



淨  
心  
法  
語

第  
二  
輯

淨心法語

第二輯

# 目錄

家庭之道	一
◆ 倫常大道	一
◆ 四種因緣	一一
◆ 養老育幼	一五
◆ 家為後盾	一五
◆ 童蒙養正	二三
◆ 養老	三四
◆ 東西方文化差異	三八

◆	齊家治國平天下	四四
◆	祭祖	四七
◆	家和萬事興	五四
◆	父慈子孝	五六
◆	父子有親	五六
◆	善事父母	六一
◆	夫妻之道	六六
◆	胎教	七六
◆	教女為要	八〇
◆	不邪淫	八二

◆ 不殺生……………九一

◆ 兄友弟恭……………一〇一

◆ 君臣有義……………一〇四

◆ 朋友有信……………一一〇

家庭即道場……………一一五

◆ 四攝法……………一一五

◆ 和為貴……………一二三

◆ 仁慈博愛……………一三二

◆ 自愛愛人……………一三五

◆ 隨順自然……………一四三

◆	節儉惜福	一五〇
◆	善用財富	一五六
◆	行中道、不偏私	一六〇
◆	懂禮、知恥	一六四
◆	懂禮	一六四
◆	知恥	一七二
◆	轉親情為法緣	一七四
◆	極樂是家鄉	一八〇
◆	幸福人生	一八四
◆	知足常樂	一八四

◆◆	知足的榜樣	一九二
◆	覺悟人生	一九五
◆◆	人生如戲	一九五
◆◆	四念處	二〇二
◆	幸福快樂的人生	二〇五
◆	自在的人生	二一四
◆	人生最高的享受	二二三

# 家庭之道

## ◆ 倫常大道

◎ 仁義禮智信這個五德，千萬年前老祖宗世世代代相傳，現在沒了。仁者愛人，愛人一定自愛，人不自愛，他怎麼會愛人！我們想想，現代的人自愛嗎？我能自愛嗎？不想別人先說我，我能自愛嗎？如果真的自愛，決定不會違背性德，那是自愛，違背性德不自愛。老祖宗傳給我們的性德是五倫、五常、四維、八德，自愛的人一定遵守，一定不會違背。（節錄自 02-037-0012）



◎ 每個人來到這個世上都不是孤立的，注定要與大眾相處。與大眾相處就要具足德，德是講在五倫關係當中應該怎樣相處，應該如何遵循天然的軌跡。人與人在一起，夫婦怎麼相處，領導跟下屬怎麼相處，兄弟怎麼相處，朋友怎麼相處，這些都是屬於德。如果我們能夠順著這些自然規律去生活、工作、處事待人接物，生活就會幸福美滿；如果違背了這個自然規則，就一定會有苦難。所以中國萬古不變的教育教什麼？就是教我們要明白這個道，然後順著道而行其德。（節錄自 32-136-0001）

◎ 五常是仁義禮智信，「常」就是不可以變更的。後來五常

演變出八德，八德是孝悌忠信、禮義廉恥；又有一個講法，孝悌忠信、仁愛和平，這兩種講法合併起來是：孝悌忠信、禮義廉恥、仁愛和平，這十二個字是德。只要是人都要有這個德行，我們老祖宗千萬年之前，就是用這幾個德目教導我們。（節錄自 32-136-0001）

◎ 家是一個小的團體、組織，各人有各人的職責。古聖先賢教導我們父慈子孝，在父親的地位上，對一家人要慈愛，做兒女的一定要孝順；兄友弟恭，年長的要友愛弟妹，做弟妹的要尊敬兄長。五倫十義，這是人與人之間相處的基本法則，這個要失掉了，家就不像個家。（節錄自 04-003-

0160)

◎ 家有家道，長幼有序、朋友有信，人要沒有信，在社會上無法立足，五倫裡頭最後一個是信德。在五常裡面，五常是德，這個信是道，一定要講信用。五常是仁義禮智信，要做個人，人與人往來必須要遵守五德。五德就是五倫的落實，五倫落實在生活，落實在工作，落實在處事待人接物，這叫德。第一個是仁，仁就是愛人。這個字是會意，你看是兩個人，想到自己同時要想到別人，這叫仁。己所不欲，勿施於人，我自己不願意接受的，就不可以加諸別人。人同此心，心同此理，所以有仁有義。孔子一生行仁，

孟子一生講義。義是什麼？起心動念、言語造作合情合理合法，全都顧到了。有禮，禮是秩序。小社會是家庭，大社會是國家，是社會，如果沒有禮節，社會就亂了。今天的社會動亂，全世界動亂，什麼原因？沒有禮。中國人遠古時代就講求，就懂得禮的重要。智，此地這個智是對情說的，智是理智，現在講的道理的理，講道理，有智慧，不能感情用事，感情用事就會有很多煩惱。所以用理智對一切人事物，才能做到圓滿。後面無論對什麼人，都要講信用。跟佛法裡面五戒完全相同，仁不殺生，義不偷盜，禮不邪淫，智不飲酒，信不妄語。真正是英雄所見大略相同，佛把這個叫做五戒，中國人叫五常。常是永恆不變，

你離開這五個字就不是人了，這是左丘明在《左傳》上講的「人棄常則妖興」，常就是五常這五個字，棄是放棄了，不要它了，那個人就是妖魔鬼怪，就不叫人了。現在這個社會，這五個字沒有了，那就統統都變成妖魔鬼怪了。這一句話非常重要，人跟妖差別在哪裡？人懂得五常，遵守五常，就是人能持五戒，不持五戒的那就是妖、就是魔。

(節錄自 02-041-0076)

◎ 中國古老的祖先教導後世的子孫，五個科目，「父慈子孝」、「君仁臣忠」、「夫婦恩愛」、「兄弟和睦」、「朋友有信」，這就是講的倫理，五倫，這是教學真正的基礎。

教人修身，有「言忠信，行篤敬」；處事，有「正其誼，不謀其利；明其道，不計其功」；待人接物，有「己所不欲，勿施于人」、「行有不得，反求諸己」。這幾句話在中國推行了五千年，中國人都能夠相信、遵守，所以社會安定、和平，沒有出大的亂子。（節錄自 21-212-0001）

◎ 中國幾千年來傳統教育的目的是教我們怎樣做人，為我們說明人跟動物差別在哪裡？人明理，畜生不明理，差別就在此地。懂得人與人關係的道理，人與天地關係的道理，人與萬物關係的道理，我們傳統教育目的是在此地。教育的效果就是得到一個和睦的社會、幸福的人生、美滿的家

庭，從倫常、從道德建立一個共識。（節錄自 09-021-0006）

◎ 中國文化的根本是倫常，倫是人倫，五倫是維繫中國社會組織的道德觀念。古時候沒有「團結」這兩個字，五倫本身就是團結。四海之內皆兄弟，朋友的朋友、鄰居的鄰居，一擴展就是一個國家，一個國家民族是一個整體。（節錄自 01-003-0096）

◎ 中國人愛家，家族的觀念很重；愛宗族，「宗」是同姓的，遇到同姓的人都有親切感；另外還有同鄉、同族，這些都

是基本的團結力量。這種觀念的形成是因為接受祖宗的教誨，從小就潛移默化。（節錄自 32-136-0001）

◎ 《論語》說得好，「君子務本，本立而道生」。本是本分、根本，道是道理，道理是建立在根本上，這個根本就是五倫十義。你在家庭是什麼身分，你在社會是什麼樣的職位，你能夠盡職盡分，這就是務本。（節錄自 02-005-0094）

◎ 人道的本質是什麼？佛家講的五戒十善。我們這一生當中具足五戒十善，人道裡面的安樂才能夠享受得到。儒家講



的五常八德是人道。人必須具備「忠孝仁愛、信義和平」這八種品德，具備「仁義禮智信」這五種常道，一時一刻不能離開。（節錄自 12-017-0235）

◎ 在中國古時候五倫五常，五倫是道，道是什麼意思？道是大自然運行的規則，它本來就是這個樣子，不是人為的。父子有親不是人為的，這是一個自然現象，沒有任何條件，自自然然，父慈子孝，所以這是道。君臣有義，君臣是領導與被領導，義是合情、合理、合法，這個裡面的情跟理是道，不是人為的。夫婦有別，別是不同的任務，不一樣，不能亂，亂了就出事情。太平盛世是怎麼出現的？

五倫回歸道了，五常回歸德了，太平盛世就出現了。（節錄卍 02-041-0076）

## ◆ 四種因緣

◎ 人與人之相聚都是緣，這一生當中就是偶爾見一次面也是緣分，何況能夠到同一個家庭，變成一家人，這個緣分就更深了。緣是多生多世結的，不是偶然的。緣很複雜，佛告訴我們，世間眾生、父子夫婦有四種緣；當然緣很複雜，把它歸納起來，不外乎四大類，沒有這個四類的緣，就不會結成一家人。這四種緣是什麼？第一個是報恩的。

過去生中有善緣、歡喜緣，這當然是最好的；孝子賢孫是報恩來的。第二個是報怨來的。過去的冤家債主來報怨，這是我們常講的敗家子；小孩將來長大，搞得家破人亡，報怨來的。這些都是事實，我們要曉得。第三種是討債的，討債鬼，那就看父母欠他多少。欠他少，討幾年，討完了，他就走了；討債鬼。一般這小孩生得都非常可愛，很喜歡他。為什麼？你才肯還他。還完了，他就走了。如果欠得多，大概要念到大學，花了不少錢供養他，到時候他走了。第四種叫還債的。還債是兒女欠父母的，那也看欠多少，欠得多，對父母生活會供養得很周到；欠得少，大概就是生活叫你不挨餓、不挨凍，供給你一點點就行

了。沒有孝敬心，對父母不尊重，只是在物質生活上照顧你，那叫做還債的。有這四種緣，這才變成一家人。（節錄自 02-018-0004）

◎ 緣疏一點的就是家裡的親戚朋友，緣較接近的都變成一家人了。世間就這麼一回事，所以不要把它當真。當真，你就苦了，罪就有得受了，而且要造很重的業。一定要看清楚、看明白。（節錄自 02-018-0004）

◎ 世間的父子、兄弟、夫婦、親屬，都是過去生中有很深的

因緣；沒有緣，不會成為一家人。這些緣很複雜，千變萬化，善緣會變成惡緣，惡緣也可能變成善緣，這就看內外的力量，內要靠自己覺悟，外要靠善知識提醒。（節錄自 02-027-0020）

◎ 小孩生到我們家裡來了，一定要好好教導他，布施恩德。他來報恩的，那就恩上加恩；他來報怨的，以恩德來化解他的怨恨，長大就成了法眷屬，一起學佛、念佛，將來都往生極樂世界，這些恩怨債務統統都化解了。（節錄自 02-037-0170）

## ◆ 養老育幼

### ◆ 家為後盾

◎ 中國自古以來，家是我們一生活動的核心，無論你做多大的事業，到最後落葉歸根，你得回老家。為什麼回老家？養老是家的一個主要的任務，育幼養老。所以中國人，確實真正體會到人生的幸福美滿。小時候家庭教養你，你不會失學。中國古代的家庭是大家庭，五代同堂。我們往上去有父母、祖父母、曾祖父母、高祖父母；往下有兒女、有孫子、有重孫、有玄孫，這九族，上下加起來九代，這一家人口就不少，一般普通家庭大概三百人上下，這麼大

的家族。所以中國這個家不是小家庭，中國人講家外國人不懂，因為外國人沒有。（節錄自 02-037-0006）

◎ 古時候的家庭是大家庭，所以道義比什麼都重要。大家庭是一個社會組織，兄弟不分家，統統住在一起，一般家庭上上下下大概有三百人，興旺的家庭有六、七百人。中國歷史上有最興旺的家庭，明朝有一家，我記不得了，突破了一千人。這麼大的家怎麼管？有倫理、有道德、有聖賢教育就管好了。家庭，古代的家庭，最殊勝的兩樁事情，第一個是教育，第二個是養老，這是人生兩大事。人生享受享樂在什麼時候？老年，退休了，退休回家養老。家庭

是老人的樂園，為什麼？你說一個家庭三、四百人，小孩很多，不少，總有幾十人，這些小孩都伴著老人。（節錄自 02-041-0076）

◎ 祠堂是他們活動的場所，祠堂這就是家廟，供奉祖先的，一年春秋兩次祭祀，除祭祀之外都是空到的，那麼大的場地，所以就做為養老育幼的場所。家庭學校就是私塾，設在祠堂裡面，天天不離祖先，這就培養孝道。老人在這個地方養老，這個地方是娛樂中心，也是個家族（這一個大家庭裡面）老人活動中心。這個裡頭有休息的房間，有茶藝，古人講茶道，有各種娛樂。小朋友下課了，都會



到老人樂園裡面跟老人在一起玩，老人給他們講故事，講經歷，教訓他們，跟老人玩，知識智慧增長，吸取老人的經驗。現在沒有，現在老人多可憐，子女不照顧。所以從前老人是你的家庭照顧你。年輕人在外面工作，所賺的錢都要寄回家，除了自己生活費用之外，多餘的統統要寄回家。所以家是個社會組織，能夠治家就能治國。齊家、治國、平天下，家裡面這些雜事跟一個國家差不多，規模小一點，放大就是國，所以會治家的人就會治國。（節錄自

02-041-0076）

◎ 古時候的中國人，他一生安全的寄託、依靠就是家，所以

叫老家。無論你在哪個地方遭遇到困難，家支持你。古代家庭養老育幼，所以人老了不怕，家養，這就是大家族的好處。現在的小家庭是很自由，但是沒有保障。兩者比較，還是大家庭比小家庭好。（節錄自 02-037-0203）

◎ 古時候的家庭四代同堂、五代同堂，興旺的時候到六代同堂，還有七代同堂，那是極少數的。七代同堂的家族總有七八百人、上千人。四代、五代很平常，六代也常見。所以一個家族，人丁衰的也有七、八十人，人丁旺的有三四百人、五六百人，這是正常的現象。這個大家庭就是個社會，所以它有組織、有規矩，所謂尊卑上下。所以一

個家有家道、有家規、有家學、有家業。（節錄自 12-017-1973）

◎ 中國的家道，中國家的精神、功能是國家社會長治久安的根本，所以《大學》講「齊家治國平天下」。每一個家都整齊，社會安定，天下太平。政府各級領導人很悠閒，沒有什麼煩心的事情，人人都守規矩，每一家把各自的家人都管得很好。所以《弟子規》是中國各個族群、家族共同的規約，集各個家族家規的大成，人人都要學，從小到老都不能夠違背。人人都學，人人都是好人，這社會上沒有壞人。真正做到路不拾遺，夜不閉戶。所以中國古聖先賢

五千年來靠這個教誨，讓這個地區、這個族群長治久安。現在這些丟掉了，社會動亂，人心沒有歸依，人活得沒有方向、沒有目標，苦不堪言，這是值得我們深深去省察的。（節錄自 12-017-1973）

◎ 從二次大戰之後，中國的家就沒有了，這是我們在戰爭當中最大的損失，傳統文化這個根斷掉了。家，過去是靠血緣關係建立的，現在想要恢復傳統的家已經很難了，所以我就想到了企業家，用企業這個團體。企業團體雖然沒有血緣的關係，但它有道義，把中國傳統家的家道、家規、家學、家業這個精神繼承下來，社會國家安定。所以我就

鼓勵學佛同修經營企業的做實驗點，一個實驗點成功了，其他的企業家就會模仿、推廣，這是一個很好的效果。實在講，所有一切民間團體都可以把中國家的精神繼承下來。（節錄自 21-567-0001）

◎ 企業的老闆得要是菩薩才行，不是菩薩做不到。真正學佛可以，老闆看自己的員工都像親兄弟、親姐妹一樣，員工的小孩是自己的兒女，員工的父母是自己叔叔伯伯，真的發心養老育幼。企業辦子弟學校、辦安養院，安養院收員工的老人，員工跟你就變成一家人，一生全心全力為公司服務，一個公司就是一個家。從前的家是血緣，現在的家

是道義。（節錄自 02-039-0075）

## ◆ 童蒙養正

◎ 儒家講五倫十義，義是義務，每一個人都具有十種不同的身分，你要盡到你的義務。你在家庭裡面，對父親是兒子的身分，你要盡孝道；對兒子，你是父親的身分，你對他要慈愛。所以懂得倫理，明白道義，這叫做教育，教育是教我們怎麼做人，教我們如何跟人相處。所以教育的功效是維持家庭和睦興旺、社會安定、國家強盛、世界和平，但今天已沒有這種功效了。今天的教育很可悲，與古時候

教育的目標恰好相反。所以應該要知道敬愛，人與人之間要相敬相愛。（節錄自 02-018-0004）

◎ 儒家的教育，從漢武帝制定國家教育政策，一直到清朝沒有改變，真正奉行了兩千年，維繫國家社會的長治久安，這個功勞很大。中國教育宗旨是五倫八德，倫常的教育，教你明瞭人與人的關係、人與萬物的關係、人與天地鬼神的關係，然後你才知道怎樣做人，明白做人的道理。而教學終極的目標，古人說「讀書志在聖賢」，作聖作賢。（節

錄自 02-036-0006）

◎ 中國教育是從「父子有親」為教育的原點，教育的目標就是這種親愛要永恆保持，不要變質，然後再把它擴大，從愛家庭、愛家族、愛鄰里鄉黨，到愛社會、愛國家、愛人類、愛一切眾生，這樣擴大了，這是中國教育。五千年不斷在實驗，產生了極好的效果，所有一切制度都用教育來規範。（節錄自 12-017-1744）

◎ 中國教育是家教為核心，學校教育是家教的延續，社會教育是家教的擴張。聖賢教育，現在講是宗教教育，是家教的圓滿。（節錄自 28-031-0001）



◎ 中國古人教孩子，從小就教他正確的觀念，他將來長大就是有倫理、有道德、有因果觀念的人，他不會為非作歹，起心動念一定是為別人、為社會、為國家、為民族、為全世界，真的是建大功、立大業。（節錄自 32-136-0001）

◎ 《弟子規》是古時候家庭的基本教育，是家中上上下下統統都做到，無不遵守，小孩從小耳濡目染，他就學會了。所以古德有諺語說「三歲看八十」，他天天看，個個都是這樣遵守，他就學會了。六、七歲上學，老師接著教他，老師也做榜樣，學生學得很踏實。從小根就扎得很好。（節

錄自 02-037-0457）

◎ 童蒙的教學，這屬於小學，特別著重在倫理德行、言語，知道怎樣說話。父母、尊長一舉一動，一言一行，都要給家裡的兒童做好榜樣，他都有責任的。所以小孩每天眼睛看的、耳朵聽的，這時扎的根一生都不會改變，所謂是「少成若天性，習慣成自然」，從小薰修的。（節錄自19-012-0176）

◎ 孔子教學，第一科德行。德行就是禮貌，就是道德教育，做人的教育，教如何去敬重父母，如何去尊敬長輩。教禮節，教灑掃應對，實際的生活教育，他不光是跟你講解的，是要你做到。你能夠侍奉老師，將來畢業之後回到家

裡，你才能夠服侍父母。這是屬於生活教育，就是禮的教育。（節錄自 01-001-0001）

◎ 還有一種圓融的教育就是背誦經典。童年記憶力是最好的時候，黃金時代，老師要督促學生，教他背書，這叫蒙學，就是小學。當然老師教學也看學生的天賦，很聰明的小孩一天可以背一千字，一般中等的天賦大概是五百字到七千字；聰明才智比較低一點，背三百字、兩百字，按這個進度教他背誦。為什麼要背這麼多遍數？這個遍數背下來熟悉了，他將來一生都不會忘記。（節錄自 01-001-0001）

◎ 四書五經、諸子百家把它挑選出來，精彩的、重要的，大概都在十二、三歲以前全部把它背完。諸位要曉得，就是背一百遍到兩百遍背完，這個階段裡面所背的這些經書沒有講解的，不會告訴你這個怎麼講法，這裡頭有什麼道理，不講，只教你背熟。這裡頭有很深的意義，這是訓練根本智。為什麼？他要不背書，那個小頭腦也會胡思亂想，也會增長邪見。你們不相信，你看看現在這些兒童，他的小頭腦裡頭想些什麼？一樣的。他要背那麼多書，一天到晚他要背、他要記，他就沒有妄念。所以背書這個方法就是戒定慧一次完成，是圓融的，它不是屬於行布的，不是屬於次第的。（節錄自 01-001-0001）

◎ 中國古代的小學是從兒童七歲，我們《禮記》裡頭所記載的就外傳，七歲就外傳。中國從前的家庭是大家庭制度，不像現在的小家庭，是大家庭的組織。所以每個家都是幾代同堂，差不多都是三代、四代，甚至於五代同堂，這是大家庭，人口一般都是幾十人到一百多人。諸位看《紅樓夢》，那就是中國一個模範的家庭，《紅樓夢》這一家上上下下有一百多人。所以它這個家庭，房屋的建築是有內、有外，女人、小孩都在內。客堂上招待外客，外客不進到裡面，除非是自己的至親好友，內眷才能夠接見。小孩到七歲就不跟母親，他要到外面來，外面客堂、廂房，這些地方一般都是請老師來教學。從前的教學是私塾制，

每家聘請一位老師，在家裡教自己的子弟。所以就外傅，傅是師傅，就是老師，不跟母親，跟老師，學生要跟老師生活在一起，接受生活教育。生活教育學什麼？學待人接物、學禮節、學說話。（節錄自 01-001-0001）

◎ 中國在古代，做父母的教育子女，都曉得選擇一個好的環境。古時候，孟子的母親就做了個很好的榜樣，孟母三遷大家都曉得。為什麼？都是為小孩，希望左右鄰居都好，小孩慢慢就學好了。這是說什麼？不定性。我們中國人現在在國外移民的很多，他們居住地方大概並不考慮其他的，考慮學區，這個地區學校教育辦得好，他願意住在這

裡，小孩可以受到較好的教育，也是為了這個道理。（節

錄自 02-009-0022）

◎ 家庭的美滿，要靠父母為子女做敦倫盡分、防非止惡、修習善行的好榜樣，才能夠感得。從前做父母的懂得這個道理，所以父母在兒女面前，言談舉止都不敢違背禮義，絕對不給兒女有個不好的印象。父母尊敬師長，有尊師重道的樣子讓子女看，兒女看到父母對老師的尊重，他對老師就有信心，接受老師的教導，這叫家庭教育；老師做出榜樣，教導學生要孝順父母、敬老尊賢。由此可知，兒女不聽話，學生不聽話，責任在哪裡？孟子說「養不教，父之

過，教不嚴，師之情」，父母自己本身沒做好，學校老師本身沒做好。（節錄自 21-233-0001）

◎ 中國古時候教學，小朋友五、六歲上學就開始學禮讓，沒有教競爭的，所以人與人之間相處美好，懂得互相包容，懂得互相尊敬、互相敬愛，懂得互相照顧、互相關懷、互助合作，這是聖賢的教育，這是佛菩薩的教誨。（節錄自 02-034-0156）



## ◆ 養老

◎ 中國的家是個社會制度，有家長，有當家的。你們看《紅樓夢》這個小說，那就是描寫一個家庭。所以它是一種社會制度，是群體生活，沒有私人的自由。你賺錢，無論賺多少要歸公，你自己每個月的零用錢，像公家發薪水給你一樣的，所謂分份子，所以財產是統一來管理的。小孩你自己能教，可以，你不能教的時候家族教。老的時候退休了回家養老，兒孫滿堂，你的晚輩總有幾十個人，那真是天倫之樂。退休之後你要還有體力，就是在私塾裡頭（私塾就是家庭子弟學校）去教學，做義工，把你的經驗，把你一生的故事、經驗講給小朋友聽，他就學會了。沒有不

愛子弟的，這是大家庭的生活。（節錄自 02-037-0006）

◎ 古代社會你再無能、再沒有智慧，家照顧你。你的家人愛你、關懷你，無論你走到哪個地方，你的家人都念著你。所以落葉歸根，你年歲大了，不能工作了，回老家，老家照顧你。小的時候只要好好念書，你不會失學，就算父母沒有能力幫助你，家族會幫助你。年老的時候回到老家享受天倫之樂，家族給你養老。（節錄自 02-037-0012）

◎ 古時候是那種家庭，五代同堂，到第六代人口就太多了，

這才分出去。所以我們看家譜，家譜一行就是五代，如果我們在最後這一代，你就看到父母、祖父母、曾祖父母、高祖父母。那個家庭起作用。所以中國自古以來，這個族群就是過的團體生活，沒有個人。從小就養成團體生活的觀念，不為自己，他沒有私心，起心動念都想著為我這一個家。他不是為自己、不是為父母，是我整個的家，榮宗耀祖，光大門楣。所以家庭的教育就非常重視。過去的家，教育家庭負責，育幼，養老家負責。人老了，到退休年齡不能再工作了，無論是在當地還是在外地，退休落葉歸根，歸根就是回老家。回老家幹什麼？養老，老家有人照顧你，照顧你的都是親人，都是晚輩。所以老人有尊

嚴，老人被家裡人重視，他們一生為家貢獻，今天應該要享受。（節錄Ⅲ 02-037-0507）

◎ 家有家道、有家規、有家學、有家業，這是家庭四大支柱。家庭負的重要責任就是養老育幼，怎樣培養下一代，怎樣照顧退休的這些老人。社會安定，退休的人回家享福，五代同堂，兒孫繞膝，天倫之樂。少年辛苦的學習，中年付出，為家庭、為社會、為國家服務，締造幸福，晚年自己退休享福，合情合理。（節錄Ⅳ 02-037-0324）

## ◆ 東西方文化差異

◎ 中國教育原點是愛，是天性的父子之愛；西方教育的原點，所謂是人本主義、是自我主義，教育理念是競爭。不競爭就不能超過別人，不競爭就不能戰勝別人。爭的起心動念是利己損人，只要自己得到利益，我滿足了，別人的痛苦與我無關。他是弱者，他應該要受的，他為什麼不能戰勝我？這種教育發展下去會導致天下大亂，會導致人類的毀滅。中國古聖先賢傳統的教誨，真正是社會和諧，世界和諧，大同世界；如果走西方的路子，那就是西方宗教裡面所說的世界末日。這樣的科學技術應用在戰爭、應用在武器上，世界就毀滅。（節錄自 12-017-1744）

◎ 中國人是最懂得教育的，這個話是真的。為什麼重視教育？因為中國不是人為本。以人為本有問題，為什麼？容易自私自利。我們起心動念總是想損人利己，以人為本會有這個毛病發生。中國是以家為本，齊家、治國、平天下，它是以家為本。（節錄自 28-031-0001）

◎ 中國教育幾千年的方法，都是從根本智到後得智，佛法也是用這個原理、方法。首先是教你心清淨，心定下來，盡可能減少妄念，用佛學的術語來講就是訓練戒定慧，到三學有相當基礎才出去參學，所謂尋師訪道，讀萬卷書，行萬里路，成就真實的學問，所以學問既精又博。（節錄自

01-003-0166)

◎學東西，中國古人這一套，現在人不相信。不相信怎麼辦？要做實驗。我們現在用小學生做實驗都行，同樣的課程，同樣的學習，古人的方法是「教之道，貴以專」。譬如小學，小學生六年所學的課程，有幾門是主科，主要課程，那些音樂、體育那個無所謂，那是副科，不是正科，可以隨著學習，主要功課只學一門。譬如他現在有國語、有數學，這是主科的，大概歷史、地理，還有外國語文。教學的方法用古人這個理念，就是專。語文，語文是根本，是學術的根本，可以用兩年的時間專教語文。學生頭

腦就一樣東西，天天就想這個東西，六年的語文，兩年教完。數學用一年的時間，史地用一年的時間，外國文用一年的時間。都把六年的時間把它分開，一樣一樣的教，使他一年當中頭腦裡只有一樣東西。這樣教出來之後，跟現在交叉排課這個方式，讓他去參加考試，看哪一個考得好。這可以實驗出來。肯定專門學一樣的人，這個學生品性好，有定力、有智慧。不像交叉式的他的思想散亂，他思想散亂會影響他的身體，體格一定不如前面這種教法的。可以實驗出來。中國幾千年教學，它有道理在，外國人沒道理。外國人看小朋友天真爛漫，要保持他這樣子，不能去約束他，錯了！童年是扎根的時候，根要不扎，一



輩子都沒法子。所以中國人跟外國人想法不一樣，中國人小時候要嚴守規矩，把倫理、道德、因果教育扎下去，中年學成之後為社會服務，晚年享福。外國人顛倒，小孩是一生的天堂，中年是戰場，晚年真可憐，住老人院，沒人管。物質生活國家照顧到了，沒有問題，精神生活完全沒有。（節錄自 02-037-0385）

◎ 中國古老的教育，小時候嚴加管教，從小培養你的德行，到中年就知道貢獻社會、貢獻給你的家庭，晚年享福。所以孩童的時候是培養福德的根基，等到有智慧、有能力，他才能奉獻給社會，那是造福。晚年退休了享福，這個難

得！（節錄自 02-037-0120）

◎ 今天全世界的人都講人權，但如果只講人權，會把人類帶向末日。中國人講道德、講倫理，才有真正幸福美滿。外國天天喊人權，每一個人都沒有安全感，每一個人都不曉得自己活在這個世界是為什麼，人權成為一句空話。佛告訴我們我們宇宙人生的真相，人權，佛說得清楚、透徹。

（節錄自 02-034-0174）

◎ 中國人生下來，這個小孩就要訓練他有個觀念，他這一生

要為家，不能為他自己、不能為他的父母，要為我這個家族做出貢獻。這個思想跟外國人就不一樣，中國人有天下的觀念，胸襟很開闊，從小就不許可你有小心量，你有自私自利，這個不許可的。（節錄自 02-037-0132）

## ◆ 齊家治國平天下

◎ 齊家要靠修身，修身要靠誠意，誠意要靠正心，正心要靠致知，致知要靠格物，所以從哪裡學起？從格物。物是物欲、欲望，格是格除，所以首先要把自己的欲望放下，智慧就開了。智慧跟知識是兩樁事情，知識不能徹底解決問

題，用智慧解決問題才徹底。（節錄自 28-031-0001）

◎ 中國的家有家道、有家規、有家學、有家業，家對中國的社會貢獻太大了，能夠把家管理好，就能夠管理國家，國是家的擴大，所以齊家就能治國。（節錄自 02-037-0186）

◎ 社會要真正恢復秩序得到安定，還是老辦法，老辦法是順著理走的，心理！人人都能孝順父母，人人都能尊敬師長、友愛兄弟、朋友有信，這個世界就安定太平。人人知道因果報應就不會怨天尤人，所謂「富貴安於富貴，貧賤

安於貧賤」，大家都知道修福、積德，社會才能真正達到安和樂利的目標。（節錄自01-003-0177）

◎ 我們中國古人講修身、齊家、治國、平天下，家不齊，社會亂了；子不教，人心壞了。這個話現在人不懂，為什麼？中國古時候的家現在沒有了，所以講齊家，我們不能有概念。現在應該換個名詞來講，大家就懂了，中國的家是社團組織。我講社團大家就明瞭，為什麼？中國從前的家五代同堂，大家生活在一起，它是個社團組織，它不是單一的。所以它有家道、有家規、有家學、有家業。私塾是家學，就是子弟學校，家業是家庭共同經營的事業，

所以它是大家庭制度。家要不整齊，亂掉了，社會就亂了。所以中國的家在中國社會上佔很重要的地位。（節錄自 02-037-0028）

## ◆ 祭祖

◎ 中國人的祖先無比的聰明智慧，他們明瞭精神文明是真正幸福美滿的根源。所以古人有倫理道德的教化，而宗廟的建設與祭祖的儀式，就是倫理道德教化的具體展現。

（節錄自 32-083-0001）

◎ 祖宗距離我們遠了，我們展開家譜，始祖是誰？伏羲。那時還沒有文字，伏羲到神農五百年，神農到黃帝五百年，黃帝到我們現代四千五百年，所以中國人常說五千年的歷史文化。黃帝有二十五個兒子，有四個妃子，二十五個兒子繁衍沒多久就有十四個姓，以後慢慢繁衍愈來愈廣。所以《百家姓》裡四百多個姓氏，相信應該全部都是漢族炎黃傳下來的後裔。這個家庭發展了五千多年，現在有這麼多的人口，一家人，一個老祖宗！（節錄自 02-037-0006）

◎ 古時候的家，每一家有祠堂，春秋祭祀、祭祖、私塾家學都辦在祠堂，祠堂平常就是學校。祠堂叫宗祠，宗是什

麼？這一家最主要、最重要的祭祀。世世代代的祖先不忘記，春秋要祭祀。慎終追遠，民德歸厚，這是教育。小孩從小也得敬祖宗，敬祖宗哪有不孝父母的道理！（節錄自 02-037-0006）

◎ 我們祭祀老祖宗，要念老祖宗的德行、教誨，要體會到老祖宗的智慧、經驗，把老祖宗對我們的期望要真正講清楚、講明白；要學習、效法老祖宗，才對得起祖宗。不能叛逆，叛逆是自己受苦；能夠順從、遵守，這一生會過得很快樂，美滿幸福的人生。根本中心的指導就是倫理道德。（節錄自 12-017-1744）



◎ 中國人的祭祖，外國人是大惑莫解，「祖先幾百年、幾千年都沒有見過面，你祭他幹什麼？他又不知道你，你也不知道他。」所以他感覺得很詫異。中國人飲水思源，我們有根、有本，這個根本是遠古的祖先幾千年一脈傳承下來的。像棵大樹一樣，我們身好比是樹上一片樹葉，我們要尋根，這葉從哪裡來的？葉是樹梢生的；梢從哪裡來的？從枝長出來的；枝又從哪裡來的？枝從幹來的；幹從本來的，本從根來的，然後知道整棵大樹是一體。（節錄自 19-012-0179）

◎ 古人從小有家教，家教就是教的家規，家規就是《弟子

規》。家教雖然家家不同，但是大同小異。家教具體的文字都在家譜裡面，在過去，每一家都有祠堂，祠堂裡面一定存著家譜。家譜是家庭的歷史，這個族姓的根源從哪裡來的，有清清楚楚的記載，有根有本。（節錄自 12-017-1973）

◎ 中國古禮裡面，五禮第一條就是祭禮，祭祖先，愛祖先。千百年的祖先你都那麼敬愛，現前父母哪有不孝順的道理！所以孝道從哪裡建立的？孝道從祭祀上建立的。今天人不孝順父母，祭禮失掉了，他怎麼會孝順父母？祭禮是父母做榜樣，做孝順的榜樣給下一代看，意義非常非常

重大。老人自己的父母、祖父母都已經過世了，你說你孝順，你的兒孫他沒看到，他從你祭祀上看到，齋戒沐浴，祭祀先靈。它的效果，夫子說得好，「民德歸厚」，效果是助長社會淳厚的風俗，這個社會才安和樂利，人民才有幸福美滿的生活，這是眼前的效果。深遠的利益，無盡！我們在整個佛法裡面看，孝道達到究竟圓滿，這個人就成佛了。（節錄自 19-012-0179）

◎ 《禮記》第一篇就是祭禮，祭禮也稱為吉禮，吉祥的吉，這是孝道，這是人倫的根本。如果人對於祖先都忘掉了，這個社會就有問題，而且會有嚴重的問題。現在大家只知

道社會動亂，災難頻繁，不知道是怎麼來的，兒女為什麼不聽父母的，學生為什麼不聽老師的，這個根就是輕慢先靈。（節錄自 19-012-0180）

◎ 世法、佛法都是建立在孝親尊師的基礎上。而孝親實在是  
不忘祖宗恩德，怎麼敢輕慢先靈？不忘老師的教誨，報師  
恩。如果你對於修學稍稍功夫得力，從哪裡見？從這個地  
方見。如果你的心、行為具足這八個字，「輕慢先靈，違  
逆上命」，你不論怎麼用功學習，全都落空了，假的，不  
是真的。（節錄自 19-012-0180）

## ◆ 家和萬事興

◎ 家庭是社會的基本組織，中國人常講「家和萬事興」，萬事興包括社會、國家、世界，所以家要是和，世界哪有不和平？社會哪有不安定！（節錄自 21-233-0001）

◎ 真正學佛、真正求自度，在家的同學希望一家和睦，家和萬事興，在這個時代依舊能過上美滿幸福的人生，做得好！《弟子規》、《感應篇》、《十善業道》認真學習，然後做到，扎這三個根。（節錄自 12-047-0034）

◎ 中國古人有句話說得很好，看這個家庭是興還是衰，從哪裡看？家裡的規矩一定非常整齊嚴肅，一絲毫不苟且，家庭決定興旺。如果家庭裡的規矩鬆弛了，很隨便，這個家庭慢慢就衰了。（節錄自 02-037-0012）

◎ 中國古人常講「家和萬事興」，我們看一個家庭的興衰，看一個國家的興亡，從上下和睦不和睦來看。國再小，如果上下和睦，大國也不敢欺負它；國再大，上下不和睦，它的國運就衰了。所以熟讀經史，我們冷靜的觀察這個世間，看一個家庭、看一個公司行號、看一個國家有沒有前途、有沒有發展，就清清楚楚、明明白白。（節錄自 21-

(099-0001)

◎ 家庭好像是我們身體一個細胞，這個細胞壞了會影響到全身，不是你一個人的事情，不是你一家人的事情，古人看得這麼隆重。教育從哪裡教起？從了解人與人的關係教起。人與人的關係、人與自然環境的關係、人與天地鬼神的關係是一個關係，整體的關係（節錄自 19-012-0174）

◆ 父慈子孝

◆ 父子有親

◎ 中國五千年傳統教育，教什麼？給諸位說，就是這一個字，父子有親這個「親」是中國傳統教育的原點。教育的目的，首先第一個目的，是子女跟父母這種親愛，在這一生當中絕對不會變質，這是教育頭一個目標。所以小孩長大之後，父慈子孝，兄友弟恭，一家和睦，家和萬事興。

(節錄自 12-046-0023)

◎ 中國人有教育的智慧、有教育的方法、有教育的經驗、有教育的效果，中國的教育是從父子有親開始，親愛的教育。教育的目的，第一個，這種親愛如何保持一生不變，第二個是把這個愛發揚光大。愛父母，能夠愛家族、愛



兄弟姐妹，再擴大愛宗族、愛鄰里鄉黨，再擴大就是愛族群、愛國家。儒家講到最後，「凡是人，皆須愛」。〔節

錄卅 02-037-0052〕

◎ 德行、學問的根本是孝親，父慈子孝，就是父子有親。親表現在父母的慈愛、兒女的孝順，這是一切德能的根本，倫常、八德都是從父慈子孝衍生的，父慈子孝是根本。（節

錄卅 02-040-0250〕

◎ 中國老祖宗講的五倫是性德，不是哪個人創造發明的，是

自性本具的。父母對兒女的愛，我們細心觀察，小狗生出來，牠母親多愛牠；小鳥在窩裡，鳥媽媽照顧很周到，犧牲生命也在所不惜，牠要保護好幼鳥。父子有親在動物裡面都能看到，人哪有不愛兒女的？兒女對父母的愛，最明顯的是小孩在三、四個月，他不會講話，你看他的態度、一舉一動能看出來，不用人教他。這是天性，這叫性德。

(節錄自 02-037-0052)

◎ 中國傳統教育起源於孝，譬如嬰兒無條件的愛父母、信任父母，父母也無條件的愛他。古聖先賢看到這種父子的親愛是天下最寶貴的德行，就想到怎樣才能使這種親愛永恆

保持不變，這就有了教育，這稱為孝道，是一切人倫的根本，中國人的教育就是教孝。只要人對父母的愛心永恆不變，他就會愛兄弟、愛妻子、愛親戚、愛鄰里鄉黨、愛朋友，忠君愛國，乃至能夠為眾生而奉獻自己，全都是孝道教育的成就。（節錄自 32-136-0001）

◎ 父慈子孝，這是人倫的大根大本。君臣有義、夫婦有別，乃至長幼有序、朋友有信，再擴展到八德，全是從父子有親延伸出來的。八德在中國有兩種說法，「孝悌忠信，禮義廉恥」，這八個字的根就是父子有親；另外一個講法，「忠孝仁愛，信義和平」，也是從父子有親來的。（節錄

## ◆ 善事父母

◎ 孝，古人的解釋是「善事父母」，這四個字解釋的太妙了，關鍵就在「善」。就是止於至善。怎樣才能止於至善？一個是心，一個是事。心，念念不忘父母，念念有父母；事，念念都要照顧得到，這樣承事父母。古人有個比喻，你要是不知道如何叫「善事」，你就想想在你嬰孩時代，就是從出生到三歲，父母的心，尤其是母親的心，全部精神貫注在小孩身上。小孩又不會講話、又不懂事，稍一照顧不

小心，不是受凍，就是生病。這個時候「心」與「事」俱到，我們能以這個心去善事父母就是止於至善了。善事父母，這是做人的根本。（節錄自 20-001-0003）

◎ 孝一定講「順」，順親心。兄弟不和、妯娌不和，父母很痛心，這就是不孝。所謂「家和萬事興」，家庭和睦，父母心裡愉快。兒女都能修養品德，從事正當的行業，不犯法、不違規，這是孝順父母，鄰里鄉黨對你尊重，對你的父母就更尊重，這是孝親。（節錄自 01-003-0209）

◎ 「事諸父，如事父」，遇到年齡跟父母差不多的人，都要把他們看作是自己父母一樣的恭敬孝順；遇到年齡跟自己兒女差不多的孩子，都看作是自己的子女。到什麼時候才知道真的是一體？明心見性，真相大白，才知道原來愛人就是愛自己。（節錄自 32-136-0001）

◎ 「親所好，力為具。」父母喜歡什麼？父母喜歡你成聖成賢。有的父母希望將來兒女做大官、發大財，那是父母沒有把聖賢書念通，聖賢書念通了就不會有這個念頭。（節錄自 12-017-1998）

◎ 兒女直接稱呼父母的字，這在中國過去社會沒有過的。這是基本的禮節，兒女不能稱父母的名諱。現在不但稱名，連姓叫出來，我們聽到很悲哀。你也不能說他，外國人不都是這麼叫嗎？現在一切學外國，外國人都是連名帶姓叫的。在我們中國人講沒大沒小，這家就亂了，家亂社會就亂了。五倫裡頭長幼有序，這個秩序沒有了。（節錄自 02-037-0222）

◎ 古人說：「養兒方知父母恩」，自己養兒女的時候，對兒女那種關懷無微不至，才知道自己小時候父母是怎麼對我們的，你才能在這上體驗到。如果不知道反省，你自己永

遠不會知道父母對你的那種愛。（節錄自 02-037-0436）

◎ 《弟子規》講：「父母呼，應勿緩」，要趕快答應，做給小孩看，小孩就學會了。父母叫你做的事情立刻奉行，依教奉行，統統是做給下一代看的，他就是這麼學會了。（節錄自 12-017-1440）

◎ 《戒經》上佛說，「一切男子是我父，一切女人是我母」，一切眾生皆是未來佛。這是教我們對一切眾生要尊重。為什麼說一切男子是我父，一切女人是我母？在六道輪迴生



生世世，總不出五倫的關係，這個世間哪個眾生不是我們的親人？（節錄自 12-017-1703）

## ◆ 夫妻之道

◎ 倫常教育，真實的核心是在夫婦，夫婦是同住了一個房間，這是圈子最小的。房間之外是家，家中上有父母，下有兒女，平輩有兄弟姊妹。家的外面是社會、是國，國家有領導與被領導，平輩有朋友、有同學，這是五倫的社會。用現代話來講，這自自然然是一個多元文化。如果夫婦不和，這個家還能和嗎？社會還能安定嗎？國家還能

太平嗎？統統都談不上了。所以吉凶禍福的根在哪裡？在家，在室。（節錄自 19-012-0176）

◎ 「治國平天下之權，女人家操得一大半，蓋以母教為本也。」換句話說，哪一個國家族群對於婦女輕視，他這個族群決定會亡國，絕不可能興旺，為什麼？沒有家庭教育。所以諸位真正要是認識中國傳統文化，你就了解聖賢人沒有一個人敢輕慢婦女。婦女的責任太大，在五倫裡頭夫婦有別，結婚之後，夫妻兩個組成一個家庭，任務不一樣，家庭裡面兩大任務。過去組織家庭，組織家庭為什麼？不是兩個人相親相愛，不是。因為從前男女婚姻是父

母之命，媒妁之言，夫婦兩個可能沒見過面，父母做主，媒人介紹的，結婚的時候才會見面，是這麼回事情！父母對子女愛護，細心選擇有德行、賢慧之人。結合之後是為什麼？為傳宗接代。從前中國是大家庭，小孩生下來到他長成人，他這一生為什麼？為家庭，為榮宗耀祖，為家道、家學、家業，綿綿不斷的往下承傳，這是中國人家的概念。跟現在人完全不一樣，現在人不懂。所以古代夫婦一結合，很少聽說離婚，沒這種道理，哪有這種道理？那不全破壞了！所以真的是共甘苦同患難，要維繫這個家源遠流長。（節錄自 12-047-0078）

◎君臣有義，夫婦有別，這個別不是講別的，職務有分別，天職，現在人不講求，甚至於現在人反對。天職是什麼？男主外，女主內，別就別在這裡。男要出去謀生養家，太太在家裡，她的職責是把家照顧好，使先生無後顧之憂；把孩子教好，相夫教子。這一家有沒有下一代？這個國家有沒有下一代？世界有沒有下一代？這個責任在太太身上，你就想她的責任多大。印光大師在《文鈔》裡面對於這樁事情講得很多，講得很透徹，那個話是真理。家無賢妻，即無賢母，無賢母就不會出聖賢，聖賢就是賢母培養、教養出來的。家有聖賢出來，國家有繼承人，世界有繼承人，一代比一代興旺；如果沒有聖賢出來，一代不如

一代。你就曉得夫婦有別，太太的使命多大，她的責任多大！（節錄自 12-017-1190）

◎ 在中國歷史上三太是模範，周家開國這三位婦人，周文王的祖母太姜、母親太任跟他自己的夫人太姒。周家這三位婦人都有個太字，所以中國人稱妻子為「太太」，這個典故由此而來，就是聖人的母親！王季、文王、武王、周公都是大聖人，孔子心目當中最敬仰的就這幾個人。所以下一代要出人才，人才裡是講求聖賢。（節錄自 02-039-0175）

◎ 家庭裡面兩樁大事情：第一樁大事情是維持家庭的生活，第二樁大事情是教育底下一代。你底下沒有好的後代，你的家庭幸福從哪來？你家庭興旺從哪來？一定要好的後代。所以夫婦有別，任務有別。在古時候，男子出去謀生，維持家庭生計，婦女在家庭裡面教育子女，後代全靠這個做太太的，一家有沒有前途全靠她。你們要去念《印光大師文鈔》，你看印祖在《文鈔》裡講多少次，家庭婦女之權第一大，社會的安危，國家的興亡，操在誰的手上？操在家庭婦女手上，現在人哪裡懂得？你家的好兒女，代代出賢人，這個社會上才會有聖人出現！（節錄自02-034-

0174)

◎ 母親把小孩教養成聖賢，那就是教倫理、教道德、教因果，比賺錢養家那個責任大得太多了。出一個聖人不是你一家的榮耀，是一國的榮耀、一個族群的榮耀，乃至於全世界的榮耀，這個使命多偉大。（節錄自 02-039-0175）

◎ 男女能不能平等？不能，因為男女有別。一定要平等，那就違背大自然的規律，與道有違背，災難就來了，家庭就產生變化。中國古人懂得這個道理，男女都守本分，男要有道義，女要隨順，一家才能和睦，家和萬事興。所以講平等，平等的定義要先搞清楚。（節錄自 02-041-0076）

◎ 古人夫婦一生相敬如賓，家庭教育比什麼都重要。嬰兒從出生到六、七歲，接受的是父母的教育，這個教育是根。六、七歲之後再親近老師，老師是從這個根上幫助他茁壯，開花結果。（節錄自 19-012-0176）

◎ 禮最重要的精神是崇尚往來，決定有回報。禮有節度，維繫著社會。特別是人類社會正常的秩序，小從個人，夫婦，夫婦相處何以能夠到百年好合，靠什麼？靠禮。夫婦兩個人都守禮，百年好合！如果彼此都不守禮，就很難相處。禮太重要了。禮裡面有道、裡面有情，比法好。法裡頭沒有道、沒有情，死板板的，它不是活潑的，禮是活潑



的。（節錄自 12-017-0928）

◎ 古時候，男女結婚婚禮非常隆重，也非常繁瑣。為什麼要這樣隆重？因為這兩個人的結合，對於整個社會國家都有密切的關係，草率不得，要慎重其事。這不是你們兩個人的事情，你們兩個人結婚，在你們自己一家，對你們祖宗、對你們的後裔負責任；在社會，要對社會、對國家負責任，社會的安定、國家的興衰與你結婚有關係。這一對夫妻就像大樹上的一片葉，葉長得好，這棵樹才能壯大；這個葉壞掉了，對於整棵樹的生存就是一分傷害。所以婚姻是道義，要懂得大道，義是義務，應該要這樣作法。（節

錄目 02-034-0087)

◎ 能結成夫妻，雙方都看對方的好處，都包容對方的缺點，所以兩個人結婚；結婚之後，專看對方的缺點，不再包容對方的好處，問題就來了。所以佛法不能不講、不能不學，希望夫妻永遠互相尊重，互相敬愛，互相包容，看對方的長處，不要看對方的缺點，才能夠百年好合，維繫社會安定，世界和平。（節錄自 03-011-0001）

## ◆ 胎教

◎ 中國人教育下一代，從什麼時候教起？從懷孕的時候開始教起，胎教。歷史上所記載的周朝，周文王的母親太任，他的祖母太姜，他自己的夫人太姒，這是周家三太，名字上都有個太字，所以以後妻子都被稱為太太，就從這來的。為什麼稱太太？希望妻子學周家三太。這個三太是聖人，教出的孩子是大聖人，文王、武王、周公。孔老夫子一生心目當中最佩服的人，媽媽教出來的。從什麼時候教？從懷孕就教。我們在歷史上看到記載，文王的母親太任，懷孕他的時候，眼不看惡色，不好看的東西不看，耳不聽淫聲，口不出傲言。身口意三業清淨，這個孩子好

養，出生之後聽話，在沒有出胎之前就得到母親的正氣。母親對於身口意三業非常慎重，因為她知道會影響小孩，懷孕這十個月決定不發脾氣，心平氣和。這還得了！在世界上任何國家民族沒有看到的。（節錄自 02-037-0166）

◎ 胎教，在懷孕期間起心動念、言語動作，都有一定的規矩，因為影響胎兒。懷孕這十個月，決定不能發脾氣，決定不能有不正當的念頭，讓小孩所稟賦的完全是正氣。所以母親有這麼大的責任，把兒女都培養成聖人賢人。（節錄自 02-037-0208）

◎ 中國儒家的教育，從胎教開始。母親懷孕時，心地要清淨，對於小孩的身心影響很大。如果母親懷孕常常發脾氣，小孩以後就變成問題兒童；懷孕的時候，如果母親充滿愛心，這個小孩將來是仁慈的人。母親的飲食舉止都要留意，不可以放逸，影響胎兒。孩子出生之後，父母要給孩子做好榜樣，這是真正愛護子女。（節錄自 02-034-0110）

◎ 起心動念對胎兒影響太大了，母親在懷孕期間起心動念都是善、清淨的，胎兒受的利益就太大了！人人都希望自己的兒女好，孝子賢孫。怎麼教？在懷孕的時候，我們自己要行孝、盡孝，孝的波就影響他。我們修善、修福，心清

淨，這種教育給他種下了深深的種子，絕不是迷信。（節錄自 14-012-0024）

◎ 古時候重視教育，諺語說得好，「教兒嬰孩」，教子女是從嬰孩時候就教；「教婦初來」，媳婦進門那一天開始教她，何以故？「少成若天性，習慣成自然」。（節錄自 02-034-0122）

◎ 小孩第一任的老師是母親，扎根教育全靠母親。在母親懷孕的時候就教，胎教。從出生到三歲，這一千天的教育是

最重要的。現在人不知道，這樁事情全世界只有中國這個族群才知道。（節錄自 02-037-0022）

### ◆ 教女為要

◎ 中國古時候教育，教女特別嚴格，比教兒子嚴格好多倍。為什麼？因為今日的女孩是未來的母親，而母親是孩子的第一任老師，所以女孩教好了，你的家就好，你的族就好，你的國家就好。（節錄自 02-037-0075）

◎ 從前教兒女，第一任老師是母親。有很多母親不認識字，

她會教你做人，教你孝親、尊師、友愛兄弟，都是母親教。所以人如果從小教好了，一輩子都不會做壞事情，都不會有惡念對人，這個社會多祥和。所以，教女尤為重要。（節錄自 02-037-0075）

◎ 中國古代的父母，對教女孩比教男孩嚴格，是有道理的。三代夏商周，都是有賢女興旺國家。周朝是歷史上最好的典範，周文王的祖母太姜，他的母親太任，他的妻子太姒，所養的兒子都是聖人，孔老夫子一生最佩服的、最稱讚的。中國人稱妻子為太太，典故從這裡來。女子出嫁要以三太為榜樣，向她們學習，聖人的母親，要把兒女教成



聖賢，這是五倫的夫婦有別。（節錄自 29-303-0041）

## ◆ 不邪淫

◎ 邪淫不僅是指男女之欲，凡是衣食住行物質生活過於奢侈，超越了本分，都叫做邪淫。邪淫引伸的意思非常廣泛，一切過度的奢侈都屬於這一類。（節錄自 01-009-0022）

◎ 在日常生活，身要清淨，不造一切惡業。佛門常講修清淨梵行，身遠離殺盜淫，就是不殺生、不偷盜、不淫欲（在家的是不邪淫），這就是正業。（節錄自 01-011-0026）

◎ 「不邪淫」，這是在家同修遵守的。在家同修有婚配，夫妻的結合是道義，要有義，決定要守禮、守法，有情有義，有恩有德。（節錄自 02-034-0012）

◎ 今天社會動亂，是不是愛欲造成的？尤其這淫欲。殺盜淫妄酒，這是佛門的根本戒，五戒。我這兩天接受丁嘉莉居士的訪問，主題是講全世界墮胎的問題。我知道這個事情嚴重，嚴重到什麼程度不知道。她告訴我，全世界，這個數據是聯合國世界衛生組織發布的，最保守的估計，也就是醫院裡頭有這個案件的。大醫院，小醫院那沒有了，就不知道了，大醫院有這個案件的，統計下來，每一年超過

五千萬人，兩年就一億。這是什麼？這是殺人！殺的人不是別人，是自己的兒女。這是什麼世界！古人連作夢都想不到。我們在古人當中只看到一句話，「萬惡淫為首」，我們沒有想淫有這麼嚴重。（節錄自 02-037-0075）

◎ 有沒有辦法化解？要化解有辦法，不是沒有辦法。在佛法講，人人能守五戒十善，問題解決了。在中國傳統來講，人人能夠遵守老祖宗所教的十二個字，「孝悌忠信、禮義廉恥、仁愛和平」，問題馬上解決。用什麼方法？教育。今天邪淫的風尚風靡世界，是什麼原因？電視在教、電影在教、網路在教，報章雜誌統統都在教，工商業廣告都在

教，你在哪個地方看不到？（節錄自 02-037-0075）

◎ 淫欲，佛法對出家人完全禁止，對在家人止於妻妾，這是佛法的慈悲。因為一切眾生的執著，第一個就是情執，這個東西最難斷，情執斷了才能證阿羅漢果，才能出離六道輪迴。這一條是六道輪迴的根，只要有這個念頭，你就不能超越；只要有這個念頭，念佛不能往生。它是一條非常堅固結實的繩索，把你捆綁在此地，你脫離不了六道輪迴。所以這個利害得失一定要清楚、要明瞭，要把這個念頭放下。（節錄自 02-037-0364）

◎ 一切妄想、邪念當中，淫欲這個念頭的力量最強、最大，你能把它控制住，其他次等、再次等的這些邪念自然不生了。（節錄自 02-037-0461）

◎ 「一切眾生皆因淫欲而入生死」，這個話說得一點都不錯，是真的，如果沒有淫欲的念頭，你就不會到六道來輪迴。所以古德有句話說，「欲不除」這個欲就是淫欲，「不出輪迴」；「念不一」，也念佛，「不生淨土」。生淨土要念到一心，也就是起心動念只有阿彌陀佛，這比什麼都重要，除阿彌陀佛之外沒有第二念，這個人決定往生。在這個世間，沒有把淫念頭斷掉，你就出不了六道輪迴，

六道輪迴裡面生死的根就是淫欲，所以這個不是一樁好事情。（節錄卅 02-037-0461）

◎ 淫欲有三種過，第一個「苦而似樂」，人不知道它是苦，以為它是樂。要細心去觀察，就知道佛所講的話是正確的，真的是苦不是樂。為什麼？對於身心都在摧殘、都有傷害。第二個「少味多災」，味是趣味，人之所好；災是災難，帶給你的災禍可大了。第三個「不淨似淨」，這是真的。（節錄卅 02-037-0461）

◎ 夫妻房事要有節度，身心才會健康，家庭才會幸福。如果不知道節度，會帶給你很多的疾病，甚至於早亡；你有八、九十歲的壽命，可能到四、五十歲就過世，這與你不知道節制房事有很大的關係。（節錄自 02-038-0008）

◎ 章太炎居士，民國初年的樸學大師，他在世時曾經做過東嶽大帝的判官，就是晚上睡著了到鬼道上班。他知道地獄有種刑罰叫炮烙，銅柱燒紅了讓罪人去抱，這是邪淫的果報，他說此刑罰太殘酷了，不仁道，建議東嶽大帝能否將此刑罰廢除。東嶽大帝也沒說話，派兩個小鬼帶他先到炮烙地獄參觀一下，回來再說。他跟著小鬼去到達這個地

獄，小鬼告訴他到了，他卻看不見。這才恍然大悟，地獄不是東嶽大帝建的、不是閻羅王建的，是業力變現出來的，你不善的念頭、不善的行為自自然然感召的，就像做惡夢一樣。（節錄自 02-037-0555）

◎ 現在教育失敗，教競爭，學校教育教競爭，家庭教育也教競爭；社會教育，廣告、新聞、雜誌誘人邪思，教邪淫。「萬惡淫為首」，教邪淫就是教萬惡，社會怎麼不亂？個人造業是個別報，一群人都造業就是共業，就是集體的大災難，災難就是這麼來的。（節錄自 02-038-0001）



◎ 不管今人古人，無有不貪財的，無有不貪色的，幾千年前老祖宗清楚，所以以倫理、道德、因果教導後裔。財色在人的生活不能缺少，但要懂得節制，不能讓它氾濫，家庭才有幸福，社會才有安全。如果沒有良好的教育來節制它，這兩樁事情一氾濫，災難就來了，個人的災難是疾病纏身，社會的災難現在大家能看到。所以古今中外的大聖大賢對這兩樁事情的教誨很多，中國老祖宗最有名的名言，「萬惡淫為首，百善孝為先」，時時刻刻在警惕我們。

(節錄自 02-038-0008)

◎ 一切重罪無過於殺生，因淫而殺生的，古今中外的例子太

多了，而對於修道最大的障礙也是這樁事情，淫和殺這是兩大重障。修行想超越世間，想在這一生成就，決定要把殺盜淫放下，如果不放下就沒有辦法超越三界。所以應當要斷淫、戒殺，才能夠消除過去現前重障惡業。（節錄自02-038-0008）

## ◆ 不殺生

◎ 這是講因果，他為什麼這樣健康長壽？他過去生中生世世持不殺生戒，他持得很嚴，所以得這個果報。諸位曉得，凡是果必定都有因的，沒有說是有果沒有因、有因沒

有果的，沒這個事情，因果一定相應。佛教我們，果報都是修得的，我們的財富是過去生中修財布施所得來的。有人發財很難，很不容易才得到財富；有人發財很容易，簡直不操心，錢從天上掉下來了。這就是過去修因的時候，他修財布施，有人修財布施很勉強布施出去，他將來有沒有果報？有果報，那果報得來也不容易。有人布施很痛快的，根本沒有在意就布施出去了，他將來的果報得來就很容易，也是無意當中就得財富，真是「一飲一啄，莫非前定」，一絲毫勉強不得。法布施得聰明智慧，無畏布施得健康長壽，不殺生是無畏布施，所以他得的果報是健康長壽。（節錄自 01-003-0112）

◎ 身所造的殺生，殺害一切眾生的身命，即使小至蚊蟲螞蟻也是殺生，這是佛在戒律裡面所不許的，因為一切有情眾生沒有一個不愛惜自己的生命，危害生命沒有一個不是懷恨在心。所以你不要看蚊蟲螞蟻那麼小，牠也有瞋恚，牠也會記仇，你殺害牠，將來牠得人身，你得畜生身，他也來報復，所以是冤冤相報沒完沒了，這是非常的可怕。佛給我們講世間的戰爭，叫刀兵劫，刀兵劫從哪裡來的？就是從殺生來的，如果這世間人統統不殺生，就可以說避免這一切戰爭的災難。（節錄自 01-009-0012）

◎ 我一個人學佛，我不殺生，你家裡人沒有學佛，「你們學

佛這些人專門養老鼠，專門養蟑螂，害我們這些人的健康，你這叫學佛？你對牠好，對我們都有害，你把人都害死了，你還要去照顧這些動物，你這是行什麼菩薩道！」這說得有道理，不是沒有道理。看到家裡人拿著殺蟲劑在殺這些蟲時，阿彌陀佛阿彌陀佛，趕緊念佛，人家聽了心裡多難過。這樣一來，你家庭決定不和睦，就會起爭執。不學佛，家庭還很和氣；一學佛，家庭就鬧得天翻地覆，我遇到的很多。這一定要有善巧方便，那就是特別注意防範。

殺蟲劑這些東西可不可以用？可以用。用在什麼時候？不要等蟑螂出現的時候，一出現，你不是殺牠嗎？防範，

譬如一個星期你在拐角上噴一次，永遠你就看不到牠，牠聞到這個牠不來了，不要等牠來了才殺牠。一個月做一次防範，牠就不會來了，大家要懂這個道理。晚上蚊子多了，我們可以點蚊香，把窗戶打開，讓牠出去，趕牠出去。你窗戶關著，統統把牠殺死了。所以一定有善巧方便，不要叫家裡人起反感，不要叫不學佛的人毀謗佛法，這個諸位同修一定要記住。不殺生當然很重要，培養自己的慈悲心，不與一切眾生結冤仇。但是一家人的健康，一個都市的整潔，我們每個人確實都有責任要維護的。（節錄自02-

003-0018）

◎ 至於飲食這方面，學佛的同修最好勸家裡面人不要吃活的東西，買活的東西回家來殺的確是很殘忍。殺好了的，市場裡面有的是，可以買回來吃。這個佛法裡面叫三淨肉，就是不見殺、不聞殺、不是為我殺的，這個叫三淨肉。所以，總要盡量的勸勉家人不殺生，不吃活的東西，這也許能夠接受。同時可以常常提倡飲食的健康，世間有很多人說吃素沒有營養，總是這個觀念，你要把他這個觀念糾正過來。素食的營養決定超過肉食，你看吃長素的人，他身體的狀況比吃肉食的人，同年齡的如果到醫院抽血化驗一檢查，決定不相同。素食決定有益於健康，現在很多醫生都知道。（節錄自 02-003-0018）

◎ 現在人尋樂是什麼？我們在講席裡常常講的比喻，是吸毒、打嗎啡，以這個為樂。這是苦，以苦為樂，樂後苦要增加多少倍，這是錯誤。換句話說，今天世人無樂可享，不知道什麼叫樂，以為找這些刺激就叫做樂。所以吃喝玩樂，無不是罪，殺生、吃肉，墮胎。墮胎可不得了，墮胎是人生最大的惡。為什麼？兒女跟你什麼緣分？佛在經上講四種緣，到你家來，報恩、報怨、討債、還債。他要是來報恩的，你把他殺掉了，你看恩變成仇；他要是報怨的，來報仇的，你把他殺掉，仇上加仇恨，愈來愈凶；來還債的，你把他殺掉了，不但他不還你的債，又變成仇人；來討債的，不但你不還給他，你還要把他殺掉。所



以你想想後果，那就太可怕了，這還得了嗎！（節錄自 02-037-0012）

◎ 佛的戒律第一條不殺生，放生跟不殺生都是屬於無畏布施，教一切眾生離開恐怖、離開憂慮、離開苦難，這是屬於無畏布施。我們能夠幫助人脫離困難，幫助人得到平安，這種布施就得健康長壽。我們怎麼做法？長齋（就是素食）、放生，這是一種。其次的，對於老弱貧病要特別去照顧，隨時遇到隨時我們幫助他，盡心盡力的幫助他。不要以為這個是小事，果報不可思議！你常常幫助病人，你自己就不害病；你常常幫助老人，你自己就不衰老，年

歲雖然大，體力跟年輕人一樣。過去有不少同修見過台中李炳南老居士，老居士年事很高，九十五歲都不要人侍候，自己走路也不要拄拐杖，不要用手杖，他這個健康長壽是無畏布施的果報。他以佛法、以醫術幫助許許多多老病之人，所以他自己得這個殊勝的果報。萬萬不可以嫌棄老病，你對老人、病人嫌棄他，將來你自己生病、自己年歲老了，年輕人就嫌棄你。（節錄自 02-005-0073）

◎ 婦女懷孕時要懂得胎教，把小孩生下來，把子女教導好，將來他是聖賢君子；妳要去墮胎，把他拿掉，這是不自然，破壞自然，而且跟這個嬰靈結了冤仇，妳一生都後悔

莫及。（節錄自 02-037-0295）

◎ 墮胎就是殺人，你要不要償命？欠人家命債，冤冤相報沒完沒了，你敢嗎？所以一個不善的念頭傷害眾生，實際上就是傷害自己，叫反作用力，你這打出去回頭就彈到自已，快得很。（節錄自 02-039-0160）

◎ 三皈依我們每天都在做，給誰做？給每天全世界墮胎的小嬰靈做。你說一天墮胎多少？可憐！每天被殺害的眾生，包括被人吃掉的，每天被殺掉的有多少？水裡游的、天上

飛的、地上走的，這些死難的眾生，我們請他來聽經，讓他來接受三皈依，幫助他們。有善根的真能得度，化解他們的怨恨，幫助他們念佛求生淨土。（節錄自 02-037-0112）

## ◆ 兄友弟恭

◎ 長幼有序，這是講兄弟姊妹，這個秩序是天然的，沒辦法競爭，不能改變的，老大就是老大，老二就是老二。兄長要做弟妹的好榜樣，弟妹尊敬長兄。父母不在，長兄如父，長嫂如母，家裡秩序井然不亂，這個家興！兄弟姊妹和睦，家和萬事興。（節錄自 12-017-1190）

◎ 把孝落實，在奉事兄長上就稱之為「悌」，悌是弟子，就是要尊重、敬愛年齡比我大的兄長。兄弟和睦相處是悌道，延伸出來就是尊敬長輩，尊師重道，所以學生如何事奉老師也是悌，這是師道。孝道是根，師道是本，中國傳統文化就建立在孝道和師道的基礎上。（節錄自 32-136-0001）

◎ 悌是善事兄長。兄弟姊妹是同胞骨肉，是一身！如果兄弟姊妹不和睦，這就是大不孝。為什麼？讓父母操心；兄弟和睦，父母就歡喜！所以一個善事父母的人，決定善事兄長，兄友弟恭。（節錄自 20-001-0003）

◎ 在《禮記》講：「十年以長，則以兄禮和之」。比我們長十歲的，就要把他當大哥、長兄來看待；長二十歲以上的，跟自己父母是同一輩的，就要以事父母之禮來看待。所以中國自古以來是以禮治天下，以孝治天下，四海之內皆兄弟，整個中華民族就是一家人。（節錄自 20-001-0003）

◎ 兄弟姊妹年節的時候團聚在一起，中國人講團圓，這是倫理的聚會，這個教育要提倡。（節錄自 12-017-0809）

## ◆ 君臣有義

◎ 君不一定是皇帝，君是領導者，臣是被領導者。我們在社會上，無論在哪个公司、行號、機關做事總有長官、有夥計，現在講有老闆、有同事，這就是君臣關係，就是有領導與被領導的關係。領導的人對於被領導的要慈愛，被領導的人對領導人一定要效忠。（節錄自 02-014-0003）

◎ 義是循理，遵循正理，遵循大自然的規則。無論是為自己，或者為別人，思想言行都合情、合理、合法，不違背道理，這就是義，也就是所謂的天理良心。義是盡義務，

為一切眾生服務不求果報，不求報酬，不講權利，這叫做義務，我們現在稱為義工。義工就是不要報酬，是義務的為社會服務，為國家、為一切眾生服務，這是道義的一種。（節錄自 32-136-0001）

◎ 如果團體所有人都能明白義理，能守住重義輕利的原則，能把父子有親的這種愛表現在上級跟下級的關係當中，就會彼此互相憐愛、包容、關懷、照顧，互助合作、共存共榮。團體的每一個人尊重團體、愛團體，不毀謗、不傷害團體，這就是有道義的團體，這樣的團體就能給世人做行義的好榜樣。心裡存義，做出道義、仁義、情義、恩義的



形象來影響社會，廣度眾生，讓眾生回歸道義，這就是現代能盡義務的聖賢君子。（節錄自 32-136-0001）

◎ 「事親孝故，忠可移於君」。忠跟孝是一不是二。在家能盡孝，在社會才能盡忠。（節錄自 20-001-0003）

◎ 儒、佛的教學是對一切眾生的，不分階級、不分男女、不分老少、不分行業，希望每一個人都知道作君、作親、作師。「作之君」，君是很好的領導人，具備的條件是仁慈，對被領導的這些人要真誠的關懷、真誠的愛護，真誠的指

導他。同時要作之親，以父母之心愛護被領導的人。還要作之師，像老師愛護學生的心。無論我們是什麼樣的身分，即使是一個普通的員工，也要做到這三個條件，雖然沒有職位，要有這三種心去做影響力，影響我們的同事，影響我們的朋友，影響我們認識的人，然後擴大就能夠影響社會。（節錄自 02-034-0011）

◎ 五千年歷史的教訓，老祖宗教我們怎樣做人、怎樣生活。人離不開群體，人要依靠眾，依靠眾對大眾不愛護怎麼行？愛護大眾像愛護自己一樣，就沒有人不擁護你，沒有人不愛戴你。你搞獨善，就照顧不了別人，在群體裡怎

麼會長久？（節錄自 02-037-0120）

◎ 領導人必須盡忠職守，使業務能夠發展。做得盡善盡美是本分，不值得驕傲，也不能居功，做錯了就是自己的過失。所以明白佛理，知道因果，自己能力不如別人，趕快讓賢。讓一定讓給真正是賢人，那個人至少比我聰明、能幹；如果讓給一個不如我的，那我要負責任，也造罪。所以相當不容易，很難！（節錄自 02-008-0017）

◎ 你是個公司老闆，老闆是君。你這個公司員工有幾百人、

有幾千人，還是以倫理道德來領導他們。你這個老闆是聖人！對你公司裡頭所有員工都看作兄弟姐妹、兒女一樣，真正關心他，照顧他，幫他解決困難。員工哪一個不忠心為你效忠，全心全力為你做事！你還是個好老師來教他，德行上要年年增長，技術能力也要年年增長；所以有基礎教育，有進修教育，專業教育。你這個老闆是菩薩，真正把「君親師」這三個字都做到，都做好了。一般人在家裡，在家裡是家長，家長也是君親師，也是這個使命，這個職責。你有沒有把你的兒女、子弟教好，有沒有全心全力來照顧他們？所以君、親、師是每個人來到這個世間他的天職，無論單位大小，你是一個領導人，你就要做到「君親

師」這三個字。（節錄自 12-017-1026）

## ◆ 朋友有信

◎ 信是講信用，言而有信，是做人最基本的道理。言而有信的人做事情負責任，說到做到，絕不欺騙別人，這樣的人會得到社會大眾的支持幫助。孔子說：「人無信不立」。老祖宗把信看成道德的最底限，一切法都是從信德成就的，如果沒有信，就不可能有任何成就。（節錄自 32-136-0001）

◎ 佛經上說：「信為道元功德母，長養一切諸善根」。信是入道的根源，世間、出世間一切功德都是從信心產生的，沒有信心就生不出功德。你有多大的成就，就看你有多大的信心。（節錄自 32-136-0001）

◎ 人基本的德行就是五常，仁義禮智信，最後一個是信，誠信，對任何人真誠、有信，決定沒有懷疑。古人往來，生意上交易沒有什麼合同、契約，沒有，一句話，他就能守信。借貸的時候不用收據，到時候人家自然就來還錢。有的時候錢借出去就忘掉了，到人家送還，什麼時候借的？說起，想到是有這麼回事情。你說古時候社會多美、多

好，哪有現在這麼些囉囉嗦嗦！這些法律在從前沒用處，人人能守信。（節錄自 02-037-0026）

◎ 信是一切德的基礎。中國這個「信」字，人言就是信，要不守信用，那是妖魔鬼怪的言語，不是人的言語。所以基本的德行一定要守住。（節錄自 02-042-0066）

◎ 我們要想成就自己的德行，恢復自己的性德，要從不妄語開始做起。不妄語就是實語，誠實、守信，這個確實是德行的根基。說話要算話，這叫信，說話不算話，這是不守

信用；不守信用，別人不敢信任你，不敢依託你。所以在過去古老的中國，儒家教學常說「人無信則不立」，人要沒有信用，在這個社會上沒有立足之地。為什麼？大家對他打問號，不敢相信他，大的事情、重要的事情不敢讓他去做，他沒有信用。我們想想他還會有什麼成就？縱然有一點小成就，終究他要失敗。（節錄自 12-017-1026）

◎ 儒家教學的標準，「君子絕交，不出惡言」，朋友兩人意見不合，翻臉、斷交了，決定不說人家一句壞話。儒家最低水平的君子，現在世界上沒有。為什麼儒家這樣教人？維護社會的安全，維護世界和平，這了不起！不出惡言，



功效就這麼大！（節錄自 19-014-0121）

# 家庭即道場

## ◆ 四攝法

◎ 「四」是名數，就是有四條，「攝」就是攝受眾生。換言之，是佛菩薩辦學招生的方式，也可以說是招生的手段，如何能把學生吸引過來，讓他樂意接受佛陀教育，這叫「四攝法」。（節錄自 01-004-0030）

◎ 為什麼對待眾生，先要用慈善救濟來幫助人？這是佛的四攝法，攝受眾生的手段。佛在經上也明白的教給我們，

「先以利欲勾，後令入佛智」，佛真慈悲到了極處。世間人你叫他來學佛，他搖頭，他不來；你請他來吃飯，他很高興，馬上就來了，吃完飯再叫他學佛就比較容易，總受了恩惠。然後給他說明宇宙人生的真相，說明我們自己跟自己生活環境的真相，他明白真相之後，回頭是岸。所以佛家用這種慈善，布施、愛語、同事、利行這些方法都是攝受眾生。（節錄自 02-034-0011）

◎ 四攝法頭一個是「布施」。這個布施跟六度的布施意思不一樣，六度的布施目的是斷慳貪，是成就自己德行。四攝法，用我們現在的話來說，就是四種公共關係法，現在

講公關，四種交際法，人與人之間往來交際的四種方法。它的目標是能跟一切眾生和睦相處，所以那個布施就不是以斷慳貪，不是以這個為目標。以什麼為目標？以建立感情，以這個為目標。建立感情的布施，我常常講的是多請客、多送禮，中國人講禮多人不怪。（節錄自 02-034-0158）

◎ 第二是「愛語」，愛語就是對他真實愛護的教導。我們不要把它看作是對方喜歡聽的，那就錯了；不見得是他喜歡聽的，但確實是對他很愛護的。這個教導，使接受的人心裡尊敬、悅服，歡喜接受。特別是接引初學的人，要有智慧，要有真實誠懇的愛心，還要有善巧方便，才有攝受的

力量。這個攝就像吸鐵石吸鐵一樣，它能夠把你吸住，有這麼一個力量，所以叫做攝。（節錄自 01-011-0028）

◎ 第三是「利行」，行就是行業。菩薩要度眾生，種種的行業，一定要叫眾生覺得與他有利益。眾生的心無不是以利擺在第一位，名還是其次，古今中外的人都重利，菩薩深深了解眾生的心，因此接引眾生把利益他擺在第一位。

（節錄自 01-001-0013）

◎ 第四「同事」。四攝法裡面，大概像我們一般人，前面三

種可以用；後面這一種，自己必須要有高度的智慧，要有很深的定力才可以，否則的話，一定會失敗的。同事，他喜歡做什麼事，我可以跟他一起去做。如果你想接引的這個眾生，他喜歡打麻將，你也天天去跟他打；他喜歡跳舞，你也天天去陪他跳舞。如果你沒有定力，你不但不能度他，馬上被他度跑掉。這種情形自古以來就有，現在就更多，出家的法師被在家信徒度跑掉了。所以，同事不能夠輕易的去用。（節錄自01-011-0028）

◎ 夫妻兩個人要懂得四攝法，這對夫妻百年好合。為什麼？先生常常想著太太，送禮給她，太太也想著先生。常常

彼此送禮，那個感情就厚了，就不會有差錯。你用在家庭，一家和睦，家和萬事興。為什麼家庭會破裂？都是不懂得四攝法。學佛還鬧離婚，這佛教白學了，哪有這種事情？佛法裡面都是好東西，真的沒有學到。（節錄自02-034-0158）

◎ 先生用四攝法，太太也用四攝法，兩個菩薩在一起相親相愛，相敬如賓，互相尊重，互助合作，永遠不變，這叫佛法。夫妻和合，家庭美滿，這是家齊，家齊而後國治；各個國家都安定繁榮，世界就和平了。（節錄自12-033-0004）

◎ 中國諺語有所謂「天時不如地利，地利不如人和」，人和重要！只要人和，天時地利都感通了，人和是個核心。佛教給我們四攝法是修人與人之間的關係，是自己與一切眾生把關係建立好的方法，或者稱作交際的方法。從夫妻開始，然後家庭裡面父慈子孝，兄友弟恭；家庭外面，長官部屬的關係，朋友的關係，這些都是四攝法的大用。（節錄自 12-017-0955）

◎ 釋迦牟尼佛教的四攝法我們要學，你能用這四種方法，無往而不利。頭一個就是布施。住在同一層樓的幾戶人家，見面的時候一定打招呼，一定問個好。有些好吃、好玩的



東西，常常當作小禮物送給他們。你送過幾次了，人家將來會敲你的門送你，禮尚往來！慢慢就都認識了。所以布施、愛語、利行、同事，佛教我們用這四種方法處事待人接物。（節錄自 12-033-0004）

◎ 度眾生必須要有智慧、善巧方便，佛為我們講的四攝法，四種攝受眾生的方法。學佛之後對於家親眷屬，要格外認真為他們服務，這就是布施。學佛後真的懂得孝養父母，尊重長輩，兄弟和睦，愛護晚輩，真誠慈悲流露出來了，家人發覺你學佛前與學佛後的不同，看到了怎麼不受感動？等到他們向你請教時，你再把佛法的道理講給他們

聽，他們全都得度了。（節錄自 21-090-0017）

## ◆ 和為貴

◎ 孔夫子講「和為貴」，人與人之間要和，人與天地萬物要和，人與一切眾生要和。不和，現在我們這個世間就是不和，社會動亂，眾生都生活得非常辛苦。所以我常常勸導從事於化解衝突、促進安定和平的人，我教他們觀身，從觀身裡面啟發智慧。首先我們一定要肯定宇宙是多元的，世界是多元的不是一元的，是多元的，多元就要和，一元就不必和，那談不上和，多元一定要和，不能夠歧視別

人。（節錄自 02-034-0161）

◎ 我們一定要肯定認識文化是多元的，一身是多元的，家是多元的，團體是多元的，社會國家是多元的，盡虛空、遍法界亦是多元的，這是我們首先要肯定，決定不能否定任何一個族群，不可以。對於有苦難的，必須要幫助的，我們聽到了、見到了，一定要盡心盡力去幫助他。為什麼要這樣做？這是你所知識的落實。你聽到見到不能熱衷的去幫助他，你的學、你的知沒有成熟，半生不熟；如果真的是成熟了，這是自然的，佛家講「法爾如是」，沒有一絲毫勉強。（節錄自 12-017-0285）

◎ 和，一定要內部和；內不和，外面決定不能和睦的。一個家也是如此，任何一個團體，不和就不能夠對大眾產生影響，所以和比什麼都重要。（節錄自 02-037-0492）

◎ 中國儒家倡導「和為貴」，佛法、道家，乃至世界上所有的宗教家，沒有一位不是提倡和平的。「和平」這兩個字的意義，「和」是大眾和睦相處，「平」是平等對待。眾生之所以不能夠和睦相處，基本的因素就是不平等。不能夠平等對待，和平怎麼能落實？所以和是果，平是因，能平等對待，自然就能夠和睦相處。（節錄自 21-099-0001）

◎ 中國人講和平，就是要和睦相處、平等對待。我們也常講「和平安樂」，和平就有安樂。要想得到心安，就必須要先心平，心平之後才能心安。我們現在心不平，怎樣才能平？「平」前面有「和」，跟大眾相處要能和氣，心自然就平了。（節錄自 32-136-0001）

◎ 唯有真誠、清淨、平等的愛心生起來，這個世界才有和平。人民知道互相尊重，互相敬愛，互助合作，就像一家人一樣；不分國家，不分宗教，就像兄弟姐妹一樣，這個世界多美好！這個世界就是佛經上講的極樂世界。現在人祈求和平，和平要從這個地方扎根。（節錄自 02-034-0147）

◎ 佛陀教導我們修「六和敬」，這是佛法戒律的根本。（節

錄卅 32-136-0001）

◎ 六和敬，第一是「見和同解」，就是建立共識，和就從這個地方扎根。大家有共同的想法、想法，在這一生當中有共同奮鬥的目標、方向，這就是和的基礎。第二是「戒和同修」，就是守法、守規矩。規矩，在中國，家規的集大成就是《弟子規》，這是各個不同族群家規裡面共同的科目。第三個「身和同住」。大環境來說，大家同住在地球上；小環境來說，同住在一個城市、一個鄉村，乃至同住在一個道場，大家要各自約束自己的言行舉止，不影響別

人，創造一個好的修學、生活環境。第四個「口和無諍」，彼此沒有爭論。第五個「意和同悅」，每個人都歡歡喜喜，法喜充滿。第六個「利和同均」，衣食住行，大家都是平等的。一個團體真正能做到六和敬，大家的心就平了，心平之後就得到安，安了之後就得到快樂、安樂，就真正得到佛法所說的破迷開悟、離苦得樂。（節錄自 32-136-0001）

◎ 「和」在中國是非常重要的。故宮裡面三個最大的建築物，我們世俗人講金鑾殿最大的殿叫「太和殿」，太和殿後面的大殿叫「中和殿」，中和殿後面的大殿叫「保和殿」。三個大殿的名字都用「和」，滿清的皇帝用和治天下，所

以能夠享國將近三百年。（節錄自 02-009-0022

◎ 大家在一起，對於問題的看法、想法都不一樣，如果每個人都堅固的執著，衝突就在所難免，就談不上和睦；如果大家都能夠退讓一步，問題就解決了。所以一定要忍讓，天下本無事。（節錄自 02-018-0006）

◎ 家怎麼樣才像家？夫妻要和睦。過去的夫妻縱然有爭論，或者有不愉快的事情，他們會想到，這個影響到整個社會的安危，影響到一切眾生的禍福，想到這一點，心平氣和



了，也就都能忍讓了。彼此都能忍、都能讓一步，這個家就和睦了。（節錄自 19-012-0176）

◎ 現在社會不講忍讓，小孩從小就教競爭，這還得了嗎？以現在的青少年跟父母爭、跟兄弟爭，在學校跟老師爭，將來長大到社會上，他只有一個觀念，就是競爭。人人都爭，世界末日來了，孟子所謂「上下交征利，其國危矣」，這個國家就危險了。（節錄自 19-012-0174）

◎ 雖然是一家人，各人修的因不一樣，同樣一個母親生的，

有的兒子富貴發財，有的兒子貧賤，生活過得很辛苦。所以富有的幫助貧窮的兄弟姐妹，要常常照顧他，相親相愛，這一家才能和睦。（節錄自 02-036-0005）

◎ 「言色常和」，「言」是言語，「色」是容貌。對待家裡任何一個人和藹可親，給家人做好樣子，教化一家人。然後這一家再教化鄰里鄉黨，逐漸把影響擴大，就能安定社會。（節錄自 02-036-0005）

◎ 我們的身心是一團和氣，人健康長壽；如果不和，問題就

出來了。和悅，你看他歡喜，喜悅相；你看到這個人臉上表情煩惱憂慮，他身體一定有病。你看到他歡歡喜喜、活潑潑，像小孩一樣，他哪裡會有病？叫純陽之體，這個純陽之體如何能夠保持到老而不衰？功夫。活到一百歲了還像兒童一樣，那麼樣的天真爛漫，那麼樣的活潑自在。這是佛法的受用，是傳統文化的受用，你真學它，真是如此。身心輕安，他沒有煩惱，他沒有憂慮，什麼複雜的問題到面前智慧解決。（節錄自 02-039-0046）

◆ 仁慈博愛

◎ 仁慈博愛是所有宗教的根源，所有宗教的總綱領、總原則。所以我們可以說，宗教教育就是愛的教育，佛教教育是慈悲的教育，中國傳統文化教育教育是仁愛的教育。這是什麼？這是人性，中國古人講本性本善。（節錄自 02-039-0413）

◎ 仁慈博愛是性德，自性本有的。所以每個宗教都講愛，那個愛不是感情的，是智慧的。感情的愛是假的，不是真的，因為它會變，智慧的那個愛是永恆不變。（節錄自 02-039-0046）

◎ 所有宗教教化眾生的宗旨就是仁慈博愛。任何宗教教化眾生的目的，都是希望眾生離苦得樂。所以，宗旨目標相同，只是方法手段不一樣，可以相互合作。（節錄自 02-034-0166）

◎ 所有宗教教學的方向跟目標，確確實實只有一個「愛」字，人愛人就不會害人，愛人的人才真正是自愛。自愛什麼？愛自己的性德，性德的核心就是仁愛，仁慈博愛。性德無量無邊，仁慈博愛是性德裡頭的第一德。（節錄自 29-175-0010）

◎ 「博愛」兩個字是出自佛經，博愛就是平等的慈悲，沒有分別，沒有執著，這才是真正的博愛，佛家講「無緣大慈，同體大悲」是真正的博愛。（節錄自 02-022-0009）

## ◆ 自愛愛人

◎ 佛說「一切眾生本來是佛」，而我們現在變成凡夫，造作罪業，這是不自愛。自愛才會愛人，愛人從愛父母、妻子、兒女、家親眷屬開始，再慢慢擴大到愛一切人；不但愛人，還要愛樹木花草、山河大地。要用真誠、清淨、平等、正覺、慈悲之心對待萬物，要像天地一樣沒有一絲毫

私心，沒有一絲毫分別、執著，平等的照顧一切眾生，愛心遍法界虛空界。（節錄自 32-136-0001）

◎ 人，懂得愛人就不會害人；起心動念損人利己，這是由於喪失了愛心。「仁者無敵」，仁愛之人大慈大悲，心裡沒有敵人，沒有冤家對頭。大家都推行仁愛，社會就會祥和，問題就能解決，一切衝突都化解了。（節錄自 32-136-0001）

◎ 仁者愛人，愛人一定自愛，人不自愛怎麼會愛人！我們想

想，我能自愛嗎？如果真的自愛，決定不會違背性德，違背性德就是不自愛。（節錄自 02-037-0012）

◎ 遍法界虛空界跟自己是一體，我們不知道是一體，我們在搞分裂、在搞對立，這個苦了！性德第一德是愛，我們連自己都不愛，還能愛人嗎？今天跟父母的關係、夫妻的關係、兄弟的關係、朋友的關係全是利，爭名奪利，愛沒有了。（節錄自 02-037-0107）

◎ 釋迦兩個字翻譯作能仁，能夠仁慈；牟尼兩個字是寂靜、



清淨的意思，清淨寂滅。仁慈能愛人，清淨能自愛，自愛是清淨平等覺，愛人是全心全力為一切眾生服務。佛弟子都能以這個來修身，做為自己這一生最高的原則，這個世界多美好。（節錄自 02-037-0132）

◎ 殺盜淫妄酒，佛門的大戒！無論出家在家，一定要遵守，對自己有好處，利益是自己得，不是別人。所以人一定要懂得自愛，自愛就不造惡業，不跟眾生結冤仇，不跟眾生對立。寧願吃虧上當，也不能佔人便宜。（節錄自 02-037-

0138）

◎ 人沒有自愛，他怎麼能愛別人？愛的反面是怨恨，怨氣沖天，這個怨恨把大自然的秩序破壞了，給世界帶來災難，也給自身帶來疾病。（節錄自 02-037-0283）

◎ 如果愛自己不愛別人，是迷；愛別人不愛自己，也是迷。自愛、愛人是平等的，這個人覺悟了。（節錄自 02-037-0353）

◎ 愛自己實在是為了愛別人，為別人做出愛的榜樣。所以什麼都得從自己著手，要幫助別人，就先愛自己，愛自己

才能夠發憤。佛家講的精進，求智慧、求道德、求能力，為什麼？為大眾服務，這個服務是無條件的、是不求回報的，這是真正自愛。（節錄自 02-037-0436）

◎ 人與人的關係，大乘佛法講是一體，比一家還要親，是一體。人要是自愛，他的生活一定謹慎，保養他的身體。每個器官都要愛護，暴飲暴食傷害腸胃，這就是不自愛。中國古人講，早晨吃得好，中午吃得飽，晚上吃得少，在睡眠時讓腸胃有休息的時間。所以對五臟六腑都要愛惜，不能讓它過分的工作。所謂「病從口入，禍從口出」，言語不慎，不知不覺得罪別人；飲食不懂得節制，傷害身體。

(節錄自 02-037-0436)

◎ 不自欺是自愛，不欺人是愛人。愛人者，人恆愛之，哪有不成就的道理！（節錄自 02-040-0004）

◎ 讀聖賢書，依教奉行。這是自愛的表現，這是自救自度的表現。（節錄自 02-039-0287）

◎ 我們要懂得自愛、自重。自己本來是聖、是賢，本來是佛、是菩薩，為什麼現在變成這個樣子？於是就生起慚愧、懺

悔之心，才真正回過頭來。（節錄自 02-039-0520）

◎ 什麼叫真正自愛？一個目標走向成佛之道，這個人自愛。還會受這個世間一切影響，這個人不自愛，為什麼？他這一生未必成就。雖然遇的緣好，都具足，他有障礙。嗜好、欲望就是障礙的根源，這個東西有很深、很深的習氣，不是簡單的。（節錄自 02-040-0067）

◎ 仁者愛人，現在人沒有愛心，不但不愛人，他不自愛。自愛就不會犯罪，自愛就不會殺人、不會自殺。（節錄自 02-

040-0465)

◎ 真正相信自己本性本善，真正相信自己本來是佛，這是自信。有自信才會有自愛，愛護我的本善，愛護我的本性，保護它不讓它變質。（節錄自 02-040-0268）

## ◆ 隨順自然

◎ 大自然的法則是道，像四季春生、夏長、秋收、冬藏，這是自然的規則。隨順自然，一切健康的成長；違背自然，

所謂破壞自然生態環境，災難就來了。（節錄自 28-031-0001）

◎ 我們人這個身體、相貌，自然現象，我們尊重、愛護自然，不可以破壞。要想相貌好、相貌美，佛經上說，世間有經驗的人也說「相隨心轉」，你有好心、善心，相隨心轉，這是真正符合自然法則。人工開刀不是自然的，是禍害。一定要曉得，隨順自然是美。（節錄自 02-037-0295）

◎ 人身體是自然的，維持身命必須要飲食，飲食也要是自然

的，這是最健康。把食物改基因，樣子長得又大、又肥、又好看，營養沒有了，還有副作用。改變基因就是破壞自然，這種飲食破壞身體。現在科學技術發達，可以做到徹底的破壞自然，大自然的報復也是徹底的。（節錄自02-037-0369）

◎ 經上講，佛的相貌三十二相、八十種好。每一個相貌都是果報，果都有因，佛教我們修因就能得到果報。果報，頭一個就是相貌改變，接著就是身體體質改變，然後是生活環境改變。一切隨順自然來改變，改惡為善、改迷為悟，古人講的「只問耕耘，莫問收穫」，只修你的善心。（節



錄四(02-034-0147)

◎ 中國古人為什麼不重視科學技術？指南針、火藥，這都是中國人發明的。諸葛亮在世之時，發明機械化的運輸，木牛流馬，他死了之後完全毀掉，不留給後人，為什麼？科學技術，中國叫工巧，古人不重視這些。中國人崇尚大自然，這是中國人與道相應，不與道相違背，科學技術是與道相違背。細細研究，中國人真有智慧。（節錄自02-041-0076）

◎ 現代人喜歡標新立異，改變自然生態，他有創造、發明，現在新品種的脆桃是用壓條的方法桃接李。我們沒學佛時不知道，學佛了，我們的心思就靈敏一點，知道這兩種混合不自然，不自然的東西，它的營養對於人身體決定沒有自然的好。（節錄自 12-017-1440）

◎ 我們的飲食，一般人吃的肉食，是把動物自然生態破壞了。一隻雞、一隻鴨正常的飼養，大概得半年牠才長大，現在用化學的飼料讓牠長得很快，五個星期長得很大，就可以賣掉，這就是把牠自然生態破壞。吃這樣的肉食，人會吃出很多怪病，那個病就是破壞自然生態的報復。（節

錄目 12-017-1440)

◎ 中國古人在《禮記·月令》裡講到飲食起居，《呂氏春秋》裡講得也很詳細，中國人把一年分做十二個月，二十四個節氣，每半個月是一個節氣，哪一個節氣吃什麼東西都說得很清楚。而且吃的五穀雜糧、蔬菜、水果是距離我們住的這個地方三十里之內的，中國的三十里就是現在十五公里，這個地區生長的東西養活這個地方的人。中國從前在飲食起居是如此的講究，現在人不懂這個道理，要吃外國的，老遠用飛機運來的，根本就不是養這個地方人的，花那麼多冤枉錢，結果吃出許多毛病來。（節錄自 02-034-

◎ 在現前的生活環境當中，我們也要懂得住的房子，這是世間人講的風水，何謂風水？環境影響到我們生活情緒。何謂風水好？你住在這個地方很開心、很舒服，覺得樣樣都很好，對你來講這風水就好；如果住在這裡感覺得很不舒服，它對你就不好。自己很容易感受得到。中國人在幾千年的經驗當中，房子一定要方正，你蓋房子，你買房子也好，要選擇正方形的或者是長方形的，這個房子住起來舒服。不要奇奇怪怪、角很多的，角太多了，你住在那個房子裡會胡思亂想。（節錄自02-034-0151）

◎ 臥房要小，聚氣；臥房太大，你的精氣神都散掉了，不能聚集，對身體健康決定有影響，所以臥房要小。廳堂可以大一點，書房可以大一點，臥房不要太大。（節錄自 02-034-0151）

## ◆ 節儉惜福

◎ 節儉是美德。日常生活當中守本分，一飲一啄不浪費，習慣清苦的生活，不追求奢侈。要常常想到，世界上還有許多人在飢餓的邊緣，他們沒有食物、沒有衣服，沒有房子住。所以我們能喝一杯水、吃一碗飯，都要珍惜這個福

分。同時要拓開心量，常常想到這些苦難眾生，盡心盡力去幫助他們。（節錄自 32-136-0001）

◎ 要懂得節省，物品不隨意丟棄，常念物力艱難，來之不易。不貪圖享受，把多餘的物資用來布施，照顧社會的苦難眾生。自己身心清淨，體力自然充沛，粗茶淡飯就足以維持身體健康。（節錄自 32-136-0001）

◎ 生活清苦，心裡就沒有貪瞋痴慢、沒有自私自利，對外面的感染就有抵抗力。佛法在行不在說，一切要真實做到，

做出好榜樣給大家看，對於名聞利養、五欲六塵毫不沾染。默默去做，只問耕耘，不問收穫，自自然然有收穫。

（節錄自 32-136-0001）

◎ 真正想通了，現在的日子很好過，每個月用不了很多開銷，可以說至少能夠節省一半以上的開銷，因為那一半以上的開銷是不急之務。你想做一件新衣服，我衣服沒破，穿得出去。買個電冰箱，一個電冰箱可以用十來年，保養得好沒有問題，何必年年換新樣子！能在這上面想破的話，日子很好過，每個月花費不多，收入就可以大修布施。真正的修福，真正的積福，福報就愈來愈大。（節錄

自 02-003-0023 )

◎ 福報不要享掉，否則臨命終沒有福報，那是最糟糕的事  
情，阿彌陀佛來接你都不會去，這個問題很大。所以平常  
要修福、要惜福，自己的生活要懂得惜福，絕不浪費，希  
望臨命終時享福。臨終享什麼福？清清楚楚正念分明，不  
生病往生，這樣才好。（節錄自 02-003-0023）

◎ 我們的收入無論多少，衣食足了，生活要節儉，節儉是惜  
福。一方面惜福，一方面修福，福報永遠享不盡。修福



也不難，譬如可以用個小盒子每天存一塊錢，一年就有三百六十塊，這三百六十塊做慈善的事業，或者放生，或者印經布施，只要有恆心，這個福報不可思議。所以在生活當中能夠有一點結餘的時候做一點好事，一生累積下來不得了，積小福報成大福德。人人都可以做，就是你想不想去做。（節錄自 02-012-0044）

◎ 中國古人，是什麼樣的身分就保持什麼樣的生活，沒有貪心。富貴過富貴人的生活，貧賤守住貧賤人的生活，安貧樂道。對於物質生活懂得節儉，一點都不浪費。勤儉持家，這個家庭會慢慢的興旺；如果奢侈浪費，這個家庭容

易衰敗。（節錄自 02-037-0219）

◎ 生活節儉，沒有負擔，多快樂！量入為出，能節儉，這最好，能有一點多餘的做好事修福。一個人真正的福報要在晚年享，那個福是真的。年輕把福享掉，到晚年困苦就可憐了，沒有人同情你，也沒人幫助你。所以年輕時，我還有多餘的，我多布施，我多修福，我把福報留在晚年享，這個人聰明。（節錄自 02-012-0044）

## ◆ 善用財富

◎ 有錢是福報，用錢是智慧。有福報沒有智慧，錢用錯了，還要墮三途，你說麻不麻煩！所以，智慧比財富更重要，智慧不會墮三途。（節錄自 02-039-0493）

◎ 佛教我們修布施，愈施愈多！財富是財布施得來的，聰明智慧是法布施得來的，健康長壽是無畏布施得來的，修這三種因，一定得這三種果。（節錄自 02-037-0340）

◎ 世間的事業可以做，我們現在在世間得人身，有身體、有家庭，我們必須要養身，要養活這個家庭，沒有事業如何能夠養身、養家？事業要取正當的事業。正的標準是什麼？對社會大眾有利益的事業，這是正當的，這叫正業。如果這個事業很賺錢，能夠發財，但是對社會大眾有害而沒有利益，這個事業就是不正當的。（節錄自 01-001-0012）

◎ 我的錢好不容易賺來，你叫我布施，那我賺這些錢幹什麼？他要累積，愈多愈好。佛說「積財自喪，厚財賤道」。你囤積那麼多錢，這世界上有很多人吃不到飯、穿不到衣的，在生死邊緣上，你有錢不去救濟他、不去幫助他，這

就叫造罪業。所以有就施，只有愈施愈多，不會說施了之後就沒有了，不可能。（節錄自 02-037-0506）

◎ 經營生意是服務眾生，不是為賺錢的。將本求利，中國古時候商人有商道，商道取利取十分之一。譬如我十塊錢本錢，我賺一塊錢，這叫有道。我十塊賺五塊，過分了一點，還行。十塊賺十塊，甚至現在十塊賺一百塊還不行，還想要更多，這都偏離了商道。（節錄自 02-037-0506）

◎ 用盡方法奪取的財物都是命中有的，命中如果沒有，那個

財一得到，不是害大病就是出車禍，沒有那個命！甚至不正當手段得來還是命裡有的，而且所得來的打對折都不止。譬如你命裡頭有一百億，你用不正當的手段得來，你只得五十億，已經損失了一半。（節錄自 02-037-0264）

◎ 財看得很輕，仁義就現前。（節錄自 12-017-1998）

◎ 《弟子規》字字句句都是寶，教我們「財物輕，怨何生？言語忍，忿自泯」。對家庭也好，對同事也好，對廣大群眾也好，國際間交往也好，這四句做到了，無論做什麼事

業，你都會成功。（節錄自 12-017-1998）

## ◆ 行中道、不偏私

◎ 我們在世間，處事待人接物心要平、心要公，對一切人事物大公無私，才能成就德行。絕不能偏心，偏心縱然有大福報，那個成就也不是真實的，正所謂發得快，敗得也快。凡是他偏愛的那些人，都是為了利益而來的，於他有利他來了；於他沒有利，掉頭就走，絕非道義之交。（節

錄自 19-012-0183）

◎ 「專心繫愛是一病」，專心繫愛就是現在人所講的寵愛，你寵愛一個人，一般人講偏心。如果在一個家庭、團體當中，你偏愛一個人，就會引起其他人的嫉妒心，甚至是報復心，所以這件事情很可怕。（節錄自02-039-0124）

◎ 常常親近你的人，你要對他無私無求，我們的偏心就沒有了。無論他有再高的地位、再多的財富，我們對他無私無求，你的心才能擺平。（節錄自19-012-0183）

◎ 佛菩薩之所以能夠成就道業，根本就是在無私無我，《金



剛經》上所講的「無我相、無人相、無眾生相、無壽者相」，成就道業的根本在此地。在世法建立不朽的德行、功業，也是以這個為基礎。如果有絲毫為自己的心，你的成就不是真實的。（節錄自 19-012-0183）

◎ 東方持國天王，持國是比喻，怎樣保護國家，怎樣鞏固政權，這是持國的意思。持國意思引申，對個人來講是修身，我要如何修身，讓我在這個世間頂天立地，做一個善人。我的身修好了，怎樣經營一個家庭，上下和睦相處、平等對待，家和萬事興。所以持國教我們修身、齊家、治國、平天下。用什麼方法？他手上拿的道具就是方法。

他手上拿琵琶，這是表法。琵琶是弦樂器，調弦，鬆了不響，太緊就斷掉，所以要調到恰到好處，不過也不及，叫中道。中國人講中庸，佛法講中道，處事待人接物要用中道。（節錄自 02-037-0292）

◎ 中國人講忠，「忠」這個字，「中」下面一個「心」，這是忠。忠的意思，我們的心端正，不偏不邪，要用這個心待人接物處事。（節錄自 02-037-0292）

◎ 大乘佛法講中道，二邊不著，這是中道的意思。但是不能

執著中道，執著中道，跟二邊又對立了。永遠沒有對立，連中道這個念頭也沒有，是真中道。（節錄自 02-037-0301）

## ◆ 懂禮、知恥

### ◆ 懂禮

◎ 人與人之間要有禮貌，有禮貌大家都歡喜。早年我們在中，請求李老師給我們講點禮，我們不懂禮，老師編一個《常禮舉要》。為什麼？這個時代沒有禮了。民國建立以來就沒有制禮作樂，沒有禮樂在歷史上稱為亂世。民國

一直到現在都沒有禮樂，這一百年是亂世，將來下一個朝代寫歷史的時候，這一代是亂世。那講什麼？講古時候之禮，古人的日常生活，人與人之間的禮節。學這個東西幹什麼？學這些東西，你在社會上，人不會討厭你，目的在這裡。懂禮的人，人不會討厭你；不懂禮的人，人會厭惡你，縱然表面上不說，內心裡討厭你、不喜歡，禮就有這種作用。（節錄自 02-037-0224）

◎ 孔子說：「不知禮，無以立。」在過去的社會，如果不懂禮就無法立足。所以中國自古以來稱之為禮義之邦，人人都知禮守禮。（節錄自 32-136-0001）

◎ 人人能守規矩、守禮、守法，互相禮敬，和睦相處，就能達到社會安定、世界和平。（節錄自 32-136-0001）

◎ 禮是有節度的，不能過之，也不能不及。超過了，顯得巴結人；不及，就顯得傲慢。譬如現在國家制定的禮，最敬禮是三鞠躬，我們四鞠躬就過了，顯得諂媚、巴結。或者自己覺得我恭敬心足了，一鞠躬就可以，何必要三鞠躬？這就顯得傲慢。所以禮是有節度的，不能超過，也不能不及，這才叫合禮。（節錄自 02-005-0035）

◎ 中國的習慣，吃飯是共席，不像西方，西方自助餐分開來吃，各有好處。中國大家在一起吃，一盤菜擺在那裡，懂禮的人就知道要取靠近自己邊上的，吃東西不挑食，這是禮節。如果自己喜歡吃的就多吃，這是非常不禮貌的。（節錄自 19-012-0184）

◎ 日常生活當中，《弟子規》教導我們「或飲食，或坐走，長者先，幼者後」，這句是教謙讓，處處要學謙虛、忍讓。這個讓，先開始是忍讓，慢慢就進步到謙讓，到最高的境界是禮讓，哪裡會有衝突？人與人相處不可能有衝突。

（節錄自 12-017-1998）

◎ 我們現在看到很多發心好像滿好的，不懂得人情世故，不懂禮節，舉止言談行為違背人情，這個怎麼能弘法？你佛法再好也不行，不近人情！有很多真正修行不錯的，世間法一張白紙，什麼都不知道，所以跟他相處真是啼笑皆非，他是不是有意的？決定是無意的，沒有學過，人情世故不懂！所以世出世間法都要通達。佛對於一切世間法，沒有一樣不通達，所以叫世間解。不通世間法，決定不能度眾生，你自己這個言行舉止眾生看到會厭煩，再高的德行，你連做人都差勁，還談什麼？所以這點我們要注意的。（節錄自 01-003-0093）

◎ 禮節很重要。失禮自己不知道，自己不會覺察，別的人看到你噁心、討厭，使人家對你敬而遠之，不願意跟你接近，見面雖然不得罪你，不願意親近你。尤其是佛弟子，佛弟子的責任要把佛法介紹給大眾；那麼教大眾看到自己敬而遠之，你還有什麼能力把佛教介紹給他？所以佛法四悉檀第一個世界悉檀，世界悉檀意思是什麼？令一切眾生對你生歡喜心，喜歡親近你，你才有能力把佛法介紹給他。（節錄自 02-005-0055）

◎ 現在人處處執著，你看從小，這我們看到很傷心，從幼稚園就教競爭，跟我們中國古代教育完全不一樣。中國古代



教育，諸位看《弟子規》就知道了，《弟子規》是教什麼人的？三、四歲的小朋友，這開始學習了。從小教禮讓，懂禮，知道讓別人。現在教的是競爭，競爭再升級就鬥爭，鬥爭再升級就戰爭，必然是這樣的，所以這個教育思想是一條死路。（節錄自 02-034-0151）

◎ 印祖說得非常好，一分誠敬得一分利益，十分誠敬得十分利益。沒有誠敬心、沒有禮貌，你什麼都得不到。所以學校裡一些好的老師在學校教書，對於懂禮貌的、認真學習的都會特別照顧，為什麼？他真能學到東西。對於傲慢的、嫉妒的，老師都隨緣，也不會去責怪他，把他看作一

個旁聽生。這些事情我們在抗戰當中就看得很清楚。那個時候的學生，我們做小學生、中學生的時代，這是七十年之前，七、八十年，那個時候家裡還有家訓，父母還管教兒女，也管得很嚴，沒有不懂禮的。更早的年代，八十年前，我六歲的時候，上私塾，父親送我們到學校，私塾在祠堂裡頭。拜老師，是父親在前面，我們在後頭，父親帶我們拜，帶著拜，向老師行三跪九叩首的禮，這是古禮。這個好！小孩懂得尊師重道，看到自己的父親向老師行三跪九叩首，你說你能不聽話嗎？你能不尊敬老師嗎？（節

錄卅 02-037-0111）

## ◆ 知恥

◎ 慚是知恥；愧是什麼？愧是外面別人的責備，你做了不善的事情，別人批評你、責備你，所以叫羞愧。換句話說，慚是對不起自己良心，愧是做錯事情對不起大眾，這是善心。人有慚愧，他就能改過自新，人要沒有慚愧那就沒法子。沒有羞恥心就是沒有慚，人家怎麼批評不在乎，根本無所謂，就是不怕別人的批評，不怕輿論的指責，他什麼樣的壞事都能做得出來。有慚有愧，做錯事情，縱然沒有人指責，良心責備，外面輿論指責的時候他就不好意思見人，這種人叫良心未泯。（節錄自 02-039-0351）

◎ 知恥是規範自己的行為，一定要想想自己起心動念、言語造作是否如法，反省這樣做能否對得起父母、對得起祖宗、對得起自己的天良，能否不讓別人批評我、指責我，恥就是如此，用內外的力量來約束自己。（節錄自 32-136-0001）

◎ 「知恥近乎勇。」人為什麼能夠勇猛精進，發憤圖強？這個力量不外乎知恥，這是精進的動力。佛家講「勇猛精進」，儒家講「日新又新」，誰能做得到？知恥的人能做到；能知恥，當然就能夠發憤、精進向上。（節錄自 32-136-0001）

◎ 知恥，我們的德行不如人，恥辱！學術不如人那是其次，最重要是德行。縱然再貧賤，有德、有道，在社會上還是為人尊敬，即使到後世人提到了，肅然起敬。我們想想孔子，想想顏回，二千五百年之後聽到這個名字還肅然起敬。他們在世的時候貧窮，也沒有社會地位，可以說是貧賤之人，但是他有道德，這一點重要。（節錄自 02-039-0107）

## ◆ 轉親情為法緣

◎ 佛在經上告訴我們，一家人關係非常密切，決定有深厚的

因緣，不是偶然聚合的。因緣非常複雜，佛將這些複雜的因緣結歸四大類：報恩、報怨、討債、還債。聚集為一家人，總離不開這四個關係。諺語常說「不是冤家不聚頭」，可是覺悟之後，一家人就變成法眷屬，這無比的殊勝。（節錄自 14-012-0024）

◎ 佛教給我們，「冤家宜解不宜結」，冤家對頭，過去世結的不善緣，這一生遇到了，一定要以智慧、善巧方便化解。家人相處，更要明白這個道理，把情緣化解，變成法緣，問題就解決了，就能夠得到幸福美滿的家庭。（節錄自 19-012-0057）

◎ 度家親眷屬是最難的，可是度眾生一定從最難的度起。難度的要是得度了，其他的人就很容易，這是感化的力量。中國人講孝道一定就想到舜王，舜為什麼能夠成功？他沒有看到別人的過失，看到的完全是自己的過失，天天反省，天天改過自新，終於感化了對方。（節錄自 12-017-0235）

◎ 家庭也是道場，家庭瑣碎事情多！「佛法在世間，不離世間法」。家裡有事情的時候，我們把一切照顧得周到。一切家務事情處理完了，這句佛號立刻提起來，這就是功夫。（節錄自 01-001-0018）

◎ 男女結成夫婦，不是你們兩個人的事情，是菩薩事業，是教化眾生的，是給世間所有家庭、所有夫婦做模範的。你懂得這樁事情，一切眾生得度了，一切眾生都離苦得樂了。這個功德利益是這對菩薩夫妻修的，他們是行菩薩道，他們是來示現度眾生的，是給世間人做好樣子的，這叫在家學佛。（節錄自 19-012-0175）

◎ 學佛不一定出家，不一定住在寺廟。你在公司行號或者政府機關，乃至於在自己家裡，只要如法，都是道場、都是菩薩，都能成佛，都能往生。（節錄自 01-003-0038）



◎ 經上說：菩薩所在之處令一切眾生歡喜心。彌勒菩薩特別塑造布袋和尚的像，代表「生平等心，成喜悅相」，對待任何一個人都歡歡喜喜，一切是非善惡統統能包容。我們要把這個帶到我們的家庭，帶到我們的生活上。（節錄自 01-003-0140）

◎ 家庭的許多瑣碎事情，是我們職責所在，不能不去做，要用什麼態度去做？事要認真做，心地要清淨慈悲，念念不忘阿彌陀佛，工作不妨礙修行，生活工作就是修行。（節

錄自 01-003-0225）

◎ 現在這個社會誘惑力量太大，機會太多，所以家庭中凡是活動的場合，到處有佛菩薩像，能時時刻刻警惕我們回頭。（節錄自 01-003-0202）

◎ 對家人、鄉里鄰居、親戚朋友要恆順。恆順是有智慧的，是有善巧方便的，真正自利利他，使一切眾生覺悟。有些人不相信佛法，以為是迷信，我們對他說「佛法不迷信」；有些人說佛法有執著，我們對他說「佛法不執著」，對什麼人用什麼方法，學佛人圓融自在。總之讓他們都相信佛法，都讚歎佛法，目的就達到了，這就是正法，破迷開悟。要恆順眾生！（節錄自 01-003-0219）

## ◆ 極樂是家鄉

◎ 世間人最重的是親恩，親恩難報！念念想報恩，如果把念佛耽誤了，結果自己還要輪轉六道。怎能報答父母恩？要把感情暫時放在一邊，唯有求生淨土才能報親恩。果然往生西方極樂世界，不但這一生的父母，生生世世的父母家親眷屬，他在哪一道什麼樣子，都看得清楚，我們才有辦法度他。所以為了度家親眷屬，西方極樂世界一定得去。

(節錄自 01-003-0061)

◎ 你成佛了，對家親眷屬才能真正愛護到。你要不成佛，沒

有用處。成了佛之後，家親眷屬不管在哪一道，你都能把他找到，能幫得上忙。你要不成佛，自己是一塌糊塗，家親眷屬投胎到家裡來，你也不認得。我們在佛經看到，有的自己最親愛的父母、兒女死了之後，投胎做隻狗、做隻雞，你不認識了！（節錄自 01-003-0085）

◎ 怎樣才能照顧到家親眷屬？最究竟最圓滿的照顧，就是勸他念佛，他這一句佛號念成功了，就能往生西方極樂世界，那時就得到究竟圓滿了。（節錄自 01-003-0027）

◎ 西方世界「諸上善人俱會一處」，全是良師益友，修學環境無比的殊勝。我們把整個的精神、心力，首先來求得這樣圓滿的修學環境，這是決定正確的。（節錄自 01-009-0022）

◎ 家親眷屬總要分離、告別的，沒有辦法常相聚，沒有法子得到圓滿；唯有往生西方極樂世界，那就常相聚了。所以你自己念佛，家裡人不肯念，你做個樣子給他看，他就會念了。（節錄自 01-003-0079）

◎ 西方極樂世界蓮花化生，蓮花才是我們真正的生處，「無胎生苦，無愛別離苦」。我們這個世間親愛的是家親眷屬，極樂世界蓮花化生就沒有家親眷屬，沒有這些關係。所以在西方極樂世界，人與人之間的關係沒有親疏，是平等的。（節錄自 01-008-0005）

◎ 我們把西方極樂世界當作家，把阿彌陀佛當作父母，時時刻刻想，時時刻刻戀慕，以這樣的心態來念佛，一百個人修，一百個人往生，一千個人修，一千個人往生，一個都不會漏掉，所謂「萬修萬人去」。（節錄自 02-012-0051）

# 幸福人生

## ◆ 知足常樂

◎ 佛門裡常說知足常樂，能夠知足，沒有一樣事情不如意。四如意足就是「欲如意足，精進如意足，心如意足，思惟如意足」。欲就是說的欲望，諸位曉得，一般凡夫的欲望沒有止境的，什麼時候他的欲望就滿足了？沒有滿足的時候，於是乎他這個苦就沒有辦法停止。苦從哪裡來？苦從欲望來的。（節錄自 01-001-0011）

◎ 「足」是滿足的意思，滿足就是定。不滿足，他心是動的；滿足，他心就不動了。世間法常說「知足常樂」，那個知足的足跟此地四神足的足意思是相同。一知足就如意了，不知足的人永遠不會如意。我們中國古時候，在社會上地位要是高了或者發達了，一般人講發財了，他有相當的財富，這個時候他應該要提高警覺；也就是說無論是智慧、財富到相當一個程度，要知道回頭，要知道滿足，這個人才叫真正有福報。如果永遠不知足，將來就會有禍害。（節錄自 01-003-0168）

◎ 知足，心就容易得定。禪定不能成就，一心不能成就，是



欲望太多了。欲望是沒有止境的，心定不下來，念佛就不能得一心。欲望都不是真實的，唯有清淨心是真實的，所以佛法教給我們知足常樂。（節錄自 01-001-0011）

◎ 在名聞利養上比賽，叫自找苦吃，那個苦是吃不盡的，所以佛教給我們知足常樂。人一知足，知足是第一富，他不需要求了。（節錄自 02-005-0086）

◎ 在這個世間，欲望降到最低的程度，每天吃飽、穿暖，有個地方可以遮避風雨就夠了，這種條件很容易達到，知足

常樂。欲望要是多就苦了，所以佛在《戒經》上講「欲為苦本」，欲望愈多，生活就愈苦。我們欲望愈少，生活愈簡單就愈快樂，我們的精神、我們的生活沒有壓力，這是佛教給我們的。（節錄自 02-002-0003）

◎ 世間人多迷在愛欲榮華之中，其實這個東西不是什麼了不起的事情，不必去追求，知足常樂！清淨心才真正生智慧；清淨，福報自然會現前。所以只要認真努力去修福，不要去想果報，果報自然。（節錄自 02-008-0016）

◎ 現代人苦不堪言，億萬富翁天天患得患失，沒有樂受，為什麼？不知足，不知足的人永遠是苦。佛經上講「可憐憫者」，什麼人最可憐？不知足的人最可憐；什麼人最幸福？知足的人最幸福，知足的人最快樂。（節錄自 02-031-0010）

◎ 知足並沒有標準，因為一切眾生的福德因緣不一樣。我們這一生所受的，佛在經論上重複了千百次，苦口婆心到了極處，告訴我們事實真相，「欲知前世因，今生受者是」，我們這一生的受用、享受是前世修的，前生修的財富多，這一生過富足的生活；前世沒修財布施，這一生物質生活

就比較艱難。「欲知來世界，今生作者是」，來生是何果報？就看這一生所作所為為來世種什麼因。有因必有果，有果必有因，因緣果報絲毫不爽，這是佛在一切經論裡常提示的。所以知足沒有標準，就是現前的生活，我們知足就常樂。（節錄自 02-036-0004）

◎ 佛教我們知足，「不起貪瞋痴欲諸想，不著色聲香味觸法」，這就是滿足，滿足就是最高的享受。（節錄自 02-037-0217）

◎ 人人都能相信因果報應，天下太平。每個人都守本分，都肯去種好因。不懂得因果報應的，生活很苦；懂得因果報應，那就快樂，知足常樂！內心仁慈，一片祥和，他怎麼不快樂？（節錄自 01-003-0136）

◎ 儒家貪欲沒有斷，世間聖人雖沒有斷，但他能伏住，所以講「欲不可縱，傲不可長」。這是說儒家有克制的功夫，知足常樂，就是他們重視精神生活，相對不重視物質生活，所以他的生活當中有樂趣，我們常講有情有義。佛法裡面要把那個情字改成「智」，有智有義。（節錄自 02-

034-0187）

◎ 每天展開經卷就是跟佛菩薩在一起，展開傳統文化的典籍就是跟古聖先賢在一起，你說多快樂、多自在。真正做到「於人無爭，於世無求」，你才能真正得到自在；如果你欲望多了，那很苦。（節錄自 02-037-0477）

◎ 果然做到「於人無爭，於世無求」，心就定了，對於現實的生活知足常樂。有人說：這樣未免太消極，這個社會怎麼可能進步？決定不消極，也決定不會防礙社會的進步，社會是更進步，人生更美滿，因為在此時真正知道替眾生服務。（節錄自 01-003-0226）

◎ 一切諸佛示現八相成道到人間來作佛，先要住在兜率天去做補處菩薩，這是後補佛，後補佛住在兜率天。兜率是同意？兜率是梵語，翻成中國意思是知足。由此可知，知足你就有能力作佛，不知足不能作佛。（節錄自 02-036-0004）

### ❖ 知足的榜樣

◎ 知足，釋迦牟尼佛就做了榜樣給我們看，他是王子，捨棄富貴，到雪山裡修苦行。知足常樂，這是我們的模範。（節

錄自 01-003-0164）

◎ 世出世間法都講求知足，知足常樂。像孔子、范仲淹這些歷史的人物，他們物質生活清苦，但是他們的精神生活達到顛峰，絕對不是我們平常人能想像得到的。他心多清淨，他多快樂，他幫助多少人，使多少人能安居樂業，使多少年輕人能成就學業，將來給國家和社會做貢獻。世間人尚且如此，何況學佛？佛法，特別是大乘佛法，要將佛法用在自身、用在家庭、用在事業、用在國家社會，這才叫真正行菩薩道。（節錄自01-003-0168）

◎ 印光法師，淨土宗第十三代祖師。印祖的信徒多，供養多，有信徒看到師父衣服破了，趕緊做幾件新衣服供養師



父，師父接受了，信徒走了，馬上把這些衣服再供養給需要的人，他還穿那些破舊的，把新衣服供養人，他是我們的榜樣。（節錄自 02-026-0015）

◎ 世尊當年在世的時候，生活非常簡單，日中一食，吃飽就行了；衣服，粗布能夠遮體就行了；晚上睡覺，有個地方躺下來休息就足夠了。他過的是最低水平的生活，但物質生活得大自在，知足常樂，心裡沒有一絲毫的負擔。心裡沒有負擔，這個心就是最健康的心理。心理健康，生理就健康，他身心健康不生病。（節錄自 02-034-0029）

◎ 釋迦牟尼佛一生的生活，每天出門去托鉢，吃飽就滿足了。明天還沒到，不想明天，也不想過去，活在當下。想前想後都是煩惱，那消耗能量太大了！過去、未來統統不想，當下多快樂。（節錄自 02-037-0268）

## ◆ 覺悟人生

### ◆ 人生如戲

◎ 諸佛菩薩應化在這個世間都是演戲的。釋迦牟尼佛出現在這個世間，八相成道，從出生到入般涅槃分為八個階段，

表演！表演出覺悟的人生，覺者的生活。（節錄自 12-017-0809）

◎ 諸佛菩薩教導我們，首先要看破、放下，要立定腳跟不被外境所轉。「不為境緣所惑」，不被物質境界所迷惑，也不會被人所迷惑。這樣才能超越五濁惡世，「覺悟人生幻化」！在天文望遠鏡裡看到太空當中，許多星球確實有成住壞空的現象。地球是一個星球，也有成住壞空，有什麼值得留戀？真正覺悟了，應當發大心，捨去幻化，要證得真實。（節錄自 01-001-0021）

◎ 在娑婆世界苦！不管你是什麼樣的地位，你有多大的財富，窮人有窮人的苦處，富人有富人的苦處；做了國王也不自在，還是有他的苦處；到天上做了天王，還有阿修羅找他麻煩，要跟他打仗，天王都不自在。佛告訴我們三界統苦，只要在三界裡面，就找不到一個樂土，這是我們應當要覺悟的。（節錄自 01-003-0037）

◎ 年歲愈大愈容易體會人生苦短。尤其現在整個社會反常，從佛法來說是違背了自性，如果從世法來說是違背了倫常，這是一切眾苦的根源。這個世間比過去社會要痛苦得更多，雖然物質享受超過古人，可是精神的墮落、煩惱邪

見的增長，遠遠超過科技的進步。真正覺悟，才肯發心超越生死輪迴，才肯死心塌地一門深入，認真來學佛。（節

錄卅 01-003-0201）

◎ 六道輪迴真的是獨生獨死，獨去獨來，這就是苦。眼前的家親眷屬死了之後，這個關係就沒有了，再要碰頭，不曉得到哪一生哪一劫才遇到，遇到了還是冤家債主，要把這個事實真相看清楚。所以，六道實在是苦多樂少，想得一點樂，不曉得要付多少苦的代價，不值得！（節錄自 02-

009-0022）

◎ 「世間萬事，轉頭即空」，稍稍頭腦冷靜一點的人都能體會得到。佛告訴我們，唯有積德行善、為人民服務，幫助大眾解決困苦，這些事情是生生世世能帶得去的。所以古聖先賢教導我們，能帶得去的要多做，帶不去的不要做。財產帶不去，妻子兒女帶不去，你所喜愛的這些物質上的受用，一樣都帶不去，如果一味在這上面用心去經營就錯了。（節錄自 19-012-0181）

◎ 家親眷屬、朋友、同事、老人去世了，或者你參加喪禮，常常看到，看到怎樣？還不覺悟。恩愛別離，哭一場有什麼用處？沒用，無濟於事。年輕人死的天天都有，正所謂

「黃泉路上無老少，孤墳盡是少年人」，真是這樣的，這就是擺在眼前的事實。只有時時刻刻保持高度警覺心，然後自己才曉得應該走哪一條路，要怎麼走法。（節錄自 02-009-0022）

◎ 人與人之間，要有人嫉妒、瞋恨，你不要計較，假的；他要怎麼愛你、喜歡你也是假的，沒有一樣當真。樣樣不要認真，你就沒有煩惱，你不會喜歡、也不會生氣，心裡常常保持平等清淨，就接近實相。念佛人特別要用這樣的心來念佛，我們的功夫才能得力，才能念到功夫成片，才能往生西方，我們的目標才能達到。（節錄自 02-005-0008）

◎ 三界裡面所有一切事情都不是真實的，都是假的，人與人之間的恩恩怨怨沒完沒了。所以聰明人、真正覺悟人，要超越、要解脫。（節錄自 02-012-0029）

◎ 小乘沒有歌舞，大乘有歌舞。歌舞代表什麼意義？代表的是夢幻泡影。電視也一樣，你可以看，但看的時候你要曉得夢幻泡影，一反過來，整個人生是夢幻泡影罷了，何必去執著！所以會看電視的是在修行，修一心三觀，即空即假即中。一乘法裡所謂理事無礙、事事無礙，他的生活的確是真善美慧。（節錄自 01-003-0145）



◎ 佛門說「大作夢中佛事，建立水月道場」，道場像水裡的月亮，影像不是真的。了解十法界依正莊嚴的真相，你心平氣和，曉得一切法不可得，一切法都清淨自在，為什麼？它是影像。（節錄自 01-003-0116）

#### ❖ 四念處

◎ 「觀身不淨」，我們的身污穢不清淨，三天不洗澡，身上就臭了，有什麼乾淨的？有什麼值得珍惜的？不值得。所以一定要覺悟，這個身是假的不是真的，真正曉得了，借假修真，這個假身體可以用上幾十年，這幾十年好好的

修取真實的東西，我將來捨這個假就得到真實，這才有價值、才有意義。（節錄自 01-005-0003）

◎ 「觀受是苦」，受是享受。我們在這世間，不要說在世間，天上也不例外，縱然生到非想非非想天，所受的還是苦，三界統苦，要覺悟！欲界三種苦「苦苦、壞苦、行苦」全都要受。苦苦裡面包括八大類：生、老、病、死、求不得、愛別離、怨憎會、五陰熾盛，這八苦交煎。要想真正離苦得樂，唯獨西方極樂世界，不生西方極樂世界，這個苦永遠沒有辦法離開，決定要受。（節錄自 01-003-0167）

◎ 「觀心無常」，這個心就是凡夫所講的心，妄想、念頭，一個念頭生、一個念頭滅。從早到晚你如果注意一下，你一天起了多少念頭，不止想一樁事。如果想一樁事情那就叫定，你就入定，亂想胡想這叫無常，心確實是無常的。

(節錄自 01-003-0167)

◎ 「觀法無我」，「我」是主宰、自在的意思，這是我的定義。我們這個身體，身也是一法，想想這裡面有沒有我？你有沒有自在？你自己能不能做得了主？做不了主。如果自己真正能做主，年輕貌美多好！年年十八多好！偏偏一年比一年老，這就做不了主。沒有一樣自己能夠自在、做

主的。所以「我」是空有其名而已，沒有真正的我。你要  
是對於身心世界常常提起這樣的觀察，你就有智慧，就不  
會被身心世界迷惑。（節錄自 01-003-0167）

## ◆ 幸福快樂的人生

◎ 人世間第一等的行業是教學。佛陀選擇的是人間第一等的  
行業，給我們做出了典範，「於人無爭，於世無求」，幫  
助別人斷煩惱消業障、開智慧增福報，多有意義！這是佛  
陀一生的事業。我們學佛，得樣樣都學。當然，要幫助別  
人幸福美滿，先要自己得到幸福美滿；自己沒有得到，怎

麼能幫助別人？自己真正得到了快樂、幸福的人生，才能幫助別人，人家才會相信。（節錄自 02-037-0046）

◎ 如珠發光，還照珠體，這是教學相長，一方面幫助學生，成就他們，同時也成就自己，教學不斷提升自己。這是智慧，這是樂趣，夫子所說的「學而時習之，不亦說乎」，佛法裡面講「法喜充滿，常生歡喜心」。這個歡喜從哪來的？悟！天天有悟處，時時有悟處，他怎麼不快樂！學佛是個快樂的人生，得真幹，教學相長。（節錄自 02-037-

0212）

◎ 學道的人，有個小房子可以遮蔽風雨，粗茶淡飯就行了，無憂無慮，這是真正最快樂、最幸福的人生。（節錄自18-006-0003）

◎ 真正的幸福是心地清淨，淨極光通達，心淨極了就放光明，世出世法無有一法不知。什麼是真正幸福的人生？不讀聖賢書決定不知道。（節錄自19-003-0022）

◎ 儒家有盡孝之名，佛法裡有盡孝的事實，儒佛一結合，這才是真正圓滿的學問，是美滿幸福的人生。佛法在行持

上，把孝行推廣，以孝順父母之心孝敬盡虛空遍法界一切眾生，因為盡虛空遍法界一切眾生是一體。（節錄自 15-006-0008）

◎ 彌陀弟子一定過的是快樂人生，極樂世界的清淨、平等、快樂我們現前要得到，要在我們自己生活當中把這些統統表現出來。（節錄自 02-037-0561）

◎ 我們以謙虛的心追隨諸佛菩薩，追隨古聖先賢，多快樂！這種快樂不是金錢能買到的，不是高官厚爵能得到的，快

樂無比。你一生真的會樂此不疲，信心愈學愈堅定，願力愈學愈堅固。知道生從哪裡來，死往何處去，一絲毫牽掛都沒有，人生哪有這種快樂的事情！（節錄自 02-039-0360）

◎ 夫子的五德，溫、良、恭、儉、讓，做人基本的條件。佛教導我們的十善業道，我們落實十善，落實五常、八德，落實溫良恭儉讓，生活多快樂！每天法喜充滿，沒有憂慮、沒有牽掛、沒有妄想、沒有雜念。只求一樁事情，往生極樂世界，其他的都不求、都不要。這是快樂人生，這是幸福人生，這是佛陀教育、聖賢教育。（節錄自 02-040-0174）



◎ 釋迦牟尼佛三十歲大徹大悟，他迴向實際做到了，迴向菩提做到了，四十九年的講經教學是迴向眾生。他的日常生活，迴向眾生是給眾生做好樣子，於人無爭，於世無求，知足常樂，一生從事於教學，樂此不疲。這是天上人間最偉大的事業，幫助一切眾生破迷開悟、離苦得樂。做偉大的事業，他的心情多舒適、多快樂，所以法喜充滿，常生歡喜心。（節錄自 02-039-0410）

◎ 善導大師在《四帖疏》苦口婆心的勸導我們要信佛，信阿彌陀佛所說的，信釋迦牟尼佛為我們介紹的，信十方一切諸佛如來為我們推薦的。果然真信切願，不要說將來往生

得大利益，現在就得利益！得什麼利益？清心寡欲，生活幸福美滿自在。（節錄自 01-003-0249）

◎ 佛法的教學是生活教育，與我們日常生活待人接物、穿衣吃飯息息相關，就是它確確實實能給我們最圓滿、最美滿、最豐富、最踏實、最幸福的人生生活，這是佛教的本質。所以佛法不是玄談，不是空談。（節錄自 04-001-0001）

◎ 什麼時候自己業障消除了？心裡頭沒有妄念、沒有憂慮、牽掛，自己業障就消除了。這個時候跟西方極樂世界阿彌

陀佛就感應道交，自己往生有把握，有信心了，這個快樂！在這世間就像諸佛菩薩示現一樣，遊戲神通，到處遊玩，到娑婆世界來觀光旅遊的，這才是真正的幸福圓滿。

（節錄自 03-002-0002）

◎ 佛法就是修學一種幸福美滿的生活。經典裡面所說的是過去那些聖賢人，他們在生活當中已經體驗到的道理、方式，這種理論與方式一定給我們帶來美滿幸福的人生，所以我們一定要依經典的理論。（節錄自 12-007-0006）

◎ 佛教是佛陀對於九法界一切眾生至善圓滿的教育。我們開頭這一步走正了，往下就是正道。我們要把佛法認識清楚，就是要學過幸福美滿的人生。成功的事業，無論從事哪一行都能做得成功，因為有智慧。（節錄自 12-019-0001）

◎ 一切眾生心裡嚮往的真實究竟圓滿幸福的人生，淺而言之，心裡面沒有憂慮、沒有牽掛、沒有煩惱、沒有嫉妒、沒有怨恨，圓滿的和諧。對自己親人如是，對冤家對頭、敵人亦如是，真正融化了。這就說明我們真的覺悟了，在這個世間，對自己來說，提升靈性，提升到佛菩薩；對法界虛空界來講，我們的真誠清淨平等正覺慈悲跟整個法界

虛空界融成一體。（節錄自 12-047-0083）

## ◆ 自在的人生

◎ 儒家在《禮記》裡教給我們「安安而能遷」。兩個「安」是說身安、心也安，身心都安穩，好自在。（節錄自 01-003-0001）

◎ 心愈清淨就愈自在；心不清淨，想得自在是不可能的。  
（節錄自 01-003-0025）

◎ 自己能夠時時刻刻提得起佛號，念得法喜充滿，身心輕安自在，這是業障輕，功夫得力了。（節錄自 01-003-0040）

◎ 幾時能把現前的境界完全看成是一個夢境，就真的得大自在。為什麼？得失的心沒有了。所有的煩惱都是從患得患失而來的，沒有得失心就沒有煩惱，就得大自在。（節錄自 01-003-0030）

◎ 曉得一切法如夢幻泡影，我們就隨緣度日，像普賢菩薩所講的「恆順眾生，隨喜功德」，沒有罣礙，沒有障礙了，

沒有一法不可以隨喜。功德是什麼？成就自己的覺觀，成就自己的無量覺。在一切法裡面不是用分別心，而是用觀照，像《心經》講的「觀自在菩薩，行深般若波羅蜜多時，照見五蘊皆空」，就是求五陰色心了不可得，心開意解，真正離苦得樂，「度一切苦厄」，一切苦厄都沒有了。（節

錄自 01-003-0030）

◎ 凡夫修行為何如此困難？說老實話，所謂心隨境轉。境界本來不轉我們的，我們自己甘心情願被它轉，境不迷人人自迷，這是我們要醒悟的地方。《楞嚴經》說得好：「若能轉物，則同如來」。我們不被外境所轉，在這個境界裡

就得自在；我們被外境轉就不自在，被煩惱束縛了。這些地方是我們真正修行用功下手之處。（節錄自 01-003-0142）

◎ 真正事實真相，境界是隨心轉的。境界隨心轉，人自在；心隨境界轉，非常痛苦。有一點事情都要去問神、問算命先生，這苦極了！一舉一動都受拘束，這是心被境轉。（節

錄自 01-003-0043）

◎ 我們生活行為不自在，所謂是不自由，自己做不了主，處處要受約束。為什麼做不了主？就是沒有智慧，有智慧就



做得了主。現在煩惱控制了我們，所以我們覺得處處不自在。佛法就是求智慧，有了智慧，什麼問題都能解決。所以佛法是智慧的方法，佛學是智慧的學問。（節錄自011-003-0097）

◎ 《金剛經》講：「我應滅度一切眾生，滅度一切眾生已，而無有一眾生實滅度者」。為什麼？度還是你自己度自己，不是我度你，我能夠幫助你的只不過是增上緣而已。你看親因緣、所緣緣、無間緣全是你自己，誰度誰？自己度自己。人要是把身心世界，世出世間一切法統統擺脫掉了，得大自在，要不能擺脫掉就是苦海無邊，沒有邊際。

(節錄自 01-001-0017)

◎ 「說而無說，無說而說」、「聽而無聽，無聽而聽」，這是很高的一個原則，這個原則要是明白了，把它運用在六根上，運用在我們日常生活上，見而無見、無見而見，觸而無觸、無觸而觸，就沒有不自在，這就是真正的解脫、真實的自在。(節錄自 01-003-0128)

◎ 不但世間法不著，佛法也不著。如果世法我不著，著佛法，那沒用處，只不過是換個對象而已。所以要真正放

下，放下就得自在、安樂。（節錄自 01-003-0154）

◎ 傳記裡記載，念佛人自在往生，預知時至，無有病苦，不止一、二個，有很多人。這才是真正從輪迴生死之此岸，度到西方極樂世界永脫輪迴不生不死的彼岸。（節錄自 01-003-0051）

◎ 功夫成片上三品的，生死就自在，喜歡什麼時候到西方極樂世界，什麼時候就去得了；喜歡再多住幾年也不妨礙，得大自在。生死自在不需要很高的功夫，功夫成片我們人

人都可以做到。（節錄自 01-003-0068）

◎ 「蓮華化生，不繇父母」，此方世界我們得這個身，父母是緣，沒有父母給我們做增上緣，我們就得不到人身。西方極樂世界是蓮花化生，我們此地一生個念頭要求生西方極樂世界，極樂世界七寶池中就生一朵蓮花，這是自己的蓮花。如果你信心很堅強，你的願很切，念佛念得很勤，蓮花就一天比一天大，光色一天比一天好。（節錄自 01-003-0055）

◎ 一定要念到自己功夫成就，臨命終時佛來接引馬上就去，留下這個身體與我不相干了，這個才自在。這要真功夫，沒有真功夫，不是真正預知時至，佛來迎接，這種苦就免不了，要想保證不墮落太難了！所以我們發大心，眾生無邊誓願度，什麼時候來度？到我們見佛開悟之後，證得無生法忍，這個時候來三界救度眾生就有把握了。（節錄自 01-003-0059）

◎ 在《往生傳》、《淨土聖賢錄》裡看到，修學念佛法門，大概三年到五年就成功了，決定往生。預知時至，往生瑞相好的，絕大多數是一個月以前就曉得哪一天走；還有些

三個月前就知道哪一天走，到時候給家親眷屬告假辭行：我今天到西方極樂世界去了。逍遙自在，來去自如。（節錄自 01-003-0120）

## ◆ 人生最高的享受

◎ 佛法修學真正的精神是破執著，雖然不執著，於一切法生恭敬心，至誠恭敬。至誠恭敬，不著空；一切法裡面分別不執著，不著有。空有二邊都不著，這才叫中道，這才叫第一義，這才叫真實圓滿的幸福，人生最高的享受。（節錄自 01-003-0149）

◎ 清淨心就是定，定就生智慧，你什麼都通達、都明瞭。你這一生過的是人生最高的享受，無論從事哪一個行業，都是最高享受。（節錄自 02-037-0556）

◎ 「抉擇者，善能分別諸法相也」，他有智慧，所以他有能力分別諸法相。真的不能執著，假的不應該執著，統統放下，真妄都不可得，有得的這個念頭就是煩惱。那怎麼過日子？隨緣，隨緣就自在，有很好，沒有也好，不要去想它。各人福報不一樣，福報大的自然來了，來了也不必喜歡，沒來也沒有懊惱，心永遠是平靜的，這叫功夫，這才叫正常，這才叫最高的享受。（節錄自 02-037-0548）

◎ 每一天讀經，向經典當中學習，對於諸法實相（一切法的真相）愈來愈清楚、愈來愈明白，就愈來愈歡喜。佛法修行，覺而不迷、正而不邪、淨而不染，真正三皈依，他怎麼會不快樂？這才是真正的最高享受！（節錄自 02-039-0172）

◎ 學佛是人生最高的享受，最高的享受不是在社會上有地位，也不是有財富。什麼是最高享受？天天歡喜，孔子說的「學而時習之，不亦說乎」，佛說的法喜充滿、常生歡喜心。古人常講的「君子憂道不憂貧」，樂在哪裡？樂在道裡頭，這與貧富貴賤毫不相干。所以，世出世間大聖



大賢所傳的是明理，你懂得道理，這個可貴。（節錄自 02-039-0293）

◎ 我這一生經歷的苦難很多，實際上我告訴大家，我經歷的全都是最高享受。別人看見是苦難，對我來說是最高享受，為什麼？我對於任何一個人、任何一樁事情永遠感恩。人能禁得起考驗，一次考驗一次提升，智慧提升，德行提升，境界提升，法喜也提升，怎麼不快樂！沒有這些人，我怎麼會提升？沒有這些事也都不能提升。就等於考試，愈是難考的題目幫你提升得就愈高。（節錄自 02-039-0506）

◎ 最高的享受不是沒有順逆，不是沒有善惡，順逆善惡統統都有，但它對你不產生影響。你永遠清淨、永遠平等、永遠快樂，法喜充滿；你能轉境界，不被境界轉，這就是最高享受。（節錄自 02-039-0531）

◎ 這一生當中沒有看到一個冤親債主，沒有跟任何人事物對立。對立，互相不能包容；沒有對立，樣樣都能包容，樣樣看到都歡喜，這就是人生最高的享受。（節錄自 02-041-0397）

◎ 你怎麼樣才能得最高享受？放下，看破。妙！放下，你就入門了；看破，你就享受了。看破是智慧，放下是戒定；有戒有定，智慧就現前。（節錄自 02-041-0435）





從小就教他正確的觀念，他將來長大就是有倫理、有道德、有因果觀念的人，起心動念一定是為別人、為社會、為國家、為民族、為全世界，真的是建大功、立大業。



## 華藏淨宗學會

本會一切法寶，免費結緣，禁止販售，請勿擅改內容，歡迎翻印流通。  
All the Dharma material in this association is for free distribution. Please don't sell it nor alter any content without authorization. Any reproduction or circulation is appreciated.