



Undergraduate assignment feedback form
(to be completed by marker)

<i>Student Name:</i> Ruxin Zhang (張如心)	
<i>Module Code:</i> SICH5005	<i>Student number:</i> 1903297
<i>Module title:</i> Phonology	
<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.	

從成語「戰戰兢兢」淺探《詩經·小雅·小宛》第六章

字數：5,646

一、前言

在日常生活中，人們常用「戰戰兢兢」來形容待人處事中謹慎小心的態度，有時還會夾雜著戒慎恐懼的心情。而這個現代常用成語，出自《詩經·小雅·小旻》和《詩經·小雅·小宛》（下簡稱〈小宛〉）兩篇。起先，這兩篇的主旨都是刺君王，但後代學者多認為〈小宛〉這一篇是詩人身處亂世的自警詩。《大學》中說，「物有本末，事有終始，知所先後，則近道矣」¹。修身作為立身行道、齊家治國之根本，是每一位志於修道人的必修課。因此，本文從修身的角度，就〈小宛〉這一篇的第六章，結合歷代各家對於「戰戰兢兢」這一成語的使用，對其進行淺析。

二、本章文本

溫溫恭人，如集于木。惴惴小心，如臨于谷。戰戰兢兢，如履薄冰。²

三、義理探究

（一）詩旨探析

研經貴在得旨，而對於〈小宛〉這首詩的主旨，歷來有著諸多討論。詩序云，「小宛，大夫刺宣王也」³。但宋朝的朱熹認為，「此詩之詞最為明白，而意極懇至。」

¹（宋）朱熹：《四書章句集注》（北京：中華書局，2016年），頁3。

²（漢）鄭玄注，（唐）孔穎達疏：《十三經注疏·毛詩正義》（臺北：藝文印書館股份有限公司，2001年），頁420。

³（漢）鄭玄注，（唐）孔穎達疏：《十三經注疏·毛詩正義》，頁419。

說者必欲爲刺王之言，故其說穿鑿破碎，無理尤甚」⁴。的確，從詩的本義來看，這的確是一首「大夫遭時之亂，而兄弟相戒以免禍之詩」⁵。因而，朱子認為將這首詩解釋爲刺君王太牽強附會，有種爲賦新詞強說愁的意味。此處也是提醒修學之人，凡事若先入為主就容易執著，從而不容易看清事實的真相，甚至有可能會將本意曲解。與其持相同觀點的，近代學者陳子展也認為這是一首「大夫遭亂畏禍，兄弟相戒之詩」⁶。他在《詩經直解》中提到，「詩非通篇刺王，詩人重在自儆，非專刺王耳」⁷，進一步解釋了朱子的觀點。並且，他還特別注意到《鄭箋》中有提到，「衰亂之世，賢人君子雖無罪猶恐懼」⁸。所謂時運不濟的時候，即使是賢人君子，也不可輕舉妄動。在此基礎上，裴普賢進一步體會到詩人心中思親的情感，認為「這是詩人生於亂世，懷念父母，告戒兄弟謹慎以免禍的詩」⁹。朱守亮將這種思親的思想，進一步闡釋為不敢毀傷先人令譽的孝思，認為「此詩人感生亂世以自警慎，無貽父母羞之詩」¹⁰。

而另外一些學者，對於這首詩的主旨，解釋的則較為寬泛。譬如《詩經原始》的作者方玉潤認為，這首詩是「賢者自箴也」¹¹，此就單從自警的角度而言。屈萬里認為，「此亦傷時之詩」¹²，此就單從時代背景的角度而言。而王靜芝在《詩經通釋》的觀點兩者皆具，他認為「此詩人感生亂世而自警戒慎之詩也」¹³。綜合以上各家的觀點，對於這首詩的主旨，可以將其歸納為詩人雖遭時之亂，然其心繫父母而自警戒慎，無貽父母羞，亦告誡兄弟謹慎以免禍之詩。而明確這首詩的主旨，對於我們淺探〈小宛〉第六章，就起到了提綱挈領的作用。

⁴ （宋）朱熹：《詩集傳》（臺北：中華書局，1991年），頁139。

⁵ （宋）朱熹：《詩集傳》，頁138。

⁶ 陳子展：《詩經直解》（上海：復旦大學出版社，2015年），頁403。

⁷ 陳子展：《詩經直解》，頁403。

⁸ 陳子展：《詩經直解》，頁403。

⁹ 裴普賢：《詩經評註讀本》（臺北：三民書局股份有限公司，1983年），頁504。

¹⁰ 朱守亮：《詩經評釋》（臺北：臺灣學生書局股份有限公司，1984年），頁570。

¹¹ 方玉潤：《詩經原始》（北京：中華書局，2017年），頁404。

¹² 屈萬里：《詩經詮釋》（新北：聊經出版事業股份有限公司，1983年），頁369。

¹³ 王靜芝：《詩經通釋》（臺北：輔仁大學文學院，1985年），頁418。

（二）字義探析

在〈小宛〉第六章中，首先第一句話「溫溫恭人」¹⁴，對「溫」這個字，《說文解字注》中注為「溫水」¹⁵。而溫水給人的感覺是很柔和的，因此《國語活用辭典》中將其解釋為「性情柔和的」¹⁶，因而「溫溫」指的就是「和柔貌」¹⁷。而第二句「如集于木」¹⁸，因為對其的理解眾說紛紜，故在之後進行討論。第三句「惴惴小心」¹⁹，「惴」在《說文解字注》中的意為「慙懼也」²⁰，「惴惴」的意思就是「憂懼貌」²¹。與之類似的，現代常用成語「惴惴不安」，也意為「憂慮恐懼，心神不安寧的樣子」²²。而第四句「如臨于谷」²³的「臨」字，《說文解字注》中解釋為「監也」²⁴，進一步查索「監」這個字，注為「臨下也」²⁵，也就是說站在高處往下看的意思。至於第五句「戰戰兢兢」²⁶，將於後面研究成語時專門進行探討。最後一句「如履薄冰」²⁷同樣也是一個成語，「履」這個字在《說文解字注》中意為「足所依也」²⁸，而「依」有「倚也」²⁹之意。因此，「履」就是說腳所踩踏的地方。「薄」這個字，本義為「百草叢生為薄」³⁰，後引申為厚薄之薄。

接下來，對於第二句「如集于木」³¹這句話，歷來學者有不同的兩種解釋。有的學

¹⁴ 〔漢〕鄭玄注，〔唐〕孔穎達疏：《十三經注疏·毛詩正義》，頁420。

¹⁵ 〔漢〕許慎撰，〔清〕段玉裁注：《說文解字注》（臺北：洪葉文化出版社，2016年），頁524。

¹⁶ 周何主編：《國語活用辭典》（臺北：五南圖書出版公司，2016年），頁1259。

¹⁷ 〔漢〕鄭玄注，〔唐〕孔穎達疏：《十三經注疏·毛詩正義》，頁420。

¹⁸ 〔漢〕鄭玄注，〔唐〕孔穎達疏：《十三經注疏·毛詩正義》，頁420。

¹⁹ 〔漢〕鄭玄注，〔唐〕孔穎達疏：《十三經注疏·毛詩正義》，頁420。

²⁰ 〔漢〕許慎撰，〔清〕段玉裁注：《說文解字注》，頁517。

²¹ 王靜芝：《詩經通釋》，頁421。

²² 周何主編：《國語活用辭典》，頁799。

²³ 〔漢〕鄭玄注，〔唐〕孔穎達疏：《十三經注疏·毛詩正義》，頁420。

²⁴ 〔漢〕許慎撰，〔清〕段玉裁注：《說文解字注》，頁392。

²⁵ 〔漢〕許慎撰，〔清〕段玉裁注：《說文解字注》，頁392。

²⁶ 〔漢〕鄭玄注，〔唐〕孔穎達疏：《十三經注疏·毛詩正義》，頁420。

²⁷ 〔漢〕鄭玄注，〔唐〕孔穎達疏：《十三經注疏·毛詩正義》，頁420。

²⁸ 〔漢〕許慎撰，〔清〕段玉裁注：《說文解字注》，頁407。

²⁹ 〔漢〕許慎撰，〔清〕段玉裁注：《說文解字注》，頁376。

³⁰ 周何主編：《國語活用辭典》，頁1739。

³¹ 〔漢〕鄭玄注，〔唐〕孔穎達疏：《十三經注疏·毛詩正義》，頁420。

者認為這是鳥棲於樹上，而有的學者認為這是形容人在樹上，而解讀這句話的關鍵就在於「集」這個字。《說文解字注》中注為，「羣鳥在木上也，从隹从木」³²。進一步查索「隹」這個字的意思，是「羣鳥也」³³。《國語活用辭典》中也說：「集本作『隹』……群鳥在木上為隹。」³⁴《正中形音義綜合大字典》中說：「隹音雜，謂衆鳥，衆鳥止於木上為隹。」³⁵《王力古漢語字典》注為：「羣鳥棲息樹上」³⁶。《中文大辭典》中引用《禽經》的解釋，「獨鳥曰止，衆鳥曰集」³⁷。由此可以很明顯的看出，「集」這個字是會意字，就是羣鳥棲息在樹上的樣子。

因此，從字義的角度來說，「如集于木」³⁸這句話指的應該是鳥棲止在樹上。就這一句詩而言，朱熹和方玉潤都將其注為「恐墜也」³⁹，余培林進一步解釋為「言恭謹之人，持身敬慎，如鳥棲于樹，惟恐墜落」⁴⁰。就「集」這個字在整部《詩經》中而言，像《詩經·周南·葛覃》中的「黃鳥于飛，集于灌木」⁴¹，《詩經·唐風·鴇羽》中的「肅肅鴇羽，集于苞栩」⁴²，《詩經·小雅·四牡》中的「翩翩者騅，載飛載下，集于苞栩」⁴³，《詩經·小雅·采芑》中的「歟彼飛隼，其飛戾天，亦集爰止」⁴⁴，以及《詩經·小雅·黃鳥》中的「黃鳥黃鳥，無集于穀，無啄我粟」⁴⁵，指的都是鳥在樹上棲止。

但是從主旨的角度來說，這是一首自警詩。既然前面提到了「溫溫恭人」⁴⁶，意為

³² 〔漢〕許慎撰，〔清〕段玉裁注：《說文解字注》，頁 149。

³³ 〔漢〕許慎撰，〔清〕段玉裁注：《說文解字注》，頁 149。

³⁴ 周何主編：《國語活用辭典》，頁 2071。

³⁵ 高樹藩：《正中形音義綜合大字典》（臺北：正中書局股份有限公司，2012 年），頁 1984。

³⁶ 王力：《王力古漢語字典》（北京：中華書局，2014 年），頁 1608。

³⁷ 中文大辭典編纂委員會：《中文大辭典·普及本》（臺北：中國文化大學出版部，1993 年）第 9 冊，頁 1332。

³⁸ 〔漢〕鄭玄注，〔唐〕孔穎達疏：《十三經注疏·毛詩正義》，頁 420。

³⁹ 〔宋〕朱熹：《詩集傳》，頁 139。

方玉潤：《詩經原始》，頁 406。

⁴⁰ 余培林：《詩經正詁》（臺北：三民書局股份有限公司，1993 年），頁 410。

⁴¹ 〔漢〕鄭玄注，〔唐〕孔穎達疏：《十三經注疏·毛詩正義》，頁 30。

⁴² 〔漢〕鄭玄注，〔唐〕孔穎達疏：《十三經注疏·毛詩正義》，頁 225。

⁴³ 〔漢〕鄭玄注，〔唐〕孔穎達疏：《十三經注疏·毛詩正義》，頁 317。

⁴⁴ 〔漢〕鄭玄注，〔唐〕孔穎達疏：《十三經注疏·毛詩正義》，頁 362。

⁴⁵ 〔漢〕鄭玄注，〔唐〕孔穎達疏：《十三經注疏·毛詩正義》，頁 379。

⁴⁶ 〔漢〕鄭玄注，〔唐〕孔穎達疏：《十三經注疏·毛詩正義》，頁 420。

和柔恭慎的人。那麼後面的這句「如集于木」⁴⁷，如果將其解釋為鳥棲止於樹上，「這種比喻就絲毫沒有『恐怕墜落』的意思，怕墜落也用不著溫和」⁴⁸。因此，裴普賢、屈萬里、朱守亮都認為，對這句話的理解應該是「此謂如人在樹上，惟恐墜下，言小心也」⁴⁹。高本漢進一步闡釋說，「做溫和而恭敬的人，如同爬在樹上，怕掉下來，所以要小心謹慎」⁵⁰。而這樣解釋，也符合上下文的意思，與下文的「惴惴小心，如臨于谷。戰戰兢兢，如履薄冰」⁵¹，做到了前後呼應。因此，對於這句話，無論是從主旨來說還是就文義而言，都應將其理解為人在樹上。

因此，對於此章的文義可以理解為，一個和柔恭慎的人，他就好像站在樹上一樣謹慎小心。他憂懼小心，就像臨身於深谷邊往下看一樣。他戒慎而恐懼，就像踏在薄薄的冰面上一樣。

四、韻腳

淺析完字義上的解釋和疑難，下面開始分析本章的押韻情況。這一章詩第一句的韻腳是「人」，《說文》注為「如鄰切」⁵²，屬於「真」韻⁵³。屬於段玉裁上古 17 韻部之 12 真⁵⁴，陳新雄先生古韻 32 部之 6 真⁵⁵[en]⁵⁶。第二、四句的韻腳，為「木」和「谷」二字，「木」字《廣韻》注為「莫卜切」，屬於「屋」韻⁵⁷。「谷」字《廣韻》

⁴⁷ 〔漢〕鄭玄注，〔唐〕孔穎達疏：《十三經注疏·毛詩正義》，頁 420。

⁴⁸ 高本漢著，董同龢譯：《高本漢詩經注釋》（上海：中西書局，2012 年），頁 580。

⁴⁹ 裴普賢：《詩經評註讀本》，頁 507。

屈萬里：《詩經詮釋》，頁 371。

朱守亮：《詩經評釋》，頁 573。

⁵⁰ 高本漢著，董同龢譯：《高本漢詩經注釋》，頁 580。

⁵¹ 〔漢〕鄭玄注，〔唐〕孔穎達疏：《十三經注疏·毛詩正義》，頁 420。

⁵² 〔漢〕許慎撰，〔清〕段玉裁注：《說文解字注》，頁 369。

⁵³ 〔宋〕陳彭年等重修：《校正宋本廣韻》（臺北：藝文印書館，1994 年），頁 102。

⁵⁴ 〔漢〕許慎撰，〔清〕段玉裁注：《說文解字注》，頁 369。

⁵⁵ 陳新雄：《聲韻學》（臺北：文史哲出版社，2007 年），頁 973。

⁵⁶ 陳新雄：《聲韻學》，頁 1044。

⁵⁷ 陳彭年等重修：《校正宋本廣韻》，頁 452。

注為「古禄切」，屬於「屋」韻⁵⁸。兩字同屬段玉裁上古 17 韻部之 3 尤⁵⁹，陳新雄先生古韻 32 部之 17 屋⁶⁰[auk]⁶¹。

而第三句的韻腳為「心」，《廣韻》注為「息林切」，屬於「侵」韻⁶²。屬於段玉裁上古 17 韻部之 7 侵⁶³，陳新雄先生古韻 32 部之 28 侵⁶⁴[əɪm]⁶⁵。通過觀察章太炎的〈成均圖〉可以發現，第一句的韻腳「人」和第三句的韻腳「心」是次旁轉的關係，二者可通轉相押。進一步觀察，第二句的韻腳「木」和第三句的韻腳「心」又是正對轉的關係，二者也可通轉相押。因為第二、四句的韻腳屬於同一韻部，因而第三句的韻腳「心」和第四句的韻腳「谷」也是正對轉的關係，二者也可通轉相押。

第五、六句的韻腳，為「兢」和「冰」二字，「兢」字《廣韻》注為「居陵切」，屬於「蒸」韻⁶⁶。「冰」字《廣韻》注為「魚陵切」，屬於「蒸」韻⁶⁷。兩字同屬段玉裁上古 17 韻部之 6 蒸⁶⁸，陳新雄先生古韻 32 部之 26 蒸⁶⁹[əŋ]⁷⁰。同樣根據章太炎的〈成均圖〉，可以發現第四句的韻腳「谷」和第五句的韻腳「兢」是次對轉的關係。也就是 3 尤先旁轉到旁邊的 1 之，再對轉到 6 蒸。

將上述押韻字之反切，及古韻分部列表於下：

押韻字	反切	段玉裁十七部	陳新雄三十二部
人	如鄰切	十二真	六真 [ɐn]

⁵⁸ 陳彭年等重修：《校正宋本廣韻》，頁 449。

⁵⁹ 〔漢〕許慎撰，〔清〕段玉裁注：《說文解字注》，頁 241，頁 575。

⁶⁰ 陳新雄：《聲韻學》，頁 983。

⁶¹ 陳新雄：《聲韻學》，頁 1044。

⁶² 陳彭年等重修：《校正宋本廣韻》，頁 218。

⁶³ 〔漢〕許慎撰，〔清〕段玉裁注：《說文解字注》，頁 506。

⁶⁴ 陳新雄：《聲韻學》，頁 994。

⁶⁵ 陳新雄：《聲韻學》，頁 1044。

⁶⁶ 陳彭年等重修：《校正宋本廣韻》，頁 200。

⁶⁷ 陳彭年等重修：《校正宋本廣韻》，頁 199。

⁶⁸ 〔漢〕許慎撰，〔清〕段玉裁注：《說文解字注》，頁 410，頁 576。

⁶⁹ 陳新雄：《聲韻學》，頁 992。

⁷⁰ 陳新雄：《聲韻學》，頁 1044。

木	莫卜切	三尤	十七屋 [auk]
谷	古祿切		
心	息林切	七侵	二十八侵 [əm]
兢	居陵切	六蒸	二十六蒸 [əŋ]
冰	魚陵切		

五、成語「戰戰兢兢」淺析

（一）就單字「戰」、「兢」而言

在《說文解字注》中，對於「戰」字的解釋為，「鬥也.....左傳曰：皆陳曰戰。戰者，聖人所慎也，故引申為戰懼」⁷¹。《說文》已經將「戰」這個字的本義和引申義，都闡述的很清楚明白了。「戰」這個字本義為戰鬥，而有戰鬥發生的地方，就必定會有流血和傷亡，必然是哀鴻遍野。所以明白事理的聖賢人，對待這件事情會非常謹慎，所以引申為「懼也」⁷²。而人們在恐懼的時候，往往身體也會有一些表現，進一步可以引申為「顫抖之稱」⁷³，也就是發抖的樣子。

而對於「兢」這個字，《說文解字注》中將其解釋為「競也.....一曰兢，敬也」

⁷¹ （漢）許慎撰，（清）段玉裁注：《說文解字注》，頁 636。

⁷² 劉鬱君主編：《中華大字典》（臺北：中華書局，2015 年），頁 908。

⁷³ 高樹藩：《正中形音義綜合大字典》，頁 540。

⁷⁴，而段玉裁對「兢」這個字注為「傳曰：戰戰，恐也。兢兢，戒也」⁷⁵。因此，「兢」有「敬戒」⁷⁶的意思。與前面「戰」相似的是，由之也可引申出「顫動」⁷⁷的意思。

（二）就疊詞「戰戰」、「兢兢」而言

相較於其他的成語，「戰戰兢兢」這個成語的結構比較特殊，它是由兩個疊詞「戰戰」和「兢兢」組成的。其實，不止是「戰戰兢兢」這個成語在各經典中被多次使用，這兩個疊詞亦是如此。下面，舉幾個簡要的例子進行解釋說明。一是「戰戰」這個疊詞，在《大戴禮記》中就層多次出現。譬如，「君子見利思辱，見惡思誅，嗜慾思恥，忿怒思患，君子終身守此戰戰也」⁷⁸，以及「是故君子出言以鄂鄂，行身以戰戰，亦殆勉於罪矣」⁷⁹。《史記·樂書》中也有提到：「成王作頌，推己懲艾，悲彼家難，可不謂戰戰恐懼，善守善終哉？」⁸⁰以上幾處「戰戰」，都有警惕的意思。

二是「兢兢」，在《尚書·皋陶謨》中，「無教逸欲有邦，兢兢業業，一日二日萬幾」，孔安國對「兢兢」一詞的註解為「戒懼」⁸¹。在《史記》中，也有多處提及此疊詞，在本紀、表、書、世家、列傳中均有出現，在此簡單列舉一下。《史記·孝武本紀》中說，「朕以眇眇之身承至尊，兢兢焉懼弗任」⁸²，此處是領導者自我警戒提醒之辭。《史記·高祖功臣侯者年表》中也提到，「至太初百年之間，見侯五，餘皆坐法隕命亡國，耗矣。罔亦少密焉，然皆身無兢兢於當世之禁云」⁸³，此處是說明戒慎是保障一個家族、一個國家興旺不衰的重要態度。在《史記·平準書》中，「湯武承弊易變，

⁷⁴（漢）許慎撰，（清）段玉裁注：《說文解字注》，頁410。

⁷⁵（漢）許慎撰，（清）段玉裁注：《說文解字注》，頁410。

⁷⁶高樹藩：《正中形音義綜合大字典》，頁113。

⁷⁷漢語大字典編輯委員會：《中華大字典》（成都：四川辭書出版社，1997年），頁116。

⁷⁸（清）孔廣森撰：《大戴禮記補注》（北京：中華書局，2013年），頁86。

⁷⁹（清）孔廣森撰：《大戴禮記補注》，頁91。

⁸⁰馬持盈：《史記今註》（臺北：商務印書館，1996年）第三冊，頁1173。

⁸¹（漢）孔安國傳，（唐）孔穎達正義：《尚書正義》（上海：上海古籍出版社，2018年），頁151。

⁸²馬持盈：《史記今註》第一冊，頁423。

⁸³馬持盈：《史記今註》第二冊，頁836。

使民不倦，各兢兢所以爲治，而稍陵遲衰微」⁸⁴，此處是說明聖賢的君主，都是兢兢業業的勵精圖治，不敢有絲毫的懈怠。《史記·外戚世家》中說「禮之用，唯婚姻為兢兢」⁸⁵。此處是用來說明禮的作用，是提醒人們要用謹慎的態度對待婚姻，要慎於始。

《史記·司馬相如列傳》中提到，「聖王之德，兢兢翼翼也」⁸⁶，此處也是用來說明聖王治理天下，都是敬慎小心的。雖然語境不同，但以上幾處的「兢兢」，都有謹慎的意思。

（三）就成語「戰戰兢兢」而言

通過前面對於單個字和疊詞的分別淺析後，其實對於「戰戰兢兢」這個成語的含義，就已經很明確了，即「畏懼戒慎的樣子」⁸⁷。雖然成語的意思簡潔明了，歷代各家的註解也基本一致，但其中仍然有值得我們探究的部分。

首先，就〈小宛〉篇第六章而言，作為整首詩的結尾，第六章特別突出和強調了自警這一主旨。從一開始就使用比喻的手法，通過「如集于木」⁸⁸用來說明和柔恭慎的人，在待人處事的過程中，都是非常謹慎的。試想一個人站在樹上，他的每一個動作都要格外的小心，稍微疏忽大意都會不慎摔下來。可能是考慮到並非所有的人都有這樣的經歷，詩人進一步舉了更貼近生活的兩個例子。一個是「如臨于谷」⁸⁹，一個是「如履薄冰」⁹⁰。對於「如臨于谷」⁹¹，也就是臨身於深谷旁一樣。像是現在很多景區，在比較危險的地方都會設置一些保護措施。即便如此，很多人置身其中的時候，還是會被大自然的力量所折服。更何況在古時候並沒有這些保護措施，若身臨深谷旁，稍有不慎便是萬丈深淵，又怎敢不「惴惴小心」⁹²呢？而對於「如履薄冰」⁹³，就是說一個人走在薄薄的冰面上。現在即便是寒冬時節，河面上結了厚厚的冰，都未必

⁸⁴ 馬持盈：《史記今註》第三冊，頁 1476。

⁸⁵ 馬持盈：《史記今註》第四冊，頁 2019。

⁸⁶ 馬持盈：《史記今註》第六冊，頁 3095。

⁸⁷ 周何主編：《國語活用辭典》，頁 847。

⁸⁸ 〔漢〕鄭玄注，〔唐〕孔穎達疏：《十三經注疏·毛詩正義》，頁 420。

⁸⁹ 〔漢〕鄭玄注，〔唐〕孔穎達疏：《十三經注疏·毛詩正義》，頁 420。

⁹⁰ 〔漢〕鄭玄注，〔唐〕孔穎達疏：《十三經注疏·毛詩正義》，頁 420。

⁹¹ 〔漢〕鄭玄注，〔唐〕孔穎達疏：《十三經注疏·毛詩正義》，頁 420。

⁹² 〔漢〕鄭玄注，〔唐〕孔穎達疏：《十三經注疏·毛詩正義》，頁 420。

⁹³ 〔漢〕鄭玄注，〔唐〕孔穎達疏：《十三經注疏·毛詩正義》，頁 420。

有人敢走上去。甚至在一些旅遊景區，用很堅硬的玻璃所修建的棧道，人們行走上面都覺得膽戰心驚。可想而知，人走在薄冰上就更要「戰戰兢兢」⁹⁴了。並且，古人十分重視孝道，本詩的主旨中也有提到，詩人心繫父母而自警戒慎。所謂「身、體、髮、膚，受之父母，不敢毀傷，孝之始也」⁹⁵，因而置身險境時必然時刻戒懼小心，唯恐傷害到了父母給予的身體。

由此，我們也可以體會到，古人的心十分清淨，他們對於周遭事物的觀察非常敏銳。並且，因為他們尊重大自然，將其尊為無言的老師，所以他們能夠從自然萬物中體悟人生的道理。最重要的，他們心中時時有父母，不敢辜負了父母的恩德。也是因為「古之學者為己」⁹⁶，他們常常將修身作為第一要務。所以他們會將觀察到的自然萬物，與自身的修行聯繫起來，以此提醒和勉勵自己。這樣說來，雖然這一章的主旨是自警，但如果將其延伸看來，其實也是在講修身的方法。因而，「戰戰兢兢」在此處的意思，應該是說和柔恭慎的修行人，待人處事事都十分謹慎小心，以此來提升自身的修持，也是避免不必要的災禍。但值得注意的是，這並不意味著要時刻保持一個高度緊張的狀態。處世時的「戰戰兢兢」，指的是對人事物的態度恭敬不輕忽，其實也就是尊重己靈，而並非是要風聲鶴唳、草木皆兵。

其次，「戰戰兢兢」在其他經典中也多次出現。但大致可分為兩類，一是修行人的自警，二是對於領導者的提醒。對於修行人的自警，譬如，在《論語·泰伯》中有提到，「曾子有疾，召門弟子曰：『啓予足！啓予手！詩云：『戰戰兢兢，如臨深淵，如履薄冰。』而今而後，吾知免夫！小子！』」⁹⁷此處是曾子在病重的時候，讓弟子啓視他的手腳，表示他的身體未嘗毀傷。曾子這樣做，不僅終身落實作為一名子女對父母的孝道，也是作為一名弟子對於老師教誨終身奉行的典範。之所以這樣說，是因為孔子將《孝經》承傳給了曾子，曾子就牢記了「身、體、髮、膚，受之父母，不敢毀傷，孝之始也」⁹⁸，並終身奉行。普通人在面臨生死關頭的時候，總會恐懼害怕，而

⁹⁴ 〔漢〕鄭玄注，〔唐〕孔穎達疏：《十三經注疏·毛詩正義》，頁420。

⁹⁵ 王雲五：《孝經今註今譯》（臺北：商務印書館，2005年），頁1。

⁹⁶ 程樹德：《論語集釋》（北京：中華書局，2016年），頁1294。

⁹⁷ 程樹德：《論語集釋》，頁667。

⁹⁸ 王雲五：《孝經今註今譯》，頁1。

「曾子是學道之人，了解死生原理，所以不怕死，只怕損道」⁹⁹。而曾子終其一生，都在用「戰戰兢兢」的態度行道，不敢有一絲一毫的疏忽。直到面臨生死，才敢講一句「吾知免夫」¹⁰⁰，由此可見曾子對於行道的「戰戰兢兢」。《說苑·敬慎》中也有提到，「存亡禍福，其要在身，聖人重誠，敬慎所忽……《詩》曰：『戰戰兢兢，如臨深淵，如履薄冰。』此之謂也」¹⁰¹。此處是說個人的禍福得失，其實全都取決於自己。所謂「禍福無門，惟人自召」¹⁰²，就是這個道理。所以對於人們往往忽略的心源隱微處，要保持一個「戰戰兢兢」的態度。若能如此，才是趨吉避凶、轉禍為福的關鍵。

而對於領導者的提醒，在《孝經·諸侯章第三》中提到，「在上不驕，高而不危；制節謹度，滿而不溢。高而不危，所以長守貴也；滿而不溢，所以長守富也。富貴不離其身，然後能保其社稷，而和其民人。蓋諸侯之孝也。《詩》曰：『戰戰兢兢，如臨深淵，如履薄冰。』」¹⁰³。此處的是指作為諸侯，即使身處上位，也要保持一個「戰戰兢兢」的態度。只有這樣，才能長久守住其地位和財富。《韓詩外傳》中，也有提到「孔子曰：『明王有三懼：一曰處尊位而恐不聞其過，二曰得志而恐驕，三曰聞天下之至道而恐不能行。……由桓公晉文越王勾踐觀之，三懼者、明君之務也。』《詩》曰：『溫溫恭人……戰戰兢兢，如履薄冰。』此言大王居人上也」¹⁰⁴。此處是說明君有三種擔心，擔心自己身處高位而聽不到自己的過失，擔心自己志得意滿，擔心自己聞道而不能行。所以，君主治理國家也要用「戰戰兢兢」的態度。

值得注意的是，「戰戰」經常還會與其他疊詞連用，譬如「慄慄」等。在《說苑·談叢》中有提到，「慎終如始，常以為戒；戰戰慄慄，日慎其事」¹⁰⁵。此處是提醒人們做事要有始有終，始終如一，以一個戒慎的態度來做事。《潛夫論·慎微》中，

⁹⁹ 李炳南：《論語講要》（武漢：長江文藝出版社，2019年），頁136。

¹⁰⁰ 王雲五：《孝經今註今譯》，頁1。

¹⁰¹ 盧元駿註譯，陳貽鈺訂正：《說苑今註今譯》（臺北：商務印書館，2010年），頁311。

¹⁰² 中華文化講堂：《中華經典誦讀教材》（北京：團結出版社，2015年），頁12。

¹⁰³ 王雲五：《孝經今註今譯》，頁7。

¹⁰⁴ 〔漢〕韓嬰撰，許維通校釋：《韓詩外傳集釋》（北京：中華書局，2009年），頁255。

¹⁰⁵ 盧元駿註譯，陳貽鈺訂正：《說苑今註今譯》，頁534。

「是故君子戰戰慄慄，日慎一日，克己三省，不見是圖」¹⁰⁶。此處是說，君子謹慎小心，每天都多次反省自己，及時發現自己的過失並改過，這才是真修行。《後漢書·光武帝紀上》更是直接改寫了《詩經》原文，「惟諸將業遠功大，誠欲傳於無窮，宜如臨深淵，如履薄冰，戰戰慄慄，日慎一日」¹⁰⁷。關於「慄」的解釋，《國語活用辭典》中說「懼怕為慄」¹⁰⁸，而「慄慄」的意思是「恐懼的樣子」¹⁰⁹。而在前文中有提到，「兢兢」有戒懼的意思，與此處的「慄慄」意思相近。由此可見，「戰戰兢兢」這個成語在歷代使用的過程中，也發生了演變。

綜上所述，雖然在不同的語境下，「戰戰兢兢」所表達的含義略有不同，但都體現了人們對於立身行道、處事待人的恭慎態度。而之所以要如此的戒懼，除了修齊治平的崇高志向，以及傳家保國的社會現實外。最重要的是人們十分清楚，吉凶禍福起於一念，因果報應絲毫不爽的道理。這自然離不開家庭的教育，學校的教化，以及社會的風氣影響。而重視因果教育，並不意味著強迫和要求他人，更不意味著恐嚇於人。真理如同日的東升西落，月的陰晴圓缺，星的斗轉星移，都是亙古不變的宇宙法則。因而，真理如同日月星辰一樣常在，也如同日月星辰符合自然規律一般，符合每個人的天性。而順應天性，也正如順應宇宙規律一般，是極自然的事情。因此，若人們真的懂得因果的道理，便無需外界的提醒和約束，自然就會「戰戰兢兢」，克己復禮了。

六、結語

通過上述對〈小宛〉第六章及成語「戰戰兢兢」的淺析，我們可以粗淺的體會到古人在立身處世過程中「戰戰兢兢」的心境。古人常念父母之恩，常思修身之法，遵守天地之道。心懷修齊治平的崇高志向，以兢兢業業的態度躬行落實。並且，萬法歸於一心。無論是孝親還是修道，抑或治國平天下，最重要的是意識到心念是根源和關鍵所在，要把心用對。若能如此，則不管處於何種境緣，不管身處何等地位，都能自

¹⁰⁶ 彭丙成注譯，陳滿銘校閱：《新譯潛夫論》（臺北：三民書局，1998年），頁143。

¹⁰⁷ 〔宋〕范曄撰，〔唐〕李賢等注：《後漢書》（北京：中華書局，2018年），頁26。

¹⁰⁸ 周何主編：《國語活用辭典》，頁814。

¹⁰⁹ 周何主編：《國語活用辭典》，頁814。

然保持一個戒慎恭敬的態度，而無需外界的約束，或內心的恐懼作為前提了。這也正是古人的妙法所在，只要抓住了根本，便是一即一切，一切即一了。

參考文獻

(一) 古籍專書

- 1.〔漢〕鄭玄注，〔唐〕孔穎達疏：《十三經注疏·毛詩正義》，臺北：藝文印書館股份有限公司，2001年。
- 2.〔漢〕孔安國傳，〔唐〕孔穎達正義：《尚書正義》，上海：上海古籍出版社，2018年。
- 3.〔漢〕韓嬰撰，許維通校釋：《韓詩外傳集釋》，北京：中華書局，2009年。
- 4.〔宋〕范曄撰，〔唐〕李賢等注：《後漢書》，北京：中華書局，2018年。
- 5.〔宋〕朱熹：《詩集傳》，臺北：中華書局，1991年。
- 6.〔宋〕朱熹：《四書章句集注》，北京：中華書局，2016年。

(二) 現代專書

1. 王靜芝：《詩經通釋》，臺北：輔仁大學文學院，1985年。
2. 王雲五：《孝經今註今譯》，臺北：商務印書館，2005年。
3. 中華文化講堂：《中華經典誦讀教材》，北京：團結出版社，2015年。
4. 方玉潤：《詩經原始》，北京：中華書局，2017年。
5. 朱守亮：《詩經評釋》，臺北：臺灣學生書局股份有限公司，1984年。
6. 余培林：《詩經正詁》，臺北：三民書局股份有限公司，1993年。
7. 李炳南：《論語講要》，武漢：長江文藝出版社，2019年。

8. 屈萬里：《詩經詮釋》，新北：聊經出版事業股份有限公司，1983 年。
9. 馬持盈：《史記今註》，臺北：商務印書館，1996 年。
10. 高本漢著，董同龢譯：《高本漢詩經注釋》，上海：中西書局，2012 年。
11. 陳新雄：《聲韻學》，臺北：文史哲出版社，2007 年。
12. 陳子展：《詩經直解》，上海：復旦大學出版社，2015 年。
13. 彭丙成注譯，陳滿銘校閱：《新譯潛夫論》，臺北：三民書局，1998 年。
14. 程樹德：《論語集釋》，北京：中華書局，2016 年。
15. 裴普賢：《詩經評註讀本》，臺北：三民書局股份有限公司，1983 年。
16. 盧元駿註譯，陳貽鈺訂正：《說苑今註今譯》，臺北：商務印書館，2010 年。

(三) 字詞典

1. 〔漢〕許慎撰，〔清〕段玉裁注：《說文解字注》，臺北：洪葉文化出版社，2016 年。
2. 〔宋〕陳彭年等重修：《校正宋本廣韻》，臺北：藝文印書館，1994 年。
3. 王力：《王力古漢語字典》，北京：中華書局，2014 年。
4. 中文大辭典編纂委員會：《中文大辭典·普及本》，臺北：中國文化大學出版部，1993 年。
5. 周何主編：《國語活用辭典》，臺北：五南圖書出版公司，2016 年。
6. 高樹藩：《正中形音義綜合大字典》，臺北：正中書局股份有限公司，2012 年。
7. 漢語大字典編輯委員會：《中華大字典》，成都：四川辭書出版社，1997 年。
8. 劉鬱君主編：《中華大字典》，臺北：中華書局，2015 年。