

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.



閒邪存誠 力行天道

課程 SICH4009

授課老師 上成下德法師

學生 孫藝方

學號 2016013

日期 二〇二四年十二月五日



目次

壹、前言

貳、經句釋義

參、心得體會

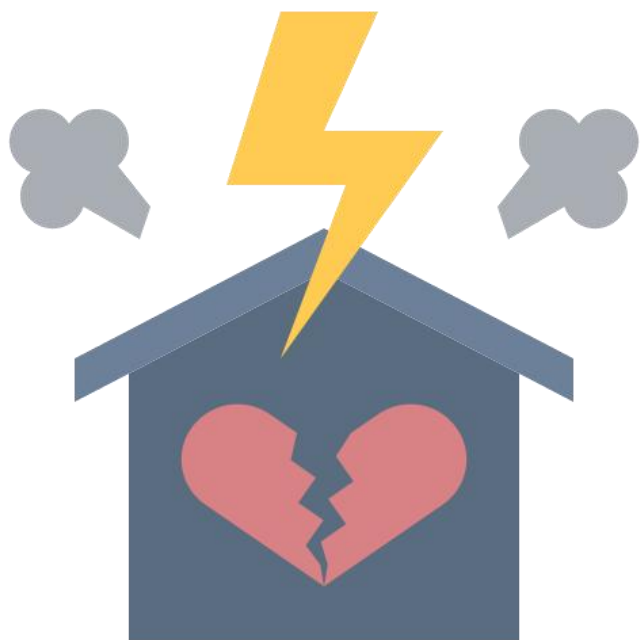
壹、前言



李炳老：

「中庸之旨，在闡明人天之道相通。天道至誠無息，化育萬物。人道本亦如之，後為物欲所蔽，失其高明，故應法天，以復其本，始能並育不害，悠久無疆。」¹

¹李炳南：《禮記中庸講記》，「明倫月刊資訊網」（<http://www.minlun.org.tw/>），1965年11月30日發表，2024年12月3日瀏覽。



家庭問題



社會問題



環境問題

貳、經句釋義

「性」的本體。

體：誠

真誠的，實在的。

有真東西，沒有一絲一毫的虛假。²

用：明

本體起的作用。

本體發揮光明的作用。³

²徐醒民講述：《中庸筆記》（臺中：中市慈光圖書館，2009年），頁284。

³徐醒民講述：《中庸筆記》，頁285。

「自誠明，謂之性。」⁴

1 「自」：「由」。⁵

2 人物舉例：伏羲氏、堯、舜、禹、文王，周公。

3 「性」：是「誠」和「明」的結合，「體」和「用」的結合。⁶

⁴〔漢〕鄭玄注、〔唐〕孔穎達疏：《禮記正義》（北京：北京大學出版社，2000年），頁1691。

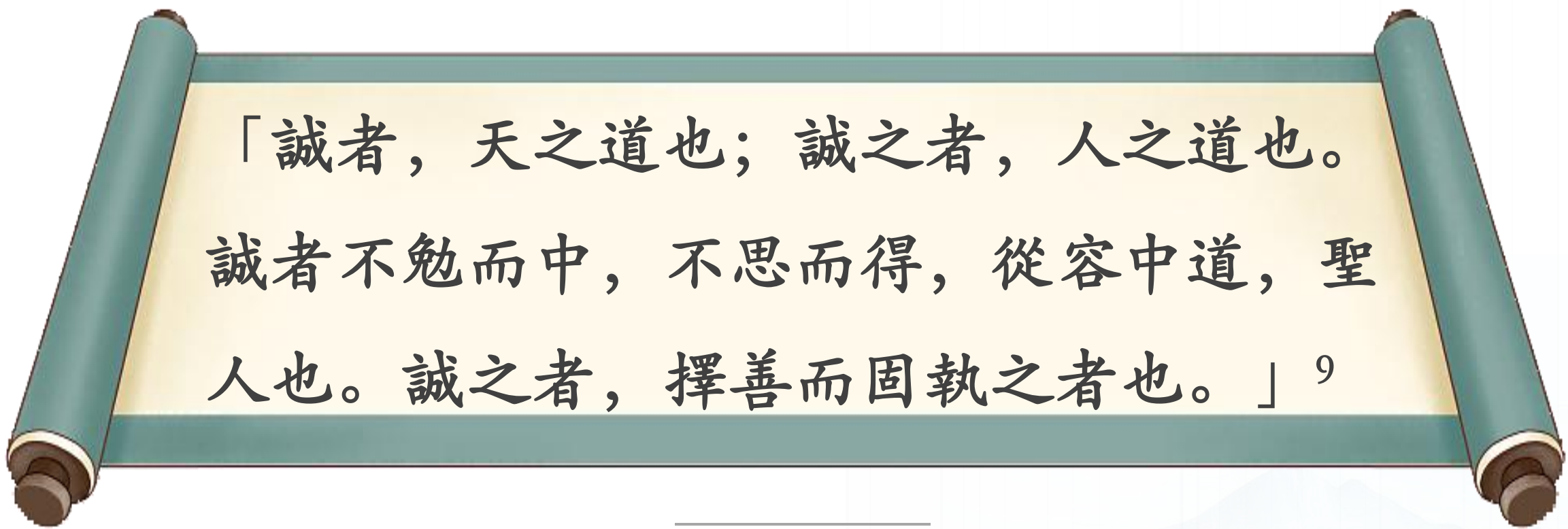
⁵〔漢〕鄭玄注、〔唐〕孔穎達疏：《禮記正義》，頁1691。⁶徐醒民講述：《中庸筆記》，頁285。

「自明誠，謂之教。」⁷



- 學明：學經典的道理與聖人的教誨。
- 開發本性達到自誠的境界。
- 從教的角度得來。

⁸

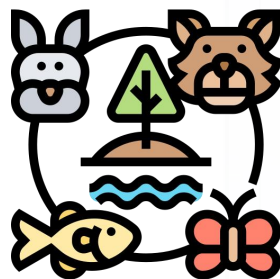


「誠者，天之道也；誠之者，人之道也。
誠者不勉而中，不思而得，從容中道，聖
人也。誠之者，擇善而固執之者也。」⁹

「誠者，天之道也。」¹⁰

- 李炳老：天地就是「誠」。不問好壞，一律生長。¹¹
- 徐醒民老師：「誠者，天性也。」天性就是至善的。¹²

⁹〔漢〕鄭玄注、〔唐〕孔穎達疏：《禮記正義》，頁1689。¹⁰〔漢〕鄭玄注、〔唐〕孔穎達疏：《禮記正義》，頁1689。
¹¹李炳南：《禮記中庸講記》，「明倫月刊資訊網」（<http://www.minlun.org.tw/>）。¹²徐醒民講述：《中庸筆記》，頁277。





「誠之者，人之道也。」¹³



李炳老： 學天地的誠，不誠不為人¹⁴



鄭玄： 「誠者」和「誠之者」不同。
「誠」：「誠」本身。
「誠之者」：普通人學習誠。
「人之道也」，做人之道。
順本性而為。¹⁵





「誠者不勉而中，不思而得，」¹⁶

- 不用勉強，自然就能合乎本性了。¹⁷



「從容中道，聖人也。」¹⁸

- 非常從容自在，合乎天道和中道。¹⁹
- 孔子「七十而從心所欲，不逾矩。」²⁰



「誠之者，擇善而固執之者也。」²¹

- 擇善、固執
- 堅固的執持的修善²²



¹⁶〔漢〕鄭玄注、〔唐〕孔穎達疏：《禮記正義》，頁1689。¹⁷徐醒民講述：《中庸筆記》，頁279-280。¹⁸〔漢〕鄭玄注、〔唐〕孔穎達疏：《禮記正義》，頁1689。¹⁹徐醒民講述：《中庸筆記》，頁280。²⁰〔魏〕何晏注、〔宋〕邢昺疏：《論語注疏》（北京：北京大學出版社，2000年），頁17。

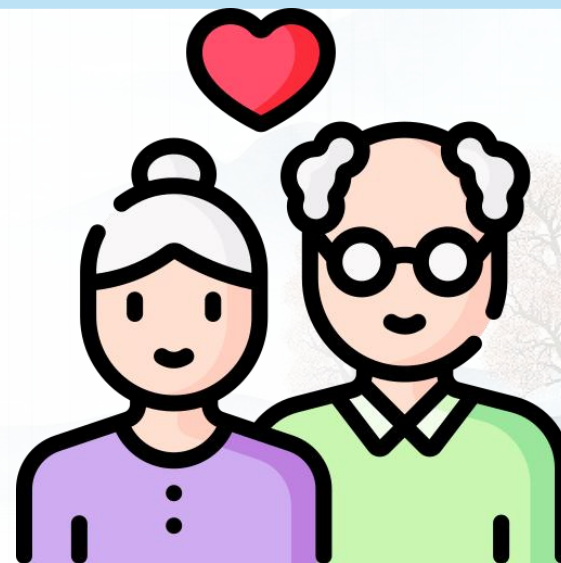
²¹〔漢〕鄭玄注、〔唐〕孔穎達疏：《禮記正義》，頁1689。²²徐醒民講述：《中庸筆記》，頁280。

參、心得體會

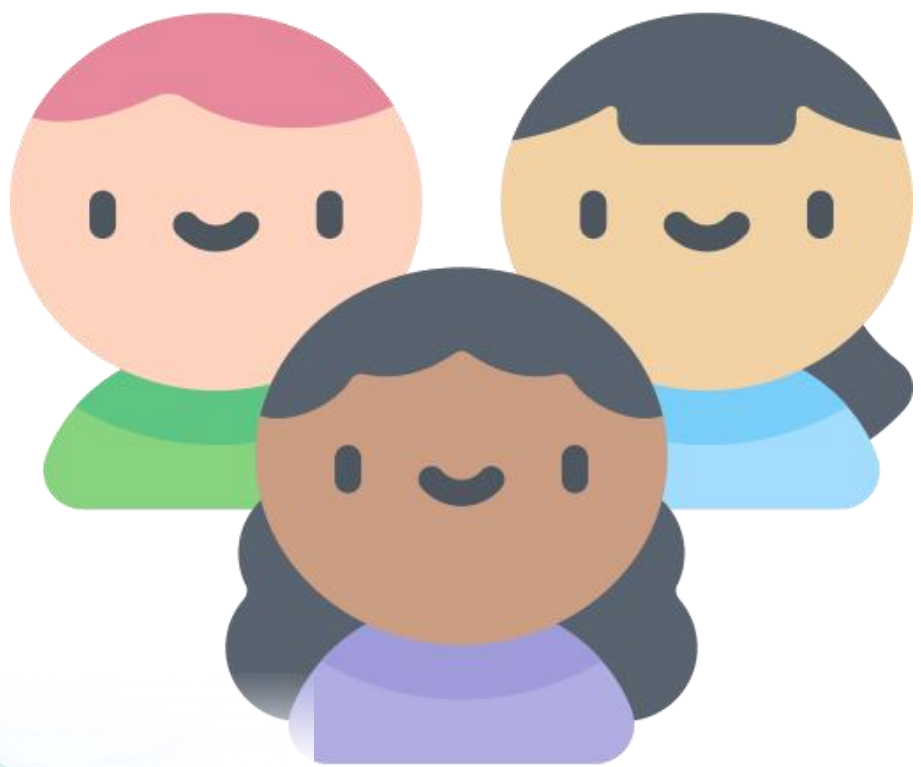
「人之初，性本善。性相近，習相遠。」²³



VS



真誠待人



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 lake reflects the sky and the distant peaks. On the left bank, there are several trees with reddish-orange foliage. In the lower right corner, 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 atmosphere 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。

二、現代專書

徐醒民講述：《中庸筆記》，臺中：中市慈光圖書館，2009年，頁284。

三、網絡資料

「明倫月刊資訊網」網站：(<http://www.minlun.org.tw/>)



依《孟子》教誨 簡單辯別何為善友



課 程 SICH4009

授課老師 上成下德法師

學 生 孫藝方

學 號 2016013

日 期 二〇二五年一月十四日



目次

壹、前言

貳、經句釋義

參、心得體會





壹、前言

「喪亂既平，既安且寧。
雖有兄弟，不如友生？」¹

《詩經·小雅·常棣》

「君子以文會友，以友輔仁。」²

《論語·顏淵第十二》

¹ [宋] 朱熹:《詩集傳》(臺北市:中華書局, 2019年, 13版), 頁102。

² [魏] 何晏注、[宋] 邢昺疏:《論語注疏》(北京:北京大學出版社, 2000年), 頁191。

壹、前言

良朋益友



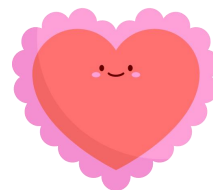
VS

狐朋狗友



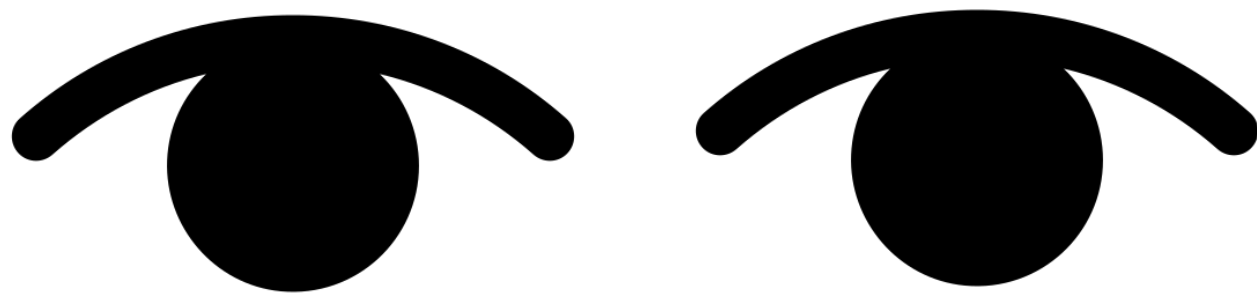
貳、經句釋義

- 觀其貌
- 觀其好
- 觀其心



貳、經句釋義-觀其貌

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，人焉廋哉！」³



³〔漢〕趙岐注、〔宋〕孫奭疏：《孟子註疏》（北京：北京大學出版社，2000年12月，《十三經註疏本》），頁240。

貳、經句釋義-觀其貌

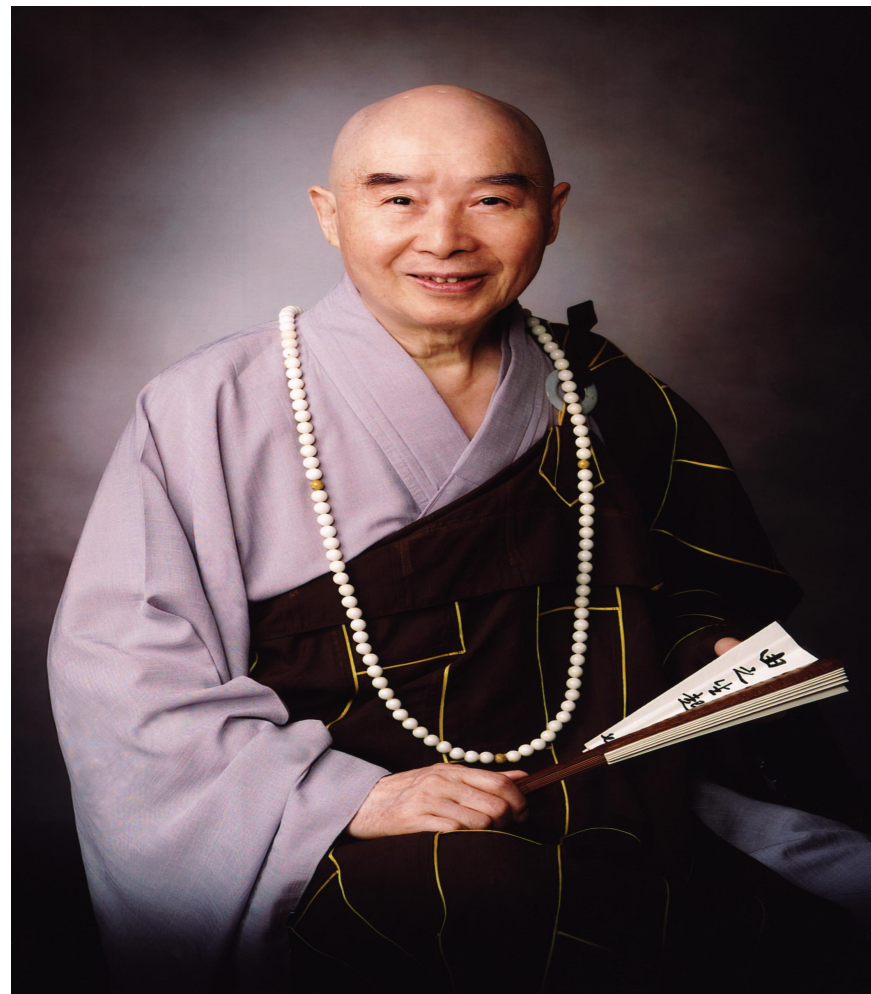
讓我們來
落實經教吧!

我們說話時要
看著對方的眼
睛。

醒公說過這
是不眊焉的
表現。



貳、經句釋義-觀其貌



貳、經句釋義-觀其好

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。**如使人之所欲莫甚於生，則凡可以得生者，何不用也？使人之所惡莫甚於死者，則凡可以辟患者，何不為也。」

「由是則生而有不用也，由是則可以辟患而有不為也。是故所欲有甚於生者，所惡有甚於死者，**非獨賢者有是心也，人皆有之，賢者能勿喪耳。**」

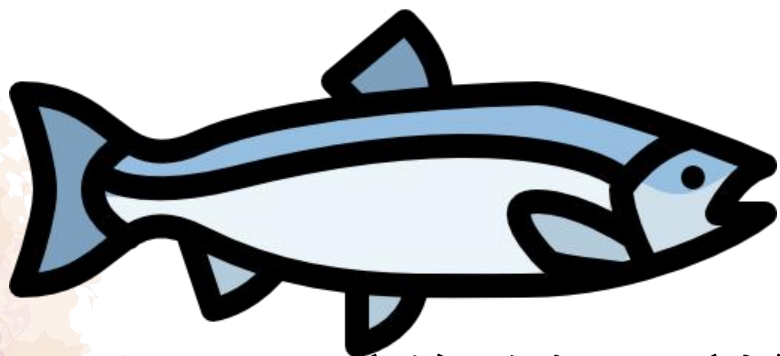
「一簞食，一豆羹，得之則生，弗得則死。噍爾而與之，**行道之人弗受**；蹴爾而與之，**乞人不屑也。**」

「萬鍾於我何加焉？**為宮室之美、妻妾之奉、所識窮乏者得我與。**鄉為身死而不受，今為宮室之美為之；鄉為身死而不受，今為妻妾之奉為之；鄉為身死而不受，今為所識窮乏者得我而為之：是亦不可以已乎！**此之謂失其本心。**」⁴

貳、經句釋義-觀其好（好義？好生？）

魚和熊掌不可兼得

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**。」⁵



⁵〔漢〕趙岐注、〔宋〕孫奭疏：《孟子註疏》（北京：北京大學出版社，2000年12月，《十三經註疏本》），頁363。



貳、經句釋義-觀其好

「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。如使人之所欲莫甚於生，則凡可以得生者，何不用也？使人之所惡莫甚於死者，則凡可以辟患者，何不為也。」⁶

⁶〔漢〕趙岐注、〔宋〕孫奭疏：《孟子註疏》（北京：北京大學出版社，2000年12月，《十三經註疏本》），頁363。



貳、經句釋義-觀其好

「由是則生而有不用也，由是則可以辟患而有不為也。是故所欲有甚於生者，所惡有甚於死者，**非獨賢者有是心也，人皆有之，賢者能勿喪耳。**」⁷

⁷〔漢〕趙岐注、〔宋〕孫奭疏：《孟子註疏》（北京：北京大學出版社，2000年12月，《十三經註疏本》），頁363。

貳、經句釋義-觀其好

「一簞食，一豆羹，得之則生，弗得則死。噉爾而與之，行道之人弗受；蹴爾而與之，乞人不屑也。」⁸



嗚~雖然我是乞丐，但是我也有自尊!

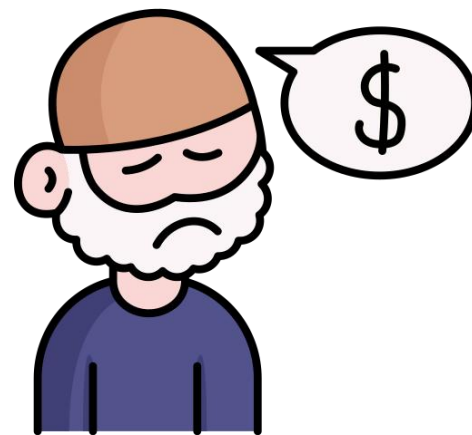
⁸〔漢〕趙岐注、〔宋〕孫奭疏：《孟子註疏》（北京：北京大學出版社，2000年12月，《十三經註疏本》），頁363-364。

貳、經句釋義-觀其好

「萬鍾則不辨禮義而受之。萬鍾於我何加焉？

為宮室之美、妻妾之奉、所識窮乏者得我與。

鄉為身死而不受，今為宮室之美為之；鄉為身死而不受，今為妻妾之奉為之；鄉為身死而不受，今為所識窮乏者得我而為之：是亦不可以已乎！**此之謂失其本心。**」⁹



貳、經句釋義-觀其好(當代願意捨身取義的案例)



郭慶父親：「經常把自己的餐費給沒有錢的同學吃，自己餓肚子。」



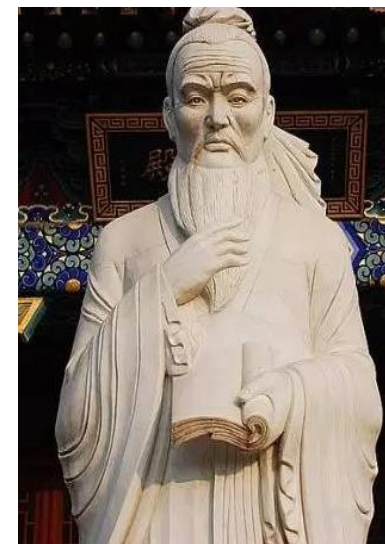
崔譯文警官：「我是軍人的孩子，如果我不衝上去，她可能會活不了。」

面對逆境的心態

孟子曰：「舜發於畎畝之中，傳說舉於版築之間，膠鬲舉於魚鹽之中，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，曾益其所不能。 . . . 」¹⁰

¹⁰ [漢] 趙岐注、[宋] 孫奭疏：《孟子註疏》（北京：北京大學出版社，2000年12月，〈十三經註疏本〉），頁407-408。

貳、經句釋義-觀其心



舜 傳說 膠鬲 管仲 孫叔敖 百里奚

憂患意識

「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，國恒亡。然後知生於憂患，而死於安樂也。」¹¹

貳、經句釋義-觀其心

這個人很愛鑽研，學習很認真。我來幫他一把！



自助、人助、天助



參、心得體會

一、「甚於始」



二、「方以類聚，物以群分。」¹²



三、「修己功夫」





參、心得體會

「吾聞之，君不困不成王，烈士不困行不彰，庸知其非激憤厲志之始。於是乎在？」¹³

《孔子家語·困誓》

「經一蹶者長一智，今日之失，未必不為後日之得，但已落第二義。須從第一義上著力，一真一切真。」¹⁴

《王陽明全集·寄薛尚謙》

¹³ [明] 王陽明著、吳光等校：《王陽明全集》（杭州：浙江古籍出版社，2010年12月），冊1，頁183。

¹⁴ 王國軒、王秀梅譯註：《孔子家語》（北京：中華書局，2018年1月），頁280。



感謝聆聽
敬請施教

參考文獻

一、古籍專書

〔魏〕王弼注、〔唐〕孔穎達疏：《周易正義》，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。

〔漢〕趙岐注、〔宋〕孫奭疏：《孟子註疏》，北京：北京大學出版社，2000年12月，
《十三經註疏本》。

〔宋〕朱熹：《詩集傳》，臺北市：中華書局，2019年。

〔明〕王陽明著、吳光等校：《王陽明全集》，杭州：浙江古籍出版社，2010年12月。

二、現代專書

王國軒、王秀梅譯註：《孔子家語》，北京：中華書局，2018年1月。

第五週問題討論：

1. 請教法師，如何應對家裡催婚？若選擇組建家庭，希望找三觀一致的伴侶，不願將就。但這樣遲遲未步入婚姻，也會讓父母擔憂。弟子應如何平衡內心與父母的期盼？

答：

心態上——不要和父母產生對立的情緒。父母也是為我們好，理解父母的用心。
行為上——真誠和父母溝通自己的想法和考慮，溝通的態度要和顏悅色。好的另一半能讓後半生幸福，家族興旺，所以要慎重選擇。求佛菩薩，根據黃念老的標準。

2. 父母溺愛弟弟。弟弟已經是成年人，不工作待在家裡玩電腦。父母每天都做好飯菜，不在家的時候甚至讓妹妹照顧這位比她年紀大的哥哥。如果是全家出門聚餐弟弟不願意去，父母還會專門打包一份回家。我勸父母讓弟弟餓一下他可能會更聽話，但是父母不聽。我和親戚長輩們也有幫弟弟找工作，但是他都不願意去，父母也只說他不想去能怎麼樣，還欺騙爺爺奶奶說弟弟有在工作。雖然春節聚會的時候長輩們都會討論弟弟的問題，但是也只是討論，過完節就又回到老樣子的放任了。現在弟弟已經開始展現暴力傾向：之前妹妹買了烤蛋糕的機器，可能因為機器有點大聲，他就把機器砸了，事後父母也沒有責怪他。學生居住在新加坡，家人都在馬來西亞，很擔心弟弟不僅啃老，還會像新聞的啃老族一樣殺害父母。請問我父母這樣做是否錯誤？請問我該如何做？

答：

弟弟的現況可能與父母的溺愛有關。也與因果有關，父母有可能前世欠弟弟很多，今生來還債。我們看到的是這樣的表象，更多的也是他們之間的因果。有時候，人提問是希望得到一個自己心目中的答案，也是希望能印證自己心裡的想法，當這個想法被一個很敬仰的人認定了之後，心裡也會這樣認定：這件事是父母做錯了，或者覺得，就是父母的問題。首先我們不要站在父母的對立面，和父母真誠溝通，我們都是為了弟弟好，一起商量如何幫助弟弟改變。

古代案例：世恩夜待。先關心弟弟，和弟弟真誠溝通。而不是指責或者是用道理壓制，做好自己，提升自己的修行之後，可以與家人分享自己的福報，心正則身正，身正則左右正，可能在某個機緣之下弟弟會被感動。

念佛迴向很重要。

搞清楚主伴圓融，在這個緣分中我們只是助緣，要讓弟弟能感受到我們是為他好，信而後諫。否則弟弟會覺得我們是針對他，父母也會覺得自己是在指責弟弟，而不是關心他。站在理解和體諒的角度上，去了解弟弟不願工作的原因。是否與之前的記憶創傷有關，嘗試幫助弟弟解決他內心的問題。

3. 在道德講堂的學習和服務中運用了哪些《四書》的教誨？

課程整體

- 三人行，必有我師焉。
- 有朋自遠方來，不亦樂乎。
- 父母唯其疾之憂。——養生課

- 興於詩，立於禮，成於樂。——禮儀課、音樂課
- 禮之用，和為貴。——和諧社會並不遙遠
- 不患人之不己知，患不知人也。/人不知而不慍，不亦君子乎？——服務周到

金容

- 愛人者，人恆愛之。
- 愛人不親反其仁，治人不治反其智，禮人不答反其敬。行有不得者，皆反求諸己，其身正而天下歸之。
- 寬柔以教，不報無道，南方之強也。——以柔克剛

嘉鎡

- 在明明德，在親民。
- 往者不可諫，來者猶可追。——組裡家人非常善於反省
- 己所不欲，勿施於人。——父母和孩子的交往。

曦然

- 子張學干祿。子曰：多聞闕疑，慎言其餘，則寡尤；多見闕殆，慎行其餘，則寡悔。言寡尤，行寡悔，祿在其中矣。
- 子入太廟，每事問。——及時確認

第六周問題討論：

1. 照顧婆婆多年，事上盡心盡力都做了，但我內心裡並沒有對婆婆生成真正的恭敬心，在外人看來我很孝順，因此讓我內心更加不安……主要是因為學生有見婆婆的過，這是學生的大不孝，內心也很難受，但我想對婆婆恭敬起來，每到境界現前大多是失敗告終。學生內心很自責，覺得自己太差勁、太糊塗了，怎麼能跟婆婆計較！學生愧對父母師長，不能再這樣下去了，新的一年要改過自新。學生該怎麼樣克服習氣，對婆婆生起真正的恭敬心？

答：

首先這位學長是值得被肯定的，可以看出她已經很努力地去力行孝道了。因為學了傳統文化，所以也在自我反省。

首先可以放下自責的念頭，因為自責於事無補。

這種情況可能是因為在跟婆婆相處的過程中落了印象，導致恭敬心受阻。所謂真心一法不立，這樣的心念只會導致我們自己心裡不舒服。

解決方案參考：

1. 念恩忘怨，可以多去尋找婆婆的好處，去憶念婆婆的恩德。對於婆婆的過失，嘗試去轉念，去了解她的成長背景，理解婆婆的苦衷。
2. 我們對自己的父母有沒有生起真正的恭敬之心？換位思考，婆婆也是丈夫的母親。如果我們對自己的父母生起真正的恭敬之心，真正的愛心，那麼也可以把這種心延伸開來，去恭敬婆婆，去愛婆婆。翻一翻德育故事，看一看古人的例子，去體會前人的心境。
3. 恭敬丈夫。老法師曾經開示，真正恭敬自己的丈夫，就會對公婆產生感恩之

心，感恩公婆的教育賜予我們一個幸福的家庭。

2. 孩子上體制一年級以後，自己的心態無法調節，說的話孩子不聽會生氣，對孩子語言暴力、冷暴力、吼叫孩子、打孩子，知道錯又改不了。想和孩子分開，可是聖賢教誨媽媽要做好本分。離開孩子對不起丈夫、對不起家人，可是這種心念一遇到境界就會生起來。不離開孩子自己傷害孩子，離開孩子又是不孝父母。一邊學習一邊生氣，一邊又想好好以身作則，孩子不如以前好教又會控制不住生氣，無法調節身心。對於定課總是一暴十寒，急躁、焦慮、徘徊。懇請老師批評點化。

答：

不要對孩子有控制、要求的心，放下這種心態，先把自己的心態擺平，首先自己情緒要穩定，心平氣和地和孩子對話，孩子才能接受。如果用吼叫的方式教育孩子，往往只會收到負面效果。在脾氣起來的時候，可以通過念佛的方式來讓自己壓下這種念頭，提醒自己不能對孩子發脾氣，否則無法達成幫助孩子改善的目的。

我們遇到的一切境緣，都是來成就自己的。所以面對孩子，轉個念頭，孩子是來成就我的。不是我教育孩子，而是他們在幫助我們放下執著、要求。有時候孩子是一面鏡子，他們在提醒我們心態上的偏失。真正意識到自己的過失了，對別人就不會有指責的心了。

比如這位學長提到想和孩子分開，其實逃避解決不了問題，但是短期的分開未嘗不可，例如可以去參加一個傳統文化學習班，比如說漢學院的道德講堂，福

州共學班課程之類。讓自己放鬆一下，充充電，或者去親近一下大自然，調整一下身心狀態。

關於做定課一曝十寒的問題。做定課要有恆心，如果定課太多，可以根據自己的實際情況嘗試調整減量，但是貴在堅持。多念佛迴向也會對當前的境界有所改善。