

淨宗同學修行守則—不高聲喧嘩 悟道法師主講 （第
六十五集） 2021/8/22 台灣台北靈巖山寺雙溪小築
檔名：WD13-005-0065

《淨宗同學修行守則·常禮舉要》。諸位同修，及網路前的同修，大家好。阿彌陀佛！請放掌。請大家翻開《淨宗同學修行守則·常禮舉要》九十一頁，從第一行：

【九、對眾】

這裡看起。『對眾』，「就是我們在這社會上的禮節。一個群眾社會，離不開人，禮貌就是專為對待人的。那麼在這大眾之下，該有的禮節」。我們看雪廬老人這九條。

【一、他人正談話，不在中間插言。】

『他人』就是別人，有兩個人在那邊面對面談話。「不論他兩人坐著或是站著對談，咱們不在中間插言。」兩個人在談話，無論他們是坐著在談還是站著，我們不要在人家談話當中插言。「人家的話還沒談完，咱們不可當著人家的面談著。這是大毛病！這個事情太不合法了，你說話把人家的話打斷了。你不要說有什麼急事，就是短短的說完了，人家的話也接不起來，沒有這樣子的。」人家話還沒有談完，我們就插進去，這個是不合法，不合乎禮節。他們兩個人在談話，我們當中插進去，把他們正在談的話就打斷了。縱然我們有急事，講得很短，他們兩個人講到一半打斷了，等一下要再接，有時候的確很難再接起來，這個是不可以這樣。

「現在這個情形我見了很多，一個人、二個人談著話，當著人家談話中插嘴，這個是大毛病。」雪廬老人講他看到很多人都是這樣，兩個人在談話，他第三個，他在當中插進去。他們還沒有談完，我們一定要等他們談到一個段落，他們停下來，我們再跟他們談

。雪廬老人他說看了很多，我自己也看了不少，的確看過很多人是這樣的。看過這樣的，也就是要警惕我們自己。這個也不是學了之後去看別人，先看自己，自己不要犯這個大毛病。先從自己做起，自己不要人家話沒有談完，我們就進去打斷，這是一個社交禮節。

【二、兩人對談，不向中間穿走。】

兩人對談，你不能在他們兩個人當中穿過去。「兩人正站著談著話」，這個我們也常常看到，在路上或者是在客廳裡面，特別在一個公共場所碰到熟人，兩個人站著就談起來了。談起來，它肯定有一個距離，兩個人站著談話不可能靠得很近，可能一、二公尺，二、三公尺這樣的距離。他們在談，這個當中就有個空檔，我們如果看到兩個人在談，我們就不要從那個當中走過去，對人家就很失禮。「你說我沒插話啊！是沒有插話」，前面就是講插話，兩個人在談話你插嘴，這是講沒有插話，我只是走過去，「但是他們兩人對著面談」，你走過去你就妨礙人。兩個人談話，怎麼突然面前一個人走過去了，不是很奇怪嗎？「要繞著他倆的後身走」，我們要繞道，不要直直就這樣穿過去，「不能在他兩人談話的中間穿過去。這個得記住，這都是大毛病！」一個插言，一個插入，在當中走過去。所以我們看到人家談話，不要當中插過去。我們如果碰到熟人談話，要避免人家從當中穿過去，最好兩個人比較靠邊一點，不要在路當中談。比如說在一個大的客廳，在那邊談就靠邊一點，這樣可能比較能避免這個情形。總之，我們看到人家在談話，我們就不要在他們兩個人當中走過去，這要避免。

【三、不高聲喧嘩，擾亂他人視聽。】

這個也是對眾很重要的一樁事情，也是要注意的。對眾就是對社會大眾，特別在一個公共場所，對眾都是公共活動的場所。像我們道場也是一樣，比如說道場、講堂、佛堂，同修大家來，這個也

是屬於一個公共活動的場所。公共活動場所『不高聲喧嘩，擾亂他人視聽』，不要像菜市場一樣鬧哄哄的。我們看雪廬老人對這一條的講解。「你一個人講演那可以高聲，這裡不是你講演。大家在一個屋子裡談話，兩個人對談，那裡有兩個人談，這裡又有兩個人談，這就六個人談，這就亂了。」在一個屋子裡面，一個活動空間裡面，有三對人在談話，聲音就很雜，恐怕彼此在談話有時候都聽不清楚，會有干擾。

下面舉出我們佛門道場，「譬如道場，講經這一天，人到了很多，講者沒出來講的時候，場子裡嗡嗡嗡，就和下雨似的，那些談話都聽不清楚。在大眾之下，兩個人就不能夠高聲談說，這是一定的，否則聽也聽不見了」。這是舉出一個例子，譬如說道場。過去台中蓮社、慈光圖書館，李老師有講經，還有老師的學生也在那裡練講。講經這一天當然很多人來聽經，那時講演的人還沒有出來，這些聽眾，大家在那邊就彼此談起來了。談話如果聲音很高、很大，就像下雨一樣，你談我也談，整個講堂裡面大家都在談話，真的就聽不清楚，談哪些話就聽不清楚。所以兩個人談，不能高聲談。如果你要講，靠近一點，細聲、小聲談，不要高聲、大聲。這種情況，一般來道場的聽眾也還好，除非就是外面一些講演的場合，各方面來的人，有學佛的，還沒有學佛的，或者剛剛學佛的，可能這種情況就會很多。如果長期聽經聽眾，他來道場，一般也不會在講堂裡面他們去談話。特別我們看宴席，請客的時候辦了很多桌，這一桌也談，那一桌也談，高聲，你看整個會場就鬧哄哄的，談話聲音就很大。

下面雪廬老人舉出「叢林有過堂」。我們同修在台灣、在大陸，現在有一些寺院中午吃飯還是有過堂，這是以前中國佛教寺院叢林吃飯的一個規矩，叫過堂。「過堂是佛家名詞，就是多數人坐在

這裡，上餐廳吃飯這叫過堂。」很多人坐在一起吃飯，這個在佛門叫「五觀堂」。古代叢林一天有五堂功課，過堂吃飯是其中的一堂，可見得吃飯也是在上課，所以過堂的規矩就很嚴格。「從前鼓山有位當家師在，鼓山寺每逢打佛七，大家坐在那裡，有專門盛飯端菜的，吃完了自己到外頭把碗洗好，放在籠子上。吃得晚也要刷碗，不過不會亂。有了秩序，辦起事來很快。沒有秩序就亂七八糟，應當十分鐘辦完的，一點鐘也辦不完。」這段就是講過堂吃飯有規矩，有人盛飯、盛菜、盛湯。這個有同修去戒堂受過戒，現代在台灣戒場還有過堂吃飯這個規矩，這個當中有行堂，他來負責給你打飯、打菜，吃完了之後自己去刷碗。所以過堂吃飯是一門功課，雖然人多，但是它有秩序，它不亂；不亂，它的效率就很好，很快的這些事情都處理完了。如果沒有秩序，的確十分鐘可以處理的事情，一個小時也處理不完，亂糟糟的。這講一個規矩、一個秩序。

「凡是受過教育的，不管是儒家的教育、佛家的教育，亂的時候萬不能成功。可以斷定一句，凡那個亂的，就是雜亂無章，無道可求。你會什麼樣的方法，斷定你絕不會成功。我會講經、作文章，講經與作文章都不能了生死，不如老太婆，這個你要記住。浮浮躁躁的心，你還靜不下，還證什麼道！」這一段就是講受過教育，這個教育可不是現在去學校念書就是教育了，不是這個教育，是講儒家的教育、佛家的教育，傳統文化、倫理道德因果教育。不管你是儒家的教育、佛家的教育，如果你亂，那你學什麼都不會成功，萬萬不能成功。因為亂，雜亂無章，就可以斷定無論你做什麼事情不會成功。我們修道也是一樣的，凡是那個亂的，就是雜亂無章，雜亂無章就無道可求，跟道就不相應。不管你會什麼樣的方法，你只要亂，你就決定不會成功。你說我會講經、會作文章，雪廬老人講得很明白，會講經、會作文章，不能了生死。這是真話，講經是

求解，解門，但是解了之後你要行，行要落實在生活上；落實在生活上，行你就不能亂。如果有解無行，說食數寶。講經講得頭頭是道，做事雜亂無章，那怎麼會成就？這樣真的不如一個老太婆，她不會講經，她只會念一句佛號，但是她心清淨，她不亂，一心不亂。我們念佛要一心不亂才能往生極樂世界，所以心亂糟糟的，心浮氣躁，你靜不下來，念佛怎麼會達到一心不亂？修其他法門也證不了道，不能成就。所以禮（規矩）就是戒，佛家講戒，儒家講禮。禮就是戒，戒就是禮，戒也就是講規矩。戒幫助我們得定，定了就不亂，亂七八糟怎麼得定？心定不下來；心定不下來，開不了智慧。所以守住規矩，心才會定下來；心定了，做任何事情才會不亂，才能成就。

「不高聲喧嘩」，我們看人家講話講得很大聲、很高聲，那肯定是心浮氣躁，擾亂他人視聽。「周圍有若干人，你這一躁音就了不得了。」周邊還有很多人，你在這裡講話聲音很高、很大，「喧」就是喧鬧、喧嘩，像菜市場一樣的，這個就製造噪音，這個噪音聽了讓人家心浮氣躁，心靜不下來。「叢林過堂的時候，有幾百人在餐廳吃麵條，一點聲音也沒有。」這是過去叢林吃飯吃麵，嘴巴不出聲音。如果你吃飯吃麵條，你用吸的，嗦囉嗦囉用吸的，咬東西咬出聲音，一個人出一個聲音，幾百人同時這個聲音出來，你說屋子裡面它是什麼樣的情況？你在裡面吃飯，就好像外面下大雨那個聲音一樣了。「是無教訓的人民，這就是無道之邦」，無教訓就是人民沒人教，他不懂。不教就不懂，不懂就無道，這個邦、這個地區、這個國家沒有道，沒有道德仁義禮，這就是無道之邦。我們接著看第四條：

【四、不橫坐，不橫腿，不捫腳。】

「橫坐與橫肱不一樣」，橫肱是你兩個手肘這樣橫著。橫坐是

什麼？「譬如一張長凳子可坐兩人，一個人鞋子脫掉，橫坐在那兒，人家還坐嗎？這就叫不懂人情。」長凳子現在比較少見，還有，以前我們小時候吃飯，凳子它不是獨立的一張椅子、凳子，是長的。這個長凳子一般可以坐兩個人，如果你橫著坐，只能坐你一個人，旁邊那個人就沒辦法坐了，所以不能橫著坐。或者一張長凳子，你就坐在那個當中，你坐下去，左右兩邊都剩下一點點，叫人家怎麼坐？所以這個都要注意。現在這個長凳子是比較少，總之要直著坐，你不能斜斜的橫著坐，別人就沒辦法坐了。有時候我們在坐公車，以前坐火車也碰到過，那張椅子坐兩個人，好像只有他一個人坐了。所以這個就叫不懂人情，他沒有考慮到別人。從生活上，坐椅子表現出來，懂不懂人情，有沒有想到別人？你坐，別人也要坐。

「不近人情，鮮不為大奸匿。」弘一大師講，不近人情，到處是危機，因為他到處去妨礙人。「這是蘇老泉《辨奸論》說的」，雪廬老人舉出蘇老泉《辨奸論》說的，不近人情，那這個人就是奸。這個奸跟奸臣那個奸意思不一樣，這個奸是你去妨礙人。為什麼叫奸？辦不出好事來，到處去妨礙人，去找人麻煩，這個叫不近人情，這個人就叫奸，都在妨礙人。

「我在台中幾個學校都教過書，同事們就有這個。」雪廬老人講，他在台中有到過幾個學校去教過書，在學校，一些同事就有這樣的人，就是不懂人情、不近人情，都在妨礙人的。「提倡給同學們自由，現在不興禮這套了！學生鞠個躬，他還不高興，認為太不自然了。」我們想一想，五十年前雪廬老人在世的時候，他到學校去教書，那個時候學校已經有這種風氣了。學校這些同事，這些教授、這些老師，現在提倡要給這些同學他們自由。現在不講禮這套了，講禮好像太不自然了，學生給他鞠個躬，他還不高興，為什麼

要給我鞠躬？認為這個太不自然了。「你當教授也不鞠躬嗎？我也不鞠躬，我鞠什麼躬？」當教授的，對校長你不鞠躬，你叫同學也不要鞠躬，我見到你也不要鞠躬，我鞠什麼躬？大家統統不要來這一套，這樣比較自然。五十年前都是這樣，現在更是這樣的。但是有一些情況很奇怪，下面講了，「見了做大官的，他就鞠躬」。很奇怪，不是不要鞠躬嗎？見了大官的人來，或者是有什麼貴賓來，他好像很自然的就鞠個躬了。「見了洋人他就規矩了」，見到外國人他就規矩了，見到美國人、見到日本人來，他就很規矩。「就是見了我們不規矩，這是我親眼看的。」雪廬老人講，對我們自己人他都不講禮貌、不講規矩，要什麼自然，可是他見到做大官的、見到外國人，他怎麼也懂禮貌了？去握握手，等等的這些禮節都來了。雪廬老人說他親自看到的，見了自己人他就無禮，見到外國人他就很有禮貌，見了做大官的他也很有禮貌，很奇怪了。這個雪廬老人見過，我想我們大家都見過，只是你有沒有留意這樁事情而已，應該都見過。

以前花蓮淨宗學會潘前會長，他比較喜歡講笑話，有次講個笑話，他說花蓮遠東航空飛台北的這個航班，那個空姐對我們台灣這些本地的人就很沒有禮貌，那個態度很傲慢，臉色不好看。他說那時候有一個我們台灣的人坐上飛機，看到空姐對旅客是這樣的態度，然後看到空姐走過來，他就跟他講一句日本話，那個空姐態度馬上一百八十度的轉變，對他可客氣了！後來他又講了一句台灣話，「我是台灣人」。這個就是雪廬老人這裡講的，對自己人都很沒有禮貌，對外國人他就特別有禮貌，很奇怪的一個現象。我們去外國，到美國去、到日本去，美國跟日本的這些空姐跟台灣的空姐剛好相反，美國的空姐對他們美國本土的人她很有禮貌，反而對我們外國人禮貌就差一點了，服務態度就沒有那麼好了。日本也一樣，日

本的空姐對他們日本人可有禮貌，對我們外國人，她禮貌雖然有，但是我從她的表情、態度看出來，她是不恭敬的。總之這個都不對，這個都不合乎禮，禮是一切恭敬，那才是合乎禮。當然禮有分尊卑長幼、親疏遠近，但恭敬心是一樣的。

『不橫腿』，「兩個人坐在這兒，你把腿一搭，人家擱來擱去就費事了」。坐著也不要橫著腿，特別坐火車、坐飛機，或者坐船也碰到過，就兩個位子，比如說你坐在靠窗戶的，你要出來，坐在走道這個人，他的腿伸直在橫著，你要過就不好過了。你不要斜著坐、橫著坐，腿也不能伸，「你得往後邊伸」。這個要注意，比如說兩個人對坐也是一樣，你不能把腿橫著伸出來，對面那個人他腳就要縮進去。下面也是舉出坐火車，「譬如坐火車，要是坐走道邊，你把腿一伸，有人後來要坐另一位子，看見你伸兩個腿」，你那兩個腿伸得直直的，就橫在那個走道，「有禮貌的就說」，先生對不起，讓我過一下。那個是有禮貌的，也就是對不起，請你把腿收進來讓我過，我要進去裡面。「沒禮貌的，跨過你的腿就過去。」那個不懂禮貌的，或者故意的，好，你橫著，我就翻山越嶺，我這個腳就跨過你的腿走進去。「要是你腳上被沾了土，對方說：你不讓我坐嘛！火車又不是你家裡的，是公眾的。」如果那個鞋子下面有泥土，就剛好掉在他的褲子上，當然他也就不舒服了。彼此不懂禮貌，他也會說，是你不讓我過去坐，這個火車又不是你家裡的，只有你一個人坐，大家坐的，是公家的、公眾的。「凡是叫人看不起，或是沒禮貌，皆是自找的。」你給人家瞧不起你，或者人家對你沒禮貌，這個要自己先反省自己，都是自己找來的，自己先對人家無禮，人家也對你無禮。所以人家對我們無禮的時候，我們先反省自己，我有沒有對別人無禮。

『不捫腳』，「不管穿不穿襪子，你說：我的腳天天洗。你天

天洗，誰曉得的？就是不要當著人家捫腳」。不要當著別人的面前在那裡捫腳，就是襪子脫起來，在那邊抓腳，這個就很不好看，對人很失禮。「握手是常有的禮節，雖然你今天沒洗手，這還罷了，這個捫腳可不行。自己坐那，捫自己的腳的很多，你留心看。我就常碰見這個，他高談闊論，還捫了他的腳，捫完了起來，再給我倒茶，這碗茶我怎麼喝進去？他捫了腳，我都不跟他握手。」這個捫腳，特別手去抓香港腳，也沒洗手，然後再用那個手來倒茶給人家喝，人家看到了，怎麼喝得下去？那個不衛生。你要跟人家握手，你剛才抓了香港腳，沒有去洗手，還要來跟我握手，也不敢跟他握手了。在公眾場合，這個都要避免。

【五、不隔席談話。】

『隔席』就是，我們參加過宴席，不止請一桌的人，可能有好幾桌，多的幾十桌、一百桌的都有，「隔席」就是這一桌跟另外一桌。現在宴席大部分都是用圓桌，就是這一桌跟那一桌的客人，不要我坐在這桌，他坐在那桌，我們兩個人就對著在談，隔席談話。下面我們看雪廬老人他的講解，「譬如在這個屋裡，擺著幾張桌子席位，你跟你本桌上的人談話，也要講食不言」。就是舉出一個比喻，在這個屋子裡面擺著幾張桌子，你要跟本桌、跟坐在同一桌的人談話，也要講食不言。食不言也就是說，你吃飯的時候，有食物在口中不要講話，這個是必定要這樣的，你不能一邊吃一邊講。「你在這一桌上說話，桌上的菜，被你老先生噴出來口水一攪和，這個就夠慘了。這還罷了！隔桌子談話，口水噴不過去，但是擾亂人。」你在這桌吃飯，一邊吃一邊講話，講話如果講得很大聲，噴口水，這個的確我們也看過，他就對著菜，口水就噴到那個菜裡面去。你噴出來這個口水跟菜就攪和在一起，人家看到就很慘了，這個菜加料了，加你的口水了。這個還罷了！就是隔桌談話，當然口水

沒有辦法噴那麼遠，但是擾亂人，你會擾亂大家。比如說你跟對桌的人談話，你對面坐一個人，旁邊坐一個人，你要隔著這個人跟他談話，當中的人聽到你們彼此在對話，那也是擾亂人。所以在這個場合就不要隔桌談話。「你隔著席位在這裡說話」，叫那個人：「喂！喂！喂！什麼事情、什麼事情……。」講得很大聲，特別在宴席人多，鬧烘烘的，他聽不清楚你在講什麼，「那一桌的人也不曉得你跟誰說話」，是跟我說嗎？還是跟他說？「這與登城不呼是一個道理」。前面我們學習過登城門，古時候城門比較高，你登到城樓上去，看到城下走的人，你在上面不要去呼叫下面的；呼叫下面，下面很多行人在走，大家走過的人，不知道你叫哪一個，大家統統往上面看。不隔席談話也是這樣一個道理，對面那一桌也有很多人，你在這邊喊，對面那一桌，你是跟我講還是跟他講？所以這個要避免。

【六、坐不掀起椅凳之後方。】

以前我們也不懂這個規矩，特別在小時候坐那個凳子，你人往前傾，後面那個凳子的腳就翹起來了。所以不管坐椅子、坐凳子，凳子比較矮的，椅子比較高一點的，「有些人你要留心」。有一些人他坐凳子，他就往前傾，然後後面翹起來；翹起來，你走路不小心沒有看到，踢到就跌倒了。所以，「有些人隨便坐著椅子，他把椅凳後頭掀起來」，掀起來就是翹起來，「就跟躺椅一樣。這個椅子，腿一下子掀起，後頭走路的人，細心的會看前面」，比較細心他走路會看路，看前面有沒有什麼障礙物，他如果沒有仔細看就踢到了。你往前坐，後面那個椅凳掀起來就妨礙人了。細心的人會看，他會繞過去。「但是不在乎的人很多，一碰，碰倒了，這個不得怨人。」但是不在乎的人，不在乎就是走路沒有在看路的人，這個不在乎的他走過去，腳就碰到了；碰到了，這個也不要怪人，你

自己沒有仔細看，不小心。「他碰到人，當然會說不高興的話。」人家碰到，當然他說話就不高興了，「你那個椅子翹起來幹什麼？」讓我踢到，踢得好痛。「這些都是世故人情」，都是世故人情，你妨礙人。所以這個常禮，學問道理很深的，舉出一個例子，你會以此類推，你就概括全部的世故人情，各方面的。你不懂得世故人情，你做什麼事情、說什麼話，你統統是在妨礙別人。

「並不是開天闢地就有書，都是碰了多少釘子，經驗、閱歷才寫出來。」雪廬老人講，不是有天地就有書出來了，書怎麼來的？都是碰了釘子、碰到問題，這些經驗閱歷寫出來才有書。「《常禮舉要》前面的序可以看看。總而言之，說句苛薄話，現在人是見了洋人，就什麼規矩都有了。」看到外國人，他就規矩了；看到自己本國人，他就沒規矩。

好，今天時間到了，就先學習到第六，下面第七條我們下一堂課，下一次再繼續來學習。祝大家福慧增長，法喜充滿。阿彌陀佛！