

# 信教？----阿祥知道好無謂



出家（獻身宗教團體），不用說，是更容易的選擇。

十多歲時，阿祥以為做神父是升天堂的捷徑。

等到六十多歲，阿祥明白人人每天都要每天創造自己的「宗教」，建造自己的教會。

這，就是更崇高更基本的呼喚。----- 取易不取難，是修行大忌。

.....

不斷有朋友、讀者、聽眾相問：周先生究竟你信甚麼教？你有宗教信仰嗎？一直覺得很難解釋、不想回答，因為三言兩語道不盡箇中實情，反而往往引起誤會引起不快。凡是要介紹尚未流行的範式（paradigm），總是困難重重的，正如向老外解釋食物「濕寒熱毒」，還不簡單呢。

可以講的是「輕舟已過萬重山」，但旅途上的九曲十三彎不乏辛酸苦楚，而此刻仍繼續在尋道的路上，享受着過程的樂趣，並且非常感恩。

當年，唸大學前後，入修院不成，隱約有個意念：做神父過一生，也許太容易了，恐怕天主另有安排，要在我身上下更大的注碼。

後來不久即明白到，原來每個人都要創立自己的宗教，而且窮一生精力去不斷完善它。

信別人的宗教，就好像吃別人的藥，同一個處方通常不會適合兩個人。40年下來碰到不少朋友，正是大受糊塗信別人的宗教所累，蠻可憐的；奈何緣份未到，他們只好繼續吃苦頭。

今天，人家問我「你信甚麼教？」的話，我會回答：「人生那麼短，哪有時間去想這個問題。」

如果拿這個問題去問佛陀、問耶穌，他們會怎樣回答？說不定他們也有這個想法。

宗教是後人搞出來的「必需之惡」，往往跟教主在生時的精神相距十萬八千里。教主在自己的處境中找到了開悟、解說、超越的法門，跟有緣人分享一些心得，只此而已。

記得有個故事說某師傅與眾徒弟共飯，席間師傅忽然將桌上剛吃過的碎魚骨放到自己那碗飯裡，於是眾徒弟也照樣做，師傅又將一碟碟菜的汁倒入碗中，煞有介事地用手將飯、骨、汁混和，眾徒弟面面相覷、百思不得其解，也一個個模仿師傅的手勢照做了，下一步，師傅將兩匙羹的湯倒入飯中，大家又照做了，此時師傅心愛的花貓跳進師傅懷中，他將調理好的魚骨飯餵進牠口裡，眾徒弟一時不禁失笑，尷尬不已。

許多宗教都是模仿教主做當年對他有用但今天對大家毫無意義的事，還煞有介事地訂為禮儀，藉此賺取供養。

.....

我肯定了追尋開悟、解說、靈性的滿足是人生最大的任務，甚至是唯一有意義的事，宗教本來正是擔當助人超越得到這些的角色，可惜的是由於種種原因，今天的宗教往往辦不到（也許從來都大多數情形下辦不到），而世人繼續有殷切的靈性追求，事實上在宗教以外這些需要一樣可以得到滿足，20世紀下半期開始，所謂「新紀元運動」是像一個大市集，有各式各樣的攤檔提供千奇百怪、集古今中外大成的產品與服務，幫助人超越，其中有傳統主流宗教式的、有新興宗教式的，也有世俗式（甚至聲明非宗教、反宗教式的）；都各有貢獻。

這並不是說宗教（理論）與教會（組織）都是壞事，因為許多人在尋道的過程需要扶持，宗教、教士、教會都可以提供可觀的幫助，對於相當大比例的人來說，生命中某些階段裡是需要主流宗教的支援，每個宗教代代有人出，不乏聖人有心人高風亮節，惠澤眾生，不過如果各宗教各教會追不上時代的步伐，有「靈修市場」上競爭失利，為世人所摒棄，那就是它們一個個完成歷史任務，功能已由別的服務提供者所取代了。

回顧歷史，過去幾千年來人類社會的鬥爭，居然有很大比例是宗教之間為了利益爭奪搞出來的，那真是非常不幸，當一個信仰自認為天下為一，或是唯一正確、唯一「真貨」時，鬥爭必不可免。現在我回答人家查詢我信甚麼教時說「沒有時間去想這個問題」，是因為拿自己此刻的信念跟任何一個宗教此刻的教義逐一比較，看看有多少吻合，是浪費生命。教義、教規、經文等等都無非是後世吃宗教飯的人（我對他們並無不敬，並無偏見）為了實際需要而搞出來的，越搞越複雜、越搞越絕對，但是事不離實，近年的修行與際遇令我處處看到，原來天下間的真理只有一個，「道」只有一種，古今中外的「覺者」按本身的文化背景，際遇，用自己的語言在不同的角度指向同一個源頭（All great men think the same, only fools differ.「大人物想法都一樣；蠢人才有異議。」）靈修幫助我們悟出孔子、耶穌、佛祖、穆罕默德和各當代大師高人所共通的地方，那些就是重要的，至於他們有衝突的地方，都毫不重要，因為不是傳達錯誤，就是不同時代背景按不同的對象的講話所造成的。**因此，一個真正的基督徒也應該是個真正的佛教徒，也應該是個真正的穆斯林**，如果有人說：我是X教徒，不是Y教徒，那不要緊，希望他只是在採用X教的方式去達到目標，目標就是同時活出佛陀、基督、孔子、老子等人的精神。對我來說，基督教好像意大利粉、佛教好像米飯、印度教好像印度薄餅，它們的材料做法、味道、賣相不同，個一樣吃落肚，令人可以好好活下去。誰堅持說只有意大利粉或米飯才可以吃飽，只說明此君無知狂妄。

.....

# 阿祥尋道 50 年領悟



1. 我知道自己此刻正活在人類歷史上最刺激的時代，因為文明剛好開始了亘古以來最驚天動地的轉化：人類終於集體醒過來了。
2. 像愈來愈多人那樣，我覺醒知道自己原來就是神的本質的點滴，與天地保持著感應與溝通，天人從來都合一。
3. 我知道自己是一個平安的靈體，開開心心暫且一會寄存於這個美妙的身體之中。
4. 我知道甚麼也不用刻意去做，只需要享受圓滿的成就感覺，這樣，我已經用最有效的方法造福人間、惠澤眾生。
5. 我肯定宇宙萬物分分秒秒在收聽我的意念，然後出盡法寶來玉成我的期望。
6. 我想甚麼就變成怎麼樣，所以我時刻檢查自己在想些甚麼。
7. 我知道注意力集中在甚麼地方，能量就流到該處；每個意念每句話都會成真。
8. 我知道現在的我，是昨天的我的想像結果：人世間一切都是我「想」出來的。我的思想導致行動，行動養成習慣，習慣塑造性格，性格成為命運。因此人生其實是有選擇的。我每一刻都在選擇自己的命運。生命不是博彩，雖然充滿刺激的意外。
9. 我知道修行無非就是控制自己的思想：用正向意念取代任何出現的負面意念，並且養成習慣。
10. 我今天期待一個又一個奇蹟。對我來說，萬事萬物莫非奇蹟。
11. 我明白世上並無沒有意義的苦難。
12. 我可以痛而不苦。
13. 我明白積極的能量比負面能量更能發揮效力，絕無例外。
14. 我明白天堂與地獄，在乎一念——我內心這個意念。
15. 我明白積極的能量比負性能量更好發揮效力，絕無例外。
16. 我送出甚麼，定必十倍百倍收回。我想得到愛，就要令別人感到被愛。得到幸福的唯一辦法是令人幸福。得道之人永遠不容許自己發出任何負面訊息。

17. 我明白現實無非是我的意識投射出來的東西。（時間空間皆為人思想的假象。）我意識一改變，現實即會隨而改變。
18. 一切禍福以至生命中的際遇都是由自己源源招來。
19. 我算不如天算。天意比我的糊塗私意重要得多。
20. 我明白世上只有一個人需要我去改變，那個人就是——自己。
21. 我肯定自己不完美得十全十美。人人都早已十全十美。世事萬物都是不完美地十全十美。人世間沒有壞事，一切都十全十美。生命絕對是圓滿的、豐盛的。沒有甚麼需要爭取、補足、等待、改善、糾正，更沒有甚麼需要擔心、害怕、怨恨、遺憾。所有安排必然是對我和對世界最美好、最理想。因此，不論發生甚麼事，都是好事，錯的事都是對的事，錯誤的決定都是正確的決定。
22. 我肯定人間沒有壞人，所有人都長期按自己當時的識見，盡力做自己認為恰當的事，如果他們做的事對人和世界產生不良的影響，只是因為他們的「識見」未夠理想，開悟的緣分未到。
23. 我知道開心是一種心情，快樂是一種感覺，幸福是一種祝福，自在是一種狀態。與其追求開心快樂幸福（都是不可能長久也不真實的東西），不如追求自在，自在是真正內心的平安、祥和、圓滿。
24. 我知道生命中所有的悲慘、不幸、緊張、壓力、困難，其實都只不過是生命的處境，而非生命的本質。處境是舞台上按照劇本所安排的際遇、情況、本質卻是真正的身份、地位、存在狀態。所以即使人生途中的際遇一時如何坎坷難受，我仍然可以隨時隨地輕易返回內心那個平安欣悅的世界，享受自在。
25. 我知道一切痛苦，皆因我未能放下假我。
26. 我知道自己送出甚麼，定必十倍百倍收回。我想得到愛，就要令別人感到被愛。得到幸福的唯一辦法是令人幸福。
27. 我知道生命中的問題，往往不是要解決的，不少往往沒有可能解決，只可以超越。
28. 我肯定大自然永遠是對的。
29. 我知道天下間並無巧合這一回事，上天透過「巧合」、「奇蹟」 夢境之類與吾人打招呼。
30. 我明白原來開悟就是知道自己所看到的、經驗到的，想的，全不是自己真正的存在（I am），我不可能藉著這些虛幻的、短暫的東西來找到自己。找到自己只有一個方法：感覺此刻自己是自己。
31. 我明白原來我是不可能被傷害、被侮辱、被誣蔑的。當（我以為）人家對我「不利」之後，感到受屈、痛苦、憤怒、仇怨的那個其實不是真我，而只不過是假我（ego）——我以為是自己的那個我。每一次我為了某人某事而不開心，其實並不是一個人一件事令我不開心，而是我暫時忘記了自己的真正身分和世界的真相。我暫時以假我來生活，而不是活在那個真我之中。
32. 我知道宇宙是個平安的樂園，自己十分安全，絕對無須擔掛，沒有甚麼值得去煩惱。不論甚麼事發生在我身上，必定是好事。按照天意，我最終的歸宿精采絕倫。沒有甚麼要憂心。
33. 我知道我是一個管道，讓神性的能量流過，散放出去祝福世界。我們個個都是如此。
34. 我知道人生的最高境界就是「我不管發生甚麼事」。亦即是披頭四那首歌：「Let it be」。只有這樣，我們才真真正正返回生命的本源——就如一滴水，融合在海洋之中。
35. 我肯定我此刻就正處於我應該待的地方，做我被安排好要做的事。過去發生的一切只有一個原因，就是將我帶到來這兒。

# 做「靈修」原來是這樣



## 「靈修」究竟是怎麼一回事？

「靈修」是指靈性方面的「體操」  
——人的身體需要多多操練才夠 fit，精神也完全一樣。  
身體懶惰不動易病，精神亦然。



## 做靈修有甚麼好處？

一個人做不做靈修，結果分別是地獄與天堂：

### 不做靈修……

- 容易外面世界尋找滿足
- 生命漫無目標容易失意
- 內心容易空虛寂寞
- 容易死氣沉沉甚麼也不想做
- 容易自我形象低落自怨自艾
- 能量弱又供應不穩
- 容易精神散渙工作效率低
- 容易情緒不穩隨時會沮喪抑鬱
- 多病痛易陷入長期惡健康狀態
- 活在「一般見識」的層面

### 成功做靈修……

- 逐漸內展自己感到滿足
- 畢生分分秒秒有方向意義
- 精神世界豐盛生命圓滿
- 長期積極自強不息
- 充滿自信不卑不亢
- 能量強大取之不竭
- 精神集中工作效益不斷提升
- 長期歡喜感恩深感福杯滿溢
- 少病痛即使有病亦快康復
- 活在提升的境界



## 「靈修」其實做甚麼？

本質不是「做」，而是「經驗」。有時我們要「做」一些事情（例如祈禱、打坐、布施）來幫助自己進入所希望的狀態（內心的境界）（見下文介紹）。

靈修的本質很簡單：恢復原來（真正）的存在，亦即是「天人合一」，駁通宇宙的力量，與「神」同在。在這種狀態之中，我們體驗到難以形容的、無窮盡的、人間以外的平安、開悟、狂喜，甚至忘記了時間、空間、一切一切，包括自己、過去未來，更沒有煩惱擔憂恐懼。我們感受到萬物毫無阻隔完全溝通，齊齊歌頌造化之功。





## 「靈修」是不是信教拜神？

靈性的練習使人回復到通天的狀態，本來自古以來人人都在做，只不過近世的「現代人」多忽略了，越來越生疏，甚至產生種種誤解偏見。

以前有高人聖人神人靈修工夫特別棒，後人模仿他的方法，以他為榜樣，於是搞出了「宗教」。

宗教的方法運用得宜，當然可以達到靈修的目的，宗教的本質應該是幫助人靈修的嘛。

可惜，由於種種原因，後世的人將宗教變成了制度、搞成了團體，加上人性的弱點，有時未必可以達到助人靈修的目的，甚至成為障礙。

有人這樣比較：

### SPIRITUALITY 靈修

Free flowing 開放  
Androgenous 陰陽平衡  
Emancipation 解放的  
Metaphysical 形而上的  
Individual 個人化的  
Being 存在  
And 多元的  
Equality 各個體平等的  
Liberating 有助社會流動的  
Transcendent 超越時空的  
Bringing Together 令人團結  
Applies to all 人人適用  
Inclusive 包容性的  
Flexible 有彈性的  
Expansive 令人擴張心靈的  
Spirit 靈魂的

### RELIGION 宗教

Structured 有規範  
Male dominated 男人主導  
Oppressive 壓迫性的  
Conforming 要求合模的  
Institutionalised 制度化的  
Doing 做事  
Or 定於一尊的  
Patriarchal 階級性的  
Social Control 社會控制  
Culturally defined 受文化制約的  
Separating 令人分黨派對立  
Applies to some 只有部分人適用  
Exclusive 排他的  
Dogmatic 教條的  
restrictive 令人精神世界受到限制的  
Ego 假我的

所以，信教可以得到靈修的效果，也可能事倍功半。

不信教一樣可以循其他途徑得到靈修的效果（近年越來越多人這樣做）。



## 為什麼靈修就是天人再合一？

- 靈修，只不過就是重駁 (re-connect) 與「上面」的連繫，
- 然後不斷維持這個狀態 (stay connected)。

我們都好像「乾電」(直流電)「濕電」交流電兩用的電器。

使用乾電時，越用下去力量越弱，時常不起勁、力不從心，可是插通了濕電之後，不但勁道十足，還是供應源源不絕。那個「中央」的供電總站，就是本源創造力(上帝/道/真神.....)。

我們也都好像模型飛機，在空中高高低低地飛行。這些傢伙可以飛，是因為有無線接收器，不斷接收到主人在地面送來的訊號，指揮它快慢高低左右轉。只要訊號接收清晰，解碼正確，它就可以安全飛行、遨遊四方。可是一旦接收不清楚，或都訊號斷斷續續，問題即告嚴重，隨時可能失控撞毀。

我們現代人由於種種原因，長期跟「上天」的聯繫斷絕，明明訊號不停正常充份傳來，我們卻有時不去收，想收又收不到，收得到又不清不楚，導致如今行屍走肉，生命失控，失去方向失去目標。

**所以想幸福生活，別無他途，只有恢復聯繫上天。**

英文「宗教」一詞“religion”源自拉丁文，意即再駁通(to line up again)；梵文「瑜伽」一詞“yoga”的本意，也是恢復結合(re-union)。

只要我們再次「駁通天地線」，即可源源不絕接收、下載、保存、享用無窮無盡的生命力、智慧支援，活在極樂狀態之中。萬事無往而不利。

基督宗教的所「恩寵狀態」(state of grace)，與主同在，佛教的所謂涅槃、解脫、澄明，恢復佛性，亦是這個意思。

靈修的目標，恐怕亦是活在這個與天地同遊、冥合萬化、天人合一的境界而已。



## 靈修可以怎樣做？

其實很簡單，簡單到不能再簡單：恢復您真正的存在，就是了。

您只需記起自己是誰，已經回到那個狀態。

您不是你的身體那麼簡單，您也不單是過往自出生至此刻所有經驗思想歷史的總和。

您其實是一個靈性的存在體 (spiritual being)，是宇宙精靈 (divinity) 的一小部分，是它 (祂) 此刻的一個相 (呈現方式)。您暫時以這個身體這個腦袋思想的方式生活，日後也將回到那個巨大力量 (有人稱之為 The Power、The One、道、氣等等) 之中，就如一滴水經過一段旅程返回海洋，水滴消失在海洋浩瀚之中但繼續以整體方式存在。

靈修就是猛然再次記起原來自己是那滴神聖汪洋中的水點，再次連結 (re-connect) 到大海之中。

您好像一座馬達，平日靠乾電芯運作，發揮的力量極為有限，而且電力微弱、有時會中斷；這座馬達原來應該是用交流電 (「濕電」) 的，只要將插頭駁上中央輸電那個電掣，「中央」的電力即源源不絕供應，既力量強大又從不愁減弱中斷。靈修正重駁「中央」的工夫，駁上了之後，不再以個性的力量運作，恢復以「神」力 (宇宙力量) 運作。

這種狀態有人稱為「靈魂意識」(soul consciousness)，即是記起自己基本上是以靈性的方式存在，享受著「冥合萬化」、「與神同在」的那種美妙經驗 (充滿愛與喜悅、無憂無慮、溝通萬物、內心澄明等等)。

.....



## 周兆祥分享尋道 50 年心得

----尋道會人文組與「前基督徒講場」合辦

嘉賓：周兆祥博士

5 月 7 日（星期一）下午 7:30 - 9:30

地點：香港基督徒學會，九龍旺角道 11 號藝旺商業大廈 10 字樓

語言：粵語

費用：全免

報名：無須

歡迎帶來你完全開放的心，齊齊共邀天恩.....

-----  
更多分享----

- 阿祥究竟信甚麼 <http://www.lifeflowhk.org/node/1047>
- 《與神對話》的智慧 <http://www.lifeflowhk.org/node/1417>
- 認識真正的耶穌 <http://www.lifeflowhk.org/node/1008>

- ❖ 網址：[www.simonchau.hk](http://www.simonchau.hk), [www.lifeflowhk.org](http://www.lifeflowhk.org)
- ❖ 網誌：<http://blog.simonchau.hk>
- ❖ 電郵：[simon317@gmail.com](mailto:simon317@gmail.com)
- ❖ Facebook：<http://www.facebook.com/simonchauhongkong>  
<http://www.facebook.com/simonchauhk>
- ❖ <http://www.facebook.com/simonchauathongkong>
- ❖ 微博：<http://weibo.com/u/2628339113> <http://blog.sina.com.cn/u/2628339113>
- ❖ 輕博客：<http://qing.weibo.com/2628339113>
- ❖ 電台節目：<http://t.cn/zOoMpGh>, <http://t.cn/zOoMpG7>
- ❖ <http://programme.rthk.org.hk/channel/radio/programme.php?name=FamilyMen&p=2614&m=archive&page=1&item=100>