



法無善惡，
善惡是法；
境無損益，
損益在人。

星雲大師／Venerable Master Hsing Yun

佛光山西來寺 Hsi Lai Temple (I.B.P.S.)

3456 Glenmark Drive, Hacienda Heights, CA 91745

Tel: 1(626)9619697 Fax: 1(626)3691944

E-mail: info@hsilai.org www.hsilai.org

不當低頭族 的美好巧遇

文／汪詠黛 圖／潘昀珈

慶幸自己「尚未」成為手機控（哈，顯然對自己能撐多久沒太大信心），一上捷運不低頭，鬆鬆肩膀慢慢呼吸，開始欣賞車內「人的風景」。

時近傍晚，人聲雜沓，有座位的我，眼睛、耳朵忙了起來：左前方的一對高中小情侶，濃情蜜意咬耳朵；右邊四位型男ABC，興高采烈比手畫腳聊著台灣見聞；站在我面前的三位業務員，小聲笑罵，互換他們對付「奧客」的趣聞。

目光穿越人牆，瞄到遠處。最靠近車門的博愛座，坐了一位稍有年紀的男士，嗯，有點眼熟。氣質不凡，帶著濃濃書卷味兒，正微笑專心傾聽鄰座女士的談話。

鄰座女士是啥模樣？我好奇地挪動身子，從那群ABC比手畫腳的空隙中，看到她的短髮，四十五度的側臉，大眼睛……啊，這麼巧，她是——

我心跳加快，毫不考慮站起來，迭聲向周遭的「捷客」致歉：「對不起，請借過

……」心急地往博愛座方向移動，深怕他們離座下車，我會錯過打招呼的良機。

她，是我四十年前就讀輔大歷史系的導師王芝芝教授。真夠神奇喔，這麼多年來，她的樣貌沒啥變化，讓人一眼就認出，坐在她身旁的應該就是師丈徐泓教授。

當年青春正盛，師生都年輕，已婚的王芝芝老師會特別把男同學調開，對我們這些單純的女大學生傳授戀愛小祕密。

王老師的一口英國腔教英國史，忒好聽。很多同學被她的嚴格嚇到，我卻捨不得蹺課，尤其是她在課堂上提到有關英國歷史的電影、小說，真真假假的劇情、野史，與正史相印證，有趣極了。我還曾回家告訴爸爸：「能上這樣的歷史課，好幸福喔！」

歷史課很有趣，考起試來就不好玩了。

王老師都出申論題，可不是「背多分」可以過關；我平日嘻嘻哈哈樂觀開朗，但遇考試就胃痛，同學揶我是緊張大師，其實我自己知道，求好心切是為拚獎學金，減輕父母的負擔。

有一次期末考，寫完最後一題，鈴響，交卷，我胃疾當場發作，痛得幾乎爬出教室。王芝芝老師包包一收，立刻請助教叫一輛計程車，開進文學院的荷花池畔，從新莊一路送我回永和中，堅持不讓媽媽付計程車錢。那個年代搭這麼遠的計程車，所費不貲呢！

我來到博愛座前，興奮地欠身問安：「



王老師好，我是汪詠黛。謝謝那年您叫計程車陪我回家……」

在捷運車廂內，我慶幸沒滑手機，才能巧遇恩師。

悅讀人生

幸福八寶辣醬

文／常貽 圖／高智洋

這個周末，在南部就學的一兒一女約好一起回台北。久未下廚的我，要做什麼好料理給他們打牙祭，慰勞一下每日以自助餐和麵包果腹的腸胃呢？我腦中不停搜索著媽媽的私房菜單，對了，就來做道拌麵配飯皆宜的「八寶辣醬」吧！

三十多年前，家中四個兄弟姐妹分別就讀中、小學，忙碌的媽媽每天烹調晚餐時，順便為我們準備第二天中午的便當。

但鐵製便當盒內的菜飯經過蒸煮加熱後，綠油油的蔬菜變成泛黃萎軟的枯枝爛葉；煎炸過的魚和肉少了香酥爽脆的口感，成了濡溼無味的加工物；打開炙熱的便當蓋，一股燻煮過頭、五味雜陳說不出的紛然怪味衝鼻而入，瞬間食欲全消，讓我們對「帶便當」視為畏途，除非那天帶的菜是八寶辣醬。

八寶辣醬匯集了八種食材，有小黃瓜、紅蘿蔔、花生、杏鮑菇、毛豆、竹筍、豆乾和百頁豆腐，切成小丁汆燙後，加入醬



油、糖、甜麵醬、辣豆瓣醬和水一起拌炒，色彩豐富，鹹香下飯，即使長時間加熱，也不易走味，是最受我們兄妹歡迎的便當菜。

婚後只要我回娘家，媽媽就把主廚的工

作移交給我。最後一次做八寶辣醬是三、四年前，她動口下指導棋，弟媳按照指示將材料準備好，等我回到娘家再下鍋拌炒。那天所做的分量極多，原本打算如果有剩餘，就要打包帶回家拌麵吃，但在大家熱情捧場努力扒飯之下，各個碗底朝天，最後吃得一口都不剩。這無疑是對廚師的技藝，做出無言的讚美和肯定，讓我忘卻溽暑中午在如同燜燒鍋的廚房裡揮汗做菜的辛苦。

媽媽往生後，我已較少回娘家展現廚藝。這兩年一對兒女陸續到南部求學，獨居的我，總是在公司住家附近的小吃店，叫碗麵或炒個飯，隨意打發三餐。八寶辣醬並非一般餐館常態供應的菜色，這道菜也在我記憶中逐漸淡去，直到此刻才從封存的資料庫中調出來。

想起往日全家歡聚一堂，姐妹妯娌在廚房各司其職，弟媳切洗，大嫂調製醬料，我負責拌炒，客廳裡兄弟連襟的談笑聲、孩子們的嬉戲聲，交織成一幅溫馨怡人的畫面。我突然興起一個念頭：何不利用這次兒女回家的機會，邀約散居各處的四兄妹，攜家帶眷一起在娘家團聚，共同享用八寶辣醬帶來的幸福滋味！

人間植物禪

林投故事多

文與圖／白石莊主人

女兒小時候會因為看到林投樹上所結的果子，興奮奔回家告訴我，她看到鳳梨樹上長鳳梨了。原來她誤把林投當鳳梨，林投果的的確確長得和鳳梨一個樣，只可惜林投果所含果肉又薄又少，塞不了牙縫。

台灣原住民有幾樣好吃的林投料理，早期的孩子們則常在老奶奶教導下，學習用林投葉編風車、荷包、斑鳩、手表、喇叭等等童玩；當然，林投最重要的功能，應該就是當做防風林了，它容易種，長得密，渾身利刺，防風還兼防盜呢！

白石莊附近海岸曾有偷渡客摸上岸，為了逃避軍警追緝躲進了林投樹林子裡，後來一個個唉唉求饒出來就逮，因為被刺得全身是傷，受不了。

因此，林投好用卻不可親，長林投之處常常成為荒僻角落，和這樹有關的鄉野傳奇故事也因而多了起來。

在我們的在地導覽活動中，林投是引人矚目的植物之一；但讓人驚奇的是，許多接近中年的道地台灣人，居然不認識此為何物，真是離鄉土及大自然太遠了，「只是置身台灣島，不知林投為何物？」

在防風不必靠防風林、防盜不必靠樹葉樹枝利刺的今日台灣，林投逐漸被砍光，長林投樹的林地一區區被移為他用，林投已不再常見，或許有一天林投樹成了台灣博物館的展示物，這樣的日子會出現嗎？

從林投樹印證了一件事，與其說植物是人類的的朋友，不如說植物是人類利用之物，利用價值少了就棄離；失去利用價值，殲滅也在所不惜，這絕非對朋友之道！



看見生活

人生貴適意

文／楊奕成

冬末周日的午後，與朋友相約到華山文創區走走，我們邊喝著紅茶牛奶，邊欣賞著眼前街頭藝人的表演。

這位年輕人，理著俐落的小平頭，一番簡單又親切的問候，音樂響起，他的肢體跟著舞動起來，溜溜球便以各種姿態在他的手中運轉自如；緊接著扯鈴，流暢繞轉在他的腰間及大腿間，宛若璀璨的流星，然後再高高的拋起，又準確的接住，看得圍觀的群眾掌聲不斷，驚呼連連。

表演結束，朋友與他閒聊。他說八歲時愛上溜溜球與扯鈴，自己存錢買了一本學習手冊，每天花七到八小時練習；但從事教職的父母認為只有考上醫科，才是人生勝利組。只是對溜溜球與扯鈴一往情深的他，仍堅持要走自己的路，練習得更勤奮，他的父親終於被感動而鼓勵他：「喜歡就好好去學吧！」

一路的堅持，如今他不僅是台灣十大傑出的街頭藝人，也是台灣外交場合表演溜溜球的第一人，更是金氏世界紀錄的保持人，而他依然不斷在超越自己。

看著他擦拭溜溜球及扯鈴，再有條不紊的收進道具箱，那種虔敬的神情，真的好迷人，不禁連想起元朝的劇作家關漢卿說：「世情推物理，人生貴適意。」凡事唯

店都改用紙餐具。

其實，免洗餐具除了不環保、不健康之外，也會影響食物的美味和觀瞻；若是外帶或是無水可洗的路邊攤，倒還可以理解，但很多餐館只是為了追求更大的利益或貪圖一時的方便，才用免洗餐具。

尤其是某些小吃店，免洗湯匙配環保筷，奇怪的一國兩制，為了改變這種奇怪現象，幾個月前我決定開始行動。

只要發現這類店家，我就把地址抄下來，回家後立刻寫一封明信片寄過去，好言相勸，如今已寄出八封，實驗證明：有些店家真的把免洗餐具換成環保餐具了耶。

這證明文字還是有它的力量，小人物也可以改變世界。

所以，這種信，我會一直寫下去。

有適意才能投入，也才能走得長久。

就像我樂在教學，當我扮演起說書人，向孩子說起一個又一個的經典故事時，他們那專注的眼神以及因共鳴而發出的笑聲，讓我更肯定古典文學的青春與活力，也自許為文學的推銷員。

就像我樂在寫作，我參加寫作私淑班，在老師的循循善誘與文友的相互切磋中，我逐漸明白什麼才是文學創作，也讓我更積極要為生活找一個解釋——更細心的凝眸生活的光與暗。

聆聽著他為理想堅持的故事，卻顧自己所來徑，彷彿遇見了知己，有惺惺相惜之感，並且永遠相信情願的生活沒有勉強，只有樂在其中。漫步在冬末的華山文創區，朋友笑說：「春天就在不遠的前方。」

花開禪心

佛心妙用

文／心培和尚

一顆慈心任運，猶如虛空下普施的甘露一種共生的信念

是久遠劫來同體的悲心
無念無住，無相平等
應緣即現，感應道交
觀機逗教，開佛知見
衆生在人間得度
諸佛在人間成道



西來寺近期活動

時間	活動名稱
4/3	光明燈法會
4/4	觀世音菩薩聖誕紀念日一朝山
4/5	孝親報恩清明水懺法會
4/7	觀世音菩薩聖誕午供
4/10	大悲懺法會