

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 (第四十集) 2007/3/14 台灣中壢善果  
林淨土寺 檔名：52-184-0040

尊敬的諸位朋友，大家好。我們剛剛講到，夫婦之間的這一分道義，就能讓彼此的人生沒有怨悔，反而都是時時感念。我們夫妻兩人結婚都有共識，對得起祖宗、對得起後代，有這一分共識、有這分孝心，兩個人團結，「二人同心，其利斷金」、「夫妻一條心，黃土變成金」。所以夫妻好合的，他的家道一定可以興旺起來。所以在《中庸》裡面，「妻子好合，如鼓瑟琴」，就像琴瑟同鳴一樣非常和諧，非常相敬如賓。其實先生只要常常能夠想到太太傳宗接代的恩德，太太能夠把家裡、把自己的父母事奉好，讓他沒有後顧之憂，所以恩欲報，念念是念這個恩德。太太也了解、也體諒得到先生在外，看得到先生在外也是風風雨雨都扛過來，都為了這個家的生計、這個家的安定，彼此都是活在感恩的心中、感恩的這分情懷裡面，感情一定可以和樂。

夫妻之間也要謹記，「財物輕，怨何生；言語忍，忿自泯」，舌頭跟牙齒這麼接近都難免會咬到，所以應該多包容、多寬恕才好。財物輕，絕對不能因為錢財，鬧得夫妻以至於親朋好友之間有不愉快。公公婆婆生日，不等先生說，自己主動的去買些禮物送給公公婆婆。而且日子到了還提醒先生，今天是爸媽生日，你趕快把這個東西送去給他們。先生當下體會到，這個太太幫我分憂解勞，而且愛護我的父母就當她的父母一樣。財物輕，就沒有什麼怨了，更會體會得到有太太的幫忙，讓家更和樂。相同的，當女婿的也要把自己的岳父岳母當自己的親生父母一樣愛戴。所以不要當半子，要當就當徹底一點，真的是當自己的父母這樣子事奉、看待。

我們聽到大陸真的有一個女婿，他的太太生了孩子沒多久就去世了，太太臨終以前就囑託他，拜託他一定要事奉好她的父母，這個女婿真答應，事奉了三十多年。因為他的岳父是癱瘓，岳母身體又不好，他太太的弟弟又是智商有問題，比較痴呆，你看要照顧這三個人不容易，他三十年如一日，照顧下來。所以真的「國家昏亂有忠臣，六親不和有孝慈」，在這個社會道德比較淪喪的時代，還是有這些忠肝義膽的人給我們做表演，感動非常多鄰里鄉黨，都主動的來關愛他們這個家。

這是提到了夫婦相處要再延伸到整個家庭的和樂。因為夫婦的相處很可能會連帶著父子、兄弟，以及朋友，都會跟夫妻關係息息相關，父子能不能處好？兄弟能不能處好？朋友能不能處好？以至於君臣關係能不能處好？都跟夫婦關係有連帶。我們說枕邊風很厲害，太太吹的風是德風，還是讒言、還是毀謗，還是斤斤計較，那就天差地別了。

我們之前有跟大家提到，有一位孫氏，姓孫的一位婦女，她的先生被後母虐待，她吹的是德風，都叫先生不要計較。後來分遺產，後母私吞了很多錢，又分了最差的地給他，他已經忿忿不平要槓上了，但是太太的勸告，絕對不可以跟後母、跟自己的弟弟過不去，你看這個德風一吹，她先生又心平氣和下來。後來他的後母沒幾年，因為弟弟染上賭博，一下全部家產都敗光了，流落街頭。這個時候太太很有德行，又提醒先生，不能眼看自己的後母跟弟弟淪落到這種地步，要不計前嫌，把他們接回來奉養。後來他的後母跟弟弟良心發現，弟弟也把賭博給戒掉了。這樣他們夫妻吃虧了嗎？所以你看，兄弟、父子能不能和樂，跟夫婦關係很有影響。後來一點都沒有吃虧，人欠你，天還你，生了三個兒子，三個兒子都考上進士。自古以來，這樣的家庭可能找不到十家，其中一家就是明朝這

個吳氏，吳家娶了這個孫氏的媳婦，才能感來這麼好的家道。所以絕對不能嫁過來，人家俗話講「娶了老婆，忘了娘」，這樣當媳婦就當得太沒有道義了。

曾經在汕頭有一對兄妹，一起合作做賣一些電腦用品的店面，生意做得不錯，爸爸也滿歡喜，兄妹這樣同心協力很好，也很有發展。後來哥哥娶太太了，女兒也嫁人了，結果搞到最後不合，都為了錢在那兒吵，吵到最後分家。一分剛好開隔壁，開隔壁常常在那裡拉客人，互相罵來罵去，客人愈聽愈不舒服，自己家人在那裡吵。到最後大家猜會怎麼樣？鐵定完蛋的！沒有人和，他生意是做不起來，天時不如地利，地利不如人和。這個很大問題，還沒娶太太、還沒嫁老公以前相安無事，怎麼嫁娶了以後兄妹都不和。兄妹一不和，誰最難受？父母每天在那兒不知道怎麼過日子！所以沒學《弟子規》很麻煩，「兄道友，弟道恭」，他們不知道，「兄弟睦，孝在中」。

有位女老師很善良，她學了《弟子規》以後更多方體恤她的先生。有一天她先生接到一個訊息，就是他的妹妹在夏威夷生活非常困窘，周轉不開，身體又不好，所以她先生就找她商量，說我們拿點錢幫助妹妹。這太太欣然接受，就把他們夫妻倆幾年來的積蓄，一次就把它都寄過去，一點都不跟自己的小姑計較。其實這個動作做下去，小姑記在心上，公公婆婆也記在心上。她就跟她先生講，這個工作交給我，我幫你去做，先生內心也覺得很溫馨。這位老師就跟我們提到，她打算去匯這筆錢。說完，剛好我們有位朋友跟銀行特別熟，就跟這位老師講我明天幫你匯。真的幫她匯好了，還跟這個老師說你方便的時候再把錢給我，我已經幫你匯好了。所以真的，這一分善心都會感來很多的善緣，大家互相隨喜，互相成就。這是我們講到夫婦關係還會延伸到五倫的每個關係上面。

再來兄友弟恭，長幼有序，兄弟這一倫，而且這一倫不只是只有兄弟而已，我們再把它延伸開來，包含小姑跟嫂嫂的關係，也屬於這一倫。或者是閩南話說「大小仙」，翻成國語怎麼講？妯娌是媳婦之間的稱呼。沒關係，翻不過來就不要勉強，大家就知道是「大小仙」。女婿之間也要互相友愛，妯娌之間要互相友愛，妯娌之間友愛是要真有修養。

在宋朝有位女士叫崔少娣，她要嫁的時候，因為她的先生是排行老五，她要嫁過去以前，她先生四個兄弟都已經娶太太，所以她是第五個媳婦。嫁過去以前，人家就說了，這家人四個媳婦常常都吵架，甚至於還打架，還有到廚房拿出傢伙來，所以火氣都十足。她嫁過去的時候大家都很擔心，會不會凶多吉少？這個崔少娣德行很好，她過去之後，有什麼好的東西都主動給她的嫂嫂。分配工作，婆婆分配一些比較重的工作給她的嫂嫂，她會主動去承擔，說我是晚來的，讓我先做，自己承擔，主動去承擔。吃飯都會先讓嫂嫂先請，這是長幼有序，非常恭敬她的嫂嫂。

假如嫂嫂來跟她談一些人我是非，談別人的讒言，說別人的壞話，她一句話也沒回嘴，靜靜坐在那裡聽，有時候笑一下。那個笑倒不是去迎合嫂嫂講的這些是非人我，我在想那個微笑可能含著的眼神是「人之初，性本善」，你的良心遲早會發現。所以嫂嫂講沒幾句，看沒什麼反應，也講不下去了，一個巴掌拍不響，慢慢的就不找她講這些是非人我。假如她的這些婢女、她的僕人去講嫂嫂們的壞話，她會把這個僕人帶來到嫂嫂面前認錯，給人家道歉，處罰這個僕人。這樣有沒有很狠心？教育她才是真對她的慈愛。假如這個僕人大了，嫁出去了，這個習慣沒有改，她一輩子都不好命。女人在家庭裡面的人情世故假如不懂，那真的不知道會吃多少苦。藉這個機會教育了她的僕人，同時這麼樣教育僕人之外，她的嫂嫂感

覺到什麼？「我這些壞事都給人知道了」，她會收斂。再來會感覺到，我這個五嬸都幫我保留我的顏面，都很替我著想。一般女子比較會專利，比較會想自己，自己要有比較好的利益，比較專利。一些勞苦工作她會推辭，辭勞，淨挑比較簡單的做，不肯吃虧，不肯多付出，專利、辭勞。喜歡聽讒言，好讒，喜歡講讒言，喜歡聽是非，這些習慣比較不好。人家錯了，我們把對的演出來，崔少娣能做到把利給別人，勞務、工作自己扛，不說讒言，不聽這些是非人我。

把嫂嫂的孩子當自己的孩子一樣照顧，視如己出。有時候抱著姪兒們，突然尿失禁，灑在她的身上，她一點都沒有生氣，歡歡喜喜的又把孩子打理好，自己再去換衣服。這些胸襟、這些表現都看在嫂嫂的眼裡，一點一滴都在感動，所以才過了一年多，這四個嫂嫂就講了一句話，說「五嬸大賢」，我們這個老五，五嬸大賢，很有賢德的人；「我等非人」，我們四個跟她比起來實在不像人。因為她的德行，感動到深深的慚愧，改過自新。你看一個媳婦的德行，把整個家族都轉化過來，家道都興旺起來。所以娶一個好太太旺三代，那是真的，不是假的。

後來讀書人看到這個故事之後說到，真正有德行，不怕感化不了他人。所以「三爭三讓，天下無貪人矣」，明明白白的讓給他，他慢慢的良心發現了。「三怒三笑」，他很無理面對，你都大肚能容的寬恕他，「三怒三笑，天下無凶人矣」。感化不了貪婪的人，感化不了脾氣大的人，我們反求諸己。你看三怒三笑，他火氣上來了，我們清涼的風把他吹下去，他那個火就燒不下去了。

彌勒菩薩的偈對我們人生很有啟示，「涕唾在面上」，給你吐個口水在臉上，怎麼樣？「隨他自乾了，我也省力氣，他也無煩惱。」假如我們去擦，手舉起來，還要浪費熱量，「我也省力氣」，

不用擦了；「他也無煩惱」，有時他氣在頭上，涕唾在你的臉上，你一擦他還覺得你要跟他打架，可能就槓起來了。所以他惡意對你，你還是微笑對他，這個架就吵不起來。過了之後，跟他一點都不計較，反而繼續的照顧他、關懷他，他很快就能夠感動。因為他冷靜下來以後想，「這個世間居然還有這麼有修養的人，不得了，我應該要跟他好好學習」，他對我們就好奇。我們的德行就可以幫佛菩薩、幫古聖先賢招生，招生他們來接觸聖教。他們一研究，原來這個人是學《弟子規》的，他就會來學《弟子規》了。所以愈亂的世間，我們愈有德行，愈能夠讓眾生對正法生起信心；反而一個逆境來了，就是我們為人演說的好機會。這是我們提到兄弟關係應該這樣去擴展。

我們在整個倫常關係當中，時時記住「隨緣消舊業，不再造新殃」，你看我們第五倫朋友關係。朋友關係，在古代比較沒有男女關係，一般男女接觸都是明媒正娶多，所以男女的感情問題在古代比較沒有那麼嚴重。但是在現代，因為男女接觸比較頻繁，所以就糾紛很多，甚至於互相傷害，造成不幸的都有。所以男女關係開放，不見得是好事。我們都要了解，為什麼以前說男女授受不親？是因為情欲誘惑力太強，一般沒有相當的定功過不了的。所以也常聽說「英雄難過美人關」，其實這句話，經典一定找不到。這句話誰說的？我知道誰說的，就是那個犯錯了還不認錯，還找藉口的人。真是羞羞臉，犯錯了還要給自己封個英雄，真是不像話。明明犯錯了，就要承認錯誤，不然「倘揜飾，增一辜」，錯上加錯，口業。尤其假如是公眾人物，這個口業不得了，很難算。因為這個話出去不知道誤導了多少的人群，這個罪過都要算在他的帳上。

有一個很知名的明星，那時候犯錯了，私生了一個女兒，記者在訪問他的時候，他說我犯的是天下男人都會犯的錯。自己都犯錯

了，還把天下男人都拉下水，真是阿彌陀佛，只能幫他念佛。那時候我還有點衝動，想到台北地方法院按鈴申告他毀謗，怎麼可以毀謗我們男人的清白？他這個毀謗是毀謗到所有有德行的男人，都被他一竿子打翻了，這個罪可不小，是吧！很可能這些男人裡面還有高僧大德。你當下認錯，錯就可以化小，又掩飾，那不知道要擴多少倍！

本來有這個衝動要按鈴申告，後來心裡想，我也沒先跟他講弟子規，所以我也有責任，我也有錯誤，所以不告了。但是我們冷靜來想想，一個公眾人物講出了逃避責任的話，對於這些青少年他們學到什麼？你看這些十幾歲的男孩，「我們的偶像說他犯了是所有男人都會犯的，假如我不犯，我就不是男人」，你看這個誤導多嚴重！再來，小女孩聽了以後怎麼樣？原來男人都會這樣，那我以後當太太，不也要睜一隻眼閉一隻眼？這個都會讓年輕人的內心對於夫婦、對於男女的認知錯誤。所以，一言興邦，一言喪邦。一言既出，駟馬難追，愈是公眾人物，愈是講話有影響，愈應該謹慎，愈應該反省，愈應該負責任，話不可以隨便講。

「不再造新殃」，我們面對朋友關係，尤其面對男女關係，還沒有走上婚姻，都一定要以一分善意，絕對不佔朋友一點便宜，所謂「錢債好還，情債難還」。我們記得在公案裡面有提到悟達國師，他當時候，因為皇帝送給他檀香木做的椅子，讓他感覺「我是皇帝的老師」，一念傲慢心起來，冤親債主來了。這個冤親債主跟了他十輩子，他十輩子都是高僧，都有護法神。結果到第十世當了國師，起傲慢，護法神走了，冤親債主進來。你看冤冤相報沒完沒了，跟那麼多世。那個恨很深，變成一個人面瘡，很恐怖，命都快保不住。幸好他當初經過四川一帶的時候，對一位長者非常慈悲，這個長者全身髒兮兮的，又生病，他親手去給他料理都不嫌髒。所以

長者跟他講，你以後有難，到四川來找我。原來那就是佛陀的弟子迦諾迦尊者示現的。後來去找了這個尊者，才了解到他們是十世的冤業，迦諾迦尊者就幫他們化解，不要再下去。後來用甘露水把它化解完，傳下來的就是《慈悲三昧水懺》，就是從這個典故來的。我們不跟人結怨，不然到時候有個人面瘡不得了。

很多人講，人面瘡唐朝古代才有，現代有沒有？現代有！在台中有一位小姐，二十一歲，她的名字叫江翠裳，翠綠的翠，衣裳的裳。這個江小姐，二十一歲莫名其妙得了個病，這是她二十一歲的還沒有得病以前的模樣，長得非常秀氣，莊嚴，她還是僑光商專的校花。二十一歲的時候得了一個病，就在臉上開始長瘤，愈長愈大，整整跟了她十八年。女孩子臉上長瘤，沒有辦法見人，很痛苦，每天在家裡日子不知道怎麼過，脾氣也很大，家裡人也都被她的壞脾氣給嚇跑了。媽媽，是自己的女兒，默默承受，那真的是母女兩個就像活在地獄一樣。十八年，這個瘤長到什麼情況？大家看到沒有？整個臉扭曲掉了，這個瘤比自己的臉還要大，快大兩倍，這真是現代人面瘡的事例，這都是前不久的事情。她沒有辦法過日子，而且確實這真的是一個人面瘡。這裡有一個男眾的臉，你看這是男眾的眼睛，這是鼻子，這裡還有個嘴巴。有一個男眾的相，臉在這裡。待會下課大家可以來看一下。

她面對這樣的人生，真的是沒有辦法活下去。可能宿世有因緣，遇到了郭惠珍醫師，也是我們耳熟能詳的道證法師。就勸告她，把這三世因果的道理告訴她，結果這麼一講，她就回想到，她說這十多年來，她的眼前都有一個男眾在那裡晃來晃去。她告訴別人，別人都沒看到，只有她看得到，這個就是她過去生的冤親債主。她有一天在夢裡面，夢到有個老太太跟她講，「你還我兒子的命來，還我兒子的命來」，非常兇的對著她講。她就很無辜的回了這個老



太太，她說我才二十多歲，我哪有害你的兒子？結果她話說完以後，現了一個影像，她到了清朝去。在清朝的時候，她就跟這個男士有感情的糾葛，沒有處理好，這個男士死掉了，自殺死掉了。那個冤就跟著她，到了她二十一歲的時候就附在她的身上。

聽完以後，這位江女士就深深的懺悔，法師也引導她，冤家宜解不宜結，告訴她要跟他化解冤業，一起共修，一起念佛，求生極樂世界。因為這個江女士她非常的懇切，你看她的臉整個變成這樣，那活著比死還難受，所以知道了真有西方極樂世界，真有阿彌陀佛，真可以帶業往生，真是二十四小時不間斷的念，非常懇切，念念相應念念佛，很快的很多異相都出來了。念了一段時間，可以感受到菩薩給她灑甘露，減輕她的病痛。後來預知時至，三天前就有一隻鳥來她們家，在那裡唱著阿彌陀佛，阿彌陀佛。所以異相顯現，後來她就念佛往生，而且燒出很多舍利子。這個照片是她要求人家幫她拍下來，拍下來以後，她就發願，所有看到她的照片的人，都能夠堅信三世因果，絕對不要再跟人家結惡緣。要堅信帶業可以往生，一心念佛，求生淨土，都會有好的結果。大家都看到了，江女士這尊阿惟越致菩薩的願誓，跟我們結了這段善緣。所以朋友，男女之間都要用道義，絕對不能有任何的佔便宜，任何去傷害對方的念頭，不可以有。

提到朋友關係，都知道朋友之間要互相勸誡，「善相勸，德皆建；過不規，道兩虧。」可是朋友在互相勸誡的時候，我們有時候會生煩惱，他怎麼都講不聽？有時候耐性提不起來。我們剛剛講到，「閻浮提眾生剛強難化」，這句話在告訴我們，我們自己剛強難化，所以我們自己要好好的對治習氣。再來這句話是要告訴我們寬以待人，對人要寬恕，不可以刻薄。他剛強難化，我們要更有耐性，不會跟他計較。而且師長常說「為人演說」，演得好，說話才有

分量，這個先後順序不能倒。自己做的沒人家好，拿著道理要求別人，誰服？所以《中庸》裡面講了一段話，「所求乎子」，你對兒子的要求，希望他怎麼樣做好兒子，拿著這個標準你去事奉父親，「所求乎子以事父」，自己做得到嗎？「所求乎弟」，你對弟弟的要求，你自己先做到，去尊敬你的兄長，做得到嗎？「所求乎臣以事君」，你對下屬的要求，自己先做到了，真正是這樣對待上司，你才有資格去要求下屬，我們做到了沒？「所求乎朋友」，我們對朋友的要求，我們自己先做到，這樣行，我們能做得到嗎？都是先要求自己，先做到了再去勸別人，人家心裡才服。不然他心裡想，你五十步笑我百步，他心裡都不服了，那個話能聽幾成？

在勸誡當中，孔夫子講「君子信而後諫」，相信之後才勸；「未信」，還沒有信任就勸，「則以為謗己也」。真是出外靠朋友，常常寫錯字，沒人提醒就麻煩了，誤導人。這些話對我們人生都有很大的啟示。自己先做得好，自然，甚至於還沒講話就已經在勸別人了，用你的德行、身教就已經在勸了。朋友互相勸誡，我們今天是講朋友這一倫，大家不要「朋友勸誡，其他不用」。其實朋友這一倫用在其他每一倫是一樣的心境。所以父子要勸，君臣要勸，夫婦、兄弟都要勸誡，這都是本分。這一句，「善相勸，德皆建；過不規，道兩虧」，五倫的道理都適用這一句經句。「人無倫外之人，學無倫外之學」，每一句經文都可以用在所有的倫常關係當中。我們用這種感悟能力，就可以舉一反三，舉一反一切。

互相勸誡，互相關懷，互相幫助，而且要不言家醜，互相讚歎。這互相讚歎就講到了說話的智慧。話會說，能廣結善緣，能一團和氣；話不會說，甚至於可以喪邦，可以把整個團體搞亂。師長有一段教誨叮嚀我們，在言語當中的分寸怎麼去做？「少說抱怨的話，多說寬容的話。」抱怨會感來什麼？都有感應，我們的一言一行

甚至起心動念都有感應。「抱怨帶來記恨，寬容乃是智慧」，寬容都是人情世故的智慧。「少說諷刺的話，多說尊重的話；諷刺顯得輕視，尊重增加瞭解。少說傷害的話，多說關懷的話；傷害形成對立，關懷獲得友誼。少說命令的話，多說商量的話。」其實這段話，我們邊抄邊感受一下，在五倫關係當中，真的態度的不一樣，感來的結果截然相反，天壤之別。「命令只是接受，商量才是領導。少說批評的話，多說鼓勵的話；批評造成隔閡，鼓勵激發潛能。」

我們從這五段話，體會到言語的重要性。少說抱怨的話，其實言語能影響整個人和狀況，天時不如地利，地利不如人和。為什麼《無量壽經》清淨三業先講「善護口業，不譏他過」？人跟人已經很難取得信任，假如我們抱怨又批評別人，彼此的那種尊敬、信任關係統統被影響。以至於這分抱怨還會留在下一代的心中，造成他人格的障礙。我說到這裡都想到我的母親在說到我的爺爺、奶奶，姑姑、叔叔，都是講他們怎麼樣愛護我們，所以我們面對這些長輩都是感恩。但有些長輩假如把這些上一代的怨恨、不滿都講給孩子聽，孩子對長輩不會恭敬，他跟人也很難信任，甚至都有埋怨。這是破壞了孩子的清淨心，破壞了孩子的人格，要有智慧。多說寬容的話，抱怨帶來記恨，不只自己記，還記到下一代去。寬容乃是智慧，你把大肚能容傳給孩子，那是智慧。少說諷刺的話，諷刺顯得輕視。這個慢特別厲害，傲慢的話，你一輩子學業、事業、道業都無成，慢也是萬惡的根源所在，不可以長。

多說尊重的話，尊重反而增加瞭解，大家可以敞開心來談話。再來，少說傷害的話，傷害形成對立，沒完沒了。多說關懷、關心對方的話，關懷獲得友誼、獲得情誼。少說命令的話，命令只是接受，他那個接受還不見得是心裡接受。所以應該用心來帶部屬的心，不能只是權勢那種強壓在對方的身上。多說商量的話，因為「兼

聽則明」，集思廣益，不容易判斷錯誤。「偏信則暗」，只聽信一、兩個人的話，很可能會被讒言所害。「兼聽則明」，明白，「偏信則暗」，這是魏徵很重要的一段教誨。而且商量的過程也能夠凝聚團隊的共識。再來，少說批評的話，多說鼓勵的話。批評造成隔閡，鼓勵反而能激發一個人潛能。我們在鼓勵的言語，最根本的是堅信「人之初，性本善」，堅信「一切眾生皆有如來智慧德相」。

諸位朋友，我們談了如何經營無怨無悔的人生，都不外乎真正把人與人的關係處好，人與天地萬物的關係處好，以至人與天地鬼神的關係把它處好，這一輩子我們無怨無悔於人，理得心安，敦倫盡分，閑邪存誠。是不是察自己的不足？是不是盡自己的本分？之後能信願念佛，求生淨土。我們這一生也能夠盡此一報身，同生極樂國。諸位同修，我們每天念著「盡此一報身，同生極樂國」，那會念得很歡喜。而且這一句真的念到心裡面去了，有沒有會看誰不順眼？所以每天晚上念迴向偈，「若有見聞者，悉發菩提心，盡此一報身，同生極樂國」。我們就不會錯失這個無量劫來，希有難逢的機會了，我們這一生就無怨無悔。這節課就講到這裡，好，謝謝大家。