

正是时候读庄子

蔡壁名

6 齐物论莫若以明

6.1 告别负面情绪的方法

你可曾有过：

正要与至亲的家人，要好的朋友，至爱的情人，

由面对而对峙，由对峙而对敌的一瞬。

内心忽然喊停，进而转怒为喜，转危为安的经验？

因为能够理解体谅，因为瞬间同情共感。

站在几楼的高度俯看这座城市，才能无所偏蔽，完整照见？

登上哪个山头看人间，才能跳脱立场，公平照看？

心随境转，于是，记挂，悬念，牵萦，纠葛，原本争鸣于心的杂音，远了。

只像城市街头，路边夏树的一阵婉转。

此时倾耳静听，啁啾再悦耳，节拍再纷杂，不再因此乱气，动心。

昨日赴之一怒的，而今可以赴之一笑。

无妨了。

可憎，也可怜。可恼，也可爱。

敌人不复对敌，是手足。

太爱太可悲，执手也可放。

眷恋不复执迷，天涯亦若咫尺。

当衡量, 评比高下的尺, 从功成名就, 财源广进 (或居仁由义, 取义舍生?)

转换成心宽身适, 健步如飞.

则人间世的标杆, 历史的典范, 也将随之翻转, 易位.

巨大的, 渺小了. 非要不可的, 淡然了.

你有工作吗?

有啊!

你做什么? 我做建筑师, 给人设计安全舒适的房子. 那你呢

我做面摊啦, 下面给深夜未归, 饿肚子的人.

我的肠胃因你温暖. 你的屋舍因我而得以避雨遮风.

我们的生活, 因彼此, 因芸芸众生而完整.

一己生命才得以在其中, 常养真气, 静定心神.

鸟躁枝头, 一树仍多异议. 夜鹭群聚, 众啾一词: 非征讨那些白昼乱飞的异类不行...

夫随其成心而师之, 谁独且无师乎? 悉必知代, 而心自取者有之, 愚者与有焉. 未成乎心而有是非, 是今日适越而昔至也. 是以无有为有. 无有为有, 虽有神禹且不能知, 吾独且奈何哉! 夫言非吹也, 言者有尝有言邪? 其以为异于穀音, 亦有辩乎? 其无辩乎? 道恶乎隐而有真伪? 言恶乎隐而有是非? 道恶乎往而不存? 言恶乎存而不可? 道隐于小成, 言隐于荣华. 故有儒墨之是非, 以是其所非而非所是. 欲是其所非而非其所是, 则莫若以明.

好, 我们来看.

《齐物论》很长啊,

我们在第一段提出一个人叫什么? 南郭子綦.

然后提出一个理想得境界,

那这个境界到底要怎样达成?

我们要去了解为什么这个境界达成不了.

为什么我们不能和南郭子綦一样整天心情很好，没有任何负面情绪。

为什么我们得身体不能跟他一样，觉得这么轻松，没有任何得不适。

那庄子在第二段为我们解析答案是什么，是莫知所萌。

我不知道为什么我今天就特别背，

很多得灾难就横在我得眼前，所以觉得非常地苦恼，

你会觉得我被气得要死，我被伤了，我被骗了。

可是《庄子》莫知所萌这段告诉我们什么？

到底这样得负面情绪是谁导致的？

让我们抓出凶手，一个负面的事件要抓出凶手并不容易，

尤其如果你永远觉得凶手当中没有你自己的话，可能你就只能随人宰割了。

然后第三大段我们讲莫若以明。

其实庄子要告诉我们一个方法，

这个方法可能可以让你脱离那种你觉得你被宰割，被伤害，被气得要死得状态，

所以我们现在进入第三大段。

夫随其成心而师之

首先庄子为我们解析，他说夫随其成心而师之，什么叫成心？就是成见。

你说老师，那你从开始教我们，就是希望我们把《庄子》学好，这算不算是一种成见呢？

所以我们要了解什么叫成见。

成见是一家之偏见，就是它没有一个放诸四海而皆准的价值。

你说，老师，这个多元价值的时代，哪来的放诸四海而皆准的价值？

当然有啊，不信你去参加 2015 的跨年，大家会一起喊 Happy New Year.

有一个人喊祝你倒霉，揍他一巴掌，对不对？

可见 Happy New Year 我们希望每个人都快乐很幸福, 就是一个放诸四海皆准的价值嘛.

所以呢, 他这里讲的成见不是说你要有一个定见, 有一个想法就是成见, 不是, 懂吧.

就是你有偏见, 更可怕的是, 我不知道同学你们生命中是否有经历过这样的岁月?

就是你回到家, 爸爸妈妈说什么话, 你就会说,

可是老师说什么, 你这辈子说过一次这个话的举手,

哎, 好多人, 我们都尊敬老师啊, 可是什么叫成见呢? 就是那个老师不是别人, 就是你心里的成见.

谁独且无师乎?

然后庄子问了, 这世上谁能独独没有成见?

于是我们想, 有一种人可能没有喔, 就在上一段才出现,

我们说, 喜怒哀乐忧叹变执姚佚启态.

乐出虚, 蒸成菌, 日夜相代乎前,

奚必知代

这些负面的情绪有一个人能看透, 这些情绪就在你心里跌荡搅扰,

那能看穿这一点的人, 是不是就没有成见?

庄子说, No No No.

奚必知代, 何必一定要

知代就是刚刚讲的知化

知道人的情绪会这样起伏变化的人, 哪里是这样的人才有成见?

而心自取者有之

他知道他自己有这样的起伏变化, 不是只有他有成见, 而心自取者有之,

什么叫自取? 就是你自己

这个自就有偏的意思, 取就是执, 你偏执一己之见的人, 也有成见.

你说，老师，那人一种人他很傻，很傻的人是不是就不会拜自己为师了？

愚者与有焉。

庄子说，错了，即便是傻瓜，也会拜他那傻瓜成见为师。

所以，你会发现，原来成见这东西人人都有，

未成乎心而有是非

真的是这样吗？庄子更斩钉截铁地说，未成乎心而有是非，

如果说有人心中没有成见，这句话就像什么？

就像太阳从西边出来，就像地球变方了。

你说，啥？古人也这样说吗？

是今日适越而昔至也。

不不不，古人不这样说，他们说，今日适越而昔至也。

那就好像今天我才出发到越国去，

你告诉我，我昨天就到了，那才怪。

那是古人用来描述我们讲太阳从西边出来。

简单讲，这是不可能的事，所以人人都有成见。

是以无有为有，

是以无有为有，

如果今天你要说，把没有当作有，是我诬赖别人，这是不可能的事。

无有为有，

无有为有，要把没有说成有，这件事有多困难？

虽有神禹且不能知，

虽有神禹且不能知，就算神圣英明的大禹，

这个夏大禹，我们知道中国古代的圣王嘛，大禹治水，三过家门而不入，我们都知道的，

就算夏大禹这么英明，他也不会知道没有怎么变成有，

吾独且奈何哉！

那我，吾独且奈何哉，

更何况是这样的平凡人呢？我怎么有办法去了解没有变成有？

那你这里觉得很奇怪，你说大家都没有成见就好了，为什么要转这句话？

其实转这句话我就嗅到一种好像《老子》快要开始挨骂的味道

因为天下万物生于有，有生于无，

道可道，非常道，名可名，非常名，无名天地之始，有名万物之母，

这老子的学说嘛，对不对。

你要把没有说错有，说天下万物生于有，有生于无，

他说这个再聪明也听不出来，我隐隐然嗅到这样的味道。

异于穀 (gou) 音

你今天说的话与枝头的鸟叫声，来日回首，意义可有不同？

接着庄子说啊

夫言非吹也，

夫言非吹也，他说，我们讲的话啊，就是跟风不一样，你说风有什么特色？

各位同学，风有它一定的方向，

如果你很注意你的家，它是座哪里朝哪里，

你就知道太阳都从那边升起，冬天都那边最冷，

你大概会知道，风是有一定的型态，

今天是龙卷风，今天是微风，今天是暴风，

可是言语不一样，言语哪里不一样？

言者有言，其所言者特未定也。

言者有言，其所言者特未定也。言语非常地不确定，

它可以一下像东风，一下像北风，一下像南风，它随时都可能改变，

各位同学，没有统一的定论。

如果你到今天还没有感受到人的言语的不确定性。我只能说，你在感情上一定缺乏历练。

我听过很多，总是要年过半百吧，可能是我母亲的朋友，

然后我就会听他们讲，这个男人要变天是不会挑礼拜几的，

所以大概只有二十岁的人会执迷于一句话，会来问老师说

老师，他变心了，你可以告诉我，他为什么要变心吗？

因为她眼泪就快要掉下来了，所以我不能告诉她我心里的 OS(off screen, 画外音, 旁白之意)

你可不可以告诉我，他为什么不会变心呢？但我不能说

她接着问，老师，他今天如果甩了我，他那时为何要追我？

我在想，我要怎么样回答她，我还是不能让她听到我的 OS，

因为他如果不追你，他今天没办法甩了你，这一切都是这么地自然

可是你有成见地人，你又觉得有一个人爱上我，

就应该像那个瞬间胶，及时胶就这样地黏住了，而且永远不能拆散，

那种胶很少，可是你有这样的成见所以你很痛苦，

直复看尽洛城花，始共春风容易别。

不知道我母亲当年我比较年轻的时候，听那些年过五十的女人，

总是这么悠悠地讲起人变心这件事，而且她们不会觉得怎么样，

就好像给你说，昨天下雨了，这么地自然。

可能是有点人生历练吧，了解了人的言语地不确定性，

然后终于明白，当一个人跟你说，我永远爱着你，这句话表示什么？

这句话有可能是真的，就是哪一秒钟他曾经想过要永远爱着你，你这样理解是非常精准的，懂吧？

这不愧为是一个修过《庄子》的人了。

这时候回头你会问，我问我的学生，每个人发一张白纸，

各位同学，请写下你这辈子听过最感动的一句话，

没有，没有人对我说感动的话，觉得自己过得非常地不好。

好，那这些想不出来的同学，请你写下你这辈子对别人说过，你觉得最动人的一句话，

想一想，好像也没有。

果有言邪？其未尝有言邪？

果有言邪？其未尝有言邪？那如果真的是这样，

其以为异于穀者，亦有辩乎？其无辩乎？

其以为异于穀者，亦有辩乎？其无辩乎？你会以为你你说的话，跟外面鸟叫声不一样吗？

可是庄子居然说其果有言邪？其未尝有言邪，

你说的话你真的说过吗？还是你说过就好像没说？

有一天你的话被别人回忆起来，他也是写不出一句从你嘴巴吐露过的动人的话。

于是庄子就问了，你以为你的声音跟小鸟鸣叫不同吗？

各位同学，在这里用功的同学，

有复习《逍遥游》的同学是不是感觉到了？

蜩 (tiao) 与学鸠 (jiu) 笑之曰，斥鷃 (yan) 笑之曰

那些小小鸟，自以为地位很崇高的人

自认为自己最有学问的人

也许后代的人已经尊奉你为先秦诸子了

可是庄子要问你们说过的话真的跟外面树上的一阵鸟鸣

或是笼里的一支鸟鸣, 有所不同吗?

亦有辩乎? 其无辩乎?, 还是没有什么差别?

这时候我们就要从人的话

这时人的话和鸟叫声, 转移到很多人士的一些话

或者很多人自以为说过的话

是宇宙中最珍贵的道理

道恶乎隐而有真伪?

庄子要问了如果这个宇宙有真正的, 最成功的道理

道恶乎隐, 它为什么被隐蔽了? 而有真伪.

然后这世间上的言论, 居然出现真真假假

而这么多不同的《庄子》诠释, 到底谁的是真的谁的是假的?

言恶乎隐而有是非?

为什么真正的《庄子》要被隐藏, 在这么多说法完全的不同的《庄子》书里?

言恶乎隐而又是非

这时候可能就会有一些作者开始吵架

如果他们有机会见面的话或是面对读者的质询的话

唉, 蔡壁名, 你怎么缘督以为经的诠释

天之生是使独也的诠释跟目前市场上的诠释不一样啊?

怎么跑出一些身体的操作呢?

你是不是骗人呢? 哇, 于是我就跟大家吵了起来

为什么会有这些争执？

如果真的跟《柯南》讲的，真相只有一个，那为什么它会被隐蔽了呢？

道恶乎往而不存？

道恶乎往而不存 甚至于真正的道理哪儿去了呢？

为什么它应该是无所不在的啊，真理

为什么我们今天诠释《庄子》

有时候我们看注疏家写的

好像点到了，可是你要拿来操作又觉得不够

于是你开始思考

这些《庄子》的注疏家就是历史上真的最理解《庄子》的人吗？

还是可能是陶渊明，是李白，是苏东坡？

这些人在他们作品里面出现了读《庄子》的一些心得的札记

会不会比这些注疏家更贴近庄子的原意？

这些都是我们要思考的喔

言恶乎存而不可？

言恶乎存而不可

为什么这个世界上有时候留下一些言论

让我们觉得实在不太能认可？

我听到一段广播，非常有意思喔

它是说这个小朋友他在学校学游泳

然后老师呢，就给小朋友绑的带子颜色不一样

你游得特别好，你就是红带高手

你游得不错,你就是黄带中手

你游得不好,你就是黑带低手了

这个家长非常地愤怒

当他的孩子告诉他这样地一种分别

他就想要去跟老师吵架

这个家长代表的就是当代的价值,你们懂吗?

就不可以让小朋友知道他比别人差

你要告诉他,孩子你是最强的

你今天如果成绩不好,你肯定是脑子好但不用功

你今天如果家政做的不好,那你肯定是会打篮球

所以我的孩子,你们都是全世界最好的孩子

这是我们现在很喜欢的,鼓励的教育嘛

可是想不到当这个妈妈跟她的孩子说

我要去学校骂你们老师,他怎么可以这样伤害你的自尊?

她的孩子说,啥?

妈,这样为什么会伤害我的自尊呢?

你知道我一个礼拜就只去泳池练习一次

可那些拿黄带,红带的,他们有的天天去练习耶

我觉得这样好公平喔,没关系啊

我只是不会游泳,我会做家事嘛

他妈妈忽然觉得自己很肤浅,她不应该找老师抗议

我要讲的是,有时候这个世界上剩下的一些言论

它叫我们要这样鼓励孩子

当然和我的家庭教育不太一样

可是我觉得我会这样子鼓励别人, 那个对象不是孩子, 是我养的狗

我每一次去遛狗, 有一阵子它有点, 胃肠不好, 有点便秘

所以它只要大小便顺利, 我就跟我母亲很不自觉在旁边拍手说

好棒, 好棒, Yuri, 好棒, Yuri, 尿尿了

然后讲了这句话, 我跟我母亲两个就会相视大笑

就为什么它今天尿尿或便便, 是一件这么值得鼓励的事

可是如果你今天说, 孩子优缺点都不能跟他讲

你也不能跟他说人可以更好

你只要鼓励他, 你就这样, 就好了

妈妈就爱你原来的样子

然后等你谈恋爱以后

我们现在的时代氛围

我们要告诉所有你爱的人说

我爱你, 我爱你一切的优点跟一切的缺点

请你千万不要改变你的缺点, 这句话是什么意思你们知道吗?

如果你今天爱上一个人

他的体脂肪非常地高

但你和他谈, 我爱你的全部

那他只好完全不动

维持一二三木头人不动的状态, 永远不要运动

就让他肥死, 让他变不健康

这太不合理嘛, 懂吧

可是为什么有些言论似是而非, 好像就在这个时代广泛流传了?

道隐于小成, 言隐于荣华.

道隐于小成

庄子说, 因为真正的道理, 被有限的成就隐蔽了

不是没有成就, 他说的不是完全没有道理

有的人真的需要鼓励

我是搞传统医学, 我非常了解

那就好像如果有一个人, 他真的阳虚, 阴气虚

他很容易怕冷

你和他谈, 不要怕, 直接冲冷水澡

越冲越勇, 那他就完蛋了, 你懂吧

可是有的人真的已经很不怕冷, 你说你要再锻炼的话, 可以早上冲冷水

你要对待不同的体能的人, 不同的心情的人讲不同的话

而不是一味地批判, 也不是一味地赞美

道隐于小成, 所以有点道理的话, 使得真正的道理被隐蔽

还有呢, 言隐于荣华

什么叫荣华, 就是好听的话啊

什么叫好听的话? 就你听了会注意的话啊

那听了会注意的话, 通常就是离经叛道, 你才会注意嘛, 对不对?

如果今天跟你说

各位同学，你们都要好好做好份内的工作，不归你的就别想要

有谁会想重复这句话？

好无聊，听了转头就睡了，可是如果现在，我们那个年代，我年轻的时候

电视上忽然出现一句话，一句广告

只要你喜欢，有什么不可以？

大家听了好乐，解放了，自由了

可是这句话的背后，

只要你喜欢，卖毒油有什么不可以？

反正你变得很有钱

只要你喜欢，稍微害人一下，只要不被抓到，有什么不可以？

其实这句话有很多的流弊

可是因为它很好听，因为它很酷，所以我们完全完全就被它蒙蔽了，言隐于荣华，因为好听嘛

所以老子呢，老子讲过一句话，信言不美，美言不信，

他说真话都不好听，好听都不是真话

可是我们常常会不想听真话

老套，你要说别人老套的时候

老生常谈，你要去想，为什么这句话会被重复这么多次？

有没有可能它是真话？

只是它被重复太多次，你就不重视了啊

接着接着，接着庄子要接多可怕的话？

他要接，就在他刚说完

有些人的话其实只是一阵鸟鸣

有些人的学说只是小成

他讲到这，他接的不是任何一个老百姓的学说

不是你我在坊间的议论，是故有

故有儒，墨之是非，

所以才会有儒家跟墨家的是非争辩

以是其所非，而非其所是。

儒家说爱有亲疏，爱有差等，墨家说兼爱

这两种语言我绝对都可以把它说得非常有道理

你可以说，你怎么可以爱自己的老婆跟爱隔壁邻居的老婆一样？

那不是一场灾难？哇，好有道理啊，爱有亲疏。

那墨家怎么说有道理？

今天有两个人需要你帮助，一个是你的亲人，一个是路人

可是去帮助他，去为善的你，你去做这件善事，都是用你短暂生命中的一个小时，两个小时，因为你爱你的生命，所以你都全力以赴

哎，好像也应该兼爱，对不对？

所以嘛，他们就吵起来了

当然我可能把墨家的兼爱解释到最理想的状态了啊

然后呢，儒家很重视音乐的教育，墨家说，大家都穷死了，先有得吃吧

先吃安全得油，再来听音乐吧，哎，好像也合理，对不对？

可是音乐又可以陶冶人性情，哎，好像真的都很有道理喔

然后，儒家厚葬，子生三年，然后免于父母之怀，所以自己得至亲死了，古人他守丧三年，而且要厚葬

多么有道理，一个人如果连父母之恩都不懂，那他如何感念天地间的恩情？

可是节葬呢？假使我们接受了庄子或一些宗教的灵魂观，我们觉得生命是永恒的

今天父母亲的魂魄已经离开这个身体了，那我们很尊敬地埋葬他，我们地棺木真的要耗费这么多地木材吗？还是金属？

哎，你会发现其实一个理论两边说，都有它说得通得地方，更不用讲儒家是怎么样？远鬼，敬鬼神而远之

墨家，明鬼，你说理性主义啊，西方科学我们这时代不谈鬼神的

可是你随便去看古今中外任何什么破案档案

物无所彼，物无非是。自彼则不见，自喻则知之。故曰彼出于是，是亦因彼，彼是方生之说也。虽然，方生方死，方死方生；方可方不可，方不可方可；因是因非，因非因是。是亦彼也，彼亦是也。彼亦一是非，此亦一是非。果且有彼是乎哉？果且无彼是乎哉？彼是莫得其偶，谓之道枢。枢始得其环中，以应无穷。是亦一无穷，非亦一无穷也。故曰莫若以明。

以指喻指之非指，不若以非指之非指也；以马喻马之非马，不若以非马喻马之非马也。天地一指也，万物一马也。

可乎可，不可乎不可。道行之而成，物谓之而然。恶乎然？然于然。恶乎不然？不然于不然。物固有所然，物故有所可。无物不然，无物不可。故举莛与楹，厉与西施，恢诡谲怪，道同为一。其分也，成也；其成也，毁也。凡物无成与毁，复通为一。唯达者知通为一，为是不用，而寓诸庸。庸也者，用也；用也者，通也；通也者，得也；适得而几矣。