

“ Learn to be master of the mind. ” - Godwin Samararatne

“ 學習做心的主人。 ” - 葛榮居士

(四十一) 請勿活在概念中 (五) - 路

一方面，人需要概念才能在社會生存。另一方面，人又很容易會被概念所困擾。因此，學習放開概念，並不是指不要有概念，而是學習在有需要它時運用它，在沒有需要時放下它，學習主宰它，而不被它所主宰。學習做概念的主人(master)，不做它的奴隸(slave)。

怎樣學習做概念的主人？首先是知道與明白概念是惟心所造，不是真實，它本身是沒有力量，它的力量是源於心誤以為它是真實的。之後，便是學習哪時候運用概念，哪時候放下它。

認識概念不是實況

就以任何一件放在商店櫥窗內的流行衣服(或任何其他商品如流行電子用品)為例，很容易被它的色彩與款式所吸引，想把它買下來。若以這件商品為禪修對象，在想買的時候，可先訓練心去看看它「光脫脫的實況」(“bare facts”)，它就是面前這個形狀，這個顏色，這個物料。在這光脫脫的形狀、顏色和物料之上，根本就從來沒有美麗或不美麗，沒有好款或差款，也沒有值或不值。這些美麗、不美麗、好款、差款、值或不值都是心所虛構的概念(concepts)而然後附加予光脫脫的實況之上。

光脫脫的實況是不可爭議的，無論任何人去看這件商品，它都是面前這個形狀、顏色和物料，不會因有不同的人去看它而有所改變。概念卻是可爭議的，不同的人去看同一件商品會有不同的意見，它的美或不美、好或差、值或不值都會因有不同的人去看它而有所改變。為什麼這些概念會因人而有所改變？因為它們不是真實的，每一個人都有不同的經歷、知識和記憶，所以每個人的心會因應個別的經歷、知識和記憶虛構不一樣的概念。

若然心沒有智慧，便會盲目追隨這些概念，誤以為它們是真實的，於是便必定要把它買下來才快樂，買不到時便不快樂，不自覺地成為概念的奴隸。若然心有智慧，知道與明白這些美麗、時尚與價值一方面是虛空的概念，另一方面卻是在適當的時候運用這些概念，便會當有需要又有足夠的錢時才買一件自己認為美麗、時尚和物有所值的衣服(或商品)，沒有需要時或買不到時也不會因得不到這些虛空的概念而不快樂。心知道哪時候運用它，哪時候放下它，做它的主人。

處理光脫脫的實況

舉另一個例子，工作時很容易會認定某件差事難、煩、不應該和不合理。若心沒有智慧，便會誤以為這些概念是真的，誤以為這件差事真是這麼樣的，然後被這些概念所束縛，繼而苦惱。若心有智慧，卻會知道和明白到面前光脫脫的實況是此件差事涉及過百份文件，需付出時間和耐性去審閱、思考和處理，也需要運用知識與經驗去作出多個決定，做了決定後還有多個變數。但是，在這些光脫脫實況之上根本就沒有難或不難、煩或不煩、應該或不應該、合理或

不合理，這些概念都是惟心所虛構而然後附加予光脫脫的實況之上。

這件差事涉及過百份文件、多個決定和多個變數是光脫脫的實況，不可爭議的，不會因有不同的人去看它而有所改變。但這件差事是難或不難、煩或不煩、應該或不應該、合理或不合理，就會因人而別，因為這些都只是惟心所虛構的概念、不是真的。

學習放下這些惟心所虛構的概念，不是指不容許心虛構這些概念，而是知道與明白心虛構這些概念只是心的習性，無需抗拒、追隨或相信這些無實質的概念，也明白到這些概念對處理面前這件差事是沒有幫助的。有了這些明白，便會知道其實面前沒有一件難和煩的差事，面前的只是一件有需要處理的差事，然後便去處理面前光脫脫的實況，如審閱面前過百份文件，運用經驗與知識去思考與作出決定，繼而觀察變化，再運用經驗與知識處理與回應出現的變數，只是回應實況，不是抱怨或憂慮實況。若心沒有智慧，便會被心所虛構的概念所欺騙，誤以為這些概念是真的，誤以為面前這件差事真的是難、煩、不應該和不合理，然後活在它們之中，一面做一面抱怨和憂慮。還有，經驗與知識也是概念之一，但工作時是有需要運用這類概念來處理事情，這類概念在這情況下是有它的作用(purpose)。所以，禪修不是不要概念，而是學習認識有時候是有需要運用某些概念，有時候卻需要放下某些概念。

祝願各位都會學習做概念的主人，不做它的奴隸。