

諸位同修，及網路前的同修，大家上午好。阿彌陀佛！請放掌。我們繼續來學習《感應篇彙編》節要第二十五條：「或問敬之貌。謝上蔡曰：於儼若思時可見。問：不免有矜持如何？曰：矜持太過卻不是。要在勿忘勿助長之間耳。」

這條也是我們修心的一個要領，就是「敬之貌」，貌就是樣子。什麼樣子是恭敬？恭敬是內心，表現在外面、在形像上，這個叫貌，就是恭敬的樣子是怎麼樣。「於儼若思時可見」，儼若思就是我們好像有事情在思考，這個時候心情就很凝聚、很儼然，我們一般講「道貌岸然」，在這個時候可以看到恭敬表現在我們外表上的一個樣子。

「問」，接著又有一個假設的問題，「不免有矜持如何？」矜持就是太過於做作，一板一眼，很嚴肅，這個就是表示不自然，什麼樣子都好像一板一眼，不苟言笑。下面回答，「曰：矜持太過卻不是」，就是說你要有恭敬，但是也不能太過。所謂不能不及，也不能太過，太超過了讓人家感覺這個人，看到要敬而遠之，不敢跟他接近，看他的樣子有點做作，太呆板。所以「要在勿忘勿助長之間」，勿忘就是不要忘記，時時刻刻要有恭敬之心，但是也不能太過。所以你的心要保持中道，儒家講「中庸之道」。我們看到孔老夫子的家語，夫子在什麼場合，你應該表現什麼樣的一個態度、一個樣子。居家的時候，或者跟親朋好友在一起，他也有放鬆的一面，他不是很呆板的。在什麼時候、什麼地方都是這樣，那就太過於做作，這就是矜持太過。就是嚴肅當中有活潑，活潑當中有嚴肅，

這才是正確的，才是中道。

現在的教育就是教小孩要活潑，不能學得有規矩、太呆板。父母特別是學西方人，西方人就是要放縱小孩，他愛怎麼玩就怎麼玩，那也是太過了。你要他活潑沒有錯，不能太呆板，那也不能太放縱，你要對他有一定的約束。比如說你在上課的時候要有上課的樣子，下課你們要去玩遊戲，要去做什麼運動，打球，活潑一點，就不用那麼呆板。活潑當中有嚴肅，嚴肅當中又有活潑的一面，這才是聖人教我們的。所以太過就不對，太放縱、太活潑了，上課都跳到桌子上去，那也不像話，現在就是活潑太過。有一些教學教小孩《弟子規》，教傳統文化，教得太死板，人家看了也害怕，教得那個樣子，好像木頭人一樣，這就不對了。

所以這一條實在講，就是有活潑的一面，也有嚴肅的時候，看什麼時候、什麼場地，面對什麼人，我們應該表現什麼樣的態度。這個心始終也是保持一個恭敬，無論嚴肅的時候、活潑的時候、休閒的時候，他還是一個恭敬心，表現在外面就是很自然，不做作。做作就是說，特別刻意的去裝一個什麼樣子，那個就做作，那個就不自然。《無量壽經》講，「自然中自然相，自然之有根本」。這一次我到上海去辦事，我每一次都到城隍廟去上香，它裡面有個小茶室，我坐在裡面喝茶，頭上就有一副匾，「道法自然」，道法自然就是這裡講的要「儼若思」。但是你也不能矜持太過，保持一個中道，這樣才是正確的。

大家每一天來上班還是讀一遍《感應篇》，對大家都有好處。「日誦一遍，滅罪消愆。」特別我們現在颱風也很多，所以我們百七繫念還是要繼續做，總是對減輕災難有幫助，這一點大家也必定能夠理解。

好，今天就跟大家分享到這裡。祝大家福慧增長，法喜充滿。

阿彌陀佛！