淮南格物说第二套功夫（诚意）之二——肯认真乐

一、一觉已除和肯认真乐的关系

常人的心，就像是上课打瞌睡的学生。他时而睡着。睡着时，他脑袋猛地下坠，头一点，便又突然惊醒。惊醒之后，用不了多久，他又慢慢把头低下去。

常人的心，经常是私欲做主宰，这时候，就如昏昏欲睡的状态。而一觉得不对劲，这个当下一觉，就是一点头时，那一刹那的惊醒。一觉已除的功夫，也就是在你猛地一惊醒时，当下安住在这个醒的状态。你猛地一惊醒，此刻，你已经醒了，不用去别处寻一个“醒”。

我念初中的时候，上课打瞌睡，猛地一惊醒，意识到不能睡了。我就把一本大课本卷成一个纸筒，支撑住我的下巴，以免再睡着。可这么一支撑，反而没多久又舒舒服服睡着了。

我们的心，也是一样，觉得不对劲的当下，已经是良知做了身心的主宰，以此应事，便是物来顺应。如果一觉的自己不对劲，那就立刻找各种概念的支撑，内心状态的支撑（比如去静坐，去读书），这都是失去了最宝贵的真机。  
我初中上课打瞌睡，还有一个经验。在我猛地惊醒时，我的脑子会精明一阵子。如果这一阵子，我只竖起耳朵去听课，我就心安理得得去运用这个精明，可能我十几分钟，乃至整个课都不会睡着。而且这段时间的听课过程，很愉快，很带劲，很轻松。但是，如果我十分担心：我会不会一会儿又睡着了呀？这时候，这个精明感，清清明明的感受，很快就会消失。

第二套功夫，是间断的时候做的功夫，是在我们的心暂时偏离本体的时候，不时地回到本体上来的功夫。这个是绝大部分人所要做的功夫。走到大街上去，路上站着的，车里坐着的，小店门口躺着的，形形色色的人，基本上，心体都处在时时间断又时时回到本体的状态。大家的良知，时时昏睡，又时时猛的一醒。再好的人，也有昏睡的时候，再糟糕的人也有猛地一醒的时候。这是我们心灵的现状。而第二套功夫，只是1要我们在昏睡后猛地一醒时，顺应并且强化这个良知的敲打，并且2在醒着的时候，以一种最合适的身心状态，让这个良知没有障碍地运行。（亦即肯认良知运行时的真乐，让这个真乐乐得理直气壮，乐得尽可能地持久不断）第1点，是上一讲的主要内容。第2点是本讲的主要内容。虽说我们不做功夫，良知也会时不时猛醒一下。但是，做不做功夫，差别太大了。比如说拆房子。一个房子，放在那里，它也会自然破败，风化，坍塌。但是，时间恐怕要几百年。我们如果我们开挖掘机，几天也许就能把房子拆掉。而且，这个挖掘机不是我开，是良知自己开。我只要不再前面挡路，也就是全部的功夫。

1. 对良知运行之真乐的肯认

我们看一下，第一讲提到过的一个案例。

子谓王子敬：“近日工夫如何？”对曰：“善念动则充之，妄念动则去之。”问：“善念不动，恶念不动，又如何？”不能对。曰：“此却是中，却是性。戒慎恐惧，此而已矣。常是此中，则善念动自知，妄念动自知，善念自充，妄念自去，如此慎独，便是知立大本。”

王子敬：“善念出来的时候，我就实现它，妄念出来的时候，我就去除它。”

（王子敬所回答的是心学中十分常见的为善去恶的功夫。看言辞，他也像是正在仔细做这个功夫。王子敬像是成绩中等的小学生，他努力学习，好好完成作业，但就是没有抓到学习的把柄，学习来比较累，常常“硬着头皮”做事情。这就是泰州学派常常批评的：功夫“把捉”，不自然。心斋原本问他自己最近功夫做得怎么样，这是一个十分个人化的问题，而王子敬的回答却是一个十分普遍的对功夫论的同行说法。亦即：心斋想要和他切身地谈谈功夫，而王子敬则不太切身地答回去。）

心斋：“要是善念没有出来，恶念也没有出来呢？”

王子敬没法回答。

（心斋这个问题十分尖锐。王子敬做功夫没有一个头脑，所以随大流，跟着别人后面做功夫。你要是问他善念恶念都没有的时候怎么办？他一下子懵了，不知道怎么办。就这个“懵了”，就这个“不能对”，恰恰是从一个虚妄的自我，走向真实自我的契机——不再跟着别人的脚跟后面做功夫了，不再搬弄人家的陈言了，直接面对当下的人生问题！）

心斋说：“你这样的状态，反而是中。（不知道怎么做，那就不知道怎么回答了！这就是真是心体的发用。）戒慎恐惧的功夫，也就是你的这个‘不能对’了（而之前，我一问，你张口就说，一套一套的，那就是信口说，是虚说妄说，而非戒慎恐惧）。你常常如此，常常保守这个活泼泼的本心（也就是中体），那么不管善念恶念，随它们怎么来，你都是这个本心去应对。你自然做到善念充，恶念去（原先，你说得是“行仁义”，而这时，你才是“由仁义行”）。你这样做慎独功夫，就立了生命的大根本了！”

王子敬做功夫的时候，造作比较多，此时不能对，反而是真体呈露。真体呈露，心斋就大加肯定，让王子敬把这个真正的本体看清楚。如果没有心斋的这个肯定，王子敬也许不能从内心中肯认自己此刻的状态，而且会觉得这是不好的状态，是尴尬的状态，就会想要离开这个状态。不能安住在这个状态上。

上一讲，当下一觉。常人面对当下一觉，常常觉得一觉是很糟糕的，觉察到自己有问题，这还得了？感紧遮掩逃避这一觉。这一讲，很多人正处在安于本体的状态中，他却不能安心乐意地安住于本体。以上两种情况，都是人为的造作！人的心是很活泼的。阳明把心比喻成天植灵根（《管子》也是这么说），心是上天种在心中的一个活泼泼的活根。它时不时发芽萌蘖。而人的造作，每每把发出的芽给掐掉。

王子敬不能对，就是不能对，是心安理得的不能对，安心乐意的不能对，心广体胖的不能对，从容儒雅的不能对。这个不能对，是心体所发。凡是心体所发的行为，都属直心而行。直心而行，一定是简易直截、从容快乐的。不可一不能对，就开始担心了——老师会不会觉得我太差劲啊，我这样是不是难以悟道啊，我这样是不是会被一旁的学友看轻啊……一旦有这些想法，这个原本从心体发出的不能对，就开始被人为地扭曲，心体的流通也就此中断。

心斋诗曰：“东西南北随吾往，春夏秋冬任彼除。”东西南北，我想往哪儿走就往哪儿走，春夏秋冬，随他怎么变迁。这是一直直心而行的状态。这个状态，就是孟子说的“以直养而无害”，这就是养浩然之气。

这种浩然的感受，是理直气壮，是直心而行，是君子坦荡荡，是真正的大快乐。《乐学歌》开篇说“人心本自乐”，就是说得这个本体之乐。阳明先生说，人遇到丧事，至亲之人去世，“须是大哭一番，才是真乐”。这个真乐，也就是此处的乐。这个乐不是一种情绪，情感，而是人安住于本体的一种自得。

这个乐也就是“意趣”。泰州学派的学习，是充满意趣的。你会觉得有意思，有趣味，而且这个趣味是从生生本体上来的。一庵先生说：“才没意趣，便是功夫间断。”王子敬不能对，如果他不能对，觉得尴尬，这就没有意趣了。

这个意，就是生意，就是天地间生生不息的意思。安于这个生意，就会觉得快乐，充满意趣。这个快乐，就是“真乐”，这个意趣，就是“生趣”。人珍重此生趣，生意，不造作，不遮掩，就是诚意。想偷东西，我就说自己想偷，做个真实的奸人，这个不是真诚，是伪诚，这个不是诚意。诚意，就是诚这个生生之意。这个生意流行的本体，就是仁，就是“独”。一庵先生谓之独体。

所以，心斋在肯定王子敬的不能对之后，让他如此慎独。就是敬慎此仁体，此独体。心斋说执中，也就是执此仁体。

心斋：“程子曰：‘一刻不存，非中也。一事不为，非中也。一物不该，非中也。’知此，可与究执中之学。”

程子说，哪怕有一刻，这个中不存于心中，就不是真正的中。哪怕有一件事，不能体现中道，就不是真正的中。哪怕有一物，不能被这个中涵盖，都不是真正的中。知道程子的这个说法，才能开始谈“执中”的学问。

学者执中，时时刻刻都浸润在“中”里面，可谓“造次必于是，颠沛必于是”。执中，不是遇到一件事情，拿中道的标准比对一下，我做得恰不恰当（这是落入后着）；而是一切从中体发出，也就是一切直心而行，除了直心而行之外别无伎俩。并且，须时时刻刻个快乐的状态，理直气壮的状态，时时刻刻肯认此中。用孟子的话说，这个就是“由仁义行”，而不是“行仁义”。

我们来看三段心斋先生的话：

A心斋：“学者不见真乐，则安能超脱而闻圣人之道。”

学者如果看不到真乐（发自仁体，直心而行的乐），又怎么能超脱世俗人情的牵绊，进而听闻圣人之道呢？

人如果没有见到这个真乐，没有对此真乐的肯认，也不知道这个真乐比什么都重要。那么成天就会在各种感官欲望上奔驰，尽管真乐常常自己呈现，但每每被他忽略，压制。最后人生的路会越来越窄。真乐的自身呈现也越来越少。

心斋说：若得吾心有主张（真乐就是我心的主张。）

便逢颠沛也无伤，（哪怕遇到人生颠沛之时，也对自己没有一毫损伤。乐吾先生倾家荡产的时候，只道：“三间茅屋归新主，一片烟霞是故人。”我那三件茅屋有了新的主人了，天上一片烟霞还是我的老朋友。造次必于是，颠沛必于是，处境不论造次颠沛，心中永远不改其乐。）

寸机能发千钧弩，（小小的机关能触发千钧力道的强弩，存机就是主张，就是真乐。）

一舵堪驱万斛航。（一个船舵，能驱使千万里航程。）

动静云为皆是则，（无论动时应事，还是静时自处，一切都是天则，身心全在真乐之后，没有一毫人欲安排。）

穷通夭寿只如常，（无论人生艰困还是通达，无论是夭是寿，我只视之如平常。常，也就是乐。乐是心是本体。）

愿君学到从容处，（希望您学的快乐自在，终日在这真乐之中。心斋说，天下之学，惟圣人之学好学，不费丝毫气力，有无边快乐。）

肯为区区利欲忙。（怎么会为世间那么一点利益和欲望忙碌呢？）

学者如果能见真乐，肯认此真乐，终日不离此真乐太远，以至于终日安住于真乐，区区利欲便不足以入胸中。这边是圣人之道。

B心斋：“天性之体本自活泼，鸢飞鱼跃便是此体。”

宇宙的本来面貌（也是人的本来面貌），这个本体，它本来就是活泼泼的，鸢飞戾天（鸢鸟高飞在空中长啸），鱼跃于渊（鱼儿一跃而入深渊），一切这么鲜活，这就是宇宙本来的面貌。也是人心本来的面貌（因为人也是这个宇宙的造化。）

一位学生，做功夫比较拘谨，失去了活泼泼的样子。心斋就指着一旁砍树的人说：“他没有做功夫，砍树也砍得十分自然顺手。”言下之意，你这做功夫的，失去了活泼泼的本体，还不如不做功夫。而看书的人，他没做功夫，但是砍得高高兴兴，砍得喊着号子（“嘿嘿呵！嘿嘿嗨！……”）这个号子里面，有此时人和斧子树木在砍树这一行为中的默契，有对这份工作的满意，有当下家庭生活的幸福快乐……这个乐是涵盖樵夫的整个生命的快乐（一物不该，非中也。），这个快乐本身给了他巨大的人生力量。你要他不砍树，他在家里也许还闷得慌。所以，樵夫虽然没有做功夫，实际已经时时刻刻在肯认真乐本体。心斋的弟子，朱光信先生，就是这样一位樵夫。在有人请他讲学，要他放弃樵夫生活的时候，他是不乐意的，而且说对方不是真的爱自己的学问——自己的学问全在砍树的快乐中。

心斋的大弟子，波石先生，一开始做功夫的时候，也没有活泼泼的感觉。有一回，心斋和波石在月下散步。心斋和波石谈论天文，波石言谈时十分拘谨，唯恐自己言行失当。心斋先生见此情景，严厉地说：“你这是天地不交，否卦之象！”又有一天晚上，心斋和波石路过一个小沟渠，心斋一跃而过。心斋回头和波石说：“你也要放轻快一些呀。”心斋这么一说，波石反而更有些拘谨了，好像丢了什么东西一样。

心斋的这些指点，都是在给波石先生指点出那个活泼泼的本体。后来，波石先生回想起这些事情，说：“从前辜负此翁，为樾费却许多精神！”（以前，我辜负心斋先生，他为我徐樾耗费了好多精神啊！）

C“日用间毫厘不察，便入于功利而不自知。盖功利陷溺人心久矣。须见得自家一个真乐，直与天地万物一体，然后能宰万物而主经纶，所谓，乐则天，天则神。”

日常生活中，一点点地方不察觉，就进入了功利的世界，自己还不知道。这因为功利心使人陷溺在其中太久了。我们必须看到自身身上一个真正的快乐，这快乐直接和天地万物是一体的。看到这个快乐（肯认这个快乐），而后可以主宰万物，主宰世界的运行。这就是“乐则天，天则神。”

淮南格物的第一套功夫，是机缘巧合的时候，去见善，去体仁。那是事后功夫。

这里的第二套功夫，则是当下功夫。王子敬不能对，这当下就是本体呈现，当下就在快乐之中。我们此刻就可以开始做这个功夫了！

我在东台博物馆做这一讲时说：“我在这里讲课，陈馆长高兴地支持，张弦兄等诸位工作人员乐意地帮助，而我只是兴致盎然地讲课。大家在这里听课，聚精会神，神情喜悦。这时候，心思杂念一毫也不能进入心中。此刻，在座的学友，你我直心而行，安心乐意，当下只有快乐。我们当下可以感受这个直心而行的快乐，肯认这个快乐。如近溪所说：居天下之广居，行天下之达道！（天下是我广阔的家，我在这个家中居住。天下是我的大路，我在这条大路上行走。）”

放在淮南格物的体系中。格物致知就是真实体验到身为本，体验到万物同此生生不息的大身，体验到天地间的真实快乐。这是第一套功夫。诚意就是真实得安住于此万物一体之大身，真实地让自己的身心保持在这个真乐之中。

1. 定静安虑得与肯认真乐

在第二讲，我们介绍过“定静安虑得”和立本安身的关系。那个地方，我们把定静安虑得视为一个事后反思的方法。这可以归入第一套功夫——在事后，用定静安虑得，对照平时的一些生活状态，以此来格度体验自己和世界的关系。

我们也可以换一个角度，从肯认真乐的角度看定静安虑得。

真的安身了，一定是定的，所谓定，就是时时刻刻在根本上求，不在末上求。凡事反己，不去责人。不怨天，不由人，意志凝一。如此，则天地万物依于己，而不是己依与天地万物。不会患得患失，不会有孟子说的“一朝之患”。

一庵先生讲颜子屡空，说常人有一两次处境匮乏就不行了，而颜屡屡匮乏也不改其志。颜子心中认定了这个真乐，便只从这个真乐本体出发，从本心出发，不会收到外在境遇的影响。这就是定。

一庵先生说颜子不迁怒，是说颜子安住于真乐本体，不因为愤怒就偏离这个本体。本心不因怒而迁移。这就是定。

一庵先生说颜子不二过，这个二就是“疑二”。不二过，即，过错就是过错，不会有任何矜持矫饰，一会说对一会儿说错。发现自己过错的，也是真乐本体的发现，这本身就是直心而行，本身就是快乐。过错就是过错，这也就是定于此真乐。

淮南格物第一套功夫有辨志的功夫，在“事后”辨志要真。在“当下”，我们同样能感受到这个真，这个不疑二，这个斩钉截铁，我们当下感受到它，体察它，便须以一种肯认的态度对待它。说一句话，心中明明白白——这句话是我说的，我认为有必要说我才说，毫无疑问。如果说错了，这句话一样是我说的，我改正。我们的一言一行，只从我身而出，我全权负责。这就是定。做到定，我们说话做事就有“底气”。这个“底气”，来自于真乐本体，而不是“气魄支撑”，不是“酒壮怂人胆”。

静，是不为外物所扰，内心没有怨怼，心气平和的状态。在我们日常生活中，但凡真正的做到定，一言一行自我而出，我全权担当，毫无疑二，那么我们往往内心是没有怨怼的。如果因为别人的原因，把一件事情搞砸了，那也是我考虑不周，用人不当，或者提醒没有做到位。这个静，不是一潭死水的静，而是平静广阔的江水，这种静；是绵延万里的崇山峻岭，这种静。一件事情，搞砸了，你心想，反正我尽到义务了，也怪不到我头上，我内心不起波澜。这个便是一潭死水的静。一件事情，搞砸了，你心里不去担心别人的指责，只去想自己没有做到的地方，并且当下着手去做可能的弥补。是这样一种静。

如果没有这种静，那么定必然是故作镇定，必然是气魄支撑。

安，是安於乾道。是做事情既有底气（定），又从容应对（静），又是充满斗志（安）。

虑，我们第二讲说过，是精义入神，知几先见，充满灵感，做事情十分有灵气的状态。如果没有这个虑，定，静，安，一定是假定，假静，假安。

得，则是做事情有把握，靠谱，且每每成功也不觉得意外的状态。“色斯举矣，翔而后集”，山上的雌雉，一飞，一停，恰到好处，止于至善。他们很有把握，也不觉得这是一件很了不起的事情，视之如寻常。

我们从第二套功夫的角度，便是这么看定静安虑得的。定，是做事情有底气；静，是做事情从容；安，是做事时带劲，有斗志；虑，是做事情充满灵感；得，是做事情有把握且每每成功。

当我们处于直心而行的当下，会感受到自身的定静安虑得，当下会肯认它。当下对定静安虑得的肯认，也就是对真乐的肯认。

从原理上说。我们做事情的时候状态是定，并且对定有个真实的肯认，我们必然同时做到了定静安虑得——否则这个定就是假的。从第二套功夫上看，定静安虑得一定是一齐俱到的。直心而行，必然做事情是有底气，从容，充满志趣，灵敏，能成事的。这里面，有一个不是，都不是真乐。有的人觉得自己很聪明，常常感受到自己聪明。其实他的那点小聪明，他想到的那些创意，别人早就想过。这就是定静安得都还没有，只肯认自己的虑，这就是自以为是了。

我们回到当下，读者在看书，很专注地体会定静安虑得是什么状态，这时候，心思全在自己身上，这个是定。这时候，日常生活中的琐事不会扰乱自己，不会一遍看书，一遍担心别的事情，这个从容就是静。读书的时候充满性质，不由自主地做着笔记，这个是安。看的过程中，时而觉得收到启发，时而觉得讲得和我心中所想是一样啊！这个灵光四射的阅读状态就是虑。在这个读书过程中，感到自己实实在在的进步，这个就是得。（这个定静安虑得，是人心本有的状态，阳明说“乐是心之本体”，定静安虑得就是乐，也就是心之本体。）

这个定静安虑得，总而言之就是一个真乐。我们在定静安虑得的时候，肯认着当下；在觉得不太对劲的时候，一觉已消除，已然回到本体状态。这样，这个真乐可以周流不息。

所以，淮南格物第二套功夫是不间断地做间断功夫。间断指的是这个阶段，我们总是时不时偏离这个真乐本体；而不间断，是说我们要不停地做当下的功夫。这个不停做，是循序前进的，一开始，一天能有十分钟，心体保持在这个真乐中，这已经很不简单了。这十分钟，功夫就在做，气量就在长，心量就在扩充。可能下个星期，我就从十分钟的真乐变成了十二分钟的真乐，这就是功夫的长进。可能再过一个星期，我从十二分钟退步到十一分钟，这也没有关系，至少比两个星期前有所进步了。肯认真乐这个功夫，不能心急，是个终身行之的功夫。而且常常是前进三步，后退两步。但是，我大方向是往上的，能感受到这个大方向，就没问题。

这个不间断的间断功夫，越做，这个不间断就越是绵密，这个间断就越来越少。最终可以连成一气，昼夜都是这个真乐。这时候，就可以进于淮南格物說的第三套功夫了。

1. 泰州后学对真乐的肯认

一庵：《和答董落山二首》（其二缺）

1平生不解皱眉头，一乐能消百欲愁。

我平生不做邹眉头的事情，一个乐字就能消弭百般欲望和愁苦。

2真体莹时光曜斗，此心慊处气横秋。

真乐本体晶莹之时，光耀日月五行星和北斗（曜指日月星，七曜指日月和金木水火土五星）。此心自足之时，气息横贯秋空。

3琴方得意常悬壁，鸥共忘机并宿洲。

弹琴弹到得意的时候，常常就不弹了，把它挂在墙壁上。一群沙鸥同在一气生生之天机中，相忘于此天机，一同停在江中沙洲上嬉戏。

4独坐江门无所事，只看江水逝悠悠。

我独自一人坐在江门这个地方，只是看着眼前的江水悠悠流逝。

一庵这首诗在在指点着真乐本体。这个真乐，就如沙鸥在沙洲上自在地嬉戏，这个嬉戏本身就是真乐所在。沙鸥没有主动地意识到这个生意，却就在这个生意之中。同样的，弹琴的行为本身就在真乐之中，在弹琴的过程中，有一刹那，人的状态与天地达到了一种极佳的契合，人与琴与天地万物同在此生生不息之一气中。这种快乐，当下便是，过而不留。如果这时候，反复回味那种快乐，这快乐便没有了。这个快乐只在直心而行的当下，不在反思之中。

天地间的生意贯穿身体，正是这个生意触发了人弹琴的行为，这个时候，是琴方得意之时。而人主动要去弹琴，希望通过弹琴这一功夫，希望体会到一个本体，如此，则功夫和本体分成了两件事。永远没有办法达到人和天地的“共振”。

也就是说，琴方得意的弹琴，其动机是宇宙生意，是宇宙生意在人生上的发窍，这也是真乐作用的方式；人若弹琴弹到得意处，为了保持、体会这个得意的感受，继续弹下去，这时候，动机是人为的造作，这个“得意”的根源就消失了。

得意，就是得此生意，得此鸢飞鱼跃的本体，也就是对真乐本体的肯认。

心斋的弟子，朱光信，是一位樵夫。他每日砍柴回来，路过心斋家门口。心斋在屋子里讲学，朱光信就把柴火倚在门口，坐在门槛上，听心斋讲学。光信先生听到得意之处，就不往下听了，只是背起柴火，浩歌而去。

朱光信不继续听下去，而是浩歌负薪而去，这就是琴方得意常悬壁。这是真乐运行无碍的状态，真乐运行，定不会贪恋好的道理，或者好的琴声，只是安住于此真乐。后来，有宗姓的有钱人希望光信先生与他一起游学，并且提供他足够侍奉老母的钱。朱光信拒绝了，认为那个人不是真的爱朱光信的学问。光信先生的学问，全在他的生活中，全副生命就是学问，就是真乐。冬天的时候，光信先生只穿一件单衣（也因为贫困），一样砍柴，听课，一样行吟自如。（详见海门先生《圣学宗传》）

一庵有许多诗，从中也看出泰州学人如何当下肯认真乐：

《示讲堂诸生》

1讲堂游侣发歌声，天籁无端日夜鸣。

一庵讲课的时候，一位游学的学友突然唱起歌来。就如朱光信听心斋的课，听着听着，突然浩歌。这个歌声，是人在听课的时候，内心状态直与良知一致，自然而然发出的歌声。这个歌声没有人的造作，只如天籁一般，其声自来。如同风吹过山岗，便有虎啸一般的声音，吹过树林，便有群鸟的叫唤的声音。学友在讲堂所发的歌声，如同日日夜夜，无端而来的天籁。

2真乐得来非色象，良知悟破自灵明。

内心与真乐契合的时候，那种感受不是色象可以描述的。人悟破了良知，内心自然通透明亮。

3见闻情识休相混，势利纷华岂足撄。

见闻（比如对良知的理论上的理解）情识（比如涨工资了，那个高兴，就属于情识上的高兴，而不是真乐）休要和良知真乐相混淆，世俗纷华的权势利益完全不足以扰乱良知真乐。

4此是乾坤真诀窍，敢矜私秘说师承。

这个是天地间真正的诀窍，我怎么敢把心斋老师教我的这个良知真乐藏起来呢？

又：《起复北上，城中诸友饯于宏道堂。有歌殷情莫负离言者，赋此答之》

1别离今日更何言？珍重人持一念坚。千载不传真圣脉，百年难遇此天缘。

今天我们分开了，别的话一句没有，只希望我所珍重的诸位学友，你们能够在心中坚固地持守住一念。这一念是千百年来没有传承的圣学的真血脉，是难遇的天赐良缘。

2但将乐学时时尔，自有生机泼泼然。道在人宏原易简，悟来风月正无边。

这一念，就是将心斋先生的“乐学”（也就是真乐）时时在生命中涵养，自然而然心中便会充满生机，活泼泼的。圣人之道是要靠人来使之宏大的（饯行的地点就叫宏道堂）而这个圣人之道原本是最简易直接的，悟到的时候，也就是眼前这无边的风月。

又：《别家乡诸友叠前韵》

1濯耳听披肝膈言，百年此会定须坚。好攀逸驾追先哲，莫遣凡情恋俗缘分。

家乡的朋友，请您洗耳恭听这一番发自肺腑之言。我们这次的集会，在这百年之中，一定要树立起来，集会中所讲的（即后文的认得真乐）东西，不要让它成为一场闲谈，而要用我们的生命去践行它！肯认这个真乐，我们就如同搭上了先哲“开往春天的列车”。不要把自己陷溺在凡事的牵绕之中。（心斋：学者不见真乐，则安能超脱而闻圣人之道。）

2认得反身真乐处，会于日用各安然。乾坤许大经纶事，只在亲亲长长边。

要认识我们身上本有的真乐，这个真乐在日用中，运行自如，一切都稳稳当当。以这个真乐之心，对待父母，便是知孝，对待兄长便是知悌。天地间不管多大的事情，都只在侍父母尽孝，侍兄长尽悌这些事情上。（心斋：圣人经世，只是家常事。）

东厓先生是心斋的次子，从小收到父亲的熏陶，便有这个快乐的气象。东厓十四岁的时候，十分精通音律，善于操琴。阳明先生把一把玉琴送给小东厓。东厓说：“这是王公贵族使用的东西。”言下之意，我东厓一介布衣，这个东西与我的生命无关，我不当有它，也不需要它。因而辞谢了阳明先生的美意。更早一些，东厓先生九岁的时候，跟随心斋去阳明先生家长读书。一天，阳明先生和千余人集会聚讲。阳明先生命童子歌诗，众童子都怯场，而唯独东厓高歌自如。又一天，进入阳明先生家时，几十只狗对着东厓狂吠。九岁的东厓拱立不动，神色自如。阳明先生十分惊喜，说：“此子器宇不凡，吾道当有寄矣。”

东厓小时候，时时刻刻彰显着对真乐的肯认。他有底气，凡事不求于人，自乐自足（定），面对大的场面十分从容（静），这份从容又不妨碍他充满兴致地歌诗（安），他歌诗歌得十分自如（虑），他的一言一行都在他的掌控之中，稳稳当当。（得）

东厓时时对这个真乐本体的肯认做得很好，真乐本体运行无碍，久而久之，东厓先生就养就了浩然之气。（《行状》：“（东厓）年未及二十，而丰仪修伟，神情朗豁，望之者俨然，知为有道气象也。）

韩乐吾是朱光信的弟子，同时也由光信引入心斋门下学习过，后师从东厓先生。今读《韩乐吾先生遗事》，感觉到乐吾先生，真乐根于内心，时时肯认，流行无碍，终日不离，终生不离。

乐吾先生刚刚由光信先生引入心斋门下时，心斋门下皆海内名贤，乐吾先生穿着粗布衣和草鞋，大家都没有把他当学儒学的人。乐吾终日就是打扫屋子而已。但是乐吾先生卓然自立，在人群中十分不同。（心斋先生诗云：“莽莽群中独耸肩，孤峰云外插青天。”便是说乐吾在莽莽人群中独自耸立双肩，仿佛是群山之中仅有的一座高耸的孤峰，直插云外。）当时，心斋门下学者众多，其中有一些浅薄的人笑乐吾先生的行头只有一身蓑衣。乐吾先生便写诗说：

1随我山前与水前，半蓑霜雪半蓑烟。日间着起披云走，夜里摊开抱月眠。

这身蓑衣随我走过山前，随我走过水前。这蓑衣一半时间顶着霜雪，一半时间顶着早晨的烟雾。我白天起床，就披上这蓑衣，也就是披着云彩行走。到了夜里，我把蓑衣摊开作为床，我躺在上面，怀抱明月入眠。

2宠辱不加藤裸上，是非还向锦袍边。生来难并衣冠客，相伴渔樵乐圣贤。

世俗的荣辱不会加到藤编的蓑衣上，人间的是非往往是向着锦袍而去。我生性难以和身着衣冠的人走在一起，我还是适合于渔夫樵夫一起，活在圣贤的快乐中。（乐吾先生的第一位老师，心斋的弟子朱光信，便是一位樵夫。）

乐吾先生学儒之后，家人十分反对，觉得乐吾世代以烧窑为业，乐吾不务正业。乐吾的兄长把心斋先生赠与的，乐吾十分看重的儒巾和深衣都毁掉了，而且痛打了乐吾。乐吾先生没有和兄长辩解，内心平静，且不改变志向。过了好几天，在兄长实实在在看到了他工作生活更加勤奋，有效率之后，乐吾才和兄长说，自己和心斋先生学的东西不是不务正业的东西，而是能让生活更加轻松快乐的学问，现在一天能干两天的活儿，一个月能有以前两个月的积蓄，一年能置办以往两年才能置办的家用。

乐吾先生拜谒孔庙后，归家的途中，夜宿酒店。店中有妓女对乐吾作出亲昵的举动。乐吾言词说：“我为了拜谒孔庙而来，今夜不慎误入您家客栈。”妓女再三引诱，乐吾便关门静坐到天亮。早晨，乐吾和妓女说：“我昨天误投您家中，导致您没有能接待其他客人，我身上有一点银两，作为补偿。”（乐吾是比较穷困的。）妓女留乐吾吃饭，乐吾不答应，恳问乐吾姓名，乐吾不回答。后来乐吾的同乡人路过，妓女说了乐吾的状态，乡人才知道是乐吾先生。

有一次，乐吾去安丰向心斋先生学习，遇到强盗。乐吾十分镇定，好像遇到普通路人一样，说：“你们三位半夜劳苦，我知道你们不是等我，你们想等有钱人，你们打劫一次可以足够你们三位日用所需。奈何我是个穷人，身上只有五吊钱，一件衣服，惭愧，东西不多。但是内衣请你们一定给我留下，不能让我裸露形体。”强盗拿着衣服和钱走了，走到半路，越想越觉得不对劲。回头一问，竟然是乐吾先生。（乐吾先生曾经在旱灾，大家都交不起田租的时候，四处赚钱，把族人赎回。不止一次地就乡人于水火，其事迹，兴化、安丰一带的人早已熟知。）强盗说：“我等小人冒渎夫子，死罪，进而后，改过矣。”说完，把抢到的东西丢在地上，跑走了。

有一回，乐吾走长路，路上遇到暴雨，乐吾的衣衫都湿透了，但步履依旧安闲。通行的人说：“这么大的雨，怎么不快点儿走呢？”乐吾徐徐回答：“前面不也是暴雨吗？”乐吾继续从容快乐地行走。（乐吾诗“而今养得天君定，劈面风来也不寒”也是此意。）

乐吾先生这样的事迹不胜枚举。似乎乐吾先生就没有不定，不静，不安，不虑，不得的时候，整个人都在此真乐本体中。

1. 肯认真乐的注意事项

1这个对真乐的肯认不是一种对象化的反思，哪怕是上一秒我直心而行，这一秒我反思到自己做得很好，这都不是这里讲的肯认。

肯认一定是同時性的。比如我给父亲按摩，这个按摩的同时，是十分开心的，这个“同时”是绝对的同步，没有一丁点时间差。这个肯认，是伴随着我的行为同时有的一种，和这个行为相关的，伴随着这个行为的，积极肯定的态度。这个肯认不是对象性的意识，而是非对象性的。比如，我在吃饭，饭很好吃，我吃得很带劲。这个带劲的感觉，就是在我快速舞动筷子的当下以一种实实在在的运动，呈现出来的。（而不是以对象性的意识。）

常人吃饭的当下，他吃得很带劲，可能他当时都没有注意到自己吃得很带劲，只是在吃完饭后能反思到当时吃得很带劲。而肯认真乐的功夫，则是要把握到这个带劲感，并且肯认他，安住于此，使之保持得更久一点。

2因为是“绝对的同时”，是当下。这就要求这个功夫不是在日常生活之外寻个真乐，而是在日常生活之中把握这个真乐。比如此刻你看书，就在这个看书的过程中肯认内心的真乐。

3一开始做功夫的时候，有的学友很难有这种快乐，一天可能只有十分钟。有十分钟快乐那就保持十分钟。这十分钟就是在直心而行，就是在养气。久而久之，功夫就变得顺手熟练，本体更容易呈露，每天快乐的时候就多起来了。一开始，每天保持几分钟，这个不要紧。但一定要每天做这个功夫，长久地做这个功夫。我们以前说，第一套功夫不能当饭吃。因为那是事后反思的功夫，还要求机缘巧合，外缘触发。而一觉已除和肯认真乐的第二套功夫都是时时刻刻可以做的，当下可以做的，不需要任何条件的功夫。因而第二套功夫，可以“当饭吃”。而且越做越快乐。

4这个真乐，一定要认得真。什么感觉是真乐呢？当你觉得自己真乐的时候，感受一下，此时是否也同时是有底气的、从容的、充满志趣的、灵光四现的、步步为营的（定、静、安、虑、得），如果不符合这些，这个感受恐怕都不是真乐。心斋说“不学不是乐”，不合于圣人之学的快乐都不是真正的快乐，可能只是情识、人伪。