

父親去世前，在遺囑里把財產分割得很公平：房子和房子內的一切給我，因為已離婚的我沒有房子，帶著孩子不方便；和房子等價的存款留給妹妹。

辦完喪事，我們開始收拾房子。妹妹在書房里找到了一只舊皮箱，她抬眼看我，眼神複雜，有一種說不上來的隔閡感，“爸爸有整整一箱字畫。”

父親喜歡丹青我們是知道的，卻不知他什麼時候收藏了這些字畫。這些字畫的宣紙有點泛黃，是年代久遠的顏色。

“怎麼從來沒聽爸爸說起過這些字畫？”我聽出她的怨氣，似乎認定父親故意偏心留給我才不讓她知道。我訥訥地解釋：“爸也沒和我說過。”妹妹快快地看着字畫，一聲不吭。因為父親在遺囑中說得明白：房子和房子里的東西歸我。

父母相繼去世，我和妹妹應該是這個世界上最親近的人，但一箱字畫像一條鴻溝隔開了我們。妹妹不告而別，留下我坐在房間里哭。如果父親地下有知，他一定寧可把這箱字畫扔了，也不願我們姐妹因為它產生分歧。不管父親是忘記了這箱字畫還是真的偏心與我，我也會分給妹妹一半，絕不獨佔。

我們心中的蛀蟲

作者：連諫



第二天早晨，我接到妹妹的電話。她猶豫猶豫，好像有話不知道怎麼說。我知道她想問字畫的事，就說：“是不是關於那些字畫？”

她頓了一下：“是，我覺得爸爸的遺囑不公平。”

都在我的意料之中。“你想怎麼處理？”我問。

“我們平分。”妹妹說得乾脆。我忍着快要掉下的眼淚說“好”。使我傷心的不是要被分掉一半的字畫，而是妹妹的迫切。

電話的最後，她急切地說出自己的安排：

“姐，我們請字畫鑒定專家鑒定一下價值吧。不然，我們不懂，也分不公平。還有，在分那些字畫前，最好把那只箱子封上。”

中午，妹妹又打來電話，約我一塊去把封條貼了。封條是她用電腦打印的，上面簽着她的名字，按着她的指印，也給我留出相同的空白處。看她忙得一絲不苟，30多年來我第一次感到她那麼陌生，甚至不如一位普通街坊熟悉親切。

之後的幾天很平靜，妹妹偶爾給我打電話，全是商量字畫的事，好像我們的關係就靠

這箱字畫來維係了。

周一早，妹妹敲開房門。“我找到了一個鑒定專家，姓吳，他可以免費幫我們鑒定。最好今天就去。”我們把皮箱抬上車，整整40多分鐘的車程里，誰也沒開口說話。

泛黃的字畫擺滿了吳先生的工作檯。整整一個上午過去了，吳先生放下放大鏡和手里的參照資料，讓我們把字畫收起來。妹妹小心地問：“能不能麻煩您大體說說每張字畫的市場價值？”吳先生喝了一口茶水，笑着說：“這些字畫是臨摹的贗品，沒有市場價值。不過掛在客廳里做裝飾還不錯。”

妹妹氣急敗壞地一張張翻那些字畫，失望又不死心，“怎麼可能？怎麼可能？”我的心則莫名其妙地鬆弛下來，好像終於澄清了父親沒有偏心，也澄清了自己並沒有和父親事先商量好瞞着妹妹的事實。

字畫還是被我分成了兩份。給妹妹時，她使勁拒絕。我把字畫塞到她懷里，告訴她：“這是父親留給我們的禮物，大家都留着做個紀念吧。”

“對不起。”我聽見她小聲地道歉。這句話開啓了我們姐妹的淚閘，大顆大顆的眼淚掉下來。我們哭，跟這些字畫值不值錢沒關係。我們都看見了生長在彼此心中的蛀蟲，它傷害了相親相愛的感情，而我們不知怎樣才能消滅它。

名家短文二則

吃事

作者：莫言

一次請人吃烤鴨，吃完時桌子上還剩下許多。多麼可惜啊，都是好東西，於是我還吃。這是，有人說：“瞧瞧莫言吧，非把他那點錢吃回去不可。”我感到臉上火辣辣的。

我這才悲哀地認識到，世界的事情，其實早就安排好了。該着受侮辱的命，給你戴上頂皇冠也逃脫不了。

前年回家探親時，我把這些年在北京受的委屈，一樁樁、一件件地說給母親聽。母親說：“我就不信，人活一口氣，再去吃宴席，行前先喝上兩碗稀飯，然後再吃上兩個大饅頭，上了宴席，還能做出地副餓死鬼相嗎？”

回到北京後，我遵循母親的教導，上了宴席，果然不猴急了，吃得溫良恭儉讓。我等待着大家的表揚，可是一個有卻說：“看看莫言那個假模假樣的勁兒，好像只用門牙吃飯就能吃成買寶玉似的。”還有個人說：“人還是本色一點好，林黛玉刀要坐馬桶的。”



娘說：“兒啊，認命吧。命中該有什麼，就得承受什麼。你這受這點委屈算得了什麼？娘分明看到你一天比一天胖了起來，不享福，如何能胖得起事？兒啊，你這是在享福啊，不要身在福中不知福啊！”我仔細地思考着母親的話，漸漸地心平氣和了。是啊，所謂的自尊、面子，都是吃飽了以後一事情，如我這種豬狗一樣的東西，是萬萬不可用自尊、名譽這些狗屁玩意兒來為難自己的。

不生氣就贏了

作者：金庸

我有一個老師叫殷海光，在台灣蠻有名的。他在台灣和雷震辦《自由中國》雜誌，辦了十年，被蔣介石反掌一撲，雷震被關了起來。

殷海光沒有被關，但是，一次在家里吃飯時想到蔣介石，吃到一半氣得飯也不能吃了。最後，49歲，得胃癌死了。

得胃癌有很多原因，可是心里不愉快是重要原因。他是哲學家啊，他是思想家啊，思想家得胃癌死掉，不對勁啊。表示你沒想通啊，思想沒學通啊。他的敵人活了88歲，你小子活了49歲，他比你多活四十年。你打倒什麼敵人啊，你輸了。

所以，第一條，我就不生氣，跟你逗着玩，我贏你，活過你。現在我成功了，我贏了！



前排和后排

作者：童孟侯

(接上期)

寂止生活運用篇

(一) 造成痛苦不安的外在因素

處於高度競爭的現代社會之中，尤其面對環境的不景氣，使得現代人身心遭受強大壓力，而感到痛苦，煩躁不安，不但很容易與人起衝突，甚至經常因而傷害自己或他人。

有一些人，因為生活沒有目標，就像一艘行駛在大海的船一樣，既沒有盡頭也沒有方向，因此感到非常的空虛與寂寞，所以不斷地尋找外在的刺激以滿足自我，然而，這只是暫時的自我麻醉，事實上內心卻仍茫茫然，缺乏真正的安全感。

造成人們身心不安的原因，從一出生就已經存在了，我們從小過着家庭生活，上學過着學生生活，結了婚又過着婚姻生活，相信每個人在一生之中，或多或少都會感受到不同程度的壓力和困惑。

人們經常受制於大環境的擺布，無法依照自己的想法而生活，對於自己的生活方式及目標，既感到無奈，又無從改變，所以，內心里會經常覺得受到束縛，無法自由自在過日子。

雖然一般人以為只有自己最瞭解自己，事實並非如此，我們從小到大不斷與外界接觸，也不斷向外去追求或比較，以致於離內心世界越來越遙遠，即使獨處時，內心依然糊思亂想，因為精神上無依靠，所以容易導致精神疾病。

另外，有些人希望藉由他人的肯定，以認同自我的價值，其實，自我價值應該是

一輛轎車，其座位也就是前排和後排兩種，很簡單，選擇餘地少，不做前排就坐後排，總不見得做到後備箱里去。可是，簡單的前排後排，細究起來卻很有趣。

比如說十年前我到西藏，日喀則地委副書記徐麟把我從機場接出來，他按照西藏的規矩，一定叫我坐小車前排副駕駛的位置，表明我是他尊貴的客人。

比如說在上海，朋友一起出去攔了一輛出租車，兩個朋友是一定要搶着坐前排的，不是都想當“尊貴的客人”，而是表明讓他來付賬，還表明他願意當朋友的“隨從”。

在哥倫比亞，如果一個人打車，最好乖乖地坐在前排，這樣就會受到熱情的服務，甚至車費還給你打個折。倘若乘客一定要坐後排，駕駛員就會很生氣，認為你把他當車夫。

在阿根廷呢，乘客上了出租車都喜歡坐

後排。因為那里的人普遍認為：坐在前排很丟臉——我又不明白了：丟什麼臉？我很認真地調查過，在派頭十足的打車人里面，有一半以上其收入是遠遠不及開車人的。

在法國，飼養寵物是很普遍的。於是，很多出租車把前排副駕駛的位置定位寵物專座。法國的出租車司機認為，和寵物同在前排就座，是很吉祥、很安全的。

在日本，多年前就開始規定，不要說前排，即使坐在後排也要系安全帶。因為日本專家坐了一系列試驗：前排兩個都系上安全帶，後排兩個都不系，然後，轎車以時速55公里行駛，突然，它撞上一道堅固的水泥牆。結果，前排的兩個都受傷了。不是因為撞了水泥牆，也不是因為撞破了玻璃，而是因為後排沒有系安全帶得人突然穿過來，把前排兩個人的後腦撞傷了。

來自於對自我的肯定與信心。就像有些人，一輩子都默默的行善助人，卻沒有人知道，難道這樣的人，就沒有自我的價值嗎？

在生活中，我們可以運用寂止的方法，訓練自己的心性，讓內心從原本一片混亂當中，慢

走出痛苦(十一)



作者：蔣康祖古仁波切 印度最大寧瑪佛學院白五南卓林寺住持

如何以寬廣的心態看待因果業力，如何透過修持寂止遠離煩惱痛苦

慢沉澱，放鬆，進而專注，穩定。然而，寂止在觀念上或許能夠理解，在生活實踐上，卻必須付出耐心、毅力，才能將寂止真正融入生活之中。

好比我們從小開始，生活無時無刻都是在緊張中度過，不論做什麼事，都是趕着來，趕着去，有時才剛到一個地方，都還沒有喘過氣來，心里已經想着下一個目的地，就連吃飯，睡覺，甚至逛街，度假，原本想放鬆身心，卻弄得更加緊張。

因此如果想要學習立刻放鬆身心，是不容易辦到的，我們可以每天利用一些時間，選一個安靜的地方，放鬆全身肌肉，保持心情的平靜，注意呼吸的出入，當內心不再急躁之後，念頭就會越來越少，就會從妄想紛飛之中漸漸平靜下來，這就是寂止的練習。

至於情緒不穩定的時候，我們也可以運用寂止的方法調整情緒，首先，應先把注意力從生氣的事物上拉回來，然後深呼吸幾次，再調整自己的呼吸，因為當生氣或情緒激動時，都會氣急攻心，表示氣息和思緒是息息相關的。

我們若能將注意力放在呼吸上，念頭就會被中斷，所以當生氣的時候，會因念頭被中斷而不再生氣。所謂注意呼吸，是把注意力轉移到呼吸上面，而不是把注意力放在生氣的事情上，當注意呼吸之後，心情就會隨着出入息而漸漸平靜，而較能冷靜的分析處理事情，可見得寂止與日常生活是密不可分的。

待續 祝大家身體健康，吉祥如意，阿彌陀佛

Palyul Changchub Dargyeling Ohio Tibetan Buddhist Temple
3750 West Streetsboro Road;
Richfield Oh 44286
Email: pcd0@palyulohio.org
Website: www.palyulohio.org
Ling Ling: 330-819-0277

遠東紀念公園 俄亥俄州唯一私人墓地

FAR EAST MEMORIAL GARDEN, LTD
8592 Darrow Rd, Twinsburg OH 44087
Located inside Crown Hill Cemetery Park

我們提供各項服務，大小壽地，各式墓碑，如果需要詳細資料，請打電話：330-819-0277; 330-352-7788

穴位從\$950起，勿錯過良機！如果顧客購買遠東花園墳地，將為顧客提供系列服務。



福人擇福地
福地福安
祖先安，後人樂
遠東紀念公園
全為福人備

預先選定一處風水福地，既可陰澤後人，又可為自身添福增壽。

愛到無語 鎖千愁

星也不求月也不求，
星月依然向我笑。
花也不要香也不要，
花香依然是溫柔。
明知你溫柔勝美酒，
怕只怕，眼難醉淚更流。
人在十字路口，緣如風，
幾時為你我稍停留。
昨夜風雨昨夜愁，夢醒忽覺不勝秋，



愛到無語鎖千愁，
是我願早放手，
到如今花落水中央，
能為誰頻頻回首？
一樣的星月，卻有不一樣的星光，
一樣的花香，送來不一樣的溫柔。
我需要什么，我能留什麼，
我又能求什麼？
但求來生我的淚，能比你更溫柔。

劉天擎 4/6/2011

伊利華報

ERIE CHINESE JOURNAL

編輯部

社長 / 主編：浦瑛
總編輯：劉元華
版面 / 網頁編輯：程里賓
移民法律顧問：黃唯

撰稿人：劉以棟 劉天擎 曉月
匹茲堡責任編輯：潘嵐
哥倫布責任編輯：陳青杰
辛辛那提責任編輯：SAM YI