



由經典體悟修道生活

談君子無終食之間違仁

◎ 許筱君

「君子無終食之間違仁」出自《論語·里仁》。子曰：「富與貴是人之所以欲也，不以其道得之，不處也。貧與賤是人之所以惡也，不以其道得之，不去也。君子去仁，惡乎成名？君子無終食之間違仁，造次必於是，顛沛必於是。」孔子說：「富貴顯達人人嚮往，但如果不是通過正當方法得到，那麼即使是已到手的富貴，君子也不會接受或享用這樣的富貴；貧窮卑賤是人人厭惡而想遠離，但如果脫離貧賤的方法不正當，那麼君子寧願貧賤，並不會刻意去逃避。君子若沒有了仁愛之心，如何能成就君子的美名呢？真正的君子在任何時刻都不會失去仁愛之心，無論是面對

情急慌亂的突發事變，或是生活在困頓流離的挫折狀態中，都會守住仁德而不动摇。」

許多人知道「終食之間」是指一頓飯的時刻，引申為「二六時中」。但為什麼短到可能只有 15 分鐘就一餐飯的時間裡，能夠代表一天 24 小時呢？而終食之間也意指時時刻刻，因此，常有人將終食之間誤寫成「終始之間」，表達其有始有終之意；殊不知，古人用字之精準、涵意之講究，都有其深刻考量。所謂「民以食為天」、「吃飯皇帝大」，一頓飯的時間雖可長可短，但人性的弱點卻最易在此時顯露無遺；從檯面下的爭先恐

後、貪得無厭，到檯面上的鋪張浪費、暴飲暴食，短短一頓飯的時間裡，最易醜態百出，也最易看出一個人的品德涵養。

從最基本的餐桌禮儀來看，有人目中無人、挑嘴揀擇，有人感恩謙讓、進退有禮，從中我們不難看出一個人的家教、修養，以及日常生活及衛生習慣。在杯盤交錯間，人們或許會說些心口不一的話語，但個性與習慣仍甚易分辨；因此，我們會用：「吃相難看」引申一個人貪贓枉法；用「一飯三吐哺」《韓詩外傳》形容一個人勤於政事；也用「鴻門宴」指人別有心機、宴無好宴。

《易經》第27卦頤卦卦辭：「頤，貞吉，觀頤，自求口實。」貞即正也、定也；指頤卦須守正居定（謹守正道）方可獲吉祥。觀即仔細審察，外察人我事物的本質內涵，內觀自我心性的意念起伏。頤卦卦象像一個空空的嘴巴，下卦震雷表動、上卦艮山表止，象徵在人的面部五官上有一座如如不動的山，就一般人來說是指鼻子，稱為「山根」；聽過三寶講述的道親也許能會心一笑，明白這如如不動的「山艮」意指「玄關」，當「艮」

能求得「明師一指點」後，即成為「良」，所謂天理良心顯現，讓我們能知其所止，謹慎而節制地止於至善之所。而「觀頤」不僅是粗略地觀察他人的養生之道，更須細心深入地省察人我供養款待的對象及方式，以學得頤養之道。而「自求口實」則意指這空空的嘴巴，人必須自食其力、自我實踐，以求得充實自我的能力。

象曰：「山下有雷，頤；君子以慎言語，節飲食。」所謂「禍從口出，病從口入」，這頤卦上止下動，就如同口之說話、嚼食狀；故君子應效法頤卦雷動於下，山止於上，能動而知止的養正之道，慎發言語以養德，節制飲食以養身，方可在日常生活中動靜合宜、修身養性，以趨吉避凶，獲得吉祥。

東漢末年的經學大師鄭玄注解：「觀其求可食之物，則貪廉之情可別也。」指看人如何求得自養之食的同時，就可以了解一個人的德行；吃相好看的，人品就好；吃相難看的，人品就差。所以，「終食之間」意指如果在這看似短暫卻關鍵的時刻裡，都能謹言慎行而不違仁德，則二六時中要守住仁德也相對容易多了。

接著談「仁」，儒家思想的核心是仁愛，《中庸》二十章說：「仁者人也，親親為大。」仁是為人的道理，是人與人之間相互親愛的一種關係。

《論語·顏淵》記載了多位弟子向孔子請教如何做到仁德，其中樊遲問仁，子曰：「愛人。」仁表現出來就是愛心。仲弓問仁，子曰：『……己所不欲，勿施於人。……』仁的表現也是將心比心。四配十哲之首的顏淵問仁，子曰：「克己復禮為仁。」仁的表現更是要能約束自己的身心，使合乎行為規範的義理及禮節；而「為仁由己」的具體條目，正是指當遇到不合乎道理與禮節的事時，要能懂得「知止」《大學》，此即「非禮勿視，非禮勿聽，非禮勿言，非禮勿動」這四大功夫的實踐。換句話說，仁的表現，對內要能約束、修養自己，對外要能愛人。

孟子繼承孔子的「仁愛」之說，在「親親」的基礎上再提出「仁民愛物」的思想（註1）。孟子認為：「惻隱之心，仁之端也。」《孟子·公孫丑上》也就是人的天性良知裡都帶有「不忍人之心」《孟子·公孫丑上》，即為良心。王陽明〈詠良知四首示諸生〉：「個個人心有仲尼，自將聞見苦遮迷。而今指與真頭面，只是良知

更莫疑。」是指「仁愛」即要能將此良知推己及人，做到「老吾老，以及人之老；幼吾幼，以及人之幼」《孟子·梁惠王上》的大同理想，如此，私慾盡淨，而心德之全也。對於立志修行的道親們來說，有二點目標可做為具體的實踐：

1. 克己復禮，守良知（退——對內，固守，知止）：

唐詩聖杜甫曾寫下：「朱門酒肉臭，路有凍死骨」〈自京赴奉先詠懷五百字〉的詩句，描寫權貴飽暖思淫慾的奢華，以及安史之亂中，窮人顛沛流離，只能飢不擇食、挨餓受凍的淒慘景象。戰亂與飢荒從來不曾遠離人間，或許在累世的輪迴裡、在未知的際遇中，我們的人生也曾處在富貴窮通的任何狀態，但當我們心中有良知、眼中有他人時，會明瞭道德之第一目的在顧及他人。

所謂「見微知著」，飲食與餐桌間的言行舉止，就代表著我們做人處世的道理及分寸，進退之間盡是文化的展現。如果我們能安守心性、固守仁德，就會「以良知在我心而約身如繩」，這也是為什麼在《論語·衛靈公》中，子曰：「君子固窮，小人窮

斯濫矣。」在窮困中，惟有君子能固守良知、謹守仁德；而小人則會不擇手段，花招百出。因此，我們所應學習的，是正確思考如何按照君子的人格來律己、如何按照君子的要求來處世。在逆境中能克己復禮、守時待運、不妄求；在順境中能體恤他人、仁民愛物，顯天良。

2. 知命造命，行仁愛（進——對外，力行，能動）：

佛家說：「一飲一啄，莫非前定。」陳朗老居士曾在李嘉誠先生年輕時，就算定他將來會是香港首富（註2）；所以，修行人若真懂因緣果報，就能沒有絲毫強求的念頭；強求無法成就，如果不擇手段強求到了，那也是命裡頭本該有的。而不擇手段謂之小人，命裡頭本有，但卻為此做了小人，這可真叫「小人冤枉做小人」啊！而君子則能順天知命、謹守仁德，明白「命中有時終須有，命裡無時莫強求」的道理，看破富貴與貧賤這兩道關卡，不為外物所動搖。

君子內心所時時存養省察的，是如何能力行「仁愛」以造命。孟子曰：「求則得之，舍則失之，是求有益於得也，求在我者也。求之有道，得

之有命，是求無益於得也，求在外者也。」《孟子·盡心上》君子所自我期許追求的仁、義、禮、智、信，是原本就在我人身所固有的自性裡。而富貴利達等身外之物，則是「得之，我幸；不得，我命」。故而孟子曰：「君子所以異於人者，以其存心也。君子以仁存心、以禮存心。仁者愛人，有禮者敬人。愛人者人恆愛之；敬人者人恆敬之。」《孟子·離婁下》這份仁愛的存心與追求，就是天理循環，知命再造命的修道典範。

《元史》記載了許衡「義不摘梨」的故事（註3）。許衡是元代一位全方位的學術大師，生於元初亂世，在24歲時曾跟隨眾人在酷暑天裡逃難，途中因盛夏炎熱而飢渴難耐；路邊正好有一棵梨樹，眾人紛紛爭先恐後去摘梨解渴，唯獨許衡端坐樹下，神情自若。有人不解地問：「何不摘梨來解渴充飢？」許衡答曰：「不是自己的而拿來吃，是不可以的。」那人說：「現在時局這麼亂，大家都各自逃難，這棵梨樹恐怕早已沒有主人了，你又何必介意呢？」許衡正色道：「梨雖無主，難道我們的心也無主了嗎？」別人給的東西有一點不合乎義理就不能接受啊！

許衡曾說過，「道」在日用行事中，不是高遠難行之事，並提出「鹽米細事」也應當講究道德的實踐。意指開門七件事：柴、米、油、鹽、醬、醋、茶，就是我們學習與踏實修行的道場，「道」就在生活的微細瑣事中體現。常言「肚子餓是最大的真理」，但身為難民的許衡，卻寧願忍受飢渴之苦，將道德切實踐履於生活之中，做到不動一念貪取之心，以良知在我心而能約身如繩，其人格就如同西漢劉向《說苑》中的：「義士不欺心，廉士不妄取」般廉潔高尚。

在古代有這樣的高潔之士令我們心生景仰，在現今亦不乏我們學習的對象，提到 14A 前央行總裁——彭淮南，總令人豎起大拇指，他是一貫道之光，落實不取身外之財的一貫道精神。彭總裁苦讀出身，父親是工廠工人，家中有 9 個兄弟姊妹，全家都是一貫道安東道場的道親，深受一貫道信仰的影響。高斌凱老前人曾送過一幅「淡泊以明志，寧靜以致遠」的墨寶來鼓勵他為國為民服務。其一生從事公職，任央行總裁 20 年，面對金融圈龐大的金錢誘惑，卻能廉潔自守；本人與家人從未傳出任何流言蜚語，就來自於他長達 40 年的一貫道信仰，

像百年榕樹的根，令他面對大風大浪能堅志不動搖，在專業與操守上皆備受世人肯定，民間聲望亦高。他十多年的鄰居曾說：「每逢過年過節，都會看到有人提著禮物來，再提著禮物走。」鄰居們都看在眼裡。

彭總裁拒絕誘惑的不止於財富，還有名利。由於他的高民調、高滿意度，因此許多政黨，都不斷把腦筋動到他頭上，從行政院院長到副總統候選人，甚至有政黨還想邀他代表競選總統；但彭總裁從未動搖，謹守「央行總裁是最後公職」的承諾，全部婉拒。顯然彭總裁不僅做到了心性淡泊，更有智慧寧靜自持，寧可守住其財經專業的領域，也不願攀求權勢高峰。明智的抉擇，讓他在央行總裁任上持盈保泰，成為了長青樹。

要知道，物可以無主，但我們的心不可以無主。這「主」是我們良知良能的展現，是對自我言行的約束，也是道德和信仰的實踐。《論語·述而》中，孔子也說：「不義而富且貴，於我如浮雲。」所以，惟有我心有主，才能不為世俗所牽、不為慾望所誘；正因為我心有主，君子才能無終食之間違仁，而卓然超拔、成聖為賢。

今天讓後學最感幸運的是，在老前人「認理實修」的理念下，我們何期有幸能持續在經典的指引下學習；濟公老師要求徒兒「三不離」——希望我們有道場、經典、善知識的提醒磨煉中，讓我心有主，進而提升自覺功夫，增進修道火候。西漢劉向《說苑·談叢》：「賢師良友在其側，詩書禮樂陳於前，棄而為不善者，鮮矣。」今天在道場裡有許多犧牲奉獻的前賢們，就是我們所要學習的賢師良友；而經典就是引領著我們前行方向的明燈；在道場這片淨土裡學習，若還能自棄、棄人而做出不合乎道理與禮節之事者，是很少有的啊！因此，本著三不離的原則，依著活佛恩師所說：「修行以慎獨為宗，以體認天理為要，以日用尋常為實際」《老師的話第13集》來努力，相信必能百尺竿頭、道業精進！

註1：出自《孟子·盡心上》。孟子曰：「君子之於物也，愛之而弗仁；於民也，仁之而弗親。親親而仁民，仁民而愛物。」

註2：淨空法師曾說過，香港有位陳朗老居士，他的命相風水很高明。李嘉誠先生沒發達前找

他看相，他問李先生：「你希望將來有多少財富你就滿足？」李先生告訴他：「我若能有三千萬港幣，就很滿足了。」陳朗老居士說：「你命裡頭財庫很大，不止三千萬，你將來是香港首富。」後來果真被他算中。（http://ft.hwadzan.com/dv.php?sn=21-383-0001&lang=zh_CN）

註3：原文《元史·列傳第45·許衡》：嘗暑中過河陽，渴甚，道有梨，眾爭取啖之，衡獨危坐樹下自若。或問之，曰：「非其有而取之，不可也。」人曰：「世亂，此無主。」曰：「梨無主，吾心獨無主乎？」……嘗語人曰：「綱常不可一日而亡於天下，苟在上者無以任之，則在下之任也。」……人有所遺，一毫弗義，弗受也。……庭有果熟爛墮地，童子過之，亦不睨視而去，其家人化之如此。……已而卒，年七十三。……懷人無貴賤少長，皆哭於門。四方學士聞訃，皆聚哭。有數千里來祭哭墓下者。