

# 《弟子规》圆说

房艳◎著



东北大学出版社  
Northeastern University Press

# 《弟子规》圆说

房 艳 著

东北大学出版社

· 沈 阳 ·

© 房 艳 2018

图书在版编目 (CIP) 数据

《弟子规》圆说 / 房艳著. — 沈阳: 东北大学出版社, 2018. 3

ISBN 978-7-5517-1837-0

I. ①弟… II. ①房… 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(2018)第 048708 号

---

出 版 者: 东北大学出版社

地址: 沈阳市和平区文化路三号巷 11 号

邮编: 110819

电话: 024-83683655(总编室) 83687331(营销部)

传真: 024-83687332(总编室) 83680180(营销部)

网址: <http://www.neupress.com>

E-mail: [neuph@neupress.com](mailto:neuph@neupress.com)

印 刷 者: 辽宁星海彩色印刷有限公司

发 行 者: 东北大学出版社

幅面尺寸: 165mm × 230mm

印 张: 17.5

字 数: 283 千字

出版时间: 2018 年 3 月第 1 版

印刷时间: 2018 年 3 月第 1 次印刷

策划编辑: 牛连功

责任编辑: 潘佳宁

封面设计: 潘正一

责任校对: 梁希贞

责任出版: 唐敏志

---

ISBN 978-7-5517-1837-0

定 价: 35.00 元

## 写在前面的话

2010年7月，正值暑期，在网上搜索百家讲坛时，复旦大学钱文忠教授的《解读〈弟子规〉》一下子像磁铁一样把我吸住了，于是从第一集至二十二集一股劲看完。当时我任职学校的德育主任，正苦于学校的德育教育没有抓手，而《弟子规》如醍醐灌顶，甘露洒心，那份如获至宝的欣喜至今回想起来仍热血沸腾。

2010年9月开学后，在校长的支持下，我校开始学习践行《弟子规》。每一位老师都在研读钱文忠教授的《解读〈弟子规〉》，每一个孩子都有不同学生版本的钱文忠教授的《解读〈弟子规〉》。2011年11月，《走进国学〈弟子规〉，从根培养好习惯的研究》成为市“十二五”独立研究课题，2015年圆满结题，2016年我校被抚顺市命名为“国学科研基地”。

在践行中，我们遇到许多阻力，也为此流过泪。但看到孩子们的言行举止越来越规范，孝顺父母、友爱他人、自理自立、诚实守信、积极进取的事例层出不穷，得到家长赞誉、社会好评时，感到所有的付出都是有价值有意义的。

教学有法，教无定法，贵在得法。面对孩子的德育工作“像一锅沸腾的开水中浇上一瓢瓢凉水”的现状，面对伴随着社会家庭的问题越来越难于管理的孩子，忧心忡忡。如果不能从根本上解决孩子的思想问题，所有的努力也只能停留在表面。

所谓的“根本”就是要懂得和遵循“物有本末，事有终始，知所先后，则近道矣”。万事万物都要符合其自身成长规律，本末倒置，揠苗助长，舍本逐末，最终留下的都是无尽的教训。

《弟子规》是清朝秀才李毓秀根据孔子的《论语·学而》而编著的。其核心就在于它遵循孩子心理自然成长的规律，符合现代早期教育思想，抓住了人生的根——态度和习惯。注重从小培养一个人良好的态度和习惯。不仅仅知道要学习，更要知道为什么要学习，怎么去学习。从孝入手培养孩子态度和行为的总根——爱，再层层递进，循循善诱培养行为之根、态度之根。

孝是万德之本，教者孝之文也。教育首先要培养孩子的孝心。《弟子规》从孝顺父母，尊长爱幼到自理自立；从诚实守信，宽容博爱到谦谦君子，最后落实到学习习惯的培养；从家到学校到社会，从自然人到社会人，循循善诱，层层递进，尊重孩子心理、年龄成长规律，教导孩子做事，做人。

在和孩子们一起学习践行中，一种为人师的使命感和责任感使我越来越迫切地感到：市场上虽然有许多版本的《弟子规》，但目前还没有看到能够融会贯通，与时俱进，古为今用地把《弟子规》改编成引导孩子和家长共同学习的一本书，我决定要编写一本更加有实效、更加接地气的《弟子规》，让文明、正直的种子植入孩子们心灵的沃土！于是参照钱文忠教授百家讲坛的《解读〈弟子规〉》（许多故事和观点都来源于此书），我国台湾国学大师蔡礼旭的《细讲〈弟子规〉》及网上学习资料，结合孩子的年龄特征，结合社会大环境，结合时代的现实性，结合三年来的学习实践和教学，于2012年着手整理撰写。

本次编写依据钱文忠教授的七个部分的解读，每一个部分设计四个板块。根据每一讲的四句教学内容，先是“经典解读”，针对孩子的年龄特点从古至今，联系日常生活进行深入浅出的讲解。然后是“故事新说”，融合教学内容引经据典用故事感染孩子。接着是“亲子共话”，力求转变家长教育观念，指导家长正确引导孩子，弥补家庭教育的空白，当好第一任老师。最后是“拓展积累”，紧紧围绕教学内容拓展学习，陶冶性情，涵养内涵。教材的编写尽量用浅显、通俗、易懂的语言，用孩子的话、

孩子的事说事，易于孩子理解和接受。

整整五个寒来暑往，在很多人的帮助下，《〈弟子规〉圆说》终于以书的形式出版了。如今我已辞去德育主任的职务，回归教育教学第一线。只为不忘初心，做个好老师。我一直坚持遵循教育规律，着眼于教育的长远发展，由浅入深，由表及里，融会贯通，古为今用，与时俱进，用《弟子规》引导孩子做人、做事。

每每进行《弟子规》教育教学时，总有一种感恩的情怀溢满全身。感恩中央电视台的《百家讲坛》，感恩钱文忠教授，感恩蔡礼旭老师，感恩领导、同事、家长，感恩网络上一些不知名的作者们，更感恩我的孩子们。是大家让我从无知到略有知，在学习和践行中日臻完善，对人生存在的价值有了更进一步的认识。

“非知之艰，行之惟艰”，知行合一是教育的真正目的。

想法虽好，但水平有限，必有不足，恳请同仁批评指正。

本书撰写过程中，引用和借鉴了钱文忠《解读〈弟子规〉》和蔡礼旭《细讲〈弟子规〉》中的权威论述，在此表示诚挚的感谢。

著 者

2018年1月

# 目 录

## 上 篇

|               |    |
|---------------|----|
| 《弟子规》总叙 ..... | 1  |
| 《入则孝》 .....   | 3  |
| 第一讲 .....     | 5  |
| 第二讲 .....     | 7  |
| 第三讲 .....     | 10 |
| 第四讲 .....     | 12 |
| 第五讲 .....     | 14 |
| 第六讲 .....     | 16 |
| 第七讲 .....     | 18 |
| 第八讲 .....     | 20 |
| 第九讲 .....     | 23 |
| 第十讲 .....     | 26 |
| 第十一讲 .....    | 29 |
| 第十二讲 .....    | 32 |
| 第十三讲 .....    | 35 |
| 第十四讲 .....    | 38 |

|             |    |
|-------------|----|
| 《出则悌》 ..... | 41 |
| 第一讲 .....   | 43 |
| 第二讲 .....   | 46 |
| 第三讲 .....   | 49 |
| 第四讲 .....   | 51 |
| 第五讲 .....   | 54 |
| 第六讲 .....   | 57 |
| 第七讲 .....   | 60 |
| 第八讲 .....   | 63 |
| 第九讲 .....   | 65 |
| 第十讲 .....   | 68 |
| 第十一讲 .....  | 71 |

## 中 篇

|            |     |
|------------|-----|
| 《谨》 .....  | 75  |
| 第一讲 .....  | 77  |
| 第二讲 .....  | 80  |
| 第三讲 .....  | 82  |
| 第四讲 .....  | 85  |
| 第五讲 .....  | 88  |
| 第六讲 .....  | 91  |
| 第七讲 .....  | 94  |
| 第八讲 .....  | 97  |
| 第九讲 .....  | 100 |
| 第十讲 .....  | 103 |
| 第十一讲 ..... | 106 |
| 第十二讲 ..... | 109 |
| 第十三讲 ..... | 112 |
| 第十四讲 ..... | 115 |

|            |     |
|------------|-----|
| 第十五讲 ..... | 118 |
| 第十六讲 ..... | 121 |
| 第十七讲 ..... | 124 |
| 《信》 .....  | 127 |
| 第一讲 .....  | 129 |
| 第二讲 .....  | 132 |
| 第三讲 .....  | 135 |
| 第四讲 .....  | 138 |
| 第五讲 .....  | 141 |
| 第六讲 .....  | 144 |
| 第七讲 .....  | 147 |
| 第八讲 .....  | 150 |
| 第九讲 .....  | 153 |
| 第十讲 .....  | 156 |
| 第十一讲 ..... | 159 |
| 第十二讲 ..... | 162 |
| 第十三讲 ..... | 165 |
| 第十四讲 ..... | 168 |
| 第十五讲 ..... | 171 |

## 下 篇

|             |     |
|-------------|-----|
| 《泛爱众》 ..... | 175 |
| 第一讲 .....   | 177 |
| 第二讲 .....   | 180 |
| 第三讲 .....   | 183 |
| 第四讲 .....   | 186 |
| 第五讲 .....   | 189 |
| 第六讲 .....   | 192 |
| 第七讲 .....   | 195 |



## 《弟子规》图说

|                         |         |
|-------------------------|---------|
| 第八讲 .....               | 198     |
| 第九讲 .....               | 201     |
| 第十讲 .....               | 204     |
| 第十一讲 .....              | 207     |
| 第十二讲 .....              | 210     |
| 第十三讲 .....              | 213     |
| 第十四讲 .....              | 216     |
| 第十五讲 .....              | 219     |
| <br><b>《亲仁》</b> .....   | <br>222 |
| 第一讲 .....               | 223     |
| 第二讲 .....               | 226     |
| 第三讲 .....               | 229     |
| 第四讲 .....               | 232     |
| <br><b>《余力学文》</b> ..... | <br>235 |
| 第一讲 .....               | 237     |
| 第二讲 .....               | 240     |
| 第三讲 .....               | 243     |
| 第四讲 .....               | 246     |
| 第五讲 .....               | 249     |
| 第六讲 .....               | 252     |
| 第七讲 .....               | 255     |
| 第八讲 .....               | 258     |
| 第九讲 .....               | 261     |
| 第十讲 .....               | 263     |
| 第十一讲 .....              | 265     |
| 第十二讲 .....              | 268     |

dì zǐ guī zǒng xù  
《弟子规》总叙

dì zǐ guī shèng rén xùn shǒu xiào tì cì jǐn xìn  
弟子规 圣人训 首孝悌 次谨信

fàn ài zhòng ér qīn rén yǒu yú lì zé xué wén  
泛爱众 而亲仁 有余力 则学文

孔子的《论语·学而》中的“弟子入则孝，出则悌，谨而信，泛爱众，而亲仁，行有余力，则以学文”。

上篇

# 上 篇

# rù zé xiào

## 《入 则 孝》

fù mǔ hū yīng wù huǎn fù mǔ mìng xíng wù lǎn  
 父 母 呼 应 勿 缓 父 母 命 行 勿 懒  
 fù mǔ jiào xū jīng tīng fù mǔ zé xū shùn chéng  
 父 母 教 须 敬 听 父 母 责 须 顺 承  
 dōng zé wēn xià zé qīng chén zé xǐng hūn zé dìng  
 冬 则 温 夏 则 清 晨 则 省 昏 则 定  
 chū bì gào fǎn bì miàn jū yǒu cháng yè wú biàn  
 出 必 告 反 必 面 居 有 常 业 无 变  
 shì suī xiǎo wù shàn wéi gǒu shàn wéi zǐ dào kuī  
 事 虽 小 勿 擅 为 苟 擅 为 子 道 亏  
 wù suī xiǎo wù sī cáng gǒu sī cáng qīn xīn shāng  
 物 虽 小 勿 私 藏 苟 私 藏 亲 心 伤  
 qīn suǒ hào lì wéi jù qīn suǒ wù jǐn wéi qù  
 亲 所 好 力 为 具 亲 所 恶 谨 为 去  
 shēn yǒu shāng yí qīn yōu dé yǒu shāng yí qīn xiū  
 身 有 伤 贻 亲 忧 德 有 伤 贻 亲 羞  
 qīn ài wǒ xiào hé nán qīn zēng wǒ xiào fāng xián  
 亲 爱 我 孝 何 难 亲 憎 我 孝 方 贤  
 qīn yǒu guò jiàn shǐ gēng yí wú sè róu wú shēng  
 亲 有 过 谏 使 更 怡 吾 色 柔 吾 声  
 jiàn bú rù yuè fù jiàn háo qì suí tà wú yuàn  
 谏 不 入 悦 复 谏 号 泣 随 挹 无 怨  
 qīn yǒu jí yào xiān cháng zhòu yè shì bù lí chuáng  
 亲 有 疾 药 先 尝 昼 夜 侍 不 离 床  
 sāng sān nián cháng bēi yè jū chù biàn jiǔ ròu jué  
 丧 三 年 常 悲 咽 居 处 变 酒 肉 绝  
 sāng jìn lǐ jì jìn chéng shì sǐ zhě rú shì shēng  
 丧 尽 礼 祭 尽 诚 事 死 者 如 事 生

“孝”字上边是老，下边是子，也就是说老人在上，小孩在下。我国传统教育认为：“教者孝之文也”，也就是说教育孩子要先从孝道开始。无论是作为孩子的第一任老师——父母，还是孩子的老师，首先要让孩子具备孝的品行，然后在去教孩子各类知识与技能。所以孔子这位先行先知的大师训导我们：教育要“首孝悌”。“知所先后，则近道矣”。万事万物都有个先后顺序，这才符合人类生存的道理，这是人与人和谐之道。而现在反了，小的们在上，老的们在下，孩子成为爷爷，爷爷成了孙子。顺序错了吧，秩序乱了吧，矛盾产生了吧，不孝敬老人的事情屡屡发生，造成一定的社会不和谐。

《入则孝》共 56 句，从第一声父母的呼唤开始行孝，到父母生病老去尽孝，在日常生活中培养我们的孝心。《孝经》曰：身体发肤受之父母，不敢毁伤，孝之始也。立身行道，扬名于后世，以显父母，孝之终也。

## 第一讲

fù mǔ hū yìng wù huǎn fù mǔ mìng xíng wù lǎn  
父 母 呼 应 勿 缓 父 母 命 行 勿 懒

### 经典解读

父母喊我们的时候，要马上答应；父母吩咐我们做事，要马上去做。

宝贝们，我们已经长大了，知道是谁把我们养大的吗？是父母。没有父母，我们能看到这么美丽的世界吗？能和教室里的小朋友一起学习、玩耍吗？父母给了我们一切。现在我们已经上学了、长大了，得为父母做点事了。怎么做？就从父母喊我们马上答应，父母让我们做事马上去做开始吧。

当父母呼唤我们时，不能挺了好长时间后才拉长声音说：“干——什——么——？”更不能让父母连喊好几遍，直到父母生气了才不情愿地答应：“干吗？”这些表现都是不孝顺的，会让父母心里不舒服的。当父母需要我们时，要赶紧行动，不能拖拉。早上起床，不要等父母喊了好几遍，才懒洋洋地从被窝里钻出来。写作业也不要等父母左一遍右一遍地催，自己的事情要主动去完成。

母亲孕育我们十个月，才把我们生下来，多么不容易！这十个月我们靠吸收母亲体内的营养生长。有的母亲因为怀孕期间反应强烈，吃一口吐一口，一直折腾到把我们生下来。但母亲毫无怨言，让我们健健康康地来到这个美丽的世界是母亲最大的心愿。我们怎能听到父母的呼喊而不答应呢？怎能在父母需要我们做的时候不去做呢？

在家有父母，在校有老师，老师也是我们的父母。因此，我们听到老师的呼唤，也要马上答应或起立，不能因为自己不会或不想回答问题而不答应。老师告诉我们收拾好文具，准备好书本，站好排，值好日，要马上去做，不能漫不经心，自己想怎么做就怎么做。

父母长辈吩咐的事马上去做，这就是孝顺的好宝贝。

## 故事新说

### 噬指以唤

曾子是春秋时期鲁国人，孔子的得意弟子，特别孝顺。一次，曾子进山打柴，忽然感觉自己的心一抽一抽的，隐隐作痛。马上想到是不是母亲有什么事了？于是赶紧背着柴火急匆匆地赶回家。原来是家里来了一位曾子的朋友，母亲不知如何招待，一着急，就咬了自己的手指。而远在大山砍柴的曾子却感到心口疼，马上就想到了是不是母亲有什么事需要他。

母亲的每一声呼唤都饱含着深情，母子的心灵是相通的。这是一种亲情的特别感应。

## 亲子共话

至乐莫如读书，至要莫如教子。三岁看大，七岁看老，十二岁看一辈子。孩子在七八岁的时候开始了学校的学习生活，学习是他们的主要任务。这种学习不单指知识，还有各种好习惯的养成。没有良好的习惯，孩子的学习成绩就不会稳固发展，而是越来越差。有些孩子非常聪明，但就是不好好学习；有些孩子不算聪明，但学习一直很好。这些都是习惯的问题，也是教育自然发展的规律。影响孩子一生的好习惯有几十种。孝顺的习惯是首要的。孩子只有拥有了孝顺的习惯，才能听父母正确的教导，听老师的话，才能好好听讲，好好学习，实现父母的夙愿。

如何培养孩子孝顺的好习惯呢？从本讲开始，父母就要按照老师的引导从一点一滴做起。父母要从呼唤孩子入手，培养孩子的一份孝道。孩子的学习要靠强化，坚持强化训练，慢慢地就养成了孩子孝顺的习惯。

## 拓展积累

曾子：春秋末年鲁国人。孔子学说的主要继承人和传播者，在儒家文化中具有承上启下的重要地位。他的以孝为本、孝道为先的观点影响中国两千多年，相传著有《大学》，后世儒家尊称他为“宗圣”。

## 第二讲

fù mǔ jiào xū jìng tīng fù mǔ zé xū shùn chéng  
父 母 教 须 敬 听 父 母 责 须 顺 承

### 经典解读

当我们出现问题时，父母教育我们，我们就要认认真真地听。当父母责怪我们时，我们也要理解父母的心意，恭敬地听父母的责备。

大圣人孔子说：过能改之，谓不过。就是说我们有了错误，能改正就不是错误了。犯了错误不可怕，要认真听父母的教导，即使父母责骂，也要认真听，这样就是个好孩子。

父母在管教我们的时候，我们不能嫌父母唠叨；不能因为父母批评，而撅起小嘴，瞪起双眼，或者又哭又闹。父母工作一天了，下班后既要做饭洗衣，还要辅导我们功课，多辛苦呀！我们面对自己没做好的事，例如，上课不好好听讲了，与小朋友吵嘴了，字写得歪歪扭扭了……父母教训时，应该想到自己是多么不应该，怎么又让父母操心了呢？即使父母火冒三丈，骂了一通，甚至还狠狠地揍了几下，我们也不要与父母顶撞（当然，对于不问青红皂白动不动就动手打人的父母还应另当别论）父母在怒气冲天时，他们的体内会产生许多有毒物质，伤害着父母的身体，我们怎能忍心让父母的身体受伤害呢？所以别总犯错误。如果不小心犯了错误，就要恭敬地接受父母的教育，等父母气消了再和他们好好谈谈。

学校就是我们的家，老师就是我们的父母。课上，课下，老师也像父母一样为我们付出着。我们也要听老师的话，按老师的要求去做。对老师要有恭敬心，这样才能成为老师的好学生。

父母长辈在教育我们时，我们要用心去听，要理解父母长辈这份苦心，好好听父母长辈的教导，这才是真正的好宝贝。