

學言

道德理論踐行研究中心月報

二〇二六年三月一日

第九十七期

《學言》目錄

本會通告.....	1
許志毅：寫在《第四屆 黎斯華老師思想研討會》之後.....	1
陳健恩：現代還有詩人嗎？.....	4
明月清風：	
談美食（懷空）.....	5
感受孩子的獨一無二（星光）.....	6
黃帝內經（二）：中醫看生長（女子）（健恩）.....	7

本會通告：

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

寫在《第四屆 黎斯華老師思想研討會》之後

許志毅

今年1月31日，我們在香港法住總部舉辦《第四屆 黎斯華老師思想研討會》，主題是“走進黎老師性情文學的世界”。是次研討會以粵語進行，對象則以香港同道為主，並以現場參與的方式進行，同時設線上參與方式，方便國內與海外同道，參與人數眾多，氣氛熱烈，加上有現場互動環節，現場台上台下、線上打成一片，這是近年來少有的情況，令人欣慰。

在開場之前，發生了一段小插曲，堪作我們的警策。我在趕回法住總部的路上，遇到一位久違的同道，我問她當年建設綠色田園的計劃如何了？她的回應是：“還是十分忙碌，十多年來，忙來忙去，根本上沒有時間打理。田園中的野草長得很快，雖然每個月都會去割草，但是依舊雜草叢生，距離理想很遠啊！”正是“環境依舊，夢未能圓”，不禁令人慨歎。人生就是這樣，年輕時滿懷壯志，可是卻在現實中忙忙碌碌，最後理想丟在一旁。記得黎老師當年常常囑咐同道道：“要趁年輕還有理想精神的時候，要好好鍛煉自己，為理想付出奮鬥，莫負韶華。”此話甚是。屈指一算，我們一群同道雖然皆已達花甲之年，但仍當謹記黎老師當年的訓誨，為文化事業奉獻，切勿放棄，更起大願，奮進再奮進！

這一次，有麗香、健恩與我三個人的主題分享。我的題目是《以性情文學課堂為例說明黎老師“直指人心”之教》。黎老師的教學方式，親切、細緻、能深入了解人心、截斷眾流，常常有一股清氣從其身上直透出來，令人印象深刻。我們試以黎老師為“性情文學”正名之論作例子說明。黎老師認為，“文學作品固有其詞藻之美、聲韻之妙、結構之精、技藝之巧，此均值得我們欣賞；然而，文學之要旨，實超越此等美、妙、精、巧之外相。文學作品乃直接流露作者之性情，透過文學之美，讓讀者進入文學的性情世界，感受作者之心，從而讓自己的性情得到開發。性情文學，就是開發性情的學問”。

欣賞文學之美，固乃時下學術界之主流，而坊間亦以此為主調。黎老師之意，是指人若把思想局限於詩詞之美、妙、精、巧之外相，實乃把自己的生命與文學作品割裂為二，不能進入文學世界。亦即只能把文學作為外在知識看，或作為欣賞之對象看。即此之病，霍師常言“知識必須回歸生命，知識不能離開生命”之義。黎老師並非只是從理論上再給與理性的說明，而是以具體對學生之指點、對文學作者內心之描述、對文學作品的感受，讓學生直接領會，使學生與作者的心通起來，進入文學的性情世界。在這些地方，即顯示出黎老師對作者心意、對學生之生命、對文字義理之細緻了解及其親切關懷學生成長之情。因其對道理之堅持，故顯其正氣；又從其力排流俗之見，故顯其清氣。從其力排眾議，為性情文學正名，已見其思想學問之深，從而帶出其教導方式之柔韌與深刻之處。

黎老師往往能從簡單的詩句之中指出精闢的見解，如李白之《靜夜思》，指出“當他‘舉頭望明月，低頭思故鄉’，月亮固然象徵對故鄉的思念，但是也代表美好、圓滿、光明，原來人間是尚有光明的，月亮給我們啟發，光明的根源在哪裡？原來人自己的內心是可以生起力量的，最少有自己生命的根——當想起自己的家鄉、自己的家人，內心就有著溫暖、滋潤、安慰、支持等的情懷，然後讓自己重新生起力量——無論現實中多麼艱難，我們的生命中都可以生起力量去面對”，這些話，簡直是直接進入我們的心靈之中！黎老師又透過蘇東坡之《水調歌頭》，指出人的心“可以與月亮相通，可以從天地之中得到啟發，天地本來就是如此，月亮本來就會月圓月缺，人間也會有悲歡離合、有得意失意，人生本來就是要面對無常的世界，不要逃避、不要委屈、好好接受、好好面對，這才是道理啊！原來人可以跳出自我的框框，開出更廣大的思想空間、精神空間，那麼，可以超越現實的衝擊，可以與天地相通、與道理相通，當然，情也可以超越時空：‘但願人長久，千里共嬋娟’”，你聽到以後，內心是否會即時有一種灑脫之感？這些，都是黎老師帶領我們所進入的文學的性情世界。

當然，因為黎老師對文學的性情世界有著深切的體會，才能指出上述之信息，並呈現直指人心之教風。“當我們讀進去文學的世界、感受詩人的內心，我們會發現這是性情的世界，在當中，我們可以打開自己的心，我們的性情也可以得到開發。因此，雖然是古人的文學作品，但是並不會因為時代不同而與我們有隔閡，因為當中所承載的，是性情的流露，人是有性情的，故只要我們懂得學習、懂得投入，自然可以與古人相通”。

在本次所選的《性情文學》課堂節錄中，黎老師從蘇東坡《臨江仙》一詞中的“倚杖聽江聲”指出“我們看到，蘇東坡在整個過程裡面，由開始時，已經醉到這麼晚了，但是卻進不到門，在這裡，你看到他的涵養，又看到他的反省”，人生不如意事，十常八九，但為何我們可以接受呢？由蘇東坡的遭遇，黎老師引導學生去感受，感受蘇東坡的心，感受原來人的心可以這樣開放，可以這樣包容接受的，所以即使遇到非常不順心順意的事情，也可以“倚杖聽江聲”，然後提出一個問題：“如果我們好像蘇東坡這樣，我們可不可以一樣‘聽江聲’呢？”並且與學生逐一對話，交流回應，給予指點，背後的意義就以問題反省，給大家有一門路，走出個人的世界，感受蘇東坡的情懷，讓心靈空間變得更廣大。之後又再提出第二個問題：“大家想一想，即使你遇到不順意、遇到不是你所希望的結果，你遇到打擊了，你要問自己，是甚麼東西令你堅持，令你繼續努力下去、繼續奮發下去呢？”並且又再不厭其煩地與每一位學生對話，引導學生去反省內心深處的力量——讓我們繼續努力下去，繼續奮發的力量根源。

黎老師在教學的時候，好像“大用現前，不存軌則”，卻在在都能“直指人心”、“了見性情”。她在繼承霍師學問之餘，又有自己的心得，並且在教學方法上有所開創。她背後是預設下述思想學問作為教學上的根據：

- 一、 人是有性情的（這一點平時要做工夫去體會印證）；
- 二、 人未能流露性情，不是外在的問題，只是因為自己“一念封閉、一念閉塞、一念自我”而造成障礙（這一點平時要做工夫去反省）；
- 三、 只要人能把心打開，自能放下自我，突破障礙，讓性情自然流露；
- 四、 人只要投入天地之中去感受，可以讓心打開，放下自我封閉、自我閉塞的一念；人在天地之中，是可以得到啟發的；
- 五、 文學作品，乃記錄了詩人投入天地、得到啟發、放下自我的過程，是故只要我們放鬆投入其中，好好感受，自然可以與詩人的心相應；
- 六、 黎老師是過來人，故此可以作為橋樑，引導我們投入文學作品之中感受，讓我們得到啟發，開發性情、開發志氣。

黎老師講《性情文學》，是超出一般講解文學之美之論，而且以其精神投入，透過課堂開發學生之性情，以見證“人皆有性情”之理，繼承霍師的性情之教。苟能體會此意，當會明白何以我們會說：“黎老師的言行舉止仍然在我們的心中、她的精神仍然與我們同在，她的思想學問仍然深深地影響著我們。尤其是她的教學方式，親切、細緻、直指人心、截斷眾流，一股清氣從其身上直透出來，令人印象深刻。”這些都是我們所希望長養的素養，黎老師是我們永遠的典範。對黎老師紀念，當有如是之思也，共勉！

（注：本文所引述之文字，均出自本刊第九十六期《寫在第四屆黎斯華老師思想研討會之前》一文）

現代還有詩人嗎？

陳健恩

在歷史上，公認讀書最多的人，其中之一，就是宋代朱熹。

他說：少知一事物，便少知一個道理。

有些東西，例如製造火箭，我們不懂，自然會少知一個道理，但對我們的生活，或許影響不大。但是，“詩”就不同。

不懂詩，不是少知一個道理，而是少了一種人生境界。

先談西方。古希臘，重視荷馬史詩。古羅馬，詩是貴族與知識分子的必修課。中世紀到近代的但丁、莎士比亞、歌德，他們更是民族精神的代言人。

文學與詩，一直以來，不單只代表著精英身份，亦是民間精神生活的載體。

不是古人更愛文學，而是文學就是他們的生活、思想、政治及教育。

現代人都愛文學，但表現為網絡金句、歌詞、段子、及短視頻文案等。

傳統文學，現代已被邊緣化，成為大學選修課或小眾的專業愛好。

不論古今，人都會喜歡精煉、有節奏、戳心的語言。對“有重量、有思想、有修養、有審美、有文化”的文字，都令人心生仰慕。

問題是：現代人不懂得詩，是否如不懂製造火箭一樣，影響不大？

李白是詩人嗎？

中國重詩詞，但詩人與詞人是不同。據唐先生所說：詩人，是性情的流露；詞人，是才氣的表現。所以，詩人是發於自然，詞人是出於有意。詩人佳作，總覺天真爛漫，敦厚醇樸；詞人佳作，多是精心結構，具莊嚴或玲瓏的氣象。詩，會與詩人生命渾成一片；詞，只是詞人手下所產生的另一種東西。

詩，總是富於情感，熱烈表現；詞，需要想像分析，冷靜描寫。一些才氣極盛的詞人，他們的作品，都令人感受到縱橫噴薄，氣勢澎湃。就如李白的作品“飛流直下三千尺”，壯闊之景，不言而喻。無錯，李白是詞人。

中國的文人，大都富有詞的欣賞和描寫能力，號稱風流名士就是這一類人。大部份的詩，雖然整齊，但其實都是詞。詩經確是詩，漢詩都是詩，它們都是性情的流露。但隋唐以下，多為詞人。最神奇的地方，就是唐朝出了一位詩聖名為“杜甫”。而李白，只可說，在古詞人中，最傑出的一位。因為，杜甫是主觀熱烈的性情流露，李白則用才氣去客觀描寫。才氣，是浮上性情以外的另一種東西。杜甫流露出真實生命的意義和人生價值，而李白以客觀理解的心，以才情把現況樂天地表現出來。所以，同時面對社會現實，杜甫有悲天憫人的聖人情懷，李白未免有種玩世不恭的態度。玩弄文字，只是雕琢工匠，終未及性靈層面。

網絡金句，最多是詞。但詩，才真能熏陶性情，長養性靈，滋養內在生命。

已逝世十五年的黎斯華總導師，她在我的心目中，絕對是一位詩人。



明月清風

談美食

懷空

從古到今，人人都喜歡美食。今天特別是在媒體的渲染之下、全球一體化之下，各地美食都可以讓天下人認識。在電視台的節目，乃至網紅的直播之中，都不乏介紹世界各地不同美食的節目，主持人經常在鏡頭前把美食放入口中慢慢地咀嚼，然後露出陶醉、享受的表情，並且說出他品嚐時仔細的感覺：“一入口時，十分鬆化，食物表面的味道進入口中，慢慢地釋放；隨著表層的味道化開之後，第二層的味道又慢慢地滲透出來，停留在口中，與第一層味道融合起來，久久不能散去，加上它撲鼻的香味、吸引的顏色，簡直令你很想馬上就吃第二口……”總之，你聽了以後，都很想去嘗一口。加上節目之中會同時介紹各地風光、食物材料的種植或養殖、加工準備的工序、調味料的調製、廚房的烹製過程等等，可謂色香味俱全。如是，中國南北美食、大漠風情、江南風味；新馬特色小吃、娘惹風味、印度風情、中東風情、歐陸情調、美洲味道、東洋風味等等，可謂目不暇給，我們都可以“品嚐”到。

香港是中西文化薈萃的地方，世界各地美食都可以在香港品嚐到。不知道是否這個原因，出現了很多著名的飲食專家、有名的廚師等等，當然這也引起了品嚐美食的風潮。筆者甚至聽說有人會專誠乘坐飛機到遠地品嚐美食，真的是“為食人生”、“民以食為天”也。

筆者雖非富貴之人，但是因為工作關係，亦品嚐過不少美食。還記得年輕時第一次到外地與人談生意，對方特地叫了一道“兩頭”原隻鮑魚請我們吃，簡直是齒頰留香，至今難忘。當然，第一次有人請我們去自助餐，看到琳瑯滿目的美食，色彩繽紛、香氣撲鼻，整個人都陶醉於美食大海之中，樂而忘返，我想，古時候的“酒池肉林”都比不上。

不過，我想沒有人會猜到到底我覺得最好味道、百嘗不厭的食物是甚麼的了。我覺得最好味道的，第二名是叉燒包與饅頭，小時候爺爺帶我們去飲茶，看到一個一個的叉燒包，香噴噴，熱騰騰，非常好味道！但是我後來發現，叉燒包的皮是最美味的，所以當時就很渴望吃叉燒包皮，之後我認識了饅頭，原來饅頭就是跟叉燒包皮一樣的，所以就愛上了饅頭。而我最喜歡的第一名美食是白米飯，若果在家，早上我都會與家人一起吃飯，而我只吃一碗白米飯，一進口，一粒一粒的米飯，加上米飯獨特的香味，以及在口中淡淡的清甜味道，可謂人間美食。不知道這是否平凡中的不平凡，又或者是返璞歸真呢？不過我想，所謂美食，是可以令人找到一種情懷，家鄉味、傳統味、童年味、家庭味、人情味、友情味等等，一口食物，勾起滿腔情感與思念，可能這才是美食令人神往的地方，而不是現實上色香味的形相，如果我們太過被這個形相所吸引，反為失去了背後的寶貴情懷。

感受孩子的獨一無二

星光

<生命是獨一無二的>一文，收錄於黎斯華總導師的《人生愛語——黎斯華文集之三》。文章開首這樣寫道：

我們做父母，首先對自己要有要求，要求自己先進步，學習感受孩子，明白他們想自己好但好不到，這不是他想的，我們要有寬恕心。譬如說，孩子做數學題做不好，要明白他們也是想做好的，但做來做去都做不好，「每個小朋友都是這樣做呀，為什麼你總是做得這麼慢？」你會這樣說嗎？若然，對孩子就會有很大的打擊了。他做數學做得慢，你知道原因嗎？而且，你可有留意到，他學畫畫學得很快呀。我要提醒父母的是，我們對小生命要有深入的瞭解，要有充分的接受和支持。

讀到這裡，我心頭一熱——這不正是我的孩子嗎？黎總導師的話，彷彿是對我而說。一月下旬，孩子升中的第一份成績單出來了：數學位於榜末，視藝卻高居榜首。與班主任會面時，他比我更憂心，問我是否打算替女兒找補習老師。我固然擔心，但心裡卻覺得補習未必能對症，若方法不當，既耗費金錢，也浪費時間。於是我先嘗試理解她的困難。升上中學後，數學科改為全英語授課，對英文能力不高的她而言，這是一大障礙。雖然學校已有補底班，我們仍決定先觀察，再找其他實際的方法。

新春過後，傳來好消息：親友中一位經驗豐富的數學老師願意抽空指導。僅僅一堂課，他便洞悉女兒的狀況，指出問題不僅在語言，更在於信心的缺失。因為害怕犯錯，她計算得慢；因為文字障礙，她畏懼文字題。重建信心，才是關鍵。多做練習能提升速度，而從初階題開始，則能逐步建立信心。可惜學校的教學編排偏向進階，忽略了基礎，令她更感吃力。若非有洞察力的老師指點，旁人或許只會認定她不夠聰明、不夠勤力，繼而責罵。幸運的是，女兒遇上了熱心的長輩，無償指導，讓我這個母親終於鬆了一口氣。

雖然我沒有因女兒成績不理想而責怪她，但心中仍難免焦急，言語間也不自覺地給她壓力。遇到好老師是她的福分，而學會接納與寬恕，則是我的功課。曾有老師提醒：你所不能接受的，往往正是自己身上的不足。我無法接受女兒的慢，何嘗不是因為我對自己也苛刻？我能否欣賞自己的慢？能否接納自己的不完美？為什麼要如此逼迫自己？其實，最需要寬恕、接納、欣賞的，是自己。唯有對自己溫柔以待，心才能有足夠的空間去容納他人。當我開始肯定自己、欣賞自己，我才看見：我、女兒、丈夫，其實都已經做得很好了。至少，我們都願意在追求美好的路上努力前行，彼此珍惜。

文章最後提醒：孩子明明應該做到，但是他做不到，你要接受他、寬恕他，不要發情緒，給他一些空間；同樣的也要寬恕自己，告訴自己，這是急不來的，再從中慢慢去找出孩子應該做到但卻做不到的原因。是什麼原因呢？你要去感受、你要去找，但是為什麼你願意耐心的去尋找呢？就是因為你對孩子有寬恕的心。

黎總導師在下一章開首寫道：能夠有寬恕心，便可以繼續今天的扶持心了。扶持之心，仍需慢慢學習，日後再作分享。

學海無涯，有良師在，為凡夫點亮明燈，在濃霧中指引方向，令人安心。感恩黎總導師的教誨，讓我今日得以觸碰女兒的心，也溫暖了自己的心。

黃帝內經（二）：中醫看生長（女子）

健恩

女子是七，男子是八。

女子最早是七歲，開始腎氣。腎主骨，全身的骨頭，由腎臟管。牙，為骨之餘。骨較多出的地方，就長在牙。所以，女子七歲，開始換牙，亦開始長頭髮。髮是腎之華，腎好不好，就要看頭髮。到十四歲，任脈開始通暢，月經開始，因此，可以生小孩子。

在黃帝內經，七至十四歲，就是女子的生長過程，亦即是正常的發育時期。

但是，現代出了問題。物質豐富，嬰兒斷奶後，還繼續喝奶，又有一大堆維他命、營養劑，十分之補。有些女子，五、六歲便開始換牙。不用十四歲，有些十一歲便開始有月經。這就不對。生長過程速度加快，壽命會減短。帶小孩子好不好，就看大約幾時換牙。大約七歲，很不錯。五歲就換牙，這是揠苗助長，就不對。

女子到十四歲，太衝脈盛。太衝脈，是奇經八脈之一，接通身體十二條經絡，亦即接通五臟六腑。太衝脈盛，肝氣會十分旺盛。肝屬木，木旺生火，火是心臟，所以心臟功能會加強。月經 28 天，這是七的倍數。奶水與月經同源，都是來自脾臟。脾胃化生的精微營養，透過血液，下行為月經，上行為奶水。

脾屬土，顏色屬黃。所以，初乳會帶有黃色。後來，脾藏與個人飲食結合，把營養精華送到肺部。土生金，由脾到肺。肺屬金而色白，所以跟著奶水白色，才算是成熟。

那麼，心臟的作用在哪裡？白色的奶水，不可只停留在肺部的位置，需要進入乳房。心屬火，肺屬金。火是克金，以防止金太多，火會把肺多出來的營養，通通推到乳房中。所以，中醫家醫治婦女病，很多都是以強心為主。

後來，多出的白色奶水，再下降到子宮卵巢裡。子宮卵巢，與小腸是連在一起。所以，心強之時，火就熱起來，心與小腸，屬臟腑關係，所以小腸會很熱。這會把子宮卵巢裡的奶水，再如烤熟一般，變為紅色，最後排出，成為紅色的經血。所以，醫師問月經顏色深淺，已知問題所在。到二十一歲，女子在這年齡，身高會長到頂點，牙齒也長到頂點，就是因為腎氣的情況。腎對中醫來說，十分重要。

剛開始懷胎受孕，因母體裡面的是水開始，第一個形成的內臟是“腎”（水），兩週後生“肝”（木），再兩週後才生“心”（火）。這才開始有心跳。再說，早生孩子還是晚生孩子好，中醫是並沒有下這個定義的。