

心靈如何貼近自然

2019-03-03 00:46 聯合報 林蒼生（統一集團前總裁、三三會顧問）

我在「焦伯伯的心齋」文中提到，在現代繁忙競爭中，企業家不僅腦筋要跟上時代，心靈也要貼近自然。有朋友來詢如何做到？人忙心不忙，說來簡單，卻不容易。



林蒼生

最好是找一位敬仰的人，學習他，觀察他所做所為並仔細品味其生活點滴中的細節，以了解背後的胸懷與人格是如何養成的。我首先想到的是南懷瑾，南老師常說他從來沒收過一個學生，學生卻滿天下，被啟發的人太多了，數也數不清。當然也包括我。

我居在南部，少有機會親近老師，南老師指導卻影響了我的一生。不論什麼時候，他的言談行止總是氣定神閒，從容不迫，措辭雅致，笑容滿面，一出口便詩文並茂，似有說不完的寶藏，那如沐春風的感覺，讓人聯想到或許有古聖先賢風範。

南老師說，人要像一棵樹，樹多大根就有多大，才能頂得住風雨。人也一樣，心靈要深且廣才容得下世間冷暖衝擊。我不是深入佛門專修的人，卻也因此養成深入內心探索的喜好。每當上了飛機，我就閉眼觀想自己的心逐漸擴大，大到與虛空同等。正如楞嚴經所說：「虛空生汝心內，猶如片雲點太清裡」。如此這般，飛機在我心裡飛，飛機當然就不會掉下去了（一笑）。也許是在高空引力較弱，常會有說不清楚的安祥與喜悅由內心升起。我問南老師這樣對嗎？老師笑笑說，入門而已。



大自然有個看不見的韻律在流動，跟著這韻律流動，我們才會充滿生機。圖／聯合報系資料照片

我常與自己玩這獨自尋幽的遊戲，體會那荒冥無邊的感覺。有次聽老師講莊子心齋，才意識到身在企業界，我的問題是妄念太多，無法體會老師所講的，當人無念，其內心世界與宇宙源起的狀態是相通的。相通時，內心的覺知靈光炯然，這才是心齋的境地。

這是生命的終極學問，重點在不起妄念，並不容易，尤其是在商界。例如，我們常要制定目標，目標一制定，達成的期待，就修行角度來講，也是一種妄念。我問老師這個問題，沒想到老師的回答又是另一境界體悟。他說，我們要學菩薩，菩薩有願力而不是目標。願力與目標不同，願力是生命的事，目標是生活的事。生命的事像樹的根，生活的事像枝葉，失了根人就迷失，這是今日的普遍現象。

那一天，剛好看完棒球回來，棒球打了九局平手，拚到十一局才輸，心裡很不甘心，我忽然警覺到那不甘心正是個大妄念。所以開始推想，如果棒球不是只打九局，還會有得失之心嗎？沒有得失之心才是平常心。平常心是菩薩的行事心境，修行的功夫，不是口頭禪而已。

人的腦筋與心靈，剛好是兩個不同面向，在理性與感性間互相糾纏，也互為一體，很不容易平衡。心腦要平衡，關鍵在呼吸，呼吸是人內在與外在世界交流的橋梁，也是心腦平衡的媒介。人的念頭來自呼吸的動能，呼吸與念頭同步。心靈要安靜，須由呼吸下手。

一個企業人或修行人，要時時心平氣和，才能維持當下的觀照。如果能做到每一刻注意力都只在眼前，像舟行水上水不流動，時間將會消失。時間消失，過去與未來當然也不再是纏繞心靈的妄念。我想菩薩大概都是這樣行事，以平常心接渡眾生。南老師的風範應該就是個活生生的例子。

我想把大家帶回到與大自然同韻律的行事方式。大自然有個看不見的韻律在流動，跟著這韻律流動，我們才會充滿生機，但這看不見的韻律，在工業化後，到今天資訊化的時代，全亂了套。身為一個企業家，一方面腦筋要跟上時代沒錯，但心靈不可背離自然，人是大自然一部分，這樣才會健康，才是清富的企業家。

鳥的叫聲悅耳

飛翔的雲不礙眼

凡是自然的物事

都有其自然的韻律

韻律是生命的脈搏

當脈搏與自然和諧

不論多忙

都會寧靜安祥