



Pre-BA assignment feedback form

(to be completed by marker)

<i>Student Name: Xinyu Zhang</i>	
<i>Module Code: SICH3004</i>	<i>Student number: 2016173</i>
<i>Module title: An introduction to the Governing of Ancient China 360</i>	
<i>For completion by marker:</i> <i>Comments:</i>	
<i>Marker's signature:</i>	<i>Date:</i>
<i>Provisional mark:</i> NB. All marks are provisional until confirmed by the final examination board.	

恭肅於心，愛敬常存

授課老師：上成下德法師

學生：張馨予

學號：2016173

地點：英國威爾士三一聖大衛大學

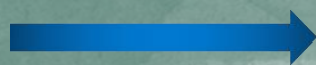
日期：二〇二二年三月十七日

「曲禮曰。毋不敬。儼若思。

安定辭。安民哉。」

——《禮記》

貴 德



謹 慎



目次



壹

經句釋義

貳

心得體會

叁

總結

引言

「有一念而犯鬼神之禁，一言而傷天地之和，一事而釀子孫之禍者，最宜切戒。」

——《菜根譚》

法師也曾說：「我們的起心動念，一言一行都要符合經教，不然言行偏頗了，可能又要造成文化的蒙羞了。所以謹慎才能保得住家國天下，文化的承傳。」可見**謹慎**的重要性，而法師說謹慎的下手處就在「**敬**」上，所以馨予就想通過對這句經教的學習，加強自己對恭敬的重視，提醒自己一念、一言、一行都要恭敬，小心，不能苟且，懈怠。

「曲禮曰。毋不敬。儼若思。
安定辭。安民哉。」

「曲」：細小的事

「禮」：行事的準則，合稱「曲禮」

「敬」：肅也。——恭敬，端肅

「儼」：端莊持重

「安定辭」：談吐安詳穩定，條理分明

「曲禮曰。毋不敬。儼若思。
安定辭。安民哉。」

修己以敬

修己以安人

修己以安百姓

「『修己』者，修身也。『以敬』者，禮無不敬也。

『安人』者，齊家也。『安百姓』，則治國平天下也。」

經句釋義

心得體會

心得體會

總結

貳

體會



「敬」的重要性



「敬」的重要性



培養恭敬心



培養恭敬心

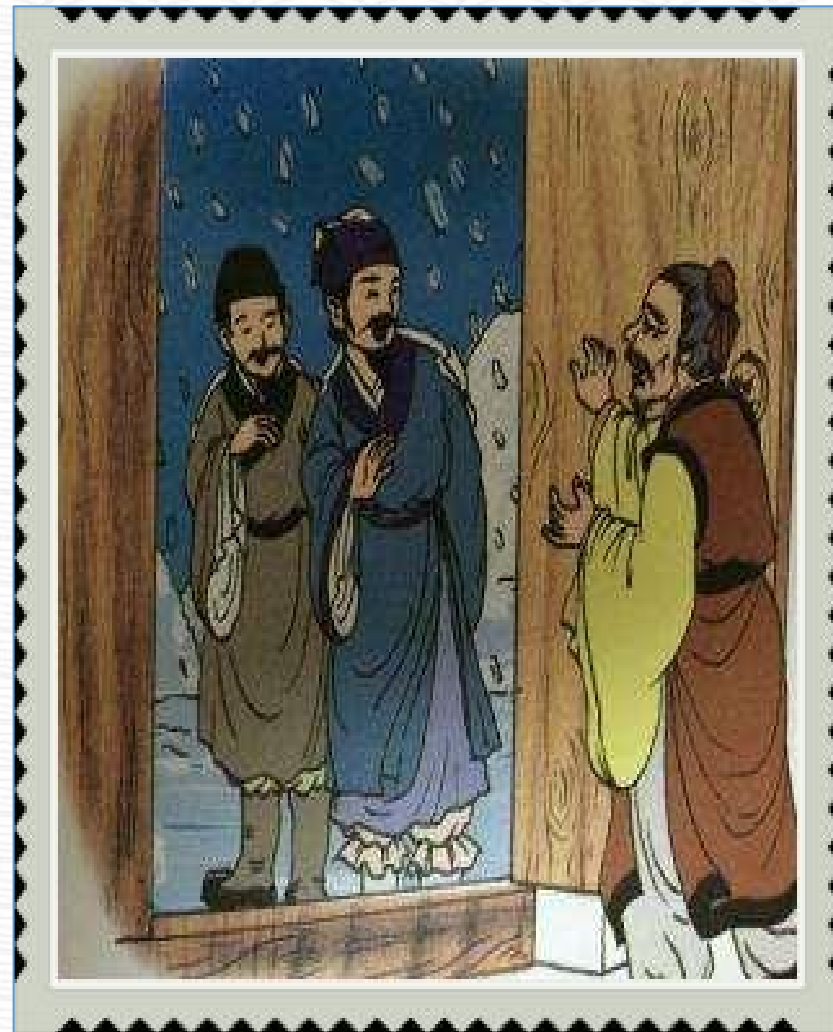
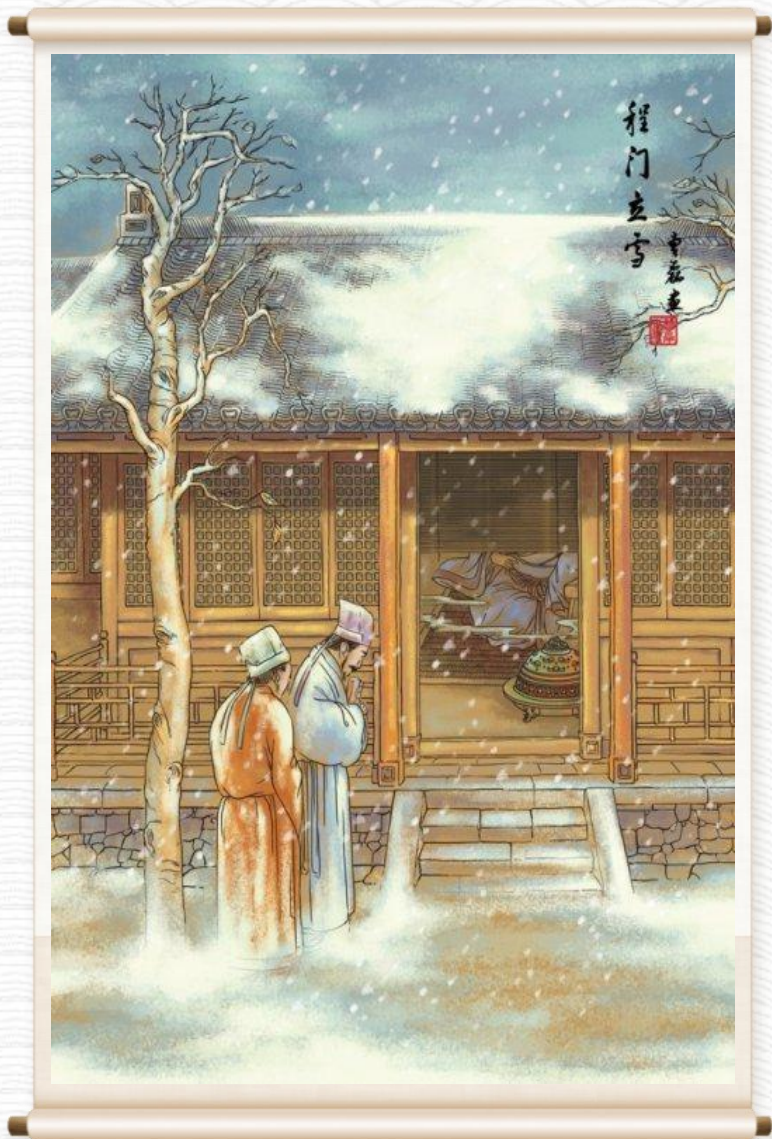
學習方面：

「一分誠敬得一分利益，十分誠敬得十分利益。」

「百分誠敬得百分利益，萬分誠敬得萬分利益。」

敬的重要

學習方面：



敬的重要

學習方面： 在《論語》里也記載到，當夫子告訴顏回「仁」的下手處後，顏回就說：「回雖不敏，請事斯語矣」⁶。顏回夫子很謙虛，說他雖然不是很聰慧，但聽了這麼寶貴的教誨，也會非常恭敬的去實踐。法師說：「敬就是學了之後紮紮實實的去落實它，「必行之」，必定要把它落實好。」

敬的重要

學習方面：

「十大願王頭一個就是破除驕慢之心 ……恭敬心生起來，謙敬之心生起來，貢高我慢的煩惱才能夠斷得盡。」

敬的重要

待人處事方面：

「時時保持恭敬的心，從「毋不敬」開始，我們的一言一行，都要保持恭敬、端莊、穩重，不放縱自己。講話、做事都是以一顆恭敬人的心，利益人的心，都要與經典相應。」

敬的重要

「君子敬而無失，與人恭而有禮。」

待人處事方面：

四海之內皆兄弟也。」

——《論語·顏淵》

而我們要想一生不跟人結怨，確實還是要在一切人事物當中恭敬、謹慎，要很清楚自己的心態。心態一不對，就跟人家結怨了。所謂「愛人者人恒愛之，敬人者人恒敬之。」能誠敬待人，真誠為人設想，自然就能感得一個好的人際關係。

體會



「敬」的重要性



「敬」的重要性



培養恭敬心



培養恭敬心



對人的恭敬：

「仁者愛人，有禮者敬人。」



培養恭敬心

對人的恭敬：「揖深圓，拜恭敬」



培養恭敬心

對人的恭敬：

還有古代求拜老師時的束修之禮，就是拜師的時候要送老師十條乾肉，並不是老師真的需要這個乾肉，而是藉由這樣的禮節，表達對老師的這份恭敬，真誠的態度。有了這樣的態度，才可以接受老師的教誨。

● 「將入門，問熟存」

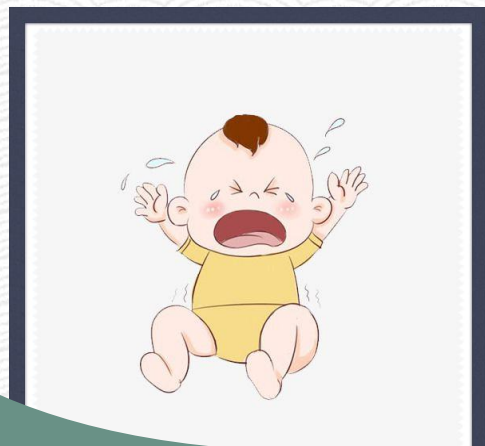
「人問誰，對以名」

培養恭敬心

對人的恭敬：



- 「菩薩道上脩行只許一個人，
這一個人就是自己，除自己之外全都是諸佛。」



培養恭敬心

對事的恭敬：

「守住一心敬慎，心態時時保持恭敬謹慎，對任何一個人都不輕慢，對任何一件事都不馬虎，對任何物品都要珍惜，不糟蹋。」

「一切言動，都要安詳，十差九錯，只為慌張。」



培養恭敬心

對事的恭敬：

有一次馨予去餐廳吃飯時，因為忘記帶餐卡就需要在登記表上簽字，但是當時心裡有些著急就沒有很工整的寫下名字，但寫完之後想到《弟子規》中的教導，就感到很慚愧，因為沒有恭敬的態度，可能就會影響後面在登記單上簽字的人也寫的不工整。第二天可能是祖宗保佑，給馨予一個改過的機會，去吃飯的時候馨予還是沒有帶餐卡，這次才仔細的又寫下了名字。

培養恭敬心

對物的恭敬：

- 「禮敬諸佛，不但有情的眾生是諸佛，無情的眾生也不例外。」

「情與無情，同圓種智」

培養恭敬心

對物的恭敬：

- 「勿踐閬，勿跛倚」
「執虛器，如執盈」
- 「孝是中華文化根，
敬是中華文化本」

經句釋義

心得體會

總結

綱要

參

總結

「惟聖罔念作狂，惟狂克念作聖。」

「惟聖罔念作狂，惟狂克念作聖。」

雖之夷狄，亦不棄也。



參考文獻

一、古籍專書（按朝代）

1. 〔唐〕魏徵等纂：《群書治要360》，馬來西亞中華文化教育中心選注，北京：世界知識出版社，2012年5月。
2. 〔明〕洪應明撰；吳家駒注釋：《新譯菜根譚》，臺北市：三民書局，2004年。
3. 〔清〕李毓秀撰，趙敏俐主編：《弟子規》，收入《中華經典吟誦叢書·第一輯》，北京：中華書局，2014年8月。
4. 〔清〕劉寶楠撰，高山流水點校：《論語正義·下冊》，北京：中華書局，1990年3月，2017年8月重印。
5. 〔清〕焦循撰：《孟子正義》，北京：中華書局，2017年6月。



參考文獻

二、現代專書（按姓氏筆畫）

6. 王雲五主編，王夢鷗注譯：《禮記今注今譯》，北京：新世界出版社，2011年6月。

7. 蔡禮旭：《修身治世之寶典：群書治要360學習分享》，石家莊：河北教育出版社，2015年6月。

三、網絡資料

8. 淨空老法師專輯網：<http://www.amtb.tw/#/home>





感恩聆聽

敬請施教