

1

己所不欲，勿施於人。

《論語·顏淵》

名言溯源

古文

仲弓問仁。子曰：「出門如見大賓，使民如承大祭。**己所不欲，勿施於人。**在邦無怨，在家無怨。」仲弓曰：「雍雖不敏，請事斯語矣！」

《論語·顏淵》（節錄）

今譯

仲弓問孔子甚麼是仁。孔子回答道：「出門工作時，要像接見貴賓般莊重；役使百姓時，要像負責盛大祭典般謹慎。**自己所不喜歡的事物，就不要強加在別人身上。**在諸侯國不使人怨恨；在卿大夫的家也不使人怨恨。」仲弓道：「我雖然遲鈍，但一定會實行先生的話。」

小百科

► **孔子**（約公元前 551-前 479 年）

孔子名丘，字仲尼，春秋時期魯國人（今山東曲阜）。孔子的「子」不是他的名字，而是古代對品德高尚、有學問及地位的男子的美稱。他是中國偉大的思想家和教育家，也是儒家學派的創始人。孔子的儒家學說推崇「仁」（愛人自愛）和「禮」（遵守禮制），他認為東周天子地位衰落，王命不行的原因在於社會失去秩序，因此提倡恢復周禮去挽救禮樂崩壞的情況。及至漢武帝獨尊儒術

後，儒家思想便成為了中國的主流價值觀，深深影響後來的文化和社會發展，孔子亦為後人尊奉為「萬世師表」。

► 仲弓（生卒年不詳）

冉雍，字仲弓，也稱子弓，是孔子的學生，春秋時期魯國人。孔子曾按弟子的特長分為德行、言語、政事和文學四科，並列出十名傑出弟子，世人稱這十名弟子為「孔門十哲」，仲弓是其中之一。仲弓出身寒微，但是待人誠懇寬厚，位列德行科。他不獨德行出眾，孔子更稱讚他「可使南面」，即指他才德兼備，才能足以擔任一部門或一地方的長官。

► 《論語·顏淵》

最能體現孔子思想學說的書，可說是由孔門後人集體編寫而成的《論語》。《論語》是一部語錄體，載有孔子和其弟子，以及其弟子與門人之間的對話。全書分為二十篇，篇名通常取自篇首的二、三字。《論語》中常見的「子」和「夫子」都是指孔子，「弟子」指孔子的學生，而「門人」則指孔子弟子的學生，即是再傳弟子。

《論語·顏淵》是《論語》的第十二篇，共二十四章，主要記述了幾名弟子向孔子問「仁」的對答。篇名提到的顏淵，又名顏回，字子淵，與孔子同是魯國人，是孔子最喜愛的弟子。孔子曾用「賢哉，回也」、「回也，其心三月不違仁」來稱讚顏淵的德行。根據《論語·雍也》記載，顏淵家境貧窮，日常只有「一簞食，一瓢飲」，但他仍「不改其樂」，依舊安貧樂道。此外，孔子和顏淵感情非常深厚，他在顏淵死後，更言：「天喪予！天喪予！」可見顏淵的死對孔子而言是沉重的打擊。

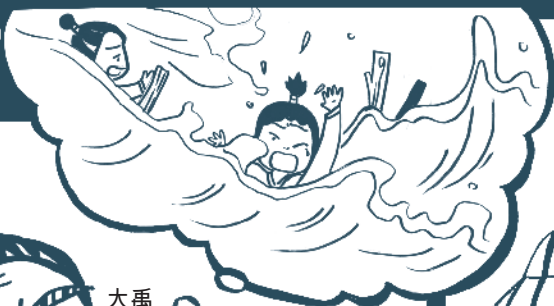
名言共賞

「仁」是儒家學說中一個重要的概念。《論語》中「仁」字出現了107次之多，而在《論語·顏淵》中，也可見不少弟子先後「問仁」。孔子因材施教，根據弟子的性格與理解能力，對「仁」作出不盡相同的回應，例如對「聞一知十」的顏淵，孔子便教他「克己復禮」，約束自己，使言語行為符合規範；司馬牛魯莽，故孔子教他說話要謹慎。對於反應較遲鈍的學生，例如樊遲「問仁」，孔子便直接告訴他「愛人」。**簡而言之，孔子提及的「仁」，如《禮記·中庸》所言：「仁者，人也」，是人與人相親相愛的意思。**

當仲弓問仁時，孔子回答了仁者待人處事的方法——「己所不欲，勿施於人」，意思是**自己所不喜歡的事物，就不要強加在別人身上**。這個原則要求人處理事情時自我約束，多顧及他人的感受，因為把自己不喜歡的事物強加於人，或會使人難受。這句話說明了**我們做人處事時必須保持「同理心」，先設想他人的處境，嘗試代入對方的角度，這樣才能明白別人的難處，反思自己待人是否過於苛刻**。孔子認為只要將心比己，不把自己不喜歡的事物強加於人，人們就能和諧共處，社會便會充滿祥和的氣氛。因此，體諒他人，就是「仁」的具體表現。

西方也有與這句名言相類似的看法，例如著名科學家愛因斯坦曾說過：「生命的意義在於設身處地替人着想，憂他人之憂，樂他人之樂。」這句話與「己所不欲，勿施於人」同樣主張將心比己，為人設想。以下漫畫是關於大禹治水的故事，以及戰國時期孟子與商人白圭的對話。他們論及大禹治水一事時，白圭從功利的角度出發，認為只需把洪水引導到別國便能省下大量功夫，大禹根本不需要花費多年時間治水；孟子從仁的角度出發，認為不應該把洪水引導到別國，禍害他人，當中所說的便是「己所不欲，勿施於人」的道理。

上古時期，中原洪水泛濫，大禹奉命治水。

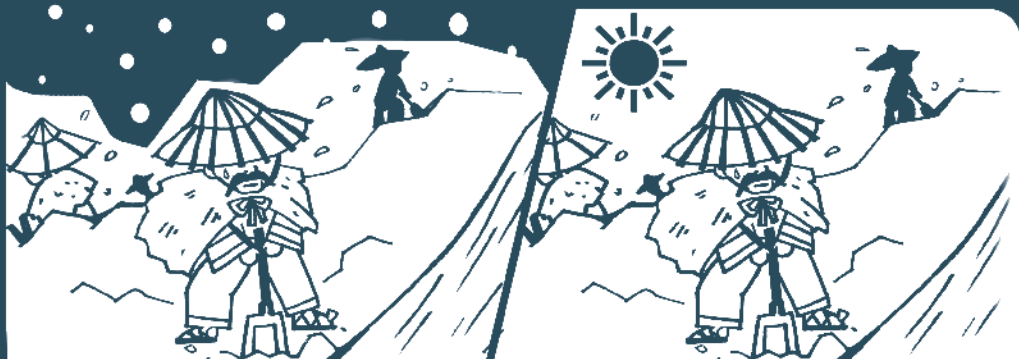


那時候他剛新婚，可是仍忍痛告別妻子，前往治水。



大禹

每當大禹想到有人被洪水淹沒時，心裏就痛苦不安，好像自己的親人被淹死一樣。



大禹率領二十七萬民眾，日以繼夜地疏導洪水。

經過十三年的奮戰，他成功疏通九條大河，消除了水患，完成了流芳千古的偉大事業。



戰國時期

白圭和孟子談起大禹治
水的事……

孟子

白圭



讓我來治水肯定做得比大禹好。其實只需壅修
築河堤，便可把洪水引導到鄰國去，這樣做不
是省事得多嗎？



你錯了！大禹把洪水
排到大海去，你卻排
到鄰國去。這種損
人利己的行為，只會
被仁者所厭惡。



名言活用

孔子提出「己所不欲，勿施於人」，教導我們做人處事時必須保持「同理心」，懂得體諒他人。以下的寫作題目要求以自身經歷帶出這句名言背後的道理。寫作的關鍵是先了解名言的真正意思，並清楚交代自己體會這道理的經歷。寫作的重點在於「經歷」，因此文章宜通過比較經歷前後的思想變化，突出事件帶來的影響。

題目 寫一次令我明白到「己所不欲，勿施於人」這道理的經歷。

示例

「己所不欲，勿施於人」這道理雖然耳熟能詳，但在我眼中，卻是過於理想了。我總認為，別人的痛苦，我未必能夠感同身受，這樣，我又怎能將心比己呢？然而，經過今天老人院的義工活動，我好像逐漸明白到這句話的真諦。

其實，我從沒想過要到老人院當義工。畢竟聽着老人家談往事，喋喋不休的我啊你啊一直說下去，我只感到厭煩。可是今天，在「加操行分」的利誘下，我終於踏進老人院的大門。

甫進門，悶熱的空氣隱隱散發着老人的尿騷味，偶爾更傳來濃痰卡在喉嚨吐不出來的咳嗽聲，一聲又一聲，好像快要撕心裂肺似的。我當下

增分點

- ★ **善於選材，提升文章立意：**相較吃喝玩樂、遊山玩水等個人瑣事，一些與社會大眾有關的題材，如參與義工活動，寫作的價值顯然較高。
- ★ **善用多感官描寫，使描述細緻深刻：**透過嗅覺與聽覺等感官描寫，細緻刻畫令人厭惡的情境，使讀者彷彿親歷其境，留下深刻印象。

心中一沉，看來接下來的三小時會非常難熬。

過了一會，社工安排我陪伴陳婆婆吃午飯。陳婆婆倒是挺開朗的，東拉西扯無所不談，提起孫兒時，她更樂得眼睛眯成一線，連飯也不記得吃了。陳婆婆率真的個性，令我本來鬱悶的心情稍稍舒暢一點，也許是我太先入為主了，也許老人不一定是難纏的。

正當我推着輪椅送陳婆婆回房間時，她忽然失禁，排泄物更濺到我的鞋面！我立時後退一步，差點便衝口而出：「怎麼搞的，真麻煩！」然而，剛要抱怨的我只見陳婆婆默默低下頭，雙眼盯着地板，儼如做錯事的孩子般，迴避我的視線。我望着她瑟縮在輪椅上，本已瘦弱的身軀更形渺小。她本來健談爽朗，這刻，到底是她老化的身體還是我厭惡的目光令她難堪？

想到這裏，心坎有所觸動，我不禁輕歎了一口氣。也許，暮年的我會跟陳婆婆一樣無助，也許，我也會像她一樣蜷縮在輪椅上，也許，我會同樣迴避他人的視線。不過，此刻我至少可以不使她難受。終於，我把要說出口的指責生生止住，因為，我醒覺到，罵語是傷害老人的利刃。想到自

★ 細緻描寫心理，突出情感變化：仔細刻畫心理狀況的改變，如從感到麻煩轉而感到失落、慚愧，然後悟出道理，改變以往的觀念，能使情感變化真實自然。

己若有一天遭人嫌棄，那柄傷人的匕首同樣會割傷自己，我的心頭便不禁一顫，「己所不欲，勿施於人」說的就是這道理吧？於是，我拍拍陳婆婆的肩膀，蹲下身，拉着她滿佈斑點的手，安慰她說：「不要緊，真的不要緊。」

陳婆婆趕忙抱了抱我，輕輕地說：「謝謝你，謝謝你沒有嫌棄我。」我先是一愣，接着感到一股悲傷。我詫異的是沒料到陳婆婆會為了這樣的小事而向我道謝，悲哀的是她也許早已被無數罵語形成的利刃劃過，遺下長長短短的疤痕，並且習以為常。我苦笑着搖搖頭，道：「不，我該謝謝你。」陳婆婆不明所以，但仍掛着可掬的笑容目送我離開。我希望，在沒有傷害她的同時，也能撫平她的傷痕。

經過這次探訪，我忽然覺得自己長大了那麼半點，至少曉得人與人之間應該互相尊重，也明白了「己所不欲，勿施於人」的道理。多為別人着想，原來能讓自己 and 別人都快活一點。陳婆婆，謝謝你讓我學會尊重別人。

★ 運用首尾呼應，點明題旨：再次點出名言的道理，呼應題旨，並說明「己所不欲，勿施於人」的原因，例如尊重別人、人生而平等、人皆有惻隱之心等。

2

過而能改，善莫大焉。

《左傳·宣公二年》

名言溯源

古文

晉靈公不君，厚斂以彫牆，從臺上彈人，而觀其辟丸也。宰夫胹熊蹯不熟，殺之，寘諸畚，使婦人載以過朝。趙盾、士季見其手，問其故而患之。將諫。士季曰：「諫而不入，則莫之繼也。會請先，不入，則子繼之。」三進及溜，而後視之，曰：「吾知所過矣，將改之。」稽首而對曰：「人誰無過？過而能改，善莫大焉。《詩》曰：『靡不有初，鮮克有終。』夫如是，則能補過者

今譯

晉靈公違反為君之道，徵收重稅來修建華美的牆壁；從高台上用彈丸射人，看他們躲避彈丸來取樂。廚子燉熊掌燉不熟，晉靈公便殺了他，放在草筐裏，命令宮女抬着走過朝廷。趙盾和士季看到屍體的手，問起他被殺的緣故，為此感到擔心，並準備進諫。士季說：「若你勸諫國君而他不能接納，就沒有誰能接着勸諫了。請讓我先去，假如國君不接納，你再接着勸諫。」士季往前走了三次到達屋簷下，晉靈公才理睬他，說：「我知道自己所犯的過錯了，打算改過。」士季叩頭回答說：「誰沒有犯過錯？犯了過錯而能夠改正，沒有比這更好的事了。《詩經》說：『事情不難有個開始，但很少能堅持到底。』像《詩經》這樣說，能夠彌補過錯的人就很少了。君王能貫徹始終地改過，那麼

鮮矣。君能有終，則社稷之固也，豈惟羣臣賴之。又曰『衰職有闕，惟仲山甫補之』，能補過也。君能補過，衰不廢矣。」

江山就會穩固，豈只羣臣有所依賴？（《詩經》）又說『周宣王有過失，只有宰相仲山甫能夠彌補』，這是說周宣王接受大臣規勸，能彌補過錯。君王能夠彌補過錯，君位就不會丟失了。」

《左傳·宣公二年》（節錄）

小百科

► 《左傳》

《左傳》又名《春秋左氏傳》，是一部為《春秋》補注的編年體史書，共三十五卷。《春秋》是一部記述春秋時期魯國二百多年歷史的史書，由孔子撰寫，言簡意賅，寓有褒貶，全書記事簡略，少則一字，多則不超過四十五字，故古人曾撰書以解釋和說明《春秋》，而這種補注典籍的書稱之為「傳」，《左傳》即屬一例。《左傳》雖然是解說《春秋》的著作，但本身的史學和文學價值極高，它繼承了《春秋》精練的筆法，對歷史作出評價，自成一家，是一部出色的史書。另外，《左傳》也長於敘事，善於描寫細節，情節富有戲劇性，尤其善於描寫戰爭場面，是一部優秀的文學作品。

► 《詩》

士季曾兩次引用《詩》的句子來勸諫晉靈公，委婉地勸他改過。這裏的《詩》指《詩經》，是我國最早的詩歌總集，收集了周朝的詩歌，有「風」（民間詩歌）、「雅」（宮庭宴享或朝會的樂歌）、「頌」（祭祀舞曲）三類作品。在古代，很多場合都會引用《詩經》以美化辭令、委婉地表達情意，例如典禮、饗宴、進諫、外交場合等。孔子認為《詩經》具教化作用，能做到「興」（抒發情志）、

「觀」(觀察社會和自然)、「羣」(結交朋友)、「怨」(諷刺不平之事)，因此有「不學《詩》無以言」的說法。到漢代，《詩經》更被奉為儒家五部經典之一，成為學子必讀的典籍。

➤ 晉靈公 (約公元前 624-前 607 年)

晉靈公是春秋時期晉國的君主，趙盾和士季分別是他的宰相和將軍。晉靈公殘暴昏庸，荒淫無道，士季曾力諫他「過而能改，善莫大焉」，晉靈公答應了，但隨即又故態復萌，屢勸不改。然而趙盾沒有放棄，不斷向晉靈公進諫，因此開罪了他，招來殺身之禍。晉靈公曾派鉏麇暗殺趙盾，鉏麇不願殺害忠義的趙盾而撞樹自殺；及後晉靈公設宴招待趙盾，打算暗中派兵殺害他，幸好趙盾的部下提彌明得知後設法相救，保趙盾周全。晉靈公知錯不改，引起朝中上下不滿，最終被大臣所弑，在位僅十四年。

➤ 袞

袞是古代天子祭祀時所穿的衣服，繡有龍的圖案，後被借代為天子，並衍生「袞職」(天子的職位)、「補袞」(大臣規勸天子彌補過失)等詞語。

名言共賞

從《左傳·宣公二年》的記載可見，晉靈公是一個荒淫無道的國君，不但徵收苛捐重稅，還草菅人命，實在罪大惡極。後來他接受大臣士季的勸諫，打算改過，士季說他「過而能改，善莫大焉」。**人難免會犯錯，最重要的是正視過錯，並貫徹始終地改過，這已經是難能可貴的事。**俗語也有云「浪子回頭金不換」，一個誤入歧途的人若能知錯改過，是比得到黃金還要值得高興的事。

「過而能改」是儒家提倡的品格之一，更是成為君子的要求。孔子曾言「過則勿憚改」，知道自己犯了過錯，就要勇敢面對，不要害怕改過。古人更強調知錯就要馬上改過，《孟子·滕文公下》就用了一個偷雞的故事，說明知錯而沒有即刻改過，非君子所為：有個人每天都偷鄰居的雞，別人說這不是合乎道德的行為，勸他不要再做，他竟說會漸漸減少偷雞的次數，直至明年才罷手。別人指責他既然知道自己的行為不對，應該馬上改過，而不是待明年才改。儒家認為比犯錯更嚴重的「過失」是「過而不改，是謂過矣」，知道自己犯錯而不改過，這才是真正的過錯。

中國歷史上有很多知錯能改的名人，為人熟悉的有「負荊請罪」的廉頗。戰國時期，趙國的藺相如以其出眾的口才取回被秦國奪去的和氏璧，趙王封他為上卿，地位比曾立戰功的大將軍廉頗還要高，廉頗因此心有不甘，常常借故羞辱藺相如，而藺相如則處處忍讓。藺相如的門客以為藺相如怯懦，紛紛向他請辭，藺相如阻止門客，並解釋秦國顧忌自己和廉頗而不敢攻趙，如果他倆相爭，就有可能影響國家安危，他不會為了私怨而使國家蒙難。這番話傳到廉頗耳裏後，廉頗明白到自己的不是，於是脫下衣服，背上荊鞭，到藺相如府請罪，最後兩人冰釋前嫌，成為知交好友。

名言活學

人生在世，難免有做錯事的時候，只要我們承認過錯，並幡然悔改，也是值得欣賞的。然而，「過而能改，善莫大焉」這句名言實踐起來，不論是自我悔改或原諒他人，又是否容易做到？

小兄弟離家出走揭醉駕悲劇

【本報訊】前天深夜，警方發現一對九歲及六歲的小兄弟流浪街頭，揭發一宗醉駕悲劇。六年前，小兄弟因父親被一名酒後駕駛的男子撞斃，從此與母親相依為命，其母平日忙於工作，缺乏時間照顧小兄弟，他們疑因百無聊賴，便擅自取去家中金錢，到街上購物遊蕩。撞斃小兄弟父親的男子接受本報訪問時，表示後悔並稱已改過自新，期望小兄弟聽話，不要讓母親擔心。

★ 對於一些影響深遠的過錯，即使決心改過，是否一定能彌補過失？

更生人士就業障礙多

【本報訊】社區組織協會上月訪問了510名更生人士，發現不少受訪者受雇主歧視而找不到工作。84.6%的受訪者表示雇主曾查問自己的刑事犯罪紀錄（案底），當中超過五成人如實向雇主坦承自己有案底，結果有86%的人不獲聘用。受訪者中更有70.5%表示曾遇到歧視，當中包括不獲聘用、受到雇主懷疑等，有約一成入甚至被解雇。

★ 原諒曾犯錯的人是否容易做到？

名言活用

以下是一篇議論文，題目要求我們表達對「律己以嚴，待人以寬」這句名言的看法。這句話包含修身和待人兩種態度，寫作時不論是完全同意、部分同意還是反對這句話，都必須有條理地闡述自己的看法，並以例子佐證。論及修身處世的道理時，如能適當引用相關的經典名句，便能言簡意賅地增加說服力。

題目

談談你對「律己以嚴，待人以寬」的看法。

示例

從古聖賢的典籍中，今人得出「律己以嚴，待人以寬」的道理。這句話可分為兩部分，前半句是修身方法，指人應該嚴格地約束自己，力求進步；後半句是處世方法，指人應該寬厚地對待別人，不強人所難。「律己以嚴，待人以寬」一點也不容易做到，但若能在生活中實踐，必定裨益無窮。

要成功，「律己以嚴」是不二法則。戰國時期，蘇秦遊說秦王失敗後，回到家中日夜讀書鑽研學問，以求東山再起。蘇秦對自己非常嚴格，經常通宵達旦地讀書，為免睡覺拖慢讀書進度，不惜懸樑刺股。最終蘇秦學有所成，成功遊說秦國以外六個國家的君主共同抗秦，除了一雪前恥外，

增分點

★ **開門見山，節奏明快：**先解釋題意思，然後明確表示個人立場，緊接開展下文，使文章節奏明快。

★ **積累史例，信手拈來：**論說觀點時用上歷史人物故事，不但能加強說服力，還能提升文章趣味，平日宜多閱讀，以積累這些故事為寫作素材，寫作時便能信手拈來，得心應手。

還得到六國君主的重用，最終名成利就，流芳百世。可見嚴格要求自己，重複審視自己的弱點，然後找出相應的改善方法，我們就能不斷進步，甚至推動整個社會的發展。

歷史上，許多政權的更迭都是因為在位者「律己以寬」而致，這些在位者以過於寬鬆的態度來約束自己，更甚至是毫無約束，商紂就是一個縱情享樂、不理國事、遺臭萬年的昏君，也是商朝最後一個君主。他喜好美色，不斷從各地挑選美女入宮，又興建酒池肉林，不分晝夜地取樂，使國家民不聊生，怨聲載道。最終商朝被推翻，商紂也只落得一個自戕而亡的下場。「律己以嚴」能使人遠離誘惑，避免墮入放任而招致滅亡的陷阱。

毫無疑問，嚴以律己是使人進步的動力，然而，為甚麼我們要嚴格地約束自己，卻寬厚地對待別人呢？孔子曾言「躬自厚而薄責於人，則遠怨矣」，寬厚待人可以締造和諧社會。人總是批評別人多於自我反省，若不提醒自己寬厚待人，便很容易變成「苛刻鬼」，引起人事糾紛。一個人若能寬厚待人，接受別人做得不夠好的地方，給予人「過而能改」的機會，那麼大家都會樂意跟他合作，「待人以寬」顯然是有利團隊合作的。

★ 正反論證，說服力強：文章論證「律己以嚴」和「待人以寬」這兩個論點時，均以「正一反」模式論證，先運用舉例論證證明論點，然後運用反面論證，指出論點對立面的弊端。運用正反論證，能加強論點的說服力。

如果凡事「待人以嚴」，無時無刻都要求別人力臻完美，恐怕沒有人能吃得消，更可能會顧此失彼。現今有家長採取「待人以嚴」的方式教育子女，時刻要求子女取得優秀的成績，新聞曾報道過一些小學生因考試成績達不到父母的要求而終日鬱鬱寡歡，甚至企圖自殺。「待人以嚴」的時候，如何拿捏「嚴」的準則，顯然也是一門學問。

要適當地實踐「律己以嚴，待人以寬」的道理並不易。若未能掌握分寸，律己過嚴，只會弄得自己整天精神緊張，深恐稍有差池，未能達到理想；待人過寬，則有可能會縱容懶散、無恥之徒，讓他們有恃無恐，每況愈下。其實「嚴」和「寬」的標準因人的能力、態度而異，大抵以達致進步、融洽為大前提。若人人都盡力實踐這個道理，整個社會就能少一點磨擦，多一點進步。

★ 反思題目，提升文章層次：在文章結尾反思實踐道理時的困難和方法，豐富文章內容，提升文章層次。