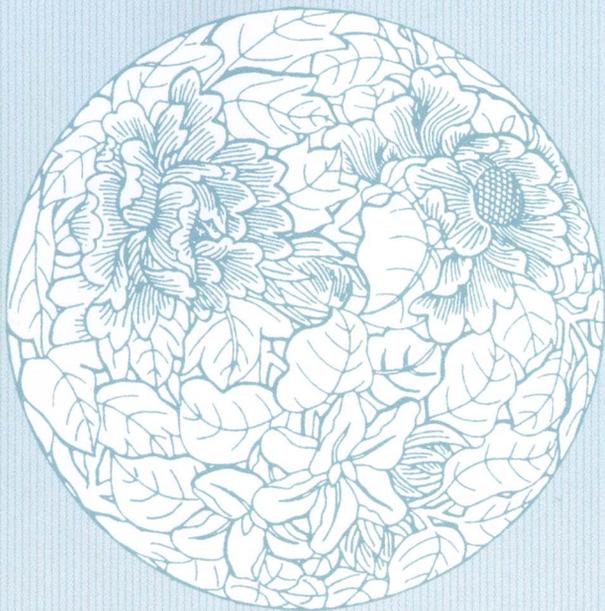




蔡礼旭讲演选集

礼貌待人的 重要性

蔡礼旭
—
著



世界
出版
社

蔡礼旭
—
著



蔡礼旭讲演选集

礼貌待人的 重要性



世界
知識
出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

礼貌待人的重要性 / 蔡礼旭著 . -- 北京 : 世界知识出版社 , 2020.11
(蔡礼旭讲演选集)

ISBN 978-7-5012-6283-0

I . ①礼… II . ①蔡… III . ①人生哲学—通俗读物 IV . ① B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2020) 第 140310 号

礼貌待人的重要性

liMao DaiRen De ZhongYaoXing

作 者 蔡礼旭

策 划 华藏教务组

责任编辑 薛 乾

责任出版 王勇刚

特邀编辑 才永发

装帧设计 义 慧

出版发行 世界知识出版社

地址邮编 北京市东城区干面胡同 51 号 (100010)

网 址 www.ishizhi.cn

经 销 新华书店

印 刷 艺堂印刷 (天津) 有限公司

开本印张 710 × 1000 毫米 1/16 84.75 印张

字 数 800 千字

版次印次 2021 年 1 月第一版 2021 年 1 月第一次印刷

标准书号 ISBN 978-7-5012-6283-0

定 价 198.00 元 (全八册)

编者序

营造幸福人生，构建和谐社会，是每一个国家，每一个族群，每一个家庭，乃至每一个世人，所致力谋求的理想境界，然往往事与愿违。究其根源，实由废弃圣贤教育，无有智慧，不能敦伦尽分所致。

所谓是“人不学，不知道”，故《礼记·学记》曰：“建国君民，教学为先。”而教学首重德行的教育，《弟子规》便是落实德行教育、做人根本的理想教材，也是成圣作贤之根本。

蔡礼旭老师讲于世界各地共计数百场次的“幸福人生讲座”，生动活泼地阐述了五伦大道、《弟子规》的要理经义，并以自己求学、从教的亲身经历，风趣幽默地演示了遵循五伦大道、实践落实《弟子规》，对于净化社会人心、实现人与人、人与天地自然和谐相处的真实利益，深受大众的喜爱，印证了“道不远人人自远”的真理，诚为济世病之良药，化浊世之清风，明人心之慧日，确乃幸福人生必听的一堂课。

鉴于此，华藏教务组同仁发心聆听摘要，分类汇编成《蔡礼旭讲演选集》，包含：《小故事大智慧》《幸福锦囊集》《培养孩子好习惯的方法》《礼貌待人的重要性》《说话的艺术》《人生不能等待的两件事》《人生追求的快乐聪明健康致富》《健康与环保的新饮食》，共八册，至诚供养有缘大众，冀解社会、家庭、个人各个不同之迷惑障碍。

《小故事大智慧》，由蔡老师的讲演中所引用的德育、因果、寓言故事、教化实例、生活集锦等内容汇整而成。蔡老师讲解的故事贵在

理事圆融，在述说故事之余时时细剖其理，令听者或感动、或会意、或莞尔、或警醒之余，更洞明其理，深受其益。

至要莫如教子。如何能令孩子身心健康成长，是天下父母普皆忧虑操心之事。当发现孩子没有志向、不爱学习、自私虚荣、没有礼貌……您可知原因何在？又该如何纠正？《幸福锦囊集》一书，能令您洞明问题症结所在，其中的锦囊妙计，希望对您导正孩子的人生之路，带来一定的启迪和帮助。

古云：“少成若天性，习惯成自然”，故童蒙养正，是奠定孩子一生为人处世、成家立业、幸福成功的基础。《培养孩子好习惯的方法》，以《弟子规》的经文为纲要，摘取蔡老师讲演中，应如何培养孩子纯善孝敬之心、待人接物正确的态度及自我行为的约束等相关内容汇编而成。果能深解其义，落实生活，确实做到，定能使孩子成长为一个品学兼优、人格完善、幸福快乐的道德之人。

孔子说：“不学礼，无以立。”有礼貌的人，才能在人群当中立足。但是礼不可太过，也不可不及，有礼才能成为一个懂分寸的人。《礼貌待人的重要性》告诉我们，“礼”是外在的仪式，而“恭敬”是其本质，所以说礼敬。我们学习中国文化要掌握它的本质，才能契入圣贤的教诲。因此，礼敬除了落实在言行之中，还要能观照自己的存心是不是恭敬。因为心是根本，所有的行为都是从心延伸出来，当一个人的内心真正恭敬，他会对所有的人都恭敬。当我们的心是为别人着想，表现出来的言语、行为都是利益他人，所以心行一如。因此要提升我们及孩子的道德学问，要先从存心下手，直截了当，一真一切都真。

言语，是一个人内在德行的外化表现，是人与人之间沟通、交流最直接的桥梁，也是影响一个人一生当中人缘好坏、事业顺逆的重要因素。古人讲“口为祸福之门”，善说话者，可以和睦人际关系，调和生活、工作氛围，可以导人改过向善，激人奋发上进，解人困顿疑惑，可以化解纷争，利益社会大众；而一言不当，则很可能横结怨怼，甚至误国丧邦，招致今生后世的苦报。《说话的艺术》告诉我们，言语的修持，对个人、家庭、社会皆非常重要，因此，教育儿童始从学习侍奉长辈、洒扫应对的言语起，养成仁爱存心、谨言忠信、隐恶扬善的习惯，从此奠定德行言语的基础。若能把握说话适当的态度、时机及明辨是非善恶，必能做到与人沟通无障碍，处世接物皆自在。

父慈子孝是超越时空的自然法则。而子欲养亲不待，则是人生最大的苦痛与遗憾。《人生不能等待的两件事》告诉我们：孝顺与行善，上可慰亲心，下可免灾殃，人生无常，行孝行善不能等，须速从当下。

人生在世，所追求的是什么？所期望的是什么？《人生追求的快乐聪明健康致富》会带给您满意的答案。人生如果没有目标，就像船在大海上，究竟往哪里去不知道，很多的努力到最后会没有动力，做任何事情也都不能成功，那样的人生就很茫然。人生的目的是在追求幸福快乐，尤其是人到晚年的时候，身体能够健康，物质生活能不虞匮乏，生活上能有子孙照顾，享受含饴弄孙的天伦之乐；精神生活上，则能不断提升心灵层次，并将毕生的知识经验与他人分享以及教导下一代，觉得人生过得很踏实，这是一乐！

健康才是真正的幸福。在今日，不只是老年、壮年、青年，乃至于

少年,如果没有健康的身体,一切幸福都谈不上。如何才能得到健康长寿、幸福快乐?如何才能真正吃出健康?《健康与环保的新饮食》会带给您智慧的启示。

书中若有内容汇编不当或文字讹误之处,祈望大众慈悲赐教指正。

华藏教务组

二〇二〇年十二月十五日



目录

礼者，天地之序也	1
什么是礼	4
1 礼是人与人之间最优美的距离	4
有礼就能懂分寸	4
2 礼的本质就是恭敬心	6
没有恭敬心，一定会傲慢	6
3 谦卑受教的态度	7
傲不可长，欲不可纵，志不可满，乐不可极	8
学问深时意气平	9
4 为何要学礼	9
5 不学礼，无以立	10
无礼必傲慢	11
引导礼敬万物	12
6 有礼遇贵人	13
有礼貌的人绝对不吃亏	15
孝顺、礼貌是开发人潜力的两把钥匙	16
养成向长辈问好的习惯	16

7 礼貌重要，还是考试分数重要？	17
守礼能避免危险冲突	17
8 为人着想是第一等学问	18
礼在五伦关系的运用 -----	20
1 父子有亲	20
孝敬存心	20
“礼敬诸佛”从对父母开始礼敬	21
真正落实礼敬父母的方法	21
父母呼，应勿缓；父母命，行勿懒；	
父母教，须敬听；父母责，须顺承	23
晨则省，昏则定；出必告，反必面	23
孩子对父母没有恭敬心的原因	24
2 师生情谊	25
尊师重道	25
古代敬师之礼	26
诚敬亲仁	26
亲师配合	27
3 君臣有义	28
君仁反躬	29
臣忠孝廉	30

4 夫妇有别	31
彼此信任、感恩、包容	31
夫义妇德	32
四摄法：布施、爱语、利行、同事	32
5 长幼有序	34
兄友弟恭	34
孝悌化人	35
财物轻，怨何生	36
6 朋友有信	37
劝谏	38
关怀	39
互相赞叹肯定	39
不言家丑	40
学礼应有的心行	41
1 敬重长辈	41
或饮食，或坐走，长者先，幼者后	41
长呼人，即代叫，人不在，己即到	42
称尊长，勿呼名；对尊长，勿见能	42
路遇长，疾趋揖，长无言，退恭立	43
过犹待，百步余	44

长者立，幼勿坐；长者坐，命乃坐	45
尊长前，声要低，低不闻，却非宜	45
进必趋，退必迟，问起对，视勿移	46
2 仁民爱物	46
凡是人，皆须爱，天同覆，地同载	46
3 谨言慎行	48
话说多，不如少	48
凡出言，信为先	49
4 善相劝，德皆建	49
行笃敬	50
5 事虽小，勿擅为	50
6 冠必正，纽必结，袜与履，俱紧切	51
训练孩子自制力、独立生活的能力、做事的能力	51
7 敬时惜物	52
朝起早，夜眠迟，老易至，惜此时	52
置冠服，有定位，勿乱顿，致污秽	53
衣贵洁，不贵华，上循分，下称家	54
8 进退有礼	55
勿践阈，勿跛倚，勿箕踞，勿摇髀	55
缓揭帘，勿有声；宽转弯，勿触棱	56
将入门，问孰存；将上堂，声必扬	56
人问谁，对以名，吾与我，不分明	57

用人物，须明求，倘不问，即为偷	58
借人物，及时还，后有急，借不难	58
人不闲，勿事搅；人不安，勿话扰	59
待婢仆，身贵端，虽贵端，慈而宽	60
势服人，心不然；理服人，方无言	61
9 成为一个仁人君子	62
何谓仁人	62
何谓君子	65
懂得处处礼让、忍让、谦让	70





礼者，天地之序也

《弟子规》的教诲是以礼贯穿，对父母恭敬是“入则孝”，这是礼；“出则弟”是兄弟友爱，尊敬长辈，也是礼。“谨”的部分，是对于物品要爱惜，要物有定位；对于食物不可以糟蹋，“对饮食，勿拣择”，这是用礼貌的态度对待食物。“凡出言，信为先”，是在我们的言语当中对人要有礼貌，说出去的话不能做不到，否则就非常失信、失礼。

在《乐经》里面提到“礼者，天地之序也”，礼貌的“礼”也跟道理是相通的。俗话说“有礼走遍天下”，就是人与人当中非常自然的规律，我们不能逾越了这个规律，否则就会发生摩擦冲突。“泛爱众”也是礼貌的态度。“亲仁、余力学文”，对于仁德、对于老师一定要以礼相待，对学问也要恭敬对待，所谓“一分诚敬，得一分利益；十分诚敬，得十分利益”。

可是现在连大人都不懂礼，如何教小孩！我们怪小孩很无礼，应当先反问自己。中国的礼闻名全世界，被称作“礼义之邦”，我们现在听到这句话有什么感受？请问现在外国人是尊重你，还是尊重你的老祖宗？现在的中国人能不能赢得别人的尊重？不行。但我们现在

还没有让人瞧不起，原因是有老祖宗的庇荫。

而中国的礼现在展现在日本、韩国，你看韩剧《商道》，一见面互称“你好”，那个感觉多舒服。一进别人家门，“将入门，问孰存”，一定是先喊“都房大爷，我是尚沃”，让房子里的人听到，然后他会回应你“请稍等一下”。因此，学礼就会懂得与人相交，做人、做事也会有分寸。

确实，几千年的文化传承，也产生了很多中国文化的盛世，而每一个盛世都是因为国家注重圣贤教诲，才会安定昌盛，所以中国圣贤的教诲是经过几千年的印证，确实对家庭、社会、国家有非常正确的指导，才能绵延数千年不坠。清朝也因为遵从圣贤教诲，造就了康熙、雍正、乾隆的康乾盛世，但由于中晚期之后没有注重圣贤教诲，所以国家就慢慢衰弱。因此我们的家庭也好，我们的公司也好，想要有很好的发展，家道能传承，团体能兴旺，一定要从道德做起，从学习圣贤教诲做起，这个很重要。

整个世界要安定和平，重要的在这一念之间。如何真正用仁慈心对待一切人事物，要从何处下手，才能达到这个效果，这是值得我们思考的。《中庸》提到“修身以道”，一个人要修养身心，提升道德学问，一定要依循正道，中国的“道”就在人与人的相处学问当中，称为“伦常大道”。“君臣、父子、夫妇、兄弟、朋友”，这五伦能遵循自然的法则，就没有冲突，能和睦相处。而“修道以仁”，修养正道的根源在仁慈之心，而仁慈之心的根本在哪里？《论语》教诲我们“孝弟也者，其为仁之本与”，我们把根本的根本找出来，“君子务本，本立而道

生”，我们的仁道、正道就可以成就了。所以孝弟是仁之本，而孝弟要真正落实，最好的教材是什么？《弟子规》，“入则孝，出则弟”。我们要有信心，《弟子规》能解决世界的问题。



什么是礼

1 礼是人与人之间最优美的距离

当我们与一个很有礼貌、非常谦让的人相处，内心会有什么感受？觉得跟他相处很舒服、很愉快。所以礼是人与人之间最优美的距离，再熟的亲友也不能失礼，要处处体谅他人，恭敬他人。

家庭成员当中，有时会发生冲突往往都是失礼所造成。第一次失礼，亲人可能会忍耐，之后第二次、第三次，最后则会火山爆发。比如说，动他的东西时没事先跟他讲，第一次他并没有什么反应，但几次以后他可能就会大发雷霆；或者进门的时候，没有敲门，显得很唐突。所以即使是在家庭中也不可失礼，连面对小孩也要守礼，进入小孩的房门要敲门以示尊重，所以我们要求孩子做的，自己要先做到。



有礼就能懂分寸

礼也不可太过，假如父子之间常常还要一直说谢谢，听起来会觉

得有点太疏远。这个分寸的把握要自己体会，所以礼不可太过，也不可不及，有礼就能成为一个懂分寸的人。

现在的孩子有没有分寸？没有！因为不懂礼！有一次我搭飞机，很多人正在排队，有一个小孩很吵闹，还撞到前后的人。他的母亲没有当场制止他，孩子就愈来愈嚣张，后面排队的人就对着那个母亲苦笑说：“你的孩子好活泼！”这个叫活泼吗？什么叫活泼？现在有很多名词被误解，吵闹不是活泼，而是随便、放肆。无规则不成方圆，怎么可以让小孩这么造次！

活泼是指思想活泼，思想活泼从哪里看？处处替人着想，时时体恤他人，帮助他人，这才是真正的活泼。能够时时刻刻看到别人口渴了，看到别人需要一件衣服，能感受到别人需要一句安慰的话，这样的孩子，你看了内心生欢喜。他会不会呆呆地坐在那里？不会。而现在人觉得活泼是动来动去，自己想做什么就做什么，那是随便，是连规矩都不懂，只会到处让人生烦恼。所以我们引导孩子的方向要正确，活泼是从思想上、从处处替人着想开始，才能养成待人的正确态度。

学礼仪也要学得灵活，不可以学呆了。譬如讲到行礼、鞠躬，刚好你在电梯里面，人很多很挤，突然看到长辈，要不要给他鞠个躬？可能旁边的人都被你挤到一边了。在厕所时，也不需要鞠躬行礼，出来后再打招呼即可。所以，学礼要灵活运用，顺势而为，因地制宜。

2 礼的本质就是恭敬心

“礼”是外在的仪式，而“恭敬”是其本质，所以说礼敬礼敬。我们学习中国文化要掌握它的本质，才能契入圣贤的教诲，而不是只学它的仪式而已。因此礼敬除了落实在言行之中，还要能观照自己的存心是不是恭敬。例如我们面对父母的时候，是不是随便回应一下，其实心里还有点不耐烦，这都要从起心动念去观照。

心是根本，所有的行为都是从心延伸出来，当一个人的内心真正恭敬，他会对一切都恭敬。当我们的心是为别人着想，表现出来的言语、行为都是利益他人，所以心行一如。因此要提升一个孩子的道德学问，要先从他的存心下手，直截了当，一真一切都真。

《礼记·曲礼》开篇就说：“曲礼曰，毋不敬。”对一切人、事、物都要恭敬。一个人对父母、兄弟、长者都恭敬，对父母交代的事就会尽心尽力；当他对人恭敬，对事、对物就会恭敬。甚至于四下无人时也要敬，因为还有很多桌椅板凳，你不能把它摆歪了。我们从这里能看到圣贤人特别强调“慎独”，没有人的时候还是一样恭恭敬敬。



没有恭敬心，一定会傲慢

《左传》记载，春秋时代秦国的军队经过周天子管辖的地方，按照礼仪任何军队经过都必须脱帽子，坐在车上的人都必须要下车。结果秦国的军队，有的没把帽子脱下来，有的只是下车一下，还没有

经过天子管辖的地方马上又上车了，对天子没有一点恭敬心。有个读书人蹇叔一看就说，秦国这一战铁定打败仗，后来秦军几乎全军覆没。因为没有恭敬心，一定会傲慢，而兵书上说“骄兵必败”，这从他们的言谈举止就可以看出吉凶。

国家都会灭亡，家庭亦如是。有一个孩子学很多英文，却没有人教导他做人道理，有一次在长辈面前，他的奶奶夸说：“我这个孙子多厉害，念英文给你们听。”结果孩子答对好几个英文，突然问奶奶说：“奶奶，书本的英文怎么说？”奶奶说：“我怎么会知道？”孩子就说：“奶奶，你怎么这么白痴？”你看，学知识跟技能而没有学德行，知识愈高愈瞧不起父母、瞧不起大人。所以要先扎德行的根，才不会傲慢。为人父母者警觉性要很高，不能无形当中长了孩子的傲慢。

3 谦卑受教的态度

《易经》提到“谦卦，六爻皆吉”，在六十四卦当中，每一卦都有吉凶掺杂，只有一个卦六爻都是吉，就是“谦卦”。当一个孩子懂得谦卑，他可以无往不利。因为即使才华再高，也不是靠自己成就的，而是成长过程中许多人给予的照顾和提携。所以愈是有才华，愈应该感念他人对我们的付出，如果能有这样的心境，自然就不会傲慢。

《书经》也说“满招损”，自傲自满一定会招别人的嫉妒障碍；“谦受益”，谦虚的人走到哪儿都会得到别人的爱戴，还会得到很多益

处。所以老师或有智慧经验的人，喜欢教什么样的人？谦虚受教的人。而一个人没有谦虚的态度，也就不可能虚心求学问，所以从小教育孩子谦卑、虚心的态度很重要。



傲不可长，欲不可纵，志不可满，乐不可极

《礼记·曲礼》说：“傲不可长，欲不可纵，志不可满，乐不可极。”为什么“傲不可长”？因为傲慢心一生起，人就无法虚心受教，也就很难再成长。当孩子有一点能力就生傲慢，这一生就很难有大作为，因为学问成就的大小是建立在谦卑受教的态度上，这样他才会明白“人外有人，天外有天”。“欲不可纵”，人的坏习惯一旦养成就很难戒除，所谓“玩物丧志”，现在的孩子普遍都没有志向，更何况他再玩物就真的是“欲令智迷”，沉溺在玩乐当中不能自拔，所以人的习性不能放纵，一定要养成自制力。“志不可满”，不可以志得意满，要学习谦虚，“志当存高远”，一个人应该有高远的志向，人生才会充实，才会时时想到服务社会、服务他人。“乐不可极”，乐极生悲，凡是面对自己的感受、情绪都要遵循中庸之道适可而止。当孩子从小不懂得掌握礼貌的分寸，常常在尽兴贪玩之时忘记自己，这样也很可能增加身体受损的危险性。



学问深时意气平

当一个人的学问愈深时，就应该愈是心平气和。有朋友就说，我实在没有办法不看别人的缺点，那我们就会给他一个建议，假如你看到家里人的缺点，就要当作是自己的缺点。为什么看家里人的缺点就是自己的过失？因为我们的德行不够，没有感化他，他才继续学坏。假如看到同事没有做好，也要当作是自己的过失，因为我们没有做出很好的榜样，让他们产生惭愧之心进而效法，所以这也是我们的过失，要从自己修身开始做起。当我们用这样的心境去面对周围的人，我们时时刻刻就会鞭策自己不断增长学问，而不会把时间耗在数落别人的缺点上。

4 为何要学礼

为什么现在年轻人在交往时，都不敢去见对方的父母？因为对方父母有人生历练，他们怕去了之后，被人家一眼看穿，自己没自信又不懂得如何跟长辈互动，跟长辈嘘寒问暖。所谓“不经一事，不长一智”，当要去拜访朋友，或者是拜访朋友的家人，这是给我们历练的好机会。

不管学的多或少，人与人相处最重要的是要有真诚的心，而礼节可以透过每天的学习提升，但是我们不能没有这份诚心，这份对朋友

及朋友亲人的真心关怀。

当你尊重他的父母，他会欢喜；尊重他的兄弟，他也欢喜。所以《孝经》说：“敬其父，则子悦”，你尊敬他的父亲，孩子会很高兴；“敬其兄，则弟悦”，敬他的兄长，弟弟都高兴；“敬其君，则臣悦”，你到别人的公司去，你很尊敬他的领导人，他的部属也会很欢喜。当你有这样的态度与人交往，你不论在哪里都会受人欢迎。所以现在讲人际关系，其根本在于我们对人的恭敬和关怀，这才是学礼的重点。

5 不学礼，无以立

孔子说：“不学礼，无以立。”有礼貌的人，才能在人群当中立足。我们很欢喜别人向我们问好，同样的，我们肯主动跟别人问好，别人也会很欢喜。我们希望社会更好，希望人与人之间能互相尊重、互相关怀，应该从哪里做起？绝对不是要求别人先做到。互相尊重、互相关怀是结果，因是我们要主动尊重、关怀别人，相信人与人之间这种关怀尊重的风气就会很快形成。

《孝经》里有一句很重要的教诲：“教民亲爱，莫善于孝；教民理顺，莫善于悌。”教导人民如何亲爱他人，如何关怀他人，没有比教孝更有效果的；教导人民有节有度，懂得尊敬他人，没有比教悌更好的方法。“悌”，还包含一个礼节的教诲，没有礼貌很可能在人群当中无法立足。



无礼必傲慢

中国圣贤告诫我们后人，人生有四个习性要对治，叫做“骄、奢、淫、逸”。我们对照一下，自己有没有？所谓修身才能齐家，假如我们有就要赶快修正。

“骄”是骄傲，傲不可长，人只要一骄傲，不仅是学问无法提升，无形中也断了遇贵人的因缘。一个有道德学问的人喜欢交什么样的朋友？当然是谦虚的朋友！所以只要你傲慢，这些人就会与你远离。在初中时，我很幸运地遇到一位理化老师，有一天他写了一行字，“人不可以有傲气，但不能没有骨气。”当我看到他这句话，仿佛有一道光芒照入了我的心田，因为在升学主义之下，很少能听到做人的教诲。而这句话给我的印象很深，也期许自己不可傲慢。

林则徐先生的“十无益”教诲中，总结了人生有十件事情不可以做，假如你做了，对你的人生毫无益处；这十个教诲，我的感受是把做人做事的根本掌握到了。

其中谈到“行止不端，读书无益”。一个孩子对人无礼，做事没有章法，房间很零乱，纵使他经典背了再多也没有用处，这和德行不相应。虽然读的是“出则弟”，但是看到长辈不会行礼，也不会让座，他的心不恭敬，一不恭敬，读的书就无益。而且不只无益还有害，有什么害？《弟子规》指出“不力行，但学文，长浮华，成何人”。

有一个学生没有先从《弟子规》做起，但《论语》背得很熟，有一次他母亲训斥他所做的事，他跟母亲说：“你凭什么讲我，你有孔夫子

的温、良、恭、俭、让吗？”他可以拿句子来跟大人对质，而不是反省自己。所以教导孩子一定要让他了解圣贤经典不是拿来背的，而是要一条一条落实做到。当他能真正做到，进而形成恭敬心，他的心就能与经典相应，这时读一句就利益一句，这样读书才有益处。

“心高气傲，博学无益。”一个人长傲慢，学问愈高愈瞧不起人，所以现在高学历者离婚率最高，因为他不懂得体恤别人的感受跟需要，只觉得我读那么多书，我比你厉害。所以确确实实傲不可长，长了傲慢一定跟学问背道而驰。

中国文化在民国初年时毁在谁的手上？毁在有读经典的人手上。为什么？他们觉得这些经典我都会背了，中国的东西我学会了，然后他又去西方留学，就觉得西方很多东西比中国好。因为他学的是记问之学，而不是中国的圣贤之道，圣贤之道唯有真正身体力行的人，才能不断地对学问的深度加深，广度加广。所以只要他不立身行道，必然长傲慢之气。

我们不要高兴孩子会背很多东西，一定要仔细看有没有落实，有没有愈读愈谦卑，这才是真实学问。以上两句是林则徐先生对于学问很重要的提醒。



引导礼敬万物

对时间、对书本、对自己的身体、对行住坐卧有恭敬之心，也就是对天地万物有恭敬之心。我们是天、地、人三才，天是保护万物，地是

孕育万物，做人应该要有演出天地之德的胸襟气度。

我们常常看到小孩拿着棍子打树，伤害植物，看到这种情况应该怎么办？我们可以引导他，人最需要的是什么？你三天不吃饭还能活，几天不喝水还死不了，但是氧气、空气缺少了五分钟，保证你没命了，所以空气是你的救命恩人！而氧气、空气是从树木进行光合作用而来，它每天夜以继日帮你的忙，你要对它感恩戴德，如果你还拿东西打它，这是忘恩负义、恩将仇报！我们藉由实例引导，让他对动物、植物产生恭敬之心，爱惜之心。

对动物要恭敬，对大自然、对植物也要恭敬。我常常跟学生说你爬山的时候，谁是主人？树木是主人，动物是主人。有没有人到别人家里大吼大叫的？我们跟孩子解释道理，让他很容易体会，如果你到别人家里大吼大叫，人家说哪有那样无礼的小朋友！没有家教！所以到山上去也不能惊动这些主人，你要轻声细语，这样就能长养孩子的恭敬之心。我跟孩子们说，你高声讲话，声音有声波会震动，如果刚好一块大石头被你的声波震掉下来，就会造成别人的危险。

6 有礼遇贵人

我跟家长开亲师座谈时，跟他们说：“你们的孩子以后能不能遇贵人，我现在就可以判断。”他们眼睛都瞪得很大，一提到孩子可以遇贵人，他们就很专注。孩子有礼貌，走到哪儿都会赢得众人对他的

疼爱；反之，假如孩子没有礼貌，不只不会遇贵人，在言语行为当中还会形成很多的阻力。礼貌太重要了！

我在澳洲学习时，遇到很多长辈，学到“事诸父，如事父；事诸兄，如事兄”，学了就要做，也深刻感受到为人父母确实不易。我回到寝室就开始找这些长辈，我请问他们是哪年出生的，比我父亲年纪长，我就说：“伯伯，您好！”请问这个躬鞠下去，发生了什么变化？发现这位长者笑得合不拢嘴，他说飞了几万里还收了个侄子，他很高兴。我又继续问，问到一位陈先生比我父亲年纪小，我说：“陈叔叔，您好！”突然有位长者跑过来，他说：“我也要你叫我叔叔”，这位叔叔就是往后对我影响很深的卢叔叔。

事后我想，这些长辈真是非常爱护我们这些晚辈，这是制造机会给我们学习礼敬。所以我也毕恭毕敬给他鞠躬：“卢叔叔，您好！”这个躬鞠了以后，我的人生就出现了翻天覆地的变化。第二天下午，卢叔叔就找我谈话。他跟我说，他二十九岁当总经理，这个总经理不是自己封的，是股东坐两排，逐一询问他企业出现什么问题，人事出现什么状况，应该如何解决，他都要对答如流。二十九岁开始当了专业总经理，专门帮人解决企业危机。这样有能力的人，我们很难遇到！结果因为我们的礼貌，让长者觉得很欣慰，所以他把人生几十年的经验和智慧跟我娓娓道来。

我听后，一则以喜，一则以忧。忧什么？忧自己的眼光太差，不识庐山真面目，因为上课时卢叔叔坐在我旁边，我却没有看出来。我从这件事体会到一个道理，真正有能力的人是很谦卑的！两个多小

时促膝而谈，我的内心很激动。中国人如此重视师道，为什么？作为一个老师确实是无私的，他只希望用自己的智慧成就你的人生，完全不求回报。

从那天开始，每次上完课，卢叔叔就约我去散步。他边走边问我：“今天你听《弟子规》听得如何？听《德育故事》听得怎么样？”我把心得告诉他，他对我说：“你看得不够深、不够广。”他就一一分析给我听。虽然我们只相处两个多月，确实给了我很多人生的启示，真的是一生的助力。之后我离开澳洲，只要有机会都会主动打电话给卢叔叔，他都会非常无私地给予我很好的建议、启发。所以傲不可长，所谓“满招损，谦受益”，一定要长养孩子的谦卑态度。



有礼貌的人绝对不吃亏

我们可能常常不经意的一句话、一个动作就失礼，得罪他人，无形当中给自己增加很多的阻力。而有礼貌的人不论在哪里都能让人家欢喜，增进自己人生的助力。有一个朋友提到，他在过海关的时候因为海关人员每天要检查的人数很多，都要做同样的动作，所谓“人同此心，心同此理”，我们可以想像到其实他是很疲累的。所以这位朋友他要过去的时候，证件递上去同时也给这位海关深深一鞠躬，问候你好。这个躬一鞠下去，这个海关人员终于露出灿烂的笑容，而且连看都没看就给他盖章：“好，赶快过去。”所以有礼貌也很吃香。确实有礼貌的人绝对不吃亏，还会得到很多的爱戴。



孝顺、礼貌是开发人潜力的两把钥匙

我在给孩子上课时，画了一个图问他们：“诸位小朋友，这是什么东西？”透出小小的一个部分，我跟学生说这叫做冰山，是冰山的一角，这一角只占冰山的百分之五，百分之九十五的冰山在海底还没有开发，所以人的潜力就跟冰山一样，大部分都埋没了。如何才能把这九十五的冰山开发出来？老师今天送你们两把钥匙，第一把是“孝顺”，第二把是“礼貌”，礼貌的本质就是恭敬心。我告诉他们，古代舜王很孝顺，所以智慧很高，他的智慧跟德行还赢得全国人民的爱戴、推崇和效法，他的潜力就可以发挥得非常好。第二是礼貌、恭敬。我跟小朋友说，老师因为很有礼貌，才能认识卢叔叔，才能学习到卢叔叔的智慧跟经验，来开发自己的能力。那一节课讲完，孩子们从那一天以后，看到老师、家长们都会鞠躬问好。



养成向长辈问好的习惯

我小时候有一个习惯，后来才知道这个习惯也不错，就是有长辈来家里，我只要听到他的声音，无论我在何处，一定先放下手边的工作，到这位长辈面前向他问好，“叔叔好，阿姨好”。当我一鞠躬抬头起来，看到长辈的表情非常高兴，会摸摸我的头说：“这个孩子真乖！”我听到也很满意，因为他肯定我。圣贤教诲我们要做一个有礼貌的人，一个孩子在做好德行的事，当他真正能鞠躬行礼时，他的内

心会很欢喜，因为人本来就有好善好德之心。我从小养成这个习惯，使我得到非常大的益处。

7 礼貌重要，还是考试分数重要？

礼貌如此重要，什么时候教？我都会问家长，考试多两分重要，还是教孩子做人做事的礼貌态度重要？家长都觉得是做人做事的礼貌态度重要，可是又都做不到，而是将大部分时间跟孩子消耗在分数上。重要的事不能再拖了，再拖下去，孩子都长大了，习惯成自然，许多事刻不容缓，我都替你们着急。所以一定要重视这些影响孩子一生的重要的德行，他将会赢得非常多的助力。



守礼能避免危险冲突

我们来思考一下，假如人与人的交往没有礼节，会出现哪些情况？我曾经去爬长城，长城有些关口只能让一边的一个人过来，我们这边一个人才能过去。就在过这个关口的时候，很多人不守规矩，结果整个人群就堵在关口里面。我们中心的老师一看不行，若后面的人不了解这里的情况，会一直往前挤，可能会有危险情况发生。这时我们的老师马上站出来，开始指挥疏通人群，那些要插队的叫他们赶快退回去，那些人都看着我们，还以为我们是长城管理处的人。所以

该出来的时候还是要出来，不然情况可能会糟到你想做都做不了，因此时机点很重要。

我在杭州天目山讲了五天的课，在上山的时候，迎面来了两台车，我们一看就主动靠在旁边，让他先走。第一辆车开过来，车上的人很欢喜，向我们挥手示意，我们也对他们挥挥手。所以当一个人有礼貌时，一定会让人感觉如沐春风，何乐而不为！第一辆车过去后，第二辆车就没有开过来，我们觉得很纳闷，就派人前去看一下。

结果发现对面的车早就停在那里等我们过去，当我们开车过去时，车上两边的人都露出了灿烂的微笑。人与人都能如此礼敬，感觉就非常舒服。我们从生活当中时时可以体会到礼貌、礼让，才能让人生的道路畅通无阻，才不至于产生冲突。所以“教民理顺，莫善于悌”，我们就先从家庭来落实友爱、礼节。

8 为人着想是第一等学问

礼仪虽然是生活中的一个小细节，它最重要是要长养孩子的恭敬之心。有一句话“为人着想”，这才是第一等学问。所以，学问要长养的就是这颗存心、这颗仁心、这颗恭敬心。为什么读书可以变化气质？从哪里变？从心！譬如《弟子规》的教诲：“或饮食，或坐走，长者先，幼者后；长者立，幼勿坐，长者坐，命乃坐。”孩子读这些经文，他慢慢会实践，而当他在实践这些行为时，就会从外慢慢内化成他的

存心，他这一份恭敬心会愈来愈扎实；恭敬心扎实，诚于中自然就变化气质。

当父子有亲，孩子就形成对父母的感恩之情，当这份态度内化以后，往后他出社会，遇到提携他的好长官，知恩报恩的态度也会油然而生。所以对父母孝顺的人，君臣之间也会有义。俗话说“忠臣出于孝子之门”，那是有其绝对的道理在。而兄弟姐妹都懂得互相照顾，他在家庭当中已经养成这样的习惯跟态度，到外面跟同学、同事相处，他那种替人设想的心境很自然会提起来，就能做到四海之内皆兄弟也。

所以一个孩子若从小就能设身处地为人着想，他起心动念就开始培植自己的福分，从小就懂得要培福、积福。因为有这份存心，他知道“读书志在圣贤”，要把所学的道德学问奉献社会，当他一入社会就知道替社会造福，他的福分会愈来愈大，到了老年福报现前，就可以安享晚年。



礼在五伦关系的运用

1 父子有亲

父子关系是“道”，“父慈子孝”，父亲懂得慈爱子女，子女懂得孝顺父母，这个称作“德”。当我们随顺伦常大道去做事，孩子能够终生不改对父母的孝心，所表现出来的行为就是孩子的德行。



孝敬存心

一个人的仁慈之心从哪里开始培养？我们总要把第一步找出来，常常往根本去思维，真理就出现了。一个人对父母都不孝敬，他会去对其他的人孝敬，你相信吗？《孝经》有一句话说道，“不爱其亲而爱他人者，谓之悖德”，不爱自己的父母，而去爱护他人，这是违背一个人的德行。



“礼敬诸佛”从对父母开始礼敬

普贤菩萨第一愿是“礼敬诸佛”，要先从哪尊佛开始礼敬？《孝经》说：“不敬其亲，而敬他人者，谓之悖礼”，不尊敬父母，却尊敬别人，这就违背了礼义，是不正常的。父母对孩子的关怀是一生一世，所谓“母活一百岁，常忧八十儿”，母亲已经一百岁，还是常常关心、想到自己八十岁的孩子。所以“礼敬诸佛”一定是从自己的父母开始礼敬。

礼敬要落实在生活当中，除了言语上的恭敬之外，在生活当中也要点点滴滴地照顾好父母，譬如《弟子规》中说道：“冬则温，夏则清，晨则省，昏则定。”冬天天气凉，我们赶快帮父母温被子，让他们睡的时候比较温暖；夏天比较热，我们把床先扇凉再请父母入睡。这只是举了一个事例。



真正落实礼敬父母的方法

我们要养父母之身，养父母之心，养父母之志，养父母之智慧，从这四方面去尽心尽力，这就是真正落实礼敬父母。

第一，养父母之身。就是从父母的生活起居、食衣住行上去关怀。如果是跟父母住在一起，或者住得很近，回家的时候就可以带些水果、蔬菜。另外还要懂得时时关怀父母的身体健康，古书中记载，差不多六十岁以上的老人，就要当小孩一样的关怀照顾。因为老人家比较

容易感觉寂寞、孤独，身体也渐渐虚弱，所以我们要常常体恤父母的身体状况，尽一份孝心，也是给我们的孩子做个好榜样，这是“养父母之身”。

第二，养父母之心。要处处体恤父母的情绪、感受，让父母感觉很欢喜、很自在。这个前提，就是我们的所作所为一定要让他们安心。

当孩子所形成的是孝心、是恭敬心，那孩子的学问就从此扎下了良好的根基。当孩子没有这一份孝敬，他所生起的是什么心？是傲慢心，是不恭敬，这很有可能会毁了孩子的一生。我这样讲并不夸张，《大学》说：“古之欲明明德于天下者”，指一个人假如要对社会、国家作贡献，就先要“先治其国”，“欲治其国者，先齐其家；欲齐其家者，先修其身；欲修其身者，先正其心”。所以孩子要能诚意、正心，才能修身、齐家，长养孩子的孝敬就是正他的心。如何诚意、正心？必须格物致知。格物就是革除他的物欲，革除他的坏习性。而不耐烦、傲慢就是坏习性，从小能转化这个坏习性，就是格物致知，就能诚意正心。所以大学问都是从小地方开始扎根的。

第三，养父母之志。《孝经》说：“身体发肤，受之父母，不敢毁伤，孝之始也”，我们把身体照顾好，这是孝道首要的工作。“立身行道，扬名于后世，以显父母，孝之终也”，假如我们用自己的德行，对家庭、对社会有所贡献，最高兴、最满足的是谁？是父母，还有老师，这是养父母之志。当我们能用自己的德行让父母感到光荣的时候，让社会人士肯定父母对你的教诲，那就是一种大孝显亲的表现。

第四，养父母的智慧。一个人到晚年的时候纵使有钱也不见得

快乐。孔老夫子说：“老者，戒之在得”，人老了比较没安全感，患得患失，这时我们可以趁父母心情比较好，引导他们放下一些执着，譬如钱够花就好，家财万贯每天还不就是吃三餐，纵使有很多间房子睡觉仅六尺而已。所以人生要知足常乐，让父母的贪念能慢慢放下。更重要的是引导父母接受圣贤教诲，接受一些宗教的教诲，让他的心能够安住，这样晚年就会愈走愈清净，愈走愈自在，那我们的孝道就做得更圆满。



**父母呼，应勿缓；父母命，行勿懒；
父母教，须敬听；父母责，须顺承**

“父母呼，应勿缓”，这是提到对父母讲话的态度很重要。一个人的道德、学问从哪里看出来？从他的一言一行。所以父母的一言一行，对孩子有着很深远的影响。“父母命，行勿懒”，我们答应父母要做的事不可以懒惰，答应了要赶快去做。“父母教，须敬听”，父母在教诲我们的时候，要恭恭敬敬地领受。“父母责，须顺承”，父母训斥、责罚时，我们先要虚心接受，以反省的心来接受。想想为什么父母这样生气，我们的过失究竟何在？



晨则省，昏则定；出必告，反必面

我们早晚向父母问安，就是要让父母安心，这是非常好的习惯。

出门的时候要跟父母讲，我们到哪里去；回来的时候也要跟父母报告，我们回来了。这些习惯都很重要，不要小看每个细节。当孩子每一次出必告，反必面，都是在让他了解，自己所有的行为都不应该增加父母的担忧。



孩子对父母没有恭敬心的原因

为什么孩子对我们没有恭敬之心？可能是我们说一套做一套，自己打麻将，然后叫孩子去看书。当父母没有做出榜样，他的内心不服气！你要求孩子对你讲话要很有礼貌，但自己对爷爷奶奶讲话却没礼貌。当这些不服气慢慢积累，到哪一天他的身高跟你一样高了，拳头跟你一样大了，他就不听你了。所以叛逆是结果，根源在孩子从小对父母没有生起孝心，生起恭敬之心，这是根本原因。再加上外面大环境有很多污染，他又效法同学、朋友，到最后叛逆的现象就愈来愈多。要让叛逆的现象消失，重要的是要延续圣贤教诲，家长要懂得以身作则，当孩子的好榜样。

2 师生情谊



尊师重道

一个人一生为人要顶天立地，人格健全，除了得自父母的教诲外，还需要一位很重要的人物，就是老师。所以中国文化最重视的就是孝道跟师道，所谓“一日为师，终身为父”，父母生育、养育我们，给了我们身命；老师用他一生的智慧引导我们，给了我们慧命，智慧的生命。所以师生关系与父子伦常无别，父母跟老师的恩德是我们一生都应该记住的，应该对他们孝敬、奉养。

尊师要透过父母的教导，因为一个孩子的德行根本，就在孝顺父母，尊敬师长。所以，为人父母要教孩子尊敬老师，而老师要教学生孝顺父母。现在孩子不懂得尊师，问题出在哪里？父母没有教！现在还有学校老师批评孩子几句话，就回家跟父母讲，父母隔天带着律师去找校长。这个做法让孩子得到最不好的影响，因为他这一生对老师就没有了恭敬之心，对老师没有恭敬心，学业能有成就吗？

一个人有没有好的道德、学问，除了要有好老师之外，最重要的是自己的学习态度，尤其对老师一定要有虔诚恭敬的心，绝不可以阳奉阴违。因为学问的成就，从这份恭敬心即可判断出来，一分诚敬得一分利益，十分诚敬就得十分利益。



古代敬师之礼

古代为人师者，都是安贫乐道，受到社会大众的尊敬，而家长也能藉此机会教导孩子对老师恭敬。所以古代有拜师之礼，父亲带着小孩，小孩才五六岁，七八岁，到上课的教室，父亲在前面，孩子在后面，先对孔老夫子像行三跪九叩首的大礼。拜完之后，再请老师上座，然后父亲带着孩子给老师行三跪九叩首的大礼。当孩子看到父亲对老师如此恭敬，在他小小的心灵中，对老师一定不敢怠慢、造次，会非常恭敬。而古人当父母亲过世时要守丧三年，老师过世也要心丧三年，虽然这只是一个礼仪，却已经把孩子学业的根基奠定了。

现在这个礼仪已经没有了。我第一年当老师时是带小学六年级，有一个学生的奶奶六七十岁了，她的孙子上学忘了带作业本，老人家帮孙子送到学校，走上四层楼，上气不接下气。老奶奶这么做不对！孙子都这么大了，要为自己做错事负责任，否则他可能一辈子也学不到责任感。当她抬头看到我，马上跟我行了一个九十度的鞠躬礼说：“蔡老师，您好！”长者这么一鞠躬，自己就觉得责任重大，我们没有用心教好人家的孩子，怎么对得起这么真诚的鞠躬。



诚敬亲仁

现在这个时代，老师难为，很怕跟学生结冤仇，看你学习意愿不高，他会对你非常尊敬，以免得罪你；但是假如你依教奉行，师长一定

会尽心尽力教导。所以只要我们以“入则孝”这个“孝”的态度，以至诚的孝心、恭敬心来对待师长，我们自性的善良、智慧很快就能开显。当师长所教导的还不能领会，就老老实实先去做；已经领会的，就要积极地解行相应。由于我们解行相应，境界才会每天慢慢提升，而提升的同时，师长很多的教诲，我们就能迎刃而解。亲仁的过程一定要有信心，信心太重要了，当我们听到师长十句的教诲，应该十句都要做到。

现在的人学习还有一种毛病，就是贪快。人假如一贪快，内心就会很浮躁，愈浮躁就愈学不到东西，所以学习一定要把这杯水先倒空，让心静下来。“能亲仁，无限好”，亲仁应该用什么样的态度来受教？恭敬心！印祖教诲我们：“一分诚敬得一分利益，十分诚敬得十分利益。”中国文化的传承有赖于老师的教诲，所以中国特别重视师承。



亲师配合

鞠躬容不容易？现在让你对一个人九十度鞠躬，可能很多人会很不习惯。深圳有一个幼儿园训练孩子鞠躬，差不多一两个月还继续在训练，为的就是要让这个动作内化成恭敬之心。

有一个孩子，他母亲的姐妹没有孩子，他父亲的姐姐也没有孩子，全家族就只有他这么一个小孩子，除了有外公外婆、爷爷奶奶宠，还有这么多大人宠。有一次他的爷爷对着这些长辈说，“见到这个孙子就好像见到我一样，这个孩子讲的话就是我讲的，谁要是打他就是打

我。”这种情况下，这个孩子会怎么样？可能是不可一世。所以，长者假如不懂得如何教孩子，确确实实爱之足以害之。

后来把他送到幼儿园，家长也很用心跟老师配合，教导孩子鞠躬。遇到老师，要跟老师鞠躬，那个孩子站着不动，结果他妈妈就开始跟老师鞠躬，跟孩子说：“你就像妈妈这样。”这个母亲鞠了差不多十个躬，孩子如如不动。但因为要上班了，他妈妈就急忙要离开，走到门口觉得不对，教育要慎于一开始，一开始没有把他教会，往后要教就愈来愈困难。她打了一通电话给先生，她先生马上就赶过来，夫妻俩一起走到孩子面前，“现在爸爸教你鞠躬，你要跟老师鞠躬。”然后他爸爸就一直鞠躬，也不知道鞠了多少躬，这个孩子站在那里就哭起来了。父亲的这一份真心，让这一颗顽强的心融化了，孩子当场也跟老师鞠了一躬。而当他的腰能弯下去，往后就不困难了。所以，教好一个孩子，确确实实亲师合作特别重要，当父母跟老师密切配合，就能把孩子教好。

3 君臣有义

君臣关系，也就是现代领导与被领导的关系。领导者的言语一定要守信，所谓君无戏言；假使领导者不守信，影响面极大，所有的部下、员工都会不信任你，最后整个风气就会败丧下来。除了言而有信之外，君者有君的本分跟道义；臣也有臣的本分和道义，假如君不君，

臣不臣，父不父，子不子，就会天下大乱。



君仁反躬

尤其是一家之长、企业之主，或国家领导人，要做出好的榜样，大家就会跟着学习；当大家都能遵从、效法，人心转变就会非常快速。人心一变，感应而来的境界，所谓人心善，就国泰民安；人心恶，就灾祸连连。因此古圣先王深刻体会到这一点，他们的高风亮节之处，都是时时反省自己。譬如商汤在洗脸盆里写着：“苟日新，日日新，又日新”，以提醒自己不可懈怠，要做臣民的好榜样。他又说道：“万方有罪，罪在朕躬”，发生所有不好的事，他自己都要负最大的责任，因为身为一国之主，理应推动人民的教育。当一个领导者有这样反省的态度，如此爱民如子的存心，一定会赢得人民、员工对他的爱戴。

孟子有一段话，讲得非常好，“君之视臣如手足，则臣视君如腹心；君之视臣如犬马，则臣视君如国人；君之视臣如土芥，则臣视君如寇仇。”领导者对下属的态度，假如把他当作手足一样爱护，下属一定会把上司当心腹一样拥戴。但是假如领导者视自己的员工好像犬马，只是把他们当作劳动的工具，则下属就会把他当作一般的人看待，彼此之间绝对没有什么情感可言。我们看到很多员工，下班的时候，连多一分一秒都不肯做，马上就说：“好了，时间到了，我要走了。如果你还要叫我做的话，就要付加班费。”因为上司把他当作工具，他对上司当然没有恩德，处处都是斤斤计较。

最后“君之视臣如土芥”，因为他有钱摆阔气，不把下属当人看，不尊重他们，那下属的内心就会很不满，日积月累就把上司当作仇人一样看待。有一位开餐厅的老板曾跟我们提到，他和下属处得不好，后来员工就在食物里面放脏东西，让他生意做不下去而停业。因此从孟子的这段教诲，我们理解到，当领导者没有把组织带好，就要“行有不得，反求诸己”。只要你的态度一转变，一定会让下属很惊讶，如此风气就会为之大变。所以领导者要做榜样，时时反省自己。



臣忠孝廉

日本的企业界有个法宝，就是如何能真正选到好的主管。什么法宝？今天假如这个主管的位子有好几个人争取，领导者会怎么判断？先了解他们有没有孝顺父母，有没有照顾妻儿，从他做人的德行一看，就会一目了然。中国人说，“忠臣出于孝子之门”，因为有孝心，人生才有道义、恩义，这样的人才能用。用人唯德，不能只看才华。

臣子要时时想着自己的本分，而不是时时想着自己的功名利禄。为人臣有一个德行相当重要，就是廉洁，这是为政之本，一个国家能不能安定、长治久安，端看这个国家的官员是否廉洁。同理，一个公司里能不能维系得很好、发展得很好，也跟员工廉洁的心息息相关。廉洁要如何培养？如果等到欲望已经起来了，再培养就很困难。所以我们的孩子以后要有出息，就要先培养他的孝心，培养他的廉洁之心，这样就会得到长官的信任跟爱护。

4 夫妇有别

夫妇是道，有别是德。这个“别”也属于本分、职责，别在责任不同。古时候是男主外，女主内，因为家庭有两大主轴，一是物质生活，二是精神生活。男主外，把经济问题、生活问题解决；女主内，把精神生活搞好、把孩子教育好。



彼此信任、感恩、包容

夫妻之间要言而有信，不能海誓山盟说变就变。除了言语要有信用，还要互相信任才行。治家有一个很重要的方法，就是没有秘密。假如有秘密，每天在那里藏来藏去，对方知不知道？这种事叫自欺欺人，这样的生活有什么乐趣！我们还是要顺道而行。

夫妻彼此一定要感谢对方的恩德，感谢对方陪我们一路走完大半的人生。我们男士一定要时时记住，太太为我们做了一件重大的事情，传宗接代，因此家族才得以延续，单是这个恩德就报不了，所以“恩欲报，怨欲忘”。当夫妻之间常常都想着对方的付出，对方的恩德，自然能把一些冲突放下。心里常常念人之恩，看到对方都心生欢喜，怎么可能相处不好？当夫妻之间能和睦相处，每天的生活就一定和乐融融。

夫妻的结合，来自不同的家庭，所以生活习惯差异很大，要想改变对方的习惯，当然不是一件容易的事，所谓“冰冻三尺，非一日之

寒”。这时你要想对方做的对不对是他的事，只要尽好自己的本分就行了。为人妻，家庭事务本来就是应该做的，所以做得心安理得，自然你的身教就会传递出去，将来就水到渠成。我们明白了，就能包容。所以现在你要教孩子勤劳，他没有马上变勤劳，这不是孩子错了，是我们自己的态度不对。习惯的养成必然有一个循序渐进的过程，我们还是要道法自然。



夫义妇德

夫妻取得了共识之后，要把家庭经营好，首先要有德行。先生要懂得恩义、情义、道义；太太要有四德——妇德、妇言、妇功、妇容。对父母要有恩义，因为“教”是上所施、下所效，我们一定要表现得很好，让孩子来学习。对太太要有情义，对孩子要有道义，因为我们把孩子生了，就有责任好好教导他。太太要有妇德、妇言、妇功、妇容，俗话说“儿子孝，不如媳妇孝”，假如媳妇孝顺，整个家庭非常和乐；但是假如媳妇没有德行，那可能整个家里就会鸡犬不宁。所以妇德相当重要！



四摄法：布施、爱语、利行、同事

人与人相处，只要遵守一个好方法，称作“四摄法”，一定能相处融洽，这是人际关系法。

第一，布施。就是现在讲的多请客、多送礼。夫妻之间，可以常常馈赠一些小礼物，太太的心中就会觉得，先生到哪都会想到我。所以我们出差时，什么都可以忘，就是不能忘记帮太太买个小礼物，礼轻情义重。遇到太太生日或者结婚纪念日，就要带太太去吃馆子，“你煮饭真辛苦，来，我们去吃馆子”，你这份心意会让她觉得付出很值得。

第二，爱语。要多给予对方肯定，多给予对方安慰的言语。“爱语”不见得都是好听的话，爱是真心关怀对方。太太要能相夫教子，所以面对先生有过失时，也要给予规劝，而规劝也要注意态度、方法。《弟子规》能不能解决夫妻问题？可以！“善相劝，德皆建”、“见人善，即思齐”，你都看对方的优点，他就会很喜悦。“恩欲报，怨欲忘”，时时想着太太的辛劳，先生的辛劳，关系一定会很好。牙齿与舌头都会咬到，更何况是夫妻，怎么可能没有摩擦，但是要“怨欲忘”。

第三，利行。人往往会很健忘，所以要常常帮对方记住一些重要的事，也要时时处处想着如何利益对方。譬如今天先生下班回来比较晚，我们要表达心意，就要把走廊的灯打亮，让他不会觉得回家时漆黑一片，然后桌子上再放一张字条：“我帮你煮了一碗面，辛苦了，吃完再睡觉。”这也属于“利行”，他会觉得工作再辛劳，都有一个人陪伴着他。

第四，同事。夫妻共同的事业是什么？家业。一定要把家庭经营好，把下一代教育好。而教育孩子的问题，夫妻之间要多做沟通，而把这些正确观念跟另一半讲时，态度也不能太强迫。所以，“同事”

是要建立共同的正确观念。

5 长幼有序

在五伦关系当中，要记住“只问耕耘，不问收获”。假如我们对兄弟很好，心里面却常常想着我对他真好，他也应该对我好。当我们是用有求的心去尽做人的道义，就很有可能造成患得患失的结果，甚至于会抱憾终身。许多古代圣贤人的兄弟之情非常深厚，可以为了兄弟舍弃生命，更何况是财物！为了兄弟手足之情而懂得谦让，懂得放下，这都值得我们效法。



兄友弟恭

“兄道友，弟道恭”，兄弟是同气连枝，血浓于水，乃同一父母所生，所以兄弟很有可能是陪我们一生走最长道路的亲人。法昭禅师曾经写了一首描述兄弟情谊的诗：“同气连枝各自荣，些些言语莫伤情，一回相见一回老，能得几时为弟兄；弟兄同居忍便安，莫因毫末起争端，眼前生子又兄弟，留与儿孙作样看。”

“同气连枝各自荣”，就是说兄弟就好像同一棵树延伸出来的树枝一样。“些些言语莫伤情”，人与人相交往，家里的人最常沟通的就是用言语，所以言语要柔软、和谐，绝对不要讲话很冲。《弟子规》也

说“言语忍，忿自泯”，人与人的冲突，一半以上都是因为言语不和。“一回相见一回老”，确确实实人在三四十岁以后，每次看到兄弟姐妹都会有这么一点感触，你的白发多了一点。“能得几时为弟兄”，我们的年龄愈大也代表人生的路，就要走到尽头了，要好好珍惜这段情谊，所以“弟兄同居忍便安”，要懂得互相忍让、谦让。“莫因毫末起争端”，不要因小事而起争执。“眼前生子又兄弟”，眼前兄弟姐妹都有了孩子，其后辈也都是兄弟姐妹，上一代应该做出兄友弟恭的榜样，才能“留与儿孙作样看”，做出好榜样令儿孙看。法昭禅师的这首诗，值得我们细细品味。



孝悌化人

只要家庭弥漫着这种兄友弟恭的气氛，相信家族一定会有很好的发展。而且这种孝悌之风不仅感动人，连家里的动物都会被感动。宋朝的时候，有个读书人叫陈昉，他们是十三世的子孙同住，家里有七百余口人。他们遵守祖宗的遗训，都不分家，而且不请佣人，所有的活都自己干，每次吃饭都是七百口的人聚在一起进餐，场景非常壮观。他们家养了一百只狗，这一百只狗一定要等到全部的狗都到齐才开始吃，即是“一犬不至，群犬不食”，这种孝悌之风感动了家里的这群狗。如果你是他家邻居，看到这一幕会感动，此外，我们可不能连狗都不如，自己还在家里吵吵闹闹。

这个盛况传到了皇帝的耳中，皇帝也很感动，觉得这个家族是个

好榜样，马上免去了他们家所有的徭役。



财物轻，怨何生

在古代，有个读书人叫张士选。他的父亲去世比较早，从小是叔叔把他带大的。当他十七岁时，叔叔就跟他说：“你已经大了，我们现在把祖宗的财产分成两份，你一份，我一份。”结果张士选马上跟叔叔讲：“叔叔，你有七个孩子，所以应该把遗产分成八份。”他的叔叔说：“不行，你是代表你父亲，应该分成两份。”但是张士选那时才十七岁，他很坚持，一定要分成八份。如此一让，便让出了他的德行，让出了家庭的和乐，让出了他的心量，所谓量大福大。所以他在进京赶考时，遇到一个算命先生，算命先生看见张士选的脸上有很多阴鹭纹（就是积了很多阴德），就跟他说：“这一次你必然高中。”果然如此，他考试高中。相信他的言行会传给子孙，一定也会让世世代代都有很好的发展。“财物轻，怨何生”，家庭就会充满祥和之气，往往一个肯相让的孩子，会赢得长辈对他特别的照顾。

周朝的泰伯、仲雍能把天下让给他的弟弟王季，进而传给周文王，连天下都能舍弃，还有什么好争的？家庭的和乐自然会带动全国人民家庭的团结与和谐，如此而造就了周朝八百年的盛世，也能让全国人民起而效法孝悌的精神。《大学》说：“一家仁，一国兴仁；一家让，一国兴让”，如此一让，便让出了孝、悌，也让出了忠，所以当时的人们

能起而效法，都懂得礼让，成就了周朝非常好的家庭风气，以及国家的运势。

6 朋友有信

孔子说：“人无信不立。”一个人假如没有信用，在家庭、社会都无法立足，也无法赢得别人的尊重，所以朋友之间要言而有信，要有道义。

东汉时期，有个读书人张劭，他在太学里认识了一位朋友范式，他们一起学习、一起成长。当他们离开太学的时候，彼此相约两年后的某一天碰面。到了这一天，张劭就跟母亲说：“我和范式约好了，他今天一定会来。”因为两家相隔几百里，他母亲开始不相信，不过张劭很有信心地说范式是个重承诺的人，一定会来。果然那一天范式到了。

朋友之间不但要言而有信，也要信守本分，信守义务，朋友之间的信是言出必行。后来张劭病危，张劭就跟他的太太说要联络范式，因为张劭相信范式一定会尽心尽力照顾他的家人。范式人还未到，张劭就去世了，结果张劭的亲人等范式赶到了之后，张劭的棺木才顺利下葬。后来范式对张劭的妻儿也给予很好的照顾、安排，可见他们之间的信义非常深厚。我们可以从古代读书人对于朋友的态度上，感受到他们的存心。



劝谏

劝别人，我们要先问自己的存心，是不是真心希望对方好，如果是，那你这件事就会做得圆满，因为人有真诚心，一定会想到好的方法，进而去做。劝谏的时机何在？《弟子规》说“谏不入，悦复谏”，心情好的时候再劝，还有“规过于私室”，劝别人的时候不要在大庭广众之下，这样他面子挂不住。他每天想到这些人人都知道我哪里错了，他哪还有心思去改过，所以私底下劝比较好。还有“交浅不言深”，这个也要看时机。

你劝一个人的时候，要看他的水准，进而调整你的言语，所以《论语》说“中人以下，不可以语上也”，中等程度以下，你不要用上等人的言语、态度跟他讲，他听不懂；“中人以上，可以语上也”。你能观察到这些点点滴滴，你劝人的效果就会很好。

在《弟子规》里面说“怡吾色，柔吾声”，是不是对每个人都“怡吾色，柔吾声”？对长者一定是“怡吾色，柔吾声”，纵使你再有理，对父母的时候也绝不能像在训斥晚辈一样，否则你的父亲绝对不能接受。对晚辈要不要“怡吾色，柔吾声”就要看情况了。面对平辈“怡吾色，柔吾声”也没有问题，但是有些关键时刻，你“怡吾色，柔吾声”，他醒不过来，这个时候假如信任很够，你还得现怒目金刚。



关怀

朋友之间要互相关心、关怀，常常慰问，并了解他的近况，所谓见面三分情，就能彼此适时地协助。不只是关心对方，还要多关心他的家人，当我们将这样的心去关心朋友的父母，朋友会非常欢喜。

有时候在通电话的过程中，我们也可以关心一下：“你父母最近身体好吗？请代我问候你的父母好。”假如他说：“我父母最近身体欠安”，我们了解之后，毕竟对方的父母也是我们的长辈，我们就要抽空去慰问一下，这样朋友的情谊就会愈来愈深厚。



互相赞叹肯定

文人相轻，这不是好现象。读书人互相轻视，觉得他的道德学问比不上我，我比他好，这样的情况只会让自己堕落，因为嫉妒心一起，德行就会丧失。其实当我们赞叹对方，见人之善时，自己就在受益、提升，那是必然的。犹太教也提到一句话：“什么是聪明人？向每个人学习的人是聪明的人。”我们时时互相赞叹，让更多人对于德行有信心，让更多人欢喜来跟这些有道德、有学问的朋友相接触、相交往。

当我们嫉妒其他有学问的人、有修养的人，甚至于用言语毁谤他，当然你毁谤这个有德行的人，他不会跟你计较，但是由于你毁谤他之后，很多跟他学习的人会对他失去信心，他们求学问的机会被你的嫉妒心给障碍了，这对自己是非常损阴德，折损自己的福分，所以不可

嫉妒别人。

我们要扩宽心量去欣赏别人，力行“道人善，即是善，人知之，愈思勉；见人善，即思齐，纵去远，以渐跻”。当朋友跟朋友之间都可以互相随喜、互相赞叹，其团体也好，或者是学术界也好，到处都会洋溢着一片祥和之气。



不言家丑

朋友之间不可讲对方家里的一些私事。因为朋友相交，可能时间比较久了，有些比较隐私的事会告诉我们，我们要谨慎一点，不能在不经意时把这些话讲出去，这些话一旦被传出去，又会变成他人的话柄，就很可能伤害彼此之间的感情。所以言语要谨慎，“话说多，不如少”。家里的隐私也不可以轻易对人讲，所谓“交浅不言深”，讲话要懂分寸，而我们是他的好朋友，听话也要有分寸，不可以把这些话再传出去，这是要谨慎对待的。

其实自己家里的事最好不要跟人家讲，要提升自己的智慧。而一件事愈少人知道，愈不容易被障碍，也愈容易成就。所以古代人说慎言，言语确实要很谨慎。不谈人家的隐私，可以多谈人家的好事、德行，所谓“扬善于公堂”，我们愈肯定他，他就愈积极努力去做好。



学礼应有的心行

1 敬重长辈



或饮食，或坐走，长者先，幼者后

当孩子懂得尊重长辈，自然而然恭敬心就落实在生活中，因此看到桌上的饭菜，会先想到夹给长辈吃，德行就在夹菜行为当中提升了。

“长者先，幼者后”，这个习惯能影响孩子的恭敬心，影响孩子将来事业上的发展，你相信吗？一位幼儿园的园长，曾经带了几位二十岁出头的老师，接待广东客户吃饭。老师们是湖南人，湖南人喜欢吃辣，广东人比较不吃辣，所以就点了广东菜。点好菜后，才刚吃，这些老师就开始谈论菜怎么那么难吃，本来带他们来是照顾客人的，结果变成来搅局。才刚上一道辣的菜，园长转到客户面前，客户夹一口，这些老师马上转到自己面前；园长转回客人面前，他们又转回去。这样的员工你敢不敢用？成事不足，败事都有余！所以主管带下属去赴宴，都是带懂得饮食礼仪，会服务他人的人。当一个孩子处处进退

有礼，交代给他办事就会很放心。而这些习惯都要从小养成，长大之后就会有大有用。做家长的也要有这种认知，为你下一代的未来铺好幸福之路。



长呼人，即代叫，人不在，己即到

以前的人当有客人到家里时，做晚辈的会说：“您先请坐，我去请父亲出来。”如果父亲不在，他一定会恭恭敬敬地跟这位长者回报，甚至于会询问：“请问您有什么事吗？等父亲回来，我可以转告父亲，再跟您联络。”接待的过程就已经训练孩子处理事情应有的恭敬心，而且还要有始有终。有时候我们交代学生去找人，结果一去就没有回来，后来问他，他说：“没找到。”还自己以为把事办完了，其实应该还要再回来报告事情的经过和结果，对任何一件事情都要尽心负责任。



称尊长，勿呼名；对尊长，勿见能

“称尊长，勿呼名”，称呼长辈，不能直接称长辈的名字，这也是一种恭敬心，我们对尊长应该是以“叔叔”、“伯伯”、“阿姨”等来称呼。进入社会，要称呼“陈经理”、“陈董事长”，人家听了舒服，也不会冒犯他人。现在的孩子，无论在家、在学校也要落实这样的态度。

身为老师，在同事和同事之间交谈时，也不要直接说：“礼旭老

师”，或者“某某老师”，因为这样都是在称老师的名字。尤其在孩子面前，应该称“陈老师”、“蔡老师”，这就是示范给孩子们看。

如果老师之间称呼很有礼、很恭敬，孩子听到之后就会学习这种谦恭的态度，为人师者一定要注意这些细节。

“对尊长，勿见能”，要提升孩子的才华，就要正确地引导他对才能的认知。首先要明白学这么多的才能，目的何在？这个很重要，假如是为了跟别人攀比、炫耀，为了好面子，那孩子学这么多的才艺，除了学多学杂，还会学得不扎实，可能也会沾染虚华的风气。所以家长的态度至关重要！当孩子有了这些才艺，就开始到处表演，绝对是增长他的傲慢。还有大人会说：“你真了不起！”孩子听多了赞美，以后批评的言语就听不进去。所以要引导孩子，所学的才艺是为了服务他人，奉献社会。因为我们的学历愈高，代表我们接受社会的帮助愈多；相对的，社会对我们的付出也愈多，我们就更应该懂得回馈，这些观念一定要从小扎根。



路遇长，疾趋揖，长无言，退恭立

在路上遇到长辈，我们要主动打招呼。有些学生在路上看到老师，马上就躲开了，这种情况可能是当老师的跟孩子不够亲，也有可能孩子从小就不习惯对大人行礼问候，也就不太懂得人情世故。所以我们也要告诉孩子，遇到长辈一定要向前问好鞠躬，这是见面的礼仪。

当我们跟长辈打招呼，长辈没什么事，就要等他离去，我们才可以离开，这是“长无言，退恭立”。很多人会说：“妈妈都没什么话跟我说。”那是因为你打一下招呼就走了，她的话还没沉淀到讲出口。只要你有心，静静地陪父母，陪老人家坐一会儿，他们的灵感就来了，自然会有很多话可以跟你谈。所以我们与长者交谈要有耐性，陪他们坐一下，若父母确实没有话说，我们再“长无言，退恭立”。



过犹待，百步余

古人送长辈、送师长，都是以一颗感恩的心目送师长，看到老师转弯了，见不到身影了才离开，这是很珍惜和老师的缘分，确实做到“过犹待，百步余”。古人相处非常有情义，就是这一份情义，才能写出非常感人的诗词。

李白写过一首《黄鹤楼送孟浩然之广陵》，诗中写道：“故人西辞黄鹤楼，烟花三月下扬州。孤帆远影碧空尽，唯见长江天际流”。孤帆远影碧空尽，这是等到朋友已经完全看不到了，他才依依不舍地离开，对朋友的那份情义、那份相惜之心就在送别当中流露出来。现在的孩子能不能写出这样的诗？很难！因为没有恭敬之心，比较焦躁、烦躁。



长者立，幼勿坐；长者坐，命乃坐

当长辈站着的时候，我们晚辈不能坐着，等长辈叫我们坐时才可以坐，这是进退之礼。学礼仪也要学得灵活，比方你在电梯里面很挤，看到叔叔来了，就不要再鞠躬了，否则周围的人都被你挤到旁边了。在厕所也不需要鞠躬行礼，等出来再打招呼就好了。我们要顺势而为，因地制宜。

有一位同学学了“长者坐，命乃坐”，到一个单位去跟当地的负责人谈话。站着谈了很久，这个负责人就坐下来，结果负责人就一直仰头跟他谈话。突然她说：“你坐下来吧！我的头都快受不了了。”

当我们看到别人已经仰头而望了，不用等长辈叫你坐，你要很自然地坐下来，所以不可学呆。



尊长前，声要低，低不闻，却非宜

这是讲话的礼貌，在尊长面前讲话时，声音要放低，以免影响长辈之间的谈话。现在的孩子对于什么时候应该讲话，什么时候不应该讲话，缺乏掌握的分寸，往往一群孩子在一起就控制不住，大吼大叫都快闹翻天了。这时长辈要适时去制止，不然等他已经习惯，就很难导正。

中国很强调中庸之道，其实中庸之道就表现在一个人的日常生活之中。讲话也要强调中庸之道，“尊长前，声要低”，这是对长辈的

尊敬；“低不闻，却非宜”，跟长辈讲话让长辈听不清楚，那就很失礼了。



进必趋，退必迟，问起对，视勿移

“进必趋，退必迟”，遇到长辈要快步上前，不要让长辈等太久；跟长辈谈完话，要离开时，慢慢退几步再转身走出去。你不能跟长辈讲完话马上就说：“好，再见”，立刻就冲出门，这样好像告诉长辈，我恨不得马上就走，不想再多留一秒，这种感觉不好，因此要处处注意对方的感受。

跟长辈讲话，要让长辈很清楚我们在说什么，而且要注意眼睛要看着对方，这就是“问起对，视勿移”。现在和小孩交谈，他的目光可以专注看着你多久？能十秒钟就不错了。孩子的眼睛不专注，表示他没有恭敬心，心也很浮躁。为什么会这样？因为缺乏礼节的教育，久而久之就我行我素。所以这些小细节，都需要为人长者耐心教导，慢慢让他循规蹈矩，处处替人着想。

2 仁民爱物



凡是人，皆须爱，天同覆，地同载

孟子有一段很重要的教诲，“亲亲而仁民，仁民而爱物”，一定从

自己最亲的父母开始敬爱，进而推衍到对别人的父母、别人的孩子，就是仁爱人民；再从仁爱人民这份爱心继续扩展到爱护一切万物，包括动物、植物、矿物，这就是爱物。

新加坡的许哲女士，是新加坡的国宝人物，人生几十年致力于照顾病人，照顾贫穷的人。曾经有记者访问她，说她帮助了这么多人，她却回答：“我哪有帮助别人，我帮助的都是我的兄弟姐妹。”所以她把整个宇宙都当成是自己的家。记者又问她：“您都照顾别人，谁照顾您？”她想都没想马上回答：“我不用照顾自己，老天爷会照顾我。”我们听了深受感动，多么豁达的人生态度！而这个态度就与圣贤经典完全相应。所以“爱人者，人恒爱之；敬人者，人恒敬之”，我们面对世间似是而非的理论，可不能被误导，还是要遵循圣贤的教诲。

爱物是“爱惜物命”，对于物品也要爱惜，所谓“一粥一饭，当思来之不易”，决不可以糟蹋。对于生命也要爱惜，在澳洲，人们在开公路时，常会遇到一些大树，他们会先看树上有没有鸟窝，如果有鸟窝，则要停止工程，等季节过了，鸟飞走了，再开工。澳洲人很淳朴，迎面而来都会互相打招呼，人心很善良。人心善良，整个大环境就风调雨顺。当人们尊重生命，尊重万物，万物一定会给人类很好的回馈。

我们生存在同一个地球，同一个天地，应该休戚与共。有一位老师就说：“能够爱护所有的万物，就是力行孝悌之道。”又说：“天为父，地为母，每个人都是大地的子女，大地母亲所长养出来的所有万物，都是兄弟姐妹。”若没有大地，我们吃什么？所以我们不应该残害动物，因为这样就没有孝悌的态度了。

3 谨言慎行

所谓言多必失，讲话不可以滔滔不绝，因为滔滔不绝时，很可能还没有思考清楚就说出口，一说出去就收不回来了。孔夫子说：“三思而后行”，同样要三思而后言，言语一定要谨慎。《易经》云：“吉人之辞寡，躁人之辞众。”吉祥的人言语少，急躁的人言语很多，当一个人讲话滔滔不绝，他的心是很急躁的，没有安全感的，处于这样的心境就容易说错话、得罪人。俗话说“祸不单行”，由于你的心乱，心没有主宰，才会一而再、再而三犯过失，所以心要先静下来。言语少时心态较平和，人心平和，对于所处的环境、所发生的事情，就会观察得非常清楚明白，不容易出现差错。



话说多，不如少

言语的谨慎，也是随着人生历练才会慢慢提升。因此在不熟悉的场合，尽量先保持沉默，多看、多听、多付出，这一点很重要。多话不如少话，讲话一定要讲好话，讲利益语、柔软语，让人听了舒服；要讲诚实语、智慧语，成就别人。

言行的根本在于一个人的念头。真正会修身的人，是在起心动念中谨慎。当自己的念头都能谨慎，言语行为就不会有太大的偏颇。所以要观照一有不耐烦的心、随便的心、不替人设想的心生起，就赶快转化成恭敬、替人着想的心念。



凡出言，信为先

“信”字，左边一个人，右边一个言，代表话一说出口，一定要遵守，所谓“一诺千金”、“一言九鼎”、“一言既出，驷马难追”。我们常常听到这些苦口婆心的格言、教诲，就代表老祖宗非常重视这些做人的态度。在哪些关系当中要有诚信？在伦常大道中，譬如父子之间一定要讲诚信，假如你很随便答应孩子，之后又反悔，父母在孩子心目中的地位就会愈来愈下降，所以要言出必行。

4 善相劝，德皆建

言语会产生什么影响？当你的言语确实是忠、是信，而这个忠就是真诚、恭敬，必然会让听者很受益、很感动，一定会达到“善相劝，德皆建”的效果和影响。而你又坚守信用，就会提升别人对你的信任。所以我们要考虑言语所产生的效果，言语不恭敬，妄语、两舌、绮语、恶口，必然造成别人对你的轻视、侮辱。

“一言兴邦，一言丧邦”，这代表言语的影响力，一句话没有讲好，可以引起家庭的分裂、一个团体的退丧，甚至于造成国家的灾难。所以我们还是要谨记圣贤教诲，一定要谨言慎行，言而有信，心存信义、道义、恩义，互相付出，互相扶持，人与人的关系就会非常和乐，非常圆满。



行笃敬

《朱子治家格言》提到“屈志老成，急则可相依”。往往在小细节当中能够非常谨慎，才能真正把重要的大事办好。如果小地方都不用心，很可能接一件重大的事就会有很多小状况出现，甚至乱了头绪。所以为人父母要从小多提醒孩子注意细节，我们也要多观照自己在小事当中的起心动念，进而当下要改过、修正。

一次耗资数十亿美金的太空活动，本来要登陆月球了，临时又折回来，就是因为缺了一颗几十块美金的电池，而没有办法登陆，所以一个小小的疏忽都可能造成重大的损失，不得不谨慎。

5 事虽小，勿擅为

《弟子规》教导我们“事虽小，勿擅为”，除了要注意自己的安全之外，也要提醒孩子，对别人会造成危险的动作，绝对不能做。有这样的态度，他就会时时观照到自己的一言一行有没有造成别人的伤害。有一篇报道，有个孩子因为好玩，把同学要坐的椅子拉开，他的同学没注意到直接就坐下去，结果脊椎严重着地，造成终身瘫痪。藉由这个例子，我们教育学生，一个小小的动作，都会造成别人终生的痛苦。他数十年的岁月要在床上熬过，给你躺三天看看，你就全身不舒服；而且不只他痛苦，他的父母看到一个养了十几年的孩子，居然

变成这样，每次看都是一种煎熬，也是一生的伤害。所以一个小动作造成这么多人的痛苦，这种事绝对不能做。

6 冠必正，纽必结，袜与履，俱紧切

做事要具备细微的能力，也就是要注意细节，当你把事做好，实际上就是对自己的尊重，也是对别人的尊重。“冠必正，纽必结，袜与履，俱紧切”，这就是穿衣的细节，如果你穿得很邋遢，别人跟你交往时会有一种不被尊重的感觉。不自重，就取辱；一个人不尊重自己，可能招来别人对我们的毁谤、轻视，所以“自重而后人重，自敬而后人敬”。



训练孩子自制力、独立生活的能力、做事的能力

归纳《弟子规》中“谨”这个部分的教诲，可以训练一个人三方面的能力：第一是自制力；第二是独立生活的能力；第三是做事的能力。现在小孩是不是缺乏这三种能力？所以一定要教才会。“朝起早，夜眠迟，老易至，惜此时”，一个人生活有规律，不要常常睡懒觉，就是一种自制力。“对饮食，勿拣则，食适可，勿过则”，在饮食方面也要懂得节制，都是在训练孩子的自制能力。

第二是独立生活的能力，就是“置冠服，有定位，勿乱顿，致污

秽”。虽然只是讲了两件事，衣服、帽子要放好，我们不能只教衣服跟帽子放好，应该教一切物品，甚至于对时间都要有规律，所谓“动物归原”，移动过的东西应该再放回原处，学会了这些生活的能力就不至于杂乱无章。

第三是做事的能力。“事勿忙，忙多错，勿畏难，勿轻略”，“事非宜，勿轻诺，苟轻诺，进退错”，这都是做事的能力。办事情绝对不能急，否则会把事情搞砸。因为人心浮动的时候，身旁发生的事就看不清楚，好像一潭湖水起了很大的波浪，就会糊里糊涂，所以我们要用方法、用工具来让事情处理得当。所谓“凡事豫则立，不豫则废”，我们接触的人事物多的时候也可以善用工具，如用记事本。只要答应别人的事一定要马上写上去，而且还不是写在当天而已，当天写了以后，在前三四天再写一下，提醒自己三四天以后有这件事，心里常常处于有准备的状况。

7 敬时惜物



朝起早，夜眠迟，老易至，惜此时

中国人特别懂得惜时，所谓“寸金难买寸光阴”，确实实有万贯的家财，也不可能买回失去的时间。当一个孩子对时间非常恭敬、非常谨慎，他就不会蹉跎光阴。在汉朝的时候，有一首乐府诗写道：“百

川东到海，何时复西归。少壮不努力，老大徒伤悲。”我们希望孩子的人生不要有这样的遗憾，从小一定要让他珍惜时间，而且生活作息要正常，不要一放假就到半夜不睡，隔天又睡到中午。

王阳明先生曾经说过：“志不立，无以成事。”珍惜时间，首先要先立定人生的志向。人生很短暂，我们运用这个短暂的生命，要对得起父母的养育之恩，要对得起兄弟姐妹的照顾，要对得起成长过程中诸多长者的提携，要对得起国家对我们的多方照顾。所以当一个人念念不忘这些恩德时，就会尽心尽力地孝顺父母，友爱兄弟，进一步奉献社会。懂得珍惜时间的人，就会对父母、对关怀他的人都恭而敬之，他就不愿意糟蹋自己，让这些关爱他的人伤心难过。所以当一个人懂得去完成人生的本分、使命，没有人去推他，他也会疾步向前。



置冠服，有定位，勿乱顿，致污秽

东西有固定的位置，生活就能有条不紊。比如作业簿找不到，就翻遍整个家，自己也暴跳如雷，除了跟自己生气，还把全家的气氛搞得很糟。当这个习惯没有养成，到公司上班，可能很重要的合同就让你随手一放，很有可能你的工作也就保不住了，所以生活习惯确实会影响一生。



衣贵洁，不贵华，上循分，下称家

现代的社会风气比较虚浮，又崇尚物质享受，很多人家里可能都很穷，但是衣服还要买得很漂亮，还要打肿脸充胖子，其实这样的人生态度太虚伪、太虚假了。人对于美体会不深，什么才是真正的美？现在社会的教育也一直在误导着我们，例如身材姣好的就是美，这都是比较偏颇的浅见。而社会出现了偏颇的观念，大家又往这个方向去追逐，所以整容、塑身如此之多。其实整容看起来很不自然，很不舒服。很多人为了让身材比较纤细，结果把身体都搞垮了。

如果是为了追求这种美，内心就很空虚，时时都想着别人有没有看到我。花了一大笔钱买了一件衣服穿到办公室去，还要告诉别人，时时都活在虚荣，活在别人的眼光里，真是苦不堪言。确实女人的美是内在的美，我们说愈看愈投缘就是长得很有人缘，可以看久而不厌烦，这种美就是内在的德行所散发出来的。还有一种美，是第一眼看上去，让你觉得很漂亮，再看第二眼没有初看时那样的美妙。当她一讲话，可能马上让人家跌倒，这种美不出一个月就消失了。所以我们要引导孩子，对于美要有正确的眼光和态度。

“上循分，下称家”，我们的穿着要适合自己的社会地位。下称家，要依经济状况来决定。我到台中莲社去参观李炳南老师的纪念馆，看到李老师从前穿的外套都非常整洁，看起来还很新，但是实际上都已经穿了几十年，还有李老师的内衣、袜子，都是补了再补。老人家给我们做出了很好的榜样，如果我们真正爱护衣服，都能穿得很长久。

李老师所节省的一分一毫都是为谁省的？为众生而省。我们要让人感觉衣着非常简朴、干净，而在别人看不到的地方能省则省，我们要向李炳南老师学习！“俭以养廉，勤能补拙”，节俭、珍惜物品才能养廉洁之心。古代的圣贤者，看事情都从根本开始，所以从小让孩子尊重物品，懂得节俭，往后就可以成就廉洁有守的德行。

8 进退有礼



勿践阼，勿跛倚，勿箕踞，勿摇髀

“勿践阼”，是指不要践踏门槛，那个姿势很粗鲁，而且对物也不恭敬，常常这样践踏，门槛也会被踩坏。坐在椅子上时，把脚踏在椅子或者桌子的横杆上，这些行为都要及时修正。现在有的孩子，看到墙壁会去踹一下，导致墙壁到处都是脚印，这都是不文明的表现。我们要适时地告诉他们要爱惜公物，不要破坏公物。

“勿跛倚”，就是站立的时候歪一边，或者背靠着东西而立，这都很不雅观。当他站着的时候都如此随便，遇到大事的时候，也就不可能突然很谨慎。所谓“勿以善小而不为，勿以恶小而为之”，就是说一个人有很大的能力也都是从小地方逐渐完善的，不好的行为也是从生活的细节中开始忽略的。

“勿箕踞”，箕是畚箕。畚箕的口开得很大，勿箕踞的意思就是坐

下去两脚不能开得很开，像畚箕一样，看起来很不文雅，若是女性，可能要惹人非议。

“勿摇髀”，是坐着的时候不要晃腿。有的人还不是左右晃，还会上下晃。我们曾经参加一个会议，就有一些主管从头晃到尾，我们头都晕了，所以这个习惯要改掉。



缓揭帘，勿有声；宽转弯，勿触棱

这是教我们要养成一种心细胆大的态度，动作尽量要放柔和、恭敬。心细的人，做事就会很谨慎，自然而然不容易出错，胆大心细都是在生活的细微之处培养而成的。“缓揭帘，勿有声”，掀帘子的时候也要轻手轻脚，不要发出太大的声响。要考虑自己的一举一动是否会造成别人的困扰，要保持这样的敏感度。

“缓揭帘”，除了不让声响影响别人外，这也是一种爱惜物品的行为，如此东西就不容易被毁坏。假如我们平常使用东西都很粗鲁、很用力，本来有五年、十年使用寿命，很可能用不到一年就坏了。从这个惜物的观念当中，提醒自己不要太粗鲁。



将入门，问孰存；将上堂，声必扬

“将入门，问孰存。”我们进入人家的房间时，首先一定要轻叩房门，否则对人家就非常无礼。我们在韩剧《商道》中也看到，尚沃去

找人时，他没有敲门，而是很有礼貌先站在门外对着屋里说：“都房大爷，我是尚沃。”假如房里的人正在忙，就会说：“请你先等一下”；如果没事，就说：“好，你可以进来。”礼是人与人之间最优美的距离，大家都以礼相待，相互之间就会感觉非常舒服，不会觉得唐突。这是在入门以前应该要做的动作。

“将上堂，声必扬。”你到别人的家里，无论里面是否有人，一定要先出声问：“有人在吗？”绝对不能自己进去，这都要谨慎，以免到时别人家里的东西不见了，你就百口莫辩。人要注重自己的名节、信誉，一不小心沾上了污点，那就不好了。我们在日常生活的行为当中也要避免嫌疑，比方你来找朋友，结果他不在，只有他太太在，而且是晚上，要不要待在那里？不要。因为你是要找朋友谈事，他不在家，这时要避嫌先行离开。



人问谁，对以名，吾与我，不分明

与人交谈时，要将自己的姓名告诉对方。比如打电话：“您好，我是蔡礼旭。”这样人家马上知道是谁打来的。现在有人接电话说“喂！请问你是哪一位？”“是我，你不知道吗？你把我忘了吗？”可能别人正在处理事情，这样会造成人家心情很紧张，想很久还想起不来是谁，这样就失礼了。所以当我们打电话时，一定要说：“您好，我是礼旭，您现在讲话方便吗？”处处要替对方着想，就会让人觉得很舒服。这样的礼貌我们也要教小孩做到，比如小孩按电铃，楼上的

人问：“是哪一位？”“我！”人家怎么知道“我”是谁？“吾与我，不分明”，这些细微之处都要多加提醒。



用人物，须明求，倘不问，即为偷

大陆一个外商公司招聘员工，很多人前来应考，最后只剩下几个人进入复试。这老板就故意说：“我临时有事，十分钟以后再回来。”结果老板一出门，这些复试的年轻人就开始翻阅会议室的这些档案。“用人物”应该是“须明求，倘不问，即为偷”，后来因为这一件事，这些年轻人一个也没有被录取。这些年轻人不服气，还说从小又没有人教他们，所以他们觉得很冤枉。所以，我们有责任向大众传播圣贤的教诲。



借人物，及时还，后有急，借不难

当我们借用人家的东西，念念要想着归还。因为人家借给我们东西，就是对我们有帮助、有恩，假如我们没有准时归还，就太没有道义了。当我们已经确定哪个时间要还给他，但又怕自己忘记了怎么办？你可以写在你的记事本、行事历上，这样能提醒你及时归还人家的东西。你每次借人家的物品都如此谨慎，往后别人就很欢喜把东西借给你。

明朝的郑濂有一次去借书，那是一个大户人家，要求他在十天之

内要还书。十天的时间很短暂，但人家肯借，他也就很欢喜。到了还书的当天下起了大雪，书的主人想，郑濂今天不可能来还书了。但是郑濂还是冒着大风雪赶过来，主人非常感动，也很佩服他，就跟郑濂说：“往后我们家的书都欢迎你来借。”当我们跟别人借东西，人家面有难色，可不能怪别人。要怎么样？反省自己。我们的社会信用是靠自己一点一滴经营出来的，我们不要羡慕这个人为何能赢得这么多人的信任，其中必有原因，我们要往这个方向去努力。



人不闲，勿事搅；人不安，勿话扰

当我们打电话给朋友，一定要先问：“请问您现在方便说话吗？”当对方听到我们这样的言语，内心也会觉得很舒服，而且他真有事，也会很自然地告诉你：“我现在刚好有事，不然您什么时候再打过来。”礼貌处处体现在生活之中，是人与人之间很优美的距离，有礼貌就不容易发生尴尬、摩擦。打电话，不要在用餐的时间，以免耽误对方用餐。这也要处处替对方着想。除了三餐进食时间不要打电话外，深夜也不要打电话，以免影响到他的家庭睡眠和作息时间。

除了打电话，当我们要与人商量事情时，也都要先观察他现在是否忙碌，等他空闲了，再去找他讨论。现在有很多小孩，只要一想到什么，不管三七二十一，可能妈妈正在炒菜，他马上就拉着大人讲起来了。所以我们要把握机会教育，不只是小孩要机会教育，大人也需要机会教育。因为没有人提醒，我们都难免会做错事或说错话，因此

只要有朋友互相提醒，我们就会时时注意。



待婢仆，身贵端，虽贵端，慈而宽

“待婢仆，身贵端”，当家里请了帮佣，就应该教育孩子对她们要当长辈看待，不可从小让孩子轻视别人，那他的平等心、恭敬心就无法建立。身为父母要做好榜样，纵使是对开车的司机、社区的保安，孩子也要称他叔叔、伯伯，这样才不会失去恭敬心。古代有个读书人刘宽，他的性格就和名字一样，非常的宽宏大量。他的家人想试验一下，看他到底会不会生气，所以就吩咐仆人给他端一碗肉酱，故意倒在他身上。当时刘宽已穿好朝服准备上早朝，结果这碗肉酱就倒在他的身上。刘宽第一个反应就说：“你的手有没有烫伤？”当一个人能有这样的德行，相信他的家庭会非常和乐，因为大家会效法他的德行，而他又是朝中的高官，因此也会影响整个朝廷，影响整个民心。

“虽贵端，慈而宽”，我们要了解这个“贵”，绝对不是只有地位而已，因为地位的背后还有一个更重要的实质，就是本分。当我们有了这个地位，所承担的社会责任就会很重，更应该要战战兢兢，时时体会到下属、人民的需要，才不会辜负这个地位，而时时这样的存心，才能真正契入富贵的真义。



势服人，心不然；理服人，方无言

如果是用权势、地位去压服别人，他的心是不会服气的，虽然表面上对我们还是毕恭毕敬，可能在背后就开始数落、谩骂。如果别人对我们的尊重只是表面，没有实质的内涵，那我们就应该好好反省，因为这样的尊重是很虚华的，人生应该是追求实在的一面。

家庭如是，企业亦如是。领导者要有一套规矩，不能今天喜欢这个人就大力举用他，不喜欢这个人，纵使有能力，也把他打压下去，如此以势服人就无法赢得人心。应该遵循道理，“理服人，方无言”，平等才能让人心平和；要关怀、要爱敬，才能让团体的气氛愈来愈祥和，愈来愈和善。公司上下属的关系，还要注意尊重跟礼貌，因为我们尊重人才，他自然就会效忠，并且认真努力工作。

“势服人，心不然；理服人，方无言。”在家庭中，我们也要谆谆教诲，要以理来引导小孩，绝对不能用权势来打压；用权势，实际上作用力跟反作用力是同等力量。很多父母的控制欲太强，觉得什么事都要帮孩子决定，都要孩子遵照自己的意见。其实孩子的人生终究要回归到他自己的手上，我们只是他人生的一个助缘、一个善缘而已。佛法讲要“主伴圆融”，中国话也说“儿孙自有儿孙福”。而最重要的是我们在他人格还没有成熟以前，给予他最好的家庭教育；等到他人格都建立了，我们就可以慢慢享清福了。

9 成为一个仁人君子



何谓仁人

· 存心仁厚

这个“仁”字是会意字，说明是两个人。一个代表自己，一个代表他人，想到自己就要想到别人。“己所不欲，勿施于人”，“己所欲施于人”，“己欲利而利人，己欲达而达人”，处处都能以同理心去感受他人的需要。

有一次，我们跟杨老师去买水果，一位老人家推着一车水果，杨老师就买了一些可能明后天不吃就会烂掉的香蕉。我们看到觉得奇怪，一般挑水果都要挑好一点的！回到家里，杨老师就说：“这个水果再不买就坏了，就糟蹋了，老人家也没钱赚，我们既然要吃，就不要浪费。”所以从生活上的小细节，能观察到有德之人的存心，我们要善学，就会有所收获。

另外又有一次，我们在北京举办课程，到了第四天，杨老师坐了好几个小时的车子从山东赶回来，但是老师一到北京立刻就赶到上课的地点，当时已经是晚上八点多，出于长者对晚辈的关爱，来看看大家，也看看来参加课程的同学。同学们看到杨老师也很欢喜，就打了招呼，老师马上跟他们说：“我们这几天的课，假如老师讲得不好，你们一定要帮我们提意见，多批评。”接着又说：“这几天吃饭、睡觉，若有不妥之处，请你们要提出来，我们马上改进！”“另外上课很辛苦，

你们要多休息。”老师提出这三点也给我们晚辈一个很好的学习机会，确实处处是替人着想。所以我们要效法学习，从每次与人交谈当中，在言语、行为上都要考量到他人的感受。

· 以身作则

我到台中莲社参观李炳南老师的纪念馆，在纪念馆的玻璃桌里面看到一支教鞭，通常我们第一个念头是什么？这是李老师拿来管教学生的教鞭。旁边的师兄说不是的，那是有一次，李老师在上课时，下面的学生有点吵闹，下了课，这些学生自己也感到有过失，所以就拿着一根棍子到老师面前说：“老师，学生不好学，希望老师管教。”李老师把这支棍子往自己的身上打，他说：“是我没有德行，是我教得不好。”学生都觉得很惭愧，就把这支棍子留了下来，时时提醒自己：对老师要恭敬，上课一定要专心。所以有德行的人时时都会自我反省，时时都能为人表率。李老师曾经写了一首诗：“未改心肠热，全怜暗路人。但能光照远，不惜自焚身。”老人家悲天悯人“未改心肠热”，时时刻刻想着众生不要走歧路、走暗路，只要能照亮他们的前程，让他们不再堕落，他会不惜燃烧自己照亮别人，所以李老师到九十七岁还在讲学，给我们做出了非常好的榜样。

在台中期间，我非常幸运能去求教很多长者，其中也求教于徐醒民老师。记得那次跟杨老师到徐老师家，因为是第一次开车去，不知道路，就慢慢找。刚好又是过年前夕，菜市场车水马龙，一路都遇到塞车。好不容易找到路口，已迟到了一段时间，结果徐老师七十多

岁的长者，唯恐我们找不到路，早就在路口等待我们。当下我很感动，体会到学问绝对不是说出来的，而是做出来的。他那种对人的恭敬，不会因为地位、年龄而有些许改变，这就是以身作则。

· 处处谦卑

仁德之人很谦卑，绝对不居功。我们也从佛经上体会到，佛陀说自己并没有度众生，只是帮助众生明白事实真相，找到觉悟的路。我们当学生的也非常明白，如果没有佛陀的引导，就不可能有觉悟的一天，但是佛陀绝不居功。孔子也是一样的态度，所以在《论语》里孔子说自己是“述而不作”，他只是把古圣先贤的精神、智慧传递下来，绝不自视甚高。而且仁德之人最重要的是时时看到自己的本分，所以在做这些事时，都觉得是应该的，没有什么好炫耀，他们是时时契入“无缘大慈，同体大悲”。譬如右手帮助左手搔痒，右手会不会告诉左手：“你要跟我说谢谢！”自然而然，做得心安理得，绝不会要求回馈，也不是为了名闻利养。

· 为人处事守礼有节

现在懂得见面时行礼鞠躬的，反而是韩国人、日本人。在韩剧《商道》中，我们也看到即使跟对方不是很愉快，只要遇到了，他们还是恭恭敬敬给人家鞠个躬，礼不可失。日本人跟韩国人在过去的历史当中，都非常积极向中国文化学习，而中国人在这一百多年来，反而失去了民族自信心。我们要重新学习、重新深入、重新肯定、重新提起使命感，若我们再不学习，五十年以后，国际法庭可能会有个诉

讼案，就是孔子是韩国人的祖宗，还是中国人的祖宗？如果国际法庭的法官说：“我们要重实质而不重形式，看看现在谁真正把孔子的教诲做到了，就判他胜诉。”假如判给韩国人，我们就欲哭无泪。“知耻近乎勇”，我们要赶快奋起直追，修正自己的过失，让祖宗的文化在我们手上开花结果。



何谓君子

· 慎独

君子处世做人的态度，绝对不会因为没有人看到而有所疏忽、怠慢，而且为人处世要有一贯性，不是说一套做一套。从生活当中的细节，都可以训练一个人慎独的功夫，即使独处时也不能放纵，也要有规矩。《弟子规》中，“将入门，问孰存；将上堂，声必扬”，你到别人家里，要先问里面有没有人在，不能进入到处参观，这是进退的分寸，我们要谨慎。“入虚室，如有人”，意思是到一个没有人的地方，也要当作旁边有人的态度，这也是《中庸》提到要有“慎独”的态度。

《常礼举要》有一句话：“瓜田不纳履，李下不整冠。”意思是你经过人家种瓜的田地，不要绑鞋带，因为远远看好像要偷摘他的瓜；假如是在李子树下，也不要戴帽子，因为好像要摘李子一样，这是避嫌。

现在很多孩子到别人家里，可能主人在厨房忙，小孩就自己四处参观，这不正确，也对主人不尊敬，尤其主人的卧房更不可以随意进入，若之后主人发现有东西遗失了，谁会是第一嫌疑？这些都要提醒

孩子注意。

· 九思

做人，首先要学做个君子，如何做君子？夫子在《论语》里面提到君子有九思：“视思明，听思聪，色思温，貌思恭，言思忠，事思敬，疑思问，忿思难，见得思义。”

（一）视思明

视思明，就是所看到的事情都能彻底明了，是什么因造成这个结果，是什么道理才会呈现这样的事相。当我们的人际关系处得不好，绝对不能把责任推到他人身上，一定要反思，“是我哪里做得不好才会呈现这样的结果”。当我们时时刻刻都能反省，把真正的原因找到，就会愈活愈明白。

（二）听思聪

听言语，要能听出对方的需要。比如母亲打电话来，虽然没有叫我们回家，但是在语气中可以听出来她很想念孙子，很想看看我们。这时我们要“听思聪”，听出弦外之意，要赶快行动，不等父母先开口，就主动回家探望。当我们听出这个团体已经出现很多是非人我，就不要再卷入是非之中。甚至于与人交谈的过程中，能听得出来他现在的思想、观念有哪些瓶颈。

（三）色思温

“色”是指我们的容颜，脸部表情。假如脸色看起来是苦瓜脸，会给别人留下不好的印象。听说嘴巴翘的人比较有钱，嘴巴凹下去的

比较没钱，所以看人的面相就可以知道他是福来运转，还是祸患临身。业是引来善业，还是引来恶业，关键在你的心。俗话说“祸不单行”，为什么？

我们遭了祸以后，整个身心就愈来愈消极，当然恶缘都来了。所以转念很重要，相由心生，我们对任何人都视为“过去父母，未来诸佛”，都能做到“尽此一报身，同生极乐国”，这样我们就能做到“色思温”。经典也提到“面上无嗔供养具”，我们时时欢喜待人，就是广修供养，就是修无畏布施，不会让人起烦恼。“面悦藏德”，一个人的面容常常很喜悦、很欢喜，那是德行的流露。我们进佛寺山门，首先要学什么？弥勒菩萨笑口常开。当然也不需要看到每个人就一直笑，过与不及都要谨慎拿捏。“色思温”要符合中庸之道，不可太诙谐，也不可太严肃。

在《论语》中学生描述孔子“望之俨然，即之也温”，就是远远看起来很有威严，亲近他的时候，觉得很好相处，这就是做到了色思温。这其中如何去把握，我们可以在生活当中历事炼心。当新朋友过来跟你说：“我看到你就觉得很亲切”，这样你的“色思温”就修得不错。假如朋友说：“看起来我好像欠了你的钱一样，脸色真难看”，这个时候就要修正自己的表情，因为言语还没有互动、沟通之前，实际上就已经在交流了。我们的面容就是人际关系的第一步。

（四）貌思恭

“貌”指的是肢体语言，要给人很恭敬的感觉，不粗鲁，不急躁，就不会令人有压力。儒家教诲说“礼仪三百”，佛家也有非常多的戒

律，都是让我们能“貌思恭”。如何让自己的举止、动作都很谦恭、很谨慎？可以从哪里先着手？有一位朋友说，他学习之后，第一杯热茶一定会端给妈妈。他的朋友常常来家做客时，也会帮忙执壶倒茶，而第一杯茶也会拿给他妈妈。所以德行的感化是潜移默化，我们只要在家中不断训练对长者、对他人的谦恭，心行一如，时时真诚、清静、慈悲，行为就会与之相应。

（五）言思忠

言语一定要中肯。“忠”是会意字，一个“心”，一个“中”，代表心不能徇私，不能偏颇。当我们的言语徇私、偏颇，朋友、亲人听了就不会苟同，所以言语还是要廓然为公，一定要公正、公平地来发言才好。只要言语有徇私，行为有徇私，到最后一定会产生怨怼、怨恨。所以言语也是要忠诚。

（六）事思敬

“敬”跟“恭”互为表里，敬在内心，恭是表现于外的行为。对于我们该做的事情，答应别人的事情，一定要非常恭敬去完成，所谓“受人之托，忠人之事”，要做一个有信义之人。我们在讲课中提到，当我们答应别人的事唯恐忘记，一定要记下来，这样才能流露我们对事情的谨慎态度。信义除了言出为信之外，所有五伦的本分、道义、恩义，不等对方要求，我们也要尽心尽力去做，这才是“事思敬”。

（七）疑思问

有疑惑要懂得求教于人，而求教于人要问对人。但是人在问问题时，往往都是问一些可能会认同自己想法的人，这样问可能就无法

得到很中肯的劝诫，所以一定要问真正有道德学问的人，才能帮助我们解答疑惑。当我们亲近仁者，首先一定要虚心受教，把自己归零，慢慢把道理听明白，很多疑惑就会迎刃而解。千万不要还没开始听，就已经把十个、二十个疑惑都排好了，假如是这样，就是胡思乱想，肯定会一边听，一边还在想其他问题。

（八）忿思难

“言语忍，忿自泯”，一定要能掌控好情绪、脾气。俗话讲，掌握情绪才能掌握未来，假如我们的情绪、脾气掌控不了，很多事可能都在盛怒之下破坏了。“一念嗔心起，火烧功德林”，“一念嗔心起，百万障门开”，这个怒气就把我们所有的善根都遮住了，不只伤了自己，嗔恨的言语一出去，还伤了交情。所以三年交情可能一语寒心，温情就全部失去了。当我们明白了愤怒以后确实难以收拾，就要赶快节制我们的愤怒。

（九）见得思义

“君子爱财，取之有道”，任何要获得的东西，绝对要想到应不应该拿，合不合乎道义、人情、国法，假如不应该就不可以接受。

《礼记》中也提到，“临财毋苟得，临难毋苟免”，古代读书人都是“三纲实系命，道义为之根”，面对现实，提起来的都是道义，而不是财富、生命，可以杀身成仁，舍生取义。



懂得处处礼让、忍让、谦让

在人与人的相处中，要懂得处处礼让、忍让、谦让。这些礼让的态度，我们都可以用五伦关系去观照、去落实。我们看到父子之间也要以礼相待，比如说父母在训诫我们，“父母教，须敬听；父母责，须顺承”，这也是忍让的态度。父子之间也要懂得谦让、谦虚，假如父母在孩子面前很骄傲，孩子就会学到不好的榜样。还有母亲对孩子讲：“世界上没有比你父亲更聪明的了！”这样的话讲出去，孩子也会很傲慢。

君臣之间当然也要礼让、忍让、谦让，因为谦让也能让属下对我们产生恭敬之心。而谦让的风气带动起来，整个团体气氛也会相当的好，彼此互相尊重，互相肯定做事的价值，就会一团和气。夫妻之间也要做到礼让、忍让、谦让，兄弟、朋友亦如是。所以我们要时时观照自己，才能提起正确的态度。

我们把人与人之间的关系整理成一个“让”字，即“让则有余，争则不足”。当你遇到一位很有礼貌的朋友，你的感受如何？很舒服、很欢喜，所以礼让就是人与人之间很优美的距离。纵使再亲的人，或者是夫妻、父子，也应该以礼相待，不能因为太亲了，都彼此不尊重。当一个人从小懂得以礼相待，他就会成为一个懂得分寸的人，所以学礼十分重要。

· 礼让

孔子说的“好学近乎知”，一好学就离智慧一步一步接近了。所以礼让，在吃饭的时候要礼让，在走路的时候要礼让，所谓“或饮食，或坐走，长者先，幼者后”。让路也是让，让食物也是让，人与人相处有很多地方都要礼让，当人人懂得礼让，相处起来就非常舒服，所以礼让是人与人之间最优美的距离。假如人无礼了，不礼让了，就会发生很多冲突，甚至于连夫妻都会摩擦，所以再亲的人也要守礼，这点很重要。再亲的人不守礼，往往家人到最后忍无可忍就会爆发了。连面对小孩，你也要守礼，我们要求孩子做的，自己要先做到。

古代有个孩子叫孔融，他四岁分梨时，就把那个比较大的让给哥哥吃。这样的态度是完全正确的，因为他做的家事可能比哥哥还少。现在我们都说平等，要跟孩子平等，这句话对不对？看你怎么解！应该在人格当中平等，你很尊重他是一个个体，而不是附属在你身上。但是因为他还小，他的人生经验跟你平不平等？他的人生智慧跟你平不平等？你要引导他，你要教导他，要有长幼尊卑，他对你才能生起恭敬心。假如都跟你平起平坐，他怎么对你恭敬？所以这个平等我们要看清楚。

当孩子有长幼尊卑，他才知道“或饮食，或坐走，长者先，幼者后”。为什么以前父亲没有回家，大家不能吃饭？那是感念父亲的辛劳，因为整个家庭的重担压在谁身上？父亲！所以在这样的礼仪当中，提醒孩子时时感念父亲的辛劳。假如父亲下班还没有回来，儿子就大摇大摆，筷子也没拿就吃起来了。长期下来他学到什么？我行

我素。“苟不教，性乃迁”，所以现在孩子很难教。我们要细细去研究，为什么以前的家庭几百个人都可以这么循规蹈矩，他的方法是什么，就在《弟子规》！但是要真做，你才会得到利益。

· 忍让

在人与人相处当中还要学忍让。我们看这个“忍”字，一把刀、一个心，这是会意字，代表忍的功夫要达到什么境界？人家拿刀放在你的胸口，也不为所动。这倒不是真的拿一把利刃架在你的心头，这一把利刃就好像锋利的言词，给你很多的讥讽、毁谤，这个时候你也要忍得下来。我们要明白这些情绪的反应都只是暂时的，不要跟他计较，应该给予包容的态度。

有一句格言：“以恕己之心恕人则全交；以责人之心责己则寡过。”其实很多的态度一念转过来，可能就从地狱升到天堂，人同此心，心同此理。我们每天宽恕自己多少次？不计其数。可能别人一犯错误，我们的情绪就控制不住，这样转一个角度，用宽恕自己的心去宽恕别人，别人与我们相处时就会觉得很舒服，而没有压力，所以能交到很多的朋友。以责人之心责己，我们可能每天都看到别人很多过失，用这种要求别人的态度严格要求自己，德行就会进步得很快，就能寡过。

忍让最重要的就是要有一个宽恕的心。子贡曾经问孔子：“夫子，有没有哪一个字可以终身奉行？”孔子就举出了这个“恕”，宽恕的恕，其实恕跟仁爱的仁意思完全相融。恕者如其心，上面一个“如”，下面

一个“心”，就是处处从他人的角度去设想，自然很多冲突就化解了。当一个人懂得忍让，就能化解很多的冲突，能忍让就能化干戈怒气于无形之中。俗话说：“忍一时风平浪静，退一步海阔天空。”其实在忍让当中我们已经在扩宽心量，因此就能做到“理服人，方无言”，也会唤醒对方的惭愧之心。当人发脾气的时候，往往都比较情绪化，等他冷静下来就会觉得自己理屈。所以这一忍，忍出了自己的德行，也忍出了对方的惭愧，而且还保持了彼此之间的关系。俗话说：“利刃割体痕易合”，利刃割伤了身体，可能一两个星期就好了；但是“恶语伤人”，会留在他心里多久？“恨难消”。

人生如此短暂，为什么不好好相处？我们看到这样的结果，慢慢要找到方法对治自己的忿怒。而这个对治的功夫要练到什么程度？不管你怎么骂，我就是不回嘴，一个巴掌拍不响。你能忍到这种功夫，必然能让身旁的人很佩服，所以“忍”是一门大学问。“忍”就能化干戈怒气于无形，让彼此的关系能继续友好，而不会被破坏，保留了彼此之间的关系。不然很可能一个怒气之下，兄弟的情谊就毁于一旦；可能一个怒气之下，夫妻之间的情感就不复如初。除了人与人之间的冲突必须要忍，我们面对五欲六尘的诱惑也要提起警觉，要忍得住，不能受其影响。当我们的贪嗔痴慢起来，赶快要警觉要忍住，立刻要提起正思维。

· 谦让

我们在与人相处当中，除了要忍让，还要懂得谦让，别人就如沐春风。相反的，当我们有钱、有才华，就得意洋洋，这一股傲气就会让身旁的亲友觉得很有压力。谦让，能给他人留有余地，不要让人家感觉矮你一截。除了能让人家身心舒适之外，当我们能谦卑地接受教诲，就可以赢得很多长者给我们的提携与指导，所以谦的益处很多。当我们处处韬光养晦，处处给人家留有余地，慢慢地就变成了一个时时能为人设想的人。谦有无穷的好处，谦能使人不会贡高我慢，能自卑尊人，既赢得了人缘，又提升了自己的道德、学问。谦卦告诉我们，当你得到了人和，才能把事情办好；假如我们傲慢无礼，人和一旦失去，本来可以办好的事，到头来也会搞糟了。

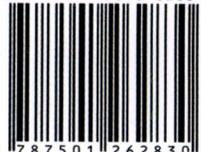
应该从哪些地方去学习、效法谦虚的态度？在《了凡四训》里有一段开示很好，可以从这里来提升自己的境界。《了凡四训》说：“即命当荣显，常作落寞想；即时当顺利，常作拂逆想；即眼前足食，常作贫窶想；即人相爱敬，常作恐惧想；即家世望重，常作卑下想；即学问颇优，常作浅陋想。”从这几个角度再扩充到一切的生活情境，我们要时时用这样的态度去观照。

当孩子还小，我们就教导他要礼让，他会成为一个有分寸的人；告诉他要忍让，他就可以与人和气相处，不发生冲突；教他谦让，他就时时谦卑不与人争。若是争，就一定会从竞争演变成斗争，再从斗争上升为战争。“让”能赢得友谊，“争”必然树立敌人，到最后人生可能大半的精力都消耗在预防别人的伤害，那就很累了。孟子说：“天

时不如地利，地利不如人和”，成事的关键在人和。得人缘便是好功夫，得人意也是好功夫，要得人意就要从礼让、忍让、谦让来下手。

孔子说：“不学礼，无以立。”有礼貌的人，才能在人群当中立足。《礼貌待人的重要性》告诉我们，“礼”是外在的仪式，而“恭敬”是其本质，所以说礼敬。礼敬除了落实在言行之中，还要能观照自己的存心是不是恭敬。因此要提升我们及孩子的道德学问，要先从存心下手，直截了当，一真一切都真。

ISBN 978-7-5012-6283-0



9 787501 262830 >

定价：198.00 元（全八册）