

馬皇后「德規並濟」 體現教育本質

古今 幼教事

當成人面對幼兒的行為時，常聯想到「人之初，性本善」「江山易改，本性難移」等經典論述。這涉及孟子的性善論（人生來具備惻隱、羞惡、辭讓、是非之心）與荀子的性惡論（人性本具好利、聲色等本能，任其發展會引發惡行）。

在教育理念中，性善論主張呵護孩子的善性萌芽，通過啟發式教育激發內在善良；性惡論則強調用規則約束不良傾向，通過獎懲機制塑造道德行為。現代教育往往將兩者結合，既尊重天性又規範行為，促進兒童全面發展。這種思維更可以在我們今次談論的歷史人物身上得到深刻印證。

身居高位 堅守仁心

今天的主角是明朝開國皇帝朱元璋的結髮妻子馬皇后，她同時是性善論與性惡論的傑出實踐者。作為郭子興養女，馬皇后在朱元璋投身紅巾軍時與其成婚，以賢德智慧成為朱元璋成就帝業的重要助力；在朱元璋被郭子興猜忌幽禁時，她懷揣剛烙好的炊餅貼身藏匿，冒着燙傷風險為丈夫送食；軍中缺糧時，又變賣首飾充作軍餉，甚至將自己的衣物拆解縫製戰旗。這些患難與共的細節，既是夫妻情深的見證，更展現出她將惻隱之心轉化為行動的本能。

馬皇后的善德貫穿一生：戰亂時她親自縫補軍衣、籌措糧草，甚至背負重傷的朱元璋脫險；建



●圖為孝慈皇后馬氏畫像（左）及朱元璋畫像（右）。

國後多次諫言減免刑罰、善待臣屬，救下諸多蒙冤大臣。學士宋濂因孫子牽涉胡惟庸案被株連，馬皇后以「百姓家為子弟延師尚以禮全終始，況天子乎」力諫，最終讓宋濂免於死罪。她宣導後宮節儉，帶領宮眷織布賑濟災民，還設立「紅板倉」供養太學生家屬。這些舉動處處彰顯孟子「人性本善」的惻隱之心與仁德風範。

網上圖片

她更展現出對人性弱點的清醒認知，雖居後宮之首，卻堅決不為家族謀取特權，以「非命婦不得私謁外臣」等制度約束後宮；她警惕權力鬥爭的險惡，提醒朱元璋「君臣相保難」，深知人性在權力誘惑下的墮落風險。當朱元璋欲提拔馬氏族族人時，她以東漢馬援家族外戚驕橫致禍的歷史教訓婉拒，這種對貪慾的克制，正是荀子性惡論

的生動詮釋。

以善為本 以治為用

馬皇后的治理智慧完美融合了兩種思想：她以善德為根基，用溫情關懷將士臣民；以制度為保障，用規則約束權力濫用。比如，親自織布賑民是善性的實踐，而制定織布定額則是防止怠惰的約束；既關心宮人生活，又嚴禁外戚干政。這種「以善為本，以治為用」的理念，在後宮管理中尤為顯著——她制定《女訓》作為後宮行為準則，既宣導仁厚慈愛的品德，又明確規定服飾、禮儀等具體規範，將道德教化與制度約束有機結合。

從教育視角看，馬皇后的經歷印證了兒童行為兼具先天稟賦與後天塑造的特性。正如性善論與性惡論並非對立，教育的本質正是揚善抑惡，讓天性與教養相輔相成。她的賢德不僅成就了朱元璋的仁君形象，更為後世留下了「德規並濟」的治理典範。這種辯證思維，至今仍對當代教育與管理實踐具有深刻的啟示意義：唯有既相信人性向善的可能，又正視人性趨惡的風險，方能在守護本真與規範行為之間找到平衡。

●梁可茵老師

學研社成員，從事幼兒教育寫、教、編達二十多年，在書海濶論中尋找方便之門，喜歡發掘兒童行為背後的心路歷程，現為自由撰稿人，並把好奇投向歷史上小屁孩的成長故事。

未來計劃易擾亂？

在香港這個快節奏的城市，年輕人每天奔波於學業、興趣班與社交活動，總有無數任務需要記住：明天交功課、周末補習班、朋友生日聚會……這些都需要「前瞻記憶」（prospective memory）——記憶未來的能力，簡單來說就是記住要做什麼，有什麼任務、計劃。中國科學院心理研究所發表於《實驗兒童心理學期刊》（Journal of Experimental Child Psychology）的最新研究揭示，提升學齡兒童前瞻記憶的關鍵在於「線索顯著性」，而非單靠抽象的未來想像。例如，見到老師時記得交家長簽名的回條（事件線索）；周六下午三點與朋友去旺角打籃球（時間線索）；放學後記得去文具店買美術課畫筆；每天晚上八點完成數學功課。

對學齡兒童而言，前瞻記憶尚未完全成熟，容易忘記任務，影響學習與生活管理。中國科學院心理研究所招募了252名8歲至12歲兒童，比較「未來情景想像」（想像任務場景）和「線索顯著性」（突出任務提示，如用彩色便利貼）對前瞻記憶的提升效果。研究發現，顯著的線索能有效幫助兒童自動回憶任務，並優化時間管理，而未來情景想像的效果則有限。這種線索顯著性的效果在不同年齡段的孩子中都表現一致，但對轉換能力較弱的兒童幫助尤其明顯。

這說明外部線索可以有效彌補某些認知能力的不足，這研究除了為教育工作者提供了重要的啟示外，其實也能與中國歷史中許多典故連上，還能啟發年輕人如何管理任務。

遠古時期，人們用繩子打結來記錄重要事件，比如狩獵、收穫或祭祀時間。這種「結繩記事」的做法，本質上就是現代心理學所說的「線索顯著性」的早期實踐。

研究發現，鮮明的視覺或觸覺線索確實能幫助兒童更容易記起待辦事項，就像古人在繩子上打結，今天的年輕人不妨在手機或書桌上設置醒目標記，比如用螢光筆圈出考試日期，或是掛個小鈴鐺提醒帶作業，這些都是現代版的「記憶繩結」。

借鑒古人時間管理智慧

越王勾踐「臥薪嘗膽」的故事更是將時間管理發揮到極致。他每天睡在柴草上、嘗苦膽，用這種極端方式來強化復仇目標的記憶。這其實與現代研究中強調的「時間線索」異曲同工。就像我們在手機日曆設置鬧鐘提醒一樣，固定的時間提示能讓人更專注於當下任務。年輕人可以借鑑這個方法，比如每天固定時間檢查待辦清單，確保重要事項不會被遺忘。

「孟母三遷」的故事則展現了環境對行為的影響。為了讓孟子專心學習，孟母三次搬家，最終選擇靠近學堂的環境。這與現代研究中的「環境線索」理論不謀而合。把便利貼貼在電燈開關旁，就能提醒孩子在關燈前檢查作業；把課本放在書枱中央，這個顯眼位置自然就成了記憶的觸發器。環境設計確實能在不知不覺中影響我們的行為模式。

東晉時期，祖逖和劉琨「聞雞起舞」的典故，就展示了如何通過特定事件來建立習慣。他們每天聽到雞鳴就起床練劍，將「雞鳴」這個事件線索與練劍行為牢固綁定。研究發現，這種顯著的事件線索能促進記憶的「自動提取」，讓任務執行變得像條件反射一樣自然。現代人也可以運用這個原理，比如把運動鞋放在門口顯眼處，提醒自己出門前跑步，久而久之就能養成規律運動的習慣。

「曹沖稱象」的故事就展現了認知靈活性的的重要性。當常規方法行不通時，曹沖巧妙地用船和石頭間接稱出大象重量。這種靈活的思維方式，與現代研究中強調的「執行功能」密切相關。

研究顯示，轉換能力較弱的兒童特別依賴顯著線索來提升記憶。當記憶力不足時，可以像曹沖那樣靈活應變，通過外部工具來彌補，比如在手機桌面設置待辦應用，或是用不同顏色的標籤分類管理任務。

從結繩記事到手機提醒，人類記憶的方式在變，但記憶的本質從未改變。

●劉國輝老師

學研社成員，在各大專及大學任教心理學十多年。愛用微觀角度分析宏觀事件，為朋友間風花雪月的話題做準備。

道家不「絕仁棄義」 儒道思想本相通



近幾篇專欄中，筆者提到版本異文有助辨明文章本意，釐清歷代許多學術爭議。於是，筆者嘗以《老子》為例，考察傳世王弼本第5章「聖人不仁，以百姓為芻狗」，以及第18章「大道廢，有仁義」等歷來被視為貶抑儒家思想之句子，發現其於馬王堆帛書本、郭店楚簡本、北京大學藏西漢竹簡本中存在重大異文，值得反思傳統所謂「儒道相爭」的觀點。

除上引諸例外，傳本《老子》第19章與諸出土本比照，亦有明顯異文，謹列如右表。

綜考王弼本、帛書本、漢簡本等，大意無別，老子明顯對儒家「仁」「義」「聖」等思想持批評態度。至於楚簡本，句子語序與諸本不同，當中意義亦無任何否定儒家之意。

例如諸版本「絕聖棄智」，楚簡本作「絕智棄辯」，完全沒有否定「聖賢」，也沒有貶抑儒家之意。還有關鍵的「絕仁棄義，民復孝慈」句，楚簡本首句頗有異訓，裘錫圭教授曾釋讀為「絕偽棄詐」，後來改定為「絕偽棄慮」，今從之。具體解釋可參看裘教授《糾正我在郭店〈老子〉簡釋讀中的一個錯誤——關於「絕偽棄詐」》一文。但無論作哪一種訓釋，都明顯與傳本「絕仁棄義」的思想不同。

至於後句「民復孝慈」，「孝慈」二字，楚簡本作「季子」，部分論著或據傳本《老子》內容而釋讀為「孝子」，諸多學者認為不必改讀。裘錫圭教授從之，並補充馬王堆帛書《脈法》辭例，證明「季子」猶指「幼子」，與《老子》喜用「嬰兒」（第10、20、38等

《老子》第19章異文對比表

漢簡本：	王弼本：	帛書本：	楚簡本：
絕聖棄智，民利百倍。	絕聖棄智，民利百倍。	絕聖棄智，而民利百倍。	絕知棄辯，民利百倍。
絕仁棄義，民復孝茲。	絕仁棄義，民復孝慈。	絕仁棄義，而民復孝慈。	絕巧棄利，盜賊亡有。
絕巧棄利，盜賊無有。	絕巧棄利，盜賊無有。	絕巧棄利，盜賊无有。	絕偽棄慮，民復季子。
此參者，以為文未足。	此三者，以為文不足。	此三者也，以為文未足。	三言以為辨不足。

章）、「赤子」（第55章）為喻相同，旨為說明「絕偽棄慮」有助人保守赤子之心。

根據楚簡本《老子》此章所見，老子既不「絕聖」，也不「絕仁棄義」，甚至沒有評論過「孝慈」，他所反對的只是「智辯」「巧利」「偽慮」，完全沒有任何貶抑儒家的意思。相反，儒家思想和《老子》本章的主張，基本上完全一致，如《論語》載孔子曰：「巧言令色，鮮矣仁！」「不知其仁，焉用佞？」「古之愚也直，今之愚也詐而已矣。」均為孔子反對偽詐巧辯之論；又如孔子曰：「性相近也，習相遠也。」孟子據而發揮「性善說」，並曰：「大人者，不失其赤子之心者也。」其主張亦與老子一致。

惡意竄改加劇儒道衝突

由此可見，傳本《老子》應該曾被某些傳抄者刻意竄改，加入了種種貶抑儒家思想的文句，加劇了後來所謂的「儒道相爭」風氣。劉笑敢教授《老子古今》指出：「竹簡本《老子》與儒家經籍一同出土，加之第十九章沒有直接批評仁義的詞句，這引起很多學者重新思考儒家與道家的關係。很多學者都指出，早期道家與儒家並沒有後來所想像得那麼對立或水火不容，這顯然是正確的。」

裘錫圭教授《老子今研》更推論全章異文之竄改過程曰：「顯然是簡本之後的時代的某個或某些傳授《老子》的人，出自反儒墨的要求，把『絕智棄辯』改成『絕聖棄智』，把『絕偽棄詐』改成『絕仁棄義』，並由於『絕仁棄義』的分量比『絕巧棄利』重，而把『絕仁棄義』句移到『絕巧棄利』句之前的。這種竄改以及第十八章『慧智出』句的竄入，在戰國晚期就應該已經完成了。」

諸家所論，信而有徵，合情合理。總之，帛書本及後世其他傳本《老子》，部分文句當曾遭到唯恐天下不亂的小人竄改，刻意貶斥儒家思想。結果，由於竄改的版本大行，加上後來漢武帝推行「罷黜百家，獨尊儒術」政策，又進一步加劇儒道兩家的衝突。

幸而，地不愛寶，通過各出土本《老子》的異文比照，我們可以確知，儒道思想本來相通而一貫，真正閉塞不通的，只是因權力與利益鬥爭而日趨腐敗的人心。《老子》第12章謂聲色犬馬令人目盲、耳聾、口爽，「令人心發狂」，信然。

●謝向榮教授

香港能仁專上學院文學院院長



落子無悔彰棋品 深思緩圖方致勝

弈棋二首呈任公漸（其二）⁽¹⁾

黃庭堅⁽²⁾

偶無公事客休時，
席上談兵校兩棋⁽³⁾。
心似蛛絲遊碧落⁽⁴⁾，
身如蜩甲化枯枝⁽⁵⁾。
湘東一目誠甘死⁽⁶⁾，
天下中分尚可持。
誰謂吾徒猶愛日，
參橫月落不曾知⁽⁷⁾。



註釋：

- [1]弈棋：下圍棋。任公漸：黃庭堅的同僚。
- [2]黃庭堅：字魯直，號「山谷道人」，北宋著名詩人、書法家。
- [3]席上談兵：兩人像坐着談論兵事般對弈。兩棋：圍棋對戰，一方執黑子，另一方執白子。
- [4]碧落：天空。
- [5]蜩（粵：條tiu）甲：蟬蛻的殼。

[6]湘東一目：這裏用南朝梁湘東王蕭繹自幼隻眼失明的典故。按照圍棋規則，棋形有兩個「眼」才能活，只有一「眼」則勢危。

[7]參橫：參（粵：心sam1），二十八星宿之一。參星橫斜，則夜已深。

語譯：

偶然沒有公務，遇到友人休閒來做客，就下起圍棋邊論棋路。

思緒彷彿蛛絲飄蕩在天空，心思縝密不曾中斷；身子像蟬殼遍地，殫精竭慮，紋絲不動。

這一處棋有如湘東王蕭繹，只剩一個活眼，確實有輸掉之危，但棋局仍勢均力敵，應當還能堅守下去。

誰說我們這些人愛惜光陰呢？下棋下到快天亮了，也未察覺時間流逝。

賞析：

馮夢龍《醒世恒言》道「觀棋不語真君子」。看人下棋宜靜觀，如孔子說「君子欲訥於言而敏於行」，緘默靜觀是修為：少妄議他人輕率，多躬身自省，方合君子之道。

還有一句古老棋訓：「落子無悔大丈夫」，以棋子定局喻人生抉擇，既是棋德中「一諾千金」的擔當，更是處世裏「行

必果」的磊落。世人常嘆「一步錯，滿盤落索」，每一枚棋子都背負着全局的重量，唯有三思後落子，方能承住選擇的分量。

高手落子當機立斷

《圍棋十訣》主張「入界宜緩，不得貪勝」，道破多少急功近利的迷局。棋場貪攻者，妄圖「畢其功於一役」，因一步躁進滿盤皆輸。真正的高手如蛛絲遊空般洞察全局，思接千載的遠見，是「一子落而乾坤定」的底氣。

《左傳》有言「弈者舉棋不定，不勝其耦」，以對弈談處事原則。棋盤上的猶豫從來換不到勝利，人們遇事要把握時機，如高手落子當機立斷。

弈棋是一門高雅愛好，棋枰雖小，卻藏天地大道。黑白世界裏，有觀棋不語的慎言智慧，有落子無悔的擔當勇氣，更有深謀遠慮的人生哲學。同學們若能在楚河漢界間悟得幾分，縱使不當國手，亦能在人生棋盤上，落出幾分君子氣象與風骨。

●施仲謀（香港教育大學中國語言學系教授）、金夢瑤（香港教育大學中國語言學系講師）、李敬邦（香港教育大學中國語言學系高級研究助理）