

尊敬的諸位法師、尊敬的諸位長輩、來自世界各地的兄弟姐妹們，大家下午好！

非常感恩主辦單位給李越一個在這裡和大家交流分享的機會，也非常感恩在座的法師、長輩、兄弟姐妹們，從世界各地來到這裡，莊嚴這個會場，成就這一殊勝的因緣。李越也是非常慚愧，自己的學問、道德還非常不足，今天也是藉這個機會和大家分享一下自己學習的一些體會，有講得不到位的地方、不足的地方，還望我們在座的長輩、朋友們給予多多的指導和斧正。

我是在十幾年前開始跟隨蔡老師學習傳統文化，主要是學習《弟子規》。記得當時我是在海南的海口，我自己有一個藝術學校，當時就邀請蔡老師在我的這個藝術學校開展弟子規的教育，那個時候，的確人們對傳統文化還非常的不了解，所以那個時候要做很多的工作，才能有一些家長和孩子來聽課。剛開始蔡老師在我的這間教室裡講課，講課的時候只有十幾個人，可是到後來，本來只能坐三十多個人的座位，後來擠得這間教室是水洩不通，每一次每個星期的課程都在不停的增加人數，已經擠到了一百多人。

有一次我們看到一個年長的七十多歲的老人也坐在底下聽課，他一邊聽一邊微笑的點頭，一直點頭，聽得非常歡喜。結果我記得很清楚，下來之後，蔡老師就上去跟這位長輩握手，就跟他問候，結果這個老人家聽了蔡老師的話也沒有回應，旁邊的晚輩說他不曾講普通話。我們可以感受到，您看長輩們看到年輕人在這裡把我們中華老祖宗的文化能夠給我們這些後代子孫，讓他們了解這些做人處世的道理，結果聽不懂普通話的長輩都來莊嚴這個課堂，所以當

時讓我們看到非常的感人。

為什麼聽課的人數愈來愈多？我們看到本來孩子不聽話，沒有禮貌，打遊戲機，對父母不孝，學了一個階段，回到家裡為父母端茶倒水，幫父母洗腳、做家務，孩子愈來愈孝順了。看到夫妻之間不和，結果學習了一階段，這種對立、衝突，彼此的這種不能夠體恤、理解全都化解了，一個家庭愈來愈和睦。正如剛才蔡老師講到的，我們真正的只要用心學習聖賢的教育，自然身心會和樂，家庭會變得愈來愈幸福。

在十幾年前剛認識蔡老師的時候，蔡老師就問我：妳叫什麼名字？我說我叫李越。他說妳這個名字很好啊，有「禮」又有「樂」。各位在座的朋友，你們知不知道是哪兩個字呢？實際上，我當時是愣了至少五秒鐘沒有反應過來，蔡老師問這句話是什麼意思，有禮又有樂？五秒之後我反應過來了，在座的朋友們，你們反應過來了沒有？哪兩個字？你們比我有智慧，我聽到了，禮貌的「禮」，音樂的「樂」，有禮又有樂。當我知道我的名字跟這兩個字是諧音的時候，那天我走到大街上感覺都不一樣，雄糾糾氣昂昂，充滿了一個正能量，冥冥之中就覺得自己有一種責任感和使命感。隨著進一步的學習，才了解到古代的文化就是禮樂文化，而禮樂的文化是博大精深，在儒家的文化當中佔據著非常重要的地位。我們儒家的核心是仁、義、忠、恕，皆要有禮樂的教化，把這些道德才能夠充分的體現出來。

在我們周朝的時候，我們都知道聖人周公就是制禮作樂，孔老夫子的時期也是「刪詩書，定禮樂」，對禮樂的教化非常的重視。人心的改善、社會風氣的轉變，皆要透過禮樂的教化而得到轉變，所以我們就知道禮樂文化是多麼的重要。正如同我們尊敬的老教授這兩天都有提到，在中國的古代，每一個朝代建立的時候都要頒布

禮樂制度，讓人們的行為、言語都有一定的規範，遵循社會的倫理道德而去生活，這個社會就會變得祥和。所以我們看到在《孝經》當中就寫到：「移風易俗，莫善於樂；安上治民，莫善於禮。」我們看到人心要變得厚道，整個社會的風氣都充滿正能量，一定要靠樂教來改善我們的人心，人與人之間的和睦相處，與自然、與社會的和睦相處，人類社會安定和諧充滿了一種秩序，都是要靠禮來治理。所以禮樂它是相當於一對雙胞胎，是一體兩個方面，是不可分割的，禮中有樂，樂中有禮。所以我們古聖先賢就是制禮作樂，來改善人心。那誰能夠制禮作樂呢？我們看到《中庸》當中的一段經典：「雖有其位，苟無其德，不敢作禮樂焉；雖有其德，苟無其位，亦不敢作禮樂焉。」也就是告訴我們，一個人有天子的地位，但是他不是聖人，都不能制禮作樂；而一個人他雖然是一個聖人，但他又不在天子的位置，也不能制禮作樂。這代表什麼？禮樂有非常深厚的內涵，的確它涵蓋的這種文化是與天地之道相通。

音樂我們都知道，我們人人都喜歡音樂，不同的國度、不同的民族都有自己的音樂。包括李越自己本身也是生活在一個有音樂的家庭，我雖然是生長在農村，可是我的父親會拉二胡、會彈三弦，我的兩個哥哥也都會拉二胡，所以家庭當中經常是充滿了歡歌笑語，一家人常常還舉辦家庭的春節晚會。當有這些音樂、歌聲的時候，真的是一家人充滿了溫暖和幸福的感受。那我們對音樂怎麼來理解和體會呢？你看我們看到有聲、有音、有樂。聲是什麼？是物體的摩擦，摩擦之後產生了聲音，你看我敲一下這個話筒就會有聲音，這個是聲。什麼是音？這個聲有高低長短不同，產生了一定的旋律就叫音。那什麼是樂？我們來看一下屏幕，「樂者，通倫理者也」，真正的樂是通倫理道德的，所以真正的音樂，它是與天地自然的法則相應。這裡講到「知聲而不知音者，禽獸是也」，只能聽得

懂聲而聽不懂音的是這些動物。「知音而不知樂者，眾庶是也」，能聽得懂音而聽不懂樂的是一般的凡夫。最後告訴我們，「唯君子為能知樂」，只有真正的君子才懂得什麼是樂，那就是只有符合道的音才能稱為樂。這裡告訴我們，「德音之謂樂」，就是這個音樂它是充滿了道德的這種內涵才能夠稱為是樂。而新樂「淫於色，而害於德」，什麼是新樂？這是在古時候指的一種新樂，對我們今天的人來講，我們講的就是靡靡之音。我們現在的年輕人，剛才蔡老師說，好的家風要怎麼來承傳，所以當我們了解音樂它的作用，對我們人心的影響之後，我們要做孩子生命中的貴人，要讓他們聽好的音樂。這種靡靡之音會怎麼樣？我們這裡看到低層次的音悖逆天道、中庸的原則，對人性的宣洩毫無節制，引導人走向頹廢和暴力，最終毀滅人性，是亡國之音。比方我們看到現在的年輕人唱起歌來那個痛苦的表情，有沒有？比方說我們聽到一些歌聲，「我愛你，就像老鼠愛大米」，在座的朋友，老鼠愛大米是愛還是欲？剛才蔡老師有給我們唱「愛的真諦」，老鼠愛大米是欲望。當我們學了傳統文化的這些道理，我們的年輕人就會有智慧，就能夠判斷善惡、是非、好壞，這樣的能力就會建立。所以在找對象的時候，就知道要挑選什麼樣的人來做為自己終身的伴侶，就能分辨出來是欲還是愛。所以我們要為孩子選擇這些非常良善的歌曲。在我們中國的古代，德音才能稱為樂，所以叫「德音雅樂」。

我只是這麼講，大家還是很難感受。我們現在因為幾千年過去了，我們不知道我們古人聽的音樂到底是什麼樣的；對李越來講，的確也沒有深入，我們沒有辦法去體會。但是至少我們從現在起，我們要聽這些內容健康、積極進取、感情真摯，表達孝悌忠信、禮義廉恥的這些道德之歌，來取代這樣的靡靡之音，我們只能從這裡做起。所以要非常感謝蔡老師剛才唱了一首「愛的真諦」，剛好我

準備了這個課件，蔡老師又把這首歌給大家做了一個開解，我們共同再來溫習一遍，共同來唱一下這首歌，再深入的體會一下。剛才我們已經聽過了，有一些印象，現在又有歌詞，音樂聲響起來了沒有？音樂聲？我們可以拍著手，跟我一起唱：「愛是恆久忍耐又有恩慈，愛是不嫉妒；愛是不自誇不張狂，不做害羞的事；不求自己的益處，不輕易發怒，不計算人家的惡，不喜歡不義只喜歡真理。凡事包容凡事相信，凡事盼望，凡事忍耐凡事要忍耐，愛是永不止息。」我們也要一門深入，剛才唱過，現在再來唱，體會更不一樣了。讓我們在愛的這種溫暖當中長養我們的善根，喚醒我們的善良。再來，開始，「愛是恆久忍耐又有恩慈，愛是不嫉妒；愛是不自誇不張狂，不做害羞的事；不求自己的益處，不輕易發怒，不計算人家的惡，不喜歡不義只喜歡真理。凡事包容凡事相信，凡事盼望，凡事忍耐凡事要忍耐，愛是永不止息。不求自己的益處，不輕易發怒，不計算人家的惡，不喜歡不義只喜歡真理。凡事包容凡事相信，凡事盼望，凡事忍耐凡事要忍耐，愛是永不止息，不止息」。

在座的朋友們，當我們聽完這首歌，內心有沒有變得更柔軟？有沒有？內心是不是也覺得充滿了愛？當我們唱完這首歌以後，你看這個歌詞，這些內容就在浸潤著我們的心靈，讓我們的內心充滿愛，讓我們更有一種博大的胸懷懂得去愛人，懂得自愛。您看這種包容力、忍耐力好像都在不斷的得到提升，有沒有？所以我們說愛的感覺是溫暖的，愛的言語是正直的，不自誇、不張狂，愛的行為、愛的心地是無私的。我們剛才看到的歌詞當中也講到，愛是不求自己的益處，愛都是處處的怎麼樣？成全他人，不計算別人的惡，都是忍耐、相信、包容。你看，當我們人有這樣的胸懷、這樣的心胸，我們每天是不是都活在快樂的生活裡？是不一樣的，這就是音樂它教化的力量。您看愛的行為是成全的，不是佔有、不是控制、

不是要求，不是對立、不是衝突。我們懂得包容、懂得體恤、懂得原諒，那個心胸是不一樣的。我們人的心靈的境界，藉由聽這樣的音樂、唱這樣的歌，而得到不斷的提升，這就是音樂帶來的力量。

在《禮記·樂記》當中講到，「樂者，非謂黃鐘大呂弦歌干揚也，樂之末節也」，音樂這個黃鐘大呂都是樂器。我們都知道很多人唱歌聽音樂是用來消遣、娛樂或者欣賞，或者就是我們的老教授上午講的，是感官的刺激而得到一種快樂，那個是暫時的，而帶來的害處是讓我們的人性更墮落，人格更加的曲扭。所以我們了解到音樂真正的目的，在我們儒家文化當中是起到提醒人心、教化人心的作用。這裡《禮記·樂記》當中也講到「凡音者」，我們一起來讀誦一下好嗎？「凡音者，生人心者也。情動於中，故形於聲。聲成文，謂之音。」這裡告訴我們就是音樂起於什麼？音樂起於來自於我們對外物的影響之後內心受到了觸動，有了情感的這些萌發，那就是音樂就表達我們的身心世界內在的感情、思想。所以「情動於中，故形於聲」，這個聲音就出來了。「聲成文，謂之音」，這個情感把它譜成樂曲，謂之音就是成為樂曲是文，就有了音樂。比方大家不遠萬里來到這裡共襄盛舉，我們就很想唱一首歌，「You and me from one world, we are family。Travel for dream, a thousand miles, meeting in London。Come together, put your hand in mine。You and me from one world, we are family」。My English is not

good，我也跟蔡老師一樣，英語我比蔡老師還要差，所以來到英國要學英語確實不容易。剛才我們就是，就會這樣有感而發，可能唱出這樣的一首歌來，表達我們來自不同的地方。但是我們是一家人，我們相聚在這裡為了一個共同的目標，這個目標在哪裡？「為往聖繼絕學，為萬世開太平」，是不是？是就要掌聲鼓勵一下，謝謝

大家！

您看這裡講到「情動於中」，我們一起來念，來，開始，「情動於中而形於言，言之不足，故嗟嘆之。嗟嘆之不足，故詠歌之。詠歌之不足，不知手之舞之足之蹈之也」。就是我們有了情感的萌動，我們往往就要用語言來表達，語言好像還不能夠表達我們內心的情感，你看「嗟嘆之」就是「啊！祖國，我的母親！」我們好像才能表達。表達還不能夠體現的時候，我們可能又要用什麼？用歌聲，這裡就講到「詠歌之」，「嗟嘆之不足」就「詠歌之」。「我和我的祖國，一刻也不能分割，無論我走到哪裡，都留下一首讚歌」，就唱一句，不能多唱。如果歌聲還不能表達的時候就「手之舞之足之蹈之也」，就有了舞蹈來表達我們內心這種美好的情感。「花兒臉上開，禮從笑中來。頭兒點一點，禮從愛中來。手兒牽一牽，禮從心中來。有朋自遠方來，樂開懷。」其實我不是聲樂的專業的演員，本來應該我們有一個專業的老師來上這個音樂課，他來不了。所以，我們幹這行真不容易，別人不行的時候我們就得頂上來，大家給我一些掌聲鼓勵好不好？好，那我們突然唱這首歌，是要表達什麼？也就是這首歌用歌聲來讚美禮，也是表達我們現在當下的心情。因為我們都是從四面八方來的，來到英國倫敦是真不容易啊！我們到新加坡四個多小時，又在機場停留四個多小時，又坐了將近十三個小時才來到倫敦，容不容易？所以我現在唱歌氣不足。千里迢迢不容易，來到這裡，我們的禮從哪裡來？要從笑中來，人與人見面要親愛，要打招呼，要問候，頭兒點一點問候；禮從我們的心中來，手牽一牽；禮從我們的愛中來，「有朋自遠方來，不亦樂乎」！

在座的朋友，我們不能光樂，現在又談到了禮，禮樂禮樂要均衡，要相輔相成。你們今天，或者從昨天到今天將近快兩天的時間

，你們坐在一起不一定相互認識，你們和前後左右的朋友有沒有點頭微笑？有沒有拉拉手？有沒有問候一下來自哪裡？問寒問暖，「倫敦比較冷，有沒有多穿點衣服？」有沒有做這個動作？沒有，是不是？沒有做這個動作就不夠意思，因為這首歌已經表達出來了。沒有的話，現在就要補上，好不好？現在我一說開始，你們就要跟左右前後的朋友拉拉手，問候一下好嗎？看看是不是一家人？我們是一家人。我看你們現在拉完手以後，整個的磁場不一樣了，那個氣氛不一樣了，我們的心情有沒有放鬆一點？有，是不是？其實我們的禮從哪裡開始？就是人與人見面，剛才蔡老師講到，我們不懷疑任何一個人，我們就是常以笑臉迎人，當我們常以笑臉迎人的時候，我們就是在，我們叫什麼？佛家講的「面上無瞋供養具」，我們就在做一種愛的布施，傳遞我們的友善。

我曾經到馬來西亞，剛到那裡，人生地不熟，跟來倫敦一樣，很緊張。當時我就走出去一個人散步，就很害怕，結果散步的時候突然看到一個馬來的保安人員，遠遠的，我一看到他，皮膚黑黑的，我就很緊張。正緊張的時候，沒有想到，他面帶笑容；他皮膚很黑，還沒有走近我，我就看到他笑了，因為牙齒很白。他就給我敬了一個禮，我一看，別人主動跟我行禮，我也趕快給他行一個禮，這麼一行禮，馬上我們人與人之間的那種陌生感就消除了，那個距離就近了。見面以後他就跟我講英文，en，我就學習外國人，en，完了就yes、yes，結果也不知道他在講什麼。後來他又換作馬來語，看我還是聽不懂；我又跟他講普通話，他也聽不懂，就這樣聽不懂，兩個人講得熱火朝天，特別開心。從此之後，再走出去見到他，都要聊會天，但是都不知道誰講些什麼。那個時候就體會到什麼？當我們與人為善，「予人玫瑰，手留餘香」，會不會？當我們用一分至誠恭敬的心對每一個人，我們說「愛出者愛返」，是不是？



自然而然我們就會得到這樣一個友善的回饋。所以主動打招呼、點頭、微笑、握手，就是傳遞愛、傳遞友善，就是消彌我們人與人之間的對立和衝突；蔡老師說了，就是對我們這個社會、對這個世界有貢獻。不過剛才我看到大家握手、拉手，這些禮節還存在問題。今天本來應該請一個朋友上來跟我示範一下，我以最快的速度，雖然時間今天一個小時，我還是希望不要錯過這個機會，因為我看到我們這個握手禮存在一些不規範。有哪位女士願意上台？這邊，好，我們掌聲，這位，您第一個舉手的，請上來，我們掌聲響一點好不好？

李越老師：謝謝您，請問您貴姓？

嘉賓：我姓貝，名叫圓賢，貝圓賢，是英國華僑文教基金會的。

李越老師：是我們英國的華人，這次做義工。好，姓貝，哪個貝呢？

嘉賓：寶貝的貝，圓滿的圓，聖賢的賢，向聖賢學習的賢。

李越老師：我們的聖賢教育絕對是天下的寶貝。

嘉賓：今天非常的榮幸，能夠在這裡見到我心目中的偶像蔡禮旭老師和李越老師，所以我第一個爭著舉手上來了，要跟李越老師一起開心，覺得非常的開心。

李越老師：好，我們兩個一起開心，帶著他們一起開心好不好？那上來我們要做一個示範，一個什麼示範呢？握手禮的示範。因為我剛才看到大家握手拉拉扯扯，不是很優雅，所以我們要做個示範。好，我們先來握握手好嗎？「貝女士，好久不見了，妳好！妳好！」

嘉賓：妳好！李老師好！很高興見到妳。

李越老師：您愈來愈年輕了。

嘉賓：李老師，妳看起來非常的莊嚴和愉悅。

李越老師：謝謝！謝謝！您剛才握我的手有什麼感覺？我的手？

嘉賓：我握著妳的手是溫暖的手、開心的手。

李越老師：我覺得我們英國的華人非常善良，我用多麼無禮的表現對待她，她都是怎麼樣？以正面的一種感應回饋給我。我剛才的手有沒有用力？

嘉賓：妳的手是非常的柔和，我感覺到很溫暖。

李越老師：沒有用力是嗎？

嘉賓：沒有用力。

李越老師：好，我們再來試一下。「妳好，貝女士，好久不見了！」妳說一下，現在妳稍微思惟一下，說真心話，當我們的手和別人握手的時候，妳感受到對方一點沒有用力氣，妳現在想想，真實的體會會怎麼樣？

嘉賓：我剛剛跟李老師的握手，她沒有握著我的手，只是直直的跟我的手握。我握她了，表示我是很想親近她，她好像不是很真誠的跟我握手。

李越老師：現在她講心裡話了，實際上前面講的也是心裡話，因為她看我的長相就是個好人，無論我多麼無禮，她都會正面的去思惟。我現在就說妳去體會，當我們手不用力的時候，你看她體會到了對人的一種輕慢。雖然看似有握手這個動作，我們沒有用力的話，給對方的感受就是非常輕慢、無禮，有沒有？我們來體會，因為我們都有一個經驗，跟別人握手，別人沒有用力的時候，你就會覺得他很傲慢，把我們不放在眼裡，有這種感受，是嗎？好，謝謝！

其實我是很友善的，我現在是表演。好，再來！「妳好貝女士，好久不見了！」這個時候妳握著我的手什麼感覺？

嘉賓：這個時候握著李老師的手，我感覺又太用力了，她好像又有點誇張了，我覺得。

李越老師：妳看又誇張了，握著妳的手非常疼痛是嗎？很用力。我為什麼要這樣表演呢？因為我們曾經握手的時候，有男士尤其握了女士的手很用力，馬上妳就提起警覺，對這個人怎麼樣？開始有了防範，覺得他不正常。所以我們在座的男士握女士的手不能這麼用力，要不是別人會覺得你別有用心，心不從正念。所以這個也是禮，我們先表演這幾種，我們看到示範。再來，繼續，「貝女士，妳好！哎喲，蔡老師也來了！」妳感覺到什麼？

嘉賓：這一次我感覺到，李老師和我握手非常的自然。不過，她跟我握了手，馬上就轉過頭去跟蔡老師打招呼，我覺得還是感覺到有一點怠慢。

李越老師：她的體會非常的真實。因為我是常常看到別人跟我們握手的時候，連眼睛看都沒有看到。因為我們《弟子規》裡講到，「問起對，視勿移」，是不是？所以一個握手有沒有學問？這個學問到底在哪裡？我們人與人之間不認識，但是透過一個握手，我們就能夠體察到對方的修養、對方的心理，是不是？可以感受。我們再來，「貝女士您好，好久不見了！」

嘉賓：很高興見到妳。

李越老師：你們有沒有遇到這樣的情況？是不是握手的距離很近？

嘉賓：剛剛感覺李老師握手的距離又太近了，覺得好像有點勉強、牽強的這種感覺。

李越老師：會給人有壓迫感，因為我都遇到了，握手跟您很近。人與人之間要保持一個公眾的距離，這樣才是一個對他人的尊重，才是一個禮。你過遠也不行，過近也不行，禮就是教我們分寸，

禮就是教我們那個度，要把握那個度，不偏不倚。我們還有最後一種，好嗎？「貝女士，好久不見了！」這個時候，妳體會到了什麼？

嘉賓：這個時候，我體會到我們是很自然、很平等的一個問候，非常的自然。

李越老師：太善良了！剛才你們有沒有看到我的頭抬得很高？我們中華民族是一個文明古國、禮義之邦，這個禮最重要的，強調的是自卑尊人。我們往往看到一些人握手或者講話，頭都抬得很高，有沒有？傲氣十足，給對方也會帶來非常大的壓力，有沒有？有，是不是？所以說，這些都是我們對人不恭敬的行為。禮是我們內在的一個修養的外在體現，藉由這些行為就可以反映我們人的素養。所以我們正確的是怎麼樣？您看，「您好貝女士，您好！」你看，我們的身體都會向前傾，也就是時刻保持一個自卑尊人的狀態，我們誠於中，形於外。「您好！」再來握手時候還不能一直握著不放，還有一種就是握著不放。「妳好貝女士，真是好久不見了！妳最近怎麼樣啊？」

嘉賓：我最近很好，謝謝！

李越老師：尤其是男士握著女士的手沒有放，妳抽都抽不回來，這個也是非常無禮和不文明的表現。大家記著，尤其我們的男士，現在我們正確的一個握手禮，就是一握即可。當然做為同學、好朋友，多年沒見，擁抱、握手、拉著，這都沒問題。但是初次見面，一握即可，眼睛看著對方，是不是？要帶著微笑，專注、恭敬，這是我們對人真誠禮敬的一個表現。再接下來，我們剛才錯誤的、正確的都表演了，那麼男女之間誰要先伸手？

嘉賓：男的應該先伸手。

李越老師：你們說呢？男女之間，Ladies

first，女士優先，記住了，您這下印象一定很深刻。長幼之間誰要先伸手？對，長輩先伸手，長輩沒有伸手，幼者伸手是失禮。再來，主賓之間，主人和賓客之間誰要先伸手？主人先伸手。上下級之間誰先伸手？上級先伸手。我們丁老師特棒，全都明白。上級伸手，下級才能伸手。我們介紹，「這是我們新來的小王」，小王就上去，「王董您好」，就伸手，一看就是不懂禮，就很失禮。所以這個禮重不重要？非常重要。當然這個禮，人與人之間怎麼自我介紹，怎麼彼此的相互介紹也很重要。因為我們一個小時的時間，我們只能拋磚引玉。再次感謝貝女士真誠的配合，謝謝妳，謝謝！好，請您回座，感謝！

在我們的《論語》當中就講到，「興於詩，立於禮，成於樂」。興於詩，像今天上午的祭祖大典，我們有沒有看到？看到祭祖詞，我們的主持人把它朗誦出來的時候，真的是我的眼淚不知不覺就會流下來。詩言志，「在心為志，發言為詩」，詩最重要的是表達我們內心的志向。那今天的祭祖文的志向是什麼？同樣的是「為往聖繼絕學，為萬世開太平」。立於禮，「不學禮，無以立」，不學禮，一個人很難在社會上立足；成於樂，樂是陶冶我們的心性。所以在古時候，詩、禮、樂是一體，尤其是我們今天看到的祭祖大典就是禮、樂最好的一個配合，相輔相成的表現。我們看到整個的禮儀是肅穆、莊嚴，很有它的次第、秩序。在這樣的狀態下，我們聽到配上了咸和之曲、寧和之曲、安和之曲、景和之曲，雖然我們不了解這些曲目背後的內涵，但是我們可以體會到禮樂當下對我們人心的攝受，有沒有？讓我們對祖宗生起了無限的感恩之情，讓我們懂得了知恩報恩。

在古時候沒有特別歷史的教育，就是在祭祀當中用我們《詩經》的讚美詩讚美我們的祖先筚路藍縷的艱辛創業，打下了我們今天

的天地。當我們的年輕人聽了這個讚美詩之後才知道，祖先是如此的不容易，原來我們今天所得到的一切，物質的文明、精神的文明、文化的財富，是祖祖相傳到了我這一代。他就會把過去、現在和未來，像珠子用一根線把它串起來，原來我就是傳人。我們說龍的傳人，薪火相傳，這個文化不能在我們的手中斷掉。後代子孫在祭祀的活動當中有了這分責任感、使命感，文化才能夠代代承傳下去，所以這種祭祀的意義非常重大。

詩、禮、樂是一體，詩是樂的詞，樂是詩的譜，禮是詩的動作。那我們再來講的時候，還是要再來唱一首歌，大家來體會，因為我們的祭祀是孝道。請我們音響放一下聲音，好，謝謝！是一首「有妳的地方是天堂」，是孝道的歌，我們體會一下。「母親哟，妳像月亮，散發出溫柔的光，我們像迷途的羊，依偎在妳的身旁。母親哟，妳的手掌，拍拍著我們悲傷，為我們輕輕的唱，讓我們幸福成長。妳的愛像月光，那麼溫柔又慈祥，在妳的懷抱中，是最幸福的時光。妳的愛像月光，給我溫暖和希望，有妳的地方是天堂。」我們一唱這首歌，是不是感受我們從小到大成長的過程，都是在母親溫暖的懷抱、搖籃當中成長？「母親哟，妳的手掌，拍拍著我們悲傷，為我們輕輕的唱，讓我們幸福成長。妳的愛像月光，那麼溫柔又慈祥，在妳的懷抱中，是最幸福的時光。妳的愛像月光，給我溫暖和希望，有妳的地方是天堂。妳的愛像月光，那麼溫柔又慈祥，在妳的懷抱中，是最幸福的時光。妳的愛像月光，給我溫暖和希望，有妳的地方是天堂，有妳的地方是天堂，有妳的地方是天堂」。

我們剛才這樣一首「有妳的地方是天堂」，是不是我們有感受到母親的養育之恩？在唱這首歌的時候，我們就會回憶到我們的童年。我們的母親對我們有生育、養育、教育之恩。李越就想到在小

的時候，常常看到全家的孩子都睡了，母親在燈光下一針一線為我們納鞋底、縫衣服。每天早晨，因為我是生活在新疆，也是跟倫敦的氣候差不多，北方，冬天的時候我們有土炕、有火牆。母親晚上都是把鞋墊、鞋、棉衣、棉褲烤在那個火牆上，早晨起來穿上溫暖的棉衣、鞋子，感受到母親的那分溫暖和愛，高高興興去上學。所以真的是，有母親的地方是天堂。當我們能夠不斷的去回憶父母給予我們的愛，我們知恩報恩的心才會生起，我們才會把握人生的每一分、每一秒。行孝要及時，這個孝心才會不斷的去喚醒。

我們看到在這裡，《史記·樂書》當中就講到，「故音樂者，所以動蕩血脈，通流精神而和正心也」，音樂可以動盪我們的血脈。樂者樂也，讓我們因為聽這種善的音樂而感到快樂，內心和諧，「可以善民心，其感人深」，也就是真正的讓我們變得愈來愈良善。所以這裡講到，「樂者樂也，君子樂得其道，小人樂得其欲」，小人是用低俗的音樂來刺激他的感官，而那個快樂是假的。真正的樂是「以道制欲，則樂而不亂」；「以欲忘道，則惑而不樂」，會更加的迷惑顛倒，人生會更痛苦。所以禮樂到底是什麼？我至少把「禮樂」這兩個字跟大家今天要講清楚，要不這個「禮樂時光」就名不正言不順。

我們來讀誦一下這段：「樂者，天地之和也；禮者，天地之序也。和故百物皆化；序故群物皆別」，樂是來自天地的和合之氣，禮是來自天地的秩序。我們看到天空中的日月星辰運行不悖，大地上的山海平原高下相移，春夏秋冬四季生生不息的在運轉，這是不是天地有秩序？這就是天地的秩序。因為天地之間有秩序，萬物得到了區別。所以用在我們人類的生活當中，什麼區別？父子有親、君臣有義、長幼有序、朋友有信、夫婦有別，就能夠體現它的不同，尊卑長幼就區別開來。而樂者呢？我們看到是天地的和合之氣，

和故百物皆化。天地間有陰陽二氣，陰陽二氣的摩擦，產生了這樣和的能量，讓萬物得到了養育。音樂就是來滋潤我們的心靈，讓我們人與人之間變得親愛，禮讓我們人與人之間變得恭敬、尊重，這就是禮、樂它的分工，它起到教化的不同。所以在《禮記·樂記》當中就講到，「大樂與天地同和，大禮與天地同節」。所以我們今天學樂，是讓我們人與人之間更親愛，學禮是讓我們彼此懂得尊重。如果光有禮沒有樂，人與人之間就會變得疏遠，就會變得過於苛刻和嚴肅；如果光有樂沒有禮，我們的行為、我們的欲望沒有節制的時候，就會變得過於輕易、放蕩、放縱。這就是我們聖人的智慧，制禮作樂。所以在閨門之中，父子兄弟同聽之莫不和親；在宗廟當中，君臣共同聽之，君臣之間莫不和敬；在族長鄉里之中，長幼共同來接受樂的教化，彼此之間莫不和順，就懂得尊卑長幼的這種秩序。在家庭當中，共同來聽好的音樂，您看兄弟、姐妹、父子之間愈來愈親愛；教育的本質就是恢復我們父子之間那個親愛，親愛是我們性德的源頭，第一個目的就是先恢復我們的親愛，把這分親愛不斷的擴大、保持。今天我們主持人也講了「凡是人，皆須愛」，所以必須回歸到教育的原點、愛的原點。音樂的教化到的時候，人與人之間不會有怨氣，不會抱怨、不會指責、不會批評；禮到的時候，人與人之間忍讓、謙讓、禮讓，和樂融融，你看「揖讓而治天下，禮樂之謂也」。

我想最後，我們還是要用一首歌再來體會我們當下的一個心情，那我就要結束今天的課程，禮的內容今天沒有時間了。未來，我會在英國逗留一階段，我們有機會再繼續分享以下的內容。現在我們一起來唱這兩天我們聽到的這個音樂，音樂聲稍微響一下。我們用至誠的心來跟著這個歌聲，跟著這個內容，我們一起來唱一遍：

「誠心祈求天下無災，人皆平安，遠離苦難，願持善念護大地，世



界充滿著愛和關懷」。我們剛才因為講到父子一起來聽音樂，家庭和睦，今天我們坐在一起來唱這首歌，聽這首音樂，當下我們是一個什麼體會？我們共同祈願天下無災，人皆遠離苦難，我們持這個善念，讓我們的世界充滿愛和關懷。當下我們發出了這樣一個善的念頭，這個善的念頭就會遍布整個的我們身邊的環境乃至虛空宇宙，讓這個世界更溫暖、更和諧，人與人之間充滿了愛和關懷，「世界充滿著愛和關懷」。

今天的分享就在這首樂曲當中結束。最後衷心的祝願我們在座的家人們、朋友們身心和樂、幸福美滿、所作皆辦、六時吉祥！祝願我們世界人民是一家，和睦相處、和平共處，期盼著世界大同。感恩，謝謝大家！