

法鼓文理學院生命教育
碩士學位學程碩士論文

佛教僧侶的孝順實踐

—以泰國法身寺僧侶為例

The Buddhist Monastic Perspective on Filial Piety:
A Case Study of Monks
from the Dhammakaya Temple, Thailand



研究生：釋心月

指導教授：辜琮瑜博士

中華民國 113 年 05 月



法鼓文理學院

Dharma Drum Institute of Liberal Arts

法鼓文理學院碩博士論文授權書

中華民國 110 年 10 月 13 日 110 學年度第 2 次教研會議修正通過

中華民國 112 年 05 月 03 日 111 學年度第 6 次教研會議修正通過

- 立書人(即論文作者): 釋心月 (下稱本人) 學號: M109219
- 授權標的: 本人於法鼓文理學院(下稱學校) 112 學年度第 2 學期

生命教育碩士學位學程 (學系、碩士學位學程)取得 碩士 博士 之 學位論文 專業實務報告

論文題目: 佛教僧侶的孝順實踐 - 以泰國法身寺僧侶為例

指導教授: 辜琮瑜

(下稱本著作, 本著作並包含論文全部、摘要、目錄、圖檔、影音以及相關書面報告、技術報告或專業實務報告等, 以下同)

緣依據學位授予法等相關法令, 對於本著作及其電子檔, 學校圖書館得依法進行保存等利用, 而國家圖書館則得依法進行保存、以紙本或讀取設備於館內提供公眾閱覽等利用。此外, 為促進學術研究及傳播, 本人在此並進一步同意授權學校、國家圖書館、資料庫廠商等對本著作進行以下各點所定之利用:

一、對於學校之授權部分:

本人 同意 不同意(請勾選其一)授權學校, 無償、不限期間與次數重製本著作並得為教育、科學及研究等非營利用途之利用, 其包括得將本著作之電子檔收錄於數位資料庫, 並透過自有或委託代管之伺服器、網路系統或網際網路向學校校園內校外位於全球使用之使用者(請勾選, 可複選)公開傳輸, 以供該使用者為非營利目的之檢索、閱覽、下載及/或列印。

二、對於國家圖書館之授權部分:

本人 同意/不同意(請勾選其一) 授權國家圖書館, 無償、不限期間與次數重製本著作並得為教育、科學及研究等非營利用途之利用, 其包括得將本著作之電子檔收錄於數位資料庫, 並透過自有或委託代管之伺服器、網路系統或網際網路向館內及館外位於全球之使用者公開傳輸, 以供使用者為非營利目的之檢索、閱覽、下載及/或列印。

三、對於資料庫廠商之授權部分:

本人 同意/不同意(請勾選其一) 由學校將本著作有(無)償授權資料庫廠商(下稱該資料庫廠商或該廠商)進行以下範圍之利用:

- (一)該資料庫廠商得將本著作重製收錄於其所建置營運之特定數位資料庫(下稱該資料庫), 並透過網際網路向全球訂購該資料庫之使用者公開傳輸, 以供該使用者為非營利目的之檢索、閱覽、下載及/或列印。

(二)該資料庫廠商不得再轉授權第三人將本著作重製收錄於其他資料庫或進行其他營利或非營利利用。但於台灣以外之海外地區，該廠商得委託當地之代理商或經銷商代為處理當地使用者訂購該資料庫事宜。

(三)若該合作以有償方式進行，則資料庫廠商因本點授權利用本著作所取得之收益，應依該廠商與學校授權契約支付本人合理權利金，支付標準由學校為本人利益而全權與該廠商議定。本人同意，上開權利金(以下請勾選其一)：

由資料廠商批次轉與學校，作為校務發展基金。

應給付本人，並由該廠商直接通知本人領取，且聯絡資料倘有不全、錯誤或異動而未書面通知，導致權利金無法給付，或收到廠商通知未回覆者，於次年3月31日後，自動將此筆款項由資料廠商批次轉與學校，作為校務發展基金。

(四)本人保有隨時終止本點授權之權利，並於本人向學校辦理完成終止授權相關程序後，由學校通知該廠商將本著作自該廠商資料庫中刪除且不得再為其他形式之利用。但終止前已完成訂購之使用者，則視該使用者之訂購條件，由學校與廠商協商其提供及刪除時間。

四、本授權書第一點至第三點所定授權，均為非專屬且非獨家授權之約定，本人仍得自行或授權任何第三人利用本著作。

五、本授權書第一點至第三點所定授權對象，依各該點授權利用本著作時，均應尊重本人著作人格權及權利管理電子資訊等相關權利，不得以任何方式省略、增修或變更本人署名、本著作名稱、本著作內容及相關資料(包括本人原記載取得學位論文之學校全銜、書目等詮釋資料等)。第三點所定資料庫廠商亦應要求其代理商或經銷商遵守。

六、依本授權書第一點至第三點將本著作透過網際網路對外公開之時間(請勾選)：

於本授權書簽署日，均立即對外公開。

本人要求本著作應自民國__年__月__日起始得對外公開，故因本授權書第一點至第三點所定授權而發生得透過網際網路對校外、館外或對資料庫使用者之公開傳輸部分，亦應自該日起始生效力。

七、本授權書第一點至第三點分別所定各該授權對象，均應各自遵守其授權範圍及相關約定。如有違反，由該違反之行為人自行承擔一切法律責任。

八、本人擔保本著作為本人創作而無侵害他人著作權或其他權利。如有違反，本人願意自行承擔一切法律責任。

九、個資利用同意條款：本人同意，學校及國家圖書館為本授權書所定各授權事項目的範圍內(但勾選「不同意」者除外)得蒐集、處理及利用本人所提供之個人資料，學校並可將該等個人資料提供給包括國家圖書館及資料庫廠商在內之相關第三人在同一目的範圍內處理及利用。

研究生簽名： 釋心月

民國： 113 年 06 月 14 日

授權書2面，需雙面列印並親筆簽屬3份。請於送繳紙本論文時一同繳至圖書資訊館辦理離校手續。

法鼓文理學院生命教育碩士學位學程
研究生學位論文口試委員會審定書

112 學年度第 2 學期

研究生：釋心月

題 目：(中文) 佛教僧侶的孝順實踐 - 以泰國法身寺僧
侶為例

(英文) The Buddhist Monastic Perspective on Filial Piety:
A Case Study of Monks from the Dhammakaya Temple,
Thailand

業經本委員會審議通過

學位論文口試委員會委員

李瑞瑜
釋果隆

李瑞瑜
李瑞瑜

指導教授

學程主任

楊 蓓

中華民國 113 年 05 月 18 日



法鼓文理學院
Dharma Drum Institute of Liberal Arts

佛教僧侶的孝順實踐

—以泰國法身寺僧侶為例

摘要

本研究《佛教僧侶的孝順實踐以泰國法身寺僧侶為例》目的是為了解佛教僧侶以什麼方法表達孝順實踐。研究者的家庭是泰國華僑，自幼家庭重視「孝敬」，長大後有機會在泰國上座部佛教出家了 25 年學習到以佛法報答父母恩之方法，而且我有機會來到漢傳佛教的聖地—法鼓山文理學院讀學士班及碩士班總共八年，能夠看到漢傳與南傳兩方的僧侶如何實踐孝順之道頗令人為之鼓舞。

研究目的為以下：(一)了解經典如何解釋孝順的定義以及實踐孝順的方法。(二)了解聖嚴師父使用了什麼方法？能夠接引現代人來學佛。(三)了解其他前人的文獻敘述、教導及如何解釋有關短期出家報恩以及佛教僧侶的孝順實踐。(四)了解漢傳佛教法師以及泰國南傳佛教法師以什麼方法實踐孝順，遇到什麼困難以及解決方法。

本研究以自己的文化背景的相關知識作為文獻探討的延伸，並將文獻探討的部份分為「經典文獻的探討」、「聖嚴法師文獻記載的探討」、「當代文獻的探討」這三方面來做搜尋及彙整。對於孝道的推動，身為一位出家人或者學佛的人該如何行孝。

在第二章透過經典的內容，讓我們清楚知道佛陀給我們對父母親孝順之方法，歸納成三年種方法：身體上、心理上，以及以佛法來報答父母恩。

研究者發現關於「以佛法來報答父母恩」主要成功的原因是要了解父母親現實生活中的實際情況，以同理的方式給予正確的方法教導實踐佛法，並時刻提醒落實佛法於生活之中，且還要以感恩心來實行，才會成功。

關鍵字：孝道實踐、佛教僧侶、報答父母恩、短期出家、泰國法身寺

The Buddhist Monastic Perspective on Filial Piety:
A Case Study of Monks from the Dhammakaya Temple, Thailand

Abstract

The purpose of this study is to understand the way for practicing filial piety in Theravada Buddhism. What are the ways to carry out the concept of filial piety? The researcher's family is an overseas Chinese in Thailand. Since childhood, the family education has put a great emphasis on "respect and filial piety" to my personal growth.

Being a monk in Thailand for 25 years, I have learned about how to return the favor of my parents in Theravada Buddhism. Also, I had another great chance to study in a well-known Chinese Buddhism- The Liberal Art Institute for eight years totally, by taking an undergraduate and postgraduate program consecutively. I was quite inspired and impressed by learning about how to practice filial piety from two distinctive aspects of Chinese Buddhism and Theravada Buddhism.

following study purposes as follows: (1) The definition of filial piety and the methods of practicing filial piety from the suttas. (2) The methods Master Sheng-yen used to lead the laities to practice in Buddhism. (3) The literature review of the other predecessors for becoming a short-term monk as a way of repaying parents in Theravada Buddhism. (4) The realization of how to repay the parents with filial piety to Thai masters and Chinese masters.

It is divided into three aspects: "Discussion of Classical Documents", "Discussion of Master Sheng-yen's Documentary Records", and "Discussion of Contemporary Documents" as three main domains of the study. Regarding of the promotion of filial piety, the way of how a monk or Buddhist practitioner should carry out the concept of filial piety into daily lives will be focused. Those methods are through physical and mental aspects with Buddhist concept. This study, therefore, is an extension of the sutta research based on my own cultural background, the literature review from Master Shen-yen, and the contemporary literature review as three main discussions.

Keywords: the practice of filial piety, Buddhist monk, a short-term monk, Dhamma-kaya Temple in Thailand

目錄

摘要	i
Abstract	ii
目錄	iii
表目錄	v
圖目錄	vi
第一章 緒論	1
第一節 研究背景與動機	1
第二節 問題意識	15
第三節 研究目的	20
第四節 研究方法	21
第二章 經典文獻的依據	24
第一節 經典裡的報父母恩	24
第二節 六部經典文獻的討論	28
第三節 小結	35
第三章 聖嚴師父著作中生活化的佛教方法	38
第一節 《從心溝通》	38
第二節 《方外看紅塵》	43
第三節 表達孝順適當的方法	44
第四節 小結	46
第四章 現代社會的佛教孝道	47

第一節	前人探討彙整	47
第二節	泰國法身寺短期出家的特色	57
第三節	小結	72
第五章	結論	74
第一節	複習所學過之方法	74
第二節	分享幸福	75
第三節	在做的過程感到感恩及幸福	76
參考文獻	78



法鼓文理學院
Dharma Drum Institute of Liberal Arts

表目錄

表 1：Prakru Khosithammagon (Apichato) (2015).....	47
表 2：佛教與儒家方法的比較.....	48
表 3：Phrateprattanasutee (M.A.) (2014).....	49
表 4：釋法深 (2009).....	51
表 5：Sanoh Phadungchat (phd.).....	53
表 6：Phramaha Songchai Vijayabherī (Siri) (2016).....	54
表 7：第十二屆降魔尊者聖地－佛法巡禮頭陀行.....	67



法鼓文理學院
Dharma Drum Institute of Liberal Arts

圖目錄

圖 1：VDO 泰國法身寺短期出家前須知	64
圖 2：祖師第一個聖地—出生地	68
圖 3：祖師第二個聖地—立願終生出家之地	68
圖 4：祖師第三個聖地—出家之地	69
圖 5：祖師第四個聖地—證悟之地	69
圖 6：祖師第四個聖地—首次弘揚法身法門之地	70
圖 7：祖師第六個聖地—常住教導法身法門之地	70
圖 8：祖師第七個聖地—傳承和弘揚法身法門至全世界之地	71



法鼓文理學院
Dharma Drum Institute of Liberal Arts

第一章 緒論

第一節 研究背景與動機

表示自己的身份限制以及特色

筆者是一位泰國華僑，從小在泰國的文化當中成長，長大後短期出家，直至選擇出家，然而因為自幼生長在泰國，成年後也在泰國出家，所以對於佛法上的認知以南傳佛教為主，另外對於僧眾以佛法的方式盡孝也是以南傳佛教的文化及觀點來看待。後來因為到了臺灣研讀佛教義理，開始接觸漢傳佛教，發現同為僧人的師長或同學對於僧眾出家後看待「孝順」這件事因為文化的不同有不一樣的見解。因為我自己本身受的教育訓練是南傳的佛教，所以我在本文所介紹及分享的研究及探討方式比較無法顧及漢傳佛教對於該研究方向的思維模式進行深入解析。因此本文內容大部分都是以南傳佛教的思維以及南傳經典的引述來撰寫此篇論文，這對於我來說有研究上的限制，但同時也是我的研究特色，也深信能夠提供具有學習價值的內容提供給讀者參考。

早期的生命經驗與對長輩的觀察

我是泰國華僑的第三代，舅舅說外公從中國移民到泰國定居大約是在西元1950年，那時候也正是第二次世界大戰結束的時期，外公和外婆在泰國結婚後，有三個孩子有我的舅舅、我的母親（之後會簡稱為母親）以及小阿姨。因緣際會與父親相識結婚。但父親在一場交通事故意外辭世，當時母親極度悲慟，然而在父親意外去世後，我們仍居住在與父親曾經共同生活過的房子裡，母親每當見到當時才一歲半年幼的我，妹妹也還不足月就失去父親更是悲痛欲絕。每日觸景傷情又睹物思人，母親的身心一直沈浸在失去父親的傷痛之中。母親的哥哥見狀心疼不已，不捨母親如此憂傷度日，故勸母親帶妹妹與我到舅舅家安住，彼此互相照應。

父親意外離世之時，母親才 23 歲，正值青春年華之際。但為了養育孩子，母親一肩挑起重擔，每日不辭辛勞的外出做生意。母親忙碌時，舅舅、舅媽、大姨就會輪流照顧妹妹與我。因此，對我而言，舅舅、舅媽、大姨有如親生父母，是我生命中最偉大的恩人。

另外，還記得當我約五歲時，母親為了安慰奶奶當時的喪子之痛，時常會安排熟識的出租車司機將我與妹妹送去奶奶家探望奶奶（指父親的母親），奶奶每當看到我們這兩個活潑的孩子總是開心不已。還記得那個時候去探望奶奶，我和妹妹也會與堂哥及堂弟一起玩，童年在奶奶家的回憶充滿了許多歡樂及有趣的事物，不過當時大部分的時間我與妹妹是和舅舅一家一起共同生活。

身為家中排行老大的我，在責任感的驅使下，從小就習慣主動協助媽媽與舅舅一起經商做生意，暑假期間也隨舅媽前往市場參與商品的買賣。由於幼年時期耳濡目染舅舅辛勤認真的工作態度，舅媽親善慈悲的待人處事，母親的孝順與虔誠修行，這些都是在我成長過程中滋潤我身心平安健康長大的沃土，更是我學習過程中良好的典範，加上大姨對待生活的幽默感更是成為勞苦生活中不可或缺的開心良藥。就這樣，享受著家裡長輩帶來的豐衣足食的溫暖，妹妹與我平安健康地長大成人。

喜歡聽母親小時候的孝順故事

母親是我心中孝順的榜樣，母親曾經將她的童年記憶分享給我聽。還記得母親說當她八歲時每天早上五點就起床了，如果沒看到她的爸爸（以下簡稱母親的父親為外公），媽媽就會很想外公，接著媽媽就會走到家門前左顧右盼期待著外公的出現，而等待半小時後，早晨五點半天就整個亮起來了，此時外公也慢慢從遠方背著東西往家裡的方向走去，當年因為外公是潮州人移民到泰國，所以家中的經濟並不寬裕幾近貧困的狀態，所以外公每日都要日以繼夜、不分晝夜都要忙著工作賺錢照顧家庭。

當母親 13 歲時，外公每日凌晨三點就去批發市場批豆芽準備在市場做販售，媽媽與舅舅早上也早早起床到市場準備，幫外公一起在市場賣東西。在這過程也發

生了一件很有趣的事情，由於泰文在男生與女生說話時的語末助詞不同，男生在句尾的助詞是「krab」，女生是「ka」。但當時外公讓媽媽在與客人打招呼時句尾以男生的「krab」作結尾。顧客覺得媽媽是個小女生，有著烏黑亮麗的秀髮，但說話卻用男生的方式打招呼覺得既有趣又可愛，因此上門來的顧客絡繹不絕。所以每天在市場販售的東西總是可以賣光光，也因此當時家中經濟狀況有稍微好轉。

而快到中午時，外公與舅舅就會先離開去賣粿條卷，接著準備到附近的學校前面準備攤位，利用中午的時段賣商品給學生。媽媽也必須要馬上收拾早上的攤位並到學校前去幫忙。

到了晚上時就要去收賬款，因為有些商家他們會先向我們購買部分商品進行轉售，因此到了晚上媽媽就要騎腳踏車到市場和商家們收賬。但許多成人看到 13 歲的女孩子來收賬，他們時常會用許多藉口推託，會一直和媽媽說等一下，現在還不方便...等諸語，媽媽甚至還要在各個商店幫他們做一點工作，而那些商家因為看到媽媽微笑的幫助，他們便願意將帳款給媽媽，收到帳款媽媽也才可以回家。媽媽說，當時 13 歲的自己滿腦子只有工作而已，沒有時間想其他的事情，連中午休息的時間也沒有，但是她很開心可以幫助外公分擔經濟與辛勞。

13 歲的母親，與其他同齡女孩不同，其他的女孩都在學校讀書，但母親每天從凌晨三點到晚上都一直疲於奔波工作賺錢分擔家計，身體雖然感到勞累，但是母親從未有過怨言，而是以充滿孝順的心盡可能的為外公分擔壓力。

接著當母親 16 歲時，面臨著舅舅服兵役，家中只剩下外公與媽媽一起工作賺錢，但外公當時的生意不太好，因為市場周邊有一群年輕人販售和外公一樣的東西，而且那些年輕人很會與顧客寒暄，客人理所當然的很願意向他們購買商品，再加上當時外公還不能清楚的以泰語與人溝通。且因為年紀大了還整天疲於工作，所以動不動就生氣，因此顧客也流失的越來越多。

然而當時因為生意不好，所以外公向很多人借錢。媽媽知道後，看到外公年紀大了，不想讓外公擔心，就請外公先休息，工作以及外公向人借貸的事情由媽媽幫外公處理。當時媽媽請外公的債主們共同來開會，媽媽向債主們承諾外公向他們借

的錢她會認真工作賺錢償還，但由於只有我一個人工作，所以償還的時間可能會慢一點，但請放心我會一直在這裡工作，不會離開。經過了一段時間後，媽媽就將欠款償還給每位債主。

自幼聽母親說起自己從八歲開始的故事，媽媽每天辛勤的工作，但是媽媽選擇無怨無悔的為家裡盡心盡力分擔家計，將一切的辛勞化作自我成長，也以個人角度將一切繁雜、繁瑣的事務看作是美好且溫馨的人生篇章。媽媽內心始終對外公充滿感激且孝順，這份親情與孝順之心讓媽媽可以好好的提醒、鞭策教導自己，成為幸福之人。

每當我見到媽媽就聯想到蓮花，如同中文古詩中《愛蓮說》裡提到的「出淤泥而不染，濯清漣而不妖。」蓮花雖然從泥濘長出來，但是蓮花卻沒有因身陷泥濘而受到汙染，藉此比喻無論外界有多大的誘惑，依然保持自身的清淨，而且佛教徒也以蓮花供養三寶。對我而言也象徵著媽媽是我人生中孝順與堅忍的好榜樣。



從我有記憶以來，我眼中看到的母親與舅舅對外公非常的孝順，那時候外公退休了，平常如果不在家裡休息就會到曼谷的唐人街走走逛逛。

還記得當我九歲時每逢週末時刻，母親會安排我陪外公前往曼谷唐人街漫遊，直到外公罹患癌症。還記得那時候我才十歲便跟著舅舅與媽媽帶外公四處求醫治療，有時候醫生治療的地方很遙遠，開車也要花費半天的時間才能抵達，舅舅與媽媽也還是會不辭辛勞地開車載外公前往。有時候在就近的醫院治療，但同時也需大量採購營養食品為外公調養補充照護身體。還記得我和舅舅與母親買補充營養品給外公，一小瓶的價錢約一至兩千泰銖（在西元 1989 年的價格）。當時我猜想，如果把外公喝完的空瓶聚集在一起，這些空瓶可以堆的和當時十歲的我胸部一樣高。

直到有一天癌症末期的外公已經不能照顧自己的身體，整天都臥床，翻身也要有人從旁協助，排泄也要有舅舅或母親來幫忙。還記得那時候我和母親從早上到晚上負責輪流誦經給外公聽，直到外公平安的往生，外公往生的那一年我十一歲。

在陪伴著舅舅、媽媽一起照顧外公的時光中，我深刻感受到血濃於水的親人情感，儘管舅舅與媽媽的生活過得艱辛，但他們對待外公的孝順之心卻從未減退。這種溢於言表的深情與感動深植在我的心中，在當時十一歲的我，心中暗自默默立下承諾，決心將來長大也要如同舅舅與媽媽一樣成為一個孝順的孩子。

往自己的夢想前進

成長過程中受到舅舅、舅媽、媽媽用心照顧年幼的我們，由於舅舅與媽媽年幼時家境困頓，因而沒有機會可以接受教育，因此他們努力工作，栽培妹妹與我有機會能受到更良好的教育。因此在求學的路途上，我總是不斷的提醒自己一定要認真讀書。

還記得當我上高中一年級時，因為學業成績普通，我便為自己設定目標，一定要考上泰國第二著名的大學—泰國法政大學，因為覺得考上好大學。畢業後便可以輕易的將我在十一歲時所設定的目標完成，能夠賺錢養家，盡孝奉養舅舅、舅媽和媽媽。那時候我每天凌晨四點起來讀書，晚上也讀書直到半夜才睡，週末也去上補習班，就這樣努力學習了兩年左右。最終，我終於如願得以進入泰國第二著名的大學—泰國法政大學，當時覺得很高興，我感覺距離我的人生目標越來越近了，再過四年畢業後，我就能照顧我的恩人了。

短期出家讓我學到以佛法來報父母恩之方式

關於泰國文化有一個觀念，男子要出家至少三個月報答父母恩，曾經出家過的男生才算是真正的長大成熟，也就是成為成年人之後能夠以佛法教導自己。(關於泰國的短期出家以及法身寺短期出家的特色我在第四章會說明)。

西元 1997 年，當時的我就讀大學一年級，放暑假的前一個禮拜，我剛好看到一張海報—「泰國法身寺舉辦短期出家」，活動內容包含教導正確的打坐基礎與學習基礎佛法，看完活動介紹後，我對這個活動充滿興趣，因為一方面想趁著放假時可以練習打坐，另一方面可以趁著這個機會短期出家報答媽媽以及舅舅、舅媽的養育之恩。

短期出家活動分成兩個階段，第一個階段是出家前十四天，要剃頭髮，穿白色的衣服以及練習持八戒、誦經、打坐。第二個階段是出家受戒披袈裟一個多月。

在短期出家的第一個階段，要先練習持八戒與打坐，一天至少 6 至 8 小時以及聽聞佛法連續兩個禮拜，在做前行功課這段期間，我發現自己打坐的時間越長，心越細膩，當聽聞佛法開示時，能夠理解的程度也越深，在這過程中，我對於要報答舅舅、舅媽和媽媽恩德的念頭更深，也更堅定要將出家的功德迴向給他們。

在練習禪修時我對打坐產生濃厚的興趣，有一次指導法師說，佛陀所證悟的法原來在佛陀體內。我們每一個人的身體裡面也有本來存在的佛法，如果我們跟隨佛陀的教導並實行，我們也能夠在我們身體裡面證得佛法。但是佛法是很細膩的，而且超過常人的思維，甚至無法用人的肉眼看到，因為人的肉眼只能看得到生理的東西，不過我們在探討本來存在體內的佛性是指存在心理層面的那一部分，心理層面比生理層面更細膩，而且佛性也歸屬在心理層面，所以肉眼沒辦法看得到。如果要看得到心理的佛性要有特殊的工具，就是「完全靜止的心」。

關於練習的方法是要慢慢練習將心回歸到心的家，而心的家在體內第七中心處，體內第七中心處的位置在腹部的中央，在練習時要放鬆，舒舒服服的將心靜定下來。當心百分之百安定，真正的幸福就會從自己的內心出現，當維持靜定的心，就能夠證得內在的法身，所謂的法身，就是指每個人的體內與生俱來的佛性。

我覺得如果以較簡單的方式詮釋，就是指每一個人人生來身上都有一個圓滿幸福的東西，那便是「法身」，而這東西本身就足夠好，而且這東西本身不具有煩惱但能幫助我們圓滿智慧，然而，這東西一直在我們的身上，可惜我們不知道自己想得到的幸福早就已經存在自己的心裡了。在過去的兩千年前佛陀誕生，而後成佛來

教導眾生，讓我們知道真正的幸福以及依靠本來就一直存在我們自己的內心當中。在佛陀涅槃後關於內在法身的修行方式逐漸遺失，直到 100 年前法身寺的祖師—帕蒙坤貼牟尼祖師透過學習經典以及精進用功修行，最後祖師證得內在的法身。（關於帕蒙坤貼牟尼祖師的教導，我會在第四章解釋。）

我認為我之所以想認真學習打坐，是希望自己可以把心靜定下來，證得內在的法身。

記得在出家日前幾天指導法師分享一個故事，讓我很感動，是關於阿育王的故事。

在阿育王(Asoka)時代，雖然佛陀入涅槃了，不過還是有阿羅漢尊者。有一次阿育王(Asoka)問阿羅漢尊者：「怎麼做才能成為佛教的親戚？」阿羅漢尊者回答：「就是給予兒子或女兒出家修行。」當時指導法師向我們解釋，說以那樣的方式便是續佛慧命，讓出家者以及父母親與佛教結善緣，成為佛教的親戚，將來之後無論佛教在哪個地方盛行，我們是佛教的親戚就都能夠在那個地方出生並繼續行善、修功德。我聽了這個故事之後，也想專心打坐，遵守戒律，並準備好出家，希望自己認真修行的功德能讓恩人們都能夠成為佛教的親戚。

當時的我 19 歲，可以出家當沙彌。而且在第二個階段出家後，隔了一段時間，指導法師分享關於以佛法報父母恩的方法讓我學習到回報父母親的最好的方法。

指導法師分享《對二人是不容易報答經》這部經的重點是父母對子女的恩德是非常深厚的。回報父母的恩德並不容易。以物質的方式回報，即使讓他們坐在孩子的兩側肩膀、享用美食、在孩子的左右肩膀上排泄，一百年也無法完全回報他們的恩德。或者，即使讓他們享有像轉輪聖王一樣的幸福，也無法完全回報他們的恩德。要完全回報父母的恩德，必須當父母親的善知識、接引他們對三寶有信心、守戒、有布施的習慣和並透過內化來達到日常生活的實修，最後得到自己內在的依靠，這是最佳報父母恩的方式。

聽完這部經，讓我獲得新的知識，從以前只知道用物質和心靈來回報，但今天我知道最好的回報是用佛法。我告訴自己，當這兩個月的出家活動結束後，我先還

俗去讀完大學，接著會一邊工作來照顧母親和家庭，並同時引導母親以及恩人有機會練習打坐證得法身，當他們心的依靠，起初我當下的想法僅限於此。

看到法勝師父是讓我想延長出家的轉折點

在短期出家最後兩個禮拜，寺院安排我們新的僧侶到泰國北部—清邁分院連續禪修兩個禮拜，清邁的天氣很舒適，我們每天連續打坐，心感覺很幸福。

直到有一天 泰國法身寺的住持—法勝師父來到清邁分院，師父慈悲為我們開示，師父還沒到現場時，指導法師告訴我，法勝師父證得內在的法身。因此當法勝師父為我們開示時，我越聽越信服，師父相貌莊嚴，皮膚看起來好像散發出柔和的光芒，讓我們看了感到很法喜。師父詢問我們每個人的修行經驗，並指導我們如何修行。當我看到師父時，我充滿信心地相信，在這個世界上，能夠證得內在法身的人是真實存在的，而且就坐在我們面前，會教導我們證得內在的法身就是在我面前的師父，當時我想成為像大師一樣成為禪定功夫了得之人。

師父開示完後，指導法師告訴我們，寺院同意若有人想休學繼續出家，並認真修行將禪坐功力提升，將心靜定下來證得內在的法身，就有機會和師父一起打坐。

當天晚上我與自己來了一場心靈對話，究竟我要選擇哪一條人生道路呢？最初的目標是努力學習，考上好的大學，接著完成學業後，工作賺錢並照顧家人，最多只能通過身體和心靈來回報母親以及家裡的恩人。

但是，如果我選擇先休學跟隨法勝師父繼續出家一年，我就有機會與師父一起積累功德，能有多一點的時間學習打坐，母親以及恩人也可以與佛教當親戚以及跟師父結善緣，另外也因為我繼續出家母親和恩人也要來看我，同時我也有機會跟他們分享佛法，以佛法回報他們的恩情。

當時不知為何內心有股力量使我深深堅信追隨法勝師父學習一定可以使我在道業上更加精進及更上一層樓，因此想放下對世俗單一的求知欲望的心也產生了，因為我看到了人生中更有價值、更值得去追求的事物，也覺得此生能與師父結善緣

更是難能可貴。但是當下思索片刻後覺得自己如果唐突的告訴母親我想終身出家，短時間內她可能無法接受。所以我選擇了一個折衷的辦法，便是先告訴母親我想延長出家一年的時間。

在短期出家活動結束之日，母親與舅舅親自來寺院打算接我回家，當時我和媽媽與舅舅商量要延長出家一年。一開始媽媽不同意，因為媽媽不放心我大學還沒唸完，之後怎麼能照顧自己。不過當我告訴媽媽，在這短期出家的兩個月我學習到了基礎佛法以及打坐，這過程我感覺很幸福。我想更進一步修學佛法，之後還是可以照顧媽媽，並將所積累的功德回向給家人和廣大眾生。媽媽看到我真心的請求就同意給我延長出家一年的時間。與此同時和我一樣一同因在短期出家有同樣體悟的僧眾約一百多位，我們都決定先向校方申請休學繼續延長出家時間。在這一年的時間裡，寺院安排我們去清邁分院學習佛法以及繼續打坐 6 至 8 個月，有時候會下山回到泰國法身寺幫忙籌備法會，那段時間是我生命中最好的一段期間可以擁有大量的時間打坐以及精進用功學習佛法。另外我也有安排時間打電話給媽媽和家人，向他們分享佛法，祈願自己能成為家人的善知識。

在即將屆滿延長出家的時間前，我又再一次與自己進行了一場心靈對話。我靜下心捫心自問：「接下來的人生道路我要做出什麼樣的選擇呢？我已經繼續出家修行快要滿一年了，也到了該和母親表達內心真實想法的時候了。我反覆思考，如果我還俗回去讀大學，畢業後只能賺錢以物質的方式來報答母親、舅舅、舅媽以及恩人而已。但如果選擇繼續出家跟隨師父修行，一年 365 天，天天都可以跟隨師父在寺院學習佛法，精進用功修行，廣修功德，還能夠與家人分享佛法，每天也可以將所修的功德給母親以及恩人們。而當年法勝師父已經 54 歲了，我希望趁著師父還健在時多向他學習打坐，並與師父結善緣，而那對我來說更是生命中難得的機會。

在當時我考慮到母親、舅舅、舅媽處於中年的狀態，而且家中經濟也沒有問題，另外家裡還有妹妹以及四位表弟、妹，即使我選擇繼續出家，家裡也不會有太多的困難，因此，我決定繼續出家與師父結善緣以及認真修學佛法報答母親以及恩人。

轉眼間，一年的期限很快就到了，媽媽來到寺院看到我在出家這條道路上充滿法喜，媽媽內心可能早已有準備了，因為當我和媽媽說，雖然一年的期限到了，不

過我還想要延長出家，媽媽當下也同意，給我延長出家的機會，我很感恩母親能夠理解我，讓我繼續出家以佛法來報答恩人。第二次延長出家的那一年我才 20 歲，母親 43 歲，當時家裡的生意還算穩定，所以當時的我覺得可以安心延長出家，以及當家人的善知識，當時是西元 1998 年 4 月，剛好我的年紀滿 20 歲，寺院允許我出家受比丘戒，直至現在，我已經出家 25 年了。

出家的前五年，寺院安排佛經義理的深入了解與禪修課程。在寺院的機構中，也參與較深入佛學知識領域的修行課程。接著在第六年到第十六年期間，在寺院的其一單位擔任組長職位，帶領組員發心向學，第十七年至今，則來到台灣法鼓文理學院進修，同時也在寺院弘法利生。

在法鼓文理學院讀學士班以及碩士班

西元 2013 年，在我出家第 16 年時申請到台灣的語言中心學習兩年的中文，以及在法鼓文理學院攻讀佛教學系學士以及生命教育碩士，我希望當自己多學會一個語言時，能幫忙師父以及寺院將佛法弘揚到更多的地方去。

在法鼓文理學院求學的八年中，我收穫良多，以下我舉三個例子：

一、我在碩士班一年級下學期上楊蔭老師課的「家庭關係」課程時。老師教我們畫「家系圖」，按照時間表訪問媽媽從小到大的故事，讓我有機會認真了解媽媽小時候以及年輕時的故事。在期末報告時，老師看我畫的「家系圖」提供我許多建議及回饋。

1. 當我安排時間來照顧舅舅、媽媽與妹妹，讓家中產生良好的三角關係，這部分是正確的。

2. 要投入時間來整理舅舅、媽媽、舅媽的故事，日後當我整好這些資料，會讓我的慈悲心更擴張，讓看到的人同樣也會產生慈悲心。

二、當我聽到法鼓山的常住法師他們也以佛法來報答父母親的恩德時，內心有被觸動到。有的法師將年紀大的媽媽接到山上當常住義工，媽媽可以跟著寺院的消息參與誦經和打坐，也能體驗出家的生活，有時候法師下山弘法，媽媽也能夠安心的在山上修行。我覺得法鼓山有這樣一套照顧僧眾俗眷的系統真的非常好，也很感動，僧團能理解僧眾想要盡孝道照顧雙親的孝心。

三、在攻讀學士班時，曾修學我的論文指導教授－辜琮瑜老師的〈弘化專題研修〉課程，在課程中老師讓我更懂得如何將佛法以入世的方法分享給家人，以及在碩二上學期時的每周〈生死教育〉課程時我都會提醒自己要好好把握有限的時間並活在每個當下，因為老師待人處事經驗豐富，因此常會與我們分享許多能真正走入人心的處事方法，我也會用心的做筆記，希望可以和家人分享。

一開始選論文題目

一開始要選擇論文題目時，我和指導教授分享我生命中最重視也最感謝的事物－我摯愛且感恩的家人，從小我在一個充滿愛的家庭中成長，家中的長輩在我年幼時便體現了「孝順」，從身教及言教當中教育我，我更是在他們親自的示範中耳濡目染，因此我希望出家後的我，也能體現當年長輩們的身教，更是希望能以佛法來報答母親、舅舅、舅媽以及其他家中長輩及眾多恩人，但這過程我努力了二十幾年，結果卻不盡理想，於是我便向指導教授詢問是否可以將這困擾我多年的問題當作論文題目，因為我想同樣的問題可能也困擾著許多人，我希望透過我的深入研究及探索，能夠找到解決的方法，為他人和自己解惑。

接著在得到指導教授的應允後，我感到很開心，終於可以重整、統整對自己生命最重要的事情，並可以將這個研究結果與社會大眾分享，第一次的討論結果指導教授給了我兩個探索問題根源的執行方向，第一個方向是先回想一下過去我是如何勸家人來學佛；第二個方向是請我自己先了解對我來說接引家人學佛成功的定義是什麼？

開始想要將自己學到的法益回饋給家裡的恩人

我回想在我計劃要延長出家時，開始觀察到母親、舅舅、舅媽與大姨總是辛苦工作，日夜繁瑣的工作使得他們身心勞苦，為了生計也無法頻繁休假，僅能等週末或佛教節日安排時間到住家附近的寺院參與法會、修功德。唯獨我的母親會主動安排時間修學佛法，並且只要有空閒就誦經、打坐，這是與舅舅...等家人最大的不同之處。

母親生性樂觀開明、喜愛乾淨、生活樸實。雖然她與舅舅一樣自幼沒有機會接受教育，但母親的溫和性格在某種程度上與佛法相應，也了解佛法可以應用於日常生活，對她助益匪淺，所以對於學佛是好學不倦。

如今我已出家 25 年了，母親時常來寺院探望並參與寺院法務，回家就忙工作，但會安排時間持續精進修行，定時誦經祈福、靜心打坐。

每當我看到媽媽前來寺院修行，我便會感到法喜，會令我聯想到小時候媽媽就是我的好榜樣，勇敢又孝順的媽媽。當我爸爸車禍過世，母親才 23 歲，媽媽要努力工作照養兩個孩子。當時奶奶（父親的母親）看我媽媽還很年輕，就和媽媽說請您把這兩個孩子給我，你要多少錢我會給你。不過媽媽回覆奶奶：「您給不給我錢沒關係，但這兩個孩子要在我身邊，雖然要辛苦工作養孩子，我也願意過這樣的生活，另外我還是會帶著兩孩子來探望您。」就這樣，從小到大，我記憶中看到的媽媽總是勤奮工作。

另外媽媽因為對佛教有信心，因此她每天都會準備供養托鉢的食物，每天早上我都可以和媽媽一起供養托鉢，我很感謝媽媽帶領我從小親近三寶也以善法循循善誘我，讓我能從小就在佛法的滋養下成長。特別是在從外公從健康到因癌症而往生的過程中，我看到佛法中的「生、老、病、死」苦中的「老、病、死」顯現在我的生命中，也讓我親眼目睹這一切，不過另一個面向，也感謝媽媽、舅舅在外公身邊照顧他，讓我看到媽媽對外公無微不至的細心照顧，也很聽外公的話，非常的

孝順，令我很感動，媽媽這一路走來，從年輕到現在都因善良的品德而成為知性且優美的女性。對我來說，親近的家人所展現的言教及身教對我的一生影響深遠，另外，我出家了十幾年有一次和媽媽談話才知道當年短期出家結束的那一天，本來媽媽滿心喜悅的心想，如果我回到學校念完大學，畢業後會去幫她處理家中的生意，媽媽和孩子可以一起工作，互相幫忙，但當媽媽聽到我要延長出家的請求，看到我的真心，媽媽就同意了我的想法，也沒有選擇告訴我她的想法，也才知道媽媽因為沒有受過教育，使得媽媽在閱讀以及寫字很困難，做事情也很不方便，也才知道我從小到大，看到媽媽能成為老闆，是因為她自己的堅持與努力。

在我出家第 14 年，我擔任寺院某一單位的組長職位，那時雖然工作比較多，不過我也不忘記要當母親以及家人的善知識接引來學習佛法，我趁機和媽媽說想請媽媽來當我的顧問，因為我認為當媽媽來當顧問，她就會常來寺院。後來媽媽因為每天要來寺院，所以打算在寺院隔壁租一間小房子，這樣就可以每天來和我討論寺院的工作，我也可以藉機和媽媽分享佛法，久而久之媽媽就變成認真修行的人了，媽媽已經有平衡的生活，每天都會安排時間誦經、打坐。



接引家人來學佛成功的定義

我問自己，反觀一下自己要延長出家的意義及願望是什麼？不就是能夠接引家人來學習佛法嗎？那接引家人來學習佛法的定義是什麼呢？

目前我認為所謂接引家人來學佛成功的定義是：接引他們到寺院，願意透過寺院僧眾的引導學習佛法上的新知，願意嘗試接觸，願意實踐於生活之中...等。也讓他們能夠打從心底的認知並感受到當初讓這個孩子出家是對的決定，也因為他走這一條路，讓家裡的所有人都有機會親近佛法，也願意花更多的時間來聽經聞法，透過修學佛法體悟到更多的人生意義，也願意實踐落實在生活中。並且能明顯地體會到在修學佛法的過程，生命中的許多外境會些許的改變，也能認知到過去很多時候，往往都是因為自己的心境而去影響了自己的處境，但心如果能夠安定，看待、處理事情更能夠處之泰然。

自我反思，接引的過程，是否成功

如果按照上面的定義，可以說我接引媽媽來學佛算是已經成功了。目前媽媽雖然年紀 68 歲，但她已經擁有身心平衡的生活。在每天的作息中，媽媽會安排時間自己誦經、打坐。媽媽雖然年紀大，但是她的身心是健康、幸福且知足的。媽媽是家族中的智者，當家庭的長輩或孩子在生活中需要協助，有問題需要解決，都能去向她請教，也能運用她的智慧化解許多紛爭，算是一位身心健康的長輩。

不過在接引舅舅、舅媽、大阿姨的任務上，我雖然已經執行 25 年了，但還是不算成功。因為每當我久久返家探望一次家人時，依舊還是看到舅舅、舅媽和大阿姨的生活仍然是從早忙到晚，一直都在辛苦的工作。也還是無法將佛法運用在日常生活中，身心也始終一直無法取得平衡。他們的生活和媽媽的作息養成差很多，每當見到他們身心依舊辛苦的樣子，我總感覺對不起他們，也感到傷心。

接著，我也還是會再次反觀詢問自己，究竟為什麼我已經成功接引媽媽到寺院聽經聞法，媽媽也已經自律的養成在家修學佛法，認真精進用功禪修，也能在生活中巧妙的運用佛法的智慧來成功解決、化解許多生活繁瑣、困擾的事情。為什麼還非要繼續堅持的想接引舅舅、舅媽和大阿姨來學習佛法呢？

思考後，我想出了答案，主要原因是我對所有的家人都是充滿愛的，我不忍心見到家人總是為了生活所苦，在沒有佛法的薰習和薰陶下生活不只是身體苦，心裡更苦，每當想起他們和母親共同養育我的恩德，那時的我只有一歲半、妹妹才出生 28 天，因為父親的驟然離世使媽媽總是處在悲傷之中，身心俱疲時，舅舅和舅媽看了於心不忍，便主動釋出善意告訴媽媽願意共同來養育我們，幫媽媽減輕生活的負擔，當時舅舅更加勤奮的工作為了能夠賺更多的錢來照養我的母親和我還有妹妹，母親看到自己的哥哥為自己以及兩個孩子辛勤的工作，感到很愧疚。因此，當媽媽過了一段時間，媽媽的身心調整好後，便也開始外出工作了，而每當媽媽外出工作，就會由舅媽和大阿姨來照顧我，我也會聽話的乖乖待在家裡等舅舅和媽媽下班後回家陪伴我，舅媽每天也會為我們準備美味的佳餚。

每每見到舅舅、舅媽和大阿姨時，便會想起他們自我年幼時照顧我的所有畫面，那些刻骨銘心的記憶就會一直不斷湧現出來，彷彿一切歷歷在目。對於將這麼棒的佛法分享給他們的決心就更加的強烈，也想起法鼓山聖嚴師父說過的話：「佛法這麼好，知道的人這麼少，誤解的人這麼多。」而出家多年的我更應該將自己知道的妙法從敬愛的家人那裡開始傳遞、分享、弘揚！

雖然家中長輩生活現況仍需辛勤的工作，在生理層面我無法替他們分擔，可是我卻衷心的希望他們的心理層面有我能為他們提供解決心靈之苦的善法，如果在身心層面能和媽媽一樣達到平衡，我想他們的外在問題也一定能夠解決不少，假如每天只知道埋首於工作之中，不懂得運用正確的方法解決問題，只會使問題越變越多、越變越複雜，障礙也會越來越多，但當慈悲與智慧增加時，便能以此方法保護自己和護念他人，畢竟，利人便是利己。



在第二次與指導教授報告研究進度時，我將「問題」分為兩個階段做分析，即是「出家前」與「出家後」的家庭情況。

我出家前：因為早年外公從大陸移民到泰國，當時的經濟蕭條，家中生活較為困頓，所以舅舅和媽媽從小就沒有機會接受教育。童年時的我，觀察到媽媽、舅舅、舅媽以及阿姨總是辛苦的忙碌於工作，也因為繁忙、繁瑣的工作使得他們的內心也同樣的辛苦，也只有到了週末或佛教節日才會願意找時間去住家附近的寺院修功德；不過媽媽生性樂觀開放、喜愛乾淨、生活樸實，雖然她與舅舅一樣自幼沒有機會接受教育，但是因為媽媽的性格在某種程度上符合佛法，所以媽媽比其他家人更願意學習和實修佛法，也了解佛法對我們的生活受用之處，所以媽媽只要工作一忙完，就會安排時間誦經、打坐。

我出家後：在我出家屆滿 15 年時，母親因為我出家的緣故，所以常常到寺院探望我，在家時也自律的為自己訂下恆課，每日都會定時誦經、打坐，目前看來，我算是已經成功接引媽媽了。不過舅舅、舅媽、阿姨從我出家至今 25 年了，我覺得在接引舅舅、舅媽、阿姨算沒有成功，因為他們仍然和以前一樣辛苦、生活壓力也還是很大，總是在為生活中許多物質方面的事務忙碌著。

在第二次與指導教授—辜琮瑜老師請教後續探究時，老師提出的許多建議中，其中一項提到：「研究的題目既然在舅舅、舅媽身上，那是否有詢問過舅舅、舅媽為什麼在筆者自幼時直至現在彼漲已成年出家他們仍舊要一直努力工作？」

在老師的建議下，我便去詢問舅舅和舅媽有關他們為何總是拼命地辛勤工作，而不抽空修學佛法、修養身心？舅舅解釋說，作為家中的一家之主，他有責任和義務照顧家人並提供所需。他認為工作不僅給予他個人的成就感和意義，也能維持家庭的基本經濟需求。舅媽補充道，由於生意中尚有一些債務問題，她也需要繼續工作以協助應對這些負擔。

這些答覆讓我反覆思維，也終於能了解多年來無法成功接引他們來學習佛法的原因，其中的主要因素是我未充分了解和理解他們的生活處境。也感謝在指導教授的提醒下，我才開始逐漸意識到必須先找尋問題的根源，先了解他們的處境，以及為何需要這麼辛苦工作賺取更多的金錢？只有這樣才能提供真正促動他們來學佛的動機，讓他們在忙碌的工作中能有應用佛法的力量，釋放工作勞苦，安住身心自在的輕鬆感。現階段目標是給予適合他們現況的佛法和修行方式，讓他們在工作的同時內心也能感到平靜，感受到內在的豐盈、滿足和快樂。這樣，才能如實完成我的初衷願心，將佛法帶給家人且顧及現實情況，使他們在忙碌工作中也能體驗到心靈的寧靜。

能夠接引現代人學佛成功的典範

為了讓我從了解舅舅、舅媽到可以進一步了解如何成功接引家人來學佛，辜老師慈悲的向我分析事情的緣起及眾多因緣合和所產生出的結果。

每件事情皆有緣起，但仔細回想，自己是否真的「確切的釐清『緣起』的根源」？人們時常用自身的觀點來看待、對待事情，殊不知事情往往都是多面性的，在以自身觀點來處理事情時，時常挫敗，感到氣餒，覺得自己已經非常努力了，但為什麼一直無法成功？以筆者自身的案例來看，筆者的初發心是希望透過佛法的好，為家人做「個人認為」對他們生命有幫助的事情，但是殊不知家人也有他們的顧慮及難處，也就是說筆者所使用的方法不對，也沒有確切的覺察到他們在生理上或心理上需要先被滿足的地方，什麼才是他們現階段真正需要的，如果無法在現階段滿足到他們在該階段「真正的需求」，因此就算自己盡很多的努力，也始終走進不了家人的內心，不是因為自己做的不夠多、不夠好，而是因為我們不知道什麼才是他們真正需要、想要的。曾經聽過一句話：「我們常常給的是自己想給的，並不是對方真正需要的。」我想這句話套用在很多情感上應該都是同樣的道理吧！我們總是把自認為很好的東西給予想給予的人，卻時常忽略了他們實際上的內在需求，那些真的是他們「想要的、需要的」嗎？還是只是我們「想給的」呢？

所以當我開始從自己的角度退出來，去觀察別人都是如何成功時，才意識到自己在心態上需要做出很大的改變，讓自己冷靜下來，仔細聆聽家人的需求，試著理解他們的心情變化，也調整自己在溝通和引導上的方法。有很多學佛的人都覺得佛法很好，想要與人分享，但是卻不知道從何啟齒，從何分享起？聖嚴師父也說：「佛法這麼好，知道的人這麼少，誤解的人這麼多。」而師父是如何運用巧妙善巧的方法引領大眾的呢？師父是如何教導大眾將佛法妥善的運用在日常生活中呢？

我覺得老師提供的許多建議都非常受用，也開啟了我新的觀點及視野，另外也可以從聖嚴師父的著作中找尋到接引現代人學佛成功的方法，接下來自己也可以慢慢學習到接引親戚朋友來學佛成功的方法。

努力了二十多年，但不成功是否是因為還未遇到能從旁洞悉、提點筆者自身盲點的伯樂？

回顧自己這 25 年不斷的努力接引舅舅、舅媽和大阿姨，但自始自終依舊沒能打動他們修學佛法的初心，我對他們的愛與孝心始終堅定不移，但是為什麼我的努力就是無法讓事情進步呢？

這讓我聯想到三國故事，我在一個教中文的網站上看到一則故事描述

「劉備第二次前往臥龍山，依舊沒有見到諸葛亮，回家的路上，張飛問劉備“大哥，你真的還要去臥龍山嗎？你有二哥、趙雲和我，我們都不怕打仗，這個諸葛亮只是個住在山上的讀書人，他能幫什麼忙呢？”劉備看張飛和關羽，緩緩地說道：「二弟、三弟，我們認識二十多年了。這二十多年裡，我們打了不少仗，但是你看我們現在的樣子，和二十多年前一樣是不是沒什麼變化？我們做錯了什麼呢？以前我不知道，但遇到徐先生後，我明白了，我們只有打仗的人也有想讓國家變好的決心，但卻沒有一個能告訴我們如何能讓國家變好的老師。現在，這個軍師和老師都有了，他就是諸葛亮。雖然我還沒有見到他，但我相信，這個人一定是他。所以，不管是來兩次、三次，還是一百次，我都要見到諸葛亮，你們明白我的意思嗎？」¹

看完這段三國的故事，讓我明白了原來我也如同故事中的張飛一樣，一心只想著接引舅舅、舅媽和大阿姨來學佛，但卻始終沒有找到問題的根源，因此在接引的過程中一直無法突破盲點，使得在接引的結果上停滯不前，直到我的指導教授辜老師提點我之後，我才意識到，原來鑿井還得先找到水源才不會徒勞無功，也感謝為我指點迷津的「老師」讓我終於找到問題的癥結點，我的「接引之路」才得以繼續向前邁進。

¹ Du Chinese , <https://duchinese.net/lessons/courses/54-three-kingdoms-5-thatched-cottage> , Chapter 15, 三進臥龍山。

自己的問題也許是社會要互相努力解決的問題

在初審通過之日，指導教授以及兩位口試委員老師聽完我的初審報告後給了我很棒的回饋，且認為我論文中提及的家庭故事很有趣，因為我的家庭是泰國華僑，雖然我母親、舅舅與我在泰國出生，不過我們也還是秉持著華人重視孝道的方法。特別是我有機會在泰國上座部佛教出家了 25 年，而且我有機會來到漢傳佛教的聖地—法鼓山文理學院讀學士班及碩士班總共八年，能夠看到漢傳與南傳兩方的僧侶如何實踐孝順之道頗令人為之鼓舞。而我遇到的問題或許也是社會中許多學佛之人或許多佛教僧侶也正面臨的難題，如果我能先整理出自己的經驗，接著找尋一些佛教經典來加以解釋關於孝順的實踐方法，以及觀看聖嚴師父如何以佛法接引現代人學佛的相關著作及開示，透過前人的智慧和過往相關文獻及現代有關資料彙整加以統整後，希望能對社會有所幫助。

綜上所述：

研究者想了解佛教僧侶如何實踐孝順之道以及能夠接引家人來學佛之成功人士所運用的方法。

研究者將藉由「經典」以及「漢傳佛教的宗教師—法鼓山聖嚴師父的弘法著作來找尋宗教大師弘法方法」及「前人文獻的回顧以及當代有關的資料」，透過上述三種方法讓研究者進一步的去了解佛教僧侶如何實踐孝順之道及運用了哪些善巧方便的方式感化被接引者並得到他們的認同。

基於研究主旨探討其問題意識如下：

- 一、經典如何解釋孝順的定義以及實踐孝順的方法？
- 二、聖嚴師父是位能接引現代人學佛很成功的典範，師父運使用什麼方法？
- 三、前人的文獻回顧如何解釋有關短期出家報恩以及佛教僧侶的孝順實踐？

四、漢傳佛教法師以及泰國南傳佛教法師以什麼方法實踐孝順，遇到什麼困難以及解決方法？

第三節 研究目的

我認為自己本身有在學習佛法的人因為親身體驗、親身經歷佛法帶給我們的幫助和好處，所以更能夠體會佛法所蘊含的智慧及慈悲，因為能夠感同身受，所以會希望能以自身深切感受的方式將美好的事物和家人及周遭的親朋好友們分享，然而在這過程中，儘管我們對家人的愛是無限的，但有時總會感到沮喪，為何自己努力嘗試了許多方法，但家人、朋友願意理解、接受的程度卻還是很有限呢？或許是因為我們沒有使用「正確的引導方式」。

我認為研究成功人士的案例，可以讓我們從中找尋適合自己的方法，無論對自身而言是否受用，但肯定能從中找到適切的方法來接引親朋好友，畢竟芸芸眾生各有所求又生作各不同，所以接引方式也肯定是千變萬化，因此我打算研究經典、聖嚴師父的著作及過去的開示紀錄，及其他前人的文獻敘述、教導關於孝順的方法。

我也希望這篇論文對於有心想與家人分享佛法的人有所助益，當你們閱讀到這篇論文會讓你們的內心產生共鳴，也能夠從中找到方法並且能善加運用，再加上當我們看到別人以他們自身所使用的方法得到成功的結果，透過各自經驗的累積，我們會深刻了解，以及知道如何將這些方法透過內在的轉換應用在自身以及家人身上，並能夠一再的複製成功的經驗，所以我整理這篇論文研究的目的如下：

- 一、了解經典如何解釋孝順的定義以及實踐孝順的方法。
- 二、了解聖嚴師父使用了什麼方法？能夠接引現代人來學佛。

三、了解其他前人的文獻敘述、教導及如何解釋有關短期出家報恩以及佛教僧侶的孝順實踐。

四、了解漢傳佛教法師以及泰國南傳佛教法師以什麼方法實踐孝順，遇到什麼困難以及解決方法。

五、希望自己從研究中可以找到適合自己的方法，可以解決當前困境，以簡單有效的方式接引家人來學佛。

第四節 研究方法

研究設計

本研究《佛教僧侶的孝順實踐—以泰國法身寺僧侶為例》，目的是為了解佛教僧侶以什麼方法表達孝順實踐。

研究者是泰國華僑，自幼在泰國長大，從小跟在母親和舅舅身邊學習及成長，看見母親和舅舅對外公百般的孝順，覺得他們是我內心的好榜樣，也讓研究者期盼自己長大後能和母親及舅舅一樣孝順，並在身體上以及心理上報答恩德，然而在一次的偶然的機緣下在泰國參加短期出家後發現在佛教裡有報答父母親的最佳方法—就是以佛法來報答恩德。而後研究者有機會來到漢地—台灣法鼓文理學院讀學士班及研究所，漸漸地認識、了解兩國的佛教僧侶他們如何孝順父母，因此研究者選擇以自己的文化背景的相關知識作為文獻探討的延伸，並將文獻探討的部份分為「經典文獻的探討」、「聖嚴法師文獻記載的探討」、「當代文獻的探討」這三方面來做搜尋及彙整。對於孝道的推動，身為一位出家人該如何行孝。

研究流程

1. 確定研究題目

研究者在進行研究計畫的前一年，內心一直想要探討究竟「佛教僧侶的孝順實踐以泰國法身寺僧侶為例」是如何做到的？因為研究者認為修學佛法不僅能啟發我們的慈悲與智慧，也能修身養性、行善積德更能貫徹助人為樂的人生宗旨，但本研究者出家多年，只能接引媽媽一人來學佛，家裡的其他長輩、兄弟姊妹卻仍舊無法成功接引他們修學佛法，研究者也努力了二十多年依然還未成功，另外在閱讀相關文獻時，發現在眾多的研究論文中，還未有學者做過有關以佛法來報答父母恩的相關佛學研究，於是研究者決定以「佛教僧侶的孝順實踐以泰國法身寺僧侶為例」當作研究題目，希望透過本研究結果，在日後能對有相同困境的人有所幫助，使他們能夠從本研究中獲益，能理解同樣的問題也會發生在別人身上，因此不用氣餒，只要持續尋求解決方法，便能夠有學習的對象並加以揣摩，從中找尋適合自己與家人的方法。另外研究者也能從研究過程中找到適用於研究者家人的方法，讓研究者也尋得能夠接引家人修學佛法的方法。

2. 閱讀經典相關的內容

閱讀經典以及搜集關於孩子如何對父母親以及恩人表達孝順的相關內容，和如何以佛法來報答恩，「經典」是第一手的文獻資料可供後人參閱。

3. 閱讀聖嚴師父相關的內容

在閱讀聖嚴師父「法鼓全集」生活類的佛法著作中搜集了許多生活化的佛法以及關於孩子如何對父母親以及恩人表達孝順的相關內容，和現代人如何以佛法來報恩，聖嚴師父的開示集結成冊後便為聖嚴師父個人的「開示經典」，而師父的「開示經典」也是第一手文獻資料，可供後人學習。

4. 參考現代的內容

參考前人的文獻資料、現代相關資料、請教泰國以及台灣的僧侶關於孩子如何對父母親以及恩人表達孝順和如何以佛法來報恩的相關內容。

5. 資料分析以及歸納

研究者會將自己實踐孝順的經驗並加以閱讀經典、聖嚴師父的著作以及現代的資料作統整和分析，最後彙整成一些有效果的方法，讓讀者能夠參考以及選擇運用。

6. 結論與建議

最後研究者會做結論以及提出建議。



法鼓文理學院
Dharma Drum Institute of Liberal Arts

第二章 經典文獻的依據

本章的來源是基於自身學習佛法的感受，體悟到佛法深廣的智慧，故應當盡力創造機會接引父母家人學佛，而藉由「佛法」報父母恩也是一種不同以往我們所認知金錢或物質上的滿足，因為上述兩者很容易在外在條件滿足後，心靈容易感到空虛和孤寂，但是「佛法」能夠同時療癒、幫助我們脫離身心病苦。

在相關文獻中，若已有中文翻譯的經典，研究者將提供閱讀者「[莊春江翻譯版本網站](#)」²的連接，若經典尚未有中文翻譯，則會提供給閱讀者，引用的內容是從巴利羅馬大藏經(PTS)第幾本、第幾頁。

經搜集有關如何透過佛法來報父母恩的文獻紀錄，此篇章分為三節，如下：



關於經典相關的內容研究者引用兩部重要經典，如下：

1. 《父母恩難報經》

這部經典的重點主要在強調父母的恩情是無比重大的。佛陀告訴我們，即使有人將父母扛在肩上照顧千萬年，供給衣食住行，甚至忍受父母的排泄物，但即使這樣都無法回報父母的恩情。這段經文的寓意旨在父母的恩情是極其難以回報的，我

² 簡單介紹「莊春江翻譯版本網站」是一群專門翻譯巴利文三藏翻譯成現代漢語（白話），符合現代人能夠接觸三藏的內容。是後期才有的系統，與北傳佛教的翻譯是不同的系統。

們應該時刻銘記，不要忘記孝順和供養父母。這就是佛陀對於孝順父母給我們的教誨。³

2. 《對二人是不容易報答經》

這部經典的重點是在強調父母的重要性以及子女對他們的報答。

根據此經內容提到佛陀表示世間有二人是不容易報答之人，便是父親及母親，即使我們竭盡全力去照顧父母，包括對他們的身體和精神照顧，甚至讓他們在權力和地位上得到尊重，這仍然不能算是對他們的完全報答。因為父母對子女的幫助和教育是多方面的，他們自幼教導我們學習信仰、道德、無私奉獻和人生智慧。

真正對父母的報答是要當父母親的善知識並以適合的方法接引以及勸導他們讓他們在信仰、持戒、布施和智慧這四個方面具足得以圓滿人生。⁴

研究者閱讀之後發現這兩部《父母恩難報經》在漢傳佛教與上座部佛教都有這部經典，而上座部佛教將這部經典翻譯名為《對二人是不容易報答經》，重點內容強調父母親對孩子恩德的偉大，他們以充滿愛與慈悲的心對待子女，自初始給予孩子生命，直到將孩子養育成人，這過程中種種的辛勤照顧皆不易，因為父母親的恩德很偉大，所以報父母恩是很難的，佛陀比喻孩子雖然能夠將父母扛在肩上，哪怕是讓父母親在孩子肩膀上生活一百年，並且給予好的物質，如：衣服、飲食...等，又或是讓父母親在孩子肩膀上排泄經過一百年還不算完全報答父母恩；甚至於能夠幫助父母親成為轉輪聖王，也還不算完全報答父母恩，因為父母恩是很偉大的。雖然以物質方面報恩是重要的，不過還有更好且能使他們在心靈層面獲得更大的

³ 《父母恩難報經》增壹阿含 20 品 11 經（莊春江譯）。

<https://agama.buddhason.org/AA/AAsearch1.php?str=%E5%A0%B1%E7%AD%94%E7%88%B6%E6%AF%8D&path=AA172.htm>

⁴ 《對二人是不容易報答經》增支部 2 集 34 經（莊春江譯）。

<https://agama.buddhason.org/AA/AAsearch1.php?str=%E5%A0%B1%E7%AD%94%E7%88%B6%E6%AF%8D&path=AA172.htm>。

慰藉和依靠的方。關於更好且能使他們在心靈層面獲得更大的慰藉和依靠的方式—北傳經典的內容解釋：「當供養父母，常當孝順，不失時節。如是，諸比丘！當作是學」，而上座部經典解釋報父母恩的方式是要孩子們先理解父母，如果父母親的信仰還不夠堅定，要勸導他們來確立堅定的信仰，如果父母本身生性慳吝，便要勸導他們建立良好的行為，如果父母親智慧還不足要積極幫助父母培養智慧。

因此在這部經提到最圓滿報父母恩的方法就是孩子要成為父母親的善知識，勸導父母對三寶產生信仰心並且願意也養成喜歡行善的習慣。

對我來說，這部經也一再的提醒我，身為孩子要時刻提醒自己父母恩的偉大，並且要報恩，無論是在生理上以實物，透過他們日常所需的物品來照顧他們，或是在心理上照顧他們的「心」，而照顧他們的「心」最好的方式便是透過「佛法」來報恩，勸導他們積極行善同時也肯定並支持他們過往所修的一切善行功德，因為佛教徒相信輪迴的概念，人一輩子的壽命也很少超過 100 歲，如果父母親能夠積極行善，終有一天他們離開人世時我們雖然沒辦法和他們一起走，但他們自己累積的善果也將替身為孩子的我們在輪迴之中照顧父母親。

我第一次聽到這部經，是在西元 1997 年參加短期出家時，有一位法師分享佛法，當時他和我們解釋這部經典，我在聽到的當下很感動，便下定決心我要用這個方法來報答母親，所以在這裡我將這部經典納為本研究的相關文獻。

3. 《辛額勒經》

這部經典的重點要強調了子女對父母的責任與照顧。內容提到了五件事情，子女應該如何照顧父母，例如：1) 父母自我們年幼時養育我們，我們長大後應該回報父母，並且照顧他們；其次 2) 是我們應該協助父母處理他們的事務和工作；

接著 3) 是維護家族的穩定； 然後 4)是繼承父母的遺志與財產；最後 5) 是在父母離世後為他們修功德以及迴向給他們。⁵

這部經提到了佛教裡其中一個重要的教義，關於個人對周圍人的責任。它分為六個群體，且以六個方向作為區分，分別是父母（前方）、老師（右方）、朋友（左方）、配偶（後方）、子女（下方）和僧侶（上方）。

在這裡，我們主要關注作為兒子或女兒的角色，對父母的責任，包括以下五個方面：

1. 父母養育我們，我們應該回報照顧和支持他們。
2. 我們應該協助父母處理他們的事務和工作。
3. 我們應該維護和延續家族的血統和價值觀。
4. 我們應該按照道德行事，適合繼承父母的事業。
5. 當父母離世後，我們應該為他們修功德以及迴向給他們。

我覺得這部經典提供我們清楚明確的指引，讓我們知道孩子對父母應該盡的責任與義務。上述「五個方面」又可以將報父母恩劃分兩種方法：第一項和第二項是在身體上報恩、協助父母的事務，第三項與第四項是要孩子培養自己成為一個有良好道德的好人，這部分如果孩子做到了，別人就會讚歎父母的家庭教育將孩子教養的很好，這部分是在父母心理上報恩，讓父母親開心，第五項是修功德迴向給父母，這算是孩子在心理上表達孝順。

以我個人觀點，這部經典為我提供了「報父母恩的重點指引」，讓我能夠深入的去研究並為大家彙整後以論文方式呈現，同時又能以白話文言簡意賅的方式讓大家能快速理解其中的含意，綜觀上述，此部經典將孩子們對父母親表達孝順的方

⁵ 《辛額勒經》長部 31 經/(波梨品[第三]) (莊春江譯)。 <https://agama.buddhason.org/DN/DN31.htm> , 2024/04/02。

法有三個，分別是：在身體上幫助父母親、心理上保護父母親的心、父母去世後也要持續修功德迴向給父母親。

第二節 六部經典文獻的討論

1. 佛陀度佛母證得初果

佛陀度化母親的故事：悉達多太子誕生 7 天後，母親就往生了。後來悉達多太子出家以及成道。

佛陀成佛之後，要以佛法來報答已經成為天人的母親，前往忉利天去，佛陀選擇以阿毗達摩開示給母親聽，佛陀的母親也因佛法的教化而得開法眼證得初果，佛陀也親身實踐他所傳遞的方法予以大眾，使其母親能獲得內在的依靠。⁶

我認為身為佛弟子的我們也應該跟隨佛陀的腳步，在照顧父母身體的同時，也要照顧到他們的心理，接引或勸導父母親一起修行，讓他們能夠有內在的依靠。

2. 佛陀度佛父證得初果以及阿羅漢

佛陀度化父親的故事：自從悉達多太子出家後，便一心期盼能成佛。佛陀的父親也總是關注著這個消息，好奇他的孩子是否已經證得正法了，而當他得知悉達多太子已成佛，佛陀的父親命令大臣以及一千名士兵一起去請佛陀回來晉見他。

⁶ 見 Dhp-a III 222-223。

當佛陀抵達父親的皇宮時，因為釋迦族的親戚有很高的傲慢心，佛陀使用威德力飛到空中，使得佛陀的父親和親戚對佛法產生信仰心，願意以虔誠的心聽經聞法。

第二天，佛陀和比丘們出去接受托鉢。父親一開始不希望佛陀以及僧團去外托鉢，佛陀便向父親開示佛法，讓父親得以開法眼以及證得初果，而後父親請佛陀以及僧團回到皇宮接受食物供養。⁷

當佛陀的父親快要離世時，佛陀親自前去度化父親，為他開示佛法，最後佛陀的父親證得了阿羅漢果。

我看到佛陀以佛法來報答父親的故事時，覺得很感動，第一點是能夠看到父親對孩子的愛，以及能夠看得到佛陀也以最高尚的方法—「佛法」報答父親，父親聽完法後能夠證得初果，在父親臨終之前，佛陀也親自為其說法，使父親證得阿羅漢果，脫離輪迴，讓我們看到佛陀以最好的方法—「佛法」來報答父母恩，而且佛陀是我們對父母親孝順的好榜樣。



3. 舍利佛尊者度母親證得初果

舍利佛尊者的故事，舍利佛尊者的母親本來對佛教沒有信仰，因為母親不認同舍利佛尊者離開家去出家，甚至邀請家中的弟弟、妹妹一起出家。但在舍利佛尊者即將要涅槃之日，他想起母親，並想度化母親，於是他回到了出生的地方，見到母親後，舍利佛尊者告訴母親他希望能待在他出生的那個房間，同時在當晚尊者的病況越來越嚴重，此時有四大天王出現想照顧舍利佛尊者、接著帝釋天王出現也想照顧尊者、最後大梵天王也出現想照顧舍利佛尊者，不過尊者都婉拒他們，並告訴他們他已經有師弟來照顧了。

⁷ 見 Sp V 1004-1008。

此時，舍利佛尊者的母親在舍利佛尊者的房門前看到很亮的光（天人之光）感到很驚訝，而當諸天王往返回去後，母親問尊者，剛才來的是誰？舍利佛尊者回答：「是四大天王來、接著有帝釋天王、最後是大梵天王前來。」母親聽後，心想偉大的天人都對我的兒子產生恭敬心，連自己信仰的大梵天王也來頂禮我的兒子，而佛陀是我兒子的老師，佛陀一定更偉大，因此舍利佛尊者的母親在當下便對佛教起了信仰心，也想聽舍利佛尊者分享佛法，而當她聽完後就得開法眼，證得了初果，更是對佛教起了堅定不移的信仰心。

舍利佛尊者最後知道母親對佛教有穩定的信仰後，也知道自己要報答母恩的任務已經完成了，最後尊者就在他出生的房間入涅槃了。⁸

研究者閱讀這部經典之後覺得這些內容向我們傳遞了一個很棒的信念，一個人若是專心修行並修身養性、積極行善、向善能為社會帶來諸多利益，而僧侶要比「在家眾(過著世俗家庭生活且自營生計的佛教徒)」修持更多戒律，且更要謹言慎行，平時也將所有時間、精力投注在修行裡，日常所做之事也以自利利他為人生主要課題，藉此不僅對自身產生影響，也對社會產生影響。這樣的善行功德更能夠直接回報父母，感謝父母恩。

以舍利佛尊者為例，他已然成為了佛教界的榜樣之一，透過提供佛法回報母親的恩德。他以慈悲、智慧、善巧的方式對待母親，意識到母親對佛教的不理解，於是在他即將涅槃之際回到家中自己出生的房間等待因緣成熟度化母親。因他多年來守持淨戒、眾善奉行，獲得了諸天人的讚譽，包括四大天王、帝釋天王和大梵天王在他臨終之時都想主動來照顧尊者的病體。

母親因為看到這些奇妙的事情，再加上舍利佛尊者的解釋，並告知母親前來的天人是誰，母親很感動並對佛教產生了信仰心，最後尊者為母親宣說佛法，使母親

⁸ 《純陀經》 相應部 47 相應 13 經 (念住相應/大篇/修多羅) (莊春江譯) [SA.638]_SN.47.13 (buddhason.org)。

證得了初果。尊者成功的讓母親對佛教產生堅定不移的信仰。也就是說尊者按照《對二人是不容易報答經》⁹ 圓滿達成報父母恩，就是使母親對三寶起了穩定的信仰，並持戒且認真學習、聽聞佛法以增加智慧。

我個人的觀點是，在當代，若能成為一位潛心、誠心學佛之人並積極行善為社會付出奉獻，總有一天一定能夠看見智慧與慈悲善的循環的顯現，也能使父母對佛教起更深的信仰心，也願意和孩子一起學習佛法。

研究者納入此部經典來作為本研究之相關文獻是因為透過舍利佛尊者的真實故事，讓我們更了解如何以佛法來報答父母恩。

4. 僧侶將得到供養托鉢的食物，來照顧父母的故事

這個故事在發生舍衛城，有一位富翁的獨生子，有一天他看到民眾拿著花以及食物到寺院去，這位富翁的兒子也跟著大家去供養佛陀食物以及聽聞佛法，當他聽佛說法後起了信仰心想出家，他請求佛陀給他出家，佛陀說要經過父母親的允許才能夠給他出家，於是他回到家向年邁的父母請求出家為僧。一開始年老的父母不允許，因為希望兒子繼承家業並照顧年邁的雙親。但最終父母因為疼愛兒子，還是允許他出家了。

他出家後，住在寺院裡禪修五年，然後到森林去連續禪修十二年，不過他雖然認真打坐，但還沒有證得初果。有一天一位比丘從舍衛城來。他跟那位比丘詢問了父母的狀況。得知因他出家後，父母的生活因此變得更加貧窮，而現在他的雙親成了乞丐。

⁹ 增支部 2 集 34 經(莊春江譯)。 <http://agama.buddhason.org/AA/AA172.htm>，2024/04/02。

聽到這裡，他哭了，表示想還俗回家照顧父母親。於是在他要回到舍衛城的路上，他先去拜訪佛陀，當回到寺院時，剛好聽到佛陀說關於出家人也能夠照顧父母親的法，他聽後覺得自己不用還俗了，可以將自己托鉢得到的食物來照顧父母親。

當他回到家，看到年老的父母正在跟別人討要食物，他感到很傷心且淚流不止，接著他安慰父母請他們不要擔心，並告訴他們「我會照顧您們的。」從那天起他將寺院給他的食物都先給父母先食用，然後他自己再外出托鉢一次，若有再次得到食物他再吃，如果沒得到食物就不吃，但他因為長期這樣生活，使得他的身體日漸消瘦，後來其他比丘們知道後，認為他是出家人，如果拿僧團或居士供養他的食物再拿給居士，是不適合的，接著就請他跟著比丘們去向佛陀報告。

當他們向佛陀報告完畢後，佛陀詢問那位僧侶：「你將僧團給你的食物再拿給居士是真的嗎？」那位僧侶回答：「是真的。」佛陀問他那你給哪些居士呢？他回答道：「我供養給我的父母親。」佛陀對他表示稱讚，連說了三遍「善哉、善哉、善。」接著佛陀表示那位僧侶所做之事佛陀也曾經走過一樣的路，當時佛陀在當菩薩累計功德波羅蜜時，也努力成為孝順的孩子希望藉種種方法供養父母親，接著佛陀以本生經《Suvannasāma-jātaka》為僧團和大眾開示，也就在當下，佛陀開示完時那位孝順的僧侶便開了天眼及證得初果。¹⁰

我看到這部經時覺得很感動，再次感受到佛陀是我們孝順的好榜樣，佛陀很慈悲以及了解那位僧侶的用心，知道他對佛教起信仰心而出家，也喜歡修行打坐，也知道他對兩位年邁的父母親有罣礙，佛陀向大眾解釋此方法是合乎情理的，因為佛陀自己也提到就連他當初在當行菩薩道時也重視對父母親盡孝之事，以及佛陀一直以來也盡心盡力成為孝順父母親的人，接著佛陀說這位孝順僧侶也是按照佛陀曾經走過的路——「盡孝之路」來努力做到報父母恩。

¹⁰ Jā VI 68-95 Suvannasāma-jātaka。

5. 大象菩薩照顧母親的故事

本生經中有記載另一部經，《Mātuposaka-jātaka》¹¹ 佛陀看到一位照顧母親的僧侶，想要安慰他，於是佛陀將自己從前當大象菩薩時所經歷之事和那位僧侶分享，當時大象菩薩為領頭象，其餘的八萬頭大象為他的手下，但大象菩薩的母親是一頭失明的大象。大象菩薩總是安排大象手下將食物拿給他母親吃，但手下卻自己把那些食物吃掉，後來當大象菩薩得知他母親沒收到食物，他便決定要離開象群，由自己來照顧母親。

大象菩薩帶著大象雙親自行度過安靜平淡的生活，有一天國王派人去找莊嚴的大象，接著士兵就帶著大象菩薩給國王審視一番，國王看到後很滿意想騎這頭大象菩薩，於是國王請訓獸師訓練這頭大象菩薩。

雖然國王提供美味的食物給大象菩薩，但他始終一直禁食，國王感到困惑於是詢問大象菩薩為什麼要禁食，大象菩薩便向國王解釋因為他有失明的母親需要照顧，但他被國王抓來這裡，就沒有辦法照顧母親，於是國王便慈悲的釋放了大象菩薩，讓他能夠回去照顧母親。

佛陀說完本生經時也順帶解釋了因緣循環，當時的國王轉世為今生的阿難尊者，母親轉世為今生的佛母，孝順的大象轉世為今生的佛陀。

我看完這部本生經，感到佛陀當時輪迴時雖為大象，但也是一頭孝順的大象，雖然他當時努力的帶領象群，但在群體之間的選擇，他選擇脫離象群親自照顧母親，另外他雖遇到賢能的國王給他精美的食物並善待他，甚至還能提供良好的舒適環境供他享福，大象菩薩依舊選擇要回去照顧盲象母親。孝順之人除了會努力感化自己，更能感動他人，而當我讀到這篇故事時，我對佛陀的所作所為更加感動。

¹¹ Jā IV 90-95 Mātuposaka-jātaka。

6. 大鳥菩薩照顧父母親的故事

這部本生經《Sālikedāra-jātaka》¹²的故事講述是因為佛陀看到一位照顧父母親的僧侶，佛陀要給予他慰藉，所以向大眾開示這部本生經。

從前佛陀生為大鳥，他每天都要去找食物。他自己果腹完後，也要為年老的鳥父母帶食物。也因為帶回家給年邁的鳥父母的食物有點多甚至重量也不輕，所以在飛行運送的過程會讓他的動作變得有點慢，有一天他被農場看守人抓到。農場看守人將大鳥菩薩抓去給農場主人看。

農場主人問大鳥菩薩說：「你吃完了食物為什麼還要帶那麼多的食物回去？導致你來不及離開，而被抓到。」大鳥菩薩解釋說：「因為我要照顧年邁的鳥父母。」農場主人聽了很感動，便相當支持大鳥菩薩，於是農場主人在農場劃分了一些區域可以讓大鳥菩薩每天領取食物回去照顧鳥父母。

佛陀說完本生經時解釋，當時的鳥父母轉世為今生佛陀的父母親，農場主人轉世為今生的阿難尊者，孝順的大鳥菩薩轉世為今生的佛陀。

看完這部本生經深感佛陀對父母有著無比的孝順之心、感恩及報恩心。這部經講述了佛陀雖然轉世為大鳥菩薩，但也是孝順之鳥，每次外出去找食物時也會想要將食物帶回去給年邁的鳥父母，照顧父母親。這個孝順的故事，我想許多人聽到孝順的事情，也會對那個孝順之人產生慈悲心，就像農場主人一樣，當他知道這隻鳥是孝順的，就釋放大鳥菩薩回家以及提供了農場某些特定區域讓大鳥可以每天取用。

7. 阿育王的故事

¹² Jā IV 276-282 Sālikedāra-jātaka。

南傳三藏中記載阿育王 (Asoka) 的故事，阿育王對佛教有信仰心，所以他建立舍利塔以及寺院總共 84,000 所用以供養三寶，供養之日國王感到很法喜，接著問阿羅漢長老—帝須·目犍連子 (Tissa Moggaliputta) 在佛教裡曾經有誰像他這麼殊勝的供養嗎？帝須·目犍連子長老回答：「從佛陀時代到現在還沒有人像您這麼殊勝的供養過。」阿育王繼續問：「那麼我是不是能當佛弟子？」

帝須·目犍連子長老回答：「陛下您算是施主。」阿育王繼續詢問：「那怎麼做才能成為佛教弟子？」帝須·目犍連子長老回答：「只要讓兒子出家，就可以成為佛弟子。」¹³

我第一次聽這部經典，是在 1997 年參加短期出家時，指導法師為我們開示這部經的內容，法師為我們解釋成為佛教弟子的好處是無論佛教在何時何地盛行，我們以及父母親就會在那個佛教盛行的地方出生，而且能夠繼續行善，當時的我聽了之後感覺很法喜，認為這是能夠讓自己以及父母親跟佛教結善緣的機會，所以在此我就將此部經典以相關文獻的方式呈現給各位。



第三節 小結

第一節中提到，經典中裡的報父母恩，可以歸納成三種方法，如下：

- 一、身體上的報恩：意思就是孩子們以物質來回報父母的恩德。這包括照顧他們，提供食物、住所、醫療照護，確保他們的生活舒適和健康。這種方式強調了實際的付出和照顧，以回報父母對我們的關心和養育。

¹³ 見 Sp I 50-51。

二、心理上的報恩：這指的是通過內心的感激、尊敬和愛來回報父母的恩情。

這種方式強調了情感層面的回報，即心理上的感恩之情。這包括尊重父母的意見，表達感激之情，以及對他們的愛和關心。

三、佛法上的報恩：指的是以佛法來報答父母恩，勸導以及支持讓父母對三寶有堅定地信仰，堅守道德，以及有圓滿的智慧，這是回報父母恩最佳的方式。

將這三種方法合在一起，便能幫助我們全面地回報父母的恩情。身體上的報恩：關注實際的需求和物質支持，心理上的報恩：關注感情和情感層面的回饋，而佛法上的報恩：照顧到父母親的心、行善、智慧...等。

孝順的孩子知恩也要報恩；通過三個方面來回報父母，身體上報恩、心理上報恩，佛法上報恩。在身體上報恩比較容易做的到，例如：即使孩子在遠方，也可以寄錢和物品提供父母生活所需，照料到他們的衣服、飲食、臥具...等。

在心理上的回報則更具挑戰，因為需要通過觀察父母，瞭解他們，理解他們的情感，以決定如何與他們相處。

以佛法來回報父母恩是一件很不容易的事情，因為在父母的眼中，孩子始終是孩子，回報父母親有時候不能夠通過直接的教導來實現，而是需要運用善巧的方法來循循善誘。

第二節提到，經典中報父母恩的好榜樣。以佛陀度化父母時，以佛法來報父母恩為範例，讓佛母證得初果和佛父能證得阿羅漢果脫離輪迴之苦，接著舍利佛尊者也跟隨著佛陀的腳步也以佛法來報母親的恩德，讓尊者的母親證得初果。當我們看到「本生經」《jātaka》中佛陀的故事以及僧眾精進用功修行而成為阿羅漢度化父母的故事會讓我們也想成為與佛陀和阿羅漢尊者一樣孝順之人。當佛陀看到對父母

親孝順的僧侶，佛陀也會以慈悲心對待和鼓勵他們，允許他們以僧侶的身份認真修行同時也對父母親報答恩德。

我認為佛教的教義幫助學佛之人和出家人對父母的孝順之情更加深厚，讓我們知恩、感恩並報恩。

另外我們也可以通過「學習聖嚴師父生活化的教導」，並運用善巧方便的方法來感化、感動人們的內心。希望透過這個部分的學習，讓我們能更進一步了解如何透過善巧的方法將佛法報答父母恩。



第三章 聖嚴師父著作中生活化的佛教方法

對研究者來說，聖嚴師父是現代成功將佛法弘揚至世界各地的一代高僧，也是我們出家人的典範之一，聖嚴師父有很多著作，師父的教導貼近生活，讓我們能在日常生活處處皆可運用佛法的智慧，將許多生活所遭遇的瓶頸、困境、危機轉化為各類的轉機，研究者在聖嚴師父「法鼓全集」生活類的佛法著作中搜集了一些生活化的佛法，以文獻探討的方式呈現，整理如下：

第一節 《從心溝通》

法鼓全集—第八輯—《從心溝通》¹⁴—溝通的方法：

在法鼓全集第八輯，有關溝通的方法裡，聖嚴師父提醒我們：

- 在交往中，我們常常和那些和自己比較合得來的人交往。

筆者閱讀到這個段落，認同師父所說的。也觀察到當自己與個性相符的人相處時內心是感到自由、舒暢的。這段文字對筆者而言具有啟發性，使筆者意識到當自己想成為他人的善知識前，先不要直接向對方闡述佛理，更不要以自身認為對佛法有較深的理解之身份與父母親展開一開始的對話，而是先以讓他人感到舒服的方式進行溝通，當對方感覺舒服，我們在慢慢引導、接引對方。

¹⁴ 聖嚴法師：《從心溝通》法鼓全集 2005 網路版) https://ddc.shengyen.org/?doc=08-09-001&tree_id=j1_4206，2024/04/02。

- 有時候試探後會發現，也許是因為我們的方法、態度或說話方式讓別人誤會，導致他們接受不了。這時候需要先調整自己，調整到對方可以接受的程度，但不要完全變成別人期望的樣子，否則就失去了自己的立場和原則，一般人也無法接受。可以試著適應對方，做一些微小的改變，經過多次調整，或許對方會改變態度，願意更主動或被動地與我們交流。

筆者閱讀這個段落之後，得到的感想是在與家人溝通的時候，要先了解對方的心境、情緒，接著要選擇比較符合對方當下的情緒、情境進行溝通。與父母親談話時要以溫柔、感恩心來談話。雖然看起來是隨順對方當下的的心境，但在當下情境時，能夠更快速的掌握適當的時機與之交談、引導、接引對方來實踐佛法。此刻也讓我聯想到蘆葦，當大風向來蘆葦吹動時，蘆葦便會隨風而動，而風輕輕吹拂後，蘆葦又回到了原來的位置。

- 無論我們用什麼方式溝通，我們都應該知道，溝通是雙方共同努力的結果。單方面的努力是不夠的。因此，除了要開放心胸接受別人，對於他人堅持己見、抗拒的態度，也要用慈悲的心去理解，這樣才能實現真正有效的溝通。

這個段落給筆者的想法是當我們與父母或其他親人溝通時，要提醒自己在溝通時要注意雙方的互動，不要一意孤行的堅持自己想闡述的觀點，一直想我要對方這樣做、那樣做是因為自己認為那是好的，而是要先了解對方當下的狀態、是否有遇到什麼困難…等，要試著傾聽，而且要以慈悲心與感恩心來互動。如同醫生治療患者，當醫生遇到患者時，醫生會先詢問患者有什麼樣的不適症狀…等，再進行判斷及診治，然後給予患者適合的治療方法。反之，當患者前去看醫生，醫生如果沒有詢問患者症狀，就直接開立藥單，患者可能會覺得醫生不具備專業素質，怎麼還未有正確判斷就開立藥單，患者肯定會有所疑慮及顧慮。

法鼓全集—第八輯—《從心溝通》—先接納別人才能溝通：

在法鼓全集第八輯，有關先接納別人才能溝通裡，聖嚴師父告訴我們應該注意的事項：

- 佛教認為，學習菩薩道的人或者佛教徒不應該遠離群眾。因為修行菩薩道需要做到「眾生無邊誓願度」。這意味著如果要幫助眾生，就不能夠獨自追求自己的安樂和進步。我們應該奉獻自己給眾生，首先接納他們的問題，幫助解決困難，這樣才能讓他們開放心胸，願意接受佛法的教導。

閱讀此段落之後，給筆者的啟發是，雖然每一個人都有各自接觸佛法的機遇和時機，但與此同時他們也需要有善知識的引導。既然我們知道佛法的好處了，在自己修行時，也要安排時間與父母、親戚及其他想學習佛法之人互相成為彼此的善知識，這樣做就是自利利他，也是跟隨佛陀實踐菩薩道。這樣的過程如同一株樹苗，當樹苗獲得水份及施肥，而成為一棵大樹供給大眾陰涼，讓在大樹下乘涼的大眾們感到舒服和歡快…等。我認為當自己有機會和福報獲得佛法的好處，便要透過自身的勤奮學習及練習，才能有效與人們，就如同我們得到他人無私地灌溉我們這一株株的小樹苗，期盼我們成為大樹長出茂密的葉子，為每一位在我們身邊駐足停留的人們獲得舒心和幸福，讓這份愛與善的循環可以源源不絕地流傳下去。期盼未來的每個人都能成為一棵棵茁壯的大樹，照顧、庇護每個與自己有緣之人，並將善法傳遞給每個人，讓每個人都能感受到佛法帶給他們的益處！聖嚴師父曾說過：「佛法這麼好，知道的人這麼少，誤解的人這麼多。」願佛法不再只是停留在過往人們對它的印象。希望每個人都能理解佛法的好，也希望我們都能因此了脫身死，不再執著於世間的煩惱！

- 菩薩以謙虛的態度融入眾生之中，不僅視每個人為平等，甚至願意讓眾生感覺自己更受尊重，這樣才能讓眾生對佛法產生好感。同理，與他人溝通時，要先展現謙卑，先接納對方，這樣對方才有可能真正和你溝通。

閱讀這個段落後，對筆者的啟發是，當自己與父母、恩人或大眾溝通時，要讓對方感到我們對他們是很重視的，並能夠感受到我們對他們的尊重。而方法便是我們要以謙卑及同理心對待對方。這個方法是很棒的，因為當對方覺得自己受到尊重時，他們的心就會感到舒服和愉悅，接著他們便會願意打開心門真正的與我們溝通。

而這過程也能比喻成潺潺流水，當河水流淌在大自然中，人們在前去浸泡在冰涼的河水之中，感受河水帶給他們的沁涼時，那份身心的放鬆及愉悅不言而喻，尤其是水位低於我們胸口時，不會感受到壓迫感，而能夠真正的感到舒適和輕鬆。

法鼓全集—第八輯—《從心溝通》—結真正的善緣：

在法鼓全集第八輯，有關結真正的善緣裡，聖嚴師父向我們開示：

- 佛教中提到的「結緣」指的是互相支持、幫助，一起走向正確、光明的道路，這就是「廣結善緣」其實就是在「幫助眾生」。但是，要如何和他人建立這種緣分呢？不論是用物質的援助或情感的關懷，只要保持著佛法的精神，都是和眾生建立緣分的方式。

閱讀這個段落時，筆者認為師父將「結緣」這個詞解釋的很清楚。例如：要互相幫助、支持、互相當善知識一起行善、修行…等。師父提供給我們的方法可以透過分享生活物資、人文關懷，以及對方能夠感知和相應的佛法。師父提供給我們上述能夠與大眾建立善緣的這三個方法很實用。不過這三個方法要視實際情況而訂定，隨著當下環境及個人因素在種種多方面的不同狀態下，要先觀察然後調整實際互動方式，才能找到和對方相應的方法與之結下善緣。

- 一般人通常用物質來與他人建立緣分，但如果懂得佛法，就能以佛法來幫助他人，給予勸勉，希望他們也能學習佛法，這樣才是最好的幫助方式。

這個段落在筆者閱讀後，所體認到的想法是普遍大眾與他人結緣的方式往往偏向於物質方面。不過當我們有機會可以學習佛法，我們可以練習用另一種層次的方法幫助他人，便是以佛法來幫助他人，透過自己了解的佛法，然後用比較符合對方需求的方式和他分享佛法。如同醫生為病患講解病因、分享簡易生活改變小技巧，

並同時依照病患的實際情況對症下藥，給予正確的治療方法和藥品，讓病患能夠獲得完善的醫療照顧；而懂佛法之人也如同他人心中的心靈良藥，在他們需要時遞上一劑佛法的強心針，為他們排解煩惱，暖化和強化他們的內心。

- 師父經常說：「對自己的事情要用智慧處理，對待別人要用慈悲。」一般來說，人們覺得用智慧來了解自己的內心比較容易，但用慈悲來理解別人的心就困難得多。其實，要同時做到這兩件事雖然不容易，但也不是特別困難，只要做到其中一項，另一項就會自然跟隨而來。

閱讀這個段落之後，給筆者的提醒是，我們在日常生活當中面對自身的事物要以智慧來處事，面對他人的行為要以慈悲心看待及對待。師父鼓勵我們可以先努力嘗試其中一項，當我們先完成一項時，另一項就會慢慢圓滿。這可以比喻成我們的雙手，當兩隻手同時沾染到污漬時，倘若想要先將其中一隻手先洗乾淨，這過程必定會將另隻手上的髒污一點一點的也沖刷掉，最後兩隻手同樣的都會被清潔乾淨，只是清潔完成後的時間順序不同。最後，當自己能夠真正的以智慧觀察自己，就會理解到自己有不少優點及缺點，別人也是一樣的，所以不用也不要過度的苛求他人，反而要產生更多的同理心和慈悲心看待別人。

- 透過觀察自己內心的反應，回顧自己的經歷，再進一步理解他人的想法，就像是放自己在他人的位置上想事情一樣。

閱讀這個段落之後，讓筆者認知到當我們自己透過內關來真正的覺察自身內在的實際狀態下，就會更了解自己，當意識到自己的優缺點時，就能坦承的面對自己，也了解到自己其實也還未圓滿，同時也會變得更理解他人以及更容易產生同理心來看待他人。因為自己清楚知道別人也和自己一樣，各有各的煩惱，彼此都是不完美之人，各有各的苦，但我們都在學習努力做到盡善盡美。

第二節 《方外看紅塵》

法鼓全集—第八輯—《方外看紅塵》—慢活人生：¹⁵

在法鼓全集第八輯，有關慢活人生裡，聖嚴師父以他對佛法的體悟加上他個人的人生經驗向我們分享：

- 「白活了」這感覺通常代表缺乏成就感。當人生缺乏明確目標，或者沒有找到生活中的意義歸屬，會讓人覺得活得毫無意義。

閱讀這個段落之後，讓筆者意識到目標的重要性，一般人因為要工作就會設定自己的目標希望能夠賺足夠的金錢來照顧家庭。當人們有清楚的目標方向就能夠讓自己活得有意義且健康。此時我聯想到自己的舅舅，舅舅已經 72 歲了，從年輕時期到現在，舅舅因為愛家庭，所以很希望自己還可以工作賺錢照顧家人，這個目標雖然讓舅舅每天工作都很忙碌，但他能夠感受到生活的意義並且身體依舊健朗。不過我想如果我能夠讓舅舅更了解生命的意義以及修行的重要性，舅舅應該能夠讓身心更平衡，就是除了努力工作以外也了解自己內在所需要的東西，不至於在一個人獨處時感到內在的匱乏。希望他的內在能因為走上修行的道路而更加的豐沛圓滿。

- 當我遇到逆境、挫折時，我學會了感恩。逆境可以透過努力克服，也可以避開，甚至把黑暗當作機會。我不會用強硬的方式來對抗困難，或者用激烈的方法來解決問題。或許我不是那麼勇敢，也沒有非常強壯的體力，所以不會靠強硬的方式應對，而是讓時間來幫我解決問題。不著急，耐心等待，情況往往會有轉機。就像在山裡遇到濃霧，我不會急於冒險穿越，那太危險了；只要耐心等待霧散了，就能找到方向，找到前進的路。

¹⁵ 聖嚴法師：《方外看紅塵》法鼓全集 2005 網路版) https://ddc.shengyen.org/?doc=08-10-001&tree_id=j1_4254，2024/04/02。

當閱讀到這個段落時，使筆者感受到「感恩的力量」是如此般的不可思議。當我們的心遇到不如意之時，要先冷靜下來，不需要立刻做反應，靜下心後，或許就能慢慢釐清事情的原委，並從中找到問題的解決因應之道。我覺得與父母、家人溝通時也是一樣，當出現意見相歧時，先不要著急表達自己的想法，可以先暫停溝通，各自先冷靜一下或到戶外走走，等自己以及對方重新梳理過各自的思緒及調適好情緒後再來進行新的良好互動及溝通模式，這樣的「心」嘗試或許能夠讓結果變得更好。

- 佛法講到「人們有時候固執，很難改變」，因為他們很難調整自己。所以佛陀會和眾生相處，了解他們的需求。如果發現他們的需求有問題，就會告訴他們，這些錯誤的需求可能會帶來痛苦，然後指出一個通向快樂的方向。

閱讀這個段落之後，讓筆者想到其實我們每一個人都想得到幸福快樂，不過每一個人的智慧都有一定的限度，我們時常自認為自己的習慣或自己當下所做的事情會讓自己得到幸福快樂，但其實那所謂的快樂並非是真實的或永恆的。而看到他人做的不對時，可能之後會給他們帶來傷害，我們在那當下要以智慧及慈悲去嘗試同理他們並為他們耐心的清楚解釋，例如：讓對方知道如果這樣做會有什麼危險，以及給對方更好的方向及建議並提供更好的選擇方案讓他們選擇更好的方向，並清楚解析這個選擇有何種優缺點，但與之同時不要讓對方感到有壓力、壓迫和強迫的感覺，在這過程中一定要以慈悲心來幫助對方，正確的引導任務才有機會成功。

第三節 表達孝順適當的方法

聖嚴師父為大眾開示，關於孝順與報答父母恩：

師父提到現代的人雖然各有其志、各有自己的興趣，以及自己的特長，父母的志向不一定要繼承下去，但是不能夠傷害到父母的「榮譽」，它是非常重要的，

不要讓父母過世以後還遭他人謾罵，對於父母的榮譽應該要維護，不能夠讓父母挨罵。

佛法的觀點指出孝順的含意：

第一、要奉養父母，照顧父母的生活、醫藥、健康。

第二、父母的信仰精神依託也要照顧。

這才是「孝順」。

特別是要「理解父母」，父母都以慈愛的心來對待子女，所以要感恩父母的關心、父母的慈愛心，當產生衝突時，子女要緩一緩、不要急，先跟父母商量，以及重視父母的心是慈愛心、要感謝、感恩。

最好的孝心是把自己奉獻給社會大眾，這件事對父母來說是功德無量的事。

研究者在閱讀聖嚴師父的此二本著作及聆聽師父的影像開示後，深感師父將看似深奧的佛法以簡單、貼近生活化的方式解釋，並以諸多生活所體現的實際案例來教導大眾，讓我們可以更清楚、更容易的了解佛法，且更加知道如何活用佛法於生活之中。以佛法的智慧來解釋「人與人之間溝通方面的重要性」，我們要先了解對方，以慈悲心來對待他人，理解對方真正的需求，這樣彼此才能獲得有效的溝通。對自己也要時常自我檢視、自我反觀，讓自己能在每一天都有所成長，有所進步。

特別在聖嚴師父收錄自大法鼓影音開示《孝順如何表現得當》中，師父提到他個人本身先去了解到現代人對孝順的概念與以往的舊式觀念有點衝突，許多人雖然很想成為一個孝順的孩子，對父母的要求或是期望也不願違背，但是長大後所選擇的某些工作或是志向其實並非他們自己所喜歡、所想要的，他們也自己更加有興趣、更加擅長的事物想去時間完成，在這樣矛盾衝突的想法上，師父提供的方法是提醒孩子們做任何決定和行為時要注意自己的言行，與此同時也要維護到父母的榮譽，這便也是孝順的一種。

以佛法來定義孝順便是在做選擇或決定時要照顧到父母的身體、心理以及信仰。

在與父母溝通方面如果不順利，便要提醒自己增加對父母的感恩、感謝，試著去理解父母對孩子的慈愛心，另外，子女若能貢獻給社會，幫助大眾，這也是對父母孝順的其中一個方式。

第四節 小結

第三章，閱讀聖嚴師父關於佛法生活化的相關著作，讓研究者了解師父是如何運用他的智慧教導大眾將佛法活用於生活之中，也能以同理心及慈悲心去理解大眾所面臨到的生活難題，並適切地提供相對應合適且善巧方便的方法巧妙地應對及克服生活中的種種課題。面對煩惱時，有時思緒轉個彎，一切就豁然開朗了，因為生活中有許多時候心境決定了我們的處境，而對於那些始終跨越不了的坎、解不開的心結，師父也會提醒大眾以佛法實修的經驗來化解所面臨的困境。

許多大眾在聆聽師父的佛法開示後，不僅瞭解了佛法所帶給我們的智慧，更教會了人們以慈悲喜捨的心來面對、接受、處理、放下我們當下所面臨的事物，也能令大眾對佛法多了一分恭敬、敬仰之心。總而言之，因聖嚴師父以幽默、風趣、慈悲、智慧的方式分享佛法，讓許多佛教徒或非佛教徒皆想透過師父的佛法開示為生活所遇到的事物找到靈方妙藥，改善自己在心境上或處境上的難題。

第四章 現代社會的佛教孝道

第一節 前人探討彙整

在第四章研究者搜集相關現代的資料，例如論文、文獻、書本內容、泰國法身寺短期出家的特色，以及曾經跟台灣法師討論交流關於僧侶表達孝順的內容。關於所搜集相關的論文，如果是泰文論文或文獻研究者會先寫泰文名字，並提供拼音和以中文解釋名字的意思，內容如下：

一、相關論文以及文獻

(一) ศึกษาเปรียบเทียบวิธีการบำรุงบิดามารดาในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาขงจื้อ

泰文拼音	sèuk-sǎa bpriiap tíiap wí-tee gaan bam-rung bi-daa maan-daa nai prá pút-tá-sàat-sà-nǎa táy-rá-wáat gáp sàat-sà-nǎa kǒng-jéu
翻議的論文名	上座部佛教與儒家教養父母之道的比較研究。
英文名字	A COMPARATIVE STUDY OF TAKING CARE OF PARENTS IN THERAVADA BUDDHISM AND CONFUCIANISM

表 1：Prakru Khosithammagon (Apichato) (2015)

Prakru Khosithammagon (Apichato) (2015) 此篇論文作者是一位泰國僧侶，這篇論文作者設定的研究目的有三：

其一：為了學習佛教教義是如何教導我們照養父母。

其二：為了學習在儒家思想中，我們如何照養父母。

其三：研究並比較「佛教教義」和「儒家思想」對父母照養的不同之處。

關於這篇論文談到佛教以及儒家帶給我們報父母恩的方法，整理成表格如下：

佛教的方法	儒家的方法
<p><u>按照辛額勒經¹⁶提到的，孩子要對父母親報恩有五件事：</u></p> <p>(1)父母親養育我們長大，我們要照顧他們。 (2)幫忙父母親的工作。 (3)把父母親的工作持續下去。 (4)行為端正、品行良好，傳承家裡的美德。 (5)當父母親往生，要修功德迴向給他們。</p>	<p>(1)父母親在世時，對他們尊敬並聽話、照顧他們且幫忙他們事情。 (2)當父母親往生，服喪、舉辦喪事、祭祀，將父母親在世時的生活目標持續下去。</p>

表 2：佛教與儒家方法的比較

總之，佛教與儒家提供我們報父母恩的方法，可以歸納成兩種：一者，在身體上報恩；二者，在心理上報恩。

在這篇學術論文裡，研究者閱讀後發現其內文主要是將「佛教教義」和「儒家思想」兩種方法來進行相關的研究比較，從中發現在「佛教教義」和「儒家思想」對父母的照養基本上方法差不多。兩者皆提到子女在生活中至少該照顧父母的身體，尊重他們、幫助他們，孩子在個人行為上也應該表現良好行為。當父母離世後，子女應該繼續進行慈善活動以回報他們。儒家強調在照顧父母的過程中要以尊敬與慈孝的心來照顧，而不是以一般工作項目的方式進行且沒有以尊敬的心來執行照顧的責任。

我覺得自幼能有一套標準及規範供我們學習是一件很好的事，因為有道德規範，使我們在成長的過程中能夠盡可能的從善，並且遵規守紀。但如果我們自幼接

¹⁶ 《辛額勒經》長部 31 經/ (波梨品[第三])(莊春江譯) <https://agama.buddhason.org/DN/DN31.htm>，2024/04/02。

受到的教育，師長只是時常耳提面命的對我們說：「孩子知恩也要報恩」，但沒有清楚的和我們解釋、教導，只單純的用上述一句話帶過，我們並無法清楚認知到何謂報恩？報恩的方法是什麼？報恩的範圍涉略的有多寬廣？不過佛教和儒家教育思想明確的指出具體事證，遵循依規及實踐目標，使我們能夠更加清楚我們的責任歸屬，並且更容易實踐完成。

而文本也與我的研究相關，即當孩子們瞭解父母的恩德後，他們需要學習並充分執行自己的責任，並且有意識地提供回報。當子女堅定地學習和實踐這些教義時，他們將成為一位自律、自覺並且能主宰自己人生的人。當他們在身體和心理上回報父母後，他們可能還會再更深入的思考人生中是否還有其他更多、更好的方式報父母恩。而後，他們可能會有機會發現佛教的經典裡還有更完整報父母恩的方法，或許以佛法來報答父母恩更能圓滿報恩。

(二) การดูแลบิดามารดาตามแนวทางพระพุทธศาสนา

泰文拼音	gaan doo lae bi-daa maan-daa dtaam naew taang-prá pút-tá-sàat-sà-nǎa
翻議的論文名	根據佛教方法照顧父母親
英文名字	Parental Care according to Buddhism

表 3：Phrateprattanasutee (M.A.) (2014)

Phrateprattanasutee (M.A.) (2014) 這篇文章作者是一位泰國僧侶撰寫的。文章內容討論到按照《辛額勒經》父母親如同子女人生前進方向的照明燈，許多父母甚至總是耐心、悉心照顧、鼓勵孩子，內心也總是渴望孩子能獲得快樂，或是當孩子有困難的時候，他們也會想盡一切辦法幫助孩子解決煩惱及困境且不求回報，因此父母是孩子人生中的第一位恩師。

如果孩子重視父母的恩德並且圓滿實踐報父母恩，他便是個孝順、善良之人，社會也會認同並讚譽知恩報恩孝順、善良的人。

本篇文章解釋「照顧父母」與「報答父母恩」，各有應盡的責任。

關於照顧父母親有兩種方法，在身體上以及在心理上照顧：

在身體上照顧：提供父母親食物、衣服、藥物以及各種照顧。

在心理上照顧：照顧父母的內心，讓他們的內在隨時保持舒服、明亮，避免他們感到難過、混濁，最好的方法是要邀請他們有機會便一起共同行善、學佛、修行。

知道父母恩，也要報恩，關於報答父母恩可以做三件事情：

(1)善行廣為流傳：方法就是自己按照佛法所教導的方式來實做，成為有品德的人，讓大家看到我們時可以立刻聯想到父母親也是好人。

(2)按照辛額勒經所提及孩子要對父母親報恩有五件事。例如：[1]父母自我們年幼時養育我們，我們長大後應該回報父母，並且照顧他們；其次[2]是我們應該協助父母處理他們的事務和工作；接著[3]是維護家族的穩定；然後[4]是繼承父母的遺志與財產；最後[5]是在父母離世後為他們修功德以及迴向給他們。

(3)圓滿報答父母親：按照父母恩難報經講述之方法來實踐，接引父母信佛、學佛以及修行。

研究者閱讀這篇文章後認為文章的內容清楚地將子女的報恩形式分為兩類，一者為「照顧父母」；二者為「報答父母恩」。

關於「照顧父母」可以分成身體上以及心理上的照顧，而以現階段有在照顧雙親的孩子來說，肯定更能認知及體會作者所闡述的觀點。

另，關於「報答父母恩」劃分為三項任務；在我們執行任務的同時，也要照顧好自己的行為舉止，因為自己的一言一行終將會影響到父母的「榮譽」，如果自己做的好，社會大眾會對我們讚譽有加，並表揚稱讚父母的品德教育良好，相反的，如果自己做壞事，別人也會指責父母沒有將孩子的家教教好，所以要「報答父母恩」，子女必須時刻將父母放在心中，做任何事情都要經過深思熟慮，不能一意孤行、放縱自我，才不會影響到父母的「榮譽」，這樣一來，子女便是打從心底的用心照顧與報答父母的恩德。

對研究者來說，此篇文章對本研究有很大的幫助，因為研究者要研究子女如何以佛法來報答父母恩，而此篇文章正以佛法的方式向我們解釋了「報答父母恩」的三個面向。

(三) 出家培訓行為研究——以「泰國法身寺國際短期出家營」為例¹⁷

論文明	出家培訓行為研究——以「泰國法身寺國際短期出家營」為例
英文名字	Research on the training of monks: Using the International Dhammadayada Ordination Program (IDOP) at the Dhammakaya Temple in Thailand as a case-study

表 4：釋法深 (2009)

釋法深 (2009) 研究，此篇論文作者是一位泰國僧侶。本研究將泰國短期出家報父母恩之文化與讀者介紹。在泰國的文化中，有一個觀念是男性如果沒有參加短期出家就象徵著還不成熟，至少要趁著泰國的雨季期間來短期出家三個月。另外關於孩子出家能報父母恩的的觀念是從南傳三藏經典裡所記載的內容，阿育王問

¹⁷ 釋法深 《出家培訓行為研究——以「泰國法身寺國際短期出家應營」為例》華梵大學：東方人文思想研究所碩士學位論文，2009年，頁4-5。

阿羅漢長老—帝須·目犍連子 (Tissa Moggaliputta) 要如何做才能成為佛子，長老答：「要願意讓孩子出家，自己就能成為佛子。」

研究者提到在歷史上泰國曼谷王朝第一位國王的第二十八個孩子名為 **Prince Paramanuchit**，在《Phrapathomsompothikatha》書裡，將阿育王和阿羅漢長老—帝須·目犍連子 (Tissa Moggaliputta) 的對話發展為：

讓孩子出家成為沙彌將得到八劫的功德利益，讓孩子出家成為比丘會得到十六劫的功德利益。¹⁸

從上面的內容可以知道，父母親願意讓孩子出家，自己會得到功德，這樣的觀念逐漸塑造泰國人深信孩子的出家，就是一種報答父母恩之方法。

關於短期出家活動早期和泰國文化融合在一起，這是全世界獨一無二的「出家文化」，研究者提到 **Dr.Siriwat kamwansa** 的《泰國佛教歷史》書裡，泰國短期出家之文化已經超過六百年，不管是從前泰皇，還是現任的泰皇都參加過短期出家。

接著研究者簡單介紹泰國法身寺舉辦短期出家分為兩種：第一種是「本土性」，為泰國男性所舉辦，第二種是「國際性」，對象為來自全世界的成年男生。因為舉辦短期出家，所以每當一場短期出家活動結束後，就會有一部分男性留下來長期出家並幫忙寺院弘法。

在閱讀此篇論文後，覺得該篇論文研究者將泰國佛教的歷史解釋的很清楚，也能讓許多人知道泰國人的文化和觀念，且全泰國人深信短期出家是一種報答父母恩的最佳方法，這算是一種很成功的延續，得以將佛教的教義保護好，佛教的文化也能代代相傳，甚至也能將短期出家的活動與泰國文化融合在一起，在大多數的人們心中父母也是孩子最愛的對象，當知道短期出家是一種報父母恩的其中一種方法，身為泰國男性就會自己安排時間短期出家以報答父母恩。

¹⁸ Prince Paramanuchit, 《Phrapathomsompothikatha》(พระปฐมสมโพธิกถา) 曼谷：1980年，頁512。

(四) การบวช : บุญยิ่งใหญ่ของชาวพุทธ

泰文拼音	gaan bùuat · bun yǐng yài kǒng chao pút
翻議的論文名	出家是一種報答父母恩的方法

表 5：Sanoh Phadungchat (phd.)

Sanoh Phadungchat (phd.) 這篇文章探討了出家成為僧侶的重要性，成為出家的僧侶至少需具備兩項責任。首先，他們有義務及責任通過學習和傳授佛法教義來履行身為出家人應背負的責任，並正確地實踐以達到最高目標，即成就阿羅漢果。其次，他們對社會有責任，通過以下六個方面來履行社會責任：

- (1) 不允許做壞事，要讓人們意識到壞事的危害，以至於他們不敢再去做壞事。
- (2) 要求保持在善行中，通過教導和引導，讓人們認識到善行的價值，內心願意去實踐善行。
- (3) 以美好、清淨的心提供關懷和幫助。
- (4) 讓人們聽到他們以前從未聽過的事物，使他們能夠聽到之前未曾接觸到的佛法教義。
- (5) 對已經聽過的事物進行清晰的解釋，使人們更加瞭解，沒有疑慮。
- (6) 指引通往天堂的道路，即指導人們做善事，以在現世過上幸福的生活，且在離開這個世界後能夠達到極樂世界。

當一個出家人以虔誠、恭敬、向善、認真的心為自己和社會帶來正向利益時，對於個人而言，這將產生積極的影響，同時也會傳達善果給父母。這種認真、積極、努力、用心、用功出家的功德分享給父母親的行為被稱為「以出家替代報答父母之恩。」

「以出家替代報答父母恩」意味著藉由另一種方式幫助改變父母的行為，使從未進入寺院的他們能開始薰習佛法、聽聞佛法、修持淨戒、付出奉獻、慷慨解囊、追求智慧。當孩子出家時，父母能有機會行善，在泰國，有一種說法即「孩子認真出家，算是給父母親抓袈裟去佛國淨土的機會」。

(五) ศึกษาวิเคราะห์เรื่องการบำรุงมารดาบิดาของภิกษุในพระพุทธศาสนาเถรวาท

泰文拼音	sèuk-sǎa wí-krór rêuuang gaan bam-rung maan-daa bì-daa kǒng pík-sù nai prá pút-tá-sàat-sà-nǎa tǎy-rá-wáat
翻議的論文名	上座部僧侶贍養父母問題的分析與研究
英文名字	THE ANALYTICAL STUDY OF THE PARENTS SUPPORT OF MONKS IN THERAVADA BUDDHISM

表 6：Phramaha Songchai Vijayabherī (Siri) (2016)

Phramaha Songchai Vijayabherī (Siri) (2016)，此篇論文作者也是一位泰國僧侶。內容關於出家人以佛法報恩父母，該作者所設定的研究目有三：其一：為了學習上座部佛教提供多種報答父母恩的方式，其二：為了瞭解上座部佛教的出家眾如何報答父母恩，以及他們會遇到哪些困境？本篇說明在家的孩子可以在各種方面報恩，關於出家的孩子雖然有比丘戒，不過也可以和在家居士一樣報恩父母；可分成兩個方式 (1) 在身體上報恩，例如：給父母食物、衣服、物質，希望父母親有健康的體。 (2) 在心理上報恩，例如：透過對父母合適的方法當他們的善知識，接引他們學習佛法、修行靜坐，讓父母心平靜穩定，而且有內在的依靠。

上述內容經研究者搜集並加以彙整後，得知在上座部佛教經典提到關於報答父母恩，佛陀允許出家人能夠將自己獲得的東西，例如：食物或生活必需用品...等可與父母分享，讓父母可以在身體上可以安心過生活，但最重要的仍是將自己學習

以及得到的法益透過適當的方法邀請父母來學習佛法，讓父母的內在有所依靠，這樣才算是孩子對父母圓滿的報恩。

研究者閱讀之後發現這篇論文內容主要將對待父母的方式分為兩個方面：身體上的關懷和心理上的回報。

二、 相關書內容

(一) Buddhadasa bhikkhu¹⁹

解釋孩子可以以佛法報答父母恩，意思就是讓父母親能夠成為佛教的親戚，方法是讓父母親了解佛法。許多父母因時常忙於工作，雖然想學習佛法，但沒有時間或機會去寺院聽經聞法，但如果孩子出家在寺院學習佛法，孩子就有更多學習佛法的機會，因此只要孩子積極透過各種方法讓父母親了解佛法，就能將自己學習到的佛法分享給父母，這本書提供大眾許多實用的方法，既然自己有機會學習佛法，便要積極學習以並透過各種方法讓父母親可以了解佛法，讓父母親能夠行善以及修行達到身心的平安、快樂及內心的依靠。

(二) Phrapromkunapon²⁰

解釋出家報答父母恩的重要性，孩子出家可以讓父母親感到幸福，也會感到法喜，因為希望自己的孩子有機會在寺院學習佛法，長大後能成為好人，也能照顧好自己，父母親想到這樣就更感到幸福。

¹⁹ Buddhadasa 《你還不認識的媽媽》พุทธทาสภิกขุ (แม่ที่ท่านยังไม่รู้จัก) 暖武裡府：2007 年，頁 27-28。

²⁰ Phrapromkunapon 《教準備出家及還俗的人·僧侶生命-佛教徒生命》พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต) (สอนนาค-สอนทิต ชีวิตพระ-ชีวิตชาวพุทธ) 曼谷：2009 年，頁 12-13。

另外父母親本來一直忙於工作，沒有時間去寺院聽經聞法，但當孩子在寺院修行時，父母想到孩子就會有另外的生活動力及重心到寺院，而前往寺院就會想到佛法，這樣就等於孩子正在引導父母親的心親近佛教，更接近佛陀的教法。所以當孩子出家就等於牽父母親的手來到佛教裡，從孩子出家起父母親的心就能更靠近佛法，要是要找孩子的話，就要到寺院去找，這樣就讓父母親有更多的機會去寺院聽聞佛法，學習佛法，所以「出家」是一種幫助父母親能夠成為佛教親戚的方法。

本篇內容描述的非常好，讓我們能清楚知道允許一個孩子出家，除了自己能得到學習佛法的好處，也能讓父母親有更多的機會學習佛法並實修，如果出家者這樣提醒自己，以孝順的心來學習佛法以及透過各個機會與父母親分享佛法的妙義，那麼以佛法來報父母恩的任務，就近乎圓滿了。

(三) Phrasudhammeti²¹

解釋報答父母親之方法，如果父母親還在世時，孩子要盡量照顧好父母親，包含身體上以及心理上。佛陀也稱讚孝順的孩子，雖然出家，佛陀也允許僧眾可以將托鉢得到的食物來奉養父母親，如果爸爸身體不舒服，出家的孩子可以幫他按摩、洗澡如同沙彌照顧比丘一樣。照顧媽媽也可以像照顧爸爸一樣，不過因為男女有別，儘管是母親，但也不能觸碰到媽媽的身體。

(四) pan.Ake.Pin mutukan²²

這本書談論的是孩子的品德，子女的品德不是從認識父母親開始，但要從知道父母的恩德開始，就要知道父母親對我們的好，便是我們將來要感激的恩德，這是

²¹ Phrasudhammeti 《人的任務》 พระสุธรรมเมธี (หน้าที่ของคน) 。曼谷：2013 年，頁 131。

²² pan.Ake.Pin mutukan 《吉祥人生》 พ.อ.ปิ่น มุทุกันต์ (มงคลชีวิต) 。曼谷：2006 年，頁 239。

基礎的品德，並且要報答父母恩。知恩和報恩這兩個品德是子女要銘記在心的，孩子的價值和尊嚴包括這兩個品德。

本書的內容清楚的解釋孩子品德的重要性，一定要知恩以及報答父母恩，這是測量一個孩子品德操守的重要依據，我們可以每天時常檢視自己，關於知恩和報父母恩這兩個觀念我們是否有做到？以及如何做得更好？

第二節 泰國法身寺短期出家的特色

在第一節講到在泰國短期出家活動是一種泰國文化，泰國男性希望一生至少短期出家一次以報答父母恩。在第二節會談到在泰國的一所寺院—泰國法身寺，研究者從 1997 年參加短期出家，當活動結束就選擇在法身寺延長出家，到現在已經出家了 26 年，因此研究者對法身寺的瞭解較為深入，所以這個章節會把較為重要的事項與大家分享。

泰國法身寺是上座部佛教，是全泰國最大的一所寺院，整年度會舉辦多個短期出家活動，因此當活動結束後也會有不少參加活動的僧侶像研究者一樣選擇繼續延長出家，要了解法身寺短期出家的特色，在第二節本研究者會選三個短期出家的活動與大家分享，首先會先介紹法身法門的導師。

一、法身法門導師

(一) 帕蒙昆貼牟尼祖師（湛塔薩羅）法身法門發現者

帕蒙昆貼牟尼祖師是法身法門的發現者，所謂的「法身法門」是指修行證得內在法身之方法，在佛陀時代這個修行證得內在法身的方法就已經開始流傳了，但這部分實修的相關修行的細節已然間斷掉了。直到在帕蒙昆貼牟尼祖師時代，祖師出家後就開始學習三藏經典，同時也到處尋找當代有名的禪師教導他修行，因為他精進的實修，最終證得內在的法身，並且找到此一失傳的修行方法。當祖師有這體悟後，回頭再去反覆誦及詳讀經典時才發現原來以前經典就有明確記載著，只是大家都忘記了，所以祖師再次的將「它」推廣出去。後來我們弟子們尊敬的稱呼祖師為「法身法門發現者」，意思就是此一法門不是祖師創造得，而是發現本來就已經存在的證得內在的修行方法，即「法身法門」。

祖師在西元 1884 年 10 月 10 日出生于素攀府頌丕農縣頌丕農村，祖師十四歲時，父親便去世了，祖師要擔負起維持全家生計的生意。從十四歲到十九歲，祖師要勤奮工作養媽媽以及照顧家人，而祖師也將此事做得很好，讓媽媽以及家人都能平安生活。

祖師人生的轉捩點是在十九歲那年，有一天，祖師剛賣完稻米，並坐船穿過一條名為「幫依歎」的狹長河道，那裡常有盜賊出沒，面對可能會遭遇的危險，祖師虔誠發願道：

「切莫讓我現在死去，希望能夠讓我先出家，如果自己真的得以出家，便終身為僧，絕不捨戒還俗。」當祖師順利離開那一條危險的“幫依歎”河流後，祖師便下定決心要出家，不過同時心中也擔憂起了媽媽日後的生計，於是祖師打算先更加辛勤地工作，希望能攢到足夠媽媽終身所需的錢財。

在 1906 年 8 月(祖師 22 歲) 在素攀府頌丕農縣的頌丕農寺受戒出家，法號：湛塔薩羅。祖師從出家開始每天都會打坐並學習經典，在修行方面，祖師經常四處尋訪名師，再加上自身認真修行，使得他的修行進步的越來越快。

在 1917 年，祖師已經出家十一年，祖師心裡想「我出家已經快十二年了，我還沒有證得佛陀的法門。儘管我從出家起在學習佛法上以及修行方面上每天都有認真實修，但我應該更加的抓緊時間，努力去了解佛教的真理。」²³

西元 1917 年 10 月的月圓日，隨僧團一起誦完《波羅提木叉》後，祖師進入大雄寶殿內精進打坐，面對佛陀慈悲的尊容，立下大願：「祈求世尊慈悲，賜予弟子證法的光明。如果弟子所證悟的佛法能廣泛利益佛教與眾生，就祈求世尊慈悲加持，使弟子能順利證悟，弟子自願一生作為護衛佛教的先鋒戰士。如果弟子的證悟有害於佛教，則無需勞駕世尊，弟子將奉獻生命，以報佛恩。」

後來，他的心次第深入靜定，並看見內在的法身呈盤腿入定之勢，肉髻頂上呈蓮苞狀，外形圓滿 32 大人相，非常光亮、莊嚴和純淨。打坐入定到這個境界，稱為「證入法身」。祖師在定境中看見邦巴寺有證得法身之人，於是兩安居結束後，他立刻離開博奔寺，前往佛統府班倫縣邦巴寺指導僧信禪修。四個月之後，一共有三位比丘和四位居士證入法身。²⁴

祖師發現每個人的體內都有內在的法身，只是大家開始修行練習把心舒舒服服的安放在體內第七中心處，當心完全定下來就會證得本來就藏在體內的法身，祖師為我們綜合修行根本的道義—「靜止乃成功之本」。所謂的「靜止乃成功之本」意思就是一般人因為心無法靜定下來，思緒總是飄忽不定，如同行駛中的車輛，無法看清沿途的風景。心，因為被煩惱、情緒、想法…等牽動著，因為無法安定下來，心境起伏不定，所以沒辦法看到本來就已經存在我們自身體內的法身，不過當心能夠靜定下來就如同清澈的河流時，平靜地站在岸邊觀望的我們就能清楚的看見河裡的東西，所以練習讓心能夠靜定下來是很重要的。祖師教導我們要慢慢將心回歸到體內第七中心處（位置約在肚臍下方），讓心在體內靜定下來，當心完全的靜止

²³ Luangpusodh 發現法身法門 (การค้นพบวิชชาธรรมกาย)，วิชชาธรรมกาย - หลวงปู่ วัดป่ากุง (luangpusodh.net)，2024/04/02。

²⁴ 帕蒙昆貼牟尼祖師（湛塔薩羅）法身法門發現者，佛教百科 (buddhistpedia.org)，2024/04/02。

就會證得本來就已經存在體內的內在法身。祖師以最言簡意賅的句子綜合修行的方法給大眾－「靜止乃成功之本」。

祖師後來在北欖寺擔任住持，祖師這一生都在努力教導大眾，引導大眾正確的打坐方法，希望大家都能證得內在的法身，有內在的三寶能夠成為自己的依靠。

「祖師發現證得法身是無上正等正覺佛陀證悟的法，在佛陀時代，當時的人知道證得內在法身的方法，但是從佛陀入涅槃五百年，這個方法便逐漸失傳。」²⁵

我們現代有機會聽到祖師教導我們證得內在法身之方法，真的很有福報，我們可以給自己機會練習看看。

「在 1954 年祖師召集寺內寺外的弟子們開會，通知弟子們再過五年祖師便會圓寂，希望弟子們繼續努力將法身法門弘揚到全世界。因為這個法門非常重要，且可以幫助全世界所有的人們。」²⁶

五年後祖師因為生病，身體狀況每況愈下，最終於 1959 年 2 月 3 日於北欖寺圓寂。



²⁵ 釋天祥 《弘法利生——墨西哥弘法紀實》法鼓文理學院佛教學係學士班 108 級：畢業呈現你，2023 年，頁 27。

²⁶ Chanidajantrasrisli 《老奶奶—法身寺的創始人》ชนิดา จันทร์ทราศรีไสล (คุณยาย ผู้ให้กำเนิดวัดพระธรรมกาย) 巴吞他尼府：1998 年，頁 71。

(二) 大寶優婆夷詹·孔諾雍老奶奶師父

詹·孔諾雍老奶奶是法身寺的創始人，詹·老奶奶在 1938 年（29 歲）時去拜見帕蒙昆貼牟尼祖師，當時祖師看了奶奶一眼後說：「你來遲了。」接著祖師讓老奶奶直接進入深修工廠（深修法身法門的場所）。²⁷

因為老奶奶無論在禪堂裡面或在禪堂外面都一直練習將心靜定在體內，而且老奶奶安定打坐的狀態越來越好，老奶奶的心能夠完全靜定下來，而後老奶奶也證得了內在的法身。最後祖師當著所有深修者的面由衷地稱讚道：「詹是獨一無二的。」

祖師圓寂之前囑咐老奶奶，待祖師圓寂後，老奶奶先留在北欖寺等待，日後將會有傳承和弘揚法身法門之人來找老奶奶並且與老奶奶學習打坐，而且他能夠把祖師發現的法身法門弘揚到全世界。

(三) 法勝大師

法勝大師父，是法身寺開山住持，師父還沒有出家前名為差雅樸，在 1963 年讀大學一年級時（19 歲）去北欖寺想和詹·孔諾雍老奶奶學習打坐。第一次見到詹·老奶奶時，老奶奶已經五十三歲了。

法勝師父描述他第一次見面老奶奶的感覺，覺得老奶奶的眼睛擁有明亮的光芒，充滿著慈悲。從那一天起，法勝師父在當時十九歲就讀大學一年級時就向老奶奶學習打坐。

²⁷ 大寶優婆夷詹·孔諾雍老奶奶師父，大寶優婆夷詹·孔諾雍老奶奶師父 | 佛教百科 (buddhistpedia.org)，2024/04/02。

後來有一天老奶奶對法勝師父說：「你是北攬寺祖師在第二次世界大戰時期，請下來降生的人。」當時他對這句話不太能夠理解。但詹·老奶奶所說的這些話，卻很明確的指出差雅樸的確是在第二次世界大戰時期所出生的人。²⁸

法勝師父非常愛修行，每天都會打坐，而且師父打坐的狀態也越來越好。老奶奶所教導的修行方法師父很認真的學習，在老奶奶的審視考核後也確定了法勝師父已將老奶奶向祖師所學的法身法門完整的傳承給法勝師父了。

在 1969 年的四月，法勝師父大學畢業後便決定要終身出家。師父出家後也更認真的修行及弘法，每個週日師父都會引導大眾打坐，讓很多人得到內在的和平，後來前往寺院學習打坐的人越來越多。

對法勝師父而言，詹·老奶奶是偉大的恩師，師父對老奶奶也一直很敬重且孝順，在老奶奶年紀大時師父安排也為老奶奶安排人力及醫生照顧她。最後老奶奶因病在曼谷卡瑟馬醫院安詳離世，享年 91 歲。

老奶奶在 2000 年圓寂時，師父為了緬懷和感念老奶奶多年來的悉心栽培和付出奉獻，因此為她舉辦連續 500 天的誦經祈福、舉辦法會並將功德迴向供養老奶奶。每天院內約有 100 位僧眾誦阿毘曇經供養給老奶奶，每個禮拜日恭請全國的長老以及僧團 100 位僧眾輪流來法身寺誦經迴向以及為大眾開示。而後在連續舉辦 500 天的法會最後圓滿之日－ 2002 年 2 月 3 日，師父為老奶奶舉辦茶毘法會，恭請全泰國 30,000 所寺院的住持來寺院接受供養食物以及誦經迴向給老奶奶，另外也讓大眾能夠享有非常難得能夠供養全泰國三萬所寺院食物以及將功德迴向給老奶奶的機會。

我在 1997 年參加短期出家，當時法勝師父已經五十三歲了，每個禮拜日師父都會帶領大眾打坐以及開示，我喜歡聽師父分享以前他和老奶奶學習打坐的故事，從中也看得出來師父對老奶奶很孝順，後來在 2000 年老奶奶圓寂時，每天院內會開放 100 位僧眾的名額誦念阿毗曇經為老奶奶迴向祈願，而僧眾們也積極的向僧

²⁸ 法勝大師。和平的太陽 (thesunofpeace.org)。

團申請每日限額 100 位僧眾代表上台誦經祝福給老奶奶(當時寺院的僧眾約 700 位)，每位僧眾都想和老奶奶結善緣，在 2002 年師父為老奶奶舉辦茶毘法會時，我也參與其中，幫忙寺院準備法會，記得那個時候茶毘法會前一年我們就開始準備了，大家每天準備法會雖然累但很法喜，因為我們都想和老奶奶結善緣，到茶毘法會當天看到 30,000 所寺院的住持都慈悲的前來為老奶奶誦經迴向時，在現場的我看了感到非常法喜，也覺得法勝師父對詹·老奶奶很孝順，後來師父也在寺院內建立「詹孔諾雍老奶奶紀念堂²⁹」，裡面安放詹·老奶奶金像，並開放給大眾能前去打坐，希望大家能效仿老奶奶，並和她一樣熱愛精進用功修行。

從我出家至今我看到法勝師父一直努力弘揚佛法，我覺得法身寺在某一部份也是以「孝心」為建立基礎，就是老奶奶對祖師的孝順，因而建立法身寺；法勝師父又對老奶奶孝順，藉由祖師的囑託，讓老奶奶幫助法勝師父將法身法門弘揚到全世界。

二、法身寺的短期出家

DILA Dharma Drum Institute of Liberal Arts

法身寺舉辦法會的目的是開放給大眾前去修行並能夠證得內在的法身。關於法身寺的短期出家是一項很重要的活動，因為前去參加短期出家的人有不少人後來活動結束後就決定長期出家修行並幫忙弘法。

接著我將介紹法身寺三個短期出家的活動：

(一) 佛法薪傳者培訓活動 (3 月-5 月)

²⁹ 大寶優婆夷詹·孔諾雍老奶奶紀念堂。 <https://zhs.dhammadaya.net/about-us/foundation/the-memorial-hall-of-the-master-nun-chand-khonnoyong/>，2024/04/02。

第一種是佛法薪傳者培訓活動 (針對大學生)，每年在三月底到五月中旬會舉辦這項活動，對象是大學生，年齡的限制是 18 歲至 30 歲，因為這段時間在泰國剛好是大學生放暑假的時間，每年會有許多大學生趁著暑假時前去參加活動。

今年 2024 年已經舉辦到第五十一屆佛法薪傳者培訓活動 (針對大學生)，下面會向讀者分享此次短期出家的海報，海報中有一句話：「สักครั้งหนึ่งในชีวิตลูกผู้ชาย บวช...ทดแทนคุณพ่อแม่」意思就是「人生至少短期出家一次，以報答父母恩。」³⁰



圖 1：VDO 泰國法身寺短期出家前須知³¹

我在 1997 年時，看到這類活動的海報，便決定申請參加短期出家，當年寺院舉辦的是第二十五屆佛法薪傳者培訓活動，那一屆參加人數約 700 位，在短期出家活動中會有指導法師教導我們基礎佛法以及教我們打坐，在活動結束後，當年和我同時出家的那一屆下定決心要留下來長期出家的人大概 100 位。

³⁰ 佛法薪傳者培訓活動 (泰國暑假時) 相關內容和海報，
<https://www.dmycenter.com/site/index.php/ordination-mass>，2024/04/02。

³¹ VDO 泰國法身寺短期出家前須知——IDOP 南傳短期出家體驗，泰國法身寺短期出家前須知——IDOP 南傳短期出家體驗 (youtube.com)。

(二) 國際佛法薪傳者短期出家活動(7月)³²

第二種是國際佛法薪傳者短期出家活動，這個活動是「國際性」的，對象來自全世界的成年男生，在活動中會分兩組，一組是英文班，指導法師會用英文全程分享佛法，另一組是中文班，指導法師會用中文全程分享佛法。

參加短期出家的外國人有著不同的目標，有些人想學習泰國佛教文化，有些人純粹想訓練自己，有些人是因為喜歡修行打坐而來參加。

(三) 佛法薪傳者培訓活動(11月-2月)

第三種是佛法薪傳者培訓活動(11月至2月)，這種短期出家除了報答父母恩之外，參加活動的人還可以對祖師表達孝順，因為活動從11月開始，在這段期間如果能奠定良好的佛學基礎並勤快練習打坐，在隔年1月2日至31日就有機會參加佛法巡禮活動(頭陀行)，「頭陀行」這項活動是寺院會按照和祖師有關的七個重要聖地，安排新出家的比丘遊行到這七個聖地並參與大型法會。

DILA Dharma Drum Institute of Liberal Arts

三、佛法巡禮活動

(一) 活動的起源

佛法巡禮(頭陀行)的起源是在2011年底全泰國發生嚴重水災，導致人民心無法安定，當時法勝師父慈悲的想要安慰全泰國人民的心，於是邀請弟子們一起舉辦「法勝頭陀行」，為了建立祖師聖地的活動，活動安排在隔年1月2日至25日，寺院約有1,127位僧侶參與行頭陀³³，按照祖師修行曾經走過的七個重要聖地行頭陀

³² 國際佛法薪傳者短期出家活動的由來，关于我们 – IDOP (dhammakaya.net)，2024/04/02。

³³ 法勝頭陀行為了建立祖師聖地 (อุตรดิตถ์ธรรมชัยสถาปนาเส้นทางมหาปูชนียาจารย์)，<https://shorturl.asia/fKZuC>，2024/04/02。

總距離為 365 公里，包含六個府：巴吞他尼府、大城府、素攀武裡府、佛統府、暖武裡府、曼谷。

僧團行頭陀是以遊行的方式進行，就是一邊修行一邊行進時會邀請居士們準備花瓣以虔誠的心來撒花瓣提供僧團得以順利前行。活動從開始到結束都能讓全泰國的人看到殊勝的畫面就能感到法喜，也讓整個泰國的氣氛變好，人民心安。因此從那一年起，每年 1 月 2 日至 31 日就會舉辦佛法巡禮（頭陀行），也會安排給參加佛法薪傳者培訓活動（11 月至 2 月）的新僧侶有機會參加這殊勝的活動。

(二) 活動名字的解釋以及及簡介七個聖地

在 2024 年活動名稱是「第十二屆降魔尊者聖地—佛法巡禮頭陀行」

「頭陀」(Dhutāṅga) 即斷除煩惱，頭陀的訓練是精勤減少煩惱的方法。³⁴

「佛法巡禮」即以僧團大團體遊行的方式，「自利」就是自己在走路時邊修行，「利他」就是成為大眾修行的好榜樣，鼓勵大眾積極行善。

「降魔尊者聖地之路」就是帕蒙昆貼牟尼導師（梭·詹塔薩羅）降魔尊者經歷之路以及弘法之地，總共七處聖地。活動中會安排新出家者遊行到這 7 個聖地，每抵達到各個聖地就會舉辦點燃一萬盞燈儀式，最特別是法會中會恭請僧團主席為新出家者及大眾開示，開示的內容是關於祖師在這七個聖地修行的故事。當新僧侶以及大眾在現場聽到祖師曾經在此地修行的故事，便能激勵人心，能夠讓僧團以及大眾想追隨祖師精進修行的精神，希望自己能夠像祖師一樣證得內在的法身。

下面表格會簡單介紹「頭陀行活動中所安排之祖師修行之路的七個聖地」，另外為了讓大家能夠欣賞法會現場，我會在註腳提供 2024 年「第十二屆降魔尊

³⁴釋善德 《當代泰國佛教頭陀行弘化的理論與實踐——以法身寺之「法勝頭陀行」為例》法鼓文理學院佛教學系碩士學位學程碩士論文，2017 年，頁 56。

者聖地－佛法巡禮頭陀行」的直播影片連結：「金林法樂園 YOUTUBE 頻道」

³⁵，短片有全程中文翻譯，如下：³⁶

祖師相關 7 個重要的聖地	府	2024 年舉辦的日子
1. 出生地	素攀武裡府	2024 年 1 月 6 日
2. 立願終生出家之地	佛統府	2024 年 1 月 10 日
3. 出家之地	素攀武裡府	2024 年 1 月 14 日
4. 證悟之地	暖武裡府	2024 年 1 月 20 日
5. 首次弘揚法身法門之地	佛統府	2024 年 1 月 24 日
6. 常住教導法身法門之地	曼谷	2024 年 1 月 26 日
7. 傳承和弘揚法身法門至全世界之地	巴吞他尼府	2024 年 1 月 31 日

表 7：第十二屆降魔尊者聖地－佛法巡禮頭陀行

³⁵ 「金林法樂園」youtube 頻道，<https://youtube.com/@JinLinSi?si=H0AuJLDNh35Zr4q3>

1. 出生地，<https://www.youtube.com/live/bmiTTjCHPDC?si=jRK56eop5huDU8ad>
2. 立願終生出家之地，https://www.youtube.com/live/AwNGSgHx_0E?si=yyFmFpgvSl4NTACD
3. 出家之地，<https://www.youtube.com/live/GuBCT7sQ3o8?si=RpBZA7DPslcJUhn4>
4. 證悟之地，https://www.youtube.com/live/FEsuFsGYP2U?si=o426IakfFvPPE_sq
5. 首次弘揚法身法門之地，<https://www.youtube.com/live/7nuonN9ZZPI?si=QU2LoORgO-XIP2Kc>
6. 常住教導法身法門之地，https://www.youtube.com/live/Ki-wcK_LlxU?si=BbHMH_on9BmrJw4C
7. 傳承和弘揚法身法門至全世界之地，
<https://www.youtube.com/live/VRh47AafacE?si=ITAQdkGJ9ab5Th8V>

³⁶ 佛法巡禮活動，[佛法巡禮活動 | 降魔尊者聖地頭陀行 \(dhammayatra.org\)](http://dhammayatra.org)



圖 2：祖師第一個聖地—出生地



法鼓文理學院

Dharma International Arts

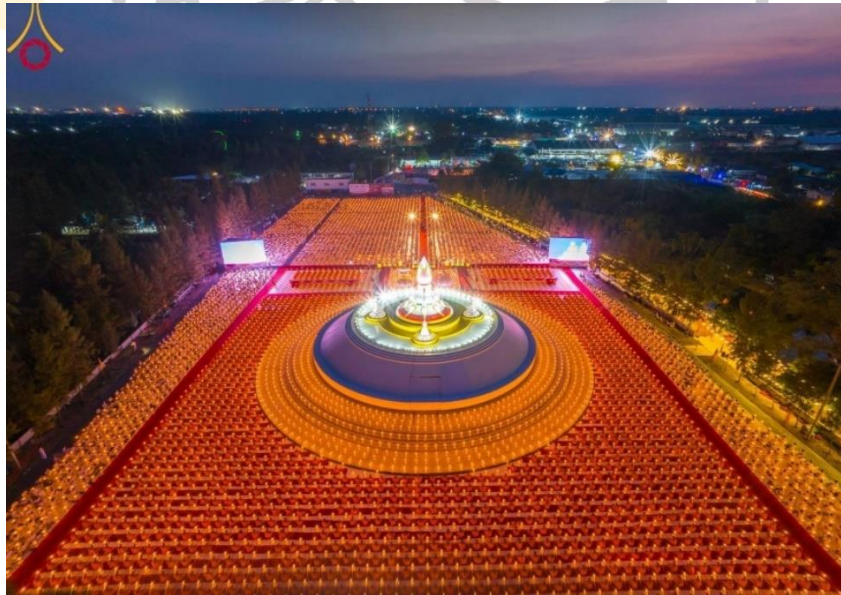


圖 3：祖師第二個聖地—立願終生出家之地



圖 4：祖師第三個聖地—出家之地



圖 5：祖師第四個聖地—證悟之地



圖 6：祖師第四個聖地—首次弘揚法身法門之地



法
D



學院
Liberal Arts

圖 7：祖師第六個聖地—常住教導法身法門之地



圖 8：祖師第七個聖地—傳承和弘揚法身法門至全世界之地

(三) 研究者參加佛法巡禮活動的感覺

雖然我在 2013 年至今（2024 年）在台灣就讀學士班及碩士班，不過每年一月 2 至 31 日，我都會參加這場線上法會，每一次看到僧團以及大眾點燃億萬盞燈供養祖師以及三寶時我都感到很法喜，尤其是每一次聽僧團主席都會將祖師修行證悟的故事與大眾分享，雖然有些故事我已經聽過了，不過每一次聽，我都有不一樣的心境，也會讓我想更積極修行，希望自己能像祖師一樣用功修行證悟佛陀之法。

第三節 小結

第四章，筆者參考相關論文以及文獻發現關於報答父母恩也是跟第二章的結果差不多，歸納對父母親孝順的方法成三個部分：身體上、心理上以及佛法上。

關於第三種報父母恩—以佛法來報父母恩，在泰國因為有短期出家報答父母恩的文化，所以在泰國各個寺院舉辦短期出家是很普遍的，大家都有機會參加短期出家的活動，在活動中也可以學習基礎佛法以及練習修行，接著可以將這些佛法按照父母親的習性、時間以不同的行式分享，這對我們是一種練習，也是最高尚報答父母恩的方法，並讓彼此都能開始實踐實修。

筆者曾經和台灣的法師討論，在台灣是否有短期出家報父母恩的觀念？

第一位法鼓同學說：台灣也有短期出家，台灣最常見的為十天短期出家體驗營。八關齋戒是其中之一，台灣的短期出家，也是有著報父母親的觀念（孝順觀念）。台灣僧侶也是以認真修行的方式將功德迴向給父母親，不過台灣近年來短期出家變少了，有一部分的機率可能是台灣少子化的關係。³⁷

第二位法鼓同學說：台灣也有短期出家，但不像泰國那樣普遍，也不會長達三個月，一般只有短短幾天。佛教徒應都有短期出家報父母恩這個觀念，但還有其他因素：體驗寺院生活，學習身心放鬆，調整生活步調，所以時間都不會很長。平時自己會誦經打坐將功德迴向給父母，也會利用空閒時間帶父母到寺院禮佛修功德。

38

³⁷ 第一位法鼓同學分享自己的經驗。

³⁸ 第二位法鼓同學分享自己的經驗

筆者覺得我們很有福報能夠在佛教裡學習佛法，不管是泰國上座部佛教或台灣漢傳佛教，因為佛陀的教法教導讓我們要有孝順的心，並增加孝順的程度，而且當我們給自己機會修行打坐，讓心安定下來，慢慢就能衍生出智慧，讓自己知道如何自利利他，知道如何以佛法來報答父母恩，以及將佛法與大眾分享。

筆者個人的想法是認為，身為孝順的孩子，知道報答父母恩的方式至少共有三種，我們也應該盡量做到這三種報恩的方法，之後自己在內觀時，就會感到幸福與快樂。



法鼓文理學院
Dharma Drum Institute of Liberal Arts

第五章 結論

第一節 複習所學過之方法

在第一章研究者描述自己是泰國華僑，自幼在泰國長大，成長的過程見到母親對外公孝順之情，且看到舅舅與我的母親照顧外公，所以也想讓自己成為孝順的人，想對舅舅、舅媽以及媽媽孝順，並成為像媽媽和舅舅對外公那麼孝順的晚輩。而後透過指導教授以及兩位論文口試委員的建議，讓研究者透過寫這篇論文，讓研究者能更清楚的知道自己接下來的路該如何走，也希望閱讀這篇論文的每一位，能更清楚知道如何使用這些方法，並運用在自己身上。

在第二章透過經典的內容，讓我們清楚知道佛陀給我們對父母親孝順之方法，歸納成三種方法：身體上、心理上，以及以佛法來報答父母恩，成為父母親的善知識，勸導他們學習佛法，練習布施的習慣、持戒清淨、精進修行...等，特別是我們知道佛陀對父母親孝順的故事，還有舍利佛尊者以佛法來報答父母恩，還有孝順的僧侶，佛陀也允許出家人能夠以出家人的身份將自己托鉢獲得的物質和食物與父母親分享，讓出家的孩子能夠表達孝順。

在第三章我們學到聖嚴師父教導我們的方法，例如：要時刻提醒自己是學佛之人，要選擇做好事，不要讓自己做不好的事情影響到父母親的榮譽，這是師父對我們的提醒，師父的每一句話都由淺到深，可卻讓我們能夠淺顯易懂，知道該如何使用。師父教導我們以佛法來報父母恩的時間方法—當自己學到佛法中的某一部分妙義，就要先開始改善自己的行為、習氣，照顧好自己的身、口、意。另外當與父母親溝通時，要以感恩心來對待，我認為師父的方法是能夠快速落實並讓我們能於短時間內立刻實踐的方法，如果學會，就容易接引家人和父母親以及大眾來學佛。

在第四章，透過相關論文以及文獻，讓我們清楚孝順父母親的方法，而且學習到泰國短期出家報答父母親的文化，讓大家可以參加短期出家活動，並給自己學習佛法以及練習打坐的機會，最後也能將自己學習的佛法與父母親分享。

在第二章到第四章讓我們能夠回答此研究的目的(此研究第一章)第一到第三的目的。

第二節 分享幸福

在第二節我會分享自己當母親以及恩人的善知識的經驗，以及將曾經和泰國法師討論關於僧侶表達孝順的方法與讀者分享。

研究者從 1997 年參加第二十五屆佛法薪傳者培訓活動(泰國暑假時)當活動結束時，研究者選擇延長出家希望自己有機會學習佛法修行以及以佛法來報答父母恩，目前我完成當媽媽的善知識了，不過舅舅、舅媽、阿姨我還在努力中，還在透過各種機會報答恩德。下面是我曾經和法身寺的師兄弟討論關於他們以佛法報答父母親的經驗。

第一位在法身寺的師兄弟說³⁹：自從他短期出家聽到法勝師父教導我們，父母親的恩德很偉大，要報答父母親、要勸導父母親，讓父母親對佛教能深信、布施、持戒、打坐的習慣，因為當父母親自己布施、持戒、誦經、打坐的習慣後，這份功德會跟著父母親，並保護好他們，也能獲得平安、快樂且幸福的生命。

他的方法是以自己為主，自己要積極學習佛法並反覆練習，改善自己的習氣，並發願將自己所修的功德能讓父母親以及家人來寺院修功德、打坐並且與師父結善緣...等。

同時要每周定期打電話分享佛法，以及邀請父母親趁重要機會去參加禪修營。有一天父母親答應去泰國清邁參加七天的禪修營，那個時候是轉折點因為當父母

³⁹ 第一位在法身寺師兄弟說。

親有更多時間聽法以及打坐時，他們就會喜歡行善、誦經、打坐，後來這些行為成為了父母親自己的好習慣了。

目前每個法會看到自己父母親以及全家人一起到寺院修功德，他自己會感到幸福，沒有罣礙，因為知道父母親以及家人他們自己所修的功德會保護好他們。

第二位在法身寺師兄弟說⁴⁰：他的方法是要讓家裡的姐姐和哥哥感到他對家裡有關愛。每一次他從國外弘法完回泰國都會準備一些東西給家裡的每一個人，雖然是一件衣服，但也會讓家裡每一個人感受到他的關愛，接著他慢慢建立讓家裡兄弟有團結的感覺。

而後他邀請姐姐學習佛法，因為姐姐是家裡的主要照顧者，姐姐有穩定的工作、經濟狀況良好，在家裡，父母親都聽姐姐的話。所以他勸導姐姐來打坐，而姐姐打坐的也很好，姐姐自己感到幸福後就想成為家人的善知識，並邀請其他家人學習佛法以及打坐。

後來因為父母親以及師兄弟知道他以關心並透過姐姐幫忙勸導，最後父母親以及全家人都到寺院修行、學習打坐。目前他的家人都愛修行，每個法會當他看到父母親以及其他家人都到寺院參加法會，他就會感到幸福。

第三節 在做的過程感到感恩及幸福

在第二章研究者提到經典，佛陀講到有兩個人不容易報答的，就是父母親。關於報答父母親之方法至少就有三項：在身體上報恩、在心理上報恩、以及以佛法來報恩。

⁴⁰ 第二位在法身寺師兄弟說。

我相信當每一位讀者閱讀到這裡，可能也會想用這三種方法報答父母恩，而我也同感。以我的經驗來說，報答父母親以及恩人的這條路，無論初期所走的路成功與否或還為達到理想值，都請不要氣餒。我們可以將聖嚴師父在第三章所教導我們的一句話－「要以感恩心對待父母親」。並且謝謝爸爸和媽媽以及恩人讓我們有好的機會照顧以及報答他們的恩德。另外我們也可以以幸福心來對待父母親以及恩人，這樣的話我們會感到滿足和幸福，有時候幸福不只是最終的結果，而是在我們所努力的每一個步伐之中，當我們正在走對父母親以及恩人孝順的路上，都能讓我們從中獲得點點滴滴的幸福，如果我們靜下心聽聽內在的聲音，或許能聽見諸佛在輕聲的對我們呢喃，鼓勵引導我們成為孝順之人，而孝順這條道路也是我們要努力前行的道路。而且連佛陀以及阿羅漢尊者也曾經走過這一條路最終抵達到了人生圓滿成就的目的地，要是我們還在努力前行的道路上，繼續堅持，一定也能讓我們看見眾中幸福圓滿的終點站。

研究者之後也要推廣孩子對父母親孝順的精神，以及以佛法報答父母親的案例分享，之後如果有讀者想給研究者建議，有自己或家人對父母親孝順的故事想與研究者分享，可以寫 E-MAIL⁴¹ 給研究者，研究者會很感謝每一位閱讀者們的無私分享。

⁴¹ 研究者（釋心月）的 Email : akeblc@gmail.com

參考文獻

巴利版

Dhp-a = Dhammapadaṭṭhakathā, 5 vols., ed. H. C. Norman. London: Pali Text Society, 1906-1914.

Sp = Samantapāsādikā, Vinayaṭṭhakathā, 7 vols., ed. J. Takakusu, M. Nagai (and K. Mizuno in vols. 5 and 7). London: Pali Text Society, 1924-1947.

Jā = Jātaka, Together with Its Commentary: Being Tales of the Anterior Births of Gotama Buddha, 7 vols., ed. V. Fausbøl. London: Pali Text Society, 1877-1897.

中文資料

釋法深 《出家培訓行為研究——以「泰國法身寺國際短期出家應營」為例》華梵大學：東方人文思想研究所碩士學位論文，2009 年，頁 4-5。

釋善德 《當代泰國佛教頭陀行弘化的理論與實踐——以法身寺之「法勝頭陀行」為例》法鼓文理學院佛教學系碩士學位學程碩士論文，2017 年，頁。

釋天祥 《弘法利生——墨西哥弘法紀實》法鼓文理學院佛教學系學士班 108 級：畢業呈現，2023 年，頁 27。

泰文／英文資料

Prakru Khosithammagon (Apichato) 《ศึกษาเปรียบเทียบวิธีการบำรุงบิดามารดาในพระพุทธศาสนา เถรวาทกับศาสนาขงจื้อ》 (sèuk-sǎa bpriiap ttiap wí-tee gaan bam-rung bì-daa maan-daa nai prá pút-tá-sàat-sà-nǎa tǎy-rá-wáat gáp sàat-sà-nǎa kǒng-jéu) (上座部佛教與儒家教養父母之道的比較研究)，2015。

Phrateprattanasutee , M.A. 《การดูแลบิดามารดาตามแนวทางพระพุทธศาสนา》 (gaan doo lae bi-daa maan-daa dtaam naew taang-prá pút-tá-sàat-sà-nǎa) (按照佛教方法照顧父母親), 2014。

Sanoh Phadungchat (phd.) 《การบวช : บุญยิ่งใหญ่ของชาวพุทธ》 (gaan bùuat · bun yíng yài kǒng chao pút) (出家是一種報答父母恩的方法)

Phramaha Songchai Vijayabherī (Siri) 《ศึกษาวิเคราะห์เรื่องการบำรุงมารดาบิดาของภิกษุในพระพุทธศาสนาเถรวาท》 (sèuk-sǎa wí-krór rèuuang gaan bam-rung maan-daa bi-daa kǒng pík-sù nai prá pút-tá-sàat-sà-nǎa tǎy-rá-wáat) (上座部僧侶贍養父母問題的分析與研究), 2016。

Prince Paramanuchit 《Phrapathomsompothikatha》(พระปฐมสมโพธิกถา) 曼谷：1980年，頁 512。

Buddhadasa 《你還不認識的媽媽》พุทธทาสภิกขุ (แม่ที่ท่านยังไม่รู้จัก) 暖武裡府：2007年，頁 27-28。

Phrapromkunapon 《教準備出家及還俗的人，僧侶生命—佛教徒生命》พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต) (สอนนาค-สอนจิต ชีวิตพระ-ชีวิตชาวพุทธ) 曼谷：2009年，頁 12-13。

Phrasudhammeti 《人的任務》พระธรรมเมธี (หน้าที่ของคน) 曼谷：2013年，頁 131。

pan.Ake.Pin mutukan 《吉祥人生》พ.อ.ปิ่น มุกกันต์ (มงคลชีวิต) 曼谷：2006年，頁 239。

Chanida jantrasrisli 《老奶奶—法身寺的創始人》ชนิดา จันทร์ศรีใส (คุณยาย ผู้ให้กำเนิด วัดพระธรรมกาย) 巴吞他尼府：1998年，頁 71。

網路資料

CBETA Online 。 <https://cbetaonline.dila.edu.tw/zh/> 。

法鼓全集 2020 紀念版 。 <https://ddc.shengyen.org/?doc=main> 。

《父母恩難報經》增壹阿含 20 品 11 經（莊春江譯）。

<http://agama.buddhason.org/AA/AA172.htm> 。

增支部 2 集 34 經（莊春江譯）， <http://agama.buddhason.org/AA/AA172.htm> 。

《辛額勒經》長部 31 經/（波梨品[第三]）（莊春江譯）。

<https://agama.buddhason.org/DN/DN31.htm> 。

《純陀經》相應部 47 相應 13 經（念住相應/大篇/修多羅）（莊春江譯）。

[SA.638] SN.47.13 (buddhason.org) 。

聖嚴法師：《從心溝通》法鼓全集 2005 網路版）。

https://ddc.shengyen.org/?doc=08-09-001&tree_id=j1_4206 。

聖嚴法師：《方外看紅塵》法鼓全集 2005 網路版）。

https://ddc.shengyen.org/?doc=08-10-001&tree_id=j1_4254 。

《父母恩難報經》與《父母恩重難報經》，老實修行，以戒為師：《父母恩難報經》與《父母恩重難報經》 (dharma-yinlung.blogspot.com) 。

VDO 泰國法身寺短期出家前須知——IDOP 南傳短期出家體驗，泰国法身寺短期出家前須知——IDOP 南传短期出家体验 (youtube.com) 。

Luangpusodh 發現法身法門（การค้นพบวิชชาธรรมกาย），วิชชาธรรมกาย - หลวงปู่วัดปากน้ำ (luangpusodh.net) 。

大寶優婆夷詹·孔諾雍老奶奶師父，大寶優婆夷詹·孔諾雍老奶奶師父 | 佛教百科 (buddhistpedia.org) 。

法勝大師，和平的太陽 (thesunofpeace.org) 。

詹 孔诺雍老奶奶纪念堂，<https://zhs.dhammadakaya.net/about-us/foundation/the-memorial-hall-of-the-master-nun-chand-khonnokyoong/>。

佛法巡禮活動，佛法巡禮活動 | 降魔尊者聖地頭陀行 (dhammayatra.org)。

法勝頭陀行為了建立祖師聖地 (ชุดงค์ธรรมชัยสถาปนาเส้นทางมหาปูชนียจารย์) ，
<https://shorturl.asia/fKZuC>。



法鼓文理學院
Dharma Drum Institute of Liberal Arts