

諸位來賓，諸位大德仁者，諸位同修們，大家下午好，阿彌陀佛！我先自我介紹一下，我是來自中國北京，我的工作是一名演員，我在中國國家話劇院工作。今天能踏進戲劇大師莎士比亞的國土，我無比的喜悅、激動。上大學時候我就排演過莎士比亞的名著《哈姆雷特》，To be or not to be，that is the question，There is nothing either good or bad，but thinking makes it so。你們給我點掌聲好嗎？因為我這英語也是我女兒在我臨出發前教我的，你們從來沒聽過帶著中國東北大碴子的英語？謝謝！

莎士比亞在很多人心裡不僅是戲劇大師，更是一位人生事業、愛情的導師。他的作品中變易複雜的人性，精妙的結構，絕美的詩情，充滿人道精神，浩瀚的想像力，是其他作品不可比擬的。我最喜歡莎翁的名言：「人生如痴人說夢，充滿了喧嘩與躁動，卻沒有任何意義」，「人的一生是短的，但如果卑劣的過這短的一生，就太長了」，「黑夜無論怎樣悠長，白晝總會到來」，「笨蛋自以為聰明，聰明人才知道自己是笨蛋」，「最好的好人，都是犯過錯誤的過來人」，「知過則改，永遠是不會嫌遲的」。我還特別喜歡貴國的詩人瓦特蘭德的詩，中國著名女作家、文學翻譯家楊絳先生翻譯過瓦特蘭德的《生與死》，我給大家朗誦一下。謝謝！「我和誰也不爭，和誰爭我都不屑；我愛大自然，其次是藝術；我雙手烤著生命之火；火萎了，我也準備走了。」

我無比感恩主辦方能給我這樣一個難得的機緣學習。分享談不上，我只是想跟大家聊一聊我這一段時間的心路歷程，肯定有很多不足之處，懇請大家批評指正。我是一名演員，工作和生活當中各

種的壓力讓我心力交瘁，苦不堪言。離過兩次婚，得過抑鬱症，那時候長年的就是覺得活得沒有意義，想自殺。然後就在迷茫之際我有幸遇到了中華傳統文化，遇到了佛法，遇到了尊敬的師父上人上淨下空老法師，因此找到了人生的方向，覺得自己一天比一天快樂了。我學佛雖然受益良多，但在學習的過程當中也會出現各種各樣的問題。我現在明白了，學佛念佛絕不能離開生活，要與家人和睦相處，敦倫盡分，你有幾個名就要盡幾個分，真正敦倫盡分就是真念佛。

我跟大家說一說我和女兒的事。女兒讓我非常的煩惱，我曾經就想，我不管她了，放下她了，自己就專心念佛。但是在我念佛的時候，她的種種的言行就會浮現在我的腦海。因為她的某句話我會糾纏很長的一段時間，折磨我自己。而每當我接到她電話，我的心就會突突突的直跳，感覺心臟病都要犯了。嘴裡說是放下她了，心裡根本放不下她。其實那不叫放下，叫放棄，那是眼不見心不煩的逃避。我根本沒有盡到做母親的本分。其實我們具體到生活當中，我們有爸爸媽媽，就得在孝養爸爸媽媽的過程當中念佛；我們有工作，就得在工作過程當中念佛；我們有夫妻關係，就在夫妻和諧當中念佛；我們有孩子，就在當爸爸媽媽的過程當中好好陪伴孩子念佛。當家人出現問題，要竭盡全力去幫助他解決問題，發現問題的出處，幫他解決問題，幫他順利的通關，而不是一味的指責，不要說「你怎麼老這樣」，沒完沒了的訓斥謾罵。在學佛的道路上，第一是改過，第二是改過，第三還是改過，別無選擇，捨此一無是處。改過是最善的事，是最重要的事，因為它決定你能不能去西方極樂世界，能不能成聖成賢。真正改過的功德才能超度我們的祖先，讓他們離苦得樂。

下面我就想講講我是如何改善我與女兒的關係的。今年年初的

一天，我的一位大學同班同學他打電話跟我說，他說我鄭重其事的跟妳說件事。他說，「嘉麗，妳兒子沒什麼牽掛的了。其實妳走那天，妳最放不下的是妳的女兒，妳都閉不上眼」。我聽到這句話我都哭了，因為他戳到了我的痛處。我在反思，確實應該改善與女兒的關係了。人有善願，天必佑之。一個偶然的機會，我就參加了一個中華傳統文化學校的祭祖活動，這讓我百感交集。孩子們端身正意，非常恭敬，從頭到尾對祖先的感恩，和發自內心的懺悔，還有那莊嚴肅穆的磕拜場面，就是在那個能量場中我突然意識到我愧對老祖宗。我記得我當時哭得一塌糊塗，特別想起了我的公公婆婆，我女兒的爺爺奶奶，我覺得我對不起他們。

我的婆婆對我太好太好了，剛生完女兒的時候，我婆婆對我特別的好，就煲各種湯。因為營養太好，就全被我吸收了，結果八天都不大便。我的婆婆就耐心的很細心的給我摳大便，最後還噴了她一身。想想婆婆對我的好，幾天幾夜都說不完。可後來，婆婆臨終前病了半年多，我只象徵性的看過她兩次，我覺得我特別沒有良心。我後來能在我爸媽病重的時候給他們摳大便，其實就是跟我婆婆學的。我離婚後，我女兒由婆婆家叔叔嬸嬸帶。我婆婆最後病重時，把她老人家的金銀首飾都給了我，就跟我說，「嘉麗，以後妳要把女兒領回家，女兒要跟著媽，沒錢妳就管她爸要」。就想想婆婆對我種種的好，她的囑託，我慚愧至極。

就在那天祭祖活動上，我反省自己真是大不孝。我不會做女兒，讓自己的母親順心如意；我不會做妻子，沒有善待自己的先生；我也不會做母親，沒有好好照顧我的兩個孩子。看看我是怎麼對我女兒的，在孩子一歲多的時候就離婚了，放棄女兒的撫養權，只想著離婚後要投入我的新生活。那個時候從我的內心就把這個孩子給拋棄了，心裡只想著自己，全是自私自利，就從沒有設身處地的想

過女兒，她將來誰來照顧？誰來陪伴？誰來教育她？誰來呵護她？她的人生的路該怎麼走？

從一歲多離開女兒，有三年多，一次都沒有見過女兒。後來打聽到女兒的住處，說好去看女兒，女兒頭一天就在大門口等著媽媽，還問奶奶，這個是真媽嗎？然後奶奶說，回家吧，妳媽明天才來。孩子還是不回家，就等著媽媽。第二天我到了，到了的時候，爺爺、奶奶和女兒就在大門口等著我，巴望著我。當時奶奶對孩子說，這是妳媽。孩子眼睛望著我，她說妳是生我的媽嗎，親媽嗎？然後我們全家人哭成一團。憑良心說，如果我想見孩子，怎麼都能見到，但是我只是為自己著想，不想讓孩子干擾我的生活，沒有體會過幼小孩子沒有媽媽的感受，本該是撒嬌的年齡，但是從沒有享受到過母愛。後來我就是例行公事的買點東西去看看她，也不問孩子怎麼樣了、有什麼問題、學習如何，就像客人似的，待一會我就走了。拍戲是很辛苦，但是總得關心孩子，就電話問候都沒有。直到女兒的爺爺、奶奶去世一年多以後，才把孩子領回家。

初中住在老師家，高中是寄宿學校，只有週末才回家，大學又在南京上了四年，和女兒在一起的時間總共不超過兩年。女兒大學畢業後，我跟她的關係已經冰火兩重天了，誓不兩立，提到她我就受不了。高中階段跟她在一起生活應該是最多的了，跟孩子的關係惡化也是在高中。孩子小學、初中學習都是不錯的，還是班長，高中考上了重點學校。有一天我給她們老師打電話，老師說今天四點就放學了，結果女兒九點多都沒回來。然後我就給我一個朋友打電話，我說：「她怎麼現在還沒回來，咱們到學校去找找她。」朋友說：「等會吧，妳別傷孩子的自尊。」結果晚上十點多才回來，我就問她，妳怎麼才回來？孩子說，剛放學。我一下就火了。所以剛才蔡老師說，不能輕易的發火，我是常常發火，就是雷電交加，經

常是這樣對孩子。所以我一下就大聲嚷嚷，我說：「妳又在跟我撒謊，妳給我滾，滾！」然後孩子就想跟我說，想解釋什麼，結果就讓我一頓怒氣就把她推了出去，孩子就下樓了。

後來我朋友說：「丁嘉麗，妳太任性了，妳怎麼能這麼對待孩子？」他就追出去找孩子，找到夜裡兩點多才找到孩子。後來女兒跟我朋友說，她說：「其實我就站在天橋上，看著人來人往川流不息的人流、車流。」她說可絕望了，她覺得自己是多餘的人，她真想跳下去。後來我才知道，是因為她沒有考好，自己特別難受，而且不知道怎麼跟我解釋，才回家晚了。我不允許孩子解釋，反而是劈頭蓋臉的責罵她。太霸道了，我瞋恨心特別特別的重，就不問孩子吃飯沒有，也不關心她，對孩子就是一味的指責批評。我真後怕，真的，萬一出點什麼事，我可怎麼辦？

還有其他事我解決不了的，其實沒多大點的事，我就找她班主任、各科老師、教務處主任，讓他們教育她。我不是就事論事，而是添油加醋，誇大其辭，說她有多麼的不孝順，多麼的不聽話，多麼的讓我生氣，有多麼的忤逆我。我不明白老祖宗給我們的教誨，家醜不可外揚，我恰恰是在揚家醜。在學校我給女兒造成這麼個不良的影響，讓老師和同學誤解我女兒是一個問題青年，深深的傷害了女兒的自尊心，結果導致女兒愈來愈孤僻。從此以後，女兒真是完全叛逆，破罐破摔了，不好好學習，這都是我這個缺德的媽造的孽。真的，剛才蔡老師說，「要做孩子一生的貴人」，我說我做了孩子一生的小人。我還把我所有的朋友都發動起來，然後製造各種場合，以各種方式來幫我教育女兒。因為我這些朋友事先被我灌輸了太多女兒的不是，所以一見面就對我女兒一股腦兒的就說：「孩子，妳不能這樣，妳得聽話，妳得懂事，妳媽都這麼大歲數了，太不容易了，妳不能讓妳媽操這麼多的心。」女兒特無奈的跟我說：

「媽媽，妳省省心吧，妳不用讓這些叔叔阿姨這麼辛苦的輪番作戰了。」

然後前兩天我的朋友給我發一段話，我在這裡供養給大家。這段話是這麼說的，他說：「若子弟不務正業，當夫兄的千萬別對外人言其短，短即是不好，以不好二字傳入彼耳，彼則因羞成怒，將誓不回頭矣。若能見人即說子弟現在的改悔、近來的好處、將來的志向，傳入其耳，即能激發其良心，使其回頭向善，隨我意而變。是故，找好處、說好處、心存好處，乃苦海中現青蓮也。」

女兒大學畢業後，她不想幹本專業，想當演員，讓我給她輔導。可是不到兩分鐘，我就能跟她嚷嚷起來，我就諷刺她，「我的天！就妳這樣妳還想當演員？妳長這樣，妳跟妳媽似的長得這麼難看！妳看妳那表情，我的天！我受不了，太像妳爸了，我真受不了，真受不了！就妳這心態，妳真的不適合當演員」。就是這樣，就說，「妳這種情況，乾脆妳別往影視圈裡混了，別往裡進了」。

給女兒壓歲錢時，我從來就拉著個臉，然後把錢一甩給她，「給妳，我又不是開銀行的，妳節省點花」。然後女兒就說，「媽媽，我每次拿妳錢的時候，我都覺得我自己像個乞丐似的」。久而久之，我們倆的關係愈來愈緊張，互相都不想見面了。突然有一天我高興了，就要和女兒見面，她說妳可拉倒吧，就要過年了，妳要堵我心了，平時不理不睬的，妳又想當好媽了，妳可千萬別讓我見妳，見妳我就想自殺。聽了這句話，我暴跳如雷，當場就病了，120救護車就給我送到了醫院。那天我瞋恨心太大了，動了心性，病了兩個多月。後來她想見我，我就拒絕跟她見面，她給我發來短信，她說：「丁嘉麗，妳做人太假了，不覺得妳這人太假了嗎？妳為了自己的口碑，妳不帶我出去拍戲。」結果我的病情又加重了。從此以後她的電話我都不接了，後來短信來了我也不看。現在我終於明

白了，我對女兒的這種態度絕對是家庭冷暴力。換位思考一下，如果我是女兒，遇到這樣一個媽，我會是什麼樣的心情？我的養父母、爺爺奶奶給了我無盡的愛，我是不缺愛的人，我應該是充滿愛的人，可是我怎麼卻如此的冷漠無情？女兒長這麼大真的不容易，太不容易了。

我曾經看過一段話是這樣說的：「一般人遇著兒女不好就生怨氣，豈不知兒女不好是你的命不好，叫你修命；反而怨恨子女，正是不要命了。兒女犯錯，父母要寬容、要領導、要責己、要正己，時間久了自會悔改，這叫義氣。不然，你怨他、他恨你，日久成仇。況且兒女是祖先的遺德，你要怨他，正是欺祖。」我真是懺愧萬分，我對不起我的列祖列宗，我在這裡向我婆娘兩家的老祖宗們深深的懺悔，向我的公公婆婆、前夫懺悔，向我的兒女深深懺悔，對不起，我錯了，我真的錯了，請你們多多的原諒我。

我記得就在那次祭祖活動後，我跟一位老師說，我說我這輩子最過不去的人就是我女兒，我過不去這個檻。這位老師就教導我，他說：「妳要放大心量，要多多站在女兒的角度上考慮問題。」我聽了以後非常震動，我決心要改善與女兒的關係。佛菩薩和老祖宗知道我有心想改變了，真的就開始安排了機緣來幫助我。今年年初有一天，我女兒就給我發短信，說她要參加「我為喜劇狂」的一個綜藝節目。她口氣很強硬，她說：「妳不參加也得參加，妳要是不來我自己演，妳自己看著辦。」當時我接到這個短信的一瞬間，我還是挺生氣的，我心說，妳有求於我，口氣還那麼硬。佛力加持，祖宗護佑，我馬上調整心態，想起那位老師告誡我，要多多站在女兒的角度上考慮問題。我趕緊回短信說：「我去，我去，需要我做什麼？」女兒回短信說：「媽媽，謝謝您，您能答應我，太讓我感動了。」我馬上回覆她說：「我從來沒有演過喜劇小品，我也比較

沒底氣，妳說這個節目我怎麼配合妳？」女兒說：「媽媽，妳就這麼大歲數的演員了，妳還能給我助演，已經給我太大的面子了，我很感動！您就念旁白，我演。我真的很感動，您不用緊張。」

從那天起，我們倆有史以來，心的互動就拉開了序幕。剛開始的排練當中，我們倆都有些忐忑不安，互相都很客氣，小心翼翼，深怕哪句話說不對了發生爭執，然後導致不歡而散，因為這是常有的事。現在回憶起來，可以說排練的過程就是放下自我，改過自新的過程。從那以後，我的時間基本上都給女兒了。最初我們倆在家裡排練了七天，很艱難，排不下去了，我們到劇組就找幾個劇組的老師、導演排練。這個排練期間對我來說真的很艱難，我一看到她表演上不對的地方我就很著急，就很不耐煩的糾正她，「妳怎麼這麼笨，人家導演讓妳這麼演，妳怎麼就那麼演？」因為我是舞台演員，我總是覺得自己有舞台豐富的經驗，我總想指手畫腳的去擺布她，女兒就愈來愈不自信了，愈來愈焦躁不安。

有幾次我們倆就頂起來了，她叫我：「妳下來下來，別說了別說了，妳閉嘴閉嘴，妳出去！」出去之後我又進來了，又忍不住說她，女兒看我進來就說「出去」，我就又出去。眼裡含著淚，心裡特別不平衡，我就想：「我幹這行幹了這麼多年，也算是妳的前輩，我也是專業演員，妳說跟妳們這些業餘的孩子們海選，我就夠不容易的了，妳還不滿意！」我覺得特委屈，就掉了幾次眼淚。後來轉念一想，孩子更加的不容易，她不是學這個專業的，妳說妳跟她說那麼專業的用語，那麼多的專業用語她不理解，導演有導演的要求，妳又挑三揀四的，妳說這不是火上澆油嗎？妳說她能不跟我發火嗎？她不跟我發火跟誰發火。後來我就勸自己，對她千萬不要著急，對她要有足夠的耐心。就這樣，進去了又出來，出來了不放心又進去，反反覆覆很多次。有時候實在看不下去了，我就出來平復



一下自己的心情。還有幾次我乾脆就想放棄，我不管她了，愛咋的咋的。

就在那個時期，我根本睡不好覺，整宿琢磨她的表演方案。有幾次吃午飯的時候，女兒看到我，眼睛紅紅的說：「媽媽，對不起，妳天天這麼圍著我轉，我還衝您發這麼大的脾氣。但我真的控制不住，媽媽。」我就跟她說：「是媽媽不好，當著那麼多人不給妳面子，媽媽應該體諒妳。妳有火就衝媽媽發，沒事沒事。」後來我給她買水，她看我買的水不對她心思，我就再跑出去給她買，不帶糖的，不帶氣的。因為她減肥，吃飯不能吃主食，菜也不能吃油的，我就再三囑咐那個廚師少鹽少油。還不行，我就擺幾個碗，倒上白開水，然後涮幾遍再給她吃。

女兒排練的時候道具也沒有，我就跑到布料城裡頭去買布料，然後到裁縫店去給她做哈達、做手絹。看她排練的時候在石灰地裡磨的手肘還有膝蓋全是青一塊紫一塊的，我就到體育用品商店給她買護膝、護肘。所有的道具我都準備齊了，導演和老師都很感嘆的說，「丁老師，妳到哪去買的？」我還給她買了適合排練的很多衣服、鞋，排練過程當中我餵她水，給她擦汗。並且態度改變了，就開始鼓勵她了。我說：「女兒，妳這一遍真棒，妳真有靈氣，不錯不錯！」「妳這一段排得太精彩了，太細膩了，人物的情感都表達出來了」。我總是默默的衝她豎大拇指，「真棒！真棒！」她就特別的開心，也就愈來愈有信心了。排練的時候她就特別希望我在現場，還特別願意聽我的意見。

有一天我倆吃飯的時候，她用異樣的眼神看著我，很深情的望著我，她說：「媽媽，您這麼多日子陪伴著我，太不容易了，您辛苦了。媽媽，您知道嗎？您欠我的。」我心裡咯噔一下，我瞪大眼睛看著她，很誠懇的對她說：「我知道，我知道，我還，我還。」

我心裡在想：「妳說吧，我欠妳什麼？欠命我現在就還命，欠什麼我還什麼。」然後女兒微笑著跟我說：「媽媽，您這一回一次性的都還清了，而且是加倍還的。」從此以後女兒就再也沒跟我發過脾氣。我深刻的體會到佛法裡講的，「兒女是債，有討債、有還債，無債不來」。

女兒正式演出那天，臨上台前，我就說，我們要拜一下。女兒說，非要拜嗎？她說：「媽，妳太讓我沒面子了，這麼多人，妳就讓我拜。」我說一定要拜，這是妳姥姥傳授給我的。因為我媽媽是一位很資深的平劇老演員，每次演出前，我媽媽一定要讓我在台上四方都要拜拜。因為舞台上不出事則已，出事就是大事。因為我是從舞台上摔下過，我那次摔得還比較不算太慘，摔到了觀眾席上，胳膊給粉碎性的骨折，我就帶著傷我一直演到完，觀眾都沒看出來。但是如果要是摔到樂池裡就慘了，五米，就把人摔殘了，經常是這樣。然後上面鐵陀能砸人，燈光能莫名其妙就砸人了。所以舞台祭拜真的很重要。她就說，那好吧，我跟著妳拜。就跟著我拜，我說什麼，她也說什麼。結果演出的時候，每個動作觀眾都報以熱烈的掌聲。下台後，女兒激動的拉著我的手說：「媽媽，媽媽，我都不知道我怎麼演的，真的不知道，真是佛菩薩加持，我信了、我信了！」

以前我的主觀意識特別的強，我說去哪就得去哪，我說見誰就得見誰，她要不就我就發脾氣。現在，我就跟女兒說，我說妳想做演員，但是在這條路上，妳需要我做什麼，希望我給妳什麼樣的幫助？女兒說了以後，我說我知道了，媽媽知道了。之後我就開始給她聯繫經紀人、導演等相關的人見面，讓她有更多的人脈。在這期間我就跟女兒說，我說這個行業最重要的是人脈，要團結人，要與人和睦相處，朋友相處最重要的是精神上的幫助。我說這些年我得

力於學習中華傳統文化，學習佛菩薩的教誨，不經意間在朋友思想遇到問題的時候，我就能應用上了。不是說飯桌上的吃吃喝喝，也不是物質上的幫助，而是給他們一些書籍、光碟，他們從中受益了，朋友就是這麼交下來的。然後每次見曾經幫助過她的人，我都帶她一起去，都要帶一些禮物。她說：「媽，不用吧，都過去的事，還用得著這樣嗎？」我說：「受人點水之恩，當湧泉相報，曾經幫助過我們的人、有恩於我們的人，我們都要念念不忘。」

當演員需要一些藝術檔案資料，其中一項就是要照一些風格不同的藝術照片，當然也需要不同的風格的服裝。女兒她不愛逛街，也不愛去買衣服，我就自己跑遍了時裝店去給她挑。人家售貨員就說，妳讓她本人來，得自己試才合身。然後我就四處求人，看周圍人跟她身材差不多的，求人幫忙試衣服。有的人沒時間，有的人認出我來，說：「您能不能跟我們拍張照片？」我說可以可以。拍完照片，我求人，我說：「那我也求妳件事？妳能不能給我試這件衣服，好不好？」接著我就拎著大包小包的衣服、鞋子等等，爬到五樓，因為我們那個樓沒有電梯，就給女兒一件一件的試。她就特別高興說：「媽媽，衣服怎麼這麼好看，怎麼這麼合體？」我就把經過告訴她。幾次下來她就很感動，她說：「媽媽，下次妳買衣服的時候，我跟妳一起去。」我說：「不是我買衣服，是我給妳買衣服的時候，妳要跟著我一起去。」

拍照那天，攝影師臨時需要一套牛仔的服裝，而一大早人家門還沒開，我就守著服裝店的門，等商店門一開我就立馬衝進去，挑幾件，趕緊回家，因為那些衣服都要一件一件的燙好熨好。燙好後，我就兩個手舉著衣服架，衣服架上套上衣服，打計程車去到攝影棚。我還在攝影化妝期間，在化妝間跟化妝師不停的跟她商量，根據她的臉型、不同的服裝，要給她造什麼樣的型。化妝師就跟女兒

說，妳真幸福，妳媽對妳太好了。然後拍攝期間，我又是答錄機，又是服裝師，又是擺造型的導演，又得給她做模特示範。拍古典衣服的時候，因為她沒有經過專業訓練，我就在化妝間跟我女兒說古代人是個什麼樣子的，現在妳就是林黛玉，我就是賈寶玉，來，我攙妳上樓。我還哼著紅樓夢那個主題曲，詞都記不住，就哼著曲給她找感覺。跟她說，眼神要看著我，要低下頭，要含著胸，這樣。那天早飯、中飯都沒吃，水也沒喝上，我記得那天恰逢是母親節，女兒很感動，她就說：「媽媽，今天是母親節，您太辛苦了，我精心的準備了一首歌」。然後唱：「媽媽，燭光裡的媽媽……」聽得我淚流滿面，她也唱得滿面淚流。我當時確實想起了我自己的媽媽。

那天晚上兒子請我和他姐姐吃的飯，奇怪的是我一點都不累。我希望女兒將來做一個實力派的演員，因為她沒有經過專業訓練，所以我就根據她的條件量身製作表演課。我們倆共同看一部片子，剛開始拿手機看，我的眼睛不好，眼睛特別疼，後來改為iPad。我們根據電影情節來分析影片、分析人物、了解影片的時代背景，而且站在演員的角度上感性的去認識、分析這個人物，讓她感知，是人保戲，還是戲保人？它的精彩處在哪裡？經常分享到有時候半夜二、三點。這樣持續了有一個多月的時間，女兒就很心疼我，她就說：「媽媽，不能這樣了，咱們改為早睡早起的，妳不能這樣跟我再熬著了，累壞了身體我可捨不得您生病。」我們兩個就這麼分析著分析著，探討的面愈來愈寬廣，從社會、生活、工作、事業、愛情觀到為人處世的態度等等，我們的心也愈來愈貼近了。現在女兒極其勤奮，看得我都有些心疼她了，就說方法知道了就可以了，不用做這麼大量的筆記。女兒說不行，我基礎太差，而且我比較懶惰，一定要逼著我自己做這樣的功課。女兒真的很聰明，現在能舉一

反三了。她心疼我，知道我眼睛不好，不讓我看片子了，只讓我看她學習的筆記。

有一天女兒情緒很沮喪，我陪了她一天，我就跟她聊天，我說：「人非聖賢，孰能無過；過而能改，善莫大焉」。我說妳看看媽媽，近六十歲的人了，我都還有很多的缺點，犯很多的過失。媽媽跟妳說點心裡話，媽媽當時做姑娘的時候就不會做姑娘，姑娘應該是性如綿，潔白溫暖，媽媽每天都嘻嘻哈哈的，沒有個姑娘樣，行為舉止不穩重。跟妳爸爸結婚後，當了媳婦，洗衣、做飯、收拾家都是妳爸爸的事。妳爸爸對妳太老爺、姥姥、姥爺可孝順了，我和妳爸爸新婚都是和妳太老爺住在一個屋裡，中間拉一個簾。離婚後妳爸還帶著妳太老爺看病，大半夜拿電爐子給我和妳太老爺做燒賣、小米粥，一口一口的餵妳太老爺；早晨五點鐘，他又騎著三輪車把妳太老爺都接回家。我說姑娘，這都是離婚以後的事。妳說這樣一個好的男人，我都不知道珍惜，我還在外面搞邪淫，我真的是對不起妳爸爸。我婚姻不幸都是自己種的惡因，哪個男人願意要我這樣不守婦道的女人？我真的，我就跟她說，我結八次婚也得離八次婚。想想這些事我真是懺愧萬分，我這樣的女人不配做人家的兒媳婦。「萬惡淫為首」，邪淫不僅傷害本身，還殃及子孫，媽媽是惡人，千萬別走媽媽的路。

我跟她說，媽媽在孝道上也虧。我選擇婚姻時不聽妳姥姥的話，結了婚，妳姥姥說，結了婚就不能離婚。我又沒聽話。結果讓妳姥姥、姥爺憂思生病，媽媽是大不孝。在慈道上，媽媽對不起妳和弟弟，從小讓你們沒有完整的家庭，離婚最大的受害者是孩子，我讓你們心靈上受到了那麼大的痛苦和傷害。媽媽這一生愧對天、愧對地、愧對祖先、愧對我身邊的親人，媽媽犯了這麼多的錯誤，就是因為沒有受過聖賢人的教育，妳一定要學習。

接下來的日子，我發現女兒愈來愈關心愛護我，愈來愈懂事了。現在跟大家分享一下我跟女兒的短信互動，我發給女兒的短信，我給大家念一下。閨女，妳知道嗎？此時此刻媽媽最想對妳說的話是，有女兒真好，有妳這樣懂得感恩的女兒是我最大的福氣。我為妳感到驕傲和自豪，妳為自己、為我交出了一張漂亮的成績單，媽媽為妳自豪！更要謝謝妳，讓我重新認識我自己。媽媽會更加的疼愛妳、關心妳、愛護妳，因為妳實在是個善良、重情義、懂得感恩的好孩子，媽媽相信妳，並將盡自己的一切所能陪伴妳、幫助妳，實現妳美好的心願，妳一定行！

下面是女兒發給我的短信，她說媽媽，我知道妳為我考慮了那麼多，我會聽妳的話，走妳告訴我應該走的路，因為妳經歷了那麼多的苦，妳的感悟是深刻的、透徹的，我不想走太多彎路就要聽妳的話，就得改變我自己。改變這個過程很艱難，但是有您在我身邊督導我，我會走得簡單一些。媽媽，我一定聽您的話，走一條屬於自己的路。

媽媽，您讓我又一次的折服了！因為我在她面前示弱，我說媽媽有的時候，可能這時候，快六十歲的人，更年期，莫名其妙的煩惱，莫名其妙的心裡不痛快。然後我就跟她分享，她說媽媽，您會出現這種情況，不怕對女兒傾訴，我陪您一起熬過這個時期，我也想守在媽媽身邊為您做點事，我體會到了媽媽以前為我付出的感受。咱倆以後角色會慢慢的轉變，再過幾年，媽媽會愈來愈像孩子，我會愈來愈疼愛您。曾經的媽媽是一棵大樹，為我擋風遮雨，女兒長大，長成大樹，要為媽媽抵擋風浪。是女兒不孝，讓您操了那麼多的心，您應該享福了，媽媽。

她說我完全折服了，一個人要承認自己的問題是多麼多麼的難，您的那種氣度和智慧，媽媽，您現在的狀態，這是真實的您。您

是母親，能這樣放下自己的身段，和女兒誠懇的探討，您的一言一行成為我今後學習您的榜樣。說實在的，我們心自問，我都沒法做到媽媽您的程度。媽媽，您得誇獎自己一下，您是多麼的努力積極的面對生活！媽媽，您生活上已經完成了一次質變。媽媽，您在我心裡一直是我憧憬的對象、我的榜樣和老師，我內心深處渴望得到您的肯定。媽媽，我進步快是因為您教我教得到位，因材施教。人和人是互相影響的，媽媽您好了我才會更好。媽媽，謝謝您一直這麼肯定我、鼓勵我，我得到了莫大的鼓舞。其實我差得還很多，遠遠不夠，未來的路上，媽媽，您要一直陪我走下去。事實證明，聽媽媽的話才會進步，媽媽說的學習方法、教我的東西都是那麼的適合於我，我真的很幸運成為您的女兒和學生。其實世界上最感動人的就是親情，有多好的媽就有多好的孩子。

媽媽，您可不笨。我跟她說，我說媽媽很笨，很愚笨，我說妳很聰明，在聰明這個問題上妳是遺傳了妳爸爸的基因。然後她就跟我說：媽媽，您可不笨，非常精的，但是您是藏著而已，把自己性格拙的部分外放罷了，藏拙之人必是聰慧之人。尤其在別人面前把自己放最低，您很聰明，也非常智慧。您的待人處世和演戲的方法，很多值得我去研究，我都後悔以前沒及早的向您學習，您真的是一位好老師、好母親。媽媽，其實我在您身上看見了我，您就是我、我就是您，咱倆互為鏡子。這以上是我女兒給我的分享，謝謝大家。

其實我以前也給女兒做了很多很多的事情，但是心態不一樣，原來都是報怨的，認為她是來討債的，障礙我修行來的，結果做了很多事情，卻任勞不任怨。佛法講人生酬業，來到人間就是為了還債來的，遇到債主反而不認帳，「受了受了，一受就了」。一個聖人說過，一切事沒有不是從因果中來的。從事上來了，若能樂樂呵

呵的過去，認為是應該的，自然就了了；或者是受了，心裡還有怨氣，這件事雖然過去了，後來必有逆事重來。都是命裡有的，所以遇著不如意的事、不對頭的人，要能忍受。

一個阿姨曾這麼說過：「妳真好！孩子，妳變好了。」她說：「不是，阿姨，不是我好了，是我媽媽變好，我才變好的。」現在我明白了，因為女兒所有的問題都是我的問題，都是我錯了，從我和女兒的關係轉變我明白了，在孩子身上看到的問題就是自己的問題折射，父母是原件，孩子是複印件，要想孩子好，只能父母去改正，就是在根本上解決問題，依報隨著正報轉。現在，因為時間已經到了。我曾經記得有這麼一段話是這樣說的：你無論遇見誰，都是你生命裡應該出現的人，都是有原因的，都是有使命的，絕非偶然。

我的一位老師曾經短信發過來，今年元旦發了一句話，《了凡四訓》的一句話，他說，「務要日日知非，日日改過。一日不知非，即一日安於自是；一日無過可改，即一日無步可進」。他提醒我，修行的核心就是改過。我對照我自己的不足改正過錯，做好人，做善人。佛是人成的，佛菩薩聖賢都是人成的。最後一句話，我跟大家想分享一下，我覺得這句話對我特別受益，就是一個心理大師榮格先生臨終前說的，他說：「你永遠不要企圖改變別人的念頭，你能夠做的就像太陽一樣，只管發出你自己的光，發出你自己的熱。每個人接受陽光的反應是不同的，有的人覺得溫暖，有的人覺得刺眼，甚至有的人選擇逃避。種子在破土之前沒有任何的跡象，是因為還沒有到那個時間點。只有自己才是自己的拯救者。」

我非常感恩這次大會，真的，我非常幸運能參加這次大會，我的修學非常的淺顯，肯定有很多不妥的地方，懇請大家批評指正，萬分感恩。最後請允許我感恩我們的老祖宗德蔭庇後，讓我們大家



濟濟一堂。請允許我向大會的主辦方、所有的工作人員的默默付出表示感恩。恭祝大家閤家歡樂，身心愉悅，吉祥如意！恭祝大會圓滿成功！謝謝大家，耽誤大家時間了，不好意思。謝謝。