

豆豆

團建 (二)



天雅微呢

近一段時間來，我個人的身體狀態一直不好，其中也有心理的因素。所以對於這次團建，我從內心來說是抗拒的；因為有亦萍，我參加了。與亦萍的交往，已經不像新冠疫情期間無所事事時，整天吱吱喳喳地聊個不停，但是那份默契一直都在。趁這次團建，好好地共度一段快樂時光，確實不錯。

因為我的聲音啞了，回到酒店房間時，便不敢放肆地與亦萍聊天。洗漱完畢，把帶來的羚羊定喘靈吃了，關掉空調，半開窗戶，便早早休息了。

第二天一大早起，與亦萍到度假村漫步。亦萍很正式地穿好運動裝，而我卻穿著睡衣、拖鞋，外加一件夾克，美其名就是要休閒。

長年在城市的鋼筋水泥森林裡生活，難得能呼吸到這麼新鮮的空氣，真是難得。這個度假村並不大，總面積應該不到五公頃，但是麻雀雖小，五臟俱全。亦萍與我在度假村裡走走停停，停停走走，拍照、海聊。後來，金苗加入了我們的隊伍。逛了一圈下來，一直以「路痴」自居的我，竟然發現原來我並不完全「路痴」，在亦萍面前得意洋洋起來。

早餐後，部分團員乘車到離我們下榻的度假村只有十來分鐘的另一個度假村遊玩、買綠植。因為是週末，有幸邂逅主人——對居住在馬尼拉的老華人夫婦。從度假村的大堂進去，就發現滿滿的佛教元素。據主人介紹，這個度假村經過多年經營管理，總面積達到九十公頃，其中四十公頃是未開發的森林。多年前，他們從中國運來了十八羅漢石雕，放在一個園子裡，其中我看到了「迦葉尊者」，不禁

聯想到「水懺」裡面「悟達國師」與「人面瘡」的故事。

在短暫的交流中，得知主人夫婦也是熱心慈善的大德，男主人甚至提到，他們家醫院的護理學院有為貧寒菲律賓學子提供全額獎學金的機會。當我們離開時，女主人悄悄地讓度假村的員工把一些原生態種植的蔬菜送到我們的車上，說是要與大家結緣。

兩天一夜的團建很快就結束了。回到馬尼拉後，我又病倒了。聖週復活節假期，我恰好利用這段時間好好「休養生息」，同時思考這次團建的收穫。

這次團建參加的人員有三十四名，其中三分之二以上是六十歲以上，主要策劃者已經七十多歲了。每個人的活力撲面而來，你根本想像不到有的人已經年屆八十。每個人都很懂得照顧別人，把別人當成自家人。由內而外的放鬆。

團建中的有些東西，真的只有身在其中才能感受到。

那些遊戲中的默契、歡笑、彼此扶持的瞬間，還有那種「我們是一個團隊」的歸屬感——這些都是無法用文字轉述的。那些「無法描述」的遊戲過程，就讓它留在那兩天一夜裡吧。那是屬於團友們共同的記憶。

透過這次團建，我不由得想起九年前，我們家翊寶也是透過一天的「遊戲」團建活動，獲得了代表菲律賓到中國「世界聯合學院」學習的機會。

透過這次團建，我也深感慚愧——與我的團友們相比，我還算年輕，卻總是被「心魔」纏繞，走不出去。

所以，未來還是期許聽從內心召喚，走出屬於自己的一片天。

(04/05/2026)

葉榆

生存



是葉菲葉

現在馬尼拉的物價高得離譜，菲幣又持續貶值。家庭開支，吃喝穿用，這些每天都需要。華人家庭生活比較優渥，特別是我們福建人，在這裡基本上就是做生意，屬於活路錢，不是每月拿固定工資過日子的。所以，很少去認真計算一個月的家庭總開支。包括買菜，水電費，煤氣，汽車加油，菲傭工資，人情應酬，家人一起外出吃飯開銷。而且不包括家庭成員個人費用。還有遇上節日和出國遊玩的那些大項開支。

錢是越來越難賺，開銷是越來越多。全球經濟大環境不好，哪個國家都一樣。我昨天去了一趟sm超市，買了2盒雞蛋，一些蔬菜，幾罐酸奶，2小盒的冷凍食品，隨便一結算大概是2000菲幣，折合人民幣240元。這些東西如果在國內買，起碼差價50元人民幣。因為買了一根白蘿蔔要74元菲幣，折合人民幣8.6元。我在國內的大姐告訴我：廈門的超市，一斤白蘿蔔9毛錢，我花8.6元在國內可以買9斤的白蘿蔔。一根白蘿蔔和9斤白蘿蔔是什麼概念？而且這個白蘿蔔還是本地種植的，並非國內進口過來的。除了蔬菜，魚肉蛋這些日常的食品，也是持續漲價。怪不得菲律賓人生活水平都不好，因為

工資不高，物價太高了。有的家庭有幾個孩子，僅靠丈夫一個人在工作，妻子在家照顧孩子，能吃饱就很不錯了。哪裡有錢天天買魚買肉吃。華人家庭吃的好，住的也不差，華人就算在這裡沒有買房子，租住的房子一個月都要幾千元人民幣，加上各種家庭支出，吃喝和養孩子，一家人一個月起碼開銷幾萬人民幣。

所以，在國人的認知中，出國就是很有錢，不差錢。其實，都一樣，誰的錢也不是大風刮來的。在國外，語言障礙，人身安全，環境差異，這些都是生活在異國面臨的問題。

遠離親人，精神上的壓力也會有，都要靠自己去面对處理。在異國謀生，沒有想像的那麼簡單，像我每日相處最多的是菲律賓人，我的左鄰右舍也都是菲律賓人，我要學會和他們溝通和他們相處，要融入當地社區。這些問題，很慶幸，我可以一步一步走過來了。有人說過：可以在菲律賓好好生活下去的都是狠人，哈哈！

每日吃喝少不了，還是該吃該喝喝，在哪裡生活都一樣，天上不會掉餡餅，需要更努力一點，腳踏實地，擁抱生活。

當下，菲律賓人和華人都不容易，都很難，共同期待春暖花開吧！畢竟生活還在繼續，知足常樂吧！

黃思華

娛樂中的慈悲



各說各話

菲律賓的聖週通常有至少四天假期，許多人會選擇外出旅遊，而我則習慣留在家中休息。平日因為工作繁忙，這段時間正好是最佳的調養時機。今年，由於剛完成內湖省房子的裝潢，而平常又鮮少在此居住，因此特別安排在這裡住上幾天。我的房子位於安靜的地段，周圍多為平房，最高也僅有二樓。環境綠意盎然，氛圍清幽，不受喧囂干擾。只要抱著單純休息的心態，就不會覺得乏味，反而成為修身養性、沉澱心靈的理想所在。

這幾天的生活簡單而自在，不是吃飯就是睡覺，或是看看電視。因為來之前準備了充足的食物，所以連出門買東西都懶得去。某天早晨，剛煮完早餐並打掃完房子後，我便打開電視隨意轉台，結果正好轉到以前常看的綜藝節目。回想在馬尼拉時，因為工作繁忙、應酬不斷，幾乎沒有時間看電視。甚至家裡安裝的有線電視黑盒子，自從裝好以來，一個月裡恐怕都沒開過幾次。

這個節目其中有一個淘汰遊戲環節。一開始，場上有二十多個參賽者站在指定的小方框上。隨著燈光熄滅，地面上會隨機亮起十來個方框，站在這些方框上的參賽者即可晉級下一輪，其餘的人則被淘汰。第二階段是填歌詞遊戲。主持人或歌手會演唱一首歌曲，但刻意省略其中一小段歌詞，參賽者必須接唱並補上正確的歌詞。若答對，就能順利進入第三階段。在第三階段，若晉級者人數過多，節目會安排一些額外的遊戲來進行淘汰，直到只剩下一位參賽者進入最後的挑戰。這最後一部分是選擇題：參賽者可以決定是否參加問答遊戲來爭取大獎；若選擇不參加，則只能帶著前面所贏得的獎金離開。

這一期的參賽者都是曾遭受颱風或地

震的災民。在遊戲進行的過程中，主持人顯得格外慷慨。原本平常的獎金數額，在這一集裡全都加倍——五千元直接變成一萬元。甚至在第一階段就被淘汰的參賽者，也能獲得獎金。當時我看著節目，心中不禁有些感動，覺得這個節目真有人情味。不僅為電視觀眾帶來娛樂，同時也在默默行善，給災民一份溫暖與支持。

進入最後一階段遊戲的是一位中年婦人，她的教育背景僅止於中學畢業。一開始，她只打算選擇保留前幾輪遊戲所獲得的獎金，以及這一階段節目額外提供的獎金，並不奢望能贏得最終的一百萬元大獎。然而，在主持人的熱情鼓勵下，她鼓起勇氣接受挑戰。當主持人詢問她的教育程度時，可以看出她心中帶著些許不安，擔心自己無法應付問答。沒想到，主持人提出的第一個問題竟是：「1+1等於多少？」她毫不猶豫地回答：「2。」就這樣，她意外地贏得了大獎。那一刻，不僅是她的喜悅，更讓人感受到節目背後的溫情與善意。

最令人動容的是，不僅這位中年婦人贏得了巨額獎金，節目中的主持人們更是齊心慷慨，額外集資了一百萬元，平分給其他未能進入最後一階段的參賽者。當大家聽到這個消息時，忍不住相擁而泣——那是一種喜悅的哭泣，一種由衷的感動。彷彿上天透過這些善心人士的手，把慈悲與溫暖傳遞給災民。那一幕，不僅震撼了現場，也深深觸動了我，讓我在螢幕前也忍不住流下眼淚。

看完這一集節目，我心中湧起許多感慨。慶幸自己至今仍有工作，生活安穩，身體健康，三餐無憂——這一切都是上天的憐憫與恩典。在享受這些祝福的同時，更提醒自己不能忘記回饋社會。因為每個人只要願意付出一個小小的善舉，就足以改變今日的世界。若人人都能日行一善，天下或許就不再再有災難。

方華

植此青綠



特稿

隱約記得很多年前，單位組織一批人在山腳下的一條洩洪溝邊植樹，那應是我至今種下的最後一棵樹。幾天前，正好路過那條溝溝，見溝邊的一排樹木粗壯高大，用手撫摸著樹幹，心頭生出一絲自豪，也生出一份感慨。當年植樹的人雖已是青春不再，但這些樹卻正青綠依然，風華正茂呢。

《山海經》裡有「誇父逐日」的傳說，說誇父臨死前「棄其杖，化為鄧林」，反映我們祖先植樹造林造福後人的美好理想。前段日子，有在北方城市工作的親友回鄉探親，相聚時，說家鄉的白菜都比那個城市的好吃，特別的清爽。原因在於他工作的那個城市植被差，空氣欠佳，且常遇沙塵，蔬菜自然比不得山清水秀的家鄉清新爽口。

據記載，夏禹時，我國即出現了保護林木的行政法規。《周書·大聚篇》上說：「禹之禁，春三月，山林不登斧，以成草木之長」。古人尚且知道在春天裡不動刀斧以利草木生長，可現代社會的發展卻以山川植被的破壞來營造經濟的繁榮，這樣的後果必然要遭受自然的懲罰。

小時候，曾看到有人被掛著「破壞綠

化罪」的牌子遊街示眾，可見在當時對綠化的重視和對破壞綠化的打擊程度。但這幾十年來，再未見過「破壞綠化」這項罪名。濫伐亂砍的報道雖時見媒體，但欲加之罪卻患無辭。因為濫伐亂砍的背後往往都是堂而皇之的發展理由。

每年的植樹節前後，從中央到地方都在轟轟烈烈地開展植樹活動。但這樣一個「功在當代，利在千秋」的活動也漸漸地流於形式。往往是單位組織一幫人，找一處荒地，潦草地栽上幾棵樹就了事，誰還再管它春夏與秋冬。而許許多多的單位則把經濟發展作為頭等大事，哪還管什麼植樹的小事。比如我工作的單位，很多很多年都沒有開展植樹活動了，綠化嘛，自然有專職的部門去做。

上個世紀50年代中期，毛澤東就曾號召「綠化祖國」、「實行大地園林化」。但直到新時代，我們植樹的速度才趕上墾伐，綠化的步履才超越污染。

前人栽樹，後人乘涼。植樹的意義，不僅僅是種棵樹，它是一種綠色低碳的生活理念，更是留一份財富給後人的「盛德」。十年樹木，百年樹人。當綠水青山就是金山銀山的思想能夠植入每一個人的心裡，這世界才是真正的天地和諧，日朗氣清。

紅樓雙

夜半報更聲



各說各話

在鐘聲尚未面世的年代，人們依靠銅壺滴漏日影投刻木（日晷）來校準時辰，有些豪門大宅在日落時有巡夜的更夫按時敲梆子鳴銅鑼報更，到遜清末年，舶來洋鐘逐漸盛行起來，那些報時的古董便銷聲匿跡。

紅樓夢談起鄉下老太婆劉佬佬初進榮國府，在客廳候見時抬頭看見壁上掛個大仗，其玻璃盒裏的圓墜左右擺動，這不知何物的東西忽然發出清脆的叮噹聲，劉佬佬聽得發愣。

這小片斷說明康熙年間，隨著西洋傳教士的東來，大時鐘也出現在貴族大戶的府第。

章回小說，常談到府院大宅的高牆

內在入夜時，更夫便從一更二更到將近天明的五更，都會依照時辰敲梆鳴鑼，隨著時光飛逝，現代人祇能憑空相像報更的聲音。

現在錄音錄影科技的發達，使我們能夠「體驗」到我們祖輩年代報時的古音，從一九四〇年代，導演馬徐維邦的傳世作品「夜半歌聲」，這影片中我們可「追聽」到更夫敲梆子鳴銅鑼的聲音。

在「夜半歌聲」主題歌如泣如訴，「空庭飛著流螢，高台走著狸狽，人兒伴著孤燈，梆子敲著三更」。這悲切淒楚的歌聲點綴著梆子鳴鑼之聲，聽起來令我們彷彿回到前生午夜睡眠中傳入耳朵更夫報時的冰冷夜音，雖然在影片中聽到的是仿者，但真正的古代報更聲音大體上也是如此。

洪加勇

弘一大師與雪峰禪茶



特稿

「山月窺簷入，溪風掠坐來。爐薰兼茗飲，淨拂綠琴埃。」在喧囂塵世中擇一靜逸之處，燒水，燙壺溫盞煮茶，細啜慢飲，滌煩益思，領略飲茶情趣之意。意蘊盎然，身心安放，真好.....

茶自古是世人生活中不可或缺之物，暢「觀形、聽聲、察色、聞香、品韻」之中華雅韻，它把人們的情操點綴得更为雅致，成為了淋漓盡致的感官享受。生活最美的境界，莫過於從無限風光中品出心身的素淨來。

這對於那些對陸羽或者盧仝生平如數家珍的人來說，並不算什麼問題。但時下，說說弘一大師和茶吧，理由有二，其一，這是不多人研究的一個小領域。其二，他的一生也是與茶纏綿的一生。

弘一大師廣學多聞，通宗演教，儒道經史兼修，集詩文、音樂、書畫、金石、戲劇等文藝於一身，是「諸藝俱全書獨聖」的「人格導師」，向以「先器識後文藝」告誡學人。其崇高的文藝境界及清高勤苦人格的感染力，一直以來吸引著海內外各學術領域的人士進行深入的鑒賞、探討與研究。

17歲的李叔同師從天津名士趙幼梅學詩詞，喜讀唐、五代作品，尤愛王維，兼習辭賦、八股。

成年後由母親做主，娶茶商俞家姑娘為妻，他就此開始了嗜茶的生涯。

據謝清整理提問之《曇聽（廣義）法師談弘一大師》追思：在泉州時，曾有過這麼一件事：有一次，弘一大師告訴我：「我這幾天在想，如果我能喝喝雪峰茶，那我就很好了。」雪峰茶是指南安楊梅山雪峰寺所出的茶。他說完之後，就問我：「你有

嗎？」我說有一點點。他很少向人要東西的，有時人家送東西給他，他也不要。我去把茶葉取來，他泡了茶，喝了一口，大讚：「呵！很好！很好！這茶一喝入口，身心就進入一種很清靜的境界，這茶的功用真好。」

弘一大師嗜茶，無論出家前還是出家後，在《弘一法師：我為什麼一定要出家》當中，提及到關於啜茶的場景次數頻繁，幾乎隨時都在茶館。那時的李叔同，特喜歡在錢塘門外，靠西湖邊的一家景春園小茶館裡喝茶，景春園樓下，有許多茶客都是那些搖船抬轎的販夫走卒。而在樓上啜茶的就只有李叔同一個人。

弘一大師晚年時間是在泉州度過的，與摯友往來時，多互贈茶葉，茶成了他聯繫友人和表示友誼的重要媒介。

以「和」為核心的茶道精神，既陶冶了性情，更成為一種心靈的慰藉，精神的寄托。

回顧弘一大師少年時茶緣津沽，中年遁隱於西子湖畔虎跑定慧寺，晚年在泉州不二祠溫陵養老院圓寂。其行腳蹤跡所及處，甚至日本扶桑等地，無不與茶茗淵源甚深。

以茶行道，交織於沉浮間，使人們繃緊的心靈之弦得以鬆弛。

有一種雅韻，相向於清香上，在清雅中得到洗禮和薰陶。以心入茶，茶不負人，溫潤了一份心境，讓奔波疲憊的靈魂，得到愜意且安然的憩息。

瓷壺湯沸溢馥香，茗雅風生水雲間。有茶的日子，心素如簡，適得安恬，可以讓你淡卻聲色犬馬裡的是非紛繁。

指間流沙，握不住的如歌年華，難得烹啜「雪峰禪茶」，入身入心，實在契帖，參悟遐游……

本論壇投稿郵箱：siongpoforum@gmail.com