



## 中庸講記 (71)

◎ 黃錫堃總領導點傳師主講

(接上期)

「寡視養神」，整日看電視的人，或整日在網咖的人，或整日在上網看東西的人，多損精神。

「寡思養真」，「寡思」就是不要胡思亂想。老前人為什麼是講「真」？應該是「精」，我們若讀過《文子》就知道：「至德天地之道，故謂之真人。」〈道原〉剛後學講返樸歸真，這個「真」是我們的率真，所謂「率性之謂道」《中庸》。不率真，我們「真」的東西就會消失。

「寡忿養性」，「寡忿」，不要常生氣，「忿」是常生氣；要養我們的本性，生氣，我們的本性就不圓滿、

就有缺點。後學在這裡特別將「約」再澄清一下。

「而不傾」，是指不能全盤傾出；講話也好、精神也好，不能全部都用盡；「傾」就是全部傾出。所以要簡單，原因在「簡」。

「行適其中而不華，何其簡也」，行為要最適合，沒有不實在的，這是很簡單的。

「然實心所存，言寡而中」，言要寡，寡言養氣。

「卻富幽雅之味」，講話簡短能讓人感受到文雅。像是戲曲，如京戲中的對戲，一句來一句去，講話很優美，都是文言文。老前人在講楊家將

裡的〈四郎探母〉，他思念父母的孝心，都在文字、談話中顯露出來。這就是「富幽雅之味」。

「貌質而恭」，「恭」是恭敬的意思；人若誠懇，「乃有可象之儀」，他的形象、風儀、儀態，確實能令人感受到是相當有修養功力的一個人。

「簡中而自有文彩焉」，雖然很簡單，但不失其文采；他的文采跟我們一般的文采不一樣，他沒有顯露出來。

**⑦ 溫而理**：溫者溫厚也，其言不危激，爾雅可聽，行不峭厲，渾厚符望，何其溫也。理者條理分明也。然實心所存，言雖和悅，而是非不混；行雖平易，而可否分明，溫中而自有條理存焉。

「溫者溫厚也」，溫就是溫厚、溫和。

「其言不危激」，講話不要太激動，所謂強辭奪理、咄咄逼人。為什麼不能咄咄逼人或強辭奪理？所謂「責人不可太盡，譽人不可太溢」，這是古早老前人講的道理，罵人不能將人罵到沒有餘地；責人太盡，會讓人沒有退步的空間，要留個餘地讓人迴轉、讓人反省，不能罵人太盡。譽

人不可太溢，稱讚人不可太嘍嘍（台語，虛妄、虛偽），沒兩分卻稱讚到十分，這個誤導會害人，這就是「危激」。若沒有強辭奪理或是咄咄逼人，則「爾雅可聽」，文辭很優雅、優美，其文雅講話讓人聽起來很舒服。

「行不峭厲」，就是人不能急性，強辭奪理就是急性；還有剛剛談到的稱讚人、責備人，都是要注意的地方。

「渾厚符望」，意思就是講話要有分寸，一句話要講完整，不要這插一句、那插一句，那就不滑溜（台語，喻圓滑、流暢）。

「何其溫也」，這樣子就稱做溫和，不是懦弱才叫溫。

「理者條理分明也」，理，就能條理分明。

「然實心所存，言雖和悅，而是非不混」，講話雖然感覺中氣不十足，然而很溫和、不激動，不是像國父古早在陳述志向募款時，激動地拍椅拍桌，想「鼓動風潮，創造時勢」《建國方略》，很激動地想要推動他的理想。但是我們不這樣，我們是「是非不混」，不會將對的或不對的來混合。

「行雖平易，而可否分明」，雖

然是很簡單的話，但讓人能清楚好或不好，令人能了解接受。

「溫中而自有條理存焉」，溫和中講得條理分明，就像寫文章時條理分明。

**⑧ 知遠之近：**遠者天下國家也，理天也。近者己身也，人道也。夫天下國家之有治有忽，吾身之有得有失，是為遠之近。若不知此，則必先馳志於遠，而忽其近，明所當謹者矣，故曰：知遠之機在於近。

「遠者天下國家也，理天也。近者己身也，人道也」，遠就是天下國家，我們把道理講遠一點，所謂「修身齊家治國平天下」。不過老前人講道理，講遠一點都是講理天，近者講自己的身軀，就是講人道，這是天道與人道的區別。

「夫天下國家之有治有忽」，天下國家有時治理得很好，有時「有忽」，就是會亂、疏忽了。

「吾身之有得有失，是為遠之近」，我們的身軀也一樣，有時做對的事情，有時會做錯事；由這個事情，我們要了解，一個國家的治，不是國家的問題，而是每一個人的問題；每

一個人有治理好，國家就治；若有修身，自然家齊國治天下平。這一系列可由最近推到遠的。老子也談過這個道理，《道德經》第六十四章：「合抱之木，生於毫末；九層之臺，起於累土；千里之行，始於足下；為者敗之，執者失之……」，一棵大樹是由一粒小小的種子長成的；九層高的塔也是一堆一堆的土囤積起來的；要走千里路途的第一步，也是要我們的腳踏出去，才能走千里路，所以你的腳能不能踏出去，也是要由近的先了解。

這三樣在講什麼呢？「知遠之近」、「知風之自」、「知顯之微」都在講「機」，這個「機」很要緊，都要由自身做起。「機」，一般是講發動，發動的一個源頭；但是我們研究經典，是指人的起心動念，一個人的起心動念就是「機」；若照文句來講是發動之所由也，在那裡發生的一個因由，每一事項都有因由；像剛講「所守甚約」，其出處是《淮南子》，一定有一個出處、是由誰講的，誰講的也很重要，就可以去查、去研究，這就是出處。現在講「機」，講天下、國家，講理天，也是要從人道先做起，所以我們常講：「人道盡，天道近」，這就是「知遠之近」。

「若不知此，則必先馳志於遠，而忽其近」，「馳」就是趕緊；我們的志向若是要趕緊將遠的、即天下國家治理好，卻忽略了自身的修養，這樣就錯了。

「明所當謹者矣」，我們要知道應當小心的是在哪裡。「故曰：知遠之機在於近」，「機」即起心動念；我們知道國家天下，或是人要返本還原、要回理天，起心動念要從我們自身做起。

⑨知風之自：風者身之行事動人耳目處為風。猶如風度，風采或者風俗等謂之風。自者知其身之得失，皆由乎心之邪正為事所從出，故言自也。是為風之自，若不知此，則必先著意於風，而忽其自，明所當謹者矣。故曰：知風之機在於自。

「風者身之行事動人耳目處為風。猶如風度，風采或者風俗等謂之風」，「風」就是風俗，是身的行動，是行事、行動的耳目處，這就是風，尤其我們的風度、風采、風俗就是風。

「自者知其身之得失」，這些風度、風采、風俗，都要先去知道自身的得失，要從自身做起，風度的顯露是從哪裡做起？是我們的「心」做起。

「皆由乎心之邪正為事所從出，故言自也。是為風之自」，這個心是正確或不正確，行事出來就不一樣；正的就做正的事情出來，邪的就做邪的事情出來，都在於一開始的起心動念，這就在告訴我們「自」，「是為風之自」。

「若不知此」，若不知道這樣，「則必先著意於風」，大家講風俗要改變，我們要如何來改變不好的風俗習慣？也是要從自心做起。

「而忽其自」，要從內心的邪、正來調整好。

「明所當謹者矣」，這就是我們要知道應當小心謹慎的地方在哪裡。

「故曰：知風之機在於自」，這個源頭就是在我們自心裡面。

⑩知顯之微：故知微者乃顯之機也。如自之邪正藏於心，固甚微矣，然有諸內，必形諸外，著之為風，由近及遠，是為微之顯，若不知此，則先留意於顯，而忽其微。明所當謹者矣。

「故知微者乃顯之機」，「顯」即剛講「千里之行，始於足下」，都是從看不見的地方顯現出來，好比一棵大樹，是從一粒種子長成，種子被風吹會



飛的東西，吹送後將之種到地底下，經過一段時間之後，它會茂盛，成為一棵大樹顯露出來，但是我們要知道其源頭在哪裡。

「如自之邪正藏於心」，人有正當或沒正當，都是隱藏在我們內心裡面。

「固甚微矣」，這是看不見的東西，所謂「知顯之微」，這是從末推到本，從顯推到微。

「然有諸內，必形諸外」，即所謂「誠於中，形於外」《大學》。

「著之為風」，看得見的是風，風俗、風度、風采、風俗習慣。

「是為微之顯」，這些顯露出來，心若正，風俗習慣就是正確；心若不正，不良的風俗習慣就顯露在大家的面前。

「若不知此，則先留意於顯」，若不知道這樣，而想要如何去改變風俗習慣，用末的來治理、改進，能夠有辦法嗎？

「而忽其微」，自己不知道病源在哪裡。

「明所當謹者矣」，所以我們要知道自己應當謹慎小心的地方在哪裡。

以上是今天要講的第三十三章裡面的「為己」，所以才告訴我們「闔然而日章、的然而日亡、淡而不厭、簡而文、溫而理、知遠之近、知風之自、知微之顯」。這些道理提供給大家，這都是真理，是孔門心法，我們若句句、一步一步地去體悟，裡面的道理是無窮無盡的，希望大家好好去思考。

（續下期）