

閱讀教學與中華文化學習：

教學經驗分享

仁濟醫院王華湘中學

雷國威

2021.6.3

- 中國哲學包含很廣。大體說來，是以儒、釋、道三教為中心
- 特重「主體性」與「內在道德性」
- 以「生命」為中心

——牟宗三《中國哲學的特質》

- 以文章、文學作品引領學生認識、思考、感悟、認同中華文化
- 讀本教學可以蘊含文化的三個方面：器物（物質文化）、制度（制度文化）和觀念（精神文化）
- 主旨深究必然關乎人生觀、價值觀，因此與文化有關
- 中華文化的學習兼具思辨和情感，促進了語文的了解、欣賞和運用
- 通過深究讀本的文化元素細味文本意蘊及便於遷移所學

右所列五項，倘能依法讀之，則國學根柢略立，可以為將來大成之基矣。惟青年學生校課既繁，所治專門別有在，恐仍不能人人按表而讀。

今再為擬一真正之最低限度如下：

《四書》、《易經》、《書經》、《詩經》、《禮記》、《左傳》、《老子》、《墨子》、《莊子》、《荀子》、《韓非子》、《戰國策》、《史記》、《漢書》、《後漢書》、《三國志》、《資治通鑒》(或《通鑒紀事本末》)、《宋元明史紀事本末》、《楚辭》、《文選》、《李太白集》、《杜工部集》、《韓昌黎集》、《柳河東集》、《白香山集》。

其他詞曲集隨所好選讀數種。

以上各書，無論學礦、學工程……皆須一讀，若並此未讀，真不能認為中國學人矣。

——梁啟超 《國學入門書要目及其讀法》

文化教學的策略

甲、文章的典故或文化傳統，學生必須了解才能真正讀通文章深意。

乙、與主旨相關的課外文化知識，有助更深入地了解文章思想感情。

丙、雖與文章主旨無直接關係，但有助學生積學儲寶。

文章	甲、文化典故 (必學)	乙、相關知識 (有助理解文章)	丙、延伸學習 (與文章無直接關係，但 可以加以比較、深化所學)
杜甫 〈登樓〉	諸葛亮好誦〈梁父吟〉，表達杜甫希望盡忠報國	〈梁父吟〉：「一朝被讒言，二桃殺三士」中晏嬰二桃殺三士的典故。追求磊落胸襟	杜甫詩景仰諸葛亮，如〈八陣圖〉、〈蜀相〉、〈詠懷古跡〉等，探討其抱負、人物形象、忠義。

文化教學的策略

- 文本細讀思考——引申文化學習——回到讀本思考、感悟

注意本文引用的語句典實及其內容。所有典實，不但須說明其意義來歷，而且須說明其用法之巧拙……推闡得越透，學生所得之益越多，知識底獲得，思辨力底培養和訓練，道德修養底指導，都可在這裡收到效果。

——蔣伯潛 《中學國文教學法》（1940）

示例

- 梁實秋〈雅舍〉
- 老舍〈我的母親〉
- 梁啟超〈敬業與樂業〉

〈雅舍〉

梁實秋

文本細讀思考

問：試歸納「雅舍」具有哪些「個性」？

1.地點荒涼：位處半山，周圍有稻田、水池、糞坑

2.聲音惱人：鄰居生活作息之聲、老鼠聲、蚊子聲

3.景色特殊：月色幽絕、細雨濛濛、大雨滲漏奇觀

4.陳設簡樸：陳設疏落有致不從俗

問：雅舍之害、之宜各為何，試各舉一例說明。

「害」：並不能避風雨，因為有窗而無玻璃，風來則若涼亭，有瓦而空隙不少，雨來則甚如滴漏。蔭牆不固，門窗不嚴；鄰人之一切聲音，均隨時由門窗戶必的隙處蕩漾而來。

「宜」：最宜月夜——因地勢較高，得月較先。

問：承上題，作者為何要這樣寫？

答：雅舍之害雖屬寫實，卻不乏自嘲落魄之意，而作者甘之如飴又顯示了他隨遇而安的情操；雅舍之宜，則是樂在其中，忘其簡陋，雖環堵蕭然，亦能自得其樂。

• 可與《項脊軒志》比較

問：文中說雅舍簡陋而受鼠患，作者說是中國人的懶惰隱忍，可是有人說這叫安貧樂道，你怎樣看？作者這裡是帶批評的嗎？

答：自嘲。

問：文章中雖未言明「雅舍」為何為雅，但文中雅舍有不少奇觀，當中能見雅趣，試指出雅舍三種奇觀。

答：1「雅舍」位於半山腰，屋內地板依山勢而鋪，一面高，一面低，坡度甚大，客來無不驚嘆。

2「雅舍」因地勢較高，得月較先，當月亮從山頭升起時，其間景色之優美，令來客悄然，等到月升中天時，清光有四從數間篩灑下來，更為幽絕。

3細雨濛濛之時，若雲若霧，一片瀰漫；若遇大雨，屋頂崩裂如奇葩初綻。

問：第五段，如雅舍牢固整飭，月光會有何不同？

答：恐怕沒有當中的斑駁變化，減少自然奇趣。

引申文化學習——魏晉風流

王子猷雪夜訪戴

王子猷居山陰，夜大雪，眠覺，開室命酌酒，四望皎然。因起彷徨，詠左思《招隱》詩，忽憶戴安道。時戴在剡，即便夜乘小船就之。經宿方至，造門不前而返。人問其故，王曰：「吾本乘興而行，興盡而返，何必見戴？」

劉伶縱酒放達

劉伶恒縱酒放達，或脫衣裸形在屋中。人見譏之，伶曰：「我以天地為棟宇，屋室為幔衣，諸君何為人幃我中！」

文本細讀思考

問：作者於文章最後，提出「寄」的概念，請試闡述之。

答：作者引的詩「客裏似家家似寄」的意思是：客居他鄉的日子久了，竟覺得像在家中一樣，而真正的家反像寄居似的。作者強調「寄」的想法，表達了「天地者，萬物之逆旅」，即人與世間的關係，就如同房客與旅館的關係一般，人人都是過客，沒有一件事物，會真正屬於自己，每個人最後也要離開。這說法就如莊子「人且偃然寢於巨室」一樣。

引申文化學習——人且偃然寢於巨室、天地者萬物之逆旅

莊子妻死，惠子吊之。莊子則方箕踞鼓盆而歌。惠子曰：「與人居，長子，老身，死不哭，亦足矣，又鼓盆而歌，不亦甚乎？」莊子曰：「不然，是其始死也，我獨何能無慨然？察其始而本無生，非徒無生也，而本無形；非徒無形也，而本無氣。雜乎芒芴之間，變而有氣，氣變而有形，形變而有生，今又變而之死，是相與為春夏秋冬四時行也。人且偃然寢於巨室，而我嗷嗷然隨而哭之，自以為不通乎命，故止也。」（《莊子·至樂》）

文本細讀思考

問：作者佈置雅舍的信念是什麼？這又象徵著什麼？

- 作者秉持著儉樸卻又不從俗的信念，佈置雅舍，而其中又參有一點點的傳統。一切的陳設都很簡陋；
- 可是作者卻又喜歡翻新佈置，最忌兩兩成對；
- 作者對雅舍所做的這番佈置，雖無富麗之豪華，但儉樸中不為傳統庸俗所束縛，可見他能擺脫世俗的習見成見，另闢蹊徑。

問：本文表現了作者的何種人生態度？

- 隨遇而安。即使在結構簡陋、位置作僻、環境惡劣的居所也能享受其優點，可見作者開朗脫俗的心境和自得其樂的生活態度。

（安其居，樂其業）

引申文化學習——古代居室美學／文化

吾貧賤一生，播遷流離，不一其處，雖債而食，賃而居，總未覺稍汙其座。性嗜花竹，而購之無資，則必令妻孥忍饑數日，或耐寒一冬，省口體之奉，以娛耳目。人則笑之，而我怡然自得也。性又不喜雷同，好為矯異，常謂人之其居治宅，與讀書作文同一致也。

—— 李漁《閒情偶寄》

問：莊子《逍遙遊》（節選）把無用視為大用，與梁實秋把簡陋的居所看成宜居、並視為「雅」，兩者的心境有沒有相似之處呢？請說說看。

答：有相似之處，莊子在常人視為無用的「大瓠」、「大樗」身上看到「浮於江湖」和「不夭斤斧，物無所害」的大用；梁實秋也不以世人的角度去批評自己居所的結構簡陋、位置作遠、環境惡劣，反而欣賞它的地勢傾斜、月色斑斕、細雨濛濛，以隨遇而安的心態體會雅舍的「無用之大用」。

問：「以示寫作所在，且志因緣。」你有沒有跟甚麼事物特別有緣呢？試描述一下它，說說你的感受。

小結

儒：

- 安貧樂道

道：

- 逍遙自得／適性逍遙
- 道法自然
- 魏晉風流

其他

閒情偶寄、米芾書法

〈我的母親〉 老舍

「堯舜之道，孝弟而已矣。」（《告子下》）

此文多處寫母親種種往事和特點，從中亦反映作者對母親的感情。

問：第七段，反映她什麼品格？

答：她作事永遠絲毫也不敷衍，認真盡責。

問：同段，看在作者眼中，作者會有什麼感受？從哪一句可以看出？

答：心痛不捨、敬佩。在我的記憶中，她的手終年是鮮紅微腫的。

問：「父親遺留下的幾盆石榴與夾竹桃，永遠會得到應有的澆灌與愛護，年年夏天開許多花」這裡表達了什麼感情？

答：（教師補充）事死如事生，事亡如事存，孝之至也。

- 慎終追遠，民德歸厚
- 祭如在，祭神如神在

問：「遇上親友家中有喜喪事，母親必把大褂洗得乾乾淨淨，親自去賀吊——份禮也許只是兩吊小錢。」此處反映母親何種特質？並評論之

答：（教師補充）《孝經》裡面說：「孝子之事親也，居則致其敬，養則致其樂，病則致其憂，喪則致其哀，祭則致其嚴。五者備矣，然後能事親。」

問：「『沒受過婆婆的氣，還不受大姑子的嗎？命當如此！』母親在非解釋一下不足以平服別人的時候，才這樣說。」如此忍隱，是好還是不好？

(教師適當點撥，亦不宜佔時過多。)

引申文化學習——以仁義為本

「但是，在做人上，我有一定的宗旨與基本的法則，什麼事都可將就，而不能超過自己畫好的界限。」

- 子夏曰：「大德不踰閑；小德出入可也。」
- 本章是子夏教人要守定大節，小節即使稍有出入，可不必拘泥。
- 本章是子夏為恐一昧拘泥小節而敗壞大防的人而發。朱注為本章說：「言人能先立乎其大者，則小節雖或未盡合禮，亦無害也。」子夏所謂「大德」，當指忠君、孝親之類，做人最重大的德行，不能有所虧失的；所謂「小德」，當指日常生活中對做人的道德、社會的禮法妨害不大的瑣碎言行，自然不必處處拘泥，只要不太離譜，不妨小有出入。
- 中庸之道：道為本，大德為天然之德，不勉而中，萬理皆備於我從容中道。故子夏認為當把握大德，小德上或稍有出入亦可原諒的。

引申文化學習

「我的真正的教師，把性格傳給我的，是我的母親。母親並不識字，她給我的是生命的教育。」

- 善教者，使人繼其志也
- 《禮記·學記篇》中說道：「善歌者使人繼其聲，善教者使人繼其志。其言也，約而達，微而藏，罕譬而喻，可謂繼志矣。」

問：作者母親是如何教作者的？

答：身教

引申文化學習——儒家的家庭教育在父母，亦重學校教育

離婁章句上（十八）

- 公孫丑曰：「君子之不教子，何也？」孟子曰：「勢不行也。教者必以正；以正不行，繼之以怒；繼之以怒，則反夷矣。『夫子教我以正，夫子未出於正也！』則是父子相夷也；父子相夷，則惡矣。古者易子而教之，父子之間不責善。責善則離，離則不祥莫大焉。」
- 本章言父子至親，相責離恩。易子而教，相成以仁，教之義也。
- 古云：「養不教，父之過；教不嚴，師之惰」，教育自古以來即是國人所重視的問題，而教之道在於寬嚴適中，勸之以善，成之以德。
- 千字文：外受傳訓，入奉母儀。

文本細讀思考

「到我該走的時候，她遞給我一些花生，『去吧，小子！』」

問：作者母親應該十分想念兒子，你認為為什麼母親那麼灑脫？

答：作者剛回家不久又要走，偏偏那時母親正是孤單的時候（三姐出嫁，哥哥不在家）實在有點不孝，如果母親埋怨他，或表現出不捨，正正就反映出作者不夠孝順這點，所以也就故作堅強點，讓作者心裡比較好過。

問：「街上是那麼熱鬧，我卻什麼也沒看見，淚遮迷了我的眼。今天，淚又遮住了我的眼」，試說明作者兩次哭的原因？

答：第一次哭，是慚愧，也感受到母親為成就自己事業甘願承受孤單的偉大；第二次哭是追悔，思念，子欲養而親不在。

問：怎樣理解時代使我成為逆子？

答：自稱逆子，已是十分愧疚。作者身處新舊思想交替的年代，多少也是為自己開脫，因為沉痛得讓人難以承受。舊時代的母親遷就新時代的作者，更凸顯母愛的偉大。

引申文化學習——曾子養父志（顧及父親感受）

「曾子養曾皙，必有酒肉；將徹，必請所與；問有餘？必曰：『有。』曾皙死，曾元養曾子，必有酒肉；將徹，不請所與；問有餘？必曰：『亡矣；將以復進也；此所謂養口體者也。』若曾子則可謂養志也。事親若曾子者可也。」

回到讀本思考：

母親顧及作者感受，而作者未顧及母親感受，追悔不已之時，已是子欲養而親不在了。

反思：父母常常顧及子女，子女往往粗心大意而忽略，你有沒有類似的經驗？

小結

儒：

- 子遊問孝，子曰：「今之孝者，是謂能養。至於犬馬，皆能有養。不敬，何以別乎？」
- 子曰：「父母在，不遠遊，遊必有方。」

〈敬業與樂業〉

梁啟超

文本細讀思考

問：「可見人生一切毛病都有藥可醫，惟有無業遊民，雖大聖人碰著他，也沒有辦法。」請用四個字來形容無業遊民。

答：無可救藥

問：無業遊民就是無可救藥，根據文章，原因是什麼？

答：連大聖人——有教無類的孔子都無法教他。

問：除了以上(1)「引用權威」外，根據文章，作者還提出什麼根據，說明人必需有業？

答：百丈禪師的例子和說明無業的人是蛀米蟲。

文本細讀思考：一日不作，一日不食

問：請推敲百丈禪師不吃飯，徒弟會有什麼反應？

答：我們好心做壞事了／覺得過意不去／師父是在身教／師父切實地實踐一句話的本義，禪啊！／這種說到做到、固執，真的是大師的風範啊。

問：百丈懷海禪師和一般人「勞動、收穫」觀點有何不同

答：一般人是多勞多得，食是目的，作是手段。再者，不工作就吃飯，總有一天會不夠吃。然而，百丈禪師認為工作不是手段，而是（日常）必需。照理來說師傅可以被供養，地位崇高的人可以不用工作，但他偏不是如此，不吃飯可以，不工作萬不可以。

問：你有付出多收穫少的經驗嗎？這則小故事對你有什麼啟發？

答：工作和付出是我的命，我甘之如飴（如球類校隊），不工作不付出就不是我了。把得失看輕一點，過程就是最寶貴。

引申文化學習：禪宗偈語

可簡介一些有名的禪宗公案或佛偈

（如俱胝斷指／風動心動／看山是山）

禪宗公案的特點：語言、觀察事物甚具創意，往往出人意表，讓人對人生有新的體會，禪是注意當下，欣賞當下，摒除我執

回到課文，提升對文章的鑒賞力

總結：

工作是人的使命，不需問、不能問，工作就對了，不必求回報，或不執著於回報

有業的必要原因：(2)有超越功利的必要性

「我徵引儒門、佛門這兩段話，不外證明人人都要有正當職業」

- （有業的原因不一樣、境界不一樣。如只有後文「沒有職業的懶人，簡直是社會上的蛀米蟲」，文章立意會低很多）

簡直是「掠奪別人勤勞結果」的盜賊

有業的必要原因：(3) 從實際來說對社會有害

備注：(3)其實不能涵蓋(1)、(2)。當中(3)是最簡單的理由，所有人都能聽懂；(1)引用權威，說給對自己抱有期望的人；(2)有超越功利的必要性，說給能欣賞哲理、藝術的聽。

「主一無適便是敬。」

- 何謂敬業？為何要敬業？如何敬？
- 「業有什麼可敬呢？為什麼該敬呢？人類一面為生活而勞動，一面也是為勞動而生活。人類既不是上帝特地製來充當消化麵包的機器，自然該各人因自己的地位和才力，認定一件事去做。」

引申文化學習：儒家修養工夫論——敬

- 孔子提倡「修己以敬」、「居處恭，執事敬，與人忠，雖之夷狄不可棄也」
- 程頤提出「涵養須用敬，進學則在致知」
- 理學開山祖周敦頤以「靜」展開其工夫論。「靜」，不免染釋氏之色彩：「才說靜，便入於釋氏之說也。」（《二程遺書》卷十八）為了避免此弊，伊川重新撿起「敬」以代「靜」：「不用靜字，只用敬字。」
- 朱熹：「敬只是此心自做主宰處」；「主一之謂敬，只是心專一，不以他念亂之。」、「有以一為難見，不可不下工夫。如何一者，無他，只是整齊嚴肅，則心便一，一則無非僻之奸。」；「一」者，理也；欲見理，在伊川看來，只要「動其容貌」、「嚴其行為」，心處於專一境地，則無邪思妄想。

「凡可以名為一件事的，其性質都是可敬。當大總統是一件事，拉黃包車也是一件事。事的名稱，從俗人眼裏看來，有高下；事的性質，從學理上解剖起來，並沒有高下。」

「實實在在把拉車當作一件正經事來做，便是人生合理的生活。這叫做職業的神聖。凡職業沒有不是神聖的，所以凡職業沒有不是可敬的。」

- 補充：把一件事情做完滿，是神聖。何謂神聖？試說明。

（注意作者用詞的程度、感情色彩）

短片：

- 毛筆製作
- 墨製作

- 除了「神聖」，你會如何形容片段中認真專注的人呢？
- 總結：敬是實踐人生意義的方法

文本細讀思考——思考職業無分貴賤

問：《孟子·滕文公上》：「勞心者治人，勞力者治於人」和原文的「事的名稱，從俗人眼裏看來，有高下；事的性質，從學理上解剖起來，並沒有高下。」有矛盾嗎？梁啟超會視孟子為俗人嗎？

答：不矛盾。孟子是描述社會分工，陳述社會普遍現象。

教師補充：孟子反駁農家許行君民共耕的意見。

孟子說人皆可以為堯舜（《孟子·告子下》），意謂各人依照自己的境地，追求堯舜一般的仁德，在品格上可以和堯舜一樣（品德上，不是身分上）。

引申文化學習——思考職業無分貴賤

《孟子·滕文公章句》

- 顏淵曰：「舜何人也？予何人也？有為者亦若是。」
- 人之有道也，飽食、暖衣、逸居而無教，則近於禽獸。聖人有憂之，使契為司徒，教以人倫：父子有親，君臣有義，夫婦有別，長幼有敘（序），朋友有信。
- 民之為道也，有恆產者有恆心，無恆產者無恆心；苟無恆心，放僻邪侈，無不為已。

引申文化學習——梁啟超常用佛家用語

「勞作便是功德，不勞作便是罪惡。」

功德：

- 《左傳·襄公二十四年》：「太上有立德，其次有立功，其次有立言，雖久不廢，此之謂不朽。」
- 見性是功，平等是德；念念無滯，常見本性真實妙用，名為功德……心常輕人，吾我不斷，即自無功《六祖壇經/疑問品》
(功德 VS 福德)

引申文化學習——渾然忘我

「痾僂丈人承蜩」

• 《莊子·達生》

孔子觀於呂梁，懸水三十仞，流沫四十裡，鼃鼃魚鱉之所不能遊也。見一丈夫游之，以為有苦而欲死也，使弟子併流而拯之。數百步而出，被發行歌而遊於塘下。孔子從而問焉，曰：「吾以子為鬼，察子則人也。請問，『蹈水有道乎』」曰：「亡，吾無道。吾始乎故，長乎性，成乎命。與齊俱入，與汨偕出，從水之道而不為私焉。此吾所以蹈之也。」孔子曰：「何謂始乎故，長乎性，成乎命？」曰：「吾生於陵而安於陵，故也；長於水而安於水，性也；不知吾所以然而然，命也。」

• 《莊子·養生主——庖丁解牛》

問：「我信得過我當木匠的做成一張好桌子，和你們當政治家的建設成一個共和國同一價值」到底為何同一價值？

答：就自己的才能、境地，做到圓滿。

問：「怕的是我這件事做得不妥當，便對不起這一天裏頭所吃的飯。」怎麼理解這一句？可以為了作少點，所以吃少點嗎？

答：只是一句風趣幽默、或呼應前述典故的說法，意即我的義務、我的命。不行，跟吃飯多少沒關係。（沒胃口吃也要做，不工作就不是你了。）

《中庸》：

- 唯天下至誠，為能盡其性；能盡其性，則能盡人之性；能盡人之性，則能盡物之性；能盡物之性，則可以贊天地之化育；可以贊天地之化育，則可以與天地參矣。
- 天命之謂性，率性之謂道，修道之謂教。

「我信得過我當挑糞的把馬桶收拾得乾淨，和你們當軍人的打勝一枝壓境的敵軍同一價值。」

沈從文在文革的時候，下放勞改。他的工作中，有一件是打掃廁所。對文學大家如他的人來說，這是一件多麼不適合又折磨的工作，然而，他每天在清洗廁所的過程裡，最大的樂趣卻來自於他把便器都擦拭得光可鑒人。多年後他回憶這段日子時，都為自己把廁所清理得那麼好而很得意。

然而，許多年之後，女記者訪問他，因為聊起文革中打掃女廁所的事，說了一句：「沈老，您真是受委屈了！」83歲的沈從文忽然抱著她的肩膀，號啕大哭起來，哭得像個飽受委屈的孩子。

問：沈從文為什麼「很得意」？後來又為什麼哭呢？這故事和本文有沒有衝突？

答：他把廁所洗得很圓滿，當下感到無人而不自得，也有可能故意表現不屈的人格，但畢竟相比洗廁所，他的真正志趣在文學，至少是文物研究，心裡其實是委屈的。

和本文沒有矛盾，他其實不開心的，因為這不是根據他的才性和境地去工作。

引申文化學習——梁啟超常用佛家典故

英國人、法國人走路

所謂「照顧腳下」就是先檢查自己，看看自己的立足點，究竟對不對？正不正？有沒有站好？站的位子有沒有偏頗？看看我的根本有沒有動搖？有沒有偏差？如果我們能把腳下照顧好，必然每一步都能行走得穩穩當當、堂堂正正，邁向成佛作祖的光明坦道。反之，腳下沒有照顧好，就像喝了酒的人一樣，行走起來步伐不穩，踉踉蹌蹌，顛顛倒倒，那就很危險，萬一碰到水溝，遇到池塘，「撲通」一聲就掉下去了。所以，先把腳下照顧好，才能夠掌握到人生的道路和方向。

事實上，「照顧腳下」也可以說是看看自己。日常生活中，我們兩隻眼睛經常看著別人。好比有人說：「你們出家人一點都不慈悲……」，好奇怪，為什麼要求別人慈悲，不先看自己是不是慈悲呢？所以，照顧腳下就是照顧自己，先把本身給端正好，時時刻刻檢查，看看自己有沒有在本位上，有沒有迷失。禪宗在修行上時時刻刻提醒大家要「照顧腳下」，就是這個意思。

摘自人間福報網站

例子中的英國人：專注

例子中的法國人：輕挑浮躁

- 其他補充例子：《孟子：二子學弈》

弈秋同時教兩個學生學下棋。其中一個學生專心致志，心思全部用在學棋上，滿腦子除了弈秋講的話沒有其他東西。而另一個學生，則截然相反。雖然他也同樣在聽弈秋講授下棋的技藝，但是，心思卻不斷分散到其他事情上。總在惦記著天上什麼時候飛來天鵝，他好拿弓去射。

- 其他補充例子：吳清源專注下棋

他與木谷實の十番棋因比賽地點設在鎌倉，被稱為「鎌倉十番棋」。首局的進程便驚心動魄，形勢落後的木谷實一度因鼻出血倒在對局席上(吳清源在自傳中稱木穀只是因貧血倒地)。而吳清源全神貫注於複雜劫爭的計算，對周遭渾然不覺。直到落子後雙方才暫時休息。最終的結果是吳清源反逆轉成功，以兩目取勝。

引申文化學習——儒家的悅樂精神

- 葉公問孔子於子路，子路不對。子曰：「女奚不曰，其為人也，發憤忘食，樂以忘憂，不知老之將至云爾。」
這是一種忘我的境界，是努力向學的體現。
- 子曰：「飯疏食飲水，曲肱而枕之，樂亦在其中矣。不義而富且貴，於我如浮雲。」
- 「一簞食，一瓢飲，在陋巷，人不堪其憂，回也不改其樂」
- 「萬物皆備於我矣，反身而誠，樂莫大焉。」
- 即使像堯與舜這樣的聖王，在面對「修己以安百姓」與「博施於民而能濟眾」這樣的理想時，仍然會覺得自己力有未逮，亦即「堯舜其猶病諸」。可見樂中有苦，苦中有樂。

引申文化學習——朱子（朱熹）讀書法

- 一、循序漸進：讀書要從易到難，從淺到深，從近到遠。先讀的未懂，就不要讀後面的，有如登高必自卑，行遠必自邇。朱熹曰：「泛觀博取，不若熟讀而精思」
- 二、熟讀精思：讀書不可貪多，不可急於求成，要熟讀精思。學習與理解要結合，在記憶的基礎上理解，深刻領會所讀之書的見解。
- 三、虛心涵泳：此種讀書法要求不預設立場，不自滿自足，不穿鑿附會，朱熹曰：「觀書但當虛心平氣，以徐觀義理之所在。如其可取，雖世俗庸人之言，有所不廢。如有可疑，雖或傳以為聖人之言，亦須更加慎思，讀書要仔細認真，反復研磨，深刻體會，切忌走馬看花和浮光掠影。」
- 四、切己體察：讀書要結合自己的思想、經驗、從書外去體察書中之味。朱熹曰：「讀書不可只專就紙上求理義，須反復就自家身上推究。此種讀書法，要求自身體察，自信不疑。否則人云亦云是不會有見地的。」
- 五、著緊用力：朱熹認為讀書是一件費心費力的苦差事，只有勤苦認真，才能有所收獲。讀書要寢食俱廢，不解不休。讀書如船行水上，若不奮力劃行，可能前功盡棄。
- 六、居敬持志：讀書要精神專一，全神貫注。除遵循這六條讀書方法，朱熹讀書時的心到、眼到、口到的三到，缺一不可。

小結

儒：

- 敬——工夫（宋儒工夫論）
- 性命
- 顏淵；寧靜致遠，澹泊明志；

釋：

- 禪宗公案
- 腳下照顧
- 功德圓滿

道：

- 官知止而神欲行
- 物我兩忘；內心凝聚即是天地

總結：

