

迎向真善美的人生

編者按：本文為中華民國一貫道總會台北市分會九十年度徵文比賽，錄取優選之作品，蒙北市分會同意，轉載於本刊，以饗讀者，於此感謝北市分會及作者。

陳大石



一個人從出生、成長以至於終老，不過數十寒暑，而面對這多變而繁雜的人生歷程，以及不可知的未來，尤其學道以來體悟宇宙的浩瀚，更覺自我之渺小，猶如滄海一粟，微不足道。到底生命的意義何在？生活的目的為何？著實讓世人不解與疑惑，人的一生成大都是逆境十居八、九，而順境不過一、二，以致每每遭遇挫折，總是耿耿於懷，終日栖栖皇皇，渴望抓到某種哲理，去詮釋一切，以求心靈的慰藉，然而這種情況下所能抓住的哲理，難免只是一小塊浮木罷了。憑著這塊浮木是否能經得起日後狂瀾的衝擊呢？一個人的成長中，是多麼需要不斷的去建立正確的人生觀，瞭解人生的真諦，才能在瞬息萬變的人生中，面對生離死別，病魔摧殘之苦，並能愉悅的奔向自

己的理想。

人生的旅途上若能一帆風順，事事稱心，在享受榮華富貴之際，有誰能渴慕精神上的提昇，追求真理，做個更具價值的人呢？現今物質文明的發展，已臻能役動萬物之程度，而精神文明的發展，卻遠遠落在物質文明之後，只扮演著物質僕役的角色，縱然人類能一再滿足生理感官的欲求，然而卻無法駕馭自己的心性，掌握那永恆的喜悅。在此急功近利的環境中，不了解人生的目的何在，就像是無舵的船，只能隨波逐流，庸碌一生，與草木同朽，渾渾噩噩，了卻一生，枉為人身，殊為可惜，故西方哲人尼采，勉人要參透「為何」？然而必能迎接「任何」。

如何確立人生的目標，提昇人生的境界，而不致再徬徨於人生的無助，邁向積極樂觀

的人生道路呢？那就是讓人生過得真、過得善、過得美。何謂真善美的人生呢？首先吾人欲修性靈之美，必先修心靈之善，欲得心靈之善，先求生身之真，欲得生身之真，唯懷赤子之心。因此赤子無心無欲謂之真，赤子無虛無偽謂之善，赤子無狡無諂謂之美，執此赤子之心，率性而行，以眾生為念，以慈悲為懷，成功、失敗皆不住於心，成固不足喜，敗亦無須悲，得失不計，臻於寵辱皆忘之境，方能迎向真善美人生的佳境，此乃人生的極致。

如何創造真善美的人生，是人人所嚮往的，惟有返觀自照，從心性修起，中庸云「盡己之性」，即性與心契入於「真」。大學云「明明德」，佛家亦云「自覺」，能盡己之性，則能「盡人之性」，即心與身契入於「善」。大學云

「親民」，佛家亦云「覺他」，能盡人之性，則能「盡物之性」，即身與行契入於「美」。大學云「止於至善」，佛家亦云「覺行圓滿」，能盡物之性，則可以參贊天地之化育，化娑婆世界為蓮花邦。故凡欲求人正，先求己正，正己則重內在的涵養與外在的行持必須密切配合，內在的涵養近似陸九淵的「尊德性」，是根本工作，從格除心物入手，以致良知。外在行持則近乎朱晦庵的「道問學」，屬枝葉工作，由萬事萬物的道理，求取真知，再將身物一一格除，二者殊途而同歸，如能內格心物，外除身物，進而知致、意識、心正而達到身修，必然清心寡欲，與世無爭。

人所以不同於禽獸，在於頭頂天，腳立地，為萬物之靈，所以所做所為要能仰不愧於天，俯不忤於人。一切言行

合乎「理」，所謂有理走遍天下，無理寸步難行。這個理在天曰天理、在地曰地理、在人謂之性理，而物有物理，文有文理，道有道理。窮理然後能盡性，窮神然後知化，理乃至善之體，神乃至善之用，理天者，萬物統體之至善，理性者，物物各具之至善，故天若失理；則星斗亂度，地若失理；則山崩川溢，人若無理；則倫常乖舛，文無理則行之不遠，道無理則修之難成，故言普天之下，得理則善，失理則惡。

人落紅塵，不免為氣稟所拘，物慾所蔽，原皓皓明鏡，自是蒙上沙塵，猶青天為雲霧所蔽一般，所以遂分善惡，故大學之道首在明明德，亦即在此使恢復靈明自性，因此修身必先覺性，所謂澆植需先潤根，佛家講「自覺」，即悟覺自性

的所在，覺性為本，本固枝榮，性明則身修。而內省實在身體力行，心經曰「觀自在菩薩」，太甲曰「顧諟天之明命」。在在啟示我們要時時迴光返照，以如臨深淵，如履薄冰的心情去修道、辦道，誠如顏回夫子聞一善，則拳拳服膺，而弗失之矣。尤其顏回之不遷怒、不貳過的修養功夫，最為世人所稱道，是學道、修道的最佳典範，我們效法古聖先賢的德行，應亦步亦趨，如臨字帖，必俟學成而後止。

其次修道要學習「心平氣和」，六祖壇經云「心平何勞持戒，行直何用修禪」。人的脾氣毛病最難駕馭，每每為了件小事而爭得面紅耳赤，傷心又傷身，須知人一動怒，則情感自然上昇，理智自然下降，這時所作所為必有偏頗之失，而非中道。據醫學專家的

研究顯示，「嗔恨」是疾病的主因，憤怒或敵意會引起心跳加快，血壓升高，冠狀動脈收縮，血液變黏稠等生理反應，專家認為每一種器官均有相應的情緒和德性，例如悲傷傷肺，憂鬱傷脾，煩亂傷心，恐懼傷腎，憤怒傷肝。反之正直益肺，誠實益脾，有愛益心，溫柔益腎，慈悲益肝。依佛家言：人乃水、火、風、土四大假合，百年之後，水火相剋，氣化清風，肉化泥，一切化為烏有，故而肉體本無，疾病亦無，可見疾病多半自己找來，非從口入，即由怒生。

故要能心平氣和，就必須修心煉性，修的是心，煉的是性，修者改也，修心就是要改變心，改變脾氣毛病，煉者磨煉，煉性就是多接近人，多辦事，虛心接受別人的批評指正，即使蒙受冤屈、毀謗，也

不怨尤，不爭辯，一爭辯就落人是非，一落人是非即淪為兩極端，而非中道，故老子有言「善者不辯，辯者不善」確寓至理。

另外必須具備化工廠的心境，多麼不中聽的話，都可以坦然接受、容納，並且加以整理、消化，隨時做好心境的轉化，那怕是毀言謗語，也能變成良言美語，這個無需本錢，只需用心，只要度量，有涵養，有毅力，人人皆可做到，往往人們只注意到環境而忽略了心境，只知道要美化環境，卻不知美化心境，只知道改變環境，卻不知要改變心境，其實要改變環境、美化環境，倒不如改變心境、美化心境，所謂「退一步海闊天空，讓三分何等清閒，忍幾句無憂自在，耐一時快樂神仙」。凡事忍耐退讓一下又何嘗不是一件好事

呢？有一首偈是這樣寫的：吹一口氣——驚天動地；吸一口氣——是非不起；吐一口水——足無以立；吞一口水——事事如意。讓我們一起學習彌勒祖師的滿腔歡喜及大肚能容，拋開天下古今愁，了卻人間多少事。此等胸襟雅量，何其自在，何其灑脫。

生命的價直，不在生命的長短，而在能善用有生之年，活得真、活得善、活得美。從有限的生命中去追求恆久，才是人生的真意義，一個人重要的不是擁有什麼，也不是失去什麼，而是還剩下什麼，因為往者已矣，來者猶可追。過去的讓它過去，不必惋惜，把握現在善用它，讓它發光發熱，溫暖別人，照亮別人同時也照亮自己，莊子曰「既以為人己愈有，既以與人己愈多」。所謂死而不亡，讓人永懷長思。

或者有人認定財富萬能，權勢第一，其實財富權勢如鏡花水月，風雲偶合，緣盡則散，如春夢一場，難以長久，人就是不明真理才流浪生死，常沈苦海，唯有明理實修，才是永恆之道，所謂「苦海無邊，回頭是岸」。人得一之後，即明明德，再將一發揚光大，善與人同，即親民，如此正己成人同達至善之境，即「止於至善」，如此則大人之學可成，大學之道可登，天人一貫可期，達性、心、身一貫者，已臻真善美的人生境界，讓我們攜手並進，共同迎向真善美的人生。

（本文作者陳大石大德，基礎忠恕道場全真道院單位所屬壇主。修辦虔誠，文筆流暢，見解精湛，令人深省。）