

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 (第二十三集) 2007/1/18 台灣中壢善
果林淨土寺 檔名：52-184-0023

尊敬的諸位朋友，大家下午好。我們早上提到言語要謹慎，因為「一言既出，駟馬難追」。假如我們的話說錯了，別人把它放在心上很難受，可能會造成人家終身的遺憾，我們自己也不願意造成別人這樣的障礙。所以言語就是懂得三思而後言，懂得謹慎來面對自己所講的每句話。在言語當中很重要的，言語是心聲，我們的心平自然言語就能平和，所以調言語也要從根本調，就是調心。心能淨，心能平，心能安，自然言語就不會傷人，言語就不會造成自己跟他人終身的後悔遺憾。我們這次的講題是無怨無悔。所以懂得言語、懂得講話，也能減少人生很多的遺憾。

如何心平、心淨、心安？跟任何一個人沒有對立心就平了，跟任何一個人沒有矛盾、沒有衝突心就安了，對任何一個人沒有懷疑心就淨了。對每個人沒有懷疑容不容易？我曾經遇到一個朋友，剛好我在安徽的時候，草長的比較長，我們一起去剪草，這個朋友他剛好在旁邊，他就跟我提到說：我接觸了學《弟子規》的這些朋友，他感覺到人之初性本善。我們聽到這句話心裡高不高興？人家接觸我們就感覺到人之初性本善。但是要注意，高興了八風就怎麼樣？八風就動了。所以他人對我們肯定的時候我們要更誠惶誠恐，所謂「聞譽恐」。因為別人這個信任是眾人的努力得到的，他這個信任能否保持下去，也是看我們往後的表現。現在贏得大眾的認同、信任，我們要更戰戰兢兢，如臨深淵，如履薄冰，不然行百里路半九十，到頭來我們把該做的事沒有做好，可能又讓一堆人的信心喪失掉。用這種誠惶誠恐的心，不求有功，但求無過。所以他人相信

，不只不能夠在那裡好像得意忘形，更重要的是要呵護大眾的信心，因為信心不容易建立。

所以我就跟這位朋友講道，不只是我們遇到學《弟子規》的人要相信人之初性本善，這輩子不管遇到任何人都應該相信人之初性本善，這才是真正真信，於人才能沒有疑慮、懷疑，才能真正心清淨。人對人一懷疑，言語就不清淨，言語就有可能讓別人很不舒服。所以調言語就從心開始調。

其實當他人不信任我們，我們也不要太難過，我們更應該做出值得人家信任的行為出來。很多的人因為人家不信任，自己難受的半死。難受是不理智的，浪費時間。什麼是君子之風？「君子恥不修，不恥見污；恥不信，不恥不見信；恥不能，不恥不見用」，這三句很值得我們來觀照、反思一下。這段話出現最高頻率的是這個「恥」字，我們在《了凡四訓》裡面有讀到，「恥之於人大矣」。羞恥的心對於一個人的道德學問影響很大，「以其得之則聖賢，失之則禽獸」。假如一個人時時能有羞恥的心，他這輩子能成聖成賢；假如一輩子提不起羞恥心，那會降級，會日淪禽獸自己都不知道，所以羞恥很重要。

羞恥用比較白話就是覺得很不好意思。到底不好意思在哪裡？這個羞恥也要羞恥對方向，假如自己沒有錢覺得很羞恥，追求名聞利養去了，不會進步。什麼才是真正懂得羞恥？我們來看這三句話：第一個君子恥不修。羞恥的是自己沒有真實的修行。不恥見污。見污就是被人家誤會、毀謗，君子沒有任何的難受，他只覺得丟臉就丟在我沒有好好的修行，人家怎麼誤解我我不在意。我們現在很可能顛倒過來，自己沒有好好修行又不喜歡人家批評，所以恥的方向不對了。羞恥應該羞恥自己沒有「德日進，過日少」，那才應該羞恥。人家不了解我們，那不需要羞恥、不需要難受。

恥不信。羞恥的是自己沒有做出讓人家值得信任的行為。不恥不見信。而不是去要求你要相信我，你們怎麼都不相信我？好像人家不相信你很難受，那個相信哪是這樣求人家來相信。最重要的是自己做出誠信的行為，做出值得讓人信任的行為出來，而不是去求人家信任。所以我們現在是人家不信任我們很難受，那個難受是打妄想。應該自己做出誠信的行為出來，依教奉行的行為，自然讓人家更高度的信任。恥不能，不恥不見用。羞恥的是我們的能力太差了，應該要好好的不斷鍛鍊自己、提升自己的能力，以便來利益大眾。所以羞恥的是自己能力不夠，絕對不羞恥人家不給我們當官，不給我們位置去服務大眾。只怕自己沒能力，絕對不羞恥、絕對不會難受別人不給我們機會。尤其在正法道場服務，我們真有本事了，佛菩薩自有安排，根本不需要我們操心。所以正確的羞恥都是要求自己提升，恥沒有好的修行、恥沒有好的誠信行為，羞恥沒有好的本事，絕對不羞恥人家侮辱我，人家不信任我，人家怎麼都不用我。所以後面的三個恥那是好面子，君子不是這樣羞恥的，一定是恥自己的道德、學問、才華沒有提升，這樣羞恥的方向才是對的。

曾國藩先生的弟弟考試沒有考好，也不是考狀元、不是考進士的考試，就一般的小考試，沒有考好在家裡痛苦了好幾天。跟我以前很像，我考試沒考一百分，考九十八分，哭了好一段時間，真是太丟臉了。因為那時候都不知道怎麼做君子，結果做成小人。我記得我是國一發生這件事，英文考九十八分，一直哭都止不住，我就打電話給我爸爸說：爸，我只考了九十八分。我爸爸說：什麼大事，九十八就九十八，有什麼了不起。我爸爸覺得沒有什麼事，反而就讓我的得失心能緩和下來。以至於我大學考不好，也是在那裡哭，（怎麼今天都洩底了），結果我爸爸說：考不好，有信心再考一年就好了，沒什麼好哭的。我爸爸那種很豁達的態度，一下子就把

我的眼淚止住了，就覺得我好像大驚小怪。真的，父母有正確的人生態度，對孩子的影響很大。因為我父母得失心很輕，我慢慢的也比較放下了。

我國中的時候，有幾個同學整整三年都是在同班。有位女同學給我寫紀念冊，因為要畢業了，大家懷念一下。這個女同學在寫給我紀念冊的時候，就畫了一張圖，畫一個小男生在那裡眼淚一直流。你看國一的事，已經三年了她還記那麼清楚，所以給人家印象很深。這種羞恥心不是正面的羞恥心，那是好面子的，那時候我是怕沒有編到特優班。假如我們成長過程都是這種得失，縱使拿到碩士、博士了都很脆弱，禁不起挫折。這都是我們要看到孩子內心的狀況，絕對不能只看到他的分數、看到他的學歷而已。真正愛護孩子要從他的心地、他健全的人格去愛護。

曾國藩先生看到家裡來消息說這個弟弟沒考上，鬱鬱寡歡，就寫了一篇文章給他的弟弟。這文章上就說到君子處在這個世間，應該是要有「民胞物與之量」。民胞物與就是萬物都要愛護，心包太虛這種心境，要有民胞物與之量，要建「內聖外王之業」。修養自己然後利益天下的百姓，叫內聖外王之業，這樣子的人生才「不忝於父母之所生」，就是不愧父母生我們，讓父母沒有白生我們，讓父母覺得生這個孩子很光榮。無忝於父母之所生，然後才「不愧為天地之完人」。你看老祖宗告訴我們，我們當人定位是三才者，天地人，要成就自己的德行才沒有枉費這輩子來當人。不恥見污就是說不羞恥自己受到人家的侮辱，受到人家誤會他不羞恥。

曾國藩先生寫給他弟弟的信，一開頭你看那個心量多大，他弟弟一看到這幾句，馬上覺得我怎麼這麼丟臉，比起大哥的心量差那麼多。接著他又跟他說，羞恥憂慮應該是「德之不修，學之不講」。其實這句話是孔老夫子說的，他最憂慮的是德之不修，自己的道

德學問沒有修好；學之不講，學問沒有好好的研究，又沒有給大眾做法布施，學之不講。「聞義不能徙，不善不能改」。聞到道義的事情我沒有馬上去效法，聞義不能徙；不善不能改，我的缺點沒有馬上把它改過來，這是我羞恥憂慮的地方。曾國藩先生告訴他的弟弟，你應該是憂慮德不修，學不講，應該效法孔夫子；應該憂慮的是治理天下的人民沒有遇到正法的修學，都繼續在造業；應該憂慮的是，因為那時是清朝咸豐年間，已經有很多外強來侵略中國，所以這個時候應該憂慮羞恥的是這麼多的國家來羞辱我們中國，我們應該要自強不息，應該是這個態度。應該時時想著，這麼多人民信任我們，我們應該想還有什麼人民沒有受到我們的庇蔭、我們的恩澤，應該以這個為羞恥、為憂慮才對。

這才是君子所憂所恥，哪還有時間關心到一個人有沒有升官，一個家吃的飽不飽，自己的榮辱得失，這都不是要羞恥、不是要憂慮的地方，君子沒有時間顧及到這裡。所以從這裡，從這段話到曾國藩先生給弟弟的那一段話，這是修世間的善人，世間君子都應該有這個態度，更何況我們是要修出世間，要成佛作祖。假如還沒有這種觀照、這種態度，要修大乘不容易，大乘一定是在這個做人的根基之上才能修得成。

剛剛提到別人不信任我們，我們不要難受，但是我們時時要求自己提升。而對待大眾，不管任何一個人我們都相信他，因為人之初性本善。但是他現在行為不好，那是苟不教性乃遷。他本善的心並沒有改變，還是在，他現在是被習性控制住，我們應該是信任他，然後引導他斷惡修善。假如我們不信任他，他就不可能接受我們的協助斷惡修善，因為我們帶著有色眼光看他，他就全身不舒服，看到我們就趕快跑了。所以我們不管遇到任何境界都要信任別人，別人相不相信我們，說實在的不能去強求，這樣人就豁達了。

曾子，他是個大孝子，他跟母親都已經有心電感應的默契。有一次曾子到山上砍柴，剛好有朋友來找，以前的朋友來找，可能走路都是走幾個禮拜，甚至都有走上個月都有。朋友這麼遠的地方來了，他的母親擔心讓朋友白跑，就拿個針刺了一下自己的手，希望曾子能夠感受得到。結果曾子馬上覺得心很痛，絞痛，他想一定家裡有事，就趕緊趕回家裡來。一看到母親，就很慌張跪下來：母親，家裡還好吧？母親就說：也沒什麼事，剛好你的朋友來了，我怕人家等太久，所以戳了一下我的手。你看母子有這樣的默契。

可是剛好有一天，有個朋友來告訴他的母親，他說你兒子殺人了。他母親想我兒子品德這麼好，他不可能殺人。確實曾子殺人，跟他同名同姓的。結果一個人來，他媽媽很堅定的說不可能是我兒子。過了沒多久，第二個人來了：你兒子殺人。他媽媽說不可能。但是心裡有一點怪怪的。過沒多久，第三個人來了，又說：你兒子殺人了。他媽媽就有點驚嚇，趕快走出去問個究竟。你看這麼有默契的母子都難免信任會動搖，所以我們聽了這個故事，應該任何人不信任我們，我們都不要罣礙，好好的修自己，日久見人心，何必難受？何必花一大堆時間在那裡解釋？但是假如這麼一解釋，關係能夠馬上化解，解釋也有它的急迫性，需要的話還是要解釋。但是解釋了也沒什麼用，那就不要刻意的去說明，我們反而該怎麼走怎麼走，自自然然路遙知馬力，日久見人心。

為什麼孔夫子在《論語》第一句提到，「學而時習之，不亦說乎」。已經告訴我們學習的地方，是一切時、一切處都在學。第一句當中第三小句是「人不知而不慍，不亦君子乎」。要修行成為君子聖賢，要懂得人家不理解我們，我們不難受，所以能有大眾都不知道的見地。我們知道這個世界現在的家庭最需要的是什麼，我們知道，一般的人不一定知道。我們都知道現在最急的是什麼事？建

國君民，教學為先。我們已經了解到，一般大眾縱使沒有了解，我們先做，我們不抱怨任何人。有這樣的見識，才能有舉世不為我去做的志氣；有了這樣的志氣，才能契入人所不能到而我獨到的境界；有人家不能到的境界，才能有遯世不見知，人家都不了解，我們也沒有任何的罣礙，而不悔。遯世不見知而不悔。舉世的人都不了解我們，但是我們做得坦坦蕩蕩，沒有任何的後悔，這都是氣慨、都是境界。當初林則徐先生要到廣東虎門去禁鴉片的時候，也是很多的阻力障礙，你看他也無所畏懼，當仁不讓，勇往直前去做這件事情。

人與人的信任是門大學問。我曾經在書上看到一段孔夫子跟他學生的故事，那也是考驗人跟人的信任。那時候夫子帶著學生要到楚國去，遇到了陳蔡絕糧，大家記得這個公案吧？我們在前幾節課有提到。結果後來整整餓了一個禮拜，一個禮拜是很難受的。子貢很有辦法，他偷偷突出重圍去跟當地的一些人民換糧食。換了一點糧食回來，就交代顏回（顏淵）煮粥分給大家吃。一個禮拜沒吃東西了，現在終於可以喝粥了。顏回在那裡煮粥，煮著煮著，突然水蒸氣冒上去。以前都是土房子，用泥土做的房子，冒上去之後，土就有點溼潤就掉到粥裡面，這個時候顏回馬上拿著杓子一下子把它勾起來。因為他很怕假如這個土擴散開來，那整個粥都不能吃了。所以他瞬間把它勾起來，心裡想這個假如給大眾吃了，大家一定很難受，可是扔掉又很可惜，怎麼辦？結果顏回馬上就自己吃了。說時遲那時快，子貢剛好走進來，一看顏回居然在那裡偷粥喝。你看他們也是幾十年的老同學了，看到這一幕的時候，子貢馬上：顏回看你平常一副君子的樣子，原來遇到這麼緊急的時候，你也先下手為強。他沒說話，子貢就走出去了，去找孔子。

到了孔夫子那裡，子貢的口才很好，他有沒有可能走進門去對

著孔夫子說：夫子，顏回偷粥喝。他講話很有藝術，子貢馬上進去的時候，他就問孔夫子：夫子，仁人廉士，窮改節乎？仁人廉士遇到一些瓶頸挫折、遇到一些困境，會不會改變他的氣節？「仁人廉士，窮改節乎」，諸位朋友，會不會改？夫子馬上回答：會改變氣節就不能算是仁人廉士。這是子貢問的第一個問題。接著子貢又問了第二個問題：夫子，顏回是不是仁人廉士？你看子貢很厲害，問話一步一步的就問進去了，夫子馬上斬釘截鐵：我觀察顏回很久了，他絕對是仁人廉士。你看那是師生之間的信任。第二個問題問完了，第三個問題出來了：夫子，我剛剛明明看到顏回偷粥喝。其實這很有學問，當下夫子怎麼回應？夫子會不會：不可能！那不就跟子貢對起來了？子貢又說我親眼看到的，這個時候又否認，那是不是子貢也很難受？夫子你怎麼都信任他，不信任我？所以你看這個應對當中，夫子有高度的人情練達。子貢一咬定我親眼看到的，夫子馬上沒有回應這句話，夫子就說到：我想可能另有原因。

這每個故事當中的應對都會影響到往後的整個人和。我想另有原因，子貢聽了也不會很難受。當場夫子站起來，他就自己走出去，其他學生有的就跟過去，那夫子就很自在走，走到廚房去。一走進去，夫子會怎麼講？他會不會對著顏淵說：顏回，你怎麼可以給我丟臉？會不會這麼講？因為這些聖賢人他縱使被誤會了，他都不願意解釋，人家誤會他，他會去承受，他不希望讓人家難堪。結果夫子怎麼問？那個都是師生之間的信任，夫子一進去說：顏回，我昨天夢到了我的祖宗，那就代表我的祖宗要幫我們解這個危難；已經被困了一個禮拜，我的祖宗可能要幫我脫困，所以我希望把粥先拿來祭祀我的祖宗。這個時候顏回馬上：夫子，不行，這個粥不衛生。因為夫子很清楚顏回對祖宗很恭敬，所以不管是什麼原因，他只要已經先喝過這個粥，他有沒有可能再拿它來祭祖宗？不可能。

所以只要夫子這麼講，他知道顏回一定會把為什麼喝粥的原因講出來。當場顏回跪下說：夫子，不行，這個已經我喝過了。因為那個土掉下來，所以我趕快把它勺上來，丟了又很可惜，所以我就先喝了，到時候大家喝乾淨的，我也不用喝了。

結果當下夫子會怎麼做？夫子會不會回過頭來：子貢，你搞什麼？夫子沒有。夫子：原來是這樣。他也沒有瞄著子貢看，都沒有。夫子只是淡淡的：哦，好，那就不用了。自己就走出去了，其他的學生也跟著走出去，就留下一個人在那裡很不好意思。所以你看夫子真的是非常溫良恭儉讓，都留住人家的面子，不讓人很難堪，這都是講話的藝術。很可能在整個過程當中，夫子假如講話很強勢，可能子貢或者某個學生都會覺得很難受。這個故事也給我們反思，你看師生之間，還有師兄弟幾十年交情，這個信心到哪裡；還有也讓我們想到《弟子規》的一句話，「見未真，勿輕言」。這個見未真是縱使你是親眼看到的，都不見得是對的，為什麼？因為雖是親眼所見，但是那個動作是自己去想的，而不見得是真正的情況。所以人跟人往往本來沒事，就是因為這樣的誤會，搞得朋友交情搞砸了都有可能。所以心不能急躁，不能對人懷疑，要好好的去搞清楚狀況。縱使真的對方做錯了，我們也不要指責的態度，反而是應該用協助、用幫助他的心，再續朋友的緣分。

我們辦課程的時候，差不多有十個學員來，我們會派一個輔導員，就是一個隊有一個輔導員來帶。剛好有個輔導員，他帶隊伍的時候他就走在最後面，照理說應該是排在前面。所以我們有個老師看到這一幕，過去就對著這個輔導員說：輔導員要走前面，你怎麼走後面？接著這位輔導員就說：因為我感冒，怕傳染給人家。這個老師一聽覺得很不好意思。你看我們看到了，先想著你怎麼這麼不負責任，但是其實他還是為這個隊伍著想，自己感冒了不好意思，

傳染給別人就不好。人家可能是善心，可是我們有可能誤解他。

這一句，見未真勿輕言。這個見未真，不是見到了那個影像、那個情景，而是真正見到了人的心境，這才是看得準。所以看人不容易！《論語》裡面講，孔夫子回到家裡，家裡人通告馬房失火了。馬房一失火，夫子第一個念頭說傷人乎？有沒有人受傷？並沒有問馬有沒有受傷，先問的是人。假如重視財物的話，很可能說：我的馬有沒有受傷？夫子對人很關愛，所以他不是先問財物，是先問人有沒有受傷。

漢朝有一個讀書人叫丙吉，丙吉是個忠臣。在漢武帝末年的時候，漢武帝因為有點迷信邪說，被蠱惑了，就搞得整個皇室非常的不安，甚至於連太子都受到陷害，太子也自殺身亡，漢武帝還殺了自己很多的子孫，搞得滿城風雨。在一所監獄裡面，丙吉在裡面當官，他偷偷的把漢武帝的曾孫（漢武帝是曾祖父）保護起來，讓他免於受傷害。結果漢武帝又聽到會看一些所謂磁場的人說，監獄裡面有天子的氣息，就是監獄裡面很可能有以後的皇帝。漢武帝那時候比較沒有理智，居然下令到監獄裡面去把所有的人統統殺掉。本來漢武帝不知道自己的曾孫關在裡面，因為他是下令要除掉很多自己的子孫，就是搞得很亂。那個時候是有一個事件是巫蠱的事件，就是一些異端邪說，漢武帝沒有分辨清楚，所以他們整個家族都受難。

當漢武帝的軍隊人員要去把整個監獄人都殺光的時候，丙吉站出來，說任何一個無辜的人都不可以濫殺，更何況是殺自己的子孫。丙吉那時候豁出去了，連自己的命都在所不惜。所以這股正氣把漢武帝的理智喚醒，漢武帝馬上反省就下令不可以這麼做。後來丙吉保護的漢武帝的曾孫，最後是當了漢宣帝，真的當了皇帝。但是漢宣帝小時候是丙吉救的，可是後來漢宣帝長大以後當了皇帝，這

件事丙吉都不講，都不邀功。因為一個忠臣他覺得盡忠是他的本分，他不可能去給人邀功的。但是後來這個消息也傳到漢宣帝的耳裡，對他非常的感激，而且他都完全不提這件事，漢宣帝對丙吉的德行更加的感佩。而丙吉也靠著自己的本事做到了宰相。

有一天丙吉走在路上；突然有一群人發生衝突，而且已經有人流血了；剛好有人來通報旁邊有這樣的衝突產生，丙吉點點頭：好。繼續走，沒有管。走著走著看到有一頭牛躺在地上在那裡喘息，好像有點生病的樣子。丙吉主動的跑過去檢查這頭牛，了解情況，這個牛是不是得瘟疫了？是不是得病了？一了解因為這頭牛不守規矩，亂跑，主人追牠，追得牠氣喘吁吁，所以只是在那裡喘氣而已，沒病。了解完之後，丙吉鬆了一口氣就走了。

回來的時候，他的部屬就有點意見。因為以前的人讀過書，心裡想人家孔子是問人不問馬，我們這個宰相是問牛不問人。你看都只看到表相而已，見未真勿輕言。假如這些部屬回去說：我們這個宰相怎麼關心畜生，不關心人？那這就已經毀謗宰相，但是他的部屬跟他也挺有默契的，還會主動問他：宰相，你怎麼這麼處理？接著丙吉就說：我今天是一個宰相，假如民間發生了一點小事，發生衝突了，我一個宰相去管，那會造成什麼情況？本來是縣太爺處理的事，麻煩了，太守要出來，總督也要出來，全部的人都很緊張，那不是弄得人仰馬翻嗎？既然我已經了解了，雖然起衝突，當地的官員已經過去管了，我一個堂堂的宰相就不要去把事情搞得更複雜。所以今天一個鄉鎮的事情，行政院打個電話關心，總統府又派人下來，你看會搞得多複雜，是吧？所以都是用理智在處理事情，不能我當宰相了，到處什麼事都管，那變擾民了。以前一個皇帝出巡，那不得了，要花多少人力、物力。

接著，為什麼問牛？因為假如一頭牛生病了，有了瘟疫，牠很

可能會傳染其他的牛。這麼一傳染開來，死去的牛太多，人民可能就要挨餓受凍了。所以關心牛是關心人民有沒有飯吃，這個事情大，要很謹慎、要很敏銳。你看從表相上看，好像跟孔夫子不一樣，從心地上看那是真正學到孔夫子的學問，就是這顆仁愛的心。

講了這幾個故事，也讓我們對於信任他人有一些思考。所以不懷疑人，不疑慮了，心才能淨；我們不對立，心就能平；我們不要有矛盾衝突，心就可以安。而真正修學的人，「凡是人，皆須愛」，那就沒有對立了。假如接受佛家的教誨，盡虛空遍法界一切眾生跟我們是一體的，就更不可能跟任何一個人對立。我們更要期許自己，就好像是一個整體一樣，眾生跟我們就像一個身體一樣，現在他迷了，他難受了，比方就好像我們胃痛了，我們絕對沒有一個念頭還在罵這個胃，你怎麼在痛！甚至於還拿著拳頭揍它，有沒有可能？不可能。我們一定是用各種方法來讓這個胃趕快好起來，那就沒有對立、沒有矛盾、沒有衝突了。所以已經了解宇宙人生真相，就應該循著真理來立身處事才對。

所以言語的心態對了，我們在言談當中就不容易出差錯。而在言談當中，我們也時時有一顆利益他人的心來講話，不然話說多，不如少。因為言多必失，話很多的人往往容易後悔，因為話說出去又收不回來。講話當中我們要很謹慎，講話要很厚道，所以凡一事而攸關人家終身的名節，「凡一事而關人終身，縱確見實聞，不可著口」。縱使我們是真正看到了，確見實聞，不可著口，「凡一語而傷我長厚」，有一句話傷了我厚道的心，「雖閒談戲謔」，雖然是好像跟朋友吃完飯在聊天，閒談開玩笑，戲謔，都應該謹慎，「慎勿形言」。這是講話厚道的態度。因為有一件事假如關人家終身的名節，我們一講很可能斷了他改過的機會，甚至於他會自暴自棄，還會尋短見都有可能，這個時候要幫人掩蓋過失，讓人有改過

自新的機會。縱使我們親眼看到了，不要把它輕易掛在口上說出去。有一句話會傷到自己憨厚的心，縱使是跟人開開玩笑，都不應該隨便。很多時候朋友好像很多年交情，突然一次一起吃飯的時候對方做人身攻擊，到頭來打起來，甚至於鬧出人命都有。所以言語的態度相當關鍵，要時時體察自己的心有沒有佔別人便宜，有沒有挖苦別人，還是時時有保持我們這顆利人的心、厚道的心。

言語確實是最容易損陰德，也是最容易積陰德的。我們能「道人善，即是善；人知之，愈思勉」，這個言語就積大功德，讓大家都懂得來行善。所以我們講話真正時時要能利益大眾。這一節我們先講到這裡。