

修學體悟

自惕心性(下)

美國全真道院

溫詠鳳

(續上期)

知止不恥 知足不辱

一羽示風向，一草示水流，若要行船穩，必須船頭正，心是「真」，一切都是「真」的，心是「正」，一切都行得「正」；心不誠實，不會成事，不虛心求知，不知道事理，小漏洞一多，船就難逃滅頂之災，等到掉落水中才來懊悔為時已晚！尤以身處道場的大家庭裡，我同修們宜學習彼此容忍，要瞭解到每一個人都有其弱點，在人最薄弱的那一方面，都容易被切割，甚至於搗碎，千萬別

管箇兒衝著往前看，看利益，看所佔的優勢，而不屑看後面，壓根兒不考慮後患、後果所帶來的隱憂，即「後遺症」是始料所不及的，縱使您像神秀般偶像受人崇拜，還是您要去崇拜偶像，謹請記取莊子寓言：「螳螂捕蟬，黃雀在後」。再從另一個角度來談：「知足不辱，知止不殆，可以長久」，知道滿足就不會遭到羞辱，知道適可而止，就不會惹來麻煩。老實說：人們相爭、相辱，大多數因為「欲」索求無度。唯有「知足」、「知止」，自然減少災難、減少恥辱。號召著每一個人要清心寡欲，與世無爭，這是老子

海外來鴻

以及後來莊子的共同主張。倘若遇不如意事，須恬靜、忍耐以處之，若有一毫怨尤之意，便生出許多躁擾，不單累心，抑且累事。

「面子」是外在的，是讓別人看的，「尊嚴」是內在的，是自我品嚐的，孰輕孰重，見仁見智，側重「面子」者：把「寵」與「辱」看得如同生命一般貴重的，「寵辱皆驚」，經常把「寵」看得太高，而承受不起，把「辱」看得過低，又忍受不了，形成「得寵」會吃驚，一旦「失寵」認為那是受「辱」，同樣也吃驚。認識到寵與辱對於人之尊嚴的挫傷，並沒有兩樣；受「辱」固然損傷了自尊，得「寵」又何嘗不損害了自身的人格尊嚴呢？只以受「寵」者，總感覺得「寵」是一份意外的殊榮，會擔心隨時失去，此患得患失心態，直讓人格、尊嚴無形也受到損害。

如果我們能做到看淡任何寵、辱，坦然而立去面對，保持自己完整、獨立的人格；不在乎得「寵」，不擔心受「辱」，歸納是「寵」，是「辱」，概括別人在主導，拜他人所賜，人貴有自知之明，人貴有獨立人格，不

論外界待己是「寵」是「辱」，抬舉或者貶低，一概要保持平常心。寵辱皆驚沒出息，「寵辱不驚」才是良好心理素質的表現，這樣的人，足以承擔大任。世路無霜，吾人煉「心」之境也，世情冷暖，吾人忍「性」之地也！幸運所需要的美德是節制，厄運所需要的美德是堅忍，後者比前者更是難能可貴！

白陽的修士應該在靜穆中提高自身修養，培養自身的品德，莫羨人富，莫嫌人窮，做人不宜有驕傲的態度，但不可以沒有骨氣，對「名」對「利」若不採取淡漠的態度，就無法確立自己的志向，不能安寧、清靜，就難以達到自己的目標。

求學問，一天比一天增加，修養「道」情，欲一天比一天減少，減少再減少，達到「無我」境界！人格修養，立身處世的關係，正如車軸相配，片刻不可離，如斯的內「修」仁德，外「行」堅貞，執於行是義禮，達於人是典範。再者人要有自信，自信之中不會驕傲、狂妄，自信之餘，亦要有自知之明及自我檢討的能力，虛心之下，就是具有氣度，氣度是一個人立身之本，如是做人、做

莫盼陽光晝夜照耀

事才會有所增進，選擇適合自己的正確生活。

為人尚要保留幾分單純、率真、清淺，根本就沒有什麼成敗榮辱的觀念，宜學習老師的赤子心，處世之道，要淺一些，悟世之道，要深一層，「悟」就是領會道理、哲理，那一種慧心開啟見「自性」。可知人在順境中要比逆境中更需要美德呢！逆境常使人難堪，誠然，即使在人群中，找出一百位能忍受逆境的人，亦未必找得到一位能正確對待順境的人，只無奈於「人」的優越感固執、狹窄，歧視產生行為上的錯誤，扼殺了良心！

目短於自見，故以鏡觀面，知短於自「智」，故以「道」正己。人生有限，歲月無限，當青春尚未被市儈習氣所引起道德的殞落，消耗盡時，敬祈體會聚散無常，趕緊珍惜光陰，善用時間，懺悔過去警誡未來，己正正

人，已度度人，別把肥料澆在莠草上，使它格外蔓延……。

最後，要明確一點，生命來到這個世界上，有了形體，就不應該參與人世上的勾心鬥角，一輩子此般地與外物互相折磨，恁憑它像一隻脫韁的野馬一樣，走向生命的盡頭，而沒有辦法阻止下來，這樣的生命，不是太可悲嘛！加上我們的年齡跟著時光流逝，意志亦隨著日月衰退，不久就會像枯木落葉，當永別這個世界，試問：還有那一樣是屬於您，屬於我呢？

莫盼陽光晝夜照耀，
莫憂烏雲長久籠罩；
幸福是虛名，只有知足，
才使您心清寡欲樂陶陶！

（全文完）