

## 【每天來點正能量 臺南慈中高中部人文講座】

2016年4月27日，臺南慈中很開心邀請到藝人、也是一名慈濟志工陳霆師兄蒞校和高中部350位同學、17位老師們分享他的生命故事，螢光幕前的陳霆總是給人凶神惡煞的印象，但實際上，他卻是個不菸、不酒、不賭的素食者，更是一個透過自身行為去影響周遭人們的實踐家。

雖然小時候生活的不順遂、甚至學壞，總讓父母擔心的他，在接觸慈濟後慢慢地改變自己，調整自己成為一個讓別人放心、更讓自己安心的人。高三感恩林子恆提到：「我們的心念，能夠主宰我們對事物的看法，也能決定我們的快樂與否，聽完了講座，我了解到，當我們能夠跳脫看待事物的框架，將能獲得意想不到的美好。」

講師帶領全場師生做『祝福冥想』，溫柔的聲音以及感性的話語，希望我們學習在忙碌的生活中，找一個時間完全靜下來，在靜思中感恩。「當我聽到最想感謝的人出現在眼前時，眼淚就不自覺地流了下來，我看到了我的爸媽，他們給予我的愛真的好多好多，他們在我無助不知該如何是好時，照亮我的心房，真的有股想要馬上跑回家抱住爸媽說『我愛您』的衝動。」高一和氣王蕙淳感動地分享著。

你可以不生氣！你可以不殺生！生氣，會反映在自己的心靈；殺生，會反映在自己的身體。陳霆提到他的父母因為不吃肉，疾病漸漸痊癒的神奇事蹟，想要告訴大家，一切都是我們自己的選擇，你可以選擇一個更好的生活，但前提是你願不願意。從小就吃素的高二善解胡家嘉也表示：「每條生命都是獨一無二的，雖然身邊的朋友常問我，為何要吃素，告訴我肉有多好吃，但就是因為一顆不忍看到牠們被殺害的心，因此想秉持著吃素的信念，散播給更多的人，讓我們一起愛護地球、守護生命。」

任何時候，我們都不要害怕歸零，生活也許不是日日順利，更不可能天天都開心，但我們要試著從周遭遇見的人、事、物上學習。人生中沒有做不到的事，只有不去做的事。期待這場講座讓師生們能夠更加懂得尊重生命、尊重自己，積極面對自己人生，好好愛護地球、珍惜平安的生活。



陳霆是一位透過自身行為去影響周遭人們的實踐家。



期待這場講座讓師生們能夠更加懂得尊重生命、尊重自己，積極面對自己人生，好好愛護地球、珍惜平安的生活。

撰文者：黃鳳雅

圖：黃鳳雅、孫浩承(高一和氣班)

報導：臺南慈中人文室