



做事不順遂，是因緣未具之故，不要怨天尤人，不要喪失意志。只要廣結善緣，培養福德因緣，等條件具備了，必然能成功。

星雲大師／Venerable Master Hsing Yun

# 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

教育最前線

## 小小廚神展廚藝

文／盛宜俊

圖／洪昭賢

日前，由大園區家長協會主辦、桃園國際機場飛行館協辦的「小廚神」飛機料理餐比賽，圓滿結束。雖然本校的學生代表隊，無法從十五組參賽的隊伍中脫穎而出，但看到孩子們在現場專注的神情，我想他們的體驗和收穫，要遠比得獎來得更有意義。

因鄰近桃園機場，為突顯在地特色與文化，近年來有多所學校積極推展飛行相關課程。而此次舉辦的「小廚神」烹飪比賽，則是希望孩子們能藉由設計飛機上的餐點激發出創意，並經由實作的過程培養正確的飲食觀念。

由於本校班級數少，沒有多餘的教室，因此只能在教師休息室挪出個料理空間，當作練習的場地。同時也拜託善於烹飪的工友阿姨，利用午休時間指導孩子們烹飪技巧。而參賽的四個孩子當中，僅有一位

有過烹飪經驗，但也僅止於幫媽媽在廚房裡做些雜事。可想而知，每天的午休時間都是鬧哄哄的。

「小朋友，菜要洗乾淨些。」

「唉呦，別浪費呀！芹菜葉別丟掉，湯裡放一些很香的。」

「花椰菜的菜心要留下來，削皮切片很好吃的。」

工友阿姨相當惜物，捨不得孩子們浪費食材，時時叮嚀著。剛開始，那些孩子還真的連菜刀都不會拿，菜梗、菜葉切得大小不一，蔥蒜傻傻分不清，連蛋炒飯都可以把蛋殼加進去一起炒。孩子們彼此也常看不慣對方，吆喝這吆喝那的，吵嘴多過練習的時間。

休息室的老師也無法倖免。剛開始練習的頭幾天，常被學生拉去試吃，雖然味道實在不怎麼樣，也要裝出讚賞的表情來激勵他們。不過一陣子過後，辛苦的練習終究有了代價，老師們莫不豎起大拇指真誠地誇獎一番。



洪昭賢  
Hung Chao Hsien



比賽前，校長召集了參賽的學生，除了當面鼓勵外，也想聽聽他們這段時間的感想。

有孩子說，以前總覺得媽媽煮飯很慢，但如今才知道，原來一頓飯準備起來是那麼麻煩；還有學生說，以前很討厭吃蔬菜，但這次為了準備比賽常常得試吃，沒想

到竟因此吃出了蔬菜的好滋味；更有學生說，以後會常常幫媽媽的忙，替辛苦上班的媽媽分擔家務。

讓孩子從做中學、學中思，懂得珍惜食材、體恤父母辛勞、建立正確的飲食觀念，就是孩子們最大的收穫，而學習的過程，更是一種對自我的肯定。

釋迦牟尼佛傳

## 三迦葉棄邪歸正

文／星雲大師

佛陀這麼一說，優樓頻羅迦葉起初聽時大吃一驚，他想反問佛陀為什麼這樣說，但他知道這樣問他反而顯得無智，他只得坦白承認的說道：

「對啦！我很慚愧，您說得一點不錯。我知道您已經是成就佛陀大行的聖人，我聽說您過去在這不遠的地方修行，可惜我沒有見過您。您比我還年輕，但您的智慧、道德都比我優秀，但是，我又不願意承認。現在我對真理變成一個不忠實的人，我現在唯有誠懇地拜在您的座下，希望您收我做您的弟子，洗去我心裡的塵垢！」

佛陀點頭稱讚道：

「好！優樓頻羅迦葉！我知道唯有像你這樣的人，才能說出這樣的話。不過，信仰你的弟子很多，你還是和你的弟子們商量商量以後再說罷！」

優樓頻羅迦葉聽了佛陀的吩咐，當時就集合他的五百弟子，堅決地向他們說道：

「我到現在才明白我的往日全非，我現在已經達到宇宙之光的佛陀，我已經是佛陀的弟子。我希望在佛陀的座下洗去我心上的塵垢，使我能趨證到涅槃。佛陀說，心不清淨，是不能滅除一切苦惱，我們祭火而心中仍然充滿垢穢，這樣的修行，又有什麼意義呢？當佛陀初來的時候，我就覺得他不平凡，超過我多多，可是，愚痴矇蔽我的心，我還不肯在真理之前屈服。現在，我仔細思惟再三，希望你們能一起和我皈依佛陀吧！」

這五百名修道者——優樓頻羅迦葉的弟子，聽老師這麼一說，為佛陀的威德都深深的感動，都發誓願意跟隨老師，永遠作佛陀的弟子。

優樓頻羅迦葉非常歡喜，從此和弟子們，投身於佛法的懷抱中，做了佛陀的常隨眾弟子。他把事火的道具，全部拋入尼連禪河中。

道具隨著流水往下流去，一直流到優樓



↑優樓頻羅迦葉的弟子，為佛陀的威德都深深的感動，都發誓願意跟隨老師，永遠作佛陀的弟子。

頻羅迦葉的兩位弟弟住的地方來。

優樓頻羅迦葉的兩位弟弟，一名那提迦葉，一名伽耶迦葉，兩個人也是事火教的教徒，各有弟子二百五十人，這一天見到長兄事火所用的道具，從尼連禪河的上游流來，以為發生什麼意外的事情，不覺茫然傷感地流下淚來。

他倆猜想長兄一定發生什麼不尋常的事，難道被國王驅逐了嗎？國王哪裡敢對神聖的仙人這麼無理呢？那麼被山賊殺害了嗎？山賊有這麼大膽嗎？他倆想來想去，還是想不出一個原因出來。

他們帶著驚怖的心情，星夜趕到長兄的住所來。走進長兄的苦行林，就見到一向被自己尊敬仰慕著的長兄，以及長兄的五百弟子都改作沙門，頭上剃光鬚髮，身上穿著黃色袈裟，他們二人見到以後，竟閉著眼連連搖頭，不忍再看。

他們二人，在轉念之間，又情不自禁的氣憤起來，向優樓頻羅迦葉說道：

「大哥！你怎麼變成這個樣子呢？你是聽到什麼人的話而墮落到如此？你所悟的智慧，在這個世界上沒有人能和你相比，天下的尊敬都集中在你一身，你為什麼要聽信他人的教，這麼輕易地改變你的信仰？過去我們有你這麼一位長兄，覺得無上的榮耀；現在我們真感到做你的弟弟非常的可恥！」

（待續）



### 人貴三品

一、沉得住氣：

需要歲月的沉澱，吃過虧之後的歷練，是一種忍辱的智慧、睿智的表現、理智的沉澱、成熟的標誌。

二、彎得下腰：

是一種姿態，是一種有長遠見識的謀略，是一種內心的自信。翠竹因彎腰而堅忍不拔，稻穗因彎腰而豐稔厚重。

三、抬得起頭：

無論處在好的或不好的境地時，都應該昂頭挺胸，不是盛氣凌人，也不是傲視一切，而是謙遜待人、積極處事。

豐子愷·護生畫集

## 靈犬

文／林少雯 圖／豐子愷

隋煬帝時，閩中太守鄭詔養一犬，憐愛過子，詔有仇家薛元周，懷刃欲殺詔，未得其便。一日詔將出，犬拽衣不放，詔怒令人縛犬於柱，出大門，犬掣斷繩而走，依前拽詔衣不令去，詔異之，犬忽嗥吠，跳身出咬殺元周，詔搜元周衣下，果藏有短劍。

——薛用弱·《集異記》，虞愚書

豐子愷先生所繪的漫畫上，只見一隻狗用嘴拽住主人的衣服，看主人的表情，好像生氣了，這隻狗是怎麼啦！怎會對主人如此無禮。畫題為「靈犬」，應是通達情禮的好狗，會有這種舉動，必定是有原因的。

故事發生在隋煬帝的時代，當時閩中的太守名叫鄭詔。鄭詔養了一隻狗，平日裡寵愛有加，他對待這隻狗，甚至比對自己的子女還要疼愛幾分。

當官的總難免有仇家，鄭詔在當地有一個仇人叫薛元周，這人對鄭詔心懷怨恨，隨時想找機會殺害他，總在身上藏著利刃，只要在路上遇見鄭詔，手下必不留情，但始終沒得到機會。

旅行筆記

## 帶四個外甥自由行

文與圖／小魏

小時候經常帶著妹妹們出遊，畢業工作之後，存了旅費，就嚮往出國玩，於是在英日語都不會講的情況下，第一次到日本自助旅行十七天，全程都住JYH（日本國際青年旅舍）。當年網路還不普及，旅遊資訊還都是從報章雜誌與書籍蒐集而來。之後就常依循這樣的方式跟姐妹或朋友自助旅行，跑遍了許多國家，更曾在義大利、希臘與日本自駕旅遊。

後來也想帶四位外甥去日本玩，我知道他們長大後一定各奔前程，很難再一起出遊。首先幫他們預存了三年的旅費，在二〇〇四年暑假成行。當年他們分別是十六歲、十四歲（四妹的女兒）、十三歲、九歲（五妹的女兒與兒子）。在出國前一年暑假，我就先行開車載他們台灣西部七日遊，訓練他們自己照顧自己：一條大浴巾（車上墊屁股或當蓋被）、一個背包，還有暑假作業。每天下午到飯店時就先洗澡洗衣服、寫作業、吃晚餐、逛街、看電視……當阿姨的我只負責開車、找飯店與安排行程。

妹夫的媽媽擔心孫子太小不會自理，但事實上，不要低估小孩的能力，為了



有一天，鄭

詔準備外出，

還沒走出大門，

他寵愛的那隻狗，忽然上

前用嘴拽住主人

的衣服，不讓他走。鄭詔

斥喝牠，牠仍

不肯放開，依然固執的緊咬住衣服不放。

鄭詔生氣了，叫人將狗綁在一根柱子上，逕自出了大門而去。這時，那隻狗狂吠，並用盡全身力氣扯斷綁住牠的繩子，然後快速飛奔去追趕鄭詔，用嘴再去拽拉著主人的衣服，不讓他走。

這次鄭詔感到事有蹊蹺，於是停下腳步。此時，薛元周從旁邊走近鄭詔，鄭詔的愛犬忽然大聲嗥叫，跳起來一口咬住薛元周。

鄭詔覺得有異，令人搜薛元周的身，果然在他衣服裡搜到一把短劍。真驚險啊！若不是這隻愛犬，鄭詔可能喪命於此短劍下。

這樣通達人性，能觀察和聞嗅到危險的狗，真是靈犬。但雖為靈犬，若不是主人對牠疼愛有加，而是每日拳腳交加的話，靈犬也不會盡心報恩的。



↑買都電荒川線一日券，即可玩遍沿線景點。

玩，他們都很願意配合，也因為我對他們要求不高，反正自己衣服洗不乾淨也是自己穿。

在東京七天六夜，分別住了兩個地方，一是離迪士尼很近的旅館，一是台灣人開的池袋民宿。迪士尼兩個館玩兩天，然後都電荒川線一日遊、三鷹之森吉卜力美術館……每天早出晚歸，沒聽他們喊累。

出門時大的負責照顧小的，在他們身上放旅館地址與我的電話，以防萬一；到超市則給他們每人一千圓日幣，讓他們自己買喜歡的零食吃……十五年後的現在，他們都已經是二、三十歲的成年人了，分別在台北、高雄與台東工作。當年五個人含機票全部旅費共花了十萬台幣左右，雖然是筆不小的開銷，卻是一趟裝滿美好回憶、永恆難忘的豐富之旅。