幸福人生講座—《弟子規》　蔡禮旭老師主講　（共一集）　2006/10/11　英國Friends House　檔名：52-179-0001

主持人：各位來賓晚安，現在我們非常榮幸能夠邀請淨空老法師，各地海外貴賓及弘法團到英國做一個學術和佛學的交流。我是倫敦大學聯合會佛學社的社長。現在我代表英國佛教教育基金會、英國淨宗學會、倫敦大學聯合會佛學社、倫敦大學帝國學院佛學會，熱烈歡迎你們的來臨。

年過八十的淨空老法師在世界各地講經說法四十餘年。近幾年來，老法師極力倡導《弟子規》和《十善業道經》，所以藉著訪問英國這個機緣，淨空老法師特請蔡禮旭老師向英國各界人士介紹《弟子規》，希望能給具有西方文化的英國和每個階層的人都得到助益。有請淨空老法師為我們開示。

淨空老法師：英國淨宗學會會長，諸位理事，諸位同修，以及海外的大德先生、女士們，大家好！

英國的淨宗學會成立的訊息傳到香港，我聽到之後，非常的歡喜、非常的安慰。淨宗的法門，顧名思義，我們都曉得這個法門是從清淨心入門。中國古老傳統的教學，最著重是扎根的教育，所以中國教育它的特色就是家庭，家庭教育是中國教育的根本。所有各種不同的教育都是這個家庭教育的延續。所以它的生命性，性德生命非常非常的堅強，歷五千年而不衰。《弟子規》這一篇就是中國傳統家庭教育的集大成，無論是講學問、講道德，乃至於講到技術面對社會的所有貢獻，都離不開這個基礎。

我們看到今天社會的動亂，人民生活的痛苦，無論是貧富貴賤，無論痛苦或者是快樂，原因是什麼？原因就是基礎根本的教育疏

忽。所以我們經過很長時間的反省，才知道這個教學的重要，我們這才把這找回來認真用心去學習。這個教學不是教科書，不是教兒童讀的，不是叫他念的，而是做父母的、做長輩的，自己在日常生活當中起心動念、言語造作必須要做出來給兒女看，給嬰兒看。所以這個教育，今天的話來說，它是成人教育，它不是兒童教育。我們成人能夠把它做好，百分之百的做到，自自然然就影響到下一代。所以這個教育是中國教育的身教，以身作則。

這種教育是活的，生命力很強，像樹有根，它慢慢的會開花結果。如果疏忽了這個教育，那就像花瓶裡的花一樣，很好看，沒有生命，幾天就枯死了。我們今天化解衝突，拯救這個社會，拯救這個世界，使它恢復到安定和平，恢復到正常；除這個教學之外，實在找不到第二個方法。我們的蔡老師很不容易，他用一年的時間把它完全落實到，百分之百的做到，然後才可以教人，所以才能感動眾生，提起聽眾的熱誠。我們在中國湯池做試驗，這時間雖還不到一年，這是得力於楊老師跟蔡老師他們的身體力行，以身作則感化地方的居民。我今天不多佔時間，下面我們請蔡老師給我們講《弟子規》。

蔡老師：尊敬的諸位長輩，諸位大德同修，大家晚上好。

剛剛聽到主持人的介紹，個人覺得很慚愧，因為自己的修學不好。我是到祖國大地，還有我們世界各地華人的地區出來做拋磚引玉的工作。因為像我這樣在語文程度上很不好的人，都能透過幾年的學習才能夠為弘揚中國文化盡一點心力，所以我能夠做得到，在座所有的朋友也一定能都做得比我還要好。因為我在初中的時候，在考高中，有五科成績總共扣了八十八分，光「語文」一科就扣了一半四十四分，我相信大家可能沒有我這麼高的能力。中國話說「禍不單行」，我到高中的時候，還曾經考過語文全班「第二名」，

倒數第二名。

但因為我們接觸到聖賢的教誨，佛陀告訴我們，「一切眾生皆有如來智慧德相」，《弟子規》又告訴我們，「勿自暴，勿自棄，聖與賢，可馴致」。我們相信聖哲人所說的話，我們開始依教奉行。所以這個信心是我們求學問一個相當重要的基礎。我們對自己有信心，還有要對師長、對聖賢人每一句教誨都要有信心。所以當我們聽聞師長的教誨，還有經典上的教誨，只有一個意念就是如何做到，絕對不想做不到。這樣時間就不會耗在消極、自暴自棄裡面。而且假如我們想說「我做不到」，這個念頭就是懷疑佛菩薩的教誨。那懷疑佛菩薩、懷疑聖賢人的教誨，那這是大傲慢。

所以我們學習聖賢的教誨，首先第一個重要的態度，一定要隨順聖賢的教誨，要把自己的想法看法放下。所以宋朝布袋和尚，有居士向他請教如何修學佛法？這個時候布袋和尚馬上雙手一鬆，他那個布袋就掉在地上。這個放下去，就是把我們錯誤的想法、看法、說法、做法當下馬上放下，時時起心動念，想著跟《弟子規》相不相應，跟師長的教誨相不相應？這樣人生就過得單純多了。這布袋和尚一放下，大家都說先學著放下，接著又問說：那下一步怎麼辦？布袋和尚又把布袋拿起來，拍拍屁股就走了。這就是提起聖賢的教誨，提起跟我們本善相應的思想觀念。所以正確的思想才能通往幸福的人生。

中國話講「君子務本，本立而道生」。這個道就好像一棵樹，什麼道？我們造業，我們的為人父母之道，我們為人孩子之道，以至於為人夫妻，還有為人領導之道，這都含攝在本立而道生這個道當中。而這個本，把每個道都能夠演得圓滿，本就在這本《弟子規》。所以當我們找到了根本，這樹根紮穩，它都懂得吸收水分、吸收營養，那所有的道就能夠水到渠成的成就。這麼寶貴的因緣，我

們要非常的歡喜，甚至於半夜作夢都會偷笑。

因為人生最怕的就是努力有結果，但不是好結果。你看，我們現代的人對工作、對家庭下的功夫，那可不比古代的人少，但是我們得到的結果是修學三十年、五十年功夫不得力，我們得到的結果是離婚率愈來愈高，是孩子逆反、叛逆愈來愈嚴重，是憂鬱症愈來愈多，這些結果都是很努力去努力出這樣的結果來，最主要就是沒找到根本。所以沒找到根本，就好像一朵花，它沒有根，很好看，但是只能看三天、五天就凋謝掉，而且凋謝了以後，還會發臭。這就好像賺了滿多的錢，自己身體搞垮了，然後夫妻處的不和，下一代又沒教好，結果害得父母、害得親人都要為他擔心受怕。所以要讓我們的人生幸福的價值能夠長久，最重要的要先從根本下手。

修學佛法，「以戒為師」，《弟子規》就是戒。而任何一個角色，包含父子關係，君臣關係，夫婦關係，兄弟關係，朋友關係，要讓他處得非常的圓滿，都要以德行為基礎。我們今天根本抓到，當下把這個根紮下去，慢慢它就會發芽、成長、茁壯，最後樹蔭參天，還可以庇蔭到百年、千年以後的子孫，還有眾生。而我們剛剛講到，所有人與人的關係都要用德行，而德行當中有一點就是要先以身作則。中國講「正己化人」，這個化，自然而然感化人，絕對不是去強迫，所以自己真正做好，自然影響家人，影響身旁的人。

我們在聽師長的教誨，還有在聽一切中國文化的課程，很多的朋友在聽的過程都是心裡在想，我的先生來了不知道多好？我那個小孩應該把他抓過來才對。所以從頭聽到尾都是想到別人需要聽，只有一個人不需要。諸位朋友，知不知道誰不需要聽？所以顛倒顛倒，這不是講別人，這是講我們自己。在這個念頭上先要求別人，那就是在求學問的過程裡面先顛倒。

所以為什麼我們修學的過程，看到別人學了之後，一家非常的

和樂；但我們學了之後，全家人看到我們就怕？就是搞不清楚狀況。所以我們要很老實依照聖賢的教誨，不可以存僥倖，因為僥倖，經典裡說「小人行險以僥倖」，我們有僥倖的心理，不老老實實去做，那就變成什麼？我們就變小人。那個僥倖是什麼？你們如果先要求別人，我慢一點再作，這樣還是有效果，但是絕對達不到效果，因為人家會說：你都叫我做，你為什麼自己不做？所以態度決定我們成就，我們的心態才能夠決定成就，而不是成就以後再來改變心態。我們有一個態度就是每一句經文都不是講別人，都是先講我自己，都是先修我自己，有了這樣的心態，真的，我們才開始入門學習。

剛剛師長也有提到一個修學的態度，這也是我們契入聖賢學問的一個重要心態，叫「行有不得，反求諸己」。當我們時時要求自己，就會感動對方生慚愧的心。就像人要幸福，就是人與人相處要和諧。而這個人與人關係當中，最核心、最重要的首推是夫妻關係。夫妻裡出現一些問題，我們能先反省自己，那能大事化小，小事化無；但是假如只是指責對方，那無事會變有事，小事會變大事。

有兩對夫妻剛好住對門，其中一對相處的非常和樂，另外一對夫妻是小吵天天有，大吵三六九。這一對常常吵架的夫妻，看到別人這麼和樂，事實上他也很羨慕，所以其實人都希望過得幸福，只是他不知道怎麼去達到？諸位朋友都很熱誠，希望把聖教介紹給別人。首先，我們要學著有燦爛的微笑，人家自然就跟過來。假如我們學的都是一張苦瓜臉，人家看到我們就拔腿就跑，不敢學了。所以影響周圍的人，最要緊的是提升我們自己的道德學問，這個最要緊的，其他都可以次要，不要那麼著急。她走過去，還看到四下無人才敢走過去。所以我們修學道德學問，首先要先把面子放下，不然學不到東西。

當這位太太向人家和睦的這位太太請教，結果這位太太就跟她說道：因為我們家都是壞人，你們家都是好人。結果這位太太聽完之後，矇了，你們家都是壞人，這麼和樂；我們家都是好人，常常吵架、打架。這位太太看對方聽了皺著眉頭，了解到她可能沒聽懂，接著又解釋道：比方說，今天我給我先生倒一杯水，結果他走過來，不小心把它弄倒，這個當下我會馬上說對不起、對不起，我的杯子沒有放好，害你把它撞倒，就趕快在那裡收拾。結果我的先生馬上不好意思說：都是我自己走路不小心，害你一片心意都被我搞砸了。兩個人在那裡互相道歉，互相在那裡擦桌子，把桌子擦得乾乾淨淨。接著這個太太說：我再去幫你泡一壺。你看那一壺香不香？你們都喝到了。她們家都會認錯，都承認自己是壞人，所以家人和樂。

同樣的情況在你們家，當先生把這杯水撞翻了，這太太馬上說：你走路不長眼睛？我的一片心意都被你搞砸了，要喝自己倒。這先生聽完了，絕對不甘示弱：你連放杯子都不會放，亂放，還敢罵我。所以時時只會指責別人，一件小事都能變大事。現在很多夫妻吵著要去離婚，結果離婚，那辦事人員說：你們兩個為什麼要離婚？突然兩個人看一看，對，我們當初為了什麼事吵的？都忘記。人生的天平要拿出來秤，是我們的面子，我們意氣用事重要，還是家庭的和樂、下一代的幸福重要？這個天平要時時拿起來秤，是我們多賺一些錢重要，還是好好把下一代教好，你的中晚年後顧無憂重要？是兄弟姐妹只賭一口氣重要，還是讓父母能夠放心、能夠歡喜我們兄友弟恭重要？

所以從剛剛這兩對夫妻對話當中，我們就體會到一個真相，也是老祖宗一句可貴的教誨，叫「各自責」，各自懂得先檢點自己、反省自己，「各自責，天清地寧；各相責，天翻地覆」，彼此之間

只會指責別人的錯誤，而不檢討自己，那小事都會搞得天翻地覆。所以地獄跟天堂只在一念之間，一念反省是天堂，一念指責是地獄；一念愛心是天堂，一念自私是地獄；一念貪心是地獄，一念知足是天堂；一念傲慢是地獄，一念懂得欣賞、成人之美就是天堂。

諸位同修，我們現在認知到怎樣的生活，怎樣的心態，怎樣的思想，才能走上天堂，這樣才能引導我們後代子孫也走正確的路。中國文化的核心，仁愛。因為思想決定行為、決定習慣也決定命運。所以一個人的思想決定一個人的命運，為人父母的思想決定一個家庭的命運，一個領導就決定一個團體的命運，以至於我們現在的思想就影響著炎黃子孫這個民族的命運。你看我們跟身旁的人，以至於後代的子孫，那都是一體不可分，息息相關。以前因為沒有學聖教，所以不知道仁愛。一念仁愛走向的就是互助互愛，就是大同世界。

所以錯誤的思想，自私自利，自私自利只想到自己的享受、享樂。我那時候念書，看到別人考得比我好就嫉妒他，看到別人考得比我差，還要過去跟他說一句：我都沒有怎麼念，就考得比你還好。人的福分都在這一些錯誤的思想當中都折損掉，這叫刻薄。有一對姐妹，剛好這個姐姐回來跟她妹妹講：妹妹，今天一個同學問我一題數學，我都不告訴他。結果她的妹妹就說：假如是我，我會告訴他，我會把錯的告訴他。這樣的人生走下去，競爭、鬥爭、戰爭，最後就是末日，人跟人之間都是自私自利、都是損人利己，未來不堪設想。

我們要認知到這一點，現在很多不好的現象，都是從錯誤的自私自利念頭衍生出來，刻薄。你看十三歲的孩子會因為幾千塊錢，要買一台手機，把父母都殺掉；會因為要上網咖上網，沒有錢，卻把自己的奶奶、爺爺都殺掉。這樣的例子，現在都是愈來愈多。所

以老祖宗警惕我們，「欲是深淵」，假如不啟發孩子本善之心，讓他的欲望愈來愈多，那他就像一個無底洞，怎麼填都填不滿。所以我們誤解了人生，我們本來以為就是不斷的賺取金錢，然後去享受，這樣叫幸福。其實那就像是吸毒一樣，你今天去享受了這個欲望，好像感覺快樂了一點，但是一下子你又痛苦了。人生欲望愈少，身心輕安，會很自在。

比方一個太太去買一個名牌的衣服，她要買的時候，她跟她先生說：買了，買了。她的先生在旁邊說：嗖啦，嗖啦。你看，我們現在建立的快樂幸福都是在別人的痛苦上。買一件漂亮的衣服，買了一刷，一半的薪水去了，然後到公司去，還要到每個同事的面前繞半天，繞完之後說：你覺得我今天有什麼不一樣嗎？結果同事一看，好像沒有什麼不一樣。你不只不會快樂，還會氣死。結果，那個錢花下去了，一個月，聽說現在有人叫做月光女神，每個月都花光光的叫月光女神。後面十天都還要吃泡麵，吃到最後受不了了，回去給爸爸撒嬌：爸，我沒錢了。結果爸爸很生氣，在那裡罵：我都跟你講過多少次了，你就是不聽我的話，來，要多少錢？所以孩子奢侈是結果，原因是我們把他寵壞了。

當父母的要高瞻遠矚，要能防微杜漸，要引領孩子是成就他的德行，而不是增長他的欲望。所以現在不是孩子不能寵，先生、太太也不能寵，甚至於爸爸、媽媽也不能寵。你假如寵太太，她就要跟你一哭二鬧三上吊。你在公司上班，一聽到電話響了，馬上就在那裡發抖，不知道今天要演哪齣戲出來？所以不只是孩子要學習，夫妻之間也要互相成長，那才有一輩子圓滿的婚姻。

剛剛也提到父母對我們的要求，合乎人情，合乎德行，我們要盡心盡力。假如父母都一直要我們人生追名逐利，這時候就要「親有過，諫使更」。因為我們當初在讀書，不管以後是要當醫生、當

律師、當老師，不管從事任何一個行業，很多的家長都是用什麼考慮？都是用一個月賺多少錢？他栽培孩子當醫生幹什麼？要賺錢！所以現在病人進來，醫生一看都是打量一下，我在他全身可以賺多少錢？結果現在醫院還有每年的營業額目標，連醫生都要趕業績，他要跟你商量：我把你的胃割掉好不好？

中國這些醫聖，像孫思邈這是藥王，他就提到，皆作至親之想，面對每個病人都像面對自己父母、面對自己至親一樣的態度。我們老祖宗任何的才能都要傳給真正會做的人，有愛心的人，他才傳。王羲之是書聖，書法寫得最好的，他說「非人不傳」。他講的拿著這個能力統統去追名逐利，那是害人，甚至於是害了一代的人。所以任何一個行業最重要的都要有愛人、服務他人的態度及使命感。

那時候我剛出來教書，很多長者遇到我，都是先問我，第一句話：你一個月賺多少錢？諸位朋友，假如你孩子的老師都是想著賺錢，你敢不敢把孩子交給他？一個老師他假如有愛心，他影響的是幾百個，甚至是上千個家庭，因為他有愛心，父母就放心。而且每個學生人生態度正確，他影響是一個家庭，以至於是世世代代，甚至於這個學生以後又是別人的老師，那影響的面就更大。

諸位朋友，你身旁有將讀大學的年輕人，你一定要引導他們：你這十多年來，家庭、社會對你有非常多的栽培，所以你要好好的利用這四年學會服務社會的能力。這個心態要在他踏入大學的那一刻就建立起來，不然他四年的大學可能又完全揮霍掉。把我們下一代這些年輕人的觀念引導正確，那也是我們的責任。你看，假如他們都沒有教好，十年、二十年以後，他們是社會的中堅，這個時候我們已經垂垂老矣，他們沒有愛心就說：這些糟老頭，我們就別管他。所以幸福在正確的思想，我們這一輩子絕對不要做欲望的奴隸

，也不要讓我們的孩子變成欲望的奴隸。幸福快樂就在我們正確的思想。

諸位朋友，什麼樣的人生態度才會幸福快樂，我們現在想一想。諸位朋友，有想到的舉手？假如都沒有，我們現在每天帶著子孫往哪裡走？「欲助人者先自助」，我們要幫助家人，首先要先幫助自己明白什麼叫幸福。而且「欲愛人者先自愛」，我們今天口口在那裡，我要愛誰、我要愛誰，結果自己搞得一塌糊塗，你拿什麼去愛人？

中國古聖先賢對這人生體會得很深，所以有提到「知足常樂」。我們在吃一頓飯，感謝農夫辛勤的耕種；在吃飯的時候，感謝服務人員的服務。你看，知足當下就快樂；假如不知足，嫌東嫌西的，那個飯吃下去都消化不良。而且又對這服務人員很不滿，結果他也不高興，菜還沒有端出來以前，甚至於還給你多加了一些調味料。所以老祖宗講「人生解知足，煩惱一時除」。知足的人時時感恩別人，不知足的人時時挑剔別人。今天，我們的孩子知足了，他走到哪裡，一定很多人對他都很稱讚，因為他時時都知足，感恩別人。他愈感恩別人，他人就愈稱讚他。

還有孟子說的「人生有三樂，第一樂，父母俱存，兄弟無故」，這叫天倫之樂。有一個老太太，她在她的遺囑裡面寫道，我死了以後，把我的骨灰倒在我們家對面的超級市場的屋頂上，在哪一家我就不講，不然它就沒生意。為什麼？因為她有四個孩子，常常到這個超級市場買東西，就是不願意到對面去看看他的老母親，老奶奶。沒有天倫之樂，每天住很大的房子，快樂得起來嗎？而且，不只這個老奶奶很可憐，她所有的孩子都很可憐，因為不孝的人，內心是最空虛的。再來，他的下一代一定對她也不孝。這個時代，「先人不善，不識道德，無有語者，殊無怪也」，因為人沒有學，不

知道這些道理。

所以我們要停止對一切人的指責，為什麼？因為他沒有學過，我們要包容、可憐，要幫助他，不能再嫌棄他們，不能再責怪他們。人都沒學到，有很多夫妻，像先生有不好的行為出現，有外遇的情況出現，那太太也都氣得半死說：他那麼大了，還做這種事情，他都三、四十歲了，連這個道理都不懂。其實他真的不懂，因為他沒學過。所以當我們家裡出現狀況，首先要冷靜到，「家必自毀，而後人毀之」，這是孟子說的，家，你先亂了，人家才能夠趁虛而入。俗話又講「家火不燒，野火不起」。所以面對家人的問題，面對身旁朋友的問題，我們一定要冷靜下來，先想自己錯在哪裡，絕對不要再想別人的錯。假如我們錯兩分，他錯八分，你咬著他八分的錯，他一定咬著你兩分的錯。「各相責，天翻地覆；各自責，天清地寧」。

所以先生對的時候，我們在旁邊不斷的肯定他，鼓勵他，平常的時候當朋友看；但是先生錯的時候，要當什麼看？要當自己的兒子看。你看兒子犯錯了，你會不會跟他說：我這輩子跟你沒完沒了？你說那是兒子，他年紀小。不對！先生只是身體大，他的心理年齡也很小。而且先生更可憐，為什麼？因為他是已經養成一大堆壞習慣，才有機會學，所以他學的會比兒子更辛苦。所以這一分包容，一分時時體恤成就他的心，那家庭氣氛絕對不一樣。

剛好有一次我們要去講課，坐飛機的過程遇到一對老夫婦，結果這個老太太穿了三件衣服，那時候天氣已經很熱，我們說：老太太，您不熱嗎？她說：不熱，因為外面這一件是我媳婦買的。然後又翻了裡面那一件，這是我女兒買的。你看大熱天穿三件厚厚的衣服，一點都不熱。她家庭和樂，時時有人關愛她，她也很自然的關愛別人。她就問我們：待會有沒有人來接你們？我叫我的兒子送你

們回去。她又提到她的孫子待會也會來。結果後來到站，我們行李比較多，在那裡等行李，老太太、老先生就先走出機場，剛沒有多久，我們就聽到一陣小朋友很歡喜的聲音，在那裡叫著：奶奶、奶奶，爺爺、爺爺。所以這個幸福其實只要有這分天倫，時時人生都會很寬慰也很充實。

有一個導演，他說他人生最幸福的事，就是一個六十多歲的人回到家裡，還能喊一聲娘。這個導演他說，有時候拍戲，他母親會煮綠豆湯端到拍戲的現場，老人家一進現場，響起的都是奶奶好、阿姨好，很多很親切的問候聲。他所有的同仁都跟他八十多歲的老母親打成一片。有時候拍戲拍得晚，他很珍惜跟他母親相聚的時光。但是有時候拍得太晚，他怕母親太累，他就先讓母親先回他租的房子睡覺。他說當他回房子，看到他母親熟睡的臉龐，他覺得那是人生的幸福。他就想起他的小時候，多少的夜晚都是母親唱著搖籃曲讓他入睡。所以父母是怎麼對待我們，我們應該也要盡心盡力讓父母安享晚年。

他每次回家裡，因為拍戲有時候大半都在外面，回家裡去，他會帶著他的老花眼鏡，親自幫他的母親泡腳，泡完之後，因為泡了指甲比較軟，就親手幫他的母親剪手指甲、腳指甲。我們看著那個照片，一個六十多歲的老人聚精會神在幫他的母親剪腳指甲，他母親的臉上充滿了喜悅。剛好他的孩子接受訪問，他就提到他看到他父親在幫他的奶奶剪腳指甲，他說奶奶臉上的那種喜悅真不是用言語可以形容。後來很自然幫老奶奶剪腳指甲的工作就交到了他兒子的手上。所以長孩子的孝心、長孩子的德行並不是很複雜的事，不是很困難的事，直接了當的方法就是以身作則。

我們這一分孝心一定要是從心裡至誠發出來。這一點都不能假，有個小學生，他的爸爸聽完課說：我要孝順我爸爸，他才會孝順

我。所以早上他要上班以前，他跟他爸爸說：爸爸，我先去上班。就跟他爸爸開始，「晨則省，昏則定」，結果他的兒子跟他爸爸說：爸爸，你這是做給我看的。所以一切都要從真實心中去做。

我們想起母親整個懷胎十月的辛勞，臨產的辛勞，生孩子的時候，那是比癌症的痛還要痛。母親在那個當下知道我們健康來臨的時候，她在那個瞬間已經把人生最大的痛苦完全放下了。這一念至誠的愛心，我們一輩子都報答不完。而整個成長過程，對於我們的健康，對於我們的學習，父母操了多少心？你看我們把最骯髒的尿屎大在父母的身上，父母不只沒有嫌棄，馬上把我們弄到乾淨的地方，甚至自己甘願去睡骯髒潮濕的地方，對我們沒有一絲一毫的嫌棄。

像我們去讀了大學，難得回家裡，父母煮了好吃的飯菜給我們吃，當我們在那裡吃的時候，父母在旁邊非常的歡喜安慰。而我們往後的工作，甚至於走入婚姻，有了自己的孩子，父母無時無刻都在替我們擔心、替我們費心。所以我們體會到這一分恩德，從今以後不願意再做讓父母操心的事情。更重要的，要做讓父母歡喜、讓父母感到欣慰光榮的事情。《孝經》說「身體髮膚，受之父母，不敢毀傷，孝之始也。立身行道，揚名於後世，以顯父母，孝之終也」。

我們剛剛是提到孟子的三樂，第一樂是父母俱存，兄弟無故。兄弟姐妹都能夠相處得很和樂，《弟子規》說「兄道友，弟道恭，兄弟睦，孝在中」。有一位女士她跟她哥哥已經十多年沒有聯絡了，聽了課之後，她也懂得學一句要做一句。所以她就買了一點東西，就坐車，也是忐忑不安到她哥哥家裡。結果一下車，看到了她哥哥；結果，她哥哥一時間很驚訝，就往家裡跑，她也搞不清楚狀況。因為她的哥哥太驚訝了，跑進去拉她的大嫂出來看：你看妹妹來

了，妹妹來了。結果她的大嫂出來，馬上對她說：我趕快把媽媽接過來。

「家和萬事興」，誰不希望家庭和樂、和睦？從我們開始做出正確的人生態度，所有的我們身旁的人事環境都會開始轉變。所以人生的幸福掌握在自己的手上，就從我們開始盡孝，就從我們開始提升德行做起。而具體的落實，就是這一本《弟子規》。而《弟子規》就像一服良藥，吃了，沒有人會沒有效的。怎麼個吃法？早晚讀一遍。早上讀一遍，提醒自己這一天都要依教奉行；晚上讀一遍是反省自己今天還有哪些做不好，明天要更加的提升。三個月之後，保證會露出燦爛的微笑。好，那我今天就跟大家分享到這裡，謝謝大家。

與會人士提問：有人說，如果我們覺得幸福就是幸福，是不是這樣子？

蔡老師：假如我們覺得打麻將會幸福，那太太會痛苦的半死。一定是真正跟自己本善的心相應的，自己會幸福，而且所有的人都會幸福，這才是真幸福。

主持人：謝謝蔡老師，非常溫暖和有意義的演講，還有謝謝翻譯劉小姐給我們做英語的翻譯，也謝謝澳洲圖文巴淨宗學院的教師和講師。