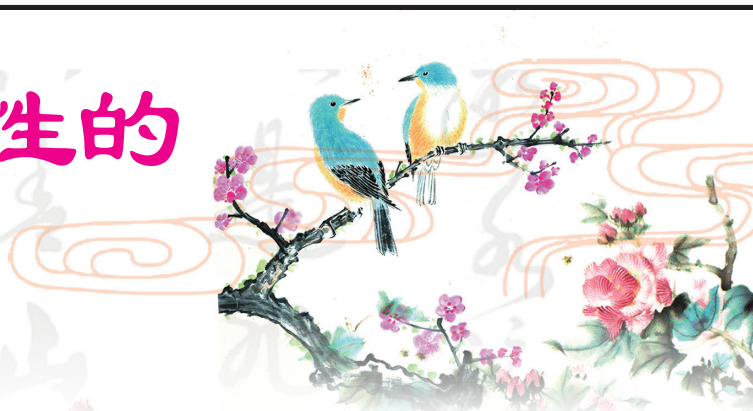




《内训》：传统女性的智慧宝典

文 / 海涛



千百年来，中国传统社会的女性向来以温柔、贤惠为美，可自中共篡权以来，这种观念却完全颠倒了过来，独立、强硬、事业成功的女性形象成了新一代完美女性的代名词。

受这种观念的影响，夫妻关系越来越紧张，根据中国民政部公布的数据显示，2022年，国内结婚登记为683.3万，离婚登记为210万。也就是说，每三对人结婚，就会有一对人离婚。

加之，人们对传统价值观的抛弃和对性自由的追求，导致许多未婚生育、性病、堕胎引起的不孕不育等问题则更加严重地伤害着女性。这些新时代的所谓“女性进步”实则给女性带来了更大更可怕的伤害，已经发展成了一个严重的社会问题。

时间回到公元1407年，四十六岁的徐皇后因病去世，永乐大帝万分悲痛，他在灵谷、天禧二寺为亡妻举行大斋，接受群臣的祭祀，并封其谥号为“仁孝”皇后。令人意外的是，永乐大帝从此不再另立皇后。

为何永乐大帝对这位仁孝皇后会如此的情深义重呢？史载，徐氏是开国功臣徐达之女，因天资聪颖，贞洁娴静，博学多才，被明太祖朱元璋许配给了朱棣。她待人处事体贴谨慎，深受明太祖和马皇后的喜爱。

靖难起兵后，徐氏协助保卫北平，激励将士，使出征在外的朱棣没有后顾之忧。朱棣登基后，她还经常劝谏皇帝应惟以百姓生计为念，她所提出的建议大多被永乐皇帝所接受，做到了真正的母仪天下。

永乐二年，徐皇后为教导后宫嫔妃以至仪范天下女性，她结合了历代女子行为规范的著述及马皇后的教导，着成《内训》一文。后人在领略这位贤后的风采的同时，亦有机会了解这位女性所具备的高深智慧和处事原则的背后的思想内涵。这正是现代女性得以破除现代变异思想，走向传统并最终收获幸福的金匮宝典。

为人妻的处事原则

在古代，河东狮吼是用于形容霸道、不贤的女子，乃取笑之语。而现在，人们对于这样的女性似乎早已见怪不怪，有的还以此为傲，自认为是强者。

徐氏认为，为人妻行为应谨慎，“自是者其行专，自矜者其行危，自欺者其行矫以污。行专则纲常废，行危则嫉戾兴。行矫以污则人道废。有一于此，鲜克终也”。

在家庭中，自以为是则必行为专横，自负自夸者，必会引来危害，习惯骗人则行为骄纵污秽。只要沾染其中一种情况就可以破坏家庭，横生祸端，甚至不能得到善终。

她认为女子应“体柔顺，率贞洁，服三从之训，谨内外之别，勉之敬之，终始惟一。由是可以修家政，可以和上下，可以睦亲戚，而动无不协矣”。

妇人之道，应当体贴顺从，保持忠贞纯洁的操守，遵循“三从”之古训，谨慎于内外、男女之别，常怀恭敬之心。由此，可以理顺家庭之事务，调和长辈晚辈的感情，和睦亲属的关系。

现代观念深重的女性，刚强自恃，以我为大。在家庭中，想要男人都顺从自己的意愿行事。这样的女强人，多与丈夫不和，或丈夫卑微，而其子往往懦弱无能，丧失主见，长大后，成了别人口中的妈宝男，完全没有独自承担家庭的能力。而作为这类女性来说，一方面处处压着丈夫，一方面又想丈夫出人头地，要有男子气概，何其矛盾也。

因之“贞顺率道，乃可以进妇德”，“是故妇人者，从人者也，夫妇之道，刚柔之义也”。徐氏再三强调妻子应当顺从丈夫。丈夫爱护妻儿，妻子体贴丈夫，夫妻之间表达情义的方式不同。这符合阴阳相济的天道，也对应着阳刚阴柔的夫妇相处之道。

多少人都中了共产主义思潮的毒，“把社会按照某种方式划分为受压迫者和压迫者，从而鼓吹‘斗争’和‘解放’、‘平等’，这正是共产主义的核心要旨。传统马克思主义以经济地位划分人群，新女权主义则以性别划分人群。”（《魔鬼在统治着我们的世界》）

现在的中国，夫妻间互相对立，同床异梦，勾心斗角，连家庭中都被开辟成了新的战场。传统的中国家庭，夫妻之间应该互相尊重、互相包容，古有举案齐眉、相敬如宾之语，足以说明正常的夫妻关系是多么的和谐。其实男女的不同，是体现在处事方式，行为模式和家庭责任的不同。中共放纵人性之恶，放大了人性中的自私，让一些本可以得到解决的问题，激化成不可调和之矛盾。

有人说，女性独立，有工作是好事，是进步。其实在古代，男子一个人干农活尚且可以养家糊口，而现在的中国社会，生产效率已较古代提高了百倍千倍，夫妻都有一份工作，却还欠着几十年的房贷，这不正是中共那极为精细的盘剥百姓的算计吗？这种所谓的女性经济独立，为女性争取权利的话值得相信吗？

仔细观察不难发现，中共宣传的男女平等，那只是意欲剥夺家庭中男性的权利，让女人在家里压过男人，让女人变成女汉子、母老虎，而男人们则疲于应付家庭、工作。男人们在繁忙的家庭琐事和永远解决不完的矛盾中，无暇顾及社会、政治，无形中又剥夺了男人“天下兴亡，匹夫有责”的社会责任。

跳出思想的窠臼，那所谓的“男女平等”、“女人能顶半边天”等一系列变异女权思想而导致的男女关系混乱，是中共毁灭家庭、离间男女关系、夫妻关系的阴谋。根本不是站在女性立场，出于人文关怀的长久之计。

如何对待父母

孝是维系家庭稳固的很重要的东西，现在的人们，似乎忘记了孝的真正含义。

“孝敬者，事亲之本也，养非难也，敬为难。”徐氏一针见血地点出了子女不孝的根源是对父母没有恭敬之心。

反观自问，人们对父母长辈的孝心还有多少。现在许多子女对父母说话，毫无敬意，语气态度恶劣，急不可耐，有的冷漠应对。更有甚者，对父母破口大骂、动手殴打者也不乏其人，此皆因无敬意之故。

在古代，不敬父母可是大事。徐氏认为，“若夫以声音笑貌为乐者，不善事其亲者也，诚孝爱敬，无所违者，斯善事其亲者也。”

如果只是语言使父母开心还不够，对待父母不应有所违逆，才是善于侍奉父母的大孝。其实父母对孩子的索取并不多，孝顺父母一方面是回报父母的养育之恩，也是对自己的子女潜移默化的一种教育方式。试问，谁愿意老了以后，自己的孩子不孝顺呢？这种美德的传承，非常有利于家庭的牢固和稳定，使得家庭在突如其来的应变和打击之时有了抵抗的能力。

徐氏认为，不但对自己的父母应该孝顺，对公公婆婆也是一样。“推事父母之道于舅姑，无以复加损矣。”

可现在的中国社会，年轻一代中孝敬婆婆，为婆婆做饭的儿媳，似乎快要绝迹了。如果说，这是因为儿媳也需要工作而情有可原的话。那么许多儿媳嫌弃婆婆的理由，真的是让人啼笑皆非。有嫌弃婆婆不干净的，也有嫌弃婆婆不会带孩子的，还有嫌弃婆婆烧的饭菜不合胃口的，皆是此类鸡毛蒜皮之事。

这导致许多男人在家庭中非常难熬，常因婆媳矛盾而受夹板气。若违背父母，怕落得不孝之名，劝慰妻子，可妻子又完全不愿退让。长此下去，夫妻间的矛盾一触即发，夫妻间的恩义也随时可能断绝。

“夫不得于舅姑，则不可以事君子，而况于动天地通神明，集嘉祲乎？故自后妃以下，至卿大夫及士庶人之妻，壹是皆以孝事舅姑为重”，古人认为，神在看人的一思一念，侍奉婆婆是为人之妻应尽的责任，如果做不到，神怎么会赐福予人呢？

徐氏认为，不只是家庭的和睦，国家的兴隆也与孝顺婆婆有着莫大的关系。“昔太任思媚，周基益隆；长孙尽孝，唐祚以固。甚哉！孝事舅姑之大也”足以说明孝顺长辈之重要程度。

时代虽然变了，但是对待婆婆的心却不能改变，只要有一颗恭敬的心，自然知道如何对待婆婆了，而家庭也自然和睦稳固了。

教育子女的正确方法

“在东方传统文化中，男人为阳像天，当自强不息，有承载风雨、呵护家庭的责任；女人为阴像地，以厚德载物，当柔顺体贴，有相夫教子的义务。男女各居其位，才能阴阳和合，子女才会健康成长。”（《魔鬼在统治着我们的世界》）

可现代的中国人，在共产主义思潮的影响下，忘记了传统的教育方式。社会上所谓的教育专家“百家争鸣”，说的却都是反传统的教育理念。把管教孩子的权利从家长中剥夺，以抵制家暴为由，鼓励小孩不服管教。许多家长也随着走入了教育的歧途。那些所谓“爱的教育”，其实质就是纵容小孩，真正按照那种方法教育出来的孩子大多不知感恩，没有同理心，完全以自我为中心。可以说对于孩子的教育，已经成为了中国家长最为头疼又难以解决的问题了。

徐氏认为“教之者，导之以德义，养之以廉逊，率之以勤俭，本之以慈爱，临之以严格。以立其身，以成德其德。”只一句话，就概括了中华正统教育之道。

教育的本质是归正小孩的言行，从而使之明白正理。教育者为树立威信而管教是必要的，在小孩要无赖，不听话，逆反之时，是端正小孩行为快速而有效的途径。

一次，笔者和朋友聚餐时，朋友的小孩耍起了性子，在席间大闹。朋友将孩子带离饭桌，在门口一直和他讲道理，苦口婆心，循循善诱，可是，孩子仍旧哭闹，一定要按着自己的意愿。最后我们吃完了，朋友也没有重新回到饭桌上。正是受了这种“爱的教育”的流毒的影响。

反过来，有的父母，动辄打骂，没有一点耐心，更是从一个极端跑到了另外一个极端，同样不可取。

所以徐氏说“慈爱不至于姑息，严格不至于伤恩，伤恩则离，姑息则纵，而教不行矣。”许多人混淆了爱的定义，不明白严格和慈爱并不矛盾，最重要的是掌握好教育的那个尺度，这个尺度才是教育的难点所在。就是说，爱是发自内心的，是为子女立身立德的长久之计，而不是无原则的宽容。严格、严肃的态度和适度的惩罚是让孩子在闹性子时冷静的方法，此时再加以道理循循善诱，又怎么会有难以教育的小孩呢？

许多女性在实际教育小孩的过程中，经常会用高嗓门来宣泄情绪，有的还会夹杂着贬损的话伤害着孩子的自尊。如，“你怎么这么笨？”、“说几遍了你还不学？猪都学会了！”、“再这样给我滚出去！”如此，小孩当时虽不说什么了，可内心却是一百个不服气，时间长了，小孩也只是学会了发脾气而已。到了他年纪渐长，翅膀硬了，我们就会发现他的逆反心变得很强了，有的已经根本无法教育了。

徐氏点明了教育背后的内涵，曰“夫教之有道矣，而在己者，亦不可不慎。”教育子女之道，说白了就是提升、修炼自己的品行，德行不亏，才能给孩子做榜样。古人将言传身教的理念代代相传，父母作为孩子第一任老师，一举一动都在影响着孩子的行为习惯。许多孩子身上优秀的品质，如谦虚、无私、节俭、乐于助人等，我们同样可以从他们的父母身上看到。而一些小孩中，自私、暴躁、沉迷电子游戏等不好的品行，我们也同样可以在他们的家长身上找到影子。

有的父母眼睛离不开手机屏幕，却要求小孩在班里名列前茅，无异于痴人说梦。这就要求家长在教育中提升自己的品格，归正自己的言行。营造一个家长和孩子共同成就提高的环境。

结语

家庭不但是人们在红尘大海中的避风港，也是磨难重重的修炼场，对男女的要求是不同的。而维系家庭、教育子女正是神给人出的考题。皇后徐氏言传身教，亲身实践女性为母为妻之道，为明代的兴盛和永乐大帝的功业做出了极大的助力，实为指导现代女性的完美答卷。回归传统，做一个贤惠、温和、体贴的女子，或许才是真正获取幸福的快捷方式。

无怨无悔照顾公婆

文 / 大陆大法弟子彩莲

我和婆婆都很强势，经常因为一些小事而矛盾不断、有时甚至唇枪舌战。这让夹在我和婆婆中间的丈夫左右为难、苦不堪言。这种状况一直持续到修炼了法轮大法。李洪志师父教导我们按照“真、善、忍”做个好人，让我们善待所有的人，遇到任何事情、与任何人发生矛盾都要无条件的找自己，看看自己错在哪里。我就努力的按照师父的要求去做，首先改变自己，放下对婆婆的怨恨和不满，善待她。

我的公公和婆婆都是将近八十五岁的高龄了。在几年前我就主动承担了在年底给他们做卫生的任务、给他们刮房等等。刚开始，我心里也有些不平衡，我公公、婆婆有四个儿子、四个儿媳，可是谁也不过来帮忙。我想：“这活又脏又累，谁愿意干啊？”可是想到自己是修法人，怎么能和常人比呢？又想到师父讲的法理：“因为我叫大家在做好人，我叫大家要做个更好的人、超常的人、健康的人、更高尚的人，直至能够使你圆满的人。”（《澳大利亚法会讲法》）我逐渐的就心平气和了。

在前年年底，公公和婆婆都感染了中共病毒，发烧，全身没劲，生活不能自理了。正好那段时间我不用给学生们上网课，就主动的、全天候的担起了照顾他们的责任，每天给他们送饭、做卫生、端水、送药等等。刚开始，我丈夫不让我去公婆家，怕我也被传染中共病毒。我就问丈夫：“如果我不去，那谁来照顾爸、妈呢？”他无语了，也就默许了。我儿子放寒假了，他连续一个星期每天陪我公公去外村的诊所，给他爷爷端水，端尿，看着输液。我公公很感动！而且我儿子还花了一千多元钱给他爷爷、奶奶买生活用品。和他们另一个孙子和两个孙女形成了鲜明的对比！我公公发自内心的逢人就夸我儿子孝顺、懂事。

虽然现在在我公公、婆婆能生活自理了，但是想到他们岁数大了，腿脚不灵活，我就主动包揽了给他们洗衣服的活。婆婆的眼睛看不清东西，想让三伯伯带她去医院，三伯伯说大伯哥退休了，让他带婆婆去。可是大伯哥却对婆婆说等周六、周日我和丈夫休息时带她去，而且还可以用我的医疗卡。我和丈夫、还有二伯伯带她去了一次医院。

本来第二次三伯伯一人带她去就行，是婆婆却坚持也让我去，愿意我陪三伯伯各二百元汽车费时，我们没要。婆婆非常满意，经常在外人面前表扬我、夸奖我。

如果我不修炼大法，我能发自内心的做到善待他们吗？是法轮大法化解了我和婆婆之间的矛盾，是法轮大法的光辉驱散了我们家时常弥漫的硝烟！因为我牢记师父的教诲：“当然，我们在常人社会中修炼，孝敬父母、管教孩子都是应该的，在各种环境中都得对别人好，与人为善，何况你的亲人。”（《转法轮》）

