



經典篇

Sutra Field

道德經白話淺釋³⁴

陳德陽前人 講述

陳樹旺點傳師 整理

(接上期)

抱一章第二十二

曲則全，枉則直，窪則盈，弊則新，少則得，多則惑。是以聖人抱一為天下式。不自見故明，不自是故彰，不自伐故有功，不自矜故長。夫惟不爭，故天下莫能與之爭。古之所謂曲則全者，豈虛言哉，誠全而歸之。

抱一就是守住自性。明師一指，讓你自性復活，那只是入門而已。所以求道以後的功課，就是要研究道理，馬上進入修道行列。因為「一」就是道、就是佛，「抱一」就是守住道的本體。人有那麼多的器官，每一個人更有不同的想法，往往不能承託、抱守住自性良心，所以才會混亂、做惡。所以這章就是要讓我們省思：你有沒有辦法馴服你的眼、耳、鼻、舌、身、意，讓它們抱一？讓它們守住自性良心？

子曰：「吾道一以貫之」，今天求了道，知道「一」就是道、就是自性佛，請你用「一」來貫你的六根。貫在眼睛，你就非禮勿視；貫在耳朵，你就非禮勿聽，所謂「眼不見心不亂，耳不聽心不煩」。（非禮勿言、非禮勿動也是相同的意思。）

人心之所以會時起波浪，就是因為有眼、耳這兩個「賊」。你心會亂想，是從那裡來的？是由於眼睛「看」到所發生的種種事件。你會生氣、發火，會不高興，又是從那裡來的呢？是因為「聽」到別人講話所引起的。所以請用自性佛來貫你的眼睛，你就自然會約束自己——非禮勿視：不該看的就不看；非禮勿聽：不該聽的是非、批評、毀謗的話，就不聽。你的心念跟器官由自性佛來主宰，所以你能契合於天理，這就是今天我們所要探討的「抱一章」。

老子特別舉出六個事項，來提醒我們修道要在日常生活中下功夫。由「曲、枉、窪、弊」欲達到「全、直、盈、新」，是要靠處柔守弱、謙卑退讓的功夫；其謙下的方法則是：「知其雄，守其雌；知其白，守其黑；知其榮，守其辱。」

曲則全。

①曲：委曲，勉強遷就，志不得伸，忍辱委曲。

②全：不自見其名則全。

修道要在委曲中才能修成。世人都追求表面上的得意——愛面子、愛身份、愛地位；這些表面的得意，往往只會架空自己，反而弄巧成拙。就像某些愛慕虛榮的人，他們的內心其實很空虛，只好每天去百貨公司逛街購物、去美容院美髮保養；今天做這樣的髮型，明天換那樣的造型，後天再做其它改變，變來變去；今天穿這件新衣，明天換那件新衣，沒完沒了——只因為內心一無所有，所以他們必須借外表來平衡。人如果失去了內在的實質，私慾就已開始橫流。相反的，修道凡事「曲居其晦」，都是向內求的，我們只求內聖、求實相。

「自謙」才能有始有終，「曲身」才能全道。為了道的圓融，你都能虛心，不自私自利。在歷史上，舜帝的大孝，是委曲自己，配合他的爸爸、媽媽和弟弟，結果成就大孝、至孝，揚名於後世，以顯父母。歷史上其他的例子，如：令人敬佩的忠臣岳飛和文天祥，他們雖然被冤枉，但仍能含和忍辱，所以他們成就大忠，千古留名。

又如《論語》裡的孝子閔子騫，是孔子的十大弟子之一；他也是古代二十四孝故事典範之一。閔子騫早年喪母，父又娶後母，生二子（二位弟弟）。那時北方冬天天氣很冷，縫製的棉襖裡面要塞棉花才能保暖。後母因為自私，為兩個親生兒子所做的衣服，塞滿棉花以保暖；因為閔子騫是前妻所生的孩子，受到歧視，所以後母幫他縫的棉襖裡面竟然塞滿了蘆花（蓬鬆而不保暖）。

有一天，閔子騫出門幫他爸爸拉馬車的時候，發抖到連馬韁都拉不住了。他爸爸很生氣說道：「你穿了棉襖怎麼還一直發抖呢？」結果拿馬鞭抽打他。糟糕！這一抽，衣服的布被抽破了，露出來的竟是蘆花。哇！原來後母這麼殘忍，親生兒子就穿塞滿棉花的暖和衣裳，前妻的孩子所穿的衣服就只塞蘆花。閔子騫的父親大怒，要逐出後母；閔子騫跪下求父親說：「母在一子單，母去三子寒。」後母聞之深感慚愧，並隨即悔改前非；閔子騫的忍辱大孝留下孝順典範。

所以修道要能曲能伸、忍辱含和、委曲求全，因曲盡其誠，故德全也。岳飛、文天

祥守辱成大忠，舜和閔子騫委屈求全成大孝，故忍辱委曲才能身列聖賢。

枉則直。

①枉：屈己從人。 ②直：伸。

在人間行修道的路，須要受盡千辛萬苦，沒有這樣的苦，累世以來的業力苦根是消不掉的。昔時大德者的修道歷程正是如此，例如：邱長春祖師大餓七十二回，小餓無數回。是在修什麼？修苦行，一直在受苦。我們看出家人過了中午就不吃飯（過午不食），餓著肚子、一直餓，他們不重享受，就是讓他這樣餓，才能了苦根。

現在的白陽修道士，若要不苦，就得做「無畏施」。別人最不喜歡做的，如：洗廁所、擦地板、洗拖鞋……，做這些最卑微的工作，才能了累世的苦根，改變命運。所以能夠忍受冤枉的人，雖然一時遭到橫逆，但最後必有理直、撥雲見日的一天。例如文王囚於羑里七載，終成周代之大業；又如岳飛之精忠，枉受奸人陷害，但最後成神了，冤屈也得到伸張。

窪則盈。

①窪：水坑，地之最下者。 ②盈：道德的充實。

修道要守住低位才能夠充盈，因為貴以賤為本，高以下為基；凡事低調，越處下才可能越高，因為虛其心才能實其腹。進來中堂的時候，拿一個空的桶進來，你可以裝很多回去；如果你的這個桶已經裝滿後才進來，就再也裝不下，帶不走什麼東西的。虛其心，把自己空掉，把你幾十年來在道場中的才華全部忘光光；拿著筆將講師所講的道理隨堂筆記；將前賢足以供我們學習的修道心得，虛心受教，用來充實自我之道德！江海最為低下，故萬脈之水都流到江海。聖人之心，至虛至下，才能眾德交歸，故曰「窪則盈」。

弊則新。

①弊：在此做「舊」講，指去掉自我光鮮華麗的外表。

能捨華麗，安於平淡的生活，就能「新」。真理常新——洗心革面、改過自

新、重新出發、重新做人，心即可輕安、自在。有如刷洗過的房子那樣煥然一新，既乾淨又舒適。「弊」也可說是：發現不好的，就馬上去除掉。故自弊則新。

少則得。

❶少：去掉聲色之慾和一切外在智巧。

在人間很可怕，因為人間充滿了聲色犬馬、光怪陸離，誘惑人的機會太多；所以對一切聲色之慾和外在智巧，愈能減少的人，才越能保全本真。

多則惑。

❶惑：令人迷惑困擾之意。

世人多知多見，毛病也多；「多」就讓人迷惑了。修道要修到空的境界，修到你能夠達到無心於萬物，何妨萬物繞我心。有些人一到百貨公司就被漂亮的衣服粘住了；看到人家的衣服那麼漂亮，我穿的是什麼衣服！看到人家的床那麼美、那麼的柔軟，我們家的是什麼床！因為被粘住了，出來以後滿臉的哀怨和生氣。但是「煩惱即菩提」，馬上發露自性：家裡不需要的衣服、不需要的床、不需要的日用品，都擺在這裡（百貨公司），因為我無心於萬物，我已經在塵離塵，已經超越了物質的境界。

少則得，多則惑；求道以後二套衣服，隨便一穿，就可出門。多則惑，多就讓人迷惑了；為什麼一個人要出門很難？在鏡子前穿上這一件，照一照、轉一轉，又換一件；又照一照，再轉一轉，又換掉。我不知道要穿那一件衣服，因為衣服太多了，穿這件也不對，換那件也不好。同樣的，鞋子也太多了，要穿高跟鞋，或穿馬靴？黑色的、紅色的、白色的，換來換去，半個鐘頭出不了門。這都是因為多則惑，使人只求外表的得意，不求內德的充實。

聖人捨其多而抱一，所以才甘居曲、枉、窪、弊、少之謙卑地位而無怨；因不與人作無謂之爭，同時戒多而取少，故可自得，無憂無惑。

（續下期）