

# 安心之道

全真道院

林皇宏

後學以前往往聽了道理以後總是聽了就過，無法深切體認及了解其中妙意，此皆為心不安之故，所以後學認為要開悟與了解之前，必定先要安心。

「開悟」常被他人解釋得太玄，其實把兩個字拆開來看，簡單的說：「開」就像門被往外推一樣，用力一推區隔就被打破了，一旦門被打開即可看清楚門外的一切。而「悟」呢？左邊一個「心」，右邊一個「吾」，以白話解說就是我的心。其有二層含意，第一層是我的心本來就有了，第二層是

我的心要由我自己來打開。因此「開悟」是「打開我的心」，比較難了解的反而是找到門之所在，我們把找門之所在稱之為「覓心」。二祖慧可對達摩祖師說：「我心不寧，乞師與我安心。」達摩說：「將心來，與汝安。」慧可沈默一會，即說：「覓心了不可得。」

達摩說：「與汝安心竟。」從這段對話，我們知道禪宗所指的「心」是無有形相的。禪宗的衣鉢傳到六祖，六祖慧能為了擔心被人奪走衣鉢，而向南方潛走；首先被惠明追到，惠

明問了法以後，心中還有疑惑，問說：「上來密語密意外，還更有密意否？」六祖答說：「與汝說者，即非密也。汝若返照，密在汝邊。」當六祖說秘密就在你身邊，惠明當下得到了安心，因為本心人人都有，既然是本自具足，也就沒有得到與失去的問題。

安心的「安」並不是找一個東西來輔助，而是「金屑雖珍愛，在眼亦為病」的那個安，是直指人心而掃除習染的安。這種安是見到每一個人靈靈覺覺之本性。就像達摩祖師所





說的：「佛是西國語，此土云覺性。覺是靈覺，應機接物，揚眉瞬目，運手動足，皆是自己靈覺之性，性即是心；心即是佛，佛即是道；道即是禪。」又說：「見本性為禪，若不見本性，即非禪也。」

可是，我們在安心及開悟以後，是不是還須要修行呢？當然照樣要修，因為我們雖然一念頓悟本來面目，但因塵染太久，習氣未能頓淨，所以必須時時返觀自照，消除惡習，才算是真修行者。由此可以了

解安心，猶如在黑暗中點燈一樣，要如何繼續點亮此盞心燈，經得起考驗，不會被業風輕易吹熄，這才是最重要的安心之道。

知止就是歸零、止於至善之地。——尹鳳如

知止就是止於喜怒哀樂之未發，發而皆中節。——尹鳳如

知止就是知適時剎車，適可而止。——尹鳳如

知止就是正確的人生觀、抱持平常心，隨遇而安。——尹鳳如

知止就是求道當下之清淨心。——尹鳳如

當公說公有理，婆說婆有理時，知止卻在掌聲背後，了然瞬息萬變，

欣悅的修改自己，尊重自然。——邱寶珠

知足常足，終身不辱，知止常止，終身不恥。——天惊堂

知止即是「歸根」。能知其所當止之處，即是人類歸根之地。——天惊堂

知止者，事事合乎中庸之道，不偏不倚，圓融圓滿，恰如其份者也。——高文瑞

知止者，知道之尊，德之貴，天命之殊勝，勇猛精進，行於所當行，止於所止者也。高文瑞  
乎？「性理真傳」不習乎？戒慎恐懼，二六時中，不離這個。——高文瑞