

基金會自84年起辦理照亮心靈講座，持續至今，啟發大眾對生命深刻的反思，看到凡事皆有其意義價值，在忙碌中，不忘往內觀照，給自己希望及力量。

追隨孔子，過有意義的人生

本會「照亮心靈」講座摘錄

主講／傅佩榮（大學教授） 整理／謝蕙蒙

生命的意義何在？每個人在人生路上碰到問題時，都會想去尋找答案。在學校裡，老師就是扮演「人生的導師」的角色，但離開學校後，唯有重溫孔孟、老莊，把經典中的人生智慧作為圭臬，我們即自有做人處事的分寸，自能找出安身立命之所。

重新認識孔子有教無類

有一次在校園裡碰到一個以前教過的學生，他走過來跟我打招呼：「老師，您還記得我嗎？」坦白說我教過的學生太多了，記不起來，便笑著說：「我記不記得你不重要，重要的是，你還記得你自己嗎？」學生聽了嚇一跳，從此以後見到我就遠遠避開。因為這個問題太大了，就像所謂的生命意義，很多人都感到茫茫然，或是得過且過，很少人深思：這到底是不是自己所要的人生？

孔子曾說自己「吾十有五而志於學，三十而立，四十而不惑，五十而知天命，六十而耳順，七十而從心所欲，不逾矩。」似乎一路向上，每隔十年便有新的體驗，這一生過得既充實又自在。孔子三歲喪父，十七歲喪母，有一個同父異母的哥哥，也很早過世了，他雖然自幼聰敏好學，十五歲即立志向學，但在這樣的家世背景下，想讀書也未必能如願，必須靠自己十分努力，四

處拜師，執弟子禮，才得以向老子請教禮儀，向師襄學習奏樂，練就一身才藝。

所以，當他學有所成便推己及人，面對所有自願前來拜師者皆來者不拒。子曰：「自行束脩以上，吾未嘗無誨焉。」即指孔子說凡十五歲以上想來學習的，我沒有一個不用心教誨。因古代貴族子弟入學，須準備十束肉乾為拜師禮，因此「行束脩」即泛指十五歲以上該入學的年紀。

孔子想到自己求學的艱辛，便決心打破階級樊籬，對學生不論貧富貴賤皆一視同仁、有教無類，因此追隨他的弟子愈來愈多，每個人都被他的真誠及博學多才所感動。孔子在周遊列國的時候，兩度遇險，性命攸關，身邊卻有一群死忠的學生不離不棄，後來他六十七歲喪偶，七十歲喪子，全靠學生照顧，一直到他逝世，這些學生仍不忍離去，一起在墓旁為他守喪三年。

從任何一個角度來看，孔子這一生也值得了，他把平凡的教師工作變得如此不平凡，終身教不倦也學不厭，樂在其中。同樣身為老師，我知道這並不容易，這是他了不起的地方。

性情真摯做什麼像什麼

孔子雖然收了很多學生，但是教書只是他回饋社會的一種方式，並沒有向



▲基金會的心靈講座，掌握時代脈動與需求，提供聽眾成長的管道。

學生收費，他的主要收入來源是，年輕時有一段時間曾在魯國季大夫家做過倉庫管理員，後來向老子學習禮儀之後，為貴族世家主持喪禮則是他主要謀生之道。論語中有一句話稱「子食於有喪者之側，未嘗飽也。」表示孔子經常為人辦喪事，而在喪家旁邊吃飯，從來就不曾吃飽過。因為他待人真誠、富有同理心，每次替人辦後事，看到喪家哭得很傷心，自己就感同身受，吃不下飯。

論語述而篇有一段記載指出：「子於是日哭，則不歌。」顯見孔子只要去喪家主持殯葬事宜，晚上回來心情就不太好，弟子才會發現，老師如果今天哭過就不再唱歌，但第二天起來，又是新的一天，從零開始重新出發。

這段話也讓我們看到孔子性情真摯的一面，他不僅做什麼像什麼，對每件事情認真投入也是百分之百的，不像一般人工作做久了容易流於職業化，看到喪家哀戚也無動於衷，不再有真感情了。孔子的學生跟著他學習，也學會了怎麼辦喪事，但被批評過於鋪張浪費，因為他們只學到禮儀表面的隆重排場，缺少孔子的真心誠意，難免給人華而不實的印象。

但是你也別怪他的學生，因為他們每天面對生離死別，要是在工作中放入太多情感，若不是內在的修鍊具足，是無法承受的。我看到孔子的表現，就想到耶穌說：「太陽下山以前要平息你心中的憤怒。」無論今天發生什麼事，令人生氣，太

陽下山前就要設法使自己平靜下來，這是一種高度的內在修鍊。

所以我學儒家，從中得到樂觀的力量，覺得每天太陽出來，就是一個嶄新的開始，生命永遠在重新出發的狀態，給自己希望。而且相信，不要等著別人來對你好，因為別人對你好需要運氣，只有你對自己好，才会有信心在新的一天，由自己來負責。

師恩浩蕩有如再生父母

根據孟子的記載，孔子過世後，很多學生痛哭不捨，決定為老師守喪三年，這三年相當於現在的廿五個月，期間吃睡大通鋪，學生們從早到晚聚在一起，追憶老師生前對他們的教誨，你一言我一語，因此寫成了今天的《論語》，直到三年期滿，才各自回家就業，只有子貢繼續留下，又守了第二個三年之喪，這在人類歷史上可說絕無僅有，創下弟子替老師守喪期最長的紀錄。

由此我們可以深刻感受到，孔子門生對老師的景仰、敬愛，有如再生的父母。他們感謝師恩浩蕩，更欽佩孔子的人格風範，讓跟隨他的學生，都能在無形中學到做人做事的道理，找到自己的人生方向。就像柏拉圖為恩師蘇格拉底送終時說：「老師走了，我們都成了無父的孤兒。」因為生我者是父母，啟發我的是老師。

現在去山東曲阜孔廟參觀，仍可見到孔子墳旁有一座石碑刻著「子貢廬墓處」，就是當年子貢建茅屋為孔子守墓的地方，令人在憑弔之餘不禁省思，現代人讀《論語》，究竟能從孔子的身教言行中學到什麼呢？

我認為第一個是「同理心」。孔子某次接待一名盲者到家中作客，從客人進門，就不厭其煩一路叮嚀，請盲者注意腳下台階及座位，直到大家坐下，又一個個介紹誰誰來了、坐在哪兒，席間有哪些好菜等等，使盲者盡興而歸。事後學生好奇問孔子，如何待客才能做到這麼無微不至？孔子說：「很簡單，把自己當作對方，雖明眼人也能瞭解雙

眼看不見的痛苦！」這就是一種同理心，當你看到盲者行動不便，有如自己身受其苦，自然就知道該怎麼做了。

天下沒有人是完美的，所以孔子主張「己所不欲，勿施於人」，自己做不到的也不應勉強別人，亦即人盡其才，而非求備於人。正因為人生的不完美，我們才需要不斷修鍊，找出合宜的安身立命及待人處世之道。

有血有肉字句打動人心

對於學生問「孝順」，孔子常有精闢的見解，如「父母在，不遠遊，遊必有方」，又「父母之年，不可不知也，一則以喜，一則以懼」，提醒人們所謂孝順，並不在於衣食物質的供養，而在於使父母心安。所以，父母還健在時不遠遊，看父母活到高壽而感到欣喜，也要警覺來日無多，須及時行孝。

還有一次，同樣是問「孝順」，學生孟武伯問什麼叫孝順？孔子直接了當回答說，除了生病之外，別再讓父母操心！因為生病是難免的，只要你在其他方面如念書、交友、工作、做人處事等等，都能夠謹守分寸，不讓父母擔心，就是最大的孝順了！

《論語》裡面，類似這樣言簡意賅、切中問題核心的回答很多，可見孔子本身雖然父母早逝，未及實踐孝道，卻能超越自身經驗，進入別人的生命，發揮同理心。所以他能夠瞭解別人，與人心意相通，這是孔子了不起的地方，也是現代人讀《論語》所以會受到感動、引起共鳴的偉大智慧。

後世的人研究孔子，總把他當作聖人來崇拜，忽略了孔子也是人，他有高興、悲傷、生病或情緒不好的時候。孔子五十五歲開始周遊列國，希望推行儒家思想，但是四處碰壁，難免感到灰心，有次實在受不了了，就吟唱著《詩

經》：「匪(非)兇匪(非)虎，率彼曠野。」「吾道非乎，奚為至於此？」深深感慨著四處流轉的際遇。

他一連問了子路、子貢和顏淵這三個學生，子路認為：「別人不能理解你，可能是你自己的



▲美好人生要從心靈成長下功夫，照亮心靈講座啟迪思想，指引人生，看見希望，創造幸福。

問題。」而子貢說：「老師的思想太深奧，必須降低標準講淺白一點，才能讓別人聽得懂。」只有顏淵說：「老師，你的道至大，天下莫能容，你照自己的想法堅持走下去吧。」孔子欣然說道：「顏氏之子，使爾多財，吾為爾宰」，意思是「顏淵呀！如果有一天你發達了，我願幫你管理！」這就是孔子，真實有血有肉、有人性化的孔子。他有他的信仰，也有「人在江湖身不由己」的感嘆！

文質彬彬有禮走遍天下

孔子說自己「四十而不惑」，並不是隨便講講的，他這一生所有作為均建立在「克己復禮」之上，價值觀非常清楚。有一次他生重病，看似奄奄一息了，他的學生子路便以大學長的身分，號召其他弟子組成治喪會，準備幫老師辦後事，

待孔子病情略有起色，知道了這件事非常生氣，罵子路沒規矩。因為當時的封建社會，只有大夫以上的喪禮，才能組治喪會以示隆重，孔子認為自己早已辭官沒有大夫身分，那樣做不合乎禮儀。

可是當他最疼愛的學生顏淵死了，顏淵的父親（亦是孔子的學生）跑去向孔子借馬車運棺木，孔子卻拒絕了，他說：「我當過大夫，不能夠走路去送葬！而顏淵沒有當過官，不能用馬車運送棺材。」因為他心痛愛徒早死，認為自己必須高規格乘車去送葬，才能表現對死者的尊重，而不許學生為他隆重治喪，則是為了避免名過其實，失掉身分行為的分際。

這就是儒家所謂「文質彬彬，然後君子」，強調人與人之間相處，必須內在有真誠，外在有禮節，二者配合得當，才能進退有據，對自己負責。不能放任自己過於感情用事，即使你是出於真心，也可能變成「只要我喜歡，有何不可以」，而亂了禮法，成為沒有禮貌的人。

孔子讓人最感動的是他對朋友的盡心盡力。《論語·鄉黨篇》有兩句話說得甚傳神，第一句是「朋友死，無所歸，曰：於我殯。」僅僅十個字，

就說有朋友死了沒有人管，孔子便出面替他作主下葬了，世間最難得的雪中送炭、朋友之義，恐怕沒有比這更高貴了。因為「一生一死，乃見交情」，平常交情很好的朋友，在你倒楣的時候，多半避之唯恐不及，更不要說死了還願意出錢出力，幫你處理後事了。

第二句「朋友之饋，雖車馬，非祭肉不拜。」意思是說，朋友送來的禮物不管多貴重，如不是家裡祭拜祖先的祭肉，即使是很名貴的車馬，孔子也不會鞠躬拜謝。現代人或許想不通，原因其實很簡單——人一生追求再多的物質，真正能用得到的卻很少。因此，孔子視外在的榮華富貴一如過眼雲煙，卻重視朋友祭祖時把自己放在心上的那點心意，這種精神價值遠遠超過它的物質價值。

所以看孔子的一言一行，總感覺生命對他而言是十分通透的，沒有一件事會令他感到困惑，活得自在又瀟灑，真是讓人感到羨慕。現代人若想學孔子，過一個有意義的人生，第一該學習他的真誠；第二要效法他堅定信念，不隨波逐流；第三嚴守做人做事的分際，事情該怎麼做就怎麼做，沒有半點猶豫，自能找到放諸四海皆準的人生智慧了！ ❀



泰山

**泰山跟您打勾勾
給您吃最安全的油**

**安心
來自嚴謹用心**

健康好禮山
純芥花油
Canola Oil

SGS
440121
SQF 國際認證