

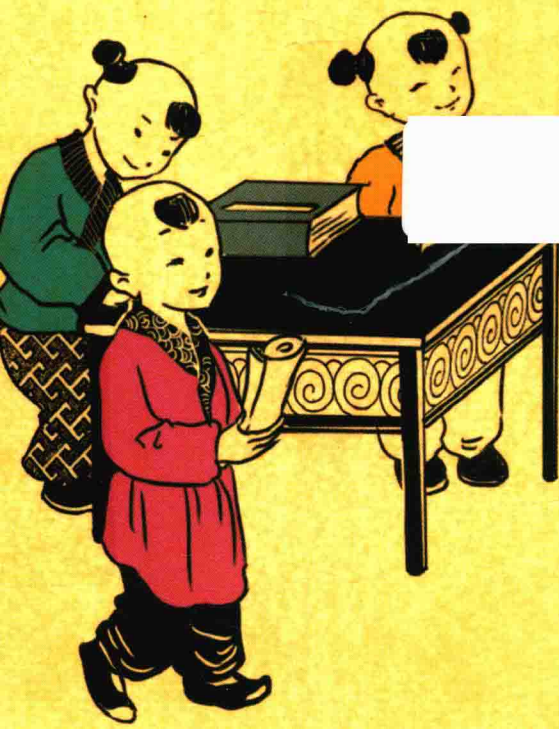
学好《弟子规》 教出好孩子

鲁鹏程 著

◎ 1080 字的《弟子规》原文全面解读，
诠释最行之有效的中式家庭教育理念。

◎ 重塑成功父母的教育常识，
让您轻轻松松教出好孩子。

◎ 中国父母必备的《弟子规》解读本。



广西师范大学出版社
GUANGXI NORMAL UNIVERSITY PRESS



鲁鹏程 著

学好《弟子规》 教出好孩子

广西师范大学出版社

· 桂林 ·



图书在版编目(CIP)数据

学好《弟子规》 教出好孩子 / 鲁鹏程著. —桂林:
广西师范大学出版社, 2016.10
ISBN 978-7-5495-8838-1

I. ①学… II. ①鲁… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 226097 号

广西师范大学出版社出版发行

(广西桂林市中华路 22 号 邮政编码: 541001)
网址: <http://www.bbtpress.com>

出版人: 张艺兵

全国新华书店经销

山东德州新华印务有限责任公司印刷

(山东德州经济开发区晶华大道 2306 号 邮政编码: 253074)

开本: 720 mm × 1 020 mm 1/16

印张: 23.75 字数: 260 千字

2016 年 10 月第 1 版 2016 年 10 月第 1 次印刷

定价: 55.00 元

如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与印刷厂联系调换。

前 言

十几年以来，我一直从事家庭教育的研究与实践指导工作，看到很多父母为教育子女而痛苦不堪，也看到众多的孩子由于缺少正确的家庭教育而迷失自己。所以，我一直在思考一个问题：有没有一本书能够让父母读了之后，既能把自己解放出来，又能轻松地把孩子教育好？

这些年，我研究了大量的家庭教育书籍，既有国内的，也有国外的。每本书好像讲得都有道理，但仔细一思考，发现道理和实用方法是两回事。尽管有些书也在讲教育方法，那些方法似乎也很有效，但是我却发现，那些方法的有效期并不长，有的甚至就管一个月，或者一个星期，甚至是一天。

举一个例子。今天很多孩子不勤快、不爱劳动，父母为此头疼不已。于是就有家庭教育书籍“出招”了：给孩子钱。洗碗给两元，扫地给两元，洗衣服给五元……这样，一方面可以调动孩子劳动的积极性，让他变勤快，爱劳动，另一方面，也可以从小培养孩子的理财能力，一举两得。

结果真是这样吗？一位母亲使用了这样的方法，结果孩子真的勤快了。这位母亲非常高兴，以为真的找到了治孩子懒惰的“灵丹妙药”。几天后，这位母亲洗完衣服后对孩子说：“妈妈很累了。好孩子，你把这些衣服拿到衣架上晾



一下，妈妈给你两元钱。”可是，孩子却随口讲出这样一句话：“今天我也很累，这个钱我不赚了。”这位母亲顿时就愣住了。

可见，这位母亲找到的“灵丹妙药”的有效期太短，还有副作用。

有效期太短，还有副作用的教育方法，就不是彻底的、没有流弊的教育方法。实际上，用这样的方法教育孩子，是没有真实效果的，甚至还会害了孩子。当父母用这样的方法对孩子进行教育的时候，教育方法“有效”的欣喜感觉还没有享受一会儿，烦恼就会随之而来。

好几次，我跟几个教育界的朋友交流“用金钱刺激孩子劳动，并让他学理财”这样的观点，遗憾的是，他们竟然都非常赞同这样的方法。

很多教育观念看似正确，实际上却是对为人父母者的误导。用金钱、物质刺激孩子学习也一样：短期看似有效，时间稍微一长绝对有害，副作用巨大——会增强孩子的金钱、物质欲望。最终，他的欲望就会成为一个填不满的“无底洞”，他会堕入其中，难以自拔。

那么，我所希望的能彻底解决当今家庭教育问题的书在哪里呢？

2006年初，我开始研究儒家启蒙经典《弟子规》。越研究我就越发现，《弟子规》里蕴含的智慧是无穷的，适合每一个人学习、力行，也适合用来在家庭中、学校中教育孩子。我发现，真正合乎人性而又切实有效的家庭教育方法，其实就在这本小书里。

而我自己这些年也在实践这些家庭教育方法，并在各种家庭教育咨询指导及讲座中提到《弟子规》里的家庭教育理念与方法，听众反响十分热烈。所以我就想写一本书，把《弟子规》与家庭教育联系起来，完全站在家庭教育的角度，全面、系统、彻底地解读《弟子规》。现在，随着这本《学好〈弟子规〉教出好孩子》的出版，我的愿望也终于实现了。

先说说《弟子规》这本小册子吧。

《弟子规》原名《训蒙文》，是清朝康熙年间著名教育家李毓秀先生所作。李毓秀，生卒年月不详，山西绛州（今山西省新绛县）人，字子潜，一生只考中过秀才，生平主要是教书，没用更高功名。他创办了私塾“敦复斋”，毕生致

力于教书、讲学、著述。他潜心研读《大学》、《中庸》等儒家典籍，并著有《四书证伪》、《四书字类释义》、《学庸发明》、《读大学偶记》等。这些书至今仍保存在北京大学图书馆以及山西省图书馆中。去世后，他的牌位被供奉在绛州先贤祠里供后人缅怀敬仰。而《训蒙文》是他根据自己的教学经验编写的一本儿童蒙学读物。后来，清朝乾隆年间的学者、大儒贾存仁先生对此作了修订改编，并将其改名为《弟子规》。

《弟子规》以《论语·学而》中的“入则孝，出则悌，谨而信，泛爱众，而亲仁。行有余力，则以学文”为中心思想，采用三字一句、两句一韵的韵文形式，具体阐述了为人子弟在家、外出、待人、接物和学习上应该恪守的规范。全书共360句、1080字，讲述了113件事，是教导孩子尽守本分、克己守礼、约束邪念、保持诚实，养成良好生活习惯并传承忠厚家风的最佳启蒙教材。

《弟子规》浅显易懂，通篇押韵，既朗朗上口，又极易记诵。特别是它的核心思想重在教导孩子的言行，注重家庭教育与生活教育，既有文采，又非常实用。因此它在清代后期成为广为流传的儿童读本和童蒙读物，几乎与《三字经》、《百家姓》、《千字文》（合称“三百千”）有同等影响。在今天，《弟子规》仍然是对孩子进行学习指导和品行修养教育的优秀启蒙读物，能帮助孩子建立良好的行为规范，并在全国各地甚至海外的幼儿园、中小学校、大学、企事业单位等广泛推广，被称为“做人的宪法”。

《弟子规》的原文我特别附在了本书的最后，以方便读者查阅。

其实，《弟子规》中最重要的内容就是“孝”——这是一个人做人处事的根本。正因为如此，《弟子规》开篇第一部分即为“入则孝”，即在家要孝敬父母。孔子在2500年前就说过：“夫孝，德之本也，教之所由生也。”也就是说，孝道是德行的根本，是一切教育的出发点。教孩子一定要从孝道教起。一个懂得孝道的孩子，他一定会好好学习、积极乐观地生活，以后也一定会有一份非常好的工作，有好的前程，更会有幸福美满的人生。那么，我们为什么不教孩子学孝呢？为什么不带头学孝呢？

孩子从父母那里继承了血脉和家训，孩子就是父母的分身。我们是父母，



但我们也是我们自己父母的身。如果一个人不孝敬父母，他就失去了做人的大根大本。也正是因为这个原因，古语才说：“夫孝，天之经也，地之义也。”也就是说，孝敬父母，是天经地义的事。无论是孩子，还是我们成人，只有做到了孝，家庭才会是和谐的，事业才会是顺利的，人生才会是幸福的。

《论语·学而》后面的“出则悌，谨而信，泛爱众，而亲仁。行有余力，则以学文”其实都是“孝”的延续。这些都做好了，父母就开心了，就不用担心孩子了，就会安享晚年。那孩子做到这些，不就是在对父母尽孝吗？所以，在我看来，《弟子规》就是一部实践版的《孝经》，每个人都应该学，都应该懂，都应该把其中的教诲落实在生活中。

再说回来，这本《学好〈弟子规〉 教出好孩子》以《弟子规》的原文为纲目，加上我多年来对家庭教育的研究心得体会，一字不漏地对《弟子规》1080个字的原文进行全面的解读，向广大父母介绍改造自己、成就孩子的各种行之有效的家庭教育方法。在这里，我想强调一下：父母在读了这本书后，如果按照书中所写的方法去做，就能最大限度地改造自己，更能轻松地成就自己的孩子，从而让教育孩子这件事变得简单、轻松、有效。

有句话说：“教儿教女先教自己。”在这本书中，这种说法将得到最大程度的印证。有时候真的是这样，只要父母做好了，孩子不用教自然会做好，正所谓“其身正，不令而行；其身不正，虽令不从”。

在我看来，《弟子规》完全能解决当今家庭教育中的各种难题，无论是孩子不爱学习、不合群、懒惰，太过于依赖父母，不能自理、自立，忸怩害羞、胆小怕事，还是注意力不集中、粗心大意等等。不仅仅是家庭教育问题，就是我们成人的家庭问题、工作问题，甚至是社会问题，都能用这本《弟子规》来解决。关键是要相信里面的方法，并尽全力去实践这些方法，才会看到效果。否则再好的方法，不真正去用它，也不会发挥应有的作用。

我想再次重申：在对孩子进行教育时，《弟子规》是最简单、最彻底、最有效的参考书。不过，如果不对《弟子规》进行全面的、与时俱进的分析解读和有效方法的总结，很多为人父母者是不会发现它的巨大价值的，甚至会认为

《弟子规》里满是糟粕。而经过全面解读后，为人父母者就会发现《弟子规》的无限魅力。这本《学好〈弟子规〉 教出好孩子》就是通过对《弟子规》每一个字、每一句话的解读，把最彻底、最根本、最有效、最简单的家庭教育方法总结、提炼出来，让处于水深火热之中的父母，甚至是爷爷奶奶、外公外婆都能从无章可循、摸不着北的家庭教育中解放出来。所以，我坚信，这本书一定能够经得起读者的检验——读后令人有一种豁然开朗、柳暗花明的感觉；一定能经得住时间的考验——家庭教育的核心理念与根本方法就在其中，历久弥新；一定能让更多的父母、孩子、家庭受益——让父母安心，孩子成才，家庭兴旺。

最后，衷心希望本书的出版能让更多的父母对教育孩子这件事不再迷茫、无助，让更多的孩子不再迷失自己，进而让家庭教育真的成为一件轻松、快乐、简单的事！祝福天下父母！祝福天下孩子！

由于水平有限，书中可能还有诸多不足、不当甚至错误之处，冀望高明不吝指正。谢谢你们！

鲁鹏程

2016年6月30日于北京



目 录

第一章 总叙——良好的家庭教育为孩子一生的幸福奠基

《弟子规》以《论语·学而》中的“入则孝，出则悌，谨而信，泛爱众，而亲仁。行有余力，则以学文”为中心思想，采用三字一句、两句一韵的韵文形式，具体阐述了为人子弟在家、外出、待人、接物和学习上应该恪守的规范，是教导孩子尽守本分、克己守礼、约束邪念、保持诚实、养成良好生活习惯并传承忠厚家风的最佳启蒙教材。

- 003 第一节 父母孩子一起走近《弟子规》，并掌握学习方法
- 007 第二节 孝悌家风的传承是家庭教育的关键所在
- 015 第三节 要想教育好孩子，必须走出现代家庭教育的误区
- 022 第四节 人生一定要先作对抉择再奋斗
- 026 本章后记



第二章 入则孝——德行是做人的根本，而孝是德行的根本

《弟子规》开篇第一部分即为“入则孝”，即在家要孝敬父母。孝道是德行的根本，是一切教育的出发点。教孩子一定要从孝道教起。一个懂得孝道的孩子，他一定会好好学习，一定会积极乐观地生活，以后也一定会有好的工作、好的前程，更会有幸福美满的人生。既然这样，我们为什么不教孩子学孝呢？我们为什么不带头学孝呢？

- 031 第一节 培养孩子的孝心从与父母的日常应对开始
- 048 第二节 教孩子从小懂得冬温夏清、晨昏定省，让父母心安
- 064 第三节 再小的事也要让孩子谨慎，不能有辱父母
- 072 第四节 善于体察父母的需要，对父母竭尽全力孝养
- 082 第五节 父母不是完人，有过错也应该允许孩子指出来
- 090 第六节 教孩子用心应对父母生病，行好治丧的礼节
- 099 本章后记



第三章 出则悌——教孩子学会与兄弟姐妹相处的礼节，以及和长辈在一起的规矩

孝道是善事父母，也就是父子之间的爱；悌道是善事兄长，也就是兄弟之间的爱。可以说，孝悌是爱的教育，而悌道又是孝道的延伸。而且，悌道包含了礼节的教诲。这就需要我们教孩子学会与兄弟姐妹相处的礼节。同时，教孩子对待长辈应懂得礼让，不论吃饭还是坐立行走。

- 103 第一节 引导孩子有智慧地与兄弟姐妹、同学相处，轻财忍言

- 114 第二节 让孩子从小就懂得“长幼有序”，为长辈做力所能及的事
- 121 第三节 对待长辈的礼节是一门学问，教孩子自如地应对
- 132 第四节 帮助孩子拓宽心胸，教他做好孝悌在社会上的延伸
- 134 本章后记



第四章 谨——孩子在任何时候都要谨言慎行，懂得自重自爱

孝悌是德行的根基，但孝悌的落实离不开“谨”字。例如“亲有疾，药先尝”、“亲所恶，谨为去”、“尊长前，声要低”等，都说明了谨言慎行的重要性。除此之外，养成良好的生活习惯和严谨的处世态度对孩子也非常重要，因为习惯和态度可以决定孩子人生的成败。所以，我们要把“谨”的重要性告诉孩子，让他成为一个谨身律己、自重自爱的人。

- 139 第一节 教孩子珍惜时光，培养良好的生活习惯
- 145 第二节 孩子的修养体现在穿衣戴帽、归置衣服的细节中
- 152 第三节 让孩子戒除攀比，依循自己的本分穿衣
- 156 第四节 引导孩子合理、健康饮食，不要饮酒
- 162 第五节 让孩子从小掌握正确的坐立行走姿势
- 167 第六节 教孩子做事有礼有度、有条不紊、不慌不乱
- 177 第七节 让孩子远离斗闹场所，不打探他人的邪僻事
- 183 第八节 做访客时，要让孩子务必遵循一定的礼节
- 188 第九节 教孩子如何正确地借用他人的物品
- 193 本章后记



第五章 信——孩子要言而有信，这是立业处世的基础

信，是儒家的道德规范，主要意思是诚信，言而有信。《论语》中讲道：“子以四教：文、行、忠、信。”孔子以文、行、忠、信四项内容教导学生，认为信是做人的基本要求。子曰：“人而无信，不知其可也。”一个人言而无信，怎么能行呢？这足以说明，对于一个人的成长而言，信是非常重要的，是立业处世的基础。

- 197 第一节 让孩子在言语上做到诚实守信，不欺诈他人
- 205 第二节 教孩子说话注意分寸，知道哪些话不该说
- 213 第三节 告诉孩子，言语要谨慎，不轻言、轻传不确定的事
- 217 第四节 不要让孩子轻易许下诺言，否则将进退两难
- 221 第五节 教孩子学会正确地说话
- 226 第六节 告诫孩子不去议论别人的长短，要管好自己
- 230 第七节 引导孩子学会见善而思齐、见恶而内省
- 235 第八节 教孩子看淡物质追求，看重道德学问的提升
- 241 第九节 把正确对待批评与赞誉的态度传给孩子
- 246 第十节 教孩子面对错误不试图掩饰，并且知过改过
- 252 本章后记



第六章 泛爱众——教孩子真诚地爱一切，创造和谐的人生

爱，绝不是一个狭义的概念。爱的繁体字是“愛”，是“受”里有一颗心，就是用心感受别人的需要。也就是说，一个有爱心的孩子往往具备感同身受的能力，他会从爱父母、爱老师、爱亲友推及爱一切人、事、物。此时，孩子收获的不仅仅是被爱，还会收获一颗博爱的心，获得一个和谐、平安、幸福的人生。

- 257 第一节 教孩子爱人
- 260 第二节 让孩子明白名望的基础是德行与才干，而非外表
- 267 第三节 教孩子克服自私的弱点，远离傲慢的习气
- 273 第四节 不要让孩子谄媚富人、低看穷人，不要有喜新厌旧的心
- 280 第五节 教孩子观察办事、说话的时机，不可盲动、乱言
- 285 第六节 告诉孩子，要隐恶扬善，不可逆而行之
- 295 第七节 教孩子学会有智慧地规劝他人
- 300 第八节 鼓励孩子多给予、少索取，己所不欲，勿施于人
- 306 第九节 引导孩子懂得知恩报恩，不怨恨别人
- 310 第十节 教孩子宽以待人，以德服人，而非以势服人
- 315 本章后记



第七章 亲仁——孩子亲近仁者，一生将受益无穷

这篇虽然非常简短，但是却饱含深意。亲仁，就是亲近仁德之人。如果孩子能够时刻亲近仁德之人，他的道德学问就会逐渐提升，他将会获得无穷的益处。因此，我们一定要引导孩子亲近仁德之人，并让他主动向仁德之人学习，进而勉励自己做一个仁者。

321 第一节 教孩子明白如何分辨仁者，如何做一个仁者

325 第二节 鼓励孩子亲近仁者，他的德行才会与日俱增

329 本章后记



第八章 余力学文——教孩子德才兼备，从小立志做圣贤

《弟子规》前面讲的，基本上都是做人做事的道理，是为了提升孩子的德行。当孩子能够做到孝、悌、谨、信、爱众、亲仁之后，如果还有空余的时间和精力，就需要好好学习圣贤的教诲和知识，从而提升自己的学问。这样一来，孩子就会成为一个德才兼备的人。

333 第一节 引导孩子去力行圣贤的教诲，而不是知而不行

338 第二节 教孩子掌握正确的读书方法

347 第三节 培养孩子对笔墨纸砚、字、典籍的恭敬态度

354 第四节 鼓励孩子多读圣贤书，不读坏心志的书

357 第五节 教孩子立定“读书志在圣贤，而非赚钱”的志向

360 本章后记

361 附录 《弟子规》全文

第一章

总叙——良好的家庭教育为孩子一生的幸福奠基



《弟子规》以《论语·学而》中的“入则孝，出则悌，谨而信，泛爱众，而亲仁。行有余力，则以学文”为中心思想，采用三字一句、两句一韵的韵文形式，具体阐述了为人子弟在家、外出、待人、接物和学习上应该恪守的规范，是教导孩子尽守本分、克己守礼、约束邪念、保持诚实、养成良好生活习惯并传承忠厚家风的最佳启蒙教材。

总叙“弟子规，圣人训；首孝悌，次谨信；泛爱众，而亲仁；有余力，则学文”正是《弟子规》的核心纲领。2000多年前，中国（也是世界上）最古老的教育经典《礼记·学记》中就提到“建国君民，教学为先”，由此可见教育的重要作用与地位。而一切的教育又是以家庭教育为基础的。

良好的家庭教育才能为孩子一生的幸福奠基。而《弟子规》则是让家庭教育变得既简单又有效的一部最彻底的书。现在，就让我们一起走近这部经典，感受它的魅力所在。

父母孩子一起走近《弟子规》，并掌握学习方法

我一直认为，一个人这一生只有两件事是最重要的：其一是孝养好父母，其二是教育好孩子。其实这两件事又是一件事，就是经营家庭。换句话说，孩子教不好，父母会难过，家庭也不会幸福。所以说，如果一个人没有教育好孩子，也没有对父母尽孝道，即使他再有钱、再有地位，也是一个失败的人。教育孩子，是每一位为人父母者的重要职责。可以这样说，父亲、母亲，不仅仅是一个称号，更是一种事业。每一位父母，都应该把这个事业做好。



弟子规，圣人训。

至要莫若教子，教育孩子是最重要的一件事。

古人曾说：“至要莫若教子。”其实，无论是古代，还是现代，教育孩子这