



中庸其至矣乎

◎ 沈嘉鈴

《中庸》首章：「天命之謂性，率性之謂道，修道之謂教。道也者，不可須臾離也，可離非道也。是故君子戒慎乎其所不睹，恐懼乎其所不聞。莫見乎隱，莫顯乎微。故君子慎其獨也。喜怒哀樂之未發，謂之中。發而皆中節，謂之和。中也者，天下之大本也。和也者，天下之達道也。致中和，天地位焉，萬物育焉。」是整部《中庸》的菁華，而首章後的各章，即是孔聖人藉各種人、事、物來說明首章要義。如同我

們現在人常說：「『道』很難懂，要用『理』解；『理』不容易明，要用『事』來說。」有異曲同工之意。後學以《中庸》第2章至5章經文，定一主題：「中庸其至矣乎」，來闡述《中庸》學習心得。

《中庸》第3章：「中庸其至矣乎！民鮮能久矣！」孔聖人在讚嘆中庸之道的同時，內心也感嘆著，為何能行中庸之道的人沒幾個？在讚嘆與感嘆之中，於《中庸》第2章先提到：

「君子中庸，小人反中庸。君子之中庸也，君子而時中；小人之中庸也，小人而無忌憚也。」這幾句話非常值得省思與玩味，修道人則更應警戒於心！

「君子」？「小人」？該要如何認定呢？後學初淺地定義：「君子」是指有德性的人，如聖人、賢人；「小人」則是指一般人。這兩種人的區別，取決於行為是利他，還是利己；以及有無自省、懺悔的心，而來判斷是「君子」還是「小人」。在《論語》中，記錄了許多孔聖人對「君子」與「小人」不同行為的對比看法，如：「君子喻於義，小人喻於利。」《論語·里仁》、「君子坦蕩蕩，小人長戚戚。」《論語·述而》、「君子泰而不驕，小人驕而不泰。」《論語·子路》等等，這些都可看出兩者的差異性。

一位有德的君子，在日常生活中要如何實踐中庸之道呢？必然在他的內心裡是要有尺度的，什麼尺度呢？即是掌握「執兩端用其中」及「隱惡揚善」。「執兩端用其中」說的是君子對任何的人、事、物，在當下都能適當地拿捏尺度與分寸，沒有「過」與「不及」。若其行為有不當處，馬上自覺反省、懺悔改過，並隨時隨地調整自己的心境與外在行為，就為了守住自性本心，讓自己不離開道。君

子在為人處世上，以「隱惡揚善」的態度來對待他人，不談論別人的缺點、是非、八卦，而是讚揚別人的優點、長處、功勞。所以說，君子是非常嚴謹地在過生活的，因為他時時刻刻、分分秒秒都要反觀自照，都要謹守中道；只要有任何不妥之處，要馬上自我反省，不論現處何境，馬上調整自我心境，使其回到原點。這些和我們修道常說：「要不離自性、不離本體」，也是不謀而合。

那「小人」的行為又如何呢？小人的言行，如同一句經典的廣告詞：「只要我喜歡，有什麼不可以？」小人的行為是以自我為主觀要件，想說什麼就說什麼、想做什麼就做什麼，完全不管別人的感受，也不論其後果是否為別人所接受；也因為長時間肆無忌憚地為所欲為，久而久之養成習慣，變成自我的一種習性；由於小人都是為一己私欲，貪圖名利，因此，造成小人離中庸之道愈來愈遠，甚至有少數人為達目的而不擇手段，以極端行為，做出傷天害理的情事。

綜上，我們理解君子與小人的差別後，是否應該思考一個問題：「自己該如何藉修道以成為一位君子呢？」有德君子於二六時中觀照自己的起心動念與言行舉止，當有「過」

或「不及」時，馬上反省、懺悔與修正，在生活中不斷練習，久而久之成習慣也就自然流露，這就是「君子行中庸」。

可是說到這，您是否也會感慨：「那要練習多久啊？」如果現在您有同樣的想法，雖不為過，但也難怪孔聖人會感嘆：「中庸其至矣乎！民鮮能久矣！」孔聖人感慨：「中庸之道是人最高德行的展現，卻很少人能長久實踐它」之餘，似乎也用一種洞悉人心、看透世人的方式，說出：「道之不行也，我知之矣，知者過之，愚者不及也；道之不明也，我知之矣，賢者過之，不肖者不及也。人莫不飲食也，鮮能知味也。」《中庸》在這段話中，提到「過之」與「不及」，並用道之不行與道之不明、知者與愚者、以及賢者與不肖者，做對仗比較，這其中的義涵是什麼呢？依後學淺見是在警誡世人，不能行中庸之道是有原因的，關鍵在於：不知道中庸之道要如何行，以及不明白什麼是中庸之道而行不出。這兩者的關鍵原因來自於我們心中所產生的「我執」、「我認為……」，當內心起了這樣的心態，在面對任何人、事、物時，就會心生傲慢與偏見，那即是「過之」和「不及」。對於孔聖人這樣的看法，後學倒也蠻認同的，

不知您是否也有同感？

怎麼樣的人會表現出傲慢與偏見的樣子呢？經文中提及：知者與愚者、賢者與不肖者。知者很聰明，才識、學識也比人強，因此，知者在看待中庸之道時，認為中庸之道是這麼平常，以我這麼聰明的人，學這個，未免也太小看我了吧！因為有這樣的心態，所以，知者不肯去實踐中庸之道。愚者（指凡夫）呢？愚者迷昧而沒有智慧，不能明辨事理，因此，愚者認為中庸之道是這麼深奧，深怕自己的能力不夠，所以愚者也不懂得去實行它。這就是孔聖人感慨的地方，智者知道中庸之道要如何行，卻因內心的作用，而不願行中庸之道；而愚者，則是因不懂什麼是中庸之道，也無從實踐起。

另則，賢者很有才華也很能幹，因此，賢者看待中庸之道時，認為中庸之道這麼平凡，以我這麼能幹的人，要我去向人推廣中庸之道，未免也太輕視我了吧！因為有輕視的心態，所以賢者也不會向大眾推廣中庸之道。不肖者呢？不肖者沒有才華、也不能幹，不明白什麼是中庸之道，所以不肖者也無法實行它。這就是孔聖人感慨的地方，賢者明白什麼是中庸之道，卻因內心的作用，而不願行中庸之道。

為什麼會有「知者、愚者、賢者、

不肖者」之別呢？我們進入道場學習後，慢慢地了解到為什麼有些人這麼好命，有些人這麼歹命；有些人這麼地富有、貌美，有些人卻這麼地貧窮、醜陋。原來這些都和我們累世的因緣業力有關，甚至同一父母所生的雙胞胎，也會有個性的不同，這也和累世習性有關。後學想：孔聖人要感慨的應該是連知者、賢者這麼出眾的人，都無法擺脫業力與習性的糾葛，才有那麼多「心的作用」在用事。

如今，我們已求得了寶貴的大道，在點傳師和前賢們的指引下，已從愚者與不肖者的角色，升格為知者與賢者，但在修持與處世上，我們是否已懂得不再以人心用事，而是以公心用事呢？是否也懂得當習性再犯時，如何去化解與排除呢？以及當業力降臨時，該用什麼心態去面對它呢？這種種的作用，都攸關我們能不能真正地行出中庸之道，展現出修道人的風範。

最終，孔聖人還說了句耐人尋味的話：「**人莫不飲食也，鮮能知味也。**」《中庸》意思是每個人三餐都要吃東西，但有幾個人能吃出其中真正的味道來呢？人都喜歡吃美食，但如果美食背後是添加了很多化學原料，這難道是真的美食嗎？有時反而是巷口阿婆的一碗陽春麵，更令人想念。為什

麼呢？原因在於其保有食物原來的味道，才能顯現出真正的好味道來，但有幾個人懂得這樣品嚐食物呢？

我們修道亦同。談孝道，「孝順父母」從小到大都在講，這樣平凡的道理，還要拿出來說，不會讓人笑掉大牙嗎？但試想有幾人能真正做到孝呢？每每在新道親法會中，看到黃錫堃總領導點傳師講述「孝道」專題，台下新道親感動落淚的比比皆是，甚至在心靈迴響時，有很多的道親回應：回去後一定要孝順父母，以報天恩。新道親都能如此了，修道多年的我們，您在日常也落實孝道了嗎？結了婚的同修們，別忘了，還有您另一半的雙親，也是您實踐孝道的對象喔！子曰：「**夫孝，德之本也，教之所由生也。**」《孝經》既然孝道是一切德行的根本，就讓我們從這連小學生都懂得的道理開始做起，將那道味顯現出來吧！

談論了半天，孔聖人談的中庸之道到底是什麼呢？在我們修辦中要如何去落實呢？依後學的淺見，其實中庸之道就是中國自古以來的三綱五常、倫理道德，如何恰當地運用在日常的待人處世上。而所謂的恰當地運用，即是在那情境的當下，我們心的作用是否不偏不倚，謹守中庸之道。

這裡後學舉一個奉茶的故事為例：

有位非常有名的風水先生，受一位富商重金請託，要尋找一處福地安葬富商的父親，於是風水先生多方尋找、勘察。一日，走過一段奇陡無比的山路，等到爬上山頂，早已上氣不接下氣，口乾舌燥地，恰巧此處有人設一大茶缸，缸上寫著「奉茶」二字，似乎料到爬到此處的行人，最需要的就是「茶」；但打開缸蓋要舀茶時，發現茶面上浮了一層稻殼，不管再怎麼小心舀，茶杯內還是舀進數十顆稻殼；所以，喝茶時，必須吹開稻殼，慢慢地、小口小口地喝，風水先生一面喝，一面心中抱怨：「既然奉茶，為什麼還要這樣整人？我也來作弄他一番。」

於是風水先生探詢當地人，知道這缸茶的設置是住在山坳處一家貧戶的老人所為。這位風水先生從高處往下望，這處山坳在堪輿學上是個不好不壞的地方，但屋旁的空地，卻是一塊凶地。風水先生因為剛喝茶的懊惱，就來到這戶人家，故意告訴老人，隔壁空地是塊吉地，為了表達自己剛剛受到奉茶的謝意，願意免費定樁看方位；這位奉茶的老人自是喜出望外，連聲稱謝。事後老人就依風水先生定的方位，簡簡單單蓋了間新草屋就搬進去住了。

十幾年後，有一天風水先生想起

這件事，想知道結果究竟為何，特地重返舊地，一看覺得奇怪，草屋怎麼不見了，取而代之的是一棟豪華的別墅。風水先生懷著重重的疑問，按了門鈴，開門的正是奉茶老人；老人看到風水先生，非常高興，親切地招待他，不待風水先生詢問，老人自己就滔滔不絕地說：「自從先生您幫我看了這塊吉地後，家中一切大小事都平安順利，三個兒子出外經商，個個賺大錢，因有許多客人時常來訪，孩子們說原本的草屋太舊、太簡陋，才改建成這棟別墅，可是我們仍不敢更改先生所定的方位，這一切都要歸功於先生的恩賜啊！」風水先生大吃一驚，不知道為什麼當初的作弄會出現這樣的結果。

風水先生臨走前，就把存積在心中十多年的疑惑說出來：「山頂的奉茶，為什麼要在茶內放進稻殼呢？」

老人笑呵呵地回答說：「一般人爬陡坡到達山頂時，都已氣喘如牛了，這時如果猛喝茶，一定會噎到而咳嗽不停。所以，我故意在茶內加入洗乾淨的稻殼，這樣，喝茶前，一定得吹個兩三下，把稻殼吹開，如此緩衝一下再喝茶，就不會噎到了！」

風水先生此時才恍然大悟，口中喃喃自語：「原來如此！原來如此！」

在這故事中，老人從住破落草屋到豪華別墅，且凶地卻變成吉地，全都是來自老人當下的那個初始心，因而改變了一切。為了不讓奉茶的美意造成路人嗆到，在茶內放稻殼，那種自內心發出善的心念，這就是行中庸之道。我們如何將自性本心的那個善念，在當下發出，且這個善念又能夠利益他人，並符合當下的情境，讓當下一切圓滿，就是中道。沒有過與不及，就是中庸之道。

從奉茶這故事來看，行中庸之道很難嗎？真的不能長久地實踐嗎？其實不然，三綱五常、五倫八德是中國人引以為傲的倫理道德，要如何行出

中庸之道？在於當下我們的善心善念發出去後，而這善心善念正是另一方需要且接受的，這中間不需要任何的詮釋，也沒有「過」與「不及」，一切展現就是那麼地恰當，宛如上天所賜的恩典，修道不就是要修這個！如何面對自己內在心的變化，適當調整頻率後再轉化出來，這是身為修道人每日的功課。行中庸之道一點都不難，不如換個角度來提醒自己，只是在重新找回自己、重新做人，如此而已。既然此生為修者之路已定，那就堅心地找回原來的我，讓我們一起從行中庸之道做起吧！

