



有「智忍」的人才能「觀自在」；觀人自在、觀事自在、觀境自在、觀理自在。反之，則一切都不自在。

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

人間有愛

文／顏福南 圖／彩虹樺樺

性格決定命運

居住在四十年的老房子裡。他說：「最好的客戶永遠是自己，每天出售給自己一個小時來閱讀，讓自己變成一個更好的人。」

知名蘋果手機經理人庫克養成的好習慣就是早起，他清晨四點半就開始發送公司郵件，五點就在健身房運動。他不僅起得早，工作也很投入，常常是公司最早到的一位，早起為他帶來滿滿的活力。早起清新的空氣會帶給我們愉悅的心情，安排工作就不會匆忙無緒，運動就能活絡筋骨，以清晰的思路面對繁複的工作。不只庫克如此，台灣很多知名的企業家都是早起的鳥兒，他們比別人付出更多的時間，奠定成功的基石。

奠定成功的基石還要有正向積極的思維，有的人習慣抱怨，經常把做不到、不可能、有困難等等消極的字眼掛在嘴邊，心態上得過且過，這些都是阻礙進步的絆腳石，試想，有誰喜歡和消極抱怨的人一起工作？不去想解決的辦法，只會製造問題，滿腹牢騷，還自以為懷才不遇，到頭來只有千山獨行，寂寞以終。成功的人陽光樂觀，言語中洋溢著希望，對事情充滿熱情，再怎麼困難的事都能積極面對，這才是成功的典範。

性格決定命運，意味著養成性格與習慣的重要，能不能實現夢想，不在於能力，而在於習慣，一點一滴好習慣的養成與實踐，都是成功的敲門磚，也是為人處世的原則與風範。



遇見桃花源

擁抱田園生活

文／忘勤

高中同學雅承原本是一位工程師，終日操勞，加班幾乎是常態。近年來，他的身體頻頻出狀況，經常跑醫院，思考多時後，他終於下定決心離職，也不打算再回到業界。

雅承的計畫很簡單，就是運用幾年來的積蓄，在鄉下買農地，自己種植作物。他向來是個劍及履及的人，因此計畫很快就實現了。他運用大學時在園藝社所學的知識，在田裡種了玉米、花生、番薯、西瓜等，都是他愛吃的穀物、蔬果，也因此他在種植時非常投入，比他當工程師時顯得更有活力。

我常去雅承的農舍泡茶閒坐，吃著他準備的烤玉米、蒸花生、焗番薯和西瓜等，更覺美味，且畢竟是自己種的，完全不加任何農藥，食用安全絕對有保障。有時待在他那邊，一聊就忘了時間，轉眼已是夕陽西下。柔美的晚霞緩緩披散在遠方的山巔上，將山的身影愈拉愈長，構成了絕美的畫面。

我漸漸懂得，為什麼雅承會嚮往田野生活。和現代商業社會的快速步調截然不同，待在這邊，可以遠離塵囂、放鬆心神，雖然收入不如以前當工程師來得豐厚，但他的心靈卻充實多了。這是生涯的重大轉彎，也是明智的選擇。

在嘗過雅承親手栽種的食材之後，我也興起了當農夫的念頭，現在只要有空，就會到他的田地裡幫忙，享受擁抱大自然的快樂。這樣的生活樂趣，絕非金錢可以衡量。

釋迦牟尼佛傳

太子出城去郊遊

文／星雲大師

太子聽了車匿的話後，嘆息了一口氣，又像考試似地問車匿道：

「車匿！世界上的人很多，你說，是他一個人會衰老呢？還是連我們也要經過這個老患呢？」

車匿很恭敬地回答道：

「太子！人生在世，老，是誰也不能免的。這個老患，不分貧富貴賤，不論國王長者，必定都會有這個結果。我們此時，都是一刻一刻的逐漸走近老的階段。太子！少年人也好，壯年人也好，陷於衰老，畢竟不是人間任何一人可以免的！」

太子的耳中聽完車匿的這些話，想到一個御者，還懂得這樣的道理，所謂無常之理，好像雷霆霹靂一聲響起，不覺身體也戰慄顫抖起來！

太子長嘯短嘆著，心下想道：「這個老患，能壞我們這色相的身體，一切眾生，健壯的身體，雄厚的力量，好比是一瞬的夢境而已。世間上什麼都是在變遷著，別人是如此，我也是如此，眼看如此的老患，怎不使我生起悲傷厭懼的心呢？」

太子在一聲長嘆後，就向車匿命令道：「車匿！回車歸城吧！我現在想起人生的衰老即將來到，哪有閒情去遊玩園林尋求歡樂呢？」

太子心中存著老之將至的念頭，深深地感覺到人生的寂寞空虛與苦惱。雖然是居住在王城裡，但好像走進了墳墓一樣。沒有歡喜，沒有快樂，他的心，簡直一刻也不能安定。整潔、雄偉的宮殿，在太子看來，就好比是一個牢籠關閉著他，使他苦悶。

太子回宮的原因，除了御者車匿以外，是沒有第三者可以知道。

感觸老病死

淨飯大王見太子終日沉於憂愁之中，心裡感到很不安。因此，他就勸太子再到城外去郊遊，更命令隨從的車馬行列要勝過前次，必經的道路要鋪得平坦，街道要打掃清淨。

太子出得城來，行走不遠，忽見路旁有一個垂死的病者，睡倒在那裡，身瘦腹大，呼吸急促，手足如枯木，眼裡流著淚水，口裡不住地呻吟，太子生起同情的心，就問車匿，他為什麼會變成這樣呢？車匿思索了一下，不敢隱瞞地回答道：

「太子！這是一個病人，身體裡各部機構，如果缺乏調和，就會生起這病難的痛苦。」

太子感觸很深，像是自語，又像是問人：「世間上的病人，就是他一個人呢？還是人人都不免要生病呢？」

「太子！這一個世間上，有身體就會有疾病的。」聽到太子的自語，車匿小心的這麼說。

太子想到人生的病苦，不覺恐怖戰慄起來，好似一葉扁舟，航行在驚濤駭浪中，他的心，時刻都感到忐忑不安，他不覺悲嘆道：

「哎喲！人生實在是個苦的東西啊！怎樣才能安然的過去呢？唉！世間上的一切眾生，都被愚痴闇惑障住了，大家不知道疾病隨時都會降臨，反而顛倒的追尋那不實的五欲之樂。」 (待續)



↑悉達多太子想到人生的病苦，不覺恐怖戰慄起來，好似一葉扁舟，航行在驚濤駭浪中。

西來寺近期活動

時間	活動名稱
5/29 ~ 8/3 周二 ~ 五	三好快樂營
6/1 ~ 30 周五 ~ 六	英文西來佛教書院
6/2周六	環保回收日 (2:00pm ~ 5:00pm)
6/3周日	社會關懷組老人院探訪 (9:00am) 捐血活動 (9:30am ~ 3:30pm) 佛光青少年交響樂團甄試 (10:00am)
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)

行走人間

日本的食物銀行

文／佟才錄

日本神奈川縣有一家奇特的銀行——川崎食物銀行，是由一個名叫高橋實生的女士創辦，旨在救助單親家庭、因精神障礙等原因無法工作的人、年輕的單身人士、低保戶等有需要的人士。

說起創辦食物銀行的原因，與高橋女士個人經歷有關。當年高橋女士因為無法忍受前夫的家庭暴力，帶著兒子逃了出來，由於長久找不到工作，生活陷入困境，一日三餐難以維繼，水電曾數次被停掉。後來，在各種援助團體的救助下，高橋女士靠擺地攤白手起家，如今擁有一間很大的公司。想起自己當初的困窘經歷，高橋女士決定建立一家救助社會弱勢群體的慈善機構——食物銀行，救助從家暴等各種虐待中逃脫的人們、以及社會上的弱勢群體。二〇一三年一月，「川崎食物銀行」正式成立。

食物銀行的主要工作是將準備廢棄的食物（通常是快到保存期限或是包裝印刷錯誤等）收集起來，然後免費分發給缺少

共享天倫

全家玩金孫

文與圖／洪彩鑾

自從LINE問世後，已結婚的兒子幫我們設定了家庭群組，不時互傳生活動態。知道小倆口過得幸福甜蜜，我們也樂得輕鬆自在，盡量不打擾年輕人的生活。倒是兒媳很貼心，懷孕後三不五時傳來產檢現況。

孫子「小太陽」出生後，有一天我

聊到雙胞胎

出生時，親

朋好友送了

二十個小戒

指，我於是

趁孩子熟睡

時，將這些

戒指全部套

上他們的小

手，金光閃

閃，非常逗



食物的貧困家庭和社會上的流浪群體。

對那些貧困家庭，食物銀行每周一次送給他們大米、麵包、蔬菜、泡麵、速食食品、罐頭、飲料等食品，社會流浪人員可以直接登門免費領取。

田中一惠女士就是受益者之一，她是一位單親媽媽，家裡有一個正上初三的兒子，她之前的工作是幼教師，因為慢性病惡化，無法再繼續工作。當她手頭僅剩下幾千日元，每天連飯都吃不飽時，從報上看到了「川崎食物銀行」的公益廣告，於是迅速提出救助申請，很快就收到了他們送來的毛毯和食物。

現在，日本有約六分之一的人收入達不到人均收入的一半，處於「相對貧困」狀態，而且這一數字還在逐年增加。川崎食物銀行的出現，無疑是天降福音，不僅能讓他們吃得飽，還能讓他們感受到社會的溫暖。



趣。當時我忍不住拍照留念，那可愛的模樣，讓看過的人全都笑翻了。

兒子想看那張讓我念念不忘的照片，但翻箱倒櫃太麻煩，我於是直接打開保管箱，轉交三十一年前的小戒指給兒子。為了打造「小太陽」人如其名、金光閃閃的威力，兒媳還加碼拿出長輩們送的金鎖片和金湯匙。

趁著小太陽熟睡後，大家圍在一起，七手八腳地幫他戴戒指、綁紅繩，你一言我一語，笑聲不斷：「瞧那胖嘟嘟的小指頭，好可愛！」「模樣好像小土豪喔！」「別人是含著金湯匙出生，他是掛金湯匙欸！」「真是名符其實的金孫呀！」小太陽睡得很香甜，倒是大人們玩得很開心。

有了小太陽，兒媳下班後忙得團團轉，只要他們敲定好日子齊聚台北，在LINE群組點好想吃菜，我就會帶著一桌拿手菜去支援。吃飽後，換小太陽登場當主角，由他的服裝決定聚會主題，看是要扮成仙人掌還是鯊魚，再幫他拍一系列有趣的嬰兒寫真，家族聚會變得有趣極了！