

弟子規學習系列演講一 承先啟後

繼往開來 蔡禮旭老師主講 (第三十三集) 2007/7/7 台灣桃園孔廟 檔名：52-180-0033

尊敬的諸位朋友，大家下午好。我們在孔廟上課，首先都是給至聖先師孔老夫子行三鞠躬禮，我們在廬江文化教育中心，每次上課前也都是跟夫子行禮。而對夫子的禮敬不只是在儀式當中，更應該承傳夫子的智慧、教誨，還有夫子的志向。我們都相信夫子在天之靈，希望我們能夠依照他老人家的教誨，去力行、去奉行，能夠得到宇清國安、家和人樂的幸福境界。所以，我們以師志如己志，以夫子的志向為我們人生的志向，當我們有這樣的心境，再來讀夫子的教誨，都會有非常多的感悟。

夫子在《中庸》裡面提到：「聽訟，吾猶人也，必也使無訟乎！」夫子在當官的時候判案都是秉公處理，但是在判案的過程當中，內心最希望的是世間沒有衝突，沒有爭訟。真正告上官府法院，不管是受害者，還是被告，彼此都是家庭的劫難。我們看到犯罪率提升，更重要的是體會到教育的急迫性，「苟不教，性乃遷」。我們一來要從教育的根本著手，二來已經走錯路的人，我們也要用一分真誠愛心，把他們引回正路來。犯罪的人他們能否轉惡為善，轉迷為悟，這個對整個社會影響就很大。因為我們知道一個人的學習、德行「如逆水行舟，不進則退」。

我們整個社會是一個大整體，比方我們腿上腫了個膿包，我們總不可能坐視這個膿包不管，說那是腿痛，不關我手的事，也不關我眼睛的事，也不關我其他部位的事，其實有沒有可能？當左腿痛，全身都痛。所以犯罪的人，他就好比我們整體某個部位受傷了，假如我們不去好好的呵護它、照顧它，一定會造成整個身體更加的

病痛，甚至於性命不保。所以相同的，假如犯罪的人我們不引導他走回正路，那犯法的人愈來愈多，犯罪的形式愈來愈殘暴，整個社會焉有安寧可言？所以，教育好犯錯的人、誤入歧途的人，是我們整個社會都應該提起的一個心境。

在大陸海口，從七月份之後，就會有一萬個服刑人員接受《弟子規》的教育。我們目前在桃園女子監獄，我們張秀葵老師她也到女子監獄，每個禮拜去給這些服刑人員上課。很多人連覺都睡不好，聽到這些道理之後理得心安，現在覺可以睡了。其實她們在裡面是最好學習的時候，心也沒有很多煩惱，因為在裡面也沒有很多複雜的緣。往往在這個時候可以給她們人生最重要的做人、做事的這些教誨，提起她人生正確的價值觀。正氣起來，她們真正踏出監獄之後，才能有好的人生。其實這些誤入歧途的人，我們也要很冷靜，我們從事教育的人要想到，這些人有沒有是我們的學生？這不單是監獄要變成學校，我們的家庭、我們的學校教育要深思的是，在孩子整個成長過程當中，他到底缺乏了哪些重要的關鍵教誨，而讓人生誤入這樣的歧途。

最重要的缺乏孝悌的教育，缺乏謹慎的教育，缺乏這些德行的教育。我們已經看到這樣的現象，我們為人父母以至於教育的同仁，就更要責無旁貸來承擔、來修正在教育當中缺乏的部分。我們現在教育最缺的德行教育。上次五月底，到馬來西亞跟六百多個一線的老師，做中國文化的交流。當地的記者跟我們有一段交流到，為什麼要這麼重視德行教育？我就說到，我們冷靜觀察一下，現在所有的社會問題，以至於家庭衝突，它的根，它的整個呈現，是不是都是因為沒有了八德的教育造成的？孝、悌、忠、信、禮、義、廉、恥，假如這八個德行真正落在孩子的心田裡面，所有的家庭、社會、國家問題都迎刃而解。

我們不能有個迷思，好像舊的東西就比較不好，新的東西就比較好。其實不管新的，或者舊的，我們都要看得到這個東西對於人心性，是長他的善，還是增長他的欲望？不能說新的東西一定是好，這個錯覺我們要修正一下。現在科技是日新月異，新的就是好嗎？比方癌症的治療，癌症的治療是治療癌症的機器，醫學儀器愈來愈好。但是儀器愈來愈好等不等於醫療效果愈好？我們要冷靜，這個不劃上等號。醫療的儀器愈好，等於我們要花的錢愈多，因為所有這些儀器還要投入很多研究發展，最後一定是消費者來付錢。而結果是什麼？結果是治療跟不治療效果差不多。

大半的人遇到這種情況，還是會治療，一治療可能全家的經濟都會被拖垮。很多孩子遇到父母這個情況，或者家人這個情況，就說雖然治療跟沒治療效果差不多，但是我怕沒治療人家會說我不孝。我們現在是在為父母著想，還是在為自己的面子的著想？人要活得明白。你看「喪盡禮，祭盡誠」，喪禮強調的是莊嚴肅穆，對父母的那分追思，懷念父母的恩德，進而把父母一生的精神透過我們承傳下去。而現在的喪禮，很多的人不是傳承這個精神做，而是什麼？而是要辦得很體面、很熱鬧，怕人家說辦得不夠體面。到底是在為子女、為父母，還是在為自己的面子？而人有一分至誠的心，一定會找到更好的方法，「天道無親，常與善人」。

所以，醫療技術的進步不見得能帶給人真正健康，我們冷靜來看看，現在醫療的進步，突飛猛進，生病的人卻是愈來愈多。而很多的病，它都已經不是細菌，不是病毒的問題，大部分在醫院走動的病人都不是這些問題，而是慢性病的問題多。感冒這些都不算是很嚴重的病，但是這些慢性病會威脅人身體的，根源其實都跟飲食有關係，跟吃有關係。你看老祖宗留下來的話價值連城，「禍從口出，病從口入」，這兩句話對生命的影響性有多大！禍從口出，不

懂得說話，不顧全大局，只是自己情緒發洩，也不知道言語會造成多大的負面影響，可能可以把一個家、一個團體都搞垮了。所以講話重要，是大學問！諸位老師，我們這一生十多年的學生生涯，曾經哪一堂課老師用一個小時，跟我們談如何說話，哪位朋友有學過？十多年的學習生涯。

而我們因為講話的態度不對，講話的時機不對，而造成人生遺憾有沒有？有。遺憾多少次了？很多次。有時候學習還得靠自己，不能一錯再錯。聽到大家這樣的回答聲，讓我覺得非常的愧疚，非常愧疚在我們沒有早點出來弘揚中國文化，害大家多受苦了。我記得在深圳有個信德圖書館，圖書館裡面設了個萬姓宗祠，裡面有我們的祖宗牌位有兩萬多個姓氏，所有祖宗的牌位都在每面牆上，非常的莊嚴肅穆。那時候我們一走進萬姓宗祠，面對堯舜禹湯、文武周公、孔夫子、老子，這些我們的古聖先賢，還有所有的祖宗牌位靈前，我們覺得愧對祖宗、愧對聖賢。我們是炎黃子孫，當我們以祖宗之心來看著現在的家庭、社會，我們可以感受到祖宗的心在淌血、在擔憂。當下我們的心境，就覺得太晚學我們祖宗的教誨，太晚來推廣。因為這個推廣確實是在跟時間賽跑，我們的下一代，今天沒有學到好的，可能今天就學到壞的，為什麼？不進則退。而「學好是終年不足，學壞一日有餘」，這個讓我們對於教導正知正見，教導倫理道德的急迫性，可以感受得到。

因為假如現在不教，他一受污染，可能又要花很大的時間才把他拉回來。古聖先賢他們看到這點，特別強調不治已亂，要治未亂，就是防微杜漸。我們也常聽俗話說「道高一尺，魔高一丈」，這個魔高一丈的意思就是學不好太快了。諸位老師，現在魔在哪裡？你們的悟性太高了，一下就說心，自己的心魔，這是內魔。還有外在的魔，就是我們一看，看到這些東西就會有煩惱，就會有邪思，

這就是魔。不只是眼睛會遇到魔，耳朵也會遇到魔，嘴巴會不會遇到魔？也會。聽說廣東人吃東西，天上飛的，地上爬的，水裡游的，只要被他看到的無一倖免，連那個很噁心的東西都吃。所以舌頭被這些調味料都騙得欲望這麼大。人的嘴巴是魔，這個魔可以把整個地球給吃掉。

我們現在要了解得到，我們吃東西跟整個地球的安危息息相關。因為我們要吃太多的肉，比方牛肉、豬肉、羊肉、雞肉，這都要很大的田地，一來是要養，二來還得要種牠們要吃的飼料，這個時候就得要大量砍伐原始森林。諸位老師，森林對我們人類是什麼樣的關係？森林好比是地球的肺。一個人體肺部壞掉了能不能活？癌症最嚴重的癌之一就是肺癌，擴散到肺部就很難活。當肺功能愈來愈差，都被殘害，整個身體安危就堪憂。現在因為人欲望太大，每天要吃一大堆牛肉，吃一大堆肉類，所以砍掉很多原始森林，都拿來種五穀雜糧。我們都知道全球最大的森林是亞馬遜河流域，二十年前一片翠綠，從太空上照下來。二十多年之後，現在照下來是滿目瘡痍，已經砍了一半以上。現在每年還以非常大的面積在砍，都快要逼近砍整個台灣的面積。我們都要去了解我們自己與整個環境的關係，所以少吃一點肉，森林就少被砍。

然後你看牛，牠養的時候還有很多糞便排出來，依照美國的統計，他們每個國民分到畜生的糞便，好像是六千磅。大家看到這個數字驚不驚訝？每年可以分六千磅糞便回家。請問這些糞便去哪？污染了土地，污染了水源，現在海洋變成最大的垃圾桶。我們要了解眼睛所接觸，耳朵所聽到，還有我們的嘴所產生的不好影響，都要冷靜的來觀照思考才對。現在眼睛所接觸的電視、電腦，耳朵所聽到的歌曲，假如不是正知正見，是邪的，這對孩子負面的影響就會很大。

我們剛剛講到祖宗，他是幾千年承傳下來的，是舊的東西，但是他是亙古不變的真理。禍從口出，言語的智慧就很重要，這個要教。我們也非常欣慰，今天我們在中壢善果林辦的「弟子規種子教師培訓」，今天第一期結束，有一百五十位左右的老師來參與。第二期是下個禮拜一開始，然後八月份，八月十三日那個禮拜還有一期。我們很相信顯正可以破邪，我們的老師們都懂得這些古聖先賢的教誨，那一定能給教育界注入一股清流。其實人都希望走的是正確的道路，只要我們有正確的認知，把正確的做出來，慢慢方向就會導正，風氣就會轉變。

我們再想到病從口入，這句話其實就在告訴我們，要有好的身體要先謹慎自己的飲食。現在的文明病，絕大部分都是吃出來的。諸位朋友們，我們求學的過程當中，有沒有哪堂課上的是如何吃出健康？我記得好像有，那時候好像有幾大營養素，提到要吃肉蛋奶類，要吃五穀類、水果類，那時候是大分四種、五種營養。我們來很冷靜思考，這樣的思想產生什麼樣的狀況跟命運？全世界本來都遵守這個規定，結果病是愈來愈嚴重。所以教科書裡面的內容一定對嗎？我們要很冷靜，要有判斷力才行。美國的教科書從五〇年代就是這麼寫，結果不到五年的時間，他們的一些醫療專業就提出來，這樣是錯的，應該要少吃肉，多吃蔬菜水果，這樣才能真正得健康。結果沒有人去推廣、相信，現在經過了幾十年，大家假如要看胖子的話，在台灣可能看不大到，到美國去看，能知道什麼叫胖子。他們一個人可以坐三個飛機座位，因為太胖了，坐不下去。

他們錯誤的飲食觀，居然到了九〇年代才修正過來。但是在這幾十年當中，多少人因為錯誤的認知而讓他的身體毀壞，讓他的家庭破滅。所以，政府、教育單位都要很審慎、慎重，面對教給學生、教給人民的這些思想、觀念。我們剛剛是提到，說癌症治療跟沒

有治療死亡率差不多。我們看到這樣的情況，其實真正要提升的並不是醫療器材，而是治療的觀念。一定是觀念不對，才徒勞無功；觀念一轉正，效果就會改善。

其實我們中國文化的道德修養，跟醫學的道理是完全相通的。每次發生事情，一個讀書人、修行的人他都有個態度，叫「行有不得，反求諸己」。我們古代的明王，像湯王在《書經》裡面有提到，「湯曰，萬方有罪，罪在朕躬」，他是個君主，他提到「朕躬有罪」，我自己犯錯，「無以萬方」，不能責怪任何人。但是「萬方有罪」，所有人民出了狀況，都是我造成的，「罪在朕躬」，因為我沒有把人民治理好、教導好。這是一個父母官的心境，這都是反省自己，不先要求別人，這樣的心態很重要。

當我們今天在身體當中病變了，我們是不是也應該有這樣的態度，反求諸己？一個機能這麼好的身體，為什麼最後會搞成這個樣子？原因在誰身上？誰把它搞成這樣？難道是癌症來搞我們嗎？癌症也是我們身體的細胞，最後病變。到底誰讓它病變？要把凶手找出來才有用。這就是對於疾病的觀念，要認知清楚。一個國家跟一個身體一樣，一個國家為什麼會滅掉？夏桀、商紂為什麼滅了？因為他們狂妄自大，不聽這些忠臣的諫言。忠臣把他的問題講出來，他惱羞成怒，給我拖出去砍了。忠臣被砍了之後，這個國家怎麼樣？很快就要滅了。忠臣是來提醒我們的問題，我們反而憤怒，反而不接受他的勸諫。一個國滅了是這樣，一個身體也是這樣。

我們冷靜來看看，當癌症出現，癌症就好像一個國家的忠臣，它在告訴我們：主人，你已經把自己的身體虐待得快要滅亡了，你要趕快有警覺性，要把身體調好。它是來告訴我們，身體現在已經不能再壞下去，它來警惕我們。結果我們一看到癌症，對它的態度是不是把它看作忠臣？它是忠臣，它來提醒我們，我們不只不能接

受，依然還在那裡揮霍身體，然後還把它拖出去怎麼樣？砍了。好，忠臣被砍了，國家的命運是什麼？對！所以你看，癌細胞被砍掉了，多少人還能活得下來？存活率非常低。因為人沒有真正找到病因在自己的身上，我們求的是症狀解，不是根本解，沒有反省的態度。現在人都不知道根源是自己造成，都是希望很快就解決掉。比方頭痛，就希望趕快好，所以那個藥愈快的賣得愈好，其實愈快的愈沒有道法自然，愈快的，產生對肝、對腎的副作用可能是愈大。

諸位老師，頭痛的原因在哪裡？這是症，病因在哪？病因可能是肝出了問題。這裡有肝經，肝長期耗損，它在告訴你：主人，該休息一下，別再亂搞了。結果這個時候我們不只沒有感受到身體的提醒，還叫它閉嘴，不要痛了，然後吃下去，連警告我們的機制都被我們給斷送掉。很多人說扁桃腺發炎，扁桃腺為什麼發炎？有細菌侵入。這都是身體的機制，身體的忠臣，它在那裡說：主人！敵人要進來了，你要注意。我們怎麼做？吵死了，把它們兩個都拖出去砍了，把扁桃腺拿掉了。結果病毒怎麼樣？長驅直入。從我們一個對身體的態度，可以看到我們對人與人的關係，都不是從根本去解決問題，都只是把症狀去除掉，安慰安慰自己，其實問題會愈來愈嚴重。

比方說夫妻關係，一個巴掌拍不響，當夫妻有衝突的時候，也是在提醒我們，我們不懂得善待對方。人生就像一面鏡子一樣，我們看到鏡子愁眉苦臉，怒目相視，根源不在鏡子的影像，而在我們自己的態度，我們自己的表情，我們一轉，鏡子就轉了。所以誰是鏡子？我們的孩子是鏡子，我們的另一半是鏡子，他是在告訴我們，我們人格當中、德行當中的不足。結果我們不肯反省自己，覺得眼不見為淨，離婚就解決了。真的解決了嗎？離完婚之後，已經害了一個人，又去結婚害第二個人。我們曾經遇過一個家庭，先生結

過三次婚，太太結了四次婚，他們家都快變聯合國了，連孩子之間要稱呼，頭都快要轉不過來。這樣的家庭不是製造更多的問題嗎？人生遇到的情況，我們一定要有反求諸己的態度。所以身體健康，要靠自己有正確的觀念，正確的認知。

我們的同仁有位老師他是我們台北縣淡水人，他是讀醫學生物化學研究所畢業。他這段時間大量閱讀這些健康的知識，最近也都在各地講「新世紀的飲食觀」。他講課的碟也有掛到大方廣文化公益網，大家可以把它下載下來看。因為幸福攸關我們自己，也攸關整個家庭，這件事情是不能等。

我們冷靜來反思，我們這一生最重要的做人、做事的觀念，現在學會了沒有？以至於我們的孩子他即將面對社會、面對事業，應該有的做人、做事態度，他具備了沒有？他要走入婚姻了，當我們牽著女兒的手把她嫁出去，當我們幫兒子辦好了婚事，請問辦完婚事之後，我們的內心靜下來想一想，我們有把握孩子會有幸福的人生嗎？不是娶了、不是嫁了就好，我們要反思的是，孩子的腦海裡、態度裡，有沒有能讓他真正幸福的觀念？這是我們不能等的重點，很多人生重要的觀念其實都靠家庭的承傳。

在第一次世界大戰那個時期，歐洲人做了個觀察，因為他們覺得全世界只剩中華民族承傳五千年不斷，其他的民族都已經斷了。他們覺得很好奇，他們知其然，看到了這個結果，不知道為什麼能承傳，不知其所以然。西方這些科學家也很有實事求是的精神，他們來研究。最後研究的結果，他們下了個定論，可能是中國人重視家庭教育。這個結論非常有道理，這是外國人研究出來。我們來冷靜看看，我們現在孩子出現狀況的時候，我們父母腦袋裡，第一個浮出來的念頭是哪個念頭？是怪老師，是怪社會，是怪命運不好，還是反省自己？因為人生很重要的這些態度、觀念，很可能都是家

庭裡潛移默化就傳下去。

有位老師她很孝順，她會幫他的母親泡腳，泡腳很好，促進血液循環。曾國藩先生他一生常常用幾件事每天來檢討自己，這幾件事對道德以及對健康很有幫助。曾國藩先生說，身體健康跟道德修養，恆心非常重要。他提到要「懲忿」，脾氣大，身體一定垮，修養也不好，懲忿。再來「窒欲」，欲望要淡，寡欲精神爽。大家冷靜去看，出家人不容易老，因為出家他的欲望比較淡。出家不單指佛門的出家人，大家去看比方說神父、牧師，這些已經全心全意犧牲奉獻的，他欲望比較淡的不容易老，所以欲寡精神爽。「思多血氣衰」，常常很多煩惱的，身體都會被拖垮。懲忿、窒欲，再來有提到，吃飽飯後走三千步。大家今天回去就可以試試看，吃飽飯走三千步。我看這個也不是那麼容易，現在的人時間很寶貴。聽說還有句話是說「飯後百步走，活到九十九」，這也給我們很好的啟發。所以飯後一定要走一走。還有一項，就是每天泡腳促進血液循環。

這位老師她給她母親泡腳、洗腳，她的母親都會跟她說一句話，你有沒有幫你婆婆、幫你公公也是這樣洗腳、泡腳？母親當下都是去想到要教育好女兒當媳婦的態度，那都是我們傳統女性的那分厚道。她覺得女兒是我養大的，絕對不能因為女兒不懂事，害得自己夫家家庭不和，這都可以看出這分厚道在。我們在湯池曾經辦過好婆婆、好媳婦表揚，都感覺到好媳婦背後都是有好的丈母娘，這就印證我們閩南話說，「娶妻要看好娘舅」。有好的丈母娘，她就會時時叮嚀太太，好的家道承傳，到夫家來就能夠忍辱負重，不會意氣用事。家道都會把這些態度、觀念傳下去。

包含我們有老師們回想他們小時候，家裡煮好吃的，這個很重要，諸位老師，我們家裡有好吃的，誰第一個吃？都是小朋友第一

個吃。然後衝過來之後，可能一個人就要把一半都給它解決掉。這個時候父母有沒有任何動作？他甚至於還用手拿，父母都沒有看到這個對孩子心性到底是提升還是墮落？是增長他的善，還是增長他的欲望？這都要冷靜分析。吃的知所先後，是能提起一個孩子的恭敬心、愛心。他吃東西都是搶第一位，他怎麼去為父母、為長輩著想，怎麼去恭敬他人？

我們的老師們就說了，以前最好的東西，第一先送給爺爺奶奶吃，送給家族裡面最年長的長輩吃。大家再猜猜看，第二份會送去給誰吃？會送給家族請來的私塾老師吃。這個動作太重要了！因為孩子的潛能，孩子本善的性德開發出來，最重要的心態是孝心跟恭敬心。而這個恭敬尤以對老師、對有德行的人的恭敬，擺在最重要的位置。所以你說教育什麼時候完成？教育什麼時候在進行？很可能那個動作做下去，孝敬心已經深深紮在孩子的心目當中，很可能教育就已經完成了。在談到這些情景的老師，都是我們團體裡面最負責任的老師，因為他有孝心。他的恭敬心不只對老師，他會對領導，他會對他服務的人都是這樣的態度。

我們也常常有老師都提到，他奶奶曾經跟他說什麼，這都是家道承傳。他記憶很深的，他就提到，我奶奶說，不孝的朋友不能交。後來他要談對象的時候，奶奶這句「不孝的朋友不能交」就浮起來。他奶奶之前也沒有告訴他說，不孝的人不能娶，他有體悟，他舉一反三。老人家的這些觀念、這些判斷力，就這樣很自然在家庭裡面傳下去。諸位朋友們，我們小時候買了一個大西瓜來，那時候整個經濟，大眾的生活也不是很優厚，買了一個大西瓜很難得。我們那時候想想，爺爺奶奶或者爸爸媽媽怎麼做？大家都忘了嗎？怎麼做？剖開來，歐奶奶家送一點，李爺爺家送一點，這邊分一點，那邊分一點，分到最後剩一塊，自己的家人才吃。這些孩子去把西

瓜分出去的時候，他高不高興？他很高興。他看著這些鄰里鄉黨都歡歡喜喜：謝謝！謝謝！他那個善，那個時時都會想到別人的心提起來。他更能感覺到一個真理，「我為人人，人人為我」。改天鄰居買荔枝來，他們家也有荔枝吃。那時候社會風氣是這樣，教育就教下去了！

現在鄰里鄉黨很可能都不認識，就更不用說分東西給鄰居吃了。現在是連最親的人，婆婆跟媳婦都要明算帳，兄弟都要明算帳，是吧！幫忙做哪件事都要算酬勞，重利就怎麼樣？輕義。當我們的下一代都是利字當頭，你看他的利害心會向誰？誰最危險？他最親的人最危險。我們要常常想起，人算不如天算。幾十年前有個人買台摩托車、腳踏車，都是很好的事情，其他的人家裡還沒有。他要進城的時候都會先問問鄰居：我要進城去買東西，你們有沒有需要什麼？都是表演替人著想，熱心助人。然後這個鄰居說：來，錢先給你。不用了，買回來再給。你看那種社會風氣。一回來拿一包東西開始分，這你們家要的，你們家要的。現在圍牆都築得高高的，深怕人家不知道我們家有錢，還要用電動門。你看人與人的人情味，都被這些虛榮都給阻隔掉。

要改善整個社會風氣，一定是從我們家開始做起，從我們所處的社區開始做起。只要我們家庭、我們的社區能夠帶頭做榜樣顯正，不好的風氣就慢慢被扭轉，這是我們要很有信心的。這節課我們就講到這裡，下節課我們跟大家談到一個人，甚至一個小孩的力量，都可以影響一個地區的，不可以小看自己的力量。好，謝謝大家。