

世間所有我盡見
一切無有如佛者



天上天下無如佛
十方世界亦無比

(南無本師釋迦牟尼佛)
(印度菩提迦耶千佛塔內供之佛像)

目 錄

印造佛經佛像之十大利益	一	什麼是教	六九
普賢菩薩十大願	二	什麼是有	七九
印光大師念佛秘訣	三	什麼是善	八二
示看經(保寧勇禪師)	四	什麼是愛	一一七
靈巖山寺念誦儀規題辭文(印光大師)	五	什麼是富	一二五
弟子規	七	什麼是貴	一三三
三字經	二一	周朝為何能享國八百年	一三七
孝經	三八	孔門為何能綿延二千多年而家風不衰	一四二
幸福錦囊集			
編者序	五四	二、學習篇	
卷首語	五六	教孩子懂得學做仁人君子	一四二
一、明理篇		孩子不愛學習怎麼辦	一五六
什麼 is 道	五六	孩子沒有志向怎麼辦	一五八
什麼 is 德	六二	如何幫助子女立定人生志向	一六四
什麼 is 孝	六四	為何要讓孩子學習文言文	一六八
		教育子女應從哪裡下手	一七一

如何培植子女人生福基	一九〇	教孩子謹言慎行	二六七
如何親師合作教育子女	一九六	培養行住坐臥的威儀	二七一
夫妻如何配合教育子女	二〇〇	教孩子灑掃應對	二七六
孩子學很多才藝是利多還是弊多	二〇六	教孩子基本禮儀	二八九
什麼是正確的學習方法	二一〇	教孩子做家務	三〇八
補習班能訓練孩子讀書的態度和能力嗎	二一五	驕奢淫逸的習性會給孩子的人生造成什麼後果	三一三
老師如何因材施教	二一六	讓孩子懂得戒色	三一七
老師如何贏得學生的信任	二一七	居家教子切戒什麼	三一八
為什麼學生很難帶	二二二	培養孩子仁愛之心來處事待人接物	三二一
三、生活篇		讓孩子從小學會稱讚別人	三二八
培養孩子慎獨	二二八	勸諫長輩應注意什麼	三三〇
培養孩子的慈悲心	二三〇	四、問題篇	
教孩子謙卑禮敬	二四一	當孩子犯錯的時候該怎麼辦	三三九
教孩子懂得尊師重道	二四九	孩子常常忘東忘西怎麼辦	三四〇
孩子誠實守信	二五五	孩子懶惰怎麼辦	三四二

孩子撒謊怎麼辦	三四四	孩子講究吃穿怎麼辦	四二八
孩子自私怎麼辦	三五五	孩子粗心大意怎麼辦	四三四
孩子沒有禮貌怎麼辦	三五七	孩子做事馬虎怎麼辦	四三八
孩子頂撞父母怎麼辦	三六〇	孩子不珍惜時間怎麼辦	四四三
孩子迷戀電子遊戲怎麼辦	三六三	孩子容易發脾氣怎麼辦	四四九
孩子虛榮怎麼辦	三六九	孩子傲慢怎麼辦	四五三
孩子挑食怎麼辦	三八一	兄弟姐妹不和睦怎麼辦	四五七
孩子說話意思不清怎麼辦	三八二	結語	四五九
孩子不愛聽反面意見怎麼辦	三八六	補闕真言 懺悔偈 懺悔文	四六一
孩子不孝父母怎麼辦	三九四	三皈依 回向	四六二
孩子沒有感恩心怎麼辦	四〇〇	慈雲懺主晨朝十念法	四六三
孩子愛吃零食怎麼辦	四〇五	心經 大悲咒 十小咒	四六四
孩子愛睡懶覺怎麼辦	四一二	解毒咒 解冤咒	四七〇
孩子不講衛生怎麼辦	四一六	虛空藏菩薩咒 地藏菩薩滅定業真言	
孩子不愛整潔怎麼辦	四一八	金剛心陀羅尼	四七一
孩子性格急躁怎麼辦	四二五	天台智者大師觀心誦經法	四七二

印光大師開示	·····	四七四
印光大師 十念記數法	·····	四七五
淨戒十益 (月燈三昧經)	·····	四七六
尺牘 (信札) 規範	·····	四七七
妙音印經會宗旨		
預印經書 (102年4月)	·····	四七九

印造佛經佛像之十大利益

印光大師

- 一、從前所作種種罪過，輕者立即消滅，重者亦得轉輕。
- 二、常得吉神擁護，一切瘟疫、水火、寇盜、刀兵、牢獄之災，悉皆不受。
- 三、夙生怨對，咸蒙法益，而得解脫，永免尋仇報復之苦。
- 四、夜叉惡鬼，不能侵犯。毒蛇餓虎，不能為害。
- 五、心得安慰，日無險事，夜無惡夢，顏色光澤，氣力充盛，所作吉利。
- 六、至心奉法，雖無希求，自然衣食豐足，家庭和睦，福壽綿長。
- 七、所言所行，人天歡喜。任到何方，常為多眾傾誠愛戴，恭敬禮拜。
- 八、愚者轉智，病者轉健，困者轉亨，為婦女者，報謝之日，捷轉男身。
- 九、永離惡道，受生善道，相貌端正，天資超越，福祿殊勝。
- 十、能為一切眾生，種植善根。以眾生心，作大福田，獲無量勝果。所生之處，常得見聞佛法。直至三慧宏開，六通親證，速得成佛。

一

普賢菩薩十大願

- 一者禮敬諸佛
- 二者稱讚如來
- 三者廣修供養
- 四者懺悔業障
- 五者隨喜功德
- 六者請轉法輪
- 七者請佛住世
- 八者常隨佛學
- 九者恆順眾生
- 十者普皆迴向

印光大師 念佛秘訣

吾人心性	與佛同儔 _多	祇因迷背	輪迴不休
如來慈憫	隨機說法	普令含識	就路還家
法門雖多	其要唯二	曰禪與淨	了脫最易
禪唯自力	淨兼佛力	二法相校 _其	淨最契機
如人渡海	須仗舟船	速得到岸	身心坦然
末世眾生	唯此堪行	否則違機	勞而難成
發大菩提	生真信願	畢生堅持	唯佛是念
念極情忘	念即無念	禪教妙義	徹底顯現
待至臨終	蒙佛接引	直登上品	證無生忍
有一秘訣	剴切相告	竭誠盡敬	妙妙妙妙

示看經

宋·保寧勇禪師述

四

夫看經之法 後學須知 當淨三業·若三業無虧
則百福俱集·三業者 身口意也·一端身正坐 如
對尊顏 則身業淨也·二口無雜言 斷諸嬉笑 則口
業淨也·三意不散亂 屏息萬緣 則意業淨也·內心
既寂 外境俱捐 方契悟於真源·庶研窮於法理 可
謂水澄珠瑩 雲散月明 義海湧於胸襟 智嶽凝於耳
目 輒莫容易 實非小緣·心法雙忘 自他俱利 若
能如是 真報佛恩·

靈巖山寺念誦儀規題辭文

民國·印光大師述

一切佛經及闡揚佛法諸書（多） 無不令人趨吉避凶 改

過遷善·明三世之因果 識本具之佛性·出生死之苦海

生極樂之蓮邦·讀者必須生感恩心 作難遭想·淨手

潔案 主敬存誠 如面佛天 如臨師保 則無邊利益

自可親得·若肆無忌憚 任意褻瀆（工中） 及固執管見 妄生

毀謗 則罪過彌天 苦報無盡矣·奉勸世人 當遠罪求

益 離苦得樂也·

等分法海
⑫

弟子規
三字經
孝經

- ◎ 弟子規作者：清·李毓秀
- ◎ 三字經作者：宋·王應麟
- ◎ 孝經述者：孔子
曾參

弟子規

弟子規原名訓蒙文，為清朝康熙年間秀才李毓秀所作。其內容採用論語學而篇第六條：「弟子入則孝，出則弟^去」謹而信，汎愛眾，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。具體列舉出為人子弟在家、出外、待人接物、求學應有的禮儀與規範，特別講求家庭教育與生活教育。後經清朝賈存仁修訂改編，並改名為弟子規，是啓蒙養正，教育子弟敦倫盡份、閑邪存誠，養成忠厚家風的最佳讀物。

◎儔^去——同類之人或伴侶。

◎弟^去——通「悌」：善待兄弟的、和樂。

◎告^去——稟請、勸說◎溺^去——同「尿」字、小便◎稟^去——同「稟」字。

◎稜^去——物體的角◎五陰——五蘊：色、受、想、行、識。

◎八苦——生苦、老苦、病苦、死苦、求不得苦、怨憎會苦、五陰熾盛苦^註、愛別離苦。（第371頁）

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】

(●嘗—同「嚐」字)

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

夏則清

晨則省

昏則定

出必告イセウノコトヲ

反必面イセウノコトヲ

居有常イセウノコトヲ

業無變イセウノコトヲ

④ 事雖小コトトモニ

勿擅為コトトモニ

苟擅為コトトモニ

子道虧コトトモニ

物雖小モノトモニ

勿私藏モノトモニ

苟私藏モノトモニ

親心傷モノトモニ

⑤ 親所好コトトモニ

力為具コトトモニ

親所惡コトトモニ

謹為去コトトモニ

身有傷カラトモニ

貽親憂カラトモニ

德有傷カラトモニ

貽親羞カラトモニ

親愛我カラトモニ

孝何難カラトモニ

親憎我カラトモニ

孝方賢カラトモニ

⑥ 親有過カラトモニ

諫使更カラトモニ

怡吾色カラトモニ

柔吾聲カラトモニ

諫不入カラトモニ

悅復諫カラトモニ

號泣隨カラトモニ

撻無怨カラトモニ

⑦ 親有疾 クハ アハヒ

藥先嘗 ヤク イマヒ トラヒ

晝夜侍 シヤ セハ

不離床 チカヒ トラヒ

喪三年 サウ サンネン

常悲咽 トコト アハヒ

居處變 イキトコロ トラヒ

酒肉絕 サケニク トラヒ

喪盡禮 サウ ケンレイ

祭盡誠 サイ ケンテイ

事死者 コトシタマヒ

如事生 コトシタマヒ

【出則弟】

(◎註：闕クハ—門檻カド◎校マカ—同「稜」字)

⑧ 兄道友 ケイ トウトウ

弟道恭 テイ トウキョウ

兄弟睦 ケイテイ ムツ

孝在中 コウニナカ

財物輕 サイモノ ケイ

怨何生 ウラナニ

言語忍 ゴンゴ ニン

忿自泯 オンニ

⑨ 或飲食 カニシヤク

或坐走 カニカマ

長者先 チヤウシヤウ

幼者後 ユウシヤウ

長呼人 チヤウコヒト

即代叫 キツカヒ

人不在 ヒトニ

己即到 コトニ

⑩ 稱尊長

路遇長

騎下馬

⑪ 長者立

尊長前

進必趨

⑫ 事諸父

勿呼名

疾趨揖

乘下車

幼勿坐

聲要低

退必遲

如事父

對尊長

長無言

過猶待

長者坐

低不聞

問起對

事諸兄

勿見能

退恭立

百步餘

命乃坐

卻非宜

視勿移

如事兄

【謹】

（◎註：跛倚—偏倚◎髀—膝以上的大腿骨）

弟子規

一一

13 朝起早

夜眠遲

老易至

惜此時

晨必盥

兼漱口

便溺回註

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

勿踐闕マハクハ
勿跛倚マハクヒ
勿箕踞マハクヒ
勿搖髀マハクヒ

17 緩揭簾マハクハ
勿有聲マハクヒ
寬轉彎マハクヒ
勿觸稜マハクヒ

執虛器マハクヒ
如執盈マハクヒ
入虛室マハクヒ
如有人マハクヒ

事勿忙マハクヒ
忙多錯マハクヒ
勿畏難マハクヒ
勿輕略マハクヒ

門鬧場マハクヒ
絕勿近マハクヒ
邪僻事マハクヒ
絕勿問マハクヒ

18 將入門マハクヒ
問孰存マハクヒ
將上堂マハクヒ
聲必揚マハクヒ

人問誰マハクヒ
對以名マハクヒ
吾與我マハクヒ
不分明マハクヒ

用人物マハクヒ
須明求マハクヒ
倘不問マハクヒ
即為偷マハクヒ

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

24

無心非

名為錯

有心非

名為惡

聞譽恐

聞過欣

直諒士

漸相親

23

聞過怒

聞譽樂

損友來

益友卻

若衣服

若飲食

不如人

勿生感

22

唯德學

唯才藝

不如人

當自礪

見人惡

即內省

有則改

無加警

21

見人善

即思齊

縱去遠

以漸躋

彼說長

此說短

不關己

莫閒管

弟子規

一五

過能改 歸於無 倘揜飾註 增一辜

【沉愛眾】
(揜—同「掩」字)

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 勿事攬 人不安 勿話擾

28 人有短

道人善

揚人惡

善相勸

29 凡取與

將加人

恩欲報

30 待婢僕

切莫揭

即是善

即是惡

德皆建

貴分曉

先問己

怨欲忘

身貴端

人有私

人知之

疾之甚

過不規

與宜多

己不欲

報怨短

雖貴端

切莫說

愈思勉

禍且作

道兩虧

取宜少

即速已

報恩長

慈而寬

弟子規

一七

勢服人ハシヤク

心不然ココロニシヤク

理服人コトニシヤク

方無言カタクハシ

【親仁】

31 同是人トウニシヤク

類不齊ルイニシヤク

流俗眾ルウヤクシュウ

仁者希ニシヤクニシヤク

果仁者ケツニシヤク

人多畏タニシヤク

言不諱コトニシヤク

色不媚シキニシヤク

能親仁ニシヤク

無限好ムゲンコトニシヤク

德日進トクニシヤク

過日少カヒニシヤク

不親仁ニシヤク

無限害ムゲンガイ

小人進コトニシヤク

百事壞ヒトニシヤク

【餘力學文】

32 不力行ニシヤク

但學文タニシヤク

長浮華チヤウフキヤ

成何人ニシヤク

列典籍 <small>カセキノヒ</small>	墨磨偏 <small>スミノヒ</small>	34 房室清 <small>フシヨク</small>	心有疑 <small>ココロニウタガハシ</small>	寬為限 <small>ヒロクニシマヘ</small>	方讀此 <small>カタラシク</small>	33 讀書法 <small>カクシヨフホウ</small>	但力行 <small>タカクニシユ</small>
有定處 <small>ウチニカケル</small>	心不端 <small>ココロニウツク</small>	牆壁淨 <small>カキヲシユ</small>	隨札記 <small>ツヅクニシ</small>	緊用功 <small>ヒツクニシユ</small>	勿慕彼 <small>ウタガハス</small>	有三到 <small>ウチニカケル</small>	不學文 <small>シユナクシ</small>
讀看畢 <small>カクミ</small>	字不敬 <small>ジヲウツク</small>	几案潔 <small>シノモノヲシユ</small>	就人問 <small>ヒトニウタガハス</small>	工夫到 <small>ヒツクニシユ</small>	此未終 <small>ココロニウツク</small>	心眼口 <small>ココロヲシユ</small>	任己見 <small>ヒツクニシユ</small>
還原處 <small>カクミ</small>	心先病 <small>ココロニウツク</small>	筆硯正 <small>ヒツヲシユ</small>	求確義 <small>ヒツクニシユ</small>	滯塞通 <small>ヒツクニシユ</small>	彼勿起 <small>ウタガハス</small>	信皆要 <small>ヒツクニシユ</small>	昧理真 <small>ヒツクニシユ</small>

雖有急スレハ

卷束齊スレハ

有缺壞スレハ

就補之スレハ

非聖書スレハ

屏勿視スレハ

蔽聰明スレハ

壞心志スレハ

勿自暴スレハ

勿自棄スレハ

聖與賢スレハ

可馴致スレハ

【弟子規 終】

參考資料

弟子規簡說：明倫出版社。

中文大辭典：中國文化大學出版部。

正中形音義綜合大字典：正中書局。

辭海：臺灣中華書局。

三字經

三字經是宋朝王應麟（字伯厚）先生所作，內容大都採用韻文，三字一句，四句一組，像一首詩一樣，背誦起來，如唱兒歌，用來教育子女琅琅上口十分有趣^註又能啓迪心智。時人覺得本書內容很好，紛紛翻印，因此廣為流傳，歷久不衰，直至今日，內容雖有修改或增加，但主要結構並未改變，是一本難得的啓蒙讀本。

◎琅——珍貴華美的、佩玉聲。

◎齊衰——喪服名，是縫紉的麻衣。（第27頁）

三字經

三字經

玉不琢	子不學	養不教	寶燕山	昔孟母	苟不教	人之初
不成器	非所宜	父之過	有義方	擇鄰處	性乃遷	性本善
人不學	幼不學	教不嚴	教五子	子不學	教之道	性相近
不知義	老何為	師之惰	名俱揚	斷機杼	貴以專	習相遠

二二

曰春夏	三綱者	三才者	一而十	首孝弟	融四歲	香九齡	為人子
曰秋冬	君臣義	天地人	十而百	次見聞	能讓梨	能溫席	方少時
此四時	父子親	三光者	百而千	知某數	弟於長	孝於親	親師友
運不窮	夫婦順	日月星	千而萬	識某文	宜先知	所當執	習禮儀

三字經

二三

曰士農	曰岱華	曰江河	赤道下	曰黃道	十干者	曰水火	曰南北
曰工商	嵩恆衡	曰淮濟	溫暖極	日所躔	甲至癸	木金土	曰西東
此四民	此五嶽	此四瀆	我中華	曰赤道	十二支	此五行	此四方
國之良	山之名	水之紀	在東北	當中權	子至亥	本乎數	應乎中

酸 <small>スウ</small> 苦 <small>ク</small> 甘 <small>カン</small>	青 <small>セイ</small> 赤 <small>セキ</small> 黃 <small>ワウ</small>	曰 <small>ヒト</small> 喜 <small>キ</small> 怒 <small>ド</small>	馬 <small>バ</small> 牛 <small>ウ</small> 羊 <small>ヤウ</small>	稻 <small>ダウ</small> 梁 <small>リヤウ</small> 菽 <small>シク</small>	有 <small>ユウ</small> 蟲 <small>チュウ</small> 魚 <small>イシ</small>	地 <small>チ</small> 所 <small>ショ</small> 生 <small>セイ</small>	曰 <small>ヒト</small> 仁 <small>ニ</small> 義 <small>ギ</small>
及 <small>キ</small> 辛 <small>シン</small> 鹹 <small>ケン</small>	及 <small>キ</small> 黑 <small>クワク</small> 白 <small>ハク</small>	曰 <small>ヒト</small> 哀 <small>アイ</small> 懼 <small>ク</small>	雞 <small>キ</small> 犬 <small>ケン</small> 豕 <small>シ</small>	麥 <small>マク</small> 黍 <small>シュ</small> 稷 <small>シク</small>	有 <small>ユウ</small> 鳥 <small>チュウ</small> 獸 <small>ジュウ</small>	有 <small>ユウ</small> 草 <small>ソウ</small> 木 <small>モク</small>	禮 <small>レイ</small> 智 <small>チ</small> 信 <small>シン</small>
此 <small>コノ</small> 五 <small>イ</small> 味 <small>ミ</small>	此 <small>コノ</small> 五 <small>イ</small> 色 <small>シキ</small>	愛 <small>アイ</small> 惡 <small>アク</small> 欲 <small>ヨク</small>	此 <small>コノ</small> 六 <small>ロク</small> 畜 <small>シヨク</small>	此 <small>コノ</small> 六 <small>ロク</small> 穀 <small>コク</small>	此 <small>コノ</small> 動 <small>ドウ</small> 物 <small>モノ</small>	此 <small>コノ</small> 植 <small>シツ</small> 物 <small>モノ</small>	此 <small>コノ</small> 五 <small>イ</small> 常 <small>ジョウ</small>
口 <small>コノ</small> 所 <small>ショ</small> 含 <small>カン</small>	目 <small>メ</small> 所 <small>ショ</small> 識 <small>シキ</small>	七 <small>シチ</small> 情 <small>ジョウ</small> 具 <small>ク</small>	人 <small>ヒト</small> 所 <small>ショ</small> 飼 <small>シ</small>	人 <small>ヒト</small> 所 <small>ショ</small> 食 <small>シ</small>	能 <small>ノウ</small> 飛 <small>ヒ</small> 走 <small>ソウ</small>	徧 <small>ヘン</small> 水 <small>スイ</small> 陸 <small>リク</small>	不 <small>フ</small> 容 <small>ヨウ</small> 紊 <small>ソ</small>

三字經

二五

此 <small>チ</small> 十 <small>シ</small> 義 <small>ギ</small>	長 <small>チヤウ</small> 幼 <small>ユウ</small> 序 <small>シ</small>	父 <small>フ</small> 子 <small>シ</small> 恩 <small>オン</small>	自 <small>ジ</small> 子 <small>シ</small> 孫 <small>ソン</small>	高 <small>カウ</small> 曾 <small>セン</small> 祖 <small>ゾ</small>	曰 <small>ヒト</small> 平 <small>ヘイ</small> 上 <small>シヤウ</small>	匏 <small>パウ</small> 土 <small>ト</small> 革 <small>カク</small>	羶 <small>ヤウ</small> 焦 <small>チヤウ</small> 香 <small>キヤウ</small>
人 <small>ニン</small> 所 <small>ショ</small> 同 <small>トウ</small>	友 <small>ユウ</small> 與 <small>ユ</small> 朋 <small>ヘイ</small>	夫 <small>フ</small> 婦 <small>フ</small> 從 <small>テイ</small>	至 <small>シ</small> 玄 <small>ヘン</small> 曾 <small>セン</small>	父 <small>フ</small> 而 <small>ニ</small> 身 <small>シ</small>	曰 <small>ヒト</small> 去 <small>キョ</small> 入 <small>ニツ</small>	木 <small>モク</small> 石 <small>シヤク</small> 金 <small>キン</small>	及 <small>キ</small> 腥 <small>シヤウ</small> 朽 <small>キウ</small>
當 <small>チヤウ</small> 順 <small>ジュン</small> 敘 <small>シ</small>	君 <small>キョウ</small> 則 <small>ニ</small> 敬 <small>キヤウ</small>	兄 <small>キヤウ</small> 則 <small>ニ</small> 友 <small>ユ</small>	乃 <small>ノウ</small> 九 <small>キウ</small> 族 <small>ツク</small>	身 <small>シ</small> 而 <small>ニ</small> 子 <small>シ</small>	此 <small>チ</small> 四 <small>シ</small> 聲 <small>シヤウ</small>	絲 <small>シ</small> 與 <small>ユ</small> 竹 <small>チキ</small>	此 <small>チ</small> 五 <small>ウ</small> 臭 <small>シウ</small>
勿 <small>ム</small> 違 <small>テイ</small> 背 <small>ハイ</small>	臣 <small>チン</small> 則 <small>ニ</small> 忠 <small>チュウ</small>	弟 <small>テイ</small> 則 <small>ニ</small> 恭 <small>キヤウ</small>	人 <small>ニン</small> 之 <small>ノ</small> 倫 <small>リン</small>	子 <small>シ</small> 而 <small>ニ</small> 孫 <small>ソン</small>	宜 <small>イ</small> 調 <small>チウ</small> 協 <small>キヤウ</small>	乃 <small>ノウ</small> 八 <small>ハチ</small> 音 <small>イン</small>	鼻 <small>ビ</small> 所 <small>ショ</small> 嗅 <small>キウ</small>

論語者 <small>カクハカキ</small>	為學者 <small>カクハカキ</small>	凡訓蒙 <small>カクハカキ</small>	若廣學 <small>カクハカキ</small>	有古文 <small>カクハカキ</small>	惟書學 <small>カクハカキ</small>	禮樂射 <small>カクハカキ</small>	斬齊衰 <small>カクハカキ</small> 註
二十篇 <small>カクハカキ</small>	必有初 <small>カクハカキ</small>	須講究 <small>カクハカキ</small>	懼其繁 <small>カクハカキ</small>	大小篆 <small>カクハカキ</small>	人共遵 <small>カクハカキ</small>	御書數 <small>カクハカキ</small>	大小功 <small>カクハカキ</small>
群弟子 <small>カクハカキ</small>	小學終 <small>カクハカキ</small>	詳訓話 <small>カクハカキ</small>	但略說 <small>カクハカキ</small>	隸草繼 <small>カクハカキ</small>	既識字 <small>カクハカキ</small>	古六藝 <small>カクハカキ</small>	至總麻 <small>カクハカキ</small>
記善言 <small>カクハカキ</small>	至四書 <small>カクハカキ</small>	明句讀 <small>カクハカキ</small>	能知原 <small>カクハカキ</small>	不可亂 <small>カクハカキ</small>	講說文 <small>カクハカキ</small>	今不具 <small>カクハカキ</small>	五服終 <small>カクハカキ</small> 註

三字經

二七

我周公	有典謨	有連山	詩書易	孝經通	作大學	作中庸	孟子者
作周禮	有訓誥	有歸藏	禮春秋	四書熟	乃曾子	子思筆	七篇止
著六官	有誓命	有周易	號六經	如六經	自修齊	中不偏	講道德
存治體	書之奧	三易詳	當講求	始可讀	至平治	庸不易	說仁義

自義農	經子通	五子者	經既明	三傳者	詩既亡	曰國風	大小戴
至黃帝	讀諸史	有荀揚	方讀子	有公羊	春秋作	曰雅頌	註禮記
號三皇	考世系	文中子	撮其要	有左氏	寓褒貶	號四詩	述聖言
居上世	知終始	及老莊	記其事	有穀梁	別善惡	當諷詠	禮樂備

三字經

嬴秦氏	始春秋	周轍東	周武王	湯伐夏	夏傳子	夏有禹	唐有虞
始兼併	終戰國	王綱墜	始誅紂	國號商	家天下	商有湯	號二帝
傳二世	五霸強	逞干戈	八百載	六百載	四百載	周文武	相揖遜
楚漢爭	七雄出	尚游說	最長久	至紂亡	遷夏社	稱三王	稱盛世

二十傳	唐高祖	迨至隋	北元魏	宋齊繼	魏蜀吳	光武興	高祖興
三百載	起義師	一土宇	分東西	梁陳承	爭漢鼎	為東漢	漢業建
梁滅之	除隋亂	不再傳	宇文周	為南朝	號三國	四百年	至孝平
國乃改	創國基	失統緒	與高齊	都金陵	迄兩晉	終於獻	王莽篡

三字經

三一

清世祖	闖禍後	迨成祖	太祖興	輿圖廣	遼與金	炎宋興	梁唐晉
膺景命	寇如林	遷燕京	國大明	超前代	皆稱帝	受周禪	及漢周
靖四方	李闖出	十六世	號洪武	九十年	元滅金	十八傳	稱五代
克大定	神器終	至崇禎	都金陵	國祚廢	絕宋世	南北混	皆有由

三字經

三二

讀史者	後漢三	史雖繁	古今史	革命興	同光後	道咸間	由康雍
考實錄	國志四	讀有次	全在茲	廢帝制	宣統弱	變亂起	歷乾嘉
通古今	兼證經	史記一	載治亂	立憲法	傳九帝	始英法	民安富
若親目	參通鑑	漢書二	知興衰	建民國	滿清歿	擾都鄙	治績誇

三字經

三三

蘇老泉	如負薪	如囊螢	頭懸梁	披蒲編	趙中令	昔仲尼	口而誦
二十七	如掛角	如映雪	錐刺股	削竹簡	讀魯論	師項橐	心而惟
始發憤	身雖勞	家雖貧	彼不教	彼無書	彼既仕	古聖賢	朝於斯
讀書籍	猶苦卓	學不輟	自勤苦	且知勉	學且勤	尚勤學	夕於斯

唐劉晏 トウリウイン	彼女子 カノコノメ	蔡文姬 サイモンキ	彼穎悟 カノエトク	瑩八歲 エイハツサイ	彼既成 カノヒトナリ	若梁灑 ニホカミ	彼既老 カノヒトコトシ
方七歲 ハタチシサイ	且聰敏 カミヤカシク	能辨琴 カノトコトシ	人稱奇 ヒトノイハシ	能詠詩 カノウタヲ	眾稱異 ヒトノイハシ	八十二 ハチジウニ	猶悔遲 カミヤカシク
舉神童 カノカミヤカシク	爾男子 カノコノメ	謝道韞 サイダウケン	爾幼學 カノコトシ	泌七歲 ヒシチサイ	爾小生 カノコトシ	對大廷 カノオホノサマ	爾小生 カノコトシ
作正字 カノカミヤカシク	當自警 カノカミヤカシク	能詠吟 カノウタヲ	當效之 カノカミヤカシク	能賦碁 カノウタヲ	宜立志 カノカミヤカシク	魁多士 カノカミヤカシク	宜早思 カノカミヤカシク

三字經

三五

彼雖幼

身已仕

爾幼學

勉而致

犬守夜

雞司晨

苟不學

曷為人

蠶吐絲

蜂釀蜜

人不學

不如物

幼而學

壯而行

上致君

下澤民

揚名聲

顯父母

光於前

裕於後

人遺子

金滿贏註

我教子

惟一經

勤有功

戲無益

戒之哉

宜勉力

【三字經

終】

(◎贏—容三、四斗的竹器)

◎魯論^文——論語◎五服——斬衰^支、齊衰^{中支}、大功、小功、緦麻。

參考資料

三字經：張宗翰註譯，文國書局。

三字經簡說：明倫出版社。

新譯三字經：黃沛榮注譯，三民書局。

三字經課誦本：世峰出版社。

中文大辭典：中國文化大學出版部。

正中形音義綜合大字典：正中書局。

辭海：台灣中華書局。

孝經

孝經是孔子與弟子曾參以問答方式闡述孝道及孝治意義的一本經書。孝經共分十八章，將社會上各個階層的人士，上自國家元首，下至平民百姓，分為五個層級，就各人的地位與職業，標示其實踐孝道的法則與途徑。更廣而推之，闡述上位者應以孝道治理天下，方能使萬民心悅誠服。可見，「孝」是立身行道的根本，也是治理天下的大經大法。欲齊家、治國、平天下，須賴孝經明教化。這是自古以來，讀書人必讀的一本書，所以被列為十三經之一。

【開宗明義章 第一】

仲尼居 曾子侍 子曰：先王有至德要道 以順天下 民

用和睦 上下無怨 汝知之乎？曾子避席曰：參不敏 何足以

知之？子曰：夫孝 德之本也 教之所由生也 復坐 吾語汝

· 身體髮膚 受之父母 不敢毀傷 孝之始也 立身行道 揚

名於後世 以顯父母 孝之終也 夫孝 始於事親 中於事君

終於立身 大雅云：無念爾祖 聿脩厥德 。

【天子章 第二】

子曰：愛親者，不敢惡於人；敬親者，不敢慢於人。愛敬盡於事親，而德教加於百姓，刑于四海，蓋天子之孝也。甫刑云：一人有慶，兆民賴之。

【諸侯章 第三】

（◎註：稷—通「稷」字）

在上不驕，高而不危；制節謹度，滿而不溢。高而不危，所以長守貴也。滿而不溢，所以長守富也。富貴不離其身，然後能保其社稷，而和其民人。蓋諸侯之孝也。詩云：戰戰兢兢，如臨深淵，如履薄冰。

如臨深淵

如履薄冰

（◎註：稷—唐玄宗注之版本為「稷」）

【卿大夫章 第四】

（◎稷—性不黏的黍◎社稷—國家）

非先王之法服 不敢服；非先王之法言 不敢道；非先王

之德行 不敢行。是故 非法不言 非道不行。口無擇言 身

無擇行 言滿天下無口過 行滿天下無怨惡。三者備矣 然後

能守其宗廟 蓋卿大夫之孝也。詩云：夙夜匪懈 以事一人。

（◎註：稷—堯臣能播五穀，有功於民，祀之）

【士章 第五】

資於事父以事母而愛同 資於事父以事君而敬同。故母取

其愛シテ 而君取其敬ルニ 兼之者父也ト云。故以孝事君則忠ト云 以敬事長ト云
 則順ト云。忠順不失ト云 以事其上ト云 然後能保其祿位ト云 而守其祭祀ト云
 蓋士之孝也ト云。詩云：夙興夜寐ト云 無忝爾所生ト云。

【庶人章 第六】

用天之道ト云 分地之利ト云 謹身節用ト云 以養父母ト云 此庶人之孝ト云
 也ト云。故自天子至於庶人ト云 孝無終始ト云 而患不及者ト云 未之有也ト云。

【三才章 第七】

（◎註：三才—天、地、人）

曾子曰：甚哉ト云 孝之大也ト云。子曰：夫孝ト云 天之經也ト云 地之

義也 民之行也。天地之經而民是則之。則天之明 因地之利
 以順天下。是以其教不肅而成 其政不嚴而治。先王見教之
 可以化民也 是故先之以博愛 而民莫遺其親；陳之以德義
 而民興行；先之以敬讓 而民不爭；導之以禮樂 而民和睦；
 示之以好惡 而民知禁。詩云：赫赫師尹 民具爾瞻。

【孝治章 第八】（◎註：權一同「歡」字）

子曰：昔者明王之以孝治天下也 不敢遺小國之臣 而況
 於公侯伯子男乎？故得萬國之歡心 以事其先王。治

國者 不敢侮於鰥寡 而況於士民乎？故得百姓之歡心 以事
 其先君・治家者 不敢失於臣妾 而況於妻子乎？故得人之歡
 心 以事其親・夫然 故生則親安之 祭則鬼享之・是以天下
 和平 災害不生 禍亂不作 故明王之以孝治天下也如此・詩
 云：有覺德行 四國順之 註：鰥一年老無妻

【聖治章 第九】

（◎註：四國—四方各國）

曾子曰：敢問聖人之德 無以加於孝乎？子曰：天地之性
 人為貴・人之行 莫大於孝 孝莫大於嚴父 嚴父莫大於配

天則周公其人也。昔者周公郊祀后稷以配天，宗祀文王於
 明堂，以配上帝。是以四海之內，各以其職來祭。夫聖人之德
 又何以加於孝乎？故親生之膝下，以養父母日嚴。聖人因嚴
 以孝敬，因親以教愛。聖人之教，不肅而成，其政不嚴而治。
 其所因者本也。父子之道，天性也。君臣之義也。父母生之，
 續莫大焉。君親臨之，厚莫重焉。故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。以順則逆，民無則
 焉。不在於善，而皆在於凶德，雖得之，君子不貴也。君子則

不レ然ル 言思可道 行思可樂 德義可尊 作事可法 容止可觀
 進退可度 以臨其民 是以其民畏而愛之 則而象之 故能
 成其德教 而行其政令 詩云：淑人君子 其儀不忒

【紀孝行章 第十】

子曰：孝子之事親也 居則致其敬 養則致其樂 病則致
 其憂 喪則致其哀 祭則致其嚴 五者備矣 然後能事親 事
 親者 居上不驕 為下不亂 在醜不爭 居上而驕則亡 為下
 而亂則刑 在醜而爭則兵 三者不除 雖日用三牲之養 猶為

不孝也。

【五刑章 第十一】（◎註：要—懇求、強迫、截留）

子曰：五刑之屬三千，而罪莫大於不孝。要君者無上，非
聖人者無法，非孝者無親。此大亂之道也。

【廣要道章 第十二】

子曰：教民親愛，莫善於孝；教民禮順，莫善於悌；移風
易俗，莫善於樂；安上治民，莫善於禮。禮者，敬而已矣。故
敬其父則子悅，敬其兄則弟悅，敬其君則臣悅，敬一人而千萬

人悦・所敬者寡而悦者眾 此之謂要道也・

【廣至德章 第十三】 (◎註：愷悌—和樂)

子曰：君子之教以孝也 非家至而日見之也・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・詩云：愷悌君子^註 民之父

母・非至德 其孰能順民如此其大者乎？

【廣揚名章 第十四】

子曰：君子之事親孝 故忠可移於君；事兄悌 故順可移

於長；居家理。故治可移於官。是以行成於內，而名立於後世矣。

【諫諍章 第十五】

曾子曰：若夫慈愛、恭敬、安親、揚名，則聞命矣。敢問：子從父之令，可謂孝乎？子曰：是何言與！是何言與！昔者天子有爭臣七人，雖無道，不失其天下；諸侯有爭臣五人，雖無道，不失其國；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

則子不可以不爭於父 臣不可以不爭於君 故當不義 則爭
 之 從父之令 又焉得為孝乎？

【感應章 第十六】（◎註：衾—大被、殮屍用的被）

子曰：昔者 明王事父孝 故事天明；事母孝 故事地察；
 長幼順 故上下治。天地明察 神明彰矣。故雖天子 必有
 尊也 言有父也；必有先也 言有兄也。宗廟致敬 不忘親也。
 脩身慎行 恐辱先也。宗廟致敬 鬼神著矣。孝悌之至 通
 於神明 光于四海 無所不通。詩云：自西自東 自南自北

無思不服。 (◎註：簋簠——古時盛稻粱之祭器，分有蓋、無蓋)

【事君章 第十七】 (◎註：簠——方的 ● 簋——圓的)

子曰：君子之事上也。進思盡忠，退思補過，將順其美。

匡救其惡，故上下能相親也。詩云：心乎愛矣，遐不謂矣。中

心藏之，何日忘之。 (◎擗踊——雙親往生，子女拍胸、腳頓地之悲痛)

【喪親章 第十八】 (◎註：偯——哭的餘聲 ● 文——遮蓋)

子曰：孝子之喪親也，哭不偯，禮無容，言不文，服美不

安，聞樂不樂，食旨不甘，此哀戚之情也。三日而食，教民無

以死傷生 毀不滅性 此聖人之政也。喪不過三年 示民有終

也。為之棺槨註衣衾註而舉之 陳其簠簋而哀感之註擗踊哭泣

註哀以送之 卜其宅兆 而安措之 為之宗廟 以鬼享之 春

秋祭祀 以時思之。生事愛敬 死事哀感 生民之本盡矣 死

生之義備矣 孝子之事親終矣。(●槨—同「椁」字)

【孝經 終】(●註：槨—唐玄宗注之版本為「椁」●槨—葬之時，加

在棺木外的一層木頭或石磚)

參考資料：

孝經：唐玄宗注，藝文印書館影印本，1971。辭海：臺灣中華書局。

等分法海
⑫

幸
福
錦
囊
集

述者：民國·蔡禮旭
整理：華藏講記組

編者 序

營造幸福人生，構建和諧社會^{（註）}，是每一個國家，每一個族群，每一個家庭，乃至每一個世人，所致力謀求的理想境界，然往往事與願違。尤其是在當今社會，西風日盛，功利熾然，誠信脆薄，道德淪喪，以致災禍頻繁，世局混亂，家庭不和，人心惶惑無依。究其根源，實由廢棄聖賢教育，無有智慧，不明因果報應^{（註）}之理，不能敦倫盡分所致。

所謂是「人不學，不知道」，故禮記·學記曰：「建國君民，教學為先。」而教學首重德行的教育，弟子規便是落實德行教育，做人根本的理想教材，也是入佛道之基礎，成聖作賢之根本。

蔡禮旭老師講於香港、台南、澳洲共一百二十次之「幸福人生講座」的講演，生動活潑地闡述了五倫大道、弟子規的要理經義，並以自己求學、從教的親身經歷，風趣幽默地演示了遵循五倫大道、實踐落實弟子規，對於淨化社會人心、實現人與人、人與天地自然和諧相處的真實利益，深受四眾同參及社會大眾的喜愛^{（註）}印證了「道不遠人，人自遠」的真理，誠為濟世病之良藥，化濁世之清風，明人心之慧日，確乃幸福人生必

聽的一堂課。(◎註：同參—道友、法友◎同修—夫妻的對稱)

鑒於此，華藏講記組同參發心聆聽摘要，分類彙編成「受用一生的聖賢大智慧」系列叢書，有小故事大智慧、幸福錦囊集、培養孩子好習慣的方法、健康與環保的新飲食、人生不能等待的兩件事、禮貌待人的重要性、人生追求的快樂聰明健康致富、說話的藝術、教育始從落實弟子規等共九冊，至誠供養有緣同參大眾，冀解社會、家庭、個人各個不同之迷惑障難。

至要莫如教子。如何能令孩子身心健康成長，是天下父母普皆憂慮操心之事。當發現孩子沒有志向、不愛學習、自私虛榮、沒有禮貌……，您可知原因何在？又該如何糾正？相信幸福錦囊集一書，能令您洞明問題癥結所在；而其中的錦囊妙計，希望對您導正孩子的人生之路，帶來一定的啓迪和幫助。書中若有內容彙整不當、或文字訛誤之處，祈望同參大德慈悲賜教指正。

華藏講記組 二〇一〇年八月
◎威儀三千—比丘250戒，配以行住坐臥四威儀，合為一千戒，循環三世（一說三聚淨戒）〔第148頁〕

幸福錦囊集

【卷首語】

（◎註：和煦——溫暖的）

在大力提倡物質文明的今天，古老的傳統文化並不意味著時過境遷，因為智慧、真理是永恆的。傳統文化歷久彌新，超越時空，日日常新。古老的聖賢教育，就像和煦明媚的陽光^ㄊ普照寰宇，不僅賦予人類生命，而且給人類帶來光明希望，帶來幸福美滿。

【一、明理篇】

◎什麼是道

超越時空的大自然運行法則 謂之道

大自然中的萬物都有它遵循的正道，人也是萬物之一，自然也有遵循的正道。我們知道太空中的星球，其運轉都是遵循著固定的軌跡和規律，這就是自然之道，而自然之道是必須要遵守的。如果八大行星中的海王星說：「我不想如是運轉了，我只要運轉九十度。」可能某一天新聞就會報導：兩顆行星相撞了。所以，星球運轉有其正道，人與人的相處也是有正道可依循的，這就是倫常大道。

五倫大道是自然法則

五倫是「君臣、父子、夫婦、兄弟、朋友」，稱之為倫常大道。五倫能實行的相當正常時，五倫之間就沒有衝突，會和睦相處，這是人類遵循了自然的法則。而當五倫關係未遵從大自然的法則與聖賢的教誨時，五倫關係就會起衝突，產生磨擦。現前社會的五倫關係運轉得如何？我們看到夫妻有衝突，父子有衝突，而且不是小衝突，父殺子、子殺父的事件，時有見聞。君臣關係又如何？現在也岌岌可危，有些地方發生員工把公司包圍起來的事件。試問包圍公司，他們是否得到好處？現代人自己想怎樣做就怎樣做，到最後都是兩敗俱傷。這是行事缺乏理智，缺乏聖賢教育。

現在的兄弟關係處得好不好？父母死了都還沒有入土為安，兄弟們就為了財產在爭吵。朋友之間也缺乏道義、信任，使得現代人的內心不安。現在五倫關係確實是已經偏離了正確的軌道，所以大家要齊心協力，盡快將五倫大道扭轉回到正道上，否則偏離愈久就愈難挽回。一旦不能挽回，世界就會動亂不安，人類就會互相殘殺。

夫婦是五倫大道的根本

五倫關係中哪一倫最重要？夫婦關係。一個家庭就好像一個社會的細胞，一個社會就好像一個器官，如果每個家庭都健康，則社會就健康。很多人說父子關係最重要，但沒有夫婦豈有父子，沒有父母何以會有孩子？所以，這個順序應當是先有夫婦，而後才有父子。

夫妻相處和樂，家庭的氣氛就好，孩子在這種和樂、充滿愛的家庭成長，人格會得到健全的發展。反之，父母時常打鬧互罵，孩子從小生活在這樣的環境中，內心充滿恐懼，會覺得自己失去了父母的關愛。這種情緒一起來，內心就會覺得很空虛，沒有安全感，所以抓到東西就想控制、佔有。這樣的心態一旦形成，他的一生會很痛苦。

很多在吵鬧的家庭裡長大的孩子，都想早點離開家庭，早婚早嫁。嫁出去之後，問題有沒有解決？沒有，反而更苦惱，因為她沒有具備判斷對象的能力，只想到離開家就能幸福。她從這個家離開，又進入了另一個家庭，在這期間她沒有具備如何當好太太、好媽媽、好媳婦的經驗，因此，很可能下一步走得更加艱苦。所以，夫婦關係相處得好，對孩子一生人格的成長非常重要。

現前離婚率特別高，很多家庭已經處在不健全的狀態。在此之下能否把孩子教好，這是值得我們去面對的人生情境。人生就如一盤棋，這一盤棋不好走，若你每走一步都能運籌得聲有色，這才顯示出真實功夫。人生不要怕跌倒，只要肯站起來，孩子就會看到父母的誠心、勇氣，自然對父母產生敬意。

我有幾位很優秀的同學，從小他們的父母就離異了，都是母親帶大的。他們的母親不僅要工作，供養他們全部的學習所需，還要陪伴他們成長，因此，他們從小對母親充滿感謝。我這幾位同學的工作穩定之後，都請求母親退休，讓他們來奉養。所以，人生不怕跌倒，重要的是要勇敢站起來邁向前去，一定可以把人生的劣勢轉變成為一條圓滿的康莊大道。我們認知夫婦關係的重要之後，就可以理解在和諧家庭中成長的孩子，不但親子關係特別融洽，而且對孩子的德行和學問也會紮下深厚的根基，這樣的孩子前途無量！

記得我跟父親相處的時候，有很多美好的回憶。我的父親很嚴肅，但是從他對子女的付出，子女也能感覺到父親的愛護。中國父母對於兒女的

愛護，絕對不是抱一抱說「我好愛你」，而是在生活的點點滴滴中去關懷、幫助兒女。

我父親有時晚上會帶我到外面逛一逛，他騎摩托車載著我，那時我覺得自己是非常幸福的人。我抱著父親，可以感受到他的體溫，而那個溫度也讓我的心很暖和。父親雖然威嚴，但是也會讓孩子感受到他的關心。

我建議男性朋友，陪孩子不一定每天要陪一、兩個小時，只要有心，每天十分鐘就好。每天花十分鐘為孩子講八德故事，就是請出聖賢人來教導孩子。每天不間斷地講故事給孩子聽，陪伴孩子，孩子可以很直接感覺到父母的關愛。關愛孩子，最重要的是要有心做，父子之間會更加相親，而孩子對父母也會有感恩之心。當孩子進入社會之後，只要遇到肯提拔他的長者，他的感恩心就會油然而生。古代有一句名言：「忠臣出於孝子之門」，這是有甚深道理的。

身體力行，才是道德之人（◎註：圳ㄓㄨㄣˋ——又讀「ㄓㄨㄣˋ」音）

我到深圳講課時，有一個以讀誦經典為主的幼兒園，他們的老師請我給小朋友講一堂課，我選講弟子規。一進到教室，我就跟小朋友們說：

「來，今天老師給你們上弟子規。」所有的學生立刻異口同聲：「老師！我們學過了，也都會背了。」學習的態度至關重要，小孩才六歲，對學問已經輕視了，以為會背就是會了。我接著跟小朋友說，中國字充滿智慧，全世界的文字只有中國字能把人生的哲學、智慧顯露出來。我們看這個「道」字，我們讀誦經典就是要當一個有道德之人。這個字的右邊是一個「首」，左邊是一個「辵」部，這個「辵」代表要實踐；「前進」的進有「辵」部，就是代表要力行。所以，有道德之人首先要能力行，能做到才是真正有道德的人。

「諸位小朋友，弟子規的哪一句話，你做到了？」本來孩子們的頭都抬得很高，一聽到這句話，馬上頭低下來了。弟子規第一句話是「父母呼，應勿緩」，做到了沒有？沒做到！現在的孩子七、八歲就很會跟父母頂嘴。我的朋友說：「哪要等七、八歲！四、五歲就很厲害了。」

第一句就沒做到，孩子求學的態度一開始就沒有回到要力行。但其實孩子都很受教，只要你講的讓他能信服，他就能領受。當天我講完課之後，其中，有一個孩子就在日記上寫道：「蔡老師今天給我們上弟子規。」

蔡老師說，弟子規是拿來做的，不是拿來背的。」另外有一個小女孩，聽了我講解弟子規中的「晨則省，昏則定」這句教導之後，第二天早上就站在父母的房門口，當她的父母一出來，她就跟父母鞠躬說：「爸爸、媽媽！早上好，昨天睡得好不好？」她的父母馬上打電話到幼兒園問：「昨天發生什麼事了？」這樣的父母很有警覺性、敏感度，知道孩子有變化一定是學校在進行這項教育，了解之後，才能跟老師密切配合，親師合作。我們引導孩子求學問，一定要在開始就落實在生活處世待人之中。

◎什麼是德

人與人之間，無論貧富貴賤，都會自然產生五種關係，所謂：「父子有親、君臣有義、夫婦有別、長幼有序、朋友有信」。當我們遵循五倫的正道而走，自然有德行流露出來。父子有親，親是德；君臣有義，義是德；夫婦有別，別是德；長幼有序，序是德；朋友有信，信是德。其實，世間所有的問題，只要人與人處好了，大部份的問題都會化解。當人會尊重人，他內心有恭敬、有仁慈，就會愛惜萬物。所以，世界雖然亂，但是要解決問題並不複雜，只要把五倫做好，把人做好，問題就解決了。

慈是父德 孝是子德

父子關係是不是某一個人規定的？不是，它是一種天然秩序。當孩子出生時，有沒有人規定為人父者要對孩子很慈愛？沒有。當他看到剛剛出生的孩子，不自主的就會生起無限的慈愛跟關懷，只想著如何讓孩子能健康成長。孩子從小對父母也是非常地依戀，那種愛是天性。很多一、兩歲的孩子，父母親處罰他的時候，愈打他，他愈往父母的懷裡鑽，打得愈用力，他抱得愈緊。小孩子開口閉口，都是我爸爸說、我媽媽說。所以，父子孝，父子之間、母子之間的這種親情是自然的。

學為人父

現在的父子關係是不是「父子有親」？為什麼自然的秩序被扭曲？要把原因找出來。父慈，如何慈愛孩子？這很重要，假如慈愛孩子用錯了方法，就變成溺愛。自己還覺得是為孩子好，其實是在害孩子。當父母的要
不要學習聖賢之教？要。做人不只是要學為人師，還要學為人父，學為人母。三字經說「養不教，父之過」，教育孩子的方法錯了，也是為人父母的過失。很多母親說是「父之過」，與我沒有關係，實際上，「父之過」

也包含了母親在內。

◎什麼是孝

上一代跟下一代融成一體 叫孝

「孝」字是會意字，上面是「老」，下面是「子」；老是指上一代，子是指下一代，上一代跟下一代融為一體，稱為「孝」，所以上一代跟下一代密不可分。我們看這個字就好像是一個兒子揹著一個老子，上一代念念不忘著要如何栽培下一代，才能對父母、祖先有所交代，甚至於教出一個好孩子，也是對社會有所交代。孩子是念念不忘奉養父母的責任扛在肩上，時時想著父母，如何讓父母更快樂，生活更圓滿。

行孝不能等

行孝，一定要即時去做，內心會覺得很充實、很踏實。我有一位結拜大哥，他比我大一輪（十二歲）。我曾經跟他分享，行孝是最快樂的，他聽了也很認同。他的母親在這十多年來，身體一直不好，所以他推辭了很多應酬，只要一有空就趕快回家陪母親。如此做了十多年，內心很歡喜。他的母親前年往生了，當他母親往生之後，他有一個深刻的體會，他說這

十多年的抉擇是正確的，假如這十多年來把陪伴母親的時間用於應酬，他一定會覺得很遺憾。

學會拒絕

很多朋友說：「人在江湖，身不由己」，那是藉口。任何事只要我們有心，就能做得很好。人與人的交往當中，有一個功課一定要學，就是學會拒絕，不必要的應酬要能推辭，把時間用來做人生最重要、最有價值的事。拒絕當中，有兩張王牌很好用，一張是父母。當朋友要找你喝酒或吃宵夜，這會耗時又傷身。這時你只要告訴他：「我已經答應要到母親那裡吃飯，今天很抱歉，我不能跟你去了。」你這樣一說，可能他會想，我都已經半年沒有回父母家吃飯了，會把他的孝心喚醒。當你說要回去看父母，一般人不會再強迫你。第二張王牌是妻兒。假如朋友要找你去看酒地，你就告訴他：「我已經答應兒子，今天回家要講兩個德育故事給他聽，對孩子要言出必行，不可妄語謊言，所以不好意思，我得回去了。」朋友就不會強迫你了。

若他還是要強迫你，怎麼辦？這樣的朋友確實不通情達理，而對朋友

應該要懂得取捨。「君子之交淡如水」，何以淡？此淡中有真味。朋友跟朋友相交都建立在道義、情義之上，他一定能體會到你有很多本份之事要盡責任，所以絕對不會每天跟你黏膩在一起。可能晚上七、八點時，他會提醒你趕快回家吃飯，這樣才有家庭氣氛；趕快回去看看父母，多盡一些孝心。而「小人之交甜如蜜」，甜如蜜就好像黏在一起分不開，為何會如此親密？因為他有目的，他可能看上你口袋裡的錢，或者看上你有哪些社會關係，一旦跟你接觸，他就能得到這些好處。所以，當他還未得到利益之前，他就每天陪著你，甚至到三更半夜都在所不辭。等哪一天你答應了，錢給他了，他立刻會變成另一個模樣。所以，選擇朋友要非常謹慎，行孝一定要懂得珍惜時間。

孝悌是傳家法寶

我的結拜大哥對他母親的孝行，也給下一代塑造了好榜樣。他常常回家陪母親，而他的兄弟姊妹也如是，所以家裡非常熱鬧，兄弟姊妹之間的情感也很好。他母親出殯的那一天，我也到靈堂行禮。我發現一件事，他們兄弟姊妹的孩子，其氣質、素質都很好，不但學歷高，對人的態度也很

謙恭。所以，什麼是傳家最好的教誨？孝與悌，就是兄友弟恭。為人父母懂得以身作則，在下一代的心目中，就會樹立很好的學習榜樣。

一日為師 終身為父

父母要懂得用慈愛、智慧來教導下一代，孩子也要知道關懷、體貼父母的需要來盡孝道，如此，能讓父子這一倫發展得和諧圓滿。為人能頂天立地，人格健全，除了要聽父母的教誨之外，還需要一位很重要的人物來教導，就是老師。中華文化最重視的就是孝道與師道，在古代，父母過世要守喪三年，而老師過世也要心喪三年。我們從喪禮中體會到，古人對於老師的態度非常恭敬，所謂「一日為師，終身為父」。父母生育、養育我們，給了我們身命；老師用智慧引導我們，給了我們慧命（智慧的生命）。父母跟老師的恩德是我們一生都應當銘記的，對於父母與老師都應當孝敬奉養。

孝心是教出來的

有哪些善，對孩子的一生至關重要，一定要從小引導？「孝」。中國有一句話：「百善孝為先」，這句話有兩層意思，第一是孝為百善之首；

第二是孝為先導，百善皆隨之，孝是德之根本。孔子說：「夫孝，德之本也，教之所由生也。」「孝」是道德的根本，教育一定要從孝開始教，人的孝心是教出來的。

當孩子有孝心時，行為就會發生很大的變化。弟子規說「父母呼，應勿緩」，有孝心的孩子聽到父母的呼喚，就會很恭敬的聽從父母的意見。對父母講話能恭敬，此態度一旦內化，以後面對長輩講話也會恭敬。弟子規說「冬則溫，夏則凜」，有孝心的孩子懂得關懷、體恤父母，此孝心慢慢內化，就能對其他長者，甚至於所有的親人，都能做到關懷、體恤。有孝心的孩子對自己的身體也會愛護，因為「身有傷，貽親憂」。所以，孩子的關懷心、細心是從對父母的這份孝心開始培養的。

我們中心有個孩子感冒了，他在日記上寫到：「今天我感冒了，我很難過，不是因為我感冒很痛苦，而是我感冒就是不孝，因為身有傷，貽親憂。」有孝心的孩子會不會有摧殘自己身體的壞習慣？不會，他會自愛自重。

「德有傷，貽親羞」，孩子有孝心，就會時時處處注意自己的言行舉

止，不會讓父母丟臉。我從小最怕聽到一句話，就是怕別人罵我：「你真沒家教！」所以，什麼壞事都不敢做，深怕丟父母的臉。當一個人的孝心生起，其善行自然隨之，所以教孝特別重要，孝不可不教！

◎什麼是教

教者 上所施 下所效

真正把教育做好，把家教做好，孩子才有健全的人格。何謂教育？為人父母、長輩，每天都在教導孩子，假如對教育不清楚，就不知道每天所種下的是什麼種子。因此，首先要明白教育的真正意義。

漢朝許慎的《說文解字》一書說：「教者，上所施，下所效。」現在為人父母者普遍認為，教育是老師的事情，而忽略了「上行下效」是從何時開始？胎兒時就已經在學習了。「身教者從，言教者訟」，真正做到了以身示教，子女自然就會起而效法；假如教育子女只是用言語，自己並未做到，說一套做的是另一套，家庭一定會出現爭訟，輕的是起口角，嚴重的是父子兄弟告上法庭。

孩子逆反是結果 原因何在

很多家長有一種觀念，就是孩子一定會有逆反現象，會有叛逆期。此話對否？現在是知識爆炸的時代，數年間知識量倍增，有太多錯誤的觀念混雜在其中，積非成是。有的中學在開家長會時，老師對家長說：「你們的孩子現在是十二、三歲，正值龍捲風時期，所以孩子一定會叛逆。」父母本來還不緊張，聽完之後，每天在觀察孩子叛逆了沒有？突然有一天就會心想事成。我們回想，中國幾千年的歷史，有沒有出現逆反現象？史書上並無記載。為何幾千年來都沒有產生，而現在幾十年就發生了？究其原因在幾千年來的教育有孝悌的教導，不只在家裡教孝，鄰里鄉黨都有孝順的風氣。哪一家的孩子對父母講話不恭敬，不但他的父母會教導他，連鄰居都會教誨他。所以，整個社會風氣是有孝道的傳承。

近代這幾十年，中華文化出現斷層，無人教孝道了。孩子無法增長孝道，會增長什麼？增長自私自利，所以對父母就沒有恭敬之心。我們要思考一下，現在的家長言行是否一致？假如家長言行不一，孩子對家長就會沒有恭敬之心。當我們告訴他，你對大人講話要有禮貌，結果我們大人對父母講話很大聲，這就讓孩子的認知上出現矛盾，不但孩子沒有生起恭敬

心，對父母也會不認同。這種不認同逐漸積累，有一天當他的身高跟你一樣高，拳頭比你大時，他還會不會聽你的話？不會。所以，逆反現象取決於大人言行不一致，孩子對長輩沒有敬畏之心，再加上整個社會沒有孝悌的教導，才造成幾十年來這些年輕人出現逆反現象。

父母的言行對孩子有甚深影響

我回想自己是否有逆反現象，於是我去請問母親：「我有沒有逆反現象？」我母親想了一下說：「沒有！」父母在我的心目中都是最尊敬的，父母把孝道、把如何做人表演給我看，所以上行下效就是教。而這個教確實是無所不在，我們的言語、行為對孩子都有潛移默化的影響。我在從事教育的這幾年中，體會愈來愈強烈，父母的一言一行確實對孩子的影響甚深。

我記得小時候有一次到外婆家，我們坐的計程車的輪子滑到水溝邊，水泥地把排氣管撞鬆動了，所以後面的路途，車子一直叩叩響個不停。到了外婆家一下車，我的母親就把車費遞給司機，另外還多拿了五百元給司機。母親的這種行為很真誠，就深留在我的心中。那時，我心想著：

「母親是覺得體力勞動的人賺錢不容易，這五百元對我們而言並不多，但對他們來說，可能這個月的生活會受到很大的影響。在我們能力之餘，就多幫助別人。」因此，這種仁慈之心就播種在我幼小的心靈裡。我們家三個小孩都不會跟別人吵架，因為父母在我們面前也從未批評過任何人。這種上行下效確實是無所不在，潛移默化孕育出善良的種子。

當下快種好種子

為人父母每天所做的是什麼事？教育孩子。有人做了七、八年，甚至於幾十年。當人家問他：「什麼是教育？」每天在做的事，他竟然答不出來。孩子的這一畝心田，在這些年中，究竟被種下了什麼種子？這個種子是好的，還是不好的？這些種子是否開始發芽？有沒有結果？雖然我們不知道種下的是好、是壞，但是一定會發芽、結果。所以，我看到很多家長，孩子已經十多歲了，他們的臉上都寫著哀怨、憂愁。原因是孩子的行為已經很難掌控、扭轉，所謂是「早知今日，何必當初」！因此，我們現在一定要好好學習「什麼是教育，如何才能把孩子教育好」，趕快種下對孩子一生最重要的好種子，才能成就他一生正確的做人處世的態度。

寵子害子

現在父母教育孩子出現最嚴重的問題，就是一個「寵」字。「深圳特區報」報導，有一對夫妻親自去找報社，要把孩子對他們不孝敬的行為報導出來。為什麼要報導出來？要讓為人父母者有所警惕。他們是晚年得子，所以對孩子是百依百順，幼兒園和小學的老師早就反應孩子的行為既偏頗又無禮，但他們還替孩子找藉口，說他以後就好了。很多家長都覺得孩子以後就會變好，甚至於還聽算命的說，這個孩子到十五歲就會變好。難道十五歲以前都不好，十五歲以後會好嗎？不可能！哪有突然一覺醒來，從不懂事瞬間就變成懂事，這只有在夢裡才可能發生。他們的孩子現在要娶太太，就要把他們夫妻趕出家門。所以，寵孩子，孩子一定不孝。

教子慎於始

教育孩子要慎於開始，從小一定要正確教導。所有的事，你都一手承攬替孩子做，做久了，孩子的心裡會覺得父母替我做事是應該的。替我買房子，替我娶老婆，都是應該的，為孩子做事累得要死，結果一點功勞都沒有。現在很多小孩才七、八歲，就常聽到他們說：「我爸爸的那些遺產

都是我的。」我們聽到了這樣的話，心裡感到非常不安！

磨練孩子是歷練他一生的本事

我有一位長輩叫盧叔叔，他跟他的孩子講：「我所有的錢都是取之於社會，往後，我也要用之於社會，回饋廣大的人群。我要成立一個公益基金會，我一分錢也不會留給你，但是你只要努力念書，認真學習，你要念多高的學位，我都支援你。」讓孩子從小覺得父母的心胸非常寬廣無私，所以孩子對父母是打從心底佩服。

雖然盧叔叔的經濟很不錯，但他的兒子到美國留學，他給孩子的費用抓得特別緊，因為他知道中國人所說的「富不過三代」，在現前是一代都支撐不了。從前還有聖賢根基，家庭、社會還有節儉的美德給孩子做榜樣；現代的孩子從小舉目所視都是奢靡，從小就很會花錢。所以，他在兒子出國留學前，就告訴他：「我給你的錢都計算好了，假如你亂花，自己解決。如果你帶一個黑人回來，或帶一個白人回來，我就跟你斷絕父子關係。」醜話講在前面。兒子從小是父母帶大的，知道父親言出必行，所以不敢造次。

學成準備回國之前，他打了一通電話給他媽媽說：「我錢不夠了，無法坐飛機回來。」他媽媽一聽，第二天一大早立刻要去匯款。盧叔叔馬上跟他太太說：「等一下！孩子一有問題，妳也不分是非，心就慌了。」他說：「我算給妳看，我們給他的錢剛剛好可以買飛機票回來。兒子為什麼跟妳要錢？因為他知道一回來，我一定不給他錢，他的生活會非常拮据，所以想留一手，讓身上的錢還有空間緩和一下。」所以，就跟太太說不可以匯。結果兒子打了兩、三通電話，都沒有接到錢，後來就自己搭飛機回來了。兒子回到家，盧叔叔馬上告訴他：「你已經長大了，這個家不能讓你住了，你自己出去自力更生。」假如你是當父親的，能做得出來嗎？這是不是慈愛？

兒子因為從小被這樣的父親磨練，所以他也很樂意出去找工作。他被面試的這家企業是一個連鎖性的教育機構，董事長親自面試，本來下午有五、六個人要面試，當面試到他的時候，後面的人就沒有面試機會了，因為董事長跟他談了兩、三個小時。在談話的過程中，董事長跟他說：「這不可能是二十五、六歲的人寫出來的企劃方案。」董事長就從企劃案的內

容逐一詢問他，他都能對答如流。後來，董事長給他一句話：「你要多少薪水，你自己開價。」你希不希望你的兒子以後去工作，老闆說「薪水要多少，自己開」？所以，當孩子有這樣的德行與能力時，就已經立於不敗之地了。

在經濟上，盧叔叔沒有再支援他，但是有交代孩子身旁的這些長輩，說：「我兒子假如撐不下去，要跟你們借錢，你們可以借他，但是不能超過兩千元。」盧叔叔都預測到了，結果在第一個月，他兒子確實撐不下去了，因為房租很貴，就跟兩位長輩各借了兩千塊錢。但盧叔叔交代：「他說哪一天還你，你一定要打電話跟他要。」後來，那一天他兒子準時還錢給這兩位，從此就沒有再向人借過錢。他撐過來了，能力也磨練出來了。

寵孩子造成的是不孝，如果你懂得磨練他，這是歷練他一生的本事。什麼才是真正的慈愛，要細細去思考。有時愛之，反而足以害之，而愛是要用理智不是情感，情感會變成寵愛、溺愛。

身教者從

有一位老師讀了弟子規之後很高興，他心想：我可以拿這本書好好教

訓我的學生。第二天就開始教學生，他每天眼睛瞪得很大，像警員站崗放哨一樣，看到學生哪裡做錯了，立刻提出批評，做了一個多月之後，他覺得很辛苦。有個機緣他與我們共餐，他說：「弟子規那麼好，但是為什麼我推廣起來很累？」我告訴他：「老師最重要的不是去命令學生做到，而是自己先做到，以身作則。」他這個心念一轉，做法就改變了。有一天他在整理桌子，突然抬頭一看，有二、三個孩子跟著他在擦桌子，其他的孩子一看別人在做也跟著做，結果全班同學都動手擦桌子。他說那時內心很感動，以身作則的力量真的很大。

那個星期他們去公園做教學考察，在公園裡，他很自然的蹲下去撿起一個紙屑，撿了差不多二、三張，他回頭一看，發現幾十個學生都在撿垃圾。他說那時看了，眼淚幾乎要流下來。他發現一個真理，為人父母、為人老師、為人領導者最重要的是以身作則，教育的力量、教化的力量、感化別人的力量就特別大。最後，學生還把他手上的垃圾（拿過）去說：「老師！您是長輩，這種事讓我們來做就好了。」

建國君民 教學為先

家庭最重要的一件大事，就是把孩子教育好；一個國家最重要的事，也是把國民教育好，因為領導人總是不願意國家、朝代傳到他這一代就斷絕了。假如傳到他就斷了，就對不起列祖列宗，對不起後代子孫。皇帝一登基先做哪件事？立太子。可見一個國家、朝代，對於後繼有人之事，總是擺在首位，所以從前的皇帝是請全國學問最好的讀書人來教育他的下一代。但你們不要羨慕皇子、皇孫，認為一定是生活很優厚、很享受，其實不然，他們是天還沒有亮就要起床念書，因為他們要承傳一個朝代，需要有豐富的學識。一個國家如此重視後代子孫的教育，一個家庭當然也要重視教育。

孩子的教育應擺首位

一個人在中晚年能否得到真正的好命，關鍵在於是否把孩子教導好。假如夫妻兩人都有很高的社會地位，家庭生活也很優厚，但是孩子因為失教，在外面遊手好閒，甚至於父母都不知道孩子今天又會做出什麼事情，這樣的父母在中晚年能否有好日子過？不可能。很多人到了中年才發現經營家庭的重點，輕重緩急擺錯了，沒有把孩子的教育放在第一位，但後

悔已來不及了。現代很多父母都是把教育孩子的目的，擺在對名利的追逐上，這是很悲哀的現實。其實名利的追逐對家庭教育而言，就是在毀壞孩子的前途。

●什麼是育

育者 養子使作善也

中國最有名的一篇教育哲學，就是禮記·學記篇，這已經綿延了幾千年。教育是什麼？禮記·學記篇對於教育有一句非常重要的開示：「教也者，長善而救其失者也」。教育是「長善」加上「救失」，這句話已經把教育最重要的兩大綱領體現出來。

家庭教育的原則要統一

教育孩子要注意一個重點，就是對教育孩子的原則要一致，不能爸爸是一套，媽媽又是一套，甚至於爺爺又是另一種方式，孩子聽誰的？他會無所適從。現代的孩子特別聰明，聰明都用到哪裡？如何得到所要的東西。他講一些好聽的話給爺爺、奶奶或爸爸、媽媽聽，他們就給他買東西。不僅如此，當孩子犯錯誤時，是想著躲到誰的背後會僥倖ヒズエ逃過，這一

生就養成逃避責任的習慣，而不是去面對責任、改正過失。所以，當孩子有錯誤時，家庭中的長輩要有一致的原則，決不能通融、偏護，這一點很重要。

記得我小時候一犯錯誤，我的眼睛就看著爺爺、奶奶，因為我是長孫，特別得到爺爺、奶奶的疼愛，不過在此時，我的眼神再哀淒也起不了作用。爺爺會跟我說：「你自己犯錯受處罰是應該的」，他就跟奶奶上樓了。我那時不懂他的用意，只覺得他們很無情，現在我從事教育工作就懂得了。爺爺、奶奶雖然沒念過書，不識字，但是他懂教育，難怪他能教出四個大學生，還有一個是博士，絕非偶然。因此，教育孩子並不是憑學歷，而是教育的智慧與經驗。

每次父親在責罰我時，母親在旁一句話也沒有說，這一點很重要。現在有很多父親在責罰孩子時，母親就插手進來處理，可能還沒有處罰孩子，夫妻兩人就先爭吵起來，所以教育孩子要很敏銳、要有理智。我母親在一旁聽著，頭都沒有抬起來看我，因為她怕我看她，她會於心不忍。我母親是一位老師，我長大之後，就把小時候所體會的教育與她一起分享。

我母親就告訴我說：「小時候你爸爸在教訓你的時候，我就在想，年紀這麼小，如何聽得懂這些大道理！」但我跟母親說，我確實聽得懂。所以，不要輕視小孩，即使父母講的很多言語，小孩不是完全了解，但是小孩從父母的言語、眼神當中，可以深刻地了解父母那種望子成龍的苦心，感覺到父母對自己那種痛惜與疼愛，真的不是喜歡罵人。

我父親最常講的一句話就是：「你要自愛。」我母親問我：「這句話你真的懂嗎？」我真的懂。在我的成長過程中，父親的這句話常常浮現在我的眼前，伴隨著我突破重重^{重重}的逆境，甚至突破種種的誘惑。

有一個報導，調查了全國很多的榜首狀元，結果發現沒有一位狀元的父母是當教授的，反而很多都是農民。父母很刻苦在工作，雖然從小的生活很困苦，但他們非常勤勞幫助父母，也很有孝心。我們看到這個報導能推論，這些狀元在讀書期間是否被逼無奈？不是！他的動力何在？在他的孝心與報恩心。他的動力絕對不是一台數碼相機，或是一台高級電腦。因此，教育孩子要有正確的方法，而不關乎父母的學歷，也不是金錢能辦得到的。所以，家庭教育原則一定要正確一致。

◎什麼是善

辨善要看存心

何謂善？打人、罵人是不是善？對人是九十度鞠躬，有時候還是一百二十度的鞠躬，如此是不是善？善有標準，弟子規是非常好的標準。善從哪裡判斷？從存心，可以判斷出是真善還是假善。這個人對人非常恭敬，但是他只對上司恭敬，對下屬就很不客氣，這就不是真善。他有目的，為了攀龍附鳳，為了自己的升遷，這種存心是自私自利，是惡。看人不能只看一個點，要看線、看面，看他是否對任何人都用真心。

假如看到一個人打人、罵人，一般人覺得打人、罵人是不好的，但是我們細細去觀察，他一掌打下去會把對方打醒，所謂是「善相勸，德皆建，過不規，道兩虧」。朋友、親人犯了錯，你不規勸他，不但他錯了，你也錯了，因為沒有盡到本份。我有一位好朋友，有一次被我罵了半個小時。次日，他打電話給我說：「我三十多年來，接到最好的一份生日禮物，就是昨天你罵我。」我才知道昨天是他生日。我也從這個例子中體會到，一個人的福分在哪裡？在於受諫。能接受別人的勸誡，要有大福，

心量大，能寬容，所以能避開人生很多的危險，因為他能廣納諫言。我們知道這位朋友對我們很信任，這時就要一棒把他打醒，當你是為了對方著想，這個存心就是善。

心真 一切皆真

我們看任何事情都要從根本著手，所有的行為都是從哪裡表現出來的？心。行為是心的反射，言語、動作都是心的寫照，心與行是分不開的。當我們的心是為別人著想時，所表現出來的言語、行為就是利益他人，所謂心行一如。提升一個孩子的道德學問，從何處下手？從他的存心下手，直截了當，所謂一真，一切都真。一真是什麼？心真。一切是什麼？行為。心真了，所有的行為都真了；心不真，所有行為都是假的。不要看那個孩子恭敬地向你鞠躬，可能你離開之後，他就變另一個樣子。學習要抓住根本，抓住真實的東西，就是心。一個孩子有孝心，他一切的行為都是孝順的、真心的；一個孩子有了恭敬心，他所有的行為都是恭敬的。因此，不要輕視禮儀，不要輕視孩子對長者的禮貌，這些禮儀、禮貌都是從外逐漸內化而成為孩子內心的態度，當孩子內化之後，言語、行為

就不離恭敬之心。

人生面對任何一個人，任何一件事物，其實都是自己的一面鏡子。當你對他好，他反饋回來的是好資訊；當你對他不好，他反射回來的是不良信號。人生就像照鏡子一樣，當我們對鏡而照都是笑臉，就說明此心是隨時隨地對人關懷和恭敬。我們學習聖賢學問，腦海裡要想不起任何一個不順眼的人，想不起與任何人過意不去，**每天所想都是大家如何對我們的關懷，我們要趕快提升自己，去回報別人。**

—當我們觀照人生這面鏡子時，看到有五十個人在對我們微笑，有五十個人對我們啼哭，甚至於對我們很凶，請問：我們贏得的這五十個笑臉是真的？還是假的？心真，一切真。一個人真正能寬容別人，絕對不是只有百分之五十的容量，仍有百分之五十不能容納，這豈不是自欺欺人？這證明我們還沒有真正落實聖賢的教誨。為什麼有百分之五十是笑臉？因為他們聽你的話，你怎樣講，他就怎樣做，他順從你，你就對他笑臉相迎；假若他們不順著你，你就對他沒有好臉色，這就是好惡之心使然，好惡之心是假的，不是真的。用好惡心對人，縱使有些人對我們是滿面笑容，長

期的相處總會有些磨擦產生，立刻就從笑臉變成了惡臉。人的道德學問要時時處處提得起恭敬，提得起寬恕，才是真實學問。求學問之人，人貴自知，不可自欺欺人。

自利是惡 利他是善

了凡四訓對於「善」的分辨，講得很透徹。其中提到：善有真、有假，有端、有曲，有陰、有陽，有是、有非，有偏、有正，有半、有滿，有大、有小，有難、有易，皆當細辨。了凡四訓有一個實例，有一群讀書人去請教中峰和尚：「打人、罵人是惡。」中峰和尚回答說：「未必然也！」中峰和尚引導他們，要從存心去觀察，假如打人、罵人的目的是要把對方喚醒，那份存心就是善的，這一掌打下去會使對方醒悟，打人也是善。如果打下去不能喚醒對方，就不能打。讀書人又說：「禮敬人、恭敬人，對人很有禮是善。」中峰和尚說：「未必然也！」假如他是為了功名利祿，為了諂媚長官，這是惡。

從此事例中，我們了解到，為他人是善，自私自利是惡；能一心為公即是善，念念為私即是惡。所以，從根本上去分辨真偽，就很容易斷定出

來。

規勸別人，雙方也要建立在充份信任的基礎之上。「交淺不言深」，彼此交情深厚，我們不提醒他，是於情於理不相符，所謂「可與言，而不與之言」，就是沒有盡到做朋友的本份。我們待人只要是用真誠心，就不會偏差太多。

請問：一個人很勤勞，是善還是惡？這也要看他的存心。有一位朋友在遠地工作，回到家裡連父母都沒有去問候，就馬不停蹄的去關心客戶。很多人說：「那個人工作認真是好人！」但你要看他勤勞的方向與動機是什麼？假如他一生只為了自己的名聞利養，這種勤勞也是惡，因為他只有名利，沒有父母。所以，看人要入木三分，才能分辨真假。

陰善與陽善

善有「陰陽」之別，行善不欲人知就是陰德，行善還常常炫耀就是陽善，陽善是享世名，陰德則得天報之。我們也曾聽過某個學校在募款，要幫助一些貧窮的同學。此募款有個規定，若學生捐了五百元，在舉辦晚會時，就可以戴一朵小紅花，還可以點蠟燭。請問：孩子捐款的動機何在？

在掛小紅花、點蠟燭。因此，行善的風氣是為名，將會給下一代做出不良的示範。縱使學校的做法是為了將此善行加以宣揚，但為人父母也要私下告誡孩子，這些事都是我們應當做的，不需要大肆宣揚。

辨善要看流弊

善中也有是有非，有偏有正，有半有滿，有大小，有難易，了凡四訓中解釋的很詳盡。我舉「是非」跟大家說明。在春秋時代，孔子有兩位學生，一位是子貢，一位是子路。子貢是大商人，常在其他國家做生意。魯國有一條法律規定，只要在其他國家見到自己的國人被賣去當奴隸，就可以把他贖回來，而這個贖金，國家會還給你。這樣的法律非常好，喚醒每位國人去愛護、解救同胞。當子貢贖回國人，官府要把贖金回送給他時，子貢沒有接受，一般人覺得子貢很高尚，不接受贖金。

但是孔子批評他說：「子貢！你這樣做錯了。」為什麼錯了？會讓其他人在贖人時有所顧慮，因為他拿了贖金就好像沒有子貢那麼高尚，可是他不拿贖金，他的經濟又不充裕，生活會有困難。他在救人時產生遲疑，就可能沒有把自己的國人贖回來。這個人可能又是一家之主，一人沒有得

救，很可能會影響到一個家庭的命運。所以，孔子才說子貢的做法會產生不好的流弊。

而有一天，子路走在路上，遇到一個人溺水，子路非常有正義感，立刻跳下去把他救起來。救起來以後，溺水的人內心非常感謝，就把家裡的牛送給子路，子路也很高興把牛牽回去。孔子就稱讚子路說：「往後魯國人就有很多人勇於幫助別人，解救別人的生命。」因為子路的表現，讓人感受到善有善報。但一般人會覺得子貢不接受贖金是正確的，而子路受牛就不如子貢高尚。孔子觀察事物不是只看現前，還要看往後的流弊，所謂是不看一時而要看久遠，不看一身而要看天下的影響。所以，我們在善的是與非當中，也要謹慎的去分辨。

從此處，我們能理解到所謂的非慈之慈、非禮之禮的分辨方法。非慈之慈，就是看起來長輩對孩子很仁慈，可是那種仁慈既沒有理智又沒有智慧，是溺愛的行為，所以那個慈心對孩子而言，就是行了惡事，所謂「愛之足以害之」。我們可以從這些角度去看以後會產生的影響，來斷定是善、是非善。當我們懂得如何判斷善惡以後，就要積極斷惡修善，積功累

德。

愛敬存心

存心正，行為一定正。有個小朋友某天中午睡醒，另外一個當值日生的小朋友，就把他睡覺用的墊子抽出來，他還沒有站穩，這一抽造成小孩傾倒一邊，頭撞到了牆，看似不嚴重，但是也很痛，老師也訓誡了收床墊的小朋友。當天晚上他的母親打了一通電話到幼兒園來說：「孩子喊頭痛，不知道今天在學校裡發生了什麼事？」老師才警覺到孩子撞得還是有點嚴重，於是請她母親即刻帶去檢查，還好無礙。隔天老師對這個小朋友說：「你撞了以後感覺頭痛，一定要告訴老師，不然可能很嚴重而沒有及時醫治，身體就會受到傷害。」這位小朋友對老師說：「老師！那個小朋友害我被撞到，已經被訓誡了，假如我又告訴你們我頭痛，這個小朋友又要再被訓誡一次，可能回家後又要被他媽媽罵，所以我不願意講。」一個孩子才五、六歲，他可以做到替人著想，當場我們這些老師聽了也非常感動。

愛與敬是一種內化，孩子有恭敬心，就會做出恭敬的行為，甚至還未

教導，他都會自然地做出來。有個小朋友從老師眼前經過，見老師正在看講座影片，於是就把身體低下來，低到不會影響老師視線的姿勢走過去。我們看了覺得很安慰，孩子這分存心就是凡聖之間的差別。孟子提到：「君子所以異於人者，以其存心也」，聖凡之間的差距就在一念存心。孟子還說：「君子以仁存心，以禮存心」，時時為人著想，恭敬待人，而「仁者愛人，有禮者敬人。愛人者，人恆愛之；敬人者，人恆敬之」。仁慈跟恭敬是能感，所感的境界是什麼？得到眾人的愛敬。我們要跟聖賢人學，就要從根本的存心與用心來下手，那修學進步的速度會很快。

敬重尊長

對於父母、長輩要恭敬，不可冒犯；家如是，企業、團體亦復如是。老闆、上司有任何過失，我們不可以冒犯的態度來諫言，如此，會令他很難下台。我們首先應該多付出，建立足夠的信任，再給予一些諫言、勸導。等這些諫言、勸導確實讓他感受到很大的利益，也感受到你很有智慧，自然而然，對你的建議就會重視，所以凡事要能水到渠成才好。

對國家領導人，我們也要尊敬，絕對不可以毀謗。梵網經教導我們：

「不作國賊，不謗國主。」我們要講領導人好的方面，讓他更了解到哪些事應該做；而他不好的地方，我們不能大肆批評，因為批評到最後會造成整個社會時局的不安，所以要謹慎言語。很多朋友提到，假如他像紂王一樣怎麼辦？假如他真的像紂王一樣暴虐無道，遲早有一天會被人民所推翻，「水可載舟，亦可覆舟」。

我們要了解，古代商湯革命是革命史中最早的。他討伐夏桀前，其實他對夏桀也非常恭敬，他屢屢勸告夏桀，而夏桀未從。湯王還去找很有賢德的伊尹，他去找伊尹時，帶了很多金銀財寶，伊尹如如不動。之後又多次去勸請，他的真誠感動了伊尹，伊尹才隨他出來。伊尹為什麼出來？只是為了湯王對他的賞識嗎？絕非如此，是為了能利益天下百姓。湯王找來伊尹不是去推翻夏桀，而是把伊尹這樣賢德的人介紹給夏桀，共介紹了九次。九次之後，夏桀依然是荒淫無道，湯王為了救民於水火才革命。革命的時候還對天做了一個隆重的祭祀，向天說道：「絕對是要為民伐罪」。當他擊敗夏桀之後，並沒有大肆殺戮，還給夏桀的後人御賜了一個封地，讓他們居住在那裡。這些聖王之所以會革命，其動機完全都

是為了天下人民，後人是否學到了這一部份？很多人只是為了權力，一旦得到天下就大肆殺戮，那都不是好的做法。所以，對於國家領導人，我們不應該批判、毀謗，要多肯定，希望他愈做愈好。

與人為善

「與人為善」，人與人一起行善，一個人行善跟一群人行善，那種感受不同，行善的人多，就能把善的氣氛帶動起來。記得我考上師範院校後，因為離家較遠，我就坐火車上學，平時我到學校時，同學都還沒到。當天是暑假結束後的第一天上課，這兩個多月都沒有人來上課，每個書桌上都有厚厚的一層灰塵。我就想到，假如這些女同學走到座位前面，看到厚厚的一層灰塵，她們會用面紙一邊擦、一邊皺起眉頭說：「太髒了！」這是一個修無畏佈施的好機會，為了讓她們免除煩惱，我找了一塊抹布，把所有的桌子、板凳擦拭乾淨。而且要快點擦，因為怕同學看到會產生誤會，好像我刻意做給他們看。擦完之後，我很安心的坐下來。

雖然同學們都沒有看到，請問彼此是否有交流？有！當人一念善心對他人，其實彼此的關係已經建立了。所以，那一年我們班上所有的同學和

我都相處得很好，因為我的態度已經決定了彼此之間的一種感受。

每天我都是最早到教室，就會把教室後面的垃圾收拾乾淨。差不多做了一段時間，有一天我要丟垃圾時，同學跑過來說：「這件事讓我們做就好了。」當我們在做的過程中，其實也會讓所有同學，生起服務他人的心，如此，就可以與人為善。

我念師範院校時，有一次上「教育哲學」，老師出了十個題目讓我們討論。其中有個題目是「色即是空，空得了嗎？」這個題目對沒有學佛的人，可能連空是什麼都不知道。我一看這個題目太難得了，可以跟四十幾個同學談佛法，這是想求都求不到的事，這時我們要當仁不讓。我是五號，五號到八號是同一組，老師開始依序抽各組的題目。我對身旁的女同學說：我們一定抽到「色即是空，空得了嗎？」這個題目。結果，我話才講完，老師就說：第二組是「色即是空，空得了嗎？」那位女同學嚇了一跳。所以，能感是心，所感是境界。

由於那次的機會，我也準備了很多內容，那天還穿著西裝談了一節佛法。談完後，很多同學跑到我前面說：「大學時候就學佛，但好幾年沒看

佛書了，今天聽你這麼一講，又心生歡喜。」我立刻說：「你比我幸運太多了，大學就聞佛法，要好好珍惜，不要錯失了這個機會。」因為遇到這次講述佛法的機會，從此，很多同學就與我結上了法緣。

勸人為善

「一時勸人以口，百世勸人以書」，許多聖哲先賢將他人生的智慧記錄下來留給後人學習。成人要以言語規勸並不容易，我記得在大學時曾聽過一句話：「人們不會聽你說什麼，只會看你做什麼」。我為什麼要選擇教小學？因為小學生會聽你說什麼，大人不會；大人必須用行為、用身體力行去勸導。晉朝有一位大臣管寧，有一天在其轄區遇見一隻耕牛撒野，跑到別人的田地亂踩，管寧將此牛牽到樹蔭下等待牛的主人，當牛的主人來時，看到長官牽著自己的牛，心想這條牛又亂踏別人的莊稼了，於是牛的主人便生起慚愧之心，這種處罰比罰他的錢還難受，管寧無需責罰他。這就是用德行感化。

管寧還發覺轄區內的水井很少，人民總是為了水的問題爭執，甚至還經常打起來。他處理時不是用制止的方法，而是非常善巧方便，他自己去

買了很多水桶，然後清晨就與部下把這些新水桶全部打滿水，擺放在井旁邊等待人民來挑，等這些人民快步跑來要搶著打水的時候，忽然看到他們的長官都已經幫自己打好了水，這時人民想到：自己以前爭水、搶水的行為太不應該了，因此，個個都生起慚愧之心，從此，人民爭水打架的事情就消失了。**管寧勸人不用責罵，而是以身作則讓人民生起深切的慚愧，所以我們用身勸也能喚醒他人的覺悟。**

有位女士的先生吃到不喜歡的東西，就會吐出來或者放在一邊。她沒有說話，自己就把先生吐出來的東西再吃下去；做久了，她的先生就不再吐了。這也是以身勸導，以道德來感化親人。

成人之美

在這個時代要把一件事情做好，確實不容易。我在大陸走過不少地方，有沒有一帆風順的事？你們在我的笑容背後有沒有看到艱苦的過程？那時是一個人舉目無親，每天都是披星戴月。我第一次知道什麼叫披星戴月，就是早上很早出門，晚上騎著腳踏車回來，已經十點多了，等梳洗完畢都已經十二點了，然後躺下去很好睡。通過這樣的經歷和體會，我發

現那些失眠睡不著的人，就用我的方法拚命做事，就不會失眠了，這是良藥。

在那段過程中，常常有人到我們中心來，左看右看說：「現在哪有這檔子事？講課不收錢，書也不要錢，一定是有什麼目的。」他們不相信，因為從沒遇過。所以，常常遇到很多人對我們質疑，但是我們還是很歡迎他們來看，他們看了就能接觸了解。所以，在這個時代要把好事做好，確實不易。當我們看到別人有善行，一定要盡力幫助他。縱使是一句讚歎的言語，相信對他也是一種鼓舞。因此，不要吝嗇我們的讚歎，這就是成人之美。

救人危急

俗話說：「惠不在大，在乎當厄。」只要他人在急難之中，我們能適時給予幫忙，他會終身受益、感謝。我們也要常常看到身旁、周圍親友的需要，當然這也要用我們真誠與關懷的心，才能處處發覺他們的需要。我也常提到假如我們的家人得了癌症，我們要檢討，因為癌症真正的原因，在於人的心理跟情緒。家人得了癌症，很有可能是十年、十五年這種長期

情緒的壓抑才會造成。如此長久的時間，我們卻沒有發覺，都沒有適時去疏通、疏導，所以我們要非常敏銳的去感受別人的需要。

1. 逢凶化吉要靠智慧

說實在的，現前這個時代，不僅家家有本難念的經，而且人人都有本難念的經。假如每個人內心都非常焦慮煩躁，可能就自顧不暇，所謂「泥菩薩過江，自身難保」。人生最重要的第一件事是開智慧，不斷成長，才能自利利人。當家庭中出現危急的狀況，才能穩下心來用智慧去處理，這樣才會解決事情，甚至於會贏得家人對你的信服與更高的信任。我們有了智慧，臨事不慌張，因為我們了解凡事都是有因有果的，只要我們能如理如法去從事情的因地找原因，就一定能逢凶化吉。

2. 無畏佈施得健康長壽

爺爺中風時，我不會很慌張，因為爺爺捕了一輩子魚，而且是我們鄉鎮捕魚的第一名，所以我學佛以後，時常是戰戰兢兢，如臨深淵，如履薄冰，因為我是長孫，應該也要承擔不少罪業。記得我第一次放生的時候是在二十六歲，當時一放生，整個頭皮都發麻，那時我還沒有深入佛法，我

心想：「奇怪！我的頭怎麼發麻？」我就問問右邊的朋友：「你的頭會不會麻？」他們看看我，不知道我在說什麼。我又問問左邊的朋友：「你的頭會不會麻？」他們也不知道我在說什麼。後來我才感悟到，這一定是佛菩薩的加持：你這個傻小子，如此重要的事你現在才做，假如再不趕快做，可能連命都沒有了。

那時我住在楊老師家，楊老師看我是短命相。我有時候要開車回家，時常邊開、邊打瞌睡，那時候可能是業障現前，我的意志力就無法控制睡眠。打瞌睡時，還把車輪壓到高速公路地上凸起來的警示器上，壓到時我整個人被驚醒過來，感覺捏了一把冷汗。那一次我開車回去，正好是道證法師主法全台灣大放生，幾十輛大卡車一起在台南的海邊放生，我參加了那次放生以後，就沒有頭部發麻的現象了，而且咳嗽也很快好了。確實是放生、無畏佈施才能得健康長壽，所以行善絕對不能等。

我爺爺在半夜中風時，就立即送到醫院檢查治療，他的中風是整個面部的血管都塞住了。我的長輩們都很孝順，也因為孝順才令家風保持不衰，但是運勢還是會有起伏。我爺爺在前一段時間常常頭痛，大家以為是

感冒，因為爺爺幾十年來檢查心臟都正常，因此，就忽略了。當爺爺突然中風了，所有的叔叔、姑姑長者們就慌了。他們慌，我們不能慌。我跟父親講：「您要立刻給我五萬元台幣，我要去做幫爺爺修福的事，但是這五萬元一定要是爺爺自己的錢，不可以用你們的錢，而且還要經過爺爺的同意，我再去捐。」那幾天我走進加護病房不是去掉眼淚，而是趕快趁爺爺清醒的時候告訴他說：「爺爺！世界上窮困人很多、可憐人很多，我們現在有能力應該多多幫助他們。」爺爺點點頭，我經由他的同意，就拿了這筆錢去放生，去做了一些國際性的賑災活動。結果做完後的第五天，我爺爺就離開加護病房，醫生本來說沒有救了，隨時要等著處理後事。這是我們第一次如理如法的求到。

後來醫生又說：「八十幾歲的人中風，絕對不可能會起來走路。」我要去澳洲前，爺爺還在病床上，我就跟他相約說：「我下次回來，你要走給我看，要好好多做復健。」我到了澳洲學院以後，就拿了一筆錢以爺爺的名義佈施。那天佈施完，晚上打電話回家，我母親跟我說：「你爺爺今天會走路了。」當然不單是這一筆錢佈施出去就會走路，不能這樣想，因

為眾緣和合，可能是眾多因素成就的，但是只要我們用善心、真心去做，感應絕對是真實不虛的。所以，當我們的親友遇到危難的時候絕對不能慌，而是要用如理如法的方法將其化解，而如理如法的方法就是我們要好學習正法、深入正法。

3. 彰顯孝道才能救人危急

當朋友希望你幫助他的時候，大多數都會很急躁、很著急。這時你絕對不能被他的情緒所牽動，你要穩定下來，也讓他把心靜下來，讓他把問題分析清楚。其實，當他把問題分析清楚以後，就會明白第一步應該如何走。第一步絕對是自我反省，從自己身上找原因，唯有在因上重新樹立正確的人生態度，才有可能扭轉未來的命運。所以，我們能時時心情穩定，才能時刻提醒他人的覺悟與覺醒。

現代人最大的危急就是人與人的衝突，人與自然的衝突，人與天地鬼神的衝突。這三種衝突的根源，還是在於人與人之間的衝突。「親親而仁民，仁民而愛物」，當人與人之間的衝突解決了，則人與自然、人與天地鬼神之間的衝突也就化解了。在書中看到過去的長者都很孝順，孝順的人

會不會奢侈？他們早上洗臉的水還要放到晚上下班回來再洗腳，這些長者對自然資源都是非常愛護，因為他們很清楚，資源不是屬於自己的，應該屬於世世代代的人類，甚至於是屬於地球所有的萬物。

我們今天要化解整個危難³⁵，必然要從人與人的關係開始；而五倫關係又必須從「孝道」著手，孝是一個人仁慈之心的原點。當我讀到孝經的「夫孝，德之本也，教之所由生也」這句夫子的教誨時，內心非常喜悅快樂，也非常感恩。因為我們生怕有助人之心，無助人之法，那就只能在旁邊看著人家痛苦，自己也很難受。我們找到了德行之本，就是孝道而已。君子務本，本立道就生，當孝道能彰顯，自然而然人與人的關係就會逐漸改善，人與自然、人與天地鬼神的問題就能迎刃而解。如何讓孝道彰顯，就是我們刻不容緩要去做的工作，如此才能救人於危急之中。

4. 救人危急 刻不容緩

我們中心有些老師常常告訴我說：「蔡老師！您好像沒有什麼疲憊，沒有什麼挫折感。您在做這些弘揚傳統文化的過程中，有沒有這樣的感覺？」我告訴這些老師：「今天你看到有個小孩爬上了古井，瞬間就要掉

下去了，你第一個念頭是什麼？」趕快把他解救下來。當我們真正看明白，大多數的人就好像在這口井邊玩耍，瞬間都要墮到三惡道去^註而這一墮可能萬劫不復。我們明白此真相，就不能視而不見，應該要竭盡全力來幫忙、引導。「惻隱之心，人皆有之」，當我們真正肩負起這樣的使命與態度，就能自利利他。當我們念念為大眾服務的時候，我執雖然沒有刻意去斷，也會在服務他人的過程中點點滴滴放下了，所以任何的疲憊與挫折感等煩惱也就看破、放下了。（◎註：三惡道——畜生、餓鬼、地獄）

當我們聽到一些長者說到他的孩子不孝時，都會聲淚俱下，當下我們也感受到他的痛苦，甚至於也陪著他一起落淚。當我們把執著放下^{卷七}，就會逐漸體會到，人與人之間確實是同體相生，否則怎麼會為他人而落淚！「力行近乎仁」，當你真正去幫助別人，感同身受的時候，那顆本有的慈悲心就一點一滴的透露出來。有位同參寫一封信給我^註提到化解現階段的災難^{卷八}，一定要從弟子規開始推展，我們同修的心境都是從天下世界而著眼，當這樣的人愈來愈多的時候，就絕對可以扭轉世界的劫難。

捨財作福（◎註：同參——道友、法友◎同修——夫妻的對稱）

我們看到別人在經濟上有危難，應隨份隨力去幫忙，這個財也通工作能力、也通智慧，我們處處能多做財施、法施、無畏施，就會得到財富、智慧、健康的果報，所以捨財自然就能得福。

1. 五福臨門^註福禍相依

古代常常講到「五福臨門」，這五福也都是從這三種佈施中得來，所謂有「壽命」、有「財富」、有「健康」。雖然長壽，但沒有健康，好不好？那根本就是受苦！我們也看到很多病人，躺在那裡只剩一口氣，一躺就是二十年、三十年，這就是活受罪。第四個福是「好德」，自己有福分，也能看到別人的需要，懂得樂善好施。好德是五福中最重要，假如無好德之心，可能又會因為福份而造作罪業。佛家常說三世怨，第一世修福，第二世享福，現在的人在每一世？大多數在第二世，確實自有人類幾千年歷史以來，從未有福報如此之大。皇帝吃得好嗎？很不錯！我們現在相差皇帝很多嗎？你看上餐館吃飯，一餐飯多少錢？那個福報跟皇帝可能也不會差太遠，皇帝也沒有坐過汽車，也沒有坐過飛機。現在人享這樣大的福，其實是禍福相倚，所以要懂得惜福。

我常跟父親講：「你的命好，我的命不好」，一般人都覺得：「自己命不好，別人命好」，但是我們細心去觀察，我父親那一代因為困苦所迫而勞動，所以身體健壯，而人生最重要的就是身體強壯，心中自然快樂。再者，由於困苦的原因，所以念念都會想著要報答父母之恩，要孝養父母，要友愛兄弟、朋友，念念都是善心，所以中晚年果報殊勝。我們這一代是從小嬌生慣養，身體都很瘦弱，因為養尊處優，很多做人做事的能力都沒掌握，起心動念是自私自利，福份都折盡了，到了中晚年時，我們則當堪憂了。所以，我們身在福中要有高度的警覺性，正所謂是「此身不向今生度，更待何生度此身」。師長也常告誡我們，這一生不往生，死了就不得了！佛說三世怨，第三世就墮落了。我們從這裡也了解到，給予孩子最大的福份絕對不是金錢，而是我們德行的榜樣，德才是萬福之根基，有德者，其福才能綿延不斷。

司馬光先生說過一段話：「遺金於子孫，子孫未必能守」，中國人造字真的是通過文字就給我們開光。何謂開光？是否人家給你摸兩下頭就開光了？光是智慧，當你見到文字，你只要一看，就能領會其中的道理，這

叫做開光。中國字告訴我們，錢會有什麼危險？兩把刀重疊在一起就會爭奪起來。所以，只要是聚財，家庭就可能不會和樂，天天想著要如何分；國與國之間假如重視財富，可能就會造成爭戰。中國字非常難能可貴，我們也從中體會到老祖宗的智慧與恩澤。

第五福是「善終」，就是好死。你們有沒有把握好死？所以，我們平時就要為臨終做準備，每當躺下睡覺時，就當作要往生了，就會好好念佛。時時念死，才會好死。印光祖師在他的佛堂貼了一個大大的「死」字。人真的時時念著「世間無常，國土危脆」，才會「善終」。

護持正法（◎五福—壽、富、康寧、攸好德、考終〔善終〕）

因為有正法，人才能判斷是非、善惡、好壞，才能不造作罪業，不會造成家破人亡，甚至於亡國。儒家也提到，「天不生仲尼，萬古如長夜」。所以，我們要護持正法，請轉法輪。

1. 護持正法 捨我其誰（◎中國—①世界中央②有佛法處）

請誰住世？請自己。人身難得今已得，佛法難聞今已聞，中國難生今亦生^註如此好的條件我們都同時具足，護持正法，捨我其誰！「登高必自

卑，行遠必自邇」^㉑。我們護持正法就是要從落實弟子規做為開始邁進的第一步。（◎註：邇——近）

大學裡有一句非常重要的教誨，只要我們都回歸到這個點上來進行思考，很多事情就一定可以慢慢促成，這句教誨就是「自天子以至於庶人，壹是皆以修身為本」。其根本就是修身，由此可知，修身乃是齊家、治國、平天下、護持正法的大根大本。修身的基礎就是弟子規，所以我們要盡心盡力把弟子規落實，如此就能「讀誦受持，為人演說」。「演」在前面，「說」在後面，當演得不好，說會出現什麼情況？有可能得到相反的效果。我們的親人可能會說：「你自己都沒做到還說我，真是五十步笑百步」，當你的親友如此認為時，我們就要勤修忍辱，要趕快反省，萬萬不可有瞋恚心，否則就會斷人法身慧命。

2. 護持正法 教學為先

「建國君民，教學為先」。要護持正法，就要先從自己、先從家庭開始落實，建立一個家庭也是要教學為先。我們從現在開始，就要把家庭的學習風氣推動起來，都要效法聖賢，如此，家庭的道德風尚就會自然而然的

地樹立起來。我們還要把家庭的學習風氣帶到公司裡，如果我們是一個公司的主管或老闆，更要以身作則。我們了解到，現代人因為失去了聖賢的教育，所以他們的思想、觀念都比較複雜，大都是隨順煩惱，心中沒有做人的分寸與規矩。團體當中首重「見和同解」，而此知見的建立，絕對是要經過長期的薰習才行。當我們具備了這樣的認知，在公司也一定要每天聽課，絕對不能中斷；一旦中斷，團體的思想觀念又會亂成一團。身為主管的千萬不可以說：「來，大家統統都坐好，好好聽課，我先出去了。」這樣會不會有效果？保證員工心裡不服，陽奉陰違，所以我們要帶頭做榜樣。

我們中心其他老師在講課的時候，我不但要坐在下面聽，而且還要做記錄。為什麼？因為我常常要講課，到上課的時候，江郎才盡還得了！所以我要比他們更認真，與他們教學相長，也由於我具有學習態度，就會產生良性循環。我告訴我們的老師說：「師長一天講四個小時，我們不能少於四個小時」，所以這次我們講課是每天講六個小時，這也是考驗自己。說出來很丟臉，年齡只有師長的八分之三而已，結果師長常常到了晚上十

點多還神采奕奕，而我們是硬撐的。但是「勿自暴，勿自棄，聖與賢，可馴致」，我們現在趕快修無畏佈施，以後身體就會逐漸好轉，如果沒有健康的身體，我們拿什麼去護持正法？

我有一次到汕頭去講課，來了四百位老師聽我講課，這些老師大都是第一線的老師，他們的學習狀態非常好。我們也深深感受到老師不是不想教好學生，而是不知道用什麼方法。我的課講完之後，很多老師都上台來說感想，其中有一位老師說：「我今天才知道德行的根是孝道，教育要從孝做起，要從弟子規做起，要從我做起。」他還把幾天的課程做了一個結論。汕頭的學習風氣很盛，我們就派老師長期到那裡去培訓教師。我知道為什麼汕頭的學風興盛，因為汕頭人特別重視孝道。我們第一次在海口主辦了五天的培訓課程，我們入住的店家老闆跟老闆娘就是汕頭人，他們就很有孝心、善心。（◎註：五欲——①色聲香味觸②財色名食睡）

3. 立足本份 做好榜樣

護持正法，在公司中就可以帶動正法的學習，做事能專一，一就能變成多。師長教導我們，無論在任何行業，都可以作菩薩。現前在律師界就

把律師做好，讓所有的同業都來學習，這就是菩薩。我們今天在企業界，就要做企業界的模範，能處處回饋社會，處處重視員工的福利，讓更多的同業起而效法。（◎註：六塵—色、聲、香、味、觸、法）

我們常常教導孩子從小要立大志，甚至可以在晚上孩子睡著了，站在他面前說：「你要做現代的范仲淹」，聽說這樣很有效果。因為有人做過實驗，他女兒生病了，就在她的床頭告訴她：「身體本來就是假的，身體都是假的，病怎麼會是真的！」一直與女兒溝通，結果隔日起來，女兒居然不咳嗽了。不過這個方法不能保證對每個人都有作用，這也要看個人的誠心、意念，甚至於還包含在家庭裡是否有人在做無畏佈施的功德。

4. 學貴力行 淨定安樂

弟子規的教誨貴在落實，而不是高高掛在書櫃上。我們一定要把弟子規的每一句經文落實在生活、工作、處事待人接物之中。師長也時常提到，經典中多次重複的經句，就是佛陀最重要的開示，而師長苦口婆心的教誨，也正是我們入道最直捷的一個重點。一個人進入佛法之門，首先要做到的是什麼？放下自私自利，放下名聞利養，放下五欲六塵[◎]放下貪瞋

癡慢。「放下」，這真的是很輕鬆、很愉快的事。

當我們起貪瞋癡慢的時候，心中會快樂嗎？非常的苦惱！這是認賊作父，認這個煩惱賊，當作父親看待。當我們有一天真正明白煩惱是賊的時候，還會繼續把煩惱當父親奉養嗎？不會！你會瞬間都不願意再見到它。就好像有個人背了一包垃圾^{ㄉㄨㄥ}，背了三十年，突然旁邊有位智者告訴他：「仁兄！你背了這些髒垃圾，還不趕快放下？」他一看：「果真是垃圾！」但是他突然又想：「可是它陪了我三十年也有感情了，又捨不得放下。」所謂是知難而行易，真正明白是賊，真正明白是垃圾，沒有人願意一分一秒要保留，都希望立刻捨棄。而這樣的決心要通過時時薰習，要通過同參道友的處處提醒。

興建大利

只要是對人有利利益的事，我們都要盡心盡力去做。這個時代成事不易，當我們看到有心人在付出，我們就隨喜功德，這都是在興建大利。我們看到古代很多善人，都願意造橋鋪路，這都是利益成千上萬的人民。當我們走在路上，突然看到路中央有些石塊，我們會想到什麼？白天可以看

到，晚上沒有路燈就很難察覺，很可能有個人在打行動電話，突然就撞到這塊石頭而跌倒。所以，我們要處處為人著想，處處與人方便，當我們看到了，就要趕快把石頭從路中央搬開，方便人們行走。我有時候路過建築工地，就看到工地上有些竹竿又長又尖，都已經堆放到人行道上了。假如有人走路的時候不專心，很有可能被這些竹竿刺傷，這是非常危險的。我們就找個有顏色的布把它綁在竹竿上，提醒過往的行人注意，這樣才不至於發生危險。

我曾經在電視中看過一則公益廣告，有個人騎著腳踏車，看到路中間有一塊大石頭時，心想事不關己，就沒有把它挪開；但他經過石頭之後又想：後面若有騎高速摩托車的人，或許會撞到這塊大石頭而受傷。這個騎腳踏車的人想到這裡，立即回轉把石頭搬開了，這種行為就是無量功德。假如騎車的人是一家之主，他這個劫難沒有躲過，將會造成一個家庭的終生遺憾。所以，我們處處為人著想，就是在興建大利。利益他人有短暫、有長遠，真正長遠的利益，絕對都是要讓大眾有正確的思想、觀念。

愛惜物命

所有的蝸ヒマ飛蠕動ヒマ註所有的動物都是有知覺的，不應該去傷害。當我們有這份仁慈之心，就能做到時時尊敬動物。

1. 尊重生命 長養善根（◎註：蝸ヒマ—蚊子的幼蟲、撓）

「愛鼠常留飯，憐蛾不點燈」。在佛法認為，老鼠和飛蛾的生命同我們人類的生命是平等的，所以我們應該尊重牠們。譬如「憐蛾不點燈」，因為飛蛾在夜晚喜光，飛蛾一看到燈光就會飛過來，假如燈光的溫度太高就會傷害了牠們。文昌帝君陰騭陰文提到註「舉步常看蟲蟻，禁火莫燒山林」，這都是在點點滴滴的言行舉止上，要顧慮到不要傷害弱勢的生命。

有位朋友常去登山，他有一個動作，我們看了很受感動。在爬山的過程中，有個蜘蛛已經爬到人行道上來了，他就對其他的小朋友說：「我們來爬山的是客人，這些動物是主人，這個又是蜘蛛的家，我們不應該破壞牠們的家庭，所以要繞道而行。」當小朋友從小就能尊重這些弱小的生命，就會長養孩子的善根。（◎註：蠕ヒマ—動●蠕ヒマ—蟲行貌）

2. 鷹知反哺 物我同心

我們也要好好學習動物的孝行，如烏鴉尚且知道反哺ウ，孝養父母。有

個獵人有一天他瞄準了一隻老鷹，正要射殺時，突然發現這隻老鷹雖然獲取到一些食物，但牠卻沒吃。獵人很驚訝：牠為何不吃？老鷹又飛走了，獵人就在那裡等老鷹回巢。後來這隻老鷹飛回來的時候，牠還帶來了一隻年紀更大的老鷹，一看就知道是牠的媽媽，這隻老鷹就叨著食物，一口一口的餵牠的媽媽吃。這個獵人本來是要射殺牠，當看到這一幕時，他自己深受感動，他的獵槍從此也放下了。面對動物我們要尊敬，更重要的是所有的生物在這個地球都是休戚與共，不應該互相傷害，應該共存共榮。我們早上起來，看到很多的小鳥在那裡啄食，在那裡歌唱，我們的內心也覺得非常的愉悅。（◎註：鷹——雄馬、定、升騰）

3. 愛惜物品 珍惜資源（◎註：陰鷹——暗中由天所定之吉凶）

除了愛惜生命，也要愛惜物品。暴殄天物，對東西浪費，與殺生的罪沒有兩樣。因為我們浪費資源，將會給未來人類造成長期的損害，這就間接影響到他們的生活，甚至於他們的生命。當我們把水源污染了，請問這個罪業有多重？太重了！有些工廠趁人不注意，把污水排放到江海，水一旦受到污染再要讓它恢復清澈，不知道要花幾十倍、幾百倍的時間和財

物。工廠主人可能都受過小學教育，如果我們在小學的教育中能把這些做人的分寸、做人的道德告訴他們，以後他們在福報現前的時候，就不會造作這種行為。

4. 慈悲心行 首在教育（◎註：縷——細長的線）

我常跟很多老師分享說：「我們要為晚年打算，假如我們不認真教學，未來的天下就是交給現在的這些學生，他們對人毫無仁慈之心，一旦掌握大權之後，他一定會說，不要理這群老頭子，讓他們自生自滅。」所以，我們做老師的、做長輩的，一定要把孩子的仁慈之心從小培養好，我們的晚年才會幸福。其實，整個人類真的是牽一髮而動全身，人類是休戚與共的，在這個時代中，任何一個地方不安，我們都有責任盡力去幫助，這種態度相當重要，因為地球已經變成一個村莊，我們要和睦相處，平等對待。對於物品的珍惜，也要從小教導孩子。朱子治家格言教導：「一粥一飯，當思來處不易；半絲半縷^カ恆念物力維艱」。我們問小孩說：「米從哪裡來的？」他說：「從廚房來的。」接著又問他：「廚房的米又從哪裡來的？」「爸爸、媽媽買的。」「爸爸、媽媽又從哪裡買來的？」「從

超市買來的。」「超市的米又從哪裡來的？」首先要感謝農民辛勤的耕作，還有很多人在這個過程中的幫助、運輸，然後父母辛勤勞作賺錢，才能買到這些米。如此尋根追底，他才知道一粒米吃到嘴裡，是多少人的付出，多少人的心血，才有可能成熟結果。我們向孩子們啓發這個問題，就是要讓孩子們感受到這個社會確實是一個互助之體。

如果父母懂得教育，就會尋找一些帶孩子外出的機會，讓他去體驗農民勞動的辛苦，面朝黃土、背朝天，不但汗流浹背，還要等好幾個月才能收成。當孩子能有這樣的環境去親身感受，他才能體會到李紳的「鋤禾日當午，汗滴禾下土，誰知盤中餼_{ㄍㄨㄥˋ}粒粒皆辛苦」這首不朽詩篇的真正意義。當孩子能具備這樣的態度，在每日用餐時，他就能從內心感謝農民的辛勤勞動及所有付出勞動的人。他用這種感恩之心來吃飯，愛惜食物，相信他就能達到人與物的資訊交流，這碗飯的結晶就會變得非常美好，當然吃下去也會對身體有利。（◎註：餼_{ㄍㄨㄥˋ}——煮熟的飯）

5. 節卦的警示

「勤是致富根，儉是持家本」。一個家庭要維繫得好，一定要節儉，

當然致富就一定要辛勤勞動，絕對沒有白得的午餐。《易經》裡有一卦叫做「節卦」，「節卦」的爻辭說：「甘節，吉；安節，亨；苦節，貞凶、悔亡」。節儉的態度還有境界之不同，雖然我們的生活非常節儉，但感受是甘之如飴，那就是大吉。當我們在節儉的同時，還要想到給孩子做出榜樣，想到我們節省下來，就能讓更多的人不至於餓死，我們用這樣的心境去節約，就會感覺到非常愉快。當我們輕物質，重精神生活，你對物質的需求自然就會逐漸下降。我們也不要立刻要求親友將食物的享受降到最低，如此，他會生煩惱，道法自然就好，等到他充滿法喜，自然欲望就會慢慢放下。在春秋時代，孔夫子非常讚賞他的學生顏淵，說顏淵能「一簞食^註一瓢飲，居陋巷，人不堪其憂，回也不改其樂」，這個境界唯有契入方能感受，顏淵能甘節，所以他體會其中的樂趣。

「安節」，在過節儉的生活時，也能理得心安，不會覺得很勉強，能保持如此的態度就「亨」，「亨」則人生、家庭會美滿順利。假如在節儉時覺得很痛苦，不能承受，那他就會去揮霍享受，所以「苦節、貞凶」。假如你看到一對夫婦很奢侈花錢的時候，就可以斷定他家庭以後的結局，

有智慧的人是能看得出來的。古人非常有智慧，他看到人的一舉一動，就可以斷言他一生的吉凶，這確實是真實不虛的。

當我們在節約、節儉的同時，也是在斷自己的貪心。我們在做善事的時候，不僅僅只是利益他人，更直接的是利益自己，成就自己的道業，成就自己的法身慧命。當我們能處處愛惜物命，就不會加以傷害，就不會瞋恨；當我們能捨財作福，真正肯「捨」就能捨掉我們無始劫以來的慳貪，利人一定利己。（◎註：簞—圓的竹器，用以盛飯）

◎什麼是愛

男女相處也要道法自然（◎註：簞食—形容貧士食少）

男女相處，事實上都是一個正常的軌跡，也就是說要道法自然，絕對不是像現在情歌中唱的那樣。但是我們現代這些年輕的孩子，他對於男女正常關係的認知從哪裡來？很多都是從這些情歌，覺得人不輕狂枉少年，好像沒有愛得要死就是沒有年輕過，這些似是而非的觀念都在影響他們。我在教小學六年級的時候，有一天我們班上一個女孩子跑過來對我說，隔壁班一個男生，昨天跟隨她一直走到她家門口，她很生氣，覺得他鬼鬼崇

崇的，所以她請我去處罰那個男學生。怎麼辦？我們當小學老師真的是什麼事都要管。因此，我們對於小學生雖然不要刻意去跟孩子們談男女的相處問題，但是我們卻要把男女相處的正常軌跡、這些道法自然的正知正覺，都要告訴孩子們。

我就走到那個男生的班級去，看看他的老師不在，我才進去，因為我不想把事情鬧得太複雜。一進去，我就把這個男生叫過來，其實他看到我的時候，內心有沒有疙瘩？有。他想我可能會罵他，但是我沒有罵他，我跟他說：「你為何這麼傻？」他聽了一頭霧水。我接著就跟他說：「哪有像你這樣追女朋友的？你看你這個動作表現出來，她是愈來愈討厭你，還是愈來愈喜歡你？」他聽完之後，若有所悟，頻頻點頭。以後這個男孩子遠遠看到我，手就舉起來：「老師好！」我仍然跟他保持很好的善緣。

這件事情發生以後，其他的同學也都知道此事，我就順水推舟告訴他們，男女相處要經過一段時期，從相識、相知、相惜、相愛到結婚。結婚以後，是不是就結束了？不是！是另外一個重要的開始，所以我們要懂得經營家庭的幸福生活。有人說：「結婚是愛情的墳墓」，這話是錯誤

的，誤導了很多人。夫妻相處是不是真情真愛，在什麼時候能看出來？看往後的家庭生活。我常說，什麼叫真情真愛，就是七、八十歲的老先生牽著老太太的手，在海灘上散步，然後老太太跟老先生說：「老伴！明天是十五，記住要吃素。」這是真情真愛，酒是愈陳愈香！

男女交往慎於始

現代的年輕人相互交往時是很輕易的、很不謹慎的，結果雙方一交往之後，才發現對方與自己不太適合，隨後就想分手。由於一開始雙方的交往沒有謹慎，到後來就很麻煩。所以，現在很多男女之間的關係，談到最後會互相衝突、互相傷害，甚至於還有很嚴重的悲劇發生，這樣的結局都是因為一開始交友時不謹慎所造成的惡果。由此可知，男女交往慎於始，才是化解家庭互相衝突、互相傷害，和防止悲劇發生的最有效方法。

謹防傳媒污染童心

我們常常聽到很多年輕人說：「現在假如沒有談男女朋友，覺得自己很丟臉」，所以很多年輕人為了要趕流行就去找異性朋友交往，這種心態會陷自己於很危險的境地。為什麼年輕人會有這樣的態度，原因何在？從

小接受這種情歌、電視節目的渲染太嚴重了。聽說現在幼兒園的小朋友都會談對象，誰跟誰是一對，誰跟誰又是一對。這聽起來很好笑，你再細想想，心裡就會感到很恐怖，因為這些污染對孩子的內心是有很大的影響。有一個小學生懷孕了，不知道男方是誰，不確定是哪一個。問這女孩子，她卻說現在沒有男朋友是很丟臉的事，這是小學生講出來的話。我們面對自己的小孩、面對學生要好好教，而且要讓孩子防止這些傳播媒體的污染，讓孩子看電視一定要選擇內容，有色情、暴力與愛恨情仇的戲，不要給孩子看，要教導孩子如何去判斷，什麼才是真正的關懷愛護別人的善心、善行。

愛是用心去感受他人的需要

「愛」是一個會意字，一個「心」加上一個「受」，才成為一個愛字，表示愛是要用心去感受、用心去付出的，而不是靠嘴巴講講的。何謂心受？就是用心去感受對方的需要、他人的需要，這才叫做「愛」。當有一個人處處都為你著想，處處要成就你，你的感受是什麼？非常歡喜，非常溫暖。假如你跟朋友也好，跟親人也好，在相互交往的過程中，大家都

覺得很溫暖，那一定是對方很懂得處處為你著想，這才是真正的愛。

愛的感覺是溫暖的

當我們懂得去愛護別人，就一定會在與別人相處的時候，我們的言行舉止讓人家的感覺是很歡喜、很溫暖的。假如你今天所交的這位朋友，或者是你所交往的這位對象，讓你每天的壓力很大、很痛苦，這時應如何做？要趕快做出抉擇，不然愈拖會愈複雜。此時你就了解到，對方可能是以愛的方式來威脅你，他說很愛你，所以你應該為他做任何事，你今天只能陪伴我，不能陪你爸爸、媽媽，就會用這種所謂的愛去要脅對方。現代的男女在交往上是否輕鬆？很多人都很痛苦。因為人不懂得如何去愛別人，不懂得如何去為別人著想，所以對於什麼是真愛，現在的年輕人確實還需要認真學習，弟子規就是教導我們如何去愛人的經典。

「愛的感覺是溫暖的」，這一點要注意，決不是像情歌一樣，愛得死去活來，那不是愛情，而是「欲」，時時想要控制對方、佔有對方。「欲」是穿著漂亮的外衣，喬裝打扮成愛的天使，你沒有仔細看清楚，就會被它所欺騙。

愛的言語是正直的

判斷雙方的愛是不是真正的愛，就要看對方的言語是不是正直的，若雙方的言語是正直的，則證明雙方的愛是真愛，因為愛的言語是正直的。這個標準絕對不只是男女之間正常關係的標準而已，也包括所有的親友不是真心的愛護你，都可以用這個標準來衡量。愛的言語是正直的，是真正為你著想的，而不是花言巧語。

我為學生講愛的時候，就把「相識、相知、相惜、相愛、結婚」這五個愛的階段分析給學生聽。假如有一個男生，第一次見到妳，就跟妳說「我好愛妳」，妳要不要相信？他從相識立刻就跳到相愛去了，這不是自然現象，一定是假的，這是錯誤的。還有的剛剛交往三天就說：「我一定要娶妳」，馬上從相識變成結婚，這絕對是騙人，都是花言巧語，言語不正直代表他一定是有所目的的跟企圖，等到他目的達到了，就把妳拋棄了。所以要會判斷對方的言語，花言巧語不能聽。

有一位朋友很有意思，她第一次和他先生見面時，她先生就說「妳的牙齒不好」，這樣的人好不好？是不是很正直？非常正直！她先生說：

「牙齒不好，咀嚼不好，消化就不好，增加胃的負擔，長期下來胃就不好」，很有推理能力，他講的是不是實話？確實如此。因為她先生和她相識時，第一次就率直的告訴她牙齒不好，她認為這個人非常正直，絕對不會講假話，以後就嫁給他了，現在他們夫妻相處得很好。所以，我們要判斷，言語要正直而不是花言巧語，朋友們向你阿諛奉承的話都不是真的，要懂得去判斷、分辨真愛與假愛。

愛的心地是無私的

一個人有愛心的時候，他的愛心是否只是對一個人而已？絕對不是，他應該是對所有人都非常關懷和愛護。很多女性都說，我的先生第一是愛父母、第二是愛兄弟、第三是愛孩子，我排最後。其實她講這話時，內心還是很安慰的，因為先生懂得孝順父母、友愛兄弟，他對人的愛心、關懷、情義都是真的。妳陪伴了他幾十年，他對妳的這種情義就會愈來愈深。愛的心地是無私的，愛的時間一定就是天長地久的。

愛的行為是成全的

隨喜別人的愛心、支持別人的善行，就等於成全了自己的愛心、善

行。譬如當你在孝順父母、對別人很有愛心、落實聖賢教誨的時候，他一定會從內心裡讚歎你，甚至於幫助你，這樣才是真正的愛。假如有一對年輕人在交往時，男的對女的說：「我難得放假，你今天就陪陪我，別回去陪妳爸爸、媽媽了。」這樣的男人是否可以交往？很危險，不能輕易交往。假如妳要回去孝順父母，他一聽就很歡喜的說：「趕快回去。」甚至於他還會說：「我陪妳回去。」這樣的男朋友就值得相識、相知、相惜、相愛、結婚。為什麼現在的年輕人都不敢帶對象回家，原因在於父母都有人生的閱歷，一看到他的言行舉止，像照妖鏡一照，就會原形畢露。所以，現代年輕人都很怕見長輩，因為內心德行不夠。

當對方有這些善的想法時，我們要隨喜他，這樣彼此之間的感情，以及彼此之間的認同感就會愈來愈和諧。有一位朋友，他的妹妹在夏威夷工作，由於她那段期間身體不舒服，經濟滑落下來。哥哥知道了妹妹的情況之後，就立刻要把他兩年多來的積蓄全部匯給妹妹。他能這樣做，誰最歡喜？他的父母最歡喜。兄弟姐妹友愛，是父母最放心的一件事。他的太太知道了，很歡喜的幫他把這個錢匯過去，成就先生這種友愛妹妹、兄友弟

恭的德行，還當面跟先生說：「我很佩服你這麼做。」她處處看到先生的優點，所以夫妻相處很和樂。當我們的生活伴侶所做的都是非常好的事，一定要全心全力支援他，因為「愛的行為是成全的」。夫妻相處都遵循道義，家庭的後福一定無窮。

●什麼是富 富在知足

什麼是富？很多人都會認為有錢就是富。這個答案為什麼這麼標準？這是受了誰的影響？我們要正確的引導孩子，富的含義絕對不是錢很多，真正的富在於「知足」。假如孩子在生活上不知道滿足，縱使錢再多，他也不會覺得快樂；一個人真正知足，他的內心就常常會覺得很快樂，知足者才能常樂，所以真正的富在於知足。人的欲望只要一打開，就很難收回來，所謂「欲為深淵」，這個深淵踏下去就深不見底。所以，我們不要羨慕虛華的人生，應該追求真實、知足才是真正的富。當我們能這樣去引導孩子，孩子這一生就會懂得知足常樂，才不會成為物質的奴隸，才不會崇尚虛華。

欲是敗家亡國因

在古代，楚王很喜歡腰肢纖細的女子，結果宮中的女子很多都餓死了。上有所好，下面的人就會投其所好，因此，所帶動的就是錯誤的風氣。家長帶錯風氣，家會垮；國君帶錯風氣，國會垮。所以，「一家仁，一國興仁；一家讓，一國興讓；一人貪戾，一國作亂」，一個國君假如貪愛錢財，最後的下場很可能是跟人民發生衝突。古代紂王寵愛妲己，其實在紂王那個時代有沒有賢臣輔佐？有！當朝很多賢臣，都是很有學問的。其中有一位叫箕子，箕子見到紂王的行為，他立刻就想，商朝保不住了。古代讀書人都可以見微知著，看到一些細微之處，就能預知結果。

箕子看到紂王送給妲己一雙象牙做的筷子，就斷定商朝要滅亡了。我們會說：「有如此嚴重嗎」？我們細細來推敲一下，當妲己拿著象牙筷子，請問她會用什麼酒杯飲酒？可能是犀牛玉杯。當她所配用的是犀牛玉杯，她又會使用什麼樣的盤子？很可能是用金銀打造出來的盤子。若是用金銀打造出來的盤子是不會盛豆腐青菜的，所盛的一定是山珍海味。試問，她是否會穿T恤衫吃山珍海味？不會！她會穿著綾羅綢緞，吃著山珍

海味，住豪華的宮殿。然而這些都需要錢，錢又從何而來？對人民不斷的壓榨，掠取民脂民膏，到最後人民一定會起而與之反抗，所以一人貪戾，一國就作亂。古代賢哲們確實很有智慧，懂得抽絲剝繭，看出往後不好的影響。

商朝被周武王推翻了，古代這些起義軍的君王，事實上也都很仁厚。他把商朝滅掉，沒有對商朝的子民、對紂王的子孫進行殺害。而是特別賜給紂王的子孫一塊領地，讓他的後代繼續在那裡生存。周朝因為有這樣的胸襟，也很快贏得天下人的歸順。

當為人父母愛好的是名是利，這對於一個家庭而言，也是很不好的影響。世間人說，人生的目標就是在追求富貴，人生忙忙碌碌就是要享受富貴，他究竟有沒有享受到真正富貴？現代人的人生都被誤導了，我們去看市面上的書籍，那些寫如何賺進生命的第一個五百萬、第一個一千萬這些書都是暢銷書；而如何把夫妻關係處好、把孩子教育好的這些書，相比之下卻很少有人問津。所以，人的專注點都在錢，覺得一有錢人生就很快樂，殊不知：欲望一打開，見不到底，欲是深淵。

沒有智慧 錢是禍患

很多人覺得有錢就是富，其實愈有錢愈擔心錢會變小。譬如看到別人有五千萬，他才一千萬，會覺得自己很窮；等自己有五千萬，又看到別人有一億，他又覺得自己很窮。這樣的人有沒有富？當他不知足，再有錢，他也會覺得很匱乏。

我曾經接觸一些企業家，他們說企業家假如沒有接受聖賢教誨，這一生真的是窮得只剩下錢而已。當人生有錢而沒有智慧，錢可能會變成禍患。你有錢之後，外面又常常遇到種種誘惑，可能會因為錢，就開始糟蹋自己的人生。

企業家的四種命運

1. 勞心勞力

第一種情況是勞心勞力，每天工作很努力，超過八個小時，甚至十個小時，正值中年卻突然發現自己得了癌症，或生了重病；辛苦了一、二十年，最後什麼也帶不走，這就是勞心勞力。他躺在醫院，心裡是否快活？不快活！「我賺了大半輩子的錢都花不到，太太還很年輕，不知道這麼一

大筆財產會到哪個男人的手裡？」想到就會捶胸頓足。這個結果好不好？不好！但是現在有很多人，確實在往這裡面衝。

2. 鋹鐺入獄

第二種情況是鋹鐺入獄，有些人在賺錢的過程中常常鋌而走險，觸犯了國法。我從北京坐飛機回來，在飛機上看到一則新聞，就是俄羅斯的首富現在變成了階下囚，他還很年輕，只有四十歲左右。所以，人生絕對不能貪婪，應該誠信去經營事業，老老實實去付出，相信會有很好的回報。所以，要教育孩子往後不要鋌而走險，更重要的是從小教導孩子要「物雖小，勿私藏」，教導孩子要廉潔守本，這才是做人的根本。

3. 失去健康

第三種情況是失去健康，有很多人為了賺錢，根本不顧自己的身體，都是通宵達旦的忙於應酬，結果是錢賺到了，而身體也毀壞了。當一個人中晚年身體不好，他還能坐享其福嗎？可能一輩子或後半生都要跟藥物為伍，這樣也不是好的人生。

4. 家業事業圓滿

能將事業與家庭兼顧的企業家，才算是完美成功的企業家。我認識一位長者，我叫他盧叔叔，他曾經是雅馬哈的總裁，手下員工有八萬人，是一個相當成功的企業家。他做事很有原則，星期日會把所有的應酬都推辭掉，一定要陪太太跟孩子一起吃飯。他堅持這樣做，所帶給妻子跟子女的感受是什麼？溫暖。當爸爸的、當先生的如果非常在乎家庭，這個家庭的凝聚力就很強。當我們認知到家庭的重要，自然而然就會積極去呵護家庭，事在人為，絕對不會找藉口說人在江湖，身不由己。只要你有堅持，身旁的朋友自然會隨著你的原則去調整。

財富是果報 真因是佈施

我們必須要知道財富的真正原因，與什麼樣的人生才能得到財富？不然可能一輩子都在賺錢，但是一輩子也沒有剩下多少錢。俗話說：「命裡有時終須有，命裡無時莫強求」，生命中的財富，絕對不是你去爭就可以得到的，我們要知道如何去種富，才能收穫財富。得到財富的真正原因，就是要多行佈施，多為社會付出，自然財佈施就能得到財富。香港的首富李嘉誠是汕頭人，他每年所捐獻的款項都非常大，都是捐獻公共設施回饋

鄉里。(◎註：蠹——吃木頭的蟲◎蠹——用瓠做的瓢)

在古代，中國的財神是范蠡，俗名陶朱公，他是春秋、戰國時代的人。范蠡跟文種一起輔佐越王勾踐恢復了越國。後來范蠡跟文種說，越王勾踐可以共患難，但是不可以同富貴。范蠡很會看人，會看人很重要，不會看人可能一輩子都得不到好的結果。文種不會看人，他看到榮華富貴來了，怎麼可以把現在的富貴捨棄？不願意！後來，果然越王勾踐賜文種自殺。而范蠡帶著西施離開了越王勾踐，改名換姓叫陶朱公，他到了江南一帶開始做生意，范蠡從小生意開始做起。做了沒多久就發了大財，范蠡馬上把財富統統捐獻出去，然後又從小生意做起，過了幾年又發財了，他又把錢全捐給貧窮困苦的人，之後再從小生意做起；後來范蠡的財富愈來愈多。這段史實，歷史上記載叫做「三聚財，三散財」。

人能有財富，真正的原因是他懂得將財佈施出去。范蠡的做法和成就，也是謹遵聖賢教誨的善果。大學提到「財散則人聚」，當我們把財散出去的時候，什麼聚過來了？所有人對你的愛戴，人心都向著你，無論你做什麼生意，他們都要來買你的，來支援你，因為你贏得的是人心。不

是說財散出去就沒有了，不是看不到就是沒有，它無形中的影響力只要遇到緣就會起現行。富有因、有緣才會結果，「因」在於財佈施，「緣」是你的努力、加上貴人相助、加上機會來了，自然而然就會結出財富之「果」。所以，經營人生的財富，一定要如理如法去經營，不然，你一生的努力最終可能都是枉然。

人生有捨 就有得

我的姐姐懷孕以後就把公職辭掉，很多親戚朋友都覺得很可惜。連她的婆婆也常常跟她說：「你去工作，我來幫你帶孩子。」但是人生有捨有得，她辭掉公職就在家待產做月子，到後來小孩都是自己帶。姐姐辭掉工作以後，就是姐夫一個人賺錢，但是愈賺愈多。為什麼會愈賺愈多？因為姐夫給姐姐的錢，姐姐常常會拿來給我，她說：「我一個人在家帶孩子也沒什麼用，幫我拿去印經書，做些善事。」姐姐懂得幫助先生佈施財，所以她的先生愈賺愈多。有一次，他們夫妻一起出去買東西，剛好遇到大賣場開幕可以抽獎，第一特等獎是一台轎車，我姐姐也參加了這個抽獎活動。沒過多久，大賣場打電話來說：「蔡女士！你抽到了一台轎車。」所

以，要懂得佈施，要懂得種財佈施的因。

對於物質的東西，我們不是不需要，而是夠用就好。真正的富在於知足，知足者富。無量壽經說：「無田憂田，無宅憂宅，眷屬財物，有無同憂。」人不知足時，會覺得自己很窮，就一直在追求。「世人共爭不急之務」，所有追求的東西都帶不走，而且在追求的過程中又造了一身罪業，非常冤枉！

●什麼是貴 人敬則貴

什麼是貴？一般孩子認為官做得很大叫貴。真正的貴人，是讓人從內心尊敬你，那才是真正的貴。古代諸多帝王中，您還記得幾個？這種貴是過眼雲煙。但是假如你今天走進林則徐紀念館，你會肅然起敬；你今天走入孔廟，你絕對會恭敬瞻禮^禮。假如你今天見到的是唐朝的某個皇帝，你也不會敬他，當然唐太宗你要敬，因為唐太宗不只是有權貴而已，他還幫助中國人做了很多不朽的事業。所以，真正能讓人敬重的，一定是那些真心利益別人、全心全意為人民服務的人，而且人民對他們的這種恭敬會超

越時空，孔子、范仲淹就是這種真正的富貴之人。

做官之人，當他得到權位時，最重要的是要做哪件事？他要全心全意為人民、為員工謀福利，絕對不能利用權位去壓迫別人，甚至於為自己謀福利。假如是這樣的長官或領導人，等他下台以後會有什麼結果？所有的人都會唾棄他。貴的真正意義是「人敬則貴」，每個人見到你都心生歡喜，都從心裡尊敬你、佩服你，那才是真實之貴。

當我們有機會做公司、做政府的領導者，我們應該提起的不是權勢，而是本份。為人領導者更重要的，應當時時念著如何帶領員工創造更好的生活，不只是在經濟方面要帶領員工，在精神方面也要跟員工一起成長，當你有這樣的定位時，相信你的員工會很尊敬你。當政府的領導人責任很重要，因為每一個決定的影響層面都非常大。所以，處高位者更應該戰戰兢兢，謹言慎行，因為一言一行所帶動的影響面很大。當你能處處為下屬、為人民著想，當你離開這個位置時，他們一定會感謝你的恩德，對你還是一樣的愛戴，絕對不會是一朝天子一朝臣。

敬人者人恆敬之

人是不是一定要有權位的時候才能有貴氣？才能讓人家尊敬？並不如是！孟子說：「愛人者，人恆愛之；敬人者，人恆敬之。」在新加坡有一位許哲女士，今年已經一百零六歲，她每天只吃一餐，她在飲食方面的欲望很低。欲望很低是不是強迫自己忍出來的？不是！人都說每天最少要吃三餐，有的還吃四餐、吃五餐。吃飯實在是浪費時間，你是否有此感覺？人為什麼要吃飯？因為消耗很多能量，所以要吃很多飯。人的煩惱愈多，需要的食物就愈多；煩惱愈少，需要的食物就愈少。

許哲女士吃得這麼少，那是當然的，因為她煩惱很少，她不為自己謀私利，只想著如何幫助別人，所以煩惱輕，智慧長，自然而然就不需要那麼多的食物。從許哲女士身上，我們也可以體會到，當初顏淵跟孔夫子學習的時候，顏淵是法喜充滿的，所以顏淵才能達到「一簞食，一瓢飲，在陋巷，人不堪其憂，回也不改其樂」的境界，這是一般人都受不了的生活狀況。一個人的精神層面在提升，他對於物質的需求自然就慢慢地放下，就減少了。

許哲女士不僅吃得少，而且她沒有買過衣服，她穿的衣服都是從垃圾

堆裡撿的。在她看來，很多人把舊衣服扔到垃圾桶，她覺得很可惜，於是就撿回來穿。她穿這些衣服，除了惜物之外，還有一個很深的含義，因為她一個人還要照顧幾十位老人，都是她親自登門把一些生活用品，吃的、穿的送給這些物質比較貧乏的老人。假如她身上穿著旗袍很高雅，提著一包白米走過去，那接受她照顧的老人一定會覺得有壓力：我會不會弄髒她的衣服？所以，當她穿得跟他們一樣的時候，對方就會倍感親切。

當她來到這些老人的家裡，我看到他們見到許哲女士的那種歡喜雀躍的表情，就好像見到自己的親人一樣。所以，新加坡尊她為國寶，不只是新加坡人尊敬她，世界很多國家也邀請她去演講，對她非常尊敬。我說許哲女士才是真正的富貴之人，這樣的富貴是很有意思的，她的人生也過得非常充實。當我們的生活是這樣的富貴，你的孩子也會朝著正確的方向去經營他的人生。

要做真正富貴之人

人本是清清白白、自在自在的來到這個世間的，何苦要沾染上這些名聞利養、五欲六塵，太不值得了。真正的富貴不在於社會地位，誰是真正

的富貴之人？答案就是我們的師長。既然師長已經給我們做了這樣好的榜樣，我們也要「勿自暴，勿自棄，聖與賢，可馴致」。

我曾經聽到一則公案，就是一位禪宗祖師，他的母親過世了，他就把母親背到山上準備火化，可是所有的鄰居看到以後，都對他的行為非常不滿，覺得他很不孝順，何以這樣草率就把母親的屍體處理掉？結果這位禪師就對鄉親們說：「一人得道，九祖生天，否則諸佛妄語。」說完之後，就把母親火化了，突然他的母親現天人相，升天而去。所有的鄰居看到這個瑞相，個個轉怒為喜。當我們真正念念為大眾，真正做個富貴之人，不只有自己成就道業，還會讓祖宗都得到利益。

◎周朝為何能享國八百年

學好弟子規，就能挽救世界、挽救家庭。現代的家庭狀況如何？家家有本難念的經。在複雜的事情中，只要會抽絲剝繭找到綱領，其實問題都不是很大。周朝為什麼可以綿延八百多年，原因何在？聖賢的教育。

以孝治天下

讀歷史能鑑往知來，周朝就是將孝悌的基礎做得非常紮實的王朝，至

今仍然能指導我們齊家、治國、平天下。周文王對他的父親王季非常孝順，周文王是真正做到了「晨則省，昏則定」。他每天早上、中午和晚上都要去給父親問安，看到父親身體很好，他內心很歡喜；看到父親身體不適，他就覺得很難過。父親每天三餐的食物，他都要親自去查看，看看溫度是否適中，唯恐太熱了燙著了，太冷了吃不下去。

偉大的人都是把做人最根本的事情做到最好，然後會感動全國人民。當一個君王能如是做時，全國人民會如何？孝是一個人的性德，只要君王做出孝道的表率，就會觸動全國人民這一份本善之心，所以人民就會效法。周文王的兒子周武王，也是繼承了父親的德行跟志向，當文王生病的時候，周武王每天陪伴在側，連帽子都不解下來，一直這樣侍奉父親。父親一餐不吃，他也吃不下；父親吃了一餐，他就陪父親吃一餐。確實念念都為著父親，如此陪伴了父親十二天，父親的病就好起來了。我相信除了藥物之外，更重要的是周武王的這份孝心，讓他的父親非常的寬慰。所以，周朝是以「孝」治天下。

一個家族能這樣盡孝，就帶動了一個國家的孝道。大學說：「一家

仁，一國興仁。」一個家庭都是仁德之風，則一個國家就能興起仁德的社會風氣。所以，帶領一個國家，帶領一個團體沒有想像中那樣複雜，只要能從自己修身、齊家做起，自然而然能治國、平天下，使團體興旺。

以悌治天下

周文王的父親是王季，王季有兩個哥哥，一位是泰伯，一位是仲雍，他們三個兄弟都是太王所生，太王是周文王的爺爺。太王看到自己的孫子文王，心裡很歡喜，覺得文王一定會是一個很好的領袖。文王的大伯泰伯、二伯仲雍，一看到父親的這個眼神，就知道父親想傳位給弟弟王季。為了讓父親往後傳位時沒有掛礙，所以泰伯跟仲雍兩個兄弟就到山上再也沒有回來，他們這樣做的目的就是讓父親太王能直接傳位給王季，王季又直接可以傳位給文王。

泰伯跟仲雍的這種行為成全了什麼？成全了父親，也盡了他們的孝心。而對於兄弟，他們是可以將財富捨掉，甚至於把最高的權位也能禮讓。這種做法不只是兄弟之間的互相禮讓，更重要的是成全了周朝八百年的盛世，也成全了整個社會的禮讓風氣。家庭的紛爭減少，社會的紛爭自

然減少。因為泰伯和仲雍的這種做法感動了千千萬萬的人民，不僅感動了當時的人民，就連相隔了兩千多年後的我們這些學生，也能感受到泰伯跟仲雍的這種德行。因為上一代做出了好榜樣，傳給下一代也會繼續保持下去。周公的哥哥是武王，他們兩個都是文王的孩子，兄弟也非常相愛，非常和睦。武王那時在生病，很可能會去世，周公寫了一篇文章，然後在神明面前，在太王、王季、文王的靈位面前起誓，周公說：「捨我的壽命轉給我的兄長，讓他能繼續安定天下」，這個誓言講完之後，這一卷文章就放在他們祭祀祖宗的太廟裡面。沒有過多久，武王的身體就好了，中庸說：「至誠如神」，確實感得武王身體就好了。

武王去世之後，就是成王登基，周公就輔佐成王，教導成王，結果天下太平。這時有些別有用心之人就開始散播謠言，說周公想篡位，周公聽到這樣的謠言之後，為了不讓他的姪兒為難，自己辭職到山東去居住了。有一天，成王在走路的時候，看到天上又是風、又是雷，就感覺到一定是他有一些做法不恰當，上天才有這些異象產生。於是，成王就到太廟去祭祀，然後發現了周公的這篇祈文，就把它打開來看，看到周公為了祈求

他自己的兄長武王能延壽，句句都寫得情真意切。成王看完之後，內心非常地感動也很慚愧：這麼好的叔叔，我居然還讓他到偏遠的地方去。所以，成王親自去把周公請回來，讓周公制禮作樂^禮，致使周朝逐漸地興盛起來。

周公這種對兄長的誠心，不只讓他的兄長能延壽，他這分兄友弟恭的精神，還傳承給了他的後代子孫。傳家最重要的是什麼？孝悌。論語說：「孝悌也者，其為仁之本。」修道之人就是要修仁慈之心，而一個人的仁慈之心從哪裡開始做起？從孝與悌做起。留多少錢給子孫，子孫未必能受益，而讓子孫後代承傳孝悌的德行至關重要，如此子孫後代才能得到真實的利益。

以仁治天下

周文王以仁慈之心贏得民心。有一次，在一個建築工地上，施工人員挖出了一些白骨放在旁邊，周文王看到了之後，對這些白骨非常地恭敬，立即就為這些白骨舉行很隆重的祭祀活動，然後再將這些白骨埋好。旁邊的人看了很受感動，他們都說連死文王都不輕慢，都這樣恭敬，可想而知

知，對於活著的人必然會盡心關懷，愛民如子。所以，周朝很快就以仁慈之心統一了天下，而且造就了中國歷史上享國年代最長的一個盛世，周朝綿延了八百年之久。

◎孔門為何能綿延二千多年而家風不衰

一個家庭有孝悌可以綿延多久？在中國歷代聖賢中，孔老夫子的德行最好，他的德行也感化了世世代代的子孫，所以他的家風兩千多年不衰。假如今天突然你得到一個消息，你是孔老夫子的後代，你是否會覺得今天跟明天絕對不一樣？突然會覺得我不能丟孔老夫子的臉，無論走到何處，言語、行為都會很謹慎。所以，德風可以影響如此之長久。

【二、學習篇】

◎教孩子懂得學做仁人君子

君子有九思

做人，首先要學會做君子，如何做君子？夫子在論語裡提到君子有九思：「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」。

視思明

「視思明」——就是我們所看到的事情，都能清清楚楚的了解到是什麼因所造成的結果，是什麼道理才會呈現這樣的事相。師長參加聯合國的會議，會上師長問他們：「要解決世界的衝突，國與國、團體與團體的衝突，請問這些衝突的原因究竟在哪裡？」師長如此一問，這些與會的專家有沒有答出來？答不出來！就像我們問家長：「孩子自私自利是結果，因在哪裡？孩子不好學是結果，原因在哪裡？」

師長接著告訴他們，衝突在「家庭」。夫妻之間衝突了，孩子從小就在這樣的環境中成長，怎麼可能有健康的人格？必然是自私自利。接著師長又提到，家庭還不是真正的根本，根本在哪裡？自性跟習性的衝突，就是利己與利人之間的衝突。當人的存心都是自私自利，自然而顯示出來的就是競爭、鬥爭與戰爭；當人的念頭是仁慈之心，處處為人著想，能有如此的存心，世間所有的衝突、戰爭就不會產生。唯有從因上下手，才能徹底解決問題。

世界的局勢如此，家庭的狀況亦如是。當發現孩子跟我們距離愈來愈

疏離，我們一定要想，為什麼會是這樣的結果？是不是我們關心得太少？如果我們的人際關係處得不好，絕對不能把責任推卸給他人，一定要回過頭來想：「是我哪裡做得不好，才會呈現這樣的結果」。當我們都能把原因找出來，就會愈活愈明白，要學習做一個明白人。

聽思聰

我們要從他人的言語中，聽出對方的需要。譬如母親打電話來，雖然沒有叫我們回家，但是在語氣當中，可以聽出來她很想念孫子，很想看看我們。這時我們要「聽思聰」，聽出弦外之意，不等父母開口，就要主動回去探望父母。當我們聽出這個團體已經出現是非人我，就不要捲入。甚至於我們在與人交談中，能聽得出來他現在思想、觀念有哪些瓶頸，這一點也要訓練自己。

我們也要聽出一個人的困惑或執著^{執著}。曾經有一個老師，他聽完我們的課之後很感動，他說在沒聽我講課以前，他的思想很消極，有自殺的念頭。五天聽下來，他也有些人生體會，知道人生的方向，他說：「蔡老師！像你們這樣才能為社會做這些事，我們都不行！」是不是不行？不

是。其實他在學校教書跟我們做這個事根本沒有兩樣，假如他教書幾十年，能教出兩、三個范仲淹，四、五個曾國藩，那他功德無量無邊！人都有遇緣不同，只要在遇到的緣當中盡心盡力，都是功德圓滿，不相上下。

我跟這位朋友講到：我們就像面對著大海，只要我們把這一滴水融入大海，就跟大海無二無別；我們不要像這一滴水一樣站在旁邊觀看，「你好大，我好小」。這是「聽思聰」，聽出來別人的分別，我們就能引導他放下這個分別，融入整個世界一片的真誠、一片的慈悲、一片的清淨之中。

色思溫

「色」是指我們的容顏，我們的臉部表情。假如臉色看起來是苦瓜臉，給別人留下來的第一印象就是怪怪的。聽說嘴巴翹起來的人會比較有錢，嘴巴凹下去的會比較沒錢，所以人家說，看人的面相就知道他所遇到的是福氣、還是禍患，有沒有這種傾向？有！原來業障有人引，是引來善業，還是引來惡業？關鍵在你的心。俗話說：「禍不單行」，為什麼？我們遭了禍以後，心就愈來愈消極，當然惡緣都來了。所以，轉念很重要，

相由心生。

經教也談到「面上無瞋供養具」，我們時時歡喜待人，就是在廣修供養，你在無畏佈施，不會讓人家起煩惱。「面悅藏德」，一個人的面容常常很喜悅、很歡喜，那是德行的流露。當我們進佛寺山門，首先要學什麼？彌勒菩薩笑口常開。當然你不要從今以後看到每個人就一直笑，過與不及，要謹慎。「色思溫」也要符合中庸之道，不可太過，就是不可太詼諧，也不可太嚴肅。

論語提到學生覺得夫子「望之儼然，即之也溫」，就是遠遠看起來很有威嚴，親近的時候覺得夫子很好相處，這就做到了色思溫。這其中的尺度如何去把握，我們可以在生活當中歷事鍊心。當你的新朋友過來跟你說：「我怎麼看到你就覺得很親切」，這樣你的「色思溫」就修得不錯。假如新朋友說：「好像是我欠了你的錢一樣，臉色真難看」，這時你就要修正一下自己的表情，因為言語還沒有互動、溝通以前，實際上已經在交流了。

記得我第一年教書，是到一個客家村莊去教。我不會講客家話，所以

怕跟家長有距離感。我的幾位同事已經有小孩，每天早上他們還要趕來當導護，送這些孩子進學校，他們比我忙很多。我們要廣修供養，要行佈施，就要給同事方便，又給自己佈施大眾的機會，還可以拉近同事間的距離，一舉數得，何樂而不為！那時我住在學校，星期六、日才回家，我就歡歡喜喜幫助他們做導護。

我站在學校門口就開始修佈施、修持戒、修忍辱，車子開過來了，我就主動去幫孩子開車門。開了車門，很多孩子們的書包還沒有背好，我順手幫他拉好。我雖然跟學生的父母在語言上沒有交流，請問學生的家長看到這一幕會有什麼感受？距離就開始拉近了。有些家長第一天騎摩托車來送孩子上學，面無表情。當他載到第三天、第四天，我還沒說「早上好」，他們已經說「老師好」。所以，人與人之間，我們要懂得伸出友誼之手。

有一天，一個學生來找我說：「老師！我跟你說一件事，你不要生氣。」我說：「什麼事？你說吧！」他說：「我媽媽覺得你好像在選議員，好像去跟人家拉票，你好！你好！你好！」這是「色思溫」，我們的面容就

是人際關係的第一步。

貌思恭

「貌」指的是我們所有的肢體語言，表現出來給人的感覺，要很恭敬，不要粗魯，不要急躁，否則會給人壓力。在儒家的教誨中說到「威儀三千」^①都是讓我們能「貌思恭」。如何讓自己的舉止、行為謙恭謹慎，從何處下手？我們有一個朋友說，他學了弟子規以後，只要是第一杯熱茶一定是端給媽媽喝。他的同學常常到他家作客，有時他剛好走到旁邊去，他的朋友就拿起壺來倒茶，他的朋友第一杯也送給誰？也送給他媽媽。所以，德行的感化是潛移默化的，我們在家中就要不斷訓練對長者的恭謙，對他人的恭謙。

而心行一如，當我們的心時時能真誠、清淨、慈悲，行為就會與之相應，言語、行為在無形中也會愈來愈緩和，愈來愈溫柔。

言思忠

言語一定要中肯。「忠」是會意字，一個「中」，一個「心」，代表心不能徇私，不能偏頗。當我們的言語徇私、偏頗，朋友、親人聽起來就

不敢苟同，所以言語還是要廓然為公，一定要以公正、公平的心態來發言才好。只要言語、行為有徇私，到最後一定會有怨對，會有怨恨產生。所以，言語，我們也要忠誠。

事思敬

「敬」字與「恭」字互為表裡，敬在內心，恭是表現於外的行為。對於我們該做的事情，答應別人的事情，一定要非常恭敬地去完成，所謂「受人之託，忠人之事」，要做個有信義之人。我們答應別人的事唯恐會忘記，一定要記下來，這樣才能表現出我們對待任何事情的謹慎態度。信義除了言出為信之外，對於五倫的本份，五倫的道義、恩義，不等對方要求，我們也要盡心盡力去做，這才是「事思敬」。

疑思問

有疑惑要懂得求教於人，而求教於人一定要問對了人。但是一般人在問問題時，往往都是問一些可能會認同他自己想法的人，這樣可能就無法得到中肯的勸誡，因此，一定要問真正有道德、有學問的人，才能幫助我們解答疑惑。親近仁者首先要虛心受教，自己先要歸到零位，也就是先

把杯子裡面的水倒空，慢慢把道理聽明白，很多疑惑就會迎刃而解。千萬不要還沒有開始聽課，就已經把十個疑惑、二十個疑惑都排好了，果真如此，就是胡思亂想，到時一邊聽課、一邊還在想問題。

當遇到疑惑無法解除，我們可以「心有疑，隨札記」，先記下來，遇到適當的時機趕快請教，「就人問，求確義」。我在跟師長學習的過程中，也沒有機會請教發問，但很奇妙的，每次心裡有些疑惑，或者生活中有些無法解決的問題，只要觀看師長講經，不超過十五分鐘就會迎刃而解。為什麼？第一是我們恭敬的用心受教；第二是師長的言語是自性的流露，當我們能用心去領受時，我們的自性也會被喚醒，心量也會拓寬，心量一拓寬，本有的障礙自然就破除了。其實這都是因為自己的分別、執著執著所障礙，只要把分別、執著放下，問題就不存在了。開始學習的前兩、三年都是如此，屢試不爽，後來慢慢就掌握了聖賢教誨的綱領，就在歷事鍊心，而且是不怕念起只怕覺遲，當念頭一起，立刻能觀照就能轉念。我們沒有太多時間在自找煩惱，有太多的正事要我們去做。

念思難

「言語忍，忿自泯」，一定要掌控好情緒、脾氣。俗話說，能控制情緒才能掌握未來，假如我們的情緒、脾氣掌控不了，很多事可能都在盛怒之下而搞砸了。「一念瞋心起，火燒功德林」，「一念瞋心起，百萬障門開」，這個怒氣就把我們所有的善根都遮住了，不只傷了自己，瞋恨的言語一出去，也傷了交情。所以，三年交情可能一語寒心，溫情就全部失去了。明白憤怒之後難以收拾，就要趕快節制自己的憤怒。

如何節制憤怒？要歷事鍊心，當你快要發脾氣時，一看到那個人就受不了，怎麼辦？這時不要勉強，先緩和一下，離開現場，「對不起，我去上廁所」。然後趕快出去深呼吸，但是你出門的時候不要把門關得很大聲，進退之間，可以視情況而定，不可勉強。

見得思義

「君子愛財，取之有道」，你所要獲得的任何東西，要想到應不應該收，是否合乎道義、人情、國法，假如不應該就不可以接受。禮記也提到，「臨財毋苟得，臨難毋苟免」，古代讀書人都是「三綱實繫命，道義為之根」，面對現實，提起來的都是道義，而不是財富，不是生命，可以

殺身成仁，捨生取義。

有個人墮到閻羅王那裡，閻羅王覺得他為富不仁，這麼有錢還聚財，不佈施給別人，造成很多人餓死，罪業很重，太愚癡了，要判他到畜生道。結果這個人跟閻羅王說：「閻羅王！你可不可以讓我當母狗」？閻羅王就覺得很納悶：「為什麼你一定要當母狗」？他說：「臨財母狗得，臨難母狗免」。你看他到了閻羅王那裡，貪心還是放不下！

辨仁

「仁」是個會意字，意思是兩個人，一個代表自己，一個代表他人，想到自己就要想到別人。「己所不欲，勿施於人。己所欲，施於人。己欲立而立人，己欲達而達人。」處處都能以同理之心去感受他人的需要。

1. 仁德之人存心仁厚

有一天，我們跟著楊老師去買水果，一位老人推著一車的水果，楊老師就買了一些明後天不吃就會爛掉的香蕉。我們一看覺得很奇怪，一般人都要挑好一點的！回到家裡，楊老師就說：「這個水果再不買就壞了，就糟蹋了，老人家也就沒錢可賺，我們既然要吃，就不要浪費。」我們可以

從很多小事中，去觀察有德有行之人的存心，我們要善學，才會有所收穫。

有一次我們在北京舉辦演講課程，到第四天楊老師從山東趕過來，坐了好幾個小時的汽車。但是老師一到北京立刻就趕到上課的地點，那時已經是晚上八點多了，這也是長者對我們晚輩的關愛，來看看我們，也去看參加課程的同學們。這些同學見到楊老師很歡喜，就打了招呼，老師跟他們說：「我們這幾天的課程，假如老師們講得不好，你們一定要幫我們提意見，多批評。」老師又說：「這幾天吃飯、睡覺，假如安排有不妥之處，請你們要提出來，我們立刻改進。」最後又說：「上課很辛苦，你們要好好休息。」老師提出這三點，確實處處是替人著想。所以，我們要效法學習，從每次與人交談當中，在言語、行為上都要考量到他人的感受。

2. 仁德之人以身作則

楊老師在北京時，她的生活非常有規律，都是早睡早起，兩、三點睡，六、七點起床。有個同參很年輕，剛好有機會要到大方廣去服務，臨去之前，師長告訴他一句話說：「楊老師假如兩點睡，你就不能在兩點之

前睡。」這位同仁去了以後，也相當勇猛精進，真的跟楊老師不相上下，很奇怪他也不累。確實，忘我的工作氣氛無形中會影響每個人，而最重要的是楊老師做出榜樣給我們看。

海口有位朋友，他本來是個比較懶散的人，結果調去北京工作之後，每天也是七、八個小時都不用休息。他自己也覺得很奇怪，為何到那裡工作，他的整個細胞、神經都調動起來了？確實一個團體的領導人至關重要，如果我們是一位領導者，一定要身先士卒，以身作則。

我到台中蓮社參觀李炳南老師的紀念館，在紀念館的玻璃桌裡看到一支教鞭，第一個念頭是李老師拿來管教學生用的教鞭。旁邊的人說：「不是！那是有一次李老師在上課，下面的學生有點吵雜，下課之後，這些學生感到自己有過失，就拿著一根棍子到老師面前說：『老師！學生不好學，希望老師管教』。」李老師馬上把這支棍子握在手上，往自己的身上打，他說：「是我沒有德行，是我教得不好。」學生都覺得很慚愧，就把這支棍子保留了下來，時時提醒自己，對老師要恭敬，上課一定要專心。所以，有德行的人時時都是自我反省，時時都是為人表率。

李老師有一句詩寫到：「未改心腸熱，全憐暗路人，但能光照遠，不惜自焚身」，老人家悲天憫人，未改心腸熱，時時刻刻想著大眾不要走到歧路、不要走到暗路，只要能照亮他們的前程，只要讓他們不再墮落，他會不惜燃燒自己，照亮別人。所以，李老師到九十七歲還在講學，這給我們做出了非常好的榜樣。

在台中期間，我很幸運能去求教很多長者，其中也求教於徐醒民老師。記得那次跟楊老師到徐老師家，因為是第一次開車去，不認識路就慢慢找。剛好又是過年前夕，菜市場是車水馬龍，一路上都遇到堵車的情況。好不容易找到路口，但已遲到一段時間，徐老師是一位七十多歲的長者，生怕我們找不到路，早就在路口恭候我們。我當時很受感動，體會到學問絕對不是說出來的，真正的學問是要做出來。他對人的那種恭敬，不會因為他的地位、年齡而有所改變，這就是以身作則。

3. 仁德之人處處謙卑

仁德之人很謙卑，絕對不會居功。孔夫子在《論語》裡，說自己是「述而不作」，他只是把古聖先賢的精神、智慧傳遞下來，他絕不居功，絕不自

視甚高。仁德之人最重要的是時時看到自己的本份，所以他在做事時，都覺得是應該的，沒有什麼值得炫耀的，他們時時契入「無緣大慈，同體大悲」之中。右手幫左手抓癢，右手會不會跟左手說：「你要跟我說謝謝？」都是自然而然，做得心安理得，絕對不會要求回饋，也不會要名聞利養。

◎孩子不愛學習怎麼辦

不好學是結果 原因在哪

一個家庭是否有好學的氣氛，對孩子的影響很大。我跟家長講，假如你對孩子說，你趕快給我去念書，而你自己還在看電視，孩子當然會依依不捨，一邊走，還一邊回頭看。突然你說：「我數到三，再不去學習就要挨打了！」孩子這才很無奈地去學習。但孩子坐在書桌前，心在哪裡？所謂是上行下效，父母不好學，而要孩子好學，很困難！孩子的內心會很不滿，久而久之，孩子就不聽父母的話了。

身教者從

在我的記憶當中，父母也從未叮嚀過我和姐姐要好好念書。在我兒

時，看到父母吃完飯，休息一下就進房間讀書。那時我年紀還小，當父母在書房裡念書時，我和姐姐是不敢大搖大擺坐在那裡看電視，很自然的，兩個姐姐就帶著我上樓去念書，久而久之，我們學習的習慣就成自然了。古人云：「身教者從，言教者訟。」你有身教，他就會跟著你學、你做；言教只是在嘴巴上要求，自己沒有做到，最後孩子一定不服從你的指導。現在孩子為什麼教不好？因為大人沒有以身作則。甚至孩子在勸妳：「媽！不要打麻將了」，妳還打他一頓，以後他還會不會聽妳的話？根本不可能，也不可能尊重妳。

我記得我父親五十幾歲時，他的公司需要員工去考一張證券交易所的證件，有了這個證件才可以去帶領證券所，於是公司派了很多人去考試。我父親年紀最大，其他的都是三十歲左右的年輕人，結果只有我父親一個人考上了。我看著父親五十多歲，每天看書，內心肅然起敬。所以，你今天回家先不要教孩子，你自己開始讀弟子規、讀經典，相信你的孩子走過你的身邊，也會肅然起敬。家庭的學習風氣，都要靠長輩、靠父母先身體力行，唯有如此，孩子才能好好學習，天天向上。

◎孩子沒有志向怎麼辦 營造好的薰習環境

孩子沒有志向，我們做父母的要反思，我們有沒有在孩子的心理表現出有志向的態度？因為**要培養孩子有志向，是要在父母、長者立志的環境中去薰習**。我在高中念書的時候，對中文很懼怕，因為在念初中時，有一次老師發了一篇作文範本，讓我們做參考。我的老師介紹這篇文章時說：「這篇作文的作者是我們初三的學生寫的，她叫**蔡蓉青**，在同一个家庭裡面教出來的孩子，語文程度為何如此懸殊？」我聽了老師的話，真是無地自容，因為**蔡蓉青**是我的二姐。老師這麼說，對我的內心是很大的衝擊，從此我上國文課，頭都抬不起來。所以，當老師的人不能用很犀利的言詞對待學生，否則會傷害他們的自信心。

我從念初中起，就一直對語文沒有信心。上了高中，有一次上課，我的老師叫著我的名字說：「**蔡禮旭**！你站起來，上國文課再打瞌睡，我就記你曠課。」確實在求學過程中，我的語文一直都不好，但是在學習古文當中，我對兩篇文章的印象特別深刻，就是**范仲淹的岳陽樓記**和**孔明的出**

師表。當我讀到范仲淹的「先天下之憂而憂，後天下之樂而樂」這句千古名句時，本來還不大清醒的我，突然立即感覺到眼前一片光明，但這個光明只有幾十秒的時間就熄滅了。當我又讀到孔明的出師表中的「鞠躬盡瘁，死而後已」時，眼前又放光明了，但還是幾十秒又不見了。雖然這個光芒沒有持續，直到十多年以後，遇到師父上人，才重新再點亮，才又重新學習聖賢的學問。因此，當孩子沒有志向的時候，做父母、做老師的就一定要營造機會，讓孩子去薰習聖賢的風範，孩子才會有遠大的志向。

我想，假如從小老師就把范仲淹的故事、孔明的故事告訴我，我今天的成就一定更加不同。我們都是在升學主義、硬式教育之下長大的，愈讀書心量愈狹窄。回想起求學的過程，看到同學考得比我們的分數高時，自己的內心就不舒服，在這種競爭的環境之下，把我們的心胸變小了。

在深圳有些孩子從小就讀誦經典，他們在這種聖賢胸懷的氛圍中薰習。有一天，老師問這些孩子說：「假如你有一億元，你要做什麼事情？」第一個，孩子說：「我要蓋一間學校，讓更多的人能得到聖賢的教誨。」第二個，孩子說：「我要蓋一間醫院，能讓病苦的人得到好的醫

治。」第三個，孩子說：「我要成立一個電視台，能播放好的教育影響更多的人。」第四個，孩子說：「我以後要當蔡老師。」因為這個孩子六歲多的時候，我到深圳講課，他常常都來聽。

有一位母親聽到她孩子的志向之後，也沒有表現得很高興，而是立刻問孩子：「你一定要有一億的時候才能做這些事情嗎？」讓孩子去思考，是不是一定要等到有錢的時候才能做。接著母親又說：「請問蔡老師有沒有一億？」孩子就明白了，很多事你當下覺得可以做的，就要立刻去做。所以，我們引導孩子立志，絕對不是讓他的志向立得很遙遠。我們會告訴他，你可以當下立志做個孝子，當下立志做個好學生，當下立志做個好公民，這些都是讓孩子有個人生目標，他就會積極學習。

您的孩子有沒有這樣的志向？為什麼這些孩子有這樣的志向？環境的薰陶，環境的教育。因為他們的父母讓孩子所接觸到的，都是這些學習聖賢學問的長輩和小朋友，孩子們自然而然就有這樣的志向。教育有言教、身教，還有環境的薰陶也很重要。

學習聖賢經典引導孩子見賢思齊

俗語說：「好的開始是成功的一半」，學習首重立志，所謂「學貴立志」。我們在海口主辦教師課程，第一節課我們跟所有的老師共同立了一個志向，即「為往聖繼絕學，為萬世開太平」。我們常常在祈求世界和平，世界和平是個結果，要先種什麼因？要在每個人的心中先種下仁愛思想的因。我們要把聖賢的仁愛思想觀、聖賢的智慧承傳給下一代。「開太平」是結果，「繼絕學」是種因；為往聖繼絕學，才能承先啓後，要承先自己就要先學好。（◎註：拎——用手提物）

有一位教小學五年級的老師，他有「繼絕學」的使命，每天除了教書以外，還安排三個小時深入聖賢經典。每天早上他很早到教室，讀誦弟子規、孝經。他的學生一進門，本來還拎著早餐準備坐著慢慢吃。當看到老師正襟危坐在讀經時，學生們立刻坐到自己的座位上，把經書拿起來跟著老師一起讀誦。教育最重要的是以身作則，由於他的用心，他們班的成績，還有禮貌都有很大的進步。校長看到以後問他：「你們班是如何教的，怎麼會教得這樣好？」老師跟校長說：「因為我請了數百位古聖先賢來教我們的孩子。」

中國有一套書叫做德育故事，裡面有七百多位聖哲人的故事，分為八個單元，就是「八德」，依據「孝、悌、忠、信、禮、義、廉、恥」而編纂出來的。他每天跟學生講兩、三個德育故事，這些孩子看了以後懂得見賢思齊。然後又以弟子規作為班規，學生犯錯不需要老師開口，自己就知道錯在哪一句。譬如在教室奔跑撞到椅子，學生會說什麼？「寬轉彎，勿觸稜」、「事勿忙，忙多錯」。當孩子有不好的行為出現，會想到「無心非，名為錯，有心非，名為惡；過能改，歸於無，倘揜飾，增一辜」，所以孩子懂得勇於認錯，勇於改過，不會推諉，不會掩飾，也會想到「德有傷，貽親羞」（註：揜——同「掩」字。貽——遺傳、贈送）

由於他們班上取得了這麼好的成績，又得到校長的肯定和重視，後來就邀請我們中心的老師去跟全校的老師做了兩次演講，我們也把弟子規發送到他們學校。所以，一個人立定志向要為往聖繼絕學，他的影響力就會不斷擴展，自我的要求就能「苟日新，日日新，又日新」。這位老師跟我們接觸了半年時間，他就開始跟著我到中國大陸去演講，把他的經驗貢獻給其他地區的老師跟家長。

當我們的下一代遇到事情都能提起弟子規的教誨，他這一生一定會過得很充實、很踏實，也會有很大的影響力。為往聖繼絕學，絕對不是遙不可及的事情，只要我們有這一念真心，而且真正發出來，就可以立志做到為往聖繼絕學。這不是一句口號，是要從自己開始做起，如此才能帶動孩子學習和落實，我們要時時處處做孩子的榜樣，所以我們可以先立志做孩子們的好榜樣。

除此之外，我們在家裏要立志做好父母，在公司要立志做好長官、好同事，在社會中要立志做好公民。有位老師坐公車，看到一位長者上來，他立刻站起來讓座。結果接連有四個人讓座，他看了很受感動，眼淚差點掉下來，由此，他印證了每個人都有善良的本性。當我們有這份志向要去改善社會風氣，相信你的一言一行都會謹小慎微，會克制自己，我們的道德、學問也因立志而不斷地提升。

我們在深圳面對的都是五、六歲的孩子，我們問孩子們，讀書要麼？他們的答案會很標準：「要做聖人！」他們說不做聖人，為何還要讀書？他們在幼兒園外面時，一路上會爭先恐後，做什麼？撿垃圾。他們一

看到垃圾就好像看到寶貝一樣，覺得我可以為社會付出。剛好在路上遇到了一群下課的初中生，這些初中生手上拿著雪糕，邊吃邊丟垃圾。當他們突然看到一群小孩子在撿垃圾時，本來要丟垃圾突然停住，然後有一個初中生就對其他同學說：「我們別丟了，這麼小的孩子都在撿垃圾。」這些小朋友的內心感覺到，原來我的一言一行都可以影響社會，所以我立志要「學為人師，行為世範」。志向就好像人生的一個目標、一個終點，志立對了，這一生才不會白來一遭。

◎如何幫助子女立定人生志向

立志要趁早

人一定要立定志向，立志要從小立定才会有成就。范仲淹先生在小時候，看到一個算命先生，就問他：「請你看看我的命，以後可不可以當宰相？」算命先生從未遇過口氣這樣大的小孩，就跟他說：「你口氣未免太大了！」范仲淹有點不好意思，接著又問算命先生：「那你幫我看看，我能不能當醫生？」這位先生很好奇，為何兩個志願差別這麼大？就問范仲淹。范仲淹回答：「唯有良相、良醫可以救人。」良相可以救一國的人；

良醫，可以隨份隨力救人的生命，救了一個人的生命，可能是救了一個家的命運。算命先生聽完以後很感動，因為范仲淹念念都是要救人，所以他跟范仲淹說：「你有這樣一顆心，就是真正的宰相之心，你以後一定會當宰相。」這位算命先生也很懂得鼓勵孩子，後來范仲淹真的當了宰相。

我們思考一下，范仲淹年輕的時候，他念四書五經是什麼態度？是要念出修身、齊家、治國的方法。而其他讀書人是要念出什麼？只為了求功名利祿，所以對於經教的領會有相當大的差別。范仲淹這樣念了十年、二十年，他寫出來的文章一定是鏗鏘有力，而且針對國家的時弊，所以他能順利的在仕途中步步高升。

立聖賢之志

文天祥有一首詩，「人生自古誰無死，留取丹心照汗青」。丹心是指一個人的至誠心、真誠心；照汗青，汗青是代表史冊、歷史。用我們的真心鑑照哪一部歷史？「中國歷史」。確實在中國幾千年的承傳當中，第一次出現滅種的危機，滅聖賢種。因為中國傳統文化的承傳，最重要的兩大支柱就是孝道和師道，現在孝道是否還存在？岌岌可危。而師道又是奠

基在孝道的基礎上，所以我們有責任把孝道、師道表演出來，還要傳承下去，這樣才能承先啓後，才對得起祖宗們對我們的慈愛。

我們要修身、齊家、治國，要先鑑照誰的歷史？修身要從自己開始，人一定要對得起自己，不可以自欺欺人。我們回頭看看，這幾十年的人生路上，自己覺得是否踏實？假如已經感受到了歲月的蹉跎，時光的流逝，那就要趕快轉變態度，珍惜時光，好好學習，開發智慧，不要等到年老的時候，才感歎「黑髮不知勤學早，白髮方悔讀書遲」。

我們要齊家就要用這一生的努力去鑑照我們父母的歷史，所以一定要做孩子的好榜樣，也要讓父母在這一生感覺到，養育我們這樣的子女非常值得、安慰。假如在父母的一生中，你給他的是這樣的一種感受，就真正盡了一份孝心。除了我們要鑑照父母的歷史，還要教導子女學習聖賢教誨，當孩子長大以後，他進入社會與人群相處，他會感受到，就是因為得到了父母對我們的聖賢教誨，才具備了正確的人格、正確的人生態度，才讓我們一生能立於不敗之地。當子女對父母是這樣的感受與感恩，那我們這一生在子女的歷史上，也寫下了我們的責任、義務與恩義。

我們還要鑑照誰的歷史？我們的另外一半。讓先生、讓太太在自己的
人生歷史上寫上修身、齊家的好榜樣。你們有沒有想過要寫修身、齊家的
記錄留給後代？時光很快會逝去，當我們年老的時候，希望多做些事，可
能都來不及了。現在趁年輕的時候，要盡心盡力去愛護對方，使對方感受
到我這一生就是因為娶了這樣的好太太，我的家業、事業才會有這樣好的
發展。當先生對太太是如此的評價，所感受到的是這樣的一種體會，這個
太太就是做得相當圓滿。

人生的價值在於成就身旁所有的人生價值，這就叫中國文化的承
傳。當人有這樣的志向，自然就會好好的充實自己，好好規劃時間，而不
會蹉跎歲月，消磨光陰。

立志始從當下行孝

孩子在學習聖賢學問的時候，我們應該正確的引導他們立志。假如他
說我要做總理，這個目標對他現前的生活來講比較遠，我們應該引導孩
子：立志要從現在開始做起，在家裡做一個孝子，在學校做一個好學生，
在社會做一個好公民，從這裡開始做起，才是真正的立志。孩子就會覺

得，我現在學習聖賢學問，幫媽媽端一杯茶，幫媽媽洗腳，都是在力行聖賢教誨，都在學習做一個孝子。很多孩子會說：「媽媽！我長大之後，一定買大房子給妳住，買大車子給妳開。」媽媽聽了高興得不得了，儘管孩子每天都會跟她吵架，但她仍夢想著以後孩子會買大房子給她住。而孩子的孝心不應該寄望在幾十年之後，真正有孝心的孩子會從當下開始做起。

我們常用弟子規去引導孩子，與父母講話要和和氣氣；每天要幫母親分憂解勞，做家事；書要認真念，讓父母放心，這些都是做孝子的必要條件，所以引導孩子不能讓孩子的志向與生活脫節。我們引導得正確，孩子在做的過程中就會非常高興、踏實。

通過德行教育，有個孩子在一週就做了四十三件孝行，老師們從心裡為之感動，這就是孩子落實在家裡做一個好孝子，在學校做一名好學生，在社會做一個好公民。還有很多孩子搭乘公共汽車時，看到長輩、老人一上車就會立刻讓座。這麼小的孩子都懂得讓座，其他的長輩以及小朋友，一看到就非常感動，進而大家就會效法學習，得到助人為樂的喜悅。

◎ 為何要讓孩子學習文言文

文言文是開啓聖賢智慧的金鑰匙

以前我的語文學得不好，文言文看得相當少。有一次，我在電視上看到師長講課時說到，何以四大古文明現在只剩下中國？是不是四大古文明的老祖宗在神明面前抽籤，誰抽到了就不用滅亡了？當然不是！中國文化綿延幾千年而不斷，絕非偶然！這就證明了我們中國老祖宗一定有超人的智慧，因為老祖宗了解語言跟文字如果不分開，一百年、兩百年之後，人的講話改變了，所寫的文章也就會不同，時間愈久，一千年、兩千年之後，語言的變化就更大了，假如文字跟當時的語言一樣，後人就看不懂前人的文章。

我有個朋友離開故鄉二十年，再回去以後，他跟親朋好友聊天時，已經出現一些言語障礙了，還要解釋一下才能聽懂。所以，假如寫文章跟言語一樣，二十年有一個小變化，兩百年就有一個大變化，兩千年之後，人們就看不懂兩千年前的人所寫的文章了。老祖宗了解這一點，就把語跟文分開，無論語言如何變，寫文章都用文言文。只要我們懂得文言文，就可以進入幾千年前的智慧海洋，領受到聖賢之教。我們學會文言文，就能

深入論語、孟子，等於我們幾千年之後的人民能直接受教於孔夫子、孟夫子，而沒有障礙，所以文言文的設立是老祖宗給後代子孫最大的恩澤。

我們聽到師長這樣的說明，內心很慚愧。平常別人端一杯水給我們喝，我們都感謝，而老祖宗如此大的恩澤，我卻視而不見，還把古聖先賢的教誨丟在一旁，我的內心非常慚愧，禁不住掉下了眼淚。「知恥近乎勇」，我更加珍惜老祖宗的恩澤，從那時開始我就讀誦文言文。說來也奇怪，從此以後，當我一展開文言文的文章，不但覺得在學習上沒有困難，還感到格外親切，從中也能領會到「一切法，從心想生」的宇宙人生真相。為什麼以前看文言文的障礙很大？因為覺得它很困難，自己的心障礙了自己；現在轉了念頭，不排斥了，甚至於是珍惜、感恩，那個障礙自然就破除了。

背誦是學習文言文的好方法

師長教導我們，只要能背五十篇文言文，就能看文言文；能背一百篇文言文，就能寫文言文。我們背了幾篇文言文？弟子規可以當作六篇文言文，「入則孝，出則弟，^太謹，信，愛眾親仁，餘力學文」。接著可以背孝

經、大學、中庸、論語，四書是中國文化的綱領，是最重要的基礎。師長也期許我們，一個星期背三百個字，一年能背多少？約五十篇左右的文言文，那時我們文言文的能力就提升得相當快，只要有決心一定能辦到。

◎教育子女應從哪裡下手

至要莫若教子

人生也要抉擇輕、重、緩、急，什麼事情要先做，什麼事情後做。我們常說：「至要莫若教子」，人生第一件大事就是把孩子教好。假如孩子沒有教好，你這一生會不會幸福？一個人有沒有福報，人生能否過得自在，他的中、晚年取決於孩子是否懂事、孝順。假如養育出來的孩子不懂事，我們後半輩子將會如何？很難熬！不知道孩子今天又會給我上演哪一齣戲，來讓我收拾殘局。要教育好孩子，就要把教育放在前面，放在重要的位置上，那你的輕重緩急就抉擇對了。

只重分數 弊端太多

我在馬來西亞演講的時候，我問孩子們的家長，什麼叫教育？有位家長非常老實，他說考一百分。他值得鼓勵，因為一點都不虛偽，他把自己

心裡所想的講出來。我帶學生也很注重跟家長溝通，每次跟家長座談，我會問家長說：「諸位家長！您覺得教育孩子一輩子最重要的是做人、做事的態度？還是把他的分數從九十八分提升到一百分？是前者重要、還是後者重要？」到目前為止還沒有家長說後者重要，你看家長是否明智？聽起來很明智！我又問：「那大部份的家長在做前者的工作，還是後者的工作？」後者！「你這次考幾分了？拿來給我看看！」腦子裡都是分數。

我們要反思，我們告訴孩子，做人要言行一致，為什麼我們明明覺得做人做事的態度重要，結果重點都擺在分數上？其實不能怪家長，因為他還體認不到做人做事對孩子一生長遠的影響有多大。而一百分是馬上就能看得到，而且還可以拿出去說：「我的兒子三科、四科都一百分。」我們要冷靜去思考，今天我們把孩子都往分數這條路上推，請問他會走出什麼樣的人生，能看得到嗎？我們把孩子推向了何處？名利。

我也是升學主義之下的產物，你們是否看出來了？記得我在讀初中的時候，考試得了九十八分，害我哭了半天，為什麼？因為那時要編特優班，差了兩分，假如我沒有編進去怎麼辦？我的人生不就毀了！有這麼嚴

重嗎？為什麼我會覺得這麼嚴重？我才上初中，患得患失的心就如此嚴重！一個孩子患得患失，這一生會不會幸福？常常要被煩惱所困擾。升學主義就是只想到自己的分數要提上來，要把別人踩下去。所以，本來我應該有范仲淹的心胸，「先天下之憂而憂，後天下之樂而樂」，結果受升學主義影響，只想到要擊敗別人。

我回想起高中的時候，一發考卷都要瞄一瞄別人得幾分，假如比我的分數高，我的內心就很不舒服。小鼻子、小眼睛，這樣的人格會幸福嗎？我們要深思。記得我大學畢業後，有一天在商店遇到了初中時的同學，在我的印象中，他每次考試都是好班裡的第一名。當他大學畢業後，因為長期埋在書堆裡，所以他跟人相處的能力特別差。一談到出社會工作的經驗，他就會發抖，他說人為什麼這麼恐怖？他最怕跟人相處。他與人相處的能力極低，相同的，包容別人的胸襟也沒有形成，當然這樣的人生不可能得到幸福。

學歷高肯定就有用嗎

我們把孩子往升學主義上推，現在很多孩子有博士、碩士的學位，請

問現在失業率最高的是什麼學歷？現在高中畢業的都不會失業，為什麼？勞動、洗碗、掃地，他願意做，所以不會失業。反而是大學、研究所畢業的，覺得那個薪水太低了，不願意做。請問大學、碩士給了孩子什麼啓發？現在每年大學以上的畢業生非常多，由於他們不能屈身禮下，所以很多人都失業。我們來思考，從教育體系中培養了十多年的人才，出來用不上，實在很可惜，這也是教育資源的浪費。假如你有朋友是企業主，或是公家機關的主管，你去問問他：「現在年輕人中有沒有好人才？」他會告訴你：「找不到人才！」教育的機器一直在出產，結果企業家覺得用不上。

假如家長都對孩子講：「你就是考試就對了，其他的家事都不用做，你就一直給我考試考上去，大學畢業保證你有個幸福美滿的人生。」有沒有家長敢給孩子這樣打包票？現在沒有，以前沒有，將來也肯定不會有。今天他大學畢業了，若不會做人，不會與人相處，再好的機會也會當面錯過，為什麼？沒有責任心，怎麼做人做事，怎麼與人相處，沒有能力擔當，機會再好、再多也會錯過。家長們確實要反思，如果孩子沒有德行，

就是大學畢業或是碩士、博士的學位，那也不代表孩子有真才實學。我們去了解一下，真正成功的主管跟企業家，學歷都不是頂尖的。

社會需要什麼人才

企業家覺得找不到人才，請問企業家需要什麼人才？這個問題不一定要去問博士，每個人心中都有答案，因為我們走過人生，也看了不少人的成功與失敗。成功的人應具備哪些特質？誠實、責任心、謙虛、信用、耐心。既然知道具備這樣特質的是真正的人才，請問我們教育孩子誠實了嗎？很多家長覺得誠實重要，但心裡卻想，假如太誠實了，孩子出去被人家欺負怎麼辦？假如很謙虛，孩子都被人家壓下去怎麼辦？信心是根本，你一定要真正相信，具備這些特質的人，他的人生才會真正成功！

我們再思考，在家庭、在事業中很有成就的人，他們還具備了哪些特質？孝順、勤儉、尊師、兄弟和睦、尊敬長輩、禮讓、謙虛。

現在很多世界連鎖性的大企業，他把員工招進來，要先培訓一段時間。教員工什麼？教做人、做事的態度，教好之後要觀察一個時期，可以了才錄用，所以未來的企業要的是真正會做人做事的人才。假如我們從小

教孩子這些德行的根基，其實已經讓孩子的一生立於不敗之地了。我們規劃孩子的人生，應該要深謀遠慮，若一味的只是讓他在學業中努力，而忽略了做人做事的學習，終究他無法把人生經營圓滿，這是我們要注意的。

症狀解 能不能解決問題

西方過去幾十年的管理，注重在品質管理，即物品、產品的品質，稱為「全面品質管制」。譬如今天要做這支麥克風，我只要把麥克風做好，讓它很有競爭力，就可以高枕無憂，專注點都在把東西做好。結果近一、二十年發生了一些事情，在一九九五年，英國的霸菱銀行因為一個新加坡的期貨員挪用公款，兩百多年的基業化為烏有。西方人的思维是出現問題就趕快解決，這叫做「症狀解」。症狀解是否好解？不好解，就像今天身體得了癌症，好不好處理？不好處理。中國的學問是不治已病，治未病，還沒有生病就要去預防。而西方科學雖然科技很發達，但是他專門處理症狀，譬如得了胃癌，就馬上把胃切了；肝癌，馬上把肝切了。切了就沒事了嗎？過一、兩年，癌細胞擴散了，人也就到了死期。其實你不要仇視癌細胞，每個人身上都有癌細胞，因為你把它寵壞了，它才這麼囂張。怎麼

寵壞了？你的身體狀態，已經在十年、十五年前，就開始被自己糟蹋了。

要毀壞這個身體還真不容易，因為它非常精密。所以，把癌症腫瘤割掉並沒有根本解決問題，不只沒有根本解決問題，同時還產生副作用。很多癌症病人去接受一些治療以後，後面的日子都會很難熬。要處理癌細胞，打個比喻，就好像拿了一包垃圾放在地上，很多蒼蠅都來了，你非常生氣，怎麼來那麼多蒼蠅？立刻拿殺蟲劑把牠們噴死，問題解決了，你離開了。過了十分鐘，蒼蠅又來了。人現在的思惟就是把症狀解除，這個男朋友不好，換了；這個女朋友不好，換了。有沒有解決問題？不是男朋友不好，也不是女朋友不好，是誰不好？自己沒有學會包容，沒有學會愛護他人，這個根本問題沒有得到解決，再換幾個也沒有用。所以，解決問題要從根本解決，不能是頭痛醫頭，腳痛醫腳，因為「症狀」是沒完沒了的。

道德倫理教育 光靠錢不行

現代西方人已經發現，也明白了影響企業的生存、發展的重要因素，就是員工的「德行」。二〇〇一年，全球第七大企業安隆集團，每年的營

業額數千億美金，因為兩個高級主管挪用公司的公款，結果這全球第七大企業也垮了。所以，現在西方人重要的全球連鎖企業，都在推行「全面道德倫理管理」，以提高員工的道德素質。

現代人有個錯誤的認知，覺得金錢是萬能的，只要有錢就可以把孩子教好，只要有錢就可以解決問題。外國人很有氣魄，二〇〇二年美國專門強調倫理道德教育，特別撥款從原來的兩億五千萬調到七億五千萬，整整高了三倍。沒有用？他們同時做了一個調查，針對八千多個中學生做心理問卷，百分之七十一的孩子做過弊，百分之六十八的孩子打過人，百分之三十五的孩子在商場裡偷過東西。這個測試裡有一道題說：「請問你覺得自己的道德高尚嗎？」回答道德高尚的中學生，竟高達百分之九十六！請問：現前這個時代的孩子，他所依循的是誰的標準？他自己的標準。孩子這種態度跟誰學的？假如他的國家領導人很輕易就帶著軍隊去攻打其他國家，打完仗回來說：「諸位小朋友，你們不要跟人家亂打架！」小朋友會不會聽？不會聽！外國人掌握了教育的核心嗎？教育不是錢多了就能起作用，教育也不是你的理論書籍很多就有作用。

從小先要紮德行的根

西方人發現了德行很重要，都是在問題發生之後才清楚，他們現在要去解決。請問他知道德行的根本在哪裡嗎？要能治其本才能解決問題。所以，現在他們的大企業也花很多錢在作培訓，用中國話講叫「臨時抱佛腳」。請問一個人的親和力，一個人的禮貌行為，是否兩個月就能練成？假如他本來很酷都不會笑，馬上讓他去練兩個月要對人家笑，相信客戶走進來，看到他的笑容，全身會起雞皮疙瘩，因為那個笑是很不自然的，他那個微笑的背後所想到的是，你口袋裡的錢要我這裡來，而不是從內心中對人的尊敬。

中國聖賢德行的基礎在何時開始紮根？從小，從幼小的心靈裡才能紮下德行之根。從小不教，就會「苟不教，性乃遷」，長大之後，再想把他拉回來很困難。《易經》裡有一句重要的話：「蒙以養正，聖功也」，「蒙」是代表天地初開，萬物都還很脆弱，這時要好好保護他，好好養育他。所以，這個蒙卦引伸到孩子的教育，就是在孩子還小的時候，就要培養他的浩然正氣，以及正確的處事待人態度，把他成為聖賢的根基培養好了，這

個功德最神聖。假如你養出了一個范仲淹，聖功也！現在要培養出一位范仲淹不容易？你把孩子培養得很孝順，他馬上就會是萬綠叢中一點紅。

在深圳有很多孩子都是學聖賢教誨，他們回到家鄉去，見到所有的長輩都是鞠躬九十度，讓這些長輩肅然起敬，看了很歡喜。有一次，有個孩子跟全桌的人一起吃飯，所有的長輩看到菜上來了，立刻動手去夾，突然看到這個孩子頭低低的，口中念念有詞。本來他們要夾菜的，突然都停下來了。等這個孩子念完以後問他：「你剛剛在念什麼？」這個孩子對著全桌的長者說：「我剛剛在念飯前祈禱文，感謝父母養育之恩，感謝老師辛勤教誨，感謝農夫辛勤勞作，及所有付出的人。」這些長輩拿著筷子聽孩子上了一課，不但高興也心生慚愧，我們只想到要吃，而孩子感恩的心卻常常存在心上。這個孩子幸福嗎？**生活在感恩心中的人特別幸福**。你能真正把孩子教善了，他一定會影響很多人，他一定會是當代的范仲淹。所以，當家長的要定位，「蒙以養正，聖功也」。

當孩子從小紮根於聖賢人的智慧之中，還要不要擔心他出來沒工作？假若你還是擔心，那就是杞人憂天。心胸大，人生之路會越走越寬廣；心

胸小，一輩子就會活在患得患失之中。最近我聽一個朋友說，有很多大企業都到一個專門推廣儒家學說團體來找人才。這些企業家說，現在外面的人不講誠信，沒有責任心，他們用外面的人總是會提心弔膽，就主動到學聖賢學說的團體來找人才。若您的孩子現在已紮根於聖賢思想，懂得如何做人做事，他這一生已經立於不敗之地了。

你現在的抉擇不只影響自己，還會影響家人；不只是你的家人，你世世代代的子孫都會受到影響。人生就好像下一盤棋，假如我們思考的都是下一步怎麼走，那每一步都會走得舉棋不定；假如我們看到三步以後如何走，十步以後怎樣規劃，那人生會走得非常從容，孩子的人生也會走得很高瞻遠矚。他會思考到，我的抉擇將影響世世代代，相信他教育這一代會非常謹慎，非常用心。現在有這樣考慮的人不多，古人有沒有這樣的考慮？很多！中國古代的家訓應該是全世界最多的，比如了凡四訓、朱子治家格言、顏氏家訓，還有諸葛亮的誡子書等等，很多聖哲人都有這樣的態度，要把人生的智慧傳承下去。

教也者 長善而救其失

父母時時想著要把孩子教育好，但是教育孩子一定要有好方法。中國有一篇很重要的教育哲學是禮記·學記，裡面說：「教也者，長善而救其失」，這句話把教育的兩大主軸掌握到了。我們今天要把孩子教好，一定要清楚，要長他什麼善，要防止、導正他的哪些過失。「苟不教，性乃遷」，孩子有些不好的習慣，我們要趕快把他糾正過來，什麼時候糾正？當下！刻不容緩，因為學如逆水行舟，不進就是退。

孩子哪些過失急須改

現在的孩子有哪些習慣、行為要趕快修正？主要是要趕快修正孩子的頂撞父母、懶惰、叛逆、自私、敷衍、生活沒有規律等這六個方面的過失行為。孩子過失行為的形成，是父母對孩子沒有好好地教育而形成的，所以要修正孩子的過失行為，首先要從父母的過失行為開始修正，這樣上行下效才能收到教育的效果。

救失如救火

孩子被寵壞之後，就會形成很多過失與壞習慣。「學如逆水行舟，不進則退」，很多家長說：「我的孩子沒有學壞，也沒有學好」，有這樣的

事？絕對沒有。一個人的學問就像逆水行舟，當你任何事都不做的時候，一定會往後退。

有個老師有深刻的體會，他覺得一天沒有好好教導他的孩子，就會感覺到這一天在退步。他體會到：孩子的寒暑假，絕對不讓他放假，每天都要教他。這是明白的家長，明白的老師，他已經洞察到這個社會是一個大染缸，孩子做人做事的判斷能力不趕快深深紮根下去，這個社會的大染缸一襲捲而來，就會被污染。他有這一分警覺性，那是他教育孩子的敏感度。所以，長孩子的善，救孩子的過失，是刻不容緩的工作。

過失是結果 原因在哪裡

我們在海口有一個國學啟蒙中心，是針對孩子的教育舉辦一些課程，家長對於孩子存在的一些狀況，會到中心跟我們討論。這些家長每次來到中心，我們都從門口把他引進來，有個家長一路上就講：「我兒子不但自私，而且脾氣又大：」，一直講了大約五分鐘。我怕他口太渴，就趕快倒一杯水給他喝，「來來來，先喝一杯水，我們坐下來慢慢聊。」他講完了孩子的問題之後，接著我就開始問了，我說：「你孩子現在很自私是結

果，原因出在哪？你孩子現在脾氣很大是結果，原因又出在哪？」家長是一臉瞠目結舌，很驚訝！然後，我又問他：「孩子沒有禮貌是結果，原因出在哪？孩子不孝、懶惰是結果，原因出在哪？」你知道原因才能對症下藥。

世間醫生有兩種，一種是醫人的身體，一種是醫人的思想觀念，而老師與為人父母就是醫治孩子的思想觀念的醫生。你都不知道孩子思想觀念錯誤的根源在哪裡，每天只能看著結果著急、煩惱而已，這樣的父母和老師就是不合格的醫治孩子思想觀念的醫生。補救孩子的過失，糾正孩子的壞習慣，一定要把所種下去的錯誤種子除掉，然後再將好的種子種下去，過兩年、三年，好種子就會發芽，好結果自然就有了。教育孩子欲速則不達，要用理智把原因找出來。

教善先教孝 百善孝為先

幫助孩子改正壞習慣，只要長養了孩子的一個善，則孩子所有的壞習慣就會全部改正，長哪一個善？孝心。「百善孝為先」，這句話隨著你深入聖賢教誨，體會就會愈來愈深。這句話有兩個意思，第一是孝為百善之

首；第二是孝心開了，百善自然就有。我們看看一個有孝心的人會不會自私？不會！一個有孝心的人會不會頂嘴？「父母呼，應勿緩，父母命，行勿懶」。大家不要小看弟子規，「入則孝」這一段就能解決你小孩的所有問題。當他知道「身有傷，貽親憂」，他會不會生活顛倒？不會！當他知道「德有傷，貽親羞」，他會不會沒有責任心？不會！他會很勤勞，因為「親所好，力為具」，希望能讓父母歡喜，讓父母安慰。

他有孝心就會處處為父母著想，當他會為父母著想，就會知道別人的父母同樣辛苦，他也會為別人的父母著想。孝是一個人仁慈之心的原點，從這個原點出發，會擴展到對一切人的愛敬。孝經提到「教以孝」，你教他孝，「所以敬天下之為人父者也」；「教以悌」，你教他尊敬長輩，「所以敬天下之為人兄者也」，他也會敬一切人的長輩；「教以臣」，你教他為人部屬的態度，他就會「敬天下之為人君者也」。一個人正確的對人態度，都是從家庭中培養出來的。孟子說：「親親而仁民，仁民而愛物」，從親愛父母、親愛家人，延伸到對一切人能設身處地；他對人能有仁慈之心，進一步對天地萬物都會珍惜，這是一個人德行的次第，我們要

掌握住。

孩子對父母有孝心，從小就懂得做人要勤勞，他了解父母工作很辛勞，他就不會奢侈，也會很節儉。一個孩子德行的根本，就在孝順父母，尊敬師長。所以，為人父母要教導孩子尊敬老師，而老師很重要的職責，是要教導學生孝順父母。現代孩子不懂得尊師？問題出在哪裡？父母有沒有教？現在還有孩子在學校受到老師批評幾句話，回去跟父母講，父母隔天帶著律師去找校長。父母這種態度表現出來，誰得到最不好的影響？小孩！他這一生對老師就沒有恭敬心，當孩子對老師沒有恭敬心，在學業上就不可能有所成就。

我們小時候如果在學校被老師處罰了，回到家裡不敢講，但是父母一看到我們的臉色不對，會追根究柢。當了解到是被老師處罰後，父母會怎樣？再罵一頓，再打一頓，隔天還會拿著禮物去學校感謝老師：「謝謝老師對我的孩子嚴加管教」。父母跟老師如此配合，孩子在學校、在學習上絕對不敢造次。父母對老師的態度會直接影響小孩，所以父母對老師的一言一行不可不慎。

「或飲食，或坐走；長者先，幼者後」，跟長輩行禮、問好的這些尊敬長輩的好習慣，也要從小培養孩子，當他養成習慣，落實這些教誨的過程中，他就會慢慢內化。大家不要小看讓孩子鞠躬，雖然這是外在的行為，但鞠躬久了，內化以後，孩子就會把恭敬心時時放在心上。

孝心不開 有什麼結果

假如一個孩子孝心沒開，他人生中的情義、恩義的態度就無法形成。恩德莫大於父母之恩，假如對父母之恩都無法感念，又如何去感謝其他人？他的恩義、情義生不起來，那會生什麼？正確的沒學到，一定是學到錯誤的。一個人情義、恩義的態度沒有形成，則利跟害的態度就會形成，對他有利的，他會很積極；對他沒有利益的，他可以翻臉不認人。

找對象也要找有孝心的，假如他沒有孝心，而去追求一個女孩子，事實上他所用的是利害之心。因為對方年輕貌美、工作穩定，他會全力以赴達到這個目的。等到他的目的達到了，三年以後，妻子也幫他生了孩子，長得白白胖胖的，但是因為當母親比較操勞，所以長了幾條皺紋，沒有以前年輕貌美了。當他到外面去又見到更漂亮、更年輕的女子，妻子就會從

利變成害，因此，離婚就產生了。離婚率高又連帶影響整個社會，所以犯罪率也會上升。

離婚率和犯罪率這兩者有沒有連帶關係？有！我們在海口曾經接觸過監獄的領導人，我們向他詢問進監獄的犯人的家庭情況，結果百分之六、七十以上，家庭都不完整。**因為沒有很好的家庭教育，德行也沒有紮根，**外面社會的污染嚴重，一遇到這些不好的因緣，立刻就連根拔起，所以離婚率高會帶動犯罪率上升。社會犯罪率高的時候，縱使我們再有錢、再有地位，有沒有安全感？沒有。離婚率高和犯罪率上升的狀況，已經讓人心不安了，而其根源何在？做人沒有建立恩義、情義的態度。一個人恩義、情義的態度從何處下手？從孝道下手，孝道又必須從弟子規下手。

教孩子做家事很重要

從小教孩子做家事很重要，這是培養孩子做人做事的德行。我在台南講課時，有位朋友拿了封信給我，信中就談到從小做家事勞動的重要性，因為他的同學有個實際的例子與此觀念很相應，所以他就把這封信交給我，希望我能把這個事例在課堂中講出來。他有一個女同學從小念書很優

秀，都是名列前茅，下課也不出去玩，都在讀書，後來考上師大英文系。讀完大學，第一年實習就嫁給一個醫生。這樣的人生好不好？相信她在出嫁時，她的父母非常高興。

她結婚後，由於從小在家裡沒有做過家事，她的先生只好默默的把一些她沒有做好的事情都做了，但是時間久了，先生內心的不滿開始顯露。她不但不會做家事，而且因為從小只知道讀書，與人也不會溝通，所以跟婆婆、親人之間就出現一些磨擦。最後她的先生到法院申請離婚，結果勝訴。在這一段婚姻的掙扎期間，她的父母很無奈，常常打電話勸女兒，但是女兒都不聽。她的母親就提到，說她上小學的時候，就是父親每天中午帶飯盒給她吃，晚上也是父親開車去接回來，從小到大沒有讓她掃過一次地板。她的父親掉著眼淚說：「我們對她這樣的照顧，還不夠好嗎？她為何這樣對待我們？」這問題就是對她太好了，才會造成這個結果。雖然她有學業上的成就，但是人生絕對不是單一方面的努力而已，人生應該是全面的學習，全面的圓滿。做人做事的能力，孩子沒有學會，他在人生的旅途中，就會出現相當多的瓶頸。所以，我們對於孩子的人生，應該要有長

遠的規畫，這樣孩子才會走得從容不迫。

◎如何培植子女人生福基

從小接受聖賢教誨

「福田靠心耕」，當一個孩子從小所培植的就是一種善願、善念時，那他的起心動念都是在增加自己人生的福份。很多人認為，人的一生是要工作才會對社會有幫助，人老了以後，就無法對社會盡自己的心力了，一個人從二十歲到六十歲這四十年，才是造福社會的黃金時段。其實，當一個孩子從小就接受聖賢教誨，那他造福社會的黃金時段絕對不只四十年的光景。

有一個孩子才兩歲，他學完第一節弟子規的課回到家裡，爸爸媽媽就問他：「你今天學了什麼？」孩子不假思索的立刻回答：「孝順父母」，這四個字鏗鏘有力，父母聽了很高興。第二次回來，父母都沒有叫他，他馬上去倒水給爸爸媽媽喝，這是他第二節課學到的東西。所以，一個接受聖賢教誨的小孩，從小就在利益家庭，也在利益社會。

一個孩子假如從小接受聖賢教育，他的生命絕對不是從二十歲才開始

發光。從幾歲開始？如果這位媽媽懷孕的時候，就知道給他播放弟子規，給他聽這些聖賢經典，這個孩子從出生就可以弘揚聖教，他的生命可以從小就有價值。從小讀聖賢書的孩子，長大造福社會，他的智慧會與日俱增，他會愈老愈值錢。走到哪裡，很多的後生晚輩都要親近他，因為親近他可以得到人生的啓示，減少很多無謂的摸索。所以，接受聖賢教誨的人，他的生命不是六十歲結束，而是無論多老都很有價值。

我們的師長釋淨空教授，今年已經八十三歲，走到世界各地，都有一大群的學生希望能得到他的教誨，不只是我們中國人希望得到他的教誨，現在世界各個宗教、種族都非常希望能親近這位長者。所以，他的生命不會結束，因為他的教誨是從真誠心中發出來的，真誠心超越時空。中庸說：「誠者，物之終始」，真誠一定可以成就事情，而且至誠如神，至誠可以感通。用真誠心所表現出來的言語、行為，不會因為時空而改變影響力。因此，孔老夫子是否離開了世間？沒有！他的精神長存，垂範後代。

家長要有正確的認知

范仲淹還活著嗎？在二〇〇二年，大陸舉辦了一場全球華人讀經的活

動，馬來西亞、新加坡、香港、印尼以及世界各地的華人，都來到了山東曲阜。其中邀請了一位特別嘉賓，他就是范仲淹的嫡傳後代，八百多年以來，范仲淹的後代代代都很有成就。我在演講中結識了這位范仲淹的嫡傳後人，他的臉大大的，耳朵耳垂很大，一看就是富貴相。范仲淹的教誨，八百多年來還影響著他的後代子孫。這位長者在山東曲阜的活動中，把范仲淹的岳陽樓記譜成一首歌，而且上台演唱，當他唱到「先天下之憂而憂，後天下之樂而樂」時，相信范仲淹在天之靈，也會覺得他這一生真正有價值，沒有白來。所以，當我們的孩子從小接受聖賢教誨，就知道用真誠、愛心去經營人生，相信他這一生的價值會永垂不朽。

當你是為人父母、為人長輩，你究竟要讓孩子經營出什麼樣的人生格局，這個很重要！你是希望他能垂範後世，還是希望他不要餓死就好了？我們的思想觀念會直接影響後代子孫。做人要有志氣，當我們知道中國文化可以解決這個社會跟世界的問題，我們應該責無旁貸，要勇敢走出來。勇敢走出來也不用拋頭顱灑熱血，從哪裡開始？從自己修身開始做起，很多大事業都是從小處著手，一步一步做出來的。大學裡有一句非常重要的

教誨，「自天子以至於庶人，壹是皆以修身為本」，意思就是說，無論他是國家領導人還是販夫走卒，要想把國治好、把家治好，下手之處何在？修養自己的道德、學問。當你有道德、學問，就能齊家、治國、平天下。即使是很複雜的事，你把它抽絲剝繭，其實很簡單。

孩子從小有這樣的存心，他已經在為家庭、為社會樹立很好的典範，所以他的生命是從小開始產生價值。一個孩子從小知道「讀書志在聖賢」，要把所學的道德學問奉獻社會，當他有這樣的做人處世的態度，那他一踏入社會就不會為自己著想，而是為社會付出，貢獻他應盡的本份。量大福就大，有這樣的心量，福一定大，等他進入晚年，福自然就來了。

相觀而善

有個孩子才兩歲多，他第一天上課，看到老師請了很多同學上台分享，在這週做了哪些孝順父母的事情。學問貴在力行，學了以後，回到家裡就要好好落實，所以很多同學說，他幫父母端洗腳水，削水果給父母吃。這位兩歲多的小朋友，看到這些大哥哥、大姐姐都做到了這些孝行，讓他生起效法之心。所以，大人教小孩是一個方法，小孩教小孩又是另一

個好方法，所謂「相觀而善」，他會互相觀摩。這個孩子回家後，馬上拿著茶杯去端開水給父母喝。

他兩歲多就有這樣的存心，他已經在培植自己的福份。而他這樣的行為是修身，也會感動他的父母，連兩歲的孩子都知道端茶給父母喝，都知道處處為父母設想，相信他的父母也會感覺連孩子都這樣，我自己更加要積極力行孝道，所以這個孩子已經開始在齊家。這個事例，我在中國大陸已經講徧了大江南北，甚至於還揚名海外，講到了馬來西亞、新加坡、印尼。因為有這個孩子真實的修身功夫，我們才能推廣這些事例，讓更多人、讓天下人都能引以為效法。

福田靠心耕

很多朋友說：我又沒錢，如何種財佈施的因？財佈施絕對不只是錢而已，財佈施有「內財」佈施與「外財」佈施兩種。我們工作很努力，這是內財佈施；勞力、經驗、智慧，都屬於內財佈施。外財佈施指金錢跟物品的佈施。錢財的佈施是不是捐的錢財愈多，福報就愈大？不是！我曾經看過一則報導，有一對農民夫妻，年紀很大，剛好他們家附近要蓋醫院，他

們就把一生的積蓄捐出來買了一台救護車。大企業家捐幾十萬，他們也捐幾十萬，哪一個福報大？農夫是把一生的積蓄佈施光了，他那份愛心可以造福多少人的生命？而企業家的幾十萬，對他來講只是零頭而已。福田靠心耕，福份也是由心生，當我們能盡心盡力去佈施，無論錢多少都可以種無量的福份。

古代有一位女子，經過一座佛寺時，她就進門很虔誠的禮佛，而她身上只有兩文錢，就完全奉獻出來。方丈看了很感動，親自出來為她念佛祈福，幫她回向。她後來成為皇妃，她富貴了，就拿著幾千兩銀子來佈施給這個佛寺，結果方丈沒有出來，而是找了他的徒弟出來幫她念經回向。這位女子很好奇，就向方丈請教說：「以前我捐兩文錢，方丈親自幫我懺悔回向，現在我捐了幾千兩銀子，何以叫徒弟出來幫我念經回向？」方丈告訴她：「妳以前供養的兩文錢是發自妳的真心，所以我不出來幫妳回向，對不起妳。這一次妳雖然供養了幾千兩銀子，但是妳的心已經沒有前一次那樣真切，所以請我的徒弟就可以了。」

一個人的福田根源在於他的存心，只要有這一份真心，懂得常常捨財

來救濟他人，福報點點滴滴都在積累，自然果報就會現前。

◎如何親師合作教育子女

老師未論不足 先說優點

我自己在教書當中，曾經遇到一個學生，他從一年級到六年級，成績都是全班第一名，很優秀！但是當分配他掃地時，他常常都是混水摸魚不做工，結果同學抱怨的聲音傳到了我的耳中，面對這樣的情況，我不得不處理，當天我就打了一通電話給他母親。我們打電話給家長時，可否立刻就說：「你的孩子分配掃地都不認真做！」假如這樣說話，就犯了教育的大忌。在開始接觸時，你就說他孩子的缺點，他會很不舒服。所以，我們教書或者處世待人，很重要的一點就是見到別人，首先要誇獎，對別人的孩子也要先予以肯定，那他們的父母才會覺得很歡喜。

我打電話給這位學生的家長，首先肯定了這個孩子在學校好的表現。肯定完之後，也沒有直接說他掃地工作做不好，我只提到做家事的重要性。當我把這個重要性講完之後，這個家長也說：「蔡老師！你的教育觀念很不錯。」結果隔天這個學生一到學校，就對我說：「老師！都是你害

的！」我說：「什麼事？」他說：「我母親今天叫我做家事，我不做，母親就修理我。」我很高興地說：「你在家裡應該盡一份子的本份，應該多付出，幫父母承擔一些工作，這才是好學生、好孩子。」當家長的觀念轉變過來，自然而然就會用正確的方式去教育孩子。

有個學生在校的行為不佳，我就請他的家長到學校來。這位家長到了學校，心裡也是有點惶恐，因為無事不登三寶殿，他心裡可能覺得孩子有些情況，老師才會找到學校。當家長坐下來，我首先稱讚他的孩子：「上星期我交代你兒子負責的工作，他做得很好；昨天他跟同學去辦事也盡心盡力。」我把他孩子最近表現好的實際例子講出來，他聽了很歡喜。這個家長突然說：「老師！我的孩子沒有這麼好！我的孩子在家裡都不寫作業，在家裡都不……」家長自己把孩子的問題講出來了，這跟從我們嘴中講出他孩子的過失是不一樣的！

當他把孩子一些實際狀況講出來，我立刻跟家長說：「你的孩子很善良，只要我們給予他正確的引導，一定會很快改善，只要我們好好配合，他在家裡有什麼情況，你馬上用聯絡簿跟我聯繫，我們一起努力把孩子教

好。」當我們這樣去跟家長溝通時，家長會覺得我們跟他是一起在幫助孩子，所以家長離開時都非常歡喜、感謝。因此，談話內容的順序是很重要的。（◎註：拗—折◎拗—折◎拗口令—急口令、吃口令）

家長堅定原則 慎於開始

在深圳有一個幼兒園，訓練孩子鞠躬，差不多兩個月了還繼續在訓練，目的就是要讓這個動作內化成孩子的恭敬心。有一個孩子，他的母親有三個姐妹，他的父親有四個姐弟，而他是獨子。他母親的姐妹沒有孩子，他父親的姐弟也沒有孩子，他還有外公、外婆、爺爺、奶奶，這麼多大人照顧、寵愛他一個。這個孩子好不好養？不好養！有一次他的爺爺對著這些長輩說：「見到這個孫子，就好像見到我一樣，孩子講的話就是我在講的，誰要是打他就是打我。」這種情況發展下去，這個孩子會如何？可能是不可一世！所以，長者不懂得如何教育孩子，確實是「愛之適足以害之」。現在的孩子不好教導，問題都出在寵愛。

有一次吃飯時，桌上的菜太少了，他馬上用腳撐著桌子，退到後面說：「菜太少了，我不吃了。」這樣對不對？不對！但是很正常，因為

他們已經把他寵成小皇帝了。有一天早上，他媽媽煮了營養粥給他吃，結果他跟媽媽說：「我只吃麵，不吃粥。」他媽媽沒跟他發脾氣，因為「冰凍三尺，非一日之寒」，已經養成壞習慣，現在要有耐性才能把他修正過來，所以她說：「你不吃，好，那算了！」到九點的時候，他又跟媽媽說他很餓，他媽媽又把那碗粥端出來，他還是不吃。現在很多孩子的脾氣很拗^{ㄉㄨㄛˋ}怎麼辦？不要跟他硬碰硬，要跟他磨下去，他不吃就又收掉。九點半時，他已經餓得不行了，又端出那碗粥，他就大口大口地吃，吃完以後還說粥也滿好吃的！（◎註：拗^{ㄉㄨㄛˋ}—固執、不順從）

這對夫妻剛好有機緣學習弟子規，他們就把孩子送到幼兒園，也很用心跟老師配合。他的媽媽送他去幼兒園，遇到老師了，媽媽向老師鞠躬，但孩子卻站著不動。這位母親向老師鞠了差不多十個躬，可孩子仍然是如如不動。他媽媽要上班，急忙要離開，她剛走到門口，就覺得教育要慎於一開始，一開始沒有把他教會，往後要教就困難了。想到這裡，她打一通電話給先生，她先生馬上趕到幼兒園，夫妻兩個一起走到孩子面前說：「現在爸爸教你鞠躬，給老師鞠躬。」然後他爸爸就一直鞠躬，也不知道

鞠了多少躬，這個孩子站在那裡就哭起來了。父親的這一份真心，讓他這一顆食古不化的心融化了，孩子當場也給老師鞠了一躬。他那第一個躬能鞠下去，往後就不困難。所以，教好一個孩子要親師合作，這個特別重要。

這位母親很有教育的敏感度，因為孩子被這麼多人寵愛，對人就沒有恭敬心，所以她處處在調伏孩子的傲慢習氣，希望他對人能恭敬。他們社區有保安人員，她就叫孩子：「來，跟叔叔問好，問早。」這個孩子每次都不願意。有一次，他的母親就在保安人員旁邊跟孩子講：「今天你不鞠躬，我們就不回家。」孩子還是不鞠躬，她就跟孩子說：「無論是國家領導人，還有所有在工作的人，每個人對社會都有貢獻，都值得我們尊敬；而你年紀這樣小，都要父母照顧，還有很多人替你服務，所以你應該主動感謝這位叔叔，跟叔叔問好。」媽媽當著這位保安人員的面前教育這個孩子，孩子聽到這些道理之後，就給保安叔叔鞠了一個躬，相信他所養成的這一份恭敬的態度，對他的一生將會受用不盡。

◎ 夫妻如何配合教育子女

夫妻達成共識

夫妻教育的原則要一致，當太太覺得先生的教育方法不妥當時，當場不能講，什麼時候講？等事情過了之後，趁先生情緒不錯時再跟他溝通，畢竟夫妻都有一個共識，都是為了孩子好，所以溝通也不必著急，欲速則不達。只要有那份耐性、誠心，夫妻之間就會形成共識，取得教育孩子共同的好方法，所以夫妻達成共識，也是家庭教育的基礎。

恩威並濟 黑臉白臉配合教

夫妻教導孩子的過程也要密切配合，在家庭裡要有一個黑臉、一個白臉，假如家裡人都是白臉，孩子會怎麼樣？每個人都對他百依百順，保證他會騎到父母的頭上。假如每個人對他都是黑臉，凶巴巴的，他會怎麼樣？他從小就沒有自信心，甚至於父母跟子女之間的情感會慢慢疏離，因為他太怕你們了。**中國的倫理教育強調的是中庸之道，所以家庭當中也要恩威並施，恩就是白臉，威就是黑臉，這樣對孩子的教育才有好的影響。**你有威嚴，他就會守規矩，不敢造次；你有恩施於他，他跟你的感情就會很好。

訓斥是出於愛護之心

我第一年教書的時候，第一次對我的學生現怒目金剛，訓斥完他們之後，我走下樓，這時學校的同事看著我，他們在心裡說：「你還會發脾氣呀？」他們都不敢相信。對學生該發脾氣的時候要不要發？要！若是不發脾氣，才是對不起學生，該訓斥他的時候不訓斥他，我們就失職了。但是當老師的人要練到發脾氣是外面發，裡面不發。我曾經在訓斥學生的時候，罵到我自己都掉眼淚，不是氣得掉眼淚，是覺得我的言詞正氣凜然，自己都被自己感動了。確實我們在訓斥、責罰孩子的時候，內心還是在愛護他們，而不是真的發脾氣。

不接受孩子壞脾氣的威脅

在家庭裡誰當黑臉好，誰當白臉好？現在我以自己親身的例子與大家分享。我的姐夫工作比較忙，姐姐就常帶著我的外甥回到家裡來，那時我就變成黑臉，她就變白臉。我對這個外甥很奇怪，他從小我就不對他笑。我的外甥出生第二天就到我們家，我看他眼睛轉來轉去，證明這個孩子先天聰明，而太聰明的人會反被聰明誤，只要沒有人能降服他，以後他一定

是無法無天。所以，我一見他眼睛打轉，我的臉就嚴肅起來，從此以後就沒有好臉色給他看。

我記得他一、兩歲的時候，常常有很多親友到家裡來看他，大人一見到小孩就開始逗他，逗到最後他們就不逗了，會說一句話，究竟是我在逗他，還是他在逗我，你看這個孩子有多聰明！而聰明的人都容易發脾氣，為什麼？他覺得這麼容易的事，你還不知道，就容易看人不順眼，所以脾氣特別大。

脾氣大到什麼程度？他才兩歲，有一次犯了錯大哭大鬧，把他抱起來放在嬰兒車上，他繼續拳打腳踢，結果嬰兒車翻倒了，抱起來一看，頭撞到地上裂了一道傷口，血都噴出來了。脾氣大不大？脾氣大是他自己的錯，這個時候你能不能心軟？**養育孩子要有理智**，我姐姐一直不動聲色，這時她拿著藥物趕快幫他止血。當我姐姐為孩子止血的時候，我突然覺得外甥的喊叫聲跟豬被殺時的叫聲沒有兩樣，他叫得真是昏天暗地，死命地喊。**面對孩子脾氣大怎麼辦？你一定要給他一個非常明確的態度，就是告訴他，發脾氣絕對不能解決問題，大人絕對不會接受你壞脾氣的威脅，一**

定要給他這種非常堅定的感受。

不論何時何地犯錯都得接受處罰

有一年大年初一，我們在一起吃飯，外甥用筷子的時候，手拿在筷子頭上，這樣使用筷子會弄髒，所以我就把他的手拉起來，我說：「阿偉！筷子要這樣拿才乾淨，不然你手上的細菌都會粘在筷子上。」他看看我，我把他的手放下，他又抓回原位，然後又看我，他在挑戰我。然後我又慢條斯理的跟他講：「你要這樣拿筷子，不然會髒的，要聽話，舅舅在教你。」他這樣做連續三次。這時我將如何是好？「算了，隨他去」，那還得了！此時我一句話也沒說，把他抱起來往我的房間走，我的姐姐神態自若，繼續吃她的飯。我媽媽看不下去了，就說：「今天大年初一就別打了！」**要不要打、要不要處罰？大年初一就不用處罰，太囂張了。你大年初一不處罰，他就知道何時犯錯不會受處罰。**

我一抱他進去，他就開始哭，哭得很用力。他用哭聲表示什麼？要搬救兵。我立刻把房間門關起來，要讓他所有的救兵都進不來，使他叫天天不應，叫地地不靈，結果他還是繼續大哭。發怒真的會讓人失去理智，中

「國」字是智慧的符號，「怒」字如何寫？上面一個奴隸的奴，下面一個心。脾氣不好的人，他的心就成為壞脾氣的奴隸，脾氣讓他到東，他就必須到東；脾氣讓他到西，他就到西，完全主宰不了自己，所以脾氣大的人常常做一些自己後悔莫及的事情。

他還繼續哭，我說：「你哭得愈大聲，舅舅處罰愈嚴重。」然後我用眼神看著他，不只要打，眼睛還要攝受他，打下去當然有一個內勁，但不會傷到他，只是要用氣勢攝受他的那種怒氣。差不多打了兩、三下，他就知難而退了，慢慢不敢再哭了，知道我跟他動真格的。我處罰完後，他慢慢就沒有那麼囂張了，我又不是喜歡處罰孩子，我就沒有繼續嚴厲，而是採取教誨的方式，好好跟他說。由於他一開始很緊張，後來我再慢慢跟他講，他的情緒就鬆懈下來，結果失控就把褲子尿濕了。

讓孩子清楚他錯在哪 而不把情緒留在被處罰上

我這樣教導外甥之後，他就知道不要用壞脾氣來威脅大人。我處罰完走出去，姐姐馬上跟進來，所以教育孩子這一場戲要大家一起配合好，效果才會顯著。姐姐馬上走進來接棒，剛一進來，孩子因為剛被處罰完就

開始撒嬌，要往媽媽身上撲過去要媽媽抱。我姐姐就把他推開，說：「你剛剛錯在哪裡？自己說！」然後這個孩子又撲過來，姐姐很堅持把他抓住說：「剛剛錯在哪裡？自己說！」一定要讓他清楚錯在哪裡，而不是把情緒留在被處罰上。他講完之後還不夠，還叫他：「去跟舅舅道歉」，要做好收尾的環節，整個教育的過程才圓滿，這樣才能收到很好的效果。

家裡要有令孩子敬畏的角色

大年初一處罰完，大年初二我和父母、外甥去爬山，結果在爬山的過程中，我走在前面，外甥跑過來牽起我的手。所以，小孩不會記恨，他很清楚誰錯了，他只是拗不過自己的習氣而已。當他不對的時候，你處罰他，他從心裡是尊敬你的。所以，他最怕我，以後只要我在的時候，他就特別規矩，吃完飯還會很有禮貌的跟我說：「舅舅！我吃完了。」家裡一定要有讓孩子能敬畏的角色，就是黑臉，這樣孩子才懂得要守規矩。回想我們小時候，父親何須罵我們，當我們行為舉止不規矩時，父親眼睛一瞪，我們立刻就知道要收斂。所以，家裡扮演黑臉、白臉，要好好配合。

◎孩子學很多才藝是利多 還是弊多

一門通百門通

楊老師非常喜愛書法，她學楷書就學了十多年，因為楊老師一門深入書法，所以她的定性、耐性的功夫，成就了她對藝術的觀察力也非常敏銳。因此，當楊老師學習篆刻的時候，就能很快地契入。楊老師學國畫也學得很快，因為老師對於如何執筆，怎樣去運用粗細線條已經非常自如，對於美感亦特別敏銳，所以國畫老師在教她的時候，覺得她進步神速。楊老師學習錄音、學習拍攝，進步的速度也令我們這些晚輩覺得失色與慚愧。

楊老師是四十幾歲才開始學電腦，但是我看到楊老師學電腦很佩服。當她搞不清楚的時候，可以跟電腦戰鬥三、四個小時，隔天我從房間走出來，楊老師還坐在那裡打，這是我做不到的。也由於這一份韌性，讓她在學習其他東西的時候特別得力。

為什麼楊老師能有如此的耐力？從學書法中鍛鍊出來的。為什麼楊老師學其他的藝術，速度這麼快？因為她已經把所有的態度跟藝術的精髓、魅力，都領納於心而融會貫通了。

所以，學才藝不能學雜，雜了就什麼都不專。你學一門藝術是一門深入的話，除了能把這個藝術學好以外，所有學習的正確態度都會形成，這種耐力、毅力、專注力都可以用在往後學習任何東西上。因為在學習這門藝術當中，對於整個藝術的敏感度就特別高。楊老師雖然沒有學過所謂的網路圖畫編排，但是只要一看，就能看出哪裡不協調，哪裡不好，很多專業的人都不得不佩服，這就是楊老師一門深入的效果。

因此，讓孩子學藝術，不要學得太多。才華的成就如同挖井一樣，今天你開一百口井，都沒有探到水；如果是一口井探到底，水源就會冒出來。這一口井的水源，是四面八方的水源匯聚而成的，寓意著你再學其他的藝能，就會顯得比較簡單。孩子要把才藝學好，首先要把德行的根基紮好，中國話講：「德才兼備」，德在前，才在後，假如一個人很有才華而沒有德行，那會有什麼樣的結果？他這一生可能會被自己的才華害死了。

雜施而不孫 則壞亂而不脩

現代人最大的學習障礙是雜學、貪多，禮記·學記篇說：「雜施而不孫，則壞亂而不修」。假如你讓他學一大堆，他的心就會散亂；心都散亂

了，如何能深入這一門學問跟藝能！現代的孩子學得很多，但學到最後非常恨父母，很不歡喜父母給他點點滴滴的安排，連心都不歡喜、有怨恨，他會把這一門藝能學好嗎？孔夫子說：「好之者，不如樂之者」，他做這件事是歡喜去做的，你不推他，他都會繼續深入下去。就好像我們真正明白學問對自身的好處，哪裡還會依靠父母、老師在旁邊鞭策？當他很專注的時候，當他能體會到自己的成長、自己能突破一切的時候，其內心的歡喜就會自然而然地湧上來。

一門深入 才能真正成就

確實還是要勇猛精進、一門深入地學習，才能不斷提升自己的能力，而楊老師就是一門深入的好榜樣。台灣書法界的泰斗啓功老先生，他現在已有七十歲的高齡，還在做最笨的功夫，即臨摹。他把知名書法家的字，放在下面用玻璃隔開，一點一滴的臨摹，深怕還有自己一點意思在其中，無法契入王羲之、歐陽詢這些高人的筆法境界，所以要把自己放下。很多的求教者都來跟他說：「我每天練幾萬字，練的都是一疊紙，非常努力。」但是啓功老先生跟他說：「你們字帖練得那麼多，每天練那麼多不

同的字帖、不同的字，就好像打靶，打一萬發一發也沒中；而我打一發，一發就中，這一發比你一萬發還有效。」學習不要貪多，不要學雜，**李傳** **軍**老師說：他在臨摹的時候，一天只臨摹一個字。

現在人想要提升學問，提升才能，一定要走老路子，不然就無法契入，原因是自己的想法太多了。**中國**很多高深的藝術，現在都快斷絕了，因為現在的學習強調的是一次學很多，所以無法契入真實功夫。

●什麼是正確的學習方法

一門深入 長時薰修

學習的方法要抓住八個字：一門深入，長時薰修。一門是哪一門？**中國**聖哲給予我們的教誨，假如用兩個字來說，就是「道德」二字。一門深入才能掌握這一門道德的綱領，而**弟子規**就是道德的綱領，所以我們學習應先從**弟子規**這一門去深入。

孔子說他三日不讀書，氣質都會退後，我們不要說三日不讀書，可能自己還在念**弟子規**的時候，看到孩子一些不好的行為，立刻就惱羞成怒的破口大罵。生完氣後，回過頭來才發覺，我剛剛還在念**弟子規**，怎麼脾

氣都克制不了，就開始生氣了。由於我們現在的根柢都比較差，所以不能控制住自己的情緒，也很容易衝動，「人貴自知」，自己有幾兩重要清楚，我們現在是放下經書就面目可憎¹²。既然知道自己的根基不好，就更應該多努力、多精進，所以讀聖賢的經典不能停下來，天天都要薰修，這才是長時薰修。「長時」指的是時時刻刻不能中斷，學習只要中斷，效果就會差很多。

解行相應^云 歷事鍊心

學習要一門深入，長時薰修。如何深入？一定要解行相應^云，解是了解，了解之後要做，愈做解得就愈深，解得愈深就做得愈徹底。假如只了解而不做，只會增長傲慢，弟子規說：「不力行，但學文，長浮華，成何人」。但是只有行而不解，也不去了解聖賢是如何教導的，只是自己想怎麼做就怎麼做，弟子規說：「但力行，不學文，任己見，昧理真」，只是用自己的方法，很可能會有很多地方都做錯了，所以一定要解與行相應^云才能深入，而且要長時薰修。

我給很多老師開了一帖中藥，而這帖中藥絕對是治本，也標本兼治。

哪一帖中藥？就是早晚讀誦一遍弟子規。早晚讀誦一遍，保證三個月見效，讓你覺得道德、學問提升很快，要堅持三個月。一個人的道德學問能否成就，絕對不是靠別人來逼的，要靠自己主動、努力、勤奮才能成就。為什麼要早晚念一遍？早上念是告誡自己今天所作所為，一定要做到弟子規的教誨；晚上下班、下課回來再念一遍，是觀照、反省今天所作所為有沒有做到弟子規的教誨，沒有做到要趕快改正，已經做到的要好好保持。所以，早上讀誦一遍是提醒自己一次，晚上讀誦一遍是反省自己一次。

海口有一位老師真正做到了，他那一天去上課的時候，我記憶很深刻是元宵節。因為那天有老師打電話來說：「蔡老師！今天是元宵節，要不要停課一天？」要不要停？求學問不能常常放假。我就跟他說：「你當爸爸是否跟兒子說過，今天我不當爸爸，我請假一天。」做父親的，道德學問就要一天比一天增長，才能處處利益小孩；做老師的人，道德學問一天在增長，才能真正成就學生，你等待一天，他們就荒廢一天，所以學習不能中斷。

結果，那一天上課呈現出一個很好的現象，座無虛席。其中有一位女

士姓許，她在海口的航空站上班，她不是老師，那天聽課的時候，我對她印象很深刻，因為她目不轉睛很認真地聽。我講一些聖賢人的故事，她立刻振筆疾書記錄下來，而且早晚絕對都讀誦一遍。三個月之後，她走向前來跟我說：「蔡老師！這樣好的聖賢學問，不能只有我跟我的孩子受益，我要回我的故鄉推展弟子規，推展德行教育。」說到做到，她鼓起勇氣回故鄉去教書了。

她確實很老實，每次她要犯錯的時候，弟子規的經文會立即出現在腦海裡。當要跟人家吵架時，突然「言語忍，忿自泯」就會跑進來提醒自己；跟父母互動的時候，就是「父母呼，應勿緩」這句經文來對照自己。可能自己的口氣稍微不好的時候，經文立刻就像一支箭一樣射過來，因此，警覺性特別高。她進步很快，在短短三個月之後，就回到自己的故鄉去教書。她做到了立定志向，做到了學習重力行，學習要老實。當她發了這個願，要回故鄉教書時，很多老師都願意把一些寶貴的經驗告訴她，我們中心也把很多書籍、聖賢的故事送給她。所以，「人有善願，天必從之」，當你真正發出真誠心去做一件好事，就不要擔心，很多的助力會

出現。

這位老師確實做到了長時薰修，薰就好像你拿著檀香在衣服上繞一繞，這衣服就會有香味，假如你每天都薰，那個香味就愈來愈濃。修是修正，在哪裡修正？在我們生活的點點滴滴當中去修正，也就是說，從我們的想法、看法、說法、做法開始修正。譬如弟子規上說：「人有短，切莫揭」，人家有缺點、有過失的時候，不要把別人的過失到處告訴別人，假如你所說的攸關他人的名節，就會讓人家很痛苦；「人有私，切莫說」，這就是我們的說法應該要能利益別人，而不是損害別人。有一位朋友說，他這幾個月修學最深刻的就是這一句話：「人有短，切莫揭；人有私，切莫說」，因為以前講人家的是是非非已經習慣了，要立刻改過來還覺得很難，但是學習了弟子規之後，當他談論別人是非的話還未出口，聖賢的言語「人有短，切莫揭」就會出現在眼前。

我們在生活中點點滴滴之處，修正自己的過失，這就叫做「歷事鍊心」；真正遇到事情的時候，看看自己是不是依教奉行，是不是能提得起正確的思惟，這就是歷事鍊心。

◎補習班能訓練孩子讀書的態度和能力嗎？

我觀察到參加補習班的孩子，一看到今天上課的內容，就會說：「這個，我在補習班聽過了」，他還會拍拍左邊、右邊的同學說：「我聽過了，我聽過了」，他覺得很驕傲，所以在上課的時候就缺乏專心。一個孩子從小不專心，以後求學問就是一個很大的毛病。假如今天的課他還沒有學過，他會怎麼想？「反正補習班老師還會教，我之後再聽就好了。」一個人的專注度開始下降，整個學習狀況就會一直下滑。

我又觀察到這些孩子在考試前，都拿著一張紙，什麼紙？補習班幫他整理的重點，這是標準的「臨時抱佛腳」，只背這些老師整理的，當考完試之後，我想可能不到一天，他就統統還給老師了。而其他沒有補習的孩子上課都很專注，所有要考試的科目，他自己畫重點，自己整理，自己動手，讀書的方法、技巧就點點滴滴積累起來了。所以，花錢的人讓孩子不專注，讓孩子都依靠補習班老師，而不會訓練自己讀書的能力。沒補習的孩子反而上課專注，懂得如何做學問。這兩類孩子上了中學，成績會迅速拉開，這也是我的經驗。因為我小學沒有補習，我有好多同學都有補

習，結果一上初中，我跟他們的成績就有高下之別。補習班很難訓練孩子讀書的能力跟態度，所以花錢不一定有用。

◎老師如何因材施教？

我在小學時，成績不怎麼好，讀了四年，成績都是進進退退。上五年級的時候，我被分配到姚老師那一班，我的母親也在我們學校任教，我的老師就問我媽媽：「您這個孩子怎麼教？」我媽媽想了一下就說：「我這個孩子不愛念書，但是很愛面子。」愛面子好不好？不好，可是可以順勢而為。我的老師一聽就點點頭：「好，我知道了。」編班的那一天，所有四年級的學生在操場中間，十二位老師站在操場旁邊，然後開始念名字分班，我就到五年七班。

整好隊伍回到教室，姚老師就說：「蔡禮旭！你跟兩個同學一起去拿掃把」，小學生被老師叫到都很高興，可以為老師服務，就趕快跑去拿掃把回來。接著老師又說：「蔡禮旭！帶五個同學去搬書」，我們又趕快去領新書。所有的前置作業都做好了，然後老師又說：「我們來選班長，我提名蔡禮旭！其他的你們提名。」選舉結果怎麼樣？因為同學間互不認

識，而我的名字被老師叫了好幾次，當然我就順利當上了班長。在小學生的心目當中，班長跟什麼畫上等號？品學兼優。所以，我的成績要好，面子才掛得住。老師不費吹灰之力，也沒有叫我用功，從此以後，我的名次就沒有再掉到三名之外。確實教導孩子要因材施教，用很善巧的方法去成就學生。老師的這個做法，使我沒有再為了學業而讓父母擔心。

◎老師如何贏得學生的信任？

記得我當老師第一次站在講台上的時候，我的學生們看我的眼神都怪怪的。有一個女同學舉手說：「老師！你會不會打人？」從這句話聽得出來，孩子對老師很有戒心。我觀察到這個現象，就要轉化過來，才能讓學生信任我。我發現他們差不多在上午十點多肚子就餓了，他們正值發育期，所以我在抽屜裡會放著餅乾，而且這個餅乾都是天然烘烤的胚芽餅乾。學生只要到十點多，一定會走到我的講桌旁邊，然後對我說：「老師！」我就聽懂了，馬上把餅乾拿出來說：「只可以吃兩片，吃多了，中午就吃不下了。」就這樣學生一點點地跟我接近了，這叫收買人心，只要我們的動機是為對方好就對了。

我還想為學生們多付出一點，於是我去買了一個電鍋放在學校，每個星期五就煮些點心給孩子們吃。記得第一次我做的是芝麻紅豆湯圓，煮好之後，我打開電鍋蓋，真是香氣逼人，這時有一個很有趣的現象出現了。很多的孩子很有氣節，不被這些香氣誘惑而堅持不吃，但有些孩子一聞到香氣就受不了，跑過來就吃，結果大約只有一半的學生吃到湯圓。有些同學吃了一碗之後，還要求吃第二碗、第三碗，這些學生吃了以後，我再去找他談心，問他什麼他就講什麼。我把這些訊息收集起來，對於了解學生的家庭和學習狀況有很大的幫助，因為充份了解學生的情況，才能因材施教。

我煮了三個星期，於是起了個念頭，我跟學生說：「老師這幾個星期示範一個人生重要的態度，就是我為人人，人人為我，人要懂得服務別人，老師現在要把這個很好的機會讓給你們。」學生一聽就很熱心的舉手回應，我趕快找一個學生，把次序排出來。真的是無心插柳柳成蔭，當我把這工作做出來，正好是讓孩子磨練做事能力的好機會。第一個學生就過來找我，因為他要跟我請款，這時候我馬上跟他講：「你去買的

任何一個東西一定要留下記錄，這樣老師才知道你花了多少錢，這件事就讓你全權處理，需要哪些人幫忙，你自己負責，你需要老師幫什麼忙，你也要交代我。」我們教導孩子做事的方法，一定要啓發孩子從幾個角度去思考，並告訴他們要注意五個W和兩個H。這是西方管理學，我們也要博覽眾長，西方好的部份也要虛心學習。這五個W是指：人(who)，地點(where)，時間(when)，為什麼(why)，什麼事(what)；兩個H是：如何做(how to do)，要多少錢(how much)，從小訓練孩子們的做事規劃和財務規劃，如何評估預算。

我告訴學生：你要做這件事需要哪些人幫忙，這個點心需要哪些材料，都要列出來，你就很清楚要怎麼做。當然做任何事以前，動機很重要，為什麼要做？今天為什麼要煮點心？要讓同學吃得歡喜，所以一定要煮同學喜歡吃的，而不是自己喜歡吃的。就像我們在推展讀經教育，也要了解為什麼要推展讀經？目的一定要清楚，假如不搞清楚，可能走在半路上，走到另外的歧路都不知道。

很多人推展到一半，會以為學生可以背那麼多經典，真的不簡單。

背得多不是目的，真正的目的是能依照經典去落實，學會做人做事，所以增長做人的德行才是推展讀經的真正目的。一個人對目的清晰，就不會走偏。同理，我們經營家庭、經營事業、經營財富的目的何在？為了讓父母、妻兒有好的生活品質，但是往往走到一半就變成在追逐金錢遊戲。所以，這個「為什麼why」也是特別重要的。

你在什麼地點煮這個東西？或者在什麼地點去買到你想要的東西？地點是不能忽略的。還有是什麼時間去買，在什麼時間去做，也是不能忽視的。學生第一次做點心的時候打電話到我家，是我父親接的，學生說：「麻煩爺爺通知我的老師，請老師帶一個瓦斯爐來。」因為我已經交給學生全權處理，所以學生要求我做什麼，我也要做到，於是我帶了一個瓦斯爐到學校。學生忙得不亦樂乎，所有的人都來參與，不會做的人也都過來學習。

有一次做蛋餅，學生拿過來請我吃，這是個很好的機會點，我馬上跟學生講，除了想到老師以外，還應該想到誰？學生若有所思地跑出去了，其實我也不知道他跑去何處。結果我的學生就在全校跑來跑去，拿著自

己做的蛋餅送給了很多老師吃，我們雖然沒有打廣告，但全校都知道我們在做什麼。有個女老師就走過來說：「這個蛋餅是誰做的？做得這麼好吃！」有個胖胖的小男生抬頭挺胸走過來：「老師！我做的。」他在做事當中，自信心就提起了。

我們讓孩子做這件事，不但訓練了做事能力，也訓練了做人態度。本來我們班的學生對老師比較冷漠，但這個活動辦下去以後，學生遠遠的看到老師，手就舉起來：「老師好！」讓他們對老師、對長者都變得有禮貌，懂得恭敬。

「學為人師，行為世範」，老師在學生面前一定要做好榜樣。有一次我們開運動會，有一位家長帶了好多飲料上樓，他來的時間剛好是我們去操場排隊，這個家長本來打算放下飲料就趕快走的。這時，我主動向他問好，他就跟我說：「老師！我的兒子比較聽你的話，他不太聽上一個老師的話，我兒子講，上一個老師跟他們一起吃飯時，只講一句大家一起吃飯，結果學生每次還在盛飯，老師就已經先吃了。」所以，當老師的在學生面前的一言一行要特別謹慎，這樣也是給孩子做一個好榜樣。

接著，他又說：「老師！你也是說大家一起吃，但是你都比學生晚吃。」為什麼我比學生晚吃？學生盛好飯的時候，我都習慣跟他們講一句俚語，因為俚語都是那一個族群裡面的老祖宗留下來的精闢智慧，像「手抱孩兒，才知父母恩」，當我們手上抱著孩子，感覺到撫養孩子的辛勞，才會想到父母的恩德非常大。所以，我每次在吃飯時先教他們一句俚語，教完以後再走下講台巡視。「對飲食，勿揀擇」，「你這個菜夾這麼少？要不要老師幫你服務一下？」學生馬上說：「不要」，自己就乖乖再去勉強多夾一點菜，這樣巡視下來，當然比學生們晚吃了。確實，孩子的眼睛很利，耳朵也很利，而且不止是一雙眼睛、一雙耳朵，而是幾十雙同時在看老師的言行舉止。我們在修學過程，感受到教書可以提升境界，因為這些孩子隨時都盯著你，你有沒有做到？警覺性不提升也不行。

◎為什麼學生很難帶？

難帶是結果 原因在哪裡

我從澳洲回台灣後，住在楊老師家裡，有一個師範院校的同學知道我回來了，打了一通電話給我，他說有個班級很難帶，是全校最不好帶的

班，你要不要來代課一下？他不說最難帶，我還不見得有興趣，他一說最難帶，我就很有興趣，「不入虎穴，焉得虎子」。而且重要的是，當我們的經驗積累得愈多愈快，往後的學生受益就愈大，所以我要抓住這個磨練的機會去學習。原來這個班級的陳老師教了四十年，還有半學期就退休了，他教的是六年級下學期，他覺得教小學畢業生太累了，因此他不想再教了，才必須找一個代課老師。

我接手這個班的時候，就曾經打電話給一個家長，他就說：「老師！我每天賺錢都忙不過來，早上我比兒子還要早出門，晚上比兒子晚進門，我也不知道他在做什麼。」他的孩子常常上網，已經學到很多污染的東西，父母完全不知。父母究竟為什麼這樣努力賺錢？為的是什麼？不就是為了有一個更好的家庭，更好的下一代嗎？賺錢賺到最後，真正的目的都忘記了。我們聽家長這樣說，也是覺得很心酸，原來學生難帶的原因，與家庭教育的缺失關係很大。

學生犯錯 就是教育機會點

陳老師把學生名單拿出來給我，並且一個一個幫我介紹，他說這個是

奶奶帶的，很皮，這個是媽媽爸爸離婚，就把很多家庭狀況跟我講。我聽了之後，真是替這些孩子擔憂，幾乎三分之一的家庭都不健全。陳老師對我說：「整個班上只有四、五個孩子比較乖，其他的都不乖。」我聽到這樣的話，內心並沒有恐懼，反而有一句話提起來：「學生犯錯，就是我們教育學生的機會點」。

注意感受孩子內心的狀態 適時予以疏導

我任教那一個班以後，就了解到這個班上有「四大天王」，就是有四個常常都要到訓導處去立正站好的學生。但是當我真正去了解他們以後，發現這些孩子都很善良，只是比較沒有規矩而已，我想只要老師能好好引導，他就能感受到老師很有義氣，他也願意變好，來回饋老師對他的愛護。

其中有一個學生，他的臉部表情不是很好，那種感覺就好像是我們欠他錢沒還。我就把這位同學找過來，我說：「同學！老師有沒有得罪你？」他說沒有。我接著問他：「那你的臉色怎麼那麼難看？你是從什麼時候開始的？」這個學生說：「五年級上學期。」連什麼時候臉色變成這

樣，他都清楚、明白，證明這個孩子不傻。我接著跟他說：「你這樣表情會讓人誤會你，好像你看人家不順眼，往後你的臉部表情要放鬆，要多露出微笑。」我講完的時候，他也沒有露出微笑，這時怎麼辦？你也不能跟他說：「你這麼不受教」，這樣就操之過急。培養信任要點點滴滴，不然這不是愛護他，而是控制，「你給我乖乖的」，這樣會適得其反。

耐心 + 善巧方便

我為了改變這個同學的這種態度，就有意安排一些工作讓他去做，因為我聽到同學談論到他的一件事，就是他曾經去市場幫他母親賣衣服。六年級的孩子很愛面子，他會幫母親去市場賣衣服，就代表孩子很孝順，只要有孝心的孩子都是很容易引導的，很容易培育的。所以，在那段時間，我常常坐在教室裡改作業，沒有去辦公室。改作業不是真正的目的，醉翁之意不在酒，在哪？在把我的順風耳打開，收集學生的情報，以便在短時間之內了解學生。

我安排他去當學校的糾察隊員，他站在樓梯口，見有低年級的小朋友

亂跑時，便會制止他們：「不可以亂跑，走廊不可以奔跑，我要把你的名字記下來，下次不可以犯。」他自己當糾察隊員，要不要守法？他走在校園裡面，這些一年級的小朋友都看著他，所以他的行為慢慢就導正過來了。我發現他很有正義感，有一天，我跟他說：「老師讓你當班長好不好？」他嚇得半死，不行，不可以！因為我從小學老師那裡學到一個好方法，就是讓他當班長。我就這樣一直勸導他，不然當一個星期就好了，他就勉為其難接受了。當了一個星期以後，也沒有卸任，就一直當到學期末。

除了在做事能力方面，我們時時給予他機會跟肯定，在他學習的過程，譬如：數學課，他很專注，思惟很敏捷，回答的很好，我們馬上說：「這一位同學居然能從這個角度來思考，他很聰明，只要用功，以後不得了。」點點滴滴把他的自信心喚起來。結果第二次月考他考了全班的第五名，進步很大。後來，我找了幾個在班上比較有貢獻的人，也包含這位班長，一起出去吃飯。我們相約在學校門口，他的母親騎著摩托車載著他過來，一看到我馬上講了一堆話，不知憋了多久了！

她第一句話就說：「蔡老師！我的孩子讀書讀了五年半，從來沒有一個好老師看到他的優點。」孩子都是父母的心上肉，這句話在一個母親的嘴裡講出來，這個母親的日子好不好過？不好過！所以，我們老師一點一滴的付出，都是給父母相當大的安慰。

我說：「這個孩子非常有潛力，從他當班長開始，交代他的事都處理得很好，有領導能力，有做事能力，他在學數學方面，思惟也很敏銳，只要繼續保持，上了初中以後，成績會愈來愈好。」稱讚學生要具體，這樣家長聽起來心裡會很高興。雖然我是在講給他母親聽，事實上在講給誰聽？這個學生就站在那裡，聽老師講了好幾分鐘，這些話會在他的心中停留多久？真誠的話會感人一輩子。

沒有學生不能教 至誠的關愛 感得至誠的感恩

在學生的畢業典禮上，頒獎完畢之後，剩下一個獎品，我覺得冥冥當中好像有安排，讓我們可以抓住一個機會點。我就對同學講：「最後這個獎，我們頒給這學期來學業進步最快、做事最多的同學，你們大家來提名。」當然大家就提名這個同學，他就把禮物拿回去，一個大男生坐下

來，就開始流眼淚。這時我心裡想，如果待會他還繼續哭的話，我就去好好安慰他一下。畢業的學生排好隊要走出校門了，我看到他還哭得很傷心，我就走到他的旁邊，用我的手拉住他的手，正準備對他說別哭了，這個孩子突然抓住我的手死命地喊：「謝謝老師！謝謝老師！」就一直這樣喊下去。我在那個時刻，被他的電流電到了，我的眼淚在眼眶裡打轉，但我不能失控，要帶隊出去，我就開始深呼吸，然後再走到隊伍前面，把他們送出校門。把學生送走之後，我走回校園，突然有個很深刻的感受，不是我教了這個學生，而是他幫我上了最深刻的一課，他告訴我：沒有孩子不能教，端看我們的真誠心夠不夠！

【三、生活篇】

◎培養孩子慎獨 教孩子明白為何要慎獨

「入虛室，如有人」，縱使進入的房間裡面沒有其他人，也不可以太造次，喊得太大聲。現在的孩子到別人家，一進去就碰東碰西，這都是無禮的行為。我們對孩子要有家教，不能到別人家裡做出一些不得體的行

為，尤其是不可以走到主人的臥室。「入虛室，如有人」，我們也延伸到大自然，當孩子走在大自然中，也應該尊敬天地萬物，不可以大吼大叫。我們要引導孩子，你今天去爬山，誰是主人？山上的動物、植物是主人，我們是客人，有沒有客人到別人家大吼大叫，這樣做是錯誤的。所以，到大自然中去，我們是客人，要有禮貌、有教養，不可以太大聲干擾到牠們的生活。

慎獨的功夫要在生活中練習

生活當中的點點細節，都在訓練一個人慎獨的功夫，縱使是自己獨處時，也不能放縱，也要有規矩。小地方大學問，有一句格言說：「青天白日的節義，自暗室屋漏中培來；旋乾轉坤的經綸，自臨深履薄中操出」。在生活以及點點滴滴的事物當中，都要恭謹、謹慎，才能形成一個人的節義，才能掌握自己命運、事業的乾坤。「屈志老成，急則可相依」，一個人這些屈志老成的能力，這些恭謹的態度，從哪裡培養出來？就在一舉一動、一言一行中形成。所以，為人長者要特別謹慎生活小節，自己做到了，孩子就能做到，他的內心穩定，辦事絕對可靠。

◎培養孩子的慈悲心 愛是用心感同身受

「泛愛眾」，泛是指廣泛，廣泛的愛護眾人、眾物。這個眾不單指人，一切人事物我們都應該去愛護。什麼叫愛，愛是中間一個心，外面一個受，用心來感受對方的需要就是愛。愛不是控制對方，不是要對方跟著你的方向走，假如是強迫對方一定要聽你的話，就變成控制別人，這樣做是欲望而不是愛。所以，我們一定要設身處地為他人想，才能感受和隨喜別人愛的付出和愛的回報。

仁慈之心 源自孝心

我們教導孩子有一份仁愛之心，首先要教他從自己最親近的父母愛起。他懂得愛護父母，才能把這一份愛心繼續向外延伸。孟夫子有一段很重要的教誨：「親親而仁民，仁民而愛物」，一定要從自己最親的父母開始愛護，進而推衍到愛護別人的父母、愛護別人的孩子、仁愛人民；再從仁愛人民這分愛心繼續擴展到愛護一切萬物，包含動物、植物、礦物。我們只要順著這個次第去做，孩子的愛心就會不斷擴展。

引導孩子推己及人 關愛他人

當孩子懂得孝了，就要進一步告訴他「事諸父，如事父；事諸兄，如事兄」，他就懂得尊敬一切人的長輩。還要告訴孩子，所有的長輩絕對都不願意他的孩子受到傷害，就像你假如受到傷害，爸爸、媽媽也會很傷心。別的小朋友受到傷害了，他的父母也很傷心，所以我們不應該欺負別的小朋友。

再進一步引導孩子，對各行各業的長輩都應該尊敬，因為社會國家是互助之體。要讓孩子明白這個觀念是相當重要的，因為在功利主義之下，人的觀念可能會產生偏差，他們會用錢來衡量價值，而不是用服務來觀察價值，這樣人心就會扭曲。我們要從小告訴孩子，要尊重各個行業的服務，職業無貴賤之分。我在教書時，早上六點多就開車出門，馬路上非常整齊清潔，那些樹葉都到哪裡去了？是環保同仁清晨四、五點就開始打掃。我跟學生講：「我們今天有清潔的環境，讓我們的心情愉快的來上班、來讀書，都是很多人的付出，所以我們面對各行各業的人，都要抱持著感恩的態度。」當孩子能這樣領受，他到商店或書局時，面對服務人

員，他就會親切的向人問好，跟人道謝。

我們也要對一些特殊的人群給予關懷、關愛，如：流浪漢、鰥寡孤獨廢疾者。鰥是指喪妻的，寡是喪夫的，孤是沒有父母，獨是沒有兒女，廢是殘廢，疾是生病患者，這些都是一些比較弱勢沒有能力的人群，我們要做到使這些人都能得到社會的關懷，而現在也有不少社會福利團體去照顧這些人群。我們有閒暇時，也可以去當義工，服務這些人群。假如沒有時間，可以有錢出錢，有物出物。

我們在行善之中，一來會提高自己的仁慈之心，二來也能真正了解社會上很多不為人知的事情。我們帶著孩子一起去行善，就長養了孩子的仁厚之心。但我們在做善事的前提下，一定先要把家庭照顧好，否則家裡亂成一團，可能就有副作用。要先修身，然後齊家，齊家而後才能發揮影響力去治國、平天下，這個次第要謹慎對待。

引導孩子 懂得動物亦有靈知 不可隨意傷害

動物跟我們人類一樣都有靈知、感覺，牠也會痛，也會傷心、難過。西藏有一個獵人，一天早上看到遠方有一隻藏羚羊，這獵人一看到獵物，

就下意識的趕快把槍舉起來，瞄準了這隻藏羚羊，他正準備射殺時，只見這一隻藏羚羊看著他，雙膝跪下，這一幕讓他很驚訝，也覺得很奇怪，但是他還是把牠殺害了。射殺完之後，就把藏羚羊剖開來，結果一看肚子裡面有一隻小藏羚羊。這個獵人突然明白這隻藏羚羊為什麼要下跪，就是求他饒了牠孩子一命。這位獵人也是為人父親，看到藏羚羊為自己的孩子都能做出這樣的行為，他很感動也很慚愧，體會到所有的動物都有親情，從此就把獵槍放下，再也不打獵了。

有一個專門用獵具夾黃鼠狼的獵人，有一天，發現他的獵具夾住了一隻黃鼠狼，他走近一看，只見黃鼠狼的皮，黃鼠狼的身體卻不見了。這個獵人就順著黃鼠狼留下的血跡一直跟過去，跟到黃鼠狼的窩裡一看，這隻黃鼠狼是使盡全力把牠的皮脫掉，然後跑回窩裡，正在給牠的小孩哺乳，其實這隻黃鼠狼已經去世了，但牠的小孩還在吃牠的奶水。一隻黃鼠狼縱使在生命攸關的時刻，牠的念頭還是為了孩子，牠那份母愛不輸給我們人類。獵人看到這樣的情景，從此不再打獵了。我們從這裡聯想到白居易的那首詩：「莫道群生性命微，一般骨肉一般皮，勸君莫打枝頭鳥，子在巢

中望母歸。」我們對動物也要有那一份同理之心，絕對不能因為自己的好惡，而去拆散動物的家庭。

動物有天倫，都愛惜子女，還會孝順父母，我們應該彼此尊重，彼此學習。現在有些商人拿些小動物出來賣，小朋友一看很好玩，就買回家去玩，由於不知道牠們喜歡吃些什麼東西，結果小動物都被玩死了。我們要教育孩子不能去買這些小動物，因為我們愈買，商人就愈抓；我們不買，不法的商人就沒有利潤，他就不會去做這種事。

植物跟我們是一體 都是地球生命的共同體

植物與人類是一樣，都是地球生命的共同體。我曾經看到小孩爬上樹，一直在搖那個樹枝，要把它扯斷，他只是覺得好玩。假如孩子從小就覺得好玩的都可以任意去擺弄，那他可能會從傷害植物逐漸變成傷害動物，進而他就會去打人。孩子對物不敬，他對人能尊敬嗎？「一真一切真」，「一」就是一個人的存心。他的恭敬真誠已經內化在心裡，他表現出來的行為自然都是恭敬真誠；他對物不真誠、都糟蹋，為所欲為，則其心已經失去恭敬，等到他面對人的時候，就不可能對人恭敬真誠。

我看到孩子在傷害植物，沒有當面去指責，等到下一節課上課，我跟孩子說：「諸位小朋友！請問一個人缺乏什麼，只要缺乏五分鐘，他就無法活命？」小朋友說：「氧氣。」假如人缺食物還可以撐個八天、十天，如果兩、三天沒喝水，可能還沒關係，但是只要五分鐘沒有氧氣就死了。我又問：「請問氧氣從哪裡來？」他們都答得很快：「從植物來的。」我進一步引導孩子們說：「植物是我們生命中最重要的東西，沒有植物，我們五分鐘都活不成，所以植物是我們的救命恩人，它給了我們最需要的東西，那我們拿什麼對待它？」小朋友回答：「我們對植物要愛護。」植物不只是提供我們氧氣，它還對人類有很多的幫助，我藉此機會讓孩子們觀察植物對他們的重要性，對他們生命的貢獻。它對我們的奉獻是無私的，更值得我們去尊重、學習。

傷害萬物 就是傷害人類自己

因為人不尊重植物，產生了非常多的自然災害，比如：每次下雨都會發生土石流。三十年前、五十年前沒有聽說有土石流，為什麼突然幾十年後都出現了？都是現代人做了某一些事，才會產生這些新現象。因為濫砍

濫伐，植被破壞，土壤鬆動，一下大雨就造成泥石流。所以，現在所謂的天災，仔細去思考，其實都是人禍造成的。

樹蔭可以調節溫度，一個都市裡樹木愈多，氣溫就愈穩定。假如樹木都砍伐光了，陽光會直接照射，溫度就很高，人們在這樣的環境裡居住，身體都會受傷害。人類排放的一氧化碳、二氧化碳以及一些髒空氣，都必須通過植物來進行吸收、轉化，如果樹都砍伐光了，被污染的空氣就一直在氣層凝聚。一氧化碳、二氧化碳過多就形成溫室效應，地球的溫度排不出去，就會愈來愈高，造成全球性的氣候異常，熱帶地區出現下雪的現象。這些異常現象是天災嗎？人類要認真的思考，我們與大自然是共存的，我們能保護它們就可以共存共榮，傷害它們絕對是兩敗俱傷。

蚊蠅亦有佛性 至誠亦能感通

「一切眾生皆有如來智慧德相」，你把一隻蚊子殺死，就如同殺一尊佛，所以我們要平等對待牠，要歡喜供養牠。楊老師說，人類可以跟蚊子溝通。楊老師晚上睡覺時，就對蚊子說：「蚊子菩薩！我歡喜供養你們，但你們不要叮我的臉部，這樣會讓我沒有面子，要叮就叮在一些看不到

的地方。」第二天醒過來時，這些蚊子果然沒有叮她的臉部，真是很好商量，精誠所至，金石為開。還有一次，楊老師家裡來了客人，她就對蚊子說：「眾蚊子！我的客人來了，你們不能撒野，要叮只能叮我。」第二天，她問了這些客人：「昨天睡得好嗎？」他們都說睡得不錯。

有一次，蚊子在叮我的時候，我就開始念佛，觀想佛光照耀牠，然後我就勸牠：「你本來是具足真如本性，不要把自己搞得這般墮落。」當你不動而讓蚊子叮的時候，牠會吸得很痛快，一次吸到底，皮膚也不會發癢；如果蚊子在叮你的時候，你很驚恐也會驚嚇到牠，皮膚反而比較會癢。牠吸完以後，就非常自在停在牆壁上。下了課，我回到房間裡，也看看牠，祝福祝福牠。結果兩天以後，牠還停在原來的位罝，我很納悶，兩天都一動不動，過去一看，牠死了，而且還黏在牆壁上，我真希望牠往生西方極樂世界。

我在山區教書的時候，常常看到很多的鳥類快速的撞在教室窗戶的玻璃上，因為牠們看不出是玻璃，因此這一撞就死了。我們學校的這些學生都知道我學佛，只要看到鳥的屍體，一定會有三、五個小朋友快步跑過

來，把死去的小鳥遞給我。我們都知道，人斷了氣以後，靈魂脫離身體要八個小時到十二個小時，但是我不知道鳥要幾個小時才會脫離。可是當放在我手上的時候，牠還是熱的，我就趕快跑回房間，把牠放在念佛機旁邊，開始幫牠助念。鳥只要是死於非命，牠的全身都是僵硬的，但為牠助念幾個小時之後，牠的身體都是柔軟的；等到身體柔軟以後，我再把牠埋好。確實我們也從動物身上了解到，萬物都是有靈性、有知覺的，我們也要用平等心去對待牠們。佛法還是要靠我們去印證，當我們印證到這一點的時候，對一切衆生就不會輕慢了。

迷惑的福狗

我曾經遇過一隻狗，我們讀誦經典的時候，牠會跑到旁邊，當我們敲響引磬後，牠就會開始仰天發出吼聲，從牠的吼聲中可以聽出來是牠恭敬的聲音，牠也像做功課一樣，每天都不缺席。牠有時候稍微忘記了時間，但只要我們的引磬一敲下去，牠會覺得自己遲到了，而發出很慘烈的聲音，一邊跑一邊叫。

牠很有福報，到佛寺裡來，三餐不用愁，而且也很有善根，跟我們吃

素從不挑食。有一段時期牠們正值發情期，很多公狗為了爭一隻母狗，咬得很慘烈，牠回來的時候嘴唇都裂開來。牠跟我是師兄弟，我有責任「善相勸，德皆建，過不規，道兩虧」，所以我就把牠喚過來，狠狠罵了牠一頓：「你都搞不清楚自己為什麼墮到狗道去，就是太愚痴了！」當我在講話的時候，牠露出慚愧的眼神，頭低低的。

其實眾生很可憐，習性太重，自己明明知道不對，也很難轉過來，所以就要有善知識來教導，要有一群善友依眾靠眾，我們也要隨份隨力來協助、幫忙。

迷失慈心 就是滅絕人類

老祖宗期許我們要當天、地、人三才，把天地保護、孕育萬物之德演出來。有一個數字顯示，在一萬年前，每一百年有一種物種消失；一千年前，每十年有一種物種消失；一百年前，每一年有一種物種消失；二十年前，每一年有五百種物種消失；五年前，每一年有一萬種物種消失。我們看看這個數字令人觸目驚心，短短幾十年，全球的萬物瀕臨浩劫，快速滅絕。誰的傑作？人類。當地球上的人類滅絕以後，其他的動物可能會開慶

祝會，所以人類應該好好地省思。

假如用癌症來做比喻，人類就是地球的癌細胞，癌細胞快速擴展，去破壞其他的內臟，還自以為愈來愈壯大，結果突然有一天，人的身體垮了，癌細胞的下場是什麼？死亡。它雖然不斷擴展，到最後迫使人體不能生存，最終還是瀕臨死亡。我們人類也正是掠奪了如此之多的動、植物的生存空間，人類的數量好像是愈來愈多，但是等到地球全部被人類破壞了，地球也不能生存，而人類照樣要滅亡。所以，人類不要自以為聰明，不可短視近利，一定要從對人的關懷，再擴展到對一切萬物的尊重。我們懂得尊重萬物，也就是教下一代懂得尊重所有的生命，同時也長養了孩子們的仁慈之心。下一代具備了仁慈之心，誰的受益最大？當然是他的父母、家庭。人要明理，不明理會做出很多令一生都後悔的事情。

我們人類與萬物生活在同一個天地之間，都是依靠大地滋養才能得以生存。我們在愛護一切萬物的同時，也是做到了孝與悌。有一位老師跟我說：「能愛護所有的萬物，就是力行孝悌之道」，他接著又說：「天為父，地為母，每個人都是大地的子女，都是大地長養我們，假如沒有大

地，我們就會受到缺少食物的威脅。大地長養了我們，我們要常常感念大地的恩德。大地為母親，而母親所長養出來所有的萬物都是兄弟姐妹，我們不應該去殘害動物，這樣就沒有孝悌的態度。」這位老師把心量擴展得很寬，我們要向他學習。大地確實為萬物之慈母，人類不懂得尊重動物，整個家庭氣氛就會非常混亂。許多動物在滅絕，當這些動物看到人的時候，馬上就跑，尤其是遇到了中國人跑得更快，因為現在的中國人無論是天上飛的、地下爬的、水裡游的，他們都敢吃。所以，這口腹之欲一定要節制，不然不知會荼害多少生靈！很多動物都是被人吃盡了才滅絕的，我們人類一定要反省。

●教孩子謙卑禮敬

傲為何不可長

傲不可長，人若是一驕傲，不只自己的學問上不去，無形中也斷了自己貴人的因緣。一個有道德、有學問的人喜歡交往什麼樣的人？謙虛的人！你只要傲慢，這些人就會自動離你而去。

我很幸運初中的時候，我的理化老師有一天在黑板上寫了「人不可以

有傲氣，但是不能沒有骨氣」一行字，我從那天開始就不敢忘記。他寫完這句話，彷彿有一道光芒照入了我的心田，因為在升學主義之下，很少能聽到做人的教誨，真是如此。從此以後，「人不可以有傲氣，但是不能沒有骨氣」的教誨，就深深地刻印在了我的腦海裡，並時時鞭策著自己做人不可以傲慢。

一個至誠的禮敬 結識了一位令己終生受益的長者

我在澳洲學習的時候，遇到很多長輩，我見到這些長輩，心裡忽然體會到學了「事諸父，如事父」就要做，因為每一位為人父母者，不只對孩子有貢獻，他每天也在為這個社會而貢獻。有了「事諸父，如事父」的念頭，我回到寢室就開始找這些長輩，問您是何年生的？只要比我父親大的，我就一邊鞠躬一邊說：「伯伯！您好！」諸位朋友，這個躬鞠下去，發生了什麼化學變化？這位長者笑得合不攏嘴，他說飛了幾萬哩還收了個侄子，他很高興。我又繼續問，問到一位陳先生比我父親小，我說：「陳叔叔！你好！」突然有位長者跑過來說：「我也要！」這位就是以後影響我一生很深的盧叔叔。

這位長輩真是非常愛護我們這些晚輩，他生怕我沒叫他叔叔，還自己跑來製造機會給我們，所以我也畢恭畢敬給他鞠躬：「盧叔叔！你好！」這個躬鞠下去以後，我的人生就出現了翻天覆地的變化。第二天下午，盧叔叔就把我找過來，我們坐在客廳，他跟我說，他二十九歲就當上總經理。這個總經理不是自己封的，而是股東坐兩排，一一詢問他企業出現什麼問題，應該如何解決，那都是要真實的功夫與經驗，而他能對答如流。所以，從二十九歲就當了專業總經理，專門幫人解決企業危機。如此有能力的人，我們很難遇到！結果很幸運，就因為我們的禮貌而令長者覺得很欣慰，所以他坐下來就把他幾十年人生的經驗與智慧跟我分享。

我聽了之後一則以喜，一則以憂。憂什麼？憂自己的眼光太差，不識廬山真面目，因為盧叔叔就坐在我旁邊，我都看不出來。不過也從中體會到一個道理，真正有能力的人謙卑！談了兩個多小時，我的內心很激動，真正深刻體會到為什麼中國人如此重視師道，因為身為一個老師確實是無私的，只希望用他的智慧成就你的人生，完全不求回報。我當場只想做一個動作，哪個動作？要跪下去敬拜盧叔叔。盧叔叔年輕學過柔道，所以動

作敏捷馬上就把我拉起來，他說「使不得」，我就沒有跪成功。

從那天開始，每次我們上完課，盧叔叔就說：「來，我們去散步。」邊走他邊問我，今天你聽弟子規聽得怎麼樣？聽德育故事聽得怎麼樣？我把心得告訴他，他就會說：「你看得不夠深，看得不夠廣」，他就一分析給我聽。我們雖然只相處了兩個多月，確實盧叔叔給了我人生的啓示，不是這兩個月可以算出來的，真的是一生的助力。我離開澳洲以後，只要有機會，我都會主動打電話給盧叔叔，他都會無私給我很好的建議和啓發。因此，傲不可長，所謂「滿招損，謙受益」，一定要長養孩子的謙卑態度。

能謙能敬 己獲益

我們待人有禮敬、恭敬的態度，就能得到善知識的教誨，所謂「能親仁，無限好；德日進，過日少」。「禮敬諸佛」，就能得到「常隨佛學」的果報。盧叔叔有一句話給了我很大的震撼，他說：「修行對自己要趕盡殺絕，對別人要厚道三分。」面對我們的習性，要有趕盡殺絕的態度，不能有一絲毫的放縱；而對待別人，我們要處處寬恕體諒。記得有一次，我

從浴室出來，盧叔叔進門接著要盥洗，突然他跑出來對我說：「來來來，我們來看一下，你看你進了浴室以後，地上是濕的，你又掉了些頭髮，如果此時有人走進來，假如不小心滑倒，怎麼辦？假如這個人又有潔癖，看到這些頭髮，他又心生煩惱。我們持十善業要不殺，而不殺最重要是不傷害衆生，所以我們處衆當中有一個很重要的態度，就是絕對不要讓你住在一起的人生煩惱。」我聽完盧叔叔的教導很感動，也很高興，我就趕快收拾乾淨，「過能改，歸於無」。

我跟盧叔叔講，我這個人毛病很多，小時候沒有受教育，以後有任何缺點，希望盧叔叔能幫我及時指出來。我認識盧叔叔這兩年多來，只要有機會，我都會打電話向他請教。而當他跟我相處時，只要我有問題，這位長者也會直言不諱地告訴我。因為我有恭敬心，我知道要落實「聞譽恐，聞過欣，直諒士，漸相親」，由於這樣的態度，確實使自己的人生受益匪淺。

禮貌太重要

我小時候養成一個習慣，只要聽到有長輩到我們家來，無論我在做什

麼事，一定會跑到他們面前來，說：「叔叔好！阿姨好！」孩子有禮貌，大人絕對歡喜，我抬起頭來，看到他很歡喜，我也很滿意。當一個人在做有德行的事，其實他的喜悅已經從內心散發出來了。我深刻地體會到，一個人能不能得遇貴人，就看他從小待人有沒有禮貌的態度。

我跟家長開親師座談時，跟他們說：「你們的孩子以後能不能遇貴人，我現在就可以判斷。」家長們聽了之後，眼睛都瞪得大大的，因為現代人很現實，一提到孩子可以遇到貴人，他們就很專注。孩子有禮貌，走到哪裡都會贏得眾人對他的愛護；相反的，孩子沒有禮貌，不但不會遇到貴人，不但不會有很多助力，在言語、行為當中還會形成很多的障礙。他會覺得莫名其妙，為何他們都看我不順眼？自己還不明白。所以禮貌非常重要！

禮貌從小要教

禮貌如此重要，什麼時候教？我時常會問家長，考試多兩分重要？還是教孩子做人做事的禮貌態度重要？家長都覺得做人做事的禮貌態度重要，可是家長又把大部份的時間都跟孩子消耗在分數上。重要的事不能再

拖延了，否則孩子長大了，習慣成自然就很難改正，這是刻不容緩的事。所以，一定要重視從小培養孩子的禮貌德行，這樣就能幫助孩子的人生贏得眾多的助力。

不學禮 無以立

「不上長城非好漢」，我和中心的老師一起去遊覽長城。在長城上有一個關口只能容許兩個人相向來往，就在過此關口的時候，有很多人守規矩，互相擁擠，結果發生了什麼事？整個人群就阻塞在這個關口裡面。我們中心的老師在裡面一看，不行，後面的人不了解前面的情況，他們就一直往前擠，對面的人流也往前擠，如此下去可能會有意外發生。這時我們的老師立刻站出來，開始指揮人流有序的通過這個關口，並禮貌的請那些插隊的人趕快退回去。他們看著我們，還以為我們是長城管理處的，而在我們很有禮貌的努力之下，擁擠的人流疏通了。因此，學習和落實禮貌的時機點很重要，不能放棄，不然糟糕的程度會使你難以想像，無禮節約束的話，人就會自私自利，就可能發生衝突。

有禮 令陌路相逢 充滿喜悅

我們搭車往杭州天目山講課時，迎面來了兩輛車，我們主動把車停靠在旁邊，讓對方的車先過去，第一輛開過來，車上的人很歡喜對我們揮手，我們也對他們揮手。第一輛車過去之後，我們等了片刻，第二輛還沒有過來，我們覺得很納悶，就派人下車看一下，結果對面的車早就停在那裡要讓我們先過去。當我們把車開過去的同時，兩車的人都露出了燦爛的微笑。人與人都是互相禮敬，那種感覺非常舒服，如沐春風！我們還沒上山之前，就已經感受到天目山當地的純樸民情。我們從生活當中也時時可以體會到，懂得禮節、謙讓才能使人生之路暢通無阻，才不至於塞車、不會起衝突。

一個孩子懂得謙卑 一生無往不利

《易經》說：「謙卦，六爻皆吉。」《書經》說：「滿招損，謙受益。」在《易經》的六十四卦中，每一卦都有吉凶禍福，只有一卦，六爻都是吉，即「謙卦」。若一個孩子懂得謙卑，他的人生就可以無往而不利。了凡四訓這篇很重要的人生哲學，其中第四篇就是描述謙虛的益處。袁了凡先生參加過好幾次進士考試，在每次還沒有考試之前，他觀察要考試的同學，發現有

些人特別謙卑，謙光逼人，對人很恭敬、很謙遜，雖然這些同學有的年紀很輕，但是他就覺得此人一定會考取，考試結束，果然不出所料，謙虛的人都考上了。

我們從小也要時時提醒孩子要常存謙虛，縱使我們的才華再高，但是要知道這個才華不是靠自己的能力形成的，而是我們在漫長的成長過程中，有非常多的長者給予我們的教導、照顧、提攜而形成的，所以愈有才華就愈應感恩所有的長者對我們的無私付出，當我們有這樣的心境，自然就不會傲慢。

◎教孩子懂得尊師重道

一日為師 終身為父

古代的人對老師非常尊敬，一日為師，終身為父，我們看到古人對老師的喪禮都是守喪三年，跟父母一樣，所以古代的師生關係與父子關係是平等的。孔老夫子一生教學，當他去世的時候，他的學生很感念老師的恩德，就在孔子的墓旁邊搭個房子，整整守孝三年。其中有一個學生守了六年，他就是子貢，因為夫子去世時，子貢剛好在其他國家做生意，等他回

來的時候，喪禮已經結束了，子貢覺得非常遺憾，守了三年以後，自己又加三年，整整守了六年。古代的學生對於老師如此尊敬，時時不忘老師教誨，依教奉行，當我們有這種態度去面對老師，去面對古聖先賢的教誨，道業、學業絕對可以成就。

古禮的本質是成就學生的恭敬之心

古代的孩子要到私塾讀書，首先父親必須帶著孩子前來給老師行拜師禮。拜師禮的儀規是父親在前面，孩子在後面，先對孔老夫子像行三跪九叩首之禮，拜完以後，請老師上座，也是父親在前，孩子在後，再給老師行三跪九叩首之禮。孩子在五、六歲以前，最尊敬的人是父母，因為這時的孩子，開口閉口都是「我爸爸說，我媽媽說」；去學校讀書以後，變成「我們老師說」；上了初中以後，則改為「我們同學說」。所以，孩子在每一段成長的過程期間，我們做父母的要好好做父母，當老師的要好好當老師，孩子正確的做人態度才能深深紮根。在這個拜師禮的過程之中，孩子如此尊敬的父親，居然跟老師行三跪九叩首，這一拜對孩子有怎樣深遠的影響？他對老師的恭敬心就會達到極處。

一個人要成就學問，必須要以誠敬之心去求，印祖有一句很重要的教誨：「一分誠敬得一分利益，十分誠敬得十分利益」。古代的禮儀都有其深遠性的影響，我們現代只看到禮的表相，並不了解禮的意義與本質。我從教的第一年，有一個學生忘記帶書本，他的奶奶已經六、七十歲了，還幫孫子把書本送到學校。我們的教室在四樓，老人家爬上去已經氣喘吁吁，就在她喘氣的同時，恰巧遇見了我，老奶奶馬上向我鞠了一個九十度的躬，她說：「蔡老師好！」這一躬鞠下去，給我的印象太深刻了，從此「老師」這兩個字就壓在我的肩上。一位老人家能如此的誠敬老師，給我們鞠躬，我們要對得起老人家。

在此刻，我深深體會到任重而道遠，不好好教導學生，就對不起人家的後代子孫。突然我感覺到，古代的老師，坐在那裡受人家三跪九叩禮，是什麼感覺？如坐針氈。為什麼？一個讀書人，連佔人家便宜的念頭都沒有，更何況受人家如此大禮，那更是誠惶誠恐！古代的家長為何要這樣做？主要是要成就學生的恭敬之心。我們了解到這一點，就可以體會到古代的老師真不簡單，他們接受了這個禮拜之後，時時刻刻想的是：假如我

沒有把人家的孩子教好，如何對得起他的父親給我行此大禮？我們也可以從古代師生的關係中，了解到師生情誼，老師對學生的道義恩義，也可以看到學生對老師的恩義。

師生恩義 萬古流傳

明朝有位忠臣叫左忠毅公，有一年他擔任進士考試的主考官。左忠毅公時時想著要為國家舉薦人才，所以在考試前夕，他就微服出巡，穿平民的衣服，走到了離京城附近的寺院考察。他為什麼不到酒樓找？因為住酒樓的人是有錢的人家，這些考生從小就好逸惡勞，能否考得上？很困難。左忠毅公來到一個寺廟去巡視，見到一個書生伏在桌子上睡著了，他就走到這個書生身邊，拿起書生剛寫完的文章來看。左公看完文章，深深感受到這個讀書人對於國家的一種忠誠，對於人民的一種使命。左公很歡喜，隨手就把自己的大衣披在這位年輕人的身上，這位年輕人叫史可法。

考試之後，在閱考卷時，左公看到一篇文章，立刻就感受到是某人寫的，為何如此準確？因為文章也是從一個人的內心流露出來的，可以從文章中感受到他的氣節、志向。左公將寫這篇文章的考生列為第一，史可法

果然考中狀元。考中以後，這些上榜的學子都要去拜主考官為師，史可法就去拜訪老師和師母。一進門，老師左公就對他的夫人說：「以後繼承我的志業，不是我的孩子，而是這個學生。」左公看到史可法來拜訪他時，心裡很歡喜，因為他幫國家選到了棟梁之才。古代的讀書人不怕自己沒有子嗣，而是害怕不能把聖人的道德學問承傳下去；自己沒有子嗣，只是影響一家，道德學問沒有承傳，將影響後代子孫，所以他們的心中是時時想著要為國舉才。

左公與史可法同朝為官，一起為朝廷效力。明朝末年宦官當政，左公被亂臣陷害關到監獄裡，受到嚴重的酷刑，眼睛被燒燙的鐵片搗住，膝蓋以下也被切掉了。史可法心急如焚，就去求獄卒，這些士卒也被他對老師的這份孝心所感動，就建議他偽裝成撿破爛的模樣，混進監獄裡。

史可法走進監獄，當他看到老師整個身體狀況，不禁痛哭失聲，撲倒在老師的面前。左公雖然眼睛睜不開，耳朵還可以聽得到，他聽到史可法的聲音非常警覺，用他的雙手把眼睛撐開，目光如炬看著史可法。他說：「你是何身分？你是國家的棟梁，怎麼可以令自己身陷如此危險的境地？

與其這些亂臣賊子把你害死，不如我現在就活活把你打死。」說完，左公就撿起身旁的石頭往史可法的方向扔過去，史可法看到老師如此震怒，趕快離開。為什麼左公這麼生氣？他深怕學生的安危，深怕國家的前途受到影響，所以縱使他已經身陷絕望痛苦之中，念念不為自己，還是為國，為自己的學生著想。

好學生必定依教奉行（◎註：戍—防守）

史可法擔任國家的要職，也常帶兵在外戍邊^戍。他帶兵在外時，都不會到床上睡覺，而讓士兵分成三隊，輪流跟他背靠背休息，守夜。士兵看了很難受，就對他說：「大人！你這樣身體會受不了的。」史可法就對士兵說：「假如我去睡覺，剛好敵人來犯，讓國家受到損害，我就對不起國家，更對不起我的老師。」老師教誨他要念念為國，他確實不敢忘懷。所以回饋師長最重要的是要依教奉行。

史可法每次回到故鄉，第一件事不是回家，而是先到老師家，雖然老師不在了，但是有師母，還有老師的後代子孫，他都竭盡全力奉養照顧。我們從這個故事當中，感受到古代師生的情誼，給我們內心很深的感動。

我們要見賢思齊，在一生中遇到非常多教誨我們、幫助我們的長輩，我們也要立身行道，經營好自己的人生。

◎孩子誠實守信

信是會意字 代表人言

信字，左邊一個人，右邊一個言，表示話說出去之後就一定要遵守。我們經常聽到的格言、教誨，如：「一諾千金」、「一言九鼎」、「一言既出，駟馬難追」，都顯出老祖宗重視做人的態度，也苦口婆心要求後代子孫要遵守這些格言、教誨。

信是仁的重要表現之一，也是儒家著重提倡的道德規範之一，孔子對信的論述很多，如：「與朋友交而不信乎？」、「敬事而信」、「謹而信」、「言必信」、「民無信不立」等等。易傳·繫辭上說：「人之所助者，信也。」佛家說：「信為道元功德母，長養一切諸善根。」所以，人與人之間的相處、交流、溝通，信用第一。

信用是立足社會之本

弟子規說：「凡出言，信為先」，孔子也說：「人無信不立」，一個

人假如沒有信用，就很難在社會立足。《論語》也提到：「人而無信，不知其可也」，人假如沒有信用，真不知道他人生還能做出些什麼事？現在商場上講不講信用？有些似是而非的想法、觀念，說無奸不成商。我們這樣守信用，這麼老實，是不是會被欺負？假如只有你的孩子講誠信，別人都不講誠信，他能不能活下去？他一定會活得很好，因為他會當總裁，他會當總經理。假如你是客戶，你要找什麼樣的人合作？當然是找誠信的。無信之人可以騙一時，但是無法騙長久。因為現代人受功利主義影響太大，都急功好利，小人冤枉做小人，把自己的福份折損了，後來就無法贏得他人的信任。

父子之間要誠信

父子之間一定要講誠信，假如你隨便答應孩子，後來又反悔，那父母在孩子心目中的地位就會下降，所以父母對孩子要言出必行。

古代春秋有一則故事，曾參的太太有一天要出門買菜，她的孩子吵著要跟去，他太太就對孩子說：「你不要吵，不要跟，媽媽回來殺豬給你吃。」她兒子就不吵了，也不跟了。結果，曾參的太太從市場回來，看到曾

參正在磨刀，他太太很緊張，就跑過來說：「我跟孩子開玩笑的，哄哄他的，你還當真？」曾參對他太太說：「假如你騙孩子一次，可能你這一輩子講的話，他都不會相信，所以，還是得按照你的承諾去做。」所以，為人父母，「事非宜，勿輕諾，苟輕諾，進退錯」。人往往在高興的時候，都會隨口承諾，這種做法很不恰當。或者很多大人在打麻將時，無論孩子要什麼，都是「好！給你，拿去」，以後，孩子就知道了，當父母在打麻將的時候，是他最好要東西的時候。這些一定要注意，不然孩子學到的不是老實，而是察言觀色。是否發覺到現在的孩子眼色觀察的能力特別強？這樣不好，因為人如果不老實，人生會有很多問題產生。

我們自己守信了嗎

我們要反思，我們長這麼大了，父母之命、父母交代我們的事，有沒有「行勿懶」？我們面對親友所答應的事情，最容易跳票的是跟誰？跟最親的父母，跟先生、太太。對我們人生最重要、最有恩德的人，結果我們反而很容易對他們不守信用，什麼原因？因為對客戶不守信義就沒有錢賺，對父母不守信義還可以找找藉口，所以人要省思。我們對父母更要守

信用，才是正確的態度；當然對父母守信，對一切人也都要守信。

始吾已心許之 豈以死背吾心哉

「凡出言，信為先」，我們要言而有信，對自己講出來的話，絕對要放在心上去履行。古代人非常信守承諾，在春秋時代，有個人叫季札，他代表吳國出使魯國，他在出使的過程中經過徐國，徐國國君請他吃飯。在吃飯時，徐國國君一直盯著季札腰帶上面的寶劍，季札看到國君的眼神，就知道他很喜愛這把寶劍。但是按照禮儀來講，代表國家的使者都必須佩戴寶劍，所以季札就在心裡想，等我完成任務以後，再將這把劍送給徐國國君。

季札出使魯國之後又經過徐國，他就要去把寶劍送給徐國國君，可是國君已經去世了。季札就到他的墓前給他行禮，行完禮，把他的寶劍掛在墓旁邊的樹上。他的僕人一看，就對他說：「主人！你這樣做太過了，你也沒有答應要把劍給他，縱使你已經答應要給他，但他已經死了，根本不必要把劍掛在那裡。」季札就說：「始吾已心許之，豈以死背吾心哉？」我的心已經起念要送給他，怎麼可以因為他死了，而違背了我心中

的承諾？古代人的信用是在起心動念上修。我們聽到這樣的故事，自己覺得很慚愧，有時失信，第一個念頭還會想如何去解釋，比起古人，確實感受到有一定的差距。有差距才有進步，我們時時去體會聖賢人做人的存心與分寸，自然就能「德日進，過日少」。

讀書人言行不一 是文化廢棄的根源

我們回想一下，當初文言文被廢除，原因是在於沒有人閱讀文言文嗎？不是。反而是讀文言文的人帶頭把它廢除了，所以書讀多了並非有用。弟子規說：「不力行，但學文，長浮華，成何人。」這些中文碩士、中文博士是用它來增長浮華，用來獲得自己的名聞利養。當他沒有力行，他對那些道理所解的就是空的、虛的。當他去教中國文化時，接受教育的人，心裡是怎樣的感受？說一套，做一套，這就不是弘揚文化，而是毀謗文化。

確實文言文會遭遇如此的浩劫，問題不在那些廢除文言文的人。那些廢除的人只是導火線，真正的原因何在？是讀書人言行不一致。假如讀書人都能把大學、中庸、弟子規表演出來，接觸它的人會不會將其毀掉？不

可能！甚至會起而效法。我們看看幾千年來，這些奉行聖賢教誨的人，都得到萬民的擁戴。

海口出了一位名臣，明朝的海瑞，我們都聽過「海瑞罷官」。我到一個地區去，很習慣去參訪當地歷史上留名青史的人。因為有他用自己的心所寫下的歷史，有他用真誠心對於國家和社會所做出的奉獻。我們可以去「見人善，即思齊」，也可以了解到他在當地所產生潛移默化的影響。我一走進海瑞墓地，看到了兩行字非常震撼。海瑞說到：「粉身碎骨全不顧，只留清白在人間」，從他這兩句話中，就可以感受到他非常清廉的德行。

我看到海瑞這樣的氣節，又看到他一生的事蹟很感動。海瑞到一個地區去做官，他還沒到，當地的貪官汙吏還有惡霸，都趕快溜之大吉，因為他們知道海瑞是剛正不阿。只要海瑞所到之處，人民都是普天同慶的歡迎他。一個真正把聖賢教誨做出來的人，有沒有可能被人反對？不可能的。海瑞最後在南京任職時去世，中國人非常強調落葉歸根，家人把海瑞從南京移回海南。當他的靈柩在南京城移動時，所有的人民都自動穿著孝服，

就像失去了父母一樣悲傷。我們從這裡看到，得道者多助，真正力行正道的人一定會贏得民心。

為什麼中國的傳統文化，文言文會被廢除，不要怪別人，怪我們所有讀聖賢書的人沒有好好把它表演出來。所以只要我們現在學一句做一句，相信一定可以扭轉世人對於文化的誤解，而且會更進一步起而落實學習效法。我們生起了一個要為家庭、為社會、為祖宗而付出的心，我們就要時時信守自己的承諾。

守信用一定要童叟無欺

守信用一定要童叟無欺，不能挑對象。不是做生意才童叟無欺，應該是對待一切人，只要言出都要必行，不然你就要先考慮清楚再答應。所謂「事非宜，勿輕諾；苟輕諾，進退錯」，只要答應了，就不可以後悔。漢朝有一位太守叫郭伋，在他路過自己所管轄的區域時，有幾十個小朋友都圍過來跟他問好，小孩子很天真地對郭伋說：「太守！你下一次什麼時候再來？」郭伋對孩子也很恭敬，孩子的話他沒有怠慢，他在心裡開始計算下一次再回到這裡巡視的時間，然後就跟孩子們講了那個日期。

等到下一次他再到這地區來巡視，剛好比他講的那個日子早了一天，他的隨從以為大人要進城，就直往城裡去，郭伋說：「不行！我已經跟孩子們有約在先，所以今天我們就在郊外的野亭子住一晚，等到約定的時間到了，我們才進城。」第二天，郭伋一行到達與孩子們相約的地點時，這些孩子果然也在那裡等他。漢光武帝知道這件事後，對郭伋非常尊敬，還稱讚他說：「賢良太守」，他的信用已經到了極至，沒有缺陷。郭伋最後活到八十六歲，無疾而終。所以，我們對於信用的承諾，要不分年齡、貴賤、行業去落實，我們的人生就會立於不敗之地。

誠信可免禍消災 逢凶化吉（◎註：揜ㄊㄨㄣˋ——同「掩」字）

「凡出言，信為先；詐與妄，奚可焉」，假如不守信用，還要找一些欺騙的言語來掩飾自己的失信，那就會造成「倘揜ㄊㄨㄣˋ增一辜」，到最後別人又了解到你不願意承受自己的失信，你的名聲就會愈來愈差。當你確實很想守信，但剛好在你生命的旅途中出現了很大的困難，而讓你無法實現諾言，這時怎麼辦？世間事有一個字可以解決，就是「誠」。我們對人對事的態度能坦誠布公，當對方真正了解到你的情況，又了解到你的

誠意，對方也會退一步，這是你的真誠心幫助了自己。可是假如你繼續掩飾，對方就會愈來愈憤怒，到時就難以收拾。

我有一個朋友，他的親人背負了很多債務，他想到自己有責任去償還親人的債務，但他很緊張，唯恐對方對他的態度不好。他的朋友建議他，就坦誠跟債主們談：「你們現在做惡劣的報復，你們得不到好處，我也得不到好處，我現在是誠懇懇來還錢，我一個月可以還你們多少。」在朋友的建議下，他跟債主們很坦誠的溝通，結果債主們很願意接受他的坦誠，事情就這樣順利解決了。所以，處世做人的方法，不要想得太複雜，應該是用誠信去對待。

信是信義 謹守道義、恩義、情義

做人做事不但要講信用，而且要有信義。信用就是言而有信，信義就是做人做事要有道義、恩義、情義。雖然父母沒有跟我們說：「你要孝順我們」，但是我們心裡時時想著要孝順父母。像君臣關係是領導與被領導的關係，領導者雖然沒有對你說：「你要效忠我」，但是我們心裡時時想著要忠於職守。這些都是做人的本份與道義，雖然沒有付諸於言語，可是

卻時時不敢忘記。像朋友之間，在相處過程中，他可能載送我們一程很長遠的路途，下車的時候，我們也很感激說：「謝謝！謝謝！」朋友會說：「用不著感謝，我們是好朋友，不必如此客氣。」這種朋友的道義是時時放在心上，不需要言語的承諾。

壽昌棄官尋母

古代的孝子，心裡時時記住做人的恩義、情義。宋朝有個讀書人叫朱壽昌，他母親不是父親的元配，而父親的元配對他母親很排斥，就設計一些方法逼他母親改嫁，所以在他七歲時，母親就離開他了。等他長大以後，念念不忘著要接母親回來奉養，但是一直未能如願，經過了五十年的尋找，都沒有找到母親。那時他也有了很不錯的官職，可是在他的心裡卻一直想著，不能奉養母親是自己這一生最大的遺憾。於是，他下定了決心，把官職辭掉，對家人說：「這次我去找母親，假如沒找到，我就不回來。」

朱壽昌走在路上，突然下起雨來，他就停在當地避雨，剛好遇到很多人，朱壽昌就禮貌的向人打聽有沒有看到像他母親這樣的人，恰巧他的母

親就在此地。這是孝感天地，因這份孝心感得上天降下雨來，成就了他這份孝心。由於他母親改嫁，又有很多弟妹，他把母親和弟妹都接回來奉養，共享天倫之樂。（◎註：蓼莪——詩經篇名，喻孝子思親）

詩經也提到這種對父母的思念，對父母的情義。詩經·蓼莪說◎「蓼蓼者莪，匪莪伊蒿；哀哀父母，生我劬勞。」這一篇提到植物，有些植物子株跟母株都連在一起，不能分開，而孝子看到植物的這些現象，就會思念到要陪伴父母。從這些詩詞中，我們也可以學習古人對於父母的存心。

庭堅為母滌溺器（◎註：溺——同「尿」字、小便）

宋朝的時候，有個讀書人叫黃庭堅，他雖然官做得很大，但是每天回家一定要親手幫母親洗便桶，縱使僕人再多，這件事他也不願意別人來做。黃庭堅天天親手幫母親洗便桶，就是念著父母的恩義、情義，這也是為人子的道義，所以他每天要是沒有做件事，心裡就不踏實、不舒服。其實，為人子者能做到奉養父母，內心就會很踏實，奉養父母是最大的福田。

假如我有一杯水喝 我的母親一定有一碗飯吃

有一次看電視，看到藝人許效舜的一段談話。許效舜在臺灣九二一大地震的前一天，到集集去拍飛鼠的外景。當地人帶他們上山，到了山頂一看，本來有很多飛鼠的地方，卻一隻飛鼠都沒有。這使當地人非常警覺，覺得這很怪異，就趕快下山。當大災難要來的時候，動物都能警覺到而趕快逃離。這次災難過後，研究人員去觀察，沒有一隻野生動物受害。因為動物的欲望很少，每天只要吃飽就好，不會想去傷害別人，所以大腦比較清晰，對這種天地之間的波動比較敏感。所有的動物都知道了，只有「人」這一種動物不知道。可是到了半路，就發生集集大地震，隨行有朋友因此喪生了，而許效舜卻安然無恙。在那次專訪中，許效舜有一句話讓我印象深刻，他說：「假如我有一杯水喝，我的母親一定有一碗飯吃。」當我聽到這句話，我就明白為什麼他能逃過這次劫難，是由於他的孝心。

田世國捐腎救母

中國大陸選出十大傑出青年，其中有一位孝子叫田世國。他才三十多歲，因為母親得了尿毒症，必須換腎臟才能延續生命。他的母親得病以後，深怕拖累家人，就把自己關在屋子裡不肯就醫。田世國就很善巧方

便，沒有讓母親知道是他要捐腎給母親，後來他的母親接受了腎臟移植手術，很順利的恢復健康，但是他母親至今不知道是兒子捐的。他這個舉動讓很多親朋好友都為之感動，見到他的時候都對他說：「今年無論再忙，也一定要回家看看老爹、老娘」。當他獲選十大青年的時候，他說別人都對國家很有貢獻，我只是做我為人子弟應該做的事，做了這一點點小事，比不上母親給我們恩德的萬分之一，他自己覺得受之有愧。其實一個孝子的行為，將可以帶動整個社會良善的風氣，喚醒更多人的孝心，更多人知恩報恩的態度。古代和現代的孝子演出了場場的好戲，我們也要讓這些好戲在家庭、在社會當中不斷上演，相信「舜何人也，予何人也，有為者亦若是」。

◎教孩子謹言慎行

一不愼 前功棄

想到「謹」這個字，就要做到謹言慎行。北京有一個著名的外資公司招考員工，公司通過各種嚴格的考試關卡，擇優錄取人才。在這層層考試過程中淘汰了很多人，最後留了一批人準備做最後面試。這批人在面試

時，公司的主管進來了，跟他們坐了片刻，主管就說：「我現在有事，出去十分鐘，你們等我一下。」主管出去了，在裡面所有的人，坐了一、兩分鐘就站起來，然後看到辦公室裡有些檔案就翻開來看；一個人看完之後，還遞給另外一個人看，另外一個人也在那裡翻。十分鐘過去了，這位主管走進來對這批面試的人說：「你們都沒有被錄取。」因為辦公室裝了攝影機，所以看到每個人在裡面亂動公物。由於他們沒有學過「事雖小，勿擅為，苟擅為，子道虧」，也沒有學過「入虛室，如有人」，縱使主人不在，該守的分寸也不能有絲毫地減少。當這位主管宣佈說你們都沒被錄取，這些人還憤憤不平。因此，處世做人至關重要的是謹慎。

不謹 誤人也誤事

「謹」的功夫在小地方看，可能我們一不謹慎就會阻礙到別人，比如：你坐沒坐相，把腳伸出去，很可能絆倒他人；若在大的方面，你不够謹慎，也有可能造成災禍，造成傷亡。之前美國有一架直升機在半空中爆炸，墜落下來，就是因為在檢查機器的時候馬虎，有裂紋沒有檢查出來，後來才發生意外。我們負責的工作，對於他人的安全有直接關係，就不能

有絲毫的放鬆。在一次太空的活動當中，耗資也有數十億美金，結果本來要登陸月球了，臨時又折回來，就是因為缺了一顆幾十元美金的電池，就無法登陸。一個小小的疏忽都可能造成大大的損失，所以不可不謹慎。一個人一生的事業、家業要有所成就，這種謹慎的態度不能不學。

我常常坐飛機到很多地方去演講，若不夠謹慎，護照不見了，會有什麼情況發生？不只是自己的情緒非常緊張，到時去不成，就會對不起許多在等待我的人。謹慎雖然只是一個小環節，但是它的影響面確實很大。假如一個單位的領導人不夠謹慎，都有可能因為一個小小的地方，而造成無法彌補的過失。一個人有很謹慎的態度，一定是他在小時候就養成了謹慎的習慣。

一言興邦 一言喪邦

我們的言語能謹慎，就可以免掉很多的錯誤，甚至於免除災難都有可能。孔子的教誨重視四個學問：第一是德行，第二是言語，第三是政事，第四是文學。言語為什麼擺在僅次於德行的重要位置？因為人與人之間的互動跟交往，使用頻率最高的就是言語。所謂言語，「一言可以興邦，一

言可以喪邦」，一言可以使家庭和樂，一言也可以讓家庭紛爭不斷。我們講話也應該三思，也應該提高敏感度，在說話之前，就要想到所說出的話，是不會傷害到對方的，我們要有這樣的謹慎態度。俗話也講：「面對失意人，不可說得意之事」，這都是在言語當中處處流露出要為人設想，所以言行要格外謹慎。

謹言慎行要從根本修 根本是心念

言行的根本在一個人的念頭，真正會修身的人，他會在起心動念中做到念念謹慎。當我們的念頭都能做到謹慎，言語行為就不會有太大的偏頗。比如：我們學習弟子規，謹這部份的內容，就是教導我們常常要謹慎做到：不可以浪費時間，不可以糟蹋食物，這種奢侈的念頭、貪的念頭、懶惰的念頭、不敬的念頭剛一起來，就要立刻調伏下去；當我們不耐煩的心起來了，隨便的心起來了，當我們不替人設想的心起來了，就要趕快調伏好，轉變成恭敬，轉變成為人著想。

弟子規中是如何教導謹言慎行

弟子規對於「謹」這一段的教誨，包含了幾種重要的能力。第一、一

個人的自制力要從這些教誨中紮根；第二、獨立生活的能力；第三、做事的能力。欲不可縱，人的習性不能放縱，所以要養成自制力。「朝起早，夜眠遲，老易至，惜此時」——是說不能貪睡，不能虛擲光陰，這是屬於自制力。「對飲食，勿揀擇，食適可，勿過則」——這是教導我們在飲食上，要從小讓孩子形成自制力。「晨必盥，兼漱口，便溺回，輒淨手」——是培養獨立生活的能力和良好的衛生習慣。

「冠必正，紐必結，襪與履，俱緊切」——是培養做事的能力，你把事情做好，實際上不僅是對自己尊重，也是對別人尊重。做事要從小細節開始，穿著很邋邋，別人跟你交往的時候有什麼感覺？你好像不尊重我。「不自重，就取辱」——一個人不尊重自己，就可能招致別人的毀謗輕視；「自重而後人重，自敬而後人敬」，所以儀容也要謹慎。一生要有所成就，一定要處處謹慎，家庭要美滿，也是如此。

◎培養行住坐臥的威儀

道法自然的威儀 是最健康的威儀

老祖宗教導我們行住坐臥的標準，要做到：「立如松，行如風，坐如

鐘，臥如弓」，這都是道法自然，最健康的生活習慣。

立如松

人在站立的時候，就要像松樹一樣頂天立地。在天地之間，只有一種動物可以頂天立地，吸取天地的正氣，就是人類。我們男士站立的時候要抬頭挺胸，雙腳與肩同寬，手很自然的放下來；這時可以觀想遠方是一片一望無際的海洋，你就吸收到天地的精華。假如站著的時候都很不自然，今天人家跟你談生意，便會對你沒有信心，所以一個人的形象會影響別人對你的看法。

女士站立的時候可以一隻腳在前，一隻腳在後，然後右手放在左手上面，這樣看起來非常端莊。假如女士是穿褲裝的話，手就要抬高一點；若是穿裙裝，手就可以放低一點。

「立如松」——站立除了讓一個人有威儀之外，還有一點也很重要，就是對自己的身體也有直接的關係。我們發現現在很多人患骨刺病，都是站的不正直，骨頭長期受到壓迫，長出一些軟骨，所以站姿對身體健康很重要。我們看現在的青少年都如何站立？身體斜一邊，有東西可以靠，就靠

一下，好像隨時都會倒下去，懶洋洋的。他的姿勢長此下去，久而久之就會影響到他內在的狀況，會愈來愈鬆散、散漫。

幾十年前的父母教育孩子，假如孩子站得不好，父母的眼睛就瞪過去了，或者棍子就打下去了，這都是為了孩子的威儀與身體健康著想。

假如你現在還站立不好，我告訴你一個訓練方法，就是每天用二十分鐘的時間，將自己的身體貼住牆壁站立，長期堅持下去，就一定可以把站立的姿勢矯正過來。而在訓練時，要站得自然一點，心裡不用緊張，不然站久了可能會抽筋。

行如風

我們看到現在的孩子走路姿勢很不協調，走起路來，肩膀一邊高一邊低。這些生活的行為、動作，為人長者要多加注意，訓練他走路。當我們叫孩子上台講話時，就要求孩子們走上來也要行走如風，行走自然。結果孩子遇到這種場面，往往會同手同腳，緊張得不會走路了，所以我們要多磨練孩子，他們才會有膽識。

我們思考一下，一個人爬樓梯時腳步很沈重，就代表他內心也是很沉

重的；當你的心很自在、很清淨，走路時腳步就會很輕靜。所以，人表現出來的行為，都是他內在的一種心境反射。

坐如鐘

人坐著的時候就像一座大鐘，代表這個人的處世待人接物是非常地穩健。現在的孩子不會坐，做老師的還要教孩子們的坐姿，在教的過程中，我們要把這些姿態示範出來，他們才懂得模仿學習。

坐如鐘——男士坐姿，雙腳與肩同寬，抬頭挺胸，雙手很自然的放在雙膝上，比較有氣勢，與人談話，對方也會覺得很有風度。假如男士坐下來雙腳是合在一起的，那就顯得不大方。

女士的坐姿，雙腳要併攏，右手重疊於左手之上，置於左膝，這樣的坐姿就比較莊嚴。有一個藝術學校召開家長會，學校安排坐在第一排的古箏老師都是按照女士的坐法，所有的家長都安排在後面坐，這些家長們本來不是躺著坐，就是把腳翹起來，突然家長們看到一排老師都坐得如此整齊莊嚴，於是家長們的坐姿在無形中都有很大的改善。開完會以後，家長就對校長說：「你從哪裡找來素質這麼好的員工？」所以，我們的威儀也

會影響他人對我們的信心。

臥如弓

「臥如弓」——是指睡覺的姿勢，右肋而臥，這是最有利於身體健康的。因為左肋而臥會壓迫心臟，壓迫腸胃，這樣不好。睡姿最好一定要從小教，睡姿習慣了，想再改過來不容易。

勿踐闕（註：門檻——門窗下的橫木）

古代的門有門檻（註：有人就喜歡踏在門檻上，這個姿勢不但不好看，而且很粗魯，對物品也不恭敬，常常這樣踏，門檻就容易壞掉。現在有的孩子看到牆壁也會踩一下，踩得牆壁很多腳印，這樣顯得沒有教養、沒有社會公德心，所以我們要適時去告訴孩子要愛惜公物，要遵守社會公德。）

勿跛倚

「勿跛倚」——就是站的時候歪一邊或是背靠東西站，這都是很優雅的動作。他連站立都如此隨便，你敢把重要的事情交給他做嗎？相信小事都忽略的人，有大事的時候他也不可能突然變得很謹慎。「勿以善小而不為，勿以惡小而為之」，一個人有很大的能力也都是從小地方開始紮根

的，一個人不好的行為也都是從生活細節中開始忽略的。

勿箕踞

「勿箕踞」——箕是畚箕，畚箕的口開得很大，勿箕踞的意思，就是坐下去兩腿不要開得像畚箕一樣。開得很大，看起來不雅，假如是女性，可能要惹人非議就不好了。

勿搖髀（◎註：髀——膝以上的大腿骨）

坐的時候，雙腳不要晃來晃去，還有人上下晃動，雙腳一直不停地抖動，這種現象很多。有一次，我們主辦了一場大型的演講會，前來聽講的都是官員，他們在台下坐著，兩邊都在搖，當時我們真的都快講不下去了。但是我們要設想，為什麼這些長官一直在抖？他的事太多了，雖然人來此聽課，但是心裡還在考慮其他的事情。人在不安的時候，心是動的，便很習慣抖腳；一個人的內心很沈穩，就不會抖動。這一點確實要注意，很多人在抖腳，自己都不覺察，因為已經習慣了。但今天你在跟人談事情，腳不停地抖，還能談得下去嗎？

◎教孩子灑掃應對

從飲食和坐走 培養孩子的恭敬之心

飲食、坐走都是生活中常會出現的情景，我們有好的食物，一定讓長者先吃。在幾十年前，吃飯一定要等爺爺奶奶，要等父親回來，為什麼？因為家庭的生計都是父親辛勞工作的成果，當子女的要尊敬、要感恩父親的付出，當然要請父親先吃。在這個禮儀當中，能時時提升人的孝心跟恭敬之心。現在的人把食物拿出來，誰先吃？小孩還沒有拿筷子，用手抓起來就吃了，大人對此機會教育都沒有掌握住。

「坐」，我們把意思再延伸一點，比如你坐車，一定要有秩序，要排好隊，不可以爭先恐後。上了車除了讓長輩、讓老人坐，讓病弱婦孺坐之外，也要往後走，把通道讓出來。不要一上車，後面還有很多位置，我們挑前面坐，這就不能給人方便。假如後上來的是老人家，你忍心要讓他走那麼遠嗎？所以我們要處處為老者著想，處處為弱者著想，把恭敬禮讓落實好。

生活也要通權達變

我們在一起吃飯時，大家都互相夾菜，還有人夾給對面的，你這樣一

夾過去，所有人都很緊張，還要幫你看衣服是否被菜汁弄髒了。而你拚命給旁邊的人夾菜，如果這個菜他不喜歡吃，你夾了他又不得不吃。通權達變就是我們有這個心意，夾一點菜給旁人僅是表示禮節，之後每個人想吃什麼就自己夾，就不會出現這種尷尬的局面。無論您是跟師長坐，或是跟長輩坐，而長輩正忙著，可能在吃飯時還要跟很多朋友進行溝通，當然這時我們就可以主動服務，幫長者把菜夾好，因為可能他夾菜的時間比較少。所以，任何時候都要伺機而動，要觀察適當時機。

坐也好，走也好，晚輩都應該是後坐後行。我們在海口、在深圳，這些孩子學完之後，在坐電梯的時候，都會按著電梯門請老師先走。但是我們會跟他說：「坐電梯還是你們先走」，為什麼？怕小孩控制不好那個門，會造成危險。雖然這是個原則，但也要會變通才行。

要成就孩子的孝敬心

有一個小朋友學了弟子規以後，跟媽媽一起去拜訪媽媽的朋友，到了那裡，他母親在打行動電話，他就跟母親說：「媽！你坐。」他媽媽說：「你趕快坐。」他又說：「媽！你坐。」他媽媽說：「叫你坐就坐，為何

不聽話？」他說：「媽！你沒坐，我不能坐。」學聖賢學問首先要老實，孩子這樣老實，就容易有成就，我們當長輩的就是要成就孩子的這種學習之心，所以孩子讓你坐，孩子給你夾菜，你都要歡歡喜喜接受。

當孩子知道要先尊重長輩，他這一份恭敬心就會落實在生活的點點滴滴中。比如：孩子一看到菜，先夾給長輩吃，他的德行就在這夾菜當中提升了。我們有個學生才七歲，以前都是爺爺奶奶給他夾菜，他讀了一個星期的經典後，他就主動給爺爺、奶奶和父母夾菜，全家人一看心生歡喜，就對中國文化有了認同感，因為現代人都很現實。所以，我們把孩子教好，孩子也會帶動家長。

人情練達皆文章

「教兒教女先教己」，真正要讓家庭教育能有很好的進展，就必須要從家長開始提升，這個很重要，因為上行下效。今天孩子在學做弟子規，然而父母沒學、沒做，比如：弟子規說：「置冠服，有定位，勿亂頓，致污穢」，結果爸爸回到家，把襪子一丟，躺下來看報紙。孩子就會覺得：叫我做，爸爸都不做！假如你是媽媽，怎麼辦？應該立刻走過來對丈夫

說：「兒子在學弟子規，我們這樣做不對，我們要做得比孩子更好，要做孩子的榜樣。」然後做母親的又要挽回孩子對父親的不滿，對兒子說：「爸爸工作一天很辛苦，你趕快幫爸爸一個忙，把襪子拿去放，你看爸爸這麼累。」用這樣的方法處理問題，兒子也會很樂意接受，就把襪子拿走了。先生看到這一幕會如何？確實人情練達皆文章。

稱呼應當恭敬

「稱尊長，勿呼名」——稱呼長輩，不要直接把名字叫出來，這也是保持一種恭敬之心。我稱呼兩個姐姐，都是稱大姐、二姐。突然有朋友或者同學問我說：「你姐姐叫什麼名字？」當我把姐姐的名字講出來，全身不舒服，好像覺得有點不尊敬。我們不要小看這種稱謂，叫久了愈叫愈親，譬如說「姐」、「哥」，真的在這種稱謂當中，人與人會愈來愈親密。假如直呼名號，比如：夫妻平時以姓名相互稱呼，叫久了氣氛就會愈來愈冷淡，甚至於會愈來愈火爆。對長輩，我們應該以叔叔、伯伯、阿姨來稱呼。出社會，我們也以某經理、某董事長來稱呼，人家聽了會很舒服，也不至於冒犯他人。

現在的孩子，無論在家、在學校都要落實這樣的態度。比如：在學校，我們當老師的在孩子的面前不要直接說：「禮旭老師」，或者「某某老師」，因為這樣也是直稱其名，應該稱呼「陳老師」、「蔡老師」，這是做示範給孩子看。雖然我們大人之間稱呼可以親暱一點，但是小孩還要從小學習謙恭的態度，我們為人老師應該注意這些細節的部份。

現在西學東進，西方人稱呼自己的父母，直接叫名字，覺得這是平等。是不是真正平等？平等不是這樣講的，**平等是對人的一種尊敬心，尊重每個人都是獨立的個體**，縱使我們是父母，也不能把子女當作附屬品，因為他往後是屬於這個社會、這個世界的。但是人生的歷練平不平等？人生的智慧平不平等？不可能！所以，長者必然要有教導晚輩的義務，而晚輩如何能真正學到這些寶貴的經驗？必定要從他的恭敬心中才能獲得。假如他沒有恭敬心，就不可能聽父母、聽長者的話，一分恭敬得一分利益，十分恭敬得十分利益。不是長者去希求晚輩尊敬，重要的是要成就他們的人格和學問。

我們也有些朋友學西方，讓女兒直呼他的名字，沒有叫多久，就感覺

孩子跟他講話很沒有分寸，所以稱呼絕對要尊敬。

現在也有取外號、綽號的習慣，這樣好不好？你不要看小孩在那裡取外號，你還跟著他一起笑，那就不對了。當孩子亂給同學取外號，甚至於還給老師取外號，他就沒有恭敬心，這個時候要適時把孩子的毛病導正過來。「將加人，先問己」——你是否希望人家取這種外號取笑你？假如你不願意，也絕對不能做。

對尊長 勿見能

「對尊長，勿見能」——我有一個國小六年級的學生，她補習四科，我就想只要她上課認真聽，不需要補那麼多，於是把她找來溝通。我說：「你補四科太多了，不然先補兩科好了。」這個小女孩說：「老師！不行，我們那條街的人全都補四科。」你看孩子去補習的目的在哪裡？別人都去了，我不可以輸給人家。現在的小孩子學那麼多才藝，目的在哪裡？人家會鋼琴，我不會不行；人家會跳舞，我不會不行。假如都是為了跟別人攀比，好面子，那孩子這些才藝學了之後，不單沒有得到好處，反而學雜了會不紮實，還可能沾染虛華的風氣，學了之後，常常想跟人炫耀。

所以，家長的態度至關重要，假如孩子是學藝術的，我們應該引導他要有志向，學了藝術要能造福社會。所謂「社會國家者，互助之體也」，每個人應該奉獻他的能力跟才華來利益團體。譬如：李叔同先生做的曲子，現在還能不斷陶冶人的性情，你要學音樂，也要像李叔同先生這樣，要立定高的志向，要能「移風易俗，莫善於樂」，用音樂改善社會風氣。我們這樣去引導，他又有志向，相信他的學習一定會跟其他人有所不同。如果只是為了炫耀而學這一門才華，絕對會遇到瓶頸而不能突破，因為當他喜歡跟人比來比去，他就會患得患失，情緒化會很嚴重，因此，就會逐漸失去提升的能力。但是如果他有志向，就會不斷鼓勵自己前進，所以志向是決定成敗的關鍵。

路遇長 疾趨揖 長無言 退恭立

在路上遇到長輩，我們要主動過去打招呼，這是見面的禮儀。見面之禮，我們可以用鞠躬。大人之間，現在一般都握手。其實握手是西方的禮儀，中國一般是鞠一個躬。當然遇到長輩，我們就要「疾趨揖」，要主動去鞠躬。你不能大老遠看到爺爺了，還悠悠哉哉地走，那不恭敬。面對長

者，我們可以行鞠躬禮，而對平輩就很自然鞠躬。我們看韓國的連續劇商道，看到他們見面時都鞠躬，感覺很舒服。連看到不順眼的人，他們也會收斂一下，跟人家行個禮。

我們跟長輩打招呼了，長輩假如沒有什麼事，等他離去了，我們就可以走了，這是「長無言，退恭立」。在我讀大學的時候，很少有機會回家，一個學期回去沒幾次，當我一進門，看到爸爸、媽媽，這叫「遇長」，我們就稱呼「爸爸！媽媽」。打完招呼後，把行李放下，趕快到父母跟前。因為父母有一段時間沒有跟你談話，對你的情況不十分了解，一定會有許多的擔心。這時你坐下來，陪伴他們看書也好，喝杯茶也好，這個時間絕對不能省。很多人就說：「我媽媽都沒什麼話跟我說」，因為你只打一下招呼就走了，她那個話還沒沉澱到要講出來。其實當你很有心，靜靜的陪伴父母坐上一會兒，他的靈感就來了，自然有很多話跟你溝通。所以，與長者交談也要有耐性，陪他們坐一下，父母確實沒有話說，我們再「長無言，退恭立」。

有一次，我從海口回來，下午先去看望爺爺，晚上才回到家。我有四

個多月沒跟父母一起交談，晚上回到家，我把什麼都放下，先跟爸爸、媽媽談話，一談就談了兩、三個小時。在談話的過程，我把自己的生活、工作情況，仔仔細細跟父母報告，讓父母放心我在那裡所做的事。我父親在聽我講話的過程，有三次流著淚水。我回海口繼續工作，當我給家裡打電話時，我父親就跟我說：「你在那裡好好做，不要擔心家裡的事，爸爸會處理得很好。」父親還安慰我的心，希望我不要牽掛。

騎下馬 乘下車 過猶待 百步餘

這是敘述古人坐在馬上或乘坐在馬車上時，見到長輩的禮儀。而現代我們坐在車上遇到長輩，應該趕快下車，如果在車上打招呼就很不恭敬，必須趕快下車行禮問好。推而廣之，可能你正好在忙，比如在打電腦，長輩來了，應該放下工作，先向長輩問好，處處不要忘了這個恭敬之心。如果車子正在高速行駛，能不能把車窗搖下來大聲叫「叔叔」，這就有安全的顧慮，所以學禮要學靈活。

古人很重情義，由於有這份情義，才寫得出非常感人的詩詞。李白寫了一首黃鶴樓送孟浩然之廣陵提到：「故人西辭黃鶴樓，煙花三月下揚

州，孤帆遠影碧空盡，唯見長江天際流。」孤帆遠影碧空盡，他送朋友是等到朋友已經完全看不到了，才依依不捨的離開，對朋友那份情義、相惜之心就在送別當中流露出來。現在的孩子能不能寫出這樣的詩？很難！因為現代孩子沒有恭敬之心，比較焦躁、煩躁。所以，我們要在這些禮儀當中，長養孩子對人的恭敬。

長者立 幼勿坐 長者坐 命乃坐

當長輩站著時，我們做晚輩的就不能坐，等長輩叫我們坐，我們再坐，這是進退之禮。學禮儀也要學得靈活，不可以學呆了。比如：看到人要行禮、鞠躬，剛好你在電梯裡面，人很擠，突然看到你叔叔來了，要不要給他鞠躬？可能旁邊的人都被你擠到了。

我們有位老師學了「長者坐，命乃坐」之後，他到一個單位去聯繫事情，跟他談話的負責人是一個女性。這個老師是晚輩，但是長者沒有說要他坐，他就繼續站著，而且他長得很高，使這位長輩必須把頭一直仰著跟他說話。突然這位長輩覺得頭很酸，她說：「你坐下來吧！我的頭快受不了啦！」當我們看到長輩已經仰頭而望，就不要等他叫你坐，你要很自然

的坐下來。

有一個小女孩子兩、三歲，有一天，跟她父母還有外婆到公園裡遊樂，她父親坐在那裡看報紙，小女孩坐在一個板凳上。當她外婆走過來時，小女孩突然就從板凳上站起來，結果沒有站穩而摔倒。她的外婆跟爸爸都覺得很奇怪，趕快把她扶起來問她：「妳為什麼要站起來？」小女孩說：「長者立，幼勿坐。」因為外婆走過來了，她要趕快站起來。她父親聽了很汗顏，外婆走過來，他無動於衷在看報紙，他三歲的女兒已經站起來了。真的後生可畏！面對這些學聖賢書的孩子，我們也要跟他們一起好好落實弟子規。

尊長前 聲要低 低不聞 卻非宜

這是講話的禮貌，在尊長面前講話時，聲音要放低，不然會影響到長輩他們的談話。現在的孩子對於什麼時候應該講話，什麼時候不應該講話，這個分寸的掌握比較缺乏。往往一群孩子玩在一起就控制不住，大吼大叫都快鬧翻天。這時我們長輩要適時去制止，不然等他們都已經習慣，就很難導正。當你發現孩子講話很大聲，影響到長輩談話，要趕快說：

「你們要小聲一點。」孩子就小聲了，但能保持多久？三分鐘後又控制不住了。有些長輩說：「算了，算了，不要管他們了！」這樣對不對？不對！教育要有耐性才行。

中國很強調中庸之道，其實中庸之道就表現在一個人的日常生活之中。比如：穿衣服要不要中庸之道？穿太多了很熱，穿太少了會著涼。吃飯吃太多了會得胃病，吃太少了會挨餓。講話也要強調中庸之道，「尊長前，聲要低」——這是對長輩的尊敬；「低不聞，卻非宜」——講話使長輩聽不清楚也很失禮。

進必趨 退必遲 問起對 視勿移

跟長輩講話，要讓長輩聽清楚我們在說什麼，而且眼睛要看著長者，就是「問起對，視勿移」。我們跟現在的小孩交談，他的目光可以專注看著你多久？能十秒鐘就不錯了。孩子對人講話眼睛都不專注，代表他的心沒有恭敬、很浮躁。為什麼會這樣？就是太缺乏禮節的教育，久而久之我行我素。因此，這些小細節都需要為人長者耐心教導，慢慢讓他能循規蹈矩，處處替人著想。

「進必趨，退必遲」——遇到長輩要快步上前，不要讓長輩等太久；跟長輩談完話，我們要離開就慢慢退幾步，然後再走出去。長輩跟你講完話，你不要立刻就說：「好，再見」，馬上就要離開，這樣好像是告訴長輩，我恨不得立刻就走，不想再多留一秒。處處注意到別人的感受，所以要「退必遲」。

◎教孩子基本禮儀

禮是人與人之間最優美的距離

我們把人與人的關係整理成一個「讓」字，「讓則有餘，爭則不足」，人與人相處要能禮讓，那是人與人之間最優美的距離。當你遇到一位很有禮貌的朋友，你的感受如何？很舒服、很歡喜，所以這個禮是人與人之間很優美的距離。縱使再親的人，或者是夫妻、父子，也應該以禮相待，不能因為太親就不尊重他，比如：連門都不敲就進去，一次、二次他可以接受，次數多了可能怨氣就上來。所以，再親的人也要尊敬，也要以禮相待，保持這個優美的距離。當孩子從小懂得以禮相待，他就會成為一個有分寸的人，所以學禮非常重要。

禮跟道理是相通的（◎註：弟—敬重兄弟的、和樂）

弟子規全部教誨都是以禮貫穿，對父母恭敬就是「入則孝」，是禮；「出則弟」^去。兄弟友愛，尊敬長輩，也是禮。「謹」的部份，對於物品要愛惜，也要物有定位；對於食物不可以糟蹋，「對飲食，勿揀擇」，這是用禮貌的態度對待食物。「凡出言，信為先」，也是在我們的言語當中對人要有禮貌，說出去的話不可以做不到，不然就非常失信、失禮。在樂經裡面還提到「禮者，天地之序也」，所以禮貌之「禮」跟道理也是相通的。俗話說「有理走遍天下」，就是人與人當中非常自然的規律，我們不能逾越了這個規律，不然就會發生磨擦衝突，「泛愛眾」也是禮貌的態度。

有禮處處結善緣

有一次我在上電梯的時候，我剛進電梯，後面就跟著進來了一位跟我母親年紀差不多的女士，我微笑問她說：「這位女士，請問您上幾樓？」假如你進電梯的時候，有一個人跟你微笑說：「請問你上幾樓？」你的感受如何？很舒服！可能那一天心情都很好，所以禮貌不得不教。當我跟這

位女士打完招呼之後，她也很高興，然後我接著就跟她自我介紹，我說：「妳好，我叫蔡禮旭。」她說：「你好，我叫丈母娘。」她聽成我是蔡女婿了，我就跟她聊起來，這樣一聊，發現她的女兒跟我是同一屆的高中國學，從這裡也體會到了諺語常講的「有緣千里來相會」。

孔子說：「不學禮，無以立」，有禮貌就能在人群中立足。我們很高興別人向我們問好，相同的，假如我們肯主動去跟別人問好，別人同樣也會很高興。我們希望社會更好，希望人與人之間能互相尊重、互相關懷，應該從哪裡下手？絕對不是要求別人先做到。互相尊重、互相關懷是結果，因為從我們自己主動尊重別人、主動關懷別人開始做起，相信人與人之間關懷尊重的風氣會很快地形成，很快地變化起來。

學禮貌重要 還是分數重要

我常常跟家長和學生們說：「是學禮貌重要，還是把九十八分拉到一百分重要？」家長都說：「學禮貌重要。」請問現在的家長，在做前者的工作，還是在做後者的工作？後者。明明都覺得學禮貌重要，但是實際上還是只逼孩子的功課，問題究竟出在哪裡？為了望子成龍。而孩子的分

數提升了，就能成龍了嗎？孩子的人生就幸福美滿了嗎？很多的問題都需要我們去深入思考，用智慧去判斷，才可能判斷正確。

我相信很多的家長都把孩子往分數那邊推，然後等孩子大學畢業出來，很可能連跟人打招呼的能力都沒有，甚至於不要說等到大學畢業，很多大學生去念書沒幾個月就被學校退學，為什麼？與人相處還有生活自理的能力太差了。這兩種能力都會影響孩子一輩子，而九十八分跟一百分差兩分，會不會影響他一輩子？不會。我們有這一分明白，才會去深入思考，才能讓一個孩子，真正在一生中學到正確的態度跟觀念。

學禮的孩子絕對不呆

學禮的孩子會呆嗎？絕對不呆！學禮的孩子知道處處尊重別人，替人著想，大腦更靈活。現代人對「活潑」有所誤解，什麼叫活潑？三秒鐘都停不下來，在那裡跑叫活潑！我們有時候在機場排隊，很多孩子都站不住，在那裡撞來撞去，後面的旅客還說：「這個孩子真活潑！」哪裡是活潑？那叫做隨便，沒有家教。真正的活潑是思想活躍，處處能替人著想，所以學禮的人絕對不會學呆的。

失禮 人生會增加很多的阻力

沒有學禮的人，他的人生就會增加很多阻力，因為一失禮，人家就不會幫助他，甚至於還會障礙他。假如我們時時處處都對別人很有禮貌，就會增加很多幫助我們的助力。

為什麼很多人辦事很順利，為什麼我們辦事就會出現很多問題？這些都不是偶然的。當你平常處處有禮，你已經積累很多善緣；當我們處處在言語、行為上失禮，就形成很多阻力，這個阻力當你在辦事時，就開始冒出來了。

學禮 一定要從小做起

微笑是國際性的語言，都可以相通。但是孩子假如從小對人就沒有善意，你突然叫他笑得很燦爛，還真是很困難；要跟人家鞠躬，要鞠得很真誠，也不是件容易事，所以學禮一定要從小做起。

有一個孩子才四歲多，我們教導他，大家在一桌吃飯，自己吃完了之後，要提前離開時，一定要跟同桌的人說：「大家請慢用」，然後才離開。這個動作重不重要？人是群居的團體，絕對不可能一個人獨自生活。

在群居的生活中，你的禮儀愈具備，與人的相處就不容易產生摩擦。若今天你跟同事去吃飯，你先吃完了，一句話也沒講就離開了，就會很失禮。讓孩子從小就養成時時能跟人家打招呼問好的習慣，對他來講就很重要，他也會時時想到別人的感受。

我們幼兒園裡，每位老師和孩子都這樣做，一旦形成風氣，大家都會做得很好。所以，每次老師站起來，向所有的小朋友鞠躬說：「大家請慢用」，小朋友都笑得很開心，看到大人跟他們一樣都要做，心裡很服氣。假如你只要求他做而你不做，當你不在的時候，他可能就不做了，所以一定要以身作則，做出榜樣給小孩看。有一天，用晚餐之後，只剩下一個小朋友還沒有吃完，這個孩子才四、五歲，他站起來對著桌椅、板凳說：「大家請慢用」，老師聽到都笑起來了，我們也看到了孩子的天真。一個人求學問，一開始不是學變通，而是要先學老實，他這麼老實，以後一定會依教奉行。

鞠躬的禮儀

我們在深圳教這些學習中國文化的孩子，光是鞠躬就學習了兩、三個

月，諸位不要小看這個鞠躬，當孩子這個腰真正能彎下去，彎得很真誠的時候，他的恭敬心就出來了。聖賢人的學問最重要的就是「主敬存誠」，時時恭敬，時時真誠，這叫真實學問的根基。鞠躬也要注意距離，差不多兩步的距離，然後再給長輩鞠躬。鞠躬的時候還要講問候語：「叔叔好！」整體動作就會讓人很舒服。除了鞠躬跟問候之外，還要注意眼神，鞠躬前要看著叔叔，然後才說：「叔叔好」，鞠躬完之後，還要再看一下，這就是跟人鞠躬的禮儀。

打招呼的禮儀

成人見面，如何打招呼？你看韓國劇商道，一見面怎麼樣？「你好！」那個感覺多舒服。一進人家的門，「將入門，問孰存」，一定是先問：「都房大爺，我是尚沃。」讓裡面的人知道了，然後再回應_云。裡面的人說：「你稍等一下。」他就站在那裡等，處處都有跟人相處的分寸，所以學禮的人就會變成一個懂得與人相交有分寸的人。

訪客的禮儀

拜訪別人時，敲門的禮儀，要敲幾聲？敲三聲，而且不能敲得太急

促，否則屋裡的人會被你帶動得很緊張，剛好他又在忙其他的事情，一時不能來開門，他的心裡就會更緊張，所以敲門也要和緩一下，敲三聲便止。

居家接待客人的禮儀

當客人到家裡，要主動問：「請問您找誰？」假如是找伯伯，小朋友就要「即代叫」，趕快跑去找他的伯伯，讓客人等半天就不好。假如伯伯不在，「人不在，已即到」，就要跟客人講：「我伯伯不在，請問您有什麼事嗎？我可不可以代您傳達？」所謂無事不登三寶殿，人家來找必有事情。

還要教孩子擺放拖鞋，一定是順著客人一走進來的方向擺，要讓客人馬上就可以順著穿進去。仁愛之心在哪裡落實？時時處處為人著想。

客人一進門，孩子就要說：「阿姨！您先請坐，我去幫您倒杯水。」然後就恭恭敬敬倒了一杯水說：「阿姨您稍等，我去請我母親。」有一位母親常常在接待客人時，都會切一盤水果請客人吃，有一天她不在家，而家裡來了客人，她有一位才上小學的孩子也準備一盤水果請客人吃，所謂

上行下效，我們好好表演，孩子在無形中都在學習、模仿。

當一個孩子從小的對應就是如此，以後你讓他辦事就會很放心。不要小看這個禮節，它所代表的是孩子面對一件事，一定會自始至終處理得有条不紊。當他能如此，他的心就不容易急躁。所以，通過這種生活的禮儀，都是在長養孩子的修養。

學校公務接待的禮儀

在學校的時候，孩子看到隔壁班的老師走進來了，他就站在那裡放大嗓門喊：「老師！隔壁班的老師找你」，這樣不符合禮貌的態度，應該教導他們一定要先說：「老師！您等一會兒，我去請我們老師過來。」然後再把自己的老師帶過來。其實當孩子在落實禮儀時，耐性、沈著就在這些禮儀實踐的過程中，逐漸在培養。

在公司行號裡面，假如有人來找他的朋友或者找上司，一般人面對這種情境會怎樣做？比如：對方要找經理，但經理正在開會，他會說：「他在裡面，你自己進去。」客人走過去把門一打開，那會出現什麼情況？很尷尬，也很失禮。面對這樣的情境，應該是先請客人坐，倒一杯水請他

喝，「我先去看看經理忙不忙，您先等一下。」他去請示一下經理，再來跟他說：「可能要請您再等十分鐘、二十分鐘」，客人的心裡也有數。

孔子說：「不學禮，無以立。」不懂禮儀的人很難在社會、團體當中立足。我曾經聽說有一位企業主管，有一次接待一位廣東的客人。接待廣東的客人一定要點什麼菜？當然點廣東菜。他帶了幾位員工去，這些員工是湖南人，湖南人喜歡吃辣味比較重的菜。主管帶員工去的用意是要幫忙招呼客人，結果他們不但沒有幫忙招呼客人，還討論菜太難吃。剛好有一道菜特別辣，他們一看很興奮，都沒有請長者、客人先吃，馬上就把菜轉到自己面前，開始吃起來。這位主管一看，趕快把菜轉到客人的面前，結果沒多久，他們又把菜轉回來。這位主管很無奈，現在這些年輕人連這些基本的禮儀都不懂，也沒有處處替人著想的心，這也是自私。

如果希望以後你的孩子能得到企業家的賞識，禮儀這一課不能不上。當老闆把他帶出去，會覺得一身輕鬆，因為他能把他招呼得體體貼貼，知道何時該倒茶，何時該幫忙夾菜，老闆當然要用他。接待的禮儀，就是要讓人有賓至如歸的感覺，才會一團和氣，只要和氣，事情就能辦得順利

成功。而這個禮儀的學習，也有賴於家長跟老師在生活當中處處提醒，這要有耐性。

送客的禮儀

無論送長者或客人，都要等他離去以後，我們再走。古代人在送長輩、送師長的時候，確實做到了「過猶待，百步餘」，都是看到長者已經轉彎或者看不見身影才離開。我到澳洲去學習，晚上師長講完課，我們就一起送師長回他住的地方，我都會一直站在那裡，等到師長已經進了房間，我才離開。其他同學就很好奇問我：「為什麼一直站在那裡？」我就跟他們說：「過猶待，百步餘。」其實當我們在實踐這句話的時候，內心真是無比歡喜。因為在送師長的過程中，我們的腦海不斷浮現著，我們的人生假如沒有遇到師長，智慧不開，煩惱不斷，因為有師長點點滴滴的教誨，我們才得以在人生中，有這麼大的成長。所以，在目送師長的過程，是含著一顆感恩的心，珍惜這一分師生之緣。

有些家長來找老師，之後看著老師一直在那裡等他們走遠，他們的內心感受到老師對他們的尊重。當你很真誠的去做出這些禮貌的行為，常常

會令人心生感動和歡喜。有一次，我送幾位朋友，當我目送他們離開時，發現一位女老師的裙子被卡在車門外，我立刻打電話給她，她才把裙子拉進去，她的內心也很感動，為什麼？因為我們是目送他們是「過猶待，百步餘」，才會看到她的裙子夾在車門外。我們教別人這麼做，自己一定要做到。

與長者共餐的禮儀

現在的孩子只要到飯桌，馬上就坐下去，都沒有察看長輩是否坐下了，**當孩子處處只想到自己，他的恭敬心就不見了。**從小就沒有恭敬心，請問長大後能不能馬上生恭敬心？很難！所以，現在要找到一個很有禮貌的孩子都很不容易。在深圳幼兒園，以中國文化來教導的孩子，走在外面都會引人注目，因為在路上他們遇到長輩都會恭敬的九十度鞠躬，有些年紀小的孩子還超過一百二十度，頭都快頂到腿了，旁邊的過路人看到，都會露出很驚訝、很讚歎的眼神，現在的孩子還有如此恭敬對待長者的，真是了不起。

「或飲食，或坐走，長者先，幼者後」——在吃飯的時候，一定是長者

先坐、先吃，晚輩後坐、後吃才對。我們和小孩一起吃飯的時候，小孩還要幫長輩夾菜。有個孩子送來幼稚園讀經才兩週，有一天他跟家人吃飯，一開始用餐，他就幫爺爺、奶奶夾菜。本來爺爺、奶奶還不是很認同中國文化，而孩子的這個動作，讓他們看出才受兩星期教育的效果，所以慢慢的就能接受用中國文化來提升孩子處世做人的態度。

坐位的禮儀

座位有主次，主位是給掌控家庭的人坐的，所以孩子應懂得哪一個位子應該讓長輩坐。一般是正對門口的位子是主位，學過的孩子都會把主位讓出來，當老師一進來，他們會先站起來，等老師坐下了，他們才坐下。有一天，我從杭州回來，一進門，孩子們都站起來，當我坐到主位時，他們就開始轉動桌子，我就說：「為什麼要轉桌子？」孩子說：「桌子有條紋，條紋對著主位是不禮貌的。」所以，他們一看到我坐下，就把桌子上的條紋轉到沒有對著我的方向。你看孩子的恭敬心、細心、觀察力，就這樣一點一滴提升起來了。

接電話的禮儀

接電話也應講究禮儀，比如：孩子接起電話來，一定要先跟對方問好：「您好！請問您找哪一位？」對方若是找父親，孩子就要說：「请您先等一下，我去請我父親。」「長呼人，即代叫」，找爸爸的，當然趕快去通知爸爸；「人不在，已即到」，當爸爸不在，就要告訴長輩說：「叔叔！我父親不在，請問您有什麼事？我是否可以轉達？」或是「若是很急的事情，您可以直接撥我父親的行動電話，我把父親的行動電話號碼告訴您，請記錄一下。」這就把事情辦得很圓滿，要做好結尾工作。

握手的禮儀

1. 伸手的次序

現在很多場合中，都是用握手的形式做為見面的禮節，而握手應該誰先伸出手來比較符合禮儀？當長輩跟晚輩握手，要長輩先伸手，晚輩後伸手；當上司跟下屬握手，要上司先伸手，下屬後伸手；男生跟女生握手，女生先伸手，男生才伸手。如果你到別人的公司去見董事長，董事長還沒伸手，你就伸出來：「你好！你好！」對方不清楚你是誰，手就沒有伸出來，你不是很尷尬嗎？所以，面對長官，要等長官先伸手，我們再伸手，

這個順序不能顛倒。

2. 握手的態度

遇到朋友要握手，首先我們的眼睛要看著對方。如果跟人握手，口裡說：「你好！你好！」而眼睛卻看其他的地方，這時對方就會感覺到，你心不在焉，沒有誠意。除此之外，還要注意握手時的力度，力量不要太

大，不然會把人家的手握得很痛。握手的位置也要正確，很多人握手時，只跟人家碰一下手，這樣都顯得沒有誠意。握手的「時間」也不可太長，雙方互相問候完，就應該鬆手。尤其男生遇到漂亮的女生時，這一點更不能犯過失。

賓主介紹的禮儀

雙方握手完以後，要互相介紹。介紹的禮儀順序很巧妙，剛好跟握手的順序顛倒，握手是長輩先伸手，晚輩再伸手，而互相介紹的時候，要先把晚輩介紹給長輩，把下屬介紹給上司，把男生介紹給女生，這樣才符合賓主介紹的禮儀。「禮者，天地之序也。」禮和天地一樣是很自然的一種順序跟規律。

遞名片的禮儀

在介紹過程中，有可能人家會遞名片給你，所以遞名片跟接名片也要注意。如何遞名片？不能把裝名片的袋子拿起來，他一張，你一張，這樣會給人家什麼感覺？不夠尊重人。一個人不尊重別人，其實也是不尊重自己，俗話說的「自取其辱」。那一張名片是代表你本人，你怎麼可以發得這樣隨便！所以，拿起一張名片來，應當雙手遞過去，而且在遞的時候，應該把名片的正面朝向朋友，假如你遞反了，他還要轉過來看，這些細節也都流露出你是否處處替人著想。接名片時，一定要先把名片的內容看完，才能將名片收起來，不要名片一接到手，看都不看就立即收起來，這種行為是很不尊重對方的。

「稱尊長，勿呼名」——不只是對尊長如此，對上級、同事也應該一視同仁。假如他是總經理或者是科長，我們就以職務來稱呼他，以表尊敬，他會覺得很歡喜。所以，你一定要先把姓看好，說：「陳科長！您好。」你不要接過名片，連他姓什麼都沒看清，就要坐下來交談了，突然想到了，又再拿出來看，這會顯得很尷尬。

接過名片應該放在哪裡？放在皮包裡。很多人就直接放在餐桌上，如果吃飯的過程中，湯汁滴來滴去，對方看到了，他會不會跟你做生意？會不會跟你合作？你對人家的名片如此不尊重，給他的印象就不好。而我們處處有禮，就留給人家很好的印象，人與人之間就會架起一座友誼的橋梁。

教禮要讓孩子實際演練

在教導禮儀當中，有一個很好的方法，就是直接讓學生實際操作，他們會做得很有興趣。在送客當中，我們引導孩子去感受一下客人的感覺。我們找兩個小朋友，一個表演主人，一個表演客人，當送客人到門口時，就教小朋友說聲再見，馬上就把門關上，所有的小朋友都笑了。接著我們又把門打開，把這位表演客人的小朋友請進來，問他說：「主人剛剛跟你說再見，就馬上把門關起來，你有什麼感受？」小朋友說：「他好像恨不得我趕快走，我下次不來了。」所以，我們送走客人，也要讓人家有賓至如歸、備受尊重的感受。

通過這樣的實踐，我們讓孩子們實際去體會別人的感覺。再進一步，

教他們應該如何送客人，才會讓人家覺得很舒服，這時是用一種討論的方法，讓學生來參與教學。學生說應該送到電梯口，我們就問，假如沒有電梯又將如何？那應該送到樓梯轉彎處，等看不到客人再回來。我們讓孩子親自去操作學習送客之禮，就是培養孩子禮貌的德行。

禮儀是處處要靠自己用心去學

生活中禮儀處處皆是，我們在家裡也好，或者在公共場合也好，都要叮嚀孩子遵守禮儀。比如我們在等候電梯的時候，應該怎麼做？一定要設想，電梯裡面會有人走出來，所以我們要站在電梯門口的兩側，才不會阻礙到別人。處處留心皆學問，生活教育處處都是，我們一定要在生活當中去博學，用心學習，才能成就自己的真實學問。

人與人相處還要學忍讓

對於長者、老師，一定要以禮相待；對於學問，要恭敬對待，所謂「一分誠敬得一分利益，十分誠敬得十分利益」。禮的本質就是恭敬之心，而恭敬心就是我們的本善，就是我們的真心。我們不但要學禮讓，還要在與人相處中學習忍讓。這個「忍」字是會意字，上是一把刀，下是一

個心，代表忍的功夫要達到什麼境界？人家拿刀放在你的胸口，你也要不為所動。這倒不是真的拿一把利刃架在你的心頭上，這一把利刃就好像別人鋒利的言詞，給你很多的譏諷、毀謗，這時你要能忍得下來。因為我們明白這些情緒的反應都是暫時的，我們不要與他計較，應該有包容的態度。

要有一個寬恕的心

有一句格言提到：「以恕己之心恕人，則全交；以責人之心責己，則寡過」。其實很多的態度一念轉過來，可能就從地獄升到天堂，人同此心，心同此理。我們每天寬恕自己多少次？好多次。可是別人一犯錯誤，我們的情緒就控制不住，不能原諒別人，當我們轉一個角度，用寬恕自己的心去寬恕別人，別人與我們相處就會覺得舒服，沒有壓力，所以能全交，能交到很多朋友。我們把別人的過失當作一面鏡子，用這樣的態度來省察、要求自己，德行就會提升得很快，所以能寡過。忍讓當中最重要^{上云}的，就是要有一個寬恕之心。

子貢曾經問過孔子說：「哪一個字可以終身奉行？」夫子就舉出了一

個寬恕的「恕」字，其實恕與仁愛之仁意思相容。恕者如其心，上面一個「如」，下面一個「心」，就是處處從對方的角度去設想，很多衝突自然就化解了。人與人的接觸很頻繁，我們能忍讓，就能化干戈怒氣於無形之中。俗話說：「忍一時風平浪靜，退一步海闊天空」，其實在忍讓中，我們就已經在拓寬心量，已經做到了「理服人，方無言」，已經在喚醒對方的慚愧之心。而人在發脾氣時，往往都比較情緒化，等他靜下來了就會覺得理屈，所以這一忍，忍出了自己的德行，也忍出了對方的慚愧，更保持了彼此間的關係。

無論是親人，還是朋友的緣份都來之不易，多年的交情不要一語寒心，結果溫情全消，那不好。當我們和朋友發生矛盾時，要想到「言語忍，忿自泯，忿思難」，一定要忍住情緒，忍住脾氣，寬恕對方。當我們用寬恕的心、言語對待朋友，那朋友就如沐春風，就是有什麼不愉快的事，也會立即煙消雲散。

●教孩子做家务

只念書 不做家務好不好

做父母的對孩子要抓住機會教育，不然很多好機會就會當下錯過，等到孩子都已經不會幫你做家事了，那時再生氣也於事無補。很多家長都說：「你只要把書念好就好，其他的事都別管」。你看他只會念書，其他事都不做，對他來講是否信任自己做事的能力？不信任。他愈不信任自己，就愈不敢承擔工作，不承擔會不會有責任心？沒有！所以，這都有連帶關係，我們要深思熟慮。

習勞知感恩

在勞動中，孩子也會感受到，原來母親持家真不容易，我才拖客廳的地就累了，媽媽要上班，回來還要煮飯，還要做很多事。當孩子能付出，去勞動，他才知道感恩，才知道付出者的辛苦，所以要讓孩子勞動，絕不能讓他養成懶惰的習慣。

我在海口工作期間，舉目無親，所以飯菜都要自己煮，拖地、洗衣都是自己來。我一邊洗衣服，突然回想到父母幫我們做了多少的事情，感恩之心油然而生。

現在的小孩過生日第一個會想到什麼？去哪裡吃飯，能獲得多少禮

物。我們接受中國文化薰陶的老師，會抓住這個機會教育孩子，生日就是母親的受難日，應該為父母做些事。有個讀四年級的小孩過生日，她沒有向媽媽要禮物，而是親手煮一道菜給媽媽吃。這個小女孩進到廚房，因為身高不夠，就拿了一個板凳站上去。站上去以後，油一倒下去噴得很高，她就馬上拿了個大手套戴上，繼續煮菜。因為小黃瓜放下去，油濺得更高，她怕有危險，又跑到父親的摩托車上，拿安全帽套在頭上，這是名副其實的全副武裝，終於把那道菜炒好。當她汗流浹背把那道菜端出廚房，我相信在那一剎那間，她的心境已經轉變了。從今以後，她再吃母親所煮的每道菜，會不會挑三揀四？不會！她會感謝母親的付出，所以習勞才知感恩。

勤勞 有助於建立良好的人際關係

勤勞對身體有幫助，孩子在做事的過程中，他的大腦隨時在動，所以常常幫忙做家事的學生，頭腦特別靈活。有些孩子的成績很好，但是在家什麼事都不做，你派事讓他做，有時候會受氣，因為他沒有經驗。我就遇到一個學生，他只要有事，一定要他媽媽打電話給我。我就跟他說，你直

接跟老師講就好了，為何還要麻煩你媽媽？他頭低低的，下次還是叫他媽媽打電話給我。因為孩子不常去承擔事情，面對事物都很怯懦，其實這傷害了孩子。

試問：你喜歡跟懶惰的人在一起做事，還是喜歡跟勤快的人一起做事？勤勞的人，人際關係一定會更好。有些大專院校的學生，因為人際關係處理不好被退學了。我們思考一下，當這個孩子看到別人在打掃公共區域，自己都在看電視不幫忙，別人對他的感受是什麼？一定不舒服。假如他的生活習慣又不好，把公物放東放西，人家常常都找不到，他的人際關係就在這一點一滴中愈來愈差。所以，勤勞做家事，對孩子的影響甚深。

勞動 會增加一個人的意志力

盧叔叔小時候，他母親見到鄰居家的水缸沒水了，就對他說：「去把水缸挑滿。」那時已經是下午四點多了，而挑水要到小溪旁，一去一回要一個多小時，而且要挑兩次才能注滿水。「父母命，行勿懶」，他們那一代對父母很恭敬，所以就挑水，結果回家都晚上八點多了，而且吃涼的飯菜。你捨得嗎？你捨不得，就養不出像盧叔叔這樣的人才。他母親懂得

培養孩子要多幫助別人，還懂得要磨練孩子的意志力。

盧叔叔說：自己每次在面臨很大的工作壓力時，大腦裡都會浮現當年擔水時的想法：「我快要撐不住了，但停在這裡也沒有辦法，還是要堅持一步一步地挑回去。」所以當他面對挑戰的時候，第一個念頭是什麼？跨過去！勞動會讓一個人的意志力不斷提升，而現在的孩子就是缺乏勞動的態度，所以做父母的要趕快讓孩子多做家事，多去付出，才能長養孩子這些好的德行、好的態度。

事要多做 身體才會強壯

我們要趁年輕時多做事、多勞動，要把福報放在晚年享。我在學院學習的時候，要輪流到廚房勞動，終於把我二十幾年來少洗的碗，少洗的鍋，一併洗個夠。我每次在廚房幫忙做饅頭，都很不好意思，師姐們從頭做到尾，都沒有坐下來休息，我要休息好幾次。休息的時候還要走到旁邊，不要被人家看到，雖然年紀最輕，但是體力最差。所以，從小要多幹活，身體才會強壯。

有朋友看到我跟父母一起住，他們都會說：「你真孝順，在家裡照顧

父母」，我聽到這話都很汗顏，很不好意思，其實哪是我照顧父母，都是父母照顧我。因為我父親從小就做農活，在田地幫忙，所以體格比我壯實很多。我跟父母出去旅遊，我爸爸都常會問我：「你累了沒有？」我爸爸開車是從來不累的，因為他們從小勞動，所以精神、體質都很有耐力；我們這一代從小養尊處優，體質就沒有他們好。老子說：「禍福相倚」，我們這一代看起來好像很有福氣，從另外一個角度觀察，實際上都把福氣折光了，身體也不好，一些正確的人生態度也沒有形成，我們這一代的晚年確實堪憂！

◎驕奢淫逸的習性 會給孩子的人生造成什麼後果

習慣揮霍 會令孩子不懂孝道 沒有責任

現在這一代從小生活就很優厚，要什麼有什麼，習慣揮霍、習慣花錢，又不懂孝道，又沒有生活的歷練、承擔，不只自己賺的錢花掉了，還要去花父母的錢。很多年輕人喜歡消費享受到什麼程度？一個月的薪水一拿到手，立刻去購物，整個月薪在前十五天就花光了。後面的日子怎麼熬？買泡麵吃。撐不下去了，回去找老爸說：「爸！我沒錢了。」他的父

親很生氣說：「告訴你不要亂花，你都不聽，好啦！要多少？」還是拿給他。而生活的優厚，並不能帶給孩子正確的人生態度。

蕭何的智慧 值得借鑒

在漢朝初年，劉邦給一百多位打天下的開國功臣，分封了屬地，給他們很多田宅。過了一百年之後，漢朝的史學家們突然想到要去了解，這一百多個功臣的後代，經過百年後是什麼樣的情況。結果令史學家非常驚訝，他們的後代基本上都沒落了，很多已經流落街頭乞討，只有幾個人的後代還很好。其中蕭何的後代很不錯，原因是當初在分封土地的時候，蕭何深謀遠慮，他只要了一塊貧瘠的土地，由於貧瘠，不勤勞的耕作就沒飯吃，所以他的子孫懂得勤勞節儉。其他的人分封到很好的土地，所謂好吃就懶做，而且好土地你喜歡，別人也喜歡，如此就引來很多人覬覦，被很多人設計陷害。所以，蕭何看得遠，不要留錢給子孫，更重要的是把智慧傳給子孫，還有做出榜樣給子孫看。

人有四個習性 叫做驕奢淫逸

中國聖賢已經整理出來，人有四個習性叫做「驕、奢、淫、逸」。我

們對照一下，自己有沒有？所謂修身才能齊家，假如我們自己有，要趕快修正。我們再來對照一下，現在孩子有沒有這些習性？假如有，就要趕快幫助孩子導正，若能從現在開始長養孩子的善根，還能補救。

驕

「驕」是驕傲，傲不可長。人一驕傲，不但學問上不去，無形中也斷了自己貴人的因緣。一個有道德、有學問的人喜歡交往什麼樣的人？謙虛的人！你只要傲慢，這些人就會離開你了。

奢

我們第一份工作做完，薪水才這麼一點點，突然會覺得錢難賺，也會感受到以前花錢太凶，真是對不起父母。人非聖賢，孰能無過，所以現在要節儉。我的母親不常化妝，她要去一些正式的場合才會化些淡妝，所謂上行下效，我兩個姐姐也不大化妝，反而皮膚很好。朱子治家格言提到「童僕勿用俊美，妻妾切忌豔妝」，當太太的不要每天打扮得花枝招展，不然出去會引來一大堆蒼蠅，困擾自己也困擾別人，這樣不好。有個孩子要跟父母出門，他媽媽妝化得很漂亮，結果兒子就跟她說：「妻妾切忌豔

妝」，因為他剛好背完朱子治家格言，夫妻兩個相視而笑，媽媽覺得孩子懂道理，她就將濃妝描淡了，所以不能長這種虛華之氣。

淫

「淫」，一般世間人的看法就是女色，其實不只是女色為淫，這個淫，還是他陷在某些欲望當中不能自拔。比如：現在的孩子一玩遊戲、一上網路就多久？幾個小時，玩物會喪志。所以，玩樂的東西盡量也要給孩子有所節制，當一個人真正感受到求學問的快樂，當他真正感受到身上的使命，他就不會把很多時間消耗在這些跟自己人生不相關的事情上。與其他我們在那裡一直叫他不要做這個、不要做那個，不如拓寬他的心量，讓他對人生有所志向，然後你帶著他一起學習，長養他好學的態度，這一點很重要。

逸

逸——就是遊手好閒。我們看看很多的家訓，都非常注重養成孩子勤勞的態度。朱子治家格言第一句話提到：「黎明即起，灑掃庭除，要內外整潔；既昏便息，關鎖門戶，必親自檢點。」所以以前家裡的很多工作都是

孩子做，孩子從小勞動，長大才不會好逸惡勞。當孩子懂得分擔家務，他才能體會到做事人的辛勞，習勞才會知道感恩。現在孩子的感恩心很難生起來，原因何在？因為他是茶來伸手，飯來張口。有個小朋友聽完之後，就對我們說：「老師！茶來不伸手，飯來不張口，如何吃？」真是不知「一粥一飯，當思來處不易。」

◎讓孩子懂得戒色

從小紮好德行的根

弟子規也講到「鬥鬧場，絕勿近」、「非聖書，屏勿視」，很多人怕孩子到青春期，會看到一些不好的刊物，其實你只要讓他從小紮根於德行教育，他身上有浩然正氣，當他接觸到這些不好的東西時，他立刻就會覺得不舒服，他有免疫能力。與其你擔心他以後，不如現在就把孩子的德行根基紮好。

色字頭上一把刀

我曾經問學生說：「色為什麼不好」？他們說：「色字頭上一把刀」，這一把刀會傷到誰？傷到自己的身體，傷到一個家庭的安樂，還會

傷到一個國家的存亡。

經營一個企業，假如這個色字沒有放下，你的事業遲早會垮掉。歷史上太多的朝代之所以滅亡，都跟好色有關。我們看唐朝，唐玄宗沒有遇到楊貴妃以前，創造了開元之治，政績非常好；遇到楊貴妃以後，從此君王不早朝，致使國家陷入危難之中，造成安史之亂。從開元之治變成安史之亂，相差如此之大。安史之亂誰要負最大的責任？唐玄宗。我曾經在一次演講中，有位男士說責任在楊貴妃。「色不迷人，人自迷」，安史之亂的因、緣、果在哪裡？「因」在於唐玄宗沒有把色斷掉，「緣」才是楊貴妃，才會結此惡果。假如堯帝、舜帝遇到楊貴妃也會安然無事，因為沒有因，惡緣也不會現惡果。我們要很謹慎對待，絕對不能因為色毀了家，毀了團體，毀了一國。

◎居家教子 切戒什麼

孩子要什麼 就給什麼 會把孩子寵壞

我的母親教育我們很有原則。記得有一次，我對母親提出了一個不合理要求，我媽媽就拿著一本書在看，根本不理我。我後來躺在地上打滾，

一定要讓她達到我的目的，結果我媽媽根本不看我，繼續看她的書。後來我覺得打滾很累，也知道用情緒不能達到目的，媽媽不接受威脅，我就乖乖自己爬起來走了。這件事我記憶深刻，也讓我更加地感悟到母親的教子原則是十分正確的。教育孩子一定要有正確的原則，不能孩子要什麼就給什麼，這樣會把孩子寵壞。我媽媽教我的時候很有原則，結果帶外孫就開始寵愛，她還常常跟我說：「你對外甥不要這麼凶。」我也不說話，過了半年左右，她又跟我說：「你對外甥凶是對的。」因為這個外孫已經爬到她頭上了，所以隔代教養的效果都不好，會把孩子寵壞，還是自己帶孩子比較保險。

寵子 害子又害己

中國大陸有一個孩子從小被父母嬌生慣養，要多少錢就給他多少，最後孩子還在讀書時，一個月就要花一萬多元。他父親覺得不對勁，就跟他說：「從此以後不給你錢了，還要把你送去西藏當兩年兵。」他回來之後，還是跟父親要錢，他父親狠下心不給他。結果他僱了殺手來殺他的父親，他跟這個殺手說：「待會兒有一個人會從那裡走出來，你就殺死這個

人。」他對整個情況描述得一清二楚，這個殺手說：「你怎麼這麼清楚？這究竟是什麼地方？」他說：「這是我家。」「那要殺的人是誰？」「是我父親。」如果我們沒有把孩子教育好，這齣戲有可能搬到我們的面前來演。他不只把他父親殺了，因為他父親保險箱的鑰匙在他母親手裡，所以他母親也被殺了。你看，孩子一旦被寵壞，再多的錢也無法解決問題。

愛護沒有智慧 愛之足以害之

為人家長每天都盡心盡力賺錢給孩子花，是不是愛護？假如這個愛護沒有智慧，則愛之足以害之，把孩子寵壞了，不得了！閩南話提到：「寵豬舉灶，寵子不孝；寵妻吵鬧，寵夫半夜爬起來哭；寵女兒難入人家的家教」。地方俚語都含有很深的人生智慧，這些都是老祖宗傳下來的，都是去蕪存菁，所以一句話對人生就有很大的提醒。

「寵豬舉灶」，寵豬寵到牠跑到你的廚房，把你的灶都掀掉了，這句話多有道理！所以，教育孩子一定要非常有原則，不然會被孩子摸得一清二楚。豬都不能寵，人更不能寵，因為被寵的孩子就會不孝。

居家戒爭訟 訟則終凶

我曾經聽一個朋友講，有一對夫婦養了六個兒子，給他們買了六間房子，娶了六個老婆，都把他們安排好了，這樣的父母偉不偉大？結果下場如何？自己沒地方住。這樣是愛護孩子嗎？是害了孩子。從小到大什麼都幫兒子做好了，那兒子只會生起一個態度：父母幫我所做的都是應該的。到最後，大兒子還有一點良心，在一個豬舍旁邊蓋了一個小木屋，給父母住，鄰居看不下去了，就鼓動他們去起訴兒子。要不要告？「居家戒爭訟，訟則終凶」。假如真的告贏了，六個兒子分配下去，每一個人養兩個月，這樣養起來是什麼結局？可能媳婦把飯丟過去：「趕快吃！」本來還可以活十年、二十年，結果被六個兒子奉養之後，每天都被氣個半死，反而只能活三年。早知今日，何必當初！所以，教育孩子要以德為本，才是真正愛護他。

◎培養孩子仁愛之心 來處事待人接物
為何要以真心處世待人

人際關係的處理，首要在於懂得付出、懂得愛人，所謂「愛人者，人恆愛之；敬人者，人恆敬之」。有些朋友會說，我先生假如對我好，我

一定對他好；我的朋友先對我好，我再對他好。這樣好不好？人生一直在等待，患得患失，豈不累死！我們講一句好話給予他人，誰先受益？當這個好的言語在我們的腦海中產生時，我們全身的細胞都已經先得利益了。確實利人一定利己，損人一定不利己，而且是損己。我們看電影的時候，一看就知道是好人還是壞人，為什麼他的臉會變成這樣？都是起了惡念以後，相由心生。自己身體搞壞了，而且又折損了福份，我們了解這個真相，應該用真心去對待一切人事物。

常存恭敬感恩之心

一個人的愛心、關懷之心，一定是從家庭中培養起，從對父母的孝而延伸到對一切父母、一切長者的尊敬、恭敬。「社會國家者，互助之體也」，社會就是一個互助的團體，假如今天沒有各行各業所做的付出，那我們的食、衣、住、行、育、樂都將出現問題。記得在海口，我的背包帶子斷了，我走到一個車站門前，讓一位修理工幫我背包修好，修完之後我很高興，問收多少錢？他說一塊錢。一塊錢就把我的袋子救活了，所以我很感謝他。在我們的現實生活中，確實需要很多專業的人來成就我們。

我們也應該尊重每個行業，用一份平等心、恭敬心，當我們有這樣的態度，下一代也會有這樣的恭敬心。

感恩是快樂的傳遞

有個叔叔每天來幫學校換飲用水，有一班的學生，看到換水的叔叔很辛苦，學生就提議：「老師！我們明天是不是應該謝謝這位叔叔？」學生這樣的提議，老師聽了也很歡喜同意了。第二天，當這個換水的叔叔走進教室的時候，面無表情，好像每天都是例行公事。學生一看他走進來，就集體對他說：「叔叔好！」他還沒有回過神來，當他在換水時，所有的小朋友又說：「謝謝叔叔！您辛苦了。」這位叔叔立刻露出燦爛的微笑，從此以後，叔叔只要到這一班，都會綻放出燦爛的笑容。所以，當我們尊敬他人，他人自然會尊敬我們；當我們處處感謝他人，人與人之間就會相處的非常和諧。

所有的人都值得我們尊敬

生活當中遇到任何人，都應該給予尊重、肯定。在過年前夕，我們看到很多打工的人都在郵局排長隊，這些朋友準備寄錢回故鄉給家人，雖然

他賺得並不多，但是他也是時時念著要孝順父母，要奉獻他的家庭，我們從中也看到他們值得讓人尊敬之處。

用愛 來喚醒愛

論語提到：「里仁為美，擇不處仁，焉得知？」居住在一個很有仁德之心的地方很好，能增長自己的道德、學問。而這個有仁慈之心的地方到哪裡去找？好不好找？我們責無旁貸，「國家興亡，匹夫有責」，從自己開始，在社區中懂得去撿垃圾^{及全}，懂得敦親睦鄰，當這樣的風氣慢慢從我們這裡推動起來，就能喚醒很多人的善行。

有個老先生住在一棟公寓裡，這棟公寓的鄰居都老死不相往來。有一天，老先生就敲開了對面鄰居的門，然後對鄰居說：「我兒子寄了一籃葡萄來，我吃不完，送一點給你們吃。」對面的年輕人就拿盤子盛葡萄^{及全}，然後裝了這些葡萄就開始分送到整棟大樓。本來大家彼此不是很認識，由於開始送葡萄，大家開始有了交談而熟悉，自然而然互動起來。本來樓下的腳踏車，都是排得亂七八糟，後來因為有了接觸，大家就開始互相尊重，腳踏車也自動排列整齊。有些鄰居家裡的孩子找不到工作，剛好其中一戶

是開公司的，熟悉之後，也主動讓這位晚輩到他的公司去工作。

人與人假如沒有溝通，就會愈來愈疏遠，如果有人帶動，實際上都能喚醒這種人情味。有一天，這個年輕人遠遠看到這位老先生走在路上，迎面來了一個水果攤販，就對著這個老先生說：「老先生！你要不要再買一箱葡萄？」年輕人一聽，才了解到那些葡萄不是老先生兒子送來的，是老先生自己花錢買的。

用真誠 感恩真誠

我們在海口推展中國文化，推展了一、兩個月以後，每次下課走進廚房，就會有蔬菜、水果，也不知道是誰送來的。我們平常給人家送禮，送禮的時候，怕主人沒有看到我們送什麼，還要舉起來告訴他：「這是我送的」，深怕別人沒有記住這個人情，都是用有求的心在與人交往，這樣的交往就會身心俱疲！當我們是用無求真誠的心對人，別人也會不求回饋的付出，歡喜贈送這些東西給所有的老師，這也是表達他們的一種謝意。所以，「里仁為美」，要靠每個人從自己的修身、齊家做起，進而把影響力擴充開來。

包容寬恕 才能令其悔改

在海口我們認識一位監獄長，他主動請中心的老師吃飯，他說到：「我希望把監獄辦成一個學校，因為這些人幾年都在這裡，假如能有好的教育給他們，說不定他們個個都可以重新做人。」我們聽了心生歡喜，也很熱忱給予回饋支援。

若監獄要開辦課程，也要從弟子規開始學起。三字經說：「為學者，必有初，小學終，至四書」，就是說讀書是有次第的，德行的建立一定是從小學開始紮根。這是宋朝朱熹所編的一本書，專門教導做人、做事、灑掃、應對、進退之禮的啓蒙教材。在清朝，李毓秀把這本書的重點重新體現，再以孔子在論語裡的一段話為綱領，編成弟子規。論語裡面提到：「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」。李毓秀就以這七個綱領，再加上小學的重點，編成了一千零八十個字的弟子規，裡面涵蓋了做人做事的綱領。所以，要想增長德行，可以從弟子規下手。

壞人也需去引導、去包容、去寬恕，他們才有空間改過自新。否則

他常常受到排斥，很可能又會犯下更大的過失，所謂「揚人惡，即是惡，疾之甚，禍且作」。

譏笑辱罵他人等於謀殺自己

在二〇〇四年，中國發生了一個很大的刑事案件，一個大學生叫馬加爵，他殺了四個同學，這給教育界也帶來很大的震撼，引起很多的討論。我也問了一些朋友對這件事有何看法？有些人覺得，這樣的人趕快把他槍斃。而從事教育的人的態度不是這樣，他們覺得一個大學生還這麼年輕，還沒有步入社會，為什麼會做出這樣違背人性的事情？到底是受了什麼影響？

原因是馬加爵的這些同學常常譏笑他、辱罵他，所以他的怨氣慢慢上升，等到忍受不了，才會做出這等殘酷的事情。馬加爵沒有學過弟子規，他不知道「言語忍，忿自泯」，不知道「凡是人，皆須愛」、「兄道友，弟道恭，兄弟睦，孝在中」，因為在他的生命當中沒有這些理智的教誨，所以一遇到境界根本提不起這樣的態度，都是隨順憤怒、隨順煩惱。

換另外一個角度看，為什麼這四個同學會招致殺身之禍？也是沒有學

弟子規，不知道「人有短，切莫揭；人有私，切莫說」、「揚人惡，即是惡」、「勿諂富，勿驕貧」。由於他們對馬加爵的傲慢，而惹來了殺身之禍。其中還有一個同學，本來也會被殺，結果這個同學卻逃過一劫，因為曾經主動幫馬加爵盛過一次飯，他記在心上，所以這個同學才逃過一劫。

再惡的人，誰對他好、誰對他不好，他很清楚。當我們的孩子對人都是一片恭敬之心，他的人生就會化解很多惡緣跟災難。假如孩子沒有學到恭敬心，人生旅途會增添危機跟阻力，我們為人父母、老師要從馬加爵事件好好來思考，吸取教訓。孩子只要沒有理智，他的人生之路確實很難走到終點；孩子從小懂得恭敬有愛心，他的人生將會愈走愈寬廣。

◎讓孩子從小學會稱讚別人

見人善 即思齊 縱去遠 以漸躋

「見人善」的態度，對道業的影響相當深遠。其實這一句經文，就是善財童子為什麼一生可以圓成佛道的修學方法，因為他不管見到善人或惡人，都是他的菩薩學處。他看一切人都是諸佛菩薩，只有他一個人是學生，所以才能「德日進，過日少」。一定要讓孩子從小有這樣的態度，假

如他從小不會欣賞別人，只會批判他人，他會過得很辛苦。當他常常都看別人的過失，會不會有很多朋友？所以，懂得欣賞他人，隨喜他人，這對一個人的性格相當重要。而我們稱讚欣賞對方，要抓住性德，而不是外在的虛榮、才華。只要你是稱讚、欣賞他的性德，他就會愈來愈好。

有個人二十歲就拿到了數學博士，在讀書過程跳了好幾級，非常優秀。後來在大學任教，被破格提升為副教授，可以算是那個學校的一個特例。他從二十歲做到三十歲，整整十年當中，發表了很多論文，想要升到教授，但是十年了還是升不上去。我有個朋友也是數學博士，剛好跟他是同事，了解到他所發表的論文很精闢，但內容都是哪個教授的論文有什麼缺點，哪個教授哪裡講的有錯誤，他每篇文章都是談論別人錯處。雖然寫得很正確，但是他的論文全在中途就被刷下來。他也很苦惱，我的朋友告訴他，你換個寫法，說哪個教授哪裡好，從這個角度去發表論文，說不定會有轉機。他聽完以後，眉頭皺起來，覺得很困難。後來寫好拿給我朋友看，他說他一邊看，雞皮疙瘩都起來了，因為寫得很不自然。

一個人要很真誠的稱讚欣賞別人，還真是需要很習慣後才做得出來。有

些人去接受一些訓練，訓練時告訴他，要常常稱讚別人，對別人微笑，就可以跟人做好生意。往往這些人上完課回來對你笑的時候，你會覺得很不自然。所以，「見人善，即思齊」，是一種心理的狀態，要打從內心歡喜去欣賞、讚歎他人才行。

●勸諫長輩應注意什麼 勸諫長輩是本份

「親有過，諫使更，怡吾色，柔吾聲」。勸諫父母、領導者，是為父子、為人臣應盡的本份，就是部屬對領導人有勸諫過失的責任，子女對父母有勸諫過失的責任。中國人講孝順，這個「順」不是父母的所有要求都去做，而是要先分辨父母要求的對錯與否，我們要用理智去孝順父母，父母確實有過失時，而我們沒有勸誡，便是陷父母於不義，就不是為人子所應有的態度。「號泣隨，撻無怨」，縱使父母不能接受，我們也絕無怨言，因為我們是在做自己應該做的事情，問心無愧。勸諫父母不是說他不聽就算了，以後不勸了，這樣的態度就已經忘記了為人子女的本份。所謂別人對不對並不重要，重要的是我們時時刻刻要提醒自己，我有沒有做

對，我有沒有盡到本份。

態度方法要得當

勸諫別人的態度、方法要正確，否則會適得其反。勸諫他人，我們要了解，一個成年人的思想觀念的形成，都不是一朝一夕的，所以當勸諫無效的時候要「悅復諫」。悅是喜悅之意，就是你要抓準時機，看爸爸比較高興了，或者看領導人心情好的時候再去勸。不要在父親不高興的時候勸，那就可能會遭一頓痛罵。所謂「悅復諫」是要我們審時度勢，這樣才能收到勸諫他人的效果。

勸諫父母是否得當？第一要從我們的存心看，第二要從我們的態度看，第三要用對方法、用對時機，第四要很有耐心。這四種態度，在弟子規的「親有過，諫使更，怡吾色，柔吾聲」這一句教誨裡都顯示出來了，「親有過，諫使更」是一片孝心，態度是「怡吾色，柔吾聲」。我們勸諫父母，可不可以用跟孩子講話的態度？那父母一定不能接受，所以要「怡吾色，柔吾聲」。「諫不入，悅復諫」，假如你勸諫了而父母不聽，還要不厭其煩，復就是不厭其煩的耐性，悅就是時機、方法，要等父母心情好

的時候再勸。

要看存心

我們勸別人，他不能接受，就要反觀自己的心，是不是真心誠意希望他好，還是我們有控制的欲望？你一定要聽我的，不聽我的就很生氣。我們用這種控制的態度去要求別人改，他一定不容易接受。我們在教書當中也常常會有學生來告狀，說某個同學怎麼樣，某個同學又怎麼樣。

當學生來告狀時，我會問他：「你今天來向老師說這個同學做錯了，你是希望他改過，還是看別人錯了，你幸災樂禍？假如你是真心希望他改過，那你直接去跟這個同學講就好了。」學生受到老師的啓發之後，他自己的態度、存心就會轉過來，往往他也會很客氣去規勸這位同學。當然，我們也給孩子一些正確的態度，當別人規勸你的時候，你要做到「聞譽恐，聞過欣，直諒士，漸相親」。我們引導孩子，當同學講出你的缺點，應該謝謝他，應該跟他說：「謝謝你指出我的缺點」，孩子都有這樣的態度，就能和睦相處。

要看態度

我們勸諫別人的態度，一定要做到「怡吾色，柔吾聲」。我們要和顏悅色、細聲細語、平心靜氣的勸諫父母或別人，如果我們在勸諫別人時動了氣，就會影響他人的情緒；我們不動氣，他也不容易動氣。

要用對方法 用對時機

什麼樣的時機規勸人比較好？俗話說：「揚善於公堂，規過於私室」。稱讚別人的優點，稱讚別人做的好事，你可以在人群當中講，因為可以讓其他人「見人善，即思齊」，你給予他肯定，他也會更積極努力。但是在規勸別人的過失，應該在私下，在沒有其他人的時候規勸，因為成年人很愛面子！但一個人的道德、學問要想有所成就，首先要將面子賣出去。而從人情上講，我們還是要體諒、顧慮別人的面子，這就是要「規過於私室」。當你如是做，對方也會覺得你很能為他著想。假如你是在公眾之中把他的過失講出來，可能當場就發生衝突、辯論，所以規過於私室，就是抓對時機。

論語說：「可與言，而不與之言，失人；不可與言，而與之言，失言」，時機已經到了，你可以勸誡他，但是你卻沒有勸他，這樣是我們沒

有把握好時機，就是我們失職了，失了做子女之職，或者失了做朋友之職；時機還沒到，你太急躁就跟他講了，這樣是「失言」，你可能講錯話，善心可能行了惡事。

在隋唐之際，唐太宗的父親李淵，他帶著軍隊南征北討，有一次李淵決定要帶軍隊往這個路線走，唐太宗一看，這個路線很可能會遇到敵軍的埋伏，會全軍覆沒，所以李淵就一直勸他的父親不可以走這一條路線，但是他的父親不聽。結果那天早上就要出發了，突然聽到帳外有人放聲大哭，李淵覺得很奇怪就走出來，看到李世民坐在地上放聲大哭。然後李世民就說：「父親！這樣去鐵定會讓全軍覆沒。」他說完，愈哭聲音愈大。弟子規所說的「號泣隨，撻無怨」，就是唐太宗李世民的表演。他父親一看，這個兒子還真是難得，堅持要勸誡他，後來就改變了路線，使軍隊沒遭遇危難。李世民這一哭，把整個唐朝的命運扭轉過來，所以勸誡要用對方法。

要很有耐性（◎註：蹴——輕步跟在後面）

人老了就怕身體不好，所以我們要常常跟父母溝通一些健康的觀念，

有了健康的知識，父母才會做出健康的抉擇。現在的老人見了面都會說：「吃差一點才不會高血壓，才不會得癌症。」因為年老吃得愈清淡，身體的負擔愈少，所以你也要跟父母溝通，告訴他們這個道理。千萬不要認為我們的上一代窮怕了，現在生活條件好了，就應該多吃些魚肉，不然營養不夠，若是這樣想，就是好心做了錯事。現在都提倡吃糙米、胚芽米，那是全營養素，白米飯只含醣類。但假如我們拿糙米、蕃薯給父母吃，他們的觀念一時轉不過來，也無法接受，你就要循循善誘去溝通。要父母建立正確的健康觀念也不是一蹴可幾^{支文}註欲速則不達，我們不可操之過急，不可強加於人。如果你說：「你們就是給我吃就對了，不要說那麼多。」這樣父母的心裡會很不好受。當一個人的心裡不好受，吃下去的東西再有營養，也不容易消化吸收。

「諫不入，悅復諫」，現代人假如勸一次就聽了，這個人一定不是普通人，如果有這樣的人，你們一定要打電話給我，我要找他出來弘揚中國文化，因為他可能是顏淵，顏淵是不貳過。

「號泣隨，撻無怨」，縱使被誤解了，還要能堅持勸導，堅持做下

去，就是挨打也無怨無悔。我們要想幫助、勸勉別人，首先要做到不怕委屈。譬如：有一畝田沒有水，地都裂開了，裡面連隻蚯蚓都沒有，連一些微生物也沒有，這樣的田難道你還指望它明年開花結果，收成稻穀？在這種情況下，你就要給這一畝田打基礎，不但要灌溉，還要施一些有機肥，還要經過耕地、播種，和幾個月的田間勞動，才能收成稻穀。所以，我們勸勉孩子、勸勉親友，不能操之過急，一定要有委曲求全、百折不撓的態度。

行有不得 反求諸己

我們勸導別人沒有效果，就要理解問題不在對方，而在自己。我們處處反省自己，那勸誡別人的智慧就會愈來愈高，別人就會感受到我們的真心誠意，一定會轉過來。我們要抱持一個態度，假如別人不聽我們的勸告，是因為我們「德未修」，所以「感未至」。

有位讀書人叫孫元覺，他們所住的地區有個很不好的風俗習慣，就是父母年老生病了，就背到山上，讓他們自生自滅。孫元覺的爺爺年老生病時，他的父親就要把爺爺背到山上，孫元覺就勸父親不要那樣做，但他父

親不聽，無奈他就跟父親一起背著爺爺上了山。把爺爺放下後，他的父親要回家，孫元覺馬上把背爺爺的竹簍子撿起來要拿回去，他父親說：「這個竹簍子不要拿回去，放在這裡就行了。」他就對父親說：「不行！這個我要帶回去，以後等父親您老了，我再用它把您背上山來。」他父親聽完心裡很慚愧，立刻把爺爺接回家。這是很善巧的規勸父親，所以我們也要觀機而行，用柔和的言語來規勸。

信任是勸諫的前提

孔子在論語中告誡我們：「君子信而後諫，未信，則以為謗己也。」君子勸別人有一個前提，就是對方很信任他的時候，才可以勸誡；當對方還沒有信任我們，我們就去規勸，他會以為我們是有意中傷、毀謗。所以，我們要規勸父母、領導者、伴侶、朋友或兄弟，首先就要讓他們產生信任，我們的勸誡才會有效果。如何贏得親友的信任？絕對不是憑空而來，必須通過我們真心的關懷與付出才能建立。

有些朋友很熱心，喜歡幫助別人，但是別人看到他就會趕快跑，覺得他很煩人、很囉嗦，然後會跟他說：「拜託你，不要再照顧我了」，有沒

有這樣的人？有！自己幫助別人累得要死，卻讓人家嫌得要命，那是因為他的關懷與付出沒有針對別人的需要，所以才不受歡迎。我們要善於觀察他人的需要，然後再去付出，自然而然就能贏得別人的信任，受到別人的歡迎，然後在適當的時機，我們所說的話，他就很容易接受。

在父子關係中，父親對兒子信任，是因為這個孩子最讓他放心，最孝順他，也常常在父親需要的時候，盡心盡力去盡他為人子的本份。在君臣關係中，上司最需要我們去幫他承擔工作的責任，而我們都能默默的做，每次做得能讓上司放心，這就是針對上司的需要去付出，他就會非常信任我們。夫婦關係也是如此，比如：太太把家務整理好，把孩子教育好，讓先生沒有後顧之憂，先生就會信任太太，太太所講的話自然有份量。

【四、問題篇】

◎當孩子犯錯的時候 該怎麼辦

孩子犯錯時 就是教育機會點

有一天學校中午的飯後水果是西瓜，吃飯的時候，很多同學盯著那個最大塊的西瓜看，他們狼吞虎嚥地吃完飯，立即飛奔過去把最大塊的西瓜

拿起來就吃。老師在旁邊看到這一幕也很沈得住氣，按兵不動。第二天上課，老師就問：「諸位同學！假如今天我們要搶那塊最大的西瓜，請問會產生什麼效果？」吃飯的時候狼吞虎嚥，就會把胃弄壞，這是「身有傷，貽親憂」。當他飛奔過去，把最大的那塊搶到時，請問所有的同學對他是什麼印象？同學們就說：「不要跟他做朋友，這麼貪心。」老師把情況分析出來，讓學生知道：原來自己的一舉一動都在影響自己的聲譽，都在影響別人對自己的看法。

接著老師又分析說：「這位同學搶到了一塊大西瓜，他能快樂多久？」吃下去的時候很快樂，可是他已經養成貪心的習慣了，假如下一次最大塊的被別人搶去了，他會怎麼樣？很生氣！當他這種凡事都要最大的、最好的這個貪心養成了，可能以後得不到的東西會怎樣？想用不正當的手段來獲得。老師如此一分析，結果第二天吃水果時，就發生了很微妙的變化，學生們都是挑那個比較小的來吃。當老師的要抓住機會點來教育學生，你不能在那裡對學生說：「老師怎樣教你的？為何不會做？」如果老師對學生是這樣的責罵，效果肯定不太好，往往你用一些很善巧的方法來分析

給學生們聽，孩子們們自己就會有所領會。

假如孩子犯錯，我們馬上就發脾氣，這個教育的機會點就斷送了，「差之毫釐，失之千里」。所以，教育孩子絕對不能情緒用事，要很理智的觀機，因勢利導，讓他從中汲取教訓，這樣就會經一事長一智，當然你要能心平氣和才能契機契理。

犯錯是結果 原因在哪裡

現在很多孩子喜歡飆車，這是對自己的生命安全不負責任。我們再進一步思考，孩子為什麼會去飆車？去飆車的原因是孩子的內心空虛。為什麼會覺得空虛？他覺得自己沒什麼價值。若我們進一步去了解這些孩子的家庭，很多都是因為缺乏父母的關愛造成的。我們把孩子內心空虛的原因找到了，也就是把孩子犯錯的真正原因找出來了，唯有如此，我們才能教育和幫助孩子們改正錯誤。當孩子不知道人生的目標，不知道人生的本份，他就很可能遊手好閒，到最後誤入歧途。所以，我當老師就有一個深刻的體會，你對這個孩子愈關心，他的內心就很充實，進步就愈大。

◎孩子常常忘東忘西 怎麼辦

依賴的習性會害家長、孩子一輩子

假如妳的小孩讀小學一年級，有一天打電話回來跟妳說：「媽！我的語文作業簿忘了帶，昨天我都寫完了，下一節老師要檢查了，妳趕快幫我拿過來。」這時候你會不會幫他拿過去？會！這樣好不好？大部份的家長都是如此，不只是父母在做，還有爺爺奶奶、所有的長輩也都聽他的使喚。當這個作業本給他送過去了，孩子就知道他有源源不絕的救兵。所以，在這件事中，他沒有形成對事情的責任心跟警覺性，反而形成了依賴性。

我們一直在強調**教育必須要「慎於始」**，能掌握教育的要點，當父母的就不會那麼辛苦。這個簿子從小學要幫他送到什麼時候？可能他以後生了孩子也會交給你：「爸爸！就給你養了！」現在的年輕人責任心不足，甚至於二十多歲了，還在家裡看電視不去找工作，沒有責任感。誰來幫他找？爸爸媽媽還要使出混身解數，通過很多關係幫他找工作。找到以後，他還有點不耐煩對父母說：「好！看你的面子，我去做一下。」他不能把工作做好？到時候脾氣來了，又不願意做了，你這輩子不知道要為他的

事勞碌到什麼時候！

自己做的事 要承當責任

盧叔叔的女兒第一次作業本忘記帶了，打電話回來請他幫她送去。他馬上跟女兒講：「沒有帶作業本是妳自己造成的，自己做的事要自己承擔責任，被老師處罰也是應該的。」說完電話就掛下去。這個電話一掛，女兒的心情會如何？很沮喪，但是也印象深刻。電話掛下去，代表父母教育的一個原則，就是威嚴。女兒回到家，要不要繼續罵她？「你看忘東忘西的！」她已經夠沮喪了，你又繼續罵，這樣就太過了，威嚴已經有了，接下來就要略施恩德。所以，盧叔叔把女兒叫過來：「今天有沒有被老師處罰？」小女孩點點頭。「爸爸告訴你一個方法，你這輩子就不會因為沒帶東西被老師處罰了。」女兒一聽精神就來了，盧叔叔就告訴她：「你只要運用聯絡簿，把明天該帶的東西一一列好，在睡覺以前檢查書包，把已經放進去的課本、作業本，在上面打勾，全部都打勾了，就可以安心去睡覺了，今後就再也不會有同樣的過失了。」

◎孩子懶惰怎麼辦

懶惰是結果 原因在哪裡

孩子從小都是很活潑的，為什麼愈長大愈懶惰？現在很多家長都跟孩子說：「你只要把書念好就好，其他的事都不用管。」這一句話教出來的孩子會不會很勤勞？不會！很多太太都抱怨先生懶惰不幫忙做家務，「我也是工作一整天，為什麼家裡的活都是我做？」但是她卻把自己的痛苦又建築在往後孩子的身上，因為她教自己的孩子也是這樣說：「你什麼事都不用管，把書念好就行。」結果她的孩子以後也會很懶惰，又會讓另外一個女人痛苦，所以「己所不欲，勿施於人」。

當孩子模仿大人做事時 要給予鼓勵

小孩最強的能力是模仿。我的小外甥兩歲多的時候，有一次他母親在那裡擦桌子，剛好擦到一半因為其他的事走開一下，這時孩子走過來拿起抹布就開始擦桌子。父母很勤勞，孩子就會模仿父母的動作；但是勤勞的父母不一定能教出勤勞的孩子，還要教對方法才行。其實我的小外甥還不會擦桌子，他只是玩耍，要模仿媽媽而已。

我姐姐走回來，就對他說：「小偉！這麼小就懂得幫媽媽的忙，懂得

幫媽媽擦桌子，真有孝心，真是個好孩子。」這句話講完，孩子抬頭挺胸，擦得更起勁。我姐姐接著又跟孩子說：「小偉！你下一次擦桌子一定要記住，這四邊的角度也要擦到，假如你連四邊的角度都擦乾淨，那你擦桌子是做得非常完美，一百分！」這個孩子記住了什麼？記住了做事的方法，記住了做人要有孝心，所以他同時學孝又學做事。

孩子什麼時候教？一歲、二歲就能教，而且任何一個情況都可能是你教導他的機會點。當他養成習慣，從小就很勤快，我們已經幫孩子奠下非常好的做人做事的根基。我在教學過程當中，很多的小孩腦筋特別好，交代他辦事特別靈活，這樣的小孩往往在家裡都很認真幫忙做家事，因為當他做事的經驗愈豐富，他的腦筋就得到愈多的鍛鍊。

◎孩子撒謊怎麼辦

撒謊的日子不好過

我之前帶了一班，其中有個孩子的父母離婚，爸爸又娶了後母，他跟後母相處的狀況並不佳。我剛接手這個班，很關心他們的情況，而這個孩子已經兩個月沒有繳營養午餐費，我就找他來了解情況。結果他說他們家

的情況很不好，因為他弟弟沒飯吃，他就把營養午餐的錢拿去買麵包、買牛奶給弟弟吃。我聽了他的敘述，眼淚都快掉下來了，想立刻買一堆東西送到他家。我說：「今天老師跟你一起回家。」這個孩子立刻就緊張說：「老師不用了！」這個孩子的口才確實很好，可是我聽了以後覺得有點問題，就打了一通電話給他後母，他後母把他講得很不好。兩邊的說法差距太大了，我不能聽片面之詞。

有一天，我開車回家，突然在網咖前面停下來，這家網咖是當地最大的，我就想進去看一看。我走到網咖最角落的地方，結果看到了那個學生。他一見到我，整個臉都綠了，原來他把營養午餐費都用在上網咖了。我最生氣人家欺騙我，他也很警覺，我就把他帶出來。而憤怒解決不了問題，我趕快讓心情平靜下來，以便把事情處理好。我告訴他：「你這樣欺騙老師不對！」我馬上把他帶到他家裡，也跟他的後母道歉，但是在道歉的過程中，確實感受到後母對他不好，對自己的孩子比較好。小孩都很敏感，你對他不是很親，距離逐漸就會疏遠。畢竟孩子已經六年級了，我們還是要引導他反省自己，修正自己。

這個孩子慢慢跟我愈來愈熟，我也分配一些工作讓他做，譬如：讓他管理我們班的圖書，同學到圖書館借書都要跟他登記。這個孩子有事沒事還會走到我的書桌前面，對我說：「老師！今天有沒有什麼事要叫我做？」後來我問他：「那段時間你都在說謊，好不好受？」他說很難受，每天就好像老師是員警，他是小偷一樣，這種生活就如同忍受煎熬。我們也進一步引導他，絕對不要欺騙別人，那樣太痛苦了。他還覺得我這個老師很像福爾摩斯，還會探案。

孩子撒謊是結果 原因在哪裡

說謊是個壞習慣，什麼時候養成的？又是哪些情況會讓孩子說謊？我們要善於從根本、從原因上謹慎觀察，把他導正。

1. 覺得好玩

現在很多家長還覺得，孩子年紀很小就這麼聰明，很好！我每次聽到這樣的話都會寒毛直豎。孩子小，聰明好嗎？老實忠厚才好。記得小時候讀過一個故事，叫「放羊的孩子」。有一天，這個孩子在放羊時，覺得好玩就大喊：「狼來了！狼來了！」農夫們都很淳樸，一聽到他有危難，都

拿起這些耕作的東西當作武器來幫助他，結果一看，狼根本就沒有來，他自己還在旁邊哈哈大笑。第二次他又大喊：「狼來了！狼來了！」只有一半的人來幫忙，另外一半的人覺得他不是又在騙人！結果又是假的，農夫們很無奈回去了。第三次，狼真的來了，他在那裡喊了半天，一個人也沒有來，結果這些狼就把羊群都吃了，也把這個放羊的孩子吃了。所以，孩子絕對不能因為開玩笑而撒謊，這是我們要值得謹慎的。

2. 逞能

現代的孩子攀比心很重，有時候同學說我們家有什麼，他立刻就說，我們家也有，我們家還有更多的，在那裡比來比去，言詞就會愈來愈誇張，這個要謹慎。

宋朝有位名臣叫司馬光，他在小時候，有一次跟他姐姐在剝青核桃。在剝核桃的過程中，他姐姐剛好離開一下，他們家的僕人就對他說，你只要用熱水燙一下就剝好了。後來他姐姐回來，看他剝得特別快，也剝了很多，就問他：「你為何剝得這麼快？你是如何知道要用水燙一下的？」司馬光立刻就說：「我自己會的。」他的父親聽到了很警覺，立刻告訴司馬

光：「自己有多少本事，說多少話，不要欺騙別人去逞能。」父親懂得「慎於始」，他第一次逞能撒謊，就把他糾正過來，才成就了司馬光的德行。司馬光曾經講過：「平生所為之事，無有不可語人者。」誰的功勞？父親家教的功勞。所以，小孩在第一次逞能撒謊的時候，父母一定要及時糾正孩子。而大人在孩子面前講話也要謙卑，不要說大話、說謊話，不然孩子也會學壞。

3. 貪圖利益

中國大陸有個教育官員提到，有一個朋友告訴他，說自己的兒子很聰明，為什麼很聰明？有一天，他來跟他爸爸說：「爸爸！你給我兩塊錢。」他爸爸拿起一張兩塊錢的鈔票給他，接著他兒子說：「爸爸！你給我兩張一塊錢。」同樣是兩塊，為什麼要兩張一塊的？」他爸爸就問他。他接著跟他父親講：「因為你給我兩張一塊的，我可以到訓導處兩次，說是我撿到的，拿一塊就計十分，拿兩次計二十分。」聽不聰明？他的爸爸聽了在那裡哈哈大笑，還告訴別人說自己的兒子很聰明。這個教育官員覺得很無奈，這個家長教育孩子的意識太低了，公然在引導孩子去撒

謊，還是為了要貪圖功勞，貪圖學校的稱讚，這也是要謹慎的地方。

4. 掩飾過失

父母長輩眼光要銳利，當孩子第一次撒謊要掩飾過失時，絕對是可以從他的臉上看出來的。有個小孩把衣架弄壞了，其實衣架弄壞了，很簡單可以把它弄好，但是小孩弄壞東西很驚恐，就趕快藏起來不講。結果被其他同學看到了，報告老師。老師看到這個情況就跟學生說：「你犯了兩個錯誤，第一是把東西弄壞，第二是沒有承認；第一個錯叫做『無心非，名為錯』，第二個錯是『有心非，名為惡』，第二個錯比第一個錯嚴重很多。假如你欺騙老師一次，往後可能就無法贏得老師的信任，『過能改，歸於無，倘掩飾，增一辜』，所以往後只要犯錯，要勇於承認，不可逃避。」

5. 大人帶頭撒謊

有一部電影叫做「手機」，這部電影中有一個統計數字，是講一個成人一天之中在電話裡講的謊言有二十五次之多，家長都公然說謊，孩子當然就學會了。這個孩子正在房子裡面玩耍，媽媽拿起電話來，可能是要找

他父親，對方說：「妳先生在不在？」「我先生不在！」他爸爸就坐在那裡，怎麼會不在家？小孩聽了一頭霧水。這樣好不好？不好，這是錯誤的。絕對不要用撒謊的方式來拒絕他人，當你用撒謊的方式，以後孩子就會出現一樣的撒謊情況。「詐與妄，奚可焉」，絕對不能欺詐，不能講妄語。

用德行真誠來感化

有一位年輕人，他開車送父親到一個遊樂地區去休閒，然後跟他父親相約下午四點在這裡見面，他就開車到加油站去加油。去了加油站，他覺得時間還有幾個小時，他就到旁邊的電影院去看電影。結果一看忘了時間，已經耽擱了一個多小時，他趕快跑到加油站，把車開到跟父親會合的地方。

他心裡想父親一定會罵他，於是想了一個理由，跟父親講是因為車子拋錨去修理。我們不能怪他，因為他沒有學過弟子規的「倘揜飾，增一辜；無心非，名為錯」，他現在是「有心非，名為惡」。他自以為很聰明，看到父親就說：「父親！因為車子拋錨，所以這麼晚才回來。」他父

親說：「你為什麼要欺騙我」？他還不放棄又說：「父親！我講的都是實話。」他父親接著說：「我已經打電話到這個加油站，他們告訴我，你的車子一直都放在那裡。」他的謊言立刻被揭穿了，心裡很慚愧！

他父親接著說：「我很生氣，不是生你的氣，是生我自己的氣。我教了十六年的兒子，居然會為了怕我責備而欺騙我，這是我教子無方，所以我應該好好檢討自己，這一段旅途我自己走回去。」這裡離他們家十八英里，一個小時差不多才走四、五英里，他父親真的就這樣一步一步走回去，兒子開著車在後面跟著老爸。兒子說這是他一生走過最煎熬的路，但是也是他這一生上過最好的一堂課，他說從那時至今就沒有再撒過謊。這個父親是用他的德行、用他的慚愧心，喚醒了孩子的慚愧心。

◎孩子自私怎麼辦

自私是結果 原因在哪裡

我跟孩子的家長說，孩子很自私是一個中心問題。一個孩子很自私，他處處就會無禮、傲慢，只要我喜歡的東西就不給人；他會懶惰，會不孝，他所想的都是為自己。我再跟家長說：「我們回到孩子小時候，他

一、兩歲的時候，跟爺爺、奶奶還有你們夫妻倆一起吃飯，請問你第一口菜夾起來先給誰吃？有沒有找到問題根源？」我每次這樣一說，孩子的媽媽們都笑成一團。

大學裡有一句話：「知所先後，則近道矣」，做事的先後順序錯了，為人子之道就錯了，為人父母之道也錯了。夾菜夾錯了，孩子的孝道就建立不起來，因此，做事的先後順序特別重要。人要有智慧，才能懂得事物的先後順序、輕重緩急，所以做人要認真學習聖賢之教，才能增長智慧。我們把根源找到了，就要教育孩子孝順長者，對長者要有禮敬的態度，時時刻刻為長者著想，他就不會自私，也不會貪心。

自私是寵出來的

「但力行，不學文」，不學習聖賢的教誨，就會「任己見」，只會隨著自己想怎樣做就怎樣做，就會「昧理真」，就做錯了。所以，菜一夾起來，「小明！媽媽特別為你炒這盤菜，趕快多吃一點」。爺爺、奶奶都很疼孫子，不甘示弱：「乖孫子！這兩盤菜也很好吃！」誰的菜是滿滿的？孩子的。所有的家人都為誰服務？為孩子。所以，小皇帝出現了，小公主

出現了。中國俗話說「伴君如伴虎」，侍奉皇帝就像陪伴老虎一樣，隨時都怕牠吼叫起來，所以小皇帝的脾氣特別不好。現在十個孩子有幾個脾氣不好？七、八個都不好，有沒有找到原因了？

我的師範院校的老師，有一次站在師範院校的附屬小學的校門口，這個小學大部份的學生都是講師、教授的孩子。那天下雨，剛好有一台名貴的轎車開過來，車門打開了，一位媽媽撐著雨傘從車裡快步走過來，她的女兒站在校門口對著她說：「妳白癡呀！現在才來！」我的老師本來在走路，突然聽到她用這樣的口氣對媽媽講話就愣住了。結果更誇張的話出來了，她的母親說：「對不起！對不起！我來晚了。」所以，為人長輩一定要很謹慎，不能把孩子寵成這般模樣。

自私是學出來的

還有些媽媽買了好的水果，回到家裡還要很謹慎把它藏起來，等公公、婆婆都睡覺了，才把水果拿出來，拿出來以後，還跟她兒子說：「這是媽媽特別買給你吃的。」孩子一定會學得很徹底，以後他買了水果會給誰吃？我們用好惡的心教孩子，他所養成的就是好惡的心，他往後買水果

一定給他女朋友吃、給他自己的孩子吃，不會給父母吃。所以，人算不如天算，天算就是要循正道而行，這樣才是最正確、最省力的教導。

孩子自私是能轉變的

因此，為人夾菜要有智慧，先後順序不能顛倒。在我記憶當中，父母把水果拿出來，一定是先給爺爺、奶奶吃。那時候我們年紀還小，當父母做出來的是孝、是德行，孩子看到內心會很歡喜，進而就會模仿。當我打開冰箱的時候，自然而然就把拿出來的水果先給爺爺、奶奶吃。所以，我現在很感謝我的父母，從小對我的耳濡目染，不然我就無法從事於教育事業，肯定也是一個很自私的人。因為我是獨子又是長孫，我的爺爺也是長子，所以我是長曾孫，三千寵愛於一身！幸好我的父母、爺爺、奶奶都有教育的智慧。

慷慨的心 才能品嚐施捨的樂

「物雖小，勿私藏」，我們教導孩子不要吝嗇，不要把很多東西都視為自己的，要懂得施捨。假如孩子從小將任何東西都只想到歸為自己，那他長大就會非常自私自利。有位母親送牛奶到學校給她的孩子喝，她來的

時候很神祕，不敢讓其他同學知道，她對她的兒子說：「兒子！你一天喝一罐，自己喝。」然後就走了。這樣教孩子好不好？剛好老師察覺到這件事，就跟孩子們講，我們有東西一定要與同學一起分享，不然你獨自而飲，就算喝了也不見得痛快。孩子一聽也覺得很有道理，當場就把所有的牛奶拿出來，分給同學喝。當每個同學在接受牛奶的時候，都對這位同學說：「謝謝你！謝謝你。」在倒牛奶的過程中，這些同學也唯恐自己倒得太多，別人就得不到，還會說：「好了好了，我的夠了。」一個孩子的慷慨之心，讓所有的同學都學習到了。當天這個小孩在日記上寫道：「這杯牛奶喝下去又香又濃」，因為他是歡歡喜喜的供養大家，所以他也喝得格外歡喜。我們用這件小事，教導了孩子不要吝嗇。後來他的母親看了他的日記，也覺得很慚愧，孩子竟然有這種施予別人的心。

制止任性自私 要慎於開始

孩子不自私，自然就能為人著想；假如孩子自私自利，他就處處要別人順從他，如果不順從他，他立刻就會發脾氣，會很任性。當孩子發脾氣的時候，當孩子提出無理要求的時候，我們應該怎麼辦？教育有個非常重

要的、也是非常關鍵的一句話是「慎於始」，就是當孩子一開始犯錯誤的時候，就要立刻給予導正，他下次才不敢胡來。有個孩子上街看到玩具就要買，不買他就在那裡吵鬧。因為當場人很多，這位母親也很會觀機，在這裡教不方便，就把東西買給他。一回到家裡，就教訓他一頓。這個教訓是要提醒他，絕對不能用情緒威脅父母、威脅大人，這種手段絕對達不到目的。之後，孩子再到商場，看到玩具就不敢吵鬧，這是慎於始之故！

教育方法要善巧

有個小女孩把自己的桃子讓給弟弟吃，弟弟很歡喜，就一口一口的吃起來，弟弟吃到超過一半的時候，她終於按捺不住，突然把那個桃子搶過來。她的母親沒有當場指責她，而是打了一通電話把這件事報告給老師。因為在學校學了弟子規以後，這個學生確實回家也禮讓了桃子，可是讓到一半就撐不下去了。到了學校，老師也沒有當場指責她，老師只是講了一個故事。

漢朝有一對兄弟，哥哥叫趙孝，弟弟叫趙禮，他們兄弟非常友愛。很不巧，弟弟趙禮被盜賊抓去了，盜賊打算把他煮了吃。他的哥哥知道後，

就跑到山寨裡面去，一看到弟弟命在垂危，就衝過去說：「你們不要吃我弟弟，我弟弟又瘦又有病，我長得比較胖，比較好吃，你們就吃我好了。」他弟弟立刻又衝向前，對著盜賊說：「我被你們抓到是我的命，跟我的兄弟沒有關係，吃我好了。」兩個兄弟就在那裡爭著要死，爭到最後兩兄弟抱頭痛哭，盜賊在旁邊看了很感動，立刻就把它們兩個都放了。皇帝知道這件事之後，就封這兩位兄弟作官。皇帝這樣做不明智？明智。一者、把兄弟友恭的風氣帶動起來，二者、懂得孝悌的人一定愛護人民，一定是好官。

老師接著跟孩子說：「趙孝、趙禮連生命都可以為兄弟而捨去，我們能不能因為一個水果就跟兄弟起衝突？」講話不要直接指責，點到為止，她就覺得內心很慚愧了。

◎孩子沒有禮貌 怎麼辦 老師家長配合教

很多家長跟我說：「我這個孩子天生就沒禮貌，天生就不會向長輩問好」，這句話有沒有道理？人都會把責任一句話推得一乾二淨。

有個孩子兩歲多，他媽媽把他送到我們中心來學習，他媽媽對我說：「我這個孩子都不跟您問好，怎麼辦？」我就跟她說：「如果妳覺得孩子從小有禮貌很重要，那今天我們兩個配合一下，妳先到外面去，我跟妳孩子溝通一下。」我就跟這個孩子說：「今天假如你不跟蔡老師問好，就不能回家。」結果他開始流眼淚，我請他媽媽離開他的視線後，他就放聲大哭。我把門關上說：「今天假如你不向老師問好，就一定不能回家。」他看我如此堅定，反而哭聲更大，這時我找了一張椅子坐下來：「來！你盡量哭，沒有人會救你。」他開始不僅哭，雙腳還踏地板，還跑來跑去，這是考驗我們的耐力，他的哭鬧是在試探我們的底限。突然，從孩子的嘴巴裡面冒出了一句話：「蔡老師！再見！」我當時真的是快要笑出聲來，但不能笑，還要很嚴肅告訴他：「你看，做一個聽話的孩子，一點都不吃虧，所學的東西立刻就要做到，要跟長輩問好，這才是一個好孩子。」接著我把這個孩子帶出去，讓他跟母親回家。

這個孩子第二次再到我們中心來的時候，他一看到我就問好，然後不論他走到哪裡，眼睛的餘光都在觀察我的態度。所以，教孩子要恩威並

濟，一定要有威嚴，孩子才不會造次，不會目中無人。

禮貌 對子女的一生太重要

有個幼兒園的孩子們，雖然經書背得很好，但是對長輩從來都不打招呼。我曾經在課程中跟學生家長說：「孩子一生能不能遇到貴人，現在就看得出來。」家長一聽，眼睛立刻瞪得很大，耳朵都豎起來了。孩子不能遇貴人，絕對不是他快要大學畢業時，你才跑到菩薩面前說：「菩薩！我兒子快要大學畢業了，你一定要讓他找到一個好工作，讓他找到一個好上司。」你每天去求是否有用？假如這樣就求到了，那菩薩豈不被你賄賂（笑）了？

孩子一生能遇到貴人的關鍵，在於孩子對長者的禮貌與恭敬。當他具備了對長者有禮貌恭敬的態度，這些有智慧、有經驗的長者就願意提拔他。禮貌是孩子一生能不能遇到名師、遇到貴人的一個關鍵點，我自己就是得利於「有禮貌」才遇到了名師，才遇到了貴人。

孩子不禮貌的行為都不是他的問題，是誰的問題？是父母有沒有重視禮貌教育。其實孩子小時候是很好教的，只要做父母的時時以禮貌處事待

人接物，孩子自然而然就會養成禮貌的習慣。有很多家長都說，我這個孩子從小就不會問好，而孟子說「行有不得，反求諸己」，做父母的不能怪孩子沒有禮貌，而是要反求自己去落實禮貌的德行，這樣孩子的禮貌德行一定能長養出來。

●孩子頂撞父母 怎麼辦

一言九頂是結果 原因在哪裡

「父母教，須敬聽」——父母在教誨我們的時候，我們要恭恭敬敬地去領受。古代的君子是「一言九鼎」，而現在的孩子都是「一言九頂」，這個頂是頂撞的頂，就是對父母沒有恭敬之心。孩子為什麼會一言九頂？因為我們對父母講話也沒有恭敬心，我們也常常向父母頂嘴，上行下效，無意當中已經給孩子造成了不良影響，這種壞的榜樣讓孩子學去了，所以做父母的在長輩面前的一言一語不可不慎！

頂撞爭辯 不能解決問題

很多朋友說，父母講我的錯誤，很多都不是事實，所以我要解釋一下。父母在教訓我們的時候，情緒有時比較高昂，你再回嘴辯駁，只會讓

情況愈來愈糟，可能父子之間就會吵起來，所以此時應該靜靜聆聽。

現在人喜歡辯駁解釋，都沒有去正視自己做錯的地方。即使父母確實錯怪你了，你還是要忍下來，等父母情緒穩定了，他會覺得自己太過份，可能還會主動削水果給你吃，主動過來跟你聊兩句，意思就是沒事了。

父母教須敬聽 也要憑智慧

父母對你的責備，你不回嘴，對你的誤會，你也能平心靜氣接受，你處處都能忍，父母會愈來愈佩服你。如果你贏得父母的尊重和佩服，往後你跟父母講話，他們就能聽得進去，所以要沉得住氣！這就是做到「父母教，須敬聽」。

但是「父母教，須敬聽」也要視情況而定。譬如：你的父親有心臟病，他看到你就罵得很凶，你應該趕快離開，不能讓父親更加生氣而使他的心臟病發作，否則就是大不孝。所以，求學問要學得很靈活，念念要為父母著想，你就知道當下應該如何進退才是正確的。

曾子受杖是不孝

「父母責，須順承」，父母的責罰，甚至於體罰，我們做兒女的應該

欣然接受。自己要想想為什麼父母這麼生氣，我們的過失在哪裡？有一次曾子犯了錯誤，曾子的父親很生氣，就拿起一根大木棍打他。曾子遵循了「父母責，須順承」的教誨，所以父親打他的時候，曾子一動也不動的讓父親打，結果出力過猛把他打暈了。這件事傳到孔子的耳中，孔子就跟學生說：曾子這樣做是不孝。因為父母生氣時，情緒不容易控制，假若失手一棒打到致命，兒子死了，誰最傷心？父母。所以，孔子說：「小杖則受，大杖則走」，就是拿小棍子打可以乖乖接受處罰，用大棒子打時就要跑，如果不跑就是陷父母於不義。學聖賢學問要能靈活運用！

令孩子明白父母責備他的用心

我問過小朋友，假如被父母處罰，內心是什麼想法？或是你的孩子被你處罰之後，他是什麼想法？孩子最多的答案是：「好衰！被父母罵，下次做錯事不要被看到就不會被罵了。」這樣好不好？孩子的心理，我們要敏銳去觀察，才能引導他正確的態度。當老師的要幫父母說話，讓孩子體會到，父母的教育是對孩子的一份愛心。我問學生：「一個人發了脾氣以後，會不會神清氣爽、精神百倍？」沒見過！發完脾氣之後，身體會覺得

疲累，因為一發脾氣，身體會產生大量的毒素，要三天才能恢復，所以發脾氣對身體是有很大的損傷。

為什麼父母知道發脾氣對自己身體不好，還是要管教你？因為怕你不學好，怕你人生沒有建立正確的人格、態度，為了你好，寧可傷害自己的身體也要教育你。所以，你要體諒父母的用心，要對得起父母的教誨，往後絕對不能再犯。要學習顏淵的德行，做到「不貳過」，下次不會再犯。我們應該抱持著挨罵就是換得進步的心態，每次被教訓之後，就想我可以再進步，要趕快導正過失。孩子被教訓之後，能有如此的心態，就能珍惜機會提升自己，不是情緒化，而是能用理智來面對事情。

◎孩子迷戀電子遊戲 怎麼辦

從小先入為主 及時引導

「鬥鬧場，絕勿近」——鬥鬧場是指電動遊戲、嘈雜、玩樂的處所。俗話說：「入鮑魚之肆，久而不聞其臭」，這樣的環境使孩子長期耳濡目染，會染上一些壞習慣，抽煙或是吸毒，所以為人父母者一定要讓孩子從小對這些壞習慣有所警覺。

有一位老師帶著他的小孩在路上走，小孩才一、二歲，每次經過一些聲色場所，一些打電動遊戲的場所，他就跟兒子說：這種地方會污染人，會讓人學壞，絕對不能進去。從小就教育他，以後他長大了，這樣的地方，他走過去連看都不想看，這叫做先入為主。教育確實要「禁於未發之謂豫」，一定要在他還沒有染上壞習慣的時候禁止，這叫預防法，所以當家長教育的敏感度愈高，就愈能掌握預防的技巧。

防範相當重要

「勿入無益身心之境」——對於身心沒有幫助的環境，不可以進入；「勿交無益身心之友」，環境會影響人，朋友之間也會相互影響，所以對於德行較差的朋友，也要敬而遠之，遠之不是對他怠慢，而是避免互相墮落；「勿展無益身心之書，勿言無益身心之語，勿做無益身心之事」，我們的言語、行為，以及所接觸的環境、書籍，都不要造成對自己內心的污染，所以防止心性污染相當重要。

我們進入寺廟的山門，看到四大天王，北方多聞天王手上拿著一把傘，意思就是防止污染。我們成年人要有高度的警覺，不但要防止社會

環境對於自己的精神污染，而且要保護自己孩子的精神不受其污染，等到孩子的德行根基紮穩了，再接觸如此複雜的社會環境時，你才能放心，因為他已經會分辨是非、好壞、善惡。譬如：一杯清水，滴一滴墨汁下去，可能不到一秒就在清水中迅速擴散，但我們要把這一滴墨汁從水裡清除，需要多久時間？可能是滴下去的時間幾十倍、幾百倍都不止。俗話常說：「寧可終年不讀書，不可一日近小人」，你看污染的力量有多大！

環境是易子而教的好方法

我們要給孩子一個很好的成長環境，就要廣結善緣，親朋好友有志於教育的，互相之間要常聯繫，互相幫忙，這樣也可以達到易子而教的功。我們跟孩子講過很多做人的道理，孩子聽多了難免會產生不耐煩感，但是當這些道理是從叔叔、伯伯的口口講出來，小孩就會覺得：「連叔叔、伯伯都這樣說，那我父母講的話應該有道理」。經營好環境就會有境教的力量，若我們這些親朋好友都有這樣的教育遠見，則我們的孩子福莫大焉，我們自己也是後福無窮。

玩物喪志 害死人

在這個時代中，為人父母者要特別謹慎，很多高科技的產物，我們是未蒙其利而先受其害。一個人的壞習慣一經養成就很難戒除，所謂「玩物喪志」。我們看到很多報紙上，一些學生因為上網而半夜不回家，結果衍生出來哪些問題？現代的學生這麼早就接觸網路，請問學生的學習精神提升了嗎？道德學問提升了嗎？沒有！因為孩子的定性還不夠，你又疏於關心他上網的情況，往往他會交到一些不好的網友。孩子沒有判斷力，又缺乏理智，也沒有學習過經典，所以網友給他幾句甜言蜜語，他可能就會誤入歧途，人生是一失足成千古恨！當孩子所犯的過失難以彌補時，那將是父母終生的遺憾，所以不可不謹慎。

有一位山東的大學生，常常玩電腦遊戲到半夜，他都是玩那種殺來殺去的遊戲，結果玩到最後腦神經異常，常常感覺有很多人要殺他。他把這種情況告訴了老師，老師覺得不對勁，趕快通知他的父母。父母趕來要接他回去，但還沒有趕到，這個學生就已經拿著刀在街上砍傷了很多人，其中有幾位已經致命。所以，玩物喪志，這一錯下去，人生就毀了。

長養孩子辨別是非、邪正的能力

孩子為什麼會進入複雜奢華的場所？心理空虛，沒有人生目標。還有一個根本問題，孩子沒有判斷能力，不知道交什麼樣的朋友，接近什麼樣的環境，做什麼樣的事，才是對的，才能對他的人生有所幫助。孩子結交不好的朋友，去不好的環境，根源在於孩子不懂得是非善惡的判斷。家長也會緊張，很害怕孩子交到壞朋友，但這種擔憂有沒有幫助？沒幫助。我們應該要長養孩子辨別是非邪正的能力，才能從根本上解決問題。辨別是非邪正的判斷力從何時養成？必須從小把他德行的根基紮好，自然而然他就不会接觸不好的朋友，也不会接觸混亂的環境。

長養孩子的善心

一個人遇到好朋友或是交到壞朋友，都與自己的德行有極大的關係，我們不能順著自己的煩惱去思惟擔心，而是要順著理智、真理去面對。《易經》說：「方以類聚，物以群分。」現在一般都講成是「物以類聚，人以群分」，意思就是善人會跟善人在一起，惡人就去吸引惡的朋友。當我們的孩子非常善良、重德行，自然所招感來的朋友就是好的，所以我們要先長養孩子的善心，這一點最重要。

我的外甥才三歲多，我姐姐就開始教他讀弟子規，再講解弟子規讓他了解。他四歲時，媽媽帶他到外面去跟其他小朋友交往，當他看到其他的小孩惡言對別人，或動手打別人時，就會拉拉母親對她說：「小孩不可以打人，小孩不可以罵人。」為什麼這麼小的孩子會做出正確的判斷？因為教導他學習弟子規，他就知道孝是對的、孝是善的，友愛兄弟、尊敬長輩是善的；他知道不孝、不悌、不敬就是惡的；他知道愛人是善，恨人是惡，孩子自然會善惡分明。

一個有德行的人，他會常常心存善念，他到了鬥鬧場的環境，肯定是渾身不舒服。假如現在叫我去歌舞廳站一分鐘，我一定會呼吸困難，頭都會痛，因為那個磁場很不好。「入芝蘭之室，久而不聞其香」，你已經接受了聖賢教導的薰陶，心裡所想的、所做的都是善，若把你放在不善的環境之中，立刻就會感受到很不舒服，自然就會敬而遠之，所以善惡分明才有正確的抉擇。假如家長從小沒有培養孩子的德行，孩子從小就善惡不分明，等上了初中、高中遇到一些不好的朋友時，馬上就會被污染了。萬法因緣生，一個人會交結不好的朋友，原因何在？善惡不明。緣是什麼？緣

是惡友出現，才會結出惡果。現在的人往往只注重這個緣，而沒有找到真正的原因。在幾千年的歷史當中，多少的聖哲所處的都是亂世，但是他們都能做到屹立不搖，因為在他們心中那一把做人的尺度是清清楚楚、明明白白的。假如你也讓孩子德行的根基紮穩了，你的中晚年才能高枕無憂，所以人生規畫要深謀遠慮。

行有不得 反求諸己

我曾經看過一篇報導，是講一位孩子犯了很重的罪，警察局打電話通知他的家裡，他媽媽接到電話後，就在電話裡說：「絕對不可能是我兒子，不可能！我兒子不可能做這種事。」於是她來到警察局，還沒走進警察局時在想：「不可能，一定是同名同姓的」。當她打開門，看到坐在那裡寫筆錄的正是她兒子，她馬上就說：「他都是被那一群朋友帶壞的」。一句話就把責任推得一乾二淨，這樣對不對？聖賢人教導我們：「行有不得，反求諸己」，假如我們沒有這種態度，這一生犯了多少過失完全不清楚，那麼這個人生真的是活得太不值得。

◎孩子虛榮怎麼辦

孩子虛榮是結果 原因在哪裡

我們為人長者的價值觀是偏向精神生活，那孩子的人生方向就會朝這裡走；當為人長者追求物質的享受，下一代就會朝追求物質享受的方向發展。我們希望孩子往後注重德行，首先就要勘驗自己的人生價值觀是否正確。（◎註：行苦——眾緣所造，難免生滅變化，而身心皆苦）

有很多大人一看到小女孩，就當面誇獎她們長得非常漂亮，小女孩被你這樣誇兩年、誇三年，會造成什麼結果？她每天一定會把小鏡子帶在身上。有一對小姐姐同在一個幼兒園學習，這個小女孩就被很多長者誇獎她長得很漂亮，所以這個小女孩常常上課到一半，還會拿出鏡子照一照。她的學習跟她弟弟差距非常大，因為她只重視外表，心思常常不能專注，很在意別人是否在看她，這樣的孩子以後很容易走向虛榮浮華的人生。所以，做長輩的不要稱讚孩子的相貌，不要常常稱讚孩子的才華，應該稱讚他的德行。（◎註：苦苦——有漏行蘊中，諸非可意之苦受法，逼惱身心）

源自內心的喜悅 才是真樂

我常會問家長，你希望你的孩子以後是什麼樣的人生？假如當父母

的從小就培養孩子的好德行，那這個孩子一定會很有成就，江山代有賢人出。我們從歷史上了解到，任何一個留名青史的聖哲都有好的父母、好的長輩調教，都不是偶然的。有很多家長回答說：「其實我也不希望孩子怎麼樣，只要孩子快樂就好了。」我們要了解，當我們目標定得很低，那孩子的人生會在哪裡？「取法乎下，了無所得」，所以父母要有志向，孩子才會有志向。（◎註：壞苦——諸可意之樂受法，壞時逼惱身心）

話又說回來，「只希望孩子快樂就好」，我就反問他們：「你快樂嗎？」當我們都沒有辦法過得身心愉快，又如何去期望孩子身心愉快！很多人都說人生就是要過得快樂一點，究竟什麼樣才是真正的快樂？佛家講人生有三苦、八苦◎註其中三苦就是指「苦苦◎註壞苦◎註行苦」◎註而世間人追求的快樂都在哪個部份？壞苦。現在很強調休閒活動，中國幾千年的歷史，有沒有強調休閒活動？沒有！為什麼西方人要休閒活動？這很值得我們去思考，因為他工作很痛苦，所以要緩和一下。很多人在星期一至班的時候，都有星期一症候群，為什麼？很無奈又要工作了。但是我們古代讀書人，假如他是當官的，他會不會覺得很痛苦？當官可以為人民服務，他

覺得很充實。因為民風淳樸，他不用處理一大堆雜事，他可以遊山玩水，跟大自然融為一體，身心輕安。

現代人的休閒活動是什麼？我們帶班級，每次要去旅行，跟孩子提議幾個地點，希望他們能多多接觸大自然，但孩子對大自然從來都不加考慮，他們想去哪裡？都想去遊樂園。進入遊樂園，小孩們就玩那些從幾百公尺高，然後又突然掉下來的遊戲，玩的時候還要大叫。人很可悲，自討苦吃，花錢找罪受。為什麼會這樣？內心沒有真正的喜悅、很空虛，喜歡找刺激，就好像吸毒一樣，吸一吸覺得舒服多了，結果過十分鐘又覺得很空虛。

我記得有一次帶學生出去，看到他們這樣玩，我實在看不下去，我心裡想：真的有這麼快樂嗎？我就上去坐了一下那個轉盤，轉完之後我都快要吐出來了。人真是可悲，無法了解到內心的喜悅，那種「學而時習之，不亦說乎」他們都嘗不到^註所以，父母、長者對於孩子人生價值觀的引導至關重要，當他能真正追求內在充實的快樂，往後他在遇到這些虛浮、沒有價值的東西，就不會生歡喜心。（◎註：說一通「悅」字）

買一件漂亮的衣服 快樂多久

一般人覺得買了一件得體的衣服很漂亮，他認為很快樂。請問花很多錢去買一件昂貴的衣服，能快樂多久？可能兩、三天，每天都要穿出去給別人看一下。但是這個卡刷下去之後，可能半個月、一個月的薪水都付之東流，可能後半個月還要買方便麵來過日子，這樣的人有沒有？我們看到很多年輕人確實是這樣過的。有的撐不下去，餓壞了，回去跟他父親講：「爸！我沒錢了！」他爸爸很生氣：「說你都不聽，氣死我了！來，要多少錢自己講。」還是拿錢給孩子，這是害了孩子。為什麼孩子會追求物質？大人的行為直接影響著孩子。

買一台名貴的跑車 快樂多久

假如看到一台名貴的跑車就動心去買了，可以快樂多久？快樂一個月、兩個月。而在那一段快樂過程中，他的太太被打入冷宮，那台跑車變成了大老婆。每天在那裡擦車，見到太太視若無睹，快樂一、兩個月後，那個購車的貸款要付多久？可能要兩年、三年，所以在以後的時間裡，可能生活在償還貸款的痛苦中。

說實在的，當一個人很喜歡去追求名牌與昂貴的東西，比如：他開新車半年、一年，突然又看到有新款出現了，或看到別人的車款式比他還新，他心中又有點不平衡，心又動了，又要去買新的。所以，往往貸款還沒付完，又有新的支出，一生都變成物質的奴隸。不只自己變為物質的奴隸，可能連家裡的人都被拖累。而物質的豐沛並不能贏得別人對你的尊重，只會讓自己陷入一個無底的深淵，所謂「欲」是深淵。

買一間豪華的別墅 是苦多 還是樂多

很多人都覺得買一間豪華的別墅^房，才顯得自己有身份，有沒有這種人？有。老祖宗提醒我們「萬貫家財」，一天吃幾餐？也是「日食三餐」，何苦去追求這些虛浮的東西！「廣廈千間」，你的房子縱使有一千間，晚上躺下來又能佔多少空間？夜眠六尺而已。所以，人在物質方面的需求，其實是非常有限的。所謂「知足常樂」，能知足生活就非常輕鬆、簡單，對身心健康都有益。

有人追求高級住宅，買了之後，一年住多久？一年可能去三、五次，一次只住二、三天。但是他還要請一、二個人幫他看守、打掃別墅，請的

這些人一年住多久？每天都住在那裡，所以是看守的人在享受這一間別墅。究竟誰才是真正有福報的人？請來的傭人有福報，主人必須辛辛苦苦的賺錢來還貸款。我們確實要認真去思考，究竟什麼樣的生活，對我們的身心才真正有幫助，有良好的調節作用？不要追求虛幻的物質享受。追求物質欲望是個無底洞，這樣的人生就好像蓋了一個房子，外面很漂亮，裡面空空洞洞，連柱子都不穩定，遲早有一天會垮下來。如果做父母的是以追求物質欲望為人生態度，他們教出來的孩子絕對不可能是優秀的。

少年像天堂 中年像戰場 老年像墳墓 好嗎

西方的生活規畫中有這樣的趨向，少年的時候像天堂，中年的時候像戰場，老年像墳墓。少年的時候為什麼像天堂？要什麼給什麼，要順應他的個性，不要限制他。現代西方的教育理論比較盛行，用這樣的教育方法教出來的青少年，不是一個地區的問題，而是全世界の問題，因為全世界都是這樣教孩子的。我們中國人沒有遵照老祖宗的教法，也是跟西方同樣的教法，所以我們的下一代也很令人頭痛。「苟不教，性乃遷」，欲望從小養成很難遏止。

假如你去了解現在孩子花錢的態度，你聽了都會震驚。很多高中生花錢到媽媽都快承受不住了，光是打個行動電話都不知道要付多少錢，更何況是其他的消費！但是這要怪誰？怪父母。孩子要什麼就給什麼，才讓他養成這樣的消費習慣。買一大堆東西，把自己的福份折損了，把壞習慣養成了。很多十多歲、二十多歲的學生都申請好幾張信用卡，這一張刷爆再申請一張，這種情況也相當多。當初發明信用卡目的何在？我們都覺得好像新東西是好的，其實不然，因為這種商品的設計是為了讓人的欲望不斷地被引發，往往刷完以後就後悔了。這些年輕人還沒有踏入社會開始賺錢，就已經負債累累，甚至於連他的社會信用都還沒有建立，就已經開始在虧損。

由於欲望的膨脹，就必須以賺錢方式來滿足欲望，所以每天為了錢就像戰場一樣，跟別人競爭，擊敗別人，我才有錢可賺。很多西方家庭從年輕到老都是負債生存，都是先買再說，往往當他的工作出現不穩定時，所購買的東西都將發生變化，有的房子被收回，很多大的開銷到最後付不出來，把家庭搞得一團亂。**中國的教育絕對不是教人揮霍，所強調的是勤儉**

持家，愛物惜物。

西方人到老年之後，因為沒有孝道，所以老年人大多數都到老人院居住。雖然有國家給予他們開銷，但是我們回頭想想，這些老人院的經費從何而來？可能都已經花到第三代、第四代子孫的錢。我們不要只看到外面華麗的假像，要看到內在本質上錯誤的地方。中國人會不會這樣做？中國的老祖宗念念只想著如何利益下一代。

西方不講求孝道，孩子成年以後，跟父母的聯繫就少，當父母晚年時，幾乎就失去聯繫。如果孩子來看他一次，老人家會說：「我好高興，我的兒子還沒有把我忘掉。」我們聽到這樣的話，內心覺得非常可悲，做人連孝道都忘了，一生汲汲追求的只是物質享受，這樣的人生太空虛。這些老人住在老人院裡面，常常還要聽到一百零八號走了，二百一十六號走了，看著身旁的人一個一個去世，他每天就會想，什麼時候輪到我，這樣的精神生活是在煎熬之中度過，莫說見到，光是聽到，這顆心也久久不能平靜。

少年培福 中年造福 晚年享福 才是真智慧

中國人的人生規劃與西方人完全不同，中國人強調少年的時候要培福，中年的時候要造福，晚年的時候再享福。少年的時候要培福，就是從小教育孩子要節儉，節儉是聖賢的教誨，福田從心耕，當孩子從小接受的是聖賢教誨，從小就學習弟子規，念念就會替人著想、替人服務，他的存心已經在積累人生的福份、福報。中年要造福，在家庭中，夫妻和睦，孝順父母，以培養孩子的德行根基；在社會、工作上，盡心盡責盡力，這就是中年造福。晚年享福，在晚年，父慈子孝，子女成才，兒孫滿堂，身心健康，盡享天倫之樂。晚年享福才是真正的福報，這也是人生的真正智慧。

虛榮是敗家的根源

我曾經聽一個長輩說過，他在沒有結婚以前，覺得養一個老婆很輕鬆，每天都吃那麼一點點。娶了妻子以後，生活上覺得很困難，因為食物很便宜，但是衣服很貴。他跟太太去買衣服的時候，太太一看就說：「買了、買了」，他在旁邊也說：「嘩啦、嘩啦」（不要、不要的意思）。他後來才了解到一個真相：女人的衣櫃裡面永遠少一件衣服。而我

們穿衣服最重要的目的是保暖遮羞，衣服絕對不是用來炫耀自己的，不是用來滿足虛榮的。

聽說有一群女人很有錢，她們一起在電視上看到巴黎時裝秀，看完覺得有一件她很想要，第二天就坐著飛機到巴黎去買。假如人都是這樣花錢，錢會花光光，再有金山、銀山也不夠花。她這樣的榜樣一出來，誰學得最徹底？子女一定會學得徹底。這樣的人家還能富幾代？富不過一代。我們穿衣服要「上循分，下稱家」，依據我們的經濟狀況去買衣服，絕對不要打腫臉充胖子。

父母要有正確的審美觀

父母對於美的觀點會影響小孩，現在小孩覺得什麼是美？名牌就是美，當他覺得名牌是美，他這一生就會變成物質的奴隸，每天只是為了要賺錢買東西，而他的人生就會非常地貧乏。假如他覺得有名牌才能顯現我的美，有好的身材才能顯現我的美，他就會去整容。我們說道法自然，她這麼一整容，雖然看起來好像符合那個標準，鼻子是鼻子，嘴巴是嘴巴，結果笑起來一點都不自然，讓人家覺得她那個皮膚是假的。

我們看過很多公眾人物，一看反而不覺得她美，還覺得全身不自在。所以，現在人是愈活愈顛倒，以衣服、臉蛋來贏得別人對他的重視與尊重，都把時間消耗在虛妄、虛華、虛榮的東西上，所以內心愈來愈空虛。我們看現在很多人，眼睛有沒有神？沒神！自己獨處時，好像很茫然；看到有人過來了，可能會欣賞他一下，這時他的注意力才會集中。因為他的情緒、快樂都建築在別人是否能多看他一眼上，這樣的人生絕對沒有快樂可言。

現代的價值觀愈來愈偏頗，我很為他們著急。弟子規有一句話：「唯德學，唯才藝，不如人，當自礪；若衣服，若飲食，不如人，勿生感」。我們要趕快努力學習聖賢教誨，衣服沒有名牌，食物沒有山珍海味，沒有關係，這不是人生最重要的。我們不要比錢，不要比食物，不要比衣著，要比德行、比內心的美。

有一件美麗的衣服叫德行 歷久彌新

我們跟孩子講，有一件衣服不用錢，不會壞，不會舊，而且隨著你年齡增長，這一件衣服愈來愈美麗，愈來愈漂亮。你穿上去的時候，別人都

對你非常恭敬，非常尊重，這一件衣服是什麼？這件衣服叫做好習慣、好德行，而且是年齡愈大愈漂亮、愈莊嚴。當你做到弟子規中的一條，就等於幫這件衣服織了一針，你把弟子規全做到了，這一件德行的衣服就織得非常完整。

真正能讓人覺得踏實、充實的內在美，就是德行。當一個人真正有德行時，無須去要求別人來尊重，無須要求別人來欣賞、來接近，朋友會主動來親近，因為他們想親仁，他們也想提升自己的德行，這時就會眾星拱月，你就是一輪明月，所有的星星自然而然的就到你的身邊。聖賢人的經驗告訴我們，真正能交往到好朋友，能讓別人從心裡尊敬你，不是外在名牌，也不是外在容貌，而是在於自己的德行。人要活得實在，要深入做人的根本，要追求真實，不要追求虛幻。

◎孩子挑食 怎麼辦

糾正第一次挑食 至關重要

孩子為什麼會挑食？就是孩子在第一次挑食的時候，父母沒有去糾正他的這種不良習慣。假如孩子還吵鬧說：「這個我不想吃。」你跟他說：

「拜託！再吃一口。」兒子說：「這一口吃下去，星期天你就要帶我去吃麥當勞。」孩子從小就學會談判，父母是節節敗退，他是攻城掠地，把父母的最後底限摸得一清二楚，一旦父母達不到孩子的無理要求，挑食的習慣就會養成。

盧叔叔跟我提到，他兒子第一次不吃飯在吵鬧時，他的太太就要過來勸兒子，盧叔叔就示意：「妳退下，讓我來。」夫妻二人很有默契，太太就到旁邊，沒有再過來低聲下氣勸兒子。後來大家都吃完飯了，兒子還憋著小嘴在那裡不吃飯，盧叔叔馬上說：「把飯菜全收掉。」當天半夜他兒子餓得受不了，自己起來翻冰箱裡的冷東西吃。下一次還敢不敢？不敢胡鬧了。所以，第一次就要制止孩子的不良習慣，至關重要。

◎孩子說話意思不清 怎麼辦
講話要學 多講就熟練

人跟人的溝通和互動最重要的方式是語言，所以學會講話就顯得相當重要，但是學習講話要從小訓練。我沒有從小訓練講話，因為小時候才華比較差，從未參加過什麼演講比賽、朗誦比賽，這對我來講都是絕緣的。

在大學時候，我學習的心境打開了，那時我愛好學習一些健康的知識，學習後就覺得健康對人很重要，想要將健康的知識講給同學們聽，於是我到學校附近的泡沫紅茶店，找二、三個學弟，我說：「你們是否願意聽我講講關於健康的話題？」我就這樣跟學弟們約在泡沫紅茶店，開始跟他們講解「營養對人體健康的重要」、「人際關係對人的重要」等話題，我從這才開始練習講話。

後來到海口，楊老師也告訴我，只要一有機會講課，即使是只有三個、兩個聽眾都要去講。我謹遵師命，一百多場就這樣講下來，後來又到深圳，半年就講了二、三百場，緊接著又開始辦全國性的演講，就這樣一直訓練。所以，講話要「勿畏難」，多講就熟練。

講話要練膽量 靠磨練

講話也要看我們的存心，若是利益他人的話，當然要講；若是自私自利的話，應是「話說多，不如少」。我們在各地開課，中心的老師也會常常讓小孩有上台講話的機會，這樣不只是訓練孩子們的講話能力，還訓練孩子們講話的威儀。老師要求他們一上台就要先一鞠躬，這是訓練他們要

做到「步從容，立端正，揖深圓，拜恭敬」，再自我介紹：「我是某某，今年幾歲」，還要講自己上星期在家裡做了什麼孝順父母的事。當孩子把他所做的孝順父母的事講出來，就可以「見人善，即思齊」。所以，弟子規在哪裡？在生活之中時時刻刻都用得上。孩子們在台上講話時，就可以看到他們的手會不聽使喚，動來動去，有時候他講話不清楚，我們會讓他再講一遍，一次一次讓他磨練，如此，講話的膽識就訓練出來了。

講話聲調 視線要訓練

「勿急疾，勿模糊」——一個人講話的聲調要平穩而不能急躁，要有抑揚頓挫，講到重點的時候，聲音要加重一點。假如我們談話全是同一個音調，可能對方聽了都快睡著了，所以講話還要「重且舒」。弟子規也提到講話的態度跟方法，譬如「尊長前，聲要低；低不聞，卻非宜」，這也是教導我們講話時聲調要適中，不可太大聲，也不可太小聲。「問起對，視勿移」，當我們在與別人講話時，眼睛要注視對方以示尊重。這些細節，要花功夫去訓練孩子，過三、四個星期後，自然就循規蹈矩。

有一個小女孩很內向，我們給她講話的訓練機會，過了幾個月，這個

小女孩去參加演講比賽還得獎，她的母親很歡喜。假如你的孩子現在不敢當眾講話，你也可以在家裡訓練他，當爸爸的先示範，然後讓兒子跟你一起做訓練，他一定會做得很歡喜，因為小孩子看你先做，他就會跟著你做，而且他還會做得很服氣。

講話速度、節奏要適中

現代人講話講得很快，好像見到人就是一見如故，話停不下來。一個人要改變自己急躁的個性，就要從說話開始，這是最簡單的方法。你們看我的身材，就知道我也是很緊張、很急躁的人，我的個性能緩和下來，就是在聽師長講經時不急不徐，急躁的個性就在這種清淨的氛圍中逐漸被降伏。我們聽師長講課的時間久了，對於這種音聲、速度愈來愈熟悉，就會在無形中放慢講話的速度。當你講話的速度放慢以後，這個習慣又會慢慢改變你的情緒與性格。

在訓練孩子與人交談當中，要能時時觀照孩子講話的速度，假如太快了，別人聽了會吃力。很多朋友都說：「我講得已經夠慢了」，這樣好不好？不能用自己的標準，要用別人可以接受的標準。講話的目的何在？當

然是要讓別人聽懂。如果我們跟老闆通電話，老闆講話太快了，你沒有聽清楚，又要處理他交待的事，這時怎麼辦？把他講的內容再複說一遍給他聽，如果你聽錯了，他會馬上再告訴你一遍。否則把老闆的意思聽錯了，在處理問題時有了偏差，他絕對不會覺得是他講得太快，一定會說你辦事不周。我們要有一個習慣，無論是誰交代事情，都要在掛電話以前，再複誦一遍給他聽，才會萬無一失。往往是一句之差，會讓整件事從頭再來。

只講智慧語 只講軟慰語 只講利益他人的言語

假如我們有心要出來講弟子規，最好練習講話的機會，不是到台上，而是時時刻刻都要把握機會跟人家介紹聖賢學問，這就是練習講話的好機會。當我們時時都講聖賢人的言語，就不會再說廢話，所講的都是正知正見。我們在與人交談當中，只講智慧語，只講軟慰語，只講利益他人的言語。平常能這樣去積累，當有機會上台的時候，自己才會有把握沈穩應對。

◎孩子不愛聽反面意見 怎麼辦

誇孩子是「一門學問」

有個孩子的拖鞋壞了一點點，父母就給他換了一雙新的。弟子規說「勿厭故，勿喜新」，他捨不得丟棄舊拖鞋，就把它放在自己的床下。他同學的鞋子壞了，不能穿了，老師就跟他說：「你去把你那一雙舊拖鞋拿來給同學穿。」他很高興的答應了老師的要求，可是後來老師發現那一雙舊拖鞋是穿在他自己的腳上，而新拖鞋是送給同學穿，這個孩子的品德給大人上了很好的一課，因為他真正做到「財物輕，怨何生」。

我們見此舉，就立即鼓勵這個孩子：「你確實是孔老夫子的好學生，在這些同學中，你是大哥哥，你為同學們做了一個好榜樣。」要及時肯定孩子的好品德，所以誇獎孩子也是一門學問。我們誇獎孩子是要誇獎他的品德，而不能誇獎才能。

縱使你要稱讚孩子的才華，也要引導他回到有才華的目的。譬如：孩子的古箏彈得很好，目的在於表演給人看，如果你誇他很厲害就不對了，這個孩子的古箏技法肯定會有瓶頸。若我們的引導是告訴他「移風易俗，莫善於樂」，音樂可以陶冶人的性情，可以改善社會風氣，學古箏、學古

琴一定要用真誠心去學，就能彈出利益社會大眾的曲子。當他有了這種目標，整個心態就會截然不同，品德會跟自性相應，會愈做愈起勁，這樣就無副作用。所以，稱讚要順著孩子的品德，品德的標準就在弟子規！

小時了了 大未必佳的原因在哪裡

我們時常聽到有人說：「小時了了，大未必佳」，這句話的意思是孩子在小時候很聰明，智力超群，但是長大了卻不一定有出息。為什麼會這樣？我們要找到原因才能解決問題。

有一位父親說：「我兒子兩歲的時候，我覺得他可以當國家領導人；上初中的時候，我覺得他能考上大學就不錯了；上高中的時候，覺得他以後出來有工作就好了。」為何差距如此之大？父親對孩子的期許愈來愈低，孩子會不會有出息？不會！當長者沒有給他樹立好榜樣，他就沒什麼志向，慢慢就會終日悠悠放任。

「讀書志在聖賢」，現在人讀書志在賺錢，因為父母的目標錯了，孩子的人生目標就跟著錯，這當然會「大未必佳」，所以父母對孩子一開始就要用正確的觀念去引導。

有些孩子從小學了英文，學了一些才藝能力，長輩就帶著他到處表演，這在孩子小小的心靈會覺得自己怎麼樣？「大人都給我拍手，大人還說要跟我學習，我好厲害！」好話聽多了，建議的言語就聽不進去，當然越大越退步。這樣的體會，我也是從自己和他人身上看到的，然後再翻開經典印證。所以，稱讚人要用理智，要用智慧。

傲不可長

禮記·曲禮上開篇就寫道：「傲不可長，欲不可縱，志不可滿，樂不可極」，這四句聖賢之教，現在人有沒有犯？「傲不可長」——人只要傲慢心一起，就沒有辦法受教，很難再成長，而孩子從小就傲慢，這一生很難有大作為。驕傲使人落後，謙虛使人進步，一個人要想成就自己的學問，重點在他是否有謙卑的態度。「欲不可縱」——玩物喪志，現在有很多孩子都被電視、網路遊戲害苦了，鐵證擺在眼前，但是父母、老師、社會都無法解決這些問題。「志不可滿」——現在的孩子沒有志向，常常遊手好閒，覺得好無聊。「志當存高遠」——一個人應該有高遠的志向，有了志向的人，生才會過得很充實，才會時時覺得要提升自己，才有服務社會、服務他人。

的品德。「樂不可極」——樂極生悲，一個孩子從小不懂得掌握做人做事的分寸，常常玩興一起就忘乎所有，這時他身體的危險性就增高了，現在社會上這種樂極生悲的事情不勝枚舉。老祖宗在幾千年前就把這些教誨寫在經文中，老祖宗很對得起我們，我們可不能對不起老祖宗！

警惕在掌聲中會迷失自己

我是長孫，我在家庭得到的掌聲特別多。小時候我做一件事的目的是什麼？掌聲！別人有沒有看到我在做？我從小就活在掌聲之中。我在大學四年級有一次上台講課，一位長輩聽我講完課，他很高興地跟我說：「你真是活在掌聲中的人！」他是在肯定我，可是我聽了這句話，突然想到：「人生非常重要的事都是沒有掌聲的」。一個人假如只活在掌聲中，得失心必然很重，這樣的人生絕對不會自在快樂。

我開始修正自己，因為以前好話聽太多了，當聽到一句批評的話，內心就覺得很不是滋味，於是我就常常念「聞譽恐，聞過欣，直諒士，漸相親」這句經文。我們只有一雙眼睛、兩個耳朵，能看多少？能聽多少？當我們時時能有一顆謙卑的心，就等於是多了許多雙眼睛幫我們看路，多了

許多雙耳朵幫我們聽訊息。所以，孩子要長養的是謙卑，而不是自滿。

聞譽恐 聞過欣 直諒士 漸相親

我們聽到自己的過失就很生氣，聽到別人稱讚就洋洋得意，如果是這種態度，能不能贏得朋友的信任？很困難，也會造成「損友來，益友卻」。為什麼損友要來？因為他很清楚只要幾句美言，你就會神魂顛倒，到時候他就有機可乘，所以損友來。益友為什麼會退？有德行的人，他很清楚做朋友的本份，一定要直言不諱，你有缺點，他一定會很正直的幫你提出來，當你不能接受時，他只好先避開。他不避開，你看到他會生煩惱，所以他為了不讓你生煩惱，只好先避開你，等你真正肯接納他的忠言、規勸，他才會再回到你的身邊來。

當我們身邊有非常多的朋友主動給我們一些規勸時，人生就如同多了好多雙明亮的眼睛幫我們看路。當你有接納別人諫言的這種虛心，自然就有眾人來幫助你。古人稱讚梅蘭竹菊為四君子，表的是君子的德行。竹子為什麼表君子的德行？因為竹子的心是空的，虛懷納忠言。「見人善，即思齊」——這是見物善，即思齊。我們的老祖宗不只跟人學習，還跟萬物學

習，看到萬物之德也能觸景生情，提起正念來修正自己。

人喜歡聽好話，還是喜歡聽正直的話？聽好話。所以，「聞譽恐，聞過欣」的態度必須要從小紮根。我們中心的老師在教這一句經文的時候，都會提醒小朋友：你的缺點就好像是臉上黏一個黑黑的東西，今天別人把你的缺點講出來，就是等於把你臉上的這個汙點去掉了，你是否應該感謝他？當然應該！所以，小朋友跟小朋友之間，只要同學幫他指出缺點，他首先就會給同學鞠一個躬，然後很高興的跟同學說：「謝謝你指出我的缺點」。「過能改，歸於無」，他就會更加歡喜把缺點修正過來。一個人從小紮下了「聞譽恐，聞過欣」的根，對他終身的事業都有很大的益處。

莫要一屁打過江（◎註：稽首——頂禮◎天中天——佛陀）

宋朝有一位大文豪蘇東坡，他跟佛印禪師是好朋友，兩個人常常互相切磋學問。有一天，蘇東坡寫了一首詩，詩上寫到：「稽首天中天，註毫光照大千；八風吹不動，端坐紫金蓮。」他覺得自己現在的境界很好，連八風都不能影響他的清淨心。何謂八風？就是人生境界的「利、衰、苦、樂、稱、譏、毀、譽」這八種考驗。利——就是你很順勢的時候；衰——是衰

敗下來；苦——受苦的時候；樂——很歡喜的時候；稱——受到稱讚；譏——別人對我們譏毀；毀——毀是詆毀，毀謗我們；譽——當我們有很好的名譽時。蘇東坡覺得這八風都不能影響他的心境，他都可以保持清淨，所以寫了這一首詩派人送給佛印禪師欣賞，其目的就是要佛印禪師來稱讚自己的境界。

佛印禪師看完之後，就在信上寫了一個「屁」字，便讓送信的人帶回去給蘇東坡。蘇東坡本以為佛印禪師一定會稱讚他，結果一看是一個「屁」字，蘇東坡非常生氣，就立刻趕到佛印禪師住的地方，蘇東坡一來，到佛印禪師的門口，只見門上寫著「八風吹不動，一屁打過江」十個大字，蘇東坡一看，立即生起了慚愧心，於是就離開了。我們也要時時生起慚愧心，時時從起心動念把自己不好的習性去除，才不會犯「聞過怒，聞譽樂」的錯誤。

成人要做虛心納諫的好榜樣

當一個君主的心胸非常寬宏大量，他就能接納眾臣對他的進諫，就能改正自己的缺點，而擁有忠臣、賢臣必然都能盡心盡力輔佐君王治理國家，使國家的政策都能真正造福人民。相同地，我們為人父母、為人老

師，當學生或者孩子指出我們的缺點，我們也要虛心接受。當老師的有錯誤，就要立刻跟學生說：「老師這裡錯了，老師要改過，老師跟你們一起學習。」往往老師認錯時，在孩子的眼中能看到什麼？對老師的尊敬。當一個人能認識到自己的錯誤，這就是德行，「人非聖賢，孰能無過，過而能改，善莫大焉」。所以，當長者的能主動修正、改過，就會帶動整個團體都有勇於認錯的風氣。

●孩子不孝父母怎麼辦 家長以身作則教孝

教育孩子孝心最有效、最省力的方法，就是父母要以身作則。有一位女老師學習了弟子規之後，她深刻地體會到：學了就應該要落實；但她覺得自己離孝道還有一段差距，所以她告訴自己一定要開始力行孝道。中國大陸五一放長假，也正好是她的生日。那天，她的外婆在家，她擺了三張椅子，請外婆坐，請爸爸坐，請媽媽坐。然後她對父母講：「我已經三十五歲了，三十五年來，我做錯了一些事情，讓父母操了不少心，現在我已經學習聖賢教誨，往後我一定盡心盡力做一個孝順的女兒，今天是我

的生日，也是母親的受難日^{スミ}，所以我要給母親行三跪九叩禮。」說完之後，她就拜下去了。第一拜拜下去，她母親的眼淚就流下來了；第二拜再拜下去，她的兒子在旁邊看到，便不由自主地走到他爸爸的身邊開始幫他按摩。這位老師沒有跟她孩子講一句話，但孩子看到母親在行孝道，那種德行的力量無形中給他很大的震撼，所以他就不由自主地也開始力行孝道。

回到自己家裡，一進門，這個孩子就對父母講：「明年我生日也要拜您們。」所以，教育最有效、最省力的方法是「以身作則」，我們在家要盡心盡力侍奉父母，做一個好榜樣給孩子看。因此，以後水果拿出來先給誰吃？一定先給父母，這個順序不能再錯下去了，一錯再錯就很難改正！

親師合作教孝

教孝一定要「親師合作」，就是父母跟老師要密切配合。弟子規提到：「晨則省^{ト云}，昏則定」，幼兒園的孩子學完之後，第二天早上會跟父母說：「爸爸、媽媽早上好，昨晚有沒有睡好？」他的父母聽了，心裡非常舒服。

我們常常在課堂上問小朋友：「這個星期你做了什麼善行、什麼孝行？」孩子就會說我幫媽媽洗碗，我幫媽媽端洗腳水，舉了他們力行孝道的很多實例。有一個孩子才兩、三歲，他上完課回到家，就跑到浴室，他的媽媽知道他一定會去找盆子來裝洗腳水，所以趕快把盆子藏起來。這位媽媽為什麼這麼做？她心裡想，這盆水一旦被孩子弄倒了，我就會累死了，所以趕快把盆子藏起來。後來她跟我說起了這件事，我說她這樣做不對，因為她沒有成全孩子的孝心。孩子去端洗腳水，當媽媽的在洗腳時也很歡喜，這時應當給予孩子肯定與鼓勵，他的孝心就能培養得扎實^註。如果現在不讓他端水給妳洗腳，他的孝心就無法得到培養。人的善心就像小草一樣，你日日滋潤它，它就慢慢地茁壯成長。

這位母親說：「他要是把水弄倒了怎麼辦？」我說：「弄倒了更好！」她聽傻了，哪有弄倒了更好的道理！他弄倒了之後，你就跟他說：「小明！媽媽可以感受到你對母親的一片孝心，但是端水要有方法，你是否知道今天為什麼會把水弄倒了？就是你的手沒有在兩邊放平衡，所以你下次端水應該注意這些地方。」這樣孩子學會做人，同時又學會做事。很多媽

媽唯恐孩子犯錯，其實當孩子犯錯誤時，往往就是教導他、引導他正確的做人做事最好的時機，所以母親教育孩子的態度跟敏感度很重要。

有一位媽媽很有智慧，孩子端洗腳水給她洗腳，她很歡喜，她把熱水器的溫度調到最低，讓孩子端了一個星期，所以她泡了一週的冷水腳。過了一個星期之後，孩子端水的能力已經形成，她再慢慢把溫度調高。所以，家長一定要配合老師的教導，才能成就孩子的孝行。我們還要求家長陪同孩子一起上課，孩子坐前面，所有家長坐最後一排，看孩子今天學什麼孝行，回去有沒有落實，老師和家長這樣配合，孩子的善行很快就養成了。

曾經在暑假結束時，一位家長打電話跟老師說：「謝謝老師的教導，我的女兒在暑假期間進步特別多。」這句話有玄機，一般孩子退步最厲害的是什麼時候？就是放暑假。暑假一放就是兩個月，當老師的都會覺得剛放完暑假，這些孩子就像一匹脫韁的野馬一樣，老師還要整頓一陣子才能恢復到以前的狀態，結果這位家長居然說孩子進步很多。家長接著舉例說：有一天我因為太累了，躺下去沒蓋被子就睡著了，當我醒過來的時

候，身上的被子已經蓋好了，原來是孩子幫我蓋的。我起床後一走出房間就聞到了麵的香味，我還以為是先生回來煮麵，於是我就問孩子：「是你父親回來了？」孩子就說：「爸爸還沒回來。」我又問：「那為何會有麵？」女兒說：「是我煮的。」我很驚訝的說：「妳從來沒有煮過麵，妳為什麼會煮麵？」女兒說：「我常常看媽媽這邊抓一點，那邊抓一點，所以我今天也嘗試煮煮看，我要盡一份孝心。」那一碗麵好不好吃？這個麵是孝心做出來的，一定特別好吃！

這個小女孩形成了哪一種重要的做人做事的態度？孝心。孩子的孝心一開，就會常常自覺的幫助父母做事，而且孩子做事的能力會不斷地提升和發展。所以，老師教孝，家長一定要密切配合。我們所有推展讀經的老師，都有一個很深的體會：有品德的孩子，他的學習成績一定很好，而且學習態度也一定是很自覺、很主動、很認真，絕對不要父母在旁鞭策。有一個班級的成績原本是全校倒數第一，但從老師開始教學生學習弟子規後，不到一年的時間，這個班在全校就名列前茅，他們的校長太驚訝了，請我們去跟全校的老師演講。品德的根本在於孝道，做家長的一定要有信

心，要跟老師好好配合，共同教導孩子的孝行。

教孝也須夫妻配合

很多家長說：「那學校的老師還沒教孝怎麼辦？」不要等了！就從家庭、從自己開始落實孝心。夫妻之間能相互配合，孩子就很容易長養孝心。譬如：先生對孩子說：「兒子！你不能不孝順你母親！你母親懷孕的時候吐得半死，連飯都吃不下去。懷孕的時候如負重擔，你看你有多少斤重，媽媽每天無怨無悔，還要上下班。生產的時候有多麼辛苦，你生下來之後，還對你點點滴滴的照顧。那一次你生病時，媽媽幾乎兩、三天都沒睡覺。」你把這些真實的情況告訴孩子，他那種知恩的心就會生起，知恩才能報恩，孩子就會領受母親的恩德。

而當太太的就要把父親從小對孩子付出的點點滴滴告訴孩子，孩子才能領受父親的恩德，所以**夫婦配合是很重要的**。現在很多媽媽不僅沒有把先生的恩德告訴孩子，還在孩子面前數落他父親，如此一講，孩子對父親就很難再生起恭敬心。為人父者連孩子都瞧不起他，就很容易自甘墮落。因此，當母親的、當太太的，言語要特別謹慎，不要彰顯先生的過失，反

而要誇獎先生的優點，誇獎先生對孩子的照顧。先生一聽就會有所感動，也會盡心盡力和太太配合，以身作則去教育孩子力行孝道。

●孩子沒有感恩心 怎麼辦

引導孩子懂得知恩 知恩才能感恩

要教導孩子孝順、報恩，首先要教導孩子懂得知恩，知恩才會報恩。我們在引導孩子的過程中，會講佛陀的故事給他們聽。有一次佛陀跟學生們走在路上，佛陀看到地上有一堆白骨，佛陀就很恭敬的對這些白骨禮拜，學生們問佛陀：「為什麼要對這些白骨禮拜？」佛陀告訴學生：「這些白骨可能是我們過去生的父母，或者是我們的祖先，我們應該禮敬。」佛陀又教學生把白骨分成兩堆，一部份是比較白的骨頭，一部份是比較黑的骨頭。學生又問佛陀：「為什麼這些骨頭會有這樣的差別？」佛陀告訴學生，比較黑的是女性的骨頭，比較白的是男性的。為什麼女性的骨頭會比較黑？因為母親懷胎十月，在這十個月之中，胎兒的營養都是由母親體內的血液提供的，當血液中的營養不足時，就必須從母親的骨頭中滲出來供給胎兒，所以為人子者一定要報慈母恩。

讓孩子懂得母親生育之苦

做母親的辛勞是從懷孕開始的，在生育、養育孩子的整個過程中，點點滴滴都是母親的辛勞。我們告訴孩子，母親在懷孕的過程中都會嘔吐，但是母親在嘔吐時，還是會勉強把食物吃下去，假如她不吃，她的身體就沒有養份提供給孩子，為了孩子，她再怎樣難受，還是會把食物吃下去。你們的身體是來自於父母，應該好好保護，不可以偏食，如此才對得起母親對我們的付出。

我們也讓孩子當一天的媽媽，發一個雞蛋給他們掛在身上，讓每個人保護雞蛋一天。一開始，他們都會小心翼翼，但是過了一、兩個小時之後，他們就忘記了，就會聽到「啊」的聲音，一天下來所有的雞蛋幾乎都破光了。我們跟學生講，你保護雞蛋一天都保護不了，媽媽要保護你多久？十個月。假如你媽媽也像你這樣蹦蹦跳跳，你生出來會是什麼樣子？這邊紅一塊，那邊紫一塊。所以，母親在懷胎中，時時刻刻都想著你的安危。

我們曾在母親節那天，讓孩子背個籃球，讓他們感受一下這樣走路是

什麼滋味？他體會到了，才生得起感激之情。除了懷胎的辛勞，母親在生產的時候也非常辛苦，生產是過一次鬼門關。而且在生產時，那種陣痛是無法形容的，不是痛一下就結束，而是要痛幾個小時，甚至於是幾十個小時。我們跟學生講，那個陣痛就好像十五分鐘在你的身上刮一刀，過十五分鐘又在你的身上刮一刀。學生聽了以後都會皺起眉頭說：「那一定很痛！」

在生產的床上有兩根鋼柱非常粗，結果這個鋼柱卻彎曲了。我們會問學生，什麼樣的力量能讓鋼柱彎曲？他們會說是母親生產時痛的力量。因為生產很痛，所以母親要抓著鋼柱，這兩條鋼柱經過日積月累的拚命拉扯都被拉彎了。

當孩子生下來之後，母親第一句話、第一個念頭是什麼？孩子是否健康！母親對於兒女的疼愛，可以把這樣的疼痛完全拋在腦後。母親能這樣處處為孩子著想，光是這一份真心，我們為人子女就無法報答，永無報盡之日。

引導孩子懂得父母養育、教育的恩德

父母養育、教育孩子，更是辛苦。有一位朋友說：還沒生孩子以前，常常想趕快把他生出來；生出來以後，才覺得養育的辛勞大於生育！因為多少個日日夜夜都要消耗在孩子的身上，假如他晚上不睡覺，家裡的人就必須輪番上陣做接力賽。我也有過這樣的經歷，外甥不睡覺，我也輪到去抱他，但是我接棒差不多二十分鐘就撐不下去了，手都快要斷了。抱著我這個外甥，我就對他說：「以後你對你母親不孝，我是第一位責罰你的。」因為多少個不眠之夜都是母親的辛勞使他安然入睡，陪伴著他熬過深夜；多少次的生病，都是父母在半夜三更帶著孩子去看醫生；多少天來擔心著孩子的下一餐飲食將如何操辦。這些生活的壓力，教育的重責，時時都擔負在父母的身上，牽掛在父母的心上，我們為人子女者，又怎麼能忘記父母的養育之恩呢？

子長母亦老 到老更憂兒

古代有個孝子叫韓伯俞，他的母親在他犯錯的時候，常常都會教誨他、打他。後來他長大成人了，再犯錯的時候，他母親還是會教訓他。有一次母親打他，他突然放聲大哭，母親很驚訝，因為幾十年來母親打他，

他從未哭過，為何今天突然哭起來？

母親就問他：「你為什麼要哭？」他回答說：「從小到大，母親打我，我都覺得很痛，也可以感受到母親為了教誨我才這樣做。但是今天母親打我，我已經感覺不到痛了，這代表母親的身體愈來愈虛弱，我奉養母親的時間愈來愈短，想到這裡我不禁悲從中來！」父母以他們的青春成就了孩子的成長，也因為成就了孩子的成長，他們也日漸衰老，日漸消瘦。

我姐姐出嫁的那天，在迎娶的禮儀當中，最後一個禮儀是拜別父母，當我姐夫帶著我姐姐向我父母跪拜時，突然我父親的眼角泛著淚水。在那一剎那，我父親的感受就好像一道光照到我的腦海裡，我在此時完全感受到了一個為人父親所承受的一種艱辛、一種責任。父親看著孩子想到，終於將她培養到二十多歲，在學業、事業上都有了基礎，現在她找到一個好的歸宿，內心得到了安慰。其實女兒嫁出去，是不是不用擔心？父母對於孩子的關懷是一生一世的，「母活一百歲，常憂八十兒」。縱使母親已經一百歲，想到自己八十歲的孩子，還是一樣的關心備至。我當時體會到父親的那種心境後，也在內心告訴自己，父母的恩德如此之大，我從今以

後，絕不能再講一句令父母生氣、令父母擔憂的話，以及違背父母心願的事，都不應該去做。

教導孩子 如何回報親恩

佛陀告誡學生，父母對子女的恩德，做子女的就是盡此一生也不可能報答完。我們做子女的只有盡心盡力的對父母盡孝心，這一生才是真正的**人生**，才沒有冤枉做人。我們常常跟學生講做父母的辛勞，在講的過程中，有些孩子也會感動到流淚。我們進一步再跟學生說，對於父母的辛勞很感動而流下眼淚，這之後要怎麼做？要趕快去孝順父母。當你能做到**弟子規**中的一條，就是盡到一分孝心；當你**把弟子規全部做到**，孝就做到圓滿。當孩子生起了知恩之心，就進一步引導他要報恩。

◎孩子愛吃零食 怎麼辦

病從口入要節制

對飲食要追求均衡，絕對不可偏食。對飲食也要有所節度，不能太過也不能不及，吃七、八分飽就好了，吃太撐了，胃會受傷。「病從口入」，吃東西也要有判斷力，要把營養吃下去，不要把毒素吃下去。很多

人吃東西都是騙肚子的，反正吃飽了就好，而很多食物中含有毒素、致癌物，可能都不知道。

十大垃圾食物

聯合國衛生組織宣佈有十種垃圾食物，最好讓小孩要少吃這些食物，並告訴他們吃了有什麼壞處。哪十大垃圾食物？

1. 油炸類

現在最難治療的病就是心血管疾病，這就是油炸的東西吃多了，血管容易阻塞，中風、動脈硬化都跟這個有關，所以油炸類的要少吃。

2. 醃製類

吃了醃得很鹹的菜，就有導致鼻咽癌的可能性，或者導致腸胃潰瘍，所以這方面的東西也要少吃。最好還是要了解它的製作過程。

3. 肉製品

新鮮的肉放在空氣中，多久會發臭？三個小時左右。結果這些肉製品能放多久？居然有的放三年，有的放五年還不會壞。什麼力量造成的？放了很多防腐劑。在肉製品中還含有亞硝酸鹽，這是三大致癌物之一。

有果必有因，你飲食很注意，心情又很好，常常讀誦弟子規，不看別人的缺點，你就會有成長的喜悅。癌症的病因，除了飲食之外，還有一個比飲食更可怕的，就是情緒。所以，要管好我們這顆心，心好加上能注意飲食，保證跟癌症絕緣。

4. 餅乾類

現在很多餅乾為了滿足消費者的口味，裡面放很多糖精、熱量，這些東西吃多了，醣類會轉成脂肪，所以現代人是愈來愈胖。吃甜食的風氣是從歐美傳過來的，歐美人很會吃甜食。而做人不能重欲望，那會苦了自己又連累親人。

今天要勸先生在飲食方面有所節制也是很重要的。而勸先生也要善巧方便，要把女人最大的本事用出來，女人最大的本事是溫柔。妳要告訴他：「有你，我的人生是彩色的；沒有你，我的人生是黑白的。你看我們的兒女多可愛，你的健康就是全家人的幸福。」妳的先生會愈聽愈歡喜，妳再慢慢叫他吃一些不好的食物戒掉，他就會愉快地接受你的建議了。除此，也要勸孩子少吃這類食物。

5. 汽水可樂類

這類食物給我的印象最深刻，因為我就是受害者。我以前去參加親友喜宴，菜還沒有上來，我光喝汽水就飽了，而且還會打嗝^{くも}。我該吃的沒吃，不該吃的吃一大堆。汽水有刺激性、酸性，會把胃壁磨薄、磨破，所以我在初中時胃就發炎。我的記憶很深刻，那時是爺爺、奶奶拿著煮爛的粥來給我吃，所以一個人不健康，確實對不起家人。我有這麼慘痛的教訓，希望我們的下一代不要再犯。因此，父母正確的飲食觀念，就是孩子一生的幸福。

現在大家所喝的橘子汽水、檸檬汽水都是什麼做的？石油做的，絕對不是蘋果、橘子，都是從石油裡提煉出來的一個酚，那個味道就跟橘子、水果一樣。我曾經去買過這些用品，然後現場製造橘子汽水給學生看，學生們看著我用這些化學物質，做出來香噴噴的橘子汽水。所謂眼見為憑，就是要做出來給學生們看，他們才會有所警惕。

6. 方便麵

方便麵，就是一般講的泡麵，特別香。你看對我們危害最多的東西，

都特別有誘惑力，所以我們的戒定慧就要在吃東西當中練功夫。方便麵熱量高，防腐劑很多，應盡量不要吃。

7. 罐頭類

罐頭類食品，含有很多的防腐劑、添加劑、色素，這些化學物質對身體都是有害無益的。

8. 話梅蜜餞類

曾經有電視節目把話梅、蜜餞的加工情況播放出來，看了令人覺得很恐怖，但人還是照吃。很多做話梅、蜜餞都是直接用腳踩，想想把話梅放在那裡，螞蟻吃不吃？不吃。牠為什麼不吃？因為牠吃了就死了，那太毒了；我們身體比較大，吃下去沒有馬上死。連這麼小的動物都不敢吃，代表那個多毒！

9. 冷凍類

人體就像是一台機器，假如正在轉動的馬達，你用一盆冷水澆它，等它又熱了，你再用一盆冷水再澆一下，請問這個引擎還能用得久嗎？本來可以用十年，可能三年就報銷了。人體也是一個機器，體溫維持在三十七

度左右。你每次將冰水喝下去，它會耗損你體內很多的能量，使你的體質一點一滴的下滑。這都是我的椎心之痛，以前讀書時沒有老師教我，我在大學時代才開始學習這些知識，所以那些東西我都不碰了，這叫亡羊補牢，猶未晚矣！

現在有很多婦女病跟吃冰有關係，尤其女性在生理期的時候，那幾天是排毒的日子，結果在這時候吃冰，熱脹冷縮，使子宮更收縮，該排的毒沒排出去。這些沒排出去的毒會留在體內多久？假如順利的話二十八天。但這些毒素就在你的體內循環，所以才會有婦女病。

10. 燒烤類

燒烤類的食物，一隻烤雞腿相當於六十支香煙的毒，這都是統計出來的。這裡面所含有的致癌物是三大致癌物之首，所以吃這些東西確實損害身體。我們已經體會到，人生有太多的事要做，要讓人生活得更更有價值，首先必須要有一個健康的身體來做基礎。當你實在忍不住要吃這些東西時，一定要想到文天祥的一句話：「人生自古誰無死，留取丹心照汗青^註」我還有很多事要做，身體不能搞壞，這時就可以下決心不吃了。

吃宵夜對身體不好（◎註：汗青—簡策、史書）

孩子不刷牙就會口臭，若到學校去，人際關係會大受影響。孩子從小人際關係不好，對他的自信心也是一種傷害。我們曾經帶過一些學生，身體很髒，同學們都排斥他，孩子習慣的養成確實受到家庭的影響。我們成人有口臭，也會影響人際關係。一個人有口臭，就是體內的毒素太多了，這些毒素從口中溢出來了。為什麼人的毒素會這麼多？跟吃的東西有關，所謂「病從口入」。其中還跟一個因素很有關係，就是吃宵夜。

吃宵夜的人，口臭的比例很高，因為他們在晚上十點、十一點，甚至在半夜才吃這些食物，有的吃海產，吃大魚大肉，吃下去後，過了一、兩個小時就去睡覺。躺下去後，身體所有的功能，只有心臟在跳動和肺在呼吸，其他的內臟都會跟你說：「主人！我先關門休息一下，明天再來。」所以，胃也停止消化，而所有的食物、肉就在胃裡面發酸、發臭了。因為胃裡面有胃酸，食物很容易壞，而且溫度又在三十七度以上，這些東西很快就會腐敗。腐敗以後，這些毒素就會在你的全身循環。因此，吃宵夜對身體有極大的壞處，這些都要注意。

◎孩子愛睡懶覺 怎麼辦

朝起早 夜眠遲

「朝起早，夜眠遲」——早上起得早，晚上晚點睡，每天就可以騰出更多的時間來學習、工作。在古代，「朝起早，夜眠遲」是講孝子都很早起來打掃家裡，像朱子治家格言提到的：「黎明即起，灑掃庭除，要內外整潔，既昏便息，關鎖門戶，必親自檢點。」早上，子女勤奮做家務事，傍晚去檢查門窗，該關的都要關好。到了晚上，子女要侍奉父母先睡覺，然後才去睡覺，這是「夜眠遲」。為什麼古代人從十幾歲起，他的工作能力就很好，甚至於還能當縣長？就在於從小受過很多的鍛鍊，再加上每天所讀的都是聖賢的經典。

黑髮不知勤學早 白首方悔讀書遲

「老易至，惜此時」，這句話警示我們生命短暫。我們自從出生以後，只有一件事情是勇猛精進，哪件事？走向死亡。人生難免一死，在這短暫的時光中，應該讓生命有價值，發光發熱。古代聖哲對於珍惜時間有很多的教誨，其中明代一個畫家叫文嘉，他就提到：「明日復明日，明日

何其多，日日待明日，萬事成蹉跎。」如果每天都等著有明天，那可能一事無成。

唐朝的顏真卿也寫到：「三更燈火五更雞，正是男兒讀書時，黑髮不知勤學早，白首方悔讀書遲。」我們常常也聽到上了年紀的人都會說，假如人生讓我重來一次，我就不會如此。但是人生能不能重來一次？不可能，悔之晚矣！但是這一生只要有機緣聞到聖賢教誨、聞到佛法，就要珍惜這個機緣，無論我們現在年紀多大都沒關係，孔子說：「朝聞道，夕死可矣。」遇到這個無量劫來希有難逢的機緣，我們一定要勇猛精進地念佛，只要抓住了念佛往生的機緣，這一生將可以無量光、無量壽。

人為什麼會浪費時光 原因在哪

古代聖哲提醒我們，做人不可虛度時光，一定要領受聖哲們的良苦用心。我們來思考一下，人為什麼會浪費時光？原因何在？我父親那一代人生活很充實，他們念書都相當認真，我們這一代念書就沒有他們認真。原因就在於他們有志向，他們想到我要趕快長大，好好工作，孝順父母。我的三叔是博士，他說他當初在農田裡耕作插秧，常常抬起頭來看到遠方車

輒的時候，他就會覺得以後一定要好好發展，不能再讓父母過苦日子。有志向的人生命才會充實，假如從小沒有志向，就會悠悠放任，一天一天消耗過去。現在的孩子最常講的一句口頭禪是什麼？好無聊！人生每天就吃喝玩樂，不知道要去哪裡！確確實實，我們這一代青少年如果還是這樣繼續無聊下去，那自己的福報遲早會花光的，到中晚年就慘了。

子孫愛睡懶覺 家風必定衰敗

曾國藩先生曾經說過，看一個家族的興衰，可以從三個角度去觀察。第一是他的後代子孫都睡到幾點？假如都睡到太陽高高掛，他的家業一定會衰敗。因為貪睡就會懶散、懶惰，孩子只要懶散、懶惰，就會不勤勞；不勤勞，也就不會珍惜別人的勞動付出；不珍惜別人的付出，就不知感恩，很多習性有連帶影響。第二是看他的後代子孫有沒有幫忙做家事，有沒有勤奮？第三是看他的後代子孫，有沒有讀聖賢書籍？朱子治家格言提到：「子孫雖愚，經書不可不讀」，因為不讀經書就不明理，不明理，則是非善惡都無法清楚判斷。

若要有所成就 當須珍惜光陰

做人要想有所成就，要把事業做好，就必須珍惜光陰。宋朝的司馬光，他成就了一本很重要的著作，叫資治通鑑，他花了十七年的時間才完成。司馬光睡覺都用木頭做的圓枕，每當他身體稍微一動，頭就會滑下來，一滑下來，他就會醒來，立刻用功編寫這本書。司馬光對於時間一點一滴都很珍惜，所以才有這麼大的成就，對歷史的貢獻極大。

楊淑芬老師有一天作夢，夢到自己走到地窖^{トコ}下面，她在地窖裡看到很多書櫃，裡面都是古書，還有四書五經，經本上都是一層厚厚的灰塵。楊老師做了這個夢以後，她感受到假如中國文化再這樣繼續下去，可能三、五十年以後，中國人連看文言文的能力都沒有了，那聖賢學問就會斷絕，佛法也會隨之而斷除。她就起了一個念頭，一定要盡自己這一生，弘傳中國優秀傳統文化。因為有這一念善心，她不願意違背，後來有機會到海口發展，她就帶著我一起去。加上到了山東曲阜^{フク}，更體會文化退喪得太嚴重，所以在北京創辦了「大方廣文化公益網」。楊老師所信守的信用不是白紙黑字，也不是對任何人的言語，而是自己的心、自己的承諾。在這一年多來，她在北京工作，每天都是早睡早起，就是早上兩、三點睡，早上

六、七點起床，一天只睡四個多小時，如此精進努力。

◎孩子不講衛生怎麼辦

愛惜身體是力行孝道

「晨必盥^{ㄉㄨㄢˋ}，兼漱口；便溺回^{ㄨㄛˋ}，輒淨手^{ㄉㄨㄥˋ}。」這是提到一個人的整潔習慣，俗話說「整潔為強身之本」。愛乾淨，才能免於病毒或細菌對身體的損傷。

上完廁所要洗手，相同的，當我們的手髒了，都應該主動洗乾淨。比如：我們剛從外面工作回來，看到小孩就想抱，但很可能手上的細菌會影響到孩子的健康，所以一進門的第一個動作就是先洗手，這對自己、對家人的健康都有好處。我們也看到很多人在數鈔票時，一邊數，一邊用手沾口水，這就把細菌吃到胃裡了，所以我們對健康要保持著高度敏感。

「身體髮膚，受之父母，不敢毀傷，孝之始也。」弟子規也說：「身有傷，貽親憂」，看經文好像都是自己的事，事實上，自己跟別人是互相關聯的，是息息相關的。當我們自己身體搞不好，一定會令至親替我們擔憂，我們能保護好自己的健康，也是在力行孝道。

孔子在《論語》裡有一句教誨說道：「父母唯其疾之憂。」父母最擔憂的就是孩子有疾病和孩子從小養成壞習慣。「疾」——我們可以當作生病看，也可以當作壞習慣、壞毛病看。愛整潔的人，身體才不容易生病，生活有規律，也是身體健康的重要因素；你做事謹慎，就不容易犯很多過失，這也是讓父母能安心、放心的另一因素。所以，這個「疾」字，我們應該從廣義上來解釋，就是在身體健康、在為人處世當中，都不要犯過失，免得讓父母擔憂。

自尊即是尊人

一個人很愛惜自己的身體，就是對父母、對別人的尊重。當我們自己蓬頭垢面，身上骯髒，他人還沒跟你相交往，就已經對你有所輕視、輕慢了。當別人瞧不起我們，首先不要去責怪別人，而是要先反觀自照，看看自己是不是在禮節中有所缺失。

當我們在打哈欠、打噴嚏的時候，也要注意禮儀。打噴嚏一定要用手搗起來，不要對著別人打，不然對人很失禮；打哈欠也最好用手遮住，而且不要發出聲音，這樣比較文雅。千萬不要認為這是小事而忽略了，其實

這就是對長輩、對客人、對朋友的禮貌和尊敬，因為自尊就是尊人。

◎孩子不愛整潔 怎麼辦

生活能力和良好的習慣對孩子的一生相當重要

「冠必正，紐必結，襪與履，俱緊切。」這就是孩子獨立生活的能力，不要把生活搞得很雜亂，這都相當重要。我們看看現代孩子不要說照顧別人，自己都搞得很亂。現在還有些大學生，每次回家都背一袋東西，什麼東西？一進門給父母的見面禮就是一堆髒衣服。還有個現象，暑期結束了，學生把那些髒衣服、床單直接丟到垃圾桶裡。孩子養成這種浪費的習慣，他一生的敗跡已經顯露。因為你不可能替他賺那麼多錢，他自己也不可能賺那麼多錢，所以教導孩子，從小就要讓他自己洗衣服、洗碗。其實要孩子做事，他也會做得很歡喜，因為他覺得學會了，能力提升了，心裡就很有成就感。

「置冠服，有定位；勿亂頓，致污穢。」「置冠服，有定位」——就是衣服、帽子及所有日常生活用品，都應該放在固定的位置上，不要到處亂放。「勿亂頓，致污穢」——如果亂放，這些東西很快就會髒掉。你不愛惜

它，這些東西的壽命也會變得很短。物品雖然沒有生命，但是你善待它，也能用得很久，所謂「愛人者人恆愛之，愛物者物恆愛之」。假如你每天都暴飲暴食，你的胃可能三、四十年就給你罷工了。假如你很尊重胃，三餐時間都很固定，不會吃得太多，也不會讓它餓著，胃也會好好報答你，至少可以用八十年以上，惜物也是如此，所以要愛惜一切東西。

我在澳洲學習的那段時間，有一次到盧叔叔的房間，盧叔叔正在拿衣服，我看到盧叔叔衣櫃裡的衣服擺得跟Giordano（佐丹奴）專賣商店裡賣的衣服一樣，摺得整整齊齊。所有的東西都擺得整齊，都有定位，想用什麼立刻就可以拿到，那心情隨時是平靜的，因此，能遇事不亂，處理事情都能有條不紊。這個習慣相當重要，一定要從自己做起，進而引導孩子養成這樣的好習慣。

自重而後人重

今天我們的衣著若很隨便、散漫，給別人第一個印象就不好，甚至於會讓別人對我們很輕慢，所以要自重而後人重。古代讀書人很注重儀容，他們時時提醒自己要「三正」：第一帽帶要正，第二褲帶要正，第三鞋帶

要正。時時都會檢查，帽子有沒有戴歪；褲子有沒有紮好，不然掉下去就麻煩了；鞋子也要繫好，不要鬆鬆垮垮，走路發出聲音，人家看了就會輕慢你。

有一次我去上課，由於時間比較緊迫，我坐了一台摩托車趕到講課會場，還好沒有遲到。我講完課去洗手間，一照鏡子發現我的頭髮是翹起來的，我講了兩個小時的課，居然沒人告訴我，使我出醜兩個小時。所以，我們處處要謹慎儀容，才不會出現這些醜事。

穿著奇裝異服，只會讓人對你產生輕慢，更有可能會造成社會不良的風氣。因此，公眾人物的衣著應特別重視，假如穿得很暴露，可能會帶動整個社會不良的風氣，所以公眾人物必須要對社會的影響負責任，應該謹慎自己的行為。我們做父母的衣著也是孩子學習的榜樣，母親的衣著假如太暴露，孩子從小耳濡目染，她以後穿衣服也會比較暴露，這會對孩子的人生產生很不利的影響，甚至於還會造成危險，讓人認為她很輕浮，所以穿衣服不可不謹慎。

衣著儀容會影響一個人的命運

在古代春秋時候，有位趙宣子，他是晉國的一位大臣，時時都去勸誡晉靈公，但晉靈公無道，對趙宣子的勸誡不耐煩，雇了殺手要殺他。這個殺手叫鉏麇，他來到了趙宣子的門口，看到趙宣子已經穿著整整齊齊的官服，正襟危坐，閉目養神，準備早朝。趙宣子此時的儀容威儀，鉏麇看了很感動，心生崇敬。心想：連在完全沒有人看到的地方都很謹慎、很恭謙的人，一定是國家的棟梁、主人，假如我把他殺了，我就對不起國家。但是我已經答應國君的命令，假如我沒有殺趙宣子，我又失信，所以鉏麇當下就撞槐樹自殺。趙宣子因為做到「冠必正，紐必結」，而贏得鉏麇對他的尊敬，也因此逃過一劫。所以，我們不要小看自己衣冠的整齊，這對自己的形象，對自己的命運都有相當大的影響。

很多大學生去應徵工作，常常沒被錄取。楊老師也曾經遇到才華、經歷都不錯的大學畢業生、研究生，但找不到工作，楊老師就在他的衣著方面給一些指點後，再去應徵往往就被錄用了。所以，縱使有好的才華，若應徵時衣著不當，很可能把機會擋在門外了。

衣著也會影響一個人的心理狀態

一個人的衣著，會影響內在狀態。在一些重要的場合，會規定要穿正式的服裝才能進入，或比較慎重的表演，都會對衣著有要求。我們到文化中心去，就要求衣著端莊，假如你穿拖鞋、短褲去，就很不恰當。當我們穿著整齊，內心也會生起恭敬心。

在行銷界有一位銷售高手叫喬其拉德，他很會賣車子。他有一次在家裡睡覺，突然驚醒，跑到鏡子前開始穿西裝打領帶，穿戴整齊，然後恭恭敬敬拿起電話，打給他的客戶。跟客戶談完話後，放下電話解開領帶，脫下西裝，又鑽到被窩裡睡覺。他太太看了說：「你瘋了嗎？」喬其拉德跟他太太說：「客戶雖然沒有看到我的樣子，如果我穿得很隨便，我在言談中也會很隨便，客戶可以感受到；而我穿上筆挺的西裝，表示內心對客戶非常尊重，他一定可以在電話那頭感受到我對他的恭敬心。」確實，衣著能影響一個人的心理狀態。當他這個習慣養成了，每當他去面對客戶的時候，絕對都是恭恭敬敬，因為連客戶看不到的地方，他都是一樣恭敬，這叫做表裡一致。

弟子規是基礎管理學 培養孩子的好習慣要從這裡下手

有個小孩在家裡從不掃地，一位長者就對他說：「你家裡這樣髒，為何不掃一掃？」他就說：「我的手是用來掃天下的。」口氣大不大？很多小孩也說以後要當大官，要當大企業家，結果他的房間亂七八糟。這一位長輩就跟他說：「一屋不掃，何以掃天下？」連自己的屋子都掃不好，豈可掃天下？同理，連個屋子都整理不好，如何去當企業家？

弟子規也是管理學，是基礎管理學。這種有條不紊的習慣從哪裡開始紮根？從小。你不要腦子裡只想著以後讓孩子念企管他就會了，就算孩子將來是一名企管碩士，但他的家裡、房間都很亂，這樣的人去應聘，他也不會被企業錄用的，因為他所學到的管理學都是紙上談兵。盧叔叔曾經跟我講過，他到分公司去巡視，一定會看看這些分公司主管的桌子是否很整潔，檔案有沒有歸類。假如連這些小事都不能處理得有條不紊，那公司的工作就很難循規蹈矩。所以，小地方大學問，可以從小處著眼看到一個人的心是定的，還是很雜亂、很躁動，由這些小動作中看到真實的一面。

好的習慣要從小培養

孩子做人做事的能力，一定要從小紮根。一些成功的企業家都有火眼

金睛，一眼就能看出一個人做人做事的態度。有人覺得有大學、碩士文憑就可以找到好工作，但假如他做人處事不好，一定不會被優秀的企業家錄用。為了孩子往後有機會到一個有前景的企業工作，現在就要為孩子打好根基。

我在澳洲學習時，學院安排我們輪流洗碗，就是把六、七十個人用餐後的餐具等都要洗淨。我這一輩子還沒有真正洗過碗，在那裡洗碗的時候，突然體會到人生的哲學，就是一輩子該是自己做的逃都逃不掉，既然如此，該做的事就要趁年輕的時候多勞動、多付出，老年福報現前才能享福；假如年輕的時候不勤勞，常常揮霍，老年一定會很淒慘，所以我洗碗也洗得很歡喜。有一天盧叔叔到廚房來，本來要走過去，突然停下來對我說：「看你洗碗就知道你的命太好了」。我一個洗碗的動作，他就把我的底細看穿了，因為我笨手笨腳的。所以，當你的孩子對人恭謙，做事又很勤奮，你不要擔心往後沒有人提拔他。

方法是多做

有個幼稚園安排小朋友們輪流洗碗，有一個小朋友，他在家裡從來不

幫忙洗碗，所以他不想洗，這時老師按兵不動。後來吃飯的時間到了，菜都煮好了，可是碗沒有洗，沒有碗碟裝飯菜，老師坐著不出聲，等著他去洗碗，這個小朋友看看沒有辦法，就趕快去把碗洗乾淨。接著老師跟他說：「我們是過群體生活，每個人都有本份事，你不洗碗就沒有碗用；老師不煮飯，你也沒有飯吃。所以，應該盡心盡力把自己該做的事做好，這樣才是好學生。」我們從小要讓孩子多做事，這些生活能力就會不斷提升。其實，當一個人生活不求人，他就會生活得很自在、很輕鬆。假如一點小事都辦不了，還要找人幫忙，還要花錢，那他就會常常生活在煩惱之中。

◎孩子性格急躁怎麼辦

心死掉了 不敏銳了 就是忙

「事勿忙，忙多錯。」辦事情絕對不能很著急，否則會把事情搞砸了。這個「忙」字，左邊是一個心，右邊一個亡，就是說心死亡了，心不敏銳了，才稱為「忙」。忙久了就進入第二個階段「盲」，因為人心浮動的時候，身旁發生的事就看不清楚，好像一潭湖水起了很大的波浪，旁邊

的景物就會愈來愈迷糊。

影星成龍工作很忙，有一次他興高采烈去接兒子，結果在校園裡站了很久，兒子沒有出來。後來兒子的老師出來了，他走過去問老師，老師跟他說：「你兒子已經上初中了，你還來小學等他？」我們在教書過程中，這種現象多不多？還真不少。做人不能太忙，不然連老婆走了都不知道什麼原因，那就真的盲了。

到最後進入第三個階段「茫」，就是茫茫然，很無奈。人生如此努力，每天忙得要死，工作八個小時、十個小時，為什麼到最後家庭是這個下場？便覺得茫茫然而且很無奈。

對治的方法 是事忙 心不忙

縱使事情再多，心也不能雜亂，要用方法、用工具把事情處理得當。^笨比如：今天要接待客人，就可以利用沙盤推演的方法，提前把這個過程中可能會發生的情況，先做演練準備好。「凡事豫則立，不豫則廢」，心裡有了底，才不至於手忙腳亂。若接觸的人事物很多，要善用工具幫忙，用記事本把答應別人的事馬上寫上去，而且不是只寫在當天，在後三、四天

還要再寫一下，這是提醒自己在三、四天以內不會忘記這件事，使心裡對這件事常常處於有準備的狀態。不然忙起來，忘東忘西，很可能會因小小的疏忽而告失敗，雖然我們很熱心，但是事情搞壞了，內心也會很自責。

對治忙的方法 是緩和

「緩可以免悔，退可以免禍」，做事有條不紊，就不容易出錯。做事要懂得進退，該退的時候就不要強行出頭，這樣就可以避免禍患上身。

很多事要慎終，謹慎才不會造成自己跟別人的困擾。用過的東西都檢查一下，是否回歸原位，自己或別人要用，才能找到。當我們要離開家，比如：出門要一週才回家，這時就要把水龍頭、瓦斯、電源都關好，假如水龍頭沒有關好，那就浪費很多水資源。所以，使用完東西要回歸原位，才不會造成無謂的浪費。

記得有一次臨時停電，我不知道停電了，因為需要熱水，我就順手把電熱水器的開關打開，後來我忘了關閉，就出去演講。我三個多小時才回來，後來電來了，熱水就一直地流。我回來一看到那個景象，非常心痛，因為自己一個小小的疏忽，就浪費了如此多的水。「事勿忙，忙多錯」，

因此，按過的按鈕要把它歸原，才不至於浪費，甚至不至於造成電線起火的危機。當我們答應別人的事，立刻要登記在行事曆上，每天看一下，已做的事打勾；未做的再次提醒，趕快去做。假如孩子從小就具備了這種態度就會很謹慎，也會很有責任心。

對治方法 家長要做好榜樣

教孩子做到遇事不忙、不雜亂，首先父母就要做榜樣。我在十多歲的時候常常坐父親的車，他開車時經常會說：「為何要趕？趕也不會差那五分鐘」，雖然是父親輕輕的一句話，對我來講影響很大。後來我會開車了，想要開快車的時候，就會想到父親這一句話。我父親開車從來不按喇叭，因為他覺得沒有必要著急，所以我開車也從不按喇叭。當然有些情況也要按，當你完全看不到對方來車的時候，要先示警一下，能讓別人就讓別人。

◎孩子講究吃穿怎麼辦

穿衣何必虛榮

「衣貴潔，不貴華。上循分，下稱家。」「上循分，下稱家」——是指

我們的穿著要遵循自己的社會地位，依循自己的經濟狀況來買衣服。我到台中蓮社去參觀李炳南老師的紀念館，看到李老師穿過的外套都非常整潔，看起來很新，實際上已經穿了幾十年。李老師的內衣還有襪子，都是補了再補，李老師給我們做了好榜樣。當我們接見任何人的時候，要讓人家感覺衣著簡樸乾淨，但是在別人看不到的地方能省則省。以李老師的心境，他所節省下來的一分一毫，都是為大眾而節省的。春秋時代，晏嬰的衣服穿了三十多年，由於他是宰相，所以他這種節儉的風氣影響了整個朝廷。

引導孩子樹立正確的審美觀

現在人對於美的體會不深，社會教育也一直在誤導下一代，認為身材姣好就稱之為美，這都是比較偏頗的言辭，當社會偏頗，下一代就會往這個方向去追逐。現在整容、塑身非常之多，整容是否漂亮？看起來很不自然，很不舒服。很多人為了身材纖細，把身體都搞壞了。其實當人在追求這種美時，她的內心很空虛，時時都在想著別人有沒有看到我，她花了一大筆錢買了一件衣服，穿到辦公室，還要告訴別人，你看我今天有什麼不

一樣？假如遇到一個比較粗線條的說：「有嗎？」她會氣死的，花了那麼多錢買了名貴的衣服，居然沒人發現。如果做人時時活在虛榮，活在別人眼光之中，那真是苦不堪言！女人的美是內在的美，她與人相處愈來愈投緣，也很有趣，這樣的美才長久，這種美是從她內在的德行中散發出來的。有些女人往往第一眼讓你看起來很漂亮，第二眼就覺得她失去了魅力，當她一出口的時候，馬上會讓人跌倒，這種美在短暫的時間內就消失了。所以，我們要引導孩子對於美要有正確的眼光、看法。

穿衣不當 造業惹禍

穿衣服不只是對自己、對家庭有影響，也會影響社會風氣，當你的不良行為影響社會風氣時，這個罪業就造得很大。歷代有些人因為穿著敗壞社會善良風俗而很早喪命，因為這個影響太廣大了。古代如此，近代、現代亦如此。大家看看那些穿著特立獨行，誤導青少年的演藝人員，他們的壽命都很短暫，所以因果報應絲毫不爽，只要留心就能看到因果的真相。假如我們生的是女兒，做媽媽的穿衣服一定要端莊，媽媽穿得太暴露，孩子就在學習。女孩子穿得比較暴露，很可能會引來別人對她的輕慢、輕

率，甚至招來危險都有可能。

讓孩子知道毛病多 是吃出來的

「對飲食，勿揀擇；食適可，勿過則。」對於食物應該均衡，不要挑食。飲食也要適當，吃七、八分飽就好，不要吃得太脹。「愛人者，人恆愛之；愛物者，物恆愛之」，你對衣服很愛惜，就可以用很久；你對自己的腸胃很愛護，它也會回饋你，可以用八十年、九十年，甚至一百年。俗話說：「禍從口出，病從口入。」現在人的身體好不好？文明病真是千奇百怪。現在的癌症哪裡都可以長，結果已經呈現出來，證明種下來的因、吃下去的東西是不健康的。我們也了解到現在的人吃食物不是營養不良，大多數都是營養過剩。可是很奇怪——現在人都是後知後覺，明明都已經過剩了，還停留在營養不足的觀念上。

我們看到現代很多的孩子，在暑假去參加減肥活動，在那裡跳了很久。我想他們會這麼聽話去跳，可能是跟媽媽事先談好條件，「我去跳五天，星期六妳要帶我去吃麥當勞」。果真如此，怎麼能減肥？他跳完以後，反而胃口大開，又繼續大吃一餐，這樣就會愈減愈胖。所以，從小

就要讓孩子樹立正確的飲食習慣，不然肥胖的孩子很辛苦。我教了一個學生，他讀小學六年級時已經是一百零九公斤了，他走路的時候，他還沒喘，我在旁邊看到都快喘了，真的是很辛苦。他常常在上課到一半就舉手：「老師！我要上廁所。」我看他滿臉憂愁，就去了解一下，原來是他母親給他吃減肥藥，吃下去之後，很多油會排出來，所以要趕快去廁所。而很多的肥胖並非基因遺傳，幾乎都是飲食的習慣形成的。

我們了解到現在不是營養不良，而是營養過剩，所以攝取食物應該把握分寸。很多人每天雞鴨魚肉吃得太多，就證明他吃的蛋白質大大過剩。其實，一個人對蛋白質的需求，一天只要四十克到六十克就足夠，看來現在人幾乎都超越了這個標準好多倍。蛋白質攝取太多就會造成體質酸化，酸性體質是慢性病的根源。

奢 是傷身敗家因

我們對物質太過於追求，將會造成家庭甚至於國家的衰敗。有個初中生參加高中聯考，考上以後，他就跟他父親講：「爸爸！你要幫我買幾件名牌的衣服。」他父母覺得莫名其妙，為什麼要幫你買名牌的衣服？他兒

子接著說：「因為我考上高中了，幫你們省了幾萬元的贊助費，所以你們應該幫我買幾件名牌的衣服。」孩子跟父母講條件！因為在中國假如沒有考上高中，還可以花一大筆錢進高中學校去讀書。你看，孩子被這些物質虛榮搞得已經不知道讀書是誰的事，讀書本來是自己的事，卻還拿著物質享受來跟父母談條件，這樣的孩子長大之後能成才嗎？當然是成不了才的。

一位李老師有一天上完書法課，有個學生的家長沒有辦法來接這個孩子，就打電話給李老師說：「今天晚上是否可以請你帶我兒子去吃飯？」李老師說沒問題。他們坐在餐廳，這個孩子非常純熟，做了一個手勢，把服務員叫過來：「來，給我兩杯可樂」，然後把菜譜拿過來，這個孩子非常有架勢，馬上說：「來，我要這個，我要這個」。才六、七歲的孩子，菜點得非常熟練，而且點的都是相當貴的菜，李老師在旁邊都看呆了。這時李老師就突然想到，他這些動作是跟誰學的？他父親是當官的，可能常常帶他去酒店吃飯，孩子在這種環境薰染之下，都變得很闊綽、很奢侈。所以，我們還是要勤儉持家，才是正確的人生觀。

◎孩子粗心大意 怎麼辦 培養孩子恭敬仁愛之心

「緩揭簾，勿有聲。」我們在掀簾子的時候要輕手輕腳，不要發出太大的聲響。因為現代人都是群居生活，我們的一舉一動不要造成別人的困擾，要有這樣的敏感度去時時觀照自己的德行。比如：旁邊正好有人在睡覺，說不定他已經兩、三天沒睡好，好不容易才入睡，而你掀簾子的時候，嚓！這一個動作可能讓他睡不著覺。或者我們在圖書館裡看書，大家都很安靜，你假如突然拉簾子拉得很大聲，可能會有人被你嚇了一跳。一個處處替別人設想的人，他在舉手投足當中所流露出來的行為，都是會對他人有益的。所以，「緩揭簾，勿有聲」，也在修慈悲心，替人著想。當我們時時替別人著想，心地也會愈來愈善良。你的心善良，就是真正在落實仁慈之道。

除了揭簾子的時候不能太大聲，在開門、關門的時候，也應該注意不要驚擾到他人。盧叔叔曾經有一次提到：他說半夜起來上廁所，一定要顧慮到別人在睡覺，不能把門開得很大聲，沖水的時候，門又沒有關好，

那個聲響就相當大。盧叔叔還說：進廁所之前要先敲門，為什麼裡面沒有人還要敲門？盧叔叔說：因為大便鬼在裡面吃大便，我們對其他空間的眾生也要尊重，所以輕輕跟他們打一下招呼再進去，不然瞬間推開門就很唐突。我們的舉止當中，都能對一切眾生恭敬，那就時時在提升自己的心境。

我們有時候出外遊玩，住到了旅館裡，因為太放鬆了，就忘記自己在什麼地方，於是在走廊上大聲講話，而影響到他人的休息。我們是否注意到現在的孩子的動作特別粗魯？在上樓的時候，孩子步履的聲音都很大，甚至於一邊爬樓梯、一邊大聲地喧嘩。孩子們這種粗魯的行為，我們做長輩的絕對不能視而不見，縱使是鄰居的孩子，我們也要去制止、去引導，國家興亡，匹夫有責，下一代是屬於社會的，我們要隨分隨力去勸誡。

替人著想是第一等的學問，而替人著想決不是用嘴說說而已，而是要點點滴滴落實在生活之中。比如：大家一起吃飯，假如你吃飯的聲音很大，所有人聽到都會覺得不舒服。我也跟朋友提過：吃飯的時候，嘴巴不能發出很大的聲音，因為我們不只代表自己而是代表公司、團體，甚至於

到外國去旅遊，我們代表的是中國人，所以要處處注意自己的言行舉止。

歷練孩子 謹身惜物之行

「緩揭簾，勿有聲」——也代表我們在使用任何物品時不要太粗魯。衣服本來可以穿很多年，假如動作粗魯，變得沒穿多久都被扯壞了。孩子的習慣、動作很粗魯，這個動作就會影響他的內心，孩子往後辦事時就不會細心謹慎。所以，我們要讓孩子在這些禮儀之中歷事鍊心，由外內化成孩子的心境，使孩子在一切的行為、處事、待人之中，都能惜愛物命。

「寬轉彎，勿觸稜。」現在孩子比較躁動，有時他跑起來會撞到稜角。一撞下去，痛得不得了，幾乎都快躺在地上呻吟。從這個動作我們也告訴學生，在教室裡絕不能奔跑，自己危險，也有可能造成別人危險。我們將這句教誨延伸到生活中，比如：過馬路的時候，應該遵守哪些規則，才不會造成危險；走路當中會有稜稜角角，要如何注意才不會被碰傷。人與人相處也會有磨擦，如何避免？我們告訴學生，只要好好學習老祖宗的教誨，就不會在生活中碰到這些稜稜角角，就不容易跟人發生衝突，就能與人相交不急躁，能時時忍讓，自然就能避免不必要的磨擦。

「執虛器，如執盈。」比如：菜吃完了，在拿這些盛菜的空碗盤時，心裡往往疏忽而容易打破。我們有時煮東西，由於電視很好看，跑去看电视，後來忘記了，結果把東西燒乾了、燒黑了。所以，在處理一些細微的事情，要多加謹慎，才不會發生過失。要培養孩子嚴謹的態度，就一定要從生活細節當中開始去鍛鍊孩子，如：常常讓孩子端端菜，做一些協助的工作，當他有不妥之處，我們也可以及時給他指導。

從細微慎獨處著力

巴黎的聖母殿有一行中國字：「請勿大聲喧嘩」，這是寫給誰看的？這說明了今天的中國人不注意公共場合的秩序而大聲喧嘩，所以外國人就寫中國字來警示中國人。中國人特別強調「慎獨」的功夫，當自己獨處的時候，動作言語要學會放輕、放緩，久而久之，好習慣養成了，在公共場合，自然就會做出優雅、有修養的行為來。

我們在機場看到很多孩子在大吼大叫、跑來跑去，我們也要適時地制止這些孩子的行為。你就把這個巴黎聖母殿的故事講給孩子聽，要告訴他，我們中國人的臉可不能丟到全世界去，你看機場有這麼多外國人，他

一看到你們這樣，就會認為你們的孩子怎麼教育成這個樣子？這樣的影響很不好。當我們有這個敏感度，就會在生活的點點滴滴當中，開始對經文有著更深廣的體會。比如：半夜回家開門時，你就會輕手輕腳；半夜開車回來，你也會趕快把引擎熄滅。因為你對於那個聲音的敏感度已經愈來愈高了，這就是觀照的能力形成了。

當一個人的存心很恭敬謹慎，他發生意外的可能性就會下降，而這個 恭敬心絕對不是在開車的時候才謹慎、才恭敬，而是在一切時、一切處、一切細微之處去提升謹慎恭敬的態度。「不經一事，不長一智」，我自從經歷了坐摩托車而使頭髮翹起來這件事之後，現在我要上台講課以前，儘管我本來是很不喜歡照鏡子的人，但是現在也學得比較謹慎，要先照鏡子檢查一下自己的容貌，這樣才不會再失禮了。

◎孩子做事馬虎 怎麼辦

勸勵孩子自我砥礪 自我鼓舞很重要

「勿畏難，勿輕略。」勿畏難就是不要害怕困難，要勇於承擔，要勇敢的去付出。中庸有一句很重要的教誨：「人一能之，己百之；人十能

之，已千之」，也就是說人家做一次就會了，我們比較駑鈍，就是做一百次也要做會；人家十次就會了，我們縱使要做一千次才會，也要有毅力去做。假如做人都抱持這樣的態度去面對事情，就「雖愚必明」，縱使駑鈍，勢必也會大開智慧。「雖柔必強」，當我們都用這樣的心態去應對事情，就不會被自己打敗、嚇退了。孟子說：「舜何人也，禹何人也，有為者亦若是。」楊淑芬老師也會常常鼓勵自己說：「別人能做到的事，我一定也可以做到！」所以，做人時時要自我勉勵，自我鼓舞，這很重要！

要讓孩子因馬虎誤事 而承擔責任

「勿輕略」——這個「輕」是輕視，「略」是忽略，這是提醒我們，做事不可輕率、怠慢。盧叔叔沒有幫女兒送作業簿到學校去的這件事，才是真正愛護自己的孩子，假如這個作業簿拿去了，將會是另外一個結果，女兒很高興會說：「爸爸！你真好！有求必應，真是觀世音菩薩。」這對孩子的內心起了什麼變化？只要我有事，我有爸爸、媽媽，我有爺爺、奶奶，我還有傭人，他想到的是背後有一大堆靠山，隨時可以幫他收拾殘局。

我們現在看到很多年輕人，才二十初頭，他講的話你聽到會氣死，真的皇帝不急，急死太監。我在海口就遇到一對父母，他們透過很多關係才為兒子找到了工作，可是他們的兒子卻說：「好！我就看你們的面子去試試看！」還有的大學生讀書被退學兩次，結果朋友問他怎麼辦？他說：我也不知道。都快二十歲的人了，對自己完全沒有責任心。

我們幫孩子收拾他的過失，他就會覺得往後都有人幫他。他以後娶太太，你要幫他籌錢；他要買房子，你也要為他安排。你要幫他到什麼時候？這樣的人生會累死。可能你眼睛要閉上的時候，還在想幫孫子買什麼東西！

在一九二〇年，美國有一個十一歲的孩子，在玩足球時把別人的玻璃打碎了，要賠償十二點五塊美金。當時的十二點五塊美金可以買一百二十五隻能生蛋的母雞，所以這一筆錢很大。因此，他的父親就跟他說：「這你要負全責，你要自己賺錢來還債。」結果這十一歲的孩子就從那時開始打工，一點點把錢還給父親，後來他的事業也很有成就，他就是美國前總統雷根。所以，當你讓孩子去磨練，就會增長孩子正確的態度、責任心，

又增長他做事的能力。培養小孩要用理智，不可以只用情感、用溺愛，這相當重要！

「勿畏難」——當為人父母遇到事情都能有勇氣面對，那麼這種不怕困難的態度，就會養成孩子戰勝困難的信心和勇氣的態度。

從小事修正孩子敷衍塞責的壞習慣

在教育孩子方面，比如：我們叫孩子拖地，孩子可能有一個心理：「你叫我做，我就應付一下，我還要趕快看卡通」。當孩子第一次答應你做事，他是用應付、敷衍的態度做的，而你沒有把他的思想修正過來，他往後做事還會是敷衍塞責。所以，孩子做事有沒有負責任、有沒有謹慎，這也要通過家長的耐性去追蹤、去教育。

第一次讓孩子打掃客廳，一定要檢查他是否把地拖乾淨了，包括邊邊角角都要檢查，假如還是髒的，就代表孩子做事的輕略，不僅如此，還代表孩子做事有頭無尾。做完一件事情之後，不是自己所想的「我做得很好了」，而是應該主動請爸爸來檢查，主動請長官來確定，這才是一個負責任的態度。如果父親檢查之後說：「兒子！今天辛苦你了，拖得還不錯，

但是這個邊角之處再仔細掃一下，就更好了」，首先給孩子肯定，然後再指出孩子的不足之處，這樣的教育方法就能讓孩子對一切人、對一切事、對一切物都懂得恭敬謹慎。

待人接物都不可馬虎輕略

當我們用怠慢的心處事待人接物，就是對人事物不恭敬，這對於跟我們互動的人來說，會有很不好的感受。古代有篇文章提到，有一年正值災荒，很多人都到了瀕臨餓死的邊緣，有一個人就拿著食物，態度很傲慢的對饑民說：「拿去吃！」有個饑民很有志氣的說：「不食嗟來之食！」我寧可餓死，也不願意接受你這樣無禮的對待。所以，縱使我們把食物、衣物送給別人，也應該平等對待，不可有輕慢之心。其實這些貧民是給了我們種福田的機會，我們還要好好地去感謝他們才對。

當我們家裡來了客人的時候，也要讓客人有賓至如歸的感覺，比如：客人來家裡住，我們要為客人準備好日常用品，如：牙刷、毛巾等。縱使客人自己帶來了這些日用品，我們也應該事先準備好，那客人的內心就會感覺到你能處處為他著想，情誼就會愈來愈深厚，他也會很歡喜到我們家

裡來作客。

記得我要送一台車子給我的一位老同學，父親就跟我說：「要送人家東西，一定先把它全部檢查清楚，覺得沒有什麼問題了，再送給別人，不能因為你要送人家東西，心理上就覺得我送給他東西，已經給他很大的幫忙，若是這種想法，那就不對了。」我就遵照父親的指示，把車開到了修理廠讓師傅仔細檢查，結果發現離合器快壞了。我自己開習慣了，假如交給別人去開，他可能會叫苦連天，因此，我就把離合器更換了之後，再送給朋友。所以，縱使送人東西，也不可輕率。

我們常常乘坐飛機，會麻煩朋友來接機，而楊老師一定會先跟對方聯繫，告訴對方下飛機的時間，下了飛機還要走十分鐘、二十分鐘才能到出口，她把時間抓好，讓對方在這個時間再來，這樣不會讓對方等太久。這些細微之處，都能讓人家感覺你對他的尊重、關懷。當一個人能「勿輕略」別人的感受，他做事就不會隨便、懈怠，當然也會受到別人對自己的尊重與關懷。

◎孩子不珍惜時間 怎麼辦

要善巧方便 予以開導

小孩不懂得珍惜時光，我們應該如何去引導？有一個父親發現他的孩子整天遊手好閒，做父親的沒有馬上去制止他。有一天，父親拿了一根八十公分長的棍子，來到孩子的面前對孩子說：「孩子！人的一生成就像這根木棍一樣，八十年左右；前二十年在學習，對家庭、對社會沒有幫助，這段時光沒有貢獻，我們要把它減去，砍掉一節。」說完，他拿起斧頭，把前面二十公分斬斷了。接著又說：「人生六十歲以後身體衰老，也沒有力氣做事情，所以後面二十年也要去掉。」說完，又把木棍砍去了二十公分。父親接著又說：「剩下的這四十公分，又有三分之一都睡掉了，所以還要把它砍去一段。」在砍的過程中，兒子的心裡感覺到了一陣陣的震撼。接著父親又說：「你每天除了吃飯，還有許多無關緊要之事，又浪費了很多時間，所以要再砍一段。」當父親要再砍下去的時候，孩子就跟父親講：「父親！你別砍了，我知道錯了。」父親說：「你不會知道的，你一生不知要生多少場病，要在床上度過，這一段也不能算。」孩子感悟了，就向父親跪了下來。父親就跟他說：「你看！人生只剩下如此之

短的時間，能真正做有意義的事，能真正孝順父母，奉獻社會，奉獻國家；既然都這麼短了，你還拿來揮霍，太不應該了。」

一開始要先讓他立定志向

很多讀經薰習聖賢學問的孩子，你問他為什麼要讀書？他們會說：「我要作聖人，讀書志在聖賢。」老師給孩子們規定每天早上七點要讀誦弟子規，所以孩子們都是六點半就起床，從而養成了孩子們早起的好習慣。有個孩子在過年時睡得比較晚，他的母親唯恐他睡眠不足，就把鬧鐘調慢一個小時。結果孩子早上醒過來，一看鬧鐘才五點多，所以又繼續睡。後來覺得有問題，因為人都有生理時鐘，因此，他就走出來，一看快八點了，孩子就放聲大哭，說為何都快八點了還不叫我起床讀弟子規？孩子從小養成良好的習慣，而且這還包含了他對老師的恭敬，他對自己言語的承諾，不敢忘失。雖然孩子少睡一點，但是卻形成了有規律的生活方式，甚至於是對老師恭敬、對學問恭敬的態度。

掌握機會 家長、老師配合教導（◎註：磨蹭——延宕時間）

有一個孩子早上刷牙洗臉的時候，在那裡磨磨蹭蹭耽擱時間◎他母親

看他這樣繼續下去，一定會遲到，可是還是按兵不動，到學校確實遲到了。由於兒子遲到了，而沒有趕上參加升旗儀式，這位媽媽就想，孩子一定會被老師批評。中午的時候，孩子回到家裡，一看孩子的臉上沒有任何慚愧，就警覺到老師沒有處罰、沒有批評他。當天下午，母親就打電話給老師，跟老師說到：「我兒子今天遲到了。」老師一聽完，立刻對家長說：「沒關係！沒關係！」母親就回答說：「怎麼會沒關係？很有關係！孩子遲到，假如不馬上跟他講，他就養成壞習慣。」這位老師說：「我還以為妳打電話來是要跟老師解釋孩子為什麼遲到。」接著家長就跟老師說：「請你要好好批評、處罰他，讓他有所警覺。」結果老師回答：「這年代還有家長來討批評、來討處罰的，已經不多見了。」老師一邊笑也答應說：「好好好，我下午一定好好批評他。」

下午放學，這個孩子一進到家裡，立刻去找鬧鐘。為什麼要找鬧鐘？明天不能遲到。孩子把時間調到六點半，心裡才安心。母親一看，就走過來跟孩子講：「你現在調到六點半，等一會兒吃飯的時候，鬧鐘就響了；你要吃完飯，等過了六點半以後再去調整，明天早上就會響，因為鬧鐘是

十二個小時，一天有兩個六點半。」孩子不但受到了教育，而且也學到了調鬧鐘的技巧，從此以後他都是自己起床，自己安排時間，再也沒有遲到。而且他無論走到哪裡，都會帶著自己的小鬧鐘。所以，在教育當中，慎於始很重要，他第一次犯錯就能糾正他，他終身受益，我們對於孩子珍惜時間也要掌握機會來教導。

人生最重要的是把握時間學習聖賢教誨

我到海口住了四個多月，有一個很深的體會，人生有一個遺憾，就是當你覺得有很多事很重要必須做，但是卻沒有能力去做，此時你就會非常懊悔與痛苦。當我們有機會推廣中國文化來利益眾人的時候，回過頭看，自己從前的人生沒有好好利用，能力又不足，又幫不上忙，這個時候心中就很難受。好像看到一個人快溺死了，你卻不會游泳，無法救他。當看到孩子必須要好好的教導，這時我們卻沒有學問、沒有智慧，那將是人生最大的遺憾。所以，我們不要讓人生有這樣的遺憾產生，要趕快積極努力提升自己的智慧。只要有了智慧，人生的問題都可以迎刃而解。

人生第一要事不是賺錢，而是開智慧，增長智慧。沒有智慧，人生就

會錯失良機，光是收拾這些錯誤的抉擇，就消耗自己大半載的人生。因此，生涯規劃的第一件事就是學習，要成長，要長智慧。我們來看看一個人大學畢業以後，是比學生時代用功還是不用功？很多人是大學畢業就跟書本說拜拜了。其實，人生很多的本事，出了社會才是真正學習歷練的時候，可是我們的態度卻是停止學習，難怪人生愈走愈沉重。為什麼如此多的事，都不如我們所想像的，而且又不知道如何解決，每天借酒消愁，愁更愁，醒過來還是要解決。人生要有所取捨，要趕快用更多的時間來跟聖賢人學習。

應當如何珍惜時間

我們的事業也要有短期、中期、長期的目標，這樣才會知道每一步如何跨過去，如何運用。有個實驗結果表明，人們百分之五十的煩惱是煩惱未來，百分之四十的煩惱是煩惱過去，只有百分之十是為當下。研究人員叫所有參加實驗的人，把他現前所煩惱的事寫下來，然後放進抽屜。一個星期以後，他們又來上課。研究人員說：「來，你們現在把上週煩惱的事拿出來。」他們一看，百分之九十的人都認為是不需要煩惱的。研究人員

說：「好，再放回去。」又過了兩週，研究人員再叫他們拿出來，他們一看，全部都不需要煩惱了。中國有一句成語叫「杞人憂天」，這就消耗我們很多的時間跟金錢，所以我們應該要努力的是增長智慧，用智慧抉擇，人生才會少走冤枉路。

●孩子容易發脾氣 怎麼辦

孩子容易發脾氣是結果 原因在哪裡

人會生氣、發怒，這是結果，我們要把生氣、發怒的因找出來，才能對症下藥。人在哪些情況下會發怒？別人對自己怠慢、傲慢時，或自己對別人沒有恭敬心，看人不順眼，脾氣就來了。所以，**要讓孩子不瞋不怒，從小就要長養孩子的恭敬心。**我們看到古代聖哲人，對自己的長輩都畢恭畢敬，哪有可能發脾氣！

還有一個原因會讓人憤怒、瞋恨，就是嫉妒心。嫉妒心就是見不得別人比自己好，當見到別人比自己好的時候，就會憤怒、瞋恨別人，這個根源也是從小沒有擴寬孩子的心量而造成的，所以從小長養孩子的恭敬心、拓寬孩子的心胸十分重要。

一個不貪心的孩子，他不會有「別人有，我沒有」的心態，當然就不容易生氣。一個懂得禮讓的孩子，也不容易發脾氣，還會得到長者特別的疼愛，因為他很懂事。

為什麼現在的孩子容易發脾氣？因為我們幫他做事做得太多了，他也都視為理所當然，當我們沒有做好，他立刻就會發脾氣。有個孩子十幾歲，媽媽每天都幫他灌好水壺，讓他帶去學校喝，數十年如一日。突然有一天幫他裝水稍微晚了一點，他接過水壺之後，對媽媽很凶說：「我遲到都是妳害的，這麼慢！」自己該做的事沒做，別人為他做，他都視為理所當然，沒有感恩心。所以，父母要謹慎，你給他太多財物，他從小就奢侈，覺得長輩給他錢是應該的，因此，你時時滿足他無窮的欲望，到時就麻煩了。

發怒會有什麼結果

發怒會有什麼結果？佛法講：「一念瞋心起，火燒功德林」，一發脾氣，所有的修行都一把火燒光了。發怒後要幾天才能平復過來？三天。「一念瞋心起，百萬障門開」，不只是對自己有不好的影響，對他人也會

造成不良的影響。

有個父親，他的孩子脾氣很不好，他就跟孩子講：「你每次發脾氣，就到後院那根木柱子上面釘上一個釘子。」這個兒子一發脾氣就釘一個釘子，釘了一個星期左右，孩子一看，密密麻麻的釘子在上面，突然才警覺到：「我的脾氣原來這麼不好！」慢慢就懂得觀心為要，時時看看自己的心是不是又瞋恚了，由於這樣的敏感度，他發脾氣的情況慢慢減少了，後來終於不發脾氣了。他的父親又跟他說：「你只要今天不發脾氣，就到後面的木柱上拔一個釘子出來。」就這樣一天一天把釘子拔掉，拔完的那一天他很高興，就跟父親說：「釘子我都拔完了。」父親帶著他到後院去看，告訴他：「你雖然已經把釘子都拔完了，但是這根木柱能不能恢復到原來的樣子？」不可能，已經千瘡百孔了。

俗話說：「利刃割體痕易合，惡語傷人恨難消。」我們用刀子在上劃一下，只要一、兩個星期就能修復；當我們用很尖銳的言語對待他人，他那個傷痛可能一輩子都無法平息。有沒有聽過因為被別人罵而去自殺的？有！所以，惡毒的言語有時比刀劍更鋒利。因此，父親告訴他，雖然

你現在不發脾氣了，但是你以前所發的脾氣，已經傷了很多人的心，造成你人際關係上很多的障礙。瞋恚、發怒對自己、對他人都不利，這種自他都不受益的事，是否還要繼續做？當然不能再做。知道不能做，就要想辦法來對治。

如何對治瞋恚、怒氣

如何對治瞋恚、怒氣？我在一些地方講學，聽課的人大部份不是佛教徒，有的人就說：去買東西，大買特買讓情緒舒緩一點；不然就拼命吃東西；或是打電話給朋友傾訴一下。我跟他們講，你打電話向人家傾訴，你自己是舒服多了，但是你等於把垃圾倒給別人。生氣就買很多東西來吃，而買的這些是不是垃圾食物？這對健康很不利。其實買完會更苦，因為還要花錢。而最好的方法就是一句佛號，怒氣一起，趕快念阿彌陀佛，觀想佛光照耀，就不會再發脾氣了。

我們深入中國文字，不得不佩服老祖宗的智慧。「怒」這個字是會意字，「心」跟「奴」，表示發脾氣的時候，心就是習氣的奴隸。我們怎麼可以當習氣的奴隸，豈不是糟蹋了自己！所以，對治瞋恚的方法，是轉

「怒」為「恕」，這兩個字差別大不大？只要把怒的邊邊角角削掉就變為恕，上面一個「如」，下面一個「心」，如其心。人同此心，心同此理，「先人不善，不識道德，無有語者，殊無怪也」，我們要包容他，因為他沒有遇到善知識，我們有包容寬恕的心，就能轉「怒」為「恕」，轉憤怒為慈悲。

◎孩子傲慢怎麼辦

傲慢是結果 原因在哪裡

孩子的傲慢從哪裡學來的？有的家長在教育孩子時會說：「這個世界上，你爸爸最聰明。」真有這種人。長輩在孩子的面前講這樣的話，孩子學到了什麼？傲慢。有個小女孩學了些英文，她奶奶帶她到長輩的面前，就開始說：「我這個孫女很厲害，可以講英文給你們聽。」小女孩就用英語回答了奶奶好幾個單字的提問，突然小女孩問奶奶說：「奶奶！那書本的英文怎麼說？」奶奶說：「我怎麼會知道？」結果小女孩說：「奶奶！你怎麼這麼白癡！」你看，學知識、學技能而沒有學德行，則知識愈高就愈瞧不起大人。還有很多三、四年級的孩子回到家裡問媽媽一些科學常

識，可是媽媽不知道，他就跟媽媽說：「你怎麼連這個都不懂。」

德行是做人的根本，要從小先紮好孩子德行的根，孩子長大之後才不會傲慢。我們為人父母警覺性要很高，不能無形中增長了孩子的傲慢。很多人都說孩子就是要好好地誇，但是誇獎孩子不能沒有原則，誇獎孩子能長養他的德行，就能成就一個孩子；若是誇獎孩子反而長養他的傲慢習氣，就是害了他。誇獎就像一把刀，你用對了，它可以幫你切很多東西；用錯了，傷了自己又傷害了別人。因為當一個孩子傲慢的時候，他就會傷害別人，也會讓人家無地自容。

好話聽多了 長傲慢

我在澳洲求學時，曾經遇到一位二十四、五歲的年輕人，我跟他一見如故，我很高興地對他說：「你這麼年輕，就知道來學習聖賢學問，真不簡單！」我們雖然還不認識，但自己掩不住內心的高興，而大大的讚揚了他一番。我們學習一週之後，我看到他有一些行為應該修正，我就去勸導他，我的態度很好，「怡吾色，柔吾聲」。結果我剛一講，他的臉立刻就變了，我馬上把話收回來。因為每個長輩看到他都說：「真了不起，現在

就知道學習聖賢學問。」誇到最後，好話聽多了，一聽到批評的話，立刻就受不了！

因此，稱讚人要針對他的德行，而德行的標準在哪裡？最簡單的標準和綱領就是弟子規。當他對父母非常盡心盡力，你可以告訴他：「你孝順父母，就是懂得報父母之恩」，因為孝順跟一個人的性德相應，所以他孝順父母而受到稱讚，那他會更加孝順父母。當你走到他的房間，各種東西都擺放得很整齊，這是對於物的恭敬心，你就可以告訴他：「你能如是擺放，我們一看都會賞心悅目，相信你平常在生活中，一定是有條不紊。」你針對他的德行去稱讚，他會更自我要求去提升。所以，誇獎也是學問，要循著德行去讚歎，才不會有副作用。

從小要注意引導

有個母親帶著小女孩上街買東西，遇到了一個朋友，這個朋友就跟小女孩說：「妳怎麼還沒去上學讀書？」小女孩很小，不懂得讀書是什麼，於是就問她媽媽：「媽媽！讀書是要做什麼？」結果這位長輩就立刻跟她說：「讀書可以賺大錢！」現在有這種價值觀的人，佔很大的比例。我們

要慎於始，這位母親立刻掌握住這個機會點，跟她的朋友稍微用眼光打了一下招呼，請她不要繼續說下去，然後她跟女兒說：「讀書最重要的是要學本事，我們有了本事，就可以幫助別人，在社會上有所貢獻。」

講學本事很抽象，孩子還小聽不懂，這位媽媽就馬上拿起剛剛在超市買的一包饅頭對女兒說：「就像剛剛那個做饅頭的叔叔，因為他有做饅頭的本事，就可以幫我們做饅頭，所以我們要感謝他，可是我們感謝叔叔，能不能把妳的玩具熊送給叔叔？還是把妳的小汽車送給叔叔？這些叔叔都不要。所以，我們拿一些錢來感謝叔叔，叔叔可以用這些錢去購買他所需要的東西。」媽媽藉由這個機會引導孩子，學習的目的在增長本事，以便服務他人；當孩子從小就有這種態度，她長大後就不容易傲慢。

當孩子從小懂得人與人之間要互相幫忙，這個態度一形成，她長大之後，在面對各行各業的人，就會尊敬、感謝。若從小認為讀書學本事的目的是在賺大錢，那以後她看待各行各業的人，都會用錢的觀念來做為衡量的標準，就會輕慢很多行業的人。所以，學問在存心，心偏頗了，就跟道德、學問背道而馳。

◎ 兄弟姐妹不和睦 怎麼辦 平等對待賞罰分明

俗話說：「四海之內，皆兄弟也。」我們在中國講課，面對的都是獨生子女，所以我們做進一步引導，堂兄弟、表兄弟都是我們的兄弟姐妹。我們會畫圖給孩子們看，就像一棵大樹，有很多分枝，你可能在這裡，另外一個同學可能在這裡，但是往下是同一個祖先，都是同一個根出來的。我們中國人都是炎黃子孫，所有的同學、所有的國人都應該互相愛護、互相尊重，不生分別心，這樣老祖宗才會歡喜。

天為父，地為母，所有的生靈、萬物都是因為有大地的滋養才能生長，我們生存在同一個大地，所以我們有同一個母親。我們面對所有的人類，甚至於所有的眾生，都應該愛護，這才是盡了孝道、盡了悌，才是兄弟弟恭。

家庭如何達到和睦？必須建立在平等對待當中。假如待遇不平等，人心就不平，不平就會有對立衝突。現在一個小家庭，只有兩個人、或三個人，有沒有衝突？兩、三個人就有衝突，古代幾百個人住在一起都能傳十

多世，還相安無事。他們到底是用什麼心境，讓幾百人的大家族能和睦相處？

在明代，有個大臣叫鄭濂，他們家族七代同堂，有一千口人住在一起。皇帝很佩服他，居然能維繫一千個人在一起相處得很好，所以就頒給他一個匾額，叫「天下第一家」。另外皇帝還拿了兩個大水梨給他，並且派錦衣衛跟在後面，看看他怎麼把兩個大水梨分給一千個人。鄭濂回去，不慌不忙，拿了兩個大水缸，把這兩個大水梨打碎，讓水梨汁流到水缸裡，然後讓每個人喝一碗，大家都覺得非常公平。能這麼公平理家，子孫對你就會肅然起敬，所以平等是治家第一要訣。

達成共識 方法得當

如果兄弟姐妹出現不和睦的狀況，我們不要去說誰對誰錯，等到吃完晚餐，晚上七點半，大家都坐好，把弟子規念五遍。這樣不但能消除彼此之間的矛盾、怨氣，而且也是大家互相學習的最好機會。當弟弟表現出友愛的行為，我們立刻鼓勵他；當弟弟又對姐姐無禮，我們就要馬上用弟子規的經文來引導弟弟。所以，兄弟姐妹之間，能用弟子規來互相勉勵，一

定會家和萬事興。

結語

中國文化有兩個根基，一是孝道——孝道最重要是要懂得念恩，懂得孝順父母，所謂「慎終追遠，民德歸厚」。孝心生不起來，德行也長不了，因為「少成若天性，習慣成自然」，所以中國的教育是「禁於未發之謂豫」，重視預防。另一個根基是師道，而師道所代表的精髓，是一個人的本善、恭敬心，孝、敬能開一個人無量的德行。俗話說：「百善孝為先」，這句話有兩個意思，第一是孝為百善之首，第二是孝開了，百善自然就開了。

現在家庭教育沒有了，學校教育也有了嚴重問題。學校教育是建立在家庭教育的基礎上；換言之，老師能否把學生教好，專看學生家長對老師的態度。做父母的不尊重學校老師，學生怎麼會看得起老師？所以，縱然有好老師想教，也困難重重。

「敬老尊賢，孝親尊師」是中華民族的美德，中國古老的祖先們以這個理念代代相傳，教導下一代，至少有三千年以上的歷史。幾千年來，聖

哲們的成就都是母親紮的根，所以教育的根在家庭。教導孩子是世間最偉大的任務，也是最艱難的使命，因此，父母跟老師都要以身作則，這是最重要的。天下的安危操之在父母的手中，下一代有沒有前途，能否超過這一代，這個權掌握在做父母的手上。因此，父母是小孩第一任老師，要教孩子離苦得樂，一定要把孝敬的根紮好。

【幸福錦囊集 終】

【參考資料】

- ◎辭彙：文化圖書公司印行。
- ◎康熙字典：啓業書局印行。
- ◎佛光大辭典：佛光山印行。

補闕真言

南無喝囉怛那 哆囉夜耶 佉囉佉囉 俱住俱住 摩囉摩囉 虎囉吽
賀賀 蘇怛拏吽 潑抹拏 娑婆訶

懺悔偈

(罪從心起將心懺 心若滅時罪亦亡 心亡罪滅兩俱空 是則名為真懺悔)

我昔所造諸惡業 皆由無始貪瞋痴
從身語意之所生 一切我今皆懺悔

懺悔文

(●源錄——八十八佛洪名寶懺 大乘金剛般若寶懺)

弟子○○○至心懺悔 自從無始至於今日 未識佛時 未聞法時 未遇僧時
不知善惡 不信因果·遇不善緣 近惡知識 動身口意 無惡不為·身業不善 行
殺 盜 淫·口業不善 妄言 綺語 惡口 兩舌·意業不善 起貪 嗔 癡·殺
父 殺母 殺阿羅漢 破和合僧 出佛身血·焚燒塔寺 誹謗大乘 侵損常住 汗
梵誣僧 犯諸禁戒 作不律儀 自作教他 見聞隨喜 如是等罪 無量無邊·今日
披陳 發露懺悔·惟願三寶 同賜哀憐 令我罪根 一念霜融 悉皆清淨·

三皈依

自皈依佛 當願眾生 體解大道 發無上心
 自皈依法 當願眾生 深入經藏 智慧如海
 自皈依僧 當願眾生 統理大眾 一切無礙 和南聖眾

回向

（回向—須從自心發出真實成佛願、行，至誠懇切，普願一切眾生同生西方極樂世界，而我心無所執，如是清淨心，等如虛空，是名回向。）

諸佛正法賢聖僧 菩提道中我皈依
 以我所修諸福德 為利眾生願成佛

回向

（回向之意義—回小向大、回迷向悟、回事向理、回凡向聖）

願以此念經咒功德 恭請十方三世一切佛菩薩 三寶正法脈傳承祖師 龍天護法加持 正
 知 正信 具格 具德上師 佛法僧三寶恆住世 法輪常轉 有情無情 同圓種智·普為
 ○○○（所要迴向的一切對象）及其累世怨親債主 生生世世父母師長 歷代祖先 法界
 眾生皆能信受正法三寶 每個當下清淨佛心相續 往生西方淨土 得生善處·一切災障化
 為塵 一切火焰化紅蓮·一切怨結 邪氣 魔障 病障皆消除·我與法界眾生具足願行善
 提心 並等證十方三世一切佛悲智願行力 一切皆清淨 眾生皆成佛· 南無阿彌陀佛！

慈雲懺主晨朝十念法

宋·遵式（慈雲懺主）法師

十念門者 每日清晨服飾已後 面西正立 合掌連聲 稱阿彌陀佛 盡一氣為一念 如是十氣 名為十念。但隨氣長短不限佛數 唯長唯久 氣急為度。其佛聲不高不低 不緩不急 調停得中。如此十氣連屬不斷 意在令心不散 專精為攻 故名此為十念者 顯是藉氣束心也。作此念已 發願回向云：

我弟子某甲（唸自己姓名） 一心皈命 極樂世界 阿彌陀佛。
願以淨光照我 慈誓攝我。我今正念 稱如來名 經十念頃 為菩提道
求生淨土。佛昔本誓 若有眾生 欲生我國 志心信樂 乃至十念 若不
生者 不取正覺。唯除五逆誹謗正法 我今自憶 此生已來不造逆罪 不
謗大乘 願此十念 得入如來大誓海中。承佛慈力 眾罪消滅 淨因增長
。若臨欲命終 自知時至。身不病苦 心無貪戀 心不散倒 如入禪定。
佛及聖眾 手執金臺 來迎接我 如一念頃 生極樂國。華開見佛 即聞
佛乘 頓開佛慧。廣度眾生 滿菩提願。

般若波羅蜜多心經

（為十方三世一切佛、成佛之心要、字字真空妙心、達契實相，能除九界生死之苦，證佛果—每日早晚各21或108遍倍數）

觀自在菩薩行深般若波羅蜜多時照見五蘊皆空度一切苦厄舍

利子色不異空空不異色色即是空空即是色受想行識亦復

如是舍利子是諸法空相不生不滅不垢不淨不增不減是故

空中無色無受想行識無眼耳鼻舌身意無色聲香味觸法無眼界

乃至無意識界無無明亦無無明盡乃至無老死亦無老死盡

無苦集滅道無智亦無得無以無所得故菩提薩埵依般若波羅蜜多

故心無罣礙無罣礙故無有恐怖遠離顛倒夢想究竟涅槃三世

世諸佛依般若波羅蜜多故得阿耨多羅三藐三菩提故知般若波羅

蜜多是大神咒是大明咒是無上咒是無等等咒能除一切苦

真實不虛故說般若波羅蜜咒即說咒曰揭諦揭諦波羅揭諦

波羅僧揭諦菩提娑婆訶

大悲咒

(心誠每日持21或108遍倍數之咒—當生諸佛國、具足無量三昧辯才、善求皆滿願、治一切病)

蘇	囉	罰	醯	薩	南	但	提	南
嚧	舍	闍	摩	婆	無	那	薩	無
耶	耶	耶	盧	薩	那	那	埤	喝
菩	呼	帝	迦	哆	囉	寫	婆	囉
提	盧	帝	帝	那	謹	南	耶	怛
夜	呼	陀	醯	摩	墀	無	摩	那
菩	盧	囉	唎	婆	伊	悉	訶	哆
提	摩	囉	馱	薩	囉	吉	薩	囉
夜	囉	囉	孕	多	摩	栗	埤	夜
菩	呼	地	俱	夷	訶	埤	耶	耶
馱	盧	唎	盧	醯	那	伊	南	南
夜	呼	尼	俱	唎	摩	蒙	無	阿
菩	盧	室	盧	摩	婆	阿	阿	唎
馱	醯	佛	羯	訶	伽	唎	唎	耶
夜	利	囉	蒙	菩	摩	耶	尼	耶
菩	娑	遮	度	提	罰	婆	迦	婆
彌	囉	囉	盧	薩	特	阿	耶	盧
帝	娑	佛	度	埤	豆	他	帝	羯
唎	囉	囉	盧	薩	恒	豆	帝	帝
夜	囉	舍	囉	婆	姪	輸	帝	帝
那	悉	罰	摩	薩	他	朋	室	燦
囉	唎	沙	摩	婆	喻	阿	佛	鉢
謹	唎	罰	耶	婆	喻	逝	囉	囉
墀	唎	參	帝	摩	阿	孕	罰	耶
地	蘇	佛	摩	囉	婆	盧	曳	耶
嚧	嚧	囉	訶	囉	囉	囉	數	菩

心經 大悲咒 十小咒

四六五

利瑟尼那 波夜摩那 娑婆訶 悉陀夜 娑婆訶 摩訶悉陀夜 娑婆訶

訶 悉陀喻藝 室幡囉耶 娑婆訶 那囉謹墀 娑婆訶 摩囉那囉

娑婆訶 悉囉僧 阿穆佉耶 娑婆訶 娑婆摩訶 阿悉陀夜 娑婆訶

者吉囉 阿悉陀夜 娑婆訶 波陀摩羯 悉哆夜 娑婆訶 南無喝囉怛那

墀 幡伽囉耶 娑婆訶 娑婆利 勝羯囉夜 娑婆訶 南無喝囉怛那

哆囉夜耶 南無阿唎耶 娑婆訶 婆羅吉帝 爍幡囉耶 娑婆訶 喻 悉殿

都 漫哆囉 跋馱耶 娑婆訶 娑婆訶 娑婆訶 娑婆訶 娑婆訶 娑婆訶 娑婆訶

如意寶輪王陀羅尼 (心誠每日持21或108遍倍數之咒一具足佛智、轉煩惱為菩提)

南無佛陀耶 南無達摩耶 南無僧伽耶 南無觀自在菩薩摩訶薩 具

大悲心者 怛姪他 喻 斫羯囉伐底 震多末尼 摩訶鉢蹬 嚕嚕

嚕嚕 底瑟吒 簫囉阿羯利 沙夜吽 發莎訶 喻 鉢躡摩 震多末

尼 簫囉吽 喻 跋喇陀 鉢亶謎吽

消災吉祥神咒

(心誠每日持21或108遍倍數之咒，消除災難而吉至)

曩謨三滿哆 母馱喃 阿鉢囉底 賀多舍娑曩喃 怛姪他 唵 佉佉

底瑟姪 底瑟姪 瑟致哩 瑟致哩 娑發吒 娑發吒 扇底迦 室哩

曳 娑嚩訶 (註：佉佉—文殊大士眷屬 佉佉—普賢大士眷屬)

功德寶山神咒 (心誠每日持21或108遍倍數之咒—如禮大佛，臨終至佛淨土)

功德寶山神咒

(心誠每日持21或108遍倍數之咒—如禮大佛，臨終至佛淨土)

南無佛陀耶 南無達摩耶 南無僧伽耶 唵 悉帝護嚕嚕 悉都嚕

只利波吉利婆 悉達哩 布嚕哩 娑婆訶

準提神咒

(心誠每日持21或108遍倍數之咒—可具足善財、健康、正當事業，滿一切善願)

稽首皈依蘇悉帝 頭面頂禮七俱胝

我今稱讚大準提 惟願慈悲垂加護

南無颯哆喃 三藐三菩提 俱胝喃 怛姪他 唵 折戾主戾 準提

心經 大悲咒 十小咒

四六七

娑婆訶

聖無量壽決定光明王陀羅尼

(心誠每日持21或108遍倍數之咒—可消除短命夭折、增壽吉祥—)

唵 捺摩巴葛瓦帝 阿巴囉密杳 阿優哩阿納 蘇必你 實執杳 牒

左囉宰也 怛塔唎達也 阿囉訶帝 三藥三不達也 怛你也塔 唵

薩哩巴 桑斯葛哩 叭哩述杳 達囉馬帝 唎唎瓦哩 娑訶 桑馬兀唎帝 莎

巴瓦 比述帝 馬喝捺也 叭哩瓦哩 娑訶

藥師灌頂真言

(心誠每日持21或108遍倍數之咒—具足成辦藥師佛之悲願—)

南無薄伽伐帝 鞞殺社 寔嚕薜瑠璃 鉢喇婆 喝囉闍也 怛他揭多

也 阿囉喝帝 三藐三勃陀耶 怛姪他 唵 鞞殺逝 鞞殺逝 鞞殺

社 三沒揭帝 莎訶

觀音靈感真言

(心誠每日持21或108遍倍數之咒—可如可契觀世音悲心—)

唵 嘛呢叭彌吽 麻葛倪牙納 積都特巴達 積特些納 微達哩葛

薩而幹而塔 卜哩悉塔葛 納補囉納 納卜哩 丟忒班納 唵麻噶吉
說囉耶莎訶

七佛滅罪真言

(心誠每日持21或108遍倍數之咒—可除四重五逆、過去重罪情寃、孽緣之業)

離婆離婆帝 求訶求訶帝 陀羅尼帝 尼訶囉帝 毘黎你帝 摩訶伽
帝 真陵乾帝 莎婆訶

往生淨土神咒

(心誠每日持21或108遍倍數之咒—可消災、滅罪、超度亡者至西方淨土)

南無阿彌多婆夜 哆他伽多夜 哆地夜他 阿彌利都 婆毗 阿彌利
哆 悉耽婆毗 阿彌利哆 毗迦蘭諦 阿彌利哆 毗迦蘭多 伽彌膩
伽伽那 枳多迦利 娑婆訶

善女天咒

(心誠每日持21或108遍倍數之咒—早日修成金光明三昧、轉三障速証菩提)

南無佛陀 南無達摩 南無僧伽 南無室利摩訶提鼻耶 怛你也他
波利富樓那 遮利三曼陀 達舍尼 摩訶毗訶羅伽帝 三曼陀 毗尼

心經 大悲咒 十小咒

四六九

伽帝カチ 摩訶迦利野マカカリノ 波爾ハル 波囉ハラ 波爾ハル 薩利縛栗他サリハル 三曼陀サンマンダ 休鉢シュハツ
 黎帝カチ 富隸那フクリナ 阿利那アリナ 達摩帝タマミ 摩訶毗鼓畢帝マカヒクヒ 摩訶彌勒帝マカミレ 婁簸ルハ
 僧祇帝ソウキチ 醯帝シ 徒僧祇トソウキ 醯帝シ 三曼陀サンマンダ 阿他阿菟アタアツ 陀羅尼タラニ (●註：縛—康
 熙字典，注音「ㄉ」，咒音「ㄉ」)

●解毒神咒

(釋迦佛應世初期，外道常在水與食物中下毒，佛即傳此咒。唸者，中毒即止。今時〈民國九十二年農曆四月十五日〉中台禪寺上惟下覺老和尚在法會中，因應SARS之緣，心誠每日早晚各108遍之倍數)

三鉢囉佉多サンハツラフタ

●飲水前與飲食前各唸3遍

●迴向：願一切眾生皆免疫、免毒，皆成佛

●解冤咒

(三寶僧眾道場，晚課中當日持念—凡緣遇他人對吾：毀謗、成見、誤解、不和、嫉妒、欺壓、孽緣等，皆可念此咒，心誠則契—每日早晚各108遍之倍數)

唵オン 三陀囉サンダラ 伽陀娑訶カダサカ

●迴向：弟子○○○願念此解冤咒，蒙十方三世一切佛菩薩加持，弟子○○○與○○○（所要迴向之一切對象）之過去、現在、未來惡因、惡緣皆消除，並轉化為善因、善果、善緣、佛緣，一切皆清淨，眾生皆成佛。

●虛空藏菩薩咒

（心誠每日早晚21或108遍倍數之咒—具諸三昧、加強記憶力，懺罪滿善願）

阿彌 邏闍鞞鈴 浮娑闍鞞耶 婆奈闍鞞 博廁 娑迷 波吒 邏闍
 鞞 他奈婆邏鞞 薩多邏伽 邏泥 休磨 休磨 摩訶伽樓尼迦 娑
 婆訶

●地藏菩薩滅定業真言

（心誠每日早晚持念108遍之倍數—拔三障苦，施三德樂，除罪具智証佛果）

唵 鉢囉 末隣 陀寧 娑婆訶

●金剛心陀羅尼

唵 烏倫尼 娑訶

天台智者大師觀心誦經法（緇門警訓卷第八）

夫欲念經滅罪・第一先須盥漱整威儀 別座跏趺而坐・

第二入觀所坐之座高廣嚴好・次觀座下皆有天龍八部 四眾圍繞聽法・次須
運心作觀——觀我能為法師傳佛正教 為四眾說想所出聲 非但此一席眾 乃至十
方皆得聽受 名為假觀・

次觀能說之人所念之經 何者是經 為經卷 是為紙墨 是為標軸 是誦者
為當心念 是口念 是為齟齬和合而出？為有我身 為無我身 誰是念者？觀此
四眾 為是實有 為後想生 四眾非有 推尋畢竟無有我 能念者是名空觀・雖
無所念之經 而有經卷紙墨文字・雖無能念之人 而有我身為四眾宣念・雖非內
外不離內外 雖非經卷不離經卷 雖非心口不出心口 從始至終必無差謬 名不
可思議・能作此解能作此觀 名為三觀・於一念得不前不後 三觀宛然 雖無施
者而有法施 雖無受者四眾宛然 雖無法座登座宣說 非一二三而一二三 名為

法施檀波羅蜜・專心執持無諸遮礙 名為持戒・忍耐惡覺 名聞財利皆不能惱
 名之為忍・一心不息 從始至終無有慚愧 名為精進・專念此經無有愛味 名之
 為禪・分別無謬^{口天} 序 正 流通無不諦^{之天}了 字句分明 名為般若^{乃天}・是名六波羅蜜
 具足・自行此法名之為實 傳授外人名之為權 若從生至老一生已辦 以此成功
 德・於無始心名為正因種子 若有心觀名為了因 高座四眾說授因緣 名為緣因
 三因具足・若觀未明但是性德・研之不已觀心相應^之 名托聖胎 以胎業成就
 名為修德・中間四十二位亦名性修 至於極果名為種智・伊字三點不縱不橫 名
 大涅槃^{之天} 名到彼岸 名第一義空平等大慧 是名念經正觀・三世諸佛無不從此而
 生 信者可施 無問莫說・
 第三流通者 若自調自度 不名為慈 見苦不救 不名為悲 既修正觀現前
 復應莊嚴法界 所念經竟 出觀之後 以此道觀功德 已登正覺之者 願度眾
 生入位之人 悉登上地・未入位者即運慈悲二法 願未來世成等正覺也・

印光大師開示

無論在家出家 必須上敬下和 忍人所不能忍 行人所不能
行 代人之勞 成人之美·靜坐常思己過 閒談不論人非 行住
坐臥 穿衣吃飯 從朝至暮 從暮至朝 一句佛號 不令間斷·
或小聲念 或默念 除念佛外 不起別念·若或妄念一起 當下
就要教它消滅 常生慚愧心及懺悔心·縱有修持 總覺我工夫很
淺 不自矜誇 只管自家 不管人家 只看好樣子 不看壞樣子
看一切都是菩薩 唯我一人實是凡夫·果能依我所說修行
決定可生西方極樂世界·

南無阿彌陀佛

印光大師 十念記數法

當念佛時 從一句至十句 須念得分明 仍須記得分明。至十句已 又須從一句至十句念 不可二十三十 隨念隨記。不可掐珠 唯憑心記 若十句直記為難 或分為兩氣。則從一至五 從六至十。若又費力 當從一至三 從四至六 從七至十 作三氣念。念得清楚 記得清楚 聽得清楚 妄念無處著腳 一心不亂 久當自得耳。須知此之十念與晨朝十念 攝妄則同 用功大異。晨朝十念 僅一口氣為一念 不論佛數多少 此以一句佛為一念 彼唯晨朝十念則可。若二十三十 則傷氣成病。此則念一句佛 心知一句 念十句佛 心知十句。從一至十 從一至十 縱日念數萬 皆如是記 不但去妄 最能養神。隨快隨慢 了無_之滯礙 從朝至暮 無不相宜。

淨戒十益

月燈三昧經·卷六

一者滿足一切智·
二者如佛所學而學·

三者智者不毀·
四者不退誓願·

五者安住於行·
六者棄捨生死·

七者慕樂涅槃·
八者得無纏心·

九者得勝三昧·
十者不乏信財·

尺牘（信札）規範

輩		長				
俗	僧					
老大老長 居師士者	大吾師住法大老長和翁公恩師 德師尊持師師老尚人師父	法	上	稱呼	開	
用		通				
蓮澄清法淨慧  覽 鑒	講紺佛 席目眼	仁尊慈  座鑒		稱呼	首	
		跪 恭 祇 敬  頌 叩 頌 請		稱呼	結	
法喜無量	智慧圓滿	得大自在	慈航普渡	福慧無量	法化無疆	
				尊安	慈安	
	用	通	僧			
	末學 敬上	晚學 敬稟	侍學 稽首	弟子  跪白	徒 頂禮 和南	自署

尺牘（信札）規範

四七七

(封 信)

○
○
○

學 同 居 法
長 學 士 師

法 淨 道 安 慈 尊

敬 啓
緘 緘

(片 信 明)

○
○
○

(平輩) (長輩)

淨 慈
收

輩 平	
同學戒禪蓮道師居開 學長兄兄兄兄士士	
如 蓮 蓮 晤 席 右	
即 此 即 順 頌 祝 請 頌	
淨學修法法道淨法慧禪 喜充 祺 滿喜綏 安	
輩 晚	輩 平
具 啓 字 手 書	兄 弟 學 後 慚 弟 學 弟 愧
	合 敬 謹 合 十 啓 掌

尺牘(信札)規範

四七八

妙音印經會

●宗旨：承紹如來家業 毛端現寶王刹 塵轉無上法輪 共入毘盧性海。

●方法：郵政劃撥帳號 19842911 戶名：劉明印（釋見海）

●說明：①約每二個月（偶數月底）募款助印及付梓經書（以大藏經為主）

②擬請經書者 可聯絡電話：〇九六三—〇五三〇七〇

③共發菩提心 同結無生緣—感緣隨喜 收到助印經費 俟經書出時

依「通信欄」註明本數及「功德芳名錄」而郵寄。

④累積功福二資糧 普結衆生淨法緣—勸人一世以口 勸人百世以書。

●預印經書（一〇二至四月）：

①五戒表解等（25 K本）

②無常經等（50 K本）

淨財入妙音 功德歸十方 解行具正見 衆生皆成佛



མི་གཞི་ལུ་རྩ་རྒྱལ་ལ་འདི་དཔེ་ཚམས་ནང་དུ་བཞག་ན་དཔེ་ཚམས་དེ་གི་འདུང་
བཞོམས་ཀྱང་ཉེས་པ་མི་འབྱུང་བར་འཇམ་དཔལ་རྩ་རྒྱུད་ལས་གསུངས་སོ།།
書籍中設置此二十六梵字，任何逾越及失誤皆不生效
—《文殊根本續》所宣說

普為出資印贈及讀誦受持
展轉流通者回向偈曰：

願以此功德 消除宿現業

增長諸福慧 圓成勝善根

所有刀兵劫 及與饑饉等

悉皆盡除滅 國泰民康寧

出資印贈者 誦持流通者

現眷咸安樂 先亡獲超昇

所求皆果遂 隨願得往生

法界諸含識 同證無上道

弟子規 三字經 孝經

幸福錦囊集

◎敬印者：妙音印經會

電話：○九六三—○五三○七○

承印者：耿欣印刷有限公司

住址：新北市中和區立德街72巷30號3F

電話：(○二) 二二二五—四○○五

中華民國一○二年二月敬印

版暫存耿欣·感緣弘化

開放版權 請勿販售 隨喜助印 發菩提心

發菩提心 發菩提心 發菩提心

所印經書 若有錯誤 退承印處 功福無量