

諸位傳統文化的同道，大家吉祥。

我們上一次談到學習的觀念、心態第十二點，重實質不重形式，後面的句子有提到林放問禮之本。我們在學習當中，師長曾經講過一個主題叫「善學佛法與傳統文化」，這個「善」字很重要。這個主題我們應該多聽幾遍，我們就能懂得怎麼善學。我們從這個句子首先感覺到林放善問，他都懂得問根本的問題，他也懂得善思惟，他思考問題都是要思考根本的問題，這些都是我們的學處。我們所想、所思考、所做假如都不是從根本，我們就變成捨本逐末、本末倒置，結果會怎麼樣？適得其反，徒勞無功。現在人為什麼這麼憂鬱？憂鬱的情況愈來愈多，很可能是他的努力最後事業、家庭的結果讓他不滿意，讓他覺得挺無奈的。但是要記住老祖宗提醒我們，行有不得，反求諸己。我們有沒有因為沒有從根本下功夫，都在表相、都在枝末當中打轉？

就像這一陣子跟大家也都有交流到教育的本在家庭教育，學校教育是家庭教育的延續，社會教育是家庭教育的發展，宗教教育是家庭教育的圓滿。但是我們面對教育的時候，當父母的有沒有認知到家庭教育是本？沒有認知到這一點，都是往枝末瞎忙活，花了好多的時間精力都沒有從本上下功夫。

印光祖師講，「天下之本在國，國之本在家，家之本在身」，在父母的修身，甚至於更重要的是母親的修身，這不是說要求母親，從因緣上母親對孩子的影響超過父親。大家冷靜去觀察一下，孔子、孟子都是聖人，有很多大儒他們都是母親撫養長大的，尤其三

歲看大，三歲看八十，一個人三歲以前跟母親是最親近的。師長曾經也講過重視胎教可以出聖人，胎教也是母親重要，當然父親也要很好的善待妻子，整個家庭氛圍很好，胎教做得好。重視三歲以前的教育可以出賢人，三歲以後要教成君子算不錯的。

林放問禮之本，我們每一個人也要從孔子的教誨當中、從中華文化的智慧當中，我們能思考修身的本是什麼。齊家，我們要把家庭治理好，本在哪？假如你是公務員，那要思考為政的本在哪、治國的本在哪，都要從本上下功夫。其實老祖宗留了很多教誨給我們，以家庭來講，忠孝為傳家之本，忠是盡心盡力，我們自己有沒有這樣在處世待人？忠孝為傳家之本；謹慎為保家之本，一言一行謹慎，不任性、不放縱自己的習氣、不鬧情緒。孩子的學習是隨時隨地在受我們的影響，我們情緒化，那個能量就會影響小孩。我們的價值觀隨時也在影響，我們勢利眼、我們看錢很重，一定影響的。

我們之前聽王老師分享家庭教育，他說有小朋友到他們家來玩，一到，還沒進家門在院子就在問：「叔叔，你那台車多少錢？」進了家門，「叔叔，你那個沙發多少錢？」才幾歲的孩子，他為什麼感興趣都在這些地方？父母平常談話就是如此。

老法師有一句教誨，當長輩的人在孩子面前都要給他好的影響，這話我們應該聽過不止一次，我們有沒有把這一句話放在心上？我們學傳統文化的本在哪？學習的本在恭敬心，一分誠敬得一分利益，十分誠敬得十分利益。真誠恭敬的心不是我們掛在嘴上講的，我們真正面對境界的時候，是提起師長的教誨還是隨順自己的習慣，在孩子面前有沒有給他做好的榜樣？我們就有把師長的教誨提起來；假如都還是自己亂開玩笑、亂發脾氣，就沒有恭敬師長的教導。強者先牽，是我們任性的力量強還是隨順師長教誨尊師重道強，其實在每一天所面對的境界，我們可以自己檢查出來、勘驗出來。

自知者明，這是老子教導我們，人能自知才能知人，我們自己跟自己二十四小時在一起，我們都看不清楚自己，說要看清楚別人不容易。欲愛人者先自愛，自己身心都不安，說要去愛人不大可能。我們身心不安，一跟孩子講話不安的情緒就傳過去了。欲愛人者先自愛，欲知人者先自知，欲助人者先自助，這些句子都是教我們要從本上下手，「自天子以至於庶人，壹是皆以修身為本」。我們得檢查檢查我們在境界當中是不是先提起師長教誨，因為我們道德學問的根本是孝親尊師，我們在境界當中孝親尊師的力量要強，才不會被我們的習慣、習氣拉走。

謹慎為保家之本。詩書為起家之本，子孫雖愚，經書不可不讀。但這裡要注意，身教跟言教，身教是本，不然我們今天一起討論詩書為起家之本，好，馬上逼孩子讀書，自己也沒有身教，就逼出反效果。修身重要，我們自己不修身，控制的念頭、要求的念頭太強，愈學愈控制、愈學愈要求，適得其反，身修而後家齊。為什麼師長特別強調放下控制的念頭、放下佔有的念頭？諸位同道，師長這些教誨大家熟不熟？我看你們都入定了。大家熟不熟？很熟，我們控制的念頭有沒有淡一點？有沒有放下？這都要自己檢查，別人幫不上忙。師父領進門，師長領我們進門，修行要靠個人。詩書為起家之本，也是從自己的好學做起，不是先要求孩子；在團體裡面也是從自己身教做起，不是先「你們都要給我聽經」，那都是捨本逐末，甚至真的是適得其反，底下的人不服，孩子不服，所以本末真的要搞清楚。

勤儉為治家之本，和順為齊家之本，家和萬事興。真的把和順重視，從今天開始夫妻不打仗，整個家庭氛圍馬上就改了，尤其你的孩子、你家裡的人就覺得你變了，他們對傳統文化的感受不一樣，信心提升了，所以自己的修身是本。

成德在台灣小時候就有學過「青年十二守則」，這是總結中華文化當中的根本，這十二條能幫助我們在考慮事情的時候都是從根本，在這裡供養給大家。

「忠勇為愛國之本」，忠，我在哪一個行業、我在哪一個角色，我有沒有盡心盡力？勇是勇於承擔、勇於突破。一個人容易退縮，他就很難是一個好的下屬、好的助手，常常還得要遷就他，那到底是來幫忙還是來增加負擔？忠勇為愛國之本。一個人做事，能不能把事做好？「服從為負責之本」，他都自己做主張，領導每天要提心吊膽。不要說領導，他在家裡父母就要提心吊膽，「事雖小，勿擅為，苟擅為，子道虧」，首先他得要尊重父母、尊重老師，出社會他會尊重領導，「出必告，反必面」，那都是對於父母老師的尊重體恤。《弟子規·入則孝》不能忽略，一個人孝親尊師的根基就是從「入則孝」一句一句扎下去的，他出社會能夠盡忠職守，忠臣出於孝子之門。服從為負責之本，我們現在不說小朋友，我們自己要服從就不容易，不容易聽父母、老師、領導的話，容易順自己的意思。就像剛剛我們提到的，遇到境界容易順自己的習慣，不容易提起師長的教誨，所以老祖先講這個都很關鍵。

「勤儉為服務之本」，我們要去服務他人，我們不勤勞做不好。就像當祕書的人不勤勞，還得董事長常常來問他，那祕書就變董事長，董事長就變祕書了。現在顛倒的現象不少，在倫常關係裡面，君搞得變臣，臣搞得變君。現在家裡面誰最大？孩子最大，都倒過來了。勤勞重要，還要節儉，儉以養廉，不節儉很可能就會浪費很多公家的資源，不節儉他的欲望就會膨脹，他可能就會動貪念，你讓這樣的人去辦事，我看不靠譜。勤儉為服務之本。

「禮節為治事之本」，他待人有禮有節，做事有章法，他才能把事辦好。「作事乖張，聰明無益」，這是林則徐先生的「十無益

」，林則徐先生這「十無益」真的都講到根本上。我們的老祖先太慈悲了，給我們整理這麼多東西。但是人有沒有福報，那就看自己肯不肯聽、肯不肯做，因為做了馬上自己就得利益。比方從今天開始，「和順為齊家之本」，夫妻不打仗，馬上家庭的氣氛就變了。所以不可少善根福德因緣，因緣，我們都遇到老祖宗五千年的教誨，都有這個緣；善根，要聽懂；福德，肯照做，這就是有福報的人。

「青年十二守則」還提到「整潔為強身之本」，家裡面、房間裡乾乾淨淨的，這對身體好；家裡很亂、很污穢就容易生病，有可能都吃出病來。「信義為立業之本」，事業什麼是本？講信用、有道義，對人服務都盡心盡力，忠義、道義，這個人事業一定會成功的。「助人為快樂之本」，現在從這個根本去教育的就不多了，現在人覺得我能夠去玩樂是快樂，這就麻煩了，陷到一個無底洞去了。欲是深淵，這些正確的價值觀太重要了，助人為快樂之本。現在人為什麼笑不出來？他誤會享樂、縱欲是快樂，他一錯就錯到底。

「學問為濟世之本」，我們要有真正的學問，真學問可以修身、可以齊家、可以治國，學問不是學歷很高就很有學問，遇到事情都不會處理，這沒有學問。「治國經邦謂之學」，團體、國家面對問題，你能夠撥亂反正，你能夠扭轉乾坤，這是真學問。治國經邦謂之學，「安危定變謂之才」，你能夠把團體的危難化解掉，這真正的才能，學問為濟世之本。「仁愛為接物之本」，跟人相處都處處替人設想。「和平為處世之本」，以和為貴。這是「青年十二守則」，還有「孝順為齊家之本」。

我們談的重實質不重形式是都要從本上，不能著在相上。佛家講菩薩六度萬行，六個綱領就包含一切菩薩行。但是學菩薩行也不能學在相上，夏蓮居老師給六度下了註解，「以慈悲歡喜為布施」

，慈悲心，處處替家裡人著想，做的時候也很歡喜。我們也有見過，付出不少但是臉很臭，家裡的人都挺有壓力的，這種布施還不夠圓滿，慈悲歡喜為布施。

師長曾經講過一個專題，「家庭主婦如何行菩薩道」，在廚房裡面就行菩薩道，第一，煮飯，內財布施，而且法布施，為什麼？妳在煮飯的時候就可以教孩子，法布施。成德觀察，很會煮飯的父母，一般孩子也不會差到哪裡去，經驗做傳承。現在挺可貴的，我們大陸現在好像要求小朋友要做家事，孩子最起碼要有基本謀生的能力，會做家事之外最好會種田。現在這個世界瞬息萬變，怎樣才能立於不敗？民以食為天，糧食重要，能夠自己謀生很重要。這幾千年來為什麼以農立國？還是有他的考慮在其中，這個社會變化很快，但是最重要的本我們不能忽略掉。古人為什麼耕讀生活？他會耕，因緣不具足他可以自力更生，獨善其身沒問題，進可服務人民，退自己可以安身立命。

在廚房當中有財布施，也有法布施，還有無畏布施，因為煮的時候鹽不會放太多，少糖、少油、少鹽。當然別太激動，我今天講完妳們馬上減一大半，我看家裡的人都吃不下，循序漸進，不能操之過急。我現在講話都特別小心，不然我不殺伯仁，伯仁卻因我而死，很多家庭都因為我遭殃，我就罪過罪過。這都要柔軟體恤，要做改變也要能體恤到家人的接受情況，要循序漸進，改變不落痕跡，這是高明。這是布施。

持戒，在廚房裡面很有禮節、很有規範，不會煮完飯之後廚房像打過仗一樣，邊做邊整理。一個人能把廚房打理得整整齊齊，我看可以做管理人員，因為原理原則差不了多少。所以我是覺得要鼓勵企業，對於家庭主婦把家、把孩子教得很好的，等她孩子十三四歲都獨立起來了，你企業要重用這樣的人才。她把她的德行、才華

都去成就下一代，我相信這樣的家庭主婦絕對是人才。持戒。

再來忍辱，煮飯的時候，天氣熱不煩不躁，忍辱功夫。再來精進，愈煮愈好，愈煮家裡的人都不願意吃外面的，都吃家裡的，這個可關鍵。大家冷靜觀察觀察，現在食物裡面一些商業的操作，說實在的，商業操作裡面也有我們消費者的觀念造成的，比方我們去買菜，就要買整葉都沒有被蟲吃的，都要很完整的，我們就買這種菜。請問那個菜都沒有蟲吃過的口，那這個菜是怎麼出來的？噴農藥噴出來的。請問人類噴農藥最後誰吃得最多？自己。《大學》講：「言悖而出者，亦悖而入。」你講的不好的話出去了，最後會回到自己的身上。罵人就是罵自己，打人就是打自己，天地之間是個循環，愛人就是自愛，敬人就是自敬。我們噴農藥對待這些昆蟲，最後還是回到人類自己的身上。我們要冷靜去觀察為什麼現在人病那麼多，因為這些不好的農藥、化肥，包含添加的這些荷爾蒙、抗生素，最後都是回到我們自己的嘴巴裡面。我們看這個社會太多事要做，首先我們自己消費者的觀念要慢慢調整，這樣農業它就會轉變方向。天下興亡，匹夫有責，從我們每一個人的觀念開始轉變起。我們觀念正確，用傳統有機農耕的方式慢慢就能夠恢復起來。

在廚房裡面愈煮愈好。李炳南老師在那個年代就勸師長盡量不要在外面吃館子，哪怕要在外面，也要找有理念的餐館才好，病從口入，不能不謹慎。布施、持戒、忍辱、精進、禪定，煮飯的時候心不散亂、不煩躁，很安定，甚至於煮的時候萬德洪名一聲接著一聲，菜能量都很高。然後很清楚煮飯就是修行，沒有去分別，「我讀經才是修行，煮飯不是，那是我不願意幹的事」，愈修愈分別、愈修愈執著。煮飯就是修行，就入不二法門。傳統文化就是生活，佛法就是生活，這有智慧。六度在哪裡？在當下做每一件事裡面。所以夏老講慈悲歡喜為布施，讓家裡人生歡喜心。菩薩所在之處，

令一切眾生歡喜。這是布施，不是說你有給布施錢財，有勞力，還要做得更圓滿。

第二，「以嚴淨三業為持戒」，身口意三業能調伏，清淨自己的身口意，這是持戒。持戒也不能持在相上。假如今天我持戒都看別人，這個人沒持戒、那個人沒持戒，自己清淨心沒有了，自己傲慢心增長了，所以嚴淨自己三業、調伏貪瞋痴慢是持戒。

「以隨緣順受為忍辱」，隨緣，逆來順受，不能用壓的，我忍、我忍，你壓壓壓壓到最後會爆發出來。一個人忍辱的時候，怎麼能感覺不是硬壓自己？諸位同道，我們在忍的時候有沒有覺得一直壓？假如有的話，這忍辱功夫還要再提升。怎樣才能不是硬壓？得我們自己以理折情，用理智調伏我們的情緒、執著。

大家想一想，《弟子規》有沒有教我們不要硬壓？假如沒有想起來，今天《弟子規》再讀一遍，看看哪一句是教我們不要硬壓。我想好幾句了，比方其中有一句「恩欲報，怨欲忘」，沒有壓；「見人惡，即內省」，沒有壓；「己有能，勿自私」，很歡喜去付出，不會邊付出邊在那裡嘀咕計較。還有很重要的，能夠覺得只有自己是學生，其他的人都是老師，有這種心境也不會壓。這件事這個人在提醒我內心還有哪些習氣，我今天家裡人講了什麼話，我硬在壓我的情緒，就是因為家人提醒我我的脾氣還有，要趕緊把它放下，他們都是來成就我的，不只沒有壓的感覺，變成什麼？感恩一切人事物。不只沒有壓，感恩心增長。念念以大局為重的人，他也不會覺得是在壓自己。

師長曾經有講過，是因為一個同修請教師長說，他很難不見人家的過，他很想改。師長指導他，他說你真想學我才跟你說。這個弟子說，真的很想改、很想學。師長接著說，你今天看到任何人不對，你就告訴自己，是我做得不夠好，還不能影響他。就不會看哪



個人哪個事不歡喜，硬壓自己。馬上別人做錯的都變成自己的動力，我怎麼做得更好來影響他，就不會落在情緒裡面。其實說實在的，世間好話，所有解決問題的這些方法、教誨，老祖宗說盡了，師長說盡了，我們肯不肯依教奉行？以隨緣順受為忍辱。

「以調伏習氣為精進」，精進不是我今天念了幾部經而已，那是相上，那是一種手段，真正的目的是放下了多少習氣，調伏了多少習氣。《大學》裡面首先格物，格除物欲，這是真學問。夏老這些教誨讓我們是重實質，不是重在表相上。

「以不忘正念為禪定」，這個我們當下都可以用功，把正念能夠保持。「以方便覺察為智慧」，我們隨時有觀照的功夫，觀照般若。接觸一切境界，所想、所言、所行都觀照自己有沒有隨順聖賢老祖宗的教誨。方便覺察，能夠覺察觀照自己，然後給人方便，處處替人設想，善巧方便去護念別人，這都是智慧的落實。

我們十二重實質不重形式探討到這裡。

我們看十三，掌握綱領。綱舉目張，這樣學習才有效益，不能都學到枝枝末末上面去。我們看一百六十三頁：

「子曰：參乎，吾道一以貫之。曾子曰：唯。子出，門人問曰：何謂也。曾子曰：夫子之道，忠恕而已矣。」

我們來看一下這一段對話。在《講要》裡面提到孔子呼曾子之名說道（「參」是稱著自己學生的名，這是很親切的叫著自己的學生，一般古人是父母跟老師稱名），吾之道，汝可一以貫之。曾子應之曰唯，唯就是「是的，老師」。門人不是很了解，所以老師走了之後，乃問曾子，老師是什麼意思？「何謂也」。曾子回答，答曰：「夫子之道，忠恕而已矣。」貫是貫穿，以一理貫穿萬事，則萬事皆有其理，而且這一理都在萬事當中。其實師長指導我們學傳統文化最重要的用真心，真心會用在哪裡？就用在每一天的每件事

當中，用在萬事當中。忠恕違道不遠，道就是真心，其實忠恕跟真心相應。

孔子之道是一理分為萬事，萬事又歸於這一個理。這裡講到有入世者，有出世者，而能一以貫之。師長老人家教我們出世之理。大家看現在是曾子還有同學跟老師的應對，這樣的場景拉回來我們現在，比方師長說吾道一以貫之，諸位同道你會怎麼接？不知道。我們跟他老人家幾十年、很多年了，他老人家教我們有沒有一以貫之？當學生的也要善於觀察老師的教導綱領是什麼，也要會觀察老師怎麼把這些經典落實的，你要聽懂他在講什麼要掌握綱領，你也要看懂他是怎麼做的。比方我們看懂師長忠恕是怎麼做的嗎？我們能觀察到才知道怎麼效法。當學生也有看不懂的，看不懂會學錯。所以這一段裡面也是提醒我們要看得懂師長在教什麼、善知識在教什麼。

我們翻到六百二十九頁，同樣是學生跟夫子的互動，「子曰：賜也，女以予為多學而識之者與。對曰：然。非與。曰：非也，予一以貫之。」孔子喚著子貢說，你以為我是多學而識之者歟，「識」是把它記住，就像「述而篇」講到的「默而識之」。「多學而識之」就是博學而都默記在心。你以為我是多學默記在心嗎？子貢對曰：是啊，然就是是，難道不是嗎？「非與？」這是子貢反問孔子，我猜想的不對嗎、不是嗎？這是子貢對自己老師的觀察。孔子說非也，我不是多學而識之，而是一以貫之。不管是跟曾子的對話還是跟子貢的對話，都是強調一以貫之，這都是提示我們修道的方法。《講要》裡面有提到修道必須默而識之，就是明記不忘，但不能多學而識，要將所學的全部默而識之，都完全記住，誰也辦不到，如能默識一條，即能成功。這一條就是曾子所說的忠恕之道。

我們今天這樣探討，從今天開始，我們任何時候都提醒自己，

我要提起忠恕的存心。很微妙，你不會生煩惱，反而都會覺得更積極。忠，誠誠懇懇盡其在我，這麼去思考，我還有做不夠的地方，很多努力的空間忠的心境一提起來就看到了；恕，原諒一切人，就像師長他常常提的，「先人不善，不識道德，無有語者，殊無怪也」，不能怪他們，這就是恕道。就像師長他提到，跟我十幾年、二十幾年的學生，在財色名利面前過不了關，這不能怪他們，他們不是從小扎根的，原諒一切人。但是我們看到師長盡他的全力在護持一條龍的學校，不只寬恕，更加盡自己的力量。所以忠字不簡單，不只能原諒，更重要的怎麼去改善。我所看到的一切社會的不足就是我的責任，見義勇為，被我看到就是我的緣分，我們要學師長這種心境。

在聯合國已經盡力把中華文化介紹給世界的友人，結果人家說是理想做不到，師長說當頭一棒，但老人家沒有抱怨，反而又提起盡忠的心。現在世界這些專家都不相信可以和平，都不相信倫理、道德、因果教育，那得怎麼樣？得做一個實驗，盡我的力量把實驗做出來，才能夠讓人家起信心。師長這個心境我們學到沒有？我們學到了就會從自己做起，就會從自己的家做起，就會從自己的社區做起，就會從自己的團體做起，那是真正把師長的心體會到了，進而去效法。我們馬上效法忠恕，你從現在開始就變一個人，忠恕不離心，道也者，不可須臾離也，保證下個禮拜我們再見面你就有很多心得，你就可以廣修供養，就可以做普賢菩薩。

一以貫之，就是用忠恕之道來下功夫。忠恕出於人的本心，人的真心，果然對待一切人都是忠恕，便是有道之人，也就能如孔子所說的志於道。志是心之所思，就是心隨時都以這個為方向，都以恢復自己的真心為方向、目標，忠恕就是下手處。

大家去體會體會，其實老祖宗的教誨都在詮釋這兩個字，嚴以

律己，忠，寬以待人，恕；以「學吃虧」一言律己，忠，以「怪不得」三字待人，恕；躬自厚，這也是《論語》的教導，「躬自厚而薄責於人」，躬自厚，忠，薄責於人，恕，「則遠怨矣」，家人朋友不會怨我們，因為我們有忠恕之道。假如親戚朋友對我們還有很多埋怨，有可能我們忠恕還做得不夠到位。觀察老師有時候會觀察錯，觀察錯會學錯，觀察錯結果變成學成博聞強記、死記硬背就不好了，夫子是一以貫之。

我們再回過來，這裡有提到有入世、有出世的學問，都要能一以貫之。師長教給我們的大乘佛法是用什麼貫穿的？師長的墨寶：「真誠、清淨、平等、正覺、慈悲」，五心就是真心。我們做任何事都是從真心、都是從這五心出發，以一理貫穿萬事，萬事又歸於這一理，這不也是師長在帶著我們修學。全修在性，所有的修行都是為了恢復真心，恢復真誠、清淨、平等、正覺、慈悲。從性起修，要去做任何事都是從什麼出發？從真誠、清淨、平等、正覺、慈悲出發。心有根本，五心是根本；行有根本，行：三福、六和、三學、六度、普賢十願，把行門的綱領做到了。

出世之道非常人所能了解，當然我們有緣跟著師長，世出世間法都能一以貫之。世間法，曾子以忠恕答之，忠，盡己之謂；恕，己所不欲，勿施於人。忠恕之道仍在世間，但與出世之道相近。《中庸》引孔子曰：「忠恕違道不遠。」既曰不遠，即是近之。近則可以由事入理，而能一貫。我們每一件事都用忠恕去做，慢慢做著做著我們就入了道、入了真心。

有個讀書人叫繆彤，漢朝的繆彤，他的父親很早就去世了，他是長子，底下有好多個弟弟，他都盡心照顧，忠。弟弟們長大都娶妻了，結果這些弟婦提出來要分家。我們想一想，假如是我，我會怎麼樣？可能我桌子一拍，豈有此理。結果繆彤怎麼做？繆彤自己

關起門來，我還讀聖賢書，還說要正己化人，結果我自己的家都不能夠團結起來，愧對古聖先賢教導。他還是在反省自己，我做得不夠，他自己打自己。結果弟弟跟弟媳婦看到了，就很慚愧，跟他道歉。他在這樣的情況都是反省自己，我做得不夠好，真心喚醒了弟弟跟弟媳婦的善根。

後世李文耕先生，是個大儒，他從這個事例就體會到：「天地間，除自責自盡外，更無道理矣。」自責就是自我反省，自盡，我反省完了，我還有哪些要去努力、要去盡力。人只要有這種心境，他面對的所有問題都會慢慢改善。因為他這一顆自盡自責的心，他就不會去責怪別人，他都保持真心正念，依報就隨著他這一顆正報轉。我們怕的就是付出有放在心上，然後家人朋友又不對的時候我們火氣就上來了，就開始指責，我都做那麼多了，你們有沒有良心？這就沒有自責自盡。「各自責，天清地寧；各相責，天翻地覆。」老祖宗留這兩句話就告訴我們都是一念之間，差別很大，一念之間對家庭、對團體的影響天壤之別。

掌握綱領，這一段《論語》的話指導我們其實就是嚴以律己、寬以待人，而傳統文化的綱領是五倫五常、四維八德。我們掌握這個綱領來深入，我們也掌握這個綱領去落實，不然真正遇到境界，我記的東西那麼多，到底要用什麼？就用忠恕之道來觀照，就用五倫五常、四維八德來觀照，真正敦倫盡分，倫常就這五種關係。其實真正的敦倫盡分就是把孝悌、忠信、禮義、廉恥、仁愛、和平這八德，兩個說法合在一起十二個德目，落實在這五倫的相處當中，這叫敦倫盡分。

我們看最後第十四，修學應有的警覺性。警覺性要很高，老祖宗留了一句話給我們，蓋棺論定。警覺性一失去很可能就一失足成千古恨，古人都留下這樣的感嘆，古人他的生活環境比我們單純很

多，他都有這樣的感嘆，更何況是我們這個時代。人正氣稍不足，邪便得以干之矣，我們的正氣稍微不足，邪就長驅直入。我們不說別的，手機，你稍微放縱一下，很可能一個小時、兩個小時就沒了，甚至於所看的內容對自己的染污就很厲害。

「身有傷，貽親憂，德有傷，貽親羞。」曾子傳孔子之道，他是我們修道的榜樣，剛剛那一句也是有關曾子的，這一句也是。修道人不能不用心研究好曾子是怎麼樣學道的，而且研究曾子我們信心大增，為什麼？因為孔子說「參也魯」，曾子是魯鈍的，他都能承傳道統，我們個個人都有希望。

我們翻到三百三十頁。「曾子有疾，召門弟子曰：啟予足，啟予手。詩云：『戰戰兢兢，如臨深淵，如履薄冰。』而今而後，吾知免夫，小子。」「啟」是開的意思。曾子以為，受身體於父母，不敢毀傷之，故使弟子開衾，衾是被子，他躺在床上讓學生，來來來，你來看看我的腳、看看我的手，開衾視之。我們看到這裡很感動，曾子隨時都想著成就學生的道業。他在病得很重即將去世的那一刻都在教學，這是我們從事教學者的榜樣。就像我們看泰國拍的一個片子，老師教醫學院的學生，他最後把身體都捐出來讓學生做學習的一個道具。就像我們看「醫道」，柳義泰大夫最後也是把身體捐出來，讓他的學生許浚的醫術可以再上一層樓，是為學生想，也是為蒼生著想。

「戰戰兢兢，如臨深淵，如履薄冰」是引《詩經》的話，其實曾子也在表演他隨時正思惟，都是用經教來觀照自己的一言一行，隨順聖賢老祖宗的教誨，哪怕是病得很重都是這樣。

曾子病得很重，自料將要去世，便召他的門弟子來，囑咐弟子們啟視他的腳和手，表示他的身體未嘗損傷，接之便引三句詩，說明他平時是那樣小心的保護身體。這三句的大意是說，戰兢戒懼，

戒慎恐懼，像站在深水岸邊，惟恐墜落下去，又像走在消薄的冰上，惟恐陷入冰下的水裡。他告訴弟子，從今以後，他自知可以免了，等於是沒有違背這一句教誨，自己有盡力保護好身體，「身有傷，貽親憂」，他沒有犯；「德有傷，貽親羞」，不能讓父母蒙羞。所以戰戰兢兢，如臨深淵，如履薄冰，不只這樣愛護自己的身體，相信曾子也是這樣護念自己的德行，護念一言一行，甚至是起心動念處，不違背孝親尊師。曾子自知可以免了，免於傷害到身體、傷害到德行。最後呼弟子一聲「小子」，就希望他的門弟子都能記住。

後面提到人皆有死，但有不死之性，我們前面跟大家有交流到。孔子說「未知生，焉知死」，我們在探討的時候有提到《易經》這段話，「精氣為物，遊魂為變」，我們不知道有不死之性，就很容易任自己的執著分別去生死變遷、生死流轉。死生事大，我們所有的用功就是為了臨終那一念有把握。曾子是學道之人，了解死生原理，所以不怕死，只怕損道。道有體用，體是我們的自性，用，用出來，慈悲、仁愛。所以修仁慈之心才能恢復真心。但仁的根本就是孝道，孝道從哪裡做起？以不敢毀傷身體為盡孝之始，以立身行道為盡孝之終。曾子力行孝道，平素功夫就是這十二個字：「戰戰兢兢，如臨深淵，如履薄冰」，不敢一時疏忽，直到面臨身死，才敢說一個「免」字。免於損道，這是曾老夫子對弟子最切實的身教，我相信他當下在座所有的學生都會終身難忘。

修學應有的警覺性，我們以曾子為榜樣就能體會到。包含曾子學道，「人一能之己百之，人十能之己千之」，這個心境是我們的學處，包含曾子「士不可以不弘毅，任重而道遠」，很有使命感，都是我們的學處，最重要的學處還是在孝親尊師上。《論語》裡面有很多曾子的教導，我們之後再來深入。

我們「學《論語》應有之觀念與態度」今天就跟大家交流告一段落，我們下節課開始從《論語》的經句交流起。不知道有沒有哪個同道有去算過，我們這幾節課已經有提到幾句《論語》？不然可能大家覺得一句都還沒有進去，我想應該幾十句跑不掉。我們先調整好觀念心態，我們接下來學的每一句就能入心、就能不學偏掉。

今天就到這裡，謝謝大家。