

學言

道德理論踐行研究中心月報

二〇二六年八月一日

第106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（下）	1
陳健恩：《牟唐霍三位大師的易學》—唐君毅先生(5) 善終善始	4
明月清風：	
談性情歌曲兩首（懷空）	5
《蔡瀾活過》（星光）	7
黃帝內經（十一）：博大精深（健恩）	9

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（下）

許志毅

霍教授晚年生病前後，寫了一首悟道詩：「山高雲在腰，水靜月來朝。神遊天地外，萬化付長嘯。」前兩句描繪了自然景象，山很高，雲在山腰環繞；水面很平靜，月亮倒映在水中，一切都是很自然而然地呈現。這象徵著人的成長，只要我們願意學習、願意磨練，自然會達到一種修養境界，這不是靠別人給予的，而是靠自己的努力修養之後自然到達的。後兩句則描繪了一種精神境界，人的精神可以超越形軀的侷限，自由自在，生命能包容一切存在，不被任何事物障礙，而自己的生命也能徹入一切存在，與天地同遊，生命四通八達，圓融無礙。

霍教授用現代的方式，把禪宗的思想和教法傳承下來，並且擴大了它的影響範圍，從佛教僧人修行的範圍，去到家庭、事業、學術、政治、經濟、領袖學等領域，讓它能夠幫助更多普通人。而我們作為學生，還有很多工作要做，要把霍教授的思想整理、記錄下來，把其中的關鍵部分提煉出來，讓更多人能夠了解和受益。霍教授的思想不僅對中國文化的傳承很重要，對整個人類的成長和發展也有著獨特的貢獻。

現在我再給大家介紹一副霍教授的對聯，這副對聯和我們的生活聯繫更緊密：「勁竹當風思節士，高松掛月照禪心。」竹子在中國文化中象徵著有節氣、有修養、理想堅定的君子。

風吹過竹子，竹子會擺動，但擺動過後依然會回到原來的姿態，不會被風吹倒。這象徵著那些有理想、有擔當、願意為文化付出的有節氣之士，無論遇到什麼困難和挑戰，都能堅定自己，不輕易動搖。高松掛月，晚上月亮掛在松樹的樹枝之間，呈現出一種平靜、寧靜的景象，這象徵著我們的內心，只要我們能夠靜下心來，就能感受到內心的清明和禪意。這副對聯也體現了霍教授希望找到更多志士、有理想的讀書人，一起為文化傳承而努力的心願。

總結

這次聽導遊介紹，我很感動。導遊說《六祖壇經》有很多版本，不過最初的版本是六祖的弟子法海所記錄的。法海除了在《六祖壇經》中留下名字之外，大家或許在其他地方很少聽到他的名字。我想說的是，若是沒有法海的記錄，六祖所講的內容大概很難廣泛傳播。而且在當時，禪宗的正統是神秀那一派，所以後人正是透過法海記錄的文字，再加上另一位優秀弟子神會前往北方，與其他佛教人士辯論，最終才為惠能爭回公道，確立了他的地位。所以神會和法海這兩位弟子，真的為六祖思想的傳播立下了大功。神會在歷史上還有較多記錄，關於他如何辯論的過程都有記載，但法海就沒有太多相關記錄了。當然，六祖另外兩位弟子，青原行思與南岳懷讓也是了不起，各培養了一位名動天下的弟子，對於禪宗的開展，有不可磨滅之功勞。

我感動的是，今天我們面對霍教授的思想，也是同樣的情況。霍教授的思想中有很多精辟深刻的見解，他把六祖思想中很重要、很關鍵的部分都解釋了出來，這是非常不容易的。這是因為霍教授對禪宗思想有非常整體、通透的理解，抓住惠能思想中細微、關鍵的地方，並且自身有深刻的領悟，才能把這些內容寫出來、解釋清楚，真的非常不易。這還只是《六祖壇經》中的一部分，霍教授對於中國文化中其他重要的經典和思想，幾乎都有很通透的見解。但很可惜，現在這些重要的思想還有很大一部分沒有被記錄下來。目前有一些他以前上課的錄音被放到了網絡上，但其中九成以上都是廣東話，對於國內或世界範圍內的傳播來說並不容易。就連廣東人或香港人聽，我相信大部分人聽到一半就會放棄，因為不容易了解。

所以作為學生，我們有一件很重要的事情要做，就是至少要把這些內容記錄下來，變成文字。下一步還要把他思想中重要、關鍵的部分提煉出來，這樣才能對霍教授思想的弘揚有所幫助。當然，更要為這些思想作註解，乃至作為教學根據的內容，培養出有內涵的人才。我這麼說並不是因為霍教授是我們的老師，出於私人感情，而是因為我們看到霍教授的這些思想，對於整個人類文化、人類成長真的有其獨到的貢獻。若是這些思想失傳了，真的會非常可惜。我們作為學生的，真的自問沒有好好守護好老師的思想遺產。所以當時聽到導遊介紹法海的事情時，我心裡有很多感慨。總之接下來我們一定要好好做好傳承之事，一方面盡我們作為學生的責任，另一方面也希望能為老師做些事情，為人類的發展貢獻一份力量。現在整個世界都很混亂，西方的文化思想發展已經到了一個很危險的地步。但這很難改變，因為整個文化的根基就是這樣，西方文化说到底就是一種對立的思想，不是那麼容易改變的。但我們可以先做好自己的文化教育傳承工作。

好了，希望大家能記住，除了個人成長和家庭成長之外，還要把眼光放得更長遠、更廣闊。所以今天我才說，其實我們成長最重要的一點，就是人本來就希望自己的思想空間、精神空間越來越廣闊，這才是真正的生命意義，而不是局限在某個小小的領域裡。

最後我再講一個故事，讓大家看看古代的家庭教育是怎樣的。漢代的時候有一個讀書人叫做范滂，他是一個非常正直的人，正因為如此，他得罪了一些權貴，後來被誣陷，被判死刑。作為母親，看到自己這麼優秀的孩子遭遇這樣的事情，心裡肯定會很難過、很委屈，覺得很不公，但他的母親並沒有這樣。在最後一個晚上，他的母親去探望他，與他訣別。范滂說：「我什麼都能放下，唯獨放不下母親你。我還沒能好好孝順你，這一點真的放不下。」但他的母親安慰他說：「你做得這麼好，歷史上很多人物也不過如此。你已經有了這樣的修養和內涵，能夠與古人媲美，還有什麼遺憾的呢？媽媽這邊你不用擔心，看到你這樣，媽媽已經很安慰了。」所以范滂聽了之後就釋懷了，非常坦然地接受了刑罰。

范母真不簡單，古代的家庭教育真的不簡單，讓孩子做一個孝順的人只是一個起點。所以《大學》裡才會說「修身、齊家、治國、平天下」，人的思想和精神是可以不斷擴大的，但並不是說要忘記根本。就像六祖，雖然他後來成為了禪宗大師，但他也沒有忘記父母，還在國恩寺裡供奉了他父母的靈位。所以我們現在所講的文化，是一種非常廣博的思想，蘊含著廣大的深情，是有本有末的。大家要好好學習，也不要忘記好好弘揚這份文化，使法住於世。

《牟唐霍三位大師的易學》—唐君毅先生(5) 善終善始

陳健恩

今日講唐先的所了解的：陰、陽、乾、坤。

天地：即宇宙之間，一切現象依附之載體與總體。《易傳》云：“在天成象，在地成形。”

陰陽：宇宙所看到的一切形相，會延續變化，這是描述它們往來相繼的狀態。

凡看到形象的，一切都在由顯歸於隱的過程，在時間上，它慢慢會變成過去，所以是“今歸於往”而屬於陰。

凡生成形象之際，從無到有，由隱而顯，在時間上，它就是從過往，方來到今日，所以是“方來至今”而屬於陽。

乾坤：指萬物的生與繼。《易》的思維，看到是一個陰陽隱顯的過程。能保證這個生與繼的過程，運行不斷的德性，就是乾坤。乾與坤，能促使陰陽相繼。有了陰陽相繼，世界才能生生不息，有了這個過程，才可說是《易》道。

善終善始

從客觀上講，萬物皆依此《易》道。從主觀上講，萬物皆有此“性”，而能自行此道。

人亦有此“性”。一般人說，我們有理想、有嚮往、有希望，如想自己好、家人好、或想有其他貢獻，都不會因我們的現實情狀、如年齡、健康、甚至生死，而會改變。就算有所更改，都源於自己的價值觀有變，而非直接因為其他外因，如今天身體覺得不舒服，就不希望自己好、家人好。人會死亡，當然是事實，身體亦是精神活動的生物性基礎，但生命完結，只可肯定他不能再親自表達及實踐自己的理想及嚮往，但同樣地，不能證明他因而否定自己原有的理想與嚮往。他的理想及嚮往，反而有可能，由未來的人，幫他實現。

以上例子，看到過往一個有理想與嚮往的人，當身軀不存在，即有形歸於無形，這就是陰的表現，即是坤。但是，因為他的理想與嚮往，同時會引生“繼起者”的志氣，即後人繼承他的理想及嚮往，這亦形成陽的表現，即是乾。

此“繼起者”，即成就及實現，往者這個理想及嚮往，亦即成就及實現“往者之性”。

可見，往者雖往，性未嘗往，正由來者實現之。

來者，生而存在，往者已往，但“往者之性”，在新生者，未嘗不存。

往者雖過去，但往者之性仍在，而使來者擁有此性，繼此性。這就是未來者，即新的存在，但內在同是“往者之性”。此“往者之性”，不能說不是真實存在，只是用肉眼觀察不到罷了。

此《易》道，使往者得“善終”，使來者得“善始”。生命對理想的追求，永無斷絕。



明月清風

談性情歌曲兩首

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《亙古的秘密》與《愛在跟前》兩曲之意淺釋如下：

一、《亙古的秘密》

歌詞：

讓花開在枝頭，讓石醉在江洲；讓風遍撫大地，讓雨洗滌千愁。

回歸宇宙，回歸萬有；只是付出，不須擁有；

這是亙古的秘密，這是亙古的秘密；

永遠無憂，永遠無憂。

讓笑常若赤子，讓情跨越春秋；讓愛泯除人我，讓心永遠自由。

回歸宇宙，回歸萬有；只是付出，不須擁有；

這是亙古的秘密，這是亙古的秘密；

永遠無憂，永遠無憂。

天地無私，萬事萬物皆順其自然：花開枝頭、石臥江洲，風雨皆為呵護大地與人間而付出，體現了無私的愛。人的生命本來是與宇宙萬有、天地整體相融為一，人當以天地為師，體會其無私付出的精神，捨棄自私的佔有之心，這便是天地的奧秘、亙古不變的秘密。能做到這一點，便能如心地純真的赤子一般，不會自設障礙，能打破種種局限，跨越時空，無分人我，永遠自由，自然無憂無慮。

二、《愛在跟前》

歌詞：

風啊風，吹遍山巔；海啊海，投進藍天；

情啊情，通向萬物；愛啊愛，就在跟前。

愛在跟前，兩手相牽；彼此關注，相互思憐；

風雨同路，心心相連；風雨同路，心心相連。

風啊風，吹遍山巔；海啊海，投進藍天；

情啊情，通向萬物；愛啊愛，就在跟前。

愛在跟前，不會爭先；順承坤道，剛健為乾；

自然呼應，往復無邊；自然呼應，往復無邊，往復無邊。

天地萬物，皆相互交融、密不可分，如風與山巔、海與藍天一般。這正體現了「情以通為義」——人與人之間因情而相通，唯有如此，方能真切感受到愛就在眼前。

第一段所云「愛在跟前，兩手相牽；彼此關注，相互思憐」，直接描繪了人與人之間真情的具體表現。唯有秉持這份忠貞之情，方能做到「風雨同路，心心相連」，攜手堅定前行，終生不渝。第二段「愛在跟前，不會爭先；順承坤道，剛健為乾；自然呼應，往復無邊」，則借《易經》乾坤二卦的義理闡釋愛的真谛。「不會爭先」，尤其體現坤道（代表女性）的本分——以乾道（丈夫）為先，不爭不搶，坤道的核心精神在於「順」，順從乾道、穩守本分、成全乾道、配合乾道，如此乾坤方能協力成就更高的價值與理想。而乾道的精神，則在於「剛健」，即剛強不屈、自強不息、充滿創造力與領導力。乾坤之間，互動無間，一為「呼」，乾道給出引領、指明方向、秉持堅定心意；一為「應」，坤道洞悉乾道的心意，自然回應、主動配合行動。這種乾坤之間的呼應，出於自然、不分你我，故而能突破一切障礙，「往復無邊」，彼此心意相通、毫無阻隔，相互支持、彼此成全。

《蔡瀾活過》

星光

蔡瀾的《蔡瀾活過》於 2025 年 2 月出版，2025 年 6 月辭世，這本應該是他最後的著作，也是他自己撰寫的自傳。

在此之前，我並沒有認真看過蔡先生的書。並非對飲食、旅遊沒有興趣，而是覺得那些地方吃不到、去不到，倒不如不看了。而且總覺得這個人好像什麼都隨隨便便，不太正經。

然而這次卻一口氣把整本《蔡瀾活過》看完，真的有點意外，也有意外收穫。

起初是因為封底簡介的一句話吸引了我：「網上常有人問我，這一生之中有沒有什麼後悔或遺憾的事？怎麼可能沒有呢？但把悲傷事說出來又有什麼作用？還是只記開心事吧。」翻開書本，原來是他自己撰寫的傳記。翻開後便連續幾天讀完。正如他自己所說：他的文字淺白、精簡、真摯，這倒是真的，所以讀來很爽快。由於文字精簡，敘事明快，讀起來特別輕快。這也是很好的學習對象——如何將複雜的事件簡單交代又傳神。這就是蔡先生的文字功力：有時不需要舞文弄墨，也能傳情達意，而且更覺恰到好處。

例如他寫方逸華小姐在邵氏時如何管制開支，弄得公司製作質素下降。文字間見不到尖酸刻薄的批評，明明就是很不滿，但言語間能點到即止，讀者自己領會就夠了。看其文，略知其人一二，這不是值得學習的地方嗎？

另外，蔡先生的自傳裡提到不少知名或不知名的人物：在哪裡相遇、說過什麼、是個怎樣的人，他都記得清楚。即使是說是非，雖然直接但留有情面，當然欣賞的居多。他是一個交遊廣闊的人，遊走於大明星、政客、文人、路邊攤販甚至酒店侍應生等人物之間，處處顯出幽默、真摯和人情味，把人放在心上。

其中一個故事是這樣的：有一次他辦書法展，一般都寫些瀟灑玩味的字句作展覽並售賣。只有一張較為沉重：「君去青山誰共遊」。有一位端莊的太太要了，見她有兒子陪同，蔡先生趁她不在時問兒子為什麼要買這張。他回答道家父剛剛去世。蔡先生便勸他媽媽放開一點，並留下聯絡，心中答應下次有旅行團時留一個名額給她。蔡先生能夠關心一個買他字畫的人，也懂得私下問候她的兒子，並有具體行動安慰人。這是我十分欣賞的他的細心、共情，也有法度。看似平淡輕鬆，其實滿載溫情。這是平時在電視或訪問中看不到的一面。

一般我們在電視上看到的蔡先生，都是被美女包圍、吃吃喝喝、哈哈大笑，似乎沒有什麼認真。但看他的自傳就知道，他的成功是靠認真，甚至是極致的認真一步步走出來的。書裡有很多例子，說他如何成就一件事。無論開餐廳、弄出品，都是經過無數次失敗或嘗試而完成的。

早年做電影製片時就有一件事：由於不滿意採購組買的戲服布料，他親自去裕華國貨選購，並請了當年最好的師傅來做戲服。電影上映後，很多人都到裕華購買主角穿的戲服。其實自傳裡記載了很多他待人處事的態度和方法：值得的人，他用心對待；不值得的，他果斷斷聯，但也顯風度，做到自己不勞氣也不傷害人。

到了知命之年，怎麼可能沒有後悔或遺憾的事？但他說：只記開心事吧！我推薦這本書給那些感到氣餒、無力、失望或想活得輕鬆一點的人。不用想何時死、怎麼死，好好活就是了。

如果早一點讀蔡先生的書，人生會不會活得輕鬆一點呢？不過，未到時候，可能讀不出味道來。我的閱讀，也反映了我當下的心態，寫成札記也是給自己的一份禮物。

黃帝內經（十一）：博大精深

健恩

肝屬木，通於春氣，所以季節在春天，顏色是青色。

在春天，人臉有點青色，反而是好現象。“五臟有五色，皆見於面”《難經》，在當令的季節，一定要看到當令的顏色，說明臟氣的旺盛，與天地同頻，這是順的表現。

肝，在情志為怒。人的病，要留意神志。當人的精神，很容易受驚，都表示肝有問題。

肝，對應的味是酸。酸味的東西，能進入肝。一方面滋潤肝，一方面可幫助肝排泄。所以，喝檸檬水，能保養肝臟，疏通肝臟。

肝，在《易經》河圖生成之數，對應是八。

河圖上說：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，是生數，代表先天開始；六至十，是成數，代表後天完成。

例如，樹木，首先生根（天三生木），後來才見枝葉（地八成之）而成一棵樹。

這意味著，八是對應木氣發展，到了完成，開始收斂的階段。

可見，每一個數，都包含意義。八屬木，地八成之，代表木的完成，即最後的結束。

天地生出一切，五行的生與成，都來自天地。

二、四、六、八、十屬陰（地數）。

因八在東方，在春天，這是陰盡而陽生之地。因此，肝臟在下焦屬陰，但有升發疏泄作用，所以，看到肝的功能是陰中有陽。因而肝屬“陰中之陽”。

中醫，為何看到很多對應？很多方法？而且治療的方法，都取材自日常生活環境所有，運用於身體機能運作所是。天地是大宇宙，人身就是小宇宙。因此，能以山水動植物為藥，經脈筋骨血氣為引，日月節氣五行為用。生姜治嘔、紅糖暖宮、艾草驅蚊，都在日常生活中，反覆錯累積，不需先準備一班專業團隊，不用先安排很多專業儀器，只憑一雙手，把脈、針灸、按摩、刮痧，即可行醫。

中國農業社會，地廣人稀，醫療資源極不均衡，身體有毛病，很緊急，如吃壞肚子，那怎麼辦？總不能一切醫治的方法與藥物，都要從很遠的地方過來。所以，中國人從生活中，找到很多方法，所以中醫發展出，廚房裡的葱姜蒜椒都是藥，房前屋後的草木根莖都可用，累積了五千年的經驗，靈活而有效。

而且，中醫的應變，都是多且快。可以說，身為一個中醫，要做到當發生事，有人病痛，身邊也好像甚麼工具都沒有，但旁邊看到的一切，都可成為他的武器。

中國思維，據唐先生言，這是“即器見道”。在具體事物，能見超越道理。中醫的實踐中，更容易展現出來。然而，不通天，不知氣機消長；不通地，不辨藥物性質；不通人，不明形神相感。能通天地人三才，或許正是中醫的根本格局。可見中醫之路，博大精深。