

尊敬的兩位會長、諸位大德同修，大家吉祥，阿彌陀佛。

很高興又跟大家在禮拜六一起來共學。而我們也在每一天的生活當中去感受經典的教誨，確實是真實不虛的，確實我們當下就可以得到很多受用。就像蕩益大師說的，《淨社銘》當中「善友為依」，同參道友之間能夠互相切磋，增長我們的善根、增長我們的慚愧心。「見人善，即思齊；縱去遠，以漸躋」，《禮記·學記》也告訴我們，「相觀而善之謂摩」，所以我們也很珍惜大家一起共學的機會。像上一次我們李居士她的心得發給大家，大家都很有用心學習，所以這個禮拜大家心得寫得不少，都很有感悟。所以這個同參道友之間的帶動，效果是非常好的。

我們這前面九堂課也都是在扎我們弘護正法的根基所在。其實扎根沒有別的，就是學習怎麼做人、怎麼做事，而做人就落實在五倫關係當中。「人無倫外之人，學無倫外之學」，真正的道德學問在哪？就在能圓滿處理好人與人的關係，人際的相處。印光祖師才說：「敦倫盡分，閑邪存誠，信願念佛，求生淨土。」這十六個字我們都很熟悉了，而老人家很慈悲，希望我們更重視這十六個字的心法，等於是印光祖師給我們後世弟子們抓到了修學的綱要所在，這是他老人家的慈悲，也是他的智慧。誰有福報？肯接受的人就有福報了，那個等於是印光大師給我們加持、給我們灌頂。灌頂，這個頂是頂法，那等於是灌輸給我們最高的修學方法。而我們把這個頂法能夠掌握，俗話說綱舉目張，你把這個綱領整個掌握，佛家說總持法門，這十六個字就是總持了佛陀四十九年一代時教的重點。

我們看老人家又怕我們對這十六個字不夠重視，他又加上去幾句話，讓我們對它認識得更深。所以不只我們要看到老人家加的這個字，還要看到他加這個字背後的慈悲心，善巧方便。這是我們要從事教學的人，甚至我們為人父母、為人領導，都有把孩子、把下屬教育好的責任，道義所在。所以這個君親師的精神都是相通的。所謂作之君，就是當好領導者；作之親，這個是父母親，再延伸開來就是要把對方當親人一樣；作之師，就是當老師。而我們在五倫關係當中，只要把君親師的精神都能做到，那這個倫常關係都會處理得很圓滿。

老人家是特別還針對這個作之君、作之親、作之師有專門的一場開示。老人家為什麼會講這個開示？是因為聽到很多當老師的說孩子不好教，當父母的說孩子不聽話，當領導的說下屬不好帶。當然我們聽到這些說法，我們還得想起中國老祖宗教我們八個字，「行有不得，反求諸己」。真的事情不理想，不管是人與人的關係，還是我們所負責的事情不如我們期望了，這個時候不能對外去指責、去對立、去批評。我們要知道，這樣的心跟煩惱、跟分別執著相應了。心用對了，事情會愈來愈好；心用不對了，事情可能會愈來愈糟。

所以師父上人教我們一句很重要的話，這個也是大乘佛法裡面常常強調的，「依報隨著正報轉」，依報就是我們所處的環境，是隨著我們的心轉變的。就好像比方說，成德還沒有遇到師父上人以前，世間這些財色名利的追求也是很重，社會風氣是這樣，自己也不會覺得有什麼奇怪。但是遇到老人家之後，老人家把人生的道理講得很清楚，覺得好像這樣比較對。

因為曾經看科學家有一個報導，他說人一二歲的時候平均笑一百八十次，成人以後平均一天笑七次。科學家他是把情況用數字給

你呈現出來，他的用意也是在提醒，怎麼會是這樣？可是我們看到這個數字更重要的要反思，社會當中大部分人隨著年齡增長反而是笑不出來了，科學家這個實驗就是證明。這個實驗就提醒我們，我們人生到底要追求什麼？現在的人真的也很辛苦、很努力，大家有沒有遇過親戚朋友說「我這麼努力的付出工作，就是為了愈來愈笑不出來」？假如有的話，那可能他精神有點問題，人不可能是為了這個吧？可是擺在我們面前的就是愈來愈笑不出來，我們不能隨這個波、逐這個流。可是我們看到師父上人的時候，給我們一個啟示，你看他老人家是年齡愈大笑得愈燦爛。

所以諸位仁者，我們也得表一個法，愈笑愈燦爛才行。假如我們學佛學得愈來愈笑不出來，人家親戚朋友一看，這個佛不能學，學了之後愈笑不出來，好像他夫妻矛盾愈多，這個就麻煩了。要為人演說，這個得表演好才行。

所以人家師父上人說，學佛是人生最高的享受，首先就是身心快樂，不然怎麼叫享受？自己有受用了，身心愈來愈好；再推演到夫妻關係、五倫關係，都相處得很好。所以師父上人面對大家提問，現在真的是家家有本難念的經，或者是每一個人在每一個角色當中好像都有他的難處。老人家聽到這些情況，他就給予很好的方法來解決。因為佛法這個佛字是什麼意思？是覺悟。我們覺悟了，我們有智慧了，就能解決問題。所以我們看金剛般若波羅蜜，讀《心經》或者《金剛經》，這個金剛就是能斷一切東西，這個就好像智慧能解決一切問題，所以有佛法就有辦法。我們假如相信有佛法就有辦法，那會不會還有煩惱、擔憂？大家都搖頭說沒有，那你們現在心上有沒有哪件事罣礙、耿耿於懷的？還有的話，我們就是沒有用上，佛法沒有用上。所以學佛的人不能眉頭這裡都鎖住，有的很嚴重，鎖得很厲害，不小心有一隻蒼蠅飛到這裡來，會有生命的危

險。你這眉頭深鎖，人家一看，都受我們影響了。所以這個表法重要。

所以事實上只要我們肯把老人家這些教誨放在心上，遇到事情把它提起來，一思惟，很容易解決。你看這三個字就解決所有人與人的關係，大家相信嗎？你看老人家說的作之君，現在領導人他沒有作之親，他沒有把員工當作親人一樣愛護。你不愛護他，信任就不夠，他下了班在街上遇到你，都不怎麼想跟你打招呼。你就把他當作一個工具一樣使喚，沒有愛護他、沒有尊重他，這就是作之親沒有做好。

所以我們看孟子講，孟子說「君之視臣如手足」，君是領導者，臣是下屬，領導者對待下屬，把他當作手足兄弟一樣，「則臣視君如腹心」，臣就把君，下屬就把領導人當作自己的心腹一樣，這個是感應；「君之視臣如犬馬」，就是領導人把下屬當作馬、犬這樣使喚，「則臣視君如國人」，那你的下屬看到你就像一般的人一樣，很平淡，甚至「我已經下班了，你不要再叫我做了」，這個是第二個狀況；「君之視臣如土芥」，就是你把下屬當作土一樣踐踏，不尊重他，「則臣視君如寇讎」，那你的下屬就把你當仇人一樣對待了，甚至私底下找到機會報一下仇，平常你對他太不好了，這公司的事情給你亂搞。但是當一個領導者假如遇到員工找我們麻煩，怎麼辦？很生氣了，然後就開始找誰算帳。其實大家想想，這種團體氛圍會興旺嗎？每天就有搞不完的人我是非、對立衝突。

所以俗話，老祖宗留了一句很好的話給我們，家和萬事興。那不只是家庭和樂萬事興，這個家再延伸開來，一個團體、一個企業，都是一樣的道理。所以我們中華文明它所講的道理，小到個人身心、家庭，大到國家天下，這些道理都是相通的，這很好用。甚至於每一句話你懂得去感受，家和萬事興，和樂的時候，大家很團結

，不分彼此，那當然興。小孩在這種氛圍成長，身心健康。假如父母常常吵的時候，這小孩他心裡就害怕，害怕他的潛力就出不來，他的一些才能、智慧就可能會有障礙。甚至於成德最近接觸不少年輕人，特別沒信心，容易消極，還不是遇一個，他們都很優秀，也很有使命感。然後呢……今天聽眾增加了一位菩薩，牠的修行挺好的，客人來了牠很熱情，趕緊去迎接。這個修得比我好，來客人了，我的熱情還不如牠。所以我們普賢行說禮敬諸佛，不可以輕慢任何一個人，甚至於不可以輕慢任何一個眾生。好。

所以我們剛剛講到的，遇到一些年輕人都沒有信心。其實我們常常說，身體是小宇宙，你一個身體跟宇宙一樣複雜，小宇宙。再來，你看這個身體裡面，你一個腳掌，你的身體裡面相對應的五臟六腑什麼都在這個腳裡面，你看小包含大。同樣的，你假如能靜下心來，觀察一個親戚朋友，這個親戚朋友的身心裡面有沒有整個時代，包含他的家庭對他的影響？都有。所以為什麼現在年輕人沒有信心？很可能他父母的相處不融洽。請問，他在二三歲的時候，處在這個氛圍裡面，他內心會對未來很有信心嗎？不容易，甚至他會恐懼，父母會不會分開？父母會不會不要我了？他二三歲，都還不懂，可是他很敏銳。這些心境一形成，他就變成習慣，二年、三年、五年過去了，就形成這種心境。佛法叫強者先牽，他哪一個念頭、哪一個感受最強，他一遇到事情就拉過去了。明明就是非常好的孩子，也很有能力，可是他就容易消極、沮喪。所以俗話說，冰凍三尺非一日之寒，我們得用耐性陪伴，鼓勵他，慢慢慢慢他這個信心就再找回來了。

所以當父母的人要隨時能夠體察到小孩的內心，當老師的人也要隨時能夠體察到小朋友的心理狀態，這樣你才能夠長他的善心，救他的過失。他的心，現在沒有信心，你怎麼幫他調整過來？這個

都要我們能夠體恤。

這個考我們的定力，菩薩考我們的定力，任何情況都能專注，不受什麼影響，是吧？老法師教給我們，一切都是佛菩薩的安排。就是看我夠不夠專注，會不會聽到一點聲音，我剛剛講啥忘了，突然牠就是提醒我，我定力不夠。人世間你遇到很多事情要很有定力的，不能緊張。你當醫生的人，你剛好在開刀了，你那時候要很有定力才行，煩躁的心一起來，馬上要調下去，才能把這麼重要的手術把它做圓滿。同樣的，你在企業團體裡面要做決策的時候，那個都要很定才行。

剛剛講到我們當父母、老師，都要能夠去體察小孩的心。所以古代大家族都有一個態度，就是在小孩面前不能給他不好的影響。這個是我們聽師父上人講經，他在敘述一些大家庭他們的那些理念。這個就是時時都想著要給下一代好的影響，不要給他不好的影響。我們常常說要設身處地，你說大人在小孩面前發脾氣，那他就是想自己，我不高興了，我不舒服了，我哪管那麼多？可是假如能夠了解到，可能這個脾氣起來，對孩子可能會是終身內心的一個障礙，那我想沒有父母、沒有長輩願意這麼做的，都需要提醒。

因為我看到有一個同學很優秀，我就看他常常遇到事情會退縮。我就跟他說，你父母在你什麼時候離婚了？他說小學六年級。我說你父母離婚前是不是很多年都吵吵鬧鬧的？他說對。大家想，人在吵的時候口不擇言，有時候那個情緒的話啪就出去了，那小孩都還在旁邊，會不會很生氣說：「都是你害的。」那是氣話，可是問題是小孩會不會把它當真？會，小孩很單純，有時候你大人跟他開玩笑，他都把你當真的。大人自己不小心，不注意。所以很多小孩都是被我們大人給玩壞了，你把他拿來開玩笑，他對每個長輩都是很尊重，你在開玩笑，他都當真的一樣，慢慢就把他搞亂了。

所以佛家講，事情不出兩個字，就是因果，你有這個因，才有那個結果。所以任何情況出現是結果，我們要把原因找出來。是不是去指責任何人，因為指責任何人只會讓情況更糟，只有體恤、寬恕、包容，才能夠化解事情。我們不是說分析出來原因了，最後都互相指責，那更麻煩了。所謂「各自責，天清地寧」，像夫妻之間，都自我反省，自己承認錯誤，天清地寧；「各相責」，互相指責，「天翻地覆」。所以古人這些話很有味道，明明同樣發生一件事，可能產生的結果卻是截然不同。可是問題在哪？在念頭上，一個是自我反省，一個是向外指責。

比方舉個例子，先生回來了，太太給他倒了一杯水，先生走過去不小心把這個水給弄倒了。太太看到了，「對不起、對不起，我沒把水擺好。」她看到這個情況先反省自己。另外她先生一看，「對不起，是我不小心，糟蹋了妳的好意。」兩個人在那裡搶抹布要擦桌子。大家想一想，這個茶撞倒了是好事還是壞事？不是壞事，你看一件事情，彼此都是先反省自己，那個磁場氛圍不錯。太太再去倒一杯茶來，那個氣氛就挺好，說不定坐下來就聊了很多心裡話。這個比去五星級飯店喝茶的氣氛還要好，而且還不花錢。同樣這樣的情況，先生一撞倒這杯水，太太說：「你走路不長眼睛是吧，要喝自己去泡。」先生就說：「妳這個女人，連放一杯茶妳都不會放嗎？妳還能幹什麼？」那一杯茶吵起來了，甚至吵起來，連上個月的事、去年的事、五年前的事全部搬出來了，真是麻煩了。所以這個各相責，就天翻地覆了。所以天壤之別，都是在念頭上發展出來的，一念之間。

所以這個家庭的氛圍，完全是要看我們自己的心來營造的。所以剛剛跟大家說，依報隨著正報轉。同樣的，一個領導者，他是老闆或者他是主管，他的企業、他的部門的氣氛，跟他最有關係。一

個領導的人很信任人，他那個信任一出去，下屬就有被信任的感覺，他就肯去嘗試、肯去承擔。他做得好，你又肯定他；他做得不好，你又能包容他，讓他成長，慢慢他的潛能就出來了。假如我們都不信任人，那個眼睛都是盯著人家的缺點看，他工作起來就很有壓力，慢慢就變得怕事，多做多錯，不如不做。

所以老祖先講這個反求諸己，那還是很有味道，很有道理。這句話是出自《中庸》，《中庸》說射箭，「射有似乎君子」，射箭跟君子處世的道理很相近，這個箭射出去了，沒有射中目標，「失諸正鵠」，就是沒有射中目標，正鵠是目標，「反求諸其身」，就是反省，我剛剛不夠專注，才會變成這樣。但是假如不是這樣的心境，可能射出去了，沒射中，面子很掛不住，就說，那個箭是哪個公司生產的，品質不是很好，就把責任都推到別的人事物上面去了。

這個是師父上人他遇到作之君、作之親、作之師的人，他覺得有困擾，人很難教、很難帶，老人家就提醒他，我們要觀照我們君親師三個字做得怎麼樣，只要這麼一反省，就能反省到自己還有不足的地方。你說雖然我有不足，可是我也付出很多了。這句話聽起來有沒有道理？我們家我算付出最多的。好像愈聽愈有道理。不然你來評估評估，我們家誰付出最多？真的去評估了，你們家的人不罵你才怪，你找人來我們家做人口調查？所以為什麼老祖先說，賢人爭罪，愚人爭理，賢德的人家裡面有情況了，都是我的錯、我的錯，把錯往身上攬；看得不深、看得不遠的，就在那裡爭道理了。

大家要知道，家人他在一個屋簷下，很親。所以中國人說情、理、法，先要把情考慮到。很親的人，你一開頭就是把大道理給擺出來，那個氛圍就不是很好，他心裡就不舒服了。他心裡一不舒服，你講的道理再好，他吞不下去，你要先顧及到他的心情。所以古



人也是提醒，你一傷了情，其實也不在道理當中了。所以這些都需要我們在跟人相處當中去體會老祖先這些考慮。

比方剛剛說的，我們家付出確實是我付出的多，可是當我們會講出來的時候，我們的付出裡面已經夾雜什麼了？要人家回報。其實當我們付出想要人家回報的時候，對方能不能感覺到？他會不會有壓力？

所以有一個女士她聽了傳統文化的課，她回去就很認真，以前沒那麼認真做內務，回去之後就很認真做。然後做了一個禮拜，她邊做，她的眼睛的餘光就一直在看她先生，心裡想，「有沒有看到，有沒有看到我在做？」後來做了一個禮拜，正在那裡掃地，最後就把掃把一放：「我都做了一個禮拜，你都沒有看到嗎？」其實她先生可能心裡在想：「我看妳能撐多久？我看妳能做多久？」為什麼會有這種心態？因為家裡的人太熟了，他會覺得我看妳是真能改還是假能改，妳真的能變嗎？所以真的能很真心無求的去做，慢慢就精誠所至，金石為開。人之初性本善，我們真心去做了，親人的善心自然而然就被我們帶動起來了。

所以這個可以用君親師來反思自己還有哪一些做得不夠。君，以身作則，能夠接受勸諫，很有責任心，甚至在企業裡面懂得知人善任，這都是君的精神。親，就不離不棄，不求回報，完全信任。你看父母，小孩在學走路的時候，請問小孩學走路失敗多少次？但是在父母的內心裡都是信任他，一定可以愈走愈好，所以那個完全信任的眼神傳遞給小孩，他每一次跌倒他就很有信心繼續學習。假如他跌倒了一百次，這個爸爸跟孩子說：「爸爸為你好，我看我買個輪椅給你坐吧。」這個傳遞過去，這個小孩可能覺得，我可能是不行了。但是重點來了，我們的完全信任，請問，小孩兩歲的時候完全信任，現在他二十歲了，這個完全信任還在不在？這個得要問

自己。

所以我們冷靜觀察一件事情，我們最討厭的是什麼事？別人變心，有沒有？我們每一次誰誰誰變心了，我們都氣得牙癢癢的，可是我們都關注到別人變心，卻很少關注到自己變心了。所以我們假如還會變心，那我們不能去指責別人變心。應該是我們恢復真心，我們不變我們對人的真誠慈悲，真心就跟真心感應了，就能帶動起大家都用真心。所以這個是作之親，完全信任不能變，不離不棄不能變，不能對親人有嫌棄的心。

再來是作之師。作之師是你能掌握一些機會點，啟發他的智慧。你能希望培養他成為社會民族的人才棟梁，這個就是當老師的心境，傳道、授業、解惑。

所以我們扎根，就是扎這個心地的功夫，扎根本。大家記不記得「達摩祖師傳」裡面有四個人進去坐禪，結果突然，其中一個人他打瞌睡，在四個人裡面最嚴重，然後一下子那個頭自己震醒了，就醒過來了。明明自己睡得最厲害，可是你看他一醒過來眼睛看哪裡？一般來講，自己被自己震醒了，應該不好意思，「我怎麼睡得這麼厲害？」可是你看他一震醒了，首先向外看。所以佛法是內學，要向內看，但是我們習慣了向外。然後就看著其他三個人也在打瞌睡，他臉上的表情就是：「你看，都在打瞌睡。」接著一陣風吹進來了，油燈滅了，他馬上：「油燈滅了。」另外一個人說：「你為什麼說話？」第三個人說：「我們不能說話。」第四個人說：「嘿嘿，只有我沒有說話。」全部是看別人，沒有看自己。

這個時候大家注意，達摩祖師是好老師，抓住機會點，他拿個瓦片在那裡磨啊磨啊。四個人說：「大師，你在做什麼？」大師問他們：「那你們在做什麼？」「我們在坐禪成佛。」大師說：「我在磨瓦成鏡。」他們笑著說：「磨瓦怎麼成鏡？」大師說：「那坐

禪焉能成佛？因為佛並沒有一定的形式，你們只知道坐禪，而不知道為什麼坐禪，那就不能見大道。」學的都是稀里糊塗的，都著在相上了。另一個人也接得好：「怎麼樣才能見大道？」大師說：「從根本修。」「什麼是根本？」「心是根本。罪從心起，還從心滅。一切善惡，皆從心造。假如連這個道理都不懂，只在表象當中下功夫，徒然浪費時間。」這浪費時間四個字有沒有印在我們的心上？我們可不能幹浪費時間的事情了。所以要從根本，從我們的念頭，遇到任何人事物不如意了，都是我的心變現出來的世界，這個是依報，隨著我的正報，我調整心，境界慢慢就會改善。

而我們的境界基本上都離不開五倫的關係，所以印光祖師說「敦倫盡分」，老人家加了「是大道」，讓我們更重視；「閑邪存誠」，老人家說「是大德」，一個人德行表現在哪？沒有邪念，起的都是真誠、真心，閑邪存誠是大德；「信願念佛」，老人家教「是大行」，你的行持裡面，念佛。「萬德洪名，能滅眾罪」，你念這句阿彌陀佛，能消無量的罪過。《勸發菩提心文》告訴我們，「暫持聖號，勝於布施百年」。所以這句佛號，是阿彌陀佛他成佛，他在佛果地上的圓滿功德，含攝在這一句佛號裡面，讓我們在因地當中拿來修，你即修即果。所以蕩益大師說，「以持名善根福德同佛故」，你真心持這句佛，你那個當下那一句佛號的善根福德跟佛是完全平等的。所以一念相應一念佛，念念相應念念佛。所以地獄相現前的人，他馬上就要墮地獄，可是他就持這一句萬德洪名，他就從要掉地獄直接去作佛，他念了十聲佛號去作佛，你說這個佛號功德有多大！這個功德大到什麼程度？只有佛能講，「唯佛與佛乃能知」，「如來功德佛自知，唯有世尊能開示」，只有佛才講得清楚。所以我們老實念佛就是很有福報。所以信願念佛是大行，求生淨土是大果，就圓滿的成果了。

那我們現在功夫就要下在敦倫盡分。所以李炳南老師說，「白衣學佛」，白衣是在家居士，「白衣學佛不離世法」，你不能離開世間的責任，必須敦倫盡分。

那我們現在諸位仁者，大家現在寫心得都會跟處事待人接物相結合，這個是很有觀照能力。那我們先請一位來分享一下夫妻的相處。為什麼要先分享夫妻相處？在《禮記》裡面有一段話很好，《禮記》說：「昏禮者」，婚姻是什麼？「將合二姓之好。」你看我們祖先為什麼說兩姓之好？同姓盡量不要結婚，尤其古代，那個同姓有可能是親戚，一結婚怕會有一些遺傳病出來，所以是兩姓之好，幾千年前我們祖先就知道優生學了。「將合二姓之好，上以事宗廟」，結婚為了什麼？祭祀祖先，因為一結合就傳祖先的家道，上以事宗廟，「下以繼後世」，就有後代子孫傳承這個家道。

接著說，「男女有別，而後夫婦有義。」這每一個字都是重點，男女有別，別在哪？分工。家裡有很多重要的事要做，你不可能一個人什麼全包，要分工。在古代的社會，因為社會一直在變，但是家裡面有兩個重點，第一個是經濟，第二個是上孝公婆，下教育小孩，然後還要相夫教子，這些都很重要。古代是男主外女主內，但現在社會女子她也有受很好的教育，她也有很好的能力。但是溝通好，假如說兩個人都出去賺錢了，那請問小孩誰教、誰帶？你或許也有好的因緣能夠來帶孩子，但是在很多社會變成什麼？讓傭人來帶小孩，而且那個傭人連自己本國的語言都講不清楚。所以那個小孩就都是傭人帶了。結果你夫妻努力了一輩子，積累了不少財富，最後孩子沒有教好。大家要知道，一個家的事業財富積攢起來，所謂成家猶如針挑土，你拿那個針把土一點一點積攢起來。成家猶如針挑土，敗家猶如水推沙。我都見過，三代人努力，那個企業很好，結果孩子喜歡賭博，一下子三代基業五年、三年就完了。你說

，全家人不是愁雲慘霧很遺憾嗎？早知今日，何必當初。所以現在人也挺不容易的、挺辛苦的，面對的生活壓力還是比較大，心不安。我現在這樣賺，賺得不夠，到時候孩子需要錢怎麼辦？不簡單。

所以為什麼老法師說理得心安？我們心裡會不安，一直在考慮那件事，擔憂，重複在想，就是那個道理還沒有完全透徹明白。不然理一明白，心就安定下來。命裡有時終須有，命裡無時莫強求。而且萬法因緣生，去工作是緣，因是什麼？因是自己過去今生有積累福報。所以你夫妻一起出去賺，還是只有一個人出去賺錢，那都是你們家的緣，結為夫妻，夫妻是一體，所以等於是你們家裡的這個福報是跑不掉的。可是當兩個人都出去了，該教孩子、該陪伴孩子沒有做的話，有損自己的本分，一有損，就會折掉自己的福報。成德的大姐她剛好也是公務員，後來懷孕了，到最後一二個月要生產了，我就一直在遊說她，把胎教做好，好好帶孩子。我還跟她講，算一筆帳，妳自己帶孩子可以省多少錢。現在都得要算帳才行。你看一家人回來吃跟在外面吃會不會省錢？再來，在家吃跟全部在外面吃，健康狀況怎麼樣？不一樣吧。現在有一些家庭，哪個家人得癌症，五年、十年的積蓄在兩個月、在短時間之內怎麼樣？統統沒了。所以你這個想根本一點，跟把家人照顧好有沒有關？有關。再來，妳的先生每一餐都在外面吃，會不會遇到一些不好的緣分？還是回到家吃比較安全。妳的先生一下班就想著往外跑跟想回家，一不一樣？所以你看這些都是重點。

再來，這個媽媽在家裡，孩子學習比較安定。你假如小孩一開門，家裡一個人都沒有，他變鑰匙兒童。這個脖子上面掛了一個家裡的鑰匙，然後他一推進來，沒有人陪我，他跑哪裡去了？跑電動玩具店去了，他又迷上電動玩具，他還花不少錢。再來，你還要把他扯回來。成德算這筆帳是還有點資格，因為我媽媽她有工作，可

是她那工作還挺特別的，她是小學老師。我念小學，我媽媽就在這個小學工作，所以我一直覺得我媽媽一直陪著我，我下課了她也回來了，我寒暑假她也在。有父母陪伴的孩子心很安定。

現在的人，我覺得有一帖藥可以什麼病都治，那一帖藥叫愛，你給他愛，慢慢問題就改善了。所以現在所有的問題叫缺愛。可是假如他從小不缺愛，他就覺得我挺好，也不缺什麼。所以他一出社會，他也不會想要去控制什麼、去要求什麼，他很願意去付出。所以人假如內心匱乏，他就很希望去握住什麼；假如他身心不匱乏，他就不會有這個欲求。我們給孩子一個安定成長的環境，請問大家，孩子身心健康你花多少錢來買？人世間有時候不是錢能夠去算、能夠去解決的。這筆帳不能算太久，不然今天課就要結束了。

所以我們這個時代步驟太快了，真的該是我們每個人、每個家庭，甚至每個企業團體要靜下心來，拿著老祖先這五千年的智慧，好好來反思反思我們走過來的路。我們沒有反思清楚，上一代的問題可能我們這一代還會有，以前犯的錯可能我以後的未來還會再犯，這個可僥倖不得。能夠真正總結經驗，這樣的態度是非常可貴的。這也是對自己的人生負責，也是對家人的負責，或者是對團體的負責。一個人在團體裡面，事情做完了都不總結，每一次做事都是從頭再來，那這不是糟蹋公家的資源嗎？所以我們普賢行叫廣修供養。普賢行在哪？在我們做事裡面。今天負責這一件事了，我先規畫一下，然後人找來了，大家很有章法，該討論哪一些事情，做出哪一些規畫。事情做了，做完又檢討，然後大家都從中得到啟發收穫，下一次再做事就已經提升一階了。要帶著大家歷事練心，心境都一直能夠提升起來。

你看祖先他在經典裡面，有時候一個字都是重點，不能稀里糊塗就把它滑過去了。男女有別，它就是別在分工，兩個人商量好，

重要的事不能忽略了，不然這個家就失去平衡了。有時候你賺了很多錢，可是你另外一個就補不回來了，要平衡，就像身體金木水火土要平衡，這個器官就健康了。因為分工，就會互相感恩，沒有我先生在外面承擔這麼大的工作壓力，我們家怎麼能那麼安定？先生心裡想，我這樣工作都沒有後顧之憂，就是我太太都把我父母照顧好了，小孩我也不用操心，那不就互相感恩。所以男女有別，發展起來就是夫婦有義，有恩義、有情義。結果現在兩個人都出去賺錢了，甚至於還在比，我才不要輸給我老公賺的錢，兩個人在比誰賺的錢多。然後回到家，吃完飯了，「你去洗碗還是我去洗碗？」「我今天工作也很累，你去洗。」這個就不是互相感恩，互相計較、互相競爭了。「男女有別，而後夫婦有義；夫婦有義，而後父子有親。」因為夫婦和樂，這孩子在這樣的氛圍，父母的相處就是他的榜樣，父子之間就親了，可是前提是夫婦有義。

所以為什麼師父上人，這時候在澳洲，昆士蘭大學他們有和平學院，因為九一一事件，很多專家學者就在探討，怎麼化解衝突，促進世界安定和平，講了用政治、用經濟、用外交，甚至更嚴重的用武力，他們都講了他們的方法。老人家說，「你們看到的都是現象，這種衝突的現象，可是你要找根本的問題在哪。就像我們中醫治病一樣，你得先找到病根，才能對症下藥。」接著老人家說，病根在家庭。結果這些外國專家一聽，聞所未聞，怎麼病根會在家庭？接著老人家分析，離婚率很高，夫妻衝突。小孩他哪怕不喜歡這樣的相處氛圍，可是問題是他看到的就是這樣，他也只會這種方式，他潛移默化就受影響。

這個成德有在觀察，比方說有一個領導他脾氣大，然後底下的人也常常抱怨，我這個領導脾氣很大。可是三個月過去、六個月過去了，那個批評領導脾氣大的人，也不知不覺講話愈來愈大聲。甚

至於他說這個領導怎麼這麼強勢，後來因緣變了，這個領導走了，換他上來了，有過之而無不及。所以我們要說別人很容易，真正輪到自已了，有時候不見得我們做得比他好。壞的影響快，學好終年，學一年還不見得學起來。就像你看到一個人很孝順，你也很佩服他，你學他孝順有時候一年還沒學起來。學好終年不足，學壞一日有餘，今天帶你去happy happy，一下子就染上一些習慣了。

這個在佛陀裡面是有講，人的惡心所有二十六，善心所只有十一，還不到一半的數量，所以學壞快。尤其一般人說，社會是個大染缸。假如在步入社會以前沒有把免疫系統提升好、免疫力調整好，一出社會是很難避免受污染。所以我們要保護好自己，我們要保護好家裡人，甚至是下一代，這些道理我們得清楚。所以為什麼釋迦牟尼佛這麼慈悲，「我哀汝等，甚於父母念子」。佛菩薩愛護我們是生生世世，父母愛我們是一生，所以佛菩薩的慈悲超過父母。所以為什麼他老人家一直勸我們，「五燒五痛」，我們這個世間是五濁惡世，「久後轉劇」，會愈來愈嚴重，你們趕快求生極樂世界，那個環境不會退步。有「光中極尊，佛中之王」當老師，同學是誰？觀世音菩薩、大勢至菩薩、普賢菩薩、文殊菩薩、彌勒菩薩、地藏菩薩，那當然不會退步了。所以這個佛考慮得都還是很細膩的。

老人家就給他們分析了，病根在家庭。所以他從小這樣看，他沒有學到怎麼跟人家和睦的方法。結果澳洲人聽完覺得有道理，還把老人家推薦到聯合國去了。所以澳洲人還是挺可愛的，以後到澳洲去要多做一些貢獻，報一下澳洲人這個可愛的存心、恩德。

老祖先講的，「夫婦有義，而後父子有親；父子有親，而後君臣有正」。我們要知道，君臣，領導、被領導跟父子有關係嗎？有的，忠臣出於孝子之門。「君子之事親孝」，他侍奉父母孝，「故



忠可移於君」，他這個移孝就作忠；「事兄悌」，他對待他的兄弟姐妹很友愛，「順可移於長」，他這種恭敬兄弟姐妹，尤其兄長、姐姐，他到學校、到單位，他就會尊重年齡比他大的人。我們老祖先教人，它是符合人性的，也要你自己去感受。就像成德自己回想，比方說我到同學家，他一說，「這個是我姐姐」，我馬上那個尊重的感覺就上來了。因為他一說這個是我姐姐，我馬上腦袋裡會浮現誰？浮現我姐姐，我很尊重姐姐，我一聽這是你姐姐，很自然那個感受就出來了。你一聽人家說，「這是我爸爸，這是我媽媽」，你自然那個尊重就起來了。所以「事兄悌，故順可移於長。居家理，故治可移於官」。他在家裡懂得怎麼去做事，怎麼把家裡管理好，他以後去當官，他這些做事能力在家裡就一點一滴培養了。所以古人這些道理都講得合情合理。

我們《禮記》這一段話就告訴我們，夫婦這一倫在五倫裡面非常關鍵。有沒有哪一位仁者要分享一下你最近這個夫婦相處的心得？黃居士，黃仁者。

黃居士：阿彌陀佛，德師父。

成德法師：大家可以根據你自己寫的心得再去發揮。

黃居士：阿彌陀佛，德師父，早安吉祥。

成德法師：你好。

黃居士：各位同學，下午吉祥。其實學生的心得沒有寫夫婦的，是寫在「醫道」裡面看到的許大夫，他很堅持做對的事情，但是剛剛德師父說要分享夫妻的相處，那學生就分享夫妻的相處吧。

成德法師：黃居士是老師呼應勿緩，老師命行勿懶。

黃居士：阿彌陀佛。因為以前在中心的時候，其實這個習慣久久都沒有改掉，因為在中心的時候，以前蔡老師每一次在問，「好，同仁有誰要分享？」我們大家都很自然頭就低下了，然後都心裡

就砰砰砰砰跳，要嗎？不要；要嗎？不要，這樣的。所以每一次機會錯過了，學生就告訴自己說，不能夠讓老師這樣等，很不好這樣，自己很難過，然後下一次一定要舉手，可是每一次機會就是錯過了又錯過了，已經錯過了十年。所以錯過了十年，讓老師久等了十年，這個很不孝、很不孝。所以這次要自動自發先舉手，把自己放下，把執著放下，阿彌陀佛。

其實在家裡，以前還沒有結婚之前，就常常會看到自己的朋友，在教鋼琴，所以就看到很多這些鋼琴老師，她們先有男朋友。有男朋友的時候，開始交朋友的時候，大家的言語都有那種「請、對不起」或者是「謝謝你」這樣的言語，都有的，開始的時候都有。但是那個時候自己沒有男朋友，所以就天天跟著人家去跑街、吃飯，然後就看他們的相處，都有這個請、對不起、謝謝你。完了以後，三個月過後這些話語就沒有了。

成德法師：三個月是吧？

黃居士：三個月過後就沒有了，就很直接的，「把那個辣椒醬拿過來」，然後就拿了過去，就很不甘願很大力的放下去。完了以後就會說，「三個月了，你還沒有了解我要吃什麼嗎？我每一次吃這個的時候都要辣椒醬，你沒有看到嗎？」就這樣，可能半年、一年又沒有了。然後過了不久又來了一個，完了以後……

成德法師：她是不是說我換一個一定會更好，是吧？

黃居士：對，完了又換一個。換一個，一開始的時候，她們會打電話，就是朋友就會打電話說，我又有一個新的男朋友了，然後他人真的是很好，很會照顧我什麼什麼什麼的。完了學生又跟著出去看了，看完以後，又是前面三個月。

成德法師：妳責任重大。

黃居士：就去看了，完了又是請、對不起、謝謝你、我愛你，

什麼都有，也是大概二三個月過後這個也沒有了，要求又來了。學生看懂了以後，就告訴自己說，原來不行的這個東西，所以那個請、對不起，就是說要很有禮貌的去對待對方，那個時候還不知道三個字叫做慎於始，不知道，但是就是知道說，這個東西一定要從開始保住，給它保溫，一直保溫、一直保溫這樣的，有一個這樣的概念。所以從開始認識先生，完了以後到現在，就是會保持著那個對不起、請你可以不可以，這樣這樣這樣，這樣的。老老實實說，一年裡邊，以前還沒有學習的時候，一年裡邊我們有衝突、有爭吵的，不是爭吵，就是說有不同意見，然後自己站穩自己的立場，不超過三次。自從學習以後，慢慢慢慢的，一年都不會有一次說我不高興我就站穩我的立場，然後我就不管，不會，一年不會有一次，都不會有一次。因為每一次跟先生一看到意見不一樣的時候，就會提起一個念頭說，今世能夠做夫妻的話，其實是修了整千世，不值得為了現在的事情而去毀了我們一千年修回來的這種做夫妻的緣。

成德法師：千年修得共枕眠，對。

黃居士：對。所以每一次一有覺得我的意見跟他不一樣的時候，就會提起這句話，然後就不值得為了這件事情而毀了我們一千年修回來成為夫妻的這個緣，所以很自然就不會去爭吵。

學生也相信，當兩個人在一起的時候，只要有一個人先開始帶動，一個人先帶動這樣的感覺，或者是說不爭吵、或者是不怎麼樣，慢慢的另外一個人就會有一個這樣的習慣、這樣的互動，他就會慢慢慢慢的跟著這個互動跑。

就打個比方說，以前剛開始的時候，還沒有學習傳統文化，在剛剛開始做夫妻的時候，學生就有一個動作就是牽著先生的手睡覺，就是這樣，牽著手睡覺。開始的時候是學生去牽，學生去牽他的手，然後慢慢的幾個月下來，是他來牽學生的手。所以從這邊就有

感覺到說，其實只要一個一直在做這樣的動作，一個在帶動的話，另外一個就會隨著這個方向去跑的。所以基本跟先生是沒有什麼爭吵，就只是說意見不一樣的時候放下，就放下，讓他是怎麼成的那就怎麼成。現在學習了以後，有時候會起的一些念頭，念頭一起來馬上告訴自己，這個念頭跟真誠、清淨、平等、正覺、慈悲沒關係，所以放下、放下。先要放下，放下那你要起什麼念？當下是不知道的，也不知道我要起什麼念，就是阿彌陀佛、阿彌陀佛，就是這個邪念先不要，這個不正確的念頭先放下，先提起佛號，就是這樣。所以基本跟先生是一年我們都不會吵架，也沒有什麼衝突。阿彌陀佛。

這個話說回來，是要感恩我爸爸，感恩父親，父親在學生很小的時候，還沒有到十二歲，應該還沒有，應該是十一歲，還沒有六年級畢業的時候，爸爸很多時候都會……因為是獨女，所以脾氣會比較任性，以前小時候會比較任性，只要我不高興，大聲的喊，爸爸就會罵哥哥，就是說是哥哥欺負我了，所以從小會比較任性。但是爸爸很有遠見，他從學生還沒有六年級畢業的時候，就一直有提醒說脾氣要改，脾氣不能夠這樣，以後嫁人了以後不會幸福，而且會常常吵架，爸爸常常會有提醒。但是那個時候，學生還覺得遠得很，因為跟我不相干，因為那個時候還很小，才十一歲、十二歲，所以覺得這個事情很遠。但是爸爸講很多、講很多，夫妻要忍、要讓，跟公婆就不能夠發脾氣，講很多、講很多。但是那個時候因為年紀小，就覺得這個東西遠得很。但是時間過來，二十多歲的時候，認識了先生，然後有公婆了，這些話語都會浮起來，每次遇到境界的時候，都會浮起來。所以這個是要特別感恩爸爸，對，就是這樣的。阿彌陀佛，阿彌陀佛，學生分享到此，感恩德師父，感恩同修們。

成德法師：謝謝黃居士的分享。所以父母也要很有耐心，提醒小孩，有時候可能小孩都嫌煩了，我們也要在適當的時候再多提醒，當然不要提到讓他反感，這個也要掌握一個度。所以有時候當父母的人什麼時候才會被理解？什麼時候才會被感恩？有時候要十年、二十年以後。

所以你看孔老夫子說，孔老夫子在《論語》裡面一開始就說什麼？「學而時習之，不亦說乎。」所以人生的快樂在哪？你的心靈有提升，你有學習的喜悅，不亦悅乎。「有朋自遠方來，不亦樂乎」，你要交好的朋友，甚至你要有志同道合的人，去完成人生有意義的事情。接著，「人不知而不慍」，人家不理解你，你不會很難受，不會情緒化，「不亦君子乎」，這個是有涵養，你一心為他好，他不理解你，你又不難受，你還很有耐心等待他，這個是有君子的修養。所以每一個人都得練這個功夫，我們面對所愛的人，有時候他不能馬上體會，甚至於你愛護他，他還怪你，這個時候你還能夠接受，你就消了很多業障，進一步自己忍辱的功夫也練出來了。

剛剛我感覺到黃居士分享裡面還有一點很重要，就是信心，她相信，只要一個人真做了，可以帶動另一個人；她相信一切眾生皆有佛性，人之初性本善，這個是信自己、信別人。所以這個六信，不是說求生極樂世界要六信，我們生活、處事待人接物裡面，這個信是很重要的。比方說黃居士為什麼比較柔軟的跟她先生相處？因為她相信這是一千年修來的，她假如沒有這麼珍惜說，不高興拉倒！那她就不會是這樣的處理方式了。再來，老祖先教的，夫妻要相敬如賓，其實就是內心存有一個恭敬的心、感恩的心。當然，妳也要有一種感受能力，不要我這麼一講，然後今天回去開個冰箱說：「先生，我喝一下這個東西一口可不可以？」妳先生說：「妳有完沒完？」其實那個是很自然的，就是我們不把對方的付出視為理所

當然，那就自然。這個沒法說具體這個動作要怎麼做，那個你心境慢慢到位了，這都是很自然的事情。

有一首詩叫做「千呼萬喚始出來」，黃居士主動發言，我也等了十年，終於出來了。沒有，開玩笑的，以前在中心她就特別會帶動，她很積極的，很能夠體恤台上的人的難處在哪裡的。

大家不要小看這個請、謝謝、對不起，這個都跟普賢行是相應的，請是不是禮敬諸佛？對不起是不是懺悔業障？這些都是相應的。我們看到要修身、齊家、治國、平天下，根本在我們要在心地當中下功夫，格物致知、誠意正心，你要用真誠恭敬的心，你就能夠身修家齊。所以黃居士在家庭裡面這個也是很柔和，柔和質直攝生德。

《太上感應篇》也是扎三根，大家注意，我們老子太上老君也是用心良苦。什麼用心良苦？他要在男人的德行當中挑兩個字，在女人的德行當中挑兩個字，中國字那麼多，幾萬字，好挑嗎？我覺得這個太上老君也挑得很好，他說「男不忠良」，用兩個字表男人的德行，要忠，對另一半要忠，對家庭、對父母、對國家要忠義、忠誠、忠信；還要良，要善良，不能邪、不能偏。這個才對得起什麼？我們俗話說的男子漢、大丈夫，這叫忠良。

結果我們校長職工會當時時候跟我們配合，校長職工會總會長彭忠良校長，我說你這個名字起得太好了，這個整個華教就要靠你帶動。所以每一個名字很可能是父母祖先對你的期許，甚至於有可能是你這一生來，剛好跟這個名字相應。你假如跟這個名字不相應，你會生病的。比方，這個是真的，比方說聖人的名字你不能用。我以前小時候看到有鄰居取什麼堯、什麼舜，然後就常常生病，後來就改了名字，就比較沒生病了。因為那個名字跟他的狀況不相應，我們說扛不起。所以「名亦福也」，名字也是福報，你名不符實，

就會把福報折掉。

所以我們從事這個教學工作，常常人家都說，老師、老師，我們聽起來是戰戰兢兢，自己到底跟這兩個字相不相應？不相應，他叫一聲我就折一點福報，叫一聲我又折一點福報。所以《了凡四訓》講得好，「名亦福也」，「世之享盛名而實不副者，多有奇禍」，他名不符實，福報一折完，祿盡人亡，福祿、福報花完，可能災禍就來了。所以大家注意去觀察，有一些很出名、很有名的人，突然走了、死了。大家都很崇敬他，可他突然就死了，有很多很有名的人。但是他可能私底下的行為有傷風敗俗的部分，一下他名那麼高，行為是這樣，福報就折掉了。尤其公眾人物，這個名就特別大。

所以出名好不好？好不好是二法，不是佛法，看你怎麼用。你不出名，你好好厚積薄發是好；你出了名，藉由這個名，自己好好做表率，給眾生信心。這個名看你怎麼用，用對心了，都好。

這個是回應黃居士剛剛的分享。我們現在再請鄭仁者，因為我看妳剛剛舉手了，結果又取消了，我不能折煞了妳的勇氣，還是請妳講一下。

鄭居士：阿彌陀佛，尊敬的德師父吉祥，諸位大德大家吉祥，阿彌陀佛。

成德法師：阿彌陀佛。

鄭居士：聽了黃老師的分享，她是表一個賢淑的妻子。學生就反觀自己，其實學生真的是一個非常不合格的妻子。其實上了第一堂課、第二堂課，學生當時就曾經有立下了一個志向，就是說通過連續的學習，學生要做好孝親尊師、敦倫盡分的這個目標，還有就是要做到念念為眾生，為自己就立下了這個目標。所以我們上了這九堂課過後，學生在反思自己，在這兩點自己做得怎麼樣了？其實

學生還是做得非常不好，到今天還是犯了很多很多的毛病。

因為其實跟先生相處以來，一直以來其實都是他在體諒著我，就是容忍我。我對其他的人可以非常的寬容，可是就是對自己的伴侶就有很高的要求，希望他對我更好，就是我跟他相比的時候，他必須要付出的多，對我更好，這樣的要求。學習了過後，其實自己都是知道這個要求是非常不對的，可是因為習慣了，在日常的生活當中，還是會有這樣的要求，所以常常都會不經意的就可能發脾氣，還是給臉色，還是什麼。其實先生這麼多年的相處，他其實都很容易忍我的，就在發脾氣的時候，他有時候也是靜靜的就讓我冷靜下來。這樣子的相處，說實話，先生其實是學生身邊非常好的一個善知識，也是他帶領學生踏上學習傳統文化、學習佛法的這條路。

成德法師：妳先生比妳早學？

鄭居士：比我早學，很早，早很多年，他二十多歲的時候已經開始聽老法師的經了。

成德法師：妳有這麼重要的護法，今天才知道。

鄭居士：他聽了很多年，可是當時學生是聽不進老法師的講經的，是聽不進的，我就要求他說，你不要在我面前聽。那時候我對佛法真的是很誤解的，非常誤解，什麼叫放下，什麼叫隨緣，非常誤解這句話，當時我就說你不要在我面前聽。過後不久，先生就聽到老師說，有可以學習傳統文化的這個地方，《弟子規》，先生就先帶女兒去學，學了一段時間，然後我是帶我兒子去學另外的南傳的佛學班。過了一段時間，就覺得不對了，一家四個人兵分兩路，兩條路去學習，我覺得好像不對，學生最後就覺得我放下那一邊，跟他們一起去上《弟子規》。就聽了蔡老師的「幸福人生講座」，真的是對學生改變很多很多。也因為從儒學入手，接下來學生聽了老法師的講經就非常歡喜了，不像以前這樣的。先生其實就是我的



善知識，一直以來其實都是他在護持著學生的學習。

說到夫妻之間的相處，其實也是發生在前幾天的事情。當時學生就剛禮完佛，拜完佛、禮完佛，做了早課過後，當天學生就進了廚房，進了廚房就看到衣服還沒晾的。因為平時，如果先生那天他沒有去晨練，他有空的話就會幫學生晾衣服。那天衣服沒有晾，學生當時就馬上生了一個煩惱，為什麼沒有幫我晾的這個心理，心裡就有不滿，可是學生也沒說什麼。過後不久，走出去了過後，就看到先生回來了，是從菜市場回來，他就幫學生買了青菜，然後看他手上還提了一些零食，就是炸薯片，這學生很喜歡吃的零食。可是因為學生覺得這個炸薯片其實很不好，你不要買回來引誘我。我就有跟先生說過，就說：「你不要把這些零食買回來，不要引誘我，我要停止吃這些零食了。」可是先生他還是很喜歡買回來給學生吃。學生埋怨了過後，先生也沒說什麼，他就把東西放下來。接下來學生坐下來就吃了早餐，就打開，因為那天學生沒準備早餐，先生就去打包了早餐回來。打開了早餐回來，我就看到又再打包加了一顆荷包蛋給學生，學生心裡就不舒服了，我就跟先生說：「為什麼你還要打包荷包蛋給我？其實跟你講過很多次了，不要打包給我荷包蛋。」可是先生應該是出於他對我的愛護，所以他就喜歡加了一顆荷包蛋給學生。

成德法師：看妳太瘦了。

鄭居士：先生聽了學生的埋怨過後，先生就回了學生一句話，他很冷靜的回我這句話，他說：「其實禮完佛、拜完佛、念完佛過後，應該是心生歡喜的，為什麼妳會覺得有怨氣，連生怨氣？是哪裡學錯了？」先生的這句話就讓學生當時頓了下來，就冷靜的回想先生的這句話，就一直在思考，到底問題出現在哪裡？然後冷靜的思考，其實也是經過幾天的思考，就發現到其實就是因為自己，最

大的問題就是在於生在福中不知福，完全不去珍惜這些福分。覺得先生應該要對我好的，先生的體貼這些都是應該的，就抱著這是你應該的，你應該這樣做，如果你沒有做的話，那可能就覺得對不起我了、對我不好了。好像先生去巴剎（菜市場）買菜，其實因為疫情的緣故，先生出於愛護我的心，就是不讓我去接觸這些病菌的危機，他就去幫學生買菜。而常常學生，好像那天他幫學生買菜回來了過後，學生打開那個紙袋裡面一看，怎麼你又去買了青瓜？當時學生就埋怨了，我說：跟你講過了很多次，我說家裡還有黃瓜，不要買不要買。可是先生那天又再去買。所以當時我冷靜下來，想一想，其實學生好像覺得，經過了幾個月，他幫學生買青菜好像是應該做的事情，變成完全沒有去想到他這樣做其實是在保護學生。

所以當我冷靜下來的時候，仔細的回想，發現到其實最大的原因，為什麼自己本身不能生在福中去知福？最重要的原因是因為學生忘失了自己的感恩心，沒有了感恩，先生做的一切的好，都覺得那是應該的，別人對我的好都是應該的，就是因為自己忘卻了那個感恩心。所以再仔細觀察，自己學了那麼長的時間，發現到自己的這些起心動念，其實一直都是在隨順著自己的習氣去應對人、應對事、應對物，所以自己的起心很容易生起了這些煩惱、這些埋怨，就是因為沒有這個感恩心，所以控制心、佔有心、對立的心很容易的就被提上了。

當時學生在反思的時候，就想起了德師父在上一堂課裡面講的一句話，整個宇宙乃一念頓現，如果明白這句話，那我們就不會起瞋恨的心。當時學生就想，學生真的是沒有把這句話看重，所以學了、聽了，進了腦，可是沒有去落實它，沒有在自己的日常生活當中去把這句話提上來，仔細的好好的去護持自己的起心動念，所以在面對境界的時候，瞋恨心很快的就提上來，這都是因為學生沒把

自己的念頭護持得好。經過當時的這個反思，所以學生當時就立下了這個志向，要好好的護持自己的念頭，在面對一切人事物的時候，一定要讓自己先冷靜下來，不要這麼快的把情緒提上來或者發洩出來，要讓自己冷靜下來，再觀照自己的存心，面對到別人對我好的時候，要去感恩他，要感恩他的付出。

成德法師：對。

鄭居士：當有人對我不好的時候，學生還是要感恩他，就是因為他們的這個錯，其實是來告訴學生，學生也有這個問題，所以他們是佛菩薩來表演給學生看的，要用這個心去警惕自己。反觀自己這些年的學習，其實學生發現到自己最大的錯誤其實就是在相上學習，一直以來都是在相上學習，很多事情表面上好像做得很好，做得好、做得對，可是其實在反思自己的內心，從自己的心源隱微處去探討的話，其實是非常污濁的，污濁不堪，也忘失了自己的真誠心。所以學生當時就立下這個志向，必須要守護好自己的起心動念。

怎麼守護好自己的起心動念？就是必須要從戒律上下手，要從戒律，必須要修這個，必須要守淨業三學的這個戒律，才能把自己的真誠心找回來。放下自己的自私自利，才能達到念念為眾生的這個目標。然後還有就是在面對人事物的這個境界當中，還有一個不能忘的，那就是要用因果來提醒自己，不能忘記了這個因果，才能守護好自己的存心，不犯下一直以來所犯下的錯誤。謝謝德師父、謝謝大家，學生的分享就到此，阿彌陀佛。

成德法師：謝謝鄭居士的分享，妳是開悟了。

鄭居士：沒有，還在迷中。

成德法師：老法師說發現自己過失叫開悟，改正自己過失叫真修行。其實順境比逆境還難修，逆境警覺性高，來考我了、來考我

了。所以逆境磨鍊人，順境淘汰人，在順境當中他在享福報，他不知不覺就會覺得應該的，理所當然，他就容易退。所以鄭居士也很可貴，她先生一句話她想了好幾天，去體會它，最後結論，我感恩心不夠，就找到。所以她快要見大道了，她從根本修，從起心動念處來修。

當然發了願很好，我要孝親尊師、我要敦倫盡分、我要念念為眾生，但是發了願以後要做到，會有很多進退、拉扯，有時候勝、有時候敗，甚至有時候敗仗打得多、勝仗打得少，都很正常。要不計成敗，錯了就錯了，不要再懊惱了，還是安住當下，去提起正念就對了。這些進進退退都很正常，但是我們要百折不撓，愈挫愈勇，有這個態度就好了。

還有從夫妻，我們看還有同仁都有提到跟孩子之間相處、應對，我們請黃仁者來分享一下。您寫的心得很好，想說您來供養一下。

黃居士：尊敬的成德法師、各位大德同修，阿彌陀佛。

成德法師：阿彌陀佛。

黃居士：我這個心得報告真的是不成文，我不知道要從哪裡講起。

成德法師：妳不要緊張，妳就把妳寫的拿出來就可以了，不要緊張。

黃居士：是這樣的，在上個星期就讀了李學長的心得報告，學生讀了她報告的時候，心裡覺得很慚愧，因為從她的心得報告裡面我可以體會到，她是非常的恭敬，而很認真的看待法師發下來的學習資料。我就自己在想，自己是應該有很多地方真的是要向她學習。這個心得報告我每個星期也是有寫上去，可是就覺得這個心得報告其實好像不是自己心裡要講的話，可是還是要交功課，然後學生

心裡想，這個學習就是要從……

成德法師：對不起，都逼得你們一定要擠出來。

黃居士：交功課去做起。就想起師父上人說，當年林看治老居士，她都已經六十多歲的時候，還很用功在學習，我自己就勉勵自己說，不用氣餒，還是要努力學習。又想起法師很多次的在提醒我們，要學習省庵大師的《勸發菩提心文》，省庵大師在《勸發菩提心文》裡面奉勸我們說，裡面有兩句教誡，他說：「勿因愚鈍而一向無心，勿以根淺而自鄙無分。」所以就覺得自己真的是還要好好的學。

然後就因為其實一直以來，剛才法師說，講一下跟孩子互動的學習，其實一直以來我是很關注自己孩子的學習，他的進展這些。因為我這個孩子他是很單純的人，學校老師也是說他很單純，所以一直都很擔心他慢慢長大會不會誤入誤區。他很小的時候，我每次有把他送去學習《弟子規》，因為他的專注力就比較差一點，所以學校也沒有學到什麼樣的成績出來。然後大一點我就把他帶進念佛堂去了，帶他去學習，去聽法師講經，看起來他跟佛也是很有緣，他也很歡喜去學習這些經教。

八月十六號，因為我們都看了，那個時候其實我還沒有看「醫道」的下集，看了上集，體悟了很多東西，覺得許浚大夫他的學習態度樣樣都很好，很值得我們去學習。我孩子他也去學，他也去看了。那天我就想，趁著那天是星期天他不用去上學，就邀他來一起看「醫道」的下集，他很歡喜，他就接受了跟我一起看。讓他看「醫道」這個影片，就是希望從這裡面的情節可以給他一些啟發或者教誨、或者一些教誡。

然後我們就一起看。就在看到柳大夫他因為知道了自己得了重病之後，他寧願犧牲自己的生命，捐出自己的身軀，去讓他的學生

許大夫剖開他的身體，來研學人類體內的臟器構造，可以讓後學的人更了解，而更有療效的醫治那些病患。孩子就跟我一起看，看到這裡。然後這個許大夫因為他是必須操刀去做這件事，就是說必須去剖開他師父的身體，來研究裡面的臟器，這個真的是一件非常困難的事，那個可以說是在一個情和倫常裡面掙扎的事情。我孩子就看到這裡的時候，他就離開了他的座位，他說他不忍心看下去了。他說，他會覺得實在是太殘忍了，他不忍心看下去，他就離開他的座位。

我們就看完了，過了不久我就說服他，說服他倒回來看，看到許大夫完成了他這個工作後，脫下他的外衣，為他的師父蓋上去，那時候我是非常的感動，真是流下了眼淚。那個時候又聽到許大夫的哭聲，然後聽到……至少讓他學習這個人物的行誼和一些開示。我也告訴他，因為他很單純，我就也跟他說，這個故事主要的意義它是要闡明一些什麼？就是許大夫他的學習態度，他的不為朝廷裡面的那些官員的所作所為，那種為自己的私利，或者是為自己的那些名聞利養，不向這些問題去低頭，希望他在這裡面學到這些啟示。然後也跟他說，現實中我們有些事情是不能做的，譬如解剖這個屍體，這個是要有專業人士才能做的，或者是在這個疫情中，我們去尋醫，當然也要做好這防控的措施。我看我就分享到這裡，這個是說我時常會跟孩子一些互動的學習。阿彌陀佛。

成德法師：謝謝黃居士。她也是「見人善，即思齊」，她看到我們李居士的分享，她也是自我勸勉。包含林看治老居士六十幾歲還學講經，我們說「見人善，即思齊，縱去遠，以漸躋」，這個態度是很可貴，所以她說她心生慚愧。我們剛剛說的人的善根有十一，善心所，這十一裡面其中兩個最重要的就是慚跟愧，這兩個是太重要的善根，我們一生起來，就會去改正自己。

大家以後寫心得不要有壓力，沒有就不寫，有才寫，一切皆從真實心中作。我不能惱害你們，寫不出來還要硬寫，會傷害腦細胞的，出家人不能犯了殺戒。

再來，當父母的人，尤其當媽媽都太操心了，妳在那裡擔心他會不會誤入什麼，妳不如給他念佛。妳愈擔心他，妳起的是煩惱，給他的也是負面影響；妳給予他信任，然後又念佛給他迴向，這個是很有力量的。而且他學校的東西沒有學得很好，沒有關係，不要罣礙，每個孩子開竅的時間不大一樣。我們當父母的要去護念、要去等待他，那個信任不要減少，完全信任他。而且就從妳的兒子不忍心看那個解剖，他是挺善良的，很有善根。而且他看到柳大夫把身體捐出來，他不是說他們太偉大了嗎？那他還是會被這些感動。尤其年輕人最重要要立志，他有尊敬的人，以他們為目標，他每一天就不會空過。很多孩子就是在那麻醉自己，打電動玩具，其實他是缺乏志向。

你看那個孩子現在玩電玩，你真的跟他深聊、跟他交心聊，他也不願意這樣的，但是很多事情他覺得他面對不了，他很無奈，他就找這些方式來麻醉自己。哪怕孩子他現在已經陷在一些不是很好的狀況，我們還是反求諸己，可能我們對他的陪伴不夠造成這樣，我們還是很有耐心跟信任他，度過人生的一些彎路，不可能沒有的。

最後我們請林居士來分享一下，他也有不少感悟。謝謝。

林居士：阿彌陀佛，大家下午好。

時間不多，學生就簡單用三分鐘來講完。在十年前還沒有學習聖教之前，其實就犯了很多錯誤，在夫妻方面，當學生和兒子之間出現問題的時候，學生往往把這個責任推向自己的太太。現在回想起來，學了聖教之後，就覺得其實以前所做的一切都是錯的。為什

麼這麼說？第一，我們不了解人生的真相。這個真相就是我們兩個人能夠生活在一起結為夫妻，其實是從兩個歷史不同的背景產生出來的，這種教育背景完全不一樣。太太的家庭父母親是教員，所以從小就在德行方面肯定比學生好得太多了，她也不願發脾氣，這點當然就值得學生學習。

但是重點就是說，當時學生一直把跟孩子的問題推到她的身上，好像自己沒有責任，這是錯誤的。學習聖教之後就要反求諸己，開始看了到底自己在哪些地方做得不足，我就看到那一點了，第一，就看到原來自己只為自己著想罷了，沒有想到當時太太也不能分心太多時間去教導孩子。因為家裡岳父他是患了癌症，他跟我們一起住，那麼太太也要照顧爸爸，其實她的精神也是有限的。所以學生覺得學了這個聖教是遲了一點，今年剛剛第十年，如果當年學生早一點學這個聖教，那麼岳父的生命應該可以延長最少五年，學生覺得學生會對他更好，肯定的，學生相當肯定可以延長十年。

然後再回來看看自己，本身因為反求諸己，現在老法師的話可以聽進去了，譬如說：「別人的錯也是對的，自己的對也是錯的。」學生現在是用這句話放在夫妻關係方面，全部的錯學生認了。這個認錯跟以前不一樣，以前的認錯就是有一點生氣的樣子，譬如說，「都是我的錯，什麼都是我的錯」。現在不會了，這是真誠心了在認錯，這事情真的是我做得不夠好，心甘情願的去付出、對待。所以在家庭裡，學生應該是說反求諸己之後，就是全部責任要幹起來了。因為我們走這條大乘的道路，我們已經不單為自己了，我們要為我們家庭、我們要為我們這個社會、我們要為每一個眾生，這宇宙的眾生，這條路我們要很歡喜的去走，不要給自己任何壓力，歡喜的去做就是了，心甘情願的去付出，不要講累，沒有累這回事，累了就休息吧，學生就是這種態度。



家庭的情況就慢慢慢慢好轉起來，好轉到什麼程度？譬如說現在跟孩子，現在疫情期間不能去理髮，也擔心那些理髮師方面可能功夫不夠，所以孩子就說：「爸爸，我幫您理髮吧。」就變成這種關係已經……所以夫妻關係如果能夠更融洽的話，那麼整個全體就和諧，我們的家庭和諧，我們的社區就會和諧，我們的社會就會更和諧，然後我們世界應該就會更和諧。

簡單這樣向大家報告，阿彌陀佛。

成德法師：林居士，你不是還有看了「醫道」的一些心得嗎？您不是有看了「醫道」的一些心得嗎？

林居士：「醫道」，現在時間方面怎麼樣法師？

成德法師：時間快到了。

林居士：OK，就簡單的講幾句。

成德法師：好好好。

林居士：看了「醫道」學生就覺得，其實跟德師父所講的，醫道和師道的關係是非常密切的。法師說上課，學生就引出老法師最少有兩句話最重要了，那就是說，「孝親尊師是圓滿成佛之根本」，那是二〇一六年講的；然後老法師也講到：「佛法是師道，是建立在孝道的基礎上」。所以整個醫道本身其實就是在講這件事情，因為學生的感覺就是講這兩件事。醫道本身一定跟著師道走，你就不能乖離老師的教誨，完全不能夠乖離。孝親尊師，你要把老師的志願當作自己的志願。老師，譬如說現在老法師他在做世界和諧的工作、和平的工作，我們如果有能力，學生就願意參與，但是這不是攀緣的參與，這是隨緣的參與。

我們看到整個「醫道」裡面講了一件事，講柳師父跟和尚講的話，譬如他說：「如果我們一生一直在處理一些事情的話，總是做不完的，這個事是根本做不完的，人到最後還是要死的。」這是柳

大夫他講的。三積和尚就說：「我們人類就是在這個無止境的時光裡不斷的輪迴。」這句話學生覺得太重要了！正提醒我們學生自己，現在我應該怎麼去辦？我們現在又認識了念佛法門，這是難信易行之道。既然老法師說：「你一定要從這個最基本做起」，大家就要盡最大的努力從那邊去處理，不要走這些旁邊的、其他的。

譬如說一個例子，昨天妹妹打電話來，「哥哥，明天我跟我的法師去放生，怎麼樣？」所以這些我們都要處理。如果我們跟隨了老法師，我們就知道應該是，學生所了解的，不鼓勵去花太多時間參與這類的工作，所以學生就很坦白告訴她，「你們去做吧，鼓勵你們」。是因為我們不要跟別人對立，你們適合的，你們去做吧，所以就這樣子。

然後學生覺得許大夫在孝親方面，其實他受到他母親的影響非常大，所以這個做母親的太重要了。譬如說他一直稱自己「小的，小的，小的」，一直在講，他也就是因為他也肯認錯，因為無知，小的知道錯了，他願意跪下來磕頭認錯，這是很不簡單的，而且又聽到老師叫他立刻就去。

所以這些事情就是，我們學到就是說，譬如現在成德法師教我們做，我們要積極的反應。剛才學生們也高興，因為黃老師立刻進來了，不然真的差一點就變成有點尷尬。不過之前我們孝組本身就講好，說：「如果成德法師一叫起來，沒有人舉手，我們就進去」，所以後來鄭居士…

成德法師：你們都說好了。

林居士：說好我們就進去，剛才又有舉手。學生想，我說：「沒想到成德法師希望他能夠叫鄭居士，要叫學生，又給鄭居士一個機會。學生隨時可以參與進來的。」還好成德法師可能是明白這個心意，所以就叫了鄭同學。所以我們就是這樣子繼續學習。

在師道裡面還講了一個師承的問題。老法師本身我們看得非常清楚，他是以身作則的。學生雖然沒有機緣會面過老法師，不過從各方面所聽到的、所寫到的，才知道他是以身作則的。許大夫，那他師父怎麼樣？我們看他用口去吸那個傷口膿出來的時候，他也應該教許浚的。到最後我們也看到，許浚也是用同樣的方法去治療他的病人。所以它整個過程本身是說，你跟一個老師學的，這是非常重要的。所以我們學的老師一個師承，只有一個人。就說我們這一班同學也好，我們肯定會遇到一些岔路。這岔路哪裡來？其他學佛的人他應該都會插進來，「我們去禪修」，「另外一個法師非常好」。所以這時候我們的心要很定的，我們既然決定跟成德法師、跟老法師學，我們就要下很大的決心，我們只走這條路，別人的路我們尊敬他。所以學生就覺得跟淨空老法師和成德法師學是正確的。

另外一點就是說在「醫道」裡面，我們要好好的去學。Ok，學生學這個聖教是比較晚了一點，不是晚，是說只有十年的歷史，各位同學至少應該，除了顏同學幾位之外，可能都是十多年，至少二十多年，學生只學了十年。但是在「醫道」裡面就看到有一句，許浚就講：「別人要花十年才能學到的東西，那麼我要在三五年就要學到。」我記得老法師去向李炳南老師學習的時候，同樣也一樣。成德法師也講過，李老師說：「學到的人走了」。台中的同學就問淨空法師，為什麼？老師可能會另外教你，你學到了。「沒有啊」，老法師說：「一模一樣，我學的一樣，但是我的心態不一樣。心態不一樣，因為我覺得我的時間太寶貴了，我又不是本地人，我是別的地方來的，你們有大把時間，我沒有，所以我要儘快的學。」這個態度學生覺得真是太重要了。

有另外一點是說，我們在學習的時候，真的，學生覺得分分秒秒就把這個榜樣做好，把身教的榜樣做好。所以另外一點說「師父

領進門，修行在個人」。柳義泰師父講了一句很重要的話，他告訴許浚，他說：「難道你希望你一輩子由我牽著你的手——教導你嗎？」這句也是很重要的。因為老法師講了這麼多年，成德法師現在也跟著我們又講，又重複，他們已經告訴我們這個方向了，我們是不是真的要走這條路？這是學生自己要問自己的，這是很重要的。

它最重要的是說，譬如說我們這個教學，這個扎根班，學生的責任，就是大夫的責任，你就是要幫助那些生病的人，那是大夫的第一個責任，第二個責任、第三個責任也只是這個而已。這是非常重要的學生覺得，我們既然參加這個扎根班，我們就要好好學習，這是我們的責任。所以要很快的、儘快去做，沒有其他的，糾正自己日常生活中，慢慢去看，那我們就怎麼樣去大家配合，扎根班一起配合，也許我們能做一些事情。所以最後學生就覺得，老法師和成德法師已經重複了孝親尊師的重要性，學生真的是謹記在心裡，而且在提醒自己，就如許浚的那種精神，他真的是老實、他聽話，傳給我們的家人、傳給社會，然後在日常生活中，傳到這個虛空法界。

謝謝大家，謝謝。阿彌陀佛。

成德法師：謝謝林居士。他一開始講這個夫妻的相處，等於是不能遇到事情就怪對方，甚至於是要設身處地，對方她的情況，甚至她體力的負荷，都要能體恤得到。夫妻之間、親人之間不能互相體恤，彼此都覺得很委屈；互相體恤了，一下能量就整個都提升起來了。就是一個心念，是體恤還是要求，那個家庭的磁場不一樣。我們說家和萬事興，都是從這個心境自然而然呈現出來的。

當然，剛剛還提到師父一句法語，「別人錯的也是對的，我對的也是錯的」。為什麼說別人錯的也是對的？就像剛剛林居士講的，我們都來自不同的家庭成長背景，怪不得他會這樣！怪不得，那

個就是你從他的原因看過來。你另一半家裡是從商的，他就有從商的思惟；從事法律工作的，就有法律工作思惟；當老師的，就有當老師的思惟。那個都是很正常的，都能包容，互相包容，所以別人錯的也是對的，那個對是說也是正常的。然後我對的也是錯的，因為一覺得自己對，就是我高他低，這個心已經有點偏。所以師父上人都是在我們的念頭處提醒我們。

剛剛他還要一個強調的是，你修哪一個法門，你就專注這個法門，你不能一下子想修這個法門，下個月又想修另外一個法門。這個就好像挖井一樣，你認真挖挖挖，挖到最後水就出來了，不管你是哪一個法門。可是你現在不認真挖，挖到一半又放棄，又挖另外一個，挖了七八個井，統統沒有水。所以要一門深入、長時薰修，這個是一個求學的理念。

當然你選了一個法門以後，它有正助雙修。像我們修念佛求生極樂世界，正修是念阿彌陀佛，助修，積功累德。你今天去工作了，真心去做，有功德；你今天去跟人家吃飯，你也是真心去應酬，把傳統文化介紹給他，關心他家裡問題，把解決問題的方法供養他，這個都是功德，那是助修，正助就雙修。

包含放生，放生是好事情，《大智度論》說：「諸功德中，放生第一。」剛好有這個緣，我們也隨喜就好，去做。甚至於真的讓我們遇上生命，那可能都是我們過去父母，我們就隨這個緣，把牠買去放生。但盡量要避免什麼？有一些人知道你們明天要放生，他就刻意去抓一堆來，然後就賣給你。本來牠們不用被抓成這個樣子的，我們的這個放生的套路都被他們抓準了，他就專門抓來賣給你的，那你不是折騰這些眾生嗎？所以印祖、老法師都是教我們什麼？見到了隨緣，然後去放生。總要冷靜，做什麼事情要防止有沒有造成副作用。你包含放生，你這個也要考慮到法律的問題，什麼規

定不能把外來物種放了，結果你又放下去，到時候就造成法律上面的問題。所以做好事還得要考慮周詳。

一個是法門的問題，你不能兩個、三個，你腳踏兩條船不好修吧。再來是什麼？你跟哪一個老師，這個沒有好壞的問題，是緣分，你最信任誰，你就跟他學。當然你也要冷靜，他是不是正知正見？是不是有師承？再來，你最好還要判斷什麼？他是不是過來人。所以《阿難問事佛吉凶經》說：「從明師受戒」，那個明是明白的明。老法師是有傳統文化承傳最後一代，他的弟弟小他六歲，機緣就不一樣了。我們是因為成年了才遇到他老人家，但是遇到他的時候已經二十幾歲了，很多習性已經染上來了，那個要調伏掉都不知道要多久。所以我們是一起跟著老法師學習，因為他是明師，非常難得的機緣，我們要抓住。

每個人人不一樣，你不能強迫別人。他最相信誰，那個人又是正知正見，你反而要支持他、護持他，去跟他信任的正知正見的人學。你不能說我跟淨空老法師學，我就硬要把親戚朋友拉來，一定要跟我一起，我們就沒有把老法師的教誨做出來了。這個一切都要看緣分，當然也要珍惜緣分。

最後他也是提到柳大夫都是用身教來影響許大夫的，他看到那個病人長膿瘡了，他的師父是直接就把它吸出來，那個是馬上可以感覺病人很痛，「於諸眾生，視若自己」。所以他們變成是在醫學界裡行菩薩道。所以菩薩在哪？各行各業都有菩薩，佛法是很圓融的。

他最後提到，柳大夫跟許浚講，跟許大夫講：「大夫的責任，第一就是要照顧好病人，第二、第三都是這一條。」其實就是師父告訴我們，「建國君民，教學為先」，剛剛提到的任何問題都是人心的問題，但人心需要教育、教化，人不學，不知道；人不學，不

知義。所以老法師也期許我們，要把弘揚儒釋道、弘揚正法當作這一生唯一的事情。你們聽我這句話不要又聽執著了，回去跟你太太說：「我啥事都不幹了，我就去跟著老法師……」這個唯一的意思就是你當爸爸、你當兒子，都是為了把傳統文化表演出來，都是為了把它弘揚開來，都是這個目標。至於緣分怎麼樣，一切隨緣，只要你真的一心為眾生，佛菩薩自有安排，不要操心。你們千萬不要太激動，跑到英國來找我，這個幹不得。時節因緣成熟，佛菩薩自有安排。

今天就跟大家交流到這裡，謝謝大家。不好意思，時間有超過一點。感恩大家，阿彌陀佛。