

# 德訓篇

## 第 1 - 3 章

所有智慧源自神。

對神的愛就是智慧的泉源。

如你渴望智慧，私下及公開遵守主的誠命。

遵行孝敬父母的誠命。

尊敬父親會為你補贖罪過。

孝敬母親的人會得到祝福。

父親年邁時，應扶助他。

即使他智力衰弱，亦要關愛他。

不要因你身強體壯就藐視他。

要耐心待他，猶如對待自己。

你越是偉大，就越要謙遜。

親愛的神，請幫助我時常尊敬和孝敬父母

## 第 4、5 章

水能撲火。施捨能補償罪債。

不拒絕幫助窮困的人。

有些人一切都是空談並不行動。

有些人在家中是獅子，但在人群中卻是綿羊。

不貪戀錢財。不讓激情支配你的生活。

敏於聆聽，慎於言。管束你的脾氣。

主，請幫助我對人親切和誠懇

## 第 6、7 章

讓你廣交朋友，但你的參謀千裡挑一。

忠實的朋友是可靠的庇護。

那些愛和光榮主的人們，會找到忠實的朋友。

從小尋求智慧。你若愛聽，你會找到智慧。

向窮人施惠。慰問悲傷的人。探望病人。

在你所做的一切，記著人生的目的

你就會遠離罪惡。

親愛的主，請幫助青年人尋找智慧

## 第 8、9 章

不要輕視老人。年老是我們的共同命運。

不要跟遇見你的每個人討論你個人的事。

徵求忠告時要謹慎。

不要淫穢地看著一個女人。

不要凝視別人貌美的妻子。

主，請幫助我約束我的口舌和眼睛

## 第 10、11 章

長官怎樣，他的官員也怎樣。

市長如何，市民也如何。

塵埃灰土該以什麼為榮？

今天為王，明日是一具屍骸。

不要因人的美貌便讚美，

也不為外貌而厭惡任何人。

蜜蜂在飛蟲中雖是細小，

卻沒有東西比她的蜂蜜更甘甜。

主，請給我們的世界好領袖

## 第 12 - 14 章

堅決主張邪惡所為的人不會有好下場。  
不肯施捨的人不會有好下場。

順境時，你常不確定誰是一位真正的朋友；  
但逆境時，你可肯定誰不是朋友。

貪婪令人格委靡。 追求智慧使人格更健康。

**主，請給我智慧行善和戒避貪婪**

## 第 15 - 19 章

智慧令我們愉快。 愚昧使我們哀傷。  
謙卑是通往智慧之路。

我們可自由選擇善或惡、智慧或愚昧。  
人人可努力活好自己的生活。

如果我們做了錯事，我們必須求**主**寬恕。  
我們必須拒絕行惡，並要歸向**主**。

不要沉溺於奢華的生活，  
過量飲酒及享樂會敗壞人心。

戒避閒談及造謠。 做個能保守秘密的人。

人們的服飾告訴你他們的職業。  
人們的步伐亦告知你很多關於他們的事。

**主，請幫助我拒絕惡行。 幫助我歸向你**

## 第 20 - 23 章

太多胡言亂語的人招人厭惡。  
智者知道何時該說話及說多少話。

愚人之言像旅途上背著的重擔；  
樂於聆聽智者之言。

主，不要給我高傲眼目。  
不要讓情慾操控我的生活。  
不要讓我的嘴巴說粗言穢語。  
幫助我避免個人或與別人犯不潔之罪。

主，請給我智慧戒避壞的言行

## 第 24 章

智慧說：「從恆古，起初，神創造了我。  
神派遣我到地上各處。  
誰渴望我的，靠近我。  
誰聽從我的，會走在美善的道路上。」

主，請幫助我尋找智慧，並聽從智慧的聲音

## 第 25 - 28 章

有賢妻的丈夫是幸福的。賢妻是丈夫的喜樂。  
人未發言以前，不要稱讚他。  
一個人的言談揭露說話者的身份。  
少與愚者共處，但多與智者為伍。  
諷刺和辱罵是傲慢人的標記。  
怨恨和忿怒對人無益。  
寬恕冒犯你的人。  
這樣，你祈求時，你的罪過也會被赦免。  
避免爭吵和發怒。不要讓你的嘴巴說醜聞。

主，請給我智慧控制我的言談

## 第 29 - 31 章

幫助有需要的人。

人們請求你幫助時，不要拒絕他們。

不要讓你的孩子缺乏管教的成長。

從小便教他們自制自律。

健康的身體勝過金銀。

貧窮和健康勝過富有和生病。

當事情不順時，不要只顧憂慮和煩躁。

縱使在最悲痛的境況，尋找一線曙光。

戒避嫉妒和忿怒。

嫉妒和忿怒會縮短你的壽命。

適量的日常飲食使人安睡。

暴食導致失眠、暴躁及性情乖戾。

酒使人心曠神怡。

但酗酒卻削減精力。

**主，請幫助我飲食有節制**

## 第 32 - 34 章

你若被委以重任，

不要讓它沖昏你的頭腦。

你說話時，要切題。言簡意賅。

慎思而後行。做事要瞻前顧後。

遊歷拓寬知識。旅遊時求神保護。

**主，請保佑今天旅遊的人**

## 第 35 - 37 章

慷慨待人，如同主慷慨待你。

充滿歡樂當獻祭給主時。

謙卑者的祈禱穿雲而上，因此以謙虛心愛主。

沒有圍牆，財產必被搶掠。

沒有妻子的男人，他像一艘沒有錨的船。

向別人討教時要小心。

所有諮詢以後，遵照自己的心意行事。

主，請給我一顆愉快和謙卑的心

## 第 38 - 39 章

一切康復是神的恩賜。要得到康復：

向主禱告，請求赦罪，然後聽從醫生的指示。

哀悼和拜祭亡者，但不過度和不長期哀傷。

一般工人少有時時間學習。

但主祝福所有學習智慧的人。

主，請治癒我患病的朋友(..病者名字..)

## 第 40、41 章

酒和音樂能悅樂人心，

但愛酒和音樂都不如愛智慧。

說話不可咄咄逼人。不可不理睬跟你問好的人。

不凝視別人妻子。不與單身女子有曖昧關係。

主，請幫助我約束我的言談和眼睛

## 第 42 - 43 章

我們住在一個多麼美妙的世界！

創造者策劃一切，確實幹得好！

偉大的**主**創造太陽、月亮和羣星。  
彩虹是多麼美麗的創造物！

四季、雨水、冰雪、雷電：全都在宣告**神**的榮耀。  
那創造奇妙宇宙的**神**是多麼偉大！  
我們要怎樣讚頌和尊崇他才足夠？

親愛的**神**，感謝你創造這世界。  
請幫助我們過你想要我們過的生活

## 第 44 - 50 章

好好記住歷史上的著名偉人，  
他們對**神**有一份特別的愛。  
記住他們對**神**的信靠和愛慕，  
會給我們勇氣面對日常生活。  
他們是人亦犯錯，但他們仍堅持事奉**主**。  
就如**亞巴郎**、**梅瑟**、**達味**。  
讓我們效法他們的信德和勇氣。

**主**，請給我勇氣度過每一天如我應該的

## 第 51 章

當我年輕，尚未成為一位旅客前，我祈求智慧。  
有賴智慧令我工作成功。  
因此我以讚頌給我智慧的**神**來結束這書：  
我感謝你，**主**，**君王**；和讚美你，**神**，我的救主！  
因你藉著智慧保護和支持我，  
並從許多困境中解救我。  
我會一生讚美你，並衷心地歌頌你的榮耀。

**主**，為這書中的智慧感謝你。  
請賜給我智慧面對每一天