讓慈濟的好散布得更廣。如此不但完成了師父（證嚴上人）的交代，自己也從中學習的更多，增添更多的智慧：

還沒進慈濟之前，我們真的是凡夫心，沒有智慧，但是上人講的，我們就是要把握當下，就會成長，這過程中，原本是家庭主婦，我們走出來，也讓我們學習到了成長，你看像國外，像大陸、印尼都做得很好！…我家有好因緣能請到一個外勞，外勞到我們家，好像也被我們傳染了。上人說好的要多傳染啊，這女孩也真的是很乖，雖然偶爾會有一點不同，但是我們也會教她，就是這樣和平相處，互相愛的鼓勵；她也有做環保啊，大愛台這次來拍也有拍到她，真的是好因緣，她也有分享她的心得，台風很好喔！我們是希望她這顆種子，能夠帶給外籍的很好的想法，她是拜阿拉的，也是可以做慈濟啊。上人就是希望慈濟的種子能夠播撒到全世界，她來到我們家，就是我們最好的機會，好好的教她，不要讓她入寶山空手而回，來台灣不是只有做家事吧！（B 師姑）

B 師姑從家庭與慈濟的學習中，增加了許多經驗；看似一路風平浪靜的人生

旅途，雖是遭逢逆境來襲，仍是不屈不撓，堅強面對。不但藉由做慈濟所學到的種種經驗強化自己，更進一步的從中學習到更多的經驗與智慧，做慈濟對 B 師姑來說，不但成長了內在心理層面，增強了外在能力表現，也豐富了師姑的人生。

三、面對家庭與職場，皆深感收穫滿滿

同樣跟隨著 B 師姑做慈濟腳步的 C 師姑，回憶起自己當初做慈濟，其實也是懵懵懂懂的跟著人家做，不知不覺的就學習到很多的態度及方法，而現在的自己也是能獨當一面的組長了，但自己覺得印象最深刻的學習，還是在與孩子的相處上：

我以前對小孩子也很嚴苛，成績一定要多少分啊，像我老大很乖，成績考不好回來一定哭，就這樣子一直給小孩子壓力，自己也是一種壓力，我先生就會說妳這樣子給小孩壓力，妳又得到什麼好處呢？後來接觸慈濟越多，像說要放下啊，慢慢我也就……，小孩子也好過啦。

(C 師姑)

先生的話加上來自慈濟的智慧，讓 C 師姑慢慢能改變自己的想法，學習到放下對自己跟孩子都好，一味要求孩子的好表現，等於是不斷的在製造壓力給孩子，而自己同樣也在壓力漩渦中無法掙脫。師姑認為自己真的從這些經驗中，學習到教育孩子的平衡點，不但孩子能自發去學習，自己也寬懷不少。其實在生活中，C 師姑難免也會面對到許多困境，回憶到先生投資的失敗，師姑不免露出黯然的神色，不但讓家中陷入低潮期，長輩的不捨與難過，竟也成為自己的痛苦根源，如此的變化，頓時令師姑難以承受：

我先生優退後就跟人家合夥投資，但是不太順利，一下子工作沒有、錢也沒了，他瞬間就跌入了一個低潮期。那時老人家已經住在家裡了，天天也會念啊，為什麼不去找工作呢，不管多少錢的都好啊。可是老人家又不敢在兒子面前念，就一直念給我聽；那時其實家裡也是有負擔，孩子要讀書啊，自己也是會生氣。很苦的時候，回家就在家躲著哭。(C 師姑)

C 師姑的先生是比較內向的人，面對自己的不順，讓其更加鬱鬱寡歡，而孩子也察覺到家裡的變化，偶爾會對媽媽抱怨幾句，家庭氣氛因此不佳。家中遇到如此的困境，雖然那時的 C 師姑已經在做慈濟幾年了，也認識了許多的法親，

但師姑覺得那是自己家的私事，能自己調適，並沒有讓人知道。不但正常上班，慈濟也是盡可能的參與。只是那時孩子已經在上高中、大學，經濟壓力始終存在著，還好那時工作很多，師姑一直加班希望減輕經濟負擔，有時候晚上九點多才回家，就沒有出門作慈濟，而婆婆在家會煮給孩子吃，讓師姑沒有後顧之憂，就這樣慢慢的度過了這些日子。師姑慶幸即使是這樣的困境，自己仍是沒有放棄掉做慈濟的機會，因為自己投身慈濟的志業，雖然讓身體感覺疲累，但心靈上卻是有著慈濟的信念與證嚴上人的話在支持，讓 C 師姑不斷強化自己，使自己更成長，陪伴著先生度過低潮期，共同維持著家庭的穩定，讓孩子不會因家中的變化而受到不好的影響，一切的一切，C 師姑認為都是要感謝慈濟給予的力量：

我是覺得那幾年說實在話是心理層面的苦，體力的苦反正都是一樣，真的是覺得如果沒有慈濟的信念，沒有上人的話支持著我，我可能會撐不過，會胡思亂想，心裡起無明。我在想如果沒有慈濟，我自己可能也沒辦法調適，就像上人講的，該是你的就是你的，也不是說失敗了就站不起來。所以我每天就是克制自己，要陪先生度過這段日子。我就想說如果沒有上人給我的一個理念，我可能喔……。我就覺得上人教給我們的法，給我們的理念、信念有力量，讓我們就這樣過來了。

(C 師姑)

徐敏容（2008）認為需要借助有效能的溝通，讓家人能敞開心胸，清楚的說出自己的感覺，懂得尊重並接納不同的意見，讓彼此的歧異能夠得到了解與重視，互相關懷信任，以建立良好的家庭關係。C 師姑藉由做慈濟所習得的種種，以及證嚴上人的話語幫助自己穩定了內心，並與家人進行良好的溝通，讓孩子了解父母的苦處，讓先生轉換心態來面對既成的結果，並常寬慰婆婆，讓婆婆能釋懷；家人進而能共體時艱，相互支持，來度過家中的黑暗期。師姑面對如斯人生歷練，不但藉著慈濟的幫助來穩固家庭，也讓家庭更加的團結在一起。因此師姑認為自己最感動的就是家庭的再度和樂，這也是師姑所獲得最大的回報：

我就深深覺得作慈濟，家庭會變得比較和樂，在那時，孩子都很體諒，當然也會擔心啊，我們就會跟他說不用擔心啦，好好讀你的書就好了。我覺得孩子真的是很乖，我的親戚朋友也都是對我很好，像我婆婆也是一樣啊。（C 師姑）

因此 C 師姑不但安然度過家中的考驗，在面對生活中的種種學習，也懂得

加進自己做慈濟的態度與方法，把在慈濟中學習到的經驗充分應用。像是師姑喜歡在聽到或看到靜思語後，將其抄在一本小簿子裡，時時翻閱，讓自己的心增加更多的能量。C 師姑認為面對職場上種種的變化，自己也能活用所習得的經驗，讓自己能轉換心態，從容以對：

我被調去中壢上班，我本來是坐辦公室的，但是到那邊就是也要做現場的，那我是跟五個人一起調過去的，有些沒調過去的人就會覺得說我們活該，被調去做現場，我在想要是沒有上人的法，可能會很不平衡。我真的覺得上人的法很好，像是靜思語啊，我聽到或是看到就會寫在本子上，很多我都很受用；我就覺得去中壢很新鮮啊，也可以認識很多人，大家都對我們很好啊，我覺得心態的轉換是很好的，不要因為那些就影響自己的心情。（C 師姑）

突然的調職，不僅是上班的路途變得遙遠，同事的冷言冷語更是令人寒心，C 師姑面對這樣的情形，經由經驗學習而強化後的心理層面，懂得讓自己不去憎恨怨懟，反而欣喜於新環境、新朋友的認識。如此的心態轉換不但使師姑能泰然處之，也讓自己的人際關係獲得相當程度的增進。而 C 師姑不僅是自己應用慈濟所學來克服困境，在同事面臨困難之際，師姑也能以在慈濟學習到的話語、想法或態度幫助對方，師姑就舉了三個跟同事實際相處的例子：

上人教的像是逆境來了該如何去克服，要改變自己啊，這些理念幫助了我，真的是有很大的力量。在工作上其實也是如此，就像上人說的，你怎麼待人，別人就會怎麼對待你，當我遇到一些事情的時候，我自己會先退一步，會去想開一點。像我工作上有一個同事，每次她遇到事情時，像是跟先生的相處，小孩子的教養問題等等，我就是會用上人的法告訴她，怎麼做可能比較好，那她也很感謝我跟她分享的，這樣讓我覺得我在人緣方面還算是蠻 OK 的。有個同事就在跟我訴苦，我就會勸她說不要想太多，一直去計較它只會讓妳更難過，要是妳做錯了，那就認錯改過就好啦；要是妳認為妳是心安理得，那何必想太多呢，不要去管別人怎樣怪妳，這樣子就好了，放下才能讓妳過得更好。另外一個同事也是想要辭職，我就跟她說妳真的不舒服妳就辭職，不要不辭職，又要怪這個怪那個，想太多，這樣妳會更苦。想做就把它做完，把自己份內事做好就好了，不要去想別人對妳怎樣怎樣，這樣子妳整天的工作心情

就會比較好了，也不會鬱卒在那裡。所以說上人的法真的是很有用。

(C 師姑)

C 師姑將慈濟所學，由家庭生活延伸至職場上，不但解決了自身的問題，也樂於與同事分享自己的心得與想法，讓同事能有不同的思維與角度去看待所面臨的種種問題，進而能由想法的轉換改變了自己的心情，更快樂踏實的過每一天。因此，C 師姑就在這不斷驗證慈濟所學的過程中，增長了自己，也更認同慈濟的法。同時扮演著家庭主婦與職業婦女的角色，C 師姑等於同時面對著家庭與職場兩個不同的生活圈，在自己比較了做慈濟前後心態的不同，更是有著深刻的體認：

我以前下班回來，看到客廳桌上亂七八糟，我就會一直罵、劈哩啪啦的一直罵，後來也是就學到要甘願做，不想做你就放著嘛，要做就要甘願做、歡喜受，做了就不要念，慢慢的就這樣做；改變別人之前要先改變自己，一直理直氣壯的誰會理你啊。不單家裡如此，去外面、公司待人處事也是一樣，我自己真的是有感受到那種不一樣。（C 師姑）

女性由於學習到慈濟的成功經驗，而會增加自身的行動力去實踐所得，而其所得又會再次的強化了自身的行動力。C 師姑就是感受到自己的改變，而不斷的在生活中體會與實踐，讓師姑因此也建立了一套自我的學習觀念，師姑強調這一切不單是知識的學習，更重要的是要在付出中的過程中體會到慈濟的好，將上人的法入心，才是打從內心真正的改變：

上人的法我覺得是要入心，要在付出的過程中才能有所體會，比如說去醫院就會看到人生的生老病，在活動中就可以看到人際關係的訓練與培養，像以前如果有人找我麻煩，我一定會跟她鬥，現在我就不會了，會用不同的方法處理。你看電視上有那麼多的例子，真的是可以看到許多的改變。（C 師姑）

女性的自我觀念建立在對慈濟的認同，生活的變化雖是自己所無法預料的，但 C 師姑將做慈濟所習得的經驗運用在日常生活中，無論是家庭，或是職場，都能一一將問題克服，而自己也在過程中領略到更多的應對方式與處理方法，並感受到慈濟的好。可以說師姑不但建立了一個優秀的學習典範，也對女性的增能做了一個極佳的詮釋。

四、調整自我，變化自身

D 師姑結婚後，面對著婚後家庭信仰的不同，導致自己的生活習慣必須有所改變，起初雖是採取折衷的方法，讓夫家能夠維持一貫的民間信仰祭拜方式，但師姑自己仍是不太能適應，且婆婆雖是不太會刻意提起，但自己身為晚輩，又是嫁來的媳婦，這讓師姑仍是備感壓力。所幸在接觸慈濟，了解慈濟之後，讓夫家終也能夠接納她的觀念，讓祭拜儀式簡單化，D 師姑藉此也增添了許多與家人的相處經驗，而就在家庭一片祥和，生活看似一帆風順之際，無情的命運卻降臨在先生的身上：

八十五年的時候我培訓，八六年我先生就發病了。他是在越南的三陽公司上班，可能是因為壓力大啦，又水土不服，本身也有糖尿病，就這樣有了併發症。傷到眼睛可以說是最大的打擊，後來他就回來台灣了。（D 師姑）

由於先生在公司的好表現，公司要到海外擴廠第一個就想到 D 師姑的先生，但沒想到高升的喜悅才沒多久，患病的打擊就讓先生黯然回台。病人對家庭的影響是很大的，正常的生活步調被打亂不說，家中的氣氛也常被低氣壓籠罩著，這讓 D 師姑自己也起了煩惱心，產生了很多抱怨。這時，所幸也是慈濟的精神支持著師姑，讓她能夠堅持下去：

我是覺得慈濟給我幫助很大啦，在我低潮時給了我很多的支持跟想法。我家師兄生病時真的是很不舒服，所以難免會有些不好聽的話，再加上常常要去醫院，家裡我也還是要照顧好，家裡有個病人真的是要遇到了才知道那種情形，那還好是上人的法，真的是那一念心，就是做好自己的本分，不要去想太多，有時候真的會做到自己起煩惱心，會有很多抱怨，那時我也沒有什麼宣洩的管道，跟孩子講也沒用，我娘家也沒辦法給我什麼支持，淚水只好往肚子裡吞啊，師公（證嚴上人）就真的是給了很多力量，成為我精神的支柱。（D 師姑）

苦難對人生的考驗總是艱困無比，家庭的巨變讓 D 師姑承受莫大的生活壓力，但女性似乎常是壓抑著自己，只知道認命得去過生活；但是日復一日，年復一年，再堅強的意志總會被削弱，再強壯的身體也會吃不消。師姑真的是感謝有慈濟的陪伴，不但讓師姑接受了心靈恢復的力量，也學習到了面對逆境的勇氣，

以及處事問題的方法。體悟到人生無常的 D 師姑，從中獲取了許多經驗，而這些經驗也成為了日後維繫家中感情的重要關鍵。由於感受到慈濟的好，使師姑即使在照顧病人與維持家庭間終日奔波勞苦，仍是持續不斷的參與慈濟，雖是時間變少，甫接受的培訓也只得暫停，但師姑並沒有中斷慈濟行善學習之路。在與先生的相處中，D 師姑常提及慈濟大小事，上人的法語等，這讓 D 師姑的先生認同慈濟的種種做法，而且還鼓勵師姑再出來培訓：

我也常講給師伯聽啊，就跟他說師父說什麼什麼，他 also 一直叫我出來受證，但是我一直不敢，我也跟他說你現在這種情況，我如果受證壓力會更大，會更沒時間。師伯其實會一直鼓勵我出來，大概也是因為那時他快要走到人生的盡頭了，可是我反而覺得我會有更大的壓力，我又要照顧他，受證後責任更大，我就要投入更多的時間，怎麼有可能呢？可是師伯就覺得慈濟很好啊，都在做善事，以後就可以成為我的寄託了，他竟然已經想到這麼多了！所以我就出來培訓受證了。（D 師姑）

生活的成功經驗常成為未來生活的準則，而家人的支持與協助會讓女性對自己的決定更為安心。先生的鼓勵與支持讓 D 師姑更加認真的做慈濟，同時也陪伴著先生走完人生最後的路途。夫妻情深，D 師姑的先生甚至連自己的後事都自己預劃完成，這也讓師姑更加不捨，而在心中支撐的力量微弱之際，仍是上人的法給予支持，讓 D 師姑能夠行正走直，坦然面對一切：

他自己倒是只要簡單的而已，他甚至連助念都不要，最後的路他自己完成，讓我輕鬆。…他看得很開，有時候我會有不捨，像有關於他最後的事啊，反而他還會說我做慈濟怎麼還這樣呢，上人說的話妳都沒聽去喔，其實他也知道我是捨不得啦。在那段時間真的也是上人的法支持著我，我也不太會講啦，但是我就是守本分，做好自己應該做的，不要去想太多，就是要往正的一直走，不要走偏，一偏掉心就會做怪。

（D 師姑）

預知人生的終點對個人來說，不啻是一種擺在眼前的恐懼，但 D 師姑的先生對此卻顯得豁達開朗，甚至還以慈濟的信念開導師姑，讓師姑雖然是極端的不捨，但也是一路平穩的走過來，其中支持的力量就是來自慈濟的法，可以說由慈濟所學習到的成果，夫妻倆雖是有著各自的體悟，但面對已知的結果仍是能夠堅守自己的心念，勇敢的走完剩下的路。但孩子畢竟是敏感的，在這樣的環境下難

免有失落感，也讓先生與孩子的互動不是很好，D 師姑只得充當雙方溝通的橋梁，此時也正是驗證生活經驗所得的時機，在師姑的努力下，終於讓孩子能體會到父親的痛與母親的苦，不但改變了自己的態度，也陪伴父親走完人生最後的一段路：

跟小孩子應對真的是要很注意，畢竟家裡有個人生病真的是影響很大，人家說「久病無孝子」，其實真的也是沒辦法，畢竟也是要生活啊，可是從病人的角度就不一樣喔，他就會覺得怎麼沒人關心他，我就是要當中間的橋梁，要去寬慰小孩子，去跟他們溝通，後來孩子也是很能體會，像放假就會帶爸爸出去玩啊，他後來在爸爸最後的時候，就很慶幸說自己有陪伴爸爸，他這樣講我聽了也覺得很安慰。（D 師姑）

D 師姑安慰於自己孩子的成長，其實這也是師姑自身的經驗成長，在維持家庭氣氛的過程中，D 師姑嘗試了許多方法，花費了不少心力，終能讓家庭和樂。這一切可以說都是來自師姑自身心念的堅定與堅強，讓師姑能夠從人生經驗中找出適宜的解決之道，才能有如此的結果。婚後家庭的種種考驗，不但讓 D 師姑成長，也讓其對慈濟有高度的認同，並堅定的繼續在慈濟裡學習。但沒想到，考驗再度來臨，原身家庭父親的過世，對師姑來說本只是悲傷交錯著父親盡完人生責任的喜悅，但家產的不公分配卻讓 D 師姑難過兄嫂的勢利與不尊重：

這真的是我人生最大的考驗（指家中分財產的事），還好師父的法，教我們要往好處想，不要偏差掉，該你的就是你的，不要去強求，能夠很平順的走就是很好啊。所以說師父的法，真的是要很下工夫去學。無明一起來真的是會讓人……。我現在就是會說不要去看別人的不好，那是別人的事，我有時間我就是要多做慈濟。（D 師姑）

師姑難過的說自己在乎的不是錢，而是兄嫂竟把自己當外人防，深怕自己回去讓兄嫂們能得到的變少，這一度讓 D 師姑與兄嫂們的關係鬧得很僵。也是由於慈濟的學習以及上人的法，讓師姑終能釋懷。因此 D 師姑將心思都放在做慈濟上，因為師姑覺得自己因為很多的牽絆讓自己沒能好好的做慈濟，雖然在人生的路途上自己學到了好多，但在慈濟行善的大道上自己卻彷彿才剛踏步前進，而慈濟團體的參與，讓自己與人群的接觸更多，也讓自己學到更多，也了解自己要更加精進：

團體中做事也是要有尊重，我就常跟她們講要接活動一定要先跟組長討論，畢竟做事是要有規劃啊，有時候我也會覺得有些人做事不太好，很沒有尊重，但是那就是學習啊，我覺得我自己走這條路修行還不夠啦，做得不好，還要更努力精進。（D 師姑）

成功的經驗增強了女性的行動力，也讓女性在行動的過程中，再次學習到更多的成功經驗。經由人生的考驗而讓自己更加成長的 D 師姑，做慈濟已成了現在的自己最重要的人生目標，而持續的經驗學習，反覆的經驗累積，不但讓師姑自認更懂得如何待人處事，也對行慈濟之路的所見所聞更加的認同與感動。

五、積極學習，謙虛向上

一向熱心社區事務，喜歡幫助人的 E 師姑，雖是認同於慈濟的理念，但總覺得自己無法做好慈濟的工作，因此一開始是有點退縮的。所幸在貴人的引領下，讓師姑的心態轉為積極，而能在慈濟裡盡一份心力：

那時是我還在見習的階段，我也把我的孩子帶著去訪貧。我是覺得我做的沒有很好，因為我們的訪貧有很多必須先跟政府單位連絡，這方面我就不是很具足，因為我們都是上班族，所以我們沒辦法幫個案跑（各單位），我就覺得我感覺不太適合做這個，但是後來想開點，我覺得是盡我所能嘛，適不適合，挑我們能做的事就對了，所以我就一直做了。
(E 師姑)

雖是感覺自己不足之處，但 E 師姑仍是把握住機會，盡己所能的完成當時的自己可以做到的事，也是如此積極的心態讓才加入慈濟沒多久的 E 師姑毅然決然的投入了慈濟人文真善美志工¹³的訓練，不但承擔了平面攝影的協助，也藉由各相關課程的參與學習到影像處理的技術，「多做多得」的心態使得師姑自覺成長不少，也更勇敢了：

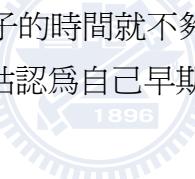
我一直覺得有機會承擔是一種學習，從以前其實大場合我是很弱的，不太敢講話，現在至少小場合我敢說個兩三句話（笑），這也是成長啊，我以前真的是抖到不行，像在慈濟列車上，師姑叫我比「針線情」，我

¹³ 慈濟文化志工早期分為文字協助者的「筆耕隊」與拍攝者的「映像志工」，後在 2003 年文化志工進行文字、照片、影像的訓練與整合，統稱「文化志工三合一」，亦簡稱為「三合一志工」或另稱為「人文真善美志工」。

簡直快暈倒了，我從來沒有在這麼多人的地方（表演），我就跟她說我好想上廁所，怎麼辦？（大笑）因為我平常就是面對電腦，頂多是用電話跟客人、廠商交談，從來沒有面對這麼多人，而且還要比我們不會的手語，真的每一次都是學習，走過了一次就會覺得，雖然我們不太會比，至少我們敢比畫，比錯了沒關係，至少我們勇氣可嘉啊！（E 師姑）

Atkinson 認爲個體在面臨情境時，會同時產生追求成功與避免衝突失敗的相對心理傾向，且使兩股力量會互相拉扯，依其心態變化可分為「成就導向者」與「失敗導向者」（吳芳茜 2009）。在慈濟的組織中，成員彼此間多以加油打氣、讚美鼓勵來支持各自的表現，這同時也給了彼此莫大的勇氣，使參與慈濟的個體多為「成就導向者」。E 師姑也受惠於如此的組織氣氛，即使事前自己備覺壓力，即使過程偶見瑕疵，但完成後所得到的獎賞與回饋，讓師姑得到極大的成就感，不但跨越了心理障礙，也成就了正向的思考模式。

E 師姑的先生也是與師姑一同認識慈濟，雖然師伯¹⁴同樣對慈濟有著高度認同，甚至就師姑的說法，師伯比師姑更加了解慈濟，更能體會上人的法，但師伯選擇了先讓師姑能好好的去做慈濟，畢竟小家庭的狀態，孩子也還小，若是夫妻同時做慈濟，能分配給家裡與孩子的時間就不夠了，因此師伯等到師姑授證完後才接著培訓授證。也因此，E 師姑認為自己早期加入慈濟時，師伯給了他莫大的支持與協助：



當我剛加入，還不能去除那種婆婆媽媽、三姑六婆的習性時，像是我會對別人的一些缺點作反應，他就會覺得說我們可以看他的優點啊，不要只看到那小小的缺點，就好像上人說的缺角的杯子，從另外一個角度看，它還是一個圓，我家師兄很多部分都跟上人說的法一樣，這也讓我越來越會思考，也越來越會應用上人的法。（E 師姑）

家人的支持與提醒，讓師姑對於慈濟的法在生活的應用更加得心應手，也由於師伯本身對慈濟的了解，夫妻倆一直是相敬如賓，面對家庭生活的種種變化，夫妻倆也能彼此信賴，相互支持的從容以對。但面對職場上的環境，E 師姑對自己的工作總有一份不滿足感，常給自己合理的藉口更換工作。師姑自己是覺得換工作就像是一種新的學習，這種新鮮感能讓注入新的動力，而且若是待遇能夠提升，這種動力將也更加提升；即使是面對大環境的變化，社會上四處產生就業危

¹⁴ 由於 E 師姑的先生同樣經過培訓成為委員，筆者在生活上皆以「師伯」稱之，因而此處即以「師伯」一詞稱呼之。

機時，師姑仍是盼望著新的工作帶給自己新的學習，新的動力，而師伯的一番話，讓師姑體會到「知足」的美好：

當那種就業危機的時候，我家師兄就比較有智慧，他就說不要換工作啦，有一份工作真的很好。其實我那時也在動搖，因為我還是想換工作，可是他就一直勸我說有個工作很好啊，雖然錢沒多、事沒多，至少離家近嘛，我也是漸漸能聽納他講的，就覺得好吧，反正有一份工作就好了，而且也近近的，就一直做到現在了。我覺得很知足，因為我把感恩放在心上，就覺得這麼多人沒工作，我還有工作，只是要是我沒有接觸到「知足感恩善解包容」的話我哪會知足啊！（E 師姑）

慈濟人期許能夠相互成就的組織氣氛，不但對慈濟中的法親常給予關懷與慰藉，每日生活在一起的家人更是需要自己付出實際行動去支持的。師伯對師姑的開導影響了師姑的心態，再加上慈濟所學所得，讓師姑不但轉換了心念，也對慈濟的法有著更深刻的體悟。除了師伯的幫助外，E 師姑也很感恩自己的母雞所給予自己的種種學習機會，不僅是在背後推著自己前進，也常以生活經驗的實際示現教導著自己，讓自己與孩子的互動更好，而最重要的是更打開了自己的大愛觀，能夠去愛他人的孩子，去愛眾生：

我的母雞是這裡的在地（閩南語）喔，我們的孩子跟她很有緣，她也很會表達、溝通，我們彼此就結了好緣，接觸越來越多，她會跟我們現身說法，說她以前怎麼因為慈濟，而改變和孩子的相處模式，她不僅是用慈濟的方法和自己的孩子互動，她也帶了一些慈大的孩子，就是「懿德媽媽」，這個她很有興趣，她覺得當懿德媽媽可以學習怎樣和孩子互動，我就感覺她經歷好像很豐富，很希望去學習她的優點。…我覺得她打開了我的大愛觀，雖然我只看到一次而已，她跟我說「我的孩子來了！」我還愣了一下，她的小孩我們都很熟啊，怎麼會特別說呢？所以這樣的一句話，僅僅是簡單的一句話，就讓我頓悟了。我在慈濟裡面也會說「孩子」、或是「女兒」，慢慢也知道說不僅是自己的孩子而已，慈濟家庭的孩子我們也是要把她當成兒子女兒，從此讓我覺得我的小愛打開了，變成大愛。（E 師姑）

慈濟的論述給了女性思考與行動的力量，也在實際的行動中，不但增強了自己的認同感，也影響了周遭的人。吳師姑將自己在慈濟的實踐所得，表現在日常

生活中，讓 E 師姑好像獲得了一個最佳典範，讓自己有觀摩學習的範本，而對自己在慈濟中所學習到的行為，不但有著更進一步的認識，也更了解背後的意義。回想過往，E 師姑談起自己總是很嚴厲的對待小孩，總是自己說了就算，不聽話就是打，越打孩子就越沒有自信；而看到孩子慢吞吞的，師姑的急性子就來了，口氣也不好，就聲色俱厲了，因此和孩子的相處就一直都不是很好。師姑自覺應該是方法用錯了，還好自己有接觸到吳師姑，接觸到慈濟這個團體，讓聲色雖然不是都很柔和的自己，慢慢懂得控制情緒，雖然該發脾氣時還是會發脾氣，但是會懂得收，就是這樣的去慢慢學習：

師兄還是會教我不要生氣啦（笑），我就會說我只是生氣一下下，我該教的還是要教啊，但是教完我比較知道該怎麼去圓剛剛那種尷尬的場面。以前可能三兩句就「你給我閉嘴！」（大笑）他也就閉嘴了，但現在沒有了，我會說「你不要閉嘴，你說…」，然後一說可能就是兩三個小時。想不到跟孩子溝通要花這麼多時間，我現在也越來越有耐性了，我以前是很沒耐性的，因為我做事要快，要有效率，甚至包括所有事情。

（E 師姑）

成長來自生活經驗的累積，E 師姑在慈濟中學習到的種種，化為處理自己家庭生活的經驗，師姑覺得成長雖是緩慢但已看得出成效，尤其在孩子的教育上，夫妻倆雖是有著一定的默契，但師伯總會適時的提醒師姑，並從旁協助，而證嚴上人的法也在這樣的生活中扮演重要的角色，不論是在自己心態的轉換，或是行為的變化上，讓 E 師姑懂得用不同於以往的溝通方式和孩子互動。其中靜思語的幫助更是讓師姑讚不絕口：

雖然我讀上人的書不多，但是我很會把上人的法在生活中應用出來，所以我們兩個就會慢慢的把慈濟裡面的，像是靜思語就拿來應用、套在自己身上。跟孩子也是，本來不知道要聊什麼的，但是當他有個習性產生的時候，我就知道要用什麼方法，靜思語就在心中產生了，也越來越會解說、規勸了。（E 師姑）

其實 E 師姑由於早年雙親過世，讓自己很早就養成了獨立自主的個性，但也是由於如此，師姑自認是個比較具操控性的人，總想依著自己的想法去教育孩子，也讓自己不會去考慮對孩子的要求是否合理，或者說，總覺得自己是為孩子好，怎麼會有不合理的地方呢？因此師姑對慈濟的法與師伯在旁的細細叮嚀感觸很

深，畢竟這讓師姑改變了早已根深蒂固的觀念，並且找尋到了可能是最適合親子雙方的原則。也是由於自己對品德教育的高度重視，後來師姑就把兒子送去花蓮讀慈濟中學，面對這樣的人生經驗，師姑說不只是兒子在學習，自己也是同樣學習到很多，她神情柔和的與筆者分享兒子到花蓮的諸事：

兒子國一就去花蓮了，可以說他以前被我打得很兇。不過他到花蓮去後，可以說他改變得比我還要多，我們很慶幸說把孩子送到慈濟中學，我們都覺得很放心，我們也是有跟公公婆婆說孩子想要去花蓮讀書，他們也覺得慈濟很好啊，他們也很贊成。把孩子送去是我們倆的決定，其實我自己是覺得我還不太會教，從我很會打他到我慢慢改變這段時間裡（大概從兒子 10 歲到 13 歲），我還是覺得我不太會教，我對每個人幾乎都是這樣說的，說我很不會教小孩，所以我就放心的交給慈濟去教；有人會說我好狠心，小孩子才國一就送去花蓮，我就會說是我真的不太會教小孩，我又還沒變好，就希望他去那邊可以學到更好的人文，更好的品德、修養，結果過去他也真的很有福氣啦，學習很多。

其實過去真的很辛苦，不只小朋友要適應，我們大人也是啊，我們常常要過去（花蓮），他的人際關係一開始又很不好，我真的覺得他國一時是我走過最辛苦的日子，我常常過去，兩個人就相擁而泣，我自己也覺得很無力，就覺得既然要讓孩子獨立學習，我們就應該讓他自己去排除困難，去調好人際關係，所以我就給他力量，「人際關係媽媽沒辦法，可是只要媽媽有辦法的，媽媽一定會幫你。可是重點還是你自己，你才是關鍵，你要學怎麼對你的同學、你的朋友好，他們畢竟要跟你睡三年啊！」當我們私底下做努力後，像是和那些跟他相處不好的孩子做溝通啊，說自己不會教，所以才送來花蓮，希望你們給他機會等等，不只用說的，我也會用寫信的，後來就慢慢改善了，等到我覺得他們很好了，我就覺得我應該要抽身了。（E 師姑）

由於兒子在花蓮是需要住宿的，因此適應的問題是首先面對的，師姑雖然知道讓孩子獨立自主的學習，對孩子的成長有很大的幫助，但天下父母心，師姑無法將兒子放在花蓮不管，即使路途如此遙遠，師姑與師伯仍三不五時就過去花蓮一趟，而兒子在人際關係的挫敗也讓母子倆著實傷透了腦筋，師姑不斷的花費時間與精神，配合慈濟中學所營造的整體氣氛與教育方法，終能改善孩子的困境，讓兒子能夠在優秀的學習環境盡情完成包括人際關係在內的一切學習。兒子不但獲得模範生的殊榮，也代表學校到大陸去當交換學生。這樣的成長經驗可說是家

庭間共享的，其中的辛酸師姑雖是沒有明言，但著實讓筆者感受到師姑因付出而得到的喜悅是有多麼大。

也是由於這樣的經驗學習，師姑覺得跟女兒的相處就遠比當初教導兒子來的適切，女兒也會開玩笑的感謝媽媽有做慈濟，讓自己才沒有像哥哥一樣過得這麼「悽慘」，這也讓師姑感恩於做慈濟的學習，讓家庭生活的更和樂：

我現在跟孩子是母女，但也像朋友，會互相交流穿衣服啦，她朋友的笑話啦，可以說是什麼都說，無所不說，像是她手機裡的通訊錄都是用綽號，大概有一百多個吧，她可以全部記住不會忘，我們兩個就可以看著手機一直笑一直笑。（E 師姑）

E 師姑也針對自己的改變感謝慈濟的幫助，不僅是家庭，在工作上也是如此，師姑認為有決心就能做到，就好像證嚴上人說的要有毅力、勇氣，另一方面也感謝慈濟的包容性，讓自己能夠毫無壓力的改變，並學習到更多的善知識。而現在的自己不管遇到怎樣的事情，都是能以感恩的心去看待，也讓自己生活得更自在，快樂：

慈濟讓我慢慢改變，怎樣做到聲色柔和，怎樣去尊重別人，包括家庭跟工作也是。他們也知道我改變很多，像我兒子就非常清楚媽媽的改變，他現在已經高三了，這些改變都是慢慢累積的，你看這麼多年了，只要我想改，有那個決心改我覺得是沒有什麼困難的。上人說要毅力、勇氣，我想說雖然我改得慢，可是我覺得慈濟裡面有很多機會讓我們學，就算我改得慢，他們也會包容我，所以我蠻喜歡這個團體的，因為跟上班不一樣，不會咄咄逼人，不會讓你有很大的壓力，可以說我的善知識都是來自慈濟的，沒有慈濟我不會想改變。我真的很感恩我碰觸到的每一件事物，不管是好的境界，或是不好的金剛相現在我眼前，我都十分感恩，因為我覺得他現金剛相在我前面就是給我的修行。（E 師姑）

改變的動機來自於個體的需求與不滿足，而成功的改變則需要多方面的配合使能完成。E 師姑在慈濟中學習到的種種經驗，讓師姑自覺有許多需要改變的地方，而在解決問題的過程中，師姑把所得到的經驗，利用不斷的反省與思考，化成一個統整的觀念，也發展出具體的作法。師姑將之應用在接下來的生活中，也讓自己的行為有所改變。E 師姑在生活中做慈濟，也用慈濟的經驗過生活，不但家庭美滿，職場順利，自己的心也獲得了更高層次的提升。

六、縮小自己，提升內在

F師姑面對家庭內產生的種種問題，尋求了宗教力量的幫助。而在慈濟加入了自己與家人的生活後，不免也發生了一些衝突，就在這磨合的階段裡，師姑運用證嚴上人的法，先改變自己，再讓家人了解慈濟，進而能接受慈濟、護持慈濟，這前後花了十年的時間，這讓師姑終能無障礙的走慈濟之路，當然也讓師姑的人生經歷更加豐富：

我們慈濟的法門就是走入人群，簡單的說就是要常往外跑，因此一開始公公婆婆並不是很贊同，因為看妳整天就是往外跑嘛，所以一開始我有這個煩惱，我覺得我是做好事啊。後來我是應用上了上人的法，就是改變別人不容易，要先改變自己，因此我先柔和我的身段。在慈濟裡我最受用的就是「沒有對與錯，只是立場的不同而已」，因此我先接納他們的想法，然後找適當的時機讓他們接觸、了解慈濟。從他們了解、認同，到最後護持慈濟，這前後有十年的時間，也就是包含了從反對、接納到護持的時間總共花了十年，之後我走慈濟，在家庭上就沒有任何阻礙了。（F師姑）

F師姑認為家庭裡的挑戰對自己是種很好的學習機會，學著去了解家人的想法，學著去調整自己的心態，學著去應用上人的法。可以說師姑先改變自身，再尋求家人的改變，而這種成長的經驗正是需要在生活中，經過不斷實踐與省思的過程才能得到的。因此師姑認同自己的心態與做法的改變，是影響家人的主要因素，而能成功的讓家人接受慈濟，自己也隨之成長。這不但讓師姑的家庭產生良好的變化，同時也影響到師姑夫家的家族，原本因為公婆的奉養問題讓家族不是很和諧，F師姑和先生就一肩挑起照顧父母（公婆）的責任，這樣的作法讓其他兄弟姊妹不但認同師姑夫妻的做法，連帶也認同了慈濟：

其實這十年不只是改變了我的家庭，連我先生的兄弟姊妹也是，因為我的公公婆婆都還蠻長壽的，而他們前後病了十幾年，大家都是往外推，這時我就應用上人教的法，第一個就是什麼叫做孝順，要先「順」，改變自己再改變對方；第二個法就是孝順父母的時機，父母生病才是我們真正需要付出的時候，我就把這個法運用在這種情況，不與他們（先生的兄弟姊妹）計較，而從我們的付出，得到了他們的認同。我是覺得說教、爭吵都是無濟於事的，就是去做，把上人的法運用到實際的生活

上，所以到最後，包括我的兄弟、我先生的兄弟姊妹，全部都認同慈濟。
(F 師姑)

師姑在生活中應用慈濟所學，也在生活中得到了許多寶貴的經驗，她也拿這些經驗與慈濟人相處，傾聽他人的心聲，並融合自己所學，將經驗分享出去，給其他師伯師姑一些觀念與想法，能夠在慈濟裡走得更長遠。像是師姑就分享到自己在慈濟圈裡常聽到的問題，就是家庭中的其他家人不支持，甚至不體諒做慈濟，使得做慈濟變成一種痛苦的牽絆；師姑認為這是本末次序的問題，眾人都有做慈濟的信念，但是福份各不同，有人可以全心全力投入，有人只能利用空閒時間，但最重要的就是要認清自己應有的責任，才能做好慈濟，也顧好家庭：

在慈濟的圈子中，我常常聽到師兄師姐做慈濟，得不到家裡的認同，我覺得這是本末次序的問題，很多師兄師姐接觸到慈濟，覺得說慈濟很好，我想要全心全力的投入，要把握時間；可是我覺得個人有個人不同的因緣，能夠走入佛門的人都是很有福報的，只是慈濟裡的許多人，福報其實也分很多層次，每個人的障礙也不同。（F 師姑）

由上面的談話真的可以了解到 F 師姑是多麼的有智慧，能夠以自己修行所得開導眾人，讓受到障礙的心得以寬慰，並能加入更深一層的想法來面對這難得的學習，並將經驗化為自身的觀念，以迎接未來的每一天。因此，師姑認為慈濟的法就是要應用在生活中，也就是在生活中要以慈濟的法學習經驗，再讓習得的經驗豐富自己的生活，讓自己與周遭的人能夠相互砥礪，相互學習並成長。當師姑談到，原來師姑的先生並不是公婆親生的兒子，更是讓筆者驚訝，師姑認為就是因為自己與先生能夠好好的應用慈濟的法，才能讓公婆認同自己，也認同慈濟：

我覺得我能付出的時間很少，但我都沒有離開慈濟的法，我會運用在家庭，漸漸的影響我周遭的人，像我的先生小孩都可說是最護持慈濟的人，我的公公婆婆也是啊。而且我是在我公公婆婆往生之後，才知道原來我先生並不是我公公婆婆親生的小孩，我公公婆婆有七、八個小孩，男的有四個，但是我公公婆婆竟然最後的二十幾年都是跟著我們，認同我們，我覺得這就是因為我們有應用了上人的法。（F 師姑）

家庭中的經驗學習，讓家庭更幸福美滿，也讓 F 師姑成長了許多智慧；而自己所扮演的另一個職業婦女角色，也讓師姑有著不同的學習機會與方式，就像自

己早期有著許多計較，但從慈濟習得的法，讓自己能夠改變自己來適應他人，不求解除障礙而是讓障礙轉質，進而消失，師姑的做法真是值得學習：

在職場上也是，其實學佛的人也是都有不同的習性，早期我也是有很多的計較，慢慢的把上人的法運用在生活中後，在職場上障礙就變少了，並不是說別人變了，而是我們改變來適應他們，其實障礙一樣有，只是我們改變自己，接納包容。慈濟另一個讓我很受用的是「愛的存款」，可能明明是別人的問題，但是我們就先去接納他，等到跟他的接觸久了，再運用善巧方便。（F 師姑）

F 師姑的話語總給筆者一種不同的感受，她常以他人的觀點與角度出發，先端視自己的不足或錯誤，想辦法改變自己，這是師姑學習的第一步；接著師姑再用原本的經驗揉合自己反覆思考過後的思想，成為一個新的觀念，以此改變自己的作法，去面對遇到的種種問題，以之作為解決的方法。如此的經驗學習似乎與前面幾位師姑略有不同，但又深深的敲動著筆者的內心，讓筆者在訪談的過程中，常是一面聆聽，一面暗地裡思索著師姑分享的話語。

F 師姑其實在做慈濟的當下，同時也在接觸其他形式的佛教，但師姑到最後仍是認同慈濟，因為慈濟的法就是生活的法，做慈濟也是學生活，讓兩種經驗互相交流、融合，而使自己受用無窮：

我接觸慈濟二十幾年，其實前十年我並不是只有慈濟，我同時還有接觸其他的道場，一樣是佛法的道場，但是到最後我還是最認同慈濟的法，第一個就是慈濟的法不會讓你跟家庭、社會脫節，可以把佛法應用在生活上，不用說到處去跑道場，作法會，只要在生活中應用上人的法，就有很大的受用。（F 師姑）

可以說師姑在做慈濟的過程中，不但在心中建構出一個結構固實的觀念堡壘，也強化了外在給人的感受，師姑自己似乎也感受到自己的成長，像是早期慈濟還不像現在規模這麼大，人員這麼多的時候，新竹縣只有兩位慈濟委員，師姑便得與竹北的另一位師姑進行所有的訪貧工作，而做慈濟的信念也讓兩位媽媽變得格外勇敢，騎著摩托車就深入山區，時間跟體力的花費可想而知：

我搬到竹北後，我的慈濟工作就從桃園換到了整個新竹縣，那時真的是上山下海，早期竹北有一個鄧師姐，我們兩個騎著摩托車到處跑，

尖石啊、五峰、竹東，真的是到處跑，那時還真的是勇敢啊（笑）。
(F 師姑)

也是由於自己有著家庭、職場、慈濟等多樣化的歷練，師姑終於感受到原來慈濟的法就在生活中，而生活中習得的法也讓自己對慈濟持續不斷的學習能夠時時接受，並喜而納之：

早期的我對慈濟只覺得整天忙忙碌碌，收會款、一通電話就助念啦，因此我的領悟沒那麼深刻。後十年我就修正了，原來上人的法就在這邊，在忙碌中、在環保中、在待人接物上。所以我的修行是有階段，第一個是「外相」，就是別人會知道你做慈濟、你學佛、你吃素，你是一個慈濟人；但是後來一直到现在，我是覺得我往內了，每天都是我們懺悔的時刻，外人可能都覺得你很好啦，可是自己用心往內看，觀察我們的起心動念，每天每時都是我們懺悔的時刻，只有自己最了解。（F 師姑）

生活的過程有時顯得重複而平淡，讓人不知不覺的就度過一天，師姑也是在日復一日的家庭與慈濟交錯的生活中，慢慢的感覺，慢慢的體會，終於對慈濟的法有更深的領悟，也對看似一成不變的生活有著不同的見解。面對筆者所詢問的增能部分，師姑也展現了一貫的回應智慧：

我說一句實話，真的深入上人的法，你會覺得自己真的是很沒用呢。當然往內的，像是韌性、包容性、我執的減少等等，但是對外我覺得我沒有什麼成長，因為對外的成長是別人對你的感受，在慈濟裡面多是往內的，如果你有覺得對外妳有成長，我覺得那是自我膨脹，其實真正的是往內，真的去了解佛法、或是上人的法，就會知道真正的成長是往內心深入的感受，像包容性夠，自然對外的種種接受度就高啊，就比較不會起煩惱了。（F 師姑）

F 師姑認為自己的成長其實是內在的充實而非外向的顯露光芒，因為內在的成長是自己能感受到的，外在的形象只是別人對自己的感受，真正的成長是往內，將內心充實，自然包容度高，對外界的種種也不易起煩惱心了。師姑也以證嚴上人的師父印順導師做典範，認為內在飽滿的人，其實外在的感覺更是平凡，不平凡是隱藏在平凡中。所以師姑自覺外在並無成長，真的增強的只是內在的部份：

其實應該是對外給人的感覺是要更平凡，沒有越能幹的感覺；像印順導師就是一個很好的典範，雖然我們沒有什麼機會接觸他，但是他給我們的感覺就是這樣平平凡凡的啊，好像一個常見的老人家而已，但是隨著我自己內心的體悟，才知道說真的不平凡是隱藏在平凡中。所以我覺得對外我真的沒有什麼，只有日漸衰老（笑），越來越不敢講話，但是韌性、包容性、執著上是絕對有的，增強是在內在的部分。（F 師姑）

真正的增能或許是內在的充實而不僅是外在的強化，就好像山澗小溪雖有潺潺水流聲，但溪水不深，河道也甚狹小；而表面平靜無波的江河，其實才擁有深且廣的水道。人也是如此，真正有能力的人不見得外顯於表面，但做起事來就是有效果，說起話來就是有說服力，常在不經意間就展現了與眾不同的能力。這讓筆者更加佩服 F 師姑由各種經驗所積累而成的智慧，也對女性的增能有著不同與以往的認知與想法。

七、小結

藉由以上幾位女性的陳述，筆者認為女性在行慈濟之路真的是收穫滿滿，而做慈濟的經驗學習也讓女性的生活獲得更多的體認與智慧，而這些體認與智慧又成為做慈濟的動力與學習助力；另外女性也在做慈濟的過程增強了自身的能力，不論是心態的積極，內在的增強，或是外在實際能力的增加，行慈濟之路都讓女性能夠有不枉此生，不虛此行的滿足感。

第三節 對慈濟的認同：自我的建構與改變

在東方思想中，主張自我可以超越時空，完成對生命的觀照；自我是個體內在之所是，而非事件的聚集累積，代表著連續且不斷變化的意識主體，是持續教化與道德引導的建構過程。自我意識代表對自我直覺式的體驗，自我思惟與目前的處境、長久的態度或角色，對過去與未來的記憶或想像有關，自我相關的思考依存於自我概念與認同，及各種導引行動與影響情緒的標準，現在與未來觀照思惟自我的能力，使生命體有機會決定要如何行動、思考與感受。因此在所處情境下，覺察與思慮自我所產生的觀感與評價，將影響自身展現與實踐生命價值及建構出自我的認同（陳佩鈺 2005）。

Parsons 認為認同是個人將一套價值內化到個人內心的過程；心理學家佛洛依德則把認同視為個人塑造「自我」的過程，是在不知不覺中，去模仿學習自己

所認定的人（楷模）的樣子；Robbins 則把認同定義為使自己的態度及行為與組織內的角色相符合；張春興說明自我認同是指個人行為與思想的一致，個人了解到自己具備的條件與能力，知道自己的需求、愛惡與動機，從而建立生活的理想與目標，且在理想的引導下去追尋現實既定的目標。人類學家 Astuti 透過 Vezo 人的日常生活，發現 Vezo 人的認同和「作」是相結合的。透過實踐某些行為，成員才被認為是 Vezo 人，認同因此是「脈絡化」和「當下感」的。

由以上幾位學者的觀點，可以推斷認同行為的發生，乃是透過「作」，透過當下的實踐，引致個人內心的變化，不論是符合自己的理想或是符合身處組織角色的期望，認同可說是一種自我角色認定的過程。而組織認同即是組織成員受組織的吸引，在不知不覺中，心裡接受所服務組織的價值模式，使自己覺得隸屬於該組織，並珍惜此一地位（李總績 2002）。女性在投身慈濟的場域後，常覺察到自我的相對化，在面對著眾人對「慈濟人」這個角色的既定認知與期許，女性不僅要嘗試著去改變自己，同時也會創造出新的自我，而就在這些過程中，也讓女性對自己所參與的這個團體「慈濟」產生了認同。

一、走過人生低潮，邁向嶄新人生

尚未加入慈濟的 A 師姑其實被自己最親的弟弟往生的事實重重的打擊到了，不但身體變差，家庭也受影響，但加入慈濟後，才能拋開過往那個不健康的自己：

我弟的往生對我的打擊太大了，家裡的人也受到影響；還沒加入慈濟前，我覺得我有憂鬱症，不用吃飯，厭食，我自己覺得家庭壓力是最主要的原因；進了慈濟後，我慢慢的、慢慢的，開始開朗，而且那時也體悟到，想要幫助別人，要先把自己照顧好，因此不會厭食了，心情也開朗了起來，終於能正常吃飯了，我差不多有十幾年都沒有正常吃飯！脾氣也改了，不會偽裝自己，也不會鑽牛角尖了，就是鑽「利」啊。我去國際賑災回來也給了我很大的改變，以前我都不會笑，都沒有笑，我還記得有師父對我說我很會做事，可是我跟人的應對對我來說也是很重要的，我以往總是板著臉跟別人說話，直到國際賑災回來我才會笑。像我現在不管對外面的人或是家裡的人，我都一視同仁。我覺得我最大的改變就是我不像以前一樣斤斤計較，都變得比較平常心看待了，不再看利看得這麼重了。（A 師姑）

A 師姑提到加入慈濟後的自己用慈濟所學內省自身，才發現一個不健康的自

己怎麼能夠幫助別人？而一個汲汲於私利的人怎能為他人謀眾利？對自我的相對化有所覺察的 A 師姑，終於懂得放下過往的自己，迎向一個嶄新的自我。而其中的重要關鍵，就在慈濟這個組織所建構出來的組織形象，讓大眾用既定的觀點看待慈濟人，慈濟人也必須讓自己成為符合這個形象所建立出來的角色。角色可說是別人看到我們的印象，透過別人的眼睛，我們漸漸在他人的期待下形塑自我（陳志成 2005）。因此 A 師姑認為自己做慈濟後，面對新角色，第一件事就是要先修改自己，不能再用過去的方式與人群相處，畢竟即使沒有制服的標記，別人也知道自己是慈濟人，自己一定要知道怎樣做人：

我加入慈濟後就是體認到我必須先修改我自己，很怕說罵到這個人
萬一也是我們的會員怎麼辦（笑），剛開始的我是用這種想法在修飾我
自己；後來慢慢的，即使我不穿制服，人家也知道我是慈濟人，所以我
一定要知道我要怎樣做人。（A 師姑）

可以說師姑藉著他人對慈濟人的角色認知，造就了不同的自我思惟，因而建立了一套新的行為標準，將過去的自我拋棄，形塑了新的自我。對於自己的改變，A 師姑也談到，不但每天相處在一起的家人有感覺到自己的變化，他人也對自己產生不一樣的感覺，雖然 A 師姑是謙虛的說自己僅感受到些微的變化，其實整個人都讓人有煥然一新的感受：

說到慈濟對我的影響，我覺得我應該是有改變，不過大多是別人發
現的，我自己倒是覺得好像沒有什麼改變（笑），家人好像也有覺得我
有改變啦。像我做生意時的客人，在我加入慈濟後，都覺得我變快樂了，
變得慈眉善目了，不像沒加入慈濟前的我是個很強勢的人。有的人還會
說：「喔！妳變漂亮了呢！變年輕了呢！感覺看起來整體都變很好了。」
很多人都說我的外觀看起來跟以前不一樣了，但是我自己是沒有發覺啦
(笑)，我有沒有比較好我是不知道（大笑）。(A 師姑)

因此師姑覺得現在的自己很單純，凡事不需要去計較，用平常心付出，該有的就是有，不是我們的你強求不了。師姑就會要求自己去做好事，去幫助別人，要有悲憫心，而且是要不分親疏的，再加上無所求的付出，這就是上人說的「慈悲喜捨」，也是師姑對上人最感恩的。面對著未來的日子，師姑認為就是要把握須臾，並將心放在慈濟，並盡心盡力的完成該做的事：

我雖然不是過著很富裕的日子，至少我身體健康，讓我能把握一分一秒，雖然我沒辦法隨時跟人家去做慈濟，但是我的意念是跟著慈濟的，像每次要出隊時，我都盡心盡力的完成。上人每次講法，講佛陀的法時，我都有聽喔，雖然我記性不好，但是如果我講到了，我會說這句我有聽到喔，而且我可以告訴你下一句。（A 師姑）

也由此看得出 A 師姑對自我的認定進化成對慈濟的認同，讓自己更加意志堅定的行慈濟之事，走慈濟之路。

二、更換角度，坦然面對困境

B 師姑在提及過往的自己與婆婆那段不愉快的相處時光，其實也是認為當時的自己不會想，無法接受老人家的觀念，讓自己與婆婆在意見相左後便產生爭執：

結婚過程中其實也是有挑戰，就是我婆婆。她是個做生意的人，這樣把孩子拉拔長大，我嫁過來她也還在做小生意，自然也要幫忙，可是那時候難免會有一些想法不同，年輕人就比較無法接受，我們應該是要柔和點，只是當時的我做不到，婆婆就會覺得我以前可以，你們現在怎麼會不可以？真的應該要有同理心，愛她的人也要愛她的心，不應該傷害到她，只是當時真的還不知道啊，會跟她計較，我還曾經離家出走三天，真的是很不好，那時還沒接觸慈濟，要是有的話一定不會這樣的。

（B 師姑）

而加入慈濟的 B 師姑，便說明現在的自己已經瞭解應該要用同理心去與所愛的人相處，而這一切，就是因為自己在慈濟中學到了許多做人處事的道理。B 師姑還補充說總覺得那時候的自己真的是沒有智慧，即使不會跟師伯嘔氣，也是會跟婆婆嘔氣，偏偏師姑自己又不太會笑，沒笑就像是生氣一樣，所以師姑現在講話都會一直笑。而離開婆婆到外面生活的夫妻倆，家中難免也會有困境，而面對著這樣的考驗，師姑一度對親友有所埋怨，怨嘆為何沒有人願意幫助自己，也是由於心態的轉變讓師姑能夠釋懷，並坦然面對：

在這段時間，其實兩個人都急啦，要是兩個都硬，你想想看…，雖然也是思考不同導致的。我們結婚，真的就是那一段時間很苦，這個過

程中，我自己的毅力勇氣要起來，靠別人沒有用，其實也是會怨，怨說這麼忙，為什麼親戚朋友沒有一個可以幫忙的，後來我們也才比較想通啦，家家戶戶都有自己的事要忙啊，能夠給予關懷，看一看也就很好了，還是自己要能站起來，沒辦法靠別人的。（B 師姑）

B 師姑面對家庭所遇到的種種問題，也是與一般人無異，同樣會有埋怨，會有衝突；但加入慈濟後，師姑藉由對慈濟的認知與種種學習，不斷的對自我省察，了解到自己面對問題應具備的態度與想法，讓師姑改變了看事物的角度，並學習如何去幫助他人，懂得如何與他人相處。可以說 B 師姑成功的建立了一個懂得轉換心態，懂得用同理心面對家庭問題的新的自我。也就是這樣的自我成就了師姑對慈濟的認同，而在體認了自我的價值與實踐後，師姑仍僅是謙虛說自己只是依著上人指引的路前進，用一顆單純的心在慈濟中修行罷了：

我是覺得菩薩對我們很好，讓我們能遇到慈濟，不然遇到這種事情，原本的凡夫心喔，雖然怨嘆還是會有啦，畢竟真的是很難過，但是不會到自暴自棄啦！在慈濟裡面，讓我們學習到人與人相處要把握好因緣，這因緣一過可能就沒有了，當遇到事情的時候，我們就是要去面對它、解決它，跟它和平相處；學習怎麼用心做事，想想自己能給予什麼幫助。這好像是菩薩給我們的力量，是上人給我們的力量，我們的心修行的地方是在慈濟，師伯常說觀音菩薩最疼我了，我是覺得我比較單純啦。

（B 師姑）

三、轉換心念，發揮自身影響力

C 師姑回想到剛進慈濟的時候，其實心態也都沒有調整，下班回家看到家裡一團亂，就想說別人下班可以休息，我還要清掃、整理家裡，好像都是我的工作，就會覺得不太舒服。有時看到客廳桌上亂七八糟，師姑難免就會起了性子。但在慈濟久了後，也學到了要做就要甘願做、歡喜受，做了就不要念，慢慢的，也讓家人受到好的影響而改變了家中的氣氛：

改變別人之前要先改變自己，一直理直氣壯的誰會理你啊。不單家裡如此，去外面、公司待人處事也是一樣，我自己真的是有感受到那種不一樣。我覺得我先生有一個很好的信念就是他很護持我，即使他沒有出來作慈濟，但是我的一切，像我要出門啦，作活動啦，他都很護持我，

我覺得這是他最好的一點。…我就深深覺得作慈濟，家庭會變得比較和樂，在那時，孩子都很體諒，當然也會擔心啊，我們就會跟他說不用擔心啦，好好讀你的書就好了。我覺得孩子真的是很乖，我的親戚朋友也都是對我很好，像我婆婆也是一樣啊。（C 師姑）

C 師姑面對家庭的問題同樣的也在慈濟中找到了解答，她藉由慈濟成功的轉換了心態，懂得改變自己去影響家人，並用新的自我與周遭的人相處。另外她也提到在職場上，自己也曾遭遇過困頓與挑戰：

我被調去中壢上班，我本來是坐辦公室的，但是到那邊就是也要做現場的，那我是跟五個人一起調過去的，有些沒調過去的人就會覺得說我們活該，被調去做現場，我在想要是沒有上人的法，可能會很不平衡。我真的覺得上人的法很好，像是靜思語啊，我聽到或是看到就會寫在本子上，很多我都很受用；我就覺得去中壢很新鮮啊，也可以認識很多人，大家也都對我們很好啊，我覺得心態的轉換是很好的，不要因為那些就影響自己的心情。（C 師姑）

面對調工作的事實，雖是有他人的冷言冷語，但師姑由自我思惟的轉換，讓心情得到釋放，再藉著慈濟的助力給予自我思考與行動的力量，讓自己能坦然接受已發生的一切，甚至更覺美好，可以說將自我提升到一個很高的層次。C 師姑對於自身「慈濟人」的角色有著深刻的認知，讓師姑雖不會刻意強調自己是「慈濟人」，但是就在與人群相處的過程中，師姑常想起上人的話，常運用慈濟的法，自然而然的就讓他人有不一樣的感覺，許多人都是等到恍然大悟後才難怪 C 師姑一直給人有一種「慈濟人」的感覺：

我有一個同事發生車禍，藉著去醫院看他的機會，我就幫忙他詢問一些醫療救助的申請事宜，而一起去的人知道我是慈濟人，有一個年輕人就說：「大姊，妳是慈濟人喔，看起來有像呵。」我是沒有特別去講，但是看到人家這樣，我們就會真誠的去幫助人家；所以我其實不會特別去說我是慈濟人，但是在待人處事的時候，有時就會用到上人的法，人家就會覺得不太一樣啦。（C 師姑）

對慈濟的法有所認知的 C 師姑，雖不明說但不經意間會漏射而出的光芒，讓周遭的人總有一種不同的感受。從類似事情的述說，可以了解到 C 師姑對慈

濟的認同，而師姑自己也是一再強調要將上人的法入心，並藉由實際行動來展現自我的價值，學習到與人相處的種種態度。而且不單是自己，其實例子比比皆是：

上人的法我覺得是要入心，要在付出的過程中才能有所體會，比如說去醫院就會看到人生的生老病，在活動中就可以看到人際關係的訓練與培養，像以前如果有人找我麻煩，我一定會跟她鬥，現在我就不會了，會用不同的方法處理。妳看電視上有那麼多的例子，真的是可以看到許多的改變。（C 師姑）

C 師姑的改變來自慈濟的學習，獲得了不同的觀點與想法，而師姑揉合自身的體會與經驗後，創造了一個新的自我，不但使生活更加順遂，也讓師姑對於慈濟的認同更深一層。

四、改變自己，度過重重考驗

D 師姑自己覺得人生的三大考驗就是先生的得病、先生的往生以及分家產的不愉快，這些考驗所幸有著慈濟的陪伴，讓自己在低潮中能夠爬起，失落中可以重新站起：

我是覺得慈濟給我幫助很大啦，在我低潮時給了我很多的支持跟想法。上人的法，真的是那一念心，就是做好自己的本分，不要去想太多，有時候真的會做到自己起煩惱心，會有很多抱怨，那時我也沒有什麼宣洩的管道，跟孩子講也沒用，我娘家也沒辦法給我什麼支持，淚水只好往肚子裡吞啊，師公（證嚴上人）就真的是給了很多力量，成為我精神的支柱。（D 師姑）

師姑藉由上人的法領悟到自我的覺醒，而在不斷的思考與省察中，讓師姑認清自己應做的本分，而證嚴上人給予的力量，讓 D 師姑能夠面對挑戰，可以說師姑在慈濟的幫助下重新建立了一個懂得面對問題、解決問題的自我，讓師姑能走出低潮。但分家產的不愉快，即便是當時已經加入慈濟的師姑，仍是久久無法釋懷，也是在做慈濟中不斷學習，對自我做一遍又一遍的觀照與省察，終能擺脫過去的陰霾，試著主動與兄嫂聯絡，伸出友好的雙手，也讓兄嫂能有善意的回應：

我是到最近兩三年才又開始跟她們互動，這真的是我人生最大的考驗，還好師父的法，教我們要往好處想，不要偏差掉，該你的就是你的，不要去強求，能夠很平順的走就是很好啊。（D 師姑）

D 師姑面對家庭嚴峻的挑戰，在慈濟的幫助下使新的自我再度成長，並且對慈濟有著更深的認同，這讓師姑深感自己做慈濟的腳步太過緩慢，因而更充分的利用自己的時間，以增強做慈濟的學習。

五、覺察自我不足，積極向上

E 師姑在做慈濟後，不斷的見識到以往沒有遇過或思考過的態度和想法，讓師姑覺察到自我的不足，因此感覺在慈濟裡遇到的人好像都有著一部經，自己應該要好好的去學習，去參透，藉此改變自己。而這些過程的交替累積，也讓師姑即便身體感覺疲累，內心卻是十分歡喜：

我覺得這裡面有很多人的經都很值得我學習，慢慢的我就改變我自己的方式，越改就覺得說還不錯，再加上我本身是比較喜歡跟人互動，這樣下來我覺得我交了很多法親，並不會那麼孤單。所以雖然很忙，我在家庭、工作、慈濟中，讓我團團轉，但是我自己是覺得還蠻高興的。…我也不太抱怨，像我就不會跟我家師兄抱怨，只是覺得很累啦，一路走下來，說不累是騙人的，可是當你法喜的時候，是身累心不累，所以我一直都覺得還蠻高興的。（E 師姑）

身體的累不會讓已經充滿法喜的心產生窒礙，因此 E 師姑在慈濟這個團體中建立起新的自我，不但讓自己能夠學習的更多，了解到更多，也在這過程中認同了慈濟，甚至還覺得自己付出的不夠多，因為慈濟回饋給自己的超過自己所付出的。因此師姑不斷向前走，努力做慈濟，希望自己能貢獻給慈濟更多，以回報慈濟幫助自身的種種提升與改變：

我覺得我的改變都是來自慈濟，我也常跟孩子說我越走我就越感恩慈濟，雖然我不斷的去上課，去帶新志工，我還是覺得我付出的很少，慈濟回饋給我的卻很多，所以我就覺得我越走，好像欠慈濟越欠越多（笑）。（E 師姑）

六、內省自我，虛懷若谷

F 師姑看著現在因慈濟的修行而越見內斂的自己，其實在接觸慈濟前，自己幾乎是以絕對的對錯來面對他人，師姑是覺得當時的自己「我執」太重了，也因此藉由慈濟的幫助，重新檢視自我，才改變了自己的心態與想法：

30 歲以前問題很多喔（笑），我幾乎都是用相對法—我對你錯，我執非常重，好像現在人都是這樣，我是對的，你是錯的，那種我執真的太重了。我現在接受上人的法，沒有什麼對錯嘛，只是立場、角度不一樣而已，可是我 30 歲前真的是衝突很多。（F 師姑）

不僅如此，師姑也認為婚後的自己一樣也出現了相對化的自我，也就是接觸慈濟前，無法善解包容，無法去接受家庭中不合乎自己想法的事物，因此產生了許多問題；而做慈濟後，對自我的省察與思考，讓自我改變，改變了看事物的立場與角度：

我的原生家庭是屬於民間信仰的，那為何會接觸佛法、慈濟呢？其實就是婆媳問題、教養小孩的問題，小孩子很難帶，要花很多心思，跟婆婆相處也是，不過那些我現在看都不是問題啦，本來嘛，不同的成長年代，不同的想法是合理的，以我現在來看她也沒錯啊，可是那時的我覺得我才對。（F 師姑）

經過在慈濟裡的多年修行後，F 師姑體會到自我的存在，自己往內去觀照自我，發現慈濟已經內化進心中了，而自我的價值認定也在做慈濟的福報中被自己所察覺，而面對著自己扮演的多重角色，師姑也只是將之視為修行，在生活中就能修行，就能覺察自我、肯定自我，也就像是佛法的修行一樣。這也就是證嚴上人一直說的佛法人間化：

常有人說沒有人了解我，其實自己就是最了解自己的人了，只要你能靜下心往內看。我現在的體悟就是越往內往內去觀照，慈濟好像已經內化進心中。我以前好像沒有很深入去了解慈濟，只覺得忙啊！又忙又累；但現在心態不一樣了，像我有活動時常常要被拉上台，因為人家說我很資深，但是早期的我內心其實很自卑，因為我覺得我投入得很少，長年是職業婦女，加上退休後又要帶孫子；可是我現在就會覺得面對個

人不同的立場、不同的角色，把它扮演好，對慈濟、佛法來說，每個角色都是修行。（F 師姑）

也是這樣的修行讓 F 師姑雖是不外顯，但總是靜靜地綻放自身的光芒，讓每個接觸到師姑的人，總有著不一樣的感覺，到最後才恍然大悟原來是慈濟人的關係啊！這也讓師姑更加認同慈濟，更加落實上人的法，因為真的是受用無窮：

我長年來都是把家庭角色擺第一，只要家庭有需要，因為我有四個小孩嘛，我隨時就把我的職場給停掉，也因此我接觸過的職場很多也很廣，當我越內斂時，每次要離開的時候，雖然她們不知道我是慈濟的，但是到最後她們才會恍然大悟，會說難怪喔，就是不一樣！我要離職其實也不太敢講，因為人家都是會千留萬留，所以我覺得要是真的有落實上人的法，真的是受用無窮。（F 師姑）

七、小結

女性藉由慈濟的幫助而能使自我改變，在慈濟中覺察到自我的觀感與認定，讓女性能夠展現並實踐自我生命價值，產生了許多良善的影響。而藉由自我的建構過程，不但讓女性認同慈濟，也對自我在慈濟的角色扮演有著更深的認同，而更加堅定的行慈濟路。可以說在慈濟的薰陶下，女性的確展現自我的生命價值，實踐自我的目標理想，也從中建構出自我的高度認同。

第四節 慈濟對人際關係的改變：疏離感治療

社會是人活動的大舞台，人藉由與他人的互動活動滿足自我需求，Maslow (1970) 即認為人類所有行為皆是由於生理的需求、安全的尋求、愛與隸屬的需求、自尊的需求、自我實現的需求所引起，而這五種需求皆發生於人際互動的過程中（劉永元 1988）。而在眾多的人際行為活動中，最重要的莫過於人際關係的建立與培養。

現今工商社會的快速變遷與發展，讓人們投入工作的時間相當長，也使得人與人之間的互動時間跟著縮減；即使是每天生活在同個屋簷下的家人，有時也僅有吃飯或看電視的時間聚在一起，可以說彼此相處的時間相當短，也讓互動變得很少，也造成了疏離感的增加。

當一個群體中的某些成員對組織感到失望，不再為群體貢獻心力時，我們可

以說這種現象叫做疏離。疏離是一種事實，也是一種感受，感受到不屬於某群體或沒有一組具存在意義的社會網路系統。因此他們感到孤單、被遺棄、被忽視，與家人或社會關係脫節（許忠信 2003）。疏離感可能是生活感受，也可能是個人性格特質，但不論為何，其所造成的影響範圍可說相當廣泛，不僅影響個人的心理，也會影響生理、行為，乃至於人際互動與所處之社會環境（周玉惠、朱瑞玲 2008）。

投身慈濟的女性，大多維持著家庭與慈濟組織兩方面的人際關係，證嚴上人就曾說過右腳就像是家庭，左腳則是慈濟，兩腳同時站起來不是站得很穩嗎？而慈濟遵循人間佛教的信念，倡導「佛法生活化，菩薩人間化」，讓女性在慈濟十分生活化的學習中，不論在家庭或是慈濟組織中，都獲得許多與人互動的經驗，而從女性體察到自己的家庭以及周遭人群關係的變化，可以了解慈濟對於疏離感的治療作用。

一、對家庭關係的影響

家庭是個體學習與他人互動最早的場所，與家人的互動讓人能學習到許多人際經驗，也由於人生活在家庭的時間遠比其他地方多，讓家庭給予人的影響可是說長久且深遠的。因此對人際關係的探討，就必須從家庭開始。

A 師姑由於感覺自己在做慈濟的不足，因此積極學習，希望增加自己的能力而能對慈濟奉獻更多，而這些東西其實對孩子來說可能覺得是很簡單的，因此師姑也會向自己的孩子請益，就在這些過程中，師姑認為讓家庭氣氛越來越好：

我有不懂的我就去問孩子，他們也都很有耐心的教我，雖然有時候也會覺得，「喔，你怎麼這麼難教啊。」（大笑）整個家庭的氣氛也就這樣出來了。（A 師姑）

對照做慈濟前的 A 師姑，由於自身困苦的成長環境，難免對孩子有所期望而較為嚴厲，這樣家中親子關係始終缺乏良善的互動，而藉著做慈濟的機會，A 師姑不但是向孩子虛心求教，也運用在慈濟中習得的人際經驗，跟孩子有著良好的互動關係產生，不但使家庭氣氛更為和樂，自己也歡喜能習得更多的能力。

B 師姑面對家庭裡婆媳相處的問題，在還沒有接觸到慈濟前，總是以自己的觀點看待並處理，也讓婆媳關係十分僵化；等到慈濟的法進入心中後，讓師姑的內心成長，心態轉化，了解到過往的不是：

婆婆就會覺得我以前可以，妳們現在怎麼會不可以？真的應該要有同理心，愛她的人也要愛她的心，不應該傷害到她，只是當時真的還不知道啊，會跟她計較，我還曾經離家出走三天，真的是很不好，那時還沒接觸慈濟，要是有的話一定不會這樣的。（B 師姑）

B 師姑因而改變了與婆婆相處的模式，成功的改善了與家人的互動關係。而孩子因為病魔的影響，不但錯亂了家庭原有的運行秩序，也讓孩子與人群疏離。面對到孩子的苦痛所帶來的考驗，B 師姑也是以慈濟的法堅強自己，並和師伯一同努力維繫家庭，雖然女兒已經不像過去那麼聰明乖巧惹人疼愛，但師姑的愛仍是不變，不但沒有因此就讓自己的孩子封閉起來，反而讓她走入慈濟、走入人群：

我覺得家裡面的一個人會影響到周遭的人，我今天才分享說，雖然這樣子，但是我們仍是把她（女兒）帶入慈濟中，有活動就去參與，像街頭募款、骨髓驗血，她都有跟到啊。（B 師姑）

家庭可說是一複雜的動態系統，個人的行為與態度不但會受其他家人的反應而改變，家庭中的成員也會互相影響，讓家庭關係產生不同的變化。B 師姑不因孩子的病痛而改變與孩子的互動關係，反而更加活絡彼此的網路，讓孩子參與自己所認同的慈濟活動，也繼續了孩子與人群的互動關係。這不但維持住家庭的和諧，更增加了家人間的共通話題，提升了整體的氣氛。不僅如此，B 師姑也讓家裡請的外勞一同認識慈濟、了解慈濟，甚至也跟著做慈濟，不但慈濟三合一志工來探訪她們，連大愛台也將她們的故事播出，讓愛的足跡散布出去。B 師姑的家庭關係可說因為慈濟而變得更為融洽、和樂。

C 師姑由於先生的投資失敗，不但先生自己意志消沉，婆婆偶有埋怨，連孩子也因為感受到家庭氣氛的低落，而對父親有所怨懟。面對著家庭關係的變化，C 師姑便是藉著慈濟的幫助讓自己先調適好，繼而讓先生能重新站起來，並與先生共同支撐著家庭：

我在想如果沒有慈濟，我自己可能也沒辦法調適，就像上人講的，該是你的就是你的，也不是說失敗了就站不起來。所以我每天就是克制自己，要陪先生度過這段日子，小孩子也是讀高中了，就會說從他小時候家裡都還不錯啊，怎麼會現在有那種家道中落的感覺，我先生又是那種比較內向的，就一直這樣悶悶的，但是我們還是一直撐著這個家，我就想說如果沒有上人給我的一個理念，我可能喔……。我就覺得上人教

給我們的法，給我們的理念、信念有力量，讓我們就這樣過來了。
(C 師姑)

家人的相互影響可說是家庭關係最主要的變化因素。C 師姑的家庭面對到男主人投資失敗的落寞與氣氛的改變，使得家人良好的互動減少，甚至還增加了許多不好的互動關係，使得家人的疏離感擴大，造成家庭關係的惡化。C 師姑運用自己在慈濟的學習，體悟到證嚴上人的法，讓自己有信念與力量能夠改善家庭關係。也就是這樣的努力與成果，讓 C 師姑的家人能了解做慈濟的好，進而認同慈濟、護持慈濟。因此師姑深深覺得做慈濟讓家庭變得更為和樂：

我覺得我先生有一個很好的信念就是他很護持我，即使他沒有出來作慈濟，但是我的一切，像我要出門啦，作活動啦，他都很護持我，我覺得這是他最好的一點。…我就深深覺得作慈濟，家庭會變得比較和樂，在那時，孩子都很體諒，當然也會擔心啊，我們就會跟他說不用擔心啦，好好讀你的書就好了。我覺得孩子真的是很乖，我的親戚朋友也都是對我很好，像我婆婆也是一樣啊。(C 師姑)

即便家人並沒有受 C 師姑的影響也參與慈濟，但對於師姑做慈濟則是以行動與信念支持著，對照家中以往的低迷氣氛，可說是大相逕庭。C 師姑成功的以慈濟的法改善了家庭的互動關係，也對家人產生了良好的影響，讓自己更順遂的行慈濟之路。

D 師姑面對著孩子對先生的久病產生的怨懟與不體諒，而先生也因此覺得家人都對自己漠不關心，一時之間，疏離感的增加讓家人互動減少，並使得家庭關係產生不好的變化。師姑也是用慈濟所學，把自己充當雙方的橋梁，讓丈夫釋懷，孩子也能體會到這種狀況大家都不願意，因而改變了想法，跟父親有著更多的互動，這讓師姑感到十分安慰：

像是跟小孩子的應對真的是要很注意，畢竟家裡有個人生病真的是影響很大，人家說「久病無孝子」，其實真的也是沒辦法，畢竟也是要生活啊，可是從病人的角度就不一樣喔，他就會覺得怎麼沒人關心他，我就是要當中間的橋梁，要去寬慰小孩子，去跟他們溝通，後來孩子也是很能體會，像放假就會帶爸爸出去玩啊，他後來在爸爸最後的時候，就很慶幸說自己有陪伴爸爸，他這樣講我聽了也覺得很安慰。(D 師姑)

面對著自己最愛的家人，D 師姑運用慈濟的力量成功的在家中掀起新的互動波瀾，讓丈夫與孩子都轉換了自己原有的視角，而能重現家中原本的良好互動，使家庭回復往日的歡樂。但面對原生家庭中，因父親往生而引發的分家產糾紛，讓 D 師姑對兄嫂的作法與態度產生不諒解，總是耿耿於懷，雙方因而鬧得十分不愉快。即便是當時的師姑已接受了慈濟的法，但想到家人對自己不信任，把自己當外人防的作法，師姑不但難過也無法原諒兄嫂們的作爲，使得雙方的隔閡擴大，造成家族關係的破裂。但師姑終能因在慈濟裡的不斷學習與成長，而能放下我執，敞開心胸先與兄嫂們聯絡，使長陷黑暗的家族關係顯露一絲曙光，而能有所變化：

我回想起來才會覺得人怎麼會這樣子，我也跟我哥哥他們說拜託喔，也尊重我一下，不要把兄弟姊妹間的情誼都破壞掉了。對我來說錢不是大問題啊，可是那種態度那種話真的是讓我很難過，我是覺得她們都不尊重我，還把我當外人一樣的防。我是到最近兩三年才又開始跟她們互動，這真的是我人生最大的考驗，還好師父的法，教我們要往好處想，不要偏差掉，該你的就是你的，不要去強求，能夠很平順的走就是很好啊。（D 師姑）

證嚴上人的法像是一道光芒，指引著 D 師姑慢慢航回自己心靈的故鄉，重拾與家人的互動行爲，消除了那因不體諒而產生的疏離感，讓 D 師姑能夠再度與原生家庭的兄嫂恢復良好的家族關係。師姑以慈濟的法改變了自身的態度與行為，並藉此去影響家族中的其他人，終能讓彼此的關係改善。

由於自身從小的經驗與成長，對孩子十分嚴格的 E 師姑，雖是感覺似乎是自己的方法錯了，但總還是堅持著對孩子的一貫要求，也讓家庭中的親子關係十分緊繃。所幸也是自己在慈濟中的學習，以及師伯耐心的勸導下，讓 E 師姑能夠慢慢的改變自己的作法，也漸漸的改善與孩子的關係：

我的孩子也是我說了就算，不聽話就是打，越打孩子就越沒有自信，讓我覺得我應該是方法用錯了。在我眼中，看到孩子慢吞吞的，我就很受不了，我的急性子就來了，口氣也不好，就聲色俱厲了，因此和孩子的相處就一直都不是很好。直到剛加入慈濟的時候，我管教孩子都還是很不OK的，就是打罵教育啦，但是我加入慈濟後，慢慢懂得去學習別人，為什麼別的慈濟家庭的孩子都很好，他們是怎麼互動的，我也因此漸漸懂得如何去和孩子互動。（E 師姑）

在慈濟的付出與學習讓 E 師姑看到了許多家庭的親子關係，是用什麼方式在維持良好互動的，而對照自己以往的錯誤作法，讓師姑了解必須要有所改變。因此師姑試著以慈濟學到的方法與孩子互動，慢慢的改善了與孩子的相處關係；孩子也知道媽媽做慈濟之後的轉變，對媽媽不再恐懼多於親愛，而能敞開心胸開發與媽媽的新互動方式。這讓師姑跟孩子變得像是朋友一樣，會互相分享喜愛的事物，有共同討論的話題，親子關係變得十分甜蜜，師姑更是對慈濟的幫助有著滿滿的感恩：

像我女兒遇到師姑都會說，還好我生出來媽媽已經在做慈濟了(女兒已經國三)，要不然我一定會跟哥哥一樣被打個半死。其實哥哥一直到國小三年級都是一直被我打的，大概到他 10 歲的時候我才改變教育方式，我多了耐性，也聽了師兄的話—「要生氣前先深呼吸三下。」慢慢懂得控制情緒，也懂得跟孩子培養一些 EQ，我女兒都爬到我頭上了，我也是「好！隨便妳！」不過孩子也是知道分寸啦，他們也知道我改變很多，像我兒子就非常清楚媽媽的改變。而我現在跟孩子是母女，但也像朋友，會互相交流穿衣服啦，她朋友的笑話啦，可以說是什麼都說，無所不說，像是她手機裡的通訊錄都是用綽號，大概有一百多個吧，她可以全部記住不會忘，我們兩個就可以看著手機一直笑一直笑。

(E 師姑)

從自己單方面的輸入到與孩子雙方面的互動，其實 E 師姑花了不少心力，不但努力的為慈濟付出，從中習得許多經驗，也在一次又一次的家庭關係改變過程裡，運用在慈濟所學，配合先生的引導，成功地放下我執，讓自己終能打破與孩子間的隔閡，化消了家庭中的疏離感，不但自己有所成長，孩子也不因媽媽的變化而產生踰矩失控的行為，親子間建立起良好的互動關係，讓家庭關係邁向另一個高峰。

F 師姑走入慈濟的早，當時慈濟不像現在廣為人知，參與人數也沒這麼多，師姑常需要利用許多時間出外做慈濟，這讓長輩產生了質疑，使家人間產生了距離，家庭關係一時陷入泥沼。面對家人對自己做慈濟的不贊同，F 師姑初始也是難過家人無法體諒自己想做好事的心，而產生了許多煩惱，但在慈濟的學習，也讓師姑利用慈濟的法來轉變此一困境：

我們慈濟的法門就是走入人群，簡單的說就是要常往外跑，因此一開始公公婆婆並不是很贊同，因為看妳整天就是往外跑嘛，所以一開始

我有這個煩惱，我覺得我是做好事啊。…早期我們有慈濟列車，我就帶全家人一起回花蓮參訪，讓他們了解、認同，到最後護持慈濟。
(F 師姑)

F師姑以慈濟的法改變自己，先盡量去配合長輩的要求，並維持溝通的管道，也在適當的時機讓家人對慈濟能有所了解。經過一番努力終於讓家人對慈濟從不解、質疑，而到接受、了解、認同，甚至能夠護持慈濟，可知師姑藉由對慈濟的認同與了解，改變自己並影響了家人的想法與行為，使家庭關係獲得了很大的改善。F 師姑自認自己雖沒有太多的時間付出在慈濟中，但自己懂得將慈濟的法應用在家庭，不但影響了自己的先生、小孩，連公公婆婆也是對自己與先生最為認同，一切就是因為自己能夠善用上人的法：

我走進慈濟的方法就是面對我自己的功課，像我雖然走入慈濟的時間算是很早的，可是我是最不敢上台講話的，因為我覺得我能付出的時間很少，但我都沒有離開慈濟的法，我會運用在家庭，漸漸的影響我周遭的人，像我的先生小孩都可說是最護持慈濟的人，我的公公婆婆也是啊。而且我是在我公公婆婆往生之後，才知道原來我先生並不是我公公婆婆親生的小孩，我公公婆婆有七、八個小孩，男的有四個，但是我公公婆婆竟然最後的二十幾年都是跟著我們，認同我們，我覺得這就是因為我們有應用了上人的法。(F 師姑)

百善孝為先，證嚴上人一直希望慈濟委員都能先家齊，再奉獻自己於慈濟之中。身為慈濟人的信念讓 F 師姑能體認到在家中扮演的角色，盡力去做好每個應為的責任，讓公婆最為認同自己的家庭，使家庭維持在適切的運行規則裡。面對著現在已成為婆婆的自己，F 師姑對家庭的付出仍是不間斷，不因自己以前的辛苦和做慈濟的需要，就把照顧家庭的責任全部交給兒子和媳婦。師姑仍是盡己所能的照顧家庭，這讓媳婦很快便接受慈濟，也會主動配合師姑的時間，讓媳婦不但不會阻礙自己行慈濟的路，更能以行為護持自己：

有很多師姐跟我說，人生妳放不下會沒完沒了，早期妳為家裡，現在又要為媳婦、為孫子；我是覺得既然已經走了入世的這條路，我仍是用一樣的方法，就是先接受它，去協助媳婦，差不多也有五、六年了，而她也不排斥、不毀謗慈濟。我是覺得碰到了就先接納，不要將自己的立場設限，這樣她（媳婦）也能接受進而護持。像我現在會先跟她說比

如這星期要值班（慈濟），她就會先去把班調好。我家在走慈濟喔，上從公婆、到我先生，往下到我孫女，其實都很支持，但是就是自己要先改變。（F 師姑）

F 師姑強調自身的改變仍是先決要素，要求自己改變總比要求別人改變來的快，且在自己的轉變中，也能有更多的角度去思考所面對的問題，並找尋適當的解決方法。F 師姑對慈濟法的運用，可說獲得了滿滿的回饋，不但讓家庭和樂，自己也是能夠無罣礙的繼續順著慈濟的路前進。

由以上對女性家庭關係的探討，可以了解到疏離感存在於家庭之中，其原因雖是多樣，但其影響卻皆是足以造成家庭關係的惡化。女性善用慈濟所學，運用慈濟之法，對疏離感成功的治療改善了互動行為，並使家庭關係獲得改善，可見慈濟對女性的影響及其重要性。

二、對人際關係的影響

人們的生活型態常是在重複的行為中組織而成，面對每日可能必行的活動，與人群的互動行為雖是反覆在進行，但也具有最大的可變性。人群的互動取決於人際關係的建立，擁有良好的人際關係，便能與人群進行良好的互動行為。投身慈濟的女性藉由慈濟的幫助改善了家庭關係，而擴展到每日生活的社會上，與人群的互動亦然，女性由慈濟所學使自身產生變化，進而對人際關情的建立與維持產生良好的起始與效應，而能增進與人群的友好互動。

A 師姑參與慈濟多年，雖是自覺收穫豐富，但開始時並不太了解自身產生的變化，也是由於生活中與客人、朋友的互動，讓人們感受到自己的不同並告知師姑，師姑才慢慢了解慈濟給自己的影響：

像我做生意時的客人，在我加入慈濟後，都覺得我變快樂了，變得慈眉善目了，不像沒加入慈濟前的我是個很強勢的人。…現在不管對外面的人或是家裡的人，我都一視同仁。我覺得我最大的改變就是我不像以前一樣斤斤計較，都變得比較平常心看待了，不再看利看得這麼重了。我去國際賑災回來也給了我很大的改變，以前我都不會笑，都沒有笑，我還記得有師父對我說我很會做事，可是我跟人的應對對我來說也是很重要的，我以往總是板著臉跟別人說話，直到國際賑災回來我才會笑。

（A 師姑）

對照 A 師姑做慈濟前的強勢與重利，做慈濟後的師姑從外相上就給人不一樣的感覺，不但變得慈眉善目，從內心顯現出的快樂也讓人輕易的就覺察了。慈濟帶給師姑的變化改善了與人群的互動行為，甚至建立起新的人際關係，這不但讓師姑的生意變好，跟周遭人群的相處也更為融洽，使師姑的生活得更為歡喜和樂。

面對慈濟這個大家庭，B 師姑把握住每個與人群互動的機會，並能體會出人生的道理。這讓 B 師姑對於慈濟在良好人際關係的建立上也予以高度肯定：

在慈濟裡面，讓我們學習到人與人相處要把握好因緣，這因緣一過可能就沒有了，當遇到事情的時候，我們就是要去面對它、解決它，跟它和平相處；學習怎麼用心做事，想想自己能給予什麼幫助。這好像是菩薩給我們的力量，是上人給我們的力量，我們的心修行的地方是在慈濟。（B 師姑）

從心開始的轉變，B 師姑在慈濟中遇到各式各樣的人，而身為組長的自己有時也會因組員的缺乏經驗或犯下錯誤，執行任務起來不免遭受阻礙與困頓，但師姑熟記著慈濟的法，用包容善解去面對，並更用心的去完成上級所交辦的事項。對 B 師姑而言，人與人的相處就是好因緣的起始，運用慈濟的法讓好因緣延續，不但讓自己的身心得到安頓，也讓他人感受到快樂，可說是一舉兩得。

身為職業婦女的 C 師姑，面對生活上遇到的各式各樣的人，難免會有不同的互動行為產生，也因而建立起相異的人際關係。在慈濟的學習讓師姑了解到想要改善與他人的關係必須先改變自己，最重要的就是不要一直「理直氣壯」，要留個台階給人家下，這讓師姑著有不同於以往的感覺：

改變別人之前要先改變自己，一直理直氣壯的誰會理你啊。不單家裡如此，去外面、公司待人處事也是一樣，我自己真的是有感受到那種不一樣。（C 師姑）

因此 C 師姑運用慈濟的法成功的建立起許多良善的人際關係，讓師姑在職場獲得許多的幫助與回饋。而在與人群的互動中，C 師姑並沒有刻意顯露出自己慈濟人的身分，只是在生活上師姑常會想起上人的話，適時的運用慈濟的法，這讓周遭的人總有著不一樣的感覺，等到清楚師姑是慈濟人後才恍然大悟：

我有一個同事發生車禍，藉著去醫院看他的機會，我就幫忙他詢問一些醫療救助的申請事宜，而一起去的人知道我是慈濟人，有一個年輕人就說：「大姊，妳是慈濟人喔，看起來有像呵。」我是沒有特別去講，但是看到人家這樣，我們就會真誠的去幫助人家；所以我其實不會特別去說我是慈濟人，但是在待人處事的時候，有時就會用到上人的法，人家就會覺得不太一樣啦。（C 師姑）

C 師姑將慈濟的法內化進心中，自然使得自己的行為處處皆符合慈濟人的表現，雖不強調，但在生活上自然的就顯露出來，待人處事便給人不同的感覺。這讓師姑的人際關係建立增添了許多優勢，也讓師姑不論換到何種工作場所，總也能很快的與周遭建立起良好的互動關係。

F 師姑面對與人群相處的問題，同樣也是運用了慈濟的法，也就是先柔和自己的身段，改變自己去接納他人的想法，再談去使他人接受自己的想法：

慈濟另一個讓我很受用的是「愛的存款」，可能明明是別人的問題，但是我們就先去接納他，等到跟他的接觸久了，再運用善巧方便。…我是應用了上人的法，就是改變別人不容易，要先改變自己，因此我先柔和我的身段，在慈濟裡我最受用的就是「沒有對與錯，只是立場的不同而已。」因此我先接納他們的想法，然後找適當的時機讓他們接觸、了解慈濟。（F 師姑）

把與人相處的磨擦視為財富，F 師姑轉換心念將此化為愛的存款，讓自己心的銀行時刻存放愛，並以此進行與人群的互動。師姑同樣地善用慈濟的法，讓生活中的種種問題獲得圓滿的解決之道。在慈濟的圈子中也是，畢竟做慈濟時會遇到許多原生觀念各不相同的人，而在相處的過程中，即使不說破自己較深的資歷，別人也是會有不同的觀感，這就是慈濟已經內化進了心中。因此 F 師姑面對職場上形形色色的人，一樣秉持的慈濟的信念實行上人的法，這不但讓身旁的人有著不同的感受，也讓師姑總能與團體相處愉快：

好像說一大群人在一起，不去介紹誰資深的話，別人也會覺得你待人處事不一樣。只是在慈濟的圈子中，出去的時候別人都會介紹說我是比較資深的，因此好像已經給了人一個既定的形象在，所以我是覺得別人應該沒有什麼特別的感受；不過要是拿到職場上的話，我是覺得真的

有不一樣，如果能把上人的法好好實行的話，人家的感受是不一樣的。
(F 師姑)

將慈濟的法運用在生活上，讓女性能與人群維持著良好的互動行為，並建立起良善的人際關係。不論在家庭或是人群中，女性總能找尋出合適的方法讓自己優游其中。面對現代疏離感的增加，女性利用慈濟的一切所學成功的化消自身周遭的疏離，並進而對影響與自己有所接觸的人群。女性的成功經驗，不但讓吾人能參考仿效，也對這看似因疏離感而隔絕的社會人群關係，注入股股暖流。



第五章 結論

家庭是社會構成的主要分子，筆者經由自身工作的經驗，加上在文獻中的探索與尋找，使筆者對於女性角色的扮演產生了濃厚的興趣。而身為慈濟人的筆者母親，適時的無心插柳，也讓筆者發覺慈濟這個宗教團體對於女性的影響與改變，正是一個極佳的聚焦所在。

美國加州大學聖地牙哥校區（University of California, San Diego）社會學教授理察·麥德遜（Prof. Richard Madsen）在受慈濟邀請的演講中表示，當前的台灣有很多危機且呈現不穩定的狀況，在現在的國際環境下，是相對弱勢的社會，但是台灣還保有了傳統倫理和道德的思想；而從社會學的看法，這正是具備了發展宗教創造力的環境。因此，台灣的危機是一個機會，足夠創造成世界上偉大宗教的道德精神¹⁵。現今的慈濟不但蓬勃發展，且發揮其絕大的影響力在改變著世界。這讓筆者更加確定了本研究的對象與目標。

檢視本研究探討的主要問題，像是女性接觸慈濟的因緣，在生活中闡述並實踐慈濟理念的方法，以及女性在自我的改變如經驗學習或增能培力的過程與結果，在自我認同上的變化，人際關係的轉變或提升等。本章即根據研究發現，歸納出上述問題的結論，並說明研究者的省思與後續研究建議。

第一節 研究發現與結論

一、女性參與慈濟是由一念善心所致，並致力於圓滿生命

本研究發現女性參與慈濟，多是謙稱自己由於好的因緣而接觸到慈濟，並進而加入慈濟、參與慈濟的工作，但細究其原因，雖然女性聽聞或接觸慈濟的機緣各不相同，但承襲文化優良傳統的女性，其心中飽含倫理道德的觀念，並建構出行善助人的想法，此一念善心正是讓女性接觸到慈濟後，不但會去了解，也會進而參與慈濟的主要原因。

慈濟勸人為善以及以實際作為行善的舉動，也讓女性助人行善的心念有了良好的實行管道，且女性能夠視自己的現況選擇參與慈濟的方式，如時間上或是家庭內較不許可者能先用出錢的方式，而能夠出力者也能在家庭、工作與慈濟間找尋到平衡點，讓女性不至於因參與慈濟而對私領域的家庭生活產生太大影響。參與慈濟的女性，不但使自己的善念有了良好的發展空間，行善助人也使自己的生命更加圓滿。

¹⁵ 為理察·麥德遜教授在 2009 年 5 月 21 日受邀至花蓮靜思精舍演講所提及之看法，其講題為「傳承與轉化---人間佛教對當代社會的貢獻」。

二、經驗學習的反覆建構過程

慈濟的領導人證嚴上人強調人要「過秒關」，也就是要把握當下，上人認為行善是不能等的，而行善最重要的就是實際去「做」，而不是只有意念但不去實行。因此我們可以常聽到慈濟人說「做，就對了」¹⁶，可見女性行慈濟之路必定是經歷許多實際去「做」，經驗堆砌以及觀念建構的過程。慈濟流傳的話語「做中學，學中覺」，其實也就是在告訴吾人實際行動的可貴與重要性。

慈濟的行善助人舉動是集體性的，學者丁仁傑（1999）曾提出儒家的倫理觀念、佛教中助人與慈善的觀念及傳統華人社會中積功德的觀念等三方向是可以拿來探討此一集體助人的行為，因此他認為慈濟的集體助人行為在某種程度上等於是把過去許多華人傳統文化中的要素，以一種可見而有條理的方式，實踐於當代的台灣社會當中。而一個團體性的活動，成員都能認同其信念並參與其中，共通性概念的形塑是必然的。

因此，女性在參與慈濟後便會接觸到許多的概念，而這些概念多以論述的形式傳播與流通，女性以實際的行動來參與慈濟行善的各項作為，並從中驗證慈濟的論述，待女性得到正向的回應與結果之後，便更加積極的參與慈濟工作，而又驗證了慈濟更多的論述，如此的反覆過程，使得女性對於慈濟有著越來越深的認識以及越來越多的認同。這讓女性會主動的去參與各項慈濟的事務，而主動的態度會讓參與者有更好的學習成果，可以說女性藉由「做」慈濟的學習過程讓自己吸取了許多的經驗與知能，並將之應用在自身生活的公私領域裡，去面對並解決自己所遭遇的困境。而解決困境後的經驗又建構出女性新的人生經驗，這也就是女性的經驗學習。

女性在經驗學習的反覆建構歷程中，也漸漸覺察到自我能力的增加，就增能培力的觀點來看，女性對慈濟的更加了解與認同，使得女性經驗的學習與建構不斷發生，生活也因此產生了變化，這不但讓女性對自己外在能力的增加有所認知，內在心裡的提升自身亦有所體悟。可以說參與慈濟讓女性增加了自我的能力，發掘出自己的潛能，也肯定了自身的價值。

成長需要各方經驗的累積，參與慈濟的確讓女性有著許多吸取經驗的機會，而在做慈濟的學習中，女性又能讓這些經驗轉化成面對並解決困境的力量，不管是外在實際能力的增加，或是內在自我心裡的提升，行慈濟之路都讓女性能夠有不虛此行的滿足感。

¹⁶ 在慈濟所發行的刊物與媒體中，常可見上人對慈濟人要求要把握時間，行善不能等。而慈濟人緊記著上人的交代，漸漸的就衍生出「做，就對了」此一話語，不但慈濟人口耳相傳，也成為大眾對慈濟人參與慈濟的一種通常印象。

三、自我的建構和角色認同

女性在投身慈濟的場域後，藉由經驗的學習以及增能培力的過程，使得自身在身、心、靈上皆有所成長，對照過去的自己，女性因而覺察到自我產生了不同的變化；且面對著眾人對「慈濟人」這個角色的既定認知與期許，女性自我的相對化因而更加明顯，女性因此認知到不能再用過去的心態與行為來面對自己每日身處環境的人、事、物，因此女性也在他人的期待下改變舊有的認知與行為，創造出新的自我。

新的自我讓女性在待人接物上有著不同的想法與態度，因此產生了新的作法與行為。不論是面對自己私領域的親朋好友，公領域中的同事，甚或是陌生人，都給予他人不同的感覺；而女性也知覺到自我的改變，並且在與人相處的過程中，感受到改變後的好處，加深了對新的自我的角色認同。

女性藉由慈濟的幫助而能使自我改變，在慈濟中覺察到自我的觀感與認定，讓女性能夠展現並實踐自我生命價值，產生了許多良善的影響。而藉由自我的建構過程，不但讓女性認同慈濟，也對自我在慈濟的角色扮演有著更深的認知，而更加堅定的行慈濟路。可以說在慈濟的薰陶下，女性的確展現自我的生命價值，實踐自我的目標理想，也從中建構出自我的高度認同。

四、對核心組織—家庭的關係轉化

證嚴上人對於參與慈濟的女性多是要求要先顧好家庭，再到慈濟裡盡一己之力，因此女性對家庭的付出不會因參與了慈濟而有所減少，且由於慈濟對女性的影響，讓女性在家庭或是職場上的人際關係，都獲致了良善的結果。

本研究的報導人都是已婚且有孩子的女性，與不同年齡層的家人互動，是需要不同方式的。女性與孩子的互動中，運用了慈濟所學，不但建立了不同的親子相處模式，也讓女性與孩子的關係更加親密；而女性跟自己另一半的相處，也能選擇用較佳的方式來面對所遭遇的困境或觀念的不同，使夫妻關係更融洽；而對於長輩，女性也都能以謙卑的態度讓長輩不至於對慈濟產生反感，而自己再讓長輩們能慢慢了解並接納慈濟。家人的相互影響可說是家庭關係最主要的變化因素，女性藉由慈濟的幫助，使家人的互動良好，並且改善或是更增進家庭的和諧關係。

在面對社會或是工作環境的人際關係，女性同樣以慈濟所學使自身產生變化，進而對人際關係的建立與維持產生良好的起始與效應，而能增進與人群的友好互動。可以說女性以慈濟的法來面對芸芸眾生，並維持良好的人際關係，不但化消

自身周遭的疏離，也進而對與自己有所接觸的人群產生良善的影響，值得吾人效仿與學習。

第二節 研究限制與後續研究建議

本研究的目的在了解與分析參與慈濟對女性帶來的影響與改變，並冀望為女性找尋一個能幫助自己改變、解放或轉化的方法與機會。為限於研究期程與研究者本身之能力，本研究仍有其限制，以下即在說明研究的限制以及針對後續研究所提出之建議，期望能對有興趣於本研究之後續者，提供一些想法與觀點。

一、可加入家人的觀點分析

在挑選報導人時，身為慈濟人的筆者的母親提供了很大的協助，筆者也與母親討論後才選定本研究的六位報導人，並以報導人的口述資料作為主要分析依據，但僅從報導人的觀點所建構之資料或許稍嫌不足，筆者雖欲對其他的家庭成員做簡略訪談，以求得到更多的觀點與看法，惟囿於對報導人家庭的熟識程度不足及研究期程，筆者只得作罷。後續研究若能對報導人家庭成員進行簡略訪談，瞭解其對慈濟的想法，以及對報導人參與慈濟的看法，以之與本研究的結果相互比對與分析，相信能得到更加周延之成果。

二、可將研究場域擴大至其他地區

由於筆者對故鄉的情感以及採行訪談法做研究的緣故，挑選的報導人都在新竹地區，研究之結果可能無法擴大去解釋其他地區的慈濟女性，是否也與本研究之女性有著相同的看法與結果。若考量到不同地區的民俗風情或是地域養成，對台灣其他地區加以相同或相似的研究，相信更能達成本研究的目的。

三、可選擇不同成長背景或環境的報導人持續研究

現今參與慈濟的女性已是各個階層都有，且在慈濟內負責的工作與層級是有所不同的，若能找尋到有著不同成長背景或環境，或是執行規劃決策的報導人，研究其加入慈濟前後包括思想或行為的變化以及自身的成長，並與本研究之成果做比較，探討其中的差異或是相同點，相信能增廣對本研究目的的分析與解釋。

最後，筆者在決定本研究主題與聚焦點時，對於女性主義的文獻也有涉獵，

慈濟的論述在女性對家庭關係維持方面，要求女性要顧好家庭才做慈濟，而面對丈夫的外遇或是暴力問題，也是要求女性要容忍並寬懷看待。這些在筆者對報導人的訪談過程中，的確也接收到類似的觀點，女性要先縮小自己以維繫好家庭關係，這對兩性平權以及性別平等論述日漸普及的現代來說，兩種觀點似乎有些差異。當然，慈濟或許能給予女性支持的力量，但此種論述的框架或許讓女性主義的研究者會有著不同的想法。本研究雖是沒有將此點放入研究主軸中，但筆者仍在最後提出，有關於慈濟的研究，或許也是另一種探討方向。



參考文獻

- Anthony Giddens 著，張家銘等譯，1997，社會學（上）。台北：唐山出版社。
- David M. Fetterman 著，賴文福譯，2000，民族誌學。台北市：弘智文化。
- 丁仁傑，1999，慈濟人的長情大愛。張老師月刊，264 期：25-30。
- ，2003，文化綜攝與個人救贖：由「清海無上師世界會」教團的發展觀察
台灣當代宗教與文化變遷的性質與特色。台灣社會學研究季刊，49 期：
135-200。
- ，2004《社會分化與宗教制度變遷》，台北：聯經。
- 涂大杭，2007，在構建和諧社會中創建和諧家庭。理論界，2007 卷，10 期：28。
- 涂建平，2003，慈濟功德會做為集體行動邏輯之個案研究。國立中山大學政治學
研究所碩士論文。
- 李 玲，2007，傳授愛子果雕藝術—林梅珠用愛止淚。慈濟月刊，483 期：72-78。
- 李總績，2002，組織氣氛、組織認同、組織效能之關聯性研究—以非營利組織國
際獅子會台灣地區分會為實證對象。中原大學企業管理研究所碩士論文。
- 廖梓辰，2002，家庭人際互動與家庭和諧、幸福感之相關研究。屏東師範學院教
育心理與輔導研究所碩士論文。
- 劉土豪，2006，非營利組織志工靈性與組織承諾關係之研究。銘傳大學管理研究
所碩士論文。
- 劉永元，1988，單親兒童與正常家庭兒童人際關係行爲困擾及自我觀念之比較
研究。國立高雄師範大學教育研究所碩士論文。
- 林明璇，2000，科技賦權之可能性--以清華大學女性主義 BBS 站為例。元智大學
資訊社會學研究所。
- 林秀英，2004，婦女參與志願服務動機與工作滿足之研究-以花蓮地區祥和計畫
志工為例。國立臺灣師範大學人類發展與家庭研究所碩士論文。
- 梁雙蓮，1984，中央行政機關公務人員組織認同的研究，國立台灣大學政治學研
究所博士論文。
- 盧蕙馨，2004，證嚴法師“人間菩薩”的生命觀。新世紀宗教研究，3 卷，1 期：
5-9。
- 賴家陽，2002，慈濟志業中心之制度化分析。國立臺灣大學政治學研究所碩士論
文。
- 郭嘉韻，2007，女性成為領導人的歷程之研究：一個增權賦能的觀點。國立中正
大學成人及繼續教育所碩士論文。
- 郭義男，2002，上證下嚴法師大愛思想及其教育義蘊之研究。慈濟大學教育研究

所碩士論文。

- 黃明月，2000，成人經驗學習理論之探討。社會教育學刊，29期：35-56。
- 黃富順，2001，成人的經驗學習。成人教育，59期：2-11。
- 黃富順主編，2002，成人學習。台北市：五南。
- 黃金柱，2006，休閒概論。台北：師大書苑。
- 黃秀花，2007，八旬阿嬤蔡麗輝—健步走在幸福路上。慈濟月刊：74-81。
- 黃智琪，2009，宗教活動與自我生命轉化：以慈濟委員為例。國立東華大學觀光暨遊憩管理研究所碩士論文。
- 洪紹榮，2004，組織認同、領導風格與海外派遣員工工作投入關係之研究。大葉大學國際企業管理學系碩士班碩士論文。
- 何美珍，2008，非營利組織女性志工的參與動機、工作投入和工作表現之研究。銘傳大學公共事務學系碩士班碩士論文。
- 徐敏容，2008，家庭溝通與介入模式之探討。諮商與輔導，265期：30-33。
- 徐淑靜，2006，慈濟基金會社區志工管理之研究-以桃園地區為例元。元智大學資訊社會學研究所碩士論文。
- 徐聖汶，2008，苗栗縣女性創業者的培力與困境之研究。國立聯合大學經濟與社會研究所碩士論文。
- 許放明，2006，女性家庭角色和諧關係探討。社會主義研究，2006卷，6期：76-78。
- 許忠信，2003，老年人的生活型態、社會疏離感和幸福感之研究。國立高雄師範大學成人教育研究所碩士論文。
- 許士軍，1990，管理學。台北：東華書局。
- 莊大輝，2005，因緣、轉念與增能—慈濟女性生命故事的敘說分析。國立高雄師範大學性別教育研究所碩士論文。
- 張培新，2006，台灣宗教組織運作的社會資本考察：以慈濟功德會為例。中山人文社會科學期刊，14卷1期：125-163。
- 張嘉達，2009，轉換型領導、組織認同與工作投入關係之研究—以外籍勞工為例。大葉大學國際企業管理學系碩士在職專班碩士論文。
- 張春興，1989，張氏心理學辭典。台北：東華書局。
- 張榮攀整理，2004，慈濟語彙。台北市：慈濟文化志業中心。
- 張宛如，2008，新移民女性增能培力之探究—以「南洋台灣姊妹會」成員為例。高雄師範大學性別教育研究所碩士論文。
- 鄭春惠，2006，文學花園的邂逅：社大女性學習創作之經驗與增能研究。高雄師範大學成人教育研究所碩士論文。
- 陳佩鈺，2005，僧侶自我轉化經驗及其自我觀之敘事研究。國立彰化師範大學輔

- 導與諮商學系所碩士論文。
- 陳志成，2005，從社會學的「角色理論」論戲劇演員的角色觀點。網路社會學通訊期刊：48。
- 陳川正，2000，非營利組織的「認同」管理——以基督教的「細胞小組模式」等教會為例。國立政治大學企業管理研究所博士論文。
- 陳世慧，2005，現代宗教的認同形式——以慈濟基金會為例。東吳大學社會學系碩士在職專班碩士論文。
- 陳怡心，2005，成年早期女性經營兩性親密關係之經驗學習。暨南國際大學成人與繼續教育研究所碩士論文。
- 邵詩茹，2008，以情緒勞動為中介變項探討角色認同與去人性化關係之研究。中國文化大學國際貿易學系碩士班碩士論文。
- 蔡華芳，2009，橫山地區客家女性社區參與歷程之研究。國立交通大學客家社會與文化學院在職專班碩士論文。
- 蘇彥蓁，2005，儒家道德與工商企業之關係。東海大學哲學系碩士論文。
- 孫建忠，1987，民間參與社會福利的理念與方式。社區發展季刊，42期：10-11。
- 葉文鶯，2007，王麗香陪伴洪來幼一出門做好事。慈濟月刊，482期：22-32。
- 顏朱吟，2008，大學校院行政人員工作價值觀、自我效能、經驗學習與工作競爭力關係之研究。高雄師範大學成人教育研究所博士論文。
- 吳芳茜，2009，台中縣新移民女性學習經驗之研究—以其動機、需求、態度與困境探討之。國立臺中教育大學社會科教育學系碩士班碩士論文。
- 吳麗雪，2001，婦女參與鄉鎮型社區推動婦女教育歷程之研究-以高雄縣三位婦女組織者為例。國立高雄師範大學成人教育研究所碩士論文。
- 吳秀瑾，2005，女性主義立場論與社會習性。人文及社會科學集刊，17卷，3期：653-682。
- 王俐雯，2004，慈濟單親媽媽超越逆境之敘說研究。屏東師範學院教育行政研究所碩士論文。
- 雲菁著，黃芳田等譯，1995，千手佛心：證嚴法師。臺南市：大千文化。
- Astuti, Rita.1995. *People of the sea : identity and descent among the Vezo of Madagascar*. New York : Cambridge University Press.
- Burke, P. J., Reitzes, D. C. 1981. *The link between identity and role performance*. Social Psychology Quarterly, 44(2), 83-92.
- Eliss, S. J. and Noyes, K. K. 1990. *By the People : A History of Americans as Volunteers*. San Francisco : Jossey-Bass.
- Kiesler, D. J. 1983. *The 1982 interpersonal circle: A taxonomy for complementarity in*

huaman transactions. Psychological Review, 90,185-214.

佛教慈濟綜合醫院網站。全球資訊網網址：

<http://www.tzuchi.com.tw/tzuchi/About_Promote/Default.aspx?ContentType=2&IdentityID=29>。

中華民國資訊統計網（2009.09.30），社會發展趨勢調查。全球資訊網網址：

<<http://www.stat.gov.tw/ct.asp?xItem=3399&ctNode=664>>。

