

《了凡四訓》學習分享（二次宣講） 蔡禮旭老師主講  
（第十七集） 2012/10/8 馬來西亞中華文化教育中心  
檔名：55-084-0017

尊敬的諸位長輩、諸位朋友，大家晚上好！我們《了凡四訓》的課程上次講到的是「改過之法」。《了凡四訓》四大部分，第一個是「立命之學」。人要能改變命運，首先，心量要大，所謂量大福大。人的心，假如可以為天下蒼生著想，他的命運一定改得非常快。

上次我們講到「改過之法」。一個人真正肯去斷惡修善，他會出現很多吉祥的預兆。上次我們有提到，他心神恬曠，智慧頓開，「或處冗沓而觸念皆通，或遇怨仇而回瞋作喜，或夢吐黑物，或夢往聖先賢提攜接引，或夢飛步太虛，或夢幢幡寶蓋，種種勝事。皆過消罪滅之象也。」一個人真正德行不斷增長。剛剛這段是在「改過之法」的最後的部分。

很多人讀完之後說，好像我都沒有這些好的預兆，其實不要刻意去求這些好的預兆。您睡覺的時候都沒有作夢，一覺到天亮就是有福報的人。也很有可能是因為你都依教奉行了，本來信心就很足，不用佛菩薩還刻意的要到夢裡去給你摸摸頭。代表你很有信心，或者你是乖學生，就不用刻意給你say hello一下。所以，好學生我們心裡知道依教奉行就對了。當然這些都是很好的預兆，都是自己罪業消除的好結果。但是有這些好的徵兆、好的祥瑞的時候：

【然不得執此自高。】

不能自己高興、歡喜。其實高興也是煩惱，歡喜也是煩惱。因為你貪著這個高興，去給人家炫耀，那就傲慢又起來，這個煩惱就

一個接一個，縱使是好預兆也會變成不好。覺得這個好預兆，自己不肯再好好下功夫去提升，「志得意滿」，這樣也不理想，這裡講不可以畫地自限。所以這些好的預兆也不放在心上，還是勇猛精進就對了。

接下來就舉了一個古人改過非常好的榜樣，他不只兢兢業業、鏗而不捨的求進步，而且沒有自滿，沒有畫地自限。舉的例子是春秋時候一位賢德之人，蘧伯玉先生。說到他二十歲的時候，

【已覺前日之非而盡改之矣。】

一個人可以覺察自己昨天之前的過失，這是代表他不欺騙自己。自己有過失不肯承認，那就變成自欺，進而又去欺人。所以人生最大的悲哀其實是欺騙自己。比方說我們跟人相處，在論些事情、爭個對錯，自己情緒也上來、火氣也上來，還繼不繼續爭對錯？火都已經上來了，自己對還是錯？自己已經錯了，還要去跟人家爭對錯。所以能覺自己前日之非，甚至是前一句話之非、前一念之非，都要不自欺的人才做得到。就像今天我的過失非常多。舉個例子，剛好今天在下課時間，我後面坐了一位長者（一位女士），她突然走到我身邊。我看她的表情，是已經好像鼓起勇氣才來跟我講話的。

我曾經聽一個小孩，好像是九歲，那個孩子說，要跟我講話以前必須深呼吸三次。我就反省我看起來挺恐怖的，人家跟我講話，小孩都嚇得要深呼吸三次才敢跟我講話。儒家常說「忠恕之道」，這個「恕」就是時時能夠設身處地。比方說我們做領導工作，下屬要給我們提意見，其實他都要深呼吸幾次才來跟我們講。所以假如能體會到這點，應該在聽下屬給我們提意見的時候，是佩服他的正直勇氣，然後感謝他對我們的護念，就很容易能接受底下人給我們提意見。

我看到這個長者，她跟我講話的時候還有點緊張。她說：「蔡老師，這幾天我坐在你後面，我觀察到你的兩隻腳張得很開。」你看，當她這句話講出來的時候，我是覺還是迷，自己能不能分辨到？我馬上接著一句話說：「我從小就是這樣。」可是我這句話講出來，我就感覺我的念頭不對。實實在在講，她為什麼要跟我講這段話？她關心我。我馬上接受她的關心，我的福報不就進來了？我還動其他的念頭，還要解釋一番。「我從小這樣，我是不得已。」你一個接一個「我不得已」不還是在找藉口？只要人家肯給你方法，你肯真做，你不找藉口，你就進步了。

我們要趕快念頭止住，不再解釋，聽這個長者講。果然送我個法寶，她送我一條繩子，然後可以把我兩隻腳綁起來，這樣我的腳就不會開了，這樣就有調整我兩隻腳的作用，我被醫生診斷為「青蛙腿」。這是結果，原因是什麼？體質不好，缺乏運動，改善體質就好了。這個繩子確實好用，我剛剛回去馬上就用了。不只平常上課的時候可以用，尤其睡覺的時候，因為睡覺的時間滿長的，六個小時、七個小時，你想兩隻腳都是比較開，青蛙腿，開的，給它綁起來，那慢慢這個就調整過來。你看，這個念頭不對，得覺照。覺照是什麼？是知過，還不是改。知了以後還要悔過、懺悔，然後再下定決心，我一定要把它改過來才是改過。

他能覺察前日之非，而且更讓人佩服的是「盡改之也」，下定決心去改。我們看到這個經句的時候就想，我也想改，為什麼不能盡改之也？有心要改，但是恆心不夠、決心不足，你下定決心又有恆心一定改得了。可是為什麼恆心不足？那是隨順自己習氣比較強，願力不夠、使命感不夠。比方我要光宗耀祖，不能給老祖宗丟臉，我們就有動力一定要不斷的改過、提升自己。比方我們要報孔子之恩、報聖賢之恩，那你就會下定決心去改它。我們得過且過、苟

且，那就很難改。所以人，他的動力在哪？知恩、感恩、報恩。報父母恩，報師長恩，報祖先恩，報聖賢恩。所以真正惜緣的人，真正知恩、報恩的人不多，他是真正發自內心珍惜、感恩，他就有源源不絕的動力。

修行應該是「德日進，過日少」，應該是願心不斷提升，這才是在一個修道的狀態。不能懈怠、不能退縮、不能不勇猛，修身從根本修，就是從心地修。這個心態，只要有一個態度退了，所有的態度都退。謙卑退了，其他的都退；細心、設身處地退了，基本上所有正確的心態可能都會跟著退；利眾的心退了可是變謙卑了，不大可能。一退一切退，一增一切增。所以，從心地上去觀照自己，就不容易自欺。接著經文提到：

【至二十一歲。乃知前之所改未盡也。】

蘧伯玉先生盡心盡力改過，可是他到二十一歲時，又覺得二十歲改得不徹底。改過的過程，可能我們行為沒有了但念頭還有，這個念頭又有粗有細。所以古人提醒我們「細行不矜，終累大德」。我們很細微的不好的行為，甚至是不好的念頭，都沒有去謹慎調伏對治，慢慢地它會障礙我們的德行。我們的俚語裡，比方說「小時偷針，他大時就偷金。」閩南話講，「小洞不補，大洞你就很艱苦。」你這不好的行為哪怕再小，你不好好去改，它慢慢就會愈來愈嚴重。

【乃知前之所改未盡也。】

過不怕，只要肯改，就能慢慢對治。改過要很有耐性，我們有時自己在改過過程會有進進退退，最後沒耐性，還跟自己生氣就沒有必要。

【及二十二歲。回視二十一歲。尤在夢中。】

他二十二歲察覺，自己二十一歲還是有很多過失。這個「夢中

」好像覺得自己虛度了光陰，沒有讓自己保持很清楚，覺照自己的錯誤。所以這樣一年接著一年。

【歲復一歲。遞遞改之。】

他逐步的在自己的習氣當中下功夫。

【行年五十。而猶知四十九歲之非。】

到了五十歲，依然還是能夠自省到自己四十九歲之前的過失。這裡提的是每年的反省改過，所以年年改之，月月改之，日日改之，時時改之，最後要練到念念改之。念頭不對，「不怕念起，只怕覺遲」，就把它改過來。

【古人改過之學如此。】

古人在求學問，他改過的態度、下的功夫都是到這樣的地步。我們看到古代的聖賢人是這麼下功夫，而他們的基礎比我們好，我們假如不用這種功夫，那這生要成就就大難。所以其實我們的勇猛要大過古人，因為他們的基礎比我們好，他們的環境沒有我們誘惑大，我們下的功夫不可以輸給他們。接著了凡先生講到：

【吾輩身為凡流。】

我們都是屬於凡夫俗子，都還沒有契入聖賢的境界。當然，「吾輩身為凡流」這句話主要的精神，是讓我們有自知之明。我現在的程度是這樣，我必須看清楚才肯下功夫。這句話不是說氣餒，不是否定自己，不是，這個是自知之明。而「凡流」，我們很冷靜的來觀照自己，應該是：

【過惡蝟集。】

我們所犯的過錯，甚至是一天的過錯，就像刺蝟，刺蝟身上很多刺，它的刺數不完。那過失就好像刺蝟的刺，數目很多，雖然過錯很多，

【而回思往事。常若不見其有過者。心粗而眼翳也。】

但是回想自己的過往，好像都想不到自己有哪些錯誤的言行，甚至錯誤的念頭。為什麼都想不到、觀照不到？「心粗而眼翳」，就是自己太粗心，欲望太多。「欲令智迷」，自己沒有去觀照、覺照。「心粗」就好像看不到、體會不到。「眼翳」就是眼睛好像長了眼病，被障住了，都觀察不到問題、過失。

當然，這句我們假如也有這個感覺，那得要突破。因為不改過，這個罪業造得愈多，習氣愈嚴重，那就糟蹋了自己，糟蹋了光陰。而且人要改過，年齡愈大要改愈困難，因為那些習慣就更嚴重。所以人要改過，要提升自己，要趁年輕，要趁身體好的時候下功夫。您看，假如身體不好，才要來用功精進。比方要來讀經，可能讀十分鐘、二十分鐘體力就不行，就打瞌睡，所以精進要趁早。

假如我們察覺，自己好像觀照不到自己的過失，一定要主動找方法來克服。比方多讀經典對照自己；比方「見人善，即思齊」、「見人惡，即內省。」你從他人的過失當中，馬上再回過頭來反省，我有沒有跟他同樣的過錯。你只要一見到別人的善，就問自己，我有沒有效法；見到別人的惡，馬上反省。每天效法的心、反省的心都能保持，慢慢就能察覺到自己的不足。當然這些觀照要變成習慣，要養成習慣。所以早晚課不能斷，早上提醒自己，晚上反省自己，從經典當中提醒跟反省。然後奉行《弟子規》說的「聞譽恐，聞過欣，直諒士，漸相親」，自己很真誠的跟身邊的同參道友表達，希望他們能幫助自己，發覺自己有不對的地方，請他們給我們指出來。當然人家一提醒我們，我們要用一種歡喜心去接受，感恩心去感謝，那人家就更願意提醒我們，這個很重要。「當局者迷，旁觀者清。」

尤其有家庭的人，我們想一想，看到我們問題的很可能就是我們的家人，因為他們跟我們最近，我們每天所言所行他們都看在眼

裡最清楚。所以，今天回去跟另一半先鞠個躬，然後跟你的另一半講：「我不想蹉跎光陰，我不想這一生白白地就這樣過去，我要好好的用這一生成就自己的德行，我要給孩子做好榜樣。所以以後我有什麼錯誤，請你給我指出來。」然後再給他鞠個躬，OK？看大家的表情有點困難。告訴大家，改過是痛苦的，大家現在的感受是正常的。改過，做個比喻，就好像要給你撕一層皮下來，痛不痛？當然痛。可是撕下來以後，你就快樂了，為什麼？你不被這個欲望控制住，你就愈來愈快樂自在。

所以孔子說：「學而時習之，不亦說乎。」「時」是時時去依教奉行。「習」，習就是去做。你看習字上面一個羽毛的羽，下面一個白。那個字是會意字，代表什麼？鳥羽毛。鳥不是把雙翅展開來嗎？它會飛，不是它生下來就會飛，它一定要透過好多練習，可能撞了好幾次它就飛起來了，它一舉起它的翅膀，它潔白肚子的羽毛就露出來，所以才有一個「白」在底下。

你們沒有看過鳥飛是不是？這個不能怪大家。我現在覺得這個「恕道」很難。為什麼在敘述這點的時候我覺得很自然，可是我看你們的表情不自然。不是你們的問題，告訴大家，所有都是自己的問題。當我們覺得別人不正常的時候，是自己不正常，真的。所以師長老人家說：「別人錯的也是對的。」這句話很有人生智慧。

比方就舉剛剛的情況，我說雙翅展開來的時候就看到白白的肚皮了，底下很多人沒有反應，沒有反應的人絕對是對的。我在那裡「你怎麼沒反應？」我這個念頭是錯的。我馬上想到，因為我小時候養鴿子，我就看到小鴿子在那裡要練飛，而且不是牠媽媽陪牠，是我陪牠。所以，牠那個動作一起來，肚皮一露出來，我就很容易了解那個情境。但是可能你們的生命過程當中，並沒有這個體會，所以別人錯的也是對的，我對的也是錯的。「對，明明就是這樣，

你們怎麼沒反應？」你看自己都沒有恕道去體會別人。所以恕道，坦白講，最近一直覺得自己沒有恕道，一直在犯這個錯。

我前不久，就感覺有幾個朋友，他們因為人家講的一句話，他們很難過，有的人兩三年都緩不過勁來。我聽他們在那裡講他們那個傷心事，真的講到那句話眼淚就掉下來。我在那裡聽，雖然裝得很認真聽，心裡面想，有這麼誇張嗎？你看恕道沒有，有恕道應該陪著他流眼淚，感同身受。所以，知道跟悟到，跟做到，跟得到，不一樣的境界。看起來好像知了，其實體會不深。

結果突然有一天，有個人給我講了一句話，那句話當場講了，我只知道有點不舒服。結果當天晚上睡覺，那句話就一直來，我在那兒轉，輾轉反側睡不著覺，終於感覺到什麼叫心痛。結果兩天都睡不著覺。我突然想起跟我分享，聽人家一句話讓他好幾年很痛苦，我突然看到他們的時候，多了一些慈悲心。所以，人真的要透過一些體會，自己的心境才能有所提升。

可是我在哪裡兩天睡不著覺了，我突然起個念頭，我還要繼續睡不著覺？不行。你看看平常講課給人家聽，講的很輕鬆，「大家要記住，不怕念起，只怕覺遲，一念之間就把它轉過來。」結果自己兩天睡不著覺，轉轉不過來。我在台上分享課程，我感覺very dangerous，都一直講給別人聽，好像都講得很輕鬆，慢慢覺得好像這些道理都很簡單，事實上自己都沒有做到。所以我一直在看「不自欺、不自欺」，不容易。突然提起這個念頭，不能再讓煩惱、痛苦繼續相續下去，趕快轉念。

讓人家講這麼刻薄的話，一定是我把他逼到他不得不講這句話，那還是我逼他的。所以別人錯的也是對的。我假如不逼他逼到這個樣子，他能講這個話？這麼一轉，是自己錯，就不是看他錯。好了，可以睡了。你說，「想一想，真的也沒有做太過分的事，他怎



麼對我這麼狠？」又想起佛陀講的，你這輩子找不到原因，鐵定有原因，上輩子。「欲知前世因，今生受者是。」我前輩子也是這麼狠對他，他今天才會這樣對我。冤冤相報沒完沒了，可是源頭還是我先對不起他，我不能再跟他冤冤相報，兩個人一起去地獄報到，那是太愚痴了。這一生轉冤親平等，轉冤為法眷、為親才行。您看佛陀給我們的教誨，「冤親平等」把什麼擺前面？冤。「生佛不二」，我們平等、恭敬的心在這句話看到，生佛不二把眾生擺前面，佛擺後面，您看那種謙卑、恭敬。我在轉這些念頭，告訴大家，煩惱是真的還是假的？你都把它當真，就兩天睡不著。你把它一轉，你這個苦就放下了，樂就得到了。

後來我又起一個念頭，我不只不會看到他難過，我再看到他，對他肅然起敬。因為我覺得他是我生命中的貴人。起了什麼念頭？就是他的一句話讓我痛苦，代表什麼？我的「我執」非常非常重。假如我沒有「我」，怎麼會有這個痛苦？我執重到什麼程度？一句話可以讓我兩天睡不著，真嚴重。

我出來跟大家交流傳統文化九年了，得到的掌聲這麼多，我已經在掌聲當中迷失掉了，都不知道自己有幾兩重。人家一句話就讓我趴倒，就讓我沒有辦法轉，那怎麼有功夫？所以，他一句話讓我看清自己，救了我的慧命，我不能再活得糊裡糊塗，趕緊要好好地再下功夫，念念為人，不能再我執愈來愈重。所以他是我的貴人，其他人的掌聲鼓勵我都看不到自己的問題，他一句話就讓我清清楚楚。所以您看，從苦一轉就變成樂了。

還有，也要反省自己，我自己有沒有曾經講過讓人家睡不著覺的話？諸位長輩、朋友，我假如曾經講過哪句話讓你睡不著覺，下課你要告訴我，我要跟你懺悔，要改。隨緣消舊業，不能再造新殃，不能再跟人家過不去，這個都是怨道。自己感覺到苦了，「己所

不欲，勿施於人」，你不能再給人家這些痛苦。

現在覺得這個「恕」不容易，包含沒結婚的人，能不能體會人家結婚的酸甜苦辣？沒當過父親的人，能不能體會人家父親半夜起來的心情？都不知道。沒陪過太太懷孕的過程，你怎麼知道這個丈夫晚上是怎麼過的？是不是？對。你假如有個同事，剛好他剛當爸或者是他太太懷孕，晚上睡不好覺，他上班的時候在那裡打瞌睡，你會不會笑他？你會不會批評他？你會怎麼樣？你會體恤他。「辛苦了，這些工作我幫你做點。」你假如沒有當過爸，或者沒有這些生命經驗，你可能指責就來了。一指責他更難過，因為你不理解他。可是你能設身處地，你能體恤他，整個團隊都是互相幫助、互相關懷、互相體諒，那個力量很大。大家想一想，是指責的團體氛圍好，還是互相設身處地、體諒的氛圍好？設身處地。請問大家，這兩個團隊，同樣一個團體，假如這兩個不同的風氣，整個力量會差幾倍？同一個團體。所以態度非常重要，尤其領導者一定要帶動這個風氣，所以領導者的心態影響得太大了。

「大道之行也，天下為公。」告訴大家，這不是在堯舜時代才看得到，人一發大心的時候都做得到。「選賢與能」就像堯帝那時候要傳給舜帝，找了幾十年最後才拍板。考驗大舜二十八年，觀察他確實不錯。堯帝確實是不簡單，兩個女兒都嫁給大舜，九個孩子去幫大舜幹事情。他在外的行為跟在家裡的行為，堯帝一清二楚，為了什麼？為了給天下人選一個最好的領導者，用心良苦。

所以一個領導者，我們在一個領導的地位，首先，一定是團體的支持，我們要對得起他們的支持。再來，很可能是國家的信任、大眾的信任，甚至是師長的信任，那我們更應該要對得起這所有的信任，在這個領導的位置，一定要帶好風氣。

李炳南老師有三句話，對於整個團體的風氣是非常精闢的教誨

。「見人有善，不嫉妒、要隨喜。」每個人都隨喜，「見人善，即思齊」，大家都看每個人的善，就去效法、去學習，大家「德日進，過日少」。可是一個領導者，假如見人有善沒有去隨喜、沒有去效法，變成嫉妒，甚至排擠他，那這個團體風氣整個就扭曲掉了。一個是興，一個是衰，一念之間差別很大。「見人有惡，不批評，要規勸或守默。」守默就是說，他還沒有信任我們，我們不要急著勸他，自己做好了，對方信任了再來勸。第三，「見人錯事」，事情已經發生了，既然已經造成了，我們再發脾氣、再指責也沒有幫助，那變成隨順瞋恨心，那是愚痴、不理智。所以「見人錯事不指責，要先協助。」犯錯的人，其實他也很自責，這個時候你只是盡力的去協助他善後，他反而更覺得不好意思，更覺得懺悔。因為你又協助他，大家又心平氣和地把這個事情做個討論，大家就在這個事情當中得到智慧、得到提升。所以這些風氣都在領導者的心念，我們首先要將這個恕道的精神，從我們領導的身上去做出來。

這個是剛剛跟大家講到的，我們假如不能察覺自己過失的時候，得要用種種方法來讓自己知過。接著了凡先生提到，人假如過失、罪業太多，也會有些徵兆。其實看這段時候，也是了凡先生的一個慈悲，他希望透過這段話給我們一些警覺。假如有這些現象，人一有警覺，他才不會繼續退步。

【然人之過惡深重者。】

過失罪業比較深重的人。

【亦有效驗。】

也會有種種跡象顯現出來。

【或心神昏塞。轉頭即忘。】

他整個精神狀態比較昏沉、健忘，心神不寧，常常什麼事一下就忘記了。這個時候要把自己的心平靜下來，不要讓這些妄想繼續

紛飛。妄想愈多，人的記憶力確實會衰退。當然就不能讓這個情況繼續惡化下去，怎麼辦？定下來讀經、聽經，讓自己的心先定下來，就不會再惡化。真的還是有健忘現象，要趕緊把它寫下來，有個日誌本，就不會東忘西忘。你今天答應別人事又忘記，這樣的事情一直發生，你會愈來愈沮喪、自責。所以也要透過一些工具把這些情況克服。除了自己寫，身邊的人，你再囑咐他提醒你，你就不會再失信於人。

【或無事而常煩惱。】

沒什麼事突然就覺得很鬱悶、很憂愁，當然這些情況只要精進用功都可以克服。

【或見君子而赧然消沮。】

見到君子、有德行的人，反而覺得臉紅、不好意思，不敢見。應該是見到有德的君子歡喜，主動去請教，這個態度才對。你見到有德的君子，反而不願意去親近，這就有點自暴自棄的態度，這是對自己起疑心。所以人對身心有五種毒害很厲害，叫貪瞋痴慢疑。對自己起疑心也是很大的毒害，趕快轉念，「勿自暴，勿自棄，聖與賢，可馴致。」

【或聞正論而不樂。】

聽到一些好的教誨道理，反而心裡不歡喜，這個都是反常的情況。

【或施惠而人反怨。】

你去幫助別人，給別人恩惠，別人反而不領情，還怨你罵你。你真的遇到這個現象，不要氣餒，更再接再厲，「可能是我這些罪業積太厚了。」不否定自己去幫別人，你去幫別人就好像一個善的種子種下去，遲早會有善果。你不能因為你去幫那個人，那個人反而怨你，你說：「都不要做善事了。」這個就是不明理、不理智。

對的還是要堅持去做，但是別人不好的態度回來，要更反省、更下功夫，一定可以扭轉。

### 【或夜夢顛倒。】

夜裡作夢顛三倒四，起了很多不好的邪念，這個都要反省。古代有個讀書人叫楊翥，他半夜夢到自己到李子園，給人家摘了兩顆李子吃。諸位長輩朋友，您假如作夢夢到給人家摘兩顆水果，醒過來我們會怎麼想？「李子挺甜的。」但楊翥他說，我在夢裡居然偷拿人家的李子，這是我白天義跟利分不清楚，怎麼可以不義之利去拿？這不對。我白天功夫不夠。所以處罰自己面壁思過，幾天沒吃飯。古人改過是這個態度。

夢裡顛三倒四，就提醒我們功夫還差得遠，要更下功夫。古人有段提醒，一個人的道心、道力，「靜中有十分」，你平常沒發生什麼事的時候，你十分的修養功夫，「動中才有一分」。你平常聽經、讀經感覺良好，心裡很平靜，突然有件棘手的事情出來，動中剩一分而已。「動中有十分功夫，夢中才一分功夫；夢中有十分功夫，臨終的時候才有一分功夫。」所以從這段話我們想想，我們平常的功夫，在快斷氣以前只剩多少？千分之一。假如平常念頭都伏不住，那臨終這個正念要提得起來，很難。

歐陽修先生那是大儒，他曾經問一個大修行人。歐陽修離我們已經八九百年了，他修養也是很不錯。他就問這個大修行人：「古人修行功夫很高，常常有坐著，生死自在就走了，功夫這麼高，現在的人怎麼都達不到？」這是宋朝問的問題。結果這個大修行人說：「古人念念在定境當中，他這個定境是時時保持，沒有一刻離開，所以臨終怎麼會亂？可是現在的人念念都在散亂，臨終怎麼會得定？我們現在正念就保持不了，那臨終更保證不了。」歐陽修聽到這位大修行人的話，他是個大文豪，聽著不知不覺雙膝就跪下去頂

禮，佩服他的教誨，當然也是對自己的提醒特別地深刻。所以古人很觀照自己的念頭，哪怕是在夢中都不苟且。

【甚則妄言失志。】

更有嚴重的，自己就講些衰喪的話。其實大家冷靜想想，我們一講出這些衰喪話、失志的話，一講出來不只傷了自己，還傷了誰？你身邊這些最親的人一聽你講，他不就替你緊張、替你難過了嗎？這不自愛，又不愛身邊的人。不能講這些失志的話，自己要自立自強、百折不撓，要培養出這樣的態度。這些都是：

【作孽之相。】

可能造作一些罪業，產生這些不好的徵兆。有人可能會覺得，我這一生也沒有做什麼壞事，怎麼我人生不如意事這麼多？所以人在修身的修行路上，首先要有個非常重要的態度，就是深信因果。不能僥倖，不能懷疑因果這個真理，任何一件事都不可能是偶然。這生做得挺不錯，還是遇到不如意事，那鐵定是上輩子還是有做不好。不能懷疑真理、不能懷疑因果道理。一懷疑，這個疑就可能造成我們否定所有的真相，那會兵敗如山倒。

玄奘大師讓我們非常佩服，他一生翻譯經典，經歷的苦難不是我們能想像的，要用九死一生都沒有辦法形容，還形容不到位。到西域去把經典取回來，都不知道死了多少次。而且回來之後又真是鞠躬盡瘁幾十年，翻譯了最多的經典造福後世。結果他晚年生病。一輩子都為正法奉獻心力，怎麼晚年臨終的時候生了病？老人家一起念頭是什麼？是不是我把經典翻錯，我才會有這個結果。所以他始終相信經典、相信真理。我有這個果，可不要是我把經典翻錯了。後來感應告訴他，他都沒有翻錯，這是他過去生的業力重罪輕報。玄奘大師那一念真是讓我們感佩，幹了一輩子的好事，沒有求一個好的果報，還是時時反思自己有沒有不妥當的地方。接著經文講

：

【苟一類此。】

假如上述的狀況，我們有一條有的話，

【即須奮發。】

要更下功夫奮發圖強，「天下無難事，只怕有心人。」

【舍舊圖新。】

一定要放下錯誤的煩惱習氣、壞習慣，然後改過自新，『圖新』。

【幸勿自誤。】

決定不能糟蹋了這一生聞聖教的機緣而誤了自己，『幸勿自誤』。這段話是了凡先生對我們這生修道的一份護念的心，希望能提醒到我們。

接著我們來看《了凡四訓》第三個大部分，「積善之方」。能斷惡，緊接著要更積極的來修善、積善。其實人在行善的時候，也是放下習性的過程。所以幫助別人其實就是幫助自己，我們在為別人想的時候，最嚴重的自私自利慢慢就淡了。所以利人其實最大的收穫是自己，自己的德行提升，自己的福報增加。所以感謝別人，感謝因緣讓我們有這個福慧雙修的機會。

經文一開始就講：

【易曰。積善之家。必有餘慶。】

積厚德的家族，一定可以福佑他的後代子孫。這個在歷史當中太多家族給我們證明：孔子的後代、范仲淹的後代、林則徐先生的後代、曾國藩先生的後代。孔子有幾千年，這些聖哲人都有幾百年家道都還不衰。可是我們看眼前假如沒有積善的狀況，富不過幾代？以前人說三代，我看現在是富不過一代。實實在在講，現在說富不過一代已經不客觀，現在應該說富不過十年、二十年。

我們看一個數字就好了。中小型企業平均壽命二點九年，那是老闆，二點九年他就下來了，富都很難保持。因為倫理道德觀念沒有從小教起，所以反而福報一來，變成他家庭人生的災難，他就開始揮霍、驕奢淫逸，這個家就敗掉。所以「子孫雖愚，經書不可不讀。」子孫只要不明理，這個家道一定敗，你留多少錢都沒有用。這些積善之家最可貴的就是把德行風範留給後代，代代效法。所以看到這個經句，我們得問自己，我們有哪些好德行，現在子孫在效法？這個就是真正對子孫最大的利益。

接著舉了歷史當中的例子來證明這個道理。

【昔顏氏將以女妻叔梁紇。而歷敘其祖宗積德之長。逆知其子孫必有興者。】

在春秋時候，顏襄先生將要把女兒顏徵在女士，嫁給孔子的父親叔梁紇先生之前，『歷敘其祖宗積德之長』，這個顏襄先生先去調查叔梁紇先生他祖先的情況。了解到他祖上有很多聖賢人，知道他這個家族以後一定會興旺，會出聖賢的後代。

這段話很重要，告訴我們怎麼找親家。真的，「男怕入錯行，女怕嫁錯郎。」其實「女怕嫁錯郎」這句你再延伸開來，不只女人怕嫁錯先生，你女兒嫁錯人，你這輩子也是擔心受怕，所以結婚不是兩個人的大事，是兩個家族的大事。可是你看，現在的人有沒有像顏襄先生這麼嚴謹，這麼有智慧，這麼明真理？現在不一樣，不是調查他上面有沒有聖賢人，是先調查對方一個月薪水有多少錢。你不調查德行，你調查錢，那麻煩了。你看的都是枝末，沒有看根本，最後是本末倒置，不會有好結果。「德者，本也；財者，末也。」看到他祖上這麼多聖哲人，他可以推斷得出來，他子孫必有聖賢，必能家族興旺。

印光大師有跟我們提到「求子三要」。你要求一個聖賢孩子不



難，只要做到一定求得到，「種瓜得瓜，種豆得豆。」這件事一定告訴你們，因為你們求到好兒子，以後一定可以弘揚中華文化，現在弘揚傳統文化最缺的就是人。所以你們假如求到一個了就多生幾個，多多益善。

第一，「敦倫積德」，你有厚德才能感好的子孫，「以立福基」。第二，「保身節欲」，夫妻整個身心狀態要非常好，要節制欲望。夫妻的身體好，孩子先天的體質就好，「以培先天」。第三，「胎幼善教」，孩子出來之後，三歲看大七歲看老，小時候父母給他的身教、言教很重要。「以免隨流」，不會隨著不好的社會風氣而墮落。他基礎立穩了，根深蒂固，他就不容易動搖。肯照著做，他的家庭一定有大福報。

接著又舉了個具體的例子，確實是「積善之家，必有餘慶」。

【孔子稱舜之大孝。】

二十四孝舜為首，他是至孝的聖人。父母傷害他，他完全不見父母過，反而覺得還是自己做得不好。至孝恢復了智慧德行，還感得了大福報。

【曰。宗廟饗之。子孫保之。】

他當了天子，去祭祀自己的祖先，「立身行道，揚名於後世，以顯父母」，以顯祖宗，所以『宗廟饗之』。而且他不只讓祖宗光榮，他的聖德也讓後代子孫時時祭祀他、懷念他、效法他。接著說『子孫保之』，保持他孝的德行、他的這些風範。

【皆至論也。】

孔子把這個宇宙人生的真相告訴我們，「積善之家，必有餘慶。」

【試以往事徵之。】

接著了凡先生確實是苦口婆心，又舉一些具體而且是以當時他

的孩子熟悉的人來舉例子。不然他兒子都覺得那都是古人，現代還是這樣嗎？而舉這些例子讓我們更有信心，確實善有善報。首先一開始提的：

【楊少師榮。建寧人。世以濟渡為生。】

少師是太子的老師，「三少」之一。他是福建建寧，就是建甌這個地方的人。他的祖上幾代人都是擺渡划船，在大溪上擺渡謀生，結果剛好遇到連年下雨。

【久雨溪漲。】

溪水氾濫。

【橫流衝毀民居。】

把這些老百姓的房子都衝毀掉了。

【溺死者順流而下。】

溺死的人太多太多，就順著這個河流，屍體都漂流著。

【他舟皆撈取貨物。獨少師曾祖及祖。惟救人。而貨物一無所取。】

我們讀到這裡，腦海裡都浮現景象，看到那個屍體這樣流，你看他的家人會多麼哀悼。假如真的漂了找不到，那他的家人會多麼的遺憾。一感同身受，能救多少、能撈多少撈多少。甚至還有活命的人，就趕緊把他撈起來。所以我們一想到這個景象，都會被這個精神所感動。唯有救人，完全沒有看到那些有價值的東西、貴重的東西，沒看到那些東西。

【鄉人嗤其愚。】

同鄉的人就覺得，「那麼多金銀財寶你都不去撈，去撈屍體，這個發財的機會你都把它放過了。」我們看到『鄉人嗤其愚』，有沒有感覺到在這個社會，你要做好事都會遇到「鄉人嗤其愚」？在這個功利時代，人家會覺得他有問題。可是沒關係，被人家笑沒關

係，笑久了，他笑愈久，以後感動愈久，真的。因為「人之初，性本善」，他笑到最後看到還是真的，作用力跟反作用力一樣強。所以不用怕人家笑，笑愈大聲愈好，只要你能堅持，遲早感動他。

我們台灣耕心蓮苑兩位女老師，一輩子二十多年都投身在教育。看到那些三重的孩子，家裡沒錢，孩子父母不在，在街頭流浪，沒飯吃、沒書讀，很容易墮落。沒有親戚關係，不認識的人的孩子，把他們找來教他們。發了一個願，三重是出流氓的地方，她說要把三重變成出聖賢的地方，讓我們很感佩。那個本來反對她們的女士，最後被她們感動了，一大早就起來幫他們的餐廳摘菜。因為這個餐廳變成了整個社區的餐廳，很多社區的人失業了，三個月、五個月沒薪水，沒錢吃飯，帶著孩子每頓都來這裡吃，就是一家人。後來找到工作了，第一份薪水全部捐給蓮苑。「愛人者人恆愛之。」

最近也遇到很多讓我非常感佩的人，其中我遇到大陸河南省周口市電視台王台長。真的，我相信很多人罵他傻瓜，他的電視台絕不播放說謊的廣告。他說光是醫藥的廣告，那些是誇大的，他不掛這些廣告，一年損失幾百萬。但是這種昧著良心的錢，他一毛都不賺。我聽了之後頭皮發麻，真是佩服。他都播符合倫理道德的節目，而且一心為廣大的農民謀福利。農民有任何需要，打電話到他電視台，他派專家去輔導他。一開始人家覺得不可能，哪有打一通電話電視台就派專家來幫助你？後來真幹。現在廣大老百姓對他非常信任。大家知道嗎，周口市一年的糧食生產，可以讓全中國吃半個月。一年生產多少糧食？一百五十億斤的糧食，中國的穀倉。這個台長他有個鄉村服務隊，就是派出兩個隊伍專門在服務農民，造福於農民。你看，這樣的電視台辦起來，給全世界做最好的榜樣。為良心做事，為改善社會良善風氣而做，還是有人會支持，不會倒的

。結果他說往往在很困難的時候，突然支持的力量就出現。所以「路遙知馬力，日久見人心。」

【逮少師父生。家漸裕。】

等到楊榮先生的父親出生了，家庭的經濟情況慢慢轉好。

【有神人化為道者。】

有神仙化為一個修道的人。

【語之曰。汝祖父有陰功。子孫當貴顯。宜葬某地。遂依其所指而窆之。即今白兔墳也。後生少師。弱冠登第。】

道人告訴他，你的曾祖、祖父積了很厚的陰德，他的後代子孫有大福報，都要榮顯。把他葬在某地，就是當地很出名的白兔墳。後來他父親生了少師，二十歲就考上進士。

【位至三公。】

三公就是皇帝的老師，那是最高的官位。

【加曾祖祖父如其官。】

封他的曾祖跟祖父一樣是三公的官。您看，他曾祖、祖父幾十年前做的陰德，最後還是封了三公的官。所以種瓜一定得瓜，該是我們的福報決定跑不掉。

【子孫貴盛。至今尚多賢者。】

他的後代子孫非常興旺，幾百年後，現在他的子孫還有很多聖賢人。所以「古今來，許多世家無非積德」，所有留在歷史當中這些興盛的家族都是靠積德成就。

好，今天就跟大家先交流到這裡。謝謝大家。