



Undergraduate assignment feedback form
(to be completed by marker)

<i>Student Name: Yifang Sun</i>	
<i>Module Code: SICH5008</i> <i>Module title: Cultural and Intellectual Discourse of the Records of Ritual</i>	<i>Student number: 2016013</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.	

AI Acknowledgement

☒ I have not used AI in my assignment

I confirm that I have not used any AI tools in the research and creation of this assignment. I confirm that I have not presented any AI generated materials as my own work. I confirm I have copies of my drafts, notes, and other resources I used, which I may be asked to provide in evidence.

☐ I have used AI in my assignment

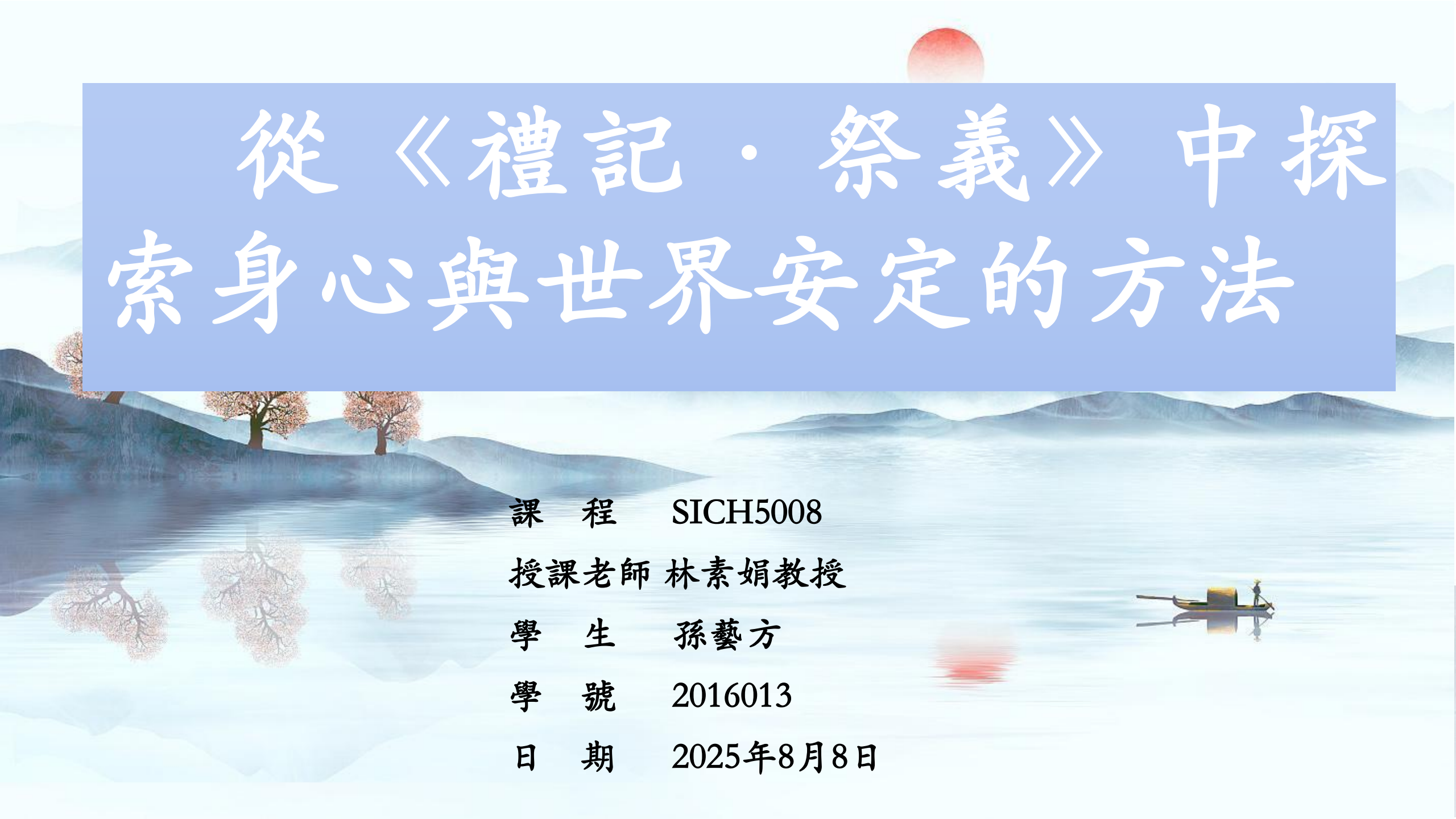
I acknowledge the use of [AI Tool 1] [(AI Tool 1 url)] on [Date] to [Purpose my work: (e.g. support my research/proofread/edit photographic material etc.)]. I used the prompt(s):

1. [Prompt]

2. [Prompt]

3. [Prompt]

I confirm that I have not presented any AI generated text as my own work. I confirm I have copies of my drafts, notes, and other resources I used before, and after the use of AI tools which I may be asked to provide in evidence.



從《禮記·祭義》中探 索身心與世界安定的方法

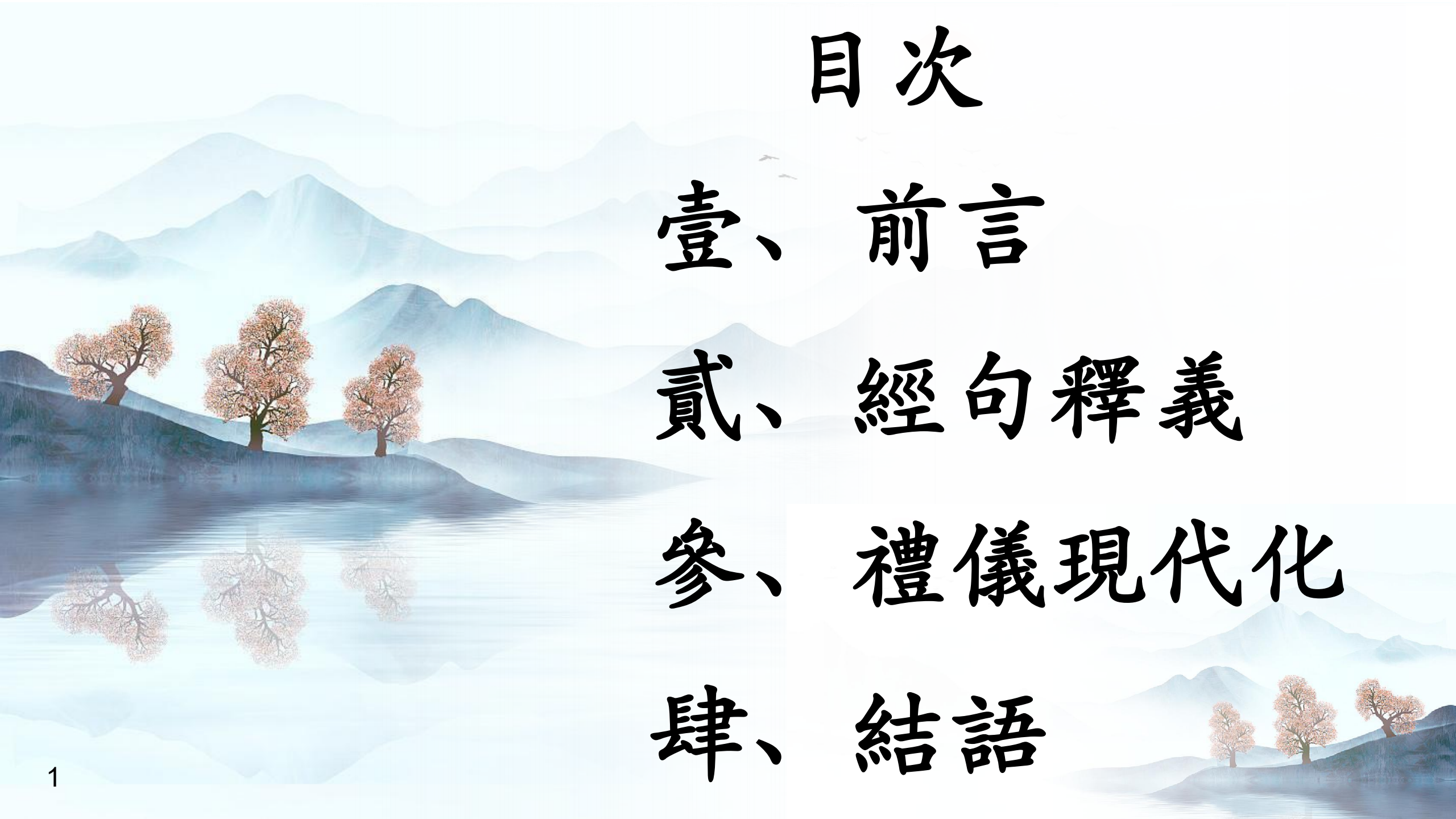
課 程 SICH5008

授課老師 林素娟教授

學 生 孫藝方

學 號 2016013

日 期 2025年8月8日



目次

壹、前言

貳、經句釋義

參、禮儀現代化

肆、結語

壹、前言



01

《禮記·祭義》傳達什麼樣的思想？

02

我們怎樣落實《禮記·祭義》的教義？



貳、經句釋義

祭義的
根基「孝」

祭義的
心態「敬」

祭義的
落實「讓」

<祭義>

一、祭義的根基「孝」

➤ 亨、孰、臠、羹，嘗而薦之，非孝也，養也。

君子之所謂孝也者，國人稱愿然曰：『幸哉有子如此』，所謂孝也已。眾之本教曰孝，其行曰養。

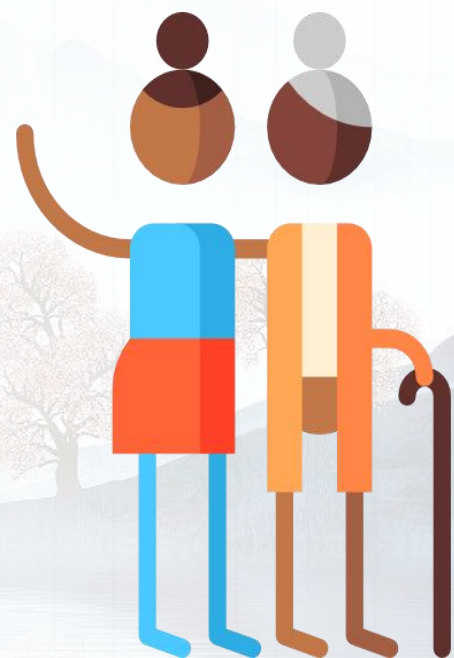
養可能也，敬為難；敬可能也，安為難；安可能也，卒為難。父母既沒，慎行其身，不遺父母惡名，可謂能終矣。仁者，仁此者也。禮者，履此者也。義者，宜此者也。信者，信此者也。強者，強此者也。樂自

順此生，刑自反此作。」



一、祭義的根基「孝」

- 「孝有三：小孝用力，中孝用勞，大孝不匱。思慈愛忘勞，可謂用力矣。尊仁、安義，可謂用勞矣。博施備物，可謂不匱矣。父母愛之，喜而弗忘；父母惡之，懼而無怨；父母有過，諫而不逆；父母既沒，必求仁者之粟以祀之。此之謂禮終。」



二、祭義的心態「敬」

➤ 唯聖人為能饗帝，孝子為能饗親。饗者，鄉也，鄉之然後能饗焉。是故孝子臨尸而不忤。君牽牲，夫人奠盎；君獻尸，夫人薦豆。卿大夫相君，命婦相夫人。齊齊乎其敬也！愉愉乎其忠也！勿勿諸其欲其饗之也！



二、祭義的心態「敬」

- 孝子之祭也，盡其慤而慤焉，盡其信而信焉，盡其敬而敬焉，盡其禮而不過失焉。進退必敬，如親聽命，則或使之也。



三、祭義的落實「讓」

- 天下之禮，致反始也，致鬼神也，致和、用也，致義也，
致讓也。致反始，以厚其本也。致鬼神，以尊上也。致物
用，以立民紀也。致義，則上下不悖逆矣。**致讓，以去**
爭也。合此五者，以治天下之禮也，雖有奇邪，而不治者
則微矣。



三、祭義的落實「讓」

- 天子有善，讓德於天。諸侯有善，歸諸天子。卿大夫有善，薦於諸侯。士、庶人有善，本諸父母，存諸長老。祿爵慶賞，成諸宗廟，所以示順也。昔者聖人建陰陽天地之情，立以為易。易抱龜南面，天子卷冕北面，雖有明知之心，必進斷其志焉，示不敢專，以尊天也。善則稱人，過則稱己。教不伐，以尊賢也。



三、祭義的落實「讓」

讓功於天

讓功於長

歸過於己

讓功於尊

讓功於眾



參、禮儀現代化

1



社會情況

2



改進方法

3



特殊情況



社會情況



關稅戰爭



幸福者退讓原則



改進方法



泰伯讓位

長子太伯、虞仲知古公欲立季歷以傳昌，乃二人亡如荊蠻，文身斷髮，以讓季歷。



孔融讓梨

融四歲，能讓梨，弟於長，宜先知。



張英讓地

千里修書只為牆，
讓他三尺又何妨？



特殊情況



「當仁不讓於師。」

肆、結語

「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。」



The background is a traditional Chinese ink wash painting. It depicts a serene landscape with misty, layered mountains in shades of blue and grey. In the foreground, a calm body of water reflects the sky and the distant peaks. On the left, several trees with reddish-orange foliage stand on a small hill. In the lower right, a small boat with a person is visible on the water. A large, bright red sun or moon hangs in the sky, with a few birds flying nearby. The overall mood is peaceful and contemplative.

感謝聆聽
敬請施教

參考文獻

一、古籍專書

〔漢〕鄭玄注、〔唐〕孔穎達疏：《禮記正義》，北京：北京大學出版社，2000年。

〔魏〕何晏注、〔宋〕邢昺疏：《論語注疏》，北京：北京大學出版社，2000年。

〔宋〕王應麟著、〔清〕王相訓詁：《三字經訓詁》，北京：中國書店，1991年。

〔清〕孫希旦：《禮記集解》，北京：中華書局，1989年。

二、現代專書

王夢鷗註譯：《禮記今註今譯》，台北：台灣商務印書館，2009年。

從《禮記·祭義》中體會身心和世界安定的方法

壹、前言

今天嘉鎡要介紹的是《禮記·祭義》篇中所講述關於「讓」的這種思想。嘉鎡也會在以下段落向大家說明祭義的學處，以及討論在現代，人們可以怎樣落實祭義中的禮儀。

貳、經句釋義

祭義簡單來講就是祭祀的意義。方慤言：「全篇分五部分，首段說明祭祀之義（歸結感情），二段談禮樂之養人，三段說孝親之道（鬼神溝通），四段論尚齒之義（敬老），篇末復言祭祀。」祭祀在古代非常重要，亡者加入祖先群體鏈接的過程。嘉鎡將分為三部分來分享關於祭義的根基、心態與落實的部分。

一、祭義的根基-孝

「亨、膾、臠、肺，嘗而薦之，非孝也，養也。君子之所謂孝也者，國人稱愿然曰：『幸哉有子如此』，所謂孝也已。眾之本教曰孝，其行曰養。養可能也，敬為難；敬可能也，安為難；安可能也，卒為難。父母既沒，慎行其身，不遺父母惡名，可謂能終矣。仁者，仁此者也。禮者，履此者也。義者，宜此者也。信者，信此者也。強者，強此者也。樂自順此生，刑自反此作。」

這段話講到一般人到祭祀的日子忽來準備食物奉祀一番，那都不是孝，至多只是供養而已。能稱為孝的行為是全國的人都歆羨地喝采，說是多麼有福氣呀，會有這麼好的兒子!這纔算是孝子了。而後接著討論，孝的步驟，不論父母是否在世都能心存對父母的恭敬之心。而仁、禮、義、信、要證明和努力的就是這一點。人世間的快樂是由此產生，社會的刑法也因背此而產生。

這段話說明真正的孝要在平常日用中才能體現出來，要在做事之前，想到父母。基於對父母的深愛，在生活中就會非常謹慎，生怕自己的行為會讓自己受辱同時使父母受辱。

「孝有三：小孝用力，中孝用勞，大孝不匱。思慈愛忘勞，可謂用力矣。尊仁、安義，可謂用勞矣。博施備物，可謂不匱矣。父母愛之，喜而弗忘；父母惡之，懼而無怨；父母有過，諫而不逆；父母既沒，必求仁者之粟以祀之。此之謂禮終。」

這一句分別介紹了從父母存與父母沒作為孝子是如何孝順父母的。父母給我一點好處，便高興的永久不忘懷；父母不喜歡我，便該自己反省而特別謹慎，沒有一點埋怨；父母縱有錯處，可以婉言相勸，但不反抗；父母死後，必以自己正當的收入來祭祀他們；這纔是實行孝道的終點。

以上是為我們展現了孝子的形態。

二、祭義的心態-敬

唯聖人為能饗帝，孝子為能饗親。饗者，鄉也，鄉之然後能饗焉。是故孝子臨尸而不忤。君牽牲，夫人奠盞；君獻尸，夫人薦豆。卿大夫相君，命婦相夫人。齊齊乎其敬也！愉愉乎其忠也！勿勿諸其欲其饗之也！

（馬晞孟言：能夠饗帝，饗親，是致其誠而已。聖人盡天道，孝子盡人道。）他們一心一意所做的一切，只希望所敬者能夠享受他們的敬意。

孝子之祭也，盡其慤而慤焉，盡其信而信焉，盡其敬而敬焉，盡其禮而不過失焉。進退必敬，如親聽命，則或使之也。

孝子祭祀，是盡其虔誠的心去表現虔誠的動作，盡其信念兒表現出確實見到親人的樣子，盡其敬意兒侍奉而表現出侍奉鬼神的行為。盡其禮節而沒有太過或者不及的地方。進一步，退一步都是畢恭畢敬的樣子，仿佛在聽親人的吩咐，聽親人還有沒有需要自己的去做什麼。

一個完整的祭祀過程應該是在祭祀時，保持恭敬謹慎的態度。在平常時，回憶這些親人時，我們去回想那些和親人經歷過的美好鏈接。可能是一次長輩接我們放學的场景，可能是和長輩一起享受種植的快樂。祭義禮強調的是不要忘記人與人之間愛的鏈接，儘管可能已經天人永隔，愛還是存在。有一次，因為種種原因我一個人站在橋上，看著下面的大河，在想如果跳下去是不是一切都結束了。那時候，我的腦海中突然湧現出過世了多年的爺爺，我瞬間淚如雨下，放棄了那個念頭。那一刻，我感到那些親人一直守護在我身邊從未離開。

三、祭義的落實- 讓

天下之禮，致反始也，致鬼神也，致和、用也，致義也，致讓也。致反始，以厚其本也。致鬼神，以尊上也。致物用，以立民紀也。致義，則上下不悖逆矣。致讓，以去爭也。合此五者，以治天下之禮也，雖有奇邪，而不治者則微矣。

孔穎達言：明禮之大用凡此五事，若能行之得理，則天下治矣。

王夢鷗言：這五項概念有各自不同的作用，其中「讓」的部分是發揚謙讓，所以人與人不致衝突。也就是意味著禮中的致讓精神有穩定社會人心的效果。

天子有善，讓德於天。諸侯有善，歸諸天子。卿大夫有善，薦於諸侯。士、庶人有善，本諸父母，存諸長老。祿爵慶賞，成諸宗廟，所以示順也。昔者聖人建陰陽天地之情，立以為易。易抱龜南面，天子卷冕北面，雖有明知之心，必進斷其志焉，示不敢專，以尊天也。善則稱人，過則稱己。教不伐，以尊賢也。

天子倘覺得自己有點好處，應該說是天的賜與，不可自居其功；諸侯有好處，當歸功於天子；卿大夫即歸功於諸侯；士與庶人有好處，應認為因父母而有，并歸功於長輩的教導；倘使得到優異的爵祿和獎賞，則須告成於宗廟，認為祖宗積德所致。古時，聖人測定日月運行和寒暑的原則，而把握其變化的情形，叫做「易」。掌「易」之官，抱著寶龜南面而立，天子要穿大禮服北面朝他。儘管自己有高超的知慧也得向他請教而作最後的決定。這就是不敢自專而尊重天意的表示。凡有好處，就說是別人給與的；遇有壞事，則自己擔承，這是使人不至矜伐自大而尊重比自己更好的人。（這其中涵蓋了一種讓功於天、尊、長、眾，歸過於己的概念。）

參、現代影響

一、社會情況

國與國之間不肯讓利（貪婪）。例如：最近美國的關稅戰。例如：媒體上，最近很多博主拍攝短片都不約而同的拍攝到了一個題材叫幸福者退讓原則（出門在外，如果遇見他人和你計較爭辯，想激怒你和你爭吵，千萬別吵。因為你不知道對方能做出什麼事

情來。你可能是幸福的家庭，可和你爭辯的人有可能就是一個在社會中事事不順，也沒有家庭的人。他容易報復社會來洩憤。）

二、改進方法-向古人學習

我提出的方法就是讓，其實這種讓的精神，一直存在於我們的民族中。例子一：把國家讓出去。那時周文王的祖父古公亶父想傳位給文王（姬昌），可姬昌的父親是古公亶父的第三個兒子。而長子太伯知曉父親的心願後，就帶著二弟一起到江南去了，把王位自動讓給了弟弟。例子二：把大的梨子讓給兄長。孔融讓梨。例子三：讓自家的地。也就是六尺巷的故事。當時的兩戶人家爭搶著說對方搶地，其中一方給在朝做官的家人寫信，結果做官的家人寫了四句詩，其中一句就是讓他三尺又何妨，也就是我們熟知的六尺巷。無論地位高低、年齡大小、或是朝代變遷，讓的思想一直根深在我們的基因裡。

三、特殊情況

也不是說我們要一直讓，有一種情況就不必讓。就是《論語》提到的「當仁不讓於師。」孔子是說平常時候弟子確實要讓師，但是行仁這件事是很急切的，所以不必讓師。也可以延伸到一切人身上。

肆、結語

<祭義>之所以重要，是因為祭祀禮的核心是愛，禮節是為了表達愛的一種方式。孝是我們跟祖先鏈接的根基，因為通過孝的方式，我們才能正確的表達心中的情感。因為我們這種鏈接，這種真誠的，正確的愛的根基，也會使我們自然而然的從內心恭敬我們的親人，敬也是從愛延伸來的。內在的情感豐沛了，就會自然流露在外在，而這時表現形式有很多種，但是心是相同的。「讓」不僅包含了待人恭敬意涵，更是表達了我們在面對人事的一種謙虛。而這種謙虛也使我們形成更穩定的人格與良好的人際關係。進一步的推擴會形成一家讓，一國興讓的局面，這將對社會的和諧產生良好的影響。而且，值得慶幸的是現在網絡的健康博主們，也在用他們的行動和影響力來帶動社會踐行並創造善的循環。