



如果能從最初的「不以爲然」，
到最後視爲「一切想當然耳」，
就是一種進步，就是一種成功。



兒女教育

文／星雲大師

父母對兒女的教育，如果太過嚴厲，會讓兒女因爲害怕，而不敢與父母溝通，有時，甚至導致孩子養成說謊的習慣；如果太過溺愛，又會讓兒女養成驕慢放縱的習性。如何教育兒女禮貌有序，又不會太壓抑想法，讓兒女天真活潑，又不致太過放逸無禮？實在是身爲現代父母者一大課題。要給兒女什麼樣的教育呢？以下有四點意見：

第一、有自我要求的習慣：有些父母過於疼愛兒女，課業上的進度、生活上的整潔，都是由父母督促完成，甚至也有由父母代勞的。父母不在身邊，兒女的成績，乃至生活習慣就一場糊塗。這樣的教育，不是愛護，反而是讓兒女養成依賴心，時時要人照顧。因此，要讓兒女養成自我要求的習慣，這是讓兒女對自己負責，也是訓練兒女獨立，懂得照顧自己。

第二、有尊敬接受的性格：教育兒女養成尊敬接受的性格，尤其在現代這個人際關係密切的社會，非常重要。有了接受的性格，才能虛心納受師長、主管、同儕的教導與建議；尊敬他人，才能接受他人的意見，尊重別人的存在，處事上，才不會任己之意，爲所欲爲。你有了這種融和、接受的個性，才能與人和合共事。古德云：「涵容是處事第一法」，尊敬接受的性格，就是涵容的養成。

第三、有明因識果的知見：從小要養成明因識果、不與不取的知見。有了這樣的知見，才能讓兒女時時注意自己的善惡行爲。明因識果，兒女就會知道所有的言行舉止，都必須由自己承擔與負責；明因識果，他會懂得「不以惡小而爲之，不以善小而不爲」，知道去惡向善。正見的養成後，父母就不用擔心害怕兒女在人生道路上走錯方向。

第四、有感恩說好的美德：培養兒童表達感謝，口中常常說好，心中常常感恩。懂得感恩的人，才能體會別人的付出；懂得感恩的人，才能懂得報恩。一個懂得感恩說好的人，必定是一個知足常樂的人。

教育兒女，要注意自己的言語、態度與方法，要慈嚴並施，也要耐心誘導，你不以框架束縛兒女，兒女就能盡其特性，發展自我。兒女懂得謙恭仁愛、明因感恩、修正身心，那才是教育之道，所以「教育兒女」有以上四點。

第一、有自我要求的習慣，

第二、有尊敬接受的性格，

第三、有明因識果的知見，

第四、有感恩說好的美德。

佛法真義

舍利

文／星雲大師

最近數十年來，「舍利子」在社會上經常引起話題。舍利，在佛教的意義，叫作「堅固子」。就是人火化以後的骨灰、骨頭；因爲骨頭不是皮肉，就不容易腐爛，比較能夠久遠的流傳，所以稱爲「堅固子」。

舍利子，不是說一個人火化之後，從他的



↑佛頂骨舍利一直被供奉在金絲楠木的須彌座上。圖／資料照片

骨灰裡面找尋那個圓潤的顆粒，就稱作舍利子；應該說，是整個人火化之後，全身的骨灰都是舍利。圓潤的顆粒，可能是身上的假牙，或植入的鋼釘，或者裝飾品、鈕扣等，

↓供奉在台灣高雄佛陀紀念館的佛牙舍利。



人間佛教 佛陀本懷

第四章佛教東傳
中國後的發展

文／星雲大師

說起佛教藝術，在印度，以阿姜達石窟群最爲代表，成爲世界的瑰寶，之後光大於中國。在中國藝術中，不論是建築、雕刻、繪畫、書法等，凡具有高度代表性的藝術作品，無不與佛教有關。例如，當今列入世界文化遺產的敦煌、雲岡、龍門石窟等，稱得上是集建築、雕刻、繪畫等於一身的東方美術館。

三、人間佛教藝術的成就

過去的寺院很少宣揚佛教藝術，但是講到生活觀、人生觀、宇宙觀時，都會不自覺地透露豐富的藝術內涵。例如：《華嚴經》談論到宇宙三千大千世界的諸佛菩薩，因而有千佛洞的壯觀佛群；《佛所行讚》以優美的詩偈寫下的佛陀行化事蹟，成爲中國梵唄音樂的起源；《維摩詰經》中天女與維摩居士及舍利弗的巧妙對話，創造了「天女散花」的經典戲劇，並爲舞蹈的開端。《阿彌陀經》裡極樂世界的清淨殊勝，繪成莊嚴的經變圖；像現代自然的美景、都市的建設等，那不就是極樂世界嗎？融匯中印西域文化特色的敦煌石窟裡，創造出名揚世界的敦煌舞蹈……，這些都是古代高僧大德化導世間的善巧，也是佛法人間化的重要價值。

這些偉大的藝術創作，讓世界各國人士看到中華文化與佛教的關係。古德先賢用他們的一生奉獻給佛教，創造了中華文化的精華與對佛教的傳播，因此怎能不感恩及重視佛教藝術的發揚呢？

一個國家的強弱，不一定看它的武力，而是看它的文化、藝術；等於人一樣，氣質與內涵最爲重要。我們現在旅行在各地，到大英帝國博物館，到巴黎的羅浮宮，到美利堅的芝加哥博物館，不但看到西方的藝術文化，更看到中國的藝術文化在那裡放光。有時候想想不免可惜，中國的寶藏怎麼會跑到外國去呢？不過，留在我國，在安全上也是堪慮，連年砲火，造成對文物的破壞，更爲遺憾。有這許多國家爲我們收藏，爲我們展出

，讓中華文化在世界上光芒四射，也是一件好事。

石刻與繪畫

先說佛教藝術在中國的發展。早期以來，佛教對藝術的貢獻甚大，影響中華文化源遠流長。我們說敦煌洞窟，其留下的佛像、繪畫，收藏的各種經典、佛書，甚至比秦始皇的兵馬俑還要驚動世界，在一些大學裡還把「敦煌學」列爲顯學，做爲專業研究的課程。一千多年來，歷朝的王公大臣、信徒民衆，一代一代的把敦煌建設得在世界上可以傲視全球，就連印度阿姜達石窟，在敦煌石窟的相比之下也稍顯遜色。想到先民們把佛像雕塑得那樣栩栩如生，那許多壁畫具有超凡入聖之美，那許多刻經都被收藏保存；好在，敦煌地處偏遠的甘肅，歷代的砲火不容易波及，所以能存留至今。現在的敦煌博物院有數百人負責保護、修繕、管理，可以說，這應該不只是佛教獨有，它已經成爲中華兒女、甚至是世界人士共有的文化藝術寶藏。

除了敦煌之外，從五世紀起，由北魏曇曜發起建設的大同雲岡石窟，其石刻之美，可以說天下無雙。我們經常在世界各處的報章雜誌上，見到那一尊「釋迦牟尼佛」的莊嚴聖像，全世界的藝術家都推崇它爲最高的藝術價值。走到雲岡，因爲地處黃土高原，加上時代久遠，看到風化侵蝕的痕跡，希望國家出面全力來把它保存下來，避免毀壞剝落。期盼對復興中華文化有心的人士，把雲岡列爲世界重點文物保護項目外，也能對它加以重視發揚。

從大同雲岡石窟再到河南龍門石窟，那雕刻佛菩薩像的姿態，彷彿讓我們走回了唐朝時期。因爲唐代的人士重視人體的健壯、豐美，好比唐朝第一美人楊貴妃、第一位女皇武則天等，都是體態豐盈的女士。那個時期，雕刻的藝工們把這許多佛像人間化，都表現出人間佛教的時代精神。（待續）



↑集建築、雕刻、繪畫藝術於一身的龍門石窟。

燒後所形成的任何形狀，一般人不懂，就把它當爲舍利子，這是錯誤的認知。

舍利子，在宗教裡是很奇妙的事，也很難論定是真是假，誰來證明呢？也很難說出它的價值多少，誰能來定價呢？

當初釋迦牟尼佛在圓寂的時候告訴弟子：「我圓寂之後，火葬荼毘，舍利（就是靈骨）可以把它放在十字路口，建個寶塔，讓人來紀念，引發人向善、向真、向解脫道的心，給大家在信仰上有個目標。」

佛陀到底威德不同，所以荼毘以後，就有許多的靈骨；包括他留下來的頭髮、指甲等等所有物，應該都算是佛陀的舍利。對於這一位聖者身上遺留下來的遺物，當時八國的國王，各自從他們的國家前來爭取，佛弟子也很難應付；所以就有了佛教史上的「八王分舍利」的典故。

一百年後，虔誠的佛弟子阿育王，把這許多佛陀的紀念物，散播到全世界，建塔供養；甚至於在每一個重要的地區都建立石柱，紀念釋迦牟尼佛。所以現在歷史學家，都根據阿育王建立的這許多石柱，考據佛陀當時的歷史。

當然，像西漢長沙國丞相之妻的陵墓，近代被官方考古人員挖掘出來時，全身不爛，遺體還保留在湖南長沙博物館，被奉爲「鎮館之寶」，那也是叫「全身舍利」。

佛像塑畫 價值在於信仰

因此可以知道，一張紙，畫一尊佛像，我們就說他很莊嚴，就向這一張紙崇拜；一根木材，把它雕刻成佛像，好莊嚴啊，我們就不叫木材，這是一尊佛像，並且向他禮拜。所以大千世界裡面的所有一切，只要與我的心相應，我認同它是什麼，它就是什麼；其價碼，就不是一張紙、一根木材，是在我心上信仰的價值。

像現在舍利子東傳西傳，你有舍利，他也有舍利，甚至還有五彩的舍利。當然，在佛教的信仰裡，甚至有人讀經的時候，經本上可以跳出舍利；拜佛的時候，地上可以湧出舍利；講經的人舌頭、牙齒裡，可以掉下舍

一個屋簷下

家人共同分擔家事

文／盛宜俊

平日太太和兩個女兒下班得晚，兒子學校晚間又常常有活動，而我卻能在四點前就下班，於是大部分的家事都落在我的身上。

除了買菜、煮飯、做晚餐外，我還會先將前日晾曬的衣物拿進屋內留待晚上收摺，同時留意垃圾車來的時間。所以晚餐前的那幾個小時，我可算是片刻不得閒。

同事見我家事分量似乎太重了點，忍不住替我叫屈，說哪有男人那麼命苦的，幹嘛給自己找罪受。其實我倒不覺得有什麼吃不吃虧的，只要是爲了這個家，誰付出多誰付出少，也沒什麼好計較的。

當然，家事本來就該是一家人共同分擔的，所以太太也會在晚餐後幫忙洗碗，兩個女兒會在晚上輪流洗衣服和晾衣服，至於小兒子則會被要求在假日幫忙吸地和拖地。就因爲每個人都各司其職，所以才能將家裡整理得有條不紊。

曾有位朋友向太太抱怨，說因爲她是全職的家庭主婦，先生理所當然地就把所有家事都丟給她。她雖然也很體諒先生在外工作的辛勞，但總不能連洗幾個碗盤、煮壺開水或到陽台澆花這一類小事，都得要她親力親爲

田園之樂

爸爸的開心農場

文／魏世昌

爸爸退休後過著全職農夫的生活。因爲退休前爸爸就已利用假日或下班時間下田耕作，所以不管是依時序做堆肥、播種、育苗，還是灌溉、收成到重新整地，都難不倒他。最近爸爸開闢了一塊田地，大概四畝地，就在陽光明媚的山腳下。由於他堅持一貫的有機及自然農法，不噴灑農藥和除草劑，所以菜田裡雜草橫生，每當假日或有空的時候，我們就會全家總動員，捲起衣袖、拉起褲管下田除草。雖然個個揮汗如雨，但也因爲親自下田拔草鬆土，讓大家參與和體驗了種菜的樂趣，不知不覺間也和土地產生情感的連結。

最可貴的是，兩位小外甥能有和阿公一同

利；甚至抓抓頭髮，頭髮裡面也有舍利。可以說，宗教它不比學術，它講究信仰；這個信仰就要看你的智慧，對它的了解、對它的認識。

所以關於舍利子，也不必好奇，也不一定非要替它定真偽。我們在佛教裡面倡導平常心，佛陀的一生，他是不標奇立異，主要的是要示教利喜，要讓人明心見性，在生活中，給予人間社會一些服務、一些關懷，不一定要人崇拜舍利。

佛法智慧 是心中堅固子

現在世界上最有價值的，是在西安法門寺挖掘出來一顆佛陀的佛指舍利，甚至南京、北京等地，以及佛光山的佛牙舍利，都是稀世之寶。但我們主要的信仰，仍是在佛陀的智慧、佛陀的慈悲、佛陀的精神。所以佛陀自己都說「若以色見我，以音聲求我，是人行邪道，不能見如來」。

因此，我們不可以太過強調舍利子的信仰，佛經不就是佛祖的舍利嗎？佛像不也是佛祖的舍利嗎？

你信仰，到處都是舍利；你不信仰，就是佛的真身、真人站在你的前面，也是一位老比丘、老和尚，沒有什麼稀罕啊！

今天世界上的人，其實不要在自己的師父、師祖火化後，有幾十顆、幾百顆的舍利上著眼，反而要在他的遺物上、遺骨上看到他的智慧、道德，這才是信仰，不是說一塊骨頭就有那麼樣的價值。所以佛經提倡四句偈，你來宣說，其功德，比三千大千世界的七寶布施還要重要，這是智慧，也是舍利，是我們心中的「堅固子」。

佛教二千多年來，給世間上一些人，披上許多神祕的色彩與迷信的外衣，反而讓人不能了解本來真實的佛教面目；真正佛陀的聖德沒有人研究，都在研究一些靈骨，這不是顛倒嗎？

假如我們能在佛陀的舍利之外，懂得佛法的智慧，佛法的功用，佛法能讓我們安身立命；這許多的密行，我覺得比舍利子更爲重要。



；她的兒子更是讓她生氣，和他爸爸簡直一個樣，請他幫忙倒個垃圾，總是表現出一副很不情願的樣子。久了以後，她乾脆把所有家事都攬在自己身上，免得還要看他們的臉色。

我笑著對她說，這樣可會把先生和孩子給寵壞了。我告訴她：妳可以自己做大部分的家事，但不能剝奪先生和孩子的「參與感」，因爲「參與感」就是對家的向心力。妳要試著和先生及孩子討論，請他們幫忙分擔少許家務，剛開始他們可能會有點不情願，但妳必須堅持，或許幫忙久了他們就會習慣。一方面可減輕妳的負擔，另一方面也可讓他們感受妳平日的辛勞，何樂而不爲呢？

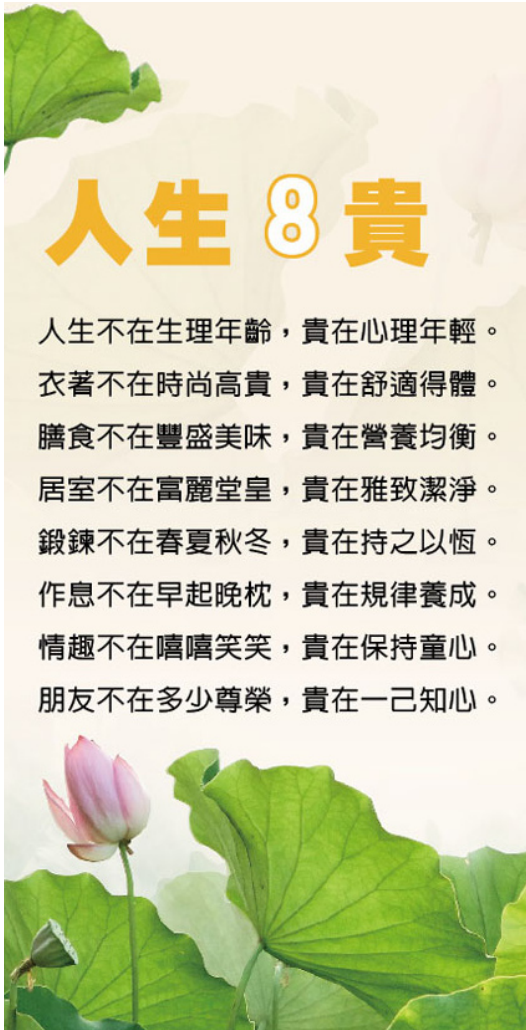
她點頭贊同我的看法，說回去後一定試試看，不會再讓他們繼續養尊處優下去了。

其實一家人共同分擔家務，就是在學習「體諒」和「同理心」。男人千萬別再將「家事本來就是女人該做的」當成偷懶的藉口，更別讓孩子失去了學習的機會。



下田實作、觀察和採收的機會，這不就是最貼近生活的食農教育嗎？最近，他兩兄弟對於阿公使用自製寶特瓶當誘蟲器，而不是噴灑農藥來抑制蟲害，破壞土壤結構與生態，嘖嘖稱奇。這樣的經驗，不但使得他們了解農作物成長的歷程，也更樂於親近土地，並懂得欣賞大自然形形色色的變化。

爸爸下田耕種迄今已逾二十載，我從來沒有看過他臉上露出一絲疲倦，反而是一畦又一畦愈做愈起勁，愈種愈歡喜，不斷擴大他的「開心菜園」。也許，正因爲比起真正的農夫，務農對爸爸來說，不是工作，而是生活，才能做得甘之如飴，既享受採收時的成就感，也樂在自給自足的田園生活吧！



人生 8 貴

人生不在生理年齡，貴在心理年輕。

衣著不在時尚高貴，貴在舒適得體。

膳食不在豐盛美味，貴在營養均衡。

居室不在富麗堂皇，貴在雅致潔淨。

鍛鍊不在春夏秋冬，貴在持之以恆。

作息不在早起晚枕，貴在規律養成。

情趣不在嘻嘻笑笑，貴在保持童心。

朋友不在多少尊榮，貴在一己知心。