

# 吾日三省吾身

作者：小六 来源：网友投稿

本文原地址：<https://xiaorob.com/shici/quanshi/2135.html>

ECMS帝国之家，为帝国cms加油！

## 吾日三省吾身

“吾日三省吾身”出自孔子的《论语十则》，全句“吾日三省吾身——为人谋而不忠乎？与朋友交而不信乎？传不习乎？”。

翻译：曾子说：“我每一天多次反省自己：替别人做事有没有尽心竭力？和朋友交往有没有诚信？老师传授的知识有没有按时温习？”

### 【全诗如下】

- 1、曾子曰：“吾日三省吾身：为人谋而不忠乎？与朋友交而不信乎？传不习乎？”（《学而》）
- 2、子贡问曰：“有一言而能够终身行之者乎？”子曰：“其恕乎！己所不欲，勿施于人。”（《卫灵公》）
- 3、子曰：“岁寒，然后知松柏之后凋也。”（《子罕》）
- 4、子曰：“学而时习之，不亦说乎有朋自远方来，不亦乐乎人不知而不愠，不亦君子乎”（《学而》）
- 5、子曰：“温故而知新，能够为师矣。”（《为政》）
- 6、子曰：“三人行，必有我师焉。择其善者而从之，其不善者而改之。”（《述而》）
- 7、子曰：“见贤思齐焉，见不贤而内自省也。”（《里仁》）
- 8、子曰：“由，诲女知之乎！知之为知之，不知为不知，是知也。”（《为政》）
- 9、子曰：“学而不思则罔，思而不学则殆。”（《为政》）
- 10、曾子曰：“士不能够不弘毅，任重而道远。仁以为己任，不亦重乎？死而后已，不亦远乎？”（《泰伯》）

## 【全诗解读】

### 第一则:为人处事

曾子曰：“吾(wú)日三省(xīng)吾(wú)身：为(wèi)人谋而不忠乎与朋友交而不信乎传(chuán)不习乎”(《学而》)

曾子说：“我每一天多次地反省自己：替别人办事是不是尽心尽力呢？跟朋友交往是不是真诚，诚实呢？老师传授的知识是否复习过了呢？”

### 重点字词解释:

(1)曾子：曾子姓曾名参(shān)字子舆，生于公元前505~前436年，春秋战国间鲁国南武城(此刻山东费县人)，是被鲁国灭亡了的郈国贵族的后代。曾参是孔子的得意门生，以孝子出名。据说《孝经》就是他撰写的。

(2)三省(xīng)：多次反省。注：三省有几种解释：一是多次检查；二是从多个方面检查。其实，古代在有动作性的动词前加上数字，表示动作频率多，不必认定为三次。三：泛指多次。多次进行自我检查反省。

(3)忠：旧注曰：尽己之谓忠。此处指对人应当尽心竭力。

(4)信：旧注曰：信者，诚也。以诚实之谓信。要求人们按照礼的规定相互守信，以调整人们之间的关系。意思是：真诚、诚实

(5)传不习：传(动词用做名词)，旧注曰：“受之于师谓之传。老师传授给自己的。习，与“学而时习之”的“习”字一样，指温习、实习、演习等。

### 补充词解释：

吾：我。

日：每一天。

三：多次。

省：检查，反省。

为：替。

谋：谋划。

忠：尽心尽力。

信：诚信

传：老师传授的知识

### 第二则:修身做人

子贡问曰：“有一言而能够终身行之者乎”子曰：“其恕乎!己所不欲，勿施于人。”（《卫灵公》）

子贡问道：“有没有能够终身奉行的一个字呢”孔子说：“那大概就是‘恕’字吧！自己不喜欢的东西，不要强行加于别人身上。”

重点字词解释:

一言：一个字。

行：奉行。

其恕乎：其：大概，也许。恕：用自己的心来推想别人的心，指儒家的推己及人，仁爱待人。

欲：喜欢，想。想要（做的事）。

施：施加。

其：大概

评析本段：“己所不欲，勿施于人”意思是自己不愿意的事情的不要施加给别人。它在这天的社会道德修养方面有用心好处，已成为警世格言。

### 第三则:修身做人

子曰：“岁寒，然后知松柏之后凋也。”（《子罕》）

孔子说：“直到每年中最寒冷的季节，才明白松柏(bǐ)是最后落叶的。”深刻含义：人们要经受得住时间的考验，也以松柏为喻，谈人应当具备坚毅的品格！

之：那里的之是结构助词，用在主谓之间，取消句子的独立性，变成偏正结构，不译或勉强译作“的”。

岁寒：一年中的寒冷季节，深冬

然后（古今词）：然，后。意思是分开来解释的。然，这样。后，以后。

士：有抱负的人。

本段理解：本段借松柏之后凋比喻一种坚贞不屈、不随俗流、持续节操、坚韧不拔的社会现象。

### 第四则:学习方法

子曰：“学而时习之，不亦说乎？有朋自远方来，不亦乐乎？人不知而不愠(yùn)，不亦君子乎？”（《学而》）

孔子说：“学习并且按时地去复习，不也很快乐吗？有志同道合的人从远方来，不也很高兴吗？别人不了解我但我不生气，不也是道德上有修养的人吗？”

重点字词解释：(1)子：先生，指孔子。中国古代对于有地位、有学问的男子的尊称，有时也泛称男子。《论语》书中“子曰”的子，都是指孔子而言。孔子（前551——前479），名丘，字仲尼，春秋时鲁国陬邑（此刻山东曲阜）人。是儒家学派的创始人，我国古代的思想家、教育家。

(2)学：孔子在那里所讲的“学”，主要是指学习西周的礼、乐、诗、书等传统文化典籍。

(3)时习：按时地去复习。在周秦时代，“时”字用作副词，意为“在必须的时候”或者“在适当的时候”。但朱熹在《论语集注》一书中把“时”解释为“时常”。“习”，指演习礼、乐；复习诗、书。也内含温习、实习、练习的意思。

(4)说：通假字，音yuè，实意“悦”的古体字，愉快的意思。

(5)朋：上古朋和友是有区别的：同门（师）为朋，同志为友。

(6)乐：与说有所区别。旧注说，悦在内心，乐则见于外。

(7)人不知：此句不完整，没有说出人不明白什么。缺少宾语。一般而言，知，是了解的意思。人不知，是说别人不了解自己。

(8)愠：拼音：yùn，生气，发怒。

(9)君子：道德上有修养的人。

补充词解释：

而：连词。（可译为并且）例：学而时习之。

转折。（可译为却）例：人不知而不愠。

亦(yì)：同样、也是。

乎：语气助词，表疑问语气，可译“吗”。

自：从。

知：了解。

本段理解：

第1句话讲的是学习方法。对于知识，“学”只是一个认识过程，“习”是一个巩固的过程，要

想获得更多的知识，务必“学”与“习”统一齐来。

第2句话讲的是学习兴趣。志同道合的人来访能够增进友谊，并且可互相学习、共同提高。

第3句话讲的是为人态度。“人不知”，后面省略了宾语“之”，可译为“我”或“自己”

#### 第五则:学习方法

子曰：“温故而知新，能够为师矣。”（《为政》）

孔子说：“复习学过的知识，可从中获得新的见解与体会，凭借这点就能够当老师了。”

重点字词解释:注：本章的“温故而知新”有两解。一为“温故才知新”：温习已闻之事，并且由其中获得新的领悟；二为“温故及知新”：一方面要温习典章故事，另一方面又努力撷取新的知识。

我以为合并这两种解法，也许更为完整：在潜力范围以内，尽量广泛阅览典籍，反复思考其中的涵义，对已经听闻的知识，也要定期复习，期能有心得、有领悟；并且也要尽力吸收新知；如此则进能够开拓人类知识的领域，退也能够为先贤的智能赋予时代的好处。像这样融会新旧、贯通古今方可称是“温故而知新”。

也有学者以为作“温故及知新”解不太适宜，因为按字面上解释，仅做到吸收古今知识而未有领悟心得，只像是知识的‘买卖者’，不足以为师。所以我们就来看看“师”的好处。在论语中师字一共见于14章，其中好处与今日的老师相近者。

故：旧的知识（形容词用作名词）。

而：连词，表顺承，就

知：领悟。

可：能够。

以：凭借。

为：作为。

另外词解释：

温故知新（成语）：

请注意不是温故而知新

【解释】：温：温习；故：旧的。温习旧的知识，得到新的理解和体会。也指回忆过去，能更好地认识此刻。

【出自】：《论语·为政》：“温故而知新，能够为师矣。”汉·班固《东都赋》：“温故知新已难，而知德者鲜矣。”

【示例】：~是学习上的重要方法。

【语法】：连动式；作谓语、定语；用于学习、工作或其他

#### 第六则:学习态度

子曰：“三人行，必有我师焉。择其善者而从之，其不善者而改之。”（《述而》）

孔子说：“几个人在一齐行走，其中必定有可作为我的老师的人，要选取他们的长处来学习，如果看到他们的缺点要反省自己有没有像他们一样的缺点，若有，要一齐加以改正。”

重点字词解释：

必有我师焉：其中必定有可作为我的老师的人。焉，相当于“于之”，即“在其中”的意思。

三：泛指多次；

焉：兼词“于之”，在那里；

之：字指择其善者而从之：代善者；

之：字指其不善者而改之：代不善者。

#### 第七则:学习态度

子曰：“见贤思齐焉，见不贤而内自省也。”（《里仁》）

孔子说：“看见有才能的人（德才兼备的人）就向他学习，期望能向他看齐；看见不贤的人，就反省自己有没有和他一样的缺点，有要改正。”

重点字词解释：

思：期望，想着。

省：指反省有没有相同的毛病。

齐：看齐

贤：德才兼备的人

焉：句末语气词

本段理解：要向一切人学习，随时随地都要注意学习。虚心学习，以人为鉴，取长补短。

## 第八则:学习态度

子曰：“由，诲女知之乎!知之为知之，不知为不知，是知（zhì）也。”（《为政》）

孔子说：“仲由啊，让为师教导你对待知与不知的态度吧！明白就是明白，不明白就是不明白，这才是聪明的。”

1、诲女知之乎！

教给你对待知或不知的正确态度吧！（杨伯峻《论语译注》）

2、诲女知之乎！

我告诉你什么叫求知吧！（李泽厚《论语今读》）

3、诲女知之乎！

我教你怎样算明白吧！（钱穆《论语新解》）

4、诲，女知之乎？

教育（教诲），你明白吗？（南怀谨《论语别裁》）

5、诲女，知之乎？

我教导你的知识，你都明白了吗？（徐志刚《论语通译》）

6、诲女知之乎！

（我）教给你的，（你）懂得了吗！（薛金星《中学生教材全解》）

7、让我来教教你吧，你可懂得这个道理？（杨润根《发现论语》）

孔子说：“仲由，教给你对待知与不知的态度吧：明白就是明白，不明白就是不明白——这才是聪明智慧。

重点字词解释：

女：通假字“女”通“汝”，你。

知（zhì）：通“智”本字指“是知（通“智”zhì）也”：通“智”聪明，智慧。

之：代孔子教的东西

诲：教，传授。

乎：语音助词。

由：仲由字(子路)（前542～前480）春秋时期鲁国卞（今山东泗水县泉林镇卞桥村）人，孔子得意门生，以政事见称。

本段理解：孔子说这段话意思是言行要谨慎，不要夸大自己的知识和本领。要有诚实、谦虚的态度，不要不懂装懂。

#### 第九则:学习与思考的辩证关系

子曰：“学而不思则罔，思而不学则殆。”（《为政》）

孔子说：“只学习却不思考，就会感到迷茫而无所适从，只是思考而不学习，就会疑惑而无所适从。”

重点字词解释：

而：连词，表转折。

则：连词，相当于“就”、“便”。

罔（wǎng）：通“惘”，意思是感到迷茫而无所适从。

殆（dài）：那里指有害。本意：危险。

本段讲了学习与思考的辩证关系，认为二者不可偏废。

#### 第十则:修身做人

曾子曰：“士不能够不弘毅，任重而道远。仁以为己任，不亦重乎？死而后已，不亦远乎？”（《泰伯》）

曾子说：“有抱负的人不能够不胸怀宽广，意志坚定，因为他肩负着重大的使命（或职责），路途又很遥远。把实现‘仁’的理想看作自己的使命，不也很重大吗？直到死才停止，这不也是很遥远吗？”

词语解释：

弘毅：胸怀宽广，意志坚强；刚强，勇毅

仁：那里指儒家的推己及人，仁爱待人

已：结束

【翻译参考】



《论语》十则对照翻译：

1.子曰：“学而时习之，不亦说乎有朋自远方来，不亦乐乎人不知而不愠，不亦君子乎”

翻译：孔子说：“学习了(知识)，然后按必须的时间去实习(温习)它，不也高兴吗志同道合的人从远处(到那里)来，不也快乐吗人家不了解我，我却不怨恨，不也是君子吗”

2.曾子曰：“吾日三省(xīng)吾身：为人谋而不忠乎与朋友交而不信乎传不习乎”

翻译：曾子说：“我每一天多次地反省自己：替别人办事是不是尽心竭力呢跟朋友往来是不是诚实呢老师传授的学业是不是复习过呢”

3.子曰：“温故而知新，能够为师矣。”

翻译：孔子说：“在温习旧知识后，能有新体会、新发现，就能够当老师了。”

4.子曰：“学而不思则罔，思而不学则殆。”

翻译：孔子说：“只读书却不思考，就会迷惑而无所获；只是空想却不读书，就有(陷入邪说的)危险。”

5.子曰：“由，诲女知之乎！知之为知之，不知为不知，是知也。”

翻译：孔子说：“由，教给你对待知与不知的态度吧：明白就是明白，不明白就是不明白 这就是聪明智慧。”

6.子曰：“见贤思齐焉，见不贤而内自省也。”

翻译：孔子说：“看见贤人要想着向他看齐，看见不贤的人要反省自己有没有跟他相似的毛病。”

7.子曰：“三人行，必有我师焉；择其善者而从之，其不善者而改之。”

翻译：孔子说：“几个人一同走路，其中必定有我的老师，我要选取他们的长处来学习，(看到自己也有)他们那些短处就要改正。”

8.曾子曰：“士不能够不弘毅，任重而道远。仁以为己任，不亦重乎死而后已，不亦远乎”

翻译：曾子说：“士人不能够不胸怀宽广、意志坚定，因为他肩负着重大的使命，路程又很遥远。把实现‘仁’的理想看作自己的使命，不也很重大吗到死为止，不也很遥远吗”

9.子贡问曰：“有一言而能够终身行之者乎”子曰：“其恕乎！己所不欲，勿施于人。”

翻译：子贡问道：“有没有一句能够终身奉行的话”孔子说：“那大概是‘恕(道)’吧！自己所厌恶的事情，不要施加在别人身上。”

10.子曰：“岁寒，然后知松柏之后凋也。”

翻译：孔子说：“（碰上）寒冷的冬天，才明白松柏树是最后落叶的。”

### 【相关阅读】

浅析智慧

君子需严于律己

孔子曰：“苟正其身矣，于从政乎何有？不能正其身，如正人何？”即君主要治理好国家，务必端正自己

吾日三省吾身

吾日三省吾身

本身，严于要求自己。如果己正，管理国政就不会有什么困难，如果自己不端正，随心所欲，为所欲为，就不可能去端正别人，其国家也无法治理。孔子还以舜为例说明君主严于律己的重要性。孔子曰：“无为而治者，其舜也与？夫何为哉？恭己正南面而已矣。”在孔子看来，真正能从容安静使天下太平的人大概只有舜吧？那么他做了些什么呢？也但是是庄严端正地坐在朝廷上罢了。那里舜的庄严端正行为正是他实现太平世道的关键所在。

世道纷纭，熙熙攘攘，心为外利所动，几乎失去真我；物欲横流，乃至人心不古；求诸外欲，而忽略了内在的诚信。如何对待浊世横流？孔子主张人应在人世间寻求与他人的契合，在求诸他人之时首先求诸自身：我是否做到了？以此感化世人，引导世人。在儒家，拥有存在的概念并非空洞，是个体的真实存在及其对整体的真诚关怀。正是因为社会的整体意识，人们才能时刻感觉人类和人性，感觉一种历史的和社会的使命感；因为仁的道德基础，使人的人格能构成博爱的群众意志，由群众意志驱动个体的不停反思。故儒家的对个体人格的追求是在群众人格的完善中得以完成的。

当然，孔子还认为君主治国除了行为端庄之外，还应重视才智礼仪仁德的关系，这些都是治国不可偏废的条件。孔子曰：“知及之，仁不能守之，虽得之，必失之。知及之，仁能守之，不庄以涖之，则民不敬。知及之，仁能守之，庄以涖之，动之以礼，未善也。”（《卫灵公》）即靠聪明取得了地位，不能用仁德去持续它，虽然得到了地位，也必须会失去的。靠聪明取得地位，能用仁德持续它，假若不用严肃的态度来治理百姓，那么百姓就不会尊敬他。靠聪明取得地位，能用仁德保护它，能用严肃的态度治理百姓，而不用礼义教化人民，那也算不得完善。可见治理好国家对君主的要求应是全方位多方面的。另外，孔子还总结了历代圣明君主治国的道理，重在宽厚、诚信、勤敏、公允。即：“所重：民，食，丧，祭。宽则得众，信则民任焉，敏有功，公则说。”（《尧曰》）

古文翻译的六种手段

录、释、理、添、删、缩

录：凡是人名、地名、朝代、年号、官名、书名等专有名词，都可照原文抄录。此外，古今词义

一致，人们熟知的词，如“山”、“火”、“车”、“问”、“逃”等，也无需翻译。

释：这是用得最多的一种手段；运用现代汉语的双音节词语来解释古文中的单音节词语。对通假字、一词多义、词类的活用，用法多样的一些虚词等要个性注意，必须要联系上下文，选准它的确切解释。

理：调整、理顺译文的词序。大多数文言词句的词语排列次序和现代汉语是一致，但也有一些文言句式，如“孔子曰‘苛政猛于虎也’”（《捕蛇者说》），原次序译作“苛酷的统治凶狠比老虎”，这不贴合现代语习惯，应把“比老虎”调整到“凶狠”之前。

添：在原文有省略的地方，增添必要的资料，使译文通顺、明确。如“忽然抚尺一下，群响毕绝”（《口技》），其中“抚尺”和“一下”之间缺一个动词“响”，翻译应加上。又如“尝贻余核舟一，……”（《核舟记》），译文时，句前应加主语“王叔远”，“一”字之后应加量词“枚”。

删：有些词语仅有语法作用而无法译出的，可删去不译。如“夫大国，难测也”（《曹刿论战》）中的“夫”，“何陋之有”（《陋室铭》）中的“之”，“学而时习之”（《论语》六则）中的“而”都属于这一类。

缩：文言文有些句子，为了增强气势，故意用了繁笔，翻译时可将其意思凝缩。如：（秦）有席卷天下，包举宇内，囊括四海之意，并吞八荒之心。（现代汉语中很难找到四种不同说法来译“席卷天下”“包举宇内”“囊括四海”四个短句，在翻译时可凝缩为“秦有并吞天下、统一四海的雄心”）

## 成语

不亦乐乎：指快乐得无法形容。

死而后已：死了以后才罢手。形容为完成一种职责而奋斗终身。

温故知新：温习旧的知识，得到新的理解和体会。也指回忆过去，能更好地认识此刻。

任重道远：比喻职责重大，要经历长期的奋斗。

择善而从：选取有才能的人委以重任。

见贤思齐：见到德才兼备的人就想向他学习，和他一样。

三人行，必有我师：一些人中必定有能够作为我的老师的人。指就应虚心地向一切有长处的人学习。

己所不欲，勿施于人：自己不想做的事情，不要强加给别人。

岁寒松柏：比喻在艰苦困难的条件下节操高尚的人。

## “乐”之解释

不亦乐乎的“乐”就应读lè，不就更该读yuè。

因为这个成语最早出自《论语》第一篇第一章：“学而时习之，不亦说乎？有朋自远方来，不亦乐乎？人不知而不愠，不亦君子乎？”朱熹的注释是：说，同悦；乐，音洛。《论语雍也》中还有一句孔子的话：“知之者不如好之者，好之者不如乐之者。”朱熹注释也是：好，去声；乐，音洛。按这天的读音，“洛”字音luò。但在古代，作为快乐的“乐”和“洛”都属于入声“十一药”韵部(见《平水韵》)，可见“洛”、“乐”的韵母一样，加上声母都是l，当然完全是同音字了。这在南方人是比较容易理解的，因为南方方言保留更多的古音，例如在福建的方言里，“洛”和“乐”发音完全一样，都读成lok。所以这天用普通话读，“不亦乐乎”中的“乐”也就应和“快乐”中的“乐”字一样，都读成lè。

“乐”是多音字，除了读yuè（音乐）、lè（快乐）外，在《论语雍也》篇中还有一处也有很多人读错：“知者乐水，仁者乐山。知者动，仁者静。知者乐，仁者寿。”朱熹的注释是：知，去声。乐，上二字并五教反，喜好也。下一字音洛。“五教反”是指我国传统的拼音方法——“反切法”：取上一字的声母（也叫“声纽”，“五”字的声母是“疑”，相当于这天的y），与下一字的韵母（即“教”的韵母iao）拼读成yao。可见，在“知者乐水，仁者乐山”二句中，“乐”字作为“喜爱、喜欢”的意思时就应读yào。

归纳起来，“乐”在古书中的读音主要有三种：（1）作名词用的意思是“音乐、乐器、乐工”等，音yuè。（2）作形容词用的意思是“喜悦、快乐”，音lè。（3）作动词用的意思是“喜爱、喜欢”，音yào。

### 活用现象

吾日三省吾身：日，每一天，名词作状语；

温故而知新：故，旧知识，形容词做名词。新，新的知识，形容词做名词。

传不习乎：传，传授的知识，动词作名词。

学而时习之：时，名词作状语，可译为按时。

择其善者而从之：善，形容词活用作名词，指“优点长处”。

见贤思齐焉：贤，形容词活用作名词，可译为贤人。齐，形容词活用作动词，表示看齐。

岁寒然后知松柏之后凋也：后，方位名词代理活用作状语。

### 通假字

是知也：“知”通“智”，聪明，智慧。

女通“汝”，表示你

说通“悦”表示愉快

## 一词多义

### 1.知：

- (1) 了解（人不知而不愠）
- (2) 明白（诲女知之乎）
- (3) 通“智”，智慧（是知也）

### 2.而：

- (1) 转折连词（人不知而不愠）
- (2) 顺承连词（温故而知新）
- (3) 并列连词（任重而道远）

### 3、之：

- (1) 代词
- (2) 助词
- (3) 语气词

### 4、信： 与朋友交而不信乎：真诚、诚实

欲信大义于天下：通“伸”伸张

谓为信然：确实

信义著于四海：信用

### 5、道： 任重而道远：路途

策之不以其道：方法

### 6、士： 士不能够不弘毅：是有抱负、有作为的人

管夷吾举于士：狱官

### 7、故： 温故而知新故：旧的知识（形容词用作名词）

桓侯故使人问之故：特意

故君子有不战，战必胜矣。故：所以，因此

既克，公问其故。故：原因，缘故

特殊句式

(1) 决定句

是知也（“也”表决定）

(2) 省略句

1.能够（之）为师矣（省略宾语“之”）

2.人不知（之）而不愠（省略宾语“之”）

古今异义

学而时习之：“时”：古义：按必须的时间，今义：时间

“习”：古义：复习，今义：学习

吾日三省吾身：“日”古义：每日，今义：一日

“三”古义：泛指多数，虚数今义：数词，三

与朋友交而不信乎：“信”古义：真诚，诚实，今义：相信

温故而知新：“故”古义：旧的知识，今义：过去的，老的（此古义变今义是意扩大了范围）

择其善者而从之：“善者”古义：优点，今义：善良的人

“从”古义：跟从（学习），今义：跟从（此古义变今义也是意扩大了范围）

能够为师矣：“能够”：古义：能够（凭借）把，今义：可能、许可

是知也：“是”：古义：这，今义：表决定

更多全诗请访问 <https://xiaorob.com/shici/quanshi/>

文章生成PDF付费下载功能，由[ECMS帝国之家](#)开发