

學言

道德理論踐行研究中心月報

二〇二五年三月十五日

第七十二期

《學言》 目錄

本會通告.....	1
許志毅：齊家學，第十二講：《盡倫盡責》（一）.....	1
陳健恩：唐學《論語》：霍師學問的背景理論（十四）“鬼神”.....	3
明月清風：	
《談跳大繩、論比賽》（懷空）.....	4
《中醫思維(9)：陽氣》（健恩）.....	6

本會通告：

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

第十二講：《盡倫盡責》（一）

許志毅

上一講，我們看到在我們生命中之“返本意識”，會驅使我們去尋找生命的根源，由最直接、最親近之父母開始，生起孝順之情；然後進至對祖先生起尊重之情，此尊重之情，即非單止包含血緣關係這麼簡單，而是因對父母、祖輩、祖先之人格精神有著一份尊重、敬意；再由此而進至尋找祖先人格精神之根源，發現歷史文化乃我們精神生命、思想生命之根源，是故人會對歷史人物敬重，這不僅僅是因為歷史人物所呈現出來之人格精神之客觀原因，更有我們自身內在的、主觀的原因——生命內部之“返本意識”，乃至是“求向上之精神”。

從歷史人物身上，我們感受到其“正氣”，“正氣”從哪裡來？文天祥《正氣歌》言：“天地有正氣，雜然賦流形；下則為河嶽，上則為日星；於人曰浩然，沛乎塞蒼冥；皇路當清夷，含和吐明庭；時窮節乃見，一一垂丹青。”能如此體會，則人之精神生命即與天地相通、與歷史相通，得到無窮的開展。由對天地之正氣、歷史人物之正氣之崇敬，我們會感受到自己心不容已，欲以歷史人物作為自己學習的榜樣，並傳承其精神，欲使之不絕於世，乃至弘揚於後世，故曰“正人正己”。“正人正己”之精神，讓我們要求自己，由自己開始做好，然後感染別人。當人認真要求自己之際，必會發現原來人是自己的分位的，從中就會體會到自己的使命。人在世界之中，是有著不同之分位，故有不同層次之使命。我們看看不同歷史人物的故事，從中領略生命中不同之分位與使命。

首先我們看看趙至的故事。

《趙至孝父》的故事

晉朝時，有一位叫做趙至的小朋友。有一次趙至在上課的時候，剛巧有人趕牛路過學校旁邊，並且發出喝牛的聲音。趙至突然之間飲泣起來。老師看到如此情況，便溫柔地拍拍趙至的頭，然後問他原因。趙至很乖，雖然他在飲泣，但是馬上擦乾眼淚、忍著哭泣站起來，恭敬地回應：“老師，剛才喝牛的聲音，是我父親；我想到父親天天都要在烈日當空下辛勞地幹活，而我卻要上學，未能幫到父親，覺得很不忍心，嗚嗚……”趙至忍不住，又哭起來。老師很受感動，心想：“這孩子的心真好，對父親很孝順。我要好好地栽培他，他將來必定會成為一個有用的人。”於是便對趙至說：“你的心很好，老師明白你很希望孝順父親。但是你知道怎麼樣才能真正地孝順父親嗎？”趙至抬高了頭，瞪大眼睛，聚精會神地看著老師，因為他真的很想學到如何是“真正地孝順父親”。老師繼續說：“孩子，你父親每天辛辛苦苦地幹活，他的心不為甚麼，只是希望你能專心讀書，努力成長自己，變得更聰明、更有學問、更懂事，將來可以幫助更多人！所以，除了幫助父親工作、做家務可以孝順父親以外，更重要的，是你可以努力讀書，那父親便會十分開心了！老師會設法幫助你父親，令他不用那麼辛苦的，你放心吧！”趙至的眼睛一下子變得更明亮起來，因為他明白了自己的責任、使命，如何可以更加深入地去孝順父親。他從此便更專心、更努力地讀書；另一方面，老師免收趙至學費，減輕趙父的經濟壓力，令他不用那麼勞累。後來，趙至長大後，學問人格都很好，是一位出色的官員。

上述把趙至以及他的老師的內心比較深刻的反應、想法、感情描述出來，因為這些都是感動人心的。我們從這些地方感受到古人的美善性情，乃至他們的正氣。從趙至以及他的老師的性情流露處反思，我們也可以看到他們對自己的認真要求：趙至從作為一個兒子的分位出發，要求自己當一個孝順的兒子；老師感受到趙至的美善性情，進一步指引他如何更深刻地孝順父親，而且老師也從不同的層面去支持趙至，乃至趙父，目的就是培養趙至，希望他能夠成才，這就是作為一位老師的本分；而趙至聽從老師的教導，進一步明白如何更深入地去孝順父親，除了盡兒子的本分以外，也盡一個好學生的本分，聽老師教導，努力追求學問，成為有用的人。

現代人對於分位、本分看得很淺、很表面，於是只是看到自己生理本能、心理本能上的需要，就是要吃喝玩樂、舒服享受、得到別人呵護、自由空間等等，卻看不到自己的承擔與付出之使命。於是，作為兒女的，就不斷要求父母要對自己好，要順著自己的想法，抗拒嚴格的要求等；這就只是看到很膚淺的層次，這樣是不會成長的。人要看得深，才能看得真；能看得深、看得真，你就會發現自己的本分，明白自己的使命。而當父母的、當老師的，要明白上述道理，懂得嚴慈有道，對孩子有恰當的教導、鼓勵、嚴格要求等，讓其學習成長、明白使命，這才是盡父母、盡老師的本分。（未完，下期待續）

霍師學問的背景理論（十四）“鬼神”

陳健恩

鬼神，如果簡單地，只當作一種存在，反而容易明白。

但在中國傳統儒家之下，理解鬼神，就需要有點頭腦。

首先，儒家以孝為本。孝是返本，返本再返本，就是慎終追遠。追遠何人？中國稱祖先。如何追遠？中國稱祭祀。慎終追遠，即祭祀祖先。祖先已逝，稱鬼神。祭祀祖先，就是祭祀祖先鬼神。對人來說，人亡之後，便一無所有。死去的，就不存在。鬼神即代表死去，鬼神便理應屬於不存在。

最大的問題，就是縱使理性上分析得很清楚，人總覺得有種可能性，甚至是相信，鬼神是有可能會存在。但不要認為，是電影或小說不斷地渲染，或宗教家經常提及到，所以我們便認為鬼神存在了。事實上，這個因果關係，剛剛相反。是因為人內心總覺得鬼神存在，才會在世間上，有這些東西。

不如我們再問：為甚麼我們會覺得鬼神會存在？又或者，為甚麼我們總會覺得，很懷念的親人，或許以不同形式，他們尚且存在？為甚麼人會有這樣的想法？用想法或許問得太中性。不如這樣問：為甚麼人會這樣去期望？

那首先要問：對逝去而仍然十分懷念的親人，那種感覺，可否描述出來？

（這裡就是我們一開始便說，需要有點頭腦的原因所在）

對逝去的親人十分懷念，一定是因為，你／妳本人今日已經真正明白到，已經深心體會得到，縱使親人過往未曾清楚說出來，未曾從行動中表現出來，但今天你／妳已知道，已明白到，已接收到，逝去的親人在生前對你／妳的“好”。

親人的肉身雖不存在，但這個“好”已長留心內。“好”原於親人。“好”長留於心，親人亦長留於心。“好”長存而不滅，親人亦長存不亡。體會到親人心意之所存、志願之所往，都是望自己的“好”，自己真實感受到之後，內心便希望可以，體貼地慰藉他們。親人在世，或不在世，都無礙自己願對親人的回應。此回應，當親人還在世，如父母，便稱作“孝”。此回應，當親人已不在世，如父母，亦同樣稱作“孝”。“孝”之至不在形式，而在你／妳，能否一朝感受到他們的“好”，並同時很想告訴他們你／妳已明白他們的“好”。這個“好”，能真有所感受，亦真想有所回應。這種雙向交流，非通過語言，亦非通過行為，而是純粹一種互相明白、互相感悟的交流，心意之間的相通，這便是**感通**。

所以，對祖先鬼神間的交流，是一種感通的交流。祖先鬼神的存在，便是一種感通的存在。從生命的原點來說，就是人心對美善的東西，希望一存永在，縱使人不在世間，亦希望在另一空間存在。不忍善之亡，所以言“繼之者善也”。在孔子來說，是人本性使然。何種本性？孔子曰“仁”。



明月清風

《談跳大繩、論比賽》

懷空

最近，我們為一批小學生舉辦成長營，其中一個活動是跳大繩比賽。這是我們童年時候的一種玩意。幾十年前，生活條件沒有這麼好，孩子們就用最簡單的物品，如橡皮圈、繩子、竹子、木棒、泥土、鐵罐、樹枝等，製造種種玩具。其中一種，就是用繩子或橡皮圈造成長長的“大繩子”，兩個人負責一頭一尾，轉動繩子，其他人則用“衝入繩”的方式，或站好然後跳動的方式，隨著繩子的轉動，有節奏的一下一下的跳動，可以單人跳，也可以多人同時一起跳，就看你的“大繩子”有多長。通常大家都是一同合作，希望能夠共同創造好成績，又或者是會分組比賽，看看哪一個小組能夠跳得最多次數，越多人同時跳越多次數者為優勝。小孩子通常都會重視輸贏，即使中間有爭執或誤會，其實也只是小事，最多一輪面紅耳赤，不過一會又是嘻嘻哈哈的笑臉，玩得不亦樂乎。這是在充滿赤子之心的孩子之間的比賽。

我們在成長營中，就有這麼一個跳大繩比賽，也就是把孩子的玩意，提升到正式的、規範的比賽，那情況又如何？就看我們怎麼帶動了。在現代功利風氣之下，比賽就變成一個赤裸裸的“爭鬥”活動，參賽者全力拼鬥，要贏對手。好像“贏”成為了最重要的，甚至是唯一的目的。或者有人會問，難道比賽不是要贏對手嗎？用哲學一點的說法，比賽的最終目的，就是要贏，所以順此而分析，則由此最終目的所引領之下，我們就以種種手段或方法，包括好好練習、研究爭勝之方法、了解對手、訓練參賽者的素養等，就是以恰當的手段而達到贏的最終目的，不是這樣嗎？在今天功利的風氣之下，大家肯定是接受這種說法。我們把這一種想法再推及，今天的社會競賽的模式，是同出一轍的，如成績、考試、工作等，就是要為了勝過別人，於是好好裝備自己，成為鬥士，然後在社會上為了出人頭地而爭個你死我活。

如果我們以這種模式，跟野獸對比一下，你會發現兩者其實是沒有太大分別的。例如小獅子從小會練習打獵，雄獅會“教導”牠們捕獵的技巧、搏鬥的工夫等，母獅甚至會捕獵一些小動物給小獅子“實習”。小獅子透過練習、成年獅子的教導與幫助之下，掌握種種技巧，長大以後，在同類之中爭、與其他野獸鬥，總之要勝過對手。能贏則能生，輸了則死。真的是“勝者為王”。這是野蠻世界的狀況，可是，如果按照上述今天人類社會中的比賽模式，豈不是大同小異嗎？那麼比賽有何價值意義呢？

我們回頭看看這些成長營中的學生，雖然他們想贏，但是我們看到對他們來講，贏並非最重要的。例如當中有選手因為一些失誤，跳得不理想，老師便給這些選手重跳一次，甚至兩、三次，希望他們能創造更佳的成绩。其他參賽者，也沒有提出“不公平”、“我也要”、“不合規矩”等的投訴聲音，反為在老師帶動下，一起為這些選手打氣，希望他們能

有更好的成績，一點都沒有介意“如果這樣的話，他們便會贏我們”的想法。在宣佈勝負時，無論各人得到甚麼名次都好，大家都是歡天喜地的鼓掌、歡呼。最後老師還說，你們所有參賽者所得到的總共分數（所有參賽者的分數加起來的總數）是 XXX 分，並強調“這是你們無分彼此而共同創造的佳績，非常好”的時候，大家更加是興高采烈！

各位，看到嗎？從上文所描述的赤子之心的孩子的跳大繩玩意中，我們看到人原來是追求“互相交流、樂也融融、互相欣賞、共同合作”的氣氛；再進一步，在成長營的比賽中，我們好好帶領的話，讓大家進一步感受“無分彼此、共同進步、一起提升”，而且可以從中“互相學習、一起成長、互相鼓勵”，“一起為大局貢獻付出”。這與今天社會中，在功利思想帶動之下的“比賽”、“赤裸裸的爭鬥”，不是相差太遠了嗎？用哲學一點的說法，比賽活動中，爭取贏只是一個過程或手段，其最終目的是“互相交流、化除爭鬥、互相欣賞、互相學習、共同提升”。這些在純真的孩童世界中，雖然他們不懂這些道理，但是他們是如此天真爛漫地呈現這些美善價值。比賽，是人類文化活動之一；社會中的讀書考試、事業發展、政治、經濟、體育競技等，也是人類文化活動之一。文化活動，本來就是呈現“人內心所追求的美善價值”，是有著深刻的意義的，只是很多時候被我們自己走偏了的思想所掩蓋，乃至污染了。這些都是要我們深思，乃至痛切反省，然後重新出發，這樣才可以把現實世界轉化為人文世界、價值世界。

中醫思維(9)：陽氣

陳健恩

現代中醫大師李可認為：“只要**陽氣**不到位，那就是**病**”

李可初認為，南方氣候特別熱，應該寒症相對會較少。結果發現，在李可十萬多個病症當中，南方人陽虛的情況，幾乎是百分之百，無一例外。這個事情讓李可非常驚訝，於是他去注意觀察南方人的生活習慣，來找尋根源。

陽虛，它的主要症狀，就是怕冷。

李可發現，這就是冷氣病所造成的。

第一是溫差特別大，人的自律神經其實不能適應；第二是門窗經常關著，負離子實在太少。結果，冷氣的出現，破壞了人體幾千年來的生活節奏，身體在反覆冷熱之中，一層一層的寒氣，壓在體內，造成“**寒濕**”。

寒濕是傷人最厲害的外邪，這種人造的寒邪，比自然界的寒邪還要厲害！

這種陰寒之症，可成常年難癒的感冒、年輕婦女的痛經、易患哮喘、易肚瀉，甚至高熱不退。

高熱不退，是因為身體發熱，抵抗陰寒外邪。但人吃抗生素、吃冰塊，寒氣不能迫出來，所以身體長期要發熱，十多天都解決不了，經過這種治療，又留下

病根，一遇到稍微環境不適，病又發作，寒邪一層一層壓住，甚至肌肉關節疼痛，又會抽搖。因為寒主收縮、內斂。再加四季都吃生冷食物，南方人對陽氣的損傷，反而比北方人要大得多。一方面，是錯誤的生活觀念和生活習慣，另一方面，就是南方的中醫，誤以為他們處在南方，處在最熱的地方，就應該補充一些涼的東西，掉進了一種錯誤的迷思，那就是**滋陰降火**，其實是進一步傷害了**陽氣**，結果越降越糟，雪上加霜。

這個**陽氣**，就是先天的**腎氣**，和後天**脾胃之氣**，所結合而成的混元之氣。

腎氣，又稱元陽，命門真火，是生命的根基和原動力，由先天父母所給。

陽氣損傷的後果是非常嚴重。當一個人沒有感覺到自己有病，但臉色蒼白灰暗，很多年輕人都是這樣，但是並沒有發病。用現代的話說，就是**亞健康**。

處於這種亞健康狀態，就是抵抗力下降，怕風、怕冷，特別容易感冒，食欲不好，又或者易拉肚子。婦女月經問題、產後病，老人的心肺病。這些全都和冷氣有關！

臨床中，有些病人明明是一派寒象，又說想喝冷飲，然後有些中醫就搞糊塗了，分不清是熱證還是寒證了。其實，陰寒內盛會出現假陽證，這個東西最難分辨，但喝了冷飲會進一步加重。所以，疾病和人一樣，可以非常狡猾。它表現出來的東西，不一定是它的正面。所以，要想到深層之內，想到背後的意義，這樣才不會犯錯。

李可總結：不管你的表裡內外，四肢關節，五官九竅，五臟六腑，不管哪一個地方，只要**陽氣**不到位，那就是**病**。



注：以上全是李可的見解。

記得他曾憶述，雖然個案超過 10 萬以上，但每次會診，都會把脈、沉思，被形容好像構思一篇論文似的。有人問他把脈一兩分鐘，便可以了解病證。李可答道：“根本不可能”。可見李可對治病的要求，非一般中醫師所能及。