

閱讀歷程中的「熟讀精思」法— 從《朱子語類》視角解讀

The Method of Reading Proficiency during the Reading Progress —
the Interpretation from the Perspective of ZHU ZI YU LEI

摘 要

教育的目的在為將來的競爭力和生活力作準備，而閱讀是一切知識學習的基礎。教育部在十二年國教政策中提出未來學生需具備的 10 項素養、能力，10 項素養中首推「培養閱讀習慣」。扎根閱讀教育是所有學習的基礎，從閱讀中可以培養孩子語文表達、思想辯證與價值澄清的能力。閱讀能整合學習的知識與經驗，一旦養成閱讀習慣，則能從理解、歸納、賞析與創新中增加思辨能力與邏輯思考。

閱讀是所有學習的基礎，閱讀能力越強越有能力思考、批判，也越能有效將知識應用於生活中。那麼有效的閱讀是什麼？絕非「不精不明、不深不達」的翻閱，而是一種深入的「熟讀精思」。朱熹是南宋時期理學大家，他一生的時間都在讀書和教書，提出許多精闢哲理和讀書方法。他的學生將其讀書經驗歸納為六項，稱為「朱子讀書法」。「朱子讀書法」中的「熟讀精思」是獲得知識重要的門徑，有些學生花很多時間閱讀可惜成效不大，主因是未在「精熟」兩字上下功夫。

讀書貪多而不求精熟很難有成效，本文以朱子一生刻苦治學，勤勉執教的體驗和實踐經驗彙整，期能對後生晚輩有所啟示和借鑒。

關鍵字：十二年國教、閱讀、朱子

一、前言

十二年國教即將實施，「培養閱讀習慣」的素養是政策成功的關鍵。因為扎根閱讀教育才能培養出表達能力佳、思想辯證強，具有價值澄清能力的社會公民。

朱熹，南宋時理學家，窮盡一生都在讀書和教書，他提出許多精闢哲理和讀書方法。他的弟子們將其讀書經驗歸納整理出六個門徑，稱「朱子讀書法」，提供後學進德修業之門路。

第一「循序致精」，告誡讀書人不要急著想看到成效，不可懶散，要有適當的進度，一步一腳印才能見效。第二「熟讀精思」，有些人花很多時間讀書卻不見成效，主因沒在精熟兩字花上時間，讀在多的書不求精熟難有成效。第三「虛心涵泳」，朱子主張讀書要抱持虛懷若谷的態度，耐心地反復咀嚼，才能深刻體會文中的旨趣。第四「切己體認」，從讀書法的角度切入，朱子強調讀書必須自己願意，才能將所學的理论應用在日常生活之中（即十二年國教強調的素養導向）。第五「著緊用力」，有兩層意思，一指時間上要抓緊，求知識可廢寢忘食；二指精神上要振作、要剛毅果決、奮發勇猛。第六「居敬持志」，即讀書必須全神貫注，要有遠大的志向和頑強的毅力，這是朱子讀書法的基本精神。

這六項是朱子一生刻苦治學，長久以來最具有影響力的讀書方法。以下就從《朱子語類》視角解讀朱子「熟讀精思」法在閱讀教育中的時代意義。

二、朱子生平及時代背景

朱熹，字元晦，又字仲晦，別號晦庵、晦翁等，安徽婺源人，生於西元1130年（宋高宗建炎四年），卒於西元1200年（寧宗慶元六年）。十九歲中進士，二十二歲任泉州同安縣主簿，二十四歲見李侗（愿中）才正式受學（朱熹曾在武夷山下拜師，將其語錄輯成《延平答問》。李侗對朱熹十分器重，把「洛學」傳授朱熹。因此朱熹承襲二程的「洛學」，也綜合了先前各大家思想，奠定了他學說的基礎）。李侗曾寫信給友人說「元晦進學甚力，樂善畏義，吾黨鮮有」又說：「此人極穎悟，力行可畏，講學極造其微處，渠所論難處，皆是操戈入室，從源頭體認來。」¹。朱熹四十歲提出「敬」字作為進德修業的主要法門。四十六歲那年呂東萊（呂祖謙）訪朱子於寒泉精舍，二人一起編著《近思錄》。同年四月與呂東萊、陸子壽、陸子靜（象山）有鵝湖之會（是宋朝時一場程朱理學與心學的學術辯論，呂祖謙主持）。

慶元二年（西元1196年），韓侂胄為相，朱熹被彈劾去職，進而被列為「偽學逆黨」，在危難中，朱子回答學生說：「死生禍福，久已置之度外，不煩過濾。」「某又不曾上書自辨，又不曾作詩謗訕，只是與朋友講習古書，說這道理。…今人開口，亦解說一飲一啄，自有定分，及遇小小利害，便生趨避計較之心，古人刀鋸在前，鼎鑊在後，視之如無物者，蓋緣只見得這個道理，都不見刀鋸鼎鑊。」²慶元六年間朱子過世。在歷史上他留下的遺言是：「為學之要，惟是事事審求其是，決去其非，積累久之，心與理一，自然所發皆無私曲。聖人應萬事，天地生萬物，直而已矣。」³據史書記載朱子臨終前還在改《大學·誠意》章，治學精神值得敬佩。

¹ 《中國思想史》，韋政通，水牛出版社，民國85年10月12版3刷，頁1151。

² 《朱子語類》，〔宋〕黎靖德編，中華書局，2007年10月第6次印刷，頁1154。

³ 同註2，頁1154。

朱子一生著述繁多，有《大學章句》、《中庸章句》、《論語集註》、《孟子集註》、《太極圖說解》、《通書解》、《西銘解》、《正蒙解》等等著作。後人編纂的有《朱文公文集》一百卷及《朱子語錄》一百四十卷。其中《詩集傳》和《四書章句集注》成了後代子孫、學生作學問、研究課題必讀的教科書。朱子強調「格物致知」，即窮天理、明人倫、講聖言、通世故。他把傳統的綱常加以理論化和通俗化，讓一般人了解，朱子認為「三綱五常」是社會的最高道德標準，是永存不滅的，他的思想與學說對後世影響深遠而巨大。

朱熹在七十年的生命歷程中，為官不到十年，從事講學和著書長達四十年之久。在人才培育的貢獻上和儒家學術領域的貢獻上非常有成就。他躬耕田園勤政教學，養成了吃苦耐勞的精神，學術研究上絕不空談，學業上專心致志，學問上務求學以致用。

三、作學問要「熟讀精思」

朱子曾不厭其煩的對學生說「讀書要專一」「為學要專一」。他主張「熟讀精思」就是把閱讀與思考緊密聯繫起來。「熟」與「精」二字，表示對「讀」與「思」的重視與講求。「熟」是熟悉，熟悉不僅僅是背誦的意思，而是對於所讀的內容能夠深入的掌握，可以了解書中最為精微的意思與道理。要怎麼落實才能做到呢？一定要用心思考，要儘量進入作者創作作品時的心理過程，要設法把作者的社會環境、生活背景、心路歷程體會一番。因為如果只是複誦書中文句，不了解創作動機與目的，就無法深入了解內容，就不是朱子所說「熟讀」的原意，這裡所指的「熟讀」應是讀者與作者間心靈的契合或是心領神會的意境。

呂祖謙在《呂氏家塾讀書記》中記載說，司馬光曾說：「書不可不成誦，或在馬上，或在中夜不寢時，詠其文，思其義，所得多矣。」蘇軾也說：「舊書不厭百回讀，熟讀深思子自知。」⁴他們共同點在強調熟讀精思的重要。朱子也說：「讀書之法，在循序而漸進，熟讀而精思，先須熟讀，使其言皆若出於吾之口，繼以精思，使其意皆若出於吾之心。」又說：「讀書須是成誦方精熟。」可見熟讀之外更重要的是精思。

朱子認為讀書既要熟讀又要精思。所謂熟讀，就是多次重複，把書讀的滾瓜爛熟，因此《朱子語類》中強調：

1. 讀書之法，先要熟讀。須是正看背看，左看右看。看得事了，更需反覆玩味。⁵
2. 書需熟讀。所謂書，只是一般。然讀十遍時，與讀一遍時終別；獨百遍時，與讀十遍又自不同也。⁶
3. 學者觀書，先須讀得正文，記得注解，成誦精熟。註中訓釋文意、事物、名義，發明經指，相穿紐處。一一認得，如自己做出來底一般，方能玩味反覆向上透處。⁷
4. 凡讀書須有次序，且如一章三句，先理會上一句，待通透，次理會第二句，第三

⁴ 出自〔宋〕蘇軾《送安惇秀才失解西歸》詩的前兩句。詩之內容：舊書不厭百回讀，熟讀深思子自知。他年名宦恐不免，如今棲遲那可追。我昔家居斷還往，著書不復窺園葵。竭來東遊慕人爵，棄去舊學從兒嬉。狂謀謬算百不遂，惟有霜鬢來如期。故山松柏皆手種，行且拱矣歸何時。萬事早知皆有命，十年浪走寧非痴。與君未可較得失，臨別惟有長嗟咨。

⁵ 《朱子語類》，卷 10，〔宋〕黎靖德編，中華書局，2007 年 101 月第 6 次印刷，頁 165。

⁶ 同註 5，頁 168。

⁷ 同註 5，頁 191。

句，待分曉然後將全章反覆紬繹玩味。如未通透，却看前輩講解，更第二翻讀過，須見得身分上有長進處，方為有益。⁸

讀書不在多，而應該要熟讀，面對文字一遍又一遍「讀這一句，且理會這一句，讀這一章，且理會這一章，須是見得此一章徹了，方可看別章，未要思量別章別句」。尤其國中小階段是基礎教育，更應該反覆思索，充分理解文意。近年來教育會考題幹不斷延伸，閱讀力充分被展現在成績上，如果囫圇吞棗、不求甚解，則深刻影響其他學科之學習與研究。

所謂「精思」是反覆思索玩味，找出文章的深意。《朱子語類》中說：

1. 大抵學者讀書，務要窮究。…大凡看書，要看了又看，逐段、逐句、逐字理會，仍參諸解、傳，說教通透，使盪裡與自家心相肯，方得。⁹
2. 讀書，須是窮究道理徹底。如人之食，嚼得爛，方可嚥下，然後有補。¹⁰
3. 少看熟讀，反覆體驗，不必想像計獲。只此三事，守之有常。¹¹

朱子在這裡強調反覆體驗，就是思索玩味，就是「精思」，因為讀者探求文義是無法速成的。朱熹又特別提出「聖人言語，一重又一重，須入深去看。若只要皮膚，便有差錯，須深沉方有得。」¹²先秦道家老子曾說：「學問不精，聽道不深。凡聽者，將以達智也，將以成行也，將以致功名也，不精不明，不深不達。故上學以神聽，中學以心聽，下學以耳聽，以耳聽者，學在皮膚，以心聽者，學在肌肉，以神聽者，學在骨髓。」可見做學問不僅僅以耳聽之，更要以心聽之、以神聽之，如此才可能「學在皮膚、學在肌肉、學在骨髓」，精思尤其重要。《朱子語類·訓門人二》中說：

1. 讀書如煉丹，初時烈火鍛熬，然後漸漸慢火養。又如煮物，初時烈火煮了，却須慢火養。
2. 讀書初勤敏著力，仔細窮究，後來卻須緩緩溫尋，反復玩味，道理自出。又不得貪多欲速，直須要熟，工夫自熟中出。¹³

朱子告誡他自己的學生，作學問要專一用功，不可妄想一心多用，要看書、又要聽音樂、又要吃東，太過龐雜。因而舉道家術語說：「用志不紛，乃凝於神。置之一處，無事不辦。」¹⁴為學不可粗淺。又舉掃地為例：「譬如掃地，不可只掃面前，如椅子之下及角頭背處，亦須掃著。」¹⁵讀書也是如此，不經仔細閱讀便無法從中得到啟發，沒有深思熟慮也難把握書中精妙之處。

朱子再次強調學習不僅要循序漸進，而且要存疑，這是朱子讀書法中碰觸最多的問題。因為我們越是熟讀精思，產生的疑問也就越多，當疑惑解除，獲得了知識，學習進步也會越

⁸ 《朱子語類》，〔宋〕黎靖德編，中華書局，2007年101月第6次印刷，頁189。

⁹ 同註8，頁162。

¹⁰ 同註8，頁163。

¹¹ 同註8，頁165。

¹² 同註8，頁162。

¹³ 同註8，頁2766。

¹⁴ 同註8，頁2857。

¹⁵ 同註8，頁2757。

快的。《朱子語類》中說：

讀書無疑者，須教有疑，有疑者，却要無疑，到這裡方式長進。¹⁶

讀書的過程中，如果只想一路讀下來，對前人所說或所作皆無疑惑通盤接受、認同，那麼將如孔子所說「學而不思則惘，思而不學則怠」，因此有疑處才可能想辦法達到無疑無礙。胡適先生也曾說：「做人要在有疑處不疑，做學問要在不疑處有疑。」意思是要對人有信任感，做學問要有打破沙鍋問到底的「求真」精神，看來這種精神對現代人而言是更重要了。《朱子語類》中所提相關內容如：

- 1. 大凡看文字要急迫不得。有疑處，且漸漸思量。若一下便要理會得，也無此理。¹⁷**
- 2. 凡人讀書，若窮得到道理透徹處，心中也替他快活。若有疑處，須是參諸家解熟看。**
- 3. 看得有差互時，此一段終是不穩在心頭，不要放過。¹⁸**

有疑處或是與自己所了解的有出入時，若能再三斟酌審慎評估，參看各家說法，抓住重點便能有所領會。《朱子語類》中不也提到說：

大凡人讀書，且當虛心一意，將正文熟讀，不可便立見解。看正文了，却着深思熟讀，便如己說，如此方是。¹⁹

又說：

須是將本文熟讀，字字咀嚼教有味。若有理會不得處，深思之，又不得，然後卻將註解看，方有意味。如人飢而後食，渴而後飲，方有味。²⁰

讀書的目的不僅在獲得知識，而是要深入思索，發現疑難加以解決，心領神會後付諸行動。朱子說：「讀書始讀未知有疑，其次則漸漸有疑，中則節節是疑；過了這一番後，疑漸漸解，以至融會貫通，都無所疑，方始是學。」又說：「學者讀書，須是於無味處當致思焉。至於群疑並興，寢食俱廢，乃能驟進。」他這種「熟讀精思」主張、存疑求真的學習思想應該是來長期的教學體驗和治學心得而來的。未來十二年國教要的就是主動學習，透過閱讀培養具有思辨能力的社會公民。

四、如何做到「熟讀精思」

¹⁶ 《朱子語類》，〔宋〕黎靖德編，中華書局，2007年101月第6次印刷，頁186。

¹⁷ 同注16，頁185。

¹⁸ 同注16，頁192。

¹⁹ 同注16，頁191。

²⁰ 同注16，頁191。

《朱子語類》：「大凡讀書須是熟讀。熟讀了自精熟，精熟后里自得」²¹。主張「熟讀精思」就是把閱讀與思考緊密聯繫起來的最好說明。「熟」與「精」二字，即表示對「讀」與「思」的重視與講求。蘇軾也說：「舊書不厭百回讀，熟讀深思子自知。」他們共同點在強調熟讀精思的重要。

朱子強調為學要「熟讀精思」，那麼要如何實踐？對於作學問這件事，他在《朱子語類》中一再強調熟讀精思的重要大於泛觀博取、廣泛閱讀。朱熹在《晦菴集》卷六十答友人朱朋孫的書信中說：「故讀之者貴專而不貴博，蓋惟專為能知其意而得其用，徒博則反苦於雜亂淺略而無所得也」朱子指出讀書人若能領悟其中道理，更當霞思雲想。那麼如何才能做到深沉潛思、霞思雲想？以下分「熟讀」與「精思」兩部分闡述。

（一） 熟讀部分

「熟讀」的原意，這裡所指的應是讀者與作者間心靈的契合或是心領神會的意境。

呂祖謙在《呂氏家塾讀書記》中記載，司馬光曾說：「書不可不成誦，或在馬上，或在中夜不寢時，詠其文，思其義，所得多矣。」

《朱子語類》中說：

1. 大凡看書，要看了又看，逐段、逐句、逐字理會，仍參諸解、傳，說教通透，使道理與自家相肯，方得。²²
2. 讀書，須是看他那縫罅處，方尋得道理透徹。若不見得縫罅，無由入得。看見縫罅時，脈絡自開。

唯有拒絕外在的誘惑及杜絕七情六慾才能專心於課業，否則放蕩形骸將無濟於事。早在兩千五百年前老子《道德經》十二章就說「五色令人目盲；五音令人耳聾；五味令人口爽；馳騁畋獵令人心發狂」²³放縱自己，沉溺享樂將招致挫敗。若能自我約束並嚴立課程，久而久之自當有所收穫。也就是說，做學問的過程中，要像大海一樣能納百川、不捐細流所以能而成其大。將自己的閱歷、經驗、見識融入後加以體會、反思付諸日常生活。如此才能說學到先聖先賢的哲理，不知不覺中轉化為自己立身處世的智慧。

（二） 精思部份

《朱子語類》在「精思」這部份提到：

1. 學者讀書，須是於無味處當致思焉。至於群疑並興，寢食俱廢，乃能驟進。²⁴
2. 大抵人要讀書，須先收拾身心，令稍安靜，然後開卷方有所益。
3. 學者讀書，須要斂身正坐，緩視微吟，虛心涵泳，切己省察。
4. 為學須是痛切肯惻做功夫，使飢忘食，渴忘飲，始得。²⁵

²¹ 《朱子語類》，〔宋〕黎靖德編，中華書局，2007年101月第6次印刷，頁167。

²² 同注21，頁162。

²³ 《老子今注今譯》，陳鼓應注譯，北京，商務印書館，2009年11月第8次印刷，頁118。

²⁴ 同注21，頁163。

5. 嚴立功程，寬着意思，久之，自當有味，不可求欲速之功。²⁶

6. 學者為學譬如煉丹，須是將百十斤炭火煨一餉，方好用微微火養教成就。今人未將百十斤炭火去煨，便要將微微火養將去，如何得會成。²⁷

這裡所強調的是熟讀後融會貫通的重要。讀書要有韓愈〈進學解〉：「焚膏油以繼晷，恆兀兀以窮年。」的勇氣；要有「讀你千遍也不厭倦」耐性；更要有「上窮碧落下黃泉，動手動腳找資料」的決心，如此才能反覆咀嚼玩味。因為從閱讀中學習面對知識，尚不足以完全應付生活所需。掌握從閱讀中學習的技巧，促進整體的學習能力，才有可能達到學習的目的。

在理解和詮釋閱讀內容的歷程中，培養出思辨及批判思維能力是重要目的。每個人興趣和需求不同，廣泛閱讀後的觸類旁通及心領神會將可提升生活素質。未來的世界是如此多元與多變，以開放的心胸接納不同的文化、觀點、價值觀和特質，唯有透過閱讀才能豐富學養，擴展對生命的了解，面對生命的挑戰。

《朱子語類》-學五-讀書法下：

學者觀書，先須讀得正文，記得注解，成誦精熟。注中訓釋文意、事物、名義，發明經指，相穿紐處，一一認得，如自己做出來底一般，方能玩味反覆，向上有透處。若不如此，只是虛設議論，如舉業一般，非為己之學也。曾見有人說詩，問他關雎篇，於其訓詁名物全未曉，便說：「樂而不淫，哀而不傷。」某因說與他道：「公而今說詩，只消這八字，更添『思無邪』三字，共成十一字，便是一部毛詩了。其他三百篇，皆成渣滓矣！」

這段話意思揭露一個不了《詩經》旨意的人以輕蔑態度以十一個字—「樂而不淫，哀而不傷」與「思無邪」概括整部書。朱子以此告誡學生讀書如果空言無實，將不濟事，讀書應該深入文意，端詳字句，仔細推敲使意旨更加詳細才是。《朱子語類》中說：

1. 書宜少看，要極熟。²⁸

2. 讀書只逐段逐些子細理會。小兒讀書所以記得，是渠不識後面字，只專讀一進耳。今人讀書，只袞袞讀去。假饒讀得十遍，是讀得十遍不曾理會得底書耳。「得寸，則王之寸也；得尺，則王之尺也。」讀書當如此。²⁹

熟讀精思是說讀書既要熟讀成誦，又要精於思考。有些人讀書記不得，表達也不清不楚，腦海裡若有似無，都是不精熟的關係。朱子提出熟讀要做到「使其言皆若出於吾之口」，他

²⁵ 《朱子語類》，〔宋〕黎靖德編，中華書局，2007年101月第6次印刷，頁134。

²⁶ 同注25，頁136。

²⁷ 同注25，頁137。

²⁸ 同注25，頁165。

²⁹ 同注25，頁165。

主張讀書要能成誦如流，強調讀書要讀到一定的次數。在他看來「百遍時自是強五十遍時，二百遍自是強一百遍時」。精讀確實有助於理解文意，因為「讀書千遍，其義自見」。時下學生已無法一次又一次反覆頌讀，一者學科繁複，再者外力誘惑太多。朱子如此強調讀書遍數，其實就是在意學習成效，如果因為反覆頌讀增加理解與體悟，那麼「讀書千遍，其義自見」就更有道理了。

五、朱子讀書法中「熟讀精思」的時代價值

最後我們透過朱子的讀書法看到，他把握六項原則中的一熟讀精思法。他認為「泛觀博取不若熟讀而精思」「學者理會道理，當深層淺思」，這些說法是被認同的。但是，他一再強調的「專致」要求做到收拾身心、令稍安靜、斂身正坐、緩視微吟、虛心涵泳、切己省察……等等，立意極好，但處在今日社會，這些要求不易實現，也許只是一個學者美好的經驗罷了。

試想當前AI—機器人時代即將來臨，人力被機器人所取代即將實現。科技取代傳統、時間就是金錢，要讀書人做到正襟危坐、收拾身心然後開始讀書，而且一遍又一遍達到滾瓜爛熟，何其為難。這是一個知識爆發、資訊媒體充斥的時代，每個人為了生活在茫茫大海死命拼搏、載浮載沉，還有誰能靜心沉思，真正做到熟讀精思。

譬如說，目前社會上的各種大眾讀物所提供的服務，這些大眾讀物的素材已不限於紙本，如：漫畫、小說、暢銷書、各類雜誌、媒體素材、影音媒材等等。當我們握在手上也不過是信手拈來意在打發時間、消除壓力或是觀瞻時局感受社會脈動罷了！因此通俗流行的大眾讀物、資訊媒材哪有必要熟讀呢？就算內容上有可取處也不過是一個經驗或概念的傳承，是否需要達到「精思」的必要，還是有待商榷之處。

但是自朱子以來，傳承將近千年的讀書法，至今仍為學者所津津樂道，難道就沒有價值與意義嗎？當然不是。朱子所強調的「熟讀而精思」的觀念對讀書人是正確且必要的。而且具有時代意義。只是說時至今日應該有所調整—「熟讀精思」是否該具有針對性。比如說對象是誰？或是從事哪些工作者？當然是一群為自己所喜愛的、想具有專門技能的學科能力、或具有工作目標或時代性取向的人而定調的。他們的學習有特別的目的—考試、職務需求和特殊用途或價值，此時熟讀精思就十分必要。

如果跳脫科學技術層面，單就人生修為而言，為了奠定知識架構的穩定與基礎，培養一個具有熟讀精思習慣的人是非常基礎且重要的工作。因此，我們要從朱子的讀法中汲取可為借鑑的內容時，就需要高度的智慧。

朱子是南宋時期的文人，那時的讀書人應該是一個知識傳承的專業文人，他們可以「兩耳不聞窗外事，一心只讀聖賢書」。但是生在當前五光十色的社會，知識爆炸的時代我們為了因應潮流與時俱進，我們的閱讀方式、吸收新知與判讀內容也應該有所調整，用新的方法。

梁啟超就曾經提出一套治學方法，簡單歸納後加上因應時代潮流與趨勢，未來作學問或研究專題，融合應用的媒材後，治學方法包括以下幾項提供酌參：

（一）熟悉治學本末落實為學方法次第

宋·鄭樵在《通志圖譜略·源學篇》說：「耽義理者以詞章之事為不達學術之淵源；玩詞章者以義理之事為無文采。要之，詞章…義理…皆從事於語言之末，而非為實學。」鄭樵一

生刻苦力學 30 年讀遍古今書，他到處借書求讀畢生從事學術研究，在經學、禮樂之學、語言學、自然科學、文獻學、史學等都有相當的成就，其治學之道是「會通」、「求是」和「創新」。

了解治學本末才能養成讀書趣味，從廣泛的涉獵中擇其一二，以成一家之言。學生階段還在接觸、摸索，唯有廣泛涉獵了解興趣所在，然後才能知道作學問該用力於哪裡？

（二）嚴立課程主題精思熟讀並勤作讀書劄記

前面已說過朱子曾不厭其煩的對學生說「讀書須是專一」「為學須是專一」。主張「熟讀精思」就是把閱讀與思考緊密聯繫起來，對於文本則更要虛心深入掌握精要，以了解文本最為細緻的道理。如何才能做到？唯一法門就是專心，要盡可能進入作者寫作時的背景與心境，站在作者的角度看待作品，體會心路歷程。唯有反覆吟詠箇終滋味油然而生，這就是朱子所說「熟讀」的原意，也就是讀者與作者間心靈的契合。

梁任公在〈治國學雜話〉中曾說：「若問讀書方法，我想向諸君上一個條程。這方法是極陳舊、極笨、極麻煩、而是極必要，即抄錄或筆記。」作筆記這件事在我們讀書階段就已被要求過。平時讀本名著或傳記見其徵引繁博，分析細密，總是疑惑此人哪來如此記憶力、記得很多東西。其實這些成果都是作者銖積寸累、困知勉行來的。不要懷疑，勤作讀書筆記是作學問的門道。朱子說精思熟讀是讀書的方法，胡適說的五到：眼到、耳到、口到、心到、手到。手到就是作劄記，即使作筆記是土法煉鋼方式我們仍然相信是有效的。

（三）選一家之學循序研讀請益良師與好友切磋共讀

蘇軾〈又答王庠書〉說：「少年為學者，每一書，皆作數過盡之。書富如入海，百貨皆有之，人之精力，不能兼收並取，但得其所欲求者爾。故願學者，每次作一意求之。」意思是說，年輕人讀書，每一本好書都讀它幾遍。唯有讀他幾遍才可能融會貫通，有所體悟。

《禮記·學記》：「獨學而無友，則孤陋而寡聞」是孔子強調為學必須要有朋友。朋友可以互相切磋琢磨以增進學業品行，彼此交流可增加學習效率。《論語·季氏篇》也說：「益者三友，友直、友諒、友多聞。」為學能結交到博學多聞之人，就不會孤陋而寡聞。而更重要的是請益良師，韓愈說：「聖人無常師。」孔子師郯子、師襄、老聃，成就了學術大成的一代哲人。除了多讀好書也要多交朋友，林良在《給孩子的十六封信》中就說過，朋友像是一本一本的好書，多交朋友就等於多讀好書。

（四）利用資訊媒體涉獵相關知識提昇治學效率

《論語·魏靈公》：「工欲善其事，必先利其器」，古來學問蒐集一直以傳抄為主，或者兼備背誦模式。然因記憶有喪失或遺忘的困境，因此仰賴抄錄便成為知識留存或傳播重要方法。抄錄過程因疲累、模糊、誤判等等，常導致知識或資料錯誤、跳頁落行或竄改，實是可惜。

今拜科技昌明之賜，網路資訊、複製影印、媒體傳播提昇了資訊傳播的速度。這些諮詢媒材，電腦科技都不是朱子時代所能想像，也不是當時學者可以應用的工具。因此，生於知識爆炸、各種治學方法兼備的時代，若能立定志向虛心向學，避開網路誘惑，不沉迷於電競遊戲，必能提昇治學效率，甚至成一家之言。

（五）行萬里路勝讀萬卷書走讀學習豐富人生

清初張潮的隨筆小品《幽夢影》書裡：「文章是案頭的山水；山水是地上的文章。」「善遊山水者，無之而非山水；善讀書者，無之而非書」。讀書破萬卷可以涵養性情變化氣質，教養出卓越的眼光；而行遍千山萬水走讀萬里江山，則可增廣見聞涵養寬闊的胸襟，培育高度國際視野。張潮也說：「人莫樂於閒，非無所事事之謂也。閒則能讀書，閒則能遊名勝，閒則能交益友，閒則能飲酒，閒則能著書。」遊名勝，賞玩自然應是勝過寒窗苦讀，更能符合當前地球村的概念。知識積累於日常點滴，經驗再反覆練習中成熟。

以上讀書法若能再搭配速讀進而一目十行、把握重點提綱挈領、網路瀏覽與電腦搜羅提升閱讀視野與方法，將如虎添翼更利於吸收新知，這才是當前讀書人追求學問的上好工具。

當然，站在時代的尖端，就要兼顧傳統與現代，融合朱子與前人的智慧善用讀書方法，更重要的是與時俱進。元代劉祁《歸潛志》第七卷：「十年窗下無人問，一舉成名天下知。」閉門苦讀的時代已不復存在，然而「精思熟讀」是自古以來未曾改變的治學態度。為避免閉門造車、孤陋寡聞，請益良師與好友切磋共讀是讀書人聰明的作為。

朱子的年代已久遠，然而為學之道亙古不變，「精思熟讀」所關鍵的就是「專注」。

六、結語

總之，朱子讀書法的精神建立於循序漸進，閱讀歷程中的「熟讀精思」法直至今日仍是為學者獲取知識學問最可靠的門路。今天所談論的讀書技巧與方法，不是紙上談兵或浮誇不切實的妙招。若能深切了解為學目的，不論朱子讀法中的任何一項，都有其契合應用的人，在知識經濟的時代裡，我們以獨到的見解來開發讀書技巧，推動符合時代背景的讀書方式，提供一個適宜時代潮流的治學方法。

朱子寫過〈觀書有感〉一詩：

半畝方塘一鑿開，天光雲影共徘徊。問渠哪得清如許，唯有源頭活水來。

詩中呈現澄澈清明如鏡的池塘，它的清澈是因為源頭有源源不斷的活水補充。朱子以此比喻讀書、做學問也一樣要有源源不絕新知識、新見解來補充，才能使人在學術思想上精進，研究上也才可能有所創新。

今天我們所了解的「熟讀深思」的意義，與朱子治學時是一樣的，為學者應該將此四字奉為主臬。唯有提高生命的寬度與深度，讓我們從讀書的過程中獲得開發與啟示，人生才會越發精采。

參考書目

- 《朱子語類》，〔宋〕黎靖德編，中華書局，2007年10月第6次印刷。
- 《中國思想史》，韋政通，水牛出版社，民國85年10月12版3刷。
- 《老子今注今譯》，陳鼓應注譯，北京，商務印書館，2009年11月第8次印刷。