



大學心得之二

格致誠正的練習與驗證（下）

◎ 忠恕學院中壢分部中級部一年級提供

（接上期）

※游阿富

經過幾堂經典課程學習，讓我們更能識得古聖先賢所闡述的理念，是要讓芸芸眾生往登至善之地。「止於至善」看似遙遠，也在一念之間，經天命明師一指點，我們知道自性之所在，更需勤加修持，使本性重返原來的圓明清靜。我們既已知道目的地，也朝著正確的方向前進，但生在紅塵俗世中，接踵而來的事事物物，在在考驗著我們的信心和毅力，修道的工夫就首重「格物致知」。

後學得道的過程算是平順，但要走入道場，進而學道、修道，這就需要感恩許多因緣具足，因為後學當初認為修道是老人家的事情，吃素也是將來的事。

以前總會在假日和兄長們到山上

野外，泡野溪溫泉與露營；野炊時，也是大家展現創意和巧思的一刻。若巧遇初一、十五，三哥就只帶素料，兄弟們通常會加以嘲笑；後學口頭上雖沒有直接說出來，但心中暗想：「需要那麼早就吃素嗎？」直到進入道場學習，經點傳師、講師及學長們多方成全，後學開始學習吃素。一開始也是從初一、十五學習起，拜土地公也改於初一、十五敬拜，因為沒有比持齋更能展現誠意的；漸漸地也把這份誠意帶到道場，只要來道場當天，就去找素食店用餐，進而學習方便素。

後學更從經典中學習到根本，亙古不變的常——至善之地，即是理；唯有收攝外放的心，放下對事物的執著，以理性和同理心去與人相處，斷除惡業的發生及循環，以達極致、圓滿、清靜的至善之地；也知道為何要

修道、修的是什麼道。改脾氣、去毛病，展現本來的良知良能，讓身邊的親友感受到自己確實有在改變，等家人都已經了解修道的好處，也是該清口的時機了。

在初期，要開始「修」的階段，確實需勉強自己去改變自己，但知其然，更知其必然，就沒有勉強的問題，時時本著更深入探索經典的奧義，以調整自己「悟」的層次，免得又落入自滿的執著中；「苟日新，日日新，又日新」《大學》，不斷朝著至善的目標前進。

※謝淑玲

後學剛開始學習吃素時，最初是初一、十五茹素；在家的時候，後學煮素食的菜，小孩就一起吃，那時小孩還小，不知選擇。後來，某位學長在一個因緣際會中，鼓勵後學立清口愿，後學覺得：「時機到了！」當下就答應了他，在102年（2013）農曆10月的一天，於天德堂立了清口愿。

可是小孩都已上大學、高中、國中，當他們知道我們要清口茹素時，他們心想：「你們是不是有問題，為什麼要吃全素？而不跟以前一樣吃肉邊素，這樣就不能煮好吃的東西給我們吃，也不能陪我們分享好吃的。」

因為小孩想跟大人一起共享那份歡樂與喜樂。有時小孩還不懂，做大人的要開導跟解釋，將不能有貪、慾、辟的道理說給他們聽。

後學跟孩子們講：「一旦決定的事情，就不能再改變了，知道什麼事是好的，就要勇敢去承擔一切。」

所以人生有了定向，精神有所依歸，意志自然堅定，能不被外物所動，自然達到清靜無為，就能依自己所要走的方向前進。後學希望孩子們以後也能明白一切。

我們修道是修心，可以修我們的脾氣和毛病，戒物慾、少貪念。人心之動，物之使然也，物之感人無窮，人之好惡無節（註），若不能反躬，天理就滅掉；這些都是身外之物，所以要格其物欲及心物，把內在的一切私心和貪、嗔、痴一一去除。藉由經典了悟真理，恢復我們的自性。

※張羽彤

平常生活中，遇見心性善良的人，後學都想辦法一次又一次勸說：「求道很好」，雖然無法當下解釋：「道是什麼」。

道有多好？有一個例子是，對方漸漸感受後學對待她的一切，及後學的處事態度；3年後，對方終於願意

跟後學去求道。這其中，後學常在她面前分享參班時學習了什麼，以及哪一天我們去當志工，常常說些過程中有趣的事……。有一天，換她好奇問後學：「你去拜什麼？」後學說：「有空的時候帶妳一起去。」就這樣成功度一眾。

※詹文誠

子曰：「學而時習之，不亦說乎？有朋自遠方來，不亦樂乎？人不知而不愠，不亦君子乎？」《論語·學而篇》後學覺得可以按「學而時習之」當做平時練習與驗證的方法。

雖說「時習」之，在忙碌的現代社會中卻很難擠出太多的時間，但為了不離「道」太遠，後學也會儘量以平常心安排自己的讀書時間，至少每週要看一次經典，聽前人性理心法的CD，研讀父親的筆記，還包括在網路上透過Google訂閱與搜集相關的文章等。後學深知，當以真理道義為第一，學人生的根本出處，學性命來處，出入源頭就是學性命之學，人生至尊至貴莫如「性命」兩字；擴而言之，學道德規範，以去惡向善為心安，以無憂愁煩惱為自在，這便是後學正在努力學習的目標與方向。

有句話說「八萬四千法門，總歸

性海；十二部經，不離方寸」，後學認為閱讀（經典）時的「心淨」，心中（自性）進而吸收轉化，應該可以說是「格物」的表現。真知而後能真行，是為知行合一。學習是無止無盡的，只要方向不是錯的，就要學到信心十足、永不退轉的地步，後學猜想那就是「致知」的自由展現吧。

「學海無涯，唯勤是岸」。後學雖然還未做到真正的「勤」學，但還是努力在學，誠如「不患人之不己知，患不知人也」《論語·學而篇》。貴在自己的用心、用功，一切在心的修行，而不是追求外在的認知。這或許也可以是誠意正心的具體練習與驗證吧。

※鄭佳萍

後學覺得要先明白我們的人心與道心：道心是純善無惡的，人心是可善可惡的，靜時昏沈、動時散亂，紛紛擾擾定不下來；所以明白這顆心以後，把這顆心降伏，回復到清靜本來的真心，這個就是道心。

因為在日常生活當中，我們身處在相對分別的世界，心產生分別對待，用人心處事，心往往迷失而不自覺。但是要掌握這個心，真的很不容易。

後學覺得要先能「自省」，能自省才能涵養我們的自性。

再來要能「懺悔」，透過自省才能發覺內心仍然有不好的念頭，發覺內在涵養有所不足，才知道要懺悔什麼，以及為什麼懺悔。

最後要能「感恩」，我們的靈性（真）是 老中¹所賦予的，也就是《中庸》所說的：「天命之謂性」；我們的身體（假）是父母所賜、天地所養，讓我們能夠借假修真。所以要感恩上天、感恩我們的父母親，好好利用這個身體行功立德。

※鄭紅女

我們的自性本來就是非常光明的，沒有脾氣、毛病，但因受到氣稟物慾的習染，漸漸地失去了本來的光明，所以人心的敗壞，實在是源於物質誘惑。

我們生下來，如果沒有求道，不了解自性，以為這個「假我」是完全的自己，以這個肉體來接觸物質，而物的感人是無窮無盡的。

人的自性本來是非常完美，但因為肉體的感覺，受制於形形色色的物質，物質本來就是依人類之所需而量身製造的，其誘導人類之潛力是無窮無盡的。

大學以「明明德與親民」為宗旨，以「格物致知」為入手，以「明明德

於天下」為究竟，所以物格是修道的首要功夫，佛家云：「掃三心，去四相」，道家云：「人能常清淨，天地悉皆歸。」《太上清靜經》革除物慾，即能知至，則私慾淨盡，天理流行。

修道很重要的是怎麼了解自己，對自己不能了解的話，也就是良知沒有發露而意亂情迷，人家幾句話你就心亂了，我們若良知發露，表示自性與天理已經結合在一起，那就是「中正」啊！合乎於「道」啊！所以亦不會亂動心，心靜下來，性就明。

註：指外界事物對於人心的影響。原文出自《禮記·樂記》：「夫物之感人無窮，而人之好惡無節，則是物至而人化物也。」

（全文完）

