

成德法師：陳校長，諸位大德同修，大家吉祥，阿彌陀佛。

我們上一次跟大家交流完師長談跟李炳南老師學習的「十年因緣」，老人家最後給我們的勸勉跟印光大師是完全相應，這也是老人家給我們展現師承。老人家提到了，希望我們真正記住「為往聖繼絕學，為萬世開太平」；印光祖師期許我們「現生優入聖賢之域，報盡高登極樂之鄉」，印祖的期許、師長的期許完全相應。而印祖說到的現生優入聖賢的境界，其實就是能夠敦倫盡分。什麼是聖賢君子？演什麼像什麼，都用真心去盡他的本分。所以聖賢君子不是很高，而是落在當前。

就像善財童子五十三參，這是當生成就的榜樣，他的表法我們也要體會到。諸位同道，大家希不希望當生成就？這件事可不能勉強，這得自己有堅定的決心，真為生死發菩提心，我不搞輪迴了，輪迴路險。下了這個決心，也不是一時激動的，怎樣修學才能當生成就？我們對這個問題得要深入思考，人生踏出的腳步大小不是最重要的，方向，我現在的每一步是不是往當生成就在走？我的思惟、我的念頭、我的一言一行是不是都往當生成就靠近？跟當生成就相關的經教，祖師、師長的教誨，有沒有時時在我的起心動念、一言一行當中指導我？這樣才能保證我們走的每一步都往當生成就的方向邁進。

我們之前跟大家有交流過師長老人家一段開示，「善學佛法與傳統文化」，大家有印象吧？我們學完這篇教誨就要懂得善學，不能學還是照本來的習慣，那這篇教誨就沒有辦法用上。但是沒有用上也很正常，因為我們只學了一次兩次，按照科學家要學二十一次

才不容易忘記。而在這篇教誨當中師長就有指導了，善聽，用老實聽話去聽，不能夾雜太多自己的感受、看法。我們還沒有證阿羅漢，不能隨便相信自己的意思，自己感受太強都是見思煩惱在起作用。

就像冉求他也很可貴，他自己心裡的想法他有講出來，他跟孔老夫子說：「非不說子之道，力不足也」，不是不仰慕老師所傳授的道，我力量不夠。他有講出來，他沒講出來可能孔子就點不到他這個問題。所以我們複習一下「十年因緣」，老法師有說，他到海外弘法，出去以前會去見李炳南老師，回來以後又會給老師匯報這次出去的情況。師長有提到，老師了解我的狀況他才好指導我。

可能我們講到這裡，不知道有沒有同道生煩惱了，我現在又沒有在師長身邊。我們修行有一點很重要，這也是蕩益大師指導的，「觀心為要」，起心動念是修學最重要的。蕩益大師是這麼教，章嘉大師也是這麼教師長的，章嘉大師講的是從根本修，從起心動念處修。這起心動念在師長教誨當中有一句，「強者先牽」，我們遇到一切境緣，我們比較強的思惟慣性或者感受很容易就提起來了。比方說積極樂觀的人他會去想方法解決、克服，性格比較退縮消極的他就容易往壞處去想，都是念頭。修行改性格。

成德還沒有學佛以前聽過一個故事，有一個父親他有兩個兒子。大家有沒有仔細去觀察，同樣一個家庭生出來的三個孩子、五個孩子，性格一不一樣？連雙胞胎都不一樣，真的很有趣。父母、家庭是他的一個緣，但因在他自己身上，父母只是他投胎的一個緣，他與生帶來的這些稟性跟他過去生修學的有關係。

當父親的人很用心，因為孩子性格差異很大，有太過、有不及，《論語》說「過猶不及」，都要調到中道。一個兒子很樂觀，父親覺得有點樂觀過頭了；另外一個兒子很消極。老大比較消極，小

兒子比較樂觀。他就送小兒子什麼東西？一堆馬糞，看他會不會看了之後太樂觀有點降一降。結果他小兒子看到馬糞在家裡面，高興得到處闖，「爸、爸，馬在哪？你給我買馬，馬在哪？」你看送他馬糞他這麼樂觀，爸一定給我買馬了。大家想一想這個結局是什麼，爸不給他買馬就有點說不過去了。給老大買什麼？買最好的自行車，就送給他老大。他老大一看皺著眉頭，我騎了摔了怎麼樣，到時候流血流很多怎麼樣，一大堆的擔心。

我們說善財童子五十三參，聽一個故事也是在參，從這個故事我們可以反觀，我們自己的性格是什麼狀態，我們一遇事了是不是很容易先擔憂、先退縮？修行就要在這些地方修。修行不能退縮的，為什麼？西方極樂世界一片光明，沒有陰暗的地方，我們對哪個人事物退縮的心就提起來了，那怎麼跟一片光明相應？

我們學《無量壽經》學什麼？慕賢當慕其心，學阿彌陀佛的心境。「未度有情令得度，已度之者使成佛」，「縱使身止諸苦中，如是願心永不退」，這是經上我們可以體會到阿彌陀佛的心境。他的願很廣大，「我立是願，都勝無數諸佛國者，寧可得否？」讀經要受益，要不分別不執著去讀，而且是隨文入觀，讀著讀著這句經文就是自己的心境了。老人家為什麼讓我們早課念四十八願，晚課念三十二到三十七品？早課提醒自己心同阿彌陀佛，願同阿彌陀佛，行同阿彌陀佛。《三時繫念》指導我們，「阿彌陀佛即是我心，我心即是阿彌陀佛」。

世間自在王佛跟法藏比丘的對話，跟我們從事教學工作有沒有關係？學以致用，我們把《無量壽經》裡面師生關係用在我們自己的教學上，用在父子關係上，養不教父之過；用在師生關係上，教不嚴師之惰。阿彌陀佛在因地上，法藏比丘問：「我立是願，都勝無數諸佛國者，寧可得否？」諸位同道，你的孩子跟你的學生有沒

有跟你談過他的志向？他的志向很遠大，我們當父母、當老師的馬上能不能以很好的引導讓他志向更堅定？當然這個志向不能強迫的，修學最怕的出現執著點，一執成病，最後好心辦壞事，適得其反。比方說當父母的，「你一定要給我到英國漢學院去」。聽起來挺好的，志向，你這個志向是硬逼人家的，你不是做他的助緣讓他自己發起來的。

志向是不能勉強，一勉強他起反感。我接觸到好幾位十幾歲的孩子，他的父母就是一定要讓他走這條路，我私底下跟他談話的時候，或者聽到他跟其他人談話，都是我不想讀這個書了。所以我們當父母的要柔軟，不能強硬。當父母、當老師的都體會不到孩子跟學生的心，我們給予他的引導真的契他的機嗎？《禮記·學記》講，知其心然後可以救其失，知其心然後可以長其善。我相信世間自在王佛馬上就感覺到法藏比丘那種心境，他一個當老師的人馬上回應正能量給他，他是知其心。

有一些學生發的願可能太狂了，這個時候也稍微給他引導一下。世間自在王知道，「高才勇哲，與世超異，信解明記，悉皆第一」，他了解這個學生。所以回應他的是什麼？人有至心求道，「譬如大海，一人斗量，經歷劫數，尚可窮底」，馬上一個很具體的影像，只要你有恆心毅力，絕對可以達到，「精進不止，會當剋果，何願不得」。一個當父母、老師的人都沒有這種使命氣概，他能這麼應機的去引導孩子嗎？要當好父母、當好老師，「自天子以至於庶人，壹是皆以修身為本」。一個很有志氣的父母，對社會很有責任的父母，你說他的孩子不負責任，我不大相信，他每天在父母的一言一行當中薰陶。所以教育最強的力量潛移默化。我們要務本，修身是本，我們真有修身，孩子自然潛移默化。

可是光是一個回到根本就不簡單，強者先牽，什麼比較強？我

們容易在枝末當中思考，容易在枝末當中做事。所以這一句強者先牽就要讓我們觀照我們的心念，觀照我們在面對境界的時候是不是我們的正思惟。「善學佛法與傳統文化」就指導我們，善聽、善思惟、善言、善行。我的思惟都是「君子務本，本立而道生」，我的一言一行一定都在本上。時時能務本的人他一定心是靜下來的，定靜安慮得，他的思慮都從本上思考，他得到的都是從根本去解決問題的，可是問題他的前提要知止，而後有定。

知止是止於至善，止於當生成就，止於了脫生死，不能用輪迴心。我們現在為什麼心靜不下來？太多世間的牽掛，太多攀比，太多對未來的擔憂。一有這些擔憂就不從根本，想抓外面的東西，我抓到了哪個人，我抓到了哪個學校，我就穩了。從外面抓很難心定下來，要理得心安，自己的心安在經教上、安在理智上、安在真理上。我們都知道思考一定要務本，不能本末倒置，但心靜不下來不可能安慮得。我們得問問自己，我們的心能安定下來嗎？還是常常很容易急，常常看到什麼事火氣就壓不住了。這告訴我們，我們身心有問題，火那麼容易就上來了。身體分陰陽，陰不足了，沒有水，只有火，很容易上火，因為沒有水煮了，身體腎氣都不足了。要調理，留得青山在，不怕沒柴燒。

我跟我們漢學院的同學們提醒，我們學傳統文化、落實傳統文化從根本落實，根本孝親，孝親從「身體髮膚，受之父母，不敢毀傷，孝之始也」做起。我們當父母、當老師的有沒有給孩子展現「身體髮膚，受之父母，不敢毀傷，孝之始也」？我們在這麼做的時候就是在把孝親尊師演給學生看。我們看承傳孔老夫子道統的是誰？曾子。曾子的功夫下在哪？在《論語》裡面我們可以觀察出來，曾子臨終，「曾子有疾」，把門弟子找過來了，「啟予足，啟予手」，先看腳再看手。當然假如從他臨終的跡象來看，先看腳再看手

，代表他的知覺是往上走，所以他的神識怎麼樣？神識是往上提升。所以經句裡面的先後順序可能還有個中道理在其中。你要墮落下去，神識是愈往下走，從腳底出去就麻煩了。

我們看面對臨終的狀況，曾子心念都是我孝道有沒有盡好，還有趕快把學生找過來機會教育，念念都想著要傳承。「泰伯第八」這句曾子的話，把他的心境都透出來了：「戰戰兢兢，如臨深淵，如履薄冰」，他用這樣的心境來愛護父母給他的身體。所以要把身體照顧好也得改性格，性格太逞強一定傷到身的，那身體髮膚受之父母這句話就沒提起來。這一點我很有心得，我個性太逞強了，常常透支，然後還自欺欺人，騙自己大眾太需要我了，自我感覺良好。都表不好的法，流弊就出來了。說實在的，天下沒有自己，地球還是依然轉，太陽還是從東邊出來，很亮。不能把自己太當回事，也不能把自己不當回事，不能過，也不能不及。不能給自己太多合理的藉口，這些教誨都要當下做。

真的，我們的孩子、學生只要沒有健康的身體，他這一生學業、事業、家業就沒有很好的根基，讀書一讀累了，沒有精力。身體一不好，思惟能力就差了；腎氣充盈，思惟敏捷。我們要知道，五常仁義禮智信跟肝心脾肺腎是相應的，智對應的就是腎，水，腎水，水表智慧。有一句話說「不要讓孩子輸在起跑點上」，這句話也要從君子務本去思考，可不能從分數，可不能從他現在有沒有學哪些才藝。我們的思惟有沒有從本，他的身體是本，他的德行是本，我們現在都是犧牲這個本去追求枝末。那天我聽到孩子讀小學二三年級，幾點睡覺？十一點多，你不是拿本去換末嗎？當父母、當老師不能這麼幹，這有過失的。

成德有機會剛好到城市街上走，有時候剛好有機會到百貨公司看一看，看到現在年輕人的臉色真的都是蒼白，甚至於穿的衣服這

肚子空出來，難怪現在不孕症愈來愈多。天氣這麼寒冷，大家看我包得這麼緊，早上也才五六度，還很冷。這十來度的天氣她這麼穿，女性這麼穿威脅到我們人類的下一代，這不是開玩笑的，衣冠文物對人的影響是很大的。

所以要改自己的性格，要把孝道展現給學生看才行。弘揚文化它是一條一生死而後已的路，不能超短線。我記得有遇到大眾很關心，見到成德，那時候成德還沒出家，他很關心的對我說，「蔡老師，怎麼你們團隊的人都這麼瘦？」尤其是上了年紀當媽媽的人，一看我們都那麼瘦很心疼，我們還沒有利益到別人就讓別人操心。都要讓別人操心的人說要為往聖繼絕學，這不大可能的，要能不讓父母操心、不讓老師操心，不讓別人操心才能去利人。

我們剛剛透過自己的念頭清楚自己的性格。老子有說：自知者明，知人者智。但是欲知人者要先自知，欲愛人者先自愛，欲助人者先自助。我們身心安定了，我們才能夠去愛人。一個當父母的人，急躁的心都沒有調伏下來，他縱使講的每一句都跟《弟子規》相應，他所傳遞的是什麼能量？是著急的能量。一著急起來，還加上控制要求，甚至還帶威脅，「你沒有怎麼樣你就給我等著瞧！」甚至於還拿別人來威脅自己的孩子，比方說，「你假如不怎麼樣，成德法師就會對你怎麼樣！」把我都拉下水了，我本來要珍惜跟這個孩子的緣。你看當父母的人已經習慣用威脅的方式，他不知不覺就用出來了。教孩子不是第一，教自己才是第一。

海南省監獄系統為什麼可以做成功？因為張發廳長一把手他的認知非常正確，教育者首先受教育。所以現在真正最重要的不是教學生、教孩子，是教父母、教老師、教自己。教自己從哪裡下手？為學第一功夫要降得浮躁之氣定。你的心定不下來，你講的每一句話、做的每個動作可能都起到負面效應，怎麼把孩子教好？我有聽

過同修說，聽老法師講課心臟都快跳出來了。因為老法師講得慢，他是很著急的人，一聽老和尚這麼慢他都有點心跳加快，不適應。

其實我也很著急，急的人脾胃功能不是很理想，所以吃不胖。人要增胖還得先改性格，你看人家心廣體胖，都是臉很圓，很沉穩，慢慢來慢慢來，不著急。聽老法師講經有一個好處，能夠把自己的心靜下來。你隨著老人家的速度，把心調得跟他同頻共振。聽經的時候把心調伏下來，慢慢就會察覺自己走路慢了、講話慢了。一個人的涵養功夫在一個緩字，心能安定緩和下來，你才能夠去很從容的應對人事物。

不知道我這麼一講，會不會有哪個同修是慢郎中，他實在慢得他的太太都快受不了了，聽我這麼一講，「妳看成德法師說要慢、要慢」。所以我什麼都沒說，大家也什麼都沒聽。聽而無聽是真聽，是用真心去聽，沒有聽出執著點，沒有聽出對人的要求。說而無說是真說，我們當父母老師的說而有說，就瞪大眼睛在那裡看孩子跟學生，有沒有照著我說的做？控制的心就上來了。

所以無說、無聽、無住、無相、無願都是屬於心清淨。應無所住，講完了心上還是清淨的，沒有掛著一個事。應無所住，他再遇緣他才能而生其心。就像鏡子一樣，境界來了照得清楚，境界沒有了乾乾淨淨的。我們的用心是往用心如鏡的方向去努力，對人事物不要落印象。理上講很容易，不要落印象，事上呢？事上我們得有配套措施，一些落印象要浮起來了，趕緊萬德洪名趕快念。

所以師長的指導非常精闢，做事的時候真誠心去做、真心去做，這個事做完了萬德洪名提起來，心才能保持清淨。不然我們做完事，那個事腦子裡繼續轉，甚至轉到晚上都很難睡著。諸位同道，兩件事一定要保證，吃得香，要有胃口，還要睡得香。假如躺上去半個小時都睡不著，要調整了，因為這種狀態只會透支身體。為什



麼說睡不著透支身體？第一個，半個小時還沒睡著，腦子裡轉不少東西。師長有說，人百分之九十以上的能量耗在哪？念頭上。耗了那麼多能量又睡不好，睡覺是大補，最補的就是睡覺了，補陽氣，你的整個器官才能夠休息、恢復。

吃跟睡不能保證，這趕快要調整，不然就繼續透支下去了。說實在的，我們現在身體還會影響我們的心。我也聽過修學的人，「身體我不在乎了，活一天幹一天吧」。你這個說法是把你不夠珍惜身體合理化，還是你真的是入這個境界了？你的定功完全不會受你身體不舒服影響，你再來這麼說。說實在的，真的有這個功夫的人他也会表法給人家看，他會考慮他所做要為人演說。我們看師長那麼多學生，幾個人有觀察到他老人家早睡早起？我們當學生的跟他老人家學，可不可以把這塊跳過？然後自己都打著「我是老法師的學生」，結果都半夜一二點才睡覺。然後他團體的人看著他，他不睡人家也不好意思睡，最後就整個團體都缺覺了。所以學不能挑著學，老人家的定功很強，但是他表的法也是道法自然。

道法自然是我們儒釋道三教聖人的指導，怎麼樣生活才是道法自然？我們看農民道法自然。成德有去到一個農村，結果我們同修載著我，載著載著就說了，「這一戶人家九十五歲的時候還來幫我幹活」。因為大家都是農夫，互相之間剛好你那裡比較忙，互相支援。鄰居很重要，「千金買田，萬金買好厝邊」。我們閩南話都有押韻的，念起來都挺有味道的，千金買田，萬金買好鄰居。這好鄰居會形成一種氛圍，你這一方的氛圍。所以為什麼孟母要三遷，還是有道理的，因為這個氛圍潛移默化影響小孩。很明顯的，我們小時候的記憶，哪一家煮好吃的都端出來跟大家一起分享，哪一家婚喪喜慶其他鄰居都來幫忙。你說我們在這種氛圍還會很小氣嗎？不會了。

所以他帶著我就說，這個是九十五歲還到我們家幹活，另外這一戶人家活到一百零四歲。我這時候聽了之後就想，九十五、一百零四，自己假如能活這麼長，還能夠再跟大眾分享。所以長壽還是挺重要的。

所以農夫他知道道法自然，他一定不會急於求成的，因為他每一天所面對的都是道法自然，我種下去的東西，哪有一下就開花結果？它要發芽，他還得先育苗，育完苗再移植，之後再生長。我們不是在大自然當中，我們是在都市叢林裡面，窗戶一打開一棟一棟高樓大廈，一棟比一棟高，整個生活的氛圍是什麼？快快快洗臉、快快快吃飯、快快快穿鞋、快快快……都是這樣快快快，你說孩子不急於求成嗎？不著急嗎？所以真正當父母、老師，在這個時代功夫要更高。我們處在這個共業當中，父母、老師要很冷靜、很有定力，你才不會被這整個共業影響，才能有別業！

所以我們首先父母、老師，包含領導者，作之君、作之親、作之師，要把我們的心先定下來。要怎麼定？我們有沒有曾經重視過這件事才重要。我們好像可以講出很多事情很重要，哪些是務本的，可是每一件重要的事都要下功夫去調整，去把它做到位才行。我們現在行的部分比較缺乏，所以李炳南老師說，「白衣學佛，不離世法，必須敦倫盡分」。真正有重視這句話，他就會去思惟，然後他的言行就會跟上他的思惟。夫妻相處我應該盡什麼本分，父子之間我要盡什麼本分，靜下來把它列出來，兄弟姐妹之間，朋友君臣之間，好多事要趕快去做，必須敦倫盡分。

「處世不忘菩提」，不能忘了菩提心。「忘失菩提心，修諸善法，是名魔業。」我相信我們每一個弟子看到這句《華嚴經》的話，沒有人願意做魔業的，可是這句是指導我們不能忘失菩提心，真正把這句話重視了，會去思惟我怎樣保持菩提心、保持真心，不能

讓它忘失。既然要保持它，我們每一天就要把菩提心保持在生活、工作、處事待人接物當中，保持在人與人五倫的相處當中。老人家怕我們對菩提心不容易去體會，老人家很慈悲，給我們講了五心，讓我們從五個角度去感受真心，真誠、清淨、平等、正覺、慈悲。所以學傳統文化最重要的就是用真心。孟子說「學問之道無他，求其放心而已矣」，把迷失的真心找回來，然後讓它保持不要中斷。

李老這些話、印祖這些話我們得把它重視起來，不然我們背了一大堆，冷靜想想，沒有一句下深功夫下去。所以他老人家才教道：「處世不忘菩提，要在」，要就是重要，「要在行解相應」。我們佛門一般說解行相應，他老人家為什麼要把那個「行」搬上來？他已經觀察到我們行的力度不足。《弟子規》也提醒我們：「不力行，但學文，長浮華，成何人。」現在《弟子規》這句提醒能重視起來的就不多，為什麼？因為我們學知識的慣性很強，都希望多學一點，求知欲。我們求知的動機也要看清楚，觀心為要。求知的欲望很強，為什麼？這樣人家一問我我可以講很多，人家就看得起我，人家就會覺得我很厲害了，我還可以去給人家輔導。這個心離道愈來愈遠，自己有沒有看到？我們在講台上，我看書的目的就是堆積我可以講課的材料，這樣的心境都會忽略掉力行、落實。所以《弟子規》每一句不能滑過去，李炳南老師、祖師的每一句教誨不能滑過去。說實在的，不滑過去都很難，因為我們的心太浮躁了。所以師長在講經的時候多次提到，我們現在心浮氣躁。古人留這句要重視起來了，為學第一功夫，降得浮躁之氣定。

李老這兩句法語提醒我們敦倫盡分重要，提醒我們菩提心重要。菩提心不是說說而已，要落實，所以我們在夫婦相處、父子相處、兄弟相處之間要觀心為要；出了家門，君臣之間、朋友之間亦如是。君臣之間，「進思盡忠，退思補過，將順其美，匡救其惡」，

純是去成就領導的心、去成就團體的心、去成就大眾的心。

在五倫裡面，我們看真誠，一念不生是謂誠，所以我們在五倫相處當中不能落人家不好的印象，一落下去了，你一看到這個人，你那個不舒服的感覺就上來了，甚至於更嚴重的就對立起來了。你這樣的心境，互相交感的都是彼此的惡念；你用真心，可能喚醒的是他的善根。都是感應，互相交感，所以對人不要有成見。在哪裡練？每一次跟人談話的時候觀心為要，我以前落這個印象，阿彌陀佛，真誠相待，而且都念人家的好。師長有一句夫妻相處的箴言，「只看對方的優點，不看對方的缺點」，這樣心才能真誠。這樣的心境跟普賢行相應，只看對方的優點，稱讚如來，隨喜功德；不看對方的缺點，才能禮敬諸佛。所以要真誠，與人相處要清淨，不能對人有目的、有所求。

其實這一點就不簡單，自己成長過程也是在功利主義之下，什麼事都帶點目的，討好老師、討好領導。現在雖然知道修行了，但是還沒學以前這些慣性要轉過來，那得我們很重視、很下功夫了它才能轉變過來。我們可不能感覺到我學了，這些我都轉了。真正轉也不簡單，要不顧生死、不計成敗，轉一個習氣跟扒一層皮一樣，不容易。

成德從小拿筷子就拿錯了，後來因為要去代課，就想到老法師說，當長輩的人都要給孩子好的影響，我就開始改那個拿筷子。前一個禮拜吃飯很痛苦，因為拿正確的夾菜都要夾半天，夾得都快沒耐性了，很不好受的。但是堅持下去，不然又回到那個慣性去了。堅持了好一段時間，慢慢適應了，都有一段痛苦的過程。後來很有意思，改過來以後，有一天突然想說我以前是怎麼拿的，忘了，學到正確的，錯誤的忘了，放下了。

學道須是鐵漢，要轉變一個性格不容易，轉變一個習慣不容易

。「學道須是鐵漢，兩字信條『真幹』，寧肯碎骨粉身，終不忘失正念。」要有這種死都不怕就怕念頭不對，才能把那個退縮的性格轉過來，才能把那個控制的念頭轉過來，才能把那個對立的念頭轉過來。所以修行非帝王將相所能為，都要真實面對自己的問題。自知者明，要先從自知下功夫，才能夠知人，自愛才能夠愛人。所以現在擺在第一位的，把自己的身心調整好，接下來才是第二位。知所先後，則近道矣。

今天一開始跟大家提到，師長他出國前去見李老，出國回來再去跟老師匯報，老師才好指導我們。可能我們下一個念頭，現在師長年紀大了，他也不可能這樣指導我們，那我沒機會了，容易負面的想法。天下無難事，只怕有心人。老人家還住世，我們真的有解決不了的問題，老人家還是會護念我們的。但是畢竟老人家年紀大了，我們不能常常去叨擾。這也是我們在落實，除非萬不得已，不然自己用他老人家的教誨思惟。現在網路事實上沒有說它有好壞，都是因為人，我們用習氣去用它，它就給我們不好的影響，我們就陷在裡面拔不出來了；我們是用覺悟有定力去用這一支手機，那變成免費的祕書了。

所以何處是道場？處處是道場，手機是道場，吃飯是道場，對飲食勿揀擇，要把偏食放下。吃飯就是道場，道也者不可須臾離也，吃飯忘失正念，吃飯就變魔業了。忘失菩提心，吃飯也用菩提心吃，「計功多少，量彼來處」，食存五觀。量彼來處，我吃這一頓飯，幾十個行業成就了我這一頓飯，有米、有麵、有菜，這個過程有農夫，還有商家，甚至還有做豆皮的。一日之所需，百工斯為備。《勸發菩提心文》裡面有一個念眾生恩。念恩的心能保持，煩惱就不容易進來，為什麼？念恩的人每一天就覺得要去報恩，他覺得好多重要的事情要做。吃飯在叢林裡面就是修行，五門功課，其中

吃飯也是功課。計功多少，量彼來處。「忖己德行，全缺應供」，自己德行沒有好好提升，對不起這一餐飯，對不起大眾的供養。「防心離過，貪等為宗」，吃飯要吃出菩提心、感恩心，不能吃出貪心來了。吃出貪心，每一餐飯還沒吃以前就想，今天有沒有紅豆湯可以喝？未來煩惱就起來了。防心離過，貪等為宗，不能起貪心。

「正事良藥，為療形枯」，我有一個病叫肚子餓，所以沒辦法，得吃。但是吃是「為成道業，方受此食」，療肚子餓的病，但是更重要的我得成道，才對得起大眾的供養。

我們剛剛提到了，師長住世都在護念著我們，我們首先可以用他老人家教的教誨來思惟。還是覺得想不明白，可以上網打老人家的法號，然後你問題的關鍵字打一下，可能就跳出來「佛學問答」，老人家針對好多我們修學的問題都有指導。假如還是找不到，那善友為依。藕益大師給我們指導四點：「淨土為歸」，這就是知止，這一生不貪求任何東西了，一切隨緣就好，我們有福報不可能餓死的。有千金之產者定是千金人物，百金之產者定是百金人物，不用去多操那些心，隨緣就好了。

淨土為歸，師長最後的話也是指導我們淨土為歸。我們為往聖繼絕學，為萬世開太平，這是真正報師恩。我們信願念佛，求生淨土，完成這一生的使命，我們到極樂世界再相聚。

諸位同道，我們跟師父約定好了沒有？一言為定，不需要打勾勾吧？這些我們都隨文入觀。一個人努力的動力跟守信用有關，我答應師長了，我答應人家了，我在心裡面答應我的另一半要白頭偕老，久要不忘平生之言。甚至於我們起的心都不辜負，就像「季札掛劍」，他的心已經想著這把劍送給對方了，因為他要出使他國，不能沒有佩劍，後來他回來要去給這個人，這個人已經去世了，他就把這把劍掛在他的墳前，我已心許之，豈可以死背吾心哉？不能

因為他死了違背我的心。所以信重要，信為道元功德母，信也是一種動力。

蕩益大師說淨土為歸，我們要這麼做。「持戒為本」，孝親尊師是本。我們說道法自然，守大自然的規矩也是持戒，熬夜就不持戒了。到哪一個團體守哪個團體的規矩，都是持戒；開車也是持戒，守規矩；到廚房煮飯要有章法，也是守規矩，不守規矩，煮完一餐飯廚房就像打過仗一樣。孩子一看這些情況都會影響，你煮完飯收拾得很好，這個廚房都在給孩子說法。西方極樂世界六塵說法，真正用心的父母、老師，他的家在說法，他的教室在說法，因為都有他的真心在其中，他教室的布置都在說法。就像極樂世界的孔雀、鸚鵡，那都是阿彌陀佛的真心變現的，我們當下也是。

持戒為本，「觀心為要，善友為依」，我們能找到志同道合的朋友，我們有不能解決的疑問，因為當局者迷，旁觀者清，我們三五好友一起用師長的教誨來修學、來思惟問題，可能我們自己想不明白的問題，同參道友就可以護念到我們。這樣的團體還不行，我們去請教悟道法師、悟行法師，請教我們團體的負責人；再不能解決，他們一定會去請教師長。天下無難事，只怕有心人。我們真的肯依止師長的教誨，他老人家也隨時是在護念我們的。事事無礙，我們的習慣常常會覺得時間有礙、空間有礙、人事物有礙，常常都想很多分別執著來障礙自己，反而應該是一種積極向上，寧為成功找方法，不為失敗找藉口。

老法師最後這段話是一種師承，都是傳承印祖、李老，重視什麼？重視菩提心，重視敦倫盡分，而我們敦倫盡分當中有三個倫常是在家庭裡面。我們是大乘佛法的學人，首先從哪裡學起？擴寬心量。師長剛好遇到新認識的人，對方很熱情，問師長：「法師，您是哪裡人？」師長說什麼？「我是地球人，我跟你同鄉。」師長這

個讓我們不要太分別了、太執著了，要把心量擴寬。當然我們不能忘本，哪一片土地生長滋養我們的，我們要感恩，但是不能變成執著。變成執著了，傳統文化中心一定要在我的小鎮，一定要在我的村，一定要在我這個市，就變執著了。哪裡緣先成熟先做哪裡，這是佛門做事的原理原則，結果我們一執著，都要在我這裡做，最後人力、物力、財力聚集不了，好多好機會都錯過。機不可失，時不再來。我們冷靜看看，我們在哪些地方能執著？一不小心就有執著點會產生，在哪裡出生也會是一個執著點。師長這種幽默也都在點化我們，把心量擴寬，都要為整個地球著想。

我們接下來一起學習印祖《天下太平之根本》這本書的學習綱要，成德這邊也是拋磚引玉，我們一起來深入他老人家有關家庭教育的這些開示。祖師們都是開智慧的人，他的智慧是超越時空，可以指導到我們。如來、祖師定慧究暢無極，於一切法而得最勝自在故。

我們來看第一，「家庭教育、因果報應，乃現今挽救世道人心之至極要務」，重要到最極處了就是這兩件事。我們學大乘的首先是發願，眾生無邊誓願度，我們說我們要跟阿彌陀佛去度十方一切眾生，結果我們眼前的眾生不度，這有點怪了。我們要度眾生，我們眼前的親戚朋友都不關心，這說不過去。黃念老說的，「無情不能修道」，對親戚朋友要有情義、要有道義。我們都發過四弘誓願的，看到他老人家說挽救世道人心，這個教誨我們要重視。

什麼最重要？家庭教育、因果報應。「若不從此著手，則凡所措置」，措置就是你所做的一切，設想也好，具體做法也好，「皆屬枝末」。本末倒置會有流弊的，老法師說就像花瓶裡的花，它沒有根，沒有根本，撐不了多久的，結果謝了它會發臭，流弊就出來了。就像我們傳統文化的老師，本在哪？本在修身，本在齊家，去



利益大眾是在這個基礎之上，假如我們忘了這個本，我們弘法的事業做不長久，慢慢家裡出狀況了，慢慢都掩飾了，都不讓人去接觸到他的孩子，因為一接觸到他的孩子他就露餡了，某某老師課講這麼好，怎麼孩子是這樣？《大學》指導我們，「其家不可教而能教人者，無之」。這些經句都不能滑過去的，一點含糊都不可以有。

「君子居易以俟命」，我現在安在我的因緣，安在務本，安在我的本分上，我的孩子現在最需要我陪伴，我全身心用真心護念他，三五年他的德行穩固了，到時候你廣修供養，娓娓道來，現身說法。假如我們不肯務本，孩子教育的黃金歲月過去了，你只有後悔的分。「當其可之謂時」，「時過然後學，則勤苦而難成」，《禮記·學記》這些綱領太重要了。

我們看下一句，「皆可偽為」，偽是虛偽。你不從這些根本上，做的都是表面功夫，虛的，沒有辦法表法，這會破壞傳統文化形象。所以師長說，誰想很快的把傳統文化復興，會造無量無邊的罪業。你說講課了，最後搞到離婚，最後搞到家庭都不和，皆可偽為。我們前面傳統文化走了一二十年的路，我們得總結總結，為什麼出那麼多情況？不聽老人言，不聽祖師言，不聽師長的叮嚀。

我們看第二，「天下治亂之本，在於匹夫匹婦之能盡倫盡分與否」，這句話提醒我們天下興亡匹夫有責，跟我們每個人有關。底下點出來了，「天下之本在國，國之本在家，家之本在身」。家庭是社會的細胞，家庭是由夫婦為核心。「男女有別，而後夫婦有義；夫婦有義，而後父子有親；父子有親，而後君臣有正。」這是《禮記·昏義》裡面的教導，祖先這些話不能滑過去的。我們冷靜觀察看，我們五千年來哪一代人活得最辛苦、最忙？就是我們。我們那麼忙，我們得到身心輕安了嗎？我們得到家庭的安樂了嗎？我們的煩惱愈多。為什麼花的時間愈多我們得不到幸福安定？我們忽略

了老祖宗這些通達人情、道法自然的教誨。

師長到了澳洲去，這些和平專家找老人家去聚會，他們也都是很有心，希望這個世界能夠再回到安定和平，他們以他們的專業在探討，講了很多方法，用經濟、用政治、用外交，甚至還有用武力，都用這些方法。他們講完之後請師長講，師長首先告訴他們，要解決問題跟我們中醫治病一樣，得把病根先找到，才能對症下藥。病根在哪？在家庭，夫妻衝突了。結果這些專家聽了，很有道理，雖然他聞所未聞，可是你看真正對的道理，人的善根可以交感，問題是他沒有聽過。

我印象很深，二十年前，成德到淨宗學院學習，學院有開對當地澳洲人的課，很多澳洲人來聽，我也去聽。其實我聽不懂，因為是講英文的，但是我去觀察他們聽的狀況。我印象很深，比方說談到閔子騫，講到「母在一子寒，母去三子單」，我觀察澳洲人聽到這裡的時候，他自己的頭動了，自然的動作。談到「子路負米」，走這麼遠，想著父母可以吃到米，我看談到孝子最至誠的那個點的時候，外國人的頭自己點了。他雖然沒有講話，我收到的他的心聲是做人應該這樣、做人應該這樣。所以人之初性本善不是指華人、不是指中國人，是指一切眾生、一切人性本善。

我們身為炎黃子孫有五千年的智慧，我們有責任供養給各個種族宗教的人。宗教也可以，為什麼？我們是教育，宗教是什麼？天父，是父子關係，父親不會反對去跟有智慧的老師學習。馬來西亞有一位退休校長，虔誠的伊斯蘭教徒，他來參與中華傳統文化的課程。結果他就提到，他說我們伊斯蘭教也強調孝道，他們經典裡面說，「天堂在母親的腳下」，代表孝順的人可以進天堂，常常都能承歡膝下，聽父母的教誨。他就說到了，孔子教導孝道教得非常完整、非常有系統。這是他的感觸，因為畢竟積累了上下五千年。我

們的文化是可以去利益到各民族它的宗教文化往上提升，兼容並蓄，相得益彰，這是我們文化的特色。

師長為什麼在聯合國會議他都盡力的把老祖宗的五倫五常、四維八德介紹給各國的友人？這是真正理解老祖宗的心，老祖宗在《大學》裡面就講，「古之欲明明德於天下者」。讀四書就是要以胸懷天下的心境才讀得進去，我們現在要學，得從效法老祖宗的心量開始。師長跟他們一講他們都接受，真的衝突在夫妻，因為夫妻都衝突，每個孩子都是從家庭裡出來的，看到父母都是衝突，他哪裡學到和諧，他不知道怎麼和諧，他所想所做都是衝突，這是從根本解決問題。祖師講的，天下治亂之本在於匹夫匹婦盡倫盡分，每個當父母的人都把孩子教好了，這天下就安定了。

而《禮記》裡面這一段太重要了，為什麼是男女有別？代表一個家庭要分工，一個家庭裡面有好多重要的事。我們在一個團體裡面分好幾個部門，你們有沒有遇過哪一個人在公司裡面所有部門他全包了，然後還做得很好？我看不大可能。一個人的時間精力，甚至包含他的才性，像成德，你讓我管錢鐵定完蛋了。你要用人也要看他的特性，太仁慈的你不能讓他去當將軍，不然他有時候婦人之仁，可能幾十萬大軍完蛋了咋辦？管錢也要有那個特質讓他管，那個大手大腳的盡量不要讓他管錢，哪怕他是會計系的也要考慮考慮。

既然家庭是要分工的，古代男主外女主內，因為男女有他的特性，男人畢竟是陽剛，陽剛要出去衝，出去拚，愛拚才會贏。一個男人你讓他每天窩在家裡刺繡，他不憋出病來嗎？男女有別，這也是看特質。當然有一個男人刺繡可以刺到一門深入、刺到很有定功，然後很會教孩子，那你們夫妻可以看著辦，自己好好商量。每個人的因緣狀態不一樣，可是那個精神我們要掌握住，一定要分工好

，不然這個家庭就會有重要的事被忽略。其實一個家庭最重要的是什麼事？至要無如教子。這一點成德到了海外體會更深，因為能夠到海外的華人福報都挺大的，地位、財富都有了，可是最遺憾的是什麼？孩子管不了了，孩子憂鬱症，孩子變成宅男宅女，他在那裡無可奈何。這個時候他看著他的地位，看著他幾棟房子，你說他高興嗎？

人生抉擇很重要，什麼是輕重緩急。到那個時候就很難了，實在講，亡羊補牢，猶未晚矣，最重要的還是父母的真心要現前，精誠所至，金石為開。哪怕孩子已經成年了，他還是人之初性本善，只是我們的身教要做得更好，我們要更有耐性去陪伴他。不能喪失信心，信為道元功德母，這個信心真的立住了，祖先、佛菩薩都會來幫忙的。

老法師說，說我們中華民族輕視女性這是誤會，把一個家庭裡面最重要的事交給太太了，最重要孝順父母、教育子女、相夫教子。其實一個男人在事業當中鐵定出現種種的誘惑挑戰，太太很定，就能適時提醒到先生一些關鍵的點，所以叫「妻賢夫禍少」。妳平常讓先生沒有後顧之憂，先生很信任妳，妳講話又不囉嗦，每次一講都點到要害，先生一有煩惱就找妳商量，跟妳談話，真的可以護念到先生很多事業的關鍵點。我們自己就心浮氣躁，常常情緒起伏，要護自己都難，不要說去護丈夫了。男女有別了，這個家重要的事沒有忽略，互相感恩，太太感恩先生扛起家庭的經濟重擔，先生感恩太太把家治理得這麼好，父母身心健康，孩子健康成長。互相感恩，夫妻同心。假如夫妻變成在那裡比誰賺錢多，那就很難互相感恩，變成互相較量，就很難有夫婦的情義、恩義。男女有別而後夫婦有義；夫婦有義，這個孩子在夫妻這麼和合的氛圍之下成長，自然感恩父母、孝順父母，而後父子有親；父子有親，這個孩子出

社會去了，忠臣出於孝子之門，所以父子有親而後君臣有正。要解決社會的問題要從家庭下手，所以這裡提到我們要盡倫盡分，是天下治亂之本。

接著印祖講：「所言敦倫盡分」，敦倫盡分要有具體的做法，不能又背一個詞而已，「即力行孝悌忠信、禮義廉恥之謂也」。很有味道，比方說夫婦之間，丈夫領妻成道，他自己怎麼領？他要自己以身作則，他要做到孝悌，他也要忠，他讓太太看到他對一個家庭的盡心盡力，她也看到先生信，夫妻之間守信，對孩子也守信用。

有一個故事，「曾子殺彘」。曾子的太太要出門，孩子在哭，他太太，「不哭不哭，回來給你豬肉吃」，結果孩子就不哭了。太太回來曾子在那裡準備了，他太太說我是哄孩子的，他說對孩子要守信用。這些歷史故事對我們當父母、老師都是一種啟示。當然因緣變了，你縱使要改變調整，也要跟孩子講清楚，要跟學生講清楚。你不能自己在那裡說反正因緣變了，你不講清楚人家還是不理解，會誤會的。答應別人的事情假如有變化了，一定要跟人家解釋好，這也是對事、對人的一種基本的尊重。這一點我就做得不好，我容易激動、容易開支票。這個時候怎麼辦？自己應該要拿一本小本子，只要答應人家的事要寫下來，常常看就不會忘記。當然還要對治是不能太激動，「喜時之言多失信」，常常太激動、太高興了一講出去，後來「事非宜，勿輕諾；苟輕諾，進退錯」。古人這些話都告訴我們，不能激動、生氣的時候去應對事情，「怒時之言多失體」，講錯話。「盛怒中勿答人書」，生氣的時候不要寫信給人家，生氣的時候不要回微信，那回回去超過兩分鐘就收不回來，一言既出，駟馬難追。

我們看夫妻當中孝、悌、忠、信、禮，舉案齊眉，夫妻是最親

的人倫關係，不能隨便、不能不尊重對方。義，夫妻之間恩義、情義、道義、仁義，處處為他想。廉、恥，我們自己知過必改，這就是廉恥，羞恥心；廉，儉以養廉，你做了都會感動你的另一半。所以敦倫盡分是力行八德於哪裡？必須實行於父子、兄弟、夫婦、朋友之間。敦倫盡分，我們這麼做才是善男子、善女人。《阿彌陀經》是教我們當生成就的法門，但是善男子、善女人是當機者，敦倫盡分才是善男子、善女人。

我們看第三，「真佛弟子須於倫常道理，必須格外認真，盡誼盡分」，誼就是義，該做的。「倘於倫常有缺欠，便難以感化同人」，我們就感化不了大眾。印祖又講，不孝父母、不教子女是佛門中的罪人，就不要說善男子、善女人，變罪人，所以必須格外認真，為人演說。祖師接著說：「就家庭日用云為，以作為聖為賢之先容。」我們家庭倫常本分這是成聖成賢、成佛的基礎，先行的功夫，要做這些功夫的。「正所謂即俗修真」，我們是在世俗當中，沒有出家，我們還是在社會裡面、世俗裡面，即俗修出真心，即俗成就、成佛，「現居士身而說法者。己立立人，自利利他」。末法時期白衣說法不少，但是他假如沒有認真盡本分，他怎麼娓娓道來落實五倫八德？他講出來都是太理論化了，攝受不了大眾。人家一聽，這都是真實的感悟。所以即俗修真，不離佛法行世法，不廢世法證佛法，當生往生作佛就在敦倫盡分中。

今天時間到了，就跟大家交流到這裡，謝謝大家。