

# 美國全真通訊

The Great Tao Foundation of America

Monthly Review  
September 2013

點傳師賜導

## 修道體悟

陳正夫

萬教齊發，魔鬼之門大開，引誘芸芸眾生，修道者要小心，不要上當，不要為了一時的好奇，執著於有形，執著於各種幻形幻象，而認假為真，拋棄本自有之至靈，追求末法中之末流，那該是多麼可悲可嘆啊！聖賢仙佛到處闡道，而此末法之際，千門萬教隨著人心變化而齊發，引誘根基淺者、好奇者、不誠心者、虛偽者，墮入深淵，一失足成千古恨，流浪生死。到那時一句「早知道」，已後悔莫及，災已臨頭。

修道兩字只是變化氣質而已，由人道復還天道，使芸芸眾生得能克己復禮，把一點已忘失的良心，收回歸於至善地。然後效法古聖先賢，代天宣化，行功立德，完成學佛學聖的修道過程，歷代聖賢如此，如今修道亦不例外。聖人修身的途徑，並沒有標新立異，好高騖遠，居功於人前，自稱聖人，或者自立宗派，自稱能人，煉形煉象，啟靈導靈，或以法術多端，符咒多類，迷惑眾生，借此超生了死，憑此成佛作祖，這些異端邪術，迷人不悟，信者不覺，堪稱愚夫。

修道學佛，心要充滿正氣，抱著先天下之憂而憂，後天下之樂而樂的胸懷，腳踏實地，為眾生的生死，得救而努力；不可以只靠一張嘴巴說一說，偽裝外表，就想成佛果，那是不可能的事。要知道，如果為了自己的利益，而做出違背大眾利益的事，不守佛規，甚至做出傷天害理的事情來，則成道是不可能，但是還可能會下地獄，同修們不可不慎。

聖賢仙佛在世的時候，處處能為眾生之生死著想，無他，只是一顆慈悲本心，持此心以教育世人，言施萬古而常新者，曰聖，曰佛；持此心以拯救世民，功垂後世而不朽者，曰賢，曰仙；持此心以安邦定國，身死而名留後世者，曰俊傑；持此心以盡忠盡孝，心照天地而不朽者，曰忠孝；持此心以克己除欲，大公無私者，曰仁義。此心是天賦之性，佛教曰靈，孔教曰理，道教曰丹，其實只一良心，人人皆有，為何不能造就我們自己成聖成佛、成忠孝仁義者？無他，只是一顆自私的心，為氣稟所拘，物欲所蔽，習染歪風，不抵聲色富貴之引

誘，種種弊端，把一顆純潔慈悲之本心，埋沒於千層萬浪之中，流浪生死，常沉苦海，永失真道。所幸得遇大道普傳，得修道以修復我們的心性，回復清純質潔之本體。

修道者，最令人憂慮的是，不能有始有終，無法克制自己的私慾，不能認理歸真，不能低心下氣，以為自己已經是聖賢，高傲自大，更不能腳踏實地，而只是口說心不行，如此而為，如何能夠超生了死、成就聖賢仙佛。聖賢仙佛在世的時候，一片天真，以天地之心為己心，克盡五倫八德，謹守三綱五常，修身立德，明理實修，諸惡莫作，眾善奉行，戰戰兢兢，如臨深淵，如履薄冰，唯恐一失足成千古恨，克己復禮，並代天宣化，慈悲救苦，導眾生以正道，功垂萬世而不朽，為後世之表率楷模。

「道」在先天為理，賦予人曰「性」，人未降生以前，道就瀰滿天地之間，隨著人的出生而隨之，有其人須有其性，有其性須有其道，道是造化萬物之本始，生成萬物之根源。但是世俗之人，日用而不知，日在而不察，雖然是曉得，卻不知其奧妙真理，能夠明白了解「道」的真理，行古聖行，言古聖理，這樣的人必然是對道善解其意，道對於他們來說，是一種至寶。反之，對於那些不按天理做事，胡作非為，不信道的人，雖然是至寶的聖理，也不能保證他們不受墮落輪迴之苦。所以說，對「道」的認識與不認識，是如此的重要。

修道人不可不知，我們的念頭關係著我們的修持，《大學》云：「修身在正其心者」，心正則人必走上正路，心不正則會走上歪路，我們心的一靜一動，關係著我們日後的苦與樂，一善念可以昇天作佛，一惡念要受下墮折磨之苦，修道人不可不慎。

《金剛經》云：「若以色見我，以音聲求我，是人行邪道，不能見如來。」又云：「凡所有相，皆是虛妄。」以聲色形相，追求如來自性，是人行邪道，地獄種子。修道貴在心中有主，以真理為宗，以立德為命，意不妄動，心不亂想，不要見異思遷，要始終如一，腳踏實地，才是正路。

## 天緣佛堂

溫詠鳳

三寶心法修持，邀請陳淑敏講師慈悲主講。先後共開兩堂課。第一堂課的內容，類似六月份刊登其發表之道親法會心得報告，非常之精闢，敬邀大家參閱以增理解是幸。今之第二堂，闡述有關「三寶修持」之日常應用，十分之感激陳講師用心良苦！道親如果對此不認識清楚，致而不曉得如何來修，萬一遇上魔考容易走錯路，甚至於退道或產生諸多矛盾，因此頗為重視。求道就好似「生命再發現」，須知「人」經過了屢世、許多次因果輪迴，數不盡的業力牽纏早已迷失了自己，如今大家非常之忙碌，根本沒時間來仔細想一想真正的「我」究竟是誰？到這世上做什麼？家鄉又在這裡？尤其處此物質泛濫令致方向感迷失，早已渾忘故家園，回鄉的路該怎麼的走？此生所作所為沒有目標，即使世俗上的功名、利祿全都擁有了，然而精神卻異常之空虛……。求道之後，方才瞭解真正的「我」，人生的價值、生命之意義。修道了，用妙智慧把貪、瞋、痴徹底修掉，將真誠的心顯露出來；一方面「度己」一方面「度人」，財施法施、無畏施的三施並行。追隨著點傳師開荒辦道、利益眾生。應該明白今期修道乃「行功了愿」的法門，從凡人修至聖人；「生命之再發現」此乃一種創造。且讓我們肯定自我，重新展現生命光輝！本來我們佛性光明，來到這花花世界，看的是酒、色、財、氣，貪、瞋、痴愛，導致妙智慧被遮蔽，沒辦法光明，不明人生真相，反而產生了許多煩惱、痛苦、生死輪迴……。我們唯有求道、修道，誠心抱守，才可以回鄉！

「三寶心法」即一、玄關；二、默唸真經；三、叩首禮拜。大家是否牢記「三寶心法」怎麼用？適才道寄韻律大德唱道歌之際，後學凝視老祖師，片刻「守玄」驀然間，祂展露笑容，彷彿朝著後學說「法」，同時，發覺這佛堂很大、很大！所謂：「守玄」是守著「元神」。蓋以「人」的妄心之貪、瞋、痴，常常擾亂其精神界，頓令其內心亂七八糟，「心」隨之外放，引起情緒不穩的煩惱、憂鬱……。凡遇此種種情況，趕緊「守玄」；「守玄」正是洗滌身、心，幫助淨化心靈，淡卻塵囂，勿使妄心奔馳！寄語大家宜趁年輕歲月，加緊學習「守玄」功夫才是。假設業障現前，難以自持，要加強「守玄」之中又默唸真經，利用「無字真經」，幫助咱己專心。「真經」是點傳師口傳心印、以「心」印「心」，不落文字、不宣於口，只靠「心」去默唸老祖師名號；它不但是逢凶化吉的護身符，亦啟示今期掌天盤祖師，藉著辦理普渡收圓聖業，宜利用有限之人生，彼此共同為收圓盡一份心力，此亦喚作「同註天盤」。「真經」它無所不在、無所不包，最殊勝地方是能夠在日常裡，培養吾浩然正氣，把它落實在生活中「行功了愿」。佛光普照之下理事圓融的迴光映照。「默唸真經」讓生命回歸到正軌，受持依「理」而行，如：「四勿」之「真理」、謹守「三綱」「五常」、行「五戒」「十善」。以「無字真經」來代替「妄念」，負面情緒不受干擾；化解心中所斥的不平、倒霉、怨懟

之陰氣，陽氣入駐，「人」該持的美德都會回來，我們學習老祖師的慈悲、清靜、智慧、寬大的「心」包太虛，「量」周沙界！正是：「用心持唸佛來救、用心持唸有神通」！抑且恆唸《彌勒救苦真經》的願力加持：老祖師有三大承諾：一、降邪伏魔；二、躲劫避難；三、超生了死。

「叩首」不僅是「禮佛」而已，最重要是可以「收心」，驅除煩惱、妄念。家設佛堂固然好，否則家中的清靜場地亦可行，處處佛堂是也！「叩首」就是誠心抱守，平心靜氣接近「自性佛」，是增長智慧的一種動力；將那些不平、怨恨、苦惱，全部叩掉，達至忘我之境界！如此認真「叩首」，天天迴向，天天清洗業障，褪除雜念。叩首時候，頸部、腰部挪動是「動」，意守「玄關」是「靜」；如斯的「動」中有「靜」、「靜」中有「動」，一叩接著一叩的莊重禮敬，叩至內心十分之平靜，叩出咱己赤誠的心，它是天真無邪無貪、無求，無分別計較；「本性」有的東西道通有，「本性」沒有的東西，全部拒諸門外。且看手抱合同流露是赤子情，能夠長持真摯、慈悲的佛心，處事就不計較、不自私，言、行、舉止皆合乎「道」，此刻發現與中同在：宛若嬰兒投身母親懷中，生命很充足、完美、清靜，清靜至鞠躬盡瘁死而後已！清靜本心率性而行，己所不欲、勿施于人，互相提攜與關懷，信心堅定，全始全終。老師說：「叩首就是叩天門」，把所有念頭皆專心一致，用赤誠的心叩出真摯，時刻反省自己的行為，這無論對本身的生命、智慧，甚至於整個命運，有個好的決性之轉變。「合同」乃天人合的同心同德，如果所有道親都能做到天人合一，那麼，大同世界，指日可待！

「三寶心法」不止於將來過三關、九口的憑證，它還是真真正正上乘心法，祈望大家去應用多體會。由於塵世上的欲望無窮；貪、瞋、痴三毒確切讓我們痛苦，「三寶心法」可以解決：俾予脫離三毒之糾纏。從去除「我相」開始，學習叩首懺悔改自新，如果每天的懺悔，請求老祖師之慈心三昧、雅量親和力替我們洗滌身心，可以回到「本性」，一塵不染，一念不生。修道之人，要認識自己，認識天命，天命是永恆，人命是短暫，我們只不過是幾十年光景。天命就是「三寶」，從中明白我們的生命中，正確行為是「仁、義、禮、智、信」乃做人方向、做人道理，不容背棄。大家行三寶修持，清靜心、真誠心、慈悲心會常駐。再者「三寶心法」是「行」的功夫，腳踏實地的「行」只要您用它，迅速就有這種感覺！

親愛的道親們，何其幸運，我們與老祖師同註天盤，如今不修，尚待何時？點傳師常常賜導：早不普渡，遲不普渡，恰恰這段佳期遇上了，予共辦「末後一著」盛事。勉勵大家在學道、修道、辦道過程中更要瞭解生命的意義與價值，並培養正確人生觀及生活態度，趁著體強、力壯之當兒。大家為事業而奔走忙碌之餘，也應該為自己的靈性多用點心力，謹此互勉之！

# 無念的體驗，安住右腦

林宏容

## 一、引言

因長年研究《金剛經》有一些體會，認為我們只要保持正向思考，讓身心處於正面的感覺（即信心、活力、快樂、希望、成就感、感恩等），腦下腺就會不斷地分泌一種名叫β-Endorphin的氫基化合物，它能與嗎啡受體結合，產生跟嗎啡、鴉片劑一樣的止痛和欣悅快樂感，等同天然的鎮痛劑，這可幫我們療癒疾病。本著這個見解，後學在無服藥也沒動手術下安然渡過1998年中風的衝擊，之後不但中風幾已完全康復，而且連陳年的胃潰瘍與B、C型肝炎也一併痊癒了。對於這樣的結果，頗為自得，十幾年來也就一直安於這個見解。真沒想到2011年後學竟然遭遇到有生以來最大的打擊，長得英挺健壯的獨子，在大學畢業數月前找到理想的工作，卻在剛拿到第一個月薪水之日遭逢意外，美好的人生剛要開始就結束了。雖然我學佛多年，對因緣聚散之理非常熟練，對無常的到來也有所準備，但面對這種愛別離之苦，一時委實招架不住，再也無法正向思考，再也快樂不起來了，腦下腺分泌大量與β-Endorphin功能完全相反的去甲腎上腺素，身心因此日漸衰弱，只好到處找藥手相助，也開始嘗試以坐禪來平息心中的痛苦，但效果實在有限。直到後來以《雜阿含68經》結合最新腦神經科學在左右腦功能方面的研究成果，才得以將自己從痛苦的深淵拔出來。原來之前的正向思考與快樂的感覺都是一種作意，與放下、無常一樣，是一種左腦的修行法門。我們只要讓右腦單獨作用，就可以體驗什麼是無念與佛性，禪定中的喜、樂、輕安禪支也會自然而然地出現了。

## 二、親身經歷的科學家—吉兒泰勒

於2008年獲選美國Time雜誌世界百大影響力人物的吉兒泰勒是一位頂尖的腦神經解剖學家。吉兒因為哥哥從小患有精神分裂症，而投入研究人類腦部科學。身為一位腦神經學家，吉兒居然親身經歷過一次腦中風。1996年吉兒在睡醒的那一刻發現自己的腦部出現了問題，一根血管在她的左腦破裂，在中風後的四個鐘頭內，看著自己的左腦功能徹底退化。吉兒把這一段中風及往後八年的復健經歷寫成《奇蹟》一書。這是一本對了解大腦不可多得的書，吉兒對左右腦功能的總結為：

• 左腦的世界關心過去和未來；左腦是serial process，司言語化及分析。左腦不斷透過外在的資訊去定義「我是誰」？我是什麼人？什麼地位身份？左腦透過線性邏輯與規律去思考，這樣讓「我」不再與周圍的世界發生關係，雖然它是我們與外界良好溝通所必需。

• 右腦的世界裡讓我們與當下做連結；右腦是parallel process；右腦所感受和意識到的是此時此刻，在當下宇宙萬物的能量和我們是合而為一的，在當下的我們都是完美無瑕而且美麗的。

依此結論，「當下」的修行應在右腦，相當於十二因緣法裡的觸支，因觸支含眼耳鼻舌身意六種觸，在右腦裡這六種觸是同時在運行的，所以說是parallel process。過去和未來分別是由回想與推論而來，這在十二因緣法裡相當於的受支，受支含受、想、行三種精神作用，它的特點在於言語化及邏輯分析，亦即左腦會將從右腦六種感官輸入的資訊先給予言語化，然後進行邏輯分析。因左腦是serial process，故一次只能做一件事情，後念會取代前念，所以說一心不能兩用。麻煩的是在左腦裡念念相續，各種念頭不斷地出現，所以只要是屬於左腦的修行法門，一定會特別強調專注，但也因左腦是serial process及會意念紛飛的特性，而很難持久專注，修行也就很難有所成就，於是把這個困境歸咎於染汙的習性會造業而後遭業報所致，必須用苦行來消除業障。

## 三、於六觸入處斷無明

《瑜伽師地論》乃無著菩薩從彌勒祖師獲得教授，後釋其義於印度阿瑜陀國說法堂。據近代學者依《瑜伽師地論的攝事分》之考證，證實《雜阿含經》是最早的佛經。仔細研究後我們可以發現佛陀的原教果然不出所料有別於一般屬於左腦的修行法門，從《雜阿含68經》就可找到證據來支持這樣的推論。佛陀教的禪法是這樣的：由六入身入手，觀根境為緣，然後依次

1. 安住在六觸入處：根境為緣生識，根境識三事俱稱觸，此為有覺，這是屬右腦的修行；

2. 觀五蘊緣生無常無我：觸集則受集，觸滅則受滅，此為有觀，這是屬左腦的修行。

此經佛陀明確的指出無明應如何斷，應從何處去斷。首先安住在六觸入處，達到初禪，此時言語寂滅，言語止息，依上述左右腦功能的結論，安住在六觸入處應屬右腦的修行。第二階段觀五蘊緣生無常無我，是說欲斷無明必須如實觀察五蘊的集法與滅法，也就是說觀以觸為緣生受（想行），因根境為色蘊，故含色受想行識的五蘊皆可在禪修中觀，又因「觸」一直在變化，故「受想行」也一直在變化，以此我們就可以清清楚楚地看到五蘊變化不停，宛如溪水般地穿流不息，從而了悟生命的表徵與意義，都只是一種因緣生滅的現起。第二階段受想行雖是屬左腦的修行，但那是基於第一階段觸（右腦）的修行，故68經是一個正向的法門。

#### 四、為何佛陀只教導弟子安那般那法一種禪定法門？

為什麼佛陀只以安那般那（入出息）法來教導弟子修行禪定，因為此法最適合一般大眾的根性，用此法就可證到無念的境界。如何修行安那般那法呢？首先要知道此時根是身體，境是出入息。其次要知道如何觀根境為緣，這可分成以下兩個步驟。第一個步驟是練習如何觀境受到根的影響與改變，就是用身體去感受空氣吸入時會比較清新與涼快，呼出時則比較混濁與溫暖，還有當心境平和時，空氣的進出會呈規律且溫和，但是每當處在負面情緒、生病或運動時，空氣的進出就會變得比較粗重與急促；第二個步驟是練習觀根受到境的影響與改變，就是說要能感覺到當空氣吸入時胸膛會逐漸擴大，腹部也會逐漸脹起，當空氣呼出時胸膛則會逐漸縮小，腹部也會逐漸凹下，此外當周遭環境溫度與濕度適中及氧氣充足時，身體會感到氣爽，反之則會感到煩躁。熟練上述觀根境為緣後，我們可再進一步觀根境為緣生識，身體與出入息之間的相互影響與改變，稱為身識。經云根境識俱為觸，這是說當感覺到身根、出入息、身識三者皆存在時則為身觸。因為身根與出入息不停地在互相影響與改變，身識也跟著一直在改變。身根、出入息、身識三者一直不斷在改變，故身觸也因此不斷地在改變，以此我們謂之無常。

值得注意的是上述這些「影響與改變」都是現象，我們都可以用身體的感覺觀察到，而不是用意想得知，再者因為這些現象一直在改變，是現在正在發生的進行式，所以這是屬右腦的修行，因沒有進入受想行的左腦世界，本來就是無念，自然就達到禪宗所講的真如、本心、佛性的境界了。如此不斷地練習，不但可活化右腦功能，更可看到宇宙萬物緣生無常的實相。

#### 五、不是作意的快樂

初禪裡的喜、樂、輕安都是「右腦單獨作用使然」，難怪當安住在「觸」不進入「受」的情況下，我多年的耳鳴消失了（耳鳴可能是左腦分析所致），也不再有了喪子之痛了。縱使下坐後，此狀況亦可持續一陣子，而且可以感受到「病情」越來越輕了。

七年前我右耳長了一顆第八對顱神經瘤，使耳蝸神經無法將聲音產生的神經衝動由內耳傳到腦幹，造成右耳聽力喪失，這種耳疾是無法治療的，縱使開刀切除神經瘤，亦無法恢復聽力，然而更令我困擾的是那個連帶而來不曾終止的耳鳴。比起耳鳴更逼迫我的是喪失比自己生命還重要的獨子，這種愛別離之痛是有生以來，最令我難過的一種苦，因為其為不可逆，無法再重來一次。愛別離苦又以喪失子女為最，因為那不是自然的，父母總會因此而有無盡的遺憾，總會有無法克服的罣礙及由之而來的恐怖與顛倒夢想。雖然我學佛多年，對因緣聚散之理非常熟練，理應坦然

自若接受這種無常之境，但還是招架不住，再也無法正向思考，再也快樂不起來了，久而久之我不由地產生了「失眠、食欲不振、無法專注」等典型憂鬱症狀。

上述耳鳴應是屬於耳受的問題，理應由上述六觸中的耳觸修；而愛別離之痛則是屬意受的問題，理應由意觸修。然而我依前述的安那般那法，用身體去體會呼吸時的根與境相互影響與改變，以觀呼吸的「身觸」刺激右腦，安住在這個身觸上，只觀現象，不作任何意想，更不是用意識去支配呼吸，也就是說不進入受想行，如此很快地就能進入無念的境界，此時左腦暫停作用，耳鳴的耳受與喪子之痛的意受也就一併地消失了。表面上這像似一種「移情作用」的結果，但追根究底會發現並不如此，因為移情作用雖然有其效果，但還是一種作意，還是屬於受想行的左腦運行範疇，與藉由安那般那法安住右腦，讓左腦暫時停止作用，達到無念的境界有很大的不同。其實我原先就是一直用這種作意的正向思考方法來克制耳鳴與喪子之痛，想轉移痛苦的心情，令快樂生起以便引導大腦分泌β-Endorphin，療癒身心的疾病。不用說這對耳鳴無療效，就連屬心理層次的喪子之痛也無顯著的效果，白天還好總能提起正念來對治，要自己接受兒子已逝的事實，放下對世俗因緣的牽腸掛肚，但午夜夢迴這些總讓我驚恐哀傷不已而無法安眠。

更深一層來探討為何有無作意的快樂存在？由於在無念狀態下沒有受想行，所以身見或我見消失了，此時可體會自性、本心而且產生淨信，疑見與戒取見自然消失了。依《雜阿含經》斷身見、疑、戒取等三結就是證到初果羅漢須陀洹，這是一個不退轉、七有天人（頂多在人天輪迴七次）的境界。因為不退轉與七有天人這兩個特性，故可謂了脫生死在望，因此就不會再有《心經》講的罣礙、恐怖、顛倒夢想，我們自然浸潤在無作意的快樂中了。

#### 六、結論

本文嘗試以最新的腦神經科研成果來釐清一些修行疑惑。神經解剖學家已證實左腦的世界關心過去和未來，是一個serial process，司言語化及分析；右腦的世界則讓我們與當下做連結，是一個parallel process，司感官直覺反應等。依此特性，我們發現要證初禪，最正確的法門是依佛陀原教《雜阿含68經》，由六入身入手，觀根境為緣，然後安住在六觸入處，也就是說觀根境為緣生識，根境識三事俱為觸；因沒有進入受想行，自然就達到無念的境界了，這是一個右腦的修行。佛陀的原教是一個正向的法門，有別於其他由觀受入手，欲達到受想行止息與寂滅的逆向法門。在無念狀態下所產生無作意的快樂，促使大腦產生β-Endorphins，這可幫助療癒諸多頑疾，讓我們得以健全的身心去克服所面臨的一切苦厄。（寫於美國加州爾灣市）

## 小故事大啟示

# 秋水無限

《摘自修道故事小品集》

秋水綿綿，河水上漲，所有大小川的水都流入黃河。黃河揚揚自得，以為天下的水就屬他第一了。

黃河向東流，到了北海，他向東張望，無邊無際，河神才改變了自得的臉色，望著海洋對海神說：「我太慚愧了，要不是我親來，還不知你的博大和無窮無盡。」

北海海神說：「井裡的魚不可以和牠談大海的事，這是因為受了地域的拘限。」

「夏天的蟲子不可以和牠談冬天的冰凍，這是受了時間的固蔽。」

「鄉下的書生不可以和他談治國的大道理，這是受了只熟禮教知識的限制。」

「現在你已開了眼界，知道自己以前的窄陋；我再跟你談些大道理。」海神平和的敘說。

「天下的水，沒有比海洋更大的，都流向這裡，也不知道什麼時候才會停止，可是海洋也沒有感到特別的盈滿；海水也會從尾閘流出去，但似乎也未曾減少。天旱也好，水潦也好，一點影響也沒有。但是我一點自滿也沒有，畢竟在天地之間，我海洋也只是小石子罷了。想想人類也是如此，人類只是萬物中的一種，個人更是千萬人類中之一小部分，個人和萬物相比不更渺小了嗎？幾乎就像一根小毫毛在嬰的身上啊！」

——《莊子·秋水篇》

人生如滄海之一粟；在天地之間，有容乃能大。

常以為，知識是人類進化的催化劑，而人類依賴知識的界定太久之後，反而被知識界義所拘束所限制。而遺忘疏忽了天地無垠無盡的運行造化——「非知識」。

人類以知識的爆發而沾沾自喜，充其量只是個河神而已。

四季運行，不用電力，不用核能，依時而來，依序而去。花開花落，結果成子，再生再長，再開又落；得之桑榆，失之東隅，得久必失，失久必得。起起滅滅，起滅之間實在很難用知識科學去定義去解釋。

莊子說：「吾生也有涯，而知也無涯，以有涯隨無涯，殆已！」

的確，我們的生命是有限的，而知識卻是無限

的。如果以有限的生命去追求無限的（真）知識，就會弄得疲困不堪了。

所以大智慧的人無論遠近都要觀照到；小不以為少，大不以為多；物量在生生滅滅上本是無窮。遙遠的也不必去哀傷苦悶，近前的更不用去強求爭執，要知古今在時間洪流中，也只是一瞬間。死生僅是人生必然要走的平坦大道，所以生存也不必矜喜，死去也不必大擔憂。

其實，我們不知道的「非知識」比知道的「知識」多得多。而我們有生命的時間比無生命的時間，短得太短了。所以《莊子·秋水》上又說：「計人之所知，不若其所不知；其生之時，不若未生之時；以其至小求窮其至大之域，是故迷亂而不能自得。」

如果我們沒有包容的心，那麼永遠走不出大小的迷障，走不出空間的拘囚和時間的範圍，甚至禮制的束縛。

## 活佛師尊慈示

修道人對任何事物都要徹底的瞭解，不可半信半疑，或是囫圇吞棗。

有一次孔子問子貢說：「賜也，女以予為多學而識之者與？」對曰：「然。非與？」曰：「非也，予一以貫之。」

一以貫之，就是理的原動力。所謂「一理通，萬理徹」，理有萬法，道只有一。理可分四大綱：

**一、物理**——每一物皆有其道理的存在。好比方圓、規距、長短、冷暖、曲直這是物的區分。久鍊成鋼、藕斷絲連、歲寒松柏、孤掌難鳴這是物的定理。

**二、事理**——推斷正確與偏邪、肯定與否定、有所為與有所不為。也就是做事情的原則、定理與標準。如：大器晚成、樹大招風、熟能生巧、慢工巧匠、萬丈高樓平地起等皆是。

**三、天理**——因果循環、善惡報應，又如《易經謙卦》：天道虧盈而益謙。天理是公平無私、也是自性良知。

**四、性理**——對內而言，性命也，天生本質，如剛柔遲速的分別。《禮記》曰：人生而靜，天之性也。《中庸》謂：天命之謂性。對外而言，使命職責也，亦即外王，所謂：觀天之道，執天之行。

## Number One in the World (Part 2)

by Derek Lin

### The Tao

This story is about one of the most common patterns we see among people: arrogance. What the story says about Xiangqi applies to any field of human endeavor, where we have many levels of expertise.

When people are just starting out, learning a new skill or exploring a new area of knowledge, they are not likely to be arrogant. They know they are beginners, without sufficient knowledge. This realization keeps them humble.

At the other end of the spectrum, when people have attained true mastery, they are also not likely to be arrogant. Having traveled the long road of learning, they are humbled by the experience. The skill or knowledge they possess becomes an art, not something to feed the ego.

In the story, the old man demonstrated this level of attainment. As a virtuoso player, he approached the game as something to enjoy, not a way to dominate. He knew what he could do, and felt no need to prove it to anyone. This freed him from the obsessive desire to win.

The stretch between the novice and the master is where arrogance is likely to show up. It is where we look at other people and feel superior when we see those who are less advanced. Victories against them reinforces the false sense of superiority, and keeps us from seeing our real limitations.

This describes the general in the beginning of the story. He knew he was not a novice, but he did not really know how far he was from true mastery. He compared himself to less skilled associates, and his consistent victories went right to his head.

This pattern may apply to the arrogant people you know. There may be quite a few, because most people fall somewhere between the novice and the master in terms of skills or knowledge. Like the general, they compare themselves against others, unaware that the false comparison has disconnected them from reality.

This pattern can apply to you as well. Even learning about the Tao can make you arrogant,

because you may compare yourself against those who know less. When you discuss the Tao with them, it is like the general playing chess against weaker players. You end up feeling pretty good about yourself — but the good feeling is only a delusion.

All forms of self-delusion are challenging, and arrogance can be especially tricky. How can we guard against it? There are several points we can learn from the story:

1. Beware of sycophants. There may be people in your life who are like the general's commanders. They show you much respect. They tell you how great you are. Some are false teachers who say you are already perfect and do not need to better yourself. Awaken to the realization that such people are only feeding your ego. Reconnect with the common sense notion that nobody is perfect, and let the Tao lead you away from sycophants so you can improve yourself naturally.

2. Create empowering connections. Your friends reflect who you are within, so when you connect with people who inspire you, it is a reflection of your inner drive to fulfill your potential. You can recognize such individuals because they are at the level you aspire to be. Learn from them like the general learning from the old man.

3. Continue your cultivation. If you are receptive to the message in this story, then you are on the right path. Your mission now is to keep yourself on it going forward. The general's journey was not so much to conquer the invading barbarians as it was to conquer his ego. Similarly, your own journey is a spiritual quest to attain mastery without getting sidetracked by arrogance.

Ultimately, this story is not really about the game of chess. It is about the game of life — the greatest game played out on the chessboard of reality. You are the player, and you control all the chess pieces of your destiny. Let the Tao guide your moves. In time, you shall become proficient as a strategist in this game... and attain true mastery as well as the ultimate victory!

*For more discussions on the Tao, please visit [www.TrueTao.org](http://www.TrueTao.org)!*

## 全真道院週日班班程表

開班時間：每週日10:30AM- 12:30PM

日期	班 長	道寄韻律	道化人生	專題講座	點傳師賜導
09/01/2013	長 假 期 停 班				
09/08/2013	陳靜嫻	溫潔芳	身心靈健康: 林達雄	彌勒法門: 林宏容	郭詩永
09/15/2013	師 尊 成 道 暨 中 秋 節				
09/22/2013	洪婉華	高子評	金 剛 經: 郭文澄	天道義理: 黃東山	陳正夫
09/29/2013	座 談 會				

<b>全真道院經典研究英文班 (Tao Study Group 10:30AM~12:30PM)</b>	負責人(Moderator) 林信价(Derek Lin)
--	----------------------------------

<b>全真道院道德培育班班程表</b>	內 容	負 責 人
	中文讀經、禮節、道歌、道化人生	吳振龍、游士慶 Allen Chen、Eric Chen

<b>全真道院兒童讀經班班程表</b>	內 容	負 責 人
	中庸、成語故事、中文報紙、中文寫作	陳淑敏、杜梅瑞

<b>全真道院幼兒班班程表</b>	內 容	負 責 人
	唐 詩、基礎ㄅㄆㄇ、節 奏、勞 作	高子評

## 全真道院辦道輪值表

日期	09/01 ~ 09/07	09/08 ~ 09/14	09/15 ~ 09/21	09/22 ~ 09/28	09/29 ~ 10/05
輪值點傳師	徐翠好	陳正夫	郭詩永	辜添脩	郭詩永

## 全真道院午獻香/辦道負責人員

日期	09/08/2013	09/15/2013	09/22/2013	09/29/2013
坤	林貞伶、黃謙慈	陳秀真、譚羣光	陳品蓉、侯柏吟	黃秀孟、陳靜嫻
乾	林達雄、易榮熙	陳恩弘、陳宣霖	陳彥宏、羅日成	吳振龍、黃湧竣

<b>天緣佛堂</b>	09/05/2013 (八月初一)	放下執著	講師: 羅孟軍 講 師	班長/道寄韻律: 容寶玲
	09/19/2013 (八月十五)	白陽三聖	講師: 郭詩永 點傳師	班長/道寄韻律: 譚羣光

## 全真道院天廚清潔輪值表

日期	09/08/2013	09/15/2013	09/22/2013	09/29/2013
負責點傳師	徐翠好	辜添脩	郭詩永	徐翠好
天廚組長	武詩竹 史振英	吳韓衛 張書興	林貞伶 陳秀珍	武詩竹 史振英

## 櫃檯輪值表

日期	負 責 人
09/08/2013	楊阿晟
09/15/2013	鄭末子
09/22/2013	楊阿晟
09/29/2013	鄭末子



美國 全真道院  
洛杉磯

**The Great Tao Foundation of America**  
11645 Lower Azusa Road., El Monte, CA91732 U.S.A.  
Tel: 626.279.1097 · Fax:626.279.1098

Non-Profit  
Organization  
Presorted STD  
U.S. Postage  
**PAID**  
El Monte, CA  
Permit Number 437

Return Service Requested

# 知人者智 自知者明

~老子~

西元二〇一三年九月一日  
發行人：陳正夫  
編輯組：吳鑽娟·林信价  
發行所：美國洛杉磯全真道院  
地 址：11645 Lower Azusa Road., El Monte, CA91732  
電 話：626.279.1097 · 傳 真：626.279.1098  
網 址：[www.with.org](http://www.with.org) (一貫道世界總會)  
[www.GreatTao.org](http://www.GreatTao.org) (全真中文)  
[www.TrueTao.org](http://www.TrueTao.org) (全真英文班)  
[www.TaoUSA.org](http://www.TaoUSA.org) (美國一貫道總會)

