

我的學習反思日誌

課程名稱	易經與人生	授課教師	蘇星宇
上課日期	2010/11/29		
上課時間	10:00~12:00		
上課地點	6204		
記錄者	曾士剛		
本次上課老師講了哪些內容？			
<p>以下是反思的問題檢討：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 中正之道：中，不極端。正，使自己達到淋漓盡致。道，方法、途徑。 中庸之道：庸，用，可施行。 a. 它們都是正道，雖在人之間可能有不同，但高度重合。 貞正之道：貞，不含任何小我慾望。 b. 自己的正道是自訂的。 2. 陰與陽、乾與坤，相反相成且互為根本。 3. 終日乾乾夕惕若厲，九三的惕龍藏在乾之中。 4. 從心所欲，不踰矩。是達到了「化境」。 5. 用九、用六，非爻辭，為結論。 6. 氣，極細微能量的活動形勢，變化的規則或方法，且強調是人所能察覺到的變化。 7. 亞里斯多德四因說，形式、質料、動機、目的。(後二者最後被歸入形式，成為形質哲學) 8. 西方認為乾就是形式，坤就是質料，可是在中國經典中的解釋，坤是在於人有沒有感知到。 9. 學問應要做到「心物合一且交感」。 10. 君子隨遇而安，不與命相爭。 11. 詩三百，思無邪。邪，斜。無邪，直發於心。 <p>以下是課程進度：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 飛龍在天，大人造也。造此大人者為自己。 2. 利，分配分類。分配合宜即有利，故先前解釋為有利於。 3. 善之長也。長，助長(使長進)、源頭、領導、尊重。 嘉之會也。嘉，好事。會，匯集。 利者，義之和也。分配的合適得宜。義，宜也(注意到分寸)。 事之幹也。幹，骨幹。 4. 君子體仁。體，最重要的部分。 禮即是合理的行為。 5. 利物足以和義。合宜的分配事物→可以達到均無貧。 6. 貞固足以幹事。幹，成為事情的主幹。不易乎世：不因世而遷。不成乎名：不追求名。 7. 真正擁有龍德的人，遯世而無悶，不見是而無悶。 8. 憂則違之，不堅持不適合自己的龍德。樂則行之，堅持並實行自己所喜歡的。 9. 確乎其不可拔潛龍也。龍德不可拔！ 可藉由反身而誠知道自己的龍德。 10. 信，信守承諾。閑，柵欄。存其誠，反身而誠的本心。 11. 善世，淑世。不伐，不誇耀。化，包括內在化(深)+普遍化(廣)。德，得到於心的本質性。 			

本次上課時，有什麼讓我印象深刻的事情？

- 1.心物合一的交感。
- 2.樂則行之，憂則違之，確乎其不可拔潛龍也。
- 3.反身而誠，知道自己的龍德。

我對這些(或這件)事情有什麼感覺或想法？

1.曾經嘗試過學習各式各樣的東西，漸漸發現「心物合一」其實是每一個領域的知識都想要達到的境界，因為只有真正做到這四個字的人，才能較不失真地去預測事情的變化，進而在事前做好迎接任何一種可能的準備。「橫看成嶺側成峰」在與事物「合一」之前，我們所能感知到的僅有片段片面，因為人是有所侷限性的，不可能在剎那之間了解所有的未知，而在科學上，也常會有因為「觀點」不同，得到不同結果的情形。那到底是「嶺對峰錯」還是「峰對嶺錯」呢？這情形應該就像是這一堂課開頭時，我對白板上的三個道的解釋所獲得的評價：「不能說完全錯，但是非常不精準！」簡單的說就是簡答題中「不完整」的答案，若要「完整」就必須想像自己就是這個事物，將自己「心中每一道所學過的知識」與「當下所感知到的所有內容」進行結合，如此一來不論從何角度觀察，都不會「斷章取義」，因為在「合一」之後，我們可以從本質出發去了解眼前的所見。

只不過要注意的是「心物合一」比較像是一個結果，過程是未知→認識→了解→合一，如同蘇軾寫的那一首詩，我一定是橫著看一看，側著看一看，甚至是爬上它看一看，我才知道整個全面，才會知道它叫做「廬山」啊！

2.做自己喜歡的事，不做不喜歡的事，最後告訴我龍德不可拔，不可被移除，當下只有滿腦的問號，前面兩句聽起來像是街頭混混在說：「只要我喜歡，有什麼不可以？」而如果哪一天對剛健中正厭煩了，為什麼不能把它丟掉？好險沒有發問，這問題出自於自己太混沒先看書……，30秒以內我發現了在船山易學後面，就寫得很清楚，而且我還忽略了大原則……

3.藉由反身而誠去了解自己是否具有龍德，是否有剛見中正在的本質，我第一個想法就是：「那不就沒有具有龍德的人了？」我支持龍德無法由他人判定，但我也認為對於一個有能力的人，他的惰性其實也是由他自己判定的，第一是因為其他人看不到，第二則是因為他能檢視出自己的惰性，所以才能成就他的出眾，有龍德的人知道自強不息的重要性，然而這一類的人，卻又時常看到自己的怠惰，結果變成說自己具有龍德的人，內心其實正在自欺欺人，這不是很矛盾嗎？所以在加課的時候，我問了這個問題。

我為什麼或有這樣的感覺和想法？

1.最近在游泳時，被「水」感動了。在游泳池中前進時，阻擋我的是水的阻力，然而，可以讓我前進的動力也是水的阻力(雖然正確的說法應該是作用力與反作用力)，這其中相關的知識是小學生都會的，可是每一次說到競速，卻常會把這個基本之是拋到九霄雲外，消耗好幾倍的氣力卻無法在速度上有絲毫的進展，甚至發現計時的成績越來越差。直到約三個星期前，我漂在水面上檢討自己的退步，才發現這個驚人的事實——我只考慮到了我自己，而沒有考慮到我所處的環境，水中。為了獲得速度，不由自主的在四肢上增加動力，忘記在這個情形下的水，會產生亂流，反而使身

體後退。我試著想像自己就是這一池水，開始矯正自己比賽心急時的姿勢偏差，協調力量的輸出，最後不僅有回復到以前的成績，甚至超出自己預定進步的目標。

其實有時候「心物合一」應該不會很難，是在於自己是否願意多方面的觀察，並置身其中的去思考，但我覺得最重要的是自己是否確實地善用所學，善用自己的一顆心。

- 2.王船山在文言傳乾卦初九之後有此一段話：「樂行憂違者立陽剛之質以為德基。」此德當然是指乾卦剛健中正之德，以此作為基礎，此句話就不可能是地痞流氓胡作非為的藉口，王船山也指出「二五利見」、「三四無咎」，前者便是樂則行之的狀況，後者則是憂則違之始自己達到「無咎」（不會犯錯），在第一爻中闡述了後四爻的內容，當然為不可移除的潛龍，不可忽略的龍德。而前一次反思中提到的「悔」，那感覺雖失落但問心無愧，有龍德的人就應該如此，選擇的路可能艱辛但不後悔，心中所秉持「樂行憂違」的原則，更是不可能被移除。
- 3.老師給我的第一個回答是關於惰性的起源，偷懶、不願意付出確實是人後天養成的，或者說惰性是勤奮的相對，因為學習了何為勤，所以就知道要去抵抗相對的惰。雖然重新認識了怠惰，可是心中的矛盾尚未化解，所以繼續問~。老師給我的第二個回答，大致上提醒我龍德是一種想法與原則，提醒我那些會去檢討自己的、具有龍德的人，匡正自己的怠惰，不正是一種「憂則違之」的實行嗎？所以應該是說：「具有龍德的人，不停的在改正自己的怠惰。」而不是我先前想像中，因為正視怠惰，而必須否定自己的龍德。

我還想說的是……

平均 2 小時完成易經的反思？那平均花 4 個小時的我真的要檢討一下自己完成作業的效率了……。開始寫經典閱讀課程的反思後(除了易經，星期一早上一二節有選邱老師的論語)，才真正體悟到思考的確是一件十分消耗體力的事情，雖然在這之前，我平時也會對生活中的事物進行思考，可是在考試體制教育下，「長時間」的思考是不被允許的，因為考試的時間就是只有 70 分鐘，如果再繼續思考題目以外的問題，就要交白卷了……。我用零碎的時間思考，等公車的時間、走路回家的過程中、刷牙時、尚未睡著之前等等(馬桶上就算了，這會害人便秘……)，然而時間都不長，真正超過 2 個小時將自己浸泡在回憶、潛意識與所有學過的知識之中，是從今年 9 月開始，醫學系大一的課程異常的比國高中輕鬆(至少考試少，會打斷我思路的事情變少了)，被允許是用整個星期二和星期三的下午進行心靈的沉澱，這感覺莫名地和縱情看金庸小說相似，唯一的不同在於，每次打完反思都感覺很累，躺在床上馬上就會睡著。之前有些腦部生理學家指出，深度思考平均所消耗的能量不亞於劇烈的球類競賽，看來是真的。

最近實在太懶了……，每次想要追上易學社的進度，但是都沒看懂多少就跑去睡覺了……。