

君子道

邱明正 孟勇◎著

实践《弟子规》的智慧



中山大學出版社
SUN YAT-SEN UNIVERSITY PRESS

君子道

邱明正 孟勇◎著

实践《弟子规》的智慧



中山大學出版社
SUN YAT-SEN UNIVERSITY PRESS

· 广州 ·

版权所有 翻印必究

图书在版编目(CIP)数据

君子道:实践《弟子规》的智慧 / 邱明正, 孟勇著. — 广州: 中山大学出版社, 2014.12

ISBN 978 - 7 - 306 - 05010 - 6

I. ①君… II. ①邱… ②孟… III. ①古汉语—启蒙读物 ②《弟子规》—研究 IV. ①H194.1

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第201879号

出版人: 徐 劲

出版策划: 周建华 邱立夫 李永清

责任编辑: 曾育林

装帧设计:  卓風修書院

责任校对: 杨文泉

责任技编: 何雅涛

出版发行: 中山大学出版社

电 话: 编辑部 020-84111996, 84111997, 84110779, 84113349

发行部 020-84111998, 84111981

地 址: 广州市新港西路135号

邮政编码: 510275 传真: 020-84036565

网 址: <http://www.zsup.com.cn>

印 刷 者: 深圳市富达泰包装印刷有限公司

规 格: 787mm×1092mm 1/16 11.5印张 180千字

版次印次: 2014年12月第1版 2014年12月第1次印刷

定 价: 33.00元

如发现本书因印装质量影响阅读, 请与出版社发行部联系调换



我们是卓风 悦读·悠活·心自然

我们爱护自然环境 仅使用环保纸张

君子道

如何成为君子的学问

阅读之前 无明未破



卓風修書院
Joyfo Research Studios
卓之智 風之行



曾仕强序

《易经·系辞上传》第五章：君子之道鲜矣！

君子之道，便是君子所追求的道。君子指重视品德修养，在日常生活的方方面面，都十分自我检点，经常将心比心，秉持“己所不欲，勿施于人”的原则，好好做人，也好好做事。君子所追求的道，实际上很多人都在躬亲实践，只是很少有人能够体认得周全，所以才很少为人所知，也就是鲜矣！

我们生而为人，特别是成为中华民族的一分子，就算不能成圣贤，为神人，至少也应该做一个踏踏实实的君子。中华文化有三个特质，分别为：以道德代替宗教，以道德提升法治，以道德善用科学。道德应该是我们全民的最高信仰，所以修身是每一个人应尽的责任。

《弟子规》问世以来，由于易知易行，影响的层面非常广泛而深入。现代企业家在聘请员工时，也常以《弟子规》来测试，作为录取与否的标准。结果证明，读过《弟子规》的人，进入公司以后，通常都会表现得更好。

多年好友邱明正先生，长年来身在企业而心系国学，把国学和现代管理紧密地结合在一起，从实践中体认中国式管理的真髓，并加以发扬光大。继《中华的智慧》之后，近期又有新著：《君子道——实践〈弟子规〉的智慧》，实在值得推广，故乐为之序。

曾仕强 谨识于台北市



如何成为君子

《君子道》秉承至圣先师孔子的教诲，结合儒家文化、中华智慧、当代思潮和现代社会状况，阐述如何成为君子的实践次第，希望作为大家修身成为君子时的重要参考书。孔子在《论语·述而篇》中说：“圣人，吾不得而见之矣；得见君子者，斯可矣。”希望大家都努力修身成为君子，这样才更好。

中华文化绵延数千年，以儒家文化为主，以道家、佛家和其他各家文化为辅。儒家提倡“君子之道”，主张人人都要努力修身成为兼备“智、仁、勇”三达德的君子，致力于“齐家、治国、平天下”。孔子在《论语·宪问篇》中说：“君子道者三，我无能焉：仁者不忧，智者不惑，勇者不惧。”子贡曰：“夫子自道也！”作为一个君子，有仁德就不会忧虑，有智慧就不会疑惑，有勇敢就无所畏惧。有怎样的人民，就会有怎样的国家和民族。由于君子之道的实践和发扬，数千年来塑造了德才兼备的中国人民，也成就了伟大的中国和中华民族。

在近代，由于闭关锁国等种种原因，中国和中华民族曾经沉沦二百余年，但自现代改革开放以来仅三十余年，终又再度复兴。中国和中华民族如果要恢复甚至超越往昔荣光，在全世界再度发光发热并扮演着更重要的角色，就要结合儒家的思想与智慧和当代的思潮与文明，努力加强、提升及推广君子之道。

如何修身成为君子，孔子在《论语·学而篇》中提出实践的次第顺序。孔子说：“弟子，入则孝，出则弟，谨而信，泛爱众，而亲仁。行有余力，则以学文。”意思是说，若要培养成为君子，就要次

第做好孝敬父母的孝道和友爱兄弟姊妹亲友的悌德，日常做人做事要严谨有诚信，时时都要秉持仁心致力爱行，此外还要努力求学问和提升智慧。即：孝悌为本、谨信为行、仁爱为怀、学文为用。

基于孔子的这一段话，清朝康熙年间的秀才李毓秀结合儒家思想，以及本身实践的心得和领悟，配合历来和当时的社会状况，写成《训蒙文》一书，后经贾存仁修订改名为《弟子规》，以三字经的形式表达。《弟子规》的内容，对于孝、悌、谨、信、泛爱众、亲仁和学文，分别提出如何实践的具体做法，作为教育弟子的启蒙教材。出书后，由于内容简明实用，相当符合儒家思想，逐渐风行全国。《弟子规》的内容，只教导了一些针对弟子的基本行为规范，虽然对于如何成为君子也有帮助，但对于儒家文化和君子之道却未能周延和深入；而且有些内容已经不能符合现代的状况和需求，例如业无变、物虽小勿私藏、亲有疾药先尝、丧三年常悲咽、骑下马乘下车、夜眠迟、非圣书屏勿视等；这些，都有待改善、加强和提升。

儒家主张，每个人都要努力修身成为君子，致力于推动君子之道，这样才能更好地实践及推动儒家和中华文化，为自己、他人、大众和社会造就福祉。笔者研习、实践和教学中华典籍数十年，尤其是四书、《孙子兵法》、《道德经》和禅学，结合现代科学和管理，应用在人生和事业上，深感受益良多，数年前著成《中华的智慧》一书。近年来因深感君子的重要性，又颇受孔子这一段话启发，还感觉《弟子规》在内容上和现代应用上有所不足，而且认为阐扬人人都成为君子的君子之道非常重要，于是决定与热心推动中华智慧的弟子孟勇合著本书，提供给大家在修身成为君子时作为参考。

本书的内容，主要针对如何修身成为君子的实践次第，包括孝、悌、谨、信、泛爱众、亲仁和学文等君子德行，分别叙述如何实践的做法。书中的内容，除了总论作为全书的导论外，其余共分七章，每章针对每种德行的实践详细加以叙述和说明。在每一章中，各分为四篇：第一篇结合儒家文化、中华智慧、当代思潮、现代社会状况和笔者学习实践的心得与领悟，对如何实践每种君子德行加以讲述，希望

大家能得到更深入、更周延的认知；第二篇讲述《弟子规》所主张的实践做法，包括原文和笔者的解说及评论；第三篇总结复述第一、二篇内容的关键要点，帮助读者获得更简明清晰的了解；第四篇各举两个现代或历史上的相关案例，并加以详细分析与评论，使读者对如何实践每种君子德行得到更深刻的认识和领会。

本书名为《君子道——实践〈弟子规〉的智慧》，适用于所有想要努力修身成为君子的人。《弟子规》所叙述如何成为君子的一些内容，较适用于儿女、学生、后辈等弟子，则作为本书内容的一部分。大家都希望成为德才兼备的君子，期望大家在修身成为君子的过程中，将本书作为重要的参考书。在目前全球化的时代，各国各民族间的竞争愈来愈激烈。在当今及未来的世纪，中国和中华民族如果要永续伟大屹立于世界民族之林之中，每一代的中国人民就要永续修身成为真正的君子。期望大家一起共同努力发扬光大《君子道》、《弟子规》、儒家文化和中华文化，使个人、国家和民族都能越来越伟大，也使世界愈来愈光明。



弟子规

总叙

弟子规	圣人训	首孝弟	次谨信
泛爱众	而亲仁	有余力	则学文

入则孝

父母呼	应勿缓	父母命	行勿懒
父母教	敬则清	父母责	承定变
父母则	必为藏	父母有	无道亏
冬出必	勿私为	晨居苟	伤心伤
事虽小	力贻亲	苟亲德	去羞贤
物所有	孝谏悦	亲怡号	方吾无
亲身亲	复先悲	昼夜处	离肉事
亲爱有	祭	死	生
过我入			
疾年礼			
尽			

出则弟

兄道友	弟道恭	兄弟睦	孝在中
财物轻	怨何生	言语忍	忿自泯

后到能立余坐宜移兄
 者即见恭步乃非勿事
 幼己勿退百命却视如
 先在长言待坐闻对兄
 者不尊无犹者不起诸
 长人对长过长低问事
 走叫名揖车坐低迟父
 坐代呼趋下勿要必事
 或即勿疾乘幼声退如
 食人长长马立前趋父
 饮呼尊遇下者长必诸
 或长称路骑长尊进事

谨

时手切秽家则丑敬髀棱人略问扬明偷难
 此净紧污称过为恭摇触有轻勿必分为不
 惜辄俱致下勿最拜勿勿如勿绝声不即借
 至回履顿分可醉圆踞穹室难事堂我问急
 易溺与乱循适酒深箕转虚畏僻上与不有
 老便袜勿上食饮揖勿宽入勿邪将吾倘后
 迟口结位华择酒正倚声盈错近存名求还
 眠漱必定贵抹饮端跛有执多勿孰以明时
 夜兼纽有不勿勿立勿勿如忙绝问对须及
 早盥正服洁食少容闾帘器忙场门谁人物
 起必必冠贵饮方从践揭虚勿闹入问人借
 朝晨冠置衣对年步勿缓执事斗将人用借

信

焉巧之传错糊管跻警砺戚却亲恶辜
可佞戒轻退模闲渐加自生友相为一
奚勿切勿进勿莫以无当勿益渐名增

妄是气的诺疾已远改人人来士非饰
与其井未轻急关去则不如如友凉心掩
诈惟市知苟勿不纵有不损直有倘

先少词言诺舒短齐省艺食乐欣错无
为如污轻轻且说思内才饮誉过为于
信不秽勿勿重此即即唯若闻闻名归

言多语真宜字长善恶学服怒恐非改
出说巧未非道说人人德衣过誉心能
凡话奸见事凡彼见见唯若闻闻无过

泛爱众

载高大訾新扰说勉作
同貌言轻喜话莫思且
地非非勿勿勿勿切愈祸

覆重服能故安私之甚
同所所所厌不有知之
天人人人勿人人人疾

爱高大私贫揽揭善恶
须自自自骄事莫是是
皆名望勿勿勿勿切即即

人者者能富闲短善恶
是高大有谄不有人人
凡行才己勿勿人人道扬

亏少已长宽言
两宜速恩而无
道取即报慈方

规多欲短端人
不宜不怨贵服
过与己报虽理

建晓已忘端然
皆分问欲贵不
德贵先怨身心

劝与人报仆人
相取加欲婢服
善凡将恩待势

仁

亲

希媚少坏
者不日事
仁色过百

众讳进进
俗不日人
流言德小

齐畏好害
不多限限
类人无限

人者仁仁
是仁亲亲
同果能不

余力学文

人真要起通义正病处之志致
何理皆勿塞确砚先原补心驯
成昧信彼滞求笔心还就坏可

华见口终到问洁敬毕坏明贤
浮己眼未夫入案不看缺聪与
长任心此工就几字读有蔽圣

文文到彼功记净端处齐视弃
学学三慕用札壁不定束勿自
但不有勿紧随墙心有卷屏勿

行书法此限疑清偏籍急书暴
力力书读为有室磨典有圣自
不但读方宽心房墨列虽非勿



目 录

总 论 君子道 圣人训 爱在敬 / 1

中华文化成就伟大中国 / 2

儒家文化的精髓 / 6

人人努力实践《君子道》 / 13

《君子道》思考实践的关键要点 / 19

实践《君子道》和《弟子规》案例分析 / 22

 案例一：学校注重教导《弟子规》 / 22

 案例二：企业界推动《弟子规》 / 24

第一章 一孝道 百善首 道在理 / 27

百善孝为先 / 28

《弟子规》中孝道的实践 / 38

孝道思考实践的关键要点 / 44

孝道案例分析 / 47

 案例一：孝子黄香扇枕温衾 / 47

 案例二：老太太状告子女不尽孝道 / 49

第二章 二说悌 为人技 德在意 / 51

四海之内皆兄弟 / 52

《弟子规》中悌德的实践 / 58

悌德思考实践的关键要点 / 62

悌德案例分析 / 64

案例一：泰伯为国让弟 / 64

案例二：张良圯桥进履 / 66

第三章 三为谨 道行术 规在则 / 69

严身谨行通天下 / 70

《弟子规》中谨规的实践 / 77

谨规思考实践的关键要点 / 82

谨规案例分析 / 84

案例一：孔子生活举止严谨 / 84

案例二：司马光的温公警枕 / 86

第四章 四讲信 培习法 范在例 / 89

诚信以成事 / 90

《弟子规》中信范的实践 / 95

信范思考实践的关键要点 / 100

信范案例分析 / 102

案例一：季札挂剑 / 102

案例二：卿相晏婴和大夫车夫 / 104

第五章 五语爱 谓心明 行在礼 / 107

用泛爱众拥抱世界 / 108

《弟子规》中爱行的实践 / 114

爱行思考实践的关键要点 / 119

爱行案例分析 / 121

案例一：比尔·盖茨设立慈善基金会 / 121

案例二：王永庆经营企业造福社会 / 123

第六章 六亲仁 讲天意 真在迹 / 127

实践仁义之道 / 128

《弟子规》中亲仁的实践 / 133

亲仁思考实践的关键要点 / 136

亲仁案例分析 / 138

案例一：孟子被尊称为亚圣 / 138

案例二：李斯被损友赵高陷害 / 140

第七章 七学文 明哲义 理在晰 / 145

学习与奉献的智慧 / 146

《弟子规》中学文的实践 / 154

学文思考实践的关键要点 / 157

学文案例分析 / 159

案例一：曾子上承下启孔子之道 / 159

案例二：赵普半部《论语》治天下 / 162

后 记 明解《弟子规》 正人《君子道》 / 165

君子道 圣人训 爱在敬

中华文化以儒家文化为主，以道家和其他各家文化为辅，光辉灿烂照耀古今，绵延数千年，成就了伟大的中国和中华民族。《君子道》根源于儒家文化，是创建成功事业、美满人生、幸福家庭和繁荣社会的宝典。母亲是家庭的重心，每一位母亲要努力学习、实践和教导《君子道》与儒家等中华智慧，共同创建个人幸福、家庭美满、社会发展、国家兴盛和世界大同。

儒家文化的精髓，主要是以“仁、义、礼、智、信”的仁道思想，塑造智、仁、勇兼备的君子。此外还运用德政管理、大学之道和中庸之道，致力于修身、齐家、治国、平天下，为自己、他人、家庭、社会、国家、民族和世界，成就快乐、幸福、和谐、健康和繁荣。

《君子道》是至圣先师孔子非常重要的教诲，主张“弟子，入则孝，出则弟，谨而信，泛爱众，而亲仁。行有余力，则以学文”。《君子道》的主要精神，和儒家文化以及中华文化的精神一样，都是“爱”与“敬”，由此而形成积极正面的人生观。人人都要努力修身成为君子，尤其是居于关键地位的母亲，最好都能以爱敬精神和积极正面人生观实践及推动《君子道》与儒家等中华智慧，使其效益倍增。