

林則徐的十無益 蔡禮旭老師主講 (共一集) 20  
05/3/13 澳洲淨宗學院 (節錄自幸福人生講座-如何做一  
個真正如法的好人52-118-38集) 檔名：52-372-0001

尊敬的師父上人，尊敬的諸位法師，諸位同修，阿彌陀佛！我們早上提到，在各地都有很多在歷史當中留名的聖哲人，也代表那個地方的人文的風氣，所以我也很習慣到一個地點去，了解一下當地有哪些聖哲。到福州的時候，去參觀了林則徐的紀念館，早上我們也提到，林則徐用物理的方法做了一次相當大規模的銷煙行動，把這些鴉片都銷毀掉，所以只要有心，他的科學也會進展的很快。而且林則徐他對於水利方面相當在行，後來他被流放到邊疆一帶的時候，他並沒有頹廢喪志，反而能夠「素患難，行乎患難」，還是盡心盡力照顧當地的人民，從事水利的建設。所以林則徐的水利建設，至今還影響著邊疆一帶的人民，很好運作。

林則徐當初帶兵的時候是在東南沿岸，軍隊也帶得相當好，英法聯軍到了東南一岸，不敢跟他們直接對打，反而繞到北方的港口去打仗。所以他們也很害怕林則徐。但是因為當時朝廷比較腐敗，英法聯軍直逼北京城的時候，林則徐就被換掉，後來就被貶到邊疆去了。所以說實在話，其他的國家再強，只要自己國家內部不亂，人家也無法欺負。就是因為那時候朝廷整個腐敗現象嚴重，才使得民不聊生。

林則徐在他的人生歷鍊當中，寫下了「十無益」，告訴我們，人生只要你沒有從根本來下手，會空忙一場，會過得非常的空虛，所以這十件事值得我們去思惟。「十無益」：父母不孝，奉神無益；兄弟不和，交友無益；存心不善，風水無益；行止不端，讀書無益；心高氣傲，博學無益；作事乖張，聰明無益；時運不通，妄求

無益；不惜元氣，服藥無益；妄取人財，布施無益；淫惡肆欲，陰鷲無益。從這「十無益」我們也感受到，林則徐也強調人生要重實質，不能重形式，重空乏的外表。

第一個，「父母不孝，奉神無益」。連父母都不孝，天天拜神，甚至於布施很多錢去建寺、建廟，有沒有用？沒有用！最重要的要依照聖賢、依照這些神哲的教誨去做事，才能真正得到受用。而世間一切事跡的聖哲，所有的教誨一開始絕對是強調以孝道為根本。所以儒家講「夫孝，德之本也」；佛家講「三世諸佛，淨業正因」，也是從第一福「孝養父母」做起；道家《太上感應篇》也是提到「忠孝友悌，正己化人」。所以必然德行的根本都是從孝道開始扎根，而德是萬福之根基，所有的福分一定都是從德行當中建立起來。

第二個，「兄弟不和，交友無益」。在家庭裡面跟兄弟姐妹都不懂得互相友愛，互相提攜，有沒有可能出了社會以後，馬上跟朋友相處的很好，有沒有這個道理？凡事心行是一如，這個行為在家裡如此，他的存心亦如此，絕對不會說踏出這個家門就變另外一個人，那可能就是有附身的狀況才有可能。一般正常情況，我們可以從一個人的行為去觀他的心，而那個行為最真實的就是在家庭當中的表現。之前我們也提到，日本在選拔人才，要重用一些重要主管的時候，他們有個法寶，就是看他孝不孝順父母，再來看看他有沒有照顧妻兒，有沒有友愛兄弟。所以「兄弟不和，交友無益」。

第三個，「存心不善，風水無益」。所謂「命由我造，福自己求」，而福田是靠心耕，當我們念念善心，已經在積累自己的福分、功德了，所以莫向外求。現在的情況是不是這樣？經濟愈不好，算命的風氣就愈盛，甚至於現在很流行改名字，一改還不是一個人改，全家都改。所以現在人不懂道理，很可憐，花了一大堆錢沒什

麼效果。而當他這樣花錢的時候，請問給了他下一代什麼樣的榜樣？迷信。六祖惠能大師說，「一切福田，不離方寸」，不離我們這一顆心，「從心而覓，感無不通」。所以，我們從根本來經營生命，不要迷信、不要追求這些不實的東西。

其實外在物質確實會影響人的心理狀態，比方說，我們到了一個很亂的房間裡面，你的心情好不好？當然會受影響。但是當我們的心清淨，我們的心恭敬的時候，遇到這樣雜亂的環境，我們會怎麼樣？一定會動手把它弄整齊，那風水當然就隨著人心轉變過來。所以中國話講，「福地福人居」，因為福人居福地的時候，他的心跟一般人不一樣，他懂得惜福，懂得愛惜物品，希望生活能夠乾淨整潔，當然他一住進去整個環境就變掉了。所以風水也是動態的，命運也是動態的，光看我們如何去用心、如何去轉化。

第四個，「行止不端，讀書無益」。當孩子的言語、行為不端正，假如他《四書》都背起來了，會有什麼結果？相不相應？不相應。所以有個孩子他母親批評他，因為他書背很多，他馬上跟他母親講：媽媽，你有孔老夫子的「溫、良、恭、儉、讓」嗎？假如你沒有，你也沒資格說我。「行止不端，讀書無益」，書讀愈多愈傲慢，所以讀書的根本基礎在謙卑、在恭敬，一切的學問都從孝敬心中發芽，這兩個根不紮好，讀的書再多，禍患無窮。所以讀書的次第很重要，林則徐先生就求學問，也給了我們兩點非常中肯的勸告，第一個，一定要從孩子的生活行持當中去歷鍊，從生活行持，對長者、甚至於對所有萬物都應該恭敬，然後內化成他的存心。所以，第四點跟第五點都是讀書的正確態度。

第五點提到「心高氣傲，博學無益」，慢心一長，道業即失，所以我們也要觀察到孩子有沒有處處謙讓，處處謙卑，這個就很重要。在海口有個孩子，他也是很早以前也讀了兩、三年的經典，他

母親在這些方面就特別謹慎叮嚀，這個孩子見到每個老師都是恭恭敬敬九十度鞠躬，也看得出來孩子這個鞠躬已經內化成他的存心。當他母親經典有什麼不會，都把他找過來，「來，這一段背給我聽」，當孩子背完以後，母親感謝他，他也是很謙恭說「不客氣」，不會產生傲慢。

有一次，我們幾個老師還有這個孩子一起到深圳去，我們去講課，這個孩子也去聽課。剛好有一盒餅乾，裡面有十塊，大家都分完以後還剩下一塊，剛好九個人分掉了。這個孩子吃完，本來在房間裡面，他覺得很好吃，他就走出來，他說：這個餅乾很好吃，還有沒有？我們就看著那塊餅乾，也都沒說話。這個孩子一看剩一塊，馬上趨向前來，把這個餅乾拿起來，然後走到我的面前，說到：這塊應該給蔡老師吃。然後他就進去了。第一個，孩子一點都不貪，第二個，他還知道餅乾要先拿給誰吃，他很會去了解進退應對的分寸。所以說實在的，學中國文化絕對不會學呆，這些禮儀當中都讓孩子非常靈活，懂得怎麼樣去變化。

剛好在去年有一次海口防空演習，老師也不慌張，因為每個狀況出現都是一個機會教育點。所以老師馬上就跟孩子講：當防空演習的時候，你們應該帶一些隨身必須要的東西，其餘不要帶太多。就看到每個孩子開始收拾行李。有些孩子收了一大堆，提都快提不動了，可以看出來這個孩子內心怎麼樣？很沒安全感。這個孩子，他沒有整理什麼東西，跑到一個地方把抽屜打開來，那抽屜裡面放著一張孔老夫子像，他看著他的老師說：老師，這個應該帶走！他的老師當下感動得眼淚都快掉下來。諸位同修，他在危機之下，第一個念頭是要帶走孔老夫子的像，相信這個孩子往後的人生，面對很多挑戰，孔夫子的教誨一定會從他的腦子冒出來，進而從這些態度去處事做人。所以這兩點，我們為人長者也要謹慎，去建立孩子

正確的學習態度。

再來，「作事乖張，聰明無益」。當做事的時候不循著正道去走，不循著聖賢教誨去做，只是耍耍小聰明，那遲早會鬧出一些狀況出來。畢竟做事當中最重要的還是要有德、有福分，雖然我們用小聰明可能一時間有個蠅頭小利，但是終究折掉福報，到頭來還是會敗喪掉。所以貪圖這個蠅頭小利就好像是「刀頭舐蜜」，看到蜂蜜很甜，但是這個蜂蜜卻是在一支刀子的前面，雖然我們舔了一下確實很甜，但是之後舌頭也可能被割傷、割掉了。但是諸位同修，我們現在孩子是理智多，還是小聰明多？小聰明。所以不要鼓勵孩子小聰明，很多孩子在耍小聰明，大人還笑得樂呵呵的，有沒有？所以教育要敏感，當孩子不老實的時候，我們還是要嚴肅的去引導。

還有些爺爺奶奶，小孫子抱在手上，不懂事，動手給他打一巴掌，這個奶奶還笑得很開心說：你看，孫子打我。孫子看她笑成這樣，左臉已經打了，連右臉再打一下。這都是教育敏感度不足，這個相當值得我們為人長者謹慎。因為孩子的是非判斷還沒有形成，應該讓他中規中矩，一些對的行為我們一定要塑造起來，當他習慣成自然，自然就可以循規蹈矩。這個功夫不在小時候做，大了以後就很難扭轉。當然假如他已經大了，這時候我們也要以身作則，用真誠、用德行再去轉化，所謂「亡羊補牢，猶未晚矣」。

第七個，「時運不通，妄求無益」。當時節因緣不成熟，我們硬是要做，可能累了自己，也累了他人。所以當時節因緣不具足，我們應該靜下心來好好提升自己的能力，等待時緣成熟了，再好好發揮，好好把這個事成就起來。所以人也要能屈能伸，能屈得愈低，下一次機緣來了就能夠展得愈高。

第八個，「不惜元氣，服藥無益」。身體的健康不單是要靠食

物、靠一些醫生，更重要的還要靠自己不要糟蹋身體。不然，縱使你有再多的財富，也不可能有個健康的身體。

第九個，「妄取人財，布施無益」。在民國初年有個公案，就是他在清末的時候貪污了一筆錢，讓很多災民都餓死了。後來民國以後，他可能內心非常的恐慌、後悔，所以又拿著錢財去大量的布施，地方的人都覺得他是個大善人。但是後來死得很慘，又墮到地獄去，因為他「妄取人財」，而這個「妄取人財」讓太多人遭殃，縱使他後面再來布施，也補不掉他前面所造的罪業。所以我們確實時時守好這一顆心，不能有佔他人便宜的念頭，所謂「吃虧是福」，懂得捨、懂得讓才能夠讓人生走得愈來愈寬廣，而福分、福報最好是晚年再來享，那是真正的福分。所以諸位同修，假如我們現在還很年輕，要好好努力造福社會，不要現在三十出頭就在那裡看彌陀村在哪裡比較好！要福慧雙修。年輕人有福，晚年遲早佛菩薩自有安排，現在不要操那個心。這是提到第九點「妄取人財，布施無益」。

最後一個，「淫惡肆欲，陰鷲無益」。欲望，我們的言行非常的錯誤，造了很多的罪業，縱使祖宗有再多的陰德，也會在短時間內統統折掉。這是林則徐先生的「十無益」，讓我們經營人生都是抓到根本，所謂「君子務本，本立而道生」。所以「孝悌也者，其為仁之本與」，做人的根本在孝悌，林則徐的「十無益」也是從孝悌開始扎根起。

所以「親仁」，一切人事物都是我們很好的老師，要讓孩子有親近仁德之人的判斷能力，也要從他的德行下手，只要他有德行，他就能取捨、認知是非善惡跟好壞。有一群六、七歲的孩子，有一天晚上他們的老師問他們，什麼是好心？什麼是壞心？這六個孩子有一個討論，在這裡我念給諸位同修聽。我們看看讀了兩年左右經

典的孩子，他們的思想、觀念如何？

好心是什麼？一位同學說到，「一件東西自己想要，但別人想要的話，就讓給別人」，這是打斷慳貪的根基；第二個，「孝順父母，上課專心，對別人恭敬，是好心」。這些話都沒有加任何一個字，這都是他們原文講出來。第三個孩子提到，「對佛恭敬，做到《弟子規》的心是好心」；第四個孩子講，「做到《孝經》第一到第十八章，聽老師的話，做到《常禮舉要》的心是好心」。諸位同修，從這段話我們也知道他現在在學什麼？《孝經》跟《常禮舉要》。而且從這幾位孩子的回答當中，我們有沒有體會到，他們對於學問強調的是什麼？做到。你看好幾個孩子都強調這個。

再來，下一個孩子說，「智慧的心是好心」；再來，「做好事的心是好心」；還有一個孩子寫到，「不用督促去做事的心是好心」。所以孩子已經會看他的存心，父母叫他的時候，他是不耐煩去，還是主動去？一些應該做的事，是自己主動做，還是別人去催促？他可以從這些生活，還有自己的存心去觀照。老師也每個禮拜抄一句話給他們，當作一種做事做人的態度，其中有一句就提到，「自己能做的事，絕不麻煩別人；自己應該做的事，絕不讓人操心」。可能這個禮拜這一句話對這個孩子有影響，所以他提到不用督促就去做事。下一個孩子講到，「四十八願度眾生的心是好心」，所以這個孩子讀過《無量壽經》。下一個孩子提到，「知道是好事就去做」；再來，「懂道理的心是好心」。看到這裡，我們有沒有覺得面對未來比較有信心一點？江山代有賢人出。

再來，提到壞心。小孩子說，「不幫助人的心是壞心」。下一個說，「欺騙別人、浪費的心是壞心」。然後又提到浪費什麼？浪費電、水、生命、物品、人生、時間。這個孩子，我去深圳講課，他幾乎都有來聽，而且有時候還聽得在那裡哈哈大笑。我記得有一

次跟同修們討論修學的事情，我們就提到李炳南老師曾經跟學生講到，「你學佛，這一生就得作佛」，非常的堅定、篤定。這個孩子聽完以後，他就說到：老師，學佛不作佛，那幹嘛學！所以孩子很單純，也很直接，我們不要搞得太複雜。

下一個說，「侮辱別人是壞心」。還有，「開玩笑過火，禍從口出，這是壞心」；再來，「怨恨別人的心是壞心」；再來，「為自己不為別人的心，生氣的心是壞心」、「別人對他好，他對別人不好，沒回報的人，忘恩負義，這樣是壞心」；再來，「記仇的心是壞心」。諸位同修，我們假如把《弟子規》拿來對照一下，他們常常放在心上，「恩欲報，怨欲忘」，「己有能，勿自私」，都是教誨。下一個提到，「小氣的心是壞心」，「別人指出缺點，卻堅持錯誤，是壞心」。所以「聞譽恐，聞過欣，直諒士，漸相親」，這群孩子只要別人舉出他的過失，他會對他說：謝謝你指出我的缺點。剛好我們那時候從外地演講回來，有一位老師就指點了一下一個同學的錯誤，這個同學馬上跟這個老師鞠個躬，我們當場都覺得很汗顏，真是後生可畏。

下一個說，「沒愛心，害別人的心是壞心」。再來，「沒慈悲心，知道應該做好事，還做壞事，這個是壞心」；再來，「對孔子像不恭敬是壞心」。因為他們一進門，掛著是孔老夫子像，他們都要說：孔老夫子，我回來了。這個叫「事死者，如事生」。下一個說，「怕吃苦的心是壞心」。因為老師有一個禮拜寫到，「怕吃苦，吃一輩子苦；不怕吃苦，吃一陣子苦」，這些人生態度確實從小紮最好。再來，「對佛不恭敬的心是壞心」，還有，「表面做好事，心裡做壞事」，他們觀心為要，會從起心動念修。再來，「不孝順父母的心是壞心」，「破壞的心是壞心」。下一個說，「媽媽不知道，就說媽媽笨，是壞心」；「不做到《弟子規》，是壞心」，

「本來可以做到，但老想做不到，是壞心」。下一個說，「己所不欲施於人，是壞心」。

諸位同修，你不要小看這些孩子，這些孩子現在可以拿著《德育課本》講課給我們聽，因為文言文只要長期接觸就會很熟練。而孩子的悟門也很強，這個孩子，有一天我們講到，「學如逆水行舟，不進則退」，他跟他母親說：媽媽，「學如斜坡騎車，不進則退」。所以孩子確實「本覺本有」，我們只要盡心盡力教，他們必有好的成就。下一個說，「高聲喧嘩，打擾別人，是壞心」。再來說，「倘揜飾，增一辜，所以掩飾的心是壞心」。當我們時時能夠以《弟子規》、以《十善業》為標準，就能夠判斷好壞對錯，也能夠有能力去抉擇，什麼樣的人值得我們學習、效法，什麼樣的人應該敬而遠之。

我們也看到，末法時期，邪師說法如恆河沙。但是諸位同修，只要人學過《弟子規》，邪師說法對他不起作用。但是邪師很厲害，他講一百句話，九十句是真的，十句是假的，可是這十句就可能讓人萬劫不復。所以我們明白到這個實際情況，我們也非常心急，希望《弟子規》趕快推開來。因為當人的心空掉的時候，邪師很容易入侵，這時候理智要趕快建立起來。很多的人很有向道之心，只因為沒有遇到正法的因緣，當他遇到邪法還覺得邪法是正，還為了邪法要結束生命，這種向道心強不強烈？強烈！我們有沒有他這種心？沒有！對！但是他沒有緣。所以我們要趕快把《弟子規》、《十善業》、《無量壽經》推開來，可能就救了一個人、救了一個家的命運，也可能成就一個人當生成佛的因緣。

我們接著進入《弟子規》第七個單元，「餘力學文」。前面所談都是做人、做事的正確態度，當然《禮記》講的「曲禮曰，毋不敬」，面對一切人事物都要恭敬，面對學問也要恭敬對待。怎麼樣

學習才是正確的心態，在這篇我們就可以深入來探討。「做人」先學好了，再有其他的時間一定要「深入經藏」，古代人說，「文以載道，文以貫道」，文章最重要的一定要把宇宙人生真相寫出來，以便利益後人。現在的人寫文章是什麼樣的存心？大部分第一個念頭會想著，可以賺多少版稅。當他的念頭是為了自己的利益，請問他寫出來的書跟性德相不相應？不相應。所以我們也要去判斷書籍。今天我們看這本書，看完以後發現了自己很多的過失，也知道下手之處，馬上可以怎麼樣提升自己，這本書就很值得我們去念。

所以諸位同修，我們回想一下，當我們第一次看到師父上人的《認識佛教》，你把整本書看完，內心怎麼樣？法喜充滿，看到了過失，也了解到下手之處在哪。很多書籍是你看完以後，只覺得這個作者學問真好，然後你不知道要從哪裡下手。那我們來看看，師父上人的文字看起來比較簡單，另外一個人他寫的文字可能是讓人家覺得程度很深奧，可是真正能得利益的是哪本書籍？是《認識佛教》。所以重點在哪？重點在講經的人、寫書的人，他的念頭是要賣弄學問，還是要念念利益眾生？當他是念念利益眾生，他一定會觀察眾生的根基。師父上人從這樣的存心，才能夠講出讓我們每個人都受益的經教。

我們選書，一定要選看了以後能夠讓自己得利，知道如何去落實的書。不然我們有很多的同學、朋友也都很喜歡念書，到他們的家裡面去，書櫃裡面排得滿滿的。諸位同修，有沒有這樣的朋友？但是很奇怪，看愈多思想愈複雜。很多憂鬱症的病人，書都看很多，沒什麼看書的都不會得憂鬱症，有沒有這個傾向？所以這個時代很值得我們深思。我就曾經問過同修，我說一個心理學家，四十歲寫了一本書，六十歲又寫一本書，你要看哪一本？六十歲！四十歲？諸位同修，看哪一本？我們這個時代還沒有判斷力以前，不知道

讀過多少邪知邪見，好可憐！我們不要再把這個遺憾給我們的下一代。我們也有朋友他是讀哲學的，在讀哲學的過程當中，他的心裡都拿不到一把是非對錯的尺，愈讀心裡都慌張起來。

諸位同修，很多人說讀這個六十歲人的書，因為他人生比較有經驗。那他八十歲又寫一本，你要看哪一本？而且很多心理學家後面寫的書是否定前面的理論，有沒有？有！你已經把人生都押在他上面，結果過了二十年，他說「對不起，我說錯了」，那你能不能把腦子裡的東西清出來。這些東西又教給你的孩子，那可是無法扭轉回來，所以不得不謹慎！年紀愈大不代表愈有智慧，因為這個社會是個大染缸，反而二十歲比較單純一點。心理學強調的是意識、是情識，在情識裡面怎麼打轉都是妄心，提不起理智，所以都是症狀解除。

諸位同修，我們從各方面的角度來了解東西方的差異在哪？中國人的思惟強調的是「根本解」，不管是中醫，不管是道德學問，不管是做人的態度，都是求這裡。西方他們求的是功利主義，快速達到效果，所以是「症狀解」；不管在醫學方面，還是在解決企業問題，甚至於是寫的這些心理學的角度。所謂「萬法由心」，當心追求是情識，自然呈現出來的就是這個結果；但是心假如是理智，是往真心、真性去發展，所呈現出來的行為、學問就會不相同。很可惜，因為近代一百多年的中國人，沒有深入自己老祖宗的智慧，所以自信心喪失了，都覺得外國的月亮比較圓，這個情勢一定要趕快扭轉回來。

所以看書要謹慎，其實我們現在看書也不用煩惱，因為師父上人講經已經四十七年了，我們這輩子看都看不完。只要我們持續深入經教，好好「一門深入，長時薰修」，相信一定會煩惱輕，智慧長。也由於我們對現在社會的狀況理解到，所以我們時時要把法寶

放在身旁。只要他人接受了這些正確的思惟，要趕快讓他繼續薰習，他才能夠有無間緣來了解事實真相，我們也可以做他的增上緣，從中關心他、協助他。當我們把佛法介紹給一個朋友的時候，我們也要恭敬、真誠，所謂送佛要送上西天，給予他一些鼓勵，給予他一些推力。

諸位同修，你不要看到他很能接受，你這個十來本書一次就給他推出去了；他一看十本書，心臟都跳得特別快。我們可以先一、兩本基礎的書給他看，當他真正知道受益無窮，興趣提起來，自然而然我們再把這些書送給他；甚至於是把淨宗學院、淨宗學會的住址告訴他，他自己就能夠去取法寶。我們看經文，我們來念一下：

【不力行。但學文。長浮華。成何人。但力行。不學文。任己見。昧理真。】

其實這一段話跟《華嚴經疏鈔》的教誨是相應的，《疏鈔》裡面提到「有解無行，增長邪見；有行無解，增長無明」。我們來看，『不力行，但學文』，有解無行，增長邪見，傲慢一起，還覺得自己高人一等。但是『但力行，不學文』，就是有行無解，『任己見，昧理真』，那就是愚痴，增長無明。所以學習很重要，一定要解行相應，我們這裡進入了學習的態度。

諸位同修，我們在課程當中屢屢也提到，學習應該怎麼樣才能夠得利益。學習首重什麼？諸位同修，我們再加八天的課程，不然我會內疚！學習的首重是什麼？我們佛家講「眾生無邊誓願度」，儒家講「學貴立志」！諸位同修，志立了沒有？「志」就好像一個人人生的目標，你有確立目標，所走的每一步才有價值。假如沒有目標，走了一段時間，後來才知道人生這樣不對，應該往那裡，你已經反方向，還要再折回來。所以，立志太重要了。

面對時局，現在的國家、社會狀況，我們也深刻體會滿混亂的

，而社會的安定才能夠讓世法、出世法的道業能有所成就，所謂心安才能道隆。現在因為整個國際的局勢比較動盪，我們也深刻感覺到「覆巢之下無完卵」，現在地球上哪裡出衝突了，核子彈發出來了，我們都很可能會同歸於盡。所以這時候我們要抱持著一個地球人應該有的責任心，要來化解現在的劫難。如何化解？當然「建國君民，教學為先」。這個時候軍事、政治、經濟，這些因素都沒有辦法化解，惟有靠教育的力量轉化人心。

教育要從哪裡下手？當我們這樣細細去思惟，就能夠把答案找出來；找出答案，我們要趕快去做。就是從「孝道」做起，孝道是愛心的原點，是性德的原點。當我們能夠把「父子有親」的孝道這一生好好保持，再加以擴充，加以設身處地，能夠愛一切人，甚至於是愛一切眾生，把一切眾生都當作自己的「過去父母」，甚至「未來諸佛」看待，這個孝心發展到極處就是入佛境界。

我們要能夠把這分所謂「父子有親」的孝心延伸到一切眾生，這樣就要愛心不斷擴展；一個人要能愛心不斷擴展，也要從自己的習性去剔除開始做起。儒家也告訴我們修學的方法，要從「格物、致知」開始，當我們能夠革除物欲的追求，才能夠誠意、正心。而物欲不外乎分別、執著，還有跟人的對立，我們只要跟人有對立，就不可能用全然的愛心去關懷他人，所以首先要將內心的對立去除掉。我們每一天時時要觀照自己，還有沒有哪個人不能忍受？還有沒有哪個人不能接納？只要把對立去除，從我們的真心裡面就可以流露出對一切人的平等。

當我們有這樣的存心，又能夠從父子有親、從《弟子規》開始推開來，相信縱使是不同的種族、言語的人類，都能夠感受到我們的這分愛心。因為《弟子規》非常的具體，相信每個不同種族的人類，只要他吸收，只要他開始落實，一定會得到很好的法益，這個

根也會在不同的國土開始生長。好，這節課我們先上到這邊，謝謝

。