



上人開示



用心品嚐蔬菜水果香

世間有些想說的話很難表達，就如對醫護同仁的感恩之情難以言喻，請相信我出自肺腑的真誠感恩。現今新冠肺炎的疫情仍未過去，還是天天擔心，請醫療團隊持續牢牢守好這一道門，不能放鬆。工作中時時用心不疏忽，不輕視任何防疫措施，戒慎虔誠地堅守住。

其實，面對這波疫情的靈方妙藥，就是茹素。以前無法積極勸素，因為說了也很難實行，但現在非說不可，非推不可。素食是取中道，不吃肉就不傷殺動物命，卻能享受到蔬菜水果香；每種蔬果各有滋味，我們應該用心品嚐、分別，那麼每一餐都是享受。

除了自己茹素，現在更重要的是推素。因為全球人口眾多，為供應葷食，畜牧業不斷擴張，例如有許多的雞被拘束在狹窄空間，餵飼料讓牠快快長大，二個多月就宰殺。畜養的動物活著時被虐待，又快速結束生命，實在很不人道。茹素無損生命又讓身體健康的道理很明顯，但是一般人仍難以接受，所以不說也罷。不過現在不能不說，還要請大家多說，希望口口相傳，讓更多人轉葷為素。

慈濟醫療志業林俊龍執行長常會分析肉食與素食，並鼓勵大家茹素。二十多年前從美國回到臺灣時他就已經茹素，至今身體健康，頭腦清楚敏捷，可以證明素食有益健康。同時，茹素之人，自然而然給人一種清淨可親近的感覺，好處真的很多。

如何讓這一波疫情趕快過去，同時能保護未來大自然的乾淨，還是唯有茹素。人稱為「萬物之靈」，要守護所有動物命，多一個人茹素，就多一個人護生、放生。常說自己很有福，每一家慈濟醫院的院長都很愛護我，帶領同仁做我想做，用心守護生命與愛。感恩有許多人響應茹素，還有醫師真誠向病人勸素，真的是功德無量。🍀

釋證嚴