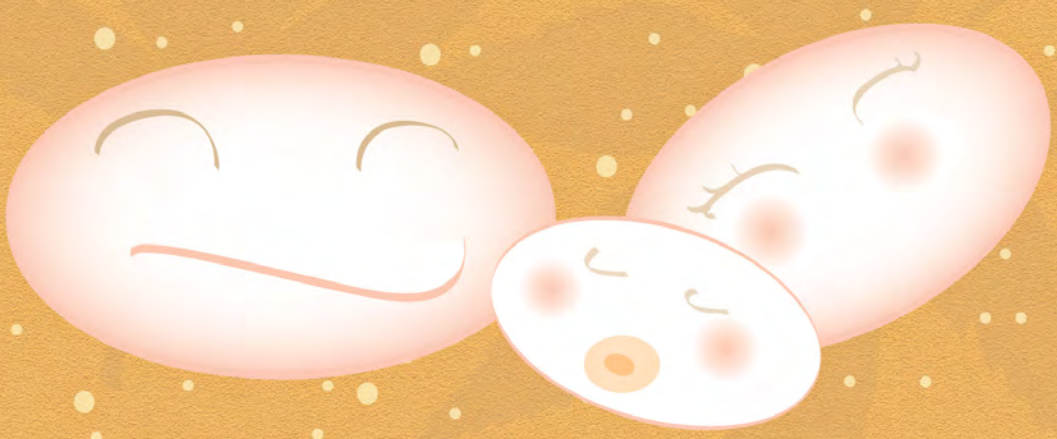


温暖之家

序言

《温暖之家》是一本备受欢迎的书籍，该书搜集了法身寺副住持施命师父从公元1979年至今，每个星期天在法身寺国际法身堂，有关家人相处之道的开示。法师以深入浅出的方式，精确地说明了佛陀的教法，使得听众能够清楚地在日常生活中加以应用。此书原著为泰语本，出版后普遍受到好评，故而2008年被遴选为第二届世界和平道德会考(World-Pec)的指定参考用书，有英语、华语、日语、印度尼西亚语、马来语、西班牙语、葡萄牙语、阿拉伯语等近十种译本。因此，该书的字字句句已被全世界所有与试者认真地阅读过，并且尝试应用在家庭生活中，而年龄最长者为九十四岁，最小者则仅有五岁。综合以上，本书可说是一本广受世人喜爱及有口皆碑的好书。

为了提高本书的可读性与适用性，今配合华人不同的风土民情与语言使用习惯，增添了部份说明与实例。但再版之《温暖之家》华语本大体上还是以原书为主要内容，主要是添加了「八正道」在日常生活的修习方式，即「人生的五个房间」，包括卧房、浴室、饭厅、更衣室、办公室等，并且增加了「十正见」的摘要，以加强说明父母亲之恩德。

另外，为了让读者更容易理解这本书的内容，编辑群在此要先说明一下施命师父开示的要旨，主要是在说明人生的三大目标，亦即今世、来生、以及证入涅槃之目标，而以三个阶段来说明：

一、回答「what」，亦即陈述定义；

二、回答「why」，亦即说明目标与目的；

三、回答「how」，亦即教导如何去做。

不过有时候师父也会回答「result」，就是说明做与

不做所导致的结果，这一项端视于听话者是否有意愿去做而决定说与不说。

上述种种，尤其施命师父开示的主要目的，是建议读者在阅读之前必须要先了解及注意的。

编辑群衷心期待这本书能够有效回答家人相处的种种问题，成为读者的良师益友，帮助大众解决家中的难题，将烦躁之家改为温暖之家，进而成为幸福美满的家庭。假使大家能够将好的家人相处之道不断口耳相传下去，可望造就更多幸福美满的家庭，最终营造出一个安康和谐的社会。而培养孩子们成为卓越的善心人士，便是推动社会国家和谐的基础，促进世界和平也必须从家庭的和平出发。

《温暖之家》编辑群

随喜读者们的功德

如果问，为何人类在每个时代都致力于研究找寻新的理论，那么答案便是因为人类有与生俱来的无明、苦和恐惧。长久以来，人类始终不知道自己未生之前为何、生来的目的为何、能够有多长的生命、死后将归向何处。关于苦，包括了饥饿、病痛、衰老、垂死种种的苦，以及随之而后的无尽恐惧。愈无知便愈苦，愈苦就愈恐惧，故而人类努力从事各种研究就是为了得到消除无明、苦、恐惧的知识。简而言之，因为人类厌苦好乐，所以积极寻找灭苦致乐的良方，这便是此世间致力研究与学习的出发点。

然而可以观察到的一个重点是，世间各种学科的理论只能兴盛一时，并不足以对治人类与生俱来的无知与无明，这些都使得人类有着无尽的苦。举例来说，人打从娘胎一出生便嚎啕大哭，这就是苦的开头，此后的生命也一直沦落在苦的循环当中，包括失恋的苦、爱别离、怨憎会、求不得、与人结怨等等苦，这些都来自于人的无明和烦恼，但人们却还要每年庆生，高唱生日快乐歌，藉此暂时忘却存在生命中的诸苦。

事实上，人从一出生开始，生命的实相就是苦，然越苦就越恐惧；而对过去、未来、现在的所有事情越恐惧，生命就越感到痛苦。因此，人开始积极寻找消灭痛苦和恐惧的方法。

有人相信必定存在一个解决问题的关键，并姑且将这个不知名的关键要素称为「未知因子(Unknown Factor)」，而相信此说法的人也可分为两类：

第一、认为「未知因子」存在于体内；

第二、认为「未知因子」存在于体外。

认为「未知因子」存在于体外的人们，不断向外追求大海、高山、天空、日月星辰等大自然的力量，或者将超越自然界的神力作为生命的依靠。而认为「未知因子」存在于体内的另一类人，则相信唯有依靠自己的力量才能够解除自身的苦与恐惧。直到正等正觉佛陀才解开了「未知因子」的奥秘，找到去除烦恼最究竟的方法，亦即「苦、集、灭、道」四圣谛。所以，只要依照佛陀的教法去实践，便能够带领我们趣向解脱之道，到达究竟涅槃。(「涅槃」即无苦的状态)

法身寺当初建寺的目的，就是要建造一所真正的寺院，培养真正的出家人以及真正的好人，而最主要是要培养具有正念正知的出家人，信解行证佛陀的教法，以证入涅槃。然随着寺院不断发展，现今法身寺在世界各国已有许多分院，信众也日益增多，致使教导大众修行打坐、解脱烦恼、迈向涅槃之路的弘法工作显得格外重要。后来，学术发展与寺院管理也被列入重要的工作项目之中。

但是无论寺院如何发展，工作项目如何增多，训练大众成为善士、教导大众修行静坐，进而成为真才实学的出家人，始终是法身寺最主要的建寺目的。因此，即使《温暖之

家》是一本有关居士家庭生活的书籍，但是师父的开示仍有一个清楚明确的目标，那就是引导大众成为好人，并且期待日后成为修行良好的出家人。

事实上，人生有三层目标：一、今世当个快乐的好人；二、来世往生天界；三、证入涅槃。

关于第一项，佛陀时代曾经有居士请教今世快乐之法，佛陀回答有四法，即为：努力赚钱、保护钱财、结交善友、用钱有道。由于金钱乃五家所共，就是大水、大火、小偷、不孝子孙、贪官，所以使用钱财要量入为出，虽然不应该浪费，但是也不要过于小气。而人之所以会浪费钱财，无非是因为夜生活、赌博、喝酒、结交恶友等等，所以结交善友也是守护钱财的有效方法。至于第二层目标，如果想要来世往生天界，便要懂得布施、持戒，并且修习十善法。但若要达到第三层目标，亦即证入涅槃，便必须实践佛陀的教法，过着不放逸的生活，时常念及生命无常，不要耽溺于五欲的享受。也就是要时常静坐，并且在人生的五个房间中学习，如同本书〈附录二〉所说的那样。

最后，我要祝福每一位读者拥有明亮的智慧，过着不放逸的人生，生活快乐，诸事顺遂，身边充满善知识，能够轻易地圆满人生的三层目标，生生世世直到法的究竟。

法身寺副住持

施命法师(帕帕哇那威利雅坤)

目录

序言 2

随喜读者们的功德 4

第一部　建立美满幸福的家庭

一、家庭的核心 11

二、如何维持夫妻之间的感情 26

三、夫妻如何真诚相爱 46

四、如何作家庭的女主人 51

五、如何让具福报的人来出生 55

六、胎教 61

第二部　培育品性善良的孩子

一、如何教养孩子成为社会栋梁 66

二、溺爱的杀伤力 79

三、父母所应扮演的角色 83

四、教养孩子成为有用之人 87

五、养成孩子节俭的习惯 91

六、选择性地观看电视节目 94

七、过度上网之弊病 97

八、衣着暴露可能导致性侵害的发生 100

第三部　家庭的团结精神

一、如何加强家庭的凝聚力 104
二、如何处理孩子间的问题 109
三、如何与邻居相处 114
四、训练孩子照顾病重的亲人 118
五、如何教养孩子 122

第四部　如何解决人性堕落的问题

一、如何防止孩子步入歧途 128
二、如何解决丈夫染上酒瘾兼有外遇的问题 136
三、如何储蓄 143
四、嫖妓的后果 149
五、赌博不能令人发财 152
六、劝父亲戒酒 156
七、如何让孩子讨厌堕落的父亲 160

第五部　教导孩子认识生命

一、教孩子懂得生而为人的目的 164
二、智慧的典范－佛陀 168
三、「种善因，得善果」的真实性 174
四、如何种善因，才能得善果 178
五、正确的布施方法 188
六、教导孩子持守五戒 193
七、为孩子解释五戒的意义 199
八、让孩子爱上静坐 208
九、出家可让父母亲得到功德 212

第六部　晚年的人生
一、人生的价值　221
二、父亲临终的最后一刻　227
三、成为家里值得尊敬的人　232
四、给予子孙祝福　238
五、行头陀、不放逸　250

第一部

建立美滿幸福的家庭

一、家庭的核心

如果人的肉体停止作用，就表示他已离开人间了。家庭也是如此，如果家庭缺乏凝聚力，那即使同住，也是毫无亲情可言。拥有充满温暖与亲情的家庭，是每个人都深切期盼的，而建立美满家庭的原则与方法，对于即将结婚的情侣，则是非常重要，也是十分迫切需要学习与了解的。

以下的内容，对每个家庭都很重要。想结婚的人，想拥有家庭与孩子，更是需要学习与深入了解。因为婚后所产生的问题，多数都围绕在这些事上。如果能了解这些道理，就会获得许多利益，否则，就会遇上很多问题。这些道理就是「居士之法------建立美满家庭之关键」。

家庭经常出现的问题

无论什么人都有缺点，所以当双方组织了家庭后，有时难免会因个人的缺点而产生磨擦，进而发生冲突。所以，如果家庭缺乏「居士之法」：即真诚、自制、忍辱与施舍的任何一项，就可能发生严重的问题，即是：

(1)互不信任。

(2)愚昧、与时代脱节、不懂得人情世故、与烦恼的问题。

(3)互相厌倦。

(4)自私自利。

解决这四个问题的最好方法，就是事前的预防，或者当问题发生时，就要赶快处理，千万不可等闲视之，以致让它发展至无法收拾的地步。因为这四个问题，是导致其他问题相继发生的主因。

第一个问题：互不信任

在现今的社会里，有些人虽然生活在同一个家庭里，但却经常出现一个情形，就是互相猜忌，互不信任。

即使已成了夫妻，还是有诸多猜忌，而兄弟姐妹之间也会互相猜忌，甚至父母和孩子也免不了互相猜忌。更何况是不同血缘、不同家族，他们彼此之间的猜忌，相较于亲子与手足而言，只是小屋见大屋。

至于互相猜忌的原因，则有很多：诸如因嫉妒而猜忌、因偏心而猜忌、因以为对方想占便宜而猜忌，最离谱的是因没有责任感而猜忌。无论是因什么原因，一般而言，同住越久，家人之间猜忌的因素就会越多。

第二个问题：愚笨、与时代脱节、不懂得人情世故、与烦恼的问题

这问题的产生是因智能、知识、能力的落差，简单的说就是愚痴。

有些人想要有所成就，但由于能力有限，又不知努力，经常赶不上家人的步伐，长久下来，造成他与社会脱节，以及家庭的困扰。至于其中的因由，不是因自己太愚笨，而是他的家人，不断地提升自己。而他却不愿同家人齐心努力，结果家人怎么也帮不上忙。

这种人老爱发牢骚、埋怨自己、埋怨兄弟姐妹、埋怨父母亲、到处埋怨，说自己被冷落、不被喜爱。由于不停地唠叨埋怨，以致最后家庭失和。

第三个问题：互相厌倦

彼此互相厌倦，简单的说就是对人产生厌倦的不正确心态。

有一位在清迈府的陪审员说，以前当有十八岁以下的青少年犯罪，被法庭判决送到感化院接受再教育时，他的父母亲都伤心地哭泣，苦苦哀求法官，希望法官网开一面，让他们带孩子回家管教，因为他们担心孩子在感化院会受虐待。不管孩子的品行有多坏，在父母心中，仍是深爱孩子的。

而现在的父母却完全不一样，当孩子犯了罪，法庭邀他们来商讨意见：「现在你们的孩子犯罪了，你们觉得应该怎么处理？」一般的父母亲都会这么回答：「法官要怎样判决都可以，我真的对他很厌倦了，不知该怎么管教他！」态度完全跟以前的父母亲不一样。

现在的社会，竟然有人对自己的孩子感到厌倦，真是令人心寒。

因此虽然是同一家人，也要小心避免彼此厌倦。如果家庭成员有谁做错事，而家里的人，懒得劝他、懒得教他、懒得指导他，这就会失去了家庭的凝聚力，以致无法培养道德观念，这样一来，个人与家人的道德就无法提升。

彼此厌倦对方，是家庭破碎的预兆。因为日子一久，家人就会独善其身，互不关心，形同陌路。当彼此不能互相关怀，互相容忍时，就会产生磨擦，发生冲突，甚至大动干戈。

其实，共同生活在一起，应该要互相宽容与谅解，乐意接受劝告。看到有谁做了不对的事情，应当要马上提出意见，千万别等到受不了才出言阻止，那时将会彼此互相指责，闹得双方都不愉快。

第四个问题：自私自利

自私自利是一种不正确的心理，简言之就是不肯帮助他人。

一般而言，超过三个人同住在一起时，就会开始分小圈圈。当家人有这种心态，一旦得到了某种特别的东西，就只想让自己圈圈的人获得利益，至于其他人是否会焦虑和不快，他们都不在乎。若是这种自私的行为越来越频繁，手足之间的嫌隙就会越来越深。

如果我们得到了东西，不愿与家人分享，反而还想占他们的便宜，那么，最终一定会家庭失和，甚至会因为这种自私自利的心态，而导致家庭的分裂。

行居士法的家庭核心

当任何人选择伴侣，或想结为夫妻，组织家庭时，心里一定要先准备好，随时观照这四个主要的问题。

要预防与解决这些问题，虽然不容易，但也不是全然没有办法的。如果每个人都知道维系家庭的核心，并能遵守与实践原则，最终都能解决问题。

佛陀教化众生，维系生命与家庭基础的原则，称为「居士法」，它有四个原则，就是真诚、自制、忍耐、施舍，也即是维系家庭之核心。

一般而言，如果我们的心还在跳动，就表示还继续活着，若家人遵行居士法，那么家庭的问题就会一一解决，进而家庭会越来会越团结，越来越温暖。

居士法是由四项维系家庭之核心所组成的。它的重要性为何，并且它如何预防与解决家庭的诸般问题？佛陀的开示如下：

(一)真诚：能解决彼此猜忌的问题。

真诚的意思是指忠厚、诚恳、以及互信。

如果这样解释，也许有些人会不明白，真诚，其实简单的说，即是负责任。

从家庭的角度来看，责任感对家庭中的每个成员来说，是最重要的。若是缺乏责任感，彼此之间就容易产生猜忌。同样的，若是选择伴侣，首先，一定要先看清楚对方是否有责任感，对家庭是否能负起责任。

真诚的人会在四个方面表现出他的责任感，即是：

1.在任务和工作方面：无论有多少任务或工作，无论那些任务或工作有多艰难，或者情况不适合，预算有限，人力不足，时间紧迫，工作数据准备不足等等，尽管如此，真诚的人，一定会尽心尽力地尽本分，负责任。

2.在言语方面：言行一致，实话实说，为人脚踏实地，绝不浮夸。

3.结交朋友方面：诚心与人交往，忠诚坦率，不用心机，不耍手段，有话直说，绝不口是心非。最重要的是正直不阿，没有「四不行而行」，即是：贪不行而行、嗔不行而行、痴不行而行、怖不行而行。就是四不偏心，不因爱而偏心，不因厌恨而偏心，不因愚笨而偏心，不因恐怖而偏心。

4.道德方面：以个人处事而言，应以佛法为原则，不做违反佛教戒律、传统道德与国家法律的事情。这样不但能减轻警察的负担，而且还能避免死后堕入地狱，进而往生天界。

因此，我们可以从这四方面看出人的真诚。若人越真诚，就表示他越有责任感。因为这样的人，他的心中总是有个简单的原则，即是无论做任何事，都要尽量做到最好、说什么话，必定以最清楚的方式来表达、心中的道德观念也是清明而坚定。

真诚的人，不只家人会信任他，即使朋友、周边的人也会对他很有信心，以前对他的诸般猜忌，也会因感受到他的真诚而逐渐消失。

但是，如果为人不真诚，到哪里去都会遭到别人的猜忌、得不到信任，善者都会远离他、不想接近他、不想与他交往，因为怕受到他的连累。

再者，如果家人的言行举止不真诚，对工作、对言语、对人、对道德都没有责任感，那么，互相猜忌的问题就会出现，这样，怎么可能一起同住呢？

故此，家庭的基础欲坚固，首先，家人之间，一定要彼此真诚相待。

（二）自制：能对治愚痴、与时代脱节、不懂得人情世故、不了解自己心中烦恼等问题。简单地说，调伏的意思就是能驾驭自己的心。学会调伏是无法走快捷方式的，唯有积极地要求自己，鞭策自己，才是唯一的法门，让自己天天都能提升智慧、能力、与道德。

简言之，自制就是时时不断地鞭策自己，提升自我、增进能力、智慧与道德方法，有四个阶段，即是：

无论谁对什么事情有兴趣，或想要增进某方面的知识，就必须找对良师。否则，失败的机会很高。若真的找不到良师，那么退而求其次，则必须尽量了解自己的需求。

2.必须听从老师的话，而且要专心地听了又听，问了又问，直到深入核心，探究事理，明白老师所教的原则和方法。

3.必须复习老师所教的知识，即是把老师教过的要点，加以思考复习，让自己更深入地理解道理，掌握要义。

4.必须按照老师的话去做，当思考并了解老师的话，

知道了正确与适合的方法之后，就应该小心谨慎地进行，避免因为放逸或粗心而失败。

人想要有丰富的知识、能力、道德，就必须按照这方法去实行，才能提高自己适应世界的能力、解决烦恼的问题。当然，在这个过程中，有时难免会违背自己的心意，甚至让你感到身心俱疲，但你一定要忍耐，设法克服种种难题，否则，就无法提升自我，也无法改善恶习。

例如：单单想要改变爱吃零食的习惯，就已经不容易了。如果还有赖床、说粗话、爱跟父母亲顶嘴等恶习，就更难找到方法来解决了。这其中包括必须使自己的心细腻、处事小心谨慎，而这一切都是不容易的。以上这几件小事，在你的一生中，就足够你花时间去改变，更何况嫉妒的习性、酗酒、嗜赌等事呢。

因此，要建立美满幸福的家庭，家里的成员，需懂得如何克制自己的心。

(三)忍耐：能令彼此不会互相厌倦。

为何要忍耐？因为不管谁想提升自己的道德修养，就必须忍耐。

人，必须要忍耐何事呢？答案是必要尽量忍耐四件事，即是：

1.忍耐自然气候所带来的不便与不适。例如：忍受炎热的阳光、暴风、骤雨等等。

2.忍耐身体不适时所带来的痛苦。例如：忍受病魔的折磨。

3. 忍耐自我内在的冲突，以及别人的挑衅。

其实，我们一定要接受自己还有缺点的事实。有时我们会对自己的工作表现不满意，因为它不如我们的预期。而当工作的时限十分迫切，却需要以慢节奏的方式来进行，这时，也会产生自我冲突。

有些时候，缺点已内化成坏习性，使得我们对自己不满意。除此之外，还有许多林林种种的冲突，我们自己觉察不到。诸如：夫妻之间的缺点、孩子的缺点、还加上自己的缺点，凡此种种，潜伏在我们生活的四周，以及我们的内心。

因此，一起同住的夫妻，不管对方有多么好，但还是会有缺点。若婚前觉得自己将无法忍受，就不要因为一时冲动而结婚。

可是现代人一结婚，「这是我的权利」这句话，就成为他们的口头禅，有的甚至一开始，就办理分财产的文件，作为他日离婚之用，这些都是导致问题出现的原因。如果刚开始，就觉得彼此之间不能互相容忍礼让，那当初又何必要结婚呢？

所以，古代的人经常这么说，如果决定结为夫妻的话，那么，就要有这样的认知：「舌头与牙齿难免也会磨擦」。

因此，无论我们的伴侣再怎么好，还是难免发生冲突的。若吵架过后，仍然无法互相体谅，互相包容，那还是不要结婚比较好。但若能忍让对方，就要接受双方亲人的调解，彼此互相包容。

结婚之前该问的就是：「我们能够互相包容吗？」如果彼此还不确定，就别结婚。要不然会造成痛苦，同时也造作了恶业。本来彼此相爱，到头来却演变成彼此互相瞋恨了。在婚前，双方应该针对这问题，坦诚地问问自己，是否真的能互相容忍体谅。

故此，千万不要问订婚的钻戒有多少克拉？有多少聘金？婚后有多少栋的豪华洋房？这些都不是使家庭幸福的事，该问的就是：「我们能够互相包容吗？」

其实，若想得更深一层，要结为夫妻，并不是只接受对方而已，而是还要接受双方的父母、兄弟姐妹、甚至是亲戚朋友。这些人的关系都是终生连系的，也是夫妻双方终生都必须面对的。

4. 忍耐烦恼，改善劣习。

烦恼好比内心的病菌，从一出生就跟着我们了。当心起烦恼时，它会使我们毫无羞耻地做坏事。之后，烦恼就使我们受苦、受罪，带给我们很多麻烦，让我们伤心、痛苦、后悔、内疚。

如果忍受不了内心烦恼的侵袭，习性就会变坏。最后就会变得懒惰、没有责任感，甚至懒于行善，进而染上赌博和许多其他的恶习。

外在的诱惑，能让心起烦恼，以致品性恶化，而步上歧途。

最糟的是结交损友，因为他会受到损友恶习的影响。由于心里的烦恼，使得他不经任何思考，就去做各种损人不

利己的事。结交损友，就如让自己的心，加倍地受到污染，使自己变得更坏。虽然心曾经是善良的，但也会被烦恼影响而变得品性低劣了。

因为烦恼能产生巨大的不良影响，所以为了家庭的幸福，我们就必须自我约束，不为烦恼所束缚，并严格地实行以下两项原则，即是：

(1)为了不让别人受到自己不良的影响，我们必须自我约束。若不能做到的话，夫妻就会彼此结怨，甚至离婚，导致家庭破裂。

(2)要摒弃六项导致毁灭的恶习，即是喝酒、迷恋夜生活、到游乐场所闲逛、赌博、结交损友、怠工。如果不能远离这六损道，家庭的经济肯定受到破坏，以致无法建立温暖的家庭。

但若家里的成员都能自我约束，远离烦恼的束缚，那么，不良的习性自会改善，进而能结交到善友，而远离损友、邪恶之人、以及各种歧途，家庭的经济也会随之稳定。

因此，家庭要有坚固的基础，家人就必须懂得忍耐烦恼，纠正劣习。

(四)施舍：能对治自私自利的问题，

共有三种：

(1)舍去物质享受。

(2)舍去舒适和方便。

(3)舍去不好的脾气，不把它藏在心里，这是学习禅定的基础。

在这里广义地说，施舍即是一起同住而互相帮助，以家庭的群体生活为主。

婚后的生活也需要懂得「舍」，才能彼此互相依靠，否则家庭成员就没办法互相扶持。如果家人不懂得施舍，却还彼此占对方的便宜，虽然同住却如一盘散沙。

基本的施舍，大部分都与如何维持生活息息相关，尤其是夫妻双方，必要思考到全家人之快乐，要比个人之快乐更为重要。

维持生活之基本因素，即是四事(衣服、饮食、住所、医药)，但比四事还要重要的事，就是要先清楚地了解，所要购买的物品是否是自己个人想要的东西，还是家庭的必需品。

如果不能分清楚是「需要」跟「想要」的话，家庭的生活就会受到影响，最终就会有一方吃亏，结果因另一方的自私，而影响家庭的和谐。

举个例子：有一对夫妻还没生育孩子，两个人的收入加起来也有限。但是单单只是妻子香水的费用与丈夫饮酒的费用，就影响到月租和食物的正常费用了，于是，吃亏的感觉就产生了。因为他们没有分清楚，什么是个人的想要，什么是家庭的需要。

昂贵的香水不是必需品，而是奢侈品。而酒更是无益之物、不但对健康毫无益处，反而有害、拥有这些东西，都是不正确的价值观念。如果夫妻双方都不能觉查，这些东西是不必要的话，那就会变得自私自利，而家庭也就开始衰败了。

婚后的生活，不只是个人的预算，对家庭用品的花费应该要有所节制，必须要依靠互相「施舍」为基础而同住。若个人太随便用钱，购买自己个人想要的东西，那么，一开始同住，夫妻俩就不会把彼此的收入存放在一起。那就等于一开始就准备离婚了，因为双方都没有为家庭的利益设想，这样当初又何必结婚呢？

因此，如果把奢侈品当成必需品，家里的预算就会失去平衡。那就是自私，将制造许多造成婚姻生活不愉快的问题。

结婚是人生大事，绝不可开玩笑。也绝不是青少年一般，一时兴起、随心所欲、想玩一玩的儿戏。因为一旦结婚，很多意想不到的事情都会跟着出现，你必须学会包容、体谅、负责任等。

所以，想要结婚的男女必须考虑好，对方有无具备这两项条件，即是：

(1)对方能不能好好照顾我的人生。

(2)对方有没有足够的能力、智慧、道德，照顾家庭，使家人得到幸福快乐，养育子女成为有用的人。

因为这两件事是家庭和乐的基本条件。

现在结婚的人，以按照个人的欲望去行事者居多，他们大多没有考虑到这两项条件。这样一来，婚后就会遇上很多问题，而发生激烈的争执，甚至反目成仇，下手杀害对方，这种情况屡见不鲜。

至于还未婚的人，或准备结婚的人，有必要多考虑。当结成夫妻后，双方在生活上，都必须彼此依靠。当生病时、衰老时，要能彼此照顾。所以，结婚是真的需要依靠彼此的「施舍」。

不仅如此，当生育了孩子，丈夫和妻子之间，更要增加彼此的「施舍」。因为还要给孩子时间，陪伴他们，所以，婚前双方必定要先作好心理准备。

准备好要当父母亲的人，首先一定要考虑，终生要提升自己，增长能力、智慧和道德。同时也必须知道，总有一天自己一定会死，当年老体衰的时候，需要人来照顾。如果结婚有了家庭，就有必要把自己的所知所能，尽心地传授给子女，教育他们，使他们成为人才，造福人群，回馈社会。

结婚的目标，不只是为了肉欲之乐，因为这种快乐是无法长久的。但是，现在的人大多只想要享受性欲，当得不到心中所要的，就会以离婚作为收场。因为欲乐这件事，只在年轻时才能享受它而已。

婚后生活的基础，必须要依靠彼此的「施舍」，如果双方都自私，不为对方着想，那么争执、互相伤害、以及离婚的事就会发生。

以夫妻的角度来看待「施舍」，是为了照顾彼此的身心，这样，婚姻生活才不会发生悲剧。

一定要照顾好家人的身体，家里的花费应以家人的利益为主，必须放下个人的舒服与快乐，与家人分享一切，享受天伦之乐。

此外，也要照顾好家人的心灵，彼此爱护互助。当遇到困难时，就要互相鼓励打气，也要彼此提醒劝诫，要精进不放逸，而且彼此之间要坦诚相对，始终如一。

只有肯为家庭而「施舍」的夫妻，才能这样彼此对待。只要能施舍财物、施舍个人的舒服快乐，舍弃坏脾气，那么，这个家庭必将充满了欢乐与幸福。

因此，要建立幸福温暖的家庭，家庭的成员一定要懂得「施舍」。

无论谁想拥有对方、想要结婚、想要建立家庭，或当家庭发生问题时，必须实践此「居士法」，即是以真诚、自制、忍耐、施舍，为维系家庭核心的原则。倘若一开始，家庭成员就能团结合作，共同解决家里的问题，那么，无论是猜忌的问题，愚痴、彼此厌倦、自私自利等等问题，就不会在家庭中发生，进而能过着幸福美好的生活。

二、如何维护夫妻之间的感情

婚前，如果男女双方能接受辅导，学会调适自己的情绪，则夫妻之间就能长久地维持诚挚的感情。相反地，如果双方没有接受辅导，不能控制自己的情绪，婚后就可能会因为芝麻绿豆小事而争执不休，日子一久，便会产生嗔恨心，用尖酸刻薄的言语来刺伤对方。这样一来，当双方都无法忍受对方时，就会以离婚作为结局。所以男女双方在婚前，一定要学会如何调适自己的情绪，别那么冲动易怒，懂得彼此互相忍让谅解，才是防止离婚的最好方法。

婚前的心理准备

虽然时代不断地变迁，夫妻之间的问题还是永远存在的。因此当男女朋友，不论彼此多么相爱，一旦成为夫妻后，在处事方面难免产生一些磨擦，或可能会为了双方的亲戚而发生争执。不管是什么原因，或多或少，难免会遇上彼此意见不合的情况。

该思考的就是：如果在婚前没有做好心理准备来处理

情绪变化的问题，那么，当发生磨擦或产生问题时，双方将无法彼此迁就或忍让，家庭或家族之间就会因某些事情争得面红耳赤，甚至大动干戈，以致于鸡犬不宁，烦恼横生。

该思考的就是：如果在婚前没有做好心理准备来处理情绪变化的问题，那么，当发生磨擦或产生问题时，双方将无法彼此迁就或忍让，家庭或家族之间就会因某些事情争得面红耳赤，甚至大动干戈，以致于鸡犬不宁，烦恼横生。

在婚前，如果男女双方在心理方面能进行协调，那么婚后一旦发生磨擦或问题时，心情就自然能保持冷静，不会把烦恼搁在心底。

至于家族之间的成员，也会更冷静地面对所遇上的问题。因为大家都会控制自己不满的情绪，并与大家分享道德观念，同时会互相认同双方的德行，这样一来，肯定能加强家庭之间的凝聚力，使家族之间更能融洽相处。夫妻双方家人的生活质量也会随着提升。

男女双方必须在婚前学习如何调适自己的情绪，以维持美满的婚姻生活。我们的长辈将有关婚姻方面的经验，分享给后代子孙，其内涵如下：

为了能维持美满的婚姻生活，结婚前必须有四项准备，即是：

(1)必须有独自应付生活的能力，不能完全依赖对方。

(2)必须明智地选择对象，彼此结为夫妻。

(3)必要有长辈、挚友在旁提醒劝导，维系夫妻间的关系。

(4)必须懂得净化自己的心。

长辈们曾再三强调，若想要结婚，双方就必须具备以上所提的四个事项。这样一来，婚后双方才能负起各自的责任，并能互相提醒，具备所需的能力、智慧与道德，当一对好夫妻，好媳妇、好女婿，以及具有高尚品德的父母。

夫妻婚后同住，彼此需要互相照顾扶持、互相容忍迁就，互相提升彼此的能力、智慧和道德，这样夫妻之间的爱才能长长久久。

因此我们有必要详细地解释，为何结婚必须具备以上四个事项的理由，才能确保永久维持夫妻之间的爱。

对婚姻生活的期待

前辈们曾明确地告诉我们，实际上，人们要结婚是因为缺乏自信，无法确定自己能独自生活，当对自己缺乏信心时，就设法寻找他人来当自己的依靠。

有的人结婚后，就会希望能够要求对方，而自己也会回报对方，但实际上却不是我们所想一般，我们对他的回报，可能也不是他所需要的。

有的人结婚的原因是想要讨个漂亮的老婆，可是老婆虽然漂亮，但却不可能二十四小时都漂亮，肉欲的快乐是不长久的，如果婚姻的目的只局限于肉欲之乐，当对方不能给满足你的要求时，就可能会有外遇的问题发生。

有的人结婚的原因是因为崇拜对方，以为对方时时刻刻都会彬彬有礼，但是，他也不可能二十四小时都有礼貌。

如果寻找配偶的目的，是以依靠对方为主，那么，当对方不能当你的依靠时，就会因失望而发生磨擦，甚至闹上

法庭去。因此，有一句话形容得很贴切，即是「因错盼而失望」。

结婚之前的正确想法，就是「要能独立自主」，因此，在婚前就必须认真学习，提升自己的能力、智慧与道德。婚后可能还会遇到很多自己从没有做过的事，而且做了之后，也不知道会有什么样的结果，尤其是如何当人父母的事情，孩子刚出生时，一切都必须依靠父母亲照顾、培育，才能让孩子渐渐拥有独立的能力。而光只是养育孩子这件事，就需要拥有许多耐心、爱心、相关知识与道德教育，才能应付得来。

因此，希望依赖别人而结婚，是错误的想法，因为实际上，要来依靠我们的人比我们要依靠的人还多。

独立自主

能独立自主的人，是有能力、智慧与道德的人，概括言之，就是他必须有居士之法。

修在家居士法的人，通常会有四种基本的德性：

(1)具有责任感的德性。做任何事，都尽心尽力，在任何方面都非常尽责。

(2)具有调整与降伏自己的德性。不仅是增进本身的知识与能力，也经常在各方面提升自己。

(3)具有忍耐、毅力的德性。无论做什么事都能克服困难而达到成功。例如气候恶劣、患病、与人起冲突、或者受挑逗，起淫欲心等，这些都是很难忍受的，但他却能做到难忍能忍。

(4)具有施舍、不自私的德性。无论做什么事，都会顾及团体的利益，而把个人的利益放下，同时，慷慨大方，能把自己的东西送给比较需要的人。而且为了给他人方便，而放弃自己舒适的生活。

具有了居士之法或以上四项好的德性后，才能成为一个独立自主者、有担当者、和有主见的一家之主。

美的四种层次

我们的长辈，不单只是教导我们如何独立，他们也教导那些想要成家者，将为人父或人母者，做出正确的选择。

基本上，我们只能观察到外在的美，而不是内在心灵的美。我们的长辈也教我们，要注重内在心灵之美。他们把美分成四种层次：

第一种：外表之美。

这是由我们的服装、化妆、发型和根据时间场合的穿著打扮而决定。这是外表之美，它很快就会过时或不流行了。这是可以向他人购买或借用的美。

第二种：身体之美。

这是我们身体的部分，如身材、肌肤、面容、发型、指甲等。这是个人之美，不能向他人购买或借用。这种美，不能持久，它会随着年华的逝去而变质。它也不能用以评断，那个人是好人或是坏人。

第三种：仪态之美。

这种美是以适当的言语和行为来对待他人。这包括了待人有礼、谦虚、文雅、友善，言语之间充满了欢乐，让人

如沐春风。不过，如果这些都不是出自内心，或者只是用来达成某种不好的目的，就会被认为是虚伪。比方中国有句成语说：「口蜜腹剑」。

第四种：内在之美。

这种美是来自个人的德行，这能从多方面表现出他的责任感。我们可以从三个基本方面，来衡量一个人的责任感：

(1)如何运用四事：衣服、食物、住处和药物。

(2)日常生活。

(3)职务上的责任感。

从这三方面的习性，我们可以评估一个人，是否有责任感。只有负责任的人，才能拥有一颗美丽而和善良的心。特别是行居士法者，他必须包含了真诚、调伏、忍耐和施舍。

若想成家，只看对方的外表之美、身体之美、仪态之美还不够，因为结婚之后，需要家庭责任感的高尚内心道德来共同生活，这是成家最重要的因素。

婚姻辅导者的重要性

人的美有四种层次，但最难被观察到的，即是心灵之美，因那是有关一个人的道德观念。要去探讨这项美德，我们需要依靠一个对婚姻生活有经验者。换句话说，拥有一个家庭，也需要一位良师或指导者，给予家庭方面的辅导与协助处理各种问题。

在古代，那些想结婚者会请求长辈(媒人)帮忙他去提亲。即使到了现在，还有此项服务，但只有少数人能了解，这位长辈的真正任务与意义。

「长辈」是指具有高尚品德和受到大家尊敬的人。

一个年长者必须是德高望重，并获得大部分人的崇敬。他们本身的婚姻，也具有四种成家的条件：

(1)他们一定要拥有居士法，不然，他们将无法成为自己和家人的依靠。

(2)他们一定要能够从观察他人应用四事方面，日常生活和在职务上的责任感，了解他们在行为上的问题。不然，他们是不能寻找到合适，具有品德，并能被家庭成员所接受和尊重的伴侣。

(3)他们一定要有良师或顾问，在婚姻生活上，给予他们辅导与意见。否则，他们不容易维持长久的婚姻关系。

(4)他们必须能接受再训练，以提升他们的道德行为。否则，他们将会缺乏能力、智慧、和品德，来处理所有在婚姻上所发生的问题。他们也必须能同时兼顾自己和他人。如果，他们的品德不够高尚，特别是有关于布施和奉献方面，那么，他们就不能支持他们的家人和下一代，同时也不会被大家所接受。

那些具有高尚品德和能力的长者，能成为孩子和新一代忠诚可靠的顾问，因为他们能提升自己，以达到上述所提到的四种成家的条件，作为他们家庭的基础。

因此，一个家庭的建立或婚姻关系，都需要有一位顾问，为他们提供意见。其实，从选择伴侣开始，直到如何成为一位好伴侣、家翁家姑、家长和亲人，甚至是成功的事业等等，都需要长辈的指导与协助，这样，才能拥有一个祥和幸福的家庭里。

是故，一段幸福的婚姻不能没有长辈或德高望重者的关爱，给予夫妻建议和关心。没有「长辈」的家庭，将容易走向错误的方向。

心灵美化之法

当我们真正地了解上述三项之后，婚姻生活自然就能达到心灵与道德的提升。夫妻之间一旦缺少道德观念，即使住在一起，爱也无法永久持续，维系夫妻感情的关键，就在于夫妻之间所具备的道德观念。

结婚之前，我们已经训练自己具有独立的能力，因为前辈们往往以「居士之法」作为训练的法则。当结婚之后，仍然需要继续以「居士之法」作为指导原则，使个人的道德能不断地提升。「居士之法」中最常使用的，并且对于夫妻生活有重大影响的，就是忍耐与施舍。

尤其当夫妻双方因磨擦而发生冲突时，忍耐是最为重要的，简而言之，就是要能够忍耐别人的缺点，互相礼让尊重。因为结婚过后，夫妻俩必须住在一起，不但有各自工作上的责任，以及照顾配偶的责任，另外还有照顾双方亲人的责任。由于双方都有许多亲戚，所以个人方面就要多加忍耐，此时需要提升自己忍耐的程度，这样，才能够照顾自己与家庭。

施舍也是如此。结婚过后，也要加强施舍的信念，亦即舍弃不好的习气，让心平静。简单地说，就是精进静坐，以消除在家庭中因为冲突而造成心灵上的混浊与不快。即使我们不喜欢对方家庭的某些人，也必须要能够共同生活，不要让不舒服的感觉持续存在，要舍弃掉这种不好的感觉。要不然将会有恶口、动粗、造恶业的行为发生，甚至于不断地结怨。

施舍能对治坏脾气，佛教有一个用语为Soracca，意思是「净化内心使心情安定、宁静平和」，若是以心灵之净化来说，古代大德通常会把忍耐与Soracca搭配在一起，即是使心灵净化，这是「居士之法」调伏性灵一部分的略说。

当人们必须忍耐的时候，就要努力将心平静下来。忍耐的状态就如同火山那般，即使炽热的岩浆在里面不断地燃烧，也要加以忍受而不爆发。

至于Soracca则是令快要爆炸的岩浆冷却下来，这必须使用各种方便法让心灵平静。不过要消除心灵的杂乱，没有什么方便法比得过闭上眼睛、静坐修行，把所有的不快与怒气放下，不再存有任何与人冲突的念头。

当人的心平静了，就不会感觉到有什么事情需要忍耐，表现出来的行为与言语也会很平静，好像没有什么事情发生一样。任何接近他的人都会感受到平静，因为他们已触及到他那一颗平静与美好的心。平静的心表现于外，能够影响其他人。

因此，提升心灵道德以这两则佛法最为主要，亦即忍耐与Soracca，这也是令心美好之法。

防止离婚之真言

这是有关古代大德如何继续让忍耐与Soracca在心里不断地增长。前辈们将这两则佛法列成四道真言：

第一、眼睛要选择该看的东西

第二、耳朵要选择应该听的事情。

第三、身体如同擦脚布。

第四、心如大地。

前辈们往往会用周边的事物来阐明佛法，熏陶自己的心灵，使其美好与平静，这表示他们具有高尚的道德。他们把道理比喻如下：

(一)要选择该看的东西

不去看那些让心里焦虑的事物，不要用眼睛去好管闲事，或是去挑其他人的毛病，在背后作议论，因为这样会让心充满不好的事物，这对生活无益。

能控制自己眼睛的人，心灵会更加平静，并且具有正念。不管想什么事情，只会忆念到美好的事物，而说话的时候也只会说好话，让彼此双方的道德同时提升。

如果能够像前辈所说的那样去克制自己的眼睛，就可以看到其他人的优点，而不会去挑他人的毛病，同时，也不会产生男女私情的问题，这可以防止因为眼睛所带来的祸端，同时也使心保持平静。

因此，透过眼睛的训练来调适心，就是要训练眼睛选择该看的东西，能够让心保持平静与美好。这是防止离婚的第一道真言。

(二)耳朵要选择应该听的事情。

不是好管闲事，把耳朵用去听不好的事物或是挑其他人的毛病。如果听到某人说某人的坏话，我们不可以全然相信，必须经过谨慎的思考。一旦判断出所听到的话是没有利益的，就应该改变话题，不然，除了会使自己变成愚痴者，还会跟着别人一起去挑他人的毛病，沾染上议论他人的习性，这将成为我们的障碍，令自己的道德败坏。

人的耳朵是用来听取能够增进自己智慧与道德的事情，这才是耳朵存在的价值。

因此，不管听到什么事情都要好好思考、好好选择，不要让闲杂的声音干扰了自己的心。

当你正被其他人在背后议论时，而自己刚好走过去听到了，心里非常生气，想要替自己讨个公道。这个时候，如果能够选择不去听不好的事情，就能够避免是非扩大，其他人的议论也就会变得微不足道了。

假使有人在背后骂我们，被我们听到了，也不要因此而影响自己的情绪。别人要骂就让他骂吧！如果没有把他所骂的话收下来，放在心上，那么他所骂的话就会回归到他自己身上，因为那些骂人的话只有他自己听。

接着，前辈们还劝诫我们，就算能够做到被骂而不生气，也不要自以为很了不起，因为更了不起的是，被夸奖而

依然谦虚，不会沾沾自喜。如果能不被夸奖而冲昏了脑袋，而能静静地思考为什么别人会夸奖自己，自己是否真如别人所夸奖的，那么，这样的人才算是真正的了不起。

一般人往往一被别人夸奖，就会忍不住而感到沾沾自喜，尤其是女性，因为就是被男人夸奖之后而感到飘飘然，糊里胡涂地就跟他一起生活，接着糊里胡涂地结婚生子，就这样过一辈子。其实，如果当初被夸奖的时候能够保持冷静，现在的生活就会舒服自在，也不用头痛丈夫有外遇等类的事情了。

因此，真正了不起的人就是能够思考，判断什么是该听的事情，什么是不应该听的事情，这样心自然会保持平静。

因此，假使谁能够控制自己的心，将耳朵训练成有选择性的去听，那么心就会保持平静，这样就可以将心的美德提升到另外一个程度。这就是防止离婚的第二道真言。

(三)身体如同擦脚布

意思就是奉献个人的力量和人生，以具道德的行为、言语和想法，毫无条件地去修善业。

我们的前辈以这种比喻来教导与提醒我们，不管做什么事，它必须是诚实的，而且态度要谦卑有礼，不能有傲慢心。我们千万不要怕辛苦，并随时准备奉献自己的生命，以期把它做到最好。

我们的前辈也根据这理论，提升自我。每当他们谈论到他们的成就时，都感到非常自豪。

当他们教孩子有关诚实的德行时，都会以他们一生中，所做的每一件诚实的事，骄傲地告诉子孙：

「想当年，我们年纪还小时，就必须出外工作赚钱，贴补家用，当时只要有工作，即使是清洁厕所，我们也会接受。那是份利用劳力赚取酬劳的工作，非常踏实，因此，我们就把自己的身体当作是擦脚布。但如果那是份抢劫他人财物的不法勾当，我们是绝对不会做的，我们也拒绝从事任何有关于欺骗或走私贩毒的工作。」

辛勤工作维持家庭的经济，是沉重的责任。因为每餐都是以血汗钱换回来的，所以特别珍惜。一个人必须具有正念，老老实实地工作，不要埋怨。对自己的工作要感到自豪，必须敬业乐业，因为我们以自己的劳气和诚实的德行，赚取金钱来维持家庭的生计。

一颗平静的心，来自一份踏实的工作。虽然有些人可能会看不起一份低贱的工作，但是，若有正确的观念，便不会觉得羞耻，反而应感到自豪。因为脚踏实地，实在的工作，犹如一块擦脚布，它不会对踩在上面的人起抱怨、厌恶或分别高下之心。它的存在只是为了清除鞋子上的灰尘。一个能以清净心为生活准则的人，就不会有傲慢心，能自在的生活，即使工作低贱，也会赢得子孙们的敬重，同时也会引以为荣。

一个人能专心行善、老实的工作，把身体当成是一块擦脚布，那么，他就会有颗平静的心，不会妒忌他人。他们的德行会因此而升华，成为子孙们的好模范。而家庭成员也会感到高兴和自豪，进而共同快乐的生活在一起。

那些能专心行善、老实工作、态度谦恭、行善不欲人知的人，就犹如一块擦脚布。他们具有一颗细腻、祥和的心，婚姻生活幸福美满，成为下一代的好模范。这就是第三道真言。

(四)心如大地

意思是以坚定的意志来行善，没有任何条件，毫不犹豫地去面对困难。

我们的前辈重视佛法，因为他们知道，虽然我们奉献所有的力量来行善，但我们有可能会遇上更艰巨的困难，因此，我们必须学习去克服它。如果当我们无法克服时，就必须学习忍耐。

因此，不管我们满足与否，生而为人，就要学习保持冷静，果断，不要惧怕无常，同时，还是要保持警惕，有如大地一样，无论被扔掷的东西是香或是臭，都永不退缩畏惧。

佛陀曾对罗侯罗说：要让我们的心，静止如大地！

「如果有人把香水倒在大地上，大地会开心吗？不会，它绝不在意！如果有人，把恶臭的东西丢置在大地上，它也不会感到伤心厌恶。因为它仍然不会在意。」

「罗侯罗！你一定要这样的控制你的心。不管他人怎么对待你，不要对他们有任何响应。只需专心于你的佛法修行，不久，你就能断除所有的烦恼。」

这意思就是我们越痛苦，就更应该把心静止，当心平静了，痛苦就会无法扭曲智慧和祥和的心。

同样的，我们越是快乐，就更应该将心静止。心中充满了喜悦会导致我们产生疏忽，错误地以为我们享有特权，不同于其他的人。

因此，不管我们痛苦或快乐，都应该让我们的心保持平静，以准备面对接下来的情况。

无论如何，我们的心会偏离；心比较像蜡，靠近火时，它会变软，感到压力。遇上无法预知的痛苦时，我们会发现自己无法振作，而陷于绝望之中，加深了痛苦的程度。有时候，我们会对生命感到不满而愤世嫉俗，这样一来，将为我们带来更多的愁苦。

人们在这种情况下，会感到绝望，而掉入痛苦的深渊里。来自各方面的折磨和压力，堆积在心里，带来了绵绵无尽的痛苦。有些人会因此而患病，有些人因无法找到解决的方法，而以自杀来了结性命。

前辈教我们如何面对人生的无常。他们的人生经验丰富，会利用所有可能的方式，当作教材，以训练我们的心，让我们有能力去应付生活上突如其来的变化，因为生命确实是无常的。

那些没有心理准备，接受生命无常的人，就难以接受无法预料的损失。因此，我们应该了解生命的无常，训练我们的心，使其有如大地般的平稳坚固。

当我们遇上无法预料的失望、恐慌和折磨时，就必须意识到生命的真谛，即是一切都是无常的。一切的存在都将流转于成、住、坏、空，无人能够逃脱。生、老、病、死是必然的发展，这是生命的真谛。

前辈劝诫我们，要让心平稳坚固、安定如大地，首先一定要了解这个世界，在生命中，我们会碰到快乐的事情，也会碰到失望的事情，这好比我们吃一碗饭，一半好吃，一半难吃，你必须把整碗吃完，而你无法预料的是，你会先吃到哪一半。

佛陀为我们开示了八项导致人类感到满意和失望的事情。它们就是世俗八风，可分为两组：即是导致心动摇，以及导致心惧怕。

动摇的心期盼接收到它所喜爱东西与事情，导致心动摇包括下列四项：

1)利：就是金钱物质的各项利益，如房子、汽车、配偶、财产和珠宝。

2)誉：就是官阶、地位、权力和势力。

3)称：就是各种称赞，各种绮语。

4)乐：就是在物资和感情上随心所欲，舒适安乐

这些都是人们所喜爱的。如果他们没拥有，就会设法去寻找。当他们得到了，就会执着。他们越想要得到，就会越忧虑；越忧虑，就会越妒忌。当心中充斥这些感受，就称为痴迷的心。

害怕的心，就是惶惑不安，对所失去的东西或不满意的事情感到忧虑，岛致心害怕包括了：

1)衰：就是失去所拥有的，如：损失金钱、房子，孩子或配偶。

2)毁：就是失去了权力，地位或职业。

3)讥：就是直接或间接的批评。

4)苦：就是身心受苦。

当它们尚未来临时，我们便开始害怕。而当他们来到时，我们祈求它们赶快离开。当它们离开了我们，我们还是会害怕它们再回来。

前辈教导我们，以静坐将心安定静止，把注意力转移到了解生命的真谛，以防止我们受到世俗八风的影响和伤害。

静坐修行的目地，是为了让我们的心安于平静，以及保持心境祥和。

当我们面对失去财富、名誉、批评或刁难时，我们的心就能保持平静、警觉和坚强。当我们得到财富、名誉，认同或快乐时，我们的心也能保持平静，不执着。

一个能注意到自己的快乐和痛苦者，能以静坐训练自己的心，使它能平稳坚固如大地。当心静止时，我们就能发觉到世俗八风的无常性。拥有的财富能瞬间失去，名誉也是如此。我们一定要面对毁誉、利衰、称讥、苦乐等，都会消失的事实。大体上它有三种特性，佛教称为「三法印」：

「三法印」是世间所有事物的本质。

世界上所有的事物都有它的价值。黄金的价值，来自它光亮黄澄的色泽。钻石的价值，在于它的硬度以及璀璨的色泽。玻璃的价值，是因它的洁净和反射性强。而人类却是因为有心和思想，而更具价值。但是本质上，不管有生命或无生命，所有的东西都拥有三种同样的特性：

1）无常（anicca）：生命是无常的。我们的生命无法永久维持在同样的阶段。生命随着时间而改变，分秒变易，昨天不等于今天，我们昨天怎么样，并不代表今天也会如此。

2）苦（dukkha）：痛苦在这里并不表示愁苦和落泪。每个人的痛苦都不同，即使是个人的痛苦，也会有身心灵层面的不同，以及程度和感觉上的差异。因为无常，所以「变」才是永恒的，变易意味着东西会出现，也会消失。即使我们所居住的地球，也是不停地在变易，无法恒常存在，某天它也是会消失的。

3)非我 （anatta）：肉体不是真正的我。不是真正实在永恒的存有，也不是属于任何人必然拥有的存有，它超越了我们的控制，并且无法保持或真正的占有。例如：我们无法防止老化、患病、死亡。如果对我们的肉身进行分析，会发现它是由血液、肌肉、骨头、肌肤、和其他的内脏所组成。它对我们来说，并不是真正的我；它只是暂时的我，会随着时间而衰弱，并不是永恒不变的。

人们不了解这三种特性，就会被迷惑，或惧怕世俗八风，因而时常活在痛苦中。

佛陀明了世上所有一切事物的真相。为了让人们能学习将心静止如大地，他教导我们静坐，这样心就不会受到世俗八风的影响。

我们的前辈一直提醒我们要将心静止，因为这样才能以这三种特性来观察世界。不管我们是否会遇上世俗八风，我们都受到这些真谛的约束。生命中最重要的，就是我们要训练自己能将心静止，并且能坦然面对生命的无常。如果我

们能为无法预料的事做好准备，就能控制自己的心，保持警惕，如实生活。每个人都能体悟到这三种世间法的本质，就会了解，无常其实才是恒常。

谁能看到生命的真谛，并能尝试将他们的心静止，而不被世俗八风所影响，就有如大地，不会被芬香或恶臭之物所影响，就能够提升他们的德行到达更高的境界。这就是能防止离婚的第四道真言。

总结

维持婚姻的关键，是在于能提升个人的德行。而家中的每个成员，都必须具备以下的四个因素：

1)要能独立自主。

2)要懂得选择适合的伴侣。

3)要有一个婚姻顾问。

4)要知道如何净化自己的心。

这四个因素都是指导原则，我们的前辈以此来提升我们的德行。婚后，有许多义务和责任在等待着我们。有时候虽然十分难受，也要忍耐。无论如何，我们一定要战胜它们。因此我们必须能提升本身的德行到某个程度，才能处理所有婚姻上的问题，否则无法维持美满的婚姻。

当一对夫妻对自己的婚姻生活完全感到满意后，那就只有两个问题存在：

(一)必须继续「容忍」任何将面对的人或事物。

(二)必须保持「冷静」，面对无法预料的情况。

如果所有的家庭成员都能遵循前辈们所提供的这些指导原则，家庭的冲突就不会发生。每个人都能提升他们的心灵质量，到达更高的层次，离婚就不会出现，孩子也就会有良好的榜样可以仿效。生活通过心灵的提升，进而改善社会，提振经济。如果世界上的每个家庭，都能奉行这些指导原则，全世界人类都能受惠。

任何人如果迫不急待地要结婚，
首先要达到以下的四项目标，才能拥有成功的婚姻。
这四项目标就是：

1)要能独立自主；
2)要懂得选择适合的伴侣；
3)要有一位婚姻顾问；
4)要懂得如何净化自己的心。

一个人能专心行善、老实的工作，
把身体当成是一块擦脚布，
那么，他就会有颗平静的心；不会嫉妒人。
他们的德行会因此而升华，
成为子孙们的好模范。
而家庭成员也会感到高兴和自豪，
进而共同快乐的生活。

三、夫妻如何真诚相爱

达那悟陀法师编写了一本书，名为《吉祥人生》，内容在说明如何真诚相爱，这是夫妻双方都必须重视的课题，因此，我们希望从佛教的观点，为家庭问题找出解决的方法。

如何真诚相爱

夫妻之间相处在一起，说难不难，说容易，那也不尽然。但是，他们之间能相处愉快的原因不尽相同，有些认为那是命运使然，而有些嫉妒者则认为那是因为女方拥有丰厚的嫁妆所致。而伟大的佛陀只用了一个词作为答案，即是仁慈。也就是说彼此要互相仁慈，只有遵循四项仁慈的原则才能相处愉快。

1. 布施，就是分享，给予。

要相处愉快就必须懂得分享。以婚姻而言，婚后双方应该把收入存放在同一个户头，共同分享，否则将会互相猜疑。如果不能分享，相处就不会愉快。除此之外，还必须同

进退，一起面对生活上所发生的问题。当一方有困难时，另一方必须伸出援手，加以扶持协助。

2.悦语，就是互相说好话，尊敬对方不讽刺、挖苦。

当要向对方提出意见时，必须先站在对方的立场，为对方着想，以免伤了对方的自尊心，使其产生怨恨。因此，简单地说，婚前要悦语，婚后更应该悦语。

3.利他，就是互相利益对方，利益大众。

在知道哪件事是正当或不正当，家人应该互相分享。家人做了好事，或有好东西，应该互相分享，而且要时常学习佛法，亲近佛法僧三宝，并且将所学所悟用于日常生活。理论上，当双方吵架的时候，都会互相推卸责任，指责对方。其实，双方都有错误，只是没有寻找适当的方法，来互相提醒，导致对方做错事。家人都应该互相学习，让大家得到利益，使自己成为一位利益大众的人。

4.做适合自己身分的事，凡事负责，终身行善。

做好自己的份内事。在什么位置，做什么事。比如说，做父亲的，要做适合父亲的事，做母亲的，要做适合母亲的事。家庭中的成员都要做适合自己身分的事，无论对内或对外，大家都要共同负起责任。这一项如果要完全做到，就应当时常静坐修行，让心平静，清净明亮，维持内心的宁静，这样才知道哪种行为适合自己的身分，也惟有如此，才不会受到外在的因素干扰，进而影响自己的行为。

总括来说，这四个原则与三个值得赞赏的善行是异曲同工的，即是：

布施：布施分为三种层次，一、布施身体、物品，如：捐血、捐钱；二、布施劳力，如作义工；三、布施智慧：如弘扬佛法。

持戒：以提升对方的道德行为，净化身、口、意。

静坐：静坐能净化我们的心。让心休息，远离烦恼、扰人的事，进而产生智慧。这种智慧将使我们的内在心灵与外显行为维持一致。

丈夫与妻子的原则

为了使夫妻之间能永浴爱河，双方都必须清楚知道对彼此所应负的责任，它以四项仁慈原则作为基准：

(一)丈夫对妻子的五项原则：

1.肯定

身为丈夫应该尊重他的合法妻子，而不是偷偷摸摸地，不敢公开她是家庭中的女主人。假如他的妻子做了一些令人赞赏的好事，就应该称赞她；当然，当她做了不应该的事时，也应该加以指正，但切不可以在大庭广众之前指责她，因为这样会严重伤害她的自尊，令她在亲朋好友面前抬不起头。他也应该给妻子一些隐私权与自由的空间，例如让妻子拥有自己的私人时间，与其亲人相处。

2.尊重

丈夫不应该认为妻子的身份比他低，这包括家庭地位、财富与能力。在没有告知她的情况下，不可插手干涉家里的事，同时，更不可以对妻子施以暴力，或进行精神虐待。

3.忠诚

身为丈夫绝对不可在外头拈花惹草，因为这是对妻子最大的侮辱与伤害。女人最感到自豪的是丈夫对她忠贞不渝的爱。

4.权力

丈夫必须赋予妻子权力，去处理家里的大小事项，若是妻子无法处理，丈夫就应该伸出援手。

5.化妆品或饰品

爱美是女人的天性，打扮得漂漂亮亮是最令她开心的事，而且，有时还能令某些妇女消除怒气。因此，身为丈夫，应该把这方面的开销包括在内。

(二)妻子对丈夫的五项责任

1.家务

身为女人必须是一位贤惠的家庭主妇兼好厨师，把家务处理得井然有序。

2.体贴

当丈夫的亲人有困难时，为人妻者必须加以帮忙，温言安慰。

3.忠诚

妻子必须永远忠于丈夫。

4.节俭

妻子不能过度浪费金钱，但也不能斤斤计较，过度吝啬。

5. 勤劳

妻子必须勤俭持家，不能有放逸的恶习。

在泰国传统的婚礼上，新郎、新娘都会受到长辈与亲朋好友的祝福，将洒过净水的花环戴在他们的头上，其意义是祝福他们永远恩爱。但是，很不幸地，这个仪式无法保证夫妻必然永远恩爱。

佛陀以佛法告诉我们如何恩爱，那就是仁慈！仁慈如环，将夫妻的心紧紧相扣，不离不弃，自始而终，而不是用花环来告诉我们如何相守相爱。

不管你的配偶行为如何，你都不能对佛法失去信心。其实，丈夫偶尔也可能会步上歧途，而妻子也可能会染上恶习，浪费时间与金钱，无暇料理家务，以致家里凌乱不堪。正确解决这个问题的方法就是积极行善，互相照顾与持守善念，这样一来，一切问题都将获得改善。

四、如何作家庭的女主人

在佛教的经典里，也有教导如何维持一个温馨的家庭，而且几千年来佛弟子都依循佛教的教诲，维系美满的家庭。我相信现代科学相关的家庭理论，在佛教经典中都找得到。我也相信佛教的经典，内含比现代更进步的理论，对家庭问题有更彻底，更圆满的解决方法。

如同一位女方的父亲在婚礼当天，给予女儿十项建议，让女儿成为夫家的重要人物，甚至最终成为家中之佛，受到丈夫、公婆和亲戚们的善待、疼爱和尊敬。这就是卫塞大优婆夷在婚礼当天从父亲学到的十项建议。

卫塞大优婆夷是谁

卫塞大优婆夷是佛教里非常重要的人物。她负责建筑的布帕然寺院，是其中一所，曾在佛陀时代把佛教弘扬到全印度的一个中心。此寺院是建筑在憍萨罗国的舍卫城里。她以大量的金钱建筑了一所两层楼高，拥有一千个房间，供比丘们居住的居所。

而她也是第一位请求佛陀，让她在雨季安居时，供养浴布给比丘的人。这种形式的供养，也成为佛教日后的传统，这项传统被佛弟子保留至今。

她生长在当时最大的国家－摩揭陀国。她的父亲叫塔纳差。曾有一次，当国家面临经济危机时，憍萨罗国的波斯匿国王，亲自到摩竭陀，向频毘娑罗王要求，派遣该国的一位富翁，协助他管理其国家的财政。频毘娑罗王答应了，便派遣塔纳差前往协助。于是，塔纳差就带着女儿，从摩揭陀国搬迁到憍萨罗国去。

当他们来到距离舍卫城一百一十二公里的憍萨罗国时，塔纳差向波斯匿国王请求：「这城市很小，但我却带了许多随众与财物，这使我感到住在这里会很不方便。我请求你准许我在贵国的某一处，建一座新城，让我们能住得比较舒适。」波斯匿国王批准了他的请求，之后，塔纳差将此城命名为萨克图。直到现在，此城市的名字还保留在印度的历史里，甚至还能找到城址。

卫塞大优婆夷的祖父叫米纳塔卡，也是摩揭陀国里最富有的大富翁。在佛陀时代，她的家族在两国的经济上都扮演着举足轻重的角色。

父亲在婚礼当天给予女儿的十项建议

当卫塞大优婆夷到了适婚年龄时，就嫁给了一位住在憍萨罗国里的男士。她的父亲给她以下的建议：

(1)不要让内在之火，燃烧到外在。这就是说，不要将任何家中的事，让外人知道。

(2)不让外在之火，燃烧到内在。这就是说，不要将任何与家里无关之事，带回家里。

（3）给予他人所需。如果我们有能力帮忙有需要的人，就应该帮忙。我们借东西给他们用，当时间到，他们就应准时归还。而当他们有能力时，我们又有需要的话，他们也愿意帮忙，这样的人才应该帮忙。

(4)无须给予协助。那些因我们帮忙而借用的东西，当时间到期，不准时归还，或如果在我们需要帮忙时，拒绝帮助我们，那么，就不须再期待他们帮助，在未来也别期望再依赖他们的帮忙。

(5)不管我们的亲戚布施与否，我们也该慷慨地给予布施。如果我们的亲戚遭遇困难，你也应该伸出援手，即使他们不会将东西还给我们。因为他们终究是我们的亲戚。

(6)确保要处理好饮食。任何人都该确保供给家人的饮食是有益的，同时，也要照顾到亲戚们的饮食所需。

(7)坐在符合自己身分的位子。这就是说一个人需要知道，给予他人应有的尊敬。例如：如果坐在比公婆更高的位子，会显得对他们不尊敬。在餐桌上要给予适当的尊敬，这将带来祥和的气氛。

(8)睡在符合自己身分的地方。要确保家中每个人的卧所都是适当的。同时，要比全家人起得早，而比全家人迟休息。确保你在入睡前，把所有的事物都处理好，才能安心地休息。

(9)平和面对家人的火气。你的公婆和你丈夫的愤怒，

有如潜伏之火。当他们在愤怒，高声叫骂时，要保持静默，不与他们反驳。在那时候，反驳只会让情况更糟。最好等到他们平息了怒火，才向他们慢慢地解释。

(10)礼敬家里的天人。每当你丈夫的亲人或你丈夫作了好事，应该称赞与鼓励他们，使他们能继续行善。

卫塞大优婆夷应用父亲所给予她的十项建议，让她能赢得她丈夫、公婆和随从的心与爱戴，直至今日，此十项建议也成为结婚妇女的传统准则。任何家中，如果有妻子或媳妇实行这十项建议，就可以说是「家中之佛」。在此，劝告诸位丈夫，为了你的孩子和家庭未来的幸福和快乐，请帮忙减轻您的妻子的负担，好好地照顾她。

五、如何让具福报的人来出生

很多家庭都非常期待新生命的降临，一些很疼爱孩子的家庭，有的会邀请僧人来进行七天的布施供养，有的则会大开酒席七天七夜，宴请宾客。每当我们说到出生为人了，为什么不留心观察呢？虽然一样出生为人，或为同胞手足，但究竟是什么原因，让我们有不同，是什么决定了我们之间的差异。

这些疑问，如果没有佛教，就无法了解此真相了。生命的不同是一件令人非常困惑的事，虽然人类出生在同一个世界，却同样不知道自己生从何处来，死往何处去，也不知道这个世界是在宇宙的何方。这个世间充满着神秘与疑惑，形形状状的人间百态，也同样让我们感到不明所以。举例言之：

有的孩子胎死腹中，有的则可以看到外面花花世界；

有的孩子健康，有的却先天残疾，如耳聋眼盲等等；

有的出身富裕，有的却穷得连母乳都没有；

有的人出生在同一个家庭，思想、性格、工作方式相同，但是一个破产，另外一个却富裕，但是更疑惑的事情是，在同一个家庭里，我们出生为人，有的生命却出生为狗，这其中的差别，更是十分明显。

这些种种的不同，我们平常都能看的到，但是，若我们不去细心体会，加以思考，就不会明白个中奥妙，但若是我们留心观察，细细参究，我们就会发现诸如此类的事情，都有其来龙去脉，可是，我们知道上哪儿寻找答案吗？当我们街车学习佛教知识，我们就能找到答案，这个世间的法则就是「因果」。

生命的差异，来自于个人的随身之业

我们同样出生为人，为什么所得到的幸福与苦难都不尽相同。佛陀参究其中道理，进而发现，因果轮回的存在，以及它的真确不虚。

曾有一位高僧就曾解释过，何谓「业」。

「『业』这个词是中性词，不执着『善』，也不执着『恶』，『业』只是『行为』而已」

「既然有了行为，就会形成因果，就像我们为什么会饱，是因为吃了东西。如果不吃就会饿；如果不睡觉就困，但是睡饱就不困了。」

「『业』在这里只是中性词，是行为，不必去区分行善还是造恶，但是如果去造做了，就一定会有果报。」

「物理学解释得很清楚，有多少的作用力，就会有相同

的反作用力，科学家牛顿曾经发现力学的原理，反应相同于作用，在佛教教义里也是如此『做什么，得到什么』」

「科学家乃至全世界，发现和承认这个真理三百多年。但是佛陀发现这个作用法则，已有两千多年了，而且理解得更有深度。」

「举例来说，被堕胎的婴孩表面上看来，似乎是这个孩子命不好，错的是他的父母，因他们不想生下他，而去堕胎，以致这个婴孩的生命很短暂。但是佛陀教导我们，不要只从表面去理解，而应该更深一层的去认识和留心观察。为什么这个婴孩不出生于其他的家庭，这世界还有那么多的父母供他选择，他却选择出生到准备要堕胎的母亲腹中去。」

「原因就是这个婴孩前世杀生太多，以至于杀业太重。当出生为人的时候，杀生的果报也就跟随之感应，带着报应一起出生到这个母亲肚里，而这个母亲同样喜欢杀生，也就有了杀业的果报，母亲和孩子的果报相同，所以才会互相牵引，婴孩才能出生进入到母亲的腹中，如果不是这样，他是无法投入这个胎里的。」

「当这个中阴身刚一进入胎里的时候，母亲就有妊娠反应，一直想杀生，而有些母亲的妊娠反应，使得她们想喝新鲜的血液。如果喝不到新鲜的血液，妊娠的反应就不会好。」

「还有一些更严重的，就是母亲一怀孕，马上去堕胎，这是很重的『杀业』，而业力的报应是很深、很复杂的，超过了我们所能想象的！」

「有的时候，报应是非常明显的，就是当这个国家的人民都累积了很多杀生的罪业时，这个国家就会出现新的法律，允许女性堕胎。」

「那么，当有功德的婴儿降临的时候，母亲会怎样呢？」

「佛教解释得很清楚，当有功德的婴儿要降临的时候，会为他的家庭带来兴旺。当然，身为母亲者更是日夜期待孩子的来临，因此，便会积极地行善，甚至点香燃烛向佛祖祈祷，祈求天赐麟儿。而当谁要从天界来出生时，也一定会选一个有福报的人当他的母亲。他出生之后，母子都会健康平安。」

「天人的功德威德力是很神奇的。当他在母亲的腹中时，母亲的妊娠反应，是怎么样都不好，但是只要她去行布施，就立刻转好。这说明这个来出生的孩子，前世是个善人，所以当他在胎中时，就让母亲有这样的妊娠反应，使母亲喜欢布施，不像其他的孕妇，只想喝新鲜的猪血。」

「那些来出生的天人，才一进入母亲的腹中，母亲就有妊娠反应，并且知道该做些什么。如果打坐念经会使身体感到舒服，母亲就会去打坐念经，此时，在腹中的胎儿就会和母亲一样，感到轻松自在。」

「世人的差异就在于业力不同，即是来自前世的业报和现在的业报，我们是改变不了。一部分业力是与身俱来，我们是无法更改，另一部分是我们今世自己所修的。」

「正等正觉佛陀再三强调，我们不能再增加罪业了。

不然，我们今日所造的恶业，一定会在明日报应。哪怕只是一点点的恶业，都千万不要去造作。」

「佛教教义曰：『诸恶莫作，诸善奉行，自净其意』指的就是行善积德。当我们行善积德，善的业果就会立刻回报幸福给行善之人，同时让来世更好更幸福。」

「业是制定个人生命之差异，我们会清楚地从世人身上看到其差别和它的奇妙之处。谁在前世行了很多善，今世出生就会应有尽有，如具有好容颜、财富与智慧。如果我们明白这些，就会相信：『所有的业都会导致果报』。」

「对于我们来说，当我们今世出生后，不管怎样都要学会忍耐，同时还要积极地行善积德，不能被罪恶战胜。要用最坚强的毅力，静坐修行，让心灵保持健康。这世间，没有其他的方法能超越静坐的修行，静坐的时间越长，你行善的信心就会随着提高。」

「我们的世界观应该以因果法则为准则。所以我们一定要规划生命的方向，不要迷失。我们想让自己今世得到什么，就随着自己的理想去做吧！因果真的存在，业障也一定会报应。行善得善报，行恶得恶报，佛陀所说的话怎么会错呢，而且这些教诲都已经被接受奉行了两千多年！除此之外，我们还可以明显地看到世人的差异，这些都是每个人与生俱来的业力影响所致，也说明了因果的真实不虚，因此，我们不应对此怀疑或曲解，请积极地行善培福吧！」

每当想到施命师父的教诲，就会在心里思考因果法则。科学家们对此展开研究，至今也只得到一点点成果而已。但我们的正遍知的佛陀早已经发现法，并总结因果的规

律：「死而不灭，若行善则上升天界；作恶则堕入地狱；摒除欲望则得以涅槃。」

所以，在我们的生命中，如希望脱离生死轮回，我们就要坚决地远离罪恶，行善积德。今世净化心灵，让心灵清净纯洁，行善所得的功德就会跟随我们到来世去。到时，我们会得到好相貌，财富和智慧。所有这些福报都会降临在具有高尚道德的家庭里。这是让我们生命再次获得成功的一个特好机会。因为在未来世转生时，这些功德也会随着出现在每一世轮回的生命中，一直到达无欲无求的那一世为止。

同样的情况，如果父母想让具有功德之人，来出生为自己的孩子，就必需能行善积德，持之以恒的诵经修行，远离导致毁灭之道(酗酒、嫖妓、闲逛、赌博、结交损友、好吃懒做、游手好闲)，勤修行(修心、修身、修慧)，让心灵永远清净纯洁。其实，父母的功德和来出生孩子的功德都是相近的，这是父母能得到带着功德而来降生的人，成为自己家庭的成员，使家族的香火得以延续的主要原因。

六、胎教

所有的父母亲都希望自己的孩子身体健康，成为一个有用的人。但是却有很多父母，不知道要让孩子来平安出生，必须在为人父母或结婚之前，先培养良好的品性。而不是等孩子出生后才开始注意，这对孩子并不是一个好的开始，而且很难让孩子成为父母期望中的好人。所以，请留心以下所述：「培养腹中胎儿的品性」。

培养孩子良好的品性，在佛教里认为需从孩子尚未出生时就要开始了。即是说，谁要生而为人，并不仅仅是父母细胞的结合而已，出生时还需具备结生识（投生的灵魂）。生命才能出生于母亲腹里。孩子能在胎中孕育的其中一个关键条件，就是「业」，至于是善或是恶，将取决于父母亲。

因此，如果父母有健康的体魄、良好的行为、纯净的心灵，才有机会孕育好的生命。

父母应该在怀孕前，就要培养本身良好的品性。在言行举止上，都要小心谨慎，把恶习戒除，持守五戒。这是让良好的结生识出生于母腹中所应作的准备。

男女双方要培养自己具有良好的品性，最迟也必须要在结婚之前，或者在知道自己怀孕的时候，要尽最大的努力爱护胎儿。在行走或活动时，要小心。除了吃清淡的食物，尽量不要服用太多药品，或食用腌制类和酒类食品外，连不好的情绪，也要非常的小心，这能避母亲与胎儿受到刺激，产生不良的影响。

中国人早就知道这个重要性，所以从古代开始，就很注重「胎教」了。

话说在清明节时分，有两姐妹相约一起去祭拜祖先。在途中她们见到地上有一个钱袋，妹妹高兴地对姐姐说：

「姐姐，我们运气真好。这是我们的财运呀！」

「亲爱的妹妹，我们不能私吞这袋钱。」

「为什么呀?」妹妹疑惑地问道。

「姐姐现在已有三个月的身孕。为了熏陶我孩子的品德，从一怀孕，我就开始培育胎里的孩子，希望他不要成为贪婪的人，凡是不属于自己的东西，就千万别作非分之想。我们就站在这里等待失主来认领吧！我相信他一定会回头来寻找的！」

就在这时，有个女孩走过来，看见姐妹俩手上拿着钱袋，站在那边，好像在等人似的。于是就起了贪念，假装问道:「你们有看见一袋钱吗？」

妹妹回应说：「就在这里！」

那少女马上眼睛一亮，说：「那是我遗失的，请还给我吧。我妈妈正等着拿这些钱去买酒喝呢！」

可是，姐姐却机警地问道：「你是在什么时候遗失了这个钱袋？」

这个女孩心虚地答道：「你问那么多干嘛？」

此时，又有一个面带泪痕的女孩，朝她们走过来，她边抽搐边问道 ：「姐姐，你们站在这里，不知道有没有看到一袋钱呢？我刚才拿着一袋钱经过这里，而这些钱是为了要买金银元宝，烧给我已往生的妈妈，钱是什么时候掉的，我也不知道……」话还没说完，已经泣不成声。而先前来的那个女孩，就趁这个女孩在说话的时候溜走了。

于是，姐妹俩把钱还给了真正的失主，那个女孩非常感动，再三地感谢姐妹俩的善心。之后姐妹俩就继续上路。妹妹说 ：「姐姐，你实在有智慧，很会处理事情。我还以为，只要有人来认领，姐姐就会立刻把钱还给他。」

姐姐说：「既然要帮人，就必须认真小心。无论做什么事，都要谨慎，不可敷衍了事。如果姐姐这么大意，轻易地就把钱交给那个贪心女人的话。那倒不如不捡那袋钱的好。当我们捡了那袋钱后，就一定要找到真正的失主。姐姐希望胎里的孩子，能成为有品德的人，所以就趁这个机会教育他。」妹妹高兴地点头赞同。

把这个故事告诉大家，目的是为了让大家明白，要培养孩子成为好人，就要从孩子在胎中时开始。如果母亲知道自己已怀孕了，还继续喝酒抽烟，而父亲还怂恿她一起去想、去说、去做坏事。那么，腹中的孩子肯定会受到不良的影响。当他出生后，可能会成为有缺陷的孩子。但是，如果父母亲能努力与胎中的孩子交流，让他在胎里就有了行善的

意识，那这个家庭肯定会得到好品德的孩子。

因此要把教育孩子成好人，父母必须在还没有怀孕的时候，就要具备善良的品行。因为这是让孩子能平平安安的出生，也是使孩子永远具有智慧的最好保证。

第二部

培育品性善良的孩子

一、如何教养孩子成为社会栋梁

要怎样维持家庭、社会和国家的繁荣进步，在于父母能拥有多少能力、智慧和道德，去培育孩子成为国家社会的好公民。

要把孩子培育成才，就必须双管齐下，身为父母的一定要不断地提升自己，用以教导孩子，培养他们成为品学兼优，知识丰富，品格高尚的人，这样才有能力领导众人，奉献社会。

有一些家庭，父母亲的学历高，家境好，孩子又聪明，可是父母却不会教养孩子，结果导致孩子成为问题儿童。而父母却始终找不出原因，到底问题出在哪里。

四种家庭

为了栽培孩子成为国家社会的栋梁，身为父母的必须要注重两项重要的原则：

(1)教导孩子所需的知识，使他们成为品学兼优的好孩子。

(2)妥善地安排时间，配合需求，教导孩子成为有用的人。

可是，有些父母不能妥善地处理与安排，因此，导致现今的家庭出现了以下的四种情况：

第一种：有时间，但无知识。

第二种：有知识，但无时间。

第三种：即无知识又无时间。

第四种：即有知识又有时间。

前三种家庭的孩子，极少会被教养成好人。虽然他们出身于很富裕的家庭，但却好像被父母抛弃的孩子，享受不到家庭的温暖，结果大多都步上歧途，成为不良少年，而其父母却全然不知道。

而第四种家庭的父母，都会尽心尽力地把所有的知识和道德观念传授给孩子。因为父母懂得安排时间，配合孩子的需求，付出一切的心血去培养孩子，绝不让小孩为所欲为，一无所得。他们其中，有些家庭的经济状况也许不是那么好，可是，在他们谆谆教导下，将来孩子长大后，肯定有能力创立自己的事业。

教养孩子的知识

根据研究，从「道德改进教育基金会」的书籍中，能找到以佛法教养孩子，成为行为良好，知识丰富的人之基本原则，书名为「如何教养泰国的孩子成为优秀青年」，在此摘要述说，若读者需要知道更详细的内容，请自行阅读此泰文书籍，加以补充，这将有助于您教导孩子的工作。

父母若具有知识和才能，想教养孩子成为品学兼优的人，就必须在生育孩子之前，清楚明了以下的四项要点：

(1) 好孩子需具备那些条件？

(2) 孩子品性的优劣，是如何形成的？

(3) 如何有效地培养孩子具有良好的品性？

(4) 道德教育如何熏陶孩子？

释迦牟尼佛曾就这些事项，为我们作了解释如下：

好孩子需具备那些条件？

要成为好孩子的条件有三项，释迦牟尼佛的三种教诲，即是：

1. 懂事（即是智慧）。

2. 顺从（即是清净）。

3. 有情（即是慈悲）。

只要孩子具备这三种条件，都可称为「好孩子」，这样的孩子都具备了老师和亲人，所传授的各种知识和学问。除此之外，还有道德方面的基本发展，比喻说：好的田地，若用来种植菜籽，收成也一样会好。

孩子品性的优劣，是如何形成的？

当父母明了做一个好孩子，必须是不愚蠢、不调皮捣蛋、不无情之后，随之而来就会产生一个疑问，即是该如何培养这些条件？培养条件，即是培养品性。

品性，是个人的习惯行为，即是我们常常所想、所说、所做，并且会对我们产生好与坏的后果。

若让孩子常常「想」、「说」、「做」不好的事，虽然只是小小的错误，也会养成孩子喜欢做坏事的习惯，日子

一久，就变成一种惯性的行为，品性也会因此而变成低劣不堪，将来长大后势必成为社会的渣滓，危害社会。

同样的，若经常训练孩子常常「想」、「说」与「做」好事，虽然只是小小的事，也会对孩子产生影响，这样无形中将养成他们具有良好的品性。

我们时常想、说和做的事，有三方面：(一)生活所需(衣、食、住、药)；(二)事业；(三)日常生活作息。

对生活所持的态度，能养成每个人的不同习性，例如：有三个孩子，母亲喂奶的时间不一样，会造成他们的性格有所差别。

第一个小孩，其母亲没有固定时间喂奶，小孩一旦饿了，没有马上得到食物，一定哭闹不止，这样一来，久而久之，这个小孩的脾气就会变得很暴躁，以后肚子一饿，就必定要先闹情绪才肯吃，接下来就会演变成想要什么就要什么，否则便会闹个不休，父母亲也对他无可奈何，就有如养了只小老虎在家里一样。

第二个小孩就不一样，即使他不饿，母亲却一直喂他喝奶，结果，日子一久，这个小孩就变成小胖子，脾气柔顺，但却显得懒懒散散，不积极，很难成才。父母就有如养了只小猪一般。

第三个小孩，母亲按时喂奶，使他从小就养成准时的习惯，身体健康，做事有条有理，脾气好，富有责任感、判断能力强、容易教养，有了这样的孩子，父母亲就如得到一位贤者住在家里般。

因此，孩子品性的优劣，一定要从日常生活中培养起。若父母想要孩子不愚蠢、不调皮捣蛋、不无情的话，就要训练孩子认真看待自己，以及智慧的处理生活所需，对工作要负责任，处事待人要有礼，生活有规律，忍耐力强。这样一来，孩子就会具有良好的品性。

如何才能提升孩子的智慧？

父母必须教导孩子如何尊敬他人，来增长他们的智慧。尊敬，就是发自内心，由衷地感激某人或某事物，具有诚实的美德。

智慧分为两种，即世俗的智慧与佛法的智慧。

世俗的智能，即谋生的知识与能力。不过，若没有道德管制的话，小孩也有可能把那些知识用在不正当的途径上。例如：虽有医药常识，但却不用在制药医治病人上，而利用其知识去制造毒品，牟取暴利，危害人类的生命。因此，世俗的智慧，必须要与佛法的智慧相结合，一起应用。

佛法的智慧，即用于决定对或错、好或坏、善或恶、应该或不应该的法则，小孩必须藉由佛教的教诲，从中学习实践，才能得益。因此，父母必须教导小孩要尊敬长辈，这样才能从长辈那里，学习长辈的人生经验与生活智慧，使自己受益。

种智慧如下：(1)敬佛；(2)敬法；(3)敬僧；(4)懂得教育；(5)习得禅定；(6)能够精进，不放逸；(7)懂得嘘寒问暖；尊重来宾(接待问候、殷勤接待)

若能好好地培养孩子具有此七种智慧，则他们更能看到生活的真正价值和好处，而他们的佛法智慧也相对地会越来越充实。

若男女双方在结婚之前，就具备了这七项智慧之后才结婚，然后生儿育女，那可谓明智之举。因为这样一来，他们将得到有智慧与福报的小孩，而且孩子也同样会得到有智慧的人当他们的父母。将来他们的子孙也必定是贤者，能负起发扬家族的伟任。

如何教养孩子懂事听话?

父母必须教孩子，遵守世俗的规则与佛教的教规。在日常生活中，父母需以身作则，给孩子树立好榜样。

世俗的规则有四项：

(1)言语方面的规则

在言语方面，父母必须以身作则，当小孩的好榜样。一定要对孩子讲真话，不能向小孩说谎，同时必须向小孩解释说谎的坏处，让他们知道说谎会使心理失去平衡，导致记忆力不好，容易健忘。这样小孩才会明了言必有信，行必有果的道理。

(2)时间方面的规则

教导孩子要守时，必须训练孩子要定时起床、定时用餐、定时睡觉。

定时起床，即训练孩子养成早起的习惯。千万不要让他们只顾着睡觉，而不劳动。尤其是女儿，若他日嫁人，还赖床的话，将可能导致她离婚。

定时睡觉，即是要早睡，因为太迟睡觉的话，小孩就不愿早起。当母亲来叫唤时，因疲倦而不想起床，便会闹情绪，一大早与母亲顶嘴，养成了好反驳的坏习惯，久而久之，性格就变得狡猾、爱狡辩、惹人讨厌。

定时用餐，即到了用餐时间，必须要准时吃饭。有些小孩就因为不定时用餐，以致得了胃病。若他从小就得到了胃病，一生中都会有问题，就是不能负重任。因为每当一有了压力，就会胃痛。

(3)卫生方面的规则

不爱干净的孩子，将很难融入社会，因此父母必须教导小孩保持干净的方法。例如教小孩如何洗澡，就是如何用少量的水、香皂与时间，但却能洗得干净。

(4)处事方面的规则

学会与人分工合作。不懂得与人合作的孩子，难以与其他人一起工作。他将会时常与人发生口角。因为不了解工作的性质、无法与人合作就难以完成工作，使得工作无法有好成果。

佛教的教规以五戒为基础

不守五戒的孩子，长大后，家庭将会出现问题，也有可能遭受不幸，而沦为罪犯，因为：

不守第一戒(不杀生)，会导致犯罪；

不守第二戒(不偷盗)，会导致贪污；

不守第三戒(不邪淫)，会导致邪淫；

不守第四戒(不妄语)，会导致到处招摇诈骗；

不守第五戒(不饮酒)，会导致染上毒品；

如何教养孩子成为有情之人

首先要教导孩子能够独立自主，然后才能帮助别人。父母也必须培养孩子的耐性。

从表面上看，只要孩子听话懂事，能成为好人就应该够了。但事实上还不行，因为生而为人，必须要做有益于大众的事。

例如：我们种了一棵芒果树，然后加以浇水施肥，悉心照料，但过了十年，发现一个芒果也没有，最后，我们就必须砍掉那棵芒果树。

我们的小孩也是一样，若他是一个无情无义的人，那么，无论他到了哪里，一辈子都会穷苦潦倒。即使有了灾难，也没有人会伸出援手，加以援助，因为他们平时对人太无情了。

要让孩子成为有情之人，就必须要让他吃得起苦，培养耐性：

一、忍受艰辛之耐性，这将让他们不怕任何艰难，成为刻苦耐劳的孩子。

二、忍受愁苦之耐性，这将让孩子懂得照顾自己，不会为了逃课而装病，不会与人狡辩。

三、忍受被排挤之耐性，这能培养孩子的自信，使他没有自卑感，不骄傲自大，懂得尊敬长辈，知道自己的身份与处境。

四、忍受引诱欲望之耐性，这样孩子才不容易步入歧途，尤其是不会当以下四种事项的奴隶：(1)酒和毒品；(2)男欢女爱；(3)金钱；(4)赞美。

我们的国家之所以会发生各种严重的问题，这些都是主要的原因。例如：贪污问题的产生，是由于父母没有教导孩子要如何面对各种引诱，没有告诉孩子诚实永远享福，贪污将受惩罚，不要贪财，金钱不是万能的，它绝对买不到亲情、诚意等等。

一旦小孩被误导，认为金钱比道德还重要，那么，当他长大后，就什么都不管了，只要能得到钱，什么伤天害理的事情都敢做。就是因为这样，才导致泰国不能进步，尽管它所拥有的自然资源，比新加坡、韩国、日本等国家还要好。

行善如何使孩子获益

大家都知道，每个孩子都想要做好人，可是孩子就像一块白布，父母是染色的人，若染对了颜色与用对了方法，就会得到色彩鲜艳，花式漂亮的布。但如果染得不好，布就会被损坏，不但不能用，甚至还必须丢掉。而教养孩子也一样，就像染色布，一旦出现错误，就难以改善了。

正确的方法即：孩子身边的人要给孩子树立好的榜样。即：

(1)父母要当孩子的典范。

(2)教导孩子要结交益友。

(3)教导孩子阅读有益的书籍。

(4)为孩子寻找良师。

因为孩子身边的人有以下三方面能给孩子树立好的典范。即：

(1)正当工作之典范。

(2)时间管理之典范。

(3)使用生活所需品之典范。

以上三项典范能成为典范的原因是因为孩子身边的人有以下三种特性。即：

(1)懂得掌握全局

懂得掌握全局的人，无论他负责什么事，都会把工作完成，并获得最佳的成绩。他能做得这么好，是因为他有能力，并清楚地了解工作的性质，懂得用什么方法才能做出好成绩。当他工作时，会尽心尽力地工作，能迅速地知道在工作上所发生的问题和障碍，而且在问题发生之前，找出防范与解决的方法。

若是向来都不尊重教育、不懂得尊重别人、经常挑人毛病的话，就不会成为有智慧的人。倘若一个人不懂得尊重，又经常挑人毛病，那么，一定没有人愿意把自己的知识与经验传授给他的。

因此，若我们的孩子从小就懂得怎样尊重别人，那么，他将更懂得尊重的意义与价值，别人也才乐意将所学所知与他分享，他也能以习得如何掌握全局的方法，知道工作的效力，以及工作上所应该注意的事项。这样将让他在工作方面，有事半功倍的效果。

(2)懂得时间分配

懂得时间分配的人，就是懂得规划的人。当他准备工作时，就可以清楚地了解每一个步骤，然后安排好工作的次

序，按部就班地去进行。由于事先已做好了充分的准备，所以肯定地能按时完成。

能够如此控制工作时间的人，若是没受过严格训练的话，是没办法做到。此外，因为他自己也清楚知道时间很宝贵，时光流逝，一去不复返的道理，所以对于时间格外地珍惜，而加以有效地规画使用。如果不懂得把握时间，除了错失良机之外，还会后悔莫及。

至于从来不按时工作的人，必定是任性之人。如果有人指定他在一定的时间内完成，他就会觉得疑惑，认为自己不可能做到，这是因为他缺乏纪律训练，时常随心所欲地去做事，所以才无法按照计划完成工作。

能把时间控制得好的人，因为他曾经受过严格的训练，懂得怎样安排好自己每一天的生活与工作。当工作时，能好好地规画工作的步骤，计算完成工作的时间，一点也不会出差错。

因此，若我们的孩子从小就接受这方面的训练，就会了解其好处。他会清楚了解纪律的价值，守时的效率，绝对不敢随意任性。他在分配时间与规画工作方面，都能按照规矩去实行。

(3)懂得控制预算

懂得控制预算的人，就是能把预算费规画得很好，既经济而又有效率。

控制预算的人必定精打细算，不作无谓的浪费。他会顾虑到大众的利益，不会将预算估得太少，致使成效不彰，

但也不会让花费超支，造成浪费或损失，绝不为了自己个人的利益而中饱私囊。

任何地方缺少会控制预算的人，公众的财务将会有问题。因为财务的规画失效，工作即容易出现差错、同事之间也会互相猜忌，而导致公司名誉受损。

能将预算控制合宜的人，是因为曾接受过训练，具有忍受艰辛、愁苦、被排挤、以及引诱欲望之耐性，因此其意志坚强，有魄力，工作效率高，工作成绩良好。

所以，如果我们的孩子，从小就懂得刻苦耐劳，并懂得节省之道，虚心地向前辈们学习，那肯定获益不浅。当他明了这些道理后，就知道应该怎样对工作预算进行规画，懂得物尽其用，以及能克制自己，不受一般物质的诱惑。这样，他们就能把工作做得尽善尽美。

孩子从周边的贤者，学习了这三个方法，并谨记于心，这样一来，就自然能培养仁义道德，在工作方面，无论是对全局的掌握、工作的成效、时间的分配等，肯定都可以胜任。不管他从事什么，他将会是一个品德高尚，堪负重任的将才。

总结

父母有必要将自己所有的能力、智慧和道德，教导给孩子，使他们具有善行，可以独立自主，能够自信地生活处事。因此，身为父母需要做的重要事情就是：

(一)必须时常学习新知识，来教导孩子成为品学兼优

的人，也只有不断地提升自己，才跟得上孩子成长的步伐，为他们解决生活上的难题。

（二）不能过度溺爱孩子，任他们为所欲为。家长必须时常注意孩子的言行举止，一发现他们犯错，就必须马上加以指正。同时也需与老师合作，共同引导孩子向上向善。除此之外，也可请亲朋好友帮忙，随时随机地开导他们，别让他们有犯错的机会。

若父母能做到以上这两点，孩子们就能好好的利用时间学习，不会蹉跎岁月，步上歧途，去做非法的勾当。如果他们能接受父母和长辈的教诲，认真学习，将来必成为品学兼优的好孩子，长大后必能独立自主，不但能有自己的一番事业，也能为国家社会作出贡献。

二、溺爱的杀伤力

「父母的爱可能会害了孩子」，这句话虽然可能会受到许多父母的反对，但是事实上，确实有不少孩子因为被父母过度溺爱，而步上歧途。因此身为父母者或想要建立家庭的人，应该要事先规画如何教养孩子，要如何做才不会宠坏孩子，避免因爱他们，但实质上却反而害了他们。

当孩子做错事时别偏袒他们

当孩子做错事，父母偏袒孩子，是最大的错误。因为这将让孩子误以为「行好没好报，行恶有善报」。当孩子长大后，就会继续为非作歹，害人害己。

身为父母者必须考虑到，当孩子做错事时，千万别偏袒他们，别太溺爱他们。若孩子做错了，就必须接受惩罚，所谓「长痛不如短痛　」，宁愿孩子现在受苦，总比让小孩将来一辈子痛苦好得多。

因此，当孩子做错事时，父母千万不要偏袒他们，必须让他们明白是非对错。这将让他们感激于心，知道「善有善报、恶有恶报」，因果报应是无法避免的。

培养良好品性的原则

要培养孩子的道德观念，首先父母要先了解，孩子的性格可分为两种层面：

第一种层面是先天的性格

一般来说，当出生时，会因其业力，即是功德或恶业，而选择与自己业力相近的人当父母。

因此，若父母身体健康、行为良好、心地善良，将有机会获得有福报的中阴身来投胎为他们的孩子。至于要怎样教导孩子，就应该在怀孕之前就做好准备，即是母亲必须具有良好的行为与安详的心灵，并且要改掉所有的坏习惯，至少要持守五戒，守护身心，使其平和安稳，让有福报的中阴身来投胎。

男女双方最迟在结婚的时候，就必须要作好心理准备，好好地陶冶自己的品格，迎接新生命的降临。一旦知道自己已怀孕了，就要加倍地爱护腹中的胎儿，不管是行、住、坐、卧、思惟，都需小心谨慎，也要注意饮食，诸如味道太重的、腌过的食物、烟酒类、各种药物，都不宜接触。尤其更忌乱发脾气，尽量避免与人发生口角。因为这些都会影响到孩子出生后的性格。

第二种是经由环境或教养，所培养出来的性格

当孩子降临到这个世间后，就要赶快好好的教导他们。别以为婴儿不懂事，其实，按时给他们喂奶，也是培养品性的一种方法，能让他们养成守时的好习惯。当婴儿撒尿

时就应该马上为他们换尿布，这是培养爱干净的个性。同时应该以温柔的言语与他们沟通，这能培养孩子柔顺的性格。

别让小孩养成恶习

小孩刚出生到这世界时，没有受到任何污染，就像一块干净的白布。因此，孩子必须要有学习的好榜样，这包括想法和言行举止。他最先接触到谁，就会以这个人为学习的对象。所以，若孩子先接受到好的事物，他就会学好，并有能力去抗拒不良事物的诱惑，从而远离罪恶。

如果细心地观察，我们会发现当孩子刚开始犯错时，异常的行为较容易被识破，所以，我们还来得及纠正他们。倘若家长没有及时发觉或纵容他们，他们就会逐渐养成坏习惯，久而久之，习惯成自然，家长再也无法容易地察觉，这将使他丧失善良的本性，而逐渐地步上歧途。

爱孩子要有方法

爱孩子要有方法，而这世上没有什么方法，可以胜过直接给孩子灌输伦理道德的观念，如果孩子自小就培养了正确的道德观，那么，将来他们长大后，肯定能做个顶天立地的好汉，为国家社会谋福利。

不论是几岁的孩子，我们一定要经常教育他们，灌输他们伦理道德方面的正确观念：

（一）智慧

培育孩子成为一个明事理、会思考、不耍性子的人。这样，孩子将是一个聪明伶俐，明辨是非的人。

（二）纪律

培养孩子成为一个守时、爱干净、诚实守信用的人，身心和言语都清净。

（三）慈悲

教导小孩要爱护动物、爱树木，成为一个孝顺、人际关系良好、懂得体谅他人的人。

当孩子从小就被灌输这些观念，长大后，就自然能吸收父母和老师所传授的其他道德观念。

因此，若身为父母者，想要拥有好孩子的话，那就必须在生育孩子之前，先给孩子一个好的榜样，以身做责，严格要求自己，并以此三项道德教育为主，就是要有智慧、仁慈和守纪律。做到这三点，父母就有机会生出好的孩子，同时，本身也能充当孩子的好典范，并且也可避免因溺爱而伤害了孩子。

三、父母所应扮演的角色

为人父母者都希望自己的孩子有美好的前途，可是要怎样培育孩子，让孩子有能力面对未来，可是一门学问。父母需要懂得扮演好自己的角色，要适当地管教孩子。他们才能成才，与人相处时，才懂得长幼有序，谦卑有礼。

有智慧的父母必须了解孩子的心理状况，明白孩子的想法会随着时间和环境而改变，因此，要能够适当地调整自己的观念与方法，用以调教孩子，栽培孩子。

当孩子年纪还小时，父母就是他们的一切。但长大后，朋友对他们的思想和感受开始产生很大的影响力。

孩子一旦步入青少年时期，父母的重要性就会降低。尤其是当孩子成年，而能独立自主时，就需要更多的自由。所以，这时父母有必要改变自己的想法，必须能体会孩子的思想和感觉。

睿智的父母，除了应尽的责任之外，还要扮演好以下的角色：

(一)导师的角色

父母想要管教孩子，就要清楚地解释，让他们明白什么是对，什么是错，什么是应该，什么是不应该。若孩子还很小，听不懂大道理，就不能对他们说教，而应该以实际的、正确的做法，让孩子从中学习。当教训孩子时，语气要温和，要耐心地慢慢与他们解释，切忌随便发脾气，打骂孩子。只有在不得已的状况下，才可使用藤条来教训孩子。

父母也应教导孩子从小就养成爱清洁的好习惯，使他们懂得维持整洁，无论是食衣住行等方面，都能够保持干净整齐，别以为维持整洁只是小事，其实从这些小事中就能逐渐地培养他们的良好品性。

父母是孩子的第一位导师，从一出生就开始接触孩子。因此，父母要细心地栽培、教导孩子正确的事物，基本的行为准则，这样，当他们长大后，就能很快地接受良好教育的熏陶，并且懂得分辨善恶，且亲善离恶。

(二)天人的角色

父母必须具有慈悲心，才能扮演好这个角色。他们应时常灌输孩子行善培福，远离恶作的观念。事实上，这件事很容易就能做到。例如：常讲佛陀的事例给孩子听；教导孩子每天晚上临睡前要诵经；让孩子懂得行善，最重要的是父母必须为孩子树立好榜样。如：每天早上斋僧等等。最重要的是，父母必须有惭愧心。一旦教过孩子不能做错某一件事后，自己也要切实遵守，不能自打嘴巴，言而无信，因为这将对孩子会产生不良的影响。

(三)大梵天王(注)的角色

父母对孩子的态度必须温和，给他们信心，照顾他们，并且爱护他们。当孩子犯错时，要好好地开导他们，让他们明白是非对错，并原谅他们的过错。当孩子做了好事时，就要表扬他们，让他们感到自豪。当到了适当的年龄时，要让他们去上学，求取学问。当他们生病时，要无微不至地照顾他们。当他们长大成人，想成家立业时，也应该给他们自由，别管得太严，不过，可以当他们的家庭顾问，适当地提供意见，并且鼓励他们。

当孩子犯错时，父母千万不要偏袒孩子。如果已经教导孩子做人的道理，但孩子仍然顽皮捣蛋，不听话，屡屡犯错，那么，就应该让他们接受惩罚。即使所犯的罪名很重，必须坐牢也要接受。绝不可溺爱孩子，或为了孩子而说谎作假口供，以为能帮多少就帮多少，其实，这不是帮孩子，而是加害他们。因此，千万别因溺爱孩子而违反国家的法律。

(註) 梵天　位于色界初禅天之第三天之王。色界属于三　界之一。三界指众生所居之欲界、色界、无色界。请参考附录一。他在世时修行慈、悲、喜、舍四无量心，去世后往生梵天王。舍指的是平等心，因此，父母表现舍心，也就是在演大梵天的角色。

(四)阿罗汉的角色

父母有良好的行为与高尚的道德，才能得到尊敬。他们是家里的主佛，当家人的顾问，即使不是所有的家人都同处一室，也许有些需分开居住，但仍然受到子孙的尊敬。父母必须要有高尚的道德，经常行善、有权威、有名誉，才会获得子孙尊敬与听从，无论在人前或人后，都能洁身自爱。

只要父母能扮演好这四种角色，家庭生活就会幸福快乐，如果家家户户都幸福快乐，那社会肯定祥和平安，国家也能富强康乐。

四、教养孩子成为有用之人

在这五花八门的社会里，到处都充满了陷阱，以致身为父母者越来越担心孩子会误交损友，染上恶习、无法自立等。其实，预防孩子变坏的重点是我们如何教导孩子，防止孩子养成错误的价值观，做出错误的判断，同时要教孩子如何去判断事物。

其实这件事，可以从好几个方面和角度来看。一般而言，前辈们都有很好的教养方法，它共有四项：

(1)当孩子的好典范。

(2)教导孩子阅读有益的书籍。

(3)为孩子寻求良师。

(4)让孩子结交善友。

(1)当孩子的好典范

这一项是最难的，因为很多父母亲，连自己也不知道本身的条件符合吗？既然我们要当孩子的好典模，就要先确定一下自己的道德行为是否合乎标准。因此，释迦牟尼佛就提出了五戒（佛教之戒律，不杀生、不偷盗、不邪淫、不妄语、不饮酒）来作为衡量，因为这是生而为人的基本准则。但现在的人都没有持五戒的习惯，而且做事都是随心所欲。这样怎么会有好的典范让孩子效仿呢？

所以，当我们说孩子不好时，也要先自己反省一下：「 孩子到底是从哪里学到不好的习惯 」。孩子口不择言，大多也是从父母那里学来的，因为孩子就像块白布，不知道黑白对错。如果我们想要孩子做个好人，就要让他们从基本学起，先让他们持好五戒，然后再要求他们往其他的方面发展。

(2)教导孩子阅读有益的书籍

说到「阅读」也是一样，因为孩子需要阅读，才能增加知识，因此，我们应该谨慎地为他们选择有益的书籍，并且陪他们一起阅读，从中了解他们的进展。但现在的问题是，他们可以自由地从网站下载一些危害身心的信息，甚至是暴力游戏。我们一定要小心防范，以免孩子步上歧途，让他们时时刻刻感受到家庭的温暖。

泰国古代有一句俗语：「爱牛要拴、爱儿要打」，但现在应该改为：「爱牛要拴、爱儿要给时间」。如果我们一直找借口说没有时间，人生就不平衡了。人生不是只有工作而已，应该要有私人时间、也要有家庭时间，人生才会平

衡。父母一定要找时间陪孩子一起去书店，教导他们如何选择适合的书籍，指导他们的行为。久而久之，他们自然会选择有益的书籍来阅读。

(3)为孩子寻求良师

「老师」对孩子的学习很重要。老师就如外在环境的因素，他们是孩子的模范，教导孩子道德伦理。其实，不只是学校的老师。我们的孩子想要从环境中学什么，就应该让他们自己去学。我们的责任是从旁监督他们，鼓励他们，让他们选择自己要走的路。

因为我们不可能一整天都跟在孩子身边，所以一定要好好地选择良师教导。其实也无需一定要到名校去就读，只需找个好环境给孩子学习就行。因为考到第一名的人，也不一定能成为有用的人、有钱的人。时代一直在进步，学习也要与时并进，我们应该让孩子明白「活到老，学到老」的道理。

(4)让孩子结交善友

最后一项是「让孩子结交善友」。在「吉祥经」里，解释得很清楚，不结交愚痴者、要结交智者。理所当然，我们的孩子一旦与损友交往后，就有可能跟着他们学坏。尤其是当他们没有跟我们在一起的时候，就会为所欲为了。我们一旦发现这种现象，就要立刻提醒他们，好好地劝说，直到他们明白为止，而不只是一味地阻止。教养孩子要有技巧，就像做生意一样。其实，我们在教导孩子要怎样结交朋友的过程中，也就等于给自己反省的机会，到底我们是怎样去结交朋友的。

有些父母送孩子出国留学，年纪小小就获得学士、硕士、博士等学位。可是，他们回国了以后，却不接受佛陀的教诲，不相信今世与前世。他们不在乎有错误之见解。他们究竟从那里得到这种想法，那就是从他们的外国朋友那里得来的。

他们回到泰国的传统环境中工作，说话无礼，没有尊卑之分，态度恶劣。因此，不管他们的知识学位有多高，却由于他们处世待人没分寸，结果谁也不会接受他们。当得不到大家的认同时，他们就会觉得自尊心受损而辞职，甚至觉得自己很失败。因为他们不知道，只拥有书本上的知识是不够的，必须谦卑有礼，懂得如何与人相处，诚所谓「人情练达皆文章」。

所以要让孩子成为有用之人，就应该提供这四种环境给孩子。那么，当孩子长大后，自然就会成为有理想、通达人情世故、且品行良好的人。如此，父母就能放心的让他们离开自己的怀抱，迎向未来，开创事业。

五、养成孩子节俭的习惯

孩子未来是否能成功地开创事业，重点在于他们能否节俭。可是，要怎样培养孩子具有节俭的习性呢，那父母就必须用适当的方法，并且要有原则。首先，父母本身必须要节俭，才能当孩子的典范，而孩子也才会养成节俭的个性。

我们必须从小教导孩子养成节俭的个性，那就是：

(1)懂得金钱的价值

每当孩子向父母要钱时，父母必须先要仔细问清楚，到底要拿钱去做什么，是否有必要？就算要用钱，若没有适当的理由，就不应该给，同时，要向孩子解释为什么不给的原因，虽然孩子会不满意，但也要坚持，别为了觉得不耐烦，而给钱了事。别让孩子以为，钱很容易就可以得到，一定要让他们知道，父母所赚来的每一分钱，都是父母用血汗换来的。这样孩子才会知道钱的价值，并谨慎地使用每一分钱。

(2)懂得不使用奢侈品

如果是奢侈品，而不是日常生活必需品，父母就千万别买给孩子。如果是必需品，非买不可的话，最好尽可能找其他不贵重的物品来代替，然后向孩子解释，好的物品，价钱不一定要很昂贵。同时要教育孩子懂得爱惜物品，并且能够物尽其用，不要随便把物品丢弃。当东西坏了，要教导他们懂得自己维修。

(3)懂得利用闲暇的时间

父母应该教导孩子，利用闲暇的时间，亲手制作物品，这能增加孩子的智慧，尤其是玩具，让孩子自己制作，或自己装配零件，这样孩子不但学会自助，而且也会因此而感到自豪、更有信心。除此之外，为了使孩子知道节约，以及懂得自己赚钱，应该教导孩子如何对金钱安排预算，如何才不会超支。

(4)懂得储蓄

找个扑满让孩子把剩下的零用钱存起来，或教导他们把储蓄的钱存放在银行里。　　当孩子在特别的日子里，例如：生日、春节等，从长辈那获得的红包时，父母应该教导孩子把这一笔钱存进银行，做为教育基金，别让孩子觉得钱得来很容易，否则孩子将无法体会金钱的真正价值。

(5)选择与节俭的朋友交往

孩子的朋友，如果很奢侈，爱乱花钱，不懂金钱的价值，就要设法劝阻他们的交往。相反地，如果他们的朋友懂得储蓄，肯帮父母作家事，就可放心让孩子与他们交往。这

样，才能互相学习，一起往好的方向迈进。任意挥霍金钱是孩子最大的敌人，对此父母不可不慎。

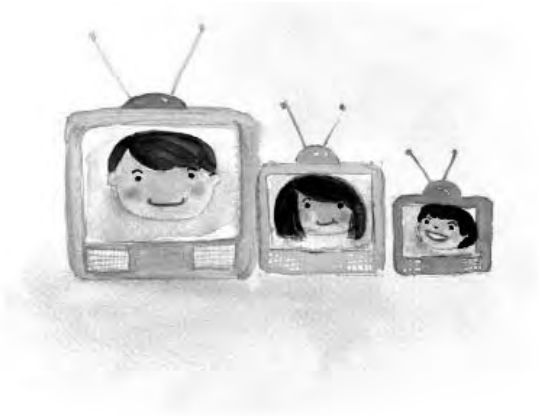
(6)在佛日或假日持守八戒

当孩子已经长大了，就应该带他们到寺院去，教导他们持守八戒，以便让孩子知道，有一些东西，他们可能认为在其生活中是很重要的，事实上那些都是奢侈品，是不必要的。比如：去看电影、看戏、化妆、擦口红、打扮、追求时髦等。

当试着持八戒一阵子后，自己就能体会奢侈品其实是不必要的。而且为了增加效果，父母也需要持守八戒，当孩子的典范，守持八戒养成孩子节俭的个性，将来才能懂得计划良好的生活预算，能够安心地过生活。

若每个家庭都能这样做的话，将对家庭未来的经济有所保障。父母所遗留下来的财产，将会使用在正当的地方，即使父母没有留下任何财产给他们，他们也肯定会为自己创造一番事业，过着幸福美满的生活。

六、选择性地观看电视节目



在这年代，身为父母者最担忧的问题，就是没有时间陪孩子。因为他们大部份的时间，都花在工作上，以养家活口。因此，为了弥补对孩子的爱，他们就让孩子看电视来打发时间，他们误以为这样能够解决问题，并觉得「让电视来教养孩子也没错。」

以这样的方式来教养孩子，无形中已犯下了严重的错误，因孩子会受到不良电视节目的影响，而导致行为粗暴，言语粗俗，甚至轻薄好色，超越了这个年龄孩子所该有的行为等等，这令父母感到忧心烦恼，不知该怎么处理，更可悲的是，他们根本不知道，导致孩子偏差的真正原因是什么。

当知道是因为在孩子还无法分辨对错、好坏、善恶、应该或不应该时，让孩子在观看了不合适的电视节目之余，不经意地吸收了不良的知识。想到这里，他们不禁暗自伤心流泪，忧心忡忡，烦恼不已。他们会觉得这么辛苦工作赚钱，只不过想让孩子们在物质上，能得到满足，但现在却适得其反，实在太不值得。

所以，为了解决或防范这些家庭问题，身为父母者就应该仔细地阅读，并思考以下的内容：

第一，父母应该考虑到，若不腾出一些时间陪伴孩子，督促孩子，那么，肯定会让孩子们迷失，因为有些影片太突显色情、暴力方面的事，在没有家长的陪伴下，观看此类节目，将会让孩子沉迷在色情暴力的幻想里，并且会越陷越深。

第二，父母应该挑选比较能启发智慧的节目给孩子看，并好好地规画时间，如果能将它制定为家规，那会更好。总而言之，要让孩子观看电视节目后，能从中得到启示，而不是受到不良的影响。这其中有三个原则，即是：

(1)必须不影响作业，父母一定不能让孩子随心所欲地观看电视节目，而必须好好地安排时间，只有在他们做完功课、帮父母作完家事之后，才能让他们观看电视节目，并且别让孩子观赏电视的时间过长，因为这样一来，孩子将没有足够的时间休息，而且还会养成许多坏习惯。例如：懒惰、狡猾、爱说谎等。当孩子休息不够，或功课还没有做完时，他们就不想去学校，于是，就会找各种方法来欺骗父母，如假装不舒服、肚子痛、头疼等。当知道父母亲没发觉时，他们就会得意洋洋，之后为了不去上学，就会想出更多的诡计来欺骗父母。

(2)绝对不能让孩子观看有损道德的节目，如：复仇、刺激、恐怖、色情等节目。

(3)父母应该挑选能培养道德行为或启发智慧的节目。例如：有关奉献、仁慈、孝顺的事，或与学术、文化有关的

知识等。因为这些节目将让孩子更清楚地了解自己的国家、种族和文化，当孩子有了基本知识，就能面对未来，成为有远见的人。

当然要孩子听从父母的教诲，那么，父母就必须要以身作则，为孩子树立好榜样。这样孩子才会听从教诲。若父母亲本身也沉迷于电视之中，那就很难阻止孩子看电视。所以，在培养您的孩子的性格与您最心爱的电视节目这两者之间，选择培养孩子具有良好的性格，乃是身为父母者的首要考虑。

七、过度上网之弊病

这个年代是信息时代，除了大部份年轻人太爱看电视、DVD、讲电话之外，还爱上网。我们必须承认，这些信息各有利弊。若不好好地利用它的话，不管是大人或小孩，都会沦为它们的奴隶。

在一些年轻人的案例中，显示家长越禁止，他们就越叛逆。其实，父母应该允许他们上网，但必须要有限度，要能妥善地分配时间，例如：规定某段时间上网、某段时间练习课本、某段时间要念经拜佛等。

除此之外，父母也必要教导孩子如何上网、或观看电视节目。但别让孩子太迟睡觉。否则他们就不想早起，有时候父母亲忍不了，可能会责骂他们，而一大早就发生了口角，弄得一整天心情都不好。如果长期如此，孩子就变成很喜欢与父母顶嘴，进而养成狡猾，以及爱说谎的坏习惯。

一定要训练孩子懂得如何分配好时间做事，这将使他们的学业成绩比以前更好。而且他们长大后，也会懂得分配时间、做事有条有理、不会感情用事。

关于如何调整时间，有好几个家庭的做法，我们可以学习，他们懂得如何解决小孩爱看电视与过度上网的问题。

例如：有一位备受尊敬的英文老师，她的丈夫要到国外去留学，家里只剩下她和小孩。于是，她就邀请弟弟同住做伴，同时也可以帮忙看管外甥。

这位老师有三个孩子，看起来都是很聪明的孩子，但学习成绩却都不好，她的弟弟也注意到了， 就开始寻找原因。最后发现，孩子们每天都观赏电视节目直到深夜，于是，便把这件事告诉姐姐，共同商量对策。

当她知道了原因之后，就制定家规，规定到了晚间九点新闻过后，就要关电视。这样一来，她的孩子到了晚上九点之后就得睡觉，自此，孩子的身体变得健康，精神也饱满了。到了清晨四、五点，就自动起来看书。

结果到了学期末，这位老师的孩子，以前的成绩都属中等，但现在成绩却都大有进步，变成优等。

老大以前在班上排名只有第十四名，现在跃升到第四名。老二也从第七名升到第二名。至于老三同样地像以前一样考第一名，因为他年纪还很小，还不太懂事，没有受到太大的不良影响。后来，再到下一个学期，老大和老二都考了第一名。

最后她的三个孩子，都以全校第一名的优异成绩毕业了。

规定孩子定时阅读、睡觉、起床，不单对孩子的学习成绩有好的影响，而且还能加强孩子的判断力。因为有些孩子时常会判断错误，有时明明知道错了也克制不了。因此长大后，会造成很多社会问题，就如我们常常在报上所看到的负面新闻一样。这些都是因为小时候没有接受正确的指导，不懂得如何去解决问题，正确取舍的缘故。

每一个家庭都应该严格地教导孩子如何分配时间，这样，将让孩子从小就懂得如何对事物作出准确的判断、做事有原则。这些重要的基本条件，将成为他未来做大事的基石。

八、衣着暴露可能导致性侵害的发生

有一位高职位公务员，向一位法师请示有关现代年轻人装扮的问题。

他认为现代的女性都喜欢打扮得花枝招展，如穿着细肩带、短衣裙、露肚脐的服装，这些都是造成性侵害案件激增的主要原因，而目前尚无完善的解决方法。

当天在场的人都认为，家里育有女儿者，如有这样的问题，最好的办法就是请示法师，然后把法师的开示与大家分享。

法师针对这件事发表了意见：「师父不认为孩子穿着暴露，是为了赶时髦。而认为这件事是因父母教养孩子的错误观念，同时，也是学校老师没有正确地教导学生所致。」

「若深入地研究，将会发现这问题，早在孩子长大前就已经出现了，并不是在这时候才如此装扮，诱惑异性。这问题在孩子年纪还很小，也许是在幼儿园或国中时，就已经存在了。这是因为父母和老师的误导，让孩子自由发挥创意，让他们上台表演具有挑逗性的舞蹈。从那时候开始，其实，就让他们在性欲方面产生幻想。他们训练孩子跳舞，所设计的舞姿越具诱惑和挑逗性就越好。当跳得很熟练之后，就帮他们化妆打扮、穿短裙，细肩带、露肩、露背、露肚脐，然后送上台去表演。当父母或老师看到孩子表演得很精彩时，就会觉得小孩很可爱，表演得很突出，很了不起，而且认为这就是成功。」

「可是，问题并不是就此结束，因为女儿长大后，由于家庭和学校都把她们装扮得很暴露，从小就训练她们表演具挑逗性的舞蹈。当父母想要她停止跳舞，穿着不能太暴露时，孩子已经不能自制了。因为已经习惯打扮得很暴露，习惯跳具挑逗性的舞蹈，再也没有羞耻感了。」

「这个问题，是在于从小就让孩子打扮暴露，表演具性诱惑和挑逗性的舞蹈所致。因为这样的训练促使孩子太早成熟。当孩子从还没断奶就懂得淫乱，这要怪谁呢？当然要怪父母和老师，从小任由他们随心所欲，没有做适当的教导。因此，若要解决这件事，就必须从小教导孩子穿着要得体，举止要大方有礼，这样才能解决此问题。」

「释迦牟尼佛曾说过，禁止穿着暴露的服装。即是衣裙不能太短，露出小腿，或露出两边的肩膀。」

「 在古代，当前辈们看到小女孩有不好的行为时，他们就会命令她从小就穿上长至小腿的纱笼。因此，当这女孩长大成人后，要她穿上短裙时，她死也不会穿。可是，如果从小就穿着超短的裙子，当她长大后，要她们穿长裙子，她也绝对不会穿，因为她们已习惯穿短裙了。」

「 让我们的女儿长期穿着暴露的服装，是导致雏妓、酒女和各种色情场所激增之根源。」

若要解决这件事情，我们必须要先了解穿着打扮的目的：

(1)为了御寒防晒；

(2)为了防晒、防风、防雨和防爬虫；

(3)为了遮盖人体部分私密的器官；

「若父母从小就教导孩子知道穿着的目的，这样，他们就不会对异性产生幻想。同时要及时采取防范的措施，就是要他们在睡前念经打坐、礼敬父母。若常常这样做，问题就可以解决，父母就可以培养出乖巧懂事的孩子。」

从师父的教诲中，我们得知，孩子如果打扮得过度暴露，到处招蜂引蝶，肯定会堕落。如果父母从小能好好地教育她们，性侵害的案件肯定会减少，甚至不会发生。

第三部

家庭的团结精神

一、如何加强家庭的凝聚力

近几十年来，我们把成长在单亲家庭里的孩子与独居的老人唤为「问题儿童」或　「问题老人」，我们也相信没有任何一个人愿意处在这样的环境里。为什么这些人的家庭会遭遇破碎的状况，如果我们不去了解其中的真正原因，也许有朝一日，我们的家庭也会遇上这种问题，因此，这是每个家庭必须知道的重要事情。

被称为「问题儿童」的孩子，有的是来自破裂的家庭，因他们的父母时常争吵，甚至打架，闹得鸡犬不宁，而且从来没有好好地管教孩子，以致家里的孩子都成为叛逆、顽皮捣蛋、不听话的问题孩子。

但也有些儿童来自富裕的家庭，他们离家出走的原因，是因为兄弟姐妹之间不能和睦相处，从小就开始彼此争名夺利，家里毫无温暖亲情可言。

会产生这类的问题，追根究底是家庭缺乏凝聚力。从关系亲密而后有了磨擦，以致有了距离，最后终于形同陌路。

最初的现象是家庭里的成员不在一起吃饭。育有很多孩子的家庭，到了用餐时间，如果父母和孩子都不在一起吃饭，就能知道这个家庭里的兄弟姐妹之间，已经发生了口角。

举个例子，假设今天母亲做的菜很好吃，很合每个人的胃口，大家都会吃得比往常多，那么，有可能发生饭不够吃的问题。但是，倘若这个家庭经常在一起吃饭，这时饭也许少了半碗，不过，如果每个人分担一些的话，那每个人只是少吃了两、三个汤匙而已，不会有太大的影响。

可是，如果这个家庭，父母和孩子没有一起用餐，一定会出现问题，最后一个来吃饭的孩子一定吃不饱，他可能会为了少吃半碗饭而感到委屈。如果他是家里最勤快的孩子，那么，心里就更容易感到不平衡了。

如果家庭里刚好有两、三个好吃懒做，很会讨人欢心的孩子。这些懒惰虫只会等着吃饭的时间，母亲还没有开饭，他们就已经先把做好的菜肴吃掉，而且吃得特别多，结果个个长得胖嘟嘟的，母亲特别疼爱他们，因为他们会说讨好母亲的话。

至于勤快的孩子，当他把事情做好时，却已经过了吃饭时间。最后一个吃饭的人是最累的，每次只吃剩下的那一点点菜，而且有时还要清洗所有的碗筷，于是就会感到委屈。如果经常发生这样的事情，委屈感就会加倍，因此一旦有一点点小事情发生，兄弟之间就会马上引起激烈的争吵。譬如：如果兄姐或弟妹把他个人的杯子打破了，他就会马上发脾气，甚至打起架来。

不知道真正原因的父母，也许会来相劝、要他们互相忍让了事，但却没有对症下药，了解事情的症结所在。因此导致孩子们心生怨恨，互相记仇。如果这样的事情时常发生，父母有时也会误会他喜欢惹事生非，因为他不会讨好父母亲。日子久了，他就会对家里的人产生反感，一有机会，他就会马上离家出走。

刚开始时，父母也许认为大家不在一起吃饭是小问题，不放在心上。但是，当孩子心里一直存在着不公平的感觉时，那么，事情可能会演变至家庭起纷争，最后产生破裂。孩子心中充满了怨恨，视家里的兄弟姐妹如眼中钉，而父母却一点也不知情。这样的情形通常大都发生在正在创业的家庭里，父母亲各忙各的，根本没有时间关心孩子，也没有留意到他们有怪异的行为。

因此，如果家庭的成员不在一起吃饭，就是发出了信号，表示家庭出现了裂痕。

每天一起吃饭的好处是，如果家里的成员有谁出了问题，就可以趁这个时候提出来，跟大家商量，接受大家的意见，千万别藏在心里。因为人都是这样，一吃饱心情就会舒畅，比较能接受各种突发的事件，这时孩子应该把握时机，把心事告诉父母亲，从中听取意见，同时也可促进彼此之间的感情。

古时候，我们的祖先很注重与家人一起用餐，最少每天都要聚餐一次。

至于早餐，一般上比较难办到，因为大家都要去工作或上学，各忙各的，很难聚在一起用早餐。至于中午，也是

各吃各的。可到了晚餐，应该要聚在一起吃晚餐。因为一旦错过这段时间之后，大家又有各自的私事要办，有的要做功课，有的要看电视，再也抽不出时间在一起互诉心事。

甚至有可能发生这样的情况，即是大家无法在一起用晚餐，没有时间聊天、教导、互相了解对方，可是却为了观看不同频道的电视节目而大动肝火。

有些家庭为了解决这个问题，便每人各买一台电视机来观看节目，于是，到了傍晚，各吃各的，然后各自回房，关上门来，在自己的房间看电视。结果哪里有时间聊天，各管各的，一点温馨的感觉也没有。

除了不在一起吃饭之外，另有一些常见的例子，总会在不知不觉中导致夫妻双方发生激烈的争吵。现代的夫妻，总会有事情吵架，尤其是在准备食物方面。双方都不愿准备晚餐，只买便当回来，然后边吃边看电视。结果发现连续剧中的男女主角似乎都比自己的丈夫或妻子好，如果存有这样的心态，这个家庭迟早会破裂。

另一个例子，就是夫妻双方要特别注意，即是要去拜访亲人的时候，应该要仔细思量是否让对方独自去，还是一起同行。如果决定让她独自去拜访父母，那么，就可能种下导致家庭破裂的因。

家庭里的成员一定要懂得互助，无论做什么事，都应该共同进退，这样，才能培养出团结的精神，才会给家庭带来温暖和幸福。别小看这样的做法，有很多家庭就是忽略了这些小事，而导致家庭破裂。

总结

培养家庭团结的精神，是很容易做到。即是在一天之内，至少要有一样活动，与家里的成员在一起，而最好的方法就是一起吃饭。在这个时候，当家里有谁出了问题，可以提出来让大家知道，然后一起商讨对策。不管所遇到的问题是对是错，都必须从各个角度去分析，而且必须以仁义道德为基本原则。如果家庭成员能做到这一点，那么，这个家庭一定充满了温馨和凝聚力。

二、如何处理孩子间的问题

一件真实的个案，也是一个刻骨铭心的故事，与尚未培养孩子团结精神的父母分享。

事情是这样的，在一个家庭家里，有着父母亲和三个孩子。大女儿总是愁容满面，烦恼得很。原来她的两个妹妹，发生了激烈的争吵，以致断绝了姐妹关系，两年来都没有互相交谈。她每天都要面对这种局面，心里感到非常痛苦。

这两个她最疼爱的妹妹，完全不理睬对方，形同陌路。不过，有时她们两个会冷嘲热讽，互相对骂，谁也不给谁面子，两姐妹好像有不共戴天之仇恨。

大姐一直暗自思寻，想找办法让两个妹妹和好。但心里却很担心，是否会太迟了，因为连父母亲也拿她们没办法。

最后，她就决定到寺院去请教一位法师，希望找出办法解决这个问题。

她告诉法师：「我两个妹妹还在求学，关系就如此恶劣，若将来毕业后，有了工作，自己可以赚钱，相信应该更

加难以和睦相处。我感到很心烦、也很痛心，每天都眼睁睁地看着家庭慢慢地步向分裂。」

法师慈悲地听完她的诉说，然后说：「其实，你的父母亲不应该让她们的关系，发展到今天这种恶劣的地步。若现在不解决，将来毕业了，各自有了工作，有经济能力了，那时要她们和好，更是难上加难。」

现在，师父把自己的故事讲给你听，作为你们的参考。师父在家里排行最小，有两个姐姐。小时候，有时也会跟姐姐争吵，可是，我父亲一知道了，就会马上采取行动，化解姐弟间的不快。因此，我们都不会互相记恨。师父的父亲采取的方法如下：

第一个方法，就是要让孩子明白长幼有序。当一知道姐弟之间发生争执，有时甚至互相扭打时，他二话不讲，马上召三姐弟来教训。然后命令最小的弟弟去找藤条来，所找来的藤条必须是又粗又大的。接着，他就会问弟弟：「跟姐姐吵架了，是不是？」

「是的。」

「那站好，把手抬起来。」

跟着就吩咐姐姐用藤条打弟弟的手心一下。在还不知道谁对谁错之下，父亲连问都不问，就先打弟弟，那是因为他认为弟弟目无尊长。

之后，他才查问到底是什么事。如果是弟弟错了，父亲就会命弟弟再把藤条取来，这一次由父亲亲手打，因为是弟弟做错了。

有时父亲查问后，知道是姐姐错了，当时，弟弟以为父亲会让他打姐姐，但结果却不是。他命令姐姐去把藤条取来，然后自己亲手打姐姐，因为她欺负弟弟。

结果不管是谁错，因为师父排行最小，一定先被处罚。这样一来，弟弟就不敢再去跟姐姐找麻烦了，而姐姐也不敢欺负弟弟。这就是师父的父亲用来培养孩子相亲相爱的方法。

第二个方法，训练大家一起负责家务事。以前，师父一家是以种地为生的。每逢周末，父亲就会交代我们姐弟三人到园圃去帮忙工作，父亲吩咐我们一定要把周围的草除干净，同时还要把地挖好。

父亲话中的意思就是：如果不能完成工作，不用回家来吃晚饭。因此，我们三姐弟一拿到锄头，就要赶快动手工作。但有时因为师父倚仗着自己是最小的弟弟，就耍赖不做，一早就跟朋友去打鸟或钓鱼。到了下午回来时，哎！惨了，发现两个姐姐还没有做完，那肯定没晚饭吃。于是，师父就手忙脚乱地赶快帮忙，然后一边帮忙，一边撒娇讨好她们，因为怕她们去向父亲告状。如果不这样做，也许会发生以下的情况：

(1)说不定到了傍晚，还没完成工作，三姐弟不但没饭吃，还必须点着灯，继续挖地。

(2)姐姐向父亲告状，说弟弟偷懒，到别处去玩，所以工作才没做完。如果是那样的话，那师父一定会被处罚，因此才需要讨好她们。

简单地说，就是培养大家的合作精神与责任感。如果一旦吵架或不合作，那么工作一定无法完成，这样就会带来麻烦，因此就自然而然地和好了。

你家里会发生这样的问题，就是表示你们的家境太好，孩子的生活太舒服了，所以，最好就是要让孩子多吃苦，因为吃过苦后，他们就会互相帮忙。有时就是因为生活太过舒服，孩子们才会变成这样。

因此，既然现在问题已经发生了，你就应该给父母亲提意见，而你是大姐，就要先负起教导她们的责任，然后再与父母商讨，共同解决问题，那就是：

(1)减少其零用钱，不要让她们有机会，作太多无谓的花费。如果这对姐妹一直争吵不休，那就别给她们太多的钱使用，这样她们才能互相依靠。

(2)时常安排她们一起作家务，这样，摆臭脸、不谈话的僵局，就会慢慢化解。因为要一起做事，如果不交谈就不能工作，这个方法比较有效。

(3)虽然孩子还小，有时候也必须要用藤条管教。如果我们管教有方，就不用怕孩子会离家出走，因为孩子还小，根本没有这个胆量与本事。藤条教育对教养孩子这方面，还是挺重要的，不过，做法要正确，必须边打边教，不是只打而不教，这就失去它的作用了。

不管怎么样，应该采用第一个方法，就是减少她们的零用钱，然后让她们一起做家事。如果哪一个比较计较，爱占便宜，孩子们之间自然会自己定下条件。一般孩子不会记恨太久，钱一用完，就会一起帮忙做事。

如果家里有佣人，就让佣人负责做一般的家务，至于孩子自己的私事，应该让孩子自己负责。同时，要让他们一起负责某些工作，这样，兄弟姐妹之间就会互相商量，进而增加彼此间的感情。父母应该在孩子还小时，就要采用这个方法，若心软，溺爱孩子，任由孩子自由发展，最后得到的，将是如妖魔鬼怪的孩子。

当那位姐姐听完法师的故事后，脸上不禁露出欣慰的笑容，她决定用法师的方法去解决她两个妹妹的问题。

身为父母者读了这个故事以后，要明白长幼有序的道理，进而培养孩子的团结精神，训练孩子们要懂得合作、友爱、负责任。那么，当孩子长大后，就会互相爱护、互相帮助，虽然遇到困难，也不会轻言放弃，这样父母才会放心。

三、如何与邻居相处

好的环境将会对孩子的性格起着很大的影响。试想，如果我们的邻居每天都大声吵闹，时常用污言秽语互相对骂，身为父母者应该怎样解决这个问题？倘若我们的孩子时常听到这种吵闹声，长期在这种环境里生活，一定会产生不良的影响，也许学会讲粗话、行为粗鲁，脾气暴躁，将来长大后，进入社会，一定不受欢迎。

要解决这个问题的方法有两种，即是：

(1)搬家。若父母能力所及的话，就应该搬迁到他处去。但如果经济能力办不到，就要忍耐，然后想办法好好开导孩子。父母平时要用温和的语气与孩子讲话，举止也要斯文，给孩子树立好榜样。千万避免与邻居发生磨擦而争吵相骂，甚至动粗而导致受伤，这样一来，会对孩子产生不良的影响，实在很不值得。

(2)以良好的行为面对。如果父母年纪比邻居小，就应该抱着晚辈对长辈恭敬的态度，与他们交谈，让他们觉这些

晚辈很可爱，而对自己的行为表现感到不好意思，再也不敢大声吵闹。

若是父母年纪比邻居大，而且事业稳定，受到村民的尊敬。那么，当发现这家邻居出了问题时，就可以找他们谈。不过，千万要记得跟他们商讨之前，自己本身一定要成为受人尊重、受人欢迎的人。不然的话，很难与他们沟通。

怎样才是受人尊重、欢迎的人

(1)受欢迎的人一定是能施舍之人，至于要布施什么，就要视当时的情况而定。

例如：如果有足够的财力可以布施物品，就应该布施。那么，他一定会对我们客气。我们也是一样，有谁给我们东西，我们也会对他客气。

如果没财力而有体力，能帮忙做什么事，就应该帮忙。甚至如果我们不知道要给对方什么，那就给他鼓励，即是讲好话，或给他微笑，即是虽然没有讲任何话，给一个微笑也好。

若父母了解自己的处境，能好好地与邻居相处。到了某一个阶段，将会受到邻居的欢迎、尊重，到时就可以提醒与劝诫他们。

释迦牟尼佛曾提出四项援助的方法，简单地说，即是救人济世的原则，或是培养大众团结一致的方法，这一项佛法包括：

1.布施，即是分享与给予。

2.爱语，即是诚实地讲悦耳的言语。

3.利他，即是所作的事对别人有益。

4.尽责任，做好本分内的工作。

如果为人父母者能做到这四项，将是受人尊重的贤者。一旦有人发生口角，就应该加以相劝，帮忙解决纠纷。至于要怎样解决，就要看当时的情况而定，有时也许要跟其他人互相讨论，找出解决问题的办法。

(2)能劝诫别人改变行为的人，自己必须要好好持守戒律，起码要把五戒守好。当守好了五戒，即是我们有了良好的行为，这样，才有能力去帮忙解决纠纷。如果父母本身还没有办法成为道德高尚的人，千万先不要去劝诫别人，否则，将会自取其辱。

奉献大众

其实，要赢取他人欢心，或使他人对我们客气有礼的方法太多了，可是最有效的方法，就是布施，当你诚心诚意地布施出去时，将会获得他人的尊重与爱戴。

举一个曾经用过的有效方法，也是一个很简单的方法，就是清早起来，拿起扫帚，到巷子去扫地，从巷头扫到巷尾，只要哪天在家都要去扫。如果不在就算了，但至少每七天要扫一次。用这个方法，能让你认识整个巷子里的人，而这个做法，可能无法令一些人喜欢你，但也不至于讨厌你，这样的做法，叫做布施体力。

古代也有很多方法，其中有一个方法，几乎每一户人家都在应用，可是现在却不太见到了，即是古代的人家门口，都会放置一缸水，并有水瓢或有碗放在水缸的旁边，谁

路过口渴了，都可以舀来喝。结果那本来很普通的水缸，就变成很有价值的水缸，因为可以用来盛水，让人解渴，而更具有价值的是，它让社会充满了浓浓的人情味。

因此，父母要先「布施」的是持戒与礼貌，这样，我们的孩子就有了好的环境，再也不必搬到哪里去了。

四、训练孩子照顾病重的亲人

我们虽然投生为人，但总有一天会离开这个世界，可是在离开人世之前，大部份都会患重病，必须躺在医院里的病床上。因为身体里的器官，有一部份已开始退化，以致受到各种细菌的侵袭，令患病者痛苦万分。体内的各种细胞会渐渐地老死，让人失去知觉。所以，为了别人，也为了自己，我们必须研究一些照顾患重病的亲人或伴侣的方法。

其好处是能让我们用正确的方法，照顾及医治亲人的心，当他们正在与病魔作垂死搏斗时，最需要家人的关心与支持。总有一天，我们将会跟他们一样，面对死神的呼唤，必须离开人世，因此，我们一定要对各种病状，作好充分的心理准备，同时，还必须教导子孙用正确的方法来照顾自己。

当亲人或伴侣患重病时，应该怎样照顾？这可分为两项：

(1)照顾病人的身体，身体疾病最好尽量找医术高明的医生来进行治疗，不过，这要根据自己的能力和环境的许可而定。

(2)照顾病人的心，病重者生死只在一线之间。在这时候，病人的意志力很重要。家人应该随侍在旁，给予安慰鼓励。特别是在他临终前的那一刻，究竟是步上安乐之路或是愁苦之路，全在于他的意识是清净或混浊。

释迦牟尼佛说过：「在临终之前，心灵烦忧混浊，定会步往愁苦恶趣。若心灵清净明亮，则能迈向安乐善道。」

安乐善道是什么？就是往生后，转世为人，或上升天界、或往生梵天界。

愁苦恶趣是什么？就是往生后，堕入地狱、饿鬼道、魔鬼道、畜生道。

安乐与愁苦之路，是往生后中阴身的归向，藉以享受（或偿还）自己在人世间所种下的因果报应，而往生那一刹的心境可以决定「忧愁混浊」或「清净明亮」，让你上升天界或堕入恶道。师父称这为「抉择之战」。

所以，不管医治病人最终的结果是怎样，每个帮忙照料的人，都有责任好好地照顾病人，其原则如下：

「家人必须帮助维持照顾病人的心，令其保持清净，坚强地面对病魔的折磨，不灰心、不沮丧、不对人生产生绝望。」

家人必须鼓励病人，给予他们信心：

(1)无论是财产的纠纷，或是子孙的烦恼，或任何让人

不　开心的事，必须尽量避免让病人听见，以免他操心，引起不安。

(2)引导病人的心随时都处于正念，并提醒病人忆念曾行过的善，例如：让他想起曾经剃度、曾供养功德衣、修各种公共利益的功德，以及一直以来随喜别人的功德等等。

(3)劝导病人在自己的能力范围内尽量修新的功德，如布施：每天早上供斋，虽然病人起不了床，也可以邀请法师到家里或卧室来受供。如果不方便，也许可以把菜饭拿给病人许愿，然后让他人代他供养僧众。之后再告诉病人，使他产生法喜。

(4)引导病人要严格地持五戒，连打蚊子、捏死蚂蚁等最轻微的杀生也别犯。

(5)引导病人静心禅定，这可是最重要的。也许可以播放念经，或病人所尊重的师父所开示的录音带给他听，或诵念经文给他听。如果时常这样做，要是病人还有福气，也许会好起来，这是新旧功德威力的回报。如果病人的寿缘尽了，也会往生善道。因此往生前，心一定要保持清净。

善于诱导与照顾病人的家人，也必须要有正念，同时，懂得利用许愿，把自己曾经修过的功德，回向给病人，这样，对治疗病人将更加有效。

总结

当我们离世的最后一刻来临时，每个人都必须有人在旁协助，打一场「抉择之战」，「抉择之战」能够胜利，就是往生之前，心必须清净，维持正念。

因此，不管是远亲或近邻，当我们的孩子长大，稍微懂事后，就应该教导他们懂得照顾自己的健康，并具有慈悲心，愿意照顾生病的亲人，让病人保持心灵的清净，藉此让他们真正地了解生命，让他们知道死亡是必然的现象，是无法避免的。那么，到了我们离开人间的那一天，我们的孩子才会帮我们打「抉择之战」。

五、如何教养孩子

在当今这个高度经济化的时代里，要如何教养孩子是一件相当令人关注的问题。因为，现在一般的父母都忙于工作，不太有时间教养孩子。结果，有些孩子因缺乏家庭的温暖而步入歧途，有些则养成许多坏习惯。有些父母为此而放弃工作，有些则以电视节目来教育孩子，有的则采取其他的教育方式。为了维持生计，父母忙于工作，而对孩子疏于管教，而导致孩子无法控制自己的情绪，长大后成为蛮不讲理、不明是非的愚人。到了最后，甚至觉得父母亲所有的一切都不顺他的心，也无法体会父母亲千辛万苦照顾孩子的苦心，更别说是报答父母亲的养育之恩。他们认为父母亲既然把他生下来了，就有责任一定要养育他，让他过着舒适的生活，有如富贵人家的孩子一样。

有很多家庭都有这般类似的问题，有些孩子心胸狭窄，思想幼稚，只一味地埋怨自己的父母为什么不像其他孩子的父母那么富有。因此，当与父母亲交谈时，往往语中带刺，咄咄逼人，刺伤父母亲的心。他们会用刻薄的话语讽刺

父母亲懒惰，不努力工作，以致他们的家这么穷困，让他在朋友面前抬不起头。有的甚至不断地要求父母亲买这买那，以满足他的虚荣心。父母一旦无法满足他的欲望，他就会乱发脾气，令父母亲伤心难堪，却全然不知道已造下了重业。

这些问题不是只发生在经济拮据的家庭里，即使是家境富有的家庭也有解决不完的问题。

有一位法师曾开示说，大约在七、八年前，有一位从南部来的富商，垂头丧气地走进来请求师父帮忙：

「师父请帮帮我的忙，我的孩子实在不懂事，时常要求父母买这买那。买给他之后，就把它弄丢，有时候我们没有马上买给他，他就会大发脾气，责骂父母。对这个孩子我真的不知道要怎么办才好？」

师父开导他说：「 因为你的孩子还不曾到寺院来修行，所以要多指点他还不行。其实，即使你要叫他来听法，或叫他尝试打坐，使心保持清净，然后自己想想，父母有怎样的恩惠，相信出钱请他都不会来听，甚至有可能连自己的父母都会骂。父母的话他都不听，怎么肯来听别人的话呢！」

「这样好了，这一次在你们回南部之前，先带你这位不懂事的儿子到孤儿院走一趟，要找怎么样的借口都可以，但无论如何都要让他到孤儿院去布施一次。让他自己亲身体验一下，如他还有福报，就会觉悟，之后自然就会慢慢地改变态度。」

「为什么师父要他到那里去？理由就是想让他的孩子，去看看那些没有父母照顾的人，是怎么样过生活的。他

们心里有多么的可望？希望他看到这些孤儿的可怜处境后，能彻底地醒悟，及时回头，深深地了解到父母是如何地深爱着他。」

「记得在念大学最后一年时，有一天，师父跟大学里的一群死党，相约到孤儿院去布施。孤儿院里大约有两、三百个孤儿，由院里的二十个员工照顾着，平均每人必须照顾大概十到二十个孤儿。」

「当我们到达后，孩子们就跑过来抱住我们，争着要我们抱他。他们称男同学为『爸爸』，女同学为『妈妈』，而那些女同学被这突如其来的称呼，羞得满脸都通红了。原来院方真的教他们这么称呼我们，而他们其实都不知道谁是他们真正的爸爸或妈妈。」

「三、四个孩子，跑过来，像小猴子般地钻进我们的怀里，并说他们这一辈子从来没有享受过家庭的温暖，什么东西都没有。因此，每当有人送东西来时，不管是点心或玩具，他们都会争先恐后地去争来吃或抢来玩。」

「由于我们事先并不知道有多少个孩子，所以只买了四、五十个洋娃娃，怎么知道孩子的数目竟然多到两、三百个。因此，当分发玩具时，情形一片混乱，孩子们都争先恐后地涌上前来争夺，结果，有的抓到头，有的抓到脚，有的抓到手，那些新买来的洋娃娃，就被他们扯得支离破碎，完全不成形了。每一个人只抓到了娃娃的某个部位，于是就互相捶打哭闹。」

「至于我们所捐赠的新衣服，院方负责人就会先衡量哪一个孩子的衣服比较破旧，然后吩咐照料他的员工给他换

上新衣服，如果他的衣服还半新不旧，就没得换。但是，他们却因妒嫉心的缘故，而去拉扯那些新衣服，最后所有的新衣服都被撕破了，结果谁也没得穿。」

「当看到这样的情形后，我们都感到很心寒。天啊！这些孩子的想法竟然跟我们不一样。记得我们小时候，都很喜欢跟同龄的朋友在一起游戏，而且玩得很开心，从没有想过朋友要跟我们争吃、争玩具。因为我们都吃得饱，玩具也很多。」

「最重要的是，我们可以从父母那儿得到温暖。我们知道父母和周边的人都很疼爱我们，所以我们才很乐观，喜爱朋友，想有很多玩伴。有时有二、三十人一起玩乐、嘻嘻哈哈的，一天被打了好几次，也不觉得气恼，反而觉得很好玩。」

「但这些孤儿都没有我们这种感觉，他们没有当周边的同伴是他们的朋友，而把他们当成是与自己作对的敌人。他们的眼神充满了嫉妒、落寞、无奈，真是令人心寒。」

「所以，师父想劝告正在强迫父母为自己做这做那的孩子，应该到孤儿院去亲身体验，看看这些孩子如何过生活。他们从小就失去父母的爱，孤伶伶地独自过活，而你们都在父母的呵护下长大，丰衣足食，无忧无愁，因此，怎么还可以向父母提出苛求呢？」

从师父所讲的故事中，我们得到了启示：孩子要求父母要顺自己的心意，甚至还用言语刺伤父母的心，即是借言语来杀人，残害他人的身心，这是很残酷的。但是「天下父母心」，即使孩子用尖酸无情的言语刺伤了父母的心，父母

亲还是会加以忍受的。当有人说他们的孩子不好时，他们还是会马上挺身而出，维护自己的孩子。因为他们永远是孩子的父母。尽管孩子的态度非常恶劣，他们还是会忍气吞声，逆来顺受。即使他们的孩子，从未善待过他们，但他们对孩子的爱是永远不变的。

「孩子再怎么的无情，父母还是永远疼爱他们的！」

第四部

如何解决人性堕落的问题

一、如何防止孩子步入歧途

现代的父母都忙于工作，而没有时间与孩子相处。他们为了弥补自己的过失，就日夜努力赚钱，供孩子享受，过舒服的生活，他们以为这就是爱孩子的表现。无论是学习上的必需品、生活上的衣物、装饰品、玩具等，只要孩子要求，他们都会尽量满足孩子，而且所拥有的东西都不比同学差，这种爱为「盲目的爱」。其实，这些「盲目的爱」的父母完全不明白，这样的做法，只是满足孩子物质上的需求而已，根本没有照顾到孩子在心理与道德行为方面的发展。

如此盲目地爱孩子，当然会令孩子因无知而步入歧途。因此当一旦发现自己的孩子，已学会偷偷地上酒吧去喝酒时，身为父母者心里难免也会伤心痛苦，后悔自责，而频频自问：「我们到底有什么错，为何孩子要如此折腾父母呢？」

解决「孩子步入歧途」的方法

以上的例子，可能会让父母亲产生恐惧，怀疑自己对孩子的爱是否也是盲目的。如果答案是「是」的话，我们的孩子长大后是否也会变坏呢？新闻每天都报导许多有关于年轻人犯罪的负面事件，实在令人担心不已。

要解决问题，必须从两方面着手：

一、预防

如果家庭尚未发生此问题，就必须立刻培养孩子的道德心，让他可以自行判断是非、辨别善恶，懂得控制自己的行为思想。因为父母无法随时陪伴在孩子的身边，帮他们做决定，所以必须倾全力地培养孩子的判断能力，这样的方法比较有保障。

二、解决

如果家庭已经遭遇相关问题，就必须立刻解决问题。因为如果没有马上解决问题，就会影响到孩子的未来和前途。

(一)预防法：不让孩子与不良的事物有任何关系

在孩子还没有堕落之前，父母就必须积极预防，培养孩子的道德心。

不过，现在许多家庭的父母根本就不知道，除了要提供孩子的物质需要之外，还要培养孩子的道德行为。

我研究了有关于养育孩子的心理道德之后，发现佛教里的伦理观，很清楚地说明父母亲对子女应尽的责任。如果

父母亲希望孩子长大后成为善人，有独立的能力，能选择好的伴侣，建立温暖幸福的家庭，当他人的好榜样，就必须要达到五个条件，并把它完成，才算是圆满。

1.教导孩子诸恶莫作。

2.教导孩子诸善奉行。

3.提供孩子读书的机会，支持他们学习谋生的知识以维持自己的生活。

4当孩子选择伴侣时，应教导他们如何选择对象，要建立家庭，须要准备些什么以及对哪些事负责。

5等到适当的时间，就应该把财产转给孩子，让他们自己管理。其实，孩子有问题，主要的原因，就是父母无法将以上五项责任做得圆满。

为什么父母无法教孩子诸恶莫作，远离罪恶？

长辈给予我们的答案是：「现在也得担心现今的父母亲。因为他们也无法分辨善恶，同时，也不知道什么是功德与罪恶，有些甚至无法树立好榜样给孩子当模范。因此，更别说他们要如何教孩子诸恶莫作，众善奉行。这才是非常可怕的事！」

为什么父母无法教孩子行善？

长辈们的答案是：「就算是父母能分辨善与恶，但却不太会教导孩子，只会以父母的爱与权力，去禁止孩子犯错，而无法向他们解释理由。

其实，身为父母者应该慎思，无论我们已禁止了孩子

多少次，到头来孩子还是会偷偷的去为非作歹。因此，别再浪费时间了，与其浪费时间禁止孩子造恶，倒不如把时间拿来教导他们如何分辨善恶、什么该做、什么不该做，这样比较有效。而且父母在教导孩子之余，也要身体力行，以身作则，当他们的好榜样。」

关于提供孩子念书的机会这一点，当代的父母亲都做得很好。但是有时候，对孩子的要求太高，长辈们就给我们提出好意见：

「现代的父母亲，有的知道自己没有时间教导孩子什么是善，什么是恶。不过却很担心与关怀孩子，一直设法想让孩子在良好的环境里学习。所以只要学校有名，就有许多父母愿意把一大笔钱，捐给那间名校，以便自己的孩子，能被那所学校录取。他们都把希望放在老师的身上，以为老师可以教好他们的孩子，使他们成为又好又聪明的孩子。

迷恋夜生活的孩子，通常无法自律。
他们时常喝醉酒，使父母亲忧心忡忡，
担心他们遇到意外而受伤，或者担心他们在酒吧里，
因受不了诱惑而尝试服食毒品，
以致被警察拘捕，或担心孩子被灌醉之后，
会遭歹徒诱拐去卖淫，或者染上了艾滋病，
就会失去大好的前途或因此而早逝。

其实，这些父母有这样的想法是错的。因为要教导孩子懂得如何分辨善与恶、功德与罪恶是很难的一件事，得时常慢慢地跟他们讲解，而且要以一对一的教导方式，或两、

三人一组的教导方式进行教导。这样才能培养孩子的道德心，并能深入孩子的内心。如果希望学校里的老师培养孩子的道德心，那是太过奢求了。因为一个老师得照顾三十或四十个孩子，简直是忙得不可开交，怎么有可能教好所有的孩子呢。

因此，父母本身不如按照佛陀的教诲次第奉行，先亲自教小孩子认识对与错，善与恶，诸恶莫作，众善奉行。然后再请学校里的老师，教导有关谋生上的知识。当他们长大后，就可以教导他们如何选择对象，结为终身伴侣，然后再把财产交给他们管理。

如果这样教导孩子，孩子就能成器，作父母的也就不必担心孩子不能分辨对错、好坏，甚至流连于夜间场所、酒吧，喝酒作乐或者吸毒等。虽然，父母亲对现在的某些导致堕落的新玩意儿并不懂，但是，孩子也能自己观察辨别，作出决定，什么应该做，什么不应该做。

这是我们的祖先给予我们的教导，预防孩子犯错与鼓励孩子行善的正确方法。

(二)解决法：避免孩子步上歧途

当孩子已经堕落了，唯一能使孩子回头的方法，就是父母得心平气和地跟孩子交谈，千万别用意气用事。孩子对于自己的堕落，其实自己本身也不是很清楚。至于是错、是恶，他们也是懵懵懂懂，同时，更不知道他们的所作所为令父母亲担心，辜负了父母亲对他们的期望。所以得慢慢地跟他们解释，让他们自己觉察到父母亲是多么地关心他，爱护他，父母亲的爱是多么的伟大与无私。

曾有一则类似的情况发生，由于父母亲与孩子三人，经过一番坦诚的交谈后，孩子才明白父母亲对他的爱有多伟大，对他的关心有多深切，这份爱战胜了他个人随心所欲的任性行为。那对父母与孩子说了三件事：

1. 迷恋夜生活，挥霍无度，是不明智的

母亲是第一个提出此话题的人：

「儿子，你喜欢过夜生活，是因为你看到其他人也如此出去玩，而认为不去的人，是保守一族。现在，爸妈有话想跟你分享。那就是你每一次那样的出去玩，得花很多钱。如果爸妈允许你去，那么，爸妈就会因你而花费了很多钱。儿子，你试想，爸妈的每一分钱都是为了你，辛苦地去工作赚来的。但是，现在这些钱都让你在夜生活中花掉了。儿子，爸妈的每一天都是以血汗换取金钱。每一分钱都赚得非常辛苦的。

你想一想，将心比心，你就会了解爸妈有多么爱你。爸妈年纪也老了，总有一天会往生，永远离开你。只不过不知道是什么时候而已，到时什么财产我们都会留给你。爸妈为了把钱存起来留给你，愿意牺牲一切。现在把钱存起来，总比现在你毫无节制地把钱花在夜生活上来得好。

儿子，你也可以反驳，并提出你的意见说，很多人都去玩等等。但是爸妈认为，你还有很多事情，可以做到，而且又不用花很多钱，也不伤害你的身体，而且还让能活得比他人更有意义。例如当义工念书给盲人听，把你出去玩乐的时间，拿去帮助一些需要帮助的人，不是更有意义吗？儿子，这样的生命，才会更有意义，更有价值。爸妈希望你好好地考虑一下。」

2. 迷恋夜生活，能使孩子易于步上歧途

这次轮到父亲开口了：

「儿子，你要懂得年轻人的心态。你的朋友都是年轻人，不懂得如何控制自己的思想意识，当受到欲望的诱惑时，可能会出现行为差错，步上歧途。

年轻男女正值学习时期，应该学习如何分辨善恶、对错、应不应该。也许大家都有认真学习观察，但是，因为年轻人的经验毕竟不足，所知有限，因此当控制不了自己的心时，就会出现差错，做出损人损己的事，或者受到好奇心的驱使，想尝试服食毒品，或被灌醉而受到性骚扰等等。所谓「一失足成千古恨」，爸妈想提醒你，要你懂得年轻人的心态，避免伤害别人，连累自己。」

3. 夜生活场所，处处是陷阱，易于成为歹徒拐骗的目标父亲继续解释：

「爸妈最担心的是你的安全。因为过夜生活者，几乎都喜欢喝酒，而酒会让他们丧失意识，无法控制自己的行为。所以，爸妈就担心你会无故被卷入打斗中，而无辜受伤害，甚至被连累，或者在酒吧里，因受不了诱惑而尝试服食毒品，以致被警察拘捕，或被灌醉之后，遭歹徒诱拐去卖淫，或者染上了艾滋病，前途尽毁或英年早逝。

爸妈之所以这么担心，因为你是爸妈生命的全部，是我们的一切，那个地方很不安全，你千万别去。」

「但如果你很想出去玩的话，爸妈请求你到别的地方去，或去做别的事。帮助社会上不幸的人士，又不是丢脸的

事，而且还可以成为他人的好榜样。你可以说服几个好朋友一起去服务，一起接受训练，学习如何为团体服务。这样一来，你们就可以与具有高尚品德的人在一起相处，向他们学习。这些宝贵的经验，会让你拥有更宽阔的空间，可以独立自主，开创事业，成为可敬、可靠之人，这不是比你去酒吧更有意义吗？」

父母亲应该坦诚地跟孩子交谈，以父母的爱心，据理说服他们。这样，孩子自然会感受到父母对他们的关心与无量的爱，之后，他们就会懂得思考，懂得提醒自己，克制自己，无论做什么事都会三思后行，反复斟酌，谨慎地选择所结交的朋友。这样，就能远离损友，避免堕落，转而当义工与善知识，一起为社会作出贡献。

如果家庭遇到同样的问题，请用此方法，开诚布公地与自己的孩子好好地沟通，千万别意气用事，或乱发脾气，严厉地指责孩子，导致孩子反感。因为单靠父母亲的爱是不够的，需要以理由说服他们，让他们了解父母的苦心。这样才有机会化解孩子的危机，家庭才会充满温暖，生活才会幸福快乐。以爱与道理来解决家庭问题是可行的方法。

如果父母亲既关心又担心孩子，但却不知道该如何防范，那就请参考长辈们，爷爷奶奶的意见。相信不久，孩子就会了解自己的角色，父母也明白自己的角色。这样彼此明白各自所扮演的角色，温暖幸福家庭的建立就指日可待了。

二、如何解决丈夫染上酒瘾兼有外遇的问题

家庭发生婚变的主要原因来自两个大问题

(1)丈夫花心有外遇。

(2)丈夫染上了酒瘾。

如何才可以解决以上的问题?

这个问题不容易回答，但学习研究了之后，发现有一位法师的答案，还满有趣的。他就此问题提出了他的看法：

选择伴侣

法师认为要选择伴侣的男女，必须要回过头来看看许多有问题的夫妻。发现他们在结婚前，无论男方或女方，都以为自己所遇到的对象是最好、最适合当自己的配偶，心中充满了憧憬，想象未来婚后同住，一定会有幸福的人生，即使遇到困难也有个伴，能同甘共苦，一起克服种种困难，彼此不离不弃。但是，事与愿违，刚开始时，彼此都客客气

气，尊敬对方的一切，但是，后来共同生活了一段日子，就会露出彼此的真面目。如果双方的本性善良，那么，这对夫妻的婚姻生活就会顺利，因为双方有善行作为保障。但是如果那对夫妻的本性不善良，相处久了，肯定会发生磨擦，跟着婚姻生活就会出现问题。最后，原以为美满幸福的家庭生活，也就会随着消失。

至于要如何为自己选择终身伴侣，佛陀也慈悲地为我们开示，告诉我们选择适合自己配偶的四个条件：

(一)双方对因果之律有相同的信念。

(二)双方都同等持戒。

(三)双方都具有善良与乐于助人的性格。

(四)双方对于事物的见解不相差太多。

从这四项条件中，可以看出双方的个性是否相投，是否可以互相扶持，为未来人生的目标而奋斗。

但无论谁要长时间地维持自己的善行，都不是一件容易的事。我们常常看到，刚结婚时，双方都觉得自己的选择是对的。但是一起住久了，就会发现自己所选择的伴侣，为什么比起婚前差那么多？如果有谁遇到这种情况，得平心静气，以平常心来看待，否则就不要结婚。因为结了婚，就得当丈夫或妻子及孩子的随从，终身为他们服务，而且彼此之间也因此结下不少恶缘。所以最完美的解决方法，就是慎重择偶，或者当「单身贵族」，认真持戒、精进修行。

解决伴侣花心有外遇的问题

由于研究此问题，让我有机会阅读《师父答问集》一书，没想到在这本书中，发现师父对家庭问题也有一番独特的见解。

如果家庭遇到伴侣有外遇，或染有酒瘾的问题，可以参考师父的意见，加以解决，其方法如下：

伴侣会花心有外遇，有两个原因

一、伴侣花心，是因为身为配偶没有尽责

倘若是这种情况，做妻子的得改善自己，尝试找出自己的缺点，然后诚实地接受自己的缺点，但这是件很难办到的事情。

要查看自己的缺点，必须要先让心宁静，才可以看透自己。让心宁静有很多方法，但无论是什么方法，都比不上要天天静坐。因为通常人张开眼睛就是看到别人，然后就看到别人的缺点。他人的错误虽然小，也可以看成大缺点，相反的，自己的错误，虽然大如山，却视而不见。但是当闭目静坐后，看不到他人。这时，心里只看到自己，而自己的缺点也就会完全浮现上来，心越宁静，就越看得清楚自己的缺点。

看到了自己的缺点，也就会自动纠正自己的行为。但是有一件事要提醒，千万不要去找巫师，透过法术，来使配偶回心转意。同时，也不可使用暴力，或用言语讽刺对方，因为那不是好的解决方法，而且还会增添无数新的问题。

此外，还有一个方法，即是请教有道德的长辈，或在管理家庭方面有经验的长辈。这样，可以获得好的意见，来改善自己与家庭的情况。

有一件事要提醒的是，千万不要去找巫师，
透过法术，来使配偶回心转意。
同时，也不可使用暴力，或用言语讽刺对方，
因为那不是好的解决方法，
而且还会增添无数新的问题。

二、本性花心

这种状况比较麻烦，只得忍耐，怪自己不懂得看人，选了这种人来当自己的配偶。而身为伴侣，此时必须尽到本分，将家里打理得井井有条，不要把烦恼带回家里，也不在外面说配偶的坏话，让他感受到家庭的温暖。

另外，如果家庭发生暴力的问题，也需好好地去面对，然后加以解决。至于配偶太花心，做伴侣得花心思、花时间去关心他，而自己本身必须继续做善事，希望藉此能改善彼此的关系。如果能持之以恒，好好地对待他，总有一天，他会觉得不好意思，而戒掉了花心的恶习。但到了那个时候，也许彼此都年长了，虽然耗去许多人生，但是也就只能如此了。

丈夫是酒鬼，该怎么办

如果一家之主的丈夫，常常喝醉酒，将导致另一个问题的产生，那就是孩子不听话，这样一来，妻子该如何解决此问题呢？

关于这点，师父的意见是：

「妻子嫁给了酒鬼的丈夫，就得学习忍耐，同时要了解是自己选错了郎，不要埋怨别人。

师父一直强调，单身生活是最好的，最适合修行，让身心舒服愉快。但是总是有人不听劝告，仍然要结婚！

而且要结婚时，也不懂得如何选对象，结果选择了酒鬼来当丈夫，因此所犯下的错误就会倍增啊！

由于孩子的父亲是酒鬼，所以也就变得很叛逆，所以，无形中又增加了另一个问题，增添了更多的烦恼。有酒鬼当父亲，当然孩子也聪明不了。即使孩子想劝父亲戒酒，父亲也不会接受。因此，有酒鬼的父亲，必有叛逆的孩子，家庭怎么会没有问题呢？

因此明智的父母亲，当发现孩子犯错时，必须赶快纠正孩子的错误行为，因为她知道孩子的父亲，不足以做他们的好榜样。她必须在孩子小时，就不断地教导，这样，当孩子犯错时，母亲还可以加以管教。如果等到孩子长大了才管教，恐怕已经太迟了。到那时候，恐怕你说什么，他都会把它当成耳边风，一点也听不进去。

婚姻不是儿戏，如果一开始就选择错误，将会遗憾终身，同时，还要面对很多烦恼的问题。

未婚女士们切记，男人基本上或多或少都会花心，想要找到不喝酒，不花心的男人是非常不容易的一件事情，因此，单身比较轻松。

如果按照因果之律，就可以清楚的解释，如果你有酒鬼当配偶，即是你的前世曾经随喜人家喝酒，就是看到喝酒的人，你不但不加以劝导，反而还准备菜肴给他们下酒，等于鼓励他们喝酒，当恶业与因缘聚合在一起来时，使你今生嫁了个酒鬼，必须与他一起生活。师父猜测，当你们双方刚认识时，对方喝酒时，你曾为他准备菜肴。因此，其实这不是前世的业，根本就是今生你自己所造的业。

至于孩子不聪明，难调教，也是因为孩子的业跟父母亲的业相同，而互相牵引而结为有血缘关系的亲人。

佛陀说过，一切众生都有自己个人的业，然后经由业力的牵引，而成为有血缘关系的亲人。以业为本，将众生分类，业力有重也有轻，各不相同。

所以想要得到好的孩子，最基本的，必须要选择有持守五戒的对象。

至于要如何让先生戒酒？

师父直接地说：这件事相当棘手，其实，我们自己也要小心，别一时兴起而相伴去喝酒。必须要多多地诵经祈愿，或许当他快要离世的那时刻，他才能戒酒。他能让你时常到寺院来精进修行，已算不错了。因为他有可能阻止你到寺院来，所以你千万不要对他唠唠叨叨，这可能会引起他的反感，以致对你动粗。现在既然可以来寺院，就应该精进地修功德波罗蜜。

如果孩子叛逆、不听话、难以调教，也应该想办法带孩子来寺院。让孩子从小就种下善根，与僧众结善缘。因为

等他长大了，不晓得他还会不会听话，一起到寺院来。趁孩子年纪小，还听话的时候，就要教导他诵经打坐，这对自己与孩子都有益。至于你那酒鬼丈夫就先放一边，暂时不要去管他，这是你自己当初的选择，不能怪任何人。

倘若你们读了之后，觉得师父的回答很直接、很坦率，而在言语之间无意中刺伤了您，请您要多多见谅！笔者选择这一篇来跟读者分享，是因为想把婚姻生活真实的一面，让未婚者作为参考，并提醒未婚者别被自己欺骗了，以为自己的对象是那么好。未婚者应该要小心谨慎地选择终身伴侣。如果一旦选错了酒鬼，成为自己的丈夫，就会带来许多家庭问题，以及无尽的烦恼。另外，也要提醒已婚者，如果遇到此问题，得好好地教养孩子，别让他们也成为未来的酒鬼。此外，得要忍耐，保持心平气和，继续行善，精进修行积德，不断地累积功德，直到能远离酒鬼。

三、如何储蓄

许多年轻男女毕业后，当刚开始上班时，会很认真的工作赚钱，有时还超时工作，以期在月底可以得到更高的薪水。

像这样工作了几年，照理应该可以存很多钱才对，但是，情形却不然，他们反而负债累累，成为有职业的穷人，尽管如此，他们仍然喜欢与同事或朋友在一起应酬享乐。

虽然，有不少人看到他们不懂得节制，挥霍无度，以致负债累累，很想帮助他们，但却不知道要如何开口，因为钱是他们的，要怎么使用也是他个人的权利。可是如果什么都不做，他们就会因为债务而陷入困境，实在不忍心看到他们的处境如此恶劣。

笔者也曾经遇到以上相同的情况，不敢劝阻朋友，于是，便阅读了一位法师开示的记录，内容谈及有关某人在财产方面蒙受损失的原因。看完法师的记录后，让我有信心与把握来劝导他。现在笔者将法师的开示，与大家分享。

法师告诉我们，当他还没出家的时候，年纪大概快要三十的他，在债务上也遇到了很多问题。那时，他根本解决不了，幸好得到母亲的帮忙，才得以解决问题。

「大约在三十年前，师父每月的薪水有一万多块，币值相等于现在的五万块，那时，只有师父一个人独自生活，没有与他人同住，薪水全归自己享用，照理应该绰绰有余，其实不然，每个月都不入不敷出。

有一天，母亲来与师父谈有关于钱方面的问题，母亲说：「儿子啊！收入多少并不重要，重要的是剩多少。」

师父一时口快，说溜了嘴：「妈…赚多剩多，赚少剩少。」

母亲听了马上回答：「儿子…. 在这个世界上，有许多人赚得多，但是却剩得少，甚至一点也没剩。但是也有不少人赚得少，但却剩得多。」

儿子…赚得多，但是剩得少。
这像用筐子来盛水，当把筐子放在水里时，
筐里看起来似乎装盛满了水。
但是一提上来，却会发现筐子是空的，
一滴水也没剩。

母亲继续解释：「儿子…赚得多，但是剩得少。这像用筐子来盛水，当把筐子放在水里时，筐里看起来似乎装盛满了水。但是一提上来，却会发现筐子是空的，一滴水也没剩。」

但是赚得少却剩得多，就如拿小碗或汤匙去盛水，如果把小碗或汤匙放在水里，也就是那么一小碗水或一汤匙水。但是一拿上来，水还是一样满，仍然有剩。

薪水多的人，如果喜欢喝酒，就好像有了一个漏洞，让钱流失。玩牌、打麻将、不该玩又去玩，这也是一个漏洞，迷恋夜生活，流连于酒吧、俱乐部等地方，又是一个漏洞，所以结论就是漏洞太多，让钱无法留在身边，也令人迷失堕落。

虽然我们都能了解堕落的坏处，但是，说易行难，实际上我们还是无法自律，当陷入困境时，就会找各种各样的借口，为自己开脱。

师父自那天被母亲教训了之后，也开始反省，修补漏洞，结果，每个月竟然可以剩下五到六千块的薪水。

师父还说，他第一次进入佛门，是被朋友说服，到寺院来打坐。他刚开始到寺院去的那时段时间，刚好与老板有磨擦。因此，第一次到寺院去的前一晚，就喝醉了，早上起身，心里还是觉得闷，很不舒服。当到了寺院后，一位学弟邀他一起供养袈裟。

当时，那位学弟跟师父说：

「学长，我们一起供养袈裟，此功德会保佑你，让你的职务有所发展。」

由于当时，师父与老板的意见不合，加上醉意未消，心情很不好，所以就回答说：「噢，……功德能帮什么忙啊？我也常常做功德，但还是跟老板发生冲突，功德帮不了我。」

后来詹老奶奶师父，知道了这件事，就找他去谈，并给了他一些意见：

「孩子，…你说功德帮不了什么忙，对吗？那每一年你布施的功德有多少？」

那个时候，虽然经常喝酒，但是，每月也有供养一百至两百块泰铢，所以他就回答奶奶说：「我每个月大概供养一百至两百块泰铢，一年算起来，差不多也有两千至两千五百块泰铢。」

詹老奶奶双手合十说：「善哉！好，继续做喔！」那时，我心想事情应该到此为止。怎么知道，詹老奶奶还继续问：

「你抽烟吗？」

「我抽。」

「一年买烟的费用多少？」

那时候一包烟六块。他一天抽一包半或两包，剩下的半包，还要跟朋友分享。所以一天两包，一天起码要十块。他计算好了就回答：「一年大概三千至四千块。」

詹老奶奶仍继续问：「你喝酒吗？」

「有！」

「一年跟朋友喝酒的花费多少？」

那时，当詹老奶奶问到这个问题时，他被吓了一跳，便说：「一年起码也要一万两千多。」

詹老奶奶接着又问：「你有没有到酒吧去？」

「有！」

「那一年花多少钱？」

「一年也起码一万两千多。」

他说出家之前，钱用在不正当的事情上，将近十万。

最后，詹老奶奶语重心长地说：「你一年行布施功德，只有两千至两千五百铢，但是，造作恶业却将近十万铢，你竟敢抱怨功德不帮你的忙。如果你现在往生，不堕落地狱已经算是不错了，还想抱怨什么呢？你啊！在国外留学过，见识应该不少。可是，这么简单的事情，你真的想不通吗？」

当听完詹老奶奶的指责后，心犹如被利剑刺中一般，顿时醉意全消了，愣了好一阵子，什么话也说不出来。

师父说：「从此，我开始戒酒了。詹老奶奶虽然只说了几句话，但是，她的这几句话，却可以让我回家之后，再三反省。我痛定思痛，下定决心把所有的酒瓶打破，从此之后，再也不喝酒了。

当师父戒酒成功了，也就想说服别人跟着戒酒。除此之外，师父还希望告诉他们另一个想法，就是每逢到了生日的时候，大多数人不但没想到母亲哺乳的恩德，反而只想到酒。因此，每年当母亲生日时，应该先去顶礼我们的母亲，这比花钱请朋友喝酒还要好。

如果堕落了，没有立刻醒悟，重新做人，仍然醉生梦死，为非作歹，这样，社会将产生严重的罪恶问题，而我们也会越陷越深，不能自拔，远离罪恶，结果便只能一辈子在

罪恶的环境里打滚，反复沈沦。

再者，如果可以戒酒、烟、赌博、乐透彩等，那么，将会远离损友，应酬费也自然会减少，相对地，善友就会增加，这样，也就有剩余的钱来行善了。

师父还说：「因之前能快速地作出正确的决定，所以才没有遭受那么多人的批评指责。我不只决定马上戒酒、烟，还到寺院去认真学习佛法，并不是慢慢地减，或是慢慢地戒，而是快刀斩乱麻，说戒就戒，所以才没有遭受严重的批评指责。」

如果没有母亲与詹老奶奶给予的建议与批评，如果不尊敬母亲与老奶奶，今天也就无法回答各位的问题。你们可以试试看去问朋友，当他们出现财务上的问题时，是否是因为堕落而花天酒地，挥霍无度，用的比赚的还多，以致入不敷出，负债累累。请你们替师父转问你们的朋友。

从师父教诲中可得知，无论谁如何努力地工作赚钱，但是，如果用在不当的地方，就等于自寻死路。

自甘堕落，不自爱的人，谁也救不了，除非他自己下定决心，戒除种种的不良行为。

四、嫖妓的后果

根据现在的统计，患艾滋病机率最高的原因之一，是年轻男士认为嫖妓应该不会犯法。因为只是逢场作戏，玩玩而已，并未对谁造成伤害，而且也是在女方的同意下完事，根本没有错。因此，大部分的男生，都以为嫖妓是很平常的事，不足以大惊小怪。

佛陀的教导很明确，关于嫖妓是否有错，不是按照戒律来衡量而决定，但是以会堕落作为准则来衡量的。

Apaya 意思是 衰落、毁灭、不进步

Mukha意思是 脸、面貌、入口、门

所以Apayamukha 的意思是衰落、毁灭之面貌。

无论是未婚单身，有了女朋友或是已婚者，一旦跟妓女有了关系，无论到什么程度，就等于拥有了衰落、毁灭之面貌。从此之后，无论做任何事，别人都会怀疑他，不信任他。

第一、怀疑他是否患了艾滋病。谁都知道，如果跟妓女发生了关系，那么，患性病、艾滋病的可能性就会很高。所以嫖妓的人，也会被怀疑到底有没有患了艾滋病。

第二、一般善良的人，都会把这种男人，看作是在欺负与歧视与自己母亲同性别的人。

第三、嫖妓的男人通常都具有歧视女人的恶习。当有了太太后，也会用对待妓女的态度，来对待太太。

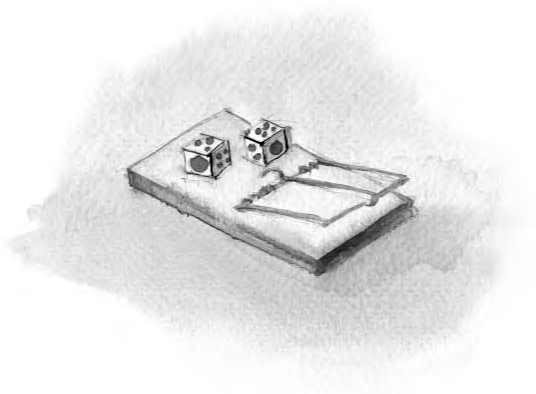
第四、爱乱用钱，换言之，即是花钱为自己买「堕落与毁灭」。如果把花在嫖妓的这笔钱，用来为母亲修功德，那该有多好！

因此，高僧大德才时常提醒：「如果把钱拿去嫖妓，那请你将心比心，想到母亲的辛苦。因为母亲要把你抚养长大，是很辛苦的。现在你可以工作赚钱，应该送钱给母亲修功德，作为母亲迈向涅槃之路的资粮。因为有的母亲，把一生的精力，以及金钱都用在养育孩子身上，根本没有时间为自己修功德。」

如果把钱拿去嫖妓，
那请你将心比心，想到母亲的辛苦。
因为母亲要把你抚养长大，是很辛苦的。
现在你可以工作赚钱，
应该送钱给母亲修功德，
作为母亲迈向涅槃之路的资粮。

从以上引用高僧大德所说的话。其实，我们也希望性骚扰、强暴、奸杀等性侵害问题能减少，这样一来，泰国的妓女问题或艾滋病问题，也会跟着消失。那么，泰国人也会因此而得到功德。

五、赌博不能令人发财



在球场上，第一声哨子吹响之前，债务、学费、薪水、生活费以及其他许多费用，都被摆在赌球上。这是球场外的真实情况，它直接影响到维持家庭的经费。

据学者统计，在泰国每次的赌球赌注中，一天起码有上亿铢以上的流动金额。对不富裕的我国而言，这数字算是超高了。

这数字，对赌场的老板而言，是一笔可观的收入，但是对于一般正当行业的人来讲，赌场这样的赚钱方法，却是残忍的。因为这些钱都是从无法管理钱财的人身上所赚来的。

赌输钱的人，不知如何是好，结果，在不得已的情况下，就会跟赌场借钱。当日后无法偿还赌债时，在走头无路的情形下，就会铤而走险，如抢劫、舞弊、卖淫等等，各种罪恶问题就会随之而生。

日子久而久之，正当地去工作赚钱的想法，就逐渐地

消失了，而沉迷于赌博的恶循环里，难以自拔。因为一直想要把本钱捞回来。

我们应该帮忙有过失的人，然而，应该从哪里着手才会有好的成果。这就要仔细斟酌，从以下四个阶段着手：

(1)自己本身也要与赌博断绝有任何关系；

(2)一起帮忙宣传，把赌球的坏处告诉小朋友，以防止小朋友沦为赌博的仆人；

(3)无论是在家里、上班的地方或学校等等，不要营造赌博的环境；

(4)跟周遭的人解释有关赌博的坏处，以及赌博从未让人发财的原因。

> 人格的好坏，是视人的诚实程度而定。
> 当我们开始赌博时，就自然会耍手段，
> 这样一来，诚实就会逐渐地消失。

为什么从来没有一个赌徒会发财？因为赌徒本身已经在迫害自己了，那就是：

(1)毁坏自己的人格

人格的好坏，是视人的诚实程度而定。当我们开始赌博时，就自然会耍手段，这样一来，诚实就会逐渐地消失。因为无论在何处，一旦有了赌场，那就代表那里会出现贪污和骗局。如果赌场没有任何出现贪污或骗局，那也不代表没有想贪污的人，只是想贪污的人，还没有机会而已。

(2)毁坏智慧

赌徒当缺钱时，会把钱当成万能的上帝，可以给予他的一切。但是，他并不知道，还有很多事情是金钱买不到的。由于他知道那些钱会跟随他不久，赌博过后，可能就变成别人的了。所以当他得到了钱，就会很快把它用完，尽情地吃、喝、玩、乐等等。有的东西不该用也用，不该买也买，变成非常奢侈浪费，完全不懂金钱的真正价值。那个时候，他把钱看成了废纸。当钱花完了，又回到缺钱、要钱的情况。所以他的一生永远缺钱。他没有智慧，只是一味地想要如何骗取他人的钱财。

(3)空耗时间

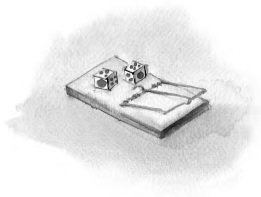
赌徒一旦坐上赌台，就什么都忘记，眼中只有赌博最重要。不管赌赢或赌输，他都无视于时间的存在，尤其是当他赌输时，情形就更严重，为了能把钱赢回来，可以赌得天昏地暗，忘了时间，家也不回。即使赌赢了钱，也是不知足，老是觉得不够，仍然继续地赌、赌、赌……，为了赌，不回家，事业也放弃，日子已过了多少也不知道。

(4)危害健康

当赌徒开始赌博时，可以不必睡觉，也不用上洗手间，也不准时用餐，到最后身体都搞坏了，各种疾病也随之出现。

由此可见，赌博的破坏性有多大，它令人丧失了一切，甚至失去了人格与自尊。赌徒赢钱的机会是少之又少，所以他们是永远发不了财的，同时也难以找到真正的人生目标。

无论是哪一种赌博方式，它们都会让我们的心消沉、混浊，所以千万别赌博。因此，当现在赌球赛正在大行其道时，我们就要协助周遭的人，不要沦为赌博的仆人。最重要的是大家要合作，一起宣传赌博的坏处。这样，一传十，十传百，久而久之，大家就会明白赌博的确害人不浅，千万别沉迷于其中。只有这样，我们才可以帮助后代子孙远离赌博的诱惑。



六、劝父亲戒酒

可能有许多家庭会遇上这样的情况，即是父亲天天都喝得醉醺醺，然后借着醉意辱骂邻居，找母亲麻烦，无理殴打孩子，闹得鸡犬不宁，让邻居受不了。幸好孩子孝顺，一直在想办法，帮助父亲戒酒，但是，却毫无头绪，不知道该如何做。如果遇到这种情况，这里有个例子可供读者参考，也许您可以加以调整应用。

曾有个弟子来向尊敬的法师请教，希望找出帮父亲戒酒的方法。他父亲每次喝了酒，都会大吵大闹发酒疯，让他和母亲觉得很丢脸，不敢出门，因为邻居们都以不屑的眼光看着他们。

为了让他能安心自在，当时师父慈悲地给他建议：

「现在是你父亲染上了酒瘾，所以情况会比较麻烦，如果换作别人还比较容易处理。因为当你们还没讲完话时，可能就被他喝止了：「你跟我住嘴！是我把你从小养大的，你没有资格管我！」

师父也曾遇过这种情况。我是出家人，可以教导许多人戒酒戒烟，但是当我要劝自己的父亲戒酒时，也遇上了困难。记得当时我回家请求父亲戒酒，跟父亲说：「爸爸！请您戒酒吧！这对您的健康有益，与其浪费时间喝酒，倒不如去听闻佛法或打坐比较好。」但是，每次都被他喝止，无功而返。但是我却不放弃，每次见面，仍然提起这件事。

当时师父的父亲已七十多岁，师父希望他在晚年可以诵经、念佛、打坐，以累积功德作为往天界的资粮。

当师父说服了父亲戒酒，到寺院去修功德，父亲就这么问：「这样好吗？如果我今后开始打坐，是否可以一边坐一边喝酒，这样当念佛号的时候，就会更清楚。」

他如此的回答，我该怎么办？如果劝他的话，语气太重，就会背上不孝的罪名，因为他是我的父亲。但是，如果不加以劝止，就等于没有报答父母之恩，就这样展开了两、三年的拉锯战，才真正地解决此问题。

那时，师父告诉姐姐别帮父亲买酒。当父亲无法叫得动女儿帮他买酒时，就命孙子去买。

所以，师父也得嘱咐孙子，别帮爷爷买酒。当孙子不帮他买酒时，他就开始抱怨，抱怨还不够，有时还开口责骂孙子。师父就跟孙子说，请忍耐，不要把他责骂的话放在心上。但是，父亲还是不死心，竟然企图叫七、八岁的曾孙子去帮他买酒。

这样一来，师父又得吩咐曾孙子，不帮他买酒。这是一种善巧的方法，当我们无法砍断主根，就必须先清除掉旁

边的小支根。这样，日子一久，主根再也撑不住了，因为传送资粮的道路被封闭了。

最后，父亲终于成功地戒酒了，因为没人帮他买酒，加上卖酒的杂货店离家很远，他自己无法去购买。他在八十六岁那年去世了，而他在八十岁那年就彻底地戒掉酒瘾，所以整整戒了六年的酒才离开人间。

因此，你千万别起退心，必须坚持下去，慢慢找出适合你父亲的方法。只要你不放弃这个信念，总有一天，你会有办法让你父亲戒酒的。

亲爱的读者，从师父的实际例子中，可见孩子要劝导父亲戒酒，是件非常困难的事情，得处处考虑到长辈的面子，必须运用智慧，想尽种种办法，找出适合他的方法，还得百般忍耐，才可以帮助他摆脱不好的习惯。

即使当佛陀成道后，没有立刻到迦毗罗卫城去度他的父王。因为他知道即使去了，父王也不会接受的。因此，当佛陀觉悟后，先到摩羯陀国去说法普渡民众，直到他的威名远播，传到父王的国度去，再让别人转告他的父王，佛陀的威力是多么的奇妙，多么的伟大呀！

当佛陀受到大众的推崇之后，他的父王才完全相信他，并派遣官员去恭请佛陀来受供说法。但是，佛陀仍然没有去见父王，直到其父王出动了大批的欢迎队伍来恭请他，佛陀才接受邀请，去拜见父王。

但是，父亲毕竟还是父亲，绝不会向自己的孩子礼拜，而其他的皇亲国戚也不肯向佛陀顶礼。佛陀还得显现神

通，在空中飞行，让他们亲眼目睹，并且还令天降甘露。谁都知道被雨水淋到身体就会湿，但是这种甘露却不会淋湿人的身体。之后，佛陀告诉这些皇亲国戚，这是第二次天降甘露了。

第一次天降甘露，是在佛陀的上一世，即他身为汶三董（译音）太子期间。而这次当他们看到了这个奇景，傲慢心顿时消除了，马上虔诚地向佛陀顶礼，并以香花供养佛陀，请求佛陀为他们说法，结果当时有许多人都闻法而证悟了。

因此，可见佛陀的做法是非常有智慧的，他教导我们，要父亲戒酒的第一步就是先做好孩子的本分，让父亲信任你，让父亲觉得你有智慧，有才干，有能力。之后才善巧方便地想出种种适合他的方法来说服他。这样，无论什么事情，都能迎刃而解，马到功成。如果能报答父恩，我们将可以得到很大的功德。

七、如何让孩子不讨厌堕落的父亲

有的时候，当父亲沉迷于那些堕落之道，无法负起养家的责任时，这个重担就会落在母亲的身上。如果一个家庭常常发生这种事情，孩子就会有一种感觉，认为父亲不负责任，占母亲的便宜，久而久之，就会对父亲产生反感，讨厌父亲。如果家庭遇到这种情况，应当如何教导孩子正确的观念，才不会憎恨父亲？

关于这件事，有个小男孩曾向师父诉苦：

「我觉得，父亲占尽母亲的便宜，他从来就不关心我们，自私自利，只顾个人的享受，置家庭于不顾。当家里遇到困难时，也是母亲独自去面对解决，一家的生计也是单靠母亲辛苦支撑。而他自己却在家里逍遥过活，与女佣调情，乱搞关系。因此我很讨厌他，这样会有罪吗？」

师父慈悲地开导那位男孩：

「其实，没有责任感的父亲，本身就有罪了，如果只顾自己享乐，不关心妻儿，同时还花心好色，与女佣有染，这就犯了第三条邪淫戒。因此，他已造下了重业。」

父亲与母亲发生冲突，那是他们两人的问题。但是至于你，师父想告诉你：

「 假设我们有一堆泥土，我们想要做个碗，就会把那堆泥土放在碗的模子上，制造出碗来用；如果有洋娃娃的模子，就可以制造洋娃娃来玩；如果有制造佛像的模子，也就有佛像可以顶礼。同样的一堆泥土，因有不同的模子，所以就做出不同的东西来，而且其价值也都不一样。如果没各种不同的模子，那堆泥土就是泥土，根本无法拿来用。

生物也是如此，必须要有模子。如果以牛作为父母的模子，那么，生下来的孩子就是小牛。如果父母是猴子，那我们也就变成猴子。所以如果父母是人，孩子也就是人。」

因此可以先问问自己，如果我们的父母是猴子，我们也就会生为猴子。若是这样，那我们就无法成就什么事情了。

或者再问问自己，如果我生而为人，却遭父母遗弃在孤儿院，这跟投生猴子，被猴爸爸猴妈妈照顾得很好，哪一个比较有价值？你会选哪一个，你要生猴子吗？猴子虽然很聪明，但却不会行善。即使能当上猴王，也只能统领猴群，至于其他的事，则也无能为力。

或者这样吧，当一只聪明的乌龟。但是无论这只乌龟有多么聪明，或许这只乌龟是世界上最聪明的乌龟，但毕竟还是只乌龟。

当生为人类的孩子，即使父母不养育我们，我们还是要感谢他们。因为他们给了我们生而为人的机会。他们尽心尽力地养育我们，那是特别的恩德，如果还有几十万或几十亿的财产，给我们继承，那更是特殊的恩德。光他们生我们为人，这恩德就难以报答得了。所以请别讨厌他，或是让他心里感到不舒服，那会有罪的喔！

试想，如果这孩子不来向师父诉苦的话，这个家庭将会变成怎样？戒酒、戒烟、戒除种种堕落之道，当孩子的好榜样，以父为荣是孩子的骄傲。所以每个孩子的希望，就是自己的父亲能当他们的好榜样，而不是酒鬼、赌鬼与好色鬼。

第五部

教导孩子认识生命

一、教孩子懂得生而为人的目的

有一天，在爷爷的丧礼上，当来奔丧，聆听「阿毗达摩经」的亲朋好友回去之后，儿子就问父亲说：「爸爸，既然每个人生下来之后，都跟爷爷一样会死亡，那么我们又为什么要出生呢？我们生命的目的是什么？」

学佛了一段时间的父亲，就回答他的宝贝儿子说：

「亲爱的儿子，在每个人的心里，无论他是贫穷或富裕，是平民或国王，都有一样的问题藏在心里，即是我们生而为人，到底有何目的？什么是人生真正的目标？连爸爸也曾经怀疑过，这也是促使爸爸认真学佛的动力。由于学佛了，使爸爸对世界与生命有了正确的见解，同时也就能够回答此问题：

一、我们死后不是什么都完全消失了，死后还有无数次的轮回。假如我们的烦恼还未断除，那么还是要继续地轮回。

二、造作了善业或恶业，一定会有果报，而且会在今生或来世报应，业力绝对不会消失。我们可以从一些迹象，明显地知道果报是真的存在的。例如有的人生来聪明，但是有的人却智力不佳。有的人外貌端庄，但是有的人却五官不正。追根究底，这些都是因为我们过去世所造的业不同所致。

三、地狱与天界是真实的。地狱是折磨造作了许多恶业者的地方，天界是让做了许多善业者享乐的地方。我们可以这样认知，在这世界上出生的众生，第一类必须依靠母亲之胎而生(胎生)；第二类从卵生出来(卵生)；第三类从水生出来(湿生)；还有另一类，我们可能没有看过，但是我们却曾经听过，即是天人与地狱众生，这些众生一旦生出来(化生)，就马上长大，不必依靠父母亲养育。

修了许多功德的人会转世当天界里的天人，至于造了很多恶业的人就会转世当地狱众生，在地狱里受折磨。

这三件事情都是爸爸学佛后而得知的，这件事让爸爸能提升生命的质量，让心升华，而且能累积更多的功德波罗蜜。

爸爸希望在未来的某一生，当功德波罗蜜已经圆满了，就可以断除体内的烦恼，完全脱离诸苦，最终能跟随正等正觉佛陀进入涅槃。

当爸爸对这点有了正确的见解之后，所想的第一件事就是该怎么办，才可以为自己关闭地狱之门，并且也为祖父、祖母、外公、外婆关闭地狱之门，而且还不断地想，究竟有什么办法，可以让你的爷爷能往生善道。

当爸爸为自己设定了生命的目标之后，就开始检讨自己。但现在爸爸还要工作，要养妈妈与孩子，要照顾祖父、祖母、外公、外婆，但到底有什么办法，可以让爸爸一面工作，一面带全家去修功德呢？于是，爸爸就试着继续研习佛陀的教诲，就发现真的可以做到这点。佛陀为在家人开示了四个生活原则，称为「居士之法」，即是：

(一)必须诚实

第一个原则，使爸爸能当个忠实者、正直者、忠诚者。孩子你要记得，目前大部分的人，为了让自己能继续地生存下去，都喜欢撒谎、胡说八道，真是令人不耻。

你可不要变成跟他们一样，一定要当个正直者，要对自己的任务与工作负责、守时，对别人诚恳、忠诚，而且要尽量行善，认真持五戒等。这样你才是个值得信任的人，永远走在幸福大道上。这也是爸爸的光荣大道。

(二)必须训练自己

在工作方面，爸爸接受再训练，提高工作的效率。什么都不懂的人，应该接受培训，使自己能自力更生。当工作上的技术、灵敏度、能跟得上时代、跟得上社会时，就可以约束自己，提醒自己不造作恶业。而且当烦恼再生起，如想喝酒、想抽烟、想骗人的时候，你就能够克制自己，不去做不该做的事情。这是爸爸获得的智慧之道。

(三)在身心方面的逆境必须「忍耐」

无论疲累、痛苦是来自爸爸的外在环境或内在的心，爸爸都会忍耐，同时，也会忍耐来自跟别人起冲突时的挫折

感。最后还要忍耐来自内心烦恼的折磨。法师教导我们说，能够忍耐这些事情，就能当个坚强者，具有坚韧不拔的个性，可以完成各种大事。这是爸爸获得财物之道。

(四)施舍，必须舍弃低落的情绪与心中的悭贪

第四个原则让爸爸时刻拥有开朗的心情，能经常帮助别人，成为亲戚、邻居、老板、属下所爱戴的人。因此，当爸爸在进行私人的工作时，就会有人来帮忙，而且这还能保护自己，免受各种灾难，这是爸爸获得善友之道。

因为爸爸遵循了这四个佛法的准则，使爸爸的生命能进步，可以养活自己，养活家庭，能照顾你的祖父、祖母、外公、外婆，让他们快乐地生活。而且当你的爷爷还在的时候，为了让他能关闭了地狱之门，能有功德相随，往生后能转世到天界去，爸爸每天都准备食物给他盛钵。虽然今天他已经离开了，但是爸爸还是会每天修功德回向给他，直到爸爸年老体衰不能做为止。

如果你能认真地提升自己的品德与能力，如爸爸那样能持之以恒，终身如此的话。你就不会再怀疑，我们生而为人的目的了。因为你已经知道我们生来，就是为了关闭自己的地狱之门，为了行善，提升自己，让自己的生命越来越好，直到能断除一切烦恼，而在未来的某一生能进入涅槃。」

读完了这个故事后，您将会如何回答自己的孩子呢？

二、智慧的典范—佛陀

当我们经历了一段生命的旅程之后，我们会对「人生有起有落」　这句话更加地了解。它的意思是没有谁会永远倒霉，也没有谁能永远幸运，我们的生活总是会有苦有乐。不过，我们不能忘记一个重点，即是我们不能把快乐建筑在别人的痛苦上。相反的，在我们痛苦时，也不能让心情沮丧，情绪低落至无法自拔。我们要懂得鼓励自己，鞭策自己，重新站起来奋斗，进而超越生活的困境。

人生之路要靠智慧来指引，这样，才能使自己顺利地度过人生的每一个阶段。不管苦或乐，经过不断地思考后，我们会发现，世上没有任何一个人的智慧，能比得上正等正觉佛陀。世尊以智慧教导我们要勇敢地面对人生，无论我们的生命处于何时何地，是往上还是往下，都要以正确的心态来面对它。世尊的教诲是教化人类的典范，所有的佛教徒都必须认真学习与奉行。

导致人生的起落的原因为何

不少人都还未真正了解，造成人生有起起落落的原因是什么？有些人认为是天上的星星所造成的，有些则认为是上帝指定的，也有些却认为都是自己的努力与智慧所创造出来的。

但是佛陀发现一个真谛，一切都必须按照世间的规律进行，即是因果报应。因此，世尊才教导说：「不管你所造的业是善或是恶，都要自己去承担该业报」。

因此，当我们遇上问题时，佛陀教导我们要先根据以下三个原因来检讨自己：

(一)是自己现世犯戒的缘故吗？

(二)是自己过去世犯戒的缘故吗？

(三)是自己的行为太过放纵吗？

这三个原因是我们过去至现在所犯的过错，不管记得或不记得，它是造成现世人生各种问题的主因。

因此，不管出了多严重的问题，佛陀都教导众生说：为避免再制造出更多的新问题，即是尽量持守自己的戒律。

如果是在家居士，需要工作赚钱，就要严谨持守五戒，不要犯戒。如果是比丘就要更加严谨持守两百二十七条戒，若是优婆塞、优婆夷，就要持好自己的八戒，让自己所持的戒律清净圆满，以免衍生更多的新问题。

世尊这样教导我们，是因为在解决问题之前，要先给自己一个标准，否则，当许多问题同时发生时，就会来不及

补修漏洞，或者补修不完，以致主要的问题无法一次解决。因此，一旦出了问题，就应该马上调整自己的行为标准，如果我们的五戒清净圆满，将会使问题容易解决。

接着，我们再针对各种问题的解决方法来着手，例如：如果是财物问题或者是利益问题，就要用布施的方法来解决。

如果不是财物的问题，而是因摩擦而产生误解，那么，这就要先从自本身着手，即是要让自己懂得恭敬、尊重、真诚与谦虚，即使有时候得向别人忏悔道歉，也必须要做，这样，问题才能迎刃而解。

有时候问题出在自己的放纵，冒犯了别人，破坏了别人的东西，如果是这样就要适当地赔偿对方的损失。

不过，不管发生了什么问题，首先都要「冷静」，最好什么都不要做，打坐令心宁静。如同俗语所说：退一步海阔天空，忍一时风平浪静。给自己时间，静下来好好地思考，到底问题出在哪里。

在我们还没确定问题的症结所在时，先不要急于解决。不过，一旦确定了，就要马上处理。解决问题时要冷静，有些事情并不能马上就可以解决，它需要时间处理，因此需要耐心地等待，不可操之过急。

世尊解决问题的方法

有一部经文，泰国法师在每个星期天都会诵念此经，即是在居士供僧之后，法师会诵两、三部经文，其中一部经的起头是「帕恒…」，所以我们简称这部经为「帕恒经」。

这部经文中提到佛陀所遇到的问题共有八个例子，但却只有七个问题处理法。这就表示世尊所遇过的问题比我们多，但是世尊却能一一地解决它，后代论师就把世尊所遇上的比较严重的问题，记载成经文如下：

(一)在世尊成道那天遇上魔罗率领魔军来干扰。世尊运用自己的三十波罗蜜来解决此问题，并立愿使用自己宿世以来所累积的布施波罗蜜，以及回向的功德来制伏魔罗。

我们也是，有时候遇见重大的问题或障碍，也必须以布施来解决问题。

(二)当世尊遇到「 阿罗哇嘎夜叉 」时，明白的说，就是面对脾气暴躁的众生，世尊采用忍耐，即是包容来解决问题。夜叉怎么说，怎么做，若能忍就忍受下去，直到夜叉敬服了世尊，愿意消除自己的傲慢心。夜叉心中可能会这么认为：世尊的忍耐力实在令人佩服！我这样蛮不讲理地欺侮他，但他却仍然还可以忍受。当夜叉同情、敬佩了世尊后，世尊才有办法与之交谈说法。

当我们遇见平常易于瞋恚的人，先忍耐，接着就要找解决问题之方法。

(三)当世尊遇上喝醉酒的疯狂大象时，简单的说，要制服疯狂的众生，世尊就以发慈悲心的方法来解决问题。当对方被慈悲感化后，自然就会让步，而问题也就会迎刃而解。

(四)当世尊遇上「翁库利曼」，被他追杀时，世尊就运用神通对他进行开示。至于我们还未具有如同世尊般的神通，当遇上杀手时，就要求助警察，以法律来加以制裁。

(五)当世尊在大众面前被冤枉时，是如何处理？

那天世尊正在开示，突然，法堂里有一个妇女站起来，大声高喊，诬蔑世尊使她怀了孕。这个女人是舍卫城里的一个美女，她在大众听法正入神时，立起身来说：世尊！您只懂得开示教导别人，却不管我们的胎儿，他即将诞生了，世尊，您该怎么办？

被冤枉发生了男女桃色问题，世尊用保持静默的方法来解决问题。

有两件事情，不管出家人或在家人被冤枉后，都要保持静默，不要反驳对方，等候时间给予证明。这两件事即是男女关系和钱财纠纷。

有关男女关系问题，当比丘被冤枉与女生发生桃色纠纷，或者有地位的人被冤枉与桃色纠纷有关时，大部分的人，刚开始听到时，都会相信百分之九十，所以最好的办法即是保持静默，等候时间给予证明。总有一天，事情的真相一定会水落石出的。

有关钱财方面的问题，当出家人被冤枉与钱财有瓜葛时，根本就不知道怎样反驳对方，或者居于高职位人士被控告有贪污问题，也很难与对方抗辩，只能保持静默。不过，这并不表示认输，而是在静观其动静，等待机会为自己洗脱罪名。佛教用一句话：不斗、不离、保持静默！以说明在这种情况下所应该持有的态度。

在此「不斗」的意思是不采取同样的手段去冤枉对方。

「不离」的意思则是不要认输，也不要去承认。

但是要继续做善事，并且更加严谨地按照所有的工作规则去做，不要怕工作进度变慢，这样不久肯定会获胜。

（六）当世尊遇上狡猾或属于辩论高手时，就运用智慧来处理所面临的问题，不过，世尊所讲的每一句话都是真实和充满哲理的。

（七）这次不是世尊自己处理，而是派目犍连尊者去降服充满毒性和具有邪见的海龙，这只海龙叫做「难陀巴难它」，此次也运用了神通威力来处理问题。

（八）当世尊遇上邪见者，即是具有极端邪见的梵天界天人，称为「帕嘎梵天」，世尊也是运用智慧来解决问题，但是因为要跟梵天决斗，所以所用的智慧是属于佛教里最高层次的智能。

我们遇上的问题绝对不会比世尊多，所以只需按照世尊的方法去处理即足够了。不过，首先要检查自己的戒律是否清净，然后调整自己的行为达到良好的标准。当戒律和行为正确后，其他问题就会跟着改善，但是，如果戒律无法持守得清净，其他事情也就无法处理好。

亲爱的读者，我们在生活上遇上的问题，不管有多么地严重，也要用耐心去克服。无论如何，我们所面临的问题的根源，都是由于自己过去的行为太过放纵或犯错所导致的。要清楚明白，黑暗过后就是黎明！若是感到气馁灰心，就要想起佛陀克服问题的精神以鼓励自己。这样，我们才会更加有毅力、耐心和智慧，并且能以正确的方法来处理问题。总有一天，我们一定能脱离轮回，往向涅槃。在此与各位同勉！

三、「种善因，得善果」的真实性

无论是在何时何地，只要你遭受不公平的对待时，脑海中一定会浮现这种想法：「这世上哪有种善因得善果，种恶因得恶果这回事！」因为大家都认为做善事，就应该得善果，而且当发现造恶者的生活比自己还舒适，心里肯定不平衡而作如是想。不过，如果我们能冷静观察，就会发现造恶者，表面上看起来好像很舒适，其实，他们的心里是很不安的，一直担心自己会仇人被暗算，也不知道什么时候会被警察拘捕，他们的安乐只是短暂的，他们的日子是过得战战兢兢，内心一刻也无法安宁的。

我们必须在孩子还小的时候，就灌输孩子「种善因得善果，种恶因得恶果。」　的正确观念。因为如果孩子没有这种观念，可能就不会相信做善事是正确的事情，而且还可能会以为行善者就是愚笨者，就如现在他所看到的许多成人，都在做着愚蠢的事。

但是，问题在于父母本身，是否已相信「种善因，一定得善果。种恶因，一定得恶果。」了吗？如果还不确定，就先来听一个故事吧！

有一天，一位居士向敬爱的法师问法：

「师父，我们种善因，真的可以得善果吗？我看到很多朋友行善，却没有看到他们得到什么善果？」

师父就回答说：「请居士不要浪费时间怀疑了！因果之律的事实，智者已经证明了几千年。但是大部分的人，包括你还在怀疑，这就说明你们是属于急性的人，做什么事都想马上知道结果，却忘记了某些事实的原则。

「现在，师父先举个简单的例子，例如：如果今天我们栽种香蕉树苗，请问你今天就可以吃到香蕉吗？答案当然是还不可以，大约还要等一年的时间，而且在等待期间，必须经常辛勤地浇水、施肥、捉害虫。这样一年后，才有可能吃到香蕉。」

「因此，不能说在等待的那段间里，并没有得到什么结果。应该可以这么说，即是从种植果树开始，直到当果实成熟了，才会得到初步的善果，即是我们种香蕉树，要吃到香蕉，必须等上一年。行善而想获得社会的认可，通常也要花一段时间，不可能马上立竿见影，所以不要心急，想立刻得到回报。我们按照季节种植果树是正确的，而且要在果树成长的过程中，顺序地得到善果，从利用香蕉叶来包甜点，直到摘取香蕉蕾来伴辣椒吃，这期间我们还是没吃到香蕉，因为香蕉还没到成熟的阶段，必须还要等上一段时间才可以品尝到。」

第一层善果：当我们行善时，也是如此，一旦完成后，无论有谁看到与否，我们就可以马上接受到第一层善果，即是心里感到舒适，告诉我们自己已经行善了。

第二层善果：当我们连续不断地行善，第二层善果就会跟着来，即是脾气会变得更好。

第三层善果：如果继续不断地行善，第三层善果才会出现，即是无论做什么事情，就好像运气好、有福报或感到轻松自在，做什么事情都成功，心情也特别好。

第四层善果：如果不停不断地行善，其善果即是受到社会人士的认可。

「我们种香蕉树，需等上一年，才能吃到香蕉。做善事而想让社会大众得到认可，通常也要花些时间，所以不要心急。

大部分的人，当行善时，心里总是会很焦急，想让自己的善果马上回报。至于曾经造作过的多少恶业，却祈祷报应不要来得太快。但是当别人造恶业，特别是这恶业会损害到自己时，就会希望该人马上得到报恶应，而忘了那个人也曾经修过善业。以致令人怀疑，种善因真的会得善果吗？

对于个性急躁，想让善业马上回报的人，其实，他只往利益方面着想，即是假设他一旦布施就马上富裕，这样才合他心意。相反的，如果他一旦欺骗了他人，而导致牙齿全掉落，他就认为不公平。人就是有这样的缺点，即是偏袒自己，而且因为心急，便一直怀疑因果之律的真理。

因此，从今天开始，不要再心急，不要再偏袒自己，

要让心处于中道，给予周遭的事物公平的对待。但是要做到这样，唯有精进地打坐。」

亲爱的读者，应该可以从师父所举的例子中，得到答案吧！

行善如果不如法，也不会得到善果的。因此既然已经行善了，就要做到底，即是不只要达到行善的目地，还要做的如法，才会得到善果。总而言之，我们必须当子孙的好榜样，他们才会相信：种善因，得善果；种恶因，得恶果。

四、如何种善因，才能得善果

在每个时代都有此问题，即是父母不知道如何培养孩子的惭愧心，让孩子明白即使在别人看不到时、也不造恶，同样地，在别人看不到时，也能行善。如果孩子能接受父母亲的教导，在人前人后都能当个好人，那么，我们就可以放心，同时，也可以保证将来自己的孩子长大后，就能在这个世上当个顶天立地的好人，绝对不伤害自己，也不伤害别人。

要让孩子喜善厌恶，是比较难的，因为当我们遇到外在的诱惑时，有时也无法控制自己的心。所以，如果要父母亲自看管，或请别人随时监督，也不可能。它只有一个方法，即是孩子要自律。

但是能自律的人，该人必需深知因果之律，若对这点彻底了解的话，当走在路上时，他的每一步都会有原则为指引。如果有机会造恶业，即使当时没有人看到或知道，也可以自我克制。但是如果有机会行善，也会自我鼓励，根本不会去理会有没有人看到或知道。

教导孩子知道因果之津的事情

至于这件事，笔者的解释能力也很有限，所以就去参考敬爱的师父所写的一本书，结果发现以下的答案：

「若问师父，要了解因果之律的事情，很难吗？」答案是「不难」，但是前提是要掌握重点。

首先，如果直接反问：「谁相信种善因，一定会得善果？」大部分的人会说不确定。

师父入寺院学佛四、五年才出家。但是入寺之前，并不确定种善因，得善果；种恶因，得恶果。因为心里确实怀疑，所以持着保留的态度。师父要你们注意这件事，就是要你们了解因果之律的重点。

许多人都怀疑：「种善因，真的得善果吗？」是因他们还不是很了解，行善而得善果，需要具备两个大条件，即是：(1)内在的条件。(2)外缘的条件。

(一)内在的条件：共有三项：

1.必须要做得如法

「做得如法」 的意思即是按照正确方法去做，而且没有错误。

简单地解释，要做某件事，必须先了解目的，然后再去做。当开始动手做时，就要按照方法去做，不按照是不行的。在佛法里，经常将「做得好」的事情与我们正在穿着的衣服来作比喻。

通常如果衣服肮脏了的话，特别是在衣领、袖口以及裤脚部分特别脏。清洗时，如果没有特别洗刷衣领、袖口及

裤脚，它就不会干净。不干净即是没有按照方法去洗衣服，就是它没有做好，没有达到洗衣服的目的。所以，虽然真的有洗衣服，但是却不干净。

「行善」而没有好好地做，只是属于用功而已，并没有智慧可言，是得不到善果的。因为虽然努力地做，但是却是无智慧般地瞎做。因此，除了不能获得善果之外，还有很多问题会接踵而来。

「行善」要做得好，只有唯一的方法，即是要先好好地学习，然后再依照方法去做，以达成目的。

2.完整地完成

「完成」 即是尽力以知识、能力去完成工作，并做出最好的成绩。

虽然已经根据目的，使用方法去做了，但是，如果以为做得好就会马上得到善果，那么，答案是否定的。因为虽然已经做得好了，却还没有完成，只是做到一半而已，即是还没有完全尽力，虽然任务总会完成，但是结果却不理想。

例如：有关洗衣服的事情，我们已经知道了，要把衣领与袖口肮脏的部分，清洗干净是很费时费力的。假设我们必须清洗三十次，肮脏的部分才会完全干净，但是，我们却只洗了十次，当然，衣服肮脏的部分也就没有完全的干净。做什么事情都一样，虽然做得好了，但是如果做得不够完整，结果就很难有好的成绩。

做得到，但是做得不够完整，就只属于聪明而已，还不够勤劳，即是知道它的「好处」在哪里，也知道该怎么

做，但是就是没有尽力地做。表面上看起来好像做得很好，其实不然。即使做得好，但是不够全面，也不行。他只能骗到那些程度跟不上的人，有一天如果被人发现，这个人虽聪明，可是却不勤劳，那也不太好。

所以，不但要做得好，还要完成它，唯一的方法，即是要尽全力去做，让完成后的质量达到目标，不懒惰、不逃避、遇上任何障碍也不沮丧，也不放弃。

3.做得刚刚好的诀窍

如果说做得好，而且也完成了，会得到善果了吗？答案是「不一定」。在质量上求精之外，在份量上也要拿捏得宜，要做得刚刚好。

刚刚好的意思，即是有觉知，不要做得太过分或太多，也不要做得太少，以致蒙受损失。

例如：要清洗的布料，我们已经洗到肮脏的部分了。我们本来应该清洗三十次，所有的肮脏才会不见。

但是，我们却为了使布料更干净，就用力的清洗了一百次，结果普通的布料就会被洗破，而好的布料也会损坏，这就是没有做得刚刚好的缘故。

没有做得刚刚好，就犹如从白天到夜晚，日以继夜地拚命工作，以致身体衰弱。

如果还去贷款投资，那将会操劳过度，相信这样，生活也不会有所改善。因他没量力而为，没有调得刚刚好。

所以做得好、做到好的人，如果要做得刚刚好，唯一的方法就是要有智慧的觉知，不要做得太多，也不要做得太

少，以致蒙受损失，简单地说即是不要做得过分保守，也不要过分激进。

综合言之，即是行善而要获得善果的人，必须遵守这三个条件，即是要做得如法，要做到全面，并做得刚刚好。这些都是对自身要求的条件。

(二)外缘的条件

虽然我们已经做得好，并完成了，同时也做得刚刚好，但是，行善而想得到善果的回报，也必须要考虑到两项外缘的条件，即是：

1.时间

时间是善果报应中，一个重要的因素。例如：我们想在今天种香蕉，就要好好地挖土，然后把半公尺高的树苗栽种在土里，接着就必须加以浇水施肥。如果说明天可以马上吃到香蕉吗？答案是「不能」！

如果昨天种香蕉，今天还未吃到，那就表示不好吗？答案是「不是！」其实，香蕉树苗已被栽种了，它应该不会枯萎，就只能作这样的保证而已。但是否可以吃到香蕉，还是个未知数。

当种植了香蕉之后，就要辛勤地浇水施肥，加以照顾保护，这样过了三、四个月后，是否就可以吃到香蕉了吗？答案是「还没！」只能拿香蕉叶来用而已。

接下去，继续辛勤地浇水施肥，过了八、九个月，这个时候可以吃到香蕉了吗？答案还是一样：「还没！」只能摘香蕉蕾去伴辣椒吃。我们还要继续浇水施肥，直到满十二个月，才能吃到香蕉。

这只是一件简单的事情，仍需要花了一年的时间，才可以吃得到香蕉。因此，行善的而想马上得到善果，也是没有那么简单，是需要时间等待的。

所以如果有人说为什么已经做得如法、做得完整、做得刚刚好了，但却还没有得到善果呢？答案是：「因为你太没耐心了！」

2.环境

除了时间以外，我们还要考虑另一个条件，即是环境。例如：有一种香蕉是长在大水缸旁边的，不像生在高地的香蕉。长在大水缸旁的香蕉有一个特点，即是一早，主人起身洗脸后，就会把洗脸水泼向水缸边，因此，它一大早就获得水分了。

当主人吃饱饭之后，就会洗碗，这时它又再获得水分的滋润。之后主人在上班前必须洗澡，此时它又再获得水分。接着，佣人在家里洗衣服，它又会获得水分。到了傍晚时分，当主人下班回来洗澡时，它又获得水分了。尤其在天气炎热时期，主人会在深夜起来洗澡，这样，它又获得水分了。

这种香蕉会越长越结实，因为它长在大水缸的旁边，生长在好的地点，是非常特殊的例子。

行善的事情也是一样，我们去行善的地方也很重要。如果环境许可，我们很快就会得到善果。但是如果环境出现落差，就会比较慢得到善果，这是正常的事情。

要注意的事情即是，不要只想得到成果，而不管当地的人是不是好人。因为如果他们不正直，即是狡猾奸诈者，

刚开始他们可能会支持我们，帮助我们，以便让我们加入他们的团体。但是，因为我们进步得太快，对他们造成了威胁，他们怕管不了我们了，因此便会顾忌我们、讨厌我们，处处想办法为难我们，甚至让我们变成了代罪羔羊。

所以，有的时候看起来，当株长在大水缸旁边的香蕉树也不错，但是，如果缸的主人不正直、狡猾奸诈，这样，还倒不如当株高地的香蕉树比较好。

至于行善而得善果的事情，要自己看是什么时间，自己到底是在什么地方，重要的是要评估生命的真实情况，这样我们才可以找到更多因果业报的依凭。当我们相信行善得善果之后，就会深信因果之律，那么当我们有机会造恶业时，虽然没有人看到，但我们也能克制自己的心。同样的，如果行善的机会来到了，虽然没有人看到，我们也会主动地去行善。

为什么有人怀疑行善而没有得善果？

这个问题，重点是在善果回报的时间。我们知道，当人们着手去做得如法，完整，并做得刚刚好之后，他就会得到善果，让他更相信　「行善会得善果」，今后在人前或人后都会认真地行善。

相反的，如果时常造作恶业，那这个人即是恶人，其报应一定是没有地方可以居住。这种人我们都曾经看过。

不过，造作恶业而得恶果的事情，有时在时间方面也许会有些困难，即是要等到恶业报应的时间到了才受报。因此，这就可能让人怀疑，是否行善真的会得到善果。

因此，我们要真正行善，那么，善果一定会给我们回报。但是，如果过去的恶业先报应，这就会被误会，而让人改变心意再去造作恶业。

如果认真地考虑，其实问题是这样的，就是因为过去世自己曾造作了恶业，那时候，虽然造作了恶业，但是，当时却没有人来责备。而当改变心意来行善时，只是做了一点点而已，此时却遭受他人指责。所以就将行善与造恶的事情混淆了，而误以为「行善不能得到善果」，从此就不再行善了，而跟以前一样地造恶业。同时，还发誓要造更多的恶业。

同样的，有时候我们看到某个人正在造恶业，其态度恶劣，手段狠毒，令人不齿。但是，结果却是他能获得擢升两级，这就造成错误的现象：「造恶却得善果」。

其实，他能获得擢升两级的原因，大部分是因为刚好领导人的能力比不上其属下，即是被品格卑劣的属下所蒙骗。但如果有一天，他的恶行被人揭露，那就无法再继续行恶了，而尝到因自己造作恶业的苦果。

我们会怀疑：行善会得善果，造恶业会得恶果的事情。主要的原因是来自善果报的复杂关系，而且这其中还包括了时间与地点的配合。

「善」的参考原则

至于要做得好，做到好，做得刚刚好这三大原则，还可以用来衡量属下是否是真善。

「话说有一天，在银行里，有一个银行主管，被属下

写了一封匿名信投诉。原因是他给予属下不同的擢升程度，有的可以升一级，有的可以升两级，有的可以升三级。

如果大家都一起没有得到擢升，就没有关系。但是，现在却得到不一样的待遇，因此，大家的心里都觉得愤愤不平。

当他被人质问时，就来请教师父，师父就给他建议说：这并不难，你就去设计一个表格吧，以要做得好，做到好，做得刚刚好，作为参考的原则，以方便你今后办事。你可以向下属解释：

1.这个人不给他升级，是因为他做得不好，虽然他做事很勤劳，但是却没有方法，这种人，不能获得擢升。因为他愚笨，做事毫无头绪，怎么会得到善。因为任务的成功，并不能单以汗水来衡量的。

2.这个人，虽然做得好，但是还未真正的完成任务，就是那种只做门面功夫的人，是属于没有恶，但是也没有善的人。虽然，他是聪明人，能做得好，但是却没有完全做到好。这种人是很可怕的，因为他只做了一点点，却大肆吹嘘，虚报自己做了很多，因而使大家受到他的蒙骗，而称赞他。这将导致我们会被上司责怪，因为他只注重下属的表面成绩，而没深入地去观察与了解。因此，当遇到这种只做门面功夫的下属，就要收集证据来保护自己。不然，他一旦得不到所要的，就会来攻击我们。这种人，即使出家人也会遇到，师父也曾经遇过。

所以如果谁做得如法、做得完整、做到刚刚好，就给他升两级。但是只做得如法，却没有做得完整，就给他升一

级。至于勤劳地做，但是却没有方法，就不给他升级，但是不要辞掉他。因为肯努功也算是好的雇员。

但是，如果他很勤劳工作，但却常常造恶，就会影响到主管。总有一天，你会来拍他的肩膀说：「老弟啊！你少做一点，因你越勤劳，老哥我就会越被人质问！」这种情况也会发生。

听完师父所讲的故事后，如果能将此原则拿来调整后而加以应用，就会发现其实因果之律，并不是很难了解。如果能抓到重点，即是做得如法、做得完整、做到刚刚好，而且要耐心地等待时间，这样，你若行善就肯定会得到善果。

总结

各位身为父母的读者在看过师父的开示之后，应会更相信行善会得善果，造恶会得恶果。进而将因果之律的真理，用以教导孩子。这样，他们无论是在人前或人后，都一定会当个好人。

五、正确的布施方法

虽然，现代人相信科学，但是，科学只能证明眼睛所看得到的东西。而在这世界上，还有很多东西，是人的肉眼所看不到的，但它却的的确确存在。而且，现在还有很多事情，是科学所无法解释的。

例如：我们的心与心脏，其实是不同的东西。当我们感到悲伤、难过、快乐、兴奋、欢喜时，我们的感受不是从心脏反应出来，而是从我们的心反应出来，我们也不知道它在哪里，但是，我们知道它是跟我们的身体在一起的。

至于心脏是身体的一个器官，当病人接受开心手术时，医生可以让心脏暂时停止跳动。因此，如果心就是心脏的话，那么，当心脏停止时，病人就应该死了，但是，当病人开完刀之后，医生却能让心脏恢复跳动。那就表示我们的心脏与心是不一样的。

时至今日，科学还不能证明，我们心的长相是怎样的，而且在哪里？但是，却知道是有心的。因为一旦没有心，那就表示我们已经死了。

除此之外，当我们研究大藏经时，会发现有许多事情是佛陀能解释的，而且比科学家证明得还要早。例如：宇宙的事情，佛陀已经在几千年前就已经讲过了，即是在宇宙里不只是有一个宇宙而已，而是有无数无量的宇宙，称为「无量大千世界」。但是，科学家却在这近一百年的时间，才真正发现到这一点。

至于功德也是如此，如果有人不相信有功德的话，那是一件很可惜的事情，因此，我们应该先来做个实验，证明给他们看。因为功德跟我们有密切的关系，是比宇宙还细腻的事情。因为宇宙可以用眼睛去看，但是功德虽然我们还未看到，但却可以用心来体会。所以我们不可放逸，应该认真地护持佛教。如果有时间就应该阅读大藏经，那我们就能从中得到很多益处，而不是单单参加皈依仪式，说明自己是个佛教徒而已。

因为笔者有这样的想法，才不会拒绝功德，同时也相信有善业。因为功德就是行善的结果，原则就建立在因果之律的基础上，而且重要的是当我们的生命遇上危机时，我们心真正的依靠，并不是科学、不是经济学、不是人类学、也不是政治学、而是佛法，以及依靠我们曾经修过的善业。

因此，我们才需要继续研究有关修功德的事情，同时，也发现答案就是「正确地修功德」。此答案来自「师父解答问题」这本书，作者是法身寺副住持帕帕哇那威利亚坤（音译）「施命法师」，他慈悲地解释了能修圆满功德的方法如下：

「在佛教里修功德，根据佛陀的教导，有三个简单的方法，即是布施、持戒以及静坐。

(一)布施，即是将有用的东西与适合接受该布施的对象分享，同时不会伤害到自己。大部分的佛教徒常常布施物品给僧人与精进持戒者。

(二)持戒，即是谨慎于自己的身、口、意，不要伤害自己与别人，至少每天都要持五戒。如果有机会在佛日的前一天、佛日当天、或每个礼拜休假的日子，或选适合自己的时间持八戒，最好是每七天持八戒一天。

(三)静坐，即是精进修行，让心透明、宁静的功德。例如：认真学佛，每天晚上入睡前诵经礼佛，让心宁静、开朗、透明，最少要二十分钟至一个小时。

通常佛教徒修这三项功德的方法，都是以简单的原则来实行，即是:

若还未布施，该早上就先不要吃饭。
若还未求戒，该天就先不要出门。
若还未诵经静坐，该晚就先不要入睡。

应当经常如此修功德，生命才不会堕落，前途才会一片光明，自己所发的愿，会因以上的三种功德的威德力，而变得容易成就。

最重要的是这三个方法，是让心透明的次第方法。

为什么要让心透明？因为如果我们的心透明，心情就会好，进而会想好、说好、做好。至于修功德的第一步，师父认为要先从布施开始。

正等正觉佛陀说，修布施要得到很大的功德，必须能圆满四个布施时的条件，即是：

(1)供品清净，即是要布施的东西，是自己的，不是去欺骗别人而拿到的。

(2)所愿清净，即是布施的愿望是为了消除吝啬、自私，断除诸般贪欲，不希望以此得到财物、地位、赞叹为奖励。并且有舍弃之心，才能真正的产生功德。而希望得到功德，并不是贪欲，这必须要好好地思考分析。因为我们要消除心里的贪念，而以功德取代之。

(3)布施者清净，即是布施者本身至少要持五戒。尤其是布施前，心情就轻松开朗。当布施时，心还是保持开朗。当布施后，仍然很欢喜，一点都不觉得可惜。

(4)接受者清净，例如：如果是僧人，就将他们视为无烦恼的僧人或阿罗汉，那就会得到特别大的功德，而且会马上会得到功德的回报，即是在今生就会获到布施的果报，不用等到下辈子。或者可能他还有烦恼，但因认真修行，总有一天将会断除烦恼。如果是在家居士，就要认真地当个持戒的居士。

正等正觉佛陀教导我们布施的原则，顺序地从浅易到深奥。例如：佛陀常会把某个人布施的结果，开示给弟子们听。从中我们发现来自供养的功德，回报的多或少，就要看四项条件是否清净或有何差别。

如果很清净，就会得到很大的功德，如果清净性特别稳定，心向往涅槃的话，就会得到特殊功德，即是马上得到

善果。您们可以去翻阅大藏经，例如：经藏里的小部、天宫品，然后对证一下，跟师父所提及的是否一样。」

将「师父解答问题」　　里的数据，收录在这本书的目的，就是希望读者能重视布施，至少我们就不会放逸，进而积极累积功德，并且可以培养子孙们布施的正确观念，让他们从小就开始累积功德。因为当临终时，无论是我们有多少知识，或拿过多少文凭。但是最终只能依靠自己所修的功德而已。

「功德没的卖，想要自己修！」

六、教导孩子持守五戒

如果说，教导孩子持守五戒是父母亲伟大的任务，应该不会太夸张。父母亲应该要对孩子与社会负责的。孩子与国家未来的命运，是掌握在父母亲手里的。为什么这件事会这么重要呢？请耐心地阅读下去吧！

教导孩子背诵五戒，但并不教导持戒

对佛教徒来讲，是很奇怪的事情，即是我们会背诵五戒，但是如果问戒是什么？却答不出来。既然大人也无法回答戒是什么？那么，怎么能让后代的孩子重视持戒呢？

既然情形是如此，没有戒就是正常的事情了。当有人持戒时，反而会被看成不正常的人。尽管持戒是很好的事情，是长辈们长久以来都实行的事情。但是在佛教徒的家庭里，认真持五戒的人却越来越少。

当现代人无法从家人那里学到如何认真地持五戒，那么，就会抵挡不住社会上各种烦恼的诱惑，而去制造各种问题，如打斗、偷盗、卖淫、欺骗、卖毒品等等，变成社会上

的问题人物。大人们还会推诿，说这是孩子的错误，必须从孩子那方面去解决。

当解决了孩子的问题之后，如果该家庭却还未能培养子孙持守五戒，那么，当孩子回到家一阵子后，又会故态复萌，重蹈覆辙，甚至犯上更严重的案子。这样一来，问题就会日趋严重，当这个孩子长大后，就会成为社会的渣滓，制造出许多问题。

如果没有彻底解决问题的根源，即是每个家庭必须教导孩子持守五戒，那么，我们又将如何解决日益严重的社会问题呢？

父母必须了解五戒的意义

每个家庭都该教导孩子有关持五戒的事情，这是父母亲对解决社会问题应负的责任。但若父母要教导孩子有关持五戒的话，父母亲必须先了解：

(1)戒是什么？

(2)五戒与人之间的正常关系？

(3)如果持五戒不圆满的话，是否会被视为不正常？

如果父母了解了这三件事情后，再把五戒教导给亲爱的孩子就不是很难了。

戒是什么？

戒的意思即是保护人不致偏颇的一种常理。

每件事物必须有它自己的常理，例如：据常理雨季一

定会下雨，但是，如果是雨季，却发生干旱，没有下雨，那就表示不正常，或者是依常理，马儿一定是站着的。如果看到马躺着，这就表示马儿已经生病了。所以从实践的观点来看，戒是保护自己以维持正常的行为，不去伤害自己及伤害别人。

什么是人的常理?

人的常理有五项，即是:

1.行为符合常理的人，一定不杀生。

如果哪天杀生，哪天人就是不合常理，但若是畜牲，例如：老虎、熊、鱼、鳄鱼等等杀生却是正常的。所以为了保持人的正常行为，第一条戒，就出现了「身为人，定不能杀生」。

2.行为符合常理的人，一定不偷盗。

畜牲的正常习性，就是每当肚子饿时，就会去掠夺同类或弱小动物的食物。例如当到了吃饭时，狗儿都会互相咬对方，以抢夺食物果腹。但是人并不是这样，因为人是有理智，有德性的，因此第二条戒就出现了「身为人，定不偷、不贪污、不舞弊」。

3.行为符合常理的人，一定不邪淫。

畜牲的习性是不懂得忍耐，只想满足自己，即使在杂交的季节里，还是互相打斗，抢夺异性。甚至有的时候，还互相搏斗至死。但是，人是不会抢别人的伴侣，而只忠于自己的伴侣，这是人的常理。因此第三条戒就出现了「身为人，定不邪淫」。

4. 行为符合常理的人，一定不妄语。

畜牲的习性是当群居在一起时，会随时伤害同类。但是，人与人相处是真诚的。如果谁欺骗了谁的话，就是不合常理。所以就有了第四条戒「身为人，定不打妄语」。

5. 行为符合常理的人，不饮酒及吸食有损身体的毒品或药物。

一般上畜牲会比人健康，但是，畜牲没有正念可以控制自己的力气，把它用在正确的事情上。是故，无法将力气转变成善业，只有尽性发泄。例如：大象、马、牛、水牛，虽然有很大的力气，但是却无法用力气去行善积德。

如果父母亲不把教导孩子持五戒的事情放在心上，那么，希望看到自己的孩子，能成为社会上的有用之人的期盼，终究只是空谈罢了。因为，这些不教导孩子持五戒的家庭，即是造成社会问题的源头。

至于人，虽然力气是比畜牲少，但是依靠觉知，能将小小的力气转变成善业。例如：孝顺父母，尊敬长辈。

人的正念如果坚定的话，虽然整天都不吃饭，还是有正念；整个月都上班，没有休息，也是仍然有正念，整年生病躺在床上，正念还是存在。不过，如果去吸毒品、喝酒，就可能会神志不清，甚至动手伤害有恩德者，这样，就丧失将力气转变成善业力的能力了。所以饮酒或吸毒者，才有不正常的行为，即是越来越接近畜牲的行为。所以，第五条戒就出现了「身为人，定不喝酒，不吸毒 」。

五戒即是：

(一)不杀生；
(二)不偷盗；
(三)不邪淫；
(四)不妄语，包括不两舌、不恶口、不绮语；
(五)不饮酒以及使用任何毒品；

这些戒律是人性的正常规范，它能维护世间的和平与安乐。

如果五戒持得不圆满会如何?

五戒是出现在佛陀时代之前，正等正觉佛陀将其列入佛教里，而且解释持戒的重要性。除此之外，戒也是做人的准则，即是 ：

我们能持满五戒，表示我们符合做人的资格满100% ；如果只剩四条，人的资格只剩80%，接近畜牲20% ；如果只剩三条，人的资格只剩60% ，接近畜牲40% ；如果只剩两条，人的资格只剩40% ，接近畜牲60% ；如果只剩一条，人的资格只剩20% ，接近畜牲80% ；

如果五条戒都破的话，就没有做人的资格了。虽然还活着，却像行尸走肉一般，毫无意义可言，而且也无法行任何善业。继续活下去，也只是害人害己。

为了保护做人的资格，必须持戒如生命，而持戒必须依靠智慧。但是目前，人一直在犯戒，甚至变相地演变成正常的习性。这种人越来越多，致使很多人将持戒者看成不正常者。当有了这种错误的看法之后，本来安定快乐的国家，

就会因此而变得动荡不安，杀人事件、欺骗事件、邪淫事件等等，将会层出不穷，以致人民睡不安宁，互相猜忌，互相陷害，令人心寒。我们迫切地等着有人挺身而出，力挽狂澜，但是，事实却令人失望，至今我们心目中的英雄仍然还没有出现。

如果父母亲不教导孩子持五戒，那么，社会问题将很难解决，希望看到自己的孩子成为社会上有用的人，那只能是空想而已。而追根究底，不教导孩子持五戒的家庭，其实即是造成社会问题的根源。

因此，要特别强调，教导孩子平时要持五戒，是父母亲必须承担的责任，这对孩子的人生与在社会上的生存起着很大的影响。

七、为孩子解释五戒的意义

有一次，有机会看到一位师父，教导小朋友五戒的简单方法，留下很深刻的印象，因此就恭敬地把他的开示与大家分享。相信家长们可以把它当作教导孩子持五戒的参考。

五戒的起源

师父为我们开示，五戒是我们生命中最基本的事情，应该让每个小朋友知道。像其实，没有人知道到底是谁先提出了五戒，但是却都知道，当正等正觉佛陀还未降生时，在这个世界上就已经有五戒了。正等正觉的佛陀认为此五戒非常好，每个人都必须持守。

小朋友们知道，五戒有哪些呢？它们即是：(1)不杀生；(2)不偷盗；(3)不邪淫；(4)不妄语；(5)不饮酒或吸毒品。

今天，师父会向小朋友解释什么是五戒？这个世界上怎么会有五戒？如果你们从小就懂得持五戒，那么，当你们长大之后，就懂得怎样控制自己的心，约束自己的行为。万

一有一天有人得罪了你，就不会马上动怒而起瞋恨心，想去怒打对方，或去杀害动物。

怎么会有第一条戒：不杀生；

师　父：回答这个问题之前，要反问小朋友们，你生命中最爱的人是谁？请回答师父，好吗？

小朋友：爱爸爸、妈妈！

师　父：喔，那除了爸爸、妈妈，还有谁是你最爱？

小朋友：有！爱自己。

师　父：对了，每个人都最爱自己。好。现在师父再问你们，鸭、鸡会爱自己的生命吗？

小朋友：爱啊。

师　父：确定吗？

小朋友：确定。

师　父：为什么会那么确定？为什么认为鸭、鸡会爱自己的生命？它们告诉你吗？

小朋友：它们没有告诉我。

师　父：那你怎么知道鸭、鸡会爱自己的生命？

小朋友：当有人要抓它去杀时，它就会逃走。

师　父：是的。因为动物也跟人一样，当有谁要去杀害它们时，它们就会赶快逃走。虽然它不会讲人话，但是从它们的表情看得出来，它们也会爱惜自己的生命。当有人要来杀害它们时，它们就会逃走。虽然它

们都不会讲话，但是，它们的表情可以告诉我们。我们最爱自己的生命，鸡、鸭也最爱自己的生命。除了鸡、鸭以外，猪、猫会爱自己的生命吗？

小朋友：爱！（男女童都齐声回答 ）师父：众生都爱惜自己的生命，当猪、鸭被杀时，牠们会逃走，也是因为牠们爱惜自己的生命。世界上每个人都爱自己的生命，同时都怕死，没有谁不怕死，也没有谁不爱自己的生命。所以心里有佛法者，或有正念的智慧者，都会异口同声地说，谁都爱自己的生命，每个人都不要去杀生。因此，才有第一条戒：不杀生。

怎么会有第二条戒：不偷盗

师 父：这次，师父需要小朋友们继续思考，我们到底要依靠哪些东西，才能活下去呢？

小朋友：空气、食物、水！

小朋友：药物！

小朋友：衣服、房子！

小朋友：钱！

师 父：很好，小朋友们都回答得对！虽然我们还在念 书，都没有工作，但是，小朋友们的爸妈找什么东西来给你们呢？（一）衣服（二）食物（三）住所（四）医药。上述四项，在佛教的专有名词中，叫做四事。人类都依靠这些来生活。

除了四事以外，还有跟这四事有关联的事物，例如：

除了我们住的房子以外，还要有家里的用具。这也包括小朋友们的鞋子，因每天都要穿它去学校。所以每个人必须要有金钱，才能生活。

因此，为什么会有第二条戒呢？因为生命都要依靠财物才能生活。如果有谁来夺走你家里所有的财物，你们能够继续生活吗？

小朋友：有！

师　父：孩子们，你们要记得喔，我们爱的是谁。如果我们对他们说谎，他们对我们的爱就会消失。

如果他们也对我们说谎。我们对他们的爱也会消失。所以，请小朋友们要记得，无论谁都要诚实，千万不要对任何人撒谎，这是就是为什么有第四条戒的原因。

怎么会有第三条戒：不邪淫；

照理说，当他人不杀我们，不偷我们的财物时，我们就应该有安乐的生活，但是，如果他看上了我们所喜爱的东西，而来抢夺它们，那会怎样？人类还有那些比财物还要宝贵的东西呢？

（一）　丈夫

（二）　妻子

（三）　孩子

所以心里有佛法者才指定说，谁都不应该去抢别人心中的所爱，即是不邪淫。这久是为什么有第三条戒。

怎么会有第四条戒：不妄语；

这次有件事要与小朋友们分享，即是在我们的生命中，除了我们最敬爱的父母亲外，无论是谁，我们也都应该敬爱他们。

我们的朋友，我们要爱。我们的哥哥姐姐，我们也要爱。我们的老师，我们更要爱。有时，虽然我们会说：“在这世上，我最爱的是某某某”。不过，如果发现他们对我们说谎，那我们对他们的爱，就会完全消失。那他对我们说谎是表示什么呢？即是打妄语。

师　父：小朋友，你们有哥哥、姐姐吗？

小朋友：有的。

师　父：如果你发现哥哥、姐姐对你说谎，你会生气吗？

小朋友：会的。

师　父：那么，如果我们跟哥哥、姐姐说谎，他们会生气吗？

小朋友：会的！

师　父：说真的，小朋友，你们曾经对哥哥、姐姐撒过谎吗？

小朋友：有！

师　父：孩子们，你们要记得喔，我们爱的是谁。如果我们对他们说谎，他们对我们的爱就会消失。如果他们也对我们说谎，我们对他们的爱也会消失。所以，请小朋友们要记得，无论谁都要诚实，千万不要对任何人撒谎，这就是为什么会有第四条戒的原因。

怎么会有第五条戒：不饮酒或吸毒品

现在，师父又有一件事要小朋友思考了。这是正等正觉佛陀教导我们的，是很好的建议，小朋友可要把它写下来喔。佛陀是如此讲，一个人如果可以做到不杀生、不偷盗、不邪淫与不妄语，那么，这个人一定有很好的「正念」。

第一项：只要你没有杀生，无论是小动物、大动物，或是人都好，那就是伟大的布施，即是给予他人生命安全，当作布施。

第二项：不偷盗，也可以称为布施，即是给予他人财物安全，当作布施。

第三项：不邪淫，也称为伟大的布施，即是给他人伴侣安全，当作布施。

第四项：不打妄语、不欺骗，也是伟大的布施，即是将诚实当作布施。

因此，如果我们可以持前四条戒，就等于我们做了四种布施。但是小朋友要仔细地思考的，即是有关第五条的戒律，必须再三地细心思考，才会明白。

即是某个人不杀生、不偷盗、不邪淫或不妄语，就可以这样说，该人一定会有很好的「正念」。但是，当他失去了正念时，他就无法给予他人生命布施，无法给予他人财物安全，无法给予他人伴侣安全，而且也无法给予他人诚实当作布施。

我们人的正念非常奇特，当它严谨时，有不可思议的严谨。但是当它宽松时，也可以不可思议般地宽松。

正念有不可思议的严谨，究竟是什么意思呢？

例如：有个学生，明天要考试，但是却突然发烧，于是，就赶快去找药来吃，但是烧还未退，他却照旧用功地温习，准备考试。那就表示他的正念非常坚强。

正念有不可思议的松懈，又是什么意思？

同一个人，当他的正念非常坚强时，却因一时不慎而喝了酒，那么，这就表示他今后有可能会被酒、有害药物或毒品伤害身体。

只要你控制不住自己的意志，去嗅了有害的物品，就会让自己失去正念而松懈。所以为了保护自己的觉知，就有了第五条戒。因此，任何人最好都不要去喝酒或服用有害身体的毒品，因为这会让我们失去正念。

如果我们失去了正念，那会如何呢？前四条戒都要有正念来维护。如果没有正念，那么，就会很容易地犯了这四条戒。

例如：有位年纪跟你们一样大，曾坐在这里的小朋友，就有过这样的事情。他的爸爸在未喝酒之前，是孩子们的好爸爸。但是，当爸爸喝醉酒时，就会马上想要杀鸭、杀鸡，有的时候还会殴打孩子，有的时候也会用污言秽语辱骂孩子。所以，师父要告诉小朋友们，长大后不可以喝酒，即使是啤酒也不可以喝，至于毒品药物更不能服用，因为它们会严重地损坏我们的健康。

该如何才能持好五戒？

那么，我们该如何才能持好这五条戒？当师父还像你们一样是学生时，师父就开始慢慢地持好五戒了。至于要如何圆满地持好五戒，师父会把方法告诉你们，你们可以试试看。

在出家前，师父将佛牌戴在脖子上，每天早上去上课之前，师父会将佛牌放在手里，然后在正等正觉佛陀的佛像前虔诚地诵经：

Namo tassa bhagavato arahato sammasambuddhassa.（三遍）

当诵完经之后，师父就会再将佛牌戴在脖子上，然后发愿：

（一）今天我不杀生；
（二）今天我不偷盗；
（三）今天我不邪淫；
（四）今天我不打妄语；
（五）今天我不饮酒与吸毒品；

当许愿要持好五戒之后，师父就到学校去上课，就好像你们到学校去一样。本来师父以为自己或许只能持五戒半天，或一、两天，一定无法持久，但是，却想不到，大概只过了半年，师父就能持好五戒了。

师父在连续六年持满五戒之后，就到寺院出家了。师父就是这样持好五戒的。小朋友，你们认为可以做得到吗？师父相信，你们一定可以！

总结

现在，师父要再一次复习给你们听。

为什么不可以杀生？因为无论谁都爱自己的生命。

为什么不可以偷盗？因为无论谁都依靠自己的财物安乐地生活。如果我们去抢、去夺取他人的财物。他就无法继续过生活或生存下来，而且生活将潦倒困苦。

为什么不可以邪淫？因为每个人都爱自己的兄弟姐妹、自己的朋友。

为什么不可以打妄语？因为每个人都爱诚实的人，所以无论对谁都不可以打妄语。

为什么不可以喝酒、不可以吸毒品？因为一旦染上酒瘾或毒瘾，就会失去正念，而后患无穷。而且，当我们丧失了正念之后，就有可能会同时犯其他的戒。因此，在场的小朋友们。师父要告诉你们，如果你们想在未来当个好人的话，就必须持好这五条戒。

希望所分享的这个故事，可以作为父母亲教导孩子持五戒的指导方针。如果平时大家都持五戒，那么，我们国家的人民就能成为好公民，为国家社会作出贡献。这世上，没有其他的事情，可以比得上拥有持戒、有高尚品德孩子，来得更有满足感。

八、让孩子爱上静坐

静坐能训练心、控制心、让心安定，连续地专注于某一件事，不会受外在事物的干扰而产生动摇。所有的父母亲都想好好地教导孩子，但是却没有教导孩子学习静坐，这导致孩子失去真正成长的机会。即使他们已经知道了善与恶，但是，如果心还是被烦恼所束缚的话，就会无法控制自己的心。因为他们未曾学习如何控制心，让心志坚强，积极行善。当然，要控制心，不受邪恶力量的影响，就得带孩子到寺院去学习静坐。

要让孩子喜爱静坐，父母必须培养他们的习惯，让他们从小就习惯于静坐。因为当他们的心习惯于宁静之后，无论父母要训练什么，他们都会记得牢。当父母亲培养了他们内在的品德后，就能使他们更茁壮地成长。如果遇到危机，他们的心就会有正念，并能从容地面对所有将要发生的问题。

无论如何，还有不少父母亲，认为应该给孩子有自由的想法，不应该在孩子二、三岁时，就让他们学习静坐，因

为这样孩子会受到太多的约束。现在，我要把一位师父的开示，与大家分享，即是静坐对孩子的心有何影响？

首先要问大家，在这个世界上有谁想当坏人？答案是「没有」。因为连小偷也是认为自己是好人。至于想当好人，就要有条件。如果他不知道什么是善，什么是恶？什么是好人的准则？那么，社会一定会发生动乱，因为小偷也有他自己的准则，他把抢来的钱拿来与人分享，那就是小偷心目中的「好」。

父母亲都冀望能把孩子培育成好人，但是，关键不是在静静地等孩子当好人，而是父母亲必须有良好的言行，当孩子的行为准则和榜样，而且要教导孩子讲悦语、态度谦卑有礼，必须懂得向家中的父母亲与长辈顶礼。

「当儿女的就要按照父母的吩咐而做，虽然此时孩子还不明白为什么，也不懂为什么自己要这样做，但是，还是有某个程度的效果，可以让孩子留在善的范围里。当看到孩子已经长大到可以了解道理之后，就可以慢慢地跟他们解释原因，即是父母亲、祖父祖母、外公外婆具有哪些『善』，所以我们才要向他们顶礼。」

但要给孩子真正的自由，即是孩子要发自内心，让他们自己愿意顶礼父母与长辈，而不能强迫他们。当孩子长大之后，如果我们希望孩子会来顶礼我们，那是不可能的。虽然孩子知道这是件好的事情，但是如果没有从小养成习惯的话，就会感到很尴尬。

有的人从出生到现在都未曾顶礼过父母。他们可以在办公室向很多人顶礼，但是，当要他去顶礼父母时，他却会

感到尴尬，父母也会尴尬，明明知道这是好事，但是却因感到尴尬，而不敢做，因为不习惯。

「顶礼是一种表达尊敬的方式，是我们重视该人之善的表示。我们顶礼他们，就是表示尊敬，之后，我们就要向他们学习、效仿他行善的方法，然后跟着他们一起行善。」为何我们要向父母顶礼，因为父母对我们有很大的恩德(请参考附录三)

如果我们从未曾学习顶礼的话，我们就容易生起傲慢心，太过于执着自我。有些人每天只看到他人的缺点，而看不到别人的优点。

我们可以看到在现今社会里的人，都正在努力地抓别人的毛病，学生抓老师的毛病，老师抓学生的毛病，大人、小孩互相抓彼此的毛病，却一点也没有提到他人的优点，因为他们都看不到。如果还继续让社会维持这样的情况的话，不久，社会的组织系统就会失控，这必须以「尊敬」来解决问题，即是「要看到别人的优点。」

「所以当孩子开始学会讲话时，我们千万不要让孩子学会骂人，而是要教导他讲好听的话，然后带孩子到寺院来，教导孩子静坐，观想供奉在佛桌上的佛像，学习念佛等等，如果能如此做，在未来如果孩子遇上些什么问题，就可以自我克制，保持平静了。」

「静坐真的可以改变人的习性吗？」

「真的或假的，就要思考一下！」

「通常当人睁开眼睛的时候，我们只看到周遭的人，

却没有看到自己，连自己的脸，我们也没有看到，看到的只是出现在镜子里的影子。」

「那么，怎么做才能看到自己，必须闭上眼睛才能看到自己吗？」

「如果我们懂得静坐，就能让心宁静。如果我们曾经造过恶业，就会自己知道那是不好的，必须加以改善。至于好的，我们都会接受，就不会去批评别人，而会自我检讨，改变自己，让自己达到真正好的准则，要一直往上往善走，这样，我们就可以过着身心快乐的生活。」

从师父的教诲中，让我们确信在孩子小时候，就要教导他们静坐，那就等于训练孩子从小就习惯宁静，这样，孩子才能终生当个好人。因为他们能够控制自己的心，让心定下来，不会因外界事物的诱惑而不安，而继续保持父母亲所教导他的良好行为。

所以今年的暑假，请不要忘记带你们的子女去学习静坐。你们可以到全国的各个寺院去参加陶冶品德的训练营，让您子女的人生充实而有意义，让孩子从小就习惯于静坐，让心保持宁静。

九、出家可让父母亲得到功德

在当今这个充满诱惑的社会里，大人们都只顾着去工作，没有闲暇的时间去好好地照顾子女。不过，如果家庭里的儿子，年龄足以出家，而他本身也想出家报父母之恩，那么，他应该在三个月的雨季安居期间出家。这样，父母就能得到很大的功德。因为儿子为父母出家，并不是简单的事情，重点是一定要出自他的意愿，绝不是因父母的要求或奖赏而出家，例如：出家是为了得到车子，或为了得到来自父母的赏金。

父母希望看到儿子披上袈裟

笔者曾看到刊贴在国际佛学社布告栏上的一张海报，内容是邀请全国的大学生，在暑假的期间出家。

海报上有一位年纪大约六十岁的母亲，手上拿着小小的茉莉花串。她的脸上充满了喜悦，她亲爱的儿子穿着白

衣，正恭敬地顶礼她，向她告别去出家。

海报上这么写着：「趁母亲还活着的时候，生命中至少一次出家，以报答她的恩德！」

如果诸位母亲有机会看到该画面，并看到这段话，也应该让儿子为您而出家。

笔者曾经在许多回雨安居的期间为母亲出家，来自出家的功德是无法形容的。出家让我们学习到，其实我们的生活可以不用依靠财物，就能得到快乐，我们行、住、坐、卧的地方，只需大概一平方公尺的大小，睡觉之处也只需三、四平方公尺，我们就可以感到快乐。而此快乐比我们拿到十万、百万元的快乐还要多。这种快乐是金钱所买不到的。

本来出家是为了报父母恩，但是却带给自己最丰硕的收获，即是让我们知道，生而为人的目的，生命的目标为何，出家不只是空谈，最好自己亲自来体会，这样会更清楚和明白。

将要出家时，却差一点丧命

在佛教里出家，而且让父母亲有机会随喜儿子出家的功德，并不是简单的事情。不要以为谁想出家，就可以出家，那就错了。因为能出家的人，必须有过去之功德跟随，而且最重要的是他必须具有律藏里所指定的资格，才有出家的机会。

笔者的父亲，在笔者小时候就往生了，所以才没有机会看到儿子出家时所披的袈裟。

而我自己在出家之前，曾差一点就命丧黄泉，比父母亲早逝，幸好两次都能逃过鬼门关。

第一次，在我大概十几岁的时候，过马路去帮妈妈买鱼酱。当时天正下着雨，因为之前看过中国电影，当武士与强盗博斗时，喜欢戴遮住脸的帽子，于是，天性顽皮的我，就戴着遮脸帽子过马路，因此看不到迎面驶过来的车子，结果被一辆机车撞倒，鱼酱瓶也从手上掉落地上而摔破了。幸好当时该机车行驶的速度不是很快，才能幸免于死。这是我第一次逃过鬼门关。

另一次是因患重病而入院。因为那天晚上，我的阑尾忽然破裂。当时只有妈妈与外婆在家里，妈妈凌晨一点的时候，才送我到医院去。到了医院，医生与护士却检查不出来，那是阑尾破裂！更要命的是当阑尾破裂，如果腹部被细菌感染的话，家人就要马上准备后事了。

结果，我在医院折腾了十五个小时，医生们都试着检查所有肚痛的症状，最后终于发现是阑尾破裂。于是医生就在当晚八点钟，为我进行紧急手术。而我也幸运地逃离死神的魔掌。

当麻醉剂失效，睁开眼睛时，已经是隔天的早晨了。但是，我仍然感到昏昏沉沉，四肢无力。这时，我才发现隔壁床有另一个病人，也是因阑尾破裂而动手术，但是他的病情很严重。因为他需要动用一架机器，把体内的脏污吸出来，因而觉得自己实在很幸运，情况不像他那么严重。

当我回过神来时，看见我的床边坐着两位老人家，她们看起来好像已经很累，但却不太担忧。我很感动，心想：

「妈妈跟外婆一定是整晚都在照顾着我。」　当时我觉得在这个世上，她们俩就是我最爱的人。

我心中突然有种感觉，如果问这世上谁会以最纯洁的心来爱我们，而且不会跟我们要求些什么，同时还愿意为我们牺牲，这个人该会是谁呢？

这两位整晚都在照顾我的女人，即是这世上我最爱的人。她们放弃了工作、家庭来照顾我。她们甚至为了爱我，可以牺牲她们的生命。但是，我扪心自问，从出生到现在，我究竟曾经做过什么事情，来报答她们的恩德呢？

反省之后，毫无疑问地，她们从我这儿所获得的，实在是「少得可怜」。这令我感到惭愧不已，从今以后，我一定要加倍地谨慎小心，绝对不惹她们生气，也不让她们难过或担心。

因此，能逃过两次鬼门关，是我想出家的最大动力，因为我想让她们看到我穿袈裟，可以让她们当我累积功德的善知识，也让她们不再为我担心，因为我已经出家学佛了。

每天都很靠近死亡

笔者的决定是在读大学的最后一年开始的，因为当时开始反省，就发现人生是无常的，有的时候早上见面，但是到了傍晚，可能就阴阳两隔了。

曾出席过很多次的丧事，看到父母亲为孩子办丧事而心力交瘁，也看过外公外婆为孙子的丧事而操心痛苦。这是很不应该的，也是令人感到心酸的。我们也不想遇到这样的日子，但是，生命是难以预料的，谁也无法作主或预知死亡，因此，有机会还是先出家比较好。

后来，妈妈的健康开始有问题，外婆也逐渐地衰老了，因此，担心再不出家，她们可能会记不得子孙的样貌了，因此决定一毕业就出家。

不过，这次的决定却因之后发生的事情影响了，因为刚一毕业，我就找到了一份优渥的工作。当工作机会来到面前，心里就认为既然有工作，那就先工作赚钱来报答妈妈养育之恩，至于想为妈妈与奶奶出家的事就延后吧！

幸好笔者还有功德，有一天，敬爱的师父知道我想要出家的消息，就特地到我家来。一见面师父就说：「这个雨安居去出家吧！」

当时，我还三心两意，就回答师父说：「现在，我刚刚负责起公司所交代的任务，我不太好意思请假！」

师父似乎看透了我的心，提醒我说：「你死了，公司可不会为你回向。」

师父的话就犹如空中响雷，敲醒了我，我心里立即想到：「如果我现在丧命的话，能回向给我的人，就是妈妈与外婆而已，」

于是，我就立刻答应师父：「好的，这个雨季安居我会去出家！」之后，我遵守诺言而出家了。因为有了师父的提醒，妈妈跟外婆才有机会看到儿孙披上袈裟。

从儿子出家所得到的功德

当笔者出家成为比丘之后，就发现泰国人相信儿子出家，是一种报答父母恩的方式。但是很多人还想不出来，儿

子出家为什么可以报答父母之恩呢？因为明明出家后，就要离开家庭，出外去托钵，单独去行善。

因此，有一天，有人去请问笔者经常拜见的师父，有关类似的问题。为了解开大家心里的疑团，师父就慈悲地开示，现在，笔者就把师父的开示与大家分享：有关信仰，谁怎么信那是谁的事情。但是，我们是佛教徒，是现代人，要作出怎么样的决定，就必须考虑原因跟结果。佛法教导我们：「谁行善，谁就得到善果；谁造恶，谁就得到恶果。」

「儿子出家，会接受到功德，因为他们遵循正等正觉佛陀的教导，精进修行。」

至于父母亲，因没有跟着儿子一起精进修行，所以就无法得到这部分的功德，但是，却会得到其他部分的功德，即是：

(1)护持儿子出家

(2)儿子出家后，因关心儿子而去供养托钵。当供养托钵后，就不只是供养自己的儿子，还供养其他的法师，所以他们就得到了布施的功德。

(3)有的父母很关心儿子，为了能看到儿子，而在寺院待了半天或是超过半天，这样，就有机会听闻佛法，可以获得有关功德与恶业的知识，进而使自己更爱功德，惧怕造恶，而他们也就会得到这部份的功德。

(4)或者是既然已经来到寺院了，看到其他的居士们认真持戒、打坐，于是，就跟着他们修行，而进入了修行者的团体。所以，除了得到供养托钵的功德之外，还可以得到持戒与静坐的功德。

「出家的功德是有所不同的，有部分的差异，但是一定会得到功德。除了某些父母亲，当儿子出家后，根本没有行善，以为自己会自动得到儿子所修的功德，所以没有供养托钵，没有到寺院去听法，这样，要到哪里去得到功德呢？但是也有另一种情形，父母没有去寺院，但是出家的儿子回家讲法，令他们感到法喜，然后就按照儿子的教导去做，去供养托钵、去持戒，那么，这些父母亲也会得到功德。」

笔者对师父的解释留下深刻的印象，因为师父对儿子出家的事情，以及有关儿子出家后，父母亲如何得到功德的问题，解释得十分清楚。

除了接引父母亲入寺修行之外，还能提醒出家的儿子，要经常邀请父母来累积功德，这样一来，儿子的出家，就能让自己与父母亲都获得很大的利益。

为世上最爱的人出家

在我们生命中，特别是男性，年龄越大，似乎离父母亲就越来越远，想独自去开辟自己的一片天。为了预防自己离父母太远，我们就应该无条件地为父母亲出家，就如他们对我们一样，毫无条件的照顾我们，无怨无悔。

如果我们仔细地想一想，就会发现，在我们生命中，自己曾经为很多人做过有益的事情。甚至有的人为别人所做的事情，比自己的父母亲还要多。其实，只要我们好好地思考，即使别人，我们都能毫无条件地为他效力，那么，我们为什么不尽力地报答父母的恩德呢？

重要的是在我们生命中，不是随时都有机会可以出家

的，而且出家的人也不是那么容易就可以出家。如果让生命离开父母亲越来越远的话，父母可能就没办法看到我们披上袈裟了。

因此在这个暑假，笔者认为是最适合男生出家，让父母亲看到我们披上袈裟的最佳时机。这样，我们才是智者，正如佛法里的智者所讲的话：「生为男性，要当今生与来生的智者，才不会无愧于人。」

第六部

晚年的人生

一、人生的价值

有的时候，我们虽然知道自己的生命并不会长久，但却偏偏沉迷于没有意义的事情上，为自己带来烦恼，而且还要为自己的所做所为受苦。因此我们应该自我反省，经常自问，倒数时光，到底我们活在人世的时间还剩下多少？我们该如何奉献自己的生命，使它更具有价值，而且要时常保持警觉。

时光如流水，时间绝不会为我们而停留，我们的生命逐分逐秒地在减少。为了让大家能警觉地过生活，有位法师曾详细地就这件事作了解释，现在就与大家分享。

这位法师经常提醒来寺院修功德的居士们：

「每个人都是厌苦喜乐，但是人的生命却无法拒绝痛苦，所以生命有乐与苦。我们随时都要准备以正念去面对痛苦。」

「每个人一生下来就有苦相随，这是无法避免的。苦有三种，即是老、病、死。这些苦每天都在等着我们，只是轻或重罢了。」

「说实在的，我们都能清楚地看到这些随身之苦，但是我们却被其他的事情覆盖了自己的苦，甚至还去寻找更多的苦。我们希望能从爱人、丈夫、妻子、孩子等身上得到快乐，其实这不然。因为他们本身，也跟我们一样有随身之苦。」

「照理说当我们得到他们时，本来应该可以如愿地得到快乐。但是我们却要分担他们的随身之苦，同时还要加上离别之苦。」

「谁已经有了家庭，有了孩子，就应该了解这些苦，光是工作、生活与照顾父母亲，就几乎把我们的时间用完了。而且一旦建立了自己的家庭后，还必须去承担当夫妻的角色，以及负起为人父母的责任，除此之外，还有许多事情等着我们去完成。因此家庭生活令我们担心与执着。」

「如果能懂得正确地过家庭生活，偶而也会有快乐的时光，但是最后，无论谁还是无法脱离痛苦，因为生离死别不停地在世间上演着。虽然彼此非常相爱、非常关心、非常执着，但总有一天必定还是要分离的。虽然我们都不想去面对，但这是生命的事实，总有一天，我们一定会遇上它。因此人活在世上，若要快快乐乐地过生活，必要懂得忍耐，接受痛苦，千万不要痴傻地去寻找新的痛苦。」

「有的人可能会认为这样的教导方式是悲观的。但要先了解这个世间人事物的本质，我们才能以正确的态度来面对它。」

「佛陀是离苦得乐的伟大胜利者，他告诉我们，坦然面对意外之苦的人，必须随时准备身心，面对老、病、死的

威胁，而且还需不断地提醒自己三件事，即是：

（一）懂得生命的真正目标：即是明了我们生而为人，不是为了嬉戏享乐，在轮回中徘徊轮转，而是累积功德，跟随正等正觉佛陀的脚步，迈向涅槃。

（二）懂得提醒自己：即是要经常意念死亡，死亡是必然的，我们是无法逃脱与避免死亡的，而且也无法知道自己将在何时死亡，同时更无法确定自己所喜爱的人事物，会在何时离开我们。

经常意念死亡的人有两种 ：

第一种不会想：认为自己反正不久就会死，而不想做任何事情，得过且过，不愿行善，过着毫无意义的生活。

第二种会想：认为人既然无论如何一定会死。所以在死之前，一定要好好地利用我们的人身，致力于行善，让生命活得更有意义、更有价值，让善业跟随着自己到未来世去。

行善会死，造恶也会死；懒惰会死，用功也会死；聪明会死，愚笨也会死；富翁会死，乞丐也会死，每个人都会死！但是死亡不是生命的最后目标。每个生命的目标，都是为了修功德波罗蜜，以便自己能断除一切烦恼，往向涅槃。当我们还有烦恼时，就应该修更多的善业，直到命终。能如此想、如此做是最好的。

我们要时常「念死」、「念分离」，每天晚上入睡之前，如果能如此思考，就会让我们有所警惕，静坐时心情就能保持平和，容易入静。我们千万不可放逸，要随时接受死

亡的到来，不受任何人与事物的束缚，认真行善，永不起退心。其实，当我们一诞生，死亡就在等待着我们，这是自然的规律。我们的生命只在呼吸之间，随时随地都要面对死亡的威胁。

(三)懂得勤修与累积功德：生命的价值，在于我们能好好地把握时间，精进修行，累积功德，让这些善业跟随我们到未来世去。相反地，如果我们把时间花在毫无意义的事情上，将对己对人都没有利益。

正等正觉佛陀告诉我们，这世间「万般带不走，唯有业随身」，所以我们一定要相信因果。世尊开示说：「我们每个人都有自己的业。我们种善因得善果。种恶因则得恶果。谁都无法代替我们承受这些果报。」

行善会死，造恶也会死；懒惰会死，
用功也会死；聪明会死，愚笨也会死；
富翁会死，乞丐也会死，每个人都会死！
但是死亡不是生命的最后目标。
每个生命的目标，都是为了修功德波罗蜜，
以便自己能断除一切烦恼，往向涅槃。

佛陀为了教导我们能好好地掌握自己的命运，而提出了三项生活原则：

(一)诸恶莫作：如果曾经造过恶，就必须改过自新，今后切不可再重蹈覆辙，更不可去造作新的恶业，因为这会加重业力，甚至可能因此而堕落地狱，无法往生天界，往向涅槃。

(二)众善奉行：如果有功德还未修，就要加以勤修。至于已经修过了的功德，应该再修、多修，精进地修。这样，我们才不会堕落地狱，而能往生天界，往向涅槃。

(三)自净其意：即是净化心灵，让心在呼与吸之间，都能保持清净。如果我们只吸气而不呼气；或只呼气而不吸气都会死亡。死亡是不会预先通知我们的，因此，我们必须经常保持一颗清净的心，随时接受死亡。

心的清净与混浊，是往生天界或堕落地狱的主要关键。

如果在临终时心混浊不清，只能回想到自己曾经造过的恶业，那么，心意识就会向下，而堕落地狱，遭受自己在世时，所造作的恶业报。相反地，如果临终时，心很清净，一直忆念自己曾经修过的善业，那么，心意识就会往上，而转世到天界去，享受自己在世时所修过的善果报。　　正等正觉佛陀教导我们十种舍恶行善，使心清净纯洁的方法，称之为「十福业事」如下：

(一)布施：将物品给予他人，与他人分享。

(二)持戒：保持身口意清净，不可伤害他人。

(三)静坐：通过静坐来训练心志，使心清净。

(四)尊敬服从：对有品德者要尊敬服从。

(五)热心公益：积极行善，不做有违法律的事、应从事促进文化与道德教育的善事。

(六)回向：将功德回向，与他人分享。

(七)随喜功德：随喜他人的功德。

(八)闻法：听闻佛法。

(九)讲法：讲佛法。

(十)正念：守护自己的意念，使之正向，善良。

「十福业事」可以总括为：三善业，即是布施、持戒、静坐。能了解生命目标的人，会经常想到死亡，而且会积极行善。他认清事实，勇敢地面对世界，任何痛苦都无法使他的心动摇，快乐一定会在今生与来世跟随着他的步履前进。

上述所说的，都是施命师父的教诲。他时刻提醒我们，生活不可放逸。每天都要认真地舍恶行善，使心保持清净纯洁，这样生命才会有价值。

笔者希望与大家分享师父之教诲，让大家懂得如何面对与解决痛苦的方法。因为生命真正的价值，是利用在世上的时间勤修功德波罗蜜，关闭地狱之门，而迈向涅槃境界。

二、父亲临终的最后一刻

有一天，一位女士来请教师父有关她父亲的事情。这件事很重要，那是当亲人在面临生命危机的时候，我们应该如何照顾他们。现在与大家分享，希望能作为各位读者的借鉴，它通过佛法告诉我们，在生命将结束的前一刻，如何以正确的方法，来照顾亲人。

她说：「当我十岁的时候，父母就离异了。母亲独自一个人抚养我，母亲相信因果报应，所以她每天都会盛钵。至于父亲从没有照顾过我。虽然我知道，父亲搬到哪里去了。但是我却没有去找过父亲，只是偶而跟他通电话罢了。」

「后来，父亲患了重病，在深夜时被送去医院，我去探望他。医生说父亲患了癌症，只剩下几个月的生命。父亲不相信因果报应，我该帮助怎样他呢？如果孩子们在父亲在世的时候，为他修功德，他是否可得到呢？会否减轻他因癌症而带来的痛苦？」

师父慈悲地说：

「 你要照顾临终的病患者，首先必须要先了解，无论是患了什么病，在往生前，最重要的是，心绝对不能受到烦恼的干扰而混浊。因为心一混浊，就会往恶处苦道而去。」

「佛陀曾讲过：当心混浊、不透明，就会堕落恶道。」

「所以当你父亲还在世的这两个月期间，即使是到了最后一秒钟，绝不可让他的心混浊。而让人的心保持清净的最佳方法，即是修功德。」

「他不喜欢修功德，不过，如果孩子为他修，他会得到功德的。」

「只要他随喜你们为他所修的功德，是可以得到功德的，只是比较少而已，所以要让他亲自做。」

「不相信因果报应，不相信地狱天界的人，也不相信有来生，认为死后就变空，这种人当恶报回报时，往生前都会受尽折磨的。」

「此时身为儿女的，应该随侍一旁，对他加以照顾，有机会就跟他讲佛法，早上、傍晚或入睡之前，将花、蜡烛拿给他供养，刚开始时他可能不会跟着我们一起做，但是要慢慢地跟他讲法，让他了解功德与恶业的事情，同时告诉他每天都要礼佛、诵经。

「如果他无法起身，就让他躺着诵经。当他身体还健康时，可能会不相信，但是，当病情越来越沉重，直到临终时，孩子告诉他要请求佛陀保佑，他可能会相信。」

「也许你们可以准备食物、水果、香花，让父亲盛钵。如果能恭请法师到病房来，那将会更好，但是如果法师不能来，或附近没有法师的话，你们就替他盛钵，然后告诉他，为他修了什么样的功德。」

「如果他今世还有一些功德，就会跟着你们一起修功德，痛楚也会减轻。如果他什么都不做，那就没办法了，唯有等来生再回报他。而今生恐怕无法帮助他了。」

「很多年前，师父认识了一个人，他是善知识的代表，患了糖尿病，最后双腿被锯掉。当刚刚开刀后，每天下午大概两点钟的时候，伤口就会剧痛无比，怎么治都治不好。」

但是因为他来过寺院，深信功德与恶业的事情。当师父去探望他时，将诵经与引导静坐的录音带送给他。每天用完早餐后，就先让他休息睡觉，直到下午一点半，当剧痛快要发作时，就将诵经的录音带播放给他听，并请他跟着一起诵念。

当到了下午两点时，他早已忘记了痛楚，每天都这样做，直到痊愈为止，这是曾经用过而有效的方法。

「这提醒我们，若是懒惰诵经，就要先练习诵经，当生病时，如果遇到这样的情况，就可以以诵经来消除痛楚。当心专注于诵经的声音时，就会忘了痛苦，这也是曾经用过而有效的方法。」

「虽然他从来没有来照顾过你们与母亲，但是你们还是决定要照顾病危的他，这是正确的。因为无论如何，父母对我们是有恩惠的。」

(一)父母是孩子的楷模：父母赐给我们适合行善的人身。因此，即使父母没有照顾孩子，但毕竟还是生育我们的恩人。他们把我们从小养育成人，就是为我们树立了最佳榜样，他们的恩德是不可思议、无法计算的。

(二)父母永远宽恕孩子、不会记恨：虽然有时父母亲会责骂或鞭打孩子，但是这些都出自于爱与关心，希望孩子能成才。其实，当父母亲鞭打孩子时，就有如刀子正在割父母亲的心一样，正所谓「打在儿身，痛在娘心」。因为在这个世界上，不管谁的爱都无法比得上父母亲对儿女的爱。父母亲一直无私地付出，恨不得把世间所有的爱都给予孩子，所以千万不要怀疑父母亲会像别人一样地背叛我们。

(三)父母恩重如山，当子女的即使穷尽一生，也是无法报答他们的恩情：其实父母亲即是家里的主佛，身为子女的一定要感恩他们的恩德，要善待他们，孝顺他们。

子女必须孝顺父母亲，简述如下：

(一)好好地照顾与关心他们，举凡食物、衣服、住所等，都要悉心地照顾，尤其是他们生病时，必须以最佳的方法加以治疗，要经常关怀他们，直到他们命终为止。

(二)行善积德，当个有用的人，让家族感到光荣，父母亲感到欣慰。

(三)行为端正，处事光明磊落，能继承父母亲的遗产，并加以妥当地处理。

(四)谨慎地为他们办事，不要有任何错误。

(五)邀请他们，支持他们，让他们有机会布施、持

戒、静坐，让功德跟随他们到来世去，向涅槃之道迈进。这是每个孩子对父母亲所应负起的重要责任。即使到了他们往生之后，也要经常修功德，回向给他们。

为了让子女长大后成为有用的人，为国家社会作出贡献，父母亲尽其一切，辛辛苦苦地培育子女，他们的苦心，作为子女的我们一定要谨记在心，一定要报答他们的恩情。当我们为人父母后，为了培育自己的子女，同样的，也要任劳任怨，不惜付出一切，为子女作牺牲，冀望他们能成才。所谓「养儿方知父母恩」。此时，我们一定能深切地了解父母的伟大与无私。

当我们在养育儿女的同时，也不可以忽略我们的父母亲，必须善待他们，照顾他们，关怀他们，奉养他们，让他们能安享晚年，从而也能为自己的儿女树立好榜样。而儿女们在这种耳濡目染的情形下，自然也会受到良好的影响，懂得敬老尊贤，成为社会的栋梁。另有一点非常重要，当父母亲临终的前一刻，我们一定要懂得好好地照顾他们的心，使之保持清净，无所挂碍，往生善道。这在佛教里是最正确的做法，也是为人子女应尽的孝道。

三、成为家里值得尊敬的人

根据一则报告，自佛历二五四二年起，在泰国每年遭子女抛弃的老人，其机率越来越高，平均一年不少于三十万人，而一般老人院一年只能收容两百位老人。

为什么会发生这种不幸的事呢？主要的原因是子孙对家中的老人感到厌倦，不想他们成为生活上的负担，因此便将他们弃之不顾，此种趋势逐年提高，真的令人不寒而栗，感到十分悲伤与无奈，不禁哀叹道德伦理的沦落。

抛弃年老父母的问题，是泰国当今社会里一个相当严重的问题。泰国国内有超过90％的人口信仰佛教。佛教的教义，教导我们要奉养父母，他们就如家里的阿罗汉一样，非常重要，作为子女的一定要尊敬与孝顺他们。

老年人的生活经验丰富，时常会提醒与教导我们如何面对人生，如何求取进步，如何获得幸福。他们对子女有大恩惠，在这个世界上，没有人的恩德能比得上他们，我们毕

生也无法报答得完。因此如果有人连自己的父母亲都不关心，甚至弃之不顾，那么试问这世上还有谁能令他孝顺？这种人令人唾弃，幸福之路并不属于他们的。

当我们呱呱坠地，在襁褓期间，一切都需要别人的照料，父母亲衣不解带，任劳任怨地细心照顾着我们，从不言倦，无论有多辛苦，也绝不会把子女丢弃。否则，我们早已经丧命了，或者虽能侥幸活命，但恐怕也会沦落为乞丐，三餐不继，那能像今天一样，幸福快乐。因此光只这一点，其恩德就我们已经无以为报了。

因此子女一定要报答父母之恩，感谢他们愿意接受我们当他们的孩子、并养育我们、保护我们。有时候他们宁愿自己挨饿，也要设法喂饱自己的孩子。他们忍受着各种苦，也要把孩子抚养成人，他们的付出是多么的无私，多么的伟大啊！

试想，当我们到了晚年时，势必年老力衰，体内的各种器官都退化了，一切都不像年轻时那么惬意，行动无法自如，那时我们就会感到很烦恼。因为无论要做什么事，都需要子孙们从旁协助，甚至连大小便，也要依靠他人帮忙。在这样的情况下，日子一久，不只自己感到厌烦，相信子孙们也会厌恶我们。如果他们的爱没有发自内心，没有真正地爱祖父、祖母、外公、外婆的话，他们一定不想来照顾。即使有人可以忍受得住，可能也是有其目的的，因为他们希望得到老人家的遗产。这种例子，不胜枚举，也屡见不鲜。我们应该要设法令这些问题，不会发生在我们的家庭里。

要使子女敬爱关怀家中的长辈，最佳的方法就是要从小灌输孩子正确的观念，经常教导孩子要自动自发地帮忙照顾长辈。而父母自己本身必须树立好榜样，让子女学习。这样子女自会如自己的父母一样，懂得敬老尊贤，照顾与关怀家中的长辈。

更重要的是，要培养孩子们的爱心，孝顺长辈。让孩子多与祖父祖母、外公外婆接触，经常把他们的恩德告诉孩子们，让他们产生恭敬心，如此不断地作正确的教导，那么日子一久，自然会对孩子产生正面的影响。

但是如果父母亲在与孩子一起照顾父母的同时，却又在孩子的面前与背后不断地抱怨，口出恶言，或是边照顾，边责骂孩子，这样自会对孩子产生不良的影响。将来当父母年老时，他们也会如此对待父母，认为父母在家里是多余的，甚至地位比佣人低，父母亲必须看他们的脸色过日子。到时父母亲必会因此而伤心欲绝，泪眼相对！殊不知这就是因果报应。

因此如果父母亲希望子女在自己年老时，能善待自己，就必须要先善待自己的父母，并训练孩子当自己的助手，一起照顾长辈。当他们长大之后，自然会以爱心来照顾父母，关怀父母，奉养父母。

无论如何，当父母在教导孩子如何行孝道时，祖父祖母、外公外婆，也应该从旁加以提醒，补充说明。无论如何，父母应该在年老之前，就为晚年作好准备，为子孙所尊敬。如果事先没有作好心理准备，那么当衰老时，就来不及了，到时就会给自己带来莫大的痛苦。

那么，要如何准备，当家里值得尊敬的人呢？简单地说，老人有两种：

第一种为没有修功德的老人。

即是在有生之年，从没做过什么善事的老人，很少布施、持戒、诵经、打坐，对学佛没有兴趣，每天过着毫无意义的生活。这种老人很麻烦，不讲道理、做事没原则、缺少判断力、不能分辨是非、子孙们都不想接近他；这种老人，通常会造成许多家庭问题。最常见的就是婆媳之间的问题。子孙们无法从他那里学到做人的道理，他根本毫无善业可言，所以最终将被子孙遗弃。

更重要的是，要培养孩子们的爱心，孝顺长辈。
让孩子多与祖父母、外公外婆接触，
经常把他们的恩德告诉孩子们，让他们产生恭敬心，
如此不断地作正确的教导，
那么，日子一久，自然会对孩子产生正面的影响。

第二种为具功德波罗蜜的老人。

这种老人的一辈子，除了认真工作与累积财物外，也会为晚年作好准备。他们懂得如何利用时间，妥善的处理自己的私事，从不麻烦家人，绝不成为家人的累赘。

他也经常学习佛法，认真布施、持戒、打坐。同时，还经常把自己的人生经验传授于子孙。

正等正觉佛陀称这种人为「值得子孙尊敬的人」。哪

家有这种老人的话，哪家就会安乐，他就如「家里的主佛」一样。

这种老人明了简单就是幸福的道理，并以此作为原则，老老实实地过生活。

(一)经常盛钵：勤于布施。每天早上都会为僧众盛钵，这是将食粮储存到来世去的方法。

(二)精进地持守五戒：对于第四条戒－不妄语，他更谨慎地持守，即是不打妄语、不唠叨，当个吃住都简单的人。尤其在佛日的前一天与佛日当天就会持守八戒。

(三)尽量地安排时间打坐：每天早晨、中午与晚上入睡之前，都一定会打坐，让心透明清澈。他会为子孙树立好榜样，有空时就教导家里的小孩子，有时讲故事，有时分享有益的生命经验，时刻提醒子孙，要把佛法运用到生活上去。他绝不插手干涉女婿或媳妇的私事，而让子孙们自己学会负担与解决家庭的问题。他只在适当的时候进行调解，尽量培养家族的接班人。因为知道自己在世的时间有限，所以会将所有的财物，妥善地分配，交给子孙管理。

他也会取出部分的款额，作为自己往生后办理丧事之用，而不让子孙为了办理自己的丧事而奔波伤神。总而言之，他会在往生之前作好一切准备，绝不加重子孙们的负担。如此一来，必定得到子孙的敬重，让子孙永远尊敬他，怀念他。

因此，大家应该明白，第二种老人在晚年的时候，绝不会孤单，因为子孙们都想接近他。其实，如果子孙们愿意

亲近他，就能增长知识，了解更多的做人道理、使自己身心安乐。既然我们已经知道，如何当一个明智的老人，那么从今天开始，就准备当家里的主佛，好好地为自己的晚年作好准备吧！

四、给予子孙祝福

当生命已经步入晚年，祝福子孙，使他们快乐、幸福、进步，就成为我们人生的另一个责任。但是要如何祝福子孙，却是一种学问，如果做得不如法，不但得不到子孙的尊敬，而且还会产生不良的影响，导致子孙反感，不愿亲近我们。

「祝福」是什么？

祝福是来自巴利语的 「vara」，「vara」 是吉祥、幸福的意思。祝福的意思是给对方吉祥、幸福。所以祝福子孙，即是希望子孙得到吉祥、幸福。

祝福的重要性

很多人都不知道给予子孙祝福，是泰国的一种传统古老文化。一般上，在每晚入睡之前，父母亲都会带子女去向长辈们顶礼，祈求祝福。而此时身为家中的长辈就会把当天所行的善事，告诉子孙，当作祝福。在祝福的过程中，着重

强调与灌输种善因得善果，种恶因得恶果的因果报应观念，借此培养子孙良好的品德。

过去的泰国社会，大多数的家庭都奉行此种传统文化，因此人们大多能安居乐业，社会问题并不多。

入睡之前给予子孙祝福，对家中的长辈来讲，是家中最重要的事情。因为他们明了，如果家庭失去了长辈的祝福，就等于该家庭失去了重心，失去了凝聚力。

一旦家庭失去了重心，缺乏凝聚力时，家里就会显得死气沉沉，毫无朝气可言。

家庭成员会因此而时常发生冲突、甚至大动干戈，进而反目成仇，到此地步，根本谈不上有什么温暖。

尤有甚者，有些家庭成员因经不起打击，而借酒消愁，或吸食毒品以麻醉自己，这样一来，将导致整个家庭步上毁灭之道。

了解此传统文化重要性的家庭，都会灌输子女正确的道德教育观念，教导他们在每晚入睡之前，必须向家里的长辈请求祝福。

有的父母，当家里的长辈离开世间之后，都会教导子女向亡者的遗照顶礼，并告知孩子有关他们在生时行善积德的美事。

但是近几十年来，这样的传统文化已在泰国人的家庭中逐渐消失了，而在缺乏家庭凝聚力的情形下，导致老人被遗弃的问题、家庭破裂问题、离婚问题越来越严重。

现代社会的一般趋势，大部分的年轻夫妇，婚后都各自建立自己的小家庭，因此，平常在家里，只有年轻的父母亲与年幼的孩子相处在一起，跟祖父母、外公或外婆接触的机会少之又少，结果祖孙之间的关系越来越疏远，感情也越来越淡，一点凝聚力也没有。因此当年轻父母无法与孩子沟通时，就没有长辈可以从中调解协助，日子一久，问题就会趋于严重，导致少年离家出走的问题层出不穷，这也是产生社会问题的主要原因。

缺乏凝聚力的小家庭，如果父母亲不设法加以补救，为孩子灌输正确的家庭伦理道德观念，那么，家庭的成员肯定会因家庭失去了温暖，而无法和睦相处，最终导致家庭破裂。要加强家人彼此之间的凝聚力，就必须保留传统的优良文化。首先要培养孩子的孝心，每天晚上入睡之前，孩子一定要先向父母亲求祝福。刚开始时，母亲可能要先带孩子去顶礼父亲，请父亲祝福，因为父亲是一家之主。当父亲给孩子祝福之后，再告诉孩子去顶礼母亲，请求祝福，因为母亲也是家庭的支柱。

如果父母亲能保留优良的传统文化，灌输孩子正确的伦理道德观念，这就等于给家庭买了保险一样。家庭会因此而充满了温暖和幸福。到了晚年，也能确保子女们会好好地侍奉他们，不会过着孤单寂寞的生活。因为自小，父母亲就给他们树立了好榜样。

如何使自己得到吉祥、幸福

当我们已经知道祝福是有多么重要之后，接下来，我们将讨论如何使自己得到吉祥、幸福。佛教认为人「心」是跟其他动物不一样，人心是有其特性的：

(一)心是可以透过训练提升其质量。

(二)心可以消除不好的质量。

(三)心可以不断地净化。

因为有这种特性，所以如果人只累积善业，心就是好的。但是，如果一直累积恶业，心就会变恶。

但是，因为我们的心，不至于是完全恶的，没有一丝善念，否则，我们早就堕落地狱了。

同样的，我们的心也不是完全善的，没有一点恶，不然，我们就可以成阿罗汉了。

就是因为我们的体内，有善也有恶，彼此相混，所以我们要找办法，除掉恶业，然后随着年龄的增加，努力地增加善业。

烦恼有以下三种：

1. 贪：即是自私，不知足地追求、吝啬、不愿布施例如：有些家中的父母贪婪成性，不断地向子女索取钱财物品后，仍不知足，结果引起子孙们的反感，而不想亲近他们。或是有些子女太自私、吝啬，只想得到别人的东西，而不愿意与人分享，当然，家里的父母也不愿与这种孩子同住。

2. 嗔：容易动怒，怨恨别人。假如家中的父母喜欢发脾气，动不动就责骂子孙，日子一久，也会令子女产生反感，不想接近他们。抑或孩子经常发脾气、喜欢惹事生非，那么，家中的父母肯定也不想与他们来往。

3. 痴：心混浊、没有智慧，是非不分。假如家中的父母不辨是非、喜欢忌妒、批评别人，相信子女一定不想接近他，当然，同样的情形发生在子女的身上，身为父母者也会采取同样的态度对待之。

如果有谁被这三毒覆盖着，就无幸福可言。因为，谁都不想接近，即使生病也没有人想照顾。

如果我们能努力改掉自私、吝啬的恶习、去除嗔恨心，增长智慧，消除恶业，净化自己的身口意，那么，久而久之，好的想法、好的言语、好的行为就会慢慢地在体内累积，如此一来，幸福就离我们不远了。

只要肯认真学习，人人都能拥有幸福，不管是老人、年轻人或小孩都能拥有它。

如何才能得到真正的幸福

正等正觉佛陀教导我们，要得到真正的幸福，就必须要以三善业对治贪、嗔、痴，三善业如下：

（一）以布施对治贪欲

为比丘盛钵，就是培养子孙好布施，也是对治贪欲的好办法。为了盛钵，家里的成员，无论老少一早就需起床，帮忙准备食物。接着，家中的长辈就会带领子孙们一起给比

丘盛钵。之后，长辈们就会带领子孙把功德回向给历代祖先，这种做法可以培养子孙们的孝心与慈悲心。倘若家里远离寺院，早上没有比丘经过家门，长辈们也可以吩咐子孙准备食物，然后亲自拿到寺院去供养。在供养之前，让所有的人集合在一起许愿，然后再派代表将食物拿到寺院去供养法师，这个代表由家中的成员轮流负责。

这种做法，可以培养子孙乐善好施的好习惯。

一大清早起床，趁心还没受到污染之前行善，给法师盛钵是修功德的最好时机，所谓「一日之计在于晨」，一睡醒就行善是最好的，可以让我们的心一整天感到快乐幸福。

可是，大部分的现代人，早晨一睁开眼睛，就想着如何在工作上与人竞争，如何为自己争取利益，整天都在算计，与人勾心斗角，到了晚上即使睡觉也不安宁。这种人什么善事都没有做，简直就在浪费宝贵的生命。

其实，除了工作上的压力，家里也有很多问题令我们伤脑筋，如婆媳不和的问题、妯娌之间明争暗斗的问题等不胜枚举，至于兄弟之间为了争夺财产反目成仇的事件，更是层出不穷。大家各怀鬼胎，互相猜忌，想占对方的便宜，试问这样的家庭怎么会有幸福可言呢！因此一大清早，全家聚集在一起，为法师盛钵，是当天的第一件善事，不但可以从布施中得到幸福快乐，同时也可减少心中的贪念，让心清净。

(二)以持戒对治嗔心

当起床之后，家中的长辈就应该要求家里所有的成员在佛桌前集合，一起做早课与求五戒。当做完了早课，才分

头去准备盛钵的食物。但是如果时间上配合不来，那么就可以先准备盛钵的食物，在等待法师前来盛钵的时候，利用这段时间先带领大家求五戒。盛钵过后，就把功德回向给历代祖先，然后才做早课，这样一来，就能降低烦恼产生的机会。

家中的长辈必须教导子孙们每天受五戒。持守五戒，能让子孙具有做事与做人的正确原则，绝不害人，不妄语、不邪淫，不偷盗等，而且无论跟谁发生多严重的冲突，也要尽量保持心平气和，不轻易动怒，不与人结怨。如果能如此教导子孙，则无论对里对外、于人于己都有益。

在现今的社会里，也许工作与生活压力大，造成人的脾气都很急躁，容易起嗔恨心，当感到不满意的时候，就会马上恶言以对，甚至拳头相向，因而结下了恶缘，互相怨恨。所以持守清净的五戒，能自我控制，保持身口意清净，不轻易起嗔恨心，这样生活自然会幸福快乐。

（三）以静坐对治愚痴

长辈们由于学佛的时间久，所以明白我们的心是最容易被诱惑的，有时候看到漂亮的东西，就想得到。有时候闻到香味，也想得到。有时候想到美味的食物，也想得到。有时候触摸到柔软的东西，也想得到。有时候，谁合我们的心意，也会让我们想得到他(她)。

在眼、耳、鼻、舌、身、意，各方面的诱惑下，使得将错的看成对的，使心容易被误导，而去造作恶业，最后导致要受苦报。

我们要保持平常心，不让心堕落，变成这些诱惑的奴隶。必须时常提高觉知，清楚知道自己到底正在做什么，并能作出正确的判断，了解什么是对或错、好或坏、功德或恶业、应该做或不应该做，这样才不会放逸。

长辈们都明了这些重要性，所以他每天都会训练提高自己的警觉性，具有正见，而这必须从小就训练，而不是等到年纪大了才训练，因为到那时已经为时晚矣！

他是按照正等正觉佛陀所教导而实行的，这些都是他们从寺院学到的，因为寺院是灌输大众道德伦理的地方。而正等正觉佛陀所教导的「禅修」，正是训练我们提高觉知，具有正见的最佳方法。

禅修是以训练心，让心清净纯洁的方法来消除邪见，进而生起正见，随时随地都将心安置于善处。

长辈们透过以下三件事情来使自己具有正见：

(一)每天学佛

(二)每天以佛法教导子孙

(三)每晚打坐

每天学佛　能使心时刻得到佛法的滋润，即是要不断地修功德，因为人之生死，是必然的现象，而唯一可以伴着我们的，就是功德与恶业。所谓「万般带不走，唯有业随身」，就是这个意思。如果功德修得很多，问题就会少，快乐就会多，但是如果造了很多恶业，除了会产生很多问题之外，原有的快乐也会消失。

每天以佛法教导子孙，能使自身有机会不断地忆念过

去所修的功德，同时也可借此把伦理道德传授给子孙。当心如此紧系于佛法时，一切都会顺利，子孙也自然喜欢接近你，这样，无形中就有机会灌输他们更多正确的观念，使他们能堂堂正正的做人。

每天晚上静坐，是直接训练具有正见的最佳方法，因为当静坐的时候，心就会习惯于宁静、不容易混浊，由眼、耳、鼻、舌、身、意所产生的诱惑，很难对他们产生影响，因为他们的心已能保持清净。

他不仅不会受到诱惑，更能看透人性，对世间的一切都能淡然处之，不为烦恼所束缚。他就有如一座智慧库，能为子孙提出有建设性的意见，使子孙喜欢接近他。

如果我们的长辈能以正等正觉佛陀所教导的布施、持戒、打坐的方法，来消除贪、嗔、痴等诸般烦恼，那将必定获得幸福与快乐，成为值得子孙尊敬的人。

总而言之，如果能如此陶冶自己，使自己成为一个好长辈，那么，子孙是绝对不会遗弃他们的，反而喜欢接近他们，每天早晚礼敬他们，把他们当作家中的主佛一样。

长辈的祝福词为什么如此灵验?

当我们去顶礼品德高尚的长辈时，我们会发现他们对子孙的祝福都会一一实现。这到底是什么原因呢？

敬爱的施命法师曾就这件事而为我们开示：祝福词是否灵验，与祝福者所修的真言波罗蜜息息相关。

如果祝福者的品德高尚，诚实善良，那么，其祝福词

就会灵验。相反地，如果祝福者品性低劣，好打妄语，当然，其祝福词自然就不会灵验。

法师更指导我们阅读古代的经典，并慈悲地为我们讲解大藏经里「翁库利曼法师」(音译)的故事：

「翁库利曼法师」(音译)出家前，是一个曾经杀害过很多人的恶贼。当时，他误信人言，以为只要杀死一千人，就能得道，因此，他连续杀害了九百九十九个人，只差一人他就可以成为统治世界的主人了，而将被他杀死的第一千个人即是他的母亲。正等正觉佛陀早就预知了此事，因此前来度化他。当时他已经失去了理智，一看到佛陀，就冲上前去，想杀害佛陀。不过，在佛陀慈悲地开导下，他终于醒悟了。他向佛陀忏悔，并向佛陀请求出家，从此在佛陀足下认真地修行。

但是，因为之前他是恶名昭彰的杀人贼，所以当他刚出家出外托钵时，村民一看到他，都心有余悸，只记得他是「翁库利曼」(音译)恶贼，纷纷逃离，结果每次都是空钵而归。有的时候，甚至还被很多人用石块抛掷，以致受伤流血。

有一天，他去托钵的时候，在路上遇到一个怀孕的妇女，这个孕妇记得他是「翁库利曼」(音译)恶贼，当场吓得跌倒在地，浑身虚脱，没有力气逃跑，甚至连话都说不出来，好像快要死去一般。」

「翁库利曼法师」(音译)心想救她，但却无法做些什么，只能开口以他所修的真言波罗蜜来祝福她：「我自出家以来，就在佛陀的教导下修行直到现在，我一点也没有杀害

众生的念头，愿以修行真言波罗蜜的威力，祝你顺利地生产。」 当话一讲完后，该孕妇就顺利产下孩子了。

这件事是发生在「翁库利曼法师」(音译)证得阿罗汉之前。这是个很好的例子，真言波罗蜜的威力的确能使祝福词如此灵验。

所以祝福的正确原则是，祝福者必须借着内在修行的真言来祝福子孙，这样祝福词才会灵验。

例如：如果我们认为自己所修的布施是真实的，就可以祝福说：

「愿一整年为僧团盛钵的真实善行，祝来求祝福者，饮食丰足，同时，也以自己将财物布施的真实善行，祝福你能如所愿，很快地得到财物。」

当师父解释这件事后，他继续为我们开示：

「我们要知道未来会有子孙或尊敬我们的人来求祝福，因此，我们现在就要先思考该怎么办？我们的祝福词才不会跟鸟鸣一样地只是虚有其声而已。」

「如果我们没有经常盛钵的习惯，现在就要开始盛钵，以消除自己的吝啬。如果自己还经常生气，就要好好地持戒。如果还喜欢固执己见，明明看到是错的，但还顽固地坚持去做，就应该学佛，而且要到寺院来修行，经常打坐，不然，我们也不知道要去哪里找功德来祝福人家。

「但是，如果我们能好好地提升自己，那么，当子孙来求祝福的时候，就可以借着持续不断地盛钵、持戒、静坐所得的功德，以及其他所累积的功德来祝福他们，愿他们生

命辉煌，身体健康，智慧增长。唯有如此，祝福词才会灵验。」

「倘若你现在已经是为人长辈了，但却发现自己并没有什么善业，那现在还来得及。就是今晚入睡之前，先诵经一〇八遍或一整晚打坐，隔天当子孙来求祝福的时候，那你的祝福词可能还有点灵验，虽然只是这样，总比什么都没有好。然后，你每天就要加倍地修行，总有一天，你的祝福词的灵验性就会逐渐增加。」

当我们学好这件事后，就会让我们看到准备进入生命晚年的画面了，而且会让我们感觉到必须在年老前作好准备。因为如果等到年老时才调整的话，坏的习性就会很多了，到时将难以改善。但是，如果从现在开始就改善自己的行为，减轻自己内心的贪、嗔、痴。当到了晚年时，我们就可以有资格当家里「值得崇敬的人」，受子孙该尊敬和顶礼的长辈了。

五、行头陀、不放逸

我们的人生是充满了无常，如果放逸，就可能招致危险。佛陀说 「放逸者，虽活同死。」 到寺院来行头陀是训练自己不放逸的另一个方法。

很多人可能不知道，正等正觉佛陀在四十五年期间的讲法，总共有八万四千法门，但是，如果总结佛陀所讲的法，就只剩下一项，即是 「不放逸」。这点在佛陀的最后一次的教导中可以证明，那时候是在佛陀入灭之前。

「诸比丘！今我告汝等：诸行皆是坏灭之法，应自精进不放逸！」

从佛陀的教义总结，等于他提醒我们，培养自己具有高尚品德，绝不放逸。因为如果我们一旦放逸，那么，在身、口、意方面造恶业的机会就会出现了。原有的品德，就会退步。

不放逸的人要经常提醒自己，人的寿命是有限的。人必须过有价值的生活，即是经常累积功德。

经常提醒自己，不要成为放逸者，让自己的心安住在功德里。

为什么要安住在功德里，那就是佛法的原则，它告诉我们，每个人都有自己的善恶业，但是业报是取决于心的状况。

例如：如果心安住在恶业里，即是心经常意念到恶业，那就是给过去所造过的恶业报应的机会。例如：杀生的业力报应时就会短命，必须承受遭遇到意外的痛苦，而且会缺乏很多行善的机会。

不放逸的人要经常提醒自己，
人的寿命是有限的。
人必须过有价值的生活，
即是经常累积功德。

相反的，如果心经常安住在功德里，即是对别人慈悲，或者意念到来自曾经布施过、持戒过、静坐过的功德，这样，就可以给过去所做过的善业回报的机会，例如：来自过去布施过的功德，使得今生的财富增加。因为佛陀知道这个事实，我们修功德时，会有三段时间，即是修功德之前，修功德时，修功德后，都要起欢喜心。无论是布施、持戒或静坐的功德，都能使心透明。因此，当修功德后，就要经常意念所做过的功德。

如何让心安住在功德里?

我们的长辈修功德的方法，就是在寺院修头陀行大概三到七天，这段期间以布施、持八戒以及打坐为主要活动。至于住所就由寺院安排，有的住在头陀伞里，有的住在寝室里，这要看该寺院的场地如何而决定。

有的可能会怀疑，来修头陀行如何能让心安住在功德里？如何还不放逸？于是，笔者就继续研究，结果发现一位师父，曾经对到寺院来参加头陀营者这么解释过：

「行头陀是让在家人有机会像比丘一样，住在头陀伞里修行。」

正等正觉佛陀告诉我们，修头陀行有两项重要之原因：

第一项、世人都有同一种感觉，即是当自己快乐时虽然是已经获得很大的快乐，但却仍然觉得自己的快乐比别人少，而当遇到一点苦时，却总觉得自己的苦比其他人多得很。

第二项、我们分不清楚什么是生命的必需，什么是多余的。其实，如果我们能好好地注意，就会分辨出问题的大小，以及对世界有害或有益的问题。因此，我们应该分清楚什么是「必需的」？什么是「想要的」？

「必需的」就是必要有的，即是生活上必要有的四事：（衣服、饮食、住所、医药）。至于「想要的」即是想得到的，使自己方便舒适的事情。

所以，有些人当想得到什么东西时，就以为那些东西都是「必需」的。例如：衣服，虽然已经有了几十件，塞在衣柜里面，但是主人还是觉得不够，还想买更多的时髦衣服，这样就不是必要，而只是一种欲望而已。

另一点值得注意，现在的商家促销各种货品时，会送这个送那个，有时是为了想得到所送的赠品，而去买不需要的商品，结果，最后家里就堆满了很多不必要的东西，以致入不敷出，钱不够用。

因此，为了能够分辨「必需的」与「想要的」。我们的长辈才在佛日与假日里参加头陀营。

法师们教导我们，如果想住在头陀伞里面，就自己背着头陀伞，到寺院来住上两夜，之后就会知道，先前你想拥有几栋房子、几座大楼的想法，是多么幼稚呀！因为当你住进头陀伞里面时，就可以感觉到，我们需要的空间，其实能容身便已足够了。如果将太多财物带进头陀伞里，根本就不够地方，因此，怎么可以睡觉呢？

至于在头陀营里要穿着白衣，这样可以让我们知道，其实，我们也不需要太多衣服，因为那是一种负担。尤其是穿上白衣，要坐着睡就要特别小心，要有知觉，避免不小心弄脏了衣服。

「必需的」与「想要的」就是这样，要仔细的评估，不要一看到什么东西就想要，应该要分清这上述两种的差别，这就是为什么要建议你们一起来修头陀行。

如果要使自己不放逸，最先就要舍恶、行善、让心清净纯洁，这三件事情，必须要尽量地去实行，使其圆满。也

许这辈子未能达到圆满的地步，但只要我们努力不放弃，总有一天，当修行圆满之后，我们就可以断除一切烦恼，成阿罗汉，跟随正等正觉佛陀进入涅槃。

分享了师父的教导后，可以这么说，要精进修行，不放逸，将心安住在功德里，就应该在周末时，到寺院来参加头陀营三至七天。为了让自己从世俗红尘的纷纷扰扰中走出来，增加自己的功德，我们必须前来住在身心安乐的环境。当头陀营结束，回去工作时，我们就会以安住在功德里的心工作，心时刻保持清净，就不会放逸。即使问题再多，但还是可以解决的，甚至会慢慢地消失，而好的机会会自动找上你，因为清净的心能吸引好的事情到我们的生命里。

如果六千多万个泰国人，可以一起来参加头陀营的训练，使自己不放逸，那么，泰国的各种社会问题，就会减少，因为泰国人的心，已经变得清净了。而且如果能复兴全国的各所寺院，经常在周末的时间举办头陀营，总有一天，国内的问题就会消失。因为每个人在日常生活中修行，那可是我们的祖辈，留给我们的宝贵文化遗产。可是这些事情，什么时候才得到支持？主要在于我们要先去实行，然后再去邀别人跟着做。

希望大家思考之后，就在这个周末的时间，带着家人到修行中心或离家附近的寺院去参加周末头陀营。现在，让笔者先向大家随喜功德，善哉 ！

温暖之家

书号 ： ISBN 978-974-13-1437-9
顾问 ：帕拉差帕哇那威素（法胜法师—法身寺住持）
书名 ：温暖之家
作者 ： 佘 捧沙灣 （S. Phongsawasdi）
译者 ： 釋法應, 釋法深, 釋白樸, 蔣慶蘭, 張曼雲, 蕭貞貞
编辑者 ： 釋心平、陳培堃、王别玄、許老師、華美玲老師
刘慧 泰国法身寺翻译中心
排版者 ：王平平
封面设计者：Malinee Yomkwang
特别鸣谢 ： ห้างหุ้นส่วนจำกัด ที.แมน ฟาร์มา
บริษัท พี ที อาร์ กรุ๊ป จำกัด
翻译中心团体 方静微 温昌乐
印刷商 ： SUKKHUMVIT PRINTING CO., LTD.
300 SUKHUMVIT SOI 97/1 SUKHUMVIT RD. BANGJAK, PRAKHANONG, BANGKOK 10260
Tel.02-332-8623-6 Fax. 02-331-2119
E-mail : sukhumvitprinting@hotmail.com
: sukhumvit_printing@yahoo.com
出版日 ： 2011年10月四刷
版权 ：泰国法身基金会
网址 ： www.dmcchinese.tv

本书的内容与版权均归泰国法身基金会所有。有关此书的任何部分，在未经出版者允许的情况下，请勿翻版或刊登在任何搜索系统或以任何其他方式播放、复印、收录等。

全球法身中心

泰国 (Headquarters)

法身基金会 Dhammakaya Foundation

40 Mu 8, Khlong Song, Khlong Luang, Pathum Thani 12120, THAILAND

Tel : +(66−2) 831−2553, +(66−8)6529−0142

Fax : +(66−2) 5240270 to 1

E-mail: info@dhammakaya.or.th www.dhammakaya.or.th

www.meditationthai.org www.dmc.tv.en

ASIA

中国 (China)

释心平 Tel : +(86)137−6470−8236 ;

E−mail：xinping1000@hotmail.com

释觉旭 Tel : +（86）131−885−7959 QQ： 910653710

泰国+66875162071；E−mail：pp072@yahoo.com

香港 (Hong Kong) Wat Bhavana Hong Kong

385−391, 2/F, Henning House, Hennessy Rd., Wanchai, Hong Kong

Tel : +(852) 2762−7942, +(852)2794−7485

Fax : +(852) 2573−2800

Website : www.dmc.hk Email : dmchk@netvigator.com

新加坡 (Singapore)

Kalyanamitta Centre (Singapore)

146B Paya Lebar Road, ACE Building #06−01, Singapore (409017) Tel : +(65)6383−5183

E−mail : dimcsg@dhammakaya.tor.ch dimcsg@singnet.com.sg

台湾 (Taiwan)

台湾法身寺禅修协会 Dhammakaya Internation Meditation Center of Taipei

22061 台北县板桥市四川路二段16巷9号3楼

Tel : +(886)−2−8966−1000 Website : www.dmc.org.tw

E−mail : info@dmc.org.tw

台湾法身寺禅修协会 桃园分会
Dhammakaya International Meditation
Center of Taoyuan 33063 桃园市青田街232号
Tel. : +(886)−3−377−1261 Mobile. : +(886)−987−300−257
Website : www.dmc.org.tw
Email : watthaitaoyuan@hotmail.com
台湾法身寺禅修协会 台中分会
Dhammakaya Internation Meditation Center of Taichung
40001台中市 中区 民权路14巷25号1−2楼
Tel :+(886)−4−2223−7663 Website : www.dmc.org.tw

马来西亚 (Malaysia)

Penang Dhammakaya Meditation Center of Penang
No. 2G−2, Tingkat Kenari 6, 11900 Sungai Ara,
Bayan Lepas, Penang, Malaysia.
Tel : +(60)−4−644−1854, +(60)−19−457−4270 to 1
Email : dmcpn@hotmail.com

Kuala Lumpur Dhammakaya Meditation Center of
Kuala Lumpur
4−2 Jalan, Puteri 5/1, Bandar Puteri, 47100, Puchong,
Selangor, D.E., Malaysia Tel : +(60)−3−5882−5887
E−mail : chutintharo072@hotmail.com

BRUNEI

Co-ordination Office Contact: Ruangrassame Chareonying
Tel: +(673) 8-867-029 E-mail: JY_dhamma@yahoo.com
Thailand Co-ordinator contact:
Ms. Rawiwon Mechang Tel: +(66)-5-071-0190

INDONESIA

Yayasan Bunyanithi Dhammakaya International Meditation Center of Indonesia
Pulau Dewa 5 Blokp 6 No.21 Kota Modern Tangerang Prop. Banten 15117
Indonesia
Tel: +(62) 21552-8908 +(62) 21552-1819
E-mail: dimcindonesia@hotmail.com

JAPAN

Ibaraki
Wat Bhavana Ibaraki
2816-2 Oaza Arakawahongo, Ami-Machi,Inashiki-gun, Ibaraki-ken, Japan
300-1152
Tel: +(81) 2-9846-6110
Mobile: +(81) 080-5489-5669 +(81) 080-5489-6659
E-mail: Ibaraki_otera@msn.com

Kanagawa
Wat Bhavana Kanagawa
3-39-9 kokubukita, Ebina-shi,Kanagawa-Ken, 243-4006, Japan
Tel: +(81) 4-6205-6713 Mobile: +(81) 80-5099-4527 +(81) 80-3458-6028
E-mail: puwanat072@hotmail.com, watkanagawa@gmail.com

Nagano
Wat Thai Nagano
733-3 Mihari, Tomi-Shi, Nagano-Ken, 389-0501, Japan
Tel: +(81) 2-6864-7516 +(81) 2-6864-7720 Fax: +(81) 2-6862-2505
Mobile: +(81) 90-9390-6055 E-mail: yanakuno@yahoo.com

Osaka
Wat Bhavana Osaka
Dhammakaya International Meditation Center of Osaka (DIMC of Osaka)
4-6-27 Ohmiya, Asahi-ku, Osaka, 535-0002, Japan
Tel: +(81) 6-6956-1400 Fax: +(81) 6-6956-1401
E-mail: dimcosaka@hotmail.com

Tochigi
Wat Bhavana Tochigi
1068 Oya-Machi, Utsunomiya-shi,Tochigi-ken, Japan 321-0345
Tel: +(81) 2-8652-8701 to 2 +(81) 2-8652-8703
E-mail: krubajane39@hotmail.com

Tokyo
Dhammakaya International Meditation Center of Tokyo
3-78-5 Arakawa, Arakawa-ku, Tokyo, 116-0002, Japan
Tel: +(81) 3-5604-3021 Fax: +(81) 3-5604-3022
E-mail: chalapinyo@yahoo.com

SOUTH KOREA
Wat Tae Jong Sa
M 29-4, Dongsam-2 dong, Youndo-Gu,Busan City, Republic of Korea
Tel:+(82) 51-405-2626 Mobile: +(82) 10-8681-5976 +(82) 10-2996-9072

The Middle East

BAHRAIN
DIMC of Bahrain
Kanoo Garden,H: 1309, R: 5641,Salihiya 356 Manama City,
Kingdom of Bahrain Tel: (+973) 1724-3274, (+973) 3629-8715

IRAN
Co-ordination Office
Contact: Ms. Aroona Puenebue
Tel: +(98) 21-2260-2105 E-mail: marissa_ange@yahoo.com

OMAN
Co-ordination Office
Contact: Ms. Rathanavadee Boonprasert Tel: +(968) 9901-4584

QATAR
Co-ordination Office
Contact: Ms. Naviya Tonboonrithi
Tel: +(974) 572-7178 E-mail: naviyatonboonrithi@yahoo.com

SAUDI ARABIA
Co-ordination Office Contact: Mr. Udom Chimnuan
Tel: +(966) 50-899-1912 E-mail: saudom_80@yahoo.com

DUBAI
DIMC of Dubai
98b (Villa No.2), 63E St., Mirdif Dubai, U.A.E. Tel: +971(0)4-288-5464

The Middle East
Thailand Co-ordinator
Contact: Ms. Rawiwon Mechang
Tel: +(668)-5-071-0190 E-mail: rawi0072@yahoo.com

Africa

SOUTH AFRICA
Cape Town
Cape Town Meditation Centre (CMC.)
4B Homlfirth Road, Sea Point, Cape Town, South Africa, 8005
Tel: +(27) 21-439-1896
Mobile: +(27) 72-323-0060 +(27) 79-379-0245

Johannesburg
Johannesburg Meditation Centre
30 Scheepers Street, North Riding, Randburg, Johannesburg, South Africa 2169 Tel: +(27) 11-704-3360
Mobile: +(27) 72-363-1226 +(27) 78-464-8871
E-mail: info@watthaiafrica.org somsaknow@gmail.com

Europe

BELGIUM
Antwerp
Wat Phra Dhammakaya Belgium (Dhammakaya International Meditation Centre of Belgium)
Sint-Jobsteenweg 84, 2970 'S-Gravenwezel, Antwerp, Belgium

Tel: +(32) 3.326.45.77, +(32) 3.289.51.81
Mobile: +(32) 494.32.60.02
E-mail: watbelgium@gmail.com vr0072@yahoo.com

DENMARK
Juelsminde
Wat Phra Dhammakaya Denmark
Gl. Landevej 12, 7130 Juelsminde, Denmark
Tel. +(45) 46 59 00 71 to 2, +(45) 20 70 74 59 Fax: +(45) 46 59 00 91
E-mail : dimc_dk@yahoo.com

FRANCE
Bordeaux
Wat Bouddha Bordeaux
47, Cours du General de Gaulle, 33170 Gradignan, France
Tel: (+33) 5 56 49 26 90 Mobile: +(33) 6.20.23.53.08
E-mail: wat_bdx@hotmail.com

Paris
Wat Phra Dhammakaya Paris
Dhammakaya International Paris (DIP)
77, Avenue du President Francios Mitterrand
77200 Torcy France
Tel: +(33) 01.64.68.38.33 Mobile: +(33) 06.88.25.82.06
E-mail: dmc_paris072@yahoo.com

Strasbourg
Wat Buddha Strasbourg
21, Boulevard de Nancy, 6700 Strasbourg, France
Tel: +(33) 03-88-32-69.15, +(33) 03-69-57-20-14
Fax: +(33) 3.88.22.99.19 E-mail: dimcfr@yahoo.com

GERMANY
Koenigsbrunn
Wat Phra Dhammakaya Bavaria
Heinkel Str. 1,86343 Koenigsbrunn, Germany
Tel: +(49) 8231.957.4530,
Mobile: +(49) 8231.3039.749, +(49) 8231.3039.695
Fax: +(49) 8231.957.4532 E-mail: wat_bavaria@yahoo.com

Frankfurt
Wat Buddha Frankfurt (Meditation Verein Frankfurt Me.V)
Odenwald Str.22, 65479, Ruanheim, Germany
Tel: +(49) 614.2833.0888 Fax: +(49) 614.2833.0890
E-mail: lpjon2499@hotmail.com

Stuttgart
Wat Buddha Stuttgart
Im Meissel Str.6, 71111, Waldenbuch, Germany
Tel: +(49) 715.753.8187 Fax: +(49) 715.753.7677
Mobile: +(49) 16.0179.3782 E-mail: wat_stuttgart@hotmail.com

Bodensee
Wat Buddha Bodensee
Lindauer Str. 76, 88085 Langenargen, Germany
Tel: +(49) 754.393.9777 Fax: +(49) 754.393.9779
E-mail: Wat_Bodensee@hotmail.com

ITALY
Milan
Wat Buddha Milano
Via Dello Scoiattolo 7, 21052Busto Arsizio (VA), Italy
Tel: +(39) 033 138 6721 +(39) 033 131 8738
E-mail: wat_buddha_milano@hotmail.com

NORWAY
Midnattsol
Wat Buddha Midnattsol (Det Norske Dhammakaya Samfunn)
Hvittingfossveien 343, 3080 Holmestrand Norway
Tel: +(47) 33.61.01.43 Mobile: +(47) 997.23.075
Fax: +(47) 33.09.66.09
E-mail: dhammakaya-norway@hotmail.com
http://www.dhammakaya.no

SWEDEN
Gothenburg
Wat Buddha Gothenburg
Ostra Arodsgatan 17B, 422 43,Hisings Backa, Sweden
Tel: +(46) -31.58.57.99 Mobile: +(46) -737.562.722
Fax: +(46) 8668-8993 E-mail: watbuddhagothenburg@hotmail.com

SWITZERLAND
Geneva
Wat Buddha Geneva
(Dhammakaya International Meditation Association)
Route de Valavran 50, 1293 Bellevue, switzerland
Tel: +(41) 022-774-0587 E-mail: dima_geneva@hotmail.com

THE UNITED KINGDOM
Bristol
Wat Buddha Bristol
7 Grange Close, Bradley Stoke,Bristol, BS32 OAH, United Kingdom
Tel: +(44) 1454-617434 Mobile: +(44) 7723-351254
E-mail: virandharo@hotmail.com

London
Wat Phra Dhammakaya London
2 Brushfield Way, Knaphill, Woking, Surrey UK GU21 2TG
Tel: +(44) 01483-475757 +(44) 1483-480001
Fax: +(44) 01483-476161 E-mail: disuk@hotmail.co.uk

Manchester
Wat Charoenbhavana Manchester
Gardner House, Cheltenham Street, Salford,Manchester M6 6WY, United Kingdom
Tel: +(44) 161-736–-1633 +(44) 798-882-3616
Fax: +(44) 161-736–-5747 E-mail: watmanchester@hotmail.com

North America

THE UNITED STATES OF AMERICA
California
Dhammakaya International Meditation Center D.I.M.C
P.O.Box 1036, 865 E. Monrovia Pl., Azusa, CA 91702
Tel: +1(626)-334-2160 Fax: +1(626)-334-0702
E-mail: dimcus_ca@dhammakaya.or.th http://www.dimc.net

Florida
Florida Meditation Center
1303 N. Gordon St., Plant City, FL 33563 USA
Tel: +1(813)-704-4599 Fax: +1(813)-283-0050
E-mail: pamotito@msn.com

Georgia
Georgia Meditation Center (G.M.C.)
4522 Tilly Mill Rd., Atlanta, GA 30360
Tel: +1(770) 452-1111 Fax: +1(770) 452-3424
E-mail : wuttiwungso@yahoo.com

Hawaii
Meditation Center of Hawaii (M.C.H.)
54-111 Maakua Rd., P.O.330, Hauula, HI 96717
Tel./Fax. +1(808) 744-4088 E-mail: kunesako@hotmail.com

Illinois
Meditation Center of Chicago (M.C.C.)
6224 W.Gunnison St., Chicago, IL 60630 USA
Tel: +(1)-773-763-8763 Fax: +(1)-773-763-7897
E-mail: mcc_072@yahoo.com

Minnesota
Minnesota Meditation Center
242 Northdale Blvd NW, Coon Rapids, MN 55448 USA
Tel: +(1)-763-862-6122 Fax: +(1)-763-862-6123
E-mail: MMC_072@yahoo.com psuriya@hotmail.com

New Jersey
Dhammakaya International Meditation Center of New Jersey
257 Midway Ave., Fanwood, NJ 07023 USA
Tel: +(1)-908-322-4187 +(1)-908-322-4032
Fax: +(1)-908-322-1397 E-mail: dimc_nj@yahoo.com

Oregon
Oregon Meditation Center
13208 SE. Stark Street., Portland, OR 97233 USA
Tel: +(1)-503-252-3637 Mobile:+(1)-503-799-8547
E-mail: omc072@yahoo.com http://www.dimcor.org

Texas
Meditation Center of Texas (M.C.T.X.)
1011 Thannisch Dr., Arlington, TX 76011
Tel./Fax. +1(817) 275-7700 E-mail: meditationtexas@gmail.com

Seattle
Seattle Meditation Center (S.M.C.)
21910 44th Ave. W., Mountlake Terrace,WA 98043
Tel: (425) 776-1223 Fax: (425) 776-1255
E-mail: phracheep@hotmail.com

Virginia
Meditation Center of D.C.
3325 Franconia Rd., Alexandria, VA 22310 USA
Tel: +(1)-703-329-0350 Fax:+(1)-703-329-0062
E-mail: mdc072@yahoo.com

CANADA
British Columbia
Dhammakaya International Meditation Society of B.C.
3331 Capella Pl., Richmond, BC V6X 3N3 Canada
Tel: +(1)-604-304-3031 E-mail: mccd072@hotmail.com

Ottawa
Co-ordination Office
354 Breckenridge Cres.Ottawa, Ontario K2W1J4, Canada
Contact: Pattrawan Sukantha
Tel: +1(613) 254-9809 +1(613) 261-4341
E-mail: jayy.dee@hotmail.com

Montreal
Co-ordination Office
3431 Jeanne-Manae Suite #8, Quebec H2x2J7, Canada
Contact: Gritsana Sujjinanont
Tel: +1(514) 845-5002 +1(514) 726-1639
E-mail: gritsana@netzero.net

Toronto
Contact: Pipat Sripimolphan
Tel: +1(647) 886-0347
E-mail: psripimolphan@yahoo.com

Oceania

AUSTRALIA
Sydney Retreat
Wat Phra Dhammakaya, Sydney
Lot 3, Inspiration Place, Berrilee, NSW 2159
Tel: +(61) 2-9655-1128 Fax: +(61) 2-9655-1129
Mobile: +(61) 4-1162-8677 E-mail: Satit@dhammakaya.org.au

Sydney Office
Sydney Meditation Centre
117 Homebush Rd. Strathfield NSW 2135, AustraliaTel: +(61) 2-9742-3031
Fax: +(61) 2-9742-3431 Mobile: +(61) 4-1145-3946
http://www.dhammakaya.org.au http://www.dmctv.net.au

Brisbane
Brisbane Meditation Centre
73 Lodge Rd., Wooloowin, Brisbane, QLD 4030, Australia
Tel: +(61) 7-3857-3431 Mobile: +(61) 4-3105-7215
E-mail: kentibkaeo@yahoo.com

Melbourne
Dhammakaya Meditation Centre of Melbourne
18 Centerary Drive, Mill Park, VIC 3082, Australia
Tel: +(61) 3-9473-6255 Mobile: +(61) 4-0100-8799
E-mail: ronrawee@yahoo.com.au

Perth
Dhammakaya Meditation Centre of Perth
174 Moolanda Boulevard, Kingsley, WA, 6026, Australia
Tel: +(61) 8-9409-8614 Fax: +(61) 8-9408-1007
Mobile: +(61) 4-302-07877 E-mail: phra_tawee@yahoo.com.au

Northern Beach
Northern Beach Meditation Centre
4 Hurdis Avenue, Frenchs Forest, Sydney, Australia
Tel: +(61) 294511-722

NEW ZEALAND
Orewa
Orewa Meditation Centre
43 Albatross Road, Red Beach, HBC, Auckland, New Zealand, 1461
Tel: +(64) 9-427-4263 Fax: +(64) 9-427-4264
Mobile: +(64) 21-153-8592 E-mail: orewameditation@yahoo.com.au

Dunedin
Dunedin Meditation Centre (DDMC)
10 Barnes Drive, Caversham, Dunedin, New Zealand, 9001
Tel: +(64) 3-487-6772 Fax: +(64) 3-487-6775
E-mail: thep072@yahoo.com

SOLOMON ISLANDS
Co-ordination Office
KITANO WKK JV P.O.BOX 1108 Honiara Solomon Islands
Contact: Mr. Sangwian Khanchaiyaphum
Tel: +(677) 24808 Fax: +(677) 25460
E-mail: peleyo3@hotmail.com

这本书是根据佛经与祖先丰富的经验所编辑的，与读者分享建立温暖之家的原则。希望所有的家庭都能从书中获得利益。使家庭充满温暖与光明，夫妻之间更加了解与相爱，永远过着幸福快乐的婚姻生活。并能为家庭的未来打好牢固的基础，培育出拥有智慧、能力、与道德的良好人民，并献身社会、利益大众。