

漁樵問對（深論三）關與觀：一本書、一個兒子，與一盞沒有熄的燈

對應播客：《關與觀》（9分37秒）

系列：漁樵問對（延伸題材）・深論三・全系列終章

取材：邵雍《漁樵問對》、邵伯溫《邵氏聞見錄》、歷代著錄、《醫方明大論》

一、開場：一本書的作者欄，空白了八百年

- 有人說是邵雍，有人說是張載，有人說是劉安節，還有人說是邵雍的兒子邵伯溫「得家庭之說而附益之」。
- 多數人會說：那不就是偽作嗎？
- 但換一個角度——如果這本書真的是兒子整理父親的話，那它就不只是哲學，它是一份思念。

二、關（一）：門——門內與門外

- 《漁樵問對》是門內的對話；五運六氣是門外的氣候。門內外不是兩個世界，是同一口氣的兩面。
- 但要聽得見門內的聲音，得先把門關上。門不關，裡面那一聲就聽不見。

三、關（二）：收——亥時把氣收回來

- 一天也有四時：寅卯生、午長、酉收、子藏。
- 亥子時陽入於陰；這時候還在用腦、還滑手機，等於把要收回來的氣又拉出去用掉。
- 收斂不是停，是把氣收回來——關燈、關螢幕、關話頭。

四、關（三）：存——把話留下來

- 邵伯溫做了兩件事：整理父親的話；把元會運世配卦（後人說他搞複雜了）。
- 但換個角度看：一個兒子在父親死後，能把父親講過的話一句一句留下來——這就是「關」。關住門，不讓聲音散掉。
- 我們今天做的字幕、筆記、音檔、學習單，本質上是同一件事。

五、觀（一）：觀物

- 邵雍：「我亦人也，人亦我也。」人與我不過都是物。
- 不從「我」的立場去看，讓物自己顯現。

六、觀（二）：觀理

- 「非觀之以目，而觀之以心也；非觀之以心，而觀之以理也。」
- 不只看表面（目），也不只靠揣測（心），而是看背後的規律（理）。

七、觀（三）：觀自身

狀況	意思	處理
----	----	----

有感無象	氣已動、形未成	最好調，最容易被忽略
有象無感	形已成、人卻麻木	最危險

八、關與觀的關係：關是為了觀

- 門不關，聽不到裡面；氣不收，看不到那一點陽。
- 觀不是往外看，是看回來。
- 冬至一陽生，子時一陽生——最小的那一點陽，是在最黑的時候自己冒出來的；但前提是：你在裡面，而且燈是暗的。

九、應用：一天的關與觀

時	動作	口訣
晚上（關）	燈暗、收螢幕、不談事、揉壇中三分鐘、泡腳十分鐘	關的是門，不是心
清晨（觀）	不碰手機、喝溫水、拍八虛、深呼吸三次送到壇中與腳底	先觀身，再觀事
一年	秋冬關（藏）、春夏觀（生）	同一口氣的節律

十、邵伯溫的眼淚

- 《邵氏聞見錄》裡，他記父親的話、記父親的判斷、也記父親不肯說的那些。
- 例：張橫渠來問病，「先生論命，來當推之。」康節答：「若天命則知之，世俗所謂命則不知也。」——這段話是兒子記下來的。
- 他沒有把父親寫成神，他讓父親繼續是一個會說話的人：會拒絕、會幽默、也會不答。
- 這是最高級的思念：不是哭，是記。他沒有為父親立碑，他為父親留聲。
- 我們今天做的事，本質上一樣：把老師講過的話，一句一句留下來。

十一、收尾：一盞沒有熄的燈

- 關上門，是為了聽得見；看得回來，才知道要往哪裡去。
- 關與觀，就是收與看、藏與生、一夜與一晨。
- 一盞燈不熄，是因為有人記得添油。

十二、免責

- 本集為《漁樵問對》導讀與系列收官延伸整理。
- 文中健康建議不能取代專業醫師的當面診斷與治療；有需要者請自行就醫。