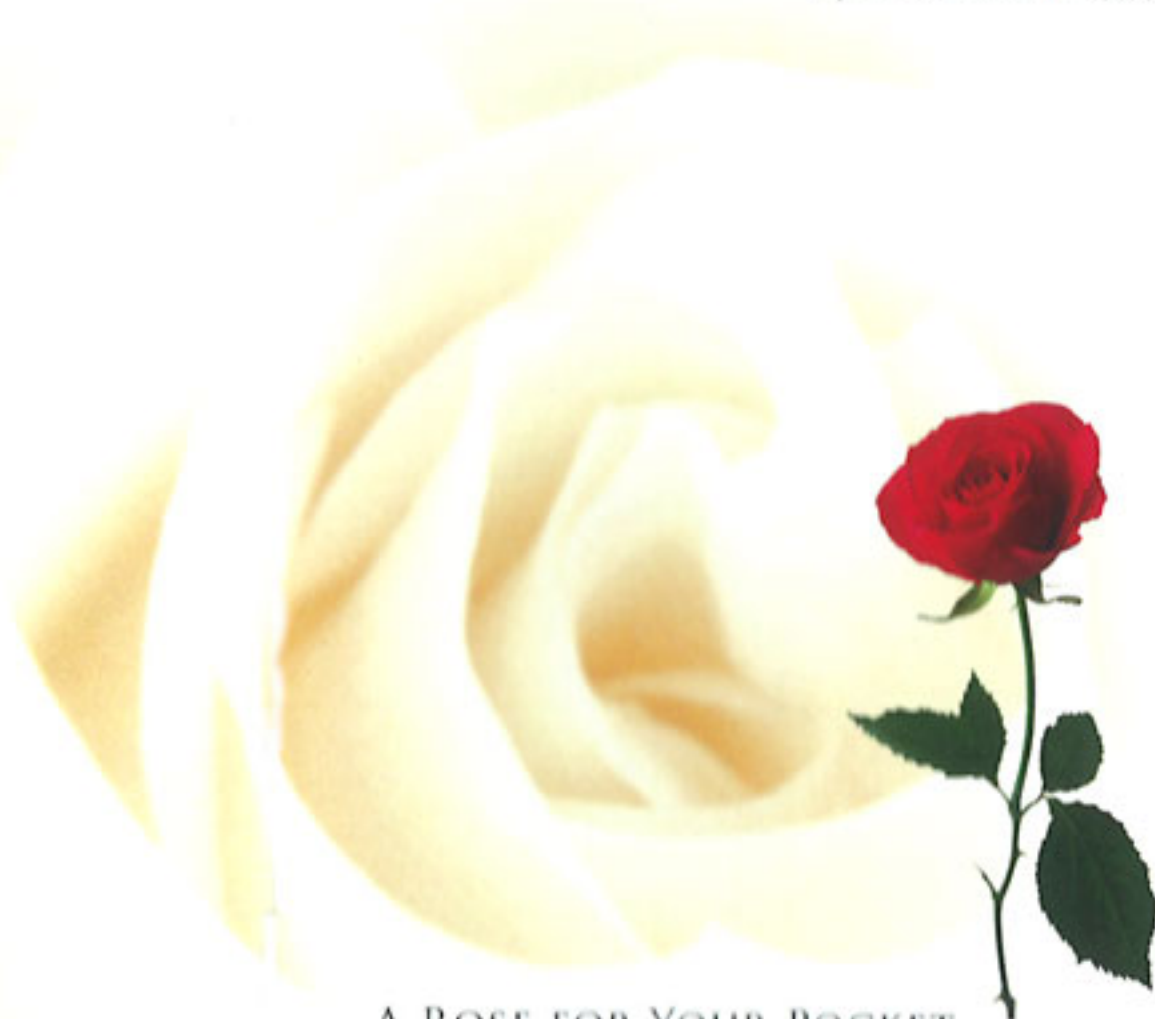


By Thich Nhat Hanh | 一行禅师 著

Thich Nhat Hanh is a Vietnamese Buddhist monk, a poet, a scholar and a peace activist. His life long efforts to generate peace and reconciliation moved Martin Luther King, Jr. to nominate him for the Nobel Peace Prize in 1967. He founded the Van Hanh Buddhist University in Saigon and the School for Youths of Social Services in Vietnam. When not travelling the world to teach 'The Art of Mindful Living', he teaches, writes, and gardens in Plum Village, France, a Buddhist monastery for monks and nuns and a mindfulness practice centre for lay people.



A ROSE FOR YOUR POCKET

为你别上一朵红玫瑰

光明山普觉禅寺
KONG MENG SAN PHOR KARK SEE MONASTERY
88 Bright Hill Road Singapore 574117
www.kmspks.org
www.kmspks.org/publication

FOR FREE DISTRIBUTION
ISBN: 978-981-05-8257-9

By Thich Nhat Hanh | 一行禅师 著

Translated from French by Elin Sand

Edited by Esther Thien | 翻译 陈慧芬

佛教書局

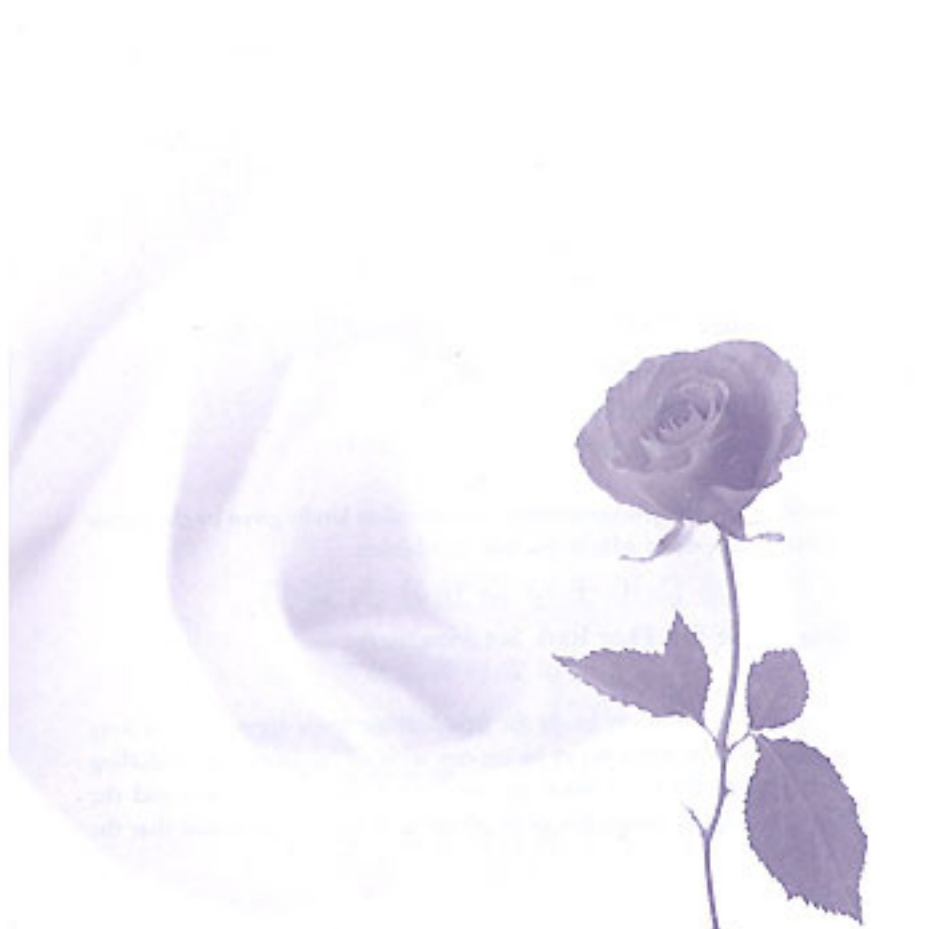
BUDDHIST BOOKSHOPS

光明坊 Awareness Place

- Blk 231 Bain Street, #01-63 Bras Basah Complex
Tel : 6337 7582 (between City Hall MRT & Bugis MRT Stations)
- Kong Meng San Phor Kaik See Monastery, 88 Bright Hill Road,
Tel : 6452 1732 (nearest MRT Stations: Bishan / Ang Mo Kio)

长青佛教文化服务社 Evergreen Buddhist Cultural Service

- 100 Eu Tong Sen Street, #03-15 Pearls Centre
Tel : 6220 6360 (nearest MRT Stations: Outram Park)



A ROSE FOR YOUR POCKET

为你别上一朵玫瑰

玫瑰

Published for free distribution only

Kong Meng San Phor Kark See Monastery
Awaken Publishing and Design
88 Bright Hill Road Singapore 574117
Tel: (65) 6849 5342
E-mail: publication@kmspk.org
www.kmspk.org

1st Edition | May 2007
4th Reprint | July 2008 | 5000 books
ECROSE-0104-0708
ISBN: 978-981-05-8257-9

The publisher gratefully acknowledges the permission kindly given by the author to republish this pocket edition for free distribution.

© Kong Meng San Phor Kark See Monastery

Although reprinting of our books for free distribution is encouraged as long as the publication is reprinted in its entirety with no modifications, including this statement of the conditions, and credit is given to the author and the publisher, we require permission to be obtained in writing, to ensure that the latest edition is used.

Printed by

KEPMEDIA International Pte Ltd
Tel: (65) 6896 0030 Fax: (65) 6896 0070



Published with environmental mindfulness. Printed in Singapore on 100% recycled paper. Cover is printed using paper manufactured from 55% recycled fibre and 45% pulp from sustainable forests.

以环保理念出版，采用100%再生纸印刷，封面使用55%再生纤维和45%来自可持续森林的纸浆印刷。

DEDICATION

This book is dedicated to all mothers, past, present and future

By the merits of printing this book

May all sentient beings have happiness and its causes

May all sentient beings be free from suffering and its causes

May all sentient beings not be separated from sorrowless bliss

May all sentient beings abide in equanimity

free of bias, attachment and anger

and share each others' happiness

仅以此书献给全天下母亲

愿一切众生皆得安乐与致乐善因


愿一切众生皆离痛苦与致苦恶因

愿一切众生皆不离无痛苦的安乐

愿一切众生皆住于离贪嗔之心

Please pass this book around should you feel that you do not need it anymore. As the Buddha taught, the gift of Truth excels all other gifts! May all have the chance to know the Dharma. 若您阅读了此书本觉得可以让更多人受益及了解佛法，不妨再流通出去。这样即可福报又不会浪费资源，而且佛经版的书籍珍贵。正如佛陀教导：“一切布施中，法布施为最”。

Preface



Our parents are the most wonderful and precious treasures that we are given. But we never fully realise their importance or ever cherish them enough. I never understood how dear my parents truly are until I became a mother myself. The hardship of the pregnancy, the labour,

the birth experience, the difficulties of nursing and looking after a newborn – all these and more along the path of motherhood enabled me to comprehend just how dear and precious my own parents are, especially my mother. I can never be thankful, grateful, appreciative or ever repay her enough for what she has sacrificed and done for me.

I believe the same goes for everyone out there. We can never love our parents enough because our love will always be wanting compared to the boundless love and sacrifice which our mothers enveloped us in since we were conceived.

This book pays tribute to all mothers and fathers, past, present and future.

*May anyone who sees, reads, talks,
hears or remembers this book
awaken to be more loving, caring, grateful, patient,
thankful and kinder to their mothers and fathers.*

I sincerely thank Venerable Thich Nhat Hanh from the depths of my heart for giving this wonderfully simple yet direct teaching, and for so kindly allowing us to republish this book for free distribution.

May all sentient beings be well and happy.
May all progress well on the path of the Dharma!

Yours in the Dharma
Sister Esther Thien
Executive Editor
Kung Meng Sui Pler Kark See Monastery
Awaken Publishing & Design
Dharma Propagation Division





为你别上一朵红玫瑰

一行禅师 著 | 陈慧芬 翻译



A
Rose
for
Your
Pocket

为你
别上
一朵
红玫
瑰

20

“母亲”这一词总令人联想到“爱”，这两者是分不开的。爱是甜蜜的、温柔的、美妙的。爱是成长过程中不可或缺的营养滋补。缺乏爱，孩子无法生长；缺乏爱，成人无法成熟；缺乏爱，我们将逐渐虚弱枯萎。

就在我母亲去世的那一天，我在日记簿上写下了这段话“我生命中最不幸的事刚发生了！”即使你已长大成人，另筑他巢，母亲的离去仍令你倍感失落痛心，犹如刀割，仿佛年幼的孤儿遭受遗弃。



A
Rose
for
Your
Pocket

21

为你
别上
一朵
红玫
瑰


所有歌颂母爱的歌曲与诗篇都是如此美妙，即使出自缺乏创作才华的写作人之手，它们仍自然迷人、悦耳动听，毫无任何虚伪造作。写词人与诗人敞开了心扉，将心灵深处的真心实意倾注在这些歌颂母爱的创作中，令我们听了深为感动。歌颂母爱大德的创作自始以来早已出现，后来又如同花儿芳香般的散发，感动了世界各个角落的人。

在我小的时候，我曾听过一首小诗，诗歌内容描写作者失去了母亲的情景；至今，这首诗歌对我而言仍十分重要可贵。倘若你的母亲仍健在，每当你诵读这首诗歌时，你或许会觉察到自己其实是非常幸福的，并且会更珍惜你目前所享有的母爱的温暖；同时，对于遥远却无法避免的生命无常的事实，你的内心或许也会充满着无助的恐惧：

多年前的我，
年少无知 无说无虑；
直到失去了母亲，
我才终于明白，
身为孤儿的感受。

身边的人 纵泪哭泣，
我却在我心中 静静地悲伤，
无知的我 全然不知，
原来失去的苦 失去的痛，
只有随着泪水的涌流才能流逝。

低垂的暮色覆盖了墓碑，
寺院敲着的钟声轻轻地传来，
我这时才恍然大悟，
原来失去母亲，
犹如失去了整个宇宙。



多年以来，我们一直徜徉在温暖的母爱的海洋中，甚至还身在福中不知福，把一切视为是理所当然的。直到瞬间失去了母亲后，我们才恍然醒悟，悔不当初。只可惜，这一切都已经太迟了。

我们越南农民喜欢用简单的言语来沟通。他们听不懂都市人复杂的生活用语，将母爱形容成“珍宝”对他们而言简直过于艰深复杂。相反的，越南村民将母爱比喻成最上等的香蕉、蜂蜜、甜米或甘蔗。他们表达爱的方式是简单直接的。

对我而言，
母亲的爱是甜蜜的，
犹如最上等的香蕉 (BaHuong)，
就像最芳香的甜米 (NepMot)，
以及最甘甜的甘蔗 (MiaLau)。

很多时候，发烧过后，你的嘴里总会有点苦涩的滋味，而无论吃任何美食仍觉得淡然无味。只有当你母亲出现，轻轻地为你盖上棉被，将温柔的手轻放在你滚烫的前额上，并在你耳旁轻声细语“我可怜的孩子！”时，你或许才会感觉身体好了一些。这正是母爱的力量，母爱的甜蜜与温暖将能安抚你生病时的内心的痛楚，能使你的病痛顿时消除，身心痊愈。母亲对你的爱是芳香的、甘甜的，犹如香蕉 (BaHuong)，甜米 (NepMot) 与甘蔗 (MiaLau)。

父亲养育子女的职责犹如巍峨的巨山，责任重大。母亲无私的奉献犹如山间流淌的泉水，源源不断地自泉源涌流而下。母爱是我们一出世时所尝到的第一口的爱的滋味，是我们往后日子里将体会到的所有的爱的源头。

母亲是第一位教导我们如何去“爱”的老师，而这正是我们生命最重要的主题。没有了母亲，我们将永远无法知道如何去爱。

感恩她，我们能够爱我们的邻居。感恩她，我们能够爱护所有的生命。通过她，我们第一次体会到了慈悲关怀与体贴谅解。因为她的爱是所有爱的泉源。许多宗教都认识到这一点，并对母亲的形象致以最崇高的敬礼。在佛教中，观世音菩萨是以母亲的形象显现的，而天主教也有圣母玛丽这一母亲的形象。

在你小的时候，你的母亲就像个温柔可爱的天使，能将你所有的痛苦与忧虑带走，使一切烦恼消失。因为只要你放声一哭，她就立即出现在你身边安抚着你。单单是听到或看到“母亲”这一词就能让你的心中充满了爱，而从这种爱升华到宗教精神的信仰与行动只需再多几步就可达成了。

在西方，我们会在每年五月的第二个星期天庆祝母亲节。由于我来自越南的乡下，全然不熟悉西方文化，也从来也没听说过这样的传统。有一天，当我和天安大师在东京银座一带参观时，我们在一间书店的外面遇见了一群认识天安大师的日本学生。其中一名学生悄悄地问了天安大师一个问题。然后，她便从她的袋子中拿出了一朵美丽的白色康乃

瓣并别在我的袖上。我既感到惊讶，也感到有些不好意思。我完全不知道这意味着什么，也不敢多问。我尽量保持自然，心想这应该是当地的文化习俗吧。

直到后来，当他们结束谈话而我和灵安师傅走进书店时，天安大师才向我们解释原来日本人正在当天庆祝母亲节，而这一习俗源自西方的国家。在日本，倘若你母亲仍然健在，别人就会送给你一朵红色的花，让你别在衣服的口袋或翻领上。若你的母亲已经去世，你则会别上一朵白色的花。当我再看了看我袖上的那朵白花时，我的心中突然充满了感伤。我感觉就像个年幼的孤儿般，极为不幸、极为忧伤。

我们那些别上白花的人是无法快乐起来的，因为我们仍无法接受母亲已经不在人世的事实，无法忘怀母亲在世时所给予我们的温柔的爱。相比之下，那些别上红花的人们则是如此的幸福快乐的，因为他们的母亲仍然在世，而他们至少还有机会趁着母亲健在时尽力地孝顺她，让她得到欢乐与满足，否则错过了就将会后悔莫及。我觉得这个习俗很有

意义，于是便提议将这一习俗推广到越南和西方国家。

我们的母亲是流之不尽的爱的泉源，永不枯竭。但我们却往往忽略了这一点。我们的母亲是生命赋予我们最珍贵的礼物。你们这些母亲仍在世的人们，请切记不要等到母亲去世的那一天才说：“这些年以来，我虽然一直在母亲的身边，却从不曾仔细地看看她，有的只不过是几秒钟的眼神交流和几句语的交换沟通，而在往也只不过是为了要伸手讨零用钱或为了一些无谓的要求罢了。”又或者你曾在母亲面前乱发脾气，为了某些琐碎小事大吵大闹，皱着脸不停地抱怨哀诉，其实你这么只能让她的生活更加烦乱苦闷，让她担忧操心，彻夜难眠，迟睡早起，劳心劳力，耗损身心健康。许多母亲都是因为操心孩子而早逝的。在她的整个生命的流转过程中，我们只顾着为自己的学业成绩与事业成就拼搏，而忽略了她无怨无悔地呆在家里为我们煮饭、洗衣、清理打扫的默默牺牲与付出。我们的母亲已不再有时间深情地看着我们，而我们也因为过于忙碌而没时间停下脚步采近距离地看看她。后来，当有一天她

离去时，你才忽然被一层失落空虚覆盖着，因为你从未完全体会到她的真实存在与无私的付出。

今天傍晚，当你放学或下班回家时间，又或者，倘若你并不与你的母亲同住，而在你下一次探望她时，请面带微笑悄悄地走进她的房间，静静地坐在她身边，一句话也不说，仔细地看 ней，深深地凝视着她，能看多久就看多久。这么做，是为了让你能实实在在地看 ней，感受到她的存在，体认她就在当下，她这一刻确实还活着，她这一刻的确就在你的身旁。接着，你就握着她的手，问她一个小问题，以引起她的注意：“妈妈，你知道吗？”她必定会感到有些惊奇，也或许会微笑着地问你：“亲爱的，什么事？”这时，你就继续看着她的双眼，面带微笑，并真诚地回答她，说：“妈妈，你知道我爱你吗？”，也不要太在乎她会有怎样的回应。即使你三四十岁，或者更年长，你仍要当自己是母亲永远长不大的孩子，并像个小孩那么天真无邪地问她。你们俩必会感受到心中无比的幸福快乐，因为你们都感受到彼此之间真实永恒的

爱。即使她下一秒突然离你而去，你也不再有任何悔恨遗憾了。

在越南，庆祝盂兰盆节时，我们将有机会听到目连救母的传说，同时也能听到其他阐述孝道、父亲的职责、母亲的奉献及子女的义务的故事，这确实是我们越南人一贯的习俗。每一个人都会祈求他们的父母健康长寿；倘若父母已过世，我们则会祝愿他们往生天国净土。我们坚信一个毫无孝心的孩子是一文不值的，但是，孝心必须源自于真诚的爱。缺少了爱，孝心全然是虚伪造作、呆板刻意的。当爱真正存在时，那就已足够了，无须再谈上任何义务。能真心爱你的母亲就已足够了，而爱你母亲并不是一种责任。爱你的母亲是完全自然的，犹如在口渴时喝水解渴一般的自然。每个孩子都有母亲，而爱自己的母亲是绝对自然的。母亲爱自己的孩子，而孩子也爱自己的母亲。孩子需要母亲，而母亲也需要孩子。若母亲不再需要孩子，而孩子也不再需要母亲，那么，他们也不再有任何母子关系。若继续在他们身上沿用“母亲”与“孩子”这两个词，那确实是错用了词语，用词不当。

很久以前，一位老师曾经问过我：“如果你爱你的母亲，你会怎么表现出来？”我当时便告诉他：“我会听从她、帮助她。在她生病时，我会照顾她。在她过世时，我也会为她祈祷、为她祭祀。”现在，若回想起来，我当时的这个答案确实非常肤浅。如果现在有人再问我这个问题，我只会这么说：“我爱我的母亲，而我也完全不需要怎么样‘表现’出来。”因为只要单单爱她就已经足够。爱你的母亲并不是一个道德品质的问题。

请不要以为我写这篇文章的目的是要给你上一堂沉重的道德伦理的课。爱你的母亲其实事关利害。母亲就像纯净的泉水，像最甜蜜的甘蔗或蜂蜜，及品质最芳香的甜米。若你不知道如何惜福并从中获益，这对你而言是极为不幸的事。我在此提起只为了想要引起你的关注，帮助你避免发生这样不幸的事，而这一不幸的事就是你有一天突然失去母亲时才抱怨着自己的生命一无所有。倘若像你母亲这样珍贵的礼物都无法使你满足，那即便你是大机构的总裁，甚至是宇宙的统治者，你可能仍不会感到满足。我知道最强大的神也并不快乐，因为他是自然而生的，根本没有拥有母亲的福气。

让我与你分享一个故事。有时候我确实会觉得我的妹妹其实不应该结婚，而我也不应该出家。我们俩都离开了母亲，一个是为了与所爱的人共创新的生活，另一个则是为了追求他一直以来所坚信着的宗教理念与信仰。在我妹妹出嫁的当晚，我的母亲的心头有千思万虑，但脸上并没有显示出丝毫的伤心难过。直到我们围坐在饭桌前，一边吃着点心，一边等待新郎前来带走我的妹妹时，我才发现我的母亲一口也吃不下。她终于对我的妹妹说：“这十八年以来，你都是一直坐着这里跟着我们一起吃饭。今天这将是你在这一儿吃的最后一顿饭。今后，你就将会离开这里，而从此便会在另一个家里吃饭了。”我的妹妹听了，低着头啜泣，哽咽道：“妈妈，我不要结婚了。”但当然，她最后还是结了婚，而我也同样的，出家当了和尚。我们越南有句俗语，赞颂着选择出家过着僧人生活并追求真理智慧的人。然而，我却一点也不因此而感到骄傲。我深爱着我的母亲，但我也有个理想，而要实现这个理想我不得不离开她。这种挣扎对我而言是难受的。

在人生旅途中，我们往往必须作出棘手的抉择。就如同我们无法一只手掌一条鱼地同时

捉着两条鱼儿一样，我们若要成长，就必须接受痛苦。我并不后悔离开母亲出家当和尚，但我为此决定也深感歉意。从此，我就失去了从这样的一个珍宝获益的机会。每晚，我都会为母亲祈祷，但若再品尝上等的香蕉(BaHuong)，芳香的甜米(NepMoi)，以及甜蜜的甘蔗(MiaLau)已经是再也不可能的事了。请不要以为我是在建议你放弃你的事业而呆在家里陪伴着你的母亲。我已经说过了，我并非在给予你任何道德的教诲。我纯粹只想借此提醒你，母亲就像香蕉，像甜米，像蜂蜜，像糖果。她是温柔，她是爱。所以，我亲爱的兄弟姐妹们，你们千万别忘记母亲。忘记母亲意味着巨大的损失，而我也希望你不会因为一时的无知或不留意而必须承受像这样的一种痛苦的损失。我欣然地在你的翻领上为你别上了一朵红玫瑰，由衷真心地祝福你幸福快乐。就那么的简单。只要你感到快乐，这也就足够了。

若我有任何忠告，那将会是：今天傍晚，当你放学或放工回家时间，又或者，倘若你不与你的母亲同住，而在你下一次探望她时，请面带微笑谦恭地走进她的房间，静静地坐在她身边，一句话也不说，仔细地看

着她，深深地凝视着她，能看多久就看多久。这么做，是为了让你能实实在在地看到她，感受到她的存在，体认她就在当下，她这一刻确实还活着，她这一刻的确就在你的身旁。接着，你就握着她的手，问她一个小问题，以引起她的注意：“妈妈，你知道吗？”她必定会感到有些惊奇，也或许会微笑着问你：“亲爱的，什么事？”这时，你就继续看着她的双眼，面带微笑，并真诚地回答她，说：“妈妈，你知道我爱你吗？”，也不要太在乎她会有怎么样的回应。即使你三四十岁，或者更年长，你仍要当自己是母亲永远长不大的孩子，并像个小孩那么天真无邪地问她。你们俩必会感受到心中无比的幸福快乐，因为你们都感受到彼此之间真实永恒的爱。即使她下一秒突然离你而去，你也不再有任何遗憾遗憾了。

以上是我今天特地为你再次重复吟咏的诗段。我亲爱的兄弟姐妹们，请常常吟咏这一诗段，直至生命结束为止，这样一来你就不会生活在冷漠和疏忽之中。此时，我已经在你的翻领上为你别上了一朵红玫瑰。祝你永远幸福快乐。