

# 學言

道德理論踐行研究中心月報

二〇二五年二月十五日

第七十期

## 《學言》 目錄

本會通告.....	1
許志毅：齊家學，第十一講：正人正己（三）.....	1
陳健恩：唐學《論語》：霍師學問的背景理論（十二）“仁、智”.....	3
明月清風：	
《談際遇》（懷空）.....	4
《中醫思維(7)：腎》（健恩）.....	6

## 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（三）

許志毅

上文我們討論“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”之問題，指出從下一代模仿上一代的習慣行為開始，當中不只是客觀上的模仿，而是有著內心的尊重之情，此是人的純粹精神活動之表現，是超越於一切現實上之計算，從生命內部直接發出對長輩之敬，然後對長輩尊重、珍惜，故欲把長輩之精神及教導承傳。上述之義，乃可就家風之承傳而言，然把此義擴大挖深，即成為人對歷史重視之歷史意識。

### 對長輩尊重之原因

如今，我們從“對長輩自然之敬重”一義開始續談。我們指出人對時間上比自己更久遠之存在會有一份自然而然的敬重之情，此乃克就一切“先於我存在之存在”而言。若面對祖先、長輩之尊重，則當中尚有一義。為使大家容易明白，我們不妨從孝順父母之情開始反省。一般人對於孝順父母之義，每喜以“父母十分愛你”、“父母對你無微不至”、“父母對你恩深義重”、“沒有父母就沒有你”、“父母乃血緣上的至親”等為因，從而提出人應該孝順父母之義。更有人認為應該立定法律，以法律規定人必須孝順父母。此類講法，無疑是非常重視孝順之說，或許是方便之說，使人容易清楚明白；立法規定孝順之說，則是針對很多人沒有盡作為兒女的本分，故予以現實上法律的警惕。此類說法或做法，在現實層面或有其某一程度效果上的意義，但是若順著這些說法或做法去理解的話，卻會在不知不覺之中使

人失去對孝順之情當中“生命主體之主動性”一義之領會與實踐之重視。按照上述說法或做法去了解孝順之情，孝順之情即成為一種“功利之考量”、“社會道德規範”、“血緣本能之呈現”或“法律規範”之外在規範，故失去生命內部之“生命主體之主動性”一義。孝順之情，乃根於人生命深處之“返本意識”之自我要求——人要尋找生命之根源，對之親近、融合、感恩、守護、愛惜——基於此義，由於父母是人最直接、最具體之生命根源，其實父母本來就是與自己血脈相連、生命是一體的，是故我們很自然地會自我要求對父母好，要孝順父母。例如，我們看到很多失散多年的父子，雖然他們不一定曾經一起生活過，甚至孩子連父母都沒有見過，但是孩子還是很想找到親生父母，孝敬父母。孝順之情，是一種根源自人生命內部，純粹而無私之情，並非受到任何外在規範要求而生起的，正由於此，才呈現出生命之高貴，也正是如此，才會那麼受到傳統文化上的稱頌。

### 孝順之情與返本意識進至宗族意識

既言孝順之情乃根於人生命內部之“返本意識”而生，順此“返本意識”之流露，人之生命可以得到安頓，而且生命空間當能得到進一步之開發。當人孝順父母，能與父母之心相通起來，能順父母的心意之時，從自己對父母之尊重與愛敬推及，會感受到父母對祖父母之尊重與愛敬，再進一步推及至祖輩對祖先之尊重與愛敬，從中會體會到更深遠之生命根源，故人會順父母、祖輩之尊重與愛敬之情而尊重與愛敬祖先。對人的生命成長來說，此乃一學習、成長、生命空間開拓之歷程。

雖然人對於祖先之尊重與愛敬，在現實上乃涵蘊“血緣關係之客觀外在之義”，然而，當我們透過學習、實踐感受、思想得到開拓，例如，我們因對祖先之尊重與愛敬，會了解他們做人處世事跡，從中禮敬他們的人格精神、讚歎他們之貢獻，由此，人會對“敬老意識”、“懷古意識”、“家庭意識”、“宗族意識”、“返本意識”有深一步之領受，而精神即能逐漸超越此“血緣關係”之義，其思想歷程總結如下：

- 一、 對於祖先之血緣關係，因為比較久遠，所以使得此關係變得比較薄弱；
- 二、 順著父母對祖先之敬愛，引發人自身對祖先之敬愛，從而超化此血緣關係，成為一較為純粹之敬愛之情；
- 三、 由敬愛之情而生起對祖先人格精神之敬重；
- 四、 由對祖先人格精神之敬重而生起重視其教誨之心；
- 五、 由敬重祖先之人格精神以及重視其教誨而發現自己的生命是追求理想與道理世界的。
- 六、 從祖先之人格精神以及教誨之啟發，自己要追求理想與道理世界，從而要求自己身體力行及傳承。

從上述之思想歷程條列，大家可以看到人是可以透過對祖先之尊重與愛敬，超化現實上之血緣關係，進而為一種尊重人格精神、重視教誨、追求理想與道理世界之人文價值之呈現。由此再進一步推及，即成為人之“歷史意識”。

## 霍師學問的背景理論（十二）“仁、智”

陳健恩

忠、信、恕、信、愛、敬、恭之德，是由己通達於人之德，原來是純正面，順而無礙的。人能直接表現出來，就稱為“直道而行”。孔子常言“人之生也直”。孔子體會到，人內在的本性，有此高貴難得的一面。

但後天的我，有本能、有性格，而且面對每次的境遇又不同。所以唐先生說，“人之生也直”的人，才沒有太大疑慮，直道之法，才比較易契合。如孟子、陸象山、慧能等人，他們都能依此直道而行，唐先生稱之為“直德”。

然而一般人，思慮較多，直道難以順行，更難體會直德，反多經歷曲折而後成。一般人上達，更多是“仁者，先難而後獲”。人最初，都希望直道而求，順達直德，但人境界未到，表現太直，反而更遭挫折。所以在實踐過程中，碰到種種反面的事物，又有不同的情況。現實上，便需要有：“智”為之分辨，“義”為之決擇。由原初的“質直”進至為“好義”，合此好義之“勇”，無畏而成其“仁”。

唐先生說，經歷曲折艱難而成其仁“皆大有難處”。所以智、義、勇是“由曲以成直”之德。它較上述所講的直德，有更進一層之旨。

唐先生說，孔子“三十而立”而“立於禮”。孔子在三十歲時已能體會直德，甚至體會到禮之本，已經很了不起。孔子“四十而不惑”而“智者不惑”。“智”在修德工夫層面上，實更高一層次。所謂“里仁為美，擇不處仁，焉得智”，這個“擇”就要有“智”，“智”不到位，“里仁”便是空話。所以“智者利仁”，在這裡，人必先智而後仁。智又應該如何理解？

唐先生再解釋，仁德之成必包涵“自覺的內在感知”。孔子說“蓋有不知而作之者，我無是也”。這個智，是知義之所在。自覺地意識這個義，就是“自己與自己的內在感通”，這有別於“自己與他人的感通”。智不但需要意識到自己行忠恕的人與事，而且能“加以辨別，當中的人與事的賢愚善惡，而更自知其所當選擇”。因此，唐先生總結：

- 仁是仁。知道他人之仁，好之而與之相處，便是智。
- 不仁是不仁。知道他人之不仁，惡之而遠之，都是智。
- “知之為知之，不知為不知”，知道自己有所不能辨別，亦是智。



# 明月清風

## 《談際遇》

懷空

最近認識一位高級警官 K sir（化名），他很有理想，從小立志當警察除暴安良，希望能為民、為社會謀幸福。他從最底層做起，經過二十多年的奮鬥晉升至部門指揮官。做事勇敢果斷、奮勇拼搏，立下很多汗馬功勞，曾帶領下屬偵破重大罪案而聲名大噪。雖然得到很多高層及下屬的敬重，但是同時也受到很多同級、甚至上級的妒忌排擠。這些對於他的晉升前途有嚴重影響。上級對他很多意見，說他不懂得做人。眼看身邊很多同級抱着“多做多錯，少做少錯，不做不錯”的態度、“刷鞋”的方式做人做事，卻不斷晉升，覺得不公平，很受打擊。K sir 受到很多同級，乃至上級的冷言冷語，忍受不住之下，唯有不斷申請調遷部門。最近，由於憂慮前途、覺得受傷、心有不甘，並對自己的理想懷疑，覺得悶悶不樂。見了幾次心理醫生，說他有中度抑鬱症。最近的一次任務中，他按照上司的指示，帶領下屬執行任務，可是因為上司的指示有問題而導致出現一些差錯，上司竟然把責任歸咎到 K sir 身上。還好，在 K sir 據理力爭之下，這位上司再三道歉，而且也就沒有再追究 K sir 了。不過 K sir 仍然難以平復心中情緒，又怕上司在他的年終報告中給他差評，所以再次打算申請調部門。

當時筆者回應了他一下，回應的內容值得跟大家分享，整理如下。從大局來看，政府部門的管理素質已經優化很多，當然還會有為數不多的官僚主義人員遺留下來。工作的謀生意義，只是一個很基本的部分，真正的價值，是讓我們可以實現理想，如照顧家庭、讓家人生活自在，乃至為國為民、成就美善的價值等。事實上，K sir 也覺得能在工作中達到一定的理想追求的，那就已經很好了，只是好像到了一個瓶頸，難以再進。人希望得到晉升，其真實原因並非是功利的，人本來只是想透過升遷而得到一種肯定——我所做的是好的、是對的。但是，我們要明白，真正的肯定，不是來自別人，而是有客觀的道理世界作為根據的。可是很多時候，人會錯認，就變了無限地去追求晉升，以為可以以此外在的擁有來肯定自己。其實上級也不是傻子來的，你的辦事能力，上級十分清楚，只是在現實的層面，工作上有一個很重要的部分，就是人際關係與人情世故，但是有素養的人，終歸會看你的辦事能力，而不是人情上的問題，孔子說君子“和而不同”、“羣而不黨”，就是有修養的人都是“以道相交”，而不是講黨派力量的。即使現實的世界會有黨派的問題，但是人還是有公道之心的，我們要對此有信念。因此，在工作上，就好好往自己的理想方向、按道理去行動，從自己的本分、能做好的方面去做好開始，以此來建立自己。人在社會中建立自己，首先是靠信用，在做事時就是忠誠、盡力，當領導

時就要懂得給下屬方向指引，然後讓其發揮、磨煉、成長，能做好這些，那麼就自然會得到別人的敬重。至於人情世故、一般的禮節，這些是不難的，保持謙恭禮敬的態度就好了。另外值得一提的就是，一般來說，我們都會很容易地看到別人的缺點，特別是對於直屬上司或親近的人，因為我們對這些人在不自覺之中會更有要求。平心而論，K sir 的上司，已經不算差了，還算是正人君子，只是承擔力弱一點。只要懂得給位置他，又懂得輔助他做好，彌補他的不足，他也會對下屬有公道評價的。另外，抑鬱症的問題，則不用太過擔心。從生命成長的立場來說，一切的情緒問題，其實只是思維需要提升轉化的問題。其實一切的心理問題、精神問題，都是思維模式出了問題，只要思維能力還沒有破壞，人還是可以透過恰當的學習改善的，不要隨便以專家的判斷把自己定格為“病人”。

不過，K sir 最難過的，其實是自己對理想的失落。他很有理想，從小立志要除暴安良，要為民、為社會謀幸福，可是所有的際遇都令他感到很失望，令他對自己的理想懷疑，差不多理想破滅，人生頓時感到茫茫然。人有率直的性情，能冒出理想是很自然的事，可是，這理想是很簡樸、簡單、未經考驗的，人一定要經歷“事上磨煉”，才能對理想更深入的體會，也對道理世界、生命有更深入的理解，那麼自己的心才會更加堅定，內涵也會得到提升，處人處事就會更加好。人很容易會要求別人（注：特別是當自己的理想性很高的時候），唯有經過磨煉、成長以後，才會懂得一切的力量，不從外來，而是從自己美好的性情而來，正如孔子所說“為仁由己”之義。所以要讀書，要讀一些人生修養的書，讓自己有資源去面對現實世界。人在經歷種種挑戰的時候，要好好體會，原來真正的理想、真正的自信、真正的力量，並非是從外面來的。理想，畢竟是要經歷磨煉，才能成就的，這從歷史人物身上就可以得到印證。

總的來說，表面看，理想的成就好像是要等待客觀條件的成熟，其實是靠我們自己開創出來的——做好自己、不斷學習做人道理、提升自己的思維能力、學懂處人處事、掌握進退分寸、有胸襟氣度等。簡單而言，人要成長，才能在理想的方向之下一步步踏實地開創。

後記：兩個星期之後，K sir 表示很感謝筆者對他的開導，有“生命影響生命”的感受。他聽了上述信息之後，有恍然大悟之感，思想上能進入一種新的境界，懂得從新的角度去面對他所處的逆境以及將來。收到 K sir 的回應，筆者也感到很鼓舞，這是對生命成長的學問、性情教育之見證。

## 中醫思維(7)：腎

陳健恩

**腎為先天之本。** 腎於脊柱兩側，左右各一。“腰者，腎之府。”《素問》腎與膀胱，通過經絡成為表裡關係。先天，於中醫是指胚胎時段。“常先身生，是謂精”《靈樞》精稟受於父母，藏之於腎，成為胚胎生命之源。臨床上與遺傳有關的病，皆屬先天，皆同責之於腎。

**腎為臟腑之本。** 腎為“十二脈之根，呼吸之本，三焦之源。”《脉訣匯辨》臟腑之本為腎陽，為陰液之本為腎陰。腎陽不足，則畏寒肢、腰膝酸軟、陽痿早泄、宮寒不孕。腎陰不足，則精神躁動、潮熱盜汗、口乾形瘦。若五臟腑的精、氣、陰、陽都不足，則最終累及到腎，故有“久病及腎”之說。

**腎水宜升。** 腎位於身體下部，其氣當升。腎分陰分陽，腎陽鼓動腎陰，腎陰能制約心火，以防心火旺，心煩、及不寐。

**腎惡燥。** 腎主水，水性潤，主津液，而燥則傷津。

**腎主蟄藏。** 蟄指冬眠潛伏。腎為“封藏之本”，在人體能藏精、納氣、固攝二便。若腎藏失職，會出現滑精、喘息、遺尿、失禁、多汗、崩漏、滑胎等症。

**腎主藏精。** 腎主人體生長與生殖。腎精氣互相生化，以先天生後天，後天養先天。腎精為物，化為腎氣，是生理動力的來源。故養生保健，預防衰老，多從腎精及腎氣的補益上著手。

**腎主生髓化血。** 腎精能生髓，髓生而化血。血液，一方面由脾運化食物，上輸心肺而成，另一方面由骨髓而生。故血虛在臨床上，常以補腎益髓之法治療。

**腎主抵禦外邪。** 腎精能使人免於疾病的作用。此抵禦外邪的能力，屬正氣範疇，所謂“足於精者，百病不生；窮於精者，萬邪蜂起”。《先天根本論》

**腎主水。** 腎有調節人體水液代謝功能。腎功能失常，便聚水而生病。津液清者，上輸於肺；津液濁者，經三焦下輸膀胱。腎陽虛者，則尿少水腫；腎陰虛者，則尿頻；虛而失其固攝作用者，則失禁。

**腎主納氣。** 肺主呼吸，腎氣可保持吸氣的深度，能納清氣於腎及肝。“肺為氣之主，腎為氣之根”《類證治裁》。腎氣充足，呼吸深而氣息長；腎氣虛弱，則呼及淺，肺之精氣，不能下納於腎。

## 中醫思維(7)：腎（續）

陳健恩

**腎藏志。**“意之所存謂之志”《靈樞》。志，是指意志和記憶功能。腎藏精，精亦為神之宅。所以腎精足，則神旺。神旺，則意志堅定、情緒穩定、有毅力、分析力強、足智多識、反應靈敏。腎精不足，則意志消沉、情感淡漠、分析記憶下降、精神不振、行動遲緩、健忘痴呆。“腎盛怒而不止則傷志，志傷則喜忘其前言。”《靈樞》

**腎在志，為恐。**恐多自內生，由漸而發，事前漸知。恐，是腎精與腎氣，對外在環境所產生的情志反應。過度恐懼，可傷及腎、二便失禁、更甚則遺精。

**腎在體，合骨，其華在髮。**腎生骨髓，骨骼賴其發育。腎精足則骨骼堅固有力，不易骨折。成人牙齒鬆動或過早脫落，多與腎精腎氣不足有關。髮的生機在腎，毛髮生長，亦賴精血所養。年少而頭髮枯萎，早脫早白，亦與此有關。

**腎在竅，為耳及二陰。**聽覺靈敏與否，亦與腎精腎氣有關。“腎氣通於耳，腎和則耳能聞五音矣”《靈樞》。排尿、生殖及大腸排泄，亦與此有關。

**腎在液，為唾。**唾生於腎精，若咽而不吐，可回滋腎精。若多唾久唾，則耗傷腎精。古代養生家，主張“吞唾”以養腎精。

**腎應冬。**腎五行屬水，與冬氣相通，自然界靜而閉藏，所以腎以封藏為本。故養生家主張冬天“早卧晚起，必待日光”《素問》，保持腎精，避寒就溫。若冬季不慎保養腎精，則“春必病溫”，易發外感。對於腎陽不足者，亦多於冬季中發病。