



论语与弟子规心得随笔

何秀英著

一本献给家长、青年与少年的书：

教育与学习，要趁早！



作者简介

何秀英

1970年出生于诗巫

广东大埔人

1988年毕业于

SMB St. Columba, Miri

曾任职于金融公司

业余教学，好读书，学习与写作

信仰佛教、天道

相信所有正信的宗教和真理



序一

美里笔会主席
蔡宗祥

儒家重视学习，“以学习为修身之始”。《论语》首篇即是“学而时习之”。

《论语》的重要内容是论述修身。其中有多篇文稿引述《论语》的硕德嘉言作借鉴。

《论语》乃记录孔子和他的弟子言行，编写于中国封建时代，难免有封建社会的烙印，令人研读，宜择善而从。

《论语》勉励人积极学习。它的首章即是“学而时习之”，又有“三人行，必有我师焉”。近代也有“学习，学习，再学习”，“活到老，学到老”的至理名言。唯有勤于学习，才能理解《论语》，继而思之，悟之，至此学习才不止于认识层面，必须逐步实践，把《论语》作为修身之道，故满口仁义道德者，不一定是仁者。

仁是儒家思想的最崇高道德操行。仁者人也，即对人有爱心的关怀，仁是实践修身的准则。为政者有仁，则爱国爱民，不贪不滥权。人若有仁，则能孝悌，知礼义，社会遂和谐，进步。

阅读以上，有所知，有所行，立身行道，是对自己修身的承诺。洗涤心灵，走向美好人生。

PERSATUAN PENULIS CINA MERI
美里笔会
MERI CHINESE WRITERS ASSOCIATION

序二

美里笔会副主席
季人

2001年开始，本地报刊文艺园地出现了一位生力军。她就是辛情。

尽管有很多人都提过笔，写过文章，喜欢在报章上发表，享受文章被刊登出来时的喜悦，但大部分初写作的人仅能维持一阵子的热诚，就如昙花一现。一段时间之后就失去了创作的动力，接著就消声匿迹，不知所踪。辛情是少数能坚持不懈的写作者。也许这就是写作者的通病。也是写作者的困境，需要经历磨炼才能突破瓶颈，才能生存下来。

自2001年2月27日辛情的一篇题为《随笔》的文字在我主编的《笔汇》文艺版发表后，我注意到另外一些报刊的文艺版如《巴南河》、《竹原》、《文风林》等都不时涌现她的作品。一时之间，她成了本地报章文艺副刊的常客，是读者最熟悉的写作者之一。

2004年5月，辛情受邀在《联合日报》的《钻油台》专栏写稿。《钻油台》原为美里笔会七位会员在2001年1月1日发起撰写的一个专

栏。七位会员每周各执笔一篇。题材不拘，各抒所见。写了三年多之后，即2004年初，部分会员因出外深造或其他原因暂时离队。辛情这时申请成为笔会会员。也适时加进了《钻油台》撰稿的行列。

辛情不愧为一位多产的写作者。除了每周规定的一篇外，尚能有多余稿件填补其他组员因临时缺稿的空版位。四年来，辛情在《钻油台》发表的文字数量比其他组员多了一倍。她写了四年，等于别人写了八年。

辛情写作的范围和题材不算很广泛，但无论是生活小品、日常所闻、社会论述等等文字，都带著积极和正面的动机。而论语、弟子规的涉猎，深入浅出，古为今用，弘扬正义及劝人为善为宗旨。这类文章正是我们目前功利社会所需要的当头棒喝。

经过多年来的勤劳耕耘，辛情决定结集出版第一本书，这是可喜的事件。此际新书《论语与弟子规心得随笔》的出版。特缀数语为序。并希望再接再厉。创作不怠。

2008年4月19日

作者自序三

《论语》这本书，是记载孔子和他的学生之间的言论，也是儒家的经典之作，讲的都是关于伦理道德。

《弟子规》，是由清代的李毓秀编辑而成。原名《训蒙文》，后经修订，改名为《弟子规》。内容乃是对于儿童和青少年的训诲和教育。

然而，《弟子规》并非只是针对儿童或青少年的读物和教育。成人更应该同时学习。比如说，尊敬父母，并非只是小孩的事，大人也有父母啊！《兄弟要和睦》，大人也有自己的兄弟姐妹啊！《珍惜时间》，更是每个大人该有的美德。

近代佛教净宗高僧净空法师，亦极力提倡人人落实《弟子规》的教育，把传统文化找回来。若人人能落实，则社会和谐矣。如果连《弟子规》的基本教育都不能落实，何况学佛耶？

我在美里《联合日报》撰写专栏时，因感于时下社会风气每况愈下，所以一直希望写些

比较健康、具启发和教育性的文章。

《论语》和《弟子规》正合我意。后来，我就以它们为主题，结合现实生活中的现象，化为一篇篇的短文。其他的一些随笔，也是写实之作。

其实，写的时候，并不容易。这些文章，花了我很多的时间，多番思考，几乎榨干我的脑汁。所以，我常常说脑受伤。

能够把自己花尽心思书写的文章结集出版，是一件值得高兴的事。

当然，也要感谢《笔会》一众前辈文友和鼓励。还有此书三位评审，《笔会》前主席徐元福、《笔会》主席蔡宗祥和《笔会》秘书许敬平先生的批评与指教。

末了，还有一个我得感谢的人。他也算是此书的第一看稿人，那就是帮我写序的《笔会》副主席，季人先生。

是为序。

前言（1）

教育，要趁早！

这里的教育，不是指ABC、生活技能或学术性的教育。而是，健全的家庭、人格、伦理、道德和宗教教育。

要教育一个人，要趁早，不但要早，还要趁小。如今的社会，已经不容许我们等到他五岁或七岁，而是从他在母亲的肚子里就开始受教。

因为，时代已经不一样。今日的科技太发达，周遭的环境污染太厉害，儿童也越来越古灵精怪了。所以，大人要在他还在娘胎里面时，就开始教。

怎么教？念伦理道德或宗教的经典给胎儿听。等他一出娘胎，七岁之前，不断的对他施于精神教育，和他一起朗诵学习，抓紧家庭、道德伦理和宗教教育，而且不让他接触科技或电视，一刻也不放松。

父母亲从孩子还在娘胎开始，就不要忘了身教。所谓身教，就是端端正正的言行。这就给孩子立一个好榜样和最早学习模仿的对象。

从小抓紧，以后就好办了。

等他逐渐长大以后，随著他的年龄，分配一些家务事给他做，让他也学习承担对家庭的责任和归属感。

除此以外，带孩子去正信的宗教场所，接受宗教教育，也是很好的作法。

有了正面的家庭、道德伦理和宗教教育，孩子绝对不可能变坏。

前言 (2)

真慈善，在教育

要让社会少一个犯罪的人，要靠什么？只有教育。

地球生病了，要怎么样让它恢复健康，恢复原来的样子？唯有教育。

曾经，我质疑过某些宗教团体，为什么不搞慈善？

经过一位大师开示以后，我才恍然大悟。他说，

“慈善，是在事后。教育，却是在事前。慈善只能治标，却不能治本，无法断根。慈善是短期的，教育却是永恒。所以，真慈善，是在教育。我们落实宗教教育，就是教育每一个人，言行端正，循规蹈矩，孝顺父母，尊敬师长，友爱众人。这样，人们就不会犯罪或犯错。若人人都能如此，还搞什么慈善呢？”

想深一层，果不其然乎？

接济一个失业的人米粮，这是慈善。可是，这种慈善能够维持多久呢？倒不如教导他一些生活技能，让他自立更生，才是长久之计。

成立老人院照顾老人，固然是慈善。但是，为什么我们不从小就教育孩子孝顺父母？这样他就不会置年老多病的父母于不顾。

今天弃婴处处，单亲妈妈越来越多。成立孤儿院和单亲妈妈组织，当然是慈善。可是，为什么我们不教育青少年禁止婚前性行为，灌输他们婚姻不是儿戏和对家庭的责任感？

整个地球乌烟瘴气，要接受教育的是全球的人类——请过最简约的生活，节省能源，爱护大自然。

目 錄

序一	蔡宗祥（美里笔会主席）	1
序二	季人（美里笔会副主席）	2
作者自序三	4
前言（1）	教育，要趁早	6
前言（2）	真慈善，在教育	8
论语心得	一、有教无类	15
	二、孝养父母（1）	17
	孝养父母（2）	20
	三、道不同，不相为谋	22
	四、好人不孤单	24
	五、仁爱	30
	六、著述宜在晚年	32
	七、读书，是为了做人	35

八、人之初，性本善.....	38
九、关心社会	40
十、反省与检讨	42
十一、领导者应以身作则	45
十二、为政者当以身作则	46
十三、读书，不只是为了 当官赚大钱.....	49
十四、温故知新.....	51
十五、人能弘道，非道弘人.....	54
十六、事君之道，在于诚直.....	56
十七、饱食终日，无所用心.....	58
十八、君子不器	60
十九、仕而优则学， 学而优则仕.....	62
二十、非礼四勿	64
二十一、三人行，必有我师.....	68

弟子规心得	一、爱	76
	二、多亲近益友	79
	三、一室不扫， 何以扫天下？	81
	四、学与问	83
	五、谨言	85
	六、出告反面	88
	七、兄弟要和睦	90
	八、有借必还	92
	九、慎读好书	94
	十、养生之道，饮食适中	96
	十一、勿爱慕虚荣	99
	十二、莫说闲话	102
	十三、珍惜时间	104
	十四、饮水思源	106

随笔

一、通才，看过来.....	109
二、不如开课.....	111
三、孤独.....	115
四、可怜的我.....	118
五、以戒为师.....	120
六、同.....	122
七、惜福.....	124
八、就是少了一样.....	126
九、掠夺.....	128
十、你有没有把我 放在心上？.....	130
十一、经验.....	132
十二、污染的网络.....	134
十三、你开始环保了吗？.....	136
十四、没有你的日子.....	138

十五、同，还是不同？	140
十六、尊重宗教	142
十七、文字的力量	144
十八、最伟大的人	147
十九、请让病人多休息！	151
二十、草与宝	153
后记 原来，出书一点都不好玩（1）	155
原来，出书一点都不好玩（2）	157
原来，出书一点都不好玩（3）	159



PATIKU@HOTMAIL.COM

2008

论语心得



论语心得

一、有教无类

论语之卫灵公第三十九章

子曰：“有教无类”。

孔子说，教育应一视同仁，对受教者，没有贫富贵贱智商高低之分。

可是，教育工作到了二十一世纪，却与孔子所言有点背道而驰。

今天，我们有所谓精英班。班内的学生都是AA级的。

AA级的学生可以比那些成绩奇差的同学们享有更多的福利和设备，校方亦给予他们特别礼遇和呵护。

至于那些无药可救班、烂仔班、O希望班，上课也不过是意思意思。老师别说看到这些学生，一想到要进他们的课室，走起路来都没有力！

原本，分班是为了容易管教，方便教育。把成绩优秀的和成绩劣等的学生分开，可以因学生的程度而施教。

资质聪慧的，一点即通，可以教他们更深奥的道理。反之，对于资质比较低下的，则传授一些较为浅白的知识，给予较简单的练习。

有些学生行为偏差，为免干扰其他学生上课，将他归入另一班，乃情有可原。

可是，将学生分门别类的结果，却出现了负面现象。A班学生变得骄傲自负，烂班学生变得爱搞破坏，对人生毫无信心，自我放弃。

烂班出烂仔。这些在学校被漠视的一群，在青涩的年纪就被淘汰出局，可想而知他们踏入社会以后会变成什么样子？

所以，教育工作，不应分门别类。

无论是学校、社会或宗教教育工作者都应当以平等心和有教无类的态度对待所有的学生，尤其关注和鼓励那些资质较差的，使他们努力进取，拥有自信面对未来，过一个美好幸福的人生。



二、孝养父母（1）

为政篇第七章

子游问孝。子曰：“今之孝者，是谓能养。至于犬马，皆能有养，不敬，何以别乎？”

孔子的学生子游向孔子请问孝道。孔子答曰，“现在一般所谓孝顺父母，只是做到养活父母，就算是尽孝了。若没有恭敬心，这跟养狗养猫有何不同？”

如果以古人的高层次水准来要求今人，孝道已经没有了。

今天的社会不是孩子孝顺父母，而是父母孝顺孩子。

父母对孩子千依百顺，呵护备至，为他做牛做马，要什么，给什么。

孩子喜欢吃鱼，做父母的就让他吃鱼肉，自己吃鱼“刺”。他看卡通片，父母不敢转台看新闻。孩子有什么需求，父母要随传随到。他要往东，父母不敢往西。他生病了，父母随伺在旁。他发脾气，父母要和言悦色，小心伺候。

在家，表面上一家之主是父母，实际上那个“主”是孩子。因为，父母必须看孩子的脸色和心情做事，必须依他的爱好而爱好，跟著他团团而转。他要去舒戈邦，父母不可去肯搭基。他要吃炒面，父母不能叫炒米粉。他玩电脑游戏或看电视节目的时候，父母绝不可以吵他。他说要买手机，就买手机。他要买八百块钱一双的名牌鞋，父母不能买一双马币五十元的让他出去丢人现眼。不管去到那里，在任何场合，都要记住给他面子。父母亲的老脸可以丢，孩子的嫩脸绝对不可以有一丝损伤。

在这种情况下长大的孩子，你还期望他孝顺父母吗？

今天的孩子，出来社会工作以后，所赚的钱，都不够自己花——不断买卖更换手机，电脑，名牌衣鞋，供车供屋，和朋友吃喝玩乐，旅行，养活自己都成问题，那还有能力供养父母？

如果他会养父母，那父母已经是十分安慰了。

孩子不孝不敬父母，对父母呼呼喝喝，不只是他的罪，而是父母的过错。因为父母从小过于溺爱顺从，没有引导教育他伦常道德，只把他丢给保姆学校，让他自由接触科技，甚至

给他太过享受的物质生活。结果，长大以后，他的眼里只有自己没有别人，只顾满足自己的欲望，不理他人死活。

他怎么会懂得养父母跟养猫狗的差别？父母的过失啊！



二、孝养父母（2）

当我们越长越高，越来越帅气漂亮时.....

回头一看.....

从小对我们嘘寒问暖、牵著我们的小手害怕我们走丢或横冲直撞的父母，已经开始年华老去。

他们的头发渐渐斑白，背影渐渐佝偻。

动辄忘记这个，忘记那个。每次明明才刚刚对他们说过的话，他们很快就忘记了，还一直重复问同样的问题，让人烦不胜烦。

在看电视或报纸的时候，他们总是在不知不觉当中睡著了。老花眼镜可能斜了一边或跌在胸前，也不知是从鼻子还是嘴巴发出那吵人的鼾声。

偶尔和他们一起出外游玩或逛购物中心，还没走几步路，便不断喘气，还直说好累，无法和我们走同样轻快的步伐，非常扫兴的中老年人。

感觉上，父母和我们的距离是越来越远了。

然而，我们于心何忍，如此不孝，居然嫌弃我们的父母？

那一对生养我们，辛辛苦苦把我们扶养长大.....

暴风雨时，永远为我们撑伞，自己却淋成落汤鸡.....

想尽办法，白了头发，为我们的学费愁苦.....

每天忙里忙外，还要与时间赛跑，赶著接送我们上学放学.....

自己啃著骨头，却不断把肉往我们的碗里送.....

不计较自己穿得像扫地的清洁工人，却让我们打扮得像个王子或公主似的.....

当我们生病时，因为照顾我们，自己也跟著累得病倒.....

因我们的病而病.....

因我们的快乐而快乐，因我们的悲伤而悲伤的老人？

三、道不同，不相为谋

卫灵公篇第四十章

子曰：“道不同，不相为谋。”

宗旨不同，主张、志趣各异，彼此不必相互计谋共事。

每个人都有自己的思想、兴趣和志向。

一般上，我们常说“物以类聚”。能够聚在一起的人，肯定是“志同道合”者。因为彼此的思想观念都很接近，谈起话来也很投机，非常有默契，若在一起共事，自然会减少冲突或争执。

道若不同，那就难了。一个做事保守，一个大胆开放喜欢革新。两个人若在一起做事，事情一定难以顺利完成，障碍重重。

所以，道不同，大家各行其道，互相尊重，保持距离就好。

而且，不相为谋，还有另一个重要原因。

如果我们常常和道不同的人聚在一起，定力不够的话，久了一定会受他的影响，被他牵著鼻子走，而放弃自己本来的志趣和宗旨，无法在自己的本位上成就。

本来不烟不酒之人，若常常跟一大班酒肉朋友出去，难保久了不会受他们污染。

社团或非营利组织领袖成员若常常和政治人物走在一起，参加政治活动，久了他们一定会受政治因素影响，而把政治因素带入团体，使它的宗旨和运作方式渐渐变质。那对团体是百害而无一利。

尤其是宗教团体，更不能不谨慎。

所以，我们要认清并坚持守住自己的岗位，常和志同道合的人在一起切磋激励，十年如一日，这样才会有所成就。



四、好人不孤单

里仁篇第二十五章

子曰：“德不孤，必有邻。”

勤于修身养性，进德修业的人，是不会孤立的。他一定会交到志同道合的朋友，大家一起互勉。

现在的人要修身养性，难。因为外头的诱惑太多。

你酒色财气样样不沾，旁人会引诱你，“抽一根烟吧！喝一杯酒没什么大不了的……”“偶尔解解闷，发泄一下是很正常的事，毕竟我们大家都是人。”

若你对于他们的诱惑无动于衷，他们会讥笑你没出息，再刺激难听的话都说出来了。一次，两次，可以不理。第三次？干脆豁出去算了！

再者，科技网络如此缤纷七采，像极万花筒，谁能受得了诱惑？

你做好事，人们会指控你自私和别有动机。你还做不做呢？

外面的社会，谎言纷飞，自私自利，强词夺理，是非不分，黑白不明，偷盗邪淫，奸商当道，此欺彼诈，争名夺利，讲权术，讲手段..... 和道德课本里头的内容完全不一样。

你粗声粗气，声大夹恶，强悍野蛮，面冷心硬，人家会尊敬你，不敢动你一根豪毛。

面慈心善，温和柔顺 - - - - 每个人都
知道，这个人是好欺负的！

你要做好人？你讲良心道德？好人多精神
或心理压抑、受尽屈辱哪！

所以，很多原本像一张白纸的青少年，一旦踏入社会以后，很快便受到污染，美其名曰，“人在江湖，身不由己”。周围的人都不老实，你叫他怎么老实？周围的人都搞权术，你叫他怎么能不狡猾？

那么说，讲道德的好人难道是孤单寂寞的吗？

圣人告诉我们，一点也不。所谓物以类聚，善气必能互相感应，最终肯定会有志同道合者前来彼此砥砺。

古今中外多少宗教领袖和圣人劝导我们遵守伦常道德。可是，当我们的物质科技各方面

都发达提升以后，我们便渐渐忘记了古老的训诫！可叹！

道德教育并不是老古董，确确实实是当今病态社会所缺乏的良药。



【吕新吾好人歌】

公名坤，字叔简，宁陵人，明嘉靖进士，仕至少司寇。

弘谋按，人皆知爱慕好人，而存心行事。有时近于不好者矣。今一一列出，孰为好人，孰为不好人，随事可见。月志者，可以自省矣。

◎ 天地生万物，惟人最为贵。
人中有好人，更出人中类。

◎ 好人先忠信，好人重孝悌。
好人知廉耻，好人守礼义。

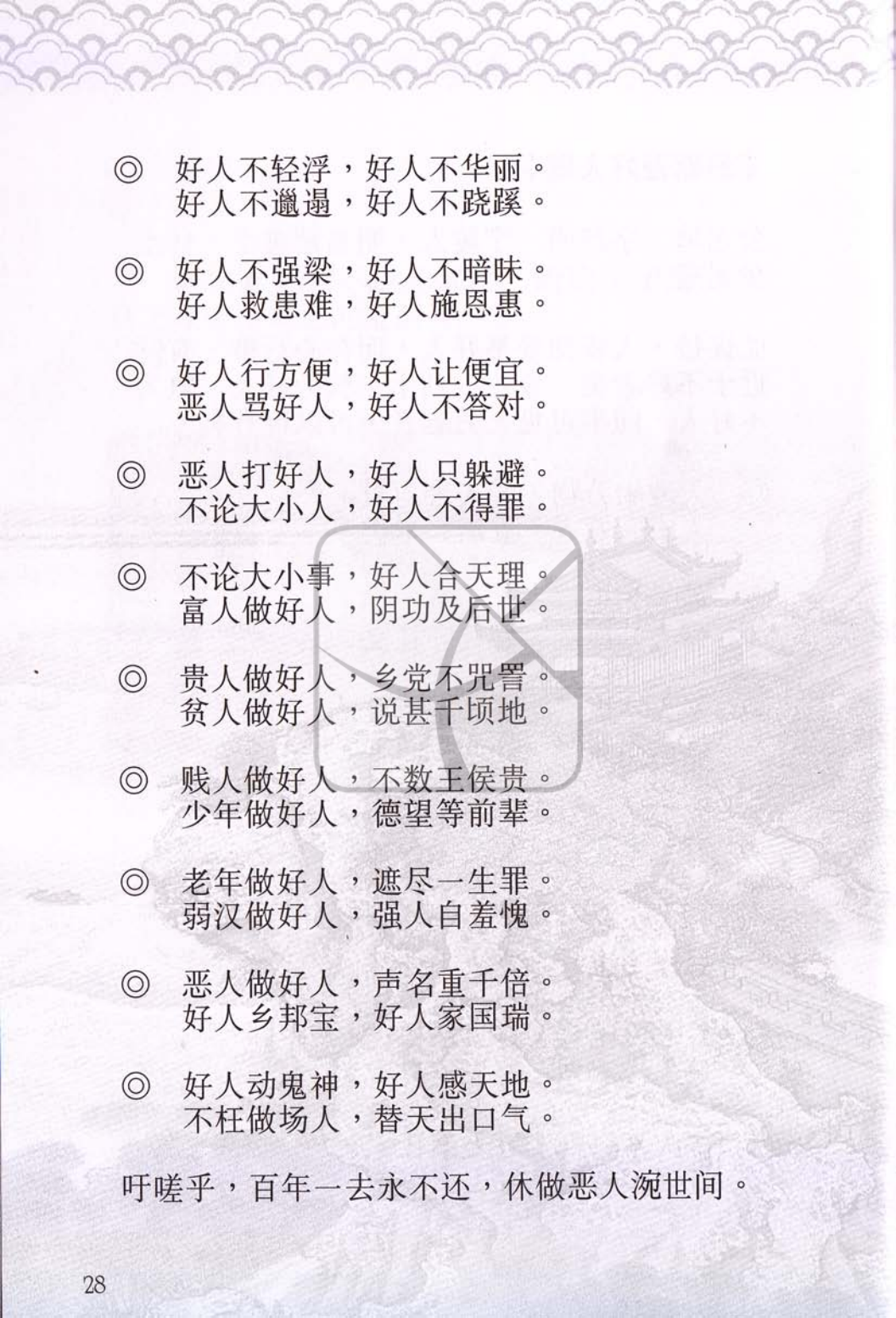
◎ 好人不纵酒，好人不恋妓。
好人不赌钱，好人不尚气。

◎ 好人不仗富，好人不倚势。
好人不欠粮，好人不侵地。

◎ 好人不教唆，好人不妒忌。
好人不说谎，好人不谗戏。

◎ 好人没闲言，好人不谤议。
好人没歹朋，好人没浪费。

◎ 好人不村野，好人不狂悖。
好人不懒惰，好人不妄费。

- 
- ◎ 好人不轻浮，好人不华丽。
好人不邈邈，好人不跷蹊。
 - ◎ 好人不强梁，好人不暗昧。
好人救患难，好人施恩惠。
 - ◎ 好人行方便，好人让便宜。
恶人骂好人，好人不答对。
 - ◎ 恶人打好人，好人只躲避。
不论大小人，好人不得罪。
 - ◎ 不论大小事，好人合天理。
富人做好人，阴功及后世。
 - ◎ 贵人做好人，乡党不咒詈。
贫人做好人，说甚千顷地。
 - ◎ 贱人做好人，不数王侯贵。
少年做好人，德望等前辈。
 - ◎ 老年做好人，遮尽一生罪。
弱汉做好人，强人自羞愧。
 - ◎ 恶人做好人，声名重千倍。
好人乡邦宝，好人家国瑞。
 - ◎ 好人动鬼神，好人感天地。
不枉做场人，替天出口气。

吁嗟乎，百年一去永不还，休做恶人涴世间。



如果您的微笑得不到回应，不要紧；
如果您的礼敬换来了无礼（粗暴），不要紧；
如果您帮助他人，却不被接受，不要紧；
如果您的信任换来了背叛，不要紧；
如果他人不愿意回馈您的善行，不要紧；
如果真能做到了，您就走在“德”的大道之上。
您的怨言、失望和受伤，都源自于您自己的私心。
无所求的，持续、再持续的在这条大道上迈步。
那么这条大道就会成为“道”之路。

处逆境随恶缘时须知十事

作者：肯特·基斯 译者：So Meng

人们可能不合逻辑，不讲理和自我中心。
无论如何，仍去爱他们吧！

你做善事，人们会指控你自私和别有动机。
无论如何，仍要去做善事！

如果你成功，你会赢得不忠诚的朋友和真实的敌人。
无论如何，仍应该去成功！

你今天做的善事，明天将会被忘记。
无论如何，仍要去做善事！

诚实和坦率会使你更容易受伤害。
无论如何，仍要诚实和坦率！

伟大的人及大格局的创意思考，有时会被心胸狭窄的小人击垮。
无论如何，仍要有大格局思考！

人们同情弱勢者，但却只知去攀附权贵。
无论如何，仍要为少数弱勢者争取权益！

你历经多年所建造的，在一夜之间可被摧毁。
无论如何，仍要继续建造！

确实需要帮助的人，在真受你帮助后，却可能攻击你。
无论如何，仍要乐于帮助人！

你将最好的给这世界，牙齿却可能被踢掉。
无论如何，仍要把你最好的献给这世界！

五、仁爱

述而篇第二十六章，“子钓而不网，戈不射宿。”

孔子只用钓钩钓鱼，不用鱼网捞鱼。游山射鸟时，只用带生丝的箭射击空中的飞鸟，而不射击树林里栖息在鸟巢中的鸟，避免一网打尽。

上天有好生之德。

爱护大自然，保护生物，至今尤甚。环保，在今天，已经不是口号。很多人都意识到许多生物灭绝和资源流失的严重性。各国政府为了保护生物，严定法律禁止人民破坏生态和捕杀稀有动物。

今人毫无节制砍伐森林、用网孔小到连小鱼也不放过的大型鱼网捕鱼、为了生计喂养家禽吃快高长大的长肉剂、大量捕杀一些动物以剥他的皮来卖、非法乱丢化学物品或液体、浪费资源……凡此种种，无疑是让我们的地球一天一天走向末日。

所以，圣人主张仁爱之说，不只是对人，也包括天地万物。

能爱护动物，就不会对他赶尽杀绝。

心中若怀有仁爱之心，就会懂得爱护大自然，绝对不会肆意破坏。



六、著述宜在晚年

述而篇第一章

子曰：“述而不作，信而好古，窃比于我老彭。”

孔子说，“我生平著书立说，只是代为传述并遵循古人的道统和尊重史实，从不敢按照自己的意思加以创新。我自比为商朝的贤大夫老彭。”（老彭，有人认为是老子与彭祖，也有人说是彭祖，更有人认定是离骚所说的彭咸）

孔子删诗书、定礼乐、赞周易、修春秋，而成六经，把古人的经典加以整理编辑以传后世，当中不敢自行创新或更改内容。看到这一段，圣人的谦虚、谨慎、尊重古圣先贤和原作者的德行，实在让人汗颜。

记得曾经听一位大师说过，“文人的果报多不好”。为什么？因为文人喜欢乱写，诽谤和批评。一般的人诽谤或批评，也只是口头上而已，听众只有一两个，造罪较轻。可是文人却是手口并用，除了嘴巴，还有文字记载，一写成名天下知。若再出书或把自己的缺德文字挂上网站，举世皆知。他的听众和读者，是全

球的人，影响之巨，非常之大。而他的果报，是下地狱历经一次又一次的苦难轮回，一直到他所写的东西完全被毁灭，没有人再收藏阅读为止。

古书上记载，“著述宜在晚年”，尤其是宗教典籍，因为它带有承上（神佛）启下（世人）的责任。少时血气方刚，或有知识学问，却没有生活中的历练和智慧，处世待人、看事情和思考的角度不够深入广阔，所以容易犯下错误的见解。自己见解错误没去影响别人，没有文字记录，也还罢了。若写了下来，传给后世，世人读后以讹传讹，以盲导盲，读者越多，影响越大，罪过也越深重。

今人有擅自篡改历史者，或出书，或拍戏，或设计网络游戏……以历史为背景，却大肆改编其内容，甚至无中生有，误导了许多世人。此例一开，未来想要纠正可不容易——“那戏里面是这么讲的呀！”

写到这里，真的是有点冒冷汗的感觉。想起自己写了那么多篇论语心得，当中甚至借用圣人的话引申到许多社会现象……。

不过，在此尊重声明，圣人的原文和意思，我一个字一句话都不敢改。

每篇心得，第一段必是原文和原来的意思。只是后来的段落，提及自己对现实生活和一些社会现象的看法与心得，为了使人比较容易契入，所以动用一些原句而改编之。若有冒犯之处，绝非个人意愿。希望圣人在泉下有知，多多包涵。



七、读书，是为了做人

宪问篇第二十五章

子曰：“古之学者为己，今之学者为人。”

以前的人读书求学，主要是为了充实自己的学问，知书达“礼”，懂得待人的礼节。通过学习，让自己明白做人的道理，并身体力行提升自己的内涵修养。可是今天的人，读书求学，是为了功名富贵，一朝成名，让所有的人都知道自己的存在。

古时的社会，以农耕为主，物质不丰，人民生活简朴，心地比较单纯善良。

当时的教育，教的都是怎么处世做人的道理。所以，读书人不但是有学问，而且都是品格高尚，懂得待人礼节的一群，堪称社会的模范。所谓士农工商，读书人排在第一，就是这个道理。若是他们的言行有所不端，只要一句“你这样叫做读书人吗？”就可以让他们羞愧难当，名声扫地。

而且，他们读书的真正目的，也不是为了找生计赚钱，而是明白圣贤之道，并落实在日常生活当中。所以，读书人虽然很穷，但

是“君子固穷”，安守本分，不会因为穷而胡作非为。

他们有当官的，做的是真正的“父母官”，关心人民百姓，使社会安定。做了官之后，生活起居和从前一样朴素简单，以身作则，领导家人和社会大众。

有当医生的，不但替穷人治病不收钱，还自掏腰包免费施药。

有当老师的，一辈子“教学不厌，诲人不倦”，把学生都当做自己的孩子。

不管他们做什么，一心念的想的都是他人的利益，从不为自己打算。所以他们永远都是那么穷，一辈子不会“发达”。

可是今天的人，受的教育，都是以功利为基础，为目的，以自我为中心。

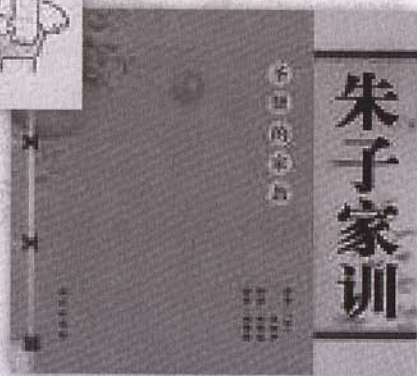
在学校里学了数十个科目，都是知识技能学术，只为了将来找一份高收入的好差事，过最享受的生活，一世无忧。他们所想的，都是自己。

所以，今天的官，建豪宅、搞权术、金屋藏娇、中饱私囊、累积财富.....所做所为都是为了自己。

有不良医生，为了钱，见死不救。也有故意不把你的病治好，让你长期找他复诊付他医药费的。

更有上课时东拉西扯不著边际或讲黄色笑话的，或不理学生死活让他们自生自灭的.....老师。

这是以前和现在的读书人的差别。



八、人之初，性本善

阳货篇第二章

子曰：“性相近也，习相远也。”

人一生下来，本性都是一样善良的。大家气质接近，天性纯朴。

可是，渐渐的，因为后天所受的教育不一样，生长环境有别，学习的事物各异，久而久之，人与人之间的差异也就越来越大。

当我们的差异越来越大时，我们会互相比较。而比较，又是相对的。大与小，美与丑，聪明和愚蠢。

社会越来越文明，知识也分得更细更复杂，科技发达，物质丰富……然而，相对的，人类原本纯朴的本性，也随著环境的转变蒙受污染，变得虚荣、狡诈，离原来的本性越来越远。

直到现在，我永远都无法忘记多年前亲眼所见的那一幕。

在酒店的宴会上，大人都忙著彼此谈笑风生，谁也没空去留意自己的小孩。

有一个皮肤黑得发亮头发自然卷曲的小女孩，突然走近一个皮肤白得冒泡的华族小男孩，然后将他拉近自己，踮起脚跟，重重的在对方的额头上吻了一下！

刹那之间，小男孩对突如其来的一吻害羞莫名，迅速地奔向不远处的母亲，躲进她的怀抱，偷偷的对母亲说，“妈妈，她吻我！”。周围的大人都被这有趣的一幕逗笑了。

两个小孩的年龄相近，约莫四、五岁光景。

没有大人从旁怂恿或教唆，一切发生得那么自然。而且还是不同国籍语言不通的道地陌生人呢。一黑一白如此分明。

可是，大人的世界有黑白，小孩的世界岂有黑白？

幼童天真可爱、活泼无邪，只知吃喝玩乐。只要有伴跟他玩儿就好，管他是谁？可见，所有未启蒙的幼童都是一样的——性相近也。

只是，每一个大人都不一样！

因为后天的种种不同，现实环境和教育的影响，看多听多学多经历多了以后……人也就与原来善良的天性背道而驰——习相远也。

九、关心社会

宪问篇第三章

子曰：“士而怀居，不足以为士矣！”

有学问道德良知的读书人或士君子，若只一味贪图自己的物质享受，过安逸的生活，不关心社会国家不济世救人，就不配称为读书人或士君子。

其实，关心社会国家，不只是读书人而是每个人的责任。因为我们每个人都是社会的一份子。

如今社会风气败坏，治安不好，道德沦丧，全球气候反常，天灾人祸不断，导致地球濒临灭亡边缘……只要我们多看或多听新闻，并多观察大自然和天气之异象，就会有所知觉和感受。

真正醒觉的有志之士，比如环保人士，已经积极从事环保工作。一些环保人士，他们不是穷人，但是过著极其简约的生活，节俭而不浪费，懂得废物利用。他们用一粒肥皂洗全身，不另买护肤霜洗发露，以便减少丢弃容器。

关心人类地球的宗教家，到处讲道弘法，或举办一系列宗教活动法会或布道会，集合众人的力量，一起祈祷消灾降福。更积极的宗教家，是唤醒所有的信徒，从本身做起，带头示范，严守戒律，以培养一股强大的善气，改变社会风气，化解灾难。

受过高等教育的知识份子和专业人士，除了积极赚钱，成家立业并满足自己的欲望之外，更应在自己的能力以内，尽力助人。比如医生或律师，在生活安定，本身的经济没有问题的情况下，前者可以义诊，后者可以给予义务法律援助。

其他各行各业的人士，也可以根据自己的家庭、经济、学问、能力和其他条件的允许，从事各种社会工作。

若人人醒觉，人人尽力而为，要建立一个和谐安定的社会，不是不可能的理想。



十、反省与检讨

学而篇第四章

曾子曰，“吾日三省吾身：为人谋，而不忠乎？与朋友交，而不信乎？传，不习乎？”

曾子说，“我每天多次自我检讨反省：替别人办事，是否尽心尽力？与朋友来往，是否不诚实，没有信用？老师所传授的道理，是否没用心学习落实？”

为什么要反省和检讨？那是因为我们平常待人处事，一定会有不圆满和需要不断改进的地方。

我们可能因为一句话而得罪人，也可能因为不打招呼而被人指为骄傲。有时我们甚至不自觉而得罪人，让人怀恨在心。在现实社会中，得罪气量大的君子也还罢了。如果得罪了心胸狭窄的小人，他一定誓不甘休。在未来的日子里，他一定会寻找机会攻击挑衅报复你。

公司或团体组织经常开会，就是为了检讨各方面的成效。比如业绩、产品、客户满意度、成本、工作效率、活动举办的成功与否和响应等等。

而且，做事不只要做得好，更要做得正确。那就更需要反省与检讨了。以下有两个实例与你分享。

曾经有一对中年夫妇，突然双双身染恶疾。也不知是那个“好心”人自作主张请报馆的人来访问，大肆拍照报导这家人有多凄凉需要援助。结果照片报导一刊登，每个人一看，都认为这家人很可怜，于是米粮金钱从四面八方捐来。左右邻里亲朋戚友一碰面，都带著怜悯的眼光看他们。

“我们觉得好丢脸哦。其实我们根本不想筹款。因为家里的经济还可以应付，而且几个孩子都已经做工。辛苦归辛苦，勉强还可以过得去。”那个好心人或许他的出发点是一片好意，可是，他却不知道自己把慈善建筑在别人的痛苦上，伤害了别人的尊严而不自知。

在我还是一名社会新鲜人时，我曾经在一间大机构工作。因为工作忙碌，经常需要加班。可是我却常常自动扣除报上去的加班费。等于说，如果我加班两个小时，我可能只索取一个小时的加班费。心里满心期待上头多多赏识我这个为公司省钱的员工。

有一天我的主管把我叫到面前，对我“开示”。

“我知道你很勤力，也很为公司著想。但是你犯了两个错误。第一，工作量确实有这么多，你却报少加班额，等于给人一个错觉以为你少加班，这会让总行以为我们分行的工作尚可应付，不需要增加人手。第二，别的同事都跟你拥有一样的加班时差，但是他们开三小时的加班费，你却开两小时或一小时。日子久了，若一比较，总行会觉得奇怪，为什么别人的加班费那么多，你的却那么少？究竟是他们乱报加班费，还是你很少加班？”



十一、领导者应以身作则

宪问篇第四十二章

子曰，“上好礼，则民易使也。”

位高权重，即居上位的人，必须以身作则，循规蹈矩，遵守礼仪。那么人民或属下就会服从，乐于效劳，聆听使唤。

我听说新加坡总理李显龙即使是在自己的国家，以一国之尊，去到了快餐店用餐，还是照样要排队。虽然快餐店内排队的人龙赶著要让他，他也拒绝接受。

想想看，他的属下还敢利用本身的特权插队吗？

以此类推。

做父亲的，自己是酒鬼，却要儿子不喝酒以免伤身。儿子岂会听从？

在上的如果贪污，属下那有身家清白不收贿赂的？

每个团体组织都有一定的章程及规则。

假如领导者不按章程办事，不以身作则却搞特权，最终必会引来众人不满和混肴，无所适从。众人怎么还会服从命令使唤？

十二、为政者当以身作则

子路篇第一章

子路问政。子曰：“先之，劳之。”请益。曰：“无倦。”

子路问治国之道。孔子说，“当政的人需以身作则，做人民的先导，勤以力行而不怨，实行政令就不会有阻碍。”子路稍嫌不足，继续请教。孔子说，“只要照我说的去做，持久不懈，则自然民服。”

翻阅古往今来许多政治伟人传记，虽然他们有不少在政治上治国有功，但很多在起步时都战战兢兢，一切以人民为先，却在后半段时与名利、金钱、权势、情色挂钩，一切以自己的利益为主，根本没竖立好榜样给人民跟从，晚节不保，十分可惜。

倒有一个政治家是让我对他刮目相看的。

一般的政治家，有那一个不是穿西装，打领带，穿著发亮的皮鞋，意气风发？吃得饱，穿得暖？或拥豪宅，或拥美女。去到那里，都有官车载，又有随从或警队开路护送？

有谁能像他那样一生永远打著一样的招牌——黑黝黝的皮肤，一身白衣粗布，支著一根拐杖，骨瘦如柴还敢光著上身，或打赤脚，或汲著吱咯吱咯响的拖鞋不但到处会见人民，与人民打成一片，甚至还敢以这样卑陋寒酸邈邈的相自信地会见英女王？

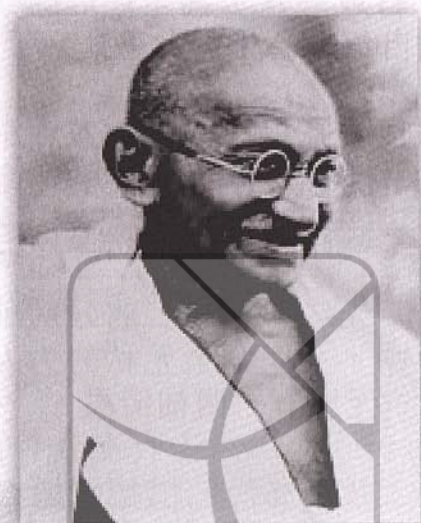
是了，他就是以“非暴力兼和平”方式反殖民地统治并为印度争取独立的印度圣雄甘地先生。

他正是“先之，劳之”的好例子，彻彻底底的以身作则，完完全全无私的为人民牺牲奉献，自己则一无所有，两袖清风。

他一生实践最高尚的道德情操，过最简约的生活——素食，戒烟酒，远离豪华奢侈享受，甚至禁欲。

为人民的利益，他不惜多次坐牢。为了避免照顾家庭和服务人民两者产生冲突，他甚至在37岁那年开始禁欲。为了印度各宗教徒的和睦相处，他以绝食来感化他们。他自比为贱民，亲自走向贱民和他们相处在一起，吃喝住行与贱民没两样，真正的达到以身作则的地步。不但“先之”，还“劳之”，不顾身体的健康和生命的危险，一次又一次的绝食为人民的权益诉求请命。

为了人民，他甘愿牺牲自己的一切，无怨无悔。真正是人民的模范和领袖。



十三、读书，不只是为了当官赚大钱

论语泰伯篇第十二章

子曰，“三年学，不至于毂，不易得也。”

读书学习多年，有了成就之后，若不当官或为名利，这样的人可真难得、难找啊！

在教育普及的今天，每个莘莘学子都努力争取最佳的成绩，考最好的大学，以便毕业以后，可以有更好的出路，赚更高的收入，生活安逸，一世无忧。

在古时，读书最好的出路就是当官。今天不可同日而语。各行各业应有尽有，而且行行出状元。

当然，在生活水平日益提高的社会，钱不够用是事实，所以每个人努力赚钱是应该的。

可是有些人本身所赚的实际上已经超越他本身所需要的。但他还是拼命赚钱，著实令人费解。也许这就是人心不足蛇吞象吧！

大学毕业以后，一定要当官或赚大钱才可以吗？

台湾佛光山创办人星云大师栽培多少大学生出家人，他们毕业以后，到处讲经说法，济世救人。证严法师不知感化多少医生当义工，救了多少穷人的命。

在我国，我们有许多欠教育贷款不还的大学生。我们有缴不起医药费就别想让他看病治疗的医生。我们甚至还有许多失信诈骗的律师。

我们的教育，只教出懂得赚钱的大学生，却栽培不出肯为社会人群牺牲服务的大学人才，著实可叹。

其实，名成利就之后，把自己所学，奉献给社会，这才是真正受过教育的读书人。



十四、温故知新

为政篇第十一章

子曰：“温故而知新，可以为师矣。”

温习旧的知识，体悟新得，这样就可以当老师了。

人的年纪越小，记忆力就越强。这是因为小孩只管吃喝玩乐，不用理会现实中的衣食住行，吃饭就吃饭，睡觉就睡觉，心思简单，所以所学的很快就会记住，不会忘记。

可是，小孩比较缺乏领悟力与理解力。

大人因为经验丰富，尝尽生活中的甜酸苦辣，所以领悟力与理解力比小孩强。可是，大人必须担心现实世界的柴米油盐，处理日常生活中的许多事情，承担更多的责任与烦恼，要记的东西实在太多，所以，记忆力远不如小时候。

而且，若学了某种知识或技能，却没有机会实践，那就忘得更快了。所以人们常说“把在学校所学的都还给老师了！”。

这就是为什么我们要经常复习所学的旧知识的原因。

再者，随著年龄增长，环境迁移，历练增加，心境有别，我们对知识的体悟也会有所不同。

我记得少时读三国演义，最崇拜的偶像莫过于文的数羽扇纶巾、风流倜傥的孔明。武的是过五关斩六将的关云长。他们一个聪明机智，一个勇敢忠义，性格鲜明。

年纪渐长，我却对刘备另眼相看。古今中外的领袖，那一个不是锋芒外露，勇猛刚强？偏偏刘备却内敛懦弱爱哭。可是，这样的人，不但当上一国之君，还能让那些比他强的人才臣服于他，为他水里来火里去。他的胸襟，心计与聪明，岂非比所有人都更胜一筹？

温故知新，也可解为研究古人的经典与历史，并与今时之知识融会贯通，加以实践运用在日常生活中。

写这篇文章之前，我在网上看了净空法师以宽频电视在线上为世人讲经说法，传播古老的佛陀教育。其他的网站诸如孔子，基督，伊斯兰，弟子规，佛光山……等等，古圣哲的经典与教育，结合新科技，令人能同时又阅又看

又听，今人实在是太幸福了！

今天的社会，天灾人祸不断，何尝不是因为人类只知道搞新知识，新科技，却不懂得重温古人的经典，汲取前人的智慧和落实古人提倡的伦理道德教育使然？

知新不知古，危矣！

天下皆知美之为美，斯恶已。
皆知善之为善，斯不善已。
故有无相生，难易相成，长短相形，
高下相倾，音声相和，前后相随。

老子



古

新

十五、人能弘道，非道弘人

卫灵公篇第二十九章

子曰：“人能弘道，非道弘人。”人可以力行仁道，实践并弘扬真理，却不可藉著真理或道理来宣扬个人的伟大。

一些没有爱心却有野心的宗教份子，在宗教团体里不去宣扬神的伟大，却不断为自己制造偶像现象，让所有的信徒尊敬他，膜拜他，而不是至高无上的神，俨然新的宗教教主。呜呼！

若把圣人的这句话，运用在公司和团体组织方面，那么意思就是，个人应该多宣扬公司团体，而不是个人功绩。是公司或团体让我有机会发挥我的才能和服务社会的机会。而它们老早以前就存在的，不是因为我的关系，它们才有今天。

可是，一般人常常有这个毛病。

在还是新人时，他对于所有的人都毕恭毕敬。可是，在那个地方呆久了变得资深之后，他就开始认为自己举足轻重，把公司或组织发

扬光大的功劳都归于自己，忘了前辈先贤和其他人等的努力。当个人在团体里不断的宣扬自己的功绩时，也就是漠视了别人的存在或努力，团体那有不分裂的道理？

所以，任何人不管身在那个团体，都应该拥有一个共识：多宣扬团体组织，而不是个人。多说“我们”，而不是“我我我”。让团体大些，让个人小点！

这样它才能永远如常运作。



十六、事君之道，在于诚直

论语之宪问篇第二十三章

子路问事君。子曰：“勿欺也，而犯之。”

孔子的弟子，子路请问对待君王之道。孔子说，“事君之道，在于诚直，不伪不欺骗。君主若有过失，要直言谏正，不怕触犯他才是。”

我想，在这里，其实，君王也可以解为上司、老板、主管之类。

不过，直言谏正有一个冒险的地方，就是，自己随时卷铺盖走路，必须要有自知之明和心里准备。

比如2007年大马ASLI公共政策研究中心主任林德宜博士坚持本身的研究报告为土著股权达45巴仙，而不是政府所说的18.9%，并且不认同中心主席米占马哈迪承认报告出错的言论与作法，忿而辞职，就是一个最好的例子。

林博士的敢做敢为，坚持原则和勇于承担的作风，著实令人钦佩。

古时，对君王说真话可要杀头的。

商朝时纣王在位，荒淫残暴。他的叔父比干直言谏正。结果，他不但被杀头，还被剖腹，挖出心肝来！

今天，时代比较进步民主了。我们不杀头，但是说真话的人一样没好下场。他的乌纱帽会被拆下来、他的头衔会被剥夺、他的职位会被取代、他原有的权益将会失去！

他将会从有到无，最后一无所有！

十七、饱食终日，无所用心

论语阳货篇第22章

子曰，“饱食终日，无所用心，难矣哉！不有博弈者乎？为之犹贤乎已！”

一个人整天吃饱了饭，无所事事，是难以修身养性的。而且最易惹来祸殃。倒不如下下棋也要比什么都不做来得好。

在上古时代，娱乐少。下棋已经是最大的消遣了。

今天可不然——看电视、上网、打球、游泳、弹琴、跳舞……我们有太多的事情要做。我们有太多的选择。黑白好坏或益或害。

许多人是饱食终日，过于“花心”，承受不住外界的诱惑，什么都要参与，不断的追求外在的一切，往往不知约束自律，充实保养自己的精神心灵。外在丰富，内在虚空，人格脆弱，遇事不堪一击，身体亦百病丛生。

至于那些吃饱了饭，无所事事者，成天游手好闲，在街上溜达。他们不做工，却拾荒乞讨。久而久之便成了危害社会的不良份子。或

偷或抢，不一而足。

有些人虽有工作，却不在工作上用心，成天批评上司，诽谤同事，把工作场所搞得乌烟瘴气。

团体内的会员不思如何改进，让团体发扬光大，却吃饱了饭勾心斗角，你争我夺。他们虽也用心，但用的却是“心机”！用错了心哪！

有道是“忙人无是非”。人一忙起来，那里还有空去讲或惹是生非？

所以，圣人劝我们要用心忙于正事。让心灵与精神都有所寄托，这样才不会堕落。

十八、君子不器

为政篇第十二章

子曰：“君子不器”。

一个有才德的人，他的才能是具备多方面的。不应像容器那样，用途受限。

今天的学生，从小就学数学、科学、历史、地理、语文、画画、钢琴……又参与各种课外活动和制服团体。体育和运动也是学习的项目之一。

莘莘学子在特定的日子里，在校方或老师的安排下，参观许多地方如博物院等等，以便增广见闻。他们也参加各种辩论常识比赛，从中汲取不少经验与知识。

学生们从小就接受培训，做一个具备多方面才能的人。这样，才能在社会上立足，经得起生活中的种种考验。

每个人都应当多学习。但学习并不应只限于学术或生活技能，而包括才艺、人文和道德伦理教育。

学术性的知识或技能是让我们准备面对未

来的竞争，应付各种生活中的难题和具备工作能力养活自己。

才艺却能使我们的精神有所寄托，心灵得到释放，让生活变得更多姿多彩，不至于枯燥无味。道德伦理是让我们懂得生活和待人处世，提升个人的涵养，与人和谐相处。

具备多方面才能的人，不管在什么场合，必然备受器重。尤其是职场上。

古今中外，真正伟大的领袖，一定是兴趣广泛，热爱学习。他们的学问与人生的智慧，不只是从生活中的历练而来，而且也是从不断的阅读和自修中得来。

因此，他们在大难临头时，才能临危不乱，气定神闲，有勇有谋，应付自如。



十九、仕而优则学，学而优则仕

子张篇第十三章

子夏曰：“仕而优则学，学而优则仕。”

做官的人，公务繁忙。尽了职责以后，若有闲暇，应当研究学问，充实并弥补本身不足的地方。反之，有学识之人，饱学之后，若有余力，则应出任官职，以实践平生所学。

做官的人，今天开幕，明天巡视灾区，后天赴宴席，经常要注意时局变化，三不五时开会什么的，时间有限。

然而，不管怎么样，还是要争取和把握时间进修，充实自己的知识，跟进最新资讯，增广见闻。否则，若本身所学不足，在官方场合讲出不合时宜的话来贻笑大方还不要紧，最可怕的是他若参与策划，推行什么政策的话，则举国人民为他所害。影响不可谓不大。

有学识的人，应当把本身所学实践在日常生活之中。学问主要的目的，不只是为了赚钱维持生计。若有余力，更应济世救人，服务社会。

以前贡献社会最佳的途径就是当官，有权好办事。

时至今日，可以服务人群的工作范围太多，并不限于当官罢了。

所以，读书有了成就，并不一定要当官。各行各业皆可发挥自己的才能和服务人群。



二十、非礼四勿

颜渊篇第一章

颜渊问仁。子曰：“克己复礼为仁。一日克己复礼，天下归仁矣。为仁由己，而由人乎哉？”颜渊曰：“请问其目。”子曰：“非礼勿视、非礼勿听、非礼勿言、非礼勿动。”颜渊曰：“回虽不敏，请事斯语矣。”

颜渊向老师孔子请教行仁道的方法。孔子说，“克制自己的欲念，使每一件事都合乎礼，就是行仁道。若真有一天能克己复礼，天下的人都会归于仁道了。行仁道是从自己的身上下工夫的，和别人有什么关系呢？”颜渊继续问，“请问这实践的细节。”孔子说，“不合乎礼的不要看，不合乎礼的不要听，不合乎礼的不要说，不合乎礼的不要做。”颜渊于是说，“我虽然不够聪敏，却要尽力奉行老师所说的这几句话了。”

眼睛，是用来看的。

耳朵，是用来听的。

嘴巴，是用来讲话和吃饭的。一些手脚残障的人士，甚至用嘴巴来画画，赚取生计。

加上其他的器官，形成一副身体，要做什么，都很方便。

在很久以前的社会，生活水准、教育水平、科技、娱乐、传媒、知识都不发达，民风纯朴。

因此，当时人们的所见所闻有限，大部分都是没有杀伤力的。

人们吃的是家常便饭，喝的是白开水。讲出来的，自然也是一般的家常话。

那时的人们，生活作息都很正常规律。无论是吃饭、睡觉、工作、上学，做的都是规规矩矩的事。

可是，到了二十一世纪的今天，情况完全变了样。

人类进步了。以前没有或不够发达的，现在都有了，而且越来越先进了。

我们看的，是十几二十个电视播道、三百六十级的色情片、凌虐变态的暴力电影、网络的虚拟世界、购物中心成百上千一个比一个可爱引人花钱浪费的产品、最新最酷又多功能的科技产物.....

我们听的，是电台教你怎么样行鱼水之欢正经八百的性教育、充满诱惑和煽动力的广告。还有，各类“怎么样用最短的时间赚最多的钱、怎么样能成功赚到人生的第一桶金？”的讲座。

张三的理论、李四的见解、王五的批评，来自四面八方不同的声音，只要有耳朵，又没耳聋，你就会听得到。

因为四面八方有太多的料好讲，我们滔滔不绝，出口成章。要讲黑色，就讲黑色。要讲白色，就讲白色。最为人津津乐道的，莫过于黄色。

我们要做什么，就做什么。

呜呼，我们的所作所为已经远远超越了应有的界限。

谁说看的、听的，不会影响我们的言行呢？

实际上，污染的视觉和听觉，正是破坏人们天良本性的原因。

唉，此刻，我不得不想起孔先生的话。不合礼仪的事，千万：

不要看！

不要听！

不要讲！

不要做！

非礼勿视 非礼勿言 非礼勿听 非礼勿动

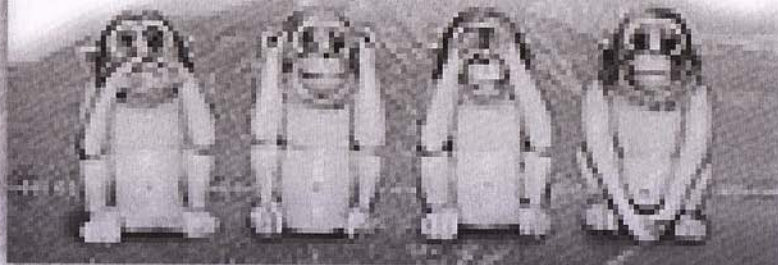
言行举止、行住坐卧都要有礼貌，都不可以随便。做到所谓「四勿」：

「非礼勿视，非礼勿言，非礼勿听，非礼勿动。」即从身、语、意三方面要保持内心的清静。

「非礼勿视」：凡是不好的，都不应该看。包括不良的电视、报纸等传播媒体。

「非礼勿听」：耳朵所听到的都是好的，善良的，正确的。

「非礼勿言、非礼勿动」：自己讲话时，好的才讲，不好的不讲。
对于自己的言语动作，和内心的起心动念都非常注意。不好不对的事，不要做。



二十一、三人行，必有我师

述而篇第二十一章

子曰：“三人行，必有我师焉。择其善者而从之，其不善者而改之。”

若有三个人一同在路上行走，其中一定有值得我学习的人。我选择那言行端正的作为我的榜样，学习他的优点。对于那言行不善的人，我以他的缺点为借镜，以便纠正自己的过失。

在一艘航行的船上，一个上知天文、下知地理、才高八斗的博士正在一名渔夫的面前滔滔不绝炫耀他的学问，非常骄傲。

突然，一阵狂风暴雨袭来，眼看船就要沉了，渔夫问博士：“你会游泳吗？”博士摇头。“那你就只好坐以待毙了”。说完，他纵身一跳，及时逃过一劫，饱学的博士却溺毙于茫茫大海。

有一些人，精通了一种学问或技能之后，就自以为了不得，不得了。在某一行干久了之后，因为日久有功，熟能生巧，对本身的工作非常熟悉，便瞧不起其他的人或行业。

其实，精通一门学问或行业，并不代表这个人就可以横行无阻，称霸天下。

一个电脑专家，可能在汽车修护方面是个白痴。他懂得电脑，却不懂汽车。汽车出了一点毛病，他便会手足无措。

学语文的，对科学一窍不通。虽然精通各种语言与文学，但是，一遇到各种科学技术上的名词就头痛。

律师不懂得医学。医生也不了解法律。

业务人才不了解会计。会计师也不善于跑业务。

发展农业的人，不知道建筑。搞建筑的人，更不知道农业。

你是一个老师，教导学生天文地理经济历史的知识，但是你会不会修理电器水管马桶装修屋子？

假如一个生长在森林里的土人来到了我们的文明社会，你会笑他又土又傻，什么都不会，像个白痴。但是，如果环境对调，你被困于一座森林里，谁是白痴？你的心里有数！

孔子的学问再好，遇到他不懂的农业，还是要询问农夫。他甚至肯低心下气，抛开尊严，向一个七、八岁的小孩虚心求教，不耻下问。他不看轻任何人或学问，并说：三人行，必有我师焉。任何人知道他所不知道的，他便拜他为师，所以，处处都有“老师”。

学问不分贵贱。并非只有纸上的学问才是至高无上的学问，技能或需要劳动体力的就不是学问。

九七年经济风暴横扫全球，泰国一名巨富一夜之间变成身无分文。穷极思变。

他马上积极的学习如何制作三文治，并沿街叫卖，最后终于度过经济危机，东山再起。

博士虽然饱学，却不会游泳。会游泳的渔夫，却不识字。博士的学问很高吗？一掉入水里，他就什么也不是了。渔夫看似没有学问，很卑贱吗？善于游泳，却救了他一命！

学问，没有高低上下。只不过是各门学问，各安其位罢了！

弟子规心得



山
哥

三
財



出 则 悌

中泯后到能立余坐宜移兄
在自者即见恭步乃非勿事
孝忿幼己勿退百命却视如

睦忍先在长言待坐闻对兄
弟语者不尊无犹者不起诸
兄言长人对长过长低问事

恭生走叫名揖车坐低迟父
道何坐代呼趋下勿要必事
弟怨或即勿疾乘幼声退如

友轻食人长长马立前趋父
道物饮呼尊遇下者长必诸
兄财或长称路骑长尊进事

谨

时手切秽家则丑敬髀棱人
此净紧污称过为恭摇触有
惜辄俱致下勿最拜勿勿如

至回履顿分可醉圆踞弯室
易溺与乱循适酒深箕转虚
老便袜勿上食饮揖勿宽人

迟口结位华择酒正倚声盈
眠漱必定贵拣饮端跛有执
夜兼纽有不勿勿立勿勿如

早盥正服洁食少容闾帘器
起必必冠贵饮方从践揭虚
朝晨冠置衣对年步勿缓执

略问扬明偷难
轻勿必分为不
勿绝声不即借

难事堂我问急
畏僻上与不有
勿邪将吾倘后

错近存名求还
多勿孰以明时
忙绝问对须及

忙场门谁物物
勿闹人问人人
事斗将人用借

信

焉巧之传错糊管跻警砺戚却亲恶辜
可佞戒轻退模闲渐加自生友相为一
奚勿切勿进勿莫以无当勿益渐名增

妄是气的诺疾已远改人人来士非饰
与其并未轻急关去则如如友谅心掩
诈惟市知苟勿不纵有不损直有倘

先少词言诺舒短齐省艺食乐欣错无
为如污轻轻且说思内才饮誉过为于
信不秽勿勿重此即即唯若闻闻名归

言多语真宜字长善恶学服怒恐非改
出说巧未非道说人人德衣过誉心能
凡话奸见事凡彼见见唯若闻闻无过

泛爱众

载高大訾新扰说勉作亏少已长宽言
同貌言轻喜话莫思且两宜速恩而无
地非非勿勿勿切愈祸道取即报慈方
覆重服能故安私之甚规多欲短端人
同所所所厌不有知之不宜不怨贵服
天人人人勿人人疾过与己报虽理
爱高大私贫搅揭善善恶建晓己忘端然
须自自自骄事莫是是皆分问欲贵不
皆名望勿勿勿切即即德贵先怨身心
人者能富闲短善恶劝与人报仆人
是高大有谄不有人人相取加欲婢服
凡行才己勿人人道扬善凡将恩待势

亲仁

希媚少坏
者不日事
仁色过百
众讳进进
俗不日人
流言德小
齐畏好害
不多有限
类人无限
人者仁仁
是仁亲亲
同果能不

余力学文

人真要起通义正病处之志致
何理皆勿塞确砚先原补心驯
成味信彼滞求笔心还就坏可

华见口终到问洁敬毕坏明贤
浮己眼未夫人案不看缺聪与
长任心此工就几字读有蔽圣

文文到彼功记净端处齐视弃
学学三慕用札壁不定束勿自
但不有勿紧随墙心有卷屏勿

行行法此限疑清偏籍急书暴
力力书读为有室磨典有圣自
不但读方宽心房墨列虽非勿

一、爱

“凡是人，皆须爱。天同覆，地同载。”

人与人之间，必须彼此相爱互助。因为大家都生活在同一片蓝天之下，共处在一块土地之上。

在这世上，不同国家有不同族群，肤色、语言、文化背景也大不相同。

别说我们要去爱这些处处与我们不同之人，即使是住在同一个屋檐下的自己人，我们都很难和睦相处。

兄弟姐妹之间，虽然大家都来自同一对父母，有同样的血缘关系，但是彼此的个性、习惯、爱好、作风和处世态度，都不一样。有些家庭，兄弟姐妹不但不能相爱，还因为一些芝麻小事起争执，互相憎恨，最后甚至反目成仇，老死不相往来。

能够爱人的人，他本身一定是成熟懂事，心量很大，明辨是非，有福气之人。

曾有一个女中学生，做姐姐的，非常爱护她的弟弟。她的父母大概因为弟弟比较小，对他也特别照顾宠爱。弟弟有什么差错，一定唯姐姐是问。父母对于两个孩子的爱，有明显的差异。旁人都以为这做姐姐的一定会感到妒忌？她却很大方懂事的说，“哎呀，妒忌什么？他是我弟弟！”

“他是我弟弟”，简短的五个字，就包含了无限的爱。弟弟霸占了父母对她的爱，常常盗用毁坏她的东西，跟她抢看电视，抢车座位，让她挨父母的骂，这些她都没有放在心上，因为手足情深。

量大福大。现在的她已经是名医生，生活过得幸福美满。

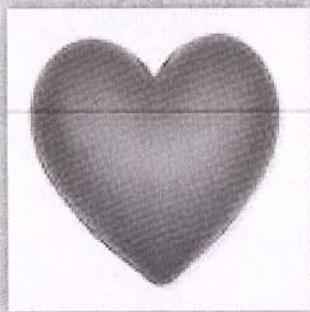
一样米，养百种人。人者，有礼貌温顺，或粗暴无礼，自私小气，大方慷慨，豪爽侠义，骄傲，谦卑，宽容，心胸狭窄，吱喳八卦，沉默木讷，冷漠内敛，热情外向，忠厚老实，狡猾……等等，各式各样。

通常，对于爱，我们都怀有私心与分别心。我们比较爱那些和我们同声同气的，却讨厌那些专爱跟我们敌对唱反调的。我们爱那谦卑的，却憎恶那骄傲的。

但是，圣人教导我们的爱，却是包容的大爱，以至于“爱你的敌人”，连敌人都要帮助他，而不是怨恨他。

比如印度的圣雄甘地，为了促进印度教徒和穆斯林教徒的团结和制止两派人互相仇杀，他不顾及自己的健康和生命，以绝食来感化他们。这就是无私的大爱。

只有爱，才没有敌人，才能够化解一切的恩怨和冲突。



二、多亲近益友

“能亲仁，无限好，德日进，过日少。
不亲仁，无限害，小人进，百事坏。”

能够接近品德高尚的人，有无限好处。我们的品德会跟著提升，过错会跟著减少。不接近品德高尚的人，有无限坏处。小人损友会靠近你，什么事都做不好。

其实，到了今天，我们要提升自己的品德，避免误入歧途或受不良影响，而犯下许多错事，不但是要接触好人和良师益友，远离不良居心的损友或小人，更重要的是————看的、听的、读的，甚至是去的地方，都必须是善的、好的，有益无害的。这样，我们的身心才会健康，不会遭受污染。

现在的社会，科技发达，物资丰富，外头诱惑太多，周围的坏人损友也不断增加。如果我们没有分辨是非好坏、缺乏自制或自律的能力，一定很容易就受到影响。

即使本来就很有自制力很有定力的大人，也不要以为自己的克己工夫到家，可以任意观看阅读不良电影、光碟、网络。因为，在科技

过于发达的今天，只要数秒钟，一个色情或暴力镜头，让你看到了，起心动念就会跟著变得邪淫。

古人说，学好三年，学坏三天。今天这句话有必要修改。学坏，在现在的社会，只要数秒钟，太容易！学好却需要一辈子。因为，要学习言行端正，培养好的习惯行为，本来就不容易，需要花很长的时间。更何况处在今天这个生病变态的社会，稍一不慎，即使是好人也会堕落！

所以，时时刻刻看好片，听好广播，读好书，接触好网站，跟思想健康言行端正的人在一起，对我们的身心有很大的帮助，也很重要。

要乐活，要健康，关键之一就在这里。



三、一室不扫，何以扫天下？

“房屋清，墙壁净，几案洁，笔砚正。”

“屋子内外要保持清洁，墙壁要干净，书桌须整洁，笔墨砚台纸张等文具要摆放端正。”

我每次去人家家里，看到对方的屋子里里外外都打扫得干干净净，十分羡慕，也同时生出很大的惭愧心。因为自己平时懒于整理收拾，所以家里零乱不堪，书房更不用说。

古人有言，“晨起洒扫”，即一大清早起来就开始打扫收拾家里的意思。

古时的读书人，对于文房四宝都很恭敬。因为古时物质与科技并不发达，要得到一张纸、一只笔或一本书，都非常困难，所以他们格外珍惜，不敢轻易浪费。

一旦看好了书，一定马上归位，并且常常擦拭书本甚至晒书。若发现书本有缺损，即刻想办法补救。用好了笔墨，即刻摆放整齐。若纸张没写满，绝对不敢任意丢弃。

但是今天因为我们要得到书本纸张笔墨实在太容易，所以很少人会珍惜。许多人家里的书本纸张笔墨，都是乱丢乱放，要用的时候常常找不到，纸还没写完就丢进垃圾桶里。

一些青少年的书房，地上丢满了书包，颜色笔，练习簿，参考书和字典。墙壁上都是乱七八糟的图画。

大人都认为孩子会读书就好，其他的不用理会。孩子也养成一种不收拾、不打扫、不整理的恶习，“反正会读书就好。”这样的观念真是害人。

以前有一个人，名叫陈蕃，年轻时就胸怀大志，一心想成就一番大事业，可是从来不打扫家里，房间乱得一塌糊涂。

一天，父亲的朋友薛勤到访，看到这情形，就问他为何不打扫家里？陈蕃振振有词，理直气壮的回应，“大丈夫处世，当以扫天下为己任，怎么能局限于整理一间房屋呢？”薛勤即刻反问，“一室不扫，何以扫天下？”陈蕃听后惭愧不已，从此以后，不但努力读书，而且天天打扫家里，把屋子里里外外都收拾得整整齐齐。



四、学与问

“心有疑，随札记。就人问，求确义。”

读书求学时，若遇到心里有疑问的时候，要随时记录下来，向他人请教，以便把疑问弄清楚明白。

心里有疑就要问。

有些人比较害羞内向，怕自己问了一些蠢问题被人耻笑。为了面子不敢开口。其实，问得多，学得也多。

学问，学问，边学边问，边问边学。不明白，问了才会知道。有疑而不问的人不会成长，在学习方面有一定的障碍。

将问题记录下来，是怕自己会忘记。把别人给的答案记录下来，是避免忘记之外，恐怕再次麻烦请教对方。

在日常生活当中，很多地方需要我们多问，才会更了解，不会轻易上当受骗。

车子或电脑坏了，你要送去修理，必须先找个人问问。那些零件有问题，需要更换，价钱如何？

你要念大学，要出国，当然要问清楚有那些课程，文凭是否受我国或国际政府承认？进入大学的手续、学费、住宿和交通问题等等。

外地住宿时，要找价钱合理地点适合的酒店，更要打电话多方询问。

申请贷款，当然要问利息多少，偿还期限？

不问清楚明白，就会很容易被骗。

今时科技发达，我们还可以随时随地上网查询。

寻找正确的答案，获取正确的资讯，才不会受误导。

将疑问弄明白了，我们的学问也就更上一层楼了。



五、谨言

“话说多，不如少。惟其是，勿佞巧。”

话说得多，不如话说得少。所说的话只要说到恰到好处就行，不要曲意逢迎。

小时候，常常听到父母的训诫——

“饭可以乱吃，话不可以乱讲。”

又说，“话说出去，就像泼出去的水，收不回来。”

可见谨言的重要性。

我们的嘴巴，每天除了吃饭之外，都要说很多的话。面对不同的人，说的话内容也不同。

可是，一天当中，我们说了多少有营养又健康的好话呢？都是没有营养的居多。有的人还制造不少垃圾。

垃圾也者，恶臭、污秽、破坏环境、传染疾病，人见人厌。

凡是诋毁、教唆、中伤、侮辱、尖酸、刻薄讥嘲、挑拨、下流、淫秽的话，都是垃圾。

什么是有营养的好话呢？给人欢喜，给人希望，给人鼓励与信心，抚慰别人的伤痛，体贴、辅导、教人上进的话，都属于这一类。

说话恰到好处，一言可以兴邦。善于言辞的外交家，对外国人所说的话，不只受到好评，让对方留下深刻的好印象，更间接增进了双方的情谊和友好关系。

说话不当，一言可以亡国。政治家若说话不得体，必会惹人非议，招徕祸害。若那些话是针对外国人说的，更可能制造两国的紧张关系。

所以，越是位高权重的人，说话就更要小心谨慎。

有些宗教家为了使自己的精神和意志力集中，甚至要长期止语，不说话，除了讲经说法时例外。

德行言語應當學

少說抱怨的話，多說寬容的話；
抱怨帶來記恨，寬容乃是智慧。
少說諷刺的話，多說尊重的話；
諷刺顯得輕視，尊重增加瞭解。
少說傷害的話，多說關懷的話；
傷害形成對立，關懷獲得友誼。
少說命令的話，多說商量的話；
命令祇是接受，商量才是領導。
少說批評的話，多說鼓勵的話；
批評造成隔閡，鼓勵激發潛能。



六、出告反面

“出必告，反必面。”

出门之前，必须告诉父母或比自己年长者，回来的时候，一定要见他们一面，通知一声，免得他们担心。这是古时为入子弟者或青少年所必须遵守的礼仪。

其实，出告反面，不只是对年长者，也包括身边最亲最靠近的人，比如先生太太兄弟姐妹。因为这是一种尊重和礼仪、爱和关心的表现。

让人懂得你的去处，万一发生什么事情，要找你的时候，才不会有所困难。

相信每个人都会这么想，这多麻烦和可笑？人都已经长这么大了，去那里还要不断的向父母或身边的人报告，多幼稚？！其实，我认为，一点也不。

而且，不但是青少年应该如此做，甚至是成人也应当培养这个好习惯。

让人知道你去那里，什么时候回来，万一你发生什么状况或没在这段时间内回来，之前被你告知的人可以在第一时间知道，尽快去找你并给予协助。这样便可以减少不幸发生。

现今社会上的罪案频频。时间和地点是警方破案非常重要的环节。

不要再耍酷了。

打一通电话、发一则短讯，或一个电邮吧！



七、兄弟要和睦

“兄道友，弟道恭，兄弟睦，孝在中。财物轻，怨何生？言语忍，忿自泯。”

做哥哥姐姐的要友爱弟弟妹妹，做弟弟妹妹的要尊敬哥哥姐姐。若兄弟姐妹能够和睦相处，父母亲会很高兴，孝道就在其中了。如果兄弟姐妹之间，都把财物看得很轻，彼此的怨恨又从何而生？假如说话时互相忍让，冲突自然消失。

以前的社会，都是大家庭，兄弟姐妹都是七、八个，甚至十个以上。

那时物质不丰，生活艰难，一般家庭都没有什么设备，家具简陋。一个家庭有七、八张口要吃饭，如果每个都争吃，那么一定是天天打架。奇怪的是，越是困苦的环境，兄弟姐妹的感情就越深厚。即使十多个人挤在一起，大家都和和气气，大的让小的，小的敬大的，食物都均分，用的东西都一起轮流分享，兄弟姐妹都能互相爱护礼让，所以父母亲都不需要烦恼。

而且，那些做大哥哥大姐姐的，都很懂得主动照顾弟弟妹妹，减轻父母的负担。一家人和和气气的住在一起，相亲相爱，乐也融融。

反观现代人的家庭设备先进，或电视或冰柜，应有尽有，物质上什么都不欠缺，家里人口也少了。或兄弟或姐妹，也不过两、三个。

可是，人少，物质丰富，纷争却越厉害，两、三个人天天争吵不休，使做父母的十分头痛。

争玩具、食物、座位、电视、零用钱、新文具、电脑，争先恐后，总是希望自己比其他的兄弟姐妹得到更多。说起话来，谁也不让谁。

而且，不管用什么，都要一人一份，不能共享。

长大以后，还要争大学费用。为什么父母亲能供哥哥出国留学，却让我在本地念书？

大学毕业出来，父母老了，就争财产。那间屋子应该归我，那块地皮拿去卖了要怎么平分？

只有一样没人争，不但不争，还会互相推让——那就是供养父母！



八、有借必还

“用人物，需明求；倘不问，即为偷。借人物，及时还；人借物，有勿悭。”

借用别人的东西，必须当面向别人请求。如果没问就拿来用，那就等于偷窃。借他人的东西时，要及时归还。他人向你借东西时，不要吝啬小气不借。

用别人的东西之前，向主人说一声，这是基本的礼节与规矩。

借了别人的东西要按时归还，这是信用。而且，东西被我们借去以后，主人家可能有好一阵子不方便。人家肯借，已经是难得的人情，借用的人怎能不多为主人著想？俗语亦言，“有借有还，再借不难。”

若别人向自己借东西，要大方借给人家，给人方便。

我听说在外国，有些人家里种了果树，树下都放有一个写上水果价钱的罐子。路人经过，若想吃那水果的话，都会自行摘了以后，自动留下该付的钱，从来不会有因为主人不在

或没人看到，就偷摘水果离去的事发生。

真是不可思议。外国人的道德意识真是比我们高多了。换作是在我们这儿，水果摘了不还钱不说，大概连树上的一片叶子都不剩，可能整棵树都会被人搬走呢！

美国的总统林肯，少年时十分喜欢读书。向人借书阅读完毕以后，马上走好几里的路把书归还给人家。有一次，借来的书不小心被雨淋湿了，他家里穷，没钱赔偿，就帮对方割草“还债”。

有借必还，这是应该培养的美德。尤其是受过教育的人。

借了图书馆的书不还，或借了政府的教育贷款不还，这是对于我们所受的教育一大讽刺。



九、慎读好书

“非圣书，屏勿视，蔽聪明，坏心志。”

“不是圣贤经书，就不要去看，因为它们会蒙蔽人们的理智，破坏人们的志向。”

我从小就喜欢阅读书报杂志，阅读也成了我每天的活动和习惯。一日不阅读，就觉得十分难过。所以，一直对这句话不能接受。

22岁茹素之后，听到道场里头也这么说，十分不以为然。心里总觉得只读圣贤经典不读其他，那会变成一个经典呆子，不合时宜。

我们毕竟生长在这么一个知识爆炸的时代，若没多阅读其他各类书报杂志充实自己的知识，多学习，什么都不知道，又怎么跟得上时代？

所以，一直都没把这句话放在心上。

后来又读了我所景仰的一代高僧弘一大师的传记，知道大师也有一条“不阅报以防邪淫”的戒律，一直无法释怀。在民国那个时代，报章邪淫的程度怎比得上今天？他居然为

了避免污染邪淫连报纸都不看！更何况他出家前才高八斗，作为文人，酷爱阅读是很正常的事，不阅读要怎么过日子？而他居然能够舍弃自己的嗜好.....真不明白。

现在终于弄懂了个中原因。

一般上，“真正”的宗教家一定是落实了孔子所言的“非礼四勿—勿视、勿言、勿听、勿动”。天天打开经书阅读，就是为了亲近神佛，接受神佛教诲或圣贤教育，并认真实践在日常生活中。若有看其他世间书者，那书也一定是好书。否则，看了许多杂书邪书淫书，起心动念受到干扰，那是在破坏自己的修为，久而久之必远离正道。

今天，在整个大环境遭受色情暴力邪说污染的情况下，我们不但要坚持看好书，还要看好片，听好音乐，接触好的良师益友。这样才能培养并永远维持好的言行和思想，过健康幸福美满的人生。



十、养生之道，饮食适中

“对饮食，勿拣择。食适可，勿过则。年方少，勿饮酒。饮酒醉，最为丑。”

对于饮食，不要挑剔偏食，这是营养健康之道。吃喝要适可而止，不可过量，否则会伤身。年少时不要饮酒，酒醉了会失去理智，丑态百出。

年少的时候，偶然听到一句“不要吃你喜欢吃的食物，要吃你应该吃的食物。”也因为这句话，我毅然断了二十一年的荤腥，选择素食。

不瞒你说，我在成为素食者之前，最爱吃的莫过于“炸鸡腿”。那时总觉得香喷喷的，非常好吃。素食之后，家人都说我傻，有肉不吃，还常常故意在我的面前表现吃得津津有味，以引诱我“回心转意”。可是我却无动于衷，非常坚持。

其实，吃大自然的植物才是真正的健康之道，这不只是一些宗教信仰者主张，甚至连许多医生和营养学家都如此提倡。

不要挑剔偏食，是因为每种食物都含有各自的营养成份。或维他命A，或维他命C，或蛋白质，或钙质，各有各的丰富。如果我们只偏爱某类饮食，讨厌其他的饮食，就会养成一类营养过高，其他的营养却不足的现象。

为了维持生命，我们每天都要饮食。但是吃归吃，只要吃个七分饱就好。吃得太多，身材过胖，行动不便，会引起许多疾病，心脏亦不胜负荷。

饮酒不但伤身，酒精作怪也会使头脑失去清醒，令人胡言乱语，做出许多错误的事情出来。

其实，以前的人物质不丰，所以只有酒最伤身。但是今天除了酒，还有许多毒害人类思想心灵的产物，如摇头丸，强力胶，兴奋剂等等。一吃了这些毒品，思想模模糊糊，什么伤天害理的事都做得出来。

更可怕的是，如今科技发达，吃了这些残害身心的东西之后，意识模糊丑态百出之际，还可能被居心不良者把所有的经过都拍了下来，公诸于世，到时自己的一世英名皆扫地不说，还让家人面目无存，受到困扰和伤害，何其无辜！

素食的十大益处

提倡素食的人越来越多了。有人素食，是为了宗教的理由，有人则是为了健康，更有人二者兼顾，一举两得。其实，素食的好处极多。至少具有下列十大益处：

1) 益寿延年。根据营养学家研究，素食者比非素食者更能长命。巴基斯坦北部的浑匠人和墨西哥中部的印第安人，都是原始的素食主义民族，平均寿命极高。令人称羨。佛教的僧，基督教复临安息日会教友，也因素食而享高寿。

2) 体重较轻。素食者比肉食者的体重较轻，因较少不必要的赘肉之故。

3) 降低胆固醇含量。素食血液中所含的胆固醇永远比肉食者更少，血液中胆固醇含量如果太多，则往往会造成血管阻塞，成为高血压，心脏病等病症的主因。

4) 减少患癌症机会。某些研究指出，肉食与结肠癌有相当密切的关系。

5) 较无寄生虫之类。条虫及其它好几种寄生虫，都是经由受感染的肉类而辗转寄生到人体上的。

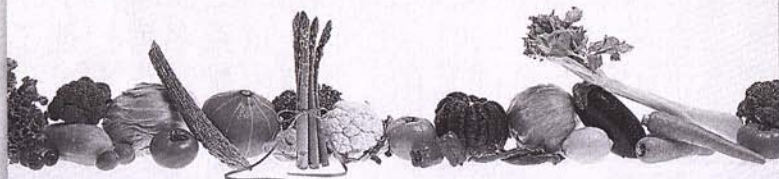
6) 减少肾脏负担。各种高等动物和人体的废物，经由血液带至肾脏。肉食者所食用的肉类中，一旦含有动物血液时，更加重了肾脏的负担。

7) 易于储藏。植物性蛋白质通常比动物性的蛋白质更易于储存。

8) 价格低廉。植物性蛋白质比肉类便宜。

9) 合乎生态原理。生一磅牛肉所需的土地，可生十磅的植物性蛋白质。许多生态学家预言，人口爆炸将迫使全世界不得不吃素。

10) 富于变化。素食的家庭主妇往往发现，利用植物性蛋白质，比利用一般肉类更能烧出色香味具佳的菜肴，而制作方法也富于变化，更能引起良好的食欲。



十一、勿爱慕虚荣

“若衣服，若饮食，不如人，莫生戚。”

如果自己的穿著吃喝不如别人，不要觉得难过。

一个还没有经济独立的青少年，最重要的是努力学习、读书，以便将来懂得如何处理生活上的问题，有能力工作养活自己，并对家庭和社会负起责任。

以前的青少年，家里就算再穷，没车载送，穿旧衣服，用的书包文具都很普通，不曾上过肯德基、麦当劳，但是他们都懂得自爱自重，也不会因此感到自卑，或嫌弃父母。

假期出外兼职打工，主要也是为了赚取个人的学费，以减轻家里的负担。

今天的青少年，都在盲目追求时尚。

父母亲辛辛苦苦在外工作赚钱养家，面对生活上的重担和压力，有些青少年不但不懂得体谅，反而乱花父母的钱，用来买手机、音响

或明星歌星的杂志相片和CD、染发、购置名牌衣服和运动鞋等等，完全无视父母的血汗钱赚来不易。

若是父母驾的是老爷车，衣著随便，还会觉得没面子，不肯让他们送到校门口，甚至不敢让同学知道那是自己的父母。

看看父母年老的背影吧！仔细观察他们脸上的皱纹、斑白的头发和掉落的牙齿。岁月在他们的身上留下了痕迹。究竟他们是为谁辛苦为谁忙？父母之恩重如山，做孩子的报答都来不及了，怎敢不自爱自重，甚至作出对他们不敬的行为？

青少年当有这样的觉醒。

在学业尚未有成、经济尚未独立之前，必须多体谅父母的辛苦，不要在物质上苟求，让父母亲满足自己的虚荣。

努力向学，自强不息才是主要的事情。

若有多余的零用钱，应该存起来缴学费或买文具，不让父母操心。

青少年吃喝不丰，衣著普通，用的东西都不是名牌，那有什么关系？不要为了短暂的虚荣或物质上的不如人而感到自卑难过。

青少年要争的是未来的一生，而不是眼前的短暂！



POLO
RALPH LAUREN



十二、莫说闲话

“彼说长，此说短，不关己，莫闲管。”

说长道短，议论别人的是非私事，是一种不道德的行为。不要多管闲事。

每个人天生一张口，除了吃饭喝水，就是讲话。说话是一种沟通。

与人谈话沟通，这本来没有什么不对。但是我们所谈的，务必是公事或一般公开性的话题，彼此的家庭、工作、兴趣，建设性的内容，交流和分享心得。

但是一般上两个或以上的人聚在一起时，很少有人不讲别人是非闲话的。

不但如此，我们讲别人的“是”或“长处”很少，说别人的“非”或“短处”比较多。

衷心赞叹人家的话，我们说不出来。因为我们若不是看不到他们的长处，就是心存妒忌，就算称赞，也口不对心。但是，别人的缺点，就像一张白纸上的污点，我们看得清清楚楚

楚，也可以很快就指了出来。别人的隐私，更是我们说话的材料。

人与人之间的是是非非，常常就是这样引起的。

今天你讲他，明天他讲你，话传来传去，好的也变成坏的，没有都会变成有。

有些人居心不良，或因看不顺眼某人的作风，或因自己与某人有过节，或因妒忌，种种原因.....故意在他人的面前说某人的坏话，挑拨离间，破坏那人在大家心目中的形象，让他人也跟著对某人产生成见，以达到自己的目的。

团体为什么会分裂？就是因为有很多人再说长道短，搞小圈子，制造许多是非谣言。



十三、珍惜时间

“朝起早，夜眠迟，老易至，惜此时。”

清晨要早起，晚上要迟睡。老年很快就会到来，所以我们必须珍惜时间。

人生的岁月有限，一般上，一个人的生命，最长也不超过一百。超过一百者称为人瑞，那是非常有限的。

有些人说，现代人懂得保健，依靠许多保养品，所以生命越来越长，我却抱持相反的意见。

现代人的生命越来越短，更脆弱。因为全球环境污染，气候反常，资源减少，食物含有太多化学成份，各种疾病层出不穷，所有的这一切，都在使人的寿命缩短。

一个人好端端的，也会睡死！参加国民服务的青少年，原本无病无痛，也会突然暴毙！

除了天灾，还有同样可怕的人祸——打抢、掠夺、偷窃、谋杀、种族暴乱……治安不好，分分钟都会夺走我们的生命。

所以，棺材，绝对不是只装老人的。任何年轻的生命都有可能随时失去。

这就是为什么我们要珍惜时间，在短短的人生路程当中，做应该做和有意义的事情。

绝对不要说，“反正我还年轻，还有大把时间！”那是严重的错误。

早起迟睡，把握时间。

读书学习，要乘早。因为人的年纪越轻，记忆力就越强。在年少时期把学问基础扎好，以后面对生活或做事就容易多了。



十四、饮水思源

“父母呼，应勿缓。父母命，行勿懒。父母教，须敬听。父母责，须顺承。”

父母叫唤，应马上答应，别慢慢吞吞。父母要你做事，要马上行动，不要偷懒。父母教诲，须恭敬听从。父母责备，应虚心接受。

年少的你，每天上学、补习回家，除了冲凉吃饭，就是舒舒服服的躺在沙发上看电视，或上网。

每次看电视看到半途，你听到父母亲的呼唤声，你就觉得不耐烦。

你从来不会主动做家务。

在家，你像个王子或公主，父母随伺左右。

年少的你，是不是觉得父母唠叨，动不动便向你说教，念个不停？他们也管得太多了吧，让你失去了自由？

当你学得越多，懂得越多，你就越看不起你的父母。数理史地，他们有哪一科会懂？能跟他们谈功课吗？

他们不懂电脑，却不断限制你上网。上网的乐趣，又怎么向他们形容？

他们不懂什么是3G、MP3，也不知道什么叫IN。他们什么都不会，却老是要教你怎么样。于是，你总觉得跟他们有代沟，格格不入。

然而，你是否想过，今天你可以拥有那么多，懂那么多，是怎么来的？

如果父母不把你送进学校受教育，你能认识那么多字，学得许多知识吗？

如果他们从小将你遗弃，你的命运将会如何？你身上穿的、日常用的、家里的一切设备，不都是他们辛苦工作赚钱换来的吗？如果不是父母，你根本没有今天的幸福！

母亲十月怀胎，经过多大的痛苦，才把你生下。她从小喂你吃喝，替你冲凉，照顾你一刻也不敢离开直到你长大成人。她受了多少的苦与委屈，你可曾了解？

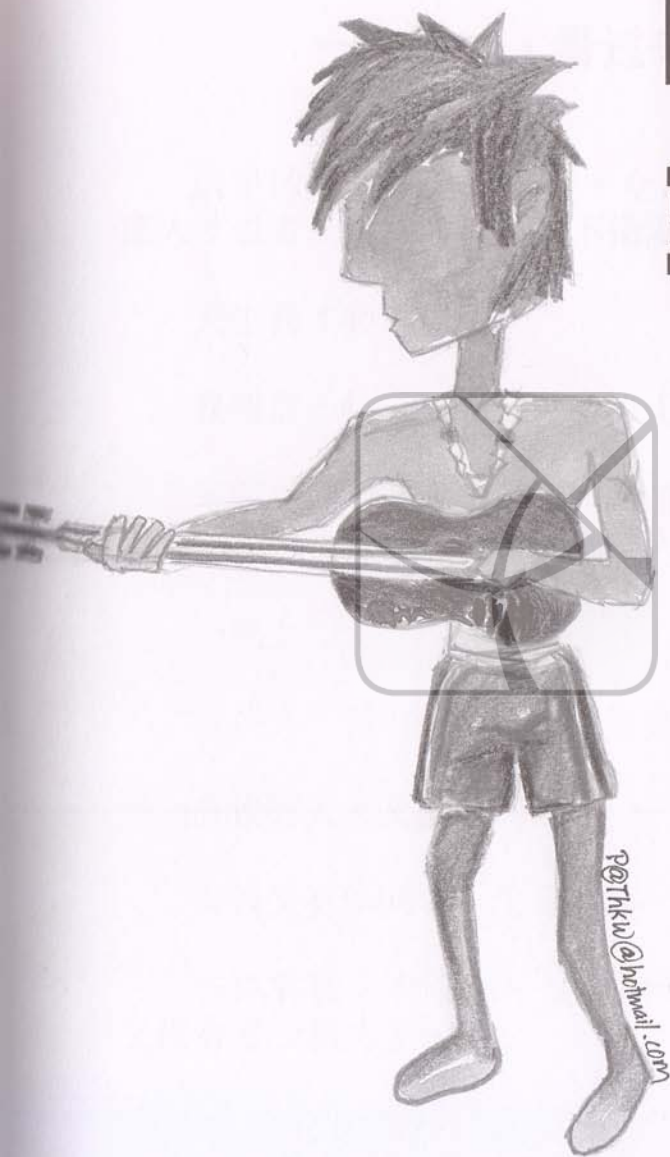
一个上过学校受过教育的人，更应明白饮水思源与感恩的道理。

所以，为人子女者，当尊敬父母，听从他们的教诲并接受他们的责备。他们若有吩咐，要马上去做。

假如父母有不对的地方或自己的意见与他们不同时，应好好与他们沟通谈话，避免与他们争执。



隨筆



P@Thku@hotmail.com

2008

THE
UNIVERSITY OF
CHICAGO
PRESS



随笔

一、通才，看过来

这里的通才，是指所有、全部的人才。所谓人才也者，对我来说，并不指限于学问。

天生我才必有用。

我相信，每个人必有自己的优点和缺点。

不断的尽己所长，发挥自己的长处，改善自己的短处。那么，每个人都是人才。

一般上.....

有些人，虽有学问，却没有金钱。

有钱的人，又没学问。

有钱又有学问者，没有时间。

当你有钱、有学问、又有时间的时候，你又没有多少精力了。

有的人能歌善舞。

有的人能言善辩。

每个人都有不同的才艺、技能：厨艺美食、电器修理、电脑、语文、绘画、经济、设计、运动、数学、手工.....

为什么你那么吝啬，不把自己最富有的那一部分，奉献出来呢？

不管你拥有的是什么——时间、金钱、学问、才艺、体力.....假如你不奉献出来，不好好的用它，你不认为太可惜了吗？

社会需要你的关心。

关心社会的其中一个方法，就是加入团体组织——文娱、政治、宗教、慈善、教育、商业、职工.....

社会需要你。

团体需要你。

有了你的加入，就多一分力量。

因为有你，团体才有希望。

二、不如开课

曾经参加过无数次联合国全球国际和平会议的净空法师，对于开会探讨如何促进世界和平、化解冲突的效果，曾作如是言——开会不如开“课”！

为什么？

对于促进世界和平的方案与计划，不是没有，而是很多。可是，各国领导人愿不愿意实行，是一个问题。不要制造核武？呵呵……不要出兵攻打某国？呵呵。

客气的话，这些领导人会将有关计划和方案文件归档收藏。不客气的话，早就丢进垃圾桶里了！

法师的方案之一，是推行伦理道德文化与宗教教育，改善社会风气，化解冲突，促进和平。这个建议却被一些领导人认为是理想，不能落实。

为了证明这个计划不是理想，是确确实实可以做到、达到的目标，他老人家特地栽培了一批教师，规定他们不但要学习、熟背、明白古圣先贤的“弟子规”内容，更要真正把弟子规的教导落实到本身的日常生活当中。

这批老师认认真真的学，脚踏实地的做到了之后，他们便被派去中国“汤池”镇这个地方“实习”。

在“汤池”，他们不但教导当地的居民老少一起学弟子规，自己也以身作则，切切实实的放下身段以身教示范，落实基本待人处事的伦理道德教育——抹拭地上人们随地吐的痰，捡拾地上的垃圾，清理街道，逢人行九十度的鞠躬礼，遇老者恭敬问安，遇少小爱护有加……甚至帮忙一些家庭清洗脏兮兮的马桶……诚诚恳恳、欢欢喜喜、毫不埋怨的做……当地的居民从来不曾看过这么有礼貌、谦虚又热心的人，而且还是完全不支薪的免费义工，顿时感动万分。

这批老师，首开风气之先，真真实实的给汤池的居民上了一课。从此以后，当地居民再也不好意思乱丢垃圾或随地吐痰，逢人便行礼问安，人人敬老护小，人与人的关系渐渐变得亲密温馨，整个社会风气是一百八十度的大转变。

净空法师不断强调，开会不如开课。以联合国和平会议为例，有会，会而不议。有议，议而不决。就算决了，谁听你的？谁会落实？所以，所谓和平，也只是“口头禅”，没有实际行动。

倒不如从伦理教育著手，栽培一些好老师，除了言教，也以身教示范，从本身做起，做出来给大家看，教导全民一起学习弟子规，落实敬老尊贤，兄友弟恭，尊师重道等等古圣先贤的道德伦理教育。

开和平会议想促进世界和平，这是梦想，没有效果，徒然浪费财力、人力与物力。

开课传授古人的伦理教育，却是真真正正的实际行动。以一传十，十而传百，能令许许多多的人感动、痛哭流涕、忏悔、觉悟而“改过自新”。由个人而至家庭，由家庭而社会，再由社会而国家。这样，社会风气便会改善，人人懂得伦理道德，便会约束自己的言行，不会胡作非为，大家互相尊重，就可以和平相处了。

开会吵吵闹闹，倒不如开课办伦理教育好。

今天的人，拥有很多的知识，却很缺乏道德观念，所以犯罪率很高。为什么？因为我们现在只注重技能与学术教育，却忽略了道德教育。所以我们虽然拥有知识，却不孝父母，不敬师长，看到熟人不打招呼，见利忘义……长此下去，社会会演变成什么样子，大家心里有数。

我们常常说问题儿童，问题少年，其实，问题大人更多。大人做出不良示范，没有身教，小孩看的听的学的，也都是不健康的，怎能不变坏？

所以，要重新上课，接受伦理道德教育的，不只是小孩，也包括大人！



三、孤独

二十一世纪最具传奇性的女性莫过于已故宋美龄。

她活了百多岁，见证了历史，曾经是台湾的第一夫人，风光一时。作为蒋介石夫人，她夫唱妇随，纵横于中西方国际政治舞台，领尽风骚。

然而，走过沧桑岁月，她历经丧夫之痛，家人一个一个离世、中西战友先后离她而去，步入老年的她，只落得形单影只，孤零凋落。

生有何欢？情何以堪？即使寿比南山当了人瑞又如何？曾经一起共患难一起欢笑的亲朋戚友一个一个先她而去……知我者，也只有她最崇拜的上帝罢了？

夕阳无限好，只是近黄昏。孤独老人的背影，在黄昏时分，看来更加寂寥。那是绝世的孤独啊！

张爱玲的孤独，何尝不是与世隔绝。尤其是晚年的时候，她独居小室，闭门不见任何客人。即使是熟人上来敲门，她依然故我地隔著一道门回话。她为了避免麻烦，竟然连接触别人的眼神也免了！

何谓孤独？对我而言.....

众人皆睡我独醒，空有抱负却没有机会一展才华，没有共同的话题，有绝妙的办法或意见却不被接受，和一大堆的人在一起，讲一些是非无聊的话，做一些没有意义又浪费时间的事，不想参与不想开口却被迫陪笑.....那才是孤独啊！

一个人来去，看在别人的眼里.....那个人好孤独啊！对大部分的人而言，孤独就是一个人的意思，这里面包含著负面的讯息。

孤独一定不好吗？不！

你知不知道，有一些特种部队，因为身负重任，平时不断接受特殊的魔鬼训练，不和外面的世界接触。这些人，置生死于不顾，在必要、紧急、一般人都不能处理的危险关头、千钧一发之际，他们才即时露脸，救人于危难之中。正因为身负重任，他们才必须时刻接受特殊训练，与世隔绝，专心一志，不受干扰。

甚至是一些大法官，也必须被迫远离人群。为什么？因为自己的职业关系，避免嫌疑，或自己的判断被他人干扰左右，所以不能自由与人交际往来。

许多国宝级球员，在平时就接受非常严格的训练，锻炼体魄，磨炼球艺，没时间去接触外面的世界，甚至和家人在一起。到了出赛之前，他们甚至被要求暂时与家人断绝联络，以不受干扰，左右情绪，而影响自己的球技和出赛成绩。

虽然如今世界变了，环境不同，很多宗教家跟著抛头露面，参与外界的活动，提倡温馨而人性化的宗教，但是真正的神父、修女、和尚、尼姑……不管怎么忙碌，还是必须要有独处的时间。在特定的时间里，祷告礼拜，念经打坐，以与自己的神同在，专心一志，聚精会“神”。

孤独或独处不一定是负面的，因为花花世界经常分散了我们的精神与注意力，只有在独处的时候，才能“全神”贯注，“一”心“一”意，保持与培养最佳状态，面对外界。



四、可怜的我

根据一项问卷调查显示，人类在日常生活中，最常用的一个字是——“我”。

如果调查结果是其他的字，“我”可能会怀疑它的准确性。可是，对于“我”这个答案，却十分苟同。

打从我们牙牙学语，懂得认字、会讲话开始，我们不是一直在“我我我”吗？

我的爸爸，我的妈妈，我的玩具。

我的书包，我的笔，我的学校。

我的志愿。我的工作。我的上司。我的同事。

我的男女朋友。我先生。我太太。

我的屋子。我的家。我的汽车。我的钱。

我喜欢这个。我讨厌那个。

我要怎么样怎么样。

我的意见。我的看法。我觉得。我认为。

一天之中，我们不知道说了多少次“我”。

什么都是我的好，我的妙，我的强，我的对。

全世界都被我踩在脚下。

即使到了人生的最后阶段，我还是放不下“我”。

我的棺材

我的坟墓

我的遗嘱

我的墓志铭

唉，可怜的我。

SAYA

我

AKU

ME

I

五、以戒为师

佛涅槃之前，他的弟子非常担忧，怕他走了之后，没有人可以领导他们。于是，便问佛一个问题：在佛离世以后，要拜谁为师？大智大觉的佛便以四个字开示，“以戒为师”。多么有智慧的答案。

为什么佛当时不立他众多优秀又修行不错的弟子之一成为他的接班人或领袖，带领其他的人？这真是一个谜。

我在思考这个问题之余，从中领悟到的道理是：佛大概不愿看到弟子们为了名位勾心斗角，而忘了修行人的本分。

再说，人毕竟是人。一个人在还没有名利地位的时候，固然可以保持谦卑低下。但是，一旦有了名利地位以后，如果修养、道德、智慧与定力不足，日子久了，就会夜郎自大，不可一世。天上地下，唯我独尊。

尤其是在今时今日，我们的物质太过丰富，科技太过发达，外面五光十色的诱惑太多，只要一个不小心，再虔诚的人都会堕落地狱，犯下难以饶恕的罪过。

人心会变，思想会扭曲。但是，圣人留下的经典和真理是永远的标准，恒常不变。

只要不是邪教，有那一个宗教没有戒律，不讲仁爱道德的？

所以，以戒为师是多么中肯的话。

人会迷惘、困惑，在欲海里载浮载沉，迷失自己。只有戒律，只有圣人留下的经典才不会变质。



六、同

我们常常会因为身边的人和自己相同，而感到高兴、安慰、自豪、喜悦与光荣——同姓、同胞、同志、同乡、同事、同学、同修。

对于和自己“同”的人，我们总觉得格外亲切，对他也产生了特别的好感。

我们会和自己同的人共进退。

甚至，我们千方百计让原本和我们不同的人和自己同，希望他们会追随，跟我们同声同气。

然而，同就是相等了吗？同，就一百巴仙不会发生问题了吗？

如果答案是肯定的，那么，为什么同一个团体组织会产生内斗、分党分派？同志会变成敌人？为什么同一个宗教，会有不同的创教人？

思想分歧、意见相左或许是原因之二，但更大的可能性是，这里面有利害关系，有权势名位之争。每个人都要争出头，没有人愿意躲在背后。

我们习惯站在自己的角度，去看待所有的人和事，老是要求别人和自己同。

究其实，这个世界是由许多不同组成的。正因为不同，而形成多姿多采。我们更不可能去同化所有的人和万物。

我们真正需要的，是异中求大同。要同的，不是衣著，不是宗教，而是整体的大目标、大宗旨。

只要多一点大我和大爱精神、多一点体谅、多一点交流沟通、多一点宽容、多一点大公无私、多一点礼让、多一点内涵.....那么我们便能够化不同而大同。

天下，也就太平了。



七、惜福

多年前，当我第一次看到一个人当著我的面吃下“锅巴”的时候，感觉十分不可思议，……既感动，又惭愧得无以复加。

在这么一个物质丰富的时代，而且对方又不是“贱民”或乞丐，为什么要特地去“挖掘”锅巴来吃？

所谓“锅巴”，既黏著饭锅底层的焦米团。一般上，我们舀完了饭之后，谁在乎锅底的饭粒饭团？有多少人会特地去“挖”来吃？会这么做的，大概只有战前战后那些吃番薯稀粥过日子的老人家，经过大时代的苦难，知道米饭得来不易，才会这么珍惜。

可是，现代的人，竟然也有人吃“锅巴”？后来，我才知道，这是受过宗教教育的人，身体力行的习惯与美德，甚至可以说是戒律吧？戒浪费——珍惜资源，感恩米饭得来不易，感恩农夫的辛苦，感恩它对人类所作的供养……如果不是它，人类的生命如何维持？

从那次以后，就算是一粒米掉在地上，我也会把它挖起来，送进嘴里。

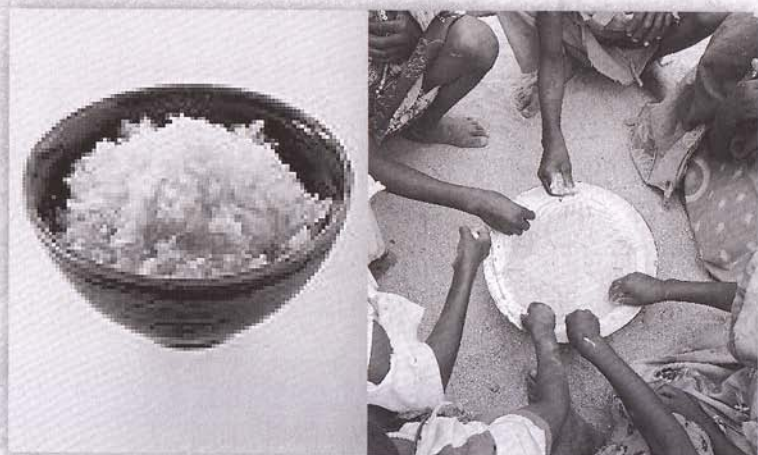
每次吃饭，一定要先端坐谢恩，并把饭吃得干干净净，碗底朝天。面前的菜肴，一定吃个精光，一片叶子都不留。

以前，我总觉得，挖“锅巴”来吃，未免太过造作，也太不卫生了。

赴宴时，若把食物吃个精光，人家会以为我们没有CLASS——不知从那个乡下来的家伙，几年没吃过东西，竟然这么贪吃？面对别人异样的眼光，如果定力不够，会感觉受伤。

现在的我，甘之如饴，而且觉得自己很幸福。

因为，有太多太多不同宗教的领袖亲自给我们做示范。谁敢说他们没有CLASS???



八、就是少了一样

一般上，大部分人的家里，摆设的多是：金鱼缸、酒、画、古董、盆栽、对联、沙发、巨型电视或CD架。

我觉得纳闷的是，很少人的家里，会摆放书架和书报杂志。

有些人的家里，甚至找不到一本书、一份报纸，甚或杂志。

其实，个人认为，在现今社会风气败坏的情况下，外面有太多的诱惑与不良活动，让人沉溺。尤其是青少年，若不善加引导，在他还未长成一棵大树之前，从小就矫正拉拔，等他大了就难了。

书正是另类导师。

大人的唠叨、罗嗦、命令式的语气——不可以这样、不可以那样……只会让孩子厌烦和叛逆。教育，除了用嘴巴一直念一直念念个没完没了，让人听了心烦气躁反感以外，其实可以换一个方式。

购置摆放各类健康有益的书刊吧！

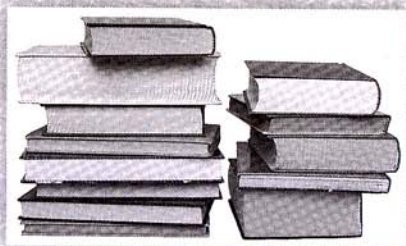
书不说话，没有噪声。孩子可以自己看、自己思考嘴嚼。书会引导他安静下来，让他认识更多的字、传授给他很多的知识，甚至增加他的语文能力。

如果怕孩子太小会撕书，不妨将书放在较高的架子上，底层放一些过期的杂志报纸。孩子的手只能触及底层，看过的报纸真个给他错手撕了也无妨。但是大人务必要在当下告诉他撕书报是不对的行为，人人必须对文字恭敬。

要启发孩子，越小越好。大人亦要身教。自己很珍重的把书报从架子上拿来看，然后很珍重的归位，将书报当宝一样。孩子必会耳濡目染。

让孩子自己取书报来看。他看不懂时会问你，到时你就把握机会教育。

假如你不懂得回答他的问题，你也会得到许多启发。你会逼著自己学习摸索思考，以便解答他的疑问。结果，他成长了。你何尝不是？



九、掠夺

一直有一个感触，总觉得现在的社会，浪费奢侈的风气越来越猖狂炽盛。

办一场活动或盛宴，要消耗多少资源和制造多少垃圾？即用即丢的纸杯、纸盘、纸巾、纸饭盒、卫生筷，食物，饮料，塑胶袋.....如果这些资源懂得说话，相信他们一定会大声抗议人类的奢侈萎靡风气。

在超级市场里头，一些产品公司在推销新出产的食物或饮料时，总会用即用即丢的小纸杯，让年轻的推销员不断的请路过的消费者免费尝试吃喝。一旁的大垃圾袋已经装满了人们才用了不过一次的纸杯。

不管去到那里买东西，一定会有现成的塑胶袋让人装了带回家。

每打包一次食物，就要去掉一个即用即丢的饭盒、筷子或汤匙。

吃一餐饭，流点汗水，打一个喷嚏，又用掉多少纸巾？

家里的衣橱，塞满了几百件的衣服？鞋架上摆了多少双的鞋子？

如今人们为了赶著拥有最新最酷的手机、电脑、打印机、电视和音响设备，三天两头弃旧迎新，制造不少电子垃圾。

我们住的屋子越来越大，霸占的土地和空间越来越多，但是屋子住了几个人呢？

每个人都是赤裸裸的来到这个世界，可是当我们在世的时候，却尽我们的一生，无穷无尽的掠取地球上的资源，即使到了临终的时候，还要掠夺墓地和棺木！

十、你有没有把我放在心上？

作家张曼娟有一次与一名友人约定时间见面，结果她因故迟到了，被她的朋友责备：你根本没有把我放在心上！

我觉得这么句话讲得真不错。

一般上，假如我们会把一个人放在心上，那么，我们会看重他，在乎他。他所讲的话，我们会记著。答应他的事，一定会办好。对于有关他的一切，都会认真对待。

如果我们会把一件事情放在心上，做事就会战战兢兢，认真严肃。不马虎、不轻率、大意、随便敷衍了事。

一个会把要做的事放在心上的人，即使遭遇困难，也会想办法解决，将事情办得完美无缺。

相反的，如果我们没把那个人或那件事放在心上，就会发生以下状况：

和他约定时间见面，迟到十分钟没有关系，甚至不去也没关系，随便找个理由搪塞也就算了。

答应他的事，不是忘了，就是没做。

嘴巴答应他说好的好的，过一会根本就忘了刚才谈话的内容。

其实，我们常常说：“我忘了”，并不是真的忘了，而是一开始就没用心去记。没用心去记的人或事，怎么会停留在自己的脑海里太久？

百万元的生意谈判，你会不会忘记？

与男女朋友的约会，你会不会迟到？

面对不同的人 and 事，你的心态将会不同。

所以，迟到或事情搞砸的时候，请试著扪心自问：你有没有把对方看在眼里，摆在心上？你有没有真正的把那件事情当一回事？

你心里有数！

十一、经验

即将大学毕业的小友找了多份工作，却吃了许多闭门羹。理由是对方都说受聘者需要有工作经验。

当我看到她寄来的有关短讯之后，马上就回她：

“下次，礼貌的告诉你的面试官，有经验的人也是从新人做起的。如果你不给新人机会，经验从哪里来？”

以后她应征了数份工作，都成功了。

的确，经验是从一次又一次的实践和学习而来。即使是大律师、医生或会计师，也是从实习开始。假如没有机会实习，他们怎么会可能在未来的日子里变成专业人士？

那一个有经验的人不是从“没有经验”开始做起的？

新人没有经验，其实不是关键。重要的是，这个人勤不勤力，好不好学？只要有了这两点，没有什么是学不会的。

有问题的是那些有经验的人，动不动就拿自己的经验欺压新人，语气尖酸刻薄——“他什么都不会，笨手笨脚的”，“那么简单的事，我才做五分钟就好了，他却要做半天”，“不可以交待他做这件事，否则他一定会搞砸了”，“讲了半天还是不懂，唉”……恃自己的经验而骄，却忘了当初自己是怎么从没有经验开始，一步一脚印走来的。

许多有经验者，或因心量狭窄，或为保自己的饭碗，或怕新人超越自己，害怕将自己的经验传授，总是怕教了徒弟没师父。

这种观念真的要打破。尤其是在这个网络科技 and 知识爆炸的时代。今天你不教他，除非他不上进，否则他自己可以从各种管道学习，假以时日，必有成就。到时他提升了，自己反而被自私的心态困住在原地踏步。

许多有经验的人，对待没经验的新人，就像女人之间的婆媳问题那样。

当婆婆的，年轻时所受的苦，都要算在媳妇的身上，没完没了……唉。

十二、污染的网络

上网看一些名人的资料，却搜索到许多不堪入目的文字、照片和短片，都是有关当事人的批评和负面文字。

被人肆意滥用的网络，已经达到一种疯狂的地步，真的很可怕。

以前我们骂人，也只是口头上发泄心中的怒意罢了。

现在要骂人或破坏一个人的名誉，实在是太简单。只要对某人有什么不快，尽可把自己的情绪发泄在网站上，以龌龊搞笑的图片漫画或自导自演的谐剧挂上网，或写许多下流卑鄙肮脏的文字尽情侮之辱之嘲之讽之，不但是骂对方，甚至连他的祖宗十八代也扯上了。

羞辱人到这种地步……唉。

最令我感到不能置信的是，一些宗教大师也被羞辱了！究竟在网站发表毒文短片的人是和大师有深仇大恨呢，还是妒忌使然？

有些大师还被当成搞笑对象，模仿者故意将对方讲话的腔调和姿态肆意扭曲，以达到搞笑的目的。

这样的短片，我看了真的笑不出来。

现在的人，该哭的时候，他流不出眼泪。
不该笑的时候，他却笑得天花乱坠，前俯后仰。唉！



十三、你开始环保了吗？

地球生病了，而且有越来越严重的现象，这是每个人都知道的事实。

环保的工作，需要每个人的努力。

日常生活中，我们浪费挥霍的地方真是多得数不清。

我常常想，我可以做什么呢？拒绝或自备塑胶袋，也拒绝卫生筷和汤匙。

第一次带著自备的饭盒去打包食物时，感觉有点怪，心里还著实挣扎了好久。

记得曾经读过一位作者的文章，文中说她自备塑胶袋去买东西，却被店内的客人冷嘲热讽，“啊呀，如果每个人都像你那样，老板就发达啦！”

还有一个作者去香港旅游时，自备汤匙去某餐厅吃饭，却被侍者讥嘲，“这么巴闭，就别出来外面吃东西啦！”

两名作者的经验，让我忐忑不安。我会不会遭受同样的羞辱呢？

结果是我太多虑了。一些饮食、杂货店老板和摊位的小贩对我感激不尽，不断对我称谢。因为替他们省下了成本。

有一次，我到杂货店买东西，因为东西不多，所以就拒绝老板给我的塑胶袋，直接用手拿。老板感激地说，“真谢谢你。有些人买东西，一个纸袋装好了不够，还要另外再讨多一个，我们做小本生意的.....纸袋也要钱啊！”

我还可以做什么呢？

少逛购物中心。免得按捺不住诱惑，又买了一些不需要的东西回来。

其余做得到的，就是尽量节省水源，不浪费食物，以手帕替代纸巾，不用护肤霜洗发露.....

虽然这些都是微不足道的小事，但是至少我已经为环保尽力。



十四、没有你的日子

你常常觉得自己高人一等，非常伟大，极为了不起吗？没有了你，工作不能进行？

没有了你，家里失去了欢笑？

没有了你，所有的人都会很寂寞？

没有了你，团体没有生气、组织会垮下来？你未免在自己的脸上镀太多金，过于高估自己了！

其实，没有你的日子——

太阳依旧会从东方升起，绝对不会从西方冒出来，而且肯定不会消失。

地球仍然日夜运转不息，日复一日，年复一年。

你家里的猫狗照样吃睡如常，奔跑跳跃。

没有了你，花草一样芬芳。

没有了你，任何团体或组织都可找人取而代之。

其实，加了一个你，不算多；少了一个你，也没有什么大不了。

如果站在高山上，或在飞机上往下俯瞰，你会发现，原来天地是这么的大，原来你是这么的渺小。

站在海洋的边缘，听海浪的呼啸，才能体会，海洋是这么的一望无际，这么辽阔，比起你的肤浅，它是多么的深邃！打开世界地图，请问，你的位置究竟在哪里？

你还自以为世界没有你不行吗？

别傻了！

没有了你，世界绝对不会变成末日。

相反的，总有一天你会消失在这个地球上，灰飞烟灭，尸骨无存。但是，天地却会永远留存下来。

也许，没有了你，明天会更好呢？！

十五、同，还是不同？

一班的学生，大家在一起学习，叫同学。在同一间公司工作，为同一个老板效劳，这一群员工叫同事。同为某个政党的党员，彼此称呼对方为同志。拥有共同的宗教信仰，一起修行，我们称彼此为同修。拜同一个师父学习技艺，大家互相称对方为同门师兄弟。

就连无恶不作的歹徒，都有“同党”！“同”，即是一样。

大家有共同的目标，全体为同一个目标努力，互相合作互助，彼此团结友爱，上下一心，而达致全体的成功。

然而，实际上，大多数的同，都是表面上的同，暗地里却十万八千里的落差。我虽然和你穿一样的制服，共事一个领导，我的心却与你不同。虽然你和我是同学，但如果你考九十分我却得六十分，我会很妒忌。我在某个科目比你强，我绝不教你，我也不借你参考书。

大家虽然是同事，但是薪水职位高低不同，工作部门也不一样。总有那些妒忌心重的小人，专爱在办公室内搞破坏、笃同事的背脊，得以达到自己的目的。

在同一个组织里，因为利害关系，个人利益，你争我夺，互扯后腿，结群结党，搞出各种派系斗争，使一个组织，可以演变成另一个组别！

大家虽是同门师兄弟，虽是同修，但如果师父对某个徒弟特别好，其他的徒弟就会感到很不是滋味。每个徒弟都希望师父把他的本领都传授给他，让自己成为他的接班人，而不是别人。

同，不过是表面上的形式。说同，其实大大不同。

我和你，家庭、教育、思想、个性通通不同，想要同，很难。

十六、尊重宗教

丹麦画家画了亵渎回教先知的漫画，惹怒了众回教徒，群起攻之，一时示威处处，烽火连天。

宗教一直以来都是一个敏感的问题。更何况是基督与回教的世代之争？

现代的人越来越没大没小，没有一点人样。动不动就拿别人来搞笑、玩弄，尤其是一些电视娱乐节目、谐剧，最爱作模仿秀，开名人的玩笑，一点尊重都没有。让名人尊严扫地。

然而，从阅报得知，已故德莉莎修女在世时，美国的一些电视媒体就不曾也不敢开她的玩笑，这是难得一见的事。就连有权有势的政治人物都难逃被整的命运，何故独缺德莉莎修女？一介女流，无权无势，干吗要怕她？无它，因为她奉上帝的名，做上帝要她做的事，一生济世救人，毫无保留的牺牲奉献。如此“尊贵”的人，岂能不获得尊重？宗教的至高无上，绝对不是世俗的名利、地位所可以衡量的。

你可以不信神，也可以对神远之，但是，

对它一定要敬。不管那是什么宗教、任何信仰。千万不要无知到拿神明来开玩笑。

神就是神。没有我的神比较大，你的神比较小，或是我的神应该受尊重，你的神可以拿来搞笑这回事。

台湾佛教界领袖星云大师，和一名美国神父会面交谈时，不禁笑对神父说：如果我来自美国，我可能也会是一名神父。神父亦会心一笑：假如他出生于台湾，他也许是名和尚。是的，为什么要分彼此呢？

时空不同，出生背景回异，才造成你我信仰不同。

我相信，世上的神是独一无二的，只不过为了救渡肤色不同的众生，为了方便，才化身为各类宗教创始人。

十七、文字的力量

文字主要是传达讯息和知识。它的作用与语言一样，在于沟通。两者不同的地方，不过是一动一静之差别罢了。语言是动的，要用口说。文字是静的，要写。

文字的力量，就和语言一样。

它可以柔情似水，像一篇篇风花雪月意境优美的诗与散文。它可以铿锵有声，像气势磅礴的评论。文字之刚或柔，端看作者要怎么写。

魏文帝曹丕曰：「盖文章经国大业，不朽之盛事。年寿有时而尽，荣乐止乎其身。二者必一之常期，未若文章之无穷。」文章之重要性，不亚于治理国家，人的寿命或富贵荣华都会到了尽头，但文章却会千古传诵，万古流芳。

秦始皇焚书坑儒，正是害怕书本与文字传授给人民知识，使他们造反。所以一把火把中国的书烧了，让人民越蠢越好，以保他的江山。

在中国的历史上，有两个著名的才子，不

但勇气可嘉，而且胆大包天，竟然冒著生命危险，写了痛骂当朝领袖的文章。

这两个领袖，一男一女，一奸一恶，手段是出了名的毒辣，他们是曹操与武则天。初唐四杰之一的骆宾王骂武则天，建安七才子之一的陈琳骂曹操。

两才子写的都是讨伐檄文，文字针针见血，把曹操与武则天骂得狗血淋头！尤以陈琳骂曹操最狠，连曹操的祖宗三代都被骂上了。让人大跌眼镜的是，两个当权者读了痛骂自己的文章以后，不怒反笑，而且非常欣赏作者的才华而予以重用。文字可以让人欢喜，开怀大笑，比如幽默滑稽的笑话。它也可以激怒一个人，令人吐血。

一篇文章，只要稍改了几个字，便可以令全文的意思不同。

曹操写的铜雀台赋，其中「连二桥于东西兮，若长空之蛛」被孔明改成「览二乔于东南兮，乐朝夕之与共」，让周瑜真的以为好色之曹操有意将孙权之嫂大乔和周瑜之妻小乔占为己有，在盛怒之下，终于同意与蜀国联手共同对付曹操，因而中了孔明的计。

据说满清的雍正皇帝，原本不是继承王位

的人选。但是他奸诈狡猾，派人篡改了父皇康熙的遗诏，将「传位十四皇子」的「十」上面加了一画，变成「于」，全文就成了传位「于」四皇子。四皇子是他本人，于是他顺理成章的成了皇帝，这是小说中的描绘！一个字，就可以改朝换代！

所以，写文章是大事，不是小事。用字必须谨慎小心，否则会令人产生误解。



十八、最伟大的人

如果要你票选古今中外“最”伟大的人，不知道你会选谁？

苏格拉底？爱因斯坦？孔子？亚里斯多德？林肯？罗斯福？戴高乐？邱吉尔？毛泽东？孙中山？甘地？诺贝尔？马丁路德？马克斯？德莉莎修女？.....。

不管你选的是哪一个，我相信，其他的人都不会同意。

因为，在这里面，又关系到国籍、种族、宗教、肤色、涉及领域不同之分。很难作评论。

可是，我坚决相信，有一个“人”，大致上，无论是你，或我，甚至是他，以至全世界的人类，都会认同、都会接受。

这个候选人，认真的说，他没有“姓”。他也藉藉“无名”。

这样的人，他有什么资格当选“最伟大的人”还坐上古今中外“最伟大的人”，“世上最伟大的人”这个冠军宝座？你或许会认为我

的脑袋大概是烧坏了。

不！绝不！

真的，他绝对有这个独一无二的资格。

这个人，她叫作——“母亲”。

母亲十月怀胎之艰辛，这是第一个伟大之处。

生产时出尽全身之力，撕心裂肺之痛，这是第二点。（你生日时，一定要记住母亲为你受的苦）

因为生产，流失大量的钙质与血液，把所有的营养都给了孩子。只要一个疏忽，她可能命丧黄泉。而且，如果产后调养不良，日后更会引来周身病。这是第三点。

为了照顾孩子，她用尽所有的精力，花了大量的时间与精神，三更半夜被孩子哭闹声吵醒，起来哺乳，牺牲自己的睡眠时间。

当孩子会爬、会走、会跳、会跑时，她开始整天当他的跟班、保姆、女佣，怕他不谙危险，乱冲乱撞、跌倒受伤。当一个二十四小时的贴身看护，牺牲睡眠、时间、体力也还罢

了。孩子如果顽皮经常哭闹，她还要耐著性子哄他、骗他、劝他，甚至是骂他打他，像一个疯妇，完全不顾形象。折磨著母亲的精神与体力的孩子啊！

当孩子生病的时候.....那个全天候守在病人身旁的，是一个焦虑的身影——母亲。如果孩子是残障者，无论他是先天或后天的，那个愿意永远照顾他一辈子，陪他笑、陪他哭、陪他经历比常人多十倍的磨难挫折的.....也只有她，母亲。无怨无悔。

为了孩子，她愿意流尽身上的最后一滴血。

为了孩子，她愿意流尽身上的最后一滴乳汁。

她把身上最好的营养都给了孩子。

我看过一篇真实的新闻报导。一场大火，把一个即将临盆的孕妇给狠狠的烧死了。令人惊奇的是，孕妇虾一样弓著身子的死状与姿势。

原来，她在临死之前，还是念念不忘肚中的生命。她扭曲著、弓著身子，是为了不让大火波及肚中的胎儿。结果，她终于活活地被烧

死了，却成功地创造了伟大的奇迹，孩子活下来了！

李敖有一句狂言曰：五百年来，写白话文最棒的前三名人选，依序是：李敖、李敖、李敖。

我想，千千万万年来，无论是古今中外，世上最伟大的前三名人选，依序是“母亲”、“母亲”、“母亲”。

请尊敬母亲、体贴母亲、多陪陪母亲。



十九、请让病人多休息！

曾经有一个病人的家属对我说：

“我不想让任何人知道病人入院的事。因为我不想麻烦大家来看她。毕竟每个人都有工作，都忙……而且，我要照顾她，自己也连续几天没睡好，很累，很想多休息。如果有客人一批又一批的来，我还要不停的应酬他们，真的很累。”

看到病人家属疲惫的精神，我点点头，表示了解。

想想也是。有时候，我们常常觉得自己一片好意，却不知道自以为是的慈悲却建筑在别人的痛苦上。

病人躺在病床上已经够苦了，照顾他的家属也跟著他不得休息。原本想好好歇著，来访者却络绎不绝，有者还喋喋不休，干扰病人休息。

探访病人，原本是要安慰她，结果关心却变成对方的压力。

其实，探访病人时，应该注意病人的情况。

如果她是孤伶伶的，没人照顾，那么，探访时间可以久一点，尽量陪她。

假如她病情轻微，精神状况良好，可以聊久一些。

若病人病重或精神极差，她的家属也劳累不堪，除非你留下来帮忙看顾，否则，尽量提早离开。

探访病人是尽人情，希望她高兴，病也快点好起来，绝对不要加重她的负担！



二十、草与宝

一般上，人们对自己的父母与孩子，存著两极化的态度。

孩子是宝，父母是草。

我们时常逗孩子说话。他若不跟我们说话，我们会很担心。他是不是有心事？他遭遇了什么问题烦恼？功课压力？我们怕和他产生代沟，怕他不愿与我们沟通。所以，他越是多话，我们越是放心。最怕他不叽喳。他叽喳就是健康活力的表现。就算他重复同样的话题一百次，我们也依然百听不厌。他的声音，永远像音乐那样悦耳。

然而，我们却很不耐烦听老人家说话。就算是一句甚或一个字，也嫌罗嗦！我们怕他一开口就没完没了。最好他保持沉默，粒声不出，自己乐得耳根清净。父母的声音，就像机器发出的噪声，尖锐吵人，令人心烦气燥。

孩子闹情绪，我们很快就会察觉到，然后尽量想办法安抚他的情绪，逗他开心。父母即使脸黑黑，我们也当著没看到，习以为常。唉，老人家不知道又发什么疯？

孩子讨钱，我们给得很慷慨，要多少给多少，而且不计较他用在哪里。父母需要钱，我

们给得吝啬，总是觉得老人家根本不需要用到那么多钱。拿那么多钱干吗？

孩子生病了，我们会非常著急，一点伤风感冒就带他去看医生，叮咛他吃药喝水，嘘寒问暖，无微不至。父母亲这边痛那边痛，我们完全没有RASA，总觉得那是老人病，不需要大惊小怪。

凡是大鱼大肉，有营养的食物，我们都留给孩子吃，深怕他营养失调，吃不够饱。至于父母，反正他时日无多，老人家身体走下坡很正常，补都补不了，还补什么？吃多会使血管阻塞，吃少容易消化。

我们给孩子最好最贵最酷最奢侈的，父母亲？哎呀，老人家，随便就好！

我们和孩子形影不离，总是希望他永远留在身边。唯恐他有一天离我们而去，害我们孤伶伶又是寂寞又是凄凉的在家守著，度日如年。

但是，我们却很怕被父母缠著，他们不跟我们一起住最好。他们若跟在身边只会制造麻烦。于是，我们让两老孤伶伶的呆在家里，一天又一天，一年又一年。

其实，他们寂寞的话，可以看电视啊？寰宇卫星有那么多播道.....。

后记

原来，出书一点都不好玩 [1]

几番挣扎，终于还是出书了。一切，都不在我的计划之中。总之，就是很随性的，没有一丝刻意。

从小，我就喜欢阅读各类书刊和抄抄写写。拿本簿子，或抄唐诗宋词，或记下一些人生的座右铭。闲时翻阅，爱不释手。

从小学四年级就开始投稿、写作，一直到今天，约莫二十余年。热诚依然不减。因为那是我的兴趣。

个人一直都是属于那种个性比较内向的人。平时与人来往，说话也很少。但这并不表示我没有话要说。而是，我比较习惯用另类方式即写作去表达自己的所思所想。

爱上写作，究竟是幸，还是不幸？

写作不只不能当饭吃，它还霸占了我许多的时间，尤其是晚上。

不骗你。我常常呢，要不，从深夜写到凌晨。要不，夜里躺在床上本要入睡时，若突然灵感来袭，我会突地翻身一坐而起，开灯连夜把那稿写完。母亲在世时，就常常“念”我——很夜啦，该睡了！明天还要开工呢！可我依然故我。除非我的稿已经写好了，或者再也没灵感了，我才会甘心放下手中的笔。

因为写作之故，我破了女性之大忌——迟睡，养成了一对熊猫眼！

不写作的时候，我大部分的休闲时间都在阅读，当然，也是在晚上的时候。

我觉得，写作非常的伤脑。因为，在下笔之前，必须经过不断的思考和组织文字，甚至还要大量阅读参考许多书籍，不是不累的。

唉，谁叫我爱上写作？

原来，出书一点都不好玩（2）

我的书，名叫《论语》与《弟子规》心得随笔，里面分成三个部分。一为《论语》心得，二为《弟子规》心得，三为针对社会现象的写实随笔。

出这本书，很多朋友都不看好。“太严肃了吧？”，“或者，再加点比较趣味性生活化的文章？”我私底下非常感谢这些朋友们的意见。但是思考再三，结果还是一意孤行。

其实，论严肃，认真来说，我的文章根本称不上。因为它们都不是学术研究的长篇论述。它们都很短。

而且，正如书名之意，“心得”和“随笔”，纯粹是个人的所思所想，也都很生活化和写实，出书是为了和大家分享。

《论语》是入世之经典，原著乃文言文，说的都是伦理道德。

一般上，若单单阅读经典的原文，我们很难去感受它的意思。但是，如果把它与现实社会的现象结合在一起，就比较容易契入。这就是我写《论语》心得的动机之一。

其实，本身也曾写了不少抒情的文章。但是，发表归发表，一旦要结集出书，它们都不是我杯里的茶。

我希望我的书有启发和教育性，对社会对人群有益。至于风花雪月的文章，就像雁度寒潭，不必留影。

当然，若有读者购书最好。

没有的话，我也已经作了最坏的打算——

亏就亏吧！



原来，出书一点都不好玩（3）

选稿、筛稿、修稿、打字、核对、校正、插图、封面设计、稿件分类、书名、作者简介、页数、价钱、找印刷商……出书，原来要花那么多的时间和精力去筹备和处理，这是我之前不曾想象到的。

我的书，字体很大，插图也很多。为什么？这是考虑到许多不爱阅读的读者群。

许多人书一拿起来，只要一看到那些密密麻麻又细小的文字时，便感到昏昏欲睡，提不起劲阅读。所以，我坚持让字体大一些，也让书本有一定的空间，使人一看便觉得舒适。

再来是插图。几乎每一篇稿都有一个甚至两、三个插图。让不喜欢文字的人有视觉的享受。不会因此而太排斥文字。

《弟子规》心得，绝对不只是写给少年儿童看的。它更是时下每一个大人，不管年纪多大，包括你我在内，必须重新检讨、学习并实践的伦理规范。

真的，三十岁之前，你跟我说伦理道德，宗教的所谓戒律，我会嗤之以鼻，“都什么时代了，还讲这些？老掉牙的那套！”

可是，三十过后，看到社会上许多反常的病态和怪现象、飙升的种种罪案、每一天打开媒体都是负面新闻，我不禁开始思考传统的价值。

我宁愿我们的社会保守一些，纯朴一些，至少，治安不会坏到那里去。

我宁愿我们的社会老土一些，男女始终保持著那么一点界限，至少不会弃婴处处，失去父亲的孩子也不会越来越多。

道理永远是老掉牙的，我希望我的文字不会让你嗤之以鼻。

1. 解冻的时刻(评论)
◎田农 RM10.00
2. 蜕变(小说)
◎劭安 RM8.00
3. 我们不孤单(散文)
◎李艾媚 RM9.00
4. 羽岛独行(诗集)
◎林下风 RM7.00
5. 本南人文化的变迁(研究)
◎蔡宗祥 RM8.00
6. 那季秋色(小说)
◎煜煜 RM10.00
7. 牛场村杂笔(散文)
◎徐然 RM8.00
8. 不想回家的孩子(散文)
◎李艾媚 RM10.00
9. 红尘有泪(散文)
◎清平 RM12.00
10. 美里省社会发展史料集
◎徐元福、蔡宗祥 RM39.00
11. 再见风车(散文)
◎季人 RM12.00
12. 政论选集(评论)
◎田农 RM12.00
13. 轻舟已过(小说)
◎煜煜 RM12.00
14. 梦驼铃(散文)
◎杨华 RM12.00
15. 荒野里的璀璨(散文)
◎晨露 RM12.00
16. 别让爸知道(散文)
◎李艾媚 RM12.00
17. 谢名平文集(杂文)
◎谢名平著/蔡宗祥编 RM15.00
18. 鱼说(诗歌)
◎晨露 RM15.00
19. 钻油台(杂文)
◎清平编 RM15.00
20. 胡斐作品集(小说)
◎胡斐 RM16.00
21. 迎向朝阳(散文)
◎煜煜 RM15.00
22. 波比是否在天堂
◎李艾媚 RM15.00
23. 谈新怀旧(散文)
◎徐然 RM15.00
24. 美里怀旧(史集)
◎余求福 RM35.00
25. 民俗探寻(研究)
◎蔡宗祥 RM15.00
26. 岁月
◎季人 RM16.00
27. 星星的魅力
◎绿言 RM20.00

作者：何秀英

出版：美里笔会



PERSATUAN PENULIS CINA, MIRI

Lot 2372-4, 1st Floor,
Boulevard Centre, Jalan Pujut-Lutong,
P. O. Box 1416, 98008 Miri, Sarawak.

发行：何秀英 **HO SIEW ENG**

P. O. Box 458,
98007 Miri, Sarawak, Malaysia.
Email: hseluopi@streamyx.com



印刷：美里印务有限公司

ISBN 978-983-9473-17-9

版次：2008年6月初版
国际书号：978-983-9473-17-9
定价：马币20元



9 789839 473179

版权所有，翻印必究