

# 清靜經十三講

張老前人講述

## 清靜四講

夫：人神好清，  
而心擾之。

### 【演說】

（接第十期）神有兩種解釋：一為元神，二為識神。元神純善無惡，虛靈清靜，是人的真正主宰。識神是落於後天的，識就是分別的意思，如顏色、形狀的分別，人、我的劃分……等，就是識神的作用，所以識神是應變不停的。「夫人神好清」的「神」，指的是元神，在易

經稱遊魂，大學稱明德，中庸稱天命之謂性，總而言之，就是指上天所賦予我們的本來自性。

「好清」——喜愛、希望清靜。由第一章我們知道，大道生育天地、運行日月、長養萬物，都是在「清靜」的原則下發展。也就是說，大道在清靜無為中化育宇宙萬物。人要返回根本，也要從清靜上用工夫。清靜不是指外在環境，而是指內心境界。有人以為修道要清靜，就到深山古洞，人跡罕至的地方去修行，又有人以參禪、打坐或閉關（註二）的方式來達到清靜境界，這些方法還不是根本解決之道。因為軀體雖然和外界隔離了，但是心是關不住的，仍然會飛躍出去。清靜指的是清心寡慾，如此達到極點，自然就可歸根復命了。

### 心分三種：道心、人心、血心——

人在母體之中，為元神主事，不識不知，純善無惡，我們稱之為道心，又叫做赤子心；等到十月胎足，瓜熟蒂落，哇的一聲，識神趁此吸氣，隨吸而入與元神合而為一，此為「元神失位，識神當權」，道心變成人心。人心可善可惡，為善，則上通天堂；為惡，則下墮地獄。常言道「披毛從此出，成聖也由它」，就是指人心而言。

佛家有言：佛即衆生，衆生即佛。兩者的差別在於「心」的作用而已，儒、佛兩家均曾談到如何使心清靜復明的方法：

儒家治心的第一步工夫是「視而不見、聽而不聞、食而不知其味。」（註三）是要我們不着於物慾，使心不受干擾。例如：流行歌曲很好聽，一覺得好聽，心馬上應合而着相，一着相自然心猿意馬，本性就不易把持，更談不上清靜。所以感官要馴制；先做到眼不去見形色，耳不去聽好聲，口不去食好味。再進一步做到雖看到外面的五光十色，就如同沒看到似的；聽到好聽的就如同沒聽到一樣；吃到好吃的，能不着相於什麼好吃，什麼味道好。如此七情六慾、喜怒哀樂無從發生，心方能保持中庸清平。

佛家治心的第一步也是叫人不要濫用五官，甚至要我們能去除這些有限感官作用。心經上說：「無眼耳鼻舌身意，無色聲香味觸法，無眼界，乃至無意識界……。」這些都是使心性不受干擾的方法。人會過份追求物慾，完全是因為太看重這個身軀之故，以種種錯誤的方法來滿足它，致使靈性泯滅。這個假體，其實是罪惡的根源，所以佛家再進一步的理論就是要我們看輕看淡、看破看透這個假相，認為這個假體只不過是地、水、風、火四大元素因緣際合而成。水是水份，構成人體內的水和血；地就是土，構成人體的皮肉軀體；風是吐納、氣息；火是溫度（即體溫）。這四大元素合成人身，有效期間頂多百年左右，終要瓦解分離，各自歸於大自然中。有時稱人死亡為「歸空」，

表示來也空空，去也空空之意。能領悟有形生命的短暫，雖壽高百歲，亦只是南柯一夢，自然不會太執着於它，如此心才能恢復自然寧靜。

了解了治心的方法，現在就要確實去做，以糾正我們的想法和行為，這是要靠毅力與恒心才可以修成功的。「達摩西來一字無，全憑心意用功夫。」（註四）修心煉性是要從日常行事中表露出來。從前雲南有位名叫趙通的人，因妻不賢，子不孝，而覺悟到人世間真是苦海，因此離家修道住在呂祖廟中，每想起往事就生氣，日久自悟，修道要戒嗔怒，有火性如何成道呢？從此痛改前非，並改名叫冷灰，意思是灰冷了，就沒有火氣，顧名思義，以警惕自己。並在附近的一條河流旁，來往地背人過河，以為行功。

有一天，來了一個跛脚的老人，要冷灰背他過河，過河之際，老人問他的名字，答：「我叫冷灰。」老人說：「是何意思呢？」冷灰說：「是戒自己不發火，藉此煉性修行，希望洞賓老祖來渡我。」老人又問：「為何在此背人過河呢？」答：「為行功，了自己的苦根，好脫離苦海。」老人又說：「既是行功，我有事要到那邊山上去，你背我上山好不好？」冷灰說：「好。」即背負老人上山，行至半山，冷灰累得氣竭力疲。老人又問：「你叫什麼名子？」答：「冷灰」。老

人不斷的問，冷灰不斷的答，最後生氣應道：「冷灰，冷灰，這麼累，你還問個沒完。」答完話後，背後一輕，老人不見了，剎那間，虛空似有人傳話：「冷灰還有火，洞賓就是我，再修十二年，請勿忘記喔！」冷灰無可奈何的下山了，心中又恨又喜，恨的是臨到考驗，不該發火，錯失良機；喜的是我這小小苦行，居然能感動呂祖來點化，並許諾十二年後再來渡我。

冷灰仍回到河邊，又苦行多年，毫無怨尤。一天，有個窮人在河邊躺著，唉聲嘆氣，冷灰忙問其由，窮人說：「我脚上生瘡，步行就痛，但不走路，不工作，家中老母就得挨餓。這種瘡吃藥無效，若有人能用口吸出膿，用舌舐瘡口，自然會好，否則非死不可，我死不足惜，留下年邁老母誰來奉養呢？」說著，說著，泣不成聲，冷灰一聽，心想：這是位孝子，如能治好他的瘡，既救了他，又救了他母親，也是一件功德。隨即答道：「老弟不要煩惱，我為你舐瘡。」那人說：「你看這瘡又臭又髒，我與老兄素不相識，如何心安呢？」冷灰說：「沒關係，替你舐瘡，是我力所能及，也不用金錢，只不過用口舌罷了。」說著即俯身與他含膿吮瘡，方用鼻一聞，真是又臭又腥，不免猶豫，繼而一想，這種真行功不做，怕髒怕臭，還算行功嗎？於是用口含瘡，忽覺滿口清香，聽到虛空有人叫「冷灰來！冷灰來！」冷

【引意】

灰一看是呂祖，卽跪下叩首謝恩，隨呂祖入終南山，逍遙自在。

這個故事告訴我們修道要腳踏實地去做，先格除一切脾氣毛病，使心不受擾亂，才能一心一意，如此本性才可清靜而與道化合為一。

綜觀上述，我們可以體會到身、心、性三者的密切關係，軀體是工具，這個工具能隨本性去行善立德，而為將來返本還原做一番準備，所以我們要愛護它，但千萬不可溺愛他，溺愛反而會招致反效果，就是所謂的「愛之適以害之也」。至於「心」，若是喧賓奪主，濫用職權，沈迷在塵世物慾中，而樂不思蜀，將會把我們一步一步帶到萬劫不復之地。今天我們得逢大道，幸遇明師，加上聆聽本章之後，應該有所警惕，如此才能返回自然清靜的理天！

【附註】

註一：全文見孟子告子篇。

註二：閉關——為佛教徒去掉慾念達到清靜的一種方法，這段時間不能出來，生活所需就由窗口中遞入，在裡面參禪、打坐或研讀經典，以達清靜境界。

註三：見大學——傳文第七章。

註四：見達摩寶傳。

註五：詳見果報錄。