



只要能「改心、換性、回頭、轉身」，將思想、見解淨化，當下就是淨土。

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) 961-9697 Fax: 1 (626) 369-1944

E-mail: info@ibps.org www.hsilai.org

寸草春暉

文／熊·爸爸

愛的表達

母親是一個職業婦女，卻並非是那種穿著套裝的OL，而是每天下班回到家全身髒兮兮，甚至還會散發出汗臭味的的水泥工，也就是俗稱的「小工」。

那時候的我很難理解，為什麼母親有那麼好的體力，都不會累。印象中，母親一回到家就直接進到廚房，張羅一家七口的晚餐，沒有其他長輩會主動幫忙，那時我們都還小也根本插不上手，她卻可以在半小時內張羅出一桌熱騰騰的飯菜，更不要說餐後還要洗碗、洗衣服。

偶爾，待手中的家事告一段落後，我跟母親在客廳聊起一些學校的事，她似乎有在聽又好像沒在聽，我感覺她的視線盯著電視，嘴巴時不時地回應著我，但整個人好像進入了一種電腦休眠的狀態。現在回想起來，其實那時母親早已累到不行了，只是身在傳統社會，媳婦不被允許說累，甚至懶懶休息。

記憶中，爸媽總是很忙。在經濟起飛的七〇年代，每個人都忙著賺錢養家，即使是假日也很難得看到爸媽待在家裡。除了逢年過節，我還沒看過母親穿過新的衣服，也沒見過她的朋友，寒暑假更不會計畫帶

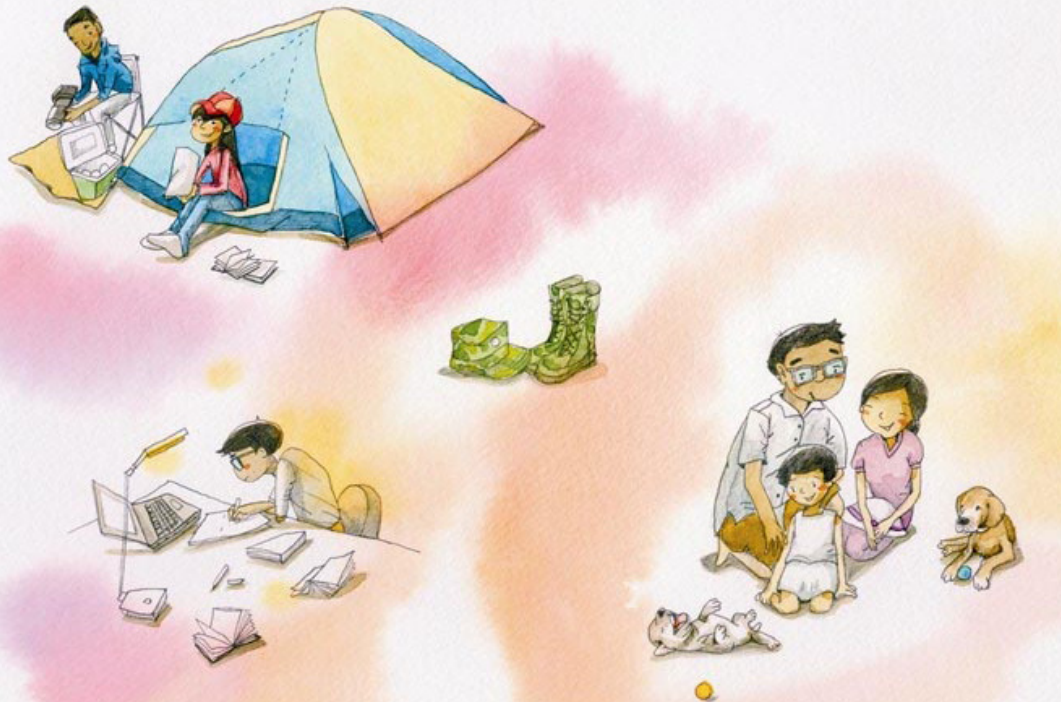
我們去哪裡度假。她的世界，好像永遠就只有工作而已。

等我自己成家立業，再成為一個孩子的父親之後，我才慢慢體會到：我的母親真的很了不起。

現在的我，經過一整天的忙碌工作或密集開會後，到了傍晚往往只剩下半條命，更別說工作壓力瞬間消失後產生的疲憊感。回到家後，用僅剩的力氣陪女兒玩一下，應付各式各樣無厘頭的問題，把學校的餐具洗乾淨、折一下衣服，再收拾一下亂丟的雜物，精力就已經所剩無幾，常常坐在沙發上沒幾分鐘就昏然睡去。

當時，母親每天要變出一桌豐盛的晚餐、親手洗滌一家人的衣物，第二天一大早再跟父親騎著野狼機車到工地工作，如此超人的工作量，到底是怎麼辦到的？直到現在，我還是沒辦法理解。

母親沒有女兒，我很遺憾小時候不知怎麼跟母親撒嬌，也不會跟她手牽著手逛街，我想，她應該很羨慕那些能和女兒親密互動的媽媽們。等再年長一點，我漸漸會用另一種方式來表達對母親的關心，買一些她喜歡吃的東西或幫忙準備生活必需品



，這些微不足道的關心，就是我对母親愛的表達。

然而，我們這一代對父母的態度，好像永遠呈現出一種矛盾。我們明明是那麼愛他們，但說出來的話語和表現出來的行動，卻往往都像是在抱怨，在責備。其實。那是因為我們長大了，見過的世面多了，寧可口氣兇一點，讓他們明白世界的變化，這樣，他們才不會受騙、上當；也因為我們是如此清楚，在這個世界上，無論如何都一定會原諒孩子的，只有父母。

同樣地，父母的關心也會以各種形式出現，有的時候是無微不至的關心，有的時候是過多的呵護，有的時候甚至是無理的

要求，有的時候則是發自內心的憐憫；這些，全都是因為他們的愛與關懷。

或許，我們無法阻止父母過度的關心，卻可以不吝惜地表現對他們的關懷，同時稍稍改變自己對待父母的態度，改變一下提醒的口氣。

而永遠不會改變的是，父母愛你，在他們眼中，你永遠是那個會跌倒也會受傷的小孩。無論你幾歲了，甚至為人父母了，他們最喜歡、最想念的，還是記憶中那個胖胖的臉蛋，會窩在他們懷裡睡覺的小小孩。

希望天下的父母都能平安、健康，也祝福我最棒的爸爸、媽媽，天天快樂！

釋迦牟尼佛傳

制戒的因緣

文／星雲大師



各人遵照戒律而行，過法制的的生活，僧團就是自治民主的象徵。

久住故；十、能令清淨心不失故。

諸比丘！不殺生、不偷盜、不淫、不妄語、不飲酒，是為根本大戒，如有毀犯者，名波羅夷罪（棄罪），就不能和大家住在一起，一定要從僧團退出。如果不能守戒，還俗並不算罪過！」佛陀發出制戒的宣言，這就是正法中制戒之始。

佛陀制定根本大戒以後，仍然有少數的弟子做出違背佛陀教誡的事來，佛陀經過很長的時間，很多的事實，制定四波羅夷、十三僧殘、二不定、三十尼薩耆波逸提、九十波逸提、四波羅夷捨舍尼、七滅諍、百眾學等的比丘戒律，比丘尼則有三五〇條戒，菩薩有十重四十八輕戒。皈依三寶的在家弟子，則可以受五戒，或六重二十八輕的菩薩戒而作優婆塞及優婆夷。

戒，維繫了僧團的清淨，各人遵照戒律而行，過法制的的生活，僧團就是自治民主的象徵，佛陀又規定每半月布薩誦戒一次，集合說戒，使諸比丘都能在清淨戒法之中長養善心。（待續）



少洗衣精、柔軟精，但這還算小事。晾衣服時，他不會像我一樣「勇猛」地把衣褲甩直後再仔細拉平，他晾的衣服，上衣一邊袖子懶躲在裡面不出來見客，長褲右腳長左腳短，衣架的間距寬窄不一，方向更是隨意向左向右，像「新兵日記」裡的菜鳥一樣漫無軍紀。我看了簡直要昏倒，還要耐著性子好言糾正，先生回我一句：「那麼整齊幹什麼？會乾能穿就好。」

對洗晾衣服，我就是這麼專情而固執，所以，我喜歡健康的自己，喜歡一個人洗晾。無論手洗或機洗，每一套外出服都記錄了旅遊的歡愉，每一件家居服都宣告著慵懶的美好時光。

看著陽光下透著晶亮的衣服，從年輕到初老，歲月漫漫，衣服繽紛來去，一件衣服就帶出一幅躍動的畫面，不論美麗或哀愁，都是生命中珍貴的印記。

小品人間

文字的魔力

文／黃漢龍

曾經看過一個短片，內容敘述一個盲人，蹲坐街頭乞討。旁邊放著一塊紙版，上面寫著：「我是盲人，請幫助我」；可是路過的人很少會停下來給銅板。有位女士經過，在紙版背面寫了幾個字；結果，盲人才聽到腳步聲，隨即就有銅板丟下的叮噠響。當這位女士再經過時，看到鐵罐已有滿滿的銅板。便向盲人祝福他有豐收的每一天。

盲人疑惑地問：「妳剛才在版上寫了什麼？」

女士說：「版上寫的是：『這真是美好的一天，而我卻看不見。』」改變了文字，也改變了你的世界。」

「我是盲人，請幫助我」，是冰冷的乞



舌尖記憶

幸福的滋味

文／舒眉

我对花生情有獨鍾，可能是源於童年的種種美好記憶。

小時候住在鄉村，家裡種過花生，收成時我是快樂的小幫手，忙碌過後，就可享用香濃好滋味的花生了。鹽炒花生，配稀飯吃；帶殼水煮花生，在稻埕剝著吃；母親和上麵粉做花生炸，給我當零嘴吃。

「爆米香來了！」我們趕緊提著米和花生衝出路口，一陣「砰砰」後，香氣四溢，只需付少少工錢，就能將一大袋爆米香提回家，當然，大半也是祭了我的五臟廟。至於吃刈包、潤餅的節慶裡，花生粉這一味更是絕對不能省的。

母親生下二妹後，我便順理成章入住祖母房。祖母房裡有花生糖、花生糕，我這「枕邊人」是唯一能登堂入室、翻箱倒櫃拿東西吃的「金孫」，更在日復一日的香酥脆裡，培養出濃厚的祖孫情。

遇到天冷不出門的日子，父親興致一來也會喝點小酒，花生、豆干便是尋常的下酒菜。父親最愛將酒杯遞到我眼前，說：「酒給妳聞一下，小菜隨妳吃。」接著夾

求，無法掀起別人的同情心；而「這真是美好的一天，而我卻看不見」，是提供一個畫面，觸發別人停下腳步，看看天空，想想自己：「我很幸運，看得到美好的每一天；我是應該給他一些幫忙」的同理心，而不是施捨，進而產生不斷幫助別人的善良心態之正向循環。這是一個平和而溫馨的畫面。

文字可著色、上彩，也可提供一串串聯想的線條，也許魔力就閃現在我們心湖的一圈圈漣漪中，不斷迴盪。可見文字（語言）是有魔力的。有如一面鏡子，在倒影中所顯現的，看似相同，卻是不同，一個是視野，一個是反射的心境；往往為了讓鏡中人合乎自己的理想，我們會無意間調整個人的行止，而不自知。

當今，網路資訊傳遞快速且多元，而所謂「網路霸凌」、「假訊息」等的文字如滔天駭浪，層出不窮，無遠弗屆。令人應接不暇，如墮煙霧。

宋朝周敦頤言：「文以載道」，原意是指文章是為弘揚道統、精神的；也就是引導人向上、向善的正確道理。重點是，一句話或一篇文章，可以改變人的思維，影響環境和社會，產生不同的結局；善良或邪惡的行為如此，平和與暴怒亦如此；尤其當我們看到有人被一句話激怒，一時衝動造成不可收拾的後果時，是不是更應謹慎且善用文字（語言）的魔力！



一顆花生塞進我嘴裡。咀嚼後，我嚥下香濃與滿足，歡喜地說：「還要、還要！」無情歲月，忽焉而去，當年成天討要花生吃的小女孩，已是年過半百一嫗爾，但喜吃花生仍是不變的日常。多年來，花生入口的馥郁，透過嗅覺和味蕾，逐漸發酵成濃得化不開的親情摯愛，對我而言，是一輩子都捨不得的香濃好滋味。

西來寺近期活動

時間	活動名稱
3/12周四	線上觀音菩薩聖誕紀念日午供 (10:30am)
3/13周五	大悲懺法會 (7:30pm)
3/14-5/10	「佛心禪藝」有紀法師創作巡迴展

生活點滴

我愛洗衣

文／李子

冬陽灑進金色光影，上班族blue的周一上午，我慢悠悠地在二樓陽台洗晾衣服。天很藍，緬梔橢圓的葉子層層疊疊探頭上來了，洗衣開啓了我一天動力的來源。

想念童年，豔陽下，跟著母親到大橋下洗衣服，河水清澈奔流，眾家婦女在石頭上搓揉洗滌，我一邊玩水，一邊聽她們閒話家常，天寬地闊，藍天白雲野草花。回家後，潔淨的衣服晾在竹竿上迎風飄，經過陽光撫慰，衣服透著暖香，黃昏時，再幫忙媽媽摺衣服、將衣服歸定位。這是快樂又幸福的洗衣記憶。

所以，當新婚時先生問說：「要幫妳洗衣還是晾衣？」我微笑謝絕，他從此養成習慣，不插手家事。不是我有多賢慧，只是想要享受洗衣、晾衣的快樂嘛！

那年秋天，我摔傷腳又開了刀，無法獨享洗衣樂，先生好意的幫忙常讓我臉上三條線。

首先，我需在一旁指導衣服分類，加多