

諸位長輩，諸位學長，大家早上好！大家昨天參加一天活動，累不累？是身體累，心不累。剛好這也是馬來西亞一年一度為國家社會祈福的佛家的法會。在幾千年我們中國的歷史長河當中，這個三教教化人心是沒有間斷過的。清朝雍正皇帝談到的，「三教之覺民於海內也，理同出於一原，道並行而不悖」，所以儒家、道家、佛家對我們幾千年的世道人心影響都非常大，尤其昨天這是為國家、為社會的和平所祈禱，對於老百姓它都能生起這一分善念，胸懷國家天下。所以在歷代的皇帝當中，他們都知道三教的教化非常重要，所謂「建國君民，教學為先」。而儒家是治世，治理家庭，還有治理政治，這是儒家學問當中很強調的。一般一個國家的政治都採取儒家這些教誨來治理。而佛家的教誨它的範圍要比儒家更大，儒家著重這一世，所以在時間當中儒家強調一世，佛家強調三世，包含過去世，包含未來世。

不知道大家有沒有在夜闌人靜的時候，剛好躺在大地上，看著滿天的星斗，有沒有這樣的體驗過？都沒有？沒有的話可能還得安排一下，因為常常接觸這些大自然的景觀，人的心胸開闊。像我這個從小就住在都市叢林當中，那房子是一棟比一棟高，打開窗戶很難望得很遠。像蒙古、新疆這些地方的人，你看都是一望無際的草原，所以他們的歌聲就特別的宏亮、豪邁。所以我假如到新疆去住幾天，可能歌聲就會進步了。所以確實大自然對我們的教化是很無形的。而我們看到這個滿天星斗，感覺到宇宙的時空是無盡的。時

間有過去、有現在、有未來，空間那就不是只有我們一個地球。所以站在科學家的角度，以前都覺得地球是宇宙的中心，其實這個認知，當時候是全地球的人大部分都覺得是。其實真正了解宇宙的浩瀚，再想一想，那個時候的人類不是很愚昧嗎？其實人一點都不愚昧，有本善，有明德，他只是被障礙住了而已。被什麼障礙住了？自我、自私、自以為是，我覺得怎樣對就是對，他就無法去深入了解宇宙時空的真相。那個時候有科學家提出來，太陽才是中心，雖然他提的也不是對的，可是那個視野就比覺得地球是中心要大得多了。可是那個時候提出來的人，很多是被拖到監獄裡面處死。所以我們要真正求得人生的真相，不真正深入這些聖賢覺悟人的教誨當中，很難跳脫自我的這些認知。

所以剛好昨天有這個機會，大家一起參與這個法會，可能也對我們的人生有一些啟示。其實人要懂得有來世，他的見識就不同，他就懂得好好經營自己的這一生，不能亂糟蹋，更不能墮落，他會有責任感。現在這個時代的人為什麼作惡肆無忌憚，什麼都敢幹？他覺得死了什麼都沒有了，那他就要用這幾十年的歲月去放縱自我，所謂享樂。假如知道種這樣的因，以後會有什麼樣的結果，他就有敬畏的心，不敢亂造惡。所以幾千年來，聖賢人教我們的，主要的是倫理、道德、因果的教育。重視倫理道德，人恥於作惡，他有羞恥心。重視因果教育，人不敢作惡，他知道善有善報，惡有惡報，不是不報，時候未到。其實人不相信有因果，這個是大狂妄。什麼時候有因果？任何一個念頭、一個言行都有因果。今天我們罵人，這是因，果是什麼？我們前次的課程有提到，打人就是打自己，罵人就是，有沒有講？有！這個不只人與人是這樣，人與大自然都是這樣。

有一年，剛好也是這個時間，十二月份，我剛好在馬來西亞麻

坡參與了幾天的課程，他們的課程安排最後一天不上課，所有的學員一起到海邊撿垃圾。撿垃圾，挺好的，我們學了之後去實踐。結果我往海岸線走，遠遠看到那個樹上有黃色的、有紅色的東西掛在樹上，因為距離比較遠，我心裡想，耶誕節快到了，連海邊的樹都變耶誕樹了。後來愈走愈近，才知道那個掛在上面的是垃圾袋。人們太短視了，只圖一時的方便，所以有垃圾就往海裡丟，覺得丟出去就不關我的事了，其實最後還不是全部都漂回來給人了嗎？曾子告訴我們，「出乎爾者，反乎爾者」，這個就是因果。「出爾反爾」的本來意思是這樣，現在人用的意思跟本來的意思有點差距了。

「既來之，則安之」，這個本來的意思也是，既然人家來到我們身邊跟我們有緣，我們應該照顧他，讓他安心能安頓下來。所以我們的言語出去了，不好的言語，那個不好的結果，時機成熟了它又會回來。所以《大學》裡面也告訴我們，「言悖而出者，亦悖而入」，你講那個罵人的話、傷人的話，最後你還是會受到這個不好的結果。「貨悖而入者」，這些貨物、財物你是違背天理把這些財物拿進來的，最後「亦悖而出」，你最後還是留不住的。

有一個定遠縣的狄縣長，剛好他那個地方有一個婦人，她的先生去世了，家裡比較有錢，結果這個小叔就對自己哥哥家裡的財產動了歹念。但是財產應該是屬於他太太他們家的。這個小叔就去找縣長，說我們設計把他的錢財拿過來，到時候我們分一半。這個狄縣長就答應，真去做了。結果這個婦人被關在監獄裡就屈死了，兩個人分了財產。這是貨悖而入，亦悖而出。後來這個狄縣長，他有五個兒子，好像是七個孫子，全部，包含他自己，都是身體長瘡，而且都很相近的病症，全部死掉，死到剩下一個孫子，而且也沒有立錐之地。不只錢沒有了，連命都沒有。

所以經典裡面事實上都把因果報應都給我們講得很清楚了，其

實《弟子規》每一句都是因果。今天種了這個好因，以後它會結好果。「父母呼，應勿緩」，是對父母的恭敬心，種下了這個因，感來的結果是他尊重父母，而且他不只懂得尊重父母，他延伸到懂得尊重長輩、尊重領導者，「忠臣出於孝子之門」。所以每一個德行都像一顆種子，在他往後的人生都會開花結果。「置冠服，有定位」，是一個好的習慣，也是一個好的種子，感來的結果，他以後做事有條不紊。可是假如不學習《弟子規》這些教誨，你不教他對的，他學到錯的，比方他放東西都是亂放，這是因，種了這個惡因，最後結惡果，讀書的時候作業沒帶，出社會工作的時候，重要的合約沒帶，有沒有可能？這不都是惡果嗎？所以在這個宇宙間的事情，在事相當中，兩個字就講完了，「因」跟「果」，不複雜的。為什麼聖賢人教我們「行有不得，反求諸己」？因為這個結果必有什麼？原因！所有的道理不會離開因果兩個字。

大家想一想，一年才辦一次，奇怪了，怎麼大家就遇上了？這是結果。原因在哪裡？這個吳校長、曾老師、許哲女士也很少到我們中心來，奇怪了，怎麼都被你們遇上了？原因是什麼？別高興得太早，原因，當然我推斷的不一定對，可能就是我們都曾經發過願誓，「為往聖繼絕學，為萬世開太平」，發了這個願，因緣成熟了，該我們幹的活，一件都跑不掉，是吧？所以為什麼叫「死而後已」，好好幹，幹完了就能體會到孟子的喜悅，「仰不愧於天，俯不忤於人」，那種快樂，做了才知道。「大樂莫如無愧忤，至誠乃得有經綸」，人生最大的樂，對得起良心，對得起天地，對得起他人，而至誠的心跟古聖先賢這些教誨就相應了，一接觸就能體會到他們的心境。

這幾節課我們一直在談學習，談到老實、聽話、真幹，談到不自欺、務本、先難，從起心動念下手。而在這個務本，我們舉顏回

夫子為榜樣，因為這時候的人問夫子，你的學生當中誰好學？夫子說，「有顏回者好學」。夫子講完之後，「今也則亡」，只有顏回好學，現在沒有了。諸位學長，大家要善於去體會，假如我們是這時候夫子的其他學生，聽到夫子講，只有顏回好學，現在沒有了，當下我們什麼心情？你們要配合一下，你們現在的表情不像回到兩千五百多年前的狀況。告訴大家，時空是假的，至誠心就可以突破。好，重來一遍，人要入戲，才可以從每一個人人生境界當中有所體悟。請問大家，您在看《達摩祖師傳》的時候，您是誰？你在看《醫道》的時候，你是誰？其實你從這個地方看，人其實挺有志氣的，是否？性本善。我們從小到大看電影，一看，整個過程我們的心境，男生就是男主角，女生就是女主角。會不會女生是男主角？有可能，現在女子比較有氣慨，都是要為往聖繼絕學，可能在看電影的時候，自己是男主角。不會有男人看的時候，希望自己是女主角吧？從頭到尾都是這樣。有沒有人看電影的時候，邊看邊覺得，那個倒垃圾的我挺喜歡，我要去做那個人，不會吧？那個小二挺可愛的，我去做那個店小二就好了。從頭至尾都是期許自己就是那個電影當中最偉大的那一個人，所以從這裡都看得到人其實都是善良的，都是有志氣的。

這時候夫子講這樣的話，假如我們是其他的弟子，當下應該是覺得很慚愧，假如有一個洞的話，那真的想要鑽進去，不好意思！糟蹋了夫子的教誨，應該是這樣的心態才對。不過假如是現在這個時代，這個師長講，誰是我最好的弟子。就像昨天我們非常佩服悟行法師，師長跟他說最好的弟子是劉素雲老師，悟行法師很讚歎，隨喜！這個也是師長最歡喜看到的。假如師長讚歎別人，我們就有點吃醋，然後躲到房間裡：師長偏心。現在人很容易犯這個問題，動不動就是爸爸媽媽偏心、領導偏心、師長偏心，動這個邪念。所

以什麼時候都要勘驗自己的這個念頭，是在正還是在邪，是在覺還是在迷當中，這個非常重要。

而顏回為什麼好學？夫子強調，「不遷怒，不貳過」。不遷怒就不瞋恚，一個人要先能定得了自己的火氣，他才有可能提升他的境界。人修得再久，發一場脾氣，火燒功德林，全都沒了，而且還要好幾天，身心才調整得回來。而這都是格物的功夫，不貪、不瞋、不痴、不慢。不貳過，這是不愚痴，錯誤一發現了，絕不再重犯。所以在《易經》當中夫子讚歎顏回，「有不善未嘗不知」，自己有什麼過失，馬上可以察覺；「知之未嘗復行」，已經知道錯了，不讓這個錯再重犯。這些態度都相當值得我們學習。夫子也提到，「回，若有君子之道四：強於行己，弱於受諫，怵於待祿，慎於持身」。我們在學習當中常常提到的是孔子、曾子、顏子，這些都是聖人，孔子是至聖，曾子是宗聖，顏子是復聖，都是入聖人境界的，是我們的好榜樣。

「強於行己」，這個強有自強的意思在裡面，「天行健，君子以自強不息」，而這個自強來自於自重、自敬，真正相信自己有本善、有明德，要好好把握自己，不再糟蹋自己，他不斷提升自己，那都是主動的，不用人家去叮嚀。所以這個表現是什麼？尊重己靈，尊重自己的靈性跟本善，這也是一個人不斷提升很重要的動力，自重自愛。再來，這個強還有另外一個意思，就是面對習氣的時候，趕盡殺絕，絕不逃避退縮。所以我們在修學的道路當中，「探理宜柔，優遊涵泳，始可以自得；決欲宜剛，勇猛奮迅，始可以自新」。我們對經典這些義理要怎麼樣去深入？身心要放鬆，就像我們每天看那個魚在水中游，放不放鬆？那個魚不放鬆它就抽筋了。所以相同的，你在深入這些經典很緊張，然後在那一直抄筆記，回去有人要問我學到什麼了？這種狀態都不放鬆，悟性出不來。悟性出

來的時候見一切人事物智慧就出來了，所以要優遊涵泳才能夠有所悟、有所得。放鬆沒有？每天早上練這個放鬆。

「決欲宜剛」，面對自己的習氣、欲望的時候那就要剛，沒得商量，就像毒蛇嚙指，你的手指頭被毒蛇咬到了，接下來，下一個念頭，怎麼樣？剛好佩了一把寶劍，唰！就要把它砍斷，不然它就要傷及你的身命了。相同的，習氣放縱了就要傷及我們的慧命。一個人為什麼不能夠成就學問？都是因循苟且，不肯面對嚴重的習氣，才變成這樣的。所以這個要勇猛奮迅，要下大決心，一發現，馬上對治，馬上放下，這樣才能德日進，過日少，日日新，又日新。所以這個強於行己當中，也包括對自己習氣下功夫。所以夫子回答顏回問仁的時候，回答了「克己復禮為仁」，這個行己當中就有克己，克除習氣在其中。

顏回很好學，他也善問，夫子講克己復禮了，顏回緊接著問，「請問其目」，就是從哪裡下手？從這裡我們看到，顏回的學習態度，任何一個道理它一定強調落實。老師，這個道理我明白了，應該從哪些地方下手？夫子告訴他，「非禮勿視，非禮勿聽，非禮勿言，非禮勿動」。其實我們看，勿視、勿聽，這個都還沒有付諸言行，代表什麼？要守好自己的意念，看的、聽的會擾亂自己清淨心的，絕不能去看、去聽。大家可以去體會看看，今天我們，比方一起共學四十五天，一月十二號早上我們結業典禮結束了，下午你找兩、三個同學，「走，我們去看一場武打片」，看一場電影，殺盜淫妄都有了，兩個小時，試看看，保證四十五天全部摧毀，大家不相信？真是這樣！除非已經到什麼？已經到有定力可以不受這些境界影響，甚至可以轉。還沒到這個功力，還是老實一點，非禮勿視，非禮勿聽，非禮勿言，非禮勿動，來保護好人這一顆清淨的心。

所以最好報紙少看，閒話少聽，「非聖書，屏勿視」、「彼說長，此說短，不關己，莫閒管」。你說不看報紙，很多事不知道。告訴大家，該你知道的你還是會知道，很多大事人家還是會告訴你的。可是你看現在報紙裡面烏煙瘴氣的東西很多，殺盜淫妄的東西太多了，人一看很難不落印象，就被它給干擾了、被它給污染了。所以一開始學的時候，會動自己的心的，會起邪念的東西，一定不能接觸，這個顏回都幫我們問出來了。非禮勿言，只要心有傲慢起來了、有情緒起來了，不要講話，這已經非禮了。失去恭敬心，講出來的話，對人一定沒有益處，反而有傷害，不只傷害別人，也傷害自己，隨順習氣了。非禮勿動，這個動，講根本，念頭，調伏妄念。

「弱於受諫」，這個弱就是很容易接受別人的勸諫，他的道德學問這麼好，卻非常能接受別人的勸諫。在這裡我們舉一個曾子的教誨，曾子說道，「以能問於不能，以多問於寡，有若無，實若虛，犯而不校，昔者吾友嘗從事於斯矣。」這在「泰伯第八」裡面，曾子讚歎顏回的修學跟處世態度，他能夠以能問於不能，他很有道德能力，但是他還是很謙虛可以不恥下問，以多問於寡，有若無，實若虛，這個都是體現顏回的謙卑。而且很有修養，犯而不校，能謙虛去請教別人，而自己非常有能力跟道德，可是內心都是覺得自己還很缺乏，而且人家冒犯他，從不跟人計較。而大家看，這是誰觀察出來的？曾子。為什麼不是其他的同學觀察出來？所以曾子不只很用心的跟夫子學，曾子還從所有同學當中看到、學習到他們的優點，所以雖然曾子的特質是魯鈍，可是他還是有很高的成就。所以曾子又說，「以文會友，以友輔仁」，這些句子其實都可以看出這些聖賢的心境，他看著每個同學、朋友的優點，來效法他們，輔助自己提升道德，以友輔仁。



所以顏回很謙虛，很容易接受別人的勸諫。「怵於」，「ㄣㄨ、」，沒錯吧？「ㄣㄨ、」，對，捲舌的。我們今年過年期間會上「ㄣㄨㄣ」的學習，台灣的「ㄣㄨㄣ」，因為台灣很多古籍都有注音，把這個「ㄣㄨㄣ」學會了，這些古籍你可以自己深入學習。我們會把它攝像下來，到時候也歡迎大家網路可以一起來交流。這個「怵於待祿」，待祿其實就是做官，領國家的俸祿，怵就是戰戰兢兢，就是怕做官。為什麼？責任重大，就像《孝經》裡面講，「戰戰兢兢，如臨深淵，如履薄冰」。我也是公務員，當時候在學校，我們教孩子，接受政府的俸祿，我得要對得起台灣的下一代。那當然是要這個「怵」，戒慎恐懼，不能對不起人，不然就對不起台灣老百姓的信任。而且公務員是老百姓跟政府最好的橋梁，這才是盡了本分，為什麼？公務員代表整個國家政府的形像。最後，「慎於持身」，重要的就是潔身自愛，不敢以言行污辱了父母，污辱了聖教。

所以剛剛舉的顏回不瞋、不慢、不愚痴。再來，顏回也不貪，夫子講，「賢哉回也，一簞食，一瓢飲」，他不會貪求物質的享受。諸位學長，您現在有沒有不吃什麼受不了的？有沒有？都沒有了，請受小弟一拜。有些人學了傳統文化以後，愈學煩惱愈多，為什麼？他說每天吃東西，都覺得很好吃，他愈想愈苦，你看我貪念又動了。東西本來就很好吃！你不要學完傳統文化以後，吃什麼東西都沒有味道，愈學，你不是學到最後變麻木了嗎？變木頭了。吃得很好吃，這叫享受。你可以享用，可以享受，不要執著，不要貪著。吃得很好吃，哇，廚房裡的阿姨她們技術很好，這麼多義工幫忙，吃著吃著，把他們的愛心都放在心上，很好，不只肚子飽了，心裡也飽了。什麼是貪？是吃完以後，現在上課的時候還在想，哇，好香，那叫貪。大家在我們以前年輕的時候，比方說去哪一家吃了

什麼東西，結果回來兩、三天都忘不了，就在那裡等，趕緊下班，再去喝一杯，不然我都快發抖了，那個叫貪。貪裡面都有點味道，有點像吸毒一樣，上癮了，沒有不行。

所以傳統文化從哪裡下手？從那個你最放不下的東西，先難！從你最放不下的人放起。我不是叫你拋家棄子，你不要到時候怪到我頭上。放是心上不要罣礙，不要執著，那不是責任放下。有時候說話不容易就在這裡，講了人家理解錯了，就麻煩了。為什麼？其實道理很簡單，今天你愛護你的親人，很好，可是你罣礙了，你操心了，不只你累，誰也累？對方可以感覺到，這麼親的親人怎麼感覺不到。你有負擔，他也有負擔；你放下了，他就放下了。所以記得二〇〇三年，我到海口去，我媽就說：把你交給老祖宗，我不操心了。真放下，我到海口去都睡得很好。結果過了幾個月，我回家過年，打開門見到我母親，我說：媽，你這幾個月修道的功夫很好。我媽一頭霧水：你又不在家，你怎麼知道我修得不錯？我說：媽，我這幾個月一點都不操心，心裡沒負擔，鐵定是妳放下了。我媽，嗯，點點頭。我讚歎母親放下了，就代表以後也不能再提起來，不然這樣會讓兒子笑話我功夫退步了。所以我們母子兩個也是互相鼓勵、互相肯定。所以真的很多事情把道理想通了，別幹那個對自己、對別人都沒好處的事情。

所以剛剛講到顏回不貪著世間的這些享受，這也是承傳夫子的道德，夫子說，「飯疏食飲水」，吃粗茶淡飯，「曲肱而枕之」，剛好沒錢買枕頭，手這麼一弓起來就當枕頭睡了，「樂亦在其中矣，不義而富且貴，於我如浮雲」，不會起貪世間的功名利祿。樂什麼？樂道！他深入古聖先賢教誨，有法喜，不斷的從內往外湧，高興。有沒有人說我好窮，我好快樂！有沒有？大家有沒有聽過，有人說，我窮得沒飯吃，好高興。所以安貧樂道，那個是樂道，不是

樂沒錢，不是樂沒得吃，是真正了解到，人生真的喜悅是從內自自然然湧出來的。只要那個樂是因為獲得外在的人事物而樂，那個樂遲早會變化，因為人事物都會變，一變，苦就來了。所以真正的樂不能從外面去找。

比方說夫妻恩愛，世間人很多人羨慕，可是有可能那個樂最後會變成什麼？苦！比方說她先生要出差三天，她哭得死去活來，大家有沒有看過這樣的夫妻？那你說她那個哭是從哪裡來的？從前面的恩愛來的。所以這個不叫真恩愛，這叫什麼？叫佔有，要把他拿開，不行，這是我的。夫妻裡面常常要問：你愛我嗎？對不起，我這是從別人那裡拿到的經驗，為什麼？一個人人生的精力有限，但是又要跟廣大的人群交流，多截取別人的長處、經驗就對了。因為曾經我在台灣的時候，有一些四、五十歲的婦女，剛好她們做義工好幾天，最後一天學員都走了，當天晚上我們一起散步的時候，這些婦女就很神祕的問我，還偷偷的問，她說：蔡老師，奇怪了，我們夫妻的事，你怎麼都知道？她們覺得說我沒結婚怎麼知道這麼多事。告訴大家，責任的承擔是成長的開始，因為我得跟夫妻講課，所以趕緊搜尋生命當中父母、長輩他們夫妻相處的這些情境，包含不斷的接觸群眾的時候，他們也會把一些情況告訴我，我趕緊蒐集客觀資料，然後再跟大眾來分享。所以世間的苦，從外得到的樂失去之後就變成苦了，這個叫壞苦。因為世間唯一不變的就是會變。

台灣有一個真實的例子，一對夫妻感情非常好，結果這個先生意外離開了，後來這個太太沒有多久，受不了沒有先生的日子，自殺死了。請教大家，她為什麼要自殺？什麼緣造成了她自殺？對她先生那個情感的執著，最後沒有先生了，活不了。請問她先生是在幫她，還是在害她？你們說的。有時候這個時代講話實在不容易，點到為止，你把它講得太具體了，底下聽的人心裡不高興：哼，我

就不是這樣，你還講那麼武斷。所以點到為止就好了，懂的他就懂了，不懂的你不要跟他抬槓。所以其實《資治通鑑》裡面這一句話非常好，「愛之不以道，適所以害之也」，愛護一個人不循著道理、真理，很可能愈愛愈害了他。這一句話在哪？在所有人與人的關係裡面。我們剛剛講夫妻，夫妻是個緣分，有緣聚就有緣散，請問這個緣聚了之後，我們希望帶給對方生命什麼樣的啟發跟提升？這個我們腦子裡要很清楚，是讓他更有智慧，是讓他更明白生命的真諦，是讓他愈來愈幸福，而不是讓他愈來愈執著這個情愛。一執著情愛，人就愈貪，人習性愈重，靈性愈沉下去，那怎麼是愛他？最後緣變化了，帶給彼此的就是痛苦。夫妻如是，教育孩子、子女的緣分也是這樣，愛護他，沒好好教育他，最後就變溺愛了。

有一個班上的孩子，中學的孩子，他們的老師給他們寫一篇文章叫「我的母親」，以這為主題。不過題目抓住這個主題自己定。剛好班上有兩個女孩的母親去世了，已經離開她們了，其中一個女孩寫的是「微笑的母親」，她的母親很樂觀，縱使是在得癌症的過程當中，都是非常平靜的去面對，哪怕在床上生病的母親，她的印象都是微笑，這個給孩子一生很好的態度。另外一個孩子同樣是失去母親，她寫的就是「夢中的母親」，因為母親很溺愛她，老師到她們家去拜訪過，都已經念中學了，床上還一大堆洋娃娃，母親確實是很疼愛她，但是她很依賴。所以當母親離開都已經好長一段時間了，她還沒有從母親的離開當中走出來。所以這兩位母親教育她的態度完全不同。所以這一句話，用在不管是君臣、朋友、兄弟，人與人的關係都是這個道理。

我記得念初中的時候，很多女同學好得不得了，上廁所都一起去，結果很奇怪，幾個月之後，因為一點小事，從此兩個人就不講話了。請問大家，愛之有沒有以道？而且那個根本不是愛，那是什

麼？欲，欲望，佔有。那個欲望愈來愈重了，哪一天這個朋友沒有先想到我，就發一頓大的脾氣，你居然沒先想到我，還先想到那個人，就沒完沒了了。光說這一段就覺得挺累人，想都會累了，還去幹那種事，真傻。所以孔子講，「愛之欲其生，惡之欲其死。」愛他的時候他什麼都好，都念念為他著想；討厭他的時候，詛咒他，罵他。明明是同樣一個人，為什麼差這麼多？這樣的態度是不是有點迷惑顛倒了。

我們冷靜反思自己的一生，所有的親朋好友曾經跟我們很好的，現在我看他不順眼的，有沒有？假如有，非惑歟？是不是有點搞不清楚狀況，迷惑了？我們看不是他變了，是誰先變？是我們的心先變了。面對人生的親朋好友，我們要時時不忘初心，人就不會順著這些意氣、情緒去處理事情。比方說我在學校任教，看到這些小朋友，我的初心是把他教好。沒有人到學校去是要去罵學生的吧？是要去看學生不順眼的吧？所以這個意念、這個初心，就一直把它保持下去，人就理智，不會意氣用事了。為什麼會惡？為什麼本來愛會變成討厭？就是因為我們在這個關係當中產生控制欲望，結果不如我們的意思，瞋恚心就起來了。所以道義之交是不談條件的，是沒有要求的。人只要起念頭、有條件、有要求，他已經不在道義當中了，他已經不在行道了。所以孟子是「養浩然之氣」。一個人為什麼會有浩然之氣？無欲則剛，他沒有任何欲求、要求。所以我們是不是在學傳統文化，就看是不是念念都跟道義、情義、恩義相應。

現在的人，什麼關係，沒先想到義，都先想到利，所以這種關係非常脆弱。聽說現在很多年輕人要去結婚，還沒結，要先財產公證，這些財產是，這冰箱我買的，鞋櫃我買的，先記一下，然後桌子是你的，都要記一下。還沒結婚就想什麼？我說這個現象實在堪

憂！還沒先提起道義，就先自私自利了，一有什麼摩擦，可能衝突就來了，到時候冰箱也沒得放，鞋子也沒得放，生活中小事都變大事了。諸位還沒有結婚的學長，假如您要結婚，拜託一下，好好演出什麼叫中華文化教育之下的夫婦，就是道義之交。所以你假如真的要結婚，有一個信念，要為對方奉獻一生，沒有任何要求。你有這樣的心境，你再結婚，不然我保證，你結了婚一定會有苦，一定會有爭執。有這樣的心態，走入婚姻才能經營好。

我們注意看，三十年、五十年之前的，有受過中華傳統文化的婦女，她們真的是這樣，道義，付出了一輩子，哪有曾經計較過，跟父親計較哪一件事，我們沒有看過。而且很有意思，道義的人生，苦盡甘來，你看到了晚年，孩子們都很孝順，整個家族都非常感激這個大嫂，感激她對家族的付出。大家想一想，請問是現在的婦女辛苦，還是五十年前的婦女辛苦？五十年前生六個、八個正常，有實力的話生十二個的。一個先生賺錢，不只養八個孩子，還有什麼？公公婆婆、小姑小叔，你說那個難度有多高。省吃儉用！早上三點多起床，晚上都不知道多晚才休息，而且鞋子、衣服還自己做，難度這麼高，這個婦女一個苦字都沒講過，為什麼？她道義！該做的，再怎麼累她都不會抱怨。欸！五十年之後，現在的婦女生一個、生兩個，還沒跟公公婆婆住，結果一天到晚苦苦苦苦苦，抱怨一大堆，明明責任沒有以前那麼重，為什麼反而抱怨成這樣？所以不是風動，也不是幡動，是心動，不要怪環境，不要怪他人，其實都是我們的心偏離了道義、情義，才会有這麼多人生的苦惱產生，抱怨都來自於計較東、計較西。

所以剛剛就夫子這一句話跟大家交流一下，看清自己，面對任何的親朋好友的緣分，我們不忘初心，只有一個目的，怎麼樣幫助他，怎麼樣利益他。再調得更單純一點，我們這一生不管遇到任何

的親朋好友，只有一個態度，就是為他好，利益他，很單純。這是我們講到格物，不貪的這一點。

接著跟大家講到「先難」，剛剛也跟大家講了，你對哪些人事物最割捨不下、最貪求，從那裡下手，這樣才是真正下功夫。不從這個最難的下手，功夫提不上去。所以《了凡四訓》裡面講到，「天下聰明俊秀不少」，有很好基礎的人很多，所以「德不加修，業不加廣者，只為因循二字」，就因循苟且「耽擱一生」。我們注意去看，一個學習傳統文化的人，他的家庭，他的公司轉變很大，對傳統文化很有信心，主要的原因，還是來自於這個當事人他最難克除的習氣他把它轉過來，是最讓人佩服的，最讓人對傳統文化能生起信心。曾碧絲老師就講到，她的先生學傳統文化，她為什麼肯去了解了解這些教誨背後到底有什麼學問在其中？因為她的先生學了之後就不發脾氣了，這給她很吃驚。所以我們身邊的人對傳統文化還沒信心，關鍵在哪？我們最難的沒有轉過來。

最後，真幹，下手處還在起心動念。人有不好的念頭，進一步就會變成不好的言行，所以念念能保持正念，一切言行都跟道理是相應的。但是假如邪念止不住，那遲早會變成不好的言行。怎麼讓自己的念頭保持純淨純善？人能夠正念一直分明，「功夫到，滯塞通」，他正念分明到一定的定力，他就開智慧。人生一開智慧，什麼問題都能解決。所以傳統文化的目標不是積累很多知識，是開智慧。怎麼讓自己的念頭都保持在正念？《中庸》一開篇就講，「道也者，不可須臾離也」。孟子講，「學問之道無他，求其放心而已」。我們的念頭時時都要跟真誠、清淨、平等、正覺、慈悲相應，真誠就不虛偽、不應付；清淨就不染污；平等，不傲慢、不分別；正覺就不迷惑，就不會邪惡；慈悲就不自私自利，就不會有傷害人的念頭。所以學問最重要的功夫是能轉念，能轉念就能轉境。

儒家特別強調，「堯舜之道，孝悌而已矣；孔孟之道，仁義而已矣」，代表我們的念頭時時都要跟孝悌仁義相應，這個就是會用功。請問大家容不容易？大家有沒有遇到任何人事物，要仁義、要仁義，要念念為人著想？所以我們從哪裡下手？念念為人著想，絕不起自私自利，從這裡下手。看到人的時候一直提醒自己，為人著想、為人著想。沒人的時候，自己坐在那，有沒有一個念頭接著一個念頭，有沒有？有時候你一分神，它都不知道飄到哪裡去了。所以要讓自己時時保持正念不容易！有一個很善巧的方法，用一個正念取代所有的妄念，這個就簡單了，好力行。當然每個宗教的修學方法不同，從儒家來講，諸位學長，你們挑哪一句？「行有不得，反求諸己」，可以，或者「明明德」，或者「性本善」，用這一念取代所有的妄念。道家呢？「是道則進，非道則退」、「不欺暗室」。

佛家，佛家的佛，其實他的名號都是表一個人本有的本善性德，所以「釋迦牟尼佛」，釋迦是仁慈，牟尼是寂滅、寂靜，就代表每一個人都有慈悲、都有清淨，都是本有的，就好像明明德是本有的，本善是本有的。這個「阿彌陀」它是印度梵語翻過來的，阿是無，彌陀是量，佛是覺悟，因為尊重這個佛是覺悟的人，就不翻，直接從音過來。所以其實這「阿彌陀佛」就是代表每一個人本有的無量智慧，無量光，無量的壽命，無量的德能。所以念這一句就是把自己的本善念醒，不要再隨順妄想邪念，以一念抵所有的妄念、邪念，這個方法容易。所以坦白講，現在不用這個方法，心性、德行想提升都不容易！俗話講的是，自己有幾兩重要秤一秤。雖然懂了很多道理，但是遇到境界的時候，還是妄想紛飛調不下來，控制不住，這個就是一個善巧的方法。

大家累不累？真不累，那下一節課我們繼續上。謝謝大家。