

戰、水門事件與尼克森總統的下台、環境保護與職業安全衛生法案等的通過。

電影「畢業生」(“The Graduate”, Dustin Hoffman, 1967) 中的主題曲, 「沉默的聲音」(“The Sound of Silence”, by Simon Garfunkel) 與反戰聖歌「飄揚在風中」(“Blowing in the Air”, by Bob Dylan, 1967) 中的幾句話, 在我心中起伏澎湃, 告誡我們不要視而不見, 聽而不聞, 麻木不仁, 苟且偷生。片段歌詞如下:

From “Sound of Silence” :

“People talking without speaking,

人們言不及義 (不交心)

People hearing without listening,

人們聽而不聞

People writing songs that voices never share

人們譜曲但不分享心情

.....

Silence like a cancer grows

冷漠會像是腫瘤的惡化

Hear my words that I might teach you

請傾聽我的肺腑建言

Take my arms that I might reach you

伸出手或許我能拉你一把

But my words like silent raindrops fell

但我的吶喊猶如靜默的雨滴

And echoed in the wells of silence.”

在死寂的井中獨自迴盪

From “Blowing in the Air” :

“How many times must a man look up

一個人得仰望幾次

Before he can see the sky

才能看得見藍天

How many ears must one man have

一個人得有多少雙耳朵

Before he can hear people cry

才能聽得見人們的哭泣

How may deaths will it took

還得有多少人死亡

Till he knows that too many people have died.

他才能明白已有太多人喪生

The answer, my friend, is blowing in the wind

朋友啊, 答案就飄揚在風中

The answer is blowing in the wind.”

答案就飄揚在風中

縱使有吶喊「飄揚在風中」, 但若無法作到「感動在心中」, 並「起而行」, 則也只是一場口號而已。而冷漠(apathy)是沉默(silence)的惡行表現。

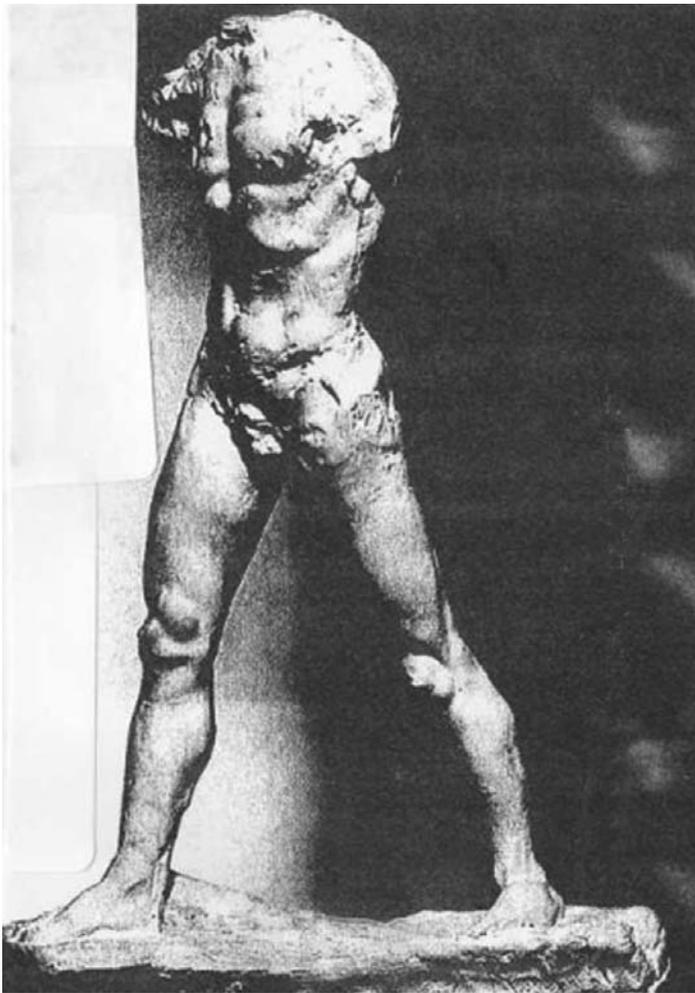
過去4年修習衛生學, 在此結業時為大家再做一次總結: 「衛生者, 捍衛生命事, 首在吃飯、睡覺上的用功!」。果真如此, 豈不虛擲4年的時光, 誰人不會吃飯與睡覺? 你不跳腳嗎? 但請不要忽略關鍵字在「用功」兩字, 你巨細靡遺地都關照到了嗎? 

知止不殆，知足不辱

93學年度公衛暨保健營養學院 畢業典禮之叮嚀與祝福

在美國德州休士頓有一培果(bagel)連鎖店, 名為愛因斯坦(Einstein), 它提供了一項讓客戶再度光臨的誘因: 買它一只咖啡保溫杯, 以後只要出示此杯就可以享受優待特價並可無限續杯。這件小事之令人難忘並不在貪小便宜, 而是這個杯子上的兩句話(可不一定是Einstein說

的): No coffee no peace, Know coffee know peace.(「沒有咖啡, 沒有祥和; 品味咖啡, 享有安寧」)。以上這句話是我這個小咖啡迷貪嘴的藉口, 更是引發我在這兩個發音相同的“know”與“no”字上的文思, 特別是再搭配上兩音相似的中文字「止」(出∨)與「足」(ㄇㄨˊ), 更



羅丹的作品「行者」(1877)

有妙趣，發人省思。

希臘哲學基礎是建立在「自我認知」(know thyself)上，不獨希臘哲學的第一人壹利斯(Thales, 640?~546B.C.)如是說，“Gnothi sauton”；雅典的政治家梭倫(Solon, 640?~559B.C.)也是這麼說，“Gnothi seauton”；就是在希臘特耳菲阿波羅神殿

(Delphi, Greece)也鐫刻有以上的名言。

既然“gnothi”「認知」有那麼重要性，這也說明過去有諾斯替教(Gnosticism)與諾斯替教徒(Gnostic)等早期基督教的派系；“gnosis”乙字有「直覺、靈感、神秘的直覺等」的意思。但「認知」有「真知」與「一知半解」的不同，二者天壤之別，後



自我認知

者反而會誤事，這是希臘哲學之父蘇格拉底一再自稱「我無知」(ignorance)的道理。西方醫學史有伊斯蘭名醫Maimonides，這位神醫在13歲時，也有類似之警世語：Teach thy tongue to say “I know not”, and thou will progress.(教你的舌頭說：「我不知」，那麼你就會進步)，與《老子·道德經》中的：「知不知，上；不知不知，病」(第71章)，有異曲同工之妙。

狄恩·博威爾醫師(Dean Bowell, M.D.)曾說：「我們傳授給你的知識當中，有一半是錯誤的；不幸的是，我們並不知道是哪一半。」身負傳道、授業、解惑之為師者怎能不戒慎恐懼。顯然我們不獨生活在虛實之辨中，更處在“know”與“no”之迷惘掙扎中。

在觀賞過法國雕塑大師羅丹的作品「行者」後，才開始意會到倉頡所造「步」字的真意，原來它是由上下兩個「止」所組成，即行行復止止，步步為營，如臨深淵，如履薄冰。又從「止」與「足」之音似，不難聯想「知足」與「止步」間的道理。在《大學》經一章中云：「…知止而后有定，定而后能靜，…」，在一般人的認知中僅止於「定、靜、安、慮、得」的五個先後層次，殊不知文前的「止」更是以下五德之基石，若以老子道德經第44章的話：「…知足不辱，知止不殆，可以長久」，更把道理說得一清二楚。

當設法將「知止不殆，知足不辱」兩句話英譯時，發現Einstein Bagel Shop咖啡保溫杯上的語法正好可以適用，於是我作了以下的翻譯：

“Know halt no danger, Know satisfaction no humiliation.”

八卦中的艮卦，其符號為☶☶，代表一座如山不動的山。「貪慾」與「比較心」使人們做物欲的奴隸，也是「禍莫大於不知足」的緣由(《老子·道德經第46章》)。是以平日能保有一顆「知足常樂」的心，則無適非樂。桌前那只倒置的咖啡杯，不時地提醒我「艮」卦「止與足」的道理。(林佳谷)

