

四書探微

袁翥鶚前人

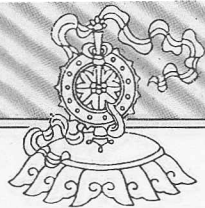
所謂修身在正其心

修身，是儒家思想體系中列為重要之一環，孔子曾在論語中明白指出了四勿之訓：「非禮勿視，非禮勿聽，非禮勿言，非禮勿動。」由此可知所謂修身大抵都不出乎這一範圍。如佛家的戒律，無眼、耳、鼻、舌。道家的五色令人目盲，五音令人耳聾，五味令人口爽等，更特別強調要塞其兌，閉其門，終身不動。開其兌，濟其事，終身不救。這兌和門也便是指的五官而言，即眼耳鼻舌。但身是被動的，真正主宰身之行爲的是完全在一心之運用，心正則眼耳鼻舌聽命，心不正則是非邪惡萌生，故

曰身有所忿懣則不得其正。

忿懣，佛謂之瞋，是生怒生氣的情緒化的現前，是由於不愛而起瞋心，治瞋要忍，忍當行慈，所謂慈能與樂，悲能拔苦。不得其正，謂當怒起心頭，易失理智，所謂相罵無好嘴，相打無讓拳，往往星星之火而可以燎原。又謂小不忍者亂大謀，孔子曰：忿思難，便是針對耐性不足者戒。昔蘧伯玉年十九歲時便矢志要克制忿懣之心的發生，於是日復一日，年復一年地直到年四十九覺得才大功告成，無論何時何事都不會生氣發怒。不得其正，謂當怒火上





昇，心急如焚時，往往會心起惡念。口出惡言，面露惡相，而易衝動肇事。

有所恐懼則不得其正；恐懼些什麼？這當是指人們在違法、悖理、製造罪行的情形下的心態就易生恐懼，如販毒、走私、竊盜、賭博等，乃至於戰爭時，易於恐懼而心情恐懼又緊張，而心不得其正矣，因此兵法古有作戰時所謂一鼓作氣，二鼓而衰，三鼓而竭的說法，便是在戰場恐懼時予鼓勵以利用士氣的方法之一耳。

有所好樂，則不得其正；好樂，指嗜好，娛樂，休閒等活動，以及心有所預期的專屬，有人會見財起意，見色動心，又筵飲交際，聲色追逐場合等等易於失去理智，心易動搖而無法把持，是為不得其正，老子曰：五色令人目盲，五味令人口爽，五音令人耳聾。

有所憂患則不得其正；憂患事甚多，如貧病交迫，商場失利，情場失意，或世事危急邊緣等等，則憂心忡忡，則心易於偏差而不得其正矣，所謂飢寒發盜心。

總之，心不在焉，謂修道修心，務必要心不著相，著相則謂之法執，人們但知有殘障者為之遺憾，其實心如著相，比之身殘更糟，身患殘疾，尚可修行，也可以慢慢復健，而心之

有相、有心病，修道就發生了嚴重障礙，所以要完全靠自我打掃，心不在焉，就是要在心上著手，應無所住而生其心，不著在喜怒哀樂的情緒上，則心平氣和矣。首先要視而不見，即見如不見，卻並非是眼出了毛病。又聽而不聞，即聽如不聽，這並非耳聾了，是靡靡之音令人遐思，無益於心正。又食而不知其味；並非舌頭麻痺了，是教人不可挑食，須知乍過三寸舌，誰能辨鹹酸。

昔浙江餘姚縣有一外科聖手黃秀元，善治傷科，某日有一粗漢前來診所就醫，是因他背生惡瘡，俗稱癰疽發背，疽之四週圍又長了數十粒小瘡，膿血腫脹，狀甚痛楚，黃乃問其作何生意，漢答說：是白天用火槍打鳥，夜晚則又尋覓鳥巢以捕小鳥和鳥蛋為生，黃醫生乃嘆曰：「難怪此病叫做百鳥朝風，很難醫治。」並告以你如能改業，或有可治。粗漢倒也聽話，次日起果然改做小生意謀生，後竟迅速而癒，這便是慈能拔苦的道理，所謂園蔬愈珍饈，飲食約而精就可，何苦殺生造殺孽。

總之，心是一身之主宰，所謂內心世界，世人往往疏忽一念之微而只重視人之外相，所謂以貌取人，即有所謂面相、身相、手相、模骨相等，但以貌取人失之子羽，史記子羽傳，



大家寫

貌寢而賢者。又孟子曰：「不知子都之姣者，無目者也」（孟子告子上）子都名公孫闕，不是美男子，而且勇武過人，是周鄭莊公屬下名將，因莊公出征小國許國時，攻城戰中，挾私怨用暗箭射殺大夫穎考叔，莊公滅許歸國，思念穎大夫之死，深恨射考叔之人而不得其名，於是下令使從征士兵，每百人爲準出豬一頭，二十五人出雞一隻，並召巫師具疏文以咒詛，子都暗暗匿笑，不以爲意，如此咒詛三日將畢，莊公親率群大夫往視，才焚祝文，只見一人蓬頭垢面直至莊公面前跪哭而言曰：「臣考叔

先登許城，何負於國，被奸臣子都暗箭射死，臣已請於上帝，許償臣命，言訖以手自探其喉，喉中噴血如注，登時氣絕，原來公孫闕被考叔附魂索命，自訴於莊公，到此方知射考叔者是子都，至今河南登封縣穎谷地有穎大夫廟，又名純考廟。由此歷史事實可知外相何如內相之重要。故曰此謂修身在正其心。

孟子曰：「西子蒙不潔，則人皆掩鼻而過之，雖有惡人，齋戒沐浴，則可以祀上帝」（孟子離婁下），意義也是內心世界重於外相之美也。因此，欲修身，必從正心始。

明德者即是步上大學之道，修習大人之學，明德之性宛然。——魏瓊娥

明德即是人之所得乎天，而虛靈不昧，以具眾理而應萬事也。——蔡美菊

明德即是明明白白的德行，圓融四方，光明磊落的行爲。——王政吉

明德就是歸根復命，明瞭本來光明不染的德性。——朱仁舟

明德就是做好人把人做好，做好事把事做好，說好話把話說好。——簡豐德

明德就是通往至善地的捷徑，也就是那個「不可說」的境界。——朱仁彰

明德者就是嚴以律己，寬以待人。——羅牡丹

明德就是日月之心，仁德君子，利己利人。——江麗美

明德就是明白自己的自性，努力的布施，增長福德。——李奕楨

明德就是明本歸宗。德發渡人。——劉針妹

明德是私慾淨盡，天理流行。——陳性分

明德就是犧牲小我，完成大我的心。——詹張明