

2006年幸福人生講座—如何經營無怨無悔的人生 蔡禮旭
老師主講 (第三十九集) 2007/3/14 台灣中壢善
果林淨土寺 檔名：52-184-0039

尊敬的諸位老師，大家好。我們上一節課講到了判斷善知識、判斷善友，都應該要有智慧來決斷。我們當老師的人，一定要從學生的一生去著眼，應該去傳道、授業、解惑。現在的學生他們非常缺乏這些做人做事的引導，所以內心比較空虛。孩子的內心愈空虛，就會想要麻痺自己，而染上很多不好的習性。假如孩子的內心是先紮下了孝道，紮下了德行，他就不可能去沾染這些欲望，所以這都是很關鍵的。我們絕不忍心看到孩子內心空虛，沾染上這些很難除掉的壞習慣。

在年前，我們辦了大學生的幸福人生講座。有一個大學生他上課上了四天，上台跟大家分享了一段話。這位大學生說到，「我給大家寫個方程式，這是我上了四天課以後的心情。」他寫的這個方程式是5大於2 2乘3 6 5。這個5是指五天的課程，上《弟子規》，上中國文化；大於2 2，他今年二十二歲，一年三百六十五天。他在五天所得到人生的啟示，大過於他二十二年所學的這些人生啟示。所以學生不是不願意學，而是我們有沒有教他們！

現在大學裡面，憂鬱症的學生比例很高，高到讓我們很難想像。很多知名大學，學生心理有問題，排隊要看心理醫師，一排隊都要排半年以後才輪得到他。憂鬱症這也是新的名詞，幾千年的歷史當中，人都想著我該盡什麼本分，都是道義的人生，很少有這種憂鬱症。憂鬱症要不就是成長過程互相傷害，要不就是內心太空虛了，要不就是都求成績，得失心太嚴重，才會釀成這樣的後果出來。現在的這些社會情況，真的我們細細來思考，都是心理、心靈有問

題，缺乏這些道德倫理的教育。我們當老師的要能夠體恤到現代學生的痛苦，我們當老師要拔苦與樂，協助學生轉惡為善、轉迷為悟、能轉凡成聖，這才是我們當老師最重要的一個職責。所以師生關係也屬於父子關係，我們當老師的也是這一分胸懷，就像把學生當作自己的孩子一樣來愛護，我們也無悔於這一生，會覺得很無愧於天地。

再來君臣關係，君仁臣忠就能彼此無怨無悔。前幾次我們談君仁的部分談得比較多。末學跟長輩常常會有些談話的機會，我有位長輩就說到，他曾經給一些很高的官員當門衛，保護他們。就看到這一家官員他們對待守衛的這些警官們的態度，就可以判斷得出來這個家要興還是要敗了。他們曾經看過，像孫運璿先生，他們家後代挺好的。他們曾經去幫他守衛的時候，不只是孫院長，他的孩子們出來，都是非常恭敬的對這些警官，「謝謝你們，謝謝你們」，非常客氣。有些官員的孩子，出來的時候就口氣非常不好，「慢吞吞的，趕快」，對人不恭敬，對這些下屬們不友善，家道就要敗了。而且這個怨氣在他們家慢慢就凝聚起來，那好運怎麼會到他家裡來？「刻薄成家，理無久享」，對人刻薄，這個家道是會敗的。

很多長輩都提到，他們以前的上司確實都能體恤到下屬。他就舉個例子，比方他的長官到了六、七點，那時已經下班了，他一定會安排他的司機，「你先回去吧」。因為他還要辦公，但是都能體恤員工還有家庭，要他早點回去陪陪父母，陪陪妻子兒女，自己再坐著公車回去。我們想想，下屬能不能感受到領導人這分體恤？他一定能感受得到，所以更能擁護這個領導人。以至於有很多禮品，今天剛好收到一些禮品，這些長官非常疼愛下屬，自己都還沒拿回去，就分得差不多了，都給部屬了。一些獎金，自己也都很慷慨的，因為這都是大眾的功勞，絕對不是自己的功勞，所以叫「讓功於

眾」。一件事情辦成那是整個團隊的努力，怎麼可能只有我們的功勞？都能時時體恤到整個組織裡面人的付出，都能去關愛他們，都能去照顧他們，這是君仁，能夠真正視下屬如自己的親人、如自己的家人一般。

這個不只是說自己的下屬，在各個行業裡面，當律師也好、當醫生也好，任何的行業，面對同樣一棟大樓工作的這些同仁們，我們也應該要有這種愛護的心、平等的心。比方當醫生，很可能會有一些服務、打掃的女士們每天來幫忙。我們當醫生是一份工作，她們也是一份工作，她們也在服務我們，所以都要常懷一個感恩的心，可不能輕慢他人，對人沒有禮貌，那也不行。

有一位醫生他德行也很好，當這個女士來幫他打掃房間的時候，他都會非常客氣給她道謝，謝謝她，長期都是這麼做。有時候剛好自己收到禮品，他就順手「你拿回去給孫子吃，拿回去給家裡人吃」，都會布施給這些幫忙他日常事務的工作人員。有一天這位打掃的女士就來找這醫生，說你前幾天是不是有丟了一包東西？因為這個醫生在整理的時候，不小心把一筆獎金丟到垃圾桶裡面去了，因為忙，沒有注意，把獎金丟到垃圾桶裡面去了。這位女士就很仔細，因為看到這位醫生對她都這麼客氣，她也很歡喜，所以也很認真幫他打掃，替他設想。你看你幫她設想，你恭敬她，她也會替你設想，她怕你會不會有些重要文件給搞丟了，不小心扔下去不知道，所以她還仔仔細細檢查。結果檢查到，原來這個醫生把一筆獎金扔到垃圾桶裡面去，還把它撿起來，還給了這個醫生。確實「敬人者人恆敬之，愛人者人恆愛之」。

像下屬，他可能跟我們的時候還沒結婚，到結婚、生子，他整個家庭狀況在變化，他的責任不一樣，生活方式也不一樣。這時候領導能不能體恤，再安排一個讓他能同時兼顧家庭責任、家庭生活

的工作？假如上司能體恤到這一點，真的這個下屬會終身感恩。

有一位長官比較刻薄，對下屬不夠恭敬。其實人跟人都應該有一分恭敬在。雖然我們是上司，也要對他人的人格恭敬，對他人盡忠職守、他人的付出都應該是恭敬的，不能有傲慢、不能有高下才對。因為是公務單位，所以在寫信的時候都是「敬賀」，都對他們很恭敬。結果這個上司說，還用「敬」幹什麼？用「賀」就好了！你看這個心態就不對了。有一個他的下屬每天幫他開車，後來這個下屬結婚了，但是幫長官開車得二十四小時待命，很難顧及照顧自己的孩子成長。下屬就請求上司，可不可以給他調個職，讓他比較能夠兼顧照顧家庭？結果這個上司不只沒有把他調到好的職位去，本來在北部上班，還把他調南部去，這樣子做就太刻薄了。

我們想到孟子的一段話，「君之視臣如手足，則臣視君如腹心」，領導人把下屬看作自己的手足一樣，則臣視君就好像自己的心腹一樣，看得比自己的命還重要。「君之視臣如犬馬，則臣視君如國人」，就像一般國人一樣，沒有恭敬。「君之視臣如土芥，則臣視君如寇讎」。我們從這裡就看得出來，下屬怎麼對待我們，跟我們上司如何照顧他們有連帶的關係。君仁，臣就能忠，我們能看待下屬就像手足兄弟一樣，下屬看我們如腹心，比自己的命還重要。

很多的忠臣，確實是奮不顧身為領導人、為國家。在晉朝晉惠帝的時候，有一位臣子叫嵇紹，這個嵇是比較少見的一個姓。我們都聽過竹林七賢，當中有一個嵇康，這個嵇紹就是嵇康的兒子。晉惠帝的時候有人作亂，河間、成都兩個王作亂，晉惠帝去平亂，結果打了個敗仗。所有的侍衛、大臣幾乎都落荒而逃，只剩下嵇紹守護在晉惠帝的身旁。那時候都要惠帝的性命，嵇紹就以身擋箭，當箭都射在嵇紹身上的時候，血噴到了惠帝的衣服上面，後來他就殉職身亡了，而晉惠帝也免於這場災難。當僕人要把惠帝的這件衣服

拿去洗的時候，惠帝講，這件衣服這一輩子都不要再洗，因為這個上面留著嵇侍中的血，侍中是官位，也算是很高的一個官職，這是嵇侍中他的鮮血，他的一分忠肝義膽所留下來的，我這一輩子都要記住他這分忠誠，這個血絕對不要洗掉。所以這些忠臣，確實對待自己的君王都是比自己還重要的。

「君之視臣如犬馬，則臣視君如國人」，我們把下屬當作賺錢的工具，讓他們做牛做馬，都不體恤他們的身心、家庭，他們跟我們之間也沒什麼恭敬、感情。時間一到，馬上就趕快走了，你要叫我再做一秒鐘，我都要跟你拿錢，整個君臣關係是非常的計較，其實這樣沒啥意思。這樣每天到公司裡面，人跟人都沒有人情味，也怪痛苦的。這樣的工作環境，我看長期做下來，可能大家都是癌症的高危險群，做得不快樂。

「君之視臣如土芥，則臣視君如寇讎」，你非常輕慢、非常瞧不起下屬，那他會視你為寇讎。很多開餐廳的，餐廳生意是不錯，但是下屬沒有好好愛護，他們的怨氣就慢慢生起來。到最後在廚房給你搞怪，搞得你非關店不可，這樣的例子還是真有。有一群外國人到了中國大陸去參觀一些工廠，他們先到了餐廳去，餐廳吃的不好，所以這些外國人就想，吃這樣的菜，不值得跟這個老闆、公司幹活。後來又去參觀工廠，看到這些工作的員工懶懶散散的不認真，接著他又說了，這樣的員工不要給他吃得太好。所以看吃的，覺得這個上司太刻薄；看工作，覺得下屬工作實在是太不盡職，其實這都是互相的。所以，我們為人下屬也要時時反省自己，對不對得起自己的這份工作？也要無愧於這份工作。縱使跟這家公司的因緣變化了，當我們離開的時候，也要留些好名聲給人家傳，覺得這樣的員工真是盡心盡力，很難得。在這樣的基礎上，我們的社會信任愈來愈好，也會愈來愈有好的發展。所以我們面對任何一個緣分，

離開的時候都要覺得坦坦蕩蕩。

師父曾經有提過一段教誨叫「現代生活十則」，我們面對生活、面對工作，能夠時時用這十點來要求自己、提醒自己。第一個，腦筋要活一點；第二，嘴巴甜一點，講話別太衝；微笑露一點，說話輕一點，理由少一點，做事多一點，肚量大一點，脾氣小一點，效率高一點，動作快一點。我們做人也好，做事也好，都應該要精益求精，都應該苟日新，日日新，又日新，來把我們的職責盡好。

我們看到第一個，「腦筋活一點」，怎麼讓腦筋活一點？第一個煩惱要少，腦筋才活得起來，不然每天煩惱一大堆，頭昏腦脹；煩惱少，智慧就能長。再來多請教，多跟一些非常有智慧、經驗的人請教。這些經驗能傳承下來，我們的思惟、見識也能夠打開，腦筋就能活一點。那時候我跟一些教育同仁接觸，他們說你的一些想法感覺不像教書只有一、二年。我也跟他們交流到，因為我還沒有正式教書，就遇到幾位教學非常有經驗的老師，有的都教三十多年了，我們就很歡喜的去接受他們的這些教誨、經驗。應該站在有經驗人的肩膀上，站在巨人的肩膀上，可以看得更遠。我們的學習不可以懈怠，因為學生不等我們，我們早一點提升，學生就早得利益。

腦筋活一點，嘴巴甜一點。當然這個甜一點，不是去諂媚、巴結，那就錯了；是說話很柔和，讓人如沐春風。因為往往話太尖酸、太諷刺、太刻薄，話一出去，搞得整個氣氛很僵硬，人和都不見了，那就很不好。所以說話是門學問，說話的部分我們下節課再來細講好了。因為夫子講四個重要的學科，第一個是德行，第二個就是言語，再來就是政事，如何把事做好，這裡面有把事做好的這些重點、關鍵。第四個才是文藝，才是這些才藝、技能。

嘴巴甜一點，大家不要今天「現代生活十則」讀完了，好明天

起嘴巴要甜一點，沒有從心裡去欣賞別人，去看到別人付出，只一味的要學甜一點。給人家一稱讚，又稱讚得不是很得體，不是很恰當，然後又不是內心真誠流露的，人家一聽我們稱讚，雞皮疙瘩都出來，這樣就不好。真正能時時稱讚如來，打從內心去看到別人的善，看到別人的好，看到別人的付出，這樣講出來的話，讓人家真正能感受到我們這分誠意，他也會覺得更有信心。所以嘴巴甜一點。

微笑露一點。「面上無瞋供養具」，時時歡喜待人，這就是在供養大眾。我們進佛門，最早看到的天王殿，中間彌勒菩薩坐在那裡，就教我們要微笑露一點。所以，微笑露不出來，就進不了山門。大家不要聽完之後，待會坐車回去，在公車上見人就笑，人家會說這個人是不是有點問題？當然這個笑，不一定說要笑得牙齒都露出來，我們的態度非常的溫和，非常有一種親切感，縱使是陌生人，見到我們都會覺得很舒服，這都是微笑露一點。

再來說話輕一點。我們曾經遇到一些同學、朋友，講話真的很像跟人吵架一樣，你提醒他，你小聲一點，「我有很大的聲嗎？」他都警覺不到。後來到他們家去，恍然大悟，原來他們家講話都是這樣。假如不了解的，去他們家還以為他們家怎麼常吵架。所以大聲習慣了，不好。因為在家裡大聲，家裡人不覺得怎麼樣，問題是你到團體、公司去，人家不會這麼想，人家會不能接受。所以《弟子規》說，「尊長前，聲要低」，講話不可以太大聲，這樣顯得不恭敬。但是「低不聞，卻非宜」，不能太大聲，也不能小聲到都聽不清楚。說話輕一點。

理由少一點。要勇於去承擔，不要遇到事情做錯了就找一大堆藉口，甚至於把人都拖下水，這樣沒有擔當，也很難受到團體和公司的信任。一有狀況出來，我們勇於認錯、勇於改過，反而這樣的

一個態度更能贏得別人的信任。因為人不可能不犯錯的，「人非聖賢，孰能無過，過而能改，善莫大焉」。今天假如我們犯錯了，第一個反應是找理由、找藉口，「倘揜飾，增一辜」。真正有智慧的上司領導，他看人也有他的功力，假如我們的心態是時時推責任，時時找藉口，他不敢給我們承擔。

做事多一點。人不要怕付出，不要怕多做，不要怕吃虧。多付出，多做，給自己又培福又增長智慧、增長能力。我們有一位朋友，他的心態非常好。他一開始去工作的時候，上司本來給他調的薪水比較高，他自己自動降。他說我不要這麼高，我這樣就好，假如我表現得很好，老闆你要加再加。假如你遇到一個新進人員，你給他的薪水，他還自己降，會不會印象很深？你看現在很多人去應徵，年輕人去應徵，問了一大堆問題，有沒有出國旅遊的機會？加薪、獎金，問一大堆福利，因為他們都被誤導了。聽說有一句順口溜叫「錢多事少離家近，位高權重責任輕」，職位要高，權利要很大，責任又輕，天底下哪有這種事？「位高權重責任輕，睡覺睡到自然醒，數錢數到手抽筋」。你看現代這些年輕人都作白日夢。「不經一番寒澈骨，焉得梅花撲鼻香」，現在都是好高騖遠，急功好利，沒有付出就先想要收穫，你看這樣的人能被重用嗎？

所以年輕人應徵，什麼都問到了，都是問到公司給我什麼，卻沒有問出一句，我能給公司做什麼！現在假如有個年輕人來應徵，第一句話就問，我能為公司做什麼？我看這個態度，一定會讓應徵的經理主管刮目相看。懂得先付出，而不是先計較。

這一位朋友他就是先付出，不計較，薪水也不高，而且他工作很努力。因為他心裡想，我剛踏出大學，我又沒有工作經驗，這個老闆沒有跟我要錢，我沒有經驗他還用我，用我，給我這麼多機會磨鍊之外，還給我薪水，天底下哪有這麼好的事？又栽培我，又給

我薪水。所以，他是懷著感恩的心來工作。而且他都是自動加班，因為他覺得所有的工作都是在學習，都是在提升他的能力。所以他加班不只不要加班費，還感謝公司給他這些磨練的機會。你看人快樂跟痛苦，天堂跟地獄，在一念之間。而他這麼歡喜的付出，當然老闆也歡喜的栽培他，所以他們公司，諸位朋友大家想想，升官升得最快的是誰？薪水升得最多的是誰？愈不計較的人愈有福分。我們自己想想，我們自己假如當老闆，要用什麼人才？難道用個斤斤計較，常常跟你抬槓的部屬？所以做事多一點。真的，好的長官、好的長輩寶貴的人生經驗，唯有真正肯幹、真正不計較的年輕人才能承傳他們寶貴的經驗。

再來，肚量大一點。因為每個人都在學習的過程，對人不可以刻薄，肚量大一點。很多人說，他都這麼大了，連這點道理都不懂。其實我們心裡要想，我們去責怪他人，我們生氣了，對自己、對他人都沒有幫助。人生做對己無益、對人也無益的事情，這叫愚痴，這種事怎麼能幹！所以，他人做錯了事情我們能包容，我們能想到他們都是沒有聞《弟子規》，沒有聞古聖先賢，沒有聞佛法，他們不懂，才會做出這樣不對的事，所以就是包容。師父講，別人錯的也是對的，我對的也是錯的。人為什麼肚量不夠大？往往都是堅持己見，就是我對，就是他錯，就是他得跟我低頭。但是師父是講，我對的也是錯的。我們堅持我對、他錯，我高、他低，這個時候我們的心已經不慈悲，這個時候我們的心有高下、有傲慢在其中，我們是拿著經典去衡量別人，而不是要求自己。這就變成嚴以律人，寬以待己，有點修得顛倒了。我們堅持自己對了，跟人就是對立的狀況，就是我學問比較好，他比較低，這個心態不跟真誠、清淨、平等、正覺、慈悲相應。所以固執自己對，這就已經跟覺悟相違背了。

修道人時時保著一個慈悲的心，而不是去固著自己是對、是錯而已。真是慈悲，當看人犯錯了，不只不跟他在那裡論個長短，更重要的是憐憫他犯錯，因為「先人不善，不識道德，無有語者，殊無怪也」。為什麼說他錯的也是對的？錯的也是對，這個對叫做其來有自。就是因為他沒有好的家庭教育，沒有好的學校教育，沒有好的社會教育，現在把自己本善的心搞成這個樣子。所以我們能體恤得到，他這個錯是他以及家庭、社會的不幸，我們更以一種憐憫心去面對，去把他引導到對的地方去，哪還有時間在那裡跟他計較對錯？一味的慈悲心對人，別人錯的也是對的，這個對就是正常，失教以後的正常現象，我們應該包容、寬恕。所以肚量大一點。

脾氣小一點。發脾氣是最傻的，傷了自己又傷了別人，還把別人往地獄推。因為一個人發起脾氣來，整個辦公室的氣氛就像地獄一樣，很痛苦。

第九，效率高一點。說實在的，前面這些態度都具備了，做起事來效率也很高，這些都是息息相關的心態。當然效率要高，也要多學習、多請教，自己有了很多的經驗，辦起事來比較順手。

再來，動作快一點。動作要快，心不可以急躁，該快的時候快，不要慢吞吞，拖拖拉拉，延誤到其他人的時間、其他人的工作，這樣就不是很理想。

這是我們提到君要仁，臣也要忠，要好好的提升自己的工作能力，來對得起這一份工作，對得起這個團體、企業對我們的栽培。

五倫關係當中，第三倫是夫義婦德，夫義婦聽。我們在之前有提到，婚姻這個婚字代表黃昏，男表陽，女表陰，黃昏屬於陰，黃昏的時候是陽往陰來，陽過去了，陰來了。陽過去了，所以娶妻的時候是男的過去迎接；陰來了，把媳婦娶進門來，這都是表男人主動去迎娶。在《禮記》的「婚義」裡面就有提到，「合二姓之好。

上以事宗廟·而下以繼後世也」。你看我們在好幾千年前就知道「合二姓之好」，同姓盡量不結婚，幾千年前就知道遺傳學，同姓結婚，血緣太近，容易一些不好的遺傳基因會出來。「合二姓之好」，代表著婚姻就是讓兩邊的家庭都放心，都愈來愈和好、和樂，這才是我們結婚的真正目的。而不是結了婚之後，搞得兩家人都心神不寧，都很擔心，那就不對了。

「上以事宗廟」，事奉祖宗，「上以事宗廟」是上一代；「下以繼後世」，後有好的子孫。所以「上以事宗廟」是一個老，上一代；「下以繼後世」是兒子，下一代，上一代還有上一代，下一代還有下一代。一個「老」跟一個「子」就是一個「孝」字，婚姻真正的意義也是在承傳孝道。我們走上婚姻的人，都應該讓父母放心、讓祖宗放心，也教育好下一代，讓下一代能承傳祖宗的這些智慧，承先啟後，讓他們也能繼續把人生經營得幸福美滿。

當迎娶的一開始，因為這是人生大事，也是一個家族的大事。當新郎要去迎娶新娘以前，還沒出自己的家門，父親親自端一杯酒敬自己的兒子。諸位朋友，假如我們今天坐在餐桌上，爸爸端一杯酒說，「兒子，來，我敬你」，我看我會從椅子上面掉下來，承受不起。父親是非常尊貴的，我們都是很敬畏父親，怎麼可能父親來給我們敬？都是我們敬父親才有這個道理。但是迎娶那一天，父親給兒子敬酒，而且兒子不用回敬。你看，兒子受此大禮。父親是代表祖宗敬我們，我們祖宗代代相傳都是很清白，都是很有德行的，你現在要結婚，要承傳這個家族的法脈，今天這個責任重大。敬這一杯酒，代表我們要把責任給扛起來。這個新郎還沒踏出家門，父親這麼一敬，你看他的心態非常莊嚴、非常肅穆，非常恭敬的態度來迎娶。不像現在結婚的時候都吵吵鬧鬧的，在那裡鬧得不太像話，在那裡嘻嘻哈哈的，不是這樣。都是非常嚴肅，非常有責任心的

來面對這個婚姻。

到了太太家，一到家門，都是岳父、岳母在門口等待，給你行禮。然後新郎，我們看到迎娶的時候，新郎穿什麼服裝？穿狀元服，有沒有？那是結婚那一天才有，平常不可以隨便亂穿，代表那是很重的責任。進去的時候，岳父、岳母親自把自己女兒交到新郎的手上，你看每一幕都是一種責任，我們都要對得起太太的父母才對。所以我們文化這些禮儀的背後，都含有很深的人生道理在其中，我們不去了解的話，不清楚整個文化裡面的博大精深對我們人生這些非常關鍵的啟發。

迎娶出門的時候，還是新郎親自幫新娘駕馬車，都是那一分相敬如賓。到了夫家，他們有個交杯酒，大家對這個交杯酒比較不清楚。其實這個交杯酒是用一個像葫蘆的植物剖成一半拿來做杯子，盛著甜酒，夫妻喝交杯酒。這個葫蘆是苦的，酒是甜的，喝交杯酒是提醒夫妻兩個，從此以後要怎麼樣？同甘共苦，要這樣去面對婚姻，彼此才是無怨無悔。絕對夫妻之間是沒有計較的，同甘共苦。而且因為是一個葫蘆剖成一半，也代表夫妻兩個是什麼？是一體不可分的，夫妻一條心，黃土變成金。這一節課我們先談到夫義婦德，謝謝大家。