

2009年唐山灤南全國企業家及各界人士分享交流論壇〈落實
弟子規
做好中國人〉—交流分享（五） 楊芳女士主講 （第
一集） 2009/7/23 中國河北唐山灤南渤海國際會議中
心 檔名：56-022-0001

主持人：「閨闈乃聖賢所出之地，母教為天下太平之源」。剛才第一節課，王琦老師為我們介紹了學校教育，而家庭教育又是學校教育的基礎。在一個家庭當中，母親對孩子的教育是至關重要的。因為有賢女然後有賢婦，有賢婦才能有賢母，而有賢母才能有賢子孫。接下來將有五位女士為我們做分享，她們是在家庭當中，如何做一個好女兒、好妻子、好母親。首先我們邀請來自北京的楊芳女士，掌聲歡迎，我們熱烈歡迎楊芳女士，為我們分享她的故事。

楊芳女士：非常的感恩，能夠有這樣的機會，來到唐山參加這樣的盛會。我先做個自我介紹，我叫楊芳，來自北京在中央電視台工作，做了十幾年的財經節目的報導。其實我是一個非常功利的人，崇尚西方所謂的這種個性張揚，而且覺得凡事都是要自我利益最大化，起心動念腦子裡面、心中都是只有一個大大的我字。這個思想性格的形成，應該說是源於我的童年、我的家庭，我自己在家是排行老五，上面有四個哥哥，最小的哥哥也大我十歲，等於說父母中年得女，一直都是盼著我到這個世界上來，全家人對我的寵愛是可想而知的。小的時候我們那個年代，大家可能都知道家裡會有那種高低櫃（高低櫥），那上面是有一個透明的毛玻璃，可以清清楚楚看到裡面的東西。在我小的時候，爸爸媽媽為我精心準備的各種零食，小點心、巧克力，都是從全國各地托人給我買回來的，全部都放在高低櫃裡面。大家可能很難想像，一個小小年紀的，應該是

天真爛漫的小女孩，那個時候的我竟然可以做出這樣的事情，就是當著哥哥們的面，把那些點心全部都放到那個高低櫃上，洋洋得意的把它鎖上，然後拿著小鑰匙在哥哥們面前炫耀。這樣一個場景，我現在自己想起來，尤其是學了中國傳統文化以後，我覺得實在是太可怕，太不可思議。就在那樣一個，因為人們都說「人之初，性本善」，我在小小年紀就犯下了這樣大的過錯。其實正是因為家庭這樣的溺愛，導致了我逐步的養成非常自私自利的，沒有任何感恩心的一個性格。

一路長大，我非常得意自己就是很會討巧，見人說人話，見鬼說鬼話，很快就能博得朋友、親戚、外面朋友，包括上學學校老師的喜歡，一路都是走得順風順雨。大學畢業以後，我自己最愛看的書，經常是屬於西方那些心理學的，這種快速的讓人成功的書籍，比如說《如何說服你的上司》、《怎麼樣迅速積累財富，賺取人生的第一桶金》，還有《職場厚黑學》，等等這樣的書。而且我很得意能把自己的人生，經營得步步為營的人生規劃，恨不得就是說指哪打哪的，那樣一種感覺。從大學畢業以後去闖海南，然後再到北京，從地方電台的主持人，再一路到央視做記者，我非常得意，享受著自己的戰果。但是在到央視工作，愈往後時間愈來愈長了以後，當我年輕的虛榮心得到一步一步的滿足以後，我發現情況有點變得不像我當初預料的那樣，就我自己的內心變得愈來愈焦慮不安，甚至非常的空虛。因我覺得，和我自己採訪的那些成功人士相比，目標好像永遠都在遠方。而我自己覺得我過去學的那些，所謂的社交寶典，好像沒有更合適、更快捷的路徑能讓我達到。但是我還沒有得到一個警醒，我還是安慰自己、麻痺自己，繼續在所謂的這些社交寶典裡面尋找祕笈。

直到有一天我當了媽媽以後，一切都變得不一樣，人們常說一

句話說，「女人如果不當母親是不完整的」，過去我對這句話的理解，更多的是數量上，還有形式上的一個完整。但事實上當我自己真的當了媽媽以後，我才發現一個女人在心智和心態方面的成熟度，一定會藉由成為母親以後，得到一個意想不到的提升。當然這裡面有個前提條件，就是說我們自己要全身心的投入，而不是把孩子丟給阿姨、老人去帶。那透過這個過程，我們自己進行全方位的體會和學習，對孩子付出無私的愛的同時，其實我自己內心很多的障礙，就在這個過程中慢慢的消失一些。我的兒子今年已經快九歲，在這九年的過程中間，我最大的體會，我是和兒子一起成長的。「人之初，性本善」，我再翻回頭來看兒子那個天真無邪的笑臉，和他的那些很善良、很質樸，和我小的時候完全不一樣的秉性，我感覺每天都像在照鏡子一樣。我現在想起來，那是我自己的心靈逐漸得到排毒和進化的過程。但當時我並不知道，我只是覺得，怎麼我過去的人生觀和價值觀，開始面對孩子的笑臉變得不那麼自信。尤其是當生活中間我又要工作，又要應付當媽媽，還要去輔佐老公，當很多的問題讓我變得窮於應付，我就發現說不能再這樣繼續下去，很多的問題開始冒了上來。譬如說我要把孩子引向什麼樣的生活道路？是老實的還是靈活討巧，像我這樣的？是讓他自己擁有什麼樣的人生經歷，追逐名利還是說恬淡平和？那在世風日下現代社會裡面，我究竟教給孩子什麼樣的方法，去認識自己、了解他人和判斷世界？所有這一些問題，在我當時都是沒有答案的。我非常的惶恐，看著孩子一天天長大，我深怕他問到這些問題，我無言以對。

或許是這分母愛感動上蒼，我開始逐步的邁進學習中國傳統文化的大門。這一邁進去我才發現，過去這個我從來沒有涉足過的領域裡面，竟然蘊含著這麼多、這麼多的寶藏。而我過去在生活工作中，碰到很多問題的答案，原來就在這其中。其實怎麼說？我自己

看了這套光盤以後，我才會想到原來人和自己、和他人、和自然萬物是需要和諧相處的。「吃虧是福」，做事之前先要學會做人，給孩子的教育，包括我們自己，要先紮下德行的根本之後，然後有餘力才學文。這些過去的大道理，就算是別人跟我說，我也絕對不會聽的，我依然認為人的成功不是靠努力，也不是靠堅持，靠的就是聰明，靠的就是會鑽營、會攬事。就是說透過這近半年的學習，我自己體會比較深的，是我自己生活方面兩層關係的改善。首先是婆媳關係，也就是今天大家在課程表上看到的，大會給我起這個主題，「壞媳婦的故事」。剛開始工作人員還不好意思告訴我，說妳自己看了就知道，他肯定是害怕我受打擊，因為覺得會不好意思。事實上我自己覺得，壞媳婦這個名號安在我的頭上，一點都不為過。

我自己在孩子小的時候，公公婆婆放下自己手邊的一切過來幫我帶孩子，那時候的我傲慢心非常的重。我覺得自己讀了非常多的西方育兒心理學的書，我一切都知道，沒有什麼老人可以教我的。我覺得老人的那些舊辦法已經變得不再實用。所以老人那麼費心費力的幫我帶孩子，我沒有感恩心，也沒有恭敬心；相反，對於老人總是冷言冷語、冷眼相對。怎麼說？就是每天我都是，後來我婆婆自己跟我回憶說，每天在我下班快到家的時候，全家上下都非常的緊張，他們要忙著把家裡邊每個衛生的角落，孩子散落一地的那些玩具，全部都要收拾好，因為害怕我回來會挑剔，會責備大家。所以那個時候，我自己現在想，婆婆幫我帶孩子帶了一天，那麼辛苦，每天看到那個點快到，就像警鈴拉響一樣，全家人忙忙碌碌的，就是為了能夠應付我。我自己現在想一想，真的覺得太難過，真的太不是人，我自己覺得。學習《弟子規》之後，我還是有一個反覆的過程，就是當很多人勸我，「親有過，諫使更；怡吾色，柔吾聲；諫不入，悅復諫」。我覺得這句話是成立的，但是我很難做到，

因為我一直以來的思想體系，是說結論正確與否是最重要的，那些形式、小節我覺得不必太在意。我們大家都是為了孩子好，老人帶孩子也希望孩子好，如果你把孩子慣壞，讓我怎麼樣扳回來？我覺得就得聽我的，家裡面誰對就應該聽誰的。

直到有天我碰到一對朋友，這個觀念才逐步的改正過來。這對朋友，他們的孩子也是一歲多，也是和公婆住在一起。有一天，我跟他們探討這個問題，他們的答案完全和我相反，令我大吃一驚。他們就認為說，勸導老人的態度和形式是最重要的。因為這個話，當時我印象非常深刻，他們告訴我勸導老人的過程，正好是長養我們晚輩孝心、耐心和勸導老人智慧的一個過程。而且我們自己在家裡面怎麼樣和老人相處，怎麼樣和老人溝通，孩子全部都看在眼裡。試想如果我的兒子每天都看到我跟婆婆，跟家裡人是這樣做的，一副頤指氣使的樣子，只要我對，所有的人都要聽我的，而且那個我對，也是我自己自認為的，還不一定真的對。那如果我兒子有一天長大，他到時候認為自己對的時候，他可能也會同樣的輕慢我。當我意識到這個問題的時候，我真的寒毛豎立，我一直以來，都覺得好像自己非常的教子有方，很得意，所有的人看著我兒子，也會覺得他懂禮貌，他怎麼樣子。但是我其實在有意無意，不知不覺的紮下很多，未來孩子不好的這樣根基。我自己也開始對老人有點愧疚的感覺。

那事實上，當我自己的態度開始有所轉變的時候，我試著跟老人用《弟子規》的方式去做一個探討，結果讓我真的非常的難過。老人說她都已經忘記了。還反過來安慰我，不要在意那些事情。還幫我找理由說那個時候妳工作太忙，孩子小，有的時候會生病，妳那樣的態度，其實她都可以原諒、都可以理解。說實話在來唐山之前，包括接到這個題目的時候，我對老人這樣的態度，說實話還只

是心有愧疚，那個層次我現在認為還是比較淺層次的。但是隨著這幾天深入的一步一步的學習，尤其是聽到靳老師給我們演唱的那些孝敬老人的歌曲，我一次一次的以淚洗面，我真的是覺得懺悔極了。尤其是那首「婆婆也是媽」，那首歌的歌詞裡面唱到，「婆婆辛苦的撫養兒子長大」，也就是我的丈夫，真的我當時泣不成聲。因為我自己想到，婆婆含辛茹苦幫我培養出這麼一個優秀的、寬厚的丈夫。同時在孩子小時候，我們夫婦工作最忙，他們又出錢出力，毫不計較的來幫我帶孩子，而且還要忍受我的壞脾氣，忍受我的無所謂和這種冷漠。我自己現在覺得真的是懺悔到極點。

所以我就說一個沒有感恩心的人，像我這樣好像在中央電視台工作，每天都受著別人的羨慕和尊敬。我自己想來，只有到了現在學習中國傳統文化的這樣一個場合，當大家把自己所有外面的那些面具都摘下來，你的社會身分地位都不再成為你的阻攔，我覺得這個時候，我的真心才能慢慢的顯露出來，那些塵埃才會慢慢的拂去。真的我在這要深深的感恩中國傳統文化，感恩像蔡老師、鍾博士，還有胡老師，他們這些無私無利傳承這些老師們。感恩所有這些天分享的那些嘉賓，像趙師兄、康師兄，他們在台上我自己對比，我覺得我自己的心，和他們過去一樣黑。他們傷害的有可能是他們有利益的人，而我傷害的是我最親的人，是對我最無私的人，所以我覺得我自己更是最過分，一個不知道感恩的人。真的，我覺得自己過去的做法，真的不配為人。所以學習《弟子規》之後，尤其是參加了今天這樣一個活動之後，我自己有很多的想法，我回去要力行，要對公公婆婆、爸爸媽媽懺悔自己的罪過。這是說到一個層面。

第二個層面，是稍微和婆媳關係要離開一點，就是夫妻關係。因為我在跟大家分享的時候，我也想特別的提出來這一條。事實上

，我們身邊很多同事，包括我們中央電視台，我們粗略也沒有做一個精確的統計，在中央電視台工作的很多女性，其實她們感情方面不是特別的順利。有很多要不是晚婚，離婚率也是比較高的，那究其原因，究其根本，其實和我自己很多方面是非常類似的。就是因為我們每天採訪的人，都是社會各界的精英人士，非富即貴，企業家、政府官員，最棒的經濟學者，甚至國外獲得諾貝爾獎的這些經濟學家們。那我自己就有這樣一個體會，我在剛開始的時候，我一採訪回去，我就開始拉著我的老公使勁跟他說，我今天又碰到什麼樣的精英人士，他身上有什麼樣優點，有什麼樣的優勢，我覺得是可以被你借鑑的，怎麼樣指引我們可以繼續成功的。那老公每天在我這樣的，一個信息狂轟亂炸之下，我覺得他非常的左右為難，左右不是，今天該往這走，明天該往那走，把老公原本的一個思緒和平和的生活都打亂了。以至於我老公後來跟我開玩笑說，「我們結婚以來，我自己發現我的抗挫折能力、抗擊打能力是無比的，以一個像坐火箭一樣的速度升高。」因為邁開這個門出去以後，別人都很尊重他，沒有人像我這樣一針見血的總是去挑剔他，總是拿別人打包來的這種優點去跟老公作比。

當我自己聽到蔡老師的「幸福人生講座」裡面，談到「婦德、婦言、婦容、婦功」，這四個關鍵詞的內涵，我突然開始反省。原來做女人需要有這些本事，而不是說每天像淘寶一樣，到外面去抓來別人的觀點硬塞給老公。其實做女人的本分應該是往後退，退一步才能海闊天空，退一步才能讓家裡面，保有一個非常祥和的氣氛。我了解這些的時候，我就開始重新的思量「相夫教子」這四個字，做為女人的本分應該是什麼？我學習《弟子規》之後，我現在非常的喜歡，相夫教子這四個字，因為我深深的懂得了它的分量。《易經》裡面的，乾坤之卦，坤就代表女人，是代表像大地一樣的如

如不動，要在家裡面表現出自己最寬厚的那分本心。我對照我自己，我覺得做得非常的差。尤其是在我和單位的很多女同事，我們在溝通之後，她們也有很多自己的難處，尤其是當把自己的身心全部撲在事業上，忽視了自己的家庭，忽視了自己孩子教育的時候，當孩子一天天長大，長到中學，突然發現自己的話孩子再也聽不進去，我看著她們那些懊悔的眼淚流下來。我就時時刻刻的提醒我自己，一定要退回來，再退回來，退回到我做女人的本分上。

我的工作，我同樣可以認真盡力的去做，但是我是帶著平常心去做，任何成功的人士我們都隨喜，隨喜他的成功。但是這和我的家庭，和我的老公，和我自己是沒有關係的。每個人都應該按照自己生活本來的軌跡往前走，盡到自己一分努力，無愧於心就可以。尤其是我覺得在教子這方面，更是要花非常大、非常大的力氣去做，一分耕耘，一分收穫。我覺得接觸傳統文化之後，面對老人、面對丈夫、面對孩子，我內心變得愈來愈平和。連我兒子都說「媽媽，如果妳每天回來都是笑容燦爛的，都是非常平和的，我們這個家多麼的幸福。」聽到孩子這樣的話，我覺得我自己過去，做得實在是太不好。

那經由傳統文化的學習，既然我找到了這個寶庫，我就一定要深入進去，不能放棄，這是我想跟大家分享的第一點。第二點，奉勸所有在座的年輕人，將來你們要成為父母，還有已經正在做父母的，所有的這些朋友和老師們，千萬不要寵愛孩子，溺愛孩子。從我的人生經歷來看，溺愛孩子真的會害了孩子，養了一身的毛病。當有一天你幡然醒悟的時候，你要付出十倍你原來的功力去改，而且還不一定能夠改得好。我非常的感恩能碰到中國傳統文化，也許我還是有救的。那第三點，就是我想跟大家分享，我們既然能夠今天有緣分坐在這裡，就是說明我們已經邁到中國傳統文化的這個大

門裡，我們一定要精進。不要說在這邊哭也哭過，感動也感動過，回去的時候，當我們回到我們熟悉的，那些煩惱習氣的環境之中，這些感動、這些眼淚就慢慢的變得淡漠。這樣的話我們的眼淚、我們的感動就白流了，所以一定要抓緊一切的機會。每天把我們看電視劇的時間，每天把我們跟別人閒聊天的時間，全部都留出來；把我們逛街的時間，全部都留出來做這件事情，做這件對於我們家庭、對於我們自己最重要的事情，學習中國傳統文化。

我體會學習中國傳統文化，就像熬一鍋湯一樣，首先我們每個人都要發心熬一鍋好湯。這也就是說我們要立志學習中國傳統文化，我們要立這個願，這樣我們才能不懈怠。其次我們熬湯，都要去選相應的食材，也就是說我們在學習中國傳統文化，我們要跟對人，我們要學對正確的東西，學會明辨是非這樣的一個標準。接下來就是我們要先放哪一道菜，後放哪一道菜，這也就是說我們學習的時候，要明白次第關係，我們都是要由淺入深，從《弟子規》開始，從最粗淺的學習做人的標準開始，由淺入深，由易到難，這樣才不會好高騖遠，才不會白費力氣。第四步就是要掌握火候，也就是說欲速則不達，如果過慢也就懈怠了。最後一點，就是需要假以時間，我們都知道要煲一鍋好湯，要費很多的時間。也就是說，當我們每個人手上都握上了這一把中國傳統文化的鑰匙，我們一定要「一門深入，長時薰修」。然後預祝所有在座的各位，都能煲出一鍋人生的好湯，來滋養我們的人生。謝謝大家。

主持人：我們謝謝楊芳女士的分享。下面我們請胡董來為大家做點評。

胡董：聽完這個老師的報告，我覺得給她的時間太短，她特別是最後說的四點非常好，學習要有次第，學習要有耐心。有個非常好的學習方法，特別適合在媒體工作的，這些有大福報的人，和各

位領導福報大的人。你們有福報，有這種平台能夠跟廣大的群眾和眾生接觸。你們就像一個醫生一樣，所有這些沒有得到中國傳統文化的人，有各種各樣煩惱習氣的人、缺點的人，就像病人一樣。這個醫生的水平高低，怎麼造就出來的？臨床的經驗豐富不豐富。所以中國傳統文化當中說，「自度就是度他，度他才能自度」。什麼意思？這裡邊的度就是幫助的意思，這是古字，今天的話叫幫助。你把你自己幫好，你才能幫別人；你把別人幫好，你就知道如何幫自己，這就是醫患關係。這個大夫能把這個病人的病看好，他自己一定不得這個病。換句話說，他自己如果知道這個病怎麼治，他一定能幫助這個病人痊癒。所以自度才能度他，度他才能自度。那大家就問，我是先自度，我還是度他？自他不二，同時。那你要問我，我怎麼自度？我說你度了他你就把你自己度了。我怎麼度他？你把你自己度了你就把他度了。中國傳統文化非常博大精深，你能把所有病人的病都治好，你就是個健康人。你要真是一個健康人，你知道如何獲得健康，那所有的病人你都能夠給他治好。所以教學相長，你把別人教會，你就自己明白；你自己明白，你才能教給別人。這是一個互動的關係。

在這過程當中，我們一定不能吝嗇，不能吝惜我們的時間。實際上我有很多的機會，大家覺得我講得比較好，或者比較清楚，實際上都是在講台上開悟的，都是我在給別人講的時候，我突然明白。別人聽沒聽明白，得沒得利益，我不知道，我自己明白。我在這講，大家還給我鞠躬，還讓我簽名，還讓我照相，實際上我特慚愧，我哪是？那都是你們在幫我！我給你們講的同時，我自己在勸我自己，我自己在教我自己，我天天教你們向善，我自己能作惡嗎？我反覆的講孝心，我自己能不孝敬父母嗎？勸別人就是勸自己。所以特別是在媒體接觸人多，特別是領導，接觸底下下級多，而且你

領導們有優勢，下級到你這來肯定得恭敬，肯定得尊重，你說什麼他得聽著，用這個時間，在佛門說法布施。什麼叫法布施？法就是智慧，布施就是給與。把這種古聖先賢的智慧，無私的奉獻給別人，教給別人。捨，捨你就得，我得什麼果報？我把別人教會了我自己怎麼好？你得智慧。因為你把智慧給了別人，你就得了智慧。捨財，捨財得財報；捨無畏，捨無畏得健康。彭鑫教授說，這個人怎麼才能健康？你讓所有跟你在一起的人，沒有憂慮，沒有恐懼，沒有緊張，安居樂業，一片祥和，你的身體絕對健康。這是古聖先賢教給我們的無畏布施，你把這種無畏，沒有畏懼布施給這些跟你有緣分的人，你一定得健康。健康真正的鑰匙在這裡，不是健身，不是吃什麼營養素。是讓所有的人跟你在一起，對你生起愛心、恭敬心，你一定健康。所以我們古聖先賢說「仁者壽」，什麼人長壽？仁者。仁者為什麼？愛心最滋養人。為什麼？江本勝博士的水實驗做出來，你愛別人你的水結晶是健康的，你的骨頭結晶是健康的，你所有的肝臟、腎臟全是健康的，仁者壽，這裡邊有大道理。謝謝大家。