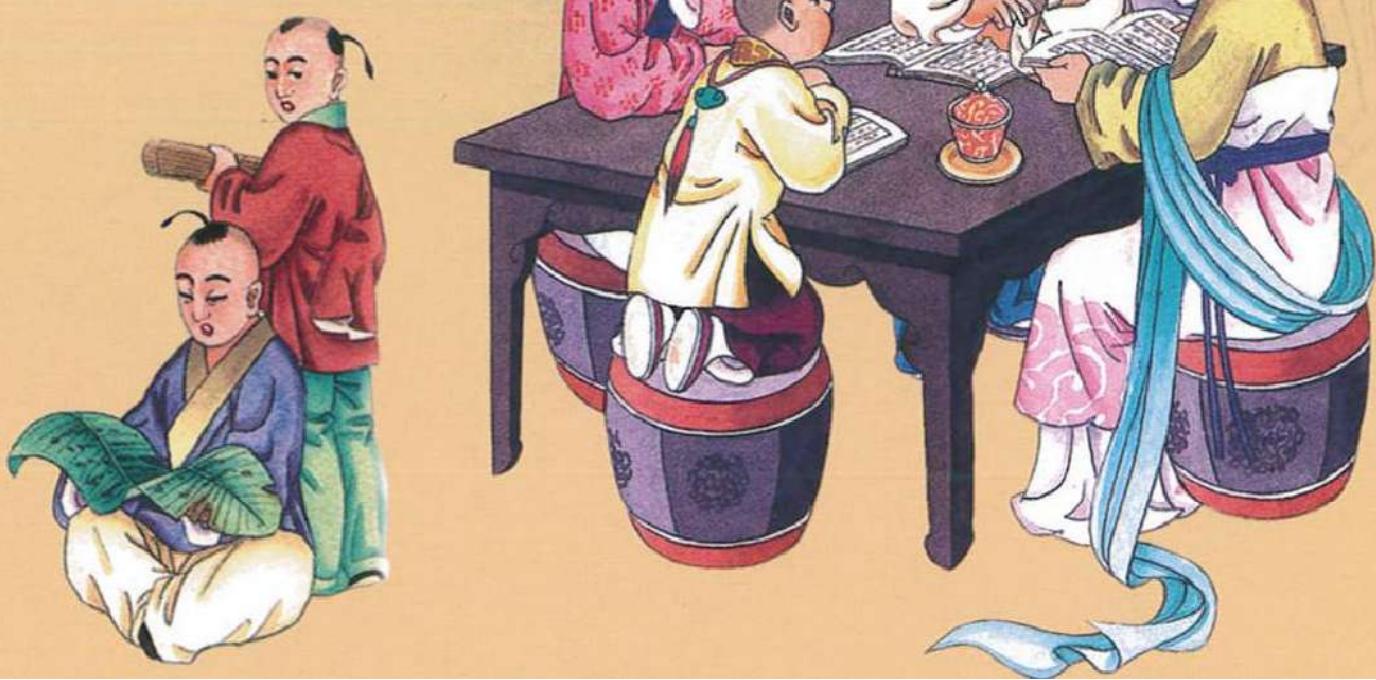


四書·老子

選粹白話解



至樂莫若讀書

陳傳淨
菩提子
輯錄

四書·老子

選粹白話解

至善莫如教子



大成至聖先師孔子

知恩報恩

孝親尊師



釋淨空敬題



打開智慧的金鑰匙（代序）

賢明的老師、家長與同學們：

歡迎您進入經典的世界，經典是古聖先賢智慧的結晶，如四書五經、聖經、佛經等，都蘊藏著無限的寶藏，等待您來挖掘！

經典的讀誦有一定的道理與方法，必須按部就班循序漸進，不可求其速成。首先應該先熟讀、熟記，進一步要求達到滾瓜爛熟的標準；經過咀嚼、消化、涵養的工夫，方能求解其義，所謂「經讀千遍，其義自見」，親自深刻的體會，您將發現讀經之樂樂無窮。

千萬注意的是：不可以在經文仍然生疏的時候，就急著想瞭解經義，否則看完就忘了，還談什麼潛移默化、改變氣質；當然更無法將

經典的智慧運用在生活之中，結果入寶山而空手回，讀經大義全失，豈不可惜！

人生，有錢不一定買得到快樂；但是，有智慧的人生必定是快樂的。賢明的您，請務必拿出耐心、恆心配以滴水穿石的決心，天天讀！一兩年之後，必能優游於古聖先賢的大智慧海中，為自己彩繪出快樂燦爛的人生。您千萬不能當面錯過唷！

誠摯的祝福您！

為學貴在明理

自古聖賢明王，猶須勤學，何況平凡百姓乎！夫所以讀書學問，本欲開心明目，利於行耳。未知孝親者，欲其觀古人之順意承歡，怡聲下氣，不憚劬勞^{音苦}，慚愧自惕^{音惕}，起而行之也；未知事君者，欲其觀古人事盡忠職守，見危授命，不忘誠諫，以利社稷^{音革}國家，思欲效之也。

夫學所以求益耳。今人讀書，便自高傲，凌忽長者，輕慢同輩，抑或憤世嫉俗，人惡之唯恐不及；如此以學自損，自私自利，不能反求諸己，不如無學也。

古之學者爲己，以補不足也；今之學者爲人，但能說之耳。古之學者爲人，行道以利世也；今之學者爲己，富貴名利皆爲一己之私也。

夫學猶種樹也，春賞其花，秋收其實。讀書立志，春華也；脩身利行，秋實也。

人生小幼，精神專利，長成後，思慮散逸，固須早教，勿失機也。《禮記》云：「獨學而無友，則孤陋而寡聞。」蓋須切磋琢磨，互相啓明也。

爲學與做人，乃聖賢教人第一義，兩者不可偏廢，尤應虛心涵泳，將聖賢言語在生活中切己體察，不可先入爲主預設立場，方能得學問之真實利益。

參考資料：顏氏家訓勉學篇 朱子讀書法

四書·老子選粹 白話解 目次

代序：打開智慧的金鑰匙 ······

為學貴在明理 ······

三 一

壹、原文

一、大學 ······

二、中庸 ······

三、論語 ······

四、孟子 ······

五、老子 ······

貳、白話解

八三 五九 一七 七 一

一、大學	九一
二、中庸	一〇五
三、論語	一二五
四、孟子	二二一
五、老子	二六九
參、附錄：	
一、禮記·學記白話解	二九一
二、禮運大同篇	三一一
後記	三一三
孫中山先生——殷切的期望	三一六

壹、原文

一、大學

(子程子曰：「大學，孔氏之遺書，而初學入德之門也。」於今可見古人為學次第者，獨賴此篇之存，而論孟次之。學者必由是而學焉，則庶乎其不差矣。)

①大學之道：在明明德，在親民，在止於至善。

②知止而后有定，定而后能靜，靜而后能安，安而后能慮，慮而后能得。

③物有本末，事有終始，知所先後，則近道矣。

④欲治其國者，先齊其家；欲齊其家者，先脩其身；欲脩其身者，先正其心；欲正其心者，先誠其意；欲誠其意者，先致其知；致知在格物。

⑤物格而后知至，知至而后意誠，意誠而后心正，心正而后身脩，身脩而后家齊，家齊而后國治，國治而后天下平。

⑥自天子以至於庶人，壹是皆以脩身為本。其本亂而末治者否矣；其所厚者薄，而其所薄者厚，未之有也。

7 湯之盤銘曰：「苟日新，日日新，又日新。」

8 為人君，止於仁；為人臣，止於敬；為人子，止於孝；

為人父，止於慈；與國人交，止於信。

9 詩云：「……有斐君子，如切如磋者，道學也；如琢如磨者，自脩也。」

10 所謂「誠其意」者，毋自欺也。

11 誠於中，形於外。故君子必慎其獨也。

12 曾子曰：「十目所視，十手所指，其嚴乎！」

13 富潤屋，德潤身，心廣體胖。

(14) 所謂「脩身在正其心」者，身有所忿懥，則不得其正；有所恐懼，則不得其正；有所好樂，則不得其正；有所憂患，則不得其正。

(15) 心不在焉：視而不見，聽而不聞，食而不知其味。

(16) 謠有之曰：「人莫知其子之惡，莫知其苗之碩。」

(17) 心誠求之，雖不中，不遠矣。

(18) 一家仁，一國興仁；一家讓，一國興讓；一人貪戾，一國作亂；其機如此。此謂一言偾事，一人定國。

(19) 君子有諸己，而後求諸人；無諸己，而後非諸人。

(20) 所惡於上，毋以使下；所惡於下，毋以事上；所惡於前

，毋以先後；所惡於後，毋以從前；所惡於右，毋以交

於左；所惡於左，毋以交於右；此之謂絜矩之道。

(21) 見賢而不能舉，舉而不能先，命也；見不善而不能退，

退而不能遠，過也。

(22) 是故君子先慎乎德。有德此有人，有人此有士，有士

有財，有財此有用。德者，本也；財者，末也。外本內

末，爭名施奪。是故財聚則民散，財散則民聚。是故言

末，爭名施奪。是故財聚則民散，財散則民聚。是故言

悖而出者，亦悖而入；貨悖而入者，亦悖而出。

(23) 好人之所惡，惡人之所好，是謂拂人之性，蓄必逮夫身。是故君子有大道，必忠信以得之，驕泰以失之。

(24) 生財有大道：生之者眾，食之者寡；為之者疾，用之者舒；則財恆足矣。

(25) 仁者以財發身，不仁者以身發財。

(26) 國不以利為利，以義為利也。

二、中庸

(子程子曰：「不偏之謂中，不易之謂庸；中者，天下之正道，庸者，天下之定理。此篇乃孔門傳授心法，子思恐其久而差也，故筆之於書，以授孟子。其書始言一理，中散為萬事，末復合為一理。放之則彌六合，卷之則退藏於密。其味無窮，皆實學也。善讀者玩索而有得焉，則終身用之有不能盡者矣。」)

① 天命之謂性，率性之謂道，脩道之謂教。道也者，不可須臾離也；可離，非道也。

②君子戒慎乎其所不睹，恐懼乎其所不聞。莫見乎隱，莫顯乎微，故君子慎其獨也。

③喜怒哀樂之未發，謂之中；發而皆中節，謂之和。中也者，天下之大本也；和也者，天下之達道也。致中和，天地位焉，萬物育焉。

④仲尼曰：「君子中庸，小人反中庸。君子之中庸也，君

子而時中；小人之反中庸也，小人而無忌憚也。」

⑤子曰：「道之不行也，我知之矣：知者過之，愚者不及也。道之不明也，我知之矣：賢者過之，不肖者不及也。」

。人莫不飲食也，鮮能知味也。」

⑥子曰：「舜其大知也與！舜好問而好察邇言，隱惡而揚

善。執其兩端，用其中於民，其斯以為舜乎！」

⑦子曰：「回之為人也，擇乎中庸，得一善，則拳拳服膺

而弗失之矣。」

⑧子路問「強」。子曰：「南方之強與？北方之強與？抑

而強與？寬柔以教，不報無道，南方之強也；君子居之而。
衽金革，死而不厭，北方之強也；而強者居之。故君子和而不流，強哉矯！」

⑨君子之道，肇端乎夫婦。

⑩子曰：「道不遠人，人之為道而遠人，不可以為道。」

⑪言顧行，行顧言，君子胡不慥慥爾！

⑫君子素其位而行，不願乎其外。素富貴，行乎富貴；素

貧賤，行乎貧賤；素夷狄，行乎夷狄；素患難，行乎患

難。君子無入而不自得焉！

⑬上不怨天，下不尤人，故君子居易以俟命，小人行險以

徼幸。

⑭子曰：「射有似乎君子，失諸正鵠，反求諸其身。」

(15) 君子之道，辟如行遠必自邇，辟如登高必自卑。

(16) 哀公問政。子曰：「文、武之政，布在方策。其人存，則其政舉；其人亡，則其政息。人道敏政，地道敏樹。」

夫政也者，蒲盧也。」

(17) 故為政在人；取人以身，脩身以道，脩道以仁。仁者，

人也，親親為大；義者，宜也，尊賢為大。親親之殺，尊賢之等，禮所生也。

(18) 天下之達道五，所以行之者三。曰：君臣也，父子也，

夫婦也，昆弟也，朋友之交也。五者，天下之達道也。

智、仁、勇，三者，天下之達德也。所以行之者一也。

⑯或生而知之，或學而知之，或困而知之；及其知之，一也。或安而行之，或利而行之，或勉強而行之；及其成功，一也。

⑰子曰：「好學近乎知，力行近乎仁，知恥近乎勇。」

⑱凡事豫則立，不豫則廢；言前定，則不跼；事前定，則不困；行前定，則不疚；道前定，則不窮。

⑲博學之，審問之，慎思之，明辨之，篤行之。有弗學，學之弗能，弗措也；有弗問，問之弗知，弗措也；有弗

思，思之弗得，弗措也；有弗辨，辨之弗明，弗措也；有弗行，行之弗篤，弗措也。

(23) 人一能之，己百之；人十能之，己千之。果能此道矣，

雖愚必明，雖柔必強。

(24) 唯天下至誠，為能盡其性；能盡其性，則能盡人之性；

能盡人之性，則能盡物之性；能盡物之性，則能盡天地之化育；可以贊天地之化育，則可以與天地參矣。

(25) 誠者，物之終始；不誠，無物。是故君子誠之為貴。誠者，非自成己而已也，所以成物也。

(26) 君子尊德性而道問學，致廣大而盡精微，極高明而道中庸。

溫故而知新，敦厚以崇禮。是故居上不驕，為下不倍。國有道，其言足以興；國無道，其默足以容。詩曰：「既明且哲，以保其身。」其此之謂與！

(27) 子曰：「愚而好自用，賤而好自專。生乎今之世，反古之道。如此者，裁及其身者也。」

(28) 仲尼祖述堯舜，憲章文武；上律天時，下襲水土。辟如天地之無不持載，無不覆帱；辟如四時之錯行，如日月之代明。萬物並育而不相害，道並行而不相悖。小德川

(29) 流，大德敦化。此天地之所以為大也。

(30) 君子之道，淡而不厭，簡而文，溫而理；知遠之近，知風之自，知微之顯，可與入德矣。

君子內省不疚，無惡於志。君子之所不可及者，其唯人之所不見乎！詩云：「相在爾室，尚不愧於屋漏。」

中庸

一六

三、論語

學而第一

1 子曰：「學而時習之，不亦說乎？有朋自遠方來，不亦

樂乎？人不知而不慍，不亦君子乎？」

2 有子曰：「其為人也孝弟，而好犯上者鮮矣。不好犯上，而好作亂者，未之有也。君子務本，本立而道生。孝弟也者，其為仁之本與？」

3 子曰：「巧言令色，鮮矣仁。」

4

曾子曰：「吾日三省吾身：為人謀而不忠乎？與朋友交而不信乎？傳不習乎？」

5

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。」

6

子夏曰：「賢賢易色，事父母能竭其力，事君能致其身

，與朋友交，言而有信，雖曰未學，吾必謂之學矣。」

7

子曰：「君子不重則不威，學則不固。主忠信，無友不如己者，過則勿憚改。」

8

曾子曰：「慎終追遠，民德歸厚矣。」

9

子貢曰：「夫子溫、良、恭、儉、讓。」

10

有子曰：「禮之用，和為貴；先王之道，斯為美，小大由之。有所不行，知和而和，不以禮節之，亦不可行也。」

11

有子曰：「信近於義，言可復也；恭近於禮，遠恥辱也。因不失其親，亦可宗也。」

12

子曰：「君子食無求飽，居無求安，敏於事而慎於言，就有道而正焉，可謂好學也已。」

13

子貢曰：「貧而無謗，富而無驕，何如？」子曰：「可。」

14 子曰：「也，未若貧而樂，富而好禮者也。」
 子曰：「不患人之不已知，患不知人也。」

為政 第二

15 子曰：「詩三百，一言以蔽之，曰：思無邪。」

16 子曰：「道之以政，齊之以刑，民免而無恥；道之以德，

，齊之以禮，有恥且格。」

17 子曰：「吾十有五而志於學，三十而立，四十而不惑，五十而知天命，六十而耳順，七十而從心所欲，不踰矩。」

18

孟懿子問孝。

子曰：

「無違。」

樊遲御，

子告之曰：

——

孟孫問孝於我，我對曰：

「無違。」

樊遲曰：

「何謂

也？」

子曰：

「生，事之以禮。死，葬之以禮，祭之以

禮。」

孟武伯問孝。

子曰：

「父母唯其疾之憂。」

子游問孝。

子曰：

「今之孝者，是謂能養。至於犬馬，

皆能有養。不敬，何以別乎？」

子夏問孝。

子曰：

「色難。有事，弟子服其勞；有酒食

，先生饌，曾是以為孝乎？」

子曰：「溫故而知新，可以為師矣。」

子貢問君子。子曰：「君子不器。」
先行其言，而後從之。

子曰：「君子周而不比，小人比而不周。」

子貢問君子。子曰：「學而思則罔，思而不學則殆。」

子曰：「攻乎異端，斯害也已。」

子曰：「由！誨女知之乎？知之為知之，不知為不知，」

28

27

26

25

24

23

22

29

子曰：「多聞闕疑，慎言其餘，則寡尤；多見闕殆，慎

行其餘，則寡悔。」

30

子曰：「非其鬼而祭之，詭也。見義不為，無勇也。」

《八佾第三》

31

孔子謂季氏：「八佾舞於庭。是可忍也，孰不可忍也！」

32

子曰：「人而不仁，如禮何？人而不仁，如樂何？」

33

林放問「禮之本」。子曰：「大哉問！禮，與其奢也，

寧儉。喪，與其易也，寧戚。」

34 子曰：「君子無所爭，必也射乎？揖讓而升，下而飲，

其爭也君子。」

35 子入大廟，每事問。

36 定公問：「君使臣以禮，臣事君，如之何？」孔子對曰：

君使臣以禮，臣事君以忠。

」

37 子曰：「關雎，樂而不淫，哀而不傷。」

38 子謂韶：「盡美矣，又盡善也。」謂武：「盡美矣，未

39 子曰：「居上不寬，為禮不敬，臨喪不哀，吾何以觀之。」

盡善也。」

哉
？

『里仁第四』

40 子曰：「富與貴，是人之所欲也。不以其道得之，不處也。」

41 子曰：「富與美，擇不處仁，焉得知？」

42 子曰：「君子去仁，惡乎成名？君子無終食之間違仁。造次必於君子去仁，惡乎成名？君子無終食之間違仁。造次必於

是，顛沛必於是。」

子曰：「人之過也，各於其黨。觀過，斯知仁矣。」

43 子曰：「朝聞道，夕死可矣！」

44 子曰：「士志於道，而恥惡衣惡食者，未足與議也！」

45 子曰：「君子懷德，小人懷土。君子懷刑，小人懷惠。」

46 子曰：「不患無位，患所以立。不患莫已知，求為可知。」

47 子曰：「放於利而行，多怨。」

48 子曰：「參乎！吾道一以貫之。」

出，門人問曰：「何謂也？」曾子曰：「夫子之道，忠

恕而已矣！」

《公冶長第五》

54 | 子曰：「君子喻於義，小人喻於利。」
53 | 子曰：「古者言之不出，恥躬之不逮也。」
52 | 子曰：「君子欲訥於言，而敏於行。」
51 | 子曰：「見賢思齊焉，見不賢而內自省也。」
49 | 子曰：「事父母幾諫，見志不從，又敬不違，勞而不怨。」

55 子謂子貢曰：「女與回也孰愈？」

對曰：「賜也何敢望

回也？」

子貢曰：「如也，吾與女弗如也。」

子曰：「弗

56

宰予晝寢。

子曰：「朽木不可雕也，糞土之牆不可杗也。」

子曰：「始吾於人也，聽其言而觀其行。於予與改是！」

57

子貢曰：「於予與何誅！」子曰：「行。今吾於人也，聽其言而觀其行。於予與改是！」

子貢曰：「我不欲人之加諸我也，吾亦欲無加諸人。」

58

子貢曰：「夫子之文章，可得而聞也。夫子之言性與天

59

道，不可得而聞也。

子貢問曰：

「孔文子何以謂之文也？」

子曰：「敏而好

學，不恥下問，是以謂之文也。」

60

子謂子產：

「有君子之道四焉，其行己也恭，其事上也

敬，其養民也惠，其使民也義。」

61

子曰：

「晏平仲善與人交，久而敬之。」

62

季文子三思而後行。

子聞之曰：「再，斯可矣！」

63

子曰：

「伯夷、叔齊，不念舊惡，怨是用希。」

64

顏淵、季路侍。

子曰：「盍各言爾志？」子路曰：「願

車馬、衣（輕）裘，與朋友共，敝之而無憾。——顏淵曰

：「願無伐善，無施勞。」子路曰：「願聞子之志！」

65 子曰：「老者安之，朋友信之，少者懷之。」

66 哀公問：「弟子孰為好學？」孔子對曰：「有顏回者好

『雍也第六』

67 子曰：「賢哉！回也！一簞食，一瓢飲，在陋巷。人不堪其艱苦，回也不改其樂。」

68 堪其憂，回也不改其樂。賢哉回也！

冉求曰：「非不說子之道，力不足也。」子曰：「力不

69 子曰：「中人以上，可以語上也。中人以下，不可以語

70 子曰：「知者不_レ好之者，好之者不_レ樂之者。」

71 子曰：「上也。」

72 子曰：「知者樂水，仁者樂山。知者動，仁者靜。知者

樂，仁者壽。」

子曰：「夫仁者，己欲立而立人，己欲達而達人。能近

取譬，可謂仁之方也已。」

《述而第七》

73 子曰：「述而不作，信而好古，竊比於我老彭。」

76 子曰：「改是吾憂也。」

75 子曰：「德之不修，學之不講，聞義不能徙，不善不能

子曰：「？」

子曰：「志於道，據於德，依於仁，游於藝。」

77 子曰：

「不憤不啟，不悱不發，舉一隅不以三隅反，則

不復也。」

78 子謂顏淵曰：

「用之則行，舍之則藏。唯我與爾有是夫！」

子路曰：

「子行三軍，則誰與？」

河，死而無悔者，吾不與也。

必也臨事而懼，好謀而成

者也！」

79 子曰：

「富而可求也，雖執鞭之士，吾亦為之；如不可

求，從吾所好。」

80 子曰：

「飯疏食飲水，曲肱而枕之，樂亦在其中矣。不

義而富且貴，於我如浮雲。」

81

子曰：「加我數年，五十以學易，可以無大過矣！」

82

葉公問孔子於子路，子路不對。子曰：「女奚不曰：『其為人也，發憤忘食，樂以忘憂，不知老之將至。』」

爾！」

83

子曰：「我非生而知之者，好古，敏以求之者也。」

84

子不語：怪、力、亂、神。

三人行，必有我師焉。擇其善者而從之；其不

善者而改之。」

86 子以四教：文、行、忠、信。

87 子曰：「奢則不孫，儉則固；與其不孫也，寧固。」

88 子溫而厲，威而不猛，恭而安。

89 子曰：「君子坦蕩蕩，小人長戚戚。」

《泰伯第八》

90 詩云：「戰戰兢兢，如臨深淵，如履薄冰。」

91 曾子曰：「士不可以不弘毅，任重而道遠。仁以為己任，不亦重乎！死而後已，不亦遠乎！」

92 子曰：「民可使由之，不可使知之。」○

93 子曰：「如有周公之才之美，使驕且吝，其餘不足觀也已！」

94 子曰：「篤信好學，守死善道。危邦不入，亂邦不居。

天下有道則見，無道則隱。邦有道，貧且賤焉，恥也；邦無道，富且貴焉，恥也。

95 子曰：「不在其位，不謀其政。」

《子罕第九》

96 子罕言利，與命，與仁。

97 子絕四：毋意，毋必，毋固，毋我。

98 子曰：「吾有知乎哉？無知也。有鄙夫問於我，空空如也，我叩其兩端而竭焉。」

99 顏淵喟然歎曰：「仰之彌高，鑽之彌堅，瞻之在前，忽

100 焉在後！夫子循循然善誘人。」

101 子欲居九夷。或曰：「陋，如之何？」子曰：「君子居

之，何陋之有？」

101 子在川上曰：「逝者如斯夫！不舍晝夜。」

102 子曰：「吾未見好德如好色者也。」

103 子曰：「譬如平地，雖覆一簣，止，吾往也。譬如為山，未成一簣，止，吾止也。」

104 子曰：「後生可畏，焉知來者之不如今也？」

105 子曰：「三軍可奪帥也，匹夫不可奪志也。」

106 子曰：「無聞焉，斯亦不足畏也已！」

： 「是道也，何足以臧？」
 與！「不忮不求，何用不臧？」
 子曰：「子曰：『衣敝縕袍，與衣狐貉者立，而不恥者，其由也。』」
 子路終身誦之。子曰：「

108 107
子曰：「歲寒，然後知松柏之後彌也。」
子曰：「知者不惑，仁者不憂，勇者不懼。」

『鄉黨第十』

109

食不厭精，膾不厭細。食饐而餒，魚餒而肉敗，不食。
色惡不食，臭惡不食。失飪不食，不時不食，割不正不食。
食，不得其醬不食。肉雖多，不使勝食氣。唯酒無量，不

110

食不語，寢不言。
不及亂。

111 康子饋藥，拜而受之，曰：「丘未達，不敢嘗。」
 子退朝，曰：「傷人乎？」不問馬。

先進第十一

113 顏淵死，子哭之慟。從者曰：「子慟矣！」

曰：「有慟乎？非夫人之為慟而誰為？」

114 季路問事鬼神。子曰：「未能事人，焉能事鬼？」

子貢問：「師與商也孰賢？」子曰：「師也過，商也不

及。」曰：「然則師愈與？」子曰：「過猶不及。」

『顏淵第十二』

116

顏淵問仁。子曰：「克己復禮為仁。一日克己復禮，天

下歸仁焉。為仁由己，而由人乎哉？」

顏淵曰：「請問

其目？」子曰：「非禮勿視，非禮勿聽，非禮勿言，非

禮勿動。」顏淵曰：「回雖不敏，請事斯語矣！」

117

子曰：「己所不欲，勿施於人。」

118

子夏曰：「商聞之矣：『死生有命，富貴在天。』君子

119

敬而無失，與人恭而有禮，四海之內，皆兄弟也。
愛之欲其生，惡之欲其死；既欲其生，又欲其死，是惑也！

120

齊景公問政於孔子。孔子對曰：「君君，臣臣，父父，
子子。」公曰：「善哉！信如君不君，臣不臣，父不父，
子不子，雖有粟，吾得而食諸？」

121

季康子問政於孔子。孔子對曰：「政者正也，子帥以正，
子曰：「君子成人之美，不成人之惡；小人反是。」

122

，孰敢不正？

123 子曰：「君子之德風，小人之德草；草上之風，必偃。」

124 子曰：「一朝之忿，忘其身以及其親，非惑與？」

125 樊遲問仁。子曰：「愛人。」問知。子曰：「知人。」

樊遲未達。子曰：「舉直錯諸枉，能使枉者直。」

退，見子夏曰：「鄉也，吾見於夫子而問知，子曰：『富

舉直錯諸枉，能使枉者直。』何謂也？」子夏曰：「富

哉言乎？舜有天下，選於眾，舉皋陶，不仁者遠矣；湯

有天下，選於眾，舉伊尹，不仁者遠矣。」

126

子貢問友。子曰：「忠告而善道之，不可則止，毋自辱焉。」

127

子曰：「名不正，則言不順；言不順，則事不成；事不成，則民無所措手足。故君子名之必可言也，言之必可行也。」

128

子曰：「其身正，不令而行；其身不正，雖令不從。君子於其言，無所苟而已矣！」

134

子曰：

憲問第十四

有德者必有言，有言者不必有德。仁者必有勇。

133

子曰：

剛毅木訥，近仁。

132

子曰：

君子和而不同，小人同而不和。

131

子曰：

小人驕而不泰。

130

事不成。

129

葉公問政。

子曰：

近者說，遠者來。

，勇者不必有仁。」

135

子曰：「愛之，能勿勞乎？忠焉，能勿誨乎？」

136

子曰：「貧而無怨，難；富而無驕，易。」

137

子曰：「君子上達，小人下達。」

138

子曰：「古之學者為己，今之學者為人。」

139

子曰：「君子恥其言而過其行。」

140

子曰：「不患人之不已知，患其不能也。」

141

或曰：「以德報怨，何如？」子曰：「何以報德？以直。」

報怨，以德報德。

」

論語 十五

衛靈公第十五

142

子張問行。

子曰：

言忠信，行篤敬，雖蠻貊之邦行矣。

143

子曰：

言不忠信，行不篤敬，雖州里行乎哉？

之言，失言。知者不失人，亦不失言。

144

子曰：

志士仁人，無求生以害仁，有殺身以成仁。

145

子曰：

工欲善其事，必先利其器。

146

子曰：

人無遠慮，必有近憂。

147
子曰：「躬自厚，而薄責於人，則遠怨矣！」

148
子曰：「群居終日，言不及義，好行小慧，難矣哉！」

150 149
子曰：「君子求諸己，小人求諸人。」
子曰：「君子疾沒世而名不稱焉。」

151
子曰：「君子矜而不爭，群而不黨。」

152
子曰：「君子不以言舉人，不以人廢言。」

153
子貢問曰：「有一言而可以終身行之者乎？」
子曰：「其恕乎！己所不欲，勿施於人。」

154
子曰：巧言亂德，小不忍則亂大謀。
——

162	161	160	159		158	157	156	155
子曰	子曰	子曰	子曰	學	子曰	子曰	子曰	子曰
口せ	口せ	口せ	口せ	丁レセ	口せ	口せ	口せ	口せ
:	:	:	:	也	：	：	：	：
「辭，達而已矣！」	「道不同，不相為謀。」	「有教無類。」	「當仁不让於師。」	「吾嘗終日不食，終夜不寢，以思；無益，不如。」	「過而不改，是謂過矣！」	「人能弘道，非道弘人。」	「眾惡之，必察焉；眾好之，必察焉。」	「眾惡之，必察焉；眾好之，必察焉。」

『季氏第十六』

163

孔子曰：「益者三友，損者三友：友直，友諒，友多聞，益矣；友便辟，友善柔，友便佞，損矣。」

164

孔子曰：「益者三樂，損者三樂：樂節禮樂，樂道人之善，樂多賢友，益矣；樂驕樂，樂佚遊，樂宴樂，損矣。」

165

孔子曰：「君子有三戒：少之時，血氣未定，戒之在色；及其壯也，血氣方剛，戒之在鬥；及其老也，血氣既

衰，戒之在得。」

166

孔子曰：「君子有三畏：畏天命，畏大人，畏聖人之言。」

167

孔子曰：「生而知之者，上也；學而知之者，次也；困而學之，又其次也；困而不學，民斯為下矣！」

168

孔子曰：「君子有九思：視思明，聽思聰，色思溫，貌思恭，言思忠，事思敬，疑思問，忿思難，見得思義。」

《陽貨第十七》

169 子曰：「性相近也，習相遠也。」

170 子曰：「唯上知與下愚不移。」

171 子曰：「鄉原，德之賊也！」

172 子曰：「惡紫之奪朱也，惡鄭聲之亂雅樂也！」

173 子曰：「惡紫之奪朱也，惡利口之子如不言，則小子何

174 覆邦家者。

子曰：「予欲無言！」子貢曰：「子如不言，則小子何

述焉？」子曰：「天何言哉？」

四時行焉，百物生焉，天

何言哉？」

175

子曰：「飽食終日，無所用心，難矣哉！」

怨。」

176

子曰：

「唯女子與小人為難養也！」

近之則不孫，遠之則

微子第十八

177

柳下惠為士師，三黜。人曰：「子未可以去乎？」曰：

「直道而事人，焉往而不三黜？枉道而事人，何必去父母之邦？」

『子張第十九』

178

子張出尤

曰：

「士，見危致命，見得思義，祭思敬，喪思哀。」

179

子夏出尤

曰：

「日知其所亡，月無忘其所能，可謂好學也已。」

矣！

—

180

子夏出尤

曰：

「小人之過也必文。」

181

子夏出尤

曰：

「君子有三變：望之儼然，即之也溫，聽其言也厲。」

182

子游曰：

喪致乎哀而止。

183

子貢曰：

君子之過也，如日月之食焉。過也，人皆見

184

子貢曰：

「君子之過也，如日月之食焉。過也，人皆見

之；更也，人皆仰之。」

夫子之牆數仞，不得其門而入，不見宗廟之美，百官之富。得其門者或寡矣！」

『堯曰第二十』

曰：「朕躬有罪，無以萬方；萬方有罪，罪在朕躬。」

186

子張問於孔子曰：「何如斯可以從政矣？」子曰：「尊五美，屏四惡，斯可以從政矣。」子張曰：「何謂五美？」子曰：「君子惠而不費，勞而不怨，欲而不貪，泰而不驕，威而不猛。」

187

子張曰：「何謂惠而不費？」子曰：「因民之所利而利之，斯不亦惠而不費乎？擇可勞而勞之，又誰怨？欲仁而得仁，又焉貪？君子無眾寡，無小大，無敢慢，斯不亦泰而不驕乎？君子正其衣冠，尊其瞻視，儼然人望而畏之，斯不亦威而不猛乎？」

188

子張曰：

「何謂四惡？」

子曰：

「不教而殺謂之虐；不

戒視成謂之暴；慢令致期謂之賊；猶

之與人也，出納之

189

子曰：

「不知言，謂之有司。」

子曰：

「不知命，無以

為君子也；不知禮，無以

立也；

子曰：

「不知命，無以

為君子也；不知禮，無以

立也；

子曰：

「不知命，無以

富在知足
貴在知退
福在受諫

四、孟子

『梁惠王章句』

① 孟子曰：「上下交征利，而國危矣。」

② 孟子曰：「仲尼曰：『始作俑者，其無後乎！』為其象

人而用之也。」

③ 孟子曰：「君子之於禽獸也，見其生，不忍見其死；聞

其聲，不忍食其肉。是以君子遠庖廚也。」

④ 孟子曰：「挾太山以超北海，語人曰：『我不能』，是

誠不能也；為長者折枝，語人曰：『我不能』，是不為也，非不能也。』

⑤老吾老，以及人之老；幼吾幼，以及人之幼。

⑥孟子曰：『無恒產而有恒心者，惟士為能。』

⑦樂民之樂者，民亦樂其樂；憂民之憂者，民亦憂其憂。

樂以天下，憂以天下，然而不王者，未之有也。

《公孫丑章句》

⑧齊人有言曰：『雖有智慧，不如乘勢；雖有磁基，不如

待時。

⑨自反而不縮，雖褐寬博，吾不惴焉？自反而縮，雖千萬人，吾往矣！

⑩孟子曰：「夫志，氣之帥也；氣，體之充也。夫志，至

焉；氣，次焉，故曰：『持其志，無暴其氣。』」

⑪孟子曰：「我善養吾浩然之氣。」

⑫孟子曰：「非其君不事，非其民不使，治則進，亂則退，伯夷也。何事非君？何使非民？治亦進，亂亦進，伊尹也。可以仕則仕，可以止則止，可以久則久，可以速

則速，孔子也。皆古聖人也，吾未能有行焉；乃所願，則學孔子也。」

(13) 孟子曰：「禍福無不自己求之者！」詩云：『永言配命，

自求多福。

(14) 太甲曰：『天作孽，猶可違；自作孽，不

可活。』此之謂也。」

(14) 孟子曰：「人皆有不忍人之心。先王有不忍人之心，斯有不忍人之政矣。以不忍人之心，行不忍人之政，治天

下可運之掌上。」

(15) 孟子曰：「無惻隱之心，非人也；無羞惡之心，非人也；

；無辭讓之心，非人也；無是非之心，非人也。惻隱之
心，仁之端也；羞惡之心，義之端也；辭讓之心，禮之
端也；是非之心，智之端也。人之有是四端也，猶其有

四體也。」

(16)

孟子曰：

「子路

，人告之以有過，則喜；禹聞善言，則

悲

；禹聞善言，則

悲

拜。大舜有大焉：善與人同，舍己從人，樂取於人以為
善。故君子莫大乎與人為善。

(17)

孟子曰：

「天時不如地利，地利不如人和。」又曰：

得道者多助，失道者寡助。寡助之至，親戚畔之；多助

之至，天下順之。」

『滕文公章句』

(18) 颜淵曰：「舜何人也？予何人也？有為者亦若是。」

(19) 孔子曰：「上有好者，下必有甚焉者矣。君子之德，風

也；小人之德，草也；草尚之風必偃。」

(20) 孟子曰：「民之為道也，有恒產者有恒心，無恒產者無

恒心；苟無恒心，放僻邪侈，無不為已。」

(21) 故曰：「或勞心，或勞力。勞心者治人，勞力者治於人；

治於人者食人，治人者食於人；天下之通義也。

(22) 人之有道也，飽食、煖衣、逸居而無教，則近於禽獸。

聖人有憂之，使契為司徒，教以人倫：父子有親，君臣有義，夫婦有別，長幼有序，朋友有信。

(23) 以天下與人易，為天下得人難。

(24) 富貴不能淫，貧賤不能移，威武不能屈；此之謂大丈夫。

(25) 公都子曰：「外人皆稱夫子好辯，敢問何也？」孟子曰：「予豈好辯哉！予不得已也！」

離婁章句

(26) 孟子曰：「離婁之明，公輸子之巧，不以規矩不能成方員；師曠之聰，不以六律，不能正五音；堯舜之道，不

以仁政，不能平治天下。」

(27) 徒善不足以為政，徒法不能以自行。

(28) 孟子曰：「三代之所以廢興存亡者亦然。」仁。國之所以廢興存亡者亦然。

(29) 孟子曰：「行有不得者，皆反求諸己。其身正，而天下

歸之。

(30) 孟子曰：

「夫人必自侮，然後人侮之；家必自毀，而後人毀之；國必自伐，而後人伐之。太甲曰：『天作孽，猶可違；自作孽，不可活。』此之謂也。」

(31) 孟子曰：

「道在爾，而求諸遠；事在易，而求諸難。人親其親，長其長，而天下平。」

(32) 孟子曰：

「存乎人者，莫良於眸子；眸子不能掩其惡。胸中正，則眸子瞭焉；胸中不正，則眸子眊焉。聽其言

也，觀其眸子，人焉瘦哉？」

(33)

淳于髡曰：「男女授受不親，禮與？」

孟子曰：「禮也。」

曰：「嫂溺，則援之以手乎？」

曰：「嫂溺不援，是豺狼也。男女授受不親，禮也；嫂

溺援之以手，權也。」

曰：「夫子之不援，何也？」

曰：「天下溺，援之以道；嫂溺，援之以手。子欲手援

天下乎？」

(34)

孟子曰：「事，孰為大？事親為大。守，孰為大？守身

為大。不失其身而能事其親者，吾聞之矣；失其身而能事其親者，吾未之聞也。」

(35) 孟子曰：「人之患，在好為人師。」

(36) 孟子告齊宣王曰：「君之視臣如手足，則臣視君如腹心；

君之視臣如犬馬，則臣視君如寇讎。」

，則臣視君如寇讎。

(37) 孟子曰：「人有不為也，而後可以有為也。」

(38) 孟子曰：「仲尼不為已甚者。」

(39) 孟子曰：「大人者，不失其赤子之心者也。」

(40)

孟子曰：

「君子所以異於人者，以其存心也。」

君子以仁存心，以禮存心；仁者愛人，有禮者敬人。愛人者，人恆愛之；敬人者，人恆敬之。」

(41)

君子

有終身之憂

，無一朝之患也。

(42)

孟子曰

：「世俗所謂不孝者五：」

一不孝

也；

二不孝

也；

三不孝

也；

四不孝

也；

五不孝

也。」

養，一不孝也；博奕，好飲酒，不顧父母之養，二不孝也；好貨財，私妻子，不顧父母之養，三不孝也；從耳目之欲，以為父母戮，四不孝也；好勇鬥狠，以危父母，五不孝也。」

『萬章章句』

(43) 太誓曰：

「天視自我民視，天聽自我民聽。」

(44) 孟子曰：

「下惠，聖之和者也；伯夷，聖之清者也；伊尹，聖之任者也；柳

下惠，聖之時者也，孔子，聖之任者也；孔子之謂集大

成。」

(45) 萬章問曰：

「敢問友？」

孟子曰：

「不挾長，不挾貴，

不挾兄弟而友；友也者，友其德也，不可以有挾也。」

《告子章句》

④6 孟子曰：「雖有天下易生之物也，一日暴之，十日寒之

，未有能生者也。」

④7 孟子曰：「魚，我所欲也；熊掌，亦我所欲也；二者不

可得兼，舍魚而取熊掌者也。生，亦我所欲也；義，亦

我所欲也；二者不可得兼，舍生而取義者也。生，亦我所欲，所欲有甚於生者，故不為苟得也。死，亦我所惡，所惡有甚於死者，故患有所不辟也。」

(48) 孟子曰：

「學問之道無他，求其放心而已矣。」

(49) 孟子曰：

「大匠誨人，必以規矩；學者亦必以規矩。」

(50) 孟子曰：

「舜發於畎畝之中，管夷吾舉於士，孫叔敖舉於版築之間，膠鬲

舉於魚鹽之中，

舉於市。故天將降大任於是人也，必先苦其心志，勞其筋骨，

忍性，曾益其所不能。

——

(51)

孟子曰：

「人恒過，然後能改；困於心，衡於慮，而後作；徵於色，發於聲，而後喻。入則無法家拂士，出則

無敵國外患者，國恆亡。然後知生於憂患，而死於安樂也。

『盡心章句』

(52) 孟子曰：「殤壽不貳，修身以俟之，所以立命也。」

(53) 孟子曰：「求則得之，舍則失之，是求有益於得也，求在我者也。求之有道，得之有命，是求無益於得也，求在外者也。」

(54) 孟子曰：「萬物皆備於我矣。反身而誠，樂莫大焉。強

恕而行，求仁莫近焉。

〔〕

孟子曰：「行之而不著焉，習矣而不察焉，終身由之而

不知其道者，眾也。」

孟子曰：「人不可以無恥；無恥之恥，無恥也。」

孟子曰：「古之人，得志，澤加於民；不得志，修身見

於世。窮則獨善其身，達則兼善天下。」

孟子曰：「待文王而後興者，凡民也；若夫豪傑之士，

雖無文王猶興。」

孟子曰：「善政，不如善教之得民也。善政，民畏之；

善教，民愛之。善政，得民財；善教，得民心。」

(60)

孟子曰：「人之所不學而能者，其良能也；所不慮而知

者，其良知也。孩提之童，無不知愛其親者；及其長也

，無不知敬其兄也。親親，仁也；敬長，義也。無他，

達之天下也。」

(61)

孟子曰：「舜之居深山之中，與木石居，與鹿豕遊，其

所以異於深山之野人者幾希；及其聞一善言，見一善行，
，若決江河，沛然莫之能禦也。」

(62)

孟子曰：「無為其所不為，無欲其所不欲，如此而已矣。」

○
63 孟子曰：「獨孤臣孽子，其操心也危，其慮患也深，故

達。」

64 孟子曰：

「君子有三樂，而王天下不與存焉。父母俱存，兄弟無故，一樂也；仰不愧於天，俯不怍於人，二樂也；得天下英才而教育之，三樂也。君子有三樂，而王天下不與存焉。」

天下不與存焉。」

65 孟子曰：

「雞鳴而起，孳孳為善者，舜之徒也；雞鳴而起，孳孳為利者，蹠之徒也，欲知舜與蹠之分，無他，

利與善之間也。」

(66) 孟子曰：「有為者，譬若掘井；掘井九軒而不及泉，猶為棄井也。」

(67) 孟子曰：「君子之所以教者五：有如時雨化之者，有成德者，有達財者，有答問者，有私淑艾者。此五者，君子之所以教也。」

(68) 孟子曰：「天下有道，以道殉身；天下無道，以身殉道。未聞以道殉乎人者也。」

(69) 孟子曰：「親親而仁民，仁民而愛物。」

(70)

孟子曰：

「知者無不知也，當務之為急；仁者無不愛也」

急親賢之為務。堯舜之知而不偏物，急先務也；堯舜

之仁不偏愛人，急親賢也。」

(71)

孟子曰：

「不仁哉，梁惠王也！仁者以其所愛，及其所

不愛；不仁者，以其所不愛，及其所愛。」

(72)

孟子曰：

「盡信書，則不如無書。吾於武成，取二三策

而已矣。仁人無敵於天下；以至仁伐至不仁，而何其血

之流杵也？」

(73)

孟子曰：

「民為貴，社稷次之，君為輕。」

(74) 孟子曰：「聖人，百世之師也；伯夷、柳下惠是也。故

聞伯夷之風者，頑夫廉，懦夫有立志；聞柳下惠之風者

，薄夫敦，鄙夫寬。奮乎百世之上，百世之下，聞者莫

不興起也；非聖人而能若是乎？而況于親炙之者乎？」

(75) 孟子曰：「仁也者，人也。合而言之，道也。」

(76) 孟子曰：「賢者以其昭昭，使人昭昭；今以其昏昏，使

人昭昭。」

(77) 孟子曰：「可欲之謂善，有諸己之謂信，充實之謂美，

充實而有光輝之謂大，大而化之之謂聖，聖而不可知之

之謂神。」

(78) 孟子曰：

「其為人也小有才，未聞君子之大道也，則足以殺其軀而已矣！」

(79)

孟子曰：

「說大人，則藐之，勿視其巍巍然。堂高數仞

，棟題數尺，我得志弗為也；食前方丈，侍妾數百人，

我得志弗為也；般樂飲酒，驅騁田獵，後車千乘，我得志弗為也；在彼者，皆我所不為也；在我者，皆古之制

也，吾何畏彼哉！」

(80)

孟子曰：

「養心莫善於寡欲。」

(81) 孟子曰：

「孔子不得中道而與之，必也狂獞乎！狂獞者進取，獞者有所不為也。孔子豈不欲中道哉？不可必得，故思其次也。」

四書選粹

終

五、老子

①道可道，非常道；名可名，非常名。

②無，名天地之始；有，名萬物之母。

③故常無，欲以觀其妙；常有，欲以觀其微。此兩者同，

出而異名，同謂之玄，玄之又玄，眾妙之門。

④天下皆知美之為美，斯惡已；皆知善之為善，斯不善已。

⑤有無相生，難易相成，長短相較，高下相傾，音聲相和，前後相隨。是以聖人處無為之事，行不言之教。

⑥ 生而不有，為而不恃，功成而弗居。夫唯弗居，是以不去。

⑦ 不尚賢，使民不爭；不貴難得之貨，使民不為盜；不見可欲，使民心不亂。

⑧ 多言數窮，不如守中。

⑨ 上善若水，水善利萬物而不爭。……夫唯不爭，故無尤。

⑩ 富貴而驕，自遺其咎。功遂身退，天之道。

⑪ 五色令人目盲；五音令人耳聾；五味令人口爽；馳騁畋獵，令人心發狂；難得之貨，令人行妨。是以聖人為腹

不為目，故去彼取此。

⑫寵辱若驚，貴大患若身。何謂寵辱若驚？寵為上，辱為

下，得之若驚，失之若驚，是謂寵辱若驚。何謂貴大患若身？吾所以有大患者，為吾有身，及吾無身，吾有何

患？

⑬知常曰明。不知常，妄作凶。

⑭大道廢，有仁義；智慧出，有大偽；六親不和，有孝慈

；國家昏亂，有忠臣。

⑮曲則全，枉則直，窪則盈，敝則新，少則得，多則惑。

是以聖人抱一為天下式。

(16) 不自見，故明；不自是，故彰；不自伐，故有功；不自

矜，故長。夫唯不爭，故天下莫能與之爭。

(17) 企者不立，跨者不行。自見者不明，自是者不彰，自伐

者無功，自矜者不長。……故有道者不處。

(18) 聖人常善救人，故無棄人；常善救物，故無棄物。

(19) 夫佳兵者不祥之器，物或惡之，故有道者不處。

(20) 知人者智，自知者明。勝人者有力，自勝者強。知足者

富，強行者有志。不失其所者久，死而不亡者壽。

(21) 道常無為，而無不為。侯王若能守之，萬物將自化。

(22) 上士聞道，勤而行之；中士聞道，若存若亡；下士聞道

，大笑之。不笑，不足以為道。

(23) 名與身孰親？身與貨孰多？得與亡孰病？是故甚愛必大

費，多藏必厚亡。知足不辱，知止不殆，可以長久。

(24) 大成若缺，其用不弊；大盈若冲，其用不窮。大直若屈
，大巧若拙。大辯若訥。

(25) 禍莫大於不知足；咎莫大於欲得。

(26) 為學日益，為道日損。

(27) 聖人無常心，以百姓心為心。

(28) 知者不言，言者不知。塞其兑，閉其門，挫其銳，解其分，和其光，同其塵。是謂玄同。

(29) 禍兮，福之所倚；福兮，禍之所伏。孰知其極？

(30) 治大國，若烹小鮮。

(31) 圖難於其易，為大於其細。天下難事，必作於易；天下大事，必作於細。

(32) 夫輕諾必寡信，多易必多難。

(33) 善為士者不武，善戰者不怒，善勝敵者不與，善用王者。

為之下。

(34) 聖人自知不自見，自愛不自貴。

(35) 天之道，其猶張弓與！高者抑之，下者舉之；有餘者損之，不足者補之。天之道，損有餘而補不足；人之道，則不然，損不足以奉有餘。

(36) 天下莫柔弱於水，而攻堅強者莫之能勝，以其無以易之。
○弱之勝強，柔之勝剛，天下莫不知，莫能行。

(37) 和大怨，必有餘怨，安可以為善？

(38) 天道無親，常與善人。

(39)

信言不美，美言不信。善者不辯，辯者不善。知者不博，博者不知。聖人不積，既以為人己愈有，既以與人己愈多。天之道，利而不害；聖人之道，為而不爭。

老子選粹

終

四書·老子選粹

終

貳、白話解

一、大學

子程子下曰：「大學，孔氏之遺書，而初學入德之門也。」

於今可見古人為學次第者，獨賴此篇之存，而論、孟次之。
學者必由是而學焉，則庶乎其不差矣。

白話解：宋朝大儒，程伊川先生說：「大學是孔子留傳下來的書，是初學者進修德行的門徑。」到如今還能夠看出古人作學問先後次序的，全靠這本書的存在；至於論語和孟子，研讀的順序應在其後。學習的人必須從這本書學起，那就差不多不會有錯了。

① 大學之道：在明明德，在親民，在止於至善。

白話解：大學所講的道理，在於彰顯人人本有天賦所具的靈明德性（明德）；在推己及人，使人人都能去除污染而才德日新（親民者新民也）；在精益求精，達到最完善的地步並且保持不變。

② 知止而后有定，定而后能靜，靜而后能安，安而后能慮，慮而后能得。

白話解：知道要達到至善的境界，然後心志才會有定向；心志有定向，然後心才能靜下來，不會妄動；心不妄動，然後才能隨遇而安；能夠隨遇而安，然後才能思慮周詳、處事精當；能夠思慮周詳，才能達到至善的境界。

③ 物有本末，事有終始，知所先後，則近道矣。

白話解：天地萬物皆有本有末，凡事都有開始和終了，能夠明白本末、

終始的先後次序，就能接近大學所講的修己治人的道理了。

(4) 欲治其國者，先齊其家；欲齊其家者，先修其身；欲修其身者，先正其心；欲正其心者，先誠其意；欲誠其意者，先致其知；致知在格物。

白話解：要想治理好自己的國家（治國），一定要先管理好自己的家庭（齊家）；要想管理好自己的家庭，一定要先修養好自己本身的德行（修身）；要想修養自己本身的德行，必須先端正自己的心念（正心）；要想端正自己的心念，必先使自己的念頭真誠、無私（誠意）；要想使自己的念頭真誠無私，必先明理，窮究事物的道理（致知）；要想明理，必先要革除物欲，修正自己不正確的觀念（格物）。總合「明明德、親民、止於至善」，稱爲三綱八目。

*格者：正其不正，修正、改正也。

*科學的學庸：「研機於心意初動之時，窮理於事物始生之處。」

⑤物格而后知至，知至而后意誠，意誠而后心正，心正而后

身修，身修而后家齊，家齊而后國治，國治而后天下平。

白話解：經過一番窮理盡性的功夫，物欲革除之後（物格），一切事物的道理無不清楚明白（知至）；明理之後，起心動念皆是真誠無妄（意誠）；起心動念真誠無妄，自然存心端正無私無偏（心正）；身心端正無私，自然會好好的修養德行（身修）；能夠修養德行身體力行，自然一家和睦井然有序（家齊）；家庭經營得和睦又井井有條之後，才能夠治理好國家（國治）；國家的治理能夠上軌道之後，才能進一步使天下太平（天下平）。

⑥自天子以至於庶人，壹是皆以修身為本。其本亂而末治者否矣；其所厚者薄，而其所薄者厚，未之有也。

白話解：上自天子，下至平民，一切都要以修身作為根本。如果根本的修身都亂了、都做不好，卻想要治國、平天下那是不可能的；把首要的修身、齊家看得不重要，反而去高談治國、平天下の大道理，從來沒有會成功的。

⑦ 湯之盤銘曰：「苟日新，日日新，又日新。」

白話解：商湯在他盥^洗洗用的銅盤，刻上銘辭自我勉勵說：「假使能夠把今天所習染的污垢洗淨自新；就應該天天求自新、求進步；然後繼續不斷的努力，去滌除污染，使自己一天比一天更進步。」

⑧ 為人君，止於仁；為人臣，止於敬；為人子，止於孝；為人父，止於慈；與國人交，止於信。

白話解：為人君的（領導者、主管），要做到仁愛；做人臣子（部屬）的，要做到敬業；做子女的，要孝順父母；做父母的，要慈愛子女；與

他人交往，言行要守信用。

*君有如現代的領導人、主管，臣如部屬、員工。

⑨詩云：「……有斐君子，如切如磋，如琢如磨。……」
如切如磋者，道學也；如琢如磨者，自修也。

白話解：詩經上說：「文質彬彬的君子，他治學修德的功夫就像治骨角、治玉石一般，不斷的切磋琢磨，希望精益求精。」像治骨角般的切磋，是說明他研究學問的功夫；像雕琢玉石般的琢磨；是說明他自我要求，力行存養省察，敦品勵行的功夫。

⑩所謂「誠其意」者，毋自欺也。

白話解：所謂誠意，就是不欺騙自己。

*不欺人是存心忠厚，不被人欺是聰明，不自欺能夠誠實的面對自己，才是大丈夫。

(11) 誠於中，形於外。故君子必慎其獨也。

白話解：一個人内心真誠，必定會表露在外表上。所以君子在一個人獨處時，必定更為小心謹慎，不敢隨便。

* 所謂天知、地知、你知、我知。

(12) 曾子曰：「十目所視，十手所指，其嚴乎！」

白話解：曾子說：「一個人獨處時，就好像有十雙眼睛在注視著你，十隻手在指著你，這是多麼嚴峻可畏啊！」

* 所以君子不欺暗室，與上文慎獨意義相同。

(13) 富潤屋，德潤身，心廣體胖。各

白話解：有錢人，可以用財富來裝飾他的屋子；有德行的人，則是用美德來潤澤自身，因為內心坦然寬大平和，身體自然舒泰安穩。

(14) 所謂「修身在正其心」者，身有所忿懥，則不得其正；有

所恐懼，則不得其正；有所好樂^公，則不得其正；有所憂患，則不得其正。

白話解：所謂「修身在於正心」的意思是說：憤怒的時候，心就不平正；有恐懼的時候，心就不平正；有貪圖愛戀的意圖時，心就不平正；有憂患的時候，心也不得平正。

*喜怒哀樂愛惡懼等七情，皆使人心受到種種不同程度的影響。

⑯ 心不在焉：視而不見，聽而不聞，食而不知其味。

白話解：如果心不專注，受到情緒的支配影響，就會變成：眼睛看著東西，卻像沒有看到一樣；耳朵聽著聲音，卻像沒有聽到一樣；口裡吃著東西卻不知道是什麼味道。

⑯ 諺有之曰：「人莫知其子之惡，莫知其苗之碩。」

白話解：俗話說：「人們通常都不了解，自己孩子的缺點（壞處），也

不了解自家的禾苗已經長得很碩大。」

*中庸說：心有所偏，則不得其正，當然見不到事實真相。

(17) 心誠求之，雖不中，不遠矣。^矣

白話解：心裡確實有這個念頭，誠心誠意努力去做，雖不一定符合目標，但距離理想也就不遠了。

(18) 一家仁，一國興仁；一家讓，一國興讓；一人貪戾，一國作亂；其機如此。此謂一言憤事，一人定國。

白話解：爲人君的（領導者），能夠力行仁愛，做爲家庭的表率，久而久之，將會影響全國人也跟著行仁；爲人君的（領導者）能够力行謙和禮讓的美德，日子久了，也會影響全國人興起謙和禮讓的風氣；如果爲人君的貪婪暴戾，日子久了，全國人民也會跟著犯上作亂。它的影響就是這樣大。這叫做：「一句話能把事情破壞，一個人也能安邦定國。」

(19) 君子有諸己，而後求諸人；無諸己，而後非諸人。

白話解：有德行的領導人，必定是自己先有了善行，然後再要求別人行善；必定是先要求自己沒有過錯，然後才能指正別人的過錯。

*子曰：「己身正，不令而從，己身不正，雖令不從。」

(20) 所惡於上，毋以使下；所惡於下，毋以事上；丁十七所惡於前，毋以先後；所惡於後，毋以從前；所惡於右，毋以交於左；所惡於左，毋以交於右；此之謂絜矩之道。

白話解：我厭惡上司以不合理的態度對待我，我也不以那種態度對待我的部屬；我厭惡部屬以不合理的態度對待我，我也不以那種態度對待上司；相同的道理，我厭惡在我前面的人，對我所做的事，我也不做那些事，去對待在我後面的人；我厭惡在我後面的人對我所做的事，我就不做那些事，去對待在我前面的人；我厭惡在我右邊的人所做的惡事，我

就不會把同樣的惡行加在左邊的人身上；我厭惡在我左邊的人所做的惡行，我就不會把同樣的惡行加在右邊的人身上。這種「己所不欲，勿施於人」的行為，就是推己及人的絜矩之道。

*絜矩：指審度法則而不違理。

②1 見賢而不能舉，舉而不能先，命也；見不善而不能退，退而不能遠，過也。

白話解：看見賢能的人，不能推薦舉用，或是雖然推薦舉用卻不肯優先，這是怠慢輕忽的行為；看見壞人不能黜退、拒絕他，拒絕之後又不能疏遠他，這種行為是錯誤的。

*命，鄭玄云：「當作慢。」程子云：「當作怠。」

②2 是故君子先慎乎德。有德此有人，有人此有土，有土此有財，有財此有用。德者，本也；財者，末也。外本內末，

爭名施奪。是故財聚則民散，財散則民聚。是故言悖而出者，亦悖而入；貨悖而出者，亦悖而入。

白話解：所以君子必先謹慎修好品德。有品德才會有人民擁護，有人民擁護才能保有土地，有土地才能生產財富，有財富才能供應國家的用度（教育與國家建設等）。品德是根本，財富是枝末。輕視品德的修養，重視財富的聚斂，無異是與民爭利。所以，如果君主（領導者）的財富聚集了，人民反而會背離（失去民心）；君主分散財富以利人民，民心就會聚集在一起，向著君主。所以，如果你以不合理的言辭待人，別人也會用不合理的方式揮霍一空。

(23) 好人之所惡^公，惡人之所好^x，是謂拂人之性，菑必逮夫身^卽。
是故君子有大道，必忠信以得之，驕泰以失之。

白話解：喜好眾人所厭惡的，厭惡眾人所喜好的，這叫做違反人性，災禍必然降臨到他的身上。因此治理國事的君子，必有修己治人的法則，那就是忠誠、信實才能得民心；驕傲、奢侈、放逸、隨便，必將失去民心。

* 「裁」^{ㄔㄞ}、「蓄」^{ㄔㄞ}皆古災字。

(24) 生財有大道：生之者衆，食之者寡；爲之者疾，用之者舒；則財恆足矣。

白話解：富國裕民有一個重要的法則：從事生產的人多，坐食俸祿的人少；生產的速度快，財貨耗用得慢；這樣國家的財富就能經常保持充裕了。

(25) 仁者以財發身，不仁者以身發財。

白話解：有仁德的人，運用財物幫助他人，自然得到眾人的擁戴，不仁

的人，利用身分地位搜刮財富，終必招來亡身之禍。

(26) **國不以利爲利，以義爲利也。**

白話解：一個國家不應該以財貨爲利益，應該以仁義爲利益。

*以利爲利，即是以利爲目標，孟子說：上下交征利，國危矣！以義爲利，即是
是以義爲目標，方爲長治久安之道。

大學選粹 · 白話解

終

二、中庸

子程子曰：「不偏之謂中，不易之謂庸；中者，天下之正道，庸者，天下之定理。此篇乃孔門傳授心法，子思恐其久而差也，故筆之於書，以授孟子。其書始言一理，中散為萬事，末復合為一理。放之則彌六合，卷之則退藏於密。其味無窮，皆實學也。善讀者玩索而有得焉，則終身用之有不能盡者矣。」

白話解：程伊川先生說：「不偏於一邊的叫做中，永遠不變的叫做庸；中是天下的正道，庸是天下的定理。這一篇中庸，是孔門傳授的心得法要，孔子之孫子思，恐怕年代久了，傳授會有誤差，所以把它寫成書，傳授給孟子。這本書，開始時祇說一個道理，中間分散為萬般事體，最

後又匯歸到一個道理上。這個道理展開來可以徧滿天地四方，歸納起來可以收藏在隱密的方寸之間。它的意思無有窮盡，都是實實在在的學問。善於讀書的人，仔細思量，用心研究，如果能體會出心得，用在做人處世上，就是一生也受用不盡啊！」

①天命之謂性，率性之謂道，修道之謂教。○教。道也者，不可湏臾離也；可離，非道也。

白話解：上天所賦予人的本質叫做本性（天性），遵循著自然的本性形成的各種規範叫做道；修正過與不及的差別行爲，使一切事物皆能合於自然軌範的正道，這稱之為教化。這個正道，是片刻也不能夠離開的；可以離開的，就不是正道了。

*法律無假期，修行不分時候與場所，存心無私無我，是道也。

②君子戒慎乎其所不睹，恐懼乎其所不聞。莫見乎隱，莫顯

乎微，故君子慎其獨也。

白話解：君子在人看不到的地方，更是小心謹慎；在人聽不到的地方，也是很慎重不敢隨便。最隱暗的地方，也是最容易被發現的處所；最細微的事物，也是最容易顯露的，因此君子在一個人獨處的時候，更是特別謹慎，不使欲念在隱微中滋長。

③喜怒哀樂之未發，謂之中；發而皆中節，謂之和。「中」也者，天下之大本也；和也者，天下之達道也。致中和，天地位焉，萬物育焉。

白話解：喜怒哀樂的情感還沒有發動的時候，內心是平靜沒有偏斜的，稱之爲「中」；如果感情發動時，沒有過與不及，像音樂都能合乎節奏，稱之爲「和」。中，是天下萬事萬物的根本；和，是天下共遵的大道。如果能夠把中、和的道理推而極之，達到圓滿的境界，那麼天地萬物，

都能各安其所，各遂其生了。

④仲尼曰：「君子中庸，小人反中庸。君子之中庸也，君子而時中；小人之反中庸也，小人而無忌憚也。」

白話解：孔子說：「君子所作所爲、一言一行都依著中庸的道理，小人所作所爲都違反中庸的道理。君子之所以能合乎中庸的道理，是因爲君子能隨時守住中道，無過與不及；小人之所以違反中庸，是因爲小人自私自利，沒有顧忌，無所不爲。」

⑤子曰：「道之不行也，我知之矣：知者過之，愚者不及也。道之不明也，我知之矣：賢者過之，不肖者不及也。人莫不飲食也，鮮能知味也。」

白話解：孔子說：「中庸之道不能實行的原因，我知道了：聰明的人認識過了頭，自以爲是，以爲不足行；愚笨的人，因爲不能理解而不能行。

中庸之道不能闡明、弘揚的原因，我知道了：賢能的人做過頭了，以爲不足以知（不必再說了）；才能差的人根本做不到，又不肯設法求知。就像人們沒有不飲食的，卻很少能夠真正知道其中的滋味啊！。

⑥子曰：「舜其大知也與！舜好問而好察邇言，隱惡而揚善。〔公〕」

執其兩端，用其中於民，其斯以為舜乎！」

白話解：孔子說：「舜真有大智慧啊！他喜歡徵詢別人的意見，就算是很淺近的話，也歡喜省察它的涵意。把別人錯誤和不好的意見隱藏起來，同時又表揚別人正確的好意見，最後再將眾人的意見，所有過與不及之處都加以折衷，取其中道，實施在人民身上，這就是舜之所以被稱爲大智慧的緣故吧！」

⑦子曰：「回之爲人也，擇乎中庸，得一善，則拳拳服膺〔二〕而弗失之矣。」

白話解：孔子說：「顏回做人處世，能謹守中庸之道，無過與不及。領會到一個好的道理，就奉持在心中，而且守住不失。」

⑧子路問「強」。子曰：「南方之強與？北方之強與？抑而強與？寬柔以教，不報無道，南方之強也；君子居之。衽金革，死而不厭，北方之強也；而強者居之。故君子和而不流，強哉矯！」

白話解：子路問孔子怎樣叫做「強」？孔子說：「你所問的是『南』方人的強呢？還是『北』方人的強？還是『你』所謂的強呢？用寬宏柔和的道理教化人，能忍受無理的欺侮而不報復，這是南方人的強；君子安於此道。至於披鎧甲，臥枕刀槍，戰鬥到死也不後悔，這是北方人的強；那些好勇鬥狠的人安於此道。所以君子能與人和平相處，卻不隨流俗移轉，這才是真正的一『強』啊！」

⑨君子之道，肇端乎夫婦。

白話解：君子做人的道理，從建立良好的夫婦關係開始。

*有夫婦始有家庭，有家庭才有父母兒女與兄弟姊妹等親屬關係，然後再擴展到朋友與君臣（長官與部屬）等社會關係，因此家庭和樂是社會安定的基礎，家庭教育更是一切教育的樞紐（關鍵）！

⑩子曰：「道不遠人，人之爲道而遠人，不可以爲道。」

白話解：孔子說：「中庸之道是離人不遠的，假使有人遵行中庸之道而遠離人群，那就不可以稱之爲道了。」

*道在人身上，道在生活之中。

⑪言顧行，行顧言，君子胡不慥慥爾！

白話解：說話時要顧慮到能不能做到，做事時也要顧慮到與自己所說的話，是不是一致。君子何不努力篤行實踐，做到言行一致呢！

(12) 君子素其位而行，不願乎其外。素富貴，行乎富貴；素貧賤，行乎貧賤；素夷狄，行乎夷狄；素患難^{ヲハ}，行乎患難。
君子無入而不自得焉！

白話解：君子只求就現在所處的地位，來做他應該做的事，不貪慕本分以外的事。處在富貴的地位，就做富貴人應該做的事；處在貧賤的地位，就做貧賤時應該做的事；處在夷狄未開化的環境，就做夷狄所應該做的事；處在患難的境遇，就做患難時所應該做的事。君子安心在道，知足守分、樂天知命，故能隨遇而安，無論在什麼地方，都能悠然自得。

(13) 上不怨天，下不尤人，故君子居易以俟命^ハ，小人行險以激^ハ幸。

白話解：君子上不埋怨天，下不怨恨他人，所以君子能安心的處在平易的地位，做好本分的工作，等候天命（機會）的到來；小人卻冒險去妄

求、希望得到非分的利益。

(14) 子曰：「射有似乎君子，失諸正鵠，反求諸其身。」

白話解：孔子說：「射箭很像君子做人的道理，射不中靶心，就要反身過來（回頭）檢討自己，看看自己還有那些地方沒有做好。」

*行有不得者，反求諸己。

(15) 君子之道，辟如行遠必自邇，辟如登高必自卑。

白話解：君子之道，好比走遠路，一定要從近處開始，好比登高處，一定要從低處開始。

(16) 哀公問政。子曰：「文、武之政，布在方策。其人存，則其政舉，其人亡，則其政息。人道敏政，地道敏樹。夫政也者，蒲盧也。」

白話解：魯哀公問爲政的道理。孔子回答說：「周文王和周武王的施政，

都記載在典冊（竹簡或木牘）上面。當他們在位的時候，一切政治措施都得以依照理想來推行；他們一過世，他們所推行的政治措施就日漸廢弛。由此可知以人推行政治，在使政教快速推行；利用土地種樹，在使樹木快速生長。施政的道理就像蒲葦快速生長一樣，只要不違反本性，是很容易見到成效的。」

(17)故爲政在人；取人以身，脩身以道，脩道以仁。仁者，人也，親親爲大；義者，宜也，尊賢爲大。親親之殺尹芳，尊賢之等，禮所生也。

白話解：所以爲政之道，在於得到人才；而得人才的方法，在於領導者能修養自身，以德行感召人才來歸附，修身必須依據道（天下人共同遵守的法則）爲準則，修道，要發揮仁心，使人和諧相處。所謂仁，就是人性的表現，以愛自己的親人爲最重要；所謂義，就是合宜的行爲，

以尊敬賢德的人最爲重要。親族之愛因關係親疏而有差別，尊重賢能之士也有程度高下的等級，禮就由此而產生。

⑯ 天下之達道五，所以行之者三。曰：君臣也，父子也，夫婦也，昆弟也，朋友之交也。五者，天下之達道也。智、仁、勇，三者，天下之達德也。所以行之者一也。

白話解：天下人普遍共同遵守的大道有五種，當其力行實踐時，必須具備智、仁、勇三種內涵。我們說：君臣、父子、夫婦、兄弟姊妹、朋友的交往，這五種關係，就是天下人所共同遵守的倫常大道。而智慧、仁愛、勇氣是人人都必須具備的三種德性，當它實行時，就是一個『誠』字貫穿在其中。

*要五達道通行，必須要三達德合一。

⑰ 或生而知之，或學而知之，或困而知之；及其知之，一也。

或安而行之，或利而行之，或勉強而行之；及其成功，一
也。

白話解：五倫與智、仁、勇三達德以及誠的道理，有的人天生就知道了，有些人是經過學習才知道的，還有些人則是經過困苦的磨鍊才明白；等到明白以後，其中的道理都是一樣的。這些道理，有些人是心安理得的實行，有些人是因為有利益才去做，還有些人則需要勉強才會去做；一旦做成功了，結果也都是一樣的。

⑳子曰：「好學近乎知^止，力行近乎仁，知恥近乎勇。」

白話解：孔子說：「喜歡研究學問的，就接近智慧了；能夠努力行善的，就接近仁了；知道什麼是羞恥的事而不為，就接近勇了。」

*知恥者，能拒絕羞恥事，不做羞恥事，諸惡莫作，故近乎勇；如果能再接再厲，為所當為，眾善奉行，即是真正的「勇」者！

(21) 凡事豫則立，不豫則廢；言前定，則不跔^戛；事前定，則不困；行前定，則不疚；道前定，則不窮。

白話解：豫者預也。任何事情，事前有準備就能成功，沒有準備就要失敗。說話先有準備，就不會詞窮理屈站不住腳；做事先有準備，就不會遭遇到困難挫折；行動前先有計畫，先有定奪，就不會發生錯誤後悔的事；做人的道理能夠事先明白決定妥當，就不會行不通了。

(22) 博學之，審問之，慎思之，明辨之，篤行之。有弗學，學之弗能，弗措也；有弗問，問之弗知，弗措也；有弗思，思之弗得，弗措也；有弗辨，辨之弗明，弗措也；有弗行，行之弗篤，弗措也。

白話解：要廣博的學習，詳細的求教，慎重的思考，明白的辨別，確實的力行。不學則已，既然學了，不學到通達曉暢，絕不終止；不去求教

則已，既然求教，不到徹底明白，絕不終止；不去思考則已，既然思考了，不把道理想通，絕不終止；不去辨別則已，既然辨別了，不到清楚明白，絕不終止；不做則已，既然做了，不做到確實圓滿絕不終止。

(23)人一能之，己百之；人十能之，己千之。果能此道矣，雖愚必明，雖柔必強。

白話解：別人學一次就會了的，我就學他一百次；別人學十次就會了的，我就學他一千次。如果真能這樣做，雖是極笨的人，一定會變得聰明，即使再柔弱的人，也一定會變得堅強。

*學習，透過不斷的學習，可以改變一個人的個性，甚至改變一生！

(24)唯天下至誠，為能盡其性；能盡其性，則能盡人之性；能盡人之性，則能盡物之性；能盡物之性，則可以贊天地之化育；可以贊天地之化育，則可以與天地參矣。^{古文}

白話解：天下唯有至誠懇切的人，能夠徹底明瞭自己的本性；能夠徹底明瞭自己的本性，才能徹底明瞭人類的本性；能夠徹底瞭解人類的本性，就能徹底瞭解萬物的本性；能徹底瞭解萬物的本性，就可以贊助天地化育萬物；能贊助天地化育萬物，就可以與天地並列爲三了。

*三才者天、地、人。

(25) 誠者，物之終始；不誠，無物。是故君子誠之爲貴。誠者，非自成己而已也，所以成物也。

白話解：誠，是萬事萬物的本末終始；不誠，就虛妄無物了。所以，君子把誠看得特別寶貴。「誠」，並不是成全自己的人格就算了，還要能夠成全萬事萬物源於自然的本性。

(26) 君子尊德性而道問學，致廣大而盡精微，極高明而道中庸。溫故而知新，敦厚以崇禮。是故，居上不驕，爲下不倍。

國有道，其言足以興；國無道，其默足以容。詩曰：「既明且哲，以保其身。」其此之謂與！^上

白話解：君子要恭敬地奉持自身本具的德性，同時要講求學問，致力於道體的廣大（尊德性），盡心於道體的精微（道問學），雖然極其高明，依然不偏不倚的遵循中庸之道。溫習已知以增進新知，存心敦厚而尊崇禮節。所以在上位時不會驕傲，在下位時也不會背叛作亂。當國家政治上軌道時，他的言論可以振興國家；當國家政治紊亂無道時，他的沈默足以保全自身。詩經上說：「既明理又有智慧，可以保全其身。」就是這個意思吧！

*倍者：背也。

(27) 子曰：「愚而好自用，賤而好自專。生乎今之世，反古之道。^下如此者，^公及其身者也。」

白話解：孔子說：「愚笨的人偏要自恃才能（自以爲是）；卑賤的人偏愛自作主張（獨斷專行）；生在現今的時代，偏要恢復古代的作法；這樣的人，災害將會降臨到他的身上。（夫子之意爲應尊重當代的禮法制度，勿擅作更改。）

(28) 仲尼祖述堯舜，憲章文武；上津天時，下襲水土。辟如天地無不持載，無不覆幬；辟如四時之錯行，如日月之代明。萬物並育而不相害，道並行而不相悖。小德川流，大德敦化。此天地之所以爲大也。

白話解：孔子遠宗堯舜之道，一脈相傳，近則取法周朝文王武王的典章制度；上法天時的自然運行，下合水土生成之理。譬如天地之無所不載，無不覆蓋；譬如春夏秋冬四季之更迭運行，如日月之交替照明。萬物同時生長而不相妨害，日月運行，四時更替而彼此不相背逆。小的德行，

好比河川分流，長流不息；大的德行，如根深葉茂，敦厚化育，無窮無盡。這就是天地之所以偉大的道理啊！

(29) 君子之道，淡而不厭，簡而文，溫而理；知遠之近，知風之自，知微之顯，可與入德矣。

白話解：君子待人的道理，看來很平淡，卻不會使人討厭；看來似簡單平易卻有文采，雖然溫和卻不失條理；見彼而知此，見外而知內，見微小而知顯著，能明白這樣的道理，就可以入道德之門了。

(30) 君子內省不疚，無惡^x於志。君子之所不可及者，其唯人之所不見乎！詩云：「^{丁未}相在爾室，尚不愧於屋漏。」

白話解：君子只求自我反省時沒有過失，能無愧於心。君子讓人趕不上的，恐怕是在別人看不見的地方，也能潔身自愛吧！詩經上說：「君子獨居在屋內深處，也能無愧於心。」（君子之戒慎恐懼無時不然，心地

光明磊落亦無處不然。）

大學 · 中庸選粹 · 白話解 終

參考資料：大學微言 · 南懷瑾

四書廣解

蔣伯潛

四書讀本 高政一
大學中庸今註今譯 宋天正

大學中庸精注

萬心權
萬愛仁

三、論語

《學而第一》

子曰：「學而時習之，不亦說乎？有朋自遠方來，不亦樂乎？人不知而不慍^忿，不亦君子乎？」

白話解：孔子說：「在生活中隨時隨地學習修身養性與福國利民的學問，又能夠適時的溫習、體驗、反省，漸漸的進步了，自有會心之處，不是很令人欣喜嗎？有志同道合的朋友從遠方來，與我切磋學問，不是很快樂嗎？當自己的道德學問有成就時，即使旁人不知道，也沒有絲毫埋怨的念頭，這不正是一個君子的風範嗎？」

*人生就是一連串的學習過程，先要自得其樂而後方能與人同樂。

2 有子曰：「其爲人也孝弟^弟，而好犯上者鮮矣；不好犯上，而好作亂者，未之有也。君子務本，本立而道生；孝弟也者，其爲仁之本與？」

白話解：有子說：「一個能孝順父母，又能友愛兄弟姊妹的人，卻存心喜好冒犯長上，那是很少有的。不喜歡冒犯長輩和上司，卻喜好作亂的人，就更不會有了。一個關懷世道人心的君子，必定很專注、很用心於根本的事情，根本建立好了，仁道自然因此產生。孝順父母與尊敬兄長，應該是仁的根本吧！」

3 子曰：「巧言令色，鮮矣仁。」

白話解：孔子說：「刻意說出甜蜜中聽的話，又裝出討人喜歡的臉色，那樣的人是很少有仁心的。」

* 缺乏誠意，不是真心之故。

4 曾子曰：「吾日三省吾身：爲人謀而不忠乎？與朋友交而

不信乎？傳不習乎？」

白話解：曾子說：「我每天常常以三件事來反省自己。替人策劃事情，有沒有盡心？和朋友相交，有沒有不誠信的地方？師長傳授的學業和道理，有沒有不純熟、沒做到之處？」

5 子曰：「弟子入則孝，出則弟，謹而信，汎愛衆，而親仁。行有餘力，則以學文。」

白話解：孔子說：「做一個學生，在家應當孝順父母，出外應該恭敬長上，做事須謹慎，說話要誠信，對眾人要平等友愛，特別應該親近有仁德的人；如此修行還有餘力，再去追求書本中的知識學問。」

*（德智體群美五育，德育是根本最重要，故居首位。）

6 子夏曰：「賢賢易色，事父母能竭其力，事君能致其身，

與朋友交，言而有信，雖曰未學，吾必謂之學矣。」

白話解：子夏說：「一個人，能移轉愛美之心，去尊敬賢能的人；侍奉父母能盡心盡力，肯貢獻個人心智來報效國家；和朋友交往，能嚴守信義誠實不欺，這樣的人，縱使他謙虛的說沒有讀過書，我也必定肯定他是一位很有學養的人。」

＊『賢賢易色』另解：娶妻重德而輕色（明夫婦之倫）。

＊又論語別裁：色是態度、形色。指能尊敬學問道德好的人，而改變自己的態度，向他學習。

7 子曰：「君子不重則不威；學則不固。主忠信，毋友不如己者，過則勿憚改。」

白話解：孔子說：「一個君子，如果舉止不莊重就沒有威儀尊嚴，不受人尊敬；肯向學就不至於頑固、粗俗、簡陋。行事當以忠信為主；不要

和品行操守不好的人爲友；如果發現自己有了過失，不要害怕去改正。」

※按錢穆先生註：「雖然無友不如己者；只是我心常見，人之勝己，故友之。」或曰：不要結交和自己志趣不相同的人爲友。

※論語別裁：一個人如果不自重，沒有信心，就沒有威儀，他的學問是不穩固的（學養無法在危亂時起作用）。又「無友不如己者」：不要看不起任何人，應該尊重別人如同尊重自己。

8 曾子曰：「慎終追遠，民德歸厚矣。」

白話解：曾子說：「親人過世時，如果能夠遵守禮節來辦理喪葬事宜，對於亡故已久的祖先，仍能經常追思懷念，那麼風俗民情必然趨向敦厚善良啊！」

※論語別裁：「慎終追遠」「終」是結果，「遠」是遠因。即一個人想要有好的結果，就要有好的開始（修好因才能結好果）。大家明白這個道

理，社會道德風俗自然都歸於忠厚了。

9 子貢曰：「夫子溫、良、恭、儉、讓。」

白話解：子貢說：「老師是溫和敦厚的、善良的、恭敬的、節儉與謙讓的。」

10 有子曰：「禮之用，和為貴；先王之道，斯為美，小大由

之。有所不行，知和而和，不以禮節之，亦不可行也。」

白話解：有子說：「禮的運用，貴在能中和。先王傳下來的道，以禮為最美好，不論小事大事都是依禮的精神而行。但也有行不通之處，這個時候如果只知道要『和』，只想以和為貴，一味的用『和』，不用『禮』來節制，也是不行的。

*即禮的中和作用有一定的限度，過與不及都須調整。

11 有子曰：「信近於義，言可復也；恭近於禮，遠恥辱也。」

因不失其親，亦可宗也。」

白話解：有子說：「與人相約應該守信，但所約定的事必須合乎義理，才能實踐兌現。對人恭敬，必須合乎禮節，不卑不亢，才不致於被人輕視侮辱。如果他所親近的是值得親近的人，那麼這個人就值得尊敬和效法了。」

12 子曰：「君子食無求飽，居無求安，敏於事而慎於言，就有道而正焉，可謂好學也矣。」

白話解：孔子說：「君子飲食不強求溫飽，居處不強求安逸，勤勉任事，出言謹慎，又能常向德行學問俱佳的人請益，以修正自己的行為，能這樣子可以算是好學了。」

*君子志在聖賢，不在物質生活的安飽。

13 子貢曰：「貧而無謔，富而無驕，何如？」子曰：「可

也，未若貧而樂，富而好公禮者也。」

白話解：子貢說：「雖貧窮並不諂媚，雖富有也不驕傲，這樣的人，老師以爲如何呢？」孔子回答說：「可以算不錯了，但是還不如雖貧窮而能知足常樂，雖富貴仍然安份守禮的人。」

14 子曰：「不患人之不己知，患不知人也。」

白話解：孔子說：「不必憂慮別人不瞭解自己，應該憂慮自己不瞭解別人。」

*按錢穆先生註：「求他人的瞭解是求其在他，君子求其在我。不知人則無法祖述堯、舜、禹、湯、文、武、周公，故知人是進德修業所必須。」

《為政第二》

15 子曰：「詩三百，一言以蔽之，曰：思無邪。」

白話解：孔子說：「詩經三百首，可以拿一句話來概括，就是：思想純正，沒有邪念。」

*心爲根本，心無邪念即心正，心正則身正，言語行爲皆正矣。

16 子曰：「道之以政，齊之以刑，民免而無恥；道之以德，齊之以禮，有恥且格。」

白話解：孔子說：「用政治來教化人民，用刑罰來管理人民，這樣子做，人民只想到如何免於刑罰，不會想到是不是可恥。用德行來教化人民，用禮來管理人民，人民不但守法知恥而且能改過向善。」

*孔子以爲「禮治」優於「法治」，然禮治、法治不可偏廢。

17 子曰：「吾十有五而志於學，三十而立；四十而不惑；五十而知天命；六十而耳順；七十而從心所欲，不踰矩。」

白話解：孔子說：「我十五歲時立志一生研求學問，三十歲時能運用所學的道理，以立身行事，四十歲時能通達一切事理，沒有疑惑，不爲邪說所動搖。五十歲時能知道什麼是天命，六十歲時凡所聽到的都能明白貫通，心裡不再會起伏不平。七十歲時能隨順心裡所想的去做，一切隨緣自在，卻不會踰越規矩法度。」

*按錢穆先生註：「天命」指人生一切當然的道義與職責。

18 孟懿子問孝。子曰：「無違。」樊遲御，子告之曰：「孟孫問孝於我，我對曰：『無違。』」樊遲曰：「何謂也？」
子曰：「生，事之以禮。死，葬之以禮，祭之以禮。」

白話解：孟懿子向老師請教孝道，孔子說：「不要違逆。」有一天樊遲爲老師駕車，孔子告訴他說：「孟孫問我孝道，我回答：『不要違逆。』」樊遲說：「這是什麼意思呢？」孔子說：「父母在世時，作子

女的應當依禮來奉侍，父母過世了，要依照禮節來埋葬，依照禮節來祭祀。」

*禮，貴在心誠，不重形式（亦非不要儀式）。

19 孟武伯問孝。子曰：「父母唯其疾之憂。」

白話解：孟武伯問孝道。孔子說：「做子女的應當謹慎持身不妄爲（潔身自愛），讓父母親無所憂慮，只擔心你是否生病而已。」

*按錢穆先生註：孝子，唯疾病不能自主使必無。

20 子游問孝。子曰：「今之孝者，是謂能養^{一尤}。至於犬馬，皆能有養。不敬，何以別乎？」

白話解：子游問孝道。孔子說：「現在人講的孝順，以爲能養活父母就算盡孝道了。但是狗和馬，一樣都是人們養的，如果對父母沒有恭敬的心，養父母跟養狗、養馬又有什麼分別呢？」

21 子夏問孝。子曰：「色難。有事，弟子服其勞；有酒食，

先生饌，舉是以爲孝乎？」

白話解：子夏問孝道。孔子說：「侍奉父母，最難得的是保持和顏悅色。如果只做到：家裡有事時，由子弟來服務操勞；有好的酒飯，請長輩先享用，這樣就算是孝順了嗎？」

22 子曰：「溫故而知新，可以爲師矣。」

白話解：孔子說：「不斷地溫習所學，並從中領悟出新的道理來，進而追求新知，開拓知能的領域，這樣就可以爲人師表了。」

* 按錢穆先生註：溫故必求知新，能學然後能教。

23 子曰：「君子不器。」

白話解：孔子說：「君子不應該像一件器具，只限於一種用途。」

24 子貢問君子。子曰：「先行其言，而後從之。」

白話解：子貢問老師：如何才算是君子？孔子說：「先把事情做好，然後按照他所做的來說。」

*行在言前，言隨行後。說一丈不如行一尺。

25 子曰：「君子周而不比，小人比而不周。」

白話解：孔子說：「君子對待每個人都是一樣的平等，一點都不徇私；小人則徇私相結合，這樣就不能夠普遍平等對待了。」

*徇私：依循私情不公正。

26 子曰：「學而不思則罔，思而不學則殆。」

白話解：孔子說：「只是勤求學問而不用心思考，則會迷惘，無法明白究竟；僅是空想而不肯勤學，造成疑不能解，危不能安，將一無所得。」

*錢穆先生註：學而不思，不深辨其真義所在，必致迷惘無所得。思而不學，則事無驗證，疑不能解，將危殆不安。故『學與思』當齊修並進，

不可偏廢。僅學不思，容易迷失自己；僅思不學，亦是把自己封閉孤立了。

27 子曰：「攻乎異端，斯害也已。」

白話解：孔子說：「偏執一端的用功，是有害的。」

*學問當求全體之融會貫通，不可偏執一端。中庸曰：「執其兩端，用其中於民。」

28 子曰：「由！誨女知之乎？知之為知之，不知為不知，是

知也。」

白話解：孔子說：「仲由啊！我教你的你知道嗎？你知道的就是知道，不知道的就是不知道，這才是真正知道。」

*指不懂的事，不要硬充自己懂，強不知以爲知。 *女，汝也。

*論語別裁：判爲：「誨，女知之乎？」。誨者教育、教誨也。

子曰：「多聞闕疑，慎言其餘，則寡尤；多見闕殆，慎行其餘，則寡悔。」

白話解：孔子說：「多聽別人說，把你覺得有疑問的保留在一旁，其餘的部分也要謹慎的說，這樣過錯自然就減少了；多看別人做，把你認為有疑問、不安的地方放在一旁，其餘的部分也要謹慎的去實行，能這樣做，就很少有後悔的事情了。」

30 子曰：「非其鬼而祭之，諂也。見義不為，無勇也。」

白話解：孔子說：「不是他的祖先卻去祭拜，這是諂媚。遇見道義上應當做的事，卻不肯做，是懦弱沒有勇氣。」

《八佾第三》

31 孔子謂季氏：「八佾舞於庭。是可忍也，孰不可忍也！」

白話解：孔子指責季孫氏說：「大夫使用天子八佾（八八六十四人）的舞樂，這種僭越放肆的行爲他都忍心做，還有什麼事他不忍心做呢？」

32 子曰：「人而不仁，如禮何？人而不仁，如樂何？」

白話解：孔子說：「一個人如果沒有仁愛之心，禮節對他有什麼意義？有什麼用處？人如果沒有仁愛之心，音樂對他有什麼意義？有什麼用呢？」

* 古時禮、樂不分家。

* 論語別裁：仁是孔學的中心，故不仁是指「沒有中心思想。」一個人如果自己不省悟，文化與藝術（禮樂）對他有什麼用呢？

33 林放問「禮之本」。子曰：「大哉問！禮，與其奢也，寧儉。喪，與其易也，寧戚。」

白話解：林放問禮的根本是什麼？孔子說：「你的問題太有意義了。」

依禮而言，與其過於奢侈浪費，寧可節儉樸素。喪事，與其過於注重形式上的繁文縟節，寧可內心哀戚些好。」

34 子曰：「君子無所爭，必也射乎？揖讓而升，下而飲，其

爭也君子。」

白話解：孔子說：「君子不與人爭，如果一定要爭的話，那就只有在比賽射箭的時候了（古時有射禮）。比賽前，雙方互相作揖敬禮，請對方先登射堂（臺）；比賽完畢後，又互相作揖敬禮才退下；勝負已定後，勝者請敗者飲酒，像這麼有風度的競爭，才可以稱得上是君子之爭。」

35 子入大廟，每事問。
子房

白話解：孔子進入太廟（魯國祭祀周公之廟），對每件事，都要問清楚，虛心向人請教。

*不恥下問，不懂就問，是虛心，也是好學的表現。何況在太廟之中，有關祭祀的大事，慎重了解其中細節是有必要的。

36 定公問：「君使臣，臣事君，如之何？」孔子對曰：「君使臣以禮，臣事君以忠。」

白話解：魯定公問：「君使喚臣，臣事奉君，該如何呢？」孔子答說：「君使喚臣能合乎禮，臣事奉君自然會盡忠了。」

*君有如現代的領導人、主管，臣如部屬、員工。一個領導人能愛護、尊重自己的部屬，部屬自然會忠心耿耿的對待領導者。

37 子曰：「關雎⁴¹，樂而不淫，哀而不傷。」

白話解：孔子說：「詩經關雎那一篇詩，有歡樂但並不至於過分，有悲哀、傷心但並不至於悲觀。」

*可貴在恰如其分。

38

子謂韶：
《子謂韶》

「盡美矣，又盡善也。」

謂武：

「盡美矣，未盡

善也。」

白話解：孔子說舜那個時候的韶樂：「十分的美，又十分的善。」講到周武王時的音樂：「十分的美，但是沒有達到十分的善。」（舜以大孝受堯帝之禪讓，是盡善，武王以兵力革命，故非盡善。）

39

子曰：「居上不寬，為禮不敬，臨喪不哀，吾何以觀之哉？」

白話解：孔子說：「在上位時不能寬厚的對待部屬；行禮時心中沒有敬意；遭遇喪事時也毫無哀戚之意，這種人還有什麼可看的呢？」

《里仁第四》

40 子曰：「里仁為美，擇不處仁，焉得知？」

白話解：孔子說：「一個鄉村或社區應該具有淳樸、忠厚、仁德的風氣才算美好，如果選擇居家住所，不曉得去選擇風氣淳樸善良，有仁德的地方，哪裡稱得上有智慧呢？」

*論語別裁：「里仁」象徵學問的中心在如何自處。（自處之道）

全句解：真正學問安頓的處所，要以仁為標準。我們的學問、修養，沒有處在仁的境界，就不算是有智慧的成就。

41 子曰：「富與貴，是人之所欲也，不以其道得之，不處^也。貧與賤，是人之所惡^也，不以其道得之，不去也。君子去仁，惡乎成名？君子無終食之間違仁。造次必於是，

顛沛必於是。」

白話解：孔子說：「富有和尊貴，是人人都希求的，如果不是用正當的

手段取得，就不應該享有它。貧窮與卑賤是人人都厭惡的，如果不是用正當的方法來改善，就應該安之若素無須逃避它。君子如果離開仁（丟棄仁），那裡能稱得上是君子呢？君子沒有片刻之間（短如一頓飯）違背仁德，匆促急遽時如是，困苦流離時也如是。」

42 子曰：「人之過也，各於其黨。觀過，斯知仁矣。」

白話解：孔子說：「一般人的過失，總會偏向跟他的個性一樣的類型，只要觀察他所犯的過失，便可知其人心中有沒有仁了。」

*論語別裁：「黨」，鄉黨也，即社會人際關係如朋友等。

全句解：一個人會有過錯，社會關係的影響往往很大。看到別人的過錯而能自我反省，就可以啓發自己仁德的修養。

43 子曰：「朝聞道，夕死可矣！」

白話解：孔子說：「如果能在早上聽到人生大道，明白宇宙人生的真相、

眞理，就算是晚上死了，也了無遺憾！」

* 大道難聞，今生能聞、能行，可謂死而無憾矣！

* 毛子水先生註譯：孔子說：「如果有一天能聽到『天下太平』的消息，就算是馬上死去也無遺憾！」

44 子曰：「士志於道，而恥惡衣惡食者，未足與議也！」

白話解：孔子說：「有志之士，既然存心在道，就不應貪求享受，如果還以粗糙的衣服和簡陋的飲食爲恥辱，那就不值得和他討論共事了。」

45 子曰：「君子懷德，小人懷土。君子懷刑，小人懷惠。」

白話解：孔子說：「君子心中想念的是德行的增進，小人心中想念的是田產、財富的增加。君子立身行事常常想到不做違法的事（遵守法律），小人立身行事念念想到如何獲取利益。」

46 子曰：「放於利而行，多怨。」

白話解：孔子說：「如果放任自己依據個人的『利益』來行事，必將招致很多怨恨。」

*有利無義故多怨！

47 子曰：「不患無位，患所以立。不患莫己知，求為可知也。」

白話解：孔子說：「不要憂慮得不到職位，應該憂慮自己有沒有擔任那個職位的才能。不要憂慮沒有人認識我，應該注重自己有沒有值得別人認識、瞭解的才德。」

48 子曰：「參乎！吾道一以貫之。」曾子曰：「唯。」子
出，門人問曰：「何謂也？」曾子曰：「夫子之道，忠恕而已矣！」

白話解：孔子說：「參啊！我平日所講許許多多的道，實在可以用一種

道理來融會貫通啊！」曾子回答說：「是的。」孔子出去以後，同學們問：「老師說的是什麼意思？」曾子說：「老師所說的道理，不過是『忠恕』罷了。」

*錢穆先生註：忠恕之道即仁道，盡己之心以待人謂之「忠」，推己及人之心謂之「恕」。孔子亦自言：「一言而可以終身行之者，其恕乎？」

49 子曰：「君子喻於義，小人喻於利。」

白話解：孔子說：「與君子談事情，他們只問道德上該不該做；和小人談事情，他們只想到有沒有利可圖。」

*存心不同故。

50 子曰：「見賢思齊焉，見不賢而內自省也。」

白話解：孔子說：「遇見賢德之人，就想跟他學習，向他看齊；遇見不賢的人，要能夠反省自己，我有沒有同樣的毛病。」

51 子曰：「事父母幾諫，見志不從，又敬不違，勞而不怨。」

白話解：孔子說：「服侍父母，父母如有不對的地方，應當委婉勸諫規過向善；父母不接受時，依然要保持恭敬的心，不可以違逆，等待機會再勸；雖然如此憂心操勞，內心卻一點怨恨也沒有。」

52 子曰：「古者言之不出，軼躬之不違也。」

白話解：孔子說：「古人不隨便說話，因為怕說了自己做不到，那是一件可恥的事呀！」

53 子曰：「君子欲訥於言，而敏於行。」

白話解：孔子說：「君子對自己想要說的話，十分慎重，顯得有點遲鈍的樣子，做起事來卻十分勤快敏捷。」

*鄭玄註：「言欲難，行欲疾。」

54 子曰：「德不孤，必有鄰。」

白話解：孔子說：「有德行的人是不會孤立無助的，必定有志同道合的人來親近你，與你同行。」

《公冶長第五》

55

子謂子貢曰：「女與回也孰愈？」對曰：「賜也何敢望回，回也聞一以知十，賜也聞一以知二。」子曰：「弗如也，吾與女弗如也。」

白話解：孔子對子貢說：「你與顏回哪一個比較強？」子貢回答說：「弟子哪敢和顏回相比，顏回聽一個道理，能悟出十個來，弟子聽一個道理，只能悟出兩個。」孔子說：「不如他，我和你都不如他啊！」

*錢穆先生註：聞一知十，指聽聞一部分即能明白全體。聞一知二，指聞

此知彼。

56

宰予晝寢。子曰：「朽木不可雕也，糞土之牆不可朽也。
於予與何誅！」子曰：「始吾於人也，聽其言而觀其行。
今吾於人也，聽其言而信其行。於予與改是！」

白話解：宰予大白天睡覺。孔子說：「腐朽的木材不能再雕刻，污穢骯
髒的土牆不能再粉刷，我對於宰予還有什麼好要求的啊！」孔子又說：
「從前我對人，是聽了他的話，就相信他的行為。如今我對人，是聽了
他所說的話，還要觀察他的行為。這都是由於宰予，我才有這樣的改
變！」

57

子貢曰：「我不欲人之加諸我也，吾亦欲無加諸人。」子
曰：「賜也，非爾所及也。」

白話解：子貢說：「我不要別人把不合義理的行為，加在我身上，我也

不要把不合義理的事加在他人身。」孔子說：「賜啊！這不是你所能做得到的。」

*錢穆先生註：「不義」不加諸於人，可以操之於我；不欲人加之於我，操之在人，故說「非爾能力所及」。

58 子貢曰：「夫子之文章，可得而聞也。夫子之言性與天道，不可得而聞也。」

白話解：子貢說：「老師的學問文章，是可以聽得到的；可是有關人性的本源與天道，就很難聽到了。」

59 子貢問曰：「孔文子^子何以謂之文也？」子曰：「敏而好學，不^恥下問，是以謂之文也。」

白話解：子貢問老師：「孔文子這個人何以能追『謚』（封）爲文呀！」

孔子說：「他既聰明又好學，不認爲向地位比他低的人請教是羞恥的事，

（或向才學不如自己者請教）。這就值得稱爲『文』了。」

※書經曰：好問則裕。又德學俱佳的人，死後追封稱「謚」或作「謚」。

60 子謂子產曰：「有君子之道四焉，其行己也恭，其事上也敬，其養民也惠，其使民也義。」

白話解：孔子稱讚鄭國大夫子產說：「他有四種行爲合乎君子爲人的道理，立身謙恭有禮；對長官誠敬謹慎；有恩惠於民，使人民生活安定，各得其養；使用民力能合乎時宜（不能影響農民的耕作）。」

61 子曰：「晏平仲善與人交，久而敬之。」

白話解：孔子說：「晏嬰（晏子）善於與人相交，他和人相處越久，對人越恭敬有禮（敬意不衰）。」

※敬——是維繫友情長久之要訣。

62 季文子三思而後行。子聞之曰：「再，斯可矣！」

白話解：季文子這個人，遇事總是要經過三次思考然後再做。孔子聽到
了說：「再一次思考也就夠了。」

*按錢穆先生就左傳所載，季文子爲人行事，於禍福利害，計較過細，多
思轉爲多私，不足稱道。

63 子曰：「伯夷、叔齊，不念舊惡，怨是用希。」

白話解：孔子說：「伯夷、叔齊兩人不惦記著以前不愉快的事，所以心
裡很少有怨恨不滿。」又云兩人：「求仁而得仁，又何怨？」

*另解：「伯夷、叔齊對於過去曾經對不起他們的人，並不懷恨在心，所
以和別人之間的仇怨就很少了。」

64 顏淵、季路侍。子曰：「盍各言爾志？」子路曰：「願車

馬、衣（輕）裘，與朋友共，敝之而無憾。」顏淵曰：「願
無伐善，無施勞。」子路曰：「願聞子之志！」子曰：「老

者安之，朋友信之，少者懷之。」

白話解：顏淵、子路侍立在老師身邊，孔子說：「你們何不說說自己的志向？」子路說：「我願意把自己的車子、馬匹、衣服、皮衣與朋友共同享用，就是用壞了，也沒有怨恨、遺憾。」顏淵說：「我希望不誇耀自己的才德，不張揚自己的功勞。」子路說：「我們也想聽聽老師的志向！」孔子說：「我希望老年人能得到安養，朋友之間能誠信相待，少人都能得到適當的照顧。」

※另解：「無施勞」，自己認為勞苦的事，不交給別人。

65 子曰：「已矣乎！吾未見能見其過，而內自訟者也。」

白話解：孔子說：「算了吧！我從來沒有見過一個人，當他發現自己有過失時，能夠在内心裡責備、檢討自己的。」

※修行不過是「知錯、改過」而已。

《雍也第六》

66 哀公問：「弟子孰為好學？」孔子對曰：「有顏回者好

學，不遷怒，不貳過。」

白話解：魯哀公問孔子說：「你的學生當中哪一個最好學呢？」孔子回答說：「有個顏回是最好學的，他從來不把怒氣發在無關的人身上，並且不會犯同樣的過錯。」

67 子曰：「賢哉！回也，一簞食，一瓢飲，在陋巷，人不堪其憂，回也不改其樂。賢哉回也！」

白話解：孔子說：「真是賢德啊！顏回。只吃一簞飯，只喝一瓢水，住在陋巷的小屋之中，別人是憂愁得難忍其苦，顏回！仍然自得其樂。真

是賢德啊！顏回。」

* 簂：竹製的圓形盛飯器。瓢：以瓠瓜（葫蘆）剖成兩半的盛水器具。

68 冉求曰：「非不說子之道，力不足也。」子曰：「力不足者，中道而廢，今沒畫。」

白話解：冉求說：「我不是不喜歡老師講的道，實在是能力不足啊！」

孔子說：「能力不足的人，頂多是半途而廢，至於你現在則是畫地自限，還沒有開始做，就認為自己辦不到。」

69 子曰：「知之者不如好之者，好之者不如樂之者。」

白話解：孔子說：「對於一種學識，瞭解它的人不如喜愛它的人；喜愛它的人又不如參與它，而樂在其中的人。」

* 譬如飲食：知之不如食之，食之不如飽之。

70 子曰：「中人以上，可以語上也。中人以下，不可以語上。」

也。」

白話解：孔子說：「中等資質以上的人，可以和他談高深的道理；中等資質以下的人，難以和他談論高深的道理，只能談淺近的道理。」

71 子曰：「知者樂水；仁者樂山。（一云山）知者動；仁者靜。知者樂；仁者壽。」

白話解：孔子說：「智者的喜好像水，仁者的喜好像山。智者常動，仁者常靜。智者常樂，仁者常得高壽。」

*按錢穆先生註：水性活潑流通無滯礙，智者相似故樂之。山性安穩厚重，萬物生於其中，仁者性與之合，故樂之。

*論語別裁斷句爲「智者樂，水；仁者樂，山。」：知者的快樂，像水一樣，悠然安詳，活潑潑的；仁者的快樂，像山一樣，崇高偉大、寧靜。

智者的樂是動態的像水一樣；仁者的樂是靜態的像山一樣。智者是常樂

的；仁者是長壽的。

72

子曰：「夫仁者，己欲立而立人，己欲達而達人。能近取譬，可謂仁之方也已。」

白話解：孔子說：「真正有仁德的人，想要自己立足於社會，就會顧慮到別人的利益，協助別人也能立足於社會；想要自己將來通達有前途，也會想要幫助別人也通達有前途。能就近取自身為例，為別人設想，可以說是行仁的路徑與方法了。」

*從「己所不欲，勿施於人」，能設身處地為他人設想，進一步做到「己之所欲，施之於人」，誠所謂「兼善天下」是也。

《述而第七》

73 子曰：「述而不作，信而好古，竊比於我老彭。」

白話解：孔子說：「我只傳述前人的文章典籍，不創作新說；相信古人，而且喜歡傳統文化；私底下，可以把我比做商朝的老彭吧！」

*老彭乃商朝賢大夫，好述古事。或曰：老，是老子；彭，是彭祖，二人講傳統文化，皆持「述而不作，信而好古」的態度。

74 子曰：「默而識^出之，學而不厭，誨人不倦，何有於我哉？」

白話解：孔子說：「對於學問，我只是默默學習把領會記在心裡；勤學而不厭倦；教人也不厭倦，除了這三點以外，我有什麼呢？」（此爲孔子自謙之語。）

75 子曰：「德之不修，學之不講，聞義不能^立，不善不能改，是吾憂也。」

白話解：孔子說：「品德不用心修養，學問不勤敏研求，聽到義理時，

不能努力學習效法，缺點不能改正，這些都是我的憂慮啊！」

*子曰：「過而不改，是謂過矣。」又說：「過則勿憚改。」知錯能改，善莫大焉！

76 子曰：「志於道，據於德，依於仁，游於藝。」

白話解：孔子說：「立志行道於天下，固守德行修養不間斷，與人相處不違仁，優游於六種技藝（禮、樂、射、御、書、數）的學習之中。」

77 子曰：「不憤不啓，不悱不發，舉一隅不以三隅反，則不

復也。」

白話解：孔子說：「一個人如果不是發憤圖強要研究學問，我是不會去開導他的；不是有話想說，卻難以表達的人，我是不會去啓發他的；不能舉一反三的人，我是不會再次教他的。」

*本章重在啓發學生，要有心向學用心學習，有學習動機，能自動自發，

學習才能事半功倍。

78 子謂顏淵曰：「用之則行，舍之則藏。唯我與爾有是夫！」

子路曰：「子行三軍，則誰與？」子曰：「暴虎馮河，死而無悔者，吾不與也。必也臨事而懼，好謀而成者也！」

白話解：孔子告訴顏淵說：「國家如果用得到我，我就出來，把治國平天下的大道推行於世（兼善天下）；用不到我時，就將這些治國平天下的大道，藏之於身（獨善其身）。只有我與你能做到這樣啊！」

子路說：「如果老師率領三軍打仗時，是誰與老師您一起呢？」

孔子說：「空手與虎搏鬥，不顧危險；不借用工具，徒步渡河，至死也不悔悟的人，只是憑著血氣之勇，我是不會同他在一起的。一定要遇事小心謹慎，能事先策畫，而有成功把握的人，我才願意和他在一起。」

79 子曰：「富而可求也，雖執鞭之士，吾亦爲之；如不可

求，從吾所好。^{〔公〕}

白話解：孔子說：「富貴如果可以求得來，就是作執鞭的低賤工作，我也願意做；如果不可求（求不到），還是順從我自己的喜好。」

*鄭玄註：富貴不可求而得之也，當修德以得之。此言有命亦有道。

按：了凡四訓談改造命運，皆明指「富貴、功名」都是修來的。

80 子曰：「飯疏食^{〔少肉〕}飲水，曲肱^{〔少肉〕}而枕之，樂亦在其中矣。不義而富且貴，於我如浮雲。」

白話解：孔子說：「吃粗米飯，喝白開水，彎起手臂當枕頭睡，樂趣就在這當中啊！不合義理而得到的富貴，對我來說就像天邊的浮雲一般。」*原來人生的快樂並不需要靠物質，不需要虛偽的榮耀，重要的是自心的充實與安樂。只要能心安理得，就能自得其樂。

81 子曰：「加我數年，五十以學易，可以無大過矣。」

白話解：孔子說：「如果我能够多活幾年，五十歲以後學易經，把易經學通之後，人生就不會有大過了。」

*按錢穆先生註：古文論語的「易」指周易。魯論的「易」字寫作「亦」，只是何必五十歲才學易，故以「亦」字爲正確。則原文應斷句爲：「五十以學，亦可以無大過矣。」白話解：孔子說：「再給我幾年，讓我學到五十歲，也就不會有大的過失了。」

82 葉公問孔子於子路，子路不對。子曰：「女奚不曰：『其

爲人也，發憤忘食，樂以忘憂，不知老之將至。』云爾！」

白話解：楚國大夫葉公問子路：「你們的老師孔子，究竟是一個怎樣的人啊？」子路沒有答覆。回來後向老師報告。孔子說：「你何不回答他：『他的爲人，一發憤用功，連吃飯都忘了；學習到有心得的時候，心裡感到非常快樂，把一切憂慮全忘了，連自己快要老了都不知道。』你何

不這樣說呢？」

83 子曰：「我非生而知之者，好古，敏以求之者也。」

白話解：孔子說：「我不是天生就知道一切道理的，我只是愛好傳統文化，喜歡研讀古聖先賢的智慧，又很勤敏用功，努力求來的。」

84 子不語：怪、力、亂、神。

白話解：孔子平日不說：怪異、好勇鬥狠、違法亂紀、鬼神迷信等四件事。

*（因為這些事會使人觀念偏差，產生迷惑，誤入歧途。）

85 子曰：「三人行，必有我師焉。擇其善者而從之，其不善者而改之。」

白話解：孔子說：「三人同行，其中必定有可以做我老師的。選擇好的榜樣來學習；不好的，就作爲自我反省，改正的借鏡。」

*所謂：「見賢思齊，見不賢而內自省也。」

86 子以四教：文、行^行、忠、信。

白話解：孔子以四種涵養教人：一是閱讀文章典籍以增廣見聞，二是培養修齊治平的德行，三是存心忠厚，保全天良，四是做人真誠信實。

87 子曰：「奢則不孫，儉則固；與其不孫也，寧固。」

白話解：孔子說：「一個人如果奢侈浮華，就會逾越禮節，顯得過分而不謙順，如果過分節儉，就會顯得簡陋草率；兩相比較，與其不謙順而凌人，寧可簡陋一些。」

*按錢穆先生註：固陋病在自己，不遜則凌人。孔子重仁道，故謂不遜之過失更大。

88 子曰：「君子坦蕩蕩，小人長戚戚。」

白話解：孔子說：「君子洞徹人情事理，自然心胸開朗光明正大，坦然

自在；小人自私自利，患得患失，所以常懷憂懼。」

89 子溫而厲，威而不猛，恭而安。

白話解：孔子平日待人，態度溫和卻不失嚴肅；外表有威嚴，但是性情平易近人並不兇猛；對人恭敬合禮，心裡又能保持從容安詳。（此言孔子之修養，所謂有諸內而後形諸外。）

《泰伯第八》

90

詩云：「戰戰兢兢，如臨深淵，如履薄冰。」

白話解：《詩經小雅篇說》說：「要小心謹慎呀！好像站在深潭旁邊，好像走在薄冰之上（不能有一絲一毫的疏忽）。」

*諸葛武侯一生唯『謹』，因為一失足成千古恨，再回頭已是百年身。

91 曾子曰：「士不可以不弘毅，任重而道遠。仁以為己任，

不亦重乎！死而後已，不亦遠乎！」

白話解：曾子說：「讀書人心胸不可以不寬大，志氣不可以不堅強，因為他要擔負重責大任，而且要走的路又很遠。他以弘揚『仁道』為己任，這個責任是不是很重大？至死方休，這段路程是不是很長遠呢？」

92 子曰：「民可使由之，不可使知之。」

白話解：孔子說：「為政者可以指導人民怎麼做，卻無法使每個人都知道為什麼要那樣做。」

*因為理解程度不同之故。

*按：本章常遭誤解，以為人民只要叫他去做即可，不必告訴他為什麼，因此誤認為孔子有愚民思想。

93 子曰：「如有周公之才之美，使驕且吝，其餘不足觀也

已！」

白話解：孔子說：「如果有人擁有像周公那樣美好的才德，假使他既驕傲又吝嗇，其餘的，就不值得一看了。」

94 子曰：「篤信好學，守死善道。危邦不入，亂邦不居。天下有道則見，無道則隱。工部邦有道，貧且賤焉，恥也；邦無道，富且貴焉，恥也。」

白話解：孔子說：「君子立身處世，要篤信真理，還要好學不倦，弘揚仁道要至死不渝。危險的國家不可進入，混亂的國家不可居住。國家政治上軌道時，應該出來為國家服務，好好表現；天下無道，政治混亂的時候，就要隱居退出官場。國家政治清明時，仍然貧窮卑賤不能有所作為，那是可恥的；國家政治混亂時，反而居高位又富有，那也是可恥的事。」

*按：本章常遭誤解，以爲「危邦不入，亂邦不居」，是置國家安危於不顧，是逃避、不負責任的行爲。經查春秋時，孔子所言：危國、亂國均指他國而非本國。他國已亂不可居住，他國已危，情勢難以挽救，故曰『不可進入』。讀書求學最怕一知半解、望文生義；差之毫釐，謬以千里，誤人誤己不可不慎！

95 子曰：「不在其位，不謀其政。」

白話解：孔子說：「君子不在那個職位上，就不參與策劃那個職位所管轄的事。」

《子罕第九》

96 子罕言利，與命，與仁。

白話解：孔子平日很少談論人與人之間的「利害關係」，卻常常稱許「命」與「仁」。（孔子所贊同者爲知命依仁。）與：讚許也。

*錢穆先生在論語新解中，特別強調「論語言仁（仁的作用）最多，言命亦不少，並皆鄭重言之。」*利者：或曰個人之私利也。

97 子絕四：毋意，毋必，毋固，毋我。

白話解：孔子絕對不做四件事：一、不臆測未來，二、不武斷、不偏激，三、不固執成見，四、不自私自利，不堅持本位主義。

*母意：朱註及論語別裁解爲「作人處世不堅持自己的主觀意見」，即從善如流也。

98 子曰：「吾有知乎哉？無知也。有鄙夫問於我，空空如

也，我叩其兩端而竭焉。」

白話解：孔子說：「我真有學問嗎？我實在沒有什麼學問啊！如果有一

個沒有知識的人，很誠懇的來問我問題，我沒有辦法依他的程度答覆他時，我也只是就他所提的問題，從正反兩方來問他，一步一步的誘導到問題的源頭就是了。」

*鄙夫虛心向學，孔子善教，如叩鐘使自鳴。

99 顏淵喟然歎曰：「仰之彌高，鑽之彌堅，瞻之在前，忽焉在後！夫子循循然善誘人。」

白話解：顏淵長歎說：「夫子之道，我越仰望越覺得它崇高；越鑽研越覺得它堅實；看看好像在前面，一下子忽然又在後面，其高深是無法估計的。幸好老師善於教導，總是循序漸進、一步一步的誘導啊！」

100 子欲居九夷。或曰：「陋，如之何？」子曰：「君子居之，何陋之有？」

白話解：孔子想要到九夷去居住，有人說：「九夷那麼落後，文化又閉

塞，怎麼能住呢？」孔子說：「君子住在那裡，可以用德行去感召教化，怎麼會落後、閉塞呢？」（九夷：東方蠻夷之邦）

*可見君子自處、自行化他的功夫到家。

101 | 子在川上曰：「逝者如斯夫！不舍晝夜。」

白話解：孔子在河邊感嘆的說：「過去的歲月就像流水一樣，白天、晚上不停的流，一去不復返。」

*長江後浪推前浪，一代新人換舊人。歲月不待人，及時當努力。

102 | 子曰：「吾未見好_公德如好_公色者也。」

白話解：孔子說：「我從來沒有見過，愛好德行能像愛好美色（含物欲、嗜好）一般的人。」

103 | 子曰：「譬如為山，未成一_{互文}簣，止，吾止也。譬如平地，雖覆一簣，進，吾往也。」

白話解：孔子說：「譬如挑土去堆山，只差一竹籠（畚箕之類）土就可以完成，卻停止不做了，這是我自己停止不前的啊！又譬如填平一塊地，雖然才傾倒一竹籠的土，如果我能持續向前日積月累，終有成功之一日，這樣不停的前進，也是我自己決定的啊！」

* 爲學與行道，不論停止或前進，皆在己不由人。若半途而廢則前功盡棄，所謂有恆為成功之本，學者當自強不息。

104 子曰：「後生可畏，焉知來者之不如今也？四十五十而無聞焉，斯亦不足畏也已！」

白話解：孔子說：「年輕人的潛力是可怕的（不能輕視、小看），怎知道他將來的成就不如現在這些人呢？但是如果到了四、五十歲，還是沒沒無聞，沒有作爲，那就沒什麼可怕的了。」

105 子曰：「三軍可奪帥也，匹夫不可奪志也。」

白話解：孔子說：「率領三軍的主帥，聲威雖然雄壯威武，仍有被劫奪的可能；匹夫一人雖小，若能立志，誰也奪不成。」

*三軍之勇靠人，堅守其志則在自己，其志堅定不能動搖，故謂志不可奪。

106 子曰：「衣敝縕袍^紝，與衣狐貉者立，而不恥者，其由也與！」不忮不求，何用不臧？」子路終身誦之。子曰：

「是道也，何足以臧？」

白話解：孔子說：「穿著破舊的棉袍，與富貴人家穿著華麗的皮衣站在一起，能不感到羞恥，沒有自卑感的，只有子路了！詩經衛風雄雉篇上說：『內心坦蕩光明正大，不嫉妒、不貪求，有什麼行不通的呢？』」子路聽了，從此經常誦讀此詩，希望終生不忘。孔子說：「這是做人的基本道理，只是一個過程，只守住這句話，怎麼能夠算是很好了呢？」

107 子曰：「歲寒，然後知松柏之後彫也。」

白話解：孔子說：「要到天氣寒冷的時候，才知道松樹與柏樹，依然保持青翠不凋謝。」

*後凋亦解爲：最後凋謝。松柏舊葉未謝，新葉已萌，不但能支撐殘局，更能孕育生機。

*所謂『疾風知勁草，板蕩識忠臣』。

108 子曰：「知^出者不惑，仁者不憂，勇者不懼。」

白話解：孔子說：「有智慧的人，心無疑惑；有仁德的人，心無憂慮；有勇氣的人，心無恐懼。」

*智者明理，因爲他通達一切事理，處世清楚明白故不惑；仁者悲天憫人，無私無我，沒有敵人，故不憂；勇者見義勇爲，直道而行，故不懼。

《鄉黨第十》

食不厭精，膾不厭細。食饐而餗，魚餕而肉敗，不食。色惡不食，臭惡不食。失飪不食，不時不食。割不正，不食，不得其醬，不食。肉雖多，不使勝食氣。唯酒無量，不及亂。

白話解：（厭者饜也。不厭，不飽食之意也。）飯不因爲煮得精緻而飽食，菜（肉）不因爲烹調得很細緻美味就吃很多。米飯因久味道變了，魚爛了或肉腐敗了，都不吃。食物的顏色變了不吃，氣味變了也不吃。煮得不熟或太爛了都不吃，不是吃飯的時間不吃。切肉不照規矩切不吃，調味品不適合不吃。桌上肉品雖多，但吃的分量不要超過米飯五穀。飲酒雖然沒有限制數量，要適可而止，不能喝醉、不能藉酒裝瘋、不能鬧事是必須遵守的原則。

邁向健康之道的飲食觀

一、依據歐美先進國家醫學報導：營養過剩與營養不均衡、不良的生活習慣與情緒因素是疾病的主要成因，而高脂肪與肉食更是致癌的主要原因；預防勝於治療，邁向健康之道應從飲食習慣的改善著手。

二、肉類生產過程，常使用荷爾蒙（增長劑以促進發育）與抗生素（防止群聚感染），對人類健康危害甚大！

三、各種精緻食品經常過度加工，含有各種化學添加物，吃了容易致病，甚至致癌，要少吃，最好不吃。（如精緻蛋糕與餅干等各種點心）

四、飲食健康之道在簡單與自然，凡是當地、當季生產的食物既營養又健康，常吃五穀飯，多吃青菜、水果，必能確保健康。

五、肉類屬於酸性食物，有害健康，建議少吃，最好不吃。

110 食不言，寢不語。

白話解：吃飯時不交談，就寢時不說話。

*吃飯時要專心吃飯，不要講話，以免口沫橫飛，傳染病菌不衛生；老人家吃飯時講話，容易噎到；睡覺時不要聊天，以免影響睡眠。^{二廿}

111 康子饋藥，拜而受之，曰：「丘未達，不敢嘗。」

白話解：季康子送藥品來問候，孔子拜謝後接受了，並告訴使者說：「我完全知道藥性前，不敢試服。」

*醫生對症施藥，是專業的行為，病情或有類似，各人體質卻大不相同，故親朋好友之間，不論介紹或贈送藥品均應審慎為之，不如推薦良醫，方為上策。

112 愮焚^{火災}，子退朝，曰：「傷人乎？」不問馬。

白話解：孔子家的馬房遭受火災，孔子退朝回來知道後，急著問：「有沒有燒傷人？」沒有問馬。

《先進第十一》

113 顏淵死，子哭之慟。從者曰：「子慟矣！」曰：「有慟乎？非夫人之為慟而誰為？」

白話解：顏回死了，孔子哭得很傷心。跟隨的學生說：「老師哭得太傷心了！」孔子說：「我真的哭得很傷心嗎？像他這樣誠懇好學的人死了，我不爲他傷心，還爲哪一個傷心呢？」

114 季路問事鬼神。子曰：「未能事人，焉能事鬼？」曰：

「敢問死？」曰：「未知生，焉知死？」

白話解：子路問如何事奉鬼神？孔子回答說：「還不能把人事奉好，怎能談到事奉鬼神啊？」子路又問：「請問人死之後是怎樣呢？」孔子回答說：「我們對於生的道理都還不清楚明白，哪裡談得上死了以後的事呢？」

*孔子以爲，事人優先於事鬼，知生重於知死。

115 子貢問：「師與商也孰賢？」子曰：「師也過，商也不

及。」曰：「然則師愈與？」子曰：「過猶不及。」

白話解：子貢問：「子張和子夏兩個人，誰比較賢能呢？」孔子說：「子張太過了，子夏有些不及。」子貢說：「那麼是子張賢能些嗎？」孔子說：「超過了標準和不夠標準，同樣都不好。」

《顏淵第十二》

116

顏淵問仁。子曰：「克己復禮為仁。一日克己復禮，天下歸仁焉。為仁由己，而由人乎哉？」顏淵曰：「請問其目？」子曰：「非禮勿視，非禮勿聽，非禮勿言，非禮勿動。」顏淵曰：「回雖不敏，請事斯語矣！」

白話解：顏回問孔子什麼叫做仁？孔子說：「約束自己的心行，實踐『禮』的規範，那就是仁了。果真有一天能做到這樣，天下的人都稱他為仁人了。為仁與否完全在自己，不是靠別人啊！」顏回說：「請問老師實行仁的條目有哪些？」孔子回答說：「凡是不合禮節的不要看，不合禮節的不要聽，不合禮節的話不要講，不合禮節的事不要做。」顏回

聽了說：「我雖然不夠聰明，請老師放心，我願意遵照老師所教誨的這些話努力去奉行。」

*論語別裁：天人合一物我同體的仁境，就在各人自己的身心上，並不是靠外來的。能克服自己的妄念，從事心理的淨化，走上正確思惟的境界就是仁了。

117 | 子曰：「己所不欲，勿施於人。」

白話解：孔子說：「自己所不想要的，不要加在別人身上。」

*要設身處地，爲他人著想。

118 | 子夏曰：「商聞之矣：『死生有命，富貴在天。』君子敬而無失，與人恭而有禮，四海之內，皆兄弟也。」（註：此章是子夏勸慰司馬牛的話。）

白話解：子夏說：「我曾聽說：『凡是人的生死，皆是命運的巧妙安排，

一生的富貴也有上天安排，非人力所能強求。」君子只要言行謹慎沒有過失，與人相處謙恭有禮，那麼四海之內，人人皆樂意和你親近，都像兄弟一般了。」

*命由我作，福自己求。命運確實是有，請看了凡四訓。

119 子張問崇德，辨惑。子曰：「主忠信，達義，崇德也。愛

之欲其生，惡之欲其死；既欲其生，又欲其死，是惑也！」

白話解：子張問如何崇德與辨惑？孔子說：「言行以忠誠、信實為主，聞義即能改過遷善，可以算是崇德了。喜愛一個人的時候，希望他活得很好，討厭的時候，就希望他死；既要他生，又要他死，這就是迷惑！」

120 齊景公問政於孔子。孔子對曰：「君君，臣臣，父父，子子。」公曰：「善哉！信如君不君，臣不臣，父不父，子不子，雖有粟余，吾得而食諸？」

白話解：齊景公問孔子爲政治國的方法。孔子回答說：「君王盡君王之

義務，臣子負臣子的責任，父親盡父親的義務，兒子負兒子的責任。」

齊景公說：「這番話說得太好了！如果做君王的不盡君王的義務，做臣子的不負臣子的責任，做父親的不盡父親的義務，作兒子的不盡兒子的責任，縱然有米糧，我也吃不到啊！」

※君不君，臣不臣，父不父，子不子，則天下大亂矣！

121 子曰：「君子成人之美，不成人之惡；小人反是。」

白話解：孔子說：「君子成全他人的好事，不成全他人的壞事；小人剛好相反。」

※君子小人存心不同，所好亦異，君子量大故有成人之美，小人器量狹窄，嫉妒心作祟，見不得人好，故反是！

122 季康子問政於孔子。孔子對曰：「政者，正也。子帥以

正，孰敢不正？」

白話解：季康子向孔子請教爲政之道。孔子回答說：「政就是正己正人的意思，你若以正道來領導（以身作則）部屬和人民，誰敢不正？」
＊己身正，不令而從。

123 子曰：「君子之德風，小人之德草；草上之風，必偃。」

白話解：孔子說：「在上位的領導者，其德性好像是風，老百姓的德性好像草，風加在草上，草一定會隨著風吹而倒。」

＊故居上位的領導者，有改善社會風氣，教化民情風俗之重責大任。

124 子曰：「一朝之忿，忘其身以及其親，非惑與？」

白話解：孔子說：「忍不住一時的氣憤，衝動行事，忘了自己生命的安危，乃至於連累父母家人，這豈不是迷惑糊塗的行爲？」

樊遲問仁。子曰：「愛人。」問知。^生子曰：「知人。」樊

125

遲未達。子曰：「舉直錯諸枉，能使枉者直。」樊遲退，見子夏曰：「鄉也，吾見於夫子而問知，子曰：『舉直錯諸枉，能使枉者直。』何謂也？」子夏曰：「富哉言乎？舜有天下，選於衆，舉伊尹^一，不仁者遠矣；湯有天下，選於衆，舉皋陶^二，不仁者遠矣。」

白話解：樊遲問如何是仁？孔子說：「能夠愛一切人。」又問如何是智？孔子說：「能夠瞭解人的好壞。」樊遲聽了不明白。孔子爲他說明：「舉用（提拔）正直的人，放在那些不正直的人之上，可以產生影響，使不正直的人也變得正直了。」樊遲聽了還是不明白，只好退下。又去見子夏說：「剛才我向老師請教：『如何是智？』老師說：『舉直錯諸枉，能使枉者直。』這是什麼意思呢？」

子夏說：「這一番話含意太豐富了，從前舜有了天下，在眾人中選出賢

能的皋陶^{《公》}，來治理國家，那些不仁的人都遠離了。後來商湯有了天下，從眾人之中選出賢能的伊尹^{《公》}，來治理國家，那些不仁的人也都遠離了。」
＊選賢與能，知人善任（了解人、尊重人，並且善於任用人才），乃治國平天下之大道。

126

子貢問友。子曰：「忠告而善道之，不可則止，毋自辱焉。」

白話解：子貢問交友之道。孔子說：「朋友有不對的地方，應該誠心的給予忠告，善巧的將他導入正軌，如果不能接受就要停止，暫時不要再勸了，以免自取其辱。」
＊規過勸善，乃朋友之義。

《子路第十三》

子曰：「名不正，則言不順；言不順，則事不成；事不成，則禮樂不興；禮樂不興，則刑罰不中；刑罰不中，則民無所措手足。故君子名之必可言也，言之必可行也。君子於其言，無所苟而已矣！」

白話解：孔子說：「名分不正，就無法說得合理（理不直則氣不壯）；說話不能合理，做事就不能成功；做不成事，禮樂的教化就不能興盛；禮樂的教化不興，單靠刑罰來管理，法律刑罰未必能運用得很恰當；法律刑罰用得不恰當，人民就會手足無措，不知如何是好了。因此君子定下一個名分（名稱），必然是有道理，可以說得出口的，說得出來的一定做得到。君子對於他所說的話，總是要求不得草率、隨便。」

*論語別裁：「正名」具體言之就是強調名稱與觀念的重要。「名不正」是名稱與觀念不純正。

128 子曰：「其身正，不令而行；其身不正，雖令不從。」

白話解：孔子說：「領導者本身正直無私，雖不下命令，事情也能行得通；倘若自己的行為有偏差、不端正，雖下命令，人民也不會聽從。」

129 葉公問政。叶公子曰：「近者說^悦，遠者來。」

白話解：葉公向孔子請教爲政之道。孔子說：「要使近處的百姓，人人歡喜快樂，遠處的老百姓，都願意來歸服。」

* 爲政先得民心。

130 子曰：「無欲速，無見小利；欲速則不達，見小利則大事不成。」

白話解：孔子說：「不要只求速成，不要只看到小利。求速成，必因缺乏考慮草率從事，則事必難成；只貪圖小利沒有遠見，將會因小失大，成就不了大事。」

子曰：「君子和而不同，小人同而不和。」

白話解：孔子說：「君子做人處世重公義，以大局為重，故能與人和睦相處，然而見解不一定相同；小人好利之心相同，爭權奪利，以致不能與大眾和睦相處。」

*毛子水註：「君子以道義相交而不以利害相交；小人以利害相交而不以道義相交。」

子曰：「君子泰而不驕，小人驕而不泰。」

白話解：孔子說：「君子安詳舒泰而不驕傲，小人驕傲而不安詳舒泰。」

子曰：「剛毅木訥，近仁。」

白話解：孔子說：「剛強正直、果敢堅忍、性情樸實、說話雖然遲鈍但不會巧言令色，這四種德行都接近仁。」

*近仁並不等於仁。

《憲問第十四》

134

子曰：「有德者必有言，有言者不必有德。仁者必有勇，勇者不必有仁。」

白話解：孔子說：「有德行的人，必定有益世的嘉言，但是話講得很好聽的人，不一定有德行。仁人志士必定很勇敢，但是勇敢的人不一定有仁德。」

* 必者必定也；不必者，不一定，未必是也。

* 論語別裁：「言」指文字著作或可留傳後世之名言。

135 子曰：「愛之，能勿勞乎？忠焉，能勿誨乎？」

白話解：孔子說：「眞愛一個人，能不教他勤勞嗎（使他了解人生的困苦艱難）？眞正忠於一個人，能不規勸教導他嗎？」

*愛護子女最怕溺愛（溺愛不是真愛）；忠於長上最忌一味逢迎。

*論語別裁：「忠焉，能勿誨乎？」解爲：不管部下或朋友，不要僅僅喜歡他對自己的忠實，還要教育他，栽培他（爲國育才）。

136 子曰：「貧而無怨，難；富而無驕，易。」

白話解：孔子說：「貧窮困苦而沒有怨恨，很難；富貴而不驕傲，比較容易做到。」

*君子安貧樂道，故無怨。

137 子曰：「君子上達，小人下達。」

白話解：孔子說：「君子循天理，努力進德修業精進向上；小人沈淪於私欲，墮落向下。」

138 子曰：「古之學者爲己，今之學者爲人。」

白話解：孔子說：「古時候求學的人，是爲自己而學的，故志在修養自

己；現在的學者，是爲了讓別人知道，是爲了博取名利而學。」

*顏氏家訓曰：「古之學者爲己，以補不足也；今之學者爲人，但能說之也。古之學者爲人，道以利世也；今之學者爲己，修身以求進也。」

139 子曰：「君子恥其言而過其行。^云。」

白話解：孔子說：「君子以他所說的話超過他的行爲爲可恥。」

*做人要言而有信，言行相副。

140 子曰：「不患人之不己知，患其不能也。」

白話解：孔子說：「不要憂慮別人不瞭解自己，應該憂慮自己沒有才能。」

141 或曰：「以德報怨，何如？」子曰：「何以報德？以直報怨，以德報德。」

白話解：有人問：「用恩德來對待仇恨，您以爲如何呢？」孔子說：「那

將如何報答恩德呢？不如以公正無私來對待仇恨，以恩德來報答恩德。」

*以德報怨，語出老子第63章。

《衛靈公第十五》

142

子張問行。子曰：「言忠信，行篤敬，雖鸞鷟之邦行矣。」

言不忠信，行不篤敬，雖州里行乎哉？」

白話解：子張問怎樣做人才能處處行得通。孔子說：「只要說話忠誠、信實，做事忠厚、謹慎，雖然處在蠻荒落後的國家也能行得通。反之，如果說話不忠誠、不信實，做事不忠厚、不謹慎，雖然是近在自己的鄉里，你能行得通嗎？」

*論語別裁：行：一是指行為，一是古代的「行人之官」——指從事外交工

作者。從子張學干祿，可知子張所問爲如何辦好外交。

143 子曰：「可與言，而不與之言，失人；不可與言，而與之

言，失言。知者不失人，亦不失言。」

白話解：孔子說：「一個人可以和他講直話，卻不肯對他說直話，就是錯待了人；不可以和他說直話的人，卻和他說，就是說錯話。有智慧的人，既不會錯待人，也不會說錯話（知人亦知言）。」

144 子曰：「志士仁人，無求生以害仁，有殺身以成仁。」

白話解：孔子說：「有志之士和有德行的人，不會爲了保全生命而做出違背仁德的事，只有犧牲生命以成全仁德。」

*伯夷、叔齊，求仁而得仁又何怨乎？

145 子曰：「工欲善其事，必先利其器。」

白話解：孔子說：「一個工匠要治好他的工作，必定先磨利他的工具。」

146 子曰：「人無遠慮，必有近憂。」

白話解：孔子說：「人如果沒有深慮遠見，必定會有近在眼前的憂患。」

147 子曰：「躬自厚，而薄責於人，則遠^上怨矣！」

白話解：孔子說：「立身處世能夠自我反省，對自己要求嚴格，而對別人的過失盡量寬恕，自然就能遠離別人對你的怨恨了。」
※君子嚴以律己，寬以待人。

148 子曰：「群居終日，言不及義，好^下行小慧，難矣哉！」

白話解：孔子說：「社會到了亂的時候，很多人整天聚在一起，言談沒有什麼內容（不談道義）；喜歡賣弄小聰明（專搞投機取巧的事），實在難以挽救啊！」

149 子曰：「君子疾沒^亡世而名不稱焉。」

白話解：孔子說：「作爲一個君子，最怕他身後沒有好名聲傳世，給後

人作典範。」

*蓋棺論定，不爲虛名，爲實名以教後人也。

150 子曰：「君子求諸己，小人求諸人。」

白話解：孔子說：「君子一切皆求之於自己，小人一切皆求之於他人。」

*君子所求無非道德學問，道德學問要靠自己；小人所求無非富貴名利，且以爲富貴名利自己不能作主，所以求人。

151 子曰：「君子矜^持而不爭，群而不黨。」

白話解：孔子說：「君子莊敬自處，但不與人發生爭執；與人和睦相處，卻不營私結黨。」

152 子曰：「君子不以言舉人，不以人廢言。」

白話解：孔子說：「君子不會因爲這個人話說得好，就推薦他；也不會因爲這個人有過失，就忽視他有道理的言論。」

*按錢穆先生註：「有言不一定有德，無德亦可以有言。」

153

|子貢問曰：「有一言而可以終身行之者乎？」

154

|子曰：「其恕乎！己所不欲，勿施於人。」

白話解：子貢問老師：「有沒有一個字，可以終身奉行的呢？」孔子說：「那就是『恕』這個字了。自己所不喜歡的，不要加在別人身上。」

155

|子曰：「巧言亂德，小不忍則亂大謀。」

白話解：孔子說：「花言巧語可以破壞人的品德；小事不能容忍，脾氣一來就會壞了大事。」

*又『忍』指處事時，要有『決斷』力，不可姑息養奸以壞大事。

|子曰：「衆惡之，必察焉；衆好之，必察焉。」

白話解：孔子說：「眾人都討厭他，不要隨便相信，必須考查清楚是什麼原因？眾人都喜愛他，也必須考查清楚是什麼原因？」

*按錢穆先生註：眾惡其人，眾好其事，皆屬非常，必須審查，或有特立獨行者，或有沽名釣譽者，爲避免人云亦云，理應辨明。

156 子曰：「人能弘道，非道弘人。」

白話解：孔子說：「人能弘揚大道（真理），不是依靠道來弘揚人。」

*朱熹先生註：「人外無道，道外無人。」

*按錢穆先生註：「道指人道。道由人興，亦由人行。」

157 子曰：「過而不改，是謂過矣！」

白話解：孔子說：「有過失不肯悔改，可以說是真正的過失了。」

*修行，簡言之，知錯改過耳！

158 子曰：「吾嘗終日不食，終夜不寢，以思；無益，不如學也。」

白話解：孔子說：「我曾經整天不吃飯，整夜不睡覺，只是專心去思考

研究；後來發覺這樣空想，毫無益處，不如腳踏實地去學習來得好。」

159 子曰：「當仁不讓於師。」

白話解：孔子說：「若遇到行仁的事，應當勇於承擔，率先向前，不必謙讓給老師。」

*見義勇爲既非出於爭，義所當爲又何讓乎？

*論語別裁：此句同亞里斯多德說：『吾愛吾師，吾更愛真理。』所以當仁義所在的地方，老師錯了就是錯了，不見得老師一定對；亦如釋迦牟尼佛所說的：「依法不依人」。

160 子曰：「有教無類。」

白話解：孔子說：「教育要一視同仁，不應該分類別。」

*（夫子之教：不分富貴貧賤、聰明愚笨，也沒有種族、宗教、性別之分，只要肯受教，一律諄諄教誨。）

161 子曰：「道不同，不相為謀。」

白話解：孔子說：「各人的思想、主張如果不相同，便無法在一起討論計劃。」（是各走各的路，無須要互相排斥。）

162 子曰：「辭，達而已矣！」

白話解：孔子說：「言辭，只要能通順的表達意思就夠了。」

*不論言語或文章，都不必過分華麗甚至咬文嚼字，以免喧賓奪主，重言辭而輕其義。

《季氏第十六》

163

孔子曰：「益者三友，損者三友；友直，友諒，友多聞，
益矣；友便辟子房，友善柔，友便佞子房，損矣。」

白話解：孔子說：「有助益的朋友有三種，有害處的朋友也有三種。和正直無私的人爲友，和誠信不欺的人爲友，和見識廣博的人爲友，都會受益。結交慣於裝飾外表，內心並不眞誠的朋友，結交虛情假意，善於逢迎討人喜歡的朋友，結交巧言好辯，沒有真實學問的朋友，就會受到害處了。」

*論語別裁：「友諒」指比較能原諒人，個性寬厚的朋友。

164 孔子曰：「益者三樂_公，損者三樂：樂節禮樂_公，樂道人之

善，樂多賢友，益矣；樂驕樂_公，樂佚遊，樂宴樂_公，損矣。」

白話解：孔子說：「對人有益的快樂有三種，對人有害的快樂也有三種。喜歡以禮節和音樂的精神來節制言談舉止，喜歡稱讚別人的好處，喜歡結交賢能的朋友，這些都是有益的。」

喜歡奢侈誇張以驕傲炫耀爲樂，喜歡遊手好閒，無所事事的快樂，喜歡

飲酒徵逐的快樂，都是有害的。」

*論語別裁：「樂佚遊」指喜歡不正當的娛樂，任性放縱。

165 孔子曰：「君子有三戒：少之時，血氣未定，戒之在色；及其壯也，血氣方剛，戒之在鬥；及其老也，血氣既衰，戒之在得。」

白話解：孔子說：「君子有三件事應當警惕防備：少年時，血氣未穩定，發育尚未完全，應當警惕防備的是色慾；壯年時，血氣正剛強，應當警惕防備的是好勇鬥狠；到年紀老了，血氣已經逐漸衰頹，應當警戒防備的是貪求務得。」

*「務得」指一心要得到。

166 孔子曰：「君子有三畏：畏天命，畏大人，畏聖人之言。小人不知天命而不畏也，狎大人，侮聖人之言。」

白話解：孔子說：「君子有三種應當敬畏的事：敬畏天命，敬畏居高位者，敬畏聖人之言。小人不知天命因而不知敬畏，對居高位負有重責大任者，輕慢而不知敬畏，對聖人之言一無所知，又肆無忌憚隨意戲弄侮辱。」

*論語別裁：「大人」不一定指大官，亦可指父母、長輩或有道德學問者。

167 孔子曰：「生而知之者，上也；學而知之者，次也；困而學之，又其次也；困而不學，民斯為下矣！」

白話解：孔子說：「天生就知道，不學而能者，是上等資質的人；學習之後才知道的，是次等資質的人；經過困難艱苦才知道要學習的，又次一等了；如果經過困難艱苦之後，還不知道要學習，這種人則是最下等的了。」

168

孔子曰：「君子有九思：視思明，聽思聰，色思溫，貌思

恭，言思忠，事思敬，疑思問，忿思難，見得思義。」

白話解：孔子說：「君子有九種要用心思考的事：看要看得明確，不可以有絲毫模糊；聽要聽得清楚，不能夠含混籠統；態度要溫和，不可以顯得嚴厲難看；容貌要謙虛恭敬有禮，不可以驕傲、輕視他人；言語要忠厚誠懇，沒有虛假；做事要認真負責，不可以懈怠懶惰；有疑惑要想法求教，不可以得過且過；生氣的時候要想到後果和災難的可怕，不可以意氣用事；遇到有利益可得的時候，要想想是不是應得的。（所謂君子愛財，取之有道。）」

《陽貨第十七》

169 子曰：「性相近也，習相遠也。」

白話解：孔子說：「人的天性本來是相近的，由於後天學習的不同，相差越來越遠了。」

*「習」，也有說是習慣，然習慣也是透過學習以養成。諺云：「養成好習慣，培育好個性，是幸福的開始。」

170 子曰：「唯上知^出與下愚不移。」

白話解：孔子說：「只有最聰明和最愚笨的人，他的本性和氣質是不會改變的。」

*因為上智不必移，下愚不願移、不能移。而中、下等根性的人，皆可以改變，習於善則善，習於惡則惡矣！

171 子曰：「鄉原^{仁子}，德之賊也。」

白話解：孔子說：「與人同流合污，不明是非，卻又能做到完全不得罪人，處處討好人，這種假好人，是道德的敗類！」

172 子曰：「道聽而塗說，德之棄也！」

白話解：孔子說：「在路上聽到的消息，未經求證，就在路上傳播的人，是背離道德，自棄於道德的人。」

※按錢穆先生註：道聽，入於耳易；途說，出於口易，完全未經內心，德業終難有成，可見「道德不在口耳之間」，故棄之。

173 子曰：「惡紫之奪朱也，惡鄭聲之亂雅樂也，惡利口之遺邦家者。」

白話解：孔子說：「我厭惡紫色奪去朱色（紅色）的光彩，厭惡鄭國靡靡之音，擾亂了先王雅正的音樂，厭惡花言巧語顛倒是非，使國家傾覆滅亡的人。」（古時以黑白紅黃藍五色爲正色。）

*惡假亂真，惡妖言惑眾，惡似是而非，惡善良的風俗民情被破壞！

174 子曰：「予欲無言！」子貢曰：「子如不言，則小子何述

焉？」子曰：「天何言哉？四時行焉，百物生焉，天何言哉？」

白話解：孔子說：「我想不再說話了！」子貢說：「老師如果不說話，做學生的要如何闡述您的思想？如何遵循呢？」孔子說：「上天曾經說過什麼話嗎？春、夏、秋、冬四季自然運行，飛鳥蟲魚，花草樹木，百物自然生長，上天又何曾說了些什麼呢？」

*按錢穆先生註：孔子懼學生以言語求道，故以此警之。或說：道非言說可以為功，不如默而存之，厚德以敦化。善體天心者，可以無言，不然，無言則無以施教也。

※道不在言語文字中，言語文字只是引導的工具，工具不是目的。

175 子曰：「飽食終日，無所用心，難矣哉！」

白話解：孔子說：「一天到晚吃了飯無所事事（不做正經事），也不

曉得用心，是很難教育他，使他有成就的。」

*用心做什麼？用心做事。

176 子曰：「唯女子與小人爲難養也！近之則不遜，遠之則怨。」

白話解：孔子說：「只有家裡的侍妾與僕人最難相處！如果和他們親近，他們就會失去規矩，不知道禮敬謙讓；如果和他們疏遠，他們就會埋怨你。」

*坊間誤解：孔子將「女子與小人」相提並論，是一種性別歧視（此處女子指妾，小人指僕人。），真是望文生義冤枉聖人！

《微子第十八》

柳下惠為士師，三黜。人曰：「子未可以去乎？」曰：
 「直道而事人，焉往而不三黜？枉道而事人，何必去父母
 之邦？」

白話解：柳下惠當魯國的獄官，三次被罷黜（免除職務）。有人說：「你
 為什麼不離職到他國去呢？」柳下惠回答說：「我以正直之道事人，到
 哪裡不會被免職呢？我若以不正直的態度去事人，又何必一定要離開自
 己的國家呢？」

《子張第十九》

子張曰：「士，見危致命，見得思義，祭思敬，喪^尤思哀，

其可已矣。」

白話解：子張說：「一個知識分子，遇到國家危難的時候，能夠臨危授命去挽救；見到有利可得時，立刻要想到，是不是本分所應得的，是不是合於道義；祭祀時，會想要如何做才算恭敬；遇到喪事時，要有哀痛的心情，能這樣就可以算是士了（有爲有守的讀書人）。」

179 子夏曰：「日知其所亡^々，月無忘其所能，可謂好學也已

矣！」

白話解：子夏說：「每天能學習一些以前所不知道的學問，每月檢討時能不忘平日所學、所會的，這樣子可以說是好學了。」

*按錢穆先生註：日知所無，仍精進不懈則學進；月無忘其所能則德行自立，如此則德學並進矣。

180 子夏曰：「小人之過也必文。」

白話解：子夏說：「小人有過失，一定想辦法掩飾。」

*君子聞過則喜，小人聞過則怒，故文之。今又

181 子夏曰：「君子有三變：望之儼然，即之也溫，聽其言也

厲。」

白話解：子夏說：「一個有修養的君子，從外表看起來好像有三種變化：起初遠遠望見他，覺得很莊重，不可侵犯的樣子；接近之後又覺得他很親切溫和；等到聽他說話之後，又覺得他義正辭嚴，沒有一絲苟且。」

182 子游曰：「喪致乎哀而止。」

白話解：子游說：「辦喪事只要盡到誠心哀痛就夠了。」

*按錢穆先生註：喪盡哀情，不尚文飾，然亦戒過度哀傷而害身。

183 子貢曰：「君子之過也，如日月之食焉。過也，人皆見

之；更也，人皆仰之。」《子張》

白話解：子貢說：「君子有過失時，好像日蝕、月蝕一般。他所犯的過錯，人人都看得見；當他改過時，人人又都仰望崇敬他。」

*知過（錯）能改，善莫大焉。

184 子貢曰：「譬之宮牆：賜之牆也及肩，窺見室家之好；夫

子之牆數仞^{日𠂇}，不得其門而入，不見宗廟之美，百官之富。

得其門者或寡矣！」

白話解：子貢說：「以房子的圍牆做比喻：我的圍牆只到肩膀的高度，從外面就可以看到室內陳設的美好；老師的圍牆高達數丈以上，連門在哪裡，一般人都找不到，更沒有辦法看到裡面有如皇宮一般富麗莊嚴的設施，和種種美輪美奐的內在了。只可惜，能找到門戶進去的人可能很少吧！」

*周朝以七尺爲一仞。說文解字注：宋朝以八尺爲一仞。

《堯曰第二十》

185

曰：「朕躬有罪，無以萬方；萬方有罪，罪在朕躬。」

白話解：商朝湯王親身向上帝祈雨說：「我自身有罪，不要連累天下百姓，如果天下百姓有罪，也應該由我一身來負責，只降罰我一人。」

※呂氏春秋：湯克夏，天下大旱，五年沒有收成，湯禱方言於桑林。

186 子張問於孔子曰：「何如斯可以從政矣？」子曰：「尊五美，舜四惡，斯可以從政矣。」子張曰：「何謂五美？」子曰：「君子惠而不費，勞而不怨，欲而不貪，泰而不驕，威而不猛。」

白話解：子張問孔子：「要如何才可以從事政治呢？」孔子回答說：「尊

崇五美，屏除四惡，這樣就可以從事政治了。」子張問：「何謂五美呢？」孔子回答說：「在上位的君子，第一要懂得惠而不費，第二是勞而不怨，第三是欲而不貪，第四是泰而不驕，第五是威而不猛。」
＊惠而不費：給別人好處，而自己卻沒有什麼損耗。

187 子張曰：「何謂惠而不費？」子曰：「因民之所利而利之，斯不亦惠而不費乎？擇可勞而勞之，又誰怨？欲仁而得仁，又焉貪？君子無衆寡，無小大，無敢慢，斯不亦泰而不驕乎？君子正其衣冠，尊其瞻視，儼然人望而畏之，斯不亦威而不猛乎？」

白話解：子張問：「怎樣算是惠而不費呢？」孔子回答說：「就人民所需要的，讓他們去做，這不就是惠而不費嗎？選擇對老百姓有利益的事，而勞動之，就不會有人埋怨了；所要求的是力行仁義，得到了仁義，那

是恰如其分，那裡算是貪心呢？一個君子，無論面對多數人或少數人，無論地位的尊貴卑下，都不敢輕慢，一律恭敬平等對待，這不就是泰而不驕嗎？君子穿著端莊，舉止合禮不失威儀，使人見了即生敬畏之心，這不就是威而不凶猛嗎？

188

子張曰：「何謂四惡？」子曰：「不教而殺謂之虐；不戒視成謂之暴；慢令致期謂之賊慢令；猶之與人也，出納之吝，謂之有司。」

白話解：子張問：「什麼叫做四惡呢？」孔子回答說：「不事先教導，便用殺戮來推行或制止，那叫做『虐待』；不事先告誡，到時候又要驗收成果，這種不合理的要求叫做『暴』；自己輕忽法令，玩弄法令，卻又希別人限期完成任務，像是有意陷害別人叫做『賊』；同樣是給與人民，但是在給與時卻又吝嗇不情願，政府爲民服務好像在作生意斤斤計

較。」

189 子曰：「不知命，無以爲君子也；不知禮，無以立也；不

知言，無以知人也。」

白話解：孔子說：「不瞭解天命（大時代的趨勢），就沒有辦法做一個君子；不懂得禮義，就無法在社會立足（不能自處）；不知道從言語當中分辨是非，就無從認識一個人的善惡邪正了。」

*論語別裁：「言」指言語文化；即古聖先賢告訴我們的話，我們不能深切體會真正瞭解，就無法做人處世。

*四書萬益解：知命只是深信因果耳，知禮則善於觀心，知言則善於聞法。

*吉凶禍福之道，總在存心與用心耳！是故君子知命必深信因果，在起心動念處用功；時時處處皆能存好心、說好話、行好事，做一個真正的好人。

論語選粹 · 白話解 終

參考資料：論語新解

錢穆

論語別裁

南懷瑾

國民中學論語精選讀本

四書廣解

蔣伯潛

四書讀本

高政一

四、孟子

《梁惠王章句》

①孟子曰：「上下交征利，而國危矣！」

白話解：孟子說：「上下互相爭奪利益，產生對立，國家就危險了。」

*上下：指政府和人民、長官和部屬、領導者和被領導者。

*大學曰：「國不以利爲利，以義爲利」也。

②孟子曰：「仲尼曰：『始作俑者，其無後乎！』爲其象人而用之也。」

白話解：孟子說：「孔子說：『發明用木偶來陪葬的人，大概不會有後代吧！』因爲木偶製作得太像真人，卻被用來作殉葬。（恐怕會造成後

世以活人陪葬的惡習，所以孔子深惡痛絕）。

③孟子曰：「君子之於禽獸也，見其生，不忍見其死；聞其聲，不忍食其肉。是以君子遠庖廚也。」

白話解：孟子說：「君子對於禽獸，只要看見牠活著，就不忍心看到牠死去；聽到牠臨死哀嚎的聲音，就不忍心吃牠的肉。所以君子總是遠離宰殺烹炙畜生的廚房。」

*上天有好生之德。

④孟子曰：「挾太山以超北海，語人曰：『我不能。』是誠不能也。爲長輩折枝，語人曰：『我不能。』是不爲也，非不能也。」

白話解：孟子說：「挾著泰山跨越北海，告訴人說：『我做不到！』是眞的做不到。若是爲長輩折取樹枝，卻告訴人說：『我做不到！』是不

願意做，不是做不到啊！」

⑤ 老吾老，以及人之老；幼吾幼，以及人之幼。

白話解：由尊敬自己的父兄（長上），推廣到尊敬別人的父兄。從慈愛自己的子弟，再推廣到慈愛別人的子弟。

⑥ 孟子曰：「無恒產而有恒心者，惟士為能。」

白話解：孟子說：「沒有維持生計的恆產，卻有長久向善的心志，只有讀書明理的人才能夠做到。」

⑦ 樂民之樂者，民亦樂其樂；憂民之憂者，民亦憂其憂。樂以天下，憂以天下，然而不王者，未之有也。

白話解：君王以百姓之樂為樂者（與民同樂），百姓自然也以君王之樂為樂了（與君同樂）；君王以百姓之憂為憂者（與民同憂），老百姓自然也以君王之憂為憂了（與君同憂）。以天下百姓的快樂為樂，以天下

百姓的憂愁爲憂，憂樂皆心繫天下百姓，這樣的人還不能稱王於天下，是從來沒有的事啊！

*君有如現代的領導人、主管，臣如部屬、員工。

《公孫丑章句》

⑧齊人有言曰：「雖有智慧，不如乘勢；雖有^基，不如^時。」

白話解：齊國有句俗話說：「雖有智慧，不如把握有利的時機；雖有耕田的農具，不如等待耕種的時節。」

*時節因緣（機會）與能力同樣重要，因此平日積功累德厚植實力，遇有機會才能大展長才，服務人群。

(9)自反而不縮，雖褐寬博，吾不惴焉？自反而縮，雖千萬人，吾注矣！

白話解：自己反省一下，要是理屈的話，縱然只是面對穿著粗布粗衣的平民，我能不能害怕慚愧嗎？自己反省一下，只要合乎義理（理直氣壯），縱然面對千軍萬馬，我也一樣勇往直前！

(10)孟子曰：「夫志^志，氣之帥也；氣，體之充也。夫志，至焉；氣，次焉，故曰：『持其志，無暴其氣。』」

白話解：孟子說：「志，是氣的統帥；氣，充塞在人體全身。志率氣而行，志朝向哪裡，氣就跟隨到哪裡。所以說要做到不動心的要訣是：『堅守志向，同時不要攬亂了氣（亂發脾氣，隨便將喜怒加之於人）。』」

(11)孟子曰：「我善養吾浩然之氣。」

白話解：孟子說：「我善於培養我至大至剛、光明正大的正氣。」

(12) 孟子曰：「非其君不事，非其民不使，治則進，亂則退，伯夷也。何事非君？何使非民？治亦進，亂亦進，伊尹也。可以仕則仕，可以止則止，可以久則久，可以速則速，孔子也。皆古聖人也，吾未能有^行焉；乃所願，則學孔子也。」

白話解：孟子說：「不是與他的理想相合的國君絕不事奉，不是他喜歡的百姓，就不使用；天下太平，政治上軌道時，就出來做官，爲國家人民服務；天下混亂無道時，就辭官歸隱，這是伯夷的作風。沒有什麼不可以事奉的國君，也沒有什麼不可以使用的人民；天下有道時，固然出來做官；天下混亂無道時，他也要出來做官，發揮長才服務國家，這是伊尹的作風。可以做官時就做官，可以隱居時就隱居，可以久留就久留，需要急速離去，就急速離去，這是孔子的風格。這三人都古聖人，他

們所行的事我都未能做到，然而我心裡所嚮往的，就是想學孔子啊！」

(13) 孟子曰：「禍福無不自己求之者！詩云：『永言配命，自求多福。』太甲曰：『天作孽^{三灾}，猶可違；自作孽，不可活。』此之謂也。」

白話解：孟子說：「災禍和幸福，都是自己找來的。詩經上說：『行事永遠和天理配合，自己就能求得幸福。』書經太甲篇說：『上天降下的災禍，還可以逃避；自己造成的災禍，那就不能活命了。』就是這個意思吧！」

*易經坤卦曰：「積善之家，必有餘慶；積不善之家，必有餘殃。臣弑其君，子弑其父，非一朝一夕之故，其所由來者漸矣。」福禍都是自己一點一滴的累積，逐漸逐漸形成的。

(14) 孟子曰：「人皆有不忍人之心。先王有不忍人之心，斯有

不忍人之政矣。以不忍人之心，行不忍人之政，治天下可運之掌上。」

白話解：孟子說：「人都有不忍傷害人的心。古聖王因為有不忍傷害人的心，所以有不忍傷害人的仁政。能用不忍傷害人的心，實行不忍傷害人的仁政，治理天下，就好像能把它放在手掌上運轉一般的容易了。」

*不忍人之心：亦解爲「不忍別人受到傷害」。

(15) 孟子曰：「無惻隱之心，非人也；無羞惡之心，非人也；無辭讓之心，非人也；無是非之心，非人也。惻隱之心，仁之端也；羞惡之心，義之端也；辭讓之心，禮之端也；是非之心，智之端也。人之有是四端也，猶其有四體也。」

白話解：孟子說：「沒有憐憫同情的心，不能算是人；沒有羞恥憎惡的心，不能算是人；沒有謙辭禮讓的心，不能算是人；沒有辨別是非善惡

的心，也不能算是人。憐憫同情的心，是仁的發端；羞恥憎惡的心，是義的發端；謙辭禮讓的心，是禮的發端；辨別是非善惡的心，是智的發端。一個人有仁、義、禮、智這四個善端，就如同身上有手足四肢一樣，非常重要。」

*羞惡：以不善爲羞恥，厭惡人之不善。是非：以善爲是，以惡爲非。

⑯孟子曰：「子路，人告之以有過，則喜；禹聞善言，則拜。」

大舜有大焉：善與人同，舍己從人，樂取於人以爲善。故君子莫大乎與人爲善。」

白話解：孟子說：「子路這個人，人家告訴他有過錯，他聽了很歡喜的接受，並勇於改過；夏朝的大禹聽到很好的言論，立刻禮謝且虛心接受。舜王更是偉大：他對於行善，沒有別人和自己的區別；常常與人同善，如果自己未能做到盡善，也能捨棄自己不好的見解，認同、接受別人好

的見解，又樂於取法他人的善行而力行實踐。所以君子的美德，沒有比幫助他人行善更大了。」（或謂：沒有比勸人爲善更偉大的。）

*善與人同：即樂於「認同、肯定他人之善，取人之善、與人爲善」。
子曰：「君子有成人之美，不成人之惡，小人反是。」讚美或成全他人行善，就是自己行善；嫉妒或妨害他人行善，就是作惡。

(17) 孟子曰：「天時不如地利，地利不如人和。」

又曰：「得道者多助，失道者寡助。寡助之至，親戚畔之；

多助之至，天下順之。」

白話解：孟子說：「得天時的重要性不如得地利，得地利的重要性不如得人和。」又說：「治國者能推行仁政，就會得到很多志士仁人的幫助，不行仁政的國君，很少有人會來幫助他。很少有人幫助的國君，到達極點時，連親戚都會叛離他；幫助的人多到極點時，天下的人都來歸順

他。」

《滕文公章句》

(18) 颜淵曰：「舜何人也？予何人也？有爲者亦若是。」

白話解：顏淵說：「舜是怎樣的一個人？我又是怎樣的一個人？只要勤敏不懈，認真努力去做，也能和舜一樣，得到天下人民的擁護和敬愛。」

*諺云：『聖人本是凡人做，但盡良心即聖人。』

(19) 孔子曰：「上有好者，下必有甚焉者矣。君子之德，風也；小人之德，草也；草尚之風必偃。」

白話解：孔子說：『在上的領導者有喜好的事，在下面的人，必定比他喜愛得更厲害。君子的德行，好比是風一樣；小人的德行，就像草一樣，

草上吹過一陣風，草必定隨著風而伏倒。』

*故曰：領導社會風氣、影響潮流，乃為政者責無旁貸的重責大任。

(20) 孟子曰：「民之為道也，有恒產者有恒心，無恒產者無恒心；苟無恒心，放僻邪侈，無不為已。」

白話解：孟子說：「一般人民的習性，是先有了長久固定的產業，才有一向向善的心志，沒有長久固定的產業，就沒有經常向善的心志；如果沒有經常向善的心，則種種奢侈、放蕩、乖僻、邪惡的事，都敢做了。」

(21) 故曰：或勞心，或勞力。勞心者治人，勞力者治於人；治於人者食人，治人者食於人；天下之通義也。

白話解：所以說：有人勞心，有人勞力。勞心者管理人（領導人）；勞力者，被人管理；被人管理的供養人，管理的領導者受人供養；這是天下共通的法則。

※治者管理也。

※孟子以爲「一人既不能兼爲百工之事，故分工合作，乃人類生活之原則。」

(22)人之有道也，飽食、煖衣、逸居而無教，則近於禽獸。聖人有憂之，使契丁巳為司徒，教以人倫：父子有親，君臣有義，夫婦有別，長幼有序，朋友有信。

白話解：做人有做人的道理，如果只是吃得飽，穿得暖，安居逸樂，卻沒有教育，不知禮義，那就和禽獸差不多了。聖人又爲此擔憂，（前憂洪水橫流，氾濫天下，現憂人民沒有教育。）於是派遣契擔任司徒掌管教育，教導百姓做人的道理，使他們知道父子要有親情，君臣要有禮義，夫婦要相互尊重，家中內外責任有分別，長幼要有次序，朋友要誠信。

(23)以天下與人易，爲天下得人難。

白話解：把天下（國家）讓給人很容易，爲天下蒼生，求得一個賢明的領袖，就非常困難啊！

(24) 富貴不能淫，貧賤不能移，威武不能屈；此之謂大丈夫！

白話解：富貴不能迷惑、動搖他的意志，貧賤不能改變他的節操，威權武力不能屈服他的志氣。這樣的人才算是大丈夫。

(25) 公都子曰：「外人皆稱夫子好辯，敢問何也？」孟子曰：

「予豈好辯哉！予不得已也！」

白話解：公都子問孟子：「外面的人都說老師喜歡辯論；請問是爲什麼？」孟子回答說：「我哪裡喜歡辯論呢！我實在是出於不得已，不得不辯啊！」

* 戰國時，號稱諸子百家，百家爭鳴，其實不免邪說橫行、是非夾雜、善惡難分，孟子不得不加以說明，孟子七篇處處可見其苦心。

《離婁章句》

(26) 孟子曰：「離婁之明，公輸子之巧，不以規矩不能成方圓；師曠之聰，不以六津，不能正五音；堯舜之道，不以仁政，不能平治天下。」

白話解：孟子說：「只憑離婁那樣好的眼力，公輸般那樣靈巧的技術，如果不使用圓規、曲尺，就不能製成方正與圓形的器具；只憑師曠那樣靈敏的聽覺，假使不用六律的音符做標準，就不能校正宮、商、角、徵、羽等五個音；因此以堯、舜那樣賢明的君主，他們治理人民，如果不以仁政爲準繩，也不能把天下治理太平。」

(27) 徒善不足以爲政，徒法不能以自行。

白話解：空有仁心（善心）而無仁政（善政），仍然不足以治理國家；空有善法卻沒有善心，仁政也不能自動施行。

*善心還要有善行，善法還要人實行。

(28) 孟子曰：「三代之得天下也，以仁；其失天下也，以不仁。」

國之所以廢興存亡者亦然。」

白話解：孟子說：「夏商周三代之所以得天下，是由於有仁德；傳到後來會失去天下，是由於失去仁德。各國的興盛和衰敗、存在與滅亡，原因都是一樣。」

*夏桀、商紂、周幽王、周厲王，乃至於中國歷代的君主，其亡國者，莫不如此，重蹈覆轍者何其多。「歷史是會重演的」，慎哉！

(29) 孟子曰：「行有不得者，皆反求諸己。其身正，而天下歸之。」

白話解：孟子說：「凡是所做的事，有不如願的，都應該自我反省、檢討。等到自己的身心都純正了，天下的人自然都來歸服。」

*子曰：「其身正，不令而從，其身不正，雖令不從。」

(30) 孟子曰：「夫人必自侮，然後人侮之；家必自毀，而後人毀之；國必自伐，而後人伐之。太甲曰：『天作孽，猶可違；自作孽，不可活。』此之謂也。」

白話解：孟子說：「大凡一個人，必定是自己先有輕慢自己的行為，然後別人才會輕視、傷害、侮辱他；一個卿大夫的家必定是自己先去毀壞，而後別人才會來毀壞它；一個諸侯之國必定是內部先有招人討伐的暴政，然後他國才會乘機來討伐它。書經太甲篇說：『上天降下的災禍，還可以逃避；自己造成的災禍，就不能活命了。』說的就是這種情形。」

(31) 孟子曰：「道在爾，而求諸遠；事在易，而求諸難。人人

親其親、長其長，而天下平。」

白話解：孟子說：「平天下的道理就在眼前，卻要向遠處去尋求；平天下的事極其容易，偏要向難的一邊去尋求。只要人人親愛他的父母，尊敬他的兄長，天下就會太平了。」

(32) 孟子曰：「存乎人者，莫良於眸子；眸子不能掩其惡。胸中正，則眸子瞭焉；ㄌㄧㄢˋ胸中不正，則眸子眊焉。ㄌㄧˋ聽其言也，觀其眸子，人焉瘦哉？」

白話解：孟子說：「觀察一個人的善惡，沒有比看他的眼神更清楚明白；眼神沒有辦法遮掩他的惡念。存心正直善良，眼神就很明亮；存心邪惡，眼神就混濁不明。所以只要聽他所說的話，再看看他的眼神，這個人的邪正，還能藏到那兒去呢？」

(33) 淳于髡ㄊㄨㄣ曰：「男女授受不親，禮與？」

孟子曰：「禮也。」

曰：「嫂溺，則援之以手乎？」

曰：「嫂溺不援，是豺狼也。男女授受不親，禮也；嫂溺援之以手，權也。」

曰：「今天下溺矣，夫子之不援，何也？」

曰：「天下溺，援之以道；嫂溺援之以手。子欲手援天下乎？」

白話解：淳于髡問：「男女雙方彼此不能直接用手給與或接受物品，這合乎禮節嗎？」

孟子說：「合於禮節。」

淳于髡說：「假使嫂嫂掉到水裡，那該不該用手去救她呢？」

孟子說：「嫂嫂掉到水裡不伸手援救她，簡直就像是殘忍的豺狼。男女

不能直接用手給與或接受物品，這是常禮；嫂嫂掉到水裡用手去救她，這是權宜、變通的辦法。」

淳于髡說：「現在天下大亂，人民生活在痛苦之中，先生卻不肯權宜求見諸侯，挺身援救他們，是何緣故？」

孟子說：「天下人民生活在痛苦之中，要用仁義大道去救他們；嫂嫂掉到水裡，只要用手來救她就行了。你難道要我放棄正道，僅用雙手來救天下的百姓嗎？」

*用手僅能救一人，用仁政救天下百姓，方能救千萬人。

⑯孟子曰：「事，孰爲大？事親爲大。守，孰爲大？守身爲大。不失其身而能事其親者，吾聞之矣；失其身而能事其親者，吾未之聞也。」

白話解：孟子說：「事奉尊長，以哪一項爲最重要？應當以侍奉父母親

爲最重要。守護的事，以哪一種爲最重要？應當以守護自身，潔身自愛不作壞事爲最重要。能夠潔身自愛、品德無虧，又能奉侍父母的，我曾聽說過；不能潔身自愛，做壞事還能服侍父母的，我從沒有聽說過。」

③5 孟子曰：「人之患，在好公爲人師。」

白話解：孟子說：「人最大的毛病，就是喜歡當人家的老師。」
＊自以爲是，故喜歡指導人。

③6 孟子告齊宣王曰：「君之視臣如手足，則臣視君如腹心；君之視臣如犬馬，則臣視君如國人；君之視臣如土芥，則臣視君如寇讎。」

白話解：孟子對齊宣王說：「假使國君看待臣子像自己的手足，盡心愛護；臣子就會把國君當成自己的腹心，竭力保衛。假使國君把臣子看成犬馬，毫不尊重；臣子就會把國君當成路人，漠不關心。如果國君把臣

子看成泥土、草芥，隨意踐踏；臣子就會把國君看成強盜、仇敵，那樣切齒痛恨了。」

*故君臣當以道義相結合。＊讎與仇通。

③7 孟子曰：「人有不爲也，而後可以有爲也。」

白話解：孟子說：「一個人必須具備有所不爲的操守，然後可以有合乎義理的作爲。」

③8 孟子曰：「仲尼不爲已甚者。」

白話解：孟子說：「孔子待人處事謹守中道，從不做過分的事。」

③9 孟子曰：「大人者，不失其赤子之心者也。」

白話解：孟子說：「所謂有德行的君子，就是能保持心地像嬰孩一般純真無邪的人啊！」

④0 孟子曰：「君子所以異於人者，以其存心也。君子以仁存

心，以禮存心；仁者愛人，有禮者敬人。愛人者，人恆愛之；敬人者，人恆敬之。」

白話解：孟子說：「君子之所以不同於一般人，是因為他的存心。君子存心仁慈，存心禮敬；有仁慈心的人能愛護別人，有禮的人能敬重人。能愛護別人的，別人也會愛護他；能敬重別人的，別人也會敬重他。」

(41) 君子有終身之憂，無一朝之患也。

白話解：君子有終生的憂愁，沒有一時偶發的禍患。

※終身之憂：乃指擔憂不能致堯舜，不能行仁道；故非仁不爲，非禮不行。至於一時的意外災難，只要不是自己的過錯，也不是自己能力所能避免，內省不疚，也就坦然接受了。

(42) 孟子曰：「世俗所謂不孝者五：惰其四肢，不顧父母之養，^{二七}

一不孝也；博奕，好飲酒，不顧父母之養，二不孝也；好貨財，私妻子^{〔公〕}，不顧父母之養，三不孝也；從耳目之欲，以為父母戮，四不孝也；好勇鬥狠，以危父母，五不孝也。」

白話解：孟子說：「世俗所說不孝的事有五種：手腳懶惰不肯做事，又不能夠奉養父母，是第一種不孝；喜歡賭博圍棋，又好飲酒，不能夠奉養父母，是第二種不孝；貪愛財物，偏愛妻子兒女，不能夠奉養父母，是第三種不孝；縱情於耳目之欲，涉足聲色場所，使父母受辱，是第四種不孝；喜歡逞血氣之勇，與人打架爭鬥，甚至危害到父母，這是第五種不孝。」

《萬章章句》

(43) 太誓曰：「天視自我民視，天聽自我民聽。」

白話解：書經泰誓篇說：「上天察看事情，是經由我們百姓的眼睛來察看；上天的聽聞，是經由我們百姓的耳朵來聽聞。」

*即是從人民的角度來看，從百姓的立場來聽。孟子曰：「民爲貴，社稷次之，君爲輕。」孟子以民爲本，此即是民本思想。

(44) 孟子曰：「伯夷，聖之清者也；伊尹，聖之任者也；柳下

惠，聖之和者也；孔子，聖之時者也，孔子之謂集大成。」

白話解：孟子說：「伯夷是聖人中最清高的人；伊尹是聖人中最負責任的人；柳下惠是聖人中最隨和的人；孔子是聖人中最合時宜的人。孔子

可以說是集合諸聖之大成者。」

*伯夷：商朝孤竹君之長子，父將死，遺命立其弟叔齊。父卒，叔齊讓伯夷。伯夷曰：「父命也。」遂逃去。叔齊亦不肯立而逃。周武王伐紂，伯夷叔齊叩馬而諫。及商滅，周有天下，伯夷、叔齊恥食周粟今文，隱於首陽山，採薇而食，遂餓死。註：薇，野菜也。

*柳下惠：春秋魯人，即展禽，名獲字季，食邑柳下，有賢名。據輟耕錄：
「柳下惠，夜宿國門，有女子來同宿，恐其凍死，坐之於懷，至曉不爲亂。」

*伊尹：商之賢相，名摯，耕於田野，湯三聘之，始往就任。湯伐桀滅夏，遂王天下，伊尹之功最偉，湯尊之爲阿衡。湯崩，其孫太甲無道，伊尹把他放逐到桐，三年後，太甲悔過，復迎歸。年百歲卒，帝沃丁葬以天子之禮。

(45) 萬章問曰：「敢問友？」孟子曰：「不挾_長，不挾_貴，不挾_{兄弟而友}；友也者，友其德也，不可以有挾也。」

白話解：萬章問孟子說：「請問老師結交朋友的道理？」孟子說：「不倚仗年長，不倚仗地位高貴，不倚仗兄弟的勢力去結交朋友。交朋友，是結交他的品德，不可以有任何倚仗。」挾者：倚仗自恃也。

*朋友之間應該平等對待，和睦相處；仗勢交友，交不到真心的朋友。

《告子章句》

(46) 孟子曰：「雖有天下易生之物也，一日暴之，十日寒之，未有能生者也。」

白話解：雖然有天下最容易生長的植物，如果只有一天曝曬，見見陽光，

卻有十天遭受陰寒不見陽光，這樣子是不可能會生長的。

(47) 孟子曰：「魚，我所欲也；熊掌，亦我所欲也；二者不可得兼，舍魚而取熊掌者也。生，亦我所欲也；義，亦我所欲也；二者不可得兼，舍生而取義者也。生，亦我所欲，所欲有甚於生者，故不爲苟得也。死，亦我所惡，所惡有甚於死者，故患有所不辟也。」

白話解：孟子說：「魚，是我所喜歡吃的；熊掌，也是我所喜歡吃的；如果二者不能同時得到，我就捨棄魚而取熊掌。生命，是我所愛惜的；道義，也是我所愛惜的；如果兩者不能同時得到，我就捨棄生命而取道義。生命固然是我所愛惜的，但是我所愛惜的還有超過生命的，所以不會苟且偷生。死亡，是我所厭惡的，但是還有比死亡更讓我厭惡的事，所以有些禍患也就不逃避了。」

(48) 孟子曰：「學問之道無他，求其放心而已矣。」

白話解：孟子說：「研究學問的道理沒有別的，只是將亡失的真心找回來而已。」

*宋·程子曰：「聖賢千言萬語，只是欲人將已放之心，約之使返。」

(49) 孟子曰：「大匠誨人，必以規矩；學者亦必以規矩。」

白話解：孟子說：「手藝精巧的木匠教人時，必定要使用圓規、曲尺來教；學的人也一定要使用圓規、曲尺來學。」

*教與學皆不離規矩準繩。

(50) 孟子曰：「舜發於畎畝之中，傅說舉於版築之間，膠鬲𦗷舉於魚鹽之中，管夷吾舉於士，孫叔敖舉於海，百里奚舉於市。故天將降大任於是人也，必先苦其心志，勞其筋骨，餓其體膚，空乏其身，行拂亂其所為，所以動心忍性，曾增

益其所不能。」

白話解：孟子說：「虞舜本在歷山耕田，被堯帝起用後任命爲天子；傅說原是築牆的工人，被殷高宗推舉爲宰相；膠鬲是周文王從販賣魚鹽的商販中發掘的；管仲原被關在監獄中，因好友鮑叔牙的推薦，才能出來輔佐齊桓公九合諸侯，一匡天下。孫叔敖爲躲避仇家而住在海邊，被楚莊王在南海邊地發現，舉用爲宰相；至於百里奚本爲奴隸，被秦穆公贖回後，敦請他作大夫，協助治理國家。」

所以上天要將重責大任交給一個人時，必定先以種種苦難來磨練他的心志，勞累他的筋骨，飢餓他的身體，使他的身家窮困貧乏，在他做事時又遭受種種挫折打擊；這些都是上天有意要激勵他的心志，堅忍他的性情，增強他本來所缺乏的能力。」

*註：百里奚：春秋時虞國人，晉滅虞，他被俘虜，當秦穆公夫人陪嫁的

奴僕到秦國去。後雖逃走，又被楚人抓去，秦穆公用五張黑羊皮將他贖回，並敦請他執政，故又稱「五羖大夫」。羖：羊皮也。

⑤1 孟子曰：「人恆過，然後能改；困於心，衡於慮，而後作；激於色，發於聲，而後喻。入則無法家拂士拂：《孟子》通‘弼’，出則無敵國外患者，國恆亡。然後知生於憂患，而死於安樂也。」

白話解：孟子說：「一個人往往在犯了過錯之後，才知道要改過；做事時有困難橫梗在心，思慮受到阻塞，然後才會發憤振作；看到人家的不滿表現在臉色上，或發出聲音來勸諫，才會明白道理。」

在國內沒有守法度的大臣，和輔弼的賢士直言諫諍；在國外沒有敵國外患侵略的威脅，這個國家往往會滅亡。然後我們才知道，憂患的環境能激勵人，使人成長；安逸的環境反而使人沈迷、墮落，招致滅亡。」

※老子曰：「禍兮，福之所倚；福兮，禍之所伏。」福禍皆在存心，故又

曰：「福禍無門，唯人自召。」召者感召也，語出太上感應篇。

《盡心章句》

⑤2 孟子曰：「夭壽不貳，修身以俟之，所以立命也。」

白話解：孟子說：「對於生命的長短，毫無疑慮，唯有修身養性以待天命，這就是君子順天立命的道理。」

*不貳：不疑也。『立命之學』請參考了凡四訓。

⑤3 孟子曰：「求則得之，舍則失之，是求有益於得也，求在我者也。求之有道，得之有命，是求無益於得也，求在外者也。」

白話解：孟子說：「仁義禮智，求就能得到，捨棄就會失去，這個『求』

是有助於『得』的，因為所求的，原是我自己本性所固有的。富貴顯達有求的方法，但是得到與否卻有命運的定數，這個『求』是無助於『得』的，因為所求的是身外之物。』

⑤4 孟子曰：「萬物皆備於我矣。反身而誠，樂莫大焉。強恕而行，求仁莫近焉。」

白話解：孟子說：「天地之間，一切萬事萬物的道理，都具備在自己的身上。只要反省自身，所作所爲皆真實無欺，就沒有比這個更快樂的了。勉力實踐推己及人的恕道，那麼求仁的途徑，沒有比這個更接近的了。」

⑤5 孟子曰：「行之而不著焉，習矣而不察焉，終身由之而不知其道者，衆也。」

白話解：孟子說：「做了一件事卻不明白為什麼這樣做，或者已經做得很熟悉了，仍然不知道為什麼這樣做的原因，甚至於一輩子都照著做的

事，卻不明白爲什麼這樣做的道理，這種人實在太多了。」

*按史次耘先生註：道不須臾離，然百姓日用而不知。

(56) 孟子曰：「人不可以無恥；無恥之恥，無恥也。」

白話解：孟子說：「人不可以沒有羞恥之心，能夠知道沒有羞恥心是可恥的，就不會有羞恥的事發生了。」

(57) 孟子曰：「古之人，得志，澤加於民；不得志，修身見於世。窮則獨善其身，達則兼善天下。」

白話解：孟子說：「古時候的人，得志的時候，就施恩澤於百姓；不得志的時候，就修身養性揚名於世。窮困的時候，就獨自修養己身，顯達的時候，就兼顧天下使同趨於善。」

(58) 孟子曰：「詩文王而後興者，凡民也；若夫豪傑之士，雖無文王猶興。」

白話解：孟子說：「等待文王的教化，才能奮發向善的，是平凡的人；至於那些豪傑志士，雖然沒有文王的啓發，也能自動奮發向善。」

* 凡夫因人成事，志士仁人爲所當爲。

⑤9 孟子曰：「善政，不如善教之得民也。善政，民畏之；善

公

教，民愛之。善政，得民財；善教，得民心。」

白話解：孟子說：「良好的政令，不如良好的教化能得民心。良好的政令，能使百姓畏懼遵守；良好的教化，能贏得百姓的愛戴。良好的政令只能得到百姓的稅賦；良好的教化，卻能得到人民真心的擁戴。」

⑥0 孟子曰：「人之所不學而能者，其良能也；所不處而知者，其良知也。孩提之童，無不知愛其親者；及其長也，無不知敬其兄也。親親，仁也；敬長，義也。無他，達之天下也。」

白話解：孟子說：「一個人不用學習自然就會的，是與生俱來的『良能』；用不著思考就知道的，是與生俱來的『良知』。兩三歲的幼兒，沒有不知道愛他的父母的；等到他逐漸長大之後，沒有不知道要恭敬兄長的。親愛父母是仁的表現；尊敬兄長是義的表現。這沒有別的緣故，因為普天下的人都具有仁義的本性啊！」

(61) 孟子曰：「舜之居深山之中，與木石居，與鹿豕遊，其所以異於深山之野人者幾希；及其聞一善言，見一善行，若決江河，沛然莫之能禦也。」

白話解：孟子說：「當舜初住在深山時，與大地的木石爲伍，和野鹿山豬等禽獸同遊，這時候的他跟深山裡的野人差不了多少；可是等到他聽到一句好話，看見一件好事，就立刻去做，那種身體力行的氣勢，好像江河決了口一樣，浩浩蕩蕩的誰也阻擋不住。」

(62) 孟子曰：「無爲其所不爲，無欲其所不欲，如此而已矣。」

白話解：孟子說：「不做自己所不應該做的事，不要自己所不應該要的東西，做人的道理，就是這樣而已。」

(63) 孟子曰：「獨孤臣孽子，孟子其操心也危，其慮患也深，故

達。」

白話解：孟子說：「只有不爲君主所寵信的臣子，與不爲父母喜愛的庶子，他們的心常懷著危險戒懼，他們所憂慮的患難也比一般人深刻，因爲如此，所以能成爲一個通達事理，人情練達的人。」

*庶子指非原配所生者。

(64) 孟子曰：「君子有三樂，而王天下不與存焉。父母俱存，兄弟無故，一樂也；仰不愧於天，俯不怍於人，二樂也；得天下英才而教育之，三樂也。君子有三樂，而王天下不

與存焉。」

白話解：孟子說：「君子有三種快樂，而統治天下卻不包含在內。父母健在，兄弟沒有什麼憂患變故，是第一種快樂；對上無愧於天，對下不愧於人（問心無愧），是第二種快樂；能得到天下有爲的青年來教導，爲天下作育英才，是第三種快樂。君子有三樂，而統治天下卻不包含在內啊！」

*貴爲天子，富有四海，位高權重，並不一定快樂；可見權力與財富不等於快樂。

(65) 孟子曰：「雞鳴而起，孳孳爲善者，舜之徒也；雞鳴而起，孳孳爲利者，蹠^止之徒也。欲知舜與蹠之分，無他，利與善之間也。」

白話解：孟子說：「大清早一聽到雞叫就起來，認真努力去作善事的，

是舜這一類的人；一聽到雞叫就起來，非常努力的去追求個人私利的，是蹠這一類的人。想要知道大孝的舜王與大盜蹠的分別，沒有別的要領，就在行善與謀求私利之間去分辨罷了！」

*蹠與跖同，古大盜之通名。

(66) 孟子曰：「有爲者，譬若掘井；掘井九出而不及泉，猶爲棄井也。」

白話解：孟子說：「有作爲的人，譬如挖井，挖到七十二尺那樣深，還沒有見到井水就罷手，仍然是一口無用的廢井啊！」

*軔同仞。學貴有恆，尤須有始有終，不可半途而廢，功虧一簣。

(67) 孟子曰：「君子之所以教者五：有如時雨化之者，有成德者，有達財者，有答問者，有私淑艾者。此五者，君子之所以教也。」

白話解：孟子說：「君子教誨人的方法有五種：有像及時雨一般滋潤化育萬物的；有成就人的德行的；有使人通達，成爲有用之材的；有解答他的疑問以啓發人的；還有的是未能親自來接受教導，只是私下選取君子的嘉言懿行來修養自己的。這五種都是君子用來教人的方法。」

*達財：財與材通。嘉言懿行：美好的言語和行爲，足爲典範者。

(68) 孟子曰：「天下有道，以道殉身；天下無道，以身殉道。」

未聞以道殉乎人者也。」

白話解：孟子說：「天下有道（政治清明）的時候，道就隨著君子的現身而施行；天下無道的時候，身就隨著道而退隱。沒有聽說過以道來遷就人的。」

*殉：徇也，依循、遵從也。

(69) 孟子曰：「親親而仁民，仁民而愛物。」

白話解：孟子說：「君子由親愛自己的親人，然後推及到仁愛百姓，再由仁愛百姓擴展到愛惜萬物。」

(70) 孟子曰：「知者無不知也，當務之為急；仁者無不愛也，急親賢之為務。堯舜之知而不漏物，急先務也；堯舜之仁不漏愛人，急親賢也。」

白話解：孟子說：「有智慧的人沒有不知道的事，但是他總以當前應做的事務為最要緊（最優先）；仁慈的人沒有不愛人的，但是他總以先親近賢能的人為急務。以堯舜的智慧也不能偏知萬事萬物，因為要急於先辦重要的事務；以堯舜的仁心也不能愛盡所有的人，因為要急於先親近賢能的人。」

※事有先後本末，輕重緩急，優先順序不可不知。

(71) 孟子曰：「不仁哉，梁惠王也！仁者以其所愛，及其所不

愛；不仁者以其所不愛，及其所愛。」

白話解：孟子說：「梁惠王真是不仁啊！仁慈的人，從他所愛的，推及到所不愛的；不仁的人，則是由他所不愛的連累到他所愛的。」

*按：梁惠王因好戰，不惜犧牲人民使血肉成漿，殃及子弟。

(72) 孟子曰：「盡信書，則不如無書。吾於武成，取二三策而已矣。仁人無敵於天下；以至仁伐至不仁，而何其血之流杵也。」

白話解：孟子說：「完全相信書上的話，不如沒有書來得好。我對於周朝書經武成篇的記載，有關武王伐紂的事，只取信其中兩三片竹簡之言，其餘則不敢盡信。因為仁者沒有敵人於天下；武王伐紂，是以最仁討伐最不仁的人，怎麼會殺得血流成河，連杵都漂起來呢？」

*讀書當深明義理，不可望文生義，誤解、曲解都是讀書之弊。

(73) 孟子曰：「民為貴，社稷次之，君為輕。」

白話解：孟子說：「人民是最重要的，國家次之，君主最輕。」

*因為建立國家，各種制度設施，無非是爲了人民。君主只是管理政治的人。

(74) 孟子曰：「聖人，百世之師也；伯夷、柳下惠是也。故聞伯夷之風者，頑夫廉，懦夫有立志；聞柳下惠之風者，薄夫敦，鄙夫寬。奮乎百世之上，百世之下，聞者莫不興起也。非聖人而能若是乎？而況于親炙ㄓ之者乎！」

白話解：孟子說：「聖人，可以作爲百代的師表；像伯夷、柳下惠就是。」

所以凡是聽到伯夷清高風範的人，就連頑固貪心的人也會變得廉潔，膽小懦弱的人也能立定志向；聽到柳下惠忠厚的風範，刻薄的人也會變得忠厚，心胸狹窄的也會變得寬大。他們在百代以前發憤振作所建立的清

高、忠厚、隨和的美德，百代以後，聽到的人都爲之感動奮發，起而效法。要不是聖人的教化，怎麼能夠這樣？何況是親自接受聖人教化的人呢！」

(75) 孟子曰：「仁也者，人也；合而言之，道也。」

白話解：孟子說：「仁，是人之所以爲人的道理；把仁和人合起來說，人能行仁，就是道。」

(76) 孟子曰：「賢者以其昭昭，使人昭昭；今以其昏昏，使人昭昭。」

白話解：孟子說：「古時候的賢人，自己先明白道理，然後教人明白道理；現在的在位者，自己本身就糊塗，卻要叫人明白道理。」

(77) 孟子曰：「可欲之謂善，有諸己之謂信，充實之謂美，充實而有光輝之謂大，大而化之之謂聖，聖而不可知之之謂

神。」

白話解：孟子說：「人人都覺得他可愛，稱讚他好，叫做善；本身具備真實的善行，叫做信；充實善行而至於完備，叫做美；善行充實完備又能發揚光大，叫做大；大到能變化，且能融通事理叫做『聖』；聖而達到妙不可測的境界叫做『神』。」

78 孟子曰：「其爲人也小有才，未聞君子之大道也，則足以殺其軀而已矣！」

白話解：孟子說：「他的爲人，小有才幹，可惜卻沒有聽過君子做人的大道理，不知道謙遜禮讓，這就足夠招致殺身之禍了！」

*指益成括：戰國人，在齊國做官，恃才妄爲，其後果然被殺。

79 孟子曰：「說大人，則藐之，勿視其巍巍然。堂高數仞，棊題數尺，我得志弗爲也；食前方丈，侍妾數百人，我得

志弗爲也；般樂飲酒，驅騁田獵，後車千乘，我得志弗爲也；在波者，皆我所不爲也；在我者，皆古之制也，吾何畏波哉！」

白話解：孟子說：「遊說有權位的人，不要過份看重他，不要在意他富貴高顯的氣勢。廳堂高廣氣派，裝飾得富麗堂皇，我得志時決不這樣做；山珍海味、美酒佳餚擺滿了一丈長的方桌，侍奉的美妾有好幾百人，我得志時決不這樣做；大口吃肉，大口飲酒，瘋狂作樂，騎著馬來往奔馳打獵，隨從的車有上千輛，我得志了也不會這樣縱樂；在他來說他所有、所做的種種，都不是我所要追求的；在我來說我所希望做的種種，都是遵循古聖先賢的法制，我爲什麼要怕他呢？」

(80) 孟子曰：「養心莫善於寡欲。」

白話解：孟子說：「養心沒有比減少欲望更好的了。」

* 少欲知足：少欲心清淨，知足常快樂。幸福在哪裡？知足兩個字就是。

(81) 孟子曰：「孔子不得中道而與之，必也狂獮乎！狂者進取，
獮者有所不爲也。孔子豈不欲中道哉？不可必得，故思其
次也。」

白話解：孟子說：「孔子得不到謹守中道的人來傳道，迫不得已求其次，
只有傳給狂放獮介之士了！狂放者有進取心，獮介者知恥、自愛，有所
不爲（不妄爲）。孔子難道不想教謹守中道的人嗎？因爲，人才難得，
所以才想到次一等的狂獮之士啊！」獮同狷字。

* 人才難得：所謂「千軍易得，一將難求」，何況是傳道，傳法之人。

孟子選粹 · 白話解

終

參考資料：四書集註 宋·朱熹

孟子旁通·南懷瑾 四書廣解 蔣伯潛

四書讀本 高政一

孟子今譯 史次耘 四書讀本 謝冰瑩等

四書選粹·白話解 終

五、老子

①道可道，非常道；名可名，非常名。

白話解：(1)可以說得出來的道，就不是永恆存在的道；可以叫得出來的名，就不是永恆不變的名。

(2)憨山大師註：眞常之道（道體），本無相無名，不可言說。凡可言者，則非眞常之道。故曰非常道。道本無名，今既勉強名之曰道，是則凡可名者皆假名也，故曰非常名。（此言道之體也）

*道不在言語中，不在文字上。
《壇經》云：「諸佛妙理，非關文字。」語言、文字是工具，不可以將工具視爲目標，把手段當成目的，更不可以拋棄工具去尋找目標。

*無名是體，有名是用。無名是性，有名是相。相非性不融，性非相不彰。

又老子所說之「道」即哲學家所說之「本體」，佛法所說的「眞如」。

②無，名天地之始；有，名萬物之母。

白話解：無相無名之道，其體至虛，天地皆從此中變化而出，故曰天地之始。無相無名之道體，全成有相有名之天地，而萬物盡從天地之陰陽造化而生成，所謂一生二，二生三，三生萬物，是根源也。（此言道之用也）

③故常無，欲以觀其妙；常有，欲以觀其激。生此兩者同，出而異名，同謂之玄，玄之又玄，衆妙之門。

白話解：老子謂：我尋常日用安心於無，以觀照道之奧妙。我尋常日用安心於有，以觀照道用之廣大無邊際。「無」和「有」這兩者，同一來源而不同名稱，都可說是無窮大又深遠不可知，是一切變化的總門。
※另解：常處於無，以觀察天地變化莫測之境界；常處於有，以觀察萬物

變化之跡象。觀無觀有，不落兩邊，是則有無並觀同是一體。而有不能生有，必因無以生有；無不自無，必因有以顯無。此乃有無相生之理。實則天地同根萬物一體，雖是有無同觀，仍須絕有無之名，離玄妙之跡，忘懷泥物，即能無往而不妙哉！（既成萬物，則物物皆爲道之全體所在，故道只在日用平常間，事事物物上！）。

*憨山大師曰：此段（從道可道至眾妙之門）總言道之體用，及入道功夫，老子之學，精華盡在於此，其五千餘言，所演述唯此一章而已。

④ 天下皆知美之爲美，斯惡已；皆知善之爲善，斯不善已。

白話解：天下的人都知道美之所以爲美的原因，醜乃相對而生，於是大家都追求美厭棄醜，因此紛爭不斷，結果反而不美了；既知善之所以爲善，不善的惡名也相隨而生，因此紛紛趨善名避惡名，由是詐僞孽生，結果反而不善了。

*此段在說明「相反相因」的觀念。

*因「分別」而生計較心，爭名奪利因之而起，斯不善矣！

⑤有無相生，難易相成，長短相較，高下相傾，音聲相和^合，前後相隨。是以聖人處無為之事，行不言之教。

白話解：沒有「有」，就沒有「無」，所以有和無是相生的；沒有「難」，就沒有「易」，所以難易是相成的；沒有「長」，就沒有「短」，所以長短是互相比較而顯現的；至於高下是互相對照而造成的；音聲和音響（指回聲）是互相調節而產生和諧的；前後是互相對待而形成順序的。這些相對的觀念產生之後，從此紛爭不斷擾攘不安。所以聖人善體天道，崇尚無爲順應自然，實行「不言」的教導。

*註：音響是指回聲。不言：指不用聲教法令。

*論語：爲政不在多言。己身正，不令而從。（潛移默化功效最大）

⑥ 生而^不有，爲而^不恃，功成而弗居。夫唯弗居，是以不去。

白話解：天地生長萬物，而不據爲己有；作育萬物，而不自恃己能；有所建樹，而不自居其功。正因它不居功，所以它的功績反而讓人懷念而永垂不朽。

⑦ 不尚賢，使民不爭；不貴難得之貨，使民不爲盜；不見可欲，使民心不亂。工六

白話解：名位引人爭逐之念，財寶引人貪得之心，所以治國者不崇尚賢名，使人民不生爭心；不以難得的財貨爲珍貴，使人民不起盜心；不凸顯名利之可貪可得，使人民的心志不會迷惑混亂。

* 慈山大師曰：「尚賢，好名也。名，爭之端也。所以好名好利者，因見名利之可欲也。……若在上者苟不見名利有可欲，則民各安其志，而心不亂矣。」凡見名利之可以要、可以得、可以貪，則爭名奪利，風俗漸

壞，民心亂矣！

⑧ 多言數窮，不如守中。

白話解：「多言」指言教法令，「多言數窮」指政令繁苛，加速敗亡；反而不如去除私見，守持虛靜無爲的中道。

⑨ 上善若水，水善利萬物而不爭。……夫唯不爭，故無尤。

白話解：上等的善人，好比水一樣，善於利益萬物，而不與萬物相爭。……因為他不與人爭，所以沒有怨恨、過錯。

*水的特質：隨方就圓，無不自在。

⑩ 富貴而驕，自遺其咎。功遂身退，天之道。

白話解：富貴又驕傲的人，容易得意忘形，造作諸多惡事，而自取禍害。功業成就時不自我膨脹，能收斂鋒芒才合乎自然之道。

*例一、吳越相爭時，范蠡輔佐越王勾踐復國之後，功成名就即退隱江

湖，從事生意買賣，其後致富爲陶朱公。

※例二、漢朝三傑之一的張良，輔佐劉邦統一天下後，即退隱從赤松子遊。
※老子之「身退」，是功成不居、斂藏、不顯露之意，並不是一定要去其位而做隱士。

(11) 五色令人目盲；五音令人耳聾；五味令人口爽；馳騁畋獵，
令人心發狂；難得之貨，令人行妨。是以聖人爲腹不爲目，
故去波取此。

白話解：過分追求視覺的享受，將會造成眼花撩亂，甚至視覺遲鈍視而不見；過分追求聽覺的享受，將會造成聽覺不靈，甚至聽而不聞；過分追求味覺的享受不知節制，將會造成味覺的傷害，甚至食而不知其味；如果沈迷於騎馬打獵，追逐鳥獸，會令人狂野放蕩心神不寧；有了難得的珍寶財貨，就得時時提防被偷被盜，因此日常生活處處受到限制妨礙。

因此聖人但求安飽而不追逐聲色之娛，所以摒棄物欲的誘惑（去彼），而保持本性的天眞（取此）。

*飲食是爲了填飽肚子，不是爲了滿足眼睛。

(12)寵辱若驚，貴大患若身。何謂寵辱若驚？寵爲上，辱爲下，得之若驚，失之若驚，是謂寵辱若驚。何謂貴大患若身？吾所以有大患者，爲吾有身，及吾無身，吾有何患？

白話解：世人過分重視外在的名利，因此不論得寵或受辱，皆不免驚慌失措；重視自己的身體好像防止大患一樣。什麼是『寵辱若驚』呢？以得寵爲上，受辱爲下，身外的名利緊縛在心，因此得寵時戰戰兢兢惟恐失去，失寵受辱時更感到心驚害怕，這就是寵辱若驚。什麼叫做重視身體像防止大患一樣？我之所以有大患，是因爲我有這個身體，如果沒有這個身體，我會有什麼大患？

*司馬溫公（司馬光）說：「有身斯有患也，然則既有此身，則當貴之、愛之，循自然之理以應事物，不縱情欲，俾之無患可也。」此說較切合老子原義，即大患來自身體，所以防大患應先貴身（潔身自愛）。

(13) 知常曰明。不知常，妄作凶。

白話解：了解天地萬物運行和演變的道理，都是依著循環往復的規則，叫做「明」。不了解這個規則，任憑私心胡亂作為，輕舉妄動就會出亂子。

(14) 大道廢，有仁義；智慧出，有大偽；六親不和，有孝慈；國家昏亂，有忠臣。

白話解：大道廢棄了，才提倡仁義；聰明智巧流行之後，虛偽奸詐的行為也跟著產生；六親不和，家庭起了紛爭，才顯出孝慈；國家紛亂不平靜，才顯現出忠臣來。（假使國家安定太平，便分不出誰忠誰奸了。）

白話解：銳利的兵器（武器）是一種不吉祥的東西，人們都討厭他，所以有道的人決不肯輕易發動戰爭。

(20) 知人者智，自知者明。勝人者有力，自勝者強。知足者富，強行者有志。不失其所者久，死而不亡者壽。

白話解：能夠瞭解別人是「智」，能夠瞭解自己是「明」。能戰勝別人的，可以稱得上有力量，能克服自己的私欲、妄想，才是真正「強」者。能夠知足的人是真富有，能夠勤行不懈的就是有志氣。能與道相處而不失（不背離道的根基），以道為處所的人，將與道長存；身體雖死亡而道（精神）能長存者，才是真正長壽。

*誠者，無自欺也。能坦誠的面對自己，內心清楚明白，故明。

(21) 道常無爲，而無不爲。侯王若能守之，萬物將自化。

白話解：「道」是順其自然，不妄爲的，然而宇宙間沒有一件事不是它

所爲。治國者若能守住「道」的眞諦（無爲而治），天下萬物將順其本性，自生自長，自行化育了。

(22) 上士聞道，勤而行之；中士聞道，若存若亡；下士聞道，大笑之。不笑，不足以爲道。

白話解：第一等人聽見了道，立即起而行之，而且不稍懈怠；中等資質的人聽見了道，由於見識不足，對道認識不清，信而不篤，所以將信將疑似有若無；下等根性之人，因爲見識淺薄不明白「道」是何物，聽了反而哈哈大笑。這些粗俗淺陋的人不笑，就無法顯出道之可貴。

(23) 名與身孰親？身與貨孰多？得與亡孰病？是故甚愛必大費；多藏必厚亡。知足不辱，知止不殆，可以長久。

白話解：身外的名位與生命比較，哪一樣更親近重要呢？珍寶財物和自己的生命相較，哪一種貴重呢？獲得名利與失去生命，哪一種對我有害

呢？所以過分的愛名愛財，必定要付出重大的耗費；珍寶財物收藏豐富，一遇天災人禍損失必定很嚴重。知足者不貪，自然不會受到侮辱；行事有節制，知道適可而止，沒有僭越之舉，危險就不會發生，能這樣生命自然可以保持長久。

(24) 大成若缺，其用不弊；大盈若沖，其用不窮。大直若屈，
大巧若拙，大辯若訥訥。

白話解：最圓滿的東西，看起來好像有欠缺似的，但是它的作用是不會停止的；最充實的東西，看起來好像很空虛，但是它的作用是無窮的。最直的東西，看起來好像彎曲似的；最巧妙的東西，看起來好像很笨拙的樣子；最高明的辯才，看起來好像不善言語一般。

(25) 禍莫大於不知足；咎莫大於欲得。

白話解：災禍發生的原因，沒有比「不知足」更大了；罪過產生的原因，

沒有比「貪得無饜」^(一)的心態更為嚴重！（饜：滿足也。）

*吉凶禍福之道，總在存心與用心而已！

②6 為學日益，為道日損。

白話解：求學是一天一天的增加學養的深度，求道是一天一天的減少欲念、妄想。

*求學是希望增加知識才能；學道是學習明理（理得心安），藉著身不妄爲，心不妄想、欲念日益減少，心地愈來愈清明，達到返璞歸真。

②7 聖人無常心，以百姓心為心。

白話解：聖人無成見（無私、無我故），以老百姓的意見為意見。

②8 知者不言，言者不知。塞其兌^(二)，閉其門，挫其銳，解其分，和其光，同其塵。是謂玄同。（分者紛也）

白話解：智者體察道體精微，勤而行之，心與道合，順乎自然，故不言。

多言者見之不眞，未徹事理，故流於口談沒有智慧。智者緘默自守，不事口舌，阻絕情欲的孔道是塞其兑也；不事耳目之玩，關閉情欲的門徑是閉其門也。處事圓潤收斂鋒芒故曰挫其銳，消解紛擾以簡御繁故曰解其紛；謙抑自處，隱藏光芒曰和其光，隨順塵俗而不染，故曰同其塵；如此一任自然妙契玄微就是道的境界。

*老子今註今譯及評介：智者是不向人民施加政令的，施加政令的人就不是智者。智者塞住嗜欲孔竅，閉起嗜欲的門徑，不露鋒芒，消解紛擾，含斂光耀，和塵俗同處，這就是玄妙齊同的境界（即「道」的境界，與物大同又無跡可見也。）。

(29) 禍兮，福之所倚；福兮，禍之所伏。孰知其極？

白話解(1)：災禍啊！幸福就倚傍在它裡面；幸福啊！災禍就藏伏在其中。這種福禍相生的道理，誰能明白究竟？

*白話解(2)：災禍來臨時，只要從此心存正直，小心謹慎，未必不潛藏著幸福；反之，當幸福來臨時，如果沈迷於享受，胡作非爲，未必不潛藏著災禍。這種「禍福相生」的道理，誰能明白究竟？

(30) 治大國，若烹小鮮。

白話解：治理大國，要像煎小魚一般，不可常常翻動多事更張。

*爲政要順其自然，無爲而治，使人民各得其所、各遂其生，相安無事。

(31) 圖難於其易，爲大於其細。天下難事，必作於易；天下大事，必作於細。

白話解：處理難事要在容易時著手；做大事，要在事情剛剛開始，還是很細微的時候著手。天下的難事，必定從容易的（處）做起；天下的大事，必定是從細微的（處）做起。

*把握時機而爲，必將事半功倍，否則，易者漸難，細者漸大，難矣！

(32) 夫輕諾必寡信，多易必多難。

白話解：輕易允諾的人，必定缺少信用；把事情看得太容易時，遭遇的困難一定更多。

(33) 善爲士者不武，善戰者不怒，善勝敵者不與，善用人物者爲之下。

白話解：善於領導的將帥，不逞現他的武勇；善於作戰的人，不輕易發怒（怒使人失去理智）；善於克敵制勝者，不和敵人正面交鋒（衝突）；善於用人者，態度一定謙虛卑下。（禮賢下士，士爲知己者死。）

(34) 聖人自知不自見^{丁亥}，自愛不自貴。

白話解：聖人雖自知其能，但並不自我稱揚（炫耀）；雖自愛其力，但並不自以爲尊貴。

(35) 天之道，其猶張弓與！高者抑之，下者舉之；有餘者損之，

不足者補之。天之道，損有餘而補不足；人之道，則不然，損不足以奉有餘。

白話解：自然的規律，好像拉弓一樣！弦位過高時就抑制它，使它低一些，弦位過低了，就舉高一些；弦太長了顯得多餘，就截短一些，弦太短了，就補長一些。自然的規律，是損有餘以補不足的；人類就不是這樣，常常爲了一己的私欲，剝奪不足的人，來供奉有餘的人。

⑯ 天下莫柔弱於水，而攻堅强者莫之能勝，以其無以易之。
弱之勝強，柔之勝剛，天下莫不知，莫能行。

白話解：天下萬物最柔弱的莫過於水，但是沖擊堅強的東西，卻沒有能勝過水的，因爲沒有什麼能取代它。這種弱勝過強，柔勝過剛的道理，天下沒有人不知道，但是卻都做不到。

⑰ 和大怨，必有餘怨，安可以爲善？

白話解：調解重大的衝突（仇恨），如果只是在表面上調解，沒有省察、追究怨恨發生的原因。從根本去消弭、化解問題，雖然以至公無私的態度去調解，必然還有餘怨存在，這樣怎能算是妥善呢？

(38) 天道無親，常與善人。

白話解：自然的規律是無私，沒有偏愛的，卻經常和善人在一起。

*此句顯示出老子「非感情的自然觀」，指善人之所以得助，乃是他所爲與自然相合的結果，並不是有一個人格化的「天道」在賞善懲惡。

(39) 信言不美，美言不信。善者不辯，辯者不善。知者不博， 博者不知。聖人不積，既以爲人己愈有，既以與人己愈多。 天之道，利而不害；聖人之道，爲而不爭。

白話解：真誠（真實）的言詞不動聽，動聽的言詞不真誠（真實）。行爲善良的人不巧辯，巧辯的人不善良。真智慧者未必博覽群書；知識廣

博的人如果不能深解義趣力行實踐，徒有記問之學，不是真智慧。聖人無私不積藏，他盡其所有來幫助人，自己反而更充足；他愈給與別人，自己反而更豐富。自然的規律，對萬物只有利而無害；聖人的道理，是付出、服務、奉獻而不與人爭奪。

*「知者不博，博者不知」，以現代學術而言，駁雜不精不能深入，則永遠無法進入學問的門牆。

老子選粹·白話解 終

參考資料：老子新釋

張默

新譯老子讀本

余培林

老子今注今譯及評介

王雲五主編

陳鼓應註譯

老子道德經憨山註

明·憨山大師註

四書·老子選粹·白話解 終

參、附錄：

一、禮記·學記白話解

前言：本篇是我國古老的教育哲學，說明一個國家的建立，爲政者領導人民，其當務之急應以教學爲重，亦以教學爲先，因爲只有辦學施教化民成俗，才能解決問題，其餘只是輔助的手段，輕重緩急不可不知，更不可本末倒置。

其內容記述學習的方法、目的、效果，並論及教學與爲人師表的道理，與大學發明闡述所學的道術，相爲表裡，故甚爲宋代理學家所推崇，以爲禮記除中庸、大學之外，唯學記、樂記最近道，也是中國古老的教育哲學。善讀者，心領神會，必有所得。

發慮憲，求貞善良，足以謾聞，不足以動衆；就賢體遠，足以動衆，未足以化民。君子如欲化民成俗，其必由學乎！

白話解：行事必定思慮，用人必求善良，雖然可以得到小小的名聲，但不足以感動眾人。禮賢下士，親自就教於賢者，體恤遠方的人，雖能夠感動眾人，仍然不足以教化人民。君子如果要教化人民，建立良好的風俗習慣，一定要從「教育」入手。

玉不琢，不成器；人不學，不知道。是故古之王者，建國君民，教學為先。兌^命曰：「念終始典于學。」其此之謂乎！

白話解：縱然是質地美好的玉石，如果不經過琢磨，也不能成為珍貴的器物；人雖貴為萬物之靈，如果不肯學習受教，也不會明白做人處世的道理。所以古時候的君王，建設國家，治理人民，都是以「教育」為最

優先、最重要的工作。尚書兌命篇說：「自始至終常以教育爲念。」就是這個意思啊！

*設教興學是國家建設之首務。

雖有嘉肴，弗食，不知其旨也；雖有至道，弗學，不知其善也。是故學，然後知不足；教，然後知困。知不足，然後能自反也；知困，然後能自強也。故曰：工云：教學相長也。
兌命曰：「學學半。」出大其此之謂乎！

白話解：雖然有好菜擺在那裡，如果不吃，不能知道它的美味；雖然有至善的道理（最好的義理），如果不去學習，就不能明白它的完善。所以說：學習之後，才知道自己的學問不足；教人之後，才發現自己困惑的所在。知道不足，然後能反求諸己，努力向學；知道有困惑不通達，然後才會自我勉勵，發憤圖強。所以說：教學相長。尚書兌命篇說：

「教別人而研理益精，足以當自己學問的一半。」就是這個意思吧！

*蔣伯潛先生：「教者，半以教人，半以自學，此謂教學相長也。」

古之教者，家有塾塾，學宮也。，黨有庠庠，學序也。，涒有序涒，學宮也。，國有學。比比，次第也。年入學，中年考校。一年視離經辨志，三年視敬業樂群，五年視博習親師，七年視論學取友，謂之「小成」；九年知類通達，強立而不反，謂之「大成」。夫然後足以化民易俗，近者說服，而遠者懷之，此大學之道也。記曰：「蛾子時涒之。」其此之謂乎！

白話解：古時候教學的地方，二十五家設有「私塾」，一黨之中設有「庠」（五百家爲黨），一個遂設有「序」（一萬兩千五百家爲遂），天子之都，諸侯之國設有「學」。每年都有新生入學，隔年考試一次。入學一年之後，考經文的句讀句讀，讀文之法。，並辨別其志向所趨；三年後考察學生是

否專注於學業，樂於與朋友相處；五年後考察學生是否廣博的學習，親近師長；七年時考察學生在學術上是否有獨到的見解，會不會選擇朋友，這時候可以稱之爲「小成」。九年時義理通達無疑，能夠觸類旁通，遇事堅定卓立，不爲外物奪其志向，不再返於平庸，就可以稱之爲「大成」。這時候才能夠教化人民，移風易俗，然後受其治理的人都心悅誠服，遠方的人也都自動來歸附。這是古代大學教育的方法與次第。古書上說：「螞蟻雖小，尚知時時學習銜泥，然後才能堆成大垤」。就是這個意思。

*術通遂。垤者小土堆。

*塾：古時二十五家爲閭，同在一巷，巷首設有塾，此泛指私立學堂。

大學始教，皮弁祭菜，示敬道也；宵雅肄三，官其始也；入學鼓篋，孫其業也；夏楚二物，收其威也；朱卜禘不視

學，游其志也；時觀而弗語，存其心也；幼者聽而弗問，學不躐ㄌㄢˋ等也。此七者，教之大倫也。記曰：「凡學：官先事；士先志。」其此之謂乎！

白話解：大學開學的時候，學生都穿著禮服，以蘋藻之菜祭祀先聖先師，表示尊師重道。誦習小雅中鹿鳴、四牡、皇皇者華三首詩歌，以啓發學生力學報國的志向；擊鼓召集學生到學堂，正式打開書篋（書包），取出書籍，希望學生以謙遜的態度學習；用夏楚兩物（教鞭）來警惕、鞭策學生，以整肅他們的威儀。

夏天的大祭（天子祭天）未實施以前，天子、諸侯不急著到學校去視察，爲的是讓學生有充足的時間發展志向；老師常常觀察學生，但是並不嘮叨叮嚀，等到適當的時機再加以指導，其目的是要使學生自動自發。（論語述而：不憤不啓，不悱不發。）

至於年幼的學生，只聽講而不能亂發問，是因為學習要按照長幼之次序進行，不可踰越等級。這七項是教育的重要原理。古書說：「凡是學習：做官領導人民的，要優先學習他所管理的事情；作一個讀書人，則要先堅定志向」。就是這個意思。

*（志者存心也，心之所向也。志氣志氣！孟子說：以志帥氣。）

大學之教時也，教必有正業，退息必有居。學，不學操縵，不能安弦；不學博依，不能安詩；不學雜服^衣，不能安禮；不興其藝，不能樂學。故君子之於學也，藏焉，脩焉，息焉，遊焉。夫然，故安其學而親其師，樂其友而信其道。是以雖離師輔而不反也。兌命曰：「敬^念孫物時敏，厥脩乃來。」其此之謂乎！

白話解：大學施教是非常講究的，是順著四季的時序而教的，如春秋教

禮樂，冬夏教詩書，所教授的都是正規的課程，學生下課及放假的時候，也都有指定的課外作業。（宋人斷句改爲：「大學之教也，時教必有正業，退息必有居學。」分文句讀略有不同。）

學習要有方法，如果不先從調絃雜弄和小曲學起，指法不純熟，琴、瑟就彈不好；不先從通曉鳥獸草木，天時人事，不學會廣博譬喻，詩就作不好；不先學灑掃應對等雜務，禮儀就行不好；對於六藝等技藝如果沒有興致，就提不起學習的興趣。

所以君子向學時，對於學習要存之於心，好學不倦。不論休息或遊樂的時候，都念念不忘。（處處皆學問，時時皆學問。）能夠這樣，才能安於學習，並且要親近師長；樂於與同學相處而且深信所學的道理。

縱然日後離開了同學、師長，也不會背棄道義。尚書說命篇說：「恭敬謙順，努力不倦，修行便能成功。」就是這個意思。

今之教者，呻其佔畢，多其訊^冬，言及于數^夏，進而不顧其安，使人不由其誠，教人不盡其材，其施之也悖，其求之也拂。夫然，故隱其學而疾其師，苦其難而不知其益也，雖終其業，其去之必速。教之不刑，其此之由乎！（元吳澄斷句：

多其訊言，及于數進，而不顧其安。）

白話解：現今許多教師，口裡雖然唸著書中的章句，其實心裡並不通達；又經常多作解釋，不待學生自己領悟，是否已經理解；只求多教，不管學生明不明白。（能不能安弦、安詩、安禮）

教的時候缺乏誠意，又不衡量學生的程度與學習能力；對學生未能深入了解，所以教學內容的先後次序、難度淺深均違反常理，要求也不合理。如此一來，學生把學習看成是件痛苦的事，而且憎惡師長；苦於學習的艱難而不明白學習將有什麼好處。雖然課業勉強完成了，卻很快

就忘得一乾二淨。教育之所以不能成功，原因就在此吧！

大學之法，禁於未發之謂豫，當其可之謂時，不陵節而施之為孫《急》，相觀而善之謂摩。此四者，教之所由興也。

白話解：大學施教的方法，在一切不良的行為未發生之前，就用禮來教育，來約束禁止，這就是「預防法」（防患於未然）。把握學生可以教誨的時候加以教導，就叫做「及時法」。依據學生的程度，由淺入深，不跨越進度，不超出其能力來教導，就叫做「漸進法」。挑選優秀的成績，讓學生互相觀摩學習而得到利益，就叫做「觀摩法」。這四種教學方法，是使教育興盛的原因。

發然後禁《急》，則扞格而不勝；時過然後學，則勤苦而難成；雜施而不孫《急》，則壞亂而不脩；獨學而無友，則孤陋而寡聞；燕朋逆其師，燕辟廢其學。此六者，教之所由廢也。

白話解：當學生已經有了不合理的行爲（視聽言動），再來禁止，因爲錯誤的觀念已經堅不可拔，要靠教育來扭轉導正，必定被拒絕、抵抗，總覺得格格不入，難以矯正。

一旦過了適當的學習時期，即使努力苦學，也難有成就。教材雜亂無章，東學一點西學一些，不能循序漸進，則學生所得，必是支離破碎而無完整體系的知識。沒有同學在一起研討，切磋琢磨，就會落得孤單淺陋而缺少見聞。結交不正當的朋友，就會違背師長的教誨，有了不良的壞習慣，就會荒廢自己的學業。這六項，都是導致教育失敗的原因。

*顏氏家訓勉學篇曰：「人生小幼，精神專利，長成已後，思慮散逸，故須早教，勿失機也。」

君子既知教之所由興，又知教之所由廢，然後可以爲人師也。故君子之教喻也，喻者發其義理而使之曉悟也道而弗牽，強而弗抑，開而弗達。

道而弗牽則和，強而弗抑則易，開而弗達則思；和易以思，可謂善喻矣！

白話解：君子已經知道教育之所以興盛的道理，也明白教育之所以失敗的原因，然後才能爲人師表，擔負起教師的職責。

所以君子的教化重曉喻。只加以引導，而不強制逼迫學生；鼓勵學生，而不壓抑他們；加以啓發，而不將結論和盤托出。只引導而不強制逼迫學生，師生關係便融洽親和；重視鼓勵而不壓抑，學習變得輕鬆自如；只加以啓發而未必全部說出，能促使學生獨立思考。融洽親和、輕鬆自如又能自動思考，這才是善於教誨的老師啊！

學者有四失，教者必知之。人之學也，或失則多，或失則寡，或失則易，或失則止。此四者，心之莫同也。知其心，然後能救其失也。教也者，長善而救其失者也。生尤

白話解：學習的人，有四種容易犯的過失，指導的老師一定要知道。人在學習的時候，或有貪多務得，雜學不精的毛病；或有局限於自己的見聞，得少爲足的毛病（知道一些些就滿足了）；或有見異思遷學不專一，只求速效的毛病；或有自我設限，不求進步的毛病。

這四種心理都不相同，必須先明白這些心理，然後才能對症下藥，挽救這些缺失。所謂教育，就是要增進其特長而補救其過失。

善歌者，使人繼其聲；卽善教者，使人繼其志。其言也，約而達，微而臧，罕譬而喻，可謂繼志矣！

白話解：擅長唱歌的人，能使人繼承他美妙的歌聲而唱這首歌；擅長教育的人，能使人繼承他的志向而努力不懈。他教學時，言語簡要而意思通達；義理微妙且解說精善；用很少的比喻就能使聽者明白；這樣可算是能使人繼承其心志了。

君子知至學之難易，而知其美惡，然後能博喻；能博喻，然後能為師；能為師，然後能為長；能為長，然後能為君。故師也者，所以學為君也。是故擇師不可不慎也。記曰：「三王、四代唯其師。」其此之謂乎！

白話解：君子知道求學入道的深淺次第，又知道學生程度的高下，然後能隨其程度淺深高下因材施教。能廣泛地曉喻開導，然後才能為人師表。能夠作老師，教人各得其宜，然後才能做官長（領導人，管理眾人之事）；能夠做一個好長官，才能做一個好國君（領袖）。所以成爲教師，就是學作一個好領袖的開始。因此選擇老師不可以不謹慎。古書說：「三王（伏羲、神農、黃帝稱三皇）、四代（虞夏殷周）雖皆是聖人，亦都是靠教育而來，所以對老師的選擇都很慎重。」就是這個意思吧！

凡學之道，嚴師為難。師嚴然後道尊，道尊然後民知敬學。

是故君之所不臣於其臣者二：當其爲尸，則弗臣也；當其爲師，則弗臣也。大學之禮，雖詔於天子，無北面，所以尊師也。

白話解：求學之道，尊敬老師是難能可貴的。老師受到尊敬，然後學問、真理才會受到敬重；學問、真理受到敬重，然後人民才會認真學習。因此，君主不以對待屬下的態度來對待臣子的情形有兩種：一種就是在祭祀時，臣子擔任『尸』的時候，另一種就是作爲君主的老師。大學的禮法，對天子授課時，老師不坐在朝北面的臣位（天子面向西，師向東，故老師又稱西席），就是爲了表示尊師重道。（尊師重教，乃中國傳統美德。）

*尸者主也，古代親人死後，以孝子之兄弟飾演親人之形像接受祭祀，後代始用畫像而廢尸。

善學者，師逸而功倍，又從而庸之；不善學者，師勤而功半，又從而怨之。善問者，如攻堅木，先其易者，後其節目，及其久也，相說以解。^出不善問者，反之。善詩問者，如撞鐘，扣之以小者則小鳴，扣之以大者則大鳴；詩其從^文容，然後盡其聲；不善問者反之。此皆進學之道也。

白話解：善於學習的人，教師很輕鬆安閒，而效果反而加倍的好，學生更把功勞歸諸於老師教導有方。不善學的人，教師教得很辛苦，效果卻僅得一半，學生反而歸罪於老師。

善於發問的人，好比砍伐堅硬的木頭，先從容易下手之處開始，慢慢的擴及較硬的節處；時間久了，木頭自然分解脫落；善問的人能按事理而問，老師也能用心回答，師生都很愉快。不善發問的人，使用的方
法剛好相反。

善於回答問題的人，有如敲鐘，輕輕敲打則小聲回應；用力的敲打，回應的聲音就很響亮。一定要敲鐘的人從容不迫，回答的鐘聲才會餘音悠揚傳之久遠。不善於回答問題的人剛好相反。這都是進入學問領域的途徑。

記問之學，不足以爲人師。必也聽語乎！力不能問，然後語之；語之而不知，雖舍戶之可也。

白話解：讀書只是一味記誦，（沒有身體力行，沒有心得，沒有獨到見解的人。）不夠資格作老師。教學時，一定要在學生提出問題後，才給予適當的解答。學生心裡有疑難又沒有能力表達時，老師才主動加以開導；老師開導了，學生仍然不明白，那麼暫時不予指導，等待將來再教也是可以的。

良冶之子，必學爲裘；良弓之子，必學爲箕；始駕馬者反

之，車在馬前。君子察於此三者，可以有志於學矣。⁴¹

白話解：良匠的兒子，必先學習補綴獸皮作爲皮衣的工作，再學冶金陶鑄以補破器；良弓的兒子，必先學習彎曲柳條來製作畚箕，然後再學彎曲簾木以製弓；剛學駕車的小馬都是繫在車後，讓牠見習老馬駕車，然後牠才有能力不慌不恐的駕車。君子觀察這三件事，就可以立定志向，知道要怎麼學了。

*可見基礎教育的重要，更必須有良好的典範作榜樣，如學習書法時，必先從臨摹名家的字帖下手，等到基礎打好了，再求創新。

古之學者，比物醜類。鼓無當於五聲，五聲弗得不和。^分水無當於五色，五色弗得不章。學無當於五官，五官弗得不治。師無當於五服，五服弗得不親。

白話解：古時候的學者，能夠分析、比較事物的異同而觸類旁通。鼓的

聲音並不屬於宮、商、角、徵、羽五音之中的任何一音，但是五音沒有鼓就不能和諧的奏鳴；水本身並不屬於青、黃、赤、白、黑五色當中的任何一色，然而五色沒有水的調和就無法鮮明。至於學者並不等於司徒、司馬、司空、司士、司寇五官中的任何一官，但五官不經過學習教導就不可能處理好政務。而老師並不屬於五倫中的任何一倫，但是五倫關係，如果沒有老師的教誨，就無法和睦相處了。

君子曰：「大德不官，大道不器，大信不約，大時不齊。」
察此四者，可以有志於本（學）矣。

白話解：君子說：「偉大的德行，不偏治一種職務；偉大的道理，不局限於一種事務（所謂：放諸四海而皆準。）；真正偉大可貴的誠信，不一定建立在山盟海誓上；春夏秋冬四時的運行，萬物之生死榮衰不可能整齊劃一完全一樣。」如果能明察這四種情形，就可以立志學習安身立

命的根本道理了。

三王之祭川也，皆先河而後海。或源也，或委也，此之謂務本。

白話解：夏、商、周三代，君王祭祀河川時，都是先祭河川而後祭大海。因為河是水的源頭根本，海是河流的歸處，先本而後末，這叫做「務本」（致力於根本）。

參考資料：禮記今註今譯·商務印書館·王夢鷗

禮記·學記白話解終

二、禮運大同篇

禮記卷七

大道之行也，天下為公。選賢與能，講信修睦。故人不獨親其親，不獨子其子，使老有所終，壯有所用，幼有所長，鰥寡孤獨廢疾者皆有所養。男有分^分，女有歸。貨惡其棄於地也，不必藏於己。力惡其不出於身也，不必為己。是故謀閉而不興，盜竊亂賊而不作，故外戶而不閉，是謂大同。

白話解：聖人的大道能夠實行的時代，天下是為天下人所共有的。大家選舉賢能的人來共同治理，人人講求誠信，彼此和睦相處。不獨愛護自己的親人，不獨慈愛自己的兒女，更能推廣愛心到其他人身上，使得社會上年長的老人皆能安享天年，青壯者都能貢獻一己之力，青少年與兒

童也都能接受良好的教育，那些孤苦無依及殘廢者，也都能受到適當的照顧。男人能恪盡自己本分應盡的職責，女生也各有自己的家室。

各種物質資源，不喜歡被浪費、棄置，希望能發揮應有的功效；但也不能私藏據爲己用。有能力不應該捨不得服務奉獻，但也不能只是圖利自己。能夠做到這樣，整個社會就不會發生勾心鬥角，損人利己的事，也不會再有搶劫、偷竊、殺人的事出現，縱然窗不關、門不閉，也不用擔驚害怕，生活自在安樂，那樣的社會真可以說是大同世界了。

註：國父說：人生以服務爲目的，不以奪取爲目的。又說人類進化的原則是合作，物種進化的原則是鬥爭。

後記——兒童讀經教育建言

經典之美，引人入勝、發人深省之處不絕如縷，個人教導兒童讀經數年獲益良多，深深體會到要學習中國古聖先賢之智慧寶藏，捨讀經外別無他途；而讀經之成敗關鍵，端在老師及家長之認知與決心。

王財貴博士在「兒童讀經教育說明手冊」中說明：記憶力和理解力是人類潛能開發的兩大法寶，然而記憶力和理解力在成長過程中的發展曲線是大不相同的，記憶力從零歲開始成長，至三歲即有顯著之發展，三至六歲進展更為迅速，六至十三歲，則為一生中發展的黃金時期，以後最多只能保持這個水準，甚至因為環境的影響而減退；至於理解力雖然也是自零歲開始醞釀，一至十三歲都是緩慢的上升，十三歲之後才有長足的進步，十八歲以後逐漸成熟，直到終老為止。

我們提倡兒童讀經教育，即是要把握兒童期黃金般的記憶力，記下一些永恒的金玉良言，作為生命中的啓蒙，而反覆誦讀是兒童的自然喜好，背書正是他的拿手好戲，你不誘導他背一些有價值的經典，他就會去記一些無意義的話，甚至背誦電視廣告，變成教育的最大浪費！

可惜現今社會，最大的特色即是「忙碌」，很難見到從容優雅的君子之風，個人實不樂見青少年、兒童，在忙碌的學習課程之外又增加一項「讀經」的功課，（曾見學生向老師反映：他要補英文、數學，還要彈鋼琴，現在又增加一項讀經，每天都好晚才睡覺，說得好可憐！令人十分同情！）期盼賢明的老師、家長一起來思考：「學習重質不重量」，因此科目不宜選得太多，更不要趕流行，如此學習才有意義、才有動機，才有快樂，才有持續的動力，讀經尤其如此。

個人觀察讀經之成敗，其半途而廢者，大都起因於指導老師與家長缺乏參考資料，無從領會經典之親切與雋永，以致無法循循善誘，使讀

經之功難以爲繼，爲遷就現實，不得已而有「選粹」之舉，然而學問沒有僥倖的功夫，古人說：「若要功夫深，鐵杵磨成針！」若能一點一滴的累積，持之以恆，則中庸所云：「善讀者，玩索而有得焉，其味無窮。」讀書之樂從此而得，豈非人生一大幸事！

南懷瑾先生在論語別裁中強調：論語的每一章節都是井井有條，脈絡一貫的，爲避免見樹不見林忽略全貌，誠心建議體會到經典之美的學子，與高明的讀者皆能再讀全本，如此方可免遺珠之憾，亦能得見聖人心量之廣大，與境界之美妙。幸甚！幸甚！

感謝陳老師於百忙的教學生活中，撥冗審核校訂，並提供編修卓見，個人獲益良多，謹申謝忱。

編者 敬誌 二〇〇一年冬

參考資料：兒童讀經說明手冊 王財貴博士 著

孫中山先生——殷切的期望

◎ 恢復民族地位的根本方法：恢復固有道德與固有知識時說：

「恢復中國民族地位的根本方法：

第一、恢復固有道德——忠孝仁愛信義和平。

第二、恢復固有智識——修齊治平的政治哲學。」

「我們以爲歐美的國家，近來很進步，但是說到他們的新文化，還不如我們政治哲學的完全。中國有一段最有系統的政治哲學，在外國的大政治家還沒有見到，還沒有說到那樣清楚的，就是大學中所說的『格

物、致知、誠意、正心、修身、齊家、治國、平天下』那一段話，把一個人從內發揚到外，由一個人的內部做起，推到平天下止。像這樣精微開展的理論，無論外國什麼政治哲學家都沒有見到，都沒有說出，這就是我們政治哲學的智識中所獨具的寶貝，是應該要保存的。』

先生又說：『普通讀書人，雖然常用那一段話做口頭禪，但是多是習而不察不求甚解的。正心誠意的學問是內治的功夫，是很難講的，從前宋儒是最講究這些功夫的，讀他們的書，便可知道他們做到了什麼地步。但是說到修身、齊家、治國，那些外修的功夫，中國人近幾百年來都做不到，所以對於本國，便不能自治。』

佛陀彌阿無南

回向偈

願以此功德
莊嚴佛淨土
上報四重恩
下濟三途苦
若有見聞者
悉發菩提心
盡此一報身
同生極樂國

四書·老子選粹白話解

印贈者—香光淨宗學會

電話：（〇二）八五一一〇九五五
傳真：（〇二）八五一〇九五三
地址：新北市三重區中興北街179號1樓

網址：www.hsiangkuan.org

E-mail：hsiangkuan@sparqnet.net

淨空法師—淨空法師專集網站 <http://www.amtb.org.tw>
影音網址

淨空法師專集簡體網站 <http://www.amtb.cn>
淨空法師英文網站 <http://www.chinkung.org>

排版承印—和裕出版社（〇六）一四五〇一三一七

中華民國一百年
佛曆二五五五年
十二月恭印壹仟本結緣

【歡迎翻印·功德無量·免費結緣·敬請愛護珍惜】

真誠清淨平等正覺慈悲

看破放下自在隨緣念佛



本會法寶・免費結緣・絕無託人募款義賣・敬請明察・愛護珍惜

Printed in Taiwan (This book is not to be sold.)
FOR FREE DISTRIBUTION