

尊敬的諸位長輩、諸位學長，大家下午好！我們「做孩子一生貴人」這個主題，我們談到，上一節課是第七大點，「自我教育的重要性」。自我教育重要性當中，首先我們強調「教育者首先受教育」，要懂得時時自我觀照、自我鞭策、自我教育；第二個重點，我們要「勇於改過」，是要有勇氣改正自己的過失、習氣。坦白講，這個部分，走過來的人都能理解到，改一個習氣好像扒皮一樣，那個過程是挺辛苦的。但是真正把習氣放下了，自己的身心才能真正輕安，不被欲望、不被習氣所控制。所以孔老夫子說「學而時習之」，那個「習」是真正去放下習氣、去實踐了，得到內心的喜悅、成長的喜悅，不再認賊作父，不再被習氣控制。

第三個大點，我們上一次提到改過的一個綱領，夫子是「忠恕」之道，俗話常說「嚴以律己，寬以待人」。「嚴以律己」是忠，先忠於自己，時時反省自己。「克念作聖」，聖狂之分在一念之間，把錯誤的念頭把它轉過來，真正下的功夫是在這個起心動念處，所以「嚴以律己」。「寬以待人」是恕道。在這個「嚴以律己」當中，很重要的是自愛，因為俗話說到，「學好終年不足，學壞一日有餘」，所以愛護自己的德行、愛護自己的慧命，絕對不能放縱自己的習氣，更不能讓自己在染污的環境當中。《弟子規》講「非聖書，屏勿視，蔽聰明，壞心志」，學壞是一日有餘，很可能我們染污了這些不好的思想觀念，可能要再去掉就很不容易了。做一個比喻，一滴墨汁滴到水裡是很短暫的時間，要把這個墨汁再從清水裡去除，要花十倍、百倍的時間都不止。

我們之前《群書治要》當中，在「謹慎」的部分，有學到一句經句，我們複習一下：是「從善如登，從惡如崩」。行善，首先必須要放下自己的吝嗇、貪心，才能夠做得自然、做得歡喜。所以一開始做還是挺勉強的，那個「登」就是很出力，要慢慢做習慣。所謂「始而勉強」，一開始讓我們不貪，很慷慨去布施給他人，調伏這個貪心，一開始做一定有相當的困難，但是做久了就會很歡喜、很自然。「從惡如崩」，假如放縱了一個邪念，很可能會一失足成千古恨。所以「嚴以律己」這個「嚴」字，不容有絲毫的放縱、閃失。

明朝的曹鼐是明英宗的宰相，那也算是道德學問以至於一生的地位都達到高點了。他在年輕的時候做一個監獄的官員，當時有一個女犯長得非常漂亮，當時他也是起了不好的色念，但他很有警覺性，他想方法對治。當時是晚上，他就拿著毛筆一直寫四個字，叫「曹鼐不可」。古代都是用毛筆，「曹鼐不可」，克住自己的邪念，好像寫了八十幾次。大家可以想像，寫四個字，鐵定都是力道都下得很重的。寫到天亮，這個念頭調伏過去了。「從惡如崩」，我們想，假如曹鼐這一念沒有克制住，他有後面人生的造化嗎？那就不可能了，很可能就毀了他的一生。

而且我們為人父母，我們身為人師，以至於為人領導者，我們的一言一行，隨時都會影響身邊的人。什麼時候在影響？我曾經聽過一個笑話，說有一個父親當爸爸，孩子剛出生，還在牙牙學語，他非常著急，他就常常抓著他的兒子，說：「叫爸爸，叫爸爸。」這個太著急了，什麼事情水到渠成就好了，不然會適得其反，因為強摘的瓜不甜，應該水到渠成，反而是最好的。結果常常就這麼逼著他的兒子叫爸爸，後來他兒子會講話了，有一天這個父親在家門外看到自己的兒子，把家裡的雞抓起來，然後對著雞說：「叫爸爸

，叫爸爸。」所以潛移默化當中會影響小孩、會影響學生。所以當老師的人連念頭都不能錯，當父母的人連念頭都不能錯。比方我們回想一下自己的成長，請問大家，爸爸媽媽今天是高興還是生氣，我們知不知道？我們受不受影響？對！那現在我們成人了，也為人長者了，那應該反思，隨時在影響身邊的人。

有一個母親，這是她真實的情況，她說她學傳統文化很用功，結果她的女兒狀況也都非常好，讀書也很主動。當然，一個人在修學的過程當中還是會有起伏，她突然有一段時間不用功了，遇到「韓流」，趕韓劇，在看韓劇了，看得半夜都看到二、三點捨不得放下。結果突然了解到，她的女兒這一段時間在學校上課不專心，在底下看小說。她為之一驚，自己的一個行為馬上就影響她的孩子。我們常說磁場會互相影響，她很用功就感染女兒；她一不用功，女兒也跟著墮落。而且孩子愈小，受父母的影響愈大。所以這個「嚴以律己」當中，還含著對學生、對小孩的慈愛，我們得要做好樣子給他們看。

包含一個做領導的人也是如此，我們態度謙和，肚量很大，可能帶出來的團隊風氣就是這樣；假如脾氣很大，又強勢，慢慢底下的人也會變成這樣。有一句對於領導的格言，這個也是盧叔叔教誨我的，叫「獅帶群羊羊亦獅，羊帶群獅獅亦羊」。獅子帶群羊，最後群羊都變獅子；羊帶群獅，最後群獅也變成羊了。所以上行下效的影響很大。他們為什麼受我們影響？他們信任我們。那人要對得起別人的信任，不能因為對方信任我們，反而給他錯誤的思想觀念，這樣情何以堪，那我們就對不起「君、親、師」這三個角色了。我曾經聽我一個同事講，他說當老師的影響力真的很大。比方，他帶一年級的小朋友，有一天，一個小朋友紮了兩個辮子，他隨口說了一句話，「妳紮這個辮子很好看。」隔天五、六個人都紮辮子，

你看那個帶動的影響、風氣有多大。

那剛剛講到的連念頭，對方都沒有看到的，都會影響到學生跟孩子。所以我們得要「不貪、不瞋、不痴、不慢、不疑」，要「克念作聖」，在這些念頭上下功夫。上一次我們講到「不貪」，不貪財、色、名、食、睡。其實，人之所以有不好的念頭跟不好的行為，還是來自於不明理。他假如真正明理，這些念頭跟行為只會給自己招禍患而已。請問大家你們有沒有聽過有一個人說，「我就喜歡自己招禍患」，沒有吧？誰不願意趨吉避凶，誰不願意災消福來？但他真的明白了，這些念頭確實會給自己甚至於給家人招禍，他就不會這麼做。就像上次跟大家提到，當官的人貪財，還害了人家的生命，最後子孫幾乎滅絕。哪有真明白的人還幹殃及子孫的事情？《朱子治家格言》說「見色而起淫心，報在妻女」，他真的明白了，他也不願意給自己的妻子、女兒招禍患。

而且對這個貪財，假如他真正明白，該是他的跑都跑不掉，他幹嘛用不正當的手段去謀取？所以明理重要，讀書重要，不然會幹傻事。所以《朱子治家格言》講到，「子孫雖愚，經書不可不讀」。不明理的人，很難不做錯事、很難不讓自己招禍患。大家冷靜看看，現在年輕人沒有倫理道德、因果教育，放縱欲望，給自己的身心，給自己的福報有非常非常大的折損。所以我們為人老師，要為孩子的一生著想，現在要把這些很重要的思想觀念深植在孩子的心中，成為他正確的價值觀。所以不貪財，為什麼？「命裡有時終須有」，「但行好事，莫問前程」，「欲知將來結果，只問現在功夫」。其實這個道理，我想現在很多人，哪怕學歷再高都不懂；但是農夫懂，因為他向大地、他向大自然學習，春生、夏長、秋收、冬藏，要怎麼收穫，必然要怎麼去耕耘。現在功利時代都是急功近利，都想不勞而獲，這個都是錯誤的思想觀念。

貪名，這個貪名具體表現在，好面子也是貪名。假如我們今天做錯事，很想去給對方道歉，又提不起勇氣，這個就是好面子、好名。其實那個哪叫真正的名？愈不道歉，愈讓人家看扁，愈沒有好名聲。所以人不懂理，其實都不是在愛護自己，是在糟蹋自己。這些都是不好的習染，應該把它放下。而《了凡四訓》當中有講，「名者，造物所忌」。名不是好東西，只要心態錯誤了，這個名反而是累贅，叫「盛名所累」。所以人心態對了，用這個名可以造福人群；但是假如用不對，那就會變累贅，俗話講的，「人怕出名豬怕肥」。

《了凡四訓》又告訴我們，這個「造物所忌」的話，就是我們的德行跟名聲不匹配，是折福的。「名亦福也」，我們這個名本身也是福報，名不符實，這個福報就折損得很快，所以有一句成語叫德不配位。這些道理都明白的人，誰要去貪一個美名、貪一個超過自己的盛名，何苦！德不配位，這個福報一折損完，會有災殃，有一句成語叫英年早逝。有一些讀書人名氣非常高，為什麼？才幹很好，文章非常好，大家把他看得很高，但是他修養不足，為人刻薄，又享有盛名，最後可能三十幾歲福就享完，就走了，這個在歷史當中很常見。所以假如人年輕出名了，得要趕緊韜光養晦，誠惶誠恐。

大家再冷靜去觀察，很多演藝圈，很早就出名了，而且表現得比較狂傲，都會容易短命。尤其他一出名以後，自己的言談舉止都帶動錯誤的社會風氣。他應該用這個名去帶動善良風氣，他還做帶動惡劣的風氣，這樣的人他就很容易祿盡人亡，福祿折光了，命就沒有了。所以這個德不配位，在政治界、在演藝圈容易觀察得到，因為他們的名都太大了。包含我們還曾經聽過，一個少將聽到內部消息，已經確定明天宣布他當中將，他知道了很高興，找親朋好友

吃飯，宴請親人，吃得很高興，結果當天就死了。有沒有當上中將？沒有。早一天知道，結果沒有當成，他命裡的福報還沒有積累到可以當中將，所以一下被中將這個名給壓扁了。所以古人不願意有盛名，甚至於處事都非常的謙退。「謙卦六爻皆吉」，那好名的人，往往喜歡炫耀，反而是招禍了。

名是一種責任，反而不是應該去執著、去誇耀的。比方說身為董事長，那是一種責任，因為要照顧的員工愈來愈多了才對。而今天假如真的我們德不配位了，不要好這個名。應該怎麼樣？為團體想，要把這個名讓出來，把這個位置讓出來，這樣才對。不然你有一個名，本身你有一個職位，它就帶著責任。比方是一個官員，那他就帶著責任，在這個位置上最重要是愛護人民，假如有一個比自己更好、更有德才的人，當然要把位置讓給他，這才是我們的初衷。我們坐上那個位置，難道是為了抱住那個位置而忘了去愛護人民嗎？所以古人教我們處事要禮讓、要謙讓。「讓功於眾，讓名於上，讓位於賢，讓安於長」，把好的生活環境讓給長輩，「讓食於幼」，剛好孩子正在發育期，父母、長者少吃，貧苦的時候都讓給孩子吃。

而讓名、讓位給賢者，這是為大局著想，這是忠於國家、團體，這個修的福報非常大。歷史當中，齊國的鮑叔牙讓位於管仲，結果管仲「九合諸侯，一匡天下」，甚至於團結了中華民族，免於被外族所毀滅。孔子對管仲的功業非常的讚歎，沒有管仲，可能我們華夏文化，漢人的血統就斷掉了。那管仲有這麼大的功業，誰成就的？鮑叔牙。他不讓、他不推薦，這個因緣就不能成。所以鮑叔牙的後代，十幾世都是名大夫，「積善之家必有餘慶」。

該讓不讓，自己會招禍，而且人只要不肯讓，就是好名。接著？嫉妒。嫉妒再嚴重，陷害，這個惡念就愈來愈嚴重。李斯殺害他

的師弟韓非子，他師弟的學問比他好，他嫉妒，把他給害死了，最後李斯後代就斷子絕孫。所以有一句話說「進賢受上賞，蔽賢蒙顯戮」。其實這個對我們當下都一樣，我們在學校系統裡面，哪一個老師他強調的那個理念非常好，我們隨喜功德，支持他、推薦他，這個對團體的幫助很大。假如我們不認同，還嫉妒、還毀謗他，這個就是「蔽賢」，「蒙顯戮」，會有很快的災禍降臨。

所以我們在人生的因緣當中，在團體裡擔任領導的工作，只要發現團隊裡面有比我們好的人，你積極推薦他，把位置讓給他。古代教化非常有智慧，官員戴的帽子叫進賢帽，前面低，後面高。大家看過宋朝的歷史劇沒有？最近不是拍了「岳飛傳」，您看那帽子前面低，後面高，「後後勝於前前」，希望自己舉薦出來的人都超過自己，為國舉才。這是從不能好名，再延伸到團體當中應有的一種修養，讓位於賢。

財、色、名、食、睡，這個「食」就包含生活當中的享受。我們要了解，「欲令智迷」，欲望愈重愈沒有智慧。因為每天都想著要吃這個、喝那個、穿那個，他煩惱就很重，怎麼會有智慧？比方說大家在聽課，突然想到自己最喜歡喝的咖啡，還聽得下去嗎？還在那裡「待會要到哪裡吃什麼」，那叫心不在焉。而且這個欲似深淵，貪著假如不懂得克制，會愈陷愈深。所以生活的享受，應該知足常樂最好，應該不要去跟人家攀比。一攀比，這個對物質上的追求就沒有止境。為什麼？人比人，最後就氣死人。不只自己很難過，自己很好虛榮，拿兒子去跟人家比成績、拿先生去跟人家比賺錢，全家人統統壓力都很大。所以有時候人陷入欲望，腦子都不清楚。「百年修得同船渡，千年修得共枕眠」，一家人能聚在一個屋檐下，那是多難的緣分，應該是互相親愛、互相成就，怎麼是互相給沉重的壓力？所以人要時時腦子冷靜，不要隨波逐流。

好慕虛榮的人活得可累了，你看穿衣服，穿了一次就換另外一件。他好虛榮，穿過了再穿人家笑話了，「這個衣服退流行了，再穿人家就笑話了，被人家笑死了。」我師長很有智慧，他提醒我們，「笑死是他死，又不是你死，緊張什麼？」而且我們學傳統文化，好好提升氣質，這個衣服穿了十五年以後，再穿出去剛好復古，人家一看，「你怎麼穿這麼流行的？」因為我們又很愛惜衣服，看起來還像新的。而且更重要的是什麼？人有氣質，二十塊錢的衣服，看起來都像四千、五千塊錢的；人沒有氣質，一千塊的衣服看起來像十塊錢的衣服。所以這個時候你又沒有氣質，穿出去，「你看我這個衣服多少錢？」人家一講，你都快火冒三丈，那個叫自取其辱，不要怪別人。所以人知足就常樂，就珍惜一切的物品、享用，活在感恩當中，不在奢侈當中。而且節儉的人有福報；節儉的人，仁慈，「儉近仁」，節儉接近仁德，因為他能把省下來的去幫助他人，這是仁慈；而且節儉的人比較會為未來打算，那個放縱欲望的人，今朝有酒今朝醉，他只看到欲望，啥都想不清楚。

這個是跟大家談到「貪」的部分。當然，調伏這個貪欲要循序漸進。比方這個貪睡也要調伏，你本來睡七個小時，今天聽完課，明天五個小時，一下子少睡兩個小時，結果隔天昏昏沉沉，開車差點出車禍。這個不要用力過猛，要循序漸進。有些人，已經都高血壓了，都喜歡喝這些很甜的東西，這個對心臟很不好，對高血壓有惡化作用，這個時候都要下功夫，慢慢慢慢把它改掉、戒掉。好，就先講到這裡了，不然下一次沒有人要來參加課程，都是「不要逼我」。其實俗話講「世味哪有法味濃」，真正放下這些欲望，身心輕安，那種快樂世間買不到的。這個時候人家再用外在這些欲望誘惑你，你也不肯了，那是累贅，那是刺激，沒有刺激你又苦了。所以真正的樂，絕對不是從外面來的，從內心自自然然流露出來的。



第二個，不瞋。不瞋就是不可以亂發脾氣，這個要下大功夫。因為這個「瞋」，對自己、對他人的危害非常大。首先，暴怒傷肝。所以脾氣大的人，身體一般都不好。大家想一想，身體受損了，發一次脾氣，整個人要多久才能調適過來？許哲女士說三天才能恢復正常。她要三天，我們可能要十天以上，甚至於十天之後又看到那個人又來了，火又上來了，所以自己的身心都有傷害。坦白講，脾氣大的人不孝，「身體髮膚，受之父母，不敢毀傷，孝之始也」。看一個人的善根從哪裡看？只要你告訴他，「你這麼做不孝、你這麼做對不起師長。」他馬上放下，這才是真正有善根。你假如勸他，「你這個態度不對，師長不是這麼教的。」「我是凡夫，現在受不了。」那他比師長大，他比聖人大，那怎麼會有善根？

所以真正有善根的人，他會想，沒有父母就沒有我；沒有師長、沒有聖賢人的教誨，就沒有我的慧命。所以這些恩德比他的生命還重要！生命都可以為父母而捨，哪有說一個壞習慣不可以放下？所以人能夠念恩，他的善根就不斷增長。為什麼還是放縱習氣？自我、自私太嚴重才會這樣。自我了，就自己最大了，其他人都放在一邊了。所以人假如常常想，做這些事、起這些念頭對不起父母，要生大慚愧心。我們師長老人家教誨我們五十五年，這樣的苦心，我怎麼可以給他糟蹋？要依教奉行，馬上這個錯誤的念頭就能轉。尤其在家庭當中，脾氣大，這全家人都遭殃，所以怒似猛虎。假如家裡一個人脾氣很大，可能每一個人要回家、要進門以前都要深呼吸三次，這無形的壓力很大。假如一個老師脾氣大，那孩子還要跟這個老師相處兩年，可能都會有輕微憂鬱症出現。有緣才能相會，要惜緣，怎麼可以還給對方壓力。

學聖教的人，所在之處要讓人生歡喜心，第一個要把脾氣戒掉。脾氣大的人一定讓領導、讓父母多操了很多心。脾氣一大，兄弟

又衝突了，父母多難過；脾氣一大，交派工作還得看我們的臉色。那是在幫忙還是在添亂？因為我們在學校當老師，是有多種角色的。面對我們的主管或者校長，我們變一個臣的角色，那我們君臣關係也要演好，也是給孩子做表率。孩子以後出去也要為人臣子、為人下屬。一個老師假如當人家的下屬當不好，這個是因，以後你的學生出去，都不是好的下屬，是結果，都要想想這個因果會相續不斷。因為我們的身教給他做得不好。會的，一個學校裡面的老師對國家領導不尊重，這個學校出來的學生，出去都是罵國家領導，這個我們都觀察過，這個造的罪業都很大。這逞一時口舌之快，把下一代給帶壞了。

那不能不忍，為了自己的身心、為了團體、為了未來，別給自己的人生造下很多的障礙。「忍得一時之氣，免得百日之憂」，不然還要收拾殘局。發完脾氣，要再把這個隔閡去掉，有時候挺難的。而一個人的德行，就從能不能忍辱開始，「觀德於忍，觀福於量」，福氣看自己的肚量。我們知道發脾氣都有這麼不好的壞處了，就有警覺性。脾氣也是病，自己德行上面的病。那既然是要治病，得把病根找到。人為什麼發脾氣？比方貪，貪不到，就生氣了，不順己意，就很容易生氣。

比方今天吃得好，很貪這些美食；明天太太煮上來，「今天這個我不喜歡，怎麼比昨天差」，瞋恨心就上來。所以不順己意就容易起瞋恨。好面子容易惱羞成怒，也很容易發脾氣。再來，對人有成見，都放在心裡面，就會借題發揮，這個也容易發脾氣。那大家要了解，自己的心要自己愛護，不要把純淨純善的心變成垃圾桶。把別人的不是都放在那裡，不就把這個善心都當垃圾桶用了？所以坦白講，幾個人自愛？明理的人才會自愛。

而且我們要了解，「人之初，性本善」。每一個人都有本善、

都有明德。「可是他傲慢、可是他貪心？」那是「苟不教，性乃遷」，那是習染，那不是他的本善。我們都記他的不好，那叫認假為真，那是假的。你說這個人脾氣大，那你把他的脾氣拿來我看看？那是虛幻的。他一時遇到一些境界發起來，他現在也沒發脾氣，那假如脾氣是真的，應該隨時存在才是真的。會變的就不是真的，永恆不變的才是真，會變的就是虛幻的。不變的是什麼？他本有的真心。他只要把這些習氣都放下了，他真心一現前，那他是聖人，一舉手一投足都是慈悲，都是利益眾生，這是每個人本有的。「聖與賢，可馴致」，我們假如堅定相信每一個人都可以成聖成賢，對人不會有成見，只會幫助他改習性。所以難，難在對宇宙人生的真相的正確了解，一了解了，決定用正確的態度處事待人接物，不會對人有成見。別人有錯誤，你替他更擔心，幫助他，善巧用很多的方法來協助他提升。

再來，傲慢也很容易發脾氣。一傲慢就瞧不起人，容易指責別人。所以這些錯誤的心態，都要把它轉變過來。那既然知道這個病根所在，用什麼藥來治？「一切法得成於忍」，要修忍辱。有六個忍的方法：

「力忍」，把脾氣壓住，這個是症狀解。「忘忍」，算了算了，不要計較了，「宰相肚裡能撐船」。

「反忍」，反省自己。人與人會發脾氣、會衝突，有一句俗話叫一個巴掌拍不響，所以只要衝突了，兩個人都有問題，所謂半斤八兩，不用去比。真正有修養，那對方怎麼惡劣，自己不會被激怒的，一定雙方都有錯誤了，這個衝突才會產生。那可能有人就會問了，假如一個完全沒有錯，一個錯全在他那裡，那會怎麼樣？那個完全沒有錯的人最後就變聖賢人，他吃不吃虧？您看，我們看事情都很看表相、看一時。比方說，舜王的父母要害死他，我們一看，

舜王好可憐，這個父母太可惡了。但是您看，舜王還覺得是自己錯，他沒有錯，還覺得自己錯，他吃虧了嗎？假如是我們，早就跳起來了，「我都沒有錯，還叫我跟他認錯，我跟他拼了！」拼了又怎麼樣？舜王連沒有錯都反省自己，都是自己錯，最後成聖賢。智慧、德行、福報都圓滿，做了天子，哪有吃虧？所以學聖教首先學吃虧，不要爭理，不要計較，反忍。

「觀忍」。他那些脾氣都是假的，都是剎那在變化的，你觀到這個真相了，你就不去計較他了。包含你觀察他的成長背景，原來他在學校、在家庭裡面，又缺愛、又缺教育，你不只不跟他生氣，你還會憐憫他。這個我們在帶班過程，本來覺得這個孩子怎麼這麼誇張，一了解，就是被父母拋棄的孩子，你再看他，你就氣不起來了。

「喜忍」，所謂回瞋作喜，本來要發脾氣了，轉個念，笑了。為什麼？突然想，對方就是來提醒我，我都學了八年、學了十年了，脾氣還這麼大，這個是監考老師，我要感謝他。知道我自己有幾兩重，馬上就回瞋作喜了，看一切人都是老師，都是來成就我的，這個是喜忍。

「慈忍」，都為對方想。比方劉寬，他的太太一輩子沒看過他發脾氣，就安排了一個事情，讓他的婢女，在他穿好朝服等著要上朝，盛裝，把那個羹湯端過去，羹湯很燙，然後故意不小心翻倒，把那羹湯淋在他的衣服上面，看他生不生氣。人有時候吃飽，不要撐著亂……，當然他太太或許這麼做還是有點無聊，不過現在想想還滿有意義的，因為他太太不這麼做，這個故事還沒得講，還是要感謝他的太太，安排了這個布局。結果一倒下去，一般的人一定是：「我要上朝，哇，很燙！」脾氣就來了。「我、我」，有這個「我」就會生氣了，沒有「我」就不生氣了。我們剛剛說要找到病根

，擒賊要擒王。貪、瞋、痴、慢、疑的賊王是誰？就是「我」，就是自私自利。「如斬毒樹，直斷其根」，把這個根斬掉了，這些習氣就沒有依附的地方。這也是《了凡四訓》講的，要直接從根本把它給斬斷。劉寬為什麼沒生氣？一般我們來講，很難不生氣，因為他為對方想，所以第一個念頭就是怕她燙傷了，馬上：「有沒有燙到妳的手？」

好像之前也跟大家講過，有一個媳婦，新加坡的一個媳婦，她的先生非常佩服他的太太，而且還說到有時候自己的母親錯怪他的太太，他的太太還跪下來認錯。錯怪是沒錯，被誤會了，而且還跪下來給她婆婆認錯。諸位女同胞，談到這裡，我們做得到嗎？從行為當中，覺得做不到，其實從心地上去體會，不難做到。「慕賢當慕其心」，這些有德行的人、聖賢人，你只要從心地去效法他，其實不是很困難的。為什麼？因為聖賢人的心是我們本有的，一相應了，要做就不難；心境沒有到位，要勉強我們，也很難。

這個太太接了她先生的話說，不會，一點都不委屈。因為，家有一老，如有一寶。婆婆是家裡的寶，是我們的福田。沒有婆婆，我們怎麼教孩子孝道？所以看到婆婆生氣了，會傷身體，趕緊念頭裡面就是怎麼讓婆婆的氣降下來，一跪下來，婆婆的氣就降下來，她不只沒委屈，心安。「慈忍」，念念為婆婆想。

大家再冷靜體會體會，這個媳婦跪下來道歉，這個戲劇會不會繼續演？會。一般的人講，好委屈，好難過。但是看戲要看完整，這個媳婦跪下去認錯了，過幾天，事情會不會水落石出？人都忍不了一時的委屈，最後一發脾氣，事情更糟。忍住了，日久見人心，何必要一時爭個你死我活、爭個是非曲直？那個都是好面子，或者傲慢，一定覺得是自己對、自己高，才會這麼堅持。不然親人之間應該柔軟、應該懂得退讓，不應該是這樣。婆婆後來知道了，心裡

想，我都錯怪她了，她還跪下來給我道歉，這樣的媳婦，八月十五號打燈籠都找不到。那不是更疼她了嗎？這一個慈忍，媳婦多了一個媽媽，婆婆多了一個女兒，那不是轉了整個家庭的氣氛跟命運嗎？聖賢教我們叫感化，用自己的行為感動對方，感化整個家庭的命運。

這是跟大家講，瞋要調伏，絲毫不能放鬆，不進則退。我們冷靜看看，我們學傳統文化，剛學的時候脾氣好，還是現在的時候脾氣好？這個得要我們自己勘驗自己。我們因緣上在學習，可是假如不對習氣下大功夫，還在增長，所以這個不得不慎。明朝有一個大儒叫薛文清（薛文清公），他感嘆到，「二十年來治一怒字，尚未消磨得盡，以是知克己最難。」要克服習氣，沒有到「不計成敗，不顧生死」，「又發脾氣了」，人有時候自己伏不住了，又開始氣餒、開始沮喪了，那還是習氣，那變成懷疑自己了。所以「不計成敗」，只要錯誤了，不怕念起，只怕覺遲，趕快轉過來，哪還有時間在那裡沮喪老半天？不計成敗，不顧生死，死都不怕，就怕念頭不對。所以今天要調伏這個瞋恨，那必然要下一段功夫，但真的又發脾氣了，要真實面對自己，然後去真誠的承認錯誤，去給人家道歉，就對了。不然發了脾氣還在掩飾，那就「倘掩飾，增一辜」了。

第三，不痴，不愚痴。首先表現在哪？深信因果，他知道世間所有的事情都是因果相續的。比方說《弟子規》「聞譽恐，聞過欣」，「聞過欣」是因，果是什麼？「直諒士，漸相親」。「能親仁」，親仁是因，「德日進，過日少」是果。「父母呼，應勿緩」是因，以後出去工作，服從領導叫果。全部都有因果關係，種瓜得瓜，種豆得豆，所以「積善之家，必有餘慶」，積善是因，餘慶是果。那從大的來看，我們這個民族綿延五千年不衰，那就是我們的祖

宗有德！所以人就感恩，他不會愚痴，他不會在福報當中都覺得理所當然。假如每一個人都深信因果，他對自己的起心動念、一言一行就慎重，不會放縱。所以深信因果，他就不會情緒化、不會意氣用事，意氣用事就不理智了、就愚昧了。其實當一個人在意氣用事的時候，他也是不自愛，在糟蹋自己。

了凡先生有講，很多人其實都有很好的天賦，「天下聰明俊秀不少」，都有很好的天賦，可是這一生為什麼沒有什麼成就？「所以德不加修，業不加廣者，只為因循二字，耽擱一生」。那意氣用事就是都順著自己的脾氣、性格在走。所以我們自愛了，應該提醒自己犯的錯，期許後不再造。這樣的人是理智的，這樣的人是不蹉跎他的時光。我們都聽過顏回不貳過，那跟我們有什麼關係？諸位學長，你們怎麼無辜的看著我？「不貳過」跟我們有什麼關係？跟我們有大關係！錯誤繼續發生，折了福，也折了自己的智慧，所以應該效法顏回、夫子的精神。我們很可能不能說真的達到不貳過，但是這個精神要在，犯了一次錯，就要高度的提醒自己，不能再犯。

比方生活當中的一些細節，像我們寫字用鋼筆寫，勸大家假如要練字，練硬筆字，用鋼筆寫。「字不敬，心先病」，所以先下點功夫，用鋼筆寫。那鋼筆，你假如沒有隨手把蓋子蓋好，不小心一碰，滾下去，然後那個筆頭撞到地上，這支鋼筆就廢了，很心疼，它摔壞了。我有一支鋼筆很好，摔壞了，很心疼，而且覺得對不起送我鋼筆的朋友，所以就期許自己不能再有這個情況。那愈提醒就養成習慣，每一次哪怕別人跟你講話，就把筆套先蓋上。不然有時候講講講，你的專注力就過去那裡了，就忘了，手晃一下可能又會掉下去了，所以一蓋好就不怕後面的因緣怎麼發展。

包含我們常說要愛惜物命，不要誤殺了生命。「舉步常看蟲蟻

」，「昆蟲草木，猶不可傷」，長養自己的仁慈之心。雖然這些道理都學過了，可是在生活當中，有時候一急躁：早上一起來，好渴，喝點熱水，那個熱水瓶一按，剛好螞蟻在出口處，可能在那裡玩耍還是怎麼樣，那我一個不小心按下去牠就死了，一死，三隻、四隻，這句話都沒落實好。這三、四隻螞蟻已經用牠寶貴的生命來提醒我，沒有落實仁慈心，那我不能讓這樣的事情再發生。所以冷靜，每一次要按，要先敲那個出口，say hello（打招呼）一下，看一看都沒有了，再按。

大家不要小看這些細節，都提醒自己後不再造，人的心會愈來愈恭敬、愈來愈細膩、愈來愈謹慎。「天下大事，必作於細」，都從這些生活細節來練自己的真心，練自己的愛敬之心，不然怎麼學都變成知識了，落不到生活上面去。包含《弟子規》說「緩揭簾，勿有聲」。剛好前一陣子，我在用這個窗簾，結果一拉，那個塑膠套斷了，窗簾就垂下來了，就感覺其實落實《弟子規》一句都不容易。那當下我們的念頭就是要期許自己，這個要改。我們也有可能念頭變成：「這個本來就這麼緊，誰用都會壞。」這個念頭叫「倘掩飾，增一辜」。坦白講，本來一個掉了，結果過二、三天，第二個、第三個都掉了，這個代表自己的動作粗魯、不夠柔和。所以窗簾是我的老師，它提醒我心性還差得很遠。剛好我們一位楊學長，我就請他來幫我修理，很快就把它修理好了。我要珍惜他的付出，所以從那一天開始，每次要用窗簾，要先輕柔……到目前為止，還沒有出現狀況。可是大家去體會，光是一個用窗簾對我的幫助就非常大，因為會從這個動作當中培養做哪一個動作、講哪一句話，先調柔，不要太粗魯。

會學的人舉一就反一切了，要把這樣的心用在一切處，這個是善學的人；學一句會一句，那叫學知識，那就學得比較呆板了。包



含找不到東西，那可能我們就沒有落實「置冠服，有定位」，所以一次找不到，要後不再造，馬上改進。不能「明日復明日，明日何其多」，明天再說、明天再說，「我生待明日，萬事成蹉跎」。包含會掉東西，我這些情況也常發生，所以都會不斷的提醒自己，甚至於用一些方法來調整。比方以後要離開自己的房間，或者離開哪一個地方，都養成習慣，檢查一下再走，這樣這種掉東西的情況慢慢就改善。所以這改過才是不愚痴。

再來，「不痴」當中第三個重點，因為這些重點，因每一個人的體會而異，甚至於坦白講，沒有一件事情跟「不痴」無關。為什麼？不愚痴就有智慧。那請問我們智慧在哪裡體現？Anytime，Any where（隨時隨地），你在任何一個動作裡面，不是迷就是覺。所以舉這些例子只是跟大家交流，事實上人做任何一件事情，不是愚痴就是有智慧，都要在這些每個細節當中去自我觀照。

比方抉擇一個因緣，像現在很多地方在辦論壇，辦論壇很好，但要了解辦論壇是宣傳、是播種，可不能把論壇當作「辦論壇等於文化復興」，這個認知就要調整。有沒有一個農夫說播種等於收穫，沒有吧？播種以後要怎麼樣？要施肥、要澆水、要種種努力。而且「十年樹木，百年樹人」，教化不可能求短暫就見到效果。本身急功近利就不符合教化，要水到渠成、瓜熟蒂落。所以必須認知到每件事情它的定位，它能達到的效果是什麼，這個要清楚。所以辦講座是播種、是宣傳。接著，要引領大家扎根，要把德行的根扎好，要把經典落實，這個才是學傳統文化。因為他不落實，他就把傳統文化學成知識了。學成知識會有副作用，「不力行，但學文；長浮華，成何人」，那反而他傲慢增長，他不只不能弘揚文化，他還會起副作用。

所以曾子在《論語》裡面講，「人能弘道」，他得自己落實、

做到了，正己就能化人，他感動身邊的親朋好友。可是他要正己，他首先要淘汰這些習氣，貪瞋痴慢疑，那得要有一個過程，要下功夫。而且要怎麼樣？不斷的薰習。「三日不讀書，面目可憎」，沒有讀經、沒有聽經，慢慢這個習氣就伏不住了，那是古人留下來的話。我們現在一日不讀書，面目就可憎了。那必須什麼？他要播種、他要辦論壇，先考慮當地能不能提供傳媒（電視台）每天播放？有，現在我們中國大陸很多地方，播傳統文化的節目播了好幾年了。他這個論壇一辦完，大家在電視當中可以長期學習。所以有智慧的人，在起一個緣分，他會看得很深遠，他不是說，起了一個緣分，後面怎麼辦他沒想，也不管。所以有這些媒體，讓整個人民大眾長期薰習。

或者他辦論壇，就公告哪裡有長期講學的教育中心，就讓這個地方的大眾，願意學習的就長期去親近這一個教育中心。這個中心就是配套，護念大眾長期學習的因緣，這個教育中心就負起施肥、澆水這些種種。而且這個教育中心，還要教導大家如何落實在自身、如何落實在家庭、如何落實在學校、如何落實在他的單位、社區。甚至於這個教育中心，假如好人做到底，還要輔導這一方建立各行各業的榜樣。社區有社區的榜樣、學校有學校的榜樣，這個地方的人，都可以去向這些榜樣學習，那你這些配套措施就很完整了。但是假如論壇一辦，幾千個人去上，上完之後沒有後續，他一下子很熱，現在可能就冷下來。所以起一個因緣，可能要考慮這個緣分後續的發展。古人有說，不能看一百年，不能當宰相。不能想到什麼就做什麼，要想得全面、想得長遠。

包含你約請來的老師，他要是犧牲奉獻，他不為名、不為利。為什麼？因為他站上講台代表中華文化。那社會大眾他還沒深入經典，他的信心建立在哪儿？建立在講課的人身上。假如一段時間他觀

察，怎麼請來的老師都是追名逐利的？傳統文化別學了。那他信心就受打擊。所以我們邀請來講課的人，都要對他們有了解，是真正不為名、不為利的，能給我們這一方起好的表率作用，再邀請。那坦白講，不只為人民好，也為這個講課的人好，不要讓他做不好的榜樣，產生對人不好的影響，這樣他也造罪業。辦公家的事不能怕得罪誰，不以人情做公家的事情。而且你在邀請老師，傳統文化是師道，是師承。他有沒有好的老師在學？沒有好老師、沒有師承，傳統文化要學成，不可能。他被人家一肯定了，慢慢，慢心會增長，他就想講什麼就講什麼，就不依照經典了。但有師承的人，他講話要依照經典、依照老師教誨，他不敢亂講。孔子給我們很好的榜樣，孔子「述而不作」！

這是跟大家談到的在抉擇緣分都要會判斷，包含抉擇人生的伴侶，這個都要很客觀、很冷靜，不能愚痴。今天感覺到，落實一句教誨挺不容易，我這個「凡出言，信為先」做得很不好，本來說今天課程要做一個結束，今天還是講到「不痴」而已。我們下個禮拜繼續跟大家交流這個主題。今天就先跟大家談到這裡，好，謝謝大家。