

學言

道德理论践行研究中心月报

二〇二六年八月一日

第 106 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（下）	1
陈健恩：《牟唐霍三位大师的易学》一唐君毅先生（5） 善终善始	4
明月清风：	
谈性情歌曲两首（怀空）	5
《蔡澜活过》（星光）	7
黄帝内经（十一）：博大精深（健恩）	9

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（下）

许志毅

霍教授晚年生病前后，写了一首悟道诗：「山高云在腰，水静月来朝。神游天地外，万化付长啸。」前两句描绘了自然景象，山很高，云在山腰环绕；水面很平静，月亮倒映在水中，一切都是很自然而然地呈现。这象征着人的成长，只要我们愿意学习、愿意磨练，自然会达到一种修养境界，这不是靠别人给予的，而是靠自己的努力修养之后自然到达的。后两句则描绘了一种精神境界，人的精神可以超越形躯的局限，自由自在，生命能包容一切存在，不被任何事物障碍，而自己的生命也能彻入一切存在，与天地同游，生命四通八达，圆融无碍。

霍教授用现代的方式，把禅宗的思想和教法传承下来，并且扩大了它的影响范围，从佛教僧人修行的范围，去到家庭、事业、学术、政治、经济、领袖学等领域，让它能够帮助更多普通人。而我们作为学生，还有很多工作要做，要把霍教授的思想整理、记录下来，把其中的关键部分提炼出来，让更多人能够了解和受益。霍教授的思想不仅对中国文化的传承很重要，对整个人类的成长和发展也有着独特的贡献。

现在我再给大家介绍一副霍教授的对联，这副对联和我们的生活联系更紧密：「劲竹当风思节士，高松挂月照禅心。」竹子在中国文化中象征着有节气、有修养、理想坚定的君子。

风吹过竹子，竹子会摆动，但摆动过后依然会回到原来的姿态，不会被风吹倒。这象征着那些有理想、有担当、愿意为文化付出的有节气之士，无论遇到什么困难和挑战，都能坚定自己，不轻易动摇。高松挂月，晚上月亮挂在松树的树枝之间，呈现出一种平静、宁静的景象，这象征着我们的内心，只要我们能够静下心来，就能感受到内心的清明和禅意。这副对联也体现了霍教授希望找到更多志士、有理想的读书人，一起为文化传承而努力的心愿。

总结

这次听导游介绍，我很感动。导游说《六祖坛经》有很多版本，不过最初的版本是六祖的弟子法海所记录的。法海除了在《六祖坛经》中留下名字之外，大家或许在其他地方很少听到他的名字。我想说的是，若是没有法海的记录，六祖所讲的内容大概很难广泛传播。而且在当时，禅宗的正统是神秀那一派，所以后人正是透过法海记录的文字，再加上另一位优秀弟子神会前往北方，与其他佛教人士辩论，最终才为惠能争回公道，确立了他的地位。所以神会和法海这两位弟子，真的为六祖思想的传播立下了大功。神会在历史上还有较多记录，关于他如何辩论的过程都有记载，但法海就没有太多相关记录了。当然，六祖另外两位弟子，青原行思与南岳怀让也是了不起，各培养了一位名动天下的弟子，对于禅宗的开展，有不可磨灭之功劳。

我感动的是，今天我们面对霍教授的思想，也是同样的情况。霍教授的思想中有很多精辟深刻的见解，他把六祖思想中很重要、很关键的部分都解释了出来，这是非常不容易的。这是因为霍教授对禅宗思想有非常整体、通透的理解，抓住惠能思想中细微、关键的地方，并且自身有深刻的领悟，才能把这些内容写出来、解释清楚，真的非常不易。这还只是《六祖坛经》中的一部分，霍教授对于中国文化中其他重要的经典和思想，几乎都有很通透的见解。但很可惜，现在这些重要的思想还有很大一部分没有被记录下来。目前有一些他以前上课的录音被放到了网络上，但其中九成以上都是广东话，对于国内或世界范围内的传播来说并不容易。就连广东人或香港人听，我相信大部分人听到一半就会放弃，因为不容易了解。

所以作为学生，我们有一件很重要的事情要做，就是至少要把这些内容记录下来，变成文字。下一步还要把他思想中重要、关键的部分提炼出来，这样才能对霍教授思想的弘扬有所帮助。当然，更要为这些思想作注解，乃至作为教学根据的内容，培养出有内涵的人才。我这么说并不是因为霍教授是我们的老师，出于私人感情，而是因为我们看到霍教授的这些思想，对于整个人类文化、人类成长真的有其独到的贡献。若是这些思想失传了，真的会非常可惜。我们作为学生的，真的自问没有好好守护好老师的思想遗产。所以当时听到导游介绍法海的事情时，我心里有很多感慨。总之接下来我们一定要好好做好传承之事，一方面尽我们作为学生的责任，另一方面也希望能老师做些事情，为人类的发展贡献一份力量。现在整个世界都很混乱，西方的文化思想发展已经到了一个很危险的地步。但这很难改变，因为整个文化的根基就是这样，西方文化说到底就是一种对立的思维，不是那么容易改变的。但我们可以先做好自己的文化教育传承工作。

好了，希望大家能记住，除了个人成长和家庭成长之外，还要把眼光放得更长远、更广阔。所以今天我才说，其实我们成长最重要的一点，就是人本来就希望自己的思想空间、精神空间越来越广阔，这才是真正的生命意义，而不是局限在某个小小的领域里。

最后我再讲一个故事，让大家看看古代的家庭教育是怎样的。汉代的时候有一个读书人叫做范滂，他是一个非常正直的人，正因为如此，他得罪了一些权贵，后来被诬陷，被判死刑。作为母亲，看到自己这么优秀的孩子遭遇这样的事情，心里肯定会很难过、很委屈，觉得很 unfair，但他的母亲并没有这样。在最后一个晚上，他的母亲去探望他，与他诀别。范滂说：「我什么都能放下，唯独放不下母亲你。我还没能好好孝顺你，这一点真的放不下。」但他的母亲安慰他说：「你做得这么好，历史上很多人物也不过如此。你已经有了这样的修养和内涵，能够与古人媲美，还有什么遗憾的呢？妈妈这边你不用担心，看到你这样，妈妈已经很安慰了。」所以范滂听了之后就释怀了，非常坦然地接受了刑罚。

范母真不简单，古代的家庭教育真的不简单，让孩子做一个孝顺的人只是一个起点。所以《大学》里才会说「修身、齐家、治国、平天下」，人的思想和精神是可以不断扩大的，但并不是说要忘记根本。就像六祖，虽然他后来成为了禅宗大师，但他也没有忘记父母，还在国恩寺里供奉了他父母的灵位。所以我们现在所讲的文化，是一种非常广博的思想，蕴含着广大的深情，是有本有末的。大家要好好学习，也不要忘记好好弘扬这份文化，使法住于世。

《牟唐霍三位大师的易学》—唐君毅先生(5) 善终善始

陈健恩

今日讲唐先的所了解的：阴、阳、乾、坤。

天地：即宇宙之间，一切现象依附之载体与总体。《易传》云：“在天成象，在地成形。”

阴阳：宇宙所看到的一切形相，会延续变化，这是描述它们往来相继的状态。

凡看到形象的，一切都在由显归于隐的过程，在时间上，它慢慢会变成过去，所以是“今归于往”而属于阴。

凡生成形象之际，从无到有，由隐而显，在时间上，它就是从过往，方来到今日，所以是“方来至今”而属于阳。

乾坤：指万物的生与继。《易》的思维，看到是一个阴阳隐显的过程。能保证这个生与继的过程，运行不断的德性，就是乾坤。乾与坤，能促使阴阳相继。有了阴阳相继，世界才能生生不息，有了这个过程，才可说是《易》道。

善终善始

从客观上讲，万物皆依此《易》道。从主观上讲，万物皆有此“性”，而能自行此道。

人亦有此“性”。一般人说，我们有理想、有向往、有希望，如想自己好、家人好、或想有其他贡献，都不会因我们的现实情状、如年龄、健康、甚至生死，而会改变。就算有所更改，都源于自己的价值观有变，而非直接因为其他外因，如今天身体觉得不舒服，就不希望自己好、家人好。人会死亡，当然是事实，身体亦是精神活动的生物性基础，但生命完结，只可肯定他不能再亲自表达及实践自己的理想及向往，但同样地，不能证明他因而否定自己原有的理想与向往。他的理想及向往，反而有可能，由未来的人，帮他实现。

以上例子，看到过往一个有理想与向往的人，当身躯不存在，即有形归于无形，这就是阴的表现，即是坤。但是，因为他的理想与向往，同时会引生“继起者”的志气，即后人继承他的理想及向往，这亦形成阳的表现，即是乾。

此“继起者”，即成就及实现，往者这个理想及向往，亦即成就及实现“往者之性”。

可见，往者虽往，性未尝往，正由来者实现之。

来者，生而存在，往者已往，但“往者之性”，在新生者，未尝不存。

往者虽过去，但往者之性仍在，而使来者拥有此性，继此性。这就是未来者，即新的存在，但内在同是“往者之性”。此“往者之性”，不能说不是真实存在，只是用肉眼观察不到罢了。

此《易》道，使往者得“善终”，使来者得“善始”。生命对理想的追求，永无断绝。



明月清風

谈性情歌曲两首

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《亘古的秘密》与《爱在跟前》两曲之意浅释如下：

一、《亘古的秘密》

歌词：

让花开在枝头，让石醉在江洲；让风遍抚大地，让雨洗涤千愁。

回归宇宙，回归万有；只是付出，不须拥有；

这是亘古的秘密，这是亘古的秘密；

永远无忧，永远无忧。

让笑常若赤子，让情跨越春秋；让爱泯除人我，让心永远自由。

回归宇宙，回归万有；只是付出，不须拥有；

这是亘古的秘密，这是亘古的秘密；

永远无忧，永远无忧。

天地无私，万事万物皆顺其自然：花开枝头、石卧江洲，风雨皆为呵护大地与人间而付出，体现了无私的爱。人的生命本来是与宇宙万有、天地整体相融为一，人当以天地为师，体会其无私付出的精神，舍弃自私的占有之心，这便是天地的奥秘、亘古不变的秘密。能做到这一点，便能如心地纯真的赤子一般，不会自设障碍，能打破种种局限，跨越时空，无分人我，永远自由，自然无忧无虑。

二、《爱在跟前》

歌词：

风啊风，吹遍山巅；海啊海，投进蓝天；

情啊情，通向万物；爱啊爱，就在跟前。

爱在跟前，两手相牵；彼此关注，相互思怜；

风雨同路，心心相连；风雨同路，心心相连。

风啊风，吹遍山巅；海啊海，投进蓝天；

情啊情，通向万物；爱啊爱，就在跟前。

爱在跟前，不会争先；顺承坤道，刚健为乾；

自然呼应，往复无边；自然呼应，往复无边，往复无边。

天地万物，皆相互交融、密不可分，如风与山巅、海与蓝天一般。这正体现了「情以通为义」——人与人之间因情而相通，唯有如此，方能真切感受到爱就在眼前。

第一段所云「爱在跟前，两手相牵；彼此关注，相互思怜」，直接描绘了人与人之间真情的具体表现。唯有秉持这份忠贞之情，方能做到「风雨同路，心心相连」，携手坚定前行，终生不渝。第二段「爱在跟前，不会争先；顺承坤道，刚健为乾；自然呼应，往复无边」，则借《易经》乾坤二卦的义理阐释爱的真谛。「不会争先」，尤其体现坤道（代表女性）的本分——以乾道（丈夫）为先，不争不抢，坤道的核心精神在于「顺」，顺从乾道、稳守本分、成全乾道、配合乾道，如此乾坤方能协力成就更高的价值与理想。而乾道的精神，则在于「刚健」，即刚强不屈、自强不息、充满创造力与领导力。乾坤之间，互动无间，一为「呼」，乾道给出引领、指明方向、秉持坚定心意；一为「应」，坤道洞悉乾道的心意，自然回应、主动配合行动。这种乾坤之间的呼应，出于自然、不分你我，故而能突破一切障碍，「往复无边」，彼此心意相通、毫无阻隔，相互支持、彼此成全。

《蔡澜活过》

星光

蔡澜的《蔡澜活过》于 2025 年 2 月出版，2025 年 6 月辞世，这本应该是他最后的著作，也是他自己撰写的自传。

在此之前，我并没有认真看过蔡先生的书。并非对饮食、旅游没有兴趣，而是觉得那些地方吃不到、去不到，倒不如不看了。而且总觉得这个人好像什么都随随便便，不太正经。

然而这次却一口气把整本《蔡澜活过》看完，真的有点意外，也有意外收获。

起初是因为封底简介的一句话吸引了我：「网上常有人问我，这一生之中有没有什么后悔或遗憾的事？怎么可能没有呢？但把悲伤事说出来又有什么作用？还是只记开心事吧。」翻开书本，原来是他自己撰写的传记。翻开后便连续几天读完。正如他自己所说：他的文字浅白、精简、真挚，这倒是真的，所以读来很爽快。由于文字精简，叙事明快，读起来特别轻快。这也是很好的学习对象——如何将复杂的事件简单交代又传神。这就是蔡先生的文字功力：有时不需要舞文弄墨，也能传情达意，而且更觉恰到好处。

例如他写方逸华小姐在邵氏时如何管制开支，弄得公司制作质素下降。文字间见不到尖酸刻薄的批评，明明就是很不满，但言语间能点到即止，读者自己领会就够了。看其文，略知其人一二，这不是值得学习的地方吗？

另外，蔡先生的自传里提到不少知名或不知名的人物：在哪里相遇、说过什么、是个怎样的人，他都记得清楚。即使是说是非，虽然直接但留有情面，当然欣赏的居多。他是一个交际广阔的人，游走于大明星、政客、文人、路边摊贩甚至酒店侍应生等人物之间，处处显出幽默、真挚和人情味，把人放在心上。

其中一个故事是这样的：有一次他办书法展，一般都写些潇洒玩味的字句作展览并售卖。只有一张较为沉重：「君去青山谁共游」。有一位端庄的太太要了，见她有儿子陪同，蔡先生趁她不在时问儿子为什么要买这张。他回答道家父刚刚去世。蔡先生便劝他妈妈放开一点，并留下联络，心中答应下次有旅行团时留一个名额给她。蔡先生能够关心一个买他字画的人，也懂得私下问候她的儿子，并有具体行动安慰人。这是我十分欣赏他的细心、共情，也有法度。看似平淡轻松，其实满载温情。这是平时在电视或访问中看不到的一面。

一般我们在电视上看到的蔡先生，都是被美女包围、吃吃喝喝、哈哈大笑，似乎没有什么认真。但看他的自传就知道，他的成功是靠认真，甚至是极致的认真一步步走出来的。书里有很多例子，说他如何成就一件事。无论开餐厅、弄出品，都是经过无数次失败或尝试而完成的。

早年做电影制片时就有一件事：由于不满意采购组买的戏服布料，他亲自去裕华国货选购，并请了当年最好的师傅来做戏服。电影上映后，很多人都到裕华购买主角穿的戏服。其实自传里记载了很多他待人处事的态度和方法：值得的人，他用心对待；不值得的，他果断断联，但也显风度，做到自己不劳气也不伤害人。

到了知命之年，怎么可能没有后悔或遗憾的事？但他说：只记开心事吧！我推荐这本书给那些感到气馁、无力、失望或想活得轻松一点的人。不用想何时死、怎么死，好好活就是了。

如果早一点读蔡先生的书，人生会不会活得轻松一点呢？不过，未到时候，可能读不出味道来。我的阅读，也反映了我当下的心态，写成札记也是给自己的一份礼物。

黄帝内经（十一）：博大精深

健恩

肝属木，通于春气，所以季节在春天，颜色是青色。

在春天，人脸有点青色，反而是好现象。“五脏有五色，皆见于面”《难经》，在当令的季节，一定要看到当令的颜色，说明脏气的旺盛，与天地同频，这是顺的表现。

肝，在情志为怒。人的病，要留意神志。当人的精神，很容易受惊，都表示肝有问题。

肝，对应的味是酸。酸味的东西，能进入肝。一方面滋润肝，一方面可帮助肝排泄。所以，喝柠檬水，能保养肝脏，疏通肝脏。

肝，在《易经》河图生成之数，对应是八。

河图上说：天一生水，地六成之；天二生火，地七成之；

天三生木，地八成之；天四生金，地九成之；

天五生土，地十成之。

一至五，是生数，代表先天开始；六至十，是成数，代表后天完成。

例如，树木，首先生根（天三生木），后来才见枝叶（地八成之）而成一棵树。

这意味着，八是对应木气发展，到了完成，开始收敛的阶段。

可见，每一个数，都包含意义。八属木，地八成之，代表木的完成，即最后的结束。

天地生出一切，五行的生与成，都来自天地。

二、四、六、八、十属阴（地数）。

因八在东方，在春天，这是阴尽而阳生之地。因此，肝脏在下焦属阴，但有升发疏泄作用，所以，看到肝的功能是阴中有阳。因而肝属“阴中之阳”。

中医，为何看到很多对应？很多方法？而且治疗的方法，都取材自日常生活环境所有，运用于身体机能运作所是。天地是大宇宙，人身就是小宇宙。因此，能以山水动植物为药，经脉筋骨气血为引，日月节气五行为用。生姜治呕、红糖暖宫、艾草驱蚊，都在日常生活中，反复错累积，不需先准备一班专业团队，不用先安排很多专业仪器，只凭一双手，把脉、针灸、按摩、刮痧，即可行医。

中国农业社会，地广人稀，医疗资源极不均衡，身体有毛病，很紧急，如吃坏肚子，那怎么办？总不能一切医治的方法与药物，都要从很远的地方过来。所以，中国人从生活中，找到很多方法，所以中医发展出，厨房里的葱姜蒜椒都是药，房前屋后的草木根茎都可用，累积了五千年的经验，灵活而有效。

而且，中医的应变，都是多且快。可以说，身为一个中医，要做到当发生事，有人病痛，身边也好像什么工具都没有，但旁边看到的一切，都可成为他的武器。

中国思维，据唐先生言，这是“即器见道”。在具体事物，能见超越道理。中医的实践中，更容易展现出来。然而，不通天，不知气机消长；不通地，不辨药物性质；不通人，不明形神相感。能通天地人三才，或许正是中医的根本格局。可见中医之路，博大精深。