

老法師：今天四份，內容很豐富，儘量把它學完好了，我們速度快一點。

學生：《無量壽經科註》學習心得報告。

師父上人尊鑒：慚愧下愚弟子誠敬頂禮尊前，弟子今日匯報之題目為「從《說文解字》看中國祭祖文化」。

甲一、緒言

夫天地悠悠、歲月輪轉，吾中華大國延續千年不絕者，乃祖宗高明廣博之大德、大智、大行庇蔭也，而此大德、大智、大行能沿傳不息者，則賴於子孫崇孝重祭之功也。祖宗述經典彝倫，有聖德，行天道；是故悠久護佑子孫，中華民族得以萬世隆昌。子孫崇孝道、重祭祀，代尊祖宗教誨，謹守祖訓家道，方致輩有聖賢，英才代出。師父上人於講席中開示，恢復祠堂，以復家庭教育；恢復城隍廟，以興因果教育；恢復孔廟，以弘傳統教育。三者恢復，中華復興指日可待也。萬事以孝為本，而祭祀乃行孝之要務，是故中華民族所以繁榮昌盛者，祭祖之功大矣哉。

甲二、祭祖略述（分五）

乙一、祭祀簡述（分二）

丙一、釋禮

昔在三皇，以道而治，天下大同。迄於周，周公攝政，制禮作樂以為治國化民之用，萬邦得以協和、君臣得以相安。禮之用大哉。

禮有多種，祭為之本，亦為之先。《說文》：「禮，履也。所

以事神致福也，從示從豐。」禮有五經，吉禮，祭祀之禮；凶禮，喪吊救荒之禮；軍禮，軍制征伐之禮；賓禮，待賓朝見之禮；嘉禮，食射婚賀之禮。諸禮之中，莫重於祭（吉禮），故禮字從「示」，從示表祭祀，「豐」者乃盛放祭品、行禮之器也，「履」言禮乃人之所依也。「行禮」，乃人祭祀祖先神靈以求吉祥福慧，故曰所以事神致福也。此「禮」字之本義。

《說文解字》之中，凡從「示」之字多關乎祭祀。如：祓（音福），除惡祭也；禳，磔禳祀，除癘殃也；禴（音貴），會福祭也；禪，祭天也；禔（音禱），禱牲馬祭也；媒（音媒），祭也（求子祭）。上言祭祀之種類。

祠，春祭曰祠，品物少，多文詞也；杓（音越），夏祭也。以上言祭祀之時也。

齋，戒，潔也；禋（音因），潔祀也。以上言祭祀之誠心。

禋（音類），以事類祭天神；柴（音柴），燒柴焚燎以祭天神。以上言祭祀之方法。

禧，禮吉也；禎（音真），以真受福也；禎（音真），祥也；祺，吉也。以上言祭祀而得吉祥也。

以禮字之說解，可知禮最初為祭祀也。綜上述，可知祭祀乃古人日用而不可離者也。而後，禮之種類漸而增多，乃至於《中庸》所謂「禮儀三百，威儀三千」者也，然皆源於祭祀耳。

丙二、釋祭祀

《說文》：「祭，祭祀也。從示，以手持肉。」祭之字形，指後人祭祀時以手持肉（祭品）以祭也，故為一切祭祀之稱。《說文》，「祀，祭無已也。」祭無已，言祭祀沿傳不止之謂也。統言之，祭、祀皆言祭祀；析言之，祭乃當時、當世之祭祀，祀乃指後世之祭祀，代傳不絕之

祭祀也。

祭祀必有文辭，以告祖先神靈也。《說文》：「祝，祭主贊詞者。從示從人口。」乃指祭祀時讀告詞之主祭人也。此祝字之本義。祭祀之對象有多類，今述其要。《荀子·禮論》云，「禮有三本：天地者，生之本也；先祖者，類之本也；君師者，治之本也。無天地，惡生？無先祖，惡出？無君師，惡治？三者偏亡焉無安人。故禮上事天，下事地，尊先祖而隆君師，是禮之三本也。」是故歷代多有供奉「天地君親師」者也。此外，祭祀之對象有日月星辰、列星風雨、山林川澤、社稷城隍諸神靈等，所含廣而博，乃古人對天地萬物之敬重也。祭祀之由，有求子、求雨、求平安、祈福等事。觀上可知，古人逢大事必祭祀也。此釋祭祀。

乙二、祭祖略述（分二）

丙一、釋祖

《說文》，「祖，始廟也。從示、且（音居）聲。」始廟言供奉始祖之大廟也，祖之古文為且，其形如立於台上之祖宗牌位也。由始祖引申為一切先祖、列祖列宗。「宗，尊祖廟也。從宀（音棉）從示。」段玉裁注云：「《傳》曰：宗，尊也。」凡尊者謂之「宗」。尊之則曰「宗之」。尊莫尊於祖廟，故謂之「宗廟」。宗，從宀從示，示謂神也，宀謂屋也。後引申為凡所尊皆曰「宗」；所尊皆重要，故又引申為主旨、綱要。「廟，尊先祖𡩇（貌）也。」段玉裁注曰：「尊其先祖而以是儀𡩇之。故曰宗廟。諸書皆曰：廟，𡩇也。」《祭法》注云：「廟之言𡩇也。宗廟者，先祖之尊𡩇也。古者廟以祀先祖。凡神不為廟也。為神立廟者，始三代以後。」

丙二、釋祭祖

祭祖者，祭祀祖先也。《禮記·祭義》云：「建國之神位，右社稷，而左宗廟。」古者祭祖必於廟，《禮記·王制》曰：「天子

七廟，諸侯五廟，大夫三廟，士一廟。」自君王以至於庶民，皆以祭祀為重，君臣崇孝道，重祭祀，民德自然歸厚，國家自然太平也。

乙三、祭祖意義略述（分三）

丙一、慎終追遠，民德歸厚

曾子曰：「慎終追遠，民德歸厚矣。」清劉寶楠《論語正義》云：「孔曰慎終者，喪盡其哀；追遠者，祭盡其敬。君能行此二者，民化其德，皆歸於厚也。」當春秋時，禮教衰微，民多薄於其親，故曾子諷在位者，但能慎終追遠，民自知感厲，亦歸於厚也。《禮記·坊記》云：「修宗廟，敬祀事，教民追孝也。」又《祭統》云：「夫祭之為物大矣，其興物備矣，順以備者也，其教之本與。是故君子之教也，外則教之以尊其君長，內則教之以孝於其親。是故明君在上，則諸臣服從。崇事宗廟社稷，則子孫順孝。盡其道，端其義，而教生焉。是故君子之教也，必由其本，順之至也，祭其是與。故曰：祭者，教之本也與。」

「言君者，以曾子言民德，民是對君之稱，蓋化民成俗，必由在上者有以導之也。」

丙二、子孫昌盛，祭祀不輟

《道德經》五十四章曰：「善建者不拔，善抱者不脫，子孫以祭祀不輟。」言子孫能重孝道，重孝道則重祭祀，重祭祀則能行先祖之教，守先祖之道，如此則能使後裔延續不衰，故曰子孫以祭祀不輟也。於此可知，中華民族能延綿五千餘年者，乃歷代子孫祭祀不輟之功也。

丙三、祭為禮本，唯賢能任

《禮記·祭統》云：「凡治人之道，莫急於禮。禮有五經，莫重於祭。夫祭者，非物自外至者也，自中出生於心也，心怵而奉之

以禮。是故，唯賢者能盡祭之義。」淨空老法師重視祭祖，講席中屢屢提及此事，蒙老法師及有識之士多方護持，近年於香港等地多次舉行祭祖法會，盛況空前，國家、社會皆受其益，參會大眾因此而學孝道、復祭祖者多矣。賢公上人每年無論事之忙閒，路之遠近，定回鄉祭祖，此賢公現身說法，示大眾應重視祭祀也。綜上述，可知祭祀之有無，關乎國家之興衰、民族之存亡也。有志之士，當效法古人，崇孝重祭，虔敬行之也。

乙四、祭祖方法略述（分六）

祭祀之儀程含上香、讀祝文、奉獻飯羹、奉茶、獻帛、獻酒、獻嘏（音古）辭（福辭）、焚祝文、辭神叩拜等。祭祀之方法、祭器之規制、祭品之種類，皆畢載典籍，此不贅述。若能依古，固善；若無所依，則因時因地因人，或從俗、或從簡，或請示通人，若秉承於善，無違於惡，可斟酌用之。以下述其概要。

丙一、祭前齋戒，以淨身心。

凡祭祀，內心當誠敬潔淨，祭前應齋戒淨心。《禮記·祭義》云：「孝子將祭，慮事不可以不豫，比時具物，不可以不備，虛中以治之。宮室既修，牆屋既設，百官既備，夫婦齊（同齋）戒沐浴，盛服奉承而進之，洞洞乎，屬屬乎，如弗勝，如將失之，其孝敬之心至也與！薦其薦俎，序其禮樂，備其百官。奉承而進之，於是諭其志意，以其慌惚以與神明交，庶或饗之。庶或饗之，孝子之志也。」

《禮記·祭統》云：「及時將祭，君子乃齊（齋）。齊（齋）之為言齊也，齊不齊以致齊者也。是以君子非有大事也，非有恭敬也，則不齊zhāi。不齊（齋）則於物無防也，嗜欲無止也。及其將齊（齋）也，防其邪物，訖其嗜欲，耳不聽樂。故《記》曰，齊（齋）者不樂。言不敢散其志也。心不苟慮，必依於道；手足不苟動

，必依於禮。是故君子之齋（齋）也，專致其精明之德也。故散齋（齋）七日以定之，致齋（齋）三日以齊之。定之之謂齊（齋）。齊（齋）者精明之至也，然後可以交於神明也。」能竭誠以祭，齋戒淨心，則能通於神明，蒙獲福慧也。

丙二、體儀端肅，容貌和緩

凡祭祀，當具足威儀，體態端正嚴肅，容貌和緩，方能以禮化心，以禮正身也。《禮記·祭儀》云：「孝子將祭祀，必有齊（齋）莊之心以慮事，以具服物，以修宮室，以治百事。及祭之日，顏色必溫，行必恐，如懼不及愛然。其奠之也，容貌必溫，身必詘，如語焉而未之然。宿者皆出，其立卑靜以正，如將弗見然。及祭之後，陶陶遂遂，如將復入然。是故，慤（音確）善不違身，耳目不違心，思慮不違親。結諸心，形諸色，而術省之。孝子之志也。」其此之謂乎。

丙三、祭則如在，身親蒞之

祭祖不可請人替代，祭祖之時，當如祖在己前，如此則祖宗之教自記，謙恭之心自現也。《禮記·祭義》曰：「文王之祭也，事死者如事生，思死者如不欲生，忌日必哀，稱諱如見親，祀之忠也。」《論語·八佾第三》曰：「祭如在，祭神如神在。」子曰：「吾不與祭，如不祭。」此言夫子祭祀之誠意，不使人攝祭，不然，則肅敬之心無由而發也。

丙四、不數不疏，依於中庸

《禮記·祭義》曰：「祭不欲數（音碩），數則煩，煩則不敬。祭不欲疏，疏則怠，怠則忘。」凡祭祀，不宜過於頻繁，不然，則心煩而不敬，有違於祭祀之虔敬之心矣。然亦不宜過少，少則怠慢而忘祖矣。是故聖人制禮，合乎中庸之道。《禮記·祭義》又曰：「天子諸侯宗廟之祭，春曰禘，夏曰禘，秋曰嘗，冬曰烝。」此

四時之祭，後演變為「春節、清明、七月之望、十月之朔」，祭祖之期遂成定例，沿傳至今也。

丙五、心存誠敬，以祭為尊

凡祭祀，心當至誠至敬，祭器祭品當取潔淨無染，為己最尊貴者。《禮記·曲禮下》云：「君子將營宮室。宗廟為先，廡庫為次，居室為後。凡家造，祭器為先，犧賦為次，養器為後。無田祿者不設祭器；有田祿者，先為祭服。君子雖貧，不粥祭器；雖寒，不衣祭服。」可知宗廟貴與居室，祭器貴與眾器，寧貧不賣祭器，寧寒不穿祭服，此古人重祀之謂也。

丙六、謹言慎行，完善道德。

夫祭祀，不僅行之於祭祀之時，要在平日積功累德，謹言慎行，使己之煩惱習氣日有所減，乃至於無；德行智慧日有所增，乃至於全，則可謂為真孝子，真祭祀也。曾子曰：「身也者，父母之遺體也。行父母之遺體，敢不敬乎。居處不莊，非孝也；事君不忠，非孝也；蒞官不敬，非孝也；朋友不信，非孝也；戰陣無勇，非孝也。五者不遂，裁及於親，敢不敬乎。」是故，完善德行，立身行道，存希聖希賢之心，效大聖大賢之行，則能使祖宗、己身得大利益也。

乙五、佛弟子祭祖方法略述（分三）

丙一、積德累功，念佛迴向

印祖云：「佛弟子祭祖先，固當以誦經、持咒、念佛為主。若能令慈親與己，並及家眷，同出娑婆，同生安養，同證無量光壽，同享寂滅法樂，同作彌陀法王子，同為人天大導師。方可盡其孝慈之心，與夫教育之誼。」念佛之功德利益，備載佛經祖論，師父上人時時開示，不須贅述，若能虔誠念佛修德迴向，祖先必能獲福無量、得真實之利也。

丙二、祭品用素，勿用肉祭

印祖示曰：「至於喪祭，通須用素，勿隨俗轉。縱不知世務者，謂為不然，亦任彼譏誚而已。」又云：「仁人祭祖，尚求仁者之粟，今求屠劊之肉，是焉得為誠敬乎。由是言之，殺生以祭天地，是逆天地好生之德，天神地祇，豈以此諸穢物為香潔，而歆饗之乎。蓋祭者，欲藉此以食其祭品耳。至於祭祖宗，奉父母，待賓客，當思有益於祖宗、父母、賓客，方為合理。今以極慘酷之殺業，為我致誠敬之表示，令祖宗、父母、賓客同膺殺禍，此之誠敬，是禍害，非誠敬也。而況一切眾生，皆是過去父母，未來諸佛，不加救濟，反為表我之誠而加殺害乎。」

「愛惜物命，不享肉食之祭。凡用素者，則錫之福祉。若用葷者，即示以禍殃。」

「世人只知現世，不知過去未來，故殺彼之身，充我之腹，以為理所應當。若知其生生世世，互相酬償，及我與此諸物類，互為父母、兄弟、眷屬、互生。互為怨家對頭，互殺。勿道不敢自食，即祭天地、祖宗、奉父母、待賓客，亦不敢用肉。以肉乃精血所成之物，謂天地神祇饗此，何異誣人食污。祭祖、奉親、待客，何異殺過去祖宗、父母、賓客，奉現在祖宗、父母、賓客，又令祖宗、父母、賓客，永劫常受殺報乎。且勿謂人畜輪迴，渺茫難稽，史鑑所載，多難勝數。即就近見聞，亦復不少。固當深信，勿造殺業，以既造殺業，必受殺報。」

「余姚周善昌，自歸依後，不食葷腥。以明年值辦二十九世祖柳庵公祭，向之祭品，均有定例，不許改革。彼預與其族叔祖楚瑞公，議其辦法。瑞公，乃明理通人，極為贊成。遂於冬至日，聚合

族通過，從明年起，以後祭祖，概用素品，不用葷腥，大家通皆允許，永為定例。」

丙三、大事從佛教，小事從常道

印祖云：「焚化箔錠，亦不宜廢，以不能定其即往生也。即定其即往生，亦不妨令未往生者資之以用耳。」又云：「錫箔亦不可廢，亦不必一定要燒多少。須知此濟孤所用，佛菩薩，及往生之人，了無所用。亦當以佛力、法力、心力，變少成多。若人各得一，縱數千萬萬，也不能遍及，以孤魂與鬼神遍滿虛空故也。若知變少成多之義，則濟孤之心亦盡，而且無暴殄之過。是在人各至誠以將，則心力周遍，冥資亦隨之而周遍矣。」蓋時有古今，地有南北，言語異聲，風俗莫同，難於盡歸於一。若祭祀之法之程無害仁善，無違因果，毫無所過者，從當時當地之風俗可矣。

甲三、結語

師父上人教化於四方，仁人志士輻輳而應之，社會大眾群起而效之。仁君善政，高僧化民，大眾向善，舉世皆崇孝道，重祭祖，堅信吾中華泱泱大國必能協同世界走向和諧，中華民族必能實現偉大復興，而吾炎黃子孫亦必能福慧昌隆、永續不息也。

弟子德薄學淺，文思拙劣，凡所匯報，定有訛誤，不免缺漏，恭請師父上人及諸老師批評指正。慚愧下愚弟子誠敬叩呈，甲午年十月初八。

老法師：這是郭老師寫的？他寫得非常好，將祭祀，從三皇五帝上古時代開始，確實繼中國的禮樂，一直到清朝末年。清朝亡國之後，近代這些人主要是受了西方文化的影響，認為這個祭祀是很繁瑣、迷信的行為，不知道它用意多深，影響多大。這個東西疏忽了，廢除了，導致今天的社會，大家心裡都明白，看得都很清楚，遠遠比不上過去。而且是愈演愈嚴重，嚴重到我們明顯的看出來，

以十年為一個單位，一個十年不如一個十年。現在似乎到每一年都有明顯的落差，也就是一年不如一年。一些志士仁人，莫不為此憂心忡忡，怎麼辦？大家都在問，答案找不到。甚至於斷言，這個地球還能撐五十年嗎？一百年都不敢講。

戰爭不能消除，衝突不能化解，最嚴重的，大家都知道，人類今天有能力毀滅這個世界，核武的戰爭就是人類集體自殺。這是什麼文明造成的？科學發展到今天，技術的先進日新月異，對人類帶來了什麼？可以說帶來是高速度的走向毀滅。所以有識之士常常在說，慢一點好，不要太快，這個話有很深的道理在裡頭。怎麼樣才能解決問題？要回頭，不能向科學技術學習，要向老祖宗學習，我們要相信，老祖宗能維繫五千年，科學技術維持不到五百年。科學的發明到現在四百多年，能不能維繫到五百年，這是多少人在憂心。

中國東西好，可惜丟得太久了，沒有人認識。湯恩比在晚年所說的，不是謊言，是真知，真實智慧，他看到了。學佛的人心地清淨，看得比一般人要深、要廣，學佛的人心地很清楚。在今天的社會，真正能聞到淨土，這是一條生路，認真學習，鍥而不捨。有緣，要幫助這個世界化解衝突、化解災難，讓人類的文化繼續下去。萬一真正不幸了，導致引發第三次世界大戰，真的，地球上的文明會完全消失，人會回到蠻荒的時代。這是人類的悲哀，這是科學技術發展的終結。我們今天念祖宗、念聖賢，多少人認為我們這是迷信，這是違背了科學。可是我們有堅定的信心，認真努力學習，像海賢老和尚一樣，默默的做出一個榜樣給大家看。他在我們這個時代出現，所表演的就是當前這個社會，什麼都明瞭，什麼都不能說，讓大家看了自己去反省、自己去覺悟。我也常常在想，在這個大時代弘揚正法，老和尚是我們最好的榜樣，能成就自己，也能幫助

別人，無量無邊功德。

還有一些少數人，愛好傳統文化的，我們要團結起來，我們要把古禮恢復起來。這一次我覺得祖宗保佑，三寶加持，在這一屆，過去沒有的，有這麼多同學把祭祀、祭祖歷史的意義，做出簡單而且精要的報告。過去雖然有這個形式，沒有人把它講清楚、講明白。這次我們有這麼多報告，我們想在這個祭祖之前（冬至之前）把它印出來，做成光碟，做成有聲書，希望來參加與會的，每個人都送他一份。大家都明白了，都能說出一套道理出來，為什麼要祭祀，祭祀有什麼好處，它不是迷信，讓大眾對祖宗，對過去的先人，重新生起恭敬心、敬仰心，去向古人學習，我們當前的社會就有救了。相信人性本善，祭祀是本善裡面流露出來的形式。人是教得好的，我們做過實驗，做成功了。這個社會其他地區，中國、外國也有人在做實驗，我們看到這些信息非常歡喜。如果人人都明白、都回頭，這個世界就有救了。好，我們看底下的，還有幾份。

學生：尊敬的師父上人：慚愧弟子越溪，萬分感恩能夠有珍貴的機會聽從師父上人的教導，向本次祭祖活動呈上一份學習報告，題目是「家庭教育是天下太平之根本」。

近年來，目睹社會一代不如一代，無論是學術研究還是技能培養，都存在嚴重的滑坡的現象，十分令人擔憂。這是現代社會不注重教育嗎？顯然不是。因為現代社會對於教育投入了大量的人力、物力，並且，世界各國因為教育的普及，人口的文盲率都是有史以來最低的，而平均學歷又是有史以來最高的。

這種教育投入愈來愈多，人才卻一代不如一代的奇怪現象，引起許多有識之士的憂慮與深思。培育人才包括三個方面：家庭教育、學校教育以及社會教育。家庭教育是父母的責任；學校教育則由老師主導；社會教育則掌握在媒體手中。因此，要讓我們這個時代

人才濟濟，就需要三個教育的互相配合，三者之中又以家庭教育為根本，根本如果疏忽了，僅僅在學校教育方面下功夫，難免事倍而功半。

家庭教育是天下太平之根本，這一點淨宗十三祖印光大師，早在上個世紀初就已經明確指出來了。遺憾的是，近一個世紀以來，如何有效的將聖賢教育帶回家中，並沒有得到應有的重視。所幸的是，依然有一些家庭，傳承著中華傳統聖賢教育，給世人樹立一個良好的榜樣。

九一一事件發生後不久，澳洲昆士蘭大學和平學院，曾經開會討論世界動亂的根源，學者們問師父上人：世界動亂的原因是什麼？師父上人回答說：「動亂的根源是家庭教育。家庭像一棵大樹上樹葉，社會像一棵樹，樹葉如果都爛掉了，這個樹會枯死。今天，我們的社會，家庭沒有了。子女沒有受過教育，不懂得孝順父母、尊敬長輩，於是必定隨順煩惱習氣，胡作妄為，危害社會，這個社會哪裡還會有安寧？」

這個結論與西方歷史學家的看法暗合。西方歷史學家將中國人數千年社會安定、文化代有傳承，歸因於國人普遍重視家庭教育。研究宋代家庭的國際史學權威伊佩霞教授（Professor Patricia Ebrey）說：歷史和現實都證明，家庭教育是所有教育的根本。父母做為孩子的第一任老師，承擔著養育下一代、教育下一代的重任；而完成此重任，母親尤為重要，可謂家教是社會安定和諧的根源，而母教又是家教的根本。

甲、為何家教為根本

清朝末年、民國初年，中華民族正遭遇著深重的災難，印光大師特別指出：「世亂極矣，人各望治，不知其本，望亦徒勞。其本所在，急宜知之。家庭母教，乃是賢才蔚起，天下太平之根本。不

於此講求，治何可得乎？」在傳統文化的私塾學校正在迅速消失的民國初年，印祖沒有將保護私塾教育做為首要考慮，而是在利用許多場合強調家庭教育、母教的重要，並特別指出家庭教育要結合因果教育，雙管齊下，方可轉化人心。「國家人才，皆在家庭，倘人人各注重家庭教育，則不數十年，賢人蔚起。人心既轉，天心自順，時和年豐，民康物阜，唐虞大同之風，庶可見於今日。是以憂世之士，莫不以提倡因果報應及家庭教育，為挽回世道人心之據。」這正說明家庭教育是根本，學校和社會教育是輔助，因果教育是關鍵。

乙、家庭教育的內容

《禮記·學記》是現存的最早關於教育的專著，它指出：「玉不琢，不成器；人不學，不知道」。所以，教學首重傳道，令接受教育者能夠明道、行道。人雖本性本善，但是沒有好的教育，還是會受到後天習氣的染著，不但其本善無法彰顯，甚至還會令自己變成習氣的奴隸。是故，教學則以「長善救失」為要。

已故著名的翻譯家楊必女士，是楊絳先生的胞妹，是家中排行老八的小女兒，難免有嬌、驕二氣。一家人便善意的取笑她，幫助她做一位心智堅強的女子。如此次數多了，楊必就堅強了起來。再有人取笑，她都會很歡喜的跟著笑，滿不在乎。終於磨去了驕、嬌二氣而成為幽默的開心果。長大後，即使承受常人無法想像的苦難、面對巨大的政治壓力，楊必不但不會出賣自己的良心，還能樂樂呵呵的突破重重困難，完成譯作。傳統文化的家庭教育，幫助孩子在充滿愛心的磨鍊中，斷除煩惱習氣，完善人格。「長善救失」不僅要幫助孩子斷除習氣，更重要的是啟發他孝敬之心，使之一生不改變，並且能將這個推廣至萬事萬物，即「親親而仁民，仁民而愛物」。

家庭教育包括倫理、道德、因果以及宗教教育四個方面。倫理道德的教育首重《弟子規》；因果的教育是《太上感應篇》；宗教教育在取決於家庭的信仰，如果是佛教徒，《十善業道經》就是入門的基礎教材。這三本薄薄的經典，是五千年來傳統文化教育的精華總結。如果能夠真正落實其中的教導，就會發現，它們可以說是現代家庭「鎮宅之寶」，不但要真正力行，更要將聖賢君子的教育永遠傳承下去，家道必然綿長久遠！

俗話說「十年樹木，百年樹人」，家庭教育往往是幾代人積累的結果。教育的目的，是幫助孩子成為聖賢君子，教育的重點，便是幫助孩子「愛敬存心」。習老雖然家教嚴格、似乎不近人情，但是老人對子女深沉的父愛非言語可以形容。老人受辱入獄，未曾為自己的處境而哀嘆，但卻會因思念孩子而老淚縱橫。習老重歸政壇之後，教導孩子的是敬愛人民。由此可見，「父子有親」是所有德行的起點，從這個愛心延伸出去，便是「親親而仁民，仁民而愛物」。是故，父母真正對孩子毫無保留的、充滿智慧的愛心，是家庭教育得以成功的根本。

傳統的家庭教育，依然是值得現代人學習、參考的對象，因為它是中國實踐了幾千年證明有效的方式。中國雖然經歷朝代的變革，但是教育制度從來沒有改變，證明了這個教育實踐之偉大。師父上人說，中國過去的家，對於這個社會貢獻非常偉大，長治久安是家造成的，就是家庭教育。家庭教育是私塾，私塾就是家庭子弟學校。因為中國過去是大家庭，每個家有祠堂，這是紀念祖先的地方，慎終追遠，民德歸厚，念念不忘老祖宗的教訓。每個家有家規，有家規、家道、家學、家業，所以傳統的大家庭是個社會團體。現在家沒有了，古人講：「家不齊（家要是沒有規矩），社會就亂了；子不教（小孩要不好好教他），人心就壞了。」由此可見，雖然

恢復傳統的大家庭是很困難的，但是恢復家庭孝悌忠信、禮義廉恥、仁愛和平的教育，不僅是可能的，而且是當務之急。

丁、家庭母教

丁一、何為母教。

「父子有親」是自性第一德，它體現在母子之間，便是母教。《說文解字》對「教」的解釋是「上所施下所效也，從攴從孝」，「攴」是指小小的擊打，「孝」是指善事父母。是故，「教」的本意，是通過上一代善事父母的行為，以啟示下一代效法。失去孝道，則教無以立；未能力行孝道，則為失教。是故，所謂「母教」，便是為人母者，將自己孝順父母、敬事公婆、助夫成德、勤儉持家、潔身自好等行持，啟示孩子，幫助孩子彰顯其本性本善的性德。

丁二、不同時期的母教。

丁二·一、胎教。

母親對孩子的教育，是從一入胎就開始了。古聖先賢非常重視胎教，如果說母教是天下太平的根本，胎教就是成就聖賢的根本。

《禮記》有言：文王的母親太任品行端莊誠實，一切事情，只有合乎德的才做。當她懷著文王娠的時候，眼睛不看那不好的事物，耳朵不聽不當的聲音，嘴裡不會講出傲慢的話。睡的時候很端正，坐的時候也不偏著身體，立的時候，兩腳就平平正正。平時不吃奇怪的食物，不吃割得不方正的肉。座位擺得不端正，她就不坐。所以後來生了文王，生下來就很聰明神聖。君子說，這是太任能夠應用胎教的效果。

由此可見，古人教孩子的方法是從孩子入胎開始，就要保護他不受到外面環境的染污，此為「長善」。母親懷孕，十個月中只有善念，沒有惡念，讓胎兒感受到母親的正氣。言語柔和，決定不能發脾氣，不能有愛欲，就是夫妻在一起也都要保持禮節，不讓這些

不安、貪欲影響孩子。胎教之重要，可謂確立孩子一生的稟性，能不重視嗎？

丁二·二、幼教。

孩子生下來，母親就要全力保護好孩子，不僅要盡量母乳餵養，更要在家庭中為孩子身心的健康成長，創造出和諧、正面的氣氛。父母能夠將《弟子規》做出來給小孩看，就是最好的嬰幼兒養正教育。印祖曾言，無論何人，「即婢僕小兒，亦不許打罵。教其敬事尊長，卑以自牧。務須敬惜字紙，愛惜五穀、衣服、什物，護惜蟲蟻。禁止零食，免致受病。能如此教，大了決定賢善。若小時任性慣，概不教訓，大了不是庸流，便成匪類。此時後悔，了無所益。古語云，教婦初來，教兒嬰孩。以其習與性成，故當謹之於始也。天下之治亂，皆基於此。」諺語云：「三歲看八十，七歲看終身。」小孩子看到三歲，一千天，所接觸的都是正面的，沒有負面的，就有能力辨別是非善惡。這樣聖賢教育的根基紮下去，孩子會成為聖人；即使達不到聖人，也會是賢人。是故，聖賢是教出來的。

於此同時，印祖特別強調務必要在孩子幼年，思想觀念還處於養成之時，常常說善因善果、惡因惡報的故事給孩子們聽。「小兒從有知識時，即教以孝悌忠信、禮義廉恥之道，及三世因果、六道輪迴之事。令彼知自己之心，與天地鬼神、佛菩薩之心，息息相通。起一不正念，行一不正事，早被天地鬼神、佛菩薩悉知悉見，如對明鏡，畢現醜相，無可逃避。庶可有所畏懼，勉為良善也。」這一點，是這個時代的幼教所缺乏的，但卻是安定社會、培養良才的最重要的一方面。遺憾的是，現在聖賢教育喪失了，因果教育被視為迷信。不但講起來大家都不相信，並且由於母親要出去工作，還在嬰兒時代的孩子，普遍會交給保姆或者祖母、外祖母帶。令孩子在一生中最重要學習階段，所學習、效法的不是母儀，所聽到很

可能是電視上的言談舉止、思想觀念，十分可惜、可嘆！

師父上人說過，因果教育的城隍廟對於社會大眾的震懾作用，比警察局更有效，而且還能防患於未然。倫理道德的教育讓一個人羞於作惡，而因果的教育則讓一個人不敢作惡。這個震懾作用，便是以「禮」來治理社會的效果，「道之以德，齊之以禮，有恥且格」。

禮制雖然不存，但禮的教育卻依然可以在家中實踐。它端在於母親的用心，母親如果能夠在孩子小的時候，時時將因果報應的故事講給孩子聽，展示給孩子看，令其先入為主，自然會對社會不良風氣有了免疫力。雖然很多地方已經沒有城隍廟了，但是著名的江逸子先生將「地獄變相圖」用國畫的方式畫了出來，印成了精美的畫冊，備一本在家中，等於將城隍廟的教育請回家裡。平日所見所聞，抓住每個機會進行因果教育，讓孩子有所畏懼，也幫助母親不斷深信因果，知道如何修善因、得善果，從而令母親真正能托起全家的未來，真的是教學相長。

丁二·三、青少年、成年時期的母教

賢母對於子女的教化，伴隨著子女一生，從古至今，都不乏優秀的母親為天下人所效法。《韓詩外傳》就記錄了一則「田子為相」的故事。在春秋戰國時期，田稷子給齊國做宰相，三年之後退休回家。拿了一百鎰黃金，奉給母親。母親就問：「孩子，你怎麼得到這麼多黃金？」田子說：「是國家給我的俸祿。」母親說：「你做三年宰相，難道就不吃飯、不花錢了嗎？你這樣管理公務，肯定不是毫無私欲吧。孝子奉事自己的父母，要竭盡誠意，不義的東西，不能拿到家裡。做人家的臣子，卻不能忠心耿耿，就是不孝了。孩子，你應該把錢還回去。」田子非常慚愧，就回到了齊國朝廷，將所有錢財奉還，並請求治罪下獄。齊宣王感嘆田子母親賢明，又

對田子明道行義感到高興，就豁免了田子貪污罪，還聘請他為宰相，又將錢贈送給田子的母親，以嘉許她教子有方。

俗話說：妻賢夫禍少。賢妻多為良母所教，如少時有良母教育，及長又有賢妻相輔，必能為社會做出貢獻。是故印祖云：「善教兒女，為治平之本，而教女尤要」。

丁三、母教的次第

丁三·一、和與敬是母教之始

古人云：「君子之道，造端乎夫婦。」這句話意思很深，用在教育子女方面，則體現為，夫婦若能夠和睦相處、互相尊重，子女必在心靈方面得以健康成長。反之，若父母意見相左，時有不和，則子女多不知所措，難以與他人相處，甚至有心理困擾。遺憾的是，現代社會常常出現夫婦缺乏尊重，互不體諒，甚至離婚的情況，遂令問題兒童、問題青少年愈來愈多。因此，和敬是母教之始。和敬的教育，從恭慎對待婚姻開始。淨空老法師指出：「婚姻雖然表面上是兩個人的結合，它實際上是道義的結合，與社會、國家，乃至虛空法界都有密切的關係，要對祖宗、後代負責，對社稷、天下負責」。

家庭的任務有二，一是祭祖以傳承家道；二是養老育幼以期代代出人才。由此可見，一個家有無孝子賢孫，一個國家有無聖賢人出世，一個時代能否實現太平盛世，全都在於母親能否相夫教子，能否持家睦族，能否傳承傳統的家風、家道、家學。這是女子在一個家庭中的重任，在一個國家中的角色，在一個時代中的關鍵所在，也就是天下興亡，匹夫有責之所在。是故，印祖常說：「治國平天下之權，女人家操得一大半」。

正因如此，古今中外各個民族都非常看重女子之謙德，認為好的女子應該能夠孝順父母、性情柔和、言語少而神態安定，舉止嫻

靜而知所進退。在古代，女子在出嫁前三個月，她的母親及族中長輩會鄭重的在莊嚴的廟堂上，教授女子有關婦德、婦言、婦容、婦功之四德，並且在學成之後還要祭告祖宗，以成就女子柔順的德行。及至婚禮當天，也有一系列的禮儀，以明示身為媳婦應孝順、謙恭。

《聖經》有言：「有賢婦為妻，是一種福分；但是只有敬畏上主的人，因自己的善行，才能得到她。她不論是富是貧，心神總是快樂，時常面帶笑容。」（德26：1—4）「沉默寡言而明智的婦女，是上主的恩賜。受過好教養的人，是無價之寶。聖潔而知恥的婦女，乃無上的恩賜。貞潔的靈魂，實尊貴無比。」（德26：17—20）《聖經》的教導與我國傳統教育暗合。遺憾的是，現代社會對傳統女性教育產生了很大的誤解，斥之為封建。如果和《聖經》互參，相信能夠消除此誤解。

對家庭教育而言，謙和的女子事奉夫君，必心存恭敬、態度婉然；而男子亦因敬重夫人，而時時注意端心正意、不失威儀，夫婦相敬如賓，同心同德。夫婦之間的和敬，是培養孩子恭敬、誠意的最好身教，這正是「孝為百善之根，敬為立德之本」。今天的社會，女子常因其社會責任而疏於陪伴子女，不能教化子女，這就大錯特錯了！印祖於百多年前已經對此扼腕嘆息，稱之為「聚九州之鐵不能鑄此錯者」。是故，身為現代母親，首先要修信德，堅信本性本善，只看好樣子，不看壞樣子，切不可生絲毫對立、不敬的心念；其次要創造整潔、充滿正能量的家庭環境；繼而隨緣隨分的將教學資料帶入家中，在其樂融融的環境下，令家人逐漸感染到傳統文化大家庭深厚的愛心，將聖賢教育帶回家中。唯其如此，才能幫助家人明其明德而離苦得樂，正是「相夫教子，敦親睦族，教學為先」。

印祖云：「吾嘗謂治國平天下之權，女人家操得一大半。以相夫教子於家庭之中，俾有天姿者，即可希聖希賢，大立德業。無天姿者，亦可循規蹈矩，作一善良人民。若捨此不講，而專欲操權與男人同，則是亂天下之第一大禍也。」

瑪格麗特·撒切爾夫人，是英國有史以來最好的首相，然而當撒切爾夫人離開政壇的時候，她突然意識到，自己為了從政而犧牲家庭是多麼的錯誤。她曾私下對同事說：「如果時光能夠倒流，我絕不會步入政壇，因為我的家庭已經為我的從政之路付出了過高的代價。」自撒切爾夫人成為英國首位女性首相之後，愈來愈多的女性活躍在政治、經濟、文化等各個領域，也做出了出色的貢獻。然而，鐵娘子淒涼的晚景、家庭的痛苦以及悔不當初，渴望回歸家庭的肺腑之言，印證了印祖的教導，字字句句真實不虛！

丁三·二、端心正意是母教之源

教乃上行下效也，母親的心行、言語，無時無刻影響著子女。言縱未出，身教已見，身教之正，源於心正，即「當自端心，當自端身，耳目口鼻，皆當自端」，這是身為人母者延續一生的生活態度。唯其如此，女子才能漸入聖賢之境，而母儀夫家。同時，母親幫助子女長善救失的同時，亦長養一己之善，救己身之失，正是「善莫大於教子」。世亂至此，欲繼往聖之絕學，若無一番克念作聖的功夫，若非下決心與物欲做一番格鬥，聖賢教育實難入門。

儘管母親可能與聖賢教育相見恨晚，古人亦云「知來者之可追」。母子本為一體，母親何時覺悟，奮力改過都不為晚。只要一息尚存，為人母者皆可因改過而得以盡分，所謂「一念猛厲，足以滌百年之惡也」。另一方面，母親改過之心雖然猛厲，切不可苛求子女速斷習氣。各人根性深淺不同，習染厚薄不同，母親每日與孩子一起「苟日新，日日新，又日新」，如此漸修，自然「功夫到，滯

塞通」。母子於不知不覺中成就君子之德，所謂「縱去遠，以漸躋」的教育成果，母子皆可證得。

丁三·三、婦言、婦容，母儀二要

婦言：和顏愛語

身為人母，修身必先謹言，女子之德，貴在貞靜，女子言語少，則易行止專注、安定。母親的言語往往是孩子聽到的第一句話，若不能幫孩子樹立孝悌忠信、禮義廉恥之德，可謂失教。佛門常說，「若要佛法興，唯有僧讚僧」，同理，身為母親，口吐蓮花，言語柔和，無論對孩子還是對夫家上下，皆宜「善護口業，不譏他過」，「和顏愛語，勸諭策進」，自然家和萬事興。母親的心正、言正、行正，即可在家庭中樹立正氣、培育正能量，讓一家人沐浴在朝氣向上的氣氛中，和樂融融。子女兒孫，才高者能夠造福一方，平庸者亦能盡己所能，服務社會；待嫁之女，有聖母之資，新婦過門，亦有禮讓之德。又母親若常在孩子幼小時，常常講述善因善果、惡因惡報的道理和事實，則孩子心念端正，不敢造次，因而絕禍患之惡緣；即便逆境現前，也不會怨天尤人。所謂祖德蔭庇，便是如此。

婦容：開正氣之風

婦容是女子四德之一，這一點易被世人所誤解。然婦容雖看似為個人私事，實則流弊深遠。現代社會崇尚穿著暴露，認為這樣可以展現女性美。這其實是誤解，因為這往往容易令他人生非分之想，遂於無意之中招惹禍患之餘，亦種下地獄罪業。相反，如果女性穿著得體，儀態大方，令人望之而生歡喜、恭敬，如此母儀，自可為當世、後代所效法。對兒子而言，母親的儀態令其建立健康、正確的審美觀念，不至於成人之後被欲望所蒙蔽。對女兒而言，母親優美、得體的妝扮令她耳濡目染，長大之後自然不會受到不良潮流

影響。由此可見，婦容並非個人小事，切不可任性而為，亦不可潦草對待。母親就是這樣在一點一滴的日常生活中，逐漸令社會形成美好、良善的社會風氣。

丁三·四、「無我」為母教之指歸

母教，歸根結柢是無我的、智慧的大愛。母愛之偉大，便在於母親完全忘卻自我，全心全意養育孩子、承傳家道，真正給家庭帶來和睦、安寧。從造字上看，家中（宀）有了賢女子（女）則「安」，女子於持家，行有所止，皆有所法，不失禮，則「定」。是故，社會安定必肇端於家中，家中安定必源自母親。

總之，傳統文化教育下的女子，最值得讚歎的，便是她們能夠完全忘我。國學大師辜鴻銘以搶救中國傳統文化自期，他說，傳統中國女性以其宗教般的無私奉獻，成為中國家庭的守護天使，令其家成為人間的小小天堂。

丙、結語

三千多年前，閃米人用古希伯來文寫下了他們心目中的理想女性、理想的母親。誰能找到這樣一個德行出眾的婦人？她的價值遠遠超過紅寶石，丈夫對她完全放心、信任。天未亮，她就起床忙碌，為家人做好早餐，並給閨女們特備一份。她紡紗織布，經常手不辭紡錘，指不離紗桿。下雪了，她也不必替家人擔心，因為家人都穿得漂亮、暖和。她出言巧慧，柔聲細語、和善可親。她精心的照顧一家而不吃閒飯。她的孩子起床就向她祝福，她的丈夫也是如此，並對她讚不絕口。

同時期的中國，周朝出現了三聖母，將這種理想的母親做到了極致，開周代八百年之基業，亦以其勤勞、端正、懂得胎教、尊師重道，而成為後世女子之榜樣。妻子被稱為「太太」，亦是國人期許每位已婚的女性都能成為聖母。

幾乎是同一個時代，佛陀釋迦牟尼佛，正在印度，用幾乎相同的教導，教化一位傲慢的媳婦玉耶女，如何謙卑奉事夫家，以成就女子之德行。佛告訴她說，奉事夫家有五善：一者、後臥早起，美食先進；二者、撻罵不得懷恚；三者、一心向夫，不得邪淫；四者、願生長壽，以身奉使；五者、夫婿遠行，整理家中，無有二心，是為五善。佛陀又說，善於相夫教子的女子是真善知識，她「奉事夫婿，敬順懇至；行無違失，善事相教；使益明慧，相親相愛，欲令度世」。

三大古文明對於成就賢妻良母之女子德行，雖未溝通，竟然暗合。唯以中國傳統文化婦德、婦言、婦容、婦功之四德最為簡明扼要，易於推廣。總之，母親將《弟子規》（倫理道德教育）、《感應篇》（因果教育）、《十善業道經》（聖賢教育），用身教完完全全的表現在日常生活當中。聖母如此潤物無聲的讓孩子接受古聖先賢的教化，如同守護的天使、睿智的老師，這就是一位女子對家庭、對社會最大貢獻。

古羅馬天主教神學家、哲學家奧古斯丁（Aurelius Augustinus），曾以「上帝之城（De Civitate Dei）」比喻美好的家園。他說，上帝之城的人民皆有德行，受上帝之愛的蒙化而無私無我，令其城池、家園成為人間天堂。而中國歷代無數賢妻良母們，以其柔順婉約的女子四德，令其家無論貧富，皆可成為人間天堂，安寧、美好、崇尚道義。家如此，國亦然。

最後，印祖的教導給本篇做了一個最好的總結。「家庭教育，因果報應，乃現今挽救世道人心之至極要務。若不從此下手，則凡所措置皆屬枝末，皆可偽為。俾舉世之人，同注重於家庭教育與因果教育，而家庭教育，母教最要。使賢母從兒女小時，以身率其敦倫盡分之事，又日為宣說因果報應之理，其兒女決定皆成賢人，又

何有越理犯分，傷天損德等行為乎？所願匹夫匹婦，各任其責，庶可賢人傑出而匪徒革心，禮教興行而天下太平矣。」

以上是弟子一點粗淺的資料匯集，弟子很慚愧，不會做人、不會做母親。在此，恭請尊敬的師父上人、諸位老師大德慈悲教導。阿彌陀佛！慚愧弟子越溪頂禮敬呈。

老法師：越溪這一篇心得報告，是當前社會，不僅在中國，在全世界，都是最重要的參考資料。如果人人都能夠體會得，認真努力向這個方向去走，不但能救自己，我怎麼說能救自己？現前社會，諸位要是冷靜，可以觀察得出來，人，這生命結束了之後，並不就是完了；如果完了，那這些東西就沒有什麼太大意義了。人死是身體死，靈性沒死，身不是自己，靈性是自己，這個東西還有來世，有來生，來生到哪裡去？造作惡業的沒有不在三途，地獄、餓鬼、畜生，多麼可怕。所以我覺得，救自己比什麼都重要。怎麼救自己？懺悔，徹底改過自新，讓自己從今而後，起心動念、言語造作都合乎正道。只有自己能從三惡道走出來，你造作這個業肯定受這個報，誰都救不了你，佛菩薩再慈悲也無可奈何，自作自受。

她這裡提到了，現在這個社會，女孩子的穿著、打扮，那是什麼樣子？是地獄的形象。女子的穿著，大概就是我們看到伊斯蘭的婦女，基督教跟天主教的修女，那個穿著合格，其他合格的穿著少了。這個穿著就帶給你三途的果報，你說多麼可怕。這一篇報告，給她們是個嚴重的警告，也是個幫助她回頭的警惕。文字非常好，我們也要在這個祭祖法會裡面推廣。我們再看，她還有兩篇。

學生：尊敬的師父上人：慚愧弟子越溪，承蒙師長教導，為本次祭祖撰文。今天特別向師父上人、諸位老師大德，恭呈一份讀書總結，題目是「幸福美好源自孝敬的科學證明」。

甲、孝道的一體思想，是宇宙的本來面目

《說文解字》言孝，就像孩子背著老人的樣子，「子承老也」，以說明老一代和子一代是一體。現代社會多言代溝，因父子成長環境不同，而彼此感覺疏離，甚至悖逆。這種情況是否因為古人生活環境變化少，今人求速求變所致？

日本的江本勝博士以水結晶實驗而著稱於世，他在水上貼上各種文字標籤，然後將樣本冰凍後，用顯微相機將結晶拍攝出來。他發現，信息不同，則水的結晶也不同。例如，給水貼上「家族愛」的標籤，就會出現了如下結晶。這是三個疊加在一起的結晶，非常美，但卻每一個獨立看，都不完整，只有在一起才完整。說明一家人的確是一體，三代人原本就應該相親相愛、長幼有序。考慮到這是用現代的水在現代環境下做出的實驗，反證出「父子有親、長幼有序」是天然之道，古今同然；老一代與子一代，無論古今中外，都毫無疑問是一體的。

認識了這個真理，我們會問：如何在父子不親、彼此對立的情況下，把心中本有的愛心、善心啟發出來？人們常說，「百善孝為先」，這是因為孝心是將自己與父母視為一體，感父母之所感，急父母之所急，千方百計讓父母覺得放心、安心、安慰。《孝經》有言：「夫孝，德之本也，教之所由生也」。啟發孝德最重要的活動，便是祭祖，通過祭祖，古今、長幼、小家庭與大家族，乃至整個中華民族，都融成了一體。對此，人們可能會問：在這個科學昌明的年代，古代的東西還有效嗎？科學嗎？

量子物理描述的宇宙與佛經的互證。

我國有句古話，「親親而仁民，仁民而愛物」，這是說一個人如果能親愛父母、愛護家人，那麼他在社會上與別人相處時，自然做到「凡是人，皆須愛」。如果能平等博愛所有人，也自然會愛護物質環境。

早在二十世紀初，物理學家普朗克和他的學生愛因斯坦發現了零點能量場的存在，即在絕對低溫時，依然存在波動現象。現代的量子力學進一步發現，宇宙所有物質都與零點能量場互動，並認為宇宙萬物實為一體。中國科學院院士朱清時教授指出：「物理學所研究的宇宙的本體就是佛法所言的阿賴耶識」。著名的物理學家大衛·波姆，則把宇宙的實相描述為「在流動的運動中未破損的整體」。兩位物理學家都在向大眾闡明一個事實：宇宙是不可分割的，整個人類、萬事萬物都是整體的一部分，並且每一個部分都包括了全宇宙的信息，即佛經講的「芥子納須彌」。《金剛經》上說：「若世界實有者，即是一合相。」量子力學則將宇宙描述為「由基本粒子組成的一個不可分割的整體」。

既然是不可分割的整體，宇宙必然是互相關聯，即所謂牽一髮而動全身。愛因斯坦發現，兩個粒子一旦發生關聯，再分開之後，無論它們相距多遠，只要動其中一個粒子，另一個都會發生相應的反應，物理學將其名為「糾纏」（entanglement）。朱清時教授對此給出了一個形相化的描述：「兩個原來在一起的基本粒子，把它分開，有一個可能跑到銀河系的邊上去，另一個跑到北京來。我測量一下在北京的這個，干擾一下這個粒子，跑到銀河系邊上的粒子馬上就感覺到了，它也會反應」。並且，兩個粒子反應的時間幾乎是同時的，這個間隔短得不可思議，是光速的一千倍以上。也就是說，只要干擾一個粒子，另一個必然同時反應，證明了時間和空間是假相，佛將其名為不相應行法。所謂不相應，即指時空的概念與萬法一體不相應；所謂行法，即指一切現象都具有波動性、都有生滅，即大衛·波姆所言之「流動的運動」。

波姆之所以偉大，在於他進一步說明了「流動的運動」產生的源頭，即時間、空間產生的源頭是思想。其「思想創造一切」的看

法，再次與佛法「一切法由心想生」互證。圖表一、兩個相互關聯的基本粒子遙相呼應的情形。無論它們之間的空間距離有多遠，讓一個正向旋轉，另一個必然同時旋轉，而且是對稱的逆向旋轉。

幸虧有了現代科學的證明，讓一個人雖然沒有開悟，也能感受一下「天地與我同根，萬物與我同體」。如果真正能夠承認父子一體，那麼家人間的相處，必能推己及人、愛人如己。如果說水結晶的實驗在教世人，一家人要相親相愛，量子力學則提醒現代人，和諧社會必須從和睦家庭開始，和睦家庭必須從放下人我對立這一根深蒂固的錯覺開始。

古人云：「二人同心，其利斷金。」科學家指出，一般六十瓦的燈泡，因為散射的原因，令光子之間的能量互相干涉、彼此抵消。但是，如果讓這個小燈泡所有的光子都協調起來，彼此共鳴，這樣光光互照，小燈泡的光線強度，將比太陽表面的強光還要高幾千倍！這就是為什麼傳統文化持家、治國皆強調「和為貴」。

乙、百善孝為先的因果定律是宇宙運作的模式

「孝」不是一般的愛心，因為一般的愛尚分你我；孝之心，突破了自我，完全與父母融為一體，繼而與所有的人事物相融合，從而忘我、無我。這個心念與宇宙本具的一體性相應。一旦相應，便產生共鳴，一旦產生共鳴，微觀世界的粒子就會出現有序嚴整的排列，宏觀世界亦隨之改變，體現在生活中，便是人事環境的順遂、物質環境的安穩康泰。

以一體的愛心互動，與以對立的心態互動，對粒子而言，其結果大相徑庭。以水結晶為例，如果給它「愛」的信息，其結晶就非常美麗、有序；如果給它「恨」的信息，樣子就會非常醜陋、無序。這個實驗的道理，古聖先賢名之為「感應」，心念是感，粒子的排序變化就是應。圖表二、江本勝博士所做的水結晶實驗，「愛」

的結晶非常美好。圖表三、江本勝博士的水結晶實驗，「煩死了、殺死你」的信息，水都無法結晶了，樣子非常醜陋。

值得注意的是，既然兩個相互關聯的基本粒子之間的互動是超越時空永遠存在的，而且宇宙所有物質都與零點能量場互動，那就證明了一個微細的心念波動，都會影響整個宇宙。這正是佛法所言「一念周遍法界」，這就從科學證明了「萬般將不去，唯有業隨身」、「因果通三世」的道理所在。因此，我們的心念就太重要了！

並且，近年來量子力學的實驗進一步證實，基本粒子之間，一旦發生互動（即物理學所說的糾纏），必然彼此之間保持整齊有序的排列。並且，無論外界環境如何變化，即使出現極端的情況，粒子也會堅持排列有序，不會改變。這些實驗令物理學家得出結論：「事物不是獨立自存的，而是像量子粒子一樣，只存在於關係中。共同創造，彼此影響，說不定是生命的本質。」這就是儒家注重倫常，強調長幼有序的科學證明，「人無倫外之人，學無倫外之學」。這就是量子力學和儒家對世人共同的教導。因此，長幼有序、整齊嚴肅、齊家治國等概念，原來是真正的科學化管理。

可見，心念紛繁蕪雜，因緣果報亦隨之交錯複雜。所有心念之中，由於孝敬之心感得基本粒子排列整齊，這種整齊有序的情況是整個宇宙本來的面目，所以這個心念的影響力最大，用佛法而言，則是孝敬通自性。因此，懷著一體的愛心，從關愛父母開始，一家人良性互動，繼而影響一個社區、一個國家，終至影響整個宇宙。這就是《大學》修身、齊家、治國、平天下的道理所在。

當代美國的修·藍博士所倡導的夏威夷療法，就是對人我一體這個原理的具體實踐。修·藍博士給人治病時，觀想患者所有的症狀都在自己身上，然後重複的說「對不起，請原諒我，謝謝你，我愛你」。用這個善念不斷的清自己，每天專注半個小時，持續一

個月，自身的症狀消除，患者的病也好了。而且，患者可以是身邊的人，也可以是千里外的陌生人，完全不受空間距離的影響。這看起來很神奇，實際就是說明人我一體的愛，當其達到極至時，就超越了時空。

孝心的影響雖可遍及宇宙，但其力度之大小，端視誠敬的程度。孝悌之至，就是誠敬到了極處，就是完全無我、完全與宇宙融為一體的狀態。這就是六祖惠能大師深夜拜見五祖時，萬分誠敬的狀態，這個狀態就是開悟的臨界點，所以能大師聆聽五祖不到兩小時的開示就明心見性了。用中國物理學家朱清時先生的科學解釋，我們更能理解。他說：「佛學能夠認識宇宙真理的方法也是科學的方法，通過提高認知能力，來認知常人想不到的更深更高的真理，或百思不得其解的東西。把意識比作電流，人腦就像導體。如果修持到深度禪定，人腦可以進入高度有序化的超導狀態，意識可以暢行無阻，意識場可能極其強大，可以感知到常人無法獲得的宇宙真諦」。

是故，修身治學之道，唯誠敬二字！碰到不理解的東西，可以存疑，但應深信古聖先賢的教誨，等有一天誠敬到位了，自然明瞭，豁然開解。這就是古人「每有會意，便欣然忘食」的喜悅。中國古人的誠敬，在繪畫中也略見一斑，古人繪畫，多把人畫得很小很小，顯示出人雖與天地並稱三才，但不忘自身不過是天地之間極其渺小的存在，能夠與天地融為一體，便是人生最大的期望。因此，古人心中常存謙敬，分分秒秒都不敢放逸，「克念作聖」。

簡言之，朱教授說明了，人的心念如果能夠高度集中，其力量之大不可思議，正所謂「制心一處，無事不辦」。是故，中國傳統的教學之道，全在於如何讓心定下來，顯示在微觀世界，則是粒子不僅因為孝、敬存心而變得極其整齊有序，更因為振動的頻率和波

幅大幅降低，而趨於最穩定的狀態。這就是淨極光通達，即定久了，智慧之光自然透出來。「因戒得定，因定開慧」這個佛門教學理念，與現代科學的發現完全相應！

乙一、各個宗教教育都能與科學互證

事實上，不僅佛教與現代科學可以互證，縱觀世界各個宗教的教育，與量子力學的研究遙相呼應，與宇宙實相相應。細觀所有宗教的創立人，其實都是多元文化的社會教育家，他們不求絲毫回報，完全無我的偉大精神，千百年來感染、教化了無數信徒。遍覽各個宗教的經典，不難發現其內容都是教善教孝，教謙虛忍讓，提醒人們要畏懼因果，不能作惡。日本江本勝博士的水實驗顯示，每個宗教的水結晶都是美好的。如果因為不了解，就誤以為宗教是迷信，而錯失自己提升靈性的良機，那就非常可惜！人類需要重新認識宗教教育，真正了解宗教的實質就是愛。江本勝博士從實驗中證實：愛是宇宙的核心，那麼宗教教育就是幫助人們導向這個核心的方向盤。科學證明，宗教教育的力量最大也最深遠，人類應當正視並善用它。

一直以來，人們看到觀世音菩薩千處祈求千處應，覺得神奇。學了量子力學的基本原理，才知道觀世音菩薩所證得的完全是本能，完全是孝敬達到極處時的自然感通，而且，也是每個人都能夠證得的。師父上人說：「佛教是佛陀對九法界眾生至善圓滿的教育。佛陀一生的行持、他的所修所證，都是我們能夠做到的」。因此，向佛陀學習的第一件事，就是通過孝順父母，將自己原本與父母一體的心開顯出來。當這個心生起時，一個人會體會到心性亮了，黑暗消失了，喜悅盈滿於胸。

深圳的張女士一直非常想孝順父母，卻不知道怎麼才是孝順。她只知道滿足母親的物質需要，心裡卻不能對母親柔順，總看不慣

母親些許地方。幸而在一個機緣下，她看了《聖賢教育改變命運》，心裡大為震動。尤其是她看到一位老師，講述自己因為學習傳統文化，斷惡修善，而令糖尿病得以緩解，讓高得嚇人的血糖得到了控制。張女士就決心要請這位老師給她的母親寬寬心，因為母親也是重度糖尿病患者，餐後血糖高達二十七，需要注射胰島素，依然很難讓血糖穩定。老母親有情緒困擾，所以比較容易哭。

一直以來，張女士很反感母親總是流淚、抱怨。但是當她生起一念孝順的心，要為了母親要力行聖賢教誨，幫助母親穩定病情時，一切都改變了。她說「那時，我的心一亮，真的是一盞燈就能掃卻千年的幽暗」。此時的她，再看到母親哭訴、抱怨時，不但一點不覺得煩，而且還會懷著無限的愛心，坐在母親身邊和她聊天。看著母親痛苦的面孔，張女士決心辭職照顧她。母女倆從早上聊到下午三、四點，母親細數了太祖母、祖母的女德事蹟，連吃藥、打胰島素針都忘了。晚上，張女士突然想起，連忙給母親測血糖，竟然是正常的七點七！母女倆很開心。張女士感到聖賢教育不可思議，一念的回頭，承母親之歡，不忍母親受苦，就能產生這樣的神奇的結果！她說：「原來是母親讓自己的病苦來啟發我的慈悲心、愛心。我好感恩母親！」

釋迦牟尼佛告訴我們：淨業三福是三世諸佛淨業正因，無論修任何法門都要從三福開始。而三福之第一福的第一條就是孝養父母。故佛門有言，學佛是學孝，成佛才是究竟圓滿的大孝。

乙二、歷史的經驗：為什麼中國古人不重視發展科技

為什麼古聖先賢重視弘揚孝道，千方百計傳承禮制，卻不重視發展科技？這是古人智慧深廣所致。一九七〇年代，英國歷史哲學家湯恩比教授指出：人類社會要持續發展，必須保證物質文明與精神文明之間平衡發展。如果科技過度發展，而精神文明嚴重滯後，

嚴重的社會問題就在所難免。歷史上許多文明之滅亡，究其原因，便是精神文明跟不上物質文明的發展，導致人民喪失倫理道德的教育，從而出現「多行不義必自斃」的情況，文明或因災難而突然消失（如亞特蘭提斯王國），或遭到入侵亡國而被遺棄（如古巴比倫，古羅馬帝國）。

中國的老祖宗早就預見湯氏所言，「社會文明的衰落源於無法勝任道德與宗教的挑戰，而非因為物質與環境的挑戰」，因而很謹慎選擇科技的發展。如三國時代諸葛亮雖發明了木牛流馬，卻在臨終前銷毀，不傳給後人。東漢的張衡，曠世奇才，德才兼備，發明了渾天儀、地動儀。但是張衡本人心繫道德，「君子不患位之不尊，而患德之不崇；不恥祿之不夥，而恥智之不博」。並且上書朝廷，備言因果報應之真理，詳論天災與道德泯滅之關聯。及至老年，張衡完全放下科研，專心致志學習周代禮制，並深望以畢生所學，定漢家禮儀，可謂苦心孤詣。張衡與其同時代的希臘學者托勒密，雖研究領域相同，但卻旨趣迥異。托勒密一生研究科學，其學問被後世中亞及歐洲學者完整傳承，繼而開闢了西歐十五至十七世紀的航海時代；張衡則始於儒學，終於儒學，雖有奇才，但所傳世者，唯有與農事相關的曆法和道德文章而已！

所以，老祖宗不是不懂科學，而是深思遠慮，科技向前推進一步，必考慮其百年、千年間的影響，正所謂「生年不滿百，常懷千歲憂」。惟其如此，方能令文明永續發展，實現精神文明、道德的文明與物質文明的平衡發展。當我們了解祖宗用心良苦時，不禁萬分慚愧自己曾傲慢的認為祖國愚昧落後，真是辜負了老祖宗的大恩大德！中國傳統文化超過五千年的傳承，老祖宗深愛後代子孫之長遠眼光，早已替我們去蕪存精，哪來的糟粕？是我們自己智慧不夠，理解不到，現前幾百年歷史的科學技術證明不了，實在不該直斥

為迷信落後，應當對祖宗、對古聖先賢有絕對的信心，這種信心是開啟智慧之門的關鍵點。若心存惡念、懷疑，佛菩薩聖賢也教不了！

科技可以使人生活在中央空調中而四季如春，但它不能讓人們待人如同春風；科技可以使人們通過電腦網路聯繫在一起，但它不能拉近人們心靈的距離；科技可以讓人們更加容易的養育孩子，但他不能夠保證父子相親相愛，科技不是萬能的。解決當今世界科技高度發達而倫理道德嚴重滯後所帶來的種種危機，唯有從倫理、道德、因果、宗教教育著手，除此別無他法！這是最根本、最迅速、最圓滿而無副作用的解決之道。這四種教育正是當今社會所迫切需要的！

丙、現代科學的啟示：如何成就究竟圓滿的大孝

丙一、「阿彌陀佛」的能量之大不可思議

現代科學將宇宙分為三部分：物質、信息和能量。水結晶實驗所貼的文字標籤，以及量子力學所研究的念力，都屬於信息。每個信息都有與其相應的能量，就是這分能量讓水分子的排序發生相應的改變。佛在經上說過，「念念成形，形皆有識」，就是說每個信息都有能量。因此，物質世界的每一樣東西、每個微小粒子，都會隨著信息變化而改變。量子物理學將這種廣泛聯繫、交互影響的情況，形容為「果凍一樣的世界」，意思是說物質世界與心念相關，由於心念時刻影響物質世界，因此不是一成不變的，而且每個小的波動都會頓時傳遍整個世界。也就是經上說的鑲滿摩尼寶珠的珠網，光光互攝，不分彼此，並且互相影響。

因此師父上人常常勸導大家念佛。他說：「佛教我們，一切時一切處心中只住阿彌陀佛，口裡有佛，身行有佛，我們就成就了，什麼災難都能化解。什麼樣的信息都可以不必過問，願意就看看，

一笑了之；不願意看，根本就不需要看。為什麼不念佛？接收極樂世界的信息，接收阿彌陀佛的信息，這是最正確的信息。」老教授一生念佛，所以聽他念佛的水，其結晶顯示出極樂世界的整齊有序，和華嚴境界出生無盡。（這是聽聞淨空老法師念佛聲的水結晶。）佛門有「名以召德，罄無不盡」之說，這是說「名」（信息），其能量可以轉化成為物質環境。即使在物質與能量不能自由轉換時，也足以改變微觀世界的結晶狀況（如上圖所示）。這就是水結晶對「念佛是因，成佛是果」的證明。

因此，大孝莫過於以至誠心、無我的心，稱念阿彌陀佛。正如尊敬的師父上人所言，「看一切人都是阿彌陀佛，看一切眾生都是阿彌陀佛」。果然能夠以這種心念佛，他全身的細胞、粒子必然彼此互動如佛佛相念，他周圍環境的微觀粒子必然互相呼應如佛佛相念，是故「現前當來，必定見佛」。這就是人類在研究微觀世界時，發現完全與宇宙融為一體的愛，其能量之大足以與全球、乃至整個宇宙的內在本善共鳴。

微觀世界如此，宏觀世界必隨之改變，佛言「依報隨著正報轉」，真實不虛。因此，念佛相續必然令體質發生決定性的改變。正如念佛九十二年的海賢老和尚，一百一十二歲時的身體，竟然如同四十歲一樣；師父上人在七十多歲體檢時，澳洲的醫生發現他的血液狀況如四十歲人。這些都是證明。

然而，現實情況卻是，念佛的人很多，真正成就者萬中只有一、二。為什麼？就是因為雖然大家同為念佛人，但是若不能在孝養父母方面身體力行，從中體會人我一體，則難免會因為習慣將自己與他人對立而不知，習慣分別好壞、執著於對錯而不悟。用這種是非人我的心，無論行善還是念佛，都與量子力學中宇宙所有粒子交互一體的真实情況不相應；既與真實不相應，則得不到真實受用，

難求見佛、成佛之果。

丙二、要對善的力量充滿信心

佛教徒每天都會在功課圓滿之後，誦讀「上報四重恩，下濟三途苦」，四重恩講的就是父母、師長、眾生、國家的恩德，真正的學佛人時時記得報恩，天天祈求國泰民安。佛教人念念都是無限的感恩國家、領導及天地萬物，真的是一絲毫的對立心都不敢生起。

現代人不了解古聖先賢教導後代如何存心、立命，所以對宗教產生誤解。更有甚者，宗教被一些別有用心的人利用，帶來很多負面影響。這都是因為信徒對自己宗教經典的教義不了解所致，令人不勝唏噓、痛心！實在應該把各宗教的經典講清楚、講明白，問題自然就化解了。

現代科學更證實了，正能量永遠大於負能量。江本勝博士請五、六百人一起，對著東邊的污水湖泊說：「湖水乾淨了，謝謝！」如此專心祈禱一個小時，三天之後，湖水真的乾淨了，延續了六個月之久。這也就是說，一個小時的善念，其正能量抵得過六個月。這就是中國諺語「邪不勝正」之道理所在。

唐朝於建國初年，因為經過隋朝末年天下大亂的情況，國家其實天災人禍連連。唐太宗力挽狂瀾、偃武興文，下詔魏徵、房玄齡等大臣，精選古聖先賢有關修身、齊家、治國、平天下的經句，編成一本《群書治要》。群臣總結出來一句，就和唐太宗討論一句，君臣之間志同道合，宛若同參道友，令太宗做出許多正確的決策。太宗即位之初，幾乎每年都有天災，貞觀二年（公元628年），長安所在的關中地區還出現過大範圍的饑饉。但是兩年之後，國家大治，民風淳厚，史稱馬牛布滿郊野，行人旅客用不著帶糧食，沿路可以供給。這一年，唐太宗被中國西北部至中亞地區的部落國家封為天可汗。次年，《群書治要》書成，日本、韓國都派遣使者來朝。

，唐朝成為周邊國家學習的榜樣。唐朝通過力行傳統文化的教誨，從危機重重到天下大治，僅僅用了兩年的時間。由此可見，真正能夠以恭敬、謙虛和真誠心好好學習古聖先賢的教誨，其迸發出的正能量之大，不可思議！

唐太宗的成功實踐，給這個世界莫大的啟示：帶來安定和平的方法很簡單，原理就是「建國君民，教學為先」。只要運用現代科技媒體的力量，於廣播電視台天天播放倫理、道德、因果、宗教教育，把古聖先賢的道理給大家講明白、講清楚，世界和平指日可待！

丙三、收攝身心以修誠敬

正能量雖然遠遠大於負能量，但是，必須通過收攝身心以修誠敬才能實現。每個信息、念頭都有其相應的能量，而且每分能量都能作用於物質，不能收攝身心，正能量就會收到干擾。因此，讓每個人，尤其是學佛人，必須謹慎對待信息。現代社會信息量龐大而雜亂，對地球乃至整個宇宙產生很大的影響。華嚴經上說，「一切眾生皆有如來智慧德相，但以妄想執著而不能證得」，一語道出我們的問題所在，妄想、執著就是干擾，其源頭往往在於信息的出現。佛菩薩與眾生無二無別，只是他比我們更早證得真心而成聖成賢，我們也要確認自己一定可以證得，因為我們本來是佛，只是現在迷惑了。我們的迷惑，就是面對信息的時候立即產生了念頭；而佛菩薩可以無念以應對各種信息。這就是迷和覺的分別。

然而，念頭的產生是習氣，想要斷除念頭，猶如抽刀斷水，因此，收攝身心先要從控制信息量開始。老教授當年做學生時，只能看師公李炳老要求的資料，其他的一律不看、不聽也不問，三個月就感到清淨心現前。不但如此，老教授幾十年來不看報紙、電視、雜誌，以至誠念佛之大孝、謙敬，一生不離講堂，每日力盡本分，

讓正能量充斥虛空法界，為現代人做出了「愛心遍法界，善意滿人間」的真實榜樣。任何人，只要能像老教授那樣，敬愛父母、敦倫盡分、收攝身心、老實念佛，也可以讓他的愛心、孝心、念佛之心，幫助自己回歸本性本善，給宇宙帶來正能量。

丙四、從量子力學看祭祖所產生的正能量

綜上所述，量子力學證實，孝、敬能量之大，不可思議。收攝身心，便是儒家所講的誠意、正心，這是修身的第一步。同時能夠讓一個人力行孝敬又收攝身心的最佳時機，莫過於祭祖。祭祖第一個意義就是讓人們真真切切的感受到人我一體，彼此的關聯跨越時空。這種心念，與整個宇宙的本善相應，故能量之大不可思議。祭祖的第二個意義，就是幫助人們清淨心念，一心一意。對於念佛人而言，則是歸至一念彌陀，念念相續，不令間斷。當前，每個人都浸沒在信息的汪洋大海之中，各種能量交錯複雜，因此容易出現「雖然明白道理，但是念頭依然難以歸一」的情況。祭祖就提供了一個機會，在冬至特殊的節氣時，幫助人們靜下來，讓身心得以休息，漸趨至誠。量子力學告訴我們，一念至誠，必然感得微觀世界粒子排列嚴整。而且，這一次的經驗，令這些粒子無論散落何處，都會彼此呼應，回歸有序的狀態，也就是回歸本性本善。

由此可見，祭祖所產生的正能量不是一時一刻的，而是持久延續的。在傳統文化出現斷層的今天，在祭祖被人忽略幾十年，甚至一個世紀的時候，還能夠重新得到重視和恢復，這也是我們祭祖的精誠所至。由此可見，祖宗加持雖不可思議，卻並非迷信，有科學依據。

丁、結語

張衡對待科學的態度值得我們繼承發揚，科學的發展，應該使它成為學習古聖先賢教導的拐杖，幫助我們斷疑生信，相對於科技

發展，更重視倫理道德的承傳、弘揚。佛法不僅是最高的哲學，更是最高的科學。同理，傳統文化也蘊含著高深的科學，現代人應以謙卑的心，仰信祖宗之教導。是故，恢復孝親尊師的傳統，可謂弘揚傳統文化的當務之急。我們通過量子力學對微觀世界的描述、通過水結晶的實驗，感受到孝、敬所蘊含的能量不可思議。而以孝敬之心來念佛，其能量更是不可思議，凡人雖愚，亦可無懼社會之混亂，而能夠實踐「大學」之道；念雖難一，亦可因仰仗佛力，而了生死、出三界，成就圓滿的大孝而成佛。

祖宗對我們的教導，如果用兩句話總結，便是「孝是中華文化根，敬是中華文化本」。孝敬之至，便能至誠感通，全在誠敬、全在愛心。江本勝博士通過數萬次的水結晶實驗，得出了一個簡單的真理，愛就是宇宙的核心。孝敬能夠帶來的，不僅是個人的幸福美好，而且是整個宇宙都能恢復到高度整齊有序的狀態。這就是孝敬的因果科學證明，這就是「幸福美好源自孝敬，孝敬締造幸福美好」這個因果律的科學證明。

值此祭祖的神聖時刻，我們後代子孫首應慚愧懺悔自己的無知福薄，並深深生起感恩之心，再發勇猛真誠之心，承擔「為往聖繼絕學，為萬世開太平」之責，以報祖宗先賢之大恩大德於萬一。

弟子在作資料匯集的時候，深感「能說不能行，不是真智慧」，非常慚愧。恭請尊敬的師父上人、老師大德慈悲教導！阿彌陀佛！慚愧弟子越溪頂禮敬呈。

老法師：時間超過了很多了，我們就用越溪的話來做一個總結。那就是我們要認真努力，要真把它行出來，落實在我們的生活、落實在工作、落實在處事待人接物，我們要把它真正做到，要相信她所說的句句都是真言。好，今天我們就學習到此地。

