

◎總敘

概述:弟子規原名《訓蒙文》,為清朝康熙年間秀才李毓秀所作。其內容採用《論語》學而篇第六條:「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。」的文義以三字一句,兩句一韻編纂而成,分為五個部份以演述;具體列舉出為人子弟在家、出外、待人接物、求學應有的禮儀與規範, 特別講求家庭教育與生活教育。後經清朝賈存仁修訂改編,並改名為《弟子規》,是啟蒙養正,教育子弟敦倫盡份防邪存誠,養成忠厚家風的最佳讀物。

弟子規 聖人訓 首孝弟 次謹信 汎愛眾 而親仁 有餘力 則學文
易解:弟子規這本書,是依據至聖先師孔子的教誨而編成的生活規範。首先在日常生活中,要做到孝順父母,友愛兄弟姊妹。其次在一切日常生活言語行為中要小心謹慎,要講信用。和大眾相處時要平等博愛,並且親近有仁德的人,向他學習,這些都是很重要非做不可的事,如果做了之後,還有多餘的時間精力,就應該好好的學習六藝等其他有益的學問。

◎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
易解:父母呼喚,應及時回答,不要慢吞吞的很久才應答,父母有事交代,要立刻動身去做,不可拖延或推辭偷懶。父母教導我們做人處事的道理,是為了我們好,應該恭敬的聆聽。做錯了事,父母責備教誡時,應當虛心接受,不可強詞奪理,使父母親生氣、傷心。(君子聞過則喜,小人聞過則怒。) 冬則溫 夏則清 晨則省 昏則定 出必告 反必應 居有常 業無變

易解:侍奉父母要用心體貼,二十四孝的黃香(香九齡),為了讓父親安心睡眠,夏天睡前會幫父親把床鋪搨涼, 冬天寒冷時會為父親溫暖被席,實在值得我們學習。早晨起床之後,應該先探望父母,並向父母請安問好。下午回家之後,要將今天在外的情形告訴父母,向父母報平安,使老人家放心。外出離家時,須告訴父母要到那裡去,回家後還要當面稟報父母回來了,讓父母安心。平時起居作息(生活習慣),要保持正常有規律,做事有常規,不要任意改變,以免父母憂慮。

事雖小 勿擅為 苟擅為 子道虧 物雖小 勿私藏 苟私藏 親心傷
易解:縱然是小事,也不要任性,擅自主張,而不向父母稟告。如果任性而為,容易出錯,就有損為人子女的本分,因此讓父母擔心,是不孝的行為。公物雖小,也不可以私自收藏佔為己有。如果私藏,品德就有缺失,父母親知道了一定很傷心。 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

易解:父母親所喜好的東西,應該盡力去準備,父母所厭惡的事物,要小心謹慎的去除(包含自己的壞習慣)。要愛護自己的身體,不要使身體輕易受到傷害,讓父母親憂慮。(曾子曰:「身體髮膚受之父母,不敢毀傷」)。要注重自己的品德修養,不可以做出傷風敗德的事,使父母親蒙受恥辱。當父母親喜愛我們的時候, 孝順是很容易的事;當父母親不喜歡我們, 或者管教過於嚴厲的時候,我們一樣孝順,而且還能夠自己反省檢點,體會父母的心意,努力改過並且做得更好,這種孝順的行為最是難能可貴。

親有過 諫使更 怡吾色 柔吾聲 諫不入 悅復諫 號泣隨 撻無怨

易解:父母親有過錯的時候,應小心勸導改過向善,勸導時態度要誠懇,聲音必須柔和,並且和顏悅色,(子夏問孝。子曰:「色難。»)如果父母不聽規勸,要耐心等待,一有適當時機,例如父母情緒好轉或是高興的時候,再繼續勸導;如果父母仍然不接受,甚至生氣,此時我們雖難過得痛哭流涕,也要懇求父母改過,縱然遭遇到責打,也無怨無悔,以免陷父母於不義,使父母一錯再錯,鑄成大錯。

親有疾 藥先嘗 晝夜侍 不離床 喪三年 常悲咽 居處喪 酒肉絕 喪盡禮 祭盡誠 事死如 事生

易解:父母親生病時,子女應當盡心盡力的照顧,一旦病情沉重時,更要晝夜服侍,不可以隨便離開。父母去世之後,守孝期間(古禮三年),要常常追思、感懷父母教養的恩德。自己的生活起居必須調整改變,不能貪圖享受,應該戒絕酒肉(請參考地藏經, 孝子應如何給往生者修福)。辦理父母親的喪事要哀戚合乎禮節,不可草率馬虎,也不可以為了面子鋪張浪費, 才是真孝順。(論語:生,事之以禮,死,葬之以禮,祭之以禮。)祭拜時應誠心誠意,對待已經去世的父母,要如同生前一樣恭敬。(論語:祭如在,祭神如神在。)

◎出則悌

兄道友 弟道恭 兄弟睦 孝在中 財物輕 怨何生 言語忍 忿自泯
易解:當哥哥姊姊的要友愛弟妹,作弟妹的要懂得恭敬兄姊,兄弟姊妹能和睦相處,一家人和樂融融,父母自然歡喜,孝道就在其中了。與人相處不斤斤計較財物,怨恨就無從生起。言語能夠包容忍讓,多說好話,不說壞話,忍住氣話,不必要的衝突、怨恨的事情自然消失不生。(言語為福禍之門。孔門四科有:德行、言語、政事、文學。可見言語之重要。) 或飲食 或坐走 長者先 幼者後 長呼人 即代叫 人不在 己即到

易解:良好的生活教育,要從小培養;不論用餐就座或行走,都應該謙虛禮讓,長幼有序,讓年長者優先,年幼者在後。長輩有事呼喚人,應代為傳喚,如果那個人不在,自己應該主動去詢問是什

麼事?可以幫忙就幫忙,不能幫忙時則代為轉告。(國父說:「人生以服務為目的,不以奪取為目的。」「青少守則明言:助人為快樂之本。)」 稱尊長 勿呼名 對尊長 勿現能 路遇長 疾趨揖 長無言 退恭立 騎下馬 乘下車 過猶待 百步餘

易解:稱呼長輩,不可以直呼姓名,在長輩面前,要謙虛有禮,不可以炫耀自己的才能;路上遇見長輩,應向前問好,長輩沒有事時,即恭敬退後站立一旁,等待長輩離去。古禮:不論騎馬或乘車,路上遇見長輩均應下馬或下車問候,(並等到長輩去稍遠,約百步之後,才可以離開。(敬老尊賢) 長者立 幼勿坐 長者坐 命乃坐 尊長前 聲要低 低不聞 卻非宜 進必趨 退必遲 問起對 視勿移

易解:與長輩同處,長輩站立時,晚輩應該陪著站立,不可以自行就坐,長輩坐定以後,吩咐坐下才可以坐。與尊長交談,聲音要柔和適中,回答的音量太小讓人聽不清楚,也是不恰當的。有事要到尊長面前,應快步向前,退回去時,必須稍慢一些才合乎禮節。當長輩問話時,應當專注聆聽,眼睛不可以東張西望,左顧右盼。

事諸父 如事父 事諸兄 如事兄
易解:對待叔叔、伯伯等尊長,要如同對待自己的父親一般孝順恭敬,對待同族的兄長(堂兄姊、表兄姊),要如同對待自己的兄長一樣友愛尊敬。

◎謹

朝起早 夜眠遲 老易至 惜此時 晨必盥 漱漱口 便溺回 輒淨手

易解:為人子應早起,把握光陰及時努力,若經常晚睡、甚至熬夜,不但對身體健康不好,也影響白天正常的作息。歲月不待人,青春要珍惜。(少壯不努力,老大徒悲傷。)早晨起床後,務必洗臉、刷牙、漱口使精神清爽,有一個好的開始。大小便後,一定要洗手,養成良好的衛生習慣,才能確保健康。(防止腸病毒,要學會洗手,手心、手背、指縫間均要仔細搓洗)(陶淵明詩:盛年不重來,一日難再展。及時當勉勵,歲月不待人。)

冠必正 紐必結 襪與履 俱緊切 置冠服 有定位 勿亂頓 致污穢

易解:要注重服裝儀容的整齊清潔,戴帽子要戴端正,衣服釦子要扣好,襪子穿平整,鞋帶應繫緊,否則容易被絆倒,一切穿著以穩重端莊為宜。回家後衣、帽、鞋襪都要放置定位,避免造成髒亂,要用的時候又要找半天。(大處著眼,小處著手,養成良好的生活習慣,是成功的一半。)

衣貴潔 不貴華 上循份 下稱家 對飲食 勿揀擇 食適可 勿過則 年方少 勿飲酒 飲酒醉 最為醜

易解:穿衣服需注重整潔,不必講究昂貴、名牌、華麗。穿著應考量自己的身份及場合,更要衡量家中的經濟狀況,才是持家之道。(不要為了面子,更不要讓虛榮心作主,無謂的開銷就是浪費。)日常飲食要注意營養均衡,多吃蔬菜水果,少吃肉,不要挑食,不可以偏食,三餐常吃八分飽,避免過量,以免增加身體的負擔,危害健康。 飲酒有害健康,要守法,青少年未成年不可以飲酒。成年人飲酒也不要過量,試看醉漢瘋言瘋語,醜態畢露,惹出多少是非? (論語:「食不厭精,膾不厭細。」「夫子勸勉我們:食物不要過分講求精美,烹調不要過分要求細緻。)(老子說:聖人為腹不為目。飲食是為了吃飽肚子,不是為了滿足口目。)當今的文明病例如:癌症、糖尿病…等多為營養過多,與營養失衡所造成。應注意過份加工,太精緻的食品,都含有化學添加物,有害健康,不宜食用。

步從容 立端正 揖深圓 拜恭敬 勿踐闕 勿跛倚 勿箕踞 勿搖髀

易解:走路時步伐應當從容穩重,不慌不忙,不急不緩;站立時要端正有站相,須抬頭挺胸,精神飽滿,不可以彎腰駝背,垂頭喪氣。(立如松,行如風,坐如鐘,臥如弓。) 問候他人時,不論鞠躬或拱手都要真誠恭敬,不能敷衍了事。進門時腳不要踩在門檻上, 站立時身體也不要站得歪歪斜斜的,坐的時候不可以伸出兩腿, 腿更不可以抖動,這些都是很輕浮、傲慢的舉動,有失君子風範。

緩揭簾 勿有聲 寬轉彎 勿觸樑 執虛器 如執盈 入虛室 勿有人 事勿忙 忙多錯 勿畏難 勿輕略 鬥鬪場 絕勿近 邪僻事 絕勿問

易解:進入房間時,不論揭簾子、開門的動作都要輕一點、慢一些,避免發出聲響。在室內行走或轉彎時,應小心不要撞到物品的棱角,以免受傷。拿東西時要注意,即使是拿著空的器具,也要像裡面裝滿東西一樣,小心謹慎以防跌倒或打破。進入無人的房間,也要像有人在一樣,不可以隨便。做事不要急急忙忙慌慌張張, 因為忙中容易出錯,不要畏苦怕難而猶豫退縮,也不可以草率,隨便應付了事。凡是容易發生爭吵打鬥的不良場所,如賭博、色情等是非之地,要勇於拒絕,不要接近,以免受到不良的影響。一些邪惡下流,荒誕不經的事也要謝絕,不聽、不看,不要好奇的去追問,以免污染了善良的心性。

將入門 問孰存 將上堂 聲必揚 人問誰 對以名 吾與我 不分明 用人物 須明求 倘不問 即為偷 借人物 及時還 後有急 借不難

易解:將要入門之前,應先問:「有人在嗎?」不要冒冒失失就跑進去。進入客廳之前,應先提高聲音,讓屋內的人, 知道有人來了。如果屋裡的人問:「是誰呀?」應該回答名字,而不是:「我!我!」讓人無法分辨我是誰? 借用別人的物品,一定要事先講明,請求允許。如果沒有事先徵求同意,擅自取用就是偷竊的行為。 借來的物品,要愛惜使用,並準時歸還,以後若有急用,再借就不難。(諺雲:好借好還,再借不難。)

◎信

凡出言 信為先 詐與妄 奚可焉 話說多 不如少 惟其是 勿使巧 奸巧語 穢污詞 市井氣 切戒之

易解:開口說話,誠信為先,答應他人的事情,一定要遵守承諾, 沒有能力做到的事不能隨便答應,至於欺騙或花言巧語,更不能使用!(論語:與朋友交言而有信。信近於義,言可復也。註:復者實踐也,約定的事情要合乎義理,才能實踐。) 話多不如話少,話少不如話好。說話要恰到好處,該說的就說,不該說的絕對不說,立身處世應該謹言慎行,談話內容要實事求是,所謂:「詞,達而已矣!」;不要花言巧語,好聽卻靠不住。奸詐取巧的語言,下流骯髒的話,以及街頭無賴粗俗的口氣,都要避免不去沾染。(論語 子曰:君子欲訥於言,而敏於行。)

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

易解:任何事情在沒有看到真相之前,不要輕易發表意見,對事情瞭解得不夠清楚明白時,不可以任意傳播,以免造成不良後果。(謠言止於智者,不要被謠言所利用。) 不合義理的事,不要輕易答應,如果輕易允諾,會造成做也不是,不做也不好,使自己進退兩難。 講話時要口齒清晰,咬字應該清楚,慢慢講,不要太快,更不要模糊不清。遇到他人來說是非,聽聽就算了,要有智慧判斷,不要受影響,不要介入是非,事不關己不必多管。

見人善 即思齊 縱去遠 以漸躋 見人惡 即內省 有則改 無加警

易解:看見他人的優點或善行義舉,要立刻想到學習看齊,縱然目前能力相差很多,也要下定決心, 逐漸趕上。看見別人的缺點或不良的行為,要反躬自省,檢討自己是否也有這些缺失,有則改之,無則加勉。(見賢思齊焉,見不賢而內自省也。)(子曰:三人行。必有我師焉,擇其善者而從之,其不善者而改之。)

唯德學 唯才藝 不如人 當自礪 若衣服 若飲食 不如人 勿生感

易解:每一個人都應當重視自己的品德、學問、和才能技藝的培養, 如果感覺到不如人的地方,應當自我惕勵奮發圖強。至於外表穿著,或者飲食不如他人,則不必放在心上,更沒有必要憂慮自卑。(論語:顏回居陋巷,一簞食、一瓢飲,人不堪其憂,回也不改其樂。)(※君子憂道不憂貧) 聞過怒 聞譽樂 損友來 益友卻 聞譽恐 聞過欣 直諫士 漸相親

易解:如果一個人聽到別人說自己的缺失就生氣,聽到別人稱讚自己就歡喜,那麼壞朋友就會來接近你, 真正的良朋益友反而逐漸疏遠退卻了。反之,如果聽到他人的稱讚,不但沒有得意忘形,反而會自省,唯恐做得不夠好,繼續努力;當別人批評自己的缺失時,不但不生氣,還能歡喜接受,那麼正直誠信的人,就會漸漸喜歡和我們親近了。(人以群分,物以類聚。同聲相應,同氣相求。)

無心非 名為錯 有心非 名為惡 過能改 歸於無 倘揜飾 增一辜

易解:無心之過稱為錯,若是明知故犯,有意犯錯便是罪惡。知錯能改,是勇者的行為,錯誤自然慢慢的減少消失,如果為了面子,死不認錯,還要去掩飾,那就是錯上加錯了。(子曰:知過能改,善莫大焉! 又曰:知恥近乎勇。)

◎汎愛眾

凡是人 皆須愛 天同覆 地同載
易解:只要是人,就是同類,不分族群、人種、宗教信仰,皆須相親相愛。同是天地所生萬物滋長的,應該不分你我,互助合作,才能維持這個共生共榮的生命共同體。(國父說:物種以競爭為目的。人類以互助合作為目的。)

行高者 名自高 人所重 非貌高 才大者 望自大 人所服 非言大

易解:德行高尚者,名望自然高超。大家所敬重的是他的德行,不是外表容貌。有才能的人,處理事情的能力卓越,聲望自然不凡,然而人們之所以欣賞佩服,是他的處事能力,而不是因為他很會說大話。

己有能 勿自私 人所能 勿輕訾 勿諂富 勿驕貧 勿厭故 勿喜新 人不閒 勿事擾 人不安 勿話擾

易解:當你有能力可以服務眾人的時候,不要自私自利,只考慮到自己,捨不得付出。對於他人的才華,應當學習欣賞讚歎,而不是批評、嫉妒、毀謗。不要去討好巴結富有的人,也不要窮人面前驕傲自大,或者輕視他們。不要喜新厭舊,對於老朋友要珍惜,不要貪戀新朋友或新事物。對於正在忙碌的人,不要去打擾他,當別人心情不好,身心欠安的時候,不要閒言閒語干擾他,增加他的煩惱與不安。(禮運大同篇:力惡其不出於身也,不必為己。)

人有短 切莫揭 人有私 切莫說 道人善 即是善 人知之 愈思勉 揚人惡 即是惡 疾之甚 禍且作 善相勸 德皆建 過不規 道兩虧

易解:別人的缺點,不要去揭穿,對於他人的隱私,切忌去張揚。讚美他人的善行就是行善。當對方聽到你的稱讚之後,必定會更加勉勵行善。張揚他人的過失或缺點,就是作了一件壞事。如果指責批評太過分了,還會給自己招來災禍。朋友之間應該互相規過勸善, 共同建立良好的品德修養。如果有錯不能互相規勸,兩個人的品德都會有缺陷。

凡取與 責分曉 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
易解:財物的取得與給予,一定要分辨清楚明白,寧可多給別人,自己少拿一些,才能廣結善緣,與人和睦相處。事情要加到別人身上之前 (要託人做事),先要反省,問問自己:換作是我,喜歡不喜歡,如果連自己都不喜歡,就要立刻停止。(子曰:己所不欲,勿施於人。要設身處地為別人著想。) 受人恩惠要時時想著報答,別人有對不起自己的事,應該寬大為懷把它忘掉,怨恨不平的事不要停留太久,過去就算了,『不要老放在心上,處罰自己,苦惱自己!』至於別人對我們的恩德,要感恩在心常記不忘,常思報答。

待婢僕 身貴端 雖貴端 慈而寬 勢服人 心不然 理服人 方無言

易解:對待家中的婢女與僕人,要注重自己的品行端正並以身作則,雖然品行端正很重要,但是仁慈寬大更可貴,如果仗勢強逼別人服從,對方難免口服心不服。唯有以理服人,別人才會心悅誠服沒有怨言。

◎親仁

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

易解:同樣是人,善惡邪正,心智高低卻是良莠不齊。跟著潮流走的俗人多,仁慈博愛的人少,如果有一位仁德的人出現,大家自然敬畏他,因為他說話公正無私沒有隱瞞,又不討好他人。所以大家才會起敬畏之心。 能夠親近有仁德的人,向他學習,真是再好不過了,因為他會使我們的德行一天比一天進步,過錯也跟著減少。如果不肯親近仁人君子,就會有無窮的禍害,因為不肖的小人會趁虛而入,跑來親近我們,日積月累,我們的言行舉止都會受影響, 導致整個人生的失敗。(近朱者赤,近墨者黑。)

◎餘力學文

不力行 但學文 浮華薄 成何人 但力行 不學文 任己見 昧理真

易解:不能身體力行孝、悌、謹、信、汎愛眾、親仁這些本分,一味死讀書,縱然有些知識,也只是增長自己浮華不實的習氣, 變成一個不切實際的人,如此讀書又有何用?反之,如果只是一味的做,不肯讀書學習,就容易依著自己的偏見做事,蒙蔽了真理,也是不對的。(子曰:「學而不思則罔,思而不學則殆。」)

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 功夫到 滯塞通 心有疑 隨札記 就人問 求確義

易解:讀書的方法要注重三到,眼到、口到、心到。三者缺一不可, 如此方能收到事半功倍的效果。研究學問,要專一,要專精才能深入,不能這本書才開始讀沒多久,又欣羨其他的書,想看其他的書,這樣永遠也定不下心,必須把這本書讀完,才能讀另外一本。在訂定讀書計畫的時候,不妨寬鬆一些,實際執行時,就要加緊用功,嚴格執行,不可以懈怠偷懶,日積月累功夫深了,原先窒礙不通,因頓疑惑之處自然都迎刃而解了。(中庸:用功日久,而一旦豁然貫通焉,則眾物之表裡精粗無不到,而吾心之全體大用無不明矣。)求學當中,心裡有疑問,應隨時筆記,一有機會,就向良師益友請教,務必確實明白它的真義。(不恥下問)

房室清 牆壁淨 幾案潔 筆硯正 墨磨偏 心不端 字不敬 心先病 列典籍 有定處 讀不暇 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

易解:書房要整理清潔,牆壁要保持乾淨,讀書時,書桌上筆墨紙硯等文具要放置整齊, 不得凌亂,觸目所及皆是井井有條,才能靜下心來讀書。古人寫字使用毛筆,寫字前先要磨墨,如果心不在焉,墨就會磨偏了,寫出來的字如果歪歪斜斜,就表示你浮躁不安, 心定不下來。 書籍課本應分類,排列整齊,放在固定的位置,讀誦完畢須歸還原處。 雖有急事,也要把書本收好再離開,書本是智慧的結晶,有缺損就要修補,保持完整。(古人一書難求,故有修補之舉。) 不是傳述聖賢言行的著作,以及有害身心健康的不良書刊,都應該摒棄不要看,以免身心受到污染,智慧遭受蒙蔽,心志變得不健康。遇到困難或挫折的時候,不要自暴自棄,也不必憤世嫉俗,看什麼都不順眼,應該發憤向上努力學習,聖賢境界雖高,循序漸進,也是可以達到的。

