

君子與善人—— 儒家倫理視域下的「三好」說

李海波

西北大學西北歷史研究所教授

摘要

儒佛是中國傳統文化的兩大重要組成，儒家倫理一直是中國社會的主流，儒家倫理的當代實踐中，「君子」文化為一個重要面向。星雲大師提出的「做好事、說好話、存好心」三好運動，從佛教教化角度給予現代人行事準則指導。「三好」說與君子文化同為傳統文化創造性的當代詮釋，二者在理論層面和實踐層面同中有異，「三好」說既是佛教人間化的具體落實，也與儒家倫理相融相通，具有更強的操作性，對社會的文明發展和有序運行有莫大益處。

關鍵字：人間佛教 儒家倫理 君子 十善 「三好」說

習近平主席在 2016 年互聯網世界大會的開幕式上，曾引用《論語》中的名言：「君子務本，本立而道生。」何為君子？何為本？如何務本？如何立本？從這個角度思考，這句話指向了儒家倫理的現代化問題，君子文化的當代價值探討由此而在學界展開。「君子」，是儒家對於如何做人所確立的一個目標。¹而佛教文化中有一個概念「善人」，指日常生活中的道德模範和修行楷模，在一定層面上不僅和「君子」在理念上有共同之處，在行為準則上也有共鳴。「善人」概念，在佛教有非常具體的行為操守。人間佛教發展到當代，星雲大師提出的「三好」說，即是「善人」在當代簡便易行的指導原則。從這一思考出發，本文從儒家倫理的視域，對「善人」、「三好」說進行探討，試圖進行儒佛在當代理論和實踐層面的對話，為社會的文明與和諧做一點力所能及的思考。

一、「位」「德」相換之「君子」

「君子」是儒家十分重視的一個概念，甚至可以說，儒學就是君子之學。儒家對「君子」這一概念賦予十分豐富的內涵，在《論語》中，「君子」一詞就出現了 107 次，為諸用語之首，經常與「小人」一詞對舉，對其描述也具有情境化的特徵。君子的內涵在中國有過一次大的轉型，從最初的「位」先「德」後，經孔子的文化創造，奠定了「德」先「位」後的君子之說。

「君子」一詞是中國話語體系中的原生詞彙，早在西周時期便出現於諸典籍之中，至春秋戰國時期，其使用頻率大增。「君子」最初的意思為「君之子」，如金景芳先生所言，君子最初是一個階級概念，正如諸侯之子稱為公子、天子之子稱為王子一樣，君子就

1. 牟鐘鑒：〈儒家君子論的內涵〉，《月讀》2020 年第 3 期，北京：中華書局。

是君之子。²後受西周分封制與宗法制的影響，到了春秋時期，官員貴族都是國君諸侯的後代，故統稱為君子。此時君子數量眾多，這一稱謂所使用的範圍不斷擴大且有下移的趨勢。從文獻中可以看出，隨著時間的推移，君子的使用率不斷上升，及至春秋時期，「君子」二字，可以上賅天子諸侯，下賅卿大夫士，殆為統治階級之通稱」。³

在早期的文獻中，與「君子」相對的一類人即為「小人」。如《周易·革》中有「君子豹變，小人革面」。「小人革面」，其象辭曰「順以從君也」。⁴實際上，《周易》中出現「君子」20餘處，都體現出其「位」的一面，說明君子是社會中地位尊貴之人。再如《詩經》中《小雅·采芣》有「駕彼四牡，四牡騤騤。君子所依，小人所腓」，毛《傳》解釋為「此言戎車者，將率之所依乘，戍役之所庇倚」，⁵其社會地位對比意味十分明顯。春秋時期的《左傳·襄公九年》有云：「大勞未艾，君子勞心，小人勞力，先王之制也。」⁶可以看出，不僅君子與小人的社會地位固定，其義務也得以「先王之制」來確定，君子一詞所體現的地位含義明顯。

在早期的君子文化中，「君子」不僅是地位的稱謂，還具有「德」的一面。周人滅商建周，他們對於天命的論證加入「德」的因素，認為周有德而殷無德故滅，天命能夠轉移的原因在於「敬

2. 金景芳、呂紹剛：《周易全解》，長春：吉林大學出版社，1989年，頁20。

3. 朱東潤：《詩三百篇探故》，上海：上海古籍出版社，1981年，頁12。

4. 李學勤主編：《十三經注疏·周易正義》，北京：北京大學出版社，1999年，頁204-205。

5. 李學勤主編：《十三經注疏·毛詩正義》，北京：北京大學出版社，1999年，頁594。

6. 李學勤主編：《十三經注疏·春秋左傳正義》，北京：北京大學出版社，1999年，頁874。

君子與善人——儒家倫理視域下的「三好」說

德」、「明德」，周人認為「在現行的政治秩序之後還有一個道德法，政治運行必須合於某些道德要求。在西周早期，這個道德秩序

和道德法在一方面被說成是上帝的意願或天命的內涵，另一方面，道德秩序當然首先根於君主的個人德行」。⁷而作為貴族階層的君子，其思想與行為舉止也是必須有德的。《尚書·無逸》曰：「嗚呼！君子所其無逸。先知稼穡之艱難，乃逸，則知小人之依。」⁸再如《小雅·湛露》：「顯允君子，莫不令德。」⁹這些關於君子的論述表明，早期君子不僅代表了「位」，其內在還十分重視「德」。君子有「位」是有「德」的前提，即君子首先是一個表示地位的概念，「德」是君子所需要遵循的規範。

自孔子以來的儒家，「君子」概念的內涵有了突破。孔子強調君子之「德」，將「德」變成了「君子」品行的首要方面和前提基礎。在《論語》之中，「君子」形象得到了重點的闡

孔子強調君子之「德」

7. 陳來：《古代宗教與倫理》，北京：北京大學出版社，2017年，頁347。

8. 李學勤主編：《十三經注疏·尚書正義》，北京：北京大學出版社，1999年，頁429。

9. 同註5，頁624。

發，如「君子喻於義，小人喻於利」，「君子和而不同，小人同而不和」。君子是以「義」為其行為準則，而小人好利。由於君子講仁義，能夠包容與尊重他人不同的意見，故「和而不同」，而小人喜歡勾心鬥角，損人利己，故「同而不和」。在孔子這裡，君子與小人對舉，二者之間沒有階級對立的意味，而是指向其道德層面的對立。

孔子對於「君子」應該具備的品德又有詳細界定，提出「君子之道三」，¹⁰即「三達德」——仁、智、勇，分別對應不憂、不惑、不懼的三種境界。而從「仁者不憂，知者不惑，勇者不懼」的論斷可知，君子便是集這三種品格於一身。實際上，要根據《論語》來闡釋一個準確的「君子」內涵並不容易，孔子對於「君子」的闡釋往往也是帶著情境化與隨機性的闡釋。但是君子是代表一種儒家理想人格這一點是確定無疑的，正如胡適所言：「孔子指出一種理想的模範，作為個人及社會的標準，使人『擬之而後言，儀之而後動』。他平日所說『君子』便是人生品行的標準。」¹¹

由孔子發展而來的儒家新君子形象不僅是有「德」的，而且在有「德」的基礎上需要繼而求「位」，孔子主張「以仕行道」，「『行道』才是儒者的最高目標和理想，而『出仕』是實現這一目標的手段」。¹²君子行道要「忠君」，但同時為了突出君子之「德」的修養，要求「從道不從君」，¹³強調「天下有道則見，無

10. 李學勤主編：《十三經注疏·論語注疏》，北京：北京大學出版社，1999年，頁197。

11. 胡適：《中國哲學史大綱》，北京：東方出版社，1996年，頁114。

12. 梁濤：《郭店竹簡與思孟學派》，北京：中國人民大學出版社，2008年，頁436。

13. 清·王先謙撰：《荀子集解》，北京：中華書局，1988年，頁529。

道則隱」，¹⁴這是儒家君子的進退之道。這一原則經孟子被表述為「窮則獨善其身，達則兼善天下」，¹⁵逐漸為後世儒士的一大追求。而在「出仕」這一追求的背後，其基礎還是君子自身道德的修養。君子的德性經過自我修鍊，趨近於「三達德」後，便具備了「出仕」之條件，可以去實現儒家「行道」之理想，繼而使國家得到善政，百姓安居樂業。可以說，這種君子之學，即是內在的修鍊之學與外在的為政之學。從政是為學的旨歸和落實，「因而，孔門師徒對君子之政德有詳盡的議論，可視為對自身『出仕』的要求或展望」。¹⁶

孔子對於「君子」概念的發展，基本上奠定了後世儒家「君子之學」的範圍；後世儒家對「君子」概念的豐富，基本上沿著孔子的路子做出了若干補充。孔子對君子之「德」的自我修養的確認，得到了後世儒家的繼承，確立了中國「君子」文化的內涵，影響著幾千年來中國人對於理想人格的追求，至今仍然發揮著其價值，成為中國傳統文化的一大追求。

二、佛教文化中的「十善」與「三好」說

經比較研究，佛教之中，「善人」的概念和儒家的「君子」關聯最為緊密，二者同中有異，既有共同目標和社會效果，也有各自的精采。

「善人」並非是通常所指代的形容一個人的善良品質，在佛教

14. 同註 10，頁 104。

15. 李學勤主編：《十三經注疏·孟子注疏》，北京：北京大學出版社，1999 年，頁 355。

16. 王國雨：《君子的轉身：論中華君子人格的早期嬗變》，《浙江社會科學》2021 年第 5 期。

《人間佛教》學報·藝文 | 第三十六期

中，著重強調與其對應的行為指南，一般指在日常生活中貫徹「十善」、遠離「十惡」之人。在佛教的修道體系中，以三皈、五戒、十善、四攝、六度為基準，其中三皈、五戒、十善被稱為「五乘共法」，是所有佛教信仰者必須修行的準則；四攝、六度是利他、覺他、引領走向解脫的菩薩行，被歸為「大乘不共法」。在「五乘共法」中，三皈是基礎和前提；五戒指殺盜淫妄酒五條身戒，其作用是提高個人的修養，從行為上防非止惡；十善則是五戒的深化和拓展，具有比五戒更為深廣的內容。十善與十惡相對，具體如《佛說道神足無極變化經》中所述：

云何身所行，口所言，心所念？不犯身事，不殺、不盜、不淫，是名為身行善。云何口所言善？不惡口、不兩舌、不妄言、不綺語，是為口所言善。云何意所念善？不嫉、不恚、不邪見，是名為意所念善。¹⁷

再具體來說，十善是根據人造業的身、口、意三個方面，分為3種身的行為——不殺生、不偷盜、不邪淫，4種語的行為——不妄語、不惡口、不兩舌、不綺語，以及3種心的行為——不貪欲、不嗔恚、不邪見，非常詳實地制定修行規則，每一條都有更深入的說明和界定，非常清晰。比如以「不殺生」為例，首先，「不殺生」背後的思想支撐是眾生平等，佛教認為一切眾生都有生存的權利和自由。其次，從行為準則來說，「不殺生」不單是不傷害人的性命，亦不得傷害鳥雀蟲蟻等的性命；不僅如此，不但戒掉直接的殺害，還要斷除殺因、殺緣，比如打漁狩獵者為直接殺害，而販賣獵具魚網者亦為間接的助殺。第三，從執行標準來說，「不殺生」允許有

17. 西晉·安法欽：《佛說道神足無極變化經》卷1，《大正藏》第17冊，頁804上。

君子與善人——儒家倫理視域下的「三好」說

例外，當行為主體的出發點是為保護更多的生命而害一命的時候，殺生是得以開許的，最典型的例證是釋迦牟尼本生故事中，大悲商主為了保護 500 商人的性命而取海盜性命。最後，從行為指向來說，「不殺生」培養個人的菩提心，尤其是慈悲心，時刻不離菩提心是佛教最終成就的必備條件。

上個世紀末，星雲大師對全球的佛光人¹⁸提出「做好事、說好話、存好心」的三好運動，很快得到華人圈的回應，在華人圈（不限於全球的佛光信眾團體）中逐步推廣開來。佛教講「萬般帶不去，唯有業隨身」，「三好」其實對應的是分別從身語意三業去積累福德——「做好事」對應的是身體行為，不殺生、不偷盜、不邪淫；「說好話」對應語言，亦即做到上述提及的不妄語、不惡口、不兩舌、不綺語；「存好心」對應的是語言行動的動機和思想，亦即遠離貪瞋癡。正如星雲大師所說：「修行用功，必須從身、口、意三業修起；三業要淨化，就是要身行善事，口出善言，心存善念。」「三好」用現代語言闡釋了已經形成刻板觀念的「十善」，令固化的佛教概念在現代人的生活當中煥發出活潑潑的色彩，人間佛教的人本特質也得以靈動展現。

作為「人間佛教」的當代倫理實踐指導原則，星雲大師對「三好」有更為詳實的說明：

所謂做好事，就是修身，淨化身業。把侵犯、傷害人的惡行，換成利益大眾的佛行，例如：不殺生、不偷盜、不邪淫、不為非作歹，而能做一些利益人的善行、懿行、利行，這就是做好事，也就是身行善事。

18. 佛光山目前在全球五大洲建立有 300 多個人間佛教的佛光道場，並在 170 個國家和地區設立國際佛光會各分會，是迄今為止全世界最大的華人佛教社團。

《人間佛教》學報·藝文 | 第三十六期

所謂說好話，就是修口，淨化口業。把瞋恨、嫉妒人的惡口，換成柔軟讚歎的佛口，不說妄語、不可兩舌、不講綺語、不能惡口。與人往來，要說慈悲的話、智慧的話、真誠的話，多說誠信、正直的話，可以為我們帶來好的人緣。

所謂存好心，就是修心，淨化我們的意念。把愚癡的邪心，換成慈悲智慧的佛心，例如：不要有疑心、嫉心、貪心、瞋心、惡心，而要懷著慈心、悲心、願心、善心、發心等，「照顧念頭」，念念是慈心，自然所遇的都是善緣。¹⁹

將傳統的「十善」觀念通俗化解釋之後，星雲大師更將之貫穿到大眾生活的各個方面，方便速食文化時代的大眾理解和執行。比如對於身業「做好事」，大師曾提出 24 點：1. 為人服務，排難解紛。2. 對人尊重，處處禮讓。3. 不闖紅燈，遵守規矩。4. 慈悲喜捨，讓人受用。5. 與人為善，為人設想。6. 守時守分，寧早不遲。7. 拾金不昧，俯仰無愧。8. 不鬧情緒，為人正常。9. 不疑不嫉，無憂無慮。10. 不吃菸酒，不開快車。11. 遠離色情，為人正派。12. 不偷不搶，反而施捨。13. 關懷殘疾，樂助善事。14. 為人寬恕，廣行仁義。15. 面帶微笑，彬彬有禮。16. 走在路上，跟人招呼。17. 常買好書，贈人閱讀。18. 小小布施，不斷實踐。19. 口說善言，待人謙和。20. 別人說話，耐心聽講。21. 導護兒童，安全上學。22. 隨手關燈，不要浪費。23. 滴水如金，愛護能源。24. 公共集會，不可走動。這些行為準則都是細節，順手可為，如果人人、時時、處處都能如此，積少成多，可以帶來多大的改善！

19. 星雲大師：《佛法真義》，《星雲大師全集》第一冊，北京：新星出版社，2019 年。

君子與善人——儒家倫理視域下的「三好」說



常買好書贈人閱讀，也是做好事的表现。

對於口業的具體指導，星雲大師在細化準則時的舉證和用語妙趣橫生，無法不讓聽到、知道和了解的人感興趣，無法不讓人去嘗試一下，比如：「這位劉老婆婆非常有禮貌，在任何地方都可以聽到他把『請，對不起，謝謝你』掛在嘴邊」；「那位周太太很有氣質，知書達禮，尤其信仰虔誠，熱心助人」；「這位林先生天生就有領袖的魅力，看他親和的態度、熱誠的說話，處處為人設想，總是給人帶來無限希望」；「那一位蔣科長，談吐幽默，詼諧風趣，和他在一起，真是如沐春風，他為人間增加了無限的樂趣與歡笑」；「這位韓太太真好，在團體裡總是隨緣隨眾，跟他建議什麼，總是從善如流」；「這位鄭老師，關懷社會，謙恭柔和，尤其說話時就像冬陽春風，讓人感到溫暖、舒服」。²⁰

風趣幽默的舉例之後，星雲大師接著循序漸進說道：

20. 星雲大師：〈說好話〉，《人間福報》第一版，2006年9月9日。

《人間佛教》學報·藝文 | 第三十六期

其實，所謂好話，舉凡讚美人的學問、道德，關懷人的身體、生活，乃至對人尊敬、給人安慰，能夠鼓舞別人信心、勇氣的話，都是好話。

說好話讚美人，也要適當、得體，而且要恰如其分的針對他的特長而說，如果讚美不當，讓對方覺得你是在諷刺他，那就適得其反了。所以，說好話需要智慧，更要真誠，才能發揮好話的正面力量。²¹

這裡的論述更為全面，將之前例證的「點」擴展到「面」，將「好話」的外延闡釋清楚，便於學人迅速理解和實際行動起來。

對於意業，「存好心」，星雲大師也採取同樣的思路。只是眾所周知，佛教認為「三界唯心，萬法唯識」，對「心」尤為強調，無形無相的「心」，不像行為和語言那樣的外在表現。據此，星雲大師論述起來更為深入和細緻。他從佛教對心的重視說起，繼之引用儒家經文「一室之不治，何以天下國家為」，認為「一心之不治，一生亦難有可為」，由此引出佛光山「存好心」原則的 32 種好心，並總結為：「若能訓練成『平常心』，則雖行好心並不著力，那麼一生所為，何患不成！」²² 也就是說，「存好心」的實踐是逐漸把道德心、慚愧心、和諧心、柔軟心等等那麼多種心最終能和生命融為一體，作為一種待人接物、面對一切的本能。

對於「三好」說，星雲大師沒有停留孤立的論述和教化，既然「三好」說來自佛教的三業說，他在將之展開進行現代社會倫理道德指導原則的轉化之後，又回歸到佛教的道德體系：

21. 星雲大師：〈說好話〉，《人間福報》第一版，2006年9月9日。

22. 星雲大師：〈存好心〉，《人間福報》第一版，2006年9月10日。

君子與善人——儒家倫理視域下的「三好」說

人的身、口、意行為，無論善惡，都會產生一股力量，驅使我們去造作新的行為，新的行為又會產生新的力量，形成不斷的循環、流轉。我們所造下的善業、惡業，待因緣成熟，一切果報，還得自受。因此，一般人都知道，生存在世間要多行善，不可造惡業，佛教徒也都了知因果輪迴的道理。²³

業報輪迴，是佛教道德教化的根本立足之處，回歸到原點，既是對佛陀本懷的回歸，也是將「三好」說與廣博的佛教理論和實踐體系完成文化的橋接。

從社會道德教化、弘揚正能量方面而言，既要有正向理念、相應指導原則的提出，同時也要有反向的、補救性的機制作為準備。三業，有善有惡，有輕有重，對於惡業，如何處理和面對呢？星雲大師對傳統的補救方法用現代語言通俗地解讀如下：

第一是懺悔。正如衣服上的塵埃、身體上的垢穢，你可以用清潔劑、肥皂來清洗；造了惡業，要懂得真心的懺悔認錯，才能減輕、消除惡業。

第二是發願。你要懂得發願，願做好事、願說好話、願存好心等，要能發善美廣大的願。當然，不能只有願力，還要付諸實踐，自然有願必成。²⁴

「三好」說實質上為星雲大師對佛教「十善」的現代解讀，既是人間佛教「以人為本」的體現，也是對佛教社會倫理實踐的當代

23. 星雲大師：《佛法真義》，《星雲大師全集》第一冊。

24. 同註 23。

指導；既向上繼承佛教的經典理論，又向下顧及當代時空的歷史變化，同時給予非常細化的行為操守。星雲大師對「三好」說的落腳點定位在：

歷史上的聖賢君子，因為他們做好事、說好話、存好心而美名流傳。佛教也早就昭示人要行善，要能「諸惡莫作，眾善奉行」。所以行「三好」看似簡單，實是蘊含甚深佛法的真義，更是合乎佛陀的本懷；人人行三好，社會和諧，世界必定更美好。²⁵

由此不難發現，「三好」說與和君子文化有異曲同工之處。

三、君子文化與「三好」說的時代需求

「君子」與實踐「十善」、「三好」的「善人」，都是儒佛兩家的學習樣板與追求，在各自的文化體系中具有重要的地位，體現了各自的價值追求。儒佛兩家對於「善人」標準的具體表現，二者的共通性表現在：

其一，二者都是大眾學習的道德典範。「君子」體現的是儒家一種理想人格，符合儒家道德規範之人就可以成為君子。行「十善」的「善人」體現的是佛教在人世間的最高倫理規範。因此，「君子」和「善人」所展現的言行都是高尚情操的外在表現，具有提升社會道德、帶動大眾的楷模效用。

其二，二者都需要終生實踐。無論是「君子」還是行「十善」、行「三好」的善人，都須經過長期信奉與修鍊而達到的理想境界，並將之作為終生的道德標準。「君子」與「善人」更像是一個目標，

25. 星雲大師：《佛法真義》，《星雲大師全集》第一冊。

君子與善人——儒家倫理視域下的「三好」說

同時也為儒佛各自價值體系中的道德約束提供了依據。在儒家與佛教的典籍中，為了使「君子」和「善人」的形象更為飽滿，都提供了對舉的反面形象，即「小人」與「惡知識」，以此作為警戒。

儒佛畢竟是不同的文化體系，有著不同的價值取向，所以「君子」與「善人」之間的差異也是非常明顯的。由於時間與經歷所限，此處不再探討。本文關注的是，二者在社會運行中有殊途同歸之效。近代高僧、佛教泰斗虛雲法師曾講過：「聖人設教，總以濟世利民為要。語其初機，則為去惡從善。從古政教並行，政以齊民，教以化民。佛教教人治心，心為萬物之本，本得其正，萬物得以寧，而天下太平。」這段話很有啟發意義，既說明了儒家「君子之道」的目標和社會作用，也點明佛教教化與君子之道殊途同歸，一個從外用，一個從內安定，相得益彰。

儒釋道三家各有文化特質和文化追求，卻在幾千年的歷史發展中碰撞融合而形成互補互融，構成中國傳統思想文化的鐵三角。近年來，隨著「文化自信」意識的崛起，如何基於現代文明看待和理解乃至發揮傳統文化？如何對傳統文化進行揚棄式的吸收和運用？如何契合現代社會的發展來挖掘傳統文化資源？我想，無論是「君子文化」還是「三好」說，無疑都是上述問題的一個身體力行的回應。「君子之學」和「善人之道」若能結合，勢必能夠為社會正能量的發揚和傳播、傳統文化的當代轉型，以及社會風氣的正向轉變，帶來新的動力。

