

學言

道德理论践行研究中心月报

二〇二六年七月十五日

第 105 期

《学言》 目录

本会通告	1
许志毅：《六祖惠能足迹文化之旅》第四讲：法住于世（中）	1
陈健恩：《牟唐霍三位大师的易学》一唐君毅先生（4） 神以知来	3
明月清风：	
谈性情歌曲《母亲的礼物》（怀空）	4
电影〈给阿嬷的情书〉给我的启发（星光）	5
黄帝内经（十）：五行清浊（健恩）	6

本会通告：

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

《六祖惠能足迹文化之旅》第四讲：法住于世（中）

许志毅

霍教授对禅宗思想的推进，体现在很多方面，我们这几天分享的内容，很多都来自他的研究和领悟。他的著作《本来面目》《禅：创造者的哲学》等，都非常有深度，大家有机会可以读一读。《禅：创造者的哲学》这本书还把禅宗思想和领袖能力结合起来，很有启发意义。《本来面目》则梳理了禅宗思想自六祖惠能以后得发展，并且详细述出各个宗派的宗风，把本来不可说，也难以说的内容有条不紊地呈现出来，可谓震古烁今。

禅宗思想原本主要局限在佛教的范畴内，以培养僧人开悟为主，讲什么是佛、如何开悟等，但霍教授继承禅宗思想后，把它的领域扩大了，让它不再局限于佛教的领域，而是融入到普通人的日常生活、工作、家庭中。他开办的喜耀生命课程，就是用禅的思想和方法，帮助人们解决生活中的实际问题，实现个人成长，这些课程和宗教没有任何关系，完全是基于个人成长和生活实践的。

霍教授有一副对联：「绝境生大信，无事见精神」。「绝境生大信」是说，当我们遇到困境，甚至走投无路的时候，很多人会感到茫然、恐慌，但其实这个时候最重要的是坚定自己的信念，提起精神，看清自己的理想和目标，找到自己最想要的东西。只有这样，才能在绝境中找到生机，看到希望。举一个显浅的例子，现在许多父母都会遇到这样的情况，孩子

「妈妈，我要玩手机」，若是不给，便躺在地上发脾气。结果大多数父母都毫无办法，只能妥协，敷衍着解决问题：「好了好了，你别躺在地上了，起来吧，我给你手机。」但这样真的解决问题了吗？并没有。因此，此时对许多父母而言，这便是一种「绝境」，完全没有办法面对。你应当如何做呢？你仔细体会一下，问问自己，我真正想要做什么，我的理想是什么？我很希望我的孩子能够听话懂事，很希望他将来能成为一个有用的人。此时我不给他玩手机，背后其实蕴含着许多有意义的坚持。那么，只要你能坚定自己的原则，不给就是不给，孩子其实也不会一直闹下去。在困难的时候，内心就是要生起一种坚定的信念，才可以过关。

再举一个例子，做老板的，或许会遇到员工说：「除非你给我们加薪、增加人手，否则我们就不会尽心尽力工作。」老板一听便慌了：「惨了，要加薪了，不加薪公司就完了。」新加坡有一位慈善家黄马家兰女士，几个月前过世，而她的事迹在网上广为流传，这件事真的颇具参考价值。她年轻之时，她的公司也曾发生过罢工事件。这位女士真的十分了不起，她是做码头生意的，员工罢工之后，她独自一人前去与员工沟通、协商，召开会议。员工罢工，无非是为了薪水与福利，对吧？她便问员工：「我对你们不好吗？你们回忆一下，平日我是如何对待你们的，简单来说，你们有没有良心？」员工们纷纷表示：「是啊，我们也知道你对我们不错。」她便说：「那就好，明天正常开工，你们不开工，我怎么给你们发薪水呢？」员工们一想：「也是啊。」而后便说：「好了好了，我们明天正常开工。」我讲得比较轻松，但当时大致便是这样的情形。她并没有给员工加薪，也没有妥协，反而通过这样的真诚交流，让员工明白不应如此行事，员工与公司本就是一个整体。事实上，她作为老板，已经十分用心地对待员工了，员工们也明白这一点。而黄马家兰女士十分有信念，一直秉持着待员工以诚的精神，这是关键所在，因为一个公司，并不是用金钱就能解决所有问题的，若是用金钱就能收买人心，这些员工也未必是优秀的员工。反而她抓住了核心，知道员工们的心不够坚定，只是受到了一些工会的煽动。因此，人便是要这样，「绝境生大信」，在无路可退的情况下，只要你的心能坚定，反为对生命会有更深的体会，生起更大、更坚定的信念，人便不会动摇。

下联“无事见精神”并不是说大家没事时就放松自己，而是说在平时，也要保持一种积极向上的精神状态，要有自我要求，不断磨练自己，不能松懈，从而呈现出一种精神气度。这副对联可以说是霍教授悟道的一种体现，里面蕴含着很多智慧。

《牟唐霍三位大师的易学》—唐君毅先生(4) 神以知来

陈健恩

这一刹那生，后一刹那生，这才是生。这一刹那生，下一刹那死，便等同不生。

什么是生？结论就是：先有生，然后继其生，才能真成其为生。

故生，必有继，生才是真实。如一个人今日真诚，明日真诚，这个人才算真诚。

万物有生，然后求自己继续生，这个求，是一种内在能量，称之为“阳”。然后，真能继其生，而成其下一刹那的生，这称之为“阴”。

唐先生说：

- 一切当今现有的东西，皆是向于未来，而求不断继其生。
- 一切未来将有的东西，皆为成就既往，而使往者真能成。

现有一切东西，一切价值，都求延续相继，求成为其自己，成为真实的价值。

未来一切的东西，一切的价值，都是为了完成以往的期望，使以往的东西及价值，得其继，而能成真实存在。

再说得明白一些，就是人生的意义，美善的价值，在历史长河中，在家庭风气中，在个人成长中，都求相续。在相续过程，才真成其意义及价值。因此，天地万物虽在变易，当明白精神的相继，便见其内在的“不易”。这就是阳与阴的生成，价值与意义的延续与完成，即“一阴一阳之谓道”，古今相续的“乾坤之道”之意。当我们能了解，就是“神以知来，知所藏往”，唐先生认为这是有德者才能明白。

否则，以为往者是无，未来没发生亦是无，只有现在所见才算有，这是“执常”。

或说，往者不必一定有，现在不必一定有，未来亦不必一定有，这是“执断”。

或说，只念未来才是有，故永寄未来，常于梦想之中，这是“只瞻来”。

或说，只念往者才是有，未来不一定有，现在乍有还无，而忆恋往事，这是“只顾往”。

或说，看过去、现在、将来，都是生灭延续的个别事情，这是“平观三世”。

唐先生说：“此皆未契于《易》教，未有“藏往知来之神”的通观能力。”

当人只以过去为过去，则无“知所藏往”，不知“今依于故”，乃不免“忘故”，不能从易见“不易”，不见天地之富有。当人忽略新来者，则无“神以知来”，不知“超越往者而有所继起”，乃不免“顾往”，不能从不易见“易”，不见天地之趋于日新。



明月清風

谈性情歌曲《母亲的礼物》

怀空

霍师所创作的性情歌曲，歌词简朴，寓意深远。为使各位对歌曲内容有所了解，特将《母亲的礼物》一曲之意浅释如下：

《母亲的礼物》歌词曰：

我的孩子，我要给你一样东西。 在你欢欣的日子，我们的生命注定分散。

但我们的爱超越无常，我不会笨拙到送你世间的礼物。

你已成长，你已觅得伴侣，正以真诚的信任，比翼翱翔。

但你可知道，明日的路依然漫长，也许还有风雨，也许还有泥浆。

顺境的时候看看白云，逆境的时候听听水响。

别忘了背后的高山，一直目送你的成长。

那就是，那就是，我送给你的礼物，愿你生起力量。

我的孩子，我要给你一样东西。 在你幸福的日子，我们的生命注定分散。

但我们的爱超越无常，我不会笨拙到送你世间的礼物。

你已成长，你已觅得同道，正以无比的信念，奔向朝阳。

但你可知道，明日的梦仍然是设想，也许还有变化，也许还有哀伤。

得意的时候无须欢喜，失意的时候更要坚强。

别忘了温柔的大地，一直滋养你的成长。

那就是，那就是，我送给你的礼物，愿你永远飞扬，愿你永远飞扬，愿你永远飞扬。

歌词朴实直白，饱含母亲对孩子深沉的爱。在肉体层面，孩子终有一天会与父母分离，但无需忧虑，母亲的爱是永恒不灭的——母亲的精神，永远在孩子身后默默支持、守候。那

电影〈给阿嬷的情书〉给我的启发

星光

潮汕语电影《给阿嬷的情书》上映以来好评不断。趁着有免费戏票，我带着妈妈和女儿到铜锣湾戏院观赏。记得我五岁时，爸爸便离开家乡来到香港，留下妈妈独自带着我们姐弟四人在乡下。五年后，我们一家人才在香港团聚。爸爸不在家的那些年，我也曾写过信给他，正如电影里的对白：「江海万里，心中念你，便不觉遥远。」

在妈妈的抽屉里，我还见过爸爸写给妈妈的信。字迹端正漂亮，令人赞赏——虽然爸爸只读过一、两年书，但笔迹却比我至今所写的更好。看着那些字，心中油然而生敬佩。当时我还是小学生，识字不多，但信的最后一句，我一定写上：「不用挂念！」。而爸爸一定会写：「比心机读书！」在通讯不发达的年代，一封简单的信，寄托了无限的思念与爱意，也承载着对未来的美好期待。

有情有义——电影中的美好

电影中几个人物的有情有义故事最打动人心。正如开场阿嬷所说：「做人要有情有义」，情义贯穿全片。有情有义的世界才值得寄望，才让生命充满厚度。有人能为另一半厮守终生，有人能为他人无私奉献，不求回报，只为成全别人的美好。反观现今社会，人与人之间的碰撞与冲突，小则口角，大则动武，甚至酿成悲剧。美好何在？情义似乎消失殆尽。看完电影，我心中不断思索：我们还能回到过去吗？我们还能活出有情有义的人生吗？尤其最近工作上遇到难题，我对这样的世界似乎失去了信心。这恐怕不是一两部电影能扭转的社会现象。如何重拾对价值世界的向往、对人性美好的信任，应是未来努力的重点。

书信与教育的力量

除了书信，电影也把教育放在重要位置：在家办学、富裕后捐资建校，甚至以自己或祖先的名字命名学校。正如我爸爸在信中常嘱咐我们要用心读书——有了教育，孩子才有希望。这是上一代人对下一代的期许：无论生活多艰苦，教育始终是最重要的。至于怎么教、教什么，显然不是现今的应试教育所能比拟。

黑暗中的一点光

在黑暗之中，即使一点微光也能划破长空。首先，我们要重建对文化的信心。情义的种子原本就在生命里，只是需要认识、体会、反思与总结，才能真正植根于生命。或许，我们应暂时放下对现实中扭曲与负面报道的过度关注；否则，容易被负能量裹挟，变得消沉、无力，失去信心，看不见光明。我在此给自己立下一个目标：未来十期《学言》的投稿，我将以读书札记为主，选读合适的书籍，先温暖自己的心，为心注入能量。唯有重新学习、持续锻炼心灵，才能看见希望。

黄帝内经（十）：五行清浊

健恩

人的阴阳，外为阳，内为阴。 人身的阴阳，有腹背的分别。

原文只讲背为阳、腹为阴。 但后世医家的体会，认为男女是不一样：

男，胸为阴，背为阳。

女，胸为阳，背为阴。

人的脏腑，脏为阴，腑为阳。 肝心脾肺肾都是阴，胆小肠胃大肠膀胱都是阳。

这些都出自《金匱真言论》，即源头所在。

心肺，都在上焦。 因此，心肺，都是阳。

那么，肝脾肾，在下面，都是阴。

在它们之间，有一个“隔”的观念。

这个“隔”，区分它们的阴阳。

阳是清，阴是浊。 所以，在“黄帝内经”，正常人的定义，就是人所有的浊气，最尽是去到这个“隔”，不能再上去，这就是正常。

但如果超过这个界限，就反常，这个人便需要治疗。

阴阳间的协调，这个“隔”十分重要。

在西方认为，这个“隔”就是横隔膜，作用就是增加肺气量，帮助呼吸。 中医方面，看到这个“隔”的功能，最重要是分清浊。 浊在上，清反而在下，病就会产生。

例如：下面是浊，大肠的沼气，本来不能经过“隔”，由隔挡着。 但现在大肠内太燥热，阳太过，使这些浊气冲上去，因为大肠是走阳明经，便顺着阳明经络，冲过了胃，走到上面，一直跑到两眉中间的印堂，结果就会头痛、失眠、疲倦。 中医针灸，就会扎中脘穴，目的是让浊气走下去。 中脘穴，在心窝硬骨下端，与肚脐的中间位置，内经治病原则是上病下治，这是脾胃调理的第一要穴，能升降浊，祛湿补虚，调理中气。

秋冬，病在阴；春夏，病在阳。这是人的阴阳，会受病的时间。

“隔”之上，是心肺，属阳，所以心肺在春夏，容易受病。

“隔”之下，是肝脾肾，属阴，所以肝脾肾在秋冬，容易受病。

现在再加上五行，和颜色。 以下以相生的次序列出：

春（木，肝，青色）→ 夏（火，心，红色）→ 中夏（土，脾，黄色）→ 秋（金，肺，白色）→ 冬（水，肾，白色）

例如，发病的人，面带赤色，医治后，面带黄色。 这就是治疗方向正确。 反之，医治后，面带青色，这就是治疗方向不正确。 其他道理是一样。

另外，人在春天，应面带一点青色。 人在夏天，应面带一点赤色，这才是好的现象。 否则，人在春天看到面呈白色，那就有问题。 当令的节气，一定要看到当令的颜色。