

(為了尊重個人隱私，以下問題以文字形式呈現。)

問：如何長期與貢高我慢的人相處？我的先生是外國人，平常比較傲慢和懷疑，不信佛法。他幾年前查出癌症，治療了兩年以後控制住了，最近又得了新冠，咳嗽、頭痛、發燒兩個星期以後，慢慢地好了。自從他病後，他的慢和疑變本加厲，言語行為都令人難以忍受，而且他的行為也影響了我的小兒子，我的小兒子也慢慢的開始貢高我慢，我在想如何跟我老公相處下去？

我老公在兩個兒子面前經常說我什麼都不會、什麼都沒做。天長日久，我的小兒子也覺得媽媽就是什麼都不會、什麼都沒做，不值得尊重。他這次得新冠，沒有上醫院，都是我們在家裡照顧他。他病好以後，說我沒有好好照顧他。我心裡明白要和顏愛語，還得要用四攝法、六和敬，可是慚愧弟子修行不夠，做得不好，沒能夠感化他。我自己也是看得破，忍不過，時間久了我就覺得累了，想要離開了。

我的大兒子比較乖，我老公剛開始不知道自己得的是新冠，沒有隔離。確診後也沒有有效隔離。我勸大兒子（大學生），說我可以馬上送他回學校附近他獨自居住的地方，就不會受感染。我大兒子很孝順，說我要留在家裡照顧爸爸，不肯走。我的小兒子跟著他的爸爸一起貢高我慢，看不起媽媽、看不起中醫，什麼都向他爸爸學，學到了不好的習氣。

加拿大長大的孩子，或多或少都像我的小兒子那樣，自我、競爭，說話不夠禮貌。有的還愛打遊戲，家長們很頭痛。我深刻感受到「建國君民，教學為先」，聽了淨空老法師的講經說法後我發心

當老師，因為我想要改變這個狀況。這次成德法師說要開一條龍學校，我覺得這是一個非常好的主意，是一件非常重要的事情。在國外長大的孩子，急切的需要傳統文化和聖賢教育。感恩。（提問結束）

成德法師：阿彌陀佛。老天爺很看重妳，這叫天將降大任於斯人也，所以考驗會比較多。這些聖賢佛菩薩都是過來人，他會講這些話，都是他的親身體驗，也是對我們的愛護，他這些話都是讓我們先做好心理建設。所以我記得李炳南老師有一段話，老人家說：

「困難愈大，功德愈大，歡迎困難，歡迎困難。」這個也是在鼓舞我們，困難愈大，功德愈大。黃念祖老居士也說，每一個人修行都是要經過一番寒徹骨，尤其我聽他老人家說到，他在文革時期受到的苦，加在八個人身上，八個人都得死。我當時候一聽很震撼，因為他是大修行人，他不妄語，加在八個人，不是二三個，八個人，那他當時候承受那個考驗。所以因為我們這一生的目標是成佛，這一生就要成佛了，往生就不退作佛了，那我們無始劫有很多的因緣、業力，就好像說今天你要離開了，你的債主他鐵定要來，你先別走，你還欠我兩千塊錢。一聽你要走了，全來了。所以一般一發願，考驗就來了。成德也有這個感受，尤其考我們最難放下的那個罩門。所以當我們面對考驗是覺得，真的是快撐不了了，那就代表因為我們這一生發的願大，所以考驗必然會大。

而我們要過關，最重要的就是心，心念。我們假如都去想那些事情，你會愈想落的印象愈深。我們要認識妄心，妄心是八識五十一心所，最重要的是八識，第六識分別，第七識執著，第八識落印象。所以我們修學的重點就是轉識成智，我們隨時要提醒，就像剛剛跟大家提到，老法師講最多的是哪一句？六根接觸六塵，不起心不動念、不分別不執著。執著，第七識；分別，第六識。所以落印

象，我們就容易什麼？一發生一件事，這幾年的東西全部浮出來了，都倒出來了。所以真的，都要在境上練不要落印象、不要分別、不要執著，什麼事我們往正面的去看。就像《金剛經》說的：「受持讀誦此經，若為人輕賤。」你看經典也在告訴我們，我明明在學佛，在依照經典做，怎麼會人家來輕賤毀謗我，甚至是自己最親的人？佛接著說：「先世罪業應墮惡道」，我們不了解我們過去生做過什麼。曾經有一場火災，瞬間奪走六十條人命，速度非常快，還有抱在懷裡的嬰孩。你說很多人說，這孩子有什麼罪？可是罪，因果通三世。有些人本來要去的，突然有事沒去；有些人本來沒事，突然被叫進去了。假如不了解因因果果，你說發生這樣的事，他們的家人不捶胸頓足？其中有一個人，一個女的，她去世了，結果她的男朋友在另外一個城市，不是每天通電話，結果他女朋友已經死了他不知道，晚上作夢，夢到他女朋友告訴他，說我已經死了，因為我們這一群人在前世一起結夥搶劫，這一生因緣會聚了，一把火，果報現前，全部都走了。你看她男朋友還不知道，是她託夢給他講的。所以人前世做什麼不了解，所以佛這句話很重要，「若為人輕賤，先世罪業應墮惡道，以今世人輕賤故，先世罪業則為消滅」。

所以老法師很明白這個真相，面對毀謗他的人，他給他立牌位，每一次講經完給他迴向，我無始劫那麼多業，他們冒著墮落的危險來幫我消業障，我感恩他們。假如《金剛經》的教誨、老人家的教導我們能理解，可能我們的心境就可以調整，這個都有因因果果，他在幫我消業障。老法師還有一句法語我印象很深，「咬緊牙關，此生證無量壽！」真的能忍過去，此生換得的是什麼？無量光壽，值了！再怎麼忍也沒剩多少，最多二十年還是多久，沒有多久，反正我們也過了四五十、五六十個年頭，其實也很快。值得，一切

法無我，得成於忍。

所以這個修忍辱重要，好像有發給大家「六忍」，假如沒有，我們再補發。黃念祖老居士開示六忍，有「力忍」，壓下來，但壓下來，治標不治本，它還會再冒起來；「忘忍」，不落印象，宰相肚裡能撐船；第三，「觀忍」，凡所有相皆是虛妄。黃念祖老居士說，夢幻泡影，我們小時候吹那個肥皂泡，它一下出去了，幾秒鐘沒了，人生就是這樣，一切境緣也是這樣，夢幻泡影，不要太計較、不要太罣礙，很快就過去了。而且這個觀忍，我們還懂得去看因因果果，有的是這一世的因果，有的是前世的因果。一般來講，人都有他的成長背景，還有大環境，誰不受影響？不大可能。所以為什麼老法師說，不能怪任何人，你說他太過分了，他父母沒有教他，找他父母；一找他父母，我們也沒學過，找他爺爺奶奶；找他爺爺奶奶，他爺爺奶奶也沒學過，再找找不到了，都到墳裡面了。所以老法師特別用《無量壽經》的一段話，這也是老人家的恕道，「先人不善，不識道德，無有語者，殊無怪也」，沒人教他，不要責怪他。這是觀忍。

再來，「反忍」，反忍就是一個巴掌拍不響。人與人相處，我們一般比較容易記住自己付出的，然後對方比較容易記住什麼？我們錯的。我那一天剛好去一個農夫家裡，他當地人，語言不通，我們同事幫我翻譯。那我想他已經七十歲了，死生事大，所以我就跟他講輪迴。然後我舉很多例子，都是科學證明，記得前世的。他一聽完，也不點頭，他說可能是巧合，他也挺客氣的，他說可能是巧合。所以你要改變一個人的觀念不簡單。我跟他聊啊聊，突然他也講了一句很有意思的話，他說：「我活到這個歲數，怎麼奇怪，我一想事情都是想不好的，應該這個人人生也會有一些美好的，可是一想就是不好的。」其實他講這個就代表他也不願意這樣，可是他觀

察到怎麼自己是這個慣性。

所以我們觀心為要，蕩益大師這個「淨社銘」這四條很受用，我們的心念我們要更了解，做一些轉變。老法師的教導都是讓我們轉變心態，尤其我們現在要把頻率接上。因為我們要去極樂世界，就跟電視一樣，電視有五十個頻道，它都是存在的，可是我們這個按鍵一按，對上哪一個頻道，就接上去了。所以佛門說生則決定生，就是他已經在那個頻道裡面了。所以修得好的，像慧遠大師，他看到好幾次極樂世界。

所以修淨土的人有一句很重要的教導：「咸共遵修普賢大士之德。」普賢大士，「禮敬諸佛」，我們相信每個人都有佛性，縱使他現在有這些習氣，我們不跟他對立，我們生憐憫心。給大家舉個比喻，比方說這一個人，他家裡那個屋子底下就是金礦（當然你們家也有金礦），結果他現在去做乞丐，可是你知道他們家底下就是金礦，你會怎麼做？我們不會看著他繼續做乞丐吧？趕快把他拉回家，不要去乞討了，趕快開發本有的金礦。因為我們自己也是本有如來智慧德相，每個人都一樣。所以我們相信了一切眾生皆有如來智慧德相，我們就禮敬。他現在所有的行為不要放心上，為什麼？就跟人喝醉了，他控制不住自己，他還沒醒過來。沒有修行，他哪知道不對？甚至於他會認假為真、認真為假。可是我們反而更憐惜他，因為會造業。接著，「稱讚如來」。所以老法師說，普賢行只有讚歎，沒有批評、毀謗。所以老法師說，夫妻相處一句真言，只看對方的優點，不看對方的缺點。告訴大家，好難，太難了！為什麼？每天見面，每天在一起時間那麼多，每天又發生那麼多事，那麼多事統統不放心裡，不簡單。所以孔子在《中庸》講了一句話：

「君子之道，造端乎夫婦」，看這個人有沒有君子之風，看他夫妻相處得怎麼樣。那一天有一個同修他就說了，他也從事教學，他說

他觀察到，學生有一些行為他不會發火，有一些行為他就控制不住，一定會發火，後來他發現他會發火的那些點，都是他太太身上也有這個缺點。我說你看，因為你把太太的缺點印象落得太深了，所以你去看到別人也這樣的時候，你火就上來了。

所以這個六忍裡面有一個「喜忍」，成德感覺這個喜忍，跟善財童子五十三參有同樣的味道。喜忍是什麼？所有的人是來成就我的，因為他們在提醒我的內心還有哪些煩惱還沒有降伏。他現在提醒我們，好，可不要臨終出現，我們控制不住，那一輩子修行就game

over（遊戲結束），就麻煩了。這是真的。台灣高雄有一個太太，跟她先生緣不好，離婚了。後來她學佛了，很精進，後來得癌症。你看人都有業，所以不能怨天尤人。念到很殊勝，然後大家都來幫她助念，眼看著就要往生極樂世界，佛友都來了，她也一直念，雖然癌症，拼命的念。結果她的妹妹搞不清楚狀況。（所以諸位真的，你們家假如有老人，拜託拜託，一定要把你的兄弟姐妹都要提醒清楚，有可能最關鍵的時候，就是被自己的子女給影響了。我們前不久才聽到一個消息，老人家活到一百歲，也念佛，走了。結果被媳婦發現了，把他送醫院，阿彌陀佛。但是你不能怪這個媳婦，「行有不得，反求諸己」，學佛的兒女第一責任人，「父母離塵垢，子道方成就」，這句話有聽進去了，要做很多功課，要趕快鋪墊因緣，不然臨時出現了，手忙腳亂，會壞事的。）結果這個妹妹感情用事，姐夫（前姐夫）讓他來見最後一面吧，就把他找來了。結果他一進去，她那個病床剛好正對門口，一看到，火上來了，講了一句話，「你去死！」講了就斷氣了。瞋恨心會去哪？就缺最後一步就可以去作佛，結果你看搞成這樣。

當然，當事人來反思這個事情的話，我們學佛的人隨緣消舊業

，任何人來給我們哪怕是惡意相向，我們都心平氣和。老法師說的，來討債的、來報怨的，隨緣順受，逆來順受，這個帳就結掉了，無債一身輕。所以實在講，我們假如用佛法來看，事事是好事。怎麼是好事？人家惡意對你，就是把帳給了了，你不生氣，這個帳就結掉了。可是他還繼續對我不好，因為欠得比較多一點，我們還是要深信因果。假如是這個例子，那就要提醒自己，心上不能有放不下的東西，這樣你才十足的把握，我一定能往生，我這個世間還有會讓我生氣的事，還會讓我貪愛的事，我就是留戀娑婆。這句話不是我講的，黃念祖老居士講到。「亦無希求不希求想，亦無彼我違怨之想」，「捨離一切執著，成就無量功德」，我們不分別不執著，你做什麼事，你哪怕煮個菜給家裡的人吃，統統是功德。結果黃念老說了，喜歡是留戀娑婆，討厭也是留戀娑婆。因為喜歡跟討厭都是情執起作用，感情沒有起作用，不會討厭、不會喜歡，討厭有時候是我們希望的事求不到，就會變化。所以恨從哪裡來的？沒有愛很難發展成恨。所以我們都很生氣別人變心了，但是首先我們得先做一個不變心的人，不然我們責備別人的點，有時候我們自己也有。所以這個反忍，我得反思，這個事我有沒有責任。我們喜忍，他在提醒我，我內心還有什麼煩惱沒放下，他是來成就我的。所以善財童子五十三參，普賢行可以往生西方，善財童子的心態可以當生成佛。我們法寶很多，我們一用上，這個挑戰就可以過了。因為善財童子的心態就是所有的人都是老師，只有一個人是學生，就是自己。比方說你遇到一個親戚朋友，你實在脾氣快忍不住了，你轉個念頭，他提醒我我脾氣還很大，我感謝他的提醒，沒有他提醒我發覺不了，這些我都要趕快放下。這個是喜忍。

再來是「慈忍」，你很慈悲。其實慈悲，當我們看到一個人被貪瞋痴控制住的時候，你會憐憫他。一個從來不發脾氣的人，他看

人家發脾氣，他的反應就是「你別氣了、別氣了，傷了你的身體」，因為他知道不發脾氣的好處，他受用到了。老和尚常說要有前後眼，我們看到一個人的行為，就要看到他這個行為會招感來未來什麼果報。有時候我們容易卡住是卡住在哪？他怎麼這樣對我？可是假如我們是為他想，他以後果報會怎麼樣，不行，我得真正把佛法的殊勝表演給他看，把他轉過來，他願意學佛，不然他這一生鐵定要墮落到三惡道，他變成我一個增上緣，我非得表演給他看不可。所以《太上感應篇》說「正己化人」，正己自然可以感化他人。所以真的，我們付出，他還批評我們，告訴大家，你的付出功不唐捐。這個不能打混仗，他批評是他造的業，你付出了是你修的因。可是假如因為我們付出了，最後我們發火了，所有的付出燒掉了。所以佛門有兩句話說，一念瞋心起，火燒功德林；一念瞋心起，百萬障門開。我不知道大家有沒有仔細去感受，一發完脾氣，六神無主，一句經句也提不起來，接著後悔了，哎呀，我怎麼沒忍住。因為我們都修行了，所以真的，這個忍辱不簡單，但是我們得修，不修都燒掉了，不行。忍不住，那只能輪迴；忍得住，我就能作佛。

而且大家真的要相信人之初性本善，有時候親人之間那個話是激我們的，激將法。大家聽這個詞，激將法，你是將，他來考你，看得起你，考你。所以說不定林老師妳往生的時候發現，原來我先生是極樂世界派來的，派來成就我的。所以老法師說，娑婆世界龍蛇混雜，你怎麼知道你現在身邊這個人不是佛菩薩再來考你的？真的很有可能，因為我們這一生要成就，鐵定要有考驗的。所以我們不說別的，老法師這麼慈悲為懷的善知識，韓館長考他三十年，我們不能把修行看得太容易。老法師當時在台上講經，韓館長剛好跟出家人有摩擦了，結果韓館長在講台就對著老法師說：「你看你教出來的學生是這個樣子！」在當場罵，信眾都在。老法師直接從



台上下來給他們磕頭，對不起，是我沒好好教。那個學生當場嚇到了，老師都這麼做了，韓館長氣也消了，走了，老人家接著上台繼續講經，這不是一次。所以老法師為什麼每一年三月份都辦感恩法會？感章嘉大師的恩，感韓館長護持，他們的生日都在那個時間點。老人家說我有三個老師成就我，更重要還有一個護法，磨我三十年。所以我們要立一個目標，這境界動不了我們的心。假如境界動不了我們的心，你的visa（簽證）就辦好了，西方極樂世界的visa。為什麼？動不了你了，那你又求生淨土，你絕對沒問題。所以能不能往生關鍵在哪？放得下。

所以這個信為道元功德母，我們相信真的人之初性本善，所以真的當我們完全接受別人批評，那我們付出了，人家，妳明明照顧他，他還說妳照顧不好，妳換另外一個角度，這種緣消業障最快。所以《金剛經》才說：「為人輕賤，是人先世罪業應墮惡道，以今世人輕賤故，先世罪業則為消滅，當得阿耨多羅三藐三菩提。」所以面對逆境能夠逆來順受，這個人成佛的緣成熟。所以難怪林老師的臉比我圓多了，相由心生，她忍下來修了很大的福報，我這個功德沒幾天就漏完了。

所以家庭是道場，但是有一關，未來心不可得。我們一開始講念佛，「念即見佛成佛時，三際同時無先後」。因為我們一有過去、現在、未來，你煩惱就止不住了。好吧，忍吧，到底要忍多久？你看這個念頭一出來，你又生煩惱了。安住當下，真的過關了，可能他就不考了。就像要出少林寺的門，要先過十八銅人陣，所以這一關你真的過了，他就退下了，他不考了。所以說不定這個緣還沒結束，就是我們功夫還沒有練成，繼續練，佛菩薩安排，自己不操心。我這生交給佛菩薩了，我這生一定要去極樂世界，我願意依教奉行，任何境緣我隨緣順受，安住當下，不想過去、不想未來，專

念現前一句，過去勿留滯，未來勿將迎。其實處世跟念佛是一個道理，就是這一分心。念佛怎麼得力？過去不要想，未來也不要想。做事、跟人相處，過去不要記，當然恩德要記，過去的不好別記，過去的恩德你都記，脾氣再壞的人，慢慢慢慢就被你感動了。實實在在講人都有良心，他罵你，可能事後他也不好意思，他忍不住。這樣次數多了，你都不跟他計較，而且他的好你還常常掛嘴上，人的良心就出來了，他不好意思了。但是前提是什麼？你要相信人之初性本善。這個教育的大根大本，老和尚說這八句話大根大本，第一句話尤為重要，人之初，性本善。

你看這個人有善願佛菩薩都會加持，而且念佛的地方都有佛光注照。瘟疫，這個冠狀病毒都算瘟疫，瘟疫也有瘟疫神在執行。所以在《德育課本》裡面有一個孝婦，這個例子我們也很感動。她的婆婆聽信她小姑的讒言，把她趕出家門，她先生不在家，趕出去了。她也沒有怨言，就回娘家去了。結果她婆婆家裡就瘟疫，死了很多人，她的婆婆跟小姑都得病了，因為她回娘家，沒有事情。結果這個女子就跟她父母提出來，我一定要回去照顧我婆婆、小姑。這個父母也深明大義，讓她回去。我們感覺到古人有比生命更重要的東西，就是他做人的道義。假如違背道義了，她覺得活著更痛苦，她不怕死，她就去了。結果進去伺候她的婆婆、照顧她的小姑，大家可想而知，當她進門的時候，我想這個冤業就化掉了，是吧？冒著生命危險回來照顧她了。結果外面就傳來聲音，那個瘟疫神說了，這個孝婦頭上幾丈紅光，我們離遠一點、離遠一點。她那個正氣很亮，我們佛光應該不輸給這個。所以印光祖師說念佛的地方不會有瘟疫，這是真的不是假的。所以我們林老師也證明了，在家裡多做迴向、多念佛，沒有問題的。而且我們真的相信佛菩薩隨時在我們身邊，同體大悲，我們的努力他們都看在眼裡，他們會加持我們

，佛菩薩安排，自己不操心。

而且我們再換一個角度來看這件事情，我們的子女他未來人生會不會遇到很多逆境、惡緣？會吧，I promise，不可能沒有。（我最近一直在練英文，因為我得考試，我得考雅思。快五十歲了，遇到了，因為老和尚說不能挑境界，我雖然年紀大了，該學英文還得學，因為一挑境界就有分別執著了，都得在境界當中鍛鍊。）所以我們得表演出來怎麼忍辱，我們的孩子學到了，他真的現在還不理解妳，妳繼續做下去，孩子跟妳是連心的，他雖然現在受一點影響，但是妳真誠的去做，他們鐵定會感動。所以我們也聽過很多，父親不負責任，母親忍辱負重，最後這孩子都特別孝順媽媽。所以人生不可能遇到的都是好棋，我們哪怕目前的這個棋局不是很好走，可是我們每一步都走得真情真意、無怨無悔，這些行誼都會落在孩子的身上。所以我們也很容易忍，因為我母親沒有發過脾氣，所以這個也是潛移默化在教育我們。所以我們家三個孩子不知道怎麼跟人家吵架，像我姐姐，人家講話一大聲她就流眼淚了，她不是哭，她會流出來，她不知道怎麼跟他回應。所以成德很有信心，妳的孩子在妳的這個言傳身教，他忍辱會學得很好。

也隨喜您的發心。真的是「興大悲，愍有情，演慈辯，授法眼」，他沒有這個機會學，他就不懂這些做人做事。而且您也希望加拿大的下一代都能學到，這個「於諸眾生，視若自己」。我們人生的苦難，我們希望化為一種願力，化悲憤為力量、化危機為轉機。我們相信，「金剛非堅，願力最堅；虛空非大，心王為大」。我們共發這個心，加拿大的一條龍會辦得很殊勝，這個經驗可以利益到全世界。只要有人做起來了，現在當父母的、當老師的，都挺不簡單、都很辛苦，都在尋尋覓覓解決的方法，真做出來了，很多人會

很歡喜願意來參學。我們發了這個心，佛菩薩、祖先一定加持我們的。

今天差不多了，就先交流到這裡。謝謝大家，阿彌陀佛。

——恭錄自：師資扎根培訓班（第四集）

2021/1/23 檔名：55-192-0004