

琴 与 心

陈钦怡

稽康在《琴赋》中说：“众器之中，琴德最优”。古琴是中国最古老的乐器之一，历代文人藉弹琴来修身养性，所谓君子无故不撤琴瑟，可见当时琴在文人心目中的地位。琴之所以受文人的喜爱，主要是它和中国人的美学追求相契合。

李贽《琴赋》：“琴者，心也，琴者，吟也，所以吟其心也”。琴和心一样的敏感，心中有所思可借琴来语。听一个人弹琴，等于在读一个人的心，琴仿佛是映照内心世界的一面镜子，藉著琴音的传达及弹琴的姿态，可以了解这个人的性情、喜好。有的人弹琴豪迈潇洒、铿锵有力；有的人弹琴温婉高雅、风度翩翩；有的人弹琴稳如泰山、闲然自若；有的人弹琴东顾西看、张牙舞爪、心神不定；有的人弹琴面容紧张、声音燥急……等等。所以说弹琴能修身养性，藉由弹琴可以了解自己的优缺点及情绪起伏；从外在姿势的改正到内在心理的调整，久而久之便有潜移默化的效果。

“琴到无人听时工”，弹琴不是为了取悦别人，而是取悦自己，犹如陶渊明诗中的“但识琴中趣，何劳弦上音”，其实音乐在他的心中，他常抚弹他那把无弦之琴，却很能自得其乐。唯有所为而为，不迎合别人的喜好，如此才有自己的存在，自己的特点与追求才能充分表露，毕竟天下之人如此多，每个人长相皆不同，又何必将每个人的喜好及欣赏强靠拢在一起呢？因此我们可以理解伯牙得遇知音钟子期的喜悦了。知音无须言语，他能感觉到琴声中细微的变化，能被琴声带引到另一思想空间，随着琴音或快或慢或顿或

歇或重或轻或泛或绰注或撞吟……等的变动中，心也跟着动了，一曲下来，如神游蓬莱仙岛一圈回来。知音对弹琴的人来说是难寻的，可遇不可求。同样的，能听到那拨动心弦的美好音乐也是千载难逢的。

《乐记·乐本篇》：“凡音之起，由人心生也。人心之动，物使之然也。”由这段文字可了解古人认为音乐是受人心所控制，而人心又是受到外界事物环境之影响。即外界内心音乐。琴的音量小，不合适在吵杂纷乱の場合弹奏，故而外界环境场合的选择更是重要，如古人的五不弹，“疾风甚雨不弹、尘市不弹、对俗子不弹、不坐不弹、不衣冠不弹”等，弹琴不是选择幽静的亭台楼阁，便是风光明媚的山林名胜之处。在静室或楼台上，置一盆兰花于桌旁，徐徐淡香传来，弹上一首“幽兰”，那娴静淡雅的琴音，更显幽兰孤芳自赏、芳郁绝尘的气质。在梅花盛开的季节、三五琴友带着琴到郊外，万籁俱寂，只有鸟语花香，弹一首“梅花三弄”，点点梅花随风飘动，和着琴声中的泛音，在风中起舞，此情此景，别有一番滋味在心头。为弹琴创造美好的环境，

主要是使心情愉快，藉着美的事物的感染力，将自己心中对美的感触得以提升，而达到得心应手的境界。所谓怡情养性、培养气质、风度，是非常有道理的，时常接触欣赏美好的事物，心中喜爱有所追求与向往，自然而然便会达到。

琴声的淳厚淡泊，能使人的心灵平和安静，全身舒畅放松。欧阳修在《送杨序》中曰：“予尝有幽忧之疾，退而闲居，不能治也。既而学琴于友人孙道滋，受宫声数引。久而乐之，不知疾之在其体也。”由这段文字可知古琴还能治心病，俗语说，“心病”是难医，欧阳修的朋友杨序不得志，被派至远处当一名小官，郁郁不乐，他便以自身的经历告诉对方，弹琴可以排除郁闷与悲愤的道理。稽康在其《琴赋》中也说：“余少好音声，长而玩之，以为物有盛衰，而此无变，滋味有厌，而此不倦，可以导养神气，宣和情志，处穹独而不闷者，莫近于音声也。”稽康和欧阳修两位都是琴道的爱好者，且认为琴有养生的功能，人与琴的关系就如同知心朋友般，彼此有交流，这种交流是心灵的交流。透过指与琴的接触，心与琴合一，心中的不平不自觉的便淡去了。所以一个人养身不如养心，听琴不如学琴，自己去品尝感受琴中之无限滋味，那种心灵的喜悦与满足感是只能意会不能言传的。