

諸位同學，大家早上好！我們繼續來學習雪廬老人的《論語講記》，「鄉黨篇」第七章。

【齊。必有明衣布。齊必變食，居必遷坐。】

『齊，必有明衣布。』

「齊，必有明衣布。祭祀為五禮之首，是吉禮。」這是講祭祀，是吉祥的禮。「漢儒注：布，沐浴衣；明衣，親身衣。所以自潔清也，以布為之。以布為沐浴衣，像現今的毛巾，不要以肉身見人。」這是講齋戒，必須有沐浴衣，也不能以肉身見人。「一家人，也不能赤身肉體，夫婦二人是另一種說法。」「居室與居家，看京戲中便可以知道了，絕沒有嬉皮笑臉的。齊家治國，要先刑於寡妻，後教子女、兄弟，甚至還要講究胎教。」這是講居家、居室有不同，這個看京戲就可以知道了。

『齊必變食，居必遷坐。』

「齊必變食，居必遷坐。變食是與平常所食不同。」變是改變，改變飲食，跟平常所吃的不一樣。齋戒的時候，吃的跟平常吃的不同，要改變。「居必遷坐，坐處、寢處必定換地方。」坐的地方、睡覺的地方也必定要換，跟平常睡的地方不同，要換地方。「平時飲食住處尚且要規矩，何況是祭祀前的齊！」這是講平常的時候，我們飲食、住處尚且要講究規矩，那何況是要祭祀之前的齊？這個更要慎重。「齋時，不吃酒不吃肉，戒五辛」，這個是齋。齋戒的時候不喝酒，也不吃肉，五辛也都要戒了。「睡的地方，天子還有齋宮。」當皇帝的，他要祭祀前也要持齋，睡在齋宮裡面，跟平常睡的就不一樣的地方。「要齋沐三日」，要齋戒沐浴三天，「思

惟觀想祭祀的祖先，這樣才有感應」。這是齋，齋主要是齋心，讓身心清淨。正式祭祀的時候，在祭祀前這三天，心裡想的都是祭祀的祖先，沒有想其他的事情。這樣齋戒沐浴，思惟觀想祭祀的祖先，跟祖先才有感應。

「變食，注解多主張是戒飲酒、食肉，也不食五葷。」葷就是蔥、蒜、韭菜等，齋戒變食的時候，這個也不吃，這跟佛家講的齋戒那就是一樣了。「遷坐，寢是另外到寢宮」，就不是在平常睡的地方了。「《論語後錄》說」，《論語後錄》這個注解裡面說：「齊日三舉，殺三次牲」，這是《論語後錄》這個注解的說法，說齊日要殺三次牲，要殺牲殺三次，「這種注解不對」。雪廬老人給我們舉出《論語後錄》解說齊日三舉，這個時候要殺牲殺三次，這是不對的。「而且不取《莊子》說的不飲酒，不茹葷，這有門戶之見。」他不採取《莊子》說的，這個齋是不飲酒、不茹葷。「《說文》：葷，臭菜，其氣不潔。葷菜尚且不吃，何況是食肉！」五葷，蔥、蒜、韭菜等葷菜，這個氣味臭，不清潔。葷菜尚且不吃，何況殺生吃肉？沒有這個道理。

「《集解》云：改常饌，易常處。」

「《金鶚求古錄禮》說云：古人將祭必齋，齋者，致精明以交鬼神也。故君子之齋，沐浴以潔其身，嚴肅以澄其心，不御內，不聽樂，居必遷於外寢，服必明衣玄端」，這講穿的衣服，「皆所以致其精明」。這是君子之齋，持齋戒，沐浴齋戒，沐浴是清潔身體，嚴肅誠敬內心。不御內也不聽樂，不聽音樂。居，居住要遷在外面；服，衣服必明衣玄端，穿的衣服，這樣所以致其精明。這是講齋戒，它的原則。「而味之濁者足以亂我清明之氣，亦並戒之。」氣味比較濁的會擾亂我們清明之氣，就混濁了，這個就要戒。「所以酒、葷並肉都要戒」，酒不能喝，不能吃葷菜，不能吃肉，腥味

、肉統統要戒。「周官膳夫云」，周朝給君王煮飯菜的說：「王齊則不舉」，不舉就是不殺牲。「舉者，殺牲盛饌也」，舉就是殺牲，殺牲吃肉。「三牲之肉，三牲是牛羊豕，氣味也濁，故一並要戒。」三牲，牛、羊、豬，氣味都濁，所以都要戒掉。

「自從王莽竄改《周易》經文，便說是王齋日三舉。」這是王莽他竄改的，把《周易》的經文改了，把它說成君王齋戒的日子要三舉，殺三牲，牛羊豬，沒有這個道理，這是王莽他自己竄改《周易》的經文。

「這個若要吾為你們詳細說，就不止如此而已，等於是一部《內經》。」雪廬老人講，如果要為我們詳細來說明，就不止如此了，等於是說了一部《內經》，《黃帝內經》。這是要把這個道理給我們詳細說明，等於是講一部《黃帝內經》。「《內經》的前頭都說病原，講預防的法子。」《內經》前面都是講病的原因，講怎麼預防的方法。「譬如：女子一有月信，就要講究不用冷水洗。」女子每個月都有月經，月經來的時候就要講究不用冷水來洗手洗臉、洗身體，要避免用冷水。「有孕，不食兔子肉，不看戲、不上廟等等。」懷孕了，不吃兔子肉，也不看戲，也不上廟會等等，這些比較複雜的、熱鬧的場合都不去了。「因心一入印象，胎兒也會隨著變。」像現在這個時代來講，婦人懷孕了，電視、手機都不能看的，因為母親這個心一入外面這些複雜的印象，胎兒在母胎裡面也會受到影響。所以母親懷孕，那就要看正面的，比如說講經說法，或者誦經，給胎兒種善根。不好的事情不看、不說，看正面的，這樣就是胎教。在胎裡面這個嬰兒就受到正面的教育，生出來，他的身心都是正常、健康的，所以母親就很重要。「所以馬要想生得白馬，交配時就要稱牠為白色；想得黑馬，也是如此。」馬想要得到白馬，交配的時候就稱牠是白色的；要想得一匹黑馬也是這樣，要說

牠是黑色的，這個就是胎教。「所以子女相貌多和父母相似，從這也可以知道。」所以子女的相貌跟父母都很像，從這個地方可以知道。「懂得《易經》，才可以講《內經》，有如示諸掌。」這是懂得《易經》才可以講《黃帝內經》。「古人，一部《易經》就在手掌中，掐指一算，事情就知道了。」以前我們在看那個古裝戲，高人預測事情，他掐指一算就知道事情了。「邵康節等輩，就是深得《易經》的人。」邵康節等輩，就是跟邵康節同等的，這樣的高人，就是深深得到《易經》的人，有深入《易經》的人，所以很多事情他們都可以算得很準，算得出來。「雖然知道如此，終究也被殺，也得死。」知道事情會怎麼樣發生，也是沒有辦法改變。這就像《了凡四訓》講的，如果被人家算命算得很準，像袁了凡被孔先生（孔先生就是學邵康節，算命的）算得非常準，但是不能改變，後來他遇到雲谷禪師才懂得改造命運的理論方法。「若更神的有神通，不必卜便知道，所以說未卜先知」，這是更高的了，不用算，不用卜，他有神通。根據經典上講，若得禪定，就有神通了。「因為去了迷惑煩惱，心如明鏡一般，照得清清楚楚。如《中庸》所說：至誠之道，可以先知也。」這是講有神通了。「雖然具有神通，也不能了生死」，神通不能了生死。「必得於三細六粗、根本無明也斷除了，那一切事情就算完畢，所以佛學的獨步就在這裡也。」這是佛法它的獨步、它的特色，就是了生死、出三界、成佛道。如果沒有學佛，再高的神通，還是在六道裡面，在六道不能了脫生死。所以神通再高也不能了生死，必定要斷煩惱、破無明，這是佛法獨特的地步，就是在這裡。

好，今天這章書我們就學習到這裡。祝大家福慧增長，法喜充滿。阿彌陀佛！

