



一個人有禪定的修養、禪定的功夫，他的心很寧靜，不會因為別人的一句話、一件事而起伏、動亂，不會輕易受到影響。

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

教養大不易

文／汪詠黛（親職教育講師）

寫下懺悔，不貳過

捷運月台上，兩位小學三、四年級的男孩，規規矩矩排在我後面。兩人唉聲嘆氣討論著：

「明天老師要我們交悔過書，該怎麼寫啊？哎，我們真不應該動手推打阿義，太不應該了……」

雞婆黛媽咪克制住回頭「指導」寫悔過書的衝動，但聽得出來，這兩位調皮小男孩為自己的行為連著說了兩次「不應該」，已經達到老師罰寫悔過書的目的了。我相信經過這次教訓，他們心中會種下一顆懺悔的種子，會懂得慢慢調整自己的行為，不用動粗來表達情緒。

我之所以會「相信」，是因為咱家的兩個兒子比比、樂樂，在「調皮階段」都曾寫過悔過書。

記得那年，讀小學三年級的樂樂在學校闖了禍，甚至返家後還被人「追殺」！我於是等他驚魂甫定後，請比比教導弟弟寫下悔過書，反省改過。在書寫的過程中，將犯錯的來龍去脈、現在懊悔什麼、以後如何改進等全部寫清楚，只要真心懺悔，就有機會改善，還可順便練習文字表達，所謂「我手寫我心」，一舉兩得。

被大人暱稱「乖弟」的樂樂，從小是個笑口常開、情緒穩定的孩子。那天上完音樂課，老師帶著全班整隊放學，只留下他和幾位熱心服務的同學幫忙整理教室。搬

動小黑板時，樂樂不慎被黑板撞到頭，引起同學訕笑，又痛又惱的他，竟然揪住一位笑得最大聲的男同學，打了起來。

這位身材瘦小的同學就住在學校旁邊，哭哭啼啼地揉著小屁股回家告狀去。而他

父親一聽到孩子被欺負，怒氣沖天，立刻用機車載著孩子衝出來，要找樂樂算帳。

平日，樂樂都是和同學一起排路隊回家，那天因整理教室晚了，他就等候六年級的哥哥站完糾察隊的交通崗，結伴返家。



釋迦牟尼佛傳

諸王子出家得度

文／星雲大師

佛陀作有系統的說法，大都在夏安居的時候，因為在夏天約九十日間的雨季，不便到外面乞化度生，所以就集合各方弟子於一處，講述修行的法門，以及宇宙人生的真理，後來大乘經典的結集，大都是佛陀夏安居時所說的言教。

佛陀離開祖國以後，到處宣揚得救的聖音，時光迅速，數年以後，當佛陀在靈鷲山度過一個安居期，有一天，佛陀安住在寂靜的涅槃境界中，忽然心中稀奇的生起一個很悲哀的想法，佛陀就預料到淨飯大王的患病。

這是事實，佛陀是知道過去、現在、未來的大覺完人。不久，淨飯大王派遣使者來求見佛陀，報告他的病體非常沉重，希望能最後再見佛陀一面。佛陀得悉父王的病訊，沒有耽擱，簡單地吩咐諸弟子之後，馬上就帶領難陀、阿難、羅睺羅等諸弟子趕奔到迦毗羅衛國。

佛陀進入宮殿，淨飯大王的病雖然危險，但他的意識尚清，他見到佛陀回來，悲

哀地微笑著，慢慢地伸出手掌，佛陀默默地上前握著，佛陀的眼眶中，好像也浮著一滴晶瑩的淚珠。

難陀啜泣著，阿難和羅睺羅等都流著眼淚，宮女則都一個個地哭泣著。

已經九十三歲的淨飯大王輕聲地說道：

「你們不要這麼悲哀，佛陀說過諸行無常是本然的狀態，現在我已經感到真正的幸福，我的太子成就天上人間最尊貴的佛陀，他遂了歷劫的本願，我不但引為榮耀，我也因他而獲得很大的安樂。這是我活在世上最後的時刻，我能再見到佛陀一眼，我好像見到死後的光明！」淨飯大王合著掌，含著笑，就這麼逝世了。

摩訶波闍波提夫人和耶輸陀羅妃哭得非常傷心，難陀和羅睺羅等都非常地悲傷哭泣。

佛陀沉默的，嚴肅地見著父王逝世，眾生雖然各各都受著自業的支配，但以佛陀的威德，淨飯大王也能少分的進入到涅槃的境界。

淨飯大王的遺體，用香油沐浴，用高貴的布帛纏著身體。

收殮後，棺上裝飾著寶石，安置在宮殿的正中，四周圍著珍珠的帳幕，帳幕旁散著各色的鮮花，佛陀和難陀在棺前守護，阿難和羅睺羅在棺後守護。

在守通夜的時候，難陀對佛陀要求道：

「佛陀！明天出殯的時候，請你允許我為父王擔棺！」

阿難、羅睺羅聽後也同樣的向佛陀要求。佛陀回答道：

「很好！我也要擔一分！」

淨飯大王的喪禮，非常的莊嚴，並且還布施了甚多的財寶，救濟貧窮的人。

（待續）

舌尖記憶

外婆的年糕

文／烏瞳貓

「來來來，吃年糕，步步高升。」舅舅將一盤炸得金黃的紅豆年糕擱在圓桌的正中央。我伸手夾了一塊，觸即舌尖的那一刻，帶著焦香的綿密口感，就像打皺湖面的那場午後雨，驀然勾起心底的漣漪。

美濃的天空與台北大不同，夏天的太陽熾烈耀眼，冬天的太陽陰柔溫婉，偶爾一朵雲飄來，又嬌羞地藏匿在雲影之中。

那時年紀小，大人總有一種小孩就必須睡午覺的觀念，於是心不甘情不願地在床



豐子愷·護生畫集

還我小寶寶

文／林少雯

一貓生二子，相貌都很好，兒童放學歸，大家爭來抱，母貓緊緊跟，口中咪咪叫，好似聲聲說，還我小寶寶。

——小君詩，虞愚書

這幅可愛的護生畫，是貓咪媽媽和小朋友爭搶著要抱剛出生不久的小貓咪。這軟綿綿潤潤的小貓，是貓媽媽心愛的小寶貝，也是全家人心愛的小嬌兒，更是小朋友心目中超級可愛的小心肝呢，難怪小朋友放學一回到家，放下書包第一件事，就是搶著去抱小貓。

這家人，說不定就是愛貓的豐子愷家庭，他們家有一隻叫白象的貓，每年都要生小貓咪的；這一年生了兩個小寶寶，真是可愛得緊，任誰看了都喜歡！

看那兩隻小貓，不論毛色和長相都生得極好，從出生那天起，小朋友天天都去看

兄弟倆一路嘻嘻哈哈，未料，走到住家公寓的大門口時，正好被坐在機車上的同學認出樂樂，大聲說：「就是他！」

那位年輕爸爸一聽，立刻停下機車惡狠狠地怒喝：「你跟我走！」伸手就想把樂樂拎上機車。樂樂嚇傻了，在原地發著抖不敢動彈，機警的比比用力拽住弟弟，勇敢回應：「等一下，我們就住在樓上，我請媽媽下來。」

就這麼巧，那天我和外子休假在家大掃除，兩個孩子不必去安親班，直接回家。一聽到比比在對講機裡簡短的求救聲，我倆身上的圍裙都來不及脫，立馬奔下樓。

不必急著問原因，只要動手打人就是不對。我倆帶著樂樂，先向同學和他的父親九十度鞠躬賠不是：「對不起、對不起！」看到樂樂大顆大顆的淚珠從臉上滾下來，又聽到家長忙不迭地致歉，同學爸爸的怒氣就消了一半。

我摟著被打的孩子，蹲下來問他哪裡痛、哪裡不舒服，還馬上帶他到對面診所檢查。得知只是臀部有些瘀血，同學的爸爸總算鬆了一口氣，接受道歉，打道回府前還尷尬地說：「拍謝喔，剛才嚇到你兒子。」

而用打架來解決問題的樂樂，經過這番折騰，也夠他受了，怯怯地擦乾眼淚，跟著爸爸、媽媽、哥哥一起回家。知道自己做錯，就必須承擔後果，要求自己盡量「不貳過」，這是我們的家規。小傢伙乖乖接受媽媽的建議：在日記裡寫悔過書，用自己的零用錢買道歉卡片，每天關懷同學的傷勢等等。

至於機靈的比比，因為「護弟」有功，明天賞一客麥當勞全餐。小哥哥挺夠義氣，開心地對弟弟說：「你好好寫，我會分你薯條。」

上翻了又翻，好不容易熬到床頭的鬧鐘響起，推開房門的那一刻，就是我最期待的時光。鄉下老房子總有一塊很大的空地，外婆的花布衫晾了滿院，而那張竹編的小茶桌上擺著一個粉紅色的塑膠碗，外婆會搖著扇輕輕地對著我笑，擺擺手示意我趕快過去。

粉紅色的塑膠碗裡裝滿了油亮亮的焦糖色年糕，粒粒飽滿的紅豆點綴其中，比紅寶石更為閃耀。外婆舉起竹筷子，像巷口賣棉花糖的老伯那樣，一圈一圈地將紮實綿密的年糕纏在筷子上，然後輕輕舉到我面前。

年糕很黏很香，凸起的紅豆靠著黏性依附在焦糖色的主體之上，當牙齒觸碰到光滑油亮的外表，黑糖的香氣馬上在嘴裡擴散，紅豆的甜蜜也在齒尖劃破表皮的那一刻湧出，化在嘴裡的是滿滿的濃郁。

外婆的年糕，是我冬末春初之際最懷念的味道。長大後，我尋覓過無數商場、老街，卻始終尋不回那竹筷上的幸福滋味，就像外婆那張皺了的微笑，也只能擱淺在那年的春風裡。

「好食某？」帶著鼻音的客家腔，伴著年糕的香濃，在暖陽下映出一道長長的影子。

；看貓媽媽餵小寶寶吃母乳，看貓媽媽幫小寶寶理全身的毛，將小寶寶梳理得光鮮美麗，愈發叫人喜愛。但是貓媽媽將小寶寶看得很嚴緊，輕易不讓人靠近；小朋友一來，貓媽媽就直盯著小朋友瞧，不讓人把小寶寶搶走。

這一天，小朋友放學回來，剛好貓媽媽不在窩裡，可能出去找東西吃了，小朋友見有機可乘，於是抱起了小貓，高興地又親又摟的，跟小貓玩了好一會兒。小貓咪還不習慣如此跟人類接觸，又被摟來抱去的有點不舒服，所以小貓就「喵！喵！喵！」的叫個不停。

小貓咪的叫聲又細又小聲，但是貓媽媽聽見了，趕緊跑過來瞧瞧是怎麼一回事？原來是牠的小寶寶被讓小主人給抱走了；貓媽媽不放心地尾隨著小主人，不停的「喵！喵！喵！」地叫著，抗議著。

貓媽媽的叫聲，有兩種意思呢！一是告訴小寶寶說：「小寶貝，別怕，別怕，他們是小主人，不會傷害你們的。媽媽就來救你們了。」一是告訴小主人說：「拜託你們別頑皮啦，快還我小寶寶來！」

哈哈！實在是可愛啊！這一家人！有了兩隻小貓，家裡可要更熱鬧了！



佛陀為父王擔棺

西來寺近期活動

時間	活動名稱
1/24周五	除夕延生普佛（辭歲） （7：30pm）
1/24-3/8	智廬交趾陶新春特展
1/25周六	新春朝山、早課普佛 （5：00am） 禮千佛法會、園遊會 （10：00am） 新春文化表演（12：00noon）
1/26周日	禮千佛法會、園遊會 （10：00am）

