

弟子規簡說

作者：王明泉

目錄

弟子規全文.....	1
總 敘	
弟子規簡說(一) 弟子規 聖人訓—有餘力 則學文.....	4
入 則 孝	
弟子規簡說(三) 冬則溫 夏則清—居有常 業無變.....	8
弟子規簡說(四) 事雖小 勿擅為—苟私藏 親心傷.....	9
弟子規簡說(五) 親所好 力為具—德有傷 貽親羞.....	11
弟子規簡說(六) 親愛我 孝何難—親憎我 孝方賢.....	13
弟子規簡說(七) 親有過 諫使更—號泣隨 撻無怨.....	14
弟子規簡說(八) 親有疾 藥先嘗—事死者 如事生.....	17
出 則 弟	
弟子規簡說(九) 兄道友 弟道恭—言語忍 忿自泯.....	20
弟子規簡說(十) 或飲食 或坐走—人不在 已即到.....	22
弟子規簡說(十一) 稱尊長 勿呼名—過猶待 百步餘.....	23
弟子規簡說(十二) 長者立 幼勿坐—事諸兄 如事兄.....	25
謹	
弟子規簡說(十三) 朝起早 夜眠遲—勿亂頓 致污穢.....	28
弟子規簡說(十四) 衣貴潔 不貴華—勿箕踞 勿搖髀.....	29
弟子規簡說(十五) 緩揭簾 勿有聲—邪僻事 絕勿問.....	32
弟子規簡說(十六) 將入門 問孰存—後有急 借不難.....	34
信	
弟子規簡說(十七) 凡出言 信為先—市井氣 切戒之.....	36
弟子規簡說(十八) 見未真 勿輕言—不關已 莫閒管.....	37
弟子規簡說(十九) 見人善 即思齊—不如人 勿生感.....	39
弟子規簡說(二十) 聞過怒 聞譽樂—倘揜飾 增一辜.....	41
汎 愛 眾	
弟子規簡說(二十一) 凡是人 皆須愛—人所服 非言大.....	44
弟子規簡說(二十二) 已有能 勿自私—勿厭故 勿喜新.....	45
弟子規簡說(二十三) 人不閒 勿事攬—過不規 道兩虧.....	47
弟子規簡說(二十四) 凡取與 貴分曉—報怨短 報恩長.....	49
弟子規簡說(二十五) 待婢僕 身貴端—理服人 方無言.....	50
親 仁	
弟子規簡說(二十六) 同是人 類不齊—小人進 百事壞.....	53
餘力學文	

弟子規簡說(二十七) 不力行 但學文—任己見 昧理真.....	55
弟子規簡說(二十八) 讀書法 有三到—就人問 求確義.....	56
弟子規簡說(二十九) 房室清 牆壁淨—有缺壞 就補之.....	58
弟子規簡說(三十) 非聖書 屏勿視—聖與賢 可馴致.....	60

弟子規全文

總 敘

弟子規，聖人訓，首孝弟，次謹信，汎愛眾，而親仁，有餘力，則學文。

入 則 孝

父母呼，應勿緩。父母命，行勿懶。父母教，須敬聽。父母責，須順承。冬則溫，夏則清；晨則省，昏則定。出必告，反必面；居有常，業無變。事雖小，勿擅為；苟擅為，子道虧。物雖小，勿私藏；苟私藏，親心傷。親所好，力為具，親所惡，謹為去；身有傷，貽親憂，德有傷，貽親羞。親愛我，孝何難；親憎我，孝方賢。親有過，諫使更；怡吾色，柔吾聲。諫不入，悅復諫；號泣隨，撻無怨。親有疾，藥先嘗；晝夜侍，不離床。喪三年，常悲咽；居處變，酒肉絕。喪盡禮，祭盡誠；事死者，如事生。

出 則 弟

兄道友，弟道恭，兄弟睦，孝在中。財物輕，怨何生；言語忍，忿自泯。或飲食，或坐走，長者先，幼者後。長呼人，即代叫；人不在，己即到。稱尊長，勿呼名；對尊長，勿見能。路遇長，疾趨揖，長無言，退恭立。騎下馬，乘下車，過猶待，百步餘。長者立，幼勿坐；長者坐，命乃坐。尊長前，聲要低；低不聞，卻非宜。進必趨，退必遲；問起對，視勿移。事諸父，如事父；事諸兄，如事兄。

謹

朝起早，夜眠遲，老易至，惜此時。晨必盥，兼漱口，便溺回，輒淨手。冠必正，紐必結，襪與履，俱緊切。置冠服，有定位，勿亂頓，致污穢。衣貴潔，不貴華，上循分，下稱家。對飲食，勿揀擇，食適可，勿過則。年方少，勿飲酒，飲酒醉，最為醜。步從容，立端正，揖深圓，拜恭敬。勿踐闖，勿跛倚，勿箕踞，勿搖髀。緩揭簾，

勿有聲；寬轉彎，勿觸稜。執虛器，如執盈；入虛室，如有人。事勿忙，忙多錯；勿畏難，勿輕略。鬥鬧場，絕勿近；邪僻事，絕勿問。將入門，問孰存，將上堂，聲必揚。人問誰，對以名，吾與我，不分明。用人物，須明求，倘不問，即為偷。借人物，及時還，後有急，借不難。

信

凡出言，信為先，詐與妄，奚可焉。話說多，不如少，惟其是，勿佞巧。奸巧語，穢污詞，市井氣，切戒之。見未真，勿輕言，知未的，勿輕傳。事非宜，勿輕諾，苟輕諾，進退錯。凡道字，重且舒，勿急疾，勿模糊。彼說長，此說短，不關己，莫閒管。見人善，即思齊，縱去遠，以漸躋。見人惡，即內省，有則改，無加警。唯德學，唯才藝，不如人，當自礪。若衣服，若飲食，不如人，勿生感。聞過怒，聞譽樂，損友來，益友卻。聞譽恐，聞過欣，直諒士，漸相親。無心非，名為錯，有心非，名為惡。過能改，歸於無，倘揜飾，增一辜。

汎愛眾

凡是人，皆須愛；天同覆，地同載。行高者，名自高；人所重，非貌高。才大者，望自大；人所服，非言大。己有能，勿自私；人有能，勿輕訾。勿諂富，勿驕貧；勿厭故，勿喜新。人不閒，勿事攪；人不安，勿話擾。人有短，切莫揭；人有私，切莫說。道人善，即是善，人知之，愈思勉。揚人惡，即是惡，疾之甚，禍且作。善相勸，德皆建；過不規，道兩虧。凡取與，貴分曉；與宜多，取宜少。將加人，先問己；己不欲，即速已。恩欲報，怨欲忘；報怨短，報恩長。待婢僕，身貴端，雖貴端，慈而寬。勢服人，心不然，理服人，方無言。

親仁

同是人，類不齊；流俗眾，仁者希。果仁者，人多畏；言不諱，

色不媚。能親仁，無限好；德日進，過日少。不親仁，無限害；小人進，百事壞。

餘力學文

不力行，但學文，長浮華，成何人。但力行，不學文，任己見，昧理真。讀書法，有三到，心眼口，信皆要。方讀此，勿慕彼，此未終，彼勿起。寬為限，緊用功，工夫到，滯塞通。心有疑，隨札記，就人問，求確義。房室清，牆壁淨，几案潔，筆硯正。墨磨偏，心不端；字不敬，心先病。列典籍，有定處；讀看畢，還原處。雖有急，卷束齊，有缺壞，就補之。非聖書，屏勿視，蔽聰明，壞心志。勿自暴，勿自棄，聖與賢，可馴致。

弟子規簡說(一)

弟子規這本書的作者，根據重修清史一書，說是清朝中葉一位叫李毓秀先生編成的。

本書的形式，採三字一句，兩句一韻編組而成。全書只有三百六十句，一千零八十個字，很容易背誦。

這本書的內容顯然是根據論語中孔子的一段話「子曰：弟子入則孝，出則弟，謹而信，汎愛眾而親仁，行有餘力，則以學文。」而來。內容分為五大段：一、總敘。二、入則孝出則弟。三、謹而信。四、汎愛眾而親仁。五、行有餘力則以學文。本書以此為綱目，從日常生活中訂出切實可行的生活規範，是一本很適合兒童啟蒙的書籍，所以稱為弟子規。今日之下，大家多不注重生活禮儀，時常粗言暴行相向，每個人讀了這本書，想來都會深深地警覺反省吧！

我們學習弟子規，想要對書中內容產生興趣，感受經典的作用，首先，要以珍重心來讀誦，不可輕忽念過，因為這是從至聖先師孔子的口中說出來的「聖言量」。聖言量是聖人親自體驗出來的智慧，不是作文章，修飾一番的言語。我們只要肯依著聖人的話來練習實行，就一定會有莫大的好處。下面就分段來解釋。

總 敘

弟子規 聖人訓

首孝弟 次謹信

汎愛眾 而親仁

有餘力 則學文

開頭的總敘共有八句，點出本書的大意，說明學童應從孝弟、謹信、汎愛眾而親仁，及學文中去實踐聖人的教誨。

這段是說弟子規這本書是學童們的生活規範，它是依據至聖先師孔子的教誨編成的。首先在日常生活中，要做到孝敬父母，友愛兄弟

姊妹。其次在一切言行中，要謹慎，要講信用。和大眾交往時，要平等仁慈。要時常親近有仁德的人，向他學習。以上這些事是學習的根本，非做不可，如果做了還有餘暇，更應努力地學習禮、樂、射、御、書、數等六藝，各種經典，以及其他有益的學問。

「孝弟」是中國文化的基礎。古人云：「百善孝為先」、「忠臣出於孝子之門」，說明了孝是一切的根本啊！一個人能夠孝順，他就有一顆善良仁慈的心，有了這份仁心，就可以利益許許多多的眾生。

「謹而信」，生活中的言語行為，需要不斷地學習修養，不能順其自然。一般人很容易染上不良的言行習慣，對於好的言行往往要勉強學習。所以我們應愈早學習正確的言行，改掉不正確的言行，長大後就比較不會感到勉強困難。

「汎愛眾，而親仁」，對於大眾，我們要平等對待，並能隨緣隨分隨力愛護。所謂「老吾老以及人之老，幼吾幼以及人之幼」，把大眾看成我們的親人，彼此和睦共處，社會上你爭我奪的暴戾之氣，怎麼不會消退呢？

但是，要做好孝弟、謹信、汎愛眾，就應親近有仁德的人，從仁者的言行中得到學習的楷模。虛心請仁者指正我們的過錯，使孝弟、謹信、汎愛眾更能切實力行，才不會孤陋寡聞，這樣就能一步一步往聖賢的路子走了。

怎樣的人才是仁者呢？仁者他可能出現在我們的朋友、師長當中，他們的心總是為大家著想，在日常中，他們能力行孝弟、謹信，汎愛眾，並不斷努力學習聖賢之道。如果我們有幸遇到這樣一位仁者，應該把握機會，好好親近，向他請益學習。

「有餘力，則學文」，這兩句話說明了孝弟、謹信、汎愛眾與親仁是本分之事，本分一定要奉行，認真去做。至於「學文」之事，是有餘力的時候。舉個例子來說，如果在家裏，父母需要我們幫忙做事，我們卻推說要讀書，或者和同學相約要出去，要練習各種才藝，這就

不能替父母分勞，虧了孝道，失去了本分。好比一棵大樹，若樹根受傷了，不論枝葉如何茂盛，大樹都將枯萎。前四條本分之事好比樹的根，讀書才藝像是枝葉，若本分有虧，不論讀書、才藝如何勝過別人，也很難立足於人世間。

「有餘力則學文」，這個「則」字看得出有更積極的意義。「則」是「就是」的意思，是說一有餘力，就立刻去辦「學文」的事。孔子曾說「質勝文則野」，一個人本質雖很好，若缺少禮儀才藝的薰習，就不免粗野鄙陋。有一次，孔子的大弟子子路，向孔子問道：「南山有一種竹子，天生就很直，砍下來當作箭，可以射穿犀牛皮。本質好就可以了，何必再學習呢？」孔子說：「如果箭尾再加上羽毛，箭頭裝上箭鏃，射入皮革不是更深更準嗎？」這說明有好的本質，再加上羽毛箭鏃的修飾，就會有更好的成績。所以孔子對學生的期望是成為「文質彬彬」的君子，也就是「文」和「質」均衡發展的君子。

現代的同學們，生活富裕，都能上學校念書，有許多時間來學習各種知識才藝，這些知識才藝只要有助於大眾的，就應當認真學習。但如果時間有限，就應優先學習中國文化的重要典籍，因為經典是我們祖先智慧的結晶，學習熟練之後，可以解決許多問題，更可以讓我們成聖成賢。所以大家應立志來研學。

弟子規簡說(二)

入則孝

父母呼 應勿緩

父母命 行勿懶

父母教 須敬聽

父母責 須順承

現在讓我們從「入則孝」來學起。一般人總認為孝順父母是不用學習的，但在弟子規裡卻教我們要怎麼做才是一位孝順孩子應有的表現。若拿這些規矩來檢查我們本身的言行，你一定會發覺自己有許多缺點。我們真夠得上是孝順的孩子嗎？如果還離得很遠，就應當來學習怎麼孝順父母。希望大家一起來用心並身體力行，仔細體會其中的好滋味，聖人的話才不致成為刻板的條文，徒增負擔！

「入則孝」，「入」是指在家中。家，不單是指外在的房子。重要的是朝夕相處的家人，而家要得到健全的發展，最重要的是大家要講求「孝」，如果家中沒有「孝」，就缺乏祥和安樂的氣氛，即使財富累積如山，名聲如雷貫耳，家人的心靈總是無法得到溫暖。

「父母呼，應勿緩」，父母叫喚我們時，應該一聽到就立刻回答，不要慢吞吞的很久才答應。「父母命，行勿懶」父母有事要我們去做，要趕快行動，不要藉故拖延，或者懶得去做。

「父母教，須敬聽」父母要我們學好而教導我們時，必須恭敬不可隨便，要將話聽到心裡。「父母責，須順承」我們犯錯了，父母責備我們，應當順從，並且承擔過失，不可忤逆他們，讓他們傷心。

我們不妨自我反省一下，每當父母叫喚我們的名字，要我們幫忙洗碗、掃地做家事，或是教訓、責罵我們時，我們是如何反應呢？常見到很多孩子，不是推託要讀書，就是沈迷在電視、電動玩具中，父母叫喚很久也不理會，還嫌父母囉嗦。想一想，這樣是讀書改變了

好氣質，還是讀書助長了傲氣、讀書養成了懶散的態度呢？

這些不好的言行，都是在無意中表現出來的，因為，我們心中對父母不重視，沒有細細去感受父母親對我們無微不至的付出，少了感恩的心，總認為父母為我們做的一切是應該的，輪到父母要我們幫忙做事的時候，就表現出不在乎，甚至故意惹父母生氣。一個不會替最親的父母著想的人，你想他能體諒別人，替其他人著想嗎？這樣的人，得不到朋友的信任，也沒有那一個團體會來幫忙他，必然處處遇到障礙，時時感到痛苦。

孝順父母不是一句「爸爸！媽媽！我愛您」或是送個禮物，送一朵康乃馨，就算孝順了。弟子規這四條規矩，看似平常無奇，但是，如果我們認真依著這段經文去實行，那帶給父母親的寬心快樂，可不是有形的東西可以媲美的喔！俗話說：「子孝父心寬」父母有個孝順的孩子，心裡頭天天都會感到寬慰又心安。現在，我們在家庭就能培養出這麼好的言行舉止，將來自然會有意想不到的收穫！

弟子規簡說(三)

冬則溫 夏則清

晨則省 昏則定

出必告 反必面

居有常 業無變

「冬則溫，夏則清；晨則省，昏則定。」是說到照顧父母親的身體，要盡心盡力。「出必告，反必面；居有常，業無變。」是說為人子女體察到父母親的心意，所應有的表現。

為人子女，冬天要留意父母親穿得是否溫暖？居處是否暖和？夏天要考慮父母是否感到涼爽？每早起床一定探望父母親，請問身體是否安好？傍晚回來也一定向父母親問安。

「香九齡，能溫席，孝於親，所當執。」這是三字經裡的經文，

說到黃香小小的年紀，就會關心父母親的身體情形，處處替父母親設想，所以能夠做到「冬溫夏凊」。我們小朋友也應勉力來做！

周朝的文王，開創周家八百年的基業，是中國有始以來最長久的朝代，所依靠的就是文王的聖德，我們從他的孝行可以看出一斑。文王尚未即位時，每天一早雞初鳴，天還未亮時，一定穿好衣服到父親那裡，問候父親早上是否安好？如果安好，就非常快樂；如果父親有不適，就感到憂愁，一定想辦法讓父親安適，才能放心。中午如此，傍晚也是如此。

文王每天這樣三次問安，沒有一天感到疲倦或是不耐煩，是我們學習「晨昏定省」的最佳榜樣。希望同學們要有「文王能夠做到，我們也來學著做」的志氣，絕對不要輸給古人！

「出必告，反必面」是說外出時，先告訴父母親要到那裡去；回家以後一定面見父母親，讓他們感到心安。「居有常，業無變」則說明日常生活起居作息有一定的次序，而且對於所從事的事情，不隨便改變。

我們不要覺得出門說聲「爸爸！媽媽！我去上學了！」回家找到父母親，說聲「爸爸！媽媽！我回來了！」是件囉嗦的事。其實能天天如此做，而不感到厭倦，就是能體諒父母的心意，讓父母免去牽掛。這是孝心自然的表現，實在值得讚美！一個人生活規律正常，沒有日夜顛倒的壞習慣；做事又有一定的規矩，能保持恆心，使自己身心健康，事業有成，這不就是父母親最大的期望嗎？

弟子規簡說(四)

事雖小 勿擅為

苟擅為 子道虧

物雖小 勿私藏

苟私藏 親心傷

事情雖然很小，不要擅自作主，而不稟告父母；假如任意而為，就有損為人子女的本分。東西雖然很小，也不要背著父母，偷偷地私藏起來；假如私藏起來，被父母知道了，父母心裡一定十分難過！

這段是說小事或小物，都應請教父母，不可自己作主。

『事雖小，勿擅為；苟擅為，子道虧。』父母最關心我們的人格發展，深怕我們交到壞朋友，學到不好的行為，出入不正當的場所，染上壞的習慣。這些不好的言行，常常因為疏忽些微的小事而造成的。同學們正在求學階段，有什麼事情，應該事先向父母請示，既可得到父母的經驗指導，又可免除不必要的錯誤，真是一舉兩得！

但是有的同學認為父母親太囉嗦，事情管得太多，想自己作決定就可以。於是，有的就結伴到新奇的電動玩具店，或是購買暴力色情的書籍、錄影帶，無形中身心受到戕害而不自知。或是自己到水邊、海邊游泳，冒著危險登山，以為這些是小事，等到發生事情，往往危及生命，而讓父母痛心，親朋惋惜！

不過，有的同學會懷疑，好的事情向父母稟告，卻得不到父母的同意，豈不是要錯過好的機會，遺憾終身了嗎？大家要深思，何以父母會不同意？往往是怕我們受到傷害才反對的。如果真的是好事情、好機會，我們就要委婉地向父母親說明，解除父母心中的疑慮，得到他們的應許才去做。假使父母仍不同意，心中仍然擔心不已，我們豈能忍心任意去做呢？

「物雖小，勿私藏；苟私藏，親心傷。」我們從出生起，所用的任何東西，都是父母親費心所準備的。父母親嘔心瀝血盡他們所有的能力，讓我們所吃所用無所匱乏，即使損傷了自己的身心，也無怨無悔，還時時憂慮子女的一切。假使我們為了自己，把東西私藏起來，只供自己使用，連時時為我們著想的父母親，都怕他們知道，父母親見了，怎麼不傷心呢？

在我國東漢時，有一位年紀才六歲的小孩，名字叫陸績。有一次，

在九江遇見當時的太守袁術，袁太守認為他的相貌不凡，就拿出橘子請陸績吃。陸績就多拿兩粒藏在衣服裡，等到要回家告辭的時候，橘子突然掉出來。袁太守以為是陸績貪心，就問他原因。陸績回答說：「橘子是我母親所喜歡吃的，因為沒錢買橘子，所以想留著拿回家給母親吃，並非自己貪心，還請太守原諒！」袁太守覺得這孩子太難能可貴了，肯定這孩子將來一定會有出息。

同學們！陸績時時想著母親，希望母親和他一起分享甜美的橘子，這般孝心，多令人感動！我們對父母親不僅不私藏東西，更要能體貼親心啊！

弟子規簡說(五)

親所好 力為具

親所惡 謹為去

身有傷 貽親憂

德有傷 貽親羞

父母親喜好或厭惡的事情，為人子女應當如何來辦理呢？子女的身體和品德有了虧損，對父母親會產生什麼影響？這段弟子規提供了正確的答案。父母親所喜愛的東西，當子女的，都應盡力準備齊全；父母親所厭惡的，都該小心排除。萬一我們身體受到傷害，一定會給父母親帶來憂愁。我們的品德有了缺失，會讓父母親感到羞辱沒有面子。

「親所好，力為具。」「力」是盡我們的力量，勉強自己去做到。「具」是準備。我們要特別注意「力」這個字，一般人對於父母親的事常常漫不經心，將就了事。對父母親的好惡也不太明白，心中想到父母親的時間更不多。難怪孔子懇切提醒我們「人生三年，然後免於父母之懷。」這讓我們細心體驗，從我們來到這個世界，父母親就為我們付出無微不至的關懷。更提醒我們心中要常常惦記著父母親，學

習孝養之道，盡力照顧我們的雙親！

「親所惡，謹為去。」「謹」是小心謹慎。例如父母親所厭惡的東西，我們常會疏忽忘記，所以經文特別提醒要「謹慎小心」來排除。

「身有傷，貽親憂。」「貽」是遺留。父母時常掛念我們的身體，擔心我們受到傷害，例如外出時，不斷提醒要注意安全；天氣有了變化，交代要增減衣服，怕我們受涼或是中暑。子女的一切幾乎佔滿了父母的心，所以好好保護自己的身體，就是孝順的開始。也就是孝經所說的「身體髮膚受之父母，不敢毀傷，孝之始也。」

周朝楚國人老萊子，已經七十歲了，常身穿五彩衣，學做嬰兒戲，不怕跌倒的痛苦，也不管別人對他的看法，心中只希望博取年老父母親的歡心，讓父母笑口常開，忘記身體的不適，不會感到老境的淒涼。老萊子可貴的孝行，正是「親所好，力為具；親所惡，謹為去。」最好的模範。現今很多青少年喜愛飆車，騎乘機車不肯戴安全帽，不遵守交通規則，一味跟著感覺走，一旦發生車禍，常使自己及無辜的人，變成植物人，拖累了父母，造成許多不幸的家庭。若經常想到父母親的所好所惡，怎麼會一時糊塗做出「親所惡」的事呢？

「德有傷，貽親羞。」平常在學校、或各種團體中，如果和人有衝突、違反團體的規定，例如不敬師長、和人打架、破壞公物等，一旦傳到父母的耳中，父母親一定感到難堪！反之，對於自己的身體，好好照顧，好好鍛鍊；注意言行，培養良好的品德，並且努力學習各種學問技能，立志造福一切人，讓父母得到好名聲。父母一定感到欣慰！這就是孝經上所說的：「立身行道，揚名於後世，以顯父母，孝之終也。」

我國明朝南海地方，有位叫潘京的人，父親很早就去世，對母親非常孝順。他的母親，本性很仁慈，喜歡做利益大眾的事。有一年大饑荒，就要潘京集合大家，商討賑災的事。潘京深體親心，盡力鼓吹倡導，任勞任怨，因此活命的人很多。平日他又多行善事，不怕勞苦，

讓母親歡喜。鄉裡的人為了感謝他們母子的大恩，就立生祠來紀念。後來潘京的兒子潘濬，在萬曆年間中了進士，一直做到相當宰相的「尚書」職位。

潘京自己立身行道，善體親心，發揚母親的美德，造福鄉里，把孝推到最高點，這是真正利己利人的世間豪傑啊！

弟子規簡說(六)

親 愛 我

孝 何 難

親 憎 我

孝 方 賢

遇到會虐待子女的父母親，子女還要講孝道嗎？父母親有了過錯，當子女的要什麼態度來看待呢？父母親愛護子女，子女能孝順父母親，那是極其天然的事，這樣的孝順又有什麼困難呀？如果父母親討厭我們，卻還能夠用心盡孝，那才算是難能可貴啊！

「親愛我，孝何難」，父母親無微不至的愛護我們，為人子女感得到父母的恩重如山，自然小心謹慎的行孝，不敢讓父母掛念操煩，這樣的孝順並無困難。「親憎我，孝方賢。」遇到不喜歡子女，厭惡子女的父母親，子女也一樣能盡孝，這就難能可貴了。一般人總認為父母要對子女有所付出後，子女才有行孝的義務，這和菜市場的討價還價有什麼兩樣呢？

我們中國人接受孔子的教化，講究「五倫十義」，「義」是理應如此的意思，其中「父子有親」一倫，講究「父慈」、「子孝」之義，為人父親理應慈愛子女，為人子女理應孝順尊親。「父慈」、「子孝」的行為，這完全是「盡其在我」的表現，不管對方是什麼情況，對我如何，我還是盡我的本分。絕不是「銀貨兩訖」的交易，也不是「以牙還牙」權利義務的相對態度，這正是中西文化差異之處，我們應有所明辨！

孔子弟子閔子騫，年紀很小的時候，母親就去世，父親娶了後母，後母再生了兩個弟弟。有一年冬天，天氣寒冷，父親要外出，就叫閔子騫駕車，在途中，閔子騫突然掉落了駕馬的韁繩，父親以為兒子太粗心，就責怪他的不是。誰知一接觸兒子的衣服，才發現閔子騫穿的布袍裡面，全是不保暖的蘆花。回家後，再摸摸另外兩個孩子的衣服，卻是暖和的棉花。父親的心裡明白了，是後母虐待了閔子騫，一氣之下，就要趕走後母。這時閔子騫跪下來哀求父親，說「母在一子單，母去三子寒」母親在家，只有孩兒一人受凍，如果母親走了，家裡就有三個孩子要受寒。這兩句話感動了父親，留下了後母，也使後母知到反省改過而變成了慈母。閔子騫的孝行是發自天性的，他不管父母對他是疼愛，或是憎惡，他始終都是用心盡孝，他安頓了一家人的心，讓一家人各安其分，因而保全了一個瀕臨破碎的家庭。所以孔子在教學時，還特別稱讚閔子騫說：「真是難能可貴的孝子啊！」

父慈子孝，不一定讓我們的家富裕有錢，不一定有花園別墅可以住，但是「孝行」卻可以建立天然和諧的秩序，讓我們活在安和樂利的環境中！家如果是一個人的堡壘，孝就是堡壘下的基石，多一份孝心，家就多一分保障，讓我們用孝行，把家固若金湯堡壘！

弟子規簡說(七)

親有過 諫使更

怡吾色 柔吾聲

諫不入 悅復諫

號泣隨 撻無怨

對父母要講求孝順，但是父母也不免會犯過錯，為人子女的可以勸諫嗎？如果應勸諫，那要如何勸諫才恰當呢？

經文說：父母親有了過失，當子女的一定勸諫父母親改正。而勸諫的時候，絕對不可板起面孔，聲色俱厲，臉色要溫和怡悅，話語

要柔順平和。假如父母親不接受我們的勸諫，那就要等到父母親高興時再勸諫。若父母親仍固執不聽，有孝心的人不忍父母陷於不義，甚至放聲哭泣來懇求父母改過，即使遭父母親責打，也毫無怨言。

「親有過，諫使更」。人非聖賢，孰能無過！常人能知道過失，進而改過，就能走上希聖希賢的大道。如果身旁的至親有了過失，為人子女的不忍心讓父母犯過而讓人恥笑，更盼望父母能成聖成賢，所以父母親有了過錯，一定要想辦法勸諫改過。

「怡吾色，柔吾聲」。怡是指臉色要表現出怡悅高興的樣子。柔是柔和、不粗暴、不惡言惡語。一般人總認為理直氣壯是對的，所以得理不饒人，用氣勢壓倒對方，令對方屈服改過。如果用這種方法來勸諫父母，常會得到反效果，不但不接受勸諫，親子之間反而怒目相視，傷了感情。論語里仁篇，孔子說：「事父母幾諫」孔子教人勸諫父母要用「幾諫」，「幾」是什麼呢？就是隱微的意思，當念頭、想法還在心中，還未顯現在外時，就是最隱微的時候。「怡色柔聲」的態度，能讓父母感受而有所警惕，不會造成反效果，是最隱微的方式。父母生我們養我們，為我們付出青春，用一生的精神培育我們，如果我們把父母當作一般人，隨意發起脾氣用訓示的口氣對著父母，父母會認為是子女忤逆他們，豈能聽進勸諫的內容？欲速反而不達！所以勸諫一定要讓父母覺得不是被指責，要「怡色柔聲」讓父母心中知道子女勸他改過是為他著想，才是有效的勸諫方法。

「諫不入，悅復諫」。如果父母親仍然不採納我們的勸諫，我們是不是就放棄勸諫，或是不管父母如何反應了呢？還是一而再、再而三聲色俱厲的勸告呢？經文告訴我們要等父母心情高興的時候再勸諫，我們依然要保持「怡吾色，柔吾聲」的態度，如此反覆勸諫一直到父母改正為止。

「號泣隨，撻無怨」。父母仍然不聽從我的勸諫，子女的心中必然感到難過，擔心父母會再犯過錯而遭人恥笑，或是受到傷害，自然會

傷心而放聲大哭，懇求父母改過。如果父母不了解我，動了怒出手打我，心中也毫無怨言。只希望雙親能體會我的真心，改正過失就值得了。

論語里仁篇，孔子說：「見志不從，又敬不違，勞而不怨」就是說發現父母的志向，雖未能依從我們的建議，而此時言行更要恭敬不可亂來，並注意「怡色柔聲」。「不違」就是不止，父母親不聽從我們的勸諫就繼續勸諫永不停止，一直到改過為止。如此，再憂勞辛苦也不生起怨恨之心。

名列二十四孝之首的大舜，他所處的家庭是一父親瞽瞍個性頑固，眼睛看不清楚事物，母親跋扈不講理，弟弟又非常驕傲。舜處在其中，常常受到迫害，有時連性命幾乎不保。但大舜仍然怡色柔聲，希望父母改正行為，一點也不懷恨。經過多年的努力，父母改了惡行，家庭變得更加和樂。這種純誠且有高度智慧的孝行，才能感動頑瞽的父母，也是我們學習的榜樣。

再看近來叫座的連續劇，標榜的是有血有淚、高潮迭起，在家庭裡要當面反對父母，咆哮指責父母的不是才有看頭，而後來竟演變成家庭破碎，悲哀淒慘的下場！這樣為了討好觀眾，由幕前演到實際生活中，特別是年輕人沒有社會經驗，又缺乏聖賢經典的教化，就在耳濡目染之下隨著潮流有樣學樣，造成現在左鄰右舍比比皆是不完整的家庭，社會人心為之不安。不管政治多麼民主、經濟多麼繁榮，科技怎麼進步，家的傷口是難以彌補的呀！

常念父母恩，力行孝道並講究行孝的方法，讓父母願意改過，這是人世間最善最美的功德！一個能讓父母尊親改惡修善的人，還有什麼人不能調教呢？一個把家中大小調理得中規中矩，和氣一團的人，還有甚麼事業不能成就呢？「家齊而後國治」，這是曾子用盡一生行孝的親身印證，可見「孝」確實是百行之先，一切理想的根本啊！

弟子規簡說(八)

親有疾 藥先嘗

晝夜侍 不離床

喪三年 常悲咽

居處變 酒肉絕

喪盡禮 祭盡誠

事死者 如事生

父母親有了疾病，我們要如何照顧才恰當？父母親不幸過世，我們又應當如何料理喪事呢？

經文說：當父母親有了疾病，煎好了湯藥，作子女的一定要先嘗嘗看，是否太涼或太熱？不分白天或夜晚，都應侍奉在父母身邊，不可隨意離開父母太遠。當父母不幸去世，必定要守喪三年，守喪期間，因為思念父母就常常悲傷嗚咽起來。自己住的地方也改為簡樸，並戒除喝酒吃肉的生活享受。辦理父母的喪事，要依照禮儀，不可草率馬虎。祭祀時要盡到誠意，對待已經去世的父母，要像對待父母生前一樣恭敬。

「親有疾，藥先嘗；晝夜侍，不離床。」「疾」是病得很重，很危急。「嘗」是用舌頭嘗嘗看。這裏提到「藥先嘗」是因從前治病下藥均用煎煮的湯劑，所以在父母服藥前，一定先嘗一嘗是太涼或太熱，這樣父母既不會燙到，也能發揮藥性，讓父母病情好轉。也就是說，父母親病得很危急時對於看病用藥要謹慎小心，才不會因誤診或用錯藥而危及父母。

在父母重病時，最需要有人照顧。尤其是自己的子女能在身邊陪伴，照顧起居，是父母心中最感溫暖與滿足的。在父母臨終病重之際，為人子女的我們豈能因為事業忙，或沒有時間而放棄這種機會呢？

二十四孝中有位「親嘗湯藥」的漢文帝。有一次母親薄太后生病

一直沒有好轉，漢文帝就不分日夜盡心照顧母后，把侍奉母后當成一件大事來做，怕宮女不夠細心，對於母后的湯藥必定親自嘗嘗，確定熱度和甘苦，才放心地端給母后服用。這樣用心了三年，母后的身子才好轉過來。這件事感動了文武百官及天下的百姓，也流傳至今。正是「親有疾，藥先嘗；晝夜侍，不離床。」的最好寫照。也是提醒現代人，不要因為事忙而推說無法做到的一個砥礪石。

「喪三年，常悲咽；居處變，酒肉絕。」有一次，孔子的學生宰我問老師說：「為父母守喪三年，時間是不是太久了？一年不就可以了嗎？」孔子回答說：「一個有德的君子，居喪期間有好吃的東西，不覺得有味道；聽好聽的音樂，不感到快樂；居住的地方再怎麼舒適，也不覺得心安。」接著孔子又說：「孩子生下來三年之久，才離開父母的懷抱，能夠自己走，自己吃，讓父母稍稍鬆一口氣。而為父母守喪三年，是天下通行的喪期，宰我是否也想一想，當子女的我們在父母去世後，也能在三年喪期中，時時刻刻想念父母，愛念父母嗎？」

聽了孔子的教誨，就知道經文中「常悲咽」，是想到父母不在身邊，心中自然就湧現思慕之情而悲傷嗚咽起來。父母的影子占滿了心中，想起父母的恩情深重而無法報答，自然不肯為享受而住在舒適的地方，平時吃的酒肉也摒去一邊，只求清淡。

孔子的學生子路，年輕時家裡很窮，沒有好東西奉養父母親。就到百里外替人做工，換取白米來供養父母。雖然辛苦，但是心中感到非常快樂。後來在楚國作官，常常面對豐盛的食物，卻不由心酸而淚流滿面。這位好勇過人的子路，讓人感到奇怪！原來是子路思念起過世的雙親，已無法接受他豐盛的奉養，自然悲咽而吃不下！

「喪盡禮，祭盡誠；事死者，如事生。」古代天子守喪三年，把國家大事都交給宰相來處理，自己一心一意守著親喪，把守喪看成是最重要的大事，這樣才合乎禮節。

父母去世雖然很久，祭祀一定要和父母在世時一樣恭敬，所謂「大

孝終身慕父母」。父母一生為我們牽腸掛肚，為人子女更應在祭祀時，深深地思慕劬勞的雙親啊！

人生在世，父母與我們最親，給我們的恩情也最重。努力學習事奉父母的禮節，把孝道當成一項大事業，用心經營，才能立足於天地之間。

弟子規簡說(九)

出則弟

兄道友 弟道恭

兄弟睦 孝在中

財物輕 怨何生

言語忍 忿自泯

現代小家庭居多，家中子女大都只有兩三個，甚至是單生一個，往往缺乏學習與兄弟姐妹相處的良好環境。再加上父母都是上班族，小孩很小就進了托兒所、幼稚園，更減少了親自教導子女的時間。一旦進入小學，過團體生活，如何在團體中自處，都容易發生適應困難，行為偏差的問題。例如：個性倔強，不知道說話的時機，做事不能負責，常常和同學發生爭執，不能遵守團體規範，所以引來行為及心理的困擾。難怪今日特別重視輔導教育，但畢竟疲於奔命，效果有限，而追本溯源是忽略了人格的教育。弟子規重視禮的教化，從小就落實於日常生活中的家庭教育，無形之中，消弭許多社會的文明病。

弟子規中「出則弟」這段經文說的是家中兄弟相處之道，以及如何和長輩在一起的規矩。在這些規範中，訓練小孩謙恭有禮，懂得尊重別人，自然容易融入團體，為大家所接納。而兄弟姐妹之間要如何相處才能和睦？應注重那些要點呢？

經文說：當哥哥姊姊的，要能友愛弟妹，作弟妹的應做到恭敬兄姐。這樣兄弟姐妹就能和睦而減少衝突，父母心中就快樂，在這和睦當中就存著孝道了！

把身外所用的錢財物品，看輕點少計較，兄弟之間就不會產生怨恨。講話時，不要太衝動，傷感情的話，要能忍住不說，那麼不必要的衝突怨恨，就會消失無蹤。

「兄道友，弟道恭；兄弟睦，孝在中。」當兄姐的，年紀大，懂

得的道理較多，經驗較豐富，應當要幫助弟妹。反之，當弟妹的，年紀小，要聽從兄姐的指導，不要自以為是，就能符合恭敬的道理。能做到「兄友弟恭」，衝突自然減少，父母看在眼裏便感到欣慰，無形中就做到孝順了。反之，兄弟姐妹衝突吵架，讓父母為難，為誰說話都很難公平，父母心中就會擔憂不快樂。所以為人子女想做好孝順，除了好好侍奉父母外，和兄弟姐妹也要和睦相處，才能安養父母的身及心。

「財物輕，怨何生。」今日大家追求物質享受，把財物看得很重要，對孝順父母，兄友弟恭的倫常道理，卻忽略了。許多兄弟分家後，猶如冤家避不見面，原因大多來自對財物看得太重，感到分得不公平，互相計較而萌生怨氣。如果此時父母還健在，教他們如何安心？如果父母已去世，必然蒙羞痛苦。人要在世間生存，必須有錢財物品，但蔬食布衣，陋室而居，一樣可以過得去。若能視富貴如浮雲，重義輕利，那麼滋潤內心的天倫之樂，才是最真實的、最持久的享受。

周文王的大伯父泰伯，孔子稱讚他有三讓天下的美德。當周文王（名字叫昌）出生時，祖父古公亶父就說了一句話：「我周家將來一定有興盛家業的人，那個人就是昌罷！」如果照傳統的規定，古公亶父的位子應該傳給大兒子泰伯，不可能傳給三兒子季歷，季歷就是文王的父親，這樣周文王就無法繼承國位。

泰伯很有智慧，聽到父親古公亶父這句話，了解父親的心意，於是藉父親生病時，需要藥材，便偕同二弟仲雍往南方去採藥，並將自己紋身斷髮，這樣一來就不能接受國位，而滿了父親的心願。泰伯不僅捨掉世間最大的財物 國位，讓位給三弟季歷，又順利地把國位再傳給文王。這種作為，使人看不出他讓國的行徑，所以孔子稱讚他是「至德」呀！同學們！見賢思齊，讓我們學習把自己心愛的財物，讓給兄弟姐妹，甚至需要的人吧！

「言語忍，忿自泯。」一發覺言語有「火藥味」就要先警惕，學

忍辱，不管對方如何，心要柔軟下來。要想想：一旦言語衝突起來，總是揀些傷心的話來罵人。對方一聽，將忿恨填膺。終身難忘，俗云「是非只為多開口，煩惱皆因強出頭。」忍得下，自有海闊天空的舒暢。

唐朝張公藝先生家中五代同堂，全家上下和樂融融。皇帝路過，仰慕他治家整齊，便請問有何妙法？張公藝先生寫了一個「忍」字，再一個「忍」字..... 連續寫了一百個「忍」字，他的大家庭就因家中大小都能互相忍讓，而得以維持。這就是有名的「百忍成家」。

能看輕財物，肯忍下逆耳言語，必須在平時省察自己的心念，有否偏離成聖成賢的道路？對世間「孝弟忠信禮義廉恥」的倫常，有否看重？肯不肯去嘗試實行？肯如此辦，自然樂於輕財物、忍言語！

弟子規簡說(十)

或飲食 或坐走

長者先 幼者後

長呼人 即代叫

人不在 己即到

弟子規的內容，是以「禮」為主。「禮」讓人容易把握分寸，不會太過或不及。在日常生活中，我們要有耐心且漸進地學習「禮」，一次又一次地練習，學會克制情緒與私欲，讓「良知良能」發揮作用。所以應當把握機會，從家裡、學校，及各類團體中，去活用去實驗，效果將更為顯著！

日常飲食起居中，有人認為孩子還小，和長輩相處在一起，不必太過要求他們，長大自然就適應了！甚至對孩子寵愛有加，把好吃好用的先給小孩享用。以致小孩認為這樣是理所當然的，不知道要禮讓長輩，因而誤導孩子養成壞的習慣。而弟子規卻指導我們，不要因為大人的寵愛，而忽略了應從小培養禮讓的美德。如本段經文說：

不管是吃東西或喝飲料，要請長輩先用；如果和長輩坐在一起，就請長輩先坐；如果和長輩走在一起，應讓長輩先走。

長輩呼叫人時，自己聽見了，要替長輩去傳喚。如果所叫的人不在時，自己就應回來報告長輩 某人不在，讓長輩安心；更能進一步請問長輩，有沒有需要幫忙的事情。

「或飲食，或坐走，長者先，幼者後。」一般小孩對於喜愛的食品，總想先吃或多吃一些。而三字經說：「融四歲，能讓梨，弟於長，宜先知。」孔融小小的年紀，相當今日幼稚園小班，竟能把喜愛的梨子，大的讓給兄長，小的自己揀來吃。這種禮讓的美德，不見得每個人都做得到，難怪古人如此讚歎，而舉為兒童的模範。

雪廬老人所編常禮舉要居家篇說：「為人子坐不中席，行不中道。」「徐行後長，不疾行先長。」也說到為人子弟的，不坐正中間的大位上，走路時不可大搖大擺走在路中央；同時也應注意，要跟在長輩後面緩緩而行，不可搶先走在長輩之前。希望大家研究弟子規的同時，也能一併參考常禮舉要一書，相信會有相得益彰的功效！

「長呼人，即代叫；人不在，己即到。」現在的小孩對於長輩的使喚，常常出現慢吞吞，或不理不睬的態度。如果呼叫的不是自己，更是充耳不聞，一點也不關心。小孩從小就養成這種怠慢的習慣，到了學校，接觸外面的團體，這種習慣會不自覺地表現出來，使別人留下傲慢無禮的壞印象，是個人品格上的大缺失。

我們若想改正這種毛病，當隨時回顧「入則孝」的經文：「父母呼，應勿緩；父母命，行勿懶。」是否做到了，再依照這段經文來練習，您將是一位人人歡迎的謙謙君子！

弟子規簡說(十一)

稱尊長 勿呼名

對尊長 勿見能

路遇長 疾趨揖

長無言 退恭立

騎下馬 乘下車

過猶待 百步餘

稱呼長輩時，不可以直呼長輩的名，那是不禮貌的行為。在長輩面前，不要表示自己很有才能，藐視長輩。走路時遇見長輩，要趕緊走向前去行禮問候。如果長輩沒和我們說話時，就先退到一旁，恭恭敬敬地站著，讓長輩先走過去。如果自己是騎馬，遇到長輩就應下馬；如果乘坐車輛，就應下車。讓長輩先過去，等待大約離我們百步的距離後，自己才上馬或上車。

「稱尊長，勿呼名。」稱呼是重要的禮儀，中國自古以來就很重視，對於長輩一向不敢直接稱呼他的名。因為稱名是長輩呼叫晚輩，或是自稱用的。如果隨便稱呼，不只長輩會覺得我們無禮，更顯示出自己的鹵莽無知！

古時後「名」是父母所取，成年以後則另外取「字」或是「號」。同輩和晚輩就用「字」或「號」來稱呼，如孔子名是「丘」，字是「仲尼」，後人尊重至聖先師孔子，遇到孔子的名時，更是不敢讀原來的音「丘」，而讀「某」的音，以示尊重。書寫時也不敢全寫「丘」，而是缺一個筆畫寫為「」。至於孔子的朋友同輩，對孔子稱呼都用「仲尼」，晚輩學生稱呼孔子為「仲尼夫子」。我們讀誦四書五經等中國經典時，若明白稱呼的規矩，就能體會經文當時的情境，及交談的對象背景，更容易走入經文世界。

「對尊長，勿見能。」能力是用來辦事，並非作為炫耀之用。在尊長面前，不可因為自己學識能力高於長輩，故意將它顯露出來，壓迫長輩以提高自己的地位。這種狂妄的心理，趾高氣揚的態度，反而讓旁人感到厭惡。我們應該收斂起光芒，學習溫和謙恭才是。

「路遇長，疾趨揖，長無言，退恭立。」「趨」是快走，「揖」是古時拱手行敬禮用的作揖。路上遇到長輩，能趕快前去行禮打招呼，是尊重長輩的行為表現，不可視而不見，形同陌路，或是怕羞而避開長輩。

「騎下馬，乘下車，過猶待，百步餘。」百步餘的距離，大約是已漸漸看不清長輩的臉孔，這時再騎上馬或乘上車離去。能如此不怕麻煩，可以看出內心對長輩尊重之情。唐朝大詩人李白，有一天到江邊為好友孟浩然送行，作了一首詩「送孟浩然之廣陵」，詩中說「孤帆遠影碧空盡」，李白在岸邊看著老友孟浩然的船，漸漸消失在碧空裡，才依依不捨離去，讓人體會出他和好友深厚的情誼。可與本段「過猶待，百步餘。」相互得到啟發。

目前西式教育盛行，很多人對長輩及父母都直呼其名，這是中國儒家禮節所避諱的。禮，能區別尊卑親疏，使人更注重細微的言行，及內心的感受，更可以讓人文的教化深入人心，提高人性中良好的德能。禮，講究的是「自卑尊人」，從小處養成謙卑的心理，才能克制浮動的情緒和滔滔私欲，不要嫌禮太麻煩，覺得做起來彆扭，就一味捨棄反對。因為人心本來就複雜多變，必得以細膩的禮節來調理身心。才能養成雍容大方，安詳的氣度。

弟子規簡說(十二)

長者立 幼勿坐

長者坐 命乃坐

尊長前 聲要低

低不聞 卻非宜

進必趨 退必遲

問起對 視勿移

事諸父 如事父

事諸兄 如事兄

如果長輩還站著，年幼的我們不應先坐下來。如果長輩坐著，允許我們坐下時，才可以坐下來。在長輩面前講話，聲音要低，但是回答的聲音低到聽不清楚，那也不適當，要和顏悅色，聲音要柔和清楚才好。

進見長輩時，走路要快一點，動作表現得很敏捷；等到告退時，要慢慢退出。長輩問話時，要站起來回答，眼神注視長輩，不要左右移動。對待叔叔伯伯，要像對待自己的父親一樣恭敬；對待同族兄長，要像對待自己的胞兄一樣友愛。

「長者立，幼勿坐；長者坐，命乃坐。」常禮舉要居家篇說：「長者立不可坐，長者來必起立。」長輩在我們的身邊時，不可貿然坐下，要注意長輩的動靜。當我們坐著時，如果長輩從遠處走過來，一定要起立致敬。長輩尚未坐下，切莫一窩蜂搶先坐下來，甚至連長輩坐的位置都沒有了。或是長輩來了，晚輩們還圍坐著討論自己的事，對長輩不理不睬，也不主動向長輩問好招呼，眼裏根本沒有長輩的存在，這都顯出自己的怠慢和驕傲的習氣。今日有些同學們常常以自我為中心，無視於旁人存在，實在是家庭教育的疏忽呀！

「尊長前，聲要低。」長輩之前，不可太放肆而大呼小叫。有些父母對小孩子疼愛備至，縱容他們指使父母做事，遇有不合意時，就發脾氣，養成在團體中只見到別人的缺點，卻不知自我反省的毛病，所以人際關係奇差。常禮舉要對眾篇說：「不高聲喧嘩，擾亂他人視聽。」對一般人說話都要注意音量，何況是在長輩面前呢？

「低不聞，卻非宜。」凡事都應求恰到好處，如果回答長輩的話太小聲，長輩根本聽不清楚。甚至長輩問話一句也不應，都不是好現象。不論是膽怯不好意思或不曾回答，也要學習表白，否則讓長輩心急而誤會我們太傲慢，就非常失禮。

「進必趨，退必遲。」趨，是快步走向前去，態度認真而恭敬。「退

必遲」，所表現的是穩重，並樂於接受長輩的訓誨，不是一溜煙就不見了。

「問起對，視勿移。」可參照常禮舉要在校篇：「向師長質疑問難，必起立。」及訪人篇：「談話應答必顧望。」訓練自己恭敬的態度及專注的精神。若是眼神亂動，表示漫不經心對人不屑一顧，是不合禮的態度。

我國東漢自光武帝建國以來，社會風氣從重視利祿，轉變為淳厚，大家所看重的是氣節和人格。光武帝的兒子漢明帝，也秉承父親的遺教，尊崇儒家孔子的學說，曾經親自到太學舉行「養老禮」，用尊重父兄的禮節來對待「三老」和「五更」。「三老」和「五更」是從國家元老或德行著名的人當中，所選出最優秀的楷模。這正是「事諸父，如事父；事諸兄，如事兄。」的身體力行。難怪當時社會風氣非常淳厚，政治非常清明，成就了歷史上有名的「明章之治」。

「事諸父，如事父；事諸兄，如事兄。」這是「出則弟」的總結。能做到「入則孝，出則弟」對父母盡孝道，友愛兄弟姐妹，進而以事奉父兄之禮對待伯伯叔叔、堂兄弟姐妹，及一切父執輩兄長們。這是儒家「能近取譬」行仁的方法，從最親近的父母開始學習如何盡孝道，再推展出去善待所有人。這種從近而遠，由親而疏的行仁方法，使親情更親，友情更厚，這樣和諧的五倫關係，能保護我們的家，安定我們的社會，我們何樂而不為？

弟子規簡說(十三)

謹

朝起早 夜眠遲

老易至 惜此時

晨必盥 兼漱口

便溺回 輒淨手

冠必正 紐必結

襪與履 俱緊切

置冠服 有定位

勿亂頓 致污穢

為人子早上要儘量早起，晚上要晚點睡覺。因為人生的歲月很有限，光陰容易消逝，少年人一轉眼就是老年人囉！所以我們要珍惜現在寶貴的時光。每天早上起床必須先洗臉，順次刷牙漱口。解完大小便後，把手洗乾淨，這樣才是講究衛生的好孩子。

出門，帽子要戴端正，穿衣服要把鈕扣結整齊，襪子和鞋子都要穿得貼切，鞋帶要繫緊，這樣全身儀容才整齊。脫下來的帽子和衣服，應放置在固定的位置，不要隨手亂丟亂放，以免弄縐弄髒了！

「朝起早，夜眠遲。」教我們要早起，要晚睡。這裏的「晚睡」不是現代人的通宵達旦，浪擲精神，而是針對疏懶無事，一入夜便想睡的人而言的。希望他們能珍惜光陰，學習有用的學問。

再者，這裡講的「晚睡」是有規律的，一個人精神體力疲倦了，就應入眠。尤其是小孩子正當發育、求學期間，能在九點左右入睡是最好的。因為能把握時間入睡，才能睡飽、睡好。現代居住在都市中的人，生活起居常常是「晚睡晚起」。受到電視及五花八門的夜生活影響，白天工作上學緊張忙碌，就利用晚上的時間娛樂放鬆一下，往往

要捱到深夜才肯上床休息，第二天賴床起不來，耽誤了上班上學的時間，生活顯得忙碌緊張。在時間的催趕下，如同陀螺般，無法自主，陷入「忙、盲、茫」的日子，痛苦非常！

所以「早起」實在太重要了。能早起，早上才有充裕的時間準備早餐並愉快地用餐，攝取充足的營養，應付忙碌的生活。也可以提早出門，擁有從容的心情，面對每天的工作和學習，開啟美好的一天。

清朝平定太平天國之亂的曾國藩先生，是一位真才實學的知識分子。他很重視家庭教育，不論多忙，一定給家人寫信，從祖父母、父母、兄弟到兒子，都有家書問候。尤其給兒子紀澤及紀鴻的信中，不知多少次提醒他們要「早起」，以保存祖先傳下來的優良家風。

「晨必盥，兼漱口。」早晨起來洗臉刷牙，不僅保持臉部及口腔清潔，更使精神煥發，有個好的開始。

「便溺回，輒淨手。」大小便後容易沾有病菌，所以上完廁所，就要把手洗淨，才合乎衛生。

「冠必正，紐必結；襪與履，俱緊切。」外出上學或辦事，從頭到腳，服裝儀容要整齊，不僅端正自己的身心，也是和人接觸的禮貌，不會讓人產生厭惡。

「置冠服，有定位；勿亂頓，致污穢。」這是養成「動物歸原」的好習慣。不僅需要用時容易找到，而且不會沾到污穢。

這些生活起居習慣，看似平常，卻很容易疏忽。這些小處、近處若做得中規中矩，何愁不能成就大事業呢？

弟子規簡說(十四)

衣貴潔 不貴華

上循分 下稱家

對飲食 勿揀擇

食適可 勿過則

年方少 勿飲酒

飲酒醉 最為醜

步從容 立端正

揖深圓 拜恭敬

勿踐闖 勿跛倚

勿箕踞 勿搖髀

穿衣服注重的是整齊清潔，不在衣服的昂貴華麗，而且要依照自己的身分穿著，也要配合家庭的經濟狀況。

對於食物，不要挑剔、偏食，而且要吃適當的分量，不要吃過量。我們年紀還小尚未成年，更不該嘗試喝酒，因為喝醉了醜態百出，最容易表現出不當的言行。

走路時腳步要從容不迫，站立的姿勢要端正。作揖行禮時，要把身子深深地弓下，跪拜時要恭敬尊重。進門時，不要踩到門檻；站立時，要避免身子歪曲斜倚。坐著時，不要雙腳展開像畚箕或是虎踞的樣子，也不要抖腿或搖臀，這樣才能表現優雅怡人的姿態。

「衣貴潔，不貴華。上循分，下稱家。」衣服原來是保護身體的，必須經常換洗，保持整齊清潔。在社會及各種團體中，更要依照身分來穿著，在古代對公務員的服裝都有規定，而今日在公共場合仍以端裝整潔為準。

但是，近來社會上享樂主義盛行，大家所標榜的是個人物質的享受，連小朋友們都喜歡穿名牌衣物，有的球鞋一雙要好幾千元，雖然比一般球鞋耐穿，卻是虛榮心作怪，忘了衡量自己家庭的經濟狀況，無形中養成奢侈浮華的習慣。

孔子的學生——子路是有名的孝子，家中貧窮，吃的用的都很簡陋，

他身上穿著破舊縫補過的棉袍子，但當他和穿著狐貉皮草的人站在一起，從未覺得羞恥不如人。子路這種不俗的高潔人格，讓孔子讚歎不已。有一次，孔子要大家發表個人的志向，子路說：「我願意將自己高貴的車馬及昂貴輕暖的皮衣，和朋友一起分享共用，用壞了也不會抱怨。」從子路的志向，可見子路不重視物質的享受，所注重的是自己的人格是否完美，及朋友間互助的友誼。子路看輕一切物質享受，一心只想充實高尚的品德，他這種勇氣和志向真令人佩服！

「對飲食，勿揀擇，食適可，勿過則。」現今社會富裕，吃得非常豐盛，我們不要挑剔食物的好壞，吃的分量，大約七、八分飽就可以了。如果對於喜歡的食物，就狼吞虎嚥撐太飽，不喜歡的，就一點也不嘗試，這不僅會因營養攝取不均衡而使身體虛弱，日子久了，更會養成固執愛計較的拗脾氣，變成不受歡迎的人。

「年方少，勿飲酒，飲酒醉，最為醜。」像開車或辦事，如果飲酒過量，常常造成不幸或遺憾的意外，所以從小就應避免養成喝酒的習慣。

「步從容，立端正，揖深圓，拜恭敬。」一般人走路大都匆匆忙忙，有的小朋友，甚至在走廊或路邊奔跑追逐，經常險象環生。自我訓練從容不迫的走路，是一種安定身心的好方法。站得端正，不但能顯現出頂天立地朝氣蓬勃的氣象，更有益身體健康。

「作揖」和「叩拜」都是古時的禮節，相當於現在的鞠躬。作揖和叩拜注重的就是內心的恭敬，所以表現出來的自然是深深的弓身作揖，以及謙卑低下的叩拜，這是學習身心合一，表裡如一的真誠態度！

「勿踐闕，勿跛倚，勿箕踞，勿搖髀。」。踐闕是過門踩在門檻上，會弄髒進門者的衣服下襠。跛倚是一隻腳斜站著，給人懶散不敬的印象。箕踞是坐著時兩腳張得像畚箕，最為難看。搖髀是抖腿搖臀，顯得輕浮不莊重。

在日常生活當中，能依著這段弟子規，改掉壞習慣，糾正不雅觀

的舉止，在食衣住行上，處處養成合禮正確的姿態，這可是處世的無價之寶喔！值得我們來細細學習。

弟子規簡說(十五)

緩揭簾 勿有聲

寬轉彎 勿觸稜

執虛器 如執盈

入虛室 如有人

事勿忙 忙多錯

勿畏難 勿輕略

鬥鬧場 絕勿近

邪僻事 絕勿問

有時出了小小的錯誤又不是故意的，卻常常受到指責，怎麼辦？天外突然飛來了災禍，真是莫名其妙！有什麼辦法可以避免呢？

進門時，慢慢地揭開簾子，儘量不要發出聲響。走路轉彎時，離稜角要遠一點，保持較寬的距離，才不會碰到稜角，傷了身體。拿空的器具，要像拿盛滿的一般小心。進到沒人的屋子裡，要像進到有人屋子一樣。

做事不要匆匆忙忙，匆忙就容易出錯。遇到該辦的事情，不要怕困難而猶豫退縮，也不要輕率隨便而敷衍了事。容易發生打鬥的場所，我們不要靠近逗留。對於邪惡怪僻的事情，不必好奇去追問。

「緩揭簾，勿有聲。」古代和現代都有在門的上面，掛上門簾以隔開內外。所以進入屋內，必先慢慢地揭開門簾，以避免發出吵人的噪音，也提醒自己不可橫衝直撞。

「寬轉彎，勿觸稜。」走路時要「步從容」，轉彎時離稜角遠一點，慢慢地通過，視線自然不會被遮住。遇到人擠時也不會發生推撞，可

以防範轉角處，突然衝出的「冒失鬼」。平時騎車、開車轉彎時能注意這點，也能降低車禍發生的機率。

「執虛器，如執盈。」拿著空杯子或空的容器，不要倒著拿或拖著走，要像盛滿一樣端好，動作也雅觀。有時遇到容器裏盛了東西，卻因一時匆忙誤以為是空的，猛的一拿起來，卻濺溼或燙傷到身體，造成不幸的意外。

「入虛室，如有人。」進入別人的房間，不管裏面有沒有人，都要先敲門或是提醒裏面的人，讓裡頭的人知道有人來了。如果一時疏忽，沒察覺裏面有人，匆忙間進入他人的房室，尷尬的窘境，常令彼此不知如何是好。

「事勿忙，忙多錯。」「忙」是心中紛亂，言行匆促緊張。做事必須事先有計畫和良好的習慣，例如準備考試，必須事前有計畫的讀書及練習作答，臨時熬夜用功很難有好的成績，即使在小考僥倖得到好的成績，遇到大考就張惶失措而錯誤百出。

在日常生活中，忘了帶東西或上學遲到，常常是前一天晚上不先整理第二天要用的東西，或是早上睡得很晚，匆忙間出門，弄得身心慌亂，錯誤自然難以避免！

「勿畏難」，辦事時怕困難，心中一直想避開，不敢針對問題來解決，對自己沒有信心。應該親近善友或老師，觀摩學習他們的經驗和方法，不怕別人恥笑，開口向他們請教，再認真來做做看，給自己更多嘗試的機會。「人一之，己十之；人十之，己百之。」自認資質較鈍，但是萬萬不可認為自己是無法成材的，「天生我材必有用」，別人一次能辦成，自己也有信心辦成，再接再厲必有突破的一天。

「勿輕略」，辦事要求品質，恭敬去完成。不管事後有沒有人監督，都要求自己做好，以培養表裏一致，正大光明的心志。

「鬥鬧場，絕勿近。」不正當的場所，常會發生打鬥鬧事。近來社會物欲橫流，大眾的心靈普遍空虛，享樂主義盛行，大家常是追逐

聲色犬馬，到處充斥著吸毒、色情，通宵達旦地賭博、上 KTV、飆車，如此，怎能調劑出健全的身心呢？所以，不要進入鬥鬧場，即使路過也不必好奇，要迅速遠離，才不會惹上無妄之災。

「邪僻事，絕勿問。」邪是不正，僻是怪僻。近年來神棍騙財，巧立名目，如妄稱「無上師」「轉世」、「神通」等等，引起社會亂象，我們不要好奇去追問那些不正當、不合情理的事。謹記聖賢的教化，學習倫常規矩，才是淨化心靈的妙方！

弟子規簡說(十六)

將入門 問孰存

將上堂 聲必揚

人問誰 對以名

吾與我 不分明

用人物 須明求

倘不問 即為偷

借人物 及時還

後有急 借不難

將要入門之前，先問一下有人在嗎？將要走上廳堂時，先放大音量，讓廳堂的人知道。假使有人請問「你是誰？」回答時要說出自己的名字；如果只說「吾」或是「我」，對方就聽不清楚到底是誰。

我們使用別人的物品，必須事先對人明講；如果沒有得到允許就拿來用，那就相當於偷竊的行為。借用他人的物品用完了，要立刻歸還，以後遇到急用，要再向人借時比較不會有困難。

「將上堂，聲必揚。」「揚」是把聲音拉高放大些，故意讓廳堂的人知道有人來了。讓廳堂上的人自動約束自己的言行，使彼此見面互不失禮，也不尷尬。

「人問誰，對以名，吾與我，不分明。」當別人問到自己時，能謙稱自己的名字，對方才不會弄錯。如果魯莽的說「我就是我，難道你不知道嗎？」或是故意使人猜不出來，都令人感到相當為難。偶而在電話中遇到這種情形，真不知如何談下去呀！

「用人物，須明求；倘不問，即為偷。」別人的東西，主人不在，或未答應借用，即使只用一下子，都容易被他人當成小偷，而失去他人的尊重。

「借人物，及時還，後有急，借不難。」別人借我們東西，用完了或是約定的時間到了，就應歸還。否則對方以為我們弄丟了或占為己有，以後再有急用，對我們避之惟恐不及，即使向他求援，難道還肯借給我們嗎？

以上是「謹」的內容，回顧「謹」的內容，特別教我們從每天的作息起居，食衣住行，處事接物的基本規範做起，要求先料理好自身。這正是生活教育的中心，也是家庭教育的基礎，更是現代民主教育中，亟需提倡重視的。否則只偏重自由、活潑的教育，常易出現妨礙他人自由，擾亂團體秩序的現象。

弟子規說的都是我們平常語言行為的要則，讓我們即知即行，掌握自己，使處事更有效率，待人更為和氣，創造一個身心調和的環境。如果我們一時做不到，也不必氣餒，只要能清楚的辨別方向，認同聖賢的教化，肯用工夫慢慢的琢磨，就像璞石也能慢慢地呈現出美玉來！

弟子規簡說(十七)

信

凡出言 信為先

詐與妄 奚可焉

話說多 不如少

惟其是 勿佞巧

奸巧語 穢污詞

市井氣 切戒之

凡是開口說話，首先要講究「信用」。欺詐不實的言語，在社會上可以永遠行得通嗎？話說得多，不如說得少，凡事實實在在，不要講些不合實際的花言巧語。另外，奸邪巧辯的言語，骯髒不雅的辭句及無賴之徒粗俗的口氣，都要切實戒除掉。

「凡出言，信為先。」人與人之間，能做到「信」，就能顯示恆常不變的安定狀況，彼此都能安居樂業，所以「信」是「五常」之一。孔子曾說過：「假使一個人沒有守住信用，就不知道他有甚麼可以算是人的了。」也就是說，即使具備了許多才能學問，若沒有了「信」，在社會上就行不通！就像一部性能優越的汽車，具備了多項頂尖的功能，但是不給它加上油，那也只能展示在櫥窗裏，是無法在道路上行駛呀！一個人有「信」，正如車有「油」。

孔子晚年，有一個小邾國的大夫，進獻句繹這塊土地來投奔魯國，為了求得安全，一般人都希望魯國能立下盟誓給予保障，如同現在的政治庇護。但是，他不這麼想，他只要孔子的學生子路能給他保證，他就有足夠的安全感！因為子路的信用深得當時世人所敬重，子路的一句話，勝過一個國家的承諾。但是，子路並不濫用他的信用，他拒絕了小邾國大夫的要求。子路說：「我可以為魯國的戰事犧牲自己的性命，卻無法答應叛臣的要求。」因為守信是要符合正義的啊！

「詐與妄，奚可焉。」詐和妄都是存心不正，想以不實的內容欺騙別人。以詐妄欺騙人，失去了別人的信賴，別人怎會再和他一起辦事呢？

「話說多，不如少，惟其是，勿佞巧。」說話只要能表達正確的意思就可以了，尤其今日工商業社會，人人生活忙碌，說話簡單明瞭，才不會耽誤彼此的時間。「言為心聲」言語是內心表現在外的聲音，必須實在，不講求巧言，就不會滋長好名好利的諂媚習性，一個人常保樸實的本質，內心就能常保清淨！

「奸巧話，穢污詞，市井氣，切戒之。」當我們聽到別人無理的強辯、不雅的字句和狂妄自大的口氣時，心中都會感到受不了！而反唇相譏，惡言相向。例如在競賽中，遇到衝突時，雙方如果缺乏自我克制的能力，用尖酸話指責對方，用污穢的言詞詛咒，甚至表現出狂妄的口氣，就會失常演出互毆而受傷的下場，失掉了競賽切磋的意義。

平常學會了分辨言語的好壞，不說「奸巧語，穢污詞，市井氣」的劣質言辭，遇到事情就能克制心中的怒氣，把情況化險為夷！進一步留意從自己口中說出的每一句話，句句都要不失信於他人，這樣，立身處世的重要課題，你就完成一大半了！

弟子規簡說(十八)

見未真 勿輕言

知未的 勿輕傳

事非宜 勿輕諾

苟輕諾 進退錯

凡道字 重且舒

勿急疾 勿模糊

彼說長 此說短

不關己 莫閒管

還未看到事情的真相，不輕易發表意見。對於事情了解得不夠清楚，不輕易傳播出去。覺得事情不恰當，不要輕易答應；如果輕易答應，就會使自己進退兩難。談吐說話要穩重而且舒暢，不要說得太快太急，或是說得字句模糊不清，讓人聽不清楚或會錯意。遇到有人談論別人的是非好壞時，如果於己無關就不要多管閒事。

「見未真，勿輕言；知未的，勿輕傳。」常禮舉要云：「口為禍福之門，話要經一番考慮再說。」可見言語的影響是很大的，說話前一定要先考慮後果。不要靠言語來得到別人的重視，或是想以花言巧語煽動別人，炫耀自己的口才。這樣的人，眼光所看到的只在自己身上，忽略了言語可能造成的傷害。

一般人所見所聞，難免有所偏失，不容易顧慮到整體，也沒有深入事情的核心，所以不宜輕率的發表看法，或者道聽塗說就傳揚出去。孔子的學生子張才高志廣，有一次請教孔子如何當好一位公務員？孔子教他「多聞闕疑，慎言其餘，則寡尤。」見聞要多方面地探討，遇到有疑問的就先保留下來，等到需要發表的時候，把清楚的部分，小心說出來，便可避免錯誤，這樣就掌握了發言的要領。

「事非宜，勿輕諾；苟輕諾，進退錯。」平時要養成是非好壞的觀念，對於不合法、損害別人的事，絕不答應；也應衡量自己的時間、能力，實在做不到的，雖然是好事，只好隨喜讚歎，婉言推辭。因為辦不到的事如果輕易答應，會造成雙方的困擾，弄得自己進退兩難。例如：我們要參加一個活動，答應主辦的同學要準備某一樣東西，可是這實在超出自己的能力範圍，事到臨頭才告訴同學無法辦到，就耽誤了活動的進行，以後對我們說的話，誰還會有信心呢？

「凡道字，重且舒；勿急疾，勿模糊。」言語是要表達內心的意思，說得太快，別人聽不清楚；說話的字句、意思模糊不清，也容易讓人會錯意。所以說話時，咬字、斷句必得清清楚楚不急不躁，流利

自然，這也是尊重別人的一種禮貌。古人說；「大凡富貴長者，說話必定是穩重而且持守不變。」正是這個道理。

「彼說長，此說短，不關己，莫閒管。」這是告訴我們不要好奇湊熱鬧，而庸人自擾。一般人對別人的是非長短，都很感興趣，經常隨便播送臨時聽來的馬路消息，不但攪亂了別人，也損害了自己的德行。

古人說：「利刀割體痕易合，惡口傷人恨難消。」言語真是禍福之門啊！一句得當的讚歎，一段愛的鼓勵，往往能讓意志消沈的人，重新燃起無限的希望。一個人要說出得當的好言語，這是可以培養學習的，雪公老恩師有一幅春聯說：「經書涵養心如鏡，福德薰陶語似蘭。」多讀經典的人，藉著經典把心鏡磨出光亮的智慧。多做好事，常反省的人，說出來的話不傷人，像幽谷的蘭花散發撲鼻的芬芳，美化了我們的生活，也清淨了眾人的心地。

弟子規簡說(十九)

見人善 即思齊

縱去遠 以漸躋

見人惡 即內省

有則改 無加警

唯德學 唯才藝

不如人 當自礪

若衣服 若飲食

不如人 勿生感

看見他人的優點好行為，心中就生起向他看齊的好念頭。雖然目前還差得很遠，只要肯努力，就能漸漸趕上了。

看見他人犯了罪惡的事，心裡先反省自己，如果也犯了同樣的過

錯，就立即改掉；如果沒有，就更加警覺，不犯同樣的過錯。

當道德學問和才藝不如他人時，就應該自我砥礪，努力趕上。至於穿的衣服和吃的飲食不如他人時，可以不用擔心憂悶！

「見人善，即思齊，縱去遠，以漸躋。」

孔子曾說：「見賢思齊焉，見不賢而內自省也。」看見賢能的人，心中生起向他看齊的心；看到不好的惡行，反過來自我反省，約束自己不犯同樣的過失。這樣不斷求進步，就可漸漸步上聖賢的大道，這是進德修業的原動力。

不論大善或小善，都要有「思齊」的信心和力行的勇氣。小善切戒輕忽不做，而行大善的機會來了，也要及時把握，盡心盡力勉強為之。

「見人惡，即內省，有則改，無加警。」

遇見人正在做惡事，不論有沒有能力去勸告，首先省察自己，是否也犯了相同的過錯？「有則改，無加警。」如果有，就要趕快改正；如果沒有，也要多加警惕，這樣才不會重蹈覆轍。總之，要時時覺照自己，提昇自己，把精神用在自身的改過遷善之上。一般人遇到他人做壞事時，往往是指責怒罵一番，卻忽略了檢討「他為什麼會做惡事？」的誘因，有些不好的誘因，有時正是我們自己造成的。能夠自我警覺、自求改進的人，可以防範於未然，減少許多意外的災難。

「唯德學，唯才藝，不如人，當自礪。」

要涵養高尚的道德，必須改掉貪心、忿恨、嫉妒等等的壞習氣，代之以正大光明的心念。對真正的學問，如孔子所講的論語及五經等是利人利物的大學問，若能努力研究學習，得到其中的真義，就能安定個人的身心，促進社會的祥和。「才藝」包括了各種知識技能，只要是利益人群社會的才藝，就值得多多學習。德學和才藝若比不上別人，自當努力迎頭趕上。

「若衣服，若飲食，不如人，勿生感。」

感是憂愁，心中一直擔心放不下。每個人的家庭經濟情況不同，所以，在食衣住行的物質享受上自然家家不同，即使比別人差，也不值得憂愁，真要憂愁的是德學和才藝不如人。

我們中國人講求「五福」 福、壽、康寧、攸好德、考終命。其中的「攸好德」是指所好樂的是道德，就是為將來培福。從事德學和才藝的培養，是很積極的作為，其餘四福則是前世培福得來的。今生享有大福報，應該再培植未來福報的種子，否則只出不進，這份福報很快就耗盡了。

好衣服、好飲食都是前世修來的，得到了，自當好好珍惜，不浪費！吃的、穿的、用的不如人，不必埋怨，現在正應好好培福呀！

弟子規簡說(二十)

聞過怒 聞譽樂

損友來 益友卻

聞譽恐 聞過欣

直諒士 漸相親

無心非 名為錯

有心非 名為惡

過能改 歸於無

倘揜飾 增一辜

每個人都會有過錯，要用什麼態度面對過錯，才能進德修業呢？

聽見人說我的過錯就生氣；稱讚我就高興，這樣，不好的朋友就會越來越多，真誠有益的朋友就不敢和我們在一起了。

如果聽到別人稱讚我，先自我反省，深怕自己沒有那些優點，只是空有虛名。當聽到別人批評我的過錯時，心裡卻歡喜接受。那麼正

直誠實的人就越喜歡和我們親近。

不是有心故意做錯的，稱為過錯，若是明知故犯的，便是罪惡。

不小心犯了過錯，能勇於改正，就會越改越少，漸歸於無過。如果故意掩蓋過錯，那反而又增加了一項掩飾的罪過了！

「聞過怒」，每個人都希望在他人心目中是優秀，受人尊重的。當聽到別人批評我的過錯，為了維護好的形象，就很容易產生憤怒。「聞譽樂」，如果聽到他人的稱讚，不知不覺就高興起來。所謂「忠言逆耳」一點不錯，朋友忠實的勸告，往往不容易聽入耳裏。這個盲點自己若不察覺，那麼用甜言蜜語討人喜歡的壞朋友，就會圍繞在身旁，姑息我們的過錯，顛倒是非。那些肯給我們忠告的益友，又怎麼願意接近我們呢？所以說是「損友來，益友卻」。這樣「聞過怒，聞譽樂」的人，很容易淪為吸毒、夜歸、打架、飆車的一群，損害身心，誤入歧途，甚至犯下大錯而後悔莫及！

想在進德修業上獲得實益，必須針對自己的過錯，不斷地改進。「聞譽恐，聞過欣」，聽到人家聲聲的讚美，先不要太得意，心裡要先省察一下「自己真有這麼好嗎？」當有人指出我們的過失，也別一聽就皺眉不悅，要學著虛心接受，並且由衷感謝。這樣「直諒士，漸相親」，所謂物以類聚，那些正直誠信的朋友，就樂於和我們交往，自己也會得到更多的益處。

左傳說：「人誰無過，過而能改，善莫大焉。」從小到大，那個人敢說自己沒有過錯呢？「無心非，名為錯」，不是故意去犯的過錯，例如不留意得罪人了，或者不小心踩死一隻螞蟻等，這算是無心的過錯。如果是處心積慮做壞事，那就罪惡了。把「進德修業」當做人生第一大事的人，就得時時警覺當下這個念頭是否偏差了，然後選擇對的去做，才不會一錯再錯，陷入罪惡的深淵，無法自拔。

「過能改，歸於無」，自身的作為有重大的過失而遭到別人無情的辱罵時，要能勇於面對，先承認自己有過失，再檢查自己是不是有心

違犯。能夠這樣「提高警覺」，才能避免重蹈覆轍。改過遷善就像天上的烏雲散盡後，必有雨過天青的美景。「倘揜飾，增一辜」，揜，是掩飾的意思。如果犯了過錯，卻故意掩飾，就如沾了墨漬的白布，愈是用力清除，愈造成污點的擴散，失去了白布潔白的本質。

東晉時，有名的「周處除三害」是大家耳熟能詳的故事。故事中除了猛虎和大蛟二害外，最難除的第二害反而是周處本身。他平時不務正業，為非作歹，危害地方。起初他自己不知道被列為三害之一，後來知道了，就很慚愧，決心改過，不只除了猛虎大蛟，更拜師求學，從軍報國。周處「過能改，歸於無」一發覺自己的罪狀，決不掩飾，立刻拜師改過自新，這真是大智慧大氣魄啊！

要如何塑造全新的自己？「改過」是一把利器。要改過，必須先覺察過錯，然後聞過而心生歡喜，有了知過能改的勇氣，願意幫我們改掉過失的忠告良言，自然蜂擁而來。那時，在聖賢的大道上，必然愈走愈光明！

弟子規簡說(二十一)

汎愛眾

凡是人 皆須愛

天同覆 地同載

行高者 名自高

人所重 非貌高

才大者 望自大

人所服 非言大

不論是甚麼人，我們都要愛護不傷害他。學天地一般的博愛，天覆蓋著萬物，給他們滋潤；地承載著萬物，讓他們生長。品行高尚的人，名聲自然高；人們所敬重的是德行，並不是外貌是否出眾。才能大的人，聲望自然大；人們所信服的是真才，並不是只會發表言論好說大話的人。

「汎愛眾」對於大眾有關懷愛護的心，如同蒼天與大地，絕對沒有私心，不論好人壞人、聰明愚笨、富貴貧賤、種族國界，都一樣給予保護和承載，純是一片仁慈之心，不為名利，毫無虛假。正是「天同覆，地同載」的大同境界。

「凡是人，皆須愛；天同覆，地同載。」有人問：「對於壞人及自私自利的人，還要保護他，豈不天下大亂？」其實壞人大部分是後天學壞的，他做了壞事危害大眾，應給予適當的處罰，但是我們應該憐憫他因控制不住自己，未得到好的教育，應讓他們有改過自新的機會。人何嘗喜歡犯錯而讓社會大眾所唾棄呢？試想，以一個父母的心情，何嘗不願看到學壞的子女步上正途呢？天地好比是我們的父母，我們學天地的博愛無私，也體會天下父母心，關懷每一個大地子民，天地間自然呈現祥和的氣氛。

「行高者，名自高；人所重，非貌高。」帝王在世間是最高名

位，當今的各國領袖及超級強國的大總統，在位時也是高高在上，似乎人們最重視的還是外表的名位。可是經過時間的流逝，歷史的評斷，令人懷念的，還是那些德行高尚，替大眾著想的人。古代聖君堯、舜、禹、湯、文、武，或是美國的華盛頓、林肯總統，都是注重德行的修養而留芳百世，讓人懷念不已。

至於一般百姓，果真能注重德行，也能成為令人敬仰的有德君子。如孔子及其弟子們，雖然一生顛沛流離，可是一直追求品格的完美，為利益天下蒼生而周遊列國，整理聖賢學問傳之後世，至今仍被世人奉為萬世師表，連外國人也紛紛嚮往中國文化。

「才大者，望自大；人所服，非言大。」李白說：「天生我材必有用」，抱持服務大眾的熱忱，不管先天資質是聰明或愚笨，只要盡力去學，鍛鍊自己的才能，工夫下得深，小者可自立持家，大者可貢獻社會國家。

至於有些缺乏真才實學的人，平時雖能言善道但遇事就亂了方寸，縱然知名度很高，卻時時露出破綻，損害名聲，往往一夜之間就成為人人唾棄的小人，怎能長久得到眾人的信服呢？唯有實至名歸，心中才能坦蕩蕩。平時好學，沈潛於各項才藝，遇事能實現救人的悲心大願，如此，聲望自然不求而來。

汎愛眾的仁人君子，他的心中有「人我一體」的觀念，所以肯放下滔滔私心，關懷大眾，展現人饑己饑，人溺己溺的風範。我們若處處學著仁厚待人，在德行上改過修養，守住人的品格，並深入學習各項才藝，相信也能做出一番利益大眾的事業。

弟子規簡說(二十二)

己有能 勿自私

人有能 勿輕訾

勿諂富 勿驕貧

勿厭故 勿喜新

自己有才能，不要自私自利，要肯為大眾服務。別人有才能，不可輕易批評，應該多加讚美肯定。對富有的人，態度不諂媚求榮；對貧窮的人，不表現出驕傲自大的樣子。不厭惡不遺棄親戚老友，也不一味喜愛新人新朋友。

「己有能，勿自私。」每個人的際遇本來就不同，如果自己處在良好的環境中，學得許多才能，豈可傲視一切而自私自利？應該發揮人饑己饑、人溺己溺的胸懷，幫助身處痛苦困難的同胞，讓他們也能感受到真正的快樂與和諧。為了炫耀才能，博得掌聲而塑造出的耀眼英雄，真能減輕苦難者的創痛嗎？

「人有能，勿輕訾。」能拆掉自私的樊籬，擴充人我一體的公心，則見到別人發揮才能，有所成就時，自然樂於敞開「見人之得，如己之得」的寬廣胸襟，而加以讚美肯定。如果一見他人有才能，就故意批評詆毀，則內心所增長的，恐怕只有損人不利己的嫉妒心吧？

在東周戰國時，李斯和韓非是同門師兄弟。秦王看見韓非寫的「說難」這篇文章，非常欣賞，恨不得早日相見。直到韓王派遣韓非出使秦國時，才見到了韓非。秦王和他談過話後，更加歡喜。李斯自知才能不及韓非，怕韓非得寵而影響自己的前途，於是故意詆毀韓非，陷他入獄，並假借王命，賜毒藥要他自殺。韓非想要陳述冤情，可惜沒有機會表白，就這樣枉死獄中。後來李斯被趙高誣陷，也同樣沒有機會申冤，被腰斬而死。常言「天道好還」，種惡因，豈能得善果呢？

「勿諂富，勿驕貧。」驕傲及諂媚，是不知不覺就會染上的毛病。諂媚迎合富有的人，雖獲得他人的錢財好處，卻失去了固有的志向，貶低了人品。甚至助紂為虐，作奸犯科，結下日後無窮的怨業。富有的人一驕傲，就會養成奢侈浪費的惡習，為了滿足欲望，更加貪取不義的名利，視損人利己為平常。怎知天道忌盈，心生驕傲時，就埋下可怕的禍苗，一旦福報享盡，災殃怎不降臨呢？

「勿厭故，勿喜新。」物質、人情皆有新舊，喜新厭舊，就會造成澆薄寡恩的風氣，所以古人曾說：「與其結新交，不如敦舊好」。東漢光武帝時，光武帝妹妹湖陽公主的夫婿剛去世，她就看中了朝中另一位大臣宋宏，要光武帝為他作媒說親。宋宏回答光武帝說：「貧賤之交不可忘，糟糠之妻不下堂。」光武帝聽了，就知婚事難成。宋宏的不攀權貴，正是一位念舊的厚道君子呀！

至聖先師孔子教我們，貧窮的人，除了不諂媚迎合外，能在道德上自得其樂更好。富有的人，不但不以驕傲的心態妨礙他人，更要愛好禮節，恭敬大眾。貧和富，只是生活方式不同而已，都要學習禮節，充實各項才能，發揮人我一體的仁心，才能營造一個「貧而樂，富而好禮」的幸福社會！

弟子規簡說(二十三)

人不閒 勿事攪

人不安 勿話擾

人有短 切莫揭

人有私 切莫說

道人善 即是善

人知之 愈思勉

揚人惡 即是惡

疾之甚 禍且作

善相勸 德皆建

過不規 道兩虧

他人有事，忙得沒有空暇，就不要再找事攪亂他。對方身心很不安定，我們就不再用閒言語干擾他。別人的短處，絕對不要揭露出來。別人有祕密不想讓人知道，我們就不要說出來。讚美別人的善行，就

等於是自己行善，因為對方知道了，就會更加勉力行善。宣揚別人的過惡，就等於是自己作惡一樣。如果過分地憎惡，就會招來不必要的災禍。行善能相互勸勉，彼此都能建立良好的德行。有了過錯而不互相規勸，雙方都會在品行上留下缺陷！

「人不閒，勿事攪；人不安，勿話擾。」有一次子張請問老師孔子說：「一個知識分子怎樣才能做到通達事理呢？」孔子回答說：「資質正直而且愛好正義，能夠察言觀色，並且謙卑待人。這樣在各種團體中一定通達無礙！」當我們忙得不可開交時，最怕別人不必要的干擾。心裡有事擔憂不安，多麼希望靜下來，想辦法解決，這時若有人在旁講多餘的言語，反而是忙上加忙，無補於事。所以，多察言觀色，多為對方著想，不以自己的方便，或為滿足一吐為快的私心，而增加他人的痛苦，這便是一種仁慈的涵養，也是暢通人際關係的法寶啊！

「人有短，切莫揭；人有私，切莫說。」揭發別人的缺點或秘密，有傷厚道，會損及陰德，帶來禍害。古人說：「凡一事而關人終身，縱然確見實聞，不可搬上口邊；凡一語而傷我厚道，雖然閒談酒話，應謹慎不要溜出口。」確應謹記。

「道人善，即是善，人知之，愈思勉。」他人行善，我們廣為宣揚，聽到的人，會見賢思齊，當事人也因讚美而愈發積極行善，風俗自然就變得更純樸善良了！

「揚人惡，即是惡，疾之甚，禍且作。」論語泰伯篇裡，孔子說：「一個失去仁心而作惡的人，如果過分厭惡他，使他受不了，他的情緒就會被激怒而變本加厲，造成更嚴重的後果。」平時謹言慎行，養成隱惡揚善的習慣，不僅可以避開禍害，更有助於風氣的敦厚。

「善相勸，德皆建；過不規，道兩虧。」好友有了過錯，若姑息他的過失，就失掉「以友輔仁」的道義，使好友陷入過錯的泥淖裡無法自拔。但規過的方法也要講究，所謂「忠告而善道之，不可則止。」怕好友受到損害應誠心誠意提出勸告，並善加誘導。如果好友一時無

法聽從，就先暫停規勸，留住這份友誼，等待適當的時機再來挽回。

朋友的勸諫，可幫我們掃除心裡的盲點，才有機會糾正過錯，也唯有在一次一次的改過中，才能琢磨淬礪出完美的人格來。

弟子規簡說(二十四)

凡取與 貴分曉

與宜多 取宜少

將加人 先問己

己不欲 即速已

恩欲報 怨欲忘

報怨短 報恩長

和人有財物上的往來，應當分辨清楚，不可含糊。財物給與他人，應該慷慨多布施；取用別人的財物，則應少取一些。

有事要託人做，或有話要和人說，先問問自己是不是喜歡？如果自己不喜歡，就應立刻停止。

他人對我有恩惠，應時時想著回報他；不小心和人結了怨仇，應求他人諒解，儘早忘掉仇恨。報怨之心，停留的時間愈短愈好；但是，報答恩情的心意，卻要長存不忘。

「凡取與，貴分曉；與宜多，取宜少。」財物是資生的必需品，和人有財物上的往來，要清楚分明才不會產生誤會，破壞彼此的信用和情誼。一般人往往吝於施捨卻樂於接受別人的財物。如能捨得布施，就能減輕吝嗇的心態，以歡喜心加惠大眾，讓彼此之間更加融洽愉快。

「將加人，先問己；己不欲，即速已。」以自我為中心的人，不能替人設想，往往感情用事，說話中傷對方，辦事時剛愎自用，因而眾叛親離，陷入苦悶無助的黑洞裏，實在是損人不利己呀！當人際關係有了磨擦，出現危機時，就應反省是否曾給人難堪？更進一步，省

察自己，是否懷有怨恨之心？有修養的君子應當培養同情心，以恕道待人，以憐憫的心看待對方，才能淡化怨恨，超脫自我。

「恩欲報，怨欲忘；報怨短，報恩長。」「欲」就是心中時時想著。受人之恩要時時想著回報，所謂：「滴水之恩，湧泉以報。」對別人一滴水的恩惠，願以不斷湧出的泉水來回報才感到心安。怨恨猶如損人傷己的火苗，若不克制情感而用以牙還牙的方式，必定捲入怨恨的火窟裏，雙方都將深深地受到傷害。孔子教我們要「以直報怨」，對人不應記恨，要克制內心的怨恨，依禮行事，照平常心來處理，使報復的念頭愈來愈弱，甚至消失。

戰國時代，趙國大臣藺相如出使秦國，智勇雙全完成外交任務，功勞很大。趙王便封他為上卿的官職，位居武將廉頗之上。廉頗自認出生入死，為趙國攻城野戰，功勞更大。而藺相如只不過逞口舌之能，怎能和他相比呀！所以廉頗心中忿忿不平，故意為難藺相如，但藺相如卻躲著他，不和他起衝突。有一次，藺相如的部屬看不過去，就說：「廉將軍故意為難您，一般人都覺得無法忍受，而您卻處處讓他，好像很怕他的樣子，實在一點尊嚴都沒有呀！」藺相如卻說：「現在趙國正受強秦威脅，如果趙國文武大臣衝突，國家將會分崩離析，外強必然入侵，那時趙國就危險了！」消息傳到廉頗耳中，廉頗自認有錯，立刻背著責打用的荊棘，登門請罪。藺相如一見，趕快解去他所背負的荊棘，兩人不但和好，還結成生死不渝的刎頸之交。這則「將相和」也成為歷史上傳頌不朽的美談。藺相如不懷藏私人怨恨，以大局為重的言行，值得我們來學習。

弟子規簡說(二十五)

待婢僕 身貴端

雖貴端 慈而寬

勢服人 心不然

理服人 方無言

對待家中的婢女和僕人，本身行為要注重端正莊重，不可輕浮隨便，若能進一步做到仁慈寬厚，那就更完美了。權勢可以迫使人服從，雖然表面上不敢反抗，心中卻不以為然；惟有以道理感化對方，才能讓人心悅誠服而沒有怨言。

「待婢僕，身貴端，雖貴端，慈而寬。」婢僕是負責勞役的工作，在家中地位最低，供主人差遣，要服從主人的指示。主人的行為如果輕浮隨便，好的婢僕自然紛紛求去，圍繞在身旁的，多是心術不正的小人，家庭就會招來許多誤會和衝突，鬧得雞犬不寧。所以有品格端正的主人，才能留住正直的婢僕。

婢僕一樣具有人格尊嚴，只是境遇不同，地位低下而已，要視為一家人，照顧他們，教導他們。有了困難，為之解決；偶有犯錯，抱著愛護的心教導訓誡，培養他們良好的人品。孔子說：「居上不寬，吾何以觀之哉？」居上位當主管的人，宅心如果不夠寬厚仁慈，孔子說：「我找不出他的優點，可向他學習！」所以，一家之主如果缺乏寬厚的德行，家庭要想能夠維繫得和諧，大有困難！

「勢服人，心不然；理服人，方無言。」中國文化講究摒除虛假，真誠待人。若只用武力、財勢、地位使人服從，雖然效果顯著一時，但是維持不久。當勢力消失時，團體組織就紛紛離散。反過來，若講求真實的道理，用仁德感化對方，彼此就能建立深厚的信心。

古代開國聖君如商朝湯王、周朝文王，在尚未統一天下前，封地都很小，勢力也不大。湯王七十里見方，文王百里見方，相當於現在的一個小縣市。但是他們推行仁道，人民受到道德的感化，打從內心真實地信服，一旦獲得人民擁戴時，他們的仁德便能普利天下蒼生。而夏桀王及商紂王雖位居天子，勢力無人能比，卻喪失仁心，放棄人民，一旦失去權勢，竟然連自身都難保了！

雖然現在已很少人用婢僕了，但是上下尊卑的關係，仍然處處可見。讓我們一起來學習仁德君子的「汎愛眾」，多為大眾著想，不管他

是富貴貧賤，或是親疏新舊，彼此規過勸善，貢獻一己的才能，共同營造一個相互關懷、相互體諒的溫馨社會。

弟子規簡說(二十六)

親 仁

同是人 類不齊

流俗眾 仁者希

果仁者 人多畏

言不諱 色不媚

能親仁 無限好

德日進 過日少

不親仁 無限害

小人進 百事壞

同樣都是人，類別卻不一定整齊。就一般說，跟著潮流走的俗人佔了大部分，而有仁德的人卻顯得稀少。對於一位真正的仁者，大家自然敬畏他。仁者說話不會故意隱諱扭曲事實，臉色態度也不會故意向人諂媚求好。

能夠親近仁者，向他學習，就會得到無限的好處。自己的品德自然進步，過錯也跟著減少。如果不肯親近仁者，無形中就會產生許多害處，小人會趁虛而入，圍繞身旁，事情就會弄得一敗塗地。

「同是人，類不齊；流俗眾，仁者希。」對於大眾，不管貧富貴賤，賢與不肖，我們都一律心存愛護，但也要能分辨出誰是真正的仁者，才能進一步親近他，並且向他學習。

「果仁者，人多畏；言不諱，色不媚。」真正的仁者不會標新立異，他存心仁厚，言行端正。孔子說：「一個人說話時，如果故意在言辭上修飾得很巧妙，臉色也顯得格外美好，一味向人諂媚示好，這樣的人是很少有仁心的呀！」禮記也說：「禮不妄說人。」合於禮的君子是不會隨便取悅於人的。從平常言行中，我們就可以學習觀察，一位

仁德的君子，必然是心口合一，絕無曖昧求榮的態度。

「能親仁，無限好；德日進，過日少。」認識有仁德的君子，我們不要錯失良機，應更進一步親近他們，或者尊為老師；或者交為好友，在品德、學問及辦事上，向他們求教請益，自然能改過遷善，有助於自己進德修業。但也不要因熟識而言行隨便，相反的應尊重恭敬，才能謙虛受教，隨時受益。

「不親仁，無限害；小人進，百事壞。」如果沒有眼力看出誰是仁德的君子，而和仁者擦身而過，那就非常可惜。但是，認識了仁德的君子，而不肯把握機會學習，埋沒了仁慈的胸懷，漸漸失去自我覺察的能力，那更是可悲！成天和不仁的小人一起打混，自己還感到趣味相投，便不自覺的做出各種壞事來。所謂：「近朱者赤，近墨者黑。」這可是智慧的經驗啊，不由得我們不信！

一個肯做到孝弟，言行謹慎，講究信用，更能開闊胸襟，愛護大眾的人，實在難得。如果能進一步得到師友的指導改正，德學自然增長。難怪孔子要告訴子貢說：「工欲善其事，必先利其器。」想把事情做得完善，首先要有良好的器具。孔子更進一步要子貢學習「居是邦也，事其大夫之賢者，友其士之仁者。」想要辦好利益大眾的仁德事業，就要恭敬對待有賢德的在位大夫，並結交有仁德的知識分子。如此一來，有賢大夫的全力護持，又能獲得仁人志士的協助，好事怎能不成就呢？

弟子規簡說(二十七)

餘力學文

不力行 但學文

長浮華 成何人

但力行 不學文

任己見 昧理真

對於孝、弟、謹、信、汎愛眾、親仁，這些應該努力實行的本分，卻不肯力行，只在學問上研究、探求，這樣最容易養成虛幻浮華的習性，怎能成為一個真正有用的人呢？

相對地，如果只重力行，對於學問卻不肯研求，就容易執著自己的看法，而無法契合真理，這也不是我們所應有的態度！

「不力行，但學文，長浮華，成何人。」我們人類需要過著群居的生活，所以學習如何與人和諧相處，是必備的常識。因此，從小生活在家庭和學校裏，就要把握機會練習孝、弟、謹、信、汎愛眾、親仁等基本德行，才不會變成只是學業成績很好，卻不知道如何關懷別人、如何待人接物。這好比一棵枝葉茂盛的大樹，如果盤踞的樹根腐爛了，必然禁不起風吹雨打而猝然倒下，這是多麼可惜啊！

「但力行，不學文，任己見，昧理真。」學文是學習各種有益的學問才藝，學問可以幫助力行，不斷修正自己的錯誤，開闊淑世濟人的胸懷。論語中提到「百工居肆以成其事，君子學以致其道。」每一種行業，都有各自的專業場所辦公經營，才能成就事業；何況是淑世的仁德君子，更應虛心好學，藉著師友的指導切磋，才能認清仁德大道，一步一步行抵目標。

可惜！今日普遍流行詆毀聖賢的風氣，懷疑古人，藐視倫常大道，尤其是基本的孝道，近幾年來更被視為呆板落伍。大家雖有心改革社會亂象，也動用大批的人力物力倡導，終因倫常觀念被大家忘失太久

了，使得社會秩序無法整頓起來。

孔子曾指出：「君子博學於文，約之以禮，亦可以弗畔矣夫！」立志自利利人的君子，要廣博地研究各種學問，然後用禮節來約束言行，這樣一個具有「知識和禮節」的君子，他的行為就不致於太離譜了。弟子規把禮的內容具體化，只要循著弟子規來實踐，兼學各種經典和生活知識，就能擁有高遠的智慧，和實踐的勇氣。

這智勇雙全的人，必然不會偏離正道，正道就是直路，很快便能到達目標。

弟子規簡說(二十八)

讀書法 有三到

心眼口 信皆要

方讀此 勿慕彼

此未終 彼勿起

寬為限 緊用功

工夫到 滯塞通

心有疑 隨札記

就人問 求確義

我們是否感到納悶，為何自己已經很用功了，卻老是不長進，常常落在人後呢？是不是自己天分不夠，還是讀書的方法需要改進呢？每個人的天分本來就不同，這是無法改變的事實。但是，如果能掌握好的方法，和積極的態度學習必能事半功倍。這段弟子規裡告訴我們讀書常要留意的方法，雖然常常聽到，卻是容易疏忽而不能堅持到底。現在就讓我們靜下心來，好好體會這些方法吧！

讀書的方法要注重三到，就是「心到、眼到、口到」，這三到都要實實在在地做到。讀書時，正在讀這一段，就不要想到別段；這段還

沒讀完讀通，不要因為沒有興趣，失去了好奇心，就跳到另一段，而東翻西閱，不肯定下心來，按部就班地讀完。

讀書時，要有規畫，讀一本書或一門功課，要有比較寬裕的期限。但是不能因為時間有餘裕，就等期限快到了才開始讀，一急之下反而耽誤事情。所以一規畫好，就要趕緊用功，遇到滯塞難通的地方，更要專心研究，只要工夫到了，自然就能通達了解！這正是所謂「書讀千遍，其意自現」。有疑問的地方，經反覆思考還不能了解的話，就用筆把問題記下來，向有關的師長請教，一定要得到正確的答案才可放過。

「讀書法，有三到，心眼口，信皆要。」「到」是到達的意思，三到就是讀書時，心、眼、口都一起用到讀書這件事情上。「信」是實實在在的意思。肯用心思惟、肯用眼睛專注書中的文字，肯用口清楚地念出字音來，這就是實實在在地心到、眼到、口到了。

「方讀此，勿慕彼，此未終，彼勿起。」無論讀那一本書，一定要從頭到尾按順序看過一遍，如果只是亂翻幾頁，摘錄幾段，對於整本書的精義，就會茫茫然而不知其所指了！清朝平定太平天國之亂的曾國藩先生，他讀書有個習慣，所謂「桌上不可多書，心中不可無書」。書桌只擺一本現在要讀的書，則注意力全都集中在这本書上。有很多人，書桌上擺滿了要讀的書，這本讀了幾頁，又翻翻那一本，那本掀了幾章，又換另一本，兩個小時下來，每一本書都翻過了，好像擺地攤一樣，通通攤在眼前，結果沒有一本是讀完的。古今善於讀書的人，一書在手，通本讀完，正是把握住「方讀此，勿慕彼，此未終，彼勿起」的讀書原則。

「寬為限，緊用功，工夫到，滯塞通。」一般人常犯「緊為限，寬用功」的毛病，把功課排得密密麻麻，無法專心用功，又懷著應付的心態，因循拖延，最後草草交代，就談不上什麼工夫了。所以「緊用功」告訴我們一開始就要全力以赴，不要再拖延等待了！遇到困惑

不了解時，不必苦求強記，要從容涵泳，今天研讀幾遍，明天研讀幾遍，心中常常思惟不忘，時間一到，便有豁然通達的光景。因此，讀書好比「煎藥」一樣，一開始要用大火煮才能滾沸，接著就必須用小火慢慢熬煉，藥材的藥性才會滲到湯液裡，發揮出藥效。

「心有疑，隨札記，就人問，求確義。」「札」，原是短薄的木簡，猶如現在的小紙片。用小紙片把心中的疑惑記下來，一方面提醒自己反覆思索，一方面可以很明確地向人提問題。古人常用這種工夫，所以學問扎實而不膚淺，值得我們效法！

老生常談的方法往往是我們容易疏忽的，當我們讀書的成效不彰時，就讓我們試試上面的方法吧！

弟子規簡說(二十九)

房室清 牆壁淨

几案潔 筆硯正

墨磨偏 心不端

字不敬 心先病

列典籍 有定處

讀看畢 還原處

雖有急 卷束齊

有缺壞 就補之

書房要整理得簡單清潔，四周牆壁保持乾淨。書桌清潔乾淨，所用的筆和硯台要擺放端正。在硯台上磨墨，如果墨條磨偏了，就是存心不端正；寫字若隨便不恭敬，就是心裏先有了病。

排列經典圖書，要安放在固定的地方；讀完後，立刻歸還原處。即使發生緊急的事，也要先收拾整齊後才離開。遇到書本有殘缺損壞時，應立刻補好，保持完整。

「房室清，牆壁淨，几案潔，筆硯正。」「几案」就是書桌。「筆硯」，中國自古以來使用毛筆寫字，所以書桌上經常擺放毛筆及硯台。這段話是指導我們讀書的場所要整理乾淨。置身在清淨的讀書場所，心很容易靜下來，沈靜的心就像清澈的湖水，任何影像都可以清楚顯現。在窗明几淨的書房用功，有事半功倍的學習效果。

「墨磨偏，心不端；字不敬，心先病。」寫毛筆字前的磨墨訓練，一則是為了準備墨汁，一則是為了讓心靜下來。所謂「磨墨磨心」，所以磨墨時，墨條要拿端正，速度要均勻，要像「磨墨如病夫」有氣無力，緩緩地磨，養成中正和平、沈著穩重的習慣，到了實際習寫時，就能迅速進入最佳狀況。初學毛筆字的人，最好能用硯台磨墨，現成的墨汁雖然方便，卻少了寫前的準備工夫。至於其他寫字練習，包括毛筆字、鉛筆字、原子筆字、鋼筆字，都應筆畫工整，不要潦草隨便，所謂「字如其人」，寫得一手工整的好字，就會予人恭敬不苟的印象。

唐朝有名的書法家柳公權先生，他的字挺直蒼勁，有一股正氣澎湃的氣勢，這跟他安守本分，正直不阿的個性有關。有一次皇帝唐穆宗問他：「如何用筆才能達到盡善的境界？」他回答說：「用筆的重點在心，心如果正，用筆自然就能正。」穆宗平日生活散漫，施政邪僻不正，聽了柳公權的一番話後，穆宗知道這是勸諫自己的意思，便立刻端正儀容，這就是有名的「筆諫」。正說明寫出來的字，和內心是息息相關的！

「列典籍，有定處；讀看畢，還原處。」自己用的書籍，平時要分類，排放在固定的地方，讓書房內的空間有條不紊。使用完後，留一點時間，把用過的書籍用品，一一歸回原處，等下次要用時，才能很快地找到。

「雖有急，卷束齊，有缺壞，就補之。」若臨時有急事，必須趕快離開，也要先將桌面上的書籍用品，稍做整理，免得回來時，一片混亂。如果遇到風大，把資料吹散損壞了，更是無法彌補。先總統蔣

公有一次在辦公室，見部屬未將桌上文件收妥就離去，部屬回座後，蔣公便叮囑他：「離開座位前，要把文件收好，否則讓人看到不該看到的機密，便是洩密。」從小養成「雖有急，卷束齊」的好習慣，對於處事待人有莫大的幫助。

書籍用品損壞時，若不立刻修補，用不了多久就報銷了，所以「就」補之，是提醒我們一遇缺壞，就要立刻處理好。

你愛書，書愛你，自有一分恭敬在其中，一分恭敬自有一分收穫，十分恭敬就有十分收穫。

弟子規簡說(三十)

非聖書 屏勿視

蔽聰明 壞心志

勿自暴 勿自棄

聖與賢 可馴致

如果不是傳述聖賢道理的書籍，一概屏除一旁不要讀它。因為書裏面不正當的事理，會蒙蔽我們的聰明智慧，會敗壞我們純正的志向。不要自以為是而狂妄自大，也不要自甘墮落而放棄自己；聖賢的境界雖高，但只要按部就班，循序漸進，人人都可到達。

「非聖書，屏勿視，蔽聰明，壞心志。」今日社會到處充斥商業氣息，市面上販賣的書刊雜誌，所發行的各種影帶、光碟，多是偏向聲光享樂，商人藉此謀利賺錢，更助長了暴力及色情的猖獗。我們從小閱讀書刊，應該選擇正當優良的讀物，為我們的心靈，補充適當的營養，讓良知良能充分滋長。如果迷戀不當的刊物，使心靈浸淫於毒素之中，生起許多妄想邪思，久而久之，良知良能被蒙蔽，就會做出損人不利己的壞事，那將後悔莫及！

「蒙以養正，聖功也。」處在蒙昧年幼之時，若採用正正當當的教材，配合優良的環境來培養學習，就能造就聖賢。弟子規所講的道

理，正是聖人的訓誨，從入則孝、出則弟、謹而信、汎愛眾、親仁及餘力學文著手，在日常生活中的倫常做起，經家庭擴及到學校、社會，最能孕育出正人君子的行誼，所以這本書應該認真地反覆讀誦，深入內心，當成個人反省的鏡子及行為的指標。

「勿自暴，勿自棄，聖與賢，可馴致。」孟子說：「言非禮義，謂之自暴也。」一個人的言行不合禮義，就稱為「自暴」。又云：「吾身不能居仁由義，謂之自棄也。」雖然知道仁義的內涵很好，卻不能行仁義之道，這就是「自棄」。

孔門弟子中，年長的子路初次見孔子時，頭上戴著雄雞毛，腰間佩戴母豬皮，一副野人的裝扮，散發率直勇猛的個性，有一股凌人的氣勢，不知聖賢學問的高深，也無視孔子的存在。後來經過孔子的教化，放棄了粗暴的行為，努力求學，勇於改過，成為孔門中優秀的政治人才，名列十哲之一。

另外，孔門中多才多藝的弟子冉有，他跟隨孔子學習仁德大道，曾經感歎自己能力不足，無法再往上進步了！孔子指出他是犯了「自我設限」的毛病，教他只要肯承擔、不自棄，就可突破學習困境。後來冉有果然在政治上也有傑出的表現。

孟子說：「人人皆可為堯舜。」堯舜是中國的聖人，他們傳下的道統文化，正是孔子集大成的五經，也是令我們引以為榮的文化寶藏。所謂：「舜何人也，予何人也，有為者，亦若是。」聖賢的境界並不是堯舜的專利，只要我們肯去除「自暴」的毛病，虛心開卷，從中學習聖賢仁義之道，並避免「自棄」的心理，勇於擔當，漸次力行，那麼一介凡夫也能登入聖賢之域，和往聖先賢把手同行。

[淨空法師專集網站\(簡\)製作](http://www.minlun.org.tw/3pt/3-dreamweaver/19-01.htm)

出自於明倫電子叢書

<http://www.minlun.org.tw/3pt/3-dreamweaver/19-01.htm>