



道德經心得

◎ 簡素香

《道德經》是萬年永不變的真理寶典，能點醒迷昧的眾生，幫助我們體悟本有佛性。「道」是路，也是德的本體。萬事萬物必有生滅，綜合起來曰：「道」。「德」依道而生，是我們修道、聽道理的基礎。實踐於日常生活中，落實在待人接物行為上，時時行善，如有機緣為道場犧牲奉獻，即是「德」。

聽道、學道是要增長我們的德性。從傳播媒體上，可以時常看到有些原被看好、很有前途之士，因一時糊塗敗德，斷送了一生榮景。不但毀了自己，傷了家人心，害了他人，也給社會帶來不安。可見「德」確實重要。以前的人娶妻要求三從四德，選婿也

要挑高尚品德者。修道人要有三綱、五常、八德，一切善行皆發自內心「惻隱之心」，所流露出來的自然表現。身雖在塵，心能離塵，君子「和而不流」、「中立而不倚」《中庸》，才是修道真功夫。

《道德經·無私章第七》：「天長地久。天地所以能長且久者，以其不自生，故能長生。」凡人在世都會有些私心，經典中教導我們要學天地的無私。天能長生、地能久存，是因為天地無私，其運作不為己，無心自求長生，所以能長生。

我們有時往往會只顧自己，而忽略他人。以前有兩位要好同學，同時去報考公職。放榜時，一位考上了，

興高采烈到處炫耀自己有多行，卻完全忽略身旁落榜同學的感受，造成兩人友情生變。當我們自己得勢時，勿太過得意忘形，要有韜光養晦的修養。修道者一切所作所為要合乎天，要學謙讓退藏，把苦樂、利衰、毀譽、自身成敗利害……置之身後。越能放得下，越能抱得住；越是抓得緊，越是丟得快！功勞給別人，過錯自己承擔，是效法聖人的德行表現。

《道德經·寵辱章第十三》：「寵辱若驚，貴大患若身。何謂寵辱若驚？寵為下，得之若驚，失之若驚，是謂寵辱若驚。何謂貴大患若身？吾所以有大患者，為吾有身，及吾無身，吾有何患？故貴以身為天下，若可寄天下；愛以身為天下，若可託天下。」每位修道者都有願，只是各人的願不同，來人世間的定位就不同。我們一定要了願還鄉，要了願，必須修道；要行道，必須具備寵辱不驚、智勇兼備、不計毀譽的修養。

「寵」是順考；「辱」是逆考。人受寵愛、受讚美，會欣喜痴迷。一旦受到他人羞辱、譏諷、嘲笑、毀謗，就難以承受，這是凡人的通病，所以要修道。如果沒把自己定位好，沒有主見，就容易受到外界左右，會在乎外人的批評，容易著相，完全活在

「相」中，受人擺佈。若是受人稱讚一句就喜不自勝、得意洋洋，容易隨境變遷，是沒有內涵的人。人性的弱點，受寵時就會忘掉初志，受辱時就會挫敗氣節。而寵辱是行道的考驗，人生百態離不開寵辱景象；立志修道，定力要堅固，不受其左右。

修道者，第一要突破「寵辱若驚」。第二要明白「貴大患若身」的道理。為了身體的禍患——享受、縱情慾、追求名利、權位、物欲及感官刺激而放縱、忘掉廉恥心，甚至為私利出賣朋友、背叛國家、捨棄忠義二字、變節為奸徒，最終將致人格、品德淪喪，沉溺在苦海中不能自拔。所以我們要修道，才能明辨是非、強化道德觀、找回原本自性。以至誠之心，修養自己的自性，凡事平常心、不計較，即使遇到萬難也會迎刃而解，才能卸下心靈的負荷。

《道德經》雖深奧，卻似一座金礦，只要肯努力去開採，必有所得。它也似一個百寶箱，包羅萬象，讓人取之不盡、受用無窮。雖然各人領悟力不同，但勤能補拙。路不走，永遠到不了；道不研究，永遠明白不了。不管修道之路有多長，開始走，永遠不嫌晚。