



學佛就是「開發心田」，心中的田地要開發，才能播種、生長、收成。

星雲大師／Venerable Master Hsing Yun

人間福報

Merit Times
CA

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

巧嗑人生

文／Maple Day 圖／Barry Lee

巧克力代替我的陪伴

你有沒有這樣的經驗，初見面，卻一見如故；緣分，緣是天意，分是人為，那麼人為能占多少比重來成就圓滿的緣分呢？真是大哉問，總之，凡夫如我們，肉眼是看不清楚的，依據佛經的因果輪迴，緣扮演很重要角色，常常跟好的因緣接觸，我們也會隨之往好的方向前進。

我有一個住在香港的朋友，小眉，十六年來僅見過三次面，第一次是我們認識，一見如故；第二次我再去香港，對照八年前，人生各自翻篇，不同際遇，我結婚了，她離婚了，分開的歲月，青春驕傲的笑，收在對生命明白頓悟的背後，取代的是小心翼翼；眼前的路，只能往前走，邁向中年，沒得停歇與逃避。

當時已然虔誠佛教徒的她，贈我兩本她編輯的《楞嚴禪心》，而與佛法還很生分的我則置之書櫃，不曾打開；殊不知，時間悄悄又挪移了六年，第三次再見，她來台北，我竟已開始接觸佛法，能稍稍理解她較深刻的內容。

在香港見過一次聖嚴法師的她想參訪法鼓山，因此我預先報名了參學，沒想到陰錯陽差，當日不僅大雨傾盆，原本一起參訪的團隊取消。參學室鑒於她遠從香港來，仍安排兩位義工菩薩帶領我們，彷彿我們是超級貴賓，不因僅兩人而怠慢馬虎，全程感受禪悅法喜。那一天對我們這兩個

學佛者，不約而同奠定了深深淺淺的影響；彼此的情誼，也似乎受到佛法加持，更超然，卻穩定。

她說：「我們的緣分一定很深。」我想也是，生命裡真正有交集的日子不超過一周，其他的日子一如《楞嚴經》所言：「彼彼發業，各各私受」，各自承擔命運拋出來的重擔，有同理心地，用行動或沉默，陪伴、關懷彼此。

小眉說，看我的樣子怎麼也料想不到我吃過的苦，她是心疼的。其實，看著她嬌小的身影在人群中穿梭，想像她每日長達十二小時的工作，每周還要擠出三天去看兒子、父母，再風塵僕僕趕回住家，披星戴月，睡眠時間被壓縮得只剩下三五個鐘頭，星期日方能睡上三竿。難怪距離她家不過七分鐘路程的商場，她一次都沒去過，誰能想到，還是我這住在一千公里遠的遊客帶她逛上一遭，這…這…，她笑不可抑，我笑容的背後，也隱藏著對她的心疼，巨蟹座的她，應該是被人捧在手掌心上的疼愛著——我只能做個無言的旁觀者。

兩次見面，我們都是拚了命的逛與吃，彷彿這樣，就能把痛苦的離別拋在腦後，就能關上分開之門，卻拖不住時間的殘忍跟無情。遷徙的時刻，又來臨了，機場的大門再次出現，像是冷酷的御林軍；臉上還掛著幾天前未乾的淚珠，新的淚水等不



及的洶湧而上。

那次我從香港返台，在機上打開她叮囑我上飛機才能看的禮物——一盒巧克力，紙條上寫著「巧克力代替我的陪伴」，是的，當思念氾濫得快要潰堤，拿出一顆巧克力放入口中，一咬，沒想到是白蘭地酒心，汨汨流出，酒氣居然襯托出黑巧克力尾韻淡淡的甜美，蘊散開來，回甘，又夾雜青澀的苦，呼應相逢與離別的複雜滋味，不得不佩服她為我挑選的這份「陪伴」

，甚有巧思。

我經常想起與她的因緣而讚歎緣分的微妙，也經常陷入長考，在這分難得一見的友誼中，我學習到什麼運用在生活其他處？上天給了我們善緣，而我們恰恰好能善惜，但生活中其他的緣，自己卻為何總是弄擰搞僵，特別是與親人的相處，往往好心做壞事，兩敗俱傷；如果「緣」是天意，「分」是人為，那麼我是不是該在「分」上面再多些智慧與慈悲啊！

藍山炊煙

馬鈴薯墨西哥薄餅

文與圖／王舒俞

墨西哥薄餅皮一直是我十多年來常備的重要食材之一，現在在台灣已經很容易購得，甚至連烘焙用品專賣店也有賣了，雖然自己做也不難，但如有現成包好冰存在冷凍庫裡，就是一個極為方便隨時可用的好食材。

會養成使用墨西哥薄餅的習慣，是因為曾在美國南加州居住過數年，那裡的超市裡總有著令我眼花撩亂，各式各樣的餅皮可選擇，最主要區分為小麥和玉米兩大類原料，成品包含了軟式硬式等及各種不同形狀，可以依照不同的內餡材料而選擇合適的餅皮和口感。

我較為習慣麵粉製的餅皮，口感柔軟也很好捲，不油不甜帶點微鹹，幾乎能契合所有的鹹味食材，就連拿來包捲中式炒飯夾生菜，都好搭。甚至我將餅皮放進烤箱內低溫烘烤去除水分，直到餅面鼓脹有微黃色後，取出放涼再用手掰碎，吃起來就像無油的蘇打薄餅，單吃就又香又酥脆，也很適合用來挖取新鮮的莎莎醬，能取代玉米餅，是我們秒搶的最佳零食，晚來的就只能撿屑屑啦！

因此這一道輕食就是我們家最常見的墨西哥薄餅吃法，選用不會有湯汁的蔬菜，搭配一些起司（當成餅皮黏合劑），吃了三、四塊也是好撐，而且作法簡單又能隨意變化，可以吃巧也能吃飽，如果有吃剩的隔天微波一下還能當早餐或早午餐呢。



材料：約3~4人份

馬鈴薯2~3個切小丁、蘑菇5~6朵切小丁、香菜1把切末（或芹菜嫩葉）、洋蔥半顆切末、披薩用起司適量、黑胡椒粉、鹽適量、墨西哥餅皮6片。

前置作業：鍋子一開始就先炕熱冰箱取出的餅皮，使餅皮較為柔軟即可。炕過頭餅皮會變脆硬，就無法包捲食材了。

作法：

- ①用油先炒熟馬鈴薯丁後，加入洋蔥末炒約3分鐘，加入蘑菇丁一起炒約2分鐘，加入鹽、黑胡椒調味就完成了。（炒好的材料不可以有湯汁，直接盛盤也是一道好菜。）
- ②把炕好的餅皮攤平，在餅皮一半位置灑上起司，把炒料鋪放其上。不用太多，注意是把起司當漿糊使用，之後加熱就是最佳黏合劑，炒料就不會掉出來。
- ③餅皮對折後，先把有起司的那面朝下，放入乾淨無油的平底鍋乾煎，小心的翻面，兩面都炕上焦黃色就可以起鍋了。
- ④對切後就完成了。熱熱時吃，起司會牽絲，很適合和生菜沙拉搭配食用喔！

小叮嚀：

配料可以隨意變化，也可使用紅椒或是茄子來取代菇類，材料數量不用太多，洋蔥和馬鈴薯是基礎。

話說佛光山

大師溫暖感召 趙大深製播好節目

文／趙大深、戴玉琴口述（電視節目製作人）、羅佑純整理

二十五年前的一個下午，在電視台裡，遠遠的就看到幾位身著黃衫的出家人，朝著我們的這個方向走過來。其中，走在正中的那位法師，身形高大，那時我還沒有學佛，但就覺得這個出家人的儀態真好，當他從我們旁邊走過時，就如一陣春風吹拂過，那麼的溫暖，當下心裡不禁起了恭敬心。爾後，我有緣皈依星雲大師座下，二十幾年過去了，依然覺得大師還是像那陣春風，溫暖。

一九九三年，《大陸尋奇》製作人周志敏阿姨跟我們聯絡，當時我們正在華視製作八點檔節目《包青天》，星雲大師認為《包青天》裡面有講述因果報應，對社會教化很好，因此透過周阿姨約我們見面，開啓了我們與大師的因緣。

大師想成立「佛光衛視」（後更名為「人間衛視」），問我們意見。我們在電視圈很久，習慣用商業的角度計算「效益」，做電視很燒錢，而且那時已有一、二百台電視頻道，投入做佛光衛視，經濟效益不高，建議大師不要做。但大師耐心解釋，當時社會人心動盪不安，希望藉此傳播真善美的理念，更能落實人間佛教的精神，為社會及世界帶來祥和與歡喜。

一九九八年，以傳播真善美理念的非商業電視台——佛光衛視成立了，當時負責佛衛的永文法師找我們製作節目，我們明白師父利益眾生的想法，更清楚資金來源為十方信眾的捐款，所以我們不只要做好的節目，還要想方設法的替衛視省錢。

高齡不懈 感動參與工程

約莫十年前，我們計畫要退休了，心想「終於可以遊山玩水、輕鬆的過日子」，沒想到佛光緣美術館總館長如常法師打電話約我們見面。原來是大師請他跟我們聯絡，找我們參與佛館內裝工程，這…這…我們哪做過工程啊，更何況是這麼大的工程案，一旦答應了，又怎麼可能遊山玩水？於是我們婉拒了。

後來大師邀我們到佛光山吃飯，當大師開口說：「你來幫忙吧。」我們看著高齡八十的大師，突然好生慚愧，眼前的老人家都這等歲數了，為了弘法度眾，還在不畏艱辛的勞心勞力，而我們呢？想到這裡就毫不猶豫的答應了，只是離開佛光山之後，我們都知道，期待已久的退休生活，



這下得延期了。

當一幢幢的建築物逐漸矗立，我們也開始了在佛館大工地上工作的日子，看不完的工程圖，開不完的會，還有來自四面八方、無遮無止的灰塵，但無論是烈日寒風、大雨小雨，每天都可以看到大師坐在輪椅上，穿梭在鋼筋水泥的身影。

有一天，每日必看到幾回的大師身影，罕見的不見了……。幾日後，我們又見到了大師的身影，只是坐在輪椅上的他，竟有幾分不似往常的精神，原來大師小中風了，但放心不下工程進度，更不希望讓我們擔心，於是跟醫院告假幾小時，回到佛館。

再次看到大師的身影，穿梭在裸露的鋼筋水泥柱裡，用著啞啞的聲音，關心所有在工地的人員，那一天，很多人悄悄的落下淚來。

身行言教 無私心懷大眾

我們近身觀察大師，大師比我們忙多了，接見海內外各界人士的拜訪、處理佛光山全球二百多所道場的事宜、關心上千位弟子與百萬信徒，尤其還要每日巡看幾次佛館工程進度，他的笑容還是一樣的溫暖真誠，思慮還是一樣的智慧清明，生活還是一樣的平淡自在。

慢慢的我們才發現，原來大師是「無我」的，因為「無我」，所以他可以為了弘法利生而不疲倦；因為「無我」，所以他只說真話，縱使真話會被有心人士扭曲，他也無懼。太多太多的眼見實例，真的無法一一敘述，些許是耳濡目染，又或許是稍有領悟，於是我們的心似乎也愈來愈自在，愈來愈平靜。

生命我懂了

愛和橡皮擦

文與圖／尤俠



作為一個人類

心中要存有愛和一塊橡皮擦
擦掉我相的框框，愛開始茁壯
擦去人相的框框，愛更為擴大
擦去眾生相的框框，愛因此昇華
最後再將壽者相也擦掉
愛就能超越時間遍及十方世界

西來寺近期活動

時間	活動名稱
10/21~23 周五~日	中文三日禪
10/22~12/18 周六	Emi Motokawa佛教油畫展
10/23周日	美以美醫院義診 (8:00am~11:30am) 環保回收日 (2:00pm~5:00pm)