

諸位長輩、諸位學長，大家早上好！「是不是我不愛吃的東西就是我最需要的？」當然他這個觀照是想到了「對飲食，勿揀擇。食適可，勿過則」，不要偏食。突然想到了另外一句話，「是不是我們討厭的人，就是能提升我們最好的因緣？」其實用心去感悟，一切人事物都可以消歸自性，都可以給自己的道業很大的啟示，在於心態對不對。明明是個大善知識，我們視為眼中釘；明明是個忠臣，我們看到他就嫌他煩。唐太宗為什麼成就，為什麼可以做天可汗？面對魏徵這樣的忠臣，他能珍惜，珍惜他的正直、直言。我們愛憎太重了，一切人事物都是我們的障礙。愛，人事物都貪求，障礙來了；憎，一切人事物都對立，障礙來了。所以開悟就是一切的障礙都不在外面，都在我們內心的習氣上面。這一點真體會到了，叫真正懂得如何修行，在心地上下功夫，所以聖學叫內學，莫向外去要求。

至人除心不除境，愚人除境不除心，這個慣性我們突破沒有？從小到大整個幾十年的人生，遇到了一些瓶頸，「都是那個同學害的，都是誰造成的，假如沒有他，我就怎麼樣怎麼樣，就很好了」，這個念頭有沒有完全去掉？這些習氣不去掉，隨時都會來報到，你沒有招呼它，它就來了，要高度警覺才調伏得了。這個要求境界的心去掉沒有？坦白講，只要有煩惱，一定這個心態還有。還是要往更深處，找到自己心地上的執著，去把這個煩惱給拔起來。誰拔，誰幫我拔？又在向外求了，這個慣性很不容易能時時覺照。就像有人到四川去吃飯，南方人不怎麼習慣吃辣，就跟那個廚師交代了

二、三次，「別放辣椒、別放辣椒！」那個廚師說，「好，放心，我不會放的」。還在那兒反覆提醒，「別放辣椒、別放辣椒」，結果還是放進去。他習慣了，一下子沒有辦法馬上轉過來。這個對自己來講，多讀經、多聽經，薰習薰到變金剛種子，隨時可以起作用，不會被境界給摧毀。我們想一想，現在自己有哪一個理智的觀念是時時保持的？那一句就是尚方寶劍。「行有不得，反求諸己」，我們昨天說的，「聖人常受天下之責，而無責人之心」，「正己而不求於人，則無怨」，您自己挑一句，跟自己最相應的那一句，先時時拳拳服膺在心中。你真有一句了，其他句你會觸類旁通，因為這一句透到你的真心，你的性德、你的悟性開始往外冒，你會觸類旁通的。但是很難的就是堅持這個心態，你一堅持，你的心是定的。你一大堆想法、一大堆看法，心是不定的。

對我們來講，其實現在最好的下手處是「念念為人著想」。一遇人事物就是這個態度，為什麼？我們的情執太重、執著太重了。最嚴重的是什麼？自私自利。真修道人真幹，從最嚴重的下手。感情的污染最嚴重的是自私自利、貪瞋痴慢，從這裡下手。我們下一句講到的就是破除自私自利最好的方法。「親所好，力為具」，這句怎麼奉行？放下自私自利，念念為父母著想，深體親心，善體親心。父母所好，父母愛子女，他所好是為了孩子的健康、孩子的德行、孩子一生的幸福著想。我們體會到這一點，父母之所好，我們就希望趕快滿父母的願。當然，父母所好假如不是很妥當的價值觀，要不要力為具？你們考慮這麼久，是深思熟慮，還是已經很清楚這三個多禮拜下來，知道蔡某某是非常狡猾之人，回答他的話要慎之又慎？我體會到日久見人心，自己要好好反省一下。親所好假如是不對的價值觀，就要用哪一句？「親有過，諫使更」。你不能學呆了，連是非判斷都不懂，那怎麼孝父母，怎麼養父母之志，怎麼

養父母之慧？所以為什麼解一定在行前面，你道理明白了，你行的才不會錯誤。有一個很孝順的人，他媽媽生病了，他為了給他媽媽出醫藥費、買藥，去搶銀行，這是發生真實的例子。所以「順乎親有道，反諸身不誠，不順乎親矣」，他看起來很孝順父母，可是他是非善惡不分，他也很難達到孝子，因為他遲早出事，會讓父母抱憾終身。你看他去搶銀行，結果進牢獄去，他母親不就遺憾一生了嗎？

這一段話是在《中庸》裡面，這一段話非常有哲理。一開始是說，「在下位，不獲乎上」，你處在臣子的位子，不能得到領導的認同，「民不可得而治矣」，你不可能去做事，去利益到老百姓，因為上司不用你。你首先要把你的理念能夠讓上司充分了解，你才能夠去施展你的抱負。這個時候人要善於溝通，甚至要建立信任。

我發現現在人跟人溝通很不主動，「你幫我去跟他說一下」，都是這樣。甚至夫妻對孩子，那個爸爸講半天，「太太，你去給兒子講」，都要推給另外一半去講，做事都要繞一圈。其實我們現在已經到什麼程度了？連自己真誠的時候都不大習慣，連面對別人真誠也全身怪怪的。因為應付人應付太習慣，現在真誠現前，自己真誠現前不習慣，別人真誠現前也不習慣。大家有沒有經驗？剛好三、五個人在那聊，突然聊到他內心深處，在那裡流眼淚，突然有人就轉移話題，「今天天氣不錯」。他就是在真誠流露的時候，有些人不習慣，就會感覺，「不要讓他哭了，轉移一下話題」。你就讓他哭個痛快。甚至於有人真情流露了，在那裡哭，她在那裡不知所措，看著我，「怎麼辦？」「拍她一下，妳是女的，她也是女的，抱她一下。我是男的，不好抱」。這種很自然的動作都使不出來了，不知道腦子裡到底在想什麼？我也搞不清楚了。妳都感覺不到一個人當下那種情感完全釋放出來，這個時候妳去抱她，妳去拍拍她

的背，當下整個感情就交融在一起了，她體恤到你對她的愛。所以我們現在其實都是要恢復正常，你有沒有看過一、二歲的小朋友，有一個小朋友「嗚嗚」在哭，另外一個小朋友不知所措，「怎麼辦？」有沒有看過這種情景？沒有，小朋友過去，「乖乖乖」，這叫自然。你看我們大人第一次見面，「你好，交換一下名片」，名片一拿過來，「這個人值不值得我交往？」你看那個程式一條接一條，挺複雜的。人家二、三歲的小朋友到公園去也沒換名片，不到三十秒鐘，你突然一看，玩在一起了。他真誠，感通了。

修行，「大人者，不失其赤子之心」。假如一個人很感動，聊到他媽媽，在那裡流眼淚，你的眼淚一滴都流不下來，要反省一下，你在那個當下腦子裡到底在想什麼？怎麼裝這麼多複雜的東西，你怎麼接受不到他那種至孝？不然你就陪著他流眼淚，但是要有一點水平，只在眼眶轉，不要流下來就好（剛剛跟大家講的中庸）。不過，假如還是控制不在眼眶，就流下來好了，你不要在那裡流的時候說，「蔡老師交代，不可以流下眼眶」，那我又變成你真誠的障礙了。對不起，我常常會有回馬槍的動作，因為剛剛講得好像不夠圓滿，趕快再回馬槍補一下。我們看這一句的人生哲理頗深，你今天處在下位，你還是為了要利益人、服務大眾，你首先要贏得上司的信任，跟他充分溝通，把這個理念讓他認同。我們任學長怎麼讓他的領導信任？從他的孫女開始關心，這都是人情事理，慢慢的，他孫女改變了，領導很歡喜。「先以欲勾牽，後令入聖智」，這叫恆順眾生。那個欲不是欲望的欲，是他現在非常需要的，而這個需要又不會造成嚴重的執著，你就恆順讓他生歡喜，然後把他引入聖教裡面。「獲乎上有道」，上司認同他了，「不信乎朋友」，那他獲乎上也是假的。這個事理很深，不能看表淺。上司認同我，是不是我就可以了？不是。你上司認同你，請問你的同事能接受你嗎

？你只能讓你的上司認同你，而不能讓同事認同你，那你叫很會巴結諂媚，不是真誠。真誠可以感通上司，怎麼會不能感通同事？所以「不信乎朋友，不獲乎上矣」，你獲乎上也是假相。

「信乎朋友有道」，跟同事也處得很好，人緣不錯，真的嗎？「不順乎親，不信乎朋友矣」。大家有沒有看過人際關係特別好，回去跟他父母講話很大聲的？這種人現在超過一半。現在功利社會，我們就是這一代的人，跟朋友好得不得了，回家擺個臭臉，甚至還直接叫哥哥、姐姐的名字，但是出去，跟朋友死黨很多，假的。要幹什麼？看清自己，不自欺，一層一層看得更深入，才能達到不自欺。順乎親有道，不明乎善，孝也做不好，這是不順乎親矣。「順乎親有道，反諸身不誠」。我剛剛講錯了，「反諸身不誠」，就是你孝順父母不是誠心的，你是做樣子的。就像有一個公案跟大家講，有一個讀書人叫俞麟，以孝順著稱，而且還有人從其他的鄉鎮來跟他學習，公認的孝子，結果他考試沒考上。後來文昌帝君說，他看起來很孝，但是內心對父母是應付的，甚至有帶埋怨的，這個叫腹誹。人愈應付父母，他離天良就一天一天愈來愈遠，他良知就提不起來。而且講話又太刻薄，所以他終身都考不上功名，雖然名氣很大，而且學識也很好，還是沒考上。而名氣很大就是最折福的地方，「名者，造物所忌。世之享盛名而實不副者，多有奇禍」。

「世之無過咎而橫被惡名者」，他沒有過失，人家一直在毀謗他，「子孫往往驟發」，他的德就庇蔭後代了。這句話入心了沒有？入心了，每天鞭策自己，名要副實。這句話入心了，無過咎而橫被惡名，我自己沒有錯被人家罵，太幸運了，子孫往往驟發。開悟了沒有？開了什麼悟？事事是好事，人人是好人，每天罵你的人好不好？好，他把福送給你了。人為什麼會煩惱？道理不明白，好事看作壞事，他當然煩惱就起來了。所以這些經文的理，你真的入心了，

你的整個人生感受就不一樣。

所以「順乎親有道，反諸身不誠」，你不是發自真誠的心，你也不算是真孝的人。看一個事情，從君臣關係最後透到哪？透到家庭，透到心地上才看得清楚。「誠身有道」，很真誠，「不明乎善」，他實在很真誠要孝他媽媽，結果跑去搶銀行，也不行。人首先要明理，致知，意就誠了、心就正了。所以學聖教首先要深入經藏，長期薰修，要明理，很多事情你就能自己想通。剛剛我們講父母親的思想價值觀不對，就要「親有過，諫使更」，但是要柔軟，不可以有絲毫指責教訓的態度出現，不然就適得其反。而且還要懂得，不要防堵，要疏導。你不要聽到媽媽說，「那個對象不錯，家裡很有錢」，然後你馬上跟她講，「媽，蔡老師說，『娶妻求淑女，勿計厚奩』，妳還看人家很有錢」。諸位學長，不要把我拖下水，這樣我會覺得怎麼走到哪都有人瞪我，可能就是我被大家出賣了。還有一次，我有一個同事跟我講，他說他剛好坐在火車上，見到幾個人剛好有聽過「幸福人生講座」。結果他們談，談到先生都是批評，談到我的時候眉飛色舞。我朋友為什麼跟我講這個？他說「你小心，很多男人都恨你恨得牙癢癢的」。所以我突然警覺到，「我不殺伯仁，伯仁卻因我而死」。諸位女同胞，我們結個善緣，我們結緣的目的就是讓妳愈愛妳先生，對妳先生愈好，不然我造的罪業就太重了，無形當中搞得人家夫妻不和。所以明理很重要，薰到金剛種子，隨時都提起理智。

我們深入「親所好，力為具」，首先關懷父母的身體，養父母之身、養父母之心，這個都是親所好具體的落實。養父母之身，我們前面講到的「冬則溫，夏則清」，給長者奉養飲食還是要很細膩。我們看周文王，他侍奉他的父親王季，看那個菜，不能吃剩菜，不能送剩菜給父親，還要摸摸溫度，不能是涼菜。飲食要訣三個重

點，尤其對老人，「暖」，就是要溫熱的食物；「軟」，不要太硬的，咬不動，那吃起來很辛苦，要體恤；再來「緩」，吃慢一點，不要吃飯氣氛很急。吃得很快，老奶奶坐在那裡看你們都吃飽了，她很緊張，要體恤備至。有些老人跟我們一起吃飯不好意思，都吃很少，說吃飽了，怕我們等。這個是不是有講過？因為我們剛好上一、二節課「群書治要」是講孝悌，這個我們就不多琢磨了。養父母之心，第一你的身體健康，你不能讓父母操心。再來，你的學業、你的學問、你的道德，不要讓父母操心。有一句話講的，在《論語》裡面，「父母唯其疾之憂」，疾是疾病，再衍生開來變壞習慣，都算。古人，父母什麼時候擔憂他？只有他生病的時候才擔心。那個「唯」字，讓我們看到自己跟古人的距離。平常處事，夫妻相處、經營事業，不讓父母操一點心，唯一會操心的是什麼時候？生病。你說一個人一輩子沒生過病，少，生病的時候就是父母最煩惱、擔憂的。所以這個「唯」字讓我們看到，什麼是合格的子女，不讓父母多操心才是合格。讓父母放心，進一步讓父母感到欣慰光榮，「立身行道，揚名於後世，以顯父母」。

「夫孝，始於事親，中於事君」，您看這個事君重要。「身體髮膚，受之父母，不敢毀傷，孝之始也」，「立身行道，揚名於後世」，這個是圓滿孝道。但這個「中於事君」，你在單位裡面跟同仁、跟領導相處不好，父母擔不擔心？擔心。我們複習一下，「居處不莊，非孝也」，「事君不忠，非孝也；蒞官不敬，非孝也；朋友不信，非孝也；戰陣無勇，非孝也」，你說現在又不打仗，現在是文化復興，要打聖戰，有沒有勇？沒勇，非孝也。每一句的精神你抓到了，都跟我們當下有關，馬上都可以落實的。這句經句你不知道怎麼落實，是我們內在的分別執著把它預設了，把它限制住了。你們假如不相信，你想到哪一句，說這句沒有辦法落實，我們再

來探討，OK？不然你們在那裡說，「真的嗎？」不服氣。結果這個不服氣又卡了一個禮拜，每天看到我又挺不高興的，這樣我就惱害大家了。所以後面要補這一句回馬槍。這個是健康，再來延伸到你的家庭、家業，你的道業。尤其我們的學長，絕大部分的父母都非常希望大家這一生道業有成，成就智慧、成就慧命。你修行還讓父母操心，就不孝了。這些都是在養父母之心方面的。養父母之志，父母希望國家民族安定，文化承傳，這個志我們要把它發揚光大，把它實現。父母用了一生栽培我們，我們要圓滿父母這一個志向。再來智慧，我們待會兒再從「親有過」跟大家來談。「親所惡，謹為去」，父母所擔憂的、不喜歡的這些事物，要謹慎的、趕快的把它去掉、改掉。其實這句跟上一句就是一個對比，跟「親所好」相違背的，我們要趕緊把它去掉，還不肯去掉，就是不能體會到父母的擔憂了。真的體會到了，一天都不想留這些壞習性。

「身有傷，貽親憂」，身體有損傷，讓父母擔憂。身體的保養主要有幾點，第一個，你生活習慣要好，該添加衣服要添加衣服，不可以粗心大意，可能就著涼了。再來，「禍從口出，病從口入」，你吃不節制，鐵定身體會受損。所以生活習慣要養成，這一句「身有傷」才在落實，不然又是口頭上的口號而已。零食不要吃，那個都增加你的身體新陳代謝。我們這一期學長都是非常自愛，來的時候就沒有帶零食了，還是有全部繳械出來？有沒有派軍隊搜這些零食？可能都是大家自動自發就沒有帶來。諸位學長，你去吃那些防腐劑一大堆的東西、色素一大堆的東西，叫犯盜戒。「奇怪了，我吃這個東西跟盜戒有什麼關係？」因為你已經發願把身體捐給傳統文化，你只要損害傳統文化，就犯盜戒。你捐出來，那身體不是你的了，這個邏輯對不對？你們終於開悟了。你表面上捐，做什麼都是順自己，騙人，發空願。你真發出來，你要讓自己身體能發揮



更大的作用。我有一個嚴重的習氣，就是很會撐，明明很累了，撐、撐、撐。這也是習氣，要改。所以我現在有乖一點點，大家注意看，第一節下課，我人都不見了，趕緊回去平躺一下，稍微調息一下，第二節課還要再上課。你撐，看起來很慈悲，事實上是不慈悲，為什麼？第一個，對自己不慈悲、對父母不慈悲，還有對身邊的人不慈悲。因為你撐到最後倒下來，還要得他們照顧。再來，對大眾不慈悲，你身體搞壞了，本來可以活到八十歲，最後只有六十歲，二十年，多可惜！一個人不斷深入經典，他是年齡愈大智慧愈高。所以長壽好，你的智慧，你的歷練、見識不斷增加。

所以還是不能透支，而且透支有流弊，是什麼？跟著你的人都很會撐，所以跟著我的人一個比一個苗條。突然有一天，我大哥站出來，有人說，「蔡老師旁邊還有胖的人？」我非常感激我的大哥，讓我很不好的形象有點扭轉過來。這個都要謹防流弊的，不能撐。但是，該撐的時候還得撐。比方說這個人你這輩子可能再也見不到他，可是有些話你還沒講清楚，你就一定要給他講清楚。我們有四十幾天相處，不用急，慢慢聊，緣分不同。任何道理它是很活潑的，你不要學一條又執著一條，又覺得很放不開。你說「真的撐怎麼辦？」沒關係，求祖先、聖賢加持，就不會太累。飲食、生活習慣要好，尤其十一點一定要睡覺。十一點到三點這四個小時不睡覺，叫壞孩子，不是乖孩子。壞孩子，味道還不夠，壞小孩，為什麼？明知故犯。明明告訴你十一點到一點叫膽經，一點到三點是肝經，肝膽相照，整個代謝你這些毒素。你不讓它充分發揮，還在那裡耗損它，這個機器當然用不久。可以早起，不要熬夜，你早上要三點起來沒人抗議。飲食、生活習慣、睡覺，這四個小時一定要睡，其他我不管。再來運動，每天一定要運動，每天不運動，犯盜戒，你這身體不保養。哪有人把一個東西捐出去，結果是給人添麻煩，

有沒有可能？我很發心，明天就發燒了，很多。

我父親有件事特別感動我，我很感激有這個機會跟大家分享《弟子規》，為什麼？講怎麼當爸爸，自己沒當過爸爸，只能想我爸爸。想著想著，以前的恩德都想出來了。真感激，想的愈多，跟父母那種天性恢復得愈多。我有一個同學，就是介紹我認識陳真老師的那個同學，我跟他五年級就同班同學，二十七年了，他們家經濟比較不寬裕。後來他結婚，太太又懷孕，載太太騎個摩托車，挺危險的。之後孩子又生出來，坐在摩托車上還是挺辛苦。我就跟我父親商量，「父親，我那台車就送給我同學」，當然那車也是開了不少年，就送給我同學。結果要送給我同學的時候，我爸爸做了一個動作讓我印象深刻。這個車子有一個部分是最貴的，就是整個離合器，那是很貴的部分，還能用。我爸爸把它換新的，說因為已經有點不好用了，你既然要送給人家，就要讓人歡喜。我聽完之後，假如有個洞，我真的想要鑽進去，為什麼？自己沒有情義，送人東西好像覺得，「我送給你，不錯了」，那個心就不柔軟、不體恤。父親送人家車子，還設身處地，怎麼樣讓他用得歡喜，把那個離合器都換掉。所以我們父母、老一輩，他們的德行，假如你從很多他們生活處事的細微處觀察，你就學到東西了，我們有時候粗心大意。

剛剛跟大家講到要運動、要鍛鍊身體，這個也要養成習慣。再來，我們剛剛講到的飲食、睡眠、運動、生活習慣，比方你要愛整潔，不然你會傷身體。再來情緒，情緒影響身體很大，所以要調整好自己的情緒。修行就是要改性格，把性格不好的處事態度把它改掉。這是「身有傷，貽親憂」。「德有傷，貽親羞」，我們的德行有損傷，違背做人的原則，父母親會感到非常羞愧。小的時候我們不懂事，做一些事情被鄰居罵，「這個孩子真沒家教！」這麼一罵，自己就低著頭趕緊回家去，不敢以自己的行為羞辱了自己的父母。

所以羞恥心的根源在哪裡？就是孝道，就是這一句。我們最後再來總結一下。這每一句都是放性德之光，都是萬善之根本。這一句用心去體會，把它延伸開來，德有傷，貽家人羞；德有傷，貽團體羞。什麼團體？我們所在的團體感到羞恥，甚至因為我們錯誤的行為，讓人家否定、不信任我們團體。這一句話義理其廣無邊，包含我們曾經讀過的學校，「那個人是某某學校畢業的，你看他那副德性」，我們把母校都污辱了。甚至把我們這個地方都污辱了，「你看那個人是從哪裡出生的」。可是古人功成名就了，人家不稱他的名字，稱他住的地方。你看「天台大師」，那是指智者大師，他住在天台山，連名都不稱，稱他住的地方，這個就是讓整個故鄉都感到光榮。再來，我們踏出國門，德有傷，就羞辱了自己的國家。尤其我們是華人，走到哪兒，代表整個中華民族。人家看到華人，他也不知道你是哪裡的華人，可是人家覺得就是華人。所以當華人積功德容易，造罪業也很容易。積功德，你做得好，人家說，華人very good（很好）！你讓十幾億人都沾光了。你帶你的孩子出去沒有規矩，人家說Chinese（中國人）就是這樣，全球華人都被拖下水。你看，延伸到民族。

再來，延伸到正法。整個宇宙是一個僧團，你皈依三寶，不是皈依哪一個地方的三寶，是皈依盡虛空遍法界的三寶。我們是四眾弟子，我們假如不好好幹，那是把遍虛空法界的四眾弟子都拖下水。所以聖賢、佛菩薩弟子思考問題，都要以整個宇宙來思考。而且我們一個念頭傳遍虛空法界，現在科學家都研究出來這個真相了。普林斯頓、哈佛幾所著名的大學，他們出了一本書叫《念力的祕密》，用科學證明了宇宙人生的真相。人的意念是傳遍宇宙的，而且力量很大，強的意念甚至可以改變整個星球運轉的軌跡，這都是最近科學家講出來的。老人家針對這個主題講了十個小時的課，挑出

了這本書的精華，大家回去可以好好看，為什麼？現在人不認同倫理道德，認同科學，你就恆順眾生，先從科學跟他講，慢慢再感化。接著，「親愛我，孝何難？」父母親非常愛護我們，孝順哪有什麼困難？「親憎我，孝方賢」，當父母親對我們的行為不認同，不喜歡我們的時候，甚至於生氣責打我們的時候，我們不放在心上，還是一樣的孝順，才顯出我們的賢德，才顯出難能可貴的地方。有一句話說到，「天下無不是之父母」。其實我們很簡單的想，沒有父母怎麼可能有現在的我？我們沒有父母的養育照顧，我們不可能存活在這個世間。您看現在的人想，「我拿錢回去給我父母已經很孝順了」。有沒有道理？沒道理，怎麼說？你兩個月大的時候，你媽媽說，「十塊給你，拿去買早餐」，你可不可以活到現在，可不可以？你媽媽就不是丟錢給你的，你現在怎麼用丟錢回來報答？報恩不就是很自然的嗎？父母怎麼照顧你的，你很自然之後怎麼照顧父母，反哺。你小時候不會走路，扶著你走路，現在老人家老了，走路不穩了，你扶著他，不是很自然嗎？

老天爺的慈悲，讓人這一生不要遺憾，能夠把深恩能夠回報。怎麼說拿錢就是孝順，哪門子的邏輯？你們去調查一下，有哪個孩子長大是他媽媽每一餐拿十塊錢讓他去買，他就活到現在的？既然有父母才有我們，光是這一點就要感恩了，還有什麼其他想法？只要有其他想法，那就是我們心地上的染污，記怨不記恩。忘恩記怨，嚴重的習氣。只要對父母忘恩記怨，對一切的人都會這樣。我們現在心地上的習氣，病根在孝道。其實很多人修行、弘揚中華文化功夫不得力，卡了老半天，原地打轉。奉勸大家，該下的功夫還是要下，學習不要躑等，好好老老實實的盡孝。在急什麼？弘揚文化用的是道德，用的是學問。學問是什麼？「首孝悌」。我們表面上弘揚文化，經典一句都沒有領納，照著自己的意思在做。首孝悌就

是這個德行你決定要從這裡下手，你不可以繞過它，那叫逃避，叫挑境界，叫愛憎的心。你說「可是父母不接受我」，很好，「親憎我，孝方賢」，剛好落實這一條。清淨心，首先心上不見父母之過，不然你清淨心練不出來。對我們生命成就的父母我們都沒辦法放下成見，那真心怎麼顯？《禮記·學記》當中有講到一段教學的原理原則，「禁於未發之謂豫」，教學的是這樣，請問跟我們有沒有關係？有，你要自我教育，「禁於未發」，自己要持戒，不要去染這些惡習，一染上了，你又要花老半天的時間才把它去掉。所以「鬥鬧場，絕勿近」，染污的地方不能去。「非聖書，屏勿視」，這都是「禁於未發」，一句都不可以犯，不然還在增長習氣。

「當其可之謂時」，自我教育，有一些情況出現了，發現自己的習氣了，記下來，記在日記本上，常常翻，不可以再重犯同樣的過失。你每翻一次，印象就深一次，你藉這個機會給自己高度的覺照。我們有沒有發現，當時覺得不應該這樣，三天以後又犯了，再三天又犯了？印象不深，那是沒有抓住這個機會，給自己高度的提醒。有些人寫下來，貼在看得到的地方。其實我們學習都不夠主動，主動的話一定想到突破的方法。湯是聖王，他都下這種苦功，您看湯王，他洗臉的盆子刻的是什麼？「湯之盤銘曰：苟日新，日日新，又日新」，連聖王對道德都不敢絲毫鬆懈，更何況是我們？你看我們現在對自己不嚴格，對別人很嚴格，當其可之謂時。「不陵節而施之」，求學不躐等，一步一腳印，循序漸進，最基礎一定是「孝養父母，奉事師長，慈心不殺，修十善業」。可是後面的「慈心不殺，修十善業」又奠基在「孝養父母，奉事師長」的基礎。其實您「入則孝」領會之後，再把它用在孝師長、孝聖賢，你整個體悟就完全觸類旁通，可是你要先有孝的根。父母給了我們生命，懷胎十月，臨產忍痛，生子忘憂，去乾就濕，咽苦吐甘，什麼好的都

給我們。哺乳養育，我們喝了母親幾百公斤的母奶，是母親的血。遠行憂念我們，深加體恤，究竟憐憫。我們的父母可能在離開人世間的時候還是在想著我們，怎麼樣幫助我們。

「天下無不是之父母」，這個「不是」不是說父母沒有過失，是我們的心上不見父母的過失。「人非聖賢，孰能無過？」怎麼可能說父母沒有過失？但是父母跟我們是一體，是我們的根，根有問題了，當然要趕緊把這個根修補好，要護念好我們父母的德行。《孝經》裡面告訴我們，「父有爭子，則身不陷於不義」，「故當不義，則爭之。從父之令，又焉得為孝乎？」孝子的心中念念只想著如何幫助父母改正過來，他不會落父母不對的印象。他比父母還著急，因為怕父母造罪業，不忍心父母造罪業的心，這樣去呵護，去善巧方便勸諫父母。人只要見父母過了，家道就傳不下去，鐵定傳不下去。我們想一想，這句話容不容易做？「天下無不是之父母」，舜王，二十四孝之首，我們看他面對父親、母親不理解他，甚至要傷害他，他有沒有見父母的過？二十四孝，大家回去都把它背起來，這二十四篇可以把我們的性德喚醒，都是最好的榜樣，「慕賢當慕其心」。我們看，「孺慕號泣」、「負罪引慝」，父母這麼對他了，他都覺得自己做得不夠好，不見父母的過，最後連這樣的父母都感化了，至誠感通。大家想一想，假如舜王見父母過了，會怎麼樣？那麻煩了，可能這裡有十個學長都不見了，你相不相信？舜王的後代不就沒了嗎？你看嚴不嚴重，很多姓氏都是大舜的後代，那不是好幾個學長都不在了嗎？諸位同學，從你的家族來看，你只要發怒了，你後代的福氣就沒有了。再來，你假如期許你自己是復興聖教的人，你只要一生氣，很多你身邊可以承傳正法的人的緣就被你給斷掉了。怎麼可以生氣？一念瞋心起，火燒功德林。一念瞋心起，百萬障門開，怎麼可以開？斷了那麼多人慧命，怎麼會沒有

障礙？你斷人慧命，自己的道業怎麼會順利，哪有這個道理？

這些都能體悟到了，有一言一行而釀子孫之禍，釀後面修道之人之禍，決定不忍心這麼做，這真有責任感。人敵不過習氣、敵不過業力，就是願力發不出來，縱發，不能保持。願力能大過業力，一定能提升，改得了習氣。所以親憎我，孝才方賢，我們的心地就是純淨的，不見父母過，不見他人過，只記他人的恩，只念念成就父母、成就他人。接著我們看下一句，「親有過，諫使更。怡吾色，柔吾聲。諫不入，悅復諫。號泣隨，撻無怨」。諸位學長，這一段話念下來，入心了沒有？這一段話很精彩，句句都是聖賢的存心。親有過了，趕緊勸父母，諫使更，這是勸父母的存心，為的是什麼？趕緊幫助父母改過。做任何事情不忘初心，就不會情緒化了。我學聖教，為的是什麼？我到這個團隊來，為的是什麼？我走入婚姻，為的是什麼？有沒有人說，「我來一個教育中心，是為了搞是非人我的」，有沒有？來看人家過失的，有沒有？沒有。有沒有哪個人結婚了，說「好，終於讓我等到這一刻了，我非搞他個雞犬不寧不可」？所以人發心是對的，走到一半就被自己的情緒拖到離目標十萬八千里了，理智的人時時不忘初心。我有時候功夫還不到家，講起一些事情會激動一點。我們有一個同仁，我一激動講話，他就說「你別生氣了，你別生氣了」，我說我不是生氣，師長沒叫我來這裡生氣，我只是剛好講到這些情況，可能聲音稍微高了二、三度。但是大家要了解，有時候講到一些道理比較容易慷慨激昂，大家多多包涵，不要造成誤會，不是來生氣的。

諫使更，這個「更」字就是初發心。如何達到這個目的？首先自己的態度要好，「怡吾色，柔吾聲」。態度很好了，他不接受，「諫不入，悅復諫」，哪有勸一次就動的？不厭其煩，下次他心情好一點再勸。時機找對了，是「悅」；耐性出來了，是「復」。每

一個字都是心法。我們有時候，《弟子規》每天早晚念一遍，念到最後，「弟子規，聖人訓。首孝悌……」，很熟了，但沒有入心，用不出來。求學問不能有應付在，經典都是性德，你常念，一相應了，你性德就流露了。「號泣隨，撻無怨」，縱使父母不理解你的好意，還打你，沒有絲毫的怨恨。這一句做到了，你要修忍辱就不難。父母責罰你，明明你是為他好，父母責罰你，你沒有怨，還往他懷裡鑽。相信幾次之後，父母心還是會被感化掉的。言語的修養，事實上在處事當中佔很大的比例。人積福靠嘴巴，你給人利益語、給人讚歎、給人幫助，都可以用這個嘴。一個人造罪業，大部分也是這個嘴巴造成的。所以「口為禍福之門」，言語的修養就很重要了。

我們上一次進修班，好像是四個半小時還是三個小時，專門講言語的修養。收集了一些跟言語的存心相關的經句，你要誠於中，你要慈悲，你要以道義的心去講話。包含你的態度，言語的態度，你要柔軟、要謹慎、要有耐性，要心平氣和去講，你要有「一言既出，駟馬難追」的態度，你言語要厚道、要正直。再來，言語也要講求方法。你要勸別人，要在他高興的時候。你的方法，還要「規過於私室」，這個都是言語的方法，你要洞察那個場合。有時候我們沒有這些經句提醒，自己沒注意到，可能就會產生一些問題。所以人肯多讀經典，他就積累很多人生的見識，不然到時候看到已經五十歲了，然後說以前犯得很嚴重，就很遺憾。再來，言語的時機要抓對，包含那個人的程度，你也要抓得準，你不要講半天他都不能接受。我們昨天講，「教人以善毋過高，當使其可從」。再來，要了解言語的影響很大，「一言興邦，一言喪邦」，「言語忍，忿自泯」，言語帶著憤怒的時候，十年的老朋友可能就毀於一旦，這個是影響，我們要警覺到。這一段我們就不細講了。再來，「親有



疾，藥先嘗」。父母親有疾病的時候，我們為人子女在身旁親奉湯藥，這個藥不能太燙。包含整個生活上的體恤，尤其生病的人，他的身心是很不安的，都要能感受得到。「晝夜侍，不離床」，在照顧父母的時候，日夜關心，都在離父母休息的地方不要太遠，一有什麼情況馬上可以處理，這樣父母也很安心，隨時有狀況都找得到。

我們聽到胡小林老師講，當時他的母親受到太大的刺激，文革時期，他那麼小的年齡，晚上就牽一條線綁在他媽媽的身上，一有什麼風吹草動他趕緊起來，這顆心難能可貴。所以為什麼胡老師修學聖教有這麼高的成就跟提升，根在哪？孝道。有孝就有尊重師長，師長教誨他的，他都不敢忘懷，所以才能提升得這麼快。「喪三年，常悲咽。居處變，酒肉絕」，父母親往生了，為父母守喪三年，因為常常想起父母親種種恩德、種種教誨，會有「子欲養而親不待」的遺憾。我們現在明白人沒有生死，這個身體是工具而已，靈魂是不會死的。這個時候我們一明白，我們這種懷念父母的孝思，完全可以做好事、做功德，迴向祝福我們的父母。所以明白這個真相之後，能讓很多孝子去盡這一分孝心。因為父母的離去，就感覺很遺憾，發自內心思念父母，自然而然整個生活起居都會有一些調整。哪些調整？你不會大吃大喝，不可能做這樣的事情，斷絕喝酒、吃肉這些習慣。「喪盡禮，祭盡誠」，在父母辦喪事的時候，竭盡禮儀。當然最好是辦喪事的過程能多給父母做功德，讓父母更受益。因為一個亡者，一般修行好的是馬上就到佛淨土、生天去了；造的罪業太大，很可能一下子就墮下去。但大部分的人在七七四十九天，會隨著他的善惡業，去他下一個因緣投胎。因為這個身體是工具，去投另外一個身體。所以這個時候對亡者是很關鍵的，這四十九天能盡為人子之力做功德，父母受益就是最大的。喪盡禮還可

以透過明白宇宙真相做得更圓滿。

祭盡誠，祭祀的時候也非常的虔誠，就是「事死者，如事生」的心境了。我們看到的是「入則孝」的部分。很多在歷史當中建功立業的人，像司馬遷，他就是不忘父親的囑託。班固，也是不忘他父親班彪的囑託，所以寫出了千古文章。《史記》、《漢書》，這都是「視死者，如事生」。包含「德育故事」裡面有一個主人翁叫徐積，他父親的名字有一個石頭的「石」，他走路都不踏石頭，就是那種緬懷父親的心。包含曾子，他父親生前喜歡吃羊棗，他之後看到羊棗就思念父親，不忍心吃了，為什麼？父親吃不上了。所以父母不在了，「揚名於後世，以顯父母，孝之終也」。當然，父母都還在，是人生的大福，而且要在父母都在的時候就能把父母的教誨全部落實，那你這一生會了無遺憾。又能把師長的教誨盡力落實，那你為人子、為人弟子的本分就做圓滿了，就具備弟子的相了。一具備弟子相，本立道生，你的道業就不斷精進了，為什麼？你真誠恭敬，很容易就入聖教。

今天就跟大家交流到這裡，謝謝大家。