

2011年馬來西亞弘法大會—「群書治要」對現代人的啟示

蔡禮旭老師主講 (第二集) 2011/9/24 馬來西亞
亞綠野國際會議中心 檔名：55-070-0002

尊敬的胡小林老師，諸位法師，諸位長輩，諸位兄弟姐妹們，大家早上好。阿彌陀佛！

我們剛剛談到君道的修身。而事實上，為人父母者也是一家之君，一家的領導者。所以要扮演好父母的角色，要扮演好領導者的本分，其實這些道理都是相通的，都要能有君親師的精神在其中。比方我們剛剛講的戒貪，首先以身作則是君道；在團體，孩子出現狀況的時候，我們不離不棄，念念為他好，這個是親的精神；又能有智慧的善巧引導他、勸導他，這是師的精神。所以為人君、為人親、為人師，要扮演好這三個角色，君親師的精神都要能貫徹。而這每一句教誨，都是修身、齊家、治國、平天下的好標準，就像剛剛我們提到的，大禹他給後代的這個提醒。而我們古聖先賢最令人佩服的，他是做到再說，他是聖人。所有這些經典的教誨，它不是理論，它是古聖先王、古聖先賢他們自己做到的人生經驗，然後勉勵我們後代子孫的。像大禹，當有一個人拿一瓶酒給他喝的時候，他一喝，馬上他就警覺，就把這個酒給丟掉，而且他說，未來一定有領導者因為貪喝這種酒而亡國的。所以古聖先王他有高度的警覺性，絕不對這些欲望產生貪著，我們都要效法他們這個精神，包含這個財色名食睡的貪著都是這樣的。像唐朝唐玄宗，他後來因為迷戀上楊貴妃。其實唐玄宗在還沒遇到楊貴妃以前，是創了開元之治，也是一個盛世，不簡單！可是後來他重要的大臣去世了，沒有人很好提醒他，後來又遇到楊貴妃這樣的緣分，最後就墮落了。我在想，假如楊貴妃遇到了大舜，可能她就得去洗廁所了。古聖先王警

覺性很高的，趕緊這個要安排到另外的工作去了。

包含好名，舜王是真正念念為國家百姓，絕對不貪名。他對著群臣講，你們不要當面恭維我，背後批評我，我有任何問題，你們趕緊給我指出來，找你們來當大臣，最重要的就是要輔佐好我把國家治理好，所以不好名，當面指正出來。其實這個好名太微細了，我自己這一點就犯得很嚴重。比方，舉一個例子，我有一次在香港飛機場剛好轉機要回廬江，在合肥的時候，轉機的過程，在香港機場走啊走，突然看到一個女士一直盯著我。你們不要反應太快，她五十歲左右。結果一直看我一直看我，我就很不好意思。然後真不巧，她又跟我同一個飛機要飛合肥，剛好就坐在我對面等飛機，她繼續看著我，我真是心跳加快，小鹿亂撞，你看功夫不夠，一考驗就知道。突然她終於睜大眼睛，對我走過來，然後她說，「啊！你就是那個長庚的醫生！」我本來以為說她可能認識我，結果是認錯人。你看我們的煩惱在那一個小時左右統統在那裡撞啊撞啊，起心動念。所以這個名，真的沒有高度警覺，要降伏不容易。所以真的，師父常期許我們，念念為正法久住、為眾生，不能好自己的這個名。好，所以這個戒貪是第一個重點。

修身第二個細目是「勤儉」，勤勞、節儉。我們看，勤勞就不放逸，就能勤奮、努力、精進，節儉他就知足常樂，節儉他就能儉以養廉，他不會貪著，不會去貪心，甚至去貪污，所以勤儉二字對我們的修身是非常重要的。而我們看，從齊家的角度，勤儉也是關鍵。曾國藩先生在清朝是漢人官位最高的，被清朝政府高度肯定的一個大臣，他總結人生的經驗，這個對我們都是很好的提醒。說家敗，敗在一個奢字，奢侈，不勤儉就奢侈了，人敗，敗在一個逸字，放逸了、懶散了，不勤勞。所以家怎麼敗的？人怎麼敗的？都跟勤儉沒有建立有關。討人厭敗在一個驕字，不能夠受人歡迎，就是

太傲慢了，言語都侵犯別人、都欺壓別人，人家就不想跟我們相處。所以我們來一起看這一句，勤儉的經句說到，「故修身治國也，要莫大於節欲。傳曰：欲不可縱。歷觀有家有國，其得之也，莫不階於儉約；其失之也，莫不由於奢侈。儉者節欲，奢者放情。放情者危，節欲者安」。我們看到後面這個話，都提醒我們，一個人跟一個家庭的成敗，往往在一個人生態度當中。再講得更細一點，就是在這個心上，依報隨著我們正報來轉。所以經文當中說到的，一個人要修身、治國，最重要的就是要從節制欲望開始。所以《禮記·曲禮》一開始就說到，「毋不敬」，就說到「傲不可長，欲不可縱」。欲一放縱，就像黃河潰堤，就攔都攔不下來，最後很可能就要墮落到三途去了。

所以這裡提到的，看整個幾千年的歷史，家族跟朝代的興旺，莫不都是因為儉約，節儉，懂得節制，家庭跟朝代會敗喪，莫不由於奢侈，都是因為奢侈造成的。所以儉者他會節制欲望，甚至於節儉的人他所形成的是愛惜物品，愛惜別人給他的關心。比方這個衣服是大姐送我的，這個衣服是妹妹送我的，愈穿愈有感情，愈穿愈感恩這些親戚朋友對他的關心。所以看到每一個物品，都想到他人的恩情，所以愈用愈歡喜。而現在的人他奢侈了，用東西就不珍惜，父母、家人給他的關心，他覺得理所當然，去糟蹋它，他都不會心痛，這個就是後面講的奢者放情，放縱情欲。所以放縱情欲，他的修養、他的家庭就危險了，以至於他所帶領的團隊危險了。我們看現在企業界有一個數字，就是企業的壽命愈來愈短，像中小型企业平均壽命不到三年，而且這個數字還在下降當中，愈來愈短。這個跟他不節儉有關，他一發達了，發財靠機會，發達起來了，但是用財、用錢靠智慧，他假如用錢到愛護員工、栽培員工，然後利益消費者，他是用在利人，用在德行上，他就愈興旺，他假如用在享

樂當中，那可能一、二年他的企業就要垮掉了。所以您看這個經典當中都講得非常的清楚，而且有些人一輩子很勤儉，可是他的子孫很奢侈，那他這一輩子的勤儉，這個危機伏筆就埋在他的後代。所以為什麼說至要莫如教子。一個家庭、一個人這一生最重要的，要教育好自己的孩子。

台灣有一個企業家，他的企業是非常大的，他是創始人之一，六十幾歲，積累了財富台幣二十億，不少了，可是忽略了子女的教育，後來他中風了。第一個，身體沒有關注到，沒有照顧好。中風以後，他的兒子跟孫子，在一年之內，把他二十億全部都花光，他的家庭危險了。而且我們後來了解，他們家，他建的房子就花了一億台幣。建一個房子花一億，是不是告訴這些小偷，說我們家很有錢，有空來坐坐。所以有時候古人說要藏富，富貴不要逼人，藏富教子。你的孩子不知道你很有錢，他腦子裡才不會說反正我爸的錢三代都花不完，我幹嘛還努力，那孩子的志氣都被我們的財富給折損掉了。所以有錢不能讓孩子知道，這個是有智慧的。好，諸位大德同修，二十億花完了，請問故事結束了嗎？告訴大家，故事才剛開始。他的孩子習氣改了嗎？所以「祖宗雖遠，祭祀不可不誠；子孫雖愚，經書不可不讀」，不明理人生鐵定是太危險。所以，放情者危，節欲者安。一個孩子他非常節儉，你就不用擔心這個孩子了。所以我們想到，師長他跟隨李炳南老師，那個時候效法李老師吃一餐，後來李炳南老師知道了，很歡喜，桌子一拍，就這樣下去，一生不求人。所以勤儉讓一個人無欲則剛，他沒有貪欲，他非常剛直，不會被欲望所誘惑，這樣才能夠修道，這樣人生才能面對誘惑，富貴不淫，貧賤不移，威武不屈，這樣是大丈夫。

好，而這個勤儉其實也是解決整個金融危機最重要的重點。師長最近講經也提到日本經營之聖，這是唯一被尊稱為經營之聖的一

個企業家，稻盛和夫先生。他在經營的過程他都有儲蓄的，他不會亂花錢的，所以在金融風暴當中他的企業都是非常穩固，他不會急於求成，投機取巧。所以這個貪當中，貪快，要趕快立竿見影，這個也是不正確的態度。所有的萬物都是從成熟當中得來的，都是水到渠成，瓜熟蒂落。我們修道也好，我們弘揚正法也好，假如急於求成，可能內心就會非常急躁，也會染上虛名。而急躁的時候，可能一些決策都不能看得很遠，最後決策下錯了，可能這個路就走不長遠。所以求學問第一個重要的功夫，就是要把浮躁的心要調伏，不能貪快，要穩紮穩打。而現在的人，可能成長過程當中這個急躁就不知不覺起來了。比方說，小朋友眼睛一張開，快快快，快刷牙，快快快，快穿鞋，快快快，快上課，快快快，快補習，快快快，快吃飯。連吃飯都得快，這個傷腸胃。他整個氣氛都是很急，他就浮躁。人心浮氣躁他定不下來，他看事也看不清楚、看不長遠。

所以古人教育孩子首先教他穩重，每一個動作、每一個步伐都是沉穩，他就有戒定的功夫，所謂「步從容，立端正」、「事勿忙，忙多錯」。夏蓮居老居士有一段教誨，就降伏我們的貪快、急躁，老人家講「繩鋸木斷，簷滴石穿，水到渠成，瓜熟蒂落」，這是好的心境跟做事態度。「矜躁狐疑，欲速轉遲」，一個人傲慢了，不聽經典了，浮躁了，然後懷疑聖賢人的教誨，用自己的方法在做，矜躁狐疑了，想快反而是適得其反，欲速反而轉遲了。所以孔老夫子是好榜樣，所有的學問跟做人做事，效法古聖先賢述而不作的精神。好，這是談到勤儉。

接著我們看下一個細目是「懲忿」。我們說息滅貪瞋痴，這個懲忿就是息滅瞋恚心。而這一句教誨當中，我們來看到，在《漢書》當中說到，「夫聖人以天下為度者也，不以己私怒傷天下之功」。意思是說到，這些古聖先王他們念念以天下為著想，以老百姓為

著想，念念為大局，決定不願意因為自己的私怒，發怒了，因為一發怒，百萬障門開。發了怒以後，被我們兇的這些身邊的大臣，甚至於自己的親人，就傷了和氣，甚至於傷害了他們的心，這個人和就受到很大的障礙。一個團體能不能興？天時不如地利，地利不如人和，人和一團結，團結力量就很大。但一發脾氣，可能幾年的交情都受到很大的撞擊。所以比喻怒像猛虎一樣，會把人家給嚇壞。所以不因為自己的這一個私怒，傷害了天下的人，傷害了天下的事業，傷害了天下的公道，他不願意。而這些聖賢人他是無私的，他念念是為公、為大眾。他的內心扛起了這個責任，不求有功，但求無過，他不想給老百姓、不想給大眾添任何一點麻煩，因為他來就是為了利益百姓的。所以我們人要時時想著不忘初心的這個人生態度，比方我們組織家庭是為了給另一半幸福，我們教養子女也是為了讓他一生快樂幸福，這個是我們為人夫、為人妻，以至為人父母的初心，這一分良知讓它終生能夠保持下去。有沒有哪一個人結婚當天心裡想，說好啊！終於讓我等到這一天了，我非搞得他個雞犬不寧不可，沒人是這麼去結婚的吧！所以在婚姻的過程當中，夫婦來自不同家庭，思想觀念、生活習慣一定有差異，難免會有摩擦，但是只要想到這一分初心、這一分道義，這個情緒就化解掉了。

有一對夫妻結婚六十多年，這個老先生已經九十歲了，六十多年來夫妻從沒有吵過架，所以這些晚輩就非常佩服，也好奇，就請教這個老爺爺，你們夫妻是怎麼相處和樂的？當下這個老先生就說到，六十多年前我們慎於始，慎於開始，夫妻互相約定，在孩子的面前決定不能夠發脾氣。父母一發脾氣，第一個，孩子學到不好的態度，第二個，孩子每天都會生活在恐懼當中，常常要察言觀色，父母這個戰爭過去了沒有？暴風雨結束了沒有？假如常常要擔這個心，孩子的身心不安，身體跟學業都會受到很大的障礙。所以真愛

孩子，以好的德行成就孩子一生美好的品德，這是真正的慈愛。所以他們夫妻約好不在孩子面前吵架，只要有一方情緒稍微起來，另外一方趕緊先出去散步走一走，因為一個巴掌拍不響，一個人不生氣了，另外那個氣就消下來了。這個晚輩聽到這裡，覺得老人家很有智慧。接著老爺爺說了，我告訴你們，這六十多年來都是我先出去的。大家去感受一下他們夫妻的相處，假如每一次太太稍微有點情緒，先生馬上想到那個承諾，為另一半、為孩子，他先低著頭先出去。太太站在那裡，心裡想，怎麼又是我？先生時時都是為這個家著想，真有責任心。所以每一次都會讓太太更尊重她的另一半。這個叫「理服人，方無言」。假如真的吵起來了，「勢服人，心不然」。現在人有一個錯誤的態度，覺得好像兩個人吵架了，要講到對方講不出話來，他就贏了，其實那叫輸得很慘。一個人講話講到人家「你你你你」，講到人家想跳樓，那是一句話折掉了半生的福報，哪是贏，那是輸得很慘！所以沒有經典的教誨，人的認知可能都偏差的太誇張了。

結果這個老爺爺他說到都是他先出去的。當然出去不要走太久，因為太太會在家裡擔心，會不會想不開？因為現在報紙看，很多人自殺，會擔心。所以十五分鐘差不多就要回來了。結果一回來，我們中華的女性都比較害羞，比較內向，剛剛稍微有點情緒，不好意思，趕緊低著頭把一杯熱茶端過來給先生，不好意思看他，放在桌上就好了。先生這個時候要體恤到太太的心，能不能這個時候說，你看又是妳先發脾氣。你這麼一說，太太就更難受了，馬上把這杯茶端起來，「你有什麼了不起！」唰，你就要用眼睛喝茶了。這個叫什麼？自取其辱。你讓人家難堪，你怎麼會有好日子過？所以做人要厚道，不能讓人難堪，要讓人家有台階下，太太已經不好意思了。所以這個時候就當剛剛都沒發生一樣，馬上說了，太太，好

像一、二個禮拜沒有回去看我岳父岳母，今天下午剛好有空，來，我們趕緊去。你不只沒有計較，還時時想著太太的父母，當下那個太太內心的感動是非常深刻的。請問大家，會感動多久？大家的掌聲，代表你們都很有經驗，常常都把這種一輩子的感動帶給你的另一半，這是真正的道義跟情義。好，所以這個是要懲忿。

其實能夠念念為人想，這個氣就生不出來了。怎麼說？因為我們會生氣，煩惱的根本就是有一個我，他怎麼可以這樣對我？他怎麼可以忽略我？他怎麼可以對我講這種話？大家注意，每一次要生氣的時候都有這個我先出來。俗話講的，擒賊要先擒王，斬草要除根，這樣春風才不會吹又生。所以我們想到這個生氣要對治就想到一個好榜樣，就是布袋和尚，彌勒菩薩有一段偈文說的，說「涕唾在面上」，就是人家給他吐口水。大家有沒有被人家吐口水的經驗？生不生氣？你看人家給他吐口水，彌勒菩薩大肚能容，笑口常開，人家給他吐口水，他說「隨它自乾了」，不用去擦，讓它自己乾就好了。為什麼？「我也省力氣，他也無煩惱」。彌勒菩薩是學過物理學的，他知道把手舉起來擦臉是要消耗卡路里的，所以他不擦，省力氣。而且這個人剛好在氣頭上，他吐口水，你去擦，這個動作又好像要舉拳頭，到時候又衝突了，就不好了，讓這個衝突一直下降下來，連擦都不擦，笑臉對他，那他就沒有辦法繼續發怒了。好，那大家想，彌勒菩薩是念念為他想，所以他不生氣。而且不只當下不生氣，往後的日子常常關心他，比方說到怡保去還買幾包白咖啡送給他，別人有的他都有，你平等的慈悲真誠愛護他，日久見人心，日子一久了，我以前對他這麼無禮，他還對我這麼好，這個世界上還有這麼好的人，趕緊去了解一下為什麼他修養這麼好，原來就是跟著淨空老和尚學習的，就是學傳統文化的。你看，我們不跟人衝突，感動對方，那是讓佛菩薩臉上貼金，那是真供養，如教

修行供養。為人演說，修忍辱又修布施、修慈悲。所以您看，遇到愈大的逆緣反而是積最大的功德，難行能行，難忍能忍。而且這個曾經對你發很大脾氣的人，被你感動之後，可能是最積極修學佛法、修學傳統文化的人。因為牛頓研究出來，說作用力跟反作用力是相同的。所以他當時的那個不理解，等他真正理解了，他可能那種護持正法的心也會很真切的。

所以我們冷靜面對我們整個成長過程當中發怒的時候，都是因為跟人對立，都是把自己擺得太高，最後就生氣了。而我們要調伏習氣就要找到病根，見到自己心上的煩惱才好對治。師父常說，發現自己的過失叫開悟，改正自己的過失叫真修行。而這個反省不能太表淺，生氣了，大不了我給他道歉，其實講這個話的時候都不夠懺悔，甚至於還有點傲慢的氣息，大不了跟他道歉而已。這個態度假如不觀這個念頭，又找不到傲慢的習氣了。所以靜下來一想，很可能我們都是因為貪求，結果求不到，自己就生氣了，或者是人家不順我的意思，就生氣了，這個都是根本的問題。或者惱羞成怒，自己錯了以後，沒有肚量接受別人勸，然後因為面子放不下，生起氣來。所以這個時候就要在面子當中下功夫，才能對治這個脾氣。或者我們常常指責、要求別人，師父常講，有控制的念頭，這個控制的念頭愈強，控制不了，自己就對人對事就發脾氣起來了。包含我們常常把別人的不好、過失放在心上，很容易遇到機會借題發揮，就生瞋恨心，還有我們常常很急躁的時候也容易生氣。心情很穩定時候，稍微有情緒，自己有警覺，可以把它調下來。還有人身體不舒服，生病的時候，也容易生氣，像女性同胞在生理期的時候，她身體比較不舒服，也容易生氣。所以這個我們男眾在護念自己的另一半都要能體恤得到。好，所以這些都是讓我們見到自己生氣的根本原因，找到病根就可以對症下藥去治。

那怎麼治？忍辱對治瞋恨。這個忍有六忍，都是方法。第一個「力忍」，用力把它壓下來，不能生氣、不能生氣，壓壓壓，有時候會壓不住。這時候趕緊站起來，「對不起，我要上廁所」。壓不住，這個時候不能逞強，先脫離現場，調整一下，這可以了。有時候壓壓壓，壓到最後，不能夠把它消融掉，壓到最後火山還是會爆發。所以這個力忍算症狀解除，還不是根本解除。

第二個方法，「忘忍」。肚量大一點，大肚能容，所有人家得罪我們都忘掉了，不放在心上，所謂宰相肚裡能撐船，忘忍。

第三個「反忍」。就是遇到衝突了，能反省自己。因事相爭吵，可能我們也有錯，須平心暗想，因為人會摩擦，一定我們也有錯，所謂一個巴掌拍不響。往往可能我們就是執著在對方錯的多，比方他錯八分，我們錯二分，我們就一直咬著他八分，結果他也咬著我們二分，最後愈罵衝突愈大。所以他人對我們的態度可能就是我們的心去感召來的，所謂「各相責，天翻地覆」，互相指責，沒事變有事，小事都變大事。可是轉個念，先反省自己，這件事是我不對，我哪裡錯了，這一分慚愧、懺悔的心，把對方的善根喚醒，對方馬上說，其實我的不對比你還要多，這麼一反省，「各自責，天清地寧」。所以這個是反忍。

再來，「觀忍」。這個觀照，用諸法實相來觀照每一件事，其實都是因緣剎那的虛妄相，不要著相，不要放在心上，產生很多的習氣，應該放下這些不愉快、這些怨恨。而且看事情用什麼來觀照？觀照來龍去脈，不要只執著在他讓你生氣的那個動作，那個著相就很嚴重，因為一個人的行為是結果，它一定有背後的原因。比方我們在學校教書，看到一個學生的行為非常的偏頗，他的那個行為很可能我們一看這個火就快上來，可是當我們去家庭訪問，了解到從小母親就離開他，父親在外面遊手好閒，了解到這個原因，對這

個孩子的氣就沒了，不只沒氣，還覺得他是個可憐的人。所以從原因上看，其實我們這幾代人都很可憐。所以《無量壽經》當中讓我們有這一分同體的心，設身處地的心，寬恕別人，「先人不善，不識道德，無有語者，殊無怪也」。他的父母、他的祖先沒有把這些做人的道理告訴他，他得了一個人身，這麼樣的難得，人身難得，結果現在卻造作習氣，最後是沉淪到三惡趣。我們從這裡去看它的原因，更看到他以後會有什麼果報，我們對人的慈憫心就起來了。所以《太上感應篇》裡也教導我們，「憫人之凶，容人之過」，都是這一分體恤、包容，所以觀忍。

再來，「喜忍」，歡喜的忍辱。為什麼？因為效法《華嚴經》說的，善財童子五十三參，每一個人都是善知識，都是來給我考試的。所以當這個人出現，我一生氣，他提醒我，我的瞋恨心還很重，他是來發考卷的老師，來提醒我們不要荒廢這一生成佛的機會。發現習氣愈早，愈能夠對治，愈能有把握調伏習氣，有把握往生。所以每一個人都是來成就我的道業，都是來增進我的善根，都是來提醒我最嚴重的習氣。這個時候對立不見了，歡喜起來了，感謝每一個人對我的提醒。所以諸位同修們，今天回去，要把那個讓你最生氣的人的照片放在你的床頭旁邊，每天看著它，因為它讓我們不自欺，它讓我們看到我們的瞋恚。所以他是貴人，每天要給他問訊、要給他鞠躬，感謝他的提醒。真的這麼做，很可能一年、二年過去之後，突然那個人會對你笑得很燦爛，依報隨著正報轉過來了。您看，所有人都是老師。大家有沒有看過一個人在考場當中，寫不出答案，跑到前面去打那個監考老師的，有沒有？假如是這樣的人，那可能不正常，是吧？我們假如對生命當中的任何一個人生氣，那我們就是打監考老師，那考試就不過關了。所以這個時候，帶著感恩的心面對每一個因緣，都是善知識，謙卑、感恩心出來了，這

個喜忍提起來了。

最後是「慈忍」。因為慈悲，所以把一切的人當作一體的。一體的，他出了問題，他隨順習氣，就好像我們的身體哪個部位受傷了，自自然然我們的手，我們的眼睛，我們的腳，都配合著去護念這個傷口，讓它早一點健康。就像佛菩薩，他已經契入一體了，哪一個眾生顛倒了，所有十方的佛菩薩都配合著來成就這個眾生的道業，所以這個都是同體大悲的心。有沒有一個人他的腳流血了，然後他的手很高興，然後對它說，你假如要我幫你擦藥，要給我十塊錢，我才幫你擦？結果那個眼睛說，我也要十塊，不然你拿不到藥。請問大家，這個人正不正常？他不正常，一體才是正常的，哪一個地方受傷了，身體所有的部位全部都感覺到，全部都去護念它，這正常。我們這一生要恢復性德，恢復自性，就是恢復眾生與我皆一體的慈悲心，我們這個慈忍就時時想著眾生就是我，跟我是一體的，我要念念為他們著想，這個慈忍就提起來了。

有一個老師，他在教學的過程當中，面對一個學生，本來很想放棄，突然他起了一個念頭，假如這個人是我的孩子，我會放棄他嗎？您看，本來是對立，要放棄這個學生，就在一念之間，想著假如他是我的孩子，當下那個心境轉過來，對那個孩子的態度就截然不同，對他就有愛了、有慈悲了。而事實上，佛是大覺者，把宇宙的真相告訴我們，什麼是真相？一切眾生是我們過去父母，也是未來諸佛。所以我們領受到這個道理，對一切眾生應該是慈悲跟恭敬他們才對。好，所以慈忍提起來了，瞋恨就不見了。其實聖狂之分在一念之間，只要我們懂得用法來調伏習氣，所謂「不怕念起，只怕覺遲」，把它轉過來，念念保持覺悟，就在道中了。

好，我們接著再看修身下一個細目，是「遷善」跟「改過」。我們看到，人能明辨邪正、是非、善惡，他就不愚痴。所以修身其

實最根本的還是息滅貪瞋痴。師長一直期許我們紮三根，其實也離不開不貪、不瞋、不痴這三個根本善根。而遷善當中舉到《論語》裡面的句子，我們來看這個經文，「子曰：三人行必有我師焉，擇其善者而從之，其不善者而改之」。我們修行最重要的是把這些教誨變成我們的心境，變成我們的觀念、態度，就念念可以提起來，念念得受用。一個人假如每一天見到每個人事物都當作老師，他每天智慧長，他見到不好的都能反躬自省，調伏習氣，他煩惱輕。所以這一個教誨跟《弟子規》講的完全是一樣的，「見人善，即思齊，縱去遠，以漸躋。見人惡，即內省，有則改，無加警」。而我們不能用錯心，用錯了變成什麼？見人善，即嫉妒，這個嫉妒是瞋恨心，而且嫉妒很可能會把團體當中賢德之人排斥，這樣會斷了很多人的法緣跟善緣，這個罪業很可能都在地獄當中，所以要轉嫉妒為隨喜的心。我們常說修四無量心，慈悲喜捨，「喜莊嚴故，見修善者」，見行善的人，見有德行的人，「心無嫌嫉」，內心裡絕對沒有嫉妒、沒有嫌棄、沒有排斥。所以隨喜重要，隨喜功德就修普賢行。見人惡，即內省，他也是我們的善知識。可是我們用錯了心，見人惡，即對立，即有成見，即發生衝突，那就愈來愈結惡緣了。所以這一句我們從今天開始貫徹，保證每一天「德日進，過日少」。每一天晚上靜下來，我今天在佛經當中，經典當中看到阿彌陀佛的榜樣，看到大舜、大禹的榜樣，我要效法他們。今天所有跟我們談話的人，談的正知正見，我要把它記下來，要把它領納。看到不好的事，我趕緊反省，趕緊把那個原因找到，幫助對方化解他的問題，純是一顆利人的心。每一天這麼冷靜反省，每一天都知非改過，受用就非常大。

而我們冷靜來關照，我們自己見賢思齊做得如何？在修行的路上我們要常常勘驗自己，不能自欺。這句話我們可能讀過一千遍，

可是要真正受用要解行相應，這句話要真正做出來，才能利益到自己。假如讀了這麼多遍，沒有真正去做，反而像《弟子規》說的，「長浮華，成何人」。真的，我們讀得愈多，了解的經教愈多，不先要求自己，很可能就要求別人，就傲慢，走到哪裡讓人壓力很大，這個就不是學聖教的狀態。所以是嚴以律己，先要求自己。而我們看，我們跟隨師長的教誨這麼多年，從師長的教誨當中我們體會到老人家立身處世的慈悲跟智慧。比方老人家無私的布施，我們學到老人家的布施了沒有？比方老人家忍辱，一生當中為了正法久住，受到多少的侮辱、多少的這些指責，老人家統統都是感恩的心來對待，那我們學到老人家的忍辱了沒有？而我們今天回去，把師長，我們能感受到的、體悟到的師長的優點，把它寫在一張紙上，寫完之後我們再問問我們自己，我們見賢思齊了哪一條？假如一條都沒有，那變成我們只是口頭上覺得見賢思齊，我們自己最尊敬的師長我們都沒有辦法見賢思齊，學到他的德行，那其他的人我們可能那分恭敬都提不起來。所以這個都是很真實面對我們自己落實了多少。所以夏蓮居老居士有一段開示，對我們修身非常關鍵。老人家講到，學道的人須打破自欺一關，不能自我欺騙，必須很清楚我們自己的程度跟落實的狀況，始有商量處，才談得上修行。須灼然見得自己滿身過失，一天當中能看到自己很多念頭跟言行不對這是好現象。功夫始有著手處，每天看到很多問題，才知道怎麼改，怎麼對治。所以這個不自欺，就是我們每一句能夠領納之後，去好好觀照自己落實的程度。

所以下一句談到的是修身的改過。改過它有一個前提，要能知過，要能悔過，才有可能進一步改過，所以改過也不容易。那怎麼自己知過？一來自己每天不能離開經教，而且讀經的時候，聽經的時候，要覺得是講給我聽的，我是當機者，這樣經典才好觀照到自

己的問題。假如我們在聽經的時候，聽師父在講經，邊聽心裡頭都是想，這是講我媽的，這一段是講我兒子的，這是講誰誰誰的，那一句也受用不了。所以時時都想著，只有自己是學生，句句是提醒自己，容易知過。而且俗話又說，「當局者迷，旁觀者清」。這時候我們又有謙虛的態度，能夠依眾靠眾，讓我們的親人，讓我們的同修們，都能夠沒有罣礙的指出我們的問題，而指出來的時候我們都非常感謝他，叫「聞譽恐，聞過欣，直諒士，漸相親」。我們是領導者，這麼去帶動，我們的團體都講真話、都講實話，所謂直心是道場，這個家道跟團體的風氣這個正氣就能提得起來。所以這個是能夠時時接受別人的勸，好發現問題可以改過。包含每天讀歷史，曾國藩先生每一天晚上都讀十頁歷史，就從歷史當中見賢思齊，見不賢內自省。

好，而知過了，悔過，懺悔業障，懺悔之後，後不再造。而這個改過要發三種心，發恥心、發畏心、發勇猛心。這個恥心，師父常說，學佛就要學釋迦牟尼佛，學儒就要學孔子。這一段話我們聽完，用心領受了之後，我們處事待人接物以佛陀跟孔子的標準來要求自己。遇到一件事情，佛陀會怎麼做？孔子會怎麼做？我們德行都是跟聖人比，這個羞恥心就起來了，還差得很遠，趕快勇猛精進。第二個，發畏心，我們假如作惡了，《太上感應篇》說到的，「善惡之報，如影隨行」，天地都有司過之神，都會記錄我們的這些惡行，想到這裡，就敬畏天地鬼神，縱使一個人在的時候，都怕觸怒鬼神，有這個畏心，警覺性就很強。緊接著勇猛心，面對習氣，趕盡殺絕。而這個改過當中有一個很好的榜樣，他花了三年的時間，把自己的命運完全轉過來，就是明朝的俞淨意公。這個俞公他也是因為遇到了貴人，他才轉變命運。雖然他十幾歲就飽讀詩書，而且還考上秀才，但是到了四十幾歲，還是窮困潦倒。而且每一次給

上天寫疏文、訴狀，都是怨天尤人。他也不知過，也不悔過，更談不上改了。他是明白這些經教，都很難改。所以這一個事例，對我們修行就提起一個高度的警覺性。而為什麼他不知道？因為他修學的過程當中都是學在表面當中，做給人家看的。所以俞都在面對灶神爺，灶神爺直截了當、開門見山告訴他，你是意惡太重，意念的惡，邪念邪思太多，專務虛名，所做一切都是為了名聞、虛名，都是做給人家看的表面功夫，而且滿紙怨尤，瀆陳上帝，因為不反省，還時時怨天尤人，這個對上天是非常不恭敬的。所以灶神爺說，你逃命都來不及了，還在那裡邀功德。

當下俞都先生聽完還是不能承認自己的問題，他馬上說，我幾十年來都是奉行《文昌帝君陰騭文》，我常常放生、惜紙，然後戒淫、殺、口過，怎麼我會一點善都沒有？接著灶神爺說，這麼多年來上天每天都派這些天神來看你一舉一動，這麼多年下來沒有一件善可以，反而都看到你的貪念、淫念、嫉妒的念、褊急，心胸狹隘的念頭，傲慢的高己卑人念、瞋恨的恩仇報復念、愚痴的憶往期來念，都是想著以後，貪求以後，而不安住當下積功累德，所以點出來他的意惡太重。點出來他去放生都是人家做他才做，人家不做他從來不做，而且家裡面還常常煮海產來吃，所以說他的慈悲心沒有發出來。再來，他惜紙都是剛好有人看到了，蹲下去撿起來，然後要人家說是善人，要這個虛名。反而在家裡，自己的朋友常常拿紙來擦桌子，他一句話都沒講。接著說口過，他言語非常有辯才，常常講到人家難堪，然後自己也覺得傷了厚道，但是忍不住，口過重。最後貪色這一點，灶神爺告訴他，你只是沒有遇到不好的緣，你假如遇到了，你真的能像柳下惠，像魯國那個男子，能忍住女色不犯嗎？所以整個把它點出來了，他才認知要改過。最後他是下了勇猛的決心，在觀世音菩薩面前發願，願他的善念一直保持，善根一

直增長，假如放縱自己一點，他就墮地獄。他下了這麼勇猛的決心，在觀世音菩薩面前磕頭磕到流血，最後這種勇猛的道心就突破了他的習氣，三年之後改變命運。本來五個兒子，死了四個，一個失蹤，最後那個兒子找回來了。那個兒子最後連生七子，後來子孫都知書達禮，整個家族興旺起來。所以成就道業，改善自己家庭跟自己人生的命運，都從改過、改習氣下手。

好，所以我們看這一句經文當中講到，大忌「知身之惡而不改也，以賊其身，乃喪其軀，有行如此，之謂大忌也」。一個人最大的忌諱就是有惡而不去改，最後這個惡賊害了他的身心，甚至於惡行不斷積累，最後喪失了他的身命，乃喪其軀。有這樣的行為，這樣的品性，這樣的一個態度，就是人生很大的忌諱。而且我們要了解，善根不斷培植它會增長，習性不調伏它也會愈來愈嚴重，所謂學如逆水行舟，不進則退，所以改過要趁早。

接著我們來看修身當中第二個重要的綱領，是「敦親」這個部分。敦親也是和睦家族，就是齊家的修養。「身修而後家齊，家齊而後國治，國治而後天下平」。我們今天想要利益社會，其實首先第一個最大的功德就是我們把我們的家治理好，一個家就是整個社會的細胞，每個細胞都健康了，這個器官就好，每個家都美滿了，這個社會就安定，而且好的下一代都是從好的家庭教育當中培養出來的。而老祖宗這個次第是不可以忽略掉的，齊家才談得上利益社會、治國。比方我們今天出來做服務、做公益事業，假如自己的家都不治理好，那可能流弊就出來了，說這個學聖教的人，怎麼家都不顧了。我們曾經聽到一個婆婆說到，她說我的媳婦都說出去做好事，然後我們在家都沒飯可以吃。這個沒有先把本分做好，很可能流弊出現，造成沒有學聖教的社會大眾誤會聖教，甚至於他都不敢學了，那我們不就斷了人家的法緣了嗎？所以齊家重要。

我們來看這一句經文，是夫子在《孝經》裡說到的，「愛親者，不敢惡於人；敬親者，不敢慢於人。愛敬盡於事親，而德教加於百姓，刑於四海，蓋天子之孝也。《呂刑》云：一人有慶，兆民賴之」。經文提到，天子盡孝，他從他自身對父母的愛，愛親者，延伸到對天下的父母、天下的人民，他這種感同身受的愛心。其實我們自己都有這種經驗，比方我們到好同學的家裡，第一次見到他的父母，他說到，這是我爸爸、我媽媽，我們一聽到爸爸、媽媽兩個稱呼，就把我們對父母的那個恭敬轉移到對同學的父母。比方他介紹他哥哥，他一說哥哥，我們就想到自己哥哥對我們的慈愛，所以這種愛敬的心會很自然的提起來。所以一個領導者愛護父母，延伸到愛護天下的人民還有他們的父母，那就是整個國家的福氣。敬親者，不敢慢於人，恭敬自己的父母，這個恭敬心內化以後，見到一切人的父母都恭敬，都知道為人父母太不容易、太辛苦，延伸到對一切人不傲慢。我們對任何人厭惡、傲慢，他們的親人、他們的父母都會很難過的。我們不願意讓人家的父母、親人難過，我們對每個人愛敬的心就提起來了。而他是天子來做，所以他能以身作則，愛敬盡於事親，最後他的德風教化了全國的人民。刑於四海，這個刑就是榜樣，四海之內的好榜樣。這是天子、領導者的孝道。

所以在《書經》當中，《呂刑》云，一人有慶，這一個天子，這個慶是他有孝道的這種德行，那老百姓效法他，老百姓在他的德行的護佑之下就會很有福報了，兆民賴之。而現在在大陸國內很多聽過師長教誨、聽過胡小林老師的教誨報告的，都起而效法，由他們自身在企業當中落實傳統文化，落實《弟子規》，我們就看到他們的員工真的生命都改變了，這樣的例子目前在大陸國內太多了。包含在員工大會的時候企業家親自給他父母磕頭，結果底下的員工都流下了感動的淚水。其實給父母一磕頭，人的命就改了，人的善

根從孝親尊師當中出來的。所以老祖宗創字很有智慧，這個命怎麼寫？上面一個「人」，下面是一個「叩」，就是人一叩頭，命就改了，因為他一叩頭，報恩的心、感恩的心就起來了。而這樣的企業家，不只改變了他的命運，他改變了所有員工的命運，員工統統開始學孝，學中華文化。還有一些企業家，把自己的企業、工廠整理好，讓不同的社會大眾，甚至於讓黨校的幹部，到他的企業來聽傳統文化的課程，而且是他的高級主管去給他們做服務，端茶、倒水給這些學員喝，然後他們生活上的需要都無微不至的照顧。聽課是這些道理在吸收，而這些義工是用自己的言行把經典完全演出來，往往這些義工給予學員的感動、影響，超過聽課的狀況。所以佛陀常說「為人演說」，那是真正把它表演出來，而這樣的企業它真的是無數的社會大眾，兆民賴之。而他們自己落實孝道，真的是在員工老人生日的時候，七十歲、八十歲，頒給老人祝壽的獎金，也是感激老人為自己的公司培養了這麼好的幹部。所以這個都是知恩報恩的表法。所以我們看到確實一個領導者行孝，改變了無數人的生命。

我們接著再來看下一句敦親類的教誨，經文說到，「昔三代明王，必敬妻子也，蓋有道焉。妻也者，親之主也；子也者，親之後也，敢不敬與？是故君子無不敬。敬也者，敬身為大。身也者，親之支也，敢不敬與？不敬其身，是傷其親。傷其親，是傷本也。傷其本，則支從之而亡。三者，百姓之象也。身以及身，子以及子，妃以及妃。君以修此三者，則大化愾於天下」。這一段稍微比較長，但是非常重要，因為它點出來整個做人以至於家庭和樂的大根大本。我們看到經文講的，這個昔就是過去，歷代的這些聖王，夏商周三代的明王，他們非常恭敬自己的妻子，以及非常慎重教育好他的下一代。必敬妻子也，為什麼？蓋有道焉，這其中有大道理。妻

也者，太太，親之主也，這個主是主角，重要的角色。為什麼？因為妻子是侍奉祖先，每一次祭祖都是媳婦去採那個苧菜來祭拜祖先，因為祖先看到賢德的媳婦就會很欣慰，後代要興旺了，娶一個好的媳婦旺三代，所以祭祀祖先。再來，孝順公婆、孝順父母、相夫教子都是女人可以扮演好的角色，而這一些都是這個家庭興衰的關鍵。所以我們中國字平安的安，大家想一想這個會意，這個屋頂下面要有什麼才會安？要有女人在才能安。大家看，一個母親時時關注孩子的健康、孩子的成長，那孩子身心安定，覺得他人生是最幸福的人，他充滿了父母滿滿的愛，健康的人一出社會就是服務、就是利人。所以我們從這一句話大家知道，親之主也，一個家庭當中最重要角色，妻子、太太。大家常聽到家庭主婦，大家有沒有聽過家庭主夫，沒有吧？所以從這裡就看出，幾千年來我們對女子非常的尊重、重視，知道「天下的安危，女人家操之一大半」，閨闈乃聖賢所出之地，母教為天下太平的根源，有好女人、好媽媽，就有好的下一代，就能出聖賢。所以諸位同修，您生女兒的請舉手，好，這個攝像機應該要拍一下，因為舉手的人都是負有天下興亡的大任，因為女人家操之一大半。所以從這些經文我們能夠真正明理，不再誤解老祖宗的教誨。我們這個時代最大的災難是喪失民族自信心，然後誤解了自己祖先的智慧，認為外國的月亮比較圓，結果用錯了這些思想觀念，幾代人現在很多家庭的苦難到來了。但是精誠所至，金石為開，亡羊補牢，猶未晚矣！

接著講到，子也者，親之後也。兒子是父母、祖先的延續，所以把孩子教育好，盡孝道，承先啟後，對得起祖先，也對得起後代子孫。其實諸位同修，您的孩子來到你們家，您又是學淨土法門的，來到你們家是什麼意思？是他成佛的機緣成熟了，你要這樣的心去對待子孫你就在修請佛住世，你在廣修供養，你在成就一尊佛，

那功德無量無邊。所以親之後，不能不慎重面對教育孩子。包含我們在團體當中，每一個來到我們團體的，他的初心都是為了弘護正法，這個心太可貴了，我們要護念好這些同仁的道業，讓他們這一生都有很好的成就，讓我們的團體不斷的出棟梁之材。所以是故君子沒有不恭敬的，時時一心敬慎。而恭敬以什麼為最先？敬身為大，恭敬自己的身體，不可以糟蹋。為什麼？自己的身體，親之支也，是父母的分支。今天我們身體不好了，不敬其身，是傷其親，傷了這個分支，這個根就非常的難過。所以我們一不健康，父母是最操心的，而傷了自己父母的心就是傷了自己為人子的本，做人的根本。所以身體髮膚，受之父母，不敢毀傷，是落實孝道的開始。所以傷其本，則支從而亡。所以我們做人的根本沒有了，我們這一生學業跟事業就不可能有成就。

所以這三點，愛護自己的身體，盡孝道，然後夫婦團結同心，恭敬自己的妻子，感恩妻子，加上教育好下一代，這三點領導者自己以身作則，就是百姓的榜樣。而他自己做到了，他愛護自己的身延伸到愛護每一個百姓的身體，不讓他們受傷，延伸到自己愛護、教育自己的孩子，也延伸到教育好所有子民的下一代，他重視育，再延伸到愛護自己的妻子，也去體恤天下人的妻子。所以一個領導者修這三件事情，他的榜樣、他的德行就可以感化整個天下。所以領導者、古聖先王他都離不開落實這個倫常的大道，然後真正為民所效法的榜樣。好，這也是君道當中以身作則具體的落實。

好，這一節課就跟大家先分享到這裡。謝謝大家，阿彌陀佛。