

法鼓文理學院佛教學系學士班二年級

釋女圓玉

## 博雅講座心得

父母教育子女如何與他人相處，學校則傳授學生深厚的人類知識，而書籍為人們開啟通往更新鮮、更具挑戰性的大門。一本書是作者辛勤努力的結晶，每一本都蘊含著獨特的故事，或許是作者的生活經歷，或許是對知識的深入研究等等。因此，當我們拿到一本書，特別是那些經過多年心血才問世的書籍時，我們與作者已經建立了一種深厚的緣分。

那麼，我們如何培養閱讀的習慣？又該如何通過閱讀書籍，使我們能夠更好地理解作者與讀者分享的內涵，從而與身邊的朋友分享這些精彩的內容呢？

老師已經強調每位母親都應在孩子尚未出生時為孩子培養閱讀的習慣。這意味著在懷孕期間，父母應經常為孩子講故事。佛經中也提到，當一個識投生到母胎中時，即開始了一個全新的生命，開啟新的認知之旅。父母每天向孩子講述故事的行為，將培養孩子對聆聽故事的樂趣，並在孩子出生後激發他們對他人故事的渴望。

再加上，現代科技的進步滿足了人類眾多的需求，然而，這同時也帶來了對後代潛在的危險。若不能即時進行有效調控，可能對後代產生不良的影響。由於父母整天忙碌於工作，為了避免

孩子的鬧情，他們可能會給孩子一部手機，讓他們在安靜的環境中度過時間。若長期過度使用手機，可能對孩子的視力產生負面影響，此外，再缺少父母或長輩的陪伴下，孩子們可能會自由選擇他們喜歡觀看的節目，甚至是不合適他們年齡的內容，進而培養出不良不好的認識與行為。為何不考慮與孩子一同閱讀書籍呢？這不僅能培養孩子們的閱讀習慣，還可以拉進父母與孩子之間的距離。

同時，在閱讀過程中，我們不應該讓自己陷入困境。換言之，我們不應為了達成某些閱讀目標而給予自己太大的壓力，例如每天閱讀多少頁、理解作者意圖，或者僅為某些特定目的而閱讀。相反地，我們應以輕鬆、無憂的心態來閱讀，毫無負擔感，這樣才有助於更容易理解並領悟作者的深意。許多人為了完成自己的文章而匆忙地閱讀，卻可能錯過了書中豐富的內容。因此，閱讀一本書應該像欣賞美麗風景一樣，應該悠閒地品味，慢慢地欣賞，輕鬆地享受其中，這樣才能真正理解書中所蘊含的精髓。