

106岁， 有爱不老

- ▼ 27岁上小学
- ▼ 47岁学护理
- ▼ 67岁独立创办养老病院
- ▼ 69岁学瑜伽
- ▼ 90岁学佛
- ▼ 100岁更用功学中文……



许哲的生命故事

李家同·孙安迪◎推荐
许哲◎口述 宋芳绮◎执笔

100年有多长？一般人很难亲身体会。比100年还长呢？而且是充满大爱的一生呢？她是许哲，创造了生命的无限可能，一生的故事就铺展在我们眼前……

我不知道什么叫做悲伤。

——许哲



德蕾莎修女（左）要到新加坡创办教会，王教建议她去看看许哲，于是两位德蕾莎见面了（许哲的英文名字也叫 Teresa），相谈甚欢。有鉴于印度贫童冬天无衣可穿，每当与人谈话时便一边编织毛衣，为他们添一分暖意。

目录

〈序〉世纪人瑞，生命活水◎孙安迪

〈序〉生命究竟应该拥有什么？◎周进华

〈前言〉一个喜欢做工的女人

第I部	全宇宙是我的家	9
	爱邻如己的“人生观”	9
	超脱我执的“价值观”	13
	清静无欲的“长寿观”	17
第II部	世纪传奇	24
	一百年前	24
	飘荡的年岁	34
	远赴英国学护理	46
	前往巴拉圭	51
	来自故乡的呼唤	59
	独立创办养老病院	69
	她的手心有我的温暖	78
	爱，永不止息	87
第III部	看见菩萨在人间	97
	他亲众多，母亲一个	97
	乘愿而来的菩萨	121
	爱，就是信仰	125
	一个学佛人眼中的许哲	128
	〈后记〉在菩萨的怀抱里	141
	〈附录〉许哲大事记	153



〈推荐序〉

世纪人瑞 生命活水

台大医学院免疫学博士

台大主治医师 孙安迪

许哲女士，今年106岁，一生传奇。

笔者亲奶奶，数年前在东北辞世，享年百岁。也是一生良善，爱心传世。

而大陆“长寿王后”孔英女士，比光绪皇帝还大一岁，当一百二十七岁时，仍活动如常，其长寿秘诀有六：（1）烟酒不沾，（2）生活规律，（3）饮食清淡，（4）喜爱运动，（5）经常活动，（6）少发脾气。

唐代医学大家（药王）孙思邈活了101岁，养生之道有三：（1）精神方面－莫忧思，莫大怒，莫悲愁，莫大惧，莫跳让，莫多言，莫大笑。勿汲汲于所欲，勿悄悄怀愤恨。（2）饮欲数而少，不欲顿而多；厨膳勿使脯肉过盈，即令俭约为佳；食毕摩腹、能除百病。（3）运动方面，人欲劳其形，百病不能生。

跨越三个世纪的蒋宋美龄夫人，105岁辞世。永远的蒋夫人长寿之道，主要还在于生活安宁，心情平静，笃信基督，有源源不断的“生命活水”，造成“身、心、灵”协调统合外，同样重要的还在于天赋异禀，以及有良好的遗传基因。

许哲女士已106岁高龄，还过着一日一餐的简朴生活，肤容犹似六十许，面貌慈悲，耳清目明，她的不老，见证了



爱的大能。许哲女士一生，慈悲存心，追求智慧。她 27 岁上小学，47 岁学护理，67 岁创办养老院，69 岁学瑜珈，百岁学佛，一百岁更用功学中文，可说是大器晚成。许哲女士用毕生爱世人，并秉持“诸恶莫作，众善奉行”。此外，自奉甚俭，但闻声救苦，仿佛乘愿而来的菩萨。笔者赞叹不已，自愧不如。笔者一向追求慈悲、智慧的生命原貌（慈悲还摆在智慧之前），并认为医师是利益众生并力行菩萨道的职业，但扪心自问，尚不能放下当下的一切，到偏远地区，无私无我的一生奉献“给”穷人；在追求卓越、开发智慧的同时，也不能安贫乐道、无欲无求。是故，赞叹不已，并重新省思生命的价值。

许哲女士一生身受母亲影响，以爱存心。

其母 104 岁高龄辞世，为其长寿奠定基石。许哲女士从小凌晨四、五点就早起，上山捡柴，并常勤走，不自觉锻炼了经络；69 岁学习瑜珈、静坐、转瞬 37 年。这些经络锻炼，对调解神经 - 免疫 - 内分泌网络，对抗衰老有重要影响。也就是说，除了先天遗传和后天不生烦恼心及清净饮食外，长年静坐和瑜珈，也是世纪人瑞的生命活水。

许哲女士，从小信奉基督教、天主教，后习瑜珈，并于百岁修佛。但许哲说“爱人是我的信仰，良心是我的宗教”。许哲女士貌相慈悲，身形柔软，这当然和静坐瑜珈有关，和“经络”通畅有关。

所谓“佛”，就是对人的痛苦和烦恼的解脱者。实际上，它也是一种与“经络”有关的身体和心理状态之统一平衡。佛像安详放松的表情和姿势，说明佛的“经络”已经达到最



佳的状态。一般人如果“经络”没有疏通，是无法产生这种形象的。佛教中还有三十二相和八十随形好，其中如手足柔软相、皮肤细滑相、面具满足相等，与《黄帝内经》中的“卫气和则分肉解利，皮肤调柔”，“三部三里起，骨高肉满，百岁乃得终”的描述完全相同。佛的状态，就是一种“经络”高度通畅的状态。处于这种状态时，人的身心可以达到完全的放松，进入绝对的安宁状态，而悟性达到对人生痛苦和烦恼的“解脱”。

“经络”是遍布人体全身的一个网络系统，其中最主要的是有十四条经脉线循行于人体，这十四条线为任脉、督脉、手三阴、手三阳、足三阳、足三阴，而经脉的许多分枝，称为络脉，经络系统控制血和气的运行流动，以维持全身各组织系统的正常功能。

现代医学、科学证明，“经络”是一条组织间隙和组织液相对丰富的低流组通道，是物质、能量、信息输送的管道。“经络”活络以后，脑功能开启，人体潜能激发，也就是佛家所说的“神通”。

许哲女士，一生中有太多的“心想事成”经验，例如，学瑜伽就是一个“心想事成”的美妙经验。“……许哲在静坐中见到一个人，虽然是陌生人，但许哲直觉知道那个人就是老师。”“1995年，高龄九十六岁的许哲决定前往印度，去拜访她的老师。当她来到印度的时候，正好是瑜伽团体开大会，在七万多人的大会上，有一个人走近许哲，拍拍她的肩。……许哲不禁跪地，俯身膜拜。“这么多人，你怎么知道我？”老师说：“你虽然没有见过我，但是我见过你，你



在静坐的时候，我常常陪着你一起静坐。你的窗户没有关，我时常来看你。”

许哲女士的慈悲心和追求智慧的力量，使她的生命散发能量，转动磁场，影响了周遭的人们。愿我们也能一起发大愿力，为净世爱人作出贡献。

〈序〉

生命究竟应该拥有什么？

周大观文教基金会创办人 周进华

2002年五月二十七日下午三时，在台北市立第一女子中学大礼堂，周大观文教基金会（第五届全球热爱生命奖章）得主许哲等一行，正与北一女全校师生展开一场世纪的生命对话：生命究竟应该拥有什么？

许哲首先上场，英文夹杂中文娓娓道来：“1933年我担任德国驻香港通讯社秘书，有一天，我在朋友的邀约下到一家高级餐厅吃饭，那是一家装潢华丽的餐厅，柔美的灯光配上悠扬的古典音乐，晶莹剔透的高脚杯盛着香醇美味的葡萄酒，用餐情绪格外浪漫、愉悦。吃完饭走出餐馆，带着愉快的心情行走在萧萧的夜风中，突然，我发现一间旅馆的墙脚边站着一个老人，在昏暗的灯光下，那老人显得特别瘦弱且饥饿得发抖。那人伸手向我乞讨，指甲又黑又脏，我的心好像被什么东西着实地猛刺了一下。他是我的兄弟，为什么我可以喝白兰地，而他却饿了好几天没饭吃？这世上，还有很多可怜的人没饭吃，我刚刚的那一餐饭钱，可以让许多穷人



吃好几天了。那天夜里，我回到住处，脱下身上华丽的衣裳，一件件地叠在床上，站在镜子面前，我看到镜子里有一个人，脸上有着美丽的妆；床上也有一个人，身着一件漂亮的衣裳；而真实的世界还有一个人，赤裸地站着。三个人，哪一个才是我？我心中有些迷惘。半夜又惊醒，一直自言自语：这个赤裸裸如初生婴儿般纯净的才应该是我。从那天以后，我不再多花一分钱在自己身上，如果我还是和以往一样，那多花一分钱，都是在掠夺我兄弟的钱。）许哲的话刚告一段落，大家自动起立用掌声表达共鸣与敬意。

因为1993年那一晚的发心，“我爱我的同胞，全宇宙是我家”“I love my fellow beings;the universe is my home.”便铭刻她的心中，穷苦的人，成为许哲心中最重要的人。北一女全校师生提问“健康快乐的秘诀”，她不变的答案就是“给”，给穷人，给需要帮助的人。她日食一餐——生果蔬菜或一杯鲜奶，衣服都从旧衣堆取得，自奉甚俭，却把所有的金钱财物捐助给最需要的人，四处闻声济苦，比德蕾莎还德蕾莎，简直是现代活菩萨，却谦称她的宗教信仰就是爱人：无条件地爱人；她每天必须做的是静坐、布施、阅读、运动，每天谨守的则是不恶口、不生烦恼心，不猛心煮食、不吃肉、不沾咖啡、茶、酒。

2002年六月三日上午十时，在台北市立广慈博爱院康乐厅，周大观文教基金会应台北市政府之邀，合办“活着最好，有爱不老——新、台百龄人瑞大会师活动”，新加坡104岁的许哲表演瑜珈术，台湾95岁的王学上表演呼拉圈，轰动各界，当时国内外媒体记者又追问许哲“健康快乐的秘诀”，



许哲答称：“做工，做人间义工。”今天起来今天做工，不停地做工。许哲的时间与精神，都给了人间苦难，常常忘我忘身，忘了今夕是何夕。她认为：“我并非单独来此世界，我有许多同伴，帮助他们是我的职责。”

许哲曾有一个贫困艰苦的童年，一直到 27 岁才上小学一年级，而面对第二次大战的悲惨状况，47 岁写信感动了英国护校校长，才获准入学研习护理课程八年——从生至死、从幼至老、从身至心，使她拥有更多的知识与能力，把全部生命奉献给需要的病人、老人，不论香港、重庆、新加坡、马来西亚、泰国、缅甸，以至南美洲的巴拉圭，都有她医护救人的足迹。许哲 69 岁学瑜珈，90 多岁学佛，100 岁更用功学中文，每一阶段的学习，都是超龄学生，是全球终身学习的最佳代言人。年龄始终不构成障碍，因为她强烈的学习欲望，让她超越年龄的极限，创造生命的无限可能。

许哲常常自嘲：“我是一个只会扫地的女子。”她跨越三世纪，每天仍然默默奉献，那小小的身体，仿佛接通了宇宙的慈悲能量，源源不绝传递希望给每一位贫病困苦的人，不愧为“有爱不老的年轻人”。许哲的生命故事，深获周大观文教基金会“2002 年全球热爱生命奖章评审委员会”的感动与肯定，从全球 1563 件征选者中脱颖而出，已于 2002 年五月二十五日“诸音我爱我”全球热爱生命日，在台北市中正纪念堂，与来自全球十二位生命勇士，同获“2002 年第五届全球热爱生命奖章”。周大观文教基金会为赞助许哲完成生命最后一个愿望：筹办一个家庭式的“心连心之家”（HEART TO HEART SERVICE），收容那些被遗弃的穷苦老人、少



女、儿童及受虐妇女，特别诚邀第三届全球生命文学创作奖得主宋芳绮，专程至新加坡为许哲写传，本书出版发行台湾以至全球版税点滴所得，悉数捐助许哲创办“心连心之家”，诚邀各界心连心、手携手，人手一册，大家一起拥抱有爱不老的许哲，让爱跨世纪，让爱传出去。

写于2004年二月二十二日周大观遗作《我还有一双脚》

澳洲英文版出版发行回馈捐赠澳洲儿癌基金会前夕

〈前言〉／宋芳绮

一个喜欢做工的平凡女人

许哲，出生于中国，随着母亲流浪至马来西亚槟城，逃婚到香港，避难往重庆，赴英国学习护理，去巴拉圭服务穷人，晚年定居新加坡，创办养老病院照顾贫病老苦。她一生漂泊，四处流浪，充满传奇。

她倾听内心深处的呼唤，走自己人生的道路。

“哪里有穷人，我就往哪里去。”这是许哲的人生方向。

“我爱我的同胞，全宇宙是我家。”这是许哲的生命哲学。

106岁的许哲，英文名字是“德蕾莎（Teresa）”，梵文名字是“（爱）（Prema，爱人）”。

被新加坡人尊为国宝，她却认为自己只是一个（会扫地，喜欢做工的平凡女人。）

是的，她是一个平凡的女人，一生所做的事都极为“平凡”：穷人肚子饿了，她给饭吃；病人没人照顾，她来照顾；



老人孤苦无依，她接到自己身边服侍；孩子们失去父母或遭遗弃，她照顾他们，供他们读书……。这些人，极其平凡地存在于社会的不同角落，但被一般社会大众忽略、遗忘，许哲视他们为至亲，随时探问，适时照顾。

她是新加坡孤独人士最贴心的亲人，所到之处，就像阳光一般，带来温暖、那和蔼笑容与亲切问候，让人觉得喜悦与平安。

她的行谊，正如净空法师所说：“不平常，就在极平常中升起。”

许哲的所思所行，超越了世俗的价值观，她不追求个人名利，不计较褒贬毁誉，只是尽自己的本份去爱一切，服务一切，日日欢喜、自在。她的平凡，是所有平凡人不容易做到的；她的行谊，展现出平凡中的不平凡。

新加坡人以拥有她为荣；天主教徒将她与（德蕾莎）修女相提并论；佛教徒认为她是观世音菩萨的化身……。

她却依然说：“我只是一个平凡的女人。”



I 全宇宙是我的家 爱邻如己的（人生观）

我不认为自己在帮助别人，

因为照顾穷人是我的责任。

爱人是我的信仰，良心是我的宗教。

许哲所走的是一条平凡、质朴的道路。

她认为，自己不是单独来到这世界上，所有的人都是同伴，都是兄弟姐妹，既然全宇宙都是一家人，自然应该相亲相爱。

爱人，是她的责任。

往穷人里去

印度的“德蕾莎”修女，一心一意为穷人中最穷的人服务，付出最大的爱心，用实际行动去服侍最需要照顾的人。

新加坡的“德蕾莎”许哲，哪里有穷人就往哪里去，她曾经孤苦无依，希望再也没有人受那种苦。

两位“德蕾莎”的生命特质如此接近，甚至连语言、行为、意念都十分相似。她们选择的是大多数人未能付出的爱，她们在穷苦的人与受苦的人之间服务，在这样一条平凡又质朴的道路上如实的向前走，不回头顾盼自己的行路是否



曾留下痕迹。

唯一不同的是，许哲不 归属任何教团，不是为了“神”的旨意而奉献，她的付出单纯因为“爱邻如己”。她所做之事，都是凭一己之力，有一分做一分，有十分做十分，但尽能力与本份而已。

“德蕾莎”修女如此描述自己：“就我的使命来说，我属于全世界，就我的心而言，我完全全属于耶稣的心灵。”

许哲则说：“我不认为自己在帮助别人，因为照顾穷人是我的责任。爱人是我的信仰，良心是我的宗教。”

曾经，印度的德蕾莎修女要到新加坡办教会，去拜会主教，主教建议她去看看许哲，两位“德蕾莎”在新加坡会面，相谈甚欢，灵犀相通！

于是，有人称许哲为“新加坡的德蕾莎”，但她不接受这个称号，因为这只是别人的意见，与她无关。她说：（由始至终，我就是我——许哲。）

“爱人”的人生宗旨

在新加坡这个城市国家中，许多不为人知的角落里，有一群不愿住进养老院的老人。他们把一生贡献给家人、社会，到了老年却孤身一人、贫苦无依。当许哲知道这些老人，她便悄悄地来到他们的身边。

“爱人”是许哲的人生宗旨，她的日常生活没有丝毫的浪费，钱在她眼中不是属于自己的，而是属于那些无依无靠又没有人照顾的老人“这些人都比她年轻”。



许哲照顾老人的方式，除了开办养老病院，每个月还挨家挨户给这些不愿住进老人院的贫苦老人送食物、送钱，风雨无阻，甘之如饴。许哲的到访，不仅给予老人们物质上的帮助，更给予他们精神上的资粮。她亲切地与老人交谈，教他们做护理，安慰他们孤寂的心灵。

孤单的老人们日日翘首盼望着每个月这一天到来，等候的不是金钱或米、油、糖，而是许哲菩萨般慈悲的关怀。

我只是个乞丐头

走过一个世纪，许哲的一生都在付出，她从来没有想过“回报”。

在帮助别人的过程中，她曾遭遇挫折，但并不感到灰心或泄气，认为“我只是做我该做的事”。

曾经，她赴巴拉圭，为兄弟会组织无私奉献了八年，最后因为理念不同，被兄弟会的主事者无情地赶走，身无分文的她流落街头，但心中无怨，她说：“我去，本来就是不要钱的，我走，他们当然也没有必要给我钱。”最后，还是靠着妹妹的资助，才得以顺利回到槟城。

曾经，她收容、照顾不少孤儿或受虐儿，供这些孩子食宿、读书。这些孩子长大了，个个有不同的成就与发展。有人一生视她如母，恭敬尊重，时时念着许哲的养育之恩、培育之情。也有人忘恩负义，在社会上有了金钱地位后，便瞧不起她这样一个寒酸的老太太，即使路上相逢也视而不见。

许哲心中很坦然，她说：（我照顾他们，只是在做我应



该做的事。看到他们一个个事业有成、生活幸福，我就很开心了。他们还记不记得我，不重要。)

不管老弱病残，只要需要帮助，她就给予关心。她照顾人不求回报，还常开玩笑地向老人说：“你们不要谢我，我只是个乞丐头，去要东西来给你们大家。”

她丰富的生命之泉，涌出无私之水，滋润了无数贫病人士干涸的心灵。

我没有想要什么

无欲无求的她，时时保持平静、快乐的心情。

遇到麻烦的事，尽量解决。若无法解决，便接受它，不会延续不高兴的心情，她说“把不高兴的情绪埋在心里，是负面的、不健康的。有许多人生气或不高兴，是因为想要的东西要不到，我没有想要什么，所以不会因为得不到而生气或失望。”

跨越宗教，爱是信仰

她的心地质朴而单纯，因此没有矛盾与冲突。

虽然接触过不同宗教，信仰始终没有在她心中产生矛盾，因为“爱”是她的信仰。她自然而然地接受所有宗教的精髓，那就是“爱”，耶稣教她“爱邻如己”；印度的瑜珈老师给她“Prema（爱人）”的法名；净空法师新手书写“爱”字赠与，称赞她“不为自身求安乐，但愿众生得离苦”……，



不同宗教的法水源流都是“爱”，她欢喜信受，如实修行。

曾经有人问她：“你学佛，求什么？”

她笑着回答：“我笨笨，不懂什么是学佛，但是净空法师叫我念阿弥陀佛，我念了，很欢喜。我念佛不是为了求自己的利益好处，念佛使我感到快乐，我也希望别人因此感到快乐。”

皈依了佛教，她的生活并没有太大的转变。修行上，她如实地念（阿弥陀佛）；生活上，她依然持续工作，照顾苦难的人。

超脱我执的（价值观）

礼不礼貌在我们的心，

不在外表，不在穿着。

我去见老人、穷人是这样穿，

去见总统也是这样穿。

在许哲的价值观里，身外之物是不重要的。她的食衣住行如此简朴，屋里的陈设都是用了四、五十年的旧家具，鞋子一穿就是五十年。抹布用到破破烂烂，什么东西都舍不得丢，瓶瓶罐罐全收起来，一屋子的用品几乎都是“古董”。

自养老病院退休后，她搬到比较小的屋子，原本的家具放不下，有些必须丢弃，她舍不得，频频问义工们：（你们谁需这套沙发就送给谁，还很好用呢！）义工们个个微笑婉拒。