

東南亞德行教育促進會進修班 成德法師主講 (第六集)
2020/6/10 英國威爾士蘭彼得 檔名：55-22
3-0006

成德法師：我們俗話說道：「人生得一知己，死而無憾。」得一個知己，人生都覺得足矣，假如能有一群人，一輩子、一條心、一件事，一起來努力，這確實是人生的幸事。尤其《詩經》講，二人同心，其利可以斷金，所以同心協力的力量非常非常的大。就像我們校長職工會也是在彭校長、李校長他們帶領，他們幾個核心，這樣一路走下來的十多年，產生很大的影響，而且這個影響不只是現在，相信能夠影響馬來西亞後世的子孫。

而我們也欣然看到，現在有馬來西亞以外的華人也到我們獨中來上學，甚至於是其他的友族也到華小來學習，這個都是非常可喜的現象。就像禮拜一，我們李校長提到《古蘭經》裡面的一句話，「追求知識，縱使遠到中國」。當然，遠到中國不是指地方，是指中國的文化，所以哪裡有中國的文化，穆罕默德先知都有所指示，都要好好的去珍惜、去求教。

而我看我們這一次班上的同道，大部分是中年人，四五十歲。孔子說：「四十而不惑，五十而知天命。」成德也今年剛好，用傳統是四十九歲，但是一般男眾這個九就直接跳了，我撿到一歲，所以這個算五十了，五十也要知天命。

我們這一輩子到底為什麼而來的？前面跟大家交流過，人生只有兩種狀況，要不是業力做主，所謂萬般皆是命，半點不由人，這是其中一種；另外一種狀況，那就是願力身。代表上帝愛世人、代表佛菩薩慈悲眾生，那這個就是願力身，而且這樣的願力身，自己的智慧可以利益蒼生，自己的福報可以跟眾生一起來享用。就像師

長老人家，他命中沒有財富、沒有官位，連當官的命都沒有。大家仔細去觀察，老人家這時候出家，三十一歲。不知道那個照片大家看過沒有？有看過的請舉手，大部分有看過。非常的瘦，有沒有？我已經夠瘦了，老人家那時候比我還瘦。而且還只有四十五歲壽命，完全因為有使命感，要利益眾生，所以命運轉變了。沒有福報，現在福報很自在，想幹一件大事情，起了這個念頭，錢就送來了，福報自在。所以佛氏門中，確實是有求必應，如理如法的求，都求得到。

因為世間的人也有一種習慣的思惟，我們處在這種環境，不知不覺受影響。而我們學傳統文化，是要轉變我們之前跟真理不相應的想法、看法，要把它轉變過來。學了傳統文化，不能再隨順自己的想法、看法，要隨順聖賢佛菩薩教誨。佛菩薩教誨的，財布施得財富，法布施得聰明智慧。老人家持續法布施六十多年，所以他辯才無礙，隨問隨答的智慧。但是說到這裡，大家不能起一個念頭說，那是老人家可以，我不行。這個念頭就是障礙了。真理假如說只在一個人、兩個人身上證明，那就不叫真理了，那叫偶然。所以我們真的把法布施變成我們的習慣，變成我們生活、工作、處事待人接物，那也可以得聰明智慧，頭頭是道、左右逢源。

所以老法師有一段對英國漢學院學生的開示，我再請我們黃老師發給大家，老人家把他怎麼修學、怎麼弘法的和盤托出。因為那一段時間，成德也有陪伴在旁，雖然沒有全部，就感覺老人家那種慈祥，恨不得把自己一生的智慧、閱歷和盤托出給這些年輕人，那就要看每個年輕人自己的善根福德了，因緣是有了，但是這字字珠璣，我們有沒有萬分誠敬來領受？還是聽著就過去了？

其實我們可以做一個實驗，你隨便拿半個小時也好，甚至是五分鐘老人家的教導，你給它聽個三十遍，就會發現每一字、每一句

都很重要，一開始第一遍、第二遍沒這個感覺，愈聽愈有這個感覺。成德是有做過實驗，將這個「菩提心貫注在整個生命中」聽了有幾百次，一開始聽，這兩個小時太重要了；聽個一百遍，怎麼這一段這麼重要？繼續聽下去，這一句很重要，這一個字很重要。

我給大家舉個例子，老人家說：「感情的污染最嚴重的是自私自利。」這句重不重要？「最嚴重」，那我們從哪裡下功夫？那當然從最嚴重。在哪裡下功夫對治自私自利？從每個念頭，從我們講話，是我講得痛快就好了，還是出言能順人心，能給人鼓勵、給人信心、給人安慰？還是直心直行、輕言妄談？這是了凡先生他改過以前的習氣，他去對治，所以命運才能轉過來。

老人家在這片光碟裡面講，「發現自己的過失叫開悟，改正自己的過失叫真修行」。你看這兩句法語精闢吧？「你每天磕那麼多大頭，念那麼多佛號，處事待人接物不能夠落實，這個佛是白修了，佛不是這樣教導我們的」。所以一定是要解行相應，要落實。那首先要發現自己過失，才知道從哪裡改起、從哪裡落實。

諸位同道，我們今天開悟沒有？發現自己過失是開悟了，我們今天已經到下午了，也過了半天了，大家早上有沒有開悟？有沒有悟到我剛剛這樣心態不對、我剛剛這樣講話不對？我們起了幾個念頭，講了幾句話，做了多少個事，多少個動作了，假如半天下來、一天下來都沒感覺，那代表我們反觀、反思的態度還不強。所以曾子曰：「吾日三省吾身」，這些都是對我們修學很重要的指導。

老人家在表演給我們看，老人家是把真理表演給我們看，然後給我們信心，說每個人都做得到。你們現在臉上要露出很相信我講的這句話的表情，不然好像我這句話已經卡在外面了，進不了大家的心了。所以相信不容易，相信真理不容易，一不相信就會有懷疑，一懷疑就會有煩惱。所以老人家說，懷疑是愚痴的核心。我們一

生煩惱就是愚痴了，可是往往為什麼會生煩惱？懷疑自己了，懷疑佛菩薩、懷疑經典了，或者懷疑他人了。你看我們從事教學工作的，看到一個學生不聽話，自己很生氣，算了，我不幹了吧，這太難教了。你看這個疑心一起來，那個煩惱很嚴重，伏不下來了。我們真正不斷的薰習，明理了之後，了解到外在的境界是沒有問題的，問題在哪？在自己的內心，這是佛法教導我們。

我還沒學佛以前，曾經讀過一句話，我印象比較深，這個話提到：「沒有人能夠真正進入你的內心。」大家認同這句話嗎？有人沒有點頭。沒有人可以進入你的內心，是不是？那那個傷害你的人到底是誰？我當時候對這句話印象深刻。還是說你剛剛聽到說，沒有人能進入你的內心，然後我們馬上想，有，好多人傷害我很深，馬上很多不愉快像泉水一樣咚咚咚咚都湧出來了。

我前幾個月到我住的這個家附近，有一個老人家，他是興趣他種菜，但是也賣給大眾，都是有機的，我到他那裡去。我就跟他聊，他年紀大了，我就跟他聊輪迴轉世的科學證明，我給他for example好幾個例子。然後因為我都是舉在印度，那個人幾歲，我舉的也很具體，結果他聽完點點頭說：「可能是巧合。」我講了好幾個例子他都說：「可能是巧合。」不過他已經很有修養了，他並沒有說我不信，他只是說可能是巧合。結果我停了下來，他說話了，他說：「我都七十歲了，可是為什麼我每想起以前的事情，都是想那個不愉快的？明明有一些快樂的事情，怎麼我一想就是不愉快的？」他自己也很感嘆，所以也讓我印象很深刻。

其實一個人快樂還是痛苦，跟他的心念、跟他的心態有關。為什麼叫知足常樂、助人為樂？常常心態一想就是念別人的好、念別人的恩，這個人一定快樂的；假如我們一想就是想人家的缺點、想人家的不好，那我們一定痛苦的。所以天堂跟地獄就是一個念頭。

晴天霹靂的事，外面看起來是這樣，其實也是個念頭，能轉過去了，就是否極泰來了。「山窮水復疑無路，柳暗花明又一村」，古人留這些話給我們都很有味道。你覺得最痛苦的事，有時候你一個念頭轉過來，你反而覺得這是你人生對你幫助最大的事情。

舉個例子，在《金剛經》裡面，忍辱仙人遇到歌利王，歌利王是暴君，然後他底下的這些宮女過來聽忍辱仙人說法，結果這個暴君看了很不高興，你是修行人嗎？好，我看看你修得怎麼樣？他就拿刀肢解他的身體。諸位同道，你們這一輩子遇到的緣，有沒有人拿刀割你的身體？一塊一塊割下來，有沒有？沒有，那我們還是比較lucky了吧？德比於上則知恥。其實就像我們基督教裡面，耶穌不也是代蒼生受苦嗎？被釘在十字架上。你看基督教如此，佛教釋迦牟尼佛的前身忍辱仙人也是，都要經歷這些挑戰。

諸位同道，你準備好接受這樣的挑戰沒有？這不是我講的，也不是我逼你們，這是孟子說的，「天將降大任於斯人也」。你說：「那我不幹了。」諸位同道，你不幹了，你要幹什麼？「我不幹了，我去shopping可以吧？我去happy可以吧？」可以、可以，這個世間沒有任何人可以勉強我們，是吧？可是你去shopping幹的事情，結果是什麼？你能happy多久？人生也要看遠一點吧！Happy到最後能幹什麼？只有一條路走，就是往墳墓走，不然往哪裡？你說：「反正我現在happy。」很快就到了，這不是開玩笑的，死生事大，輪迴路險。現在不趕緊重視了脫生死的事情，到時候想修行沒體力了，這個我們可是見了不少。有個同修跟我母親同歲，比我母親修學得早很多，但是操心這個、操心那個，太多放不下，每一次只要一念佛就打瞌睡了。真有機會修行，但是沒有珍惜，現在老年痴呆了，體力衰了，更做不了主了。可是假如他是在三十年前精進，他可能就不會老年痴呆，他也不會身體狀況這麼糟了。《無量壽

經》講：「何不於強健時努力修善，欲何待乎？」這些話都很有深度，對我們修學的人來講，提高我們的警覺性。

法布施得聰明智慧，無畏布施得健康長壽。剛剛提到法布施，我們心裡可能有一個障礙，「我從小華文學得不多」，其實這個念頭就是障礙了。大家去觀察，穆罕默德讀很多書嗎？他的心境到了，言語是他的心聲，他雖然不是每句《金剛經》說什麼，《六祖壇經》說什麼，但是因為他的心是真心，他講出來的話都是跟經典相應的話，而且還是侃侃而談、娓娓道來。

禮拜一我們有一個同修，因為他跟我一起隔離，我前一陣子到倫敦去了，回來安全起見就隔離了兩個禮拜，他剛好跟我住一起，所以禮拜一我在跟你們交流，他也在旁邊聽，他是我們大陸福建同修。結果他聽到我們同修同道們分享，他非常感動，他說，馬來西亞東南亞的華人特別樸實，他聽你們講話都非常感動。所以能感人的不是咬文嚼字，感人的是真心。所以我們也一起期許，南方世界湧祥雲，大家是在南方，南方是火，代表智慧。所以剛剛周老師已經提到，我們這應該有三四十個人，我們就一群人、一條心、一輩子、一件事，復興文化，然後回歸安養，同生極樂國，橫批是「一個都不能少」，除非我們掉隊了，不然我們是有道義的，要互相拉。

蓮池大師有一段話也很深刻，他老人家說：「造業者百」，造業的有一百人，「為善者一二」，我們看現在的人，他有福報了，他就非得把它花掉不可，叫他給別人，他不一定願意，一百個人在造業，不然我們這個地球為什麼會搞成這樣？但是一二個人肯為善；為善者一百人，肯向道的人才一二個，肯為善不一定肯向道，你教他來修身，他算了算了，我還是過我的日子吧，叫他改習氣要他的命，他不肯修身，所以向道者才一二；向道者有一百人，堅久者

一二；堅久者有一百人，堅之又堅、久之又久者，直至菩提才一二。這是一個數學題，請問這樣的人有多少？我算了一下，百分之二，一二我們取二，我們不要太小氣，我們取二，百分之二乘以百分之二、乘以百分之二，再乘以百分之二，剛好億分之十六，億分之十六，我們再乘以七十億人，那也有一千多人。這一千多人其中是誰我們不管，一定有誰？這個時候你們不能說成德法師，那我就要昏倒了，要一定只有自己、有我，這叫請佛住世。

我在初學佛的時候，到高雄淨宗學會去學習，這時候我記得吃晚飯之後有悟道法師來講經，我要去參加。結果晚上吃飯學會還放老法師開示給我們看，我剛好看到老法師說請佛住世，你看這個世間的人能遇到正法的有多少，遇到正法又能遇到正信的佛法，然後又能遇到當生成就的念佛法門，這樣子分析下來，還剩多少？你都遇到了，你不請自己你要請誰？給我當頭一棒，印象終生難忘。所以我們一定要做這個堅之又堅、久之又久，直至菩提，永不退轉的人，這叫真道人。

我們今天首先邀請我們詩巫沙撈越的周老師。

周老師：尊敬的成德法師，李校長、黃校長，各位組長、各位家人、各位學長們，大家吉祥！感恩可以在這麼好的機緣裡和善知識們一同學習成長。學生在這自我介紹一下，學生是來自馬來西亞東馬沙撈越的福建省，又名小福州，學生是純正的福州人。學生有機會在這裡學傳統文化，真的是要感恩我們詩巫的一位佛教傳奇奇女子，一位往生的老師，一直推薦學生到中華文化，就是西馬中華文化教育學會學習。那時候是二〇〇〇年，第一次上研習營，上了研習營就被成德法師（之前是蔡老師）的行為漸漸軟化掉學生的心，所以回來就走上這一條傳統文化路。所以上完課回來的時候，一直在反省，反省原來學生對父母親的孝只是物質上而已。不學還不

知道，還以為自己很了不起，學了回來開始發現到，原來自己的孝是這麼差，就開始落實，有時間就回家看看，這首歌「回家看看」，就挑戰孝裡面的「色難」兩個字，因為開始做的時候，就是面對這色難，然後就挑戰這兩個字。這兩個字在父親老人家身上，父親老人家是一家之主，他say no，沒有人可以say yes，他講one，沒有人可以講two的，所以家人每次回家都不敢跟他講話。父親是一個很嚴格很棒的，學生的心中他是學生的教育家，他真的是很棒的，每次家裡有什麼問題，回來找他，他都可以幫忙解決的，一個很棒的老人家。所以這個老人家他的智慧很高的，我姐姐的兒子在紐西蘭讀書，讀建築的，可是他每次考試都考不及格，可是他把他的那個圖案拿來給我爸爸看，我爸爸可以看了教他，因為他有經驗，教他，可是我爸爸真的教他了，他考過關，他跟所有的人家講：「我爸爸是他的lecturer來的，是他的教授。」所以，我爸爸在我們的心目中是一流的，可是他真的很頑固，所以要跟他接近真是不容易。學生學了傳統文化回來，第一件事情就是挑戰家人。所以在他回來的時候陪他，講他的心得，因為沒有人敢跟他講話，回來就抱抱他，聽他講心得，然後給他分享《弟子規》。如果講到傳統文化，因為我爸爸是中國來的，他三歲就來到這裡，所以講到傳統文化他超開心的，我就陪他一起抄《弟子規》。我爸爸有抄《弟子規》，可是現在不允許了，他眼睛看不到，現在年齡太大了，眼睛看不到。所以在學了傳統文化之後，回到家裡，如果爸爸不聽話，或者媽媽受不了了，我媽媽就會打個電話來，請學生回家幫忙。我回來的時候，爸爸就開始什麼都OK了，學生就以為自己學了又很了不起了。

所以這一次上了這一個進修班，還是要感恩我們的黃班長，如果沒有她的提醒，我真的是錯過這一次的機會。在進這一期課的第

一堂課裡面，第二天就發現到，孝親尊師是圓滿成佛的，成佛之根本。所以就想到現在學生的用功，真的是進進退退、進進退退，這一段話就把學生頭敲下去了。

然後再看到「用心感恩父母需要的」，想想自己有沒有做到？原來沒有，反而好像是父母親在感受我們的需要。每次遇到負能量的時候，回到家裡，父母親就感受得到，那種感受，講兩句話，學生撒嬌一下，那種心情就好了。然後回到家，都沒有發現父母親的需要。就在看到那一幕，王希海把稀飯磨成糊的時候，小心一口一口餵他父親的時候，用心去感受父親需要的時候，學生慚愧心又生起來了，又現出來了。就想到自己的孩子一出來的時候，也是用這種稀飯來磨成糊，水果也磨成糊，慢慢慢慢的去餵他，一口一口的餵他。孩子不舒服的時候，我們做媽的可以去體會孩子哪裡不舒服，他身上的需求。回頭再想一下，我們真的有用心在父母親身上嗎？這是學生很感受的一個東西。

所以想了一個晚上，第二天星期三，也不做功課了，就回家落實。回到家的時候，父親是不喜歡人家在他身上按摩的，我的母親大人還OK，父親真的是不喜歡。之前他不喜歡，學生就不做了。現在學生只是用心想，應該是他怕我們做兒女的累。然後就在他身上下一點功夫，OK，就用心去感受，在他身上下一點功夫。學生在想，王希海的父親是殘廢，他都可以感受；我爸爸媽媽還健全，沒有理由他感受不到的。學生就用心去做，發現到，當自己用心的時候，父親大人開始接受了。當父親大人接受的時候，原來他可以跟我這樣子講：「我這邊酸痛，然後我也這邊痛，我也那邊痛，我腰也痛。」原來他全身都酸痛，跟他按摩了整天。這時候體會到什麼是用心，才感覺到在老人家是什麼需要，老人家不讓你知道，真的是他們有原因的。所以學生再進一步希望也可以讓父母親沒有遺憾，

開心帶著微笑回家，就是西方極樂。所以要想盡辦法讓老人家，因為爸爸現在眼睛看不到了，是很朦朧，是想盡辦法讓這兩位老人家學佛，阿彌陀佛。

所以在這裡，學生有兩件事情要請成德法師，向法師請法。

成德法師：不敢不敢。

周老師：註明一下，這兩件事情是有經過當事人，就是學生的家長，學生家長班的家長同意之下，家長也委託學生向法師請法。因為學生無法幫到這兩位家長，所以會浪費家人們一些時間，請原諒。第一個問題，就是學生每次分享都有講做女人為什麼這麼辛苦，這不是在學生身上，是學生深深體會到的。

第一個問題就是有家暴的問題，這一個家暴的問題，這個小男孩，他也是學生家的青少年一位成員，這個家長也是學生家長班的一位成員。在這兩年裡面，就是MCO（行動管制令）裡面，這位家長的先生他就迷上了玩電視遊戲，就是玩game，OK？他手不離機，不離電視，不離game。然後他跟人家講，他現在要退休生活了，他退休了，所有東西都由他的兒子跟太太扛起來。這一個家長她就默默的做。可是問題在這裡，當這個家長一直在家裡玩game的時候，他可以玩到凌晨半夜的，早上就睡到很遲才起身。然後他起身的時候，他睡不夠，他脾氣很壞，他就從他的太太跟兒子身上，就說明他不舒服。就是像師父剛才講的，自私的人他就不會想到別人，他就一直為難家裡的太太跟孩子。

有一天太太就跟他講：「你這樣子一直坐在電腦旁，一天這樣子坐，對你身體不好，你去外面動一動。」先生不開心，就把東西，就有飛鏢過來了，東西就飛過去，然後很大聲的。這種情形就在他的兒子，在默默的看，看著，已經吸收了。

有一天這個家長很傷心的打電話給學生，問學生怎麼辦。然後

這個孩子他也開始，因為他們現在也是在線上上課，他拿了電腦線上上課，他也開始玩game了。在這樣情形下，他媽媽就講：「你考試時間，你要上課。」他就很大聲的喊他媽媽，他媽媽眼淚流下來，打電話來請教學生。學生就發現到就問她，談完了學生就請這個青少年來，學生問他：「為什麼你不要再上《弟子規》班了？」他講：「上來做什麼？」原來他爸爸每天發神經的時候，都是抓他媽媽講：「你們學什麼《弟子規》，妳學了這樣，孩子教到這樣，玩，一直玩game,一直玩game。」這是兒子告訴我的，他講：「爸爸是一直在玩game，什麼都不要做，連一杯水都要由我們來做，他憑什麼資格來講我們？」這一個是很大問題。他講：「我今天學了《弟子規》又怎麼樣？我怎麼做爸爸也看不到，每天只會講我們學《弟子規》學得不好。他今天可以玩game，我為什麼不可以玩game？」他問了這一句話。我講：「這樣子，你很可惜，你沒有進來在一起。」他講：「學了也沒有用，反正我現在跟爸爸一樣暴力行為了。」

所以身為一個《弟子規》老師，身為一個家長班的老師，遇到這種問題，學生也講不出話，也不知道怎麼做。然後這個家長，原來這個家長她先生的家人已經叫這位家長放手了，她又來問學生。學生唯有一個方法，就是老法師的一句話拿出來，「這個是前世業，這是債務，妳要不要還？妳下一輩子還要不要跟他在一起？不要，妳就慢慢的接受吧！」學生只能講這一句話。可是，在這裡要請教法師，這個孩子要怎麼教、怎麼救？這個是第一個問題。

第二個問題就是一個家庭，也是學生班上的家長，這個跟上一個比起來會比較輕一點。這個家長，學生在她身上真的很敬佩她做的。她先生有外遇，可是她先生回來，開始的時候，她都會跟她先生吵，他們都是在房間。然後她也是老師的學生，她們都是在追《

弟子規》四十講的學生，她學了，她可以做到一點，學生很敬佩的，先生在外面有外遇，都沒有回來了，只是一個月拿錢回來罷了，她可以把五個孩子都隱瞞到，她先生在外面有外遇，她兒子不知道。如果是學生，是做不到的。五個孩子都不知道她先生外面有外遇，她可以做到這樣子，她可以保留她先生在她孩子心目中的那種威嚴，這孩子對他爸爸還有那種威嚴。因為她女兒如果知道她爸爸在外面有外遇，一定是不平衡的，這個她是做得很好。她問學生一句話：「女人做到這樣子，我做到這樣了，我的先生有可能回來嗎？這個家有可能挽救得到嗎？」學生給不到她答案。

這兩件事情是發生在學生的家長班裡面，所以也是應她們的允許，不是亂蓋的，也是她們的允許、她們的委託，所以在這裡請求成德法師慈悲，引導這個迷點。學生表達能力有限，有的表達不妥的地方，請大家原諒，請法師指點，謝謝大家。

成德法師：謝謝周老師的分享。首先您提到妳跟父親相處的過程，這個是很可貴的。因為傳統文化它達到的是兩個目標，第一個，父子有親的天性可以恢復，然後終生保持，這第一個目標；第二個目標，是將這個父子有親的天性、這個愛，延伸到對兄弟姐妹、對家人、對鄰里鄉黨、對一切人，就是凡是人皆須愛，再延伸到一切眾生，凡是物皆須愛。

我前幾天走在路上，有一隻松鼠被車給軋死了，結果有一隻松鼠一直守在旁邊。你看眾生有沒有情義？守在旁邊。然後我們把牠埋好了，往回走，發現後面有東西，一看，這松鼠跟著我們。然後當我們一回頭，牠爬到一個樹上，然後就看著我們，我的感覺牠在致謝，牠只是身體跟我們不一樣而已。結果過兩天，我們經過那個軋到的地方，就是那個松鼠死掉的地方，牠還在那裡，就牠還守在旁邊的樹上。所以「一切眾生皆有如來智慧德相」，不只人之初性

本善，一切眾生都有它的本善在。我們從事教育要相信這一點，只要我們不相信了，我們一定會生煩惱、生對立，覺得這個人太過分了。我們那個情緒一起來，就看不到對方的善根了，人跟人就進入惡性循環，沒完沒了，冤冤相報，沒完沒了。

所以為什麼老人家說要看破、要放下？看破是明理，明白人與人為什麼會成為一家人。夫妻是緣，有善緣，有惡緣，冤冤相報；子女是債，有討債，有還債，無債不來。世間人有情執，他看不到這個真相。我們明理了，這種冤冤相報誰還願意繼續下去？諸位同道，你們還願意這樣下去嗎？老人家曾經講：「搞煩了，不想再搞了。」不能再造輪迴業了，搞煩了，不想再搞了，這個是我們自己要下的決心。修行就是不被境界轉，不被對方、不被這個境界動我們的心。我們又生氣了，又被轉了；我們又要求了，又怨天尤人了，這都是被轉了。所以理得心才能安，我目前在這個境界，我的心要止在怎樣的真理、正念，這樣我的心才能安下來。

其實佛法給我們開了很多法藥，看佛陀哪一個說法我們比較能接受，就鞏固這個心態、這個態度。比方說，我們周老師她對父親無微不至去體會他的需要，甚至懂得順父親，父親可能固執來了，脾氣一來了，她懂得去順。脾氣、固執也是習氣，你說讓把固執拿出來，固執在哪？把習氣拿出來，習氣在哪？「覓心了不可得。」

可是你要相信人有良知，當他用習氣對我們，我們用真心對他，他事後會不好意思。可能我講到這裡，有同道說：「沒有，他都沒有不好意思。」那就是什麼？不是風動，也不是幡動，是我們心裡動了。我們心裡為什麼會動？「我都做到這樣了，怎麼他還沒變，不然他到底要怎麼樣？」所以轉個念頭，我們被他動，就是忍辱還沒到功夫。所以他是誰？他是西方極樂世界菩薩再來的，來成就我們的忍辱波羅蜜，讓我們這一生可以去作佛。諸位同道，你想不

想作佛？極樂世界的菩薩來了，來成就我們。

修行，大家有沒有遇過輕輕鬆鬆，我就成佛了？我好像沒聽過，都要經一番寒徹骨的。我給大家舉例子，黃念祖老居士他老人家說，他在文革的時候所受的苦，加在八個人的身上，八個人都得死。你看老和尚一生，出家了還睡火車站，你看那修忍辱修到什麼程度？學生不聽話，他恆順學生。諸位同道，你恆順你孩子看看，孩子順你容易，你順孩子，那功夫一切法得成於忍。

其實這個信很重要，「信為道元功德母」。你相不相信他真的是極樂世界來成就你的？或者你相不相信《金剛經》說的？其實我們真的遇到境界的時候，經典提不起來，自己的習慣提得起來，自己的想法、看法容易起來，自己的脾氣容易起來。強者先牽，現在我們面對這個境界都伏不住，臨終誰有把握？所以這些都是來成就我們的。

老人家常常舉的一個例子，「善財童子五十三參」。諸位同道，誰是善財童子？「那個《華嚴經》最後五十三參那個是善財童子。」那我們著在經典上而已。善財代表的是每一個當生想成就的人，他就是表演給我們看，怎麼修才能當生成就。我剛剛已經跟大家說了，「算了，我不幹了」，不幹了要幹什麼？不幹了就是花福報，最後又得到閻羅王那裡去報到，不然能幹什麼？咬緊牙關，調伏習氣，明明德、親民、自覺、覺他，很有意義。

所以我們面對境界，為什麼《了凡四訓》說「正念現前，邪念自然污染不上」？哪一個正念？這個沒有標準答案。假如我們一提起阿彌陀佛，本來的這個煩惱就起不來了，就有用。念念念還是伏不住呢？那你可以，比方說你最尊敬的老和尚，你把老和尚的照片放在你的面前，隨時跟著你，你要發脾氣了，老和尚教我要修忍辱，不能辜負他的教誨。你的念頭一轉到這裡來就沒事了，因為你那

個生氣也是妄心，假的，念頭一轉就沒了，「邪念自然污染不上」。或者你對哪一句經句特別感覺它精闢，看了對你就有一種攝受力，你也可以把它寫下來，在你常常經過的地方看。或者你就聽經，因為聽經你就專注的聽，慢慢慢慢本來那個就沒了，而且你一專注聽，把一個道理聽明白，那個念頭就轉過去了。

這個是成德有實驗過，我初學佛的時候，也有遇到人事境緣想不通，算了算了，不想了，去聽經，聽聽聽，通了；有時候跟同修共修念著佛，念念念，想通了。其實人心一靜下來，心一清淨，清淨心就生智慧。我們在那裡想不通，一直帶著情緒，一直在那鑽牛角尖，反而想不通。所以師父領進門，修行靠個人，我們還得要自己找到對治我們這些習氣的法，經典是法藥。身體生病了，開中藥調理；心理生病了，要用經教來調伏我們的分別執著、貪瞋痴慢疑。

《金剛經》講了，「善男子、善女人，受持讀誦此經」，他依照經典去做，「為人輕賤」，被人家輕慢，剛剛我們周老師提到她一個家長，跟她先生那個場景，不只被人家輕賤，東西還飛過來，這都包含在「為人輕賤」。會受到這樣的行為是結果，原因在哪裡？這是不是一個重點？我們為什麼會有煩惱？最核心的就是我們著相了，一著相就迷了，一著相就跟人跟事對立起來，一對立起來，身口意就要造業了，然後就沒完沒了，停不下來。所以真正理智，不能著在結果。

成德在二〇〇六年有跟大眾交流過一個專題，「如何建立理智的人生觀」，我們在一切境緣，你首先提起來是理智，不感情用事，不被境界動我們的心。因為我們不被它影響，我們才能影響它；假如我們被它影響了，那互相的這種業緣就會愈來愈嚴重。所以我們都要修出戒定的功夫，要有定力。所有的修學法門就是修定，但

定的前面要先持戒。身口意要攝受得了，這是戒。在一切境界當中有情緒上來了，要告訴自己，不能起情緒，阿彌陀佛，阿彌陀佛，把它調下去。只要我們不著在這個結果，你就不會愈來愈氣了。

《金剛經》告訴我們，你明明在修道，怎麼還有人輕賤你？因為我們有「先世罪業應墮惡道」，我們無始劫有積累很多業力。其實我們一般來講，人家對我們不好，心裡不平了，「他為什麼就找我麻煩，就不找別人？」有時候很生氣，你轉個念頭，對，他幹嘛不找別人，他專找你？就是你欠他的，不然他為什麼不找別人？你換個念頭，「對對對，那是我欠他的」。

《普賢行願品》告訴我們，一個人在輪迴的過去造的業有多少？《普賢行願品》告訴我們，我們過去身口意造的業，如果有體積的話，舉個例子，頭髮有沒有體積？有，你把一萬根頭髮擺在一起，它一捆，有體積。我們造的惡業如果有體積的話，整個宇宙都裝不下，虛空法界不能容受，就裝不下。這個不是指誰，everybody（所有人），每一個人在輪迴路上都造那麼多業。那這些業什麼時候會現前？隨時會現前，我們現在每天遇到的都在現前，但有善業、有惡業。

《金剛經》又告訴我們，我們已經在修道了，又為人輕賤，是因為先世罪業應墮惡道，我們造的那些業一成熟，我們一定要去三惡道受報的，但「以今世人輕賤故」，剛好遇到這個人輕賤我們，把我們要去三惡道的那個業因報掉了。「以今世人輕賤故，先世罪業則為消滅，當得阿耨多羅三藐三菩提。」這一句話我們來理解一下，輕賤我們的人，是要把我們送去哪裡？去作佛。沒有他輕賤，我們那些業以後要去報。

所以真正明白道理了，事事是好事，人人是好人，沒有壞事。所以明理之後，你真相信這個道理了，你生活在感恩的世界裡。其

實這是老人家都表演給我們看了，我們遇到這麼好的老師，再不效法，那我們的福報就白花掉了。遇到是福報，珍惜了，這個福報就自利利他；一不珍惜，福報就花掉了。老人家有沒有說，對他毀謗很嚴重的幫他消業障，他攝影棚，每一次他講完經有功德，都迴向給這些人，都給他們立牌位，迴向給他們。

諸位同道，大家現在想想，你們還有沒有冤親債主？全都是要送你去得阿耨多羅三藐三菩提的善知識，幫我們消業障，現在罵雖然難受，絕對不會比三惡道難受！你到地獄去，那沒法比，他現在就幫你消掉了，那怎麼會不感恩？晴天霹靂的事你轉個念頭，就否極泰來了。忍辱仙人也給我們表演了，他面對這麼難的惡緣，他感恩，感恩什麼？他來成就我，他來給我考試，看我忍辱波羅蜜夠不夠。結果就是因為歌利王，忍辱仙人快速提升，本來他是要在彌勒佛之後成佛，但是因為這些境界，他提升得很快，超過彌勒佛，所以提早成佛。釋迦牟尼佛本來是在彌勒佛之後的，就是因為忍辱修得好，提早成佛了。

而且大家注意，忍辱仙人在接受考驗之後，告訴歌利王，「我成佛之後第一個度你」。大家注意，他在這整個過程，他的念頭都還是慈悲，要利益對方。我自己的感受，歌利王會去割截他，也是過去生的惡緣，可是忍辱仙人是用這種慈悲的心對待。當忍辱仙人說，我成佛第一個度你，我覺得那歌利王已經被他感動了，歌利王也有良心。諸位同道，你相不相信歌利王有良心？這又是一個根本問題。我們從事教育工作，這個是個根本問題。再惡的人有佛性，「天下無不可化之人，但恐誠心未至」。歌利王他這麼惡劣的對待忍辱仙人，那是他的脾氣忍不住，可是事後他會怎麼看他自己這些行為？其實很多我們身邊的親人朋友，他們的行為一般的人覺得太惡劣了，可是他的內心苦不苦悶、難不難過？他做不了主。

我們曾經去問過那些在電動玩具店裡面的孩子，「你很想打這個嗎？」他想想，也不是很想，他不想回家，家裡缺愛。人內心愈匱乏，他就要用外在的東西來刺激，他以為解決問題，因為不用去想，不用去想他就不會苦悶。可是他繼續這樣解決，他的身心就會愈來愈耗損，惡性循環，很多小孩打打，打到最後死在那個電動玩具機前面，猝死了。

所以我們要相信對方有良知。再來，我們也要看看我們的真心有沒有變？精誠所至。我們的心有沒有依然是慈悲的對待他？其實有時候我們轉不了境界是我們是有求的，當我們的付出對方的回應不如我們的期望的時候，我們這顆心就不能持續了。

我們看歷史當中，大舜他所遇到的人事境緣都超過我們的難度，但是全家人被他感動了。我們今生是要作佛的人，一定也要效法大舜。

閔子騫，他的後母對他這麼不好，可是他就是一個心境，他不把人家的過失放心上，他只把人家的恩德放心上，所以這麼惡劣的後母也被他感動了。這個故事我們都講過，而且講了不止一遍，更重要的是什麼？我們要把它用上，要把這個心境用上，一定能夠感動對方。真的沒感動，二十年了，還沒感動，那是上天讓我們學菩薩，菩薩度眾生生生世世，一世不行第二世，第二世不行第三世，有耐性。所以有可能這一個境界就是考我們的耐性的。

我們不說別人，我們就舉我們的本師釋迦牟尼佛。有同修，我的同事，他看我好像沒有對學生發脾氣，他說你怎麼都不生氣？因為我們都帶那個六年級的孩子，那男孩很調皮的，有的身高都比我高。我就跟這個同事說了，說我沒有資格跟他生氣，因為我自己做學生做得不好，我不能苛刻去要求我的學生。我是釋迦牟尼佛的學生，他已經第八千次來度我。首先我七千九百九十九次都沒聽話，

第八千次也不算聽話，因為他已經滅度了，他講了四十九年我還沒聽，現在又在末法還遇上了，我希望我這輩子不要再辜負他了。那我當了八千次學生，而且老師最後第八千次還講了四十九年，那我有什麼資格，我去給學生提醒二三次，然後我就生氣了，那我沒這個資格。其實什麼事都是一個心境的問題，哪有那麼複雜？

我們願不願意學大舜？我們願不願意學忍辱仙人？我們願不願意學釋迦牟尼佛教學的耐性？就是個念頭而已。我們要隨順我們對人的控制、要求、對立、著相，那也沒辦法。師父領進門，修行還得靠我們個人。就像，我不知道在座有沒有受菩薩戒的？菩薩戒裡面講了，「一切男子是我父，一切女人是我母」，受這個菩薩戒，對哪個男人、哪個女人不敬，那不是不敬自己的父母嗎？這是真相，這不是佛想像的，只是我們投了胎，前世忘了。在這種無始劫的輪迴當中，都做過我們的父母親人，對我們都有恩德，只是我們現在著相到他現在這個樣子跟行為而已。所以都不要著在果上，要從因上去下功夫。

所以老法師說，「我看一切眾生都是阿彌陀佛，我對一切眾生的供養，跟阿彌陀佛絕對沒有兩樣」。這是老人家的心法，我們肯不肯納受他的心法，我們不接受，福報就花掉了，這麼好的教誨給我們聽到了，我們不依教奉行，就糟蹋掉了。

剛剛我們周老師提到了，她去體會，聽了王希海老師的課，她體會父親的需要，她剛剛用了一個詞，叫「我就不做功課了，回家」。這個我必須修正一下，這不叫不做功課，這叫真做功課。做功課不要做到著相，那個早晚課是提醒、反省，真正是要去落實，這個叫做功課。佛門就怕我們著相，明明是教我們離執著，不要愈學愈執著，著到相上去了。

剛剛我們周老師也提到，「做女人辛苦」。我不知道這句話出

來，諸位同道有沒有「哎呀，真是、真是」？大家要想想，轉個念頭，都是好事。妳們沒有聽過老和尚說嗎？現在成就的，在家女眾第一，第二名在家男眾，第三名出家女眾，第四名出家男眾。我現在排在第四名了，妳們排在第一名，比我機會大多了！其實換個角度，苦是良藥，假如不苦，我們就很留戀這個世間。「只羨鴛鴦不羨仙」，這句話絕對不是佛經裡的話，這是沒有看破放下的人講出來的。

當然，我們回到現實，真正要解決問題，一定要回到根本。什麼是根本？心是根本。我們現在所遇到的都是境界，境界從哪裡來的？一切法從心想生。從理論上來講，佛看一切眾生都是佛。我們現在為什麼看到那麼多問題？因為我們的心是凡夫心。而依報隨著正報轉，家裡人是依報，隨著我們的心轉的。所以我們今天已經明白了，整個宇宙從哪裡來的？我們的一念變現的。我們假如不能安住在這個真理上，我們就會被我們很習慣的，輪迴過程裡面最習慣的，他錯了，這件事不對，都是境界的問題。好，我們今天覺得是他不對，我們的念頭已經是貪瞋痴了。那念頭都不對了，請問我們的家人會變好嗎？不可能，因為我的正報心已經是分別執著、已經是貪瞋痴慢疑，所以境界不會轉好。大家仔細去觀察，現在的人的身心狀況跟家庭問題愈來愈糟，大部分，有沒有好的？有，真幹的能轉境界，不被境界轉。

告訴大家，《地藏經》講得對，「業力甚大，能敵須彌，能深巨海，能障聖道」。不知道諸位同道你們有沒有感覺？當你真發心要幫助一個人，你會覺得挑戰來了。但是阿彌陀佛已經留了一句話給我們做心理建設，「縱使身止諸苦中，如是願心永不退」。我們發個願，做個不要變心的人。諸位同道，你討不討厭人家變心？講起來氣得牙癢癢的。可是我們每天都在變心，「算了算了，我不想

理他了」，變心了。你看我們活顛倒了，活得正確應該是嚴以律己、寬以待人，是不是？忠恕之道。結果我們現在自己每天變很多心，然後又不能接受別人變心，那這個活成嚴以律人、寬以待己了。所以修行要改心。

所以佛法為什麼要一直薰習？容易保持正念。三日不讀書，面目可憎，現在的業力太強了。你真的要去幫一個人，他本身有業力，他的父母、他的家庭都有業力，再來，我們自己也有業力。請問大家，是X的幾次方？業力乘業力乘業力，好像也有三次方、四次方。但是《無量壽經》又留了一句很重要的話給我們：眾生善根，不可思議；諸佛聖力，不可思議；眾生業力，亦不可思議，三個不可思議。首先我們看到現在人墮落的速度，業力不可思議，可是另外還有兩個不可思議，他的善根，還有諸佛的加持力。今天只要對方的善根能起來，他祖先跟佛菩薩的加持就會到。可是對方的善根能起來，增上緣在哪？在我們真幹。不在對方，對方現在在迷，你怎麼要求他？要求我們自己真幹，做他的增上緣。所以剛剛舉了那麼多歷史人物，就是他們演得好，把對方的善根喚醒了。

而這裡面最重要的，念恩，看人家的好，都是利益他的心。當我們都是利益他的心，我們看著他一直在那裡打電玩，出來的是不忍心。可是當我們面對這個境界，我們生起煩躁，生起跟他的一種情緒對立了，那我們的心要去喚醒他的善根就很困難。你說我也沒有批評他，我也都給他送茶，我還給他送吃的，你看他也是不領情。但我們的念頭裡面真的都沒有情緒在其中嗎？要從心源隱微處默默洗滌。因為我們裡面有夾雜，可能對方可以感受到，他對我們不會很服氣。我們在一些磁場、在一些言語又會有批評，他就惱羞成怒了。大家注意，往往這個錯得很離譜的人為什麼還生氣？惱羞成怒，你還批評他，不高興了。

所以《了凡四訓》教了我們一段面對這個時代非常重要的處世心態。其實我們學過的東西都夠用，我們肯不肯把它用上？又是舜王的表演，了凡先生舉的「舜在雷澤」，這個地方的人都互相爭奪，舜看到了是什麼？「惻然哀之」，不是批評他們，不是指責他們，憐憫他們。

那就像這一個家長，她看到她先生這樣，她能生憐憫心嗎？她的先生繼續下去，福報一花完，要到三惡道報到，好可憐。我們不會生氣，我們不著在眼前這一個感受上、這個行為上，會憐憫他。這個孩子繼續下去不得了，也是要到三惡道，哪一個母親希望她的孩子到三惡道去？可是兒子說了，「叫我不打，那我爸爸打！」那是他的情緒、他的氣話。可是當這個母親真正修出忍辱，這個兒子會被這個母親感動。為什麼還沒有被感動？因為母親或多或少的情緒也捲入了他們家裡面的共業。所以雖然我們錯得少，我們一捲入共業了，我們的孩子他不可能打從內心佩服我們，他一不佩服，他的善根就沒有辦法因為我們這個緣增長。所以要穩住，要扭轉家庭的共業，在這個時代，沒有真實的定力，也不是那麼簡單。

所以舜王是惻然哀之，而且他不是用講的，他是自己帶頭禮讓。然後看到禮讓的人，他就讚歎這個人。結果花了一年的時間，這個地區的人都被他感化了。了凡先生了不起，他很有智慧又慈悲，他點出了這個公案，教我們在末法時代怎麼跟人相處，「吾輩處末世，勿以己之長而蓋人，勿以己之善而形人，勿以己之多能而困人」。這些話都跟我們很有關係，舉個例子，剛剛說的，你看他就打電玩，「我要退休了，我打電玩，家裡都交給太太、交給孩子了，我不管了」。氣不氣人？氣就被他給轉了。我們敦倫盡分，我們還是守好我們的本分去付出，別人對不對不是最重要的事，我自己要先做對。可是當我們在那裡付出的時候，我們可能心裡會講，「你

也太過分了吧？我都做到這樣了，不然你要怎樣？」那種付出還是有求，積積積，積到一定程度一定爆發的，前功盡棄。所以佛門說火燒功德林，我們得忍得住，「一切法無我，得成於忍」。

關鍵在第一個，我們不能自己覺得我做得多，我比他好，他太惡劣了，這些念頭都會讓我們生煩惱。所以要忍住，忍住這個強勢，忍住這個傲慢，忍住這個高下。「收斂才智，若無若虛」，做了就做了，心上痕跡都不留。「見人過失，則涵容而掩覆之」，不要去揚他的惡，愈去揚孩子愈生氣，互相都看彼此過失。哪怕先生這麼惡劣，妳說：「兒子，沒有你父親的付出，也沒有我們今天。」妳把他以前的恩德也可以念。其實妳很真心的時候，說不定哪一天他無意間聽到妳跟兒子的對話，就有可能把他給喚醒了。真心才能感通，那都不是做給人家看的，打從內心做。見人過失，不去揚他，涵容而掩覆之，「一則令其可改，一則令其有所顧忌而不敢縱」。人其實有良心，他有錯妳講，他生氣，「妳也沒有好到哪裡去」，就吵起來了；他錯了妳不講，他心理上也會有一種顧忌，「我這個不好人家都不講」，慢慢會形成一種修養、一種攝受力，這是人的良知會產生的作用。

再來，妳見他「有微長可取，小善可錄，翻然捨己而從之」，就是他行為再怎麼惡劣，他以前的好有一些境緣來，妳隨口會說一下，或者他真的當下有一些好的行為，妳都給他讚歎。他那麼惡劣的妳一句不講，他有一點好妳就讚歎，這種真誠，其實這樣做就是普賢行，禮敬他，禮敬諸佛，稱讚他。而且有一些事還覺得是我不好、是我不好，首先先自己承認自己有錯，這是懺悔業障，不責怪他，常常反省自己，然後去改。普賢的行持，任何人都能轉。所以老和尚分析，這個舜王應該是，依他的行持，那是普賢行。

另外，第二個問題就是先生有外遇這個問題，「真的能夠挽救

嗎？」假如家長問我們這個問題，那我會回答，絕對可以。我們首先自己要有信心，絕對可以。再來我會告訴她，妳自己也要有信心。因為她問這句話，她在做的時候的信心是多少？當然我不知道，這個computer（電腦）也不好算。但是會問這句話，信心沒有到百分之百。「信心清淨，則生實相」，信心的力量很強。

人生真的要看破才能放下，看破什麼？人生沒有吃虧的。今天在孩子面前留住了先生的尊嚴，改天先生真的體會到，他的良心就會出來了。這個例子我們聽過不少，最後年紀大了、老了，回來跟太太懺悔，甚至還帶著另外那個女人回來給他太太懺悔了，都有。

還說回來，我們為什麼境界不容易轉？因為我們的心還是把誰擺在第一位？自己。假如自己排在後面，父母排在前面，眾生排在前面，對方排在前面，那我們換另外一個角度想，這個父親日子好不好過？他很苦，常常遮遮掩掩。在五個孩子面前，他的良心是什麼感受？難過，不止他難過，另外那個女人也難過。所以我們遇到了，我們行菩薩道，要幫所有的人解脫。我們演好菩薩道，時機成熟了，所有相關的人都會因為我們的忍辱，給他人生很大的啟示，或者是讓他善根出來了。

比方說我聽剛剛第二個問題的敘述，我覺得每個人聽到的重點不一樣。比方說，曾經感情有受傷的人，一聽到馬上就「太過分了」，就被這個故事把我們的情緒就帶起來了，是吧？

今天是個好因緣，我們把內心的垃圾統統清一清。按照邏輯來講，沒有人可以進入我們的內心，那個傷害我們的人到底是誰？「先世罪業應墮惡道，以今世人輕賤故，先世罪業則為消滅。」那我們不應該當垃圾了，應該感恩他。轉個念，不要跟自己過不去，不要跟自己的法身慧命過不去。

成德也有遇到逆境、惡緣，當著眾人的面罵我是小人，而且還

不是罵兩句，罵十幾分鐘，旁邊都有人。那個當下，我有沒有動？我動了，但那一動，不行、不行，不能發火。然後就想到黃念祖老居士說六忍，其中有反忍、有觀忍、有喜忍，喜忍就是很高興，他是來成就我的，他提醒我，我還有脾氣，我假如沒脾氣了，他怎麼講我都沒感覺，我還有脾氣，這是喜忍，他來提醒我的。再來慈忍，慈忍就是我的念頭不在自己身上。

所以這個我才是障礙，不是外面是障礙。所有的煩惱都有一個根源，就是我，有我才的情緒，才有貪瞋痴慢，叫我貪、我瞋、我痴、我慢。《了凡四訓》說：「如斬毒樹，直斷其根」，那就沒有煩惱了。老人家有一句妙法，「念念為他人著想」，這是妙法。你每天在那裡盯著，我這個念頭有沒有我？盯得很累。你只要念念提醒自己，我為人想、為人想，你想事的時候為人想，遇到人就想著我為他想。很微妙，提醒自己提醒個三個月、半年，慢慢慢慢習慣了，發現煩惱少了，因為都為人想，沒有煩惱了。煩惱是因為有我的感受才上來的，我們都是為人想了，這個我就不起作用了。

所以當時候人家罵我罵得很難聽，我當時候的念頭，不行，我假如反駁她，她就很難下台了，我為她想，「一切女人是我母」，她過去生也當過我媽媽，「一切男子是我父」，他過去也當過我爸爸，都是個念頭，我一轉到替她想了，不要給人家難堪，就不難了。

所以剛剛我聽到這個先生有外遇了，每個月還拿錢回來，這就是他的善根。他的過失我們包容，他的這一點善根，我們還讚歎、還感恩，人的良心就是在這個過程當中慢慢轉過來。

不好意思，這個一講講長了，我們也該休息一下了。好，謝謝大家，阿彌陀佛。

成德法師：大家好！剛剛就兩個問題跟大家交流。俗話說，清官難斷家務事。清官他是依法律來處理事情，我們想一想，家裡用法律好不好解決問題？所以家是要講情、講義、講恩的地方，才能慢慢轉化過來。所以古人這些提醒，都還是很有智慧的人生閱歷。

我們接下來請下一位仁者來做分享，我們請黃老師。

黃老師：尊敬的成德法師，李校長、諸位校長、老師、黃班長，還有所有的學長，下午吉祥！

非常的感恩主辦單位很用心的辦了這一次的課程。學生在「以師志為己志」的第二集當中，就看到成德法師說，提到曾子是宗聖，他提及孔子有三個德行中的其中一點就是見人一善而忘其百非。然後也記得師父說，夫子之所以容易親近還有事奉，是因為夫子當他看到人家的一個優點，他就會忘掉所有的缺點，這就是普賢行，只有稱讚，不見人過。也記得法師常常提醒我們說，修行的障礙就是時常看人家的過，喜歡往外看，沒有內學。所以學生也銘記著這一句話，就是六祖大師的話，「若真修道人，不見世間過」。習氣還是會歸習氣，學生看到自己的習氣也在，所以對這句話非常的留下了那個印象，很想改過，見人一善而忘其百非，從今天開始會更努力的力行。之前也是有嘗試著力行，但是做得還是不夠圓滿，時進時退的，這也代表著學生還沒有完全把父母和老師放在心中第一位，實在是慚愧，對不起，法師。

這個說人家的過，學生就記起以前在學校教課的時候，教《弟子規》，就有察覺到一件事情，就是不管是低年級還是高年級的同學（這是學生的學校），他們都喜歡來向老師打小報告。不管是低年級還是高年級，總是報告別人的缺點的，就很少同學來向學生說某某同學做了什麼好事、說了什麼好話，都好像沒有這個習慣。

後來因為時常有教《弟子規》，就教到那個「見人善，即思齊

」，有一天，學生進班的時候就想到這一句，因為早上剛剛教「見人善，即思齊」，同學還沒有上課之前就和他們討論說：「同學們，今天我們學了這個『見人善，即思齊』，你們同學們……」忘了跟大家交代，這一班是三年級，它不是精英班是普通班，剛好學生去代課，代課其實不認識他們的。就問這些小朋友說：「今天能不能同學們你們舉手告訴老師，今天有沒有看到你們的朋友做了好事，做了一件善事、說了一句好話？」結果很奇怪，全班的小朋友都很安靜，他一直在想、一直在想，想了很久都不能給學生一個答案。但是，如果請小朋友說其他的同學做了什麼不好的事、壞事，他很快的就可以告訴學生說，老師，某某同學做了什麼什麼什麼不對的。但是好事就很少聽到同學提起。

學生就發現，為什麼會有這樣的情形？為什麼同學這麼小，原本心是應該很清淨的，但是他們都很少想到別人的這個善？後來想想，因為以前蔡老師給我們上《弟子規》的時候，時常告訴我們說，結果是這樣，原因到底是什麼？還有行有不得，反求諸己，就反求自己。然後就回想說，我們做老師的，每一回進到班上的時候，都好像很少花時間去稱讚同學的，都是指正同學的不對。因為上課三十分鐘，譬如學生是教數學的，就會告訴某某同學，你這個字體不端正，作業不整齊，沒有做訂正，跑來跑去都是講這些的。

所以從這個學生他們給學生的反應，就看得到慚愧，我們做老師沒有很用心的去看到同學們，他們在造這個口業，因為這麼小，常常說人家的不是，慢慢的就形成了造成那個口業。口業長大了對他是不好的，會影響他一生，對不對？「善護口業，不譏他過。」所以就反省自己。後來就想想，其實孩子沒有錯，就是老師時常說他的不對，所以他也養成這個慣性，就只會看人家的不對。這就是學生透過在教課的時候回想起來，真的是自己沒有細心的去觀察，

有時候會把孩子引導到不正確的方向去，向大家懺悔。

希望我們身為老師的，也能夠以身作則，就常常給同學們鼓勵，愛語、愛心，真誠的去引導他們，相信以後我們的孩子就不會那麼容易的犯這個口業，因為口業太重的話，其實對孩子一世的人生的影響是很可怕的。學生就有察覺到，所以對這個見人一善而忘其百非，自己有想到自己的過錯。

現在就想到說，在工作當中其實時常看人家的善，就算是只有一個優點，也真的是如法師所說的，我們可以和大家有很好的關係。譬如我們的學校因為有八十多位老師，有些老師他也會不認可學校推行《弟子規》，這個學生是明白的，就是說自己也做得不夠好，還不能感動別人。就是有些老師，雖然說他是脾氣不太好，可是如果我們把這一句見人一善而忘其百非，就往他的身上看，其實這個老師他是有優點的，人不是完全沒有優點的，他肯定有他的優點，這個老師雖然脾氣不好，可是他教書很盡責，非常的盡責，然後就往他身上的優點去看。其實他有優點，肯定我們是很感恩他給我們做老師，這些老師如果他們有一些小小的錯誤，我們就不要和他們計較，然後就往他們的身上去尋找他們的優點。學校如果可以這樣子和同事相處，摩擦就會減少，大家就能相處得比較融洽。

另外一點學生也想到，因為自己身為別人的媳婦，嫁進我先生的這一個家庭裡，因為我婆婆有六個子女，三個兒子、三個女兒，再加上小嬸，我先生是大兒子，所以學生是大嫂，所以這個家庭是相當大的。和他們相處的時候，也是用這一句見人一善而忘其百非，就一個一個的在想他們的優點，就是我的第二個小叔他喜歡做財布施，只要是家庭聚會一起吃，他肯定是先掏錢，不讓我先生出；然後，那就看我第三個小叔，他非常的勤奮，很用心的做他的工作；小嬸，通常妯娌和妯娌之間都有一些不愉快的事情會發生，不是

通常，可能，因為學了《弟子規》，見人一善而忘其百非，就把小嬸的優點把它放大，就看到第二個小嬸把整個家都處理得妥妥當當的，飯菜也煮得很美味，第二個小嬸她也有她的優點，她孝順她的母親，她很會烹飪，會做那些糕點，這個學生在女德這一塊，這個糕點不行，煮菜還可以。

所以就說往其他的人身上去看才發現，人其實是真的有他的優點的，就是因為我們忽略了這顆心，像師父所說的，我們沒有去觀察自己的心，所以常常會被境界所轉。但是要記得師父的話，當這個心靜下來的時候，就時常去想對方的優點，反而覺得經過一段時間之後，和大家相處的關係會愈來愈融洽。這是學生在見人一善而忘其百非，就是自己的感悟。

還有也想到如果，因為我婆婆的心願，她時常跟學生聊天的時候，學生可以感覺到。因為學生的公公已經往生了，已經往生了大約九年，目前是剩下婆婆。每一次學生回家的時候她總是會，因為可能學生是大嫂，她時常會跟學生說：「兄弟姐妹要和和氣氣，互相照顧。」這是老人家的意願，就是說不要因為一點小事情老吵架，不理睬對方，如果對方不理睬我們，我們也隨便得空的時候就去找他們，婆婆有叮嚀學生。結果學生就想到說，這是我們身為媳婦也應該盡孝的，看到婆婆的心願是希望我們妯娌之間、兄弟姐妹之間都很融洽的相處，這是為人父母他們最大的意願，不是我們賺了很多錢、給她很多錢，她不會歡喜的。所以如果我們把見人一善而忘其百非，時常自己來觀察自己的心，然後也和妯娌的關係，小叔、小姑他們相處得很融洽，婆婆就會感到信任，然後她會安心。其實現在也是有勸婆婆念佛，求生淨土，如果能夠把這個角色扮演得更好的話，相信婆婆有一天她也會更加的歡喜接受。

當然目前做得還不是很好，但是感恩法師，因為在讀這個「十

年因緣」第七集的時候，成德法師說，我們不能再因循了，錯一次不能再錯了。法師自己說，他還把自己每天做錯的事情寫在那個本子上，然後二三天就看回一遍，就能改。所以學生也要向法師學習，把自己不對的思想或者是行為把它寫在本子上，或許，還要有信心，法師說要有信心，學生相信是能做到的，要對自己有信心。然後提醒自己每天要見賢思齊，見不賢則內自省。然後學生也希望自己會把這兩句師父的法語勉勵自己，那就是「處逆境，隨惡緣，無瞋恚；隨順境，處善緣，無貪痴」。所以不管是逆境、順境、善緣、惡緣都是我們的道場，也期許學生會更加努力學習，讓自己更有智慧，可以幫助生命中的有緣人。感恩師父，感恩成德法師，還有感恩所有的有緣人、學長，感恩！阿彌陀佛。

成德法師：謝謝黃老師。在經典當中提到「溫故而知新，可以為師矣」，另外一句是「記問之學，不足以為人師」，這兩句對我們從事教學很重要。人為什麼可以溫故知新？就好像剛剛黃老師她一句話，她會延伸到她整個教學、人際、家庭裡面去，她就會有很多感悟。假如我們能把這樣的一種悟性，透過自己的言教、身教去表演給學生看，那學生很尊重你，你對他的生命就會有很大的影響。就像我們自己尊重師父上人，他老人家講那些話我們都覺得太可貴了，都把它放在心上。剛剛黃老師說的，處逆境，隨惡緣，這個是老人家總結他修學的兩句心得，其實這兩句就包含一切的教誨，也包含一切的境界。

她也提到說時進時退，這個是我們修學路上都是這樣的，但是要有信心，要愈挫愈勇，百折不撓，慢慢慢慢煩惱就不做主了，我們自己的正念就做主了，就自在了。但它有一個過程，生處熟，熟處生，慢慢我們替人想的心提得起來，念佛的心提得起來。尤其她提到的，把父母、老師排在前面，排在第一，這個念頭能起來了，

其他煩惱也起不來了。

她也很敏銳在觀察孩子的心理狀況，《禮記·學記》講，「知其心，然後能救其失」。觀察到三年級精英班，小學還有精英班？我念小學的時候沒有精英班。什麼才是真正的精英？這也是我們老師要認知清楚的。假如是分數高就是精英，那我們可能就著眼在這裡。一執會成病，一執著了，看得不全面，看得不遠。真正的精英是他心裡的涵養、素質。假如問他別人的優點都答不上，然後都會主動的來講別人哪裡錯了、哪裡錯了，那這個心態是成不了精英的。所以能把《弟子規》真的做到了，這個才是精英，做人做事，他懂事了，懂得做人了。

這個還延伸到同事，其實同事我們能互相欣賞，也是給孩子做身教。其實孩子很敏銳的，我自己的觀察是這樣。你看老師之間在打招呼，你跟哪一個老師打招呼最多、互動最多，這兩班的學生就比較有交情。你不要忽略你每一個動作，其實都有影響的。

家庭能夠都是看優點，我們剛剛說的，依報隨著正報轉，這個家就愈來愈融洽了。

孝悌為傳家之本，我們黃老師這個大嫂當得挺好的，你看婆婆的話她都放在心上。更重要的，要幫老人了脫生死，父母離塵垢，子道方成就。而且我感覺我們馬來西亞是福地，都是三代、四代同堂，假如這個老人可以真正表演，那這個家族的人都有大福報，他們就看到真的念佛可以無疾而終，可以去作佛，生大歡喜、生大信心。以上回饋。

因為時間還剩得比較不多，我想說接下來老師們分享就說大家好，就可以了。因為我們還有四位老師要分享，我們接下來請林老師。

林老師：尊敬的成德法師，阿彌陀佛。

成德法師：阿彌陀佛。

林老師：諸位好。

成德法師：您好像在極樂世界，我怎麼看過去這麼美麗？

林老師：那裡有西方三聖。

成德法師：對，還有福祿壽。

林老師：阿彌陀佛。學生是文萊這裡，還是第一次跟法師一起在線上上課，就戰戰兢兢的。

成德法師：Relax（放鬆），我不是很可怕，不要緊張。

林老師：師父，您的笑容每次學生看了都是好像看到自己的哥哥這樣子。

成德法師：阿彌陀佛。

林老師：其實非常感激這次這個課程。不能講心裡話，講了會感動。

成德法師：沒事沒事，慢慢講。

林老師：這次課程學生獲得很大的受益，就好像如貧得寶。因為平常都沒有什麼做功課，這要很懺悔。就是只是希望說，法師能長期提供課程給我們，我們會更積極的學習。

成德法師：好的好的，我會提供，到時候你們不要嫌我煩。

林老師：阿彌陀佛。現在已經第十九天了，明天是最後一天，就捨不得。

成德法師：阿彌陀佛。

林老師：昨天就聽到張老師說，其實在學習，我們要看到老師的那種做人的心態。就講到形容法師，成德法師他念念為人著想，法師處事待人接物都是末學要學的。其實好像張老師說，老師時常如果有人犯錯的時候，沒有責備，就反而是關心，念頭是為他著想，是否是他人休息不夠，太疲累，還是疲憊，或者是工作量太多

？都是用關懷、體諒、包容，這個是後學要學習的。老師那個忠恕之心，就是那麼大的心量，其實我們做老師的該要這樣子，內心是很敬佩。

說真的，學習這過程，沒有甚深的深入，因為好像這次學習課程很多，好像覺得時間不夠用，只是有些句子其實還不明白，也看不懂。可是這個課程過後，會重新學習，然後深入了解。可是是希望說，那些看不懂的成語、句子，是否有前輩老師可以補課？來補充我們的疑惑，希望黃老師可以幫幫忙。末學的華語不好，所以很多字還要查字典。

其實在這個每一天的學習，這次學了十九天，每一天都很用功的在上課，學生的先生就每次要逗我開心，他說：「妳要讀博士了。」其實每一天在學習，就變成一個習慣，現在變成一個習慣，就好像提升自己的，喜歡變成看書，去找字典，就是透過這個十六天跟十七天培養出來的。其實要非常感恩主辦當局，因為把這個課程排到很有次序，我們沒有時間打妄想。

這裡還有學生來分享自己的一些學了的，然後又有反思到師長所講的那句話，「念念為他人著想」，怎麼樣落實？其實每一天都有一個境界，我覺得感恩，就是因為前五天，剛好我先生提出，他在裝修店面，就需要在網上採購一些地板的隔音材料，就提出希望我能幫他在網上採購。我第一個念頭就想說，目前的處境很忙，第一個念頭就執著我很忙，一想到自己，然後就想要拒絕他，就想說自己的功課還沒做完，就等到六月十一號過後才幫他做，跟他訂。可是經過思考，想到法師說，你們要學到念念為他人著想，又是我的另外一半，我就想應該轉一個念，就答應他說，幫他在網上採購。其實做也不會很難，就是自己那一個執著點說我很忙，其實自己的心是放不下。

然後幫他採購了完成了，就看到他的臉上有一種喜悅，他很歡喜，他說直接叫太太做，直接就跟他做好了。其實在做的時候，還好沒有拒絕他。因為我們學了真的能轉一個念做到，這個真的要時常很冷靜觀察自己的心態，自己的心態不對，所以有很多執著點。因為法師一直有說，您能觀察自己的心態，然後您能提起為他人著想，這是天下第一等的功夫，護好自己這顆心。所以感恩法師用心良苦的提醒，學生才有這個覺察力，感恩。

其實師長說這個妙法，就是念念為他人著想，真的很好用，用得著就會生歡喜心，又感恩。目前內心很多的感激，不知從何說起，如果還沒有成長的話，學生還沒有成長，就辜負了老人家。其實我看到老人家他到現在還是，那天我們去台南極樂寺看到老人家，到現在他還是一直提起說，只要我們願意推廣傳統文化，一直在叮嚀。那時候學生在場，看到師父上人，其實就是自己看到自己爸爸這樣子。師父上人跟成德法師是學生的大恩師，沒有的話，我也不會真的，我想我會很虛妄的走我的一生，因為以前的都是那種吃喝玩樂，都沒有把這些學傳統文化的那分心態，錯誤的心態。

現在我是想說，我已經許下諾言，要以師志為己志，然後永遠記得說，利益人的心不能退。沒有老法師，沒有你們，我真的不會走到今天。其實沒有佛法，真的在這個世間很難立足。因為遇到師父上人，我這一生學佛的因緣才成熟。我現在已經定了心願，就是要老實聽話，盡心盡力去做，修身齊家，真的要承擔傳統文化，精進念佛，今生要成就的。

目前有一個情況，就是師父說，您說要一部經，您說要得根本智就先要一部經深入，然後長時薰修，可是我們目前就沒有一部經，覺得好像也沒有說辦得很好。就想請問師父說，您說的一部經，目前我們有學的是「做孩子一生的貴人」跟《弟子規》四十講，您

可以給學生知道說，一部經我們先要攻哪一部？然後還有另外一個就是，因為這些很多句子不明白的，希望是否可以補課，希望法師給予賜教，然後指點，批評指正，感恩。

成德法師：謝謝林老師。我們也很隨喜她剛剛許下承諾，這個也是我們佛門講的發菩提心，尤其是念師長恩，感念師父上人的教導，她這一生也願意盡力來弘法利生。念頭的力量是很大，這一念發出來，諸佛菩薩都有感應，祖先都有感應，都會加持。

就像這一次參加這個課程，我們李校長團隊很用心編排這個課程，尤其很重要，不是三天、不是五天，是三個禮拜。這個很重要是什麼？這樣的時間比較能形成一種習慣。不知道我們李校長團隊是不是考慮說，這個要二十一次才能記住，所以排二十一天。慢慢養成習慣，我們要期許自己，這只是個開始，以後要保持，甚至還要提升，這個真的就是功夫到可以滯塞通。

感覺時間不夠用，不是壞事，是好事情，感覺不夠用，絕對不會打閒岔，不會浪費時間。再來，我們林老師剛剛有請轉法輪，就請我們李校長團隊、我們黃班長看著辦，他們也可以就他們……

首先這個要跟大家致歉，可能這個裡面訊息量太大了，講一堂課，裡面可能有不少句文言文，所以我們這一次的課程會製作好，提供大家可以重複學習。這些課程，尤其成德跟大家交流的這個部分，會提供給大家重複學習。但是，假如這個課程裡面，比方說分享的人，他有什麼忌諱，或者有什麼牽掛、罣礙，都可以私下跟班長反饋，跟我們黃班長反饋一下，因為我們都可以裁剪，這個大家 don't worry（別擔心），都可以處理的。我們都處理好了，這些都考慮好了，再提供給大家。

我覺得林老師的希望是不止提供這個課程，假如他們聽的過程

覺得有不知道的，到時候你們可以跟黃班長約一下，她一段時間可以跟大家再做反饋，給大家做護持，有什麼不明白問她，我相信他們都可以幫妳解決。他們假如不能解決，再來我也不會袖手旁觀。我再搞不清楚，我也會去請教師父。當然，有不知道的可以自己查，再查不到我們再來請教。

我們林老師可能文言文的經句不能背很多，但是我覺得這些教理她體會得都很深，你看她體會到不能有執著點。其實佛的經教四十九年就是教我們別執著、別分別。我們在生活當中都能看到自己的執著點，冷靜觀察自己的心態，這個都是她自己體會到的。從根本修，從起心動念處修，能從這個體會，我這裡要替人著想，舉一反三，一即一切，那這個一句話都有很大的受用。

最後她問到的這個問題，大家要了解，一部經，這個是大乘的佛經。但是在一部經以前要先扎根，扎根扎好了，我們再一部大經。尤其我們修淨土的，就選《無量壽經》就好了。但是假如妳是要弘揚文化的，那妳可能可以選《論語》。選一部大經，這個看每個人的因緣。

但是扎根的話，三根要扎。學的時候，「教之道，貴以專」，一部一部學，這些材料看您覺得現在妳跟團隊，覺得哪一部可能現在最契你們的機，你們就可以從這裡開始。當然，老人家指導我們弟子要從五倫，明白五倫開始做起，這個是「香港四十集」。你明白了五倫，落實在哪？落實在《弟子規》，這些生活的行為裡面，所以是《細講弟子規》。這個都是老人家指導我們要這麼去宣講、這麼去落實。

「做孩子一生的貴人」，這個是比較特殊是，剛好有一百多個校長跟幼兒園園長的課程培訓，因為自己從事這個教育工作也十多年了，所以總結了一些經驗供大家做參考。這套光碟最重要是讓

當父母、當校長老師的，能把這個教育愛心、使命感給喚醒，大家互相護念、互相督促，不退初心。

所以這個是先扎根，然後再一門深入，得清淨心，得根本智，之後再廣學多聞。以上回饋。

我們再接下來請黃老師。

黃老師：尊敬的老師，師父上人，大家好！

成德法師：大家好，妳好。

黃老師：謝謝老師們給我這機會來分享，跟成德法師，所以覺得很歡喜，一直給學生打一個新的力量、新的精神，來落實《弟子規》。另外，上次說了從二〇一二年就有見到，當時是蔡老師，在泗水的時候，在學學學，然後老師就說，在那時候見到的時候就有說到怎麼樣行孝道，尤其是父母不在了，就是要報恩。然後我就說，很簡單，你就把這傳統文化傳給大眾、傳給大家，那你就這樣的報恩。因為父母不在了，當時學生的母親也是往生了，還有父親又再有後母。所以一直聽老師的課，學生的中文也不好，聽老師講的話，只是把簡簡單單的普通的話就這樣揀起來、記起來、寫起來，就像法師剛才說就貼貼，在哪裡你看到你就貼上，就貼到老實、聽話、真幹，這樣的過去，然後還有吃虧是福，還有簡單的別人錯也是對，我對也是錯。所以有見到逆境還是什麼的時候，看老師的話，就說老師我錯了，老師我要該怎麼做？就聽老師的課、聽老師的課，就這樣的跟下去。

然後從二〇一三年就把老師說下手處五倫，就用這書本，二〇一三年到現在還是在重複講這個五倫的課，就這樣的過去。因為在我們印尼也不懂要去哪裡找書本、課程，我找不到，只是去培訓的時候，就老師一直提供，五倫四維八德，只找到五倫，那就五倫來把它翻譯，就這樣的教。老師是說，不是只是教，那你也是要落實

。覺得落實，好，就是一句一句。當時關於這五倫，我們就講孝順父母，爸爸有了後母的話，我們七個兄弟姐妹，我是排第六，有姐姐，也是在現場，要感恩姐姐，我們兄弟也走得很好，姐姐很多鼓勵，現在姐姐是幫我做，就是在翻譯部門，我們在中心。

那時候我們也是教了二十四孝，就是教了二十四孝就……，在那邊很多是說後母後母的，也是得孝順，那我們自己是有後母，你一直講，而且我們教孩子一個題目就讀十遍，讀了十遍，你還要講故事，那時候講，我說不行，我們教，然後你沒有力行，那不可以，那等於就是騙人。那時候就跟姐姐一起，來，我們給後母來三跪九拜。他們說三跪九拜，那不是我們的媽媽，那怎麼做到？不是我們的媽媽，沒關係，我們對別人也是這樣的好，為什麼對自己的後母，那就想，她是幫了爸爸，她陪爸爸，就這樣的想，就帶著姐姐他們跟弟弟，因為我是第六的，還有一個弟弟，全部都是姐姐，那就帶著，來，我們一起做，我先開頭，就是這樣子做。

做了很多次的話，我們互相幫助、互相關懷，她也是改了很多，以前都會說不好的話，現在就慢慢改慢慢改慢慢改，現在也提供他們，爸爸現在又說我們孝順得很好，學生自己也做得不好，那還要再繼續的孝順。因為我們有四個要走的，在五倫裡說到，就是養父母之身、之心、之志跟之慧。因為爸爸到現在年紀大了，也是欲望挺大的，就是希望我們學了這個傳統文化和佛法，能鼓勵爸爸欲望放下一點點，然後勸他念佛，現在一直勸他念佛。那個是對爸爸。

然後對家公家婆也是一樣，學了好像覺得那騙人，妳自己又不在做，好了，就做。第一次跟，孩子還小當時，幸虧也是有孩子，所以要謝謝三個孩子，給學生成長很多，有帶著他們就一起來給家公家婆跪拜，三跪九拜。那時候先生不要，先生跑走，不要不要不

要。算了，你不做我做，我帶孩子做。第一次做，家婆說，不用不用不用，妳已經很好了，不用不用。原來我們做下去，一跪下去，跪起來，她跟我的孩子說（他名是田豐）：「田豐，等下這個錄影起來，然後你寄給伯伯，第三個伯伯，在美國，你告訴他，這個是孝順父母。」她不跟我說，她跟我兒子說。我做了二三次，最後先生現在就要做了，先生的兄弟，因為他們四個男的，沒有女孩子，家婆，那也是跟上的，給他們洗腳、三跪九拜。我們在棉蘭，如果他來棉蘭，他住在雅加達，我們就會每次來就給他三跪九拜，孩子也是跟著。

所以孩子對我們也是，幸虧也是很小的時候，就接受了這個《弟子規》，所以真的改了學生自己的命運，然後家庭的命運。孩子也是現在會長大了，高中畢業了，大的也會自動生日、父親節、母親節，他們都會來三跪九拜。

說起夫婦關係，因為鑰匙是在那邊，最重要的，老師說也是要落實，自己不做也不對，幸虧有看到女德，怎麼樣當女孩子、當女兒、當母親、當妻子，然後當人的媳婦，就是看了，自己就開始改。所以第一次回來培訓，二〇一二年的時候，第一個動作，回來見到先生，你好，鞠躬下去。他說：「妳傻了，妳發燒了？回來怎麼這樣了？」他就一直在笑。孩子當時候真的還小，所以要謝謝孩子，很多就帶著他們，因為自己有面子那時候，自己要做，要行禮，不行不行，帶著孩子他們一起學，爸爸回來，等著在門邊，就等著爸爸，爸爸你好。三個孩子這樣帶著，帶到現在，現在我們是爸爸一回來就是擁抱，行禮然後擁抱，我就會接先生進來，給他把書包什麼都放下來，孩子就排隊抱爸爸、叫爸爸。

我有試過，老師，當媽媽就坐在那邊，先生回來我試試看不理，我就說孩子，爸爸回來了，他們動也不動。糟糕了，那就趕快去

，原來真的以身作則是很重要。所以孩子是看著這樣。早上先生上班的時候，也是幫他清潔鞋子，還沒出門就有給他扣上衣服，噴噴香水。我分享的時候，他們說，妳做這樣？那他很香，意外怎麼辦？出去？我只是感到盡本分，老師就提了盡本分，妳是他妻子，盡本分。如果先生出門都是很髒、很臭，那等於我們做他的太太就不對了，也是很髒。我說沒關係、沒關係，就給你那個，就是抱抱，擁抱就回來這樣，所以對先生這樣每次。

每個月，我還記得那時候要三跪九拜，不知道要跪誰。記得跟先生也是很多錯，那時候因為女強人，他能怎麼我也是能怎麼，所以覺得自己做太太真的不好，所以就給他跪下來。他說：「不不不。」我說：「沒關係、沒關係。」就這樣的道歉。就這樣一來，現在習慣變洗腳，因為每個月剪指甲還是什麼，就這樣的給他付出。心裡只想盡本分，妳做太太多辛苦，也不要擺上妳累的那個臉。我也是定下來自己這樣的忙給人培訓，給人做五倫，也不要花先生有在家的時間，所以每一次培訓，就先生出門了就去做培訓，孩子也是去上學了，孩子回來四點五點，我也是回來了，最晚先生還沒到家，我們太太就是要先到家。然後也是定下來，看了妳的菜什麼都是要暖暖的、要熱熱的，他回來就溫暖。所以夫婦這邊就這樣的教導，這樣的力行，這樣子做。

然後給大眾的付出，就是很多都是在監獄。第一次進監獄的時候，像老師說，你不想自己。現在學生也是正在練無我、無我，每次做東西就無我，就沒有我，其實我也是在裡面了。當第一次要進監獄的時候，他們回想回到現在，二〇一三年到現在還是在監獄服務，他們就問，妳不怕嗎？妳不怕嗎？在腦裡，就是在我們思想裡，只是想這個老師的課，我要怎麼講，我要怎麼做，讓他們能吸收，而且語言也是用印尼文，要怎麼樣說，要怎麼樣讓他們真的吸

收，接受我們。尤其我是華人，看到我們華人，但是我用的語言是印尼文，我們就這樣的說。所以這個心裡沒有說很怕去見他們，一個念頭只是想，這個要他們接受，一定要接受，一定要有改過，一定他們要能改過。所以就這樣的抱著老師的話，所以讓林老師看到老師的臉，不要說也是會感動起來，這個也是最後的，以後要見到跟老師這樣，這個要結束了，不知道什麼時候再見到老師，不知道還有機會嗎？再跟老師分享，學生哪一點做得不對，老師會看出、會提醒，也是哪一部分還需要再加強，哪一部分需要再做，就是現在。

然後對於佛法也是有黃老師、有林老師來一直堅持給我們在做念佛念佛念佛，讀《無量壽經》，現在也是有做那些功課，《淨修捷要》三十二拜，每一天讀《無量壽經》，所以收穫也很滿。在《淨修捷要》的時候，就是慚愧、慚愧、慚愧，老師一直說要有慚愧的心。所以學生的筆記每次是這樣短短的話，寫出來簡單老師的話，因為中文還是很慚愧，要好好的學。尤其是文言文，一查字典，字典又沒有，不知道要問誰，所以就找一個長輩，這邊有張老師給我們來幫忙。

好，學生的分享就到此，謝謝老師，謝謝老師的指導，謝謝老師的好榜樣，我們一定要像老師，有一天也是會走老師的路，謝謝老師。

成德法師：阿彌陀佛。

黃老師：阿彌陀佛。

成德法師：謝謝黃老師。感覺我們剛剛林老師分享，包含黃老師分享，她們都很老實聽話，一句話她就很用心一直做一直做，我聽了也很慚愧，這種落實的態度不如她們。她們一聽到老和尚說：

「不能騙人，說了做不到是騙人，不能騙人。」她就放在心上，一

直在鞭策自己。能接受老人家教誨是大福報，願意接受必有大福。首先你看她的家庭就轉變了，她們也願意再去利益有緣的人。而且她也很可貴，她要敦倫盡分，然後把時間安排好，不能因為要服務大眾了，把家庭這些本分給忽略掉，也不行。但是妳有這個心，妳會變成千手千眼，觀世音菩薩，這個四大菩薩指的不是別人，菩薩表修德，每個修身的人都要效法四大菩薩。

到監獄裡面去弘法，老和尚說這叫地藏菩薩。你看監獄的人他真的沒有回頭，他真的是要到地獄報到。我們能把他勸了，他浪子回頭，這個確實功德無量。她在一切境界也是練無我，不要想自己，想別人，就不會辛苦、不會累了，就能一講課的時候很有靈感，把當下的人就當作自己的至親一樣，言語就很懇切了。她的很多心態特別好，說也謝謝自己的孩子給自己的增上緣。包含她對她的後母，這段成德聽了也是很感動，都是一種感恩的心，你看那種誠心，感通，後母也被感動了，行為也變了。我相信妳父親看了也會很感動。

當然，孔子已經提醒我們了，「少之時，血氣未定，戒之在色」，所以護念青少年，在飲食男女這個部分一定要給他正能量，不然一陷進去，身心會受很大的障礙，甚至於是還會造下地獄的罪業。邪淫、墮胎，這個不得了，所以都要防微杜漸，要趕緊教。「及其壯也」，人到成年，到壯年，「血氣方剛，戒之在鬥」，很容易搞入是非人我，這個都要透過學習，「命裡有時終須有，命裡無時莫強求」，該是我的，跑都跑不掉；不是我的，強求不來，那有什麼好爭、有什麼好鬥的？那不是跟自己的福報過不去了嗎？所以理得可以心安。再來，「及其老也，血氣既衰，戒之在得」，上了年紀容易患得患失、容易攀比，這個時候要趕緊護持好父母的心境，最後能往生作佛，我們的孝道就圓滿了。

剛剛她又講到，她先生要出門，給她先生噴香水。這一點我提供一點小意見，這種香水最好是挺好聞的，但是不會讓人起邪念的香水。香水也分很多種，你噴的是檀香的香水，人家一聞，這個心是定下來的，又不失禮，但是又沒有副作用。再來，更重要的，這個黃老師傳遞給她先生的是一種信任的心。有時候人都會覺得我防這個、防那個，他逃不出我的如來掌，其實累死了。心念很重要，妳要防他，他就躲給妳追，會不會起作用？信任。我從小到大，感受到父母對我完全的信任，我們就產生一個心態，不能辜負父母的信任。

我記得，現在詐騙集團很多，有一次，我們家寄來一封信，然後就說寄給我父親的，說你在什麼情況，在哪個賓館，被我們什麼攝像起來了。結果這個信，我父親還沒回來，我母親看了，看完之後，她隨手就扔到垃圾桶裡面去了。我母親那個動作讓我非常感動，她信任自己的丈夫，直接就扔下去了。而我看到我母親這一生，在感情方面她沒有煩惱，為什麼？她就信任她的丈夫。丈夫被這麼信任，我覺得那個是互相的。女人她的心念波動，煩惱最大的就是她的丈夫，女有歸，她的心都繫在他的身上了，所以他有什麼風吹草動，很容易就驚濤駭浪了。所以藉由這一點，我感覺這個不只是噴香水而已，是傳遞了一個對自己丈夫的信任。人跟人都是互相的。我們接下來，謝謝她們的分享，我們再請方老師。

方老師：尊敬的成德法師、李校長、各位家長、林老師、各位老師和大家，下午好！

成德法師：您好。

方老師：因為時間的關係，我就簡潔一點，好嗎？可是我也是受益不淺的。大概二〇一三年到現在為止，我們都是聽成德法師（以前就是蔡老師）的，因為我們是在家長班。家長班裡面的話，我

們聽的「幸福人生十八講」、「《弟子規》四十講」、「如何做一個真正如法的好人」、「家和萬事興」、「細講《弟子規》」、「做孩子一生的貴人」、「《朱子治家格言》」、「《了凡四訓》」，還有我們去年也在學《群書治要》。我們是有傳三個條件，老師所講的，就是聽一個老師的，就是聽成德法師所講的課。然後我們的書本也是成德法師的，就是以前蔡老師的書本資料。

學生是很感恩老師們，還有這些我們促進會的義工老師們的那種無私的奉獻，所以我原本是一個家長的，也變成了義工。所以在這裡的時候，我所受益的是我自己本身的家庭，就是我的家庭，剛才你看我先生走來走去，他都已經幫我準備好了素食晚餐，很感動。以前我聽蔡老師的課的時候，他都會提醒我，他說妳沒有抓到重點，他都說我，逼我要成長。我說好好好，一定會，給我一點時間，我會改的。所以我都已經改得讓他很少很少批評我了。其中他就有一點，他就是很愛講東講西，像鄰居這些那些，這些我都是傻傻的，他說妳不講誰對，也不講誰錯。要是我跟他講，就描過去了，他就說我沒有反應了，他就這樣，我就順你，其實他是有錯的，可是我就順順他這樣這樣，這樣給他個微笑，很有溫暖的那種微笑。

也很感恩這段日子，辛苦大家了。像安排這些課程裡面，老師們都很用心，還有成德法師那種細心、那種苦口婆心，一次又一次的講。

我們聽了這麼多課，這次講得很細膩，又覺得很慚愧，很多東西還要從頭開始再看，溫故知新，就要溫故知新。真的是還以為自己學得很好，可是這幾堂課，這幾個星期的那種心情，真正想還要歸零，再重新再看，然後再真正的去一定好好反省自己、好好做到。

接下來就是職場上，因為學生是一個帶領下屬的人，以前都會

看別人的錯，也會覺得說，為什麼他們不會自動自發？現在反而學了過後才知道還要耐心，真的是不一樣的心境，問他們的時候那種心，一跟他們講：「記得這個地方會犯錯的，你們要很小心，這個地方會犯錯。」那個心也不會像去指責、去埋怨，或者是說為什麼你還要我教，那種，因為你來做工不是來學習，你來做工就是你有那個本領，我們才把你招進來的。可是現在反而會同情了，下屬做完那個交給學生的時候，因為他感受到你的那種，知道你很耐心教他，老師所講的，應用對了，因為放下，自己落實謙卑的態度很重要，我記得這一個態度，我一定要愈磨愈好、愈磨愈好，謙卑。

然後在團體上，團體上現在我還是負責丁老師所分配的家長班，家長班已經是有八年了，一直到現在為止，所以也要帶領一些新加入的義工，聽了老師的話，我覺得生活中很重要，少批評，少批評。心中抱持著對大眾，老師的那種知恩、感恩，珍惜他們走進來的這些新人，有緣分走進來這些，要知緣、惜緣、造緣，然後我們才有承傳的人下去。這個是接下來的日子學生要努力的，用心這一塊。

最後學生有一個問題，可是時間方面我不懂是怎樣，可是我還是要提，因為這個是每位家長所遇到的一些問題。我們發覺到在辦班的時候，學生在小學階段學習《弟子規》比較容易，很聽話。到中學的時候階段，因為課業繁重，我發覺了，他會跟媽媽講他不要來了，他要考試，或者是媽媽也允許這樣。到大學了更不用講，他就會……所以很多家長就感覺到很無奈，孩子不能來，可是家長都覺得很好，他也覺得孩子學了過後回去，對待父母那種態度是完全不一樣的。所以要請問法師可以給我們，怎樣幫助青少年，給我們一點指引一下，要怎麼樣幫助這些青少年，他們可以接受這些文化，尤其在這種關鍵的時期，怕他們也走進那種玩game，媽媽呼他他

不放那種，很多是這種反應，所以在此懇請法師，如果有講不對的話，請多多指正，謝謝大家的時間，感恩。

成德法師：謝謝方老師，感覺她也是法喜充滿。我們丁祕書長帶領的團隊，我看笑容都很燦爛，這個也是我們丁祕書長都常常把微笑掛在臉上。佛門說：「面上無瞋供養具。」一個笑容就是普賢行，就已經給人家修供養了。覺得她很有福報，她先生是她的大護法，鞭策她不會懈怠。她學習心態很好，懂得歸零。人要隨時歸零，因為一不歸零，就覺得有什麼，有什麼再學東西就不一定學得入了，有什麼就沒什麼，沒什麼才能有什麼。她還提到她在跟她自己的下屬的一些互動，「待婢僕，身貴端。雖貴端，慈而寬」。剛剛我們說夫妻是互相的，其實人跟人五倫關係都是互相的，你尊重他，他能感受到你的耐性、你的愛心，他也會覺得不能讓你白愛護、不能讓你白教，這個都是一種良性的循環。

那她問到這個初中，也讓我們感覺，教倫理道德教育是愈早愈好，愈早愈好，你年紀大了，他假如又染上一些這些外在玩遊戲、什麼誘惑，把他的注意力慢慢就分散，再教就相對比較困難。所以護持一個孩子成為人才，這不是二年、三年的工程，這最少要十五年以上，百年樹人。所以諸位同道，我等著你們的孩子、你們的學生到英國漢學院，I wait for them。

我們現在英國漢學院有一個預科班，這個預科班是你沒有任何學歷都可以來報考，所以現在英國漢學院的門很寬。你可以全日制的按照傳統的教學方法來帶，這樣的孩子你把他培養到十五歲，程度很高，也可以就送過來。他就可以直接念預科，就是我們整個英聯邦的體系，有預科了，就可以上大學。你們真的培養好，到時候我給他找監護人，包在我身上，因為還沒到十八歲，我在當地給他找監護人。

再來，他是在體制內的，但是我們利用他課後的時間，甚至於禮拜六、禮拜天、寒暑假，放假的時候我們都用傳統文化來引導他、來教導他。當然還是要顧及到，不要讓他壓力太大，到時候學得很厭煩，食緊弄破碗，弄巧成拙，還是要考慮到他要讓他學得很歡喜，讓他覺得對他很有受用，循循善誘，把他帶起來。成德相信不管他是在體制內的還是體制外的，甚至於有些地方還有home school，父母自己帶。但是父母帶還是有挑戰，因為太親了，所以孟子說要「易子而教」，那就幾個家庭，幾個家庭大家常常聚會，那孩子就有他人際的相處、體驗，不然他一個人很孤單也不行，所以都要有配套措施。

你這樣護持他，大家也不要執著點，就像我們剛剛林老師說的，不要執著點。你不要執著一定要把他送到英國漢學院來，他能夠學三年、學五年，他以後也是各行各業的佼佼者。因為他有德行的根，他覺得人生要以服務人為目的，他這個心態能保持，以後他學哪一個技能，相信他都會成為棟梁。我是很有這個信心，我對老祖宗教育的理念、智慧，我很有信心。說不定他在各行各業可以做表法，以後還是會回歸，到時候東南亞德行教育促進會開班的時候，他來現身說法，「我小時候就是參加了什麼課程，對我一生幫助很大，我今天在事業當中有這個成就，就是當時候學《弟子規》哪一句、學《小兒語》哪一句」。我講的這個都不是天方夜譚。給大家舉一個例子，比方說有一個大企業家，他就說了，而且他學歷也不高，他說他今天做事業最得力的，就是他母親小時候教他的那幾句話，其實就是做人做事。

好，我們最後請陳老師，有請。

陳老師：大家下午好！很感恩給機會學生在這裡報告，學生就把自己的心得這裡就簡短的說。學生現在是在家護持一班學生學《

聖學根之根》，要以師志為己志，不要辜負老法師一條龍的期望，我們就在這裡默默的耕耘。現在是因為疫情，所以我們現在是在線上上課，希望培養多一些學生可以去英國漢學院，或者在哪，在哪一些領域也好，剛才成德法師說也是很有幫助的，我們就盡自己一分力。

在這些課程當中，學生受益很多。然後這也是有一個小小的提問，希望成德法師可以幫忙學生解惑。在聽課的時候，學生是有聽到，「正修是念佛，助修是修福」。學生每天在家也是有做早晚課，就覺得我們這身口意業，這個意很難控制，因為每次念佛這個妄念就很多進來，所以就覺得念佛這個功夫不得力，然後這麼多年來還是很多妄念。就是希望能夠好好念佛，就是有一個目標，一定要往生西方極樂世界，就是報佛恩、報老師的恩。學生的分享就到這裡，感恩，謝謝大家，阿彌陀佛。

成德法師：謝謝陳老師。妳們現在在教《小兒語》，我們漢學院張清泉教授他有講過《小兒語》，極樂寺的網站都查得到他的講課。包含開吉法師也有講《小兒語》，她講得特別深入。所以現在這些老師們、法師，大家都是響應老法師這個一條龍教育的理念，我們相信我們大家的力量，都是往同一個地方在出力，我們的明天會更好，很有希望。

您剛剛說：「正修是念佛，助修是修福。」修行人不能求福報，因為求福報會輪迴，所以念佛人要所有善根心心迴向，所做一切善事不要求福報，都把它迴向，做往生的資糧，這叫助修。修一切善都是助修，只要你不求福報，不求來生的福報、現世的福報，它就是功德，所以要積功累德，這個就是助修。我們跟五倫五常、四維八德相應，跟三福六和、三學六度、普賢十願相應，然後我們不求福報，這個都是清淨心、都是功德。

而我們在處事待人接物，在做事當中，也要用念佛的心。我們看這個「念」字是什麼？今心，心上真有佛。所以我們也都用真誠、清淨、平等、正覺、慈悲的心來處事待人接物，統統是功德。我們不能說我念佛的時候才是用真心，一跟人家講話，一跟人家配合做事，我就不能用真心，那不行，我們用功就是隨時要提醒自己用真心，念佛要用真心，處事待人接物都要用真心。我再請黃老師發夏蓮居老居士一段開示，非常精闢，念佛處事都要用真心，都要用第一念。成德有就這個有一些分享，也可以發給大家做參考。所以你們不要擔心，我就怕你們以後嫌我囉嗦而已。也準備就這個一條龍，八月份或者九月份會開始有培訓，到時候會通知大家，你們到時候不要嫌我煩，我們會常常見面。

這個念佛，您遇到的情況是每一個念佛人都會遇到的，但我們要不氣餒。「妄想千般都不管，一聲佛號要分明」，就是縱使有妄念，你不要去理會它，只要自己專注的一個字一句念清楚，耳朵聽得清楚，嘴巴念得清楚，心裡也念得清楚。又跑進來了，沒關係，都很正常，繼續一樣，一切莫管，字句分明，平平常常、老老實實念下去，因為它必然是生處熟、熟處生。因為我們畢竟過去生跟今生，我們這個思惟習慣了，你一坐下來，好多念頭自己跑來了，因為太熟悉了，這很正常，不斷提醒自己，我多念佛，今天五千、八千，不斷提醒自己，一有時間就念佛，行住坐臥就念佛，有時候不知不覺念了一萬五了、二萬了，甚至快三萬，都有。你時間忙，你只要養成一個習慣，我一有時間，我就把佛號提起來，真的都是要下一些鈍功夫，老老實實的來念，慢慢佛號就愈來愈熟了。當然，善友為依，你也可以組一個群，每一個人每天報自己念多少，然後看人家都念得那麼認真，慚愧，會有一種鞭策的力量。我再把夏蓮居老居士他在《自警錄》裡面提了好多怎麼念佛的句子，我匯起來

，提供給大家，我們黃班長會發給大家。

剛剛我們同修方老師有問到，這個青少年怎麼引導他們，怎麼讓他們歡喜來上課。師父講，講課就是契理還有契機，所以形式也要是青少年比較歡喜接受的。但是跟您說這個歡喜接受，不是讓妳帶著他們去跳霹靂舞，不是，是他們能接受，但是也會讓他們生起善根的這些。我們有一位古琴老師，他選出了非常多好的曲子，包含夏蓮居老居士彈的，我再提供給大家。

再來可以，我們薰聞成種這個平台有放了一些動畫片。或者妳假如遇到一些團康能力不錯的人，他們可以藉由一些團康活動，然後讓孩子去感受一些做人做事，這也挺好的。寓教於樂，有一些放鬆的活動，但是裡面又能順勢的引導他們做人做事。也有一些電影，我感覺那些電影，現在叫微電影，時間很短，但是看了都特別容易感動，您可以善巧的放這些東西。包含德育故事，其實現在這些善心的人很多，他提供了我們很多材料，看我們怎麼來運用。大家有一個team

work（工作團隊），團隊來備課，愈切磋愈有靈感。現在我們團隊已經延伸到五個國家了，大家都可以把好的東西提供出來，我們就有一個教學的database（數據庫）。因為我最近常常在背英文單字，所以要複習複習。

今天抱歉，時間稍微晚一點，就到這裡。謝謝所有老師的分享，啟發了我們的善根，謝謝。阿彌陀佛。