

學言

道德理论践行研究中心月报

二〇二六年三月一日

第九十七期

《学言》目录

本会通告	1
许志毅：写在《第四届黎斯华老师思想研讨会》之后	1
陈健恩：现代还有诗人吗？	4
明月清风：	
谈美食（怀空）	5
感受孩子的独一无二（星光）	6
黄帝内经（二）：中医看生长（女子）（健恩）	7

本会通告：

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

写在《第四届 黎斯华老师思想研讨会》之后

许志毅

今年1月31日，我们在香港法住总部举办《第四届 黎斯华老师思想研讨会》，主题是“走进黎老师性情文学的世界”。是次研讨会以粤语进行，对象则以香港同道为主，并以现场参与的方式进行，同时设线上参与方式，方便国内与海外同道，参与人数众多，气氛热烈，加上有现场互动环节，现场台上台下、线上打成一片，这是近年来少有的情况，令人欣慰。

在开场之前，发生了一段小插曲，堪作我们的警策。我在赶回法住总部的路上，遇到一位久违的同道，我问她当年建设绿色田园的计划如何了？她的回应是：“还是十分忙碌，十多年来，忙来忙去，基本上没有时间管理。田园中的野草长得很快，虽然每个月都会去割草，但是依旧杂草丛生，距离理想很远啊！“正是”环境依旧，梦未能圆“，不禁令人慨叹。人生就是这样，年轻时满怀壮志，可是却在现实中忙忙碌碌，最后理想丢在一旁。记得老师当年常常嘱咐和人道：“要趁年轻还有理想精神的时候，要好好锻炼自己，为理想付出奋斗，莫负韶华。“此话甚是。屈指一算，我们一群同道虽然皆已达花甲之年，但仍当谨记老师当年的训诲，为文化事业奉献，切勿放弃，更起大愿，奋进再奋进！

这一次，有丽香、健恩与我三个人的主题分享。我的题目是《以性情文学课堂为例说明老师“直指人心”之教》。老师的教学方式，亲切、细致、能深入了解人心、截断众流，常常有一股清气从其身上直透出来，令人印象深刻。我们试以来老师为“性情文学”正名之论作例子说明。老师认为，藹文学作品固有其词藻之美、声韵之妙、结构之精、技艺之巧，此均值得我们欣赏；然而，文学之要旨，实超越此等美、妙、精、巧之外相。文学作品乃直接流露作者之性情，通过文学之美，让读者进入文学的性情世界，感受作者之心，从而让自己的性情得到开发。性情文学，就是开发性情的学问”。

欣赏文学之美，固乃时下学术界主流，而坊间亦以此为主调。老师之意，是指人若把思想局限於诗词之美、妙、精、巧之外相，实乃把自己的生命与文学作品割裂为二，不能进入文学世界。亦即只能把文学作为外在知识看，或作为欣赏对象看。即此之病，霍师常言“知识必须回归生命，知识不能离开生命”之义。老师并非只是从理论上再给与理性的说明，而是以具体对学生指点、对文学作者内心描述、对文学作品的感受，让学生直接领会，使学生与作者的心通起来，进入文学的性情世界。在这些地方，即显示出来老师对作者心意、对学生生命、对文字义理细致了解及其亲切关怀学生成长之情。因其对道理坚持，故显其正气；又从其力排流俗之见，故显其清气。从其力排众议，为性情文学正名，已见其思想学问之深，从而带出其教导方式柔韧与深刻之处。

老师往往能从简单的诗句之中指出精辟的见解，如李白《静夜思》，指出藹当他抬举头望明月，低头思故乡，月亮固然象征对故乡的思念，但是也代表美好、圆满、光明，原来人间是尚有光明的，月亮给我们启发，光明的根源在哪里？原来人自己的内心是可以生起力量的，最少有自己生命的根--当想起自己的家乡、自己的家人，内心就有着温暖、滋润、安慰、支持等的情怀，然后让自己重新生起力量--无论现实中多么艰难，我们的生命中都可以生起力量去面对 是直接进入我们的心灵之中！老师又通过苏东坡《水调歌头》，指出人的心“可以与月亮相通，可以从天地之中得到启发，天地本来就是如此，月亮本来就会月圆月缺，人间也会有悲欢离合、有得意失意，人生本来就是面对无常的世界，不要逃避、不要委屈、好好接受、好好面对，这才是道理啊！原来人可以跳出自我的框框，开出更广大的思想空间、精神空间，那么，可以超越现实的冲击，可以与天地相通、与道理相通，当然，情也可以超越时空：‘但愿人长久，千里共婵娟’，你听到以后，内心是否会即时有一种洒脱之感？这些，都是老师带领我们所进入的文学的性情世界。

当然，因为老师对文学的性情世界有着深切的体会，才能指出上述信息，并呈现直指人心教风。“当我们读进去文学的世界、感受诗人的内心，我们会发现这是性情的世界，在当中，我们可以打开自己的心，我们的性情也可以得到开发。因此，虽然是古人的文学作品，但是并不会因为时代不同而与我们有隔阂，因为当中所承载的，是性情的流露，人是有性情的，故只要我们懂得学习、懂得投入，自然可以与古人相通”。

在本次所选的《性情文学》课堂节录中，老师从苏东坡《临江仙》一词中的倚杖听江声赞指出我们看到，苏东坡在整个过程里面，从开始时，已经醉得这么晚了，但是却进不到门，在这里，你看到他的涵养，又看到他的反省淘气，人生不如意事，十常八九，但为何我们可以接受呢？由苏东坡的遭遇，老师引导学生去感受，感受苏东坡的心，感受原来人的心可以这样开放，可以这样包容接受的，所以即使遇到非常不顺心顺意的事情，也可以“倚杖听江声”，然后提出一个问题：“如果我们好像苏东坡这样，我们可不可以一样‘听江声’？”并且与学生逐一对话，交流回应，给予指点，背后的意义就以问题反省，给大家有一门路，走出个人的世界，感受苏东坡的情怀，让心灵空间变得更广大。之后又再提出第二个问题：“大家想一想，即使你遇到不顺利、遇到不是你所希望的结果，你遇到打击了，你要问自己，是什么东西让你坚持，让你继续努力下去、继续奋发下去？”并且又再不厌其烦地与每一位学生对话，引导学生去反省内心深处的力量——让我们继续努力下去，继续奋发的力量根源。

老师在教学的时候，好像“大用现前，不存轨则”，却在在都能“直指人心”、“了见性情”。她在继承霍师学问之余，又有自己的心得，并且在教学方法上有所开创。她背后是预设下述思想学问作为教学上的根据：

- 一、 人是有性情的（这一点平时要做工夫去体会印证）；
- 二、 人未能流露性情，不是外在的问题，只是因为自己“一念封闭、一念闭塞、一念自我”而造成障碍（这一点平时要做工夫去反省）；
- 三、 只要人能把心打开，能放下自我，突破障碍，让性情自然流露；
- 四、 人只要投入天地之中去感受，可以让心打开，放下自我封闭、自我闭塞的一念；人在天地之中，是可以得到启发的；
- 五、 文学作品，乃记录了诗人投入天地、得到启发、放下自我的过程，是故只要我们放松投入其中，好好感受，自然可以与诗人的心相应；
- 六、 老师是过来人，故此可以作为桥梁，引导我们投入文学作品之中感受，让我们得到启发，开发性情、开发志气。

老师说《性情文学》，是超出一般讲解文学之美之论，而且以其精神投入，通过课堂开发学生之性情，以见证“人皆有性情”之理，继承霍师的性情之教。苟能体会此意，当会明白何以我们会说：“老师的言行举止仍然在我们的心中、她的精神仍然与我们同在，她的思想学问仍然深深地影响着。尤其是她的教学方式，亲切、细致、直指人心、截断众流，一股清气从其身上直透出来，令人印象深刻。“这些都是我们所希望长养的素养，老师是我们永远的典范。对老师纪念，当有如是之思也，共勉！

（注：本文所引述文字，均出自本刊第九十六期《写在第四届黎斯华老师思想研讨会之前》一文）

现代还有诗人吗？

陈健恩

在历史上，公认读书最多的人，其中之一，就是宋代朱熹。

他说：少知一事物，就少知道一个道理。

有些东西，例如制造火箭，我们不懂，自然会少知道一个道理，但对我们的生活，或许影响不大。但是，**藺诗**就不同。

不懂诗，不是少知一个道理，而是少了一种人生境界。

先谈西方。古希腊，重视荷马史诗。古罗马，诗是贵族与知识分子的必修课。中世纪到近代的但丁、莎士比亚、歌德，他们更是民族精神的代言人。

文学与诗，一直以来，不单只代表着精英身份，亦是民间精神生活的载体。

不是古人更爱文学，而是文学就是他们的生活、思想、政治及教育。

现代人都要文学，但表现为网络金句、歌词、段子、及短视频文案等。

传统文学，现代已被边缘化，成为大学选修课或小众的专业爱好。

不论古今，人都会喜欢精炼、有节奏、戳心的语言。对“有重量、有思想、有修养、有审美、有文化”的文字，都令人心生仰慕。

问题是：现代人不懂得诗，是否如不懂制造火箭一样，影响不大？

李白是诗人吗？

中国重诗词，但诗人与词人是不同。据唐先生所说：诗人，是性情的流露；词人，是才气的表现。所以，诗人是发於自然，词人是出于有意。诗人佳作，总觉天真烂漫，敦厚醇朴；词人佳作，多是精心结构，具庄严或玲珑的气象。诗，会与诗人生命浑成一片；词，只是词人手下所产生的另一种东西。

诗，总是富于情感，热烈表现；词，需要想像分析，冷静描写。一些才气极盛的词人，他们的作品，都令人感受到纵横喷薄，气势澎湃。就如李白的作品“飞流直下三千尺”，壮阔之景，不言而喻。没错，李白是词人。

中国的文人，大都富有词的欣赏和描写能力，号称风流名士就是这一类人。大部份的诗，虽然整齐，但其实都是词。诗经确是诗，汉诗都是诗，它们都是性情的流露。但隋唐以下，多为词人。最神奇的地方，就是唐朝出了一位诗圣名为“杜甫”。而李白，只可说，在古词人中，最杰出的一位。因为，杜甫是主观热烈的性情流露，李白则用才气去客观描写。才气，是浮上性情以外的另一种东西。杜甫流露出真实生命的意义和人生价值，而李白以客观理解的心，以才情把现况乐天地表现出来。所以，同时面对社会现实，杜甫有悲天悯人的圣人情怀，李白未免有种玩世不恭的态度。玩弄文字，只是雕琢工匠，终未及性灵层面。

网络金句，最多是词。但诗，才真能熏陶性情，长养性灵，滋养内在生命。

已逝世十五年的黎斯华总导师，她在我的心目中，绝对是一位诗人。



明月清風

谈美食

怀空

从古到今，人人都喜欢美食。今天特别是在媒体的渲染之下、全球一体化之下，各地美食都可以让天下人认识。在电视台的节目，乃至网红的直播之中，也不乏介绍世界各地不同美食的节目，主持人经常在镜头前把美食放入口中慢慢地咀嚼，然后露出陶醉、享受的表情，并且说出他品尝时仔细的感觉：“一入口时，十分松化，食物表面的味道进入口中，慢慢地释放；随着表层的味道化开之后，第二层的味道又慢慢地渗透出来，停留在口中，与第一层味道融合起来，久久不能散去，加上它扑鼻的香味、吸引的颜色，简直让你很想马上就吃第二口……”总之，你听了以后，也很想去尝一口。加上节目之中会同时介绍各地风光、食物材料的种植或养殖、加工准备的工序、调味料的调制、厨房的烹制过程等，可谓色香味俱全。如是，中国南北美食、大漠风情、江南风味、新马特色小吃、娘惹风味、印度风情、中东风情、欧陆情调、美洲味道、东洋风味等，可谓目不暇给，我们也可以“品尝”到。

香港是中西文化荟萃的地方，世界各地美食都可以在香港品尝到。不知道是否这个原因，出现了很多著名的饮食专家、有名的厨师等，当然这也引起了品尝美食的风潮。笔者甚至听说有人会专诚乘坐飞机到远地品尝美食，真的是“为食人生”、“民以食为天”也。

笔者虽非富贵之人，但是因为工作关系，也品尝过不少美食。还记得年轻时第一次到外地与人谈生意，对方特地叫了一道“两头”原只鲍鱼请我们吃，简直是齿颊留香，至今难忘。当然，第一次有人请我们去自助餐，看到琳琅满目的美食，色彩缤纷、香气扑鼻，整个人都陶醉於美食大海之中，乐而忘返，我想，古时候的“酒池肉林”都比不上。

不过，我想没有人会猜到到底我觉得最好味道、百尝不厌的食物是什么的了。我觉得最好味道的，第二名是叉烧包与馒头，小时候爷爷带我们去喝茶，看到一个一个的叉烧包，香喷喷，热腾腾，非常好味道！但是我后来发现，叉烧包的皮是最美味的，所以当时就很渴望吃叉烧包皮，之后我认识了馒头，原来馒头就是跟叉烧包皮一样的，所以就爱上了馒头。而我最喜欢的第一名美食是白米饭，如果在家，早上我都会与家人一起吃饭，而我只吃一碗白米饭，一进口，一颗一颗的米饭，加上米饭独特的香味，以及在口中淡淡的清甜味道，可谓人间美食。不知道这是否平凡中的不平凡，或者是返璞归真？不过我想，所谓美食，是可以令人找到一种情怀，家乡味、传统味、童年味、家庭味、人情味、友情味等等，一口食物，勾起满腔情感与思念，可能这才是美食令人神往的地方，而不是现实上色香味的形相，如果我们太过被这个形相所吸引，反为失去了背后的宝贵情怀。

感受孩子的独一无二

星光

<生命是独一无二的>一文，收录於黎斯华总导师的《人生爱语——黎斯华文集之三》。文章开首这样写道：

我们做父母，首先对自己要有要求，要求自己进步，学习感受孩子，明白他们想自己好但好不到，这不是他想的，我们要有宽恕心。譬如说，孩子做数学题做不好，要明白他们也是想做好的，但做来做去都做不好，「每个小朋友都是这样做，为什么你总是做得这么慢？」你会这样说吗？如果，对孩子就会有很大的打击了。他做数学做得慢，你知道原因吗？而且，你可有留意到，他学画画学得很快啊。我要提醒父母的是，我们对小生命要有深入的了解，要有充分的接受和支持。

读到这里，我心头一热——这不正是我的孩子吗？总导师的话，仿佛是对我而说。一月下旬，孩子升中的第一份成绩单出来了：数学位于榜末，视艺却高居榜首。与班主任会面时，他比我更担心，问我是否打算替女儿找补习老师。我固然担心，但心里却觉得补习未必能对症，若方法不当，的耗费金钱，也浪费时间。所以我先尝试理解她的困难。升上中学后，数学科改为全英语授课，对英语能力不高的她而言，这是一大障碍。虽然学校已有补底班，我们仍决定先观察，再找其他实际的方法。

新春过后，传来好消息：亲友中一位经验丰富的数学老师愿意抽空指导。仅仅一堂课，他就洞悉女儿的状况，指出问题不仅在语言，更在于信心的缺失。因为害怕犯错，她计算得慢；因为文字障碍，她畏惧文字题。重建信心，才是关键。多做练习能提升速度，而从初阶题开始，则能逐步建立信心。可惜学校的教学编排偏向进阶，忽略了基础，让她更感吃力。若非有洞察力的老师指点，旁人或许只会认定她不够聪明、不够努力，继而责骂。幸运的是，女儿遇上了热心的长辈，无偿指导，让我这个母亲终于松了一口气。

虽然我没有因女儿成绩不理想而责怪她，但心中仍难免焦急，言语间也不自觉地给她压力。遇到好老师是她的福分，而学会接纳与宽恕，则是我的功课。曾有老师提醒：你所不能接受的，往往正是自己身上的不足。我无法接受女儿的慢，何尝不是因为我对自己也苛刻？我能否欣赏自己的慢？能否接纳自己的不完美？为什么要如此逼迫自己？其实，最需要宽恕、接纳、欣赏的，是自己。只有对自己温柔以待，心才能有足够的空间去容纳他人。当我开始肯定自己、欣赏自己，我才看见：我、女儿、丈夫，其实都已经做得很好了。至少，我们都愿意在追求美好的路上努力前行，彼此珍惜。

文章最后提醒：孩子明明应该做到，但是他做不到，你要接受他、宽恕他，不要发情绪，给他一些空间；同样的也要宽恕自己，告诉自己，这是急不来的，再从中慢慢去找出孩子应该做到但却做不到的原因。是什么原因呢？你要去感受、你要去找，但是为什么你愿意耐心的去寻找呢？就是因为你对孩子有宽恕的心。

总导师在下一章开首写道：能够有宽恕心，就可以继续今天的扶持心了。扶持之心，仍需慢慢学习，日后再作分享。

学海无涯，有良师在，为凡夫点亮明灯，在浓雾中指引方向，令人安心。感恩黎总导师的教诲，让我今天得以触碰女儿的心，也温暖了自己的心。

黄帝内经（二）：中医看生长（女子）

健恩

女子是七，男子是八。

女子最早是七岁，开始肾气。肾主骨，全身的骨头，由肾脏管。牙，为骨之余。骨头较多出的地方，就长在牙。所以，女子七岁，开始换牙，也开始长头发。发是肾之华，肾好不好，就要看头发。到十四岁，任脉开始通畅，月经开始，因此，可以生小孩子。

在黄帝内经，七至十四岁，就是女子的生长过程，亦即是正常的发育时期。

但是，现代出了问题。物质丰富，婴儿断奶后，还继续喝奶，又有一大堆维生素、营养剂，十分之补。有些女子，五、六岁就开始换牙。不用十四岁，有些十一岁就开始有月经。这就是不对。生长过程速度加快，寿命会减短。带小孩子好不好，就看大约什么时候换牙。大约七岁，很不错。五岁就换牙，这是菑苗助长，就不对。

女子到十四岁，太冲脉盛。太冲脉，是奇经八脉之一，接通身体十二条经络，亦即接通五脏六腑。太冲脉盛，肝气会十分旺盛。肝属木，木旺生火，火是心脏，所以心脏功能会加强。月经 28 天，这是七的倍数。奶水与月经同源，都是来自脾脏。脾胃化生的精微营养，通过血液，下行为月经，上行为奶水。

脾属土，颜色属黄。所以，初乳会带有黄色。后来，脾脏与个人饮食结合，把营养精华送到肺部。土生金，从脾到肺。肺属金而色白，所以跟着奶水白色，才算是成熟。

那么，心脏的作用在哪里？白色的奶水，不可只停留在肺部的位置，需要进入乳房。心属火，肺属金。火是克金，以防止金太多，火会把肺多出来的营养，通通推到乳房中。所以，中医家医治妇女病，很多都是以强心为主。

后来，多出的白色奶水，再下降到子宫卵巢里。子宫卵巢，与小肠是连在一起。所以，心强之时，火就热起来，心与小肠，属脏腑关系，所以小肠会很热。这会吧子宫卵巢里的奶水，再如烤熟一般，变为红色，最后排出，成为红色的经血。所以，医师问月经颜色深浅，已知问题所在。到二十一岁，女子在这年龄，身高会长到顶点，牙齿也长到顶点，就是因为肾气的情况。肾对中医来说，十分重要。

刚开始怀胎受孕，因母体里面的是水开始，第一个形成的内脏是“肾”（水），两周年轻“肝”（木），再两周后才生“心”（火）。这才开始有心跳。再说，早生孩子还是晚生孩子好，中医是并没有下这个定义的。