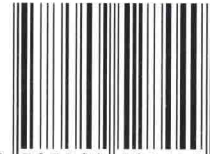


弟子人则孝 出则悌 谨而信 泛爱众
弟子规 圣人训 首孝悌 次谨信
泛爱众 而亲仁 有余力 则学文

封面设计：北京兰卡绘世

ISBN 978-7-5095-2844-0



9 787509 528440 >

定价：42.00元

精讲《弟子规》

——80后为您诠释《弟子规》中的幸福密码

秦东魁 讲述

中国财政经济出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

精讲《弟子规》——80 后为您诠释《弟子规》中的幸福密码/秦东魁讲述. —北京: 中国财政经济出版社, 2011. 5

ISBN 978 - 7 - 5095 - 2844 - 0

I. ①精… II. ①秦… III. ①汉语 - 古代 - 启蒙读物 IV. ①H194. 1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 061535 号

责任编辑: 李昊民

封面设计: 北京兰卡

责任校对: 李 丽

特约编辑: 王向阳

版式设计: 董生萍

中国财政经济出版社出版

URL: <http://www.cfeph.cn>

E-mail: cfeph@cfeph.cn

社址: 北京市海淀区阜成路甲 28 号 邮政编码: 100142

营销中心电话: 010 - 88190406 北京财经书店电话: 010 - 64033436

北京财经印刷厂印刷 各地新华书店经销

710 × 1000 毫米 16 开 24.75 印张 312 000 字

2011 年 5 月第 1 版 2015 年 3 月北京第 9 次印刷

定价: 42.00 元

ISBN 978 - 7 - 5095 - 2844 - 0/H · 0044

(图书出现印装问题, 本社负责调换)

本社质量投诉电话: 010 - 88190744

反盗版举报热线: 88190492、88190446

讀盡天下書
無非一孝字



辛卯之秋

李宝库書



民政部前副部长、中国老龄事业发展基金会理事长
李宝库题词“读尽天下书，无非一孝字”。

绿

美

中

国

唯

善

最

乐

与东魁老师共勉

王彤

癸巳年於北京



中国绿色能源发展基金管理委员会
为本书题词“绿美中国，唯善最乐”。

对话本真的心灵

序 一

我是个记者，从事了许多年的新闻报道，所以习惯性地先把最重要的感受放在前面写。

第一，这是一本很能唤醒心灵力量的书，一本引导我们接近幸福的书。

如果要为我这一生读过的书排个名，这本书一定名列前三。

如果从今往后有人要我推荐书，我一定首先推荐这本书，甚至不惜用“泪荐”等夸张的方式，并欢迎群众围观。

如果非要评价这本书的价值，我会说一句话：“人生必读之书，其中总有一句话或者一段文字能转变你的一生。”

或许没看过的读者会觉得这样的评价有点过分。但是，如果你真能安静地坐下来，用一个晚上去翻阅其中的两第三章，或者用一个星期去把它读完，你会发现一种润物细无声的力量，悄悄地潜伏进了心底最本真的那个角落。

我30岁的表弟，在南昌日报社当记者，在看完这本书初稿的前两章后就给我打了一个电话，他说：“哥，看着看着，我忽然就心里酸得不行，破天荒地站起来走到厨房帮我妈妈洗

了一次碗。结果把我妈妈感动坏了。”

我就笑着和他说：“是呀，我原来总对我妈妈不耐烦，觉得和她没法聊天沟通。读完这本书以后，我每次打电话都温柔地和她聊半天，把她乐得不行。”

我们兄弟俩聊了一晚上，忽然发现，无论是像他那样父母在身边的，还是如我一般不在父母身边的，我们这些四处忙于求学工作结婚生子升职的70后和80后都忽略了父母的感受，我们在不停地索取关爱的同时，却没有回馈给父母任何东西。

我们总想等有钱了再孝敬父母，总想等自己不忙了再看望父母。但实际上，父母已经等不起了，他们的眼花了，腿脚差了，牙掉了，听不清了，山珍海味、壮丽美景对他们都没有意义了。

其实，有钱可以孝顺，没钱也一样可以孝顺呀。像我们俩兄弟，一句话就可以温暖他们，一个洗碗的小举动就可以感动他们。父母要得很少，可惜我们给得更少。

以上只是我自身的一个小例子，还有很多转变犹如春夜喜雨般播撒在我生活的周围，引导着我这样一个曾经的愤青渐渐从烦躁、失落、埋怨中走出来，感受到这个世界的爱和温暖。

第二，这是一本转变我们思维的书，一本帮我们解脱烦恼的智慧书。

由于是从课堂讲义演化而来，这本书具有强烈口语化的风格，没有一般书面文字的死板和规矩。但正因为口语化，我们更能感觉到那新鲜活泼的智慧，仿佛跳跃在纸面上。

比如秦老师常说一句话：我们只能感动别人，我们不能教育别人。有一次看见人随手扔垃圾，我去制止他，叫他别扔，告诉他扔垃圾不对，结果没有任何作用。后来，看见人一扔，我就捡；再扔，我再捡。捡了三次以后，那人自己不扔了，还意外地感动了一个人和我一起捡。

“我们只能感动别人，我们不能教育别人”这句话仿佛给我的思维打开了一扇新的门。一直以来，我觉得自己很善良、很正义，无论是对人还是对社会，一直都在批评、抱怨、指责。看完秦老师的书以后，我第一次反问自己，我是一个善良的人吗？

原来，我总想改变社会，改变不了就抱怨，抱怨无济于事，心情就越加烦躁。现在，我问自己，为什么不先从改变自己做起呢？自己都改变不了，谈何改变社会呢？改变自己，才能感动别人；从自己做起，才能把改变社会的能量越扩越大。

原来，我一直给身边的人传递负面的情绪，在埋怨和愤怒中失落了自己。既然可以选择，为什么我不选择传递爱和关怀呢？如果你爱你的家庭，爱这个世界，就请用感动和爱来改变世界，因为你每传递一份爱和感动出来，都能让你的家人、你的爱人、你自己和更多其他人生活在更多爱里面。这不是比我们每天在网络上发泄抱怨，而又改变不了任何事物要更美好吗？

换一个思维后，我忽然发现，当我决定传递爱的时候，自己的世界就已经充满了爱和力量。

像“我们只能感动别人，我们不能教育别人”这样的智慧，书里面确实还有很多，留给大家自己去挖掘。

第三，说几句我自己对这本书中道理运用层面的理解。

身边一个朋友在读完这本书时就和我聊：书里好像有些话自相矛盾。比如“我们指责别人的缺点就是缺德，我们发现自己的缺点就是开悟”这句话是很有道理，但秦老师指出了那么多人的缺点，那不是老缺德了吗？而且，照这个道理说，我们难道发现别人错了，都不能指责别人了？

我觉得，其实道理并不矛盾，关键是道理所针对的阶段不一样。

“指责别人的缺点就是缺德，发现自己的缺点就是开悟”这句话，针对的主要是现代人喜欢苛责别人而宽容自己的通病，提出来的改变之方而已。我们不能把它当成绝对真理来衡量一切。

别人的缺点不是不能提，关键在于在提别人的缺点之前，我们要先问是否自己做到了，我们是否出于善意。

如果自己做到了，才有提建议的基础，再加上智慧地提建议的方法，和以身作则感动人的行为，才能真正起到善意帮人的作用，不然还是添乱。

就像我们生下来只能先学走，再学跑一样。走是基础，跑是

在走稳了以后才能学习的进阶姿态。自己做好，感动别人是基础，提善意的建议、帮助别人改变是进阶。

走和跑是两个不同阶段的道理运用，我们别因为跑而否定走，更不能跳过走而直接跑。

书里面还有很多类似的道理冲突，都是针对不同层面而已。犹如上面这个例子，希望这个比喻能帮更多的读者去理解这本书。

最后，说几句掏心窝的话。作为一个傲气的人，我很少叫人老师，但在比我年纪小，只有小学学历的秦东魁面前，我心甘情愿地称他为老师。因为，他这样一个胖乎乎、显得有点苦口婆心的80后，确实说出了一堆让我惊讶，让我感动，更改变了我生活的智慧。

知道、悟到、做到才能得到。这本书里的每个道理，都是做到才能得到的。不然，只是点缀我们嘴巴的空话而已。秦老师说的所有道理，他自己都做到了，才有了如此感动人的力量。

希望看完这本书后，你能为妈妈洗个碗，陪爸爸聊个天，陪老婆而不是情人浪个漫，希望这本书能改变你的生活，唤醒你心灵的力量，找回失落的自我……

总之一句话，泪荐本书，跪求围观！

沈寅

2010年12月

（作者系复旦大学新闻学院新闻学硕士，人民日报经济新闻版副主编。）

幸福从一念一行中来

序 二

2010年12月20日，我在山东出差，接到秦东魁老师的电话，他说他的《弟子规》讲稿已整理好，将要出版，嘱托我写篇序文。获悉此消息，我非常高兴，同时又感到压力巨大。高兴是因为2009年秦老师讲《弟子规》我未能去听，一直深感遗憾，现在讲稿整理出来了，我就可以成为最早的一批读者来好好学习；感觉压力大是因为写序文需要准确评价《弟子规》的地位与作用，需要深刻理解秦老师的思想与观点，对以上两方面我自身能力还不够。尽管如此，我还是接受了秦老师的嘱托。因为我有责任把自己对《弟子规》及秦老师讲解的认识与体会告诉更多的人，以尽到弘扬与践行中国传统文化的一点绵薄之力。

书稿拿到之后，我几乎是一口气读下来的。尽管我非常熟悉秦老师，也熟读过多位名师解读的《弟子规》，但秦老师的讲解仍然带给我深刻的反思与省悟。这不是一本辞藻华丽的书，不是一本标新立异的书，不是一本高谈阔论的书，而是一本百姓的家常话汇编，是长者的反复叮咛，是智者的担忧与哀怜。秦老师

用身边发生的故事，讲述最平常、最简单、最细微的做人的道理，直指人心，涤荡灵魂，启发我们如何找回失去了的中国人本有的味道。

我每天都坚持读书看报，特别留意人世间的万象百态，并且坚持把阅读过的信息整理归类后保存。时间久了，渐渐积累下成千上万的各类案例，让我从中体悟到种种命与运、苦与难、贪与腐、刑与罪、性与情、生与死、善与恶。我们每一个人无不热烈地欢迎幸运的到来，又无不本能地抗拒灾祸的降临。可是，幸运之外总有驱不走的灾祸，得意之外总有数不清的失意，热闹之外总有道不尽的凄凉。问题的原因究竟出在哪里？

2010年10月，我乘火车回北京，在进入候车室前需要排队等待安全检查，我把行李放在检测仪器的传送带上，随着人流一点一点向前挪动。在我身后是一位中年妇女，她把行李放上传送带，马上从我身旁硬挤过去，并快速挤过所有的人，走到传送带的最前端，然后神情焦急地等待着自己的行李快点出来。人是可以不排队挤到前面去的，但行李不会。她只能在我取走行李后才能拿上自己的包裹。很不幸，在这位中年妇女的心中，只有自己，其他的所有人都被忽略掉了。

2010年9月，我去意大利参加一个国际会议，在中国驻意大利使馆同志的引导下横穿马路。使馆同志说：“在罗马，不论过马路的行人是否闯红灯、是否走斑马线，机动车司机都会减速停车避让，但实际上很少有行人闯红灯，很少有行人不走斑马线。”与我们国内醉驾、飙车、抢行等引发的各种交通事故相比，这里显得更安静、更有秩序。

2009年8月，我在北京见到久未谋面的一位好朋友，他刚刚被提拔为副厅级领导，单位为他选配了一名秘书。我们一起吃了顿晚饭，临别前我表扬他的秘书聪明能干。他悄悄对我说：“秘书的学历挺高，能力不错，就是家教不太够，与我的期望有一定的距离。单位开会时，他翘着二郎腿坐在我旁边。我去见省长时，可是从来不翘二郎腿的。”实在讲，学历高、能力强是一种美，但遮不住缺乏家教带来的丑。

2010年3月，我去广州向一位老领导汇报工作，他在1980—1993年任部长，后任国务委员、全国人大副委员长，是国家级领导人。汇报结束时，老领导夸赞我们做得不错，然后与我握手道别。我起身握住老领导的手，突然感到老领导的手很用力，借助我的手的力量站了起来。老领导年近90，腿脚不好，无人帮助的情况下，自己很难站立。我马上搀扶住他说：“您就坐着休息，不要动了。”这时，老领导说：“我一定要站起来，目送你们离开。”应该说，一个动作、一句话都是小节，却折射出高尚人格的伟大魅力。

《弟子规》是一本什么书？不少人认为那是小孩子学习的东西，太简单了，而且还是古人的东西，落伍了，不能适应新时代的发展需要了。可是，我这些年来所见所闻所忧所怜所惑所思，都可以在《弟子规》这本书中找到答案。现实中，我们有太多的人在获得知识、学历、财富、权势的同时，忘记了如何站立行走，如何吃饭说话，如何待人接物，如何学习生活。分不清什么是真，什么是假；什么是黑，什么是白；什么是美，什么是丑；什么是轻，什么是重；什么是是，什么是非；什么是私，什么是公；什么是末，什么是本。不懂得灾祸的降临，并非远在天边，而是近在身前；不知道幸运垂青的原因，不在外人，而在自己。最后落了个“一片白云横谷口，几多归鸟尽迷巢”的悲剧，可怜啊！

2004年9月15日，党的十六届四中全会提出建设社会主义和谐社会与推动建设和谐世界的光荣任务。2006年3月4日，胡锦涛总书记在全国政协民盟民进联组会上提出“要引导广大干部群众，特别是青少年树立‘八个为荣、八个为耻’的社会主义荣辱观”。2009年5月13日，习近平同志在中央党校提出“领导干部要爱读书读好书善读书”，特别是“要通过研读优秀传统文化书籍，吸收前人在修身处事、治国理政等方面的智慧和经验”。我认为，每一个人都应该读读《弟子规》，短短1080个字，蕴含着做人做事做官做学问的大智慧，对于响应党和国家领导人的号召，对于“知廉耻、明是非、懂荣辱、辨善恶、健人格、化危

机、增和谐”具有重要意义。

秦东魁老师是一位 80 后，但他有着智者的聪慧，长者的胸怀，关心社会，热心公益。他本人就是一粒《弟子规》式的种子，由内及外、由小及大、由近及远、由表及里地时刻影响着身边的人和事，努力让更多的人及早明白《弟子规》要时时学、时时用，利自己、利家庭、利社会、利国家，就如同我们体内的血液滋养身心一样，如果不流不动，生命将会衰亡。

一粒沙中有宇宙，一个人身上有民族。我们这个大家庭虽然经历了重重的磨难，也创造了灿烂的文化。她就像一颗几千年的古树，虽然枯枝败叶很多，但根基却扎得很深，多大的风雨都吹不倒她。天下兴亡，匹夫有责。和谐社会从哪里来？幸福家庭从哪里来？成功人生从哪里来？《弟子规》告诉我们，从一人一身中来，从一念一行中来，不在明天，而在当下。

是为序！

马洪范

2010 年 12 月

（作者系财政部财政科学研究所金融研究室副主任，经济学博士，副研究员，兼任北京国家会计学院特聘教授。）

别让自我在物欲横流中沦丧

序 三

《弟子规》是我和秦老师的结缘之物。2007年从清华大学博士毕业后，随着环境的改变，我对周遭这个物欲横流的社会越来越感到迷茫和困惑，看到很多人唯利是图、利欲熏心，人类的天性和良知在现实的逼迫下只能向利益屈服，我开始对自己一直坚定的抱负和理想产生怀疑，自我在慢慢沦丧，我逐渐迷失了人生的方向，我真的已经不知道，在这个社会中，是非对错的标准到底是什么？

幸运的是，我遇到了秦老师，当时秦老师在课堂上讲的就是《弟子规》。《弟子规》原名《训蒙文》，是用来启蒙养正，教育子弟敦伦尽分、闲邪存诚，以养成忠厚家风。我在很久以前也粗略读过《弟子规》，但被我认为太浅而没有再次翻读，然而，听秦老师再次娓娓讲来，却有别样风味。秦老师每读过一句课文，都会配以生动的事例和典故，帮我加深对课文的印象，很多我认为早就知道的做人道理，经秦老师话语提醒才发现，其实，我在现实生活中并未真正做到，我曾经认为的粗浅读物其实却是寓意深刻。

在中国的教育体制完全照搬国外、全盘学习欧美之时，中华五千年的文明传统都被我们自己“刻意”遗忘了。我们学习国外“活出自我”，所以我们越来越没有社会责任感，越来越放纵自己的任意恣为；我们学习国外“独立生活”，所以我们的亲情越来越淡漠，对父母的冷漠无视达到极点；我们学习国外“快乐无约束”，所以我们越来越崇尚丁克家庭，不要孩子以免影响自己的快乐生活；我们学习国外“金钱至上”，所以我们越来越没有礼义廉耻，一切为利益让路……到如今，我们还剩下些什么？对国家的认同感越来越弱，对父母的赡养越来越少，对周遭万物越来越冷漠，对朋友的欺骗越来越多。

浩瀚中华文明被诸多现实逼得几无立足之处，幸而，秦老师等多位有识之士开始悉力推广国学。《弟子规》的内容取于《论语·学而篇》第六条：“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”，以三字为一句，两句一韵编撰而成，朗朗上口，通俗易懂，所以便于入门学习。

在这里，我向秦老师表示深深的谢意，您让我真正读懂了《弟子规》，使我真正明白了如何做好“修身”，进而再去“齐家、治国、平天下”。同时，我也向朋友们大力推荐《弟子规》，中国人之所以能被称为中国人，是因为我们血脉里面奔腾着中华民族的血液，是因为我们坐得正、站得直！中国人“外圆内方”的“方”是我们的根本，是我们每一名中国人应有的坚持！因此，重塑礼仪之邦、重建伦理道德，请从我们每一个人做起，请从《弟子规》开始！

董进

2011年3月

（作者系清华大学数量经济学博士，中国人民银行营业管理部宏观经济分析师。）

孝道是我们的做人之道

序 四

几天前，秦东魁老师打电话，让我给他准备出版的一本书写个序。当我看完秦东魁老师送来的40万言的《精讲弟子规》书稿后，我在思考一个问题：为什么国内一批贤达善人孜孜不倦地讲授《弟子规》，身体力行地践诺《弟子规》，苦口婆心地劝读《弟子规》，免费赠书推广《弟子规》。如果是在前几年，让我来回答这个问题，也许我会脱口而出，这是为了倡导中国的孝道伦理。因为孝道的缺失是当今中国社会伦理发展中的最大问题。但在今天，我也经过几年研习《弟子规》之后（其实我只是国内一批贤达善人们讲、行、推《弟子规》的一个票友而已），特别是看完秦东魁老师《精讲弟子规》后，感觉这个回答是远远不够的。虽然《弟子规》的核心是孝道，但《弟子规》不止于孝道。《弟子规》所讲的孝道中，包含着做人之道、立业之道、治腐之道、管理之道、治国之道等。为什么孝道包含如此之多的道，其根源是孝道回答了做人之道。

要懂得做人之道，首先需要回答做什么人之道。对于这个问题，在当今这样一个多元社

会中，不同的人有不同的答案。其实要回答什么是做人之道，不是你说了算，也不是我说了算，最终是由我们生活的这个社会来决定的，是由我们接受的教育体系来决定的。

我们当今生活的社会是一个什么样的社会，如果用最简单的一句话来概括，这就是一个高度物质化的社会。在这样一个社会中，主导我们对“人道”的认识来自“物道”。改革开放以来，中国快速引入西方式现代化的过程，也是一个中国社会快速物质化的过程。因为，近代以来，西方工业文明对人类文明最大的贡献，是解决了古代农业社会没有很好解决的、保证物质财富持续增长的难题。为了满足以物质财富为中心的增长，由此决定了构成现代工业文明的道德体系、生产方式、生活方式、科技创新都是为物质增长的目标而服务。以自利经济人为原动力、以竞争为机制的市场经济，都是为有效生产物质财富而设计的。在现代经济中，物质财富要不断增长，就必须有物质财富消费的不断增长来配合，那么最大限度刺激消费、鼓励消费的物质化生活方式，就成为现代社会主流追求或倡导的生活方式。为了为这种物质化的生产和生活方式提供人力资源和文化支持，那么服务于这个物质化了的文明社会的教育，也必然是一个“物道”主导的教育。特别是在当代中国，迫于对西方物质化现代化的追赶压力，为了不让孩子输在起跑线上，为了让孩子能够适应物质化的竞争社会，我们的教育从童年开始，就按照满足市场经济的竞争规则、优胜劣汰的自利规则来教育我们的下一代。在《精讲弟子规》中，秦东魁老师这样讲：“现在许多教育子女的书籍我都不敢看，为什么？它把你的子女当成实验品。你看它教什么？竞争。教你要竞争当班长，要表现，那久而久之就变成斗争了。斗争再深一步就是战争，战争再深一步，说心里话就是末日了，这个很可怕，这样容易树敌”。

我们原以为，只有物质财富充分发展，我们所渴望得到的东西都会随之而来。可随着时间的推移，我们却发现，伴随物质财富快速增长而来的是青年人对人生迷茫，对社会发展的困惑。物质财富的增长，虽然使我们不再遭受温饱问题的困扰，但也没有