

## 林兆恩的生命關懷

鄭志明

輔仁大學宗教學系教授

### 提要

明代民間宗教的開山祖師林兆恩，其出身背景較為複雜，原為參加科舉的生員，自命傳承孔孟儒學的衣鉢，深受宋明理學的影響，後來主張三教合一思想，創立「三一教」，是由學術團社演化而成的宗教組織。林兆恩雖然自稱為三一教主，其教法依然著重在心性的修持上，吸收道教的內丹功法，自創有九道工夫的「孔門心法」，或稱「艮背法」，肯定經由自我身心的修持能作聖登真，證悟與天地同在與宇宙永存的真我，使內在心性外應於乾坤神理，領悟天人物我合一的精神生命。這樣的宗教形態是建立在生命的終極關懷上，是經由個體生死過程中心性與道德的勤修來加以完成。從學術的立場來看，林兆恩的思想體系很難有一席之地，流於駁雜，難以避免被視為左道異端。但是從民間宗教的立場觀之，則是一個難得的智者，傳達了性命修持的存有智慧，以通俗的義理內涵教導簡易法門，能以具體功法來關懷生命與成就生命。這種本於傳統文化下的宗教形態，是有其特殊的社會功能與價值，能將大傳統安身立命的觀念落實為小傳統的生活經驗與心理本質。

**關鍵詞：**明代、林兆恩、三一教、九序、生命關懷、宋明理學

## 一、前言

在中國文化系統裏，道教與佛教的信仰重心，不是建立在最高宇宙主宰的崇拜上，而是著重在人自身主體生命的超越與解脫上，是緊扣著生死關懷而來的生命證悟。如道教追求長生成仙，雖然存在各種至尊的神仙，其目的在於長生，進而開展出各種養生的工夫，以人證道的方式，將生命提昇到與宇宙並存的神仙境界，相信有限的個體可以與無限的宇宙合而為一體<sup>1</sup>。道教一直是致力於修道成仙的努力，重視內修形神與外攘邪惡的各種法術，渴望能延年愈疾，體道致仙，追求的是生理與心理知足的精神狀態<sup>2</sup>。佛教與道教相類似，雖然有各種的佛與菩薩，追求的是了脫生死輪迴的涅槃體證，偏重在本心的覺悟以成就佛的法身，重視自身圓滿的理想人格，冥合自然，自覺宇宙真相，也可成就為佛<sup>3</sup>。

道教與佛教基本上是將超越性的宗教導向於內在性的生命修持，著重在生死關懷的終極實踐，致力於人生品質的改善與提昇。在道教與佛教等生態環境下發展的各种民間宗教，雖然在義理系統有些龐雜混亂與俚俗低下，但是對生命的理解與實踐，仍延續了如此人文化的宗教傳統，如民間宗教開山祖師的明代羅祖，其五部六冊寶卷採民間通俗性說書唱曲的方式，在內容的精緻性與圓融性上遠不如道教與佛教的經典，但是在生命的體驗與追求上，依舊是真切而動人，展現出對生死苦惱對治而來的參道歷程，依據道教與佛教的相關教義，肯定人的本性是與虛空並存，追求生命存在的澈底頓悟，用來解脫生死與了斷輪迴，以簡易的修持方法來教導民眾明白不自生滅的本性，參悟出生命的究竟<sup>4</sup>。

明代另一個民間宗教的開山祖師林兆恩，其出身背景較為複雜，原為參加科舉的生員，自命傳承孔孟儒學的衣鉢，深受宋明理學的影響，後來主張三教合一思想，創立「三一教」，是由學術團社演化而成的宗教組織，教勢遍佈閩中，曾蔓傳江、浙、

---

1 湯一介，《魏晉南北朝時期的道教》（台北：東大圖書公司，1988），頁 153。

2 胡孚琛，《魏晉神仙道教—抱朴子內篇研究》（北京：人民出版社，1989），頁 146。

3 方立天，《中國佛教哲學要義》（北京：中國人民大學出版社，2002），頁 174。

4 鄭志明，《無生老母信仰溯源》（台北：文史哲出版社，1985），頁 133。

皖、楚、直，乃至北京，至今仍活躍於福建、台灣與東南亞等地<sup>5</sup>。林兆恩雖然自稱為三一教主，其教法依然著重在心性的修持上，吸收道教的內丹功法，自創有九道工夫的「孔門心法」，或稱「艮背法」，肯定經由自我身心的修持能作聖登真，證悟與天地同在與宇宙永存的真我，使內在心性外應於乾坤神理，領悟天人物我合一的精神生命<sup>6</sup>。這樣的宗教形態是建立在生命的終極關懷上，是經由個體生死過程中心性與道德的勤修來加以完成。

林兆恩主張三教是同一本源，是源一流三與道一教三的關係，同樣都是以心的靈明自覺作為人的主宰，著重在自身本體虛明的開發，以通向於天地萬物的超然感應上。這樣的宗教形態，是立足於生命的存有關懷，是勇於面對生死歷程的對應智慧，雖然還是避免不了神聖性的心靈體驗，但是其終極目標是著重在死亡的精神超克與生死問題的徹底解決，不是仰賴至高無上神靈的救贖與接迎，而是奠基於生命主體的自我開發與完成，是來自於傳統社會以心性體認為本位的文化形態，是以天地運行法則的「道」，來建構出生命存有意義與價值的共識，來堅定自我的生存信念與生死智慧。民間宗教的創教智者，是依於「心性體認本位」的傳統文化<sup>7</sup>，順著生命的證悟與生死的關懷，提供給廣大民眾更多的文化資糧，以轉化生命的人格氣質，勇於跨越生死兩界。

## 二、性命的誕生

林兆恩生於明正德 12 年（1517），卒於萬曆 26 年（1598），享年八十二歲，是民間思想家與宗教家，在家鄉著書立說與開宗立教，著述頗為豐碩，其弟子編輯有《林子三教正宗統論》三十六冊<sup>8</sup>。林兆恩能在明代嘉靖與萬曆年間設教傳道，風行於福建等地，是有其特殊的歷史背景，與陽明心學的盛行是有著密切的關係，雖然

<sup>5</sup> 馬西沙、韓秉方，《中國民間宗教史》（上海：上海人民出版社，1992），頁 719。

<sup>6</sup> 鄭志明，《明代三一教主研究》（台北：台灣學生書局，1988），頁 442。

<sup>7</sup> 傅偉勳，《死亡的尊嚴與生命的尊嚴—從臨終精神醫學到現代生死學》（台北：正中書局，1993），頁 228。

<sup>8</sup> 林兆恩，《林子三教正宗統論》（台北：養興堂翻印，1970）。本書的引文根據此書，直接在引文後標明冊數與篇名。

林兆恩刻意少提王陽明及其後學的思想，但是在宇宙論與知識論上幾乎是全盤繼承了陽明學說<sup>9</sup>。不同的是林兆恩往宗教的精神體驗方面發展，以陽明心學作為其三教合一論的理論基礎，著意在安身立命的證道工夫與神聖體驗，已超出傳統儒學的範疇，避免不了被當時知識分子視為離經叛道或旁門左道。

作為宗教家的林兆恩來說，在傳統社會裏卻可以成為民眾現實生活的精神導師，其開展而成「心性體認本位」的宗教形態，能適應儒釋道三教長期教化下的生態環境，能以「智者」的身分，教導民眾盡我性命的修持工夫與生命境界。林兆恩的三一教實際上是介於學術與宗教之間，一方面以儒家的心性學說作為基本教義，一方面以宗教的生死解脫作為修行工夫，是一種高度生命關懷的宗教，著重在本心本性的自我體認，用來徹底對治與解決生死問題，以妙悟宇宙真理的神聖體驗，超越出無所涯際的生死大海。林兆恩這種將儒家思想宗教化的生命修行體系，可以說是民間典型的「儒教」形態，將儒家的義理形態延昇到修行實踐的真理探索與宗教體驗上，教導民眾從心性涵養的精神體會中契合了宗教的解脫之道。

林兆恩的三一教，雖然號稱三教合一，實質上強調的是「三教歸儒」說，主張「歸儒宗孔，教復於一」，認為三教是一致的，要從「教三」回歸到「道一」，不要執著於教的形式，要直接回到道的心性涵養境界上。在這種以心論道的認知下，肯定三教的目的是相同的，只是作用各自有些殊異而已，在真實地面對自家性命上，三教應該是一致而平等。林兆恩認為人的性命是直接來自於「道」，跳脫各種宗教的靈魂觀，也不談佛教的輪迴觀，不認為靈魂是生老病死等生命過程的操縱者或主持者<sup>10</sup>，人的生命是「道」的心性存有，是自我「一點靈光」的作用，生則有，死則無，不談死後靈魂歸宿的冥府與天國，而是回到「太極」的創生上來說，如云：

人未生以前，未有性命，未有此一點靈光。至始生之時，天乃命之以性，即有此一點靈光者，繼善成性也。即此一點靈光，易謂之太極，而性命未始分也，至太極而陰陽焉，則性命分矣。(第七冊心聖直指)

<sup>9</sup> 林國平，《林兆恩與三一教》（福建福州：福建人民出版社，1992），頁36。

<sup>10</sup> 呂大吉，《宗教學通講新編》（北京：中國社會科學出版社，1998），頁134。

人的生命是來自於「一點靈光」，「靈光」不等於靈魂，是在「未生」與「已生」的過程中相應於道的創生，「一點」是從無到有的創生物，在還沒有出生以前，個體的生命是不存在，是經由太極而陰陽的變動中形成的。「一點靈光」即是道的化身，也是生命的源頭，轉而成為主宰身體的「心」，此「心」是圓善的，是「繼善成性」的作用，是道的直接彰顯。

這種對生命的理解，是將人的性命安置在天地創生的宇宙論上，以宇宙根源的處所，以作為人生安頓之地，確立人之所以為人的本質<sup>11</sup>。人體的「一點靈光」是等同於創生天地萬物的動力，如云：

一點靈光，其初洞然虛矣，虛而能應。其初漠然寂矣，寂而能照。而書之所謂聖神文武，中庸之所謂聰明睿知，夫豈其為上天之所獨厚者哉。蓋不過何思何慮之本體，而一點靈光自爾而形而著而明，百慮殊途，變而化之不窮矣。  
(第二十四冊中庸正義)

「一點靈光」是生命「何思何慮之本體」，是妙用無窮的變化作用，這不是靠思慮而來知識辯證，是直接應著本體的精神證驗，是從「虛而能應」與「寂而能照」中，展現出本體窮神知化的創生功能，「聖神文武」與「聰明睿知」都是「自爾而形而著而明」，可以說是生命的自我完成，是內在心性的直接發用。

人的性命是何時開始形成的呢？在於父母陰陽的結合，這種結合類似於天地的陰陽造化，是宇宙運行下自然的相互感通，如云：

一陰一陽，而一點之善落於黃庭之中焉，成之而為性也，其陰陽妙合，而凝不測之神乎。猶如一夫一婦，而一點之善落於子宮之中，焉成之而為人也，夫婦妙合而凝不可知之道乎。天道人道，其致一也。(第二十四冊中庸正義)

又云：

<sup>11</sup> 徐復觀，《中國人性論史先秦篇》（台北：台灣商務印書館，1969），頁 325。

若夫生我之形者，父母也，而媾精化生之際，自有一點元神，存乎其間者，天地生生之自然也。易所以乾稱父，坤稱母，蓋謂是爾。(第三十一冊醒心詩摘註)

夫婦的陰陽結合是天地的常道，天經地義的自然行為，經由「陰陽妙合」，發展成父母與子女的關係，父母的「媾精化生」，除了「生我之形」外，重要的是「一點之善落於子宮之中」，此「一點之善」或稱「一點元神」，不是指外來的靈魂，而是等同於「天地生生之自然」，父母就如天地的乾坤，以類似萬物生成之理來傳承生命，「人道」也是一種「天道」的運行法則。

佛教談人的生命，也是從母胎受孕開始，如《佛說胞胎經》。不同的是佛教是有靈魂的觀念，稱為「中有身」或「中陰身」，講究的是中陰身與父母雙方的種種因緣，方能入胎受身<sup>12</sup>。林兆恩則是本於儒家思想，主張氣合而為性命，認為生命是在氣化的過程中，直接上溯到宇宙創生的源頭，如云：

蓋自父母媾精之候，而一點落於子宮者，氣合之而為命也，而性即在其中矣。  
(第八冊元神實義)

又云：

父母媾精之後，一點靈光而已矣，其余之所謂仁者乎。元從太虛中來者，我之元神也。由是而氣，由是而形，人惟知有此形氣已爾。(第二冊欲仁篇)

「命」是來自於「氣合」，「性」則是從宇宙本源「太虛」，是直貫於生命的本質存有，是在氣合中自然形成，可以稱為「一點靈光」，或稱「仁」與「元神」。人的生命除了肉體的形氣外，更要開發出本性的「仁」，來突破人心的定執與情識的糾纏，回歸到生命主體的心性證悟上。

林兆恩對性命的理解，多少還是帶有著宗教的色彩，重視生命修持工夫來達到

---

<sup>12</sup> 鄭志明，〈佛教經典的胚胎生命觀〉《普門學報》，(29期，2005)，頁26。

肉身成道的境界，類似道教的長生成仙與佛教的即身成佛，肯定人的生命就是自我超越的去處，如云：

獨不觀男女媾精，一點子宮者乎。而所謂子宮者，是胎人之真去處也，而胎神而胎仙而胎佛，亦有所謂真去處者也。（第二十二冊論語正義下）

這不是對「子宮」的崇拜，而是以「子宮」作為生生不已的象徵，人從造化中來也要回歸造化，這就是人生命的「真去處」，可以達到神仙與佛的境界。要達到如此的境界，要真實地相應於本心的存有，如云：

即此一點丹心，乃神理也，而亦從靈關出矣。始然之火，始達之泉，其殆堯舜湯文周孔，所相授受之心也乎。然此心之體則本虛也。（第二十九冊心本虛直指）

「一點靈光」或稱「一點丹心」，是天地的本體，也是生命的本體。生命的價值在於自我本體的開發，開啟從有限通向於無限的存有，是「心」的主體作用，以朗現本心的發用，來創造生活的世界，詮釋生命的內涵。「心」本質上是虛無，卻有著無比的妙用與靈明，完成人人都是「堯舜湯文周孔」等聖賢。

林兆恩對生命的起源與化生，大致上是以儒家作為基調，肯定人人所具足的本心，即是天地萬物的造化本源，人性是通向於天理。人的生命存在，不能被欲望所蔽，阻礙了天理的自然朗現，此時需要身心的修持，經由身體力行重回本心的發用，顯發出充實而有光輝的生命本體。林兆恩之所以探索生命的本源，是要來確立身心轉換的修行工夫，追求身心合一的生命實踐。儒家對身體的理解，不是從外在的感官形式來說，而是強調主體的踐形，成為一種具有道德光輝的精神化身體，是連著全心體驗而來的全形，是將人性的宇宙性因精氣的瀰滿而重新復活<sup>13</sup>。林兆恩是根據儒家這種身心一如的身體觀，來建構其宗教的修行體系與實踐法門，教導民眾從身體的始源處來實現生命的終極存有。

---

<sup>13</sup> 楊儒賓，《儒家的身體觀》（台北：中央研究院中國文哲研究所籌備處，1996），頁 56。

### 三、性命的修持

林兆恩對生命的理解，是緊扣著身心的修持而來，是通過自覺的身心修行，將有限的個體生命引導到生生不息的宇宙化境之中。林兆恩的三一教是以具體的修行法門，來教導民眾能身心一如的實地篤行與認同操演，朝向於「肉身成道」的終極目標，人雖然是一種有限的肉身之軀，同時具有成道的可能性，是可以經由切身的體證來實現身心整體的轉化，邁向於道的根源性總體之中<sup>14</sup>。林兆恩的修行體系，不完全來自於儒家，也吸收了道教內丹的修煉功法，有具體的修持工夫，認為靈光是透過肉體的「竅門」或「靈關」，來進行內外身心的打通與合一，如云：

靈光從內竅而達于外竅，外大竅九，而九竅之中，竅竅靈光也。外小竅八萬四千，而八萬四千竅之中，竅竅靈光也。然豈特吾身之竅竅靈光焉已邪，上而達于九天，九天之上，竅竅靈光也。下而達于九地，而九地之下，竅竅靈光也。外而達于太虛，而太虛無竅之竅，竅竅靈光也。夫靈光之分量其大如此，而推原其本，惟從吾身之內竅始。內竅者，真竅也，真竅無竅是竅，竅從太虛，太虛為竅。然而竅也，光也。(第三十六冊中一緒言)

以宗教的方式來指導民眾的生活，不能只停留在「存天理」的價值認知，還要提出具體「去人欲」的修持工夫，即是佛教所謂的法門，法門不能是抽象的概念，要有可以修行的程序與體證的核心，林兆恩是以「內竅」與「外竅」來作為靈光在人體中的發用場所，也作為指導民眾修行的下手處。「外竅」與「內竅」是相通的，修持者可以先從外竅下手，外竅又可分為「大竅」與「小竅」，大竅有九是指九個內外相通的孔道，也是人感官欲望的所在，「去人欲」要從此處下手，達到「竅竅靈光」的境界。「小竅」指的可能是人體的毛細孔，但為何總數是八萬四千竅呢？或者是引用佛教「八萬四千法門」之數，暗指小竅也可以是玄同於道的修持之處，同樣也可以達到「竅竅靈光」的境界。

---

<sup>14</sup> 林安梧，《儒學與中國傳統社會之哲學省察—以「血緣性縱貫軸」為核心的理解與詮釋》（台北：幼獅文化事業公司，1996），頁 237。

宇宙的「太虛無竅之竅」，在人體就是指「內竅」，或稱為「真竅」，是相應「太虛」而來之竅，本質上也是「無竅之竅」，有時稱之為「靈關」，如云：

或問所謂靈關者，豈非其靈府之義與。林子曰：「靈關靈府其義一也，故自其之精神之凝聚者言之，則謂之靈府，而顯仁藏用之機寓焉。自其乾坤之門戶者言之，則謂之靈關，而一闔一關之變寓焉。」（第十六冊教外別傳）

「靈府」與「靈關」都是一種方便的名相，是指靈光在人體發用之處，即是「顯仁藏用之機」與「乾坤之門戶」，本質上是虛的，卻是主宰人之生死的重要門戶。在作用上可以是實的，是人們突破生死關卡之處，也是啟動靈光流動之處，如云：

靈光之發也，初從臍上，次從眉間，又次從頂門，從腦後，從足心，又其次從耳目鼻口及出汗之孔，莫非靈光，故能上徹天界，中徹人界，下徹地界，而神也人也鬼也，莫不照耀於靈光之中矣。（第三十六冊中一緒言）

「靈關」就是靈光由內竅通向外竅的重要關卡，也是修行的重要關卡，打通靈關才能讓靈光自然發用，達到「上徹天界，中徹人界，下徹地界」的境界，此時的人已非平凡人，而是與鬼神合一之人。修行的目的在於通關，以心法的修持來引領靈光由內竅通向外竅，開啟本自圓足的靈關神理，由虛而神而形，在「一闔一關」中妙用無窮。

修行是要有次第的，稱為「心法」，林兆恩的心法稱為「九序」，或稱為「孔門心法」，類似道教的「九層煉丹法」，號稱為儒家祕密心傳法門，必須遵守一定的人教禮儀與修程序，如云：

余以三教為教矣，而諸生初來受業者，必先令其疏天矢言，而余亦時復申之，以致嚴焉。而二疏所陳，悉皆生人之戒行，天地之常經，此教之所以立本也。既立本矣，而後方可與之以入門。自一序艮背止念，以及六序凝神媾陽，此教之所以入門也。至於七序之身天地，八序之身太虛，以為至矣，以其猶有工夫者在焉，而非其至也。然必到此地步，而後方可語之以極則，九序之虛

空粉碎，此教之所以極則也。(第六冊書九序摘言卷端)

三一教的修行步驟，分成「立本」、「入門」、「極則」等三部分，「立本」是世間法，要求道德的修持與反觀自省的工夫，能遵守教戒以合「天地之常經」，在行為上符合儒家的道德教化，經由考核通過，才算是「立本」。「入門」與「極則」是出世間法，是指「九序」的修煉功法，前六序為「入門」，後三序為「極則」，「九序」的名稱為：一曰良背，以念止念以求心。二曰周天，效乾法坤以立極。三曰通關，支竅光達以煉形。四曰安土敦仁，以結陰丹。五曰採取天地，以收藥物。六曰凝神氣穴，以媾陽丹。七曰脫離生死，以身天地。八曰超出天地，以身太虛。九曰虛空粉碎，以證極則。前六序是採道教內丹的修行功法，後三序是採佛教的體驗境界，整個修行法門是綜合了儒釋道的工夫次第。

林兆恩以宗教家的身分，不能只停留在空談心性的理念層次上，「立本」後還需要「入門」工夫，是有著具體實踐修程序，此時林兆恩轉向道教的修持法門，引用內丹人體神氣的修煉工夫，在心神的鍛鍊過程中來體現天道，以成就性命的自我實現。林兆恩主張「性命之學」是建立「神氣」的鍛鍊上，是夾雜著工夫論而來的體驗，已非純儒學的範疇，是企圖以「神氣」來結合「性命」，作為其入門工夫的基本理論依據，如云：

然性命之學，始於神氣。神，則有炯炯而不昧者在焉，而性空故也。氣，則有緜緜而不息者在焉，而命空故也。古人有言：「是性命，非神氣。」既曰非神氣矣，而必始之於神氣者，何也？蓋初學之士固難與言命矣，命而氣也，則亦有可得而言者。至於言神而知所以養其神矣，而後方可與之言性。言氣而知所以養其氣矣，而後方可與之言命。然性兮本空，而命之理，則微之又微，雖欲言之，殆亦言之所能言也，而無言無隱，直惟先動之以機而已。機焉既動，心其不可得而識乎。心焉既識，性其不可得而盡乎。性焉既盡，命其不可得而至乎。此孔子下學上達之教，而初學之士之所當遵也。(第二十四冊中庸正義)

以「神」言「性」與以「氣」言「命」，是將人的「性命」轉向具體的「神氣」修持上，這在理論的建構上是比較牽強，主要目的是針對「初學」的一般民眾，很難直接與他們言「性」言「命」，代之以言「神」與言「氣」，作為方便的指導法門。顯示儒家思想要真正落實到世俗群眾的生活體驗之中，有時還是要借助佛教與道教的宗教形態，讓民眾在「養其神」的宗教活動中去理解「性」，在「養其氣」的修持工夫上去理解「命」。這種指導民眾領悟性命的方便方法，或許是儒學在義理系統的建構上所欠缺，宋明理學在「下學上達」的性命註釋與思想體系上是相當完備，但是對初學的群眾，很容易流於侈談玄理的空疏之病，缺乏具體的下手工夫處。林兆恩的著作或許難以登上學術的殿堂，卻有助於儒家思想在通俗社會上的流通，來幫助民眾經由「機焉既動」來達到「心焉既識」的教化作用。

林兆恩可能是不夠格的知識分子，但是對民眾來說，卻是難逢的指導明師，能將境界甚深的儒家性命之學，以明確的修持工夫來具體實踐。林兆恩的入門功法，主要又可以分成兩個階段，第一個階段是「艮背」、「周天」、「通關」等，是個體養生調息的基礎工夫，是對「神氣」的初步鍛鍊，用以開啟虛靈自在的本心。第二個階段是「安土敦仁」、「採取天地」、「凝神氣穴」等，是成就體內結丹的修持境界，是對「神氣」的終極涵養，將人的身心與神氣混融一體，領悟了復歸於虛空的生命形態。入門是一套實際的宗教踐履工夫，是依據道教神氣鍛鍊而來的切身體驗，參雜著證聖成仙的終極目的，以吸引民眾對心性本體的嚮往與追求，願意投入到修行的神祕經驗中，以證明玄妙生命境界的確實存有。

對民眾進行生命體驗的宗教開示，除了提出圓融的境界理論外，更需要簡易的操作方法，以具體的修行步驟，來達到養神與養氣的功能，立即就可以矯正自己的生命氣質，有了返回天地性命的存有感受。林兆恩將其入門功法，簡化成二個簡易的修持方法，即「念」與「煉」，是以「念」來入手，以「煉」來成就。「念」是一種有為法，但是對眾生來說，是一種較為平實的方法，如云：

易曰：「艮其背。」背字从北从肉。北方，水也，而心屬火，若能以南方之火，而養之於北方之水焉，易之所謂洗心退藏於密者，是也。其曰以念止念者，

蓋以內念之正，而止外念之邪也。然聖人貴無念，而內念雖正，是亦念也，豈程子所謂內外兩忘邪。此蓋以妄離妄，以幻滅幻，而古先聖人所相傳受之心法也。故必先忘其外，而後能忘其內者，學之序也。(第六冊九序摘言)

又云：

念者，从人从二从心，人二其心，而有念之善，有念之不善者，此路頭之所由以分也。故善念者內念也，不善念者外念也，內念雖曰善矣，然亦不免有念。念從妄起，亦從妄滅，余故曰：「以念而滅念，以妄而離妄也。」夫為學之人，即從心之實地上做工夫，不亦善乎。而必先於念之路頭上者，又何也。蓋以內而忘外，以善而去其不善，以漸復其心之本體者，教之序也。(第二十八冊權實)

「以念止念」的方法，可能是取法於佛教，是一種方便之法，教導民眾以善念來對治惡念，以內念來對治外念，念本質上是妄的，但是可以「以妄而離妄」，達到「止念」或「滅念」的作用。林兆恩教導民眾念什麼樣的口訣呢？根據第七冊《心聖直指》的記載，主要有「孔老釋迦」或「三教先生」等四個字，教導民眾專念「三教先生」四個字無數遍，使心漸漸靜下來，把意念集中在背部，進入到一種氣功狀態<sup>15</sup>。「三教先生」是門徒對林兆恩的尊稱，專念此四個字是否有鼓動偶像崇拜的嫌疑？林兆恩提出了「以妄離妄」與「以幻滅幻」的解釋，強調這是一種「心法」，教導信眾「先外其外」再進一步的「能忘其內」，不能停留在對「三教先生」的崇拜，此即其「以內而忘外」的權實之法。

林兆恩對儒家學說的發揚，是針對性命的修持提出種種可以具體入手的權實方法，這是傳統儒者不願做與不能做之事，林兆恩沒有這種包袱，以民間宗教家的身分，直接將儒學導向於儒教，將儒學的義理系統以宗教的方式來展現，不避諱與佛教、道教等在修行方法上相互會通。「念」是取之於佛教，「煉」則是取之於道教，要求不斷地完成自我圓融的生命境界，如云：

<sup>15</sup>李剛主編，《古今中外宗教概觀》(四川成都：巴蜀書社，1997)，頁 238。

蓋煉也者，煉之也，以火燒金煉之之義也。道書曰：「未煉還丹莫入山。」故煉之以三綱，煉之以五常，煉之以士以農以工以商者，煉之也。然煉有四義焉，神而煉之一也，形而煉之一也，我而煉之一也，人而煉之一也。神而煉之，以煉其神而操其存也。形而煉之，以煉其形而去其病也。我而煉之，以我而煉我也，人而煉之而煉我也。（第七冊心聖直指）

林兆恩的「煉」是一種多層次的入手工夫，對於一般民眾則是「煉之於三綱」與「煉之於五常」，教導士農工商能各盡其業，維繫人倫生活的道德準則，這種人事的歷練是最基本的「煉」，是「煉」的第一個層次，所謂「人而煉之」，日常生活是最真實的修煉場，在人際的互動中不斷地反觀自我的操存價值。第二個層次是「我而煉之」，是自我存養省察的踐履工夫，經由正心誠意的修身，開啟內在於人而為人所獨具的仁義之性。第三個層次是「形而煉之」，所謂「以煉其形而去其病」，肯定「煉形」的重要性，認為「煉我」除了能去除心知的定執與情識的糾纏外，還要使生命本真能從形體的枷鎖束縛中超越出來，此時道教的「煉形」還是有需要的，幫助人們具有自我醫療的去病功能。第四個層次是「神而煉之」，所謂「以煉其神而操其存」，這是「煉」的終極目的，以「煉神」來成全人與天地萬有的不朽生命，使生命的形體與精神能臻於宇宙的真常世界。

林兆恩關懷的是民眾有限的氣命，是立基於儒家「心性體認本位」的文化模式，協助民眾在自己的生命歷程中能貫徹天命與踐行人道，除了相關性命的學理教養外，不排斥引進佛教與道教具體的修行方法，關注世間法與出世間法，以具體可行的修持步驟，來展現精神解脫的生存之道。在現實社會裏將儒學導向於儒教形態是有其必要性，一般民眾不是高級的知識分子，未必能直接相應於儒家思想，但是仍然有著對治自身無明愚痴的渴望，雖然未具備有周延完善的學識，可以經由簡易的修行方法，也能洞察生命本質與人生實相，能從個體性的生活體認到人類普遍性的生命存存法則，從生死關懷中確立自我的人生定位。

#### 四、性命的證悟

「九序」的後三序「脫離生死」、「超出天地」、「虛空粉碎」等，稱為極則的生命體驗，是吸收佛教明心見性的工夫，復還太虛的本體，展現出本體的虛靈妙用，達到聖神造化的極則，是性命證悟的最高境界。此一境界實際上是儒家與佛教的會通，是直指本心全體大用的直貫工夫，將生命提昇到「以身天地」、「以身太虛」、「以證極則」等體驗，顯示已超出了血氣生命形式的限制，契悟了體用一如的創生實體，能無為自在地感應天地萬物的自然流行。林兆恩基本上還是依著儒家的思想脈絡，強調人的心身性命是天理繫於人身的主體創造作用，不是個體生死的臨終問題，是來自於宇宙全體生生不已的造化作用，性命是天理的存有與活動，修行的目的是要將性命返回到本體虛空的創造能量之中，達到與天地萬物同體的生命境界。

林兆恩在生命的證悟上，不是基於對死亡的恐懼，也不是為了靈性的終極安頓，而是來自於儒佛性命觀的會通，肯定眾生當下的一念，便是宇宙全體的縮影，便具足宇宙萬有<sup>16</sup>。生死根本不是問題，重點在於如何以一念來契合道的永恆，讓人所本有的自性之體可以自作主宰，不必擔心個人的生死，應該致力於生命本來面目的展現，將天的創造性直貫於人的存有性，以修行的自覺來體悟自性的實相真如。關鍵在於人是否有直覺體證的工夫，在一念中就可以感應本體存在的真實境界，證悟與天地萬物為一體的實現原理。林兆恩不反對儒釋道等三教現有的修持方法，肯定這些方法都有其效用，最重要的是要避免形式的執著，如對「靜」與「禪」的修行方法，做如下的分析：

或問：「儒家之靜，佛教之禪。」林子曰：「儒家之靜，佛家之禪，命字雖殊，其旨一也。誠使佛家而知有本來面目焉，坐可也，行可也。儒家而知有主敬工夫焉，靜可也，動可也。若禪必在坐，則佛之禪頑空也。靜必在坐，則儒之靜枯坐也。（第二十八冊破迷）

儒家的「靜」與佛教的「禪」在修行工夫上是可以會通，都有助於精進修持，來證悟生命本質，徹悟宇宙真諦與人生本相。修持的工夫是必要，但是最後不要執著在工夫上，誤將手段當成目的，困死在方法上，造成「佛之禪頑空」與「儒之靜

<sup>16</sup> 陳兵，《生與死的超越—破解生死之迷》（台北：圓明出版社，1995），頁234。

枯坐」等現象，方法能助人也會誤人，是方便的手段，不是唯一的方式，只要能契合目的，「坐可也，行可也」與「靜可也，動可也」，不要將工夫錯用在形式上，反而忽略了原本的修行目的。

同樣地，道教內丹的運氣工夫也是不可執著，誤以為運氣就是修行的目的，如云：

或問運氣是與。林子曰：「非也，不運氣而氣自運，孟子所謂無暴其氣。蓋吾身之氣，自升自降而自運矣，如天之一春一秋，如海之一潮一夕，皆自然而然也。而運氣以逆氣者，豈不失其妙用之自然耶，余故曰運氣者逆氣也。」  
(第二十八冊破迷)

林兆恩在「入門」工夫時強調運氣的重要性，到了「極則」工夫則要超越出運氣的方法。原因是「入門」教導的是初學弟子，是尚未開啟智慧的一般眾生，必須依於具體形式一步一步的自我鍛鍊，在運氣的過程中一關一關的自我突破。到了第七序的修行者，已經通過入門的考驗，已啟動虛靈自在的本心，已非一般的信徒，已具有著相當的證量，可以達到「不運氣而氣自運」的境界，此時若還要依賴運氣，則是「運氣者逆氣也」，不得其利反得其害。

由此可見，林兆恩將其修行的弟子，分成兩大類，一類是入門弟子，一類是極則弟子。入門弟子是按照「九序」的前六序，一道一道的進階修行，每個關卡都有切實的步驟與成果的驗證。完成前六序的極則弟子，應該已是還得本心與證得本體的弟子，應該要進入到「無人無法」的境界，如云：

人人具足者，具足此本體也。本體則無色無空，本體則無人無法，本體則妙湛圓寂，本體則體用如如，即時豁然，還得本心，則本體之障蔽徹矣。(第三冊本體教)

極則弟子實際上也已經不是弟子，可以超越出外在的師徒名分，完成「人人具足」的生命形態，師徒只是外在名分，本質上已能達到「妙湛圓寂」與「體用如如」

的本體境界，這樣的弟子是要不斷開發本心空無的證量，如云：

聖人之所謂虛者，虛其心也，又況心本虛焉，而聖人惟復其本體之虛之自然爾。虛心以應世，故可以富貴，可以貧賤，可以患難，可以夷狄，境不礙心，心不礙境。故曰：「心兮本虛，應物無跡。」豈其孑然獨立，而盡天地萬物而虛之者，虛也。(第二十九冊心本虛篇)

極則弟子是已能「虛其心」進而達到「心本虛」的境界，是可以「復其本體之虛之自然」。這種生命境界不是靠外在的知識與觀念的學習而成，而是道德本體的主體自覺，是在生命的根源處直接貫通於天道的存有，開闢出成己成物的內在人格世界。極則弟子是經由本體的實踐，在工夫上直探存在的實感，絕非停留在知識的理性分解上，侈談玄理，甚至恣性放任。

儒學若缺乏自性工夫的真實體驗，有可能只停留在義理的辯證，流於空疏之病，缺乏務實的真實體驗，過於玩弄文字表現與智慧形式，反而縱情欲任習氣，缺乏真正的道德承擔。儒家在知識的教養下，對於自我成聖的修道要求，常難以轉換成具體可行的工夫，往往缺乏心性道德的實踐與落實。林兆恩企圖採用宗教法門的修行方式，要求弟子在實證實修下，超越出自己生理欲望的限制，直接開顯出本心朗現的道體工夫，如此才能真正提昇到極則的境界。極則可以說是真正良知本心的感悟存有，是真正悟見本心的工夫，達到「虛心以應世」的境界。

極則弟子是入門修行的極致，不是靠林兆恩來傳授，而是自我性命的證悟，是來自身心長期誠意慎獨的工夫，本心與行為是一體通貫，擺脫掉各種情識、血性、氣機、聰明等人為形式，直接從盡性至命與存心養性而來道德朗現，如云：

性而心也，而一神之中炯。命而身也，而一氣之周流。故聖人之學，盡性而至命也。賢人之學，存心以養性，修身以立命也。(第十五冊心身性命圖說)

極則弟子不是流蕩放肆的修行人，應該是更為潔身自愛的人，以道德實踐來完成自己的生命，能由性而心而神，由命而身而氣，是與天道相貫通下自然成德的生

命，是以「存心」與「修身」的真實工夫，來開拓出「養性」與「立命」的存有境界。

極則弟子根本的心理狀態在於「敬」，即以「敬」存心來盡性與養性，彰顯出本心自我存養省察的創造性活動，如云：

敬也者，聖學之所以成始而成終也。他如經傳之所紀載，有所謂艮其止，止其所者。所謂安汝止，欽厥止者，思不出位，緝熙敬止，在止至善，不息而久。蓋有不可得而悉述者，是皆所謂敬也，是皆所謂心法也，以先立乎其大而後不為小者所奪矣。（第十六冊初學篇）

「敬」即是林兆恩所強調的「心法」，著重在專一的主敬持心的工夫上，能時時省察內心以去私意，在存養的擴充與落實下，實現人性與天命合而為一的存在法則。極則之人能以「敬」來貫通身心內外，能以本心的虛靈不昧，來化解個人氣質物欲之雜，使一切不合理的意念與行為不得而發，其表現的內涵在於「止」，是止於至善的道德實踐，用以擴充本心的至善之德，來統攝性與天道，開拓出個體生命的明慧境界。

極則弟子是能復回本心開啟本性創造能力的人，其核心的生命狀態在於「中」與「一」，以「中」為體，以「一」為用，這是儒釋道的共同本原，如云：

儒而聖也，以中以一而開道統之傳矣，故曰執中曰一貫。道而玄也，以中以一而開道統之傳矣，故曰守中曰得一。釋而禪也，以中以一而開道統之傳矣，故曰空中曰歸一。（第三冊夏語）

又云：

中也者，體也。一也者，用也。易曰寂然不動者，中之體所由以大也。感而遂通天下之故者，一之用所由以神也。（第三冊夏語）

林兆恩有時將其三一教稱為「中一教」，即是有體有用之教，是一種以本體開出

工夫的教法，也是一種以工夫悟得本體的教法。對入門弟子著重在以工夫悟得本體，對極則弟子則是要求以本體開出工夫，直接回到虛靈本體的發用上。入門弟子著重在執一，要在工夫上努力不懈，極則弟子著重在用中，能直接來自本心的呈現與證悟。這是在修行的過程中暫時的二分，就其終極目的來說，是體用一如的，是「寂然不動」與「感而遂通」。

林兆恩依儒家的教化思想，面對的不是有限的個體生命，追求的是生命本質的「生生」，是將「死死」也寄託在「生生」之中<sup>17</sup>。人要以有限的生命來進行內在修養與外在踐履，使身心充溢著宇宙無限的精神，這就是修道的目的，關懷的是盡性的修持，早已將死亡置之度外。林兆恩依儒家思想所開創出來的儒教，是一種重利生利命的「活命宗教」<sup>18</sup>。所謂「活命宗教」是重視當下生命存有的永恆性，探究人之所以為人的基本價值，林兆恩認為人的價值就在於對心體的領悟與開發上，如云：

天之生人也，而與之以性，性則具於神明之舍也，故謂之一，亦謂之中，寂然虛而已，粹然善而已，何嘗有一物雜乎其見聞邪。然智慮口長而本真曰喪，所謂虛者著於物，而善者鑿以人也，君子於惟格其物以致虛，使神明之舍洞然，空徹如太虛然，此所謂物格也。由是而一靈中炯，虛明自復，而知致矣，由是而真實無妄，本體自如而意識矣，由是而廓然大公，物來順應而心正矣。  
(第二十三冊大學正義)

林兆恩是繼承了儒家的身體觀，認為人體是天生的，身心是一體互生的，以心性來通向於天地的神明，肯定道德本性是人人所本具與共有，人體活著的價值就在於開發內在德性生命的根源，將血氣心知的形身因著道德價值的融滲而實現精神化的轉化<sup>19</sup>。人的存在是要在「性」上下工夫，完成本體的「中」與作用的「一」，體

<sup>17</sup> 鄭曉江主編，《中國死亡文化大觀》（江西南昌：百花洲文藝出版社，1999），頁22。

<sup>18</sup> 郭于華，《死的困惑與生的執著》（台北：洪葉文化公司，1994），頁182。

<sup>19</sup> 周與沈，《身體：思想與修行—以中國經典為中心的跨文化觀照》（北京：中國社會科學出版社，2005），頁206。

悟「寂然虛」與「粹然善」的境界，修行就是儒家講的「格物」，也就是「致虛」的工夫，即是極則弟子所要達到的生命形態，所謂「虛明白復」與「真實無妄」，是人們反身而求的「意誠」實現，造就人的身體有著精神性的光輝，可以立己立人與成人成物。

林兆恩是順著儒家思想的理路，將「天人合一」落實在宗教實踐上，是來自於人與自然趨同求合的意識，在於深入的內省與身心的陶冶，在道德修養的工夫中體驗人生本身。這種內向化的文化形態，是傳統社會特有的精神氣質，是延續著孟子心性天一體義理結構，從心性論上透宇宙論，橫開出價值論，肯定心的昇進是上及於天，而心之提高與照遠是落在盡心的工夫上<sup>20</sup>。林兆恩對生命極則境界的堅持，也將儒學與儒教合而為一，心性的修持工夫，是可以貫通學術與宗教的內涵，從生命的自我涵養中領悟存有的真諦。

## 五、結 論

從學術的立場來看，林兆恩的思想體系很難有一席之地，流於駁雜，難以避免被視為左道異端。但是從民間宗教的立場觀之，則是一個難得的智者，傳達了性命修持的存有智慧，以通俗的義理內涵教導簡易法門，能以具體功法來關懷生命與成就生命。這種本於傳統文化下的宗教形態，是有其特殊的社會功能與價值，能將大傳統安身立命的觀念落實為小傳統的生活經驗與心理本質。

儒家、儒學與儒教等三者應該可以合而為一體，儒家延續著古老的天命與天道思想，原本就具有著濃厚的宗教性格，肯定人本之於天的存有價值，不反對人們盡心知性與存心養性的具體修持法門。在傳統社會裏，儒教的發展或許會損害了儒家人文化的道德體系，在宗教的神祕體驗中降低了人性的主體作用，可是儒教的發展也有助於儒學的普世流通，擴大了致知求善的文化活動。

林兆恩的三一教，是宋明理學傳播下的另一種文化形態，從學術社團轉型為宗教組織，將儒學作更世俗化的推動，或許也是一種文化的發展趨勢，帶動出更具體

<sup>20</sup> 林安梧，《現代儒學論衡》（台北：業強出版社，1987），頁 246。

修身養性的實踐工夫，有助於儒學更進一步地混融於民眾的生活習俗中，昇華為集體共有教養下的生命價值觀，以及可以具體操作的修養工夫。這樣的民間宗教是有其存活的發展空間，這樣的教主是可以帶動出社會的信仰風潮。

## The Concern of Lin Chao-en for Life

Cheng Chih Ming

Professor, Dept. of Religious Studies, Fu Jen Catholic University

### Abstract

As the founder of a folk religious movement in the Ming dynasty, Lin Chao-en had a rather complicated background. He was once a hopeful candidate to become a statesman, yet, having been deeply influenced by the Song-Ming School of Principle, he claimed to be a Confucian scholar, inheriting the teaching of Confucius and Mencius. Later he advocated the union of the Confucian, Buddhist and Daoist religions, launching the so called San-Yi Jiao Three-in-One Teaching (三一教), transforming his scholarly community into a religious organization. Although Lin Chao-en himself claimed to be the head of the San-Yi Jiao, his doctrine and method still adhered to those of the heart/mind, carrying on the Daoist internal alchemist approach. His “Ken-bei method” (艮背法), being a nine-way Confucian art of the heart/mind, seeks to be conscious of the “true self”, regarding the latter as eternally co-existent with heaven and earth, the whole universe. It is an art which helps the heart to contemplate the divine principle of all that exists, as well as the spiritual life in one’s union with Heaven, humanity and objects. Such a religious proclivity is built on one’s ultimate concern for life, being perfected by the continuous diligent cultivation of the heart and moral virtues throughout life. Due to its syncretism, it is difficult for Lin Chao-en’s systematic thought to be acknowledged by scholars. In fact, his thinking has been treated as unorthodox and heretical. However, insofar as folk religion is concerned, he is a rare thinker, transmitting the wisdom of being to the living of one’s life, popularizing traditional philosophical doctrines for ordinary folk, as well as deploying concrete arts and methods in the direction of one’s concern for and perfection of life. Indeed, this kind of tradition and culture-based religious tendency possesses its special social function and value. Concretely, it succeeds in transposing the major tradition of life and order to the minor tradition of

the experience of life and the nature of the heart.

**Keywords:** Ming dynasty, Lin Chao-en, San-Yi Jiao Three-in-One Teaching, “Nine order” (九序), concern for life, Song-Ming School of Principle