



高級部法施學系學習心得

◎ 忠恕學院高級部法施學系提供

《祖師四十八訓》第九條：凡傳道者，必須洞明：「窮理盡性」、「一合理相」、「三品一理」之理，到底為何事？然後可以掌道、傳道。如不然，揠苗助長，上之得罪於聖賢，下之為害於將來；不同三教聖人，是為異端邪說。

窮理盡性

※ 康毓倫

窮理盡性之義，即是探究事物的理致和萬物的本性。《易經·說卦》：「和順於道德而理於義，窮理盡性以至於命。」當我們可以窮極萬物深妙之理，究盡生靈所稟之性，便是聖人的境界。唐代孔穎達編纂《五經正義》亦有此意。後學常常在想，在這短短的人生中，我們帶著累世數萬年的業力，是否真能修成聖人？然而六祖惠能大師告訴我們：自性迷即眾生，自性悟即佛；原來，「當下即是」就是這個意思。

窮理盡性，是讓我們做到克己復禮、恢復原心本性之意；克除自己的私慾，使言行舉止合乎禮節。研究顯示，一個好的習慣重複做 21 次便可以在腦中形成記憶；但不好的習慣，有可能看過或聽過一、兩次就學會了。在《一貫道疑問解答》裡說到：「人之精氣神，及耳聞目見，洩於外者，就是凡；向內收者，則成聖。外洩為順行，內收為逆行。」所以《孟子·告子上》說：「學問之道無他，求其放心而已矣。」我們常常會不自知地攀緣在外境上，認假為真地去追逐與信奉外在事物，而忘記要做到修心養性的真實工夫，所以「慎獨」工夫就非常重要。

君子慎獨，讓後學想到在上班途中會經過一段大約十公尺的馬路，短短十幾步腳程就可以走過去。每次在等待變綠燈的過程中，後學會觀察路人的反應：有些人無視地走了過去；有些人左右看一看後也走了過去；更有一些人左右看一看，發現有人也在等，所以停了下來。後學每每看到這些畫面就會反思，自己除了在等紅綠燈這件事上以外，在遇到其他境緣時，是否也可以做到以自然本性應事，啟發良知良能，而達至善之境？

除了在自性上下工夫外，我們也要做到立人。在這三期末劫的時節，我們更應該把握每一個度人成全的機會。就像老前人說的：「能救的多救一點，能度的多度一點。」

※ 劉錦紋

修道的核心，在於修持並遵循聖賢的行誼和規範，目標是達到窮理盡性的工夫。《中庸》指出「自誠明，謂之性；自明誠，謂之教。」這裡的「性」，指的是我們的良心本性。通過窮理的過程並且加以實踐，便能達到明心見性的境界。修道者要能窮理盡性，即是運用學、問、思、辨四個步驟。這正如唐代學者孔穎達所說的

「窮理」，是窮極萬物深妙之理。修道者需不斷修持，以求達到聖人般的行誼和規範，從而能達到窮理盡性。

在道場中，袁前人所示現：「老實修行，以身示道」的德行，也正如黃錫堃總領導點傳師所說：「一步一腳印，按照前人的腳步行。」試想老前人初來台灣時的景象，無論外在風雨如何，他的信念不曾動搖，這樣的精神正是我們需要學習的典範；他的德行廣為人知，也正因如此，道才能傳遍萬國九州。

《論語·顏淵》說：「克己復禮為仁。一日克己復禮，天下歸仁焉。」我們的行住坐臥、內修外辦，若皆能實行仁道，推己及人，使更多人也能實行仁道，則天下自可趨於圓滿。《孟子·盡心上》也說：「萬物皆備於我矣。反身而誠，樂莫大焉。強恕而行，求仁莫近焉。」如果我們每個人每日都做到自我反省、自我檢討，從隱微處做到自律的工夫，進而可以己立立人，己達達人，如此離仁德就不遠了。

理者，禮也。談到規範時，道場有〈十五條佛規〉，以及三清四正、佛規禮節等規範。這些規範皆是助緣，

是讓我們在修道的過程中不至於偏離正道。它也是準則，如同行星的軌跡一樣，我們若能不偏離，才能依道而行。《孟子·離婁上》提到：「聖人既竭目力焉，繼之以規矩準繩，以為方員平直，不可勝用也。」這意味著聖人在觀察和處理事物時，虛懷若谷、謙卑低下，依循著這些規範，才能行直、才能有道。

《中庸》所言：「自明誠，謂之教。」其中的「教」，指的是教化的過程，學、修、講、辦，就是一個讓我們提升的過程。

袁前人曾說：「教者化也，道者傳也。」在《學庸講義》註解中也提到，「教」是教人回歸自性的方法。而我們修道人需了解如何做到這些工夫。這些道理都是古人所講的智慧，也就是修道的基本功，亦即袁前人示現的「老實修行」，在每一個起心動念都慎獨。

總結來說，修道和教化是一個相輔相成的過程，也就是修和辦並行。通過窮理盡性，達到內在的誠明，並以此作為教化他人的基礎；唯有如此，方能在修行的道路上，達到覺行圓滿的境界。

※ 莊涵婷

《易經》云：「窮理盡性以至於命。」窮理，即探究天下萬事萬物之理。所謂「理」，乃宇宙一切萬物所生之根本。在天為天理，在地為地理，在人為性理。當我們努力去探究真理，尋找事情背後的脈絡跟理路，並加以貫徹時，就能頓悟理的真義。

朱熹夫子言：「格物窮理，有一物便有一理。」意思就是，當我們真正窮究明白之後，遇到任何事物都是這個道理。事君則盡忠，事親則盡孝，居處則恭，執事則敬，與人相交則盡忠信，以至參前倚衡（無論身處何處、目光所及之處），無往而不見其理。

朱熹夫子進一步談到，道若窮理未至，則所見不真，外在看起來雖然為善，而內在卻為惡，就好比成了兩個人做事一般。所以我們要時時提醒自己，不被一時的慾望所支配，而是冷靜、專注地依理來對待人事物，做出合宜的判斷，運用我們的智慧做出適當的行為和回應。

盡性，即極致發揮自性中之能事，也就是發揮上天賦予我們的良善本性。二六時中，不偏不倚，維持忠恕之道，不落對待。《六祖壇經·行

由品》：「何期自性本自清淨，何期自性本不生滅，何期自性本自具足，何期自性本無動搖，何期自性能生萬法。」所以要克己復禮，而自己心中的那把尺，就是道、就是良心本性。我們每個人的本性就是理，理即是五常，也就是人類本來就有的常理之道。而學道的人，應該先探究天下萬事萬物的真理，徹悟本來真性，才能發揮自性中之能事。

道是體，德是用。要窮理盡性，就要先從三綱五常入手。以道心為依歸，在生活中實踐三綱五常。窮理必盡禮，理者無不以禮為範圍。禮的條目雖然繁多，但始終同歸於一理，所以禮為後天所要遵循的理；理則是先天本然脈絡之理。我們人在後天，欲還先天，如果沒有先從禮上去下工夫，便很難去徹悟其中真義。這也就是領悟「一本散萬殊，萬殊歸一本」的道理。《六祖壇經·疑問品》說：「內心謙下是功，外行於禮是德。」如果能「誠於中，形於外」《大學》，內外皆一貫、內外皆合理跟禮，「低至最低處，方是見性時」，就有機會達到窮理盡性的境界。

老前人在求道後，在很短的時間內就學習完所有禮節，正是先從佛規

禮節入手；而後終生抱道奉行，在台灣開創基礎忠恕道場，從自身的言行一貫，自覺覺他，覺行圓滿，讓後輩的我們明白：「道越修越堅，德越修越圓」，這就是窮理盡性最好的典範。

※ 林大觀

黃總領導點傳師在《中庸講記》中有提到，朱熹夫子說的「窮理」，就是運用學、問、思、辨的工夫；格物者，所以窮理也；博學之，審問之，慎思之，明辨之，這四項正是窮理的步驟與工夫。

唐代孔穎達說，「盡性」是究盡生靈所稟之性，盡性就是追本溯源、找到源頭，恢復上天所賦予我們的本性。簡單地說，就是要修成和聖人一樣的行誼和規範。當明白了人本有的良心自性，並在日常生活中皆以自性作主，自然就會成為社會中一股清流。

現今社會詐騙猖獗，人與人之間彷彿築起厚厚的城牆，彼此不再互信互助，反而多了冷漠。後學回想有次中午時，大馬路上人來人往，有位被自己機車壓住的女士需要協助，而身旁很多人儘管走過，卻沒有人停下腳步伸出援手。當時後學還有些距離，但看到後就直覺地前往協助，待確認

沒事後，才與同事會合；同事得知後直接問後學：「妳不怕被詐騙嗎？」老實說，聽到這句話，後學也愣住。因為後學從未想過這個問題，一心只認為他人需要協助之時，能盡己之力，這社會不再冷漠，那該有多好。所以後學緩緩回覆：「我只看見她需要被幫助，而我只是舉手之勞而已。」

良心本自俱足，不應該因為外在環境紛亂，而讓我們的良心被蒙蔽。惻隱之心，人人皆有；《易經》所言：「窮理盡性以至於命。」在人而言，就是窮究宇宙之理，發揮人之善良本性，並將其融入生命之中；以仁義為性命之理，才能活出生命的意義與價值。

※ 江明美

儒家認為，人性都包含著天理，而只有至誠的人，才能克盡自己和他人的本性，進而克盡萬物的本性。《中庸》：「唯天下至誠，為能盡其性；能盡其性，則能盡人之性；能盡人之性，則能盡物之性。」所謂窮理盡性，就是在詳盡地了解事物的道理之後，能盡其所能依循天理去實踐，而不是胡作非為。舉例來說，當我們了解運動對健康的重要性，之後就要竭盡所能以適切的方法去做運動。

窮理盡性，亦可呼應知行合一。窮理表現在知識的領域，用盡辦法不斷去鑽研事物的道理；然而鑽研事物的道理之後，終究還是得靠實踐，才會有意義。而如何去實踐？就是要盡性，盡其本性去做。我們常說性、心、身，從光明的自性開始，傳達於心，然後心傳達於身體去展現道理出來。故盡性的作用，在於實踐。

以修道而言，有一句話叫做：「道顯行，行顯道。」什麼叫做「道顯行」呢？在道場聽了那麼多道理，到底有沒有顯現在我們的行為當中呢？如果道理聽了很多，但卻無法改脾氣、去毛病，那麼只是聽聽而已，沒有什麼作用。而「行顯道」，就是在行為當中，處處能夠顯現道的存在。同樣地，我們看一個人的動作、行為，往往就能感受到這個人的修行程度到哪裡。

窮理盡性，讓後學想到《六祖壇經·般若品》所說：「善知識，摩訶般若波羅蜜是梵語，此言大智慧到彼岸。此須心行，不在口念。口念心不行，如幻如化，如露如電；口念心行，則心口相應。」這幾句話的重點，在於口念更要心行，當知道一切道理之後，終究還是得行出來才是真知。

一合理相

※ 朱美智

一合理相，出自《金剛經·一合理相分第三十》。一合相，即真性也。世間每一件事物，都是由眾緣和合而成，緣聚則生，緣散則滅，只是假借一個名字，叫「一合相」。

儒家所言「窮理盡性」，即在於探究事物的理致和萬物的本性。釋家所言「一合相」，意指看起來一個完整的存在，其實是由眾多因緣而短暫湊在一起的假相，並沒有一個固定不變的實體；即使是三千大千世界，若加以分析，也不過是無數微塵所短暫組成，亦即世界是虛幻的，就連微塵亦是虛而不實的，終有因緣離散之時。

道家則言：「道可道，非常道。」、「人法地，地法天，天法道，道法自然。」《道德經》對宇宙天地而言，是為「道」；對人而言，是我們的「自性」。三教聖人對於「道」，各有不同的詮釋，但其理皆相通。

※ 慈守柔

「一合理相」說的是大千世界與微塵的關係。大千世界從哪裡來？大千世界是由微塵及眾緣和合而成。這

個過程叫「一合」。所表現出來的即為「一合相」。眾緣和合，緣生則聚，緣滅則散；分合聚散，是自然的規律。無論微塵或世界，皆非真實常有，也非恆常不變。

舉例來說，宇宙大爆炸學說（The Big Bang Theory）認為：宇宙是由一個緻密熾熱的奇點於約 137 億年前，經由一次大爆炸後逐漸膨脹形成。爆炸之初，物質僅以中子、質子、電子、光子和中微子等基本粒子形態存在。其後，質子與電子結合成為原子；不同的原子再結合成不同的分子；經過無數次的核聚變，形成了種種基本元素。

不同元素形成不同的物質，例如水（化學式 H_2O ），一個水分子含有兩種不同的元素：氫和氧，由兩個氫原子和一個氧原子構成。水是地球表面上最常見的分子之一，除了以氣體形式存在於大氣中，其液體和固體形式占據了地表 70% 至 75%。人體也是由各種的分子組成細胞，各種不同細胞再組成器官，最終聚合形成肉體。

我們現在所見的山川河流、動植物等萬象，都是如此由微塵（基本粒子），因眾緣和合而聚合為質子、電

子，再聚合成不同原子，再合成分子、細胞。因不同的因緣，微塵聚合成不同的物質。

再從弦理論的角度來講，這些空性的微塵（基本粒子），本質上是一小段能量弦線，大至星際銀河，小至電子、質子、夸克一類的基本粒子，都是由這占有二維時空的能量線所組成。能量線，中文一般是譯作弦。所以說，微塵本質是能量，也是空相。

由此可知，萬事萬物的本質，是空性的微塵、是眾緣和合而生的空相。既然是緣生之法，它就沒有自體，所謂「當體即空，了不可得」，這才是事實真相。所謂「一合理相」，正是說明：無論一微塵或全世界，都一樣不是實有的，而是暫時的虛幻假相。

藉由現在很熱門的「元宇宙——下一世代的超級線上虛擬世界」舉例，我們更容易理解世界是虛幻的概念；進入網路 0 與 1 合成的世界中（因緣和合而生），可以進行各種活動、可以有許多虛擬身分，但是一旦退出網路（緣滅離散），人們便可以清楚知道元宇宙是假。反過來想，我們所處這個大千世界，何嘗不是另一個更大型的元宇宙呢？

佛陀具有肉眼、天眼、慧眼、法眼、佛眼，早在三千多年前，就明白指出世界的實相，並留下經典讓眾生參悟。經云：「一念不覺，而有無明。」真如本性起用，用的是真心，是不二，沒有分別對待。有分別的妄心一動，觀照心念的能力就失掉，這就是一念不覺；所以它就起了變化，而有無明。修行就是要藉事來煉心（觀照心念），進而進入實相（轉識成智）。

既然世界、眾生與微塵都是非實有，也非恆常不變，那麼這世界就是我們的修煉場。藉由假的世界、假我，來修煉我們自身的德性，回復上天所賦予我們的本性，讓此生不白來一遭。

※ 王聖元

《金剛經·一合相分第三十》云：「世尊，如來所說三千大千世界，即非世界，是名世界，何以故？若世界實有者，即是一合相。如來說一合相，即非一合相，是名一合相。」意指三千大千世界不是真實永恆存在的實相，只是借一個名字叫做世界而已，為了指色談空，所以才借一個名字叫做「一合相」。

但人往往執著於短暫的假象，而起貪嗔癡等妄念，迷失本心真性。《佛

光大辭典》中解釋「真性」為：不妄不變之真實本性，乃吾人本具之心體。佛教主張，吾人所具之真實本性，與佛、菩薩之真性本無二致。

《佛學辭典》亦解釋「悲智」即慈悲與智慧也。此為佛、菩薩所具一雙之德，稱為悲智二門。智者上求菩提，屬於自利；悲者下化眾生，屬於利他。悲和智，就是慈悲和智慧並行，是修行的重要根本。智慧使人明理，追求大道；慈悲使人願意利益眾生、成全他人。

因此修行上要從自性下工夫，依本性上去修、去辦。在面對外在環境時，往往眼見不一定為實，何況是聽到第三者傳來的消息。常講的「瞎子摸象」，摸到的部位不同，感受上也有差異；因此所說的都對，也都不對，因為都不是全貌。

延伸到我們度人成全也要因人而異、因材施教；對於有能力的道親，可以鼓勵他多行財施；若有人經濟比較拮据，則可勸他多行無畏施；所以說沒有一套說法可以從頭用到尾，至於使用什麼方法，就要看我們的智慧與對道親的瞭解了。

※ 游士慶

《談真錄》：「凡所有相，皆是虛妄。世間實有者，惟一合理相；真空法相，即一合理相。」這段話所談的是真理實相。

在日常生活中，我們往往執著於短暫的幻相而不自知。就像上班出門時，若遇上塞車，大多數人心裡會升起各種煩躁的念頭，可能怨東怨西；如果遇上的是順暢無比，則會開心、歡喜。

然而好壞對錯，都是我們對這些遇上的境緣，自己心裡產生的解讀，而我們解讀的方式，卻多數來自個人的文化、習慣、背景等，如習慣擔憂未來、只喜歡看到開心的境緣現前、恐懼曾經發生過的事等等。

「一合理相」所啟示的是實相無相，那些因文化、習慣、背景等所造就的想法或執著，都不是真實的我，只是我們認假為真，把習氣當真實，才產生後續這些心念的起起伏伏。若能明白此理，便會知道外境本無好壞，關鍵只在一念心的分別執著；放下對幻相的攀緣，回歸清明自性，才能見到真實的一合理相。

三品一理

※ 洪若芳

「三品一理」出自《玉皇心印妙經》：「上藥三品，神與氣精，恍恍惚惚，杳杳冥冥，存無守有，頃刻而成，……人各有精，精合其神，神合其氣，氣合體真，不得其真，皆是強名。……三品一理，妙不可聽，其聚則有，其散則零。」強調修煉之道不在外求，而在內調。

三品（精氣神）雖分述，但其實本質相同（理原歸一）。仔細研讀，和佛家所言「一合理相」，亦可互相印證。「一理」可解釋為宇宙萬物的根本規律，是道的體現，也是修行的最終目標。後學體悟到修行者應從認識本性入手，在行為中體現修行成果，並造福自身及眾生，最終參悟宇宙的規律（道，即一理）。這是一種從內到外、由裡及表的修行方法。後學認為「三品一理」，可延伸至我們的修行，不論身心言行皆要有品：

1. 身品（身行端正）。
2. 心品（心地純正）。
3. 言品（言語正直）。
4. 一理（遵循天地自然之理）。

這四個要點，強調道德修養、身心言行的正直，以及與自然法則的和諧相處。實際落實在生活中，也可省思具體的實踐方式。

在職場上落實：

- 身品：敬業樂業，負責地完成工作，不投機取巧。
- 心品：對同事懷抱善意，不心生嫉妒或惡意競爭。
- 言品：說話誠信，不散布謠言，不說傷害人的話。
- 一理：遵循職場倫理，該做的事盡心盡力，不違背道德。

在家庭中實踐：

- 身品：孝順父母，照顧家庭，盡責做好本分。
- 心品：與家人相處時多包容、體諒，不因小事動怒。
- 言品：說話溫和，避免爭吵，以溝通解決問題。
- 一理：家庭和諧是最重要的，凡事尋求平衡與和睦。

這些做法若能於日常實踐並長期堅持，就能讓生活更加祥和、順遂。