

一切眾生從無始來迷已為物失於本心
為物所轉故於是中觀大觀小若能轉物
則同如來身心圓明不動道場於一毛端
徧能含受十方國土
楞嚴經卷二



新管理學

學而篇〇一
時習堂主編

生命的認知與修持

往昔所造諸惡業
皆由無始貪瞋痴
從身語意之所生
一切我今皆懺悔

思
疑
瞋

新管理學

學而篇〇一
時習堂主編

生命的認知與修持

時習堂叢書

新管理學：生命的認知與修持

2015年7月初版

定價：新臺幣420元

有著作權・翻印必究

Printed in Taiwan.

主 編 時 習 堂
發 行 人 林 載 爵

出 版 者 聯經出版事業股份有限公司
地 址 台北市基隆路一段180號4樓
編輯部地址 台北市基隆路一段180號4樓
叢書主編電話 (02) 87876242 轉 221
台北聯經書房：台北市新生南路三段94號
電 話：(02) 23620308
台中分公司：台中市北區崇德路一段198號
暨門市電話：(04) 22312023
台中電子信箱 e-mail: linking2@ms42.hinet.net
郵政劃撥帳戶第0100559-3號
郵撥電話：(02) 23620308
印 刷 者 文聯彩色製版印刷有限公司
總 經 銷 聯合發行股份有限公司
發 行 所：台北縣新店市寶橋路235巷6弄6號2樓
電 話：(02) 29178022

叢書主編 林 芳 瑜
叢書編輯 林 蔚 儒
裝幀設計 登 琨 艷
攝影記錄 莫 尚 勤
林 日 山
張 文 信
張 新 斌
登 琨 艷

行政院新聞局出版事業登記證局版臺業字第0130號

本書如有缺頁，破損，倒裝請寄回聯經忠孝門市更換。 ISBN 978-957-08-4556-3 (平裝)

聯經網址：www.linkingbooks.com.tw

電子信箱：linking@udngroup.com

國家圖書館出版品預行編目資料

新管理學：生命的認知與修持/時習堂主編．初版．

臺北市：聯經，2015年7月（民104年），256面，17×23公分

（時習堂叢書）

ISBN 978-957-08-4556-3（平裝附光碟）

1.人生哲學 2.修身

191.9

104005953

目錄

代序	馬宏達	002
書名緣起	登琨艷	006



張文信 1988

原來我以爲自己無所不能	017
進廠自己修理	032
學習如何爲人處世	042



吳文濱 1988

決心開始學習修養	074
何止不亦說乎 也可以說也	081
把禪堂擺在心中	090



呂哲宏 1970

身體自我覺受的初探	104
-----------	-----

身體病相的自然緩解 134

〈學而〉是在學什麼？ 140



陳尚權 166

第一次體驗放空的感覺 166

終於可以一覺睡到天亮了 170

終於體驗了唱誦的威力 174

管理自己是管理一切事的第一步 184



詹文良 198

自虐盤腿學習修養 198

身體的反覆幾乎讓我想放棄 208

自律神經失調症狀的消失 212

自立才能立人 230

生命科學實證的大豐收 238



原來我以為自己無所不能

莫明其妙被人打了一記悶棍 017

原來我以為自己無所不能 018

我怎麼會整組壞掉了？ 020

釋迦牟尼佛到底在說什麼？ 024

中國的聖賢到底又在說什麼？ 028

進廠自己修理

進廠自己修理 032

病相集體消除的現象 034

家庭出現和諧新秩序 040

學習如何為人處世

認識人生的意義 042

醒來說法人已去 043

自己打開心靈世界的大門 046

學習的回憶與紀錄 050

學習如何爲人處世	056
《修行道地經》的〈忍辱品〉	058
人類本來沒有病	059
南老師爲報告命名新管理學	060
生命修養的實踐	060
飲食有節 起居有常	064
失於本心 爲物所轉	065
都是庸人在自擾	068
先生爲何發願修塔?	070

新管理學

學而篇〇一
時習堂主編

生命的認知與修持

代序

去年夏初，登琨艷先生自嵩山回到太湖大學堂，帶回來一批報告。那是他借用嵩山會善寺，帶領華碩高管們修養身心課程的學員報告。南師懷瑾先生聽了幾篇典型報告後告訴琨艷先生，可選編出版，名之謂「新管理學——從自我管理開始」，給社會作個參考。

何以叫「新管理學」呢？

因為，傳統的管理學立足於管理他人。因為，人性的特點，往往是眼睛只看到他人的問題，希望他人改變，而難得反省並改變自己。須知，當絕大多數人只想改變別人，而不想改變自己，那麼世上的絕大多數人，便是不可能改變的。由此，社會、歷史，也就只能在人性的弱點中輪迴而已。

叫《新管理學》，是以「舊管理學」為鮮明對照，以醒世人。

所謂「新管理學」，是從眼睛向內觀照開始，從管理自己的身心著手，先正己，自然影響他人。其實，用管理這個辭，本身已經不對了，管理是針對事與物，而非生命本身。生命首先是被瞭解、被尊重的，其次是如何使其釋放出本俱的光華，照亮自己，溫暖他人，而決非壓良為賤，僅僅被用作工具。

據說，英國西敏寺有一塊主教的墓碑，碑文被廣為稱道，翻譯過來大意如此：「當我年輕的時候，我夢想改變這個世界；當我成熟以後，我發現我不能

夠改變這個世界。我將目光縮短了些，決定只改變我的國家；當我進入暮年以後，我發現我不能夠改變我的國家，我的最後願望僅僅是改變一下我的家庭。但是，這也不可能。當我現在躺在床上，行將就木時，我突然意識到：如果一開始我僅僅去改變我自己，然後，我可能改變我的家庭；在家人的幫助和鼓勵下，我可能為國家做一些事情；然後，誰知道呢？我甚至可能改變這個世界。」

原文如下：

When I was young and free and my imagination had no limits,
I dreamed of changing the world. As I grew older and wiser, I discovered the world
would not change, so I shortened my sights somewhat and decided to change only my
country.

But it, too, seemed immovable.

As I grew into my twilight years, in one last desperate attempt, I settled for
changing only my family, those closest to me, but alas, they would have none of it.

And now as I lie on my deathbed, I suddenly realize: If I had only changed my self
first, then by example I would have changed my family.

From their inspiration and encouragement, I would then have been able to better my
country and, who knows, I may have even changed the world.

其實早在兩千多年前，中國就有一本經典《大學》，已經非常系統地提出

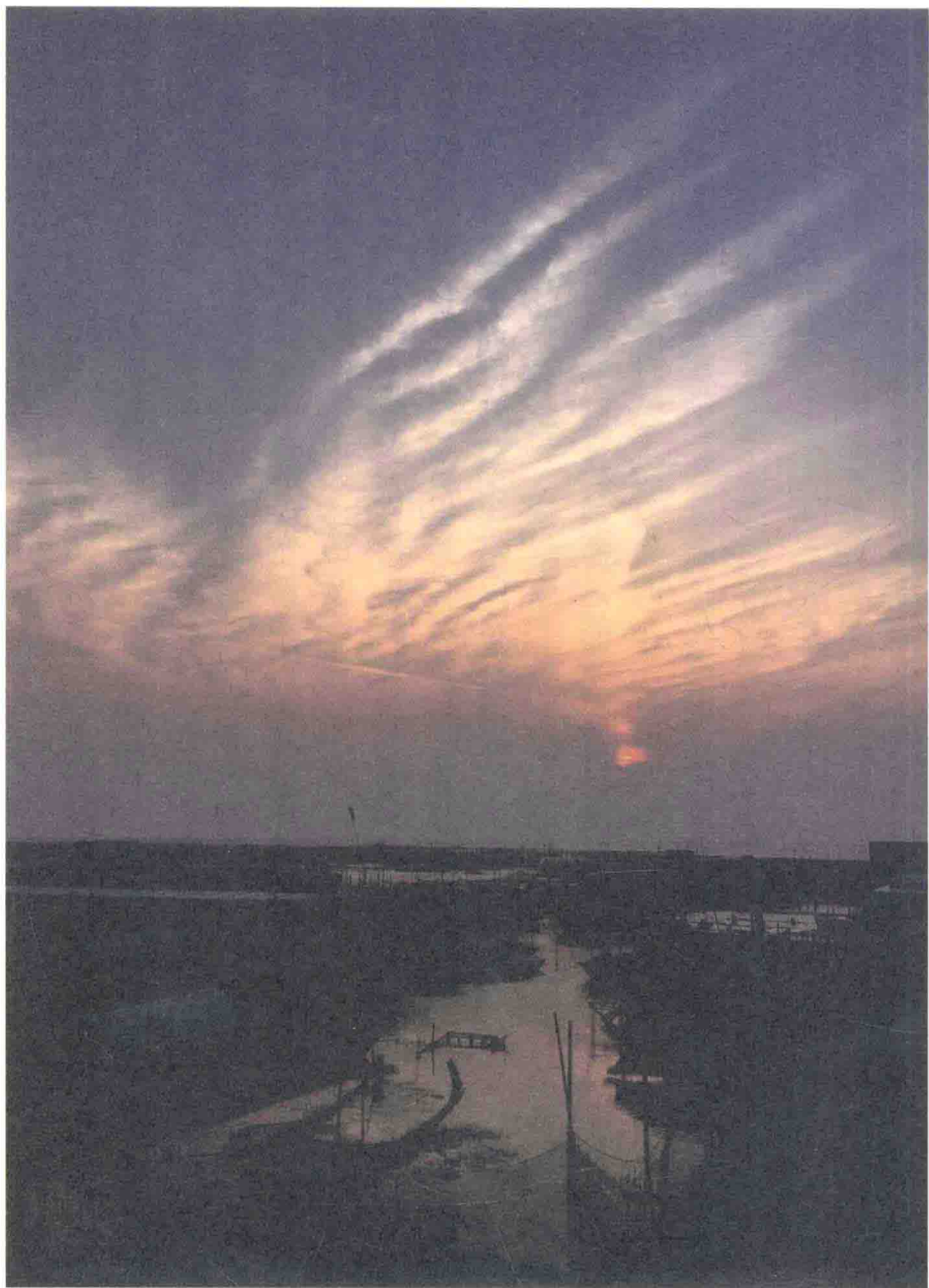
了「格物致知——誠意——正心——修身——齊家——治國——平天下」的思想，並指出自天子以至於庶人，壹是皆以修身爲本，「物有本末，事有終始，知所先後，則近道已」，「古之欲明明德於天下者，先治其國；欲治其國者，先齊其家；欲齊其家者，先修其身；欲修其身者，先正其心；欲正其心者，先誠其意；欲誠其意者，先致其知；致知在格物。物格而後知至；知至而後意誠；意誠而後心正；心正而後身修；身修而後家齊；家齊而後國治；國治而後天下平。自天子以至於庶人，壹是皆以修身爲本。其本亂而未治者否矣。其所厚者薄，而其所薄者厚，未之有也！」

這是「新管理學」嗎？其由來已久。可是不新嗎？時至今日，流行於世的仍是眼睛只盯著他人、將人當做工具的思想。其背後則是人性弱點的輪迴。看來，人性的弱點，並不會隨著社會的「進步」而自動改進。所以，立足於自我管理的身心修養，從來就不會過時，永遠也不會過時，而且是時刻需要。

瞭解自己、尊重自己，才能推己及人。改善自己，才是改善世界的起點。琨艷先生帶領學員們所做的這些身心修養實驗，是實踐新管理學——從自我管理開始的一種有益探索，值得分享，值得我們每個人借鑑。是爲記。

癸巳年大雪前三日 西元二〇一三年十二月四日

馬宏達 記於京華



太湖常見如是景象

結束在上海的設計工作，我前往太湖大學堂，從習 南懷瑾先生。三年之後，因緣出門開設修習營，協助大家一起學習生命修養，每次修習營週期為七日，結束後同學們陸續寫交心得報告；初始，恩師曾經批覆過，並囑咐我以後要自己協助大家修改，繼續追蹤並幫助大家。

這些修習營的同學大都未曾涉及修養的學習，對生命文化的閱讀與認識有限；因此，初學時所記述心得文辭，皆略顯生澀和粗糙，但也因不善造作和高推自己，而顯實在與素樸，更為珍貴。但參加過多次修習營並持續用功修持之後，所寫心得就漸漸順暢，文字措辭也就愈見豐富，相信也是因為大家依建議次第閱讀南老師的著述有關。三年來，這些修習心得已累積數百萬字，今決定從中選取部份，配上在修習營拍攝之能讓讀者更容易理解的圖片，並附加文字註解，希望對有興趣認識生命修養的人士有所助益。

這三年來，除了在修習營，我每天凌晨起床就是在為大家回覆修習心得報告。這些心得顯示很多同學都因為努力修持而改善了身體諸多的疑難雜症，甚至是被醫生放棄的癌症和各種慢性病，而且是經由多人之類同疾病自治的重複驗證，也在心得上多所記述。為取信讀者，我們也儘量附上醫院前後的檢驗報告；這也是我一直努力想要證明的生命本來沒有疾病之說法。

南老師辭世前，囑咐我要將這些學習心得編輯出版，並藉一位當紅的著名美國管理學大師的到訪因緣，將書籍命名為《新管理學》。

四年前，因協助江西禪宗洞山祖庭做建築設計工作，老師囑咐我到寺院附近村子辦理一所「農林工技術實踐職業學校」；雖多次考察，惟因條件因緣不具，未能執行，而之後事實我已開始在帶領台灣大學城市與鄉村研究所的師生一起學習。一年後，因前訪嵩山登封參訪，研究記錄在啓母闕上的圖文，回來做報告之後，老師遂又要在當地辦理「農工技術實踐學院」，我還以為是自己聽錯了，老師說已經升級了，林業也不用了；一二年四月一日藉用歷史一千多年的嵩寺開學時，發短信稟告老師說學校開學了，沒固定的學校、沒有固定的學生，沒有固定的課程，沒有畢業年限。老師辭世前，又兩次為這所無處不禪堂的學校升級。一年後，我才在農工技術實踐學院上正式冠名「時習堂」；是簡稱，也適合自己的因緣。

從此，每年天氣涼爽春秋兩季，我們每次一行四十至六十人如同遊牧民族一般，到處尋找合適的地方學習，也是藉此想打破修習禪堂的定義，也算是我建築設計職業的一件遊戲。因為我發願赴尼泊爾協助修復佛陀的藍莫塔，故每年也有兩三次人數較少的老同學之佛國行腳修習，那是我很喜歡的情境學習方式，可以藉境認識佛陀一生弘法的故事；這些行腳式的修習，大家也記述了不少豐富的學習心得，相信對未曾參訪過而有興趣認識佛陀故土的人多少也會有

些助益，將來也會陸續公開。

每次在修習營，爲了協助大家安靜打坐，我們也練習一些簡單的身體瑜珈和音聲瑜珈功法，當然爲了增進大家對生命道理的認識，每天我們也會學習一些中華儒釋道文化的概論。爲了讓讀者能更清晰的理解修習營的學習內容，這些講述課程大都也做了音像紀錄，也在整理出版的規劃當中，並已定名爲「無處不 禪堂」系列，配合各地修習營的禪堂情境來增色各輯書本的內涵。我努力學習，老師再三交代我們要剝掉宗教外衣，專講生命科學，雖然我堅信生命本來沒有疾病，但每次見身體出現異象尤其是罹患醫生很難治療的慢性病及癌症的同學，也常會藉機談論身體疾病，與教導他們自己對治的方便功法；我謹記老師爲我們的學校賜名農工技術實踐學院的定位與指引，一直努力走在這條路上；只是爲了講述中華文化，上課引用黃老之學和佛經也是難免。

老師爲這些修習心得報告的出版命名爲《新管理學》，我的參究是要我們學習管理自己的言行舉止，管理自己的心行，戒慎自己的起心動念，莫使沾染塵埃，學習修養自己的身心，也就是《大學》的正心、誠意、致知、格物。曾子說：「物格而後知至。知至而後意誠。意誠而後心正，心正而後身修。身修而後家齊。家齊而後國治。國治而後天下平。」這儒家大道理說了兩千多年，老師慈悲再來教導我們，我們此生有緣聽聞老師說法，如果不依法確實去修持與實踐，來生真是披毛戴角都還不完不了。

因爲生命修養狀態有漸次，所以在彙編整理，遂將初學者的報告設定爲學而篇，希望有朝一日，可以出版更進階的時習篇，除了對自己，也算是對新同學的期許。在崇尚西方科學而漸失民族文化本體意識，迷茫已百年，又日成新富的新時代，希望這些累積不易的文化初學者的修習與實踐的心得報告，可以做爲一勾文化反省的明礬，讓我們看見中華民族的本來真面目，呈現祥和圓滿的新氣象；做爲自己對恩師辭世三年的報告。

《新管理學》學而篇系列將會陸續整理，也沒有終了期限，直到我此生自己不能動手爲止，老師多次叮嚀我此事不要假手他人，我只好依師所囑，不敢懈怠；努力效法地藏菩薩的悲願。我交給老師的最後一篇報告就是〈地藏菩薩也來說法〉，那天晚上，老師對我的報告開示時，問我「你學佛做什麼？」所以發願出門協助大家一起學習；也希望大家會繼續努力，未來可以出版進一步的時習篇。當然，更期望能早日見到更高層次的樂乎篇的出現；學而之有朋自遠方來，不亦樂乎，可惜那只能當作是我的大妄想，天地間哪有兩個生命處在相同狀態的人？

感謝協助成就此系列叢書出版的所有朋友，尤其是負責音像記錄的日山和尚勤兩位空間專業攝影的老友，還有隨時協助記錄的老學員文信；雖然他們記錄的影像離佛道意境還是隔了一層皮，但是相信他們持續學習修養會呈現可見的進步。還有被訓練得已經可以做很多事的新斌，除了做美術編輯之外，被我

逼得拿起相機才不過三個月就可以拍出接近我要的圖像，當然也還是找不到那佛道的意境，相信繼續的修持，也能浮現那份生命深處的寧靜與祥和。

我一直很感謝每次修習營默默護持大家學習的後勤工作的老同學，以及提供各地禪堂的朋友，和不知名姓的人士，他們在我的世界裡就是菩薩；每次我們的學習都因他們的協助，而讓修習營呈現無比祥和的歡喜情境，希望他們也可以因此生活得健康與自在。「時習堂農工技術實踐學院」因有大家的出現，與無私奉獻的付出，而更圓滿。

還在太湖畔繼續為南師著作默默辛苦工作的人，是我繼續努力的支柱與力量；除了合掌，也只有合掌了。

末學 登琨艷 謹記於廟港