

文化與生活漫談（二） 周泳杉老師主講 （第二集）
2018/7/23 台灣台北市劍潭海外青年活動中心 檔
名：60-010-0012

尊敬的諸位法師，諸位同學，大家午安，阿彌陀佛！我們上一節課講到，大家都想要好生活，好的生活來自於哪裡？來自於好的生命。也就是說你的生活好壞，直接相關的，就是我們個人生命的素質。從這個地方，我們開展出什麼是好的生命素質？我們跟大家講八個正道。這八個正道，有因、有果，你記不住沒有關係，你只要記住，戒跟定是它的因，慧是它的結果就可以了。換句話說，你說一個好的生命素質取決於哪裡？取決於智慧。換句話說，你是一個有智慧的人，你生命的素質才會一直提升。如果一個人缺乏智慧，他就不會有好的生命素質。換句話說，你要改善生活，就是你當前要改善生活，未來你要了脫生死，唯一的一個出路就是提升生命的素質，否則毫無機會。而提升生命的素質，你要「勤修戒定慧」，當然就必須要「息滅貪瞋痴」。

這是一貫的學術，這就是傳統文化的內涵，而這個要展開來講講不完，我們現在只能集中在「禮」這一塊跟大家說。可是學人又跟大家講，不能一開始就講這些教條，因為這樣大家不受益。所以我才要講的範圍很寬廣，以後才要把它拉回來，我們還有好幾天的時間。所以學人先泛泛的跟大家談論文化，什麼是傳統文化？它跟我有什麼關係？如果它跟我沒有關係我何必學？如果這些教條是那麼樣的八股，那麼樣的威權，我為什麼要學？不要說你不學，我也不想學。可是難道古人都像我們想得這麼樣的愚痴？不是的，相反的，古人有高度的智慧。他們給我們這些教條不是用來約束我們的，而是用來提升我們生命的素質。當你的生命素質提升了，你才有

可能提升你的生活品質，否則根本談不上。這個要說起來很廣泛，學人也只能從一些比較粗淺的來跟大家說。所以剛剛講生命的素質，講到這一段的時候，我跟大家談到有三個層次，我們第一個層次就是善惡，我直接先把善惡層次講出來，我再一個層次、一個層次的跟大家匯報。

學習生命素質的提升，三個層次，大家一定要記住，第一個是轉惡為善，第二個是轉迷為悟，第三個是轉凡成聖。轉凡成聖是聖賢教育，轉迷為悟、轉惡為善是道德、是因果、是倫理教育。就是早上我們師父上人講到的四種教育，這四種教育包含這三個層次。所以第一個層次，我們先不要談第二、第三，太高了，我們先談第一個層次，轉惡為善。換句話說，善跟惡我們要清楚，它就能夠看出生命的素質。換句話說，惡它不是一個很好的生命素質，而這樣的一個因，造的業，感得的生活品質是什麼？是三惡道的業報。惡的業報是什麼？惡的業報感得的是三惡道，善的業報感得的是三善道。請問是誰給我們這些生活環境的？是我們自己的生命素質創造出來的。你一定要相信這一點，這是因果，而且因果是通三世的。所以剛剛講業報，那個報就是在釋放能量，善的業報的能量會讓你很舒服，會讓你覺得很輕鬆，讓你覺得很得意。惡的能量在釋放的時候，會讓你覺得很沮喪、很痛苦，非常的無助，這就是惡的能量。而這些能量有原因，因為它在釋放能量的時候就是結果。

我們剛剛講因果，果不能處理問題，果不能處理問題，只有一條路就是接受。大家了解嗎？就像我每天照著鏡子，我一定要接受我有這張臉，明白嗎？因為這是我的結果，這張臉是我過去修行到現在為止的總成績單，明白嗎？我不能怨任何人，我還沒有投胎以前，我可以選擇，可是我投了胎就叫結果。如果要講這個，那要講十二因緣法，「無明緣行，行緣識」，識就是本識雜染，它就投胎

了。識就緣名色，就投進去，「名色緣六入」，六入緣什麼？緣觸，觸就是出生了。「觸緣受」，有沒有？所以在結果上只有一條路就是接受，就是受，十二因緣法的受。你說我受不了，有沒有人受不了？有，很多。很多人受不了會怎樣？會罵人、會怨天，怨天尤人。再來呢？呵風罵雨。再來呢？罵政府、罵社會，會不會？請問，有沒有用？不但沒有用，還加重惡因，因為他說的語不是正語，這樣明白嗎？就是他的生命素質根本沒有提升，那他怎麼能改變他的生活？所以那個都是不對的方式，那不是文化的方式。所以大家一定要把理路能夠暢通，你的生活才能夠轉變。如果你的生活不能轉變，請問你還要繼續接受這樣的生活嗎？對！所以你說我受不了怎麼辦？從因上改變，從因上去轉，這就是唯一的出路。所以學習並不是你說的這是教條，這是叫威權，你太膚淺了。如果這只是教條，這只是威權，它怎麼能傳五千年？這樣大家能體會嗎？

因為我長年在學《論語》，大家知道《論語》最常說的一句話是什麼嗎？是「子曰」。對，大家不要小看這兩個字，因為有人告訴我，孔子說錯了，孔子錯了。我說孔子不會錯。他說孔子是人怎麼不會錯？大家相不相信孔子不會錯？我就問他，我說從孔子到現在二千五百年，二千五百年有沒有人說孔子錯了？二千五百年出現過多少英雄豪傑，多少？數不清了。對不對？然後所有的英雄豪傑都沒有出來反對孔子錯了。我說二千五百年後突然出現一個你，然後你打敗了二千五百年所有一切的人，他們都是笨蛋，只有你超越了這些人的智慧，然後你說孔子錯了，你說這個機率大不大？我覺得機率太小了。我寧可相信二千五百年來所有的英雄豪傑，我不相信你，明白嗎？就是以我這麼差的智慧，我都能夠辨證得出來，我們怎麼會被這樣的言論牽著鼻子走？那表示我們的智慧比他更低。所以子曰那個曰字是什麼意思？張口吐氣叫曰，人家舌頭一動叫子

曰。請問你舌頭一動叫什麼？有沒有人人在旁邊準備記錄你的言行，然後叫什麼什麼曰？你有沒有這麼了不起？恐怕沒有！

而我們都跟孔子一樣，有一張嘴巴，有一個舌頭，人家舌頭一動叫「子曰」。我們舌頭一動叫什麼？叫廢話。請問差在哪裡？我會問大家差在哪裡？差在舌頭嗎？不然。差在生命的素質，就是智慧。這樣大家能明白嗎？也就是說你只要一知道，你就知道人生應該要追求什麼？智慧。人生應該追求生命素質的提升！怎麼提升生命，那才是你生活的重點。也就是說，聰明人是在生活當中歷練生命的素質，愚痴的人是在生活當中造業。所以在生活當中歷練生命的素質叫什麼？叫歷事練心。答案不出來了嗎？所以這個事是什麼？生活。事不是主體，什麼才是主體？心。主人在這裡，主人就在這裡。所以「為人子不晏起，衣被自己整理」。好，我請問大家，衣被自己整理是什麼？是事，衣被，整理衣被。這件事情要不要做？你就要選擇，你要不要練？你不練你可以不做。你不要練的時候，你不做這件事情，你的心的素質就怎麼樣？一天比一天更下降，那是你的選擇。而你的心的素質在下降的時候，你的生命素質在下降的時候，請問那代表什麼？代表你的生活品質也在下降。這件事情叫因果，你種了那個因，你一定要承受這個結果。

請問有沒有人可以幫你承受？沒有。譬如說父子，爸爸很疼愛孩子，棉被跟衣服爸爸能不能幫你摺？可以！為什麼不可以？可以。可是他能改變你心的顛倒嗎？不能。也就是說，我幫你摺這個棉被跟衣服，那只是什麼？順手而已。有沒有很難？沒有。可是卻沒有改變你內心的顛倒，那這樣的順手摺起來就沒有智慧，這樣理解嗎？為什麼要你自己摺？因為它在成就你生命的素質，就這麼簡單。可是怎麼說？小孩子的理解力有沒有到這裡？沒有。小孩子的理解力沒有到這裡的時候，怎麼辦？我告訴大家：「父母呼，應勿緩

；父母命，行勿懶；父母教，須敬聽；父母責，須順承」，解決了。也就是說，它的道理深不深？很深。可是教育小孩子要不要講這麼深的道理，不要。怎麼辦？叫他去做就好了，明白嗎？可是今天為什麼這個東西不見了？因為它叫教條、它叫威權被打倒了。這叫什麼？這叫邪見害人。這就叫邪見，這就叫邪思惟。可是為什麼沒有人敢站出來說，這是邪見，為什麼？因為大家的理路都不清楚。所以我們可以選擇要摺、不要摺，對，因為那是我的自由，因為台灣叫做自由民主的地區。

因為那是我有這個自由，你不要管我，你太囉嗦了吧，我沒有摺又不干你什麼事情，你看不順眼，看不順眼你幫我摺。對，現在的年輕人就是這個樣子。那你怎麼告訴他，我很愛你，我要幫助你，你的生命的素質如何提升？爸爸非常的愛你，媽媽非常的愛你，你知道嗎？你不一定知道，他也沒有辦法跟你講。所以大家聽完這堂課之後，我告訴大家，我們今天在劍潭五天，每一天都要摺被子。不要笑，要做到，你們要做一個有素質的人。然後你們住宿的地方，要比你們住進來之前還要乾淨，就是說你們走之後，要比你們住進來之前還乾淨，你就是一個有素質的人。我可以跟你保證，你在這裡就學到東西了。也就是說我們期許自己，我們禮拜五離開這裡的時候，注意！離開劍潭，比我住進來的時候還要乾淨，讓劍潭打掃的這些員工一打開，這是什麼團體？這個才叫台灣的希望。要是我們上了這麼多的課，我們一點改變都沒有，請問希望在哪裡？也就是說我們的生活素質從哪裡提升？就從你當下開始做起。這個我這幾天都會講，就是怎麼做，講得很細。什麼意思？就是你得操作動手，你才能講得出來，不然你不內行。東西怎麼擺，什麼原則，這些大家都要會。

我們剛剛講生活教育、生命教育、生死教育，我們分別用儒家

、道家、佛家來做什麼？對應，對不對？我請問大家，難道佛家就沒有生活教育嗎？有，佛家的生活教育非常的嚴謹，叫什麼？叫戒律，非常嚴謹的。你看，釋迦牟尼佛著衣持鉢，入舍衛大城乞食，那叫什麼？莊嚴。人家看到這位比丘，他怎麼樣？他自動就跪下去了。為什麼？有風度，「威儀住持有則德」；然後他的作為，是「柔和質直攝生德」；他的智慧，「隨緣妙用無方德」；他的生活，「普代眾生受苦德」，那是多麼高尚的人格特質。我們今天要學佛，那差遠了，為什麼？我們不會生活。我們連疊個被子、疊個衣服都不會，你怎麼學？我們放一個茶杯都不會，怎麼學？所以生命問題、生死問題，我告訴大家就從生活做起。生活不及格，你的生命不可能提升，你要談生死那差遠了，你該怎麼死就怎麼死。所以這些雖然講淺，可是裡面很深，為什麼不講？因為很多人根本聽不懂。怎麼辦？照做就好了。「父母呼，應勿緩」，不就好了！不就解決了嗎？然後你偏偏要給它講威權，死了，就完了，大家了解嗎？整個這樣全盤給它掃掉，請問有什麼好處？一點好處都沒有。

所以學人站在這裡，不是跟大家講教條的東西，而是要告訴大家，你自己好，你自己壞，誰給你的？誰？佛菩薩會保佑你。大聲一點，佛菩薩會不會保佑你？法師會說，佛菩薩不保佑我。佛菩薩怎麼會不保佑人，佛菩薩慈悲怎麼會不保佑人？再問一次，佛菩薩會不會保佑你？你看不敢講了。好，我拜你，你就保佑我，我不拜你，你就不保佑我，哪那個人叫誰？那個人叫黑社會老大。我去拜你，你要保佑我，然後我才保佑你，你不拜我，我才不保佑你，那個人不是黑社會老大嗎？交保護費。那佛怎麼保佑你？佛怎麼保佑你？用正思惟，用正見。對！所以佛給我們的保佑是什麼？是教育，是他告訴你改變生命素質的辦法，他不只是告訴你，他還做給你看，言傳身教。叫做為人演說，他先演，表演，然後他再為我們說

明。說是為了什麼？是因為看不懂，他在那裡表演我們看不懂，然後他補充。不得已的，講是不得已的，他做給你看，怎麼做，可是看不懂。有哪一次佛作了，弟子看懂了，哪一次？有，迦葉尊者不是破顏微笑嗎？有沒有？那都不用講，叫不立文字。因為看就懂了，何必講！以心印心就好了，不就結束了嗎？那一會就結束了。懂嗎？

為什麼還要囉哩八索的講一大堆？因為聽不懂、看不懂，看不懂、聽不懂才要怎麼樣？才要一層一層的講，是這個道理。所以怎麼能不做！要有作為。所以對這些禮要怎麼樣？要熟，熟到透。所以明天開始要讀，要誦禮，等於是誦戒一樣，誦，每一天都要讀。我這兩天都不講，因為大家不熟，我講有什麼用？我先講什麼？原則。先講大原則，為什麼要做的原則。好，言歸正傳話說回來，歷這個事把心練出來，先練什麼心？先練善心，先把惡捨掉，把善提升。把善慢慢的提升，而你在提升的時候，等於是把三惡道的生活捨掉，慢慢開始接近三善道的生活。但是你要捨掉這個惡的時候，你要先克服什麼？習氣，你要克服習氣。大家要知道生活，所有的生活都需要什麼？資源，人活在這個世間要資源。我們車子開出去不能加水，沒開過車嗎？要加什麼？要加油，不能加水，這樣知道了嗎？那資源在哪裡？請問資源在哪裡？資源在你的本性裡面，取之不盡，用之不竭，你相信嗎？這就是重點。為什麼提升生命的素質，會改善生活的品質？這裡面都有很深的學理。

就是說學人用非常簡單的話語跟大家講，其實它背後都有很深的，很深奧的義理在裡面。也就是說，我們現在所有看到的資源，其實都是我們自性裡面本有的。譬如說財富，財富是人賺的嗎？我想請問你，很簡單。很多人說，你問這是什麼問題，當然是人賺的，要不然是天上掉下來的嗎？天上不會掉下來，當然是人賺的。你

看錯了。你看在眼前的東西都看錯，表示什麼？你帶的是一個迷的眼光來看，你不是用覺悟的眼光來看。換句話說，請問你的自性裡面有多少財富？我可以告訴大家，無量無邊。你的自性裡面有無量無邊的財富，可是為什麼我現在是窮光蛋？因為你沒有把它領出來。就像你銀行裡面有無量無邊的財富，可是你這個提款卡放進去的時候密碼忘了，請問你能不能受用裡面的財富？不能，你還是窮光蛋。所以你要問，我怎麼把自性的財富領出來？我怎麼領出來？所以你自性有財富，那是因為你有原因。你說我要得到財富的結果，我們剛剛講生活，生活沒有錢怎麼行？不行。沒有地位怎麼行？不行。沒有地位，被人家看不起；沒有錢，沒有受用；長得不莊嚴，人家不喜歡，這都是生活。請問，你怎麼改善？

你自性都有，源源不絕，可以說源源不絕。請問，我的自性既然有無量無邊的財富，我怎麼拿出來受用？要透過什麼管道拿出來受用？布施，財布施。也就是說，你自性有無量無邊的財富，怎麼把它變現出真正的你賺到手上的錢？財布施。你自性裡面有無量無邊的智慧，怎麼把它變現出來使用？法布施。你自性裡面有無量的壽命，你相信嗎？無量壽怎麼變現出來受用？都有原因，都有緣。你說我布施顯現出財富，好，這個財富叫什麼？叫福報，布施叫德行。你的生活需要福報，對，每個人生活都需要福報，福報包括財、包括富、包括貴（貴是地位）。包括什麼？健康、康寧，康是身體的健康，寧是心理的健康。包括什麼？壽命，包括壽終（就是好死），不是死得好，是很好死。請問很好死容不容易？你怎麼知道？我告訴大家，看新聞報導就知道，到醫院去繞一圈就知道，到加護病房去繞一圈，你就知道好死多重要。修淨土的人，我告訴大家最後一關最重要，身無病苦，意不貪戀，心不顛倒，正念分明。請問是不是福報？是福報，是大福報。怎麼來的？這些福報怎麼來的

？這些都是你生活要的，怎麼來的？看到這個字了沒有？德，你是一個有德的人嗎？如果你不是，你得不到。

那什麼叫德？第一關就是轉惡為善，這是最淺的德，最淺的道德教育；再深一點，轉迷為悟；再深一點，轉凡成聖。轉凡成聖叫至德，這個德無能上，沒有再比它更高。他的福報？他的福報也沒有人比他更高。佛叫福慧二足尊，不是兩條腿最尊貴，是福慧圓足，福也圓足，慧也圓足，講福報。所以你要得到財富的果，你要得到幸福美滿的果，就要種德行的因，很簡單，這是相應的。除非你不要，你要跟自己過不去，你說我沒有福報可以，我下地獄都可以，那沒話講。那是因為你不知道地獄有多苦，這樣理解嗎？如果你知道，你一定不敢講這個話。所以大家去思考這個問題，就是說你想要過什麼日子？你想要過好日子，你就得積德。你不要告訴我說，你過壞日子，你過苦日子，你會很高興，那我也沒有辦法，因為那是你的選擇。而且父子都不能相代，不能代替，也就是說，你看，如果我們看到親人在生病，你能不能說我替你痛，能不能？我們中午吃飯，我吃，你會不會飽？我替你吃，不能。臨終助念，請問什麼叫助念？助念是替念嗎？注意助念不是替念，助念是幫助臨終提起正念的縮寫，只是幫助他而已，幫助他臨終提起正念。如果他不願意提起正念有沒有辦法？一點辦法都沒有。

所以教育多麼的重要，也就是說，這個教育要入你的心才能解決問題。心！還是在講這個。從這裡生出什麼？十法界依正莊嚴。先講六道，你看先講六道，三善道跟三惡道。所以，你看三善道的品質，是不是一定高於三惡道？對！從哪裡來的？心的素質。也就是說，你想不想過畜生的生活？不想。可是問題是現在多少人正在過畜生的生活？就王鳳英老師告訴我的，那個床堆滿衣服撥開就可以睡了。那是不是豬窩？我要把它翻成國語，普通話叫做豬窩。是

不是豬窩？對，是豬窩。住在那裡面的人雖然看起來像人，其實已經是什麼？你們講的，對，他的生活品質就是這樣。你說他很有錢，我告訴你，他很有錢還是脫離不了那個生活。我們剛剛講業，那是他的業。我請問大家，糞坑臭不臭？臭。可是蛆，你把蛆抓出來洗乾淨、噴香水，牠會怎樣？爬回去。為什麼？業，那就是牠的業。就剛剛講的，男生看到母豬為什麼不會喜歡？因為跟他的業不相應，大家了解嗎？就你這個人的福報，跟那個豬的福報是不相應的，所以你不會羨慕那種生活。這樣理解嗎？

就是你心的素質夠，問題是現在人的心的素質根本不夠，現在整個社會展現出來的樣貌，心的素質，是很低的心素質，所以他給你的報導，很多都是三惡道的報導。然後我們不知不覺就跟他共業了，你也覺得很正常，你也覺得忤逆父母是正常的，你也覺得說頂撞父母是正常的，你也覺得說跟老師評分是正常，剛好而已。我怎麼一直講台語？就剛好而已。就是我付錢，你就應該給我滿意的服務，這叫什麼？這叫沒有師道，師道蕩然無存。為什麼？因為孝道沒有了，怎麼會有師道？他也覺得剛好而已。但是不要忘了，那是三惡道的生活，你要嗎？如果你跟它不相應，你會覺得很難受。大家知道嗎？叫你去糞坑，你一秒都待不住，為什麼？因為我不是蛆。就是說我們根本沒有辦法，在那個環境多待一秒鐘，除非什麼？乘願再來。乘願再來也要現個蛆的樣子，了解嗎？這是真的，現同類身，才能度化他。學人說的都是根據佛法，我沒有自己編。所以大家要仔細的聽，就是心的品質，就是你現在心的品質，到底引導自己的生活往三惡道，還是往三善道，誰能幫你做決定？你自己。

而父母對你只是什麼？責任。因為你藉著媽媽子宮的這個緣，來到了這個世間，你的本識去攬父精母血，然後這一生生下來，你

叫他爸爸，你叫她媽媽，只是這樣子而已。然後他是你的爸爸，她是你的媽媽，他就跟你有緣，他只是在緣上幫助你下功夫。可是你自己的正因，內因不改，父母對你有沒有作用？毫無作用。所以各位小朋友，你不要覺得自己很了不起，你不要覺得看不起父母，父母說的都是教條，不是的，父母愛你，只是他也不知道這麼深的道理而已。所以這個課很難講，為什麼？因為有小朋友、有大朋友、有老朋友，我很難講。因為這是很深的問題，我怎麼把它講得很淺？它明明就很深。所以我只能告訴大家，生命是你自己的，你只是藉媽媽的子宮來到這個世間而已。而你來到這個世間，那是你的造化，你願不願意改變你生命的素質，你要往三善道走，還是往三惡道走，完全取決在你自己，完全取決在你的正見、正思惟，完全在這裡。所以我們這些課程，真的，大家有辦法來上課，這叫福報，大福報。因為這個福報能夠幫助你改善生命的素質，但是要入你的心才可以。你絕對不能把《常禮舉要》這些東西當成教條，當成威權。

我舉個例子，隨便舉個例子，我從小，我相信民國六十年，民國七十年以前生的人，應該都知道我們的共同校訓是什麼？果然是有民國七十年以前出生的，「禮義廉恥，國之四維，四維不張，國乃滅亡」。因為我們所有的學校都要掛「禮義廉恥」，可是現在這塊匾額有沒有存在？大多數的學校已經沒有了。我看到還有，很少，大多數的學校沒有了。我有一次去學校，我就問校長，為什麼這塊被拿下來了？他說那是威權。我就問他，如果別人進你的辦公室、進你的房間不敲門直接闖進去，你痛不痛快？他告訴我，不痛快。我說那個敲門就叫禮。我要進去的時候，我這邊叩、叩、叩，請進，這就叫禮。我說禮要不要？因為你會不痛快，除非你覺得我很痛快。就他不敲我的門，直接闖進來，我非常痛快，那沒話講，那

禮可以不要。如果你不痛快，那禮不能不要。我問他，義是合情合理合法的行為，請問人要不要合情合理合法？他想一想，要。那義不能拿掉。廉，我說我們現在選舉快要到了，有沒有哪個候選人告訴你，我不廉潔，請你投我一票。我說社會好像還沒有進步到這種程度吧，了解嗎？所以廉要不要？他說要。我說候選人會不會說，我很無恥，我無恥到了極點，請你投我一票。好像他也不敢這樣講！

所以這四個字要不要？為什麼把它拿掉？你看，這就是什麼？沒有福報，就是他的生命素質低到某一個程度的時候，他承受不了這種福報的教學。所以在他聽起來就很刺耳，了解嗎？就他明明是人，結果他喜歡母豬。當然這是很不理想的比喻，但是我如果不這樣比喻，大家不能理解，了解嗎？就是人應該有人的格局對不對？人應該有禮義廉恥的格局。可是你要了解禮義廉恥誰提出來的？管仲對不對？是不是管仲？《管子》裡面講「禮義廉恥，國之四維，四維不張，國乃滅亡」，這是《管子》裡面講的。可是孔子評價管仲兩個字，「管仲之器小哉」，小器。為什麼？禮義廉恥還小器，為什麼？因為他沒有提到孝悌忠信，答對了。這樣理解了嗎？所以講禮義廉恥，孔子還說小器。我們現在連小器都沒有了，所以這是沒有讀書的過失，就是你沒有墨水。你沒有墨水，你說不出正見的話，正思惟的話，你說不出來。

正見跟正思惟導引出來的話，就叫正語；做出來的事情，就叫正業；做的職業，叫正命；起的觀念，就叫正念；所做的努力，就叫正精進。所以精進是菩薩唯一善根，為什麼？因為菩薩沒有貪瞋痴。所以凡夫的善根是什麼？無貪、無瞋、無痴。這都是很簡單的道理，佛法把這些道理告訴我們，這麼好的教育，我們竟然說它迷信，為什麼？我告訴大家，福報不夠，真的是福報不夠，也就是他

沒有這樣的善根。所以大家能來這裡，接受這樣的一個教育，是非常非常有福報的。很多人當面錯過，真的是當面錯過。所以我們今天講生命素質，心，你的心要在哪裡練？在事相上去練。所以你要把握事，把握什麼事？生活的事。每天起來就是早起，然後就是什麼？摺被子，衣被自己整理，然後盥洗，洗漱，做早課。那都是什麼？你去歷這個事，就是要練這個心的。為什麼念這部經，念得煩了還得念？為什麼？訓練耐性，「教之道，貴以專」，訓練正定。因為什麼？因為定能開慧，書讀千遍，其義自見，就是這個道理。所以你不要問為什麼，如果你老實，你照做，你就得利益了。

可是今天人偏偏要問為什麼？所以我們才要把很單純的事情，複雜化來講。所以所有的作為，禮，我們接下來幾天，要談的禮，那所有的作為統統只是做一件事情，就是練你的禮，就是練心。你覺得不合理，你覺得我不要這樣做，那是什麼？那是你的習氣，那是你的煩惱，那是驅動你生命素質往下墮落的元凶，就是你要把那個東西抓出來，你才能修行，修正錯誤的行為。所以它不是老八股，決定不是。它的這種設想是從哪裡出來的？我告訴大家，慈悲。禮的設想，因為禮是聖人制定的，制禮作樂，制禮作樂是慈悲心產生的作用。慈悲心的背後是什麼？是清淨心，是平等心，是正覺的心，都是心。人家的清淨心從哪裡來的？歷事練出來的。人家的平等心從哪裡來的？歷事練出來的。雖然他自性裡面本有，那叫性德。可是靠歷事來修，那叫什麼？修德。以修德來顯什麼？性德。佛法就是講這些。

所以大家只要記住一件事情，就是修善。你要提升你生命的素質，第一個一定要先修善。所以你看三善道，還有三個不同的層次，對不對？下品十善叫什麼？叫修羅，與修羅相應；中品十善，人；上品十善，天。你看都是十善，就是外表上看都是十善，為什麼

分上中下三品？注意，還是心。可是為什麼這個心，還分上中下三品？請問我現在在做十善，你外表看看不出來，分上中下三品是什麼？用心不同。下品用什麼心？競爭有沒有？修羅很喜歡競爭有沒有？你捐一萬，我捐一萬二。為什麼？因為我的名字不能寫在你後面，這樣了解嗎？他有沒有捐？捐了。他用什麼心？競爭，就是競爭。所以他那個十善品級怎麼樣？下降了有沒有？我這樣講不夠具體，我再講具體一點。

我個人過去，我有空我會在社區裡面掃地。掃地紙屑最多的是什麼？是菸蒂。我在掃菸蒂的時候，我過去在掃菸蒂我就會起一個念頭，因為每天掃每天都那麼多，我就在想說他是不知道有人在掃嗎？我起這個念頭。這些人是不知道有人在掃地嗎？掃了因為乾淨，乾淨之後又丟。這些人是怎樣？請問我掃地是不是好事？是好事對不對？可是我的心好不好？不好，我的心不好。如果我一直存著這個心在掃地，請問以後我的果報是什麼？設想一下，我的果報是什麼？因為我掃地，那些人丟，他丟，我幫他掃，我是不是跟他結了一個緣？我替他服務的緣，對不對？以後他是不是要替我服務？對，是！就是說我現在在為他付出，以後他是不是要為我付出？

可是，注意！譬如說以後我當老闆，他就來當我的員工，幫我賺錢，對不對？可是因為我在修這個因的時候心不好，我在罵他，我說你們是這麼沒修養，你們真是瞎了眼，我邊掃邊罵對不對？好，以後我做他的老闆對不對？他每天上班怎麼樣？罵老闆，了解嗎？因果就相應。但是他還非做不可，他還跑不掉，他邊罵他還得做，了解嗎？為什麼？因為他欠我的。可是他罵我是什麼？是我欠他的。對，這樣了解嗎？所以我明白這個道理之後，我敢不敢把我這個念頭繼續延伸下去？不敢，我就得改。我就得改什麼？我繼續掃地對不對？我還要照樣掃，可是我的心要怎麼改？請問你會怎麼改

？我告訴大家，我就改了一個心念，我以後成佛你來聽我講經。你了解嗎？為什麼有人法緣那麼好？就是他的心，他替眾生服務的時候那個心很好，我講經的時候你要來聽，講經的時候你來聽。阿彌陀佛的法緣為什麼那麼好？因果，「於無量劫」，無量劫，注意！第八品，「積植德行，不起貪瞋痴欲諸想，不著色聲香味觸法，但樂憶念，過去諸佛，所修善根」，還有，「行寂靜行，遠離虛妄，依真諦門，植眾德本。」人家做這些事情做了多久？無量劫。對，你怎麼能說，人家法緣好是憑空來的？他是無量劫修成的。

我才修多久？所以你明白因果的人，你明白道理的人，你根本不敢起惡念，這是真的，除非你不懂。所以我在掃地的時候，我起這樣的念頭很可怕，我覺得太可怕了，我以後當了老闆，他一定咒罵我，因為我看到這樣的老闆看太多了。我要不要成為這樣的老闆？不要。所以怎麼辦？改，你就逼你自己要改。所以明理太重要了，就是佛法的道理太重要、太重要了。所以學佛能不聽經嗎？能搞神通嗎？我告訴你，神通是本能，而且神通不敵業力，真的是這樣。三生石的故事大家都知道的，圓澤禪師他都知道他要投那個女人的胎，他都知道。你看他的朋友李源約他要去玩，他說要走陸路，他朋友說要走水路，他知道他一定遇到那個女的。他都知道他要投哪個女人的胎，隔世又在哪裡見面，他都知道，那叫什麼？那是神通。可是他有沒有了他的生死？沒有，他還繼續去投胎，繼續當牧童。所以佛法不在那裡，佛法在經典裡面。這些概念你要完全很清楚，然後一直提升你心的品質，在生活當中一直鍛鍊、一直鍛鍊你心的品質，這才叫佛法，這叫修行。所以看是看你心的品質，再決定你的生活，而且你心的品質反應出你的智慧。

所以，你看三善道裡面還有下品，還有中品，還有上品，你看人家上品十善是怎麼修出來的？他帶四無量心，慈、悲、喜、捨，

無量！慈無量，慈是什麼？與樂。與樂，我跟大家講就是什麼？施恩德給別人。我們問大家一個非常現實的問題，你這一生，大家冷靜的想一想，你施過多少恩德給人？誰得到你的好處？有幾個人得過你的好處？可能你的家人都沒得你的好處。所以我們沒有施恩德給一個人，我們如何想要別人對我好？那是做不到的，那怎麼可能？那是你痴心妄想，那與因果不相應。這都是因果教育，但是都是可預測性的，為什麼不修？人為什麼不修，就是他不明理，他對佛法的道理了解的太過於膚淺。所以你看，慈無量，他念念都想要施恩德給別人，他看到別人快樂，他自己就快樂，與樂。悲是什麼？悲是拔苦，他見不得人家受苦，看到別人受苦，他很難過，他總是想我怎麼幫助他，怎麼幫助他離苦。他的十善是基於這樣的心態做出來的。喜就是隨喜，他沒有嫉妒心，他看到所有的人做好事他都沒有嫉妒心。為什麼？因為你做好事跟我做一樣，我歡喜你好，他看到鄰居的小孩好，他替他高興，你的孩子好，就是我的孩子好，他一點嫉妒心都沒有，他是用這樣的心態在行十善。然後再把前面這個慈悲喜，這三個在修的概念捨掉，沒有這個概念，應該做的，我應該做的，捨！慈悲喜捨。你看他心的品質多高！為什麼他的心有這麼高的品質？他明理，然後加上他歷練，他肯修。

所以慢慢的，他的心品質就導引他的生活的品質往上提升。所以生活的品質，確實是來自於生命的品質。錢不是人賺的，是你的心的品質感應來的。我真的不是在提倡迷信，我告訴大家，並不是說，那我就不要努力了，你的所有的努力就是改變你的心，而你改變心的努力都在你的生活當中顯現出來。譬如說我們要不要認真的工作？要！怎麼不要認真的工作？不認真的工作，心的品質高嗎？不高。所以我們叫什麼？敬業，就是敬業的態度。換句話說，你在提升心的品質的時候，有沒有離開生活？注意，沒有。你不要說我

心的品質提升了，我就坐在那裡，鈔票就從天上掉下來，那你是提倡迷信。就是說我剛剛的話語裡面，是不是這樣表述？不是，是告訴他，做任何事情都要認一個真。我請問大家，學佛學哪一個字？真。對，就是一個真而已。就認一個真，不要認一個假。真是什麼？真是不變，叫做不忘初心，那叫真。所以做一件事情，認一個真，你怎麼不會成功！

我舉一個例子，我們過去在廬江，第一次要在巴黎那邊展出廬江的一些教學，華藏裡面就有幾個義工，應該是職工，他們在設計，那時候華藏職工他是在設計看板，他帶了一群設計師，沒學佛的。他們跟老和尚要墨寶，去要墨寶，因為需要有一些墨寶來做展覽的這種布置。那些設計師看到老和尚在寫字的時候，在寫字，然後他回來的時候告訴我，他說他們看到老和尚寫字他很感動，他說這個人要是沒有當老和尚，他在任何一行他都能成功。這沒有學佛的人講的，為什麼？因為他看老人家在寫字那種認那個真，那種專注，那種恭敬，那種禪定，感動。所以佛法，佛法只有第一，佛法沒有第二。第一怎麼來的？做到最好就第一。是不是跟人家比？沒有。是不是跟人家競爭？沒有。佛法只有第一，佛法哪有第二，二，二法不是佛法。所以你看《楞嚴經·二十五圓通》，每一個人都是怎麼樣？思惟第一，都是第一沒有第二的。我們學佛，做任何事情都能做到第一表示什麼？表示你的生活高明。有沒有跟人家競爭？沒有。你跟誰爭？沒有。我只是把我的本分做到最好，為什麼？應該的，做應該的。有什麼功勞？沒有功勞，不求有功，但求無過。我沒有做好，我就有過失，我就有罪過，就這個態度。

請問生活哪一點會做不好？你做哪一行，哪一行不能成功？一定能做成功的，問題是你有沒有這種態度。就我們學了佛，我們有沒有拿這種態度來過日子？隨便舉例說，你說擺一個東西就好，我

們學禮，禮的核心是什麼？禮的核心是敬。也就是說，你說我要學禮，我舉一個例子，鞠躬是不是禮？我給你鞠躬，這是不是禮？是不是？是儀。鞠躬怎麼會是禮？就是你看到我鞠躬，就是這樣子，這個不是禮，這是儀。那儀等不等於禮？等不等於？我這樣鞠躬就叫禮了嗎？還要九十度，我剛剛九十度，這樣不是禮？為什麼？心，因為我這樣子下去的時候，可能我心在講什麼？你算老幾？有沒有可能？有可能，當然有可能。所以儀等不等於禮？不等於。要怎麼樣才會等於禮？要加上敬，要加上恭敬。那請問什麼叫恭敬？這有人問過我的。什麼叫恭敬？我們天天看老和尚也很普通，也差不多覺得是我隔壁鄰居的阿伯，怎麼生起恭敬心？我請問大家，什麼叫恭敬？九十度就很恭敬，四十五度比九十度還要恭敬一半，是這樣嗎？不是的。如果這些問題我們都很模糊，請問你怎麼學禮？就是說我講不出來，講不出來表示你的知見有問題，這是說真的。

就是你表述都沒有辦法表述到位，那你怎麼練得出來？你的練叫盲修瞎練。所以恭敬是什麼？是自卑而尊人。這個自卑不是自卑感那個自卑，這個自卑是把自己擺低，把別人抬高。我們能做到嗎？自卑尊人的相反是什麼？是自高卑人。把自己看得很高，所以別人怎麼樣？別人沒什麼。就是反過來，就是說你要看這個，一定要先把它反過來看，就是自尊卑他，自己把自己擺得很高，把別人擺得很低。我們有沒有這種經驗？有，我們經常有這種經驗，這叫煩惱。我們會自尊卑人，我們就會怎麼樣？自貴，自己覺得自己很尊貴，賤人，賤踏別人，這都是當動詞。自己覺得很高明，自智愚人，覺得別人很笨，連孔子都有錯，為什麼？因為孔子都不如我，對！我都看出他錯在哪裡，他怎麼那麼笨。還會怎樣？自貴賤他，自智愚他，還有呢？自讚毀他，他怎麼不好，我怎麼好。我們有沒有這些經驗？有，轉過來就是。轉得過來你的心就提升了，轉過來之

後，你那個鞠躬了不起。真的，你的生命品質就在這裡提升了，這都是講真的，這是硬功夫。也就是說，我們都沒修，請問你怎麼改變？你說我到佛門來做義工，不一定可靠，為什麼？因為我來做義工，我可能還帶著自讚毀他的心在做。沒有錯，你也在修十善，可是可能是下品的十善。可是如果我們的知見又錯誤，可能你會以善為惡，你會跟惡道相應都不一定，這是講真的，這不是假話。

所以不能看外表，修行不看外表，功夫都在自心。所以佛法的修行是內功，外在你看不出來。外在能看出來的，上上可以知下下，下下不可以知上上，它還有條件。所以這是硬功夫，這個不是耍嘴皮子的功夫。所以大家要改變生命的品質，為什麼積善之家必有餘慶？袁了凡先生，還有俞淨意先生，那都是下硬功夫出來的，他們的命運為什麼轉？因為他的心轉了。他的心從把自己抬得很高，慢慢的把自己放下。所以佛法的功夫在哪裡？在無我，無我才能忍。所以佛法的忍辱不是壓抑，脾氣來了，壓；快要發脾氣了怎麼樣？壓。請問這樣修行會怎樣？會內分泌失調，會神經錯亂。這叫不叫修行？壓抑叫不叫修行？不是，都搞錯了。因為你壓到最後會怎樣？會爆發，會火燒功德林，其實你在壓的時候已經火燒功德林了。為什麼？因為憤怒的氣壓在那裡，那怎麼可能叫修行？所以忍辱，忍是什麼意思？忍是認可的意思，認可。他做錯了我還認可嗎？是不是這樣？是不是他錯了我還認可他？是不是？是，還是不是？你說忍是認可，那個人做錯了，我還認可他，是嗎？

認可是什麼？是同理，我理解你，但是我不贊成你。我知道你錯在哪裡，可是我現在沒有緣幫你，隨你，就這樣；因為沒有緣，不是我不幫。然後，我能忍，我能理解你為什麼這樣，我就能忍你。理解，理解就是從因上看，不從果上計較，因為果上不能處理問題。這就是高度的理解，也就是說，你有這樣高度理上的透徹，你

事相上才練得出來，所以悟後起修。頓悟容易，但是修行不容易，理可頓悟，事還得漸修。你連悟都沒有，你說什麼修？修不成修。所以佛法很重視理上的解悟，解悟不能解決問題，但是沒有解悟不行，解悟是著相的開悟。這都不是我講的話，大家去看《靜老說的話》這本書裡面有，著相的開悟。離相的開悟就是證悟，怎麼離相？在事相上練、修，歷事練心，磨。所以找人來磨，在生活當中跟人家磨，接受折磨。接受，能不能反駁？不能，反駁你就練不出來。你為什麼能夠認可？因為這叫忍辱。真的，這是跟你的見地有關，不是壓。壓有什麼好說的，壓就不要說了，就不要上課，就叫你回去壓抑就好了，還要講那麼多，不是的。所以，大家一定要上課，一定要學習，一定要聽經。沒有聽經，這些道理我們不懂，理不明，心不安。理得心安，理得心安你就練得出來。

所以三善道，三惡道是這樣子分出來的，心的品質分出來的，這是六道。往上呢？我們先講第一個層次，我這個還沒有展開來講，就是我們這幾天還會再說，我只是順便先提到。我們現在先看修學的三個層次，也就是練心，練到三個層次出來了，你就解脫了，佛法是求解脫。善惡，也就是說，我們講善好了，你的心的品質很高，你感應出來的生活很美妙、很美好，美好到什麼程度？我們沒辦法想像的程度。在三界裡面，我們現在叫欲界，我們不能理解色界的美好。色界沒有男女，沒有飲食，沒有睡眠，禪悅為食，我們沒有辦法理解那個美好，但是注意，那確實存在。無色界的美好，色界的人沒辦法體會，理解嗎？所以三界從這個善拓展出去，三善道裡面，剛剛不是講有修羅、有人、有天。天又有欲界天（欲界）、有色界、有無色界，愈往上愈享福，福報愈大，他從哪裡看出來？壽命；從享受，各方面的享受倍倍增長。可是不要忘了，也就是說愈往上，注意大家，愈往上拿掉一個什麼東西？拿掉欲望，欲。

就是愈往上欲望愈淡，愈往下欲望愈濃，差在這裡，差在欲望的濃淡，但是都有。注意！都有。

所以你從這裡可以看出來，愈往下愈苦，對不對？所以苦是從哪裡來的？欲望。答對了，欲是苦本。可是我們要注意的，就是說三界，如果要一個字來形容，那是哪一個字？苦，就是苦，叫三界統苦。而你要了解三界苦的話，你會做什麼事情？你會做出離想，所以這叫以苦為師。佛滅度了，以誰為師？以苦為師。所以不是叫你修無謂的苦行，不是那個意思。以苦為師就是讓你知道三界的苦在哪裡？也就是說，你現在很快樂，你都還知道那叫苦因，你就以苦為師了。能清楚這個層次嗎？這就講深了。也就是說，當總統快不快樂？當然台灣的總統很苦，可是很多人要去競選，這樣了解了嗎？也就是你在三界裡面多快樂，你都要知道沒有出路，沒有出路！為什麼？因為很多人說，三界有快樂的地方，你怎麼那麼悲觀，佛法太悲觀了，太消極了！剛剛已經說過，那跟悲觀樂觀、消極積極毫不相干。明白嗎？也就是說佛是真語者、實語者、如語者，事實真相是怎樣他就怎樣講，他有沒有在事實真相上加一分、減一分，有沒有？沒有。所以他說三界統苦，是不是因為悲觀產生的結論？不是，也不是因為樂觀產生的結論，不是，是實相，三界就是苦。你說有快樂的，為什麼你覺得是苦？佛告訴我們，所有的快樂，樂叫什麼？叫壞苦，因為它會壞。而樂還會感苦，所以樂是什麼？樂是苦因。

有一次我在台南講到這裡的時候，下面的人說你舉例。我就問他談戀愛快不快樂？不要假了，談戀愛快不快樂？怎麼大家這麼矜持，談戀愛快不快樂？不快樂你談什麼戀愛？談戀愛當然快樂。結婚之後還快樂嗎？所以談戀愛的快樂是結婚痛苦的原因，對不對？對。很多人說結婚還很快樂，有沒有這種人？也有。所以談戀愛很

快樂，結婚不快樂，叫怨憎會。談戀愛很快樂，結婚又很快樂，叫愛別離。了解嗎？結婚以後的快樂，感得的痛苦，會不會比結婚以後痛苦的痛苦還要輕？不會。了解嗎？恩愛夫妻別離的時候的痛苦，絕對比不恩愛的夫妻還要苦。明白嗎？所以當你在戀愛快樂的時候，你就知道了，那就是我婚姻痛苦的原因。所以你敢不敢談戀愛？不敢。我不要談戀愛了，因為我不要那個快樂，就不會有那個痛苦的因。不要談戀愛怎麼結婚？媒妁之言，父母之命，對，不就出來了！這樣理解嗎？所以它不是教條，它不是威權，父母的威權，你想得太容易了，你那是愚痴的結論，你那個不是智慧的結論。

所以很多的道理，講到我們明白，鬚鬚打結了。就是這個太深了，古人一定有他高度的智慧，才有這些制度出現。我們怎麼能去評價，就是說用我們很膚淺的態度，去評價人家的那個高度智慧產生的文化樣貌。所以對於我們不懂的問題，怎麼辦？請教善知識，不要自己猜，不要自己下結論，不要自己憑自己的思考去評價、去論斷，這就是正思惟。所以一個生命品質高的人，完全在他對正法的理解到什麼程度，也就是說你理解的高度有多高，你才能練到那種高度。所以三界統苦怎麼辦？離開三界。然後才有轉迷為悟、轉凡成聖的教育出來。這樣大家能體會嗎？就是學人盡量，你看為什麼講「禮」要講到這裡，因為《群書治要》裡面講到「道德仁義，非禮不成」，問題道是什麼？德是什麼？仁是什麼？義是什麼？我告訴大家，這四個字都很不好講。那這四個字非禮不成，這四個字都很難講，沒有禮都不能成就這四個字，那禮怎麼講？很難講。我真的跟大家講，這是很高難度的。而且因為這次臨危受命，我不知道說年齡層的差距這麼大，實在不知道。再來有人學佛，有人沒有學佛，然後佛法又被誤會。今天時間到了，我不能再講了，明天再說。謝謝大家！

