

缺乏傳統教育的災難人生 丁嘉莉老師主講 （第一集）
2010/04/05 香港佛陀教育協會 檔名：56-063-0001

尊敬的上淨下空老和尚，尊敬的各位大德，尊敬的各位老師，各位同修，大家下午好！阿彌陀佛！

首先先自我介紹一下，我叫丁嘉莉，來自北京，我是中國國家話劇院的一名演員。非常感恩老和尚，非常的慈悲，給我這樣一個機會坐在這裡跟大家分享，我從去年七月份學習傳統文化以來粗淺的體會。我非常的慚愧，覺得我坐在這裡真是德不配位，因為自己在學習傳統文化當中，落實《弟子規》，力行的不是特別得好，不像我們很多別的老師，他們在勇猛的精進，我老是進進退退，而且真是老改犯，改了犯、犯了改、改了犯。我今天明白自己是什麼樣的角色，我做為一個反面教材，在這裡跟大家把自己在沒有學習傳統文化以前的故事分享給大家，讓大家接受我的經驗教訓，引以為戒，謝謝大家！

我在想，我人生的災難，如果說要是十分的話，那我的災難九分都是因為我的口業造成的。因為禍從口出，我這個口無遮攔，經常造的口業是太多太多了，給我惹的禍也太多太多，說也說不盡。今天因為時間的關係，我就在這裡跟大家分享幾個故事。

我先簡單介紹一下我的家庭背景，我出生在黑龍江省佳木斯市，我是一九五九年生人。一九五九年大家都知道，那時候是三年自然災害。我母親生下我以後，因為那時候家裡人都吃不上飯，我跟我姐姐離得特別近，媽媽實在養不活我，就把我給人了，給了好幾家，給了七家。我現在的養父養母非常的善良，因為他們在我之前已經抱養了一個姐姐，那個姐姐六歲到我家去。我媽媽非常善良，

一看這孩子誰家都不要，覺得像個大耗子似的，說這孩子也活不成了。我媽媽就說，那我要是養得活，也別那什麼，養不活也別怨我。然後我就走進了這個家門。應該說我非常的幸運，我覺得我的爸爸媽媽是天下最好的父母，因為他們給我的愛真是說也說不盡，我真是覺得養父養母對我的那種關愛、那種關懷、那種寬容，可以說真是恩重如山。

因為以前沒有學習傳統文化，生不起感恩的心，我覺得誰對我好都是理所當然的。我這人從小的性格也是這樣，天馬行空，誰也管不了我。爸爸媽媽特別的喜歡我，我跟爺爺奶奶長大的，因為我媽媽是個演員。跟爺爺奶奶在一起，爺爺奶奶可能隔輩人，更要疼愛自己的孩子，可能有的時候就慣，自己就覺得想怎麼樣就怎麼樣，小時候不聽父母的話，不懂得孝敬，不知道什麼是孝敬。我真的覺得深深的感恩，我懂得孝道真是從學習傳統文化，從去年的七月份開始。什麼叫孝道？我以為給我爸爸媽媽，我到了北京以後把他們接來，然後給他們吃住，給他們錢，我覺得這是孝道。後來一想，真的，我太不孝了。因為《弟子規》上說，「父母教，須敬聽；父母責，須順承」，我都是違背的，我不聽父母話。我媽媽讓我幹什麼我不幹什麼，媽媽希望我學醫，我不願意做；我媽媽是演員，她不願讓我當演員，我還要當演員。這樣的事情特別特別多。前兩天聽胡老師講課，我覺得非常的慚愧，媽媽得了癌症，我真覺得我是大不孝，因為是我氣的。下面就一一的向大家做一個介紹。

我媽媽現在已經走了，她已經走了兩年。我媽在世的時候特別辛苦，我把自己的兩個孩子，因為我不聽父母的話兩次離婚，兩個孩子我就放在父母這，我自己出去拍戲。媽媽爸爸非常的辛苦，年齡特別大，八十多歲了，整天照顧兩個孩子，然後我就給她請了個保姆。因為年齡大，她還有潔癖，有時候就跟那個保姆發生摩擦。

有一天那個阿姨給我打電話，我家裡的保姆給我打電話說：姐，我都不想幹了。我沒法幹，怎麼樣怎麼樣。因為我覺得請個保姆特別不容易，我家保姆有時候像走馬燈似的，我覺得大家能一起相處不容易。我就說：妳看我的面子別那樣，我媽這人心挺好的。在電話裡，通電話，我就說我媽媽心特別好，但是我媽媽她就這個德行。因為我媽媽也偷聽我電話，我家有分機電話。我媽在那邊就急了，說妳說誰？說誰德行？我說對不起、對不起，媽，我不是那意思，我不是那意思。後來就跟媽媽解釋，就哄媽媽，不會說話，這事也沒辦好。我說：媽，咱今天這樣。我就趕緊回家，還在外頭拍著戲，拍完戲就趕緊回家。我說：媽，咱們這樣（她喜歡首飾什麼的），今天您也辛苦了很長時間，我帶妳出去買點妳喜歡的東西，買點首飾什麼的。我媽說，那好。我說，開心點，媽。走到路上我就想勸我媽，我說：媽媽，您都這麼大歲數了，孩子那麼小，妳帶他到這麼大，家裡外頭那活您太辛苦了，能不能這樣，您有的時候就放心的交給保姆去幹，您就這麼拼死拼活的幹，哪天您要是嘎嘣一下，您要累死可怎麼辦。我媽當時就急了，我媽說：妳說什麼？什麼嘎嘣累死了？我不來了，妳妨我死。馬上就轉頭了。我想，我又說錯了，這怎麼辦？

因為那段時間特別僵，後來我就趕緊給佳木斯我的一個阿姨，她也是我媽媽等於是像親姐妹那樣的一個阿姨，叫賈姨，我就給賈姨打電話，我說：賈姨，您坐飛機能來北京嗎？我媽心情不大好，我也不會哄，我也不會說話，我不會哄，您來一趟。我阿姨說我馬上就過去。我說來回路費我出。阿姨就來了，當天到的，我就想讓阿姨勸勸我媽。我說：給您們錢，阿姨，您拿這錢妳們出去買點衣服，高高興興的去買衣服，然後勸勸我媽，讓我媽什麼，我媽現在都不理我，她不搭理我，我特別什麼，怎麼說也不行。阿姨說：妳

放心，交給我。興沖沖兩人就買衣服去了。回來可高興了，覺得我媽變個人，我想這回好了，我媽雲消霧散，我覺得挺開心的。然後我媽在那叫我小名，過來，妳看怎麼樣？買的衣服怎麼樣？那個阿姨說，這都是我挑的。然後就穿身上了，妳看妳媽偏要給我買衣服，真是的，妳看怎麼樣？一看這衣服我說：媽，阿姨，您讓我說真話嗎？阿姨說，那當然是真話了。我說，我的媽，這審美也太差了！這什麼！整個一個顏色不適合妳們，阿姨，您穿上就是老妖婆。

當時，我媽和阿姨都特尷尬，在那馬上臉色都變了。後來我還不識相，還在說，阿姨我求求您了，我給妳二十塊錢，您能不能把這衣服給扔了去。我媽說，憑什麼！我買這衣服挺好的，高高興興，一句話讓妳冷水就給潑了，什麼老妖婆！妳說誰老妖婆？我說：媽，您不是讓我說實話嗎？有妳這麼說話的嗎？我媽後來就跟我說：閨女，妳什麼都好，就是不會說話。為此我不服氣，我說，我已經說了快五十年的話了，我不會說話？我是話劇演員，我怎麼不會說話？我覺得我挺會說話的。我媽說，妳說那話，好話到妳嘴裡都不會好說了，說了就讓人不高興。本來是好心，結果大家就不歡而散。我媽氣得把那衣服就給剪了，拿剪子就給剪了。當時我就覺得，我怎麼這樣。我爸在旁邊就在那跺腳。我爸說：妳這孩子真是，挺高興的事，幾句話就讓妳把特別好的這種氣氛給破壞掉了。所以我覺得真是禍從口出。以前沒學《弟子規》，「話說多，不如少」，我經常跟《弟子規》是相反的，我是話說少，不如多，我是話癆，我必須得說，不說我難受。

我媽媽三年前得了癌症，膽管癌。我在這裡說我非常的遺憾，我真的對不起我媽媽。那時候我不知道，前兩天胡老師講課我才明白，原來我媽媽為什麼得癌症？因為有我這樣不孝順的女兒，因為我不聽話，我媽媽不讓我離婚，我離婚；我墮胎，四次墮胎。我媽

不讓我幹什麼我就幹什麼，所以我覺得我媽媽她心裡有鬱結，她沒辦法。我長這麼大，她不能打我，又不能罵我，所以她真的心裡頭是愈來愈，最後得了這種絕症。那膽管癌是非常疼的，我媽媽從發現到走一年，一年期間住了三次醫院，第三次是住了六個月的醫院。我媽媽這三次住院，住的是病房裡的搶救室，因為當時我實在是沒有辦法了，醫生當時讓我走，說嘉莉妳必須得走，我們這醫院是治病的，不是養病的，她是絕症沒有辦法了，她已經沒有什麼辦法了，妳就回家，妳不能佔著這個床鋪。我說大夫我求求您了，我家裡還有一個病人，我爸爸九十歲了，我實在是弄不了，她要疼起來，我家那邊的小醫院我媽又不願意住。醫生說那妳就住在搶救室，搶救室貴一些。我說什麼都行，只要能讓我住這就行。就住在搶救室。

旁邊當時住了一個阿姨，這個阿姨有兩個女兒，她住我媽媽隔壁床上，那個屋子有兩個病床，那阿姨的兩個女兒都在北京，也都成家立業了，女兒幾乎沒來看過她，送進醫院就再沒來過。那阿姨挺不容易的，叔叔他們家離那個醫院特別特別的遠，要倒兩次的公共汽車，老人還有心臟病。高峰的時候他要擠公共汽車，滿頭大汗，特別辛苦。當時我看老人太可憐了，我說：叔叔，這樣，我一個人也是看，兩個人也是看，您有時候就甬來了，您家裡電話都給我，手機也給我，萬一阿姨這邊有什麼事，我就給您打電話，您老來回跑，哪天心臟病要是犯了，阿姨誰管，您就不用常來了。

然後我就常常伺候兩個人，這個阿姨也特別的喜歡我。我覺得我這個人沒有別的優點，就是對老人還行，我會哄老人，我會給她們耍二百五，經常給她們演演戲，逗她們開心，說點開心的話，讓她們能緩解一下那種很憂鬱的心情。阿姨也特別喜歡我，我嘴也挺甜的。爸爸媽媽病重期間，我也總結了很多的經驗。比方說，當時

阿姨她們得接尿，因為她都不能起來了。接尿的時候，他們買了很貴的一個接尿的管，好像一百多塊錢，一百一。我覺得太貴了，關鍵是每次接以後，因為它是那種橡膠的，大熱天的都起痱子了，也不好，還有味道，經常是灑在病床上。我就覺得這樣不行，後來我就想辦法。當時我媽也有這個問題，我就在想辦法。我說怎麼辦？忽然間我覺得有的時候這種智慧，就是說，你站在別人角度想的話，你會生智慧。因為我覺得平時我是挺笨的，那時候我就老在想這怎麼辦？忽然有一天我看別人喝可樂，瓶子大點的那個可樂，五塊錢的那個可樂瓶子。然後我就買了兩個可樂，我去請別的病室護理的人，我說，我請你喝可樂，你都給喝了。全給喝完了，剩的瓶子我就在那琢磨我要怎麼接尿？我就拿剪子給它剪成菱那樣的形，就是底下是這樣的形，上邊是尖的那樣的形。後來我又拿膠布給它把邊包上，因為那個刺手，都給它弄得一點都不刺手那種感覺。做了兩個。接尿，特別特別好，後來所有病房的人都向我學習，就這樣接尿。

我爸爸媽媽生病我有經驗，因為我媽媽最後重病期間不能那什麼了，就是吃不下飯，靠著那白的營養液去活著。她又不能動，腸蠕動就不行。其實我是在我爸那總結的經驗。她打開塞露也不行，就隔一天給她摳一下大便那樣的。阿姨那段時間有三、四天，忽然間就不大便了，她也是上點火，覺得怎麼老是出不了院，她有點著急。我明白她的心思，我給她揉肚子，使勁的揉肚子也不行，然後我在家裡給她弄點菜汁喝還是不行，怎麼也不行，後來給她喝蜂蜜水也不行。其實我知道阿姨那心思，因為她看我給我媽媽摳大便的時候，她那眼神我明白。但是因為這個摳大便，不是說我想摳就摳的，老人也挺痛苦的，因為摳也是挺疼的。我每次想說的時候，我看阿姨眼光就轉過去了。到了第四天我想不能再拖了，因為醫生給

她開了一個證明，化驗大便的那個證明，她老沒有大便，她也著急。那天我就說，阿姨，我剛給我媽摳完大便，阿姨您四天都沒大便了，這樣不行，不大便要上火的，這可難受、可難受了。她說：我都憋得不行了，心情特別的煩躁。所以我在這裡告訴大家，如果我們家裡有老人，千萬要注意，上下一定要通，大便一定要給他通。你就設身處地自己想想，你幾天不大便，你那種感覺是什麼樣的感覺？尤其是病人可能更病上加病，再加上上火。

我就跟她說：阿姨，妳看妳幾天都不大便了，什麼招都想了，我給您摳摳行不行？她說使不得，可使不得，這可不行。我說：阿姨，您就把我當成女兒，咱們都兩個月了，都快兩個月了，您看您還拿我當外人，您不用。她說，那我不好意思。我說，阿姨您有什麼不好意思的。我說，我真不那個什麼。她說，那多那個什麼。她說，妳媽行。因為每次我媽的便，我得看，我時常的看。她說，妳媽行，我不行，不行不行。後來我就給她跪下了，我說，阿姨，我求求您了，您也就是我媽，咱們不都有緣分，阿姨，就讓我給您摳摳，我給您摳出來一點兒您就舒服。阿姨，就我的經驗，您肯定是很硬很硬的那個，像羊巴巴蛋兒。我爸我媽我都是這樣摳，就在腸子前邊。她沒有勁，她使不上勁，它出不來。我說，阿姨，您怎麼都出不來的，我給您打那麼大開塞露，都是手術的那種，很大很大的開塞露它都出不來，打進去水就出來，打進去水就出來了。我說：阿姨，我笨手笨腳的，可能疼，您忍著點，您要是疼，就像我媽踹我，疼了您踹我一下就行，或者您叫一聲。阿姨就說，那真不好意思，我還是別弄了。我說，求您了，您要是不那什麼我就不起來。阿姨就說，這孩子，孩子妳快起來，這不好意思。完了就把自己臉捂上了。我就給她摳，摳了十一個巴巴蛋兒，硬硬的，掉那盆裡噠噠直響，然後就呼嚕呼嚕全下來了。很多很多，她一下就痛快了

。

因為我看到她那個單子，就是化驗單，是好幾天以前的，四天以前的。不止，好像是五天以前的。我趕緊把那單子給填上，然後我就在病房裡趕緊給她挑大便。因為我有經驗，挑大便前邊不能挑，前邊是硬硬的不能挑，後邊也不能挑，挑中間的那個。我就一直在那挑。我就想，阿姨這個菜還管用了，因為都在後邊，我就想如果明天叔叔來，也給她弄點梨水、弄點菜什麼的。我就用半個小時在那挑大便。挑這一塊還有點血。因為我給我媽就用一個筆記本都得寫上，她我也給弄了個筆記本寫上，大便裡頭有血。我想讓醫生查查這到底是怎麼回事，我把那個血擱在一個大便的化驗盒裡頭，另外一個盒裡是正常的中間的那個便便，我就擱在這。我特高興，覺得好像是我好多天沒大便，真的特別高興。我就拿著興沖沖的給護士長，我說：護士長，快快快，妳趕緊化驗去，這有兩個。她說，怎麼還兩個？我說，這個有血您化驗一下，這血不知道從哪來的，應該不是我摳的，因為摳的都是前邊的，而且我拿香油很仔細、很仔細的摳。

這期間還有一個情況，後來阿姨就哭了，她哭了我一下就緊張了。我說，阿姨對不起，我特別笨手笨腳，肯定特別疼。阿姨就泣不成聲，說我怎麼感謝妳，妳天天伺候我，還對我這樣。我說，阿姨您別這樣說了，您太見外了，我是東北人，實在，您別這樣，跟自己閨女還這樣！她說，那以後妳就做我姑娘。我說，行，阿姨，沒問題。就這樣，阿姨就從這件事情以後，因為這兩個月期間也處出感情了，就特別的感謝我。其實我也沒做什麼，就是順手的事，那以後也還是給她摳。後來叔叔也會摳了。她說，你摳的不好，一定要讓嘉莉給摳。那妳要回去怎麼辦？那給嘉莉打電話。我說，阿姨您放心，您給我打個電話我就過去。挺高興的。

兩個多月以後，阿姨出院要走了，阿姨特別高興，因為在這期間已經三進宮了，在這醫院裡面住，她心情也挺不好的，一下出院特別的高興。走之前戀戀不捨的拽著我的手，老不撒手，老淚縱橫，就在那一直流眼淚。我其實也挺捨不得阿姨的，因為我覺得跟我媽是個伴，再一個我覺得好像很習慣了兩人，忽然間阿姨走了，我覺得還挺不捨的，好像我沒得幹了，就剩下我媽一個人，覺得心裡還特別的不捨。但是我說：阿姨，沒事沒事。阿姨就說：閨女，妳看妳媽住在這，什麼時候能再見妳，拍戲那麼忙，我什麼時候能再見著妳。我說：阿姨，咱們有緣，肯定能見的，真的，我有感覺阿姨，您知道，說不定哪天兩個月以後，您又回來了，又跟我媽住一個病房，住搶救室，我又能來伺候妳。當時叔叔阿姨，還有她家那兩個孩子，兩個孩子出院倒來了，她那兩個女兒全都在那愣了，大家特別尷尬。我一想，可能說錯了，我覺得不對。因為我不能給送到門口，我媽媽那邊還離不開人，送她走說，阿姨再見。阿姨那表情怪怪的，也不敢看我就走了。

我回來以後，我媽就瞪眼那麼看著我，在那喘粗氣說：妳會說人話嗎？妳個烏鴉嘴。我說，媽，我說錯？我怎麼了？哪有妳這麼說話的？醫生在病人出院的時候，都不跟病人說再見的。妳說她兩個月再回來，她已經三進宮了，兩個月還回來這搶救室，妳什麼意思？妳妨她？我說，媽我沒這意思。妳不光妨她，妳還說我，妳什麼意思？妳今天坐下來跟我說，妳那意思妳給我判了死刑？我就永遠出不去了，兩個月我都出不去了？我說，媽我沒那意思，我真沒那意思。妳沒那意思？妳什麼意思，妳就這個意思！妳給我滾出去！我不用妳在這假惺惺的，妳天天盼我怎麼怎麼的，妳妨我！我說，媽，妳別生氣，我真沒那個意思。後來我媽就使勁踹我。我就在外面站一會，就在那低頭認罪，我就說，我又說錯話了！

我經常是這樣，好心經常辦成錯事，就因為我這口，經常辦錯事。如果換個說法好不好，妳說，阿姨，沒關係的，您出院了以後等我媽出院的時候，我們倆一起去看您。這不皆大歡喜？不會說，非要這樣說不可。我就覺得我為什麼這個話怎麼就口無遮攔，就不能動動腦子，人家願不願意聽這樣的話？我就沒有這個心。我就覺得，真是。後來那阿姨也老給我打電話什麼的，我跟阿姨說，對不起阿姨。阿姨說，沒事沒事，孩子，我還不了解妳嗎？妳是好孩子，妳那話我不往心裡去，阿姨不往心裡去。我說，媽，人家不往心裡去。誰不往心裡去？就妳不往心裡去！就妳那心大不往心裡去，說話一定要注意。我學了傳統文化以後，覺得說話真的太重要了，禍從口出，因為話我惹了多少的禍。

我還有一個問題，經常佛教說愛打妄語，咱老百姓講話就是愛撒謊。我是話劇演員，那時候剛畢業不久，我名利心特別重，因為我覺得話劇太辛苦了，很辛苦的排了四、五個月的戲，又沒有錢，也沒有利，不像影視出名那麼快，又有名有利的，我覺得心裡頭不平衡。我不想演話劇，又不敢說，那妳本身是這個工作，妳必須完成工作。我們演員，我是舞台演員、話劇演員，從工作角度上來講應該是，如果劇院沒有話劇任務的前提下，我在外頭要接戲的話，一定要簽個合同。我不能簽，我剛接了一個話劇，外面就找我演一個電影電視套拍的東西，同時剪個電影，拍一個電視劇，那應該說任務挺重的。我就覺得電視劇能有錢，利挺多的，然後我又能出名被人認可，我就想我不管他，我就接了，私下就跟人家簽了合同。他說，要不要跟妳單位簽？我說，不用不用，那錢都給我。我就跟他簽了合同。這邊就在排著話劇，我是話劇戲裡的女主角，天天排戲，排戲開始對詞的時候我就不去。因為在影視那邊得偷著拍戲，那邊的景特別緊張。這邊就撒謊，給領導打電話，領導說，明天開

始排話劇，咱們要工作了，妳就來排戲。我說，好。答應了，然後沒去。中午的時候給領導打個電話，把聲音弄得啞啞的：領導，對不起，感冒了，嗓子說不出話來了。領導說，感冒這麼嚴重。我說，真的，實在受不了，不行，嗓子疼得都不行了。領導說：好好，嗓子疼那沒法對詞，好好在家養病，多喝水。我說，好。就在這邊拼命的拍戲，晝夜拍。我說趕緊快拍。

過兩天領導又給我打電話，領導說，怎麼樣，來排戲？我說，領導真的對不起，這嗓子好了，發燒了，燒得都不行，燒的，別再傳染你了，這簡直可能是病毒性的感冒。他說，怎麼這麼嚴重。我說，對，實在不行，你再讓我休息幾天，我這頭都抬不起來，求求您，就讓我在家再修養一段時間，我實在不行。他說，行，反正B組盯著這個事，妳快點，咱得快點把這任務完成，咱們得快點排戲，要不進行不了了，妳就快點。我說，行行行，沒問題。我這邊就搶得不行了。過兩天又打電話了，說，丁嘉莉快來，排戲來。我說，領導真對不起，我爸病了，在搶救。妳爸又搶救了？好，妳就好好照顧妳爸。

我在那邊又拍了一段時間。最後領導有一天給我打電話說，你今天必須必須得上單位來一趟。我說，必須？他說，必須的，妳得來一趟，妳不用排戲，妳就來一趟。大早上起來我就過去了，我跟那邊又請了個假，我又撒了個謊，我說，不行我發燒了。我跟攝製組那邊撒謊說我發燒了。到了這邊我就跟領導說，您找我幹嘛？您快點，我爸還在醫院。他說，妳甬跟我來這套，妳在青藝宿舍住，人家看見妳爸在那遛彎。我說，這搶救過來不是剛回家，得有個過程，萬一他要再犯病怎麼辦。他說，妳少跟我來這一套，妳跟我說，實話實說，這些天妳幹嘛來著？我說，領導你真逗，你怎麼這麼不相信人？我這人多誠實，你不相信人，我跟你說我生病，我開始

嗓子疼、我發燒、我爸又病，我爸老搶救你們也不是不知道。我們領導就把桌子一拍，說，行了，妳別給我來這套了，我再給妳個機會，妳跟我說實話，妳幹嘛了？我說，領導你怎麼就不相信我？多少人都說我這人是特實在的人，您真是！現在真是人和人之間怎麼就沒有信任感？後來我們領導說，行，好，妳不說我說，妳在外頭拍戲！我說，領導，真是的，人言可畏，誰誣陷我，真是！拿出證據來，我什麼時候拍戲了！領導說，好，妳認識字？拿出報紙了，那是一個影視快訊，上面寫著我的大名，最近拍了電影電視，什麼什麼的，大名在那。我在那裝傻，還在那裝傻，在那看。我說，這是我嗎？不對！領導就急了，哪有妳這樣的？丁嘉莉，妳欺騙領導，妳簡直太可惡了，妳私自去簽合同，妳有沒有點職業道德？話劇那麼重的戲，B組給妳在這那什麼。

所以我說人有時候出名太早沒有什麼好處。我當時排了話劇，得了戲劇的最高獎梅花獎，然後拍電影也是得了金雞獎、百花獎，就有貢高我慢心，我慢心就增長起來了，誰都不在眼下。跟領導沒有這種恭敬心，對領導經常犯上，所以我頭經常疼，我犯上，我跟領導經常拍桌子瞪眼睛，經常是這樣，一點都不尊重。領導特生氣，說，妳平時耍脾氣，我們都容忍妳，妳一而再再而三的撒謊，我們相信妳了，妳就可以是這樣的。後來我學習傳統文化就知道了，不能這麼做，君臣有義，領導就是我的君，我是臣，妳怎麼連個道義都沒有？妳拿著人家的工資，妳應該好好的完成任務，盡妳的本分，把妳的本分工作做好，妳還私自接活。

結果領導就拍桌子說，我告訴妳丁嘉莉，我今天看了一出最拙劣的表演！然後甩手就走了。我當時特尷尬，所有的演員，三十多名演員都在那站著看我，在那嘿嘿笑。真的，我覺得有個地縫我都想鑽進去。攝製組那邊我肯定不能再去了，那邊也給人耽誤了。那

個製片主任都哭了，說，嘉莉老師您坑死我了，我這邊景都弄好了，您這邊忽然間排話劇，當時我說要跟單位簽合同，妳說不簽，妳偏要這樣害我，妳拍了一半我現在換人，我得損失多少，我這景什麼的都撤了，妳坑死我了！這邊就白天排戲，晚上不睡覺給人拍影視去，也都沒拍好，兩邊都沒拍好，雞飛蛋打。最後我拿酬金去，人家那製片主任說，丁嘉莉，妳還要酬金？我不給妳大嘴巴子就不錯了！我告訴妳，我就應該扣妳錢，妳損失我太多太多的資金了，妳知道嗎！

後來我在排話劇當中，我爸爸真的搶救了，我再跟領導說，領導再也不相信。因為老是狼來了、狼來了，人家不相信妳，妳為什麼老打妄語？我媽媽講話說：嘉莉，妳別撒謊行不行！妳這撒謊都不打草稿。我在家接電話的時候，有的時候接電話，兒女都在那看著，我張嘴就來，我不願意去的活動我就說，你快說怎麼著，我在外地拍戲。其實就在家，就愛撒謊，何必這樣。《弟子規》說不要撒謊，以前我覺得撒謊有什麼了不起的。我覺得那天我失去的不是面子，就在三十多名演員，還有好多的年輕演員，在他們面前我失去的不是面子，而是我的人格。

學了《弟子規》以後我才知道，我今後不再撒謊了，我幹嘛要撒謊！這件事情以後，我說什麼話人家都不相信了。「凡出言，信為先；詐與妄，奚可焉」，妳老是撒謊，妳說什麼人家都不相信了，妳何必要這樣。所以我在工作上造成這麼多的障礙，一個人的災難不是別人給你造成的。以前我怨天尤人說，老天對我不公平。其實災難是自己造成的，我性格是這樣的。

我不會跟人家合作，學《弟子規》我懂得了，「兄弟睦，孝在中」。以前我說這條對我不適合，因為我沒有兄弟姐妹，我是獨生女，沒有兄弟姐妹，對我不合適。我現在知道了，兄弟睦是「事諸

兄，如事兄」，所有的兄弟姐妹、所有的合作同伴都是你的兄弟姐妹，一定要知道怎麼跟別人相處，我不知道。以前我就是貢高我慢的心，覺得自己得了很多的獎，在影視上，國內所有的獎我都拿了。人家說丁嘉莉是個演技派的演員，我就自以為是，我慢心特別大，覺得自己可了不起，其實什麼都不是，自己一點都沒有那種恭敬心。

其實一個戲的編劇，電視劇的編劇非常非常的重要，因為編劇是一劇之本，電視劇，編劇是第一位，演員是第二位。電影，導演是第一位的。編劇非常非常辛苦。我記得有一次我接到一個戲，那個戲當時特別不成熟，讓我去。其實那個劇本應該是非常非常好的劇本，是一個東北的真人真事。當時給我四集，我就去了，一邊拍戲一邊在完成劇本。編劇老師應該是很辛苦的，他一直在那當槍手，一直在趕進度。我看後邊的本子，我就不滿意了，我就把本子摔了，我說，什麼破玩意。我是女主角，因為不可能圍繞妳一個人寫，群戲大家都得，我跟所有人都得有一種關係，然後產生矛盾、戲劇衝突，戲才好看。我就是自私自利，我就覺得戲應該圍繞著我，我就是戲霸，我覺得戲應該圍繞我，你就應該為我寫。編劇那天興沖沖的把後邊的劇本給我拿來了，讓演員看。看完我當時就在現場扔了，啪的扔了，我說什麼玩意。編劇老師，說句心裡話，就你這點水，你還出來混？就你這智商還出來混？什麼破玩意！怎麼演？寫的都不是人話，我沒法說，我沒法演！

其實人家是師長，人家寫了很多的劇本了。《弟子規》上說，「對尊長，勿見能」，人家在藝術上很有造詣的人，我才演過幾個戲，就在人家那指手劃腳，對人家那麼的無禮，沒有恭敬心。我說：我告訴你。他說：丁老師，您拍戲很有經驗了，咱們大家共同探討，您看這後邊應該怎麼完成。我說，怎麼完成？我告訴你怎麼完

成，我也沒拿這個編劇的錢，我憑什麼要給你說劇本。他說，那妳不滿意，不滿意在什麼地方？您能不能跟我說一聲。我說，不行，我不能給你說。他說，那我們這個合作上，我們怎麼合作，女主角不認可那怎麼演？我說，我願意怎麼演怎麼演。他說，那好，妳覺得妳能怎麼演妳就怎麼演，那妳就跟製片部門說。我說，當然了，因為你這劇本我不認可，什麼玩意！

後來導演從中撮合，這個編劇真的特別的好，人家有涵養、有修養，人家回去又改。我不滿意，我就跟導演說我為什麼不滿意。他又在那寫，恭恭敬敬的拿出來，丁老師，您再給我提提意見。最後我看了劇本，其實我根本就，我心浮氣躁，老法師經常在講，心浮氣躁。我根本就沒看進去，我就看有我的，我的戲特別少，我就扔那了，我說，我告訴你，你的想法太臭了，臭得像剛拉出的馬糞。後來人家忍無可忍了說：丁老師您錯了，比馬糞更臭的還有。我說什麼？他說，豬糞。因為他屬馬，我屬豬。就非要把人家逼成這樣，最後劇本讓我給弄的什麼都不是。我在那個組裡頭橫挑鼻子豎挑眼，什麼都不對我心思，組裡頭所有的演員都說，這個組裡惡夢醒來還是惡夢！讓我攪得不行。

因為這個劇本拍不下去，這邊又趕進度，我老是按照我自己的演，後邊就接不上了，所以弄得合作的氣氛簡直糟糕透頂了。跟人家道具老師經常是從來沒有恭敬心，當時翹著二郎腿，什麼水髒了：道具，趕緊給我換壺水去。誰叫道具？那管你叫演員行不行？沒有恭敬心。學了傳統文化之後，道具王老師，麻煩您。你說這樣多好，大家合作。所以那道具老師恨死我，他說，導演，我求求您行嗎？你把那個姓丁的戲趕緊拍完，讓她滾蛋行不行，看她我就煩！她什麼都不滿意，她老挑我的不是。我不光是挑他的不是，別的合作部門也是。你想，一個演員的成功不是他一個人的所為，是大家

共同努力的結果，編劇、導演、攝影、美工，還有道具老師、服裝老師、錄音老師，是他們共同的心血，最後把演員捧出來，演員得了名，名和利演員都得到了，苦和累都讓他們受了。我沒有恭敬心，我這良心都是讓狗吃了，我得了那麼多獎，我憑什麼拿那麼多的獎，都是這些人辛辛苦苦在裡頭，真是水漲船高捧著我。大冷的天拿著那個棉襖、軍大衣在那等著我，一拍完戲從水裡出來，一下就給我蒙上。多少人去幫助我、去成就我，後來我卻大言不慚的拿個獎，在領獎的時候都不知道感恩人家，說我這個獎應該感恩我的合作夥伴，感恩那些老師們。沒有，永遠是我自己的功勞，覺得自己特別牛，頭揚的特別高高的。現在學了傳統文化，我才知道給人鞠躬，以前不知道，在舞台上演戲，謝幕的時候從來不鞠躬，永遠是這樣，頭是這樣的。那個傲慢心簡直是，反正演員裡我覺得很少有我這樣的人，不知道天多高、地多厚。

所以我就覺得我的德行這麼的差，我現在在補德。我現在五十來歲了，現在開始補德，我才知道我的災難為什麼那麼多，都是我的德行太差，我不知道站在別人的角度去想，我都是自己想像怎麼樣就怎麼樣。結果那個戲真的特別特別好，他的整個原創的創意特別特別的好，硬讓我給攪得什麼都不是了。最後電視台放的時候我不敢看，因為接不上去。那麼寬容的一個女導演，性格非常溫順的一個人，讓我給折磨的，最後拍戲她就哭，你知道嗎？有一天她哭了，大發雷霆！我知道那火是衝我來的，我實在太為難她了，因為她這邊面對的是編劇、這邊是我、這邊是製片部門，她太難做了，我又不配合他們。

所以真的不能這麼工作，真的有果報的，這樣跟人合作我失去了很多的戲。最後別人說，那姑奶奶別找她，幹嘛找她，難伺候著，別找她。尤其編劇一聽我（這有口碑的），就說，這個戲裡你找

誰了？人家說找丁嘉莉。別，別跟她合作，拉倒。都是這樣。所以妳自己給自己設這個障礙，不能怨別人。以前我怨別人，我說怎麼就不找我？人家本來都給我劇本了，後來又說，老師，由於資金問題，或者有什麼原因，我們又叫別人了。後來我才明白是怎麼回事，因為妳口碑在那，不好合作，人家沒法跟妳合作，都是自己造成的。

現在學了傳統文化以後，我再去跟別人合作的時候，我真是覺得那些人太不容易了，他們拿錢是最低的，那些工作人員拿錢是最低的。那些好多的場工，他一天才拿十塊錢、二十塊錢，冰天雪地他要把著那個燈，因為風要來，他得把著那個燈。我們要是拍一宿，他就一宿把著那個燈，就那樣。孩子們吃飯又吃的，因為孩子們吃的就是，年輕小夥子，都那什麼。後來我就覺得，我也有孩子，我就站在他們的角度上，跟他們合作以後，就抱著另一種心態。我覺得大家真是太不容易了，我一定要盡我的本分，我要把我自己演員的工作做好，我不可以再去駕馭導演，我不可以再去駕馭編劇，我把演員的本職工作完成好就OK了，我要盡心盡力的去完成，導演信任我，我一定要完成。

我得了這麼多的獎，我要報我國家的恩。我這不是唱高調，因為我上大學四年，真的是國家培養的。我一九八〇年上學，一九八四年畢業，我們那個時候沒有學費，住宿費都是國家出，就是吃飯的錢我們家拿，一個月四十塊錢，足夠足夠了。國家培養我，國家給我榮譽，我應該報效祖國，為我的祖國去拍一些好的片子，我好好的去工作，跟單位的領導，跟影視界這些合作的領導們，我要好好的配合他們，好好完成一個好的作品奉獻給觀眾。我應該用這樣一個心態去拍，而不是說以自我為中心，天馬行空，我想怎麼樣怎麼樣，我是女主角我就得怎麼怎麼樣，必須得圍著我轉，台詞應該

都是我的，鏡頭應該我多多，漂亮的衣服也是應該我多多。不是！我覺得所有別人的戲也好，那我現在就這樣，學了傳統文化以後，我跟別人對戲的時候不再那樣了，沒有我的戲的時候，我淚流滿面的跟他對戲，我讓對手演員，因為對手戲好，你戲才能好。以前我不管，我就要大腕，人家拍戲我就走了，別跟我對詞，我不給人家對詞，人家對著空氣演戲，說，老師您能不能跟我對對戲？我對著空氣沒法演戲。我說，那對不起，你演員幹嘛的。他說，我剛才都跟妳對了。那不行，我是老演員我給你對戲，你想什麼？

現在沒有我戲的，好多年輕演員他有時候不願意，他走了，沒有我的戲，我就在旁邊給年輕演員對戲。我覺得大家真的不容易，因為他們經驗少，我就用我自己的經驗告訴他們，戲應該怎麼怎麼演，別著急，這個戲應該怎麼演。我覺得這樣我反而得到大家的尊重，以前大家不尊重我，我不知道，我覺得大家怎麼橫著鼻子看我。不是人家橫鼻子看妳，是因為妳自己太討厭了，自己還自以為是。現在我在攝製組混個好人緣。因為我覺得真的要「事諸兄，如事兄」，都是我的兄弟姐妹，我珍惜這樣的緣，我們大家天南海北的在一起，多好。

我當時拍了一個戲叫《人工大流產》，前些年那個時候，創造狀態還特別好，還要體驗生活，我自己就體驗生活，在產科。我單位的鄰居，來了一個女的，她愛人是我們單位的，她來了。她一看我在那，就躲了我好幾次。我就覺得噌一個人過去，噌一個人過去，她看我老在那，以為我也是在那做人流、墮胎。後來我老不走，她沒辦法，叫她名她就進去了。我說這名怎麼這麼熟，回頭一看是她。她就說：姐，求求妳別告訴我丈夫我墮胎的事。我說，我不會告訴的，我怎麼會告訴？妳幹嘛要囑咐我這事。她說，沒什麼沒什麼，妳別告訴他。我說，好。旁邊那醫生說，這人都來好幾次了，

幾次了什麼的。我回家就琢磨這事，我覺得不對，她為什麼不告訴她丈夫？我回家就告訴另一個人。我這嘴欠，閒不住，我有點話就不行，就找了另一個女的演員，我說：妳來，我告訴妳件事，新聞，我告訴妳，妳千萬不能跟別人說，我跟妳關係太好了，我只告訴妳一個人，不許告訴別人。妳猜我今天看見誰了？我說，我看見誰誰誰了，妳知道嗎？她居然說不告訴她丈夫，這裡肯定有祕密，這事大了。而且我說，人家醫生說她好幾次了。人家醫生說可能是四次，我給人說六次了。我說都六次了，她要死了，還老墮，妳看著，指不定誰的。

十分鐘以後，樓上開始打起來了，她丈夫跟那女的打起來了，幹起來了。他們經常打仗，我也不知道因為什麼，就幹起來了。我正在那刷碗，這個女的頭髮都是散開的，哭著就跑，拽著我領子就啪啪打我嘴巴子，打得我都不行了。我說，幹什麼、幹什麼？啪啪給我打聾了，忽然間耳膜都，不知道打了多少嘴巴子。我覺得那個嘴搧的可能腫得都不行了。當時我特生氣，我說：妳打我幹嘛？她說，誰讓妳告訴我丈夫！我說，我沒告訴妳丈夫，妳開什麼玩笑，我沒告訴妳丈夫。她說，妳沒告訴他，他怎麼知道了。我當時把告訴別人的話都忘了。我說，我真的沒告訴，妳把他叫來怎麼怎麼的。一會羅圈架就打起來了，他丈夫就下來了。我說，我沒告訴你，你說你聽誰說的？我沒說。然後這個丈夫就把那個女的給供出來了，那個女的跟他關係好，跟他丈夫說了，羅圈架就幹起來了。

我真是閒得難受，我媽媽在旁邊氣得都不行了，你說我媽媽生不生氣？這種事情我爸我媽都在那看著，你說說什麼。這話人家還一再說，就我這多嘴的人，我們東北話、我們普通話叫傳老婆舌的人，我就愛這樣挑撥是非，人家就一再的囑咐我說，妳別說！再三的囑咐，不行！我是廣播員，我心裡有點事必須得全世界都知道，

你告訴我等於全世界人全都知道了。我就好像是唯恐天下不亂，必須得挑撥點事端，我這心裡頭要不就難受，就特別難受。

那件事你說應該接受教訓了，還不接受教訓。我有三個朋友，女朋友，關係都特別好，其中一個朋友已經結婚了，一年了，另一個朋友馬上結婚了，她們特別高興，把那個結過婚的朋友領來，說：妳有經驗，一年了，準備婚禮，我覺得應該。然後她就告訴她說，應該這樣、那樣、這樣、那樣。然後說我知道了。她說別的我都不用囑咐，該囑咐的都囑咐了，有一件最重要的事情我得囑咐妳。她說，妳請誰都行，不要請丁嘉莉。人說，怎麼了？她說，妳聽我話，妳別請她來。為什麼這麼說？因為一年前她結婚的時候，我還做為伴娘我就去了，其實我不會喝酒，那天我怎麼就醉了，喝長了把人喝醉了，在那裡瞎侃，一堆都是男方的家屬，挺高興的在那說。我就想誇誇我這女朋友，我就說，你們真的不知道，我這女朋友，說實在的太有魅力了，我跟你說句心裡話，她那三個男朋友都特別喜歡，到現在都念念不忘，人家關係可好了。我說，她可有女人味了，不像我是的，我破馬張飛的，我不行。她簡直是太，可有魅力了。我說怎麼怎麼樣，她男朋友怎麼怎麼的。當時忽然間男方有一個親屬站起來就走了，走了就把這新郎就叫到旁邊，我跟你說，你了解這個新娘嗎？他說，我了解，我們處了幾年了，非常非常好。他說，不對，剛才丁嘉莉說了，說她男朋友好多，這種女人你得仔細查查，你可不能，男人對她簡直是怎麼怎麼的。我這女朋友氣得，後來這個事就傳到女朋友耳裡了，她就聽見了，氣得不得了。

結婚第二天上我家，門開開了，特生氣的看著我，就哭，哭了半天。我說，怎麼了？怎麼結婚第二天就哭成這樣？他欺負妳，告訴我，我去跟他幹去，我最能什麼，我去幫妳去什麼。她說，嘉莉，妳害我。我說，我害妳？我怎麼能害妳？我怎麼能害妳？她說，

妳昨天說什麼了？我說我表揚妳了。她說，有妳這麼誇人的嗎？妳在那，什麼場合，妳就說這種話？我說我真是，我覺得妳特有魅力，我真是誇，我覺得妳特別好，我才這麼說。她說，妳給我住嘴！妳簡直是這樣，現在弄得特別不開心，我丈夫在那就跟我沒完沒了，昨晚一宿我們都沒睡覺！

所以你知道她為什麼告訴那女朋友，說不再請我，是人家不能請我，大喜的日子，我不給人家添堵嗎？我不會說話，真的不會說話。我就覺得我怎麼老在這口業上老是這樣，自己心裡特別。我曾經就想我不再那樣，我媽說妳能不能別再是是非非，挑這些東西了，別再口無遮攔，想想這話應不應該說的，去動動下腦子。所以，我就在想，有的時候我老是在想我自己，我說我老是這個口，這個口我是不能撕的，心能撕，老法師老說「存好心，說好話」，所有的口業都是心造成的，妳如果站在別人的話，妳真是「事諸兄，如事兄」，妳站在別人的立場上考慮問題的話，妳就不會犯這麼多的過錯，妳就不會到處去惹禍。那時候我不懂，後來我就覺得好多人慢慢就離我而去了，我還不知道什麼原因。

我學佛的因緣就是，我十幾年前，我爸爸生病了，那時候也接觸點，我為什麼要學佛？我是因為有種特殊的原因，因為我第二次婚姻以後，我就覺得我自己完全進入了一種特別的瘋狂狀態，老想自殺，不想活了，特別可怕的現象，抱著自己的孩子，想把孩子弄死，然後我自己再死。想了各種各樣的死法，就覺得我應該這麼死，那麼死。然後覺得地震，快地震，地震就把我帶走。有的時候心裡每天就是這麼想，以淚洗面，然後就天天情緒糟糕到極點。後來有個朋友給我幾本書讓我看。有一個人對我的影響特別重，是我們電影界的一個演員，他現在已經是一個院長了。他真是德行特別的好，我覺得生活當中，為什麼在攝製組的人，所有的人都圍著他

在轉，所有的人都聽他在講，所有人的煩惱都到他那迎刃而解，他給大家解決很多很多的問題。我說他為什麼那麼智慧？為什麼他那麼好？他也吃素，他從來不給別人添麻煩。不像我，最後吃素老給別人添麻煩。到攝製組說，我吃素，你給我弄素。他不，他永遠就是看著別人，所有的人都吃完了，他把饅頭蘸點菜湯就吃完了。別人有什麼問題、困難，他都去幫助人家。我就覺得這人德行太好了，他們說他是學佛的，後來我就願意聽他講，講很多道理，我就覺得怎麼這麼好，一下把我的烏雲給撥開了，這麼好。那時候正好是老想死的時候，我覺得這麼好，然後我把自己的煩惱也跟他說。後來他就給我些書，給我講些道理，我就不想死了，我說，我不能死，自殺是挺可怕的事情。他給我講了很多很多道理，我覺得太好了，我想我做人一定要像他這樣做人，那麼好。他說那你就跟我一起學佛。就給了我一些書，一些碟看，那時候是卡帶，聽的卡帶。然後我為了那個又去買了小收錄機，聽些帶子。

十一年前，我爸爸忽然間，因為他老搶救，他是肺心病，很多很多的病，肺心病、腦梗，還有心臟房顫。那天我跟我爸爸在醫院的時候，我爸爸跟我說件事情，說希望給我媽媽平反。我那時候不知道怎麼孝敬父母，我就跟我爸爸說：爸，你別管那麼多事，你這麼大歲數，什麼平不平反。我媽退休那麼多年，你不用惦記那點錢。平反不平反，幹嘛，人家都老早的事情，你就好好待著，你甬管了，你就照顧自己，你現在躺在病床上，操那麼多心幹嘛？真是的。我就刺了我爸幾句，然後我就到門口給我爸煲湯，上醫院門口去給我爸煲湯。我爸好幾天都不大便了，我就去煲湯。我說，爸爸，喝完湯，完了再大便。結果我一走，他自己要大便，結果一下就走了。我進來的時候，我捧著那個湯的時候，我看我爸爸已經蓋上白單子了。我當時就傻了。醫生說，丁嘉莉，我們已經做了最大的努

力，妳爸爸走了，人工呼吸已經什麼，就讓他走，八十歲的人了，妳就讓他走。

我當時就哭，剛學佛不久，我哭的昏天黑地的不行，我就在那跪著哭。後來旁邊來了一個老人，阿姨，過來就在我後邊說，我始終沒看到她的臉。她說，妳不要哭，現在醫學挺發達的，可以搶救。我想妳怎麼能說這種話？都蓋白單子了。我想，妳說出這種話我不相信。忽然間我就在那雙手合十，我說，有沒有佛菩薩，我剛學佛，我不相信有佛菩薩，您給我示現一下，要有佛菩薩存在，您給我示現一下，如果我爸要活過來，我就好好念佛，我就吃素了。我想了這樣，我就找醫生去，上辦公室找主任，我說，主任，您救一下我爸。主任說：丁嘉莉，妳是個孝子，我們大家都知道，妳不要讓妳爸七竅流血。他說，只有一個辦法，他現在已經過去了，電擊的話對妳爸不合適，妳爸肺心病。咱們肺是這樣，妳爸肺泡這樣，一給它炸了以後，七竅流血，然後臉色特別難看，妳幹嘛讓妳爸走了以後是這樣的一個相，妳終身都遺憾，今後妳非後悔不可。我說，不行，妳必須救我爸。他說，電擊對他不合適，妳不要固執。我說，不行。我就跪下了說：主任，你必須救我爸，你要不救我爸，我就永遠不起來，你必須救我爸。他說，妳太固執了。他真受不了。

然後就讓旁邊的實習醫生，他說，你拿那個去讓她看一下，你就去去。後來我就起來了。因為玻璃擋著，就給我爸電擊一下，我爸沒有感覺。那醫生就看著我，從那玻璃看我，那意思是妳看見了，還來嗎？我說，再來一下，再來一下。那醫生就這樣看我，就再來一下。啪！一下，奇蹟出現了，我爸的腿就起來了，那個心電圖都已經平了，忽然間就來了，然後忽然間醫生全都進門了，就給我爸插管子，插、插、插，就搶救，就又回來了。然後我就去繳錢什

麼的。我爸睜開眼睛以後第一句話，找我，因為看見我哭著，他走的時候看見我哭，說，我姑娘？我繳完錢就過來了。我爸一看我就說，我去閻王爺那報到他沒要我。還跟我開玩笑，然後就活過來了，一活就活了十年，九十歲走的。

在這期間我學佛了，我這貢高我慢的心又跑到學佛這了。我記得曾經有一次在攝製組，另一個演員也是一個特別有名的演員，他是學基督教的，他就看我在那念佛。我是怎麼學佛？我開始最初學佛在家念經。他來電話了，來電話我就生氣，我特生氣，拿了電話，我要不接電話，我心裡就在想，誰來的電話，是不是有人找我拍戲的。我心裡在琢磨，不行，要把我自己的事給耽誤了怎麼辦？我不能不接電話，可是經念到那又不能停，念《無量壽經》，不能停。我想這怎麼辦？可是那邊電話還響，我心裡邊又在琢磨。放下經，特生氣的，瞋恚心就起來了，接起電話說：幹嘛？快說快說，你幹嘛？說，妳怎麼，不方便？我說，我念經，你給我打什麼電話，你打電話影響我。對不起，妳就念去。我生氣放下電話接著念經。不行，他肯定有重要事找我，又把經給放下了。我說，喂，快說，你有什麼事？他說，妳就念經去。我說，不行，你一定把事給我說了，我踏不下心來念經，我也不知道你要說什麼。他就跟我說了。

在攝製組也是，假模假式的，上攝製組拍著戲，不好好拍戲，跑那去念經。在那念著經，那邊說，老師，求求妳了。我在杌隤那念經，以前不是造口業嗎？東家長西家短，現在念經，《大乘無量壽經》。在那念，其實也沒念，人家東家長西家短我這耳朵都聽見了，一會我還得問，他剛才說誰誰跟誰好，一會我得問他。我在這念，其實口在念，心裡根本沒在這，都在是是非非，都在別人境界那。最後人家說，老師，咱們這光可要下去了。他來了好幾次，第一次來說，老師，拍戲了。我說，噓！你造孽，我這念經，你能打

斷我嗎？你不能打斷我，我念經，去去去。然後我再念經，一會又來了，實在對不起，丁老師，人家那邊讓您去，實在是光快要下了，我們就白來，幾個小時的路白來了，妳就念。我說，你讓他等著，把我經念完了。等我經念完了，光也下去了，白拍了。等於上半截白拍了，明天還得重來再拍。就這樣，學佛學成這樣。

在攝製組跟剛才那個男演員，他是基督教，他看我拿著佛珠。我當時不懂，跟人家說話沒禮貌，所有人跟我說話，我以前不是造口業嗎，把我的口業念成阿彌陀佛、阿彌陀佛，人家跟我說話我就阿彌陀佛，阿彌陀佛。人家說，妳說什麼？我說，我在念佛。那我不打擾妳。我老是這樣。那個信基督教的演員他也是學得挺深的，他就看著我，他就看我不順眼，他說，妳就魔，妳是魔。我倆有一天，他說基督教好，我說佛教好。他在這一直爭，說，慈愛，妳懂什麼叫愛嗎？妳跟我說說什麼叫愛？我說，你等著，我回去問問別人去，我明天再跟你理論。回來問了別人，第二天又在那爭，天天吵吵。忽然間有一天，因為已經積得很厚了，有一天我倆忽然間在那裡說說，就吵起來了、就幹起來了，幹起來了以後，我就抓著人家脖領子，他也拽著我，我倆就幹起來了，就動手了。後來別的攝製組的人就在外頭看熱鬧，說，不得了，學佛的跟學基督的打起來了！全都看熱鬧。大家在那就看熱鬧，我倆就在那直叫喚。人家旁邊人說，我告訴你，佛也不能學，基督也不能學，你看這兩人都走火入魔了，都打成這樣。

我姐姐是基督教的，我姐姐老想度我，我也想度她，家裡打翻天了。我姐姐是我叔伯姐姐，現在已經快八十歲了，在大連，老給我打電話，每次她一打電話的時候，我就度她，我就說，妳學佛，妳學佛。她說，妳學基督，上帝什麼什麼的。老是這樣說。那時給我爸簡直不行了，我爸爸特別喜歡我姐姐，後來說，妳們倆這樣，

妳學妳的佛，她學她的基督，妳們倆不要互相再這麼打了。八月份我們到那去弘揚傳統文化，我就給我姐姐帶些錢，因為她一輩子都沒結婚。我就到大連去，正好講，我就把她給帶來了，她聽了傳統文化，特別的開心。因為我以前一給她打電話就阿彌陀佛。她說，感謝上帝。然後我倆就唇槍舌劍在那打。這次沒有提佛教，就提傳統文化，她就特別的欣慰，兩天聽下來她還做底下的點評，覺得真是太好太好了。

從那以後我真的改變了，我覺得其實是我學偏了，我姐一點都沒有問題，包括那男演員，我學偏了。這不都是一家，幹嘛有分別心，學、學、學都偏了，覺得妳自己好，人家別人是魔，妳自己是佛，搞分裂。我覺得我不是佛弟子，我給佛弟子在抹黑，所以以後我再不敢跟人說我學佛的，我學佛學成這樣。從那以後，我每次給我姐打電話，我把好多傳統文化的碟給她看，有醫學的，因為她搞醫的，給她看。我再給她打電話，我說：姐姐真好，我現在一天比一天好，我真的感謝上帝！我姐姐特欣慰，有一天她忽然間說：妹妹，妳知道嗎？妳為什麼現在境遇那麼好，因為妳學佛。當時我就覺得，不要別人改變，妳自己改變。我對我姐姐有恭敬心了，以前我覺得我姐簡直是魔，她怎麼能學基督？這麼好的佛教不學，為什麼學基督？我特別不理解。我現在真正的關懷她，給她郵些錢，給她一些傳統文化的帶子、書，給她帶，我一個星期給她打好幾次電話，她一個人不容易。我真的關懷的時候，我姐姐特別。

而且我姐姐知道我這個網上鋪天蓋地那樣，我姐姐特別的支持我說，我告訴妳，她叫我的小名說，我支持妳，妳這個事是做得太對了，妳一定去講，告訴別人不要走妳的老路，妳去講，我支持妳。她最後也知道我有時候經常說點佛教的，她說，妳說有什麼，我現在在基督教裡頭到處去講《弟子規》，我又沒什麼錢，我拿著錢

去買《弟子規》，給我所有基督教的那些教友們，給他們發《弟子規》，然後我給他們講。我姐因為她小的時候還接受過我太爺爺、爺爺的那種文化洗禮，還教育她《弟子規》。人家《弟子規》現在背得可好了，人家也去力行了，確實她做得特別好。她就給人家講《弟子規》，再加上我這些碟、盤，她在裡面摘了很多東西，人家現在就是做為傳統文化的傳播者，我真的特別的欣慰。以前不是我姐姐不好，是因為我自己不好，我有分別心，姐姐那麼好，我有眼無珠，我看不見這些東西。

我吃素了，爸爸這樣，我吃素學佛。我在攝製組因為我自己吃素，我覺得我真好，你們不吃素我心裡就不平衡。有天我記著我們是在一個農村拍戲。你們可能對農村沒有什麼樣的概念，我們要從縣裡頭可能開車四個小時，從縣城到那農村拍戲。中午吃飯可能到那都涼了，在那個大桶裡頭，冬天飯菜都涼了，也沒有小賣部，中間餓的時候也就等著那頓飯。那天我記得是做的雞大腿，好多的工作人員，因為他們幹的活特別特別累，靠這個雞大腿，也許晚上很晚很晚才回去吃飯。大家就挺興致勃勃在那吃，餓得都不行了，趕緊在那吃。我就翹著二郎腿看著他們說，因為一大桌子吃飯，好幾桌，我大聲在那宣布，我說，你們知道你們吃的什麼嗎？他們說，雞大腿。我說，不對，你們現在吃的是死屍，屍體你們懂嗎？你們現在在吃屍體。好多人都吃在嘴裡，因為女的，男的在那就不知道該怎麼辦了。我就跟他們講，你們天天吃屍體，怎麼怎麼的。結果那個雞大腿原封不動的，基本上沒消滅幾個，就全都端回去了。等到晚上拍戲，那時候可能十二點吃的，三點多鐘，我們是同期錄音。同期錄音就是有個話筒在這，錄演員台詞什麼的。這個導演就聽老咕嚕咕嚕響，怎麼老有響聲，咕嚕嚕響。導演說，停！什麼響？沒什麼響。後來一個演員說，導演，您別找聲音了，我肚子響。你

們怎麼肚子響，沒吃飯嗎？您就別提了，我們剛要吃飯，丁嘉莉老師說我們在吃死屍，在吃屍體，就給我們噁心的全都吐了，吃點東西全吐了，多缺德，你說，我們好容易那點。最後導演說，嘉莉，妳能不能。我說，對，我為你們好，因為我是學佛的人，我不能讓你們造孽，你知道嗎，能吃動物嗎？這是眾生，你不能吃，而且我真是為你們好。他說，哪有這麼為好的。

現在攝製組的人全都知道，我吃素，我就是不會說話，其實吃素我是最大的受益者，我經常那時候減肥，把自己身體弄得特別不好。我腸胃經常吃肉，整天鬧肚子，在攝製組我是第一個反應。自從我吃素了以後，真的腸胃特別的好。我可以跟人家好好的說吃素的好處，不行！非得說這樣的話，讓人覺得特別。人家說，嘉莉，妳人挺好的，人真的挺好，妳學佛以後怪怪的，妳別這樣行不行？反而讓人家覺得妳學佛學成那樣。不是佛教不好，是我自己學偏了。

再說我爸爸。從那吃十年的素，到今年十一年了，我爸爸其實他是不學佛的，他也不相信這個東西。其實我跟他說，我是求佛菩薩，您才回來的。他也不相信。他在走之前的兩年前，他有一次又去搶救，然後他自己忽然間合掌了，在那病床上合掌。他嘴裡念念有詞在說什麼東西，後來我說：爸，你在說什麼？他說，我在求老佛爺。我說，你求老佛爺？他說，對，我求老佛爺今天別讓我住院行不行，看靈不靈。結果真就沒讓他住院，說你回去。因為他已經耐藥了，沒什麼事。然後開了一些藥就回去了，他從那以後他就開始念佛了，念阿彌陀佛。我覺得我真是口念彌陀心散亂，喊破喉嚨也枉然，永遠是嘴上念心裡不念的，妄想紛飛。我今天還跟傅沖老師分享，我說，我這個妄想，以前沒學佛的時候也多，學佛以後也多。我經常是在衛生間裡兩個小時不出，我自己演一場電影，又哭

又笑的。妄想就沒完沒了，我在那念經也是妄想紛飛。我爸爸念佛了以後就特別的高興，其實我爸爸，我覺得雖然他學佛比我晚，但是人家真有一種誠敬的心。因為我爸爸老是在他自己房間裡，他不能行走了，大小便什麼的，他就讓我拉個簾，在阿彌陀佛像那拉一個小黃簾。他每次要大便讓我把那個簾給拉上。然後他也在念佛。

有時候他看電視我心裡就特別的，我只要一回來，啪！就打我爸一下，幹嘛你？我爸說，妳幹嘛？妳幹嘛？我說，你看什麼電視你，你怎麼不念佛，爸，你不念佛，你念佛。我爸說，我看一會電視能怎麼樣？我說，不行。就把電視給關了。我爸爸有時候正在那，我從後背過來又打我爸一下，我爸嚇一跳。我說，你幹嘛？念佛！我爸說，我在心裡念，我在念，我在念！妳在口念，我在心念。現在想想我爸爸走一年了，我覺得我爸人家真正是在念佛。我爸就是在念。後來好多佛友到我家去，都說，你爸爸一定往生西方極樂世界。因為我爸爸最後那兩年期間，最後真的很痛苦的，他喘不過氣，肺心病喘不過氣。所以每天早上一起來，他就，阿-彌-陀-佛。我說，爸爸，省點勁，心裡頭念，心裡念。他都念，多難受。

我記得有一次搶救的時候，我媽媽在那個醫院搶救，忽然間我爸不行了，我就帶著他去另一個醫院搶救。在120的搶救車裡頭，我就抱著他的頭，我覺得我爸臉都憋得紫了，那個心跳已經不行了，我覺得我爸可能不行了。我就一直抱著他念阿彌陀佛，我爸爸那麼痛苦還在那念：佛、佛，還在那念。我一直抱著我爸，我說：爸，不用再念，省點勁。他還在念佛，他那個堅定的信心，還在那念。我就一直在抱著我爸，我說，爸爸，爸爸。他還念，阿彌陀佛，阿彌陀佛。我說，我給你念。我爸爸就看著我，佛，阿彌陀佛，一直在那念。他信心真的特別的堅定。

最後我爸爸走的時候我有感覺。因為在這期間，我一直給我爸

爸洗澡，因為我怕他走那天再給他擦弄什麼的。我還想說什麼事，我就覺得人一定要有智慧，我就是沒有智慧，當時我爸爸要走的前兩個月，我爸忽然間不行了。其實爸爸那個時候已經跟我交代說，我已經這樣了，你不要給我送到醫院，最後。我說好。那天我真的我不知道怎麼想的，又給他送醫院去了，送到醫院以後給他插管子，插了特別特別多管子，還有尿管什麼的，插管子。他就在哀嚎，四天四宿我也沒睡，四天四宿他也沒睡。把那個搶救室的人都給弄走了。

我學佛都學到這種程度，我爸爸已經跟我交代說不要把我弄到醫院，我鬼使神差還把我爸弄到醫院，他一直想要拔管子，他很痛苦，用那種仇恨的眼光一直在看著我，就那樣看著我。他就想拔管子，因為他有前列腺，很疼很疼的，那個管子在他尿道裡，他疼成什麼樣？他想拔，他疼、難受，他就掙扎，然後就把他的手都綁在那個鐵床上，他的腳也綁在床上，撕得都流血了。那時候我還不覺悟。我說，爸，怎麼這樣。給他吸痰的時候，那有多痛苦，一吸痰他那個心率就一百八十幾、一百九十幾，醫生說，完了完了，肯定要完了。心率都那種份上了，那臉憋得像紫茄子顏色。但是不吸又不行，因為他腦梗，大面積腦梗，他這都麻木了，必須得吸痰，一會吸一次，一吸他就喘，恨我，眼睛使勁盯著我。真的是我害了我爸。我是什麼孝女，我讓我爸四天四夜在地獄裡生活，我太愚痴了。

所以我告訴大家，大家好多都是佛友，千萬不要像我這麼愚蠢，我爸爸四天四宿遭那罪別提別提了。最後醫生告訴我說，丁嘉莉妳回家，妳爸不行了，腦CT出現大面積腦梗，他這麼哀嚎，把我們所有搶救室的人，妳看，有心臟病的全走了，影響別人，就這樣，我們打什麼藥都不行，他耐藥了，妳回家。

後來我請了一個師父，那天刮大風，師父特別慈悲，到我這來一看說，天靈蓋都開了，可能下半夜就要走了。我當時把我姐姐，信基督教那個姐姐，還有我爸爸那孫男弟女(他哥們弟兄多)，全都請來了，看我爸爸最後一眼，都從外地給請來了。我當時壓力特別大，我說：師父，我壓力特別大，因為我有一個學基督的姐姐。他說，沒有什麼壓力，障礙不在她那，在妳自己，妳要堅定，不要讓你爸爸再遭這樣的罪了。我說，那怎麼辦？我又怕醫生那個怎麼的。後來我就跟我姐姐說，我要給爸爸轉院。姐姐沒說話，我就打了個車，所有的管子全部拔掉，我想可能路上都不行了。到了另一個醫院，四十多分鐘到了另一個醫院，我想可能中間，拔管子了，就靠一點氧氣，我爸肯定不行了，肯定他要走了。然後就把我爸放在病床上，我跟醫生說（北京這個醫院是可以助念的，而且還可以聽家屬的），我爸爸不搶救了，什麼管子都不要給他插，也不要給他打點滴。就有點氧氣，我就給他念佛，還來了好多的佛友。從六點多鐘開始（我想下半夜可能就走了），我一直在那拜佛，一直在那磕頭，使勁磕，後來磕的頭都流血了，膝蓋都不行了。我一直這樣磕，我想阿彌陀佛一定要來接我爸爸。

我就跟我爸爸說，我爸爸聾，最後走的時候真的不聾了：爸爸，阿彌陀佛，你記著這個白色的阿彌陀佛（老法師那個藍色底白色），你就跟他走，爸爸跟他走，念佛。他還點頭。我一直在那磕磕磕，磕到早上起來，奇蹟出現了，好了。他跟我要水喝，要飯吃。因為有十幾個居士在那給他念佛，我說，他怎麼會好了？我爸爸兩個月就這樣，後來我一直在那給他磕頭、念經、念佛什麼的，爸爸有一次忽然間看見，他就給我指著，啊，啊，來了。讓我給他剃頭，我每天都給他剃。那天還要剃，我說剛剃完。他還要剃，他就跟我比。我爸爸媽媽最後都不怎麼說話，他就比劃，我能明白他的心

理，他要乾乾淨淨去見佛。

我說吸痰的事，就是為什麼爸爸又活了兩個月，我覺得那時候我真的體會我爸爸，兩個月期間，我爸爸所有的我都體會了。說吸痰的事，我覺得只要有老人的，你一定要上下給他通，一個是大便，一個是痰。因為我們老百姓經常說，這人一口痰上不來就走了。我覺得痰特別重要。我爸痰也不吸了，怎麼辦？那天我自己有點痰我就憋著，我想怎麼辦，我爸這麼難受，我想個什麼辦法，又不能讓他難受，因為隨時隨地他都會走。我想怎麼辦？我就一直在想怎麼辦，我在給我爸爸餵水的時候，忽然間我爸被動的噙了一下。我想我一定要餵水被動噙他，他才能咳嗽，他這麼一噙的時候，我就摳痰，拿手就摳一口痰，粘粘的痰，就這麼摳，兩個月。

曾經轉的那個大醫院不相信我爸爸又活了兩個月，說，他那個痰上不來，他不吸痰絕對要走的。我說，就是兩個月，我現在不敢撒謊了，學佛我不敢撒謊，我爸爸就是活了兩個月。摳痰，我一會就給他摳摳痰、一會就給他摳摳痰。大便也是，給他摳大便。爸爸也疼，也生氣，我每次給他摳大便的時候，其實有的時候，我現在在想，老人不是說你覺得給他摳他舒服，他也疼，他也不願意。但是有時候就哄老人，在那哄半天，必須得通什麼的，最後我爸也挺配合的。

我爸在這期間，我一邊給他摳痰，還天天給他擦，天天給他擦。應該說是兩年期間他已經不能動了，但沒得過褥瘡。我總結了點經驗就是，老人一定要勤給他擦洗，勤給他換被褥。尿了以後，那個時候我就不怎麼用尿不濕了，我覺得我爸爸如果尿不濕，他肯定要得褥瘡了。我就寧可洗，鏗鏗的在那洗。我覺得讓老人乾乾的，就不停的在換，尿了我就給他換。有的時候他明白，他要撒尿告訴你個信號，有時候他可能尿了，他有的時候就不說。他也沒得過褥

瘡。痰也是，上下都通。

他走之前我有一種感覺，忽然那一天我就覺得我爸可能要走了，那天早上我就特別早早的起來，給爸爸洗乾淨了。我現在明白了，我當時給他摳大便的時候，我覺得忽然那大便不對了，我就知道他要走了。因為以前的大便都是那個溫度，每次我爸大便我都要在那研究半天，今天消化好了。因為後來我就不給他吃什麼藥了，拿木耳給他絞碎了，青菜給他弄碎了，餵一些東西，都是流食那樣。我每天都查他大便，每次大便以後就使勁在那看，研究應該給他加點什麼東西。他缺鉀的時候，缺鉀要暈的，就給他弄點香蕉，給他碾碎碎的那樣。

那天我就覺得不對了，我爸爸大便了以後，忽然間出來幾塊是熱熱的，我想，完了，我爸可能要走了。那時候真是有感覺。我爸爸他可能也有感覺，一直死盯盯的看著我。我說，爸現在開始你就念佛。他就一直在那念。十點多鐘，我就想在那邊休息一下，我想晚上可能他就要走了，結果十一點多鐘，五分鐘前我還看他一眼，五分鐘前我想在那眯一會，我又起來的時候再看他一眼，他那時候就走了。我就趕緊去念佛，也沒動他，念了三十六個小時，床都沒有碰。趕緊給那些居士們打電話，所有的人都來了，真的覺得挺好的。當時我還有點顧慮，因為那是我們單位的宿舍，那時候天熱都敞著窗戶，我怕到時候念佛影響別人，幾個鄰居也不好對付，因為要念一宿。忽然間晚上的時候一個女的說，誰，老在那唱什麼唱！讓不讓人睡覺！我探個頭想跟她說對不起。剛要跟她說，她頭一下就回去了。後來我就沒說什麼，就一點障礙都沒有。

三十六個小時念完了以後，大家把那個簾打開再看他一眼的時候，我對兒子說，你最後看你爺爺一眼。我爸爸是笑著走的，笑得極其燦爛。因為我爸爸是屬於特嚴肅的人，就是因為他嚴肅，跟我

媽媽老打架，我媽媽老覺得他連笑都不會笑，覺得特別的，我爸爸笑的從來沒有那樣。我兒子當時想哭來著，看著我爸爸那樣，他說：媽媽，爺爺笑了。簡直笑開了花，我覺得真是特別柔軟，身體柔軟極了。後來給師父打電話，他說，是往生西方極樂世界了。

真是無限感恩我的爸爸。因為我爸爸教我的那些事情，我爸爸不讓我墮胎，不讓我離婚，還有教導我的話，我覺得真是愈想，我爸爸走了一年以後，我覺得我爸爸說那些話都是對的，我覺得我爸爸來度我來了。你看，我為了他吃素，然後學佛、念佛。我覺得真的，我覺得我爸爸太，他來度我。然後告訴我不可以去違女人婦道的事情，不可以去做，過去的女人三從四德。他教育我那些話，我現在反思、回憶我爸爸教導我的每條每句都是對的，我真的無限的感恩我父親，我真是太感恩他了，沒有我爸的話，我不會堅定信心。所以現在我能走上這個傳統文化的講台，說實在的，我就是學生，底下的觀眾都是老師，我把我自己很多的故事分享給大家，其實都是我爸爸在默默的支持我，我想我爸在天之靈一定看著我，他在微笑。我每次都覺得我爸爸在看著我，他在點頭說，孩子，妳這樣做是對的。所以我堅定了信心，我真的感恩我的父母。

以前在攝製組，我們叫黃段子，就是黃色笑話，在攝製組裡不好好給人拍戲，拿個本子天天跟人家說，你有沒有好段子？綺語，到處去這樣。你想，社會這麼亂，文藝界又那樣，到處黃色笑話去說，弄得導演有一次就說，正拍戲，我經常把人逗的，攝製組的人經常半夜拍戲覺得太乏味了，把丁嘉莉叫過去，因為什麼？我一說黃段子，大家樂得人仰馬翻的，最後我還覺得自己特別得意，連表演帶，不走正道，把心思沒花在正道上，妳好好琢磨妳戲不行？黃段子，特別嘩眾取寵，覺得有成就感，覺得你看，大家都願意聽我的黃段子。現在學了佛以後，學了傳統文化以後不再去講了。有一

次導演說，嘉莉，妳要是把妳那黃段子，有一次忽然間讓我哭的戲我出不來了，所有的人都在等我，我那個尷尬，我覺得我怎麼就會出不來了。導演就在那拿個報紙等我，想這個激情還不出來還得等，說，沒關係沒關係。後來導演就說了一句，丁老師，你如果要把黃段子那種精神去投入你的演戲，你一定是個特別了不起的國際上的大牌演員，一定是那樣。說得我真的特別臉紅。

那現在絕對不這樣了，因為我本身是個演員，我應該在文藝界裡做個好榜樣。因為很多年輕演員，傅沖老師經常說，我說黃段子，都是丁嘉莉老師他們這一代老演員給我們帶的，青出於藍勝於藍，我們比她講的，老演員帶頭我們就講。所以我真是罪人，我不再去講了。那我就想說，現在我存好心，說好話，我現在到處去送禮，開始送禮，送什麼禮？送祝福的大禮。我覺得其實這是最廉價的，也是最珍貴的。以前比方坐出租車，上出租車跟人家較勁。有個女的出租車司機開著出租車，那天我心情特別不好，坐那以後我說，真是討厭，這車怎麼老堵，妳幹嘛要給我走這條路線，故意的，妳繞遠。開始她還那樣看我，我也不知道什麼意思，其實她是認出我來了。後來她說，我幹嘛繞遠，我繞遠我能多掙妳多少錢！後來我說，妳成心，這計價器妳調了，怎麼蹦得那麼快，我心臟都快蹦出來了，怎麼老跳錢？她說，我一個女的我也不會調這個，我不會，不就這樣嗎，哪個都這麼跳。我就跟她怎麼都不對，這個那個不對。後來開到半截，還沒到目的地，她實在忍無可忍，她說，我告訴妳！妳不就丁嘉莉！我以前特別喜歡妳演戲，沒想到妳是這麼討厭的一個人，妳給我滾下去，妳滾！滾！我不要妳錢，妳下去，討厭！我覺得真的自己特別那什麼，我站在那，後來辦事我也沒辦。我覺得也是，妳自己心情不好，人家招妳惹妳了？人家喜歡妳演員。她說，妳有什麼了不起的，妳演幾個破戲！我告訴妳，以後再有

妳的戲我都不看了。然後人家就走了。

現在我坐出租車，因為我不會開車，老坐出租車。我就跟司機聊天，我覺得司機特別的不容易，出租車司機多熱的天他也克制自己不喝水，為什麼？他要找廁所，拉著客人，他要找廁所又不方便，每天面對那種堵車的狀況他裡心也挺煩躁，他家裡也有煩惱。我就跟他聊天，我就讚美他，有的時候就聊點什麼。有一天我見了一個大孝子，我說，你真是太好了，你一定會怎麼樣的。從那以後我每次坐出租車都要跟司機聊天，走之前我要給他祝福，我說，今年您平平安安、家裡老人健康什麼的。司機都感恩的不得了，還不要我錢，我說那不行。他不要錢我還多給，有時候四十多，那五十就給扔那。我說，別別別，大家有緣分。我覺得我從中得到了一種快樂，說好話是這樣！妳讚美別人，妳真心的去體會別人、去體貼別人，妳覺得人家不容易，自己的一些分享，就是學了傳統文化分享給別人的時候，別人那麼的感恩妳，眼神對妳的那種喜歡，說，丁老師我早就認出妳，我以前挺喜歡妳的戲，我以後更喜歡妳。丁老師，您人這麼好，我沒想到，怎麼怎麼樣。其實我沒什麼，我就這樣。

我買菜也是，以前買菜挑斤少兩，跟人家說菜我得挑好的，把我的籃子擱在別人西紅柿上一壓，人家沒法賣了，軟了，我不管，反正我合適就行。然後我說，你肯定缺斤少兩，缺德，你給我多點，再給我饒一個。我買了一斤，我得饒兩，我佔人便宜。一個農民他能掙多少錢，妳還這樣。有個農民說，妳幹嘛這樣。我說，我告訴你，你知道你這輩子為什麼窮嗎？你下輩子還得窮，你跟我計較什麼！你饒我兩個就得了。還跟人家計較。我現在十二點去，為什麼十二點上早市？現在我不拍戲一年了，在家弄孩子，因為他高三了，今年馬上高考了。我天天早上要上早市買菜，拎著籃子去早市

買菜去。我去買菜我都十二點去，為什麼？十二點的菜都是不好的菜，我去買那樣的菜，蔫了、人家不要了的，我就買那樣的菜。我還挑老實巴交的人，他有時候不會做生意。有的人會吆喝，吆喝有時候造聲勢，人家就去買他的菜，我一看老實巴交的人不會吆喝，我就買他的菜，我還給他祝福，我說，今年生意一定怎麼怎麼好。我每次都這樣說。我現在到菜市場老有人緣了，人家都說，大姐，妳過來上我這來。我覺得特別得好，無限的歡喜。我覺得，怎麼這樣？就說點這樣的好話，多廉價的禮物，就說點給人祝福的話，我就得到這麼多人的喜歡，別人就那麼笑臉相迎，我也不再是以前那種苦瓜臉了，繃著個臉。笑容是最好的美容品，不用擦這個擦那個，我就笑。每個人見我都說，姐，上我這買點，姐，我這不要錢，妳拿走拿走。我以前還想佔人便宜，現在反而那些人還多饒我，我以前主動拿，現在我都不好意思。我說，別，大家都不容易。我還主動，把我家好多那些孩子的衣服、我的衣服都給他們。我有的時候看他們吃飯太，家裡做點什麼東西，我就給他們端點，他們就特別的感恩。我覺得人不容易，我的兄弟姐妹，我在想，我的兄弟姐妹，數冷寒天的，手都凍得在那哆哆嗦嗦賣那點菜，有的時候菜凍了，北京有時候凍菜，真的不容易，妳還跟他挑斤少兩的。後來我就全都買那凍菜，買了好多那個大白菜，買了好多。因為那年忽然間北京大雪了，我就買回家，後來又送給別人，人家說，你這什麼，送我都是凍菜幹嘛？我說，湊合吃，我家也吃不完。鄰居家我全都送了。

這些人特別高興，我就看著他們，我也做不了什麼別的。我這人真的做不了什麼大事，我就做這麼點小事，為什麼怎麼那麼開心？每天我坐出租車我都開心，每天我去買菜我都開心，半天我回不來，跟這個聊兩句，跟那個聊兩句。我說，你別把孩子凍著。孩子

睡覺冷得不得了，回家拿個大衣，拍戲用的大衣什麼的給孩子蓋上。我覺得沒什麼，我其實做一點，人家就覺得不得了，就對我好得不得了。所以我想真的是感恩傳統文化，我學佛的時候，不是佛教不好，是我做人都沒有做好。根本！老法師說，做人是根本。妳的根本，妳的德行都不行，那咱德不配位。得了那麼多獎，德行那麼的差，造了那麼多口業，犯了那麼多過失，自己還不知道，德行沒做好，您還想怎麼樣，那妳肯定災難就沒完沒了。

現在我明白了，我說，現在我要多活一天，我想，這個傳統文化論壇只要需要我，我絕對不走下來，只要眾生需要我，我就去做。我要報佛恩，我要報老法師的恩，這麼多年聽老法師的講經說法，我說我沒別的什麼，我真的想報恩，雖然學得不好，雖然是「老改犯」，在這個期間有時候脾氣還是在發，有時候錯誤還不斷在犯，但是我已經知道了，我會及時的改。但是我下定決心，我對自己充滿信心，我會改。

今天就分享到這，謝謝大家，阿彌陀佛。