



Postgraduate/Distance Learning Assignment coversheet & feedback form

**THIS SHEET MUST BE THE FIRST PAGE OF THE ASSIGNMENT YOU ARE
SUBMITTING (DO NOT SEND AS A SEPARATE FILE)**

For completion by the student:		
Student Name:SIYUN HE(賀思芸)		
Module code:SICH 6007 Module title: TRADITIONAL CHINESE BUDDHISM (CHINESE ESSAY)	Student ID number: 1604233	Educational support needs: Yes/No
Module tutor: TEACHER LI-HSU, TSAI Assignment due date:17 TH NOVEMBER		
If your module has multiple submissions please indicate which piece of work this is. 1 st ☒ 2 nd ☐ 3 rd ☐ 4 th ☐ 5 th ☐ 6 th ☐		
I confirm that this is my original work and that I have adhered to the University policy on plagiarism. Signed SIYUN HE..... Email submission: if you are submitting this form via email, please tick this box ☒ (as a substitute for your signature) to confirm that you agree to the above declaration.		

Assignment Mark

1 st Marker's Provisional mark	
2 nd Marker's/Moderator's provisional mark	
Agreed Internal Mark:	
External Examiner's mark (if relevant)	
Final Mark	

NB. All marks are provisional until confirmed by the Final Examination Board.

For completion by Marker 1 :

Comments:

Marker's signature:

Date:

For completion by Marker 2/Moderator:

Comments:

Marker's Signature:

Date:

AGREED INTERNAL MARK (where necessary):

Comment on process on arriving at agreed mark:

External Examiner's comments (if relevant)

External Examiner's Signature:

Date:

淺說「不貪」對修身的重要性及 如何成就「不貪」的人格

摘要

一個人具備「不貪」的修養，便心地坦蕩，遠離罪惡，人生幸福，眾人尊重。本文嘗試闡述「不貪」對於修身的重要性，並從「不自欺」、「明因果」、「廣佈施」等三個方面，闡述如何培養「不貪」的人格。

關鍵字：不貪，坦蕩，幸福，不自欺

前言

清代陳伯崖先生有一幅名聯：「事能知足心常泰，人到無求品自高」。「無求」，就是「不貪」的體現。一個人能做到「不貪」，必然有高尚的人格，幸福的人生。

當今世界，物質生活不可謂不發達，但是人們的道德水準、幸福指數，卻呈下滑狀態。在這樣的時代背景下，瞭解「不貪」對於修身的重要性，以及如何培養「不貪」的人格，顯得尤為重要。

一、不貪是立身的根本

歷史和現實都高度證明，遵循「不貪」的原則做人處事，必然心地坦蕩、受人愛戴；違反「不貪」的原則做人處事，必然內心空虛、遭人不齒。因此，「不貪」是一個人立身的根本。

范仲淹是歷史上有名的大臣，他清廉不貪的精神是後人很好的榜樣。《宋史》記載，他雖身居高位，卻「非賓客不重肉，妻子衣食，僅能自充。」¹

而范公的「不貪」，不僅體現在財物上。他不避權貴、秉公直言，在給晏殊的信中，這樣寫道：「事君有犯無隱，有諫無訕，殺其身有益於君則為之。」²這更說明，他對權位沒有貪戀，對利祿沒有貪戀，甚至對生命沒有貪戀。

正因如此，范公一生「居廟堂之高則憂其民，處江湖之遠則憂其君」³。在遭到宰相呂夷簡的排擠而被貶饒州期間，他倡辦州學、興建水利、扶貧濟弱，使當地得到很好的發展。試問，如果沒有淡薄的意境、不貪的修養，怎會有如此

1 《宋史》（北京：中華書局，1985年）卷314，頁10276。

2 [宋]范仲淹：〈上資政晏侍郎書〉，《范仲淹全集》（成都：四川大學出版社，2002年版），頁232。

3 [宋]范仲淹：〈岳陽樓記〉，[清]吳楚材、吳調侯編《古文觀止》（北京：中華書局，1959年），卷9，頁421。

的灑脫與智慧？哪能「進亦憂、退亦憂」⁴，不計個人得失，時時以天下蒼生為念？這份月白風清的坦蕩，正是孟子所說的人生最大的快樂：「仰不愧於天、俯不忤於人」⁵，令人千古敬仰。

反之，對於貪婪無厭的小人，孔子形容道：「其未得之也，患得之；既得之，患失之。」⁶這種內心不得片刻安寧的狀態，是人生最大的痛苦。

中央電視臺曾報導，河北省委原書記周本順，在個人住房、公務接待等多個方面嚴重違反中央規定。他雖然住著800平米的大房子，有專門的廚師做飯、專門的保姆養寵物，內心卻極其不安，甚至在多處住所擺設佛堂，見佛就拜，進佛寺就塞錢⁷——這顯然不是在拜佛，而是在為自己的心虛膽戰尋找精神寄託。

雖然在沒有落馬時，周本順得到很多人追捧，但他何嘗得到他人的真正尊重呢？對方看中的，只是他手中的權力。他的貪欲出賣了他的人格，於是，對方才得以作踐他的人格——隨順他的貪欲，使他走入犯罪的不歸路。

4 同前注。

5 楊伯峻，《孟子譯註》，北京：中華書局，1960年版；頁309。

6 楊伯峻，《論語譯註》，北京：中華書局，1980年12月第2版，頁186。

7 大型電視專題片《永遠在路上》第1集，

<http://v.ccdi.gov.cn/2016/10/19/VIDEus5CTzMhfEKDbli5H911161019.shtml>

由此可知，「不貪」是一個人立身處世的根本。唯有不貪，才能擺脫利益的誘惑，權位的誘惑，甚至生死的誘惑，在任何情況下，明明白白做人、坦坦蕩蕩處事，心安無愧、眾人愛敬。

二、不貪是幸福的前提

《格言聯璧》云：「能知足者，天不能貧」，人生的幸福並非來自財富的積累，而是源自內心的知足。所謂「知足」，是「不貪」的另一展現。

《菜根譚》言：「土床石枕冷家風，擁衾時夢魂亦爽；麥飯豆羹淡滋味，放箸處齒頰尤香」⁸，正是心無貪求、知足常樂的寫照。這樣的幸福，何等踏實。

然而，總有一些人錯誤地認為，唯有不斷的貪求與享樂，人生才能幸福。其中最知名的商紂王，「厚賦稅以實鹿臺之錢，而盈巨橋之粟」⁹，甚至「以酒為池，懸肉為林，使男女裸相逐其間，為長夜之飲。」¹⁰他的貪求與享樂可謂達到極致，其結局卻是「衣寶玉衣，赴火而死」¹¹——這是何等的諷刺！

8 [明]洪應明：《菜根譚》，http://so.gushiwen.org/guwen/bookv_6163.aspx

9 [漢]司馬遷：《殷本紀》，《史記》（北京：中華書局，1959年），卷3，頁105。

10 同前注。

11 同注9，頁108。

然而，幸福真的很遙遠嗎？蘇東坡曾在《赤壁賦》中感歎，江上之清風、山間之明月，取之不盡、用之不竭，是造物者的無盡寶藏——這樣的人間勝境，豈非探手可得？只要息下心中的慾火，接受當下的一切、享受當下的一切，便會發現，綠樹鶯啼、鳶飛魚躍，是世間的大美；父慈子孝、兄友弟恭，是人間的真情——置身其中，那種幸福，又豈是言語所能表達？！

因此，「不貪」對於個人修養極其重要——可以讓人們從平凡中感受美好，從平淡中收穫幸福，寵辱不驚，貧賤不移。

三、如何成就「不貪」的人格

既然「不貪」是立身的根基，是幸福的前提，那麼，應該怎樣成就「不貪」的人格呢？

（一）不自欺

正心誠意是修身的開始，《大學》說：「所謂誠其意者，毋自欺也」¹²，並提出「不自欺」當從「慎獨」下手。朱晦庵《四書集註》解曰：

「獨者，人所不知而已所獨知之地也。言欲自修者知為善以去其惡，則當實用其力，而禁止其自欺」¹³。

12 《十三經註疏》：〈禮記正義·大學第四十二〉（北京：中華書局，1980年，影印[清]阮元校刻《十三經註疏》）卷60，頁1673上。

13 [宋]朱熹：《四書章句集註》（嶽麓書社1987年版），頁12。

元朝許衡，曾盛夏時路過一棵沒有主人的梨樹；大家都口渴難耐、爭相摘食，他卻端坐樹下。有人問為什麼，他說：「梨無主，吾心獨無主乎？」¹⁴這，便是不自欺的典範——即使無人監督，也不欺瞞自心，不做任何不合道義的事。

只要細微反觀內省，任何人都會發現，哪怕做一丁點違背道義的事，即使無人知曉，也能觸動內心的良知。一個不自欺的人會時時遵從良知的聲音，絕不貪取任何不合道義的東西。因為，貪得的是東西，喪失的是人格，是金錢乃至性命都無法換來的心安與坦蕩。

試看那些落馬的貪官，如北京市委原副書記呂錫文，最初接受某企業的低價住房時，內心也極其不安，卻因為「心中無主」，一直以內部價格、企業優惠等說辭麻痺自己，最終因貪贓枉法而自食苦果。¹⁵這一切，不正是從自欺開始的嗎？不值得每一個人引以為戒嗎？

由此可知，樹立「不貪」的人格，須由不自欺開始，將每一份良心的不安，都毫不客氣地清掃乾淨。

（二）明因果

14 《歷史感應統紀》，江蘇：弘化社，卷4，頁99。

15 大型電視專題片《永遠在路上》第5集，

<http://v.ccdi.gov.cn/2016/10/21/VIDETysDfcZc16gv2wZsO08G161021.shtml>

「貨悖而入者亦悖而出」¹⁶、「財布施得財富」，即是因果的展現。且看那些貪婪殘暴、無所不為的人，如隋煬帝之窮奢極慾、濫殺無辜，不僅保不住貪得的錢財，甚至連身家性命都保不住。而那些勤於布施的人，如戰國時期「三聚三散」的范蠡，不僅身受尊榮，更被後世尊為「財神」。

德行是因，財富是果；付出是因，收穫是果。君子遵循這樣的規律，身無缺乏、心常安泰；小人違背這樣的規律，終日惶惶、命且不保——真所謂「君子樂得為君子，小人冤枉做小人」。明白了這點，怎會有非分的貪念？又怎敢有非分的貪念？

（三）廣佈施

貪婪的人只想著把好處據為己有，結果不僅得不到好處，連本有的一切都無法享用。而佈施的人只想著把好處讓給他人，結果不但沒失去任何東西，反而收穫了快樂與和諧。

現實生活中，有許許多多「佈施」的典範；比如白方禮老人，自己過著一個饅頭、一碗白水的日子，卻用蹬三輪車攢下的35萬元資助了300多位貧困學子。這位外表看來「特別窮」的老

16 《十三經註疏》：〈禮記正義·大學第四十二〉（北京：中華書局，1980年，影印[清]阮元校刻《十三經註疏》）卷60，頁1675上。

人，曾對女兒說：「我這樣活著，我覺得特別自在。¹⁷」

這正說明，佈施可以讓人們走出自我中心的牢籠，感受助人為樂的喜悅，這時，自然像孟子說的那樣：「飽乎仁義，所以不願人之膏粱之味也，令聞廣譽施於身，所以不願人之文繡也¹⁸——哪裡會貪慕物質的榮華呢！因此，培養「不貪」的人格，佈施是很好的下手處。

結語

《大學》云：「自天子以至於庶人，壹是皆以修身為本。」¹⁹社會很大，卻由每一個個體所組成。「不貪」的修養，對於各行各業的人同等重要：官員不貪，就不會貪贓枉法；商人不貪，就不會製造偽劣產品；工人不貪，就不會偷工減料；百姓不貪，就不會貪占便宜。若人人都以「不貪」為立身之本，不欺自心、深明因果、廣行佈施，必然個人幸福、社會和諧、國家安定、世界太平。

¹⁷ 百度百科·白方禮，

<https://baike.baidu.com/item/%E7%99%BD%E6%96%B9%E7%A4%BC/97998?fr=aladdin>

¹⁸ 楊伯峻，《孟子譯註》，北京：中華書局，1960年版；頁271。

¹⁹ 《十三經註疏》：〈禮記正義·大學第四十二〉（北京：中華書局，1980年，影印[清]阮元校刻《十三經註疏》）卷60，頁1675上。

參考文獻

（書籍） 中文

- 1、《宋史》，北京：中華書局，1985 年。
- 2、[宋]范仲淹：〈上資政晏侍郎書〉，《范仲淹全集》，成都：四川大學出版社，2002 年版。
- 3、[宋]范仲淹：〈岳陽樓記〉，[清]吳楚材、吳調侯編：《古文觀止》，北京：中華書局，1959 年版。
- 4、楊伯峻，《孟子譯註》，北京：中華書局，1960 年版。
- 5、[漢]司馬遷：《史記》，北京：中華書局，1959 年版。
- 6、《十三經註疏》，北京：中華書局，1980 年，影印[清]阮元校刻《十三經註疏》。
- 7、[宋]朱熹：《四書章句集註》，長沙：嶽麓書社，1987 年版。
- 8、《歷史感應統紀》，江蘇：弘化社，卷4，頁99。

（網頁） 中文

1、大型電視專題片《永遠在路上》，
<http://v.ccdi.gov.cn/2016/10/19/VIDEus5CTzMhfEKDbli5H91l161019.shtml>，2017年11月17日。

2、[明]洪應明：《菜根譚》，
http://so.gushiwen.org/guwen/bookv_6163.aspx，
2017年11月17日。

3、百度百科·白方禮，
<https://baike.baidu.com/item/%E7%99%BD%E6%96%B9%E7%A4%BC/97998?fr=aladdin>，2017年11月17日。