



星雲大師／Venerable Master Hsing Yun

熱烘烘的快樂，會樂極生悲；冷冰冰的痛苦，會苦得無味，人生最好是過不苦不樂的生活。

人間福報

The 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

我的小收藏

善書永流傳

文／顏藹珠

在熙熙攘攘的龍泉市場，一位慈眉善目的老伯守著小攤位，販賣各種精美小玉器，不大引人注意。我駐足隨手拿起一個小玉佩端詳，老伯直說：「很便宜啦！」把東西包好遞給我時隨口說了一句：「小姐！你學佛嗎？」我說：「沒有。」他拿出一本書：「這本免費送你，和你結緣，研究佛法對人生有很多啟發喔。」我接過一看，《認識佛教》，淨空法師著，華藏淨宗學會印贈。而這本書，竟成為我開始珍藏善書與學佛的里程碑。

從小到大讀過不少書，閱讀善書倒頭一遭，頗令我震撼與訝異，在當前拜金掛帥的時代，為何有人會免費出書送人結緣？仔細拜讀，才發現佛教和我以往的觀念大相逕庭。

本以為上寺廟拜拜是長輩的迷信，通常帶有功利色彩，求財求官求長壽，年輕人可不相信這一套。淨空法師卻闡明：「佛教是教學、是教育，不是宗教；它是智慧、覺悟宇宙人生的教育。」又讚揚：「佛經講倫理、講道德、講因果、講哲學、講科學，樣樣都講到登峰造極、究竟圓滿。」一般學校教科書卻很少引介，令人百思不解。

某日與外子至和平素食用餐，發現靠牆

書架上有一排善書和DVD等，不覺眼睛一亮，如獲至寶。我興奮帶回佛光出版社印贈的《人間佛教小叢書》、《獻給旅行者365日：中華文化佛教寶典》，物質與精神的雙重饗宴，不亦快哉；後來又在全聯超市櫃台，喜見法鼓山聖嚴教育基金會出版的「心靈成長智慧隨身書」。這些口袋書印刷精美，小巧玲瓏，可隨身攜帶，隨時閱讀。書中智慧法語，破迷開悟，閱後彷彿醍醐灌頂，令人法喜充滿。在遭遇困頓挫折時，更像黑夜明燈，指引照亮人生的方向。

多年下來，書房好幾個書架上，便是我從各道場、素食餐廳、超市櫃台收集來的各種善書，它們是我良師益友，生命導航。當然閱畢後，我會轉送親友或將其放回原處，等待與有緣人再「喜相逢」。另外，明瞭印善書是法布施，也會依書後帳戶劃撥款項加入助印行列。

星雲大師曾慈悲開示：「經常做令人感動的事，別人的好心好事，自己也要能感動」、「每天至少閱讀一份報紙，了解時事；至少閱讀一本好書，要做書香人士。」腹有善書氣自華，書香與法喜相互交湧。感謝助印善書的個人與機構，默默傳播佛法，熱心分享法食，成就善的循環，慧的開啓，得以廣為交流，指點迷津，撥雲見日，共同成就人間淨土。



釋迦牟尼佛傳

太子出城去郊遊

文／星雲大師

太子在城外轉了一個圈子，就命令車匿駕車回城。他一起病苦之情，就會感覺好像被人網縛起來，任意打擲一樣的痛苦。淨飯大王見到太子急忙的回城，不知爲了什麼，他就再三地詰問跟隨太子左右的人，問到車匿，車匿老實的以見到老人、病人稟告。淨飯大王聽了非常震驚，嚴厲地譴責護衛，他又在王宮中更增添美女、音樂，極盡人間歡樂之情，希望能以此令太子離開憂愁的深淵，可是，這並不能收到一點效果。

因此，淨飯大王這一次親自出城去巡查了一趟，尋找一個繁茂的園林，重修街路，掃除不淨，派了更多姿顏秀麗的侍女，和更多才智計謀的隨從，催促太子再去出遊。

太子見父王一番苦心，不忍過拂慈意，也就出遊了。車馬尚未行至父王爲他選擇遊樂的園林，忽然看見四個人抬著一個棺材迎面走來，棺材的上面蒙覆著幡蓋，跟隨著的人都憂愁滿面，頭髮散亂，更有的嚎啕大哭，太子看後，知道這又是誰家的生命死亡了。太子搖頭嘆息著，車匿從旁稟告道：

「太子！這裡面是一個死人！」
「人爲什麼要死呢？」太子不禁感慨萬

千。

車匿好像對於死亡，也有很大的感觸，就殷勤地解釋道：

「死人就是人的身體機構壞了，一切感覺意識都沒有了，魂魄離開身體，肌肉也都乾燥，失去在世時活著的屈曲自在，像一段枯木似的，六親眷屬不能代替，朋友知交不能調換，再有恩愛情感的夫妻，也唯有把死者孤獨地放在荒郊野外的墳墓間而不能不分別。太子！死後的形骸埋進土裡的日子一久，屍骸也都要毀滅的！」

太子知道死亡是悽慘的，所以悲痛欲絕的向車匿道：

「車匿！死是人生的結局，人凡是有生，最終必定有死，男女老少，這是誰也不能免的！」

太子過去感觸到衰老的痛苦，疾病的痛苦，已經驚怖不已，現在再看到死亡的悲慘，不覺伏在車上不絕地悲嘆起來：「唉！世人的確誤會了，死亡是靠近我們的，我們怎能放逸地生活著呢？人非草木，亦非土石，怎麼能不憂慮世間的無常，還依舊天天縱欲和遊戲呢？我想到死是人生不能免除的，我怎能放逸地目送著生命悄悄的過去呢？」

太子即刻命令御者車匿返城，車匿這次是奉王命不能早歸的，他很畏怖的不敢轉車，馬奔走得很快，太子的馬車終於到達遊玩的園林。

馬車走進園林，太子注意一看，這裡是水清樹茂，靈禽飛鳴，其幽美好似那天上的樂園。

(待續)

媽媽的味道

芹菜葉什錦蔬鬆餅

文與圖／韓美慧

對特殊香氣的食材都非常喜歡，芹菜就是其中之一，但並不是從小就敢吃，是因爲我的客家媽咪，爲了照顧全家大小的味蕾，總是在菜色上做了不少變化，這芹菜葉就是媽咪的拿手菜之一。在客家小炒中，芹菜就占著舉足輕重的地位，媽咪還會加入芹菜葉，讓整道菜更增色香；而芹菜葉切末煎蛋，可以讓我吃掉一整盤。

後來更了解，芹菜葉的價值比芹菜莖高，所以我也學會媽咪將芹菜葉留下來，拌麵、炒飯都很好用，當然「芹菜葉什錦蔬鬆餅」更是我們家愛吃的一道飯後鹹點，做法更是簡單易學。



社會萬象

波麗士大人在我家

文／吳芳枝

光復後，父親進入警察局服務，從基層做起。當時仍沿襲日據時代的稱呼，不是叫警察，而是叫「大人」，民衆還留有對日本警察的刻板印象，心存敬畏。

以前，老一輩的人稱分駐所或派出所爲「衙門」，童年住在警察宿舍，同學幾乎都不敢來找我們玩，宿舍的小孩自成一國，多少有點孤寂。

當時警察待遇菲薄，工作日夜不分，我常看父親值班，從夜晚守望到清晨（受理報案、接聽電話），白天稍微休息後，須在辦公室備勤，下午又有巡邏（勤區查察）。

以前配備簡陋，連機車都沒有，父親都是騎著自家的腳踏車，查核戶口、宣導政令與蒐集治安情報，所以跟轄區民衆極爲熟悉，對每一戶的狀況都很了解，所謂「警民一家親」，就是這樣建立起來的。1960年代的農業社會，民風淳樸，有錢

根據台灣食藥署食品營養成分資料庫顯示，芹菜葉的胡蘿蔔素含量是芹菜莖的88倍，維生素B1則是莖的17倍，鈣含量也是莖的2倍以上，此外，芹菜中獨特的芹菜素（Apigenin）成分，更有幫助降低發炎反應的好處，事實上，2013年美國俄亥俄州大學研究小組研究發現，芹菜素能夠啓動殺癌機制，防止癌細胞繼續蔓延。所以芹菜莖與葉一起食用，讓更多營養保留下來，也能吃得更健康。

材料：備一平底鍋、鬆餅鋼圈、芹菜葉70g、胡蘿蔔些許、玉米粒30g、蛋1顆，中筋麵粉200g、太白粉10g、清水100CC，鹽適量、油適量。

作法：
①清洗好材料，把芹菜葉切細，胡蘿蔔去皮切絲備用。
②將中筋麵粉倒進芹菜葉、胡蘿蔔絲、玉米粒中，打入一顆全蛋，加入清水攪拌，再加太白粉，邊加邊用筷子把材料拌均勻成濃稠麵糊狀。
③平底鍋加熱倒進油，放入鬆餅鋼圈，把麵糊放入鋼圈中填滿，用小火煎，麵糊稍固定後拿開鋼圈，再做下一個，要記得翻面免得燒焦。
④煎好的什錦芹菜葉鬆餅，放在吸油紙上吸乾油，之後擺盤上桌。

人不多，市井小民都以腳踏車代步，機車不像現在那樣普遍，車輛事故也比較少，但是賭博、偷竊、鬥毆滋事，仍是層出不窮。父親爲人正直，辦事認真，民衆發生糾紛都能秉公處理，讓人心服，因此很受尊敬。

受到父親的影響，兩個弟弟先後考入中央警官學校（警察大學前身），傳承衣鉢，成爲「人民保母」，維持社會秩序，這份富有正義感的工作，也是他們的共同志向。

家裡出了三個「波麗士」（Police），讓父親感到十分欣慰。比較尷尬的是，弟弟的官階比父親高，讓他有點不服，在辦公室兒子是長官，回到家父親是老大，常嘮叨：「我的辦案經驗比你們更豐富！」爲了讓老爸有面子，兄弟倆會虛心請教，讓他開心，父子三人也常一同交換經驗，相互打氣。

如今社會變了，警察的工作比過去複雜千萬倍，除了查緝毒品、色情、賭博、竊盜、槍枝、酒駕，還要協尋失蹤人口、處理交通事故等，警察爲了維持治安，盡忠職守，打擊犯罪，我們應該多給他們支持與鼓勵。波麗士大人，謝謝你們！

無形的可貴
文／星雲大師

世間上的人，都以為看得到的東西，都是可貴的。其實，更可貴的，是看不到的，所以無形的東西，才更寶貴，例如：

智慧 愛心 精神
器度 空靈 慈悲

西來寺近期活動	
時間	活動名稱
6/8周五	大悲懺法會（7：30pm）
6/9周六	佛光親子運動會 環保回收日 （2：00pm～5：00pm） 佛光青少年交響樂團公演 （4：00pm）
6/14周四	光明燈法會（10：00am）
6/16周六	三好籃球比賽
6/22～24 周五～日	佛光兒童夏令營
6/23周六	環保回收日 （2：00pm～5：00pm）
6/28周四	光明燈法會（10：00am）
6/30周六	國慶掃街活動（8：00am） 禪淨共修（7：30pm）