

# 學言

道德理论践行研究中心月报

二〇二五年三月十五日

第七十二期

## 《学言》目录

本会通告.....	1
许志毅：齐家学，第十二说：《尽伦尽责》（一）.....	1
陈健恩：唐学《论语》：霍师学问的背景理论（十四）耍鬼神祟.....	3
明月清风：	
《谈跳大绳、论比赛》（怀空）.....	4
《中医思维(9)：阳气》（健恩）.....	6

## 本会通告：

- 本刊设有网页版，可参看过往内容：<https://hksapientia.org>

## 第十二说：《尽伦尽责》（一）

许志毅

上一说，我们看到在我们生命中之谓返本意识淘气，会驱使我们去寻找生命的根源，由最直接、最亲近父母开始，生起孝顺之情;然后进至对祖先生起尊重之情，此尊重之情，即非单止包含血缘关系这么简单，而是因对父母、祖辈、祖先人格精神有着一份尊重、敬意;再由此而进至寻找祖先人格精神之根源，发现历史文化乃我们精神生命、思想生命之根源，是故人会对历史人物敬重，这不仅仅是因为历史人物所呈现出来人格精神客观原因，更有我们自身内在的、主观的原因——生命内部之“返本意识”，乃至是“求向上精神”。

从历史人物身上，我们感受到其“正气”，“正气”从哪里来？文天祥《正气歌》言：“天地有正气，杂然赋流形;下则为河岳，上则为日星;於人曰浩然，沛乎塞苍冥;皇路当清夷，含和吐明庭;时穷节乃见，一一垂丹青。“能如此体会，则人精神生命即与天地相通、与历史相通，得到无穷的开展。由对天地之正气、历史人物正气之崇敬，我们会感受到自己的心不容已，欲以历史人物作为自己学习的榜样，并传承其精神，欲使之不绝于世，乃至弘扬於后世，故曰“正人正己”。“正人正己”精神，让我们要求自己，从自己开始做好，然后感染别人。当人认真要求自己之际，必会发现原来人是自己的分位的，从中就会体会到自己的使命。人在世界之中，是有着不同之分位，故有不同层次之使命。我们看看不同历史人物的故事，从中领略生命中不同之分位与使命。

首先我们看看赵至的故事。

### 《赵至孝父》的故事

晋朝时，有一位叫做赵至的小朋友。有一次赵至在上课的时候，刚好有人赶牛路过学校旁边，并且发出喝牛的声音。赵至突然之间饮泣起来。老师看到如此情况，就温柔地拍拍赵至的头，然后问他原因。赵至很乖，虽然他在饮泣，但是马上擦干眼泪、忍着哭泣站起来，恭敬地回应：“老师，刚才喝牛的声音，是我父亲;我想到父亲天天都要在烈日当空下辛劳地干活，而我却要上学，未能帮到父亲，觉得很不忍心，呜呜.....”赵至忍不住，又哭起来。老师很受感动，心想：“这孩子的心真好，对父亲很孝顺。我要好好的栽培他，他将来必定会成为一个有用的人。”

“所以就对赵至说：”你的心很好，老师明白你很希望孝顺父亲。但是你知道怎么样才能真正地孝顺父亲吗？”赵至抬高了头，瞪大眼睛，聚精会神地看着老师，因为他真的很想学到如何是“真正地孝顺父亲”。老师继续说：“孩子，你父亲每天辛辛苦苦地干活，他的心不为甚么，只是希望你能专心读书，努力成长自己，变得更聪明、更有学问、更懂事，将来可以帮助更多人！所以，除了帮助父亲工作、做家务可以孝顺父亲以外，更重要的，是你可以努力读书，那父亲就会十分高兴了！老师会设法帮助你父亲，让他不用那么辛苦的，你放心吧！”赵至的眼睛一下子变得更明亮起来，因为他明白了自己的责任、使命，如何可以更加深入地去孝顺父亲。他从此就更专心、更努力地读书;另一方面，老师免收赵至学费，减轻赵父的经济压力，让他不用那么劳累。后来，赵至长大后，学问人格也很好，是一位出色的官员。

上述把赵至以及他的老师的内心比较深刻的反应、想法、感情描述出来，因为这些都是感动人心的。我们从这些地方感受到古人的美善性情，乃至他们的正气。从赵至以及他的老师的性情流露处反思，我们也可以看到他们对自己的认真要求：赵至从作为一个儿子的分位出发，要求自己当孝顺的儿子;老师感受到赵至的美善性情，进一步指引他如何更深刻地孝顺父亲，而且老师也从不同的层面去支持赵至，乃至赵父，目的就是培养赵至，希望他能够成才，这就是作为一位老师的本分;而赵至听从老师的教导，进一步明白如何更深入地去孝顺父亲，除了尽儿子的本分以外，也尽一个好学生的本分，听老师教导，努力追求学问，成为有用的人。

现代人对于分位、本分看得很浅、很表面，所以只是看到自己生理本能、心理本能上的需要，就是要吃喝玩乐、舒服享受、得到别人呵护、自由空间等，却看不到自己的承担与付出使命。於是，作为儿女的，就不断要求父母要对自己好，要顺着自己的想法，抗拒严格的要求等;这就只是看到很肤浅的层次，这样是不会成长的。人要看得深，才能看得真;能看得深、看得真，你就会发现自己的本分，明白自己的使命。而当父母的、当老师的，要明白上述道理，懂得严慈有道，对孩子有恰当的教导、鼓励、严格要求等，让其学习成长、明白使命，这才是尽父母、尽老师的本分。（没有完成，下期待续）

## 霍师学问的背景理论（十四）耍鬼神祟

陈健恩

鬼神，如果简单地，只当作一种存在，反而容易明白。

但在中国传统儒家之下，理解鬼神，就需要有点头脑。

首先，儒家以孝为本。孝是返本，返本再回本，就是慎终追远。追远何人？中国称祖先。如何追远？中国称祭祀。慎终追远，即祭祀祖先。祖先已逝，称鬼神。祭祀祖先，就是祭祀祖先鬼神。对人来说，人亡之后，就一无所有。死去的，就不存在。鬼神即代表死去，鬼神便理应属于不存在。

最大的问题，就是纵使理性上分析得很清楚，人总觉得有种可能性，甚至是相信，鬼神是有可能存在。但不要认为，是电影或小说不断地渲染，或宗教家经常提及到，所以我们就认为鬼神存在了。事实上，这个因果关系，刚刚相反。是因为人内心总觉得鬼神存在，才会在世界上，有这些东西。

不如我们再问：为甚么我们会觉得鬼神会存在？或者，为甚么我们总会觉得，很怀念的亲人，或许以不同形式，他们尚且存在？为甚么人会有这样的想法？用想法或许问得太中性。不如这样问：为甚么人会这样去期望？

那首先要问：对逝去而仍然十分怀念的亲人，那种感觉，可否描述出来？

*（这里就是我们一开始就说，需要有点头脑的原因所在）*

对逝去的亲人十分怀念，一定是因为，你/你本人今天已经真正明白到，已经深心体会得到，纵使亲人过往未曾清楚说出来，未曾从行动中表现出来，但今天你/你已知道，已明白到，已接收到，逝去的亲人在生前对你/你的“好”。

亲人的肉身虽不存在，但这个“好”已长留心内。“好”原于亲人。“好”长留於心，亲人亦长留於心。“好”长存而不灭，亲人亦长存不亡。体会到亲人心意之所存、志愿之所往，都是望自己的“好”，自己真实感受到之后，内心就希望可以，体贴地慰藉他们。亲人在世，或不在世，也无碍自己愿对亲人的回应。此回应，当亲人还在世，如父母，就称作“孝”。此回应，当亲人已不在世，如父母，也同样称作“孝”。“孝”之至不在形式，而在你/你，能否一朝感受到他们的“好”，并同时很想告诉他们你/你已明白他们的“好”。这个“好”，能真有所感受，也真想有所回应。这种双向交流，非通过语言，亦非通过行为，而是纯粹一种互相明白、互相感悟的交流，心意之间的相通，这便是感通。

所以，对祖先鬼神间的交流，是一种感通的交流。祖先鬼神的存在，便是一种感通的存在。从生命的原点来说，就是人心对美善的东西，希望一存永在，纵使人不在世间，也希望在另一空间存在。不忍善之亡，所以言“继之者善也”。在孔子来说，是人本性使然。何种本性？孔子曰藹仁也。



# 明月清風

## 《谈跳大绳、论比赛》

怀空

最近，我们为一批小学生举办成长营，其中一个活动是跳大绳比赛。这是我们童年时候的一种玩意。几十年前，生活条件没有这么好，孩子们就用最简单的物品，如橡皮圈、绳子、竹子、木棒、泥土、铁罐、树枝等，制造种种玩具。其中一种，就是用绳子或橡皮圈造成长长的“大绳子”，两个人负责一头一尾，转动绳子，别人则用“冲入绳”的方式，或站好然后跳动的方式，随着绳子的转动，有节奏的一下一下的跳动，可以单人跳，也可以多人同时一起跳，就看你的“大绳子”有多长。通常大家都是一同合作，希望能够共同创造好成绩，或者是会分组比赛，看看哪一个小组能够跳得最多次数，越多人同时跳越多次数者为优胜。小孩子通常都会重视输赢，即使中间有争执或误会，其实也只是小事，最多一阵面红耳赤，不过一会又是嘻嘻哈哈的笑脸，玩得不亦乐乎。这是在充满赤子之心的孩子之间的比赛。

我们在成长营中，就有这么一个跳大绳比赛，也就是把孩子的玩意，提升到正式的、规范的比赛，那情况又如何？就看我们怎么带动了。在现代功利风气之下，比赛就变成一个赤裸裸的“争斗”活动，参赛者全力拼斗，要赢对手。好像“赢”成为了最重要的，甚至是唯一的目的。也许有人会问，难道比赛不是要赢对手吗？用哲学一点的说法，比赛的最终目的，就是要赢，所以顺此而分析，则由此最终目的所引领之下，我们就以种种手段或方法，包括好好练习、研究争胜方法、了解对手、训练参赛者的素养等，就是以恰当的手段而达到赢的最终目的，不是这样吗？在今天功利的风气之下，大家肯定是接受这种说法。我们把这一种想法再推及，今天的社会竞赛的模式，是同出一辙的，如成绩、考试、工作等，就是要为了胜过别人，所以好好装备自己，成为斗士，然后在社会上为了出人头地而争个你死我活。

如果我们以这种模式，跟野兽对比一下，你会发现两者其实是没有太大分别的。例如小狮子从小会练习打猎，雄狮会“教导”它们捕猎的技巧、搏斗的工夫等，母狮甚至会捕猎一些小动物给小狮子“实习”。小狮子通过练习、成年狮子的教导与帮助之下，掌握种种技巧，长大以后，在同类之中争、与其他野兽斗，总之要胜过对手。能赢则能生，输了则死。真的是“胜者为王”。这是野蛮世界的状况，可是，如果按照上述今天人类社会中的比赛模式，岂不是大同小异吗？那么比赛有何价值意义呢？

我们回头看看这些成长营中的学生，虽然他们想赢，但是我们看到对他们来说，赢并非最重要的。例如当中有选手因为一些失误，跳得不理想，老师就给这些选手重跳一次，甚至两、三次，希望他们能创造更佳的成绩。其他参赛者，也没有提出淘气不公平淘气、淘气我也要淘气、参不合规矩参等的投诉声音，反为在老师带动下，一起为这些选手打气，希望他

有更好的成绩，一点都没有介意“如果这样的话，他们就会赢我们”的想法。在宣布胜负时，无论各人得到甚么名次都好，大家都是欢天喜地的鼓掌、欢呼。最后老师还说，你们所有参赛者所得到的总共分数（所有参赛者的分数加起来的总数）是 XXX 分，并强调“这是你们无分彼此而共同创造的佳绩，非常好”的时候，大家更是兴高采烈！

各位，看到吗？从上文所描述的赤子之心的孩子的跳大绳玩意中，我们看到人原来是追求“互相交流、乐也融融、互相欣赏、共同合作”的气氛；再进一步，在成长营的比赛中，我们好好带领的话，让大家进一步感受“无分彼此、共同进步、一起提升”，而且可以从中“互相学习、一起成长、互相鼓励”，“一起为大局贡献付出”。这与今天社会中，在功利思想带动之下的“比赛”、“赤裸裸的争斗”，不是相差太远了吗？用哲学一点的说法，比赛活动中，争取赢只是一个过程或手段，其最终目的是“互相交流、化除争斗、互相欣赏、互相学习、共同提升”。这些在纯真的孩童世界中，虽然他们不懂这些道理，但是他们是如此天真烂漫地呈现这些美善价值。比赛，是人类文化活动之一；社会中的读书考试、事业发展、政治、经济、体育竞技等，也是人类文化活动之一。文化活动，本来就是呈现“人内心所追求的美善价值”，是有着深刻的意义的，只是很多时候被我们自己走偏了的思想所掩盖，乃至污染了。这些都是要我们深思，乃至痛切反省，然后重新出发，这样才可以把现实世界转化为人文世界、价值世界。

## 中医思维（9）：阳气

陈健恩

现代中医大师李可认为：淘气只要阳气不到位，那就是病衰

李可初认为，南方气候特别热，应该寒症相对会较少。结果发现，在李可十万多个病症当中，南方人阳虚的情况，几乎是百分之百，无一例外。这个事情让李可非常惊讶，所以他去注意观察南方人的生活习惯，来找寻根源。

阳虚，它的主要症状，就是怕冷。

李可发现，这就是空调病所造成的。

第一是温差特别大，人的自律神经其实不能适应；第二是门窗经常关着，负离子实在太少。结果，空调的出现，破坏了人体几千年来的生活节奏，身体在反复冷热之中，一层一层的寒气，压在体内，造成“寒湿”。

**寒湿是伤人最厉害的外邪，这种人造的寒邪，比自然界的寒邪还要厉害！**

这种阴寒症，可成常年难愈的感冒、年轻妇女的痛经、易患哮喘、易拉肚子，甚至高热不退。

高热不退，是因为身体发热，抵抗阴寒外邪。但人吃抗生素、吃冰块，寒气不能迫出来，所以身体长期要发热，十多天都解决不了，经过这种治疗，又留下

病根，一遇到稍微环境不适，病又发作，寒邪一层一层按住，甚至肌肉关节疼痛，又会抽搐。因为寒主收缩、内敛。再加四季都吃生冷食物，南方人对阳气的损伤，反而比北方人要大得多。一方面，是错误的生活观念和生活习惯，另一方面，就是南方的中医，误以为他们处在南方，处在最热的地方，就应该补充一些凉的东西，掉进了一种错误的迷思，那就是滋阴降火，其实是进一步伤害了阳气，结果越降越糟，雪上加霜。

这个阳气，就是先天的肾气，和后天脾胃之气，所结合而成的混元之气。

**肾气**，又称元阳，命门真火，是生命的根基和原动力，由先天父母所给。

阳气损伤的后果是非常严重。当一个人没有感觉到自己有病，但脸色苍白灰暗，很多年轻人都是这样，但是并没有发病。用现代的话说，就是亚健康。

处于这种亚健康状态，就是抵抗力下降，怕风、怕冷，特别容易感冒，食欲不好，或者易拉肚子。妇女月经问题、产后病，老人的心肺病。这些全都和空调有关！

临床中，有些病人明明是一派寒象，又说想喝冷饮，然后有些中医就搞糊涂了，分不清是热证还是寒证了。其实，阴寒内盛会出现假阳证，这个东西最难分辨，但喝了冷饮会进一步加重。所以，疾病和人一样，可以非常狡猾。它表现出来的东西，不一定是它的正面。所以，要想到深层之内，想到背后的意义，这样才不会犯错。

李可总结：不管你的表里内外，四肢关节，五官九窍，五脏六腑，不管哪一个地方，只要阳气不到位，那就是病。



注：以上全是李可的见解。

记得他曾忆述，虽然个案超过 10 万以上，但每次会诊，都会把脉、沉思，被形容好像构思一篇论文似的。有人问他把脉一两分钟，就可以了解病证。李可答道：“根本不可能”。可见李可对治病的要求，非一般中医师所能及。