

成德感覺到忠恕跟所有的教誨都有關係。在《論語》裡面孔子對著學生說，「吾道一以貫之」。這時候曾子是說「唯」，曾子就說，弟子明白。後來夫子走了之後，其他的同學就問曾子，孔子之道一以貫之是什麼？曾子就回答說，「夫子之道，忠恕而已矣」，那等於是忠恕之道就貫穿了所有孔老夫子的教誨。

而在《中庸》，孔子又說，「道也者，不可須臾離也」。那等於是道時時刻刻不能離開，就是假如我們的念頭跟道相違背了，那就不在道中了。比方說夫子這個忠恕，這樣的心境我們沒有的時候，那可能念頭就相違背，就可能是隨順習氣，而不是隨順性德了。所以不可須臾離也。而且因為我們是要入聖賢的仁道，甚至是佛家講的究竟圓滿恢復自性。那用什麼方法來入道？《中庸》又說，「忠恕違道不遠」。那等於是，我們透過行忠恕就能真正入聖賢之道、聖賢的境界，就從忠恕。

其實忠恕也不容易，因為在《論語》當中子貢，子貢也是七十二賢之一，也是很簡單。有一天子貢就說，「我不欲人之加諸我也，吾亦欲無加諸人」。就是我不願意人家這麼對我，我也不會這樣去對人家。孔子就說，「賜也，非爾所及也」。他就叫著學生，賜啊，你還做不到這樣的境界。其實子貢說的這一段話就是恕道，我不想人家這樣對我，我也不要這樣去對人家。其實應該是他希望這樣，但是不一定能馬上達到這樣子。

比方說舉一個例子，我們不喜歡人家對我們發脾氣，那我也不去對人發脾氣。但是，我們希望我們不要對別人發脾氣，問題是在遇到這樣的境界的時候，有時候我們的情緒不見得能夠平復得下來。

所以等於是，子貢他還不能時時都是契入這個恕道，那等於是對於我們來講，這個忠恕之道，要不斷的去提醒，我們才能保持在這樣的一個心境。

因為剛好想到這個主題，就覺得很多我們熟悉的句子都是在彰顯這個忠恕之道。比方說「嚴以律己，寬以待人」，這個句子比較普遍，大家都熟悉。我們具體來講，比方，我們可以包容別人誤會我們，這是寬以待人；但是我們自我要求嚴以律己，是我們不要造成別人的誤會。這個不要造成，很可能我們並沒有做錯，但是有可能我們忽略了，或者是有一些動作讓對方誤解了，我們都能夠嚴謹到我們不要造成別人誤會。可是當我們被誤會的時候，我們能夠包容人家的誤會，那是嚴以律己，寬以待人。

比方，我們不希望別人落我們不好的印象，就是人家對我們有成見，我們會不舒服。那等於是，寬以待人的話，別人對我們有成見，我們可以包容，這是寬以待人。但是我們不落他人的成見，這變嚴以律己。所以等於是說，生活中很多人際的相處，它幾乎任何境界好像都跟忠恕，跟「嚴以律己，寬以待人」是非常相應的。

比方我們接下來的句子，「律己宜帶秋氣」，這個秋天肅殺之氣，就是對自己比較嚴格，古人都是透過用譬喻讓我們去感受怎麼做人做事，「律己宜帶秋氣」；「處世須帶春風」，春風給人家很溫暖。

下一句說，「不患人之不己知，患不知人」。不憂患人家不了解我們，這個是寬以待人；患不知人，那我們要自我期許，我們能夠去了解自己的家人，然後了解他人，進而可以去護念他人，我們不要去誤會別人，要去理解別人。

下一句，「躬自厚而薄責於人」，這個也是《論語》當中的話，「則遠怨矣」。躬自厚就是嚴以律己；薄責於人，不太去指責別

人，那就是寬以待人。而且這個「則遠怨矣」，那等於是提醒我們，這樣處世才能讓別人不要對我們產生埋怨。而這個只是不產生埋怨，就要守住忠恕之道才能不讓人家怨。

比方，我們假如處世的態度變成嚴以律人，寬以待己。就像下一句當中講的，宋范忠宣公，這個范忠宣公就是范仲淹先生的兒子范純仁。他講到說，「人雖至愚，責人則明」。這個人雖然素質上比較愚鈍，可是他去看人的過、指責人的過，他也很厲害，可以看出不少，責人則明。「人雖至明」（還有一個說法是「雖有聰明」），「恕己則昏」，就是人雖然天性比較聰明、素質比較好，可是只要容易寬恕自己，掩飾自己的過，慢慢慢慢他的聰明智慧也會昏暗下來。那人能以責人之心來責己，恕己之心來恕人，那就不憂患不能提升到聖賢的地位。

因為這裡提到以責人之心來責己。本來責人之心是常常會產生；而我們可能一天有很多念頭不對、言行不對，可是很少我們會因為一個念頭不對、一句話講錯了，我們去懲罰自己，去罰站半個小時，「我怎麼可以起這個不對的念頭跟言行！」比較少人能做到這樣。（也確實有聖賢人是這麼去做的。）因為自己每天錯了不少，但是從來不會說這麼嚴格去對待自己。但是很可能親戚朋友他有一件過失，我們就耿耿於懷，甚至一直在指責他。那把這個都指責他人的心來責己。我們每天有不少錯誤，我們就很容易寬恕自己，那以這種寬恕自己的心來恕人，恕己之心恕人。所以責人之心責己，就是忠，就是嚴以律己；恕己之心恕人，就是恕，就是寬以待人。能夠這樣子存心，那就不憂患不到聖賢的境界了。

下面還有幾句，這些也供大家做一個參考。最後《大學》裡面講，「君子有諸己，而後求諸人；無諸己，而後非諸人」。我們有這些優點、長處，我們再去帶動別人也能夠有這樣的優點、長處；

我們沒有了這些缺點、習性，我們再去護念別人沒有這些缺點、習性。所以有諸己跟無諸己，這個是嚴以律己；而後才求諸人、非諸人，這個是能夠正己然後再去化人。所以這個等於也都是跟忠恕之道很相應。但其實從人情事理來看，今天假如我們自己沒有做到，比方說，我自己也有貪吃，然後我要去勸別人不要貪，可能對方的心裡會覺得，你五十步還笑我百步。所以變成，假如今天我們去勸他人勸不動，很可能我們內在，他有的習氣我們也還沒有完全去掉，很可能我完全去掉了就可以感化他。就像大舜，他的親人有過，他沒有見他們的過，反而都是要求自己，最後他完全提升自己之後，就感動了他的一家人。

那以上跟大家做一個供養、分享，謝謝大家。阿彌陀佛！