

吾日三省吾身：為人謀而不忠乎？  
與朋友交而不信乎？傳不習乎？

### 出處與釋義

上面的經典名句，出自《論語·學而》引錄曾參的話，指出反省的重要及其方法。

「省」，反省、省察。「三省」，多次反省。「忠」，忠誠。「信」，誠信。「傳」，老師的傳授。「習」，溫習、復習、實踐。

全句的意思是：我每天都再三自我反省：替別人做事有沒有盡心竭力？和朋友相處有沒有言而無信？師長傳授的道理，我有沒有好好認真實踐？

### 體悟與應用

每天早上起來，第一件事情是梳洗，這已是一般人的生活習慣。有誰會蓬頭垢面示人呢？同樣，在個人修養上，我們也須日新又新，那就是自我反省，改正惡習。一個人沒有梳洗，蓬頭垢面見人，會給人不好的印象；一個人不懂反省，待人處事一錯再錯，那就更不堪設想了。

曾子說：「我每天都再三自我反省：替別人做事有沒有盡心竭力？和朋友相處有沒有言而無信？師長傳授的道理，我有沒有好好認真實踐？」曾子所說的每天進行多次自我反省，主要體現在三個方面：一是處事，二是待人，三是學業。處事要忠誠，例如班會進行活動，採購物資時有沒有誠實運用班會費？待人要守信，例如借了別人的東西有沒有如期交還呢？功課要勤習，例如老師交帶的預習功課是否已經完成？

可惜，一般人卻反其道而行，反省自己者少，埋怨別人者多。原來我們看到別人的缺點，總比發現自己的缺失容易；把過失推卸到別人身上，也比檢討自己容易多了。所以一般人不論自己對或錯，總不先反省自己，一味諉過於人。久而久之，就會一錯再錯，不能自拔。

故此，古代聖賢無論處事、待人，抑或求學，都要經常自我反省，有錯則改，無則加勉，胸懷磊落，一片坦然。