

<<被罵的幸福>>

图书基本信息

书名：<<被罵的幸福>>

13位ISBN编号：9789862350928

10位ISBN编号：986235092X

出版时间：2010-3-23

出版时间：臉譜出版

作者：川澄祐勝

页数：192

译者：陳嫻若

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<被罵的幸福>>

前言

不久之前，社會上似乎很流行「讚美教育」這個名詞，好像不論是家庭、學校或社會都為這個詞所炫惑，盛行一時。

人們認為讚美不可或缺，挖空心思地尋找讚美的方法，但會不會因此對過錯都視而不見呢？吃飯的時候，看到孩子狼吞虎嚥的模樣，便讚美他「生龍活虎」，卻忽略他粗魯的吃相，甚至有些父母連筷子的正確拿法，都不曾好好的教給孩子。

人哇哇墜地時是純潔無暇的，因而即使是細瑣小事，都必須經人指導才能學會。

而且，人不可能一生毫不犯錯，此為人之常情。

有時會犯錯，有時有過失，所以我們才需要別人指正、教誨。

得到大人嚴正的斥責，並且認真領受時，就會產生真正的心靈交流。

若是認為用空泛的讚美就能建立美好的親子或帥徒關係，是大錯大誤。

只有嚴厲的責備才能心靈相通，正因為做錯的時候受到責罵，得到讚美時，才能感受到打動心靈的喜悅。

我經常被秋山大師責罵，可以說是這輩子過的是被罵的人生。

但是，多虧了他的嚴詞責罵，才能造就今天的我。

責罵就是教誨。

事實上，有很多事沒有師父嚴格的鞭策，自己就忽略了。

而且，正因為一直處在被責罵的狀況，偶爾得到讚美，或是感到責備之必要時，心裡便會湧出無限的喜悅。

炎炎夏日裡燒護摩木（譯注：佛教密宗的儀禮之一，日本真言宗、天台宗也保留這個儀式，即在護摩爐中燃燒薪火，投入種種供物，以佛智慧之火燒去心中的煩惱和業），自然是熱得受不了。但是燒完之後，向大家合掌行禮時，迎面拂來的風卻有著難以言傳的清涼，激起人的感恩之情。

在俳句中，「涼」這個字乃夏天的季語（譯注：日本俳句中必須出現一個關鍵字，也就是所謂的「季語」，這些字象徵時令、季節，除月份、春夏秋冬外，天文地理、祭典活動、動植物、食物都包含在內），取其因暑才知涼的意思。

我聽說最近的孩子們喜愛炫耀手機通訊錄的朋友眾多，想必是來自於「有這麼多朋友」代表自己善於交際的想法吧。

但是，在這麼多朋友當中，有幾個人會指正自己，或是說出與己不同的意見呢？

順著自己說話的朋友，並不是真朋友；有錯指正的人，才是真正可以信賴的朋友。

我問過十幾歲的少年們，他們的「好友」有幾人。

大多數人都說十個左右。

所謂的「好友」，至多只有兩、三個人可以來往一輩子，所以這個數字不太尋常。

恐怕是根本沒有了解好友的真諦，只是單純把一起玩樂的朋友稱為好友吧。

說不定還誤以為那些會說逆耳之言的人不是好友，最好馬上與他們疏遠。

彼此商量、妥協並不會進步。

認真地在意見上交鋒，進而切磋琢磨，彼此提攜，才能嘗到友誼的醍醐味。

在讚美中成長的人不習慣被責罵，所以，受到被罵這個事實本身的衝擊，別說是感謝，甚至會因此惱恨對方。

如此一來，被罵就成了沒有意義的事。

從這個層面來看，沒有被罵豈不成了人一生中的不幸呢？

被罵才了解別人的痛 「慈祥而嚴厲！

」 每當有當家長為新生兒前來寺裡祈福或慶祝七五三（譯注：按日本習俗，男孩逢三、五歲，女孩逢三歲和七歲要進神社拜拜，祈求他平安長大。

）時，我總會送他們這句話。

從小開始該罵的時候就要罵，才是真正的父母。

光是慈祥，是不夠格當父母的。

<<被罵的幸福>>

父母的義務還必須教導孩子確實了解社會的規則，辨別可做與不可做的事才行。

儘管法律上沒有禁止，但世上還是有很多不可為之事。

這些人們心照不宣的事項，我們叫它「不成文的規則」。

被媒體稱為「堀啦A夢」而名噪一時的堀江貴文，和大言不慚說「賺錢有什麼不對？」的村上市彰（譯注：堀江貴文以經營「活力門」網站起家，後因違反證券交易法被起訴，村上市彰則因股市內線交易而遭到逮捕），兩人的出發點似乎都是「只要法律沒有禁止的事，就可以做」。

但他們卻超越了「不可再往前」的線。

雖然堂堂東京大學畢業，但從小到大卻沒有機會學習社會的規則，可以說是十分不幸的人。

就算沒有爆發出這麼大的社會事件，「不成文的規則」在日常生活中也是俯拾可得。

例如，從吃一頓飯當中，就能表現出其人成長的環境和品格。

更別說邊走邊吃的習慣了。

從前，女星黑柳徹子曾說：「長輩教過我，與別人吃飯時，要吃得不動聲色。」

同為女星，也是散文作家的澤村貞子女士也曾表示過，吃相不夠優雅是她退隱的理由之一。因為這份職業必須面對公眾，外食的時候眾目睽睽，她無法忍受別人看到她吃相不夠端莊的樣子。

而今，女性在捷運上化妝的光景也已稀鬆平常。

然而曾經有段時期，女性絕不在別人面前搽口紅或撲粉。

當時的女性總會若無其事地離席，到隱蔽處補妝。

那種生活習慣現在已全然消失了。

現代女性應該沒學過不令他人感到不快，乃社會的不成文規則。

很多家長說，他們無法辨別何時該罵，何時不該罵。

我認為把「責罵」的中心放在期望孩子成為一個懂得別人之痛的人，應該就不會出錯了。

至少，他將不會變成一個隨意傷人的人。

被罵始知人痛。

從小在不被責備的環境中長大的人，以為世界是以他為中心旋轉。

他只關心自己的傷痛，所以不會留意到別人跟自己同樣是人，也一樣有感情。

例如，與朋友吵架，有些孩子會脫口說出「去死！」

兩字。

那樣的孩子便是缺乏體會別人傷痛的想像力。

人並非生來就能嫻熟社會規則，被罵之後而能領悟社會機微，體會別人的傷痛。

換言之，受到責罵之後，才能成為堂堂正正的人。

也因此，如何虛心領受別人責罵自己的話語，如何反省自己的行為，是十分重要的。

一旦體會到它的重要時，就能由衷地心懷感謝，並且品嚐到幸福的滋味。

被罵真的是幸福的事。

接下來，我就以自己被罵的體驗為範例，與大家一起來思考「罵人與被罵」的意義，盼望各位能展卷直到最後。

<<被罵的幸福>>

內容概要

一間年參訪人數超過兩百萬的名剎一段罵人高手與被罵達人相遇的溫馨故事《被罵的幸福》法鼓山方丈和尚 果東法師專文推薦「在近代，以嚴厲的方式教導弟子而聞名，就屬我師公東初老和尚……今天聖嚴師父能成為家喻戶曉的宗教師，而不是宗教學者，東初老和尚的功德非常大。」

「人生一輩子都在學習，能有個人在人生中隨時惕勵、責備自己，實在是個福氣。因為，如果一個人沒有責備的價值，別人是不会罵你的。被罵就證明別人認為我是個值得罵的人，因此我滿心感謝。」

- - 川澄祐勝無人責備是一生的不幸被罵才能了解別人的痛責備讓人深思、看清自己再優秀的人也應該在被罵中成長克服責備的體驗，令人產生自信不要剝奪孩子「被罵的幸福」

<<被罵的幸福>>

作者簡介

川澄祐勝 一九三一年出生於埼玉縣。
真言宗智山派別格本山的高幡山金剛寺（高幡不動尊）第三十三世貫主。
法政大學畢業，五六年入山後，經歷總務部長、執事長，八九年起擔任現職。
致力於一山之興隆與文化財產的保護，曾負責據稱「日本第一」的丈六不動三尊（重文）的修復，丈六不動三尊的製作、寶輪閣、後殿的建立等。
維設三萬坪寺院的自然生態，以做為「讓參拜者一年四季都能欣賞的寺院、洗濯生命的寺院」為宗旨。
每年參拜者超過兩百萬人，梅雨時節的繡球花、秋季的紅葉尤其出名。
八二年曾榮登新東京百景的第一名。
作者也以俳人聞名，句集有《煤掃》《風鐸》《御廟道》《俳人協會川澄祐勝集》等。
陳嫻若 東吳大學日文系畢，常年擔任翻譯和編輯工作。
現為自由譯者。

<<被罵的幸福>>

書籍目錄

序 無人責備是一生的不幸 被罵才了解別人的痛 第一章 責罵被罵的理由，事後才了解 / 動不動就發怒的孩子「被罵經驗」不足 / 罵聲中的成長無關年齡 / 為什麼我被選為高幡不動尊的住持 / 難忘父親的告誡 / 沒道理的叱責也有其必要 / 人的一生在被罵中成長 第二章 以心責備設身處地的責備 / 嚴格，從愛出發 / 說得太過火時該怎麼往下接話 / 罵你，因為你值得 / 再優秀的孩子也要在被罵中成長 / 不容許「睜隻眼閉隻眼」的現代 / 「慈父悲母」意義下的嚴格與慈祥 / 父母的意見就像茄子開花，每朵都有每朵的價值 / 父母應以「老」自尊 / 責罵也好、讚美也好，最重要的是陪伴 第三章 認真責備 第一個鐘頭教我師徒之道的師父 / 師父的責罵是「教導」 / 食物是施來的，不得有一點浪費 / 不在事後翻舊帳 / 「挺直胸膛罵人」的真意 / 「默認」也是一種讚美 / 人生一期一會，所以「笑著別離吧」 第四章 責備不動怒「當場立即」是責罵的原則 / 不得強迫別人道歉 / 爭執的導火線幾乎都在「第一句話」 / 無言的責備最是恐怖 / 萬般叱責比不上母親的淚 / 不動菩薩的戒惕面容，乃為導正眾生 / 不動明王般的責備力量，必能傳至對方心裡 第五章 以身責備掃除勝過百次說法 / 做一個不為得失、不求道理的人 / 年輕人成長端賴豐富的社會經驗 / 莊嚴，為小僧的第一要務 / 「由形而入」收斂孩子的心 / 「五觀之偈」喻示真正的飲食教育 第六章 自我責備滋潤參拜者的心靈是吾寺的使命 / 「千羽鶴事件」提醒我對人當有體貼之心 / 驟聞秋雷響，先師忌日時 / 教人責備自己的教育 第七章 眾人的責備 被鄰居伯伯責罵的幸福 / 只能從外人身上學到的東西 / 罵人、被罵都有所學習 / 克服責備的體驗，令人產生自信 / 不要剝奪孩子「被罵的幸福」 後記

<<被罵的幸福>>

章節摘錄

(本文作者為法鼓山方丈) 法鼓山有個「四它」觀念，就是在遇到任何狀況時，要「面對它、接受它、處理它、放下它」，已成為社會大眾琅琅上口的一句話。但很多人在挨罵時，通常是不舒服、不接受，也不處理，卻讓心裡產生煩惱、罣礙，之後依舊習氣存在、我行我素。

在日本，腦筋動得快的孩子，只要一做錯事被罵，就會立刻說「對不起」，一來可以平息對方的怒氣，二來在父母的眼中，仍是一位懂得「道歉」的懂事孩子。

事實上，孩子或許並不了解自己錯在哪裡，只知道說「對不起」，就是避開難關的絕佳護身符。

日本真言宗的高幡山金剛寺的貫主川澄祐勝，觀察到日本社會現象，有感而寫了這一本《被罵的幸福》。

佛教講求諸惡莫作，眾善奉行。

強調要「說好話、做好事」，要常用柔軟語、親切語、慈悲語、智慧語，以欣賞的、讚歎的、勸慰的、勉勵的語氣與人廣結善緣。

但誠如大慈大悲的觀音菩薩也會以金剛怒目現兇猛的明王相，用憤怒威德來降服貪瞋癡特別重、冥頑不靈的人。

古代禪宗祖師大德也常以「棒喝」的方式教育弟子，都是為了杜絕弟子執著虛妄的思惟或考驗其悟境，特別用棒打，或是大喝一聲，以暗示與啟悟對方，這是站在「幫助弟子修行更好」的契機契理態度上。

沿用至今日，我們要警醒一個人的執迷不悟，或破除其不當行為，就稱為「當頭棒喝」。

在近代，以嚴厲的方式教導弟子而聞名，就屬我師公東初老和尚。

1959年，我的恩師聖嚴師父隨他出家之後，除了為老和尚編輯《人生》月刊，還兼做雜役及秘書。

東初老和尚有時候看到佛教界不平之事，就要聖嚴師父用筆名出面聲討，聖嚴師父很慈悲，覺得那是多管閒事，犯不著與人結惡緣，東初老和尚卻認為：「大家不管閒事的話，佛教豈非黑白不分了嗎？」

又如，師父年輕時喜歡念書、寫作，但東初老和尚總是要聖嚴師父多做事，動不動就對他說：「你已三十多歲，正是做事成就人的時代。」

又說：「你的智慧已夠應付得過，就是福報差點，要多做事，多培福澤。」

即使後來師父在日本攻讀博士學位時，老和尚還特地寫信以「汝當作大宗家，切勿為宗教學者」，提醒師父除了具備學識，更要滋長悲天憫人的宗教家情操。

今天聖嚴師父能成為家喻戶曉的宗教師，而不是宗教學者，東初老和尚的功德非常大。

我在出家生活中，也是在恩師聖嚴師父的教誨中成長。

我過去曾經擔任法鼓山護法總會輔導法師，認為出家眾就是要慈悲與人為善，廣結善緣。

自從2006年9月，我繼任法鼓山方丈以來，我還是抱持這樣的想法，結果每次遇到重大決策時，為顧慮到整體的圓滿，希望面面俱到，加上承擔起創辦人聖嚴師父及全體法鼓山的託付，因此，總是慎重考量，有時會依賴師父的看法與做法。

這當然逃不過師父的法眼，他多次提醒我，「雖然尊重師父，但要學習承擔，動頭腦思考，想辦法圓滿事情，心胸要廣大，眼光要深遠。」

有一次師父更是直接喝斥我說：「這是方丈的事，自己想辦法去處理，不要問師父。」

甚至還加一句：「相信你做不到。」

後來我自己想辦法去溝通、處理，圓滿了一項能夠利益社會的重大決策，即是有關「環保生命園區」之觀念與做法。

事後，師父對其他執事法師說：「我們方丈和尚這一件事情處理得很好。」

當然，人是有情緒的，不管是罵人者還是被罵者，最重要是不起瞋念。

佛教稱憤怒、生氣的心為瞋，瞋也是根本煩惱之一，是無明火，說「瞋是心中火，能燒功德林」、「一念瞋心起，百萬障門開」，意思就是瞋火能把自己所修的功德都摧毀了，影響是非常巨大的。

在《被罵的幸福》一書中，就提到父母愈是「恨鐵不成鋼」，責備就愈是容易情緒化，但往往容

<<被罵的幸福>>

易流為情緒激動的發脾氣。

顯然現金剛怒目罵人是要有智慧的，或者說罵人也是一種慈悲的展現，因為罵人不是謾罵，嚴格要從愛或慈悲出發，罵一個人都是站在關心對方的立場。

同時，被罵的人也要用感恩心來接受。

誠如該書中所說，人對於「被罵」這件事是永遠不會習慣的，在被罵的當下，心情一定是沮喪的。不過我們不妨這樣想，「有缺點則改之，無則嘉勉兼修忍辱」，如能以感恩心來接受，則是一生之幸福。

書中有提到一種「自我責備」的情緒管理，這讓我想到佛教是非常重視懺悔，認為人不論在有意識還是無意識的狀態下，無時無刻都會犯錯，因此必須透過懺悔，來反省自己的身、口、意三種行為，從注意、瞭解自己行為，進而反省、改善修正自己的行為。

一個人藉由一次又一次地懺悔，比較容易降伏對自我的執著，讓心更加謙卑、清淨。

如果能隨時懺悔自己，生起懺悔心與慚愧心，面對他人的責罵，也比較能夠正面去思考，想一想自己哪裡出錯？

為什麼會被罵？

總之，罵人時當存慈悲心，被罵時則要有感恩心，彼此都能以同理心去為對方著想，如此安定和諧，自然營造豐富人生，那要建設一處「安和豐富」幸福的人間淨土，將是指日可待。

<<被罵的幸福>>

媒体关注与评论

「在近代，以嚴厲的方式教導弟子而聞名，就屬我師公東初老和尚…… 今天聖嚴師父能成為家喻戶曉的宗教師，而不是宗教學者，東初老和尚的功德非常大。」
- - 法鼓山方丈和尚 / 果東

<<被罵的幸福>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>