



易經大師開講

# 覺者的智慧

勁竹俱樂部，於2010年中邀請到易學大師，邵崇齡老師做專題演講。友聲編輯部特別將此精彩演講內容摘要整理，分享各位學長。

主講：邵崇齡老師  
整理：友聲編輯部

一般人聽到易經就想到了算命，也有人講易經很深什麼也看不懂，我想要講的是大家所疏忽的「思想」。

### 易經很邏輯，不是迷信

整個易經本身就是「覺者的智慧」，本來就是針對在我們的先民時代，在歷經苦難動盪災變中求生存，要了解天道，敬天畏天道，先民們都是透過所謂神諭的概念，事實上易經它不是神諭，是透過占筮。

占筮就是數學的變化，大衍之數五十其用四九，然後再把四十九根筮草抓在手裡一分為二，然後慢慢疊疊疊疊，一套邏輯的思維，這個邏輯思維是相當成熟的邏輯思維，是個數學，可以電腦化的東西。你再看到外爻辭的爻，初爻，他可以陽爻陰爻，經過3次的排列，就成為8個圖像，經過6次排列成為64個圖像，想想看，他是不是也是一個數學，是一個邏輯，絕對不是迷信。

我們很多人誤解易經的某些應用在部份民間的東西，所以在北宋五子之一張載，他就講過「易為君子謀，不為小人謀」。所以真正的易經是為君子來趨吉避凶，小人追求的是什麼，我想小人不是真的小人，而說的是普羅大眾，他追求的是瞬間的，單一事件的吉凶的概念而已。

真正的君子，要追求的是在這吉凶概念上，如果趨吉避凶，更能體驗人生深刻的哲理變化。透過因應，讓你的生命更昇華。

### 生命、自覺、喜悅

社會菁英，在社會上投身在務實的社會體制裡，有時難免過度涉入在這體制中，而失去了年輕時代的理想。所以孟子常說，人要不失其赤子之心。

今天要談東西，大概分為五個部份，「生命的無常」、「生命價值的實踐」、「生命



圖說：易學大師邵崇齡，到勁竹俱樂部，做專題演講。



的意義」「開放的自覺」「覺者的喜悅」。

### 生命的無常

我們都很清楚，生命生存本來就充滿了太多的不確定性，這種不確定性常常讓我們「先有到無」；我們呱呱墜地而來，就是從無走向有，希望得到更多的東西，當我們得到了以後，煩惱也就跟著來，深怕得到的東西會再失去不能再繼續擁有，所以我們就會費盡很多心力而去追求，因此充滿了太多的不確定性，尤其在這兩年來更多災難，比如911的大地震、88水災，很多人在一夜之間，一生的努力化為烏有，連性命都不保，這種災變對人類是一個很大的不確定因素；

我們也可看到汶川大地震、印尼海嘯，這些自然災害造成人們很大的痛苦。

尖端高科技行業，充滿了風險，不確定性很高，一步抉擇錯誤可能血本無歸。另外，像政治人物就比一般人更容易相信算命，因為他們的不確定性更大。

很多影歌星，努力是不是一定能紅？不努力是不是能紅？都不一定。所以紅跟努力不必然有絕對的關係，那是為什麼？所以越是在那種不確定的因素下，人的不確定感越強烈，於是就喜歡算命。

人們到了某個年齡層的時候就有是不是



圖說：勁竹俱樂部的學長們，聚精會神聆聽。

後，他得天下多少年垮掉？十五年！漢朝得天下以後多少年？一統天下以後，合久必分，分久必合，你把敵人全部殲滅，你能獨存嗎？

### 生命價值的實踐

很多人在講，達爾文的進化論，適者生存，優勝劣敗；記住，適者生存是對的，優勝劣敗是不對的！哺乳類是優還是劣？你想想看如果是在恐龍時代，哺乳類躲在哪裡？地底下？然後一個外星球一撞，劣的就變優，能夠存活下來，這也就是說適者生存。那個時代給予了條件，你才能生存，你自以

為優的，卻是環境給你的。

這是我們要去思考一個很重要的問題，不要老是說競爭，把敵人都殺光，我才是最優，沒有這回事！優不優是由誰來決定？由「時代改變來決定」！

易經講到，因時而變，由整個環境，由天、地全體來決定的！我們不要有霸權思維，易經不是強調霸權的思維，他強調的是「互利共生」的思維。

就說我們做生意也好，是不是能夠形成，就是叫結市；像大陸上最有名的就是叫做一條街，一條街就結了市，我們算命的在台北有一個算命街，行天宮的地下街，大家都知道。算命的一條街有沒有競爭？結市了



圖說：陳沅錡學長，為勁竹俱樂部學長們介紹邵崇齡老師。

嘛！！

結是相互依存，彼此都共生。整個生命，你回來看地球上的生命，全是共生，有什麼樣的宇宙，就有什麼樣的物種，就有什麼樣的人類。所以我們不能違背天道，易經講到就是要「上應天道，與天道合」，所以我們不要有弱肉強食，以動物為利的概念，因為達爾文他看到的世界是動物，而忽略了植物。易經比較重的就是生生不息，是以植物為利，是共生、群居。

老虎獅子到最後，能不能生存？他沒有共生是不能生存的，他們也是要共生。只是他們個體的活動範圍比較大，但還是不能離群索居；

像北極熊快要絕滅，如果把他放置獨生，很快物種就要絕滅。所以了解物種學的進化時，就理解到我們不能夠獨生。



圖說：陳沅錡學長是邵崇齡老師的得意弟子。

## 生命的意義

我們必須去理解，存在的生命意義是什麼？當我們要了解共生的時候，利益常常會被擠壓。那種擠壓易經常常講的是互利共生，在這種互利共生的條件下，我們另一方

面要追求成功，因為社會的菁英，永遠是第一名，第一名的同學們，要再超越第一名，容易嗎？不容易！我兒子讀書一向有偉大的計劃，所以他活得很快樂。我女兒就活得不快樂，她永遠要爭最前面，所以爭到最後會很辛苦，很痛苦。

你追求真正的成功是什麼，生命自我價值一定要開展，我們人活到世界上一定是要尋求群體的安頓，人是不能離群索居，我一定要去尋求群體的安頓，所以人與人之間就是要比較，我要考第一名，要出人頭地，我要證明我是很有能力的，所以要去實踐要成功，還要更感覺在成功的過程裡，我要更感

覺很充實。那更痛苦。

當你第一名的時候，你會發覺，你希望這個第一名是永恆的！像我們常常會發覺我的企業發展到最大，

已經是第一名的企業的時候，我就不願意被人家超越，這時候你就希望這一剎那是永恆的！

但是你一直追求永恆的時候，你快樂嗎？會不會快樂？不會！那時候反而是忐忑

不安，很怕別人會來超越你，你被取而代之，很怕會因為做出一個錯誤的決定，而被人家取而代之，很怕明天不再是別人的焦點。

所以我們常會講，最近兩位總統從當選開始，就忙於競選，所以兩位總統為什麼呢？因為他們都要做第一名，不願意被浪潮推掉，很怕人家遺忘了他，他們要追求永遠，所以就整天忐忑不安，一沒有了掌聲，一沒有了被注目，他就會很痛苦不安定。

人類的永恆在哪裡？你能不能告訴我？永恆只在神話中。只在故事中，七個小矮人與白雪公主的故事，請問白雪公主老了沒有？有沒有永恆？所以都在什麼中？嫦娥老了沒有？你們追求永恆，我的意思就是在追求一個不可實現的夢！永恆只是調節我們心理的，抒解我們情緒的，事實上可能永恆嗎？生命沒有永恆。慧命是累劫累世在循環，在變化中。

真的有累世嗎？這是另外的話題。假設有累世的話，記住，前世跟今世是不同的。累世的問題古人程頤回答得非常好，這個是題外話。程頤說，生命是接續，生生不息。但是是像海浪一樣，前一波的海浪，跟後一波的海浪裡面，有前一波海浪的因子。但後一波的海浪不等於前一波的海浪。所以人是不需要對他的前世負責，也不需要去背負他的前世的原罪。這是北宋五子最小的一個，程頤說的。這就是易經的回答。

也就是說，生命接續有沒有影響？是有影響的。但不要說我要對前世負責，把今生所做的錯誤給予合理化。我們男生(在座的女

生請把耳朵遮起來)最喜歡說的就是，我要娶細姨，我跟她就是前世有孽緣，所以今世不得不如何，把自己所有行為合理化。我們常常聽到這些東西，所以你看陳進興去殺人、強姦，很多人又講了，這些受害者可能是前世欠陳進興的，這等於又再次傷害這些受害者了。我不認為這是對的事情，很多人沒有把因果概念想清楚，程頤講的是最清楚的，就像一個海浪一樣，前浪跟後浪有沒有關聯性？有。生命是有關聯性，相依的，但是不等同。

### 開放的自覺

所以慧命是積累的，你前世的會命跟這一世的會不一樣，但有沒有關聯性？有！所以我們在開展上的時候，面對永恆的問題的時候，就一定要知道，我們是怎麼樣來面對。如何讓自己活得不要去忐忑不安，我們就要讓自己來選擇過一個什麼樣的生活，要有意義呢？就是「易為君子謀，不為小人謀」。

君子是可以選擇我如何活得更好，我怎麼樣過自己的生活，而不是受命運的操弄的影響，而我可以像莊子一樣，我一輩子不做官，很能夠安於恬淡的生活。態度是可以去學習的，所以這個生命的意義是你可以去學習的。

為什麼要生活？人之所以為人，不是要功成名就，而是要懂得生活！

一位大企業家，從他的太太往生，弟弟得癌症以後就開始穿阿曼尼西裝，開始買噴射機，開始懂得要去過美好的生活，以前他是坐鐵板的椅子吃便當，現在要慢慢的懂得

生活。但是他的生活還是在「生活的享受」上，不是在「生活的意義」上。起碼他比以前進步了，希望他再更進步，懂得去關懷人，關懷真正的生命的意涵。

### 遠離疏離

真正生命的意涵是什麼？被稱為社會菁英，是讚美，還是諷刺？由你們決定。與群眾疏離是諷刺，菁英會不會與群眾疏離？會不會瞧不起其他的人？有的菁英非常自負，很有智慧，很有大能量，但是他不屑與別人溝通，所以他與人疏離。

當你是一個菁英的時候，要懂得先選擇一件事，你要選擇「遠離疏離」。第二個事情，你要「放下過去智慧的障礙」。

我們都知道菁英最大的優點就是有智慧，但是最大的缺點也是智慧。所以智慧會不會障礙到他？會把他侷限在某一個範疇裡面，而讓他看不到外在的世界，別人講的話聽不聽得進來？他的世界裡面只有他自己，而沒有別人的存在，所以他必須要重新學習。人活下來，是不是要透過不斷的學習？我們很多的思想行為都是透過不斷的學習而



圖說：郭加泳學長提問。

來，在不斷的學習就會產生經驗，經驗積累就會變成常識，常識以後就變知識，知識以後就變智慧。

但是今天逆向過來，當你有了智慧以後，你就用智慧在看東西，記住你的智慧是有限還是無限？是有限的！你用有限去看無限世界的時候，常常就會碰撞出障礙，因為你已經功成名就，你這時候是不是就放棄了再學習？

### 重新學習

我舉一個美女歌星蔡琴，蔡琴美不美？歌唱得很好聽，歌聲很美，你們發覺她最大





的優點的時候，她已經在歌唱界裡面他已經是一姐的身份。當她在婚姻丕變的時候，她放下一姐的身段，重新去學舞台劇，重新去美國學發聲，然後重新練舞台劇的舞蹈動作，誇張的表演行為，重新學，重新花了一年的時間，然後重新再出發。

還有另外一位美女，目前在大陸，她以琉璃出名，是楊惠姍！各位想想，楊當年演戲已經達到了巔峰，非常漂亮的一個女生，愛上不該愛的人，被他太太寫了一封「給前夫的一封信」，給她很大的打擊，夫妻兩個遠離了影劇圈，那是因為那個時代沒有辦法承受這種壓力。她衝擊到最後，就丟掉她原

有的一切，重新學習，開始做琉璃，傾家蕩產，又再一次達到生命的高峰。這個就是他先放棄，再重新的學習。

我鼓勵各位，一個了不起的人，應該是努力地不斷去重新學習，在過程裡面一定要追求心靈的寧靜，就是用老子的一種思維來看，「熄滅外在的名利之心」，我們才能真正看到遙遠的天邊的星光。

### 追求寧靜

我常講，白天看得遠，還是晚上看得遠？用眼睛看，晚上才看得遠，晚上才可以看到星星，星星遠還是太陽遠？當然是星星比太陽遠。

也就是你要看到真正指引你的星光，你要熄滅你的名利，外在事務的心，也就是追求寧靜。當你是一片寧靜心的時候，你的心就沒有污染，就可以看到遙遠的星光，你的方向就出現，你就可以往這條永恆的路走下去，你就知道你往哪裡走，也就是說追求寧靜是過生活很重要的一個條件。

尤其是當你是社會菁英，走到社會的高峰時，天天的衝擊那麼大，所以你可以看到有一位剛剛講的那位大人物，他的工廠跳了第五個開始，自由落體，他就四十天沒有好好地睡覺。所以你看他的日子有沒有寧靜？如果他能夠把自己的心，放得寧靜的時候，我相信他就真的可以看到很多東西，決策會更正確，不會有問題。

### 互利共生

學習生活就回到最初的概念，記住，一

定要了解互利共生的價值，也就是取之於社會，用之於社會。當你有了社會意義以後，記住，不要說等我賺到一千萬我才來做。我有一個親戚跟我說，等我有五億的時候，我就捐出一半做社會公益，我就問他現在有多少錢，他說五千萬，我說你現在能不能捐兩千五百萬出來，他說不行，我這個五千萬要去搏五億。但是我相信他到了五億的時候還要搏五十億，我認識他快六十年了，從來也沒有看他互利共生過。

互利共生這種習性應該從日常生活做起，把你擁有的，去給對方，哪怕是些許關懷，尤其是高位的人，當高位的人手伸出去拍一拍人家的肩膀，非常的重要，對方的感受，會完全不一樣。

事實上你我之間，是不是也很希望關愛的眼神多看看我，假如這樣的話，我們是不是能有同理心，我們是不是能夠同樣地去關懷，這就是互利共生，開始懂得去關懷對方的時候，開始懂得去看顧對方、照看對方的時候，這就是互利共生的價值。不是一定要捐出多少錢，當捐出多少錢來，你的愛心不在這上面，這還是假的！！

### 寬恕關懷

所以我們就是要實踐去對待超然的、寬懷的態度。在社會上，常常需要忍耐，告訴自己要忍耐忍耐！但是我不贊成忍耐。你有什麼問題，情緒來了你就發，因為你是人！人都有七情六慾，有了脾氣發出來就過了，不要記恨，就沒有事。

對方如果彼此相互了解，就沒有太大的問題，但是最重要的是要寬恕。「寬」是不

計任何的仇恨，就是說不要把恨放在內心。再者，就是還要「懷」，懷就是關心對方，這是一個非常重要的態度。所以我們互利共生的人，你要去關懷人，關懷物，還有關懷我們的社會。這些，都是我們的老莊思維。

我們地球只有幾個？一個！我又講到另外一個美女，最近不是講到正負兩度C，我講她是智慧美女，現在在談正負兩度C，她有沒有在關懷社會？她開始關懷社會，我對她來講給予很高的評價。

地球只有幾個？一個！人如果不斷去破壞生態，為了產值，為了生存，不斷去戕害存在的空間時，我們還有未來嗎？只是一時擁有，而沒有更長遠的未來。要學習生活，從哪裡開始？就從每一分鐘每一秒鐘去學習生活。從互利其利，要去關懷。你我都一樣的需要。

### 死生與流變

再來看到「生命的意涵」是什麼？生命的意義的永恆，不是追求肉體的永恆，肉體是不可能永恆。易經談到生命，是從兩個狀態開始談起，「死生之說」。先談死再談生，不是生死之說，西洋談生死學，中國談死生學，由死到生。

易經在談一個很重要的概念，叫「成終」。完美的結束才能創造一個完美的開始，所以死生就是我要知道我要怎麼樣死，我要怎麼活，西方的生死學是我要怎麼活，所以我要怎麼死。但是東方人，我們的易經不是！我要知道我將來的歸鄉在哪裡，我要選擇怎麼樣的生活，所以叫死生之說。



易經講到死生之輕重，所以你必須要了解我將來的歸鄉要到哪裡去，我就必須要了解我的生命，這一輩子要選擇怎麼樣的生活，這就是我們講到生命的延續，外在的流變，第一個就是死生，第二個流變，生生不息，兩個意涵。

第一個意涵在哪裡呢？就是我，誰家的小孩，所以中國人受到易經的影響，我們中國人，生命的流變，基因裡面，留有誰的種子？他的祖先的種子。

各位閉上眼睛，想想各位都是非常的幸運，你們想想看，從我們的宇宙生成到現在，各位的生命史沒有斷裂。所以我們是何等的幸運，斷裂了，就沒有生生不息！整個物種繁衍，我們都是在整個生命的歷程裡面沒有斷裂絕滅過。150 億年一直接續到今天，生命延續的永恆性，這是第一步。

### 生死 - 線性生命

除了外在的流變過程，我們從內在來看的時候，就是剛講到的「慧命」的問題。

內在的東西我們就透過死生之說來圓成，當我們面對生命的時候，每個人最終都是要結束，那個是我們人類整個宇宙物種最後的歸鄉，是不可逃避的，所以我們一生當中就要學習怎麼讓自己到最後一剎那我們來面對它。面對它時，我們如何不要恐懼，而把我們的量能，內化轉化到下一個生命轉盤。

### 死生 - 圓聚生命

東方的，中國的跟印度的思維跟西方不

同。西方的思維我們就叫做人神斷裂，東方的思維是人神接續。

人可以變成神，我們剛講到，我往生了，我就上到天上做神，做得好的就做小神，做更好的就做中神，做更好的就變成大神。如果做得不好就下去做鬼。這就是神鬼之說。簡單講的話人跟神是接續的，神如果做不好，神有任務的時候就會再回到人間，鬼努力努力還可以回到人間，簡單講的話，中國人認為人努力，人定勝天，沒有說命定。整個中國易經的思維，它並不是純然的命定論，它是「命定下的自由論」。

命定下是黃種人就是黃種人，你不可能去學Michael Jackson去漂白，怎麼漂白也沒用，這就是你不可改變的因素，你的資質，你的條件可改變嗎？是不可改變，這是命定。但是在這命定下我們如何做最大化的發揮，這就是自由論。

所以整個易經談的是命定論下的自由論，生命會接續，中國的觀念是一個圓，所以我死了以後，魂魄散了，散了以後會再凝聚，聚合了又變成下一個生命。

所以程頤才會講，生命像海浪，前一波上了岸退下來了，後一波又上，所以生命的形態是接續。他講的生命的接續形態是講你的生命，我的生命，一個生命在不斷的轉化變化。在轉化的過程當中不需要去背負前一輩子，前幾世的原罪。前幾世的變化會不會影響你？會影響你。

但是不等於你要背負那個原罪，你可以昇華；所以一個人如果了解這個概念，我相信他在剎那間會覺得很幸福，他會覺得他的



生命是永恆的，因為我們每一分鐘的努力，事實上都是接續。

所以我們中國人易經講到生生不息之為易的時候，就一直循環，生命就一直不斷地循環，「聚跟散，聚者為生、為人，散者為鬼神」。所以在不斷的聚散中間而形成生命生生不息的一個鍊。而他告訴我們，不會消散，他的散不等於沒有，散的意思，只是打散，他還是存在，等到下一次的聚合，又產生一個新的生命再次地...所以當我們理解到生命有這種永恆性的時候，把它跨距看得更大的時候，你不需要太在意現在的有跟沒有，現在的有無都只是剎那的，不是永遠的。所以內在生命的圓成，意思就是說，我們不要跟別人比，都跟自己比，自己要自己貢獻出來。

### 定位宇宙、安排人生

有些人的思想常常會跳躍，自以為是。以為自己是先知灼見，掉入自己的迷思，各位一定要清楚，哲學有幾個概念，第一個概念，「定位宇宙」。就是你要把範疇畫起來，存在的世界是什麼世界，我要做哪一個行業，存在在哪一個世界裡面，我那個範疇要定位出來，這個叫定位宇宙。

再來就是「安排人生」。在這個宇宙下才能來安排人生。如果你了解這個概念以後，你看到任何東西的時候，記住都用這樣的理論來看，那你什麼問題都沒有了，從這個題目拉出來再稍微給各位做一個簡單說明一下，比方說現在人愛講公平正義，真正不公平不正義的社會，人民一定會揭竿起義；暴政極權如秦始皇，都被老百姓推翻了，國民黨再鴨霸再有問題，老百姓要推動它是很

容易的事。所以我們在台灣生長了那麼多年，整天都在講這個社會不公平，不正義，整天都在講不公不義，覺得最不公不義的是老闆，老是罵老闆，假設你是老闆，老是被罵不公不義，請問你，什麼是公平正義？事實上各位不太清楚，我們談公平正義的時候，一定要先談「關聯性」，再談「律法性」。公平正義是律法性，律法性之上一定要有關聯性，關聯性叫定位宇宙，律法性叫安排人生。所以定位宇宙就是講到關聯性。

你吃不吃豬肉、牛肉？對牛跟豬有沒有公平？我們的關聯在哪裡？你為什麼不吃人？因為我們的關聯在人，在人與人的關係下，我們來談律法性。我們的公平正義是放在人的關係下來談。佛教就拉到了眾生，道家、老莊就拉得更高，拉到跟整個宇宙平等。也就是說，我們現在台灣的法律，能不能管到美國？不可以！為什麼？沒有關聯性。這裡面還有很多的問題，這是一個主題。我們一定要知道定位宇宙是什麼，當你了解如何定位宇宙時，再下來知道如何安排人生，你在思考所有問題時就不會掉到簡單邏輯的陷阱裡面。

我們先來看什麼是宇宙。大宇宙的個體與主體之間，彼此是相因而存在。我們整個的宇宙是一個整體，每一個星球、太陽系、銀行、每一個物種都受到宇宙的關聯，人與個體與主體之間是有關聯的。我們一定要知道我們的主體、載體是什麼。在這樣的關聯之下，人與人之間，人與物種之間，透過這個載體、主體，我們也一樣，可以有關聯性，也就是可以有訊息的溝通。我們在定位宇宙的時候，一定要知道我們存在的世界是

什麼，彼此是相因的，不能脫離彼此的存在。

回到我們的小宇宙，我們一直認為人是受誰在影響？受大腦，大腦在影響我們的全部。大腦控制意識思考，我們可不可以叫肚子不要餓？每天我們的生命在新陳代謝，可不可以叫他不要老？白頭髮可以叫他不要白嗎？自然就白了。

大腦是有限，我們一直認為我們的大腦是中樞，可以控制一切，我們的整個身上有多少生命？這些的生命聽不聽你大腦的指揮？會的多還是少？是少的，血液受不受大腦指揮？腦部的細胞活化受不受大腦指揮？血液代謝很多都不受大腦指揮，那我問你，大腦控制了什麼？好比說，你是老闆，你的員工有六十兆，但是他們都不聽你指揮。

他們都是相互依存的，要記住，我們的生命是一個複合式生命載體，也就是我們的肉體；有一個錯誤概念，就是我的生命就是一個生命。不是，我們的生命，是六十兆的生命所共構形成的一個載體。

這個載體提供了我們所有生命的機能，老闆就像是大腦，提供了這個載體給60兆人在裡面生活，請問你，你能不能什麼都管？沒有人，不可能。八十萬人能不能？也不太可能。也就是每一個單位他各自有各自存活的條件，所以也就是彼此是相互依存了，如果我的大腦死亡了，我的肉身就會毀滅，我的大腦是司控的一切，因此老闆非常重要。所以我的大腦不能夠停止，我一停止，生命就消失，所以我整個生命是受大腦來依存最重要。但是各位想想看，大腦跟所有關聯的

## 提問與對話



問：老師談到道家「練精化氣、練氣化神、練神還虛」的三個修練境界，還有腦幹，不是太懂。我從來沒有去體會到腦幹是什麼。我們怎麼開始修練？

答：你問的是大哉問。在禪修的過程中有非常多種方式，第一個，是主靜。當你開始靜下來的時候，我們一般在禪修過程當中，很多種方法都可以用，但是在禪修的過程中會發生很嚴肅的問題，心裡會很亂，這時候開始思想會很紛亂。你會開始覺得我原來沒有那麼亂，我為什麼靜坐了以後思想就開始那麼亂？因為是因為你由動而初靜。

開始靜下來看你的思想，已經開始看到思想。你平常是看不到思想，因為思想跟你同步。當你開始靜下來的時候，思想還在那邊跳，你就會看出來，我的心怎麼這麼亂。你就可以慢慢看到這個思想。這是我們講的第一步，就是先靜坐下來。不管怎麼樣，你靜下來就會看到很亂象。越靜越亂，這個亂是好事，證明你已經開始靜下來，開始看到你的事情，我們不用看，用觀的，觀照到你的思想，所以這些思想就開始。但是你要看到腦幹的變化，那還有一段的很長的時間，希望他已經開始認識你的身體，這是第一步。

細胞、生命體、載體，有沒有關聯，能不能控制？不能的！所以身為老闆，不要事必親為，要懂得相互尊重，要去認清楚自己能力的有限性。

### 練精化氣，練氣化神，練神還虛

我們在修練的過程中，很重要的一點就是要熄滅。熄滅什麼？慾望。慾望怎麼熄滅？就讓大腦慢慢靜下來，慢慢地去看身體裡面，其他生命活動。整個生命是受兩個東西控制，一個大腦，一個腦幹，腦幹是所有的基因，就是累劫累世，一百五十億年前，生命體形成的時候，所有的歷程都留在腦幹中，在電腦上叫記憶體，大腦叫CPU，

所以哪一個壞了怎麼樣，都不行。電腦跟人有沒有一樣？也是一樣，什麼人玩什麼東西嘛。人創造的東西都是需要氧，因為人要呼吸嘛，電腦出來也是跟人一樣。所以你要去注意你的腦幹，看你的腦幹，做什麼用？腦幹是去調合你整個身體裡面所有平衡調合，是生命平衡的重要機制，你以為它不存在，其實它一直在平衡中，我們的大腦常常疏忽去關愛腦幹，就會產生問題。

如果我們整個人靜下來，你就會慢慢聽到你的腦幹，聽到你血液流動的聲音，聽到皮膚變化的過程，你就可以去觀，可以看到細微之處，透過誰來看呢？透過腦幹。

所以我們都知道，「練精化氣、練氣化神、練神還虛」，道家的三個境界，就是談大腦跟腦幹的平衡問題。大腦先要認識腦幹的存在，這時候整個心就會慢慢寧靜下來，你會知道生命不是你能掌握一切的，你就會開始關心注意你身體以外，你週圍以外的世界，你會透過腦幹跟大腦達到平衡。

最後是大腦讓腦幹去看世界，而不是用大腦去看世界，是用大腦透過腦幹去看世界，大腦就退居第二位。我們自以為可以看到世界，看不真的！我們的大腦看世界看不真，因為我們封閉了很多全部的感覺，身體的生命的感覺，六十兆的生命感覺在我們身上，我們都把它封閉。所以當打開腦幹的時候，你就可以把這些全部都發揮出來。這就是在修行上，我們最常講的「練精化氣、練氣化神、練神還虛」的三個境界，其實就是在體內平衡這兩個問題。

### 天人合一

當我們理解到這個概念的時候，我們就要去認識自己，當我們開始往內看自己的時候，就會看到自己的才性，看到自己的能力，條件，狀態。我們都知道什麼叫天人合一，第一個是天人感應，第二個才是天人合一。

所以你要跟天感。當我執很重的時候，都用大腦去看世界的時候，你是絕對沒有辦法天人相感。所以當你把自己平衡下來，放低了以後，開始接受腦幹的存在，懂得用身體去跟世界對談，這時候你可以發覺，這時候天人可以感應。你可以感覺到外在很多的變化。人與人之間的變化，都可以感覺得

到。進一步達到用大腦透過腦幹去認識世界的時候，那就是真的張載所講的，天人合一的狀態。

### 覺者的喜悅

簡單來講，每一人都有他獨立存在的生命狀態。你的生命狀態跟我的不一樣，生命的意義也不一樣。當我們認清楚自己的生命意義、生命狀態不一樣的時候，我們就要去實踐自我存在的意義。

我今天來到這個社會，我到底生命的意義是什麼？我從年輕的時候一直在問自己，我到底是什麼？我也從事過很多工作，也嚐試過很多，但是到了最後，我發覺，我還是算命。

你說你是教易經的，人家還是把你當做算命，因為易經就等於是算命。你走到哪裡去，坐下來，人家待會一定會問我，你看我怎麼樣，還是把你當做算命的，你就自己知道自己的定位是什麼，不需要去做其他的扭曲，在整個生命過程當中，我也有其他的機會可以轉到別的舞台，但是就會發覺，人家為什麼會讓你轉到別的舞台上？我可以如何，其實都沒有，我一直堅持我的崗位，偶而出去透透氣，呼呼新鮮空氣而已，人不能離群索居，但是偶而我大部份時間都還是在我的崗位上，我離開了我的崗位，我有沒有存在價值？沒有！人家為什麼要認識我？這就是我的價值。所以「你要創造你的價值，這個價值是不可被替代的價值」。

所以有很多人物，他們老是問我說，老闆不再看我了，不再愛我了，老闆如何如何，我說你很無聊耶，老闆有沒有用你？你

為什麼要管老闆愛不愛你？老闆只要用了你，你就應該把你的位置大化，創造你存在的價值，而你所創造的存在價值是不可替代性的存在價值，那老闆就一定要用，而離不開你。

老闆是不是人？有沒有七情六慾？他不是超人！他有沒有好惡？喜歡會不會永恆？愛有沒有永恆？所以，愛要努力經營的。

所以我們發覺，老闆會不會真的永遠愛你？沒有的。你不要去奢望老闆會永遠愛你，不可能的事情，不要那麼地獨占的思維性。你要創造你自己存在的價值，讓老闆永遠離不開你，一有問題就來找你，必須用你。

所以我這一輩子已經認命了，我年輕的時候很忿忿不平，到現在我已經了解，我的命就這樣，我就永遠做夜壺，夜壺是晚上尿尿用的，用完就放在床底下。夜壺重不重要？很重要，老闆找我們的時候，我們就要去幫他處理，處理完事情，鼻子一摸，掉頭就走。

我能不能在媒體上到處宣揚，我跟這個老闆的關係，我宣揚的結果，下次這個老闆就不敢再來找我。所以我們要有職業道德，要終身做夜壺，所以你要不要認命？我們很多同道最後不甘寂寞，沒有做到終身保密，從此他就不再被信任，沒有人敢用。所以要甘於寂寞。你要認清你存在的價值，意義，你就在這裡慢慢地對你的抉擇負責。我們看到做一個覺者的時候，他們非常地快樂，因為他認識自己的方向。

### 正確的抉擇

我們知道生命中有太多的不確定性，今天領袖要永恆不墜，他的方向要很明確，要認清自己的能力條件，才能做出最正確的抉擇。我一生當中不做選擇，都只做抉擇。因為生命不可再次重覆，生命不是科學，很多人要把生命科學化，那真是荒繆，那是偽科學。生命可不可以重覆實證？選擇你可以選擇a、b、c，但是抉擇你就抉擇了a。今天我跟A結婚，鬧翻了，離開；之後我跟B結婚，跟B在一起，就說，我當年如果選擇了B的話就不會離婚。

我告訴你，這是永遠也不能證明的，在座的各位，當你抉擇了A當太太，不要再去想別的女孩子，因為沒有得到的，永遠是最好的。當你抉擇下去，你沒有辦法再去證明，你跟她如何如何。我們的生命永遠是在抉擇中，如果老是反覆推敲我當年如果這樣選擇那樣選擇，究竟會如何，當你有太多選擇性的時候，你就有很多的後悔在裡面。

### 不斷創新的潛質

所以你的方向要非常明確，第二，你必須要不斷創新的潛質，因為領袖是要不斷的創新，不懂創新的領袖會被時代淘汰，所以你一定要不斷創新，我們剛講過創新源自學習，所以你要不斷地學習，不斷地勇於向各方面挑戰。

第三個就是協同成就的共享，要懂得去跟別人共享共榮，不要獨享，領袖最重要的就是經營團隊，秦始皇偉不偉大，一統江山，替大漠創造了一個新興的民族。秦始皇要統一天下的時候，阻力非常大，那時各國

有各國的文字、文化、度量衡。但是當他做到了以後，他沒有做協同的動作。所以當他死了以後，他的帝國一夜就崩塌了。所以，帝國想要永恆，一定要懂得協同作戰。

### 承擔失敗的勇氣

更重要的，領袖一定要承擔失敗的勇氣。有很多領袖推諉責任，一有問題都讓部下去扛。這樣的話，在團體裡面得不到掌聲、認同、依歸，員工士氣不會匯聚，他只是拿你一份薪水、打一份工。

最後一個就是倫理次序的維護。記住，我們常常受西方的影響，就會講到，我要下來跟我的員工一起吃飯，我要全部都一樣，西方人認為最好的領導統御就是打成一片，中國的韓非子告訴你，不是的！

「君臣同道則亂，君臣異道則治」。君臣不分，天下大亂。老闆要不要有老闆的規格？老闆負的責任一不一樣？不一樣！享受呢？享受要不要一樣？不一樣！所以君臣要不要異道？不要受西方的思維影響，你看韓非提出來這不是西方的思維，中國的思維。君有君的責任，君的條件，所以將來你們在領導階段，都有不同的階級，責任、享受、條件。這才是符合倫理的次序。

### 了解才性

我們的個體常常會受到傷害，我們在群體中常常要得到開展，我們的個體要得到安頓，我們常常會認為我們最好是「用儒家的思維在群體中開展」，「用道家的思維在個體中尋求安頓」，也就是說在易經裡面很清楚告訴各位，你要熄滅一切，看到遙遠的星

光。你的星光到底是幾等星？有的人是一等星，像我們大概就是九等星，因為夜壺只有九等星。大老闆是幾等星？就是一等星，北斗星，照亮那麼多人。要明確掌握自我的才性，一定要知道自己的才性在哪裡，能力條件在哪裡，這是很重要的。

### 終身學習

第二個條件，非常重要就是終身學習，最重要是認清自我的無知。記住，我們一定要認為自己是無知的！無知的人才會去傾聽別人的聲音，自以為有智慧的人不會傾聽，而真正有智慧的人他就會去傾聽。

一般自以為有智慧的人是不會傾聽的。所以佛教界就把智慧分成兩個，一個叫智慧是一般「世俗的智慧」，像覺者的智慧他就稱為「妙智慧」。

加一個妙，妙的意思就是可以看到微妙之處的智慧。所以一個人如果終身學習以後，要不斷去強化自己，沒有不了解的東西，不斷去強化，對已知的東西還是能夠去傾聽別人的看法，來刺激自己很多的思維。佛教跟道教很可愛，事實上都一樣，佛教跟道教在中國，就是相互鬥爭。兩個哲學思想，都在相互的揚棄中不自主地相互繼承。

國民黨跟民進黨，是不是一樣？也就是說他平時是相互的揚棄，也相互地繼承。佛教跟道教跟現在沒有什麼太大的差別，基本上都差不多。很多東西都是在不斷的衝突鬥爭中，又不斷地揚棄跟吸收。我們如果把自己放下的話，多傾聽別人，多吸收，就會成其大。

### 關懷安撫

最後一個叫關懷安撫他人的感受。「一個懂得安撫他人感受的人，才是最好的領袖」！一個好的領袖，要懂得適時安撫關懷你週邊的人。你地位越是高，周邊的人越需要你的關懷。

用智慧，這個智慧是覺者的智慧，以易經的智慧來認識世界。用良善來關懷世人；記住，易經的善，易經的本體論，就是談一個善字。易經的善，是去其對待之心的善。易經的善，是沒有惡，是至善。

我們社會上做任何善事，有沒有惡？請問你這個善會不會殺人？如果一個人的善，證明別人都是惡，這不是至善。因為其實別人不惡，別人可能只是小善，沒有他那麼善，當他部份的善被突出了以後，所有人的小善，都變成了惡。這是誰的錯？這就是提醒大家思考，善會不會殺人？

良善是什麼善？去其對待之心的善，至善。不求任何的回報的善，沒有附加價值的善。當我做為一個善的時候，沒有要去感動任何人，只是一個發自內心的行為，這個善才是真善。

### 生而無怨，死而無憾

最後我們看到一個人在生命的實踐上，我們一定要做到無怨無悔。生而無怨，死而無憾！當我們到死的時候沒有憾，在生的每一分每一秒都要沒有怨，到最後才不會有憾。這是在生命的實踐上，是一個大實踐，非常重要的實踐。

### 想你做的，做你想做的

「想你做的，做你想做的」，這句就是呼應我前面講的「定位宇宙、安排人生」。我能做是定位宇宙，做我想做，就是安排人生。

最後我談唐吉柯德。高一時，我家發生火災，我家裡東西全燒掉，我那天帶到書包的就是兩本唐吉柯德跟一個便當，教科書都沒帶。那兩本唐吉柯德到現在都還在，那是我唯一童年的東西。所以你看那不可實現的夢想，這就是講到一個人要有理想性，要有稚氣，不失赤子之心，力戰那打不倒的敵人，承擔那不可承受的苦難，經歷那勇者不敢經歷的地方。各位想想，唐吉柯德是不是就告訴我們，要「生而無怨、死而無憾」，所以是多麼好的詩句。友聲



### 邵崇齡老師簡介

邵崇齡老師為國際易學大會會長，擔任過中華民國易經學會理事長，目前仍然擔任榮譽理事長。

曾經於交大易學社義務指導長達11年。目前擔任某些企業老闆的人生哲學軍師及輔導顧問。