

諸位朋友，大家好！

老師好！

剛剛有提到大家都很關心我的身體狀況，一想到這裡我就覺得很慚愧，讓這麼多人擔心。我今年的目標是要胖五公斤，要對得起人。剛好七月六號到十號，我到東北黑龍江大慶講課，有一位九十歲的老人家去聽課，跟她女兒一起去，一看到我，她說：你怎麼跟電視的樣子差這麼多？怎麼這麼瘦？一邊講，眼淚就掉下來，我看了也是很慚愧、很難受，老人家這麼替我們的身體擔憂。隔天正式上課，我就跟所有的朋友說道：諸位朋友，你們不要一直想蔡老師很瘦，這個念頭是有能量的，我所有的細胞一直都在聽到蔡老師好瘦，所以每一個細胞都不爭氣。你們一定要說蔡老師一定會胖，要轉這個念頭，那我會胖起來。我從大慶講完課回到北京，那兩天的食量快速增加，現在回到台灣到了善果林，每天也都吃了不少，突然覺得念頭的力量很大。因為我現在每一個細胞都收到一個訊號，說它一定會胖，它們現在都變得很飢餓，開始吃東西了。我們時時丟出好的意念，不要丟出憂鬱、擔憂的意念，我們相信「人之初，性本善」，我們相信每一個人都能夠迷途知返，用這樣的意念去祝福他、去信任他，這一念之間相信會有很微妙的變化。

好，剛剛一開始也提到在我求學的過程當中，在功利主義、升學主義的環境之下，心量變狹窄，在那段時光當中留下來的就是一天考試考四科、考五科，甚至於還有更多的時候。還有很多的景象是學生的成績考不好被老師處罰，被老師打得，我記得有一次我的

同學手上差不多有五六顆紫色的水泡，好像一個水泡，但是裡面都是瘀青。諸位朋友，分數是拉上去了，請問在孩子的心靈當中烙下了什麼痕跡？什麼痕跡？會感謝老師嗎？會尊重老師嗎？這可不是小事，一個孩子只要不尊重老師，甚至於對老師有怨恨的時候，他一生的學業、學問會造成很大的障礙。

我有很多同學，他的智商都超過一百三，好幾個是一百四、一百五，相當聰明。我的智商，你看我都記得那麼清楚，就知道我虛榮心多重，一比跟人家差那麼多，我是一百一十八，初中的時候測驗的。看著我這麼多同學智商那麼高，而他們因為成績考得比較低，被老師打得很兇，後來埋怨老師，上了高中也不認真，很多連高中都沒有畢業就被退學了，一個這麼好的苗子無法順利成就。雖然那時候我才十多歲，但是都是我走過的人生道路，我在思考，假如我當老師，絕對不讓這樣的情景上演。

當然我也有被老師處罰過，我還坐過飛機。諸位朋友，你有沒有坐過飛機？坐飛機就是班上四個個兒最大的，差不多都快一百八十公分的男同學，把你的兩隻手抬起來，把你的兩隻腳抬起來，然後拿藤條怎麼樣？打屁股。我也被打過，我被打的時候不是因為成績不好，是因為去打撞球。當然，那時候我又沒學過《弟子規》，怎麼可以怪我？我又不知道「鬥鬧場，絕勿近」。而且我要去打以前有跟我媽媽講，我說我要去打撞球，我有做到「出必告，反必面」。但是為什麼我媽媽給我去打？因為她信任兒子不會跟人家亂搞，我沒有錯，我又不是自作主張都沒有通告父母。但是老師他要很有權威，所以我們去打撞球就被叫出來修理。是有其中一個同學被發現了，發現以後，老師又跟他講道，曾經誰跟你打過撞球的統統把他叫出來，我就被這樣抓出來。打完以後真的很痛，可是我這一生有一個特質，恨一個人恨不起來，不管他怎麼對我，我真的恨不

起來。後來從事教育，我才體會到一個人的人格受家庭、受父母的影響很大。在我成長的過程當中，從父母的口中聽不到對他人的批判，對他人的怨恨，這種言語不曾在我的成長歲月當中出現，都是對人的幫助、對人的寬容，我們在這樣的氣氛當中耳濡目染，自己也是這樣的人生態度。

常常我父親因為很照顧朋友，有時候照顧得在一般人看來覺得很過頭了。記得小時候有一個朋友欠我父親一筆錢，我的父親到他們家去跟他拿錢，後來回到家裡，我母親就問了：有沒有收到錢？那時候我也在旁邊，我爸爸說：沒有，因為他們家現在狀況很不好，孩子下個學期還要付學費，所以我又拿了五千塊給他。那時候我還小，諸位朋友，在我幼小的心靈當中，這樣的行為給了什麼影響？深深感覺父親的厚道。常常我媽媽就說，跟我爸說：你就是濫好人。講完以後，又看看我們三個孩子：你們也是濫好人。我心裡在想我媽媽還不是一樣。但是處處替人著想不吃虧？我們家三個孩子從小到大，人緣就是特別好，有什麼好吃虧？愛人者，人恆愛之。

因為有這樣的人格特質，所以對老師沒有任何的埋怨，反而會去觀察到，這是我當時候初中的心境，會去觀察到這個世界大部分的人都很痛苦，人在江湖，身不由己。這些老師雖然打我們很兇，但是他把他本來應該休息的時間，他把他跟孩子相處的天倫之樂的時光給了誰？給了我們這些學生。他們的損失也很大，我們應該體諒到他們的付出，只是付出的方法應該有所修正。當然也不能怪我的老師，還是得怪我，因為那時候假如我學了《弟子規》，我就可以推薦給我的老師，叫他教我們「入則孝」，當他把孝道的深義、父母的恩德講給我們聽，當我們內心生起了對父母的孝敬，當我們理解到「親所好，力為具」，父母對我們的恩德這麼大，又辛辛苦

苦栽培我們念書，應該好好用功，不要辜負了父母的苦心。當這一念心在我們十多歲青少年的時期點燃了，成績絕對不會比用棍子打出來的差，諸位朋友，你相信嗎？

從接觸聖賢經典以後，沒有任何的人催我們讀書，我們是一有時間趕快用功，深怕自己的學問不能成長，深怕自己的人生沒有智慧，深怕自己又走向錯誤、後悔的人生情境。走錯了路，除了耗費自己的時光以外，又要讓多少的親友替我們擔憂受怕，甚至於是傷心痛苦，這樣的人生我們不願意再走。都有更好的方法，只是我們沒有去學習。因為在讀書的過程有了這些體會、這些感受，讓我在從事教職之後，不會只重視學生的分數，更重視的是教他做人做事的道理。

我每一次跟家長開座談會，一開頭我都會問家長一個問題，是把孩子從九十八分拉到一百分，這兩分重要，還是教孩子一生做人處事的正確態度重要？哪一個重要？諸位朋友，假如現在考卷發下去，每一個人都是一百分，一定都會答對。考試所形成對我們的影響，就是寫答案跟實際生活是兩碼子事。多少學生考試的時候，考到《社會》、考《生活與倫理》都了解不能夠亂丟垃圾，可是我們也看到街頭常常都有遍地的垃圾在。學習一定要跟生活、跟行為一致，這才叫學問。假如寫考卷跟生活脫節，在這樣的學習環境之下，我們的孩子學到了什麼？學到了言行不一致，學到了虛偽。學問最重要是提升一個人的心境，假如他的存心都是往錯誤的方向在走，縱使他有很高的學歷，我們看了也很憂心。做家長的嘴上講著做人做事重要，但是面對孩子都是要求他的成績，說一套做一套，當我們在成長的過程看到長者、父母說跟做不一致，對我們的內心有什麼影響？要深思。我們不能只責怪這些青少年不聽話，不聽話是結果，叛逆是結果，真正的原因我們要找出來。在小的時候最尊敬

的人是父母，天天想著要長大，對成人的世界有一份憧憬，有一份記憶，當孩子的內心對長者、對父母開始沒有尊敬、沒有孝敬，他的人格就會開始扭曲了，他對人沒有恭敬心，對人會冷漠。父母對於孩子的人格影響相當的大，我們時時要觀照自己言行一不一致。

為什麼家長口上都說做人做事重要，但是卻把大半的時間用在逼孩子的分數上？其實根源問題還是在於對於做人處事對孩子的長遠影響沒有深刻的認知。這也不能怪他們，人不學不知道。我們在海口辦家長的課程已經持續快兩年的時間都沒有間斷，也是洞察到家長對於處事做人的認知必然要經過長期的學習才会有定見，要有耐性辦下去，慢慢的這些家長的觀念轉變了，當家長的觀念轉變，教孩子就顯得輕鬆多了。

我自己在教學過程，會運用像上課前的時間讓孩子來讀誦經典，在教國文也好，數學也好，任何的科目，我們會把這些做人處事融在教學當中，讓孩子在這些教誨當中去領受、去成長，看著學生能夠讀到這些經典，我的內心也是相當的喜悅。我們不要小看每一句教誨，都可能對於學生產生一生的影響。我記得念初中的時候，我的理化老師曾經在上課當中講了一句話，「人不可以有傲氣，但是不可以沒有骨氣」，這句做人的態度在升學壓力頗大的生活當中，猶如一股清流貫注入我的心田當中，這句話我並沒有抄下來，這句話講完以後就落在我的心田之上。諸位朋友，我們念了十多年的書，還有多少東西留在你的心中？我們十多年的歲月念了一堆可能跟我們的人生毫無用處的東西，而真正關鍵人生的提升與墮落、幸福與痛苦的道理，這些教誨卻少得可憐。

我記得我從海口第一次回到台灣，我回去第一年教書的學校，高雄縣龍肚國小，那一年是很美好的歲月。我們學校很漂亮，在學校校園之內還有一座小山，還可以爬山。跟這個學校的因緣也很特

別，我從師範院校畢業應該要實習一年，那時候我的心境覺得不要再等一年才教書，等一年那有多少學生就無法跟我們結緣。抱著馬上希望去教書的心境，我去參加代課考試，滿順利考了三十三名，錄取五十個人。我的同學考了三十四名，我們一起填志願，我的同學剛好站在我旁邊等著，彌陀國小還有兩個名額。我那時候參加正式考試，這個是代課考試，過了一年以後又參加正式考試。我的同學就問我：你想去哪一間學校？我跟同學說道，我說我來考的話，不是到彌陀就是到觀音。因為高雄縣有彌陀國小，又有觀音國小。諸位朋友，我後來正式老師在觀音國小任教，這叫心想事成。

而那一年代課，跟我同學說好要去彌陀國小做同事，我話才說完，頭一轉過來，看到三十二名把彌陀國小填掉了，只剩一個名額，而已經叫到我的名字，我也沒有時間看看我的同學，我直接就上台去了。我這個同學已經結婚又有小孩了，其他的學校不是在山邊就是在大海邊，都比較遙遠，我站在一堆不知道它是什麼樣情況的學校面前就填了一個龍肚國小，把這個名額讓給我同學。有捨會怎麼樣？有得。後來去龍肚國小報到，一看，山明水秀，所以小捨小得、大捨大得，這是真理，也要我們自己去印證。由於捨了這個機會，那一年的時光非常甜美，整個全校的同事照顧我就像家裡人一樣，有什麼好吃的都會拿到學校大家一起享用。人生的緣分都很難得，當我們生命有提升，我們也希望回饋給所有曾經幫助我們、提攜我們的親朋好友。

我拿著海南的特產回去看看這些同事，還有曾經教了一年的學生。我的校長看我回來很高興，就一起坐下來泡茶。我也把在海口推展教師課、推展家長課，還有推展小孩的德行教育課，給他做了一個報告。講完以後，我的校長就說了，他說假如每一個老師願意每天花十分鐘來教孩子做人，這個孩子畢業以後，往後會感謝你一

輩子。每天十分鐘多不多？不多，但是每天十分鐘能持續教下去，我們的學生會深刻感覺老師時時都想著要成就我們的人生。我的理化老師才一句話就影響了我的一生，重要在那一份心。我聽了以後也很感動，感動校長這一份愛心。我的校長馬上說：今天下午你跟全校的同仁做一場分享，跟大家交流交流這些教育的體會。當然，面對這麼有心的校長，我們一定是怎麼樣？一定兩肋插刀，奉陪到底。下午講完課，校長又說：今天全校教職員工沒有全到，你明天早上再來講一堂。我也是很歡喜再去講一堂。教孩子做人刻不容緩。

很多人都會問：蔡老師，是什麼樣的動力讓你這麼積極在弘揚中國文化？我會跟他們提到，當一個人在他的人生過程當中掉進了一個陷阱，摔得很痛，他爬起來站在旁邊，他會怎麼做？他會繼續看著人跌下去，還是當人要跌下去的時候，他馬上跑過來告訴他，不要再摔到這個陷阱裡了？諸位朋友，我們要當哪一種人？這是做人根本的良心。假如我們已經跌過的陷阱還讓我們的學生繼續走下去，那我們的良心何在？

我教孩子讀經有了一點收穫，獨樂樂不若與眾樂樂，我帶著兩本《弟子規》從高雄開車到台中，我台中有一位結拜大哥，他有兩個女兒，記得那時候一個是小學二年級，一個是小學四年級。到了台中剛好中午吃飯，我們兄弟兩個坐下來，飯還沒開始吃，我已經忍不住開始把我教學《弟子規》的體驗跟他說。我提「父母呼，應勿緩」，雖然只是對父母的一句言語態度，重不重要？假如他對父母講話都不恭敬，這個人這一輩子毀掉了。你說：蔡老師，有這麼嚴重嗎？我們為什麼對很多事情看法無法堅定？因為我們的理智，我們對於人生對錯的認知深度不夠。

《孝經》裡面提到「不愛其親，而愛他人者，謂之悖德」，一

個連父母都不愛的人，而去愛他人，這是違背德行，這是假的。「不敬其親」，不尊敬他的父母，「而敬他人者，謂之悖禮」，這是違背禮儀，違背一個人禮敬的心。因為他連生育、養育他的父母都不尊敬，他怎麼可能會去尊敬別人？假如一個人對父母不孝敬，對你很恭敬，你要不要高興？你要小心一點，他恭敬的不是你，是什麼？可能是你背後可以讓他利用的利益，是那一筆金錢。很可能對你恭敬完，生意做完了，錢他收到了，下一次看到你的態度可能就不一樣。

一個孩子對父母的恭敬心沒有形成，他這一輩子增長的是傲慢，增長的是不耐煩，增長的是不受教，這一個心性的升與降，影響的層面很大。我們現在來找找，一百個青少年有幾個人對父母講話很恭敬？現在我們做個實驗，跟小孩說「小明，小芬」，叫孩子的名字所回饋回來的是什麼樣的回應？你有沒有聽到孩子馬上跑到父母的面前鞠一個躬，「爸爸媽媽，有什麼事嗎？」你現在身旁有這樣的孩子舉手，假如有的話跟我打個招呼，這個人可能是顏淵轉世的，還是閔子騫轉世的，這樣的孩子愈來愈少。我們不要去憎恨，不要去對孩子這些無禮的態度生氣或者是責罵，不能怪他們，人不學不知道，我反而不只不會責怪他們，我會替他們很著急。因為一個人的恭敬心沒有生起，他不只人生減少很多的助力，他還會形成很多的阻力。他的一句話會得罪人，他的一個動作會讓人誤會，讓人不舒服，不等他出社會，他在成長的過程就已經不斷在造成生命的阻力。一個態度影響人生的層面相當的大。

就這樣一句一句跟我的大哥探討，突然講到一半，我的眼淚就掉下來，哭得很傷心，等我情緒比較平和下來，我的大哥就跟我講，他說：我聽過很多大學教授講課，也沒有人像你講成這個樣子。你有沒有看過大學教授講中國經典講到痛哭流涕？有沒有？後來我



比較平和下來，我就跟我大哥講，我說：我剛剛講到一半，突然內心有一股很強烈的感受，假如我在求學的過程，不要多，有一位老師把《弟子規》給我講了，我的人生將少走多少冤枉路。而我那一份難受不是因為我走了冤枉路，人生走冤枉路只是浪費了自己的時間，而在走這個冤枉路的過程，不知說錯多少話、做錯多少事，而這些錯誤都造成了多少愛護我的人傷心、受怕、難過。對於愛護我們的人，我們去回報他的恩德都來不及了，怎麼忍心再去傷害他們？而對他們所造成的傷害能不能回到原來的狀態？能不能回到若無其事？有沒有可能？我們所講出去傷人的話收不收得回來？收不回來，「利刃割體痕易合，惡語傷人恨難消」。這些講話的涵養沒有人教我們，已經造成多少人的遺憾。這樣的人生我不願意再走下去，也不願意更多的親友，以至於更多我的學生再走這樣的道路，這是良知。

我是在有一次看電視的時候看到我的師長 上淨下空老和尚，他在講經，我邊聽邊讚歎這位老人家把道理講得這麼清楚，我不由自主開始寫筆記，確確實實人不是不想學，而是遇不到好的老師。我有一個朋友，他做生意，吃喝嫖賭樣樣來。諸位朋友，你看到吃喝嫖賭的人會不會很生氣？吃喝嫖賭的人，日子好不好受？他的內心很空虛、很痛苦。他為什麼要吃喝嫖賭？假如他知道有一條幸福大道可以走，他願不願意走？哪有人喜歡自甘墮落？哪有人喜歡自掘墳墓？我們看著孩子每天坐在電腦桌前，一坐就是六七個小時，你在那裡氣得半死，其實他快樂嗎？他的內心沒有人生方向，很空虛，打著電腦就像打麻藥一樣。在那段時間，他才會覺得內心沒有那麼空虛、沒有那麼難受。面對他人錯誤的行為，我們要先感同身受，不要一開始就批判。你能感同身受他的痛苦才好跟他溝通，才好引導他走出這個迷惑，走出這個錯誤。

我這位朋友賺了不少錢，把人生也搞得很亂七八糟。有一天剛好師鐸獎頒獎，他突然放聲大哭。人家是在頒師鐸獎頒給一些優秀老師，教書二十年、三十年，作育英才，他哭什麼？他說：我這一輩子為什麼就遇不到這麼好的老師，害我的人生一塌糊塗！他很痛苦。剛好有一天他也在電視上看到老和尚的講經，他很高興，他說：我人生終於找到明師，我要好好學習。從那天開始每天聽經八個小時，是不是人才？是不是能成就學問的法器？是，可是他卻四十來歲才開始學，人生總在遇緣不同。我們常常在上課當中看到很多一二十歲的孩子就開始學習，內心都無比的歡喜，最起碼這些年輕的學子不用再像我們這樣繞了大半圈。

這位朋友很認真坐下來聽課，他說他差不多十分鐘以後就開始打瞌睡，八個小時可能就睡了七個多小時，但是他很認真，依然堅持聽下來。聽了一年，聽了兩年，本來是睡七個小時，慢慢就變六個小時、五個小時，現在聽經不打瞌睡了。而當他遇到好老師，他抓住這個機會全心學習，他把他房地產的工作收掉，他有開公司，也不開了，我要抓住這個機會成就學問，錢也不賺了。所有的同仁都勸他，這麼好的機會你為什麼不做？當然也沒有人了解他的心境。當他把生意都收掉，沒有多久，房地產狂跌，所有本來很富有的這些建築商統統都負債，這些同業人員都謠傳說他會算，知道快要狂跌了趕快收掉。他一念好學之心把他人生的劫難怎麼樣？轉掉了。他現在也不愁吃穿，可以認真學習。人的善念確實會逢凶化吉。

而我遇到了老和尚，我也非常的珍惜，記得老人家在講課當中問了一個問題，他說道：全世界四大古文明現在只剩下一個，諸位朋友，哪一個？怎麼這麼小聲？哪一個？「中國。」只剩下中國文化。學聖賢經典教誨已經有一個慣性，看到結果會怎麼樣？找原因，把原因找出來，這一個態度叫理智。時時都是找原因解決問題，

而不是在結果當中傷心受怕，這個態度很重要。是不是四大古文明的老祖宗在神明的面前抽籤，誰抽到了不用滅亡，那一個民族就不用滅亡？是不是這樣？不是。能幾千年承傳而不斷，必有它的原因。我從這一點也體會到不只一個文化傳承不是偶然，每一個人人生過程當中所遇到的一切境界也沒有一件事是偶然，我們都要全然去面對、去解決，而不能去逃避，也不能用僥倖的心理去經營自己的人生，要全心全意去種對的因。

老和尚接著就講道，是因為我們的老祖宗在四五千年前就已經洞察到，一個人一生才數十寒暑，所積累的人生經驗也相當有限，假如能夠傳給孩子，還能夠學到幾十年的經驗，假如不能傳下去，孩子又必須從頭開始摸索，那很辛苦。諸位朋友，我們幾十年的人生過程都活明白了嗎？體會到多少道理？有沒有感覺相當有限？

我一次在上課當中，有一個朋友第一次來聽課，聽完課，下了課他沒有離開，站在教室的周圍等我跟一些家長做了溝通完，他才走向前來。他做生意，生意也做得相當不錯，他語重心長跟我說，他說：蔡老師，我今天只想跟你講一句感受，我在人生十多年的社會經驗當中所積累的經驗，只是《弟子規》裡面的一二句話而已。幾十年的經驗卻只是經典當中的一二句，所以這幾千年人生的智慧相當寶貴，相當難得。而它能順利承傳下來，是因為我們的老祖宗了解到講話的言語跟寫文章的文字要分開來，寫文章用文言文，一般講話用當時的語言，要把它分開。

我有一個朋友，他離開他的故鄉二十年，二十年之後再回故鄉跟這些親朋好友溝通，都有一些遣詞用句不大了解，還要解釋一下才能溝通。言語在二十年就起一個小變化，兩百年呢？就起一個大變化。那兩千年前說的話，你聽懂不懂？那就完全不懂。假如兩千年前寫的文章就是他們這時候講話的言語，那你兩千年後根本都聽

不懂，你也看不懂，那就不可能把文化承傳下來。看到言語的變化那麼快速，我們的祖先就把寫文章創設了文言文這個方法，寫文章就用文言文，不管言語怎麼變化，我們所承傳的人生智慧都能透過這個工具寫下來。

當我們了解文言文，這幾千年的智慧你都可以深入，都可以去領受，你可以直接翻開《論語》念著「學而時習之」，透過我們至誠的恭敬心直接向孔老夫子學習，有了這個工具就沒有障礙。除了因為它是文言文這個工具之外，它還有更深的一個含義是，因為中國文化它談的是人生的真理，假如不是人生的真理，縱使有文言文這個工具，這些理論、這些學問終究還是會被時間怎麼樣？淘汰掉。因為它講的確確實實是人生的真相、人生的智慧，又善用了文言文這個工具，所以文化承傳下來。

我們的人生不需要從頭開始，我們的人生可以踏在四五千年的經驗之上，我常說站在巨人的肩膀上看得更遠。諸位朋友，您聽我講話覺得我年紀多大？很多第一次來的朋友，等我上台的時候，他們都會露出很驚訝的表情，怎麼年紀這麼輕？而我們所講的話並不是自己的話，因為我們有領受了聖賢的經典，我們的人生可以站在巨人的肩膀上看得更遠。諸位朋友，這個巨人的肩膀你站上去了沒有？那你的孩子、你的學生站上去了沒有？好，這節課我們先上到這邊，謝謝大家。