

大馬中心第二屆中華傳統文化進修班—四五〇〇年前中國的  
遠祖是如何教導他的後裔 蔡禮旭老師主講 (第五集)  
) 2010/5/5 馬來西亞中華文化教育中心 檔名：5  
5-053-0005

大家早！大家特別的好學。所謂「事事留心皆學問，人情練達皆文章」，記得第一次我們在古晉，也有一次進修學習，我在房裡面，一進門，看到一個「十心語」，對我們也很有啟發。十心語，「做人要愛心，對人要寬心（多寬恕、包容），幫人要耐心，說話要細心，做事要專心，逆境要忍心，修學要恆心，時時要觀心，事事才順心」。

這個十心語也告訴我們，我們修學、求學問，根本下手處在這顆心，在起心動念處。第一句，「做人要愛心」。我們所有處事待人接物，都是設身處地為人著想。有這樣的態度非常好，為什麼？慢慢的把自我放下、把自私自利放下，這個是會用功。所以師長一直說，從哪裡開始下手？念念為人著想。「對人要寬心」，包容。人家做得不妥當的地方，不要計較。「先人不善，不識道德」，文化已經斷了好幾代了，大家現在不是很懂這些處事待人接物的道理，「無有語者，殊無怪也」，沒人告訴他，我們不應該去責怪別人。其實當我們在想著師長這些教誨的時候，這句話有沒有入我們的心？入了我們的心，我們就在道中；沒有入心，叫知識。師長講經講得非常的透徹，假如我們沒把老人家的話入心，那是增加了一些知識而已、學識而已，沒有去轉變自己的心態。積累的知識愈多，沒去改心，沒去力行，那會像《弟子規》說的，「不力行，但學文，長浮華，成何人？」我們同修之間互相觀察，聽師父講經三年之後，一般的人都可以辯才無礙，大家談起道理來都是一串一串的。

可是在講的過程當中，可能講得對方已經聽不下去了，已經口吐白沫了，我們繼續講，都體恤不到對方了。這個時候，我們增加了知識、增加了傲慢，卻反而沒有能時時提起為對方設想的心。

所以，我們要很謹慎學習的態度。學習是不斷淘汰我們的習氣，而不是增加很多的傲慢，甚至增加很多的貪著。我們學習也會貪著，這部經我也要聽，那部經我也要聽。我曾經還沒有學傳統文化以前，在社會上曾經參加過一些課程，結果發現一些朋友是這個課也上，那個課也上，每一次上了課就會發一個獎狀。一進他們家，獎狀貼了整個牆面，然後告訴大家，「那個課我也上過了，那個課我也上過了，而且上那個課還花了幾千塊錢」。我們感受一下，他的學問上去了嗎？學的東西變多了，可是他的心性在往下沉淪，他傲慢了、他炫耀了，他自己不知道。所以我們聽師父講經貴在內化，把道理變成自己的存心，這個才是正確的。我們聽完師父講的「無有語者，殊無怪也」，沒人告訴他，你不要跟他計較、不要責怪他，這個心就平了。假如我們看到別人不對了，還很氣憤，這一句話又白聽了。這個就變成我們拿師父的話來消遣，或者拿師父的教誨來要求別人了，這個都不是正確的學習態度。所以對人要寬心。

「幫人要耐心」，幫助人不是那麼容易的，你得要設身處地，你得要善巧方便，以他能接受的方法來協助他。再來，「說話要細心」。像《常禮舉要》裡面有提到的，說話以前要可以感覺到周圍的人事狀況，「見失意人不談得意事」，最近他遇到一些不如意的事情，結果我們還在那裡「哎呀，我最近好得不得了」，講著講著，人家就很難受了，這個心柔不柔軟可以感覺得到。再來，細心，很重要的，信、達、雅。信，是如實的把人家交代的話傳過去，不要加加減減。我們現在很容易聽人家的話，又加自己的意思傳過去，有時候都會造成誤解。這個信很重要，聽仔細，然後傳話過去，

這個都是要很細心才做得到。假如我們在聽人家講話，進而要傳，聽的時候就很急，很可能就沒有辦法達到如實的把話給人家傳過去了。所以時時心要調伏、要定、要柔和，聽清楚了再給人家傳過去，不然我們說話，無形當中都會犯過失的。假如怕記不住，常常身邊帶個小簿子，人家交待什麼事，寫下來、寫清楚再去傳。這個都是體現我們做事的謹慎跟負責任，體恤他人，不忍心把人家的事情辦壞。這顆心都是從這些細微之處開始練起的。

達，當然我們在講的時候要講得清楚，字句分明，不要講得太快。甚至於要傳的時候，如實的傳，然後自己整理整理，怎麼樣講，聽的人會更容易明白。這就是通達，講話很通暢，讓人家聽了很容易理解，這個是達。有時候你確實把交待給你話的人的話記清楚了，但是很可能他講得比較沒有系統，可能東一句西一句，這個時候透過你把它整理好，怎麼講，聽的人會聽得更明白。這樣就很好，達。你假如有這個心境，身邊的人都會覺得給你辦事他特別放心，讓人放心叫不惱害眾生。我們修學的人都說要持五戒，不殺、不盜、不邪淫、不妄語、不喝酒，這個不殺不是只有字面上殺害生命而已，更深的意義是不惱害眾生，就是不要因為自己做得不好、自己的行為不好，而讓身邊的人痛苦，或者是不放心、不安。我們做任何事情都要讓上司操心、都要讓上司提心吊膽（聽說現在不只吊膽，還要吊肝），這個就是惱害，盡添亂子，那就不行了。期許自己，在這些做的事當中更謹慎，讓人更放心。這個雅就是文雅、柔和。比方說，給我們交代話的人帶著情緒，透過我們，這個情緒消掉了，傳過去是柔和的。甚至於有些對立的話，消掉了再傳過去。比方說一個男子媽媽講完話，要他傳給太太，這個時候他要會傳。把一些好的傳過去，不好的自動消音。這個就是在傳話的過程當中，雅，修養，能夠增加人和，而不增加對立、增加誤會，這個就是

雅的功夫了。

所以「說話要細心，做事要專心」，我這裡怎麼空一格（黑板上少寫一個字）？剛剛就惱害眾生，很多人都在那裡想，「怎麼這個字不寫？」剛剛那五分鐘都沒專心聽，有沒有？（聽眾答：有。）這叫執著，放下就好了。當然，你這個執著是我造成的，所以我有過失。「做事要專心」，專注，才能把事情做好，才有定力。不能坐在椅子上做事情，腦子都在想其他的事，這個就不妥當了。而且這個是沒有盡忠職守，我們該做事的時候心都定不下來，這就對不起領導、對不起工作了。「逆境要忍心」，逆來順受，也是考驗人肚量要大。修學要有恆心，確實，修學絕非一蹴可幾、一日之功，最忌急躁、急於求成。所以修學要有恆心，堅持不懈去學。而且用心要在當下，人一想「還要多久、還要多久」，他的煩惱、恐懼就起來了。就像爬樓梯，今天你去爬九華山，怎麼爬？大家去爬過九華山沒有？山很高，假如你一看，「這麼高！」你腳就軟了。你假如就看著前面這一梯，你都不去煩惱，「怎麼這麼高，怎麼這麼多！」你都不去想，安住在當下，盡心盡力做好每一分鐘、走好每一步。可能當你走到的時候，「怎麼到了，怎麼一點都不累？」因為你沒想累，它就不累。你一直想「好累哦，好累哦」，它就累給你看。所以有恆心，「日日行，不怕千萬里；常常做，不怕千萬事」。

我們要很清楚，一個人最重要的是自己心境的提升。因為我們都沒有覺悟，怎麼去幫人家覺悟？假如我們現在在做事的過程當中，心都很煩躁不安，我們的覺照已經失去了。我們辦再多的課程，好像人家聽了很感動，好像在利益他，事實上自己沒有覺悟，而能覺悟別人，無有是處，是不可能的。我們辦了課程，他很受益，那也跟他的家教、跟他過去世的善根有很大關係。絕對不是只要我們

辦一個課程，他就改變了。我們辦一個課程是緣分，當然也是很重要，但是更重要的還有他的家教跟他的根基在那裡支持著他。所以我們辦課程，更重要的是歷事鍊心，提升自己。我真正在服務別人的時候，有沒有辦法「做人要愛心，對人要寬心，幫人要耐心」，有沒有能夠提得起這些態度來？

所以辦活動是在歷鍊自己，別人是來成就我，來讓我了解我現在的功夫到哪裡。不然我們都覺得，「你看我幫多少人、幫多少人」，傲慢又起來了，居功又起來了，清淨心又不見了。所以修學最重要的，時時要守住、守好自己這顆清淨心。當前負責的事情，隨緣盡力，但是不可以操心，一操心，心煩意亂。而且自己心煩意亂，旁邊的人能不能感覺到？那就麻煩了，就一堆人愈學愈苦。你說，「可是事情太多，我實在整個心沒有辦法定下來」。那就要量力而為，你就不要做那麼多事情，能做三件，做三件就好，不要打腫臉充胖子，做五件、做十件。打腫臉充胖子能充多久？我也沒經驗，沒實驗過。撐不了多久的，要穩紮穩打。尤其是時時要觀心，看自己的心是不是在道中。都有這樣的心境觀照自己，事事是好事，都是來成就我的；人人是好人，都是來幫助我，都是來給我發考卷，讓我能知道自己的狀況。你就會感謝所有的事、所有的人，那就沒有壞事了，這樣事事就能順心了。

我們的同仁做了這個十心語，那都是他們對我們的用心，我們好好的來領受這些寶貴的智慧。包含最近大家吃飽飯都是在湖邊散步，請問大家，你們多久沒有在湖邊散步了？Long time ago（很久以前了）。其實我們的心可能常常都是在急躁當中，都不知道原來日出這麼美，原來月亮這麼圓，原來湖水這麼清澈，原來樹隨風飄逸這麼樣的美好。其實我們的老祖宗常常都在這些天地萬物體會做人的道理。因為他的心很定、很安。定，一接觸人事物

，他開智慧，所以叫處處留心皆學問。樹也是我們的榜樣。大家看那個樹，它根基扎得很牢，它根是不變的。可是風一吹它，它有沒有說，「你不要吹我？」它沒有，它隨緣。隨緣，大原則不變，其他的不要太執著。跟人家配合的時候，能隨順，隨順，可是根不動。所以枝葉在飄，叫隨緣，但那個根扎牢了，叫不變。不變的是仁愛心，不變的是清淨心，不變的是真誠心。但是跟人相處就以眾人可以接受的方式跟他們互動就對了，不要執著一定要怎麼做。樹是完全無求的在對待一切人，甚至一切生命。你看樹葉，每天都放出氧氣，讓生命延續；它的樹幹、樹枝可以給人建房子，可以給鳥做窩；它的果實可以給生命食物。所以整個樹的所有部分全部都是奉獻給自然，它無求。我們反觀自己，我們好像做了一點事情就希望別人回報了，比起樹的犧牲奉獻精神，我們就差一截了。處處留心，都可以給我們啟示。

我記得前不久，我到深圳去了一趟，遇到了我們吳小蘭副市長，大家認識嗎？是葉選平先生的夫人，葉劍英元帥的媳婦。老人家已經八十二歲了，站在台上講了兩個多小時，臉不紅氣不喘。這是我學習的對象，我二十八歲的時候都辦不到，她八十二歲還辦得到。那是有道理的，她自己學過中醫，很謹慎養生。所以她能這樣，都一定有她下的功夫在，不是偶然的。當下了課以後，我們跟吳市長坐下來，她有幾個動作讓我非常的佩服。我們給她端上了一盤水果，她說：「我不吃了。」「吃兩個，沒關係吧。」「吃兩個，其他的就浪費了。」大家注意，吳市長，在古代叫一品夫人。以前的官員分九品，她先生已經當到最高的行政職務了，他是一品官員，這麼大的福分。可是我們在這些細節當中看到什麼？她節儉到連幾片水果都不願意浪費。她福為什麼這麼大？我們那天講到，人假如把自己福報花完了，本來可能是八十歲，六十歲就走人了。可是她

本來命有八十歲，她很節儉，她可以活到一百歲。難嗎？難在哪？我們今天沒有這麼高的福報，節儉不難。這麼高的福報還能節儉，那個就不容易了。當我們的同仁把她的皮包放在旁邊的椅子上，吳市長順手就把自己的包又放在自己的屁股後面。大家看懂沒有？她這麼大的福，她可以指揮很多的人，可是她居然一個皮包都不願意去佔一個位子。

師父講的，人在順境當中最難修。順境，福報現前，容易貪著。你福很大了，「誰照顧我都是應該的」，就墮落了。這麼大的福，還時時會為身邊的每一個人著想，不要去佔到人家的位子，還勉強自己坐比較小的位子，把皮包放著。人情練達皆文章，事事留心都可以給我們很多的啟示。所以《弟子規》才說到，「見人善，即思齊，縱去遠，以漸躋。見人惡，即內省，有則改，無加警」。今天我們讀了這句話，把它記起來，沒有入心，這個還是知識。而且很可能我們會拿著這句去要求別人，那就不妥當了，學習就會愈偏愈遠。但是這兩句是拿來改自己的心，那就有效果了。「見人善，即思齊」，一定把自己的嫉妒心去掉，看到別人好，高興，隨喜他的功德。嫉妒心會造很大的業，在團體裡嫉妒一個有德才的人，對這個團體的損失就很大，甚至還會造成人與人失和，這個就罪孽深重了。

在歷史當中，因嫉妒心最後被腰斬的人太多了。我們看秦國的李斯，他當到宰相，福已經很大了，但是嫉妒他的師弟韓非子，把師弟給害死了，最後他的兒子跟他被判腰斬。所以一個人去掉嫉妒心，能不斷的推薦有德行的人，叫「進賢受上賞，蔽賢蒙顯戮」，推薦賢德之人，這個受上天最多的賞賜。在歷史當中，鮑叔牙推薦管仲，讓齊國興盛，而且推薦管仲當他的上司，他完全不嫉妒，他只想著讓國家團體好。鮑叔牙的後代十幾世都是名大夫，「積善之

家，必有餘慶」，因為他的父親、他的祖上念念為天下百姓著想，難得。蔽賢，甚至是害賢，會遭受到非常明顯、非常快速的報應。剛剛我們舉的李斯，他就斷子絕孫了，而且嫉妒的還是自己的師弟，就更受不了了。所以修道，我們要心量擴寬，嫉妒心一定要放下。「見人之得，如己之得」，人家獲得什麼了，我們替他高興；人家有什麼能力了，我們讚歎他、學習他。

大家這幾天有沒有讀《大學》？（聽眾答：有讀。）這一段大家再配一句經句來體會，「若有一個臣，斷斷兮，無他技，其心休休焉，其如有容焉。人之有技，若己有之」，人家有很好的德能、才能，他就覺得跟自己有一樣高興。「人之彥聖，其心好之」，人家很積極讀古聖先賢的經典，他在旁邊說：「哎呀，讀這些書太好了，我也好好來學習。」完全沒有嫉妒心，肚量非常大，去成就別人的心，這樣才是好的領導、好的幹部。但另外一段又說了，「人之有技，媚嫉以惡之」，他嫉妒、厭惡了。「人之彥聖，而違之俾不通」，他還去破壞人家學習，這個就是嫉妒心起作用。

所以諸位學長，你們以後要起用團體裡的重要幹部，首先他一定要「見人善，即思齊」，不能有嫉妒心，不然殺傷力太強。我們今天真的能時時保持這個「見人善，即思齊」，每天見的人事物，都從中效法學習，今天快不快樂？「學而時習之，不亦說乎？」快不快樂？（聽眾答：快樂。）我們這一路上學習，有沒有每天愈來愈快樂？（聽眾答：有。）我很慚愧，我沒做到。你假如能保持時時「見人善，即思齊」，每天都有體會，每天都覺得很充實，一定快樂；提不起這個態度，見人過，就不快樂了。

「見人惡，即內省」，這個也提醒我們，學問都是往內，不是去要求任何人，跟別人不相干。我們自己學問有沒有成就，跟別人不相干。而且我們身邊每一個人、每一個景象都是來歷鍊我自己的



修養，他們都是來演戲演給我們看的，來啟發我們的，我們可不能執著。而且「見人惡，即內省」，我自己有沒有？有則改之，無則加勉。甚至於見人惡，即承擔。我們看到社會不好的行為，就代表這個社會缺乏了什麼，我們就去把它補上什麼。這個叫見義勇為。這個世間不講孝道了，我們把孝做出來；這個世間不講信用了，我們「凡出言，信為先」。不去批評現在的情況，而是積極的盡自己之力，把這個狀況給扭轉過來。可能有人又會想了，「哎呀，我自己的力量根本不夠」。不夠就不做嗎？還是要做，「豈能盡如人意，但求無愧我心」。而且，事實上至誠是可以感通的。我們說千手千眼觀世音菩薩，觀世音菩薩真的有一千只手嗎？那個是表法的。當一個人至誠的慈悲心現前的時候，他一個手動了，千手都被他感動，都一起來做了。

我們河北就有一個觀世音菩薩，白方禮老先生。他七十多歲的時候回到家鄉，看到有一些小學年齡的孩子怎麼還在那裡耗時間玩耍，沒學習，他老人家看了很心疼。因為他不識字，一生感受到沒有文化的苦。了解情況，原來這些小孩家裡沒錢繳費用。當天老人回去，輾轉反側，沒睡著。這個事情已經是二十多年前了。他就起個大早，開家庭會議，把他的孩子統統召集起來，對著他們講：「我要把我這一生五千塊錢積蓄都捐出來，讓這些沒錢讀書的孩子讀書。」他的孩子說：「爸，你瘋了！這是你的老本，你都捐出去了，你以後吃什麼？」可是老先生說：「你們別管，這是我的錢。」結果他拿去學校捐，人家不敢收。他在那裡哀求，最後大家覺得再拒絕這個老人實在是太殘忍，就收了。而且不只這樣，老人家從那一天開始重操舊業，踩三輪車，把賺來的錢積累到一定數了，統統捐給沒錢讀書的小孩，以至於到大學生都有。光是大學生，好像就接濟了三百多個大學生。一天差不多賺個二三十塊、三五十塊而已

，他就這樣踩了將近十五年，快九十歲了。把他統計一下，他這十幾年踩的三輪車總共可以繞赤道（地球最寬的這個赤道）十八圈。

一個七十幾、八十幾將近九十歲的老人，他能這樣子去付出，他那顆慈悲心是達到極處，完全忘我。我們看到那個報導，他在天津火車站前面搭個小房子，在那裡賣東西，幫人家看車子。那個環境到冬天是幾度？我們想一想，他到底是怎麼過來的？確確實實，養天地浩然之氣，「能外形骸者，天不能病」，他完全無我的時候，正氣凜然，都不生病。那個是「義理之身」，他的身體完全充斥著對我們這個社會、這個民族的使命感。有一次甚至於是半夜了還沒回來，家裡的人著急了，趕緊出去找，找了一夜都沒找到他，在家裡等。後來太陽出來了他才回來，家裡的人說：「爸，你昨天去哪裡了？」他說：「昨天那個客人路途比較遠，我趕了一夜把他送回去了。」他孩子說：「爸，你不要命了！」他父親笑一笑，就進去了。在十多年的歲月當中，不知道在車上吃了多少餐，而那一餐是什麼？一個饅頭配著白開水，就這樣過來了。

有一次，白老先生到大學去捐款，學校就打電話，要派車去接他。他給學校講：「你車子不要來了，你把那個油錢省下來，捐給他們讀書。」他自己想辦法到了。結果到了以後，因為捐錢的都是西裝筆挺的企業界，或者各方的名流捐錢，只有他穿著非常樸素的軍大衣。他一進來的時候，大家愣了一下，但是接著是一片掌聲。後來他們親自把助學金頒給學生，很多接了老人家助學金的孩子都說到，他握著老人家粗糙的手，他一生都不會忘記。所以白老先生接濟過的大學生畢業之後，都能隨分隨力的去付出、去做公益。我們感覺一下，這個老人家的精神傳遞給了多少人？他一手動，千手都動起來了。當場結束之後，突然有一個學生，新疆的一個孩子，他舉手說：「校長、老師，可不可以讓我講幾句話？」就讓這個孩

子上來了。他說，河北當地的一個很好的企業已經跟他談好了，他畢業之後到那裡去工作，他說，「今天我看到白老先生的精神，我決定回到我自己的故鄉，盡心盡力回報我自己的故鄉，我不打算再留在這個大都市了」。當場這個孩子的善心、知恩報恩的心就被他給喚醒了。

後來，老人不能騎車以後，他就專門賣東西，幫人家看車子，再收一些費用。就是做到他完全不能動了，他心裡還在掛念。後來他九十多歲的時候生病了，這個消息傳開，整個天津一帶（河北附近）的人要求報社每天都要登他的新聞，捐款就像雪花一樣從四面八方匯過來。我們看白老先生，他有沒有錢？可能我們都比他有錢、比他有體力。他是在物質上、在身體上，他的條件可能排起來是最後的、最不足的，可是他的至誠心卻喚醒了無數的人。所以我們不管社會現在怎麼樣，我們只問我們中華兒女的赤子之心拿出來沒有，這個才是最關鍵的。

我曾經聽到佛家的一個故事，有一只鳥叫歡喜首，牠居住的森林失火了，結果牠就趕緊飛到河邊，含起一口水，以完全忘我的速度趕緊回到火場，把水吐下去，然後又繼續飛回河邊，就這樣一直在那裡拼命的飛。天上的天神看到了，說：「這個鳥是在做什麼？這麼救怎麼可能把火給滅掉呢？」所以天神化身下來，就問這個歡喜首（這隻鳥）說：「你這麼救火，怎麼可能把火給滅掉呢？」歡喜首說到：「我堅信我可以把火給滅了。」他說：「你可能會喪身火海，那個火愈燒愈旺。」牠回答道：「縱使我喪身火海，我下一輩子再來把它滅掉。」當下這個至誠的心感動了天帝，當下雨就下下來，就把這個火給滅了。所以至誠感通、至誠如神。我們修學的路上，不斷提升我們的慈悲跟至誠的心，我們不把社會的問題去責怪任何人。我們想到、看到這些事，「我能做什麼，我能盡力做什

麼？」「見人惡，即內省」，見人惡、見社會的不足，即能感覺、即能明白，我這一生來，我的責任是什麼，我的使命是什麼。我們有了《弟子規》這一句經句入心，我們每天都有收獲、都有反省、都有承擔。

這幾天跟大家談學習，我們看這個學字，孔子講到，「好學近乎知」，就告訴我們，好學的人，智慧可以提升上來。我們再思惟一下，智慧從哪裡來的？智慧從清淨心來的，所謂「淨極光通達」，清淨心現前，智慧就來了。清淨心被什麼障住了？煩惱。所以要格物，煩惱輕，智慧就能長。我們知道修學、學習從格物下手，格物是把習性去掉、淘汰掉，所以學是放下、學是減法，把污染自己清淨心、真誠心的東西把它去掉，這個是學。而不是好像增加了很多東西，「這部經我聽過了，那部經我也聽過了」，增加傲慢、增加貪著、增加好為人師，這個學的態度就不妥當了。所以我們儒道釋的教誨叫「內學」，都是往內。「本來無一物，何處惹塵埃？」「時時勤拂拭，莫使惹塵埃」，我的心有沒有又染上了貪瞋痴慢這些東西，把這些東西去掉，這個叫學。所以「但盡凡情，別無聖解」，下手的功夫就是把這些習氣、凡情去掉，就是孟子講的「學問之道無他，求其放心而已矣」，把迷失的真心找回來。把虛偽放下，把真誠找回來；把傲慢放下，把平等找回來；把染濁放下，把清淨找回來；把自私自利放下，把慈悲找回來。

我們明白了學習是不斷放下自己的分別、自己的執著，學每一句，比如「父母呼，應勿緩」，我該放下傲慢了；「冬則溫，夏則清」，我該放下自私自利，細心的為父母著想。每一句都是往我們的心地下功夫。「怡吾色，柔吾聲」，把我們的急躁、把我們的情緒放下，用一個柔軟的心去提醒、去勸告我們的親人。所以這個學是減少習氣，絕對不是好像要增加很多的學問才是學習，這不妥當

的。我們看到這個世間很多人讀了很多書，可是夫妻不和，連他的孩子都不聽他的話。這個就不是真實的學問，真實的學問是能感動別人、正己化人，這個才對。我們看習字，這個習，上面有羽毛，下面是白，那個就是鳥學飛。你給小鳥說飛的時候要幾度，講得很詳細，牠可能體會也有限，還是得要讓牠飛看看，去行，才能夠理解這些道理，所以解行要相應。意思就是，學了就要馬上去試看看、去力行。翅膀一張開，白白的羽毛、肚子就露出來了，這個就是習。學習就是學一句要做一句，那才是學習。

我們整理了學習的心態，要解行相應，要學貴力行，而且我們從最難處下手。今天我們回去了，沒有把自己最難克服的找出來，那這一段話叫知識，還是利益不了我們。而且不只不能利益，還會障礙，因為我們覺得我們懂了。沒有身體力行，不可能真懂。很多時候我們聽經、讀經很高興，那個高興是可以聞到這些法。可是那個高興，我們不要誤會成我們都明白了，那就不妥當了。每一句都完全落實在生活、工作、處事、待人、接物，那個才是真明白了。所以有一個誤區，就是我們聽懂很多道理之後，沒有消歸自性、對治習氣，然後就拿著這些我們懂的道理開始去看別人、去量別人，那傲慢就自己增長了，自己不知道。所以真正是不是走在學習的狀況，我們時時要勘驗自己，不自欺。假如我們體會對了，不斷放下習氣，法喜會愈來愈多，對人的慈悲心、感恩心愈來愈自然，自己的心愈來愈清淨，就對了。但是我們假如愈學好像愈看到別人的過失，心裡愈煩惱，有增無減，哪怕三藏十二部都讀過了，那個學習的心境跟方向也是錯誤的。這個是我們得要看清楚自己，不可以自欺，勘驗自己的心態是不是在道中。恭敬增加了、慈悲增加了、真誠增加了、柔軟增加了，是因為很多習氣放下了，自然流露的心境。

我們今天大家一起談到了力行，我們找出《弟子規》哪一句我最難做到，下決心。孔子說，一個人要行仁愛大道，首先要從「先難」，最難的地方來突破自己。當然，每個人是哪一句，不知道，像我是「凡出言，信為先」要先下手。當領導當習慣了「沒問題」，你看，每天在打妄語，跟十善業不相應。還有第二條（其實很難的，有好幾條），比方說人家勸我們，連思考都不思考，馬上就開始解釋了。「倘掩飾，增一辜」，真的是習氣使然，啪一下就出來了，自己都還沒意識過來，這個習性就上來了。從最難的地方開始來做，這個是我們強調學貴力行。再來，我們不自欺，勘驗自己的狀況。孔子告訴我們，修學，「知之為知之，不知為不知」，這樣才是修學的態度。知道了、明白了、搞清楚了、理通達了，然後趕緊去力行。但是沒有明白的、不知道的，不要裝知道，修行不要裝個樣子，好像修得很好，這個就是自欺了。不知道的，趕快「心有疑，隨札記，就人問，求確義」，這個是對自己的心不能欺騙，要真實面對自己去求學問。

再來，知過必改，這個也是不自欺。孔子提到，「已矣乎，吾未見能見其過而內自訟者也」，孔子感嘆。我們在看《論語》的時候，每一次看到孔子的感嘆，諸位學長，我們一直談到至誠感通，當我們打開《論語》的時候，孔子有沒有在我們面前？你們怎麼無辜的看著我？這個得每個人去感應，誰也幫不上忙。我們看到《論語》的每一句，就好像孔子在我們面前，至聖先師孔老夫子老人家在你面前「唉，唉！」你是什麼心情？我們能不能做好，讓老人別再嘆氣了！當我們看到師長說「都沒有人真幹」，我們的心很慚愧，要挖一個洞鑽下去，無地自容。師長不疲不厭教學五十多年，換得的是我們學生都不肯真幹，那太對不起老人家了。我們能時時感受到，我們不能糟蹋孔子的學問、糟蹋他的教誨，這個時候我們再

來看這一句，就更警惕自己了。孔子講到，我沒有看到能見其過（知過）、內自訟的人，就是懂得看到自己問題、批評自己問題，這個是悔過。知過、悔過，都還沒有到改過的程度，能知、能悔，就已經很不簡單了。所以人的傲慢，倘掩飾的習氣，我們很深，得下大功夫，痛定思痛。

我們看很多的聖哲人，他們在改的時候也不容易。俞淨意公，他一開始要改，都一直重複犯這些習氣，結果他實在是很慚愧，在觀世音菩薩像前磕頭磕到流血，請大士加持他，說，「願善念永存，善力精進，倘絲毫自寬」，我們看，這個是下大決心，倘是假如，假如有絲毫放縱自己、寬恕自己，「永墮地獄！」我們可以感覺到，俞淨意公是下永不回頭的決心，不怕死，就怕念頭不對，就怕不能依教奉行。這樣的氣概出來，所以他三年把命運給改了。他本來好像是五個兒子，只剩一個，後來那個孩子好像八歲的時候走丟了，孩子都沒了，四個女兒也好像死得剩下一個。除夕夜，跟他的太太、跟這個女兒，很淒涼，他就寫了一個疏文昭告上帝。結果有一位老者就到他們家裡來，就是灶神爺，到他們家裡來了，說，「你們家可能有什麼不如意」。就聽他說。俞淨意公也是讀書人，懂了不少道理。說坦白的，我們現在任何人，我們在座任何人的學問、懂的經教，絕對不可能比俞公先生多，因為他們是從小就讀了。這樣的基礎都很難突破，除非他真正不自欺、真幹才行。所以修身的功夫來不得半點僥倖跟虛假。

當他跟灶神爺抱怨的時候，灶神爺就提醒他說，「你雖然說你做了很多善事，可是你那些善事都是做給別人看的，不是發自內心的，你是『意惡太重，專務虛名，滿紙怨尤，瀆陳上帝』。」我們感受一下，修行不是只有修言行，假如意念沒有修，那都是修一個偽善，做給別人看，要別人肯定，「這個人真是君子！」就愈學愈

後退了。所以我們時時都要把這個虛榮心給放下，甚至於，比方說懺悔，好不好？懺悔很好，可是懺悔的時候，心裡都想著，「等一下人家要來讚歎我懺悔了」。真的，人一不小心，做什麼都執著。懺到最後，愈懺，「哎喲你看，人家都讚歎我，這麼敢於、勇於發露懺悔」。所以人不時時觀這個心，執著只會有增無減，沒有倖幸的。意惡太重、專務虛名、滿紙怨尤，因為他一直在抱怨，「我做了這麼多好事，怎麼果報是這個樣子？」我們要了解，「天道無親」，上天是很公平的，假如我們行善沒有好的果報，還是要反省自己，不能責怪老天。接下來一句，瀆陳上帝，常常抱怨老天爺，這個意念都是折福。

知過不容易，灶神爺這麼一講，俞淨意公第一個反應是什麼？「我做了這麼多，怎麼可以說都是虛名呢？」所以承認容不容易？不容易。當下他馬上就反駁了，「我畢竟也做了這麼久、這麼多事情了，怎麼會都是虛的呢？」灶神爺就具體說明，你說你們都放生，你都放給別人看，你們家廚房裡面常常還有蝦子、還有螃蟹，你那個放生根本就不是發自真心的。你說惜字紙，是旁邊有人的時候，趕緊去撿起來，然後人家說，「哇，真是有道德！」就是去求那個讚歎的。平常在家裡一隨便，可能字紙「啪」就貼在窗戶上面了。而且你們說戒口過，看起來好像在強調要戒口過，可是你自己在講話的時候、在批評別人的時候講得很順，罵人罵得很順，當下你自己也覺得有傷厚道，可就是停不下來那個嘴。最後你說戒色，你說「我又沒有犯淫欲」，結果灶神爺說，「你是還沒遇到機會，其實你看到美女，頭就晃起來了，整個心，心猿意馬，都控制不了」。就把幾個他們所謂的行善，一一把它點出來（當然也要有灶神爺這種功力，不然點出來人家也不服）。點出來之後，俞淨意公「啪」就跪下去了，「你一定是尊神，來指導我的」。所以對俞淨意公



也提醒他「意惡太重」，一定要善觀己心，從起心動念、不自欺去對治。他指出來俞淨意公「貪念、淫念、嫉妒念、褊急念、高己卑人念、憶往期來念、恩仇報復念」。

我們從這一段也可以感覺到，學問的功夫在哪兒？在放下，放下貪瞋痴慢。我們學習的心態，重實質不重形式。實質就是從意惡下手；形式，就是專務虛名了。所以《論語》裡面有一句話說，「古之學者為己」，不斷的把自己的習氣給克服掉，「今之學者為人」，學個樣子，就是要給人看，說我是老修、我的功夫很好。所以虛榮很障清淨心，一定要把它放下。所以修學首先要把面子放下。時間快到了，垃圾車快到了，我們今天再扔一個東西，叫面子。準備好了沒有？我們一起把它撕下來。結果一撕，這麼多層，來個痛快，全撕掉。

我們看，貪，財、色、名、食、睡，不貪著這些東西。瞋，壞脾氣。有一句話講到，「一念瞋心起，火燒功德林」。我們一發脾氣，前面修的一把火全燒光了。所以我們說「我修了、積累了多少糧食？」就看你上一次什麼時候發脾氣，假如是剛剛才發完，那就是啥都燒掉了。我們看到，嫉妒也是瞋，恩仇報復，這個都是瞋，瞋心。痴，一個人會常常恐懼、擔憂，這個就是不明理、愚痴。一個人會憶往期來，都是對道理不明白。「君子無入而不自得」，有什麼好擔心的？君子是「欲知將來結果，只問現在功夫」。我以後有沒有福報，我以後有沒有好的善緣，都是我的心感召來的。要用真心去感，而不是在那裡擔憂害怕，這些念頭都是妄念，都不是覺悟。憶往期來，這個就是痴。《大學》也告訴我們，心有所憂患，不得其正；有所恐懼，不得其正；有所忿懣，不得其正；有所好樂，不得其正。大家有沒有發現，儒、道、釋的學問，英雄所見略同，相通的。貪瞋痴慢，高己卑人，我們好，別人比較低，這個就是

慢心。

我們剛剛講到學習的心態，剛剛列了三點，不自欺。第四個就是要重實質不重形式，不是虛名，不是做個樣子，而是要從意念、從習氣去下手，這個才是實質的學問。

這一節課先跟大家交流到這裡。昨天餅乾吃了嗎？好不好吃？（聽眾答：好吃）。想不想再吃？想是貪念。所以在世間要不貪著，要在每一個當下覺照，吃的時候沒長貪心，長感恩心、長使命感，以後這種東西我們要把它做出來。而且大家看那個餅乾有一個特點，愈咬愈香，為什麼？它是自然的。一個人修行很自然，他是慢慢的就「香」起來了。他不是去告訴別人「我很香」、「我很有學問」，不是這個邏輯。是自然而然，「桃李不語，下自成蹊」。我們現在都是告訴別人「我很厲害」，到時候人家都來了，我們也不知道把人家帶到哪裡去，這樣就不妥當了。所以「為天下者」，治理天下、治理團體的人，「不於天下，於自身」，最重要、最著急的事情，提升自己的智慧，提升自己的境界。

這節課先跟大家上到這裡，謝謝大家。