

尊敬的師父上人，尊敬的諸位法師，諸位同修，阿彌陀佛！

西方哲學家裡面最有德行的，首推蘇格拉底，他有一次跟他的學生上課。一上課蘇格拉底就示範了一個甩手的動作，從前面甩到後面，甩三百下。他就跟學生講：這個難不難？學生說：不難，很簡單。蘇格拉底就說：好，從今天開始，每天都做三百下。過了一個 month，再問：誰還在做？少了一些人；過了兩個 month，又減少一些；過了半年，大部分都沒做了；一年以後再問，只有一個學生做。諸位同修，這個學生是誰？就是柏拉圖。從這個故事我們也可以了解到，其實要有成就並不難，重在有沒有依教奉行，有沒有恆心、毅力，所以有恆為成功之本。

面對老和尚告訴我們兩年打根基，我們一定要老老實實紮紮實實做到「寬為限，緊用功」。所以「淨業三福」第一福，我們落實在《弟子規》跟《十善業道》。諸位同修，當我們第一福落實的時候，就代表往生有把握，第一福就可以往生凡聖同居土；第二福，在家人落實在五戒，出家法師我們落實在《沙彌律儀》；最後一福，「發菩提心，深信因果，讀誦大乘，勸進行者」，我們落實在《地藏菩薩本願經》。這兩年基礎打好了，我們後面三年可以專攻《無量壽經》，專攻一部大乘經典，這樣五年就能夠做真菩薩。

這個目標並不困難，重在我們有沒有下定決心要去落實。在這幾年學佛的過程，最重要是在師長的一句教誨，就是所有的佛法一定要落實在生活當中，落實在工作當中，落實在處事待人接物之中。所以當初我要從學院回台灣，有同修告訴我：你怎麼可以回去？你一回去外面這麼亂，你又被污染了，所以你可以不可以回去。但是我

們在這幾年的修學當中，確實是學生在成就我，因為我們時時觀照自己，心有沒有符合真誠、清淨、平等、正覺、慈悲！所以在跟學生互動過程，我們時時都在觀照，時時在修正自己錯誤的念頭、態度；也由於接觸學生，才會讓我們更體會到眾生的需要在哪裡，我們的慈悲心就是因為在不斷付出的當中被喚醒。

只要我們念念都是為佛法、為眾生，我們就可以在境界當中不斷歷事鍊心。所以這個「寬為限，緊用功」也要重視實質，不斷的歷事鍊心去落實，這樣才能「功夫到，滯塞通」，我們要愈挫愈勇。諸位同修，往後你遇到挫折的時候，一定要想起《三國演義》裡面的趙子龍，要勇往直前殺出去，絕對不能往後退，不能遲疑；要有氣魄，咬緊牙關，此生證無量壽，用這樣的態度去努力。當然我們也要相觀而善，能夠有同參道友依眾靠眾。所以我在初學的那段時間之內，也找了三、五個好朋友，一起每個禮拜聽老和尚講經，聽完以後再一起共修念佛，也維持了一段時間。所以我們寧為成功找方法，一定要找到對治自己習氣，對治自己懈怠的方法，趕快要讓功夫能夠提升、能夠得力。

「心有疑，隨札記，就人問，求確義」，當我們遇到一些疑惑的時候，可以把它寫下來。之前也提到了，我們能夠恭恭敬敬聽師長講經，往往在聽的過程我們的心量一擴寬，問題就解決了。身旁假如有很好的善知識，我們也可以找些時間去跟他請教，去跟他學習。畢竟可能善知識一句話，把我們一些執著點點開來了，我們就能夠有很大的一個進步。但是師父領進門，修行還是要靠個人，而一個人悟性的開顯也在力行的功夫上。六祖惠能大師為什麼能夠常生智慧，還在依教奉行。而當我們就教於善知識，問他問題，重點在聽了以後一定要真幹、真做。假如我們常常問問題，沒有落實，到最後善知識可能會愈說愈少了，因為我們的態度也會決定善知識

跟我們互動的一種關係。當看到我們每一次聽都能夠去落實，非常受教的話，他們也會很歡喜來跟我們結這個法緣。接著看下一段經文，我們一起念一下：

【房室清。牆壁淨。几案潔。筆硯正。墨磨偏。心不端。字不敬。心先病。列典籍。有定處。讀看畢。還原處。雖有急。卷束齊。有缺壞。就補之。非聖書。屏勿視。蔽聰明。壞心志。勿自暴。勿自棄。聖與賢。可馴致。】

我們看第一句，『房室清，牆壁淨，几案潔，筆硯正』。當我們修學的書房、修學的環境能夠很清爽、乾淨，那我們處在其中，也會受到潛移默化的影響，所謂「入芝蘭之室，久而不聞其香」，在這樣好的氣氛之下，每個人的心容易定下來。所以我們經營一個團體、道場，環境一定要讓它清爽、乾淨，讓每個來參學的同修，看了都會心曠神怡。

其實，什麼叫做廣宣流布？什麼叫護持正法？其實這些工作都在護持正法。很有可能很多同修打老遠來參觀我們的道場，而當他在參觀的過程能生歡喜心，對他的道業都是一種助力。甚至於是我們接道場的電話，每一個打電話來的同修都會跟我們有接觸，而我們的態度謙恭，對於他們所交代的事情都能夠細心去處理，給予這些同修就有相當好的印象，這些都是在幫助正法的弘傳。當他來到我們的道場，還沒有打開經典，其實所有工作人員的表演都已經在為人演說。很多新接觸佛教的朋友，他都是會先看看我們佛教徒的道場，佛教徒處事待人的態度如何，所以我們一言一行，一舉一動都是最好的流通佛法的一個關鍵。我們有這樣的共識，對於道場的環境我們就有責任一起把它做好。

自己的家裡書房乾淨，只要我們進入這個空間，心就可以定下來。「几案潔，筆硯正」，桌椅板凳我們要擦乾淨，其實當我們的

房間跟桌子亂的時候，我們的心也隨著一起亂。當某些時候需要找些重要的書籍或者重要的文件，假如沒有擺好會怎麼樣？找半天；在這個找半天的過程，自己的清淨心都不見了。有時候不只清淨心不見了，火氣上來了，連全家人都遭殃。全家人私底下一定會說：還說學什麼《弟子規》，學成這個樣子！所以，必須把房間、書桌、書放整齊。當環境不亂，我們時時做事可以有條不紊去應對，其實在這個當下我們已經在修禪定的功夫；因為心不散亂即是定，定到某種程度就能開智慧。所以，物有定位很重要。

另外「事忙先上帳」，這些都是做事的規範，這也是持戒，因為你持了做事的好態度，你在處理事情就不會雜亂，就有定；處理起來事事都明明白白，就是智慧。所以，自己的空間、自己的時間也要做好管理工作，不可散亂。假如今天公司給你一個重要的文件，你沒有放好東西的規矩，到時候臨時找不到或丟掉了，可能因為一個小小的誤失，把工作都有可能搞砸了。諸位同修，現在的孩子有沒有注意這些事情？甚至於現在的孩子住在一起，他們有各自的衣物，到最後很多衣服、襪子亂擺，拿出來問說：這個是誰的？他們還不知道是誰的。你看買那麼多給他們，又不會整理，養成不好的習慣又很浪費。所以物有定位。這個「事忙先上帳」就是不管我們有多忙，只要有錢出去，我們是當會計的、當記錄的，一定要趕快把它記上去。不然到時候忙個幾個小時回來忘記了，可能就有麻煩了。所以，書桌我們要把它整理乾淨。

『墨磨偏，心不端，字不敬，心先病』。其實心行一如，所有我們外在的行為都會影響到自己的心境。我們回想《弟子規》很多的教誨，當我們講話不恭敬，心就不恭敬。當我們，比方說「長者立，幼勿坐，長者坐，命乃坐；或飲食，或坐走，長者先，幼者後」，這雖然都是外在的行為，其實它時時都在影響我們的存心。所

以「步從容，立端正，揖深圓，拜恭敬；勿踐闕，勿跛倚，勿箕踞，勿搖髀」。為什麼這些動作那麼重要？當一個人在跛倚、在箕踞、在搖髀的時候，對身體有傷害，對心也有傷害；當我們的姿態那麼隨便，慢慢心境就會變得隨便，變得傲慢。

所以古代人為什麼這麼重視這些舉止、威儀，很多朋友會覺得說：這樣活起來不是很累嗎？會不會很累？人的認知剛好相反，比方說他們會覺得，你學佛以後，一定這個也不能做，那個也不能做，真沒自由！其實不學佛才是真沒自由，因為不學佛都是習氣做主，我們都不能主宰自己的命運，都是隨業流轉，貪瞋痴伏不住，那才叫痛苦，那才叫不自在。而學佛，當我們能夠處處持戒，處處能夠依教奉行，慢慢的就可以把這些習性放下，幾年以後，真自在，真快樂！相同的，這些行為的規範，它也能夠影響我們的存心。一開始做的時候，可能會覺得不大習慣，只要我們突破了這個慣性，就會感覺到，當我們的言語恭謙，處處有禮貌，處處知進退，內心會非常的自在、舒服，因為與我們的自性相應。不只自己得利益，身旁的親友也都會非常歡喜，如沐春風。既然一言一行都會影響存心，所以我們時時也要端正自己的姿勢。

所以，「墨磨偏，心不端」，你磨墨的時候偏一邊，這樣也不好。任何一個動作，我們去考慮到如何才能做得很好，如何才能讓心端正，用這個標準去做就不會有錯。「字不敬，心先病」，假如我們寫字的時候，內心非常的匆忙、著急，每天又要寫那麼多字，我們的心在這個時候就在虛妄、在墮落了。所以寫字的時候，也要時時不慌亂，一筆一畫把它學好。容不容易？因為習慣的養成，冰凍三尺，非一日之寒，我們要用什麼好方法來讓自己寫字愈來愈端正？一來，當我們的心不急躁、不散亂，我們的字也會慢慢端正；另外一個方法，諸位同修可以去請「弟子規描紅」，楊淑芬老師寫

的弟子規描紅，每一天寫一頁，保證三個月以後，你的字會刮目相看。這個時候你旁邊的人會說：你的字怎麼變這麼工整！你就可以把《弟子規》介紹給他，然後你就說，這就是學佛的好處，能夠從這些生活細節去歷練自己的存心，這也是個好方法。

而且我們寫字、寫信是跟人溝通的一個工具，到時候他一看說：這個學佛人字怎麼寫這麼醜？那會有個不好的印象。說到這裡，就是我的痛處，所以諸位同修多多包涵，小時候沒有學好，字太雜亂，從我的身材裡面，你們也看得出來，太急躁。我們既然發覺缺點，就要好好用心的去成長、去突破。那我們約定一下，半年以後，我一定要讓你們刮目相看。所以確確實實，所有的人都在成就我們，都是菩薩，都在督促我們、砥礪我們。

『列典籍，有定處，讀看畢，還原處』。我們把書整理好，把它分類好，每次要找也很輕鬆找到了，心也不會散亂；看完再把它放好，所以放書要有秩序，要有規則。相同的，家庭裡面的生活習慣也要有規則；團體裡面亦如是。只要有規則，就能夠循規蹈矩，就不容易處理事情的時候雜亂無章。

所以我們接待客人，也可以教導孩子，在客人進來的過程，應該一步一步怎麼做。假如我們在道場當中，同修來了，我們應該怎麼樣安排食、衣、住、行、娛樂，怎麼樣從他的角度，因為他一個人來，或者是第一次來，他可能會有需要哪些生活所需，或者需要了解哪些資訊，我們能夠事先幫他想好。這些客人、同修來了，我們就可以有條不紊把他們接待好，讓他們賓至如歸，這樣就會皆大歡喜。當然「凡事豫則立，不豫則廢」，絕對不能等到客人來了，才手忙腳亂，你去做這個，你去做那個。這樣可能到時候事情會搞得比較雜亂，我們又是這麼熱心，這樣就不大好，自己也覺得有愧疚。同修都很仁慈，看著我們手忙腳亂，他們也會覺得是不是給我

們添了麻煩！所以在處理事情當中，我們也要注重次序，注重管理。這個管理也需要實際去操作，讓每個同修訓練，練習。而且當每個人都很熟悉的時候，在工作當中都可以臨時危機處理，互相替換，這樣就不會到時候唱空城戲了。

『雖有急，卷束齊，有缺壞，就補之』。在比較緊急的狀況之下，我們也要把書放好，不要到時候因為急忙、著急，把書弄髒或者弄不見了，這樣就不好。「有缺壞，就補之」，以前的人對於東西非常的愛惜，書只要有所損害了，他會趕快把它補好、修好，唯有對於書本愛惜，我們才會生起恭敬之心。夫子晚年學《易經》，非常認真，在經典裡面也提到，夫子看《易經》看到「韋編三絕」。「韋編」是用牛皮做的，在綁書的，因為常常閱讀，翻的次數很多，韋編斷了三次。但是一來，我們可以體會出來，孔老夫子好學的態度；再來也可以了解到，夫子對於書本的愛惜。從韋編三絕，我們感受到夫子的好學，也感受到夫子愛惜物品，非常節儉。

所以書本要愛護，事實上所有的日常用品也應該好好愛惜，它的壽命就可以用得很久。當我們到一些同修家裡，一些善知識家裡，只要你專心多看、多聽，也可以從他在對待整個物品當中，學到一些很好的態度。像楊老師她一定會把電視機上面擺一個布，看完電視一定要把它蓋起來。我們時時珍惜物品，愛物者物恆愛之。人家為什麼用東西可以用那麼久，我們為什麼用那麼短，其中必有緣故。凡事要愛惜所有的東西，這也是修我們的恭敬之心。

再來，『非聖書，屏勿視，蔽聰明，壞心志』，污染的力量確實相當的大，但是當污染產生，我們要把污染去除，可能就要花相當多的時間、精神都不一定能夠成就。所以四大天王所表的法，我們要深刻去領受，為什麼入山門就這樣提醒我們，那對我們的道業都是至關重要的關鍵。東方持國天王，經典裡面我們也要去領會，

小大圓融，治國跟治家的方法、綱領是一不是二。持國、持家首重告訴我們要盡忠職守，要能敦倫盡分，這是東方持國天王給我們的提醒。而持國天王手上拿了一支琵琶，琵琶所表的法也告訴我們，琵琶弦太緊了，彈了會斷。當人與人之間，言語太刻薄，做事太急躁，就很容易產生摩擦，所以不可太過。琵琶弦假如太鬆了，會怎麼樣？那就彈不出聲音來，所以不可不及，掌握中庸之道。管孩子也是一樣，要恩威並濟，不可太鬆，也不可太嚴格，太嚴格可能會有副作用。

南方增長天王，時時提醒我們要精進不斷，而且要用慧劍，用智慧來解決事情。諸位同修，你們現在有沒有理智？有沒有？我們有理智，往後才不會再造業，才能夠真正做到隨緣消舊業，不再造新殃；假如沒有辦法提起理智，這句話也只是隨口念過，所以要掌握理智的綱領。我們掌握了沒有？掌握《弟子規》，這就是處事待人的綱領所在。所以東方持國天王、南方增長天王應該遵循的這些道理，一定要從今以後把它落實好。而《弟子規》能不能落實東方持國天王？當然可以！倫常大道從孝、悌扎根好。

再來，西方廣目天王。現在這個時代，確確實實是幾千年歷史以來最複雜的時代，假如我們不在複雜當中找出正確的做人做事的原則，真的會被這個大時代搞得暈頭轉向，很有可能隨波逐流了。諸位同修，我們在世間會無形當中沾染名聞利養，有沒有可能又把名聞利養帶進佛門？這個都要相當謹慎。今天假如在家庭、在公司搞名聞利養，這個果報還不慘烈，進了佛門搞名聞利養，那影響的面就很大了，所以更應該戰戰兢兢，如臨深淵，如履薄冰。時時要掌握不變的原則，不管環境、人事再怎麼複雜，我們抓到重要的，要孝、要弟，要謹、要信、要愛眾，要親仁，要學習，這就好像西方廣目天王那一顆龍珠，那是不變的原則。



北方多聞天王，拿了一把傘，在我們多看、多聽當中，也要懂得防止污染，所以經文說「非聖書，屏勿視」。除了書會污染，還有哪些東西會污染？這個我們要引導小孩防止污染，也要訓練他們屏除這些電視、電腦的污染；甚至於是「鬥鬧場，絕勿近，邪僻事，絕勿問」，這些不好的環境、人群也要懂得敬而遠之。所以這些態度一定要教，而其實只要從小薰習的是聖賢教誨，當他們遇到是殺盜淫妄的東西，他就自然會覺得不舒服，會離開，當然首先他的根基要紮牢才行。

再來，當他人在是非人我，在傳遞一些不好的訊息，我們要趕快離開。假如在談論是非人我，你雖然沒有插嘴，但是你坐在那裡，這樣好不好？不好！因為其他的人可能會說：他們在談那個的時候誰也在裡面，他可能跟他們是一伙的。你可能就會無謂惹來誤會。所以是非之地不可久留，而且我們的定功也還沒有達到那個程度，應該離開，敬而遠之。

有個孩子，他很小，因為母親覺得書看多對他有幫助，所以買很多書讓他看。本來他很想有個弟弟，都會叫他媽媽說：媽媽，你再生一個弟弟。後來閱讀的數量很大，看很多書，有一天就跟他母親講，他說：母親，你不可以再生弟弟，因為你生了弟弟就不愛我了。因為書籍裡面有心理學的書籍，你看小孩年紀這麼小，他已經產生這種對人的嫉妒、分別的認知。小小一本書一污染，要去他這個私心要去多久？老師整整花了兩、三年的時間，才把他這種私心轉化過來。所以諸位家長，諸位同修，我們面對小孩，甚至於面對我們身旁的親友，也要幫他們防止污染。不然看了書以後，要再把他拉回來，確確實實不容易。

「蔽聰明，壞心志」，我們自己對於污染的東西要很有警覺性。《論語》裡面提到，「非禮勿視，非禮勿聽，非禮勿言，非禮勿

動」，不該看的不要看，報紙、電視儘量不要看，因為我們的定功不夠，會受影響。諸位男士，美女也不可以看，因為我們的定功還不夠，遇到美女你要更積極念佛，這樣也是歷事鍊心。我們要突然想到印光大師的教誨，遇到比我們年長的，要當母親看；遇到我們比較相近年紀的，要把她當姐妹看；遇到比我們年幼的，要把她當孩子、兒女看，這也是歷事鍊心的方法。當然只要你感覺到所見的東西會污染你的清淨心，這時候警覺性一定要提起來。「非禮勿視，非禮勿聽」，聽到一些言語、一些音樂會影響我們，我們也要先避開，好好先把境界提升。

諸位同修，我們看看現在的音樂都是什麼音樂？古代到一個地方，要了解風土民情，都先採集現在當下的音樂。《孝經》裡面提到，「移風易俗，莫善於樂」，音樂感人至深，但是音樂要讓人墮落，速度也很快。現在的青少年心為什麼這麼浮動？每天都唱什麼？唱這些搖滾的音樂，整個心都散亂。我也是受害者之一，聽那些情歌，根本就沒談過戀愛，聽情歌可以聽到唱給別人聽，別人在底下掉眼淚。其實誰污染最大？自己！為賦新詞強說愁。所以那種音樂喚醒了無始劫以來的分別、執著，要不得！幸好《無量壽經》的經文把我拉回來，「人在愛欲之中，獨生獨死，獨去獨來，苦樂自當，無有代者」，都苦樂自當了，你還要幹傻事嗎？那不是自討苦吃！所以「非禮勿聽」，這會干擾自己。「非禮勿言」，不當的言語影響別人也影響自己，「奸巧語，穢污詞，市井氣，切戒之」，這些我們也要時時提醒自己。

「非禮勿動」，所有動作會影響我們清淨心的也不應該去做。我們看看很多的年輕人走在路上勾肩搭背，好不好？看起來就不舒服。所以「非禮勿動」，我們有哪些行為動作會讓人家生煩惱，也不應該做出來。我當老師這麼久，跟學生關係也挺好，很多老師就

覺得跟學生要打成一片，所以有些學生跟老師也勾在一起。好不好？那都矯枉過正。跟孩子親是要從你的愛心跟真誠，不是跟他一樣的行為、見解，所以雖然距離很近，我們不失為師的威嚴。當你是這樣的態度，不隨便、不苟且，小孩雖然跟你很親也不會亂拍你的肩膀，亂搭你的肩。這就是一個人無形的威儀，呈現出來的一種風範。所以，非禮勿動。我們可以從這四個地方來時時觀照，心有沒有受影響、受污染。除了「非聖書」不能看，跟我們不同宗派的書，我們也先不要看，先一門深入，專修淨土，這也很重要。蕩益大師也提到「不為他岐所惑，名大智慧」，既然已經選擇這一條當生成就的路，我們就不要再打閒岔出來。

『勿自暴，勿自棄，聖與賢，可馴致』。所以我們也提到了，要對自己有信心，佛所言絕非虛言，所謂「一切眾生，皆有如來智慧德相」。《心經》也說到「無智亦無得，以無所得故」，我們的本性、自性本來就有，只要我們能夠依循聖賢人的教誨，肯把我們的分別執著放下，我們也可以在這一生契入諸佛菩薩的境界。而師父上人以他幾十年學佛的經驗，在《華嚴經》當中領會到「十大願王導歸極樂」。這樣殊勝的體悟教誨我們，讓我們能夠馬上念這一句佛號，「行超普賢登彼岸」，所以「是故博聞諸智士，應信我教如實言，如是妙法幸聽聞（確實我們都聽聞），應常念佛而生喜」。一定要好好掌握這個機會，好好持這一句萬德洪名，進而「受持廣度生死流，佛說此人真善友」。我們自利利他，自他圓滿，這個目標就可以不斷邁進。

所以我們讀《弟子規》，讀到最後一句話要特別大聲，「勿自暴，勿自棄，聖與賢，可馴致」。不是因為念完了，所以很大聲。孟夫子也教誨我們「舜何人也，予何人也，有為者亦若是」，聖哲人、佛菩薩把真相告訴我們，我們應該好好去達成，這樣才對得起

他們的恩德。《弟子規》我們講解完畢。

最後我談一下，這一、二年自己在教學、在學佛這段過程的一種深刻感受。讓我感受到，其實宇宙人生的真相是很簡單的不是很複雜，所謂「大道至簡」，真心是能感，境界才是所感。當我們聞到師父上人的教誨，內心非常歡喜，自己也找到人生的目標、方向，那對一個人的內心確實有很強的穩定力量。當我們知道人生應該如何走出這個迷惑的時候，我們也同時希望讓更多的人走出人生的迷惑，所以學習的過程也時時提醒自己，要「眾生無邊誓願度」，當然根本還是要從自己開始做起。在這個過程，也能夠常常落實在生活、工作與處事待人接物之中。

因為體會到「末法時期，億億人修行，罕一得道，唯依念佛，得度生死」。末法當中，眾生想要離苦得樂，只有一個方法，就是念佛求生，而我們剛好又遇到了。看到師父上人這麼樣的苦口婆心，這麼辛勞在世界各地弘法利生，所以我們起了個念頭，希望能幫師長分擔一些工作。其實只是起了一個念頭，佛菩薩自有安排。所以也很順利辭掉工作以後，我就起了個念頭，希望到澳洲淨宗學院，能夠遇到一個好的中國文化的老師。因為那時候教學生經典，也體會到中國為什麼可以接大乘佛法，原因就在有中國文化的根基。所以希望能有一位中國文化的老師，另外還希望有一個善知識，能夠在身旁點點滴滴的提醒。結果來了淨宗學院，楊老師就坐在講桌上，我們都不用擔心，盧叔叔就坐在我的旁邊，一格也沒有空。所以真心能感，境界所感，只要我們的真心真的發出來，佛菩薩一定會安排得很好。

今天有緣跟諸位同修一起在念佛的路上一起研究、討論、切磋，也希望我們往後「盡此一報身，同生極樂國」。阿彌陀佛。