

《朱子治家格言》學習分享      蔡禮旭老師主講      （第二十九集）  
2015/1/8      馬來西亞中華文化教育中心  
檔名：55-104-0029

尊敬的諸位長輩、諸位朋友，大家晚上好！我們一起學習《朱子治家格言》，愈學愈體會到，中華民族可以綿延五千年的文化不衰，不是偶然的。因為全世界的古文明只剩中華民族的文明還延續下來，西方人很好奇，曾經在二次大戰前夕還做了一個研究調查，結果他們說到，因為中國人重視家庭教育。隨著我們學習《弟子規》、《了凡四訓》，這都是家規，再來《朱子治家格言》，讓我們很感嘆，因為，這麼好的教誨假如能深植在我們心中、下一代的心中，種種家庭、社會的亂象就不存在了。

師長老人家強調，災難的根源是人心出了問題，人心要靠教化。所以，東方忽略了聖賢教育，西方忽略了宗教教育，這個才是動亂的根源所在。俗話講，「斬草不除根，春風吹又生」，不從人心解決問題，是不可能改善，所以「建國君民，教學為先」。

我們常常讀誦，感受會更深。像一開始「黎明即起，灑掃庭除，要內外整潔」，孩子勤奮，孩子有責任心。現在孩子問題在哪？沒責任感，懶惰。人只要懶惰，種種邪念都會出來，不感恩，視為理所當然。隨著我們深入這些寶貴的家訓，更可以體會到中華民族有五千年教育的理念、智慧、經驗、方法，還有五千年的效果，代代都有聖賢人。結果我們這幾代忽略了，現在要找一個孝子都不容易。所以最大的危機在哪？喪失民族自信心，覺得外國的月亮比較圓，結果現在外國社會的亂象我們華人世界都有。所以要有智慧，要有理智去判斷邪正、是非、真偽，不能盲從。

我們也很欣喜，現在我們祖國大陸有這樣的明君在恢復傳統文

化，全國人民都感覺到整個社會風氣的改善非常快速。所以《孝經》講的是真實的，「一人有慶」，這個國家領導人有德行，「兆民賴之」，十幾億人仰望他、效法他，風行草偃。孔子講的很正確，「君子之德風，小人之德草」，這個小人是指老百姓，上行下效，這個都在給我們信心。再拉回來我們自己的家庭，父母帶頭做，孩子也是風行草偃。《朱子治家格言》又提到，「一粥一飯，當思來處不易；半絲半縷，恆念物力維艱」。現在很多亂象都是從奢侈來的，他假如從小扎這個根，他就不會被這個社會所左右、所污染。就像我們上節課談到的經句是，見色而起淫心者，報在妻女。這些經文是孩子從小讀的，父母，甚至於一個宗族的長者又常常講故事給他們聽，這些道理、這些故事「善有善報，惡有惡報」深植在他們的心中，遇到境界、遇到誘惑來，他的正氣容易提起來。假如我們從小都沒有這些薰習，甚至還常常受染污，遇到境界怎麼會有定力？所以人的定力、觀照能力一定是從小扎根。也從這裡我們感覺到，像《朱子治家格言》當中，每一句其實都是一個人這一生成敗的關鍵。

朱柏廬為什麼寫這一篇文章？他愛他的後代子孫。大家現在為什麼來學這部經典？有沒有人說在家裡沒事來消遣消遣？學習的心態影響著學習的效果，有些人趕流行，現在人都讀經，我也來讀讀經。學習要知道自己要的目標，而且還要發願。學家訓，就要有志氣，要開千年不衰的家道。天下無難事，只怕有心人。朱柏廬先生他的後代也傳這麼久了，了凡先生的後代也傳那麼久，他的家道還是很好，孔子也是我們的榜樣。

愈學習這些家訓，愈體會到師長老人家說，中華文化用一個字來代表，「孝」字。大家今天來學習，是不是在力行孝道？你們怎麼沒有反應？首先，我們明白道理，不糟蹋自己，不讓父母擔心就

是孝，「立身行道，揚名於後世」。再來，你把自己的孩子、孫子教好才對得起祖先，這麼好的教誨是利益後代子孫。上面一個老，下面一個子，不可分。都把這麼好的人生智慧傳給後代，孩子在力行這些教誨，他也想著父母、想著祖先，所以有一句俗話叫，「一人得道，九祖升天」，後代子孫也是在為祖宗著想。

大家看歷史當中，很多功在國家的這些讀書人，都追封他的父母、他的祖父母，甚至還有追封到曾祖父母，給他們很高的功名。可能大家說，人都死了，封這個有什麼意思？有沒有意義？告訴天下人，這個棟梁之才怎麼來的？就是他的父母、祖父母這些祖輩把他培養出來的。你說這個人他的曾祖父母他也沒見過，幹嘛還封他？一個家道是代代傳下來的，這些恩德都不忘。所以，以前的這些國家領導人他在封有功之人的時候，他同時也把知恩報恩教育天下的人，包含這一個人有貢獻，當初哪一個人推薦他的，這個人也要封。不忘源頭，飲水思源。所以，我們理解到孝是核心，理解到父母、祖先愛子孫，我們再來讀這個經句，那個味道不一樣。

而且我們很有福報，我們中華民族的兒女不只受我們祖先的教誨，各個姓氏的祖先的教誨都非常慷慨的供養給所有姓氏的人。大家讀過范仲淹的文章沒有？又不是只有范公的後代可以讀。曾文正公的文章大家讀過沒有？都讀過。而且他們沒有打上「版權所有」，你看現在的社會風氣都是「版權所有」。其實古人他不會這麼做的，一來他有利益人的胸懷；再來，這些教誨是他的嗎？孔子是至聖，孔子有沒有說教誨是我的？沒有。孔子說他「述而不作，信而好古」，這都是歷代，堯舜禹湯、文武周公這些聖人傳下來的文化。他不只不會占為己有，他會形成一種使命感，身為炎黃子孫都有責任把它傳下去。那我們接著上一句講到的：

【見色而起淫心。報在妻女。】

這個提醒很深刻，只是動個念頭，就會釀成子孫的災禍。這一句聽明白了，念頭都不能起，怎麼還可以有言語跟行為？而且這個經句它很有深義，它明白念頭的危害是非常大的。這個念頭沒有控制住，它會一直發展下去，它那種愛慕、貪求、控制、佔有就開始相續不斷。接著，得不到了會瞋恨，會跟人爭風吃醋、嫉妒，甚至於最後還會起殺害之心。你看現在情殺這麼多，從根源處只因什麼？一個邪念沒有控制住。看這個經句，古人強調什麼？防微杜漸。所以一念，禍福在其中，一念，是天地人三才還是畜生也是在這一念差別，所以古人對於克制念頭非常強調，「克念作聖」。這個錯誤的念頭要一刀斬斷，不能猶豫，不能猶疑，正念要馬上現前，邪念才污染不上。

一念可是天堂、地獄的差別，而我們從這裡想到古人非常重要的提醒，「萬惡淫為首，百善孝為先」，這個是大家都很熟悉的話語。可是自己成長過程中，看到很多現代的電影，好像都在鼓吹這個男歡女愛，甚至是違背倫常、違背禮教這些都有，我們從小沒有被教育這些是不對的，都視為是正確的。所以古人這一句萬惡淫為首，從現代社會來看，古人真是真知灼見，因為淫比殺危害更大，淫接近殺。

首先從自身來講，殘害自己的身體，這是自殺的行為。大家現在冷靜去看看，我們下一代的身體素質怎麼樣。他們被誤導了，太多這些驕奢淫逸，這些殺盜淫的污染，他們縱欲，身體就搞壞掉了。呂洞賓先生就有講，「二八佳人體似酥，腰間仗劍斬愚夫，雖然不見人頭落，暗裡催人骨髓枯」。十六歲的少女，她的肌膚像酥一樣，但是就好像她的腰間佩了一支劍，砍這個愚昧的男人，雖然沒有說人頭落下來，但是因為好色的過程，他的骨髓就枯竭了。所以孔子講，「少之時，血氣未定，戒之在色」。一個國家下一代假如

不戒淫欲，這個國家鐵定要衰敗的。

首先，為什麼淫比殺厲害？第一個，殘害自己的身體。彭鑫醫師曾經舉了一個例子，有一個人才四十歲，給他把脈就是縱欲太嚴重，就勸他一年不可以縱欲，要斷房事一年。結果他不聽，半年之後身體的病症就出來了，一年後就癱瘓了。中醫也很厲害，它都看徵兆，可以洞察機先。中醫有五千年，要聽！不聽老人言，中醫也是老人，五千年了。現在人不相信中醫，要相信這幾百年的西醫，當然，中西醫都有它的長處，而中醫最強調的是治未病，不是治已病，它很高明的地方在這裡。

除了殘害自己以外，這個邪淫，假如她的丈夫知道了，可能會憤怒操刀，這個時候就出人命了。甚至不是只有恨對方，可能還恨自己妻子的父母，你怎麼教出這樣的孩子出來？那個會殃及很多的人。包含爭風吃醋，嫉妒心起來也會出人命的。還有很多人造極重的惡，殺害這些女子，最後他也被判死刑，也是王法所殺。縱使僥倖沒有被世間的法律所制裁，老子講，「天網恢恢，疏而不漏」，他最終還是會短命、夭折、疾病，這是必然的。其實從心理上講，他做了虧心事，從那一天開始他就是身心不安，怎麼可能會好？所以邪淫造成可能是三代人的痛苦。我們說今天因為仇恨去殺害人，那是因仇恨造成的。可是這個女子跟我們無怨無仇，她的家人也跟我们沒有仇恨，可是我們因為這個欲念，最後造成對方及家人三代人的痛苦，這個罪業是比殺還嚴重。她的父母沒法見人，她的孩子抬不起頭，這殺三代人。

在明朝有一個讀書人，他在參加科舉考試的時候，剛好隔壁有一位指揮使，一個官員，那個官員的女兒對他有好感，獻殷勤。他讀書人很有正氣，這個是禮法不容，所以回絕了那個女子。結果這個女子還是不死心，又派她的婢女半夜來找他，結果，這個讀書人

他當然守住他的正念，而住在同一個客棧的另一個讀書人就起了邪念，就冒充他到隔壁跟這個女子私會了。結果隔天一早，這個女子的父親，這指揮使回來了，看到門是開的，他就很氣憤。古人對於違背道德是非常不能容忍的，自己的女兒做出錯誤的事，他也是很氣憤，所以一進去看到女兒跟這個讀書男子在一起，馬上揮劍就把這對男女殺了。同樣進京趕考，一個讀書人有正氣，後來順利考上功名，走上了舉子路，考上舉人了；另外一個守不住聖人的教誨，走上鬼子路，被殺死了。所以這個一念之差，天淵之別，可見敗壞道德的嚴重性。

再來，邪淫還會殃及、傷害到自己的子孫。像我們跟大家分享過的，豫章這個地方有兩個兄弟，雙胞胎，幾乎同一個時間生下來，聲音、相貌完全分辨不出來，所以父母還得要用穿衣服、穿鞋子的顏色來分別才行。結果他們的功名，包含娶妻、生子幾乎都同樣的時間，所以親戚朋友都說這兩個人的命是一樣的。後來進京趕考，剛好隔壁有一個女子對這個哥哥有好感，哥哥婉拒了，但是知道弟弟跟他的長相一模一樣，就勸告他的弟弟不可以做違背良知的的事情，不然前途堪憂。後來弟弟沒有守住，還是犯了錯，騙這個女子。結果他哥哥考試順利，接著要繼續考進士了。他的弟弟還騙那個女子，是他考上了，還把她很多錢拿走了。後來這個女子知道又考上進士了，其實是哥哥考上了，就一直等，等到最後就憂鬱而死了。死前還寫了一封信寄出去，被哥哥接到了，哥哥就知道弟弟犯下大錯。結果哥哥考上進士，後來飛黃騰達，後代子孫也很興旺。這個弟弟沒多久，他的兒子死了，所以這個是禍延子孫。然後自己因為喪子之痛，太傷心，也哭到瞎了眼，沒多久也死了。所以告訴我們，邪淫會斷子絕孫的果報。從這個事我們可以明白天地之間這些天理。

有一句話還勸我們，「勸君莫借風流債，借得快來還得快，家中自有代還人，你要賴時他不賴」。所以「出乎爾者，反乎爾者」，你貪了不義之財，最後你還是得要出去的，那是留不住的；你今天傷害人家的妻女，最後回回來的，還是傷了自己的妻女。天道好像一個循環一樣，所以叫「善有善報，惡有惡報」。而且錢債比較好還，情債不好還。這個是我們談到邪淫接近殺的一個反思，會殃及子孫。

再來，現在社會最嚴重的一件事情，墮胎的問題。墮胎都跟邪淫有關，全世界一年五千萬人，萬物之靈現在變成殺害自己的親生骨肉。所以「萬惡淫為首」的教誨對這個時代是太重要了！而墮胎不只意味著胎中的孩子死亡，婦女本身也有死亡的危險。我們看到報紙上很多少女去墮胎，後來失血過多，這個都是很危險的。而且經教也告訴我們，無畏布施得健康長壽，殺害自己的孩子這是違背無畏布施了，怎麼可能身體會好？所以有一些墮胎就有可能發生死亡，是自身的死亡。

再來，會產生不孕。依據科學的一個統計，墮一次胎，生育能力下降百分之二十五，因為她整個身體，尤其她整個孕育孩子的子宮都會有嚴重的受損。所以現在讓我們很感嘆的現象是，未成年的墮胎排得長長的隊伍，另一頭是結了婚生不出來的婦女在求診，這個是很可悲的現象。問題還是出在教育，不懂得自愛，不懂得名節，放縱欲望了。

自身有可能死亡、不孕，而且會疾病。依據統計，墮胎的婦女，她得憂鬱症是沒墮過胎人的三倍，這個可以想像，因為自己會自責，墮過胎的自殺率是沒有墮過胎的五倍，還有意外死亡，墮過胎的是沒有墮過胎的三倍。你說這有什麼關係？「多行不義必自斃」，這是《左傳》提醒我們，你做太多傷天害理的事，當然老天要把

你收回去，因為我們不像人，這個會感召來凶禍的。還有一個統計提到，女子有婦科病，百分之八十都墮過胎，所以她罹患疾病的比例比較高。

不只自身受影響，她以後懷孕，孩子很難帶，這還會傷害到後代，這個用科學來講很容易了解。諸位朋友們，你們假如到山上去，青山綠水，磁場好不好？很好。假如你去完這個青山綠水，突然給你再到另外一個地方，是專門殺狗的，那你一進去磁場一不一樣？有什麼不一樣，都是空氣。有沒有不一樣？有。存不存在？存在。子宮本來是孕育的地方，那磁場很好，結果你墮了胎，整個磁場就變了，那個都留有訊息的。江本勝博士的水實驗不就告訴我們，水會不會記憶？會。水會記憶，我們身體會不會記憶？會。所以孩子難帶，可想而知了。

但是幾代人缺教育，人非聖賢，孰能無過？過而能改，善莫大焉。所以我們一起共同學習今天這堂課，我們每個人都有義務把這些觀念、這些道理、這些事例，廣泛的去宣揚，一來彌補我們以前思想觀念、行為上的錯誤，再來不要讓後面的人走我們這些錯誤的彎路。

這個是讓我們感覺萬惡淫為首，首先第一個是邪淫接近殺害，第二會自毀前程，會把自己一生的功名給毀掉。上節課我們舉的例子，起了一個邪念，功名就沒有了。可見念頭的危害是很大的，所以要轉念，就改命運。林則徐先生講得非常精闢，「存心不善，風水無益」，心地不善良，家裡是很好的風水也沒用，慢慢這個風水就破了。我們之前學《了凡四訓》，人的心念要為天下蒼生著想，我們把每天讀經、做好事這個功德都迴向給一切的眾生、一切的蒼生，這個心念就很可貴。衛仲達先生已經給我們很好的啟示，「君之一念，已在萬民」，可能我們想他是當官的，他可以修這個福分



。我們能不能修？可以，像我們現在好好學習，你們好好教育孩子，以後到馬來西亞漢學院去弘揚漢學。您在教育孩子的存心都是為了把聖教弘揚到天下去，那君之一念也是已在世界的人民了。

所以不能自毀前程，要從邪念克制起。明朝嘉靖年間，有一個讀書人叫陸仲錫，他的才華很高，才十七歲，道德學問也很受推崇，這算是奇才，用現在話講叫天才兒童。他跟他的老師邱某，姓邱，到了京城，結果居住的地點對面有一個女子長得很漂亮，師生兩人就常常偷看這個女子。一般人看跟讀書人看不一樣，讀書人是明理，明知故犯，加一條；他的老師更嚴重，還要再加一條，誤人子弟了。結果這個老師也很糊塗，還跟陸仲錫講，你到那個城隍廟去求城隍爺，說不定可以促成你們兩個的事情。結果當天晚上，他們師生兩人就夢到神明來呵斥、苛責他們，因為他們的行為是褻瀆神明了。結果夢中還查到，陸仲錫本來應該是甲戌年的狀元，狀元就是進士的榜首，等於是本身福祿是很高的，但是就是因為貪女色，結果這個意念褻瀆神明，造了很大的罪業。結果當天醒過來，他的老師邱某就得霍亂死了，他自己也終身貧賤。所以，這個等於是不能克制邪念，最後毀了自己的一生，這個是自毀前程。

再來，這個萬惡淫為首，我們可以體會到第三個重點，它會影響整個社會。這邪淫的風氣一起，離婚率就愈來愈高。以前沒聽過離婚的問題，現在大都市裡面四成、五成的都有，非常嚴重。人不懂得情義，不懂得節操，不懂得要對得起另一半，叫放縱欲望，才感得離婚率高。離婚率一高，單親家庭、未婚生子就多，那下一代的道德素質就低，這個連鎖反應。

古人為什麼男女的禮制這麼樣的嚴格？都看得很遠。你看現在已經問題出來了，想要扭轉都相當困難。所以《禮記·學記》講，「發然後禁」，這問題已經產生，你才要去禁止，「捍格而不勝」

，很不容易扭轉。今天我們談的這些道理跟事例，去跟現在十七、八歲的人講，容不容易？現在從胎教開始講，十七、八歲比較晚了。大家不要這麼一聽，那也別講了。「亡羊補牢，猶未晚矣」，多講，慢慢他本善的心可以引發出來。

所以，重視胎教可以出聖人，重視三歲以前的教育可以出賢人，三歲以後很努力教可以出君子。像禮旭是二十幾歲才開始學，能修到善人不錯了。所以《禮記·學記》裡面講教育的時間點，「禁於未發之謂豫」，預防。

我們有一位同事，她就感覺這個胎教影響很大，她懷孕的時候就跟她孩子講，孩子，現在是早上；孩子，現在是晚上，該睡覺了。就這麼跟他溝通。結果這個孩子生出來以後，生活很規律，該睡覺就睡覺，這個是證明胎教的力量，這是正面的。她自己也反省，她說懷孕期間常生氣，所以她這個孩子脾氣也大。你看，好的也學，不好的也學到了。大家不要聽完很衝動，好，再生一個。您假如還有時間，又懂這些道理，「好，培養一個棟梁之才」，這個可以。您度德量力一下，不要太激動。

古人這些道理確實對我們有很大的一個啟示。古人這個考慮，因為只要離婚率高，家庭功能就會退喪，孩子沒有很好的環境，當然他的素質就會下降了，犯罪率一高，整個社會就是不安定的。所以我們對於整個社會風氣都有一份責任，不能只想自己，好像這整個社會跟我沒有關係。我們夫妻和樂就給社會帶一個好頭，離婚就影響這個社會風氣了。

古人很重視這一點，我們複習一下《了凡四訓》講的，「不論現行，而論流弊」。看大家的反應，一年多前講《了凡四訓》，你們一年多放下的功夫很好，放下是放下欲望、煩惱，不是放下好的教誨，好的教誨要常常溫習。「不論現行，而論流弊；不論一時，

而論久遠；不論一身，而論天下」。所以幾千年來，女子的穿著都非常端莊。大家現在在馬來西亞，注意去看那八十幾歲的老太太，你看她們都穿得很端莊，你一看到她就肅然起敬，「自重而後人重，自敬而後人敬」。

這些老太太縱使在自己親生孩子面前，都是這麼莊重，不隨便的。我們現在假如沒有這種態度、敏感度，人前人後是不一樣的，那孩子學到什麼？沒人看到的時候都可以隨便，那慎獨的功夫怎麼培養？我認識一位校長，他非常有教育愛，他教了很多學生，常常都回來看他，他還講到說《弟子規》還是他的學生介紹給他的。他就回想小的時候，母親在他的印象當中都是非常端莊，不是穿得邋里邋遢的。母親的行儀，時時刻刻都在影響她的小孩。

所以，穿著會影響孩子以外，影響社會風氣。現在的女子假如能懂這些道理，她也會重視自己的穿著要端莊，不然，穿得暴露是造作罪業，會讓人起邪念。只要讓人家有不好的念頭跟行為，這個都是造業。我們很重視自己的威儀，很端莊，看到的人都受我們的影響，這個是積功累德。

所以不要小看自己的一言一行，都是可以影響家庭跟社會的。包含人與人的言談都要正言正語，啟發人的信心，啟發人的智慧，不可以談閒言邪語，引人家的邪思，甚至還促成人家的惡事，這個罪業就大了。我們假如不被提醒，也很難不隨波逐流。甚至於這種談這些輕浮言語的風氣，在公家機關甚至於是在教育界都有的話，那這個罪業就更重了。教育界你要作育英才，還有這些邪的思想影響學生，這個都是嚴重的罪孽。公務員是國家的代表，更要注重形象。

影響社會的還有媒體，還有書籍。好的，功德無量；不好的，大家冷靜去看看，這些拍色情影片的，果報都很慘烈。我們都熟悉

的一個艷星瑪麗蓮·夢露，很年輕就死了，死的時候那個相貌很淒慘。包含演藝圈很多帶動一些很邪淫風氣的，都短命，你們自己去觀察，真理其實就在我們的眼前。

在古代，《水滸傳》，施耐庵寫的，裡面太多暴力色情，結果他的兒子、孫子、曾孫都是啞巴，這個果報擺在眼前。所以這些書籍、文學都還是要用聖人的標準，不然有名的文學也是殘害人的心靈，有名沒有用，要正知正見。施耐庵是這個情況，寫《西廂記》的王實甫，裡面劇情太多男女私會，結果他還沒死前，就常常嚼自己的舌頭，最後也死掉了。那果報都很快，因為影響的面太大，影響的時間太久。那他到什麼時候才沒造業？等到這一本書消失了，他才沒造業，不然他現在還繼續造業。所以古人在考慮事情是非常深遠的。

這樣分析起來，這個「萬惡淫為首」是真知灼見。更有甚者，都因淫亂，整個國家就毀掉了。商朝的殷紂王寵愛妲己，還有周朝周幽王寵愛褒姒，整個國家都亡掉了。孔子當時候治理魯國，做大司寇兼宰相職，整個魯國就一片光明的前程。結果齊國嫉妒，怕他魯國強大，送了很多女子，就是一些藝妓，表演這些歌舞的藝妓，送給他的國君魯定公。最後抵擋不了這個女色，連聖人都留不住。孔子才因為這樣周遊列國，看能不能找到明白的領導人來推行制禮作樂。所以嚴重到會毀了一個國家、天下。

而整個政治界的腐敗現象也跟女色有關，我們看很多貪官都跟這個有關。所以色會跟貪污、色會跟毒品，種種這些不好的東西會連在一起。古人留下來的這些真知灼見，我們都要細細去思惟，才能體會它的深意。

淫亂的果報很慘烈，不淫亂的果報很殊勝。首先我們很熟悉的五福臨門，其中有三福就是不淫亂就能獲得。第一個長壽，第二健

康，第三考終命，就是臨終的時候沒病，自在就離開這個世間。現在的人接近臨終都是昏迷的佔很多，這個都跟縱欲有關係。

在信州，信州在江西省，有一位讀書人叫林茂先，他很用功讀書，因為當地推薦他去考進士，在制度上是可以推薦的。結果隔壁有一個女子，半夜到他的住所，他義正辭嚴苛責她，男女有別，禮法不容，而且舉頭三尺有神明。其實人往往是一念之差，只要有人提醒，人性本善，也都能夠轉過來。所以這個女子藉由這個林茂先這樣提醒，也覺得很慚愧，就走了。後來他次年，隔年就考上進士，生了三個孩子，都考上進士。所以不淫亂，他自己跟後代子孫就興旺起來了。假如繼續去查他後來的資料，有可能他的後代子孫不知道出了多少進士。好的家道是真能出人才的。在廣東有一個地方，他整個家族出了一百多個進士。他們的建築物讓人看了為之動容，所擺設的這些書畫，每一幅都有教育意義。所以建築、書畫，家庭的任何擺設都不離教育，從看到這樣的建築物，再想想師長講的，中國人有五千年教育的智慧，是真的，不是假的。這個是在信州，江西地區的。

福建有一個讀書人叫張文啟，剛好遇到匪寇，遇到一些強盜襲擊他們的村落，他就上山避難，跟他一位周姓的朋友。結果躲到山洞裡，剛好那個山洞有一位女子，長得也很漂亮。那個女子一看他們兩個男人進來，就要趕快出去，以前的女子是很守這個分際的。當下張文啟就安這個女子的心，妳現在出去，怕會遇到這些強盜就危險，我們也是老實人，妳不要擔心。結果躲到半夜，他的這個周姓朋友有點伏不住惡念，結果張文啟就幾度制止他的朋友，才保住了這個女子。等天亮了，他還非常善巧，就帶著他的朋友，我們先下去看看情況。所以看得到這個讀書人隨時很警覺，注意這些細節的問題，不要造成意外，就把自己的朋友也支開，一起下去了解情

況。後來找到了一些父老一起上山，然後詢問這個女子的家，就趕緊把她送回去了。結果沒有多久，有一位黃姓人家來跟他談婚事，還準備了很好的嫁妝。結果一了解，這一戶人家的女兒就是之前在山上躲在洞裡面的那個女子。你看，姻緣天定，他們假如那一天做糊塗事了，那最後傷害的是自己。但是他很有德行，最後感來好的婚姻，後來生了兩個兒子都登科，都考上進士，這個是不淫亂，殊勝的果報。

我們深刻體會到克制邪念的重要，要守得住正念、正行。那要用什麼方法來對治？自古以來很多讀書人、修學的人，這一關有時候還把持不住的，所以面對這些誘惑都要下大功夫。首先要建立理智，不能感情用事。在《太上感應篇彙編》裡面談得非常多的教誨，很能啟發我們的理智。像書中有提到，一時的這個欲念，其實是很容易消除的。「正念現前」，《了凡四訓》說的，正念一現前，「邪念自然污染不上」。只要我們想到我們一生的功名、一生的性命是很重要的，我們伏不住這個邪念，可能我們百年的名譽、節操，畢生的前程，甚至於祖宗積累幾百年的陰德，還有後世子孫的福祿，都可能斷送在這一時的迷惑。人能那麼想，這邪念就消下去了。

明朝的高忠憲先生，他作了譬喻，說到，人這個身體，「此身如白玉」，像白玉一樣，「一失腳便碎」，愛護自己的名節，要像拿著白玉，要戰戰兢兢，小心走，不然會一失足成千古恨。「此事如鴆毒」，邪淫這件事情像毒藥一樣，「一入口即死」，人生可能就毀掉了。

所以這些理智我們要建立起來，具體的方法，首先要了解，邪念也是虛幻的，假的，不是真的。明朝一位讀書人王龍溪他也很會引導人，很善巧，很有智慧。有一天，有個人請教他怎麼調伏淫念

，他就問對方，假如今天有一個名妓，一個妓女，她在閨房裡面，然後你一進去把她的帳幕拉開來。你本來進去的時候好像很衝動，結果一拉開這個帳幕，裡面居然是你的妹妹，或是你的女兒，你當下的淫念還在嗎？所以一片淫心頓息，一下子（這個麥克風還會配合，所以天地萬物都是有機的。）就沒了，它怎麼是真的？你誤把它當真。

不只淫念是假的，人所有的邪念都是假的。只要你認識它，它是假的，你正念一提起來，邪念就污染不了了。所以這個是首先知道淫念也是假的，不是真實的。你把它當真，它就愈來愈作怪，就好像引狼入室、認賊作父，你把它當真了。可是今天這個賊要進你家，你桌子一拍，你很有正氣，他就嚇得跌下去，他就不敢作亂了。所以古人為什麼慎獨？隨時都是保持正念、正氣。

第二個方法要強調的是非禮勿視。只要會讓自己起邪念的這些情境，或者是電影、書刊、場所，都不要去接觸，叫非禮勿視。這個也是愛護自己，不要昧了自己的本心、本善，也不要去做糟蹋禮法。在這個非禮勿視，禮當中是恭敬自己，也是恭敬他人。其實我們只要隨順邪念，都是在自己糟蹋自己，所以首先我們學習自愛。

在《四十二章經》當中，這是佛家的教誨，讓我們怎麼對治邪念。經文當中講，「視老如母」，看到比自己年長一輩的，要當作自己母親一樣，就不會有邪念；「視長」，長我們幾歲的，「視長如姊」，像姐姐一樣看待；「視少如妹」，小自己幾歲的，像妹妹一樣看待；「視幼如女」，少我們一輩的，少我們很多歲的，看作自己的女兒一樣。這樣的念頭一起來，邪念就不會上來了。這麼多方法，這麼多教誨，可見聖賢、祖先對我們是很慈悲，就是不厭其煩，耳提面命。

有一種方法叫「不淨觀」，這是我們談的第四個對治的方法。

我們華人應該很熟悉達摩祖師，禪宗的初祖，他有一段教誨叫「皮囊歌」。皮囊，其實我們這個人身就是臭皮囊，外面粘了一層皮，裡面的東西不是很乾淨。「皮囊歌」提到，「尿屎渠」，我們身體裡面每天要排很多毒，其實身體裡面都是尿跟屎在那裡流通的渠道。「膿血聚」，身體里好多的這些膿血、髒東西，「算來有甚風流趣？」作一個比喻，其實就好像一個花瓶，裡面裝的都是污穢的糞便，這個花瓶送給你，好不好？所以人不要貪戀這個身體，其實身體七孔常出不淨之物。

唐朝有一位名相叫狄仁傑，他就非常擅用「不淨觀」，所以他有很多境界都克服掉，後來也有很大的福報。他就講到，美色當前就觀想，過不了幾天，假如這個女子暴病死了，死了以後她的尸體腐爛，腐爛會有很多的尸蟲，臭味薰天。你們現在聞到沒有？只要是動物的尸體，那個味道很臭，我想可能人的身體更臭。當然，假如你好好修行，很多人修行很高，全身都還留著，還有香味。我們都曾經聽過虛雲老和尚，不洗澡人家的衣服都香的。聽到這個，我們生慚愧心，每天覺得身體臭就生慚愧心，要趕快加把勁努力。不是民國時期是這樣，我們有個朋友到終南山去，遇到一百多歲的修行人，一個老和尚，十多公尺就聞到了那個老人的香味了，而且他也不洗澡，都是有功夫的。狄仁傑就這麼觀想，女子再怎麼漂亮，腐爛了這麼臭，很可怕，這麼一想，邪念就沒有了。這個是作不淨觀，能這麼去觀想是有智慧的。

第五個方法是《戒淫法》這本書上寫的，說到，「他誘我」，對方引誘我，是讓我「殺身破家」，會造成我沒命了，禍害來了，甚至於我的家就毀掉了。「損壽折福」，損了我的壽命，折了我的福報。「實害我性命的物事」，對方是來害我的，能看清楚這一點，該把對方當作「殺人利刃看」，就像一把刀要來害我，害我全家



，這個女子一下變成一把刀，邪念就沒有了；「作虎狼看」，虎跟狼要把我吃掉了；「作毒蛇看，作勾魂鬼使看」，他像勾我魂的鬼使來了；「作前生怨對看」，前世結了很大的怨，要來毀我全家的人。「若作如是等觀」，能這樣去觀照，邪念就沒了。這段話講完了，你們會想了沒有？我們要現學現用。

第六個，文昌帝君「蕉窗十則」裡面有教誨到。你看古人光是要提醒我們萬惡淫為首，多麼苦口婆心，我們要珍惜他們的教誨。

「未見不可思」，還沒有看到女色，不要去想，常常都思惟聖賢的風範，多讀經教，正念分明。人能夠遇到境界不被轉，主要他平常養兵千日，用在一時。平常就妄想、邪念一堆，遇到境界兵敗如山倒，所以未見不可思。「當見不可亂」，見到女色了，要伏得住自己，心不可以亂，不能心煩意亂。「既見不可憶」，見過以後不要去回憶，都是在這個念頭上下功夫。所以平常最好不要胡思亂想，有空就多看經典、多聽經典，這樣最好，保持這個正念。

第七個方法，有個讀書人還建議，邪念上來了，把自己的手放在火上烤，很痛。一痛，你的專注力就在痛上面。再想一想，假如這個念頭不轉過來，真的會比火烤還慘。他還繼續提到，假如克制不了邪念，就觀想自己也即將到墳墓裡面去了，墳墓裡的人也曾經活得像我這樣，人最終都是要走到墳墓去的，現在放縱這些欲望，有什麼意義？

人只要想到隨時會死，這一生幹的一切善惡都會跟著自己，就不會亂來了。所以這個「死」字很好用，什麼邪念、惡念克制不了，把一個死字貼在額頭上，常常提醒自己人命無常，還起這個邪念幹什麼？還幹這個糊塗事幹什麼？佛家一位高僧印光祖師，就常常提醒，人常常念著生命無常，正念容易保持。

第八個方法，舉頭三尺有神明，不能暗室虧心。「神目如電」

，人假如想到自己所作，「十目所視，十手所指」，有多少天地鬼神、多少人都會看到，不敢胡來了，警覺性就會高。

第九，其實孔子教導我們，「己所不欲，勿施於人」，常常能夠換位思考。今天我們見色起淫心，這樣對待人家的妻女，換個位置，人家也這樣對待我們妻女，我們能接受嗎？我記得我結拜大哥，有一次跟我分享說到，他有一次剛好參加活動，一些少女上台表演穿得很暴露，結果旁邊的人看得很起勁。後來我大哥就跟他講到，他說假如現在這個節目上的這些少女是你女兒，你還覺得好看嗎？當下他旁邊的人一想，對哦，別人的女兒跳就覺得很好看，假如是自己的女兒呢？所以轉個念頭，己所不欲，勿施於人。

方法很多，這些方法也都非常精闢。大家也可以多看《太上感應篇彙編》、《安士全書》這些，包含《歷史感應統紀》裡面，還有《壽康寶鑑》、《欲海回狂》這些書，道理，還有這些「善有善報，惡有惡報」的故事，非常詳細，大家都可以用心的去領受，因為這個都是我們祖先他們良苦用心把它蒐集出來的寶書。

我們看到這連著的經句，「見色而起淫心，報在妻女；匿怨而用暗箭，禍延子孫」，從這些經句就看得我們中華民族的兒女，都是時時為後代著想，是很負責任的。今天先跟大家交流到這裡，我們下次再來一起分享「匿怨而用暗箭，禍延子孫」。好，謝謝大家！