

諸位朋友，大家早上好。昨天提到了在六七年前剛好在電視上看到釋淨空教授，就是我的師長，談了那一席話，了解到文言文傳承下來的經典是老祖宗給後代子孫最大的恩澤，帶著這一份明白，帶著這一份感恩，這一份體會，重新來研究、學習、實踐中國聖賢的教誨、經典。也確確實實經典的教誨都與我們本善的心相應，只要我們有這顆向善的心，一定可以把經典的真實義體會出來，進而能夠去落實、實踐，利益了自己的生命，同時又能進一步修身、齊家、治國、平天下。

諸位朋友，我們讀到齊家、治國、平天下，讀到這樣的句子，您的內心有什麼想法？治國平天下，干不干我們的事？假如不干，那又是分別執著。我們要在自己的念頭上觀照，是理智還是意氣分別執著。修身就要從起心動念處來修持。其實一個人真正修身了，必定可以感動他的家人。為什麼我們修身的過程不能感動家人？最主要是順序搞錯了，所謂「知所先後，則近道矣」。要去齊家一定要先把修身做好，而修身最重要的是拿自己開刀，拿自己的什麼開刀？習氣開刀。這個順序假如搞錯了，先拿著刀開別人的習慣，開家裡人的壞習慣，或者開同事、開身旁親友的壞習慣，會造成什麼結果？剛好你走進辦公室一坐下來，旁邊的同事說，啊，我剛好有事要辦，對不起，我先走了。或者家裡的人看我們一走進來，我去洗碗，我去忙活去了。都不敢跟我們坐在一起，深怕我們又瞪大了眼睛找他的缺點，很不自在。所以重點在從自己開始修正起。諸位朋友，當我們把《弟子規》一條一條都落實了，請問家人會有什麼

樣的感受？會覺得如沐春風，沐浴在你的德行、德風之下，沒有人會不歡喜的。

當我們在修身過程無法達到齊家的效果，一定要思考到「行有不得」，這麼小聲，「行有不得，反求諸己」，這是契入中國文化最重要的一句心法。這句話契入了會達到什麼境界？您將是堯舜再來。諸位朋友，舜帝做到了，就是契入這句話。面對甚至於要傷害他生命的父母，他沒有看到別人一絲一毫的錯，只是不斷的反省自己，我還有哪裡做得不夠徹底，讓我的父母不歡喜，讓他們還體會不到我的孝心，時時刻刻只檢討自己。諸位朋友，當我們用這樣的態度去處事做人，吃不吃虧？一開始做會覺得很委屈，好像很吃虧。當你真正能夠時時反省自己的不足，你的提升效果會很快，你會把你的執著放下，會把你的習性放下，當這些習性點滴放下了，身心會覺得怎麼樣？愈來愈舒服，就會感受法喜充滿。其實聖賢人在修身的過程並不痛苦，是我們站在旁邊替他覺得很苦，而這個苦都是我們想出來的，因為不願意依教奉行。隨順他們的教誨去試試看，真的我們能堅持半年、一年，那箇中的滋味就明白了。

我們看到湯王，在他的教誨當中提到「萬方有罪，罪在朕躬」，所有天下的錯事根源都錯在誰？錯在我這個領導人沒有做好榜樣。假如你是湯王的子民，你看到湯王是這樣在處事待人，請問你的內心會有什麼感受？會非常的佩服、折服。莊子又說「以得為在民，以失為在己」，所有的成就都在別人的功勞，這是明白人說的話。了解到任何一件事都是眾緣和合，都是一群人的努力才辦到的，自己絕不居功自傲。而且處在家庭也好、社會當中，我們都有自己的本分要盡，當我們盡自己的本分，那都是該做的事，怎麼還把功勞攬在身上？諸位朋友，當我們把功勞攬在身上的時候能真正快樂嗎？當我們時時想著我有多少功勞，在別人談話之間都深怕沒有談

到我們的付出，心裡常常在他人言談的時候都很有負擔，怎麼還沒提到我的功勞？怎麼還沒提到我的名字？諸位朋友，這樣日子累不累？累死了。

我記得在大學四年級，從幾個學弟學妹開始練習講課，演講，那時我的大學老師還有他太太對我也是相當栽培、照顧。有一次我演講完走下臺來，老師的夫人跟我說了一句話，她說你真是活在掌聲中的人，她是在鼓勵我、肯定我，可是我一聽，突然覺得混身不對勁，假如都活在掌聲當中，那一沒有掌聲會怎麼樣？那活不了。突然反思到自己，這個就叫名聞利養。

這個名聞很恐怖，在商業界很多人為了得到一個職稱、名字，花了一大堆錢做出了假的業績，這種情況相當普遍，累不累？這叫俗話說的「打腫臉充胖子」，沒事找事，搞得累得要死。不只自己累得要死，還得累誰？累整個家人，以至於在你身旁愛護你的人，統統被我們怎麼樣？拖下了水。給他們好日子過都來不及了，還讓他們有這麼大的負擔，又操那麼多心。

名跟利是過眼雲煙，俗話說「從來富貴都是夢」，「萬般將不去，唯有業隨身」。當我們貪著名聞利養自私自利，到了中晚年必然感來惡果，所謂「老來衰後罪孽，都是盛時作的」。我們老了之後，所積累很多人生的錯誤，大半都是年輕氣盛的時候造成的。「老來疾病，都是壯時落的」。我們年老之後，很多的病痛很可能都是年輕時候逞強鬥狠積累下來。其實不用等到老，像我現在這把年紀已經感受到了。十七八歲的時候年輕氣盛，打羽毛球，中午吃飽飯沒休息就開始去打，又是這麼激烈的運動，現在想想實在太不懂事了，因為那時候沒有學《弟子規》，「身有傷，貽親憂」。孔老夫子說的「父母唯其疾之憂」，父母時時擔心孩子的身體狀況。這個「疾」不只是身體的疾病，更大的擔心在我們心理的疾病。假如

思想不健康，行為無規範，那父母的擔憂將永無止盡。真正要做到不讓父母擔憂，徹徹底底還是要從修身、從德行做起。

當我的老師他夫人講了這一段話，給了我很大的省思。因為一個人成長的過程有非常多人的提攜照顧，以至於整個社會國家的栽培，我們要回報這些恩德，所有該做的事都應該盡力去做。假如我們在這個過程當中染上了奢侈、染上了傲慢、染上了自私自利，那就會糟蹋所有愛護我們人的心意。就要時時提醒不求有功，但求無過，不然很容易會在名聞利養、五欲六塵當中會喝得醉醺醺的，不知道人去了。所以「以得為在民」，要讓功於眾，把功勞讓給別人，因為假如你一直功勞往上攬，會影響你整個身心狀態，我們的頭會愈抬怎麼樣？愈高，講話會愈來愈壓迫他人。當我們站在一個很驕傲人的旁邊，你會有什麼心理感受？很有壓力。

我記得那時候在念高中，高雄中學，有一些同學到學校來都說，我都沒有在念書，然後每一節下課就玩得特別起勁，我們看說他成績這麼好，然後還這麼會玩，我們就跟著他一起玩，結果考試出來差很多。在學校他都，哎喲，不用怎麼念，其實回家都是什麼？挑燈夜戰。有時候一些學習的題目，他們一看，怎麼這麼簡單的問題你都不懂、都不會？這句話出來，我們幼小的心靈受到很嚴重的創傷。要學謙讓，有一份謙讓的心就能處處替人著想，處處給人臺階下，留顏面。當我們時時是想著這些事都是我們應該盡的本分，就不會被驕傲、居功染著了我們本善的心。

「以失為在己」，假如生活當中，家庭裡面、工作裡面遇到了一些過失，錯誤了，我們不要去責怪他人，首先先檢討自己在這整件事情過程當中，假如我有做了什麼就不會造成這個惡果，因為不經一事，不長一智。當我們這個態度提起來，本來很不好的氣氛都可能轉成下一步的動力。假如當下我們所有的人互相指責，你看就

是你害的，氣氛就會非常火爆、非常凝重，就印證了「各相責，天翻地覆」。每個人都只是檢討別人，各相責一定搞得人仰馬翻、天翻地覆。俗話說「沒有功勞也有苦勞」，當我們互相之間指責，完全沒有看到他人的付出，這個話語一出去，所謂「惡語傷人六月寒」，縱使在六月的天氣當中，他的內心也會覺得非常的冰冷，非常的難受，這是「各相責，天翻地覆」。假如這個時候每一個人反省，我假如不犯哪一個錯，事情就不會搞砸了，「各自責，天清地寧」。當每一個人在檢討自己的過失，會發生什麼情況？我們的這一份德行又喚醒他人的德行，大家在那裡互相責怪，沒有啦，是我這裡不好，另外一個人又說沒有沒有，這是我那裡不好，那整個團隊的氣氛就會相當有凝聚力。天下無難事，只怕有心人，真正有了人和還怕什麼事做不好。

古代這些聖王確實契入這個境界，契入「聖人常受天下之責，而無責人之心」，受盡天下人的指責，他時時反省自己，卻沒有絲毫責怪別人之心，所以「是以終無怨」。當他用這樣的人生態度去面對一切人事物，有沒有人對他會有怨言？不可能。終無怨。我們希望在這一生過程當中不要讓人生煩惱，不要讓他人埋怨我們，我們希求這樣的人生境界。諸位朋友，你希不希望契入這樣的人生境界？哇，那都一團和氣。契入這個境界是結果，因在哪？因在「行有不得，反求諸己」，「聖人常受天下之責，而無責人之心」。掌握了聖哲人的存心，要契入境界就不困難。

所以師長寫了一面扇子，提到「老子曰，和大怨必有餘怨，安可以為善」。這一段話末後，師長已經告訴我們如何能夠終生無怨的心法所在。前面一段話也提到了，「知和其大怨，而不省其大怨之所由興」，我們只是想著要把怨消融，讓它化解掉，卻不找到怨的根源所在。怨從哪裡來？從自私來。人一自私，對人就不公平。

一不公平，人心就開始起波濤。起了波濤，小怨慢慢就積成大怨。假如我們能放下情執、放下好惡，心量擴寬，不自私自利，這個怨的根源就斷掉了。那很多人說：人都有情執，這句話有沒有道理？接著說：沒有情執就不是人。這都是我們預設立場，不願意去希聖希賢。

今天有一個人背了一包垃圾，背了二三十年，突然有一個朋友走過來跟他提到，你後面背的那一包是很骯髒污穢的垃圾，他說真的嗎？突然把它打開來一看，哇，真的是骯髒的垃圾。請問下一刻我們會怎麼做？怎麼樣？把它怎麼樣？扔掉，下一刻你還會留嗎？趕快扔掉。這些根本就是讓我們清淨的本性污濁了，它是什麼？這一包垃圾是自私自利、是五欲六塵、是名聞利養、是貪瞋痴慢。我們時時能觀照自己的內心狀態，我們就會知道好歹，當我們起一個貪念，他有我沒有，這個念頭一起，你是快樂還是痛苦？馬上心裡就覺得怎麼樣？好像心臟有一點不舒服，身體機能開始下降。對自己沒有好處的事，我們幹嘛做？

再來，瞋恚一起，當場所有的細胞都受損，要幾天才能夠恢復過來，幾天？三天？我們的功夫能不能三天回來？不只傷了自己還傷了誰？惡語傷人恨難消，有時候一句話讓人家從樓上跳樓都有。瞋恨一起，當下讓人感覺就活在地獄之中。自己發完脾氣久久不能平息，而且發完脾氣之後又有另外一個負擔，必須把因為發完脾氣之後產生的副作用又要怎麼樣？又要去彌補、去解釋，累不累？累死人了。這麼骯髒的垃圾，下一秒鐘就要怎麼樣？丟掉。我們能不能說這包垃圾都跟了我幾十年了，都已經培養出深厚的感情，我看我還是別丟了吧。俗話講「認賊作父」，我們幹不幹這事兒？不幹，但是我們天天在幹。賊是誰？煩惱賊，貪瞋痴慢是煩惱賊，自私自利是煩惱賊，結果我們跟它親得不得了，就像父子一樣。要醒過

來，當下就能有勇猛精進的態度來對治自己的習性，這叫嚴以律己。中國聖賢教誨兩句綱領，對自己是「嚴以律己」，對他人寬恕，「寬以待人」，掌握這兩個原理原則，相信我們必可以正己化人，修身、齊家、治國、平天下。

師長期許我們師法舜帝，讓我們以大舜為榜樣，不亦善乎。當真正做到舜帝的境界會感來什麼結果？把這麼頑固的父母還有弟弟感化了，齊家了。鄰里鄉黨感他的德行都來歸附他，希望接受他的領導教化。最後連帝王堯帝也被他感動，還把兩個女兒嫁給他，把天下讓給他來領導。真誠的心，那種感應的力量無遠弗屆。舜帝的境界，我們能不能達到？怎麼這麼多人搖頭？要相信，舜帝有本善的心，我們完全具備，你都沒有那個信心，做出來的效果當然不一樣。「信為道元功德母」，你的信心有十分，我們性德的開顯才能夠徹底。

我跟我們一些在講課的老師有一天提到，我在講閔子騫的故事，在講子路的故事，每一次講都掉眼淚，我只要提到閔子騫那一句話就忍不住了，「母在一子寒，母去三子單」，那一份心純淨純善，念念只有家人沒有自己。為什麼我們在講這個故事的時候會掉眼淚？因為聖哲人的德行跟我們內在的本善起了感應。閔子騫的行為是從本善當中流露出來，相同的，我們也有本善的心，我們也可以做到閔子騫做的德行。講任何一個德育故事，你講的當下，你就是閔子騫，這樣你就能契入他的存心，你就是黃庭堅，你就是子路，因為這顆本善的心無二無別。當我們在看書的時候，在講故事、講課的時候，都是用這樣的心境，那這一些聖哲人的風範就時時放在我們的心中，跟我們就不分開。

修身當中，反省相當重要，不要去要求別人。有一個母親，她的孩子七歲，聽完課她了解到課程的重要，她也知道德行刻不容緩

，實踐必然是從我做起，從孝做起，從經典做起。她回去開始很用心提升自己，又教她七歲的孩子，一句一句從生活當中讓孩子去落實。剛好有一天孩子走到爺爺的房裡，對一個瓶子裡的東西很好奇，他就對爺爺說道：爺爺，這個東西可不可以借我看一下？這樣的禮貌在孩子七年的成長過程沒有出現過，他的爺爺聽了很驚訝，哇，孫子今天怎麼這麼有禮貌？就問他，誰教你這麼說的？孫子說，媽媽說「用人物，須明求，倘不問，即為偷」。爺爺聽了非常歡喜，去跟他的兒子交代，現在媳婦在教孫子做人，你也要全力跟你太太配合，而且要當好榜樣，不能給孩子當壞榜樣。這個老師，這個媽媽，有沒有去要求誰？沒有，從自己的本分做起。他們家每天七點起床是放弟子規，用經典的詞語把他們叫醒，整個家庭瀰漫著德行的氣氛，齊家了。他家庭孩子的好行為，我們拿到各省去講，古代的國是八百諸侯，一個縣就屬於一個小國，現在全大陸這樣講，也在治國。又拿到東南亞去講，拿到澳洲、歐洲去講，這個孩子的德行達到什麼？平天下。諸位朋友，您能平天下嗎？能。你教好孩子的例子趕快拿出來，我們趕快拿來平天下，讓這些至德的風範點燃每一個人的心光。好，我們這節課先上到這邊，謝謝大家。