

《群書治要》中修齊治平的智慧（第二回）—三省吾身
成德法師主講（第三十三集） 2023/4/27 馬來西亞
亞馬六甲 檔名：55-226-0033

諸位法師、諸位傳統文化的同道，大家吉祥！我們看二十八頁，從三十五句看起，這個單元「反躬內省」的句子，我們先念一下經文：

【三十五、曾子曰：「吾日三省吾身：為人謀，而不忠乎？與朋友交，而不信乎？傳不習乎？」】

這是曾子能夠成為宗聖，一個滿關鍵的地方，他能『三省吾身』。因為修學的過程就是知過改過的過程，他能反省，才能看到過失。這個「三」，應該不能算是一二三，這個三表多的意思，多次反省，就幾個方面來反省自己。曾子都要這麼用功，當然我們也不得不這麼用功。曾子的後代曾國藩先生，他也是有很高的成就，他有反省的這個態度，他具體是每天都有寫日記，靜下來心來反省今天整個過程，自己念頭或者言行，有沒有錯誤的地方。這個印光祖師也是提醒到，「日用之間，萬境交集」，一天當中不少境界。「一不覺察」，沒有反觀、沒有覺照，「難免種種違理情想，瞥爾而生」，妄念、邪念出來了，自己又沒有觀察到。「此想既生，則真心遂受錮蔽」，這個妄念、邪念就障礙我們的自性了，可能我們就隨著這個錯誤的念頭一直在相續，甚至於有不好的言行隨之出來了。所以，這個「三省」是多次反省。其實一天當中，我們面對一切人事境緣，隨時都要反觀，所謂「觀心為要」，觀照自己的心念有沒有偏頗。一有偏頗，「不怕念起，只怕覺遲」，這念頭不對了，不能讓它相續。淨土宗就趕緊佛號提起來，讓正念現前，邪念不能相續，邪念污染不上來。

曾子就幾個方面反思了，『為人謀』，這個「謀」，籌劃辦事，我們有負責的職責任務，「而不忠乎」，忠是「敬己則為忠」，有沒有盡心盡力、盡忠職守？在《論語》當中，孔子有讚歎衛國的一個大夫史魚，《論語》中說：「直哉史魚！邦有道，如矢；邦無道，如矢」。國君有道，他會盡心盡力；國君無道，他也是盡心盡力勸諫。他後來侍奉的是衛靈公，衛靈公算比較無道，但史魚到臨終前的心態，他覺得是自己沒有盡到忠。結果就交代兒子，我死了之後，我沒有盡到忠，所以我的棺木不能放在正廳，放在窗戶底下就好了。後來衛靈公來吊唁，一進門看到這個景象，就罵他的兒子了，你這個不孝子，怎麼把你父親的棺位亂放？。史魚的兒子就講到父親臨終前的交代，他到最後一口氣，他還在反思自己不夠盡忠。其實國君也好，衛國的大臣也好，都覺得他是大忠臣了。他的心態是什麼？只要國君還沒回頭，他覺得他還沒有盡到忠。所以我們觀察，真正忠臣，他的內心覺得他做得還不夠；真正的孝子，你讚歎他孝順，他誠惶誠恐。可能在他們的心裡面，都覺得這是他應該做的，生怕做不好。所以應該做的，他沒有落在心上，「我好孝順」、「我盡了好多忠」。就像盡忠的心境，「不求有功，但求無過」，師長在講經的時候，常常提到這一句，這也是老人家在面對事情的態度。所以會標榜孝、標榜自己忠，可能他還做得不夠。做得夠的人，反而都還覺得不夠。一個盡忠的人還覺得自己不夠，你看這種德行，就觸動了國君的善根了。連著最後一口氣都還在為國君想、為國家想，這個叫「死諫」，要死了都還在勸諫，所以這是一個盡忠的表率。我們讀歷史，從這些人物當中我們得到可以效法的表率。「德比於上則知恥」，他們的孝、悌、忠，我們不如，但是「縱去遠，以漸躋」，我們繼續效法他們。這是一個春秋時候大臣的例子。

我們看另外也是在周朝，一個女子的例子。在周朝有個宣王中興。因為周宣王的父親是周厲王，結果這個厲王很驕奢淫逸，幾乎要把國家毀掉，百姓都已經沒法接受了，這個厲王算是被推翻了，可是他的兒子是宣王，連宣王，他們也憤怒到了要殺害。結果有一個臣子很忠，把他藏起來，但是人家還是不放過，這個大臣把他的兒子拿出來。當然他的兒子就死了，他把厲王的兒子宣王保下來，後來宣王又繼位了。所以這個古人的忠，讓我們還是很敬佩。宣王的皇后是姜氏，她是齊侯的女兒，代表應該家教很好，生性就很賢德，平常不合禮的話她不講，不合禮的事務不做，一切都要合乎禮。像我們佛門，我們一切還是要合乎戒律，不能犯戒，這個功夫是一定要下的。《孝經》裡講「非先王之法服不敢服，非先王之法言不敢道，非先王之德行不敢行」，一定是要這樣來要求自己，這樣言行才會循規蹈矩的。我們人很容易造口業，《無量壽經》在談到身口意的時候，把口業排第一位，有沒有用意呢？應該是有用意的，因為這一部經是指導我們當生可以求生淨土。「心淨國土淨」，心地我們要愈修愈清淨，才跟淨土相應。而我們每天要講這麼多話，這個話講錯了，心就不清淨，有可能就跟人對立衝突，造口業了。所以《無量壽經》有「不欣世語，樂在正論」，這一句話指導我們，我們一講話，樂在正論，所講的要跟經典相應；其實再講深入一點，要跟性德相應。經是佛言，戒是佛行，禪是佛心，它雖然是三，其實也是一，就是真心。真心起作用的言行，行是戒，言記錄下來變成經典，叫佛的言語，那不都是他的真心流出來的嗎？所以師長給我們指導，我們隨時就像這個單元，是「反躬內省」。

我們剛剛也提到印祖說的，「日用之間，萬境交集」，那麼多境界，怎麼反觀？反觀我們在講每句話、做每件事，我們心跟「真誠、清淨、平等、正覺、慈悲」相不相應？這五心很重要，不能偏

離了真心、偏離了性德，一偏離，那就造輪迴業了。所以古人為什麼這麼強調禮教？就是要護好心念跟言行。這比喻禮教好像堤防一樣，你有堤防，這個黃河水不會氾濫；你把堤防拆了，水就氾濫了。其實我們這二、三代人應該體會特別明顯，我們看我們上一代還有這些傳統禮教，到我們這一代就已經差了一大截，再下一代呢？更沒有了。我們就講一個點就好了，男女關係的禮教，在我們的上一代很講究的，很有分寸，你看到我們這一代到下一代，亂成一團了。所以去反對禮教，這個造的業很重，不懂它的重要性還反對了。《論語》當中，顏回問「仁」，孔子說「克己復禮為仁」，所以「非禮勿視，非禮勿聽，非禮勿言，非禮勿動」。禮，禮者理也，這個禮貌的禮其實也是跟真理的理相應的。守禮的目的，也是讓我們回歸我們的性德理體，我們真明白了，就願意守戒、願意守禮了。它不是來限制我們的，它是來幫我們恢復明德自性的。

所以這裡提到這個姜后很有家教，她從小就都很守禮。結果有一次周宣王早晨起來得很遲，這個不符合禮了。你睡得遲了，這個朝會就開不了，一天沒開、兩天沒開，這個朝政就荒廢掉了。實在講，當皇帝、當天子是不輕鬆的，日理萬機。結果宣王晚起了，姜后她就脫去了自己頭上的簪子、耳上的耳環，然後就在宮廷內的長巷裡立著。她這個動作做下來，就代表我有罪，我做得不夠好，沒有護念好君王。她沒有去指責君王，她覺得是我做得還不夠好，我有罪，所以就站在這個長巷裡，等宣王來辦她的罪。然後就讓她的保姆去跟宣王說，因為是我的不好，才讓皇帝失了禮，所以請皇上辦她的罪。大家想一想，這個宣王看到自己的皇后這麼做，他有什麼感受？錯明明是他錯。我相信這個皇后應該平常都是做得很好的，可能在宣王的心目當中應該是很敬重這個皇后，他內心裡就有恭敬了，結果自己犯錯，居然皇后承擔了這個罪過，那就觸動他的善

根了。這個是夫婦關係，其實裡面也有君臣的味道，在家裡面他們是夫婦，但在朝廷當中也屬於君臣的關係。能夠觸動別人善根的前提，應該是自己平常就做得挺好的，讓對方感佩；對方錯了，這個做得很好的人又反省自己，觸動人的善根。

這個我們看事情不能看一個點，要看立體的。有可能今天家裡人錯了，我們說「這是我的錯」，好像他們也沒感動，這個時候怎麼辦？奇怪了，我照做了，他們錯，我承認了，他們怎麼沒有生慚愧心？可能我們平常表現得不怎麼樣，突然我們說「是我的錯」，人家心裡想，他又要演什麼戲了？所以，這個不是學相上的東西。就好像我也曾經聽到有一個女士，她就跟我說了，她說我聽了課以後，回去這個禮拜我很認真做家務，然後我在那做啊做啊，很賣力。我就看著我先生，我說，我做了那麼多，他怎麼都沒看到，還在那看報紙？我很生氣。可能她以前都沒有這麼做，學的剛開始很努力做，可是她那個做的心怎麼樣？有求人家要看到。能感是自己的心，所感是境界，她的心假如說，我做很多了，他怎麼還沒看到？這個心念，會感先生怎麼樣？先生想，我看你能撐多久？這個心念互相招感。你發自內心的，跟你是有求的，那得到的感可能不會一樣。

所以古人講「行有不得，反求諸己」，這還是很有道理的，就是我們要看自己的心念看得很深入，有沒有夾雜期望？有沒有夾雜要求在裡頭？我們前面應該有提過「繆彤自撾」，他父親在他們很小的時候就去世了，他是大哥，長兄如父，把弟弟都照顧長大了，最後娶了妻子，這些妻子鬧分家。在這個當下，他不只沒有責怪他們，自己關起門來，「我讀了這麼久的聖賢書，要修身齊家，還要去影響這一方百姓，我居然連自己的家都齊不了，慚愧，愧對聖賢書，愧對聖賢人」，他就自己打自己，他是發自內心的。這麼一打

，說實在的，人不對的時候，他只是被習氣給控制住了，心裡還是不安的，自己的大哥奉獻了那麼多年，他們提這個不對的要求，大哥沒有責怪，還自己打自己，這個人的良心就喚起來了，就跪著道歉了，跟大哥道歉。所以我們在看古人在五倫關係裡面這些相處，我們就會去體會到說，「天下無不可化之人，但恐誠心未至」，真誠心現前，能觸動人的善根。

所以宣王一聽，慚愧了，「是我失德了，不是皇后的罪」。之後他對於政事就非常勤奮的去做，上朝上得很早，退朝退得很遲，盡心辦國政，而且還重修文王、武王遺下的基業，就成了西周中興的天子。我們知道宣王中興，這個宣王中興裡面關鍵在哪？有一個好的太太。「妻賢夫禍少」，連唐太宗也是一樣。所以要成就一個君王，「萬法因緣生」，這個緣也不簡單，要有配套措施，其中一個就一定要有好的太太。不然忠臣可能也是凶多吉少，忠臣一勸，他可能情緒上來了，這個時候女子的柔順就很有力道了，馬上就安撫君王的心，讓這個君王就更珍惜這個忠臣。所以這個姜后也是在盡她的力量護念好宣王，她也是問，為人謀，她有沒有盡到她的忠？

在春秋時期有一個忠臣叫介之推，他輔佐晉文公十九年，這麼長的時間。有一次晉文公餓到都昏過去了，太餓了，介之推居然拿自己大腿肉煮給文公吃，你看他忠的程度。後來晉文公回到晉國成為國君，他流亡十九年，回來之後，這些跟著很多年的臣子就開始在講，「你看這十多年，我的功勞比較大」，就在裡爭功。結果介之推看到這個情況，一句話也沒講他就離開了，他也沒有去邀任何功，自己就到山上去了。他有講到，「竊人之財，猶謂之盜」，我們偷竊別人的錢財，這是偷盜的行為；「況貪天之功，以為己力乎」，晉文公能回到晉國為國君，這裡面可能有他祖宗之德，有眾多

因素，假如我們覺得我的功勞最大，這不是貪天之功嗎？這有上天的庇蔭，有祖宗的庇蔭都在裡面，把這個功勞自己邀過來不行。就像師長教導我們做事的態度，「不求有功，但求無過」，這一點師長老人家慈悲，在機會教育點上抓得是恰到好處。當時候老人家在他的故鄉辦學，廬江湯池，辦了兩年左右，當時候不只是國內各省來一起學習，包含海外。舉個例子，有一次飛機上，馬來西亞的同胞好像就超過一百個人，一起來了，這麼多人都來中心學習。所以二〇〇八年初，還在春假期間，過年期間老人家就到中心來了，我印象很深的第一句話，「我們在湯池辦學這兩年，能有這樣的效果，都是佛菩薩的加持、祖宗的保佑、政府的帶領、百姓的配合，誰都不能邀功」。你看老和尚抓這個機會點，抓得淋漓盡致。辦學辦得這麼熱烈，甚至於來學習的人都很多讚歎，但老人家慈悲，護念我們弟子們的心念，不能邀功。所以再看看介之推這句話，「況貪天之功，以為己力乎」。

下一個是『與朋友交，而不信乎？』與朋友交往，是不是講究信用、誠信？信是人的第二生命，人無信而不立，沒有信用，在社會當中很難立足。《論語》當中也說到，「久要不忘平生之言」，我們曾經許諾的一些事情不能忘了，不然就失信於人。所以古人的態度，要答應人是慎重的，因為「事非宜，勿輕諾；苟輕諾，進退錯」，所以很高興的時候不能隨便答應人家。所以「盛喜中勿許人物」，你很高興的時候不要輕易「好，沒問題，都包在我身上！這個統統都給你了！」盛喜中勿許人物。「盛怒中勿答人書」，你很生氣的時候不要跟人家寫信。用在現在，很生氣的時候不要亂發短信出去，我非罵個痛快不可，啪就出去了。有點後悔，要退回來，微信是兩分鐘退不回來了，這個Skype好像比較安全點，Skype可以隨時退回來。當然說實在的，有時候你退回來，人家已經看過了

。所以就是有情緒的時候不可以寫東西，還是古人這個比較徹底一點。所以《弟子規》這一句，「事非宜，勿輕諾；苟輕諾，進退錯」，很有道理，人都是要學怎麼應對、進退。這一點我是做得不好，因為我比較容易激動，也要經一事長一智了。而且要「度德量力」，我以前讀錯了讀「杜」德，應該是讀「奪」德，「審時度勢」應該是讀「奪」。度（音杜）可能是量、度量，假如是在考慮事，應該是念「奪」。度德量力為好，你要答應人家事，要看緣成不成熟，自己度德量力，這是我們自身的部分。再來，也要看形勢允不允許，審勢擇人，你要用對人；或者說這個因緣是好事，但是起頭的人不妥當，「人存政舉，人亡政息」，負責的人錯了，這個事就黃掉了，這個都要冷靜判斷，你不能說好事，頭一熱就不考慮這些事了。你看《中庸》講「栽者培之，傾者覆之」，發心純正又真的肯幹的，要盡力幫助他。他傾了，他的心態都是搞名聞利養，你還去幫助他，不助紂為虐嗎？傾掉了、偏掉了，這個樹讓它倒下來做肥料更好。所以人在事當中，都還是要懂得判斷的。

第三，『傳不習乎』，老師傳授的有沒有很好的習？這個「習」字，你看上面一個羽毛，那個鳥在學飛，小鳥牠翅膀一張開，肚子白白的就露出來了，所以代表什麼？一定要練習才會學會飛。老師教給我們的東西，我們沒有去落實，就不能解行相應。《弟子規》提得也是很懇切，「不力行，但學文，長浮華，成何人」，就愈學愈偏掉了。所以我們看到「傳不習乎」，老和尚教導我的，我有沒有好好去落實？從哪一句開始？從他老人家講最多次的這些句子開始落實。「念念為他人著想」，從「擴寬心量」做起，從「平等恭敬」做起，「自卑而尊人」，「先人後己」，尤其他老人家最常強調的，「孝親尊師」做起。假如我們這麼一思考，我好像都沒有做，那就不能解行相應了。

另外，「傳不習乎」，這個「傳」也可以是要傳給學生的學問，是不是自己有很好的來溫習準備？甚至要傳給學生的學問，自己有先做了。比方說我們今天跟孩子講孝道的故事，我們自己有沒有盡力在做孝道？假如沒有，可能講起來的底氣會不一樣，那個攝受力就很不一樣了。所以師長在講《內典講座》的時候提到，有些人他講課，聽眾出了這個門就沒有味道了；有些人講課，人家三天還在感受、在回味他講的內容。差別為什麼這麼大？師長分析到，這個攝受力是來自於你講學的人自己落實的程度，落實得愈深，那等於是侃侃而談，他觸動人心就深了，所以從結果上看差別很大。更重要的是我們要看到根本的因素在哪裡。

所以孔子他很不簡單，曾子有一天說到，孔子有三個優點，曾子覺得自己很不如。曾子說到，夫子是「見人一善而忘其百非」，所以孔子很好相處的，這是第一個優點，孔子很容易接近、很容易侍奉，「易事也」。第二個優點，「見人有善若己有之」，這是夫子不會去嫉妒人，不會去跟人家競爭，都能隨喜人家的功德。第三是「聞善必躬親行之，然後道之」，就是夫子要教給學生的善、好的道理，他是自己先做了，躬親行之，然後再去引導學生來做。所以這個跟我們前面講的，「君子有諸己，而後求諸人」，夫子這個心態，等於是我自己先做到了我再來教。所以師長有一句話講到，「做到再說，是聖人」。所以曾子觀察到夫子這個態度了，夫子是聖人。師長又說，「說了之後能做到是賢人，說了之後做不到就變騙人了」。我們二〇〇五年底到廬江去的時候，老和尚第一次給我們教誨，這句話印象很深。現在再說到這一句，自己是很慚愧，自己還在騙人的狀態，要繼續努力，騙得愈來愈少，然後說的東西自己要趕快好好去做。還是很不願意騙人的，所以要好好努力才行。

李炳南老師他教學很認真，我們看老人家學問之淵博，他九十

多歲了，講課都是旁征博引，都不用翻書的。但是他每一次講課前，他都是很認真備課預習。縱使這些他已經講過很多次了，他還是認真對待，甚至也做表解、做註釋。所以我們看李炳南老師《全集》好多表解，都是他講課前很認真準備的。講課前認真準備，我們很用心在落實，這個都是為講課在做準備。我們落實得愈深，體悟愈深廣，你才能娓娓道來，侃侃而談。而且你真正靜下心來，我們說「處處留心皆學問」。《弟子規》在哪裡？《弟子規》在每一天發生的事情上。我們觀察自己、觀察每天遇到的親戚朋友，都是《弟子規》正面、反面的事例。我們能「見人善，即思齊」，一個人、一個事給我們很多感悟，我們能「見人惡，即內省」，有很大的受用。假如我們有這種處處留心處處都在學習的心境，每天都在積累這些人生的領悟、閱歷，你真正去跟大眾有交流的時候，那一定是侃侃而談的。所以這個備課，認真對待之外，不能只是講課前半個小時好好來備，那就有點是臨時抱佛腳了。

我們再看三十六句：

【三十六、孔子曰：「君子有三恕。有君不能事，有臣而求其使，非恕也；有親弗能孝，有子而求其報，非恕也；有兄弗能敬，有弟而求其順，非恕也。士能明於三恕之本，則可謂端身矣。」】

「夫子之道，忠恕而已矣」，我們前一句剛好交流到忠，「為人謀而不忠乎」。接下來這一句是『恕』。孔子有說到君子有三個方面，要心存推己及人的恕道，推己及人是恕。「己所不欲，勿施於人」，這推己及人，恕道。人家對我亂發脾氣，我很難過，我也不這樣去對別人發脾氣，這恕。恕容不容易？子貢有一天就在夫子面前講，「我不欲人之加諸我也，吾亦欲無加諸人」，我不希望人家用這種態度、言語對我，我也不這樣去對人，這恕。孔子說，「非爾所及也」，這個還不是你的功夫境界。比方說，誰都不是很願

意別人在自己背後指指點點亂批評，這一般的人都會不舒服。但《論語》裡面，「子貢方人」，子貢在批評人。子貢說，「我不欲人之加諸我也，吾亦欲無加諸人」，他不希望別人批評他，他也不去批評人，這恕道了。而且這裡面還有因果關係，我們去批評人是因，會召來什麼果？召來別人批評我們。所以這個恕道還是要下一番功夫。誰也不願意人家對我們發脾氣，那我們這個恕道提起來的話，從今天開始不對人發脾氣了。這叫「強恕而行」，為什麼孟子要用這個「強」字？了凡先生也是過來人，他用了「始而勉強」，一開始要落實恕道還是有點勉強的，因為這個過程有時候考慮自己感受比較多，慢慢考慮別人多了，就轉過來了，「終則泰然」，就可以做得比較自然。

哪三方面要存推己及人的恕道？有君主不能忠心奉侍，卻要求部屬聽他的話，『有臣而求其使』，可以聽他使喚，這個就非恕也。這個「恕」字我們看，如其心，等於感同身受，這有恕道的味道，推己及人，感同身受。還有一個是寬恕，能包容，別人犯錯了，都能夠容，不嚴厲的去批評指責。這個「恕」，老和尚在講經當中也常常指導我們，常常引《無量壽經》一段經文，「先人不善，不識道德，無有語者，殊無怪也」。我們今天遇到一個人，他不懂事，你不要跟他計較，沒人教他，他的父母、爺爺奶奶，幾輩人，大家都沒有學到。身為炎黃子孫，中華兒女，沒有學到老祖宗的文化，好可惜，好可憐！他很可憐，我們還跟他計較幹什麼？要包容，這屬於寬恕。《孔子家語》這三恕，是屬於推己及人。今天我們自己不能盡忠於領導，然後我們又要求下屬，人家下屬看了心裡不服氣，人家不能接受，所以這個是不合理的要求，人家心裡不服，你去要求，可能適得其反。

對父母，『有親弗能孝』，對父母不能力盡孝道，『有子而求

其報，非恕也』，卻要求孩子要盡孝、要回報，這就不是恕道了。要求孩子要孝順，可能孩子馬上反駁，「你對爺爺都不孝，幹嘛要求我們？」這個是人心的狀態，我們有沒有體會到如其心呢？其實有時候我們的心是比較粗的，不能去體恤人心。有一個母親，她的孩子比較不聽她的話，她也挺生氣的。後來媽媽來學傳統文化，學了之後有一些轉變，照顧自己的公公很盡力，公公生病了，到醫院去照顧。照顧了幾天，她的兒子被她感動了，哭著跟她說，妳以前對爺爺不好，我很難過。你看孩子心裡有牴觸，那是當母親的人能不能體恤孩子的心？你有父母親不能孝，你要去要求孩子，孩子心裡不服。可是你現在在盡孝的時候，你就觸動他的善根了，你看孩子來主動給媽媽道歉了。所以我們去要求，得不到很好的回應，這個我們就要反思了，是不是我根本就沒有以身作則還去要求？人家心裡不服了。

我記得十九年前我在深圳，到一個幼兒園，那小朋友可能就五歲左右而已。我跟他們上課，我印象很深，首先我說，「今天老師跟你們講《弟子規》」。他們說，「我們學過了，我們會背了！」五歲。所以你在教一個東西，一開始的觀念還是要講清楚，不然你看小朋友先入為主，你看他說「我學過了，我會背了」，《弟子規》是拿來做的，不只是背而已。然後，我跟他們聊的過程聊到，他們覺得一個好的女子（我也不知道怎麼會聊到這裡了）應該具備哪些條件？擺在第一的，最多小朋友講的，你們猜猜看，是哪一個條件？小朋友的條件是「要對爺爺奶奶好」。我當時印象很深，你不要看他小，他都感受在心裡，他跟爺爺奶奶是天倫，直系血親，媽媽對爺爺奶奶不恭敬，小孩的心裡很難受的；他心裡難受，他就有情緒了，他就不能順從了。所以這個非恕也，真的是很有人情事理在裡面。

『有兄弗能敬，有弟而求其順』，有兄長不能夠尊敬，卻要求弟弟順從自己，這也不是恕道。『士』，士是讀書人，能夠明白這個『三恕之本』，『則可謂端身矣』。這舉了三個倫常關係，所以讀書人能夠明白，忠於君、孝於親、悌於兄，自己應該要以身作則，上行下效來帶動，而不是先要求對方、要求底下的人，這個心境才與恕相應，這些是恕道的根本，有這樣的心境就可以是端正自己了。常常這樣觀照，就會覺得自己在五倫關係還有做得很不夠的部分。人一覺得自己做得不夠，就不容易苛責於人，那就跟忠恕相應了。我做得還不夠忠，我要更盡力；對別人又能夠寬以待人，恕。好，今天就跟大家交流到這裡，謝謝大家！