

一條龍師資培訓班      成德法師主講      （第五十一集）

2022/7/16      台南極樂寺      檔名：55-217-0051

阿彌陀佛，諸位大德同修，大家吉祥。阿彌陀佛。

上一次就《天下太平之根本》的學習，我們進入第七項，「如何落實家庭教育」。其中我們有九個小項，我們先看第一條，「家庭教育，最初當以敦倫盡分、閑邪存誠、諸惡莫作、眾善奉行為本。又須常談三世因果、六道輪迴之事理，則家庭所出之人才，皆為賢善矣」。印祖這句就點出來我們教孩子的綱領：倫理道德，五倫八德；還有因果教育；還有輪迴的真相，人知道輪迴就不敢肆無忌憚的造惡了。師長常常講到，我們老祖宗教育的智慧有祭祖（祠堂）、有孔廟、有城隍廟，這都是教育的手段，祠堂教孝道，慎終追遠，民德歸厚；祭孔教師道，尊師重道；城隍廟教因果，城隍廟一進去三個大字，「你來了」，怎麼又來了？我們學佛的人，老法師強調，搞煩了，不能再搞了，不要再到閻王爺那邊去報到了。

成德成長是在高雄，我們高雄有蓮池潭，蓮池潭上有龍虎塔。真的，龍虎塔裡面就畫著「地獄變相圖」，小時候去的時候印象深刻，看到地獄那些景象很敬畏、很害怕，所以教因果教育就不敢作惡。教孝道、師道，孝道是倫理，教師道是道德，人恥於作惡，有羞恥心。而且因果教育當務之急。人的羞恥心要引發出來，他是明白倫理道德，他要明白有一個過程，但是因果教育他不敢作惡，他一知道這個真相他就能產生敬畏心，所以因果教育為先。

因果教育，當然目前在學校裡面怎麼教會讓不同宗教的家長接受，這我們得拿捏分寸，不然一教，不同宗教的人就告我們在傳教，然後我們又會覺得，我明明是好心，怎麼得到這樣的結果？就很沮喪，那就別幹了。我們覺得對的事情不能因為任何的挑戰、挫折

而退縮，這個時代要做好事必遇磨難。這不是我講的，我講的大家覺得我在嚇你們，《了凡四訓》上說的，「善事常易敗，而善人常得謗」。就提醒我們，因為要做一個好事、要去利益人，每個孩子有業力，他的家庭也有業力，整個社會也有業力，還有我們自己身上自身也有業力。就像我們覺得對的事去做了，然後我們耐性不夠，那就是我們的業力；遇到挫折了我們容易退縮，那也是我們的業力，假如是願力的話，愈挫愈勇，百折不撓。

但我們相信事事無礙，事事是好事。大家遇到挑戰挫折的時候，一定要想到師長的墨寶，「日日是好日，時時是好時，人人是好人，事事是好事」，這是老人家特別寫出來給我們。為什麼是好事？我們看李炳南老師說了，「困難愈大功德愈大」。對我們來講，諸位同道，遇到很大的困難了是不是好事？沒有這個困難我們怎麼突破退縮的習氣？我們看西方極樂世界常寂光土一片光明，沒有一點陰暗的地方，我們的心要跟一片光明相應，退縮了就有黑暗的地方。心同阿彌陀佛，願同阿彌陀佛，所以要一片光明，沒有陰暗的地方。

李老給我們做很好的心理建設，困難愈大功德愈大。假如覺得困難很大，轉個念頭，給我送大功德來了。有時候對自己要幽默一點，當然對別人也要幽默。遇到的困難愈大，告訴自己，老天爺很瞧得起我，瞧不起我就不會給我這麼大的困難。這也不是我講的，這是孟子講的，「天將降大任於斯人也，必先苦其心志，勞其筋骨，餓其體膚，空乏其身，行拂亂其所為，所以動心忍性，曾益其所不能」。當然這段話我們也要全面了解，不能只是覺得這個困難很大，上天給我考驗。可是上天知道我們很固執，所以這個考驗是讓我們放下固執，結果這個考驗一來，我們不知道是要放下固執，愈來愈固執，「所有的人都沒人理解我，我也要這麼幹！」增益其所

不能，就是要鍛鍊我們不能的地方，鍛鍊我們缺的地方，鍛鍊我們要放下這個習氣的地方。

所以也要善體會佛菩薩在安排什麼，老天爺在考我們什麼。就像我們已經忙得快趴下去了，可能在考我們不要大權獨攬，在提醒我們要懂得授權，在提醒我們不要完美主義，什麼事情要留一點人家學習成長的空間。所以我們要謹慎一點，一執成病。很執著完美的人就是那種目標導向，搞得自己很累，跟他一起做事的人都很累，累到自己都快趴了，別人還得陪著他趴下。一執著，執著那個結果，其他的都體恤不到了。事情看起來做成了，目標達到了，所有的人身體都搞壞了，人心的積極性都被他指導得退了、怕了，好像做什麼這不對、那不對，統統給人家推翻掉。其實這也是提醒我們不要控制，我們有時候一做事控制欲容易起來。一執成病我們要慢慢去體會，實在講，我們今天希望去做一件利眾的事情，可是我已經產生執著了，真的能利益眾生嗎？我一執著了，我是妄心，妄心能利眾？依報隨著正報轉，我的正報是妄心，是控制、是固執，那怎麼可能依報會好？佛法這些徹法源底的道理，我們要用心在我們的生活、工作、處事待人接物去體會。

有一個故事讓我們去體會一下一執成病，一執著起來真的其他東西都看不到了。有一個小偷他有一個天分，進到人家家裡就知道金子放在哪裡，這個天分也挺厲害的。結果他進到一戶大戶人家，白天，真的還能找到金子，但是大白天當場就被人家抓住了。抓住了就把他帶到衙門去了，縣太爺一接這個案子很納悶，就問小偷：「光天化日之下你到人家大戶人家偷金子，你不知道旁邊有人嗎？」他說：「有人嗎？有人嗎？我只看到金子而已。」

真的，人一執著起來，其他的都感覺不到了，就我一定要達到這個目標。比方說孩子貪吃，我們一看，「你怎麼又給我貪吃了？

」就執著要止住他的那個行為，執著點起來了。其實有沒有感覺到，他為什麼貪吃？你感覺不到他的心。你罵他的那個當下，你感覺得到他的心嗎？其實我們一執著起來就很容易起貪瞋痴，瞋恚心起來了。就是那種控制要求的習氣起來之後，感覺不到自己心的狀態，也感覺不到他人心的狀態。

尤其我們要教育孩子、學生，隨時要能感覺到他的心。知其心然後可以救其失，這個知其心很重要，我們不了解他的心，根本沒有辦法契機的去護念這個孩子。《禮記·學記》這些句子都不能滑過去，「知其心」，我們在面對孩子的時候有沒有在感受他的心？

有一個孩子常常遲到，老師假如只看到他遲到的行為，只這個外表，一著相，著相就生煩惱了，「你怎麼又遲到了？」就給他一頓罵。假如老師看到他又遲到，首先可以感覺到其實他也很惶恐，甚至於是他已經被罵習慣了，正在準備要被罵，這個時候我們先問孩子，「你吃早餐了沒有？」孩子一聽可能一愣，他本來已經準備好要被罵了。李炳南老師說：「見人錯事，不指責，要協助。」這個孩子常常遲到，我們要協助他。他為什麼會常常遲到？可能他家庭對他的關愛不夠，他沒有養成好的習慣，或者根本就沒有人打理他，都有可能。我們先關心他，讓他感覺到溫暖，不一樣。

掌握情緒才能掌握未來，不能著相。掌握誰的未來？掌握自己跟有緣人。比方說我們在教學生，我們掌握不住情緒，我們的未來會墮落。尤其掌握不了情緒發脾氣了，瞋恨心是地獄的引業。

大家應該記得師長教導我們，貪心是餓鬼道的引業，愚痴是畜生道的引業，瞋恨心是地獄道。假如我們善體會，聽完這一句話，告訴自己不能再造地獄因，要下大功夫調伏瞋恚心。理事不二，老和尚每一句道理我們善學的話，馬上把這句道理結合到生活、工作、處事待人接物之中。瞋恚心不能有，我是要到極樂世界，一真法

界。

十法界依正莊嚴，我們知道平等心是佛法界，我明白這個道理了，理事不二，我事相怎麼做？我對家人要平等；對孩子教育不能偏心，平等；對待學生平等慈悲；對待窮人、富人、地位高、地位低的人平等恭敬，每一天起心動念、一言一行種的都是佛法界的因。佛門有一句話叫「生則決定生」，佛法界的頻率什麼時候接上去的？當下起心動念、一言一行接上去了。假如這一輩子從來沒有接通這個頻率，然後期望臨終的時候接通，大家想有沒有把握？有點危險。

《無量壽經》開篇，「德遵普賢第二」，「咸共遵修普賢大士之德」，我們念這品經念了多少次了？很多次了。遵修普賢大士之德，什麼時候修？當下，種的都是極樂世界的種子。第一，「禮敬諸佛」，普賢菩薩的心量我們要學習，廣大的心量，平等的恭敬，禮敬諸佛，一切人是諸佛，一切有情眾生都是諸佛，甚至於是情與無情同圓種智，山川大地，包含桌椅板凳都是諸佛，都禮敬。「寬轉彎，勿觸稜」，不要傷了自己的身體，也不要把東西撞壞，禮敬；「緩揭簾，勿有聲」，動作不要太粗魯。這一句「情與無情同圓種智」是理，事呢？情與無情都恭敬，所以不浪費水，不浪費電。李炳南老師指導的，「成器勿毀」，這個東西已經做成了，還可以用，不要把它丟掉浪費了，還可以用盡量用。

其實要看一家人的家庭教育怎麼樣、孝不孝順、節不節儉，你到他們家就可以觀察出來了。看人很重要，人生很多最關鍵的時候都是要會看人。比方你要找對象，這是終身大事，要會看，要看錯了就在劫難逃；你看得準，有定力，能把惡緣轉成法緣。都是緣，雖然一定會遇上他，結什麼緣自己要有定力。門當戶對首先是思想觀念價值觀相應，不是去查人家家裡有多少錢，那就麻煩了，「以

利交者，利盡而交疏；以色交者，花落而愛渝」，這不妥當。

包含交朋友，青少年以上受朋友影響大了，不會看人不行。你自己有福報用人，甚至於我們的團體是為大眾服務的，我們用錯一個人可能會影響大眾的信心。知人善任，都要知人，所以也要看得懂人。剛剛我們提到依報隨著正報轉，所以要看一個人的狀態也不難。可是我們人與人就是有愛緣慈悲，過去生跟他關係不錯，這一生一遇到了就跟他交情不錯。「好而知其惡，惡而知其美者，天下鮮矣。」其實這一關就不簡單，你喜歡一個人能看到他的不足，你一見這個人感覺不是很對頭，但是你卻能看到他的優點，惡而知其美者，這樣就已經不簡單了。人能把愛憎的心放下，看人看事才看得準。佛門講慈悲有四種慈悲，第一種叫「愛緣慈悲」，這種慈悲會慈悲多禍害；再來是「眾生緣慈悲」，你看這些忠臣，他都是為整個社會、整個國家在著想，不是我今天喜歡這個人我對他好，我討厭那個人我對他不好，不是這樣的，都有公心。

所以用人重要！知人善任，每個人都有他的特點，你會用他都能發揮。都不能用錯，他大大咧咧的，你最好不要讓他去管錢；他一看好像人家欠他很多錢，你就不要讓他去搞外交。當然人會變，他慢慢學佛了，一年之後像彌勒菩薩一樣，那就可以讓他搞外交去了。這都是活的，不是死的，我們活學活用。

剛剛跟大家提到了，掌握情緒才能掌握未來，首先掌握自己的未來。教育是神聖的，教育價值是很深很遠的。一個老師用愛心讓一個浪子回頭了，你說這功德大不大？他一回頭，他子孫的命運也會改變，他會對他的孩子說，你爸爸能有今天，就是我那位老師給我改變的，他是我的貴人。他子孫的命運都是因為這位老師改變的，你說這個功德怎麼算？這是積功累德的因緣，但是我們瞋恚心伏不住了變成造業，天壤之別。

所以能掌握自己的未來，我們平等慈悲，我的未來是到極樂世界作佛。然後也是掌握孩子、學生的未來，因為父母老師在他們成長過程是最重要的助緣，我們在他們心目當中是很崇高的，我們愛護他，他的善根就增長了；我們用貪瞋痴對待他，他沒信心了。一個人對父母老師產生懷疑、產生牴觸，他的內心是很痛苦的。你看小朋友，「我爸爸說，我媽媽說，我們老師說」，你看那種對父母老師的信任。

其實成德面對一個叛逆的學生，首先我們是覺得很憐惜，然後覺得能感受幾分他內心的掙扎痛苦，誰願意對父母老師懷疑、牴觸？他這個念沒有轉，他一生都很痛苦。他能從非常信任父母老師到很叛逆，這整個過程他的心路歷程有多痛苦。我們的心常常能夠去體恤，真的不容易發脾氣，能體恤別人的人脾氣慢慢就發不起來了。脾氣從哪裡來的？它有一個基礎，那個基礎叫我。我瞋，沒有我哪來的瞋？「我都跟你講幾次了，你怎麼還不聽！」脾氣就上來了。

《了凡四訓》教我們，改過有從事上改者、有從理上改者、有從心上改者。心是根本，我們有我才常常起我見、我愛、我瞋、我慢、我痴。我們能如斬毒樹，直斷其根，這是會改過的人。貪瞋痴這些習氣就好像葉子一樣，摘了右邊的葉子，左邊的葉子又長出來，但是如斬毒樹，直斷其根，那就不用麻煩了，直接從根本就把貪瞋痴斬斷。老法師有一句妙法，「念念為他人著想」，我們能提得起來就不容易起瞋恚了，掌握情緒才能掌握未來。

學傳統文化、學佛我們也得善學、善體會，不善體會，有時候愈學愈執著、愈學愈控制要求。因為我們學了之後懂道理了，變成去要求家人、要求他人，這麼殊勝的緣變成我們增長控制要求的增上緣。萬法因緣所生，因是我們自己的心，我們沒有善觀己心，我

們就沒有觀察到我們在殊勝的緣當中增長控制要求了。善用心的人，在最嚴重的逆境惡緣，緣是逆境惡緣，但是他善用心，他反而快速提升。這是師長老人家給我們的表演，面對逆境惡緣無瞋恚，業障盡消。佛陀也給我們表演，忍辱仙人遇到歌利王，你看多大的惡緣，但是他成就了忍辱波羅蜜、持戒波羅蜜，本來是在彌勒菩薩之後成佛的，結果超前了，善用心、善學。真的我們善用心，一切境界都是來成就我們的。我們能相信這一點，那我現在哪個人哪個事讓我很煩惱的，轉個念就變成成就提升自己的人事境緣。學佛就是學改心、轉念，一轉，煩惱即菩提，危機即轉機，化悲憤就成力量。

老法師常說「你會麼？」這個「會」就是六根接觸六塵不起分別執著，能控制住脾氣，能用真心。什麼是真心？謙卦六爻皆吉，代表什麼？我們的心能謙虛，沒有一個境界不吉祥，都是好事。善財童子五十三參就是謙虛，只有我是學生，其他一切人事境緣都是老師。逆境惡緣是老師，它要教我什麼？它在提醒我我的內心還有這些情緒，我要把它放下，都是來成就我的。面對這個學生，我們也是善財童子五十三參，他就是來提醒我，他就是來磨鍊我，讓我的耐性沒有底限。還有底限，那遲早要發脾氣；沒有底限，他成就我們忍辱波羅蜜。真心一法不立，還有個底限，不是還有一法嗎？真的，我們都不發脾氣，都是用真心，鐵定這個孩子的善根被我們喚醒了，因為人之初性本善。

剛剛跟大家提到，天將降大任於斯人也，這段話後面是增益其所不能，我們得在每一個境緣當中，能看得到自己的毛病習氣，歷事練心。透過這個事練心，把完美主義放下，那個太執著了；把控制要求放下；把容易擔心別人做不好放下，轉成信任他人；把喜歡掌權放下，轉成懂得授權。改自己的性格，增益其所不能。



「自天子以至於庶人，壹是皆以修身為本」，我們不能把注意力都放在孩子、學生身上，其實在境緣當中首先要觀照到自己的心念，我有沒有念念體恤他？我有沒有伏住貪瞋痴？都是以修身為本。我們改心，把容易著相的心改成時時都看到根本，從根本下手。什麼是本？心是根本，修身是根本，孝親尊師是根本。「德者本也，財者末也。」我們在境界當中都能考慮君子務本，我們才是真正自愛愛人。我們一看事情都是看枝末，我們一處理事捨本逐末，也出了很多力，但是好像覺得事情沒有太多改善。常常處理枝末，我們說都是症狀解，後面會延伸很多問題的，甚至會有副作用，這都要我們自己去體會。師長教導的都是教我們從根本，從哪裡下手？從倫理、道德、因果，讓孩子的心地有羞恥心、有敬畏心。

我們看第二點，「欲子弟成人，須從自己所作所為，有法有則，能為子弟作榜樣始」，能成為子弟的好榜樣。這個「始」字也不能滑過去，從哪裡開始？從哪裡下功夫？從身教。我見過一些家長，在跟他交流的時候，我聽到不止一次，「我都給他講很多次了！」其實我們講這句話的時候，我們對於教育比較側重什麼？講，言教。身教是言教的基礎。我們今天要講他的那一點我們先做一個轉變，先不要又忍不住要講了，我現在要提醒他的我做到沒有？假如這樣反觀，感覺太多我們要先下功夫了。比方說成德要提醒同學，你這一點要注意，我提醒人家的那一點我自己做到沒有？這麼一想，覺得自己要用功都來不及，不好意思講別人。

有一次子貢在批評別人，「子貢方人」，孔子說：「賜也賢乎哉？夫我則不暇。」孔子對子貢說，端木賜你很賢德了嗎？我是沒有時間去挑別人毛病。不暇就是沒有那個閒工夫。假如要去要求孩子、學生的我自己要先做到，我覺得我四十八小時都不夠。比方說要叫別人拜佛，自己都沒拜，我都不好意思叫別人拜佛。要刮別人

的鬍子，要先把自己的刮乾淨，這是小時候看的一個廣告。所以真的，我們希望家庭裡有家規可以給孩子效法，我們自己要以身作則。

我們之前跟大家有談到《佛化兒童讀本》，這個列出來的德目有二十八條，滿掌握做人做事的綱領。我們能為子弟做榜樣，子弟就有法有則。我們之前跟大家提過了，第一是「孝親」，我們再複習一遍：「身體髮膚，受之父母。父母與我，實為一體。我愛自身，應孝父母。能不辱身，便是榮親。」其實這一句讓我們想到「身體髮膚，受之父母，不敢毀傷，孝之始也。立身行道，揚名於後世，以顯父母（這是榮親），孝之終也」。成德一看到「身體髮膚，受之父母」，這句話我就比較沒有資格跟大家探討，自己也沒有好好愛惜身體，得從這裡做起。

跟大家報告一下，早睡很重要。早睡還要有配套措施，就是睡覺以前最好不要處理事情，睡覺前一個小時就先把手機關閉，不然有時候看著手機，本來九點半、十點要睡覺，拖啊拖啊可能就十一點多，然後躺上去腦子裡很多事還在那裡轉啊轉啊，慢慢慢慢就不好睡覺了，惡性循環。所以早睡，睡前讓心能靜下來，靜下來默念佛號。再來，搓搓腳心，心腎相交，這都對睡眠有幫助。還得拍中焦，現在人都中焦不通。現在人普遍的現象氣虛，陽氣不足，因為運動太少，晒太阳太少，還有笑容太少，喜生陽，動生陽。大家有沒有看過這個人都笑不出來，然後陽氣很盛，你有沒有見過這樣的人？

「不惜元氣，服藥無益」，林則徐先生講的「十無益」真的都是從根本在指導我們，惜元氣的話絕對不能熬夜、不能生氣。你說為大眾，真為大眾也要考慮得長遠。你拼得都熬夜了，旁邊跟你配合的人跟著熬夜，最後呢？最後人家，就像曾經有同修對我講，那

時候我還沒出家，他說：「蔡老師，學傳統文化都像你們這麼瘦嗎？」流弊就很大。

《了凡四訓》善惡，有是善、有非善，裡面就提了「不論現行而論流弊」。其實我們當父母的人、當老師的人、當領導的人心要靜下來去感受，感受一種無形的磁場，無形的一種循環，它是良性循環還是惡性循環？其實熬夜就是一種惡性循環，早睡早起就是一種良性循環。大家有沒有感覺我今天精神不錯？昨天就很老實，八點半就有人催我，手機關掉、手機關掉。所以護法還是挺重要的，當然更重要的是自己要真下決心、真改過才行。假如沒有睡飽，隔天還要講課，那是硬提起精神的，硬提起精神對自己內分泌系統消耗很厲害的。我們學傳統文化從哪裡下手？從不熬夜下手。比吃什麼都好的就是睡足了覺，當然不是貪睡，不能過也不能不及。

一來是氣虛，二來肝鬱，肝經都有淤堵了，都有內傷。所以我們對自己來講，自己想到什麼人事心裡會悶悶的，要把那件事放下，都放下了肝就不淤了。再來，不能造成別人肝鬱。出言要順人心，不要人家一聽完我們的話心裡好像就裝了顆石頭，給人壓力很重。我們都要體恤得到，要讓人如沐春風。菩薩所在之處，讓一切眾生歡喜心。這句話大家有沒有印象？有。這句話什麼時候落實？Right

now（馬上）。明日復明日，明天再做，明日何其多，我生待明日，萬事成蹉跎。「作事須循天理，出言要順人心」，都能體恤到別人的接受度，這也是涵養。

孔門四科：德行，言語，言語佔第二項；政事，文學。辦事的過程都要體恤人心、凝聚人心，你愈體恤人心愈凝聚。「君之視臣如手足，則臣視君如腹心」，都是感應；「君之視臣如土芥，則臣視君如寇讎」。自己的心跟感應來的境界是一不是二。愛人者人恆

愛之，都是因果。絕對不能事情做成人人都離散了，分崩離析，誰也不想跟著團體幹了。在《論語》裡面也有教，「足食，足兵，民信之矣」，民信之。子貢很會問問題，必不得已而去，這三者何先？孔子說的，「去兵」。必不得已要去掉這兩個其中一個，要去哪一個？「去食」，就是「民信之」沒有去掉。「自古皆有死，民無信不立。」

其實我們真的會體會這句經文的人就知道什麼最重要，人心。一個團體為什麼會垮？沒有體恤到看不到的人心。一個團體為什麼流動率那麼高？這都是個結果，因在哪？可是身為領導者能反省不容易。能反省可能就能夢到孔子，因為孔子說「已矣乎」，算了吧，「吾未見能見其過而內自訟者也」，我沒有見到能知過，見其過，內自訟是悔過。能知過悔過就不容易了，所以假如我們領導者看到這些情況能反求諸己，那真的會夢到孔子。

現在假如領導者不反省，為什麼人都走了？我們沒體恤，沒有體恤他的身體，沒有體恤他的家庭。他來護持眾生的事，我們也要護持他的生活。義工義工，這個義字重要，義工不是拿不拿錢，那太著相了，是道義之交。我們得先把道義展現給義工看，我們要護念好他沒有後顧之憂，我們要護念好他的法身慧命。我們不護念好他穩定的修學，那請問他能做得長久嗎？我們連最近的這些弘護的幹部都護不了，我們能真的把大眾護持好嗎？這真的是值得我們思考的問題。「近處不能感動，未有能及遠者。」儒家的次第，身修而後家齊，家齊而後國治，由內而外，由近而遠。

「其家不可教，而能教人者，無之」，這個家不是只有血緣之家。老法師有智慧，提倡家文化，看到什麼？看到現在大家族慢慢沒有了，很少見了，可是一個人的成長是需要境教的，環境，企業家，團體就是一個家，企業就是一個家。你有這個家的氛圍，同事

之間不分彼此，你的小孩看到了。公司辦旅遊，這孩子們都來了。甚至你公司裡面辦安親班，孩子下課了，父母還在上班，你企業家以父母的心來體恤員工的難處。「君之視臣如手足，則臣視君如腹心」，在哪裡落實？員工就在這個家的氛圍裡面成長，人工作的時候他的德行、精神層次也要提升。

所以我們不能著相，弘法的對象不都是大眾叫弘法，眼前的每一個人都是我們弘法的對象，都是我們護念的對象。佛弟子，你要愛護眾生，首先愛哪個眾生？離我們最近的父母、另一半、家人。實在講，離我們最近的家人我們都不能體恤他們，然後說我們能夠去利益眾生，這真的是值得我們去反思、去勘驗的地方。我們聽過不少，喜歡到道場，不喜歡回家。為什麼？到道場去人家「哇，你好發心！」聽的都是讚歎，很高興；一進家門，聽到一些批評指正，很不舒服了，不想回家。其實實在講，誰最了解我們？家裡的人。家裡人是愛護我們，所以願意講我們。

我講到這裡，可不要大家課程一結束對著你另一半說，你看剛剛成德法師說的，肯講你是愛護你。我什麼都沒說，忠恕之道。道也者不可須臾離也，忠恕的存心須臾離也，我們就是妄心煩惱做主。忠是什麼？嚴以律己，我們聽到的這些教理是先要求自己，不是要求別人；恕是寬以待人。我們有諸己求諸人，無諸己非諸人，我有了這個優點，我再去帶動別人有這個優點；我去掉了這個缺點，我才好去護念別人把這個缺點改掉。其實我們去感受感受，為什麼我們去勸親人親人不是馬上能改變？因為他心裡不是很痛快，不是很服氣，每一次聽完我們的話，是有道理，但是心裡就有一點不是很服氣，說不上來。「勢服人，心不然」，道理，你用道理人家有時候心不然。「理服人，方無言」，那個理是什麼？你真正做出來了，正己化人，這個化是自自然然被我們感化了。

我們看孝親，再來是「友愛」，你看這個編排的次第也是君子務本，「兄弟姊妹，手足骨肉，痛癢相關，休戚與共」。尤其兄弟睦孝在中，所以「兄愛弟敬，和和睦睦，相推相愛，家庭之福」。「孝弟也者，其為仁之本與。」

第三，「敬師：師嚴道尊，人倫表率，道德學問，是效是則。養我蒙正，教我嘉謨，不敬其師，何能受益？」父母教孩子尊重老師，老師教孩子最重要的孝順父母，這樣孝親尊師的大根大本就幫孩子扎下去了。

談到敬師，成德成長過程也有遇到老師打我們打得很凶。當然在那時候的大環境成績逼得很厲害，老師說實在的也是為了我們成績好，但是我們當老師也不能著在那個分數上。說實在的，你不體恤他，然後可以打出他長久的成績好嗎？我們也不能只顧一時。但是成德那時候也感受老師也很難，為了給我們上課，禮拜六、禮拜天也沒時間陪子女。我感覺我們這二三代人都挺不容易的，大家都比以前的人忙，比以前的人辛苦，真的是為誰辛苦為誰忙！得忙得有價值，得跳脫這個惡性的循環。什麼惡性循環？愈活愈笑不出來了，那到底人生的努力是為了什麼？

有一點成德是非常感謝父母的，就是老師打我們這麼凶，其實這樣是不妥當的，但是父母對老師沒有一句批評，反而都只是講老師可貴的地方。這一點很重要！假如成德的父母對老師有批評，那很可能成德就遇不上師長老人家了，甚至於是遇到了也不一定會珍惜，因為對老師的尊重不足了。所以縱使老師打我們打得有點過分，畢業了成德也會去找老師，也會去關心老師。尊師的態度沒有失去的話，終身受用。所以我們要忍住情緒，不要輕易批評老師，哪怕真的老師做錯了，我們能體恤老師的情況，引導孩子去體恤。

事事是好事，最重要的是我們的心態對了。都能用忠恕之道去

對待這些事情，我們也把忠恕之道就展現在孩子的面前。其實我們的孩子怎麼可能他的人生都是遇到順境善緣？不可能的。哪怕你是遇到一個善緣，跟這個善緣相處的過程也會遇到一些情況，除非你這個善緣這個人是聖人，是吧？所以我們的孩子學習懂得體恤別人、懂得包容別人，那是人生必修的課程。請問在什麼時候修？就在我們父母的身教當中學到了。成德沒有聽過自己父親在批評哪一個朋友，我一次也沒有聽到，這都是事後回想的。再觀察自己的姐姐，她們不會怨天尤人，遇到什麼情況都是提起什麼？怎麼來協助、怎麼來處理，不會很多怨言。父母的身教真的是潛移默化的。所以真的，我們現在這些德目，我們首先看我自己要先做榜樣。

第四，「擇友：近朱者赤，近墨者黑。朋友相處，有損有益。益者近之，損者遠之」。當然這個「遠」是先不受他影響，不是跟人有對立，這也是很關鍵的。我們現在不能影響他，還會被他負面的影響，那我們就先要提升自己，等我們能量夠大了，能夠影響他，不被他影響，我們再來幫助他，我們對人沒有一種嫌棄排斥。「勸善規過，端賴乎茲」，朋友相處，我們有時候遇到事當局者迷，旁觀者清。「以文會友，以友輔仁」，朋友會勸我們、提醒我們，善相勸，德皆建，端賴乎茲。所以修學的路上良師益友重要，善友為依。

第五，「布衣」。其實這些德目、這些開解都給了我們正確的觀念，這正確觀念不趕快扎下去會受到錯誤的價值觀影響，就容易隨波逐流。「衣貴潔，不貴華」，可是不少孩子現在都是跟人家攀比，都要穿名牌的，他的一生就很累。「衣取遮體」，衣服的功用是什麼？遮體，「兼以禦寒」。「大布之衣，惜福養廉」，穿得暖就好了。「莫羨綢緞，錦繡華美。折了福壽，自暴自棄」，把福都折掉了那就不自愛了。這是講到穿衣。

再來吃，六，「蔬食：蔬食衛生」。其實這每一個綱目，在我們教學第一線的都可以再展開的，都可以機會教育，看發生了什麼事。當然對孩子來講，我們都可以肯定那些惜福的孩子、不挑食的孩子，帶動其他的小孩，相觀而善之謂摩。「蔬食衛生，肉食傷生」，因為「殺時恨心，其毒非輕」。現在不只是殺的時候牠會瞋恨、會有毒，餵牠吃的這些東西，荷爾蒙、抗生素都在裡面。所以「勿貪吃肉，吃了須還」，吃牠半斤還牠八兩，「還的時候，真個可憐」。

當然這些講，我們一開始說的，不要讓別人誤會我們在傳教，這個善巧方便大家得看著辦。其實你說因果，因果用儒家的道理就可以談清楚了，你不要讓他覺得你是不是在傳佛教。事事無礙，山不轉路轉，路不轉人轉。積善之家必有餘慶是不是因果教育？積不善之家必有餘殃。我們看《德育古鑑》，符合五倫八德，他的善報是什麼；不符五倫八德，他的惡報是什麼。我們五倫八德都跟因果教育融在一起講，人家不會反對的。當然我們能敏銳到別人的接受度，看那看不到的東西，這個接受度得我們去體恤人心的狀態。

今天時間到了，就跟大家交流到這裡，謝謝大家！