

學言

道德理論踐行研究中心月報

二〇二六年七月十五日

第 105 期

《學言》 目錄

本會通告	1
許志毅：《六祖惠能足跡文化之旅》第四講：法住於世（中）	1
陳健恩：《牟唐霍三位大師的易學》—唐君毅先生(4) 神以知來	3
明月清風：	
談性情歌曲《母親的禮物》（懷空）	4
電影〈給阿嬤的情書〉給我的啟發（星光）	5
黃帝內經（十）：五行清濁（健恩）	6

本會通告：

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

《六祖惠能足跡文化之旅》第四講：法住於世（中）

許志毅

霍教授對禪宗思想的推進，體現在很多方面，我們這幾天分享的內容，很多都來自他的研究和領悟。他的著作《本來面目》《禪：創造者的哲學》等，都非常有深度，大家有機會可以讀一讀。《禪：創造者的哲學》這本書還把禪宗思想和領袖能力結合起來，很有啟發意義。《本來面目》則梳理了禪宗思想自六祖惠能以後得發展，並且詳細述出各個宗派的宗風，把本來不可說，也難以說的內容有條不紊地呈現出來，可謂震古爍今。

禪宗思想原本主要侷限在佛教的範疇內，以培養僧人開悟為主，講什麼是佛、如何開悟等，但霍教授繼承禪宗思想後，把它的領域擴大了，讓它不再侷限於佛教的領域，而是融入到普通人的日常生活、工作、家庭中。他開辦的喜耀生命課程，就是用禪的思想和方法，幫助人們解決生活中的實際問題，實現個人成長，這些課程和宗教沒有任何關係，完全是基於個人成長和生活實踐的。

霍教授有一副對聯：「絕境生大信，無事見精神」。「絕境生大信」是說，當我們遇到困境，甚至走投無路的時候，很多人會感到茫然、恐慌，但其實這個時候最重要的是堅定自己的信念，提起精神，看清自己的理想和目標，找到自己最想要的東西。只有這樣，才能在絕境中找到生機，看到希望。舉一個顯淺的例子，現在許多父母都會遇到這樣的情況，孩子說

「媽媽，我要玩手機」，若是不給，便躺在地上發脾氣。結果大多數父母都毫無辦法，只能妥協，敷衍著解決問題：「好了好了，你別躺在地上了，起來吧，我給你手機。」但這樣真的解決問題了嗎？並沒有。因此，此時對許多父母而言，這便是一種「絕境」，完全沒有辦法面對。你應當如何做呢？你仔細體會一下，問問自己，我真正想要做什麼，我的理想是什麼？我很希望我的孩子能夠聽話懂事，很希望他將來能成為一個有用的人。此時我不給他玩手機，背後其實蘊含著許多有意義的堅持。那麼，只要你能堅定自己的原則，不給就是不給，孩子其實也不會一直鬧下去。在困難的時候，內心就是要生起一種堅定的信念，才可以過關。

再舉一個例子，做老闆的，或許會遇到員工說：「除非你給我們加薪、增加人手，否則我們就不會盡心盡力工作。」老闆一聽便慌了：「慘了，要加薪了，不加薪公司就完了。」新加坡有一位慈善家黃馬家蘭女士，幾個月前過世，而她的事跡在網上廣為流傳，這件事真的頗具參考價值。她年輕之時，她的公司也曾發生過罷工事件。這位女士真的十分了不起，她是做碼頭生意的，員工罷工之後，她獨自一人前去與員工溝通、協商，召開會議。員工罷工，無非是為了薪水與福利，對吧？她便問員工：「我對你們不好嗎？你們回憶一下，平日我是如何對待你們的，簡單來說，你們有沒有良心？」員工們紛紛表示：「是啊，我們也知道你對我們不錯。」她便說：「那就好，明天正常開工，你們不開工，我怎麼給你們發薪水呢？」員工們一想：「也是啊。」而後便說：「好了好了，我們明天正常開工。」我講得比較輕鬆，但當時大致便是這樣的情形。她並沒有給員工加薪，也沒有妥協，反而透過這樣的真誠交流，讓員工明白不應如此行事，員工與公司本就是一個整體。事實上，她作為老闆，已經十分用心地對待員工了，員工們也明白這一點。而黃馬家蘭女士十分有信念，一直秉持著待員工以誠的精神，這是關鍵所在，因為一個公司，並不是用金錢就能解決所有問題的，若是用金錢就能收買人心，這些員工也未必是優秀的員工。反而她抓住了核心，知道員工們的心不夠堅定，只是受到了一些工會的煽動。因此，人便是要這樣，「絕境生大信」，在無路可退的情況之下，只要你的心能堅定，反為對生命會有更深的體會，生起更大、更堅定的信念，人便不會動搖。

下聯「無事見精神」並不是說大家沒事時就放鬆自己，而是說在平時，也要保持一種積極向上的精神狀態，要有自我要求，不斷磨練自己，不能鬆懈，從而呈現出一種精神氣度。這副對聯可以說是霍教授悟道的一種體現，裡面蘊含著很多智慧。

《牟唐霍三位大師的易學》—唐君毅先生(4) 神以知來

陳健恩

這一剎那生，後一剎那生，這才是生。這一剎那生，下一剎那死，便等同不生。

甚麼是生？結論就是：先有生，然後繼其生，才能真成其為生。

故生，必有繼，生才是真實。如一個人今日真誠，明日真誠，這個人才算真誠。

萬物有生，然後求自己繼續生，這個求，是一種內在能量，稱之為“陽”。然後，真能繼其生，而成其下一剎那的生，這稱之為“陰”。

唐先生說：

- 一切當今現有的東西，皆是向於未來，而求不斷繼其生。
- 一切未來將有的東西，皆為成就既往，而使往者真能成。

現有一切東西，一切價值，都求延續相繼，求成為其自己，成為真實的價值。

未來一切的東西，一切的價值，都是為了完成以往的期望，使以往的東西及價值，得其繼，而能成真實存在。

再說得明白一些，就是人生的意義，美善的價值，在歷史長河中，在家庭風氣中，在個人成長中，都求相續。在相續過程，才真成其意義及價值。因此，天地萬物雖在變易，當明白精神的相繼，便見其內在的“不易”。這就是陽與陰的生成，價值與意義的延續與完成，即

“一陰一陽之謂道”，古今相續的**“乾坤之道”**之意。當我們能了解，就是**“神以知來，知所藏往”**，唐先生認為這是有德者才能明白。

否則，以為往者是無，未來沒發生亦是無，只有現在所見才算有，這是“執常”。

或說，往者不必一定有，現在不必一定有，未來亦不必一定有，這是“執斷”。

或說，只念未來才是有，故永寄未來，常於夢想之中，這是“只瞻來”。

或說，只念往者才是有，未來不一定有，現在乍有還無，而憶戀往事，這是“只顧往”。

或說，看過去、現在、將來，都是生滅延續的個別事情，這是“平觀三世”。

唐先生說：“此皆未契於《易》教，未有**“藏往知來之神”**的通觀能力。”

當人只以過去為過去，則無**“知所藏往”**，不知“今依於故”，乃不免“忘故”，不能從易見“不易”，不見天地之富有。當人忽略新來者，則無**“神以知來”**，不知“超越往者而有所繼起”，乃不免“顧往”，不能從不易見“易”，不見天地之趨於日新。



明月清風

談性情歌曲《母親的禮物》

懷空

霍師所創作的性情歌曲，歌詞簡樸，寓意深遠。為使各位對歌曲內容有所了解，特將《母親的禮物》一曲之意淺釋如下：

《母親的禮物》歌詞曰：

我的孩子，我要給你一樣東西。在你歡欣的日子，我們的生命註定分散。

但我們的愛超越無常，我不會笨拙到送你世間的禮物。

你已成長，你已覓得伴侶，正以真誠的信任，比翼翱翔。

但你可知道，明日的路依然漫長，也許還有風雨，也許還有泥漿。

順境的時候看看白雲，逆境的時候聽聽水響。

別忘了背後的高山，一直目送你的成長。

那就是，那就是，我送給你的禮物，願你生起力量。

我的孩子，我要給你一樣東西。在你幸福的日子，我們的生命註定分散。

但我們的愛超越無常，我不會笨拙到送你世間的禮物。

你已成長，你已覓得同道，正以無比的信念，奔向朝陽。

但你可知道，明日的夢仍然是設想，也許還有變化，也許還有哀傷。

得意的時候無須歡喜，失意的時候更要堅強。

別忘了溫柔的大地，一直滋養你的成長。

那就是，那就是，我送給你的禮物，願你永遠飛揚，願你永遠飛揚，願你永遠飛揚。

歌詞樸實直白，飽含母親對孩子深沉的愛。在肉體層面，孩子終有一天會與父母分離，但無需憂慮，母親的愛是永恆不滅的——母親的精神，永遠在孩子身後默默支持、守候。那麼，

電影〈給阿嬤的情書〉給我的啟發

星光

潮汕語電影《給阿嬤的情書》上映以來好評不斷。趁著有免費戲票，我帶著媽媽和女兒到銅鑼灣戲院觀賞。記得我五歲時，爸爸便離開家鄉來到香港，留下媽媽獨自帶著我們姐弟四人在鄉下。五年後，我們一家人才在香港團聚。爸爸不在家的那些年，我也曾寫過信給他，正如電影裡的對白：「江海萬里，心中念你，便不覺遙遠。」

在媽媽的抽屜裡，我還見過爸爸寫給媽媽的信。字跡端正漂亮，令人讚賞——雖然爸爸只讀過一、兩年書，但筆跡卻比我至今所寫的更好。看著那些字，心中油然而生敬佩。當時我還是小學生，識字不多，但信的最後一句，我一定寫上：「不用掛念！」。而爸爸一定會寫：「比心機讀書！」在通訊不發達的年代，一封簡單的信，寄託了無限的思念與愛意，也承載著對未來的美好期待。

有情有義——電影中的美好

電影中幾個人物的有情有義故事最打動人心。正如開場阿嬤所說：「做人要有情有義」，情義貫穿全片。有情有義的世界才值得寄望，才讓生命充滿厚度。有人能為另一半廝守終生，有人能為他人無私奉獻，不求回報，只為成全別人的美好。反觀現今社會，人與人之間的碰撞與衝突，小則口角，大則動武，甚至釀成悲劇。美好何在？情義似乎消失殆盡。看完電影，我心中不斷思索：我們還能回到過去嗎？我們還能活出有情有義的人生嗎？尤其最近工作上遇到難題，我對這樣的世界似乎失去了信心。這恐怕不是一兩部電影能扭轉的社會現象。如何重拾對價值世界的嚮往、對人性美好的信任，應是未來努力的重點。

書信與教育的力量

除了書信，電影也把教育放在重要位置：在家辦學、富裕後捐資建校，甚至以自己或祖先的名字命名學校。正如我爸爸在信中常囑咐我們用心讀書——有了教育，孩子才有希望。這是上一代人對下一代的期許：無論生活多艱苦，教育始終是最重要的。至於怎麼教、教什麼，顯然不是現今的應試教育所能比擬。

黑暗中的一點光

在黑暗之中，即使一點微光也能劃破長空。首先，我們要重建對文化的信心。情義的種子原本就在生命裡，只是需要認識、體會、反思與總結，才能真正植根於生命。或許，我們應暫時放下對現實中扭曲與負面報導的過度關注；否則，容易被負能量裹挾，變得消沉、無力，失去信心，看不見光明。我在此給自己立下一個目標：未來十期《學言》的投稿，我將以讀書札記為主，選讀合適的書籍，先溫暖自己的心，為心注入能量。唯有重新學習、持續鍛鍊心靈，才能看見希望。

黃帝內經（十）：五行清濁

健恩

人的陰陽，外為陽，內為陰。人身的陰陽，有腹背的分別。

原文只講背為陽、腹為陰。但後世醫家的體會，認為男女是不一樣：

男，胸為陰，背為陽。

女，胸為陽，背為陰。

人的臟腑，臟為陰，腑為陽。肝心脾肺腎都是陰，膽小腸胃大腸膀胱都是陽。

這些都出自《金匱真言論》，即源頭所在。

心肺，都在上焦。因此，心肺，都是陽。

那麼，肝脾腎，在下面，都是陰。

在它們之間，有一個“隔”的觀念。

這個“隔”，區分它們的陰陽。

陽是清，陰是濁。所以，在“黃帝內經”，正常人的定義，就是人所有的濁氣，最盡是去到這個“隔”，不能再上去，這就是正常。

但如果超過這個界限，就反常，這個人便需要治療。

陰陽間的協調，這個“隔”十分重要。

在西方認為，這個“隔”就是橫隔膜，作用就是增加肺氣量，幫助呼吸。中醫方面，看到這個“隔”的功能，最重要是分清濁。濁在上，清反而在下，病就會產生。

例如：下面是濁，大腸的沼氣，本來不能經過“隔”，由隔擋著。但現在大腸內太燥熱，陽太過，使這些濁氣衝上去，因為大腸是走陽明經，便順著陽明經絡，衝過了胃，走到上面，一直跑到兩眉中間的印堂，結果就會頭痛、失眠、疲倦。中醫針灸，就會扎中脘穴，目的是讓濁氣走下去。中脘穴，在心窩硬骨下端，與肚臍的中間位置，內經治病原則是上病下治，這是脾胃調理的第一要穴，能升降濁，祛濕補虛，調理中氣。

秋冬，病在陰；春夏，病在陽。這是人的陰陽，會受病的時間。

“隔”之上，是心肺，屬陽，所以心肺在春夏，容易受病。

“隔”之下，是肝脾腎，屬陰，所以肝脾腎在秋冬，容易受病。

現在再加上五行，和顏色。以下以相生的次序列出：

春（木，肝，青色）→ 夏（火，心，赤色）→ 中夏（土，脾，黃色）→ 秋（金，肺，白色）→ 冬（水，腎，白色）

例如，發病的人，面帶赤色，醫治後，面帶黃色。這就是治療方向正確。反之，醫治後，面帶青色，這就是治療方向不正確。其他道理是一樣。

另外，人在春天，應面帶一點青色。人在夏天，應面帶一點赤色，這才是好的現象。否則，人在春天看到面呈白色，那就有問題。當令的節氣，一定要看到當令的顏色。