

弟子規
簡說





自序

「哇！哇……」人一出生就離不開人群，在親朋好友同事之間來往不斷。因此，在家庭、學校及社會團體中，都需要良好的人際互動。「仁」是教導我們如何互相關懷、如何互相體諒，正是治療當今人情疏離，社會衝突的一帖良藥。

孔子說：「能近取譬，可謂仁之方也已。」能夠從最切近的事物體會取法、確實力行，就是行仁的方法。弟子規就是根據孔子的論語編寫而成的，從家庭中最密切的親子對待學起，再擴充到其他人際互動，內容具體又有次序，是良好人格的養成教育，也是日後推行仁德事業的基礎。

孔子在易經「家人」卦說：「風自火出，家人。君子以

言有物而行有恆。」家人卦指出要經營一個成功的家庭，在於持家的父母言行要真實一致，表裡如一，身教言教並重，善好的德行要持之以恆，如此便能把家齊治上軌道。孩子的言行產生了偏差，有些父母卻忽略自身的毛病，不懂得自我反省，只會一味的怨天尤人，難怪家庭問題不得其解呀！弟子規的學習，著重在規矩的養成，父母親和孩子應當一起來共讀共學，才能收到「身修而後家齊」的成效。

弟子規簡說的撰寫，完全是遵循李雪廬教授「蒙以養正，聖功也。」的訓示，重在兒童幼小時候養成端正的品格，並依著雪公他老人家講述論語的儒學精神，將弟子規本文略作疏通而已。筆者不揣譾陋，抱著學習的心情，在一次次又一次地修改原稿時，弟子規就像一面鏡子，不斷浮現自己的缺失，時時鞭策自己，受益良多，非筆墨所能形容。此次得以付梓流通，感謝明倫月刊師長的指導鼓勵，同仁們辛苦的編纂，以及封面的精心設計，個人才疏學淺，深切期待大家不吝賜教指正。

中華民國八十九年八月立秋子圓敬識





弟子規簡說目錄

總序

弟子規簡說(一) 弟子規 聖人訓……………有餘力 則學文……………1

入則孝

弟子規簡說(二) 父母呼 應勿緩……………父母責 須順承……………6

弟子規簡說(三) 冬則溫 夏則清……………居有常 業無變……………9

弟子規簡說(四) 事雖小 勿擅爲……………苟私藏 親心傷……………12

弟子規簡說(五) 親所好 力爲具……………德有傷 貽親羞……………15

弟子規簡說(六) 親愛我 孝何難……………親憎我 孝方賢……………19

弟子規簡說(七) 親有過 諫使更……………號泣隨 撻無怨……………22

弟子規簡說(八) 親有疾 藥先嘗……………事死者 如事生……………26

出則弟

弟子規簡說(九) 兄道友 弟道恭……………言語忍 忿自泯……………30

弟子規簡說(十) 或飲食 或坐走……………人不在 己即到……………34

弟子規簡說(十一) 稱尊長 勿呼名……………過猶待 百步餘……………37

弟子規簡說(十二) 長者立 幼勿坐……………事諸兄 如事兄……………40

謹

弟子規簡說(十三) 朝起早 夜眠遲……………勿亂頓 致污穢……………43

弟子規簡說(十四) 衣貴潔 不貴華……………勿箕踞 勿搖髀……………46

弟子規簡說（十五）緩揭簾 勿有聲……………邪僻事 絕勿問……………50

弟子規簡說（十六）將入門 問孰存……………後有急 借不難……………54

信

弟子規簡說（十七）凡出言 信爲先……………市井氣 切戒之……………57

弟子規簡說（十八）見未真 勿輕言……………不關己 莫閒管……………60

弟子規簡說（十九）見人善 即思齊……………不如人 勿生感……………63

弟子規簡說（二十）聞過怒 聞譽樂……………倘揜飾 增一辜……………66

汎愛衆

弟子規簡說（二十一）凡是人 皆須愛……………人所服 非言大……………70

弟子規簡說（二十二）己有能 勿自私……………勿厭故 勿喜新……………73

弟子規簡說（二十三）人不閒 勿事攪……………過不規 道兩虧……………76

弟子規簡說（二十四）凡取與 貴分曉……………報怨短 報恩長……………79

弟子規簡說（二十五）待婢僕 身貴端……………理服人 方無言……………82

親仁

弟子規簡說（二十六）同是人 類不齊……………小人進 百事壞……………85

餘力學文

弟子規簡說（二十七）不力行 但學文……………任己見 昧理真……………88

弟子規簡說（二十八）讀書法 有三到……………就人問 求確義……………91

弟子規簡說（二十九）房室清 牆壁淨……………有缺壞 就補之……………95

弟子規簡說（三十）非聖書 屏勿視……………聖與賢 可馴致……………98



弟子規

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。

借人門執勿年衣冠朝	事尊騎稱
人問鬧虛踐方貴必起	諸長下尊
物誰場器闕少潔正早	父前馬長
，，，，，，，，	，，，，
及對絕如勿勿不紐夜	如聲乘勿
時以勿執跛飲一貴必眠	事要下呼
還名近盈倚酒華結遲	父低車名
，，；；，，，，	；；，；
後吾邪入勿飲上襪老	事低過對
有與僻虛箕酒循與易	諸不猶尊
急我事室踞醉分履至	兄聞待長
，，，，，，，，	，，，，
借不絕如勿最下俱惜	如卻百勿
不分明問人搖為稱緊此	事非步見
難。明。問。人。驛。醜。家。切。時。	兄。宜。餘。能。
。。	。
用將事緩步對置晨	進長路
人入勿揭從飲冠必	必者遇
物門忙簾容食服盥	趨立長
，，，，，，，，	，，，
須問忙勿立勿有兼	退幼疾
明孰多聲端正揀定位漱	必勿趨
求存錯；；，，，，	遲坐揖
，，；；，，，，	；；，
倘將勿寬揖食勿便	問長長
不上畏轉深適亂溺	起者無
問堂難彎圓可頓回	對坐言
，，，，，，，，	，，，
即聲勿勿拜勿致輒	視命退
為必輕勿觸恭過污淨	勿乃恭
偷揚略。凌。敬。則。穢。手。	移坐立。
。。	。



惡^セ短^{カセ}富^ヒ者^{シヤ}人^{ヒト}汎^ニ改^カ恐^{コソ}服^{フク}惡^セ長^{チカ}宜^{ヨシ}一^{ヒト}語^{コト}言^{イハ}信^{シン}

信為 穢汚 勿輕 此說 即內 名飲 聞過 歸於 必自 須自 聖自 勿驕 切草 即是

[illegible]

甚_レ私_ニ故_ニ服_ス復_ス 飾_ル士_ノ人_ヲ改_メ己_ノ諾_ス氣_ヲ安_ス

作說新大 戰 幸 親 感 一 誓 官 錯 之 世 為

勸^レ善^ヲ閒^ニ能^ク者^ヲ非^レ怒^ヲ學^ビ善^ヲ字^ヲ具^ス多^ク

過人，人人，人人，人人。

有損不縱，勿知此惟。

道久愈勿勿勿非 名益堂以勿勿勿勿

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

解《明×林回即此北以何心排厂位T

倘^{たう}直^{ちく}不^ふ有^又不^ふ苟^く市^し詐^{ちや}

增 漸 勿 無 莫 進 切 奚

無心過德人道德未說

為^{スベ}譽^イ才^カ思^ム且^ニ輕^ム如^ク
 針^カ鐵^カ辛^ク銘^ヲ六^ニ小^ニ

非來人遠疾的是一

惡く卻く礪か躋し糊く傳へ巧く



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。

同是人，類不齊；流俗眾，仁者希。
不親仁，無限害；小人進，百事壞。
能親仁，無限好；德日進，過日少。
果仁者，人多畏；言不諱，色不媚。

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。



《一》 說簡規子弟

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。以下就分段來解釋。

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。

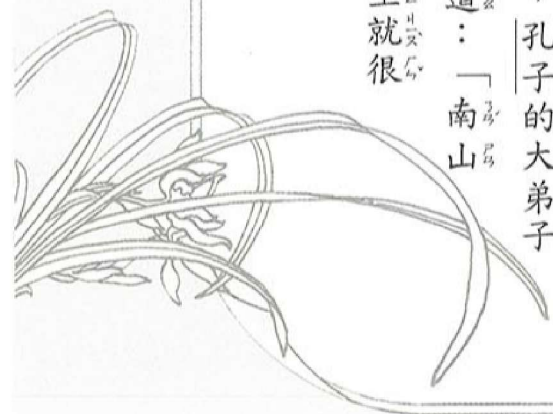
怎樣的人才是仁者呢？仁者他能出現在我們的朋友、師長當中，他

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」就是「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。

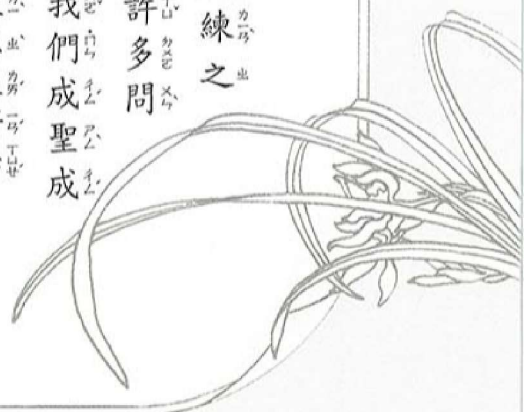
現代的同學們，生活富裕，都能上學校念書，有許多時間來學習各種知識才藝，這些知識才藝只要有助於大眾的，就應當認真學習。但如果時間有限，就應優先學習中國文化的重要典籍，因為經典是我們祖先智慧的

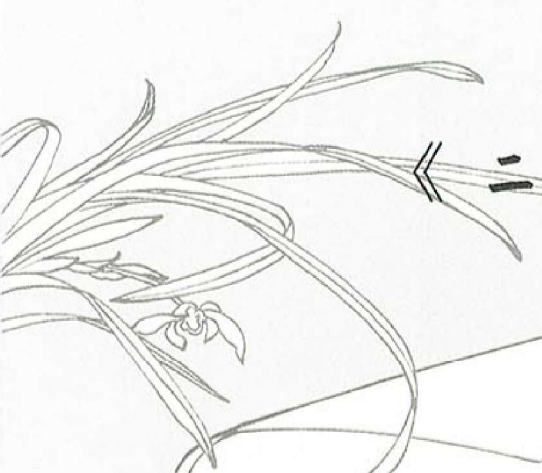
結晶，學習熟練之後，可以解決許多問題，更可以讓我們成聖成賢。所以大家應立志來研學。

事親以得

歡心為本

——曾文正





《二》 說簡規子弟

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！

子孝雙親樂

家和萬事興

—— 諺語

《三》 說 簡 規 子 弟



冬則溫	晨則省	出必告	居有常
夏則清	昏則定	反必面	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「冬溫夏清」。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！

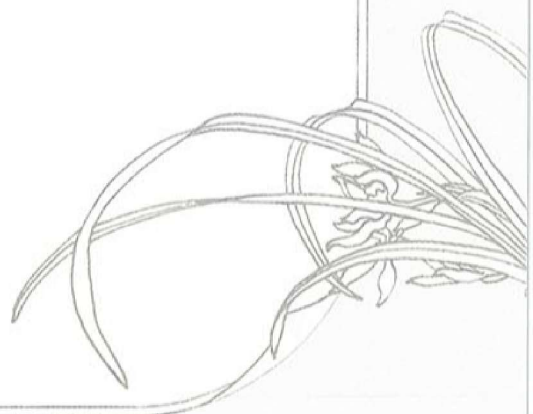
「出必告，反必面」是說外出時，先告訴父母親要到那裡去；回家以後一定面見父母親，讓他們感到心安。「居有常，業無變」則說明日常生活起居作息有一定的次序，而且對於所從事的事情，不隨便改變。

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？

家敗離不了一個奢字
人敗離不了一個逸字
討人厭離不了一個驕字

曾文正





《四》 弟子規簡說

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，或是購買暴力色彩的書籍、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！

當家纔知米貴

養子方知親恩

——
諺語

《五》 說 簡 規 子 弟

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。

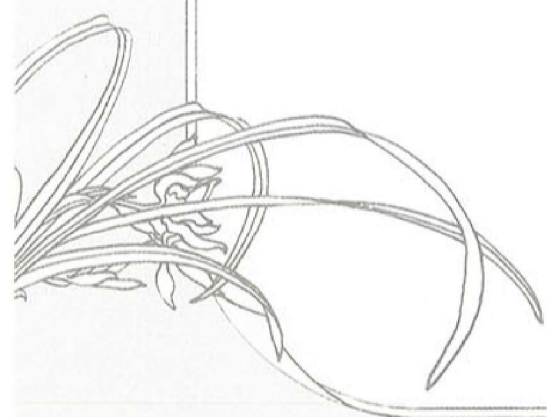
潘京自己立身行道，善體親心，發揚母親的美德，造福鄉里，把孝推到最高點，這是真正利己利人的世間豪傑啊！

我不知何者為君

子，但看日間每事

能喫虧的便是。

——
魏禧



《六》 說簡規子弟

孝 ^{ト、}	親 ^{ク、}	孝 ^{ト、}	親 ^{ク、}
方 ^ニ	憎 ^ム	何 ^ニ	愛 ^ス
賢 ^{ト、}	我 ^ニ	難 ^{ク、}	我 ^ニ

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！

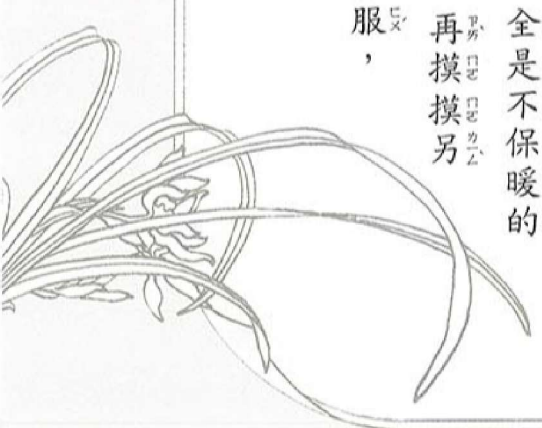
「親愛我，孝何難」，父母親無微不至的愛護我們，為人子女感受得到父母的恩重如山，自然小心謹慎的行孝，不敢讓父母掛念操煩，這樣的孝順並無困難。「親憎我，孝方賢。」遇到不喜歡子女，厭惡

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，就叫閔子騫駕馬車，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，

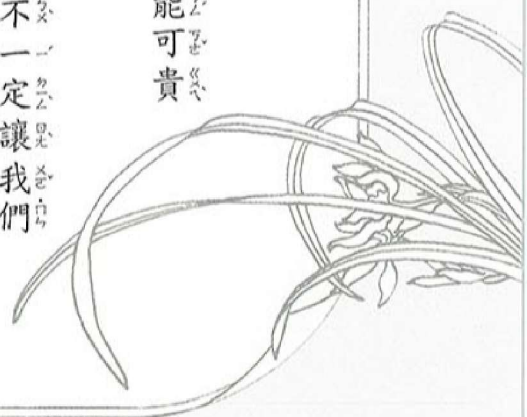


卻是暖和的棉花。父親的心裡明白了，是後母虐待了閔子騫，一氣之下，就要趕走後母。這時閔子騫跪下來哀求父親，說「母在一子單，母去三子寒」母親在家，只有孩兒一人受凍，如果母親走了，家裡就有三個孩子要受寒。這兩句話感動了父親，留下了後母，也使後母知到反省改過而變成了慈母。閔子騫的孝行是發自天性的，他不管父母對他是疼愛，或是憎惡，他始終都是用心盡孝，他安頓了一家人的心，讓一家人各安其分，因而保全了一個瀕臨破碎的家庭。所以孔子在教學時，還特別稱讚閔子

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。

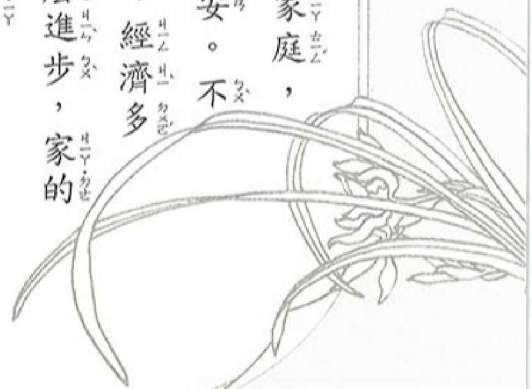
名列二十四孝之首的大舜，他所處的家庭是——父親瞽瞍個性頑固，眼睛看不清楚事物，母親跋扈不講理，弟弟又非常驕傲。舜

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，才能感動頑惡的父母，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！



《八》 說簡規子弟

事死 者如 事生	喪盡 禮祭 盡誠	居處 變酒 肉絕	喪三 年常 悲咽	晝夜 侍不 離床	親有 疾藥 先嘗
----------------	----------------	----------------	----------------	----------------	----------------

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。

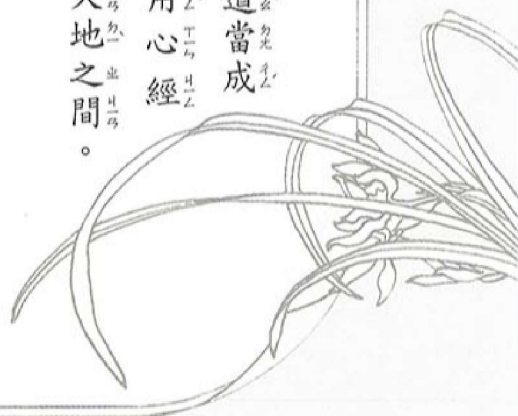
父母去世雖然很久，祭祀一定要和父母在世時一樣恭敬，所謂「大孝終身慕父母」。父母一生為我們牽腸掛肚，為人子女更應在祭祀時，深深地思慕劬勞的雙親啊！

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。

用「學喫虧」
一語律己，以
「怪不得」三
字待人。

——薛敬軒



《九》 說簡規子弟

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，兄弟恭恭的倫常道理，
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！

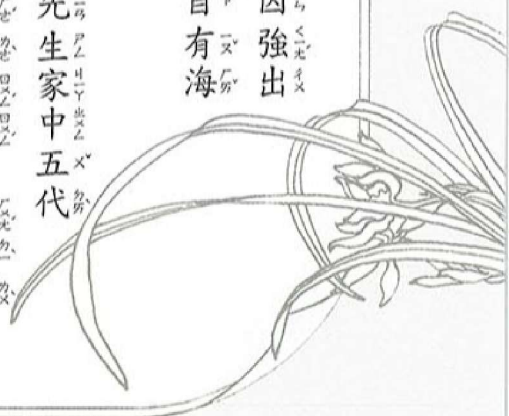
「言語忍，忿自泯。」一發覺言語有「火藥味」就要先警惕，學忍辱，不管對方如何，心要柔軟下來。要想想：一旦言語衝突起來，總是揀些傷心的話來罵人。對方一聽，將忿恨填膺。終身難忘，俗云「是非只為

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！





《十》 說簡規子弟

或^レ飲^ニ食^フ 或^レ坐^ニ走^フ

長^シ者^ニ先^ニ幼^ニ者^ニ後^ニ

長^シ呼^フ人^ヲ 即^チ代^リ叫^ス

人^ヲ不^レ在^ニ 己^ニ即^チ到^ル

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，不見得每個人都能得到，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！

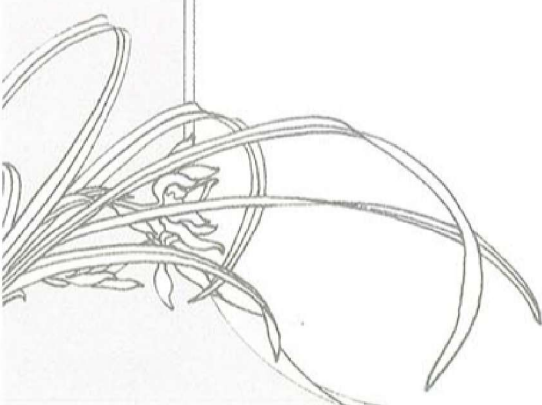
「長呼人，即代叫；人不在，己即到。」現在的小孩對於長輩的使喚，常常出現慢吞吞，或不理不睬的態度。如果呼叫的不是自己，更是充耳不聞，一點也不關心。小孩從小就養成這種怠慢的習慣，到了學校，接觸外面的團體，這種習慣會不自覺地表現出來，使別人留下傲慢無禮的壞印象，是個人品格上的大缺失。

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！

君子成人之美，不成人之惡。

——
論語



《士》說簡規子弟

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

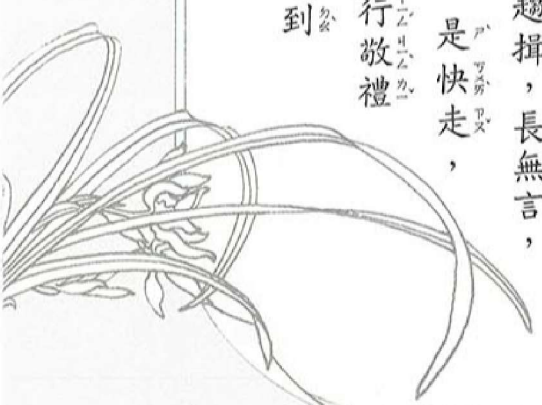
用的。如果隨便稱呼，不只長輩會覺得我們無禮，更顯示出自己的鹵莽無知！

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「丘」。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



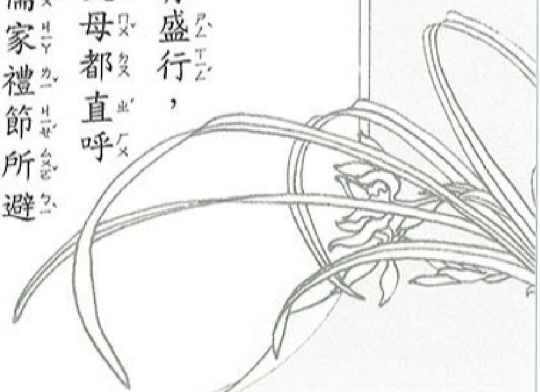
長輩，能趕快前去行禮打招呼，是尊重長輩的行為表現，不可視而不見，形同陌路，或是怕羞而避開長輩。

「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，使人更注重新細微的言行，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。



《十二》 弟子規簡說

事諸兄如事兄	事諸父如事父	問起對視勿移	進必趨退必遲	低不聞卻非宜	尊長前聲要低	長者坐命乃坐	長者立幼勿坐
--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------

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。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，所以實際關係奇差。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？

《十三》 說簡規子弟

謹

朝起早 夜眠遲 惜此時 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，以免弄縲弄髒了！

「朝起早，夜眠遲。」教我們要早起，要晚睡。這裏的「晚睡」不是

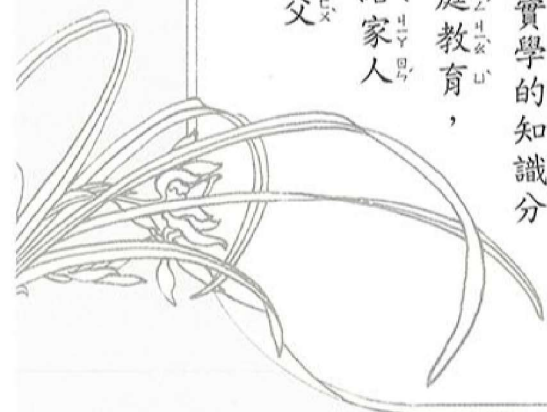
現代人的通宵達旦，浪擲精神，而是針對疏懶無事，一入夜便想睡的人而言的。希望他們能珍惜光陰，學習有用的學問。

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。

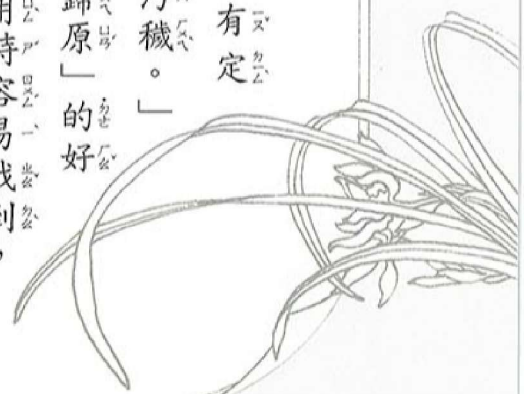
「便溺回，輒淨手。」大小便後容易沾有病菌，所以上完廁所，就要把手洗淨，才合乎衛生。

「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？



《十四》 弟子規簡說

衣—貴—潔—
 上—循—分—
 對—飲—食—
 食—適—可—
 年—方—少—
 飲—酒—醉—
 步—從—容—
 揖—深—圓—
 勿—踐—闕—
 勿—箕—踞—
 不—貴—華—
 下—稱—家—
 勿—揀—擇—
 勿—過—則—
 勿—飲—酒—
 最—為—醜—
 立—端—正—
 拜—恭—敬—
 勿—跛—倚—
 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革的人站在一起，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

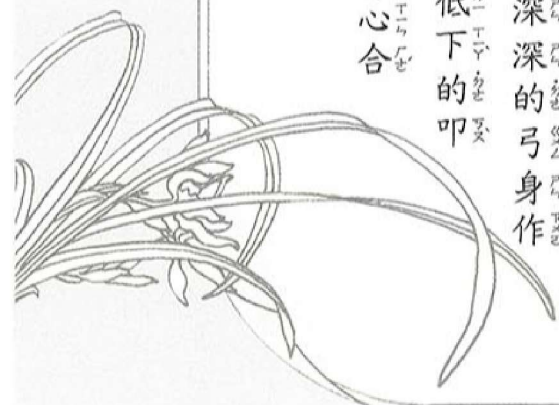
禮節，相當於現在的鞠躬。作揖和叩

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



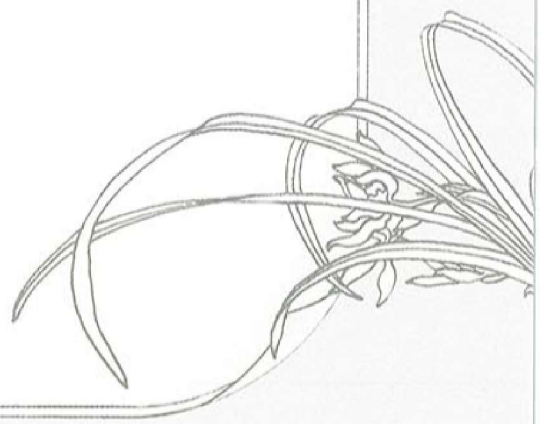
一，表裡如一的真誠態度！

「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襬。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，在衣食住行上，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。

居屋前後，須
多種竹樹，家
有一種生氣，
人受一種清
氣，亦衛生之
要訣也。

——曾文正



《十五》 弟子規簡說



邪僻事	門閤場	勿畏難	事勿忙	入虛室	執虛器	寬轉彎	緩揭簾
絕勿問	絕勿近	勿輕略	忙多錯	如有人	如執盈	勿觸稜	勿有聲

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？天外的突然飛來了災禍，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，要像進到有人的屋子一樣。

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，也提醒自已不可橫衝直撞。

「寬轉彎，勿觸稜。」走路時要

「步從容」，轉彎時離棱角遠一點，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。

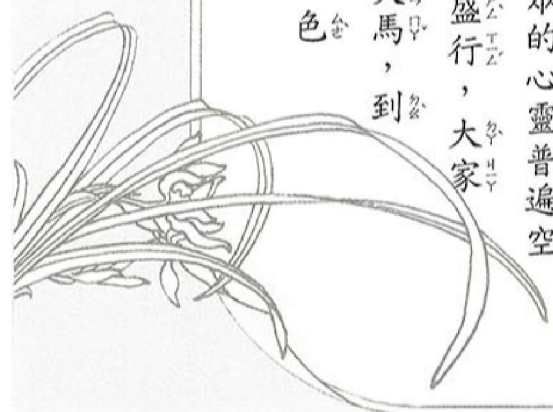
在日常生活中，忘了帶東西或上學遲到，常常是前一天晚上不先整理第二天要用的東西，或是早上睡得很晚，匆忙間出門，弄得身心慌亂，錯誤自然難以避免！

「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

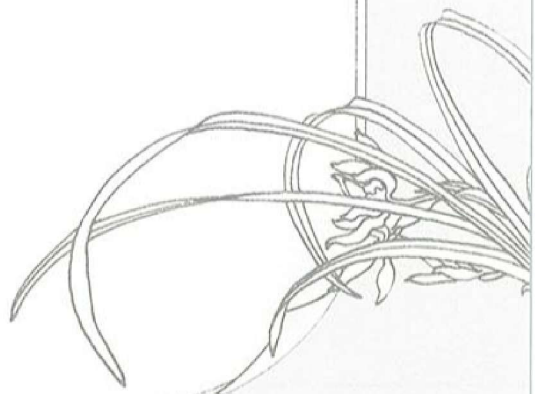


情，通宵達旦地賭博、上KTV、飆車，如此，怎能調劑出健全的身心呢？所以，不要進入鬥鬧場，即使路過也不必好奇，要迅速遠離，才不會惹上無妄之災。

「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！

長將有日思無
日，莫到無時
想有時。

——
諺語



《十六》 弟子規簡說

後	借	倘	用	吾	人	將	將
有	人	不	人	與	問	上	入
急	物	問	物	我	誰	堂	門
借	及	即	須	不	對	聲	問
不	時	為	明	分	以	必	孰
難	還	偷	求	明	名	揚	存

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！

論學要精詳，

論事要剴切，

論人要帶三分

渾厚。

——呂新吾

《十七》 說簡規子弟



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。

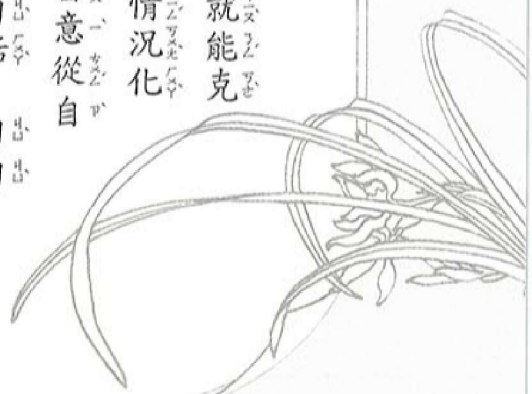
平常學會了分辨言語的好壞，不說「奸巧語，穢污詞，市井氣」的劣

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！

不作風波
於世上，
自無冰炭
到胸中。

——邵康節



《十八》 弟子規簡說

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？

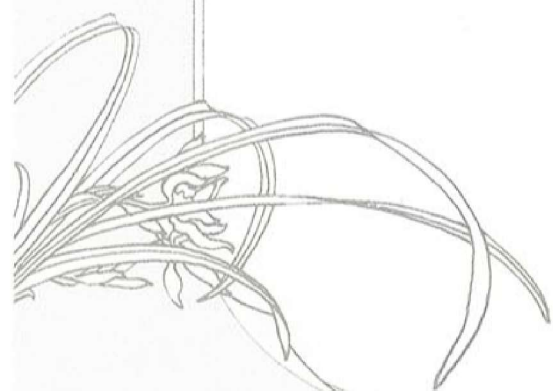
「凡道字，重且舒；勿急疾，勿模糊。」言語是要表達內心的意思，

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。



《十九》 說簡規子弟

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。」

要涵養高尚的品德，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、攸好學。攸好德，就是為將來培植所好樂的是道德，就是為將來培植。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植得來的。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，現在正應好好培植福呀！



《二十》 說簡規子弟

倘 たふ 拚 ハ 飾 ハ	過 ハ 能 ハ 改 ハ	有 ハ 心 ハ 非 ハ	無 ハ 心 ハ 非 ハ	直 ハ 諒 ハ 士 ハ	聞 ハ 譽 ハ 恐 ハ	損 ハ 友 ハ 來 ハ	聞 ハ 過 ハ 怒 ハ
增 ハ 一 ハ 辜 ハ	歸 ハ 於 ハ 無 ハ	名 ハ 為 ハ 惡 ハ	名 ハ 為 ハ 錯 ハ	漸 ハ 相 ハ 親 ハ	聞 ハ 過 ハ 欣 ハ	益 ハ 友 ハ 卻 ハ	聞 ハ 譽 ハ 樂 ハ

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

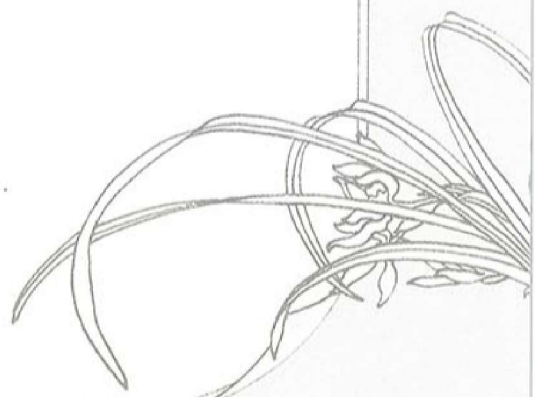
作歹，危害地方。起

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！

子路，人告之
以有過則喜，
禹，聞善言則
拜。

——
孟子



《二十一》 弟子規簡說

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。」帝王在世間是最高的一位，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

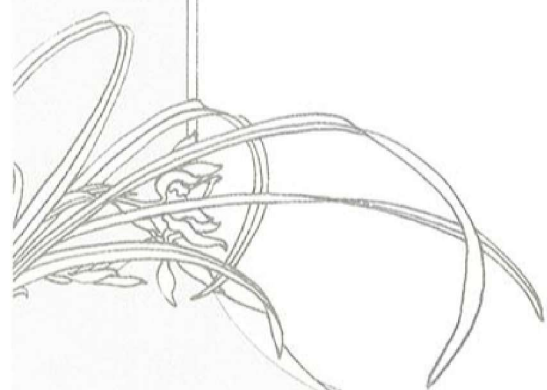
問傳之後世，至今仍被世人奉為萬世師表，連外國人也紛紛嚮往中國文化。

「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。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。

沉愛眾的仁人君子，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。



《二十三》 說簡規子弟

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，發揮人我一體仁心，才能營造一個「貧而樂，富而好禮」的幸福社會！

《二十三》 弟子規簡說

人^ト不^レ聞^ル 人^ト不^レ安^ル 人^ト有^レ短^ク 人^ト有^レ私^ム 道^ノ人^ト善^ク 人^ト知^ル之^ヲ 揚^テ人^ト惡^ム 疾^ノ之^ヲ甚^ク 善^ク相^シ勸^ム 過^ス不^レ規^ル 道^ノ兩^ハ虧^ス 勿^レ事^ハ攪^ス 勿^レ話^ハ擾^ス 切^ニ莫^ク揭^ス 切^ニ莫^ク說^ス 即^チ是^ハ善^ク 愈^ニ思^フ勉^ム 即^チ是^ハ惡^ム 禍^ノ且^ニ作^ス 德^ヲ皆^シ建^ス 過^ス不^レ規^ル 道^ノ兩^ハ虧^ス

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
有秘密不想讓人知道，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！

「人不聞，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話語，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，雖然閒談酒謔，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。

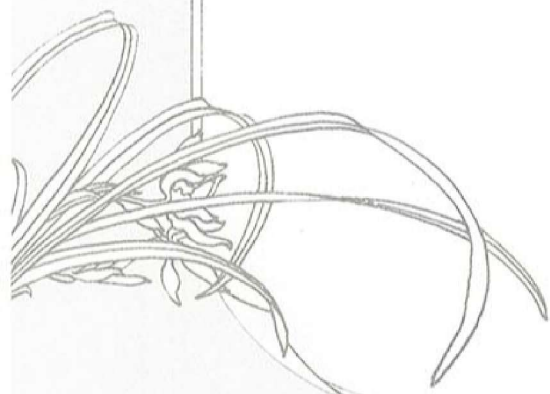
「善相勸，德皆建；過不規，道兩虧。」好友有了過錯，若姑息他的過失，就失掉「以友輔仁」的道義，使好友陷入過錯的泥淖裡無法自拔。但規過的方法也要講究，所謂「忠告而善道之，不可則止。」怕好友受到損害應誠心誠意提出勸告，並善加誘導。如果好友一時無法聽從，就先暫停規勸，留住這份友誼，等待適當的時機再來挽回。

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。

惟善人能受
善言。

國語



《二十四》 說簡規子弟



報 フク	恩 オン	己 ミナ	將 マシ	與 ヨ	凡 ソレ
怨 オン	欲 ヨク	不 フ	加 カ	宜 ヨシ	取 ク
短 ミダシ	報 フク	欲 ヨク	人 ヒト	多 タカシ	與 ヨ
報 フク	怨 オン	即 ソレ	先 マシ	取 ク	貴 キ
恩 オン	欲 ヨク	速 タカシ	問 タタカフ	宜 ヨシ	分 ワケ
長 ナガシ	忘 ワシ	已 マデ	己 ミナ	少 シカシ	曉 サトシ

和人ヒト有アル財物サイブツ上ノ的ノ往來ワウライ，應オモ當カニ分ニ辨ハカ清楚セイジツ，不フ可カ含カン糊コ。財物サイブツ給キ與ヨ他タ人ヒト，應オモ該カ慷カウ慨カイ多タカシ布フ施シ；取ク用ヨウ別ベ人ヒト的ノ財物サイブツ，則ソレ應オモ少シカシ取ク一イチ些シヤ。

有アル事コト要ヨウ託タク人ヒト做スル，或モ有アル話ワタシ要ヨウ和ワ人ヒト說ス，先マシ問タタカフ自ミナ己ミナ是シヤ不フ是シヤ喜キ歡カン？如モト果カ自ミナ己ミナ不フ喜キ歡カン，就ソレ應オモ立タテ刻キ停テイ止ス。

他タ人ヒト對タテマテ我ガ有アル恩惠オンヱ，應オモ時トキ時トキ想ソム著シヤク回ヘ報フク他タ；不フ小コ心シン和ワ人ヒト結ムス了シタ怨仇オンキウ，應オモ求モトメ他タ人ヒト諒解リョウゲ，儘タカシ早ハヤ忘ワシ掉ツケ仇恨キウコン。報怨オンキウ之ノ心シン，停留テイリウ的ノ時トキ間カン愈ユル短ミダシ愈ユル好ヨシ；但モト是カ，報答フクダ恩情オンキョウ的ノ心シン意イ，卻モト要ヨウ長存ナガシ不フ忘ワシ。

「凡ソレ取ク與ヨ，貴キ分ワケ曉サトシ；與ヨ宜ヨシ多タカシ，取ク宜ヨシ少シカシ。」財物サイブツ是シヤ資生シヤウセイ的ノ必需ヒツヨク品ヒン，和ワ人ヒト有アル財物サイブツ上ノ的ノ往來ワウライ，要ヨウ清楚セイジツ分ワケ明メイ才サ不フ會カ

產生誤會，破壞彼此的信用和情誼。一般人往往各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

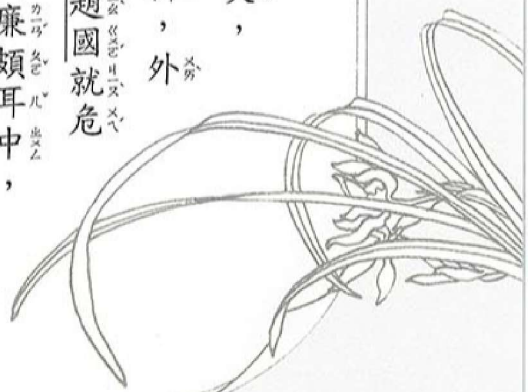
看待對方，才能淡化怨恨，超脫自我。

「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，趙國大臣蘭相如出使秦國，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。而蘭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，故意為難蘭相如，但蘭相如卻躲著他，不和他起衝突。有一次，蘭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！」蘭相如卻說：「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。蘭相如一見，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。蘭相如不懷藏私人怨恨，以大局為重的言行，值得我們來學習。





《二十五》 弟子規簡說

理 服 人 方 無 言	勢 服 人 心 不 然	雖 貴 端 慈 而 寬	待 婢 僕 身 貴 端
--------------------------------	--------------------------------	--------------------------------	--------------------------------

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。

行雖無過心常
恐，事到難平意
貴和。

——安樂銘

《二十六》 說簡規子弟

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，

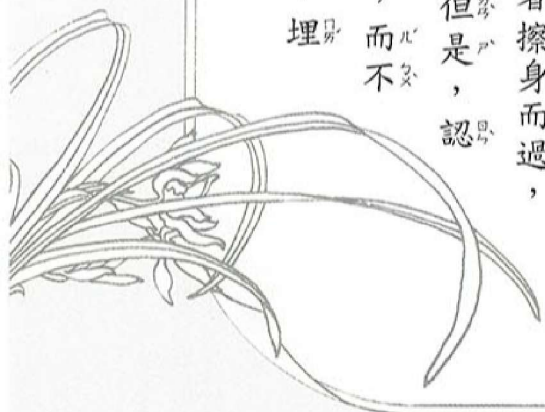
賢與不肖，我們都一律心存愛護，但也要能分辨出誰是真正的仁者，才能進一步親近他，並且向他學習。

「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

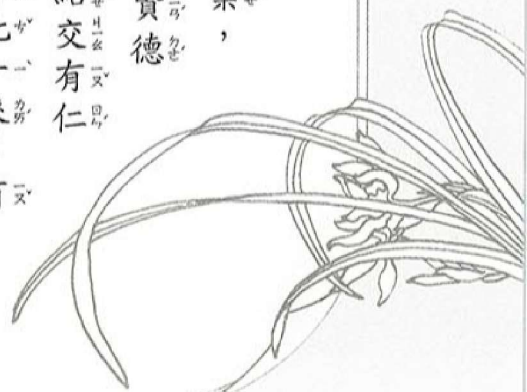
益大眾的仁德事業，就要恭敬對待有賢德的在位大夫，並結交有仁德的知識分子。如此一來，有賢大夫的全力護持，又能獲得仁人志士的協助，好事怎能不成就呢？

話到口邊留半

句，事臨頭上用

三思。

——安樂銘





《二十七》 弟子規簡說

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。

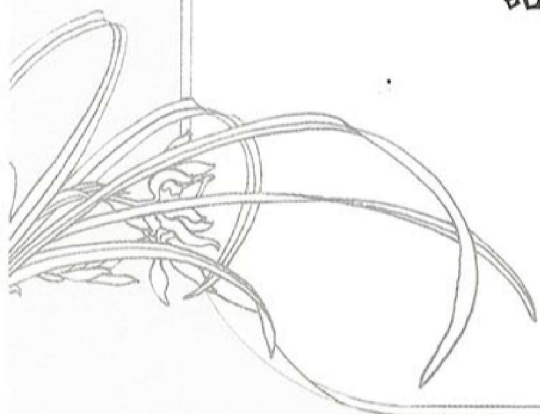
孔子曾指出：「君子博學於文，約之以禮，亦可以弗畔矣夫！」立志自利利人的君子，要廣博地研究各種學問，然後用禮節來約束言行，這樣一個具有「知識和禮節」的君子，他的行為就不致於太離譜了。弟子規把

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。

把自己太看高了，便不能長
進。把自己太看低了，便不能
振興。

——圍爐夜話



《子規》說簡

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。這一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，就用筆記問題記下來，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這本書上。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。

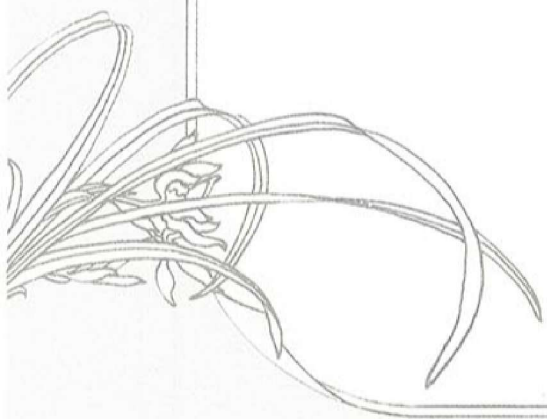
「心有疑，隨札記，就人問，求確義。」「札」，原是短薄的木簡，猶如現在的小紙片。用小紙片把心中的

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！

每見待子弟，嚴厲者，易至成德，姑息者，多有敗行。

——圍爐夜話



《二十九》 說簡規子弟



有缺壞就補之	雖有急卷束齊	讀看畢還原處	列典籍有定處	字不敬心先病	墨磨偏心不端	几案潔筆硯正	房室清牆壁淨
--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------

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，稍微整理，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

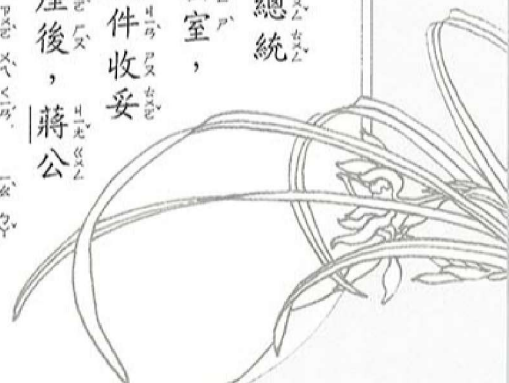
補之，是提醒我們一遇缺壞，就要立

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。



《三十》 弟子規簡說

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，在日常生活上的倫常做起，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

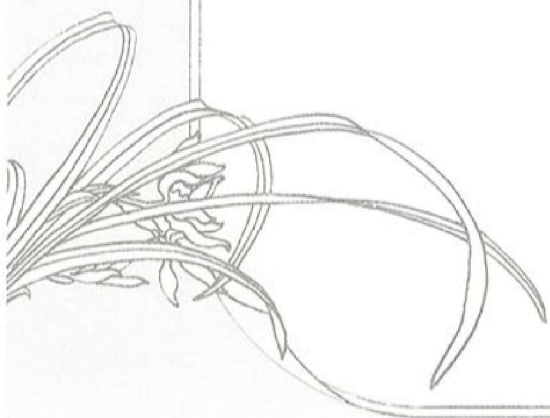
暴的行為，努力求學，勇於改過，成為孔門中優秀的政治人才，名列十哲之一。

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。

（全文完）



普爲出資及受持展轉流通者回向偈曰

願以此功德 消除宿現業 增長諸福德 圓成勝善根

所有刀兵劫 及與饑饉等 悉皆盡滅除 人各習禮讓

一切出資者 展轉流通者 現眷咸安樂 先亡獲超昇

風雨常調順 人民悉康寧 法界諸含識 同證無上道

中華民國九十六年十一月十二日
中華文化復興節

竭誠恭印貳仟本結緣（贈送本）

【 說 簡 規 子 弟 】

● 通流轉輾 印洽迎歡 ●

印贈者：香 光 淨 宗 學 會

住址：台北縣三重市中興北街179號

電話：(02) 85110955

傳真：(02) 85110953

作者：王 明 泉（子圓）
出版者：青 蓮 出 版 社

出版登記：局版臺業業第〇一二三號

住址：臺中市民生路九巷三十號

流通者：香 光 淨 宗 學 會

住址：台北縣三重市中興北街179號

電話：(02) 85110955

傳真：(02) 85110953

承印者：昱盛印刷事業有限公司

住址：臺中市西屯區永輝路83號

電話：(04) 23138378



