



星雲大師／Venerable Master Hsing Yun

身為主管，應該對部屬提供好因好緣、表現和顏悅色、給予慈悲愛護，更重要的是，能提拔後進；這才是最好的主管。

# 人間福報

異城的奮鬥

文／羅智強

## 沒有蝙蝠俠的芝加哥



周大哥又帶我們到城區的露天音樂廳，場內區分為有椅子的收費區，以及後方草坪的免費區，整個場域，大約可容納千人觀賞演出。「馬友友也曾受邀來此演出過。」周大哥補充說明，我點頭聆聽著，想像市民聚集在這露天的音樂場域，享受音樂饗宴的情景。

接著我們閒步到千禧公園一處廣場，我的目光立刻被一座白金不銹鋼製作的藝術塑像所吸引，許多遊客爭相在塑像底下留影。後來我才知道，這是一件由英國藝術家阿尼什·卡普爾所設計，被稱為〈雲門〉(Cloud Gate)的公共藝術塑像作品，長二十公尺，寬十三公尺，高十公尺，重一百噸，由一百六十八塊不鏽鋼皮焊接而成，鋼面卻光滑無縫，遊客可在塑像下看見扭曲的人形與建築輪廓，令人發想省思。

望著這座位於「大通長廊」與「麥考密克中心論壇廣場」之間的〈雲門〉，我忽然發現有一部由鄧肯·瓊斯執導，傑克·葛倫霍、蜜雪兒·摩納漢主演的電影《啓動原始碼》，最後一幕，男女主角在進入芝加哥城的恐攻火車事故，最後喪生之後，來到八分鐘後的平行世界時，就是站在〈雲門〉之下，重啓他們新的人生。

這是一部我非常喜歡的電影，觸發人對生死輪迴中的深度省思。

周大哥後來開車載著我們瀏覽「自然博

物館」、「水族館」、「芝加哥展覽中心」和芝加哥大學旁的「科博館」，筆直乾淨的街道，各具風格的建築，一棟棟映入眼簾，芝加哥有「建築之都」的美稱，確實名不虛傳。

「你知道嗎？國父曾來到芝加哥三次，武昌起義那天，國父正從丹佛趕來芝加哥的途中。」周大哥忽然說道。

我不免心馳神往，原來國父孫中山先生與芝加哥，也有這麼深厚的淵源，估計當時的芝加哥華僑，對於孫中山先生立志推翻滿清，救民族於危亡的崇高理念與堅定意志，必然是最熱烈支持的。

當一八四八年芝加哥第一條鐵路開始修建，便成為連結美國東西部最重要的交通

樞紐，而便捷的水路運輸又激活了工商業的快速發展，如今是美國僅次於紐約、洛杉磯的第三大會區，芝加哥的奧黑爾機場，更是美國第二繁忙的機場。但整個芝加哥的建築景觀、人文藝術，卻是有條不紊，沒有任何的違和感，實在難以想像，何以鮑伯·凱恩和比爾·芬格，會以芝加哥做為《蝙蝠俠》創作了中高譚市的原型呢？

誠然，這是部始於一九三九年的漫畫創作，也許當時的芝加哥，並非現在這番面貌吧！

無論如何，而今的芝加哥是座人文藝術之都，如果仍有蝙蝠俠仍存在芝加哥這座城市中，也是英雄無用武之地吧！

伊利諾伊州的芝加哥，臨近美國五大湖中的密西根湖，全美第三大城，三月十九日來時，氣溫四度，陽光耀眼，據說芝加哥就是《蝙蝠俠》劇中，高譚市的原型城市，彷彿是座治安敗壞，宵小橫行，亟需正義使者出現，打擊犯罪、捍衛正義的城市，但這真是芝加哥的原貌嗎？當地的僑領周賢孟大哥，熱心駕車帶著我們進入芝加哥城，讓我們近距離體驗芝加哥市的真實情狀。

周大哥先帶我們來到一處海軍碼頭，只見眼前呈現一望無際的水面，但這並非海港，而是湖港，我們正站在密西根湖的湖畔。

「密西根湖有多大？如果把台灣當成一艘航空母艦，放進密西根湖，依然靠不了岸。」周大哥說。

周大哥的解說，讓我們對眼前一望無際的密西根湖，瞬間肅然起敬起來，只見此刻的湖面，波瀾不生，澄藍的湖心，似乎有一雙蒼老的眼，靜靜與我們對望著。

芝加哥雖位於美國內陸，但過去海軍軍艦仍能順著密西西比河系進入密西根湖停泊，以至於芝加哥這座內陸城市，竟然也能成為美國重要的海軍港口。但是自從海軍碼頭失去軍事功能而沒落後，此處便被市政府規畫成湖畔公園，寬闊整潔的步道，吸引眾多市民來此散步或者慢跑，享受水天一線的湖光美景，舒心愜意。

釋迦牟尼佛傳

## 訪問阿羅邏迦藍仙人

文／星雲大師

我仔細觀察你的為人，知道你學道的意志非常堅決，你的器量一定能容納真實的大法，乘著智慧的舟航，超越生死的大海！往日，每次有人要求到我這裡遊學，我一定先測驗審查他的能力，然後我以他所能接受的而施教於他；可是，我現在知道你有堅固的志願，不凡的智慧，我已決定一點都不隱瞞你，把我知道的完全說出來和你互相研究。」

太子聽阿羅邏迦藍大仙人的話後，內心感覺到非常的歡喜，他很虛心地回答道：

「阿羅邏迦藍大仙人！我現在聽到你說的話，知道你心中沒有一點憎愛的感情，有的是平等的觀念。我的心中也是沒有一點成見，願意虛心接受你的指教！現在，我像行在長夜漫漫的路上，將獲得你燈光的照耀；我像迷失了前進的路途，將承蒙你賜給我的指南針。我心中的歡喜和興奮是可以想像得知。現在，我心中有一個很大的疑惑，想將此問題提出來請教大仙人指示：這就是生老病死的大患，如何才能夠免除？」

阿羅邏迦藍仙人聽了太子的發問以後，他就引出很多婆羅門的古典、名相，一一解釋給太子聽，並且說依著這些名相去修習梵行，再為人廣為宣說，就能得到解脫。太子聽了以後，又再問道：

「那麼，你說的這個解脫的地方，究竟叫做什麼世界呢？要修行到什麼時候，才能到達那解脫的世界呢？究竟是用什麼具體的方法來修習呢？像有關這些問題的要義，請大仙人再多多指教！」

這位阿羅邏迦藍大仙人，是信奉數論派的權威，他聽太子又提出問題，即刻以數

論派的典籍，用極其善巧的言詞，向太子敘說修行的大要及果報道：

「如果要想斷除生老病死苦的根本，先要出家遠離世間的紛擾，布施他人，修學禪定。在寂靜的地方學習經論，對貪欲要生起恐怖的心；對世俗之樂，要作遠離之想。壓止一切的欲望，把心安住於無我的境界。除卻愛、邪惡、不善的行為，要喜好法樂，直到圓滿的時候，就能夠進入第一個覺悟的階段，那就是初禪天。

到達初禪天以後，再以精進勤求的心，依法去行，就能進入第二禪天。

由第二禪天，累積很多的功行，那執著愛樂的心情自然消除，那就可進到第三禪天。

更進一步，樂著的心完全沒有了，生活即能超然解脫，這就算到達了第四禪天。

到了這裡，苦惱俱無，靜靜坐著進入解脫之門，這裡的壽命很長，智慧增進，有種種的方法可以忘記色欲，忘記我執，思惟一切皆空，獲得無限的智慧，資助精神的靜寂修養。如能這樣，真正的解脫之光就能顯現，這裡的境界，就名為非想非非想處。

你所問我的解脫之法就是這樣，假使要行真正的解脫之道，那就請你依我所說的深信不疑的去修學。古來很多聰明的修道者，都是依著這樣去修學，才能進入解脫的大道。」 (待續)



### 有3種錢 花多賺多

**第一種錢：學習的錢**  
學習的錢一定要花，因為腦袋窮，人生就會窮。人生中的困境，是你前世未完成的功課，一定要通過自我摸索與學習，才能突破與躍進。

**第二種錢：孝天的錢**  
父母就是我們的天時，因此孝順父母的錢一定要給；若沒辦法用金錢來孝敬父母，也要記得盡量用柔順、平和的方式跟父母溝通。

**第三種錢：回饋的錢**  
回饋社會及我們身邊的人。無論如何再窮，世上都有比自己更不幸的人，因此要盡量養成回饋社會的好習慣。

寶月上堂齋

## 春日佛手白菜

文／陳寶月 圖／香海文化提供

白菜的營養成分非常高，富含高維生素C、硒和槲皮素，能夠養顏抗老、清除自由基、並且能夠防癌。不論煮湯品、火鍋、蒸、燉都非常適合；它的口感清甜好食，讓人吃了有一種身心放鬆的滋味。想試試不同的口感，佛手白菜捲既能包裹白菜的水質，又能襯出白菜滑潤的口感，用枸杞點綴，讓白玉般的白菜捲更添了古典氣質。

**食材：**馬鈴薯1個、紅蘿蔔半條、生鮮菇6朵、白菜1顆、玉米粒1罐、枸杞少許

**調味：**鹽適量、胡椒粉適量、玉米粉適量、昆布精適量、香油適量

**作法：**  
①先將馬鈴薯、紅蘿蔔蒸熟壓成泥狀。

傳家之寶

## 「夠了」的處世哲學

文／佟菲

外公剛過完了九十大壽，壽宴上，外婆和他有說有笑，兒女齊齊為他祝壽，孫子、孫女歡歡膝下，好一幅「家和萬事興」的美好畫面。外公一直是個樂呵呵的人，從我記事起，幾乎沒見過他為什麼事生過氣，跟誰有什麼解不開的仇怨。

外公有個口頭禪——「夠了！」記得上小學時，外公是他們廠的辦公室副主任，辦公室主任快要退休時，廠裡找外公談話，想要把他扶正，外公婉拒了：「我雖然工資待遇沒有正職高，但我覺得夠了。拿一分錢幹一份事，我如今還有時間陪陪老婆、孩子，一旦當了正職，我恐怕工作責任增加了，就會更忙碌了。家裡的事我不能全扔給老婆，當個副職，夠了！」外公沒有扶正，擔任辦公室副主任一直到退休。

我小時候國文成績很好，數學成績卻很不好，每次期末考試成績出來，媽媽便拿著我的成績單搖頭又晃腦，臉上寫滿了「恨鐵不成鋼」，她責怪我：「你國文都能考那麼高分，可見你挺聰明的呀，怎麼數學就不能多努力一點呢？」

- 生鮮菇切成小丁。
- 白菜用熱水燙一下瀝乾。
- 將作法①、②和玉米粒加調味料混合。
- 白菜上撒一些玉米粉後加食材，捲成長條後，盛盤排好，劃四刀像佛手，蒸3至5分鐘。
- 取出蒸盤將多餘的水倒出加入，鹽、枸杞淋上芡汁即可。

外公替我辯解：「孩子的國文成績好，可見她在語文上有天賦，夠了！你這望女成鳳的媽呀，不要太求全了，難說我外孫女日後能成爲一個大作家呢！」外公的這句「夠了」開導了媽媽，考大學那年，我也以優異的成績考上了國立大學的中文系。

外公退休後，外婆替外公鳴不平：「廠裡對你不公平，你這個級別、這麼長的年資退下來，怎麼只有這點退休金呢？隔壁老張，你知道他的退休金比你的高多少嗎？」外公滿不在乎：「這些退休金也夠我們花了，我們都老了，兒女的工作也都不錯，要那麼多錢也沒用。你不要老跟別人比錢多錢少，你也比比子女是不是孝順、身體是不是健康啊！這人呀，一處多了，另一處就少了，這些錢，夠了！」

外公的「好心態」是一個巨大的磁場，讓他的晚年生活不孤單。他的朋友都喜歡和他一起遛鳥，說外公特別好相處；家中晚輩都惦記著他，一有空就來看他，跟他說說生活與工作中不順心的事，外公平實的話語、發自內心的樂觀笑容，似乎能把一切煩擾瞬間化解。

外婆有一次發自真心地對我說：「這輩子跟你外公在一起，雖沒大富大貴，但真的很幸福。他那句『夠了』，聽多了雖然心煩，但卻是咱們家的處世哲學啊！」

西來寺近期活動	
時間	活動名稱
3/23-27 周六~三	西來寺春令佛學營(英)
3/23-24 周六~日	青年寺院體驗營(英)
3/23周六	觀音聖誕朝山(7:30pm)
3/25周一	觀音聖誕午供(10:30am)
3/30周六	禪淨共修(7:30pm)
3/31周日	孝親報恩清明水懺法會(9:30am)