



踏

越
走
越
好

卓顺发与您分享

作者简介

拿督斯里卓顺发（DIMS, SPTM）中三因家庭贫困经济拮据，自愿辍学。幼年艰苦奋斗，赚钱辅助家用。后创罗敏娜控股有限公司，2000年在新加坡股票交易所上市，主要经营家具（NOVENA）与化妆美容（BEAUTE SPRING）品牌，任职行政执行总裁。2008年义务任职于百年历史善济医社执行董事会主席至今。2009年脱售公司股权，成立罗敏娜基金会，担任执行主席，力行慈善事业。

近二十多年，先后荣获人民协会颁发的长期服务10年、15年、20年奖章。

2004年荣膺新加坡总统颁赐公共服务奖章（PBM）。

2009年荣膺新加坡总统颁赐公共服务星章（BBM）。

2010年荣选中国国务院发展研究中心《管理世界》杂志，50位华人慈善家之一。

2012年荣获新加坡国家文物局颁发“文化遗产伙伴奖”。

2015年新加坡总统志愿服务及慈善事业奖（PVPA）得主。

这是表彰本地为慈善事业做出成就和贡献的崇高奖项。

2016年荣获新加坡人民协会颁发人协25年社区服务奖。

2016年荣获教育部颁发长期服务奖。

卓顺发素有“新加坡大德慈善家”的美名。他长期活跃于社区，同时也出钱出力，积极参与。他还是众多社团的名誉主席、名誉会长。


2008年，中国四川汶川大地震，造成巨大的人命伤亡和财产损失。卓顺发立即在本地发起《让爱川流不息》赈灾筹款活动，举行大型电视慈善义演。活动得到政府、媒体以及社会各界的大力支持，筹得1千万新元的善款。遂在灾区筹建七所“中新友谊小学”及一座桥，每年大约有上万名新生就读。

18年来为文礼社区低收入家庭、乐龄人士主办及赞助春节分发红包午餐宴活动，超过七千位乐龄人士受惠。主办《慈行孝义感狮城》大型演唱会，免费邀请六千位乐龄人士欣赏演出并分派礼包。十多年来，卓顺发所举办的慈善活动无数；个人捐款及社会赞助的社区、慈善机构活动数额款项高达七千多万新元。

2008年，卓顺发出任第七十八届理事会主席至今，与全体董事秉承着先贤宏愿，发扬“善济·积善”精神，增设分社，积极发展推广施医赠药。

2016年，善济已有12间分社，服务总人次达到331,326，比2008年增长了111倍。善济医社目前共开设了13间分社，每天看诊超过一千多人次。另外，四间康乐中心（盛港南、文礼、马西岭和杨厝港），每年为上万名居民提供各项康乐活动。经历百年沧桑，善济医社至今仍以仁心仁术造福社会，而且广招善心人士加入慈善事业，捐助善款，义务协助，共同打造和谐安乐社会。

尊敬的信念、尊敬的方式、尊敬的态度、尊敬的行为，是慈善最好的尊重基础。善济医社主席卓顺发大力提倡善济五大文化价值观：宽容、大爱、慈悲、感恩和祝福，取之社会，用之社会。照顾社会弱势群体，有钱出钱有力出力，大家尽心尽力，为慈善献一份力。有国才有家，家和才万事兴，只有善与国同在，济与民同心，社会才会越来越美好，这也是一切爱的基础！而支持福利事业，积极参加各社区、团体、联络平等的慈善活动，也是对大家最真诚的爱！

A gravel path leads uphill, flanked by sparse green grass. The path is made of light-colored gravel and has several expansion joints. The grass is small and clumpy, growing in patches along the edges of the path. The background shows a hillside with more gravel and sparse vegetation under a bright sky.

人生路是一场
**无法倒带的
旅程。**


6



峰回路转

智慧篇

50



花香
满路

名利篇

68

路在
脚下

人生篇

112

安宅
正路

善行篇

朋友
的真谛

134

感悟
人生

136

善济
医社

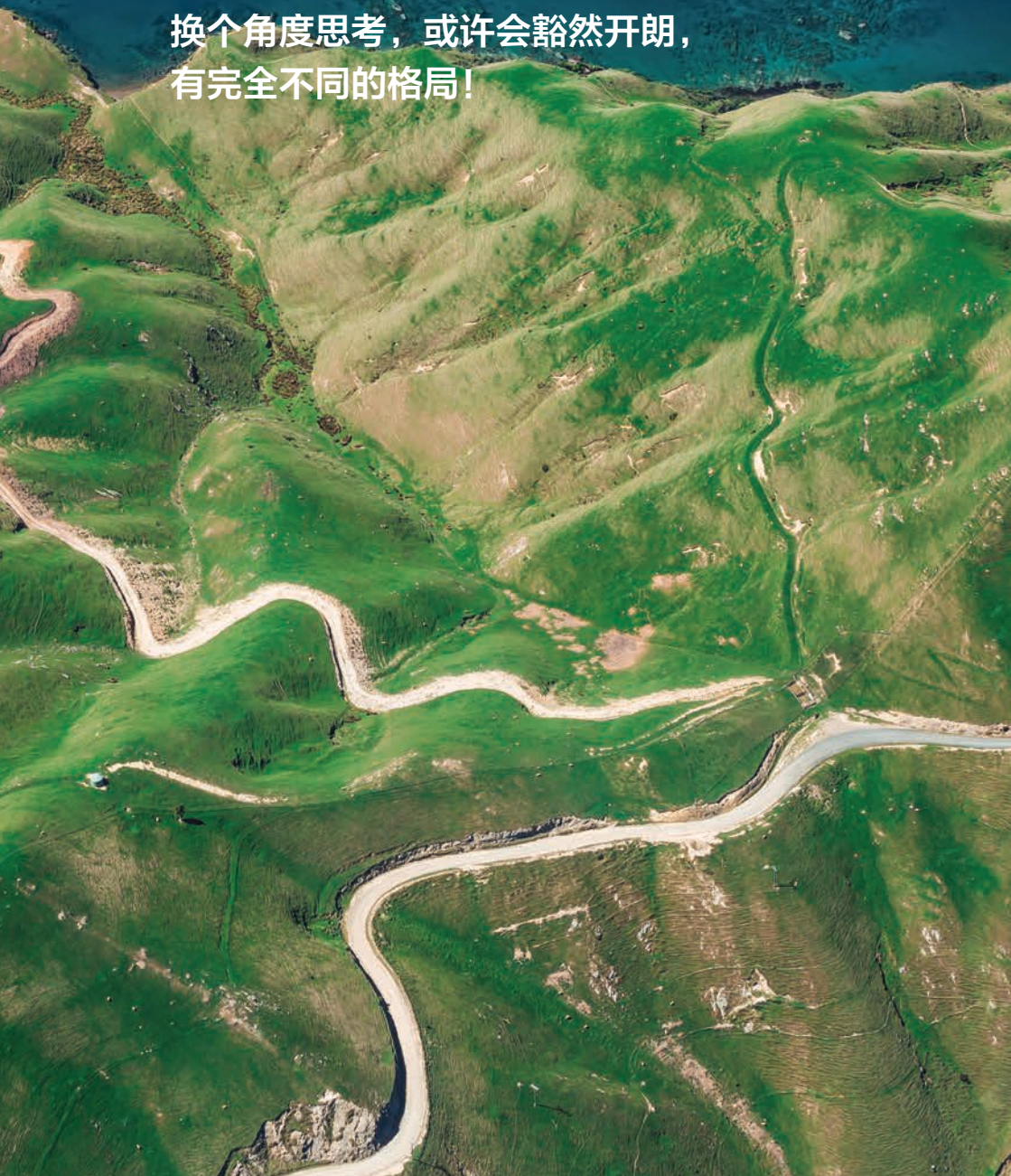
140

An aerial photograph of a lush green landscape. A winding, light-colored path or road snakes through the rolling hills. In the upper right, the land meets a dark blue sea with white waves crashing against a rocky shore. The overall scene is vibrant and scenic.

峰回路转

智慧篇

常言道：“山不转路转”，
车到山前必有路。
换个角度思考，或许会豁然开朗，
有完全不同的格局！






- ❁ 你再有权有势，一天也只有二十四个小时；你无权又无势，一天也同样有二十四个小时。最重要的是心境、境界、内涵与层次。
- ❁ 事情发生了，无论谁对谁错，都已不重要了，都已经过去了。
他不放下，你放下；他不承担，你承担。
放下是一种拥有，拥有“放下”。

遇到挫折，遇到困难，遇到阻碍；
是一种领悟也是一种学习、成长与提升。

- ❁ 别太嚣张、太自大，以为自己有钱有势就很牛，总以为自己很了不起，以为自己天下第一，自以为是。你绝对没有比无常牛。

幸福没有**不劳而获**，
幸福在于**用心坚持**。





想着、想着、想着，
一直想做，
但没有去做，**还在想**，
命运作弄人，
很遗憾——人都走了。


- ❁ 我的黑夜比你的白天还亮，是因为正道、正能量与光明，大公无私，对得起天地良心。
- ❁ “若要人不知，除非己莫为”，一切在于天地良心。
- ❁ 幸福没有不劳而获，幸福在于用心坚持。
- ❁ 没有什么占便宜的，没有什么吃亏的，没有什么失去的——无缘不来。
- ❁ 无论发生什么事情，不要埋怨，不要推卸责任，承担下来用智慧处理。

只有放不下的心，没有放不下的事；
只有想不通的心，没有想不通的路。

- ❁ 和“非等闲之辈”过招要小心，一般人和这样的力量较劲，没被累死也会被烦死。
- ❁ 不要自欺欺人，最终得不偿失。

有时候，太温柔、太慈悲， 也是一种破坏，一种罪。

- ❁ 遇到挫折，遇到困难，遇到阻碍；是一种领悟也是一种学习、成长与提升。
- ❁ 咽得下他人对你的批评、亏待、是非与伤害，是一种提升、宽容、慈悲与内涵，一种修身养性的过程。
- ❁ 过去心不可得，过去让它过去；未来心不可得，未来不可指望；
当下可得，可是当下又是那么无常，一瞬间、一刹那，好好珍惜当下身边的所有一切，惜缘、惜福。
小我不开心，大我很开心。
- ❁ 一件事情，让你很不开心、很伤心、很失望，你已经很辛苦在解决，还是解决不了，就承担下来，当着是在“还债”。
- ❁ 别大事当小事，小事当大事，有事当没事，没事当有事。
- ❁ 天下的事，天下解决；自己的事，自己解决。

An aerial photograph of a circular paved plaza in a park. The plaza is made of light-colored paving stones and is surrounded by a low concrete wall with small black lights. The surrounding area is filled with vibrant autumn foliage in shades of yellow, orange, and red, interspersed with evergreen trees. A person is walking across the plaza, and a long shadow is cast across it.

我很**简单**，
社会**复杂**，
做好自己，
并不容易。


- ❁ 想着、想着、想着，一直想做，但没有去做，还在想，命运作弄人，很遗憾——人都走了。

他的势力再大、再有钱，是他的事，跟你毫无关系。生命可贵，为什么你要花这么多时间、这么多精力在网站与他周旋到底？

- ❁ 多数的人，都认为自己拥有明天，都认为身上所拥有的都是属于自己的，其实不然——无常拥有一切所有，无常分秒时刻随身，无常做主决定所有。
- ❁ 生命无常，生命一瞬间，生命一刹那，人生如过眼云烟，一下子就不见了——好好珍惜当下所有的一切。
- ❁ 对得起天地良心，对得起一切所有，对得起事，对得起人，对得起国家，对得起社会，才是大智慧。
- ❁ 只要有心坚持，雨后会有彩虹。

- ❁ 外表是一种分别心，都是短暂、虚空与假象，内心深处的涵养、道德与慈悲才重要。
只得其表，不得其心，又有何用？不如不得。
- ❁ 深得我心，必须同心；深得我意，必须同意。
深得我行，必须同行；深得我爱，必须同爱。
- ❁ “不怕货比货，只怕不识货”，一切在于见识、内涵与层次。
- ❁ 如果无法付出、无法贡献，不要搞破坏——君子成人之美。
- ❁ 尊重他人的选择与决定，是一种内涵与修身养性。
- ❁ 他人的几句话，就把你彻底打倒了，那你也太不给自己面子和尊严了！

子孙有才，无需留财；
子孙无才，留财无用。



拥有了全世界，
但失去了健康，

又有何用？

即使拥有再多也派不上用场。



- ❁ 计划跟不上变化，更抵挡不住无常。
- ❁ “行而不行就是不行”，讲了这么久、这么多，却一直没做。不如去做做看，试试看，再继续讲，可能这样会比较好。
- ❁ 拥有了全世界，但失去了健康，又有何用？即使拥有再多也派不上用场。
- ❁ 如果是善意的谎言，有时候选择相信，是一种大度、宽容、谅解与豁达。
- ❁ 改变不了环境，就改变自己。如果你不想自己去适应环境，而违背对抗，那去到哪里都没有用，也派不上用场。

他和你无缘，花时间在他身上，
是在浪费你的时间，消耗你的生命。

- ❁ 做人处事，量力而为，不要太过逞强，在自己的能力与范围内办好事情。

你爱，非他人所爱；
你想，非他人所想，无须强求，
也强求不了，一切随缘。
人各有志，“志不同，道不合，
不相为谋”，
这也许是因缘具足、因缘所在。

- ❁ 以前活得不清不楚，以后活得清清楚楚。
- ❁ 人生难得糊涂，偷得浮生半日闲，一笑置之，何必这么执着？
- ❁ 别有了一层关系，就“拿着鸡毛当令箭”，这样很快就会把关系磨平。
- ❁ 生命短暂，时间宝贵，别把生命和时间奉献给了“手机”。
- ❁ 真心话最好听，最有价值、意义与内涵，但世人们都不喜欢听，都不欣赏，都钟爱假情假意的话。



最靠近的是**自己**，
最接近的是**自己**，
最难沟通的是**自己**，
最难了解的是**自己**。


- ❁ 生命发光发热，不存在成功与失败。生活只是一个过程，一种经历，一种经过，只是时间的长短，不同方式与层次的体会。
- ❁ 绝处，尽头，才是真正的开始。
- ❁ 话多不如话少，话少不如话好，话好不如话妙，话妙不如话善。安静一点，沉淀下来，别讲这么多话，话多必失，而且会讨人烦、讨人厌，惹人不喜欢、不开心。
- ❁ 做人处世信用很重要，要对自己讲的话负责任，不要随便乱讲话。

如果你能让别人过好日子，
你的日子也肯定好过。

- ❁ 他说他的，你说你的，无须执着，无须争论，一切都是因缘作主，无常随身。
- ❁ 有时候，太温柔、太慈悲，也是一种破坏，一种罪。

无论怎样的生活都是一种生活，
不在乎你层次有多高，
发挥生命的意义与价值，
才是真正的存在与永恒。

- ❁ 他的势力再大、再有钱，是他的事，跟你毫无关系。生命可贵，为什么你要花这么多时间、这么多精力在网站与他周旋到底？
- ❁ 往往一不小心，就“一失足成千古恨”。
做人做事别太牛，没有见过世面，井底之蛙才会牛。真正牛的人是绝对牛不起来的，因为已经到了一个智慧与层次，不会与人一般见识。
- ❁ 此时此刻非那时此刻，那时此刻非此时此刻。庆幸此刻，珍惜此刻，因为人生极度无常。
别小看一瞬间、一刹那，很可能就是永恒，就是结果。
- ❁ 有智慧、有本事、有内涵的人，绝对不会和你斤斤计较；和你斤斤计较的人，也应该只不过如此。那你又何苦纠缠不清，和他一起浪费生命？



看恩，
看善，
看远，
看宽，
看淡。

世间所有一切拥有，
都是**虚空**与**假象**，
没有一件是**永恒不变**的，
缘起性空。



- ❁ 思想见识不一样，看东西的角度不一样，接受程度不一样，承受能力不一样，结果当然也不一样。
- ❁ 只有放不下的心，没有放不下的事；只有想不通的心，没有想不通的路。
- ❁ 你爱，非他人所爱；你想，非他人所想，无须强求，也强求不了，一切随缘。人各有志，“志不同，道不合，不相为谋”，这也许是因缘具足、因缘所在。
- ❁ 万般是命，万般是缘——由不得人心。
- ❁ 学以致用，若学而不用又有何用？

给你权力再大，家财万贯，
若活得不开心，又有何用？

- ❁ 他人欺负你，占你便宜，一直为难你，是一种另类的教育与学习，是在考验你、提升你，让你日后做人处事更坚持、更强壮。


- ❁ 环境没有欠你，是你不适应环境；社会没有欠你，是你不了解社会；世界没有欠你，是世界离你太远。
- ❁ 做人千万别穷到只剩下钱，什么都没有。
- ❁ 若无相欠，如何相见？
- ❁ 如果你对未来没有危机意识，将会是一件很可悲的事。
- ❁ 事情是尽心尽力、用心坚定不移做出来的，不是讲出来的。

他人的几句话，就把你彻底打倒了，
那你也太不给自己面子和尊严了！

- ❁ 缘生缘灭，哪里有这么多如果？没有如果！
- ❁ 他和你无缘，花时间在他身上，是在浪费你的时间，消耗你的生命。

A blue-tinted photograph of pine trees with white text overlaid. The text is arranged in two lines, with the first line ending in a comma and the second line ending in a period. The background shows the silhouettes of pine trees against a light sky.

以前活得**不清不楚**，
以后活得**清清楚楚**。



与其**抱怨**，
不如**改变**。

- ❁ 空，就是不执着，无我，放下，空才会有。
- ❁ 一直批评他人不好，自己也好不到哪里去。批评别人不如提升自己，欺负他人不如教训自己。
- ❁ 把悲伤与痛苦留给自己，快乐与拥有分享给大家，是智慧、伟大的承担，是一种能量、光明、大爱及慈悲的感恩。

不认识字没关系， 一定要懂得认识人。

- ❁ 珍惜，才会低头，才会认错，才会承担，才会宽容。
- ❁ 别一直问“为什么”，别急着找答案、找结果，因为答案与结果都是一种因缘具足、因缘所在。
- ❁ 不用心，不肯付出，不知道，不懂，就别逞强，给别人一个机会。让路给他人，也是一种慈悲，一种修身养性，一种功德。

- ❁ 没有相逢恨晚，因为一切都是缘，缘生缘起，缘起缘灭。
- ❁ 别怪年轻，因为你曾经年轻过；别嫌老，总有一天你会老。
- ❁ 世间所有一切拥有，都是虚空与假象，没有一件是永恒不变的，缘起性空。

做哪行，感恩哪行；
做哪件事，感恩哪件事，
才是大智慧。

- ❁ 很多时候，事情发生了，并不是没有答案，没有结果，没有真相，是因为当事人都不愿低头，不肯承担，不相信因缘。
- ❁ 不忘初心，方得始终——别有一点小成就，就忘了我是谁，无法无天。

没有什么事是放不下的，
很痛了，再也不能够忍受，受够了，
缘尽了，该还的也还了，
时间到，自然而然会放下。




环境没有欠你，是你不适应环境；
社会没有欠你，是你不了解社会；
世界没有欠你，是世界离你太远。

- ❁ 水落石出，日久见人心，不要这么快下判断、下定论，给时间与结果一点空间、一个机会。
- ❁ 虽然你在其位，但没有在其心，在其内，在其责，在其心，所以不知其容，不知其动，不知其难，也不知所以然；所以无须自大狂妄，自以为是，好高骛远，还是多学习、多交流，才是君子，才是智者。
- ❁ 迷途知返者是勇者，迷心知返者是智者。
- ❁ 不要追根究底，有时候，面对真相是很痛苦的，做人处事“难得糊涂”。
- ❁ 拥有是一种承担，放下是一种解脱。
- ❁ 埋怨与怀恨是善良的阻碍，让人无法慈悲，无法感恩，无法付出，无法接受。长期的埋怨与仇恨，会危害身体健康，破坏幸福的人生。

- ❁ 给你权力再大，家财万贯，若活得不开心，又有何用？
- ❁ 用了是财产，留下是遗产。辛辛苦苦赚了钱，不舍得用，不好好善用，又有何用？
- ❁ 物极必反，得饶人处且饶人，“今日留一线，日后好相见”。
- ❁ 就算彼此有恩怨，也应该彼此尊重，这是基本的原则与道德。
- ❁ 我是一碗蛋炒饭就能饱足的人，但是，一碗蛋炒饭满足不了我。

有路堪走直须走，
莫待无路空徘徊。

- ❁ 承担不会埋怨，大爱不会计较，慈悲不会小气，感恩不会孤单。
- ❁ 简单的人，不喜欢复杂；复杂的人，简单不了。



生命**发光发热**，
不存在**成功与失败**。
生活只是
一个过程，
一种经历，
一种经过，
只是时间的长短，
不同方式与层次的体会。



- ❁ 因为而为，因为而不为；知为而为，知为而不为；为自己而为，为他人而为；而为又无所为，知为又无所为，为善而为，都是有为。
- ❁ 天冷，心不冷；天寒，志不寒，因为尊严与良心都还在。

事情是尽心尽力、
用心坚定不移做出来的，
不是讲出来的。

- ❁ 提起容易放下难，放下容易提起难，决定极度矛盾，世人就是这样，不知什么时候提起，什么时候放下，因为都是凡人，都在人间。
- ❁ 无常，不分彼此，不分年龄，不分种族，不分大小，不分昼夜，不分地点，不分你我，无常就是无常，就是让你措手不及，无法接受，无法理解，无法想象，承担不了。
- ❁ 有路堪走直须走，莫待无路空徘徊。

天下的事，天下解决； 自己的事，自己解决。

- ❁ 没有什么是放不下的，很痛了，再也不能够忍受，受够了，缘尽了，该还的也还了，时间到，自然而然会放下。
- ❁ 不认识字没关系，一定要懂得认识人。
- ❁ 有路走的，觉得路难走，不好好走路；想好好走路的，却找不到路。
- ❁ 斗争是一种另类的交流，了解彼此之间的机会。
- ❁ 与其抱怨，不如改变。
- ❁ 能够伤你最深、最重的人，肯定是你最亲的人，因为无亲、无关系，伤害不了你；也是和你最有缘的人，因为无缘不来。
- ❁ 做哪行，感恩哪行；做哪件事，感恩哪件事，才是大智慧。

没有什么占便宜的，
没有什么吃亏的，
没有什么失去的
——**无缘不来。**



- ❁ 世界不坏，人心在坏；社会不乱，人心在乱。
- ❁ 包容，路的空间长又宽；计较，路的空间短又窄。
- ❁ 看恩，看善，看远，看宽，看淡。
- ❁ 因为存在，所以发生。
- ❁ 人走茶不凉，才是真正的高手。


改变不了环境，就改变自己。
如果你不想改变自己去适应环境，
而违背对抗，那去到哪里都没有用，
也派不上用场。

- ❁ 大家一起认可一件事情，一起同心协力做一件事情，坚持、坚定往前走，力量就强大无比。
- ❁ 每一天都在学习，都在感悟，都在承担。

- ❁ 无论怎样的生活都是一种生活，不在乎你层次有多高，发挥生命的意义与价值，才是真正的存在与永恒。
- ❁ 有层次、有涵养的人，低头不是认输，不说话并不是害怕。
- ❁ 最靠近的是自己，最接近的是自己，最难沟通的是自己，最难了解的是自己。
- ❁ 心动不如心安。很多人在乎心动，往往不在乎心安。

用了是财产，留下是遗产。
辛辛苦苦赚了钱，不舍得用，
不好好善用，又有何用？

- ❁ 生存是无奈，生活是空笑，生命是无常，执着是无奈了——本来没有我，生死都可抛。
- ❁ 聪明高调，智慧低调。聪明高调做人，高调做事；智慧低调做人，高调做事。



只要人还**健康活着**，
平安无恙，
还有机会可以争取，
别轻易放弃。

： 每一天都在**学习**，
都在**感悟**，
都在**承担**。



- ❁ 聪明斤斤计较，智慧承担放下。
- ❁ 幻想无益，空谈无用，必须用心，必须力行。
- ❁ 年纪越来越大，时间越来越少，生命又极度无常，无论你拥有多少，你的余生就用付出与慈悲来对待，这肯定是智慧，也绝对是位感恩的智者。
- ❁ 找一个适合的帽子戴，不要小头戴大帽，那什么都看不见。

做人千万别穷到只剩下钱， 什么都没有。

- ❁ 他说他的，你说你的，其实不然，都是无常；你说你作主，他说他作主，其实不是，都是因缘。
- ❁ 如果你能让别人过好日子，你的日子也肯定好过。
- ❁ 善知识集合在一起发挥正能量，就是太平盛世。

- ❁ 平衡虽然简单，但难求。
- ❁ 守得云开见月明，就怕缘分已尽，守不了云开见不了月明。
- ❁ 真正牛的人都牛不起来，自己是高手却不认为，而一辈子都在学习当学徒的人最牛。
- ❁ 了解他人并不难，要了解他人，先把自己的内心世界简单起来。
- ❁ 子孙有才，无需留财；子孙无才，留财无用。

既来之，则安之。

不能随心所欲，就随遇而安。

- ❁ 只要人还健康活着，平安无恙，还有机会可以争取，别轻易放弃。
- ❁ 对手在哪里？对手是自己。

别怪年轻，
因为你曾经年轻过；
别嫌老，
总有一天你会老。



空，就是不执着，无我，
放下，空才会有。



- ❁ 他人不领你的情，不在乎你的意，要有自知之明，别再一厢情愿了。
- ❁ 无论在何处，一切是心境。
- ❁ 宽容、慈悲与感恩，让你无从抱怨。
- ❁ 健康是明天的本钱，慈悲是未来的光明。

不是每一件事情，每一个发生，
都有理由的存在。

- ❁ 讲了就要进行，言出必行，言而无信是小人，即使现在做不了，也要欠着，他日有能力、有机缘，一定要实行。做人处事不要信口开河，要言而有信，一诺千金。
- ❁ “坐在台上辛苦，不如站在台下舒服”，心平气和，心静如水，忘了自我，处之泰然，何时何地，都是一种层次，一种境界，一种享乐。

- ❁ 懂得放下，找到自由；懂得承担，找到解脱。
- ❁ 不是每一件事情，每一个发生，都有理由的存在。

简单的人，不喜欢复杂；
复杂的人，简单不了。

- ❁ 既来之，则安之。不能随心所欲，就随遇而安。
- ❁ 以戒为师，以恩为本，以慈为信，以爱为人。
- ❁ 给他人出位表现的机会，懂得让位、让贤，是一种智慧、慈悲与感恩。
- ❁ 心太软、心太慈悲，总是给人占便宜，总是吃亏——吃亏是福。
- ❁ 读他不如读己，理他不如理己。
- ❁ 人心如何干干净净，人心总有一点瑕疵。

- ❁ 慈悲是一种境界，辨别是一种智慧，分享是一种美德，转发是一种层次。
- ❁ 我很简单，社会复杂，做好自己，并不容易。
- ❁ 自己以为自己很聪明，觉得自己聪明绝顶，一直用聪明与贪婪来占他人便宜，是一种假智慧。
- ❁ 事情既然已经发生，都是因缘所在、因缘具足，因为无缘不来，一定要宽容、接受与承担，别因贪嗔痴、执着、面子与计较，而让圆满解决的结果无法下台，一直把问题拖延下去，浪费宝贵的时间与生命，伤人不利己。

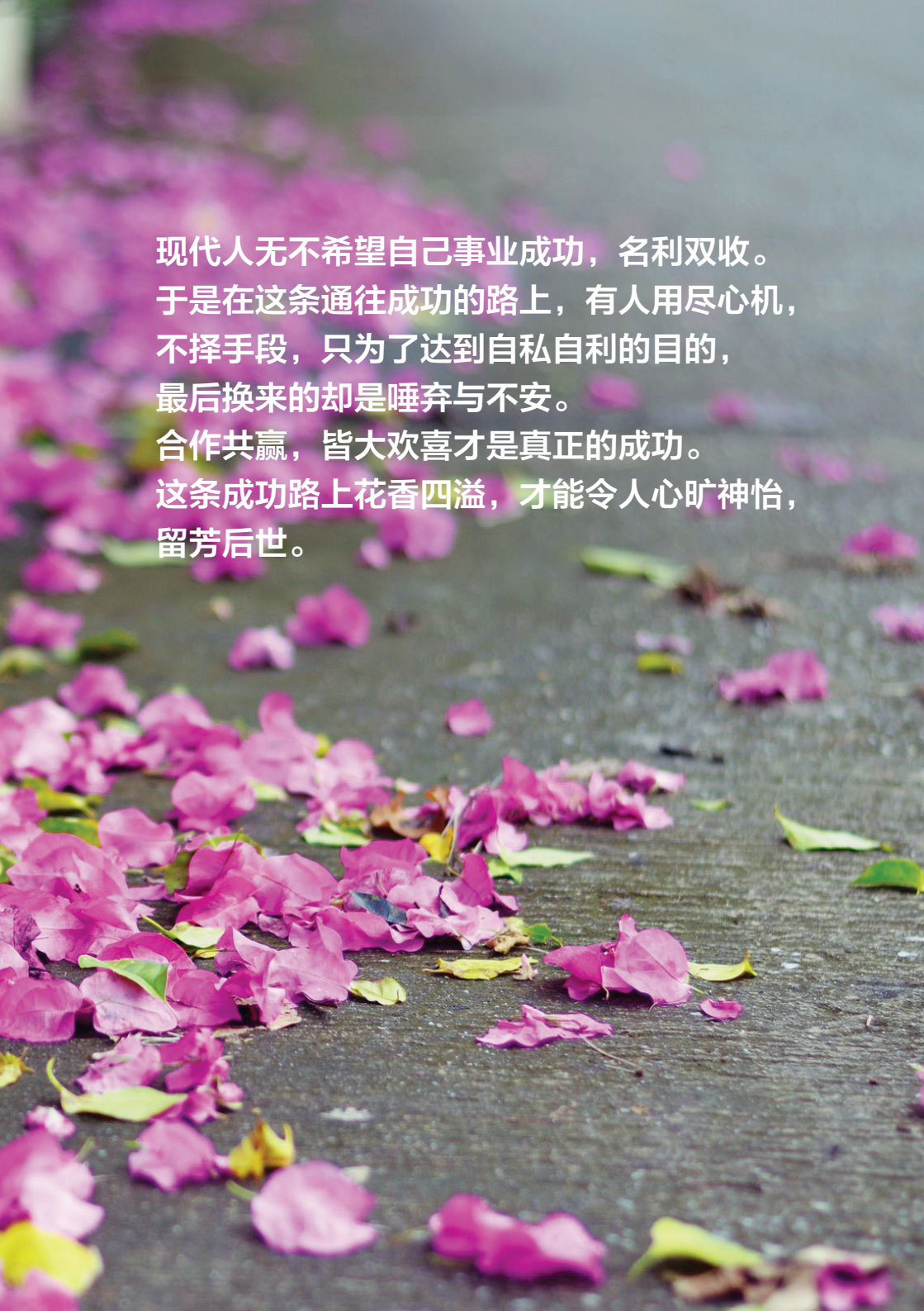
了解他人并不难，要了解他人，
先把自己的内心世界简单起来。

- ❁ 聪明是为自己服务，智慧是为大众服务；聪明是想拥有，智慧是想付出。

A close-up photograph of a dark, textured surface covered with numerous vibrant pink petals and some yellowish-green leaves. The background is softly blurred, showing a white cylindrical object and more greenery.

花香满路

名利篇



现代人无不希望自己事业成功，名利双收。
于是在这条通往成功的路上，有人用尽心机，
不择手段，只为了达到自私自利的目的，
最后换来的却是唾弃与不安。
合作共赢，皆大欢喜才是真正的成功。
这条成功路上花香四溢，才能令人心旷神怡，
留芳后世。



- ❁ 给自己一个自然、一个简单、一个信心与自由发展的空间，别一辈子都在追随世界的多姿多彩，一厢情愿的与名利、欲望与贪嗔痴为伴。
- ❁ 不为金钱的生命，不为名利的生命，最为可贵。
- ❁ 很多时候，高处不胜寒，心有余而力不足，力不从心。
- ❁ 你想要天下全部的利益，就要承受天下全部的麻烦，你受得了吗？承担得了吗？

没有钱，万万不能；
有了钱，也不一定万万都能。

- ❁ 私心太重，做人处事只是为了私利，只为自己的名利与欲望着想，永远干不了大事，也无法得人心。

独在顶峰， 寒风吹过，
我的寂寞， 谁能拥有？



别把全部的
时间用在**赚钱**，
应该留一部分的
时间在**用钱**。



- ❁ 命里有时终须有，命里无时莫强求——各安天命，是你的，一定是你的；不是你的，强求不了。
- ❁ “独乐乐不如众乐乐，众乐乐不如天下乐”，能够放下私利，大公无私，舍己为人的人不多，也真不容易。
- ❁ 平步青云，高高在上，呼风唤雨的时候，而不懂得自觉、自定、自律，也就是走向灭亡时刻的开始。
- ❁ 生活上需要的真的不多，而想要的却很多很多。人性的丑陋与弱点，就是不懂得知足常乐，只懂得贪得无厌，永无止境的贪恋与要求，与名利、欲望与贪嗔痴为伍结伴。


内心深处的感觉、感受最重要，
内心世界不快乐，讲什么都没用，
还在乎什么荣华富贵？

- ❁ 生命的过程中，难道只有追求名利、满足欲望，就没有其它选择了吗？比如：生命的意义、内涵与使命。

- ❁ “本来就没有”，想你拥有的，不要想你失去的，这样也许对你、对大家都比较好，也比较和谐开心。

鼓励正能量的话，不妨多说；
奉承的话是一种贪嗔痴，不妨少说。

- ❁ “无功不受禄”，不属于你的不要领功、不要拿，是一种学习、修养、层次与内涵。
- ❁ 大事，天下的事；小事，自己的事。自己的事情再大，只是为了个人所为，只是为了私利为了自己。自己的事情再大，也是小事。
- ❁ 成功的道路绝对不可能一帆风顺，光明会遇到黑暗的阻碍，正能量会遇到负能量的阻碍，很正常也很自然，这是成功的必经之路。
- ❁ 别想太多功和利，用最本真的慈悲心去看待众生，善待每一位前世的朋友，只问自心，莫问得失，你自然会获得最通透的安乐。



你想要天下全部的利益，
就要承受天下全部的麻烦，
你受得了吗？
承担得了吗？

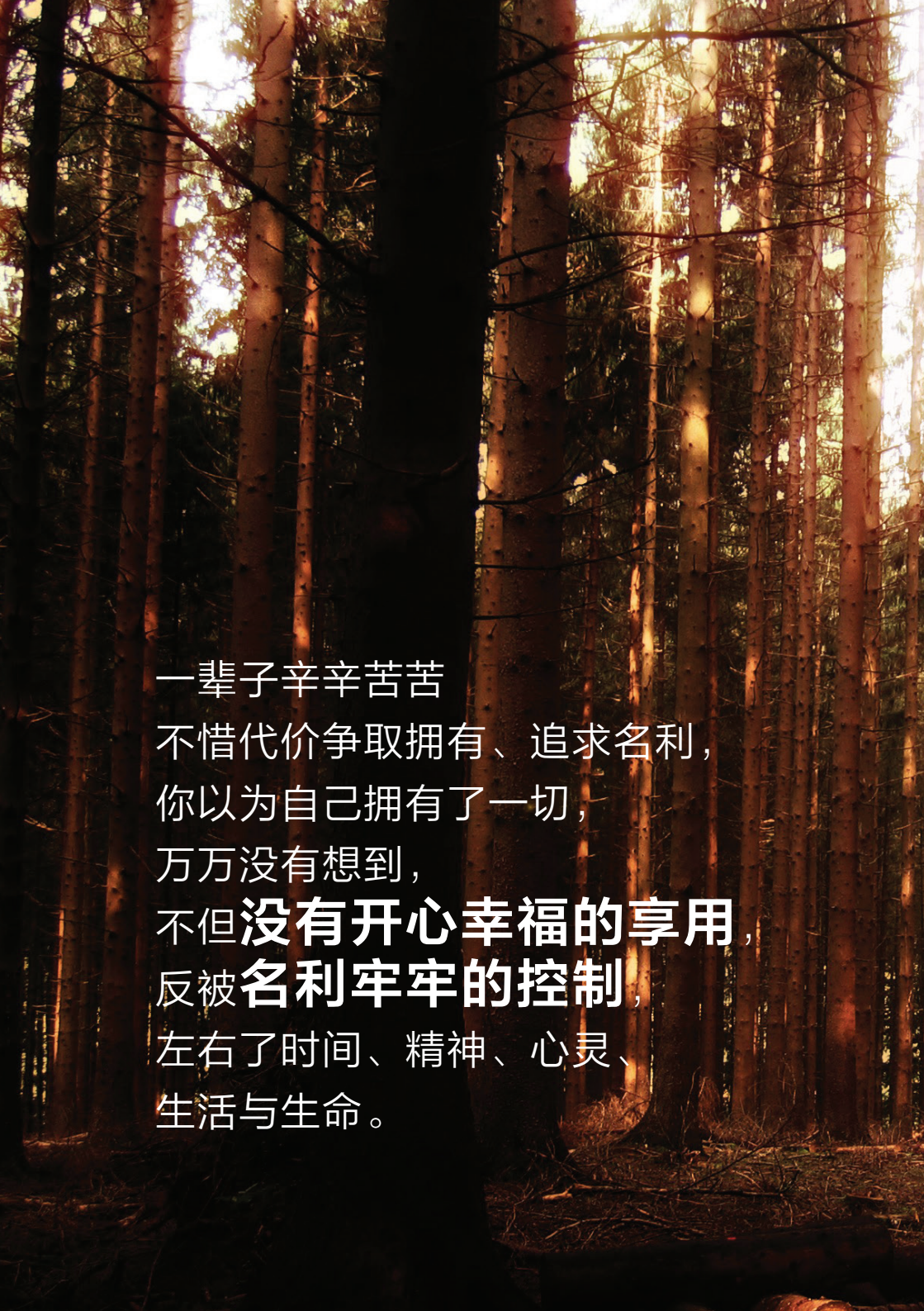
“独乐乐不如众乐乐，众乐乐不如天下乐”，
能够放下私利，大公无私，
舍己为人的人不多，也真不容易。

- ❁ 平凡的人做不平凡的事，要接受承担，经得起放下、冷漠、无情、孤独、名利、欲望与贪嗔痴。
- ❁ 一个人的成功，并不在于他多有钱，他拥有多少，权力有多大；而是在于他为社会做了多少事，帮助了多少人，改变了多少人，多少人因为他而得到幸福。
- ❁ 人怕出名猪怕壮，树大肯定招风，很自然也很正常。勇敢面对，肯接受，肯承担，习惯就好。
- ❁ 世间的残酷，人类的无情无义、贪嗔痴，让世界变得很可悲，很寂寞。
- ❁ 远离名利、欲望与贪嗔痴，就是最大的解脱，最大的智慧。
- ❁ 有钱并不是富有，心灵上的穷，是因为受不了，离不开名利、欲望与贪嗔痴的诱惑。

- ❁ “君子爱财，取之有道”，不赚不应该赚的钱，不赚不明不义之财。
- ❁ 头脑不清醒，生活只为了名利、欲望与贪嗔痴，想什么、做什么都是乱，都是虚空与假象，最后什么都没有，两手空空，心灵空白，生命白来。
- ❁ 取之不义的钱，留给子孙，子孙用了也不光彩，侮辱了子孙的人格与尊严。
- ❁ 没有钱，万万不能；有了钱，也不一定万万都能。

财散人聚，财聚人散。

- ❁ 钱很迷人，很好用，又很现实无情，大家都很想很多很多，从来都没有人嫌钱多。为了钱，出卖良心，出卖自尊，用不正当的手段争取回来，用了不光彩也没品味。
- ❁ 内心深处的感觉、感受最重要，内心世界不快乐，讲什么都没用，还在乎什么荣华富贵？



一辈子辛辛苦苦
不惜代价争取拥有、追求名利，
你以为自己拥有了一切，
万万没有想到，
不但**没有开心幸福的享用**，
反被**名利牢牢的控制**，
左右了时间、精神、心灵、
生活与生命。



- ❁ 财富并非享乐之基，而是付出之本，真正能够提升整个社会和平发展、和谐共处，就是慈悲、大爱、感恩、无限的奉献与付出，而不求名利、欲望、身份与地位。
- ❁ 一辈子辛辛苦苦不惜代价争取拥有、追求名利，你以为自己拥有了一切，万万没有想到，不但没有开心幸福的享用，反被名利牢牢的控制，左右了时间、精神、心灵、生活与生命。
- ❁ 其实快乐与幸福是那么简单，人类为了名利与欲望，把它复杂化了，给它太多压力。
- ❁ 独在顶峰，寒风吹过，我的寂寞，谁能拥有？

“无功不受禄”，
不属于你的不要领功、不要拿，
是一种学习、修养、层次与内涵。

- ❁ 做人处事太小气、太计较，处处只是为自己的利益着想，是和自己那颗宽容、慈悲与善良的心过不去。

“本来就没有”，想你拥有的，不要想你失去的，这样也许对你、对大家都比较好，也比较和谐开心。

- ❁ 活着都是凡人，讲放下都放不下，都离不开名利、欲望与贪嗔痴。
- ❁ 如果你想做大事、做好事，没有那个心量，很小气、很计较，不肯付出、不肯牺牲，只为自己的私利，看不开，放不下，斤斤计较，你不妨自己冷静下来想一想，这样有可能会成功吗？
- ❁ 世界不乱，人心在乱；生命不苦，人心在苦。这都是名利、欲望、贪得无厌与贪嗔痴惹的祸。
- ❁ 别把全部的时间用在赚钱，应该留一部分的时间在用钱。
- ❁ 生活的过程中，名利、欲望追求别太高，应该适可而止，也别太执着，会摧毁了你的生命。
- ❁ 鼓励正能量的话，不妨多说；奉承的话是一种贪嗔痴，不妨少说。

命里有时终须有，
命里无时莫强求——各安天命，
**是你的，一定是你的；
不是你的，强求不了。**



- ❁ 既然有缘在同一条船上，就尽心尽力而为，团结一致把事情做好、处理好，不要各怀心事，各自为营，私心私利，只为自己的名利与利益着想，损人不利己。
- ❁ 很多时候不是“缘分已尽”，而是名利、欲望、贪嗔痴、性格与个性把得来不易的缘分给抹杀了。
- ❁ 财散人聚，财聚人散。

远离名利、欲望与贪嗔痴，
就是最大的解脱，最大的智慧。

- ❁ 做生意斤斤计较占他人便宜，那就算了；做慈善斤斤计较占他人便宜，那就不应该，把自己的道德、人文、慈悲与光明给出卖了！
- ❁ 对得来不易的生命要好好珍惜，对生命赐予的价值与意义要好好尊重，不要为了名利、欲望与贪嗔痴，糊里糊涂、莫名其妙就这样过了一生。生命无法重来也不会重来。

- ❁ 讲理不在理，讲公不在公，只是为己见，自私又自利。
- ❁ 人多数烦恼、痛苦与忧伤，来自于攀比、不知足、名利、欲望、贪嗔痴及金钱的诱惑。
- ❁ 不妄语，重合同，讲信用，不占他人便宜，大公无私，处处以他人为重心、为出发点，不胡说八道、不吹牛，说得到，做得到，是一种层次与境界，一种文明，一种修行，一种修身养性。
- ❁ “人到无求品自高”，无欲则刚，就是一种境界，一种层次，一种无我。

其实快乐与幸福是那么简单，
人类为了名利与欲望，把它复杂化了，
给它太多压力。

- ❁ 有人就是这样，过河拆桥，眼里只有名利，无法对他人宽容，不是没有慈悲心，是无法慈悲。

- ❶ 自己的脑，自己的心都控制不住，自己的本尊也左右不了，影响不了，还这么执着，这么不懂事，什么都要，贪得无厌，什么都想拥有。拥有绝对是无常。
- ❷ 往往为了面子，为了欲望，赢得了面子，得到了欲望，却输掉了良心、道德、慈悲、智慧、关系、友情与亲情。

人怕出名猪怕壮，树大肯定招风，很自然也很正常。勇敢面对，肯接受，肯承担，习惯就好。

- ❸ 如果你贪得无厌，请适可而止，因为天下很大，世界上的钱你永远赚不完。如果你斤斤计较、心胸狭窄、没有心量、没有慈悲，赚回来的钱不舍得用，也不舍得花，没有舞台表现，那么赚这么多钱干嘛？浪费时间、生命与精神，已经失去了赚钱的使命、意义与价值。

路在脚下

人生篇



是的，只要相信“天无绝人之路”，
就能走出一条康庄大道。因为我们常说
“路是人走出来的”。



- ❁ 花这么多时间与精力去了解他人，你了解自己及身边最亲近的人吗？
- ❁ 花了这么多时间与精力去了解世界、社会与他人，为什么不花少许时间与精力去了解自己的内心有什么？真正想要什么？真正需要什么？这样也许会对自己好一点、公平一点。

当今世界，做秀的人多过做事的人，
就看你如何观赏。

- ❁ 害怕死亡，是不相信自己的生命，不了解生命的意义，怀疑自己的人生。
- ❁ 天下无绝对，天下“分久必合，合久必分”，没有永远的朋友，也没有永远的敌人。



人生是什么？

人生不是昨天、

今天或明天，

活着就是**珍惜当下**，

感恩当下。

孤军作战也是一种**考验**，
一种**经历**，一种**学习**，
一种**作战方式**。



- ❁ 人生的旅途中，肯定有很多事情发生，是人生的必经之路，很正常也很自然，是一种人生的经历与过程。最重要的是你能不能承担与接受。
- ❁ 生命就是感人至深的故事，就看你如何用心上演，如何用心对待，如何用心经营。
- ❁ 人生无常，无常人生。天下多少事，都付笑谈中，本来无一事，何必挂心中。
- ❁ 人生无法圆满，一切尽心尽力，用心对待处理，要对得起天地良心。

门里门外，外面看进来很幸福，
里面看出去很可悲。

- ❁ 搬弄是非者，必是是非人。谣言止于智者。
- ❁ 有情有义胜于无情无义，知恩图报胜于忘恩负义，雪中送炭胜于锦上添花。


- ❁ “路遥知马力，日久见人心”，可是当今社会，见不到人心。
- ❁ 生命不在于长短，在于意义、内涵、精彩与实在。
- ❁ 爱你的并非你所爱，疼你的并非你所疼——因缘。
- ❁ 做人做事，要懂得天高地厚，要知道天南地北。
- ❁ 患难见真情，比赛看结果，日久见人心。
- ❁ 很多人活着，只看见他人，没看见自己，久而久之，把自己给弄丢了。

执着的人生与性格， 肯定吃力不讨好，头破血流。

- ❁ 我没选择孤独，是孤独选择了我；我没有左右人生，是人生左右了我；我没主宰生命，是生命主宰了我。一切很想顺其自然，却往往无法自然。

爱你的并非你所爱，
疼你的并非你所疼
——**因缘**。





有得吵有得闹，
有时候也是一种幸福，
至少缘分还存在，
缘未尽。

- ❁ 人生最痛苦、最残忍的事情，不是死亡，而是活着时的后悔与抱憾。
- ❁ 真正的朋友，真正的情义，绝对不是锦上添花，而是雪中送炭。
- ❁ 你没有犯错，你只是很为自己着想，太爱自己而背叛他人。
- ❁ 世界上有很多人，只想简单的活着都没有机会，分分钟有生命危险。你的生活过得那么好，还那么多埋怨，那么多不满意，你到底想怎么样，是不是活得不耐烦？

当生命与健康离你远去的时候，
你重视的财富已经不再重要。

- ❁ 在朋友的困难上，看到自己的责任，走过去扶持一把，是一种境界，一种层次，也是一种光明、慈悲与正能量。

- ④ 当你开始在寻找生命的根源，生命的意义，生命是什么，生命会何去何从，想了解生命的无解之谜，你的生命就开始有光明、方向、内涵、价值、未来与意义，生命也会因此而没有白来。
- ④ 相识相知不是偶然，所有一切都是定数。


人生无常，宝贵的生命与时间， 不是拿来虚度、浪费与生气。

- ④ “各人吃饭各人饱，各人生死各人了”，自己的人生自己过，自己的生活自己活。
- ④ 真情就是真情，真情自然流露，真情无须伪装，也伪装不了。
- ④ “人生如戏，戏如人生”，人生就如天天在演戏，戏中真情真义，也假情假意。久而久之，不懂什么是真、什么是假，假假真真、真真假假。最终戏落幕了，曲终人散，生命因此也分不清真与假，而人生白来，枉费一生。

- ❶ 兄弟归兄弟，事实归事实，需要归需要。
- ❷ 生存是生存，生活是生活，生命是生命，各有千秋，各有定位。
生存是三餐温饱，生活是吃喝玩乐，生命是发光发热。
- ❸ 世界上有几十亿人，真正懂你的人不需要太多，也无法强求，别一厢情愿，自作多情。
- ❹ 人生是什么？人生不是昨天、今天或明天，活着就是珍惜当下，感恩当下。

只要有心，只要有缘，同乐同享，
用心体会，就是幸福，就是浪漫。

- ❺ 很多人一生中都没有上过台，也不懂站在台上的滋味是什么，感觉是什么。有机会在台上表演，无论时间的长短，舞台的大小，环境与心情的好坏，你喜欢不喜欢，你欣不欣赏，尽量用心去表演，用心去经营。



人生**没有圆满**，
圆满**不是人生**。



- ❁ 高处不胜寒，门里门外，知我心者，无须刻意；不知我心者，无须在意，一切随缘。
- ❁ 有些人不应该有钱，偏偏很有钱；有些人不应该有权力，偏偏很有权力——造化。
- ❁ 想通了，顿悟了，人生也只不过是一场游戏一场梦。
- ❁ 朋友在一起意见不合，不怕吵闹，不怕吵架，最怕的是不沟通、不说话，无理取闹，搞冷战。

我没选择孤独，是孤独选择了我；
我没有左右人生，是人生左右了我；
我没主宰生命，是生命主宰了我。
一切很想顺其自然，却往往无法自然。

- ❁ 做人处事要光明正大，要有涵养，他人没有讲的话，你替他讲了，而且是恶言，切记因果随身。

- ❁ 你的苦，绝对不是天下最苦；你的痛，绝对不是天下最痛；你的冤，绝对不是天下最冤，千万不要天天喊苦、喊痛、喊冤。
- ❁ 是兄弟，存心里；不是兄弟，就是随缘。

天下无绝对，天下“分久必合，合久必分”，没有永远的朋友，也没有永远的敌人。

- ❁ 人生没有圆满，圆满不是人生。
- ❁ 高处不胜寒，寒意乐共享。有你在深处，寒意渐渐暖。
- ❁ 锦上添花，无处不在，满街都是，绝对不会物以稀为贵。雪中送炭，难得拥有，才是稀有。
- ❁ “人生如戏，戏如人生”，一场游戏一场梦。你要从梦中醒来，还是醒在梦中？

- ❁ 执着的人生与性格，肯定吃力不讨好，头破血流。
- ❁ 现实社会，讲的人太多了，而且都讲得很好；做的人太少了，力行者更少。你平静三思后，决定要归队哪里？
- ❁ 生活的道路上，到了十字路口，是一种决定、更新、改变和提升，让你继续往前，走更远的路，做更大的事。

人生无法圆满，一切尽心尽力，
用心对待处理，要对得起天地良心。

- ❁ 如果一件重大的事，有意义的事，任重道远的事，关系到很多很多人的事，只是开开会、说说话，就能够把任务完成，解决摆平，那就天下太平、天下幸福、天下开心了。
- ❁ 一江春水向东流，不知何日能相逢，来如轻烟去如梦，只留回忆在心中。



花这么多时间与精力去了解他人，
**你了解自己及
身边最亲近的人**吗？

人生的旅途中，
遇到瓶颈是一种
提升生命的开始。



- ❁ 你面对的只有一个人，就是你“自己”，他面对的是“众生”，不在同一个层次、同一个层面，无法相对论，无法做比较。
- ❁ 拥有时，往往不知道什么是拥有；失去了，才知道什么是拥有，才知道拥有是什么，才想好好珍惜拥有、怀念拥有。但拥有也是一种缘起缘灭，已经远离你而去。


生命不在于长短，在与意义、 内涵、精彩与实在。

- ❁ 造成他人受伤害，就应该道歉，对他人做出补偿，请求他人原谅，对自己的良心才有个交代，才能心安理得。
- ❁ 不要因为他与你有一层关系与缘分，就贪得无厌、无止境的要求他对你付出与贡献，过分的侵占关系与缘分。不妨冷静下来合理的想想，你曾几何时为他着想、为他付出过。

- ④ 用心，用心再用心；
谦卑，谦卑再谦卑；
慈悲，慈悲再慈悲；
感恩，感恩再感恩；
承担，承担再承担。

世界上有几十亿人，
真正懂你的人不需要太多，也无法强求，
别一厢情愿，自作多情。

- ④ 一个出卖你的人，对不起你的人，二十年后，还有机会见面，是真正考验你的宽容心的时候，因为你极有可能旧事重提。
- ④ 走在路上的陌生人，没有伤害你，没有骚扰你，都是你的贵人，因为无常，无常就是意外，不可预测的发生。
- ④ 想说对不起，就说；想解释清楚，就解释。不要等呀等，有可能就再也没机会说，再也没机会解释。



想通了，顿悟了，
人生也只不过是
一场游戏一场梦。

- ❁ 对你好的人，无论有多好，好就是好，尤其是疼爱你的人，关心你的人，一生都在你身边做出贡献和付出，用心照顾你，无怨无悔替你消灾解难，无论发生什么事情都不逃避，为你解除困难，把身上拥有的，把辛苦赚来的与你分享，一心一意陪伴着你的人，你一定要懂得知足、惜福、惜缘、感恩。

人生最痛苦最残忍的事情， 不是死亡，而是活着时的后悔与抱憾。

- ❁ 人生如梦，梦如人生，难得梦醒时分。
- ❁ 关关困难关关过，且行且珍惜；在于承担、信心、勇敢、勇气、坚持与坚定。
- ❁ 能够开心出门，平安回家，就是一种福报，一种得来不易的幸福。
- ❁ 人死留名，豹死留皮。不妨替自己留条后路，替自己想想，将来会留下什么。

- ④ 门里门外，外面看进来很幸福，里面看出去很可悲。
- ④ 事情发生了，不要一直不服气、不妥协、不认输、不接受，不要一直问他人或者对方为什么，为什么，不妨问问自己为什么。
- ④ 人生无常，宝贵的生命与时间，不是拿来虚度、浪费与生气。
- ④ 我对社会所做的只是沧海一粟，还在学习三轮体空，谈不上什么贡献社会。
- ④ 风光的时候，很多人围着；失败的时候，身边没有人。

别以为有人的地方才有问题，
没人的地方也会有问题
——自己和自己找问题。

- ④ 活着不易，活着不苦，活着幸福，活着感恩，活着承担，活着付出。





- ☉ 天天学习，天天承担，天天改变，天天提升，天天向上，天天向善。

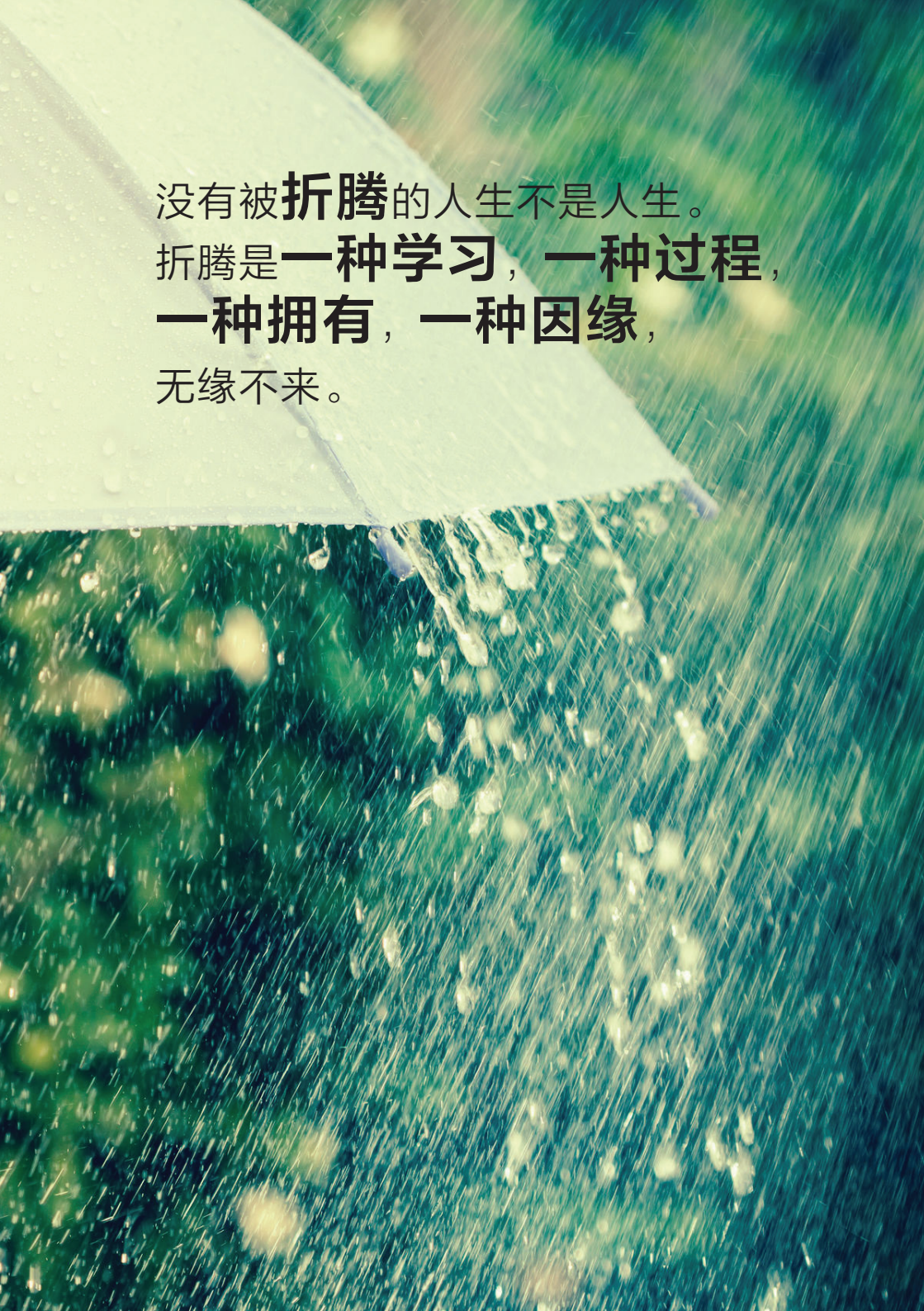
人生的道路上，做人处事要适可而止，
不要得寸进尺，
不要用聪明来侮辱他人的智慧。

- ☉ 可怜无知的人类，不懂得生命可贵，不懂得珍惜生命，不懂得生命的意义与良知是什么，分分秒秒在彼此猜疑，彼此威胁，彼此对抗，彼此消灭，真是可悲！
- ☉ 夜深里，是一头；黎明时，另一头。人生的道路总有一头，总是一头。
- ☉ 有些时候，有些事情，气势很强，场面很大，但极度虚空，也很假象，容易曲终人散。有些时候，有些事情，气势稳重，场面不大，但意义深重，光明磊落，慈悲为怀，救人救命，普度众生，永存心中，永存感恩。

- ❁ 现代社会、现实社会，忍一时风平浪静，已经提升至忍几时风平浪静；退一步海阔天空，已经提升至退几步海阔天空。
- ❁ 自己做了决定，自己做了选择，就不要埋怨。埋怨做不了大事，也于事无补。
- ❁ 当生命与健康离你远去的时候，你重视的财富已经不再重要。
- ❁ 人生最怕的是迷茫，失去了方向，迷失了自己，往往找回自己的时候，已经不是原来的自己。

做人做事，要懂得天高地厚，
要知道天南地北。

- ❁ 世界变了，社会越来越无情无义，雪中送炭远远不如落井下石。
- ❁ 人生的旅途中，遇到瓶颈是一种提升生命的开始。



没有被**折腾**的人生不是人生。
折腾是一种**学习**，一种**过程**，
一种**拥有**，一种**因缘**，
无缘不来。

- ❁ 人只要活着的一天，就无法安静与平静，只是想多想少，动多动少，要多要少，即使你的境界很高很高，超群脱俗，也绝对不可能什么都不要，什么都不在乎，什么都看得开，什么都能放下，别自欺欺人。
- ❁ 生命不在于长短，在于精彩与实在。精彩与实在不在于生活的拥有与成绩，而在于如何发挥生命的意义与价值，如何付出与贡献，感恩回馈社会，“取之社会，用之社会”。

各人吃饭各人饱，
各人生死各人了。
自己的人生自己过，
自己的生活自己活。

- ❁ 人都是这样，拥有了，不再珍惜，失去时，总觉得可惜。
- ❁ 至亲至亲，有时候还真的有理说不清。

- ❁ 孤军作战也是一种考验，一种经历，一种学习，一种作战方式。
- ❁ 人生没那么简单，没那么容易，绝对没有随心所欲，只有盼望随遇而安。
- ❁ 进了江湖，才知江湖，退了江湖，留恋江湖。人生处处是江湖，生活本来是江湖。
- ❁ 你走过的路，都是他人辛辛苦苦得来不易留下的路。曾几何时，你也为他人开路，让他人走你开的路？

生命就是感人至深的故事，
就看你如何用心上演，如何用心对待，
如何用心经营。

- ❁ 年纪大了，记忆力会越来越不好；年纪轻的，记忆力也不一定会好，因为现实社会人们欣赏也喜欢“过河拆桥，忘恩负义”。

关关困难关关过，
且行且珍惜，
在于承担、信心、
勇敢、勇气、
坚持与坚定。



人生最怕的是**迷茫**，
失去了方向，**迷失**了自己，
往往找回自己的时候，
已经不是原来的自己。



- ❁ 和你有缘的人，只会照顾你疼爱你，不会和你吵和你闹；和你无缘的人，和你吵和你闹，理他也没用，于事无补，只有远离。
- ❁ 人生最大的悲哀是无人相信你，连自己也相信不了自己。
- ❁ 一个人没有压力，没有改变，没有进取，没有接受，没有承担，没有付出，没有取舍，绝对无法成长，无法前进。

天天学习，天天承担，天天改变，
天天提升，天天向上，天天向善。

- ❁ 没有被折腾的人生不是人生。折腾是一种学习，一种过程，一种拥有，一种因缘，无缘不来。
- ❁ 有时候做人处事不要太过在乎，太过斤斤计较，不要太聪明，聪明往往反被聪明误，做人“难得糊涂”。

- ❁ 会哭的人不一定会流泪，会流泪的人不一定会哭。知道接受、肯承担，懂得痛的人不会哭也不会流泪。
- ❁ 别以为有人的地方才有问题，没人的地方也会有问题——自己和自己找问题。


能够开心出门，平安回家，
就是一种福报，一种得来不易的幸福。

- ❁ 好与坏，美与丑，对与错，要与否，受与弃，一切所有都是在于——分别心。
- ❁ 你我他，你的、我的、他的，这么计较，分得这么严格，分得这么清楚，都是“无知无解”，其实都是众生，众生哪里分你我，还分这么多山头。
- ❁ 当一个人不需要面子的时候是最有面子的时候，当一个人不需要尊严的时候是最有尊严的时候，是一种修养，一种内涵，一种层次，一种境界。

- ❁ “读万卷书不如行万里路”，出来就是学习，就是交流，就是承担。
- ❁ 真心话不好听，很难入耳，不妨多一点耐性，用心经营，用心接受。
- ❁ 生命可贵，生命难得，坐呀坐呀，等呀等呀——无常随身，等待无常。
- ❁ 做大事，做不寻常的事，做社会的事，众生的事，要忘了自己是谁——无我。

自己做了决定，自己做了选择，
就不要埋怨。埋怨做不了大事，
也于事无补。

- ❁ 拥有太多而不懂得尊重拥有，不懂得管理、分享与承担，是一种罪过，一种无知。
- ❁ 当今世界，做秀的人多过做事的人，就看你如何观赏。



人生没那么简单，没那么容易，
绝对没有**随心所欲**，
只有盼望**随遇而安**。



- ❁ 人生的道路上，做人处事要适可而止，不要得寸进尺，不要用聪明来侮辱他人的智慧。
- ❁ 人在没有选择的余地、绝望的时候，即使不想做的决定，也可能选择去做。
- ❁ 掌声是一种鼓励，一种文化，一种交流，一种加持，我对掌声从来不会吝啬，懂得艺术，有进取心的人，更不应该吝啬。

你的苦，绝对不是天下最苦；
你的痛，绝对不是天下最痛；
你的冤，绝对不是天下最冤，
千万不要天天喊苦、喊痛、喊冤。

- ❁ 如果你时时刻刻在为自己做事，为自己服务，却还存在这么多问题与麻烦，那就无语了，必须好好用心检讨检讨自己。

- ❁ 很多人活着，只是想看见自己喜欢看见的；不喜欢的、不想看见的，都视若无睹。时间久了，反而把自己的真善美给出卖了。


活着不易，活着不苦，活着幸福，
活着感恩，活着承担，活着付出。

- ❁ 生活的过程中，假动作多，作假太多，心都变成假的，虚伪的。
- ❁ 只要有心，只要有缘，同乐同享，用心体会，就是幸福，就是浪漫。
- ❁ 当今世界，如果讲几句话，看看表面，你就能了解一个人，看懂一件事——你肯定不是人。
- ❁ 有得吵、有得闹，有时候也是一种幸福，至少缘分还存在，缘未尽。
- ❁ 红尘滚滚，滚滚红尘，来也红尘，红尘去也。

- ❁ 幸福没有不劳而获，是一种因缘具足，总是会有代价，总是要有付出，无法争也无法抢。争回来，抢回来的幸福是假幸福，是虚空与假象，无法真诚以待，很快就会远离你而去，留下的只是无奈、无助、伤心与遗憾。

害怕死亡，是不相信自己的生命，
不了解生命的意义，怀疑自己的人生。

- ❁ 成也风云，败也风云，都是风云；风云为何，为何风云；风云再起，风云际会，结果风云。
- ❁ 生命无限，本来无我，坦然承担，无喜无忧。
- ❁ 懂得生活，享受活着。活得有目标、有理想、有意义、有价值，这才是生命的大道理。
- ❁ 别让昨天的悲伤，浪费今天的眼泪。
- ❁ 生老病死，喜怒哀乐，悲欢离合。



相识相知不是偶然，
所有一切都是定数。

- ❁ 世界太大，这个世界绝对不会围着你转，好好反省也好自为之。
- ❁ 各安天命，不要一直与他人做比较，把自己的志气、信心与自尊心给伤害了，不值得这么做。
- ❁ 当你没得选择的时候，才知道有得选择是一种幸福。
- ❁ 别小看一瞬间、一刹那，很可能就是永恒，就是结果。

你走过的路，都是他人辛辛苦苦得来不易留下的路。曾几何时，你也为他人开路，让他人走你开的路？

- ❁ 早晚都得死，要死得有价值；早晚都得走，要走得有意义。
- ❁ 生命是由每一分、每一秒累计组织而成，没有捷径，没有不劳而获。

- ❁ 因为无常随身，生命无常，把每一天当着是活着的最后一天，不计较，不张狂，不嗔不痴，用正面、宽容、慈悲、感恩与光明地对待人生，对待生活，让生命活得更精彩，更有意义，发光发热，不让生命留白。

很多人活着，只看见他人，
没看见自己，久而久之，
把自己给弄丢了。

- ❁ 在坟场，看到鲜花？看到坟墓？看到生命？人生的境界、智慧与层次。

安宅正路

善行篇

以仁居心、以义行事的作为，就是所谓的
“安宅正路”，也是理想中的处世正途。
有路必有福，有路必得胜。





- ❁ 就算给你拥有很多，有权又有势，但却很吝啬、很小气，心胸狭窄，不舍得用、不舍得花，没有慈悲、感恩与大爱心，不肯付出，那永远也是个“穷者”。
- ❁ 行善二十多年，三轮体空，所有一切在于感恩。
- ❁ 拥有了很多，不舍得付出，对不起良知，对不起社会。

万事以和为贵，凡事以慈为先。

- ❁ 做义工、当志工，志愿服务是一种付出，一种感恩，应该大公无私，不为私利，不谈条件，不求回报。
- ❁ 施无畏，只要是慈悲的、仁善的、光明的、正道的、正能量的，能承受多少是多少，能付出多少是多少，往前看，坚定不移，坚持到底，勇敢走下去。

繁华进步的社会，
没有慈悲包容心，
无法同理与和谐，
只是**梦幻如泡影**。



一花一世界，
一心一行善。



- ❁ 如果你对社会上不幸的弱势群体视若无睹，肯定是不懂生命的真谛与慈悲的真理。
- ❁ 一只鸟自由自在地在天空飞翔，你怎能一枪就把它打了下来？一条鱼自由自在地在大海游着，你怎能用鱼钩把它钓了上来，然后让它活生生地在空气中慢慢地死亡？——请大家尊重生命。
- ❁ 万事以和为贵，凡事以慈为先。

只要是善行，对得起天地良心，
知道自己在做什么，
就不需在乎他人的闲言闲语。

- ❁ 慈善是用心用心再用心，慈悲慈悲再慈悲。慈悲三轮体空，不是交易，不是一种买卖。
- ❁ “讲好话，存好心，做好事”；给人欢喜，给人希望。

- ❁ 心善、心美、心慈、心好，是光明、正能量，比什么都好，永远胜于一切。
- ❁ 越是简单，越是随和；越是包容，越是慈悲；越是大爱，越是感恩。
- ❁ 不要因为他的善良、他的慈悲、不计较，而当他是傻瓜与笨蛋。别一直占他人便宜，让他人吃亏，当他人是个大傻瓜，他人不跟你计较，并不是他人傻、他人笨，是因为有智慧、有宽容心、有慈悲心，惜福、惜缘，不和你一般见识。
- ❁ 慈悲之心，触手可及，因为人心，遥远莫及。

拥有了很多，不舍得付出，
对不起良知，对不起社会。

- ❁ 慈悲为怀，普度众生，救人、救命很重要，是生命中的大事。
- ❁ 一株菩提，四季常青；一株菩提，常在心中。

己所欲，施于人。

施人与善，广种福田。

自己种下的，当然也是自己收获。

你所给予的，都会回到你身上。



一个微笑，一句安慰，
一点帮助，一次分享，一个信息，
可以融化沉重的脸，可以鼓舞丧气心田，
可以减轻人生重担，可以激发潜力，
可以温暖疲倦，可以得到光明。

- ❁ 慈善就不要讲太多不是慈悲的话，不要做太多不是慈悲的事。
- ❁ 拥有这么多，但吃得了这么多吗？用得了这么多吗？不如广结善缘，发发慈悲、感恩与大爱心，分一些与他人共享。
- ❁ 真慈善没有这么多小动作、假动作，完全没有和私利挂钩，而且应该三轮体空，真情真意由心而发，无限付出、无限奉献。
- ❁ 当事情发生时，多数人为了自己的私利而产生摩擦、争吵，不愉快，只有慈悲、大爱、感恩与大智慧者，没有这个问题存在，因为懂得看到问题，解决问题。问题就是一种过程，一种经历，一种学习。

- ☀ 爱充满信心、活力、希望，光明磊落，有感觉，有感动，有慈场，慈悲为怀，慈悲喜舍，施无畏；爱无国界，大爱无限、无边、无量、无疆。
- ☀ 爱心没有计较，不分大小，不分彼此，不分高低。每个爱心都是散播慈悲与感恩的种子。
- ☀ 将心比心，换位思考，在他人的困难上，看到自己的责任与慈悲心。
- ☀ 慈悲为怀，广结善缘，积极行善，面向光明正大，任重道远。虽然是条康庄大道，但往往是条“不归路”。

心善心就亮，无处不在，
无处不亮，不分昼夜。

- ☀ 己所欲，施于人。施人与善，广种福田。自己种下的，当然也是自己收获。你所给予的，都会回到你身上。

心善、心美、心慈、心好，
是光明、正能量，比什么都好，
永远胜于一切。





- ☼ 我慈悲你幸福，你慈悲我幸福，天下慈悲天下幸福。
- ☼ 天下的事，天下解决，天下一起行善做事、行善积德，不是很好吗？为什么要这么多“是非”？
- ☼ 看他人不顺眼是自己修养不够，慈悲层次与内涵还不到位。原谅他人，肯定是善待自己。
- ☼ 共生吉祥，和睦共处——天下大爱同理心、慈悲心、感恩心，你存了什么心？


要坚定不移做一件好的事情。
善的念头，无论大小，可真不容易。

- ☼ 不要轻易喊苦，不要轻易喊累，不要轻易放弃，只要是光明的、好的、正面的、善的、有意义的，无论遇到什么困难、什么挫折、什么阻碍，一定要用心不屈不挠地坚持到底，不要放弃。
- ☼ 给人方便，给人希望，多在乎他人的感受，多为他人着想，也是一种付出、行善与慈悲。

- ❁ 要坚定不移做一件好的事情。善的念头，无论大小，可真不容易。

越是简单，越是随和；
越是包容，越是慈悲；
越是大爱，越是感恩。

- ❁ 做人处事，心有善根，心地善良，总是好的。
- ❁ 你每天做的事情比他人多，付出比他人多，接见的人也比他人多，遇到的麻烦与困难也会比他人多，很自然也很正常，无须太费心、太挂虑，只要是大公无私，不是为了私利，光明正大，何乐不为。
- ❁ 只要是善行，对得起天地良心，知道自己在做什么，就不需在乎他人的闲言闲语。
- ❁ 你不知道他人的感受与处境，也有可能不知道他人的境界与层次、目标与使命，所以不要以个人的思维模式及感观追求，随意做出批评。

A hand holding a lit sparkler in a dark forest at night. The sparkler is bright and glowing, with many sparks flying out. The background is dark and blurry, showing the silhouettes of trees. The overall mood is warm and celebratory.

把**欢乐**带给大家，
把**悲伤**留给自己。

- ❁ 心善心就亮，无处不在，无处不亮，不分昼夜。
- ❁ 一花一世界，一心一行善。

我慈悲你幸福，你慈悲我幸福， 天下慈悲天下幸福。

- ❁ 把欢乐带给大家，把悲伤留给自己。
- ❁ 造福者，得人心，慈悲、大爱、感恩胜于天下。
- ❁ 拿大众的钱为大众做事，行善付出义工服务，责任重大关系天下，必须问心无愧，对得起天地良心，天下为先天下为公，必须广结善缘，慈悲为怀，宽容感恩，大爱无疆，只为公利不为私利，只为公心不为私心，任重道远普度众生，只有承担承担再承担，付出付出再付出，感恩感恩再感恩。
- ❁ 人的尸体是尸体，螳螂的尸体也是尸体。人的命是命，蚂蚁的命也是命，彼此尊重。

- ❁ 捐钱行善，除了在帮助他人解决困难，离苦得乐，其实也在帮助自己发挥生命的意义与价值，发扬光大自己那颗善良与慈悲的心。
- ❁ 上半生为自己服务，下半生为他人贡献，付出剩余的生命救苦救难，解除他人的困难与病痛，让他人离苦得乐，尽心尽力而为，创造幸福生活。
- ❁ 其实在我的内心，早已放下，万万没想到，为了感恩、大爱、付出与慈悲，再次提起来。
- ❁ 选择善良因为慈悲，选择接受因为放下，选择承担因为因缘，选择付出因为感恩，选择大爱因为生命。

做人处事，心有善根，心地善良，总是好的。

- ❁ 开口慈悲，闭口慈悲；开口感恩，闭口感恩，你行动了吗？付出了吗？还是“只闻楼梯响，不见人下来”，只光说不练，纸上谈兵？

爱心没有**计较**，不分**大小**，
不分**彼此**，不分**高低**。

每个爱心都是散播慈悲与感恩的种子。



万事**以和为贵**，
凡事**以慈为先**。



看他人不顺眼是自己修养不够，
慈悲层次与内涵还不到位。
原谅他人，肯定是善待自己。

- ❁ 只看到他人的不好，看不到他人的好，那还需要修身养性，因为慈悲心不够。
- ❁ 行善，可行可不行。慈善，慈悲为怀，由心而发，分分秒秒必须行。
- ❁ 生之所在，人之所在，为恩而为，为义而为，为善而为，为众而行。
- ❁ 繁华进步的社会，没有慈悲包容心，无法同理与和谐，只是梦幻如泡影。
- ❁ 做人处事一定要有慈悲与感恩心，不要缺德缺义，不要看到他人善良就好欺负，老是占他人便宜，欺负他人，违背了道义，违背了良心。
- ❁ 奉善奉行，奉行天下，活着就有活动，活动就是慈悲。

- ☀ 一个微笑，一句安慰，一点帮助，一次分享，一个信息，可以融化沉重的脸，可以鼓舞丧气心田，可以减轻人生重担，可以激发潜力，可以温暖疲倦，可以得到光明。

给人方便，给人希望，
多在乎他人的感受，多为他人着想，
也是一种付出、行善与慈悲。

- ☀ 慈悲喜舍没有不劳而获，一定要付出代价，代价有多高、多重，就因人而异、因缘而定，就看你的慈场有多强，良心有多大，道德有多好，感恩有多重。
- ☀ 勿信所听，半信所见，即使你亲眼看到，也不一定是真的，要懂得分辨光明，分辨是非，分辨假消息、负能量的来源，传到你身上，一定要用道德、智慧与良心，分辨真假，分辨是非，不能让负能量继续传播下去，疑惑人心，危害大众。



一株菩提，**四季常青**；
一株菩提，**常在心中**。

朋友 的真谛

由脑而发，由心而定
珍惜得来不易的缘分与生命
服务社会造福人群

荣辱不惊，悲喜不乱，共同承担，自如自然

为他人着想，不给他人麻烦，不给他人挂碍
是一种内涵，是一种义气
他肝胆相照，关键时刻，事实会证明

有缘相惜，无缘不在

自清而清，自然而然
自如而如，自悦而悦

天知、地知、你知、我知
公道自在人心

内诚于心，外诚于人
问心无愧，对待他人

让世界多姿多彩
让我们如此美丽
让我们如此相惜
让我们如此伟大

不分你我，共同承担
共同学习，共同提升
没有谁对谁错
只有接受，只有承担

就是那么的简单
那么的有意义
它并没有想象的那么复杂

真正的朋友
不论身在何处
总是处处关心
时时慰问

卓顺发与您分享 祝福 感恩



感悟 人生

众生知**感恩**，而天下**安宁**；
众生知**自觉**，而天下**太平**。

独乐乐不如众乐乐，众乐乐不如天下乐。

知足常乐：知足自己，常乐大家。

走路不要太重，路会痛。

一切所有适可而止，点到为止。

得饶人处且饶人。

一个感恩的人懂得惜缘，一个惜缘的人懂得慈悲，
一个慈悲的人懂得大爱，一个大爱的人懂得付出，
一个付出的人懂得放下，一个放下的人懂得自在，
一个自在的人懂得快乐与幸福。

没有一颗宽容、慈悲、善良、感恩与大爱的心，
给你再多钱，也派不上用场，
再富有，也是虚空与假象。

名利无止境，欲望无止境，追求无止境。
不要贪得无厌，点到为止，够就好。
别让自己迷惑而迷失一生，浪费宝贵的生命。

一个人的外表，一个人的美丽，会随着时光而消逝。
一个人的慈悲与内涵，会常存永在，发光发热。

活着的时候，太多比较，欲望、执着、
嚣张、逞强、贪嗔痴与放不下，
走时就越多遗憾与后悔。

大事：别人的事；小事：自己的事。
大事：有意义的事；小事：没意义的事。
处理大事的人，不会在乎小事；
在乎小事的人，处理不了大事。



欲望、名利、身份、地位及物质的享受，
是生活的一部分，不是全部。
别看得太重，而影响了简单是幸福的生活，
及生命的意义与信念。

以智慧来处理是非，恭敬来接待他人，
道德来修养身心，慈悲来做人处事。

接受、放下、改变、学习与提升自己，
走更远的路，做更好的事。

当一个人不需要面子的时候，是最有面子的时候。当一个人不需要尊严的时候，是最有尊严的时候。世面上会有很多人，认为你所做的一切，所有的贡献与付出，是个人所为，是在追求名利。如果你的内心与意念没这么想，就无谓这么在乎，这么在意。

现代社会经济挂帅，有人的地方，就有利益上的关系，就会有冲突、有比较、有争执，是大自然的道理，这很正常，看你如何消化，如何接受。

很多人很有钱，你不尊重他，因为他除了有钱，其他什么都没有，只剩下有钱。

很多人没有钱，却有内涵、自尊、人格与慈悲，很值得你尊重。

患难见真情。比赛看结果。盖棺论定。

现实社会，现实环境，有时候发生事情，为了个人利益，兄弟都背叛兄弟，何况是朋友。朋友或兄弟，为了个人利益，出卖了你，很正常也很自然，是在考验你，不要伤心，不要失望。

生活需要的不多，往往想要的却很多很多，无止境的想要，来满足贪得无厌的欲望。生活简单就是美丽，可是，现代社会，多数的人不喜欢简单，向往复杂，挑战复杂。

在别人的困难，看到自己的责任，不要把痛苦建立在他人身上。

卓顺发与您分享 祝福 感恩



善济医社
Sian Chay Medical Institution

Since 1901

善济医社 百年积善
仁心仁术 保健养生
施医赠药 造福社会

清朝末年（1901年），中国沿海一带的贫民百姓因生活困苦，漂洋过海，到南洋谋求生存，南洋气候炎热，潮湿多雨，瘟疫易生，患病日增，到来先辈，经济拮据，往往贫病交加，处境堪怜。见到此种情景，一批善心人士，共襄义举，筹组了善济医社，为贫苦病患服务。

善济医社成立后，得到各地热心人士的赞助与鼎力支持。善济医社的施医赠药不但为新加坡本地人服务，一些远在新山的贫病者也前来求诊。要维持每年庞大的医药开销是相当不容易的，除了依靠社会上各界的鼎力支持，本社诸先贤及董事们还不辞劳苦，沿户筹款，甚至骑着脚踏车远赴新山等地筹募经费。社务日渐发展，由于病患者日益增多，维持经费相对提高。热心公益事业的印尼企业家王振煌先生和新加坡名流林推迁先生，赞助巨款，购得明古连街124号之大厦为永久社址，奠下拥有产业的基础。

1916年，善济医社从维多利亚街迁入明古连街124号。王振煌先生、林推迁先生这两位的热心公益人士如郭可济、张文流、张淑源、王友海等诸位先贤及大众、商家、社员，大家群策群力，无私付出，这伟大的贡献，永远为后人铭记。

善济医社购置芽笼路610号作为医社新址，于1979年正式迁入。初期诊治病患人数由开始约1.6万人次，逐年增多。最高时达到4-5万人次，平均每月诊治4000人次。病人的增多，是社会大众对医社信任、鼓励和支持，更加强了董事会及全体同仁对办好医社的宗旨及信念。

经过一百多年的辛勤耕耘，在漫长的历史长河中，善济医社百年如一日，为贫困大众服务，从未间断过。不分阶层、种族和宗教，均一视同仁，施医赠药，造福人群。

2008年至今第七十八届理事会成立，由主席卓顺发、副主席林雍杰、邱汉春、郭观华、总务张仰兴、交际主任蔡瑞华、财政郭来兴等领导的理事会及全体董事们，秉承着先贤们的宏愿，跳出传统的框架，与时俱进，走入邻里社区，接二连三，开设分社，服务民众！同时也积极参与社区慈善活动，同时宣扬健康意识，鼓励保健活动，为乐龄人士灌输预防胜于治疗的理念，回馈广大社会大众，发扬“善济·积善”精神。

尊敬的信念、尊敬的方式、尊敬的态度、尊敬的行为、是慈善最好的尊重基础。善济医社卓顺发主席在服务及传承方面，坚持秉着五大文化价值观：“**宽容、大爱、慈悲、感恩和祝福**”，配合国家建设、创造和谐社会，善

济医社积极推动“**有国才有家，家和万事兴**”、“**善与国同在，济与民同心**”的宏观信念。鼎力支持福利事业，积极参加各社区、团体、联络所等的慈善活动，回馈社会。

2012年8月12日，后港分社由我国总理李显龙先生主持开幕仪式。李总理给予善济医社高度赞扬，赞扬百年善济走出原地，到更广泛的区域继续服务大众，服务社会。

2013年10月5日，榜鹅南分社由我国副总理张志贤先生主持开幕仪式。陪同的有国会议员颜添宝先生。张副总理褒扬、认可善济医社惠及居民的服务。同时也邀请善济医社到白沙西开设分社为白沙居民服务。

2013年10月5日，善济医社与榜鹅南公民咨询委员会合作，在榜鹅南成立了康乐中心，由我国副总理张志贤先生主持开幕仪式，至今已为上万多名居民服务。

2014年2月24日，总理公署高级政务部长王志豪先生莅临访问善济医社总社，认为善济医社的服务，可扩展到更多社区，为更多民众服务。在他的鼎力支持下，我们取得了黄埔分社的社址。黄埔分社于2014年12月6日由王部长主持开幕仪式。

2014年9月8日，收到李氏基金捐赠一百万元，此善款用于设立“建国一代医疗基金”。于2016年1月1日正式推行，缴付建国一代就诊者全额医疗费用，有10万人次受惠。

2014年12月29日，白沙西分社开始为民众服务。2015年11月22日，善济医社白沙西分社在白沙西康乐中心由我国副总理张志贤先生正式主持开幕仪式。张副总理

特别感谢善济医社照顾社区居民，居民也很赞扬善济的服务。

2015年7月12日，文礼分社由我国副总理张志贤先生主持开幕仪式。陪同的有文化、社区及青年部长兼通讯及新闻部第二部长黄循财先生、西海岸集选区国会议员邝臻先生、先驱单选区国会议员符致镜先生及善济医社董事同仁。

2015年7月12日，善济医社与文礼公民咨询委员会、人民行动党社区基金会合作成立文礼康乐中心，由我国副总理张志贤先生主持开幕仪式，每年服务上万居民。

2015年8月1日，善济总办事处及芽笼总社、芽笼535新分社由善济医社顾问，总理公署高级政务部长王志豪先生主持开幕。芽笼535新分社增设肿瘤科，通过中医药和心理辅导，积极帮助低收入的肿瘤患者，抵抗顽疾，每天约为100多位病患者服务。

2015年11月21日，三皇五帝的秘书李振进先生受李永木荣誉会长委托莅临参观善济医社总部。在了解医社运作、愿景、使命、与价值观后，李先生深表赞叹，并表示三皇五帝将在未来为善济医社募集100万元善款作为医社的运作资金，以示对善济医社慈善事业的支持。

2015年12月1日，惹兰加由分社正式服务。同年12月27日，由新加坡总理李显龙先生主持开幕仪式。陪同的有卫生部政务部长兼盛港西单选区国会议员蓝彬明医生，宏茂桥集选区国会议员颜添宝先生、杰乐先生。李

总理再次感谢善济医社对居民提供优质的服务。培华基金免除惹兰加由分社长达六年的租赁费用，数额估计高达50万元。

2016年2月26日，692芽笼分社（骨伤科及忧郁症治疗中心）正式开幕，由社会及家庭发展部长陈川仁先生主持开幕仪式。陪同的有马林百列集选区国会议员花蒂玛副教授、善济医社主席卓顺发和善济医社董事同仁。

2016年3月19日，晚6点30分在新加坡博览中心MAX PAVILION举行“善济爱心慈善晚会2016”，晚宴主宾为陈庆炎总统。受邀出席的嘉宾还有，教育部代部长(高等教育及技能)兼国防部高级政务部长王乙康先生、教育部代部长(学校)兼交通部高级政务部长黄志明伉俪、总理公署高级政务部长王志豪先生、贸工部兼国家发展部政务部长许宝琨伉俪、卫生部政务部长蓝彬明伉俪、马林百列集选区国会议员花蒂玛副教授、义顺集选区国会议员郭献川伉俪。晚会筹得500多万元的善款。共有3500位嘉宾出席晚宴共襄盛举，欢聚一堂。

2016年4月5日，善济医社收到善心匿名人士卓先生的50万元爱心捐款，此善款用于医社的慈善事业，为更多有需要的病患服务，创造幸福家庭。

2016年4月16日，为了方便德士司机就医看诊及服务更多的居民，得运公司提供免租金的施诊场地，宏茂桥（得运总部）分社正式服务。同年6月25日由贸工部兼国家发展部政务部长许宝琨医生主持了开幕仪式。

2016年5月17日，林恩增先生参观善济医社。林先

生了解了善济医社的运作和发展，对善济医社推动医疗服务，致力于为弱势群体无私的奉献精神，深切认同与鼎力支持。为了纪念和感恩父亲养育之恩，延续父亲生前行善精神，林先生家族以其父亲林和义先生之名捐赠100万元予善济医社。

2016年8月26日，億嘉国际集团捐赠30万元领养610芽笼总社一年。在主宾卫生部政务部长蓝彬明医生的见证下，億嘉国际集团创办人、董事局主席郭炳廷先生将30万元爱心支票移交予善济医社主席卓顺发。

2016年9月5日，李氏基金再次捐赠一百万元，将延续“建国一代医疗基金”，缴付建国一代就诊者全额医疗费用，有10万人次受惠。

2016年10月3日，随着马西岭分社正式投入服务，国会议长、马西岭-油池集选区国会议员哈莉玛博士，多次到访马西岭分社问候居民，了解他们的健康状况。同年8月5日，国会议长、马西岭-油池集选区国会议员、善济医社赞助人，哈莉玛博士主持开幕仪式。哈莉玛博士在开幕仪式上赞赏善济的慈善中医诊疗理念，为人民尤其是低收入家庭，提供慈善中医门诊服务，而且目前非华族看诊者占总看诊人数的40%。她在选区沿户访问居民时，都会带着善济传单，鼓励居民到该分社接受中医诊疗。

2016年10月25日，杨厝港分社正式投入服务。

2016年12月17日，在新加坡博览中心举行“善爱善济感恩晚宴”，晚宴的主宾为教育部长（学校）兼交通

部第二部长黄志明伉俪，特别嘉宾为医社顾问、总理公署高级政务部长王志豪先生。晚宴共有700多位嘉宾共襄盛举。

2017年2月13日，榜鹅北分社正式服务。同年4月1日，教育部（学校）兼交通部第二部长黄志明先生主持开幕仪式。黄部长表示：善济医社，诚心为民众提供慈善中医诊疗服务，减轻民众疼痛和医疗负担，是值得赞赏的慈善精神。

2017年5月14日，宏茂桥集选区和盛港西单选区公民咨询委员会、善济医社联合举办的“善济温馨五月感恩母亲节”由梁苑集团赞助。主宾是宏茂桥集选区国会议员兼基层组织顾问李显龙总理。当天2000多名义工在全岛约100个地点，共派送21万7600朵康乃馨给民众。晚上，李显龙总理在面簿上发贴文，他写道：

“今天上午，我与宏茂桥市政理事会成员和义工们一起向盛港南社区的母亲和居民分发一万朵粉红色康乃馨，很开心看到很多母亲和他们的家人享受他们温馨美好的星期天。感谢善济医社奉献的爱心花朵。善济医社是一个社会公益慈善机构，一百多年来，不分种族、宗教、国籍，一视同仁为社会大众提供免费的中医看诊服务。我也感谢宏茂桥集选区和盛港西公民咨询委员会支持这个伟大的母爱项目，你们今天给很多人带来了欢笑”。

2017年7月8日晚上，在新加坡博览中心举行“善济爱心之夜”晚宴的主宾为国会议长、马西岭-油池集选区国会议员哈莉玛博士。特别嘉宾为贸工部兼教育部

高级政务次长及西南区市长刘燕玲女士、中华人民共和国驻新加坡共和国大使馆参赞兼总领事王家荣先生，全国职工总会助理总干事杨木光博士。哈莉玛博士当晚也宣布接受邀请，成为善济的赞助人。晚宴通过赞助、宴席售卖、慈善拍卖，共筹得1024万3443新元，晚宴共有3200多位嘉宾共享盛举。

2017年7月28日，易缙秀私人控股有限公司举办“易缙秀爱心慈善晚宴”为善济筹集善款，晚宴共筹得58万6336元，晚会共有800多位嘉宾共襄盛举。

2017年7月29日，李氏基金再次捐赠一百万元，延续“建国一代医疗基金”，缴付建国一代就诊者全额医疗费用，有10万人次受惠。从2014至2017，李氏基金共捐赠善济医社三百万元。

2017年8月13日，教育部长（高等教育及技能）及国防部第二部长、三巴旺集选区国会议员兼基层组织顾问王乙康先生，在卓顺发主席、董事及基层组织领袖的陪同下，视察甘巴士分社。

2017年8月30日，“善济慈善高尔夫球晚宴2017”在高尔夫球场举行，晚宴由总理公署高级政务部长王志豪先生担任主宾，特别嘉宾义顺集选区国会议员郭献川先生出席了活动。

2017年9月4日，甘巴士分社正式投入服务。

2017年10月29日，财政部长王瑞杰先生在丹戎巴葛集选区国会议员兼摩绵-经禧基层组织顾问杨益财先生、卓顺发主席、董事及基层组织领袖的陪同下，参观

了摩绵——经禧分社。同年11月28日，摩绵-经禧分社正式投入服务。

2017年12月9日晚，“善爱善济筹款晚会2017”在大巴窑战备军协俱乐部举办，主宾为文化、社区及青年部、贸工部高级政务部长沈颖女士，当晚共筹得66万3322元，约640位嘉宾出席了晚宴。

截至**2017年12月**，善济共有15间分社，看诊人数约44万人次，发出的药帖超过61万帖。

善济获得新加坡公益机构（IPC）的批准，所有慈善捐款将享有税务回扣，此项优惠给捐款者带来巨大的信心与鼓励。医社所进行的筹款活动，如慈善画展、文艺歌唱晚会、慈善高尔夫球赛晚宴、爱心慈善晚会、善爱善济慈善筹款晚会、爱心之夜等，都获得了各界善长仁翁的广泛支持。

善济医社以同样的理念：免费问诊、医药补贴、推拿理疗，提供全方位的服务。很多年长者因为路途遥远、行动不便等原因，不能及时和方便地寻医救治，希望多增加分社后，让各地区年长者能及时和方便地就医治疗。让年长者备受关爱、关注，让他们安康、幸福、愉悦的度过流金岁月。

善济医社现任的董事及同仁，秉承着历任先贤的文化、价值观与慈善信念，发扬华族互助优良传统，以慈悲为怀的崇高宗旨，继续传承发扬先贤的无私奉献精神，继续努力服务社会、让更多社会人士受惠。



Sian Chay Medical Institution
Since 1901

www.sianchay.org.sg

善济医社

Sian Chay Medical Institution

UEN: S62SS0055D IPC: HEF 0039/G

610B Geylang Road (off Lorong 36) Singapore 389549
Tel: 6744 1891 | Fax: 6744 3082 | Email: info@sianchay.org.sg



Sian Chay Medical Institution



善济医社



Sian Chay
Medical Institution



善济的价值观 • Core Values of Sian Chay • Nilai-nilai Teras Sian Chay • Sian Chay - யின் முக்கிய மதிப்புகள்

宽容

Forgiveness
Kemaafan

மன்னித்தல்

大爱

Universal Love
Cinta Sejagat

உலகலாவிய அன்பு

慈悲

Compassion
Belas Kasihan

இரக்கம்

感恩

Gratitude
Kesyukuran

நன்றியுணர்வு

祝福

Blessing
Keberkatan

ஆசீர்வாதம்

善济的信念 • Sian Chay's Beliefs • Kepercayaan Sian Chay • சியன் செய்யின் (Sian Chay) நம்பிக்கைகள்

有国才有家 家和万事兴；善与国同在 济与民同心。

Nation Progresses, Family Prospers; Family Harmony, Successful Endeavours;
Forward with the Nation, Bonding with the People

Negara Berkembang, Keluarga Sejahtera; Keluarga Harmoni, Usaha yang Berjaya.
Maju bersama Negara, Ikatan bersama Rakyat.

தேசிய முன்னேற்றம், குடும்ப வளர்ச்சி, குடும்ப ஒற்றுமை,
வெற்றிகரமான முயற்சிகள், தேசத்துடன் முன்னேற்றம், மக்கள் ஒற்றுமை

善济的精神 • The Spirit of Sian Chay • Kesemangatan Sian Chay • Sian Chay - யின் உத்வேகம்

尊敬的信念、尊敬的方式、尊敬的态度、尊敬的行为、
是慈善最好的尊重基础。

Trust, Action, Attitude and Conduct form the integrity and virtues of charity work.
Pegangan teguh kepada prinsip hormat, cara, sikap serta tingkahlaku menghormati,
adalah asas kami membuat amalan kebajikan.

நம்பிக்கை, செயல், அணுகுமுறை, நேர்மை மற்றும் நல்லொழுக்கம்,
ஒரு சமூக சேவைக்கு அடித்தளம்.





善济医社

Sian Chay Medical Institution



善济医社是在卫生部注册的福利慈善组织，不分种族和宗教，为社会大众提供免费的中医问诊及低成本的治疗。

Sian Chay Medical Institution is a Voluntary Welfare Organisation registered with the Ministry of Health, providing free Traditional Chinese Medicine consultation, low cost medicine and treatment for the community regardless of race or religion.

Institusi Medikal Sian Chay adalah Pertubuhan Kebajikan Sukarela berdaftar dengan Kementerian Kesihatan, memberikan rundingan Perubatan Tradisional Cina percuma, perubatan dan rawatan kos rendah kepada masyarakat tanpa mengira bangsa atau agama.

Sian Chay மருத்துவ நிலையம் என்பது சுகாதார அமைச்ச்தில் பதிவு செய்யப்பட்ட தொண்டுழிய சமூகநல அமைப்பு ஆகும். இது இலவச சீனப் பாரம்பரிய மருத்துவ ஆலோசனை, குறைந்த விலை மருந்து மற்றும் சிகிச்சையை இனம் அல்லது மதம் வித்தியாசமின்றி சமூகத்தில் அனைவருக்கும் வழங்குகிறது.



门诊收费 | Medical Fee | Yuran Perubatan | மருத்துவக்கட்டணம்

服务项目 Services Perkhidmatan சேவை	收费 Charges Bayaran கட்டணம்	年长者优惠(60岁以上) Senior Citizen Concession (Age 60 & above) Konsesi Warga Emas (umur 60 tahun ke atas) மூத்த குடிமக்கள் சலுகை (வயது 60 & அதன் மேல்)
草药 Herbs Ubatan Herba மூலிகைகள்	\$8.00 每日 / per day / sehari / நாள் ஒன்றுக்கு	\$5.00 每日 / per day / sehari / நாள் ஒன்றுக்கு
药水/药丸 Mixture / Tablet Campuran / Tablet கலவை / மாத்திரைகள்	\$3.00 每日药量 / daily prescription / preskripsi harian / தினசரி மருந்துப் பரிந்துரைகளுக்கு	\$1.50 每日药量 / daily prescription / preskripsi harian / தினசரி மருந்துப் பரிந்துரைகளுக்கு
针灸 Acupuncture Akupunktur அக்குபஞ்சர்	\$8.00 每次 / per session / setiap sesi / ஒரு அமர்வுக்கு	\$8.00 每次 / per session / setiap sesi / ஒரு அமர்வுக்கு
推拿理疗 Tuina Therapy Terapi Urut Tuina சிகிச்சை	\$15.00 每次 / per session / setiap sesi / ஒரு அமர்வுக்கு	\$10.00 每次 / per session / setiap sesi / ஒரு அமர்வுக்கு

凡领取福利救济金或低收入家庭者，可申请豁免收费

Those under government financial assistance scheme or low income families can apply for waiver of medical charges.

Jika anda di bawah skim bantuan kewangan kerajaan atau keluarga berpendapatan rendah, anda boleh memohon untuk mengecualikan caj perubatan.

அரசின் நிதியதவித் திட்டத்தின் கீழ் உள்ளவர்கள் அல்லது குறைந்த வருமானமுடைய குடும்பங்கள் மருத்துவக்கட்டணவிலக்கிற்கு விண்ணப்பிக்கலாம்.

我们在全岛有15间分社为您服务
 Serving you at 15 Branches island wide
 Berkhidmat untuk anda di 15 cawangan seluruh negara.
 உங்கள் சேவைக்கு 15 கிளை அலுவலகங்கள் உள்ளன

6100 6601

询问热线 Enquiry Hotline
 Talian Pertanyaan விசாரணை ஹாட்லைன்



610 Geylang Main Branch

610 Geylang Road (Off Lorong 36)
 Singapore 389549
 Tel: 6744 1512 | Fax: 6744 3082
9:00 am - 12:00 pm, 2:00 pm - 5:00 pm
 (Closed on Sunday & Public holiday)



535 Geylang Branch

535 Geylang Road (Off Lorong 29)
 Singapore 389491
 Tel: 6848 4930 | Fax: 6848 4932
9:00 am - 12:00 pm, 1:00 pm - 5:00 pm, 6:00 pm - 8:00 pm
 (Closed on Wednesday, Saturday night, Sunday & Public holiday)



692 Geylang Branch

692 Geylang Road (Off Lorong 42)
 Singapore 389612
 Tel: 6743 0442 | Fax: 6743 0443
9:00 am - 12:00 pm, 1:00 pm - 5:00 pm, 6:00 pm - 9:00 pm
 (Closed on Sunday & Public holiday)



Boon Lay Branch

Blk 209 Boon Lay Place #01-239
 Singapore 640209
 Tel: 6267 5076 | Fax: 6267 5074
9:00 am - 12:00 pm, 1:00 pm - 5:00 pm
 (Closed on Sunday & Public holiday)



Whampoa Branch

Blk 103 Towner Road #01-296
 Singapore 322103
 Tel: 6391 7421 | Fax: 6391 9634
9:00 am - 1:00 pm, 2:00 pm - 4:45 pm, 6:00 pm - 8:00 pm
 (Closed on Thursday, Saturday night, Sunday & Public holiday)



AMK - Hougang Branch

Blk 603 Hougang Ave 4 #01-221
 Singapore 530603
 Tel: 6383 5905 | Fax: 6383 5329
9:00 am - 12:00 pm, 1:00 pm - 5:00 pm
 (Closed on Sunday & Public holiday)



AMK (Trans-cab HQ) Branch

2 Ang Mo Kio St 63
 Singapore 569111
 Tel: 6481 2639 | Fax: 6481 2659
9:00 am - 12:00 pm, 1:00 pm - 5:00 pm
 (Closed on Sunday & Public holiday)



Yio Chu Kang Branch

Blk 214 Ang Mo Kio Ave 3 #01-1536
 Singapore 560214
 Tel: 6452 5321 | Fax: 6452 5316
9:00 am - 12:00 pm, 1:00 pm - 5:00 pm
 (Closed on Sunday & Public holiday)



Jalan Kayu Branch

219 Jalan Kayu #01-01
 Singapore 799442
 Tel: 6752 0032 | Fax: 6752 0037
9:00 am - 1:00 pm, 2:00 pm - 4:45 pm, 6:00 pm - 8:00 pm
 (Closed on Tuesday, Saturday night, Sunday & Public holiday)



Punggol North Branch

Blk 120B Edgedale Plains #01-291
 Singapore 822120
 Tel: 6386 8642 | Fax: 6386 8776
9:00 am - 12:00 pm, 1:00 pm - 5:00 pm
 (Closed on Sunday & Public holiday)



Sengkang South Branch

Blk 550 Hougang Street 51 #01-188
 Singapore 530550
 Tel: 6385 9388
10:00 am - 1:00 pm, 2:00 pm - 4:45 pm, 6:00 pm - 8:00 pm
 (Closed on Wednesday, Monday/Thursday/Saturday night, Sunday & Public holiday)



Pasir Ris West Branch

Blk 605 Elias Road #01-200
 Singapore 510605
 Tel: 6583 0743
9:00 am - 1:00 pm, 2:00 pm - 5:00 pm, 6:00 pm - 9:00 pm
 (Closed on Tuesday, Sunday & Public holiday)



Marsiling Branch

Blk 1 Marsiling Drive #01-59
 Singapore 730001
 Tel: 6362 5243 | Fax: 6362 5193
9:00 am - 12:00 pm, 1:00 pm - 5:00 pm
 (Closed on Sunday & Public holiday)



Gambas Branch

Blk 318 Sembawang Vista #01-221
 Singapore 750318
 Tel: 6481 4814 | Fax: 6481 4641
9:00 am - 12:00 pm, 1:00 pm - 5:00 pm
 (Closed on Sunday & Public holiday)



Moulmein-Cairnhill Branch

Blk 9 Gloucester Road # 01-09,
 Singapore 210009
 Tel: 6291 7363 | Fax: 6291 7364
9:00 am - 12:00 pm, 1:00 pm - 5:00 pm
 (Close on Sunday & Public Holiday)



善济医社 Sian Chay Medical Institution

赞助人 Patron Penaung புரவலர்

新加坡共和国总统哈莉玛博士

Dr Halimah Yacob, President of the Republic of Singapore

顾问 Advisers Penasihat ஆலோசகர்கள்

王志豪先生 Mr Heng Chee How

总理公署高级政务部长 Senior Minister of State, Prime Minister's Office

花蒂玛副教授 Associate Professor Fatimah Lateef

马林百列集选区国会议员 MP for Marine Parade GRC

杨木光博士 Dr Yeo Guat Kwang

全国职工总会助理总干事 Assistant Director-General, National Trades Union Congress

善济医社统计数据 (2014年 - 2017年)

Sian Chay Medical Institution Statistics (2014 - August 2017)
Statistik Institusi Medikal Sian Chay (2014 - Ogos 2017)
புள்ளிவிபரம் (2014 முதல் ஆகஸ்ட் 2017 வரை)

看诊人次

Total Patients Visit
Jumlah Lawatan Pesakit
மொத்த நோயாளிகள்
வருகை

978,093

施药帖数

Prescription Dosages
Dos Preskripsi
பரிந்துரைக்கப்பட்ட
மருந்தளவுகள்

1,816,683

善济医社未来五年估计 (2018年 - 2022年)

Sian Chay Medical Institution projection for the next 5 years (2018 - 2022)
Unjuran Institusi Medikal Sian Chay untuk 5 tahun akan datang (2018 - 2022)
Sian Chay Medical Institution
அடுத்த 5 ஆண்டுகளுக்கான திட்ட ஏற்பாடுகள் (2018 - 2022)

看诊人次

Total Patients Visit
Jumlah Lawatan Pesakit
மொத்த நோயாளிகள்
வருகை

2,500,000

施药帖数

Prescription Dosages
Dos Preskripsi
பரிந்துரைக்கப்பட்ட
மருந்தளவுகள்

4,800,000

Donation Form

Name: _____ English _____ Chinese _____

NRIC No: _____ Mr Mrs Ms Mdm

Address: _____

_____ Postal Code _____

Contact Nos: _____ Company _____ Home _____

Mobile: _____ Email: _____

Corporate Donor:

Company Name: _____

UEN No: _____

Bank: _____ Date: _____ Cheque No: _____

Cheque to be crossed & made payable to " Sian Chay Medical Institution "
Cheque sent to : 610 Geylang Road Singapore 389549

This donation is tax deductible and the deduction will be automatically included in your tax assessment if you have provided your Tax Reference Number (NRIC/FIN/UEN).

If you have any queries regarding donations, please call or email: Office 6744 1891 info@sianchay.org.sg
Amy 9355 1866 wanghui@sianchay.org.sg Joanne 9796 2942 joanne@novenafoundation.com



SCAN & DONATE

Online Donation welcome, and you can choose to support us monthly.

善济医社欢迎您网上捐款，您也可选择每月捐款。

种族和谐的意义
让不同的族群聚集在一起，建立友谊和信任，共同建设和谐安定的社会。

Kepentingan keharmonian kaum
Mempelbagaikan kumpulan etnik yang datang bersama sama untuk membina persahabatan dan kepercayaan, bersama-sama membina masyarakat yang harmoni dan stabil.

The significance of racial harmony
Different ethnic groups come together to build friendship and trust to promote blissful living, racial and religious harmony for the nation.

இன நல்லிணக்கத்தின் முக்கியத்துவம்
இனப்பான் வாரிசுகள், நாட்டின் இன - மத இணக்கத்தை ஊக்குவிப்பதற்காக வெவ்வேறு இனக்குழுக்கள் ஒன்றாக வந்து நட்பையும் நம்பிக்கையும் வளர்க்கிறார்கள்.

路 越走越好

作者◎卓顺发
编委◎汪慧
发行人◎陈思齐
总编辑◎林得楠
责任编辑◎陈敏蓉
执行编辑◎谢章达 / 黄玮霜
美术编辑◎涂玉婷
设计排版◎刘薇利
发行企划◎陈春辉 / 刘秀华
宣传企划◎陈文旭 / 陈一贤

出版◎玲子传媒私人有限公司
地址◎48 Toh Guan Road East, #06-106 Enterprise Hub, Singapore 608586
电话◎65-6293 5677
传真◎65-6293 3575
电邮◎info@lingzi.com.sg
网页◎www.lingzi.com.sg

初版◎2017年5月
二刷◎2018年2月
定价◎新币15元
书号◎ISBN 978-981-4764-71-1

Copyright © 2017 by Toh Soon Huat

Printed in Singapore

特此鸣谢：
黎俊伟、王莉晶夫妇
黄俊明、王秀珍夫妇
法喜赞助

路的尽头才是真正的开始



玲子传媒

SGD 15.00

ISBN 978-981-4764-71-1



9 789814 764711