



# 道德經心得分享

◎ 尹鳳如

感無量的恩、無量的德，後學沾了天恩師德，老前人、前人、點傳師，及各位前賢大德，從過去到現在，直到未來，一路的慈悲成全，真是三生有幸；加上道場提供良好學、修、講、辦、行的環境，讓後學從不知道，到知道，因知道而修道，頓悟本來，悟無所得，上了法船，找到回家的路、生命的源頭。

老子透過《道德經》文以載道，後學重複地學習，探究宇宙的真相、道的本體、道在那裡？而能有一點蛛絲馬跡的學習心得。

後學第一次學習《道德經》，是在忠恕學院中級部三年級的課程中，由敬愛的陳平常點傳師慈悲主講。陳點傳師所講的內容，非常精彩而且生動活潑，大家都很受益，法喜充滿；但對一個初學《道德經》的後學來說，只知講得很好，但好在哪裡？好什麼？卻說不上來。對《道德經》精要的深意，無法明白，又是文言文，很難馬上吸收（或許只有後學是這樣吧！）。之後也有斷斷續續地接觸。

近年有一個殊勝的因緣，讓後學再次學習中國人的聖經——《道德

經》，體會到老子的超高智慧，五千言的內容，包括一切萬有的生成、宇宙實相、運轉法則；變而有常，常而有變；可從中一窺生命由來，更超越了科學，呈現事實真相，不迷信，真是一本難得的好書。

今年遇到新冠狀病毒肆虐全球，道場也因此暫停實體班程，因禍得福，後學有較多的時間可以再度把《道德經》複習一下，進而從中再受一次震撼，佩服老子的洞察機先，如實地說出宇宙演化的奧妙，生生不息，循環不已。字裡行間告訴我們 2,500 多年前他的發現，這些連現今的科技都很難證明，真是曲高和寡。

後學如今在道場幫辦，更讚嘆歷代祖師的慈悲與睿智，將大道傳承，同時也發現得道的殊勝與可貴，誌公禪師云：「不逢出世明師，枉服大乘法藥。」（出自黃檗斷際禪師《宛陵錄》）如來佛需燃燈佛授記成為世尊，孔子需老子的指點成為至聖先師，六祖需五祖的密傳成為東方如來，何況是我們，當然更為需要明師的引領與經典的啟發。在道場所聽到的一切修持觀念、性理心法，在《道德經》上皆有證明；可見《道德經》是一本人

人必讀的經典，更是一貫道弟子非讀不可的寶典。

《道德經》分為上下兩篇，上篇是道經（第 1～37 章），下篇是德經（第 38～81 章），道與德是一體兩面，道是未顯相，德是顯相；同出而異名，同謂之玄，玄之又玄。所以老子才說：「道可道，非常道；名可名，非常名。」道是無法用言語、文字表達的，若能把《道德經》悟透，了解到宇宙虛空、萬有、萬象，無遠弗屆，盡是道的範疇；道遍一切處都有，平等對待，只是我們沒發現而已；萬物皆然，道在人中，人在道中，如魚在水。

人是最珍貴的，來自於道、空、無。《中庸》云：「道也者，不可須臾離也，可離非道也。」道場中，道親生命結束時，解釋為「歸空」，真是太有智慧的詮釋！生命是道的體現、法則、規律，最後返本還原，超生了死，回到老家，安心自在，再快樂不過了，如莊子的鼓盆而歌，視生命如春夏秋冬之自然。

生是顯相，死是無相，死是回歸寧靜與安詳，最終歸根復命；生死大事已畢，內心不再恐慌，無所罣礙，逍遙自在，當下解脫，受用無窮。道



在自身，心就是道，心包太虛，量周沙界；自性本是圓明常寂照，不思善、不思惡，若無前人的指點，恐不知本來面目。

在道場聽到最多的一個字就是「道」，「道」就是理，師尊說：「道者理也，不明理，焉修道。」《一貫道疑問解答》老子說：「為學日益，為道日損。」《道德經》孔子也說：「好學近乎知。」《中庸》佛家曰：「深入經藏，智慧如海。」如果對「道」不清不楚，那麼學道要從何而學？修道又要如何下手？講道講不到核心重點，更搞不清辦道的目的又是為了什麼？甚至用人心行道，誤人誤己；故認識「道」，是非常重要的功課。

自古就有很多公案，問「道」在哪裡？聖人的回答，我們真的體會到了嗎？真不是那麼簡單的！每個階段有每個階段的悟處，悟得高，行得高。然而人往往是知其然，而不知其所以然，大道普傳，對下根者來說，更需要長時間薰習。人生的歷練，生命的無常，一點一滴，斷斷續續，念念相續，由工夫成片地契入，最後悟到「道」的空性，正如《金剛經》云：「一切有為法，如夢幻泡影。」找到無形

的良心本性，與道合一，一切的問題才能迎刃而解。

聖賢在經典上告訴我們要學道、修道、行道，最後成道。所以，了解「道」是什麼，了解「道」的樣子、特性，是有其必要。《道德經》曰：

1. 道之為物，惟恍惟惚。〈第 21 章〉
2. 有物混成，先天地生，寂兮寥兮，獨立而不改，周行而不殆，可以為天下母，吾不知其名，字之曰道。〈第 25 章〉
3. 迎之不見其首，隨之不見其後。〈第 14 章〉

老子雖然解釋得很清楚，但我們真的有明白嗎？經典、文字、語言只是指月工具而已，與事實可能有些不相符合的地方，也常常無法表達出事實的全貌，所以要了解「道」，還是需要有悟處，因為「道」不是有形、有相的六根所能及的。

佛家說：「言語道斷，心行處滅。」若以《太上清靜經》的解釋：「大道無形，生育天地；大道無情，運行日月；大道無名，長養萬物。」讓人有點想像空間，但還是很難！

「道」不是人，如何學？如來佛是人，我們可從佛家經典中學習；聖人孔子也有《大學》、《中庸》、《論語》做標準。「道」是無形的，沒有一個具體形相的人可參考，那要如何學「道」呢？

還好慈悲的老子告訴我們觀水悟道，《道德經》說：

1. 上善若水，水善利萬物而不爭，處眾人之所惡，故幾於道。〈第 8 章〉
2. 譬道之在天下，猶川谷之與江河。〈第 32 章〉

又舉聖人的特徵與道同，我們學聖人，聖人學道。故《道德經》云：

1. 是以聖人為腹不為目。〈第 12 章〉
2. 是以聖人不行而知，不見而名，不為而成。〈第 47 章〉
3. 是以聖人自知不自見，自愛不自貴。〈第 72 章〉
4. 是以聖人處無為之事，行不言之教。〈第 2 章〉
5. 是以聖人後其身而身先，外其身而身存。〈第 7 章〉

6. 聖人無常心，以百姓心為心。〈第 49 章〉
7. 聖人之道，為而不爭。〈第 81 章〉
8. 知我者希，則我者貴，是以聖人被褐懷玉。〈第 70 章〉

知道聖人的無為特徵，乃是「死而不亡者壽」〈第 33 章〉，原來人人皆可為堯舜。有了方向、目標，反觀自照，時時守中，致虛極，守靜篤，平心靜氣看自性佛燈，就能和老子一樣，超凡入聖。看到道，看到心；不知心，就不知道。道即是理，萬物一理。所以《道德經》有云：

1. 反者道之動，弱者道之用。天下萬物生於有，有生於無。〈第 40 章〉
2. 萬物並作，吾以觀復。夫物芸芸，各復歸其根。歸根曰靜，是為復命。〈第 16 章〉
3. 人法地，地法天，天法道，道法自然。〈第 25 章〉

悟後起修，才是真修。修就是改，老子也舉了很多修行的實例：

1. 修之於身，其德乃真。〈第 54 章〉
2. 是以聖人欲不欲，不貴難得之貨。〈第 64 章〉

3. 不見可欲，使心不亂。是以聖人之治，虛其心，實其腹，弱其志，強其骨。常使民無知無欲。〈第3章〉
4. 金玉滿堂，莫之能守；富貴而驕，自遺其咎。〈第9章〉
5. 五色令人目盲，五音令人耳聾，五味令人口爽。〈第12章〉
6. 寵辱若驚，貴大患若身。〈第13章〉
7. 知人者智，自知者明。勝人者有力，自勝者強。知足者富，強行者有志。〈第33章〉
8. 知者不言，言者不知。〈第56章〉
9. 柔弱勝剛強。〈第36章〉
10. 禍莫大於不知足，咎莫大於欲得。〈第46章〉
11. 既以為人已愈有，既以與人已愈多。〈第81章〉

知道了方法，就要從生活中落實，知行合一；道在生活，生活有道，便能悟到「道」的本體及作用，與我息息相關；心合於道，體用兼備、定慧等持；講道時由本心本性親證，辦道

時幫助大家開悟見性，小宇宙與大宇宙相通，心量多大，宇宙就有多大，一心十法界，天人合一。

我即是道，道即是我，人心即道心，人與自然，無二無別。故《道德經》說：

1. 道常無為而無不為。〈第37章〉
2. 萬物恃之而生而不辭，功成不名有，衣養萬物而不為主。〈第34章〉
3. 生而不有，為而不恃，長而不宰，是謂玄德。〈第10章〉。

這是老子對「道」另一種最高精神奧義的說明，聖人的境界亦是如此，我們望塵莫及，學道雖然很難，但這是我們的目標。

眾生本來是佛，火候夠、沸點足，自然會開悟。《道德經》說：

1. 執大象，天下往。往而不害，安平太。〈第35章〉
2. 絕學無憂。〈第20章〉
3. 孔德之容，唯道是從。〈第21章〉
4. 知足不辱，知止不殆，可以長久。〈第44章〉

進一步若能深入悟到：

1. 其中有精，其精甚真。〈第 21 章〉
2. 道常無為而無不為。〈第 37 章〉
3. 不出戶知天下。〈第 47 章〉
4. 含德之厚，比於赤子。〈第 55 章〉
5. 復歸於樸。〈第 28 章〉

復歸於無極、復歸於嬰兒，回歸無知無欲，這些正是一貫真傳、三寶心法的實證，若能真修實煉，明心見性，指日可待。

真道難逢，今日何等地幸運，在這三期末劫，末後一著時，我們能得道。有了蠟燭，還需火苗，石破天驚的一指，點燃自性之燈，照亮千年之暗；先得後修，認清真假，達本還原。

認識「道」的不可思議，「道」是我們靈性的家、是萬物的根源，虛無、寧靜、無欲；自身是道，明明德，再透過親民，修正自我的思想觀念；聖人是道的化身，要學習聖人的精神，並再度化有緣人，內聖外王。愿若不能了，難把鄉還，替天行道，最後止於至善，恢復本來面目；依道而行，踏上返鄉之路，回歸無極理天，是修行的終極目標。

提筆之後，才知自不量力，再多的文字也無法表達「道」的浩瀚與奧妙於萬一，感謝〈基礎雜誌〉，一直給後學分享心得的平台；也感謝天恩師德，老前人、前人、點傳師，以及前賢大德們。

