

生活的智慧——平常心 (三)

二〇〇七年一月二十七日講於台南市立文化中心

● 蕭武桐 主講
● 呂妙香 整理

任運自然

我最近喜歡唸這句「無取無捨任運住」，世間法就是有取有捨，但是我們要學習無取無捨。無取無捨，你就能夠任運住，退休也好，沒退休也好，做一天，就樂在工作一天。有結婚，沒結婚，有孩子，沒孩子也好，眾生有取就有捨，所以另外一個境界就說捨得，有捨自然就有得；但是有得，又必有失啊！還都是在陰陽五行裡面。禪宗無取無捨任運住，能夠任運自在，而且所見一切皆清淨，不清淨則是我們的心裡所顯現

的東西。

我們生活，尤其年輕人，當然是以垂直發展為主。做大官可以做大事，但是官無大小，事情也無大小，這個叫不二。平常心是道，一個叫道法自然，一個叫不二，不起分別。那什麼又是水平發展呢？以目前來講，一個是家庭發展，一個是自我的發展。自我發展含社會服務，也就是最後靈性的發展。在國外，除了注重垂直發展，也很注重家庭生活，個人自我發展，以及靈性的發展。我們要能夠慢，定靜安慮得，知止而後有定，定而後能靜，靜而後



能安，安而後能慮。有定，才能夠觀，能夠觀，才有智慧產生，所以才叫做戒定慧。年輕人能夠來聽演講，已經有智慧了，是踏出成功的一步。給他們鼓掌一下！

垂直發展基本上要樂在工作。那退休呢？就樂在不工作。所以工作也好，不工作也好，我們都要懷著非常喜悅的心情。剛才講死亡，一般人力資源管理都教人家規劃，但其實死亡是最重要的投資，我們卻很少去面對這個問題，這就是水平發展裡所要了解的，最少要能按照儒家的智慧「未知生，焉知死。」不要問人家死後要到哪裡去？你生前如果是打麻將的，死後就是打麻將，因為這個就是習氣，業感緣起！開車，走路或是騎機車，你有沒有發覺，上下班的路線，回家的路線，常常都是固定的，要改，有時候也很難，因為就是一種慣性。

各位學長，你覺得平常心是道和現在有什麼作用？有啊！你多接觸藝術、人文、自然，多接觸禪宗的東西，可以讓你產生一些創造

力，開發右腦，當頭棒喝也可說是類似改造心智的一個模式。禪宗有個典故，有一次，一個修行很好的在家居士去看趙州禪師，那時趙州禪師已經八十幾歲了，他說：「老師父！我已經見到空性了。空性就是一絲不掛、一塵不染。」趙州禪師跟他講：「請放下！」那位居士想，我跟您老人家說已見到空性，沒有什麼可放啦，你為什麼叫我放下？是不是耳朵有問題，耳背？於是又趨前再講一次：「師父！我已經見到空性了。」趙州禪師回他：「請挑起！」智慧、空性是看不到的，但是你可以從這個人有沒有仁慈之心？有沒有仁愛之心略窺一二，就是說，能夠放下多少，你就能夠挑起多少，要能夠承擔起我們應該盡的責任。先前提到的費奧麗娜，她去年出版了一本書——「勇敢抉擇」，建議大家有機會一定要看。很多人對道家、禪宗誤解很深，以為「放下」就好像不負責任一樣，不是。簡單來講，以出世的精神，做入世的大業。你心裡若已忘己、忘功、忘名，你就不會被



人家設計。反之，若容易被人家設計，那你的心一定已經動了，心已經有了貪瞋癡，所以放下其實是叫我們挑起。

唯我與順他

禪宗另外有一句話：「天上天下，唯我獨尊。」這個我，可以代表每一個個體，包括現在在講的環境正義，生態環境，每一個物種；包括每一個生物，每一個植物，既然存在這個宇宙地球，都有他存在的生命的價值意義，沒有說哪一樣東西無用，無用是因為我們還未發現它的用處。就像以前，我們認為盲腸沒有用，現在知道盲腸其實還是有用的！唯我獨尊，就是每一個存在的個體，都是獨一無二，都是尊貴無比，無可替代的。假定我們能夠做這種自我肯定，以此勉勵子弟，部屬，那他的潛能就能得以發揮，行行出狀元。我們到現在都還受傳統觀念的影響，以為只有讀書才有出路，不是啊！打網球、打高爾夫球也有出路啊！王建民打棒球

也很有出路啊，就連漢堡都請他拍廣告呢！所以囡仔要因材施教，不要一直硬盯他。我常異想天開，愛因斯坦、牛頓、畢卡索絕對有來台灣投胎。但是來台灣投胎，每次都沒成功，每次都掛了，只好回去了。你可以允許一個孩子從小就不太唸書嗎？唯我獨尊，獨一無二，尊貴無比，每一個人都可以走出他自己的路。

禪宗有一句話「見了便做」，請各位學長看看講義的大綱——「見了便放下，了了有何不了？」希望我們有這個知見、價值觀。所謂「了」，就是能夠在澄清正確了以後，知行合一。知道卻不去做，不是真正的知道。真正的知道，我們就要去做！既然知道目前的環境是多元、異質、開放，我們就要尊重、包容，做了就要放下。禪宗說過去心不可得，未來心不可得，連現在心也不可得，三心了不可得。我們要廣結善緣，同船共渡都得修五百世，何況我們今天下午在這裡相處兩個小時。

人的一生真的是錯綜複雜，從

佛法來講，就是因果律。比如說很多單位請我演講，都被我婉拒，為什麼只有慧炬不好意思再婉拒？那就是歸結三十幾年前，和慧炬結的這段緣啊！緣是錯綜複雜的，如是因，如是果，除非聖人，才有足夠的智慧了解因果。為什麼難以了解？因為有共業啊！但是我們要使它變成好的共業，不要變成壞的共業。台灣有好的共業，不是騙你的，從我個人從事社會服務的角度看，台灣人善良的人好多，好太多啦！只是媒體每天都報導那些搶人的、殺人的，你如果有從事社會服務就會知道。台灣應該會越來越好，只是因為環境變遷，未來年輕人的前途，可能大部分都不在台灣。

不知道各位學長有沒有聞到？我們三字頭、四字頭的這一代，其實已經是最後一代的黑面琵鷺了，以後想要子女孝順我們，不可能。因為他們可能人在尼加拉瓜，在薩爾瓦多，在倫敦，在紐約。所以我們自己要能放得下，要把自己的身體鍛鍊好。我最近碰到好幾個

學長，說一直想看誰，撐在那邊。不要看！看他幹嘛？我們化一道虹光，就走啦，去尼加拉瓜看他。所以為道日損很重要，做了就放下，養兒育女的過程當中，我們已經得到快樂，子女有沒有回報，那是另外一回事了。

了了有何不了？以這種生活的智慧，面對週遭，我們就不會有煩惱。就像聖嚴法師有感於最近自殺事件很多，做了一個公益廣告。他真的很有智慧，沒讀過壓力管理，但他講了四句話「面對問題、接受問題、解決問題、放下問題。」我覺得滿好的。盡人事，聽天命，最後一定要放下問題。如果還不能體會，我再舉報紙上登的兩個個案，你們就知道，為什麼天將降大任於斯人也，必先苦其心志？





有時候逆緣不一定不好，在佛家說「逆增上緣」，順也可以當增上緣，順逆不二。前幾年，理律律師事務所陳長文，被他的員工盜賣聯電股票，還是什麼，一下子被虧空三十億，他沒有跑去自殺，反而勇敢的面對問題，接受並處理問題，他鍛鍊成功了。如果你知道陳長文的家庭，你就知道他為什麼不會自殺？另外就是蘇貞昌的小舅，只被倒了五六千萬，就從樓上跳下來，自殺身亡。你一定會說：「老師，這樣叫而已喔！你那麼有錢啊？！」有智慧的人，用錢可以解決的事是大事還是小事？小事嘛！假定我們真的如法如實在經營，經營企業本來就會有風險，不是惡意掏空的，那就宣告破產，重新來過呀。但是他想不開，在辦公室越想越凝（台語）啊！凝結，凝固，終於把自己束起來了（台語）。說到這個凝字，我順便再報告一個，八、九年前，如果沒碰到少林寺南派的在家嫡傳的一個師父弟子，我到現在也還在摧毀自己，摧毀我的孩子。

生活的智慧

夏天到了，平時冰水、涼水一點都不喝的，舉手！那位坐在後面的學長，您看看，所以為什麼現在醫院會來不及開？都跟這個很有關係。我今天真的很誠懇，各位學長都是有智慧的人，這是當頭棒喝，你定能有所開悟。悟字很好，悟是什麼邊？心。你從心裡面感受到這個冰，這個涼的東西，你看我們三字頭、四字頭的人，身體為什麼有時候反而比年輕人還要好？弟弟，你今天來，看看能不能忍住，你如果不喝便利商店的飲料，不喝冰的，你以後會長到180公分，像王建民那麼壯；你如果再吃冰，你就束起來（台語），你就不太會長高，轉骨都轉不過來，真的喔！可能女性學長比較能體會，生理期來的時候，你吃冰看看，如果是好的東西，應該什麼時候都可以吃，為什麼身體比較虛弱的時候，吃冰會有反應？所以這個冰是好的嗎？真的不要吃冰。但誰聽得進去？只是佛度有緣人。我年輕時聽到這

句話，很氣！奇怪！佛不是大慈大悲？為什麼只度有緣人，我現在終於體會啦。你如果不吃冰，又注重運動，真的不必上醫院。而且我剛才已經警告啦，如果你是三字頭、四字頭的人，以後我們的子女大都不在身邊，沒人帶你去台大、榮總，要靠誰？只能靠自己了。假定你現在身體不很好，不吃冰，身體馬上會好一半。很多養生之道，有沒有鼓勵你吃冰？再跟各位學長報告一個不用花錢又快速的養生之道，大清早起來，先喝一杯溫開水。記得！

我們生活的智慧，用道家這句，「道法自然」就好，食衣住行育樂，越自然越好。頭髮，要不要染？說實在的，有智慧的話，不要染，賺錢又健康。染髮劑的毒性很強啊！現在腦瘤的人越來越多，就是我們接觸到的都是違反自然的。冰，不是自然的東西，要吃熱的東西，尤其大清早起要喝一杯溫開水。今天我們講到這裡先告一段落，剩下一

點時間，看看各位學長有沒有什麼問題？我們蘇主持人不管是佛法，還是國學涵養，都很精深，我不能夠解決的，也可以請蘇主持人幫我們解決。

問與答

問一：萬般皆是道，這個道，到底是多餘的，還是讓它自然就好了？因為處處都是道。

答：你的意思是說這個本來是本具的東西？《心經》有句話講得很好：「不生不滅，不垢不淨，不增不減」。剛才也講了一些基督教、天主教的道，儒家、道家的道，以及佛家禪宗的道，這中間的層次很多，但不管是什麼層次，如果用比較通俗的角度來講，則可從「有」的角度、「無」的角度和「空」的角度這三方面來看。





為什麼要為學日益？如果從學習的角度、立場來看，現在很多學習的東西，也是道，也是智慧啊。知識裡面可以淬取智慧，所以叫做知識管理，叫做知識經濟的時代。知識如何轉化、淬取智慧，又如何將智慧落實在生活應用裡，一學就通，這是第一個層次。第二個層次，就是「無」這個東西啦。為什麼現在國外很風靡我們的《老子》、《莊子》、《孫子兵法》？因為這些東西講的道，剛好可以使我們能夠應付剛才講的典範移轉，瞬息萬變的複雜社會。從《易經》的角度來講，一陰一陽，陰陽調和，日月為明。這個就是禪宗所講的正念分

明、空性。但是這種空性是要確實不斷的去練。空性不是頑空，不是斷滅空，所以回入娑婆度化有情，放下，還要挑起來，要承擔我們該承擔的責任。

問二：感謝蕭教授今天為我們做了一場

言簡意賅的演講，受益匪淺，也感謝慧炬給大家這樣的機會，讓大家能夠共聚一堂聽講。我也知道要放下，才不生煩惱心，可是面對自己的小孩，難免愛之深、責之切，因此得到的都是反效果。剛剛蕭教授說我們要尊重孩子，讓他們適性發展，但是現在的小孩很喜歡上網玩一些遊戲，然後就會沉迷，跟他們講，通常都會得到反效果，這個時候我們該如何自我調適？

答：您的小孩幾歲？小四、小五，還來得及啦！如果是大三、大四，就來不及了。心理學也講，二十歲以前的臉孔，是父母給的；二十歲以後，我們的臉孔就是自己給的，我們要對自己負責。所以在小五小六這一段，我們要跟他們訂一些遊戲規則，完全用禁止的也不行。很多家長說，乾脆「犧牲小我，完成大我」，家裡不裝電腦，沒有電視。我說這個不是辦法，在座一定也有些很偉大的父母，而且以後先生可能會常常不回家，為什麼不回家？因為到別人家去看電視啦，最後還可能會轉台喔！這不





是辦法，而且會使孩子喪失解決問題的能力，因為他不能面對啊。回家不能上網、看電視，可是他到別人家呢？孩子管得越厲害，到大學都完蛋。我們給他劃定一個環境，給他適度的彈性，和他談一個遊戲規則，看他能不能去面對，如果他破壞這個遊戲規則，我們再來給他矯正矯正。我剛才講啦，其實孩子的個性都是父母親給的，如果由這一點來講，你就比較不會一直去管孩子啦。每個孩子的情性其實都來自父母某一部分，有些是深層的，有些是表面的，但都可以看得出來。你先把自己這個破除，不說做父母的全部都對，孩子的全部都不對，慢慢跟他溝通，聽他說話。你看「聽」是由哪幾部分組成？耳朵、心、目。所以為什麼在現場聽演講，與事後聽錄音帶、看DVD、錄影帶不太一樣，因為在現場，不只是用耳朵，你還用了眼睛以及自己的心。禪宗叫做「心心相印」，因為智慧不可傳授，所以老子講「道可道，非常道」。這位學長，你要有耐心、愛心、慈悲心，去給

他灌溉，樹木小的時候比較好調，大了就不好調了。但這也跟環境有關係，所以你要給他製造一個環境，家裡再怎麼樣小，都要隔一間書房，就像學佛的人，房間再小，也一定要隔一間佛堂作為拜佛、打坐的地方，畢竟我們還是凡人嘛。

「心能轉境，則同如來」，但我們大部分時候的心還是被境轉，所以先要布置好的環境，常常帶孩子來文化中心，去看看藝術展啊，不要常往那些勺一尤、勺一尤、勺一尤的地方去。我說為什麼現在的孩子會成為過動兒？由這些貢寮櫻花會，什麼音樂會，就可以看得出來，都靜不下來。所以像台下這些年輕人都像是希有的黑面琵鷺啦！兩小時坐著不動，不容易啊！其實能夠靜得下來，不管讀書，做什麼事情，都容易有成就。所以禪定是禪的前行，禪定雖然不是禪，但是禪定非常重要。所以儒家也說「定靜安慮得」，家長要給孩子安排，包括聽聽古典音樂、巴洛克音樂，比較自然的，山林的音樂。🕒
(全文完)