

# 說話的藝術

蔡禮旭老師講述 / 華藏講記組整理



# 說話的藝術

蔡禮旭老師講述 / 華藏講記組整理



## 編者序

營造幸福人生，构建和谐社會，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，深受四眾同修及社會大眾的喜愛，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。

鑒於此，華藏講記組同修發心聆聽摘要，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，至誠供養有緣同修大眾，冀解社會、家庭、個人各個不同之迷惑障難。

言語，是一個人內在德行的外化表現，是人與人之間溝通、交流最直接的橋樑，也是影響一個人一生當中人緣好壞、事業順逆的重要因素。古人講「口為禍福之門」，善說話者，可以和睦人際關係，調

和生活、工作氛圍，可以導人改過向善，激人奮發上進，解人困頓疑惑，可以化解紛爭，利益社會大眾；而一言不當，則很可能橫結怨懟，甚至誤國喪邦，招致今生後世的苦報。由此可見，說話是一門藝術，言語的修持，對個人、家庭、社會皆非常重要。故《弟子規》要求兒童始從學習侍奉長輩、灑掃應對的言語起，養成仁愛存心、謹言忠信、隱惡揚善的習慣，從此奠定德行言語的基礎。若能把握說話適當的態度、時機及明辨是非善惡，必能做到與人溝通無障礙，處世接物皆自在。

書中若有內容匯整不當、或文字訛誤之處，祈望同修大德慈悲賜教指正。

華藏講記組

二〇〇八年十二月

# 目錄

編者序

一、總原則

◆主敬存誠

■言忠信

凡出言 信為先

■謹言——簡要詳明

話說多 不如少

二、存心

◆仁愛存心

晨則省 昏則定

出必告 反必面

◆隱惡揚善

道人善 即是善 人知之 愈思勉

23

23

22

21

21

20

16

15

8

3

1

1

1

揚人惡 即是惡 疾之甚 禍且作 2  
見人惡 即內省 有則改 無加警 3  
人有短 切莫揭 人有私 切莫說 3  
8

三、時機 4  
0

◆規過遷善 4  
0

親有過 諫使更 怡吾色 柔吾聲 4  
0

勸父母 4  
1

勸孩子 4  
2

勸兄弟 4  
3

勸領導人 4  
6

勸朋友 5  
0

勿以小嫌疏至親，勿以新怨忘舊恩 5  
1

諫不入 悅復諫 號泣隨 撻無怨 5  
4

善相勸 德皆建 過不規 道兩虧 5  
7

四、態度 6  
1

◆孝順恭敬 6  
1

父母呼 應勿緩 父母命 行勿懶 6 1  
父母教 須敬聽 父母責 須順承 6 4

❖ 貴和存敬

言語忍 忿自泯 (懲忿、室慾) 6 9

長呼人 即代叫 人不在 已即到 (接待禮儀) 7 7

稱尊長 勿呼名 對尊長 勿見能 8 2

路遇長 疾趨揖 長無言 退恭立 8 4

尊長前 聲要低 低不聞 卻非宜 8 5

進必趨 退必遲 問起對 視勿移 8 7

將入門 問孰存 將上堂 聲必揚 8 7

人問誰 對以名 吾與我 不分明 8 9

將加人 先問己 己不欲 即速已 9 0

己有能 勿自私 人所能 勿輕訾 9 2

❖ 體恤他人

用人物 須明求 倘不問 即為偷 9 4

人不聞 勿事攪 人不安 勿話擾 9 6

借人物 及時還 後有急 借不難 9 7



◆謹護口業

彼說長 此說短 不關己 莫閒管  
見未真 勿輕言 知未的 勿輕傳  
奸巧語 穢污詞 市井氣 切戒之  
詐與妄 奚可焉  
惟其是 勿佞巧

◆謹慎承諾

事非宜 勿輕諾 苟輕諾 進退錯

◆謙下好學

心有疑 隨札記 就人問 求確義

五、方法

凡道字 重且舒 勿急疾 勿模糊

六、明辨

堂堂六尺軀 莫聽三寸舌 舌上有龍泉 殺人不見血

七、結語

114

110

110

108

108

106

106

105

105

104

102

101

99

98

98

# 說話的藝術

蔡禮旭老師 講述

此為節錄蔡禮旭老師講於香港、台南、澳洲之「幸福人生講座」共一百二十次講演中，關於說話的藝術。華藏講記組親聆音帶，分類彙編，輯成此書，供養讀者。

## 一、總原則

### ❖ 主敬存誠

「道」就是孝心，「道」就是時時刻刻與人相處的仁慈及恭敬之心。所以，中國人做學問最強調的就是在「主敬存誠」上下功夫。敬

是恭敬之心，何時恭敬？言語態度、起心動念，都要恭敬、真誠，這是真實學問。人的孝心、恭敬心、真誠心，都是一個人本有的真心，正所謂「人之初，性本善」。孟子說：「學問之道無他，求其放心而已矣。」這個「放」，就是把我們忘失的真心、孝心、恭敬心與關懷他人的仁慈之心找回來。這樣，生活就會覺得很踏實、很充實，否則人生就會愈走愈空虛。因此，找回真心就是充實我們的內在美，而不是去追求外在虛幻的物質或價值。所以，真實功夫在主敬存誠，而主敬存誠就表現在我們所有的言語、行為當中。

言語會產生什麼影響？當你的言語確實是忠、信，必然會令聽者聞之而受益、感動，因此一定會達到「善相勸，德皆建」的效果。你能堅守信用，別人對你的言語就會不斷的提升信任。所以，我們要考慮言語所產生的效果，言語不恭敬，有妄語、兩舌、惡口、綺語，必然造成別人對你的輕視與侮辱。此外，「一言興邦，一言喪邦」，一句話沒有講好，就有可能引起一個國家的災難，引起一個家庭的破裂、

一個團體的頹敗。所以，我們要謹記聖賢教誨，一定要謹言慎行。

## ■言忠信

人與人相處，使用頻率最高的是言語。因此，言語是否能忠、信，會影響一個人的存心。何謂忠？忠是會意字，上面一個中，下面一個心，代表心不能偏頗，不能自私自利。心一偏頗，就會損己又損人；反之，則能大公無私，處處替人著想。如何讓自己的言語誠實，而得到大家的信任？就要注意言語的態度。

「信」是會意字，代表人言，話一出口，就一定要遵守。《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，就很難在社會上立足。孔子的教學有四個重點：「第一是德行，第二是言語，第三是政事，第四是文學。」為何言語僅次於德行？因為人與人的互動與交往，言語使用的頻率最高，因此學習言語很重要。

古人對言語的態度，都是一諾千金、一言九鼎。「信」，除了守信的意義，另外一層意思就是信義，包含道義、恩義、情義，雖然沒有付諸言語，卻是時刻不敢忘。用現代話講是義務，就是做人的本分與義務，這樣去理解就可以把「信」的意思解得更廣。

聖人的學問就是要把人與人的關係處好，所以學會做人是根本。做人不外乎五倫關係，古人常講的倫常大道。哪五倫？「父子有親，君臣有義，夫婦有別，長幼有序，朋友有信」。

第一倫：父子有親。父子要言而有信，才能把家庭、孩子管理好，孩子才會信服。父子之間，除了言而有信，還要父慈子（父親慈愛子女），子孝父。

第二倫：君臣有義。君臣關係，換作現在的名詞叫「領導人與被領導人的關係」。為君者，所謂君無戲言，講話一定要算話。臣子答應君王的事，也一定要盡心盡力做到，這是一個人的義務、本分、做人的態度。

當領導者應該有什麼樣的態度與本分？最重要的是要做人民的好榜樣，要以人民的幸福生活為努力的方向，絕不是以個人的享樂為目標。做為一家之長，一個企業之主，或是一個國家的領導人，一言一行影響的層面都很大。當領導者做出了好榜樣，舉國上下都能遵從、效法，整個人心的轉變就會非常快速。人心善，國泰民安；人心惡，災禍連連。古代聖王都能深刻體會到這一點，所以時時反省自己。商湯在自己的洗臉盆裡就寫著：「苟日新，日日新，又日新」，時時提醒自己不可懈怠，要做好臣民的榜樣。做為一個領導者能有如此反省的態度，有愛民的存心，一定會贏得人民、員工的愛戴。

為人臣子應該有什麼樣的本分和義務？俗話常說：「受人之託，忠人之事。」為人部屬也要盡忠職守，把工作做好。

第三倫：夫婦有別。夫婦之間當然也要言而有信，夫妻之間要常想著對方的付出及恩德，心裡常常念恩，看到對方心生歡喜，這是夫妻之間要守的信義及道義。治家有一個很重要的原則，就是夫妻彼此

沒有秘密。但是現在夫婦之間有很多話都不敢明講，還各自存私房錢，不能以誠相待就無法團結。所以，人與人交往要誠信，才能愈來愈和樂。

第四倫：長幼有序。兄弟之間要言而有信，也要有情義、恩義，兄友弟恭，如此才能令父母放心，所謂「兄道友，弟道恭；兄弟睦，孝在中」。

第五倫：朋友有信。朋友不只是言而要信，還要有朋友的信義跟義務。朋友相處中有五個本分要盡到：

第一是「勸諫」，當朋友有過失時要勸導他。我們用真誠心去勸諫，就會考量時機、態度和方法，還要用耐性，畢竟現在人很難一勸就接受。

第二是「關心慰問」，當我們主動去關懷別人，自然而然就會帶動人與人之間的互敬互愛，更能感受到施比受更有福，會深刻體會到

生命中的寶貴價值。

第三是「互相讚歎，互相肯定」。懂得欣賞別人的心才是真實學問；嫉妒別人，不懂得讚歎，心量就愈來愈小，道德學問也會因此而中止。所以，要常看別人的優點，欣賞別人。如果我們嫉妒有學問、有修養的人，甚至於用言語毀謗他，會讓他學習的人失去信心，由此很多人便失去了求學問的機會，這是有損陰德之事，不但折損了自己的福分，同時也障礙了別人。

第四是「不言家醜，不言隱私」，不可以把朋友家裡的隱私講給其他人聽，言語要謹慎，「話說多，不如少」。有時話說得太多，不經意把朋友一些家事講給其他人聽，遇到有心人來挑撥是非就麻煩了，這樣會破壞朋友之間的情誼。所謂「交淺不言深」，講話要注意分寸，古人說「慎言、慎言」，言語確實要很謹慎。不談人家的隱私，可以多談談人家的好事、德行，所謂「揚善於公堂」，我們愈肯定他，他就愈積極努力去做好。



第五是「通財之義」。人生難免會有順境、逆境，難免會有起伏跌宕。當一個人處於低潮或者逆境時，最需要朋友及時的幫助，這時要趕快幫助他，但以錢財助人有一個原則，就是救急不救貧。幫助人要用智慧去判斷，不然有可能是善心行了惡事。這個財不只是錢財，還指我們的經驗、智慧。等到他已經學習到這些經驗、方法和智慧，相信他也可以把家庭經營得很好。

我們從五倫關係中找到了人生的角色與定位。我們站穩腳根，自然就能夠步履踏實，讓自己的人生走得更充實、更有價值。

### 凡出言 信為先

講話的態度是「凡出言，信為先」，要言出必行，言行一致。名垂青史的人，絕對都是做到言行一致。《論語》說「古者言之不出，恥躬之不逮」，就是君子很怕講出去的話，自己做不到，所謂「一言既出，駟馬難追」，所以不能輕易開口，不能輕易許諾。一定要確定

自己能做到再答應，不可逞能。而現在的人卻很輕諾，隨隨便便就答應別人，答應小孩，到時才後悔莫及。

曾參的太太有一天要出門買菜，孩子吵著要跟她去，她就對小孩說：「你不要吵，不要跟我去，媽媽回來殺豬給你吃。」孩子就不吵也不跟了。結果她從市場回來，看到曾參正在磨刀準備殺豬，就很緊張跑過去說：「我是跟孩子開玩笑，哄哄他的，怎可當真？」曾參對他太太說：「假如妳騙了孩子一次，可能妳這一輩子講的話，他都不會再相信，所以還是要按照妳的承諾去做。」所以，為人父母要知道「事非宜，勿輕諾，苟輕諾，進退錯」。人往往在很高興的時候就會隨口承諾，如此很不恰當。譬如很多大人在打麻將的時候，不論孩子要什麼，都會說：「好，給你！好，去吧！」以後孩子就知道，打麻將的時候是要東西的最好時機。這些都要留意，否則孩子學到的不是老實，而是察言觀色。

明朝有一位大學問家宋濂，幼時家貧，沒有錢買書，曾向一個大

戶人家借書。大戶人家有點傲慢，借給他一本很厚的書說：「借你十天，到時要歸還。」結果到第十天，正好下了很大的雪，主人覺得他一定不會來，但宋濂還是冒著大風雪準時把書送還給大戶人家。主人很感動，就對宋濂說：「我們家的書，你隨時可以來借。」所以，建立了信用，對自己會產生非常大的助力。

春秋時代，有個人叫做季劄，他代表吳國出使魯國。途中經過徐國時，徐國的國君邀請他用餐。在進餐的過程中，徐國國君一直盯著季劄腰間的寶劍，季劄從國君的眼神中，知道他很喜愛這把寶劍，這就是「視思明」，看了就明白了。但是按照禮儀，代表國家出使都必須佩戴寶劍，所以他心裡想：「等我完成任務，再將這把寶劍送給國君。」後來他出使魯國回來，又經過徐國，就準備把劍送給徐國國君，結果徐國國君已經去世了。於是季劄就到國君的墓前行禮，行禮之後，就把他的寶劍掛在墓邊的樹上。他的僕人看了，就對他說：「主人，你為什麼要這樣做呢？你並沒有答應要把劍送給他；縱使答應要給

他，他也已經過世了，所以也沒必要把劍掛在那裡。」季劄說：「始吾已心許之，豈以死背吾心哉。」我的心裡已經表明要送給他了，怎可因為他死了而違背了我心的承諾。古人的信用是在起心動念上就做到了。聽到這個故事，自己也覺得很慚愧，有時失信於人，第一個念頭還想要如何去解釋，比起古人還有一段差距。但是因為有差距才會有進步，我們要時時去體會聖賢人做人的存心跟分寸，自然就能「德日進，過日少」。我們要對得起自己的起心動念，當具備這樣的態度時，就能與聖賢們感應道交。

東漢時代有個人叫郭伋，他的德行很好。他擔任地方官，當他在民間巡視時，有一群孩子跑過來對他說：「大人，您下次什麼時候再回來？」他就計算了一下時間，然後對孩子們說，何年何日會再到此地來。當郭伋又到這個地方時，距離跟孩子們約定的時間，提早了一天。郭伋就跟僕人講：「我們今天不能進去，因為會失信於孩子。」所以，郭伋就在村外的野亭子過了一夜，隔天才進城，而那些孩子正

在那裡等他。郭伋做到了童叟無欺，縱使是小孩，他也不願意失信於他們。所以，光武帝稱他是「信之至矣」，即他的信用已經達到極處。

政府對於人民要不要守信？也要有信用，人民才能遵守政府所規定的法令。秦朝時代有「商鞅變法」，當時商鞅拿一根很長的木頭，然後說：「如果有人把這根木頭從南門移到北門，我就賞賜給他十兩銀子。」他為什麼要這樣做？因為當時秦國人民對於政府並不信任，所以要重新樹立信用。剛開始沒有人去移動木頭，後來加到五十兩，才有一個人覺得不妨試看看，就把木頭搬過去了，政府真的頒發了五十兩給他，正因為此事，人民了解到政府現在是言出必行。當然政府也要持續守信，不然朝令夕改，人民還是不相信。

《論語》中提到，「人而無信，不知其可也」，人假如沒有信用，真不知道他的人生還能做出什麼事？現在商場上講不講信用？有些似是而非的觀念，說無奸不成商。假如現在我們堅守信用，做老實人，是不是會被欺負？假如只有我們的孩子講誠信，別人都講誠信，他

能否活下去？我告訴您們，他一定會活得很好，因為他會當總裁、當總經理。假如你是客戶，你要找什麼樣的人合作？當然是找有誠信的，無信的人可以騙一時，卻無法騙長久。現代的人受功利主義影響太大，急功好利，結果是枉作小人，把自己的福分都折損，以後就無法贏得他人的信任，人際關係就會愈來愈差。

曾經有一位商界朋友，他很誠信帶了十萬元到深圳，接了第一筆生意。簽完合同，對方汕頭老闆一看，這份合同絕對是虧本，不可能賺錢，就交代他的下屬監督，看他是否有偷工減料。結果工程做完了，沒有發現任何偷工減料的現象。後來汕頭老闆付了錢，但他心想，這個人做生意怎麼高明到這種地步，明明看是虧本，他到底是怎麼賺錢的。老闆覺得他高深莫測，於是就派人請他回來，問他：「這個工程你賺錢了嗎？」他回答說：「沒賺錢。」老闆接著問：「你是現在才知道沒賺錢，還是簽了合同就知道？」他說：「簽完合同我就知道沒賺錢。」老闆很驚訝：「你明知道不賺錢，為什麼還把工程做完？」

他接著說：「因為已經簽了合同，我必須信守承諾把它完成。」老闆問他：「你虧了多少錢？」他說：「我的成本十萬塊都虧光了。」老闆就說：「今天晚上我請你吃飯。」

晚上老闆召集了所有分公司的工程主管，交代他們，以後鋪地磚的生意都交給他做，不要找別人。這位朋友因為誠信，現在事業發展得很好。我們有一次到江蘇的一棟大樓，裡面地磚鋪得很漂亮，就是他鋪的。我們走在這樣的地磚上，內心覺得很踏實，因為這是有信用的人鋪出來的。

商場上只要堅持守信，當你信用的程度愈來愈堅固的時候，事業絕對有成。而人往往都急於求成，想要趕快獲得利潤，在急於獲利的欲望促使之下，就容易做出犯法的事情，很多企業家都是東窗事發而銀鐺入獄。所以，人生還是要走正道，要循規蹈矩的工作、生活，能堅持德行愈久，後福則是無窮！

盧叔叔輔導的公司中，有一家是做森林遊樂區的，那個遊樂區非

常漂亮，多是上千年的植物，樹藤很粗，這個森林裡的芬多精含量是全球有名的。當時這家公司嚴重負債，大家建議他砍伐樹木，砍一棵樹就有幾十萬，可以減輕債務，但老闆不願意，覺得要愛護樹木。這些植物都是有生命的，要「愛惜物命」。他為了保留一棵大樹，還把房子移到旁邊蓋，處處能看到他的仁慈之心，不只對人，對萬物皆是如此。由於他的存心，感動了盧叔叔來幫助他。他已經虧損了十二年，後來盧叔叔來幫助他，遊樂區就挖到了溫泉，第十三年所賺的錢把前十二年的虧損都補回來了。所以，人只要有仁慈之心，確實後福無窮。盧叔叔又跟他說，一個人爬得愈高就愈危險，經常給予他很多的提醒。因此，我們對道德要有信心，遵從聖賢教誨來做人，才能讓我們的一生有很好的誠信。

### ■ 謹言——簡要詳明

對於「謹」字，謹是一種態度，要落實在言語、行為當中，所以



要謹言慎行。假如言語不謹慎，所謂「一言興邦，一言喪邦。」在團體裡搞是非人我，很可能把團體破壞了。所謂言多必失，講話不可以滔滔不絕，因為還沒有思考清楚就說出去，說了就收不回來了。孔子說：「三思而後行，三思而後言。」《易經》云：「吉人之辭寡，躁人之辭多。」吉祥的人言語少，急躁的人言語很多。而一個人滔滔不絕，他的心一定很急躁，沒有安全感。人處於這樣的心境就容易說錯話、得罪人，由於心雜亂，才導致「禍不單行」，這都是心沒有主宰，才會一而再、再而三犯過失。所以，心要能靜得下來。當你言語少，心就比較平和；人心平和，對於所處的環境、所發生的事，就能清楚地觀察、觀照，就不容易出現差錯。

### 話說多 不如少

言語的謹慎度要隨著我們的歷練慢慢提升，在不熟悉的場合下盡量先保持沈默，多看、多聽、多付出，這一點很重要。另外在企業團

體當中，假如是為了決策、發展的一些問題，我們在開會當中不可以「話說多，不如少」？不行！一定要就我們所觀察了解到的情況，和大家一起暢所欲言。其目的是為了做好決策，在討論過程中取得共識，這時就不能不講話。有些人是開會的時候一句話都沒有，開完會後話很多，就不是正確的方式。如果我們的言談，能讓人歡喜，讓人家生信心，講的都是利益語、誠實語、軟慰語、智慧語，就是口吐蓮花，舌燦蓮花，這樣的話可以多說，因為對人有益。

當別人真正需要我們時，一定要盡心盡力去引導、規勸。但是時機不成熟的時候，確實不要講得太多，以免令人生煩惱。進退之間，緣分的成熟與否，也不是幾句話能講清楚的，還要自己去累積經驗。我們可以用孟子「觀其眸子」的方法，比如說你跟他談《弟子規》很重要，然後舉了幾句經文，「置冠服，有定位」，這句經文對於孩子今後做事的能力有直接的影響。你這樣一講，他的眼睛就會放光、發亮，此時你不能說：「今天我們就講到這裡」，如此就不是隨緣。當

緣分成熟了，我們可以順勢而為。假如與一個人講了五分鐘，他目光呆滯，這時再繼續講就是攀緣了。所以，時時刻刻要觀察緣分的狀態，緣分是動態的不是靜態的，要把握時機靈活運用。

所以，多說不如少說，但只要開口講話就一定要講利益別人的話。有一次，我接到一位朋友的電話，在電話裡就聽到她哭哭啼啼敘說她先生諸多不是。等她講完，情緒比較緩和了，我就跟她說：「妳已經有小孩了，一定要把家庭經營好。」在家庭生活當中要保持一個態度，無論對方對或錯與我無關，我對不對最重要。所以，先不要去看先生的不是，要先看自己，我當太太有沒有當好？我當媽媽有沒有當好？我當媳婦有沒有盡力？假如我們都沒有做好，豈有資格生氣說別人？現在有很多家庭的情況，都是愈來愈嚴重，而造成這種現象的原因，往往都是遇到事情意氣用事，不但家庭毀了，孩子也遭殃，所以應當理智應對一切事。

後來我的朋友說：「蔡老師，我在打電話給你之前，已經打給我

的幾個女性朋友，她們的答案都跟你不一樣，她們都說非常時期一定要用非常手段。」古語說：「寧拆十座橋，不破一樁婚。」橋斷了還可以重建，婚姻破裂了，破鏡很難重圓，碎片撿起來都很難復原了。所以，言語要謹慎，假如你給她建議，這樣的男人一定要跟他離婚，到時候她意氣用事真的離婚，後來又後悔了，她會指責你：「都是你害的！」她的小孩也會指責你：「都是你害的！」你這一輩子都得不到安寧，可能每晚都睡不好。

我們與人交談，一定要掌握原則，就是一定要讓他自我反省，引導他在自己身上找原因，才能真正化解矛盾。而往往他在反省時，情緒就能平和下來，即使他沒有立刻按照你的話去做，可能過了一段時間之後，他會覺得你講得很對；假如他真正照著你的話去做，他會感謝你。

人往往很容易受情緒感染、影響，也往往都會站在自己的角度觀察事物，因此切記不可只聽一面之詞，以免受影響，而有了先入為主

的看法，這樣就失去客觀性。所以，要會分辨哪些話是對的，哪些話是錯的，然後向他解釋並告訴他，現在的情況是結果，原因在哪裡？如此去引導，找出原因，他才能設身處地為對方著想。要以和為貴，絕對不可再製造矛盾、紛爭。

## 二、存心

對於言語的修養，我們要從幾個方面來進行探討。首先從言語的存心談起。為什麼要講話？為了表達自己的心聲，希望別人了解，進而而有好的溝通。溝通的目的在相互了解，進而互相幫忙、互相成就。存心善，自然而就能成就別人；存心不善，就要馬上警覺這種言語態度不對。

而用人除了德行之外，也要看他講話的分寸。所謂家和萬事興，團體亦如是。所以，從言語的存心去看，就不容易看錯人。如果看錯人不能怪對方，要怪自己學問不夠。

## ◆仁愛存心

### 晨則省 昏則定

「晨則省，昏則定」是要讓父母歡喜、放心。有人說：「我就是嘴巴不甜。」其實障礙不在外，在自己的一念心。假如我們講的話能夠讓父母歡喜，有這一份利益父母的心，孝順父母的心，豈有嘴巴不甜的說辭！事在人為。

有個孩子學了《弟子規》，回去很認真地落實，隔天就站在他父母的門前，等著父母起床。父母一出來，他就跟父母鞠躬說：「爸爸、媽媽早上好，昨晚睡得好不好？」他爸爸、媽媽嚇了一跳，趕快給幼兒園打電話說：「昨天發生什麼事了？孩子怎麼今天會給我們問安？」老師說昨天教到了「晨則省，昏則定」。其實孩子很好教，只是我們沒有教。

周文王對他的父親王季每天都是早、中、晚三次問候，所謂晨昏定省。一來看父親的氣色，再來看父親飲食的情況。假如父親進食很好，他就非常欣慰；假如父親吃得很少，他就很擔憂。周文王對他父親的這份孝心，感動了全國人民起而效法。

孩子早晨起床，去跟父母恭敬問安，媽媽一看，孩子額頭發亮，證明昨天睡得很好，父母就很安心，一天工作也很有動力，這是早上問安的好處。晚上或者下課回來，跟父母報告：「爸爸媽媽，我回來了，您今天過得好嗎？」當他問候父母時，父母一看，孩子的氣色不錯，代表今天在學校過得很好，應該沒有跟同學發生衝突，父母也很放心。所以，早上問一次，晚上問一次，就是讓父母放心。

### 出必告 反必面

要出門的時候，先跟父母講清楚我們的去處，他們才會放心。假如你出外念書，最好能夠讓父母親自去看看學校和住處，看到了學校

的環境不錯，他們就能放心，所以為人子女要善體親心。出門之後，也要把可以聯絡的電話、住址，事先讓父母知道，以便臨時有事馬上可以通知到。當我們回家的時候，要主動跟父母問好，讓父母知道我們回來了，他們就會放心。

不僅對父母要出必告、反必面，應該是只要我們交代清楚就能減少別人的擔憂，就應該出必告、反必面。甚至於在公司裡，若要出外也要把行程告訴上司或者同事，讓他們在緊急狀況下還能通知到你。這就是處處能夠替人設想，言語的存心是如此，這也是對人的恭敬。對人恭敬就會常常想到如何做才能讓他們放心，減少擔憂。

## ◆ 隱惡揚善

道人善 即是善 人知之 愈思勉

當他能宣揚別人善行時，他的存心就是「道人善，即是善」，希



望別人知道之後，能向這些善人學習。「人知之，愈思勉」，是為了讓更多人能夠跟這些聖賢人學習。大家聽到很多善人的行持和風範，會生起效法之心，這是必然的，因為「人之初，性本善」。

利益他人，絕對不要等三年、五年，甚至有人說要等下輩子，其實不用等那麼久。一個人一念善心，就已經得到了利益。俗話說「人逢喜事精神爽」，助人就是喜事，助人為樂。所以，當我們在助人當中，還沒得到回報以前，自己的身心已經非常歡喜、健康。同理，當我們去害人、罵人，對方雖然還沒有來報復，但是害人的心一起來，身心已經受到了摧殘，良知也在一點一點被埋沒，正氣提不起來，每天就擔心自己的錯事東窗事發，這樣身心絕對是當下就受到傷害。

日本有一位江本勝博士，他用水做實驗，當我們面對一杯水說感謝的話、祝福的話，無論用任何一種語言講，這杯水在高倍顯微鏡之下，顯現出來的影像都是非常漂亮的結晶體。可見水能夠感受到人的意念所傳遞的能量，水能接收得到，就說明所有萬物都能接收得到。

所以，很多養花的人，每天都對花講話，說你長得真漂亮，花開得真美麗，常常跟花溝通，結果花愈開愈茂盛。萬物跟我們都有互動，所以一念善，一念祝福，水結晶就很漂亮。假如我們用惡意對水，咒罵它、責備它，水的結晶就會變得很醜陋，甚至於根本無法結晶。而且在高倍顯微鏡拍攝出來的影像，就好像一個小孩被罵的時候，縮成一團。

所以，我們一念善、一念惡，都能影響水的狀態。為什麼說生命的答案水知道？因為人體有百分之六十八到七十都是水，你的意念可以影響一杯水，同時也會影響你全身的水。你一念善，體內百分之七十的狀態都是好的，你的身體一定很健康。而你的意念又是祝福，又是感恩，你的身心就會處在非常良好的狀態上，當然身心健康。假如你所起的念頭不善，體內百分之七十的水都會產生不好的變化，久而久之你的細胞就會發生病變，而癌症就是細胞病變所形成的。所以，雷久南博士在實驗當中證明，大部分的癌症病患，在十到十五年當中，

人生都發生過一些自己無法接受的挫折，所以情緒瞬間跌到谷底。這樣不好的情緒維持了十五年之後，整個身體狀態就會快速發生病變，就是所謂的癌症產生。因此，人的心念才是身體健康的根本。

當我們利益他人的念頭一起，已經得到了大好處，不用等到別人來回饋。當起惡念的時候，不用等惡報到了，當下身心已經受到錯誤念頭的折磨和摧殘。有一個小孩聽了《生命的答案水知道》之後，他一進家門，保母就跟他說：「我好討厭你！」她是跟這個孩子開玩笑的，結果這個孩子馬上抱著身體說，你不可以對我這樣講話，我的身體有百分之八十都被妳害了。小孩身體的水含量接近百分之八十，比成年人更高。孩子一聽，馬上就學到了。所以，講壞話對自己的影響最大。當孩子有這種念頭的時候，他講話就會保持高度警覺性。因此，正確的觀念一旦扎根，就不容易接受錯誤的觀念。

不只是從水得到了證實，我們海口有位老師用兩個蘋果做實驗，他告訴同學，前面的這個蘋果，你走過去對它講一句好話；後面的那

個蘋果，你就罵它。結果試驗了一個禮拜，這個說好話的蘋果顯得很堅硬沒有軟化，被罵的那個摸起來軟軟的，而且皮都皺了。老師把兩個蘋果拿給我，還說送給我吃，我很怕吃到那個被罵的，因為所有罵人的話都被我吃下去了。所以，確實萬物都能感受到人的意念、人的能量，無論是好的還是不好的信息，它都能接收得到。

還有人拿白米飯做實驗，拿了三碗米飯，第一碗是感謝它滋養我們的身體，表揚它很香、很好吃，讚歎它；第二碗是罵它難吃了；第三碗不理它，一句話也不跟它講。一個星期之後發現：第一碗發酵了，還聞到發酵的香味；第二碗變黑發臭了；第三碗也變臭了，而且比第二碗還臭，一句話也不跟它講，居然比罵它還要厲害。為什麼？我們說人與人的關係，尤其是夫妻之間，偶而發洩情緒罵一罵，床頭吵床尾和。但假如是冷戰，兩個人人生不如死，每天都在支撐著，不知道要撐到何時為止，撐得氣都快斷了。冷戰比熱戰還恐怖，冷漠對人的殺傷性更強。所以，這個實驗同時告訴我們，對人不能惡言，更不

能漠不關心。

而欣賞讚歎別人也要從點點滴滴當中磨鍊，因為嫉妒是與生俱來的煩惱習氣。有一個人非常聰明，才華橫溢，二十歲就獲得數學博士，世間人都覺得他很有才華。有一所知名大學破格直接聘請他為副教授，但他做了十年都沒有升為教授。我有一位朋友也是博士學位，跟他在同一個辦公室，我就去了解為什麼稟賦這麼好的人，三十歲還是副教授。結果發現他這十年來所有的論文，發表的都是某個教授這裡不好，某個教授那裡不好，而且講得很精闢，都能抓住別人的弱點。所以，在他要升等的時候，都被這些教授阻止了。由此可知，欣賞別人的態度，會影響人的一生，而處處只會挑人家缺點的性格，也會障礙一個人一生。

後來我朋友就給他一個建議：你的論文要換一個角度去寫，就有可能升為教授。哪一個角度？寫教授的優點。他一聽到這個建議，臉色很難看，覺得很困難，批評別人二、三十年已經習慣了，要改變成

欣賞別人還真不容易。結果論文寫出來讓我的朋友看，我朋友看完覺得全身不自在，因為他稱讚別人的時候，自己都覺得很不舒服，看起來當然就很造作。所以，欣賞別人還要點點滴滴養成，讚歎別人要讓人家感受到，你是從心裡給予他肯定。因此，對待朋友要懂得互相鼓勵、互相讚歎、互相欣賞。

### 揚人惡 即是惡 疾之甚 禍且作

你對惡人不恭敬，可能會被他反咬一口，你就得不償失，所以言語要寬容。當他犯錯的時候，你明白，但是不要去批評他；他有一點好，你就去肯定他。他會想，我這麼一點好，人家就給我肯定，他就能感受到你的這份用心，他會慢慢往好的方面發展。而他愈好，你就愈稱讚他，他就會想，其實做了壞事心裡也不安，還被人家瞧不起，不如多做一些好事。所以，對人要循循善誘。

我們公然講別人的過失，他會很難受，而且也會讓他在團體中愈

來愈難生存。俗話說狗急跳牆，我們很有可能因為言語太刻薄而引來殺身之禍，所以要效法上天有好生之德。最重要的是和氣待人，言語上不容機巧、刻薄，要用真誠、衷心來交談。

「疾之甚，禍且作」，在歷史上也有很多因為言語過失而招來殺身之禍的故事。在魏晉南北朝時，曹操的部下，有個人叫楊修，他口才特別好，曹操所犯的過失，他都公開講出來，甚至於結果還沒有出現，他就宣揚出去了，所以曹操對他非常不滿。終於有一次，他揭了曹操的瘡疤，曹操順勢就把他殺了。所以，我們要懂得言語的進退與分寸。

在中國大陸有個案件讓所有人都在省思，就是「馬加爵事件」。馬加爵是一個大學生，他還沒畢業，參加過很多全國的物理、化學比賽，都是榜上有名，成績很優秀。結果因為跟同學發生衝突，殺了四個人，被全國通緝。這件事震撼了整個教育界，來重新思考注重青少年的道德教育。我也訪問了一些朋友的想法，有的人說：「這樣的人

趕快讓他死，把他槍斃了。」有些從事教育的人，可能就不是這樣看問題，他會覺得馬加爵很可憐，還沒踏入社會，為什麼會做出這麼殘忍的事情？

這個事件，家庭要反省，學校也要省思，為什麼一個成績如此優秀的大學生，竟然不知如何做人。而且這件事沒有發生以前，他可能還是父母心目中的驕傲。因為他是出生在很偏遠的地區，那個村落只有他一位大學生。所以，確實我們不能被這些外在的「名」淹沒了，要更實質的看到，能讓一個人的人生充滿希望，不是學歷，而是德行。馬加爵沒有學過《弟子規》，假如他懂得「凡是人，皆須愛」，他就不可能這樣做。假如他學了「兄道友，弟道恭」、「言語忍，忿自泯」，就不會發生這個意外了。

為什麼他會萌生殺機？因為他的同學常常譏笑他太窮了，沒有好衣服穿。他在監獄裡還跟監獄長說：「這件囚衣是我穿過最好的衣服。」由於同學都譏笑他，他的自卑感就愈來愈強，就是因為這樣的刺激才



讓他失去理智。從這件事我也提示家長，要從另一個角度看，為什麼這些同學會被殺？是不是偶然？不是！因為他們沒有做人的分寸，他們沒有學到「勿諂富，勿驕貧」，沒有學到「人有短，切莫揭，人有私，切莫說」，而把人家的隱私拿來取笑，難怪人家會不理智的對待他們。所謂「揚人惡，即是惡，疾之甚，禍且作」，過分地侮辱他人，就會惹禍上身。

從這個事件中我們也要省思，要教育孩子絕對不能傷害別人，同樣的也不能引發別人對他進行攻擊。當孩子的言語中帶有揶揄他人、輕慢他人的傾向時，我們就要謹慎，這已經在孩子今後的人生佈下危機。

見人惡 即內省 有則改 無加警

見到別人有不好的地方，我們先不要批評，要反觀自己有沒有犯同樣的錯誤。假如有，趕快修正；假如沒有，那很好，繼續保持。改

過也是相當重要的學問，《了凡四訓》也提到「未論行善，先須改過」。李炳南老師有一段很好的開示，老人家提到「見人有善，不嫉妒要隨喜；見人有惡，不批評要規勸或守默；見人做錯事，不指責要協助改過」。老人家很多話都很有人生的智慧，常常能用來觀照自己的心，進步就快了。所以，見人有善要成人之美，絕不可嫉妒。見人有惡不要批評，批評只會讓人群失去和諧的氣氛，所以我們應該規勸或守默。為什麼要守默？時機還沒成熟，與他信任的程度還不夠，可能我們一勸，他還以為我們在找他的麻煩或者毀謗他。《論語》講「君子信而後諫，未信則以為謗己也」，彼此建立了信義之後才能勸諫，相互之間沒有信義就會產生誤會。

看到有人做錯事情，一般人第一個反應是什麼？你怎麼搞的？孩子不小心把盤子打壞了，你馬上就像機關槍一樣的不停罵他，這樣孩子就會更加內疚。如果這時能夠平心靜氣，他會體會到我的父母很有修養。假如先一起把這個殘局收拾好，他內心就很感激。再進一步，

想想為什麼會造成這個錯事，來檢討一下，反而一件錯事又能提升對方做事、做人的能力。我們都如此存心，人與人相處就能一團和氣。

見人惡，絕對不要放在心上，那是在我們最純潔的心上裝了很多別人的垃圾，這是最傻的。有一個朋友說：「不見人惡很困難。」他就請教釋淨空教授，師長就教給他一個好方法，我也覺得好得不得了。師長說：「你以後看到別人的錯，你就說都是我的錯。」比如說，你看到兒子不乖，你就說：「都是我的錯，我沒有教好。」那你就趕快教！再比如說，看到太太不好，你就說：「都是我的錯，沒有用德行感動她。」假如在馬路上看到別人沒有功德心，你也說：「都是我不好，沒有做好榜樣影響他。」所以，善惡都是我們的老師。

很多人都說他看到別人做錯事，心裡就很難受，每天都一直盯著別人的缺點在看，內心憤憤不平。現在社會當中很多人是憤世嫉俗，每天茶餘飯後就在數落別人的缺點。當我們在批判別人缺點的時候，事實上內心就得不到平靜。內心憤憤不平與學問是背道而馳的，所謂

「學問深時意氣平」，一個人學問愈深應該愈心平氣和。我們也要從自己修身開始做起。當我們以此心境去面對周圍的人，時刻鞭策自己不斷增長學問，就不會把時間浪費在數落別人的缺點上。

有人說都是某人讓我生氣的，是某人對不起我，所以就氣憤不能包容。我曾經問朋友一個問題：「按照邏輯學來講，沒有一個人能夠進入你的內心，既然如此，那真正傷害你的人是誰？」自己。這句話很有味道！我做一個譬喻，今天妳從辦公室走出來，遇到一個人過來就打妳一巴掌，妳未回過神來，他已經氣沖沖走了。妳心裡想：「今天真倒楣，可能他認錯人了，算了，不怪他了。」回到家後，妳先生喝醉酒給妳一巴掌，妳馬上說：「我這一輩子都不會原諒你，我跟你沒完！」同樣一巴掌，結果差這麼多，請問誰造成的？自己！所以是誰讓我們生氣的？誰讓我們痛苦的？都是自己的強求，都是自己的執著，不是別人跟我們過不去，是自己跟自己過不去。當你了解到這個真相，才慢慢懂得什麼應該放下。

善人、惡人是老師，我們所處的境界也是老師。境界不外乎兩種，一種是順境，一種是逆境。一個人的道德學問是不是躲在山上成就的？絕對不是，道德學問都是在待人處事當中不斷歷練提升，所謂歷事鍊心。我們學了《弟子規》的「凡是人，皆須愛」，原本看到某種情況，脾氣就要發作，突然想到凡是人皆須愛，氣焰就壓下去了，這就是歷事鍊心。一個人進步最快的時候是順境還是逆境？逆境。所以，要感謝逆境，感謝困難，感謝磨鍊，不然我們的潛能和智慧不能開顯。有這種態度就不怕吃苦，就懂得磨鍊自己去提升境界。所謂「玉不琢不成器，人不學不知義」，以後面對逆境也能視它為老師。而順境最容易使人迷失自己，所有錯事往往都是在順境時做出來的。所以，面對順境要懂得時時提醒自己，不可放任，不可自大。要常常提醒自己，我有這樣的順境是多少人給我的栽培，要常懷感恩心，要把順、逆境都當作是老師。

不只是人，乃至萬事萬物都可以做為我們的老師。中國聖賢人很

善於跟天地萬物學習，當您看到竹子，能從竹子身上學到什麼做人處事的道理？我們觀想一下竹子，一節一節表示很有志氣，很有原則，竹子愈高的時候就會稍微垂下來，表示竹子的謙虛態度。竹子是空心的，能夠虛心領受別人的批評，採納別人的建議，所以竹子也是表君子之風。竹子是一節一節的，所以它能不斷的往上升，其實人生就是要不斷的往上突破。而且它每一節的節心特別硬，以此說明人生有很多的關卡，你都要勇往直前去突破。竹子很正直，昂揚直立而不屈服，然而又能虛懷若谷納雅言。所以，我們要學竹子的正直，以及竹子內在的一種氣節。我們常說為人要外圓內方，這個方就代表一個人正直的氣節，與人相處還要外圓，就是要圓融一點。有人常常直言不諱，沒有觀察情況、時機，讓朋友聽了很不舒服，之後不但沒有感謝他的勸告，還跟他翻臉。所以，要圓融並懂得觀察時機再去諫言。

竹子都是整片地生長在一起，所以竹子願意選擇好朋友共同生活在一起，這就是環境的影響。我們說身教、言教，還有環境對一個人

潛移默化的影響，稱為「境教」。你身旁都是一群正直有品德的朋友，在這種氣氛之中，就會「德日進，過日少」，自己的道德也會增進。所以，荀子講過，「蓬生麻中」，蓬是比較彎曲的一種植物，但是當你把蓬、麻一起種植時，麻都是很直立的，因此蓬自然也會直立起來，正所謂「不扶而直」。所以，環境對一個人特別重要，尤其在孩子的定性、知見都還沒有確立以前，環境特別重要。

### 人有短 切莫揭 人有私 切莫說

我們去挖人家的隱私，無論對別人或自己，一點利益都沒有，自己的人格修養也會降低。挖人家隱私可能會造成他人的家庭不和，甚至於會造成團體的失和。如果您要用人，除了德行之外，還要看他講話的分寸。一個團體裡常常發生衝突、摩擦，往往都是言語不慎，就是因為太多人在講是是非非，而造成團體失和。所謂家和萬事興，團體也是如此。團體中最重要，是以和為貴，也要隱惡揚善，使團體

有一種向善、和諧的風氣。所以，我們觀察一個朋友或部屬，也要從言語的存心上去看，看人的深度就會愈來愈深，不容易看錯。看錯人不能怪對方，要怪自己學問不夠。

《無量壽經》提到「善護口業，不譏他過。」一個人要增長德行，首先必須把嘴巴管好，必須了解講話的分寸。我們也提到，講話一定是對他人有幫助的時候再講，不然應該把時間拿來學習。

而且我們在背後講人家的壞話，對方知道之後，他的感受如何？很可能多年的交情付之一炬，所以言語要謹慎。俗話說「背後之議，受憾者，常若刻骨」，就是我們在背後議論一個人的是是非非，當他知道的時候，就好像拿著刀在刻他的心一樣，會讓他終身不忘。所以，朋友之間的交情會撕裂，多數是言語過失造成的。一般人聽到：「我聽說哪個人說你怎麼樣？」耳朵馬上豎起來，誰說的？講給我聽。如果是這樣，讒言就很容易入侵。所以，我們聽到某個人說，或其他人在議論自己哪裡不好，應該說「是我做得不好，才讓他不高興，我應



該再好好修學、好好提升」，如此，進讒言的人就無計可施。所以，人的心胸一擴大，縱使有這些讒言出現，也可以包容，將之消滅。

### 三、時機

#### ◇規過遷善

言語的時機要會判斷，不該講的時候講，心是急躁的，控制欲太強，所以時機沒有掌握到，反而事倍功半，達不到效果，甚至還把事情搞砸了。我們可以從《弟子規》來觀察言語，哪些時機該講，哪些時機不該講。而規勸一個人也應該注意到：第一是存心，第二要注意時機，第三要注意態度跟方法，第四還要很有耐性。

#### 親有過 諫使更 怡吾色 柔吾聲

「諫」是勸誡，當父母有過失的時候，我們要懂得去勸誡。「親」

可以延伸到五倫關係，除了父子關係以外，君臣之間，當領導人有過失，我們有本分要去勸誡；夫妻、兄弟、朋友亦如是，這都是我們做人的本分，這就是講話的時機。言語的態度要「怡吾色，柔吾聲」，要柔和才能達到效果。當然不只規勸別人的時候要怡吾色、柔吾聲，平常與人交談的態度就要謙恭。

## 勸父母

有個讀書人叫孫元覺，他們那裡有個不好的風氣，如果父母年老生病了，就把他們背到山上遺棄。孫元覺就勸他的父親不要丟棄爺爺，但父親不聽，所以他也跟著父親一起背著爺爺上山。把爺爺放下之後，他的父親要回去了，孫元覺馬上去把竹簍子撿回來，因為是用這個竹簍子把爺爺背上山的。他父親就說：「竹簍子不要拿了，放在這裡就好。」他對父親說：「不行，我要帶回去，以後您老了，我再用它把您背上來。」他父親一聽，馬上把爺爺背回家了。這是善巧方便規勸父親。所以，我們要觀機而行，用非常柔和的言語態度來規勸父母。

## 勸孩子

孩子應該懂得勸誡父母，父母也要規勸孩子的過失。有一對父子，孩子十六歲已經學會開車。有一天父子相約開車出門，到了一個風景區，孩子要去加油，便約定下午四點在這裡碰面。孩子加好了油，還有一段時間才到四點，便就近去看了一場電影，打算看完電影再回去接父親，結果一看電影，忘記了時間。等他想起來時，心裡也很焦急。這個孩子沒學過《弟子規》，不知道「過能改，歸於無，倘捨飾，增一辜」。他就跟父親說：「車子壞了去修理，所以回來晚了。」父親說：「你怎麼可以騙我？」孩子接著說：「真的是因為車子壞了。」父親又說：「我已經打電話到加油站去了，他們說整個下午車子都在加油站裡，根本沒有修理。」兒子一聽很慚愧，東窗事發，被爸爸知道了。

接著父親就說：「我非常生氣，也非常難過，但不是對你，是對我自己生氣。我教了十六年的孩子，居然會這樣騙我，是我教育失敗

了。所以，我要好好檢討這十六年對你的教育，我要自己走回家。」那裡離家有十八英里的路，走回去可能已經半夜了。父親很堅持，就這樣一步一步走回去，邊走邊反省，兒子開著車在後面慢慢地跟著。這一次對孩子的內心是非常大的震撼，他會很內疚。孩子對這件事會記多久？終身不忘！相信這趟旅途是他所走過的最長的旅途，也是他父親給予他最成功的教誨。所以，父母教孩子要時時以一個反省的態度來感化小孩。

## 勸兄弟

古代人勸自己的兄弟都非常有耐性，也很有智慧。明朝的時候，有一位讀書人叫陳世恩，他的弟弟每天在外面遊手好閒不幹正事，大哥就很生氣，每天弟弟三更半夜回來，大哥就對他破口大罵，氣得半死，結果持續一段時間，弟弟仍然沒有改善。

後來陳世恩就跟他大哥說：「哥哥，你就別再罵弟弟了，讓我來試試看。」當天晚上陳世恩就站在門口等他弟弟回來，結果過了十二

點，弟弟才走進門來。這時你會說什麼？會不會火氣都上來了？所以，很多時候要靠我們的修養，靠我們忍耐的功夫，所謂「一切法得成於忍」。當他弟弟一回來，他馬上跑過去說：「弟弟，你穿得這麼少，會不會冷？」說完就一邊扶著他說：「你肚子一定很餓了，我叫嫂子幫你煮一碗麵。」然後把他弟弟帶進來。第二天還是一樣站在門口等，三天、四天都是這樣做，而且每次見到弟弟都是充滿一種關懷、愛護，把他帶進家門。

其實一個人在外遊手好閒，會不會覺得很快樂？他也會覺得內心空虛，當他感受到兄長對他的愛護，就會慢慢回頭。沒有人喜歡自甘墮落，只要你讓他有台階下，只要你讓他知道怎麼走才是對的，你拉他一把，沒有人不願意接受的，但要接受就要靠我們的修養跟智慧。後來，他弟弟再也不遊手好閒了。

聽到這些德育故事，就覺得古代人常常可以演出好戲，我們卻演不出，反而是壞戲連篇，問題何在？修養。要想成就一件事，一定要

從修身開始，而不是要求別人。所以，不能感動身旁的親友，是我們自己的問題，因為「德未修」，所以「感未至」。儒家有句心法是「行有不得，反求諸己」，任何事做不好，先檢討自己。如果我們有此存心，時間絕對不會消耗在煩惱或批評別人上。我常常告訴學生「寧為成功找方法，不為失敗找藉口」。我們勸導別人沒有成功，一定是在態度、方法上有所不妥。所以，應該進一步自我反省去調整，而不是勸了沒有用就生氣，或者覺得對方不受教，沒有善根，這樣用心就不正確。

《中庸》有一句教誨值得深思，孔子說「射有似乎君子，失諸正鵠，反求諸其身」。射箭很像君子之道，正鵠是指射箭的目標，這是說我們射箭沒有射中目標，就說這支箭品質太差，或說這支弓的製作不好，把責任都推到弓箭上。所以，我們面對很多無法成就的事，應該要反省自己的態度與方法，是否有不得當之處。當我們能時時反省，必然會想到很好的方法，而對方也會被我們這份真誠心所感動。

## 勸領導人

作為臣子、屬下，有個很重要的工作一定要盡心盡力去做，就是當領導人有過失的時候，要懂得勸誡他。而勸諫的前提是領導者對我們有足夠的信任才可以，千萬不能到一個公司才三天，就跟老闆直言不諱。

《孝經》說「天子有爭臣七人，雖無道，不失其天下」，當時的天子只要有七個肯勸他的大臣，縱使他沒有很好的道德學問，天下還可以維持。「諸侯有爭臣五人，雖無道，不失其國」，諸侯是一個國家，比如魯國、齊國，一個國家雖然無道，但是他有爭臣五人，不會失去國家。「大夫有爭臣三人，雖無道，不失其家」，大夫以前算是很大的一個官職，只要他身邊有三個肯勸他的下屬，雖然自己道德學問不好，也不至於把他的家族敗掉。

身旁有向他進諫的下屬，這對他一生事業的成敗至關重要。古代很多良臣、忠臣都很守本分，只要君王有過失，他馬上勸誡，最有名

的莫過於唐朝的魏徵。當然勸別人不能直言不諱，要察言觀色，審時度勢。魏徵很有智慧，他一開始就跟唐太宗說：「我要做良臣，絕對不做忠臣。」唐太宗很好奇：「為什麼你要做良臣不做忠臣？」魏徵跟唐太宗說：「忠臣都要被殺頭，所以我不做忠臣，我要做良臣。」這麼一說，唐太宗哈哈大笑起來，但是在笑的背後，唐太宗會思考。古代的君王都是飽讀詩書，尤其對歷史是滾瓜爛熟，一想到有暴君才會出忠臣，因此他會意識到假如我把忠臣殺了，就變成暴君。所以，魏徵這麼一講，他就不用擔心他的性命，因為唐太宗不想做暴君。魏徵言語的智慧相當高，所以講話要不斷地去提升境界。

有一次魏徵勸得太激烈，唐太宗一時無法接受，氣得半死，下朝之後就一路走回自己的寢宮，一邊走一邊說：「氣死我了！氣死我了！我一定要把他殺了。」這時剛好遇到皇后，皇后看到皇帝如此生氣，心想一定是魏徵惹的禍。但皇后沒問皇帝為何生氣，反而說：「賀喜皇上！恭喜皇上！」唐太宗一聽莫名其妙，我氣得半死，妳還恭喜我！



就問：「妳恭喜我什麼？」她說：「皇上，一定是聖君，臣民才敢這樣直言不諱。」唐太宗一聽本來氣得半死，就歡喜起來了。皇后言語的智慧也很高！

魏徵去世的時候，唐太宗非常傷心，悲痛了很長的時間。唐太宗說了這樣一段話：「以銅為鏡，可以正衣冠；以史為鏡，可以知興替；以人為鏡，可以明得失。」以銅做為鏡子，可以知道衣服哪裡沒穿好，頭髮有沒有梳好；以歷史做為一面鏡子，可以知道如何經營一個國家，使其更加昌盛；假如有肯勸諫的臣民，君王就可以知道每個政策的執行，對於整個國家社會的利弊得失。所以，唐太宗說他這三面鏡子破了一面，就是指魏徵去世了。唐太宗有如此尊賢的態度，難怪唐朝能出那麼多的賢臣，開創「貞觀之治」。所以，魏徵是我們為人臣非常好的榜樣。

從這個故事中體會到，一個皇帝也好，一個平民也好，一生要成、功立業，最不能缺少的就是身邊有真正肯勸諫的人。唐太宗沒有魏徵、

沒有皇后，能有偉大的功業嗎？太難了！所以，你的身旁有肯勸誡你的人，要好好珍惜。《孝經》說「士有爭友，則身不離於令名」，一個讀書人有一個肯勸誡的朋友，這一生才不會身敗名裂。

而現在人敢不敢勸主管？不敢！這一點很值得思考。現在人是怕得罪主管就不敢諫言，又擔憂一朝天子一朝臣，所以每天活在患得患失當中。人有得失之心，就不能遵循理智、正氣去做事。所以，古人說「無欲則剛」，「欲」就是自私自利。人有自私自利，心就不公正，做事總是瞻前顧後，反覆無常。《了凡四訓》說「命裡有時終須有」，錢財不是憑藉自己的鑽營，去阿諛諂媚就可以獲得，所以我們要一心把工作做好，而不是去討好主管。在政府機關工作是要為人民負責，而不是為某主管負責。我們愈是盡心盡力地把工作做好，無形中就積累了福分，也提升了自己的工作能力。喜歡被人巴結諂媚的主管，保證他做不了多久就會垮下來。你時時盡到自己本分，有福又有慧，又有做事的能力，真正好的上司、主管來了，他要用誰？當然用你！

《中庸》提到「君子居易以俟命」，君子絕不攀緣，只是充實自己，時時等待機會去造福於民。「小人行險以僥倖」，小人只想著利益自己，抓些比較快速的機會，往往僥倖的心理都會做出一些不順道義的事，到最後福也折損了，能力及時間也耗在討好上，得不償失。

### 勸朋友

對長者一定是「怡吾色，柔吾聲」。對晚輩是否都要「怡吾色，柔吾聲」？要視情況而論。有些孩子很沒有信心，你跟他講話很凶，他怕死了，此時可以比較輕聲細語跟他交代。有些孩子很慢，你對他輕聲細語，他不把你當作一回事，這時就要有所威嚴。面對平輩，也是要「怡吾色，柔吾聲」，但是在關鍵時，譬如他正在顛倒，你對他「怡吾色，柔吾聲」，他醒不過來，這時就得現怒目金剛。

我有一個朋友，他人生面臨一個很大的衝突點，情緒非常不好，到我家本來是要念書，結果一坐下來很氣憤的講了半小時，我靜靜的讓他把苦水吐完。然後我就針對他所表露的情緒給予解釋，並且態度

很凶的指正錯誤，因為他已經情緒失控了，這時要用正氣震懾他。我也講了半小時，他一句話也沒有說，然後就回去了。隔天一早他打電話給我說，他活了三十幾年，昨天接到了一個最好的生日禮物。我一聽覺得很愧疚，他昨天生日，我還罵了他一頓。但是，我從心裡佩服他，因為我這樣直言不諱，他還能有雅量接受規勸，這個人有大福，後來他的日子過得挺好。當時我是觀察時機，因為他對我非常信任，我才敢用這種態度去面對他，而這種態度不是發脾氣，是為他著想。

### 勿以小嫌疏至親，勿以新怨忘舊恩

為人處事要記住「勿以小嫌疏至親，勿以新怨忘舊恩」，不要因為小小的嫌隙跟至親傷了和氣，甚至於連電話都不打，這就是意氣用事。在北京講課時，講五倫關係談到「長幼有序」。有一位姊姊聽完之後很懺悔，因為她已經跟妹妹兩年沒通過電話了，只因為發生了一次口角。後來她回去就打電話給她妹妹說：「那件事是我錯了，我跟妳道歉。」她的話才講完，妹妹就在電話那一頭放聲大哭。幸好兩年

就化解、包容了，假如撐五年可能兩個人都快得癌症了。每天怨氣在身上，血氣都不通，細胞遲早會病變，癌症都是先從心病起。而承認錯誤，關係就化解了。所以，人生不要去賭這種氣，太不值得了，苦了自己也苦了至親。

「勿以新怨忘舊恩」，跟所有的親友也不能因為小小的衝突，就把人家幾十年對你的協助與恩情都忘得一乾二淨，這是最缺德、最折福的。《孝經》說「教以孝，所以敬天下之為人父者也」，一個人真正學到孝道，一定禮敬所有人的父母。

在商湯時代，因為有伊尹輔佐才推翻了夏桀。那時商湯是接二連三用非常重的大禮去請伊尹出來輔佐他，伊尹毫不動心，後來禮請了三次才把他請出來。是什麼原因把他請出來？當然是商湯尊重賢能人的態度，但這不是最根本的原因。根本原因何在？天下人民在水火之中，只要賢君有真正解決人民痛苦的仁慈之心，他一定出來，即使赴湯蹈火也在所不辭。而且商湯請伊尹出來並不是要打敗夏桀，他是為

了要請伊尹去輔佐夏桀。現代人無論做什麼都是為了名、為了利，而古代聖賢人他們的存心都是為了人民。因為把伊尹介紹給夏桀將近十次，夏桀都不接納，反而愈來愈暴虐無道，後來不得已才代天宣化，推翻了夏桀。雖然推翻了夏朝，還劃出一塊地方給夏桀的子孫居住，並沒有把他們趕盡殺絕，這一份存心我們要領受、學習。

因此，在勸導的時候，除了要觀察時機，也要先反觀自己的存心。小朋友很喜歡告狀，說某某同學怎麼樣，我們聽了不要急於處理，要先問這位同學：「你告同學的狀，你的存心是要幫助他，還是幸災樂禍？」孩子想了一下，沒說話。我接著說：「假如你是真心要幫助朋友，就不需要來跟老師告狀，你就直接好言好語去勸導同學。」一些比較善良的學生聽懂了，沒多久就會兩個人手拉手走過來。被勸導的小朋友就說：「剛剛他勸導我，很替我著想。」彼此一團和氣。假如你不去引導孩子檢查自己的存心，到時告密蔚然成風，你會忙得焦頭爛額。所以，人有真誠心，希望對方好，就會想到好方法。

## 諫不入 悅復諫 號泣隨 撻無怨

勸誡的方法是「諫不入，悅復諫」，悅是喜悅的悅，對方心情比較好的時候再講，就是要抓住時機，審時度勢。復是勸一次沒有用要再勸，這是耐性問題。講話的方法要「號泣隨，撻無怨」，縱使被誤會，你還要堅持勸下去。所以，你要幫助別人、勸導別人，先要做到不怕委屈，不能操之過急，一定要有委曲求全、百折不撓的態度。

一個成年人思想觀念的形成，不是一朝一夕，所以縱使勸諫後，對方不能接受，也不要有怨言，因為我們是在做該做的事，問心無愧。而勸父母不能說他不聽就算了，以後不勸了，這種態度就失去為子女的本分。別人對不對並不重要，我們要時時刻刻提醒自己，有沒有做對，有沒有盡到本分。

唐太宗的父親李淵帶著軍隊南征北討，李世民都跟在身旁。有一次，李淵決定率領軍隊朝著既定的路線行走，李世民認為這條路很可

能會遇到敵軍的埋伏，如此就會全軍覆沒。他就勸導父親不可走這條路，但是父親不聽。結果隔天早上出發之前，李淵聽到帳外有人放聲大哭，就走出來看到李世民坐在地上，一邊放聲大哭，一邊說「父親，這樣去肯定會全軍覆沒」，他愈說哭得愈厲害。父親一看，兒子還真難得，堅持要勸誡他，後來他改變了路線，因此軍隊才免於危難。《弟子規》說的「號泣隨」就是指這個歷史故事。

一份孝心拯救了一個軍隊，這讓我們體會到人生確實要很謹慎，差之毫釐，失之千里。回想一下這幾十年，假如我們在某個關鍵時刻抉擇錯了，或許就沒有這個福分在一起聽聞聖賢教誨。所以，人要時時謹慎，還要時時感恩，因為在人生的過程中，有很多親友給予我們很多重要的提醒、引導和規勸。

所謂「忠言逆耳利於行」。一個人能接受別人的勸言，這個雅量什麼時候開始建立？等他被拍馬屁拍習慣了，再來教他接受別人的勸告，能不能做到？做不到。《弟子規》教導我們要「聞譽恐，聞過欣」，



聽到別人稱讚我們，我們要受寵若驚，要警惕自己做得還不夠；聽到別人指出我們的缺點，要歡喜接受，還要感謝別人，這樣才能「直諒士，漸相親」，所有肯勸告你的朋友就會圍到你的身邊來。深圳的李老師教到這一段時，我跟邵老師正好在杭州講課，等我們回到深圳之後，剛好要吃飯，邵老師就指出一個女學生某個動作不大好要改正。話才講完，女學生馬上鞠了一個九十度的躬，說：「謝謝邵老師指出我的缺點。」邵老師很驚訝！從此以後，給這些小孩指出缺點，他們不但沒有生氣，還會感謝你，給你深深的一鞠躬。當孩子從小就能接納別人的勸告，對他一生的幫助是無法衡量的。

在勸人的時候，也要看對方的水準，進而調整言語。《論語》說「中人以下，不可以語上也」，中等程度以下，你不要用上等人的言語、態度跟他講，他會聽了一頭霧水。掌握這個原則，勸人的效果就會提高。

假如你的存心好，時機也沒錯，態度、方法也正確，還是沒有效

果，這時怎麼辦？人的生活行為都有一個慣性，不只是人，萬物都有，在物理學中叫做「慣性定律」。譬如你要推動一杯水，一開始力量太小不會動，力量要慢慢加大，大到突破了它的靜的慣性（靜摩擦力），一旦突破了就動起來了，轉變成「動摩擦力」，就不用那麼費力了。所以，你勸別人改變行為，也要有一個過程，假如你的推動還沒有產生效果，說明你的力度還不夠，這時你繼續努力，等到有一天突然改變了，他就慢慢能自我要求，你就不用再推了。可是這需要一段過程，不能認為沒用就不推了，那就前功盡棄。所以，我們要觀察，當時機還沒到，要用耐性去推動，而耐性中要包含著你的真誠與關懷。

### 善相勸 德皆建 過不規 道兩虧

言語是要規勸別人，讓人能夠改正過失，所以「善相勸，德皆建」，彼此的道德學問都能得到長養。不但要勸導朋友改正過失，還要有成就朋友的這一份存心，與此同時，自己的學問也在提升。幫助別人愈

多，就愈能體會別人的需要，把事情做圓滿。「過不規，道兩虧」，見到朋友過失假如不規勸，他做錯事，我們也錯了，因為沒有盡到朋友的道義去規勸。人最容易犯過失，絕對不是低潮時，而是人生很發達的時候，往往會得意忘形。這時只要有好朋友盡本分來勸告，人生很多危機就能逢凶化吉，所以勸誡朋友是為人朋友的本分。

規勸還要看時機，所謂「揚善於公堂，規過於私室」。你稱揚人可以在大庭廣眾之下，但規勸人要在私下，要給他留面子，不然他會惱羞成怒。有些朋友聽了健康素食的課覺得很好，回去之後就跟她先生說：「我從今天開始不煮肉給你吃了。」結果她做了一個星期之後非常灰心，氣沖沖地到辦公室找我，她說：「我先生真不受教，為他好，他還不領情。」講完之後，我就看看她，我說：「妳先生有外遇，妳要負責任。」她傻了，本來想聽我說幾句安慰的話，結果是這樣！我說：「妳先生得高血壓，妳要負責任；妳兒子得不到父親的關懷，妳也要負責任。」她一聽非常委屈。我接著又問她：「請問妳先生現

在吃不吃肉？」她說：「吃，吃得更多！」我說：「妳為了他的健康，叫他不吃肉，現在目的達到了嗎？」沒有達到！那不是跟目標背道而馳了，所以要慎思！」

做事不要忘記初衷與目標，要循序漸進，不要做到一半意氣用事，如此會做出讓自己後悔的事。所以，勸導別人也要道法自然，要替人設想，而不是強加於人。我說：「妳先生都到外面去吃，外面的食物又油又鹹，吃上三個月、六個月，可能血壓會上升。而且每天外食，可能有朋友找他去酒樓，一旦發生外遇，妳要不要負責？妳兒子每天看不到爸爸，父子之情也被妳破壞了。」她聽完之後，很委屈也很慚愧。

我問她：「女人最強的威力是什麼？」溫柔。妳要這樣跟他講：「我跟孩子一生的幸福，都繫在你的健康上。」他一聽，抬頭挺胸。妳再慢慢跟他講，吃這些肉類有什麼害處，不要制止他馬上就不吃，幾個人做得到？妳可以把肉類從三盤變成兩盤，再從兩盤變成一盤，

不落痕跡。還有一點很重要，妳要學做好吃的素食，不然他會很痛苦，要處處替他著想。此外，把妳先生帶來跟我們一起吃飯，他一看這麼多人吃素，會說素食也滿好吃的，後來自然就吃素了。所以，要懂得善巧方便，不可強加於人。

因此，要改變別人以前，自己要先穩定下來，心定才能轉境，不被境界所轉。不能操之過急，所謂欲速則不達，要想成就任何事，耐心非常關鍵，所謂「一切法得成於忍」。我們提到忍字，要忍到什麼功夫？「忍」是會意字，要禁得起一把刀架在你心上都能如如不動的考驗。並不是真的拿一把刀架在你的脖子上，而是當我們的好意被人冷水一潑，被冷嘲熱諷的時候，能不忘記自己的初心，能忍受屈辱，進而喚醒他的慚愧心和良知，這需要忍耐的功夫。而忍耐的功夫什麼時候練？時時處處與人言談、與人相交往的時候，常常注意自己的脾氣、傲慢的習氣有沒有起來，要從起心動念處去修正，才是最好的修學方法。

我們勸別人「勿以善小而不為，勿以惡小而為之」。很多錯誤的事，我們為人老師、為人父母的人都說沒關係；遲到，沒關係；丟個垃圾，沒關係。積小惡成大惡，應該要謹言慎行。成就孩子的德行，絕對都是從小善做起，從小惡改起，才是正確的方法。勿以善小而不為，就從我們生活當中，點滴小事開始做孩子的榜樣，甚至於做員工的榜樣，這樣就能讓身旁的人提起這種好善好德之心。所謂「登高必自卑，行遠必自邇」，一定要從低處、近處開始，一步一腳印做下去。

## 四、態度

言語的態度，應該如何落實？《弟子規》教得非常仔細。

### ❖ 孝順恭敬

父母呼 應勿緩 父母命 行勿懶

我們對言語的態度，就是從父母呼、父母命這幾句開始做起。一個孩子連對父母講話都不恭敬，他對別人也不會恭敬。這一句沒做到，孩子一生就會有很大的障礙；這一句做到了，孩子一生受益。他能尊重父母，對父母講話和顏悅色，看到別人的父母，他會想到別人的父母也很辛勞，也應該恭敬。他能體會到父母念念希望他好，他也能體會到別人的父母也希望他的孩子好，假如我們對人惡言相向，父母會傷心難過。一個孝子能有這種同理心，不願意讓別人的父母痛苦，他的恭敬就能從父母身上再延伸到一切人。

跟父母講話的態度要非常恭敬，現代人為何無法做到？電視、音樂讓他的心很浮動、煩燥，所以聽兩句話就不耐煩，就頂嘴。我們要先反觀自己有沒有做到？假如有一位母親呼喚子女，其子女馬上走過來說：「媽媽，請問有什麼事？」這樣的聲音和態度，現在幾乎看不到。所以，要從我們自己開始做起，先有這種恭謙的態度。不是對父母如此，對所有的長者都應該如此。但對孩子不能這樣，學問是活的

不是死的，如果兒子說：「媽，來一下。」妳馬上走過來：「兒子，有什麼事？」這就顛倒了，孩子會慢慢變得傲慢、無禮。因此，對長者、對平輩我們應該這樣做，但是對晚輩要長養他的孝心跟恭敬心，應該是晚輩到長輩的面前才是正確的。

「父母呼，應勿緩」。有時你在答應父母的時候，表面上看起來有應，內心卻是不耐煩，所以對待父母的召喚，還要觀察自己的心是否真誠恭敬。如果能從內心深處下功夫，不出三個月，絕對會讓身旁的人刮目相看。一個人求道德學問有沒有效果，從別人對你的態度就可以判斷出來。

「父母命，行勿懶」。答應父母的事情，一定要守信不能偷懶。你已經告訴媽媽要去洗澡，就應該立即去洗，不能拖拖拉拉。甚至於父母交代我們買的東西，也應該如期買回來。有些人對於朋友交代的東西，都不會忘記買，而家人交代的卻常常一拖再拖。為什麼對朋友不敢失信，對父母就失信了？因為怕跟朋友的關係搞壞了，生意做不



成，他們的話不敢怠慢；而父母不會計較也無利害關係，所以心就不恭敬了。

有的人對朋友不會發脾氣，專門把脾氣發在誰身上？發在最親的人身上。真是顛倒！點點滴滴對你付出，對你最照顧的人，你卻對他最不好。如此，到了三十歲、四十歲，會覺得內心愈來愈不安，因為該做的都沒做。假如這時父母又走了，就會覺得內心隱隱作痛，該報的恩都來不及報。而報父母恩就要先從言語態度的恭敬做起，不要好高騖遠。

### 父母教 須敬聽 父母責 須順承

父母在教誨我們的時候，要恭恭敬敬地去領受。父母責罰我們的時候，應該虛心接受，好好檢討，反省改過。父母是用一分愛護我們的心，希望我們能夠增長德行，才會教育我們，責罰我們。但聽說現在的的孩子都是「一言九頂」，頂是頂撞父母，對於父母沒有恭敬心。孩

子是一言九頂，那我們對父母講話是否有恭敬？上行下效。假如我們對父母講話不耐煩，無形當中已經給孩子造成不良的影響。

有人說：「假如父母誤會我們，也不解釋嗎？」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。所以，在接受他人規勸的時候，人家講了五句，其中四句是對的，沒有注意到，立刻要解釋那一句講錯的，這樣以後可能就沒有人給你提建議了。

因此，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，他會覺得自己太過分，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。假如你處處都能忍，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！

當父母責罰的時候，假如罵得很凶，父母又有心臟病，要視情況

趕快離開，可能他看不到你，氣就消得比較快，所以要靈活運用。孔子有一位學生叫曾參，非常孝順。有一次他被父親責罰，一氣之下，父親就拿起旁邊的棍子打他，結果他被父親打昏了。後來曾子去見孔子，孔子罵他不孝。曾子嚇了一跳，我連跑都不跑，怎麼說我不孝？孔子說：「假如你的父親失手把你打死了，你就是陷父親於不義。如果你打死了，誰最痛苦？父母最痛苦，從今以後幾十年的日子，他將如何承受痛苦的煎熬。」所以，孔子告訴曾子，「小杖則受」，父母用小棍子打你可以接受；「大杖則走」，拿起大棍子時要趕快走。處處替父母著想，就是學活了。

我也問過小朋友，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，下次做錯事不要被父親看到就不會被罵了」。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。我就問

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，就想我一定可以再進步，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。

「須順承」的「順」，我們要理解，是不是父母所有的責罰與要求全部要順從？在這幾十年當中，很多人對中華文化產生了誤解，他們覺得儒家所說的孝順是什麼都要順，那是愚孝。講這種話的人，可

能連一本經典都沒有從頭到尾看一遍，聖賢絕對不是這種教學理念。「順」有兩種情況，父母所責備我們的事都是正確的，要趕快記住去落實，這是順；父母的責罰與要求是錯誤時，不要當面頂撞，要懂得順勢而為，先退一步等待好的時機再跟父母溝通，也是順。《弟子規》講「親有過，諫使更，怡吾色，柔吾聲」，中國人講的孝順，絕對不是父母所有的要求都照做，首先要分辨對錯，要用理智去孝順。父母有過失，我們沒有去勸，便是陷父母於不義，這不是為人子者應有的態度。

除了父母教須敬聽，老師教也要須敬聽。一個人能否有好的道德學問，除了要有好老師之外，更重要的一個因素是自己的學習態度，一定要有虔誠恭敬的心，絕不可陽奉陰違。有多大的學問成就，可以從恭敬心中判斷出來，一分誠敬得一分利益，十分誠敬得十分利益。

長官教也要須敬聽。一個人在學問、事業上能否有好的成就，都是從恭敬、謙卑之心求得。到一個新環境，不要怨天尤人，要先多看、

多聽、多學。長官怎麼教，我們先老實去做，等對公司有比較深刻的了解後，再適當地給予長官一些建議，如此比較得當。

## ❖ 貴和存敬

### 言語忍 忿自泯（懲忿、窒慾）

人為什麼會生氣、發怒？把原因找出來，才能對症下藥。在哪些情況下人易發怒？恭敬心沒有形成，而是形成怠慢、傲慢，就很容易發怒。對人沒有恭敬心，看誰都不順眼，脾氣就來了。所以，要讓孩子不瞋、不怒，從小就要培養孩子的恭敬心。古代的聖哲人對長輩都畢恭畢敬，怎麼可能會發脾氣！

還有一個會讓人憤怒、瞋恨的原因，很可能是嫉妒，見不得別人好。所以，要從小擴寬孩子的心量，能夠時時「見人善，即思齊，縱去遠，已漸躋」。沒有貪心，懂得忍讓，就不容易發脾氣。從小懂得

忍讓的孩子，會特別得到疼愛。譬如老師看到一些孩子不跟人爭，私底下都會對他們特別的關愛，因為這孩子懂事。孩子不貪，就不會因為「別人有，我沒有」而生氣。現在的孩子為什麼很容易發脾氣？因為我們幫他做的事太多了，他都視為理所當然。親人沒有做好時，他的脾氣馬上就來了。

有個孩子十幾歲，母親每天都幫他裝好水壺，讓孩子帶著上學，數十年如一日。有一天，她給孩子裝水稍微晚了一會兒，孩子接過水壺很凶地說：「我遲到都是妳害的，拿那麼慢。」他不但該做的事沒有做，別人幫他做反而視為應該，所以父母要謹慎。還有給孩子太多的財物，從小養成奢侈的習慣，會覺得長輩給他錢也是理所當然，所以你以後不能滿足他無窮的欲望就麻煩了。

發怒會有什麼結果？佛法講「火燒功德林」，一發脾氣，所有的修行都被一把火燒光了。幾天才能平復？三天。「一念瞋心起，百萬障門開」，不僅對自己有不好的影響，對他人也有不好的影響。

有個孩子脾氣很不好，父親就跟他說：「你每次發完脾氣，就到後院的木柱子上釘一根釘子。」後來，這個孩子每發一次脾氣就釘一根釘子，過了幾天之後一看，密密麻麻的釘子在上面，才警覺到原來自己的脾氣這麼不好！慢慢就懂得觀心為要，時時觀察自己的心是不是又瞋恚了。由於能保持著這種敏感度，發脾氣的現象就慢慢減少，最後終於不再發脾氣。他的父親又跟他說：「只要你今天沒有發脾氣，就到後面拔出一根釘子。」就這樣一天一天地把釘子都拔掉了，拔完的那天，他很高興跟父親說：「釘子我都拔完了。」父親帶著他到後院去，告訴他：「你雖然已經把釘子拔完了，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」，我們用刀子在上劃一下，只要一、二週就能癒合；但是「惡語傷人恨難消」，我們用很尖銳的言語對待他人，他的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，言語比刀更利。這位父親就告訴孩子：「雖然



你現在不發脾氣，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。」我們要明瞭瞋恚、發怒，對自己、對他人都不好，這種自他不利的事能不能繼續做？不能。知道不能做，就要想辦法來對治。

要做到「言忠信，行篤敬」，下手之處何在？「懲忿、窒慾」。一個欲望很強的人只會想到自己，怎麼會「言忠信，行篤敬」？一個人連脾氣都掌控不了，他會對人恭敬嗎？他的言語會讓人家舒服嗎？不可能！老祖宗很善於用譬喻讓我們領受一些道理，對於「欲」跟「怒」有一句常說的格言，「怒是猛虎」。老虎給人是什麼感覺？兇猛，旁邊的動物看到牠都很害怕，敬而遠之。一個人常常容易發怒就好像一隻猛虎，讓所有的家人跟同事好像處在地獄之中。「欲是深淵」，代表欲望一踩下去，深不見底，瞬間墮落。所以，懲忿、窒慾，「懲」跟「窒」代表要懂得去控制自己的脾氣與欲望，這就是修養功夫。

俗話說「掌握情緒的人，才能掌握未來」。不能掌握情緒的人，

可能每次發完脾氣，他以前所做的努力都白費了，是拿起石頭砸自己的腳。發完脾氣之後不是氣別人，是氣自己怎麼又沒有忍住！

如何轉怒為恕，如何讓自己脾氣變好，要用什麼方法才能根本解決問題？中國文字已經把答案告訴我們了，字中含有老祖宗的智慧。怒是會意字，表示你心上有一個奴字，你就是壞脾氣的奴隸，它要你往東你就往東，要你往西撞牆你就撞，等發完脾氣之後，會覺得「我怎麼做出這種蠢事？」因為你已經被奴役了，無法主宰自己，所以怒很恐怖，不能繼續怒下去，要轉「怒」為「恕」。這兩個字差多少，把這些稜稜角角削掉了，就變成了寬恕。「恕」字，一個「如」，一個「心」，這叫如其心，也叫同理心，你能如其心，就是站在他人的角度來觀察，你就能原諒他了。

例如，我們教導學生，看到他的行為實在很生氣，但是了解他的家庭狀況後，我們的怒氣能立刻壓下去。除此之外，會覺得他很可憐，不但能體諒到他的苦，更能包容他的過失，體現出一種寬恕的態度，

所以怒不能壓，要包容，進而去幫助他、感化他。

《論語》中，學生問孔子：「有沒有一個字可以讓我一生去貫徹，提升道德修養？」孔子挑了「恕」字，恕字終身可行，所以寬恕的功夫很重要。如何寬恕？《格言別錄》裡有這樣一句話，「以恕己之心恕人」。我們一天原諒不了別人幾次，但是原諒自己太多次了。我們能以原諒自己的態度去原諒別人，就能結交很多推心置腹的朋友。而「以責人之心責己」，以責備別人的刻薄之心來責備自己的缺點，就能「寡過」，修養會提升得很快。能用寬恕就能轉怒氣，這才能從根本解決，也就是轉念的功夫非常重要。能如此，什麼樣的人你都能寬恕，甚至於任何人你都能感激。一個人能處處寬容，甚至於處處懷著感恩之心，怒氣就消了。

一個人進步最多的是什麼時候？逆境。所以，感謝傷害你的人，因為他磨鍊了你的心志；感謝欺騙你的人，因為他增進了你的智慧、經驗，你總不會被他騙一輩子，騙了之後，你更清楚如何判斷是非善

惡，所以要抱著一份感激之心。感激絆倒你的人，處處給你挫折或考驗的人，因為他助長並強化了你的能力。感謝遺棄你的人，因為他教導你應該自立。人生在世不可能一直依靠某個人，最可靠的是自己。一個人常常依靠別人，就會生活在患得患失中，沒有真正快樂，所以感謝他遺棄了你，是他教導了你要自立自強。感謝斥責你的人，因為他常常對你惡言相向，助長了你的定慧。他對你惡言相向，你還能如如不動，你的修養提升得很快，等他罵完了，你說：「謝謝你講出我的缺點」，他一聽，下次一定罵不出來了。

一個人面對傷害、欺騙，以及別人對你的一種錯誤、惡劣的態度時，你能平心靜氣去感謝他，這樣的人遲早會被你感化，因為你的修養會激起他的慚愧之心。你能這樣去轉念，不但怒氣消了，還有可能成就別人修學聖賢的機會。

有一首描述兄弟之情的詩詞，「兄弟連枝各自榮，些些言語莫傷情。一回相見一回老，能得幾時為弟兄。弟兄同居忍便安，莫因毫末

起爭端。眼前生子又兄弟，留與子孫做樣看。」兄弟是同氣連枝，同一父母所生，就好像一棵大樹長出很多枝幹，各自發展，各自延伸，各自枝繁葉茂。所以，兄弟之間的言語要和睦，不要太衝動，不要因為言語不當而起衝突。只要有一方能退一步，能忍一時，就會風平浪靜。要以德服人，團結我們的兄弟姐妹。當我們三、四十歲以後，可能一年見不到二、三次，每次一見面，發現皺紋多一點，白髮也多了幾根，真是歲月催人老，所以要珍惜兄弟相處友愛的機會。因此，要能忍得住，不要因為一些小小的事情，而兄弟爭吵。兄弟姐妹有了後代，又成為兄弟，所以這一輩要做好樣子，留與子孫做樣看，這一點特別重要。周朝開國的幾位聖王做出了孝悌的榜樣，所以才享國八百年，這是中國歷史上最悠久的一個朝代，這絕對不是僥倖的。你的家族、家庭要興旺多久？你要有所志向，才能教出好子孫。

《弟子規》提到「財物輕，怨何生」。對財物懂得禮讓，也就不容易起衝突。「財」字，又通另外一種含義，是木材的「材」，如果

木材堆的很多，太陽照太久就會燃燒起來，比喻你的財積累太多，很可能會引火自焚。所以，當你時時都在搜刮財物，其實自己的福分已經在耗損、折福了。而這個行為又被下一代學得非常徹底，這個財物留得住嗎？人要有深謀遠慮！因此，兄弟之間懂得布施，就不會有爭吵。有一句話說「人欠你，天還你」，「天」就是天理，你的福分會水到渠成。人往往不能忍一時之氣，才做出一些違背德行的事情，所以要能忍耐得住。

### 長呼人、即代叫 人不在 己即到（接待禮儀）

長輩到你家要找你的父母，要怎樣做？現在的孩子說：「爸，有人找你！」或者有人來找老師，他說：「老師，隔壁班老師找你。」父母、老師被你呼來喚去，這樣很失禮，這也是沒有人教導而造成的。譬如有人來找主管，要說：「您先請坐，我去找老闆，再回來跟您報告。」要先去問老闆要不要接待。很多人會這樣說：「老闆在那裡開

會，你自己過去。」結果會議開到一半，人走進來了，要接待也不是，不接待也不是，造成困窘的局面。假如今天你要提拔一個人，一定是提拔處處辦事都讓你放心的人；一個常常失禮的人，你敢不敢用？所以，接待之禮很重要！

當有人來找長官或父母時，一定要先請客人喝杯水，再趕快去請他們。「人不在，已即到」，假如他們不在，要請教對方有什麼事，趕快把事情問清楚，然後告訴對方：「我一定會轉告我父母與您聯繫」，這才把事情做圓滿。這些做事能力與禮儀特別重要，一定要在生活點滴當中指導孩子。

我們教小孩禮儀，從進門開始，教他們敲門要緩和地敲三聲，不能敲得太急促，以免屋裡的人被帶動得很緊張。如果他正在忙其他的事情，一時不能來開門，心裡會更急躁。當接待客人時，開門後要先鞠躬問好：「阿姨好，叔叔好。」再幫客人拿拖鞋，拖鞋要放在讓客人一進門直接可以穿上的地方，每個禮儀都含有替人著想的本質。客

人進門之後，孩子要說：「阿姨，您請坐。」就引導阿姨坐下。不能說：「阿姨，您自己去那裡坐。」坐好之後，馬上去倒水，然後說：「阿姨，請喝水。」這就是接待之禮。假如你的孩子這樣去接待長者，他們一定會覺得這個孩子很有家教。在接待的過程中，就訓練一個孩子處理事情，不但要有恭敬心，而且要有始有終。有時我們交代學生去找某個人，結果一去無回，後來找他來問：「你找的怎麼樣？」他說：「沒找到。」沒找到也要回來報告，要有始有終，對一件事情要負責到底。

「長呼人，即代叫，人不在，已即到」，這一句教誨，我們延伸成接待的禮儀。禮是人與人之間很優美的距離。當我們不懂禮時，給人家的印象不好，人與人之間就容易產生誤解、磨擦。所以，接待客人要訓練，才能清楚發生哪些情況，應該如何應對。訓練可以短時間內達到效果，而更重要的是要教育，讓人在做這些事情時，是從內心歡喜，所謂「誠於中，形於外」。



有一位母親，她接待客人的時候會切一盤水果。有一天她不在家，家裡來了客人，等她回來後，看到桌上已有一盤水果。而她的孩子還是小學生，這就是上行下效，孩子無形當中都在學習。

在公司裡也應該落實這一條教誨。譬如同事的朋友來訪，剛好你遇上，你不能說「他在那裡」，這樣就顯得有點失禮。你可以說「你請坐」，為他倒一杯水，「我去幫你找他」。這位客人就會感覺到這個公司的氣氛很好，會給人家留下非常好的印象。等你的同事來了，看你還幫他的朋友倒水，他的內心也很高興。

在政府單位，接待就顯得更為重要，不然這是丟政府、國家的臉。有個政府主管打電話到其它部門，一個年輕的研究生接的，態度不大好。主管說：「我找某某。」他說：「不在！」主管問：「去哪裡了？」他回答：「不知道！」就把電話掛了。結果這位主管很生氣，開始調查到底是誰接的電話。最後這個研究生的命運如何？被解雇了。之後整個單位接起電話都說：「您好，請問找哪位？」風氣大變！

當然除了怕丟飯碗之外，更重要的，還是要生起對人的尊敬。

除了接待人的禮儀之外，還有講電話的禮儀也很重要，我們要教導孩子接電話。接起電話來，一定要問候長者或對方：「喂，您好，我是某某某，請問您找哪一位？」假如長輩說：「請問你父親在嗎？」假如父親在，馬上說：「您先請稍等，我去請我父親。」假如父親不在，就請問對方：「對不起，我父親現在不在，請問您是哪一位？有什麼重要的事，您交代我，父親回來我再通知他；如果您現在有急事，也可以打我父親的手機跟他聯繫。」孩子做事、辦事的能力，就從接電話中，從生活的細節中，慢慢提升。

假如你的孩子往後想得到主管、企業家的賞識，禮儀這一課不能疏忽。有位朋友說，主管常常喜歡找他，為什麼？他知道什麼時候該倒茶，倒得又很自然；什麼時候該幫忙夾菜，因為從小做習慣了。接待客人，要讓人家有賓至如歸的感覺，就會一團和氣；只要和氣，事情就能辦得順利成功。所以，接待禮儀要學，而這個學習有賴於家長

跟老師在生活當中處處提醒，要有耐性。

### 稱尊長 勿呼名 對尊長 勿見能

稱呼長者，重要的是內心恭敬。西方人如何稱父母、長輩？直接叫名字，說這是平等。這是不是真平等？平等是對人的尊敬心，尊重每個人都是獨立的個體，縱使是父母也不能把子女當作附屬品，因為他是屬於這個社會、世界。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？一定是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、長者的話，一分恭敬得一分利益，十分恭敬得十分利益。絕不是長者希求晚輩的尊敬，而是要成就晚輩的人格，成就他們的學問。

現在西風東進，有些兒女都直呼父母的名字，沒過多久就感覺到孩子跟父母講話沒有分寸。回想我自己，從小我叫姐姐都是稱大姐、

二姐，叫了十多年。有時人家問我：「你姐姐叫什麼名字？」當我把姐姐的名字講出來時，還感覺全身不舒服。

有些小孩還會給人取外號、取綽號，這樣好不好？當孩子亂給同學取外號，甚至還給老師取外號，他就已經沒有恭敬心了，這時立即要給他導正。「將加人，先問己」，你希不希望人家用外號取笑你？假如你不願意，也絕對不能給別人取外號。

「對尊長，勿見能」。當孩子有些能力，就帶著他到處表演，絕對是增長孩子的傲慢。假如大人還說：「你真了不起！」這樣的言語聽多了，往後批評的言語就聽不進去。而且學才華，真正的目的何在？是表現我比人家高一等嗎？那就錯了，學到的才華是要服務他人，奉獻社會。學歷愈高，代表我們接受社會的幫助愈多，我們更應該回饋社會。這些觀念一定要從小奠定基礎，不然孩子覺得自己得到高學歷，就是為了賺大錢，這樣就偏頗了。若孩子知道學習能力、讀書目的是要奉獻社會，他學習的態度就截然不同。

## 路遇長 疾趨揖 長無言 退恭立

這是說遇到長輩要主動問好、行禮，也就是打招呼的禮儀。中國古代，人與人相見，都恭恭敬敬的鞠一個躬。現在看到會鞠躬的在哪裡？日本、韓國。日本、韓國人跟誰學的？跟中國人學的。

禮儀、禮貌是人與人之間最優美的距離。孩子見到長輩應該如何打招呼？很多朋友說，現在的孩子能對你笑一笑就不錯了。當為人父母教導孩子的標準降低到這樣的水平，請問能教出什麼樣的孩子？在深圳學習中國文化的孩子，學習鞠躬就學了二、三個月。大家不要輕視鞠躬，當他的腰真正能彎下去，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是「主敬存誠」，時時恭敬、時時真誠，這是真實學問的根基。恭敬、真誠從與人交往時表現出來，面對長輩要鞠躬打招呼。而鞠躬要注意距離，不能撞到長輩，所以與長輩的距離差不多兩步。鞠躬的時候還要問候：「叔叔好」，整體動作就讓人很舒服。除了鞠躬、問候之外，還要注意眼神。鞠躬前要看叔叔，

說「叔叔好」，起來的時候再看一下，這就是與人打招呼的禮儀。

一個沒有禮貌的人，一生不知道會給自己造成多少障礙！為什麼有人辦事很順利，有人辦事就出現很多問題，這不是偶然的。你平常處處有禮，就會積累很多善緣、助力；當言語、行為上失禮，就會形成很多阻力。

孔子說「不學禮，無以立」，沒有禮貌就很難在人群中立足，可能不經意的一句話、一個動作就失禮，得罪了他人；有禮貌的人走到哪裡都能讓人家歡喜，而且會得到眾人的愛戴。

### 尊長前 聲要低 低不聞 卻非宜

跟長輩講話應該注意聲音要適中，假如太小聲，長輩聽不見，反而增加他的負擔。現在的孩子跟長輩講話很大聲，父母就告訴他：「小聲一點！」但可能沒多久，他又忘了，結果長輩就說：「算了算了，別管了！」一開始不管，到最後養成習慣就很難導正。這些細微之處，

我們要抓住原則，用耐性把他們引導到正確的行為。中庸之道，就在人與人相交往的點點滴滴當中。所以，聲音不可太大，也不可太小；禮貌不可不及，也不可太過。禮貌太過了，可能給對方造成壓力。

孩子講話要訓練，所以每星期都會讓他們上台報告，看看這週做了哪些孝行。孩子在台上站立的姿勢也是千差萬別，有的人要扶著桌子，覺得才有安全感；有的站得歪歪扭扭，一邊講話，手還不停搖擺。這都要經常透過實際練習，穩定度才能提升。當他講話太快時，我們要有耐心：「來，慢慢講，一個字一個字講清楚。」能力絕對不是天生的，都要透過後天的訓練。在海口有個小女孩很內向，我們讓她經常練習，經過幾個月，她母親打電話給老師，說她女兒去參加朗誦比賽還得獎。現在社會常有上台的機會，在公司也有可能要上台報告，與人有交談的機會，所以言語的訓練不容忽視。孔子的教學，德行擺第一位，第二位就是言語的態度、方式。而《弟子規》自始至終，教導講話的態度、方法佔全書三分之一的分量，可見非常重要！

## 進必趨 退必遲 問起對 視勿移

「進必趨，退必遲」，當長者叫我們的時候，要快步向前，不能長者叫了還大搖大擺慢慢走，這樣是失禮。離開的時候，不能說「爸爸，我走了」，一轉身就離開了，應該說「爸爸，我走了」，看著父親再慢慢往後退幾步再離開。這些細微之處，都從內心的恭敬流露出來。

「問起對，視勿移」，長輩在跟我們交談的時候，我們的眼神不可飄移，應該專注看著長輩講話。這個態度也要訓練，現在小孩心定不下來，你跟他講話，還沒講幾句，他就失去注意力。當下你要很堅持，讓他看著你把話講完，最後你還要問他：「剛剛爸爸講什麼？講一遍給我聽。」這樣訓練他，一來專注聽人講話，二來有恭敬之心。

## 將入門 問孰存 將上堂 聲必揚



去別人的家裡拜訪，應當先打電話約時間，確定是否在家，還要問對方是否方便，不要說「我現在過去好不好？」你這麼急促，人家只能說「嗯，好吧！」這時你要「聽思聰」，假如他回答的很勉強，就要主動問：「你是不是待會兒有事？如果不方便，我換個時間也行！」這樣對方就不會覺得太唐突。不管你是拜訪還是打電話，也要注意時間，不能在吃飯、睡覺的時段，這就沒有替人設想，不尊重他人。無論何時打電話給人，第一句話要先問「請問你現在說話方便嗎？」當你時時能這樣恭敬，人家跟你交往就會覺得很舒服，沒有壓力。當我們的言語透露著恭敬，孩子在我們身旁就能得到潛移默化的學習效果。

「入門」的時候要先敲門，等屋裡的人回應，請我們進入才可以進去；假如讓我們等一會兒，就要恭恭敬敬地等。如果你進到別人家裡，看到一樓沒有人就跑到二樓，正好主人回來，會造成別人的誤會，所以恭敬還包含著避嫌，避免人家對你的懷疑。所以，尚未確定屋裡有沒有人，一定要問「請問有沒有人在？」喊幾聲沒有人回應，就不

能進入。

「問孰存」可以延伸，譬如你要拜訪朋友，就要了解他的家裡有哪些長輩？有哪些家人？問了以後，還要了解他們的狀況，拜訪時才會覺得很親切。譬如，關心一下他母親的情況可以問：「伯母，您前一陣子是不是感冒了？現在好多了吧！」俗話說「見面三分情」，如此就拉近了彼此的距離。因為他的孩子跟你非常熟悉，若對你的了解不多，也會掛心你的品德如何。所以，我交朋友的習慣，若是很熟的朋友，一定要到他的家裡去拜訪，讓他的家人對我有所了解。

### 人問誰 對以名 吾與我 不分明

如果有人按門鈴或打電話來，你應該說：「請問您是誰？」或「請問您是哪一位？」這時應當回答：「您好，我是某某某。」有些人會說：「是我，我就是我，你不知道我是誰嗎？你不記得我啦，我們兩個月以前見過面。」這很失禮。所以，一定要讓對方馬上知道你是誰，

他的心就安了。這就是講話的分寸與態度。

### 將加人 先問己 己不欲 即速己

任何要加予別人的言語、行為，首先要問自己：「這樣的言語、行為，別人如是對我，我能否接受？」假如不能，就不能這樣去對待別人。所以，「行篤敬」是落實在對人、對事、對物的恭敬之中。《弟子規》後面講「親仁」，親近仁德的人要不要恭敬？當然要。求學問，有一句很重要的箴言：「一分誠敬得一分利益，十分誠敬得十分利益」。一個人道德學問提升的速度，不是外面決定的，而是自己的誠敬心所決定的。

我們不希望他人對我們在言詞上有毀謗、批評，我們就不應該去毀謗、批評他人；我們不希望他人在行為上冒犯、控制我們，我們也不應該去冒犯、控制他人。甚至於起心動念，假如我們不希望別人有害我們之心，我們也不應該起害人之心。處處能這樣去對待他人，就

能掌握做人的分寸。

有隻狗跑進一個四面都是玻璃的空間裡，一進去就看到另一隻狗對牠很凶，牠馬上對著「牠」狂吠。結果，四周所有的狗也都對牠狂吠。牠更不甘示弱，就繼續死命的狂吠，最後牠累死了。從這個故事，我們反思到，當我們覺得周圍的人對我們很不好，常常對我們發脾氣，可能我們所面對的人事物都是自己心的反射。當我們常常以惡臉對人，鏡子反照回來，絕對是惡臉向著我們；當我們時時以笑臉迎人，也會得到別人笑臉的對待。我們靜下心來思考，到底周圍的親朋好友面對我們是什麼態度、什麼臉孔，如是思惟觀照，就知道如何修正和提升自己。

很多的障礙不在外面，而在自己的一念之間。我們之所以會痛苦，都是求不得，都是要求別人，沒有要求自己。當我們能寬恕別人，看到自己的本分，整个人生態度就會不同。因為只要有求，每天都會患得患失。能看到本分就會天天盡心盡力，當我們天天盡心盡力，就會

有成長的喜悅。在我們盡力的過程中，愛人者人恆愛之，敬人者人恆敬之，依報就隨著正報轉了。

有位女士聽完課以後，就對她男朋友說：「那件事是我錯了，對不起！」（因為兩個人正鬧彆扭）結果她男朋友聽到她講對不起，滿臉驚訝對她說：「明明就是我不對，妳還跟我道歉，那我不就不是人了嗎？」所以，我們不要常看別人過失，要反過來反省自己還有哪些不足。這個態度一提起，身旁人的慚愧心就會被喚醒。

### 己有能 勿自私 人所能 勿輕訾

自己有能力要主動協助他人，別人有才華絕對不能嫉妒，一有嫉妒，我們的恭敬心就失去了。現代人都不願意幫別人，怕自己的本事被人家學去。我聽過一個報導，有兩個姐妹在討論，姐姐說：「今天有一個同學問我一道數學題怎麼做，我會，但是沒告訴他。」妹妹就說：「我會告訴他，我會把錯誤的告訴他。」這個現象是存在的，因

為孩子從小學競爭，見不得人好，心量愈來愈狹窄。而心量一狹窄，福分就下降，就不懂得取長補短，不懂得見賢思齊，因而埋下人生很大的禍患。所以，我們要時時教導孩子，自己有能力助人就要多盡一份心力。幫助別人有什麼好處？助人者人恆助之。有人發生狀況的時候，朋友都爭先恐後來幫他，那不是偶然的。而我們有事卻無人來幫助，原因就在沒有時時處處廣結善緣。

有一個小女孩，她的數學是班上頂尖的。有一天她請假，因為她的爺爺去世了，而她的爺爺是數學教授。同學們正在考數學，一聽到她的爺爺去世了，就說：「終於死了！」因為她爺爺不死，她總是第一名。孩子現在的思想都是功利，很恐怖！當孩子急功近利的時候，請問他的競爭、掠奪之手伸出來首先是向誰？向他最近的人，就是父母。現在的父母很遲鈍，都在製造自己中晚年的悲哀，所以現在的家長必須要趕快提升教育的觀念。

「人所能，勿輕訾」，別人有才華、有能力，我們絕對不能嫉妒、

障礙，要「隨喜功德」、「稱讚如來」。其實嫉妒是最大的魔王，當我們嫉妒他人時，整個情緒就已經到地獄去了。嫉妒慢慢會變成瞋恚心，而瞋恚就是地獄道最重要的一個引業。地獄跟天堂只在一念之間，我們從嫉妒轉成欣賞，轉成隨喜，甚至於轉成成人之美，就有無量功德。當我們去隨喜一個人所做的好事，當下我們的心跟他的心一樣！

## ❖ 體恤他人

用人物 須明求 倘不問 即為偷

物都有主，要使用任何一件東西，一定要取得別人的同意。不能主人不在就先拿來用，等人家進來才說「借我用一下」，人家只能點頭，但是臉色很難看。現在很多人要跟人家借筆，直接把筆拿起來，「這枝筆借我用一下，好不好？」可能這一枝是他最喜歡的，這都是不夠恭敬。應該是說「您可不可以借我一枝筆？」要借你哪一枝由他

決定。所以，要處處替人著想，借東西也應該注意分寸，不可順自己的意思。

有個小女孩六歲，那天剛好天氣比較冷，老師就拿了其他同學的棉鞋給她穿，她就是不穿，她說「用人物，須明求，倘不問，即為偷」，同學沒有同意給我穿。確實，小孩是學道的利器，很老實。這條教誨也要成為家庭中的共通語言和共識，畢竟家人比較親密，但是距離雖近，禮不可失，否則久而久之，怨會積累，總有一天可能會爆發。

有一對姐妹年紀很小，有一天姐姐回來就罵了妹妹，妹妹很傷心，哭著去找媽媽。媽媽正好在廚房，就問她：「為什麼哭？」她說：「姐姐罵我。」母親並沒有聽到說姐姐罵她，就去罵姐姐。母親應該先把情況了解清楚，這一點非常重要。很多家長都覺得哥哥、姊姊不能打罵弟弟、妹妹，但如果沒有把來龍去脈搞清楚，處理不當可能會讓哥哥、姐姐心裡不服氣。媽媽就問：「姐姐為什麼罵妳？」妹妹說：「我拿了姐姐的玩具。」媽媽就說「用人物」，小女孩說「須明求」。媽



媽又說「倘不問」，她說「即為偷」。結果她講完「即為偷」，哭得更厲害，一邊哭一邊說：「媽，我不要當小偷。」藉由一個機會點，就把這個道理融入孩子的心中，其實《弟子規》的每一句都是很好的家庭規範。

### 人不閒 勿事攪 人不安 勿話擾

對人的恭敬與愛心是落實在家庭的點點滴滴，也在平日與人的互動當中。所以，當你跟別人講話時，要先觀察對方是否有空。現在孩子是媽媽還正在炒菜，孩子一有問題馬上跑過來，一定要媽媽立刻給他回答，這是對父母不恭敬。應該要體恤父母，等煮好了再來處理。同理，我們在麻煩別人的時候，也要觀察對方目前的狀態，我們能時時體恤，對方就能感受到我們對他的尊重。

「人不閒，勿事攪」，這也是落實慈悲心，落實不惱害眾生。要時時「視思明」，當對方正與人交談，就不可插話。即使現在他沒事，

也不能走過來就跟他說個不停，要先問：「請問，你現在有空嗎？」說不定他正在思考一件事，你會打亂了他的思路。打電話亦同，很多人打電話就聊個不停，可能對方正有客人在旁，他又插不上話告訴你，而讓朋友不知所措。所以，打電話時也要問對方：「你現在有空嗎？講話方便嗎？」所以，仁慈之心要隨時體現，絕對不是掛在嘴上：「我對人很好，我很有仁慈之心。」縱使是親人，進退之間，也要站在對方的感受設想，體諒他人，就能相處融洽。

「人不安，勿話擾」，你看到家人心情很不好，愁眉苦臉，這時不要嘮叨。但是也要表達關懷之意，這時你就倒一杯溫開水給他。本來他對人生很絕望，你這樣一做，突然他的心情就緩和了，這杯水再喝下去，心情也好一半了。人只要能感受到有人關懷他，慢慢就會產生力量，等他情緒平和，他會先找你談，因為你處處能感受到他的需要。所以，做事不要急躁，要審時度勢。

借人物 及時還 後有急 借不難

我們跟人家借東西，是朋友給我們方便協助，所以一定要銘記在心，按時歸還。假如怕忘記，就要記在行事曆上，最好在前幾天提醒自己一次。如果自己比較粗心，也要想辦法來對治，慢慢改正這個習氣。人生的信用要好好去維持，因為在人生過程中會遇到一些挫折、瓶頸，到時只要你很有信用，朋友也會歡喜來幫助，就可以化解一些困難。

### ◆ 謹護口業

彼說長 此說短 不關己 莫閒管

當別人在說長道短，這時不是我們說話的時機，要趕快離開。待是在是非之地，可能會惹禍上身，要有敏感度。在成長過程中，常常會被人劃分你是這一派的還是那一派的，我的行為處事是站在中間，兩派都處得不錯。所以，有人在論是非時，我們要離開，不要捲進去。

我們站在中間並不是不關心，而是對雙方的一種提醒，因為人都會犯過與不及，往往分派的時候，已經是對某些觀點太偏頗了。等他們察覺到做得太過火，就會來問你，此時你所說的話就能把他的偏失導正過來。這要有前置作業，就是平常要對他們關懷，自己也盡本分，才有資格去勸別人。除此，我也常買一些東西送人，多請客、多送禮，這些關懷和信任都是為了往後能發揮很大的作用，所以我跟同事都處得很好。

### 見未真 勿輕言 知未的 勿輕傳

你還沒有見到真相，只是聽人家說說而已，不可以馬上講出去。所了解的道理還不清楚，就不可發表自己的看法，避免誤導別人，甚至於把聖賢學問講錯了，就可能誤人一生的智慧。而「見未真」就說，「知未的」就講，這個人的存心是什麼？逞能，就是希望別人看到他說「你怎麼這麼厲害」，自己覺得洋洋得意，其實這個存心是不善的。

有一次，有朋友來找我，他就提到：「我聽某個人談到你的事情，但是我覺得不大可能，所以我親自來問你。」我也很客氣，就把實際情況講給他聽，所以這位朋友後來跟我的關係很好，也一起推廣中華文化。他處理讒言非常理智，他沒有輕傳而是當面來求證。

曾參的母親有一次聽到人家說：「曾子殺人了！」第一次聽到的時候不相信，聽到第三次，心裡就動搖了。所以，我們對人要真正認識，交情才會深，了解朋友做人做事的分寸、原則，自然不會因為別人的讒言，而誤會好朋友或好的同參道友。

縱使聽到他人對我們有所批評，我們也應該先反躬自省。縱使他說的真實性只有十分之一或是百分之一，我們也應該反省這十分之一、百分之一。我們不要受影響，也無需動怒，因為他在幫我們消業障。當對方在講讒言時，事實上他的內心也很空虛、痛苦。所以，我們念念也要把功德迴向給他，這樣無形中就可以把這段怨結慢慢化解。假如他講你的讒言，你馬上回應他，還要去解釋，可能就會愈來愈

愈複雜。所以，要忍得下來，讒言就像「舉火焚空，終將自息」。你不去辯駁，等事情過後，反而會贏得大家對你的尊敬。百丈禪師說，「是非人我以不辯為解脫」，不用去辯解，所謂日久見人心。

縱使我們聽到的是事實，但這個話會影響朋友一生的名譽，我們能不能傳出去？不應該傳，我們應該私下勸導他。假如這些讒言不是事實，我們就去安慰、鼓勵他，「沒關係，消業障」。「好事不出門，壞事傳千里」，從這句話我們也能了解，人對於不好的言語，好像一聽就很容易受影響，所以耳根很輕。我們應該慢慢提升對言語的判斷能力，帶動「隱惡揚善」的社會風氣，多談他人的好處，少談他人的缺點。如果常常都是負面的事例太多，會造成人心不安。

### 奸巧語 穢污詞 市井氣 切戒之

奸巧語就是綺語，俗話說的花言巧語。花言巧語，心是有所目的，居心叵測，心就不忠，失去恭敬，所以不可以用花言巧語去欺騙別人。

穢污詞就是髒話，粗俗甚至是罵人的話，這叫惡口。惡口會讓人很不舒服，引起人與人之間的衝突。常常口出穢污詞，絕對得不到別人對你的尊重，甚至於別人還會在背後批評你、輕視你。

言語也代表一個人的形象。現在辦公室講一些綺語、黃色笑話，這個風氣不可開。人與人之間這麼隨便，很有可能整個團體氣氛就搞壞了，甚至於破壞人家的心緒，破壞工作情緒，如果你是主管，更應該制止這種風氣的增長。當大人講話很輕慢、隨便、嬉笑，請問小孩學到什麼？他就不懂得莊重，不懂得尊重別人，這個流弊很大。所以，我們在小孩子面前講話，更要注重形象，注重遣辭用句，這都是大人很容易疏忽的。因為一談論起來，情緒就跟著波濤洶湧，都沒顧及到有小孩子在旁邊。

### 詐與妄 奚可焉

詐跟妄就是欺騙、妄語。一個人為什麼會欺騙別人？可能為了達

到自己的目的，所以心已經偏頗、不忠了。甚至於他要掩過飾非，自己犯了錯誤不敢承認，打妄語來欺瞞。但是用妄語能否把過失遮擋住？要隱瞞自己的過失還要找二、三個藉口理由來蒙混、掩蓋，但吹牛到最後就會吹破了。

有一個學生把繳午餐費的錢拿去揮霍，他說是因為家裡很窮，為了照顧弟弟，所以把錢拿來買了奶粉給弟弟吃，他講得我眼淚都快流下來。我剛接這個班二、三天，對他們還不熟，我馬上說：「來來來，我跟你回家，買一些東西給你弟弟吃。」這個學生馬上說：「老師，不用了。」後來我就留心觀察，覺得他的話跟他母親說的有很大的出入，而這個母親是他的繼母。但是我們切忌聽片面之詞，一方面要綜合一下，一方面要自己實際了解。

有一天，我經過一個電動玩具店，就走進去看看。結果看到好幾個我的學生，他們還站起來：「老師好。」我真的很慚愧。這個班上，隔代教養跟單親家庭的孩子將近有十個，看了很心痛。而這個學生真



厲害，躲到最裡面的一個小房間，我就探到底，當這個孩子看到我的時候，臉色都發青了，因為他騙了我，最後被我抓住。後來我問他說：「那一段時間你騙老師，你的感覺如何？」他說很難受，每天都提心吊膽看老師的臉色如何。確實說妄語的那段日子不好過，人還是過坦坦蕩蕩的生活好。

《弟子規》說「過能改，歸於無」，人非聖賢，孰能無過，過而能改，善莫大焉。假如掩飾，只會是錯上加錯。孩子從小一定要形成講真實話的態度，假如孩子從小妄語，奸巧語的這些習慣養成了，孩子還沒有進入社會，他的社會信用就已經破產了。所以，從小一定要讓他扎下講話守信、真實，絕對不妄語的根基。

### 惟其是 勿佞巧

事實如何，就直接講出來，絕對不可找藉口掩過飾非。譬如，我們答應爸爸、媽媽買什麼東西而沒做，一定要馬上說「對不起，我錯

了」。只要我們有過失，沒有守信，一定要當場道歉，對方也比較能接受。假如這時你又解釋很多理由，人家心裡愈不舒服。

## ◆謹慎承諾

### 事非宜 勿輕諾 苟輕諾 進退錯

孔子在《論語》裡提到「古者言之不出，恥躬之不逮」，君子很怕講出去的話，自己做不到。所謂「一言既出，駟馬難追」，所以不要輕易許諾，一定要清楚自己能做到了再答應，不可逞能。現在的人很輕諾，隨隨便便就答應別人，甚至答應小孩，到時你後悔都來不及。

當然言出要必行，但是在言出以前，我們還是要考慮到「事非宜，勿輕諾」。這件事是否合乎正義？是否合乎法律？必須要考慮周詳才能答應。還要考慮自己的能力能否完成承諾，假如不行，你答應了，到時做不好會覺得很無奈，對方也很不舒服，應該要量力而為。

而我們在答應別人之前，可以先緩和一下。現在人很急躁，他要請你幫忙也很急：「拜託！你趕快答應好不好？」我們假如被他的急躁牽著走，很可能會輕易答應他。而他在很急躁時，對於這件事還沒有洞察清楚，可能都還沒有做好準備，就要拉你一起做，有可能做到一半，他又改變主意。所以，你要考慮一下，也讓對方冷靜。我們要掌握進退之間的分寸，在很急促之下做的決定，就容易出狀況，還是把事情弄清楚之後再答應。

## ◆ 謙下好學

心有疑 隨札記 就人問 求確義

博學是求學問的首要重點。要先博學，才能進入審問，因為學習之後才知道聖賢學問的綱領所在，才能順著這個道理來發問。也由於學習，才發現在做的過程中出現哪些狀況，進而「心有疑，隨札記」，

先寫下來再請教，所以學問是學了之後再問。現在人是還沒學，就問題很多。我們常常面對一些朋友，他一來好像要給你考試一樣，問題一個接著一個。而在回答他的問題時，才回答到百分之三十，他就說：「蔡老師，好了，我再問您一個問題。」為什麼他有這麼多問題？其實他還沒有學，根本不知道聖賢的存心、聖賢的學問，而且不相信聖賢學問能運用在現前社會。以這樣的心態，再怎麼問也問不出學問的深度，所以問問題的存心特別重要。

提問的態度一定要恭敬，一定要受教。現在很多人問問題，都問一些會認同他想法的人，俗話說「良藥苦口利於病，忠言逆耳利於行」，人很怕聽真話，一聽真話就受不了，所以喜歡去問贊同他意見的人，然後又自我安慰。

其實我們恭敬地聽師長講課，往往在聽的過程中，我們的心量也逐漸擴寬，問題也就解決了。假如身旁有很好的善知識，我們也可以找些時間去向他請教學習，可能他的一句話就把我們的執著點開了。

所謂「師父領進門，修行在個人」，而一個人悟性的開顯也在力行的功夫上。六祖惠能大師能常生智慧，就在於依教奉行。當我們就教於善知識，重要是在聽了以後要真做。假如常常問問題，沒有落實，到最後善知識可能會愈說愈少，因為我們的態度決定善知識跟我們互動的關係。當我們每次聽了教誨之後都能去落實，非常受教，他們也會很歡喜跟我們結這個法緣。

## 五、方法

凡道字 重且舒 勿急疾 勿模糊

很多人常常會說：「我跟這位朋友聊天覺得很舒服。」就是他的言語態度適宜。有些朋友會說：「我跟這個人聊天，我的心跳就很快，靜不下來，愈聽愈慌張。」這就是講話者的語速太快了。講話太急躁，速度太快，聽的人跟不上就會慌；或者你吐字、抑揚頓挫不清楚，很

模糊，對方會聽得很吃力，怕把你的話聽錯或者聽不清楚，讓自己失禮。講話太慢了，聽的人覺得心臟都快要停止了，這樣也不行。所以，講話的態度很重要，要怡吾色、柔吾聲，講話的語速要適中，不可太快也不可太慢。所以，凡事都要取其中庸之道，過與不及都不好。我們平常就要下功夫注意自己的言語速度，遣辭用句是否清晰。

講話的方法，是「凡道字，重且舒」，就是抑揚頓挫要表達出來。言語速度要「勿急疾，勿模糊」，不可太快，不可太慢。《弟子規》也提到「尊長前，聲要低」，但是「低不聞，卻非宜」。言語當中的中庸，尊長前不可以大聲喧嘩，但是跟尊長講話也不能講得太小聲，讓尊長問：「你說什麼？」這樣也是不禮貌。

我們訓練過孩子講話嗎？假如沒有訓練，突然他要去應徵的時候，你一定會很著急孩子連話都不會講。所以，表達能力要在日常生活中練習，當孩子跟你溝通，對你提出一些要求時，他講得不清楚，就要糾正他：「再講一次，你剛才講得太快，要慢一點，媽媽沒聽清

楚。」要求他不斷去修正自己講話的語速與抑揚頓挫。要有耐性的教導，很多講話的習慣都是點點滴滴磨鍊出來的。你能堅持耐性，孩子往後跟你講話，就能調整到很平穩而且適中的狀態。

## 六、明辨

堂堂六尺軀 莫聽三寸舌 舌上有龍泉 殺人不見血

人與人交往使用頻率最高的就是言語。我們會不會聽話？能否分辨話的正確與否？能否分辨講話人的動機？這很重要。如果不會聽話，遇到一些搬弄是非的人，就可能毀了家庭和事業。這個不誇張！君聽進讒言，臣子就要掉腦袋，多少忠臣死在讒言之下，死在為人君、為人領導者不辨是非。

「父聽子當訣」，父親假如聽了讒言，可能與孩子的關係會破裂。《朱子治家格言》說「聽婦言，乖骨肉」，從前不止娶一個老婆，如

果小老婆講大老婆孩子的壞話，父親聽進去了，可能父子之間會起衝突。「朋友聽之別」，聽信讒言，朋友間會疏遠。「夫妻聽之離」，夫妻假如聽讒言，可能最後會離婚。所以，有一句話非常有智慧，「來說是非者，便是是非人」。為什麼？因為他搬弄是非，搞得大家人心惶惶。一個真正有德行、有學問的人，一定會朝著人與人的關係是一團和氣，大家都受益的方向走。所以，他希望人人和睦相處，平等對待，不願意看到人群失和。縱使看到惡人，他也不會批評，只會反躬自省，是自己做得不夠好，不能使他人感動。

有人進讒言，你要了解其目的何在？無非是嫉妒別人，要控制你聽他的話。所以，我們聽了之後，了解這個人的存心，要不動聲色。假如他正在講給別人聽，你要避嫌，應該馬上離開。人要時時掌握進退的時機，不然可能會惹禍上身，這就是知所進退。

聽話要會聽，別人勸我們的過失要聽，別人進的讒言不能聽。能否做得到？我們說「道高一尺，魔高一丈」，這個魔不是外面的，是



心魔。為什麼長養一個孩子純淨之心，長養他的浩然正氣，這麼重要？因為他從小扎根之後，所有邪門歪道都染不上身。我們從小沒有扎好這個純善的心，又沒有正氣，邪氣一來還覺得挺親切的。所以，當有人一說某某人講你的壞話，耳朵馬上豎起來，眼睛瞪著說「誰講的？」一個人沒有真正明理，的確很難轉境界。因此，學習要不間斷，長期薰習，定性和正氣才能時時提起。

以前的家庭都是大家族，有的一、二百口人，因為人口眾多就要由德高望重的長輩做領導者，他就是君，整個家族事務都要請他做決策。在明朝有一個讀書人叫鄭濂，他們家七代同堂，共有千餘人，家庭和睦。千口之家能處得好，這是大學問。明太祖非常佩服鄭濂，就請教他說：「你是用什麼方法治理千口之家？」鄭濂回答一句話：「不聽婦言。」女性朋友聽到這句話不要誤會，聽話要理解其真正意義，不要只看文字表面。一個家庭、一個團體最怕讒言，最怕撥弄是非的言語產生。因為聽到讒言的領導人一旦心裡不平，就會影響到他的言

語和行為，若他做出不平等的事，整個家族人心會不安，人心便開始波動，看誰都不順眼。所以，一個領導者不能聽信讒言，要大公無私。

為什麼鄭濂說經營千口之家不要聽婦言？古代的女人接受教育的機會比較少，沒學過聖賢教誨，就不懂做人的道理，眼光不開闊，心量很狹窄；心量狹窄就喜歡計較是非得失，人心就會趨向不平，出現很多紛爭及流言蜚語。所以，一個領導者要有能力去評斷哪些話不可以聽，這要靠智慧。

古代也有很多女性非常偉大，也教育出很優秀的下一代，其實她們有受過良好的教育。什麼教育？家庭、家風的教育。她雖然沒有念過書，但是真正受過教育。念書等於受教育嗎？並非如此！受教育是懂得做人處世，而不是只有讀書。現在大學生讀了十多年的書畢業了，知不知道如何做人？不知道，那就是沒有受過教育，只是受到知識技能傳授。所以，現在的婦言不見得是指女人的話，男人沒有受過做人做事的教育，常常與人計較，心量狹窄，這種人的話一樣不能聽。

我們提到對言語的明辨，就是不能聽信讒言。有一句詞寫到「堂堂六尺軀，莫聽三寸舌，舌上有龍泉，殺人不見血」，就是指一個男子漢大丈夫，不要聽三寸之舌來搬弄是非；假如聽信讒言，可能五倫關係會被破壞。所以，要懂得明辨言語，講話者的動機為何，如果是

不好的動機，就要懂得進退，該離開時趕快離開，該制止時也要制止。

## 七、結語

我們讀聖賢的教誨，應該抱持著《中庸》裡說的，「動而世為天下道，行而世為天下法，言而世為天下則」。應該謹言慎行，讓我們的一舉一動都能造福家庭、造福社會國家。當我們如是存心，就會與聖賢人的存心一樣，而我們能保持這樣的存心，每當打開這些聖賢經典就會覺得格外親切。所以，學習中華文化不在時間的長短，而在於我們的存心與聖賢人的距離是否接近，這一點非常重要。

聲明啓事

淨空法師所有一切著述、  
錄音帶、錄影帶、光碟雷  
射等出版物，暨四眾同修  
整理文物書刊，公開授權  
大眾翻印流通、播放，但  
不得擅自加註版權所有，  
任意增減內容，非法牟利  
，侵害公眾權益及原著本  
意。如有故違，將予查究  
，特此聲明。

普為出資及讀誦受持  
輟轉流通者迴向偈曰

願以此功德  
莊嚴佛淨土  
上報四重恩  
下濟三途苦  
若有見聞者  
悉發菩提心  
盡此一報身  
同生極樂國

This book is for free distribution. It is not for sale. Printed in Taiwan.

公元二〇一二年三月 恭印貳仟冊

說話的藝術

出版者：華藏淨宗學會

地址：台北市大安區信義路四段三三三之一號二樓

電話：（〇二）二七五四—七二八

傳真：（〇二）二七五四—七二六二

劃撥帳號：一九三九一〇七六

戶名：社團法人中華華藏淨宗學會

E-mail：hwadzan@hwadzan.tw（請法寶專用）

www.amb.tw

www.amb.cn

淨空法師  
影音網址：www.chinkung.org

www.hwadzan.tw

承印者：和裕出版社（〇六）二四五四〇二三—七



華藏淨宗學會

THE CORPORATION

REPUBLIC OF HWA DZAN SOCIETY

本會一切法寶，免費結緣，禁止販售，請勿擅自改內容，歡迎翻印流通。

This book is for free distribution. It is not for sale.

Printed in Taiwan