傳統文化與幸福人生　　蔡禮旭老師主講　　（第一集）
2005/6/14　　中國北京中醫藥大學　　檔名：52-147-0001

主持人：蔡禮旭老師是大方廣公益文化網的重要參與者，也是中國地質大學外聘高級講師。他的演講稿，聯合國教科文組織已經翻譯成多國語言，在世界上廣泛的流傳。而且據我瞭解，蔡老師剛剛從法國巴黎應邀講學三天回來。蔡老師為什麼會受到如此的歡迎？因為他所講授的內容，是我們中國傳統文化的核心精神，和我們中國人的核心理念。他會把一件小事以小見大，把如何修身、齊家、治國、平天下用非常通俗淺顯、深入淺出的方式介紹給大家，在當今這個時代非常有意義。下面讓我們用熱烈的掌聲歡迎蔡老師講座。

大家晚上好！很高興有這個機會到貴校來演講，看到這麼多人在研究中國的中醫，內心有說不出的喜悅。因為中醫已經是一位四、五千年的長者，而這個長者孕育了相當高的經驗、智慧、內涵、方法，還有效果，可以真正讓一個人得到身體的健康。我們也從現在的社會狀況瞭解到，人的身體是一代不如一代。

其實我是教書的，這個社會目前變成顛倒，很多的想法、看法剛好倒過來。應該是重實質而不重形式，結果現在是重形式而不重實質。打個比喻來看，房子是愈住愈大，而家庭的幸福有沒有？哪個重要？《朱子治家格言》裡面提到，「家門和順」，家裡面一團和氣，「雖饔飧不繼」，雖然每一頓吃得不是很飽，「亦有餘歡」，因為大家很刻苦，兄弟姐妹特別友愛。因為很刻苦，從小體會到父母非常辛勞，所以這樣家庭出來的孩子都很孝順。

讀書要不要人催？我爸爸那個時代，讀書還要人催？沒有要人

催的！因為我爺爺是捕魚的，家裡很苦、很窮。我爺爺有幾個兄弟，當我這些堂叔他們的年紀上了初中，就不讓他們念書了，統統下來一起捕魚，爸爸變得輕鬆多了。但是我爺爺他這一生沒有念書，很遺憾，所以他堅持一定要讓他的孩子念書，再怎麼苦都撐下來。父母有這份栽培孩子的存心，孩子能不能感受到？感受得很強烈。所以像我的叔叔他們在念書，是念到被父母趕去睡覺。等父母去睡覺了，他們又重新爬起來繼續念。

我父親已經六十三歲了，他有五個兄弟姐妹，有四個大學以上，一個高中畢業，在他們那個年紀也算是還不錯了，我還有其中一個叔叔是博士。你看，在這樣的家庭氣氛當中，兄弟姐妹特別互相照顧，所以「饔飧不繼，亦有餘歡」。而這樣的家庭的孩子長大以後，每每想到小時候的情景，是苦盡甘來。而禍福相倚，他們在小時候的困苦當中，歷練了意志力，歷練了身體，所以血脈通暢。

我爸爸小時候，還要扛著糞便去種田。所以我就跟我爸爸說，你比我好命多了。我爸爸覺得很納悶：奇怪，我小時候都沒吃得你那麼好，為什麼你說我好命？我說因為我每次我跟我爸爸出去，到郊外去玩，有時候三、四天才回來。在路途當中，我都先拍拍胸脯，「我來開車」。開了不到幾個小時，我爸爸會說：你還行嗎？還是讓我來！結果我爸爸一坐上去，就從頭開到尾，因為我爸爸比我壯很多。所以什麼叫禍福相倚，諸位慢慢去體會。很多朋友都跟我說，這麼好，這麼孝順，都照顧父母。我聽了以後，頭都抬不起來。我說怎麼是我照顧父母？根本就是父母照顧我。所以禍跟福真正有智慧的人才看得清楚。

所以實質上是家庭和睦，家庭的分子當中，互相照顧，互相關懷，互相愛戴、協助，這才是真正家庭的幸福。結果現在一般人追求的家庭幸福是什麼？我也被誤導了。一個穿著西裝筆挺的男士，

旁邊要站著一個身體窈窕的女性，後面要有一棟豪華的什麼？「別墅」。你們都知道！還要開著BMW的轎車，以為這個叫幸福，這個叫成功。其實這個叫「金玉其外，敗絮其中」！而大半的人都在追求這種虛幻的人生。所以人要清醒一點，要求真實、實質的東西，不要求表面的東西。

有個很有錢的人他就提到，他說他買了一個別墅八百坪，每年光是維護它的費用要二十萬。諸位同學，他買了這個別墅可以快樂多久？現在人都說人生就求快樂，其實我們在講快樂的時候，請問你知道什麼是快樂嗎？在我們這種青黃不接的年紀，說大不大，說小不小，其實我們講的很多話，你連自己都不清楚你在講什麼。

我請教諸位同學，什麼叫快樂？談戀愛快樂嗎？那為什麼這麼多人在跳樓？去跳迪斯可快樂嗎？在那裡瘋狂的跳跳，走出來，比還沒進去更空虛。有沒有？去買衣服很快樂，一刷，像我們很多的同事，很多女孩子三五好友就去shopping，叫瞎拼。結果刷下去，半個月的薪水都不見了。她們也有學過管理，懂得如何支配她的財富，錢就花到前二十天就花光了，後面十天吃泡麵。有沒有管理能力？很有！很有財務管理能力，但用錯地方。所以買了以後，快樂多久？買了名牌的衣服，走到辦公室去，還要左晃一下，右晃一下，很怕別人沒看到她穿的。要是遇到一個比較不敏感的男士，跟他說：你看我有什麼不一樣沒有？他看半天，有嗎？你不只沒有快樂，還要氣得半死。

結了婚以後，女人的櫃子裡面永遠怎麼樣？你們都是純樸的女學生，千萬不要沾染這種社會不好的習氣，沾染以後，櫥櫃裡面永遠少一件衣服。像我是閩南人，太太出去買衣服，我曾經聽一個長輩說，他說年輕還沒結婚以前，跟著女朋友一起去吃飯，愈吃愈高興。他說女人真好養，吃這麼少。俗話說，幻滅是成長的開始。結

了婚以後終於知道，飯很便宜，衣服很貴。他太太拉著他去逛百貨公司，他太太都說買了，買了。閩南話「不要、不要」叫「麥啦，麥啦」。他太太說買了，買了，他在旁邊說麥啦、麥啦！叫她不要買的意思。所以，太太的快樂建築在先生的痛苦上。

諸位同學，現在有太多人的快樂是建築在別人的痛苦上。而當他的快樂是建築在別人的痛苦上，他的快樂絕對是錯誤的，也是假的，他也絕不可能在這其中得到內心的喜悅。我們從為人父母跟子女的關係，子女去一些聲色場所去玩樂玩通宵，他的父母怎麼樣？痛苦。他真快樂嗎？他的人生愈來愈空虛，到最後就麻木不仁，他不可能有真的快樂。

我們首先要清楚瞭解，快樂這個東西只能從內而外散發出來。假如是從外加到你的身上，那種樂維持不了多久！比方說，我們說吃山珍海味很快樂，這種是從外而內，那種叫欲望，不可能讓你真的快樂，只會讓你的欲望愈來愈提升。有個貧窮的人，他每天腦子裡想著，我假如有兩個窩窩頭可以吃，就很幸福了。他在想，皇帝一定也吃窩窩頭，是吧？因為窩窩頭就是他最滿足的東西。很可能他變成小康了，那一頓豐盛的晚餐，他覺得是最幸福；等到他又當官了，他的欲望就會不斷的提升，而這種快樂是很短暫的。所以中國人說「欲是深淵」。當我們的人生目標是建築在物質的享受，你的方向偏頗掉了，你這一生只要方向錯了，不可能有好的結局。

所以學習首重在哪？立定志向，要立志。立志不是很遙遠的事情，小時候有小時候的志，現在您讀中醫，你也要有中醫的志向，到你有了家庭，你有家庭的志向。在你的事業、家業，甚至於您現在對於中國文化認同，進一步要學習，然後去弘揚，你有這個志向，你在道業當中也要有目標才行。所以我們回過來看看，人生真正的實質在哪裡，你要確認清楚，不然你方向錯了，到時候是全盤皆

輸。

諸位朋友，您現在身旁找到真正快樂的人，比例有多少？不多！統計數字會給人一種錯覺，比方說癌症的比例愈來愈高，離婚率愈來愈高，然後憂鬱症愈來愈高了，慢性病年齡愈來愈提高了。請問這些數字告訴你的時候，對你有沒有幫助？對你有什麼影響？當我們講出去的話是知其然而不知其所以然，你所傳遞出去的言語對人沒有幫助，反而會讓人家的心愈來愈恐懼。

諸位同學，您現在找得到很積極的人嗎？也不容易的。假如思想不積極，思想比較灰暗，他的病好不好治？就不好治。所謂七情傷五臟，如何對治七情？所以學中醫的人，不得不學中國文化。俗話說，送佛要送上西天，治人的病就要把他根本治好。除了治身之外，更重要的還要能治心。我常常都說，人與人相見不容易，中國話說「有緣千里來相會」。而當每一個病患來到我們面前，他對我們都是非常的信任。人生求個無憾，所謂「仰不愧於天，俯不怍於人」，這個叫真快樂。每天躺下去，沒多久就睡著了，然後早上起來又是生龍活虎，因為心裡沒有負擔。

所以我要跟諸位同學、諸位醫師談談心得，我們應該是心有戚戚焉，因為醫師跟教師有很多契合之處。醫師醫人的身，老師醫人的心；醫生治身體的病，老師治心理的病；而未來的中醫一定要身心並治。因為現在人心理的毛病太多了，不是你的醫術不高明，他的心理狀態讓他的病情很難有太大的發展。在科學上也已經實驗出來，人的一個意念馬上就影響全身的細胞。

有個博士他對水做實驗，這個博士叫江本勝。他對水說「我很感謝你」、「我很謝謝你」，這杯水在高度顯微鏡之下，結晶的特別漂亮。另外一杯水，罵它「你太可惡了」，「我要殺了你」。這個水沒有辦法結晶，而且照出來灰灰暗暗，就好像一個小朋友被罵

在角落裡面一樣的圖像。這本書市面上有賣，你們可以去翻翻看，《生命的答案，水知道》，可以去翻翻看。所以水能瞭解人的意思，它可以聽人的意思，可以看人的意思。你寫上「謝謝你」貼在玻璃瓶上，這邊貼上「我要殺了你」，出來的結果，「謝謝你」的非常的漂亮。而且真誠心可以超越所有的障礙，用十幾個國家的「謝謝」，同樣結晶得都很漂亮。

儒家有句話說到，「言行」，一個君子的言語、行為，「君子之所以動天地者，可不慎乎」？我們不要小看自己的一言一行，都在影響整個世界。你今天一句話錯了，「一言興邦，一言喪邦」。你今天走過去，看到一個同學非常有潛力，你拍拍他說：中國的幾千年的醫學就靠你傳下去了。他本來已經快要沒精神了，馬上抬頭挺胸，你鼓勵的言語可以造就一名神醫都說不定。所以我們對於自己的一個念頭、言語、行為，都應該往好的方向去發展。這也告訴我們，人的意念會影響物質。請問諸位同學，身體裡面多少是水？「百分之七十」。對！所以一個不好的念頭，全部的細胞都垮了，所以人說「人逢喜事精神爽」。所以諸位同學，你們往後不要去我的辦公室找我，我最好的狀態就是站在講台上，因為「有朋自遠方來，不亦樂乎」！這個我有很深的感受，人生的緣分都不是偶然的。

我有一次坐電梯，剛好我從小有個習慣，諸位同學，這個習慣你要趕快學起來，不學不行。就是從小，我只要聽到長輩來我們家，我聽到聲音了，不管我在做任何事，包含看電視。幹什麼？統統放下，然後趕快跑到那個長者面前：叔叔好！阿姨好！很熟練吧！這個躬鞠下去都會有化學變化，第一個化學變化，長輩高興的不得了，還摸摸我的頭，「你這個孩子真乖」。他高興了，他可以延年益壽；然後我，我也很滿意。因為一個人本有本善的心，都有好善

、好德的心，當你的行為符合了善良的本性，就跟你的內心呼應。你那個快樂不是從外，是從內出來。所以習慣成自然。

有一次我坐電梯，有個女士，跟我媽媽年紀差不多，她走進來。我馬上問她：請問妳上幾樓？諸位同學，你會問人家這句話的舉手？諸位同學，這句話很重要。你看你都不問，人家一進來，你就轉頭他顧，然後他也這樣。這個時候內心愉不愉快？你不只沒有治人家的心病，還讓他覺得人愈來愈冷漠。所以我們所希求的是人情味，希求的是人與人互相的尊重跟照顧，必須從誰開始做？這麼小聲，我看我還是走了！不如歸去！從自己。這種人生態度叫理智。你現在身旁能找到幾個有理智的人？大半都是意氣用事。做了以後，後悔後悔，都是什麼？後面才來懊惱，「剛剛那句話講了，現在怎麼辦？收拾不了了」。「利刃割體痕易合，惡語傷人恨難消」，不好的言語出去，你這輩子要再回到原點，容不容易？就算他說，好了，好了，不跟你計較了。有那麼簡單嗎？所以要用理智去對應事情。

我們現在全國人民都在提倡和諧社會，社會怎麼和諧？每個人是社會的一個小細胞，當每個細胞內心都很多衝突，請問這個器官跟人體會不會好？不可能好得了。所以一定是每個人的內心開始和平，開始去掉對立、去掉矛盾、去掉衝突。用什麼來去掉？德行。《論語》的教誨當中有個核心，就是「仁」，仁愛的「仁」。這個字是會意字，在文字當中就把人生的哲學告訴我們。兩人，哪兩個人？自己與他人。你能想到自己，就應該想到別人。你能處處替人著想，慢慢你的人生就走入「愛人者，人恆愛之；敬人者，人恆敬之」，這樣的人生怎麼可能會不快樂！

首先要找到原點，才知道下手之處，從每個人的內心的衝突開始化解掉。當很多時候我們設身處地，推己及人，你的怒氣就消一

半掉了。我舉個例子，我們有個學生，小學就已經換了三、四間學校，因為常常打人、罵人，學校都把他推出來。到我們學校是第四間，小學而已！他的行為會讓同學跟老師覺得頭很大。有一次他犯了一個大錯，剛被處罰完，坐在樓梯口。我那一節課沒課，走過去看到他的背影，雖然我沒有看到他的臉，但是從他的背影可以感受到他非常的落寞。不是朱自清父親的背影，是我的學生落寞的背影。我就走過去，這個時候我也當了個心理醫師，給他輔導一下，就坐下來。

諸位同學，面對一個心情很煩燥的人，應該怎麼做？此時無聲勝有聲。這時候不是用嘴巴，用內心，用一種關懷、一種體貼他，陪他坐一會兒。我跟您保證，坐沒有多久，他就會跟你講話。過了沒有多久時間，他就說：老師，我很想死！諸位同學，以後你的朋友告訴你說他很想死，你可不要跳起來，「哎呀！不要啦」，沒有用！為什麼？很多影響的分子都是看不到的，人跟人的意念有腦波，會互相影響。你看物理是不是有波動，兩波相交，波長強的會把波短的壓過去。你的意念愈堅定、愈平穩，慢慢就把他調過來。但是一個家庭裡面，假如大家都亂了，就麻煩了，到時候做出來的事就禍不單行。

所以要練定功，若無其事。「你為什麼很想死？」這個同學就說：老師，都沒有人喜歡我。慘不慘？挺慘。這時候要表示我們的安慰，我就問他，我說福玉老師會很討厭你嗎？因為學校有兩個老師對他額外的關懷，一個是福玉老師，另外一個你們認不認識？你們智慧怎麼這麼高？那我就不多說了。但是諸位同學，這就是講話的藝術。假如我們一開始就說自己，這樣太自大了，知所先後也是言語的藝術。

所以先跟他講，福玉老師會討厭你嗎？他沒說話。接著我又跟

他說：那老師會討厭你嗎？他就搖搖頭。情緒比較平和下來，話就好講。接著我就跟他說，我說人家為什麼不喜歡你？諸位同學，這個問話很重要，你們往後憑著這句話可以幫助很多人。因為其實人是當局者迷，很多問題並不複雜，是人攪在那裡鑽牛角尖。所以你只要常常問他，原因在哪裡？他就開始變得比較理智，會思考，然後自己找出問題來，他就走了。你可以試試看。我就問他（所以口才不用太好，這句話會問就好），原因出在哪裡？這個學生就說，「因為我都打人，我都罵人」。我接著跟他講：那你就不要打人、不要罵人，人家不就不討厭你了？學生講了一句話，他說：「老師，我很想改，但是我改不了！」很想改，叫「人之初，性本善」，改不了，叫「苟不教，性乃遷」。

後來我就去調查他的家庭狀況，媽媽早就不知道到哪裡去了，爸爸整天在外游手好閒，當流氓。本來一個讓同學、老師氣得半死的人，當你瞭解到他的身家背景，你的怒氣在哪？變成什麼？怒變成慈祥、包容。我們是要用怒面對人生，還是用包容？所以一個不同的人生觀，你的人生格局就完全不一樣，天堂、地獄只在一念之間，可恨之人，必有可憐之處。講反了就差很多，話講錯還可以重來，人生經過的歲月拉不回來。所以諸位同學，我們二十幾年的歲月已經怎麼樣？揮一揮衣袖，不帶走一片雲彩，但往者已矣，來者可追。

我請教諸位同學，你每年過年的時候，回首看看這一年，你會覺得很充實、很愉快，覺得不枉這一年的舉手？很好，給這些同學掌聲鼓勵一下。有這樣的感覺，你的人生會非常的充實，內心很愉快。因為有一種喜悅很持久，叫「學而時習之，不亦說乎」！學習自我的提升、自我的突破，會帶給人一生的幸福感。用一顆仁慈之心去包容他人，整個人生轉變就很大。

《論語》裡面也講到，「不學禮，無以立」，你懂得用禮節、用一種謙敬的態度對待別人，人家與你相處就一團和氣。那時候，我上了電梯就先詢問這位長者，結果她上的樓層跟我一樣。我就先跟她自我介紹，我說：你好，我叫蔡禮旭。有沒有人不知道？我就不寫了。人生多積福分，到你需要的時候就會出來。真的，平常用不著的時候看不到，當你有危急的時候，所有善的因緣都出來。為什麼有的人出了事之後舉目無親？那是他平常就沒有做功夫。

我就跟這位女士說，我叫蔡禮旭。她就跟我說：你好，我叫丈母娘。她聽成「菜女婿」，而且還是不及格的女婿。後來我就跟她聊起來，結果她的女兒跟我是高中同學，我念高中是男校，全校只有一班音樂班，只有那幾個女士，所以她們是我們學校的寶貝。你看多有緣，同一屆的，就聊得很開心。在這個因緣當中，我就體證了一句話，「有緣千里來相會」。

諸位同學，經典裡面的每句話，相信以後要理解，理解以後要去落實，落實以後，你才能真正體證是真的，不是假的。學問有這四個關鍵，我們大學時代，學問只在哪？在信、解的部分多，行的部分比較少。但是這也看個人的程度，或者領會的能力。比方說，告訴你「愛人者，人恆愛之」，你現在在哪個境界？我看諸位的面相很好，很多人可能人際關係都特別的好。不過，人際關係處不好，我勸大家不要做中醫，因為病人看到你，他覺得大勢已去。你不相信？因為病患的心理狀態特別重要，他的信心是他治好病的一個重要因素。如果你臉很臭，他壓力就特別大。所以，每句教誨要靠著你去實踐、去體證，我就體證到緣分真是得來不易。不過這個緣分美中不足，有個遺憾，因為她的女兒已經結婚了，不然就名符其實！開玩笑的。

由於這些人生的體會，我對於人與人的緣分特別珍惜。我的國

學老師楊淑芬老師，有見過的舉手？請放下。楊老師跟我們家的距離不過兩、三百公里，很多吧！好像我算錯了，差不多，兩、三百。但是我們相見是在離家萬里，我們兩個相見的時候，當然沒有抱頭痛哭，飛到了澳洲才認識楊老師，隔了萬里之長。所以人生的緣分要好好把握，一個善的因緣，將給你的人生很大的轉變，很好的提升。

為什麼我會飛到萬里之外？因為我在從事教職兩年，感覺現在的孩子一屆不如一屆，尤其在德行方面，下墮的很快。我在教書期間，就把《弟子規》、把《三字經》這些重要的德行經典，就開始給他們讀，然後我給他們講解，學生也很受益。因為我自己本身的中國文化的底子太差，所以我就決定把我公職辭掉，起了個念頭，希望有好的老師來教我。諸位同學，「人有善願，天必從之」，你相信嗎？所以真正明白道理的人，絕對不打煩惱，絕對不去妄求。

《中庸》裡面提到，「君子居易以俟命」，君子不管是在飛黃騰達，還是在落魄當中，他不會受影響。他在落魄當中，時時充實自己，等機會來了，他會奉獻心力，不會在那裡唉聲嘆氣。所以，「窮則獨善其身，達則兼善天下」，這兩個沒有矛盾。當因緣不到，時運不濟的時候，要怎麼樣？「獨善其身」。孔夫子說，「不患無位，患所以立」，你不要怕沒有好的工作，要先考慮的是我有沒有能力來做這件事。假如你不著眼在自己的能力，而是妄求一個職位，那麻煩了。你做了這個職位之後，你又不能做好這個工作，那你的福分就整個就折損掉了，到最後，人家就不再給你機會。所以學聖賢學問，不妄動、不攀求。

諸位同學，我真正開始讀經典，六年，這裡應該有很多我的前輩，比我讀得長的一定很多，比我背得多的更多。我實在沒什麼時間背書，因為我這幾年完全都在教書。所以我都是在開車的時候開

始學習，一般都是把時間花在教學生上面。告訴你們一個祕密，你們不要講出去，「凡出言」怎麼樣？你們沒背《弟子規》？「信為先」，要有信用。這個祕密就是我只會這幾句。所以你們不要說，「我要像蔡老師，能夠這樣滔滔不絕」，其實我就會這幾句而已。

因為我在初中的時候，有一次考試考了一題，「老氣：一、橫春；二、橫夏；三、橫秋；四、橫冬」。我覺得它在侮辱我，但是要檢討自己，程度太差了。我記得我那時候是唱「給我一杯忘情水」，點點點，點到最後才說「好，就選二」！劉德華沒有保佑我，我還是寫錯了。還有一次，發了一篇作文範本，發下去以後，我的老師看到作者的名字「蔡蓉青」，抬起頭來對著全班同學講：同樣一個家庭教出來的小孩，為什麼語文程度差這麼多？你們為什麼都未卜先知？你們笑什麼？我都還沒講！她是我的二姐。所以諸位同學，假如你的兄弟姐妹比你優秀很多，不要內傷，告訴你大鵬展翅都是後面才展。要對自己有信心，「勿自暴，勿自棄，聖與賢，可馴致」。

所以給予人家肯定的稱讚，不要吝嗇。我記得我在念高中的時候，我小學的自然科老師，他到我高中去做科展的發表，我的導師還有這位自然老師都到了。看到自己的老師很歡喜，就跟他們在那裡聊天。我這位自然老師，因為他們都認識我二姐，每次頒獎的時候，我姐姐都站第一位，所以不得不認識她。他們都知道我跟我姐姐的關係，結果這個自然老師就說了，「這個蔡禮旭」，他用閩南話，「大隻雞慢啼」。就是大隻的雞比較晚叫，「慢啼」，啼就是叫。突然聽到那句話，我馬上就雄赳赳氣昂昂，這句話記多久？一輩子。所以不要吝嗇讚歎別人，稱讚別人。

但是，不是人家稱讚你，就會有好前途。我高三的時候，有一天在上國文課，突然我的老師很生氣，就說：蔡禮旭，你給我站起

來，假如你上我的國文課，再給我打瞌睡，我就記你曠課。在我幼小的心靈，又劃下了深深的刀痕，他們都沒有聽到血在滴的聲音。所以我的大學聯考，國文還是不及格。我記得大學聯考的前一天，我們家裡的人都知道我很緊張，你們從我的體格可以看得出來，我的胃不好。我的姑姑拿了兩顆鎮定劑給我吃，第一顆吃下去沒效，第二顆再吃下去，還是沒效。結果隔天早上考國文，有效！那時候快昏倒了。所以人要有理智，緊張有沒有用？沒用！不能理智，只是感情、情緒用事，一團糟。我的語文程度就一直很差。

突然有一天遇到一位長者，他問了一個問題，他說：全世界在幾千年的歷史當中，出現了很多古文明，也很輝煌，但是現在只剩下一個古文明。諸位同學，哪個古文明？「中國」。為什麼這麼小聲？我們的老祖宗在那裡掉眼淚，「他們都不認我們了」。哪一個文明？中國文化，承傳將近五千年的歷史。然後接著這位長者又說到，他說只剩中國，請問為什麼？我們現在在思考深度不夠，知其然不知其所以然。每個人都去瞭解原因所在，你的智慧很快就開了，你的理智很容易就建立起來。

這麼一問，我說對！我沒想過。是不是幾大古文明的老祖宗，站在神明的面前抽籤，誰抽到那支好籤就不用斷，是不是？所以人生要確立一個正確的態度，沒有一件事情是偶然的。你確立了這個正確態度，往後的人生才會走得踏實，不會跟人家在那裡比來比去。「欲除煩惱先忘我，各有前因莫羨人」，你跟人家比來比去，他為什麼人際關係這麼好？看結果沒有幫助，你要看他的原因，他一定是懂得多多付出。所以各有前因，不要亂羨慕別人。只要你種的種子跟他是同樣的因，你往後也可以收割好的結果。

接著長者又提到，中國幾千年的文明承傳下來絕非偶然，因為老祖宗看到了一個重要的觀點，語言跟文字、跟文章要分開來。語

言跟文字假如沒有分開，就會衍生一些事情出來。有個朋友離開家鄉已經二十年了，他就跟我提到，他說他回去以後，跟一些親友聊天，都感覺有些遣詞用句要解釋一下才聽得懂。言語承傳二十年就有一點小的變化，兩百年呢？大的變化。假如兩百年前寫的文章，用他們當時候的言語，你現在看得懂嗎？看不大懂了。兩百年都有大變化，兩千年呢？你就根本不知道了。所以其他的古文明都有文字留下來，但是連文字都看不懂，不可能全懂。考古學家是考什麼？他挖出很多古蹟，心滿意足；但從這些古蹟當中，要瞭解文字背後的人生哲學，幾乎已經是不可能。所以幾千年的智慧傳不下來。

老祖宗洞察到這一點，所以文章用另外的方法寫，不跟語言一樣。用什麼？文言文。語言再怎麼變化，您可以直接跟孔老夫子溝通，你可以直接當他的學生，只要你用真誠的心去跟他學習。所以承傳下來，很不容易。它能承傳下來，不只因為有了文言文，更重要的是所有這些教誨，都是人生的真理，真理可以禁得起時空的考驗，這個很重要。您去看看這兩百多年來所流傳的書，現在還剩多少？很多都淘汰掉了。而且知識愈爆炸的時代，知識的汰換率愈愈高，但是老祖宗留下來的經典，卻是愈陳愈香。

古代的外國沒有辦法理解到我們這些文化，現在因為交通發達，科技很便利，所以《孫子兵法》、《論語》、《老子》都傳出去了。全世界書籍裡面排行榜，翻印最高的是哪本書？我的瞭解，不知道正不正確？是《老子》，時間最悠久，最多版。因為現在他們也有機會學習了，所以他們很珍惜。孔老夫子的子孫走在中國，說不定還比不上在外國受到的禮遇。所以真理一定可以超越時間、空間。

我們現在來思考一下，中國需要孝道，外國需不需要？需要。沒有德行的基礎，孩子大了以後，天下大亂！所以現在不分國家、

民族，最嚴重的是什麼問題？青少年的教育問題。重視德行，而諸位同學，德行的根本在哪？德的根本在哪？這個答案在哪裡找得到？是不是？你沒有高深的智慧，你不可能能解出這個東西來。我們常常看到人生走了四、五十年，很多人在喝酒之餘就說，假如人生能夠讓我再來一次，我一定不會犯這些錯。有沒有機會？所以，孔老夫子在《孝經》當中講出來，「夫孝，德之本也，教之所由生也」，教育德行要從孝道開始做。「君子務本」，根本找到了，「本立道生」，孩子為人子之道、做人之道才能夠滋長起來。所以，智慧就在能夠洞察根本所在。

把閔子騫的故事講給他們聽，前面的這些澳洲人都在那裡點頭，邊聽邊點頭。事後我們跟他坐下來聊天，說你們聽完有什麼感受？他們繼續點頭，然後說到，做人應該這樣才有味道。所以，本善的心不是中國人有而已，而是一切的人都有的。所以孔夫子的教誨是可以造福全人類，而不是只有中國。是因為因緣的狀態，古代沒有資訊的發達，他們所知有限。現在這個時代，他們更能快速來學。但是我很怕一點，到時候在上中文，站上去一個美國人，還是一個歐洲人，那你們坐在底下聽課有什麼感受？所以有這麼好的機會，接觸到亙古不變的道理，這個緣分不可錯失。

除了文言文的設立，再加上它是真理，才能夠承傳下來。當長者把這段話講完，我的內心很激動，因為我以前都是把文言文丟在垃圾桶，突然流下懺悔的眼淚。諸位同學，你有沒有流過懺悔的眼淚？流完會怎麼樣？全身舒暢。我流完眼淚，有個體會，這一生不再為傷心掉眼淚，傷心掉眼淚會肝腸寸斷，這樣沒做到《弟子規》。《弟子規》說，「身有傷，貽親憂」，當你在難過、在痛苦的時候，誰比你更痛苦？誰？你們都講這麼小聲，你們還有良心嗎？父母。我也是比較愚昧的人，活到這把年紀才看懂，現在想起來都快

哭出來了。

我體會很深，談了一次戀愛的過程，我媽媽對我說：你這三個月所掉的眼淚，比你這二十幾年加起來還多。諸位同學，今天的課我們要有一個默契，不可以對外講，攝影機要不要關起來？你看母親在講這句話的時候，內心是什麼？捨不捨得？你看我有多鈍！後來從悲傷當中走出來，我就跟我媽媽講，我說：母親，那段時間我哭成這樣，妳怎麼都不掉眼淚？我媽媽說；你都哭成這樣，我再哭，那會成什麼狀況！你看，媽媽時時想著什麼？怎麼樣幫你！當我媽媽那段話講出來，我突然覺得我這場戀愛沒有白談，我終於知道誰才是真正愛我的人。

所以我已經跌過的坑洞，請諸位不要再跌了。真正處處替你著想的人，才是愛你的人。當你談起戀愛來痛苦萬分，障礙重重，捨得捨得，能捨是智慧。當然在談的過程有衝突，你也要保持理智。因為聽說戀愛可以讓人成長，但是也有另外一句話，在戀愛當中的人智慧、智商最低。好像明白都要在談完以後，然後頹廢了一陣子，突然翻開一本經書，怎麼樣？生命太可貴了，不要這樣糟蹋。現在你就搞清楚，你就懂得抉擇。

人生的智慧在哪裡看到？什麼事該做，什麼事不該做。今天在座的同學都很有智慧，你們今天沒有去跳舞，沒有去喝咖啡，今天都勉強進來了。「好吧！聽聽看。」所以你的抉擇不同。人生踏出腳步，大小不重要，方向最重要，你先要有能力選擇對的方向。所以年輕人不用太急，先把自己的實力紮好，然後你又學到很有禮貌，保證你的貴人層出不窮。

當我把眼淚擦乾，掉完眼淚，心情也舒暢多了，就去把這些古聖先賢的經典重新再拿過來。一看，非常的親切、可愛。本來「子曰子曰」頭都快要發脹了，現在「子曰子曰」眼淚都快掉下來。所

以諸位同學，學習的障礙在哪？在不在學問本身？在你的心！一切的障礙都不在外面，你一定要清楚明白一件事，你的人生只有一個敵人，是誰？是你自己。當你有這樣的認知，有這樣的態度，你的人生會走得非常明白。你把責任都推出去，你的人生會愈走愈多的怨恨，到最後連你自己都不喜歡你自己，因為你每天都是不好的念頭，是吧？一個不好的念頭，身體百分之七十的細胞都壞掉了。

這個科學家很有意思，他又拿白米飯做實驗，要證明除了水以外，所有的物質都跟人的意念會起交互作用。所以第一碗飯，「一粥一飯，當思來處不易」，「鋤禾日當午，汗滴禾下土，誰知盤中飧，粒粒皆辛苦」。諸位同學，你以後要吃飯以前，都把這首詩念一遍，保證那碗飯的效果不一樣。另外一碗飯就念「臭，臭死了，不好吃」，罵它。第三碗飯不理它。結果一個禮拜過去了，第一碗飯發酵了，香香的；第二碗飯臭了，有點發黑；第三碗怎麼樣？更臭！

你看，這個白米飯把人生的道理講出來了。冷戰比較嚴重，還是熱戰？你看夫妻有時候罵幾句，還發洩發洩，對不對？冷戰的時候，「我不屑跟你吵」，聽進去，先生會暴跳如雷。冷戰比熱戰的殺傷力還要強，熱戰大不了得心臟病，冷戰保證得癌症，細胞病變。是不是？這個結果把人生的道理告訴我們，別冷戰，也別熱戰。

我在台上講這個事例，底下坐了一對夫妻，她的兒子坐在中間，差不多四、五歲，她的先生坐左邊，太太坐右邊。她的先生聽完以後，往後退了一下，伸出他的右手拍拍他的太太：老師在說妳，知不知道？我在上面看到這樣的情境，汗都流下來，因為我已經可以看到結局是什麼。他的太太馬上往後退一下，狠狠的瞪了他一眼。在這個世上很多人死得不明不白，真的。他太太為什麼生悶氣？你太太假如沒有道義，早就不理你，走了。是不是？還每天在那裡

給你洗衣煮飯，這麼有道義了。但是為什麼太太都笑不出來？因為先生都視為理所當然，連句好話都不講，當然慢慢那股怨氣就開始積累。

諸位男士，你們都還沒結婚，告訴你們一句很重要的話，叫「好話一句，做牛做馬都願意」。但是你們學東西要學到根本，這句好話必須從真誠的心出來，而不是虛偽的心。所以該肯定，因為夫妻，「夫婦有別」，別在家庭的職責，別在互相的幫助。要看到別人的付出，也要看到自己的責任，自己的本分，這樣家庭自然就能夠和樂。

所以諸位同學，心理狀態影響健康，特別重要。但是現在的人沒有地方學理智，是吧？交的朋友愈多的人愈不理智，因為每個人講的都有一套道理。有個朋友打電話給我，一打來就開始哭，我說妳別哭了，慢慢講。她說我先生怎麼樣怎麼樣，很生氣，講了一大堆她先生不好的地方。你不要阻止她講，先讓她把氣排一下。當她心情比較平靜，你就告訴她：先生對不對不是最重要，你自己有沒有做對？假如你自己都沒有做你應該做的事情，那你有沒有資格說你先生？你現在想想，你在氣什麼？在氣先生做不對。你氣，結果你現在假如再做不對，那你要氣誰？氣你自己，你憑什麼資格氣他？所以別人對不對不在第一位，自己要先做對，你才有資格說別人。

很微妙，當你自己不看別人的錯，而做應該做的事，另外一個契機點出來了，對方很慚愧。他的慚愧心才喚得醒。所以這個德行的微妙之處，還是你親自去做了以後，才會有感受。她這麼聽我一講，我就引導她，妳媽媽做好了嗎？妳媳婦做好了嗎？妳太太做好了嗎？她聽完了就比較平息，就跟我講，她說：蔡老師，我在打電話給你的時候，已經跟我好幾個女性朋友聊過，她們都告訴我，非

常的時候一定要用非常的手段去解決。俗話說，「寧拆十座橋，不破一樁婚」，不要給人家亂建議。因為家庭，她還有後代，你的言語太輕率了，她可能說：好！她那把火快燒起來，你一下就把它點燃，到時候後悔了，你一輩子都要扛這個責任。

我有個朋友就過來跟我講，他那時候就建議一個朋友離婚，現在人家夫妻都很後悔，他也很內疚。所以諸位同學，給別人建議要有理智，只要抓住一個原則，只告訴當事人自己錯在哪，原因在哪。你這樣去引導他，他的理智就提起來，他就不容易意氣用事，才不會造成人生的遺憾。所以理智不容易學。而諸位同學，您學中醫，中醫是屬於中國文化的一部分，所以學中醫的人理解中國文化的速度特別快。其實我很想當中醫師，因為我年紀一大把了，只好打消這個念頭。

人與人的言語必須建立在一個條件之上，就是信任。《論語》裡面說，「君子信而後勞其民，未信，則以為厲己也」。你要建立信任，才能夠去找這些下屬、朋友來幫你做事。信任不夠，才第一天認識，你說，你來幫我這個，你來幫我那個。人家感覺怎麼樣？你很無禮。所以要信任以後才能夠找人家幫忙。再來，言語，君子「信而後諫」，相信夠了才可以去勸他；「未信」，還沒有信任，你就跟他建議，「則以為謗己也」，他覺得你是不是看我不順眼，為什麼都說我的不好。所以建立信任以後，思想才好交流。而醫生是最容易跟病患建立高度的信任，所以中醫師也可以當個心靈的導師，好老師。

我曾經到警察大學去演講，要演講以前，主辦的主管也跟我提到，這些警官都已經在社會大學讀了不少，所以你等一下能講個一個小時或一個半小時就不錯了。他這麼一講，給我什麼訊息？但是人不要被他人影響，自己的心定得下來，你的思想波才能夠去影響

別人。當這些三、四十，四、五十歲的警官走進來，那時候已經七點多了，他看看我，「怎麼又要講課了」！就往後面走。我這個孱弱的身軀縮在旁邊：你好！你好！這時候能不能情緒低落？不行。因為「有緣千里來相會」，你這個信念夠強，就不容易把好的緣分流失掉。

他們一開始，起立，然後就跟我互相問好。我就鞠了一躬，把麥克風拿起來。在鞠躬的時候，我還踢了一個正步，然後麥克風拿起來：「諸位阿Sir，大家好！」阿Sir是長官，所以他們一聽，心裡面怎麼樣？很舒服。這就是言語的一個分寸，到人家的地盤，首先要先誇讚，後面他起歡喜心的時候，你的言語他才容易聽進去。我們的目的是希望能夠給予他幫助，你當然要找好的方法。

這些阿Sir愈聽愈專注，很快就講了兩個小時，我說諸位阿Sir，今天我就講到這裡。他們說你不要下來了，繼續講。結果旁邊那個主辦的長官，我就看看他，不知道怎麼辦。因為我這個人比較內向，遇到這個情況，我也是驚慌失措。後來他看好像情勢不可擋，他說那我們再加半個小時。我就繼續上來講。我說諸位阿Sir，我只知道劉德華唱歌有「安可」，我還不知道演講還有「安可」，還可以再加時間。

我在那場演講當中，我就跟這些警察提到。我說一個社會的人心能不能安定，三種職業影響很大。第一種是醫生，第二種是老師，我們要同舟共濟，讓社會人心愈來愈安定祥和，不能缺我們的力量。第三種是什麼？警察。他們一聽：你看，我這麼重要！來到這三個職業面前的人們，心理狀態都是非常脆弱，都是非常需要幫忙。當這三個行業不好的時候，所謂缺德的時候，我有個長者說現在的教育，上的東西真多，不過就缺一個東西？缺什麼？缺德，叫缺德教育。

其實我這個成長的過程，讀了十六年的書，其實我本來應該有范仲淹的胸懷。但是因為升學主義之下，我變得小鼻子、小眼睛，別人考得比我好，我很生氣，別人考得比我差，我很高興，幸災樂禍。所以你看我就是一臉短命相，都吃不胖。人非聖賢，孰能無過，過而能改，善莫大焉！我這次回去，我爸爸在吃飯的時候，突然跟我講一句話，他說你的耳朵變大了。真的嗎？我就突然仔細照一下，好像變大了。相隨心轉，這是真理。前幾天，我的同事又告訴我：你的耳朵好像變大了。所以命是在自己的手上，《中庸》說「禍福將至」，一個人的禍福能夠看得出來，「善，必先知之；不善，必先知之」。好，我們先休息一下。

剛剛我們提到我在警官大學講課，我們也提到這三個職業影響整個社會的人心有沒有安全感。當病人遇到醫師，他們很渴望醫師能夠治好他的病。諸位同學，治一個人的病，絕對不可能只影響他一個人，而是影響一家；甚至於他可能是公司的老闆，都還影響一個團體的營運。剛好你醫術高明，又可以幫總理看病，那你是影響什麼？一個國的命運。所以醫生很重要。

再來老師，假如老師沒有用心教學生，他的家長每天在家裡非常的擔憂，家長不安心。而社會、國家出不了好人才，社會、國家的往後就堪憂。所以老師很重要。

再來，每一個走到警察面前的人，很可能都在人生當中有偏頗，誤入歧途，這個時候內心也很脆弱。假如這些警察都有這份仁慈之心，都有這份道德，他進一步去鼓勵他：孩子，年紀輕輕不要再錯下去了，你的媽媽都流了多少眼淚。把他的善良喚醒，所謂「浪子回頭金不換」，而浪子要回頭，必須要遇到好的緣分來促成。你們都可以是這麼好的緣分，去促成很多家庭從衰敗能夠有好的轉化。當這三個行業都提起了這份利民利眾的心，社會風氣會快速上升

。

我記得我在海口做了第一場五天的培訓課程，上到第四天下午，教育局局長親自來聽。他聽了一個下午，聽完課我就送長官下樓，目送他驅車離開。我突然忍不住我的情緒，當場蹲下來抱頭痛哭。我在中國的史書當中看到好多的官太用心了，當他要離開一個地方的時候，所有的人民都夾道送他，很依依不捨。我在海口的時候，去拜訪了一個賢人海瑞，大家都聽過「海瑞罷官」。海瑞所到之處，所有的這些地方的惡霸，這些不好的士紳，他還沒到以前，統統自己拍拍屁股先走了。所以他的德行能夠威震一方，他到過的地方，人民都非常感謝他。我每每在讀這些文章都很感動。

海瑞最後在南京當官，在任職當中去世了，中國人重視的落葉歸根。海瑞是海南人，當海瑞的靈柩要移回海南，整個南京市如喪考妣，就好像死了自己的父母一樣。諸位同學，我們來感受一下。當一個社會不安定的時候，人民的內心有多麼渴望好官出現。所以我那時候一時情緒也上來，旁邊的老師不瞭解，還以為我在有什麼傷心之處，都一直在安慰我。我說，你讓我平息一下，我是感動的沒有辦法控制。

醫生如是，我最近看了一部片子叫「神醫許俊」，「醫道」，演了六十幾集。在這個影片當中，我也不知道掉了多少次眼淚。因為我自己從小身體都不好，禍福相倚，小時候吃很多垃圾食品，把胃都吃壞了。我去給人家請客，菜都還沒有上來，我已經吃飽了，叫喝飽了，喝汽水。汽水最傷胃，喝下去以後，東西就吃不下去。我喝的汽水的氣，排到現在都還沒排完，你看傷害多大！然後一路都在看醫生，內心很脆弱，看一個換一個，都解決不了身體的問題。所謂哀莫大於心死，真是如此！不只是當事人的憂慮，整個家庭都不放心。所以，當遇到一個好醫生，不知道要有多少人可以化煩

惱為喜悅，整個家庭的整個氣氛，還有它的運勢，都會翻轉過來。

我記得許俊第一次治一個病人，那個病人上吊，一個女孩子。上吊以後已經沒有呼吸了，但是還有心跳，他就救她，把她救活了。當下那個女孩的感謝，還有父母的感謝，不是用言語可以形容。他救了她，也救了她的家庭，更重要是他救了自己的慈悲心，仁慈之心。所以看起來是我們在救病患，事實上，病患在成就我們的德行，跟我們的仁慈之心。這些理我為什麼能體會？因為跟老師一樣，老師所謂「教學相長」，表面上看是我在幫助學生，事實上是學生在成就我的道德、學問，成就我教育的愛心。

後來許俊要參加科舉考試，是考醫官方面的。因為在半途當中遇到了一個村落，整個村落一大堆人生病，沒有錢看醫生，他就幫他們看。結果愈看名聲傳出去，來的人絡繹不絕，到最後連他要進京考試的時間都有可能耽擱掉了。他撐到最後，就有個年輕人帶著他要趕路。這個年輕人把他帶到家裡，不是去趕路，他跪下來：我的媽媽病得很重，可不可以先看我媽媽？他說我根本趕不上了，還看你媽媽。他還是看了。

看完以後，這個年輕人跑出去，說我幫你牽一隻馬來，你就趕得上了。結果那個年輕人是去偷馬，這麼一做，官府把他抓起來，連許俊都被抓起來。這個百口莫辯，被人家誣陷了，也沒辦法。雖然當事人說是我自己偷的，跟他沒有關係。後來官府把他關起來，所有的市民統統圍到官府來。所以真正有仁德之心，必能感得眾人的相助，每個人都有良心，「愛人者，人恆愛之」。後來這個地方的官員說，我準備一匹馬讓你騎。他就趕快騎著這匹馬去考試，中途跌倒了。你們心臟有沒有跳很快？心臟跳太快會折壽。等他醒過來，來不及了，他趕到的時候，機會已經沒有了。

諸位同學，損失了嗎？所以人生不要活在患得患失，人生一飲

一啄，莫非前定。該是你的福分，你跑到天涯海角躲起來，它都會到你面前，你不要擔心。所以中國說，「塞翁失馬，焉知非福」。我今天假如沒有捨掉鐵飯碗，終身的工作，我如何能有機會遇到這麼多的長者、這麼多的好老師給我指導？有捨才會有得，所以行善的心不能退。你不要因為回饋不好，你就覺得「算了，我不要做好了」，不要！你要用你的人生去印證這個真相，命由自己造，福自己去求。

那天我們有個律師，她跟我提到，她說有一次她的同學沒有帶雨傘，她很好心，拿著雨傘跟她的同學一起撐著走。因為雨傘不夠大，她也淋濕了。她的成績很好，六科裡面有四科一百，兩科好像是九十九還是九十八，很優秀！她去參加外語文的測試，因為淋雨，發燒了，喉嚨有點變聲。語文學校最強調的是什麼？講話。所以她考試通過，面試沒過。要不要沮喪？她就說，假如她去念了這個語文學校，她現在一定遇不到她這麼好的老公。是不是？而念了語文學校以後，她一定是崇尚外國文化的機率高，她要再走回來接受聖賢教誨就不容易了。所以她在我們的老師當中，現在也在分享她的收穫跟體會，整個家庭都有很大的變化。確實，「塞翁失馬，焉知非福」，當你把患得患失放下以後，你的人生往後會愈走愈自在。我個人也體會到這點。

當我那時候在當老師的時候。我們先講許俊，許俊因為看病人而不去科舉考試，贏得了所有這些村民對他的認同。他的名聲也傳開來，所有的人都很佩服他的醫德。因為他曾經在學習過程犯了一個大錯，由於這個表現，他的老師又重新教導他。是考上科舉重要？還是能得到真正的名師指導重要？當你先得機會，而不是先長能力，有時候會把事情搞砸了。對！因為有這份仁心，往後的安排，成就了他的醫學，後來他也以第一名考上了。

所以確實，我們行醫當中念念心想著是病人的痛苦。我們《黃帝內經・靈樞經》裡面也提到，「傳後世而無患之人」。你看老祖宗有沒有智慧？能不能隨便的人當老師？行不行？能不能隨便的人當醫生？不行。所以看到諸位，我的內心十分的喜悅。我看到好官是抱頭痛哭，看到好醫生，我現在也不知道怎麼辦了！我相信一定會出很多的好醫生，在我們中醫藥大學。

剛剛我們的朋友就提到：老師，你今天講課的狀態怎麼這麼好？我說這裡的磁場太好了。因為這裡每個人都想著我怎麼救人的命，所以這裡的磁場很好；不然你現在馬上去停屍間試看看，一定不一樣。那整個無形的氣氛，所以為什麼中國人教育當中強調環境薰陶，收潛移默化之效。所以，當老師、當醫生都不能夠沒有德行，「無患之人」就是無德的人不能傳。

有個故事是這麼說到，有個醫生草菅人命，死了以後墮到十八層地獄。掉下去之後，他在那裡很生氣，「我又不是故意的，氣死我了，判那麼重」，這個叫死不認錯。突然底下就有人說：老兄，你別踏了，你的灰塵都染到我的身上來了。他嚇一跳，草菅人命墮十八層地獄，「你是幹哪一行的」？「我是當老師的。」命沒了，就回不來了；但是老師是治人的慧命，智慧錯誤，人生偏頗，不只影響一個人，還影響什麼？錯誤的觀念再傳給他的孩子，污染了人家世世代代的子孫。假如你教出來的學生教錯了，然後他又去當人家的小學老師，那真是太多的禍患。所以把老師當好，可以前途無量；把老師當得不好，就會前途無亮，亮不起來，一片灰暗。我都是講老師，但是諸位同學要「聽思聰」，醉翁之意不在酒，在哪裡？我講老師，你們要聽懂，醫生也一樣。

我記得我第一年當老師，有個學生的奶奶，她爬了四層樓上來，還有點氣喘吁吁。她突然看到我，就給我鞠了個躬，她說蔡老師

，你好。這個躬鞠下去，我突然覺得「老師」兩個字責任很重。一位長者全心的恭敬對你行這個禮，人生求個不佔人便宜，人生求個不要對不起他人。我怎麼去回報她這樣恭敬的態度，怎麼回報？一定要好好盡心盡力把人家的孩子、把人家的晚輩教好。諸位同學，有沒有看出來我有點駝背？左邊一個「老」，右邊一個「師」。但是不行，我要活長一點，不挺胸，命都短，要活長一點，要燃燒自己，照亮別人，不能燃太短。因為要對得起別人長者的恭敬，我們就要求自己要趕快提升自己教學的能力。

我在那個當下也體會到，中國文化有兩股最根本的根基，一個是孝道。諸位同學，孝道最重要的要懂得念恩，懂得孝順父母，這是個根本，所謂「慎終追遠，民德歸厚」。孝心長不起來，他的德行也長不了。所以人生，你要有很高的判斷力，對事情才看得清楚。我問諸位一個問題，假如現在有個男士，他西裝筆挺，身高差不多一百七十四公分，跟我差不多，長得一表人才，跟我不大一樣。三年如一日的追求妳，妳的生日他都一清二楚，他算妳生日的時間，然後買九百九十九朵玫瑰送給妳。妳最喜歡吃什麼，他一清二楚，常常給妳獻殷勤。比方說妳半夜太餓了，餓醒了，打一通電話給他：我想吃芝麻糊。那是我喜歡吃的了。他二話不說，馬上騎著摩托車衝去買，再衝到你們家門口。然後拿給你：慢慢吃，慢慢吃，別噎著了。你覺得很幸福。

然而妳有個長輩，跟他是鄰居，他走過來告訴妳，「這個男士對他父母不孝順，妳自己考慮考慮，要不要嫁給他」。諸位女同學，要不要嫁？你們這個時候還猶豫，真正遇到了，我看是凶多吉少！要有理智，所謂「男怕入錯行，女怕嫁錯郎」，選擇錯了，全盤可能就砸了。所以抉擇以前要有高度的判斷力，而人懂得判斷，必然要有智慧、要有理智才行。我們來分析一下，為什麼不要嫁？剛

剛誰講得最大聲？這位同學。為什麼不要嫁？生命會有很多變化球，來的時候你要全然的去接受。來，這位同學。

「因為我本人是很孝順父母的，要是他不孝順的話，可能會對我父母不好。」

掌聲鼓勵！諸位同學，一個人有孝心的時候，她就能判斷正確，她會想到父母。婚姻是不是兩個人的事？現在很多人到國外去留學，回來以後，「我倆決定在什麼時候結婚」。「我倆」，誰最大？我跟太太最大，女朋友最大。爸爸在哪？媽媽在哪？從這個寫帖子，恭敬心有沒有？沒有了。結婚是兩個家族的一個姻緣的結合，不被父母所認同的婚姻，不幸福的機率會很高。當然，我不是懷疑你的判斷，但是人生的智慧必須隨著經驗的積累。當你的經驗不足的時候，很有可能會判斷錯誤。但是年齡跟智慧，不一定要成正比，就是不一定要活到一大把年紀才有智慧。只要你有好學的心，你的智慧會積累的很快，所謂「好學近乎智」。你也不要認為，學智慧一定要到了鬍子這樣抓的時候才有。只要你掌握了聖賢教誨的綱領所在，你可能在半年之後，整個人的思想、觀念就提升起來。

我們做中國文化的課程，到現在已經一年半多一點，很多的朋友都一直在學習當中，有了智慧，家庭狀況、事業狀況都很快速的在變化。所以站在巨人的肩膀上看得更遠。誰是巨人？當然我不大像，老祖宗四、五千年的智慧是巨人，諸位同學，要跨上去！而這一跨上去，只要你有謙卑、恭敬的心，絕對跨得上去，因為這些老祖宗念念都想著如何成就我們的人生。

我們接著再來看，為什麼不要嫁給他？這個還是很重要。因為一個人有孝心，他道義、恩義的人生態度才會提起來。假如他連恩德最大的父母，都提不起這個態度來，「學如逆水行舟，不進則退」，好的沒學到，會學到什麼？有沒有人說「我今天沒有進步，也

沒有退步」？有沒有這樣的日子？有沒有？建議你們一個方法，把眼睛蒙起來，把耳朵塞起來，這樣有沒有效？保證沒效。為什麼？你所有的東西都不看到，你不被影響，但是你的腦子裡在幹嘛？好的多，還是壞的多？你錯誤的思想太多的時候，縱使你不接觸一切外在的環境，你還是在退步。所以人隨著年齡的增長，煩惱愈多還是愈少？愈多。怎麼會這樣？年齡愈多，應該愈有智慧，慧劍可以斷煩惱，怎麼會愈活煩惱愈多？是什麼？智慧下墮了，所以不進則退。

沒有道義、恩義會形成另外一個態度，就是利害；這個沒起，這個起來。為什麼會對你這麼好，為什麼？因為妳長得年輕貌美，又在中醫院大學讀書，以後前景看好，所以他會全力以赴。真正娶到了，三年以後，妳幫他生了一個白白胖胖的兒子。然而他在外面工作，又遇到一個更漂亮、更年輕貌美的，諸位同學，會起什麼變化？從利變什麼？你們連這個都不會判斷嗎？面對現實！從利變什麼？「害」。害要怎麼樣？有沒有看到我們這些讀中醫的人都很仁慈，都不願意把答案講出來。害就怎麼樣？擋在他的前面，以欲望為導向的人，只要擋在他的前面，他會怎麼樣？一定把它推開。

我們看到徐志摩先生，當他遇到林徽音小姐的時候，你看他做了什麼動作。他的太太還這麼年輕，他已經有一個孩子了，他的太太又懷第二個孩子，他說「我要跟妳離婚，去把孩子拿掉」。要看懂，情感是幻滅的，變化莫測。情感只是男女之間的媒介；真正相處，能夠白頭偕老的根源在有恩義、在有道義。但是女孩子就喜歡聽花言巧語，我替你們好擔心，你們知道嗎？所以你看當時候，「你去把孩子拿掉」，他的太太張幼儀對他說：把孩子拿掉會有生命危險。他說坐火車都有可能會死亡。這種話講出來，我都很傷心！對！後來離了婚以後，他的太太也很認真，自己也經營事業經營得

很好，然後還聘老師每天來給她上中國文化。那時候是因為她的兄弟支持她，所以她的孩子是到德國去生下來，她弟弟在德國。

後來徐志摩又看上了另外一個女人，陸小曼，又把人家的家庭怎麼樣？陸小曼有先生，又把人家的家庭毀了。他有沒有幸福？每天跟陸小曼常常吵架，也是搞得不可開交。後來林徽音要舉辦一場好像是演講會？對，演講會。我一時想不起來，因為我沒把他放在心裡。徐志摩馬上又坐飛機要去看她，你看他對陸小曼是不是真心？真的，絕對不變；會變的，不是真的。結果他在坐飛機的過程，飛機失事，享年三十五歲。但是張幼儀後來還照顧徐志摩的父母，奉養到他們終老，還給他認作乾女兒，兩個孩子也教育得很好；還寄錢給陸小曼，接濟她。你看她心量夠不夠大？徐志摩真可惜，真是差之毫釐，失之千里。張幼儀活到八十九歲。所以確實人心很重要，你會走出不同的人生格局。

所以利害是靠不住的，當這個動作做下去，社會整個都牽動，離婚率上升了。離婚率的背後，代表很多家庭失散。我們教書對離婚率特別敏感，因為很多孩子行為比較偏頗，來自於不健全家庭的比例特別高。而且傷害不是離婚以後傷害，離婚以前不知道有多少年，都在這種不和諧的氣氛當中成長。所以離婚率又會帶動另外一個指數，犯罪率上升。孩子偏頗，他就很可能在進入社會這個大染缸誤入歧途！

當犯罪率提升起來，社會有沒有安全感？你縱使有錢、有地位，你也沒有安全感。我到海口的時候，當地的朋友告訴你，走路的時候背包有個標準動作。一定不能背在兩邊，要背在肚子前面，走路要這樣走，這是標準動作。不然很可能後面衝來一台摩托車，就麻煩了！你看這樣的社會，你有沒有安全感？你快不快樂？很難。所以牽一髮動全身。

所以諸位同學，教什麼很重要？孝道。要改變一個人的德行，絕對不是把錢花到監獄裡面，「你們要好好學習，你們要變好」。容不容易？不容易，因為「少成若天性，習慣成自然」。所以中國的教育絕對都是「禁於未發之謂豫」，重視預防。還沒有嚴重，你就預防，事半功倍；等已經形成了，你就事倍功半。這個道理跟我們中醫完全一樣，中醫講的養生是「不治已病治未病」，都是能防微杜漸，這個叫高明。所以中國文化的孝道不能不弘傳。

另外一股重要的根基所在，是師道。而師道所代表的一個精髓，一個人的本善，是恭敬心。孝、敬能開一個人無量的德行，要從這兩個開，你不從這兩個下手，你的德行開不了。俗話說，「百善孝為先」，這句話有兩個意思，第一個孝為百善之首，第二個意思是孝開了，百善自然就開；孝不開，存心是用利害來對待人。我們從事老師也好、從事醫生也好，也一定要把這兩個根基紮好。當你真正有孝心，你絕對會感受到為人父母的辛勞在哪。當你治人家的孩子，你一定會盡力去治，當你把他治好了，他父母很歡喜，你也覺得很高興。當你在治別人的父母，你可以瞭解到他的孩子有多麼著急，你感同身受的心就起來。

所以當老師能夠提升的快，不在於教學技巧有多高，而在於他能不能守住這份教育的愛心。當他能守住教育的愛心，他教學的能力就會快速提升。醫生也是，你能常保這顆「人飢己飢，人溺己溺」的同理心，你的醫術會很快提升，而且你會遇到很多肯提拔你的人。真正高段的醫生，一定有仁慈之心。但是說實在的，為什麼他不教人？有時候不是他不教，是沒有人扛得起。為什麼？因為他看得出來你沒有孝、沒有敬，真正教你，你半途就放棄了，不願意教。

我在澳洲念書的時候，我明顯看到有個長者智慧很高，他試圖

要幫助每個人，但是只有我得到最大的利益，因為我對他很恭敬。他二十九歲就被一個公司聘去當總經理，解決企業危機。很多年前，他還到天津接管了雅馬哈的總裁，雅馬哈底下員工八萬人。諸位同學，這位長者給人家當顧問，一個月見四次，一次三個小時，十二個小時下來，必須給他快三萬的人民幣。結果我一毛錢也沒花，長者對我在這一、兩年當中非常的疼愛，我上次到台灣回台北，也到他們家住，也是吃他的、喝他的。

但是這些真正有學問、有道德的人，他一定感受到一份責任，這些智慧絕對不能只利益我，一定要承先啟後。當你的心是非常恭敬，非常想要利益他人，你這個心念，這些智慧的人看得明明白白。這樣好的緣，是靠我們自己的態度接上去的，所以孝敬之心是道德的大根大本。但是聽完以後，你們明天不要走路時在那裡看誰是有道德的人，自然一點，水到渠成，我也沒有去求。

我到了澳洲學習，我一坐下來，抬頭就聽著楊淑芬老師給我講中國的的德行故事，每一次聽到一半就哭得希哩嘩啦。我不是很愛哭，大家不要誤會，是太感動了！這些眼淚都把麻木不仁的這種態度洗得很乾淨，愈來愈懂得感恩，愈來愈懂得應該好好過這一生。我淚水在流的時候，內心在吶喊，做人應該這樣才真正有味道，所謂「人生自古誰無死，留取丹心照汗青」。

台上有楊老師給我指導，台下就是這位長者，不偏不倚坐在我的旁邊。他姓盧，我都叫他盧叔叔。我雖然沒有像他一樣管理過公司，但是因為他把很多的經驗都無私的告訴我，我們怎麼去回報這些長者的對我們的提攜？怎麼樣才能夠讓他們歡喜？老師跟父母不會要你回饋什麼，最重要是你過得好，最重要是你對社會有貢獻，他們就非常滿意了。所以真的，父母跟老師的恩，我們這輩子都要常常放在心上。

我得到這樣的利益，我也希望短時間縮短我教學的經驗，讓這個經驗能夠快速提升，不要摸索了十年才會教書。由於這樣的念頭，遇到了這些老師，我也透過在教學當中，去印證他們給我的教導。所以諸位同學，我們也要有一顆心，醫術要快速提升。這樣你學習就很有動力，往後你這幾年念書的效果會大過於人家好幾年。萬法由心生，心有多大，力量就有多大。

我時時都會想到這位老婆婆給我鞠的那個躬。相同的，我們面對所有的病患，也要記住他那渴望我們幫助的眼神，他那恭敬我們的態度，我們也要記在心上，進而去利益他。好，今天我們就先講到這邊，謝謝大家。

「相觀而善之謂摩」，中國的教育理論非常精闢，而這些教育理論早在幾千年前就在經典之中。老祖宗有沒有說誰寫的？沒有。但是這些理論，在近代的心理學書籍當中有出現。出現的時候，他會寫這是我發現的，這個叫觀摩法，這個叫預防法，他還要說是「版權所有，盜版必究」。我們不能怪他，因為他沒有翻過中國的古書。

中國《禮記》裡面有篇教育哲學，《禮記．學記》在教育的方法當中就提到「禁於未發之謂豫」，叫預防法。另外有個方法很重要，叫「相觀而善之謂摩」，這叫觀摩法。就是我們最常聽到的，「見人善，即思齊，縱去遠，以漸躋」，所謂學習人家的善；「見人惡」就「即內省」，「有則改，無加警」。這種見賢思齊的態度，叫觀摩法。現在每個同學把體會的一句話講出來。很可能你的體會跟人家不同，這樣就會產生撞擊，有的會產生共鳴。那我們這一場的學習，會加大它的深度跟廣度。好，哪位同學先講？這位同學。

同學一：老師說的「人生的智慧在於抉擇」，我覺得應該是不

論大事要抉擇，小事也要抉擇，「不以善小而不為，不以惡小而為之」。

蔡老師：掌聲鼓勵。我們有中國經典，最重要的第一本，《弟子規》。我們不要用利害引誘，道法自然！不過偶爾為之沒關係。還有哪位同學？後面那位同學。

同學二：我們知道感恩的心和恭敬的心！

蔡老師：掌聲鼓勵。有一次我們上課的學員跑過來跟我說，他說蔡老師，你們應該可以開一個店，賣化妝品。我說為什麼？他說上完課以後臉上都不一樣，都有點泛紅。相由心生，當人的內心的善念起來，你的面相就轉。但是諸位同學，不可以只轉兩個小時，這一輩子要轉下去的。還有沒有？這位同學。

同學三：萬法從心生，從心而發感福應，我覺得只有誠心的對待別人，這個心誠了之後，咱們所做的事情才會有意義，才能得到收穫。

蔡老師：掌聲鼓勵。分工合作！這位同學剛剛把一句經文白話解，在《中庸》裡面，「誠者，物之終始」。一件事情如何成就，根源就在誠心，誠心就感得很多的助力一起來做。這位同學。

同學四：今天晚上在這我要總結一下，就是《論語》那句話，「三人行，必有我師焉」。我今天不僅跟您蔡老師學到一些東西，我覺得我跟同學們也學到一些東西。

蔡老師：掌聲鼓勵。您看剛剛這幾位同學的領會，都不在我的內容之內，有沒有看到？「勿以善小而不為，勿以惡小而為之」，這位同學是點到《中庸》裡面最核心的那個字，「誠」。所以他們都是好老師。這位同學。

同學五：「愛人者，人皆愛之」，我覺得我們應該以一種慈悲的心去治病救人。

蔡老師：諸位同學，看到這位同學有沒有內心很歡喜？我們常保歡喜的笑容，就是給人最好的禮物。好，後面那位女同學。

同學六：「窮則獨善其身，達則兼善天下」，我覺得我們應該用這句話來自省。因為這句話就是在高中的時候，我們老師在教導我們這句話，所以這句話我覺得對我的印象特別深，給我的啟發也很多。

蔡老師：：掌聲鼓勵。這位同學高中就遇到老師告訴她，「窮則獨善其身，達則要兼善天下」。「積善之家，必有餘慶」，所以你回去要燒燒香，你的祖宗庇蔭你高中就遇到貴人。你比我幸運，我二十六歲才遇到貴人。人生最難的不是奮鬥，是抉擇。這位同學。

同學七：是這樣，我覺得蔡老師長得不算英俊，但是讓人看起來又非常喜歡，我覺得蔡老師笑起來的時候更帥，更好看。我覺得人是這樣，誰笑起來的那張臉，比平時的臉更漂亮、更好看。大家都應該學會笑，笑的時候最漂亮。由心而笑更好看，有一顆善心的時候，那個笑更容易感人，更漂亮。

蔡老師：掌聲鼓勵。相信明天中醫藥大學，會有張張的笑臉在我們的校園裡面綻放。這位同學。

同學八：剛才您說的人生不要有太多的欲望，我個人認為是的，因為你的欲望太多，你會增加很多的煩惱。所以我就想到《莊子》說的這句話，莊子特別推崇「與世無爭」。

蔡老師：掌聲鼓勵。不要爭，但是要學天理，「生而不有，為而不恃，功成而弗居，夫唯弗居，是以不去」。你凡事無求，所有的人都念你的恩德。當你得到福分的時候，要再把這個福分怎麼樣？再給出去，所以更多的人受益。這位同學。

同學九：今天晚上我覺得我最有感觸的一句話就是「人有善願

，天必從之」。我覺得生活當中，就是我們每個人能夠善意，比如善意的謊言，很多善意或許會遭到別人的誤解，但我們應該無所畏懼，因為天必從之。

蔡老師：掌聲鼓勵。我們同仁堂裡面有一句話，「修合無人見，存心有天知」，所以你看他的企業三百多年不衰，與天道相合，不衰。一般的企業，全球五百大企業平均壽命只有四十年。所以一個經營的理念，會影響整個企業的格局。我們就不點了，一個一個講！

同學十：最重要的是捨得，有捨才有得；一飲一啄，皆有天定。

蔡老師：這個天是自然而然，掌聲鼓勵。這位同學。

同學十一：我最大有兩點感觸，第一個感觸，今天我已經有親身體會，您說是做一個大夫最關心的是能與患者一種心靈的溝通是最感人的，最容易產生共鳴；再一個，第二點也就說，具有仁慈之心確實能夠改變自己的命運。

蔡老師：改變自己的命運，掌聲鼓勵。這位同學。

同學十二：謝謝老師，今天給我們精闢的演講。我覺得「愛人者，人恆愛之」，我怎麼才能愛人？應該先是從自我做起，「己所不欲，勿施於人」，自度度人，自覺覺人。

蔡老師：掌聲鼓勵。「知所先後，則近道矣」，所以她已經找到正確的步驟、方向。這位同學。

同學十三：「百善孝為先」，謝謝蔡老師給我們一個擇偶的新標準。

蔡老師：這位同學，想這麼遠是好事，今天回家以前先打個電話，「爸爸，媽媽，我很感謝你」，所謂「登高必自卑，行遠必自邇」。

同學十四：老師您好，我今天很遺憾只聽到您後面四十多分鐘的講座。我感觸最深的就是您說的「患得患失」的問題，因為我就是一個比較患得患失的人。因為人生東西都有兩面性，得到了就會失去很多。還有就是孝道的問題，因為在我父母眼中，我是一個比較有孝心的人。但是就是有時候，就是人，特別是孩子，不可能面面俱到。有時候像週末的時候或者是學習很累的時候，或心情慌的時候，就想想父母，就感覺到你學了東西就有一種責任在裡面。老師您講的，我就產生這個共鳴。

蔡老師：掌聲鼓勵。諸位同學，人與人、心與心的交流不在時間長短，在你這份真摯、真誠的心，所以跟父母也不見得要很長的時間，因為你看我離我父母千萬里。好，不說了。但是我跟我父母的心都是在一起的，他們也非常的支持我。當這個東西很自然在你的手上，你就不覺得它很珍貴，所謂「事非經過不知難」。

諸位同學，縱使這些古籍都留下來，也不代表你得到中國文化教育。我們這一代真正面臨文化斷層，只要孝道沒有傳下去，再多的古籍沒有用，要聖賢相繼才傳得下來。都有太多的人在把經典演出來，喚醒人的善良之心，中國文化才能承傳下來。假如現在我們面對功利主義、面對資本主義，沒有覺照的時候，我們這顆本善的心慢慢就被這些習染，「苟不教，性乃遷」，我們要有警覺性。好，今天很謝謝大家！再見。