

學言

道德理論踐行研究中心月報

二〇二五年一月十五日

第六十八期

《學言》 目錄

本會通告.....	1
許志毅：齊家學，第十一講：正人正己（二）.....	1
陳健恩：唐學《論語》：霍師學問的背景理論（十一）“禮之本”.....	4
明月清風：	
《談家庭教育》（懷空）.....	5
《中醫思維(6)：肝》（健恩）.....	6
《檳城儒學展覽後記——如何才能真正推動儒學》（五之四）（許志毅）.....	8

本會通告：

- 本刊設有網頁版，可參看過往內容：<https://hksapientia.org>

第十一講：正人正己（二）

許志毅

上文提到“甚麼是歷史”的問題，我們指出“歷史並非死的過去資料”，乃“透過歷史記錄呈現人為理想奮鬥付出的過程”，當中展現人有性情、人之性情流露之常道，是故歷史的主體是人，事由人成。然後我們以丁龍的故事為例，讓我們看到一代一代的傳承，使我們中華文化的理想落實於人間，悠久無疆，顯示歷史文化的生命力。為何代代之間，會願意以自己的德行去守護美好的歷史文化信息呢？此義深長。

我們先從家風承傳之層次去了解。舉曾國藩之家風傳承為例。曾國藩在家書裡面多次提到早起的問題，告誡家人、子孫要早起，而早起是呈現“勤”之風尚，“勤字功夫，第一貴早起，第二貴有恆”。他說他們的家族從曾祖父開始，就有早起的習慣，祖父、父親乃至其他長輩都是在太陽還沒有上來就起床。大家可以想象一下，小孩子在這種氛圍之中很容易就被感染而養成早起的習慣。初步看，或者這樣正好以行為心理學的立場去解釋，人的行為就是受後天環境所影響而改變，其預設就是“生命是出於一種被動改造的狀態”。人養成習慣之初，的確是會受到他人或環境之影響。但是當中是有著人生命之中非常機微的主體性、主動性之精神活

動。人看到別人的行為，然後進行學習，成為自己的習慣，其原初之發念處，是有著“重視對方之行為”、“覺得對方之行為是好的、有價值的”之念頭的。這些念頭，則非來自客觀上他人或環境的影響這麼簡單，而是源自人生命的內部。

我們再看看曾國藩寫給兩位弟弟的的一封家書。

沅季弟左右：

沅弟以我切責之緘，痛自引咎，俱蹈危機，而思自進於謹言潮該路，能如是，是弟終身載福之道，而吾家之幸也！季弟言亦平，溫雅，遠勝往年傲惰氣象。

吾於道光十九年十一月初二日，進京散館（註：即翰林院庶常館，當官之初的學習處），十月二十八日早侍祖父星岡公於階前，請曰：“此次進京，求公教訓。”星岡公曰：“爾之官是做不盡的，爾之才是好的，但不可傲，滿招損，謙受益，爾若不做，更好全了！”遺訓不遠，至今尚如耳提面命。

今吾謹述此語，告誡兩弟，總以除傲字為第一義。唐虞之惡人，曰丹朱傲，曰象傲，桀紂之無道，曰強足以拒諫，辨足以飾非，曰謂已有天命，謂敬不足行，皆傲也。

吾自八年六月再出，即力戒傲字，以傲無恆之弊，近來又力戒惰字。昨日徽州未敗之前，次青心中不免有自是之見，既敗之后，余益加猛省。大約軍事之敗，非傲即惰，二者必居其一。巨室之敗，非傲即惰，二者必居其一。

余於初六所發之折，十月初可奉諭旨。余若奉旨派出，十日即須成行，兄弟遠別，未知相見何日？惟願兩弟戒此二字，并戒后輩，當守家規，則余心大慰耳！

咸豐十年十月廿四日

曾國藩在信中講述一件往事。他為官之初，準備入京上任之前，親向祖父請教為官之道。他的祖父給他的訓誡，簡單來說，就是一不要驕傲自滿，二不做官更好。他把這番訓誡一直放在心中，以此為戒，而且也以此番訓誡教導弟弟，要弟弟遵守之餘，更要以此教訓後輩。請留意，曾國藩的祖父並非做官的，也非讀很多書，很有學問，但是曾國藩還是非常恭敬的去請教其祖父，並且聽其教誨，何也？這跟我們現代的文化很不同，我們一般來說都會從現實層面，看對方的學識、讀書多少、經驗、身份地位、功績、成就等加以衡量，如果覺得對方“厲害”，就對其尊重。固然其祖父是他的長輩，在古代禮節背景之下，當然會有一份尊重之情，但是這畢竟只是社會上的客觀規範，還不足以說明生命的自主性。

我們要指出的是，更重要的地方，是曾國藩本身自覺的要對其祖父尊重，是一種純粹的、無私的、無條件的要對祖父的尊重之情，此乃一生命主體之精神上的活動，跟一切客觀條件無關。由這一份純粹的尊重之情，進而重視、珍惜其遇人事之歷練、其心得，必有其值得學習處，故會一方面學習，一方面承傳。從這個地方，我們可以看到，人是先有自身生命所生起的對別人之尊重，然後才有欣賞到對方的學識、人生歷練，並且願意向其學習之心。此義，如對長輩而言，我們謹引用唐先生於《文化意識與道德理性》中所論來說明。依唐先生之意，人在看到長者之時，即從對方乃在時間上先於我存在，在對方存在之時，我尚未存在一義，即會念及當時我乃等於零，乃處於“虛位”，即此虛位感，“即使我對對方取一承托之態度，同時對我之現實活動加以收斂”，而此收斂“即使我超越現實之我而忘我”，“此忘我同時使我肯定對方之我，而承托虛受之”，此乃“尊重”、“敬”之根源，“敬”為一純粹之精神活動，由此“敬”乃有愛而生。“敬為顯示活動之純粹超越（按：以其乃純粹之精神活動故），愛為現實活動之擴展”（可參考唐君毅先生《文化意識與道德理性》<家庭意識與道德理性>一文中<四、友之形上學根據與其道德意義>一節）。明白此義，我們就可以了解為何曾國藩會尊重祖父，於當官上任之前會親向他請教並且緊記教誨，乃至其家族中，為何大家會願意學習其家風中早起之習慣？原來是源自生命深處，一份自然而生的對長輩的“敬”。由此“敬”，生起“愛”之行動，要把長輩之精神以及教導，傳承至下一代。家風之得以傳承，是有著生命深處的發用為根的。上文所舉的丁龍的故事當中，為何丁龍一家可以把孔子的教導代代相傳？乃至中華傳統文化中的家族傳承，也是有著此生命深處所發出的“敬”為根的。由此擴大挖深，就是歷史意識的產生。（未完，下期待續）

霍師學問的背景理論（十一）“禮之本”

陳健恩

禮之本，一別於禮儀，二別於忠恕，三別於愛。尊重長輩，做人談話，識得規矩，做到“行己有恥”，實很難得，但能否做到孔子所講的禮之本，則未必一定。先明白此三類分別，必有助了解孔子禮之本的真實涵義。

“道之以政，齊之以禮”，這個禮，首先不解作禮儀，齊亦不解作整齊。如解釋為人民都實踐這套法則，社會就能整齊不亂。如此理解，不論這套法則的內容如何，本質上就是一種法家思維。即如果不了解禮之本，當實施禮教時，難免在家庭、學校、機構、社會或國家，不自覺地走向了法家的思維。所以，講禮不能只說禮的內容便是足夠，法家都覺得自己的內容（法、術、勢）很好及很有具體實效。這亦成為一些儒者講禮，給人垢病的因由。此為第一。

禮有別於恕、忠、信、敬。“恕”是不想人對你這樣，就不應如此對人；又希望別人對你這樣，就應如此對人。所以，恕必連於自己的意欲而再推己及人。“忠”必連於一事。為人謀，為君謀，都連於一事而言。唐先生補充，孔子在《論語》中從來沒有表示過無條件地忠於君一人。“信”必連於一言或一行，以見其言出必行。“敬”若指一般“居處恭，執事敬”而言，則與忠恕無大分別。而“恭近於禮”，但恭不等於禮。此為第二。

以上言忠恕信（包括一般之恭敬），都是先有所對，或連於自己的意欲、一事、或一言行，而依此施行，間接達於對方。至於愛之義，則不必先有所連，而能直接愛及於對象。所以對人之忠恕信之義專而狹，而對人愛之義廣而寬。愛，無論對家人或其他人，都屬橫施之情，這亦是十分難能可貴，但還未等於到達禮之本所言，對人之禮敬。此為第三。

忠、恕、信、愛與禮敬等，依唐先生言，同是由己以通達於人之道，但禮敬實有更深之義，因它們未必能對他人有一“**整體**”的愛與敬，所以愛與敬可不需先連一言一事。如愛屬橫施之情，禮敬屬於上達之情。

因此，禮之本，就是禮敬之情。這是一種上達之情，對人有一整體愛敬，而無需先論及其當下或過去所具體表現的言行或事情。禮敬是直接由己以通達於人之工夫。它是上達之情，因為此情“**如將人加以升舉，而自己亦向上興起**”。此心境一到，從政者面對人民，就有“出門如見大賓”之自然之感。心境一到，大德者面對眾人，就有“天下歸仁焉”之自然之感。自然之感，就不是假想，或勉力而為，而是真實看到人心的普遍性情，這樣才能到“耳順”之境。王陽明說“滿街都是聖人”，同樣不是科學命題，而是修養工夫的量表。所以看到“天下歸仁焉”，不是客觀講天下歸仁，而是主觀講你通到禮之本。

最後唐先生言愛，必至於禮敬，這樣愛才遠離於佔有。愛加上敬，對人之情，不單只有橫面通達的廣度，亦有將人和己一起願加以提升的高度。



明月清風

《談家庭教育》

懷空

前幾天我們完成《第三屆黎斯華老師思想研討會》之後，麗香博士說道：“我做社會工作這麼多年，要負責很多家庭教育的事務，輔導了很多人。按照我們輔導的實踐理論，一般來說我們都是主要教育孩子、講一些親子關係，但是現在接觸了我們的傳統文化，才發現我們的傳統家教精神乃以家長本身的成長為重，反為是要先教育家長。”是的，麗香博士的說法實乃一精義。按照我們一般的了解，輔導工作就是針對具體的問題而開展，如果發現孩子有問題，當然是教導孩子，如果發現成人有問題，則會輔導成人，即使是遇到家庭的問題，也是對家庭成員個別輔導，只是因為當中肯定牽涉到家庭成員之間的相處問題，才會講一下父母子女之間的相處問題，以提升大家之間的關係。由於受到理論前提的影響，所以在父母子女的關係之中，只有平面的關係，而不會強調上下的關係，以重視平等、自由、破除權威故（按：是故在親子關係中，也強調大家要做朋友）。

在我們傳統的文化之中，父母就是家長，也就是“家庭領袖”，是帶領整個家庭的靈魂人物。領袖就是給家庭方向、給指引，帶領大家走往美好，也讓大家可以得到成長。因為家長對於孩子的帶領是非常重要的，所以家長的素養很重要。現代人不明白當中的要義，只是一味要“平等、自由、破除權威”，只講親子關係，做好朋友，那麼就失去了一個很重要的意識——家庭領袖意識，沒有了這個家庭領袖意識，那麼就不會有自覺要帶領家庭的意識，然後就隨波逐流，不斷針對社會的要求、潮流流行些甚麼而追求甚麼，又或者是看看孩子的喜愛、興趣、性格、才能去滿足他們的需求，今天的家庭教育就是這個模樣。如果我們看看走在前端的西方社會，乃至看看緊跟著西方潮流的地方（按：看我們香港就好了），大家不難發現，整體社會的素質、下一代的素養每況愈下。為甚麼呢？只以社會的要求來衡量，肯定是現實的、功利的；以潮流來衡量，肯定是庸俗的；只以孩子的喜愛、興趣、性格、才能去滿足，那只是順著孩子的本能，很有可能只是滿足他的自我，使其膨脹，自以為是，甚至目中無人，嚴重障礙了生命的成長；如此，人怎麼會重視乃至追求更高價值呢？

我們不是說不要理會社會的要求、孩子的需求，而是說家長不要只是一味的順著這些，因為順是機械的，只是跟隨的，可是當中是沒有自己的抉擇，也就是不會有真正的價值、高貴的價值成就的，最後只是迷失茫然。但是，人要懂得抉擇，是要有素養，要自己先有生命的成長才可以的。那麼我們既然身為家庭領袖，又或將來會成為家庭領袖的，真的要深切反省自己，到底是否有虛心的去培養內涵呢？

中醫思維(6)：肝

陳健恩

肝為罷極之本。罷極即疲勞。肝位於腹腔，橫膈之下。肝膽於經絡，成表裡關係。“肝者，將軍之官”《素問》，當氣血充盈，能使人耐受疲勞。

肝主升發。肝氣升發，能啟迪諸臟生長化育，故求疏通暢達，惡抑制。肝氣亦與情志活動有密切關係，故喜樂觀愉悅，怕鬱結。

肝為剛臟。肝具剛強及躁象的特性。肝內寄相火，主升主動，以陽氣用事。但肝火上亢，會煩躁易怒，需瀉火滋陰，以柔克剛。

肝主疏泄。即全身氣機暢達無阻，維持臟腑功能進行有序。氣機失調，可致五臟病變。如肝氣亢逆，則急躁、易怒、頭痛、甚至吐血。如肝氣虛弱，則抑鬱、膽怯、懈怠、頭暈。

- 肝能調暢精神，使其心情開朗、心境平和、不抑鬱、不急躁。
- 肝能協調脾胃，促進消化、吸收和排泄功能，使其不腹脹及不腹瀉（肝氣犯脾）、不嘔吐及不便秘（肝氣犯胃）。
- 肝能促進膽汁，“肝之餘氣泄於膽，聚而成精”《東醫寶鑑》，參與消化，使其不厭食、不出現口苦。
- 肝維持血液循行，使其經期正常。
- 肝維持津液輸佈，使其無痰核、無水腫。
- 肝調節排精及行經，使其不夢遺或崩漏。

肝主藏血。肝有“血海”之稱，“人動則血運諸經，人靜則血歸於肝”。“肝受血而能視，足受血而能步，掌受血而能握”，若肝血不足，會影響眼、肌肉及手爪等機能。如眼痛、眼花、痙攣、肌肉麻木、指甲脆及易折斷。

肝藏魂。魂指意識、思維活動及做夢。“隨神往來者謂之魂”《靈樞》當肝氣調暢，魂隨神往，則神志及睡眠皆正常。否則會多夢、夢遊、多幻覺等狀，導致魂不守舍，夜寐不安。

肝在志，為怒。怒是正常情緒，亦有利肝氣之疏導。當怒則怒，未必有害。然“肝氣虛則恐，實則怒”《靈樞》，易怒或易鬱，都是肝氣失調之象，兩者之間，以“治怒為難”。

肝在體，合筋，其華在爪。肝血養筋，“肝生筋”《素問》。老人動作遲緩不便，易疲勞，是肝氣血不能養筋之故，亦會從爪甲色澤形態表現出來。

中醫思維(6)：肝（續）

陳健恩

肝在竅，為目。“肝氣通於目，肝和則目能辨五色”《靈樞》。肝氣不足，會導致視物不清、目眩、甚至兩目斜視。

又，五臟之精氣，上通於目，故觀目的不同部份，能知五臟之病變。

如眼左右角屬心，稱“血輪”；黑睛部份屬肝，稱“心輪”；白睛部份屬肺，稱“氣輪”；瞳仁屬腎，稱“水輪”；上下眼瞼屬脾，稱“肉輪”。此稱之為“五輪學說”。

肝在液，為涕。肝血經肝氣疏泄於目而化生，如肝臟失調，可見兩眼乾澀、或眼分泌物增多（眼眵）。

肝應春。肝氣升發及疏泄，喜條達，惡抑鬱。故與春相應。養生家主張，春三月“夜卧早起，廣步於庭”《素問》。保持心境開朗，以應春氣。而肝偏旺及脾胃偏弱者，在春又較易發病。

檳城儒學展覽後記——如何才能真正推動儒學（五之四）

許志毅

鍛煉的真義

有行動、有反省的過程，才是鍛煉。很多人都誤會甚麼是鍛煉。其實鍛煉並不只是不怕辛苦、要承擔的意思；鍛煉的核心，是真誠面對自己，接受自己的不足、反省自己、發現自己的初心、從道理世界中好好感受，轉化自己的局限，追求更高的價值。在過程中所面對的掙紮、拉扯只是一些考驗，你只要堅定，就一定能過關。能通過鍛煉，你就會有成長。成長有層次，甚至好像沒有終極，但是它的確是一個真實的方向，讓人走向光明，越來越好。

以上，可以說是儒學的基本精神，也是修養的起點，若你有所領會，你就會體會到儒學精神是真實的，生命成長不是虛假的、理想是可以達至的。即使在充滿艱難的現實世界，我們都可以找到理想——理想不在外，而在我們內心“一念想好”之中。儒學就是教導我們如何把這“一念想好”開發，讓我們變得更加好、更加進步，然後可以有更大的承擔，並且可以擴大生命的空間，由自己進步開始，感染身邊人，一步一步擴大，達至“修身、齊家、治國、平天下”的理想。

真正的動力源自對價值的體會

我們苟能如此，來賓一定會受到我們所煥發出來的精神所感染。事實上，這一次的導覽員做得很好，因為他們能認真地閱讀歷史人物的故事，並且越讀越深入，越讀越有感受，進入歷史人物的精神世界，體會到歷史人物的成長、承擔、勇氣等。這些體會，對學生們起到積極的支持，提起他們的精神，甚至能讓他們有勇氣去真誠的面對自己，轉化自己。例如，好幾位導覽員都分享到，本來是很沒有信心的，當初講解的時候，手都在發抖，但是越講越起勁，甚至得到現場觀眾的鼓掌。一般來說我們可能會認為學生有“成就感”，所以越講越起勁，這種理解不夠深入。固然，心理上會有“成就感”，但縱然是有“成就感”，那也只是過眼雲煙，不會長久，也不會深刻，就好像你吃了一頓美味的食物，一瞬間的快樂，過了就沒有，一切的本能滿足、物質享受，心理上得到欣賞、稱贊、肯定等，只是一些基本的要求，但並非成長的“必要條件”。那這種起勁的動力來自哪裡呢？其實這是與生命的秘密有關。生命的秘密在於“只是付出，不須擁有”。導覽員越講越起勁，越來越有信心，是因為自己對歷史人物的精神越來越有感受，乃至他們對於自己內心的真實追求也更加有所領會。例如他們發現，原來古人可以放下自我，為了國家而付出，乃至犧牲，在所不辭；他們可以不畏艱難，在困境中淡然而處，顯示出精神的韌力，“人生自古誰無死，留取丹心照汗青”；又可以好像周處的真誠面對自己、改過自己；好像丁龍，能寬恕別人；又可以像武訓，謙卑的去默默付出，不為名利，為教育奉獻。這些都給學生們一種典範，感受到生命的光明，人真的是可以做到“只是付出、不須擁有”，所以學生會感動，從古人身上得到一種精神上的支持，看到更高的價值，內心生起嚮往，看到走向光明的人生大道。而在自己進行導覽的時候，原來就是一種無私的付出，那麼就會感受到那種與生命深處所追求的價值相應，所以會有十分深沉的動力。如是，在行動中當會有一份“成長的喜悅”。帶著這一份喜悅，與人分享講解，有互動，那就可以進一步充實對於“只是付出，不須擁有”的領會，有更深的喜悅、更大的動力了！