

不學禮無以立—《禮記治要》的和諧生活 李越老師主講
(第一集) 2013/4/23 香港國際博覽館HALL2
檔名：56-142-0001

尊敬的諸位領導，諸位長輩，親愛的兄弟姐妹們，網絡機前的聽眾朋友們，大家早上好。今天是我們最後一天的課程。在座的朋友每天聽課都要超過八個小時以上，所以我們在座的朋友這種好學的精神，令我非常的感動和敬佩。因為今天我還聽說，說我們很多的朋友聽完課，晚上都非常的興奮，都到二、三點才睡覺。甚至我們很多的朋友，住的地方離我們的會場又很遠，所以每天聽完課還要趕回去，也是很晚才能休息，大清早又趕過來，大家累不累？說實在的，一天要聽八個小時以上的課坐在這裡，其實挺辛苦的。所以今天上午，如果我們在座的朋友，您覺得很累的話，就可以盡情的睡一睡，睡上十分、二十分鐘很管用。不過，今天我們是要共同來學習禮的內容，所以大家如果要睡覺打瞌睡，我有一個小小的要求。也就是您在睡覺的時候，這個打瞌睡的動作很重要，您一定盡量前後打盹，千萬不要左右搖擺。因為您如果前後打盹的時候，我遠遠的看上去，看到的是「嗯，講得很有道理」。假如您要是這樣左右搖的話，我遠遠看上去，看到的就是「嗯，我不想聽，沒有道理」，那我幼小的心靈就會受到很大的打擊。看來大家非常能夠理解我這顆脆弱的心。

首先非常感恩我們聖賢教育協會能夠給我這樣一次難得的機會，讓我和在座的朋友們能夠共同來學習交流。說實在的，自己的學問、德行都還非常的淺薄和不足。所以在今天三個小時和大家交流分享中，如有不妥的地方，不對的地方，還望我們在座的長輩、朋友們，給予我多多的指正和批評，謝謝大家！我是在九年多前接觸

到聖賢的教育，當時拿到了幾本經書，我們儒家的經典，真的是愛不釋手。可是翻開經典看不懂，內心非常的焦慮和著急，我到哪裡可以找到一個老師來教我？你們有沒有這樣的體會？有。真的內心非常的渴望，那種願望很強烈。我們說「人有善願，天必從之」，我天天這麼想的時候，真的不可思議的事情就發生了，蔡老師從天而降。當時我是在海南，突然真的是蔡老師就出現在我們的面前。九年多的時光很快過去了，現在一回憶，好像就在昨天發生。當第一次見到蔡老師，蔡老師就問我說：「妳叫什麼名字？」我說：「我叫李越。」他說妳這個名字很好，有禮又有樂。有禮又有樂什麼意思？我當時真的是沒有反應過來。大約十秒鐘過去，我反應過來了。你們反應過來沒有？你們比我有智慧。我才反應過來是禮貌的禮，音樂的樂，和我的這個名字是諧音。活到這麼大都從來沒有這麼去思惟過，所以那天就感覺和往常不一樣，走出去之後突然感受到自己的生命注入了一股新的內涵。

剛好蔡老師到海南的時候，我剛好自己在經營一所古箏的藝術學校。我一想，我從事的這個行業，確實就是我們中華民族傳統的音樂教育；我當時又常常給我的員工進行禮儀的訓練，也是跟這兩個字這麼的吻合，真是不可思議，很有意思。但是當時對禮和樂的認知，是可以說完全不知道，是非常的淺薄，沒有真正了解到禮樂那種文化的內涵和深度。跟隨老師慢慢學習之後，才了解到禮樂這兩個字，的確在我們古代，它是一種非常重要的教化方式。所以中國的古代就是禮樂的文化。我們都知道，中國幾千年的歷史，每一個朝代建立都要建立禮樂制，讓人們的生活要有章可循，有法可依。包括穿衣服，什麼階層穿什麼衣服，它都完全不一樣，有區隔。為什麼要有區隔？因為區隔開來便於人們去行禮，知道您是什麼身分，要行什麼禮。所以他非常有上下尊卑的等級和層次，能夠讓人

們在一起相處非常的和睦。

當我了解之後，在中國歷代的一些興盛的朝代，之所以它的興盛，都是因為有禮樂的教化和禮樂的治理。所以我們在《禮記·樂記》當中看到有一段話寫到，「禮節民心，樂和民聲，政以行之，刑以防之，禮樂刑政四達而不悖，則王道備矣。」什麼意思？就是禮是用來節制我們內心的貪欲，而樂是來調和我們內在的性情，政，指的是政事，給予禮樂教化充分的保障，刑是懲治那些害群之馬，用這四個方面來治理國家，能夠圓融通達，能夠彼此的相互協助，我們就具備了古聖先王的治國要道。所以深刻的感受到，禮樂文化原來是如此博大精深，可能究其一生，我們也只能學到一丁點。所以從那之後，跟隨老師就有這樣的一個願心，希望能夠深入的學習《禮記》。也是藉今天這樣一個機會，將自己的一些心得能夠和大家交流，起到拋磚引玉的作用，讓我們真正的去了解禮、認識禮，進而能夠做一個有禮的人。

剛才我們的主持人講到孔老夫子講的一段話，「不學禮，無以立」，恰巧是我今天和大家分享的一個主題。這句話是出自《論語·記事篇》當中的一段經文。當時孔老夫子有個學生叫陳亢，他很有好奇心，他總覺得孔老夫子在家裡，給他的兒子孔鯉，字伯魚，可能會開小灶，額外教一些什麼他們不知道的內容。所以他就來找到孔鯉，您的父親有沒有額外給你教點別的什麼東西，可不可以悄悄告訴我？孔鯉很納悶，想了一下說，好像從來沒有給我額外教什麼。假如說有的話，是有一次父親站到廳堂，我快步從那經過的時候，父親說：「你學詩了嗎？」孔鯉說：「父親，還沒有學。」孔老夫子就說：「不學詩，無以言。」孔鯉趕快就去學詩了。在座的朋友，這個詩不是指我們今天所謂的律詩、散文詩，乃至於很多的詩歌形式，它是指我們中國古代的一部詩歌總集《詩經》，孔老夫

子刪定編成三百零五篇，指的是這個《詩經》。《詩經》裡的內容都是表達仁義忠孝的內容，完全是積極、正面、健康的內容。所以當我們能學詩之後，我們就會有溫柔敦厚的一種內在的修養，所以溫柔敦厚詩教也。我們心就會變得比較柔軟，對人不會苛刻。再來，學詩我們又認識很多鳥獸草木的常識，可以用來譬喻，所以就懂得說話的藝術。這是學詩的好處。

又有一次，孔鯉又講到，我的父親又在廳堂獨自站立，我又快步經過的時候，父親又說：「你學禮了嗎？」孔鯉說沒有。夫子就說：「不學禮，無以立。」孔鯉一聽，趕快就去學禮。諸位朋友，我們不學禮，就很難在社會上立足。包括我們在家庭，我們跟父母相處，父母就會對我們很不放心，或者很難過。我們走入社會，我們跟領導相處，可以也常常會產生衝突，跟同事相處也會不和睦；夫妻相處，可能也常常有對立。所以我們不學禮的話，就像我們面前豎起了一堵牆，可以說這個牆是無形的牆，讓我們寸步難行。俗話說，有理，禮和理是相通的，「禮者理也」。前一個禮是禮貌的禮，後一個理是道理的理，有理走遍天下，無理寸步難行。所以這麼一講，孔鯉就去學禮了。

禮到底是什麼？有一次孔老夫子的幾個學生，圍在他的周圍就要問夫子什麼是禮。這個時候夫子就講：「禮者何也？即事之治也。君子有其事，必有其治。」禮到底是什麼？禮就是我們做事的方法、辦法、規則、規矩。假如我們治國無禮的話，就如同一個盲人失去了扶伴，他就不知道要往何方行走。假如我們無禮的話，就如同我們整夜在黑暗的房間尋找東西，沒有燈光，沒有燭光，在座的朋友，我們能把東西找到嗎？我們肯定找不到。所以當我們無禮的時候，我們的眼睛不知道往哪裡看，耳朵不知道往哪裡聽，前進、後退、行禮、揖讓完全失去了分寸和尺度。包括人們在一起生活居

住，自然而然就失去了上下尊卑、長幼的差別。也就是我們講的，父不父、子不子，長輩沒有長輩的樣子，晚輩沒有晚輩的樣子。您看，當這些長幼的秩序失去之後，倫常混亂，人與人之間可能就會有不幸的事情發生，所以人們在一起相處就不會和睦，再來朝廷的官爵也會失去它應有的秩序，再來建築也會失去它高矮大小的尺度和標準，軍隊也會失去它的攻守，也會失去它的控制。所以國家一切的政事都失去了應該實施的方法、政策，人們的行為就非常可能失去妥當的行為。所以我們就知道，禮是對我們多麼的重要。

所以在《禮記·曲禮》當中就講到，「人有禮則安」，這個安，就是安寧、安和，「無禮則危」，沒有禮就會有危險，「故曰：禮不可不學也。」這個陳亢他特別的開心，因為他問了一個問題，得到了三個收穫。得到哪三個收穫？一個知道了學禮的重要，第二個知道了學詩的重要，你們也都知道了吧？第三個是什麼？他知道了聖人對於自己的子女和對待自己的學生沒有厚此薄彼的這種心態。所以聖人是視天下人為子女，視子女為眾人，完全是一律平等的對待。我們可以體會到聖人的這顆大公無私的心。所以在《論語》當中我們有看到一段話，夫子說「興於詩，立於禮，成於樂」。您看詩禮樂。興於詩我們剛才講了，其實詩，詩言志，詩最高的智慧，它是志於道。志於什麼？人倫之道，志於率性之道。

詩是表達我們內心真摯的情感，發乎情，但是要止乎禮義。所以詩禮樂它是什麼樣一種關係？我們說詩是樂的詞，樂是詩的譜，禮是詩的動作。所以古代大型的這種禮儀形式，都有配上詩、禮、樂。禮和樂它完全是一體，完全是一體的，在古時候不分家，那個樂一起，舞就會起來，所以它是一體的。所以我們是修身要以詩，立身要以禮，而樂是完全來調和我們內在的性德。所以詩禮樂是聖賢人修學的根基，重要的學習科目。

所以我們在古代的一些讀書人家的大門上會看到四個字，看到哪四個字？詩禮傳家。我們都了解，詩禮它反映的都是道德的內涵。可是今天我們在許多百姓家門上看到哪幾個字？我們有沒有看到？看到的不是詩禮傳家，我們看到的是什麼？恭喜發財，有沒有？招財進寶，有沒有？所以我們感受到古人和今人的這種價值觀，這種經營家庭的理念，教育子女的思想，完全是大相徑庭。諸位朋友，您看孔老夫子說詩禮傳家，就是把我們中華民族五千年的道統和文化代代相傳下去。傳了幾千年了，傳了幾千年家道不敗。請問在座的朋友，我們以財富傳家能傳幾年？能傳幾代？我們說富不過三代。真的富不過三代嗎？現在可能是富不過一代，是不是？所以富不過一代，一個是以利為利，而一個是以道義傳家。所以當我們擁有再多財富的時候，可是我們後代的子孫已經怎麼樣？已經沒有辦法回頭了，可能我們的文化就會斷在我們的手中。所以我們說文化是民族的靈魂，而教育是文化的生機。所以建國君民，教學為先。

剛才和大家分享了「不學禮，無以立」的典故。接下來的副標題是「《禮記治要》的和諧的生活」。《禮記治要》給大家簡單的介紹一下，我們都知道中國有三本的禮學經典，一個是《周禮》，一個是《儀禮》，一個是《禮記》，而《禮記》它是成書最晚的一部書，這三本書稱為三禮。中國有十三經，你看三本的禮學經典就佔了十三經的三本，我們感受到禮的分量。而《禮記》大多數都是孔老夫子七十二賢弟子所編成的，總共現在保存下來有四十九篇。其中非常著名的，這幾天我們的老師都有在講課的時候提到的《大學》中的，「大學之道，在明明德，在親民，在止於至善」。您看有著名的「大學」、「中庸」還有「禮運」，都包含在《禮記》當中。我們《禮記治要》是《群書治要》的一個組成部分，從二十二篇的文章當中節選出來，會集到了《群書治要》當中。這些二十多

篇的內容，它表述的是什麼？表述的是治國的方略，表述的是人生的哲理，還有包含禮樂的制度，人事的儀則器物，它的確是真正的一部讓我們可以修身齊家治國平天下的一部寶典。而魏徵先生非常重視《禮記》，所以他從《禮記·曲禮》當中選出一段話，「傲不可長，欲不可縱，志不可滿，樂不可極」。用這幾句話來諫戒唐太宗，千萬不要走桀紂自取滅亡的這條道路。所以我們對《禮記》有所了解，它可以幫助我們領導者為政、用人、修身、齊家，來治理國家的政事。

《360》的書翻出來，我來看一下是哪一條。我們可以翻到《360》二百二十五句，二百二十五句上面寫到，「夫人之所以貴於禽獸者，以有禮也。」大家找到了吧？這裡就是告訴我們，人之所以比禽獸尊貴，是因為人有禮，禽獸沒有禮。這段話實際上它是出自《群書治要》晏子的一段公案。當時這個齊景公很喜歡喝酒，他連續喝了幾天的酒，喝了幾天的酒之後就失禮了，摘帽脫衣擊瓦盆奏樂，在那裡樂得不得了。接下來他就問旁邊的臣子，他說，仁德之人會像我這樣作樂嗎？旁邊一位叫梁丘據的臣子就講了，仁德之人他的耳朵眼睛和平常人一樣，但是他恰巧就是不喜歡這樣去作樂。結果齊景公聽了之後，估計是這個答案讓他不是很滿意，他說，立即趕快駕車把晏子給我請來。結果不一會兒晏子就來了，晏子穿著朝服很端莊走進來。齊景公一看到晏子，來來來，不要行君臣之禮了，跟我一起來飲酒作樂。當時晏子一看到這個情形，晏子是他的愛臣，晏子馬上說，君王，假如我們這些臣子侍奉君王失去了禮，估計君王你也不高興、你也不滿意，你會感覺我們這些人對您很輕慢、很不尊重。您看，我們齊國的這些孩童，他們的個子都不矮，他們的力氣都超過了我和你，可是他們為什麼不敢作亂？是因為他們得到了禮義的教化，他們敬畏禮義。所以今天君王，假如

您的行為失禮，又如何來治理天下？假如我們這些群臣失禮，我們底下的屬下又如何對我們尊重？假如我們的父子之間也失禮，家庭可能就有了凶災。所以這個時候晏子就講了這句話，「夫人之所以貴於禽獸者，以有禮也」，之所以我們貴於禽獸，是有禮。

接下來他又講了一段《詩經》的話，「相鼠有體，人而無禮；人而無禮，胡不遄死。」相是看的意思。鼠是老鼠的鼠。相鼠有體，老鼠那麼微弱的小動物，它有四肢，這個四肢支撐著它的生命，所以叫相鼠有體。那人而無禮，人而無禮，胡不遄死，這個遄死就是人假如沒有禮，還不如趕快死掉算了。這個意思就是告訴我們什麼？人是以什麼為體？以禮為體。你看，我們看到那個年輕人，假如是忤逆父母、不守規矩，我們都說他的行為簡直不成體統。所以，人是以禮為體。當他講完這段話之後，這個齊景公聽了就很慚愧，說你說得對，我這個人不聰明，最重要的是我身邊的這些臣子，他們更是愚昧無知，都是他們引誘我、誘惑我讓我天天這樣花天酒地，所以都怪他們，趕快給我吧他們拉出去殺了。他這樣做對不對？你們都有判斷力，您看當我們往往生活當中犯了什麼過失、錯誤的時候，我們往往會不會起一個怨恨的心？都怪你，假如當時你不讓我怎樣怎樣，我就不會怎樣怎樣，有沒有？當問題一產生的時候，我們都不能夠反求諸己，把責任一下推到了他人的身上，推到了環境，或者推到了境界上面去。這些人事物都是緣，因在哪？因在我們的心。

所以這個時候晏子就開始勸諫了，晏子說，君王，不能殺了他們，他們是無辜的、是無罪的。假如君王您就是一個非常講禮義的人，相信無禮之人都會離您遠去，而有禮的這些仁人志士都會因您的這種威儀而來到您的身邊。假如您是無禮的話，自然而然怎樣？無禮之人都會靜悄悄來到您的身邊，而有禮的這些人都會離你而去。

。齊景公聽了以後講，說得對、說得對。接下來他立即怎麼樣？停止酒宴，給我清理庭院，更換座位，更換衣服，重新來過一次，重新去請晏子入宮。這個時候齊景公又穿上了朝服，迎請晏子進宮，晏子一進到宮裡，還沒有上台階就行了三讓禮，上了台階又行了最高禮儀的其中之一，叫三獻禮。我們都知道在古代祭祀的時候有一個禮儀，初獻爵、亞獻爵、終獻爵的三獻禮。行完之後，他們又以君臣相待坐下。等要離開的時候，晏子又以臣子之禮拜別君王；而君王，又以君王的禮儀來拜別他的丞相。那種場面肅穆莊嚴。把晏子送走之後，齊景公這個時候他就說，我為什麼這麼做你們知道嗎？我這麼做的目的就是要讓大家了解、知道，我完全接納晏子對我的勸諫。

我們說「福在受諫」，一個人肯聽進去別人的勸諫，就是最有福的人。當我們有了過失，別人勸諫我們，我就常常有這個壞習慣，蔡老師經常有時候說，哪裡哪裡妳做錯了。我的第一念就是什麼？想解釋，想找藉口。這樣好不好？我們常常找了一大堆的藉口來怎麼樣？要證明我是對的，以後別人還敢跟你勸諫嗎？我們等於人生失去了很多雙眼睛，而我們臉上有黑、有污點，也都沒有人敢告訴我們，我們還天天美滋滋的，那就是無福之相。所以真正有福的人，是領納別人勸諫的人，馬上怎麼？有過失就改正，不斷的圓滿自己的德行、道業。所以修行沒有別的，就是改習氣，就是放下。說實在的，我們中國的古聖先王，可以說五千年前就有教育制度。

我們在《史書》上看到一段記載，上面寫到，「后稷教民稼穡，樹藝五穀，五穀熟而民人育。人之有道也，飽食、暖衣、逸居而無教，則近於禽獸。聖人有憂之，使契為司徒，教以人倫：父子有親，君臣有義，夫婦有別，長幼有序，朋友有信。」我來解釋一下這段話，古時候有一個后稷，他是我們中華民族的祖先，堯帝派他

帶領人民種植農業。那是我們的祖先，我們非常的感恩。人民懂得了種植農業，維持我們的生命有了保障，飽食暖衣。你看，我們現在都是過著小康的生活，不愁吃不愁穿。人們您看現在旅遊最熱，人們一到放大假，就開始遊玩享受生活。可是飽食、暖衣逸居而無教，失掉教育的時候，則近於禽獸，就是跟禽獸不遠了。當我們失掉聖賢道德倫理因果的教育，我們的外表看的是人的樣子，可是我們的內心已經腐爛了，已經壞了，心壞了，已經接近於禽獸。您看，我們的古聖先王堯帝開始擔憂了，這樣可不行。這個時候他就派一個叫契的司徒，司徒就是國家教育部的部長，后稷相當於農業部的部長，來教導人民什麼？教導人民人倫的秩序，父子的關係，君臣的關係，夫婦的關係，兄弟長幼的關係，朋友的關係，怎麼來處理？您看從那個時候，我們中華民族的祖先就有了教育的制度。

而我們整個中國古代的歷史，這種教育它是分層次的。分為五個層次，在三皇時期是以道治天下，當道沒有的時候以德治天下，當德沒有的時候就用仁治天下（仁愛的仁），仁沒有的時候就用義治天下，義沒有的時候就用禮治天下，禮沒有的時候就是天下大亂。所以禮是我們做人最低的底線，最後的一道防線。三皇他是以道治天下，五帝是以德治天下。到了三王，我們知道夏禹、商湯，周文王、武王、成王，三王是以什麼？是以仁治理天下，那個時候道德已經滑坡。到了春秋時期，我們都知道夫子稱禮崩樂壞的時代，所以道、德、仁都沒有了，用義來治理天下。我們看《孔子傳》，孔老夫子周遊列國，就是要恢復周禮，恢復禮樂的教化。到了秦朝的時候，秦朝是用什麼？是用霸道治理天下。霸道治理天下，可以說道、德、仁、義、禮它都不講了，十五年就亡國。後來，漢代秦統一了天下，建立了漢朝。漢武帝了不起，採納董仲舒獨尊儒術，從那個時候開始建立禮樂制度。禮樂制度幾千年的歷史，到滿清亡

國，一直每個朝代都有禮樂制度。所以在座的朋友，我們就了解到，禮是我們最低的防範、做人的底線，禮沒有了，人心亂了，天下不太平了。

今天我們學聖賢教育，學聖賢的典籍，我們要從哪裡學？要從哪裡開始做？我們從道開始去做，道太高了，我們做不到。我們要從哪裡？對，要從禮開始去做。禮當中最珍貴的東西是什麼？我們要把它找回來，最珍貴的東西就是恭敬心。我們一起把它念一下好嗎？預備起：恭敬心。在座的朋友，而今天我們最嚴重的問題，是我們人失掉了恭敬心，就是這個敬字。您看我們人現在變得愈隨便、輕慢、放縱，就從我們整個的著裝穿束上，我就可以感受到。您看我們現在為了方便就愈來愈隨便。您看連上班的場合，一個非常莊嚴，你去服務的一個環境，我們可能都會穿著拖鞋，甚至現在連襪子都不穿了。我們《弟子規》說，「襪與履，俱緊切」。人們為了方便就愈來愈隨便，那個隨便的心一放逸，您看人對一切都無所謂，那種對人的輕慢，對事、對物都不恭敬了。所以這個恭敬心就是對人真誠禮敬，對物品要懂得去珍惜愛護。比方說我們看到這些桌椅板凳，我們要禮敬不是給它鞠三鞠躬，你要給它鞠個躬，別人說你有毛病。我們的禮敬是怎樣？把它擦得乾乾淨淨，擺的整整齊齊，這就是恭敬心的一個體現。

所以我們古德就講，一分誠敬得一分的利益，十分的誠敬得十分的利益，百分的誠敬就得百分的利益，千分的誠敬就得千分的利益，沒有誠敬就不得利益。恭敬心就如同我們王鳳儀老先生王善人描述的，像穿針引線。您看穿針引線多麼的謹慎小心，恭敬謙卑。那個相我們可以感受到。所以您看這個敬字這邊是個苟，這邊是個反文，這個反文念撲，攵是什麼？拿掉苟且的心，就叫恭敬心。而恭敬心現在我感覺特別難於培養。比方說我自己，我都學了九年多

了，我深感自己的這分真誠恭敬的心真的還修得很不好。我舉一個例子，有一次，蔡老師在馬來西亞，我是在大陸，剛好我在通電話。通電話的時候，結果蔡老師就發來一條短信在我的電腦的 s k y p e。那個短信一發來，我還在通話，我說老師發短信了，我待會打完電話再給他回。您看那個時候都沒有察覺到自己的念頭，就在那裡還洋洋自得的打電話。正在打，電腦的電話再有人打進來馬上你就可以聽到，突然老師就打來了電話，蔡老師就打來電話。我給對方說：「蔡老師打電話，我要接電話了。」我立即掛掉前面的電話，接蔡老師的電話。

一接之後蔡老師說：「妳看到我給妳發的短信了沒有？」我說：「老師我看到了，我剛好正在打電話，所以沒法跟您回，我這個電腦水平有限。」你看找藉口。老師說：「妳就可以打兩個字，稍等，否則的話我根本都不知道妳到底在不在電腦旁邊，因為跟妳交代的這些事，我就沒有辦法再繼續進行下去，別人就會等在電腦那裡一直等。」我說：「是是是，老師這個的確對不起。」老師當時就說：「妳看妳這個恭敬心，一切時一切處妳都要觀照到能不能提得起來。」接下來你們猜我會說什麼？我當時雖然生起了慚愧的心，我說：「對對對，我怎麼就沒有觀照到？」您看恭敬心點滴當中稍縱即逝，這個時候我就挺難過，我說：「老師，不過有時候會出現這樣的現象，我說有時候我給別人發過去短信，別人也沒有給我回，我就在想他一定不在電腦旁邊。」這個藉口找得不錯吧？老師聽了之後，蔡老師說：「這個是對別人而言，我們學聖賢教育是嚴於律己，寬以待人，妳這樣一講不是在寬容自己、放縱自己，給自己找了藉口、理由？當然老師也沒有那麼厲害，就給我講了這番道理。我們什麼時候培養恭敬心？恭敬心可能就是在回短信的時候，恭敬心可能就是見到別人一個微笑，你那個時候有沒有真誠？恭敬

心就是在我們開門的時候，一看後面還有人，幫他開一開。在電梯的時候看到他拿著行李，我們幫他把門，把電梯門給他按著，讓他出來。隨時隨地都不可以失去恭敬心，道也者不可須臾離也，可離非道也」。

當時我聽了很慚愧，我就放下電話，我就在那裡想，為什麼還沒有觀照到？為什麼還會習氣使然？您看修行是多難的一件事，不進則退，如逆水行舟。這個時候正在難過的時候，蔡老師電話又打來了，我趕快又接起來：「老師什麼事？」蔡老師說：「把剛才我們倆的對話，妳給我複述一遍。」我當時一聽，我第一個念頭，為什麼讓我複述？我先要問個為什麼。您看人的妄念很多，煩惱多，智慧就會出不來。第一念一出來之後，蔡老師說：「妳問這個是什麼？」我說：「老師，為什麼讓我複述一遍？您是不是要拿我做案例？」老師沒有直接回答我，老師說：「如果我把妳這件事當案例來談，你第一念起的是什麼念？如果妳第一念起的是，太好了！我的錯誤過失可以布施給大家，讓大家引以為戒，那很好，這是一個修學的態度。」他說：「妳假如起的念頭是，多不好意思，拿我的這個案例出去說多丟人？」他說：「如果我們有這樣的心態，那個修學還都沒有入門。」接下來老師馬上反問：「妳起的是什麼念頭？」我說：「老師，我還沒來得及起念頭，就是先問您。」他說：「什麼念頭都沒有起，那叫無明。」

這件事情真的是深深的刻在我的心中，覺得一定要謹記老師的教誨。說實在的，當時我其實還找了一些理由，我還說：「那個文字，當時燈光很黑暗，老師我有點看不清。」老師說：「我常常在講課的時候講到，只為成功找方法，不為失敗找藉口，妳們只是拿來聽而已，難道妳就不可以把那段文字黏貼下來把它放大嗎？」我一想對，我們處處在給自己找出路、找藉口，實際上要修學、要進

步是非常之難。假如我們不能夠從自己開刀，不能夠真正把自己的煩惱習氣汰除掉，我們煩惱不能減輕，智慧不能增長。我們可能會更煩惱，感覺到自己的修學幾年了，為什麼上不了一個台階？我們可能對聖賢教育就會失去信心，我們也不能給周圍的家人、朋友表一個好的法。實際上，我們不改習氣，都是在消遣聖賢教育，可能還會斷了別人的慧命，真的是如此。所以這一次給我深刻的教訓，以後再看到什麼趕快要回，有電話趕快說稍等，我在這邊回個短信，都要這樣去觀照，這些教訓很深刻。

我們的恭敬心真的是在生活的點點滴滴要去培養。今天沒有恭敬心，說實在的，孔老夫子來教我們，釋迦牟尼佛來教我們，阿彌陀佛來教我們，有沒有用？沒有用。因為我們沒有恭敬心的時候，我們內心是跟人對立的，是抵住的，你是沒有辦法接受的。恭敬心是我們的性德，恭敬心是法器，你有了恭敬心，法才入得進來。沒有恭敬心，我們學到的全是常識和知識，這一生不能開智慧。當我們一個人，說實在的，你沒有遇到好老師，可能老師不行，但是你有恭敬心，你同樣能夠成就。為什麼？恭敬心是性德，我們學聖賢教育就是不斷的要彰顯我們的性德，所以你將來一定可以超過老師。這個超過當然不是說我們的才華超過，我們這一生的道德學問成就，我們才能更加的去利益廣大的人民群眾。那恭敬心從哪裡開始？先要看我們對父母有沒有恭敬心，因為孝是中華文化的根，敬是中華文化的本，體現在孝親尊師上。假如我們對父母沒有恭敬心，對別人很有恭敬心，假的不是真的，那一定是有利可圖。

講一個故事，德育故事當中有一個「伯禽趨跪」，「周魯伯禽，觀於橋梓，入門而趨，登堂而跪。」我們都知道聖人周公的兒子叫伯禽，伯禽跟著他的康叔三次去見周公，每一次去都被周公狠狠的打了。打了之後，這個伯禽就很納悶，為什麼每次見父親都被打

？每一次去都被打。在座的朋友，您有子女，您兒子不聽話打了他，他可能就離家出走了，還會再來三次被你打嗎？好像不太可能。古人因為有聖賢的教誨，伯禽打了不但沒有怨恨父親，反而怎麼樣？反思。我一定是做錯了什麼事，父親才打我。所以他就找到一個舊臣商子，一個德高望重的長輩去請教，父親為什麼要打我？這個時候，您看古人很會教育，他不會馬上告訴你答案。他說你去到南山的陽面看橋木，再到北山的陰面看梓木，看完之後你就全部明白了。伯禽就到了南山的陽面看到了橋木，橋木高大茁壯挺立在那裡；又到北山的陰面看梓木，梓木又矮又小，好像還俯著的。

在座的朋友，我們要想像我們現在坐著時光穿梭機，我們一起跟伯禽到了南山的陽面，又到了北山的陰面，你們要身臨其境，也來看，也來觀。好，現在我們看完了橋木，看完了梓木，在座的朋友，你們體悟到了什麼人生的道理？我們大家都在想，那要告訴我們什麼道理？這個時候伯禽就又到了商子面前說，我體會到的道理是那個橋木高大很有威嚴，代表的是父道；而那個梓木又小又矮還俯著的，代表的是什麼？子道。商子一看，不錯不錯，你再去見您的父親。這個時候伯禽又再去見父親，就是這上面講的「入門而趨」。這個屈就是我們晚輩見到長輩走路一定要屈步，屈步就是這個步子要快，不能慢慢悠悠的。「登堂而跪」，馬上就給自己的父親父王頂禮。這個時候父親有沒有再打伯禽？有沒有再打？你們這麼無辜的看著我，沒法判斷。父親特別的高興說，你一定是得到了仁德的長輩給予了指導。這裡我們就看到了什麼？人倫的秩序，父親要有父親的樣子，兒子要有做兒子的樣子，這個長幼尊卑的秩序才能呈現出來，人際關係才會和睦。所以我們的恭敬心要從哪裡？就是要從對父母開始。

講到這裡我就想起，老子去看望他的老師常枞。老子的老師生

病了，老子去看望他老師，就覺得老師病得很嚴重，說老師，您有沒有什麼教誨？您病得這麼厲害，有沒有什麼教誨要教導我們？老師說，你們不說我也要講幾句話，你們知道嗎？第一個，路過自己的故鄉，一定要下馬車，看到橋木要快步經過。他先講了兩個，他先講第一個的時候他就問到，為什麼路過自己的故鄉要下車？你知道是什麼意思嗎？老子就回答說，路過自己的故鄉要下車是不忘舊故。就是到了自己的家鄉門口要趕快下車，在那個村口你就要下車，因為你生長在這片土壤、土地，那裡有你一起從小玩耍的朋友陪伴你長大，那裡有很多的長輩曾經都抱過你，甚至父母忙的時候，都把我們擱在鄰居家又吃又睡，您看那分情義、那分恩義多麼的濃厚！假如我們今天有了權、有了錢，我們開著什麼奔馳回到自己的故鄉。在那條羊腸的小道，我們連車都不肯停下來，而且速度加快一下就開過去了，那個塵土全部被揚起來，旁邊的村民都要怎麼樣？把那個衣服拿起來遮灰塵。這老王家的大兒子回來了，您看多有錢、多威風，不就有兩個臭錢嗎？耍什麼威風。等你家裡父母有了困難需要幫助的時候，有沒有人肯伸出手來幫助？你兒子不是很能嗎？你看積善之家必有餘慶，積不善之家，兒孫不懂事，您看就讓父母蒙羞。所以當我們路過自己的故鄉，遠遠的就要把車停下來，下車來跟鄉親去打招呼，就是什麼？記著這分濃厚的情義，舊情。

講到這，我就想起一首歌，我相信我講到這裡的時候，我們在座的朋友是不是馬上那個屏幕就拉到了自己的故鄉？這首歌，大家昨天一定聽歌還沒有聽夠。「忘不了故鄉，年年梨花放，染白了山崗我的小村莊，媽媽坐在梨樹下紡車嗡嗡響，我爬上梨樹枝，聞那梨花香。搖搖潔白的樹枝，花雨滿天飛揚，落在媽媽頭上，飄在紡車上，給我血肉的故鄉，永生難忘，永生永世我不能忘。」我們對故鄉的那分感情，真的我們事業有成的時候，我們應該用那顆至誠

的心去報答養育我們的那片故土，去看望家鄉的這些老朋友，不能忘記舊故。

再接下來，老子的老師又說，為什麼見到橋木你要快步經過？老子就說，看到橋木快步經過，是要懂得敬老尊長。你看到這個橋木就會提醒你的心，時刻不要失去對老人的那份尊重，因為老人就是我們的未來。我們能夠表現出這樣一個敬老尊長的態度，後代子孫就在效仿。我記得我剛接觸蔡老師的時候，那個時候還不知道《弟子規》是什麼，跟在蔡老師的背後一起行走。走的時候，他突然停下來，我也就停下來，我才發現在我們後面有一個六、七十歲的長輩，他就讓這個長輩從我們身邊走過去，我們就跟在他的後面；到了電梯那，蔡老師又把電梯按開讓長輩上去。那個時候根本沒有學習什麼「或飲食，或坐走，長者先，幼者後」。結果這個時候蔡老師就看出我的困惑，說這些長輩一生為社會國家奉獻，養育培養子女，他們是對國家有貢獻的，我們要把他當成我們的父母去尊重、去對待，這個社會風氣才會好起來。從此之後就明白了這樣一個做人的道理。所以《孟子》當中就講到，「道在邇，而求諸遠也，事在易，而求諸難，人人親其親，長其長，而天下平。」道就在我們的腳下，事情很簡單，我們人人都親愛自己的父母，把那分親愛延伸到親愛所有的長輩，人人親其親，敬愛所有的長輩，天下不就太平了嗎？您看就是這麼簡單的道理。

現在可能大家期盼第三個事情。老子的老師接下來就把他的嘴巴張開說，你看我的牙齒還在不在？老子說，您的牙齒不在了。那我的舌頭還在不在？老子說您的舌頭還在。這是什麼意思？老子就講，這個代表柔軟勝剛強。牙齒沒有了是因為牙齒太堅硬，所以它就沒有了；舌頭在是因為舌頭柔軟。這裡就教給我們什麼道理？做人心地要厚道、要柔軟，「夫子之道忠恕而已矣」，它是教給我們

這樣的道理。您看人與人發生爭執，出現這些我們不可而想的衝突，這些災禍發生都是什麼？因為內心的堅硬、強硬。「每見鋼刀口易傷」，那個鋼刀口是最易傷的。

所以我們了解到萬事萬物，我們有沒有發現，尤其是植物，初生生長的幼苗，又柔軟又有生命力。可是這些草木死了之後，就會乾枯，一折就會斷，最容易損傷。而當我們人剛出生的時候，我們在嬰兒時期，我們有沒有看到我們的身體很柔軟，是不是？我們死了之後，身體就變得僵硬。這代表什麼？柔軟是生的象徵，強硬是死的象徵。我們看到那個母親是很強悍、很剛硬女強人的時候，兒女就會自卑，有沒有？他的人格就不健全、不健康，他就失去自信。母親雖然是為他好發脾氣，他永遠記住的是她的情緒脾氣，他感受不到母親的愛。可是當我們一個做母親的，像大地一樣那麼包容，那麼厚道，那麼柔軟，看到孩子不爭氣，眼淚流下來，自然而然兒女就會感到慚愧，是不是？所以，我們學聖賢教育就要讓我們的這顆心要變得愈來愈柔軟。

這裡，我們要給禮下一個定義，「禮者，體也，履也。統之於心曰體，踐而行之曰履。」這裡告訴我們禮有體，體是什麼？體是它的心。履呢？這個履就是實踐的意思。在心，就是表我們對一切人事物恭敬的態度，進而體現在我們外在的行為上，所以叫踐而行之曰履。這裡我們看到它的體是什麼？我們《大學》當中的「格物、致知、誠意、正心」，這叫統之於心。格物就是格除我們內心的貪瞋痴慢疑的五毒煩惱，格除我們怨恨惱怒煩的煩惱，格除我們禁不住財色名食睡的這種誘惑。我們不斷的要將我們的欲望降低、要降溫，自然而然我們的欲望不斷的減低之後，我們的良知才會顯現，我們的智慧才能夠得到提升。我們的煩惱輕智慧長，我們才能夠真正表達出我們的誠意，我們的心才能夠提起真正的正念。所以

統知於心是正我們的性情，這是內聖內學；反過來表現在外的，是身修、家齊、國治、天下平。所以禮是什麼？禮是我們修身的工具，是要把仁義道德在我們的行為當中體現出來，踐而行之就會和萬物，人與人和睦相處，人與物和睦相處，人與天地自然都會和睦相處。

這使我想起一個真實的故事。有一個服刑人員，他在服刑期間非常的不滿，他覺得是有七個人陷害了他，才深陷牢獄，而且是無期徒刑。所以他心中不滿，他要報復，他越獄，越獄成功。越獄成功之後，他逃亡的時候在火車的兩個車廂的中間，在那裡盤算謀劃，我回去之後我怎麼把這七個人，一一的怎麼樣？給他殺掉，我要報仇。那個仇恨的心像怒火一樣。正在那琢磨的時候，有一位女士走了過來，她要上洗手間。結果那個洗手間的門怎麼也扣不好，門栓出了點問題。她就出來說：「這位大哥，您可以幫我看一下門好嗎？我上個洗手間，大哥謝謝您」，態度非常的溫和、親和。他遇到這麼有禮貌的人，讓他突然就覺得，感受好像很久都沒有人對他這麼有禮貌。之後他就說，我活在這個世界上對人還這麼有價值，別人對我這麼尊重，他就覺得心裡有一種甜蜜的感覺，他就在琢磨這個女性的一言一行，讓他很舒服很歡喜。接下來這個女性上完洗手間出來之後，就說「大哥謝謝你」，還給他鞠了一個九十度的躬。估計這個女性是學《弟子規》的。這個女性就走了，謝謝你大哥，很親切很和藹。

走了之後，這個服刑人員望著這個女性的背影，他就說被尊重的感覺真好，世上還是好人多！我不可以就這樣輕易的因為去報仇而怎麼樣？糟蹋我的這一生，我應該還有希望，我不能再去作案了。所以這個火車一停，怎麼樣？他就給監獄打電話說：「你們不要找我了，我會以最快的速度返回監獄。」結果他就返回到監獄之後

，認真的改造、認罪、悔罪，因為他在監獄的表現很好，一直給他減刑，減到十年。他的動力來自哪裡？我們不言而喻。終於他出獄了，他出獄之後，他最想見的，最想感恩的是誰？這位女士，他說是這個女士給了他第二生命。可是沒有電話，也不知道這個女性是哪裡的人，也無從下手去找。結果他跟別人分享這段歷史的時候他就講到，他說假如當初那位女性一走過來，廁所的門關不上，說「真討厭，你能不能站到一邊去，別人要上廁所，幹嘛要站到這裡？」他說你們知道嗎？我第一個要殺的人是誰？在座的朋友，我們看到這個女性彬彬有禮的態度，對人真誠恭敬的言語笑容。在座的朋友，她挽救了幾條生命？不簡單！

我們香港論壇的朋友一開口就是八條，一般大家都說七條。又變成九條，更了不起。挽回了幾條性命？九條性命，是不是？不止！當一個人要行凶作案被別人發現的時候，他會濫殺無辜，不知道多少人的性命死在他的手下，是不是？在座的朋友，我們一個小小的善行，一個善舉，一個有禮恭敬的態度，重不重要？重要！我們小小一個有禮恭敬的態度，是不是他修身的體現？一個人能修身，有沒有齊家？一個人能夠修身，就一定能齊家，齊家就一定能夠治理國家，就能夠平天下，四而一，一而四。在座的朋友，剛才這位女士這樣的一個善心善行，她有沒有修身齊家治國平天下？她保全了多少家庭的幸福，多少戶家庭的幸福和睦，是不是？同時她有沒有幫助我們的公安警察，幫助我們的社會維護正常的安全秩序，有沒有？所以她是不是在做治國平天下的事。今天我們要提起理智，我們一旦學習了聖賢的教育，聖賢的經典教誨要從誰做起？從我做起，從我心做起，從我的家庭做起，我的社區做起；而不是我們希望政府要做，領導要做，別人要做，你要做，他要做。當我們一味的向外去要求，都希望別人做的時候，人人都希望別人去做的時候

，有沒有人做？沒有人做。所以當我們自己去做的時候，我們自利利他，社會的風氣都會藉由我們的一個微笑、一個眼神、一個動作而得到淨化。

比方說今天我們一個義工朋友，我剛好坐上電梯要來，這個義工朋友一進來在電梯裡，他看到我，他又看到其他不認識的一些旅客，他就說「大家好，早上好！」這些旅客們都不認識，在電梯上一看到，也都會很矜持的笑一下。這有沒有帶動社會的風氣？有！接下來，我們下電梯的時候，我又把那個電梯門按住，一個老外兩手拉著行李，他怎麼出？萬一電梯一關就被夾住了。我們仍然幫他按住電梯，他就把行李拉出來，轉過頭來微笑著說，T h a n k y o u。您看，禮從哪裡開始？高高山頂立，深深海底行，就是在一切事、一切處不離這分恭敬心，那大同世界會遙遠嗎？

這裡講到，我們來看一下，我們把它念一遍好嗎？來，預備起：「道德仁義，非禮不成；教訓正俗，非禮不備；分爭辨訟，非禮不決；君臣上下，父子兄弟，非禮不定；宦學事師，非禮不親；班朝治軍，蒞官行法，非禮威嚴不行；禱祠祭祀，供給鬼神，非禮不誠不莊。」我們念了這段，您看這裡告訴我們，道德仁義是很抽象的，蘊藏在我們的內心，但是看不見摸不著，要用什麼？要用禮體現。「父母呼，應勿緩；父母命，行勿懶」、「冬則溫，夏則清」、「出必告，反必面」，是不是要有形有相，才能把道德仁義的道理體現出來。道德仁義實施要不偏不倚，要達到中和才行。假如沒有達到中和，我們學道德仁義也同樣會怎樣？會偏頗。

所以這裡，在《論語》當中就告訴我們，「子曰：恭而無禮則勞，慎而無禮則蕙，勇而無禮則亂，直而無禮則絞。」意思就是告訴我們，我們一個人有恭敬心好不好？很好。但是我們光有恭敬心沒有禮的話，您看就會徒勞無益，好心做壞事，別人還不認可。這

樣講很抽象。比方我記得我小的時候在農村，別人家請客去吃飯，我們都知道，那個年代家鄉的人民都是特別的厚道，對人都是特別的熱情，你那碗飯還沒有吃完，他都是悄悄的又端一碗飯壓得很死，趁你一不注意就蓋在你的碗裡。我小的時候真的是有這個現象。其實你一碗已經吃飽了，他一下又扣一碗。這種熱情，這種厚道，我們是可以理解，也覺得非常感動。可是往往，當我們過於熱情，這個禮過分的時候，那個分寸尺度沒有拿捏好的時候，反而你看讓吃的人是不是變成很痛苦？我們坐在一起吃飯，我們學傳統文化，馬上給人家夾菜，夾得他都吃不下去，結果讓他生煩惱了就不好。禮是什麼？處處替人著想。處處替人著想是天下頭等的學問。

再來，長輩說行，一個禮就可以了。可是我們一定要行三個禮，我們就沒有聽從父母的辭令了。這個就是什麼？我們有恭敬心的時候，我們產生了執著，感受到了沒有？所以我們今天學聖賢教育，為什麼會有很多不如人意的事？那就是在於我們學東西沒有達到中和中庸之道。反而學了之後，家庭裡的父母、親人很反感我們，覺得我們都帶給他壓力；到了單位，同事也趕快離我們很遠，結果我們變得很孤獨、很孤立，有沒有？你們都不答應我。為什麼？就是我們不懂得做事的分寸和尺度，沒有拿捏好。所以禮是什麼？不能過也不能不及。所以為什麼我們常常說，一個人有一個優點，隨之而來就會有一個缺點？就是因為這個優點當它過分的時候，這個優點就變成了什麼？缺點。所以道德仁義一定要有禮來節制，讓它保持恰到好處。也就是我們說的，情理法圓融周詳，我們走到任何的地方都讓別人生歡喜心。我們學禮，就是走到任何的地方，都能夠成為一個令別人歡喜，也能贏得別人對我們的接納、歡迎、喜歡和尊重，這是我們學禮的目的。

接下來，我們說「慎而無禮則蕙」。我們說謹慎是不是一個好

的作風和態度、一個美德？可是謹慎過分了之後，變成唯唯諾諾，在那裡站到門口，要敲門不敢敲，要進去不敢進，會不會產生這樣的現象？反而變得更拘謹，放不開，不夠坦誠了。接下來，要講話的時候吞吞吐吐，要講不敢講，讓對方就很生煩惱。這個蔥就是畏懼、膽怯，所以這個謹慎變成缺點了。「勇而無禮則亂」，一個人很勇敢是很好的德行，但是，他不守禮法，不守章法，就會惹出亂子。「直而無禮則絞」，經常聽到有些人說，我這個人就是很直，你能接受就接受，不能接受就算了。大家一聽，說，對，他做人其實很正直，我們不要和他計較。我們不要和他計較，我們自己要不要改？往往我們說我很直，反而變成一個什麼？我們不願意去改變自己的藉口，因為直是美德。可是這個絞就是什麼？我們出言就像刀子一樣，傷害到別人的心。這個直好不好？這個直就不好了。前面我們講要厚道、要柔軟。

孔老夫子兩個學生，子路很勇敢，子路有一天去請教夫子說，「聞斯行諸」，就是聽到一個道理，老師我要不要立即去做？孔老夫子說，你家裡有父親有兄弟，你怎麼可以聽到一件事馬上就去做？你要三思而後行，不可以這麼魯莽。子路聽了，就走了。結果冉有，另外一個學生進來，同樣問跟子路一樣的問題，說「夫子：聞斯行諸」。孔老夫子說，你聽到一個道理要趕快去做，不要想前想後慢慢吞吞，趕快去做。完了，冉有也離開了。另外一個學生在旁邊看得就很納悶，這個叫公西華，就說：夫子，您是不是對兩個學生不太公平？他們問的是同樣的問題，可是您卻回答不一樣，這是為什麼？我們就看到夫子老人家教學的智慧，他會因材施教。這個因材施教，他是看到子路很勇敢，而缺乏周詳的思考，所以他要把他的性格改變，拉回來；而冉有，恰巧就是過於謹慎，可能別人都已經做得快成功了，他還沒有起步，還在那裡想前想後，在那裡思

慮，所以要訓練他聽到一個道理馬上就去行動。通過這樣的教育，讓我們內在的人格變得更加的完善和圓滿。在座的朋友，您看我們看到恭慎勇直是美好的德行，假如失掉了禮就會勞蕙亂絞，所以禮重不重要！假如我們覺得禮很重要的話，我們下節課我們再來共同學習。第一堂課先到這裡，謝謝大家。