

幸福人生之經營

# 解讀弟子規

張有恆教授  
編著



弟子規，聖人訓；守孝弟，次謹信；  
汎愛眾，而親仁；有餘力，則學文。

三千萬管理哲學：

千萬要有利他的精神  
千萬要常存感恩的心  
千萬要謙虛地學習

——張有恆



幸福人生之經營——

# 解讀弟子規

張有恆  
編著

# 目錄

## 《弟子規》經文

07

## 三版自序

13

## 壹、緒論——e世代的教養

19

### 一、聖賢教誨，孝悌為首

29

## 貳、幸福人生的根本——正確的宇宙人生觀

43

### 二、父呼母命，皆須敬順

45

### 三、晨昏定省，有常無變

63

### 四、惡小勿為，物小勿藏

71

### 五、親好力具，愛憎皆孝

83

### 六、親過諫更，怡色柔聲

100

七、親疾服侍，祭敬喪哀..... 114

參、服務大眾應有的態度..... 127

八、兄友弟恭，施忍成就..... 129

九、長幼有序，各安其位..... 149

十、恭敬尊長，言行如一..... 155

十一、自卑尊人，進退得宜..... 161

十二、諸父如父，諸兄如兄..... 168

肆、日常生活食、衣、住、行自我修持的方法..... 171

十三、起居規律，愛惜光陰..... 173

十四、儀容整齊，物歸原位..... 185

十五、衣食適當，上循下稱..... 190

十六、步履從容，舉止端莊·····	201
十七、行為謹慎，勿忙少錯·····	207
十八、以禮待人，借物須還·····	224

伍、待人處事接物之身、口、意三業應有的實踐力····· 237

十九、出言信先，言多必失·····	239
二十、真誠待人，不說是非·····	254
二十一、見善思齊，見惡內省·····	266
二十二、德才自礪，不羨富貴·····	275
二十三、聞過欣喜，益友相親·····	292
二十四、一念向善，過歸於無·····	303

陸、擴大自己心量——「民吾同胞，物吾與也」的人類愛····· 313

二十五、愛敬人者，人恆愛敬……	315
二十六、德才高大，非貌言勝……	324
二十七、盡己所能，各安人心……	338
二十八、不說人非，道善隱惡……	352
二十九、與多取少，以德報怨……	366
三十、待人慈寬，以理服人……	378
<b>柒、親近善知識，提升自己的道德觀……</b>	<b>389</b>
三十一、親近仁者，德進過少……	391
<b>捌、解行並重，追求人生幸福美滿境界……</b>	<b>401</b>
三十二、力行學文，理事無礙……	403
三十三、讀書三到，明求確義……	410

三十四、房清几潔，境智相應·····	418
三十五、讀書明理，希聖希賢·····	426
<b>玖、結論·····</b>	<b>439</b>
附錄一、《弟子規》（七事13則）·····	442
附錄二、西方《弟子規》·····	453
附錄三、勸孝歌·····	458



## 弟子規

### ◎總敘◎

1、弟子規，聖人訓，首孝弟，次謹信，汎愛眾，而親仁，有餘力，則學文。

### ◎入則孝◎

2、父母呼，應勿緩；父母命，行勿懶。父母教，須敬聽；父母責，須順承。

3、冬則溫，夏則凜；晨則省，昏則定。出必告，反必面；居有常，業無變。

4、事雖小，勿擅為；苟擅為，子道虧。物雖小，勿私藏；苟私藏，親心傷。

5、親所好，力為具；親所惡，謹為去。身有傷，貽親憂；德有傷，貽親羞。

親愛我，孝何難；親憎我，孝方賢。

6、親有過，諫使更；怡吾色，柔吾聲。諫不入，悅復諫；號泣隨，撻無怨。

7、親有疾，藥先嘗；晝夜侍，不離床。喪三年，常悲咽；居處變，酒肉絕。喪盡禮，祭盡誠；事死者，如事生。

### ◎ 出則弟 ◎

8、兄道友，弟道恭；兄弟睦，孝在中。財物輕，怨何生；言語忍，忿自泯。

9、或飲食，或坐走；長者先，幼者後。長呼人，即代叫；人不在，已即到。

10、稱尊長，勿呼名；對尊長，勿見能。路遇長，疾趨揖；長無言，退恭立。騎下馬，乘下車；過猶待，百步餘。

11、長者立，幼勿坐；長者坐，命乃坐。尊長前，聲要低；低不聞，卻非宜。進必趨，退必遲；問起對，視勿移。

12、事諸父，如事父；事諸兄，如事兄。

### ◎ 謹 ◎

13、朝起早，夜眠遲；老易至，惜此時。晨必盥，兼漱口；便溺回，輒淨手。  
 14、冠必正，紐必結；襪與履，俱緊切。置冠服，有定位；勿亂頓，致污穢。  
 15、衣貴潔，不貴華；上循分，下稱家。對飲食，勿揀擇；食適可，勿過則。  
 年方少，勿飲酒；飲酒醉，最為醜。

16、步從容，立端正；揖深圓，拜恭敬。勿踐闕，勿跛倚；勿箕踞，勿搖髀。  
 17、緩揭簾，勿有聲；寬轉彎，勿觸稜。執虛器，如執盈；入虛室，如有人。  
 事勿忙，忙多錯；勿畏難，勿輕略。鬥鬪場，絕勿近；邪僻事，絕勿問。  
 18、將入門，問孰存；將上堂，聲必揚。人問誰，對以名；吾與我，不分明。  
 用人物，須明求；倘不問，即為偷。借人物，及時還；後有急，借不難。

### ◎信◎

19、凡出言，信為先；詐與妄，奚可焉。話說多，不如少；惟其是，勿佞巧。  
 奸巧語，穢污詞；市井氣，切戒之。

- 20、見未真，勿輕言；知未的，勿輕傳。事非宜，勿輕諾；苟輕諾，進退錯。凡道字，重且舒；勿急疾，勿模糊。彼說長，此說短；不關己，莫閒管。
- 21、見人善，即思齊；縱去遠，以漸躋。見人惡，即內省；有則改，無加警。
- 22、唯德學，唯才藝；不如人，當自礪。若衣服，若飲食；不如人，勿生感。
- 23、聞過怒，聞譽樂；損友來，益友卻。聞譽恐，聞過欣；直諒士，漸相親。
- 24、無心非，名為錯；有心非，名為惡。過能改，歸於無；倘揜飾，增一辜。

◎ 汎愛眾 ◎

- 25、凡是人，皆須愛；天同覆，地同載。
- 26、行高者，名自高；人所重，非貌高。才大者，望自大；人所服，非言大。
- 27、己有能，勿自私；人所能，勿輕訾。勿諂富，勿驕貧；勿厭故，勿喜新。人不聞，勿事攪；人不安，勿話擾。
- 28、人有短，切莫揭；人有私，切莫說。道人善，即是善；人知之，愈思勉。

揚人惡，即是惡；疾之甚，禍且作。善相勸，德皆建；過不規，道兩虧。  
 29、凡取與，貴分曉；與宜多，取宜少。將加人，先問己；己不欲，即速已。  
 恩欲報，怨欲忘；報怨短，報恩長。

30、待婢僕，身貴端；雖貴端，慈而寬。勢服人，心不然；理服人，方無言。

### ◎ 親仁 ◎

31、同是人，類不齊；流俗眾，仁者希。果仁者，人多畏；言不諱，色不媚。  
 能親仁，無限好；德日進，過日少。不親仁，無限害；小人進，百事壞。

### ◎ 餘力學文 ◎

32、不力行，但學文；長浮華，成何人。但力行，不學文；任己見，昧理真。  
 33、讀書法，有三到；心眼口，信皆要。方讀此，勿慕彼；此未終，彼勿起。  
 寬為限，緊用功；工夫到，滯塞通。心有疑，隨札記；就人問，求確義。

- 34、房室清，牆壁淨；几案潔，筆硯正。墨磨偏，心不端；字不敬，心先病。列典籍，有定處；讀看畢，還原處。雖有急，卷束齊；有缺壞，就補之。
- 35、非聖書，屏勿視；蔽聰明，壞心志。勿自暴，勿自棄；聖與賢，可馴致。

## 三版自序

近年來世界動盪不安，天災人禍不斷，國內社會風氣敗壞，犯罪率升高，導致社會人心惶惶，痛苦不堪。追究其原因。乃是大眾忽略了傳統的聖賢教育，念念恆為自私自利、貪瞋癡慢、五欲六塵、名聞利養等種種邪思蒙蔽所致。因此，為拯救當前的劫難，創造和諧社會，惟有提倡中華古聖先賢之倫理道德的教誨，並真正落實於日常生活當中，才能挽回世道人心。

就管理學而言，一切人、事、物的管理當中，其實最難管理的，就是「人」；而在「人」的管理當中，最難管理的就是「自己」。所以如何改造自己、創造自己，並且修正自己錯誤的思想、見解、言語、行為，乃是一個人一生當中最為重要的課題。因之，一個人要成

為成功的管理者，必先學會管理好自己。

由於《弟子規》之內容，採用《論語·學而篇》第六條：「弟子入則孝，出則弟，謹而信，泛愛眾，而親仁；行有餘力，則以學文」的文義，以三字一句，兩句一韻編纂而成，並且具體列出為人子弟在家、出外、待人、處事、接物、求學應有的應對進退之禮儀，特別講求家庭教育與生活的規範，幫助我們建立正確的言行觀念，對克服自己私慾，處處為別人著想，破除我執，以及對淨化人心，促進社會安定，提升個人品德修養，創造幸福美滿人生，大有助益。是故以現代管理學的觀點，來解讀《弟子規》，實亦可視為一門「幸福人生之經營學」也。而所謂「經營」者，乃是發「至誠心」與「長遠心」之謂也。

本書的內容分為九大段，係參考《弟子規》：（一）總敘，（二）入則孝，（三）出則弟，（四）謹，（五）信，（六）汎愛

眾，（七）親仁，（八）餘力學文，而修改為現代人比較能接受的說法與觀念，包括：（一）e世代的教養，（二）幸福人生的根本——正確的宇宙人生觀，（三）服務眾生應有的態度，（四）日常生活自我修持的方法，（五）待人處事接物之身、口、意三業的實踐力，（六）擴大自己心量——「民吾同胞，物吾與也」的人類愛，（七）親近善知識，提升自己的道德觀，（八）解行並重，追求人生幸福美滿境界，（九）結論。

本書並在每段舉出歷史上的一些典故，以及其所引伸的意涵或弦外之音，期提供想經營幸福美滿人生，以及修學聖賢教育之男女老少與各行各業人士，一部良好的參考書籍，同時也是一本說明「中華聖哲教育」的著作。

中華聖哲的教育，是從四千五百年前堯舜開始，就教導我們「五倫」（父子有親、君臣有義、夫婦有別、長幼有序、朋友有信）、

「八德」（孝、悌、忠、信、禮、義、廉、恥），係以「孝」為根本的「宇宙人生觀」。因孔子曾在《孝經》中說：「夫孝，德之本也。教之所由生也。」而《論語·學而篇》亦說：「君子務本，本立而道生；孝弟也者，其為仁之本與！」由此可知，在中華聖哲的思想中，主張在家要「孝順父母」，乃是教育與修身的根本，可幫助我們放下我執，建立正確的「宇宙人生觀」；出外則要尊敬長輩及一切社會大眾，放下自私自利的念頭，以建立人生的「服務觀」。

至於「謹而信」，就是在日常生活中的「自我修持」，以及「凡出言，信為先」與「古者言之不出，恥躬之不逮也」的「實踐力」；「泛愛眾」就是《弟子規》所說：「凡是人，皆須愛」的「人類愛」，至於「親仁」就是要親近善知識，學習利他的「道德觀」，以提升自己的德行；最後行有餘力則「學文」，即充實自己的「邏輯」概念與「專業知識」，期達到「自利利他」、「自覺覺他」的聖賢境

界。

本書之完成，首先要感謝先父、先母的栽培之恩，以及各級師長多年來之教導，並於2005年2月15日至2月24日期間，禮請蔡禮旭老師每天以五小時的時間，在學會細講《弟子規》，使後學對《弟子規》有了更深入的體會，進而發願為《弟子規》編撰一本現代人能夠接受並了解之淺顯註解，俾能推廣《弟子規》於每一個家庭，以奠定聖賢教育的基礎。

本書的內容係參考《弟子規講解》、《兒童經典教師講習手冊》、《弟子規易解》及《弟子規簡說》加以整理，並注入七十餘個《德育課本》之歷代故事，及五十幾個引申意涵，藉以使讀者生起效法學習之心，並希望父母、子女，或長官、部屬，或教師、學生一起來共讀共學，建立溝通平台，才能收到立竿見影的效果。

由於本書出版之後，獲得讀者大眾廣泛的迴響，並有不少大德提

供寶貴的修正意見，後學在此次改版中，均一一加以增刪更正，期使本書更能幫助社會大眾進一步認識《弟子規》，並且落實「中華聖哲倫理道德的教育」於日常生活當中，以開創自己幸福美滿的人生。

最後後學亦要感謝國立成功大學交通管理科學研究所的同學協助編輯及打字，使本書能順利出版。由於匆促付梓，難免會有錯誤或疏漏之處，尚盼各位大德與善知識不吝指教。

張有恆 謹識於成大 2018.12.16

壹

緒論——  
e世代的教養

近年來世局動盪不安，天災人禍不斷，國內核心價值觀淪喪，治安敗壞，家庭離婚率升高，導致社會人心惶惶，痛苦不堪。追究其原因。乃是大眾忽略了傳統的聖賢教育，念念恆為自私自利、貪瞋癡慢、五欲六塵、名聞利養等種種邪思蒙蔽所致。因此，為拯救當前的劫難，惟有提倡古聖先賢之倫理道德的教誨，並真正落實於日常生活當中，才能挽回世道人心。

就管理學而言，一切人、事、物的管理當中，其實最難管理的，就是「人」；而在「人」的管理當中，最難管理的就是「自己」。所以如何改造自己、創造自己，並且修正自己錯誤的思想、見解、言語、行為，乃是一個人一生中最重要的課題。因之，一個人要成為成功的管理者，必先學會管理好自己。

一般人大都認為能指揮軍隊南征北討，擴張版圖，戰勝別人的將領就是「英雄」。吾人從歷史上來看，如成吉思汗、亞歷山大帝、凱撒及近代的麥克阿瑟等眾所熟知的「英雄」或「將軍」，都是傷人無數，因為：「一將功

成萬骨枯」，要造就一位世間所謂的「英雄」，必使得多少人家破人亡，亦即這些「英雄」都是把自己的功業，建立在別人的痛苦之上，其實並非真正的英雄。

佛陀亦曾說：「一個人打敗一千個敵人一千次，還不如戰勝自己一次！如果能打敗所有的人，卻不能調治自己的身心，又有什麼用處呢？」世間芸芸眾生，在爭勝負、爭成敗的同時，有多少人，是想過戰勝自己呢？因之，人生在世，最難能可貴的就是要學習戰勝自己的慾望、私心、嫉妒心及貪、瞋、癡等三毒煩惱，並且隨時在「心地」下功夫，能勝過昨天的我、勝過去年的我，進而消除煩惱，利益一切眾生，才是真正的「大英雄」啊！

由於《弟子規》主要在教導我們如何「入則孝，出則悌」等「孝、敬」的道理，能遇此聖教，並且依教奉行，當能改造命運，轉惡成善，轉凡成聖，故真是無量劫來稀有難逢之一日，我們當存感恩、恭敬、虔誠的心來學習，方能獲無量利益也。

《弟子規》這本書的作者，根據重修《清史》一書所說，乃是清朝康熙年間秀才李毓秀先生編成的，原名《訓蒙文》，後經清朝賈存仁先生修訂改編為《弟子規》，是教育子弟童蒙養正，敦倫盡分，閑邪存誠，養成正確宇宙人生觀的最佳教科書。全書只有三百六十句，一千零八十個字，很容易背誦。

本書並在每段舉出歷史上的一些典故，以及其所引伸的意涵或弦外之音，期提供想經營幸福美滿人生，以及修學聖賢教育之男女老少與各行各業人士，一部良好的參考書籍，所以《弟子規》亦堪稱為「中華聖哲教育」的經典之作。

因此，《弟子規》的學習，並不限三、四歲的小孩，凡是有志修身養性之各行各業的社會大眾、男女老少或賢愚不肖皆可依之修學。當今世風日下，大家多不注重生生活禮儀，時常粗言暴行相向，每個人讀了這本書，想來都會深深地警覺反省，並以之教導自己的子弟或子孫，如此必定能夠使子子

孫孫過一個幸福美滿的人生，也才能使三代興旺啊！

我們學習《弟子規》，想要得到經典的受用，首先，要以珍重心來讀誦，不可輕忽念過，因為這是從中華聖哲與至聖先師孔子的口中說出來的「聖言量」。聖言量是聖人親自體驗出來的智慧，不是作作文章，或經過修飾一番的言語。我們只要肯依著聖人的話，在日常生活中「學而時習之」，則「德日進，過日少」，就一定會法喜充滿（「不亦說乎」）！

國立成功大學醫學院創院院長黃崑巖教授在其《談教養》一書中，提及曾有心理學家在十幾年前提出警告，e世代的人類會有許多不擅長人際溝通，卻只善於凝視螢幕而消耗時間的人，他們對話的對象，往往是沒有臉孔的所謂「網友」。這種人格特質，有人冠以「電腦人格」（Computer Personality）的名稱。由此可知，未來的網路世代，更須重視人際關係，深化人文教養，才能經營幸福美滿的人生。《弟子規》提供e世代待人處事的「生活施行細則」，以改善冷漠的態度，對提升個人倫理與教養的觀念，大

有助益。

有關黃崑巖教授的「教養觀」，如圖1所示。黃教授認為「教養」是要認識自己（find yourself），但須先建立正確的生命觀、歷史觀，再透過教育

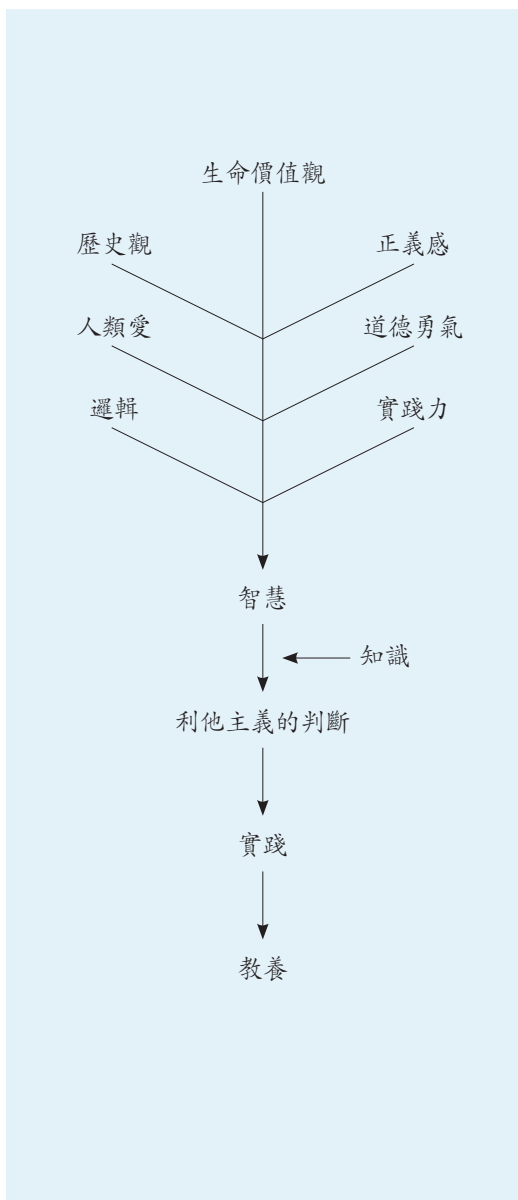


圖1 黃崑巖教授的教養觀

養成智慧為主，並透過利他主義的判斷，並努力實踐才能達成，正好與本書旨趣不謀而合。

茲依《弟子規》的基本架構：「首孝弟，次謹信，泛愛眾，而親仁，有餘力，則學文」，來說明中華聖哲的教育。若參考黃崑巖教授教養觀的概念，可畫出一「魚骨圖」來說明《弟子規》所顯示「中華聖哲教育」的七項修練，並以「孝道」來貫穿、連繫其他德行的項目，如圖2所示。

中華聖哲的教育，是從四千五百年前堯舜開始，就教導我們「五倫」（父子有親、君臣有義、夫婦有別、長幼有序、朋友

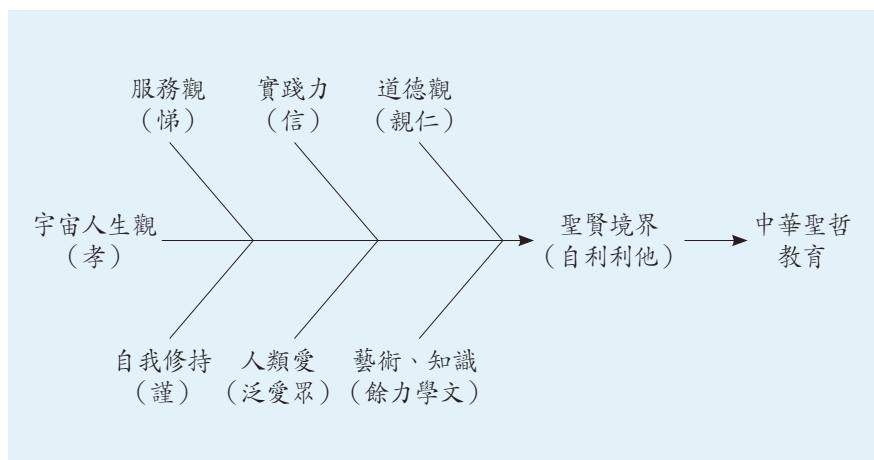


圖2 中華聖哲的教育

有信）、「八德」（孝、悌、忠、信、禮、義、廉、恥），係以「孝」為根本的「宇宙人生觀」。因孔子曾在《孝經》中說：「夫孝，德之本也；教之所由生也。」而《論語·學而篇》亦說：「君子務本，本立而道生；孝弟也者，其為仁之本與！」。

由此可知，在中華聖哲的思想中，主張在家要「孝順父母」，乃是教育與修身的根本，可幫助我們放下我執，建立正確的「宇宙人生觀」；出外則要尊敬長輩及一切社會大眾，放下自私自利的念頭，以建立人生的「服務觀」。

至於「謹而信」，就是在日常生活中的「自我修持」，以及「凡出言，信為先」與「古者言之不出，恥躬之不逮也」的「實踐力」；「泛愛眾」就是《弟子規》所說：「凡是人，皆須愛」的「人類愛」，至於「親仁」就是要親近善知識，學習利他的「道德觀」，以提升自己的德行；最後行有餘力則「學文」，以充實自己的「專業知識」與藝術、語文能力。

因此，只要我們依照本書，努力修學《弟子規》，可使我們從「凡夫」修養成爲「善人」、「君子」，最後達到「自利利他」、「自覺覺他」、「德才兼備」的聖賢境界。



## 總敘

「總敘」是指總綱、開端之意，共有八句，點出本書的大意及中華聖哲的教養觀，說明我們應從孝弟、謹信、汎愛眾而親仁，及學文中去實踐聖人的教誨。由總敘可知，《弟子規》係根據《論語·學而篇》第六條：「弟子入則孝，出則弟，謹而信，汎愛眾，而親仁；行有餘力，則以學文」之教誨而編成的。

## 一、聖賢教誨，孝悌為首

1. 「弟子規，聖人訓；首孝弟，次謹信。  
汎愛眾，而親仁；有餘力，則學文。」

### 【易解】

這段是說《弟子規》這本書是學子們的生活規範，它是依據中華聖哲與至聖先師孔子的教誨編成的。首先在日常生活中，要做到孝敬父母，友愛兄弟姊妹；其次在日常一切言行中，要謹慎，要講信用；和大眾交往時，要平等仁慈博愛；要時常親近有仁德的人，向他學習。以上這些都是做人的根本，非做不可，如果做了之後還有多餘的時間精力，就應該好好的學習禮

樂、詩書、典章、制度、藝術、語文，以及其他有益的學問。

「弟子規，聖人訓」，「弟子」係指父母或老師的弟子，泛指我們每一個人。語云：「活到老，學到老。」因此我們一輩子都要終身學習；既然要學習，理所當然就是弟子或學生。「規」是大丈「夫」的「見」解，也是我們生活應該遵守的規矩、典範，亦是我們做人、做事、修身、齊家、治國、平天下的原理原則。「聖人」廣義而言，可指古聖先賢；在此是指至聖先師孔子也。本句係說明《弟子規》是儒家孔老夫子的教誨，也是我們生活的規範。

儒家云：「不以規矩，不能成方圓。」是故吾人欲成聖成賢，非依《弟子規》修學不可。由於本書對於我們在日常生活的言行舉止，如何管理自己，以及經營幸福美滿人生，關係至為密切，故亦可名《幸福人生之經營》也。而所謂「經營」，乃是需要「至誠心」與「長遠心」之謂也。

「首孝弟」，「首」是首先的意思；「孝」是孝順父母；「弟」通

「悌」，是尊敬兄長，友愛兄弟。本句是指中華文化的基礎，在於「孝悌」。古人云：「百善孝為先」、「忠臣出於孝子之門」，說明了「孝」是一切的根本。一個人能夠孝順，體貼、善事父母，他就有一顆善良仁慈的心，有了這份仁心，就能做到「悌」，即在家友愛兄弟姊妹，出外尊敬他人，能與別人和睦相處，如此就可以利益許許多多的眾生。因之，「孝悌」就是「孝」和「敬」，也就是能時時、處處為別人著想，這是世間第一等的學問，也是一切德行的基礎。

「次謹信」，「次」是其次之意；「謹」是起心動念、言行舉止都要謹慎的意思；「信」則是講信用的意思。因此，我們在日常生活當中的言語行為，都需要不斷地學習、修養，不能隨順自己的習氣。《禮記》有云：「玉不琢，不成器；人不學，不知道。是故古之王者，建國君民，教學為先。」一般人若不接受聖賢的教育，很容易染上不良的言行習慣，因此對於好的言行往往要從小開始「謹」慎學習，並且要講究守「信」，因「人無信不

立」。

因此，我們愈早接受聖賢的教育，學習正確的觀念，改掉不正確的言行，較為容易。俗云：「教兒嬰孩，教婦初來。」兒童天性未污染前，善言易入，即當教以讀誦經典，以培養其根本智慧與定力，更曉以因果報應之理，敦倫盡分之道，真正做到《論語》所說：「禮之用，和為貴。」如此長大後與人和睦相處，比較不會感到勉強困難，所謂「少成若天性，習慣成自然」是也。若幼時不教，待其長大，則習氣已成，難以改正，悔之晚矣！

「汎愛眾」，「汎」通「泛」，是廣泛、博大之意；「愛」是愛護、慈悲的意思；「眾」是指大眾或一切眾生。孟子曾說：「人皆有不忍人之心，今人乍見孺子將入於井，皆有怵惕惻隱之心。」就是說凡人都有不忍別人受害的仁愛之心，譬如有人看到一個無知的小孩，即將掉到井裡去，大家都有個不忍看見這小孩掉下井去的恐懼和憐憫之心。

本句「汎愛眾」是指要廣泛的愛護一切大眾，亦即對於一切眾生，我們

要平等對待，並能隨緣隨分隨力愛護，做到「老吾老以及人之老，幼吾幼以及人之幼」，把大眾看成我們的親人，並與大眾彼此和睦共處，如此社會上你爭我奪的暴戾之氣，就會逐漸消退了。

「而親仁」，「親」是指「親近」的意思；「仁」是指善知識或有仁德的人。此外，「仁」亦泛指善書或聖賢書也。本句是說我們做好孝弟、謹信、汎愛眾，就應親近有仁德的人（包括善書或聖賢書），從仁者的言行中得到學習的楷模。吾人若能虛心請仁者指正我們的過錯，使孝弟、謹信、汎愛眾更能切實力行，才不會孤陋寡聞，這樣就能一步一步邁向聖賢的道路了。

怎樣的人才是「仁者」呢？仁者可能隨時出現在我們的朋友、師長當中，他們的心總是為大家著想，在日常生活中，他們能力行孝弟、謹信、汎愛眾，並不斷力行聖賢之道。如果我們有幸遇到這樣一位仁者，應該把握機會，好好親近，向他請益學習。

在當前的社會，我們如果找不到良師益友，亦可以依聖賢的典籍來學習，做聖賢的「私淑弟子」，如儒家之孟子是以孔子為師，而成為「亞聖」；佛教滿益大師是以蓮池大師為師，而成為淨土宗的第九代祖師。

「有餘力，則學文」，這兩句話說明了孝弟、謹慎、汎愛眾與親仁是做人本分之事，本分一定要奉行，認真去做。至於「學文」之事，是有餘力的時候，因「文」是指研究學問，學習各項詩書、禮樂、典章、制度、藝術、語文等。

舉個例子來說，如果在家裡，父母需要我們幫忙做事，我們卻推說要讀書，或者和同學相約要出去玩，要練習各種才藝，這就不能替父母分勞，虧了孝道，失去了本分。好比一顆大樹，若樹根受傷了，不論枝葉如何茂盛，大樹都將枯萎。前四條「孝悌」等本分之事好比「樹根」，讀書、才藝像是「枝葉」。若德行本分有虧，不論讀書、才藝如何勝過別人，也很難立足於人世間。

由此可知，「做人」能力行孝悌，比會「讀書」更重要，決不能本末倒置，正如《論語》所說：「君子務本，本立而道生；孝弟也者，其為仁之本歟！」《大學》有云：「自天子以至於庶人，壹是皆以修身為本。其本亂，而未治者否矣。」因此，教導我們「孝悌」的《弟子規》，實是「修身」的大根本啊！

「有餘力，則學文」，這個「則」字看得出有更積極的意義。「則」是「就」的意思，是說一有餘力，就立刻去辦「學文」的事。現在的小孩，一有多餘的時間，就常常喊「無聊」，或打電動玩具，或上網際網路，或看電視無益的節目（由電視、網路「魔王」帶大，成為魔子魔孫），這往往只會污染兒童純潔的身心，這都是沒有做到「學貴立志」——即立志向「聖賢」學習（由「聖賢」帶大，站在巨人的肩膀）的緣故啊！

孔子曾說過：「質勝文則野，文勝質則史。文質彬彬，然後君子。」亦即一個人本質雖很好，若缺少禮儀才藝的薰習，就不免粗野鄙陋；若才華勝

過本質，則如官府中掌文書的官吏。所以我們要鼓勵兒童，從小立志學習聖賢的言行，長大之後做一個「德才兼備」的君子，能為廣大的眾生服務。

有一次，孔子的大弟子子路，向孔子問道：「南山有一種竹子，天生就很直，砍下來當作箭，可以射穿犀牛皮。本質好就可以了，何必再學習呢？」孔子說：「如果箭尾再加上羽毛，箭頭裝上箭鏃，射入皮革不是更深更準嗎？」這說明有好的本質，再加上羽毛箭鏃的修飾，就會有更好的成績。所以孔子對學生的期望，是希望透過不斷的學習，而成為「文質彬彬」——也就是「文」和「質」均衡發展的君子。

現代管理大師杜拉克曾說：「不管任何行業，每一位從業人員，從學校畢業三年之後，若不再繼續進修學習，其專業知識便落伍了。」這也告訴我們要終身學習，活到老，學到老。

孔子在《論語·季氏篇》曾說：「生而知之者，上也；學而知之者，次也；困而學之，又其次也；困而不學，民斯為下矣。」由此可知，我們大多

數是屬於中下根器的人，對宇宙人生的真相，必有一些困惑、不明白之處，故應不斷學習聖賢的教誨，方能提升自己德行修養的境界。

【引申】：「孝」的展開——「豎窮三際，橫遍十方」……

語云：「百善孝為先」，可知「孝」為百善之首，亦是做人的根本。如果我們連做人都沒做好，將來怎能成為有德行的君子或成聖成賢呢？我們中文的「孝」字是屬於「會意」字，它上面是「老」，下面是「子」，這是告訴我們「孝」是兒子背負父母，因此要照顧父母；同時上一代和下一代是一體，要能承傳父母祖先所留給我們的德教，代代相傳才是真正「孝」。

因此，中國人重視「孝」，其中「孝」是沒有代溝的，即上一代還有上一代「老」一輩的祖先，下一代還有下一代的「子」子孫孫，過去無始，未來無終，本是一體。

因之，「孝」字從豎的層面來講，就是過去、現在、未來是一體，亦即所謂的「豎窮三際」；從橫的層面來看，則是講究家庭中要「兄友弟恭」；出外則「四海之內皆兄弟」，這就是所謂的「橫遍十方」。所以「孝」字的展開，便是一般所講的「豎窮三際，橫遍十方」，亦即整個盡虛空遍法界，就是一個「孝」字而已。換言之，「孝」是宇宙人生最根本的德行啊！

### 【故事】超市屋頂的骨灰

.....

曾看過一篇文章名為：「超市屋頂的骨灰」，提到一個令人感傷的真實故事。

有一位住在養老院的美國老太太，育有五個子女，等他們成家立業之後，雖然都住在附近，卻很少到養老院去看老母親，然而每週都固定到養老院對面的超市去購買東西。

老母親雖心繫子女，但因行動不方便，苦於無法與他們見面，所以在臨終時留下遺言，希望將她火化之後，將骨灰灑到超市的屋頂上，以便每週能定期與自己的子女見面。

由上可知，若「老」與「子」分開不能合為一體，不能彼此互相關懷、照顧，就會有代溝，這不是孝道。

我們中國人講究孝道，每逢三節（春節、端午節、中秋節）都要祭祖先，有些年輕人常常懷疑，祖先去我們時代久遠，什麼樣子我們也不知道，為什麼還要供一個祖先牌位，而且還要祭祀呢？其實我們要知道，祭祖先乃是要使我們經常懷念祖先的德澤、志節，並且要體會到我們與祖先是「一體」，這才是真正的孝道，也是孔子所說的「慎終追遠，民德歸厚矣」的涵意。

孝，一定講究「順」，「順」是順親心。如父母希望我們尊敬師長，如果我們不敬師長，就是不孝；兄弟不和，父母傷心，也是不孝；妯娌不

和，也是不孝。所謂家和萬事興，家庭每一份子，若能「和睦相處，平等相待」，父母心裡愉快，為人子女者都能夠修養品德，從事正當的行業，奉公守法，這就是孝順。

此外，我們若能有機會為社會服務，並且為大眾謀福利，做到《孝經》所說：「立身行道，揚名於後世，以顯父母，孝之終也。」因此只要我們把自己的工作盡心盡力做好，使父母有光彩，這也就是孝。由此可知「孝」字的含意，確確實實涵蓋了整個宇宙人生，這是做人的大根本啊！

最後，我們也必須瞭解，除了佛之外，沒有人能夠把孝道做得究竟圓滿，亦即連菩薩都不圓滿，因等覺菩薩還有一品「生相無明」沒有斷，那就是他的孝道還未圓滿。

由此可知，釋迦牟尼佛四十九年講經說法，教給我們的就是一個「孝」字而已，如《梵網經》云：「孝順，至道之法；孝名為戒，亦名制止。」因此佛教無量無邊的法門離不開一個「孝」字。因佛菩薩把所有一切眾生都

看成是自己的父母一樣，如經上所說：「一切男子是我父，一切女人是我母。」這是把孝順父母的心發揚光大，擴大到盡虛空遍法界，這是我們必須努力學習的啊！

### 【引申】：孔孟學說解決二十一世紀世界的衝突問題……

處於現代社會的學生，大都能有機會上學校唸書，有許多時間來學習各種專業知識與才藝，這些知識才藝只要有助於大眾的，就應當認真學習。但如果時間有限，就應優先學習中華文化的重要典籍，因為經典是我們祖先智慧結晶，學習熟練之後，可以改進自己的人際關係，解決許多人與人相處衝突的問題。

尤其目前二十一世紀，在世界及各地的衝突有增無減，甚至演變成恐怖行動或暴力的行為。在1970年代，英國歷史哲學家湯恩比教授曾說：「要真

正解決廿一世紀的世界問題，唯有孔孟學說與大乘佛法。」

由於《弟子規》是中華聖哲教誨與孔孟學說的落實與集大成，教我們在「家庭」行孝順之道；在「學校」則尊敬師長，是家庭教育的延續；在社會教育，教我們：「不獨親其親，不獨子其子，使老有所終，壯有所用，幼有所長，鰥寡孤獨廢疾者，皆有所養」；並以「推己及人」的胸襟，時時為別人著想，放下「自我中心」的錯誤觀念，做到「己所不欲，勿施於人」，來化解自己「本性」（良知良能）和「習性」（自私自利）之間的衝突，可以讓我們達到成聖成賢的境界，所以大家立志來研學，並且落實《弟子規》，可幫助世人「轉惡為善」、「轉迷為悟」，「轉凡為聖」，如此就能進一步解決人與人之間，種族與種族之間，國與國之間的衝突，挽救世界的劫運，達到世界大同的目標。

貳

# 幸福人生的根本—— 正確的宇宙人生觀

追求幸福、美滿、快樂的人生，乃是每一個人的人生目標，然由於現代的家庭教育與學校教育，往往只重視「讀書」、「考試」，沒有「生活與倫理」、「公民與道德」的課程，不教導子弟「做人」、「做事」的道理，導致人人以「自我」為中心，表現在外就是「自私自利」的行為，處處與人「競爭」，進而提升為名聞利養而行政黨之「鬥爭」，甚或導致國與國之間的「戰爭」，進而可能造成「世界末日」的來臨。

凡此種種亂象，皆由在家庭不知「孝順父母」，沒有設身處地為人著想（即「捨己為人」）的心胸所致。因此，我們若能從小教育子弟學習在家「孝敬父母」，能放下我執，朝向《金剛經》所說：「無我相，無人相，無眾生相，無壽者相」的目標去努力；出外則抱著時時處處為一切人類服務的正確宇宙人生觀，也就是秉持：「人人是我服務的對象，時時是我服務的良機，處處是我服務的場所，事事是我服務的題材」之態度，以自己的財力（外財）、體力、時間、智慧（內財）來服務大眾，這是世間第一等的學問

與德行，如此相信定能幫助其開創幸福美滿的人生！



## 入則孝

### 二、父呼母命，皆須敬順

2. 「父母呼，應勿緩；父母命，行勿懶；父母教，須敬聽；父母責，須順承。」

【易解】

父母呼喚，應即時回答，不要慢吞吞的很久才應答。父母有事交代，要立即動身去做，不可拖延或推辭偷懶。父母教導我們做人做事的道理，是為我們好，應該恭敬的聆聽。做錯了事，父母責備教誡時，應當虛心接受，不可強詞奪理，使父母親生氣、傷心。

現在讓我們從「入則孝」來學起。一般人總認為孝順父母是不用學習的，但在《弟子規》裡卻教我們要怎麼做，才是孝順應有的表現。若拿這些規矩，來檢查我們本身的言行，我們一定會發覺自己有許多缺點。我們真夠得上是孝順的子女嗎？如果還離得很遠，就應當來學習怎麼孝順父母。希望大家一起來用心並身體力行，仔細體會其中的好滋味，聖人的話才不致成為刻板的條文，或徒增我們心理的負擔！

「入則孝」，是指在家中要「善事父母」。最重要的是朝夕相處的人，要講求「孝」，如果家中沒有「孝」，就缺乏祥和安樂的氣氛，即使財富累積如山，名聲如雷貫耳，家人的心靈總是無法得到溫暖。

孔子在《孝經》告訴我們：「夫孝，德之本也。教之所由生也。」由此可知，「孝」是一切德行的根本，一切教化皆以「孝」為基礎，因「孝」為修身之至德也。如《梵網經》所云：「孝順，至道之法；孝名為戒，亦名制止。」；古德亦云：「百善孝為先」，可知世出世間法皆以「孝道」為深因，而成就「聖賢極果」；反之，若不孝，當致「至極苦果」也。

「父母呼，應勿緩」，「呼」是呼叫；「應」是回答，「緩」是緩慢的意思。即父母叫喚我們時，一聽到就要立即回答，不要慢吞吞的很久才答應，或假裝沒有聽到。即使回答也要有禮貌，不能回答：「幹嘛」等不敬的話。如現在的小孩一玩起電腦或打電動、滑手機或看電視，就六親不認，任誰叫都不理不睬，這是目前很多小孩應改進的生活態度。

由於現代社會，很多家庭養育子女都非常少。根據內政部的統計，台灣地區在30幾年前的女性總生育率有2.17人，在去年（2017年）降到1.13人，也就是每名育齡婦女才生了一個小孩，位居世界第3低。因此很多家庭，都只有

一個小孩，所以從小父母寵他，爺爺奶奶寵他，大家都寵他，可說是集三千寵愛於一身，是故從小就養成驕慢、目中無人的態度，等到十幾歲要再來教，都已經太遲了。台語有句俗話：「寵豬舉灶，寵子不孝。」又說：「細漢偷挽瓢，大漢偷牽牛。」此之謂也。

因此，小孩從兩、三歲就要開始教，《易經》有云：「蒙以養正，聖功也。」又說：「君子慎始，差若毫釐，謬以千里。」是故及早培養幼兒端正純善之心，這是奠定小孩一生為人處世、成家立業、幸福成功的基礎，為人父母者千萬不能疏忽啊！。

「父母命，行勿懶」，「命」是父母命令我們做的事情。「懶」是懶惰、拖延的意思。本句是指父母有事交代我們去做，要趕快行動，不要藉故拖延，或者懶得去做。如有些小孩，父母叫他去做功課或洗澡、做家事，總是拖拖拉拉，不肯立刻去做。因此，我們要教導小孩說：「好，我馬上來。」或「好，我馬上去。」的習慣。

「父母教，須敬聽」，「教」是教誨；「敬」是恭敬，對父母有恭敬心，才是真正的孝順。本句是說父母要我們學好而教導我們時，必須恭敬不可隨便，不可「一言九頂」，或陽奉陰違，而要將父母的話聽到心裏，並且努力奉行。

在《論語》中，子游問孝。子曰：「今之孝者，是謂能養。至於犬馬，皆能有養。不敬，何以別乎？」由此可知，奉養父母，應以「敬」為主，才有別於飼養狗、馬這些動物。

「父母責，須順承」，「責」是指責備的意思，也包括父母對子女的期望或鼓勵，所謂「愛之深，責之切」也。尤其小孩第一次犯錯時，父母一定要及時糾正，所謂「學慎於始」，如果等到他一錯再錯，才要糾正時，恐怕習慣成自然，要改就太遲了。本句是說如果我們犯錯了，父母責備我們，應當順從，並且虛心接受，承認過失，不可忤逆他們，或頂嘴反駁，讓他們傷心。

在《論語》中，子夏問孝，子曰：「色難。有事，弟子服其勞，有酒

食，先生饌，曾是以為孝乎？」因此，事奉父母，聽父母的責備，仍要表現愉悅的臉色，才是真正的孝順。

《禮記·曲禮》曰：「毋不敬」。上述四句話，乃是要培養我們對父母的恭敬之心，以開發我們本具的性德，放下自私自利、貢高我慢的習氣。

我們不妨自行反省一下，每當父母叫喚我們的名字，要我們幫忙洗碗、掃地或做家事，或是教訓、責罵我們時，我們是如何反應呢？常常見到很多孩子，不是推託要讀書，就是沉迷在電視、電動玩具中，父母叫喚很久也不理會，還嫌父母囉嗦。想一想，這樣是讀書改變了氣質，還是讀書助長了傲氣、讀書養成了懶散的態度呢？

這些不好的言行，都是在無意中表現出來的。因為，我們心中對父母不重視，沒有細心去感受父母親對我們無微不至的付出，少了感恩的心，總認為父母為我們做的一切是應該的，輪到父母要我們幫忙做事的時候，就表現出不在乎，甚至故意惹父母生氣。

一個不會替最親的父母著想的人，你想他能體諒別人，替其他人著想嗎？這樣的人，必然得不到朋友的信任，也沒有哪一個人會來幫忙他，必然處處遇到障礙，時時感到痛苦。

孝順父母不是一句：「爸爸！媽媽！我愛您」或是送個禮物，送一朵康乃馨，就算孝順了。《弟子規》這四條規矩，看似平常無奇，但是，如果我們認真依著這段經文去實行，那帶給父母親的寬心快樂，可不是有形的東西可以媲美的！俗話說：「子孝父心寬」，父母有個孝順的孩子，心裡頭天天都會感到寬慰又心安，這是「養父母之心」啊！

### 【實例】學生的自白與懺悔

以下是學生學習《弟子規》後的反省與懺悔。

由於我是家中的么女，加上我又是家中書讀的最好的小孩。所以從小我

只要負責唸書，父母都不太會叫我幫忙做家事。因此久而久之，就養成我懶惰的習慣。

有時父母交代我做一些事情時，我不僅會露出不耐煩的神情，甚至還會藉故拖延或頂嘴。例如，平時很喜歡看電視的我，每次爸爸工作回家，因為他手上有工具，不方便開門。他總會在門外呼喚我，叫我開門。

有時候電視看得正精彩時，我不想錯過任何的畫面，所以我都故意假裝沒有聽到，讓爸爸在門外喊了許久，才去應門，而即使去幫他開門，我也還會說：「明明你就有鑰匙，為什麼還要叫我開門？」這類的話。

然而我對學校師長所交代的事，卻總會在第一時間完成，因為我認為能給老師留下好的印象。所以，我在外和在家完全是截然不同的人。在外對師長是必恭必敬，回到家裡卻是對父母大呼小叫。那時不懂事的我，都會想說：「現在是民主的社會，我們每個人都是平等的，父母親憑什麼有資格命令我！」

自從讀了《弟子規》之後，我感觸良多。因為過去從來沒有人告訴我們如何管理自己日常生活的言行舉止，而這對我們經營「幸福美滿人生」，卻有非常密切的關係。

從上述我的言行，的確和畜牲沒什麼兩樣，《弟子規》中的「入則孝」，沒有一項是我做到的，我對父母親從來就沒有感恩、恭敬的心，而每次只會交代父母親替我做事情，他們不僅是對唯命是從，甚至還深怕自己做得不好，被我責罵。現在回想起來，真是不應該啊！

### 【故事】：武王繼述

周朝的武王，繼承了文王的基業，便戰戰兢兢的努力著，一點也不敢逾越份際，深怕一不小心，便辱沒了前人的聲譽。有一回文王生病，武王去服侍父親，整天在父親的身邊，連衣帽也不敢脫去，文王吃一碗飯，他才肯吃

一碗飯，文王添第二碗飯，他也才肯再吃一碗，這樣子經過了十二天，直到文王病好了，他才放了心。

後來文王去逝，加上當時的紂王非常暴虐，百姓民不聊生，於是武王就去討伐紂王，得了天下，讓百姓得以繼續過著安居樂業的生活。武王這種在生前能無微不至的服侍父親，即使父親死後，也能繼續的遵循父親的教訓，承繼先人的事業，繼續將它發揚光大的行為，連孔夫子都不禁稱讚他，稱他的孝順行為是為「達孝」——「善繼人之志，善述人之事」，足以作為全天下人的楷模。

### 【故事】：周公祝代

周公姓姬名旦，是周武王的弟弟。周武王在打敗紂王，取代商朝天下後的第二年，忽然生了重病。古時候的人對玉很重視，所以在上朝或祭拜天地

祖先之時，都要手執玉珪以表示尊重。當周公得知自己哥哥周武王生病時，他便在太廟設起祭壇，並在祭壇上供著玉璧，他自己則手執著玉珪，跪在壇前，向曾祖父太王、祖父王季、父親文王稟告，說願意以自己來代替哥哥生病，後來武王的身體果然就康復了。而這篇祝文，則一直藏在一個以金鎖鎖著的櫃子裡。

後來武王去世後，王位由武王兒子成王繼任。這時候，有人就跑到成王那裡說周公曾到太廟設壇，有造反的居心。於是，周公就離開京城，搬到東都洛邑去了。

到了秋天，當農民都忙著要收割之時，忽然天上颳起了大風，並響起巨雷。此時成王便率領百官，身著禮服禮帽到太廟去祭拜天地祖先。無意間看到了那個金鎖的櫃子，於是命人將櫃子打開。

打開後，看到周公為兄祈祝的祝文，知道周公原來是到太廟祈禱，祝願以身代替武王生病。成王心中大受感動，於是便手捧著祝文，流著眼淚，親

自到洛邑迎回周公。

其實，周公孝悌的精神，最讓人感動的就是輔佐成王，並制禮作樂。使父親文王與兄長武王的志業，得以發揚光大。而他為了兄長到太廟祈願，願以身代兄死，精誠感天，所以上天也為其感動而風雷大作。可見孝悌能感天地的道理，實在是沒有錯謬。

由此可知，周朝立國八百多年而不衰，乃是以「孝悌」立國所致。《大學》有云：「一家仁，一國興仁；一家讓，一國興讓；一人貪戾，一國作亂。」同理可知：「一家孝，一國興孝」，乃是真實不虛啊！

【故事】：橋高而仰，梓卑而俯……

周公制禮作樂，周朝一切典章制度，都是他制定的。他本身有很好的修養，對於子女的品德更是重視，平時對他們的管教非常嚴格，從不放寬。

有一天，周公的兒子伯禽和武王的同母弟康叔封在晉見成王後去看望他，周公竟然打了他們一頓。第二次、第三次再去時，也同樣加以責打。兩人不知道他們錯在哪裡，覺得很委屈。

康叔封被周公責打後很害怕，對伯禽說：「這附近有一位賢人，名叫商子，我們一同去拜訪他，並向他請教一些問題，如何？」伯禽答應說：「好！」於是兩人就去拜見商子。他們表明身分後，問商子說：「日前我們去看望周公三次，都被捶擊，不知道是什麼原因？」

商子並沒有點破個中玄機，只告訴他們說：「南山的南面有一棵叫做橋的樹，你們二人何不前去看看？」

伯禽和康叔封聽了，覺得很奇怪：他們受責打，跟那棵樹會有什麼關聯呢？不過商子既然這樣說，也只好去走一趟。二人相偕到了南山時，看到橋樹長得很高，挺拔直立在那裡。看了半天，不過是這個樣子，看不出有什麼特別的地方。他們兩個人心裡都不明白商子叫他們來看橋樹的原因，就回去

問商子。

商子告訴他們說：「橋木高而仰，似父之道。」意即：「橋樹的樣子，就是象徵做父親的道理啊！」接著又叫他們去看南山北面的一棵梓樹，兩人又跑去看，看到梓樹枝葉繁茂而樸實地俯伏在那裡。

他們又跑回去告訴商子，商子對他們說：「梓木低而俯，如子之卑。」也就是說：「梓樹的樣子，就是象徵做人子的道理啊！」兩人這才恍然大悟，原來前三次去看望周公，是自己的態度太隨便，才會遭到責打。

找出了問題的癥結後，第二天兩人再去向周公請安時，態度十分謙恭有禮，進門後走得很慢，登上廳堂就跪下。

周公很高興，用手撫摩他們的頭，並請他們吃東西。不過，他對他們在舉止上的大轉變，覺得很奇怪，當問明緣故，知道伯禽和康叔封是受商子指點才醒悟過來的，不禁讚嘆說：「商子真是一位君子啊！」

周公制禮，實開禮教之源，且嘗一飯三吐哺，一沐三握髮，以禮天下之

賢士。其子未諳禮節，宜其三見而三答也。商子以橋木、梓木來說明父子之道，使伯禽盡乎禮，亦可謂善教者也。

因為以上這段故事，後來就以「橋梓」（或喬梓）來代稱父子。

### 【故事】：伯俞泣杖

隨著現代的經濟發達，很多人在物質方面都能做到讓父母親不虞匱乏的程度，然而在內心方面，卻是一點也不關心父母親，總以為讓父母親有吃、有住就是孝順了，這是很大的錯誤觀念。

漢朝有一個孝子，名叫韓伯俞，是河南地方的人，他的母親家教很嚴，只要韓伯俞有了小小的過失，他母親就會用拐杖打他，而韓伯俞也總是跪下默默地接受，從來不會有一點怨言。

有一天，他的母親又拿了拐杖打兒子，只見這次韓伯俞卻大哭起來，

他的母親覺得很奇怪，就問他說：「從前打你的時候，你總是和顏悅色地接受，沒有一次流著眼淚的，怎麼今天打你，卻哭了起來呢？」韓伯俞說：「從前兒子犯了過失，母親打我的時候，總是覺得很痛，因此曉得母親的身體尚很健康。然而今天母親打我的時候，竟不能使我覺得痛了，所以曉得母親的精力已衰，恐怕將來的日子不多，才不自覺的悲傷哭了起來。」

古德有云：「小杖則受，大杖則走。」我們想想，古人連被母責罰的時候，都還能關心著母親身體的健康情況，而我們關心父母的心意，是否和古人一樣呢？

### 【故事】周拔忤逆父母……

周拔是明代浙江省平陽縣人，從小就是個小神童，讀書能過目不忘，七歲就會吟詩作文。到十六歲，他的詩文更是名噪一時，被稱為「平陽才

子」。他因此變得狂妄自大，目中無人。

有一年，周拔要進京趕考，父母為了他的旅費東借西湊，還請裁縫幫他裁製新衣。但不知足的周拔嫌旅費太少，嫌衣服不合心意，滿腹抱怨。父親忍不住教訓他：「兒啊！你不要嫌這嫌那了，要知道父母為了你這次考試，已經傷透腦筋，頭髮都白了，你還這樣不知滿足。」周拔竟然大聲咆哮：「我是天上的文昌星下凡，是大貴子，你這個草包一樣的土老兒，沒資格教訓我。」他父親被氣得當場暈倒。

當天夜裡，周拔被抓到地府，閻羅王對他說：「你平時忤逆父母，雖有人的軀殼，卻是畜生心腸，心田裡的畜生種子結果了，你就將失去人身，墮落成畜生。」周拔辯解：「我對父母只是據理直言，怎麼算忤逆不孝？而且我是絕頂聰明的才子，怎麼可能變成愚蠢的畜生？」

閻王和善地解釋：「你這輩子聰明，是因為前生有善行。但是你今生任性狂妄、驕慢無禮、暴躁、忤逆等惡行，養成畜生的種子，上輩子的善良種

子已被摧毀殆盡。你的報應就該墮落為驢，推磨受鞭。」

周拔驚惶而醒。那天就得了急病，牙關緊閉，喉嚨發出驢子叫聲，名醫也無法診斷是什麼病，不到兩天，周拔就在驢鳴聲中死了。

【引申】：「急師長、長官之所急，想師長、長官之所想」……

本段除了告訴我們在家「父母呼，應勿緩」之外，其實每一個人在外求學、工作的時候，對於自己的師長或長官（上司）所交辦的事情，只要是正確的指導或決策（即效能，做對的事，Do the right thing），應立即去完成，不可拖拖拉拉（即效率，把事情做對，Do things right），貽誤時機。

我們若能做到：「急師長、長官之所急」，且能進一步「想師長、長官之所想」，如此必能受到老師、長官的器重，相信在學業與事業方面，都能得到長輩的幫助，並受到提攜而一帆風順了。

### 三、晨昏定省，有常無變

3. 「冬則溫，夏則清；晨則省，昏則定。出必告，反必面；居有常，業無變。」

#### 【易解】

侍奉父母要用心體貼，如二十四孝的東漢黃香，當他九歲的時候，母親去逝，一心奉事父親。冬天寒冷時會為父親溫暖被窩，到了夏天，為了讓父親安心睡眠，睡前會幫父親把床鋪搨涼，實在值得我們學習。我們早晨起床之後，應該先探望父母，並向父母請安問好；晚上則應替父母鋪床。

子女回家之後，要將今天在外的情形告訴父母，向父母報平安，使老人

家放心。外出離家時，須告訴父母要到哪裡去，回家後還要當面稟報父母回來了，讓父母安心。平時起居作息（生活習慣），要保持正常有規律，做事有常規，不要任意改變，以免父母憂慮。

「冬則溫，夏則清；晨則省，昏則定」，「溫」是溫暖；「清」是使物冰涼的意思；「晨」是指早上；「省」是問候、請安的意思；「昏」是指黃昏或晚上；「定」是安其床衽，即替父母鋪床安枕的意思。

本句是說我們照顧父母親的身體，要盡心盡力，並且隨時體察父母身心的需要，不可粗心大意。為人子女，冬天要留意父母親穿得是否溫暖？居處是否暖和？夏天要考慮父母是否感到涼爽？每早起床一定探望父母親，請問身體是否安好？傍晚回來也一定向父母親問安，晚上替父母鋪床；即使將來出外求學、工作、旅遊，也都要固定時間打電話回家報告近況，以免父母擔憂。

今人往往相反，子女早上都是父母去叫他，父母去問他，你起來了沒

有？昨晚睡得好不好？至於子女在外，都是父母打電話「問安」，實令人感慨萬端，為什麼時代會變成這樣，這也突顯當前應積極宏揚《弟子規》的重要性啊！

### 【實例】：學生的反省……

有次上課時，老師提到在外同學與父母通電話的次數與時間。我才忽然意識到自己與父母，越來越疏遠，感覺有些慚愧。

回想起來，幾乎每次都是父母打電話給我，也都是父母在說：「最近過得好不好？」「要用功讀書喔！」「天氣變冷了，要多穿幾件衣服。」而我好像只有回答：「好！知道了！」偶爾我還會加上一句：「電話費很貴，還有什麼事嗎？」

現在反省起來，實在不應該。定期打電話報平安、定期向父母請安，這

些對父母基本的關心，我都沒有做到，真是慚愧。所以，我最近正在教父母親使用電子郵件或社群媒體，如果情況允許，我還想教父母使用視訊，這樣就可以多和父母聊天，多關心一下父母了。

【故事】：黃香溫席

《三字經》有云：「香九齡，能溫席，孝於親，所當執。」，這是說明東漢黃香當他九歲的時候，母親去逝，哀毀踰禮，一心奉事父親。到了夏天，為了讓父親安心睡眠，睡前會幫父親把床舖搨涼，冬天寒冷時會為父親溫暖被窩。

因此，黃香從小就會關心父親的身體情形，處處替父親設想，時時了解父親實際的需要，所以能夠做到「冬溫夏凜」，這就是「養父母之身」。父親有疾病時，黃香侍奉，格外誠心。

當時的太守劉護，聽到有這樣孝順的孩子，非常讚美他的孝心，特別送他「門下孝子」的匾額，並推舉黃香為孝廉，官至尚書令，常常能為民眾著想。當時的皇帝曾讚嘆他說：「江夏黃香，舉世無雙」，真是名符其實啊！

### 【故事】：文王問安……

譬如周朝的文王乃以孝順出了名的，他孝順父母親的方式就表現在晨昏定省方面。當他還是世子的時候，每天都必定去朝見他的父親三次。在早晨天剛亮的時候，他必定會穿好禮服，到父親的寢門外問安，其次中午、晚上也是如此。如果他的父親身體安好，文王的臉上便會露出喜色；相反的，要是父親的身體有點不舒服，文王不僅臉上會充滿了憂愁的神色，就連走路也會走不穩。

文王每天這樣三次問安，沒有一天感到疲倦或是不耐煩，是我們學習

「晨昏定省」的最佳榜樣。希望我們要有「文王能夠做到，我們也來學著做」的志氣，絕對不要輸給古人！

「出必告，反必面」，「告」是稟告、請示的意思；「反」是回家。「面」是面見父母。孔子曾說：「父母在，不遠遊，遊必有方。」本句是說我們外出時，須先告訴父母親要到哪裡去，好讓父母有事時，找我們方便；我們回家以後，一定要面見父母親，讓他們感到心安。

「居有常，業無變」，「居」是居家或生活作息；「常」是指固定或規律；「業」是指學業、道業、事業；「變」是變動、變化的意思。本句是說我們居住的地方要有定所，或日常生活起居作息要有規律；對於所從事的各項事情，要有耐心，不隨便改變，專心致志，才能學有所成，因為「滾石不生苔」，「一切法得成於忍」也。

【引申】：用心去感受別人的需要，就是「愛」……

我們不要覺得出門說聲：「爸爸！媽媽！我上學（上班）去了！」回家見到父母親，說聲「爸爸！媽媽！我回來了！」，或者隨時向父母報告自己在學校或外面所發生的事情，是件囉嗦的事。其實能天天如此做，而不感到厭倦，就是能體諒父母的心意，讓父母免去牽掛。這是孝心自然的表現，也是真正「愛」父母，實在值得讚美！

一個人生活規律正常，沒有日夜顛倒的壞習慣；做事又有一定的規矩，能時時體察別人的需要，時時關懷別人，同時自己事業有成，且能立身行道，以顯父母，這就是「養父母之志」啊！

因之，「孝養父母」應包括三件事，即（一）養父母之身：即奉養父母，衣食無缺；（二）養父母之心：使父母沒有憂慮牽掛或擔心；（三）養父母之志：能為社會大眾服務，立身行道，以顯父母，符合父母：「望子成

龍，望女成鳳」的期望，而非僅是平常衣食無缺的供養而已；（四）養父母之慧：幫助父母學習聖教或學佛，了解宇宙人生的智慧，知道「一切有為法，如夢、幻、泡、影」，對世間法能夠看得破、放得下，每天過得自在、愉快！

教宗若望保祿二世在2005年4月辭世時的最後遺言：「愛可以改變人心，創造和平」；另有一首名叫「讓愛傳出去」，歌詞裡面說：「愛是我們小小的心願，希望你平安快樂永遠」；「愛是說不出的感謝，愛是每天多付出一點點」；「讓愛傳出去，那前方漫漫人生路，有你的祝福，沒有過不去的苦」。這正說明我們用愛心去關心別人、幫助別人、祝福別人、感謝別人，確可淨化人心，創造祥和社會，這就是「愛」的真諦。

總之，「愛」應從「孝養父母」開始，用心體察父母的需要，再進一步去關懷一切大眾之所需，教導他們破迷開悟，有正確的宇宙人生觀，幫助他們解決問題，把愛傳出去，真正做到無私無我的奉獻，這就是「大愛」了。

## 四、惡小勿為，物小勿藏

4. 「事雖小，勿擅為；苟擅為，子道虧。」

物雖小，勿私藏；苟私藏，親心傷。」

### 【易解】

縱然是小事，也不要任性，擅自做主，而不向父母稟告，如果任性而為，容易出錯，就有損為人子女的本分，因此讓父母親擔心，是不孝的行為。

公物雖小，也不可以私自收藏佔為自有。如果私藏，品德就有缺失，父母親知道了一定很傷心。

這段是說小事或小物，都應請教父母或徵求父母的同意，不可自己擅自

作主。

「事雖小，勿擅為；苟擅為，子道虧」，「擅」是自己做主，為所欲為；「苟」是如的意思；「虧」是缺陷、不完美的意思。由於父母最關心我們的人格發展，深怕我們交到壞朋友，學到不好的行為，出入不正當的場所，染上壞的習慣。這些不好的言行，常常因為疏忽細微的小事而造成的。正在求學階段的同學，不管事情大小，都應該事先向父母請示，不可擅自作主，既可得到父母的經驗指導，又可免除不必要的錯誤或有虧孝道，真是一舉兩得！

孔子在《論語·顏淵篇》曾說：「非禮勿視，非禮勿聽，非禮勿言，非禮勿動。」這是告訴我們事不分大小，一個人對自己的行為，要能有所節制，同時也要懂得尊重別人。但是有的人認為父母親太囉嗦，事情管得太多，想自己作決定就可以。於是，有的就結伴到新奇的電動玩具店，或是購買暴力色情的書籍、錄影帶，無形中身心受到戕害而不自知；或是自己到水邊、海邊游泳，冒著危險登山、擅自騎機車等，以為這些是小事，等到發生

事情，往往危及生命，而讓父母痛心，親朋惋惜，這樣實有虧孝道呀！

不過，有的人會懷疑，好的事情向父母稟告，卻得不到父母的同意，豈不是要錯過好的機會，遺憾終身了嗎？大家要深思，何以父母會不同意？往往是怕我們受到傷害才反對的。如果真的是好事情、好機會，我們就要委婉的向父母親說明，解除父母心中疑慮，得到他們的允許才去做。假使父母仍不同意，心中仍然擔心不已，我們豈能忍心任意去做呢？如果仍擅自去做，就會讓父母感到難過，也有損為人子女的德行啊！

「物雖小，勿私藏；苟私藏，親心傷」，我們從出生起，所用的任何東西，都是父母親費心所準備的。父母親嘔心瀝血盡他們所有的能力，讓我們所吃所用無所匱乏，即使損傷了自己的身心，也無怨無悔，還時時憂慮子女的一切。假使我們為了自己享受，把東西私藏起來，只供自己使用；或在外面求學、工作時，貪圖小利，順手牽羊，不能清廉自持，致使自己品德有傷，父母親知道了，怎麼不傷心呢？

舉例而言，若有一位小朋友，每天偷媽媽一塊錢，雖然是小錢，但累積一年，總共私藏了365元後，才被媽媽發現，相信媽媽知道之後，一定會很傷心。另外，我們也常看見有些台灣的旅行團，住在國外旅館，臨走前會帶走旅館的煙灰缸、毛巾、衛生紙；又有一些人從自己所屬的公司拿一些原子筆、文具等回家私藏、私用。這些事雖小，但卻呈現自己自私、沒有公德心或沒有教養的行為，令人不齒啊！

因此，蜀漢劉備曾告誡他兒子：「勿以善小而不為，勿以惡小而為之。」所以我們應養成：「一瓜一菓之弗貪，一絲一毫之不苟」的習慣，不致因我們的德行有虧，而使父母親為我們操心。

### 【故事】：陸績懷橘

在我國東漢時，有一位年紀才六歲的小孩，名字叫陸績。有一次，在九

江遇見當時的太守袁術，袁太守認為他的相貌不凡，就拿出橘子請陸續吃。陸續就拿了三粒藏在衣服裡面，等到要回家告辭的時候，橘子突然掉出來。袁太守以為是陸續貪心，就問他原因。

陸續回答說：「橘子是我母親所喜歡吃的，因為沒錢買橘子，所以想留著拿回家給母親吃，並非自己貪心，還請太守原諒！」袁太守覺得這孩子太難能可貴了，肯定這孩子將來一定會有出息。

陸續時時想著母親，希望母親和他一起分享甜美的橘子，這般孝心，多令人感動！現代的人在宴席拿水果或帶飲食回家，多半是給小孩。何不易愛子之心以愛親，因懷物與兒，識者賤之；懷物奉親，人皆敬之，如陸續懷橘，以奉母親，能體貼親之所好，則傳為千古美談也！

【故事】：茅容殺雞

俗語說：「孝，禮之始也。」觀察一個人的品行，可以從他對父母的孝順情況看出端倪。譬如漢朝的茅容，年紀已經四十多歲了，在沒有做官以前，有一天在郊野裏耕田，忽然天下雨了，便跑到樹底下去避雨。那時候，所有去避雨的人都是隨隨便便的坐著，只有茅容一人端端正正地坐著，顯得格外恭敬。

這景象恰巧給附近的一位賢人郭林宗看見了，他覺得很奇怪，就找一天到茅容家裏拜訪。那一天，郭林宗見茅容殺了一隻雞在廚房裡做飯菜，本以為是請自己吃的，結果吃飯的時候才發現，茅容把雞給了母親吃，而自己則和客人一同吃著蔬菜。

郭林宗看了他這樣孝順的行為，非常佩服，就起身對他說：「你真不愧是一位賢人，我郭林宗平日招待客人的飯菜，常常都比奉養雙親的膳菜來得好，一直也都不覺得有錯，今日見你這樣孝順母親，才發現自己錯誤的地方，感到非常慚愧，你真是我真正的朋友。」於是郭林宗就勸他讀書，後來茅容果然成了一位有德之人。

《孝經·第九章》上說：「不愛其親，而愛他人者，謂之悖德；不敬其親，而敬他人者，謂之悖禮。」茅容雖有貴客來訪，然究竟有親疏之別，故以雞供養母親，而自己以蔬菜、淡飯請客，茅容這種孝親的行為，實在值得我們學習啊！

### 【故事】陶母還魚責子

陶侃是東晉名將，曾任八州都督，征西大將軍，封長沙郡公。他有一個非常賢惠又深明大義的母親。

陶侃在年輕時，曾在江西潯陽縣做了漁梁吏，食用官府的魚（醃魚）。他念起貧寒中的母親，就用陶罐盛了一罐醃魚乾送給母親。不料母親不但接受，還將陶罐封上退回，並附信責備說：「汝為吏，以官物遺我，非惟不能益吾，乃以增吾憂矣！」

此事給陶侃以極大的警惕，為陶侃後來做官的廉潔奉公打下了基礎；真正做到了「物雖小，勿私藏；苟私藏，親心傷」的教誨。

此外，陶侃在幾十年的為官生涯中，時刻牢記母親的教誨，堅持每天早上把一百塊磚搬到屋子外面去，晚上又如數搬回來。部下問為什麼這樣做，他回答說：我的志向是領兵橫掃強虜，恢復中原，如果不鍛鍊一個好身體怎麼可以呢！

### 【引申】：因小果大

曾在小學的國語課本，讀到「一束鮮花」的故事。內容大概描述有一個非常懶惰的人，衣服不潔，儀容不整，住的地方凌亂不堪。很多朋友嘲笑他，他絲毫不在意。

有一天，一個朋友送給他一束鮮花，顏色潔白，生意盎然，他很欣賞這

束潔白的鮮花，不知該擺在哪裏好，於是想起了那個塵封已久的花瓶。因此他先把花瓶洗淨擦乾，再把白色的花束插在花瓶裡，並且準備擺在桌子上；但是桌上滿是塵埃，堆滿了雜物，擺上鮮花實在很不調和，於是他把桌子整理了一番，收拾得乾乾淨淨。

桌子收拾乾淨之後，他環顧屋內四周，發現很多地方蜘蛛結網，佈滿塵垢，因此他又開始清掃室內的環境，在室內整頓好以後，卻又看到庭院中雜草叢生，於是就到庭院徹底清理四周的環境。

在室內室外的環境都收拾清潔之後，眼前煥然一新，他無意間在鏡中發現自己蓬頭垢面，和美麗的鮮花、整潔的環境很不相配，於是再把自己梳洗修飾一番。一束潔白的鮮花，使一個懶散的人和周遭環境大為改善，真是令人意想不到啊！

就佛法而言，「花」代表修「善因」，因有好的「花」，才會有好的「果」。由上述的小故事，可知一束小小的鮮花，對一個人所造成的影響，

真是不可思議。此外，由法國協和號飛機首次在巴黎機場失事的案例，經法國民航單位初步調查發現，其失事的原因是協和號飛機在跑道滑行時，輪胎碰觸到前一架飛機掉落的一小塊金屬條，造成飛機輪胎在收到機腹時，引起油箱起火燃燒，導致一百多人的喪生。

《老子》云：「合抱之木，生於毫末。」也就是告訴我們一株一、二十人環抱的神木，它的種子是非常小的。因之，我們在日常生活中，要經常體認到：「因小果大」的道理，使我們在起心動念，言語造作與舉手投足之間，要能真正落實「勿以善小而不為，勿以惡小而為之」的理念，千萬不要忽略一個小小的因，所造成的結果。蓋以因緣果報，乃是宇宙森羅萬象的定律也。

吾人既知因果不爽，則在待人、處事、接物之際，處處要在「因」上用功，不起惡念，不作邪事。所謂「諸惡莫作，眾善奉行」，才算真明因果之士。因一念惡因定結惡果，自己造因自受果報，何待神明之賞罰。

凡夫因無始劫來受貪、瞋、癡、慢、疑等煩惱習氣的束縛，往往逞一時

之快，瞞心昧己，不顧後果，及至惡果成熟，又怨天尤人，再起惑造業，惡果之上，復種惡因，惡報無窮，永無止息。

語云：「菩薩畏因，眾生畏果。」菩薩畏因者，以有如是因，即有如是果故；眾生畏果者，乃不明如是果，生於如是因故，所以因即是果，果即是因也。

【引申】：從「全面品質管理」(TQM)  
到「全面倫理道德管理」(TEM)

根據報載，在1995年英國有一家200年基業的銀行，因行員舞弊情節重大而倒閉；在2001年有一全球第七大企業，因高級管理人員挪用公款而垮台；台灣亦有一家由卸任部會首長擔任董事長的公司，因該董事長掏空公司，捲款潛逃國外，而搖搖欲墜。

時代華納/CNN在2002年夏天所做的民調顯示，71%的受訪者認為「企業執行長（CEO）比一般人更缺乏誠實與道德」；在歐洲只有21%的受訪者認為公司領導人誠實。在在顯示西方的政企精英，在權力和利潤邏輯的引導之下，已成「高度不道德」（Higher Immorality）的一群。同時歐美管理界過去所強調以「全面品質管理」（Total Quality Management, TQM），來提升競爭力的作法，已經不能使公司永續經營。

由於現代的財務理論暗示，人類是完全自私的，每天最在乎的就是不斷計較「自己最大的利益」，完全不關心「別人」。因此，目前已有管理學者提出企業或各機關，應該對每位員工及高階主管，提倡「企業道德」或「全面倫理道德管理」（Total Ethics Management, TEM）與「真誠領導」（Authentic Leadership），使人人知道個人德行修養的重要，能夠做到「物雖小，勿私藏」、「見得思義」、「臨財毋苟得」與「樂為眾人服務」的情操，如此方能使企業屹立不搖，進而不斷成長。

## 五、親好力具，愛憎皆孝

5. 「親所好，力為具；親所惡，謹為去。身有傷，貽親憂；德有傷，貽親羞。親愛我，孝何難；親憎我，孝方賢。」

### 【易解】

父母所喜好的東西，應該盡力去準備；父母所厭惡的事物，要小心謹慎的去除（包括自己的壞習慣）。我們要愛護自己的身體，不要使身體輕易受到傷害，讓父母憂慮。此外，亦要注意自己的品德修養，不可以做出傷風敗德的事，使父母親蒙受恥辱。

當父母親喜愛我們的時候，孝順是很容易的事；當父母親不喜歡我們，或者管教過於嚴厲的時候，我們一樣孝順，而且還能夠自己反省檢點，體會父母的心意，努力改過並且做得更好，這種孝順的行為最是難能可貴的。

「親所好，力為具」，「親」狹義是指父母、師長；廣義則指一切眾生，因佛經有云：「一切男子是我父，一切女人是我母；我生生無不從之受生，故六道眾生，皆是我父母。」「好」是指喜好或嗜好；「力」是盡心盡力，勉強自己去做到。「具」是準備。我們要特別注意「力」這個字，一般人對於父母親的需求，常常漫不經心，將就了事；甚至對父母親的好惡也不太明白，心中想到父母親的時間更不多。

孔子懇切提醒我們：「人生三年，然後免於父母之懷。」這讓我們細心體會，從我們來到這個世界，父母親就為我們付出無微不至的關懷，更提醒我們心中要常常惦記著父母親之所好，或喜歡吃的東西，盡力照顧我們的雙親，學習孝養之道，並擴大到一切的眾生！

## 【故事】：蔡順拾椹

在漢朝時，有一位孝子名蔡順，那時正逢王莽的動亂，年歲又荒，只好拾桑椹來供養母親。他用一個器皿裝著黑色的桑椹，又用另一個器皿裝紅色的桑椹。在路上遇到盜賊，問蔡順是什麼緣故，蔡順說黑色的會甜，用來奉養母親；紅色的會酸，留著自己吃。盜賊聽了很感動，就送他牛蹄和米，蔡順都不肯接受。

由上可知，蔡順不僅孝順，能做到「親所好，力為具」，而且還有不收「不義之財」的智慧，真是值得讚嘆！

「親所惡，謹為去」，「惡」是不喜歡或討厭的意思。「謹」是小心恭敬、謹慎的意思。例如父母親所厭惡的人或東西，或不喜歡我們做的事情（如酗酒、賭博、抽煙等不好的生活習慣），我們常會疏忽忘記，所以經文特別提醒我們要「謹慎」，並且設法排除或改正，讓父母能得到歡心。

「身有傷，貽親憂」，「傷」是指身體有受傷或有病痛；「貽」是遺留，或讓的意思。父母時常掛念我們的身體，擔心我們受到傷害，例如外出時，不斷提醒要注意安全；天氣有了變化，交代要增減衣服，怕我們受涼或是中暑。子女的一切幾乎佔滿了父母的心，所以好好照顧自己的身體，不讓父母擔憂，就是孝順的開始，也就是《孝經》所說的「身體髮膚受之父母，不敢毀傷，孝之始也。」

在《論語》中，孟武伯問孝。子曰：「父母唯其疾之憂」，也就是能謹慎持身，不生疾病或不沾染不良習氣（如酗酒、抽煙、賭博等），不使父母有憂慮，這就是最起碼的孝了。

### 【故事】：老萊斑衣

周朝楚國人老萊子，生性非常孝順，常以甘甜柔脆的食物，奉養雙親。

最難得的是年紀已經七十歲了，總沒有一句話，說出自己已經老了。

正如《禮記》所說：「父母在，恆言不稱老。」老萊子常身穿五綵衣，學做小孩的樣子，在父母親旁邊演戲，有時取來兩桶水，故意在雙親面前跌倒在地上，作嬰兒啼哭，心中只希望博取年老父母的歡心，讓父母笑口常開，忘記身體的不適。老萊子的這種善體親心的孝心，真值得我們學習啊！

### 【故事】：庭堅滌穢

在宋朝有一位大詩家，名叫黃庭堅，在元祐年間做了太史的官，天性非常孝順，奉母盡誠，每天晚上都親自為母親洗滌便桶，不使家中的婢妾或僕役去做，因為黃庭堅認為服勞奉養是兒子自己應盡的本分，那裏可以叫他人分了自己的孝順呢？所以他未嘗一刻有缺子職，真令人感動。

由上述蔡順、老萊子、黃庭堅可貴的孝行，正是「親所好，力為具；親

所惡，謹為去」最好的模範。因此，他們都被列為二十四孝之一啊！

現今很多青少年喜愛飆車，騎乘機車不肯戴安全帽，不遵守交通規則，一味跟著感覺走，一旦發生車禍，常使自己及無辜的人，變成植物人，拖累了父母，造成許多不幸的家庭。若經常想到父母親的所好所惡，怎麼會一時糊塗做出「親所惡」的事呢？

「德有傷，貽親羞」，「德」是指德行；「傷」是指品德的污點或瑕疵；「羞」是指蒙羞。例如，為人子女平常在學校、或各種團體中，如果和別人起衝突、違反團體的規定，例如不敬師長、和人打架、破壞公物、造作偷、搶、拐、騙等敗壞家風之德行不好的行為，一旦傳到父母的耳中，父母親一定感到羞恥難堪！

【故事】：董卓無德

在漢朝末年，董卓「無德弄權」，脅迫漢獻帝，自稱太師，逆天行道，殘害生靈，人民怨聲載道。依《三國演義》記載，他曾在宴席之上，將招安降卒數百人，或斷其手足，或鑿其眼睛，或割其舌，或以大鍋煮之，董卓卻飲食談笑自若，真是殘忍至極。

後因無道，被王允以奉詔討賊之名義，斬首示眾。凡董卓親屬，不分老幼，悉被誅戮；董卓老母，已九十餘歲，仍不能安養天年，亦被斬首，這真是「德有傷，貽親羞」啊！

後來其部屬李傕將董卓屍首，擬用王者之禮安葬，臨葬之期，天降大雷雨，平地水深數尺，霹靂震開其棺，屍首提出棺外。李傕候晴再葬，是夜又復如是。三次改葬，皆不能葬。零皮碎骨，悉為雷火消滅，天之怒董卓可謂甚矣！

反之，如果我們對於自己的身體，好好照顧，好好鍛鍊；注意言行，培養良好的品德，並且努力學習各種學問技能，立志造福一切大眾，讓父母得

到好名聲。父母一定感到欣慰！這就是《孝經》上所說的：「立身行道，揚名於後世，以顯父母，孝之終也。」

### 【故事】：潘京行善

在明朝南海地方，有位叫潘京的人，父親很早就去世，對母親非常孝順。他的母親，本性很仁慈，喜歡做利益大眾的事。有一年大饑荒，就要潘京集合大家，商討賑災的事。潘京深體親心，盡力鼓吹倡導，任勞任怨，因此活命的人很多。

平日潘京又多行善事，不怕勞苦，讓母親歡喜。鄉裡的人為了感謝他們母子的大恩，就立祠來紀念。後來潘京的兒子潘濬，在萬曆年間中了進士，一直做到相當宰相的「尚書」職位。

潘京自己立身行道，善體親心，發揚母親的美德，造福鄉里，把孝推到

最高點，這是真正利己利人的世間豪傑啊！

「親愛我，孝何難」，父母親無微不至的愛護我們，為人子女感受得到父母的恩重如山，自然小心謹慎的行孝，不敢讓父母掛念操煩，這樣的孝順並無困難。

「親憎我，孝方賢」，「憎」是憎恨，討厭的意思。遇到不喜歡子女，厭惡子女的父母親，子女也一樣能盡孝，把孝道做到圓滿，這就難能可貴了。一般人總認為父母要對子女有所付出後，子女才有行孝的義務，這和菜市場的討價還價有什麼兩樣呢？

遇到會虐待子女的父母親，子女還要講孝道嗎？父母親有了過錯，當子女的要什麼態度來看待呢？父母親愛護子女，子女能孝順父母親，那是極其天然的事，這樣的孝順又有什麼困難呀？如果父母親討厭我們，卻還能夠用心盡孝，那才算是難能可貴啊！

【故事】：虞舜孝親耕田……

舜是中國五帝之一，姓姚，號虞氏，史稱虞舜，名列二十四孝之首。《史記》記載，舜的生母早逝；父親雙目失明，是非不分，頑固無理。因此，他所處的家庭是父親瞽瞍（ㄍㄨˇㄇㄨˇ）個性頑固，後母跋扈不講理，後母生下的弟弟象，又非常驕傲。舜處在其中，常常受到迫害，有時連性命幾乎不保。

例如，有一次瞽瞍叫舜修理米倉，等舜爬上米倉頂，瞽瞍就放火燒米倉，舜拿著兩個斗笠像小鳥一樣飛下來，沒能害死他。後來瞽瞍又叫舜去挖井，當舜深入井中時，瞽瞍和象和利用土填井。沒想到舜很聰明，挖井時就事先從旁邊挖了通道，逃了出來。大家看到舜回家來，都嚇了一大跳，但是舜還是依舊孝敬父母，愛護弟弟。

因此，舜常孺慕哭泣，而且認為父母、弟弟的種種都是自己侍奉不得法，所以不得父母的喜歡。因此大舜仍然「怡色柔聲」，希望父母改正行

為，一點也不懷恨。

經過多年的努力，父母改了惡行，家庭變得更加和樂。舜孝感動天，他曾在山東歷山耕田，感得「象為之耕，鳥為之耘」，堯皇帝得知後，就把兩個女兒（娥皇，女英）嫁給他，並用種種艱難的事去試驗舜的能力，後來天下大治，堯就將皇帝位禪讓給舜。舜這種真誠且有高度智慧的孝行，才能感動頑固的父母，也才能治理天下。

### 【故事】：閔損蘆衣

孔子弟子閔損，字子騫，德行與顏回齊名，他年紀很小的時候，母親就去世，父親娶了後母，後母再生了兩個弟弟。

有一年冬天，天氣寒冷，父親要外出，就叫閔子騫駕車，在途中，閔子騫突然掉落了駕馬的韁繩，父親以為兒子太粗心，就責怪他的不是。誰知

一接觸兒子的衣服，才發現閔子騫穿的布袍裡面，全是不保暖的蘆花。回家後，再摸摸另外兩個孩子的衣服，卻是暖和的棉花。父親的心裡明白了，是後母虐待了閔子騫，一氣之下，就要趕走後母。

這時閔子騫跪下來哀求父親，說「母在一人寒，母去三子單。」意思是母親在家，只有孩兒一人受凍，如果母親走了，家裡就有三個孩子無人照顧。這兩句感動了父親，留下了後母，也使後母知道反省改過而變成了慈母。

閔子騫的孝行是發自天性的，他不管父母對他是疼愛，或是憎惡，他始終都是用心盡孝，他安頓了一家人的心，讓一家人各安其分，因而保全了一個瀕臨破碎的家庭。所以孔子在教學時，曾說：「孝哉閔子騫，人不問於其父母昆弟之言」，特別稱讚閔子騫「真是難能可貴的孝子」啊！

【故事】：考叔舍肉

穎考叔是周朝戍守邊界的小官，他得知鄭莊公為了其母親寵愛偏袒其弟弟的事，一時賭氣，竟立下：「不到黃泉，不再與母親見面」的誓言，事後莊公非常後悔，整天悶悶不樂。

穎考叔於是藉了獻貢品的機會，到莊公那兒趁機進言。吃飯的時候，他故意留著所賜的肉不吃，莊公覺得很奇怪，就問他說：「你為什麼留這些肉呢？」穎考叔說：「臣的母親至今還沒有吃過君上所賜的肉，所以我留著不吃，預備等一會拿回家去，送給母親。」莊公眼看穎考叔這般孝順，不禁心中有所感觸，就說道：「你有母親可以送給她吃，而我卻沒有。」穎考叔便說：「這個簡單，君上只要掘地至有泉水處，讓母子兩人在地道裏相見即可，如此一來，就不會與先前的誓言相違背了。」

莊公就依了他的話做去，於是他們母子二人重逢，重拾往昔天倫親情。君主的一言一行是全國人民的典範，穎考叔以他的智慧使莊公母子和好如初，不僅成全了莊公的孝心，也保全了社會的善良風氣，這種行為可說是

「移孝作忠」的表現，此舉讓天下人都明白，沒有什麼會比對父母親盡孝還更重要的。

在現代社會，常見有些富有的家族，兄弟姐妹往往為了爭奪家產而惡言相向或不相往來。由這個故事，也讓我們了解：「勿以小嫌疏至親，勿以新怨忘舊恩」的真正意義。

### 【引申】：五倫十義

我們接受聖賢的教化，講究「五倫十義」，「義」是理應如此的意思（如韓愈所說：「博愛之謂仁，行而宜之之謂義」）。「十義」依《禮記·禮運》所說：「父慈、子孝、兄良、弟悌、夫義、婦聽、長惠、幼順、君仁、臣忠，十者，謂之人義。」這也就是說為父須「慈」，為子須「孝」，為兄須「愛」，為弟須「敬」，為夫者須有「道義」，為婦者須「柔順」，

為長者須「體恤」，為幼者須「聽從教訓」，為君須行「仁」，為臣須盡「忠」，這十種便是人義。《聖經》有云：「孝敬父親的人，必能補贖罪過；孝敬母親的人，就如積蓄珍寶的人」，都是強調從孝敬自己的父母出發，到博愛一切的眾生。

「五倫」是「父子有親，君臣有義，夫婦有別，長幼有序，朋友有信。」這五種人際關係都能做好，家庭才會幸福，社會、國家才能安定。茲分別說明如下：

**父子之道**：為人父者應當要以身作則，作子女的好榜樣，並且關心子女，嚴加教誨，使之成為好人、善人，這才是真正的慈愛。此外，為人子女的，要能接受聖賢的教育，感念父母養育之恩，自然才會孝敬父母。因此，「父子有親」這是「愛」的原點。

**君臣關係**：在目前社會就是指長官與部屬的關係，或者是老闆與員工的關係；要怎麼做好呢？就是孔子所說的：「君使臣以禮，臣事君以忠」。

老闆對員工要懂得尊重與關懷，帶人要帶心；部屬（或員工）對長官所交代的事，要忠誠負責，認真去做，這就是君臣相處之道。

**夫婦之道：**這是家庭幸福的關鍵，也是攸關國家社會安定的樞紐，如《中庸》所說：「君子之道，造端乎夫婦。」；語云：「家和萬事興」，唯有夫婦分工合作，和睦相處，家庭方有幸福快樂可言，也才有優秀健全的下一代。所以作丈夫的必須對家庭有責任感，對妻子有情有義，對父母、子女有恩有義；作太太的也必須要和順、婉約，相夫教子，扮演一位好妻子、好媳婦、好母親的角色。

**兄弟之道：**兄弟姐妹形同手足，要彼此友愛、相互照顧，不讓父母操心，所謂：「兄弟睦，孝在中」，這也是盡孝的表現。

**朋友之道：**與朋友往來要廣結善緣，講求信義，用誠心交往，互相規過向善，如此必能得到恆久的友誼。

以上這五種關係就是倫常的根本，這五種根本，是家庭幸福與安定社

會、國家的最大關鍵所在。

五倫當中，以夫婦相處，互信互愛，分工合作最為重要。因五倫是造端乎夫婦，是故「夫婦正，則父子親」啊！其中「父子有親」一倫，講究「父慈」、「子孝」的行為，這完全是「盡其在我」的表現，不管對方是什麼情況，對我如何，我還是盡我的本分，只求付出，不求回報。絕不是「銀貨兩訖」的交易，也不是「以牙還牙」權利義務的相對態度，這正是中西文化差異之處，我們應有所明辨！

做到「五倫十義」不一定讓我們的家富裕有錢，不一定有花園別墅可以住，但是「孝行」卻可以建立天然和諧的秩序，讓我們活在安和樂利的環境中！「家」如果是一個人的堡壘，「孝」就是堡壘下的基石，多一份孝心，家就多一分保障，讓我們用孝行，把家固若金湯堡壘！

因此，我們應從在家孝養父母、兄友弟恭，擴大到孝敬外面的師長、長輩，以及一切的眾生，便是「五倫十義」發揮到極致了。

## 六、親過諫更，怡色柔聲

6. 「親有過，諫使更；怡吾色，柔吾聲。

諫不入，悅復諫；號泣隨，撻無怨。」

### 【易解】

父母親有過錯的時候，應小心勸導改過向善，勸導時態度要誠懇，聲音必須柔和，並且和顏悅色。如果父母不聽規勸，要耐心等待，一有適當時機，例如父母情緒好轉或是高興的時候，再繼續勸導，如果父母依然不接受，甚至生氣，此時我們雖難過的痛哭流涕，也要父母改過。縱然遭遇到責打，也無怨無悔，以免陷父母於不義，使父母一錯再錯，鑄成大錯。

對父母要講求孝順，但是父母有時也不免會犯過錯，子女也要「順從」嗎？為人子女的可以勸諫嗎？如果應勸諫，那要如何勸諫才恰當呢？

本段經文告訴我們，父母有了過失，當子女的一定要勸諫父母親改正。而勸諫的時候，絕對不可板起面孔，聲色俱厲，臉「色」要溫和「怡」悅，說話音「聲」要「柔」順平和。假如父母親不接受我們的勸諫，那就要等到父母親高興時再勸諫。

若父母親仍固執不聽，有孝心的人不忍陷父母於不義，甚至放聲哭泣來懇求父母改過，即使遭父母親責打，也毫無怨言。由此可知，勸諫長輩或朋友，一定要講究勸諫的智慧，包括我們的存心（要為對方好）、時機（要「揚善於公堂，規過於私室」）、態度（要「怡色、柔聲」）及耐性（要一再而再，再而三，有耐心和愛心），尤其要先取得對方的「信任」，才能達到勸諫的效果。

「親有過，諫使更」，「過」是指過失；「諫」是勸告的意思；「使」

是使其改正。由於人非聖賢，孰能無過。常人能知道過失，進而改過，就能走上希聖希賢的大道。

《孝經·諫諍章》說：「大夫有爭臣三人，雖無道，不失其家；士有爭友，則身不離於令名；父有爭子，則身不陷於不義。故當不義，子不可不爭於父，臣不可不爭於君。」

如果身旁的至親有了過失，為人子女的不忍心讓父母犯錯而讓人恥笑，或陷父母於不義，更盼望父母能成聖成賢，所以父母親有了過錯，一定要想辦法勸諫改過。

「怡吾色，柔吾聲」，「怡」是指臉色要表現出怡悅高興的樣子。「柔」是柔和、不粗暴、不惡言惡語。一般人總認「理直氣壯」是對的，不知「理直氣和」、「義正辭婉」，所以得理不饒人，用氣勢壓倒對方，令對方屈服改過。如果用這種方法來勸諫父母，往往會得到反效果，不但不接受勸諫，親子之間反而怒目相視，傷了感情。

《論語·里仁篇》孔子說：「事父母幾諫，見志不從，又敬不違，勞而不怨。」孔子教人勸諫父母要用「幾諫」，「幾」就是隱微的意思，也就是事奉父母當以隱微的方式，柔聲委婉相勸。若父母不聽，還是要恭恭敬敬不可違拗他們的意思，雖然為此操心憂勞，亦不可有怨恨之意。

因此，「怡色柔聲」的態度，能讓父母感受而有所警惕，不會成反效果，這是最隱微的勸諫方式。父母生我們養我們，為我們付出青春，用一生的精神培育我們，如果我們把父母當作一般人，隨意發起脾氣用訓示的口氣對著父母，父母會認為是子女忤逆他們，豈能聽進勸諫的內容？欲速反而不達，所以勸諫一定要讓父母覺得不是被指責，要「怡色柔聲」，讓父母心中知道子女勸他改過，是為他著想，才是有效的勸諫方法。

「諫不入，悅復諫」，「不入」是指不能接受；「悅」是指高興的時候。如果父母親仍然不採納我們的勸諫，我們是不是就放棄勸諫，或是不管父母如何反應了呢？經文告訴我們要等父母心情高興的時候再勸諫，我們依

然要保持「怡吾色，柔吾聲」的態度，如此反覆勸諫一直到父母改正為止。

「號泣隨，撻無怨」，「號」是大聲哭；「泣」是小聲哭；「撻」是鞭打的意思。本句是說如果父母仍然不聽從我們的勸諫，子女的心中必然感到難過，擔心父母會再犯過錯而遭人恥笑，或是受到傷害，自然會傷心而大聲哭，懇求父母改過。如果父母不了解我們，動了怒出手打我們，心中也毫無怨言。只希望雙親能體會我們的真心，改正過失就值得了。

### 【故事】：世民軍營夜哭……

歷史上記載唐太宗當他年紀很輕的時候，隨著父親李淵到處打仗，當時因為天下很亂，所以他就追隨父親南征北討。有一次戰役，當時李淵因一時戰爭失利，決定撤退回太原根據地。他的兒子李世民（當時還沒有當皇帝）就跟父親說：「現在軍隊往前作戰，才會得到勝利，如果我軍往後退，士兵

就會到處逃散，而且敵軍正好乘機攻擊我們，不但不能得到勝利，反而不利我軍。」當時唐高祖（也就是李世民的父親），並不採納。經李世民三次諫言之後，仍置之不理。

李世民眼見隔天父親整個軍隊就要拔營了，他知道父親這個舉動是錯誤的，從整個局勢來看，情勢相當危險。當天晚上，他就在軍隊的帳篷外面，嚎啕大哭，哭得非常傷心。正在夢會周公的李淵，在這個帷幕裡頭，突然聽到外面有很大的哭聲，而且哭得非常傷心，所以他就走出去外面看，一看才曉得是他的兒子在那裡嚎啕大哭，於是就問李世民是什麼原因哭泣。唐太宗這個時候就做最後一次的勸諫，說他哭泣的原因，就是希望能阻止父親這一次的軍事行動，但是父親不能採納，因此非常傷心難過。

李淵看到兒子哭得這麼傷心，所分析的道理又這麼的中肯有道理，所以李淵就立即停止這項撤軍的行動，方不致打敗仗。後來唐高祖跟他兒子李世民終於平定各地的賊寇，奠定了唐朝三百年的基業。

【故事】：魏徵勸諫……

唐太宗在位二十三年期間，雄才大略，而且從諫如流、兼聽納下，政績顯赫，史稱「貞觀之治」。

其中最著名的諫臣就是魏徵，經常犯顏直諫，他曾對唐太宗說：「願使臣為良臣，毋使臣為忠臣。」因此，唐太宗在魏徵去逝後，曾說：「以銅為鏡，可以正衣冠；以史為鏡，可以知興替；以人為鏡，可以明得失。」誠非虛言也。

【故事】：丙吉護儲……

漢武帝時，有一位臣子姓丙名吉，負責管理「巫蠱之亂」的牢獄。巫蠱之術的具體方法，就是以桐木製作小偶人，上面寫上被詛咒者的名字，生辰

八字等，然後施以魔法和詛咒，將其埋放到被詛咒者的住處或近旁。行此術者相信，經過這樣的魔法，被詛咒者的靈魂就可以被控制或攝取。

「巫蠱之亂」是漢武帝太子劉據因江充利用巫蠱案加害他，因此起兵殺江充，武帝以為太子有心造反，便派兵殺死劉據，太子家裡的人受到牽累都被處死，當時太子的孫子劉病己剛剛出生不久，還在襁褓之中，雖然免去一死，卻也被關進了監獄。

那個時候，恰好廷尉丙吉，奉命查監，他看到這個尚在襁褓中的小男孩，蜷縮在牢中的一角，哭個不停，眼睛裡湧滿了淚水，傷心又無助的望著四周，一副可憐的樣子。

仁慈的丙吉，命令兩個女犯，一個姓趙，一個姓胡，輪流餵劉病己奶，他自己每天還親自去察看一下。如此，劉病己這條小命才保住了。

後元二年，漢武帝在五柞宮養病，聽術士說，長安的監牢裡有天子氣，非常危險。古代皇帝最怕有人篡位，因此，武帝下了一道命令，把長安監牢

裡的犯人，不論年紀大小，一律處死，以絕後患。

使者奉了命令來到監牢，丙吉不讓使者進去，對他說：「怎麼可以濫殺無辜呢？何況牢裡還關有皇帝的曾孫。」使者跑去告訴漢武帝，武帝說：「這真是天命了。」接著下了一道赦免的命令，所有獄中的罪犯，一律免死。

在病已八歲的時候，丙吉把他送到他的外祖母史貞君處撫養。史貞君年紀雖然大了些，但是看到外孫，又憐惜又寵愛，就小心翼翼撫養他長大，並且教他研讀詩書、論語、孝經等聖賢書。漢武帝臨終時，想起還有這麼一個曾孫，遺命交給朝廷收養，病已又回到了京師，由掖庭令張賀照顧。

誰也沒想到當年在監牢裡嗷嗷待哺的孤兒，到了十八歲時，被當時的攝政大臣霍光，立為漢朝的皇帝，是為漢宣帝。病已有朝一日竟然當上了皇帝，這不能不歸功於丙吉當年的救命之恩。但是丙吉為人沉穩敦厚，從來不提這件事，病已當時年幼，也不記得丙吉，只對張賀有印象。

這時，有個叫則的女人，曾在宮裡當女傭，後來嫁給一個老百姓，上書

給宣帝，說自己有抱養宣帝的功勞，並且說御史大夫丙吉知道得很詳細。

於是宣帝請掖庭令張賀帶著她與丙吉當面對質。丙吉說：「不錯，我還記得你，你是抱過皇帝，不過當時你粗心大意，笨手笨腳，常挨我的責罵，怎麼能算有功呢？真正有功的，是餵奶給皇帝的渭城胡組、淮陽趙徵卿。」

宣帝這才知道丙吉是大恩人，以及行善不欲人知的德行，便拔舉他當丞相，並且賜錢給姓胡的及姓趙的兩個女子的後代。

由於宣帝自幼生長在民間，身世坎坷，深深了解百姓的疾苦。即位以後，信賞必罰，增加國家的力量。尤其重視地方吏治，地方官吏政風良好的，不輕易更換，使得國家太平，人民幸福，是漢朝的黃金時代。

### 【故事】：長孫規諫

唐朝太宗的皇后長孫氏，她是一位賢德的女性，當時凡是國家一切興革

的大事，她都能盡力規諫太宗。有時候太宗生氣時，就把怒氣轉移到宮人的身上，長孫皇后也都會假裝著發怒，並請求太宗把犯錯的宮人交由她處分；等到皇帝的氣消了，再慢慢的替犯錯的宮人說明並求情。

有一次，唐太宗受不了魏徵的直言勸諫，要殺死魏徵；長孫皇后還曾經穿了朝服，站在太宗面前行禮，恭讚太宗能忍受魏徵的直諫，並勸太宗說：「有真的明君，才有真的正直之臣；魏徵能勇於出您的過失，顯示您是個英明之主，我怎能不向陛下祝賀呢！」

後來長孫皇后病勢危急之時，還一直以國家為重，誠懇的對太宗分析了很多國家政事。當長孫皇后死了之後，太宗哭得很傷心，並且對左右的人說：「從今以後，宮裡再也聽不到勸諫的聲音了，而我也失去一個很好的幫手了。」

古時皇朝曾立下後宮女子不得干政，但婦人的話真的都不能聽嗎？如果把長孫皇后與慈禧太后比較起來，那真是無法相比。所以一個人之所以被敬

重，是因為他的心意與行為，並不在於他的身份。

因此如何端正我們的心念，規範我們的行為，這才是最重要的，菩薩之所以為菩薩，無非是他為眾生犧牲奉獻的心而已！

### 【故事】：曾參養志

周朝的曾參奉養父母，善養父母之志。每當吃飯的時候，必定有酒肉，等父母吃完，必定請問父親，剩下的酒肉，要送給誰。其父親平時喜歡吃羊棗，在他父親去逝後，曾參就終身不再吃羊棗。

有一天，曾參到森林去砍柴，不料家裏突然來了一位客人，母親因為曾參不在家，又沒有錢可以準備請客的東西，只好用牙齒咬破自己的指頭，使曾參知道家裏有急事。果然，曾參在森林中，忽覺心痛，就急急忙忙負薪回家，真是所謂「母子連心」，也是曾參善養父母之志的表現啊！

又有一次，曾參因故使父親生氣，被他父親用手杖打昏過去。他醒過來之後，立即問父親身體有無氣壞了？此事後來傳到孔子那裏，孔子便責怪曾參不孝，因為真正的孝子應該：「大杖則逃，小杖則受」，不應陷父母於不義。

由於曾參在孔子門下學習，一日三省吾身（「為人謀而不忠乎？與朋友交而不信乎？傳而不習乎？」）因此，孔子非常重視他，特別傳了一部《孝經》給他，內容總共有十八章，告訴我們：「夫孝，德之本也。教之所由生也」；又說：「夫孝，天之經也，地之義也，民之行也。」

### 【引申】：信而後諫

國內近幾年叫座的電視劇，標榜的是有血有淚、高潮迭起的連續劇，在家庭裡要當面反對父母，或勸諫父母時，要大聲咆哮指責父母的不是，才有看頭，而後來竟演變成家庭破碎，悲哀淒慘的下場！這樣為了討好觀眾，

由幕前演到實際生活中，特別是年輕人沒有社會經驗，又缺乏聖賢經典的教化，就在耳濡目染之下，隨著潮流有樣學樣，造成現在家庭離婚率提高，家庭破碎導致犯罪率提升，社會風氣日趨敗壞。

因此，不管目前政治多麼民主、經濟多麼繁榮，科技怎麼進步，如果自己的家庭一代不如一代，那麼所有事業的成功，也都無法彌補家庭的失敗啊！

常念父母恩，力行孝道，並講求行孝的方法——怡吾色，柔吾聲，讓父母願意改過，這是人世間最善最美的德行！一個能讓父母尊親改惡修善的人，還有什麼人不能調教呢？一個把家中調理得中規中矩，一團和氣的人，還有什麼事業不能成就呢？「家齊而後國治」，這是曾子用盡一生行孝的親身印證，可見「孝」確實是百善之先，一切德行的根本啊！

此外，對朋友、長官或師長的勸諫，要講究技巧。首先要先細心觀察對方的需要，然後長期付出自己真誠的服務，取得對方的信任後，再進行勸諫，才不致引起對方的反感。如古德所說：「君子信而後諫，不信則以為謗己也。」

## 七、親疾服侍，祭敬喪哀

7. 「親有疾，藥先嘗；晝夜侍，不離床。

喪三年，常悲咽；居處變，酒肉絕。

喪盡禮，祭盡誠；事死者，如事生。」

### 【易解】

父母親生病時，子女應當盡心盡力的照顧，一旦病情沈重時，更要晝夜服侍，不可以隨便離開。父母去世之後，守孝期間（古禮三年），要常常追思、感懷父母教養的恩德。自己的生活起居必須調整改變，不能貪圖享受，應該戒絕酒肉。

辦理父母的喪事，要哀戚合乎禮節，不可草率馬虎，也不可以為了面子鋪張浪費，才是真正孝順。《論語·為政篇》孔子說：「生，事之以禮；死，葬之以禮，祭之以禮。」所以我們在祭拜時，應誠心誠意，對待已經去世的父母，要如同生前一樣恭敬。正如《論語·八佾篇》所說：「祭如在，祭神如神在。」子曰：「吾不與祭，如不祭。」

「親有疾，藥先嘗」，「疾」是病得很重，很危急。「嘗」是用舌頭嘗嘗看。這裏提到「藥先嘗」，因從前治病下藥均用煎煮的湯劑，所以在父母服藥前，一定先嘗一嘗溫度是太涼太熱，這樣父母既不會燙到，也能發揮藥性。以現代社會而言，即是要幫助父母在生病時，對於看病、用藥要謹慎小心，才不會因誤診或吃錯藥、未按時服藥、用錯劑量，而危及父母身體的健康。

「晝夜侍，不離床」，亦即在父母生病時，最需要有人照顧。尤其是自己的子女早晚能在身邊陪伴，照顧生活起居，是父母心中最感溫暖與滿足

的。在父母臨終病重之際，為人子女的我們豈能因為事業忙，或沒有時間而放棄這種照顧父母的機會呢？《詩經》有云：「哀哀父母，生我劬勞。」因此，在父母生病時，正是我們回饋的時候，為人子女應好好珍惜並把握這一段因緣，盡心盡力奉侍自己的雙親。

### 【故事】：漢文嘗藥

二十四孝中有位「親嘗湯藥」的漢文帝。有一次生母薄太后生病一直沒有好轉，漢文帝就不分日夜盡心照顧母后，把侍奉母后當成一件大事來做。由於擔心宮女不夠細心，漢文帝對於母后的湯藥必定親自嘗嘗，確定熱度和甘苦，才放心地端給母后服用。這樣「目不交睫，衣不解帶」侍奉了三年，母后的身子才好轉過來。

漢文帝日理萬機，但他以仁孝之心，感動了文武百官及天下的百姓，

也流傳至今。這正是「親有疾，藥先嘗；晝夜侍，不離床」的最好寫照！這段故事也是提醒現代人，不要因為事忙，而推說無法做到照顧父母的一個警惕。

「喪三年，常悲咽」。「悲」是傷心；「咽」是聲音堵塞，即悲傷得哭不出聲。如果父母不幸走完人生的終點，在辦喪事時，我們也要盡到為子女應盡的禮節。有一次，孔子的學生宰我問老師說：「為父母守喪三年，時間是不是太久了？一年不就可以了嗎？」孔子回答說：「一個有德的君子，居喪期間有好吃的東西，不覺得有味道；聽好聽的音樂，不感到快樂；居住的地方再怎麼舒適，也不覺得心安。」接著孔子又說：「子女生下來三年之久，才離開父母的懷抱，能夠自己走，自己吃，讓父母稍稍鬆一口氣。而為父母守喪三年，是天下通行的喪期。」因此，身為子女的我們，在父母去世後，也應在三年喪期中，時時刻刻想念父母，懷念父母的養育之恩。

聽了孔子的教誨，就知道經文中「常悲咽」，是想到父母不在身邊，感

念「哀我父母，生我劬勞」，心中自然就湧現思慕之情，而經常不自禁的悲傷而淚涔涔起來，正所謂「大孝終身慕父母」也。

### 【故事】：王哀泣墓

三國時候，魏國有一個孝子，姓王名哀，也是二十四孝之一。他的父親名叫王儀，是被晉文帝殺死的，所以王哀終身不肯向西面坐著，表示他是不肯做晉朝的臣子。王哀母親在世的時候，膽量很小，所以生平最怕打雷的聲音。等到母親往生之後，王哀把母親埋葬在山林裡清靜的地方。一碰到風雨天氣，有雷聲隆隆響的時候，王哀就不避風雨，快跑到墳前，淚涔涔的拜哭著說：「兒子王哀在這裡陪伴母親，母親不要怕呀！母親不要怕呀！」

有一次王哀攀上墳前的柏樹號哭，眼淚落到樹上，那棵柏樹竟然就枯死了。王哀讀《詩經·蓼莪篇》時，每逢讀到「哀我父母，生我劬勞」，「哀

我父母，生我勞瘁」，「父兮生我，母兮鞠我，拊我畜我，長我育我，顧我復我，出入腹我，欲報之德，昊天罔極。」一定流著眼淚反覆讀誦，因此他的弟子就廢去《蓼莪篇》不讀了。王哀思親懇切之情，且事之如生，真值得我們效法。

「居處變，酒肉絕」，「變」是指家中遭逢變故；《禮記》記載孔子：「鄰有喪，舂不相；里有殯，不巷歌。」即鄰里有喪事，在舂米或巷裡都不宜有相和歌聲，何況是自己的父母去逝，更要改變自己的生活，變得簡樸，不過飲酒作樂的日子。

《地藏經》告訴我們：「臨終之日，慎勿殺害，及造惡緣，拜祭鬼神，求諸魍魎。」而應為臨終之人，念佛誦經、供養佛像，並且在身死之後七七日內，廣造眾善，設齋供養，吃素念佛，至心誠懇，如是之人，存亡獲利。因此，在父母去世後，七七四十九日內，應依《地藏經》所說，為父母行善修福，並將功德回向父母，使父母仗此功德，往生善處或西方極樂世界也。

語云：「樹欲靜而風不止，子欲養而親不待，往而不可得見者親也。」父母去逝，想起父母的恩情深重而無法報答，自然不肯為享受而住在舒適的地方，平時吃的酒肉也摒去一邊，只求清淡。

「喪盡禮，祭盡誠；事死者，如事生」，在父母去世後，辦理喪事要莊嚴肅穆，並合乎當時的禮節，不要鋪張浪費；祭拜時要以最虔誠的心，來追悼父母，彷彿他們就在我們身邊一樣。

雖然父母去世很久，祭祀一定要和父母在世時一樣恭敬，所謂「祭思敬，喪思哀。」父母一生為我們牽腸掛肚，為人子女更應在祭祀時，深深地思慕劬勞的雙親啊！古代天子守喪三年，一心一意守著親喪，把守喪看成是最重要的大事，這樣才合乎禮節。

孔子在《中庸》說：「事死如事生，事亡如事存，孝之至也。」也是告訴我們要以真誠的心，對待去世的祖先或父母，如同生前一樣恭敬，所謂「祖宗雖遠，祭祀不可不誠」，這才是至孝。

### 【故事】：子路負米……

孔子的學生子路（即仲由），年輕時家裡很窮，沒有好東西奉養父母親。就到百里之外，背負白米來供養父母。雖然辛苦，但是心中感到非常快樂。

後來子路在楚國作官，常常面對豐盛的食物，卻不由心酸而淚流滿面，感慨的說：「雖欲食清淡的蔬菜，為親負米不可得也」。原來是子路思念起過世的雙親，已無法接受他豐盛的奉養，自然悲咽而吃不下！孔子曾讚嘆子路說：「由也事親，可謂生事盡力，死事盡思者也。」因此，子路也名列二十四孝之一。

### 【故事】：父母是在世佛……

無際大師是佛教界的一代高僧，他曾諭世人：「凡於齊家、治國、學道、修身先須服我十味妙藥，方可成就。何名十味？好肚腸（一條）、慈悲心（一片）、溫柔（半兩）、道理（三分）、信行（要緊）、中直（一塊）、孝順（十分）、老實（一個）、陰隲（全用）、方便（不拘多少），此藥用寬心鍋內炒」，其中的「孝順」這一味，要用到十分，更是發人深省。

由於無際大師道行高深，名聞遐邇。因此當時便有很多人想前去參訪請益。其中有一位讀書人楊黼（ㄇㄨˇ），辭別了家中的老母親，獨自前往四川，準備去拜訪無際大師，在半路上遇到了一位老僧問他說：「要到那兒去啊？」楊黼說：「我要去四川拜訪無際大師。」老僧說道：「你去拜訪無際大師，還不如去見佛啊！」楊黼就問：「那麼佛在那裡呢？」老僧說：「你只要回家，就會看到一位肩上披著黃色衣服，倒穿著木屐的人，那人就是佛啊！」楊黼聽了之後，為了要趕快見佛，就馬上趕回家去。

當他回到家時，已經是夜深人靜，家門已經關了，他就用力敲著門，在外面等候著；這時候，他的母親一聽，是離家數日的兒子在外面叫門的聲音，就喜出望外，急急忙忙的隨手拿了一件黃色的衣服披在肩上；同時，大概是想念兒子太過興奮，跑出去開門的時候，連木屐都穿反了。

楊黼一見到母親這個樣子，就是老僧所講的佛的樣子完全一樣，因此突然的驚醒覺悟：「父母是在世佛」啊！從此以後，就留在家中竭力孝敬母親，並且還為《孝經》作註解，成為當時有名的孝子。

彌勒菩薩曾有偈云：「堂上有佛二尊，惱恨世人不識；不用金彩裝成，非是栴檀彫刻；即今現在雙親，就是釋迦彌勒；若能誠敬得他，何用別求功德。」

由此可知雙親是在世活佛，因此我們要拜佛、學佛、求生西方極樂世界，當先從淨業三福中的「孝養父母」做起，才有可能成就道業啊！

《孝經》有云：「不愛其親，而愛他人者，謂之悖德；不敬其親，而敬

他人者，謂之悖禮。」如果連自己最親近的父母都不曉得孝順，還拜什麼佛呢？

### 【引申】：現代社會事親之道……

在現代社會，男女結婚後，各組小家庭，且大家忙於工作，無法自己照顧或奉養父母。但是最起碼應在父母健在時，要定期探視父母，關懷並滿足父母的需要，使父母安心；如果父母生病，雖不能自己照顧，則亦要請看護代為照料生活起居，不可棄之不顧。至於得空時，亦應學習黃庭堅為父母「服勞奉養」，以盡為人子者之孝道，這是自己應盡的本分事，亦是為自己修福、培福啊！

【引申】「十無益」格言——經營「幸福人生」的十大障礙……

清朝林則徐先生曾舉出「十無益」的格言——即經營「幸福人生」的十大障礙：

1. 存心不善，風水無益；
2. 不孝父母，奉神無益；
3. 兄弟不合，交友無益；
4. 行止不端，讀書無益；
5. 心高氣傲，博學無益；
6. 行事乖張，聰明無益；
7. 不惜元氣，服藥無益；
8. 時運不通，妄求無益；
9. 妄取人財，佈施無益；

### 10. 淫惡肆欲，陰鷲無益。

以上十條以「存心不善」、「不孝父母」、「兄弟不和」是經營「幸福人生」最大的三個障礙。因一個人若基本的德行有虧，事業再有成就，都是建立在空中樓閣啊！因此，我們做人有三個「千萬」要記住：（一）、千萬要孝順；（二）、千萬要感恩；（三）、千萬要謙虛。如此，才能立足於天地之間。

總之，人生在世，父母與我們最親，給我們的恩情也最重。努力學習事奉父母的禮節，把孝道當成一項大事業，用心經營，要有「至誠心」及「長遠心」，才能開創自己幸福、美滿的人生！

參

# 服務大眾應有的態度

孔子在《孝經》當中告訴我們：「教以孝，所以敬天下之為人父者也；教以悌，所以敬天下之為人兄者也；教以臣，所以敬天下之為人君者也。」又云：「敬其父則子悅，敬其兄則弟悅，敬其君則臣悅，敬一人而千萬人悅。」此乃是教導我們要服務眾生，首須「推己及人」，要重視「禮節」，從孝敬自己的父兄，到孝敬一切人的父兄，如此擴大大心量，則必能布施廣結善緣，並培植自己的福德，在社會做人處事定能無往而不利也。

《孝經·第十二章》有云：「教民親愛，莫善於孝；教民禮順，莫善於悌。」因此，「孝悌」乃是教導民眾親愛、禮儀的根本。《弟子規》中「出則弟」，這段經文說的是家中兄弟相處之道，以及如何和大眾和睦相處的規矩。在這些規範中，訓練我們要謙恭有禮，懂得尊重別人，自然容易融入團體，為大家所接納，如此就能廣為大眾服務。



## 出則悌

### 八、兄友弟恭，施忍成就

8. 「兄道友，弟道恭；兄弟睦，孝在中。  
財物輕，怨何生；言語忍，忿自泯。」

#### 【易解】

當哥哥姐姐的要友愛弟妹，作弟妹的要懂得恭敬兄姐，兄弟姐妹能和睦相處，一家人和樂融融，父母自然歡喜，孝道就在其中了。與人相處不斤斤計較財物，怨恨就無從生起。言語能夠包容忍讓，多說好話，不說壞話，忍

住氣話，不必要的衝突、怨恨的事情自然消失不生。因言語為福禍之門，孔門四科有：德行、言語、政事、文學。言語排在第二位，可見言語之重要。

「兄道友，弟道恭；兄弟睦，孝在中」，「道」是指相處之道；「友」就是友愛；「恭」是恭敬。當兄姐的，年紀大，懂得的道理較多，經驗較豐富，應當要幫助弟妹。反之，當弟妹的，年紀小，要聽從兄姐的指導，不要自以為是，就能符合恭敬的道理。

吾人能做到「兄友弟恭」，衝突自然減少，父母看在眼裏便感到欣慰，無形中就做到孝順了。反之，兄弟姐妹衝突吵架，讓父母為難，為誰說話都很難公平，父母心中就會擔憂不快樂。所以為人子女想做好孝順，除了好好侍奉父母外，和兄弟姐妹及社會大眾也要和睦相處，才能安養父母的身及心。

【故事】：李勣焚鬚

唐朝有一個大臣叫李勣，原來他本姓徐，因為他的功勞很大，被唐太宗賜姓李，並且封為英國公。

當李勣做宰相的時候，他姐姐有一次生病，李勣就親自替她姊姊燒火煮粥，突然一陣風吹來，竟把李勣的鬚鬚燒著了，他的姐姐看見了就說：「我們家裡男的女的佣人多的很，你何必自己這麼辛苦呢？」

李勣回答說：「我難道是為了沒有人照顧您的緣故嗎？我是因為現在姐姐的年紀已經老了，我的年紀也老了，將來想要替姐姐煮粥的機會，恐怕也不多了呀！」。由此可知，李勣身為宰相，還能這樣對待自己的姐姐，實在是非常難能可貴。

### 【故事】：趙孝爭死

漢朝時候，有一個人叫趙孝，他和他的弟弟趙禮，非常友愛。有一年飢

荒，一班強盜佔據了宜秋山，把趙禮捉去，並且要吃他。趙孝就趕緊跑到強盜那裡，去懇求強盜說：「趙禮是有病的人，而且他的身體又很瘦，是不好吃的。我的身體比較胖，我情願代替我弟弟，給你們吃。」

強盜還沒開口，趙禮不肯答應，說道：「我為將軍所獲，死亦命也，哥哥您不要無辜為我死。」兄弟兩人相抱大哭，強盜也被他們感動了，就把兄弟倆都釋放了。此事傳到皇帝那裡，就下詔書給他們兄弟，兩人都分別授予官職。

《大學·右傳第八章》云：「宜兄宜弟，而后可以教國人。」也就是說兄弟和睦，然後可以教化一國的人，此之謂也。

【故事】「煮豆燃豆其」——曹植的《七步詩》

據《世說新語》記載，魏文帝曹丕妒忌曹植的才學，命曹植在七步之內作出一首詩，否則曹植將被處死。曹植沒走到七步，便吟出諷刺骨肉相殘的

《七步詩》，或《三國演義》所說的《兄弟詩》：

「煮豆燃豆萁，豆在釜中泣。本是同根生，相煎何太急？」魏文帝聽了面露慚色，深感羞愧，也就放了曹植。

後來《兄弟詩》廣為流傳，比喻兄弟相殘；由於《七步詩》，後來亦出現了「七步之才」、「七步成詩」等成語，用以形容人的文思敏捷。

對照上述李勤焚鬚、趙孝爭死的故事，更讓我們了解「兄道友，弟道恭」的難能可貴，值得我們學習啊！

### 【故事】：崔沔慈愛……

唐朝有個人名叫崔沔，他生性非常孝順友愛。他的父親早逝，母親因為生病而瞎了眼睛，他寸步不離的照顧母親，足足有三十年的時間。

每逢天清氣爽的好天氣，他都會扶著母親到庭子裡，一家人談談笑笑，

讓母親能夠忘掉失去眼睛的痛苦。後來她的母親去逝了，他對哥哥姐姐，就如同對待父母一般恭敬；對待外甥和姪兒，就如同對待自己的兒子一般疼愛。

他為官所得的俸祿，也都分配給姐姐與甥姪，他說：「我的父母都已經過逝了，我就算想要盡點孝心，也是沒有辦法了。而父母生前所記掛的，就是這四五個人了，我如果能善待他們，使他們能過的更好，那麼也許還能稍稍安慰父母九泉之下的心，而我能做的也就這麼多了。」

崔沔做官一直做到中書侍郎，他的兒子崔祐甫秉承父親的教導，後來也成了一個有名的宰相。

「財物輕，怨何生」，兄弟姐妹之間要把財物、地位、權利、名利看輕，才不會有爭端。今日大家追求物質享受，把財物看得很重要，對孝順父母，兄友弟恭的倫常道理，卻忽略了。許多兄弟分家後，猶如冤家避不見面，原因大多來自對財物看得太重，感到分得不公平，互相計較而萌生怨氣。如果此時父母還健在，教他們如何安心？如果父母已去世，必然蒙羞痛

苦。反之，若能把世間財物、名聞利養看輕，就不會有任何的怨懟了。

清朝林則徐先生曾說：「財是過海煙雲，氣是惹事根苗。」人要在世間生存，雖必須要有錢財物品，但蔬食布衣，粗茶淡飯，陋室而居，一樣可以過得去，語云：「勤儉持家，家業盛。」我們若能視富貴如浮雲，重義輕利，不貪執財物，那麼滋潤內心的知足與自在之樂，才是最真實的、最耐久的享受。

### 【故事】：范蠡「三聚三散」的故事……

中國以前拜的財神是范蠡，為什麼要拜范蠡作財神呢？我們在此介紹一下「范蠡三聚三散」的故事如下：

春秋時期，范蠡全力輔佐越王勾踐，臥薪嚐膽二十餘年，最後幫助勾踐復興越國。復興之後，封范蠡為上將軍。他知道越王勾踐為人可共患難，不

能共富貴，於是就辭書一封，放棄高官厚祿，只裝輕珠寶玉，帶著西施乘舟遠行，一去不復返（一聚一散）。

范蠡浮海到齊國，更名改姓，苦身戮力，耕於海畔，父子治產，沒有幾年就積產數十萬。齊國人仰慕他的賢能，請他做宰相。范蠡感歎道：「居家則至千金，居官則至卿相，此布衣之極也。久受尊名，不祥。」於是就歸還宰相印，散盡其財，分給朋友和鄉鄰，帶著重寶，閒行而去（二聚一散）。

行至於陶，范蠡以其智能，觀察此地為貿易的要道，經營貿易可以致富。於是他自稱「陶朱公」，留在此地，從父子耕畜開始，根據時機，從事物品貿易，取薄利。時間不長，就累積萬兩黃金（三聚）。

朱公居陶，生少子。少子長大後，朱公次子因殺人而被囚禁在楚國。朱公說：「殺人而死，該是如此，但身價千金的人，不該死於大庭廣眾之下。」於是就讓少子去前往探視，並帶上一牛車的黃金（三散）。朱公長子也請命想去，朱公堅決不同意。長子說：「家有長子，今弟有罪，不派我

去，而讓少弟去，是我不成器」，說完欲自殺。夫人連忙說：「派少子去，未必能救次子，而先失去長子，怎麼可以這樣？」朱公不得已派長子去，命其去找莊生幫忙，並叮囑說：「到楚國後就進獻千金給莊生，聽任他從事，千萬別與他爭。」長子出發了，卻在路上私積數百金。

朱公長子到楚國後，把信和重金交給莊生。臨別時，莊生告誡說：「你趕快離開，千萬別停留，等你弟弟出來後，別問是怎麼回事。」長子卻沒有聽從莊生的話，而私自留在楚國，並把路上私積的數百金，分送給其他的自認為能幫上忙的楚國貴人。

莊生家很貧窮，但他以廉直聞名於國內，自楚王以下人民都像對待老師那樣尊敬他。作為信義之人，莊生對於朱公進獻的黃金，並無意接受，而打算在事情辦成後再還給他。而朱公長子並不知其意。

莊生入見楚王，稟告說：「我觀察到天上有某星停留在某個位置，表明楚國會有一災。」楚王平素信任莊生，向他瞭解解決之道。莊生回答說：

「只有德行可以消除。」楚王決定以赦免罪犯來消除災害。楚國貴人得到消息後連忙給朱公長子報信。朱公長子想，既然弟弟可以獲得赦免，千金送莊生，不是白白浪費了嗎？於是就又重返莊生家。莊生驚訝地問：「你怎麼還沒走？」朱公長子回答說：「我聽說楚王要赦免我弟弟，特來告知辭行的。」莊生明瞭他的想法，就說，你自己進房內去取金子吧。朱公長子帶走了金子，獨自歡慶。

莊生因朱公長子的行為感到羞辱，就入見楚王說：「您想以德行消除災難，可是我聽見路人都說，陶的富人朱公之子因殺人囚禁在楚國，他家人用重金賄賂王左右之人，因而王不是因體恤楚國而行赦免，是為了朱公之子。」楚王大怒說：「寡人雖不德，怎麼會因為是朱公之子就特別照顧？」於是令殺掉朱公之子後，明日再下特赦令。

朱公長子自然是帶著弟弟的死訊回到家。母親和國人都感到悲哀，唯有朱公獨笑說：「我早就知道他弟弟會被殺，不是他不愛他弟弟，是有所不

能忍呢！他從小與我在一起，見到我的困苦，深知謀生的艱難，不忍捨棄錢財。而少弟生在家道富裕之時，坐乘完備，並不知財富的來源，因而很易棄財，不會吝惜。我先前決定派少弟去，就是因為他能捨棄錢財，而長子不能。次子被殺是情理中的事，無足悲哀，我日夜在等他的喪訊傳來。」朱公的長子未能看輕財物，致使自己的弟弟被殺，正是「貪財物，怨則生」也。

這就是財神范蠡「三聚三散」的歷史故事，他每到一處都能成名於天下。這位賢人，在名利面前，始終保持著清醒的頭腦，進退自如，以保全自身為根本，功名富貴的捨得，就在這先散後聚中讓我們有所體會。

### 【故事】：貪執是鐵鍊

金碧峰禪師是一個禪定工夫非常深的禪者，他每天幾乎都住在禪定三昧之中。

有一天，閻羅王發現金碧峰禪師的陽壽已盡，應該把他抓回來，可是禪師經常住在禪定裡，一直沒有辦法抓到他。也因此，負責抓他回來的小鬼，老是受到閻羅王的責罵。

有一天，小鬼跑去請教土地公，有沒有什麼好方法，可以抓到金碧峰禪師。

土地公說：「金碧峰禪師雖然已經成道證悟，能夠放下對其他諸緣的貪愛，但對於吃飯用的玉鉢卻愛不釋手，每次入定之前，一定把玉鉢收好，才安心地進入禪定的境界裡。如果想抓到禪師，就得想辦法先讓他出定。」

於是，土地公獻了一計，要小鬼去偷金碧峰禪師的玉鉢，騙他走出禪定。小鬼正在動鉢時，發出了撞擊的聲音，禪師在定裡面有了感覺。他知道有人在偷鉢，趕快出定來保護玉鉢。

沒想到，他一出來就看到兩個小鬼手拿鐵鍊，這時金碧峰禪師恍然大悟：「啊！我今天就是因為貪戀這個玉鉢，差一點被閻羅王抓去，淪落到六

道生死的輪迴裡。」覺悟到自己貪執的金碧峰禪師，立刻將玉鉢打碎，再次入定，並說了一首千古名偈：

「若人欲拿金碧峰，除非鐵鍊鎖虛空；虛空若能鎖得住，再來拿我金碧峰。」

虛空這麼空曠，鐵鍊怎能鎖得住？起初，金碧峰禪師被貪執給鎖住，然而當他摔碎玉鉢的剎那，心裡已經什麼貪念都沒有了，就像虛空一樣的空曠。貪執都已經放下了，還有什麼鐵鍊可以鎖住呢？

佛經裡說，我們常常為了貪戀世間的財物，而放不下一切身心世界，這就是生死煩惱的根源；也是我們不能了生脫死，在六道裡輪迴受苦的原因。

因此，日常生活中，有了困難、煩惱，不妨問問自己，反觀自照：「我究竟執著了什麼？我究竟在貪戀什麼？」

如果能走出執著，放下貪戀，心如虛空，就沒有任何事情能夠束縛我們，沒有任何煩惱能夠綁住我們。那麼，我不就與虛空等同存在了嗎？所以

說，貪執就是鐵鍊，期望人人不要被這鐵鍊給鎖住了。因此，我們若能做到「財物輕」，就不被世間五欲六塵的枷鎖束縛住了。

### 【故事】現代慷慨女老師……

據2005年7月30日報載，台灣在台中有一位女老師將所中的樂透頭彩金五千萬元，毫不保留全數捐出，真是令人讚嘆！

近幾年來，台灣社會已快病入膏肓。為了錢，黑心食品充斥、詐騙集團橫行、綁架案一再上演、企業經營者掏空公司，有權勢者挪用公款、有機會者貪贓枉法，連應該是最乾淨的職棒都傳出打假球、放水等令人無法相信的賭博行為。

在凡事向錢、向權看的現代社會，這位女老師的慷慨行為，就像一股暖流注入每一個人的心靈，讓我們深思、反省：「積財傷道」、「有捨才有

得」、「不捨不得」、「見得思義」的道理。

「言語忍，忿自泯」，「忍」是心字頭上一把刀，故要學習克制自己的習氣。「忿」就是生氣。「泯」是消除的意思。本段經文即是告訴我們，一發覺言語有「火藥味」就要先警惕，學忍辱，如孔子所說：「忿思難」，即要發脾氣時，就想到後果難以收拾，要將瞋恨心消除，因為「氣是惹事根苗」啊！。

尤其夫妻一定要避免在子女面前吵架，以免小孩子有樣學樣。因此不管對方如何，心要柔軟下來，不可惡言相向。我們想想，一旦言語衝突起來，總是揀些傷心的話來罵人。對方一聽，將忿恨填膺，後果很難處理（如必須事後道歉，或因此不合、丟官），心中自然就心平氣和了。

俗云：「是非只為多開口，煩惱皆因強出頭。」布袋和尚有詩云：「手把青秧插滿田，低頭便見水中天；六根清淨方為道，退步原來是向前。」因此凡事忍得下，自有退一步海闊天空的舒暢！

【故事】：泰伯採藥……

周文王的大伯父泰伯，孔子稱讚他有三讓天下的美德。當周文王（名字叫昌）出生時，有一隻赤色的鳥，嘴裏啣了丹書，停在門戶上，表示聖人出世的祥瑞氣象。祖父古公亶父（即太王）就說了一句話：「我周家將來一定有興盛家業的人，那個人就是昌吧！」如果照傳統的規定，古公亶父的位子應該傳給大兒子泰伯，不可能傳給三兒子季歷，季歷就是文王的父親，這樣周文王就無法繼承王位。

泰伯很有智慧，聽到父親古公亶父這句話，了解父親的心意，於是藉父親生病時，需要藥材，便偕同二弟仲雍往南方去採藥，並將自己紋身斷髮，這樣一來就不能接受王位，而滿了父親的心願。泰伯不僅捨掉世間最大的財物——王位，讓位給三弟季歷，再順利把王位再傳給文王。這種作為，使人看不出他讓國的行徑，所以孔子稱讚泰伯是「至德」的表現。

### 【故事】：公藝百忍

唐朝張公藝先生家中九代同堂，全家上下和樂融融。唐高宗仰慕他治家有方，便請問他有何妙法？張公藝先生寫了一個「忍」字，再一個「忍」字，……連續寫了一百個「忍」字，他的大家庭就因家中大小事都能互相忍讓，而得以維持，這就是有名的「百忍成家」。

### 【故事】：鄭濂碎梨

明朝鄭濂先生家七代同堂，同居約有千餘人，號稱『天下第一家』。有一次，明太祖曾召見鄭濂，問他治家之道，鄭濂回答說：「惟不聽婦人言」（即不聽信「自私自利」、「斤斤計較」之言語）。

明太祖聽了很高興，賜給他二顆大水梨，並派了校尉，看他如何公平分

食此二梨。結果鄭濂一回到家，就召集全家一千多人，一齊出來謝恩之後，便將兩個梨子弄碎了，放在兩大缸的清水中，大家分著喝了，明太祖知道此事後非常歡喜，並佩服鄭濂的智慧。

### 【故事】：士選讓產

五代時有位張士選先生，年紀很小時，就沒有父母親，由他叔父把他撫養長大。到了他十七歲時，其叔父對他說，我現在想把祖父遺留下來的家產，分做兩份，你我各得一份。

張士選說叔父生有堂兄弟七人，故應分為八份才好，他的叔父本來不肯，後來張士選讓得利害，後來只好答應他的請求。那時，張士選還在書館讀書，有一位算命先生看到他時，便說他滿面陰鷲，將來必定能高中科第，後來果然及第。

### 【引申】：布施忍辱，廣結善緣……

現代小家庭居多，家中子女大都只有兩三個，甚至是單生一個，往往缺乏學習與兄弟姐妹相處的良好環境。再加上父母都是上班族，小孩很小就進了托兒所、幼稚園，更減少了親自教導子女的時間，因而發生「隔代教養」，或被「電視／電腦」教育或被傭人教養的問題。

一旦小孩進入小學，過團體生活，不知如何在團體中自處，容易發生適應困難，行為偏差的問題。例如：自我中心、個性倔強、無禮、叛逆、懶惰、浪費、無責任心等，不知道說話的時機，做事不能負責，常常和同學發生爭執，不能遵守團體規範，所以引來行為及心理的困擾。難怪今日學校特別重視輔導教育，但畢竟疲於奔命，效果有限，而追本溯源是忽略了人格的教育。

《弟子規》重視禮的教化，從小就將聖賢的教誨——財物輕、言語忍之

「布施忍辱」的精神，落實於日常生活中的家庭教育，無形之中，可消弭許多社會的文明病。

古人說：「愛屋及烏」。孝悌也是如此，一個人如果不知父母心中所想，心中所愛，如何能為父母分憂解勞呢？因此要想學孝道，應該先了解父母的心，愛其所愛，憂其所憂，孝道自然就能無虧。而悌道就是孝道的延伸，因為兄弟姐妹血緣來自父母，所以悌道自不離於孝道，孝道無虧，悌道自然就能圓滿。因此，我們若能學「士選讓產」而行布施，自然能使兄弟姐妹與親友間和睦相處，並獲得眾人的尊敬。

佛陀曾教導我們，將身外之物看輕，因此要多布施，廣結善緣，才能積累福德；同時亦要修忍辱，才能保持功德，正與《弟子規》的教誨不謀而合，如此必能開創自己光明的前途，幸福美滿人生不求而至矣！

## 九、長幼有序，各安其位

9. 「或飲食，或坐走；長者先，幼者後。」

長呼人，即代叫；人不在，已即到。」

### 【易解】

良好的生活教育，要從小培養，不論用餐就坐或行走，都應該謙虛禮讓，長幼有序，讓年長者優先，年幼者在後。

長輩有事呼喚人，應代為傳喚，如果那個人不在，自己應該主動去詢問長輩有什麼事？可以幫忙就幫忙，不能幫忙時則代為轉告。

「或飲食，或坐走；長者先，幼者後」，一般小孩對於喜愛的食品，

總想先吃或多吃一些。而《三字經》說：「融四歲，能讓梨，弟於長，宜先知。」孔融小小的年紀，相當今日幼稚園小班，竟能把喜愛的梨子，大的讓給兄長，小的自己揀來吃。這種禮讓的美德，不見得每個人都做得到，難怪古人如此讚歎，而舉為兒童的模範。

在現代社會，由於小孩子生得少，往往小孩在家是當皇帝，吃飯、走路或做什麼事都搶第一，不知尊敬長輩，這是因為從小被大人溺愛或沒有人教，而不知敬老尊賢。所以在飲食方面，家人在一起吃飯時，我們一定要告誡子女，父母或長輩沒有動手之前，晚輩一定不可以動手先吃，同時也不可在菜餚裡面挑來挑去，這是做人基本的禮貌。

雪廬老人所編《常禮舉要·居家篇》說：「為人子坐不中席，行不中道。」「徐行後長，不疾行先長。」也說到為人子弟的，不坐正中間的大位上，走路時不可大搖大擺走在路中央；同時也應注意，要跟在長輩後面緩緩而行，不可搶先走在長輩之前。希望大家研究《弟子規》的同時，也能一併

參考《常禮舉要》一書，相信會有相得益彰的功效！

「長呼人，即代叫；人不在，已即到」，「呼」是叫喚的意思；「即」是很快的意思。現在的小孩對於長輩的使喚，常常出現慢吞吞，或不理不睬的態度。如果呼叫的不是自己，更是充耳不聞，一點也不關心。小孩從小就養成這種怠慢的習慣，到了學校，接觸外面的團體，這種習慣會不自覺地表現出來，使別人留下傲慢無禮的壞印象，這是個人品格上的大缺失。因此，如果長輩所要找的人不在，我們就要立即主動向長輩回應，並且詢問是否有事情需要交代或轉告。

國父曾說：「人生以服務為目的，不以奪取為目的。」耶穌曾對門徒說：「你們中間，誰願為首，就必做眾人的僕人」。《弟子規》這段經文即是教我們時時要秉持為人服務的精神，因「助人為快樂之本」啊！

我們若想改正傲慢、怠惰的毛病，當隨時回顧「入則孝」的經文：「父母呼，應勿緩；父母命，行勿懶。」是否做到了，再依照這段經文來練習，

將可成為一位人人歡迎的謙謙君子！

【故事】：陳昉百犬

在宋朝時，有位陳昉先生，從其先祖遺制以來，十三代同居在一起，長幼有七百餘人，並不雇用婢僕，且上上下下非常親睦，沒有一個人有離間的言語。每遇到吃飯時候，長輩都坐在大的廳堂一起吃飯，而未成年的人，則坐在另外的別席吃飯。

陳昉家裏養了一百多隻狗，都是共槽而食，倘若有一隻狗還沒有到，則群犬不食。如此感化了鄉里的人，那時的州官，把此事上奏朝廷，就把陳家的徭役統統都免除了。

## 【引申】：無禮則危，有禮則安……

《弟子規》的內容，是以「禮」為主。「禮」讓人容易把握分寸，不會太過或不及。《禮記》有云：「禮者，天地之序也。」所以我們在日常生活中，要有耐心且漸進地學習「禮」，一次又一次地練習，學會克制情緒與私欲，讓「良知良能」發揮作用。

所以我們應當把握機會，從家裡、學校，及各類團體中，在日常生活去活用去實驗，效果將更為顯著！因此，《禮記》有云：「道德仁義，非禮不成」，「人有禮則安，無禮則危。故曰，禮者不可不學也。」因此有「禮」（理）才能走遍天下，處處受人歡迎也。

在目前小家庭的日常飲食起居中，有人認為孩子還小，和長輩相處在一起，不必太過要求他們，長大自然就適應了！甚至對孩子寵愛有加，把好吃、好用的先給小孩享用。以致小孩認為這樣是理所當然的，不知道要禮讓

長輩，因而誤導孩子養成「自我為中心」的壞習慣。

《弟子規》教導我們，小孩不要因為大人的寵愛，而忽略了應從小培養他們禮讓、忍讓、謙讓的美德，否則將來長大到社會去工作，不知禮節，就會到處碰壁，因「無禮則危」啊！

因此，《弟子規》確實是人人學習「禮節」的一本參考書，也是人際關係與事業成功必讀的一本書。

## 十、恭敬尊長，言行如

10. 「稱尊長，勿呼名；對尊長，勿見能。路遇長，疾趨揖；長無言，退恭立。騎下馬，乘下車；過猶待，百步餘。」

### 【易解】

稱呼長輩，不可以直呼姓名，在長輩面前，要謙虛有禮，不可以炫耀自己的才能。路上遇見長輩，應向前問好，長輩沒有事時，即恭敬退後站立一旁，等待長輩離去。依古禮，不論騎馬或乘車，路上遇見長輩，均應下馬或下車問候，並等到長者離去稍遠，約百步之後，才可以離開（表敬老尊賢之

意)。

「稱尊長，勿呼名」，「稱」是稱謂；「呼」是叫名字。稱呼是重要的禮儀，中國自古以來就很重視，對於長輩一向不敢直接稱呼他的名字。因為稱名是長輩呼叫晚輩，或是自稱用的。如果隨便稱呼，不只長輩會覺得我們無禮，更顯示出自己的鹵莽無知！

古時候「名」是父母所取，成年以後則另外取「字」或是「號」。同輩和晚輩就用「字」或「號」來稱呼，如孔子名是「丘」，字是「仲尼」，後人尊重至聖先師孔子，遇到孔子的名時，更是不敢讀原來的音「丘」，而讀「某」的音，以示尊重。至於孔子的朋友同輩，對孔子稱呼都用「仲尼」，晚輩學生稱呼孔子為「仲尼夫子」。我們讀誦四書五經等中國經典時，若明白稱呼的規矩，就能體會經文當時的情境，及交談的對象背景，更容易走入經文的世界。

「對尊長，勿見能」，「見」即是「現」，也就是誇耀的意思。我們的

能力是用來辦事，並非作為炫耀之用。在尊長面前，不可因為自己學識能力高於長輩，故意將它顯露出來，炫耀長輩以提高自己的地位，如此將增長自己的傲慢之心。這種狂妄的心理，趾高氣揚的態度，反而讓旁人感到厭惡。應該收斂起光芒，學習韜光養晦與溫和、謙恭的態度，如《論語·季氏篇》所謂：「色思溫，貌思恭」，及《禮記》所說「傲不可長」是也。

「路遇長，疾趨揖，長無言，退恭立」，「趨」是快走，「揖」是古時拱手行敬禮用的作揖。路上遇到長輩、老師，要趕快前去行禮打招呼，這是尊重長輩的行為表現，不可視而不見，形同陌路，或是怕羞而避開長輩；同時長輩如果沒有事情交代，即要恭敬退後站立一旁，等待長輩離去。

「騎下馬，乘下車；過猶待，百步餘」，古時不論騎馬或乘車，在路上遇到長輩，都要下馬或下車致意。然在現代社會，本段經文可用於送長輩搭乘電梯、乘車、送客等的禮儀，都要為長輩開門或服務，使他們感覺很舒適、安全。

「過猶待」是長輩已經離開了，也要目送他安全的遠去；「百步餘」指的距離，大約是已漸漸看不清長輩的臉孔，這時我們再轉身或乘上車離去。能如此不怕麻煩，可以看出內心對長輩尊重之情。《常禮舉要》告訴我們：「遠方客去，必送至車站，望車開遠，始返。」可供我們參考。

### 【故事】：李白送友

唐朝大詩人李白，有一天到江邊為好友孟浩然送行，作了一首詩「送孟浩然之廣陵」，詩中說：「故人西辭黃鶴樓，煙花三月下揚州，孤帆遠影碧空盡，惟見長江天際流。」

本首詩說明李白在黃鶴樓為友人孟浩然送行，他在百花盛開的三月，於長江岸邊看著老友孟浩然的船，漸漸消失在碧空與長江天際裡，才依依不捨離去，讓人體會出他和好友深厚的情誼，可與本段「過猶待，百步餘」，相

互得到啟發。

### 【引申】：禮節與教養

目前西式教育盛行，很多人對長輩、師長及父母都直呼其名，這是儒家禮節所避諱的。禮，能區別尊卑親疏，使人更注意細微的言行，及內心的感受，更可以讓人文的教化深入人心，提高人性中良好的德能。「禮」，講究的是「自卑而尊人」，從小處養成謙卑的心理，才能克制浮動的情緒和滔滔私欲。

《禮記》有云：「夫禮者，所以定親疏，決嫌疑，別同異，明是非也。」由此可知，禮是用來制定人與人關係上的親疏遠近，判斷事情之易引起誤會或不明之處，分辨物類之相同或不一樣的地方，發明道理之是非對錯。因此我們不要嫌「禮」太麻煩，覺得做起來彆扭，就一味捨棄反對。因為人心本來就複雜多變，必得以細膩的禮節來調理身心，處處為人著想，才

能養成雍容大方，安詳的氣度與教養。

《禮記》亦云：「禮尚往來，往而不來，非禮也；來而不往，亦非禮也。人有禮則安，無禮則危。故曰，禮者不可不學也。」又說：「道德仁義，非禮不成；教訓正俗，非禮不備」，意思是說明「道德仁義」本來是空洞的名詞，如果沒有「禮」的行為表現，就看不出「道德仁義」的效果；教學和訓導本來可以糾正社會不良風俗習慣的，如果沒有「禮」的標準行為，就難免要顧此失彼而不周到了。因此，吾人若有「禮節」，言語舉止應對得宜，方能顯示自己是有「教養」的人。

我們若到歐美地區旅遊時，一遇到大聲喧嘩、招搖過街的旅行隊伍，回頭一看，十之八九往往是國人的旅遊團。因此，在法國聖母院就以中文告示牌書寫：「請勿大聲喧嘩」，在在都表示我們缺乏教養的表現，實應依本書或《弟子規》所提示的生活規範與倫理來培養自己高貴的「氣質」，自然能受到別人的歡迎，進而改善自己的生活品質。

## 十一、自卑尊人，進退得宜

11. 「長者立，幼勿坐；長者坐，命乃坐。尊長前，聲要低；低不聞，卻非宜。進必趨，退必遲；問起對，視勿移。」

### 【易解】

與長輩相處，長輩站立時，晚輩應該陪著站立，不可以自行就坐，長輩坐定以後，吩咐坐下才可以坐。與尊長交談，聲音要柔和適中，回答的音量太小，讓人聽不清楚，也是不恰當的。有事要到尊長面前，就快步向前；退回去時，必須稍慢一些才合乎禮節。當長輩問話時，應當專注聆聽，眼睛不

可以東張西望，左顧右盼。

「長者立，幼勿坐；長者坐，命乃坐」，《常禮舉要·居家篇》說：「長者立不可坐，長者來必起立。」長輩在我們的身邊時，不可貿然坐下，要注意長輩的動靜。當我們坐著時，如果長輩從遠處走過來，一定要起立致敬。長輩坐下以後，吩咐坐下才可以坐；切莫長輩尚未坐下，一窩蜂搶先坐下來，甚至連長輩坐的位置都沒有了。或是長輩來了，晚輩們還圍坐著討論自己的事，對長輩不理不睬，也不主動向長輩問好招呼，眼裡根本沒有長輩的存在，這都顯出自己的怠慢和驕傲的習氣。

曾看到一則報導，即在公車上，車內非常擁擠，中途上來了一對母子，小孩大約國中一、二年級，只見母親兩手拎著大包小包，一路上站著搖搖晃晃，終於前面有乘客下車，沒想到孩子一屁股坐到空位上，對手提重物的母親視若無睹。由這一則故事，可知父母若不教小孩知道：「長者立，幼勿坐」或《弟子規》的道理，便顯示許多父母在教養兒女方面缺乏經驗，也經

常以為只要滿足兒童的需求，就是愛的教育的方式，以致放任幼小兒女在街頭耍賴，在公共場所喧嘩，旁若無人。

孔子在《論語·泰伯篇》曾說：「如有周公之才之美，使驕且吝，其餘不足觀也已！」今日有些同學們常常以自我為中心，無視於旁人存在，誠如目前許多教師感嘆，現在最大的學生問題之一是「缺乏責任感」，原因無非是父母平日過分強調課業學習，忽略家事的分擔，甚至待人處世的教養；加上近年來「少子化」的結果，形成父母過度保護、甚至遇事代勞，養成子女好逸惡勞及貢高我慢的習氣，使子女都缺乏磨練機會，因此欠缺為自己負責任的自律精神、為別人著想的同理心、遇到困難的挫折容忍力等三項特質，這實在是家庭與學校教育的疏忽呀！

「尊長前，聲要低」，長輩之前，我們講話聲音要放低，不可太放肆而大呼小叫。有些父母對小孩子疼愛備至，縱容他們指使父母做事，遇有不合意時，就發脾氣，養成在團體中只見到別人的缺點，卻不知自我反省的毛

病，所以人際關係奇差。《常禮舉要·對眾篇》說：「不高聲喧嘩，擾亂他人視聽。」對一般人說話都要注意音量，何況是在長輩面前呢？

「低不聞，卻非宜」，凡事都應求恰到好處，如果回答長輩的話太小聲，長輩根本聽不清楚。甚至長輩問話一句也不應，都不是好現象。不論是膽怯不好意思或不會回答，也要學習表白，否則讓長輩心急而誤會我們太傲慢，就非常失禮。

「進必趨，退必遲」，「趨」是快步走向前去；「遲」是較晚的意思。我們在一起聚會的時候，應先到達迎接長輩，態度認真而恭敬。「退必遲」，所表現的是穩重，並樂於接受長輩的訓誨，或散會時較慢離開，以便幫忙服務或處理事情，而不是一溜煙就不見了。

「問起對，視勿移」，「對」是對答；「視」是指目光、眼神。對長輩的應對，我們可參照《常禮舉要·在校篇》：「向師長質疑問難，必起立」及《訪人篇》：「談話應答必顧望」，以訓練自己恭敬的態度及專注的精

神。本句是說若是長輩問話，我們回答時，眼睛要注視長輩，眼神不可東張西望或左顧右盼，因此乃表示漫不經心，對人不屑一顧，這是不合乎禮節的態度。

### 【故事】程門立雪……

這個成語出自《宋史·楊時傳》。程顥和程頤兄弟倆是洛陽人，都師從周敦頤，同為宋代理學奠基人，世稱「二程」。有《易傳》、《經書》、《二程全書》等多種著作，名揚於世。

當時，有一位進士叫楊時，不願做官，一心想研究學問，他曾拜程顥為師，學有所獲。後來程顥逝世，50多歲的楊時和朋友游酢，又到洛陽，去拜會和求教程頤。他們到程頤家時，天降大雪，程頤正在閉目養神。楊時和游酢既不願離去，又不想驚動程頤，就站在門口，等待程頤醒來。

外面風雪很大，但他們不為所動，毫無退縮之意。過了很久，程頤醒了，他見楊時和游酢，仍然站立在門外，並見到外面的雪，已下了一尺多厚；此時楊時和游酢，已變成了兩個雪人，而他們並沒有疲勞和不耐煩的神色，顯現他們對師長的尊敬。於是程頤叫他們趕快進來，很高興地收他們為弟子。

楊時、游酢「程門立雪」，尊師重道、拜師求學的精神，也被歷代傳為美談。

### 【引申】：再談「教養」

目前的學子，由於受到「升學主義」的影響，只重視功課，同時家長或老師疏忽了對小孩灌輸應對進退的禮儀，都以「小孩」為中心，致使小孩從小目無尊長，長輩問話時，坐著回答或不作聲，甚或不理不睬，或在尊長面

前大呼小叫，不知進退的禮節，顯示出沒有「教養」，不知要先學「做成功的人，再做專業人」的正確觀念。

因此，小孩從小就要灌輸他們正確「教養」的觀念。「教養」依黃崑巖教授的定義，乃是一種內在自我的教育，對周遭生物的生存權利有敏感度，對別人的感受有所尊重，具強烈的正義感，知道如何節制自己，擁有具有目標的人生觀，是有擇善原則的社會人。最重要的，是要做一個自知如何才能成為對整個人類社會，做有意義貢獻的人。

《三字經》說：「養不教，父之過；教不嚴，師之惰」，「教之道，貴以專。」因之，現在的教學，壞在博與雜，且不重視生活教育及因果道德觀念之培養，致有今日之苦果。《弟子規》能從小培養兒童正確待人處世接物的「教養」，此乃中華固有文化的結晶，實值得我們大力提倡啊！

## 十二、諸父如父，諸兄如兄

12. 「事諸父，如事父；事諸兄，如事兄。」

### 【易解】

對待叔叔、伯伯等尊長，要如同對待自己的父親一般孝順恭敬，對待同族的兄長（堂兄姐、表兄姐）、或同事、朋友，要如同對待自己的兄長一樣友愛尊敬。

「事諸父，如事父；事諸兄，如事兄」，這是「出則弟」的總結。「諸父」是指伯、叔長輩也；「諸兄」是指堂兄弟、表兄弟或任何人的兄長、同事、朋友也。

本段告訴我們要能做到「入則孝，出則弟」，即對父母盡孝道，友愛兄

弟姊妹，進而以事奉父兄之禮，對待伯伯叔叔、一切父執輩、兄長們、堂表兄弟姊妹、同事、朋友，以及一切眾生，真正做到「老吾老以及人之老，幼吾幼以及人之幼。」因盡虛空、遍法界一切眾生，與我皆是一體也。

【故事】：東漢的「三老」和「五更」……………

東漢自光武帝建國之初，大力提倡社會倫理道德的教育，使得社會風氣從重視利祿，轉變為淳厚，民眾所重視的是氣節和人格。光武帝的兒子漢明帝、章帝，也秉承父親的遺教，尊崇儒家孔子的學說，曾經親自到太學舉行「養老禮」，用尊重父兄的禮節來對待「三老」和「五更」。

「三老」和「五更」是從國家元老或德行著名的人當中，所選出最優秀的楷模。這正是「事諸父，如事父；事諸兄，如事兄」的身體力行，難怪當時社會風氣非常淳厚，政治非常清明，成就了歷史上有名的「明章之治」。

【引申】：四海之內皆兄弟……

本段教我們從孝敬自己的父兄，進一步能孝敬別人的父兄，這是儒家「能近取譬」（即「能就近以自身作比方，推己及人」）行仁的方法，從最親近的父母、兄弟開始學習如何盡孝悌之道，再推展出去善待所有人，正所謂：「推己及人，推人及物」也。這種從近而遠，由親而疏的行仁方法，使親情更親，友情更厚，這樣和諧的五倫關係，能保護我們的家，安定我們的社會，我們何樂而不為？

在《論語》中，司馬牛憂曰：「人皆有兄弟，我獨亡！」子夏曰：「商聞之矣：『死生有命，富貴在天。』君子敬而無失，與人恭而有禮；四海之內，皆兄弟也。君子何患乎無兄弟也？」因此，只要我們能以愛敬存心，則天下之人皆是相親相愛的兄弟啊！

肆

日常生活  
食、衣、住、行  
自我修持的方法

吾人日常生活的行為，往往決定一個人的習慣、個性，而最後是「性格」決定「命運」，因此我們對於生活的細節不可疏忽，務必要養成良好的生活習慣。本段告訴我們食——「對飲食，勿揀擇」、——「食適可，勿飲酒」；衣——「置冠服，有定位」、——「衣貴潔，不貴華」；住——「朝起早，晨必盥」；行——「老易至，惜此時」，要把握光陰力行孝道，充實自己的德行修養。



謹

### 十三、起居規律，愛惜光陰

13. 「朝起早，夜眠遲；老易至，惜此時。

晨必盥，兼漱口；便溺回，輒淨手。」

#### 【易解】

為人子應早起，把握光陰及時努力，晚上要比父母晚睡，俾侍奉父母。若經常晚睡、甚至熬夜，不但對身體不好，也影響白天正常的作息。歲月不待人，青春要珍惜。否則少壯不努力，老大徒傷悲也。

早晨起床後，務必洗臉、刷牙、漱口使精神清爽，有一個好的開始。大小便後，一定要洗手，養成良好的衛生習慣，才能確保健康。

「朝起早，夜眠遲」，本段教我們為人子女早上要早起，晚上要比父母晚睡，以待奉父母。這裏的「晚睡」不是現代人的通宵達旦，浪擲精神，而是針對疏懶無事，一入夜便想睡的人而言的。希望他們能珍惜光陰，學習有用的學問。再者，這裡講的「晚睡」是有規律的，一個人精神體力疲倦了，就應入眠。尤其是小孩子正當發育、求學期間，能在九點左右入睡是最好的。因為能把握時間入睡，才能睡飽、睡好。

根據研究報告發現，晚上9時至11時為免疫系統排毒的時間，此段時間應安靜或聽音樂。而人最遲要在晚上11時左右就寢，這樣隔天才會有好的精神。因膽的排毒是在晚間11時至凌晨1時，在熟睡中進行。凌晨1時至3時則是肝的排毒，而肺的排毒則在凌晨3時至5時進行，此即為何咳嗽的人，在這段時間咳得最為厲害的原因；因排毒動作已走到肺經，不應該用止咳

藥，以免抑制廢積物的排除。這些身體的排毒行為，都是要在睡眠中，才能進行的，所以熬夜對身體很不好，會打亂身體生理時鐘的作息，所以正常的睡眠有益於健康。

現代居住在都市中的人，生活起居常常是「晚睡早起」。尤其受到電視及五花八門的夜生活影響，白天工作或上學緊張忙碌，就利用晚上的時間娛樂放鬆一下，往往要捱到深夜才肯上床休息，第二天賴床起不來，耽誤了上班、上學的時間，生活顯得忙碌緊張。在時間的催趕下，如同陀螺般，無法自主，陷入「忙」、「盲」、「茫」的日子，痛苦非常！

所以「早起」實在太重要了。能早起，早上才有充裕的時間準備早餐，並愉快地用餐，攝取充足的營養，應付忙碌的生活，同時也可以提早出門，擁有從容的心情，面對每天的工作和學習，開啟美好的一天，因「一日之計在於晨」啊！

【故事】：祖逖「聞雞起舞」……

在晉朝時，有一位名祖逖的人，他的天性豁達，輕財好義，經常到種田人家，假借其兄的名義，把穀米和綢布分給貧苦的人。後來京師發生動亂，祖逖就帶親戚和數百家人口，到淮泗地方去避難。他把所有的車馬載運那些老年人和生病的人，並且把他們當父兄一樣看待，自己卻是步行走路。

祖逖同時將所攜帶的藥物衣糧皆與大家共享，並收葬枯骨為之祭祀，後來晉元帝用祖逖當了刺史的官。祖逖因為國家的山河破碎，常懷振復之心，每早聽到雞啼聲，雖然天還沒亮，但是他覺得時間相當寶貴，必「聞雞起舞」鍛鍊身體，每天都不間斷，練就了一身好武藝。

後來祖逖受皇帝任命為大將軍，率軍渡江北伐，在中流擊槳而發誓：「祖逖不能清中原而復濟者，有如大江！」，最後終於盡數恢復黃河以南晉朝失去的土地。祖逖去世之後，當地百姓為他建立祠廟，供奉紀念這位一心

為國為民的北伐英雄。

### 【故事】：國藩早起

清朝平定太平天國之亂的曾國藩先生，是一位真才實學的知識分子。他很重視家庭教育，不論多忙，一定給家人寫信，從祖父母、父母、兄弟到兒子，都有家書問候。

曾國藩在《曾文正公嘉言集》告誡他的子弟說：「要看一個家庭有沒有興盛，就看他的子弟是不是晏起？」「晏起」就是晚起的意思。因此，他在給兒子紀澤及紀鴻的信中，多次提醒他們要「早起」，以保存祖先傳下來的優良家風。

「老易至，惜此時」，由於人生是一條永不回頭的「單行道」，從我們一出生便是「日日向死的存在」，因此要能體會到光陰的寶貴，真的是「一

寸光陰，一寸金」，不可隨便虛擲命光，因為一幌，二、三十年的時間很快就過去，再也不會回來，老年很快就到，故要好好珍惜當下，做一些有益於人群的事。陶淵明有詩云：「盛年不重來，一日難再晨；及時當勉勵，歲月不待人。」實值得我們警惕啊！

根據統計，人的時間有50%用在煩惱未來，40%用於後悔或回想過去，只有10%的時間用在當下；而最後證明經過一週以後，有90%的事情都是自尋煩惱，經過兩週後，則有100%都是無謂的煩惱。換言之，我們大都數人都把時間浪費在緬懷過去、胡思亂想，或期望未來，而到最後證明那些妄想或煩惱，都是虛擲光陰而已！

### 【故事】：八寸長的木棍

曾經有一位父親為提醒其子女愛惜光陰，就拿了一條長八寸長的棍子

（比喻人生可活到80歲）。一開始這位父親把木棍的前後兩寸加以砍掉，代表前面童年（從0～20歲）以及晚年（從60～80歲）都是屬於較無法運用的時間。

中間剩下之40年的時間，再去掉各1/3睡眠、工作及生病、休閒、娛樂的時間，大約僅剩十年的時間可資運用而已！因此，凡事不能等待或拖延至明天，要養成「今日事，今日畢」的習慣。

俗話說：「明日復明日，明日何其多，我生待明日，萬事成蹉跎。」由這個案例，真使我們警覺人生苦短，真應好好把握當下時光充實自己，提昇自己靈性，方不虛此生。

「晨必盥，兼漱口」，早晨起來洗臉刷牙，不僅保持臉部及口腔清潔，更使精神煥發，有個好的開始。《大學》湯之盤銘（即商湯在洗臉盆所刻之自勉之語）曰：「苟日新，日日新，又日新」，就是告訴我們在每天盥洗的時候，要能清淨自己的身心，並且天天求進步。

「便溺回，輒淨手」，大小便後容易沾有病菌，所以上完廁所，就要把手洗淨，以防止病毒感染，也才合乎衛生，而且對我們的健康有很大的幫助。

同時我們若要防止一切病毒，要學會洗手，尤其手心、手背、指縫間均要仔細搓洗，同時要時時保持清淨心，才能避免「病毒」（包括貪、瞋、癡三毒）對我們身心的污染。

### 【引申】：「掃地」與「掃心地」

每逢正值「新年頭，舊年尾」之際，家家戶戶都開始打掃家居環境，準備迎接農曆新年，甚至有些機關也配合全國「清潔週」，舉辦清潔競賽的活動，希望藉由彼此競爭及激勵的方式，把我們的工作與生活環境，徹底整頓一番。

看到各行各業的員工們都利用假日或休息時間積極打掃環境，使我想起佛教的一段公案。即當年佛陀在世，佛陀有一位弟子名叫周利槃陀伽，與兄長摩訶槃特一同出家為佛陀弟子，但是因為稟性魯鈍愚笨，凡是所學習之教法，誦過即忘，所以被人稱之為「愚路」，用現代的語言來說，他是個智障兒童。

佛陀知道了他的煩惱與障礙，就不再要他記誦經文，反而教他誦念簡短之「拂塵除垢」一語，令他在拂拭諸比丘之鞋履或掃地時反覆念誦。周利槃陀伽依教奉行，久而久之，他將自己的「心」比之如「地」，將心中的「煩惱」，比之如地上的「塵垢」，所以他在掃地時，就自我思量將心上的煩惱塵垢清除一次，因此而業障逐漸消除，後來水到渠成，某日忽然開悟而證得阿羅漢果，具足神通，變化自在。

由上述故事可知，周利槃陀伽剛出家時，記憶力很差，但是由於他在每天掃地時，能依佛的教誨，漸漸悟到：「掃地掃地掃心地，心地不掃空掃

地；人人若把心地掃，世間皆成清淨地（朵朵蓮花開心底），故能由外面掃地的工作，而體悟到內在要保持「清淨心」的真理，進而明心見性，開悟證果。

是故具有相當智商的我們，更應當了解我們本具的心，如清淨的琉璃。然因久遠劫來，長期被貪、瞋、癡「三毒」煩惱的灰塵，或心中的垃圾所覆蓋，故實應積極從清除外在環境污染（每天盥洗、洗澡或洗手等）的過程當中，體會到「心靈環保」的重要，努力從「心地」下功夫，保護自己善良的心地，能不受外在環境的污染，因「清淨心」乃是一切萬事萬法的根本啊！

### 【引申】：活在當下……

曾看到一位無名氏所寫的一段文字：「起初，我想進大學，想得要死；隨後，我巴不得趕快大學畢業，好開始工作；接著，我想結婚，想有小孩又

想得要命；再來，我又巴望小孩快點長大去上學，好讓我回去上班；之後，我每天想退休，想得要死；現在，我真的快死了……；忽然間，我明白了，我一直忘了真正去活。」

由上述文字可知，我們大多數的人，在人生的每一個階段，都常常期待或盼望下一個美好時光的來臨，而真正引頸企盼的美好事物實現時，卻又不知珍惜感恩，而讓它迷迷糊糊地過去了，好像我們每一天是在為未來而活，而無法享受眼前的時光。

禪家告訴我們：「要活在當下」，就是要我們將全副心神貫注在眼前手邊的事物，讓心靈毫無雜念地去體驗當下，享受當下的時刻（Enjoy the Present Moments）！我們大多數人大都無法全然專注於「當下」所做的事，我們把大部份的時間、精力，浪費在胡思亂想、心不在焉上，以至於很難擁有真實的剎那。

當我們的生命耗費在後悔過去或為未來做準備，而非享受眼前時光時，

我們便失去了欣賞生命過程，每一分喜怒哀樂的心情；我們如果相信在擁有某種經驗、或某種財富、或某種地位之後，我們就會快樂，那像是活在虛無縹緲當中，同時事實證明，一旦我們達到目標之後，我們往往再一次把快樂順延到下一個目標上，這種無法「活在當下」的習慣，將使我們無法過得快樂自在！

總之，「活在當下」就是要專注目前所做的工作，不懷念過去，也不寄望未來，而只是全心全力地去體會及品嚐當下的每一個經歷，而非結果，如此將隨時充滿喜悅安樂，「當下就是永恆」，生命的意義就在其中。

## 十四、儀容整齊，物歸原位

14. 「冠必正，紐必結；襪與履，俱緊切。  
置冠服，有定位；勿亂頓，致污穢。」

### 【易解】

要注重服裝儀容的整齊清潔，戴帽子要戴端正，穿衣服要把鈕釦、拉鍊結整齊，襪子穿平整，鞋帶應繫緊，否則容易被絆倒，一切穿著以穩重端莊為宜。回家後衣、帽、鞋、襪都要放置定位，避免造成髒亂，要用的時候又要找半天。因此我們應從大處著眼，小處著手；養成良好的生活習慣，是成功的一半。

「冠必正，紐必結；襪與履，俱緊切」，「冠」是指帽子，「紐」是指鈕釦或拉鍊，「襪」是指襪子，「履」是指鞋子，「緊切」就是要綁緊。本段告訴我們外出上學或辦事，所戴的帽子、所穿的衣服鈕釦、拉鍊、襪子、鞋子，從頭到腳，服裝儀容要穿戴整齊，不犯威儀，不僅端正自己的身心，也是和人接觸的基本禮貌，不會讓人產生厭惡。

「置冠服，有定位；勿亂頓，致污穢」，「亂頓」就是隨便擺置。這是說我們所使用的衣、帽、鞋、襪及每一樣東西，都要養成「物歸原位」的好習慣。回家後，若不隨便亂丟衣物，不僅需要使用時容易找到，而且不會沾到污穢。

諺云：「一室之不治，何以天下國家為？」因此，我們平常能養成整潔的習慣，可使我們內心保持心平氣和，常在定中。以此清淨心，來處理國家或公司的事情，相信都能迎刃而解。

以上這些生活起居習慣，看似平常，卻很容易疏忽。這些小處、近處若

做得中規中矩——「學貴慎始」，何愁不能成就大事業呢？

【故事】「倘一失足，將無所不至矣」

明朝《松窗夢語》作者張瀚初任御史時參見長官王廷相，王廷相向他講了下面的故事：

我昨天乘轎進城，剛好下大雨，一個轎夫穿了雙新鞋，起初他很小心地循著乾淨的地方落腳，生怕弄髒了鞋。進城後地上泥濘漸多，轎夫一不小心，踩進了泥水中，之後就「不復顧惜」，甚麼地方都踩下去了。

王廷相引申說：「居身之道，亦猶是耳；倘一失足，將無所不至矣！」張瀚聽後，十分佩服，從此「終身不敢忘」，慎始慎終為官，成為一個良臣清官。

由上可知，欲善終，當慎始。一個人如果一開始輕忽細節（一步錯），犯錯後習以為常（不知改過），將會一錯再錯（步步錯），甚至無所不為

（走向罪惡深淵），這就是「魔鬼都在細節裡」，「積小過成大過」，「一失足成千古恨，要回頭已百年身」的道理。這也是《易經》所說：「言行，君子所以動天地也，可不慎乎？」時時提醒自己的言行，要養成「學貴慎始」的好習慣。

### 【故事】：幸靈至恭

晉朝的時候，有一個叫做幸靈的人，他的為人非常恭謹，遇到別人一定率先主動與人問候，並且口稱自己的名字。有些人見他誠篤有禮，所以欺負侮辱他，但他並不因此而發怒。

平時幸靈見到草木傾倒時，都會主動去把它們扶起。有一回，他的父母叫他去看管田裡的稻子，有一群牛跑到稻田裡吃稻子，他看見了並不去驅趕牛群，等到牛群走了之後，幸靈才走過去整理殘亂的稻田。

他的父母親知道這件事後，就問他為何不去驅趕牛群？幸靈則是說牛群吃稻子這是牠們的天性，所以我應該要成全牠們，可是稻田因此而殘亂不堪，所以我也應該要替它們整理一番。

【引申】：情與無情，同圓種智……

聖人和光同塵混跡在世俗之中，其見一切「有情」與「無情」皆是眾生一體，牛是如此，稻也是如此。如幸靈之行為，其見人則先拜，這是「常不輕」菩薩；有人侵辱他，他則毫無慍色，這是「忍辱仙人」；見到牛吃稻子而不加驅趕，這是「同體大悲」的表現。

幸靈見到稻子傾倒，則前去扶正，則是「置冠服，有定位；勿亂頓，致污穢」的表現，亦是「同圓種智」的境界。而這一切都是由自性中所顯現，非是矯揉做作，可見聖人境界之不可思議，非是凡夫所能測度。

## 十五、衣食適當，上循下稱

15. 「衣貴潔，不貴華；上循分，下稱家。

對飲食，勿揀擇；食適可，勿過則。

年方少，勿飲酒；飲酒醉，最為醜。」

### 【易解】

穿衣服需注重整潔，不必講究昂貴、名牌、華麗。穿著應考量自己的身份及場合，更要衡量家中的經濟狀況，儉樸才是持家之道。不要為了面子，更不要讓虛榮心作主，無謂的開銷就是浪費。

日常飲食要注意營養均衡，多吃蔬菜水果，少吃肉，不要挑食，不可以

偏食。三餐常吃八分飽，避免過量，以免增加身體的負擔，危害健康。

飲酒有害健康，亦是穿腸毒藥。青少年或未成年要守法，不可以飲酒。成年人飲酒也不要過量，試看醉漢瘋言瘋語，醜態畢露，甚或酒後亂性，惹出不少是非。

「衣貴潔，不貴華；上循分，下稱家」，「貴」是著重的意思；「上」是對外；「循」是遵循；「下」是對內；「稱」是適當的意思。衣服原來是保護身體的，必須經常換洗，保持整齊清潔，不重華麗或名牌。在社會及各種團體中，更要依照自己的身分、地位、年齡來穿著；在古代對公務員的服裝都有規定，而今日我們在公共場合仍以端莊整齊為準。至於在家庭也要依自己的經濟負擔能力，適當的來穿著，不可太邈邇。尤其做母親的在家裡，穿著也要適當，更不可疏於打扮。

但是，近年來社會上享樂主義盛行，大家所標榜的是個人物質的享受，連小朋友們都喜歡穿名牌衣物，都是虛榮心作遂，忘了衡量自己家庭的經濟

狀況，無形中養成奢侈浮華的習慣。

【故事】：司馬光教子「儉樸」——《訓儉示康》

「儉樸」是中華民族的優良傳統。我國歷史上眾多有識之士在生活上都十分注意自身的儉樸，也非常重視對後代的「儉樸」教育。這種身教言傳之精神，成為後人正身教子的楷模。

北宋傑出的史學家司馬光，字君實，陝州夏縣（今屬山西）涑水鄉人，世稱涑水先生。宋仁宗寶元二年進士，官至左僕射兼門下侍郎。後贈太師、溫國公、謚文正。他著述宏豐，所主持編著的《資治通鑒》是我國一部很有價值的歷史著作。他生活儉樸，為人穩重踏實，更把儉樸作為教子成才的主要內容。

司馬光一生，流傳有許多動人的故事。據歷史記載，司馬光十分注意教

育孩子力戒奢侈，謹身節用。他在《答劉蒙書》中說自己「視地而後敢行，頓足而後敢立」。為了完成《資治通鑒》這部巨著，他不但找來范祖禹、劉恕、劉斂當助手，還要兒子司馬康參加這項工作。當他看到兒子讀書用指甲抓書頁時，非常生氣，認真地傳授了他愛護書籍的經驗與方法：讀書前，先要把書桌擦乾淨，墊上桌布；讀書時，要坐得端端正正；翻書頁時，要先用右手拇指的側面把書頁的邊緣托起，再用食指輕輕蓋住以揭開一頁。他還教誡兒子說：做生意的人要多積蓄一些本錢，讀書人就應該好好愛護書籍。

在生活方面，司馬光節儉純樸，「平生衣取蔽寒，食取充腹」，但卻「不敢服垢弊以矯俗於名」。他常常教育兒子說，食豐而生奢，闔盛而生侈。為了使兒子認識崇尚儉樸的重要，他以家書的體裁寫了《訓儉示康》。

他在文中說道，古人以儉約為美德，今人因為儉約而遭到譏笑，實在是要不得的。他又說，近幾年來，風俗頹弊，講排場，擺闊氣，當差的走卒穿的衣服和士人差不多，下地的農夫也腳上穿著絲鞋。為了酬賓會友「常數日

營聚」，大操大辦。他對這種奢靡的風俗感到痛心，為此而慨嘆道：「居位者雖不能禁，忍助之乎！」

隨後，司馬光贊揚了宋真宗、仁宗時的李沆、魯宗道和張文節等官員的儉約作風，並援引張文節的話說：「由儉入奢易，由奢入儉難。」告誡兒子這句至理名言是：「大賢之深謀遠慮，豈庸人所及哉？」接著，他又援引春秋時魯國大夫御孫說的話：「儉，德之共也；侈，惡之大也。」接著，他對道德和儉約的關係作了辯證而詳盡的解釋。他說：「言有德者皆由儉來也。夫儉則寡欲。君子寡欲則不役於物，可以直道而行；小人寡欲則能謹身節用，遠罪豐家。」反之，「侈則多欲。君子多欲則貪慕富貴，枉道速禍；小人多欲則多求妄用，敗家喪身。」

司馬光為了教育兒子警惕奢侈的禍害，常常詳細列舉史事以為借鑒。他對兒子說過：西晉時何曾「日食萬錢，至孫以驕溢傾家」，石崇「以奢糜誇人，卒以此死東市」。近世寇準生活豪侈冠於一時，「子孫習其家風，今多

窮困」。

《訓儉示康》這篇文章，寫得有理有據，真切動人。司馬康讀時，忍不住流下了眼淚。此後，他一生始終把父親的這篇家訓，當作做人的鏡子，用來鞭策自己。

一個人對待物質生活的態度，直接關係到他事業的成功與失敗。由於司馬光教子有方，兒子司馬康從小就懂得了「儉樸」的重要性，並以「儉樸」自律。他歷任校書郎、著作郎兼任侍講，以博古通今、為人廉潔和生活儉樸而稱譽於世。

**【故事】：石崇鬥富誇奢，禍及親人……**

石崇（246—300），字季倫，渤海南皮人。少時敏慧，有勇有謀。父石苞臨終分配遺產予諸子，獨不予石崇，以為其日後可恃己力致富。

元康初年，出任南中郎將、荊州刺史。荊州在當時是富庶的大州，更是南來北往水路必經之路。石崇常對路經荊州的商旅行劫，於是獲取巨大的財富。因此，《晉書》記載：「石崇為荊州刺史，劫奪殺人，以致巨富。」

根據〈世說新語·汰侈〉篇：石崇與王愷爭豪，並窮綺麗，以飾輿服。當時晉武帝，是王愷之外甥，每每幫助王愷。有一次，皇帝以一珊瑚樹，高二尺許賜給王愷，世罕其比。王愷拿去炫耀石崇。石崇觀賞完後，以鐵如意擊之，應手而碎。王愷既惋惜，又以為石崇忌妒自己之寶，聲色甚厲。石崇說：「不足恨，今還卿。」乃命左右悉取珊瑚樹，有三尺四尺高，條幹絕世，光彩溢目者六七枚，每株都大於王愷的珊瑚樹，王愷惘然自失。

石崇因生活豪奢又愛炫富，使自己成為八王之亂中趙王司馬倫的俎上之肉。石崇亦因伎女綠珠之事，而被司馬倫寵臣孫秀所恨，孫秀便建議司馬倫誅殺石崇。因此，石崇遭孫秀誣陷處決東市，母、兄及妻兒共十五人亦同被誅殺，年五十二。

司馬光在〈訓儉示康〉文中云：「儉，德之共也；侈，惡之大也。」又說：「石崇以奢靡誇人，卒以此死東市。」真是至理名言啊！

### 【故事】：子路循分

孔子的學生——子路是有名的孝子，家中貧窮，吃的用的都很簡陋，他身上穿著破舊縫補過的棉袍，但當他和穿著狐貉皮草的人站在一起，從未覺得羞恥不如人。

子路這種高尚的人格，讓孔子讚歎不已。有一次，孔子要大家發表個人的志向，子路說：「願車、馬、衣、輕裘，與朋友共，敝之而無憾。」亦即子路願意將自己高貴的車馬及昂貴輕暖的皮衣，和朋友一起分享共用，用壞了也不會抱怨。

從子路的志向，可見子路不重視物質的享受，所注重的是自己的人格是

否完美或守分，及朋友間互助的友誼。子路看輕一切物質享受，一心只想充實高尚的品德，他這種勇氣和志向真令人佩服！

「對飲食，勿揀擇；食適可，勿過則」，「揀擇」就是挑食的意思；「過則」是沒有節制的意思。現今社會富裕，吃得非常豐盛，我們不要挑剔食物的好壞；吃的分量，大約七、八分飽就可以了，不要過量。同時應只取需要，不取所好，因如果對於喜歡的食物，就狼吞虎嚥撐太飽；不喜歡的，就一點也不嘗試，這不僅會因營養攝取不均衡，而使身體虛弱，日子久了，更會養成固執愛計較的拗脾氣，變成不受歡迎的人物。

此外，當今的文明病例如：過度肥胖、癌症、糖尿病等，多為營養過多與營養失衡所造成。應注意過分加工，太精緻的食品，都含有化學添加物，有害健康，不宜食用。

「年方少，勿飲酒；飲酒醉，最為醜」，古人飲酒乃是為了促進血液循環，並不是飲酒作樂。由於現代年輕人，血氣方剛，容易酒後亂性，因此

以不飲酒或不吸毒為宜。例如，一般人開車或辦事，如果飲酒過量，常常造成不幸或遺憾的意外，所以從小就應避免養成喝酒的習慣，而且如果酒後亂性，或造作惡業，醜態畢露是最愚癡的行為。尤其在現代社會，小汽車盛行，更應謹記：「開車不飲酒，飲酒不開車」，以保障自己和他人的生命財產的安全。

### 【引申】：身教重於言教

曾經有一位家長，教他五歲的小孩背《弟子規》。有一次，這位家長在外應酬，回家酒醉嘔吐、昏睡。小孩見到爸爸這種醜態，就說：「爸爸，飲酒醉，最為醜！」

他爸爸聽到後，感到吃驚，這麼小的孩子，就懂得喝醉酒不對，以後在應酬時就很謹慎，不會再醉酒而歸了，同時也深深體會到「身教重於言

教」，「說一丈，不如行一尺」的重要性。

《禮記》有云：「修身踐言，謂之善行；行修言道，禮之質也。」由此可知，我們要時常修養自己的德行，實踐自己說過的話，才可稱為完美的品行，因「言教不如身教之易於感人」也；由於「道」就是「路」，是用來「行」的，因此我們能夠修養品行，且言行一致，說到做到，這才是禮的本質啊！

## 十六、步履從容，舉止端莊

16. 「步從容，立端正；揖深圓，拜恭敬。勿踐闕，勿跛倚；勿箕踞，勿搖髀。」

### 【易解】

走路時步伐應當從容穩重，不慌不忙，不急不緩；站立時要端正有站相，須抬頭挺胸，精神飽滿，不可以彎腰駝背，垂頭喪氣。語云：「立如松，行如風，坐如鐘，臥如弓」，這是我們應該要學習的。

問候他人時，不論鞠躬或拱手都要真誠恭敬，不能敷衍了事。進門時腳不要踩在門檻上，站立時身體也不要站得歪歪斜斜的。坐的時候不可以展開

兩腿像畚箕，腿更不可以抖動或搖臀，這些都是很輕浮、傲慢的舉動，有失君子優雅的姿態。

「步從容，立端正」，「步從容」是走路時神態要從容，很穩重，不要慌慌張張、橫衝直撞；一般人走路大都匆匆忙忙，有的小朋友，在學校走廊或路邊奔跑追逐，經常險象環生。自我訓練從容不迫的走路，是一種安定身心的好方法；「立端正」即站得端正，不但能顯現出頂天立地朝氣蓬勃的氣象，更有益身體健康。因此，佛門行、住、坐、臥「四威儀」當中，提到：「行如風自在，立如松挺拔，坐如鐘穩重，臥如弓吉祥」，對於我們身心的健康有很大的幫助。

「揖深圓，拜恭敬」，「作揖」和「叩拜」都是古時的禮節，相當於現在的鞠躬。「圓」是代表圓融，或恭敬的意思。作揖和叩拜注重的就是內心的恭敬，所以表現出來的自然是深深的躬身作揖，以及謙卑低下的叩拜。「揖深圓」是指打招呼時，要恭敬的鞠躬彎腰。本句是教我們學習身心合

一，「誠於中，形於外」真誠恭敬的態度！

「勿踐闕，勿跛（ㄅ）倚，勿箕踞，勿搖髀」，「勿」是不可以；「踐」是踐踏；「闕」是指門檻；「踐闕」是進門時踩在門檻上，會弄髒進門者的衣服下襠，同時也是對主人的不恭敬。「跛倚」是站得不正，給人懶散不敬的印象，故《禮記》有云：「立毋跛」；「箕踞」是坐著時兩腳張得像畚箕，最為難看，尤其女生更是要特別注意，《禮記》亦云：「坐毋箕」。「髀」是指大腿骨；因此「搖髀」是翹腳抖腿搖臀，顯得輕浮不莊重。此處「勿箕踞，勿搖髀」，可以說為人父母常在不經意當中，可能犯了而不自知，故要提高警覺，時時做子女的好榜樣。

在日常生活當中，能依著這段《弟子規》，改掉壞習慣，糾正不雅觀的舉止，在食衣住行上，處處養成合禮正確的姿態，這是處世的無價之寶，值得我們來細細學習。

### 【引申】：謙敬得福……

在《了凡四訓》中，曾提到：「大都吉凶之兆，萌乎心而動乎四體，其過於厚者常獲福，過於薄者常近禍。」《中庸》亦說：「禍福將至，善必先知之，不善必先知之，故至誠如神。」

因此一個人厚道，那麼全身四肢都顯得穩重、從容、謙敬；一個人刻薄，那麼全身四肢都顯得輕浮、懶散、傲慢。一個人凡是偏在厚道的，一定常得福；偏於刻薄的，一定常近禍。因此，一個人的禍福，由四肢的動作威儀、態度上，是可以事先預知的。

袁了凡先生曾舉了一位叫夏建所的讀書人，看到他氣質虛懷若谷，步履穩重從容，而且謙光逼人，知道他考試一定上榜，後來果然金榜題名。

茲再舉一個明朝的故事，來說明謙虛的利益。明朝有一位讀書人，文章寫得很好，在當代許多讀書人中頗有名聲。有一次參加鄉試，卻榜上無名。

他很不服氣，大罵考官有眼無珠，不能慧眼識英雄。那時有一個道士在旁笑說：「你考試的文章，一定寫得不好」，那位讀書人更加發怒說：「你沒看到我的文章，怎知道我寫得不好？」道士說：「我常聽人說，作文章最要緊的，是心平氣和；現在聽到你大罵考官，表示你的心非常不平，脾氣也太暴躁了，你的文章怎會好呢？」

那位讀書人聽了道士的話，不覺地屈服了；因此，就轉過來向道士請教。道士說：「要考中功名，全要靠命；命裏不該中，文章雖好，也沒益處。一定要你自己做個改變。」那位讀書人又問說：「既然是命，怎樣去改變呢？」道士說：「造命者天，立命者我；只要你肯力行善事，多積陰德，什麼福不可求得呢？」讀書人說：「我是個窮讀書人，能做什麼善事呢？」道士說：「善事陰功，皆由心造，常存此心，功德無量。且如謙虛一節，並不費錢，你如何不自我反省，反而罵考官不公平呢？」後來這位讀書人從此折節自持，善日加修，德日加厚，最後終於金榜題名。

總之，一個人若能謙虛，必能夠接受及聽取別人的意見，進而擴大自己的習慣領域，在社會上方能獲得大眾廣泛的支持與信任。同時懂得謙虛的人，更能知道「日新又新」的重要，不但在學問、道德、待人、處事、接物方面，樣樣都能不自滿，而且經常虛心檢討，故能受教有地，取善無窮，時時追求進步，使我們的人生充滿希望與光明的遠景。

## 十七、行為謹慎，勿忙少錯

17. 「緩揭簾，勿有聲；寬轉彎，勿觸稜。  
執虛器，如執盈；入虛室，如有人。  
事勿忙，忙多錯；勿畏難，勿輕略。  
鬥鬧場，絕勿近；邪僻事，絕勿問。」

### 【易解】

進入房間時，不論揭簾子、開門的動作都要輕一點、慢一點，避免發出聲音。在室內行走或轉彎時，應小心不要撞到物品的棱角，以免受傷。拿東西時要注意，即使是拿空的器具，也要像裡面裝滿東西一樣，小心謹慎以防

跌倒或打破。進入無人的房間，也要像有人在一樣，不可以隨便。

做事不要急急忙忙，慌慌張張，因為忙中容易出錯，不要畏苦怕困難，而猶豫退縮，也不可以草率，隨便應付了事。

凡是容易發生爭吵打鬥的不良場所，如賭博、色情等是非之地，要勇於拒絕，不要接近，以免受到不良影響。一些邪惡下流，荒誕不經的事也要謝絕，不聽、不看，不要好奇的去追問，以免污染了善良的心性。

本段經文和下一段經文都是告訴我們日常生活的細節，都要非常謹慎，避免因一時的輕忽，而發生過失，後悔莫及也。

「緩揭簾，勿有聲」，「緩」是慢慢的意思。古代和現代都有在門的上面，掛上門簾以隔開內外。所以進入屋內，必先慢慢地揭開門簾，以避免發出吵人的噪音。此外，这也提醒我們在搬桌椅、聽音響、看電視時，都不可發出太大的聲音，以免影響週遭正在休息的人，這是體諒別人，處處為人著想的一種表現。

「寬轉彎，勿觸稜」，「稜」是指牆角、桌角、路的死角。走路時要「步從容」，轉彎時離稜角遠一點，慢慢地通過，平時騎車、開車轉彎時能注意這點，也能降低車禍發生的機率。遇到路窄人擠時，能夠做到：「徑步窄處，須讓一步與人行」，就不會發生推撞，而且可以防範轉角處，突然衝出的「冒失鬼」。本句亦指我們應時時保持一個寬容別人的心，不要去碰觸別人忌諱的短處或痛癢之處。

本句在此可引申為待人處世要圓融，不要蠻幹，或堅持己見，因「山不轉路轉，路不轉心轉」也；同時應放下心中的「屠刀」——即「負面的情緒、想法、言語」或「堅固的我執」，如此才能過快樂、自在的生活，並且促進我們的人際關係，追求幸福美滿的人生！

### 【故事】：痛癢之處

有一天，一位佛陀的弟子，從外面弘法回來，非常沮喪的向佛陀說：「我遵照您的意思，到外面弘法度眾。可是，他們非但不理我，還要趕我走。」

佛陀仔細觀察之後，說道：「那是因為你沒有注意到眾生的痛癢之處。」例如我們接觸一般的狗兒，如果想對牠表示友好，可以拍拍他的頭，撫摸牠的毛。但是，鼻子這個地方可不要隨便去碰，假如不小心碰到了，狗兒凶惡起來，可是會咬人的。同樣的，對人說法也要契理契機，否則碰到別人的「棱角」或痛癢之處，別人不但不領情，反而產生不必要的誤會。

例如，對一個完全沒有信仰的人，如果你叫他信什麼宗教，他不但不喜歡，還會生氣，甚至還會攻擊；或有些人慳吝不捨，視錢如命，而你卻偏偏叫他拿錢出來佈施做善事，他當然不喜歡，還會說一些風涼話，來傷害你。

所以，我們對眾生說法，必須觀機逗教，應病與藥。因此，無論在社會上做人、家庭裡相處、朋友之間往來、乃至在職場上工作，對別人忌諱的私密之處，或一些短處、過失，千萬不要去碰觸，也就是不要去碰觸別人的

「棱角」——亦即別人不喜歡的事情，不要去提起。

總之，一個人如果懂得「寬轉彎」，不去碰觸別人的痛癢之處，必然處處受人歡迎；反之，必定處處得罪人，而且弄得自己灰頭土臉。這是我們學習做人應該懂得的道理啊！

「執虛器，如執盈」，「執」是拿的意思；「虛」是空的意。拿著空杯子或空的容器，不要倒著拿或拖著走，要像盛滿一樣端好，動作也雅觀。有時遇到容器裏盛了東西，卻因一時匆忙，誤以為是空的，猛的一拿起來，卻濺溼或燙傷到身體，造成不幸的意外。此亦引申提醒我們，做事要謹慎小心，不可粗心草率。

「入虛室，如有人」，進入別人的房間，不管裏面有沒有人，都不可隨便，都要先敲門或是提醒裏面的人，讓屋裡面的人知道有人來了，以免嚇到別人。如果一時疏忽，沒察覺到裏面有人，匆忙間進入他的房室，尷尬的窘境，常令彼此不知如何是好。

《大學》告訴我們：「所謂誠其意者，毋自欺也。」《中庸》云：「君子戒慎乎其所不睹，恐懼乎其所不聞。莫見乎隱，莫顯乎微，故君子慎其獨也。」都是提醒我們要在暗室屋漏中，培養自己「慎獨」的工夫與「誠敬」之心。

因此，父母從小就要教導子女，在沒有人的地方，也要懂得尊重別人，不可起惡念或偷盜之心，一定要養成「慎獨」的習慣。

### 【故事】：暗室慎獨

在台灣曾有一家公司，公開招考行銷業務所需人才。有十幾位大學畢業生經複試錄取後，同時參加面試。在面試時，負責面試的主管因事暫時離開約十餘分鐘。

這時大多數的考生，便肆無忌憚地翻閱在面試房間所擺放的公司文件。

只有一位考生端坐原位，沒有亂翻公司檔案，最後主考官宣布那位考生被錄取。由此可知，在無人監督的暗室，也要如有人在場而謹言慎行。

「事勿忙，忙多錯」，「忙」是心中紛亂，言行匆促緊張。本段告訴我們做事必須事先有計畫和排定優先順序，千萬不要等到時間非常緊迫的時候，才且在有壓力的情況下，匆匆忙忙的完成，這是現代人的一種通病。《大學》云：「物有本末，事有終始，知所先後，則近道矣。」因此，我們在平時就要做好時間管理的工作，多做「不急」而「重要」的事，自然可以避免「急」而「重要」之「迫在眉睫」事情的發生。

例如準備考試，必須事前有計畫的讀書及練習作答，臨時熬夜用功，就很難有好的成績，即使在小考僥倖得到好的成績，遇到大考就張惶失措而錯誤百出；在日常生活中，學生忘了帶東西或上學遲到，常常是前一天晚上不先整理第二天要用的東西，或是早上睡得很晚，匆忙間出門，沒有做好時間管理，往往弄得身心慌亂，錯誤自然難以避免！

【引申】：談時間管理——作「不急」而「重要」的事……

根據新一代「個人管理」理論，一般人可把耗費時間的事務，依據「急迫」、「不急」以及「重要」、「不重要」分為四大類，如下表所示。

		<b>急迫</b>	
<b>重要</b>	<p>第一類：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· 危機處理</li> <li>· 迫在眉睫的事情</li> <li>· 有期限壓力的計畫</li> <li>· 臨終關懷</li> </ul>		
<b>不重要</b>	<p>第三類：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· 不速之客</li> <li>· 某些信件與報告</li> <li>· 受歡迎的活動</li> <li>· 應觀眾要求</li> </ul>		
		<b>不急</b>	
	<p>第二類：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· 防患未然／預防工作</li> <li>· 建立人際關係</li> <li>· 充實人生智慧</li> <li>· 念佛行善</li> </ul>		<p>第四類：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· 繁瑣的工作</li> <li>· 某些信件</li> <li>· 某些電話</li> <li>· 浪費時間的活動</li> </ul>

通常「急迫」的事情是指必須立即處理，如緊急事件或某些電話，儘管你正在忙別的事，也不得不放下手邊的工作去處理，推延不得。有些急迫的事情，如應觀眾要求高歌一曲，不見得重要，但可能較為討好、受歡迎；至於事情的「重要」性則與目標有關，凡是有價值或有利於人群或實現自己理想的事，就是屬於重要的事。

第一類的事務既急迫而重要，如危機處理、迫在眉睫的事、有期限壓力的計畫、臨終關懷等，人生在世，皆無法避免，應盡心盡力妥善處理。一些危機處理專家或有截稿壓力的文字工作者，更是經常與之為伍，然而如果只專注這類危機處理的活動，終有一天會被搞得筋疲力竭，忙於收拾殘局。他們這類人的逃避之道，便是去做一些無關緊要的活動（第四類），至於重要的事務，便被拋諸腦後。

也有些人把大部分時間，浪費在急迫但不重要（第三類）的事務上，誤以為愈急迫就愈重要，其導致的結果往往是被視為巧言令色、輕視目標規

劃，人際關係浮泛，缺乏自制力，容易怪罪別人。

吾人若只重視第三、四類事務，則由於不知事情的輕重緩急，其結果可能導致工作全無責任感，容易把事情搞砸，甚至工作不保，要依賴他人或社會機構維生，所擁有的並非有意義與負責任的人生。因此，我們要懂得捨棄這兩類（第三、四類）無關緊要的事，同時對第一類的要務，也要儘量節制，以投注更多的時間，從事「重要」但眼前尚「不急」的事務（第二類），才是個人時間管理之鑰。

至於第二類的事務，以世間法而言，則包括防患未然的預防工作、教育訓練、學習聖賢教誨及平時廣結善緣，建立良好的人際關係，並從事必要的休閒活動等。

在此可舉一個故事，來說明第二類工作的重要。在《漢書》曾記載古時候，有一戶富有的人家興建大宅院，在完工的廚房附近貯存很多燒火的薪木，同時煙囪（古代稱為「凸」）的方向也與木柴太接近了，所排出的餘燼

可能有造成火災之虞。因此，有一位讀書人見到這種情形後，就勸主人要更改煙囪的方向（即「曲凸」）以及移動薪木的位置（即「徙薪」），哪曉得主人因忙於其他的事，而忽視此事。直到華屋美宅落成那一天，該大戶人家請客，擺出酒席四、五十桌，由於廚師用火不慎，煙囪的火花點燃了屋角的柴薪，有上百人在吃酒席當中導致失火，全部的客人都忙著救火，搞得人「焦頭爛額」。在滅完火之後，主人特別再設宴款待及感謝這些幫忙救火的貴賓。此時，那位曾經勸主人平時要作預防工作的讀書人，就寫了一副對聯，表達他的感慨：「曲凸徙薪無恩澤，焦頭爛額為上客。」

由這個故事可知平時多作「防患未然」、「未雨綢繆」等「不急」而「重要」的風險管理工作，就能減少許多「急迫」而「重要」之緊急應變事件的發生，這也就是《孫子兵法》所說：「善戰者無赫赫之功」的道理。

「勿畏難」，這是我們對做人處世相當重要的一種鼓勵，我們如果凡事不怕困難，而肯努力虛心的學習，則困難的事也就迎刃而解了。反之，若

辦事時怕困難，心中一直想避開，不敢針對問題來解決，對自己沒有信心，即使容易的事，也往往辦不成功，因「一切法從心想生」也。因此我們應該常常親近善友或老師，觀摩學習他們的經驗和方法，不怕困難，不怕別人恥笑，開口向他們請教，再認真來做做看，給自己更多嘗試的機會，相信「有志者事竟成」也。

《中庸》有云：「人一能之，己百之；人十能之，己千之。果能此道矣，雖愚必明，雖柔必強。」因此雖資質魯鈍，只要不怕困難，經過長時間的努力，必定能有所成就，萬萬不可認為自己是無法成材的。古人有云：「天生我材必有用」，別人一次能辦成，自己努力百次；別人十次能成功，自己努力千次，一定有信心辦成。因只要肯努力學習，並且再接再厲，必有突破的一天，這就是「雖愚必明，雖柔必強」的道理啊！

因此大科學家愛迪生曾說：「天才是靠百分之一的靈感，以及百分之九十九的努力。」愛迪生曾經為了發明燈泡，試驗了兩千多種材料，都告失

敗，但是他不怕困難，並不覺得這是失敗，而是找到兩千多種不適用於燈泡燈絲的物質，最後終於成功發現鎢絲是燈泡最耐高溫的材料。

「勿輕略」，「輕略」是輕視、忽略。「勿輕略」是指辦事或學習都要有恭敬之心，不因小事而輕忽，要存心謙虛，而且盡心盡力地完成。不管事後有沒有人監督，都要求自己做好，以培養表裏一致，正大光明的心志。

### 【故事】：孫趙培城

南北朝時，北朝西魏有個孫道溫，他的妻子趙氏是安平地方的人。那時候有一個叫万俟醜奴的人造反，帶兵圍困岐州城，過了很久的時間，援軍一直都沒有來。

因此趙氏就對城中的婦女說：「如今城池快要淪陷了，凡我婦女應當像男子一般負起保衛城池的責任。」城中的婦女受到她的鼓舞，於是都一起幫

忙挑土，不分晝夜修築城池，也因此城池得以保全。

當敵人退兵之後，西魏的君主感於孫道溫夫婦奮勇守城的精神，於是就升孫道溫為岐州刺史，封趙氏為安平縣君。

由此可知，趙氏以一名女子，而懷有男子之志，這是一件很困難的事。通常古代女子所關心的大多是家庭中的事，但她不畏困難，主動關心軍國大事的已屬難得，更何況是盡心盡力，率眾築牆抵禦外侮，這種精神實在值得佩服。

「鬥鬧場，絕勿近」，「鬥鬧場」在古時候是指一些競技的熱鬧場所，如鬥雞的地方。在現代則指一些不正當的場所，常會發生打鬥鬧事，比較容易犯罪。語云：「入芝蘭之室，久不聞其香；入鮑魚之肆，久不聞其臭」，所以環境對一個人，可以說影響力常大，如孟母三遷就是一個很好的例子。

尤其近來社會物欲橫流，大眾的心靈普遍空虛，享樂主義盛行，大家常是追逐聲色犬馬，到處充斥著吸毒、色情，通宵達旦地賭博、上KTV、歌

廳、飆車等，如此，怎能調劑出健全的身心呢？所以，我們絕對不要進入鬥鬧場，即使路過也不必好奇，要迅速遠離，才不會惹上無妄之災。

「邪僻事，絕勿問」，「邪」是不正，「僻」是怪僻。「邪僻事」是指牽涉怪力亂神、妖魔鬼怪、比較偏激或偏頗的一些言論。近年來國內常有一些神棍騙財騙色，巧立名目，如妄稱「無上師」、「佛菩薩轉世」、「神通」等等，引起社會亂象，我們不要好奇去追問那些不正當、不合情理的事，以免身心受到嚴重的污染；而應謹記聖賢的教誨，學習倫常規矩，要「重智慧，而不重神通」，才是淨化心靈的妙方！

【引申】：做，就對了……

佛家有段「有志者事竟成」的公案，話說在清朝時，四川有二位出家人，一位較為富有，一位較貧窮。有一天，較窮的那位和尚告訴富有的和尚

說：「我想要到浙江的南海普陀山去參訪，你以為如何？」富有的和尚問貧窮的和尚說：「你憑藉什麼去呢？」貧窮的和尚說：「一鉢千家飯，孤家萬里遊，我只要靠著一瓶一鉢就夠了。」富有的和尚又說：「我數年來就想買舟順流而下，猶未能也，子何恃而往？」貧窮的和尚不久就依照計畫出發了。

到了第三年，貧窮的和尚，自南海普陀山回來，把參訪的經過告訴富有的和尚，富有的和尚因而感到非常慚愧。從四川到南海，有幾千里之遙，富有的和尚不能到，而貧窮的和尚，卻憑藉毅力而完成心願。

由上述的故事，可知天下事沒有什麼難易之分，只要確定正確目標，全力以赴，做就對了（just do it）——如此便能使得困難的事也變成容易了，如果凡事裹足不前，顧慮太多，則容易的事也就變得難了。所以，我們學聖賢也是如此，只要肯用心學，則難者亦易矣；不學，則易者亦難矣。

語云：「一勤天下無難事」，「業精於勤，而荒於嬉。」所以天下有些

事情，往往由於我們的惰性，而未能如期啟動，因而錯失良機。是故，做學問也好，學佛也好，沒有絕對的難易，只要肯學、肯做、肯努力，相信人人都能成就一番學業與道業啊！

## 十八、以禮待人，借物須還

18. 「將入門，問孰存；將上堂，聲必揚。人問誰，對以名；吾與我，不分明。用人物，須明求；倘不問，即為偷。借人物，及時還；後有急，借不難。」

### 【易解】

將要入門之前，應先問：「有人在嗎？」不要冒冒失失就跑進去。進入客廳之前，應先提高聲音，讓屋內的人知道有人來了。如果屋裡有人問：「是誰呀」？應該回答名字，而不是「我！我！」讓人無法分辨我是誰？

借用別人的物品，一定要事先講明，請求允許。如果沒有事先徵求同意，擅自取用就是偷竊的行為。借用的物品，要愛惜使用，並準時歸還，以後若有急用，再借就不難。如諺語所云：「好借好還，再借不難。」

「將入門，問孰存」，「孰」是誰的意思。即當我們將要進入別人的家中或房間，應先按門鈴或敲門，看看有沒有人在裡面，而不要魯莽地闖進去，這是一種基本的禮貌。所以我們做長輩的，應以身作則，即使要進入子女的房间，入門之前也應輕輕的敲門，以示對別人隱私權的尊重。如此，子女才會願意把自己的「心事」與父母分享，促進親子之間的情誼。

「將上堂，聲必揚」，「堂」是指辦公室或大廳；「揚」是把聲音拉高放大些。當我們要進去辦公室時，應放大聲音，或敲敲門，或喊聲「報告」，讓辦公室的人知道有人來了，使辦公室的人自動約束自己的言行，彼此見面互不失禮，也不尷尬。

「人問誰，對以名；吾與我，不分明」，當別人問到自己時，能謙稱

自己的名字，對方才不會弄錯。如果魯莽的說：「我就是我，難道你不知道嗎？」或是故意使人猜不出來，都令人感到相當為難。偶而在電話中遇到這種情形，真不知如何談下去呀！

此外，學生到了教師節，寫卡片問候老師，一定要具姓和名，並註明是哪一年畢業，以免老師想不起來，造成「吾與我，不分明」的困擾也。

「用人物，須明求；倘不問，即為偷」，本句告訴我們要使用別人的東西時，必須事先徵求主人的同意，然後才動手去拿；如果主人不在，或未答應借用，即使只用一下子，都容易被人當成小偷，而失去對他人的尊重，故應「死盡偷心」，去除動用別人財物或占別人便宜的念頭。

【故事】：「倘不問，即為偷」之日常生活應用實例……

楊老師在《弟子規講解》提到兩個故事。楊老師說她以前每一次上完

課，都會請小朋友吃酸梅。曾經有一個小朋友，年紀大概在小班左右。有一次，這個小朋友到下課的時候，她就自己去拿了一包酸梅，拿到楊老師的面前，取一顆出來說：「老師，我可不可以吃？」因為以前都是楊老師請他們，而這一天楊老師很忙，這個小朋友按耐不住，她知道酸梅放在哪裡，所以她就自己動手去拿。拿了之後，到楊老師面前，楊老師就跟她說，《弟子規》有一句話說：「倘不問，即為偷」，沒有經過老師同意之前，妳就先拿了酸梅，就好像是小偷一樣。她就說：「對不起老師，我知道錯了。」

楊老師就跟她說：「凡是妳要吃老師的東西，首先一定要先問老師，我可不可以吃，經老師同意後才可以拿。」楊老師接著就跟這個小朋友講：「在家裡，妳要吃任何東西，也要問媽媽或者爸爸，我可不可以吃？而且吃的時候要從長輩先請，到最後妳自己才吃。」這位小朋友經過楊老師這樣一次教誨之後，每一次她就會先來問說：「老師下課了，請問我可不可以吃酸梅？」楊老師說：「可以。」她才去拿一包酸梅來，先拿一顆送給楊老師

吃，然後自己再吃。

另外，楊老師之前也有交代，如果有看到其他家長，一定要打招呼之後，再請他們吃，到最後自己再吃，果然她也是如此照做。過了不久之後，這個小朋友的母親告訴楊老師：「我女兒最近特別有禮貌。」楊老師說：「為什麼？」原來最近她一反常態，就是在家裡吃東西的時候，都會先請家人吃，大家都吃了以後，自己才吃，可見這個《弟子規》的能效還真不小！

除了上述的例子之外，曾經有一位母親也跟楊老師講說：「這個《弟子規》很好用。」楊老師就問她：「何以見得？」她說：「今天我的兩個女兒，老大是小學二年級，老二大概四、五歲左右，兩個人吵架。妹妹哭得很傷心，過來跟我說，姐姐罵她、凶她，所以她難過得就哭了，請媽媽替她出氣。媽媽很明理，就問小女兒說：妳到底有犯了哪些錯誤，所以姊姊才會罵你？這個妹妹就跟媽媽說：『我只不過拿了姊姊的玩具而已，姊姊就不讓我玩，就罵我，就兇我。』」

媽媽就跟妹妹說：「好，我們來背《弟子規》第十八條『用人物』」。然後下來就接著讓妹妹唸，這個小女生說：「須明求」。媽媽接著說：「倘不問？」她就說：「即為偷」。最後一句，讓這個妹妹唸。結果妹妹就哭得更大聲：「媽媽我不願意當小偷，我知道我錯了，我不應該趁姊姊去上學的時候，偷偷的去拿她的玩具來玩，又沒有把姐姐的玩具放好。」所以，這個五歲的妹妹讀到這裡更為傷心，就跟媽媽講說：「我不是小偷。」

媽媽就安慰她：「妳當然不是小偷，但是做錯事情，『過能改，歸於無』，要勇於認錯、改過。」所以這位媽媽就跟妹妹說：「妳知道你的過失，趕快去跟姊姊道歉，道歉之後，妳以後不再犯，就沒有過錯了。」

所以，由這兩個小小的故事，我們可以曉得，千萬不要看小小年紀的小孩不懂事，其實《弟子規》念熟以後，自然而然就能明白其中的道理。

### 【故事】地府銘記偷雞罪……

明朝《見聞錄白話》記載，古時候江南一帶有個讀書人，心意正直無私。正好陰間地府第七殿缺人，玉皇大帝授命讓他暫時主辦。每隔幾天，他就進地府辦事，只要查看文簿，不用判案。

他看到每個人隨著自己造的善業、惡業，懲罰和福報也各不相同。每次看見有人自己爬上刀山劍樹，就派左右侍者去救，越救反而他們爬的越快，竟無法挽救。

一天翻閱文簿時，看見妻子有一條罪狀，說是偷了鄰家一隻雞，連雞毛共重一斤十二兩，他就把這頁折起來做記號。

回到陽間，他質問妻子，妻子還抵賴騙他。他描述地府所見，再問妻子，妻才承認說，鄰居養的雞吃了她曬的食物，她失手打死了這隻雞，怕鄰家婦人責罵，所以還藏著這隻雞沒敢說出來。他們把死雞拿出來一秤，斤兩

一點不差，就是一斤十二兩，夫妻都感到驚奇訝異，於是把這隻雞換算成同等價錢，向鄰人賠償謝罪。

不久他再入地府，檢查之前的文簿，摺痕依舊，但妻子那條罪狀已無蹤影。由上可知，舉頭三尺有神明，天地之間因果凜然，所以我們起心動念，言行舉止，皆要正大光明，無自欺欺人啊！

「借人物，及時還；後有急，借不難」，別人借我們東西，用完了或是約定的時間到了，就應歸還，不要讓人來催。否則對方以為我們弄丟了或占為己有，以後再有急用，對我們避之惟恐不及，即使向他求援，難道還肯借給我們嗎？

以上是「謹」的內容，特別教我們從每天的作息起居，食衣住行，處事接物的基本規範做起，要求自己要以身作則，言行端莊，這正是生活教育的中心，也是家庭教育的基礎，更是現代民主教育中，亟需提倡重視「自我修持」的功夫。否則只偏重自由、活潑的教育，常易出現妨礙他人自由，擾亂

團體秩序的現象。

### 【故事】：閻敞還錢

漢朝的時候，有一個名叫閻敞字子張的人，他是郡府太守的助理官。有一次，太守奉召入京，太守把他所有的積蓄一百三十萬錢都交給閻敞保管，閻敞則將所有錢都埋在堂上的地裡。

後來太守全家都因染上疫病而死，僅剩一個孤苦伶仃的小孫子，年紀才九歲。他曾聽祖父說過，有三十萬錢寄放在閻敞那裡。

過了幾年，他就回到祖父原本當官的地方尋找閻敞，當閻敞看見他的時候，不禁悲喜交集，並且把所有錢都還給他。太守的孫子看到有那麼多錢，就告訴閻敞說：「祖父告訴我只有三十萬錢，並沒有一百多萬那麼多。」

閻敞回答說：「你的祖父可能沒有說清楚，或者是你聽錯了，你不要懷

疑，你祖父所遺留的確實是一百三十萬錢沒錯。」太守的孫子因此而得以過著較好的日子，而閻敞也能不斷的照顧他，鄉里的人都很稱讚閻敞的廉潔。

由這個故事，可知太守怎會不知道自己有多少錢，這無非是想讓孫兒能順利取得遺財。然閻敞真不失為一個君子，廉潔而不苟取，這種品德非常值得我們學習。

### 【故事】：林積還珠

宋朝的時候，有一個姓林名積的人，他年輕的時候，有一次要到京城，半路經過蔡州，他在旅館裡檢到一個錦囊，囊內有上百顆的明珠。

他於是問旅館主人這間房間以前是誰居住的，旅館主人回答是潯陽的周仲津，林積告訴旅館主人說：「我想周仲津一定還會回來，他如果回來，你可以告訴他我的姓名住處並請他來找我。」

過了幾天，周仲津果然來了，林積經過一番驗證之後，就把所有的明珠還給了周仲津，周仲津在感謝之餘，要將明珠分一半給他，但是林積堅決不收。

後來周仲津就到寺院裡替林積打齋祈福，過了不久林積便一舉登第，後來還當到大中大夫的官，林家也從此世世簪纓不絕。

《禮記》云：「臨財毋苟得」，如林積如此耿介清廉之人，真是善有善報，適得其所啊！

### 【故事】：郭曜獻賜

唐朝的時候，有一個姓郭名曜的人，他的生性孝順友愛，為人廉潔恭謹。他的父親郭子儀每次出征的時候，都會留郭曜在家治理家事，家中老少一千多個人，都能得到很好的照顧。

他幾個弟弟們，人人都爭著修築池園房舍，相互比較車馬華服，並享受榮華富貴的生活。唯有郭曜能以儉樸的生活自居，他的官位累次晉升到太子賓客。

建中初年，郭子儀卸下軍權，朝廷還加封郭家兄弟們的官位，郭曜也因此升任為太子少保。當郭子儀去世的時候，郭曜謹遵父命，把歷任四位皇帝所賞賜的名馬珍玩，全數歸還朝廷，德宗皇帝則又把東西賜給他，郭曜於是將所賜之物全部散給所有兄弟們。

《禮記》有云：「傲不可長，欲不可從，志不可滿，樂不可極。」郭子儀在唐朝乃是赫赫有名的大將，亦是唐朝的中興名臣，幾可說是與唐皇室共存亡了。而在郭子儀的兒子中，就以次子郭曜最為守禮、謙虛、廉謹、儉樸，因此郭子儀也最器重他。郭曜生在如此顯貴的家，還能謹守禮節與儉樸的生活，這不僅是後天的修養，還必須有先天恬靜寡欲的心性才行，因此古人說：「淡泊以明志，寧靜以致遠」，真是一點也不錯啊！

【引申】：他山之石，可以攻玉（或「他山之石，可以為錯」）……

《弟子規》說的都是我們平常語言行為的準繩或禮節，讓我們即知即行，掌握自己，使處事更有效率，待人更為和氣，創造一個身心調和的環境。

如果我們一時做不到，也不必氣餒，只要能清楚的辨別方向，認同聖賢的教化，如《詩經》所說：「他山之石，可以攻玉。」我們只要肯用工夫慢慢的琢磨，就像璞石也能慢慢地呈現美玉來，並使自己成為真正有「教養」的人！

伍／

待人處事接物之  
身、口、意  
三業應有的實踐力

人與人之相處，言語是非常重要的工具。黃崑巖教授在《談教養》一書中，提到溝通方法裡有所謂的身體語言，它是不靠舌劍的言語。我們習慣以「言行」來評估一個人的氣質，顯示言談舉止是談教養時，不能忽視的要素，因此「舉止談吐」也是一個人有無教養的尺度。

本段經文即是說明「口業」——「凡出言，信為先」，「見未真，勿輕言」；「身業」——「見人善，即思齊」，「見人惡，即內省；有則改，無加警」；「意業」——「無心非，名為錯；有心非，名為惡」，「聞譽恐，聞過欣」，「過能改，歸於無」之中華聖哲教育當中的「實踐力」，也就是要「說到做到」，言行一如也。



## 信

### 十九、出言信先，言多必失

19. 「凡出言，信為先；詐與妄，奚可焉？」

話說多，不如少；惟其是，勿佞巧。

奸巧語，穢污詞；市井氣，切戒之。」

#### 【易解】

凡開口說話，誠信為先，答應他人的事情，一定要遵守承諾，沒有能力做到的事，不能隨便答應。至於欺騙或花言巧語，更不能使用。如《論語》

孔子所說：「君子欲訥於言，而敏於行」，就是說君子有「言欲謹慎，而行欲勤快」的精神。

「話多不如話少，話少不如話好。」說話要恰到好處，該說的就說，不該說的絕不說，立身處世應該謹言慎行。談話內容要實事求是，所謂：「辭，達而已矣！」不要花言巧語，好聽却靠不住。

奸詐取巧的語言，下流骯髒粗魯的話，以及街頭無賴粗俗的口氣，都要避免不去沾染。

「凡出言，信為先」，人之所貴者，心也；言者，心之聲也。又「人言」為「信」，因此人與人之間，講話一定要誠實不欺，能做到「信」，就能顯示恆常不變的安定狀況，彼此都能安居樂業，所以「信」是五常（仁、義、禮、智、信）之一。《論語》有云：「與朋友交，言而有信」；又云：「信近於義，言可復也」，「君子恥其言而過其行」，「古者言之不出，恥躬之不逮也」，都是勉勵我們要謹言力行，言行一致，實值得我們謹記在

心。

孔子曾說過：「人而無信，不知其可也。」也就是說，即使具備了許多才能學問，若沒有了「信」，在社會上就行不通！就像一部性能優越的汽車，具備了多項頂尖的功能，但是不給它加上油，那也只能展示在櫥窗裏，是無法在道路上行駛呀！一個人有「信」，正如車有「油」，如此方能在社會上立身行道也。

根據《天下雜誌》在2005年所作的調查，有八成的受訪民眾，認為台灣不是一個彼此信任的社會，這實在是一大警訊。在目前充滿欺騙與隱瞞，欠缺信任的時代，政治人物毫無誠信，立場反覆，影響所及，人與人間的信任度也下降；尤其詐騙集團橫行，人人為了自保，大家寧可先採取不信任的態度。

然而我們須知，「信任」是一種相互的承諾與激勵，「信任」正如牛頓所說：「我之所以看的比較遠，那是因為我站在巨人的肩膀上」。巨人指的

是先行者與聖賢的經驗累積，也是周邊人的協力貢獻。因此信任別人，適度地讓別人協助自己，可以減輕自己的壓力，減少社會文明病的發生。

總之，「信任」讓人快樂（happy），讓事情有效率（efficient），是社會進步的原動力之一；彼此若互不信任，社會成本就大，因為要花人力、物力來防備，因而也增加心理的負擔。

### 【故事】：商鞅守信

商鞅是衛國人，姓公孫名鞅。因為衛國太小，國力太弱，沒有辦法發揮他的才能，剛好秦孝公即位以後，發憤圖強，公孫鞅便投奔秦國。因為他確實有本事，一去就當宰相。後來因有功被封於商，所以後人便叫他為商鞅。

商鞅有一套使國家富強的辦法，在正式公佈以前，為了恐怕人民不相信，就準備了三丈長的木頭擺在南門，並且下了一道命令：「有誰能把這根

木頭移動到北門去，賞十兩金子。」搬一根木頭是多麼容易的事，竟然有賞金。大多數老百姓，不曉得政府在搞什麼名堂，沒有人敢動這根木頭。

過了幾天毫無動靜，商鞅又把金額加到五十兩黃金，大家覺得更奇怪了。這個時候有個年輕人忽然站出來道：「管他的，我去試試看，就算沒有五十兩黃金，也不能因此判我有罪吧！」於是他扛了木頭就走，後頭還跟著一大堆看熱鬧的民眾。

這位年輕人把木頭搬到北門以後，商鞅親自召見，誇獎道：「你真是個好國民，現在馬上賞你五十兩金子。」並且說：「我是頂有信用的。」等大家知道這個新宰相說到一定做到之後，大家便非常守法了。

由上可知，政府的施政，要言出必行，尤其是國家領導人，更是不能說一套，做一套，如此才能贏得大眾的信任；人與人之間的相處亦然。

### 【故事】：季札掛劍……

在周朝時，吳國有位公子名季札，有次奉命出使魯國，路過徐國，就順道去拜訪徐國的國君。徐國的國君很喜歡季札身上配掛的那一口寶劍，可是卻沒有說出來，而季札心已知徐君的心意，便在內心暗暗的想，等到完成出使的任務，再回來把這把劍送給徐君。由於季札要出使到魯國去，劍是身份的象徵，故不能夠獻給徐國的國君。

等到季札出使回國，又路過徐國時，徐國的國君已死。季札就把他的這口寶劍解下來，掛在徐國國君墳墓的樹枝上。跟隨他的人說：「徐國的國君已死，你何必再把劍送給他呢？」

季札回答說：「始吾已心許之，豈以死悖吾心哉？」季札之贈徐君以劍，並未有言在先，而仍將寶劍割愛，掛劍於墓樹而去，而不以徐君已死，而違背自己的心，真是守信用的人；而其所說的落落兩言，誠千古不朽，亦

令那些「言而無信」之人，慚愧得無地自容矣！

### 【故事】：子路一諾

孔子晚年，有一個小邾國的大夫，進獻句繹這塊土地來投奔魯國。為了求得安全，一般人都希望魯國能立下盟誓給予保障，如同現在的政治庇護。但是，他不這麼想，他只要孔子的學生子路能給他保證，他就有足夠的安全感！

因為子路的信用深得當時世人所敬重，人常稱「子路無宿諾」，亦即子路恐其偶忘失信，急於實踐諾言，不會拖延去做所答應的事情。因此子路的一句話，勝過一個國家的承諾。但是，子路並不濫用他的信用，他拒絕了小邾國大夫的要求。子路說：「我可以為魯國的戰事犧牲自己的性命，卻無法答應叛臣的要求。」因為守信是要符合正義的啊！

【故事】：張劭待式……

在唐朝時候，有兩個很重信義的人。一個叫做張劭，一個叫做范式，兩個人同在太學讀書。有一天，張劭要回家去的時候，范式對他說：「後二年某日，將到府上拜見尊親。」後來到了約定的時間，張劭告訴他的母親，殺雞準備酒席等候范式的到來。他的母親說：「千里約言，爾何信之審耶？」張劭說范式是一個有信用的人，必定不會失約的。後來，范式果然如期來拜訪張劭。

有一天晚上，范式忽然做了一個夢，他夢見張劭告訴他說：「我的好朋友，我已經死了，我將在某月某日下葬，我真希望能再見你一面，你會來送我吧？」范式在夢中便答應了張劭前去相送。

到了出殯當天，送葬隊伍已經出發了，但是靈柩卻不肯前進，張劭的母親覺得很奇怪，於是就撫著靈柩說：「難道你還有什麼心願未了嗎？」正

當大家不知如何是好的時候，忽然見到有一素車白馬號哭而來，張母見到後說：「這一定是范式來了。」

范式到了之後，便撫著喪車說：「走吧！我的好友！從此之後死生異路，在此與你永別了。」說完就牽著喪車的繩索，引導靈柩前進，此時靈柩才能推得動。當靈柩下葬之後，范式還留在墓旁，直到墳邊的樹都種好了，才依依不捨的與張劭道別。

由上可知，古人重視倫理，對有血緣關係的父子、兄弟是如此，對沒有血緣關係的夫妻、朋友、君臣也是如此；朋友之交，雖說其淡如水，但卻能以心相許，生死不渝，這種精神實在是現在社會所非常欠缺的。

「詐與妄，奚可焉」，「詐」就是存心不正，想欺騙別人；「妄」就是虛偽不實的言語。如果以詐欺、不誠實的話來騙人，一定會失去了別人的信賴，別人怎會再和他一起辦事呢？古德有言：「出言不當，反自傷也。」孔子曾說：「人而無信，不知其可也。」可見說話雖是人的本能，但是要說得

恰當，並不容易。

在目前「詐與妄」盛行的台灣，要讓台灣成為互信的社會，首先政治人物要以身作則，所謂：「君子之德，風；小人之德，草；草上之風必偃」；其次，個人要培養自信與誠信；並且要從家庭教育著手，因家庭是最基本可以信任的最小單位。台灣現在離婚率很高，所以「信任」要從家庭重新建立，所謂修身、齊家，才能治國、平天下也。

「話說多，不如少」，古人有言：「吉人之辭寡，躁人之辭眾。」此乃指出說話只要能表達正確的意思就可以了，不必多說話，諺云：「沉默是金」，因「多言必敗，言多必失。」是非只因多開口，故凡事應「三思而後言」因此無意義的話，我們盡量少說；至於有意義的話，如彼此互相勉勵、勸人行善或修身養性的真實語，則可以多說無妨。

孔子曾說：「可與言，而不與之言，失人；不可與言，而與之言，失言；知者不失人，亦不失言。」又說：「言未及之而言，謂之躁；言及之而不言，謂之隱；未見顏色而言，謂之瞽。」尤其今日工商業社會，人人生活

忙碌，說話要看對象及時機，力求簡單明瞭，才不會說錯話或耽誤彼此的時間。

一般而言，夸夸其談，言過其實的人，十之八九成事不足，敗事有餘，所以還是多做少說，言行一致為好。孔子曾回答子貢，君子的定義是：「先行其言，而後從之。」因一個人說話容易，但做到並不容易，事情還沒有做，往往先發議論，這是一般人的通病，也很容易誤事。

「惟其是，勿佞巧」，「是」即「事實真相」，正確的意思；「佞」是諂媚、不真實也。「巧」是狡辯的意思。由於「言為心聲」，言語是內心表現在外的聲音，因此我們說話必須實事求是，多說勸人為善，力行孝道的話，不講花言巧語、狡辯的話，更不可歪曲事實，如此就不會滋長好名好利的諂媚習性。一個人常保樸實的本質，內心就能常保清淨！

「奸巧語，穢污詞；市井氣，切戒之」，「奸巧語」是指不真實之奸詐巧佞的話，或無理的強辯，或以流言來傷害別人；「穢污詞」就是不雅或粗

魯的字句、言詞，把髒話當成口頭禪，如有些小朋友在學校常犯的毛病，就是喜歡隨便給同學取綽號來取笑別人；「市井氣」就是市街無賴說話粗俗，顯得沒有教養的口氣；「切戒之」就是要把這種不當的言語、錯誤的行為，切實改正過來。

當我們聽到別人奸詐巧佞、無理強辯、毀謗、不雅的字句和狂妄自大的口氣時，心中都會感到受不了，而反唇相譏，惡言相向。因此，我們要有同理心，必須以「己所不欲，勿施於人」的精神，來戒除這種不好的言語。

尤其我們要謹記：「生氣就是把別人的過失拿來懲罰自己」。例如在競賽場上，遇到言語衝突時，雙方如果缺乏自我克制的能力，用尖酸話指責對方，用污穢的言詞詛咒，甚至表現出狂妄的口氣，如此就會演出互毆而受傷的下場，失掉了競賽切磋的意義。

我們平常若學會了分辨言語的好壞，不說「奸巧語，穢污詞，市井氣」的劣質言辭，遇到事情就能克制心中的怒氣，把情況化險為夷；進一步留意

從自己口中說出的每一句話，句句都尊重別人，且不失信於他人，真正做到《無量壽經》所說「善護口業，不譏他過。」這樣「口業」清淨，人生立身處世的重要課題，就完成一大半了！

### 【故事】：趙閱道告天……

宋朝的時候，有一個名叫趙閱道（名抃）的人，他是個很正直的人，而且他有一個好習慣，那就是在每天晚上，他一定會穿戴整齊，然後燒香將白天所做的一切向上天禱告，如果有不敢禱告於天的事，他就絕不會去做。

有一次他被派到虔州當官，當時在嶺外當官，因受不了瘴氣而死的人很多，這些人的家小因此都無法返回故鄉。趙閱道看到這種情形，於是就造了一百艘船，並且發文書給嶺外各地官府，如果有人死於任內，家小無法返鄉者，都請他們來虔州。

公文一發出，陸續就有很多老弱婦孺前來投靠，趙閱道於是一邊收容照顧，一邊安排他們坐船返鄉，並且贈送旅費，如此救助了許多人。

後來趙閱道在宋仁宗時，回到京城擔任御史，專門彈劾文武百官的過失，因為他不畏強權，即使對方勢力再大，他也毫無畏懼，因此大家都稱他為「鐵面御史」，他後來還升到太子少保的高官。

明朝袁了凡先生曾仿效趙閱道，每天晚上設桌於庭院，並且穿了官服，焚香禱告天帝，力行改過向善的美德，使得：「從前種種，譬如昨日死；從後種種，譬如今日生。」最後終於改變了自己的命運，也創造了幸福美滿的人生！

【引申】：言不欺心，必獲善終……

欺心即是欺神，做事能不欺心，這不僅是誠，而且是信。上述趙閱道真

誠待人，臨終的時候，能夠詞氣不亂，安坐而逝，這就是他不欺心修行的成果。這種成就就算是專門修行的行者，都很難達到的，更何況是一個富貴的人，這種精神實在是我們學習的好榜樣。

「善終」是世人所謂「五福」（長壽、富貴、康寧、修德、善終）之一。大富大貴的人不一定能善終，長命百歲的人也不一定死得安詳，因此「善終」得來不易。所以我們要在平時學習聖賢，從言不欺心開始，力行孝敬，行時時之方便，作種種之陰功，利物利人，修善修福，如此到臨終方能預知時至，安詳往生也。

## 二十、真誠待人，不說是非

20. 「見未真，勿輕言；知未的，勿輕傳。

事非宜，勿輕諾；苟輕諾，進退錯。

凡道字，重且舒；勿急疾，勿模糊。

彼說長，此說短；不關己，莫閒管。」

### 【易解】

任何事情在沒有看到真相之前，不要輕易發表意見；對事情了解得不够清楚明白時，不可以任意傳播，以免造成不良後果。所謂「謠言止於智者」，我們不要輕易被謠言所利用。

不合義理的事，不要輕易答應，如果輕易允諾，會造成做也不是，不做也不好，使自己進退兩難。

講話時要口齒清晰，咬字應該清楚，掌握重點，慢慢講，不要太快，更不要模糊不清。

遇到他人談論別人的是非，聽聽就算了，要有智慧判斷，不道人之短，不說己之長；不介入是非，同時如果事不關己，不必多管閒事。

「見未真，勿輕言」，「見」是見地；「真」是真確的意思。人與人相處，最難得的就是貴在相知相惜，因此我們在未見到事實真相之前，不可亂說話或發表意見，以免輕易把話傳開之後，因而引起不必要的誤會，破壞親朋好友的情誼。

由於一般人所見所聞，皆有情執，難免有所偏失，不容易顧慮到整體，也沒有深入事情的核心，因此在沒有真正瞭解事實真相之前，實不宜輕率的發表看法，或是道聽塗說，就輕易把話說出去變成謠言，而且越傳越離譜，

因而造成自己或當事人的困擾。

《論語》有云：「一言可以興邦，一言可以喪邦。」《常禮舉要》云：「口為禍福之門，話要經一番考慮再說。」可見言語的影響是很大的，說話前一定要先考慮後果，否則可能會危及國家、社會或個人生命財產的安全。若有人想以花言巧語來得到別人的重視，或是想以花言巧語煽動別人，來炫耀自己的口才。這樣的人，眼光所看到的只在自己身上，忽略了言語可能造成的傷害。

「知未的，勿輕傳」，「知」是知見；「的」是指言論精到、透徹。「未的」就是對事實的真相還不是很清楚明瞭。「輕傳」就是把事情傳播出去。本句是告訴我們，如果我們對事理知道得不夠究竟透徹，不可輕易向外傳播，以免誤導他人。

佛在《四十二章經·第二十八章》云：「慎勿信汝意，汝意不可信。」；「得阿羅漢已，乃可信汝意。」尤其是為人師表，更要謹慎小心，

如果對教學的知識內容，不是很清楚，或尚有所懷疑，就不可輕易的傳授，以免誤導學生，或誤人子弟。

孔子的學生子張才高志廣，有一次請教孔子如何當好一位公務員？孔子教他「多聞闕疑，慎言其餘，則寡尤；多見闕殆，慎行其餘，則寡悔；言寡尤，行寡悔，祿在其中矣。」也就是教子張要多方面去增廣見聞，遇到有疑問或心有所不安的地方，就先保留下來，等到需要發表的時候，把自己清楚的部分，小心說出來，便可避免錯誤，這樣就掌握了發言的要領。這種謹言慎行的態度，就是我們應該學習的！

「事非宜，勿輕諾」，「非宜」是不妥當、不合理的意思。本句是指我們平時要養成是非善惡的觀念，對於不合法、不妥當或損害別人的事，絕不答應。例如，你明明知道朋友好賭，你還借錢給他，就是助紂為虐，成了別人做壞事的幫凶。

古德曾說：「輕諾者必寡信，與其寡信，不如勿諾。」所以面對別人有

事請我們幫忙的時候，必須衡量事情的對錯，如果是違法的事情，不可輕易答應；同時也應衡量自己的時間、能力，實在做不到的事，雖然是好事，只好隨喜讚歎，婉言推辭，不隨便答應，以保持自己的信用。

### 【故事】：曾參殺豬

中華民族有許多故事和傳說流傳得久遠，多半由於它們具備廣泛代表性，有著深刻的內涵。在此舉個對小孩輕諾的例子，孔子的高足曾參家裡發生過這樣的事：有一天，曾子之妻準備上街，孩子吵著也要跟著去。曾妻就隨口說：「別鬧，等我回來時殺豬燉肉給你吃。」後來，小孩子也就不吵鬧了。

但是曾妻其實只是隨便說說哄小孩而已，她是不打算實踐諾言的，因為等到她回家，看見曾子真的準備殺豬時，便馬上去阻止說：「我是哄孩子

的，你怎麼認真起來了？」曾子說：「當大人的怎能說謊？這樣以後怎麼教育小孩呢？」說著就動手把豬殺了。曾子被確定為孔子學說的傳人，據說一個重要原因，就是他是一個非常誠實，言行一致的人。

不僅中華聖賢主張誠實為立身的根本，實際上，古今中外，都把誠實當作一條社會道德準繩。美國政治家、科學發明家富蘭克林早就說過：「誠實和勤勉，應該成為你永久的伴侶。」我國不少百年老字號，也是因為一直恪守誠信，能取信於人，而受到人們的稱讚和歡迎。

「苟輕諾，進退錯」，如果我們沒有明辨是非，或辦不到的事輕易答應，就會造成雙方的困擾，弄得自己進退兩難。例如：我們要參加一個活動，答應主辦的人要準備某一樣東西，可是這實在超出自己的能力範圍，事到臨頭才告訴主辦人無法辦到，就耽誤了整個活動的進行，以後對我們所說的話，誰還會有信心呢？

所以這一段經文告訴我們，在與人應對進退的時候，承諾別人做事情，

一定要謹慎小心，要瞭解拒絕也是一種藝術。尤其在拒絕別人時，要講得婉轉，使對方覺得你不是很嚴峻的拒絕他，要讓對方下得了台。

「凡道字，重且舒；勿急疾，勿模糊」，「道字」是說話談吐時；「重」是指重點或穩重的意思；「舒」是舒緩、舒暢，慢慢說的意思；「急疾」是快速的意思。說話的言語是要表達內心的意思，如果沒有掌握重點，或說得太快，別人聽不清楚；說話的字句、意思模糊不清，也容易讓人會錯意。所以說話時，咬字、斷句必得清清楚楚，同時要掌握重點，慢慢地說，不急不躁，流利自然，這也是尊重別人的一種禮貌。

所以，在以言詞與人溝通的過程當中，我們講話要使別人聽得清楚明白；此外，如果長輩或長官交代事情，我們怕聽不清楚，則可以採用複誦的方式來確認，以避免聽錯或有誤會的地方。

尤其是為人師表者，在授課的時候，一定要注意到音聲速度的快慢，太快可能學生聽不懂；太慢可能學生會打瞌睡，因此音聲的傳達，一定要不疾

不徐，要能流暢而且掌握重點才行。古人說：「大凡富貴長者，說話必定是穩重，而且持守不變」正是這個道理。

「彼說長，此說短；不關己，莫閒管」，「長短」是指「是非」之義。這是告訴我們人與人相處，不要談論別人的是非，不關自己的事，不要去管。一般人對別人的是非長短，都很感興趣，經常隨便傳播臨時聽來的「馬路消息」，不但攪亂了別人，也損害了自己的德行。明朝楊椒山先生曾說：「人言：某人惱你謗你；則云：他與我平日相好，豈有惱謗之理」，我們若有如此寬大的心胸，不受別人言語挑撥，必能化解對方的怨恨。

古德有言：「莫說他人短與長，說來說去自招殃，若能閉口深藏舌，便是修行第一方。」《六祖壇經》亦云：「若真修道人，不見世間過；若見他人非，自非卻是左。」因此我們要「常見自己過，不說他人非」才能提升自己的修養境界。由此可知，「善護口業」，不說別人的是非長短，隨時保持自己的清淨心，乃是經營美滿人生的第一要務！

## 【故事】：李源赴約……

唐朝有一位貴族公子李源，由於安史之亂而家破人亡，從此隱居洛陽惠林寺五十年，和寺中僧人圓澤，結成了生死之交。有一次兩人結伴出遊，去四川的青城、峨眉二山，李源想從荊州直上三峽入川，而圓澤則要取道長安。最後圓澤拗不過李源，沈默了很久，慨嘆一聲說：「行止固不由人」，就一同上路了。

當船行到南浦時，他們見到一位在江邊打水的孕婦。圓澤不禁流下眼淚，對李源說：「我不願走這條路的原因，就是因為她啊！這位婦人已經懷孕三年了，而我將轉世成為她肚子裡的孩子。因為我一直不來這裡，所以她無法生產。今天既然見到她，就再也沒辦法逃避。等三天後，行浴兒禮的時候，請你來探望我。如果那個嬰兒對你笑，就證明是我。等十二年以後的中秋，你去杭州天竺寺外，咱倆再相見。」

李源聞聽此言，傷心後悔不已。傍晚，圓澤便圓寂了，而該王氏孕婦不久即分娩。三天後，李源去參加王家的浴兒禮。當他上前看那襁褓中的嬰兒時，嬰兒果然衝著他笑。

後經過十二年的中秋月夜，李源如約來到杭州天竺寺外，月明風清，寺外空無一人，他隱約聽到不遠處有牧童唱道：「三生石上舊精魂，賞月吟風不要論；慚愧情人遠相訪，此身雖異性長存。」

李源意識到這牧童就是圓澤的轉世，趕緊對牧童喚道：「澤公，你的身體還好吧？」只遠遠聽牧童回答說：「李公，你真是守信用的人啊！但你我如今已不是一世之人，請不要過來了。只願你勤修不墮，我倆當有機會再見面。」說完，牧童又漸漸遠去，只聽歌聲又起：「身前身後事茫茫，欲話因緣恐斷腸。吳越山川尋已遍，卻回煙棹上瞿塘。」

緣起之不可思議，在許多書籍中已經明載。而古人之約，一定就是十二年，就圓澤師父來說，連來生母親是誰都能清楚知道，可見其心清淨，因此

十二年對其來說，並不是非常的久。但對李源來說，那真是太難得了，這就表示李源能真信圓澤師父的話，還能堅信自己的承諾，不僅信人猶能信己，信守三生，實在難能可貴。

【引申】：言語為禍福之門……

《菜根譚》有云：「耳中常聞逆耳之言，心中常有拂心之事，才是進德修行的砥石；若言言悅耳，事事快心，便把此生埋在鴆毒中矣！」由此可知，對自己的修身養性而言，常常聽到不順耳的話，或心中有不平之事，都是精進道德，磨礪身心的砥石。相反的，若別人講的話，都使我聽了愉快，心中歡喜，無異讓自己飲毒酒自殺，實在是十分可怕的事啊！

至於對別人而言，俗話說：「利刀割體痕易合，惡口傷人恨難消。」這句話說明言語是「禍福之門」。一句傷人的話，讓人一生恨意難消；反之，

一句得當的讚歎，一段愛的鼓勵的言語，往往能讓意志消沉的人，重新燃起無限的希望。

一個人要說出得當的好言語，這是可以培養學習的，雪公老人有一幅春聯說：「經書涵養心如鏡，福德薰陶語似蘭。」多讀經典的人，藉著經典把心鏡磨出光亮的智慧；多做好事，常反省的人，說出來的話不傷人，像幽谷的蘭花散發撲鼻的芬芳，美化了我們的生活，也清淨了眾生的心地。

## 二十一、見善思齊，見惡內省

21. 「見人善，即思齊；縱去遠，以漸躋。

見人惡，即內省；有則改，無加警。」

### 【易解】

看見他人的優點或是善行義舉，要立刻想到向他學習看齊，縱然目前能力相差很多，也要下定決心，逐漸趕上。

看見別人的缺點或不良的行為，要反躬自省，檢討自己是否也有這些缺失，如果犯了同樣的過錯，就要立即改掉；如果沒有，就要提高警覺，避免犯同樣的過錯。

「見人善，即思齊，縱去遠，以漸躋」，「即」是立刻的意思。「躋」是「上升」之意；「漸躋」就是希望漸漸達到聖賢的境界。孔子曾說：「見賢思齊焉」，亦即看見賢能的人，心中生起向他看齊的心，如孔子在《中庸》讚嘆顏回：「得一善，則拳拳服膺而弗失之矣。」顏回的這種見善就立刻「依善奉行」，緊緊放在心上，不肯放鬆的精神，值得我們效法；反之，我們若看見不好的惡行，則要自我反省，約束自己不犯同樣的過失。這樣不斷求進步，雖然離賢人尚有一斷距離，但也可漸漸步上聖賢的大道，這是進德修業的原動力。

所謂「善」、「惡」的標準，依中峯國師所說：「有益於人，是善；有益於己，是惡。有益於人，則毆人、詈人皆善也；有益於己，則敬人、禮人皆惡也。」《了凡四訓》一書中曾舉出「善」有十大類：（一）愛敬存心，（二）敬重師長，（三）與人為善，（四）勸人為善，（五）成人之美，（六）救人危急，（七）興建大利，（八）捨財作福，（九）護持正法，

(十) 愛惜物命，可供我們行善之參考。

尤其我們教人行善時，須學習《菜根譚》所說：「教人以善，毋過高，當使其可從。」即要從日常生活可以做到的事開始行善，不要論調過高。同時不論大善或小善，都要有「思齊」的信心和力行的勇氣。小善切戒輕忽不做，而力行大善的機會來了，也要及時把握，盡心盡力勉強為之。因此，我們平時可以蒐集一些聖賢的嘉言錄，或歷史的德育故事，隨時隨地講給子女或學生聽，相信必能達到激發他們「見賢思齊」的效果。

「見人惡，即內省」，孔子曾說：「見不賢而內自省也」，亦即我們遇見別人正在做惡事，不論有沒有能力去勸告，首先要回光返照，省察自己，是否也犯了相同的過錯？孔子也說過：「三人行，必有我師焉；擇其善者而從之，則其不善者而改之。」因此，我們必須擴大心量，了解善人是我們學習的對象，是我們的「法師」；惡人則提醒我們不要向他學習，也是我們很好的「戒師」啊！

凡夫見人惡，到處宣傳，就是把別人的惡放在心上，「心」就變成了別人不淨不善的「垃圾桶」，當下活在三惡道中。若此，則「心」很快就會變壞了。

「有則改，無加警」，如果經過反省，自己犯有別人同樣的過失，就要趕快改正；如果沒有，也要多加警惕，這樣才不會重蹈覆轍。

總之，我們要時時覺照自己，提高自己的警覺性，把精神用在自身的改過遷善之上。一般人遇到他人做壞事時，往往只是指責怒罵一番，卻忽略探討「他所以會做惡事」的原因。有些不好的原因，有時正是我們自己造成的。因此，惟有能夠自我警覺、自求改過向善的人，可以防患於未然，減少許多意外的災難，如此可逐漸達到「身業」清淨的地步。尤其我們要從自己本身做起，進而影響家人，再擴大到整個社會，人人能如此，社會風氣必能逐漸改善。

【故事】：御妻求去……

春秋的時候，有一次齊國宰相晏子出城而去，他的車伕替他駕車，臉上不時流露出得意的神情。

這種情形被車伕的妻子給看見了，當車伕回家之後，他的妻子就要求和  
他離婚，車伕覺得很奇怪，於是就詢問妻子緣由。

車伕的妻子說：「晏子的身高不過六尺，可是他是齊國的宰相，他的名譽傳遍天下所有諸侯，但是他臉上的神情總是謙虛不已，常常覺得自己好像比不上別人的樣子；而你的身高有八尺，可是卻是替人家駕著車，就如同奴僕一般，你的臉上還時常流露出神氣的神情，因此你永遠只能替人當個車伕，所以我要和你離婚。」

從此以後車伕為人就變得很謙虛，晏子覺得很奇怪，於是就問他是什麼緣故？車伕就把事情的經過告訴晏子，晏子很讚賞他知過能改的決心，於是

就推薦他當了齊國的大夫。

由上可知，職業不分貴賤，宰相並非就比較高貴，車伕也並非比較貧賤，所謂貴賤也是來自於心。一個有高貴心的人懂得謙虛，懂得自愛自重，因此他無論擔任什麼職務，任何人都無法使他卑賤。然無高貴心的人卻裝一副高貴的樣子，這只是自取其辱而已。

### 【引申】：把別人當成另一個自己……

在目前功利主義盛行的社會，大多數人皆以「自我」為中心，處處想到自己的利益，很少會為別人著想，如此不僅造成人際關係逐漸疏離，甚至形成各族群的對立與衝突，使得社會充滿了暴戾之氣，人心思亂，此乃非國家社會之福也。

為何「別人是另一個自己」呢？這可以從佛法的「緣起觀」深入去體

會、瞭解。吾人須知，目前的社會是一個相互依存、共存共榮，分工而合作的整體，由於社會上有各行各業的人（有情眾生）從事各種工作，以及各種物質（無情眾生）的存在與支持，吾人方能存在於世間（如圖3所示）。

舉例而言，我們每天所食用的米飯，從農夫開始辛苦的工作，到碾米工廠的工人，把米運到市場的商人，再由家庭主婦煮成米飯，還有生產與製造所需的電力，更牽涉到國外資源輸入所需的人力與物力等等……，

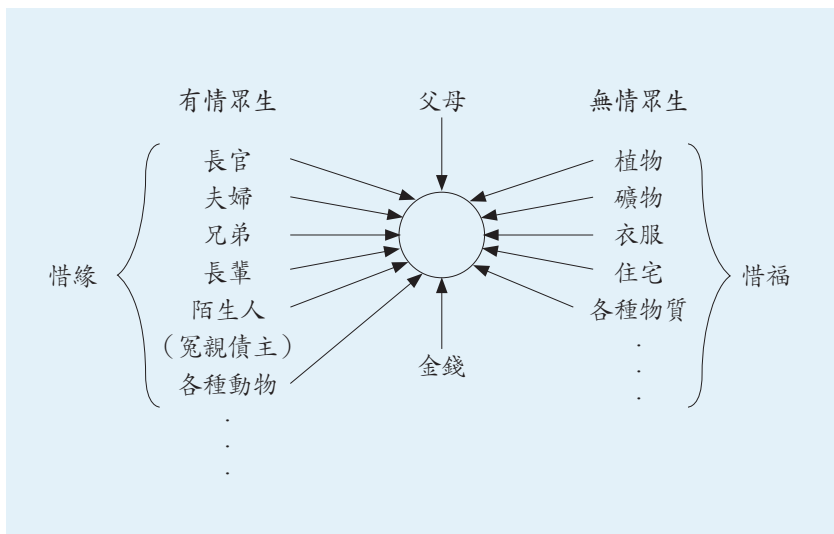


圖3、相互依存，共榮共榮的「緣起觀」

由此分析可知，我們為了吃一粒米飯，這中間實在涉及到國內外無限的因與緣。

所以，我們應當體悟我們的存在，是由全世界很多人的支持，我們才有今天健全的身體、智識、地位。因此，社會上每一個人和我們都有直接或間接的關係，我們不能離開他們而獨存，因此別人就是另一個自己，這就是從「緣起」的觀察中，所產生的「自他一體」的情操，也就是菩薩「無緣大慈，同體大悲」之精神的展現。

瞭解上述的道理之後，我們對於社會每一個人，皆應隨時存著感恩的心，同時在待人、處事、接物方面應具有不同的觀念與態度。在待人方面，我們應具有同理心，能夠推己及人，更會積極去幫助別人，因為「使別人快樂，就是自己快樂。」

任何人有優點，我們便向他學習，他便是我們的「法師」。他人若有缺點，我們以其為借鏡，他便是我們的「戒師」；在處事方面，無論在公家或

私人機關，便是「要把別人的業務，當成自己業務」，如此不僅可改善「代理人」的制度，亦可提升機關的服務效率；在接物方面，可使我們擴大大心胸，體會到「民吾同胞，物吾與也」之「萬物與我皆為一體」的胸襟，隨時珍惜各項社會資源，重視環境保育與永續生存的生態環境。

總之，「把別人當成另一個自己」或「把一切眾生都看成是自己」，這是菩薩「同體大悲」的表現。由於菩薩將眾生與自己融為一體，自他不二，故全心全力幫助別人，不求回報，只盡義務，不享權利。更進一步而言，菩薩在「盡義務時，搶先一步；享權利時，後退一步。」這種犧牲奉獻的精神，實在是我們每一個人應當努力效法與學習的！

## 二十二、德才自礪，不羨富貴

22. 「唯德學，唯才藝，不如人，當自礪。若衣服，若飲食，不如人，勿生感。」

### 【易解】

每一個人都應當重視自己的品德、學問和才能技藝的培養，如果感覺有不如人的地方，應當自我惕厲奮發圖強。至於外表穿著，或者飲食不如他人，則不必放在心上，更沒有必要憂慮自卑。吾人須知：「有德有才是上品；有德無才是次品；無德有才是毒品；無德無才是廢品」，故「德行」的修養比「才藝」重要啊！

「唯德學，唯才藝，不如人，當自礪」，「唯」是只有的意思；「德學」是指德行與學問，可以「溫、良、恭、儉、讓」五德，或「孝、悌、忠、信、禮、義、廉、恥」八德為標準；「礪」是磨練、振作的意思。本段即指一個人最重要的是德行，我們若要涵養高尚的道德，必須改掉貪心、怨恨、嫉妒等等壞的習氣，代之以正大光明的心念。對真正的學問，如儒家所講的《論語》四書及五經等聖賢的教誨，才是利人利物的大學問，如果感覺有不如人的地方，就應當自我惕厲奮發圖強，努力研究學習，得到其中的真義，就能安定個人的身心，促進社會的祥和。

因此，我們應學習孔子所說：「德之不修，學之不講，聞義不能徙，不善不能改，是吾憂也。」常常憂慮自己德學不能增長，因而時時進德修業，自覺覺他，並且改過向善，提升自己修行的境界，達到「德才兼備」之目標；並進一步以教學來教化眾生，期達到孔子所說：「君子之德風，小人之德草，草上之風必偃」的境界，亦即要以自己的德行來影響社會風氣。

《菜根譚》有云：「青天白日的節義，自暗室屋漏中培來；旋乾轉坤的經綸，自臨深履薄處纒出。」由此可知，一個人正大光明的德行，不是一朝一夕所能養成，而是經過很長久的時間，從暗室無他人之處，亦能無絲毫自欺欺人的修為中培養出來的；聖賢的經書至言，或一個以國家之憂為己憂的大政治家，能有旋乾轉坤的治國理念，都是由如臨深淵，如履薄冰的綿密用心中，慎重纒取而做出來的結果與成就啊！

「才藝」包括了各種知識技能，只要是利益人群社會的才藝，就值得多多學習。德學和才藝若比不上別人，自當努力迎頭趕上，而不應生嫉妒別人的心。《中庸》云：「好學近乎知，力行近乎仁，知恥近乎勇。」知斯三者，則知所以修身；知所以修身，則知所以治人；知所以治人，則知所以治天下國家矣。」因此只要我們肯好學，就能成為有智慧而且多才多藝的人，並且進一步能夠兼善天下。

【故事】士別三日，刮目相看……

「士別三日，刮目相看」指，讀書人三日不見，當以全新的眼光看待。語出《三國志·吳志·呂蒙傳》。呂蒙是東吳孫權手下大將，出身貧苦，未受過教育，勇猛無謀，被戲稱為「吳下阿蒙」。

有一次，東吳大都督魯肅上任，路過呂蒙駐地，兩人縱論天下事，魯肅大驚說：「你不再是當年那個『吳下阿蒙』了！」呂蒙說：「士別三日，當刮目相看。」原來呂蒙受孫權勉勵，發奮勤學，遍讀群書，今非昔比。這就是「唯德學，唯才藝，不如人，當自礪」最好的例子。

後來呂蒙接替魯肅成了大都督，以「白衣渡江」的計謀奇襲荊州，擊敗關羽，成魯肅未竟之功。

呂蒙的事跡，成為中國「以勤補拙」而成才、通過讀書提升自己的勵志代表。

【故事】：堯帝罪己

有一次堯帝到外面巡視，看到兩位士兵押著一名犯人，準備到監獄接受刑罰。堯帝就問那位犯人說：「你犯了何罪，要接受國法的制裁？」那名犯人回答說：「由於久旱不雨，家裏沒有收成可以奉養父母，因而偷了別人的東西，故要接受懲罰。」

堯帝聽了，就告訴士兵放了那一名犯人，而要求士兵把他自己押到監獄關起來。士兵當時很驚訝的問道：「聖上，您犯了何罪須受懲罰？」。堯帝說：「我犯了兩條大罪，第一、自己沒有德行，致使上天久旱不雨，民眾飢餓淪為盜賊，此罪一也；第二、我沒有把子民教育好，致使他們犯罪，此罪二也，故該受處罰。」

堯帝這種天災引咎自責的崇高德行，感動了上天。當他一講完上述罪己的話，天上立刻下起傾盆大雨，終於解決了久旱不雨的問題。由此可知，一

個國家的領導人，若能時時想到：「行有不得，反求諸己。」及《論語》所說：「君子求諸己，小人求諸人。」則和氣致祥，必能造福社稷百姓。

### 【故事】：李斯嫉才、毀才，害人害己……

韓非是戰國時代韓國一位了不起的思想家，是集法家大成的人物。在荀子的學生當中，以他和李斯最為出名，但是論起成績，韓非又高出一等，因此李斯很嫉妒他。韓非有一個大的缺點，就是講話口吃，因此只有靠著寫書宣揚自己的學說，韓非文筆流暢，所寫的《韓非子》一書，是以後法家思想中最寶貴的經典。

有一次，秦王偶爾看到韓非的著作，天天捧讀，手不釋卷。看完後，召見宰相李斯進宮，詢問之下，方知韓非是李斯的同學，秦王長嘆一聲說：「這才有才華的人，我要是能夠見他一面，死了也甘心！」後來經過安排，

韓非終於到了秦國，與秦王見了面，秦王準備好好重用他時，由於李斯覺得秦王如此欣賞韓非，我這個宰相職位遲早不保，不如先下手為強，於是暗中收買秦國大臣姚賈，嗾使他在秦王面前進讒言，說韓非是韓國派來的間諜。

秦王是個猜疑心很重的人，竟然相信讒言，就把韓非拘押起來。李斯惟恐秦王回心轉意，就偷偷派人拿了一包毒藥，假借王命，強迫韓非自殺。當時韓非要求面見秦王說明，都被李斯阻止，終於滿腔悲憤痛苦的吞下毒藥，結束一生。

後來李斯在秦始皇駕崩之後，亦遭到趙高的陷害，以私通楚盜，謀危社稷，論五刑，當腰斬，夷三族。李斯「有才無德」，嫉妒韓非及讀書人，建議秦始皇焚書坑儒，終遭殺身之禍，可知天道因果循環，絲毫不爽啊！

【故事】：家有惡犬

韓非所著《韓非子·外儲說右上》有一則發人深省的故事，一般機關、企業的單位主管或領導者應引以為戒。即在春秋戰國時代，宋國有一戶賣酒人家，釀出來的酒甘醇美味，主人待客親切熱情，價錢又低廉，升斗也公正，童叟無欺。酒店主人每天把酒旗高高懸掛，笑容可掬站在店門口招待賓客，說也奇怪，每個路人走到酒店前，總是倉皇地迅速離去，竟日裏門可羅雀，沒有人來買酒，好端端地一罈罈美酒，因為賣不出去，日子久了，全變成了酸醋。

反觀對街的同行，所釀出來的酒，既濁醜又辛辣難以入口，價錢也不便宜，尤其店主根本無暇招呼客人，因為每天來沽酒的人門庭若市，幾乎踩平了門檻。宋人守著冷清的店，望著對面進進出出的熱絡人潮，一肚子的納悶，百思不得其解。

一天，好不容易上門了一位客人，那是城中最有智慧的長者楊倩。宋人趕忙請教楊倩：「我家的酒味道如何？」，「香冽醇美極了！」；「酒價公

道嗎？」，「物美價廉。」；「本店待客態度如何？」，「和藹可親。」；「既然我的酒店樣樣條件都如此好，為什麼沒有客人來喝酒？」，「你想知道真相嗎？那是因為你家門口蹲了一隻獒犬，凶猛剛暴，一看到客人就呲牙裂嘴，把上門的顧客都嚇跑了，你的酒再甘甜也乏人問津。」

韓非善用巧喻，諷諭「國亦有惡狗，有道之士懷其術，而欲以明萬乘之主，大臣為猛狗迎而齧之，此人主之所以蔽脅，而有道之士所以不用也。」良禽擇木而棲，有才學的知識分子本來想貢獻己能，為明主所用，奈何奸佞小人當權，如惡犬般守在人君身側，蒙蔽了君主，噬傷了賢良，徒然讓國家失去棟樑人才。

綜觀歷史，歷代君王身邊總不乏陰狠的污點佞臣：趙高之於秦二世、李林甫之於唐玄宗、秦檜之於宋高宗、嚴嵩之於明世宗、和坤之於乾隆、李蓮英之於慈禧，構成了一面賢良日遠、小人狎近的密實鐵網，最後崩毀了社稷百年基石。

韓非的精彩寓言，用於今日的領導學，仍然有深刻的啟示，為人主管或領導者除了本身具備優秀的種種條件之外，譬如宋人的醇酒美釀，更需廣開視聽，察納雅言，慎防貼身的家犬狐假虎威，如李斯、趙高、和珅等之流，擋住賢人進路，如此則空浪費了自家的一罈好酒。

因此，一個領導人最重要的是要「德才兼備」，並且能親近賢能部屬，而遠「有才無德」的小人也。

### 【引申】：取才取德

韓愈之弟子李翱在論人取才時，曾說「才德全盡謂之聖人，才德兼亡謂之愚人，德勝於才謂之君子，才勝於德謂之小人。」曾國藩亦曾說：「所謂小人者，識見小耳，度量小耳」；「君子則不然，廣其識，則天下之大，棄若敝屣；宏其度，則行有不得，反求諸己。」；明朝楊椒山先生曾說：「人

須立志為君子」。因此，管理者在用人取才時，寧用「德高才小」之寬宏大量的君子，而不用「有才無德」度量狹小之小人。

因為「才」可以藉由訓練、短期講習培養而成，「德」卻必須經過長時薰陶、修養方能達成。《弟子規》之聖賢教育，乃是要使每人皆能「德才兼備」為目標，換言之，就是使我們能從「凡夫」至於「君子」，最後臻於「聖賢」的境界。

「若衣服，若飲食，不如人，勿生感」，「感」是憂愁，心中一直擔心放不下。由於每個人的家庭經濟情況不同，所以，在食衣住行的物質享受上自然家家不同，即使比別人差，也不值得憂愁，真要憂愁的是德學和才藝不如人，所謂「君子憂道，不憂貧」也。如陶淵明所寫五柳先生傳，其中的名言：「不戚戚於貧賤，不汲汲於富貴。」從這句話的意境中，不難看出五柳先生的任性自得，就算處於環堵蕭然，不蔽風日之貧窮困境，依舊忘懷得失，不改其志，安然自得也。

孔子在《論語·里仁篇》說：「士志於道，而恥惡衣惡食者，未足與議也。」也就是強調一個讀書修身的人，不以衣食不美為恥，如顏回一簞食，一瓢飲，在陋巷，人不堪其憂，回也不改其樂。蓋以「家財萬貫，日食三餐；廣廈千間，夜眠六尺」，因此只要安貧樂道，便能「知足」而「常樂」也。

《菜根譚》有云：「人知名位為樂，不知無名無位之樂為最真；知飢寒為憂，不知不飢不寒之憂為更甚。」由此可知，世上的人只知道以求得名譽和官位為無上之樂，而不知道沒有名位的平凡境遇，反而是平安幸福。因由進德修業的立場來看，能夠每天靜下心來，沒有榮辱、得失、是非、利害，能在聖境之下，調心養神，可說是最快樂的境界，大多數人都不知道這一種心中的樂土，才是真樂；一般人只知道無食無衣，飢寒的痛苦，卻不知道不飢不寒富貴身分的人，因思想、精神、心靈上的貧窮，反而有他人想像不到的憂愁和痛苦，因此不必羨慕世間富貴之人。

我們一般人講求「五福」——長壽、富貴、康寧、攸好德、考終命。其中的「攸好德」是指所喜好的是道德，就是為將來培福，從事德學的培養。因此「好德」是很積極的作為，而且是其餘四種福的根本原因。因有好的德行，才能夠得到長壽、富貴、康寧及善終。

今日享有大福報，應該再培植未來福報的的種子，否則只進不出，這份福報很快就耗盡了。因好衣服、好飲食都是前世修來的，所謂：「一飲一啄，莫非前定」。今世有福報，自當好好珍惜，不應浪費；如果我們目前吃的、穿的、用的不如人，不必埋怨，現在正應好好培福呀！

【故事】：樂妻婉諫

漢朝的時候，有一個名為樂羊子的人，他的妻子品德非常高尚。有一次，樂羊子在半路上撿到了錢，回家後把錢拿給妻子。

他的妻子對他說：「我曾經聽說古代的賢人志士不喝名為盜泉的水，清廉的人不接受嗟來之食，如今你怎麼可以撿拾別人遺失的東西，這是會污染你的品德的。」樂羊子聽了非常羞愧，於是就把撿到的錢拿回原地放著。

又有一次，鄰居的雞無意間跑到樂家的園子裡，樂母就把雞偷偷捉來殺了，樂妻面對雞肉不食而且哭泣，樂母覺得很奇怪，於是問她原因。

樂妻說：「我是傷心自己為何那麼貧窮，無法供養好的食物給婆婆，讓婆婆殺了別人的雞來吃。」樂母於是慚愧的把雞肉給丟了。

上述，樂妻能夠阻止丈夫與婆婆的惡行而不犯逆他們，終能使丈夫成名，婆婆改過，可說是一位覺悟的家庭主婦菩薩。所以說家有良妻勝於良友，因此一個人的德行極為重要，不可不慎。

### 【引申】：學做菩薩

一般人如果每天做相同而且辛苦的工作，一定會覺得很厭煩。尤其是公務人員，好像永遠沒有解脫的一天，很多人常因此而苦惱。假如能將觀念轉變過來，就會做得非常快樂而自在。凡夫觀念中常常執著有「我」——如我在做，我好辛苦，我為什麼替他們做，我為什麼不能得到應有的升遷……，愈想愈煩惱，愈想愈不快樂。

若學菩薩道，發大誓願要幫助、服務眾生，他的想法和看法就不一樣了。因為所謂「菩薩」，就是梵語「菩提薩埵」的簡稱，也就是「覺有情」的意思，因此菩薩就是「覺悟的眾生」，也要以自己所覺悟的真理，去幫助其他未覺悟的凡夫，使其也能夠覺悟，因唯有真正的覺悟，才有快樂幸福可言。

反之，若吾人不能覺悟，並且對於宇宙人生的真理不瞭解，將可能由於一時的迷惑顛倒或錯誤的觀念，導致錯誤的說法與做法，如此勢必要承擔其所造成的不堪設想的苦果了。

菩薩道之「六度」即是：布施、持戒、忍辱、精進、禪定與智慧六個科目。吾人行菩薩道，第一要修「布施」。布施以財施為主。財施又分「內財」與「外財」，外財是指在外面賺錢，供養一家人，內財是用自己體力、時間與智慧為民眾服務；「持戒」就是奉公守法，不取非分之財；若能每天有耐心的從事自己本身的工作，不疲不厭，就是「忍辱」；對自己的業務，每天要求改進，希望明天做得更好，就是「精進」；雖然每天做很多的事，心地能夠隨時保持清淨，一塵不染，就是「禪定」；清淨心中常生智慧，法喜充滿，即是「智慧」。

由此可知，只要我們覺悟了，在日常生活當中的起心動念、言語造作，都可以學菩薩行，修菩薩道。舉例而言，如果我們盡心盡力將工作做好了，即是公務人員的榜樣，推展開來就能直接或間接影響整個社會、國家、世界，乃至於盡虛空遍法界，所謂「公門裏好修行」，就是這個道理。

吾人若能經常以「學做菩薩」、「力行菩薩道」的精神，多付出少計

較，漸漸將我執去掉，並把「別人當成另一個自己」，以服務社會利益一切眾生為前提，並從工作中獲得成就感，如此將隨時法喜充滿歡喜自在！

## 二十三、聞過欣喜，益友相親

23. 「聞過怒，聞譽樂；損友來，益友卻。

聞譽恐，聞過欣；直諒士，漸相親。」

### 【易解】

如果一個人聽到別人說自己的缺點就生氣，聽到別人稱讚自己就歡喜，那麼不好的朋友就會來接近你，真正的良朋益友反而逐漸疏遠退卻了。

反之，如果聽到他人的稱讚，不但沒有得意忘形，反而會自省，唯恐自己做得不夠好，徒有虛名。當別人批評自己的缺失時，不但不生氣，還能歡喜接受，那麼正直、誠信的人，就會漸漸喜歡和我們親近了。

「聞過怒」，每個人都希望在他人心中是很優秀，受人尊重的。當聽到別人批評自己的過錯，為了維護好的形象，就很容易產生憤怒。

由於每個人都會有過錯，要用什麼態度面對過錯，才能進德修業呢？《了凡四訓》告訴我們：「務要日日知非，日日改過；一日不知非，即一日安於自是；一日無過可改，即一日無步可進；天下聰明俊秀不少，所以德不加修、業不加廣者，只為因循二字，耽擱一生」。因此我們一有過錯，就要立刻「知過能改」，不可生氣，也不可拖延，以免空過了一生！

### 【故事】：生氣時會分泌毒素……

美國生理學家愛爾馬為了研究心理狀態對人體健康的影響，曾經設計了一個很簡單的實驗：把一支玻璃試管插在有冰有水的容器裡（此時冰水混合物的溫度正好是攝氏零度），然後蒐集人們在不同情緒狀況下的「氣

水」。

當一個人在心平氣和時，他呼出氣時，水是澄清透明，無雜無色的。悲痛時水中有白色沉澱，悔恨時有蛋白沉澱，生氣時有紫色沉澱。

愛爾馬把人在生氣時，呼出的「生氣水」抽取，注射在大白鼠身上。幾分鐘後，大白鼠死了。由此愛爾馬分析：人生氣（十分鐘）會耗費人體精力，其程度不亞於參加一次三千米的賽跑。生氣時的生理反應十分劇烈，分泌物比任何情緒時都複雜，都更具有毒性，此與佛家所謂的「瞋毒」不謀而合。因此動輒生氣的人很難健康，很難長壽，很多人其實都是被生氣所分泌的毒素「毒死」或「氣死」的。

這位美國科學家告誡人們，平時生活盡量不要讓自己生氣；母親切勿在生氣時（或剛生完氣）餵孩子奶；動物在被宰殺時會很氣憤、恐懼，體內自然也會產生毒素，加上飼料被污染的毒素，好吃肉類的人也因此會「吃肉積毒」；醫學上一些難治的怪病，與此關係極為密切；因此，吃素或吃蛋和

奶，會比吃肉更安全和更有營養，值得人們選擇。

「聞譽樂」，如果聽到他人的稱讚，不知不覺就高興起來。所謂「忠言逆耳」一點不錯，朋友忠實的勸告，往往不容易聽入耳裡。這個盲點自己若不察覺，那麼用甜言蜜語，討人喜歡的壞朋友，就會圍繞在身旁，姑息我們的過錯，顛倒是非。那些肯給我們忠告的益友，又怎麼願意接近我們呢？

「損友來，益友卻」，「損友」依孔子在《論語·季氏篇》所說有三種：友便辟（即善於奉承、巴結的人）、友善柔（善於獻媚討好、不誠實的人）、友便佞（口才善辯、顛倒是非的人）；「益友」有三種：友直（正直的人）、友諒（誠信、寬容的人）、友多聞（博學多聞的人）。

如果「聞過怒，聞譽樂」的人，很容易遠離益友，招引來損友，而淪為吸毒、夜歸、打架、飆車的一群，損害身心，誤入歧途，甚至犯下大錯而後悔莫及！

「聞譽恐，聞過欣」，我們聽到別人聲聲的讚美，先不要太得意，自己

心理要先省察一下：「自己真有這麼好嗎？」，唯恐名不符實；當有人指出我們的過失，也別一聽到就悶悶不樂，要學著虛心接受，如子路「人告之以有過則喜」，如唐太宗接納魏徵的規勸，而成為一代明君。

「直諒士，漸相親」，「直諒士」就是上述所說正直、誠信、多聞的朋友。因為批評我們的人，都是我們的良師益友。由於人非聖賢，不可能一生都沒有犯錯，所以對於告訴我們過失或缺點的朋友，我們要心存感激，因唯有如此，我們才能夠不斷的求進步。總之，我們能夠拓開心量，做到「聞過欣」，則所謂「物以類聚」，那些正直、誠信、博學多聞的朋友，就樂於和我們交往，自己也會得到更多的益處。

### 【故事】：一屁吹過江

蘇東坡是宋眉山人，嘉祐進士。累官至翰林學士、兵部尚書，並曾宦遊

鎮江、湖州、杭州、黃州等地。東坡在鎮江時期，耳聞金山寺佛印禪師，深入經藏，器識非凡，便經常和佛印來往，研究佛學。由於受到佛印禪師的影響，東坡居士才更加接受佛法的薰陶。

東坡居士以身居顯要，文名蓋世，所以難免有一些恃才傲物的個性。有一天，他為了炫耀自己的學佛心得，乃寫了一首偈，並遣書僮渡江，送與佛印禪師。其偈曰：「稽首天中天，毫光照大千；八風吹不動，端坐紫金蓮。」佛印禪師展開書函一看，心知東坡雖然在字面上是讚佛，但骨子裡卻是在自誇。於是拿起筆來，在其原函上批一個字：「屁」！

書僮走後，東坡以為佛印禪師對他一定會大加讚賞。哪曉得書僮回來，他把原函拆開一看，竟然是一個大「屁」字。這一來，把東坡居士氣得直發抖，面色鐵青，馬上就渡過江去，找佛印禪師算帳去了。

東坡一進佛印禪師的禪房，就立刻氣沖沖地高聲問到：「佛印！我剛剛的四句偈語，有何不妥？你竟如此藐視本官！」佛印禪師從容地笑道：「僅

用一個沒有響的屁，就把你逼過江來了，還說什麼八風吹不動呢！簡直是一屁吹過江吧！」

東坡一聽，不覺面紅耳赤，自慚形穢，謝罪而去。

隔了一些日子，佛印禪師應邀到東坡住所，與當地百姓討論佛法。東坡特向佛印禪師說道：「弟子之前修養的確還差，但近來虛心檢討，不斷向上提升，如今總不致再被『八風』所動了！」

佛印禪師一聽，發覺東坡居士的傲慢心理，並未稍減。於是乃暗示在一旁的小沙彌設法測試他。小沙彌雖然只有十幾歲的年齡，但是口齒伶俐，稟賦不凡。他當下了解師父的心意之後，立刻就對東坡說道：「我們師父常說蘇大學士到底是上根利智的人，一經點醒，使獲果證，今日一見，果然不虛。真是士別三日，刮目相看啊！」。

東坡一聽，信以為真，不禁又眉開眼笑，喜形於色，沾沾自喜起來。這時佛印禪師才正色說道：「東坡居士！我們小沙彌的幾句讚美之詞，就把你

牽走了，你還能夠抵得住『八風』的煽動嗎？」東坡先生一聽，發覺自己又是失態了。

由上述這兩個公案，使我們體會到要真正做到「八風吹不動」（亦即對利、衰、毀、譽、稱、譏、苦、樂等四順四違都能不起心，不動念），實在是需要一番修煉的功夫啊！因此吾人必須時時刻刻切記：「心隨境轉則苦，境隨心轉則樂」，隨時提高警覺，「不怕念起，只怕覺遲」，久而久之，必能逐漸做到：「聞譽恐，聞過欣」的境界了！

【引申】：不要生氣……

最近根據董氏基金會的一項調查，台灣多達一成半的人是天天生氣，而六成以上的人平均每週生氣一次。此種結果顯示一半以上的人，每個禮拜都有一次心情不舒服的時候，此種心理狀態不只影響個人的身心健康，也影響

了我們的生活品質。

現代醫學證實，生氣動怒對人體健康至少有十害。一、害肝臟：肝主怒，怒則氣積鬱滯；二、害呼吸系統：可引起氣促、胸悶、肺腔膨脹；三、害消化系統：可致胃黏膜充血，胃酸分泌過多；四、害心血管：可致全身肌肉緊張，心跳加快；五、害神經系統：引起神經衰弱、反應性精神病、精神分裂症；六、害腎臟：逆氣衝擊腎臟，會出現腎衰，腰膝酸軟無力；七、害泌尿系統：可引起尿急、尿頻；八、害皮膚：可引起皮膚乾燥、萎縮；九、害內分泌：引起激素分泌紊亂，造成內分泌系統功能失調；十、害引發猝死：現實生活中大怒暴怒後面紅耳赤、心悸血湧，吐血而死者，心肌梗塞而死者不計其數。因此，生氣對人體百害而無一益。

「生氣」在佛法稱之為「瞋」，尤其是在「逆境」的時候容易發作，是「三毒」（貪、瞋、癡）煩惱之一，對個人的修持影響甚鉅，因為「瞋火燒功德林」，人一發脾氣，就把所有的「功德法財」燒得精光。換言之，修行

人一生氣，「清淨心」便喪失了，所修的一切功德便歸於零。因此學佛的同學要好好護持這顆心，要隨時保持心平氣和，如此方能「積累功德」，達到希聖希賢的境界。

大致而言，會使我們生氣的情境，大致可分為三種：

1. 遇到不講道理的「瘋子」：和這種人有理說不通，不必和他斤斤計較，更何況喪失神智的「瘋子」，在法律上，對其所作所為，無法追究其責任，因此受到瘋子的侮辱，不必生氣。

2. 對方有道理，是我們自己的過失：在這種情境下，即使對方大聲指責或痛罵我們，我們也要虛心接受，不能「死不認錯」或「惱羞成怒」，並且要「知錯能改」才是，因此也不該生氣。

3. 對方沒有道理，刻意以尖酸的語言，激怒我們，惹我們生氣：在這種情境下，要切記：「生氣就是把別人的過失，拿來懲罰自己」，以及「隨緣消舊業，莫再造新殃」，要把所有的逆境當作修行的考驗，更

進一步要感激對方，不惜造業來成就我們的道行，因此我們要有智慧來面對外在的逆境與挑戰，因為「心隨境轉則苦，境隨心轉則樂」啊！

總之，生氣是可以自己控制的。外國有句俗諺：「每天三次笑，醫生來不了」（Three laughs a day keeps the doctor away.）因此，我們首先要瞭解自己生氣的心理狀態：「大怒一次，短壽一年；大笑一次，年輕一天」，因此「一笑一少；一怒一老」，「微笑是健康之本」，是故我們如能經常保持愉快的心情，並且進一步以智慧來面對「生氣」的各種情境，如此多一份修持，就多一份涵養，久而久之，就能達到「無瞋」的境界了。

## 二十四、一念向善，過歸於無

24. 「無心非，名為錯；有心非，名為惡。過能改，歸於無；倘揜飾，增一辜。」

### 【易解】

無心之過稱為錯，若是明知故犯，有意犯錯便是罪惡。知錯能改，是勇者的行為，錯誤自然慢慢的減少消失，如果為了面子，死不認錯，還要去掩飾，那就是錯上加錯了。

「無心非，名為錯」，「非」是指過失、不善的行為。《左傳》說：「人誰無過，過而能改，善莫大焉。」從小到大，哪個人敢說自己沒有過錯

呢？如果不是故意去犯的過錯，例如不留意得罪人了，或是不小心踩死一隻螞蟻等，這算是無心的過錯。只要不是存心刻意去造作惡業，或傷害別人，使別人起煩惱，都是無心之過。語云：「有心為善，雖善不賞；無心為惡，雖惡不罰。」此之謂也。

雖然如此，一個有仁心的人，仍應時時避免犯錯，以免造成別人的困擾。故佛經有云：「菩薩所在之處，能令眾生歡喜心。」因此我們應隨時提高警覺，少犯無心之過錯，時時廣結善緣，便能處處受人歡迎了！

「有心非，名為惡」，「有心非」就是明知故犯，如公共的密閉場所抽煙、隨便倒垃圾、破壞生態環境，甚至處心積慮做壞事，那就是罪惡了。如果把「進德修業」當做人生第一大事的人，就得時時警覺當下這個念頭是否偏差了，然後選擇對的去做，才不會一錯再錯，陷入罪惡的深淵，無法自拔。

「過能改，歸於無」，自身的作為有重大的過失，而遭到別人無情的辱

罵時，要能勇於面對，先承認自己有過失，再檢查自己是不是有心違犯。我們能夠這樣「提高警覺」，做到如孔子所說：「過則勿憚改」，「知恥近乎勇」，如此才能避免重蹈覆轍。「改過遷善」就像天上的烏雲散盡後，必有「雨過天青」的美景。

英國諺語說：「永遠不要因承認錯誤，而感到羞恥，因為承認錯誤，也可以解釋作你今天更聰明。」朱熹也說：「過而能改，則復於無過。惟不改，則其過遂成，而將不及改矣！」因此孔子十分強調改過的重要，他不認為有天生的聖人和永不犯錯的人；他也認為只有發現錯誤，不斷改正，才能達到聖賢的境界。

《菜根譚》有句話說：「彌天罪過，當不得一個悔字。」也就是說一個天地所不容的大罪人，如果內心能夠存著一個「悔」字，而改邪歸正，轉入正道，罪惡便都消滅了。《了凡四訓》曾說：「古人有一生作惡，臨死悔悟，發一善心，遂得善終者。謂一念猛厲，足以滌百年之惡也。」如六祖所

說：「一燈能除千年暗，一智能滅萬年愚」，「自性起一念善，得恆沙惡盡」。因此，過不論久近，惟以改為貴。只要肯懺悔改過，我們的人格品德將來仍舊是完美的！

《了凡四訓》告訴我們改過的方法，有三種：（一）要發恥心：所謂「知恥近乎勇」。如果知道自己的過失，而不肯改，乃是令人可羞可恥之事；（二）要發畏心：語云：「舉頭三尺有神明」，即使我們所犯的過失，非常細微，都是瞞不過天地鬼神的，故時時要有戒慎恐懼的心。

《大學》所謂：「十目所視，十手所指，其嚴乎！」只要肯悔改，則如「千年幽谷，一燈才照，則千年之暗俱除」也。故過不論久近，惟以改為貴；（三）須發勇心：人之不肯改過，多是因循退縮，故應振作奮發，當下就改。小的過失如芒刺在肉，要趕緊拔掉；大的過失，就如毒蛇咬到手指，要趕快切掉手指，不可有絲毫猶豫延遲的念頭，以免貽害終身。

因此，我們若能從「心地」下功夫來改過，如《了凡四訓》所說：「過

有千端，惟心所造；吾心不動，過安從生？」是故我們應時時：「一心向善，正念現前」，則邪念自然污染不上，如此「意業」清淨就不難達到了。

「倘揜飾，增一辜」，「揜」是掩飾的意思。如果一個人犯了過錯，不肯誠實面對，卻故意掩飾，則罪上加罪，就如沾了墨漬的白布，愈是用力清除，愈造成污點的擴散，造成錯上加錯，失去了白布潔白的本質。

因此，我們對於自己無心的過失，一定要及時改正過來，有意的犯錯更應該避免，不可故意掩飾；至於別人的過失，我們也要以寬容的心來面對，能夠做到「得饒人處且饒人」，拓開我們的心量來對待一切眾生。

### 【故事】：廉頗負荊請罪

在戰國時代趙國的藺相如憑著自己的機智和勇氣，達成「完璧歸趙」的歷史任務。後來又因護王有功，所以趙王給予極高的獎勵，封藺相如為上卿

（即宰相），成為群臣中官位最高的人。

當時廉頗是趙國的名將，戰功彪炳，他十分不服氣藺相如竟然官位比他高。於是對朋友們說：「我有戰場上的大功，而藺相如不過有口舌之勞，他憑什麼官位比我高？我不願意居他之下，我如果看見藺相如，我非羞辱他不可。」

藺相如聽到廉頗對他不滿意的消息，便設法躲避，不肯和廉頗見面。上朝的時候，如果廉頗來了，藺相如就請病假。

有一次，藺相如坐車上街，遠遠望見廉頗迎面而來，立刻命令車伕把馬車駛入另一條街，躲避起來。藺相如的隨從人員看到這種情形，心裏大大不以為然，就向藺相如說：「我們跟隨你，是佩服你的勇敢。現在你的地位和廉頗相等，你卻那麼害怕廉頗，見了廉頗竟要躲了起來，連平常的人這樣做都會覺得沒有面子，何況你身為宰相啊！我們實在看不慣，感覺到真是丟臉，我們不想再跟隨你了！」

藺相如用爽朗而堅定的語調回答說：「以秦王那麼大的威勢，我藺相如竟敢在宮殿上指責他，而且沒有把秦國的群臣放在眼裡。怎會單單只害怕廉將軍呢？我只是想到，強大的秦國為什麼最近不敢來侵犯趙國，那是因為害怕廉將軍和我兩個人。如果我和廉將軍互鬥起來，造成兩敗俱傷，這正是秦國求之不得的事。我要躲避廉將軍不是怕廉將軍，而是怕萬一和廉將軍衝突起來，對國家不利，我覺得一切事情都要先以國家為重，私人的恩怨放在後面慢慢解決啊！」

藺相如的話很快傳到廉頗耳朵裏，廉頗深受感動，立刻跑到藺相如的家裡，肉袒負荊，向藺相如請罪。

這兩個趙國的將相從此結為生死之交，是趙國之幸。同時，廉頗的「知過能改」而「負荊請罪」也成為一段歷史佳話。

【故事】：周處除三害……

東晉時，有名的「周處除三害」是大家耳熟能詳的故事。故事中除了南山猛虎和長橋下蛟龍二害外，最難除的第三害反而是周處本身。他平常不務正業，為非作歹，危害地方。

起初他自己不知道被列為三害之一，後來知道了，就覺得很慚愧，決心改過，不只殺掉猛虎和蛟龍，更拜師求學，從軍報國，官至太守、御史中丞，後以討伐叛賊，為國捐軀而死。

周處「過能改，歸於無」，一發覺自己的過失，絕不掩飾，立刻拜師，勵志向學，改過自新，這真是「知恥近乎勇」啊！

【引申】：從心地隱微處下功夫，改造命運……

在《了凡四訓》一書中，曾提到宋朝衛仲達的一段故事，發人深省。此段公案指出衛仲達曾經在翰林院擔任官職，有一次被鬼卒攝到陰曹地府。陰間的主審判官，吩咐手下的書辦，把他在陽間所做的善事、惡事兩種冊子呈上來。

等到冊子送上來時，則惡錄盈庭，至於其善錄則僅一軸，如一根筷子那樣小而已。主審官又吩咐拿秤來量量看，結果盈庭之惡錄反而輕，而善錄如筷子那樣小捲的冊子反而重。

衛仲達好奇的問道：「我年紀還不到四十歲，哪會犯這樣多的過失呢？」主審官說：「一念不正即是，不待犯也。」譬如看見女色，動了淫念，即是犯過啊！

接著，衛仲達就問那一軸善冊記的是甚麼？主審官說：「皇帝有一次要興建大工程，你上奏勸皇帝不要修，免得勞民傷財，這是你奏章的底稿。」衛仲達說：「我雖說過，但皇帝不聽，還是興工，這份疏表怎麼還有那麼大

的力量呢？」主審官說：「皇帝雖然沒有聽你的建議，但君之一念，已在萬民，希望使千萬百姓免去勞役；倘使皇帝聽你的，那善的力量，不就更大了嗎？」

由上述故事可知，如果我們起心動念，處處為自己著想，而且自私自利，則只要一個念頭不正，就是罪惡；同時，立志做善事，目的在利益一切眾生，且能做到「三輪體空」，那麼善事縱然小，功德卻無量無邊啊！

陸

／  
擴大自己心量——  
「民吾同胞，物吾與也」  
的人類愛

「汎愛眾」是對於大眾有關懷愛護的心，如同蒼天與大地，絕對沒有私心，不論好人壞人、聰明愚笨、富貴貧賤、種族國界，都一樣給予保護和承載，純是一片仁慈之心，不為名利，毫無虛假，因為我們都是大地的子女，此正是「天同覆，地同載」的大同境界。

孟子曾說：「君子所以異於人者，以其存心也。」君子所存之心，只是愛人敬人之心。故人雖有親疏貴賤，有智愚賢不肖，皆吾同胞，皆吾一體，故皆應愛敬存心也。因愛敬眾人，即是愛敬聖賢，並使大家皆能各得其所，都能安居樂業，過著幸福美滿的生活，如此必能拓開自己的心量，增長自己的善根福德，以及培養良好的人際關係也。

「愛」在文字學是屬於「會意」字，即「心受」，也就是用「心」去感「受」對方的需要，因此「愛」的言語是「正直的」；「愛」的行為是「成全」的，也就是「君子成人之美，不成人之惡」；「愛」的心地是「無私」的。是故有愛心的人必定會擴大自己的心量，去服務一切的眾生。



## 汎愛眾

### 二十五、愛敬人者，人恆愛敬

25. 「凡是人，皆須愛；天同覆，地同載。」

#### 【易解】

只要是人，就是同類，不分族群、人種、宗教信仰，皆須相親相愛。同時天地所滋長萬物的，應該不分你我，互助合作，才能維持這個共生共榮的生命共同體。如國父所說：「人類以互助合作為目的。」這也是《易經》同

人卦「求同存異」，積極廣泛與人合同，期實現「大同世界」的理想。

「凡是人，皆須愛；天同覆，地同載」，「覆」是覆蓋；「載」是承載；本段是說我們都是生活在地球村的成員，只要是人或一切的眾生（包括有情眾生及無情眾生），我們都要平等的愛護他們、關懷他們，這就是慈悲。如淨空法師所說：「世間所有宗教的根本，就是仁慈博愛，其目的在令一切眾生離苦得樂。」因此《新舊約》說：「神愛世人，上帝愛世人」，伊斯蘭教強調「真主確實是仁慈的」，與「凡是人，皆須愛」不謀而合。

孔子在魯國當官期間，官邸曾經失火，馬廄被焚，在火災之後，孔子首先關心的是「人」有無受傷，然後再提到「馬」，這也印證孟子所說：「親親而仁民，仁民而愛物」的說法，這種由近而遠，由親而疏，推己及人，推人及物的愛，正是儒家仁愛精神的真諦啊！

或有人問：「對於壞人及自私自利的人，還要保護他，豈不天下大亂？」其實壞人都有「良知良能」，然「人之初，性本善；性相近，習相

遠」，故大部分人都是後天學壞的，壞人做了壞事危害大眾，應給予適當的處罰。但是「可惡之人，必有可憐之處」，因此我們應該憐憫他們，因控制不住自己的煩惱習氣，未得到好的聖賢教育，不識道德，故應讓他們有改過自新的機會。人何嘗喜歡犯錯，而讓社會大眾所唾棄呢？試想，以一個父母的心情，何嘗不願看到學壞的子女走上正途呢？

因此即使是壞人，只要肯回頭，如上述周處都能「改邪歸正」，成為國家棟樑。所以「凡是人，皆須愛」，就是指我們要能敬愛每一位眾生本具的佛性或良知良能啊！

我們觀察「天」是平等覆蓋一切眾生，不分智愚；「地」是平等承載一切眾生，不分淨染。因此，天地好比是我們的父母，我們應學天地的博愛無私，也體會天下父母心，平等關懷每一個大地子民，愛護一切動物，珍惜一切花草樹木，天地間自然呈現祥和的氣氛，如此必能維持此一共存共榮、共同分享的生命共同體。

【故事】：敬益歸田……

元朝的時候，有一個姓魏名敬益的人，他的為人好義博施，他的家產有十六頃的田地。

有一天他對他的兒子說：「我買下四周村落十頃的田地，使得四周的村民都因此而無法生存，我真是替他們十分難過，如今我打算把田地都還給他們，你們只要能好好的耕種剩下的那些田地，你們也不至於挨餓受凍。」

於是他就集合四周所有的村民，並且告訴他們說：「因為我買了各位的田地，以致大家生活不得溫飽，這真是我的過失，所以現在把田地都還給大家。」所有村民聽到他的話，都很驚訝而不敢接受，魏敬益還再三的勸慰他們，最後所有村民才感激的接受了。

所謂買賣就是銀貨兩訖，一個願買一個願賣，價格合適就成交了。但是具有仁心的君子，不僅價格合理，還會主動關心對方的處境，這與一般人只

在意自己的利益，相差甚多。

也因為如此，當時元朝的丞相賀太平知道此事後，感嘆的說：「世乃有斯人哉！」也就是說世上真的還有這種人嗎？而「這種人」真的那麼難當嗎？如果凡事都能以「利人」為優先，處處為別人著想，那麼我們也可以成為所謂的「凡是人，皆須愛」的「這種人」。

### 【故事】：頑石點頭

佛教一代高僧道生大師，本姓魏，鉅鹿人。道生生而穎悟，父親見其不凡，知其日後必成大器，道生出家後，專心道業。二十歲受具足戒後，器識深厚，道業愈精，頗受欽敬於當世。

東晉安帝義熙十四年，法顯大師於健康譯出《大般泥洹經》六卷，經文言及一切眾生皆有佛性，皆得成佛，唯一闡提（斷絕一切善根的人）除外。

然而道生剖析經理，洞入幽微，卻不受經文的束縛，大膽發揮自己的見解，以為一切眾生皆有佛性，自不應獨排同屬眾生的一闡提人，因此，他於宋文帝元嘉五年提出罪大惡極的「一闡提」人也有佛性，亦得成佛的主張。

這種思想在北涼曇無讖所譯《大般涅槃經》中，記載佛所說：「一切眾生悉有佛性，乃至一闡提等亦有佛性。何以故？一闡提等定當得成阿耨多羅三藐三菩提故。」不謀而合。但當時尚未傳入南方，而南方僧眾執取《大般泥洹經》經句，指摘道生法師獨到的創見為邪說惑眾，違背佛經原旨，決定將離經叛道的道生法師逐出僧團。

道生法師黯然離開建康後，前往蘇州虎丘山。一日，相傳道生法師集許多石頭為聽眾，滔滔不絕地宣講一闡提也有佛性時，便問石頭：「如我所說，契佛心否？」那些聽他說法的頑石，竟然個個點頭應和，「生公說法，頑石點頭」的典故，自此流傳千古。

由此可知，「精誠所至，金石為開」，斷除一切善根的「一闡提」皆能

成佛，這是「一切皆成佛」的精義。因此，只要我們肯回頭，則人人皆得成聖成賢，乃至成佛也。

【引申】：學習大地虛空之精神，擴大自己心量……

《易經》是我國最古老的經典，係先聖先賢仰觀天文，俯察地理，中通萬物之情，究天人之際，探索宇宙人生必變、所變、不變真理的一部書。《易經》可說是中國傳統文化的精髓，我國學術思想的最高峰，因此被尊為「群經之首」。

在《易經》六十四卦當中，最重要的有兩個卦，一個是乾卦，一個是坤卦。「乾」表「天」，「坤」表「地」。《序卦傳》說：「有天地，然後有萬物，有萬物然後有男女，有男女然後有夫婦，有夫婦然後有父子，有父子然後有君臣，有君臣然後有上下，有上下然後禮義有所錯。」

吾人觀察天體之運行，日復一日，永不休止。所以代表「天」的「乾」卦，象徵「天行健，君子以自強不息」，此乃佛法「六度」當中的「精進」（係菩薩出世之善根），代表君子應當效法天，不斷的要求自己，努力不懈，力求進步，必能達到造福人群，廣度眾生的目標。

《無量壽經》有云：「譬如大海，一人斗量，經歷劫數，尚可窮底；人有至心求道，精進不止，會當剋果，何願不得？」上述經文係阿彌陀佛因地修行之老師（世間自在王如來）勉勵他的話，這種精進不懈的精神與氣魄，實令我們讚嘆與學習！

蓋以吾人做任何事，不能成功的主要原因，乃是缺乏「真心」和「耐心」，以及犯了「一曝十寒」的毛病。若能以真誠的心，效法天之自強不息的精神，必定能成就一切善法與道業。

此外，吾人觀察「大地」精神，亦不可思議。蓋以大地蘊藏無量無邊的寶藏，生成萬物，負載萬物，而不求回報，並且平等養育一切眾生，不分善

人或惡人，其包容力之廣，正顯「地勢坤，君子以厚德載物」之偉大精神。

在《易經》坤卦（代表「地」）當中，值得一提的是「初六」的「履霜，堅冰至」，代表吾人在踏到薄霜時，就應當想到，結冰的季節就要來臨了，這是一種「見微知著」的功夫；同時，由坤卦亦可引申出我國民間流行甚廣的至理名言：「積善之家，必有餘慶；積不善之家，必有餘殃，臣弑其君，子弑其父，非一朝一夕之故」，此乃表示「累積」功夫的重要，蓋以：「善不積，不足以成名；惡不積，不足以滅身」，是故世出世間法都是要靠日積月累的功夫，才能有所成就。

總之，「天」代表「精進」，也代表我們要學習虛空之精神，以虛空之心，發虛空之願，行虛空之行，證虛空之果，而實無虛空之相可得；「地」則代表包容，廣闊、光明、遠大、平等、慈悲，能使各類萬物，都能順利的成長，並且具備無窮的德行。這些都是我們人立身在「天」「地」之間所應觀察出來的真理，並且努力效法學習的啊！

## 二十六、德才高大，非貌言勝

26. 「行高者，名自高；人所重，非貌高。

才大者，望自大；人所服，非言大。」

### 【易解】

德行高尚者，名望自然高超，大家所敬重的是他的德行，不是外表容貌。有才能的人，處理事情的能力卓越，聲望自然不凡，然而人們之所以欣賞佩服，是他的處事能力，而不是因為他很會說大話。

「行高者，名自高；人所重，非貌高」，「行」是指「品德修養」。「名」是指名聲或威望。「貌」是外貌。古代聖王堯、舜、禹、湯、文、

武、周公、孔子，近代美國的華盛頓、林肯總統，都是注重德行的修養，建立不朽功業，名望自然高超，能受到別人的推崇尊重，且記載在歷史而流芳百世，讓人懷念不已。因此，能夠立德的人，自然能夠立功、立言也。正如孔老夫子所說：「有德者必有言，有言者不必有德」也。

帝王在世間是最高名位，當今各國的領袖及超級強國的大總統，在位時也是高高在上，似乎人們最重視的還是外表的名位。可是經過時間的流逝，歷史的評斷，令人懷念、尊重的，還是那些德行高尚，替大眾著想的人，而不是外表和容貌。

至於一般百姓，果真能注重德行，也能成為令人敬仰的有德君子。如孔子及其弟子們，雖然一生顛沛流離，可是一直追求品格的完美，為利益天下蒼生而周遊列國，「為往聖繼絕學，為萬世開太平」的心胸，至今仍被世人稱誦，如顏淵所說：「仰之彌高，鑽之彌堅，瞻之在前，忽焉在後！」故被奉為萬世師表，連外國人也紛紛嚮往中國先聖先賢的傳統文化。

【故事】：以貌取人，失之子羽……………

孔子有許許多多弟子，其中有一個名叫宰予的，能說會道，利口善辯。他開始給孔子的印象不錯，但後來漸漸地露出了真相：既無仁德又十分懶惰；大白天不讀書聽講，躺在床上睡大覺。為此，孔子罵他是「朽木不可雕也」！

孔子的另一個弟子，叫澹台滅明，字子羽，是魯國人，比孔子小三十九歲。子羽的體態和相貌很醜陋，想要事奉孔子。孔子開始認為他資質低下，不會成才。但他從師學習後，回去就致力於修身實踐，處事光明正大，不走邪路；不是為了公事，從不去會見公卿大夫。

後來，子羽遊歷到長江，跟隨他的弟子有三百人，聲譽很高，各諸侯國都傳誦他的名字。孔子聽說了這件事，感慨他說：「吾以言取人，失之宰予；以貌取人，失之子羽。」這就是孔子說：「我只憑言辭判斷人的品質，結果對宰予的判斷就錯了；我只憑相貌判斷人的品質，結果對子羽的判斷又

錯了。」

「以貌取人」是指一個人只用外在去判斷事物，卻忽略了內涵。因此，國家或一個公司團體，選用人才應該首重人品，其次才是學識及能力，切忌「以貌取人」，因人不可貌相啊！

### 【故事】：醜僧俊道

佛教有一句話說「醜僧俊道」，意思是一個長得很醜陋的出家人，他在道業上往往會有很優秀的成就。「醜僧俊道」典故的「醜僧」，就是指東晉時期，佛教史上鼎鼎有名的道安法師。

根據資料上的記載，道安法師生來個子矮小，面目黝黑，又是鄉下小孩，出家以後，他的師父心想：這麼一個鄉下小孩，樣子長得不好，也不討人喜歡，讓他到田裡工作吧。

工作不久之後，一天，道安跟師父說：「能不能給我一本經書看？」

師父說：「可以。」就借給他一本五千字左右的《辨意經》。

第二天一早，道安法師又對師父說：「師父，能不能再借我另外一本經？」

師父疑惑的問他：「昨天那本看過了嗎？」

「看過了。」道安回答：「已經能夠背誦了。」

這時他師父還沒注意到他的天才。把《辨意經》接過去之後，又給他一部《成具光明經》，這是一部將近一萬字的佛經。

到了隔天，道安法師又對師父說：「師父，能不能再借我另外一本經？這部《成具光明經》，我又讀完了。」

「真的嗎？這是一部將近一萬字的佛經，你又讀完了，經裡頭講什麼？」

「是的，我全部都可以背誦出來。」

「哪裡有這樣的事，你騙我，你背誦給我聽！」

於是道安把整部《成具光明經》的內容，從頭到尾，一字不漏的全部都背誦出來。

這時候他的師父才發現：「人不可以貌相，海水不可以斗量；原來這小孩不簡單，他是一個過來人，是個前世有成就的菩薩。」

因此對道安說：「我這裡的道，實在教不起你，你應該再找一個更高明的師父。」

雖然道安法師外相上長得其貌不揚，可是他在中國佛教史上的成就，卻十分燦爛輝煌。他培育很多學生，每一個都是歷史上有名的高僧，尤其他具有廣闊的國際觀，迎請了許多外國高僧，來到中國弘法，譬如：最有名的翻譯家鳩摩羅什，就是道安法師建議苻堅到西域龜茲國邀請來的。

道安法師一生從事人才的培育，致力佛法宣揚，以「釋」為佛門子弟的姓氏，建立大規模的譯場，並對經藏進行整理，制定僧尼軌範，通行全國，

對佛教的弘傳可以說貢獻很大。因此在東晉時期，一提起道安法師，幾乎無人不知，無人不曉，因此佛教裡就流傳下來「醜僧俊道」這一句話，正是本句「行高者，名自高；人所重，非貌高」的最佳註解。

「才大者，望自大」，「才」是指智慧、才能。「望」是指聲望。一個人有才德學問，聲望自然隨著自己的涵養而提升。李白說：「天生我材必有用」，只要抱持服務大眾的熱忱，不管先天資質是聰明或愚笨，盡力去學，鍛鍊自己的才能，功夫下得深，小者可自立持家，大者可貢獻社會國家，聲望自然不凡。

「人所服，非言大」，至於有些缺乏真才實學的人，平時雖能言善道，但遇事就亂了方寸，縱然知名度很高，卻往往露出破綻，損害名聲，因而一夜之間，就成為人人唾棄的小人。因此，一般人所佩服的是實至名歸，心中坦蕩蕩的君子，以及平時好學，沉潛於德行修養，遇事能實現服務眾生之大悲心願的仁者，而不是說大話的人；這些賢者，不必靠言語辯才，聲望自然

不求而來。

【故事】：「楊震四知」

在漢朝時，有一位楊震為東萊太守，曾舉王密為秀才。後來王密當了昌邑的縣令，在一個夜晚，身上帶了黃金十金送給楊震。楊震心裏不高興的說：「你不知道老朋友的心啊！」王密說：「深夜沒有人知道」。

楊震說：「天知，地知，你知，我知，哪裡說沒有人知道呢？」王密聽了這番話，很慚愧地就把黃金帶回去了。楊震的「四知」，代表他公正廉潔的德行，令人欽佩，故名望自然高超，能流傳後世，為人所敬重。

【故事】：「天祥衣帶」

在宋朝末年，文天祥起兵勤王，後因兵敗為元朝軍隊所俘虜。元朝的皇帝久聞文天祥賢良之名，想要招降他。文天祥回答：「願賜一死，足矣。」在臨刑時，顏色從容，謂吏卒曰：「吾事畢矣」。

文天祥死後，發現其衣帶有一首贊云：「孔曰成仁，孟曰取義。惟其義盡，所以仁至。讀聖賢書，所學何事，而今而後，庶幾無愧！」由此可知文天祥視死如歸，忠君愛國的精神，正是說明：「人生自古誰無死，留取丹心照汗青」的崇高德行，實令人景仰，同時也以他生命的火炬，照亮了每一個

人生命的樂章！

### 【引申】：用真心來寫歷史……

宋朝文天祥起兵抗元，在經過零丁洋時，曾寫一首詩：「辛苦遭逢起一經，干戈寥落四周星。山河破碎風飄絮，身世浮沉雨打萍。皇恐灘頭說惶

恐，零丁洋裡嘆零丁。人生自古誰無死，留取丹心照汗青。」其中「丹心」就是赤誠的真心；「汗青」是古代的史冊。古代無紙，故將文字刻寫在竹簡上。使用前，為使竹簡乾燥且不遭蟲，乃用火將竹子的水分蒸出，像流汗一般，故稱「汗青」。

因此，我們每一個人都應學文天祥，以真心來照亮每一個人的歷史！首先，自己要修養品德，做人做事能對得起自己，以「仰不愧於天，俯不忤於人」來寫自己的歷史；並以力行孝道，在父母的歷史寫下孝親的一頁；幫助子女建立良好的德行，照亮子女進德修業成就的歷史；最後以「捨己為人」的真心，幫助眾生「破迷開悟，離苦得樂」，寫下眾生成聖成賢的歷史！

【引申】：「學為人師，行為世範」——作之君、作之親、作之師……

經過多年在交通學術與行政界的歷練，我深深覺得一個人要在家庭、

事業、道業有所成就，則必須扮演多元的角色，如儒家所教導我們的，要能「作之君、作之親、作之師」，亦即一個人在任何工作崗位上至少要扮演好上述「君、親、師」三位一體的角色，做人、做事才算圓滿，也才能收到良好的效果。

所謂「君」是領導人，作為一個機關團體或單位的領導人，不僅要「以身作則」，「身教」重於「言教」外，更要對被領導的員工，要以「親心」對待他們。凡年紀長的，把他們看做是自己的長輩；年紀與自己相當或比自己小的，則把他們看做自己的兄弟、姐妹或子女，真心的關懷、愛護、幫助他們解決問題。如此，員工們必會產生「感恩戴德」之心，把老闆當做自己的親人或父兄，如同一個大家庭，使得工作環境與氣氛顯得融洽、和樂，如此此必能提昇員工的向心力，語云：「帶人要帶心」，就是這個道理。

一個領導人，不但要用「親心」關懷、對待員工（這是「恩」）還要用「師心」（做老師的心）教導他們、訓練他們（這是「威」），如此「恩威

並重」，鼓勵員工不斷進德修業，使得員工感受到老闆的用心，便會努力工作，如此可使得他們的技術能夠日新月異，專業知識能不斷精進，機關或公司的業績就會蒸蒸日上。

由上可知，如果領導人如果只做到「君」的身分，沒有「親情」，沒有「師心」，亦即另外三分之一沒有做到，並不算是一位成功的領導人。

同樣地，在家庭當中，父母對待子女非常關心疼愛，這是「親情」，如果父母沒有「師心」和「君心」，仍然不是一位稱職的父母。所以父母要把子女教好，就要「以身作則」領導子女，做他們的榜樣，這就是扮演「作之君」的角色。因小孩子都是看大人的樣子，父母若行為不正，要求子女做得正，這是做不到的事啊！同時父母也是子女的「老師」，要能隨時教導他們，如果父母自己不會，就要努力去學，如此不但教學相長，而且亦可體會伴隨子女成長的那種喜悅與成就感。所以為人父母不但要「作之親」，也同時要扮演「君」、「師」的角色，如此家庭必定幸福美滿。

至於在學校當老師的，目前常常覺得學生難教，這也就是因為做老師的，往往只做三分之一，另外的三分之二，即扮演「君」、「親」的角色沒有做到，不但沒做到，或許也沒想過。所以老師對待學生要有「親情」，亦師亦友隨時關心學生的校內外生活；同時老師也是學生的榜樣，不但為「經師」亦為「人師」，教導學生待人處事、接物的道理，使學生具備宇宙人生的智慧。

另外，有些人或許會質疑，若不是單位的領導人，能夠做到「君、親、師」的角色嗎？其實即使是公司的員工，只要心存：「我要做所有員工的榜樣」，這就是「做君」的理念；對其他同仁，我對他們關懷、照顧，就是「親心」；另外，我所懂的專業知識技能，很樂意幫助、教導別的同仁，這就是「做師」的心。

由此可知，一個領導人或機關團體的員工，每一個人只要有心，人人都能夠做到「君、親、師」的角色，如此方能使我們的家庭幸福美滿，社會

安定、經濟繁榮、國家富強，彼此能夠共存共榮。因之，儒家所謂的「作之君、作之親、作之師」實在是目前社會動亂的「治世之寶」，值得現代社會普遍去宏揚啊！

## 二十七、盡己所能，各安人心

27. 「己有能，勿自私；人所能，勿輕訾。

勿諂富，勿驕貧；勿厭故，勿喜新。

人不聞，勿事攬；人不安，勿話擾。」

### 【易解】

當有能力可以服務眾人的時候，不要自私自利，只考慮到自己，捨不得付出。對於他人的才華，應當學習欣賞讚歎，而不是批評、嫉妒、毀謗。不要去討好巴結富有的人，也不要窮人面前驕傲自大，或是輕視他們。不要喜新厭舊，對於老朋友要珍惜，不要貪戀新朋友或新事物。對於正在忙碌的

人，不要去打擾他，當別人心情不好，身心欠安的時候，不要閒言閒語干擾他，增加他的煩惱與不安。

「己有能，勿自私」，「能」是指德能或才幹。《禮運·大同篇》有云：「力惡其不出於身也，不必為己。」由於每個人的際遇本來就不同，如果自己處在良好的環境中，學得許多才能，不可自私或吝法，亦不可傲視一切，而自私自利，更應該發揮「人饑己饑」、「人溺己溺」的胸懷，幫助眾多苦難的同胞，讓他們能夠「破迷開悟」，接受聖賢的教誨，也能感受到真正的快樂與和諧。如果為了炫耀才能、博得掌聲，而塑造出的耀眼英雄，亦無法減輕苦難者的創痛啊！

一個汎愛眾的仁人君子，他的心中有「民胞物與」的觀念，所以肯放下滔滔私心，關懷大眾，展現人饑己饑，人溺己溺的風範。我們若處處學著仁厚待人，在德行上改過向善，並深入學習各項專業知識，相信必能做出一番利益大眾的事業。因此，我們若有才德，就不應自私，應該要站出來為這個

社會多做一些事情，這樣才能挽救社會頹敗之風。

【故事】：仲淹義田

宋朝范仲淹字希文，乃是唐朝宰相范履冰的後代，蘇州吳縣人。他的身世非常淒慘，兩歲的時候，父親去世，母親改嫁長山朱氏，他也改姓為朱。

年紀稍大之後，范仲淹知其家世，流著眼淚拜別母親，一個人住到山東長白山醴泉寺讀書，後又前往睢陽應天書院就讀。

由於缺乏經濟來源，范仲淹的書唸得非常辛苦，他沒有錢買米，只好每天煮粥，待粥結凍，用刀切為四塊，早晚各取兩塊，折斷數莖野草沾著鹽巴胡亂果腹。到了冬天，氣候嚴寒，無火取暖，他也照樣用冰水洗面，晝夜苦讀不息。

有一天，范仲淹發現廟中的某棵樹下，有萬兩黃金，他雖然窮困，仍不

貪心，不動聲色，把這些黃金貯藏在原來的位罝。直到有一次，寺廟年久失修，向他化緣時，此時已經當上宰相的范仲淹，才想起這萬兩黃金，將之捐給寺廟當作翻修的費用。

范冲淹在年輕未發達前，即志在救國為民。他曾找過相士算命，一開始就問相命先生說他有無當「宰相」的命？相士搖頭說：「你年紀輕輕，過於自負！」之後，他又請問相士，有無當「醫生」的命？這時相命先生覺得非常奇怪，問他為何想當宰相？宰相當不成又想當醫生呢？後來范仲淹說，當宰相或醫生皆是為了救國救民，希望能幫助那些苦難的同胞。相士聽了之後讚嘆：「有此存心，真宰相也」。

皇天不負苦心人，後來范仲淹果然考取進士，做到廣德軍司理參軍，把母親大人迎回家中奉養。大文學家晏殊在應天府為官時，聞知范仲淹的才名，推薦他擔任秘閣校理。

范仲淹博通六經，尤其對易理極有研究。他在《岳陽樓記》這篇文章

中述說：「不以物喜，不以己悲；居廟堂之高則憂其民，處江湖之遠則憂其君；先天下之憂而憂，後天下之樂而樂」的抱負，亦即天下人還沒有憂愁之時，我先憂國憂民，等到天下人都享樂了，我再享樂也不遲。范仲淹這種精神，感動了宋朝一些有為青年，共同提倡氣節，蔚為風氣。

後來，范仲淹當了宰相之後，自己並不貪圖榮華富貴的享受，而是把俸祿所得設置一千畝的「義田」來供養親族和賢士，使其每年的衣、嫁、娶、喪、葬皆有金錢補助；並辦理「義學」，擇族之長而賢者主其事，幫助鄉里的居民百姓，學習聖賢的教育不遺餘力。

范仲淹自己卻「貧終其身」，其往生之日，身無以為殮，子無以為喪，惟以永續經營「慈善事業」遺其子，故其子孫八百年而不衰，這種「捨己為人，廣利眾生」與「己有能，勿自私」的精神，實值得我們效法與學習啊！

「人所能，勿輕訾」，「訾」是毀謗，說人壞話的意思。我們若能拆掉自私、嫉妒的藩籬，擴充「自他一體」的愛心，則見到別人發揮才能，有

所成就時，自然樂於敞開「見人之得，如己之得」的寬廣胸襟，而加以讚美肯定。如果一見他人有才能，就故意批評詆毀，則內心所增長的，恐怕只有「損人不利己」的嫉妒心，或台語所謂「雞腸鳥肚」的狹隘心吧！

因此，《朱子治家格言》說：「人有喜慶，不可生妒嫉心；人有禍患，不可生喜幸心。」如果我們見人有喜慶生妒嫉心，有禍患生喜幸心，則將來我們有喜事時，必遭障礙；有禍患時，無人伸出援手，因依「因果」論，我們現在的所作所為，將來都會回報到我們自己身上啊！

本書曾提過，在東周戰國時，李斯和韓非是同門師兄弟。李斯自知才能不及韓非，怕韓非得寵而影響自己的前途，於是嫉才詆毀韓非，陷他入獄，並假借王命，賜毒藥要他自殺。後來李斯被趙高誣陷，也同樣沒有機會申冤，被腰斬而死。

「勿諂富，勿驕貧」，「諂」是諂媚，即巴結、逢迎、拍馬屁的意思。「驕」是驕傲的意思。《朱子治家格言》說：「見富貴而生諂容者，最可

恥；遇貧窮而作驕態者，賤莫甚。」驕傲及諂媚，是吾人不知不覺就會染上的毛病。貧窮而諂媚迎合富有的人，雖獲得他人的錢財好處，卻失去了固有的志向，貶低了人品。甚至助紂為虐，作奸犯科，結下日後無窮的怨業；至於富有的人一驕傲，就會養成奢侈浪費的惡習，為了滿足欲望，更加貪取不義的名利，視損人利己為平常。怎知天道忌盈，心生驕傲時，就埋下可怕的禍苗，一旦福報享盡，災殃就會降臨了。

至聖先師孔子教我們，貧窮的人，除了不諂媚迎合外，能在道德上自得其樂更好；富有的人，不但以驕傲的心態妨礙他人，更要愛好禮節，恭敬大眾。如《中庸·第十四章》有云：「君子素其位而行，不願乎其外。素富貴，行乎富貴；素貧賤，行乎貧賤。」這就是說君子守著當時所處地位行事，不願貪慕自己地位以外的事。處在富貴地位，就安於富貴；處於貧賤地位，就安於貧賤。貧和富，只是生活方式不同而已，都要學習禮節，充實各項才能，發揮「自他一體」的仁心，才能營造一個「貧而樂，富而好禮」，

「貧而無怨，富而無驕」之人人皆有「教養」的幸福社會！

「勿厭故，勿喜新」，物質、人情、修法皆有新舊。「喜新厭舊」是一般人與生俱來的習氣，如果有這樣的心態，在物質方面，我們的欲望就永無止境，所謂「欲為深淵」，「由儉入奢易，由奢入儉難」，若不能珍惜現有物品，使其發揮最大的邊際效用，而一味貪圖新的物質享受，這會給我們帶來很大的痛苦。

除了物品之外，人與人相處更不能喜新厭舊，尤其現在的家庭，之所以會破碎，大多是源於一方有外遇，把一個原本幸福的家庭給破壞了，完全忘記夫妻之間含有極重的「情義」——婚前兩相情悅，才有可能結為夫婦；同時也忘記夫妻之間的「恩義」——結婚後彼此互相扶持，辛辛苦苦建立一個家庭，來傳宗接代，安置一個幸福的窩；最後也忘記夫妻之間的「信義」——婚前彼此山盟海誓，信誓旦旦要白頭偕老，這些誓言統統忘記了，導致夫妻之間的「三義」——情義、恩義、信義都蕩然無存，使得目前國內的離婚率節節

攀升。

根據台灣內政部統計，在2016年台灣地區有27.6萬對新人結婚，但同期的離婚對數，竟然高達10.9萬對，相當於每二點五對夫妻就有一對以離婚收場。所以現在有這麼多的破碎家庭，真令人難過。這也進而影響到無辜的一代，因缺乏教養，造成國內犯罪率的提高。因此人與人之間的「喜新厭舊」或「婚外情」，往往會造成澆薄寡恩的風氣，所以古人曾說：「與其結新交，不如敦舊好。」因此，我們對人千萬不能養成喜新厭舊的壞習慣。

此外，我們對於修學佛法，也不能見異思遷，如果經常改變修學的法門，恐怕一生很難有所成就。因此要「一門深入，長時薰修」，「發菩提心，一向專念」，「老實念佛，不忘初心」，這是修學佛法成功的秘訣。

【故事】：宋弘念舊——糟糠之妻不下堂……

宋弘，東漢陝西長安人。漢光武帝時在朝為官，他將所得俸祿分給同族親戚，自己沒什財產，以品行清高而著名。

後來，漢光武帝的姊姊湖陽公主的夫婿剛去世，她就看中了朝中另一位大臣司空宋弘，要光武帝為她作媒說親。

光武帝對宋弘說：「諺語云：『貴易交，富易妻』，人情乎？」意思是身分尊貴了就換朋友，富有了就換妻子，這是人之常情吧？宋弘回答光武帝說：「貧賤之交不可忘，糟糠之妻不下堂。」光武帝聽了，就知婚事難成。宋弘的不攀權貴，正是一位念舊的厚道君子呀！

「人不閒，勿事攪」，本段經文是告訴我們要能時時處處替別人著想，亦即指他人有事，忙得沒有空暇，就不要再找事攪亂他。如在休息時間或吃飯時間要打電話聯繫，也要問對方：「請問你現在講話方便嗎？」或「請問你現在有空嗎？」不要電話一拿起來，就拼命講個不停，而對方因礙於情面，又無法拒絕的窘境。

「人不安，勿話擾」，別人生病或身心很不安定，我們就不應該再用閒言語去叨擾或以恐嚇、施壓的話來干擾他，反而要安慰他，使他免於恐懼，這也是一種「無畏布施」。

當我們忙得不可開交時，最怕別人不必要的干擾；或做錯事時，心裡惶恐不安，多麼希望能夠靜下來，想辦法解決，這時若有人在旁講多餘的言語——如造業啊或會下地獄啊，反而是使人更加不安，無補於事。所以，人與人交往貴在能知心，也貴在能為別人設想，這是《弟子規》最基本的理念。

有一次子張請問老師孔子說：「一個知識分子，怎樣才能做到通達事理呢？」孔子回答說：「資質正直而且愛好正義，能夠察言觀色，並且謙卑待人，這樣在各種團體中一定通達無礙！」由此可知，存心善良、謙虛，而且善於觀察別人的需要，經常替別人設想，不隨便去叨擾別人的人，是到處受人歡迎的！

所以我們平時要多察言觀色，多為對方著想，不以自己的方便，或為滿

足一吐為快的私心，而增加他人的痛苦，這便是一種仁慈的涵養，也是暢通人際關係的法寶啊！

### 【引申】：真布施不怕假和尚……

「布施」是在佛法修學最重要的科目之一。因為「布施」不但幫助我們打破對萬法的執著，且可累積個人的福報，《聖經》上也說：「施比受有福」（It's more blessed to give than to receive.），可見布施是各宗教修學的重要項目。

然而有些人在布施的時候，常會想到：「我所布施供養的出家人或對象，有修行嗎？有慈悲和智慧嗎？值得我去布施嗎？或我所供養的這塊福田，我在裡面播種，將來能有好的收成嗎？」其實我們大可不必有這樣的想法，所謂：「真布施不怕假和尚」或「財進山門，福歸施主」，或「各人因

果，各人負責」。只要我們發心純善，以清淨心來布施供養，皆可獲無量福報，至於對方如何，就不必去計較了。

例如，有一人偶然在路上看見一尊佛像，他心裡想：「如果有人從這佛像上跨過，豈不造業？」於是他把佛像請去安放在路邊，因為他的發心是純善的，所以造了善業。隨後，又來了一個人，看見被放在路邊的佛像，他心想：「這太不恭敬了，佛像不應該放在路邊」，於是他順手把佛放在附近的牆，他的動機純善，因此也造了善業。

此外，唐朝唐太宗也曾經為了供養僧眾的問題，向玄奘大師請教說：「我很想供僧，但是聽說現在的出家人，大多數沒有修行，應該怎麼辦呢？」玄奘大師說：「用泥土塑成的龍，雖不能降雨，但是祈雨還是需要泥龍；僧眾不一定能賜福給人，但是修福還是需要禮敬供養僧眾。重要的是供養的人，能在布施供養時，引發一顆慈悲恭敬的心。」唐太宗後來才恍然大悟：「今後無論碰到什麼樣的僧眾，一定要用禮敬諸佛的態度來供養他

們。」

總之，我們在禮拜佛像時，意念純善，是造了善業；我們在面對陌生人時，意念純善，也是造了善業；我們在供養出家人時，不管對方是否有修行，或是不是真正的出家人，只要存心恭敬，皆是造了善業。因為「真布施不怕假和尚」，只要我們心裡存有「利益他人」或「布施供養」的善念，不論布施對象如何，善業也都無所不在了。

## 二十八、不說人非，道善隱惡

28. 「人有短，切莫揭；人有私，切莫說。

道人善，即是善；人知之，愈思勉。

揚人惡，即是惡；疾之甚，禍且作。

善相勸，德皆建；過不規，道兩虧。」

### 【易解】

別人的缺點，不要去揭穿，對於他人的隱私，切忌去張揚。讚美他人的善行就是行善，當對方聽到你的稱讚之後，必定會更加勉勵行善。張揚他人的過失或缺點，就是做了一件壞事。如果指責批評太過分了，還會給自己

招來災禍。朋友之間應該互相規過勸善，共同建立良好的品德修養。如果有錯，不能互相規勸，兩個人的品德都會有缺陷。

「人有短，切莫揭；人有私，切莫說」，「短」是指短處、缺點或過失；「揭」就是傳開的意思；「私」是指隱私或秘密。人與人相處，會互相看到彼此的缺點，我們不要像傳聲筒一樣，到處去講別人的短處。若到處揭發別人的缺點、缺陷或說別人的秘密，實有傷厚道，會損及陰德，帶來禍害。六祖曾說：「若真修道人，不見世間過。」因此，我們不去說別人的過失，或不把別人的過失放在心上，離修道就不遠了。

古人有云：「凡一事而關人終身，縱然確見實聞，不可搬上口邊；凡一語而傷我厚道，雖然閒談酒謔，應謹慎不要溜出口。」吾人確應謹記在心。六祖亦曾說：「常見自己過，與道即相當。」惟有常常見到自己言行舉止的過失，如此才能培養自己純淨純善的心。

【故事】：病由心生……

在醫學院曾有一位教授做了一項實驗，即教授發給每個學生一顆藥，說這顆藥會使血壓上升；服藥不久後測量血壓，果然都上升了，其實那顆藥僅僅是顆糖粉而已。又有另一個故事，即有一位病人因感冒咳嗽到醫院看病，經醫院X光檢查，說是得了肺癌，病人得了這個消息，病情更加嚴重，幾乎沒辦法下床，就在床上等死，後來隔了一個星期，醫院打電話來道歉說，重新檢視原來的X光片，發現他得的病僅是普通的感冒，而非肺癌。那一位病人聽到這個消息，立刻從床上跳起來，隔沒多久，病也就好了。

此外，有一位美國大學生為了證實心理狀態和我們身體健康有關，便用自己做實驗，即天天想著自己背上長了一個瘡。沒想到過沒多久，在背上真的長了一個瘡。隨著科學的進步，醫學專家已經知道，導致生病的因素，除了病理和生理之外，心理因素也占了一個很重要的地位。

又曾經有一個醫生，看到病人病情已經相當嚴重，可以說在數日子了，生命已經到了盡頭。所以，他就跟這個病人說：「你可以出院回家去了。」由於這個病人的年紀也不小了，當醫生跟他說：「老伯，你可以回家了，從此以後你就不用再住院了。」他的意思是說：「你過世了以後，你永遠不會到醫院來了」，這位老伯就這樣回去他的家裡。因為醫生的這一句話，給這個病人產生很大的信心，因為醫生他說永遠都不用來看病了，不用再住院了，所以他非常的高興。

事隔一兩年之後，這個病患覺得自己的病好了，想說經過一兩年再回去複診看看。這個醫生看到這個老伯，就非常的驚訝說：「老伯，你怎麼又來了？」這個老伯就講：「我來看你，因為你以前說我已經好了，可以回家了。回家之後，我非常的歡喜，對自己很有信心，就這樣慢慢的調養身體。」經過兩年之後，他認為應該再來醫院檢查，看看自己的身體狀況，結果經醫生檢查，所有的毛病都痊癒了。

這個醫生就以這個例子，告訴所有醫學系的同學，他說醫生的一句話，往往可以讓病人燃起生命的希望。因為他沒有把真相告知這個病人，所以病人也不曉得自己的病況這麼嚴重。由此可知，很多的病都是因為心理作祟被嚇死了，不是他真正病死的。所以當別人生病的隱私，不應該讓他知道的時候，我們要替他保密。

### 【故事】：善意的謊言……

另外還有一個故事，就是有一個人，他的父親得到肺癌，他們家裡的人，不想讓父親知道他得到癌症。所以當醫生開診斷證明給他們的時候，家族就開了一個會議，認為應該給父親過一個很安詳、快樂的晚年，不希望他在醫院裡頭受折磨。所以就將這個「癌」字用立可白塗掉，改成發炎的「炎」，再拿去影印後，才給父親看，並且說：「爸爸，你是一般的肺炎，

我們回家療養，每天吃吃藥、打打針，病就可以好了。」

經過兩三年，他父親也確實過得很快樂。子女知道父親的病已經相當嚴重，但是不願意讓父親在醫院裡頭做很多化學治療，或者痛苦的醫學試驗。而他父親確實在這兩三年當中，自以為沒病，日子也過得很愜意。有一年過年前，因為精神不錯，他就自己跑去給醫生看。因為家人沒有陪同，醫生不明究理，就跟他說，你已經癌症末期了。而這個父親知道以後，心情大受影響，沒隔幾個月就往生。

所以，我們要明白，當有一些隱私，不能讓對方或病人知道時，我們一定要替他保密，不要讓他知道。尤其是這個病情，為人子女的，如果曉得親戚朋友當中，沒有辦法接受這種不幸事實的打擊，我們一定要替他保密，不要讓他曉得，以免造成他心理上的障礙，這就是善意的謊言。此外，我們看到別人，或者聽到別人有痛苦的隱私，我們更不應該去跟別人宣揚，這是非常要不得，而且很損陰德的一件事情。

由上述的幾則故事，正好驗證了佛所說的：「萬法唯心造」，「一切法由心想生」的道理。所以我們相信有些癌症的病人，不是因「癌症」而去逝，而是被「癌症」嚇死的！只要我們不要病痛放在心上，而時時刻刻以「利益眾生」、「服務眾生」為念，放下一切的妄想、執著、分別，則心中不會因稍許不如意的事，就耿耿於懷，或因小小的事情就發脾氣罵人，如此身心清淨，自然百病不侵，一切事情自然就迎刃而解了。

在此，可能有人質疑，既然「一切法由心想生」，為什麼我們不能隨意變現一個如意的事物來享用（如變一隻會生金蛋的金鵝）呢？此一問題的答案是：因為我們的心識，仍受到業力和業果的重大束縛和限制，未得究竟解脫和自在的緣故啊！然而，還好在佛法當中，只要我們能夠老實念佛，心中有「阿彌陀佛」，則「心淨則國土淨」，以堅定的願力，必能超越一切業力的束縛，將來帶業往生西方極樂世界，那才是真正「心想事成」的世界！

「道人善，即是善；人知之，愈思勉」，如上所說，我們首先不說別

人的是非，但是對於他人行善，我們則應廣為宣揚，使得聽到的人，會見賢思齊，當事人也因讚美而愈發積極行善，風俗自然就變得更純樸善良，這也就是「恆順眾生，隨喜功德」啊！因此，我們在家裡或學校可利用適當的時間，多講些孝悌的德育故事給小孩子聽，使小孩能聽了之後，起而效法，這也是一種機會教育啊！

「揚人惡，即是惡，疾之甚，禍且作」，「惡」是指別人的過失，或造作五逆十惡之事。因此我們平時應謹言慎行，不說別人的過失，因為說別人的過失，就是自己的過失；所以我們要養成「揚善於公堂，規過於私室」之「隱惡揚善」的習慣，不僅可以避開禍害，更有助於社會風氣的敦厚。

《論語·泰伯篇》裡，孔子說：「人而不仁，疾之已甚，亂也。」也就是說：「一個失去仁心而作惡的人，如果過分厭惡他，使他受不了，他的情緒就會被激怒而變本加厲，造成更嚴重的後果。」

「善相勸，德皆建」，「善」在此可指規勸別人，要有善巧方便，如

前面所說的「怡吾色，柔吾聲」。「善」亦可指「十善」（即不殺生、不偷盜、不邪淫、不妄語、不兩舌、不綺語、不惡口，不貪、不瞋、不癡）或捨己為人的善事；如《十善業道經》所說：「一切佛法，咸共依此，十善大地，而得成就。」「德皆建」是雙方都能樹立很好的德行；因此，朋友之間應以十善，彼此相互勉勵，這是建立自己德行的基礎。

「過不規，道兩虧」，「虧」是指缺失。當好友有了過錯，若姑息他的過失，不去規勸，就失掉「以友輔仁」的道義，使好友陷入過錯的泥淖裡無法自拔。因此，《孝經》說：「士有爭友，則身不離於令名。」也就是說一個讀書人，能有一位勸諫的朋友，則可以保持好的名聲，並且建立好的品德。反之，若不能規勸別人改過，姑息養奸，等到一錯再錯，要改正就來不及了，如此雙方的道德都有缺失。

但我們對於規過的方法也要講究，要如孔子所說「忠告而善道之，不可則止，毋自辱焉。」我們如果怕好友受到損害，則應誠心誠意，怡吾色，

柔吾聲地提出勸告，並善加誘導。如果好友一時無法聽從，經規勸三次還不聽，就先暫停規勸，留住這份友誼，等待適當的時機再來規勸，即今日不悟，俟來日再警之。

此外，父母在教導子女時，應該要協調，彼此教育的原則要一致，而做爺爺奶奶在旁邊如果看得心疼，就應該迴避一下。因為教導子女，非常忌諱的是一個嚴格在教，一個在旁邊反對（如阿公、阿嬤），就說何必這麼嚴格，這會破壞當時的教誨，讓小孩有所依恃，進而造成小孩價值觀的錯亂，或使父母的威嚴受損，以後就無法管教子女了。

### 【故事】：鄭均悟兄

漢朝時鄭均的哥哥是縣衙的小官吏，所以時常收受別人送來的禮物，鄭均曾經勸過哥哥好幾次，叫他不要隨便收受別人的禮物，可是他都不聽。

於是，鄭均便出外去幫傭，過了一年多才回來。他把辛苦工作所換來的金錢布帛都給了哥哥，並對哥哥說：「東西用完了，可以再靠勞力賺錢來買；可是做官如果犯了貪污的罪，那麼一生的名譽都將毀於一旦。」哥哥聽了他的話後大受感動，從此改過向善，反而成為一個廉潔的好官吏。當哥哥過世之後，鄭均獨立撫養寡居的嫂嫂和姪兒，他對待嫂嫂和姪兒真是又有恩義，又很周到。

這事情後來讓肅宗皇帝知道了，於是便提拔他在朝廷裡當官。他又能以忠直的言語向皇上勸諫，於是更得到皇上的敬重，再將他提拔為尚書。有一次皇上東巡時，路經鄭均的家，更是封賞鄭均終身尚書的俸祿，大家因感鄭均品德的廉潔，所以都稱他為「白衣尚書」。

【引申】：兄弟或朋友規勸之道

凡人對手足、骨肉有所勸諫時，要先取得對方的信任，不僅是要以至誠的心，更是要講究方法、態度與時機。鄭均對兄長的勸諫，實是善巧。而其最成功的地方，就是能夠委屈自己，出外替人幫傭，而所得全部交與兄長。他「以身作則」的用心與真誠，得以感動他的兄長，所以能夠達到勸兄改過的目的。

古人說：「以身教者，從；以言教者，訟。」鄭均之勸諫兄，不以言教，且不說兄長的是非，他的方法實在善巧，他的用心更是良苦啊！這樣的賢者，實在是我們學習的榜樣。

總之，朋友或兄弟的勸諫，可幫我們掃除心裡的盲點，才有機會糾正過錯，故應「聞譽恐，聞過欣」。同時我們在規勸別人「改過向善」時，要如《菜根譚》所說：「攻人之惡，毋太嚴，要思其堪受；教人以善，毋過高，當使其可從。」

因此，我們見到別人的不當行為，要忠告他，使他改過，但不可過份的

嚴格，或使人難堪，如此適當的諫言，才能使人接受；至於教導他人向善，不要論調過高，必須考量他的能力，以及他能否遵從為原則，如此「因材施教」，才能使人在一次又一次的謙虛改過向善的過程當中，琢磨淬礪出謙卑完美的人格來。

### 【故事】相責與自責

有兩個寺院，一個寺院的僧眾不和合，經常彼此互相指責，因此大家生活都過得很艱苦；而另一個寺院僧眾卻都很和諧，所以日子過得很和樂。有一天，生活過得很艱苦寺院的住持發現了，就派人去打聽：「他們為什麼能過得這麼幸福快樂？」到了快樂寺院之後，就問正在掃地的小沙彌，沒想到快樂寺院的小沙彌回答：「我們很快樂，是因為我們常常犯錯。」

住持聽了，更加迷惑了，就請人去看看是怎麼回事。打探的人到了大殿

時，正好有人在拖地，另一人一進門就滑了一跤，拖地的人馬上說：「對不起，都是我的錯，是我拖地倒太多水了。」滑倒的人反而道歉說：「抱歉，請原諒！是我自己不小心，沒先看您正在拖地。」就這樣，大家都說自己錯了，彼此和合無諍，過著幸福快樂的日子。

從上述的故事，可以給我們一個啟發：如果一味指責別人的錯誤，並不能解決問題，反而容易造成彼此的對立和衝突，甚至鬧得天翻地覆，彼此不得安寧，日子會過得很辛苦；反之，如果能夠有「行有不得，反求諸己」的態度，時時反省自己的言行，以及秉持「容錯」的精神，包容別人的疏失，給彼此留下一個迴旋的空間，就能與別人和睦相處。如此日子自然過得幸福快樂，正如古德所說：「兩相責，天翻地覆；各自責，天清地寧」啊！

## 二十九、與多取少，以德報怨

29. 「凡取與，貴分曉；與宜多，取宜少。

將加人，先問己；己不欲，即速已。

恩欲報，怨欲忘；報怨短，報恩長。」

### 【易解】

財物的取得與給予，一定要分辨清楚明白，寧可多給別人，自己少拿一些，才能廣結善緣，與人和睦相處。所謂：「施比受有福」是也。

事情要加到別人身上之前（要託人做事），先要反省，問問自己，「換作是我，喜歡不喜歡」，如果連自己都不喜歡，就要立刻停止。子曰：「己

所不欲，勿施於人」，因此要設身處地為別人著想。

受人恩惠要時時想著報答，別人有對不起自己的事，應該寬大為懷，把它忘掉，怨恨不平的事不要停留太久，過去就算了，不要老放在心上，處罰自己，苦惱自己。至於別人對我們的恩德，要經常誠懇感恩在心，常記不忘，常思報答。

「凡取與，貴分曉；與宜多，取宜少」，「取」是從別人處獲得或接受別人的贈與；「與」是將己所有（包括內財及外財），給予別人。本段說明由於財物是資生的必需品，和人有財物上的往來，要分辨清楚明白，如孔子所說：「見得思義」，「君子喻於義，小人喻於利」；不可接受「不義之財」，如此才不會產生誤會，或破壞彼此的信用和情誼。

一般人往往吝於施捨，卻樂於接受別人的財物。如能捨得布施，多給少拿，就能減輕吝嗇的心態，以歡喜心加惠大眾，讓彼此之間更加融洽愉快。其實要「捨」，才有「得」。因為在施捨當中，就和大眾結交了很多善緣，

如果將來你有困難，別人也會來幫助你。因此《老子·第八十一章》說：「既以為人己愈有，既以與人己愈多。」所以我們越能施捨，不求回報，則所得的回饋卻愈多！

另外，在家裡用餐，小孩如果沒有人教，看到餐桌上有自己喜歡的食物，就會一直往自己的碗裡裝，這會養成小孩：「只要我喜歡，我就可以多拿，我就可以多吃」，殊不知這樣會樹立他很不好的習慣，使小孩在取拿之間，不知要觀察長輩或別人是否沒有吃到？所以我們從小要教導子女養成「多給與，少取用」的習慣，能處處為別人著想。

### 【故事】「凡取與，貴分曉」

有一位學生在課堂上分享她在七歲上小學的一段故事。她說在開學的第一天，老師上課發了算數演算的作業簿，由於她坐在最後一排，發現多了一

本作業簿。由於她喜歡畫畫，一時起了貪念，就把多餘的本子，塞到自己的書包裡面。

老師等到全班發完作業簿之後，發現少了一本，就詢問全班的同學，誰多拿了一本？結果這位剛入學的學生，當下很害怕，也就沒有舉手。後來老師就請每一個學生把書包打開，一個一個檢查，最後查到她的書包時，發現多一本作業簿在她的書包裡面；當下老師不動聲色，繼續檢查其他同學的書包。

下課後，老師請這位學生到辦公室。這時她已經知道自己犯了大錯，當場便痛哭流涕。這時，老師並沒有責怪她，只是蹲下來，輕輕在她耳邊說：「下次不可以再犯了！」

這位學生分享說，從那次以後，不是她自己的東西，絕不會想拿，做到《弟子規》所說：「凡取與，貴分曉」，非己之所有，絲毫不取。

由這個故事，可以讓我們了解，這位小學老師能夠以「慈悲」心，包

容學生的過失，不當場指責學生的過失，保留學生的自尊心；另一方面又有「智慧」，能方便善巧讓學生「知過改過」，真是一位能夠「包容」學生過失，適時幫助學生改過向善的「人師」啊！

「將加人，先問己；己不欲，即速已」，「加人」是指將自己所作為，強加諸於別人身上；「速已」是指趕快停止。譬如我們要批評別人之前，就要想一想別人是否願意接受我們這樣的批評？因此要能隨時反思，並省察自己，期做到「己所不欲，勿施於人」，如有不願別人加諸我們自己身上的事，就應趕快停止而不去做。

反之，以「自我」為中心的人，往往不能替別人設想，而且感情用事，說話中傷對方，辦事時剛愎自用，因而眾叛親離，陷入苦悶無助的黑洞裏，實在是損人不利己呀！當我們與人有了磨擦，或出現危機時，就應反省是否曾經給人難堪，因而造成人際關係的障礙。

在《論語·公冶長篇》中，子貢曾說：「我不欲人之加諸我也，吾亦欲

無加諸人。」因此有修養的君子應當培養同情心，以恕道待人，以憐憫的心看待對方，多為對方著想，才能淡化怨恨，超脫自我。

乾隆皇帝有副對聯：「願天下翁姑捨三分愛女之情而愛媳，望世間人子以七分順妻之意而順親。」由於世間的翁姑（或公婆）往往對於自己的媳婦要求過高，因此造成婆媳對立，甚至家庭不和；此外，世間的人子，往往疼愛自己的妻子兒女，勝過孝順父母，甚或棄父母於不顧，因而造成人倫悲劇。乾隆皇帝的對聯，正提醒我們能夠多為別人著想，因「別人就是另一個自己」，能夠有這樣的同理心，至少能夠以「三分愛女之情」，而疼愛自己娶進來的媳婦；或是以「七分順妻之意」而孝順自己的父母，這才是為人翁姑與人子之道啊！

「恩欲報」，其中「欲」就是心中時時想著；「恩欲報」是說我們受人之恩，要時時想著回報，所謂：「知恩報恩，方為君子」，「受人滴水之恩，須當湧泉以報」，亦即對別人一滴水的恩惠，願以不斷湧出的泉水來回

報，才感到心安。尤其對父母、師長、國家、眾生的「四重恩」，應常思報答，不可或忘。

「怨欲忘」，「怨恨」猶如損人傷己的火苗，若不克制情感，而用「以牙還牙」的方式，必定捲入怨恨的火窟裏，雙方都將深深地受到傷害，因此要儘快將怨恨立即忘記或放下，千萬不要放在心上，以免「小不忍則亂大謀」也。

本書曾提過，在戰國時代，趙國大臣藺相如「以德報怨」，與武將廉頗「將相和」的典故，顯示藺相如不懷藏私人怨恨，以大局為重的言行，成為歷史上傳頌不朽的美談，值得我們來學習。

「報怨短，報恩長」，「短」是指非常短暫，立即放下之意；「長」是指長長久久，一生不忘。本句就是教我們要儘快將怨恨放下，並把它忘記，如《八大人覺經》所說：「菩薩布施，等念怨親，不念舊惡，不憎惡人。」至於父母師長的大恩大德應常思報答，不可或忘；而報恩最好的方法，就是

要依照聖賢的教誨，努力實踐，期能「為天地立心，為生民立命，為子孫造福」，立身行道，成聖成賢，以顯父母也。

### 【故事】：韓信報恩

漢朝的韓信，是漢初建國三傑之一。韓信在未發達時，生活非常困苦，嘗釣魚淮陰下，終日不得一飯。有一漂母（即以洗滌衣物維生的婦女）見到韓信有飢色，便給他飯吃。韓信謝曰：「吾日後功成名就，當重報母。」漂母生氣的說：「大丈夫應該自食其力，我是可憐你沒飯吃，豈望你報答呢？」

有一天，韓信到市場賣魚，有一惡少年侮辱他說：「你常佩劍上街，敢刺我嗎？如不敢刺我，就從我胯下爬過去！」於是韓信毫不吭聲地從惡少年的胯下爬過去，在市場的人都笑韓信膽怯。

後來韓信封楚王後，差人尋訪漂母，並尋辱己之惡少年。旬日，漂母、惡少年至，拜伏於殿下，莫敢仰視。韓信令左右賞賜漂母千金，母拜謝而去。召惡少年授以中尉，惡少年說：「過去愚昧無知，不知您會大富大貴，因而侮辱大王，今蒙大王不殺之恩，已是寬宏大量，豈敢再接受封賞呢？」韓信說：「吾豈是小丈夫之所為哉？懷私怨來報復，以德怨為喜怒的嗎？你儘管接受，不要再推辭了。」少年遂謝恩而出。

韓信後來對左右的人說：「此壯士也！方辱吾時，吾若殺之，何乃有今日？吾遂忍而至此，是少年助我建功也。吾之所以封少年，豈徒然哉？」當時的人皆說：「韓信賜漂母金，封惡少年官，非人所能及也。」

後史官有詩曰：「漂母非望報，信豈忘母恩；君子重忍德，百世垂後昆。」由此可知，今人器量狹小，往往「睚眦必報」；而韓信能「恩欲報，怨欲忘」；「不念舊惡，不憎惡人」的精神值得我們學習。

【引申】：惡還本身……

佛陀當年在世，為了宏法利生，也曾遭人毀謗、辱罵，但是佛陀皆默然不作回應。當我們被人責罵、侮辱或別人無理取鬧時，該如何面對呢？在此建議要學習佛陀保持「默然」的態度，不要作回應。等到對方罵完之後，要能夠沒有瞋恨心，依然保持心平氣和的態度，如此修行的功夫才會不斷增進，這也就是正確的作法。

在《四十二章經》當中，佛陀曾舉例說明：「子以禮從人，其人不納，禮歸子乎？對曰，歸矣。」這就是說明如果有人送禮物給你，而你不接受，那麼那個送禮的人，一定要把禮物收回去。

同樣的道理，佛陀也告訴我們：「今子罵我，我今不納，子自持禍歸矣」，這也就是說明別人惡口辱罵我們，或惡言相向，我們若不接受，那麼這個災禍還是要回到罵人的自身上。

因此，只要我們把心量拓開，能夠包容別人，則別人的毀謗、侮辱，如同「舉火焚空」，終將自熄，還會燒到自身；亦如「仰天吐痰」，吐出來的痰，最後還是掉到自己的臉上；又如「逆風揚塵」，抓一把泥土撒向他人的人，一樣會讓逆風把灰塵撒到自己身上，這就是「惡還本身」的道理。

總之，我們修行就是要學習這分平靜的心，不受「八風」（利、衰、毀、譽、稱、譏、苦、樂）所影響，而能隨時保持內心的祥和，並且抱著：「與人為善，成人之美」的態度，來歡喜讚嘆善人；另一方面，亦要懷著：「以善待惡，以德報怨」的胸襟，來面對惡人。如此，必能超越人生煩惱、痛苦的困境，體會人生自在清淨的本質。

### 【引申】：時時生活在感恩的世界裏……

老子教我們要「報怨以德」，對人不應記恨，並克制內心的怨恨，依禮

行事，照平常心來處理，使報復的念頭愈來愈弱，甚至消失。如孔子所說：「不念舊惡，怨是用希」也。

淨空法師曾說：「感激傷害你的人，因為他磨煉了你的心志；感激欺騙你的人，因為他增進了你的見識；感激鞭打你的人，因為他消除了你的業障；感激遺棄你的人，因為他教導你應自立；感激絆倒你的人，因為他強化了你的能力；感激斥責你的人，因為他助長了你的定慧。」

由此可知，我們不僅不應怨恨那些冤親債主或傷害我們的人，反而要感謝他們成就了我們的忍辱功夫，提升了我們修行的境界，所以我們時時生活在感恩的世界裏，人生必然過得非常幸福美滿！

## 三十、待人慈寬，以理服人

30. 「待婢僕，身貴端；雖貴端，慈而寬。

勢服人，心不然；理服人，方無言。」

### 【易解】

對待婢僕或部屬，要注意自己的品行端正，不可輕浮隨便，並以身作則。雖然品行端正很重要，但是若能進一步做到仁慈寬大，則更可貴；如果仰仗權勢迫使別人服從，對方難免口服心不服。唯有以道理感化對方，別人才會心悅誠服，而沒有怨言。

「待婢僕，身貴端；雖貴端，慈而寬」，「婢僕」是負責勞役工作的佣

人或泛指下位的員工、部屬，都要服從主人或長官的指示。「端」是端正、正直、莊重的意思。「寬」是寬恕的意思。孔子在《論語·子路篇》曾說：「其身正，不令而行；其身不正，雖令不從。」又在《顏淵篇》說：「政者，正也。子帥以正，孰敢不正！」因此，長官的行為如果不端正或輕浮隨便，好的部屬自然紛紛求去，圍繞在身旁的，多是心術不正的小人，所以有品格端正的長官，才能留住正直的部屬，不待下令，也能推動政務。

婢僕或部屬一樣具有人格尊嚴，只是境遇不同，地位較低而已，要視為一家人，照顧他們，教導他們。有了困難，為之解決；偶有犯錯，抱著愛護、寬大的心教導訓誡，培養他們良好的人品。

古德有云：「律已宜帶秋氣，處世宜帶春風。」又說：「恕己之心恕人，則全交；責人之心責己，則寡過。」亦即告訴我們要「嚴以律己，寬以待人」也。孔子在《論語》曾說：「居上不寬，為禮不敬，臨喪不哀，吾何以觀之哉？」居上位當主管的人，宅心如果不夠寬厚仁慈，對人態度不恭敬，孔子

說：「我找不出他的優點，可向他學習！」所以，一家之主或一個機關的首長如果缺乏寬厚的德行，家庭或機關要想能夠維繫得和諧，大有困難！

雖然現在已很少人用婢僕了，但是上下尊卑的關係，仍然處處可見。孔子曾說：「君使臣以禮，臣事君以忠。」就是告訴我們，做主管、或領導人對部屬要以禮來關懷他，體恤他；如此，部屬必定會很賣力地為長官工作。因此，公司的老闆，如果做到「慈而寬」，就能得到部屬的愛戴，如此才是有報福之人。

最後，讓我們一起來學習仁德君子的「汎愛眾」，多為大眾著想，不管他是富貴貧賤，或是親疏新舊，彼此規過勸善，貢獻一己的才能，共同營造一個相互關懷、相互體諒的溫馨社會！

【故事】：劉寬量大

漢朝時代，有一位讀書人名劉寬，在朝為官，家有數位婢女。有一天，劉寬正穿著朝服準備上朝，一位婢女端茶給他喝時，不慎把茶倒到劉寬的朝服上，劉寬不但沒有大發雷霆，反而問婢女說：「妳的手有無受傷？」這種慈悲寬大為懷的心胸，值得我們學習。

《論語》云：「夫子之道，忠恕而已矣。」因此呂新吾曾說：「恕心養到極處，只看得世間人都無罪過。」又說：「肯替別人想，是世間第一等學問！」

「勢服人，心不然」，「勢」指勢力或威勢。「理」是指仁德或道理。本段說明如果用威勢來控制部屬，部屬只是表面服從，而心裏卻是不服，如有更好的工作機會就會跳槽。因此，中華文化講究摒除虛假，真誠待人。若「嚴以待人」，只用武力、權勢、地位使人服從，雖然效果顯著一時，但是人心不服，維持不久。當勢力消失時，團體組織就紛紛離散。例如，秦朝以勢服人，立國只不過十五年就滅亡了；而周朝以德治天下，以理服人，民皆

歸順，故建國達八百多年。

「理服人，方無言」，我們若講求真實的道理，在組織裡面建立公平的制度，並且用仁德感化對方，使人人「感恩戴德」，彼此就能建立深厚的信心，沒有言語的紛爭，公司或團體才有辦法達到合諧。如孔子所說：「君子周而不比，小人比而不周。」因此君子待人公平、忠信，且不偏袒，故能以理服人；至於小人則全是私心，而常偏頗、結黨阿私，故無法服人。

### 【故事】：聖王行仁

古代開國聖君如商朝湯王、周朝文王，在尚未統一天下前，封地都很小，勢力也不大。湯王七十里見方，文王百里見方，相當於現在的一個小縣市。但是他們推行仁道，人民受到道德的感化，打從內心真實地信服，一旦獲得人民擁戴時，他們的仁德便能普利天下蒼生。故聖王再三叮嚀垂戒：

「寶己以德，毋寶珠玉」，良有以也。

夏桀王及商紂王雖位居天子，勢力無人能比，卻喪失仁心，殘害人民（如紂王敲老少骨驗髓，並剖孕婦驗胎），天怒人怨，天理難容，導致一被放逐，一則自焚而死，竟然連自身都難保了！

### 【故事】：仇覽自整，身貴端……

在漢朝時，有一個人姓仇名覽，曾做到蒲縣的亭長。在服務公職時，每每勸百姓做完農事後，就叫子弟們去讀書，有些子弟性情輕佻好遊蕩的，就叫他們去服勞役，或耕田，或種桑，很嚴厲地設下科罰的條例。

仇覽平日在家安居的時候，必定用禮儀整飾自己，若妻子兒女偶然有了過失，仇覽從不怪罪別人，而每每脫去自己的冠帽，自己責備自己的德行不好，無法以德服人。直到妻子兒女們覺悟自己的過失，在庭前謝罪，等到仇

覽戴起冠帽後，才敢登堂。

仇覽之「行有不得，反求諸己」的德行，令人欽佩。他有三個兒子，都有文史之才，其以禮教化人之精神，誠足為後世效法。

【引申】：量大福大，以理服人……

馬鳴菩薩是佛教《大乘起信論》的作者，也是佛滅度後六百年，在佛教史上相當有名的一位大菩薩。由於馬鳴菩薩辯才無礙，以辯論為樂，當世所有的名嘴與他辯論，最後都甘拜下風，可說是打遍天下無敵手。

有一天，從北印度來了一個脅尊者，他是一個年老的出家人，雲遊到了馬鳴居住的城市，在一個寺廟掛單，卻整天沒聽到鐘磬的聲音，就問道：「你們為什麼不依照法度敲鐘磬呢？」

寺裡的住持說：「這附近住了一個叫馬鳴的青年，辯倒了我們，我們只

好應他的要求，再也不敢敲鐘磬了。」

脅尊者說：「你們儘管敲鐘磬吧！馬鳴如果來了，由我來和他辯論吧！」

馬鳴和脅尊者辯論的消息傳得非常廣遠，到了辯論那一天，由國王來主持辯論。脅尊者很早就到了，心平氣和、面帶微笑，坐在自己的位子上。馬鳴在辯論的前一分鐘才到，心高氣傲、自信滿滿的坐上自己的位子，由於他從出生以來，辯論從未輸過，自信這次無論如何也不會輸。馬鳴首先站起來說：「我們最好事先約定，論敗者該如何謝罪，依我之見，敗者自斷舌頭。」脅尊者說：「斷舌未免過重，我看，敗者就拜勝者為師好了！」

國王說：「脅尊者年紀大，又遠道而來，今天也到得早，就由他開場吧！」脅尊者沈吟一下，緩緩的說：「祝願天下太平，國王長壽，國土豐樂，沒有災患。」這就算是破題了，馬鳴聽了，當場愣住，因為既沒有反駁的觀點，也沒有破斥之處，沈默了半天，說不出話，便輸了這場辯論，只好

拜脅尊者為師。從此，寺廟裡又響起了鐘磬。馬鳴因為聰明才智與無礙辯才及經過此次辯論後，能夠謙虛學習，後來大有成就，成為佛教史上大有名的「馬鳴菩薩」。

由上可知，如果我們沒有爭勝的心，只是為他人的利益設想，或時時存著祝福別人的態度，則量大福大，能以理服人，即使是天底下辯才最好的人，也無法破斥我們的心呀！

【引申】：再談「謙虛」——「第五級領導人」的特質……

《四庫全書》是在清朝乾隆皇帝（西元一七七二年）下旨修纂的，歷經二十多年的耕耘方得以完成，網羅中國歷代重要典籍於一閣，並依經、史、子、集的分類加以編輯，脈絡分明，條理清楚，其內容都是中華文化的精髓。因此，《四庫全書》號稱是人類文明史上空前的一部大書，更是古聖先

賢數千年的心血結晶，也是我國最寶貴的文化資產，值得後代加以愛護和重視。

然綜觀全書，每部計蒐集我國歷代圖書三千五百多種，裝成三萬六千多冊，約八億多字。從四庫全書的容量來計算，如果我們要完全閱讀完畢，則從出生開始，能夠識字，每天讀十小時，則估計需時百年才能讀完整部《四庫全書》，更何況目前我們沒有這種能力與時間來研究，實令人浩嘆與遺憾！

然而幸運的是，我們可以從《四庫全書》萃取經、史、子、集當中之精華部分來研讀，以縮短我們研究與學習的時間。在《四庫全書》當中，後代學者公認以《易經》乃群經之首，同時《易經》是孔子晚年最重視的經典，也是中國人必讀的一本書。

在《易經》六十四卦當中，每一卦爻皆有吉有凶，惟獨「謙卦」(䷎)，每一個卦爻都是吉祥的。謙卦的上半是坤卦(䷁)，代表「地」；下半是艮卦(䷳)，代表「山」，山在地下面，是謙虛的形象，代表內雖有「山」崇高

的德行，但卻有德而不自滿，如《易經》所說：「天道虧盈而益謙，地道變盈而流謙」，「謙虛」是我們一生當中應努力學習的美德，也是任何人成功必備的條件。反之，當一個人開始「自滿」時，就是走向敗亡的開端，因為「謙虛」可以導致亨通，「傲慢」必受阻礙啊！

從上述之分析可知，我們中華民族的文化精髓在於《四庫全書》，而《四庫全書》的精華在《易經》，而《易經》六十四卦當中最為吉祥的「第一卦」，就是「謙」卦。如此，運用這種抽絲剝繭的方法，可以萃取出：「謙虛」乃是我中華文化「精華當中的精華」「第一當中的第一」要項，此與《從A到A+》一書中，西方管理學界所謂成功企業界「第五級領導人」，應具備「謙沖為懷」的個性與「專業的堅持」不謀而合。

因此，只要我們能了解此一道理，並且運用「謙虛」的精神來研究學問，平時以之待人、處事、接物，並且親近善知識，在事業、道業必能無往而不利啊！

柒

親近善知識，  
提升自己的道德觀

一個人想要在學業、事業、道業上有所成就，有三種緣很重要。第一、好的老師（或善知識）將其寶貴的人生經驗告訴我們，可以減少我們走冤枉路的時間；第二、好的同學（或同參道友），可以互相切磋，彼此相互鼓勵，皆可激勵自己的善行，所謂益者三友：「友直、友諒、友多聞」；第三、好的經典書籍，可以幫助我們學習聖賢的言行，提升自己的德行與道德修養。

孔子在《論語·季氏篇》告訴我們：「君子有九思，視思明，聽思聰，色思溫，貌思恭，言思忠，事思敬，疑思問，忿思難，見得思義。」就是告訴我們要時時刻刻親近善知識，並對自己的起心動念、言語造作，要能隨時省察，以避免造作錯誤的言行，但這都要靠自己常常親近善知識，才能見賢思齊也。



親  
仁

三十一、親近仁者，德進過少

31. 「同是人，類不齊；流俗眾，仁者希。

果仁者，人多畏；言不諱，色不媚。

能親仁，無限好；德日進，過日少。

不親仁，無限害；小人進，百事壞。」

【易解】

同樣是人，善惡邪正，心智高低卻是良莠不齊。跟著潮流走的俗人多，仁慈博愛的人少，如果有一位仁德的人出現，大家自然敬畏他，因為他說話公正無私沒有隱瞞，又不討好他人，所以大家才會起敬畏之心。

能夠親近有仁德的人，向他學習，就會得到無限的好處。因為他會使我們的德行一天比一天進步，過錯也跟著減少。如果不肯親近仁人君子，就會有無窮的禍害，因為不肖的小人會趁虛而入，圍繞在我們身旁，如此日積月累，我們的言行舉止都會受到影響，導致整個人生的失敗。語云：「近朱者赤，近墨者黑」，值得我們警惕。

「同是人，類不齊；流俗眾，仁者希」，「流俗」是指隨波逐流的凡夫俗子；「仁者」是指具有仁義道德，且品德高尚的善知識。對於大眾，不管貧富貴賤、賢愚不肖的人，雖素質各不相同，往往隨波逐流的人多，即使博愛仁慈的人少，有如鳳毛麟角，我們都應一律心存愛護，並且包容他們，但也要能分辨出誰是真正的仁者，才能進一步親近他，並且向他學習。

【故事】：師德忍辱，唾面自乾……

唐朝的時候，有一個名為婁師德的人，他是當時的宰相，有一次，他的弟弟外放擔任代州的刺史。

臨走之時，婁師德告訴他說：「舉凡家世太過顯赫的，都很容易招人嫉妒，你有什麼方法能轉禍為安呢？」

弟弟說：「如果有人把唾液吐在我的臉上，我會自己把它擦掉，而且不會生氣。」

婁師德聽了很憂愁的說：「人家之所以把唾液吐在你的臉上，那就是對你不高興了，你如果把唾液擦掉去了，那只會使人更加生氣，更何況唾液如果不擦，它自己也會乾的。因此如果真有人如此做的話，你應該笑著接受才是。」

當時唐朝的宰相狄仁傑還沒有入相時，婁師德曾經向皇帝武則天推薦狄

仁傑的才能。等到狄仁傑當了宰相，他並不知道是誰推薦的。可是，不知怎麼回事，狄仁傑對婁師德老是不順眼，時常想排擠婁師德。

有一天，武則天拿出婁師德推薦狄仁傑的舊奏章給他看，並且告訴他：「婁師德人前後都在誇獎你。」狄仁傑才讚嘆的說：「婁公的德行真是太偉大了，我自己被他包容了，自己竟然還不知道，我真是大大的不如他。」由此可見婁師德的確是一位仁者，他的品德氣度，真是令人敬佩。

「果仁者，人多畏」，「畏」是敬畏的意思。真正有愛心的仁者不會標新立異，他存心仁厚，言行端正，大家自然敬畏他。古德有云：「仁者無敵」，佛家亦說：「慈悲沒有敵人，智慧不起煩惱。」因為「仁者」或有慈悲心的人，大都具有「溫、良、恭、儉、讓」的德行，肯定能愛人，而且寬恕別人，與人和睦共處，自然贏得大家的敬重、佩服也。

「言不諱，色不媚」，「諱」是隱諱、扭曲事實；「不諱」是指「事無不可告人言」。「媚」是諂媚求好；「不媚」是不向人諂媚示好。孔子說：

「一個人說話時，如果故意在言辭上修飾得很巧妙，臉色也顯得格外美好，一味向人諂媚示好，這樣的人是很少有仁慈心的呀！」

《禮記》有云：「禮不妄說人，不辭費。」，也就是說合於禮的君子是「事無不可告人言」，不會隨便取悅於人，也不說一些做不到的話（口惠實不至）。因此，從平常言行中，我們就可以學習觀察，一位仁德的君子，必然是心口合一，光明正大，絕無攀緣求榮的態度。

「能親仁，無限好；德日進，過日少」，「親仁」是指親近善知識；我們若認識有仁德的君子，千萬不要錯失良機，應更進一步親近他們，或者尊為老師；或者交為好友，在品德、學問及辦事方面，向他們謙虛求教或請益，自然能日日改過遷善，有助於自己進德修業，這種利益是無量無邊的啊！

因此「能親仁」提醒我們要記住《大學》湯之盤銘（即商湯在盥洗之盤，所雕刻自勉之語）所說：「苟日新，日日新，又日新。」勉勵自己每天

都要親近善知識（包括聖賢書），學習古聖先賢的智慧，使身心清淨，不受外在五欲六塵的污染，並且天天求進步，因「學如逆水行舟，不進則退」也。

【故事】：湛妻激賁

唐朝的時候，有一個姓湛名賁的人，他的妻子就是進士彭伉妻子的姐妹。當彭伉高中進士之時，湛賁還是縣衙裡的一個小官吏，那時候前來向彭伉道賀的都是當時的名流，所有人都不斷讚揚彭伉的才學，彭伉坐在主位，而湛賁卻躲在後面的小屋子裡吃飯。

湛妻於是責備他說：「身為一個男子卻不能自我勉勵，以致於窘羞到了這種地步，你還有何面目可言呢？」

湛賁聽進妻子的勸諫，後來果然一舉登第，當湛賁高中的消息傳到彭伉

的耳朵裡時，彭伉嚇了一跳，從所騎驢子上摔下來。後來的人因此就流行著說：「湛郎及第，彭伉落驢。」而這完全是湛妻激勵的功勞。

其實為小吏並不可恥，為大官也不足貴，可恥的是自甘墮落，不能親近仁者，可貴的是自我砥礪，改過向善，因此不可以成敗來論英雄，也不可以得失來論功過，經云：「三界唯心，萬法唯識」，一切皆以「盡心」為是，因凡事盡心盡力就是圓滿，如此必能「德日進，過日少」了。

「不親仁，無限害；小人進，百事壞」，「不親仁」就無法鞏固我們內在的道德涵養；「小人」是指增長我們貪、瞋、癡、慢、自私自利的人；「百事壞」是指世間種種的誘惑圍繞，自己若把持不住，就有墮落的可能。因此如果我們沒有眼力看出誰是仁德的君子，而和仁者擦身而過，那就非常可惜。但是，認識了仁德的君子，而不肯把握機會學習，埋沒了自己仁慈的胸懷，漸漸失去自我覺察的能力，造成無窮的禍害，那更是可悲！

總之，如果成天和「不仁」或「有才無德」的小人一起打混，自己還

感到趣味相投，便不自覺的做出各種壞事來。所謂：「近朱者赤，近墨者黑。」這是先聖先賢智慧的經驗，不由得我們不信！尤其我們更要警覺，一滴紅墨水滴到清淨的水中，只要幾秒鐘，而要再恢復成清水的狀態，卻非常困難啊！

【引申】：親近賢德善良之人，事業成就……

一個肯做到孝弟，言行謹慎，講究信用，更能開闊胸襟，服務大眾的人，相對於不肯為人服務以及沒有信用的人，自然受到大家的歡迎。如果能進一步得到師友的指導改正，德學自然增長。難怪孔子在《論語·衛靈公篇》中，告訴子貢說：「工欲善其事，必先利其器」，亦即我們想把事情做得完善，首先要有良好的工具。

孔子更進一步要子貢學習：「居是邦也，事其大夫之賢者，友其士之仁

者。」也就是說我們想要辦好利益大眾的事業，就要恭敬對待有賢德的人，並結交有仁德的知識分子。如此一來，有德高望重之賢者的全力護持，又能獲得社會大眾的支持與信任，一生的事業必能圓滿成就。

有些人擔心自己小孩太善良，是否容易被別人矇騙，其實為人家長最重耍的是要教導子女，有辨別是非善惡的判斷能力與智慧，能夠「親賢良，遠小人」。如《易經》所說：「方以類聚，物以群分。」即指宇宙萬物的性向不同，因而同類聚合，自然形成分離的群體。如此賢良的人必能彼此欣賞而相聚在一起，依眾靠眾，彼此互相觀摩學習，使得學業、道業、事業皆能夠有所成就。



捌

解行並重，  
追求人生幸福美滿境界

我們對於孝、弟、謹、信、汎愛眾、親仁，這些應該努力實踐的本分事，卻不肯力行，只在學問上研究、探求，這樣最容易養成貢高我慢的習氣；相反地，如果我們只重力行，對於學問卻不肯研求，就容易執著自己錯誤的看法，而無法契合真理，正如華嚴宗祖師清涼大師所說：「有解無行，增長邪見；有行無解，增長無明」，因此我們必須解行並重，心行如一，方能追求人生幸福美滿的境界。



## 三十二、力行學文，理事無礙

32. 「不力行，但學文；長浮華，成何人。  
但力行，不學文；任己見，昧理真。」

### 【易解】

如果我們不能身體力行孝、悌、謹、信、汎愛眾、親仁這些德行，一味死讀書，縱然有些知識，也只是增長自己浮華不實的習氣，變成一個不切實際的人，這是「說食數寶」，如此讀書又有何用？反之，如果只是愚昧的去

做，不肯讀書學習，就容易依著自己的偏見做事，蒙蔽了真理，這是「盲修瞎練」，也是不對的。

「不力行，但學文；長浮華，成何人」，「力行」是實踐，要有恆心、耐心；「學文」是學習一些理論、方法，重求解。我們人類需要過著群居的生活，所以學習如何與人和諧相處，是必備的常識。因此，從小生活在家庭和學校裡，若只學習世間的專業知識，沒有把握機會力行實踐孝、弟、謹、信、汎愛眾、親仁等基本德行，就會變成只是學業成績很好，卻不知道如何服務別人、如何待人接物的「書呆子」。

《中庸》有云：「博學之，審問之，慎思之，明辨之，篤行之。」這是告訴我們學習的次第，首先要以「博學」，「審問」，「慎思」，「明辨」來窮理；而以「修身」（言忠信，行篤敬，懲忿，窒欲，遷善、改過）、「處事」（正其誼，不謀其利；明其道，不計其功）、「接物」（己所不欲，勿施於人；行有不得，反求諸己）來「篤行」實踐，這是我們中華聖哲

五千年來教育的原理原則也。

因此，我們學習聖教，重在「真信」，並且實修實證，不是要耍嘴皮，不是要搞儒學，因為：「記問之學，不足以為人師。」所謂「記問之學」乃是指僅能「博學、審問、慎思、明辨」，而未能「篤行」，只是講儒學、道學而已！

因此如果我們只是學習，或只是會背誦，而不力行，等於「說食數寶」，沒有實質的德行，只增長虛妄浮華的習氣，無法成為真正有德行的人。就如一棵枝葉茂盛的大樹，如果盤踞的樹根腐爛了，必然禁不起風吹雨打，而猝然倒下，這是多麼可惜啊！

### 【故事】：趙括紙上談兵

戰國時，趙奢為趙國名將，他的兒子趙括長於軍事理論，父子辯論，總

是兒子獲勝，但趙奢不以為然，他預言趙括如果領兵作戰，一定失敗，因為他把戰爭看得太容易。

趙奢死後，趙王想任命趙括為大將。趙母曾上書趙王說：「趙奢以軍為家，與士兵同甘共苦，有事必與眾人商量，得到賞賜定與夥伴分享；趙括平時誇大，愛空口說白話，而且趾高氣揚，小兵不敢仰著頭看他，驕傲又專橫，得到朝廷所賜的金銀統統搬回家，做將軍豈可如此？趙奢臨終時，親自交待我：『趙括若是為將，趙兵完矣！』知子莫若父，請大王三思。」可惜趙王並不重視，仍然任命趙括為大將。後來趙括指揮長平之戰，敗給秦將白起，趙國士兵被坑四十萬，國力大傷。

此外，三國的馬謖，自幼亦飽讀兵書，熟諳兵法，惟言過其實，諸葛亮沒有聽劉備的話，在街亭一役中重用馬謖，結果馬謖兵失街亭，只好揮淚斬馬謖，自己也追悔莫及，後也因街亭的失守，演了一齣驚險的「空城計」。由此可見，空口說大話，沒有實戰經驗，真是遺患無窮啊！

「但力行，不學文；任己見，昧理真」，「學文」是學習各種有益的學問與才藝，學問可以幫助力行，不斷修正自己的錯誤，開闊淑世濟人的胸懷。但是我們如果不努力學習道德學問，執著自己的錯誤的知見，任憑自己的意思一味去做，就會如孔子所說：「吾嘗終日不食，終夜不寢，以思，無益，不如學也。」由此可知，我們光愚昧的去做事，或光不斷的思考，而不努力學習正知正見，等於「盲修瞎練」，往往無法見到事實真相，這是沒有用處的。

在《論語》中，孔子亦提到「百工居肆以成其事，君子學以致其道。」也就是告訴我們每一種行業，都有各自的專業知識，才能成就事業；何況是淑世的仁德君子，更應虛心好學，藉著師友的指導切磋，才能認清仁德大道，一步一步向聖賢的目標邁進。

今日世風日下，普遍流行詆毀聖賢的風氣，懷疑古人，藐視倫常大道，尤其是基本的「孝道」，近幾年來更被視為呆板落伍。大家雖有心改革社會

亂象，也動用大批的人力物力倡導，終因倫常觀念被大家忘失太久了，使得社會風氣無法改善。因此，我們必須要「解行並重」，才能成就學業、事業、道業啊！

**【引申】：理事無礙，從心所欲……**

子曰：「好學近乎智，力行近乎仁，知恥近乎勇。」因此我們要能「好學」（解）、「力行」（行），如此「解行並重」，才能達到「智、仁、勇」三達德的目標。

孔子曾指出：「君子博學於文，約之以禮，亦可以弗畔矣夫！」這就是告訴我們立志「自利利他」的君子，須用禮節來約束言行，再廣博地研究各種學問，這樣一個具有「禮節」和「知識」的君子，他的行為就不致於太離譜了。

《弟子規》把「禮」的內容具體化，只要循著《弟子規》來實踐，兼學各種經典和生活知識，就能擁有高遠的「智慧」（理），且在日常生活中努力去實踐（事），能如此「修身踐言，行修言道」，「解行」並重，必能進而達到聖賢「理事無礙」，與「從心所欲，而不踰矩」的境界，這就是中華聖哲的教育。

## 三十三、讀書三到，明求確義

33. 「讀書法，有三到；心眼口，信皆要。

方讀此，勿慕彼；此未終，彼勿起。

寬為限，緊用功；工夫到，滯塞通。

心有疑，隨札記；就人問，求確義。」

### 【易解】

讀書的方法要注重三到：眼到、口到、心到。三者缺一不可，如此方能收到事半功倍的效果。研究學問，要專一，要專精才能深入，不可以這本書才開始讀沒多久，又羨慕其他的書，這樣永遠也定不下心，必須把這本書讀

完，才能讀另外一本。

在訂定讀書計畫的時候，不妨寬鬆一些，實際執行時，就要加緊用功，嚴格執行，不可以懈怠偷懶，日積月累功夫深了，原先窒礙不通，困頓疑惑之處，自然而然而迎刃而解了。這就是朱熹所謂：「讀書千遍，其義自見」的道理。亦如《大學章句·右傳之五章》所說：「用力之久，而一旦豁然貫通焉，則眾物之表裏精粗無不到，而吾心之全體大用無不明矣。」

求學當中，心裏有疑問，應隨時筆記，一有機會，就向良師益友請教，務必確實明白它的真義，並且要學以致用，才能得到讀書的利益。

「讀書法，有三到；心眼口，信皆要」，「到」是具備的意思，「三到」就是讀書時，心、眼、口都一起用到讀書這件事情上。「信」，確實，是指前面三者都非常重要；亦可解釋為「有信心」的意思。「三到」（或加上「手到」、「耳到」）再加上自己十足的「信心」，肯用心思維、肯用眼睛專注書中的文字，肯用口清楚地念出字音來，或動手蒐集資料，多聽別人的意見，並

且養成力行的習慣，這樣讀書、做事就能成功了。

「方讀此，勿慕彼；此未終，彼勿起」，無論讀哪一本書，一定要從頭到尾，按順序看過一遍，即「一本在手，全本讀完」。不要只是亂翻幾頁，摘錄幾段，一本沒有讀完，又讀另外一本，如此對於整本書的精義，就會茫茫然，而不知其所指了！這也是訓練我們做事要有始有終，不可見異思遷也。

我們是否常感到納悶，為何自己已經很用功了，卻老是不長進，常常落在人後呢？是不是自己天分不夠，還是讀書的方法需要改進呢？其實每個人的天分本來就不同，這是無法改變的事實。因此，最重要的是讀書的態度與方法。

例如，有些學生在讀英文的時候，想到數學還那麼多沒有複習；而在複習數學時，又想到自然實驗還沒寫。如此，三心兩意造成心有旁騖，無法專心做功課，這樣的讀書方法，必定無法把書讀好。

但是，如果能掌握好的讀書方法，以正確積極的態度來學習，必能事半功倍。這段《弟子規》裡告訴我們讀書要常留意的的方法，雖然常常聽到，卻是容易疏忽而不能堅持到底。因此我們應靜下心來，好好體會並應用這「三到」的方法。

### 【故事】：國藩讀書

清朝平定太平天國之亂的曾國藩先生，他讀書有個習慣，所謂「桌上不可多書，心中不可無書」。書桌上只擺一本現在要讀的書，則注意力全都會集中在這本書上。

有很多人，書桌上擺滿了要讀的書，這本讀了幾頁，又翻翻那一本，那本掀了幾章，又換另一本，兩個小時下來，每一本書都翻過了，好像擺地攤一樣，通通攤在眼前，結果沒有一本是讀完的。古今善於讀書的人，一書在

手，全本讀完，正是把握住「方讀此，勿慕彼；此未終，彼勿起」的讀書原則。

《中庸》有云：「君子之道，辟如行遠必自邇，辟如登高必自卑。」《孟子·離婁上》曾說：「道在爾而求諸遠；事在易而求諸難。人人親其親，長其長而天下平。」因此我們讀書應有耐心，按部就班，不捨近求遠，平時養成閱讀的習慣，活到老，學到老，就能體會到學習的樂趣。

「寬為限，緊用功，工夫到，滯塞通」，「寬為限」即讀書要訂定目標，但期限要放寬，要能從容涵詠，按照進度完成。「功夫」是指長時間的努力；「滯塞」是指原來不懂得的地方。一般人常犯「緊為限，寬用功」的毛病，把功課排得密密麻麻，卻無法專心用功，又懷著應付的心態，因循拖延，最後草草交代，就談不上什麼工夫了。

所以「緊用功」告訴我們一開始就要全力以赴，要不斷精進，不要再拖延等待，至於遇到困惑不了解時，不必苦求強記，今天研讀幾遍，明天研讀

幾遍，心中常常思惟不忘，蘇東坡所謂：「舊書不厭百回讀，熟讀深思子自知。」一部經典讀誦百至千遍，只問耕耘，不問收穫，只要因緣成熟，便有豁然通達的光景。因此，讀書好比「煎藥」一樣，一開始要用大火煮才能滾沸，接著就必須用小火慢慢熬煉，要有耐心，藥材的藥性才會滲到湯液裡，發揮出藥效。

佛教的省庵大師曾說：「西方佛國，非悠悠散善所能致；萬劫生死，非因循怠惰所能脫。」因此無論世出世間法，我們都必須加緊用功，不可懈怠，下的功夫足夠，才能成就學業或道業啊！

「心有疑，隨札記，就人問，求確義」，「札」，原是短薄的木簡，猶如現在的小紙片。本句是說如果我們有疑問，可用小紙片把心中的疑惑記下來，一方面提醒自己反覆思索，一方面有機會就可以很明確地向人提問題，以求得正確的答案。古人常用這種工夫，所以學問紮實而不膚淺，值得我們效法。

## 【引申】：一門深入……

佛法與世間法的教學不同，世間人作學問要像金字塔，是由博而精；佛法則不然，佛法像種樹一樣，先有根、有本，然後慢慢再長成枝葉花果。淨空法師曾說：「佛教就像球一樣，球面上無量的點，就好像法門無量之多。佛法教你求圓心。任何一點，只要直修都能達到圓心，不必找第二點、第三點」。佛法所求的是真心，心性明白了，全體都得到了，所謂「一經通，一切經通」，其祕訣就是「專」，並且要持之以恆，也就是「一門深入，長時薰修」的功夫，這是淨空法師告訴我們修學佛法成功的祕訣。

吾人若一部經未讀通，則表示還沒有能力辨別邪正、是非，聽這個好，聽那個也好，反而無所適從。多聽、多看、多煩惱；不聽、不看、就沒煩惱，所以初學者「一門深入」，也是斷煩惱的法門啊！

此外，先聖先賢並以其經驗告訴我們：「簡單就是妙法」，世出世間第

一殊勝的法門，一定是非常簡單、容易的。《無量壽經》所介紹的內容就是說明以一句「阿彌陀佛」聖號，能一生究竟成佛的道理，非常適合現代人的需要，並且符合時代的潮流。

大勢至菩薩從初發心，一直到成佛，一心專念阿彌陀佛，就這一句佛號，「不假方便，自得心開」。他教我們念佛的祕訣，就是「都攝六根，淨念相繼」，念佛時沒有懷疑，沒有夾雜，一句接著一句不間斷老實念，不必再修其他的法門，自然能明心見性。

印光法師說：「一句南無阿彌陀佛，只要念得熟，成佛尚有餘裕，不學他法，又有何憾？」可知一句佛號極圓極頓，至簡至易，只要肯念，成佛有餘。所以大勢至菩薩就是我們「一門深入，長時薰修」的好榜樣。

## 三十四、房清几潔，境智相應

34. 「房室清，牆壁淨；几案潔，筆硯正。

墨磨偏，心不端；字不敬，心先病。

列典籍，有定處；讀看畢，還原處。

雖有急，卷束齊；有缺壞，就補之。」

### 【易解】

書房要整理清潔，牆壁要保持乾淨。讀書時，書桌上筆、墨、紙、硯等文房四寶要放置整齊，不得凌亂，觸目所及皆是井井有條，才能靜下心來讀書。古人寫字使用毛筆，寫字前先要磨墨，如果心不在焉，墨就會磨偏了，

寫出來的字如果歪歪斜斜，就表示你浮躁不安，心定不下來。

書籍課本應分類，排列整齊，放在固定的位置，讀誦完畢須歸還原處。

雖有急事，也要把書本收好再離開，書本是智慧的結晶，有缺損就要修補，保持完整（古人一書難求，故有修補之舉）。

「房室清，牆壁淨；几案潔，筆硯正」，「几案」就是書桌。「筆硯」，中國自古以來使用毛筆寫字，所以書桌上經常擺放筆、墨、紙及硯台等文房四寶。這段話是指導我們讀書的場所要整理乾淨。置身在清淨的讀書場所，心很容易靜下來，沈靜的心就像清澈的湖水，任何影像都可以清楚顯現，是故「清淨心能生智慧」；同時在窗明几淨的書房用功，有事半功倍的學習效果，這就是「境智相應」的道理。

「墨磨偏，心不端；字不敬，心先病」，過去寫毛筆字前的磨墨訓練，一則是為了準備墨汁，一則是為了讓心靜下來。所謂「磨墨磨心」，所以磨墨時，墨條要拿端正，速度要均勻，要像「磨墨如病夫」有氣無力，緩緩地

磨以訓練耐心，期養成中正和平、沈著穩重的習慣，到了實際習寫字時，就能迅速進入最佳狀況。

初學毛筆字的人，最好能用硯台磨墨，現成的墨汁雖然方便，卻少了寫前的準備工夫。至於其他寫字練習，包括毛筆字、鉛筆字、原子筆字、鋼筆字，都應筆畫工整，不要潦草隨便，所謂「字如其人」，寫得一手工整的好字，就會予人恭敬不苟的印象。

### 【故事】：公權筆諫一心正筆正

唐朝有名的書法家柳公權先生，他的字挺直蒼勁，有一股正氣澎湃的氣勢，這跟他安守本分，正直不阿的個性有關。有一次皇帝唐憲宗問他：「如何用筆才能達到盡善的境界？」

柳公權回答說：「用筆的重點在心，心如果正，用筆自然就能正。」憲宗

平日生活散漫，施政邪僻不正，聽了柳公權的一番話後，憲宗知道這是勸諫自己的意思，便立刻端正儀容，這就是有名的「筆諫」。這段公案正說明寫出來的字，和內心是息息相關的！

「列典籍，有定處；讀看畢，還原處」，自己用的書籍，平時要分類，排在固定的地方，讓書房內的空間有條不紊。使用完後，留一點時間，把用過的書籍用品，一一歸回原處，等下次要用時，才能很快地找到。這一條是我們一般人容易犯的毛病，所以常常花很多的時間在找書。所以，從小子女看完書，父母一定要告訴他，要愛護書籍，要把書放在固定的位置。同時也要指導他，書籍要排列整齊，比較美觀。

「雖有急，卷束齊，有缺壞，就補之」，「卷束」是指書籍。我們若臨時有急事，必須離開，也要先將桌面上的書籍做整理，免得回來時，一片混亂。如果遇到風大，把資料吹散損壞了，更是無法彌補。以讀書為例，如果書沒讀完，應該用書籤夾起來，而不要用摺角的方式，來記讀到哪一頁，因

這是對書本的不恭敬。

曾有一位長官有一次在辦公室，見到部屬未將桌上文件收妥就離去，部屬回座後，這位長官便叮囑他：「離開座位前，要把文件收好，否則讓人看到不該看到的機密，便是洩密。」從小養成「雖有急，卷束齊」的好習慣，對於處事待人有莫大的幫助。

書籍用品損壞時，若不立刻修補，用不了多久就報銷了，所以「就」補之，是提醒我們一遇缺壞，就要立刻處理好。

「愛書者，書恆愛之」，有一分恭敬在其中，讀書自然能領悟。正如古德所說：「一分恭敬，自有一分收穫；十分恭敬，就有十分收穫」啊！

### 【引申】：心淨則國土淨

台灣百年罕見的二二集集大地震，造成二千多人因此喪生，數萬人頓

時流離失所，全國同胞在震災發生之後，除了有錢出錢，有力出力，全力投入救災的行列外，由於有部分專家又預測在往後的時日極有可能再發生六級以上大規模的地震，使得大家對於地震的可怕，無不「談震色變」，不知何時會再發生另外一次大的地震。

吾人從地震的現象來觀察，正如經上所說：「世間無常，國土危脆」，此乃告訴我們生命的短暫與無常，以及我們所居住的國土並不如想像中那樣堅固，而是非常危險與脆弱的，同時亦提醒我們要有危機意識，要能居安思危，有備無患，同時在平時要把握機會孝敬父母（惜緣）與珍惜一切物質（惜福），否則在一夕之間一無所有時，再來後悔就太遲了。

此外，從佛法來看地震發生的根本原因，即是《維摩詰經》所說言：「若菩薩欲得淨土，當淨其心，隨其心淨，則佛土淨。」在此所謂的「淨土」即是使眾生免於震災、火災、水災及戰爭等「天災人禍」之威脅的地方，並且是眾生真正「安身立命」及究竟「離苦得樂」的國土。由於國土之

建立乃是眾生心識之所變現的，正如國父所說：「國者，人之積；人者，心之器。國家之治亂，繫乎政治之隆污，政治之隆污，繫乎人心之振靡。」是故要建立一個強盛的國家，必須要從「淨化人心」下手，唯有眾生的心地清淨，方能使政治清明，國家強盛，人民也才能安居樂業。

因此，只要眾生的心地清淨，人人積極行善，並且積功累德，國土自然清淨，自然可免於天災人禍的恐懼與威脅，好比「響必隨聲」、「影必隨形」，這是必然的因果定律。由上可知，既成環境的驟變會影響我們的生存，但是只要我們集合眾人的心力，同樣可以改造環境，塑造一片安和樂利的人間淨土。

民國初年佛教一代宗師 印光法師有云：「息災，根本方法在於念佛。盡人念佛，則此業即可轉移；少數人念佛，亦可轉輕。」蓋以人心的淨化，在於人人心地要保持清淨心，而所謂「清淨心」，就是念佛的心，若大多數人念佛，而且心地清淨，如此可產生一股龐大的念力，伏住貪、瞋、癡的惡

念與不當的妄想執著，使其不起現行，進而消除眾生的災難與共業，這就是「念佛方能消宿業，竭誠自可轉凡心」以及「依報隨正報轉」的道理。

總之，吾人欲消災免難的根本方法，唯有多念佛，並且藉由「息心」（息滅貪、瞋、癡的心）與「止觀」（止住五欲六塵、名聞利養對我們身心的污染，時時觀照自己念頭，並且善護己念）的方法，方能使一切的災難，消弭於無形當中。

然而一旦共業現前，仍須切記：「災難臨頭，一定要鎮靜，在那一瞬間，鎮定念佛，決定往生」。願我等同修精進念佛，自利利他，轉業力為願力，化穢土成淨土，轉煩惱成菩提，使災難翻為善導，化熱惱為清涼，並仗佛力之加持，消除一切的苦難，共成無上佛道。

## 三十五、讀書明理，希聖希賢

35. 「非聖書，屏勿視；蔽聰明，壞心智。」

勿自暴，勿自棄；聖與賢，可馴致。」

### 【易解】

如果不是傳述聖賢言行的著作，以及有害身心健康的不良書刊，都應該一概屏除不要看，以免身心受到污染，智慧遭受蒙蔽，心智變得不健康。遇到困難或挫折的時候，不要自暴自棄，也不必憤世嫉俗，而自甘墮落，應該發奮向上努力學習，聖賢境界雖高，循序漸進，也是人人可以達到的。

「非聖書，屏勿視；蔽聰明，壞心智」，「聖書」是指傳述聖賢道德

文章的書籍，如四書五經、弟子規、聖經、佛經等；至於「非聖書」則會導致我們思想的貧窮，故應屏除不讀。「蔽聰明」是掩蓋我們的智慧；「壞心智」是破壞我們的清淨心。

吾人須知：「讀書志在聖賢。」因此，「讀聖書」可幫助我們檢點反省自己的過失。由於今日社會的電視、電腦網路及報章雜誌，到處充斥殺、盜、淫、妄的信息，所發行的各種DVD影帶、光碟，多是偏向聲光享樂，商人藉此謀利賺錢，更助長了暴力及色情的猖獗，以及增長我們貪瞋癡慢的習氣，使我們的智慧受到矇蔽，心智受到五欲六塵的污染變得不健康。

所以我們應該少看這些有不良節目的大眾傳媒，而且小孩從小閱讀書刊，父母應該為其選擇正當優良的讀物，並且留意小孩平時閱讀何種書籍，務必養成其非聖賢書不讀的習慣，為小孩的心靈，補充適當的營養，讓良知能充分滋長，恢復本有的清淨心。

如果小孩迷戀不當的刊物，使心靈浸淫於毒素之中，生起許多妄想邪

思，久而久之，導致「思想貧窮」，使得良知良能或清淨心被蒙蔽，長大就會做出損人不利己的壞事，那將後悔莫及！

「勿自暴，勿自棄；聖與賢，可馴致」，「聖賢」是世間修身德行最高者，如《中庸》所說：「大哉！聖人之道，洋洋乎，發育萬物，峻極於天。」又云：「唯天下至聖，為能聰明睿知，足以有臨也。」就佛教而言，「聖賢」就是「佛菩薩」。「馴致」就是漸漸達到的意思。

「自暴」就是《孟子·離婁篇》所說：「言非禮義，謂之自暴也。」即一個人的言語不合禮義，就稱為「自暴」。「自棄」就是孟子所說：「吾身不能居仁由義，謂之自棄也」，就是告訴我們，雖然知道仁義的內涵很好，卻不能力行仁義之道，這就是「自棄」。

孔門弟子中，年長的子路初次見孔子時，頭上戴著雄雞毛，腰間佩戴母豬皮，一副野人的裝扮，散發率直勇猛的個性，有一股凌人的氣勢，不知聖賢學問的高深，也無視孔子的存在。後來經過孔子的教化，放棄了粗暴的行

為，努力求學，勇於改過，成為孔門中優秀的政治人才，名列十哲之一。

另外，孔門中多才多藝的弟子冉有，他跟隨孔子學習仁德大道，曾經感歎自己能力不足，無法再往上進步了。孔子指出他是犯了「自我設限」的毛病，教他只要肯當下承擔、不自棄，就可突破學習困境。後來冉有果然在政治上也有傑出的表現。

孟子說：「人人皆可為堯舜。」堯舜是我們景仰的聖人，他們傳下的道統文化，正是孔子集大成的《五經》，也是令我們引以為榮的中華文化寶藏。孟子亦云：「舜何人也，予何人也，有為者，亦若是！」

聖賢的境界並不是堯舜的專利，只要我們肯去除「自暴」的毛病，虛心從聖言量當中學習聖賢仁義之道，並避免「自棄」的心理。同時，必須謹記《中庸》所說：「道也者，不可須臾離也；可離，非道也。」如此勇於擔當，時時力行實踐的功夫，那麼一介凡夫也能漸漸的邁入聖賢之域，和往聖先賢把手同行！

《華嚴經》云：「信為道元功德母，長養一切諸善法。」因此我們要深信佛陀所說：「一切眾生本來成佛，只因妄想執著，而不能證得。」確實依照《弟子規》的教誨，努力培養自己「孝」、「敬」的德行，放下一切的妄想執著，能夠時時、處處為別人著想，恢復自己本有的清淨心，如此離聖賢的境界就不遠了！

【引申】：童蒙養正，幸福人生……

《易經》有云：「蒙以養正，聖功也。」這就是告訴我們，當處在童年蒙昧年幼之時，若採用正當的教材，教以聖賢之正道，配合優良的環境來培養學習，就能造就聖賢。

《弟子規》所講的道理，正是聖人的訓誨，每句話都是深廣無盡，從「入則孝、出則弟、謹而信、汎愛眾、親仁及餘力學文」著手，在日常生活

中的倫常做起，經家庭擴及到學校、社會，最能孕育出正人君子的行誼，所以這本《弟子規》我們應該認真地反覆讀誦，深入內心，當成個人反省的鏡子及行為的指標，如此必能經營自己幸福美滿的人生！

### 【引申】：逆流而上……

曾有機會到美國西雅圖參訪，在友人的介紹之下，去參觀華盛頓湖的特殊景觀——「運河閘門」與「魚梯」(Fish Ladder)，其中的「魚梯」是供鮭魚從太平洋回到華盛頓湖(原出生地)產卵的階梯，每一階梯約相差一英尺，故鮭魚必須歷經多次跳躍魚梯及逆流而上，才能回到「故鄉」產卵，並且傳宗接代。

教宗若望保祿二世在其一首「激流」的詩中說：「若欲發現源頭，必須逆流而上；破浪尋求，決不放棄，你知道源頭就在前方。」正可說明要成聖

成賢，必須要有「逆流而上」的決心與勇氣，才能找到源頭，成就道業。

在參觀鮭魚逆流而上，才能完成一生目標之大自然現象，給予我們不少的啟發：

(一)、就如同鮭魚一般，我們在求學、工作、修行的過程當中，往往會面臨種種嚴厲的考驗，我們要能夠勇於接受逆境的挑戰，要力爭上游，不怕艱難險阻，否則「學如逆水行舟，不進則退」，若隨波逐流，無法不斷地自我提昇，將會遭到時代的淘汰。

尤其修養德行，乃是逆行返本之事，不逆行，何能返本？一切萬事萬物，莫不皆然。如玉不琢，不成器；天無秋殺冬藏之逆，何能成春生夏長之榮；人無堅苦卓絕之逆行，何能成就濟世利人之功業？可知煩惱之火，即菩提之因，此即「火中生蓮花」、「道在苦中求」之義。

(二)、吾人在修行的過程當中，同樣也會遭遇不少的誘惑與試煉，尤其在面對此紅塵世界，吾人六根（眼、耳、鼻、舌、身、意）對六塵（色、聲、香、味、觸、法）境界一接觸，心中若無正知正見或定力，必定會引發我們貪、瞋、癡、慢、疑的種子，因而妄造惡業，如此隨順個人的煩惱習氣，就是「順生死流」，將永遠無法超越生死煩惱的痛苦與束縛，一生修行的志業就無法成就！

因之，修行過程要「難行能行、難忍能忍、難捨能捨」，亦如同孔子所說的：「富貴不能淫、貧賤不能移、威武不能屈」，如此方能「逆生死之流」，也才是真正的大丈夫。

(三)、吾人在世界各地遊山玩水之餘，對大自然現象的觀察，往往可使我們因此體會宇宙人生的真理，如日出日落，讓我們體會人生的盛衰，世間變化的無常；大江東去，提醒我們：「逝者如

斯，不捨晝夜」，不要執著過去，或冀望於未來，要學習活在當下，並且要以謙卑的心來面對人生。

看到不滿意的人事現象，應將我們的認知，從「他們為什麼要這樣做？」（*Why are they doing this?*）改為：「他們究竟想教我們什麼？」或「他們將有何以教我？」（*What are they trying to teach me?*）。如此，便能真正體會「處處是我道場，人人是我良師」的說法。

（四）、吾人從無始劫來，流浪生死苦海，從未讓我們的心，回歸到真正的故鄉，甚且迷失自我，不知「生從何來，死從何去」，實應早日覺悟：「彌陀是我大慈悲父，西方極樂是我故鄉」，並且信願持名念佛求生西方極樂世界，回到我們「心」真正的故鄉，期完成一生成佛的目標。

總之，吾人身處在宇宙之中，須瞭解任何人、事、物，如山河大地、

情與無情，萬事萬物皆時時刻刻在講經說法，並且啟發我們、教導我們體會宇宙人生的真理，只要我們能覺悟，則：「溪聲盡是廣長舌，山色無非清淨身」，如此必能「逆生死流」，不斷向上提昇，並且創造幸福美滿的人生！

【引申】：分秒轉念，成聖成賢……

亙古長河與剎那一秒哪個力量大？相信大多數人答案都是前者，但若無一秒鐘的推移，又怎麼能成就永恆。

在一家鐘錶店裡，有一隻新組裝好的小鐘放在兩個舊鐘之中，兩隻老鐘「滴答」、「滴答」不停地走。

其中一隻老鐘對小鐘說：「恭喜你開始工作了，但我擔心你走完三千兩百萬次後，會吃不消。」

「天啊！三千兩百萬次！」小鐘直呼：「我做不到！」

另一隻老鐘說：「不用怕，你只要每秒鐘擺一下就行了。」於是小鐘輕鬆地每秒鐘「滴答」擺一下，不知不覺中，一年過去了，它擺了三千兩百萬次。

每個人都渴望成功，但有人卻好高騖遠，忽略成功是分秒的累積，《老子》有言：「九層之臺，起於累土；千里之行，始於足下。」我們常見到有些人，為目標是否能達成而擔憂，反而忽略如何讓今天過得更有意義、更有價值。

因此，我們應該學習小鐘一樣，每秒「滴答」擺一下，每天在工作、應酬當中，分分秒秒「轉惡念成善念」，至誠懇切，持續不斷修正自己錯誤的觀念與行為，如此就可逐漸達到聖賢的境界了。

淨空法師曾指出：「改變命運的方法，就是靠轉變——轉惡為善、轉迷為悟、轉凡成聖。」大家都知道「種善因得善果，種惡因得惡果。」，可是如果業報沒有轉過來，一遭遇挫折，我們就容易怨天尤人，怪佛菩薩不靈，

怪神明沒有保佑，因此我們必須虛心檢討失敗的原因。「俞淨意公遇灶神記」的故事，很值得我們參考。它告訴我們，行善不只是做表面功夫，除了「口善、身善」，更重要的是「心善、意善」。

古大德教人「修行要從根本修」，「根本」是「心」及「念頭」。只要我們的心善，念頭善，沒有轉不過來的業報，也沒有化解不開的災難！就像一棵大樹，心是「根」，念頭是「本」；身是「枝」，口是「葉」，如果只在枝葉上修行，而根本都爛掉了，還是沒有救啊！因此，須把根本救過來（心善、意善），枝葉（身、口業）就不難轉變。如此，就能改造我們的命運，開創幸福美滿的人生！



玖

／  
結論

儒家對「教育」的定義，認為「教」是：「上所施，下所效」也（即上行下效，身教重於言教），《中庸》有云：「脩道之謂教」；而「育」就是：「養子使作善」也。《禮記》亦云：「教也者，長善而救其失者也。」因此，教育的目的，在幫助學子修養德行，改善人格發展的缺失，從而建立利他行善的人生觀。

黃崑巖教授在《談教養》一書亦說：「教育的目的，是偏向智慧的發展，重點在教做人的道理，求教養的深化。」他也認為：「光講究知識傳授的教育，並不是教育，它只是替受訓者發展一技之長，完成職業生涯的準備，∴，從這個角度看台灣的教育內容，不難發現我們的教育，有太多訓練的成分，而為年輕人培養教養的成分太少」，真是一針見血，一語道破台灣目前教育的缺失。

《弟子規》所教導我們的宇宙人生觀（「孝」）、服務觀（「悌」）、自我修持（「謹」）、實踐力（「信」）、人類愛（「泛愛眾」）、道德觀

（「親仁」）、邏輯、知識（「餘力學文」）等七項修練，乃是中華聖哲的「教育」，也是儒家教我們做人的「生活規範」，正可補足當前教育的缺失，啟發我們大家的良知良能，不僅是目前社會動亂的「治世藥方」，亦是人人經營幸福美滿人生的「無價之寶」，值得現代社會普遍去宏揚。

總之，《弟子規》是中華聖哲教誨與儒釋道修學的基礎，吾人若忽略此大根本，縱使廣讀經論，修行數十年，因缺乏基礎，亦絕無真實成就之理。

因此，我們若能於日常生活，依《弟子規》斷惡修善、轉迷為悟，開發每一個人本具「孝」、「敬」的德行，方是救苦救難的至善妙方，亦是吾人「轉凡為聖」，開創幸福人生之無上法寶也。



## 附錄一

### 弟子規（七事二三則）

#### 一、孝（入則孝）（24則）

1. 父母呼，應勿緩。
2. 父母命，行勿懶。
3. 父母教，須敬聽。
4. 父母責，須順承。
5. 冬則溫。
6. 夏則清。

7. 晨則省。
8. 昏則定。
9. 出必告。
10. 反必面。
11. 居有常。
12. 業無變。
13. 事雖小，勿擅為；苟擅為，子道虧。
14. 物雖小，勿私藏；苟私藏，親心傷。
15. 親所好，力為具。
16. 親所惡，僅為去。
17. 身有傷，貽親憂。
18. 德有傷，貽親羞。
19. 親愛我，孝何難。

20. 親憎我，孝方賢。
21. 親有過，諫使更；怡吾色，柔吾聲。  
諫不入，悅復諫；號泣隨，撻無怨。
22. 親有疾，藥先嘗；晝夜侍，不離床。
23. 喪三年，常悲咽；居處變，酒肉絕。
24. 喪盡禮，祭盡誠；事死者，如事生。

## 二、弟（出則弟）（13則）

1. 兄道友，弟道恭；兄弟睦，孝在中。
2. 財物輕，怨何生。
3. 言語忍，忿自泯。
4. 或飲食，或坐走；長者先，幼者後。
5. 長呼人，即代叫；人不在，己即到。

### 三、謹（24則）

6. 稱尊長，勿呼名。
7. 對尊長，勿見能。
8. 路遇長，疾趨揖；長無言，退恭立。
9. 騎下馬，乘下車；過猶待，百步餘。
10. 長者立，幼勿坐；長者坐，命乃坐。
11. 尊長前，聲要低；低不聞，卻非宜。
12. 進必趨，退必遲；問起對，視勿移。
13. 事諸父，如事父；事諸兄，如事兄。
1. 朝起早，夜眠遲；老易至，惜此時。
2. 晨必盥，兼漱口。
3. 便溺回，輒淨手。

4. 冠必正，紐必結；襪與履，俱緊切。
5. 置冠服，有定位；勿亂頓，致汙穢。
6. 衣貴潔，不貴華；上循分，下稱家。
7. 對飲食，勿揀擇；食適可，勿過則。
8. 年方少，勿飲酒；飲酒醉，最為醜。
9. 步從容，立端正。
10. 揖深圓，拜恭敬。
11. 勿踐闕，勿跛倚；勿箕踞，勿搖髀。
12. 緩揭簾，勿有聲。
13. 寬轉彎，勿觸棱。
14. 執虛器，如執盈。
15. 入虛室，如有人。
16. 事勿忙，忙多錯。

#### 四、信（15則）

17. 勿畏難，勿輕略。
18. 鬥鬧場，絕勿近。
19. 邪僻事，絕勿問。
20. 將入門，問孰存。
21. 將上堂，聲必揚。
22. 人問誰，對以名；吾與我。不分明。
23. 用人物，須明求；倘不問，即為偷。
24. 借人物，及時還；後有急，借不難。
1. 凡出言，信為先；詐與妄，奚可焉。
2. 話說多，不如少；惟其是，勿佞巧。
3. 奸巧語，穢汙詞；市井氣，切戒之。

4. 見未真，勿輕言；知未的，勿輕傳。
5. 事非宜，勿輕諾；苟輕諾，進退錯。
6. 凡道字，重且舒；勿急疾，勿模糊。
7. 彼說長，此說短；不關己，莫閒管。
8. 見人善，即思齊；縱去遠，以漸躋。
9. 見人惡，即內省；有則改，無加警。
10. 唯德學，唯才藝；不如人，當自礪。
11. 若衣服，若飲食；不如人，勿生感。
12. 聞過怒，聞譽樂；損友來，益友卻。
13. 聞譽恐，聞過欣；直諒士，漸相親。
14. 無心非，名為錯；有心非，名為惡。
15. 過能改，歸於無；倘撿飾，增一辜。

## 五、汎愛眾（21則）

1. 凡是人，皆須愛；天同覆，地同載。
2. 行高者，名自高；人所重，非貌高。
3. 才大者，望自大；人所服，非言大。
4. 己有能，勿自私；人所能，勿輕訾。
5. 勿諂富。
6. 勿驕貧。
7. 勿厭故。
8. 勿喜新。
9. 人不閒，勿事攬。
10. 人不安，勿話擾。
11. 人有短，切莫揭。
12. 人有私，切莫說。

13. 道人善，即是善；人知之，愈思勉。
14. 揚人惡，即是惡；疾之甚，禍且作。
15. 善相勸，德皆建。
16. 過不規，道兩虧。
17. 凡取與，貴分曉；與宜多，取宜少。
18. 將加人，先問己；己不欲，即速止。
19. 恩欲報，怨欲忘；報怨短，報恩長。
20. 待婢僕，身貴端；雖貴端，慈而寬。
21. 勢服人，心不然；理服人，方無言。

## 六、親仁（4則）

1. 同是人，類不齊；流俗眾，仁者希。
2. 果仁者，人多畏；言不諱，色不媚。

3. 能親仁，無限好；德日進，過日少。
4. 不親仁，無限害；小人進，百事壞。

### 七、學文（餘力學文）（12則）

1. 不力行，但學文；長浮華，成何人。
2. 但力行，不學文；任己見，昧理真。
3. 讀書法，有三到；心眼口，信皆要。
4. 方讀此，勿慕彼；此未終，彼勿起。
5. 寬為限，緊用功；工夫到，滯塞通。
6. 心有疑，隨札記；就人問，求確義。
7. 房室清，牆壁淨；几案潔，筆硯正。
8. 墨磨偏，心不端；字不敬，心先病。
9. 列典籍，有定處；讀看畢，還原處。

10. 雖有急，卷束齊。
11. 有缺壞，就補之。
12. 非聖書，屏勿視；蔽聰明，壞心志。

## 八、結勸

勿自暴，勿自棄；聖與賢，可馴致。



## 西方的《弟子規55則》——《優秀是教出來的》

- 規則 1：與大人應對，要有禮貌，有分寸。
- 規則 2：與人互動，眼睛要看著對方的眼睛。
- 規則 3：別人有好表現，要替他高興。
- 規則 4：尊重別人的評論、意見與看法。
- 規則 5：自己有什麼好表現，不要炫耀，輸給別人也不要生氣。
- 規則 6：如果別人關心你，你也要同樣關心他們。
- 規則 7：打噴嚏、咳嗽都要掩住嘴巴，並且說對不起。

- 規則 8：對人不可以有不禮貌的動作。
- 規則 9：別人送你任何東西，都要說謝謝。
- 規則 10：接到獎品和禮物，不可以嫌棄。
- 規則 11：隨時做一些小小的貼心服務，帶給別人驚喜。
- 規則 12：改同學考卷時要謹慎。
- 規則 13：全班一起唸課文時，要看著正在唸的一字一句。
- 規則 14：以完整的句子，回答別人的問題，以示尊重。
- 規則 15：不要主動討獎品。
- 規則 16：每天都要做完作業。
- 規則 17：換科目上課的時候，動作要快，要安靜，守秩序。
- 規則 18：做任何事情都要有條理。
- 規則 19：老師在指定作業的時候，不要叫苦或抱怨。
- 規則 20：別的老師來代課，也要守班規。

- 規則 21：課堂上發言或起身，應該講規矩。
- 規則 22：不可以上課上一半，起身去倒水。
- 規則 23：見到每個老師，都要說某某老師好。
- 規則 24：如廁後要沖水和洗手，把身邊的病原減到最少。
- 規則 25：讓客人有賓至如歸的感覺。
- 規則 26：在公共場所，不要幫同學佔位子。
- 規則 27：同學受罰的時候，不要看著他。
- 規則 28：對作業有問題，可以打電話請教老師，老師不在的話，則可以留言，只要留一次就夠了。
- 規則 29：注意用餐的基本禮儀。
- 規則 30：用餐完畢，要清潔桌面，而且自己的垃圾自己處理。
- 規則 31：接受別人的服務，要懂得感恩惜福。
- 規則 32：坐校車或公車，都要坐好，別打擾到司機。

- 規則 33：認識新朋友，要記住對方的名字。
- 規則 34：吃自助餐，或與人同桌，取菜不可以貪多。
- 規則 35：別人掉東西，請彎身去幫他撿。
- 規則 36：進門時，如果後面還有人，請幫他扶住門。
- 規則 37：別人碰撞到你，不管你有沒有錯，都要說對不起。
- 規則 38：進行校外教學時，無論是到哪一個公共場所，都要安安靜靜。
- 規則 39：去參觀別人的地方，要不吝於讚美。
- 規則 40：全校師生開會的時候，不要講話，不要東張西望。
- 規則 41：接電話時的言談要得禮。
- 規則 42：校外教學結束時，要謝謝所有隨行的老師和家長。
- 規則 43：搭乘電扶梯時，要站右邊，讓趕時間的人走左邊。
- 規則 44：列隊行進時，不要說話。
- 規則 45：不可以插隊；但看到別人插隊，不可以大呼小叫，讓老師知道就好。

- 規則 46：看電影時，不可以說話。
- 規則 47：不可以帶零嘴「多力多滋 (Doritos)」來學校。
- 規則 48：有誰欺負你，讓老師知道。
- 規則 49：要堅持自己的理想。
- 規則 50：要樂觀，要享受人生，不要自尋煩惱。
- 規則 51：別讓將來有遺憾。
- 規則 52：從錯誤中學習，繼續向前邁進。
- 規則 53：不管如何，一定要誠實。
- 規則 54：把握今天。
- 規則 55：在你的能力範圍內，做最好、最棒的人。

資料來源：Clark, Ron, 2003, *The Essential 55: an Award Winning Educator's Rules for Discovering the Successful Student in Every Child* (謹攸文譯，優秀是教出來的，雅言文化，民國93年)，Hyperion, New York.



## 附錄三

### 勸孝歌

◎幼兒或冒我，我心覺喜歡。父母嗔怒我，我心轉不甘。一喜歡，一不甘，待兒待親何相懸？勸君今後逢親怒，也將親比幼兒看。

◎兒曹出千言，君聽常不厭。父母一開口，便道多管閒。非管閒，親掛牽，皓首白頭多諳練。勸君敬奉老人言，莫道乳口蜜甜甜。

◎看君晨入市，買餅又買糕。少聞供父母，多說哄兒曹。親未膳，兒先飽，

愛護心腸何顛倒？勸君多把糕餅錢，供養白頭為時少。

◎幼兒尿屎穢，君心無厭惡。老親涕唾垂，反有憎嫌意。日流汗，夜不眠，多年劬勞撫汝成。勸君莫嫌老垂涎，記取當年養育恩。

◎市上檢藥物，只買肥兒丸。老親雖病弱，不買還少丹。兒固瘦，親亦孱，醫兒何可在親先？勸君多買老山參，供奉白髮挽殘年。

◎富貴養親易，親常有不安。貧苦養兒難，兒不受飢寒。一個人，兩條心，為子總是勝為父。勸君養親如養兒，凡事莫推家不富。

◎養親祇兩人，不與兄弟爭。養兒雖十餘，君皆獨自任。兒飢寒，常呵護，雙親凍餓不過問。勸君莫把責任推，父母養爾誰幫襯？

◎親有十分慈，君不念其恩。兒有一分孝，君便揚其名。待親暗，待兒明，誰識高堂養子心？勸君漫道兒曹孝，兒曹樣子在君身。

挽回：追悔親已故，生前未盡孝。印送勸孝歌，聊可補孝意。親尚在，不知孝，細心多讀勸孝歌，反省過去不是處，及早奉行不為晚。

明理：親或有過錯，仍須和顏勸。勿以孝順故，同惡而共濟。辯邪正，明是非，孝親尤應明大義。勸君更須重善惡，勿以親慈悖天理。

勸世：盡孝勿辭勞，轉瞬即為人父母。你若孝雙親，子必看樣來孝你。多行善，莫作惡，報應在君身，禍福綿延，回頭更見爾兒孫。



## 作者簡介

張有恆

國立成功大學名譽教授

美國賓州大學運輸管理博士

經歷：國立成功大學交通管理科學系特聘教授

國立成功大學管理學院院長

國立成功大學交通管理科學系系主任、所長

交通部運輸研究所所長

交通部民用航空局局長

中華航空事業發展基金會董事、顧問

國立成功大學醫學院附設醫院行政副院長

行政院飛航安全委員會主任委員

行政院飛航安全調查委員會主任委員

華信航空公司董事長

中華航空公司總經理

台灣高鐵公司董事

**榮譽：**民國103年中華民國運輸學會傑出運輸教授獎

民國102年中華民國科技管理學會院士

2012年美國聯邦FAA Star Quality Award

民國90年交通部二等交通獎章

**著作：**已出版12本交通專業及專業教科書著作，另有中華傳統文化及佛學等12本著作。

國家圖書館出版品預行編目(CIP)資料

幸福人生之經營：解讀弟子規 / 張有恆編著. -- 臺南市：  
南市至善教育基金會, 2019.03  
464面；15×21公分

ISBN 978-986-97645-1-3 (平裝)

1.修身 2.德育 3.通俗作品

192.1

108004430

## 幸福人生之經營——解讀弟子規

---

**作 著** 張有恆  
**出 版** 財團法人台南市至善教育基金會  
Highest Good Education Foundation  
**住 址** 708台南市安平區華平路21巷33號2樓  
**電 話** (06) 293-6611  
**傳 真** (06) 293-6600  
**網 址** <https://www.amtbtn.org>  
**劃 撥** 5007638  
**戶 名** 財團法人台南市至善教育基金會

---

**印 贈 者** 財團法人台南市至善教育基金會  
**美術編輯** 解構創意廣告設計  
**印 刷** 秋雨創新股份有限公司

---

**出版時間** 2019年3月  
**I S B N** 978-986-97645-1-3

---

本書免費結緣，絕無託人義賣募款，敬請珍惜善用  
如欲翻印者，請洽本基金會  
Printed in Taiwan (This book is not to sold.)  
FOR FREE DISTRIBUTION

三千萬管理哲學：

千萬要有利他的精神  
千萬要常存感恩的心  
千萬要謙虛地學習

——張有恆

✕

就管理學而言，  
一切人、事、物的管理當中，  
其實最難管理的，就是「人」；  
而在「人」的管理當中，  
最難管理的就是「自己」。





至善教育基金會

Highest Good Education Foundation

電話：06-2936611 傳真：06-2936600

地址：台南市安平區華平路21巷33號2樓

信箱：ambtn@ambtn.org

印  
贈



ISBN-13: 978-986-97645-1-3



9 789869 764513