

幸福人生講座-如何做一個真正如法的好人 蔡禮旭老師主講
（第四十集） 2004/11/30 海口市孝廉國學啟蒙中心
檔名：52-115-0040

諸位朋友，大家好。我們在求學問最後一個關鍵，「篤行」當中，舉出了要「修身」、要「處事」，還要「接物」，所謂待人接物，待人接物當中有兩個很重要的提醒，就是「己所不欲，勿施於人」。諸位朋友，這句教誨曾經在某一次全世界性的哲學大會當中，每一個國土，很多的宗教，都選出了他們的聖哲人最重要的一句開示，一句教誨，到最後全球參與的人選出了一句排行榜第一名的聖賢教誨，諸位朋友，哪一句？就是孔夫子的「己所不欲，勿施於人」，所以您時時處處提得起這個態度，一定可以贏得別人對你的尊重。

下一句，「行有不得，反求諸己」，任何事情沒有做好要反過頭來找自己的問題。所以孩子沒教好，父母要找自己問題；部屬沒帶好，上司要找自己的問題，而五倫關係我們也應該都用這樣的態度去省思。

有一次剛好我要去演講，坐在計程車上，有一位朋友打電話給我，他說，「蔡老師，我有一個朋友，她先生有外遇了，該怎麼辦？」我心裡想說，我都沒結婚，你問我。諸位朋友，我雖然沒有結過婚，但是很多的道理可以去問結婚的人，也可以去問聖賢人。他這麼一問，我馬上就跟他說，我說你一定要告訴你的朋友，面臨人生很大的挑戰的時候，她必須要先回歸到一個念頭，就是「我錯在哪裡」，假如她沒有辦法回到這個念頭，這一題無解，解不出來。因為一個人不先從「我錯在哪裡」著眼的時候，他的情緒一定耗在「他錯在哪」，每天忿忿不平，絕對會意氣用事，所以第一點，她

一定要回過頭來想「我錯在哪裡」。縱使她錯兩分，她先生錯八分，她也一定要來反省她錯的兩分。惟有一個人有這麼真誠的態度才能夠喚醒她先生的良知，不然一定是悲劇收場，鬧到最後誰也不認錯，所以這個就是行有不得要反求諸己。

第二點，你要告訴她，不可以去責怪那個女人。很多人說都是那個女人害的，都是那個男人害的，所以人一面對事情很難提起理智，往往都是意氣用事，所以人生一路走來遺憾不斷，因為沒理智。孟子有一段很重要的提醒，孟子說「人必自侮」，人一定是自己瞧不起自己，自己常幹一些侮辱自己的事，人家才會瞧不起你，你自己連穿著都穿得邋遢，人家怎麼尊重你，所以人必先自取其辱，人家才會侮辱你。家庭必然是自己家人之間先有衝突了，人家才能趁虛而入；一個國家必然是內部都已經起衝突了，其他的國家才來打你，才來統治你。所以根源在哪？根源還在自己，所謂俗話說的「家火不起，野火不來」，家裡的無明火不燒，外面的火也燒不進來。所以遇到人生的問題一定要反省自己，才能夠把形成這件惡果的因真正找出來，而你真正找出原因才能化解這件事，所以這第二點一定要回過頭來了解到還是自己的狀況，還要從自己開始修正做起。

而男人錯了之後，總有一天他會知道原來那些都是夢幻泡影，他去找一個女人哪會是好的女人，破壞人家家庭的會是好女人嗎？不會，逢場作戲，總有一天他會發現是假的，之後還會乖乖的回過頭來，所以我們要有包容的心。

對待先生要有一些很重要的態度，當先生對的時候，比方說先生很努力工作，當先生有一些價值觀很正確，妳只要在旁邊拍手叫好就好，「你怎麼這麼優秀，你怎麼做得這麼好」，好話一句，做牛做馬都願意。當先生對的時候，你要把他當父親看，對他很崇拜

，「你怎麼都會，我都不會」。平常相處當朋友看，妳不要夫妻每天膩在一起，到最後兩個人都快累死，平常就像朋友一樣，很輕鬆。

當先生錯的時候怎麼辦？你要把他當，（不是孩子，孩子還不夠），要當自己的兒子看。你兒子犯錯的時候，你會不會跟他沒完沒了？會不會？你可以對孩子這麼寬恕，為什麼對先生不能寬恕？這麼不公平。你看你兒子犯錯，你還會幫他掩過飾非；你先生犯錯的時候，我這一輩子都不會原諒你，跟你拼了。很多朋友就說了，他都這麼大了，應該懂這些做人的道理，這句話對不對？應該懂不是一定懂，這個應該是妳定的應該。請問誰教他做人？誰教他夫婦的道義？誰教了？妳沒教能怪他嗎？所以一個七歲的孩子學《弟子規》學了一、兩個月，站上臺上去說，我學了《弟子規》才知道做人要孝順父母，不然他本來每天想的是如何謀害父母，你看。請問我們電視、電影、傳播媒體教導男人做什麼？沒教導他對太太要有道義。電視裡面每個女性都是花枝招展，是不是？所以現在的男人也不好當，因為又沒有定功，因為又沒有聖賢教誨，現在外面誘惑又這麼大，兵敗如山倒，所以這個「應該」有待商榷。他又沒有聽過宋弘的故事。

在漢朝，東漢有一位大臣叫宋弘，那時候的皇帝是東漢光武帝，剛好光武帝的大姐的先生過世了，皇帝的大姐對宋弘就非常欣賞，所以就叫皇帝去說媒，說她要嫁給宋弘。一般的人想，只要娶了皇帝的姐姐就是皇親國戚，這個關係誰都想攀，皇帝就去跟宋弘談，就告訴宋弘，聽說人一有錢就把衣服換新的，人一有錢就把老婆換掉。結果宋弘聽完之後馬上跟皇帝講，他說「貧賤之交不可忘」，貧賤時候，患難當中交的朋友，縱使你飛黃騰達了，絕對不能忘記當初的那分道義，那分互相的扶持，這是做人的根本，要有恩義

，要有情義，要有道義。接著又說「糟糠之妻不下堂」，自己再怎麼樣發達了，這個「糟糠」是謙虛，就是說自己的元配（老婆）一起跟我們胼手胝足，絕對不能忘了這分情義，所以絕對不能把元配休掉。我活了二十幾歲也沒聽過這麼有道義的故事。

而宋弘講話很有藝術，你看他講話的順序，「貧賤之交不可忘」，他這句話一出來，把皇上做人的正氣怎麼樣？「你說的有道理」，再接著說「糟糠之妻不下堂」，這樣皇帝馬上覺得，「對對對，我不能這樣子去要你這麼做」。但是假如第一句話皇帝說，「來，你要不要娶我大姐？」你馬上說「糟糠之妻不下堂」，皇帝會很不高興，你這麼頂撞我。所以從這裡也看得出來古代的人連講話，它的次序都很有它的道理存在。所以由於宋弘這一個態度，不只提起了皇帝的正氣，同時提起了滿朝文武百官的氣節。他假如娶了皇帝的大姐，那個時代的大臣就亂了，而由於他這麼樣有夫婦之義，東漢往後這些大臣都以宋弘為標竿，所以聖賢人做事不看眼前，看長遠。

請問現在的男人幾個人聽過這個故事？所以你說他應該懂。現在的人是有二、三十歲，三、四十歲的身體，不代表他有三、四十歲的智慧，有時候三、四十歲還比不上二十歲的人單純，所以更遑論這麼多的誘惑出現。所以這個時候你能夠去接納，能夠去寬恕，進而能夠去引導，才能夠走出這個人生的挑戰，所謂「人非聖賢，孰能無過，過而能改，善莫大焉」。諸位朋友，你要相信沒有人喜歡自甘墮落，往往都是錯了之後，沒有人接納他、包容他，也沒有人教他，所以他為了面子才一錯再錯，搞得人生一塌糊塗的人大有人在，所以既然有緣當夫妻就應該珍惜這分恩義。

當我們處世當中都能這樣去做，一定會贏得你孩子對你的尊重，贏得身旁親友，甚至於你的部屬對你德行的尊敬。所以以後遇到

啥事要發脾氣了，哪一句教誨要突然跑出來？哪一句？「行有不得，反求諸己」，要有這種態度。

所以在《呂氏春秋》裡面有一段很重要的教誨，「凡事之本」，所有事情的根本在哪裡？「必先治身」，就是自己的修身功夫。「成其身而天下成，治其身而天下治」，所以為天下者不於天下於自身，所以為天下者也好，為家庭的也好，為國的也好，都要先從自己的修身根本開始做起。當你的身修好了，你的家自然就和樂，因為你已經做到最好的身教；你的身修好了，你的部屬對你沒有話說，打從心裡尊敬你，那你的事業絕對會經營得很好。所以根本找到了，事情就可以辦得成功，根本就在修身的功夫。我們這十天的課程談的是中國四千五百年前老祖宗留給我們的教誨，所以我們學完之後要好好的去篤行、去落實。

諸位朋友，一個人如何善學？來，哪一位朋友說說看？學習一定要落實在生活中，這樣學習才不會紙上談兵，才不會很空洞。你學習不落實在生活，遲早增長傲慢之心。我們常常接觸一些朋友，說我念經典已經念了五年了，我學習聖賢教誨已經五年了，這有什麼意義？還拿出來跟人家比，一點意義都沒有。你不拿出來還好，一拿出來，人家看你連第一句都還沒做到，那不是給人家看笑話？所以處處要看看自己，勘驗功夫有沒有落實。因為落實是學問轉動的樞紐，落實也是開一個人的悟性的關鍵點，你愈做，體悟愈廣愈深。好，落實生活中。

問：還有哪些是我們學習很重要的態度？

答：謙虛。

來，再來：

答：反省。

時時刻刻懂得反省，懂得改過。我們在前幾天開了一帖中藥，

諸位朋友，你們吃得如何？看諸位的氣色好像吃得不錯，早晚服用一遍《弟子規》。諸位朋友，你有沒有服用我看得出來，真的，人只騙得了自己，騙不了別人。因為我有一次看到一位朋友，我說最近你都看什麼書，他嚇一跳，因為我看他的氣色不大好，因為一個人看錯書之後會影響他的思想，一影響思想就會表現在你的面部，所以我說你最近看什麼，他就嚇一跳，然後他接著主動講，他說沒有，我自己跑去書局買了一些「大學」、「中庸」的白話解。我說那些東西先不要看，因為你看它的註解，你是被它引導，假如這個人的知見錯誤了，你就被他誤導。而且說實在的，學習聖賢學問第一本也不是「大學」：

問：是什麼？

答：《弟子規》。

所以善學的人一定要做到一點，「聽話」，這一點對現在的人來講最難，每個人都覺得自己很聰明，沒辦法。前面講了反省，我們早上念一遍提醒自己一遍，晚上念，反省自己今天做到多少，這樣才能夠「過能改，歸於無」，這樣才能「德日進，過日少」，這個很重要。當我們每天都能進步一點，那三個月、半年之後那不得了，不要小看這一步一步的踏出去，積小步就成大步。

還有沒有？善學要有恆心，要堅持，很重要，黃庭堅說「三日不讀書，面目可憎」，這點非常重要。因為當我們的學問還沒達到一種境界以前，你絕對不可以懈怠，除非你已經可以達到孔夫子的「四十而不惑」，對任何東西都不疑惑了，那就不會被境轉。一般的人還沒達到這種境界，很容易被境轉，所以這個時候要時時讀書，天天接受聖賢教誨，才不容易隨波逐流，所以一定要有恆心，長期薰習，這個很重要。所以諸位朋友一定要記住，你假如一日暴之，十日寒之，這顆植物本來可以長得很好，我們的根性本來可以長

得很好，你拿出來曬太陽曬一天，這個陽光就好像聖賢教誨，才曬了一天又把它抬到陰暗的角落放十天，它能不能長得好？一定長不好。

諸位朋友，學要記住落實，學要記住謙卑，學要記住反省，學要記住老實聽話，學要記住有恆。再來，學要抓住綱領一門深入。其實一門深入最重要的就是學要扎好根基、基礎，所以扎根基是成敗關鍵，所以《弟子規》要學多久？一生，當然這個教誨一定要一生奉行，而你要全心全意把這些教誨落實在生活，最少也要做半年，你愈做，你會愈覺得它博大精深。我們有一位朋友，一位老師，做得很認真，結果做到最後他說，我本來是公認的孝子，愈做愈覺得自己不是孝子，愈覺得跟古人比起來差太多了。所以掌握綱領一門深入，把根基扎穩健。

問：再來，學貴什麼？

答：立志。

幸好還有人講出來，不然我會肝腸…。立志，有志向才決定你學業的成敗。當有志向的時候，志向就好像一個主帥一樣，會讓你每天很有鬥志，每天能夠勇往直前，所以我們很多的老師都以「往聖繼絕學」為使命，都以「萬世開太平」來自許，所以他們每天的學習根本不用人催。所以我們要立志做一個好父母，立志做一個好的領導人，做一個好的子女，自己要當孝子，當這分志氣能夠堅持不斷，你的學習也能夠勇猛精進，所以學習一定要立志。下次我來香港的時候，你可不能跑過來告訴我，「蔡老師，你講課真好聽」，我聽了會很傷心，又不是來勘驗我講得好不好。假如你跑過來說，蔡老師，我這幾個禮拜我做到了什麼孝行，那我聽了會很感動。所以最重要的一定要去做到，一定要朝著志向去努力，我們的學問才是落到實處了。

還有沒有？善學還要怎麼樣？翻翻看《弟子規》。善學的話還學活一點，活學活用，不能學成書呆子，活學活用，中國文化是活潑潑的，我們可不能把它學呆了。所以夫妻關係出現問題了，要活學活用，這個時候要拿出最大的魅力，是溫柔，要活學活用，只要能把事情圓滿，那我們要能屈才能伸。

善學也要懂得發問，「心有疑，隨札記」，學問學問，學著會問，要懂得發問。所以有什麼問題把它記下來，往往你記了問題，只要你每天保持薰習聖賢經典跟教誨，有時候你在念的時候，這個問題就解掉了，就不需要去問人了。其實問題都在哪？在自己的分別跟執著，一念經文的時候不打煩惱，提起來的是聖賢教誨，提起來的是仁慈博愛，結果馬上心量一擴寬，障礙就過去了，所以問題可以記下來。但是也隨著你在薰習的過程，可能很多問題自然就解掉，假如還沒解的問題，歡迎大家可以把問題寫到「大方廣」上面去，我們再做回答，所以要多請教。

問：善學還有什麼應該注意的態度？

答：要有勇氣。

來，給這位朋友掌聲鼓勵一下。「知恥近乎勇」，這是孔夫子給我們的三達德，要用三達德去求學問。其實這個三達德上面都有了：「力行近乎仁」就是要落實在生活，然後有恆心一門深入叫「好學近乎知」。那反省叫什麼？改過，叫「知恥近乎勇」，所以也要有勇氣去學習、去改過。所以聖賢教誨都是殊途同歸，所以這些態度我們要能夠提得起來。

最後在夫子的教誨當中有一句很重要的開顯，叫「君子九思」，我們可以時時從九個方面去觀察自己的道德修養，叫「君子九思」。修行最好下手處就是起心動念。九思是哪九思？我們接下來來研究一下，第一個「視思明」，第二個「聽思聰」，第三個「色思

溫」，「貌思恭」、「言思忠」、「事思敬」、「疑思問」、「忿思難」、「見得思義」。其實這九思在我們這幾天這個整個研討的過程都提到了，只是夫子把這些教誨整理在一句話裡面。

那我們看第一句話提到「視思明」，就是你眼睛看到所有的事情要能看得明白，叫「視思明」，你不要每天看一大堆事情都糊裡糊塗的，所以人看到一些事要懂得怎麼去辨別，要懂得從結果推原因在哪裡，把它的來龍去脈都能了解清楚，這個叫「視思明」。我們看到孩子的一些問題，你可以馬上判斷出是什麼原因造成，這個就是你的功夫了。或者是當我們來到一個團體當中，為什麼團體目前的相處狀況是這樣，你也要能夠推演出來，當你能夠推演出來龍去脈，你才知道你要從哪裡繼續做起。

第二個，「聽思聰」，「聽」就是你聽到人家所講的話，你可以了解到他的存心是什麼，他的存心是為了他的目的，還是他的存心是為人著想，你都要聽得出來。再來，你也可以從他的言談當中聽出他的需要在哪裡，比方說你媽媽打一通電話問你「你最近好不好？」，給你寒暄問暖，但是你馬上可以感覺到一定是母親希望我回去，她可能在思念你，她也可能在思念她的孫子了，這個時候我們「聽思聰」，懂得還不等人開口就主動去做。我們大人就是不想把話講得太明白，你只要能意會，對方就會覺得你很能體恤他，很能了解他的需要，所以要聽懂別人的話，也要聽懂言語背後的弦外之音，這個都需要經驗去積累。所以你每天所看看明白，所聽聽清楚，也是在長你的學問，我們說行萬里路，這都是在勘驗你的功夫。

第三個「色思溫」，「貌思恭」。這是「九思」。第三個，「色思溫」，這個「色」就指的是你的臉部表情，我們的臉部表情一定要呈現很溫和的狀態，因為人與人相處最直接看到的就是你的臉

，假如你的臉很臭，那無形當中你人與人的對待、人與人的關係就已經出現一道鴻溝了。我們看到很多朋友一跟人交談起來，馬上眉頭就皺起來，有沒有看到？當你跟一個朋友在講話的時候，他的眉頭都鎖起來，你會有什麼感覺？覺得好像很緊張。所以要常常觀察得到自己講話的表情是不是會給人家誤會，是不是給人家很有壓力。你假如臉部表情都很放鬆，人家跟你聊天就覺得很輕鬆，所以「色思溫」。常常會聽到一些朋友跟朋友交談說，我看那個人很不順眼，其實也沒跟他講半句話，他們就說看他不順眼，為什麼？可能就是表情不夠好，讓人家會有其他的想法，所以要「色思溫」。所以平常照著鏡子笑一笑，練練笑容，笑得自然燦爛，不要製造了無形的人與人的阻力。

「貌思恭」，這個「貌」除了臉部之外，整個你的肢體語言就讓人家感覺很恭敬、很謙卑，這個假不來的。所以我們有時候在跟一些朋友相交往的時候，常常會看到他在端水的時候端得這麼樣的自然，端得這麼樣的熟練，這就代表他平常在處事做人都是這樣的態度。你不要看一個夾菜的動作，平常都沒有在夾的，要夾都夾不出來，一夾就笨手笨腳的，因為平常就沒有這種時時體恤到別人馬上能夠去做的態度，所以光是倒一杯水都可以看出個中他的修養在哪裡。所以時時處處我們能夠提醒自己，整個要從內把恭敬的心散發出來對待別人，這個叫「貌思恭」。

「言思忠」，我們說的「言忠信」，言語絕對不偏私、不偏頗，絕對是大公無私，這是「言思忠」，這個部分我們花了好幾節課講了。「事思敬」，對於答應別人的事要畢恭畢敬去做到，所謂「受人之託，忠人之事」，一定要履行自己的承諾。「疑思問」，有懷疑要問，剛剛我們也提到，要去把事情搞清楚。「忿思難」，憤怒要考慮到，一發就不可收拾，就挽回不了了，所以對於自己的脾

氣也要好好的去對治。

最後一個，「見得思義」，你要獲得一樣東西以前一定要思考合不合乎道義，合不合乎法律，所謂「君子愛財，取之有道」，尤其現在誘惑這麼多的時代，你可要把持住應該做的原則。假如你第一次沒有堅持原則了，那就會有一就有二，無三就不成禮，你只要守不住第一次的清廉，你可能一輩子就可能會出差錯了。很多人說「人在江湖，身不由己」，那我不收，我這個工作他們都排擠我，我不就做不成了？聽起來有沒有道理？所以人不明白道理，時時都會被這個大環境給你沖走。當你能夠立住你的原則，立住你的態度，把它辭掉工作之後，因為你是有德行之人，你的福分會更大，到時候你會有更好的工作機會會出現。現在這個時代找不到真正有德行、真正做事有這種魄力的人，所以必然會有後福降臨你的。人就是捨不下眼前這個利益，就會做出錯誤的決定，所以「見得思義」太重要。這是君子九思，這個「思」含有處處反省、處處觀照自己的意思。

所以三個字可以讓你抓住中國文化的綱領，叫「君、親、師」。一段話也可以讓你掌握聖賢的教誨，叫「君子九思」。一本只有一千零八十個字的經典也可以讓你掌握聖賢教誨，叫做《弟子規》。

最後跟諸位朋友講一個很有趣的科學實驗，科學的印證。在日本有一群猴子剛好在一個小島上，結果在這個小島上牠們流傳了幾千年，都是拿著紅薯，然後身上敲一敲，然後就吃了，所以幾千年來都沒有變過。剛好有一隻母猴子牠拿著紅薯到河邊把它洗一洗再吃，結果一吃覺得更好吃，不用再咬沙子了。結果牠這麼一做，其他的猴子都過來跟著牠一起做，大家都吃得很開心，只有少數的猴子死都不肯用水洗，哪些猴子？十二歲以上的老猴子，死都不肯洗

。你們笑什麼？這個模式跟我們人有些雷同，人老了更固執。因為老猴子都有權力，所以牠覺得說，我假如跟妳洗，好像我的地位變低。所以後來這個猴子就開始都用水洗。河水乾枯了，牠們就拿去大海裡洗，結果一洗，更好吃。結果很奇妙的現象發生了，當這群猴子用水洗的數目超過一百隻猴子，超過某一個數字後，其他的小島都開始用水洗。牠們有沒有大哥大通話？沒有，牠們也沒有衛星轉播，請問為什麼其他小島的猴子都開始用水洗了？波，這個現象叫「百匹猿猴現象」。

這個現象在人類也印證，某一個實驗室，比方說巴黎實驗室，研究出來一個化合物，他一研究出來就不想給人家知道，我要申請版權，結果很奇妙，過沒有多久，各地的實驗室都研究出來，因為腦波一動就感。所以當每個人都是不好的念頭，這個社會會亂；當每個人都提醒自己要落實聖賢教誨，要來做到的時候，這個社會就開始轉，所以諸位朋友，不要小看自己的一點一滴的善念，都將影響這個社會。所以諸位朋友，我們立志要做香港第一批聖賢人的好學生，讓這些善的意念開始在我們香港的各個角落開始散發出來。好，謝謝大家。阿彌陀佛。