



【文薈篇】專題講座

# 從根做起 (下)

黃錫堃 老點傳師主講  
翁太郎 學長整理

(接上期)

## (五) 閒來無事不從容

北宋神宗時代，距今九百多年前，有一位很有學問的人名叫程顥，世稱明道先生，他和弟弟程頤二人都是宋代著名的理學家，理學特別注重心性的探討。明道先生認為一切的道理都存在人的心中，要秉持「敬」，從容不迫地涵養此心，就可體認天理。他有一首偶成詩如下：

「閒來無事不從容，  
睡覺東窗日已紅；  
萬物靜觀皆自得，  
四時佳興與人同。  
道通天地有形外，  
思入風雲變態中；  
富貴不淫貧賤樂，  
男兒到此是英雄。」

現在我們就來討論這一首詩。  
第一句「閒來無事不從容」，無事就是萬緣放下，在我們修道人來說，「萬緣放下」是最為要緊的工夫，不論我們怎麼修，修到最後能夠萬緣放下，才能夠歸根認<sup>禪</sup>。當然一個人要修到無事的工夫並不容易，我們將來回去的時候，不是比較誰忙碌，而是比較誰的修持工夫好。一個人假使心裡有了雜念，心裡有了執著，閒得下來嗎？能夠回得了家嗎？有人說那個人修道修那麼久了，回去(往生)的時候他的肉體怎麼還是那麼僵硬呢？點傳師啊！您是怎麼傳道給他的，傳道是真的還是假的？其實，道就是我們自己的心念，如果我們有後天雜念，有了妄想心，這就麻煩了。我們有很多老道親回去(往生)的時候，身體如同在睡覺一樣軟綿綿，



能夠這樣，就是明道先生所說的「無事」，修道就要修到這個境界。例如奧林匹克一百公尺賽跑，世界記錄不到十秒鐘的時間，但是要達到這樣快速需要訓練多少年呢？為了要超越零點幾秒，需要花多少的工夫訓練呢？而這些賽跑選手，就是為了這十秒的時間跑一下，在成功的背後不知道要花多少心血去努力。我們修道也是一樣，一世的修道工夫，就是為了最後回去的那一刻，跟大家說一聲「再見！」，多麼快樂啊！如果不能快快樂樂跟大家說一聲再見，心裡還有所牽掛，還放不下有哪些事情沒有做好，那就麻煩了。所以「閒來無事」是真工夫，「無事不從容」，無論做什麼事情都能隨心所欲，按照自己的意思去做而不會冒犯規矩，是何等的自由自在啊！

明道先生偶成詩的等二句：「睡覺東窗日已紅」，睡覺可以睡得很好，一覺醒來，太陽光就已從窗外射進來多麼美好逍遙啊！現在的人，有些人睡不好，要吃安眠藥才能睡著，為什麼睡不著？因為雜念

太多了，又缺少運動，沒有勞動筋骨，當然睡不好。如果心裡「無事」，沒有雜念，又有適量的運動，一覺就睡到天亮，絕不會作夢。況且一個人什麼時候要醒來，自己都會知覺到，這是人的一種本能，就像童謠唱的「雞叫了，天亮了」，雞到了天亮的時候就會啼叫，這是牠的一種生存規律。我們看看天地的運行非常有規律，四季分明，什麼時候該怎樣就怎樣，絕不會脫序錯亂。人也可以如此，明道先生就有這樣的工夫，「睡覺東窗日已紅」，多麼愜意自在啊！

#### (六) 萬物靜觀皆自得。

明道先生偶成詩第三句：「萬物靜觀皆自得」，我們看一棵樹的生長，必須靠天地日月精華的滋養，而一個人的成長，也是如此。但是相同環境中長大的人，有的很完美、很有成就；有的很愚蠢、一事無成。這完全取決於個人的修養工夫，當然不能責怪上天，不能說上天對誰不公平，要怪的是自己，是自己不能配合天地運行的法則去做。如果能夠依照天理去做，就契

合萬物靜觀皆自得的道理了，所以明道先生接著說：「四時佳興與人同」。上天很公平，春天來了，給大家都一樣是春天；秋天來了，給大家也一樣是秋天，不會給這一個人春天，給另一個人秋天。再看看花開的情形，春天櫻花開了，夏天荷花開，秋天菊花開，冬天梅花開，四季分明，從來就不會顛倒錯亂。按理說，我們人看到萬物的生長如此有規律，應該有所感悟才對。看到花瓶裡的花多麼漂亮呀！大家都非常喜歡，沒有一個人不是這樣，一旦花謝了，把掉落下來花瓣拿掉，最後剩下枯枝就往垃圾筒裡丟，不再看它了。看到萬物的生機與枯寂，人的心情會隨著萬物的生滅榮枯而起變化，沒有人喜歡醜陋的東西，也不會珍惜凋謝的花朵；大家都愛好美麗的東西，欣賞盛開的花朵，這是人同此心，心同此理啊！

萬物為什麼有生機？明道先生偶成詩第五句說：「道通天地有形外」，萬物都隱藏著「道」在裡面，一朵花、一支草、一棵樹、一個動物，都有道的存在，包括天地

宇宙萬物，莫不有道的存在。但是因為我們人的執著、妄想，整天忙碌於追求名利權勢，為了滿足私心慾望，反而忽視萬物給我們的啟示。萬物好像是一本厚厚的教科書，給我們很多的大道理，大家有沒有去體會呢？因為沒有用心去體會，自然就無法了解萬物的生機與枯寂，其中所蘊含的道理了。明道先生接著說：「思入風雲變態中」，意思是說一個人的心思，好像風雲變化萬千。我們的思想時常隨著心情起變化，心情好的時候，看到盛開的花朵、美好的山水，覺得美麗可愛，越看越喜歡；心情壞的時候，覺得煩人討厭，甚至不看一眼。人就是因為受到心情的牽制，有時候就不按照天理去做事，不知道什麼是天理，也不管什麼佛規禮節，一概拋棄腦後。每當我們在莊嚴道場中，大家都知道應該「止語、養氣」，但是一旦心情不好的時候，就會任意喧譁，對道場講堂兩邊「止語、養氣」的標語，也就心不在焉，視而不見了。大家說這樣可以嗎？當然不可以，這樣不及格了，而我們修道就是要修這個

工夫。

### (七) 富貴不淫貧賤樂。

明道先生偶成詩最後兩句：「富貴不淫貧賤樂，男兒到此是英雄。」這兩句話的文字很淺，意思很明白，但是一般人可不容易做到。當我們看到錢，會有什麼想法呢？有人認為錢像水一樣，水可以載舟，也可以覆舟，有了錢可以做好事，錢也會引誘人做壞事。當一個人富貴的時候，很容易走上「驕奢淫佚」而迷失自己。有錢有勢的人，說話聲音大，原本是客客氣氣的人，一旦有了錢勢就不一樣，分別心就出來了，俗話說：「鯊魚比大條。」(台語)，當自己比別人大條(富貴)的時候，就可以高高在上，驕傲心就起來了，對人就頤指氣使、驕橫無禮，接著就是生活奢侈，淫亂放蕩，言行放縱不知檢點。所以明道先生說：「富貴不淫」，這正是我們修道人所要努力做到的工夫啊！不但要做到富貴不淫，還要做到「貧賤樂」，一個人處在貧窮而能夠快樂，那不是簡單的事情。當一個人窮到過了今晚不

知道明天怎麼活下去的時候，還能快樂嗎？真的是很難快樂起來，但是古代的聖人就可以做到，所謂「樂天知命」，就是這樣的修道工夫。講到這裡，讓後學回憶起台灣最窮苦的時代，大概是在光復前那一段日子，到處缺雜食，常常買不到東西吃，連米、蕃薯都買不到，只好挖取硬桃的根部來充饑。那段艱苦的生活，現在講給孩子們聽，孩子們都不會相信。明道先生所說的「貧賤樂」，就是孔子所講的：「君子憂道不憂貧。」一個人如果一心向道，雖然生活很貧窮，內心卻很快樂。快樂是用錢買不到的，有錢人不一定快樂，往往有錢的人比較辛苦，為什麼？因為要煩惱那麼多的錢放那裡才安全，存在那家銀行利息多，甚至要擔憂被搶。我們不是沒錢才講沒錢的話，從天理加以推究，「貧賤」才應該快樂，不是嗎？

明道先生偶成詩最後一句：「男兒到此是英雄」，男子漢大丈夫，如果做到上面所講的「富貴不淫貧賤樂」，那才算是英雄豪傑。這句話是引用孟子滕文公下篇孟子

說：「富貴不能淫，貧賤不能移，威武不能屈，此之謂大丈夫！」，「富貴不淫貧賤樂，男兒到此是英雄。」這二句話給了我們什麼啟示？我們應當深入去體會其中的道理。講到這裡，是不是已經找到我們的「根」了，既然找到了「根」，接下來就要談談如何歸根復命？

### 三、如何歸根復命？

老子道德經第十六章：「致虛極，守靜篤。萬物並作，吾以觀其復。夫物芸芸，各歸其根。」致虛極，守靜篤，是我們修養的工夫。虛，就是心胸寬大，沒有雜念、妄想，一塵不染，能夠做到虛的工夫，才能夠顯現出「靜」，而「歸根復命」就是要做到靜，能夠靜，才有定力。為什麼要有定力？前面說過，富貴的人如果沒有定力，就容易被引誘變成驕奢淫佚，可見定力的重要。「萬物並作」是什麼意思呢？我們現在有一句廣告詞叫做「相招來逗陣」（台語），這句話以前沒有見過，現在才出現，和「萬物並作」卻有異曲同工之妙。萬物並作，就是萬物的生長、活動，都

是由無到有，再由有回到無，萬物都依循這樣的原則。今天人類有六十多億人口，六十多億人的心一樣不一樣？當然不一樣，甚至可以說一個人一個樣子。如果我們把人心加以分類的話，那要怎樣分類呢？依後學的看法，我們可以按照佛家經典來分類，大致分為「六道」，就是所謂的六道輪迴。講到六道輪迴，會讓人害怕，其實六道輪迴，並不是我們往生以後才有，現在的人間已經有六道輪迴了，眼前有六條道路讓人走，而各位現在走的這一條路就叫做「天道」，至於其他的人，有的跟大家一樣走天道，有的走「人道」，有的走阿修羅道、餓鬼道、畜生道、地獄道。我們人世間六十多億的人，沒有不是在六道輪迴過日子，而各位要走那一條路，現在就要先做明智的選擇，不要等到以後回去的那一天，才說自己要去「天道」。如果現在走的是人道、阿修羅道，等到回去的時候才要走天道，那就為時已晚矣，也就不可能了。

老子說：「萬物並作。」我們看看萬物都在生長、活動，而我們

現在如果只是嘴裡說自己要走天道，心裡並沒有真的要走，這樣就很容易走上人道、阿修羅道。因此，我們一定要時常「自我反省」，認理歸真，一旦有不好的念頭，馬上就要覺醒，懸崖勒馬，千萬不要走錯方向，更不能一錯再錯，執迷不悟。關於這一點，現在就要跟大家講清楚、說明白，大家也要聽清楚，不要等到以後要回去（往生）了，才後悔懊惱，甚至錯怪點傳師沒有告訴大家，不是點傳師沒有盡到責任，是自己不用心聽、不用心去做。上天一向很公平，而且不會虧待任何人，「天道」是一條光明正大的路，現在就要好好走，大家相招來逗陣，一起來渡親化友。

老子說：萬物並作，吾以觀復。這個「復」字，是「反」的意思，也就是我們要找的「根」。老子接下去說：「夫物芸芸，各歸其根。」意思是萬物都有其根本，最後還是要回復其根原。「芸芸」是道家講的，佛家說「眾生」，我們前人解釋「眾生」就是所有一切現象。「芸芸」就是繁盛眾多的樣子，「夫物芸芸，各歸其根」，每

一樣東西的根頭來源都是一樣，都是「無生 老嗶」、「明明上帝」所創造的，是自然、純真的，是最真實的東西，因為我們到了後天起了變化，所以沒有辦法歸根。我們今天找到了根，這個根就是我們的「道」，我們要怎樣「歸根認 嗶」就叫做「復命」，我們從 老嗶那裡怎麼來的，帶什麼東西來的，我們將來也要帶什麼東西回去，這就是「復命」。

《中庸》說：「天命之謂性，率性之謂道。」一個人能夠到了率性，就是歸根復命。率性就是照著天生自然的本性去做，這就是道。所以老子說：「夫物芸芸，各歸其根。歸根曰靜，是謂復命。沒身不殆。」沒身不殆。意思是我們要有包容心、無私的心，才能符合自然，符合道，而久久長長，最後我們雖然軀體滅亡了，但是本性即可超生了死，這就是沒身不殆，一點點危險都沒有，不會在人間墮落六道輪迴，將來回去了還是一樣受六道輪迴之苦。因此，我們現在就要好好選擇走那一條路，不要等到將來回去了再作選擇，那就太慢了！

（全文完）