学阳明心学强心志 做乐素餐厅助修行

发布日期 2023-9-2

2018年4月，大同师尊在组织丹学培训的时候，即提出要学习阳明心学，5月带了几位学子去（中国）浙江余姚参观了王阳明故居及纪念馆。转瞬间5年过去了，对阳明心学的学习仍觉得不得要领、似懂非懂！

近日看了郦波教授与梁冬先生的对话，很受启发。郦波教授29岁开始研究阳明心学，觉得自己入门太晚了。蒋介石17岁、毛泽东19岁开始学习阳明心学，他们共同推崇的曾国藩也是阳明心学的高人。而日本明治维新的成功，更是得益于阳明心学。阳明心学对个人、对团体、对国家的作用可见一斑。

郦波教授总结了阳明心学的三大智慧：心中无物是原点，是我们做事的出发点，构建了我们精神世界的空间；致良知是归宿。出发点与归宿都有了，路上只需要一样东西，那就是知行合一，在事上磨、事上练。

真正的修炼，就是在做每件事的时候，既能入乎其内，全心全意地做；又能知道这件事的价值；同时还能随时清空自我。

阳明心学的意义首先在于解放自我。我们在世间最重要的不是和这个世界和谐、达成和解；而是和自我达成和解。人们往往认为我们是和世界、和万事万物在周旋，学懂阳明心学的人，则明白人生大智慧是与自我周旋。当然，与自我周旋是要讲究智慧的，而阳明心学为我们提供了一个与自我周旋、与自我和解的途径。

来乌镇乐素餐厅已经百日有余，每天在餐厅做事，正是一个难得的修炼机会。我们每天进行烹饪实践，用料相同、火候相同，但做出来的食品能量及口感却有差别，有时差别还很大！烹饪时若杂念太多，甚至情绪不良，做出来的食品便不合格，敏感的人则能感觉到能量不足。乐素餐厅就是一个修炼的道场，内修以致良知，外修以致烹饪技术提高。而内修是核心，是全面提升的关键所在。

朋友们听说我在乌镇开了个小面馆，感到十分不理解。觉得已年近70之龄，为了钱财而在外劳碌，非常不值得！但当他们走进了我们的餐厅，坐下来品尝了我们的神仙汤面，看到我们几位工作人员的身体与精气神，了解了我们是在传播彭祖膳食养生的文化之后，便由劝说者改为鼓励者。觉得我们正在做的事非常有意义，对个人、对社会都非常有益。

我们很珍惜在乐素餐厅的工作机会，希望在神与师尊的指导下，在致良知的路上多有收获。

喝同乐爱心粥带来的惊喜

我们乐素餐厅旁边有一位环卫工人，她名叫闻文宝，今年67岁。15年来长期患低血压，一般情况下血压在40/75mmHg左右，经常头晕，不得已时就去挂盐水。

我们乐素餐厅自今年5月27日开始做爱心施粥公益活动，每天早上提供免费的同乐爱心粥。闻女士每天坚持喝我们的粥，近期自己感觉越来越好，脸色红润起来了。前天（25号）量血压为75/110mmHg□感到非常高兴，马上赶到我们店里报喜。

我们既为她的健康而高兴，也为自己所做的事情而高兴！

附：闻文宝报喜时的留影

（中国）学子：许沪宁

2023.8.27