



如果我們能以  
愛惜生命的態度，  
來使用一切物品，  
不僅可以延長其壽命，  
也會讓自己懂得珍惜生命。

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@ibps.org www.hsilai.org

巧磕人生

## 巧克力的對味兒？

文／Maple Day 圖／Barry Lee

由於手工巧克力不含人工添加物，必須放在冰箱保存，從冰箱取出之後，要讓巧克力先回溫一下，當然，拿出來就吃，也有種咬下去外殼脆脆、內餡冰涼的暢快感，另有一番風味；但巧克力達人會告訴你還是要回溫幾分鐘，而我個人，在這氣候微涼的冬日，特別喜歡回溫的時間是八分鐘，再配上一杯日月潭紅茶，感覺最對味兒。

什麼食物要搭配什麼才合適、才對味兒，是有很多典故，抑或蘊含回憶於其中，甚至是一種大慈悲。怎麼說呢？且聽我娓娓道來。

正當我吃巧克力，啜一口紅茶，電視中《一把青》的小周狠狠地瞪了朱青一眼說：「不知道村子裡的事就不要亂問、亂看。」這齣連續劇，描述在生不逢時、身不由己的那個年代，村子有個瘋癲且魂不守舍的太太，每天巴望巷口，等待她那視死如歸，一飛就再也沒回來的飛官丈夫。飛官的女人就像遲早的未亡人，終究只是活著的鬼魂。電視情節，震撼了我，未曾明朗的過往，就像夜闌人靜的清白月光，在黑暗的寧靜中，冷清，卻又潔白，大刺刺地，讓人恍然。

《一把青》，讓我憶起國中同學小京，她那包一手好餃子的外婆，和麵、擀皮、剝菜、包捏、下鍋，濃煙裊繞，撲鼻鮮香，是齋菜餚，外婆拿著幾粒剝好的蒜瓣給我配餃子：「定邦說這樣吃餃子，才對味兒。」起初，我都會問，不等外公嗎？小

挫折學習

## 給孩子失敗的機會

文／佟雨航

那天，一位女顧客領著一個四、五歲的小男孩到店裡買東西。以前，他們每次進來超市或是離開，都是媽媽幫小男孩開門。這次出去的時候，小男孩突然跑到媽媽前面想幫媽媽開門。沒想到，那位媽媽卻大聲驚呼：「兒子，別動，小心門夾到你的手，還是讓媽媽來開門比較安全。」小傢伙被媽媽一聲斷喝，嚇得一下縮回伸出去的小手……自那以後，那位媽媽再領小男孩來超市買東西時，我發現小男孩都很「乖」，每次都安靜地站在門口等著媽媽開門。一次，我逗小男孩說為什麼不自己去開門呢？小男孩低頭看著自己的小手，說：「媽媽說門夾到手會很疼，我害怕門夾到我的手，所以不敢去開門。」

然而，表妹的做法卻與那位媽媽截然相反。有一次，我去表妹家做客。吃完飯，五歲的小外甥女說：「媽媽，今天讓我來幫你洗碗，好嗎？」表妹誇讚說：「好啊！我女兒知道心疼媽媽，要幫媽媽做家務，真好！」小外甥女歡天喜地去廚房洗碗

人間植物禪

## 慈悲的心

文與圖／白石莊主人

每到各地旅行，總會順便看看當地人是如何對待樹的。遇到愛樹表現特佳的，不知不覺行程也特別愉快起來。

例如這一趟到東北亞旅行，見到有人替樹掛解說牌時用了特大號且加了柔軟膠環的圈圈，用意在防止將來樹長大了被圈圈勒住；有人在面向行人特多的樹幹上包上一層厚厚棕櫚以防止行人磨破了樹皮；有人用大大的鋼架做成鐵環，環在樹的周邊以協助支撐過重的樹冠……種種動作，令人感動，也覺得樹長在這樣的國度還真是太幸福了。

有人說，看一個人如何待狗，便知他會如何待人。待狗柔軟而慈悲的人，必定擁有一顆柔軟又慈悲的心。



京悶頭吃餃子，外婆轉身往廚房：「他等等就回來，妳們先吃。」滿腹疑惑的我，很快就給齋菜餃子填飽，本就沖著餃子來小京家，外公何時回來，干卿底事。

說不上哪裡不對勁，小京外婆，話不多，難得開口，眼神也不朝對方，總覺她好像對旁邊我看不到的人說話似的。每回見她，扮飾地妥妥當當，彷彿準備出門或剛回來樣，但小京又說，外婆不出門，怕外公回來她不在。我也不懂，不過，隱約曉得避免誰傷誰的心，模糊真相，簡化成一個有濾鏡的場景就好。

一度，湯姆克魯斯主演的「捍衛戰士」，帥氣贏得全球少女的心，小京第一次主

動提到外公：「我外公穿空軍制服才帥呢！」直到小京外婆過世，我也才首度看到空軍外公，墓碑上的照片，英姿煥發，頂多三十來歲；小京家人特別將外婆遺照換成梳辮子的學生照，如此一來，外婆，不會老過，外公，不會離開過——走過青澀的年輕，我方明瞭，這正是一種「對味兒」的慈悲。

就好比小周叫朱青別問那麼多的語氣雖然帶著斥責，另一方面，卻是對那未亡人，慈悲的「對味兒」。從飲食、言語，到行為，對人對事的對味兒，不也正是《觀無量壽經》提到的：「佛心者，大慈悲是以無緣慈，攝諸眾生。」

逸饗蔬食



## 奶油仙菇

佐

## 法國麵包

文與圖／林乃光

同學敏智是道路工程設計師，中部許多道路都是她設計的，所以她總是非常忙碌，壓力也很大。而重視家人的她，總希望假日在家中能做頓飯，與家人一起享用，所以假日前常會接到她的來電，問我有何食譜可以提供嗎？

她喜歡問我的原因，是因為我總會用簡單的食材、簡單作法做出美味料理；因為平時外食又忙碌的我們，必定會以簡便又能保有食物原味的作法，來做出能夠滿足全家人的好料理，也因為與她有著相同的情境，因而特別投緣。以下食譜是為她設計的喔！

**材料：**  
美白菇、鴻喜菇各半包，法國麵包一條，牛番茄二個，奶油起司、巴西利、黑胡椒、奶油

**作法：**

- 以滾水加少許鹽，快速把菇類燙熟，瀝乾放涼。番茄切片，巴西利切碎。
- 法國麵包切厚片塗上少許奶油入烤箱烤過。
- 烤過的法國麵包抹上厚厚的奶油起司，依序鋪上番茄、菇類，灑上巴西利、黑胡椒即可。

背後祕密

## 奶奶的珍珠項鍊

文／張燕峰

新生報到的第一天，我就注意到女孩頸項間戴著一串質地粗糙的珍珠項鍊，在項鍊的中段還有一個心形的小掛件。唉，正是青春愛美的年紀啊！我不禁搖搖頭，笑了。

第二天的班會上，我對著剛入學的學生們強調學校的紀律，特別強調男生不許理稀奇古怪的髮型，女生不能佩戴首飾之類。說到首飾，我故意意味深長地看了女孩一眼。女孩在我別有意味地注視下，臉頰微微泛紅，低下了頭。

我想，這是一個羞怯的女孩，她一定會遵從師長的教導，摘下項鍊。

一個月後，我發現她竟然還戴著那條項鍊。那是在一節體育課後，孩子們個個汗水淋漓，男孩子們大多脫去了外衣，只穿一件背心，女孩子們也解開了衣領處的鈕扣。這時，我一眼就瞥見女孩優美的脖子上那串質地粗糙的項鍊。我忍不住惱怒了，心想，這女孩看似靦腆，竟然對老師的勸告和學校的要求置若罔聞，真是豈有此理。

課後，我把她叫到辦公室，板著臉，一言不發，只把學校對新生的一紙行為規範丟給她看。當她抬起頭時，我看到那張朝氣蓬勃的臉上竟淚痕斑斑。女孩俯首打開了項鍊上的小掛件，裡面有一張照片，那是一位白髮蒼蒼的老婦人，皺紋縱橫，猶如千溝萬壑，只是目光慈和親切，汨汨流淌著愛與和善。

女孩哽咽地說，她是一個棄嬰，是奶奶在村口的老槐樹下撿了她，並撫養她長大。奶奶極為疼愛她，把全部的心血和愛都傾注在她身上，自己卻粗茶淡飯，破衣爛衫。祖孫倆相依為命，日子雖然拮据，卻也過得快樂甜蜜。在她看來，有奶奶的陪伴，每一天都有如在天堂般。

可是，去年奶奶生了一場大病，為了給她攢上高中的學費，硬是撐著不肯去醫院治療。奶奶彌留之際，把這串遠方親戚送她，可是她卻一直捨不得佩戴的項鍊交給了女孩，叮囑說：「孩子，奶奶對不住妳，沒有什麼財產可以留給妳。戴上它吧，奶奶會陪伴著妳。」奶奶去世後，她把奶奶的遺像裝進了項鍊上的掛件裡。

女孩低低地抽泣著，嗚咽了好一會兒說，最疼她的奶奶走了，這個世界上就只剩下她孤孤單單的一個人。從此，她便時時刻刻把項鍊戴在頸間，就好像奶奶一直陪在她身邊，給她溫暖，給她力量。

不知何時，我的眼裡也噙滿了晶瑩的淚水。我站起身，將女孩緊緊地擁在懷裡。

生活快門



## 永保安康的綠建築

文與圖／一然

我常聽人類說：「金窩銀窩不如自己的狗窩。」

您看，我這蛙窩也挺棒的！冬暖夏涼又能防震，而且還是綠建築呢。睡在這張軟綿綿的小床上，不僅讓我睡得很沉很香又安穩。最重要的是，不易被獵食者發現，讓我永保安康。

西來寺近期活動

時間	活動名稱
1/15 周五	大悲懺法會 (7:30 pm)
1/16 周六	社會關懷組老人院 探訪(9:00 am)
1/17 周日	佛陀成道臘八粥結緣 英文佛學班慶祝法寶節 (10:30 am) 1:00pm 佛光會慶祝法寶節 (1:00 pm)
1/22-24 周五-日	雲水禪心生命體驗營



同樣的，對待植物也一樣。惡意砍殺、辣手凌虐植物時，植物不會哀嚎，並不代表它不知疼痛、不知求生，我們看到生存在極其惡劣環境下的植物也奮力求生便知它們是如何希望活下去，對其下重手，何忍？

仁愛的定義是仁民愛物，對人如此，對物也應博施以愛，知而能行，善哉善哉！