

# 活在當下

## 作者簡介

李焯芬，香港大學榮休教授，除了熱愛土木工程，還愛好文學寫作，曾獲得青年文學獎冠軍，又喜愛鑽研佛學，曾任香港佛教學院院長，業餘兼任香港福慧慈善基金會會長、香港中華文化促進中心理事會主席等職。

## 內容大要

本書分為子女、父母、師生、夫妻四個部分，共收錄了七十多個溫馨感人的小故事，各部分內容概述如下：

第一部分名為「當下，讓我們的男孩和女孩們茁壯成長……」。作者認為教育子女與培育幼苗一樣，一分耕耘，一分收穫，鼓勵父母愛護子女，並以身作則，為子女營造充滿愛心、美德和善行的成長環境。例如《媽媽回家了》描述一名母親因患上血癌而即將離開人世，為了不讓女兒經歷喪母之痛，她巧妙安排，讓女兒一直以為她長年在外地公幹，又鼓勵丈夫再婚，讓日後出現的繼母以她的身分回家與女兒團聚。

第二部分名為「當下，敬愛我們的父親和母親……」。作者指孝是眾善之源，希望讀者能反思與父母的關係，並好好孝敬父母。例如《少年十五二十時》記載一個不顧母親感受，堅決離鄉別井參軍的年輕人，因為上級的命令，才每週寫信給母親。他在多年後發現原來母親一直珍藏他寫的每封信，那時母親已經白髮蒼蒼，不禁有「子欲養而親不在」的遺憾。

第三部分名為「當下，不再愚昧，因為恩師教曉了我們……」。作者認為孩子的成長，與教師的愛心和啟迪有莫大的關係。例如《一盆冷水》描述一位教師在寒冷的冬天被學生潑了一盆冷水，他不但沒有因此責罰學生，而且一直緊守崗位，即使第二天病倒仍堅持上課，結果感化了胡鬧的學生。

第四部分名為「當下，愛自己，更愛我們的另一半……」。

作者認為夫妻固然要互諒互讓，多設身處地為對方着想，其實人與人之間的相處亦應如是。例如《瓷器的碎片》記載了一對打算離婚的夫妻，經律師勸告而決定暫延離婚，並一起旅行。二人明白「婚姻好像一件瓷器，造起來困難，打碎卻很容易」，因此在旅途上一再為對方設想，結果他們的婚姻得以挽回。

作者認為人的成長，可分為不同階段，在每個階段，生命都賦予我們不同的角色和責任，如果我們懂得「活在當下」，從別人的經驗學會開導自我，就能啟迪智慧。

## 本書特色

本書每個故事之後都附設「停一停，想一想」的欄目，作者嘗試引導讀者在閱讀後進行思考。作者又在每個部分之後的「心靈札記」，進一步跟讀者分享自己成長路上的經驗和體會。

星雲大師在本書的《代序》提到，這一本書如同滴水，「灌溉了生命的樹木花朵，洗去了塵勞的疲憊熱懊，讓心靈獲得成長與滋潤」。淨因法師指閱讀本書，會「有一種發自內心的感動」。

## 活動舉隅

### 1. 引發閱讀興趣

簡述本書部分故事內容，製造懸念，引發學生猜想，增加閱讀樂趣，例如：

- 簡述《兩張心意卡》的部分情節（有一位體貼的妻子，知道丈夫要求公司加薪，特別準備了一頓晚飯和兩張不同內容心意卡，不管丈夫的願望是否能夠實現，都能讓他感到安慰……），然後讓學生猜測「兩張心意卡」的內容，再着學生閱讀這故事和本書其他作品。
- 簡述《瓷器的碎片》的部分情節（一對打算離婚的夫妻，經律師勸告而決定暫延離婚，並一起旅行……），然後讓學生猜測律師說話的內容，以及旅行期間那對夫妻相處的情況和最終的關係，再着學生閱讀這故事和本書其他作品。

## 2. 說話/寫作活動

- 着學生閱讀本書後，簡述最喜愛/印象最深刻/最受啟發的故事，並分享個人閱讀體會或相關經歷。
- 着學生仿照本書作品，以真摯寫實的筆觸，創作讓人感悟的心靈小品。

## 3. 思考討論

### • 親子情

着學生閱讀第一部分的故事，然後代入角色思考問題，例如閱讀《媽媽回家了》後，分別以父親、生母、繼母和雯雯的身分探討以下問題：雯雯應該知道真相嗎？什麼時候才是揭開真相的最佳時機？

### • 孝親情

着學生閱讀第二部分的故事，然後評價故事中人物的思想、行為，並反思與父母的相處，例如閱讀《少年十五二十時》後，評價故事中的兒子、母親和上司的行為，並反思自己和父母的關係。

### • 師生情

着學生閱讀第三部分的故事，然後抒發自己的感受，例如閱讀《一盆冷水》後，談談自己對白老師的看法，以及如何看待這些捉弄老師的行為，進而探討師生相處之道。

### • 夫婦情

着學生閱讀第四部分的故事，然後探討夫婦，以至人與人之間該如何相處，例如閱讀《瓷器的碎片》後，分析故事中的夫妻得以挽回婚姻的關鍵，並思考他們是否符合儒家對夫婦一倫的要求，以及就「人與人的相處之道」，談談自己的看法。