

思與無思



台中中州社林遠宏 CP Medico

蘇東坡有位朋友名叫章質夫，在公堂西側蓋了一間房子，打算作為修心養性的場所，凡是所作所為都在此先經過一番思慮而後行，因而將這間房子取名為「思堂」，並請蘇東坡為他寫一篇「思堂記」，以資銘志。

蘇東坡慨然應允，文章也很快就寫好了。沒想到他在「思堂記」中長篇大論，隻字未提「思」的好處，卻只侃侃而談「無思」之妙。文章一開頭他就說：我是天下最不懂得思慮的人，每當遇到事情，就直接將心意抒發出來，根本無暇去思慮。況且事情還未發生就去想它，未免太早了些；事情既已發生，再去想它，也已經來不及了，正如古人所說：來者不可待，往者不可追。是以蘇東坡從不思慮，心裡有什麼話，直接就衝口而出。這些未經思慮的話如果吐出來，必定會傷人，但如果隱忍而吞下去，又會傷到自己，最後他寧可傷人而不傷己，總是一吐為快。

為何蘇東坡臨事總要一吐為快呢？他認為為善修德應該要像《大學》篇所說「如好好色，如惡惡臭」那般地出乎自然。一位正人君子，當他見到了善，就像看到了美好的事物，很自然地就心生喜悅；當他見到了不善，就像聞到了惡臭，本能地也會感到厭惡，絕不會事到臨頭才去思考它是好是壞，再去選擇逃避或接受。因為義字當頭再去考慮利與害，行義就不會果斷；上到

戰場再去考慮生死問題，打起仗來就表現不出勇敢。

古云：「孺子近道，少思寡欲。」的確，小孩子最接近於道，因為思慮少，欲望小。可見思與欲都不是好事，甚且思之為害尤甚於欲。舉例而言：有兩個盛水的罐子，一個罐底有個小漏洞，另一個每天從中取出一升水。試問，那一個罐子的水會先用盡？答案很清楚，當然是那個有漏洞的罐子。蘇東坡認為「欲」就好似那個每天舀出一升水的罐子，雖然也會使罐內的水消損，但偶爾取之，適可而止，消損還是有限。而「思」卻像罐子的漏洞，洞雖小，但漏水卻是無時無刻不曾間斷，不用多久，罐內的水就漏光了。由此不難想見，「思」對一個人的傷害有多大？

思既然不好，那不思又有何益？事實上，不思比思可就難多了。我常常試著，什麼都不要去想，希望能靜下心來，以求得片刻的寧靜，但過不了多久，心思就開始天馬行空，忽而想東，忽而飄西，不是想到過去，就是想到未來，似乎很少停留在當下的現在。況且所想的這些雜亂無章的俗慮不但一無是處，還將腦子塞得滿滿，讓人一刻都不得清閒，進而帶來無謂的煩憂。

莊子《人間世》曰：「虛室生白，吉祥止止。夫且不止，是之謂坐馳。」人如果能夠敞開心胸，讓腦子放空，空無一物的靈台自然就會展現光明，吉祥也將聚集於此，進而達到「坐馳」之妙境。什麼是坐馳？蘇東坡在「思堂記」中有相當透徹的詮釋：「虛而明，一而通，安而不懈，不處而靜，不飲酒而醉，不閉目而睡。」也就是心無罣礙，清明澄澈，心神合一而流通不息，安祥而不鬆懈，不靜坐而心自靜，不飲酒而飄飄然，不閉目而沉睡。這種來去自如的空虛之心，因自由而能四處遨遊，不思之妙盡在於此。這位大詩人談了一大堆「無思」之妙，最後才發現所寫的非但文不對題，甚且對「思」有反諷的味道。一般人遇到這樣的窘境，文章再也寫不下去，想必無法作結。沒想到蘇東坡文才橫溢，輕輕一筆帶過，而讓這篇盡談「無思」之妙的「思堂記」成了流傳千古的絕妙詩篇。

他認為以「無思」的道理來為「思堂」作

記，的確是荒謬絕倫，但人世間萬物並育而不相害，道並行而不相悖，也因此正反兩種說法都是有道理的。以我的好友章質夫的賢德，他所謂的「思」，想必不是世俗之輩終日鑽營的思慮，而是《詩經》所說的「思無邪」，因為他的修持已臻於「從心所欲而不逾矩」的境界，再怎麼思，總還是在坐馳中幾近於道。而我蘇東坡還是位凡夫俗子，不思則已，思之則心蕩神馳，意馬心猿，因而我只得退而求其次，追求易經「無思也，無為也」的庸俗之道，換言之，就是不用思考，一切就順其自然而為，免得傷神又傷身。

到底是「思」好，還是「無思」好？我個人認為見仁見智，莫衷一是。有些人遇事都要巨細靡遺地思之再三，計畫了再計畫，但往往計畫總是趕不上變化，最後還是落得一場空。相對來說，蘇東坡就顯得比較灑脫，他主張凡事不用思考，想說什麼就說什麼，因而總是一吐為快。

無可否認，「無思」可以讓人心胸開闊，神清氣爽，不為俗慮牽絆。但觀諸蘇東坡的一生，儘管在文學上獲得了輝煌的成就，卻也因為一吐為快，得罪於當道，從三品大員一路被貶謫到九品的芝麻小官，甚至還被流放到海南島的儋州，差點就命喪在這瘴癘橫行的荒島上。

蘇東坡喜歡活在當下，但「時間」總是一刻不停地在流逝，當下的瞬間很快就成了過去，他的一世功名一轉眼也已成了一千年前的過眼雲煙。如此想來，人的窮達賢愚，一切的一切，在一定會被時間遺忘的鐵則下，只不過如微塵一般的渺小。既然是這樣，「思」與「無思」就不再具有意義。老來我倒比較欣賞陶淵明「甚念傷吾生，正宜委運去。縱浪大化中，不喜亦不懼。應盡便須盡，無復獨多慮！」的豁達。多所憂慮只有傷身而已，何不就順其自然，與時俱化，悠然遨遊於大化之中，一切的橫逆不妨就委由命運去安排，不必喜，亦無所懼，這樣的日子過起來就會感到無比的自在。