

# 涵靜老人定靜工夫之文化探源

## —以宋明儒者對周敦頤定靜工夫的詮釋理路為視點

東吳大學哲學系副教授

黃崇修（光伏）

### 摘要

涵靜老人曾在天人學本中提到「由定入靜，還是由靜入定」的入手先後問題；另外他老人家亦在《宇宙應元妙法至寶》中明確說明：

「定靜忘我」的時候，心能定下來，靜到極點，身體坐在蒲團上，坐到有不知道自己身體在那裡的感覺。

由此可知涵靜老人對於定靜工夫有其修持上之體會及獨特之觀點，而這些觀點又因涵靜老人之家學受到明代大儒劉宗周（母系劉）之影響以及北宋周敦頤太極圖說參贊立極之精神輝映而更具歷史意義，因此當我們要進一步探討涵靜老人定靜工夫文化底蘊之際，對於北宋周敦頤以來宋明學者對於定靜工夫之詮釋觀點，皆有必要深一層爬梳及顯明，藉此以打開涵靜老人定靜工夫與中華文化之內在通道。

因為眾所周知，即便周敦頤明確於《太極圖說》中提出：「聖人定之以中正仁義而主靜」之「主敬」與「主靜」兼容並蓄之論述空間，然而由於二程的理學復興及朱子的強力論述，程朱之「主敬說」儼然成為詮釋周敦頤定靜工夫的主要表徵。從而後起學者凡是提出異議而強調主靜工夫者（如陳白沙等人強調無欲或對靜坐之重視）往往皆被視為異端而排拒於正統朱子學之外，因此主靜說在儒學傳統中一時退位為附屬之存在而失去其思想上之優位特質。

鑑此，本文根據程伊川：「學者須敬守此心，不可急迫。當栽培深厚，涵泳于其間，然後可以自得。但急追求之，終是私己，終不足以達道。」以及明道「執事須是敬，又不可矜持太過。」之兩段引文內容說明主敬說之侷限性所在，並且藉由朱子間接提出的修正補充：「伊川云：『敬則無己可克。』其說高矣。然夫子當時只告顏子以『克己復禮』而已。蓋敬是常常存養底道理，克己是私欲發時便與克除去，兩不相妨。磷。」以點出「克己私慾」之重要性。至於此「克己私慾」之實踐命題就義理上可說是周敦頤「無欲故靜」主靜說之核心所在，同時也

成為陽明學派克己主靜工夫之重要基礎。當然這樣的發展結果，使得我們看待周敦頤「定靜」工夫之際有了重新詮釋之可能。

本文研究目的，便是期望在醫學哲學之身體論述基礎下，經由程朱之主敬工夫及陽明、念菴、宗周之主靜工夫（一般表現為直指無欲本體之工夫）論述過程觀照，以鋪展出一條定靜工夫理論之實踐系譜，藉由此系譜之展開及論述內容透視從而呈顯出涵靜老人定靜工夫之文化傳承及革新之時代意義。

# 涵靜老人定靜工夫之文化探源

## —以宋明儒者對周敦頤定靜工夫的詮釋理路為視點

東吳大學哲學系副教授

黃崇修（光仗）

### 前言：<sup>1</sup>

涵靜老人曾在天人學本中提到「由定入靜，還是由靜入定」的入手先後問題；另外他老人家亦在《宇宙應元妙法至寶》中明確說道：

「定靜忘我」的時候，心能定下來，靜到極點，身體坐在蒲團上，坐到有不知自己身體在那裡的感覺。

由此可知涵靜老人對於定靜工夫有其修持上之體會及獨特之觀點，而這些觀點又因涵靜老人之家學（母系劉太夫人）受到明代大儒劉宗周之影響以及北宋周敦頤參贊立極之精神輝映而更具歷史意義，因此當我們要進一步探討涵靜老人定靜工夫文化底蘊之際，對於北宋周敦頤以來宋明學者對於定靜工夫之詮釋觀點，皆有必要深一層爬梳及顯明，唯有如此方能打開涵靜老人定靜工夫與中華文化傳統之內在連結關係。

因為眾所周知，即便周敦頤明確於《太極圖說》中提出：「聖人定之以中正仁義而主靜」之「主敬」與「主靜」兼容並蓄之論述空間，然而由於二程的理學復興及朱子的強力論述，程朱之「主敬說」儼然成為詮釋周敦頤定靜工夫的主要表徵。從而後起學者凡是提出異議而強調主靜工夫者（如陳白沙等人強調無欲或對靜坐之重視）往往皆被視為異端而排拒於正統朱子學之外，因此主靜說在儒學傳統中一時退位為附屬之存在而失去其思想上之優位特質。

鑑此，本文根據程伊川：「學者須敬守此心，不可急迫。當栽培深厚，涵泳于其間，然後可以自得。但急迫求之，終是私己，終不足以達道。」以及明道「執事須是敬，又不可矜持太過。」之兩段引文內容說明主敬說之侷限性所在，並且藉由朱子間接提出的修正補充：「伊川云：『敬則無己可克。』其說高矣。然夫子當時只告顏子以「克己復禮」而已。蓋敬是常常存養底道理，克己是私欲發時便與克除去，兩不相妨。璘。」以點出「克己私慾」之重要性。至於此「克己私慾」之實踐命題就義理上可說是周敦頤「無欲故靜」主靜說之核心所在，同時也

---

<sup>1</sup>本文尚屬初稿，請勿引用。

成為陽明學派克己主靜工夫之重要基礎。當然這樣的發展結果，使得我們看待周敦頤「定靜」工夫之際有了重新詮釋之可能。

本文研究目的，便是期望在醫學哲學之身體論述基礎下，經由程朱之主敬工夫及陽明、念菴、宗周之主靜工夫（一般表現為直指無欲本體之工夫）論述過程觀照，以鋪展出一條定靜工夫理論之實踐系譜，藉由此系譜之展開及論述內容透視從而呈顯出涵靜老人定靜工夫之文化傳承及革新之時代意義。

### 一、宋代儒者對主敬與主靜之討論

關於周敦頤《太極圖說》定靜工夫之內容，宋明儒者皆有程度不同之討論。筆者為求探討方向集中，於是根據明末大儒劉蕺山如下說法：

昔周子有主靜立極之說，程子因之，每教人靜坐。李延平又教人於靜中看喜怒哀樂未發時作何氣象，本朝陳白沙先生亦以靜中養出端倪為宗，築陽春臺置水一盂對之靜坐者數年。陽明先生則云，靜坐非是要人坐禪入定，只是借以補小學求放心工夫，而良知之說，必求之未發之中，其言不一而足。至羅念菴又遯濂溪無欲作聖之旨而求端於靜。其言曰……，一切雜念不入，亦不見動靜二境，自謂既定靜工夫非專以默坐時為靜而順應時無靜也，凡此皆有得於艮背之旨者而念菴直遯濂溪單提直入尤為徑捷。然亦偏求之靜矣。<sup>2</sup>

而將探討焦點鎖定於程子、朱子、陽明、羅念菴乃至劉蕺山言論之上，期藉此以呈顯出宋明儒者對於定靜工夫之基本觀點及發展軌跡。

首先，根據《太極圖說》<sup>3</sup>：「五行之生也，各一其性」及「五性感動而善惡分，萬事出矣」之文本敘述；周敦頤認為要使「五性」感物而不妄動，便要「定之以中正仁義而主靜」以見其功。此論一出，身為學生之二程雖對其中部分內容加以附和推廣，但卻也因唯恐後世學者偏於靜默而不喜交涉事務，於是將周敦頤所提出之主靜部分刻意轉化，以至於造成後世儒者普遍以主敬說作為理解周敦頤定靜工夫之主軸。比如程伊川說道：

**涵養須用敬，進學則在致知。<sup>4</sup>**

伊川認為涵養的工夫在於敬；而非整日打坐不涉事務之靜。對此說法，程明道在〈定性書〉中回答張載提問「定性」問題時亦有類似之觀點：

**所謂定者，動亦定，靜亦定，無將迎，無內外。**

<sup>2</sup> 《劉子全書及遺篇（上）》〈艮止說〉，中文出版社，京都，1981年。

<sup>3</sup> 《太極圖說》：「無極而太極。太極動而生陽；動極而靜，靜而生陰。靜極復動。一動一靜，互為其根。分陰分陽，兩儀立焉。陽變陰合，而生水火木金土，五氣順布，四時行焉。五行一陰陽也，陰陽一太極也，太極本無極也。五行之生也，各一其性。無極之真，二五之精，妙合而凝。乾道成男，坤道成女。二氣交感，化生萬物，萬物生生而變化無窮焉。惟人也得其秀而最靈。形既生矣，神發知矣，五性感動而善惡分，萬事出矣。聖人定之以中正仁義而主靜，立人極焉。」

<sup>4</sup> 二程全書、遺書第十八、伊川先生語四：

明道表明「定」是超越了動靜之分，所以不只有靜，人在活動之中亦能真實體現出「定」。故吾人藉此言說可間接看出明道對周敦頤主靜說之一種提點及界定。朱子循著程子路線，亦以敬來貫通動靜。朱子語類第 94 卷說道：

「聖人定之以中正仁義而主靜」，正是要人靜定其心，自作主宰。程子又恐只管靜去，遂與事物不相交涉，卻說箇「敬」，云：「敬則自虛靜。」須是如此做工夫。德明。

朱子之解讀明顯提倡程子之主敬說而與周敦頤主靜說稍有差異<sup>5</sup>。而此立場多處可見，比如在朱子答張欽夫的書信中有如下明確之表態：

周子之言主靜，乃就中正仁義而言。以正對中，則中為重；以義配仁，則仁為本爾。非四者之外，別有主靜一段事也。

由此看來，朱子為了護衛正統儒學路線而刻意否定了主靜之獨立存在意義，相較於二程，可知朱子對於周敦頤定靜工夫有更色彩鮮明之堅持。不過雖說如此，朱子在面對程子「每見人靜坐，便歎其善學」以及朱子本人所提倡「半日靜坐，半日讀書。」之說法，加上朱子回答張欽夫書信之同文末段中說道：

來教又謂熹言以靜為本，不若遂言以敬為本，此固然也。然「敬」字工夫通貫動靜，而必以靜為本。故熹向來輒有是語。今若遂易為「敬」，雖若完全，然却不見敬之所施有先有後，則亦未得為諦當也。

由此可知，朱子在面對「敬」與「靜」之實踐主軸上即便以「敬」工夫來通貫動靜，但是在敬之工夫實踐順序上，朱子認為還是要在動、靜之實踐場域上先以靜作為開頭（朱子此處之「本」字義應理解為「開端」之義）。而且此處之靜若僅理解為不應接事務之靜處行為的話，此與程朱之詮釋系統而言是不完全合意的；反而應將之明確理解為二程以來所推廣之靜坐工夫，方能與朱子書信文意相通並合於朱子平日教法。比如上引朱子回答張欽夫書信之說法，同樣地表現在其與弟子問答內容之中：

始學工夫，須是靜坐。靜坐則本原定，雖不免逐物，及收歸來，也有箇安頓處。譬如人居家熟了，便是出外，到家便安。如茫茫在外，不曾下工夫，便要收斂向裏面，也無箇著落處。士毅。朱子語類卷第十二 學六 持守

可見朱子認為初學者之心易於外馳，因此習於靜坐可以幫助收攝心念而令心有所安頓。因此吾人可視其為培養敬之工夫達至純熟的輔助方法，不過由於朱子此種鼓勵靜坐之姿態，多少導致學者在敬與靜工夫實踐上有一些混淆，甚至令學者將靜坐等同於坐禪入定而論。基於此，朱子再三做出區分：

或問：「不拘靜坐與應事，皆要專一否？」曰：「靜坐非是要如坐禪入定，斷

<sup>5</sup>程朱為避免學者偏於靜而不喜交涉事務，故以主敬來統攝動靜。對於這樣的顧慮，就護衛儒家淑世正統路線的角度來看，程朱之作法是可以理解的。

絕思慮。只收斂此心，莫令走作閑思慮，則此心湛然無事，自然專一。及其有事，則隨事而應；事已，則復湛然矣。不要因一事而惹出三件兩件。如此，則雜然無頭項，何以得他專一！（中略）。若心雜然昏亂，自無頭當，卻學從那頭去？又何處是收功處？故程先生須令就『敬』字上做工夫，正為此也。」大雅。

對朱子而言，靜坐之目的並非追求釋道之寂然入定，而是平常收斂此心以達到湛然專一<sup>6</sup>的狀態，且此湛然無事之狀態亦是要在遇事應事之後迅速收攝回來；當然朱子認為最好的情況就是「人之一心，當應事時，常如無事時，便好。人傑」<sup>7</sup>。由此可知，朱子除了具有將敬以貫通動靜<sup>8</sup>之外，事實上在另一方面也同時具有將靜坐涵養所得之心境擴充至事務上之思維；因此筆者發現，事實上在朱子之思維結構中儼然已經具有了敬與靜工夫互相涵攝作用之格局，只是此格局是被明顯設定在心氣活動上界說（與陸王所言之心體、性體之意尚有距離）。這是必須注意的。

無事	有事
<u>靜</u>	<u>敬</u>
敬	靜

不過並非每個人平時都有靜坐涵養的充裕時間，朱子亦常提醒門人並非只有靜中才能存養，而是「一動一靜，無時不養。」<sup>9</sup>。且靜坐涵養既然不是寂然入定，那麼其具體方針應該就是下述朱子所設定的方向：

平日涵養之功，臨事持守之力。涵養、持守之久，則臨事愈益精明。平日養得根本。固善，若平日不曾養得，臨事時便做根本工夫，從這裏積將去。若要去討平日涵養，幾時得！」又曰：「涵養之則，凡非禮勿視聽言動，禮儀三百，威儀三千，皆是。儻。」

朱子靜坐涵養之目的除了收攝心念之外，另一個重要目標便是養「根本」。而所謂養「根本」就朱子而言即是持養「天理」，故朱子在引文中說道：「涵養之則，凡非禮勿視聽言動，禮儀三百，威儀三千，皆是」。平時吾心若常常涵養天理，遇事則能精明而有妙應。既使平日無閑靜坐涵養天理，臨事以持敬做此根本工夫<sup>9</sup>，久之，遇物感動時亦能有所妙應以得應事之「定」。朱子說道：

<sup>6</sup>同卷中亦說道：『而先王之所以至日閉關，蓋當此之時，則安靜以養乎此爾，固非遠事絕物，閉目兀坐而偏於靜之謂。但未接物時，便有敬以主乎其中，則事至物來，善端昭著，而所以察之者益精明爾。伊川先生所謂「欲於已發之際觀之」者，正謂未發則只有存養，而已發則方有可觀也。』

<sup>7</sup>《老子》四十八章：「為學日益，為道日損。損之又損，以至於無為。無為而無不為。取天下常以無事，及其有事，不足以取天下。」可對照看。

<sup>8</sup>所以朱子說道：「敬主事。又曰。主乎中。蓋敬字該動靜。貫顯微。無事時。敬在裏面。有事時。敬在事上。」

<sup>9</sup>對此朱子說道：『問：「敬通貫動靜而言。然靜時少，動時多，恐易得撓亂。」曰：「如何都靜得！

惟心粗一事，學者之通病。橫渠云：「顏子未至聖人，猶是心粗。」一息不存，即為粗病。要在精思明辨，使無毫髮間；則天理常存，人欲消去，其庶幾矣哉！大雅。朱子語類卷第十二 學六 持守

朱子認為若學者能夠理明義精而操存涵養無須臾離，那麼理論上就可以天理常存、人欲消去而成就作聖之功。因此在此思維邏輯之下，朱子在詮釋周敦頤「定之以中正仁義而主靜」之際，整體而言還是以持敬認理（中正仁義）工夫作為理解定靜工夫之主要原則。<sup>10</sup>

不過，由於程朱理學是以性即理而心歸於氣之系統立論，而就此而言，牟宗三先生認為朱子所認之理為心外之理，且此理只是存有而不存在，因此比起吾人當下體認當下顯現當下把握之本心天理，朱子所認之理則顯為曲折而支離；因此朱子持守涵養所得之理不能保證為活活潑潑即體達用之太極本身；從而其靜坐涵養持敬工夫之最終結果，亦難保證必然達到周敦頤所言無欲故靜之真切實境。所以引文內容末段「其庶幾矣哉」一句，多少隱微反映出朱子還無法全然保證自此體得太極全體之保守態度。究其原因，筆者認為主要還是受制於一般人普遍存在急功近利之私欲問題。

**學者須敬守此心，不可急迫，當栽培深厚。栽，只如種得一物在此。但涵養持守之功繼續不已，是謂栽培深厚。如此而優游涵泳於其間，則浹洽而有以自得矣。苟急迫求之，則此心已自躁迫紛亂，只是私己而已，終不能優游涵泳以達於道。**端蒙。朱子語類卷第十二 學六 持守

「學者須敬守此心，不可急迫，當栽培深厚」一句乃伊川先生之語<sup>11</sup>。語錄中朱子只是對此敬守過當所產生之弊病進一步加以詮釋提點而已。由此可以看出，程朱都看到學者急功近利下所投射出的私欲問題，而此私欲問題之存在事實，已經顯示出主敬工夫之外另有一更細微關鍵問題有待超克，只是程朱對此並不刻意強調，而只呼籲學者能夠持續涵養持守工夫以期能久見其功。<sup>12</sup>

---

有事須著應。人在世間，未有無事時節；要無事，除是死也。自早至暮，有許多事。不成說事多撓亂，我且去靜坐。敬不是如此。若事至前，而自家卻要主靜，頑然不應，便是心都死了。無事時敬在裏面，有事時敬在事上。有事無事，吾之敬未嘗間斷也。且如應接賓客，敬便在應接上；賓客去後，敬又在這裏。若厭苦賓客，而為之心煩，此卻是自撓亂，非所謂敬也。故程子說：『學到專一時方好。』蓋專一，則有事無事皆是如此。程子此段，這一句是緊要處。」。『朱子語類卷第十二學六

<sup>10</sup> 牟宗三先生及勞思光先生皆認為周敦頤「中正仁義」概念為由本體所作用體會出之行事道理或準則。雖非第一義但可依此實踐而掌握誠體。請參閱勞思光《新編中國哲學史》，台北，三民書局，1993年，頁109。（牟宗三《心體與性體》，台北，正中書局，1968年，頁334-335。

<sup>11</sup> 《二程遺書》卷二

<sup>12</sup> 朱子在一次聚會中看到胡淡庵題的一首詩：「君恩許歸此一醉，傍有黎頰生微渦。」隨後，便針對此詩而留下一首耐人尋味的絕句詩：十年浮海一身輕，歸對黎渦卻有情。世上無如人欲險，幾人到此誤平生。由此可知，即便朱子力倡主敬功夫之完備性，卻也不能完全保證面對欲望問題時達到如周敦頤《通書》性焉安焉之從心所欲不逾矩之聖人境界；而頂多達到執焉復焉之賢人境界。《朱文公文集》卷五宿梅溪胡氏客館觀壁問題詩自警二絕，頁389。

至於為何在程朱主敬工夫所涵蓋之靜坐涵養、認理持守之相關論述如此完備之情況下，程朱仍不願意就身心存在之「欲望」問題上進一步深層討論，其原因除了程朱自信主敬工夫的實踐已經可以圓滿解決欲望問題之外，另一種原因就在於「欲望」問題牽涉到禪學或道家工夫論問題，而此種牽扯會逼著程朱不得不再重新面對周敦頤「無欲故靜」之論述原義問題，而此種發展卻是程朱所不樂見的，因此程朱為了維護儒家正統路線最後選擇了以學派立場刻意避開這個根本命題。或許就是因為程朱受到此種護教姿態制約之結果，最後促使王陽明更積極正視此工夫論上的問題，從而走上了「格心中之物」之返求良知本體之道路。

## 二、明代儒者之反思

眾所周知，王陽明在「心即理」、「知行合一」及「致良知」觀點上，走出了異於程朱「格物致知」之路線，而陽明「格心中之物」之說漸漸也發展為一種當下直截體認良知天理不假外求之實踐學風。也就是說陽明即便在定靜工夫之靜坐評價上與朱子之立場相近，而認為單靠靜坐是無法達到真正的靜定：

問：「靜時亦覺意思好。才遇事便不同，如何？」先生曰：「是徒如靜養，而不用克己工夫也。如此，臨事便要傾倒。人須在事上磨，方立得住，方能『靜亦定，動亦定』。」<sup>13</sup>

而唯有在事上磨練才能體現靜定，故克己工夫才是陽明看待定靜問題之際所選擇之主要方法。

初學時心猿意馬，拴縛不定，其所思慮多是人欲一邊，故且教之靜坐、息思慮。久之，俟其心意稍定，只懸空靜守如槁木死灰，亦無用，須教他省察克治。<sup>14</sup>

如前所述，雖然朱子主敬說中也搭配著克己之工夫，不過由於朱子所強調之格物窮理偏於心外之事物物之理，因此其克己工夫亦是持理制欲而有交戰流轉之緊張關係；而陽明因強調格心中之物工夫，因此陽明之省察克己工夫與朱子強調專一持理之主敬克己立場顯然有切入點之差異。陽明明確說道：

只要去人欲、存天理，方是工夫。靜時念念去人欲、存天理，動時念念去人欲、存天理。不管寧不寧靜。若靠那寧靜，不惟漸有喜靜厭動之弊，中間許多病痛只是潛伏在，終不能絕去，遇事依舊滋長。以循理為主，何嘗不寧靜；以寧靜為主，未必能循理。<sup>15</sup>

陽明以去人欲所體會之天理作為動靜時之工夫，而吾人只要能夠依循此心之

<sup>13</sup> 王陽明全集，《傳習錄》卷一，上海古籍出版社，1992年，頁12。

<sup>14</sup> 同上書，頁16。

<sup>15</sup> 同上書，頁13-14。



理那麼自然就能夠寧靜。而此工夫下之寧靜對陽明而言，便是心之本體之真定：

**定者心之本體，天理也，動靜所遇之時也。**

陽明以超越陰陽動靜所朗現心之本體為真正之定。因為就陽明而言，心即理也，因此此理必是來自於本心之顯現，他是在心內而非朱子所追求心外之事物之理，故可以說，陽明工夫所到之處即是心之本體亦是天理本身。依照此脈絡，吾人比較陽明：

**吾輩用功，只求日減，不求日增，減得一分人欲，便是復得一分天理。**

以及朱子：

**要在精思明辨，使無毫髮間；則天理常存，人欲消去，其庶幾矣哉！**

便可以發現到陽明之定靜工夫首先擺在損之又損之「減少人欲」以復得心中之天理，繼而持守此心之天理以面對動靜之變化；而朱子則是以靜坐涵養與敬守專一隱顯互攝以掌握事物之理，繼而在此事理之掌握下克治人欲。<sup>16</sup>就陽明而言，去人欲當下便得天理，因此是一種知行合一模式；而朱子則真正先要致知得理之後才能消去人欲。此兩種工夫格局及是路徑是略有差異的。陽明說道：

**「寧靜存心時，可為未發之中否？」先生曰：「今人存心，只能定得氣。當其寧靜時，亦只是氣寧靜，不可以為未發之中」**

文中「今人存心，只能定得氣」一句，實際上說明了陽明認為的靜坐操存只能定氣而無法呈顯未發之中。這也正應證了上引文中所言，所謂陽明的工夫是直截簡易地指向太極本體，而其相較於朱子於陰陽之心氣範疇下掌握太極本體，顯得一個直截，一個曲折。所以簡單地說，陽明之定靜工夫即是直接切入周敦頤主靜「無欲故靜」之本體境界範疇內，而以「無掉欲」之工夫直接朗現「無欲」之良知本體，故可視為一種工夫境界之模式。

**性無不善，故知無不良。良知即是未發之中，即是廓然大公、寂然不動之本體。答陸原靜第二書**

而此種直接以去人欲切入良知本體之走向，雖然在其弟子羅念菴處有些許詮釋或重點上之取捨；不過單就羅念菴對主靜無欲之論述觀點而言，吾人基本上可以看出念菴還是傳承了陽明直截挺立本體之工夫立場。

**無欲者，吾心之真體。天下無以尚之者也。辨乎此而順以存之，虛以養…若謂心無無欲之體，而以理欲交雜為宜，則至善終不可得而止也。<sup>17</sup>**

<sup>16</sup> 雖然朱子亦強調存天理去人欲，不過朱子此說文脈乃就程子之說而來，而非針對定靜功夫；且在去人欲之說法上，朱子乃就人心之中不中節上來界定天理或人欲。陽明則在工夫上言去人欲以復其心之本體。

<sup>17</sup> 念菴文集卷8，〈書馬鐘陽卷〉，頁15-16。

念菴認為無欲就是心之真體，若學者無法會得此意而言無此無欲之體，此對念菴而言即是還存有理欲交雜而尚未體會至善之緣故。當然念菴之「無欲」概念並非違反人性本能之無欲，其實是一種工夫境界之界說。對此概念林月惠先生認為：

**念菴所強調的「無欲」，並不是以全盤否定人類欲望為前提的「禁欲主義」，而是藉「一無所欲」來指向「主靜」，以求復吾心之本體。<sup>18</sup>**

就此看來，羅念菴的說法以及林月惠先生之解釋，說明了周敦頤之主靜說法並非朱子所言「別無主靜工夫一事」而實際上卻是有內涵的。因為在念菴而言，無欲為心之真體，而「主靜」與「無欲」就成為一組相互詮釋之工夫本體概念。「一無所欲」是工夫，「無欲」便是心之本體，也是良心之至善，所以不會有如朱子般無止盡之理欲交戰問題。<sup>19</sup>

另外，除了陽明及念菴等門人對程朱主敬說有意見之外，甚至連氣論儒者吳廷翰亦對朱子以主敬詮釋周敦頤定靜工夫之作法有所修正。吳廷翰在《吉齋漫錄·卷上》說道：

朱子謂：「主靜似偏，故程子只說敬。」又曰：「主靜字只好作敬字看。」此言固是，但周子主靜之意原不偏，以為動靜之靜則偏耳。作敬字看固好，但如「敬以直內」則有之，「義以方外」則未也。又曰：「佛有一個覺之理，可敬以直內，然無義以方外。要之直內者其本。」亦不是。若看敬字不真，其病亦如靜然。不若識得靜字渾淪，則敬義皆在其中，而自無此病矣。<sup>20</sup>

程朱糾正學者偏於主靜之蔽端，此點吳廷翰持肯定意見。不過吳廷翰進一步說明周敦頤主靜之「靜」，並非程朱所批評動靜之靜，故周子之意原本不偏而為渾淪圓融的。若學者刻意貶抑「主靜」而過份強調「主敬」工夫，終而看敬字不真，那麼此中弊病亦如程朱所批評之主靜一般。根據吳廷翰之說法，靜是渾淪而可以涵攝敬、義於其中，因此靜與敬是不同層次之存在而且是以靜為最終根本的。在此思維結構下，吳廷翰批評朱子《太極圖註》的詮釋路徑為偏而有以下論述：

**《註》為「靜者，誠之復而性之真也。苟非此心寂然無欲而靜，則又何以酬酢事物之變而一天下之動哉」！且曰「聖人中正仁義，動靜周流，而其動也必主乎靜」不免少偏。其引「不專一則不能直遂，不翕聚則不能發散」為證，則專一、翕聚，終是一偏之靜，猶難兼乎直遂、發散也。蓋主靜之靜，必兼**

<sup>18</sup> 林月惠〈良知學的轉折：聶雙江與羅念菴思想之研究〉，國立臺灣大學出版中心，2005年，頁334。

<sup>19</sup> 當然在此情況下，朱子的主敬工夫，便在良知之無欲本體呈顯下成為自自然然水道渠成的作用工夫。當然前以提及朱子的主敬工夫是涵攝主靜工夫於內的，因此在程朱處所指涉的主靜概念一般而言是就靜坐工夫而言。關於這方面的討論在楊儒賓先生「主敬與主靜」一文中有詳細討論東亞的靜坐傳統，頁130-159。

<sup>20</sup> 吳廷翰《吉齋漫錄·卷上》，頁14。

動靜，乃為太極陰陽之全體；而中正仁義，則動靜陰陽之周流也。（《吉齋漫錄·卷上》）

吳廷翰認為朱子以專一、翕聚所解之「靜」是動靜相對之靜，故有偏頗而難能兼乎直遂及發散。吳廷翰認為唯有將主靜概念擺在太極陰陽之全體而中正仁義為動靜陰陽周流之發用之體用觀點下，才是詮釋周敦頤定靜工夫之正確道路。由此看來，不論是陽明、念菴之肯認心之無欲本體，或者是吳廷翰對周敦頤定靜工夫之體用二分，在在顯示出程朱主敬說發展到了明代已然受到了強烈之挑戰。而這樣的發展路線直到明末劉蕺山才算有了融和超越之姿態出現。

劉蕺山於〈艮止說〉中說道：

昔周子有主靜立極之說，程子因之，每教人靜坐。李延平又教人於靜中看喜怒哀樂未發時作何氣象，本朝陳白沙先生亦以靜中養出端倪為宗，築陽春臺置水一盂對之靜坐者數年。陽明先生則云，靜坐非是要人坐禪入定，只是借以補小學求放心工夫，而良知之說，必求之未發之中，其言不一而足。至羅念菴又遯濂溪無欲作聖之旨而求端於靜。其言曰……，一切雜念不入，亦不見動靜二境，自謂既定靜工夫非專以默坐時為靜而順應時無靜也，凡此皆有得於艮背之旨者而念菴直遯濂溪單提直入尤為徑捷。然亦偏求之靜矣。

劉蕺山對於延平以來之靜坐基本上採肯定之立場，甚至其本人對於靜坐之提倡亦不遺餘力。

坐間本無一切事，即以無事付之，即無一切事，亦無一切心，無心之心，正是本心。瞥起則放下，沾滯則掃除，只與之常惺惺可也。此時伎倆，不闔眼，不掩耳，不趺跏，不數息，不參話頭，只在尋常日用中。有時倦則起，有時感則應，行住坐臥，都在靜觀，食息起居，都作靜會。〈靜坐說〉

又曰：

學者遇事不能應，只有練心法，更無練事法。練心之法，大要只是胸中無一事而已，無一事乃能事事，便是主靜工夫得力處。<sup>21</sup>

就劉蕺山之靜坐觀點來看，他認為靜坐最重要的就是以無事、無心、一切放下為基本原則，一切以日常活動般，自自然然而不刻意地靜坐。該起即起，該應則應決不偏執於靜坐形式，只要處處靜觀體會事物，促使胸中常能無事地靜觀萬象，此即是劉蕺山所論主靜工夫之得力處。不過要進入如此靜坐之心境，日常之練心便成為關鍵點，因此劉蕺山練心所著重之處便是在於心思放下而不著一事，唯有如此方能以無事而應萬事。

在此脈絡解讀下，我們即使看到劉蕺山自身強調靜坐而且認同陽明一系之直

<sup>21</sup> 《劉子全書及遺篇（上）》〈處事說〉，中文出版社，京都，1981，頁125。

截本體用功之基本方向，但另一方面劉蕺山或許是受到陽明後學顏均「制欲非體仁」思潮之間接影響，於是劉蕺山於重視靜養工夫之際，帶入了「慎獨」工夫，藉以修正陽明、念菴等人僅在人欲生起才作去欲工夫之缺失。慎獨於是成為劉蕺山挺立真正獨體提契陰陽之靜存工夫所在。

問：慎獨專屬之靜存，則動時工夫果全無用否？曰：如樹木有根，方有枝葉，栽培灌溉工夫，都在根上用，枝葉上如何著得一毫？如靜存不得力，纔喜纔怒時便會走作，此時如何用工夫？苟能一如其未發之體而發，此時一毫私意著不得，無工夫可用。若走作後便覺得，便與他痛改，此時喜怒已過了，仍是靜存工夫也。（《劉子全書》卷一 0）

蕺山認為學者應物之際若能以獨體顯現而無私意黏滯，那麼自然無需克己省察之工夫可用，因此慎獨之工夫便在惡念發起之前，一走作變自覺，便與他痛改以回復獨體；否則一旦萬念叢生方要格物去欲，則如推山填壑之困難。此為蕺山勤用慎獨工夫以顯獨體精到之處。所以蕺山說道：

學不本之慎獨，則心無所主，滋為物化。雖終日懲忿，只是以忿懲忿；終日窒欲，只是以欲窒欲。以忿懲忿，忿愈增；以欲窒欲，欲愈潰。宜其有取於推山填壑之象。豈知人心本自無忿，忽焉有忿，吾知之，本自無欲，忽焉有欲，吾知之。只此知之之時，即是懲之窒之之時。當下廓清，可不費絲毫氣力，後來徐家保任而已。《易》曰：「知幾，其神乎！」此之謂也。謂非獨體之至神，不足以與於此也。<sup>22</sup>

又曰：

君子之學，慎獨而已矣。無事，此慎獨即是存養之要；有事，此懼獨即是省察之功。獨外無理，窮此謂之窮理；而讀書以體驗之。獨外無身，修此之謂修身；而言行以踐履之，其實一事而已，知乎此者之謂復性之學，《全書》卷一

綜上二引文所述可知，蕺山認為人心本無欲，忽焉有欲則當下覺知警策而痛改，如此便是真正對處欲望之根本法，否則「以欲窒欲，欲愈潰」終是徒勞。可見蕺山以慎獨統攝動靜而成存養、省察之功乃其學問創發之處。不過誠如蕺山後代劉沅所言：「先君子學聖人之誠者也。始致力於主敬，中操功於慎獨，晚歸本於誠意。」（《年譜》）可知蕺山晚年結合了誠意與慎獨以作為其工夫學問之總結。

**誠者，天之道也，獨之體也。誠之者，人之道也，慎獨之功也。**

在此思維之下，蕺山明顯以誠作為銜接慎獨工夫之具體表現。而此誠意工夫一方面彰顯獨體，一方面又因其思想顯現出結合《中庸》誠體與《大學》誠意之要旨而有所發揮，從而蕺山學說可說是扣緊了周敦頤太極陰陽之誠體本身。

<sup>22</sup> 劉蕺山《人譜》證人要旨。

誠則無事矣，更不須說第二義。繼說第二義，只是明此誠而已，故又說箇「幾」字。聖人情順萬事而無情，何嘗有七情之累。友人病予躁，深為切中，因知多欲在。（新本「予」下有「曰」字。）或曰...「周子既以太極之動靜生陰陽而至於聖人立極處偏著一靜字何也？曰：陰陽動靜無處無之，如理氣分看則理屬靜，氣屬動，不待言矣。故曰循理為靜，非動靜對待之靜。宗義案：朱子以為陽之動為用之所以行也，陰之靜為體，之所以立也。夫太極既為之體，則陰陽皆是其用。如天之春夏陽也，秋冬陰也，人之呼。

回顧前引文內容，蕺山認為人心本是無忿、無欲之存在，故「陰陽動靜無處無之」，主靜無欲用功處不在陰陽動靜而在獨體之發動處，今人心感物若不自覺知之而痛改，則不免有忿欲之偏，此時若再作去人欲工夫則為時已晚。蕺山認為君子慎獨而顯獨體之誠，久之則合於聖人至誠之道故心能無事，聖人以此無欲、無事之心順應萬事故無七情之累，亦不至於會有欲望過多而躁動之病。若筆者根據劉沅所言：「（蕺山）始致力於主敬，中操功於慎獨，晚歸本於誠意。」之工夫實踐發展歷程來看，可以知道蕺山最後工夫落腳處即在誠意之處。也就是說蕺山認為直截體現誠體即是工夫，而此工夫所顯現者即是本體<sup>23</sup>。故借蕺山思維來看，周敦頤《通書》所言之「懲忿」工夫，在蕺山而言只具朱子主敬工夫之初階定心氣之功效（即周敦頤所言定之以中正仁義之處），而唯有朗現誠體之本體工夫才是通於周敦頤「無欲主靜」所指涉之範疇及內涵之處。<sup>24</sup>鑑此，我們再來看蕺山這段話：

**為學之要，一誠盡之矣。而主敬其功也。敬則誠，誠則天。若良知之說，鮮有不流於禪者，吾今免乎！〈易匱語〉**

這句話是蕺山臨死前留下之重要言說，因此我們可以視其為蕺山定靜工夫之晚年定論。由於蕺山之「誠」融通了《大學》、《中庸》而具有超越之本體工夫義，故此「敬則誠，誠則天」之義說明了「誠」之天與「誠之」之人具在敬誠之工夫境界中一體消融而天人一貫<sup>25</sup>，故蕺山開宗明義強調為學之要在於「一誠而盡之」，其義即在於此。

不過值得注意的是，既然蕺山早期捨棄了主敬而轉向慎獨乃至誠意工夫以作為掌握無欲太極誠體之終極工夫，那麼為何在其晚年定論內容中卻又重新提起主敬工夫？而此處主敬與程朱之主敬工夫又有何差異？首先針對第一個提問，筆者認為蕺山即便最終以誠意之本體工夫作為掌握太極誠體之第一要務，不過就現實上，蕺山發現到許多陽明後學過於強調主體心境之形上追求，以至於忽略了心靈應對

<sup>23</sup> 本體只是這些子工夫，只是這些子并這些子仍不得分此為本體彼為工夫，既無本體工夫可分別亦并無這些子可指，故曰上天之載無聲無臭至矣。〈以上丙子京邸書名獨證編〉

<sup>24</sup> 所以對此慎獨誠意之說，牟宗三先生盛讚蕺山之學乃「內聖之學、成德之教之全譜至此遂徹底窮源而完備」。就此來看，在某種意義上蕺山之學可說是宋明理學各家義理精華之集大成者。

<sup>25</sup> 而此處之一貫又或可橫攝為「萬物皆備於我」之一體之感。請參照《孟子·盡心上》：「萬物皆備於我矣。反身而誠，樂莫大焉。強恕而行，求仁莫近焉。」

客觀世界基本事物之真實對待，因此蕺山重新肯認程朱主敬工夫之重要性以免重蹈陽明後學覆轍而陷於禪學之危險。<sup>26</sup>因此在此觀點下，蕺山主敬工夫可說是程朱主敬工夫之重新繼承及再度肯認。然而若根據牟宗三先生三系說<sup>27</sup>而從蕺山誠體「天人一貫」一體之感來看，此處蕺山經由主敬工夫所掌握到的「誠」或「天」是一既存有又活動之天道、天理本身（以心著性），其與程朱主敬工夫所掌握存有而不活動之天理概念（心不等於性），於境界上還是有所不同的，此處不得不察。

討論至此，大致上吾人已經可以視蕺山之觀點為總結宋明定靜工夫發展之重要里程碑。也就是說，自周敦頤提出定靜工夫之後，定靜工夫之發展基本上出現了程朱主敬或陽明、念菴一系主靜<sup>28</sup>兩大詮釋主軸；而前者因主張理為存有而不活動，因此其主敬工夫所涵攝之操存與涵養工夫雖然能夠與靜坐涵容並修，不過其所定靜者僅在陰陽動靜之中，所以不免有陽明所譏般僅具「定氣」功效之嫌而無太極陰陽全體之掌握；反過來說，雖然陽明格心中之物以致良知之教可以直截了當地指涉心之本體，但又過分注重於主體心境之人欲超越，以致於導致部分後學流於空談心性而忽略客觀世界現存問題之實際超克。筆者綜觀此兩大系統發現，即便此兩系各自有理而影響一時，不過真能夠將主敬與主靜所指涉之存在結構彰顯出來，並圓融收放以使主敬與主靜工夫同時具現而彼此互攝者，這似乎要等到蕺山工夫實踐論述系統建構後才算完成。<sup>29</sup>也就是說在蕺山「無事慎獨，有事懼獨」<sup>30</sup>之思維結構下，蕺山認為「有事」時當援用主敬專一循理以定氣中節；而另一方面又配合著自然不造作之靜坐練心，以助使學者在「無事」放下之心態下，培養出無欲不急迫之心態，並且在此主敬與靜坐工夫兩相並行實踐之下，深化覺知獨體應物變化之慎獨工夫功效，終而直截體現誠體無為、寂然無欲之太極全體本身。在此主敬之定氣與慎獨之守真工夫兩邊夾擊下，蕺山展現了主敬/靜坐—無欲誠體之工夫實踐光景，而筆者若將此格局與周敦頤〈養心亭說〉對孟子寡欲說之修正內容相比對：

**孟子曰：養心莫善於寡欲。其為人也寡欲，雖有不存焉者，寡矣；其為人也**

<sup>26</sup>蕺山文本所示，蕺山慎獨誠意工夫所直接掌握者乃一潔淨獨體亦是太極誠體本身，就此寂然不動感而遂通之誠體吾人亦可理解其為周敦頤：「一則無欲」之無欲誠體本身。因此我們由此內容可以看出，蕺山由誠意詮釋慎獨靜存之功以外，其又不忘將主敬功夫提出以做為寂然不動誠體外推應事以感而遂通之客觀保證。

<sup>27</sup>三系說主要是就心性論上有陸王心即性即理；程朱性即理，心不等於性；五峰蕺山以心著性之三種類型區分。

<sup>28</sup>張亨認為：『陽明從濂溪的主靜無欲上溯到孟子的「集義」，則主靜之說可謂遙出於孟子之「不動心」。』

<sup>29</sup>不過根據勞思光先生之說法：「一切觀念皆以功夫論為中心，故對於所謂「客觀領域」，實未嘗承認其獨立意義。此即蕺山學說之最大特色。」由於蕺山之學可說是徹底走完陽明心學之極盡，蕺山所建構之系統因徹底收攝萬有於一心，因此其對現實之氣化世界，甚至物質世界所產生之實際問題是否真能一一克服，這是需要進一步探討的；至少在儒學傳統中孟子所言：「志壹則動氣，氣壹則動志」中氣質對心志影響之部分是必須考慮的

<sup>30</sup>「有事」指應對客觀事務時之心境；「無事」指無特殊外物干擾之際，主觀心境所呈顯之狀態。

多欲，雖有存焉者，寡矣。」予謂養心不止於寡焉而存耳，蓋寡焉以至於無。無則誠立、明通。誠立，賢也；明通，聖也。<sup>31</sup>

便可發現到「敬→誠→天」模式似乎較程朱或陸王更接近周敦頤「寡→無欲（誠立；賢）→明通（聖）」定靜工夫之論述格局。

	初階工夫	進階工夫	本體即工夫
	依理定氣（五行）	定心慎動（陰陽）	太極全體
劉蕺山	敬	慎獨覺知痛改	誠意無欲
周敦頤	定之以中正仁義	去欲而誠立	主靜無欲明通

至於為何經過幾百年之定靜工夫討論，宋明儒者之爭論終而在蕺山之系統中看到回歸周敦頤定靜工夫原始格局之可能。其原因所在當可歸因於蕺山思維中對太極陰陽全體架構之真切掌握及時代要求。蕺山看到整體，同時也看到兩個面向，因而在此一而二，二而一關係中看到分中之合之思維邏輯。因此蕺山既不偏於主敬專一而走失本體；亦不執於本體而潛遺活動，因此可以真棲誠體感應事物而定靜。

經由上述簡單討論，我們若回過頭來將之與涵靜老人昊天心法作對照，大致可以看到涵靜老人昊天心法中所強調之「煉心」工夫實可以從程朱、陽明的討論中掌握到整體工夫輪廓，而劉蕺山〈靜坐說〉中之煉心說法，與涵靜老人之「一切放下，放下一切；一切不想，不想一切」有其歷史脈絡之傳承關係，而涵靜老人墨寶中「獨立人天上，長存宇宙中」除了是他老人家自身體會之境界描述，亦可以說是涵靜老人受周敦頤《太極圖說》參贊化育立人極，以及劉蕺山敬誠獨體之文化醞然之內在結果。關於此部分之細部討論將另闢專文討論。

### 小結

本文經由對程朱之主敬及陽明念菴之主靜工夫探討，發現到兩系於詮釋周敦頤定靜工夫之際皆有部分偏執，因而多少出現了走失本體或忽略客觀活動之流弊。劉蕺山面對朱子、陽明一系主敬、主靜工夫之論述差異，最後提出「敬則誠，誠則天」之說，其用意無非是在繼承王學掌握本體之餘，同時又可重提程朱主敬之說，以防患學者僅留滯於談論形上本體而不切實際之弊，此為蕺山藉「以心著性」模式之敬誠工夫上體於天，以銜接周敦頤誠體無為而幾善惡之動靜開闔思維所在，

<sup>31</sup> 周敦頤《周元公集》卷三。

而涵靜老人昊天心法之歷史文化因緣亦是在此思維結構下十字張開而發展，相信經由此基本研究之完成，其對於日後建構昊天心法與中華文化根源之聯結性研究，提供了一個入手的參考路徑。