



《弟子规》原名《训蒙文》，为清朝康熙年间秀才李毓秀所作，后经清朝贾存仁修订，改名为《弟子规》。其内容采用《论语·学而》篇第六条“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”为总纲，分为“孝、悌、谨、信、爱众、亲仁、学文”七部分，以三字一句、两句一韵的形式编纂而成。具体列举出为人子弟在家、出外，待人接物、求学应有的礼仪与规范，是儒家思想“用”的集中体现，完全有理由称之为“小论语”。清中叶以后，此书最为流行，堪称是启蒙养正的最佳读物，教育子弟敦伦尽分、防邪存诚。可以说，学好《弟子规》，就可以成为一个有道德的人。

做有道德的人

学好《弟子规》

XUEHAODIZIGUI
ZUOYOUXIAODEDIEREN

主编 王高基 韩文禧



敦煌文艺出版社

责任编辑：汪 泉
装帧设计：蔡志文

图书在版编目(CIP)数据

学好《弟子规》，做有道德的人 / 王高基，韩文禧
主编. — 兰州：敦煌文艺出版社，2013.6
ISBN 978-7-5468-0514-6

I. ①学... II. ①王... ②韩... III. ①古汉语 - 启蒙
读物②《弟子规》- 注释③《弟子规》- 译文 IV.
①H194.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 122768 号

学好《弟子规》，做有道德的人

王高基 韩文禧 编

责任编辑：汪 泉

装帧设计：蔡志文

出版发行：敦煌文艺出版社出版、发行

本社地址：(730030) 兰州市读者大道568号

本社正版邮箱：dhwy@duzhe.cn；本社正版博客(新浪)：

<http://blog.sina.com.cn/dunhuangwy>

本社正版微博(新浪)：<http://weibo.com/1614982974>

印 刷：甘肃日报报业集团有限责任公司印务分公司

开 本：787毫米×1092毫米 1/16 印张：8.25 插页：4 字数155千

版 次：2013年6月第1版 2013年6月第1次印刷

印 数：1~3 500

书 号：ISBN 978-7-5468-0514-6

定 价：18.00元

如发现印装质量问题，影响阅读，请与出版社联系调换。

本书所有内容经作者同意授权，并许可使用。
未经同意，不得以任何形式复制转载。

前言

《弟子规》原名《训蒙文》，为清朝康熙年间秀才李毓秀所作，后经清朝贾存仁修订，改名为《弟子规》。其内容采用《论语·学而》篇第六条“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”为总纲，分为“孝、悌、谨、信、爱众、亲仁、学文”七部分，以三字一句、两句一韵的形式编纂而成，具体列举出为人子弟在家、出外，待人接物、求学应有的礼仪与规范。是儒家思想“用”的集中体现，完全有理由称之为“小论语”。清中叶以后，此书最为流行，堪称是启蒙养正的最佳读物，教育子弟敦伦尽分、防邪存诚。可以说，学好《弟子规》，就可以成为一个有道德的人。

中国古籍《礼记·学记》有云：“建国君民，教学为先。”教育是强国富民之本，而教育应该从儿童着手。“少成若天性，习惯成自然”，如果我们能利用儿童这一段黄金时期，引用圣贤的智慧，熏习我们的子弟，教导禀性淳良的儿童，使孩子从小即明事理、讲道德、孝顺父母、友爱兄弟，则无异于从小就把握住了人生的根本，奠定他一生为人处世、成家立业、幸福成功的基础。

可惜，因种种原因，近几十年以来，我们“启蒙养正”的教育有所缺失，重知识技能的积累，轻道德品质的培养。因此，我们有必要补上这人生缺失的一课，就不限于儿童诵读落实《弟子规》，应扩展到所有的人，因为人人之于父母老师，都是弟子，都应有良好的行为，行为养成良好习惯，习惯形成良好性格，性格决定幸福人生。当务之急是在中小学生之中诵读落实《弟子规》，进而推广中华优秀传统文化。

我们编这本教材，重在思想上认识、行动上落实；意在践行《弟子规》，做一个有道德的人。内容分为“经典诵读”“名家解析”“学好弟子规，做有道德的人”“附录”四部分，主体部分是“学好弟子规，做有道德的人”，目的是给学生、学校、社会提供一些践行《弟子规》的具体可行的措施，以更好地落实《弟子规》，树立



良好的道德形象,为身心和谐、家庭和谐、社会和谐、人与自然和谐,全面建成小康社会多做贡献。

由于编者水平有限,疏漏之处在所难免,恳请读者批评指正。

编者

目 录

经典阅读	1
学好《弟子规》，做有道德的人	6
第一章 安身立命 首孝为宗	6
第二章 人际和谐 兄友弟恭	28
第三章 谨言慎行 谦谦有礼	41
第四章 待人接物 诚信为本	62
第五章 人我一体 博爱大同	76
第六章 亲人近人 道德自升	98
第七章 德艺兼修 成圣之道	108
附录	122

· 经典阅读

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	须敬听	父母责	须顺承
冬则温	夏则凊	晨则省	昏则定
出必告	反必面	居有常	业无变
事虽小	勿擅为	苟擅为	子道亏
物虽小	勿私藏	苟私藏	亲心伤
亲所好	力为具	亲所恶	谨为去
身有伤	贻亲忧	德有伤	贻亲羞
亲爱我	孝何难	亲憎我	孝方贤
亲有过	谏使更	怡吾色	柔吾声
谏不入	悦复谏	号泣随	挹无怨
亲有疾	药先尝	昼夜侍	不离床
丧三年	常悲咽	居处辨	酒肉绝
丧尽礼	祭尽诚	事死者	如事生

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
或饮食	或坐走	长者先	幼者后
长呼人	即代叫	人不在	己即到
称尊长	勿呼名	对尊长	勿见能
路遇长	疾趋揖	长无言	退恭立
骑下马	乘下车	过犹待	百步余
长者立	幼勿坐	长者坐	命乃坐
尊长前	声要低	低不闻	却非宜
进必趋	退必迟	问起对	视勿移
事诸父	如事父	事诸兄	如事兄

谨

朝起早	夜眠迟	老易至	惜此时
晨必盥	兼漱口	便溺回	辄净手
冠必正	纽必结	袜与履	俱紧切
置冠服	有定位	勿乱顿	致污秽
衣贵洁	不贵华	上循分	下称家
对饮食	勿拣择	食适可	勿过则
年方少	勿饮酒	饮酒醉	最为丑
步从容	立端正	揖深圆	拜恭敬
勿践阈	勿跛倚	勿箕踞	勿摇髀
缓揭帘	勿有声	宽转弯	勿触棱

执虚器	如执盈	入虚室	如有人
事勿忙	忙多错	勿畏难	勿轻略
斗闹场	绝勿近	邪僻事	绝勿问
将入门	问孰存	将上堂	声必扬
人问谁	对以名	吾与我	不分明
用人物	须明求	倘不问	即为偷
借人物	及时还	后有急	借不难

信

凡出言	信为先	诈与妄	奚可焉
话说多	不如少	惟其是	勿佞巧
奸巧语	秽污词	市井气	切戒之
见未真	勿轻言	知未的	勿轻传
事非宜	勿轻诺	苟轻诺	进退错
凡道字	重且舒	勿急疾	勿模糊
彼说长	此说短	不关己	莫闲管
见人善	即思齐	纵去远	以渐跻
见人恶	即内省	有则改	无加警
唯德学	唯才艺	不如人	当自砺
若衣服	若饮食	不如人	勿生戚
闻过怒	闻誉乐	损友来	益友却
闻誉恐	闻过欣	直谅士	渐相亲
无心非	名为错	有心非	名为恶
过能改	归于无	倘掩饰	增一辜



泛 爱 众

凡是人	皆须爱	天同覆	地同载
行高者	名自高	人所重	非貌高
才大者	望自大	人所服	非言大
己有能	勿自私	人所能	勿轻訾
勿谄富	勿骄贫	勿厌故	勿喜新
人不闲	勿事搅	人不安	勿话扰
人有短	切莫揭	人有私	切莫说
道人善	即是善	人知之	愈思勉
扬人恶	即是恶	疾之甚	祸且作
善相劝	德皆建	过不规	道两亏
凡取与	贵分晓	与宜多	取宜少
将加人	先问己	己不欲	即速已
恩欲报	怨欲忘	报怨短	报恩长
待婢仆	身贵端	虽贵端	慈而宽
势服人	心不然	理服人	方无言

亲 仁

同是人	类不齐	流俗众	仁者希
果仁者	人多畏	言不讳	色不媚
能亲仁	无限好	德日进	过日少
不亲仁	无限害	小人进	百事坏

余力学文

不力行	但学文	长浮华	成何人
但力行	不学文	任己见	昧理真
读书法	有三到	心眼口	信皆要
方读此	勿慕彼	此未终	彼勿起
宽为限	紧用功	工夫到	滞塞通
心有疑	随札记	就人问	求确义
房室清	墙壁净	几案洁	笔砚正
墨磨偏	心不端	字不敬	心先病
列典籍	有定处	读看毕	还原处
虽有急	卷束齐	有缺坏	就补之
非圣书	屏勿视	蔽聪明	坏心志
勿自暴	勿自弃	圣与贤	可驯致

· 学好弟子规 做有道德的人

第一章 安身立命 首孝为宗

子曰：“生，事之以礼；死，葬之以礼，祭之以礼。”谓之“无违”，“无违”谓之“孝”。可见，行孝并不难，“事之以礼”而已。古人云：“百善孝为先，原心不原迹，原迹贫家无孝子；万恶淫为首，论迹不论心，论心世上少完人。”只要心中有父母，敬仰父母，就是行孝。孝在身边，点点滴滴见孝心。

问题思考：

1. 父母批评教育时，我们持什么态度？
2. 父母有了过错，我们怎么对待？
3. 回忆曾经自己身体受到伤害时，父母有什么表现？
4. “谁言寸草心，报得三春晖”，作为儿女，我们是如何回报父母的？
5. 现代的孝子孝女应该怎么继承孝敬的传统？

·名家解读

入则孝

“入则孝”是《弟子规》正文部分的第一章，其中包括二十四则事情。篇名“入则孝”顾名思义，就是在家里要懂得孝敬父母，因为孝是道德的根本，也是圣人教化大众的根本。我们学习圣贤之道就得从学孝开始。所以这章题目叫做“入则孝”，这个入也可以引申解释为入手处，圣贤之道从哪里入手？从孝道入手。孔老夫子在《孝经》里说，“夫孝，德之本也，教之所由生也”，就是这个意思，教德、教圣贤之道要从孝道入手。

所以《孝经》上讲，“身体发肤，受之父母，不敢毁伤，孝之始也”。

儒家的教育就是以对父母的那种爱心为中心，从孝开始展开，对待兄弟一定是友爱和睦，对待夫妇一定是讲究道义、恩义、情义，对待领导一定是忠诚，对待人民一定是全心全意地去服务，这是从爱父母的心推展至爱万民。孟子说“老吾老以及人之老，幼吾幼以及人之幼”。这句话就是说，对自己的父母、老人要尊重、敬爱，然后扩展至对一切比自己年纪大的人都要尊重、敬爱，前一个“老”字就是尊重、敬爱的意思。“幼吾幼以及人之幼”，就是对待自己的晚辈，比自己年纪幼小的人，都要像对待自己的弟弟妹妹或者是儿女一样，这都叫孝。所以圣人提倡“以孝治天下”，以孝治天下必定能使社会和谐、世界和谐。

孔子在《孝经》里讲什么叫圣治？他说“圣人之教不肃而成，其政不严而治，其所因者，本也”。圣人用什么来治理天下？用教育。教育又以什么为先？《礼记》上讲“建国君民，教学为先”。教学又以什么为先？以教孝道为先。为什么？因为教育所依靠的孝是人的根本，用根本来治理天下，自然得到政通人和，国泰民安，这叫做“不肃而成”，即不必用严肃的法律去治理，自然就能够有和谐社会。孔老夫子说这就是古圣先王治理天下的“至德要道”。

所以整个《弟子规》，它里面所饱含的道理可以帮助我们不仅修身、齐家，还能帮助我们治国、平天下。平天下就是现在说的和谐世界，让天下太平。从哪里做起？和谐世界从我做起，不能够要求别人做，要求别人做自己不做，那就会起争执。圣贤之道都是要求自己，没有说拿圣贤的道德标准去要求别人。从我做起从哪里入手？就是在生活小事的点点滴滴中去培养自己的孝心。

【父母呼 应勿缓】

这句话在字面上解释就是父母叫我们，我们要马上答应，不能够迟缓。这要求小孩从小就要学，这是对父母的一种恭敬。如果父母叫我们，我们拖拖拉拉，迟迟疑疑，表现出来的样子那就是一种傲慢，恭敬心就没有了。所以孝，第一要培养的是敬，孝敬孝敬，孝字下面还有一个敬字，所以，没有敬就没有孝。

“父母呼”，这个呼，如果是父母开口叫到了，当然要“应勿缓”；父母没有叫到的，我们也要去体会父母有没有这种需要。父母有时候不一定是口上在呼叫我们，口上呼叫已经是万不得已，我们要听到父母的心声、懂得父母的需要，不待父母开口我们就要“应勿缓”，这叫作真正的孝道。《孝经》上有句话说：“孝悌之至，通于神明，光于四海。”孝悌存心到了极处，真的可以跟天地万物一切生灵感通，这叫作通于神明。四海都能感通，为什么能感通？因为它们是一体的，只是我们太麻木了。为什么会麻木？因为我们的心里面都存着自己的欲望，把本有的那种感通的功能给障蔽住，屏蔽起来了。

要真正能尽孝，平时要懂得在“格物致知”上面下手。《大学》里讲的“格物致知”，格物就是革除我们的物欲，才能够得到真智慧。真正把物欲放下，让我们的心地清明透彻，这样才能跟天地万物感应。父母是我们最亲近的人，只要父母有丝毫细微的起心动念，我们也能感知，这是一个纯孝人能做得到的。所以我们要学习，就要先从“父母呼，应勿缓”开始，慢慢提升自己的境界。

“父母呼”，这个父母可以引申，不仅是自己的父母，也包括我们的老师、长辈及一切比我们年长的人，也包括我们的领导，他们的呼声我们要“应勿缓”。所以在学校听老师的话，老师希望我们做一个有道德有学问的人，我们要老老

实实在在地遵循老师的教诲去做到，这叫“应勿缓”。父母、老师、长辈都希望我们长大成人做个有德君子，将来能够报效国家、报效人民。再进而把心量扩大，扩大什么？涵盖宇宙万物，真正认识万物与我一体，这就成圣成贤了，这统统都是孝。所以《孝经》上讲，孝分成三个层次，“孝，始于事亲，中于事君，终于立身”。孝道第一个层次是孝养自己的父母，这是孝的开始，事亲的阶段；从侍奉双亲到侍奉君国，君就是领导，他代表祖国，用现在的话来讲就是忠于祖国、服务人民，为社会做出贡献，这是第二个层次；第三个层次，“终于立身”，真正立身行道，修养圣贤的品格，这就把孝做圆满了。所以“父母呼，应勿缓”这句意思太深了。哪一个父母不是望子成龙、望女成凤？都希望我们做个有德有才、有一番事业的人，我们要去实现即为尽孝。所以《弟子规》里面讲的道理，每一句里面都涵盖着无量无边的意思，看我们能不能够体会得到。《弟子规》也体现出一个最高的哲学精神，就是“一”即一切，一切即“一”，“一”就是任何一条。《弟子规》所讲的任何一条都涵盖着一切的意思，“父母呼，应勿缓”，这一条也涵盖着圣贤圆满的修学。因为当我们不能够事亲，不能够忠于祖国、服务人民、贡献社会，不能够成圣成贤，孝道不圆满时，父母、老师对我们的呼声、对我们的盼望，我们就没有圆满地做到。所以真正把“父母呼，应勿缓”这条做到了，那就是圆满的圣贤。这圣人，圣人所做的也就是“父母呼，应勿缓”而已，所以是不是“一”就是一切？一切圣贤之道都涵盖在这句话里头，而这句话也涵盖着一切圣贤之道呢？所以从这里就能够体会到《弟子规》不是一本简单的童蒙养正的小教材，它便是一本帮助我们成圣成贤的大教材。我们懂得这样学习就是要有悟性，纵然不能够学到像孔子的学生颜回那样，这是孔子最得意的弟子，悟性最高的，他能够闻一知十，但也得会举一反三，活学活闻，这样学就学活了，不是死板的。如果只是把“父母呼，应勿缓”理解成父母叫我一句我就动一下，那就叫作学呆了。

【父母命 行勿懒】

“父母命，行勿懒”的意思就是父母对我们的教诲、对我们的命令、叫我们做事情我们马上要行动，不能够懒惰，这是字面上的意思。这也是小孩学习孝道要在这里学起，养成一种随顺父母的意思的这种孝顺心。孝后面也带一个“顺”字，孝顺孝顺，顺才能够得到孝，如果不顺父母意思，常常跟父母违逆，甚至顶撞，那

就不能称为孝。所以学习“孝”就要学“父母命，行勿懒”。

【父母教 须敬听】

这句话字面上的解释是讲父母的教诲我们要恭恭敬敬地去聆听、去领受。父母比我们年长很多，俗话说“父母吃的盐比我们吃的饭都多，走的桥比我们走的路都多”，他们的教诲对我们身心必定有好处，对我们的人生必定有积极的指导意义，所以，我们是应该虚心恭敬地去听取，能够帮我们少走弯路。如果对父母的话置之不理，往往会吃亏。俗话讲：“不听老人言，吃亏在眼前。”父母都是真心爱儿女的，都希望儿女能够好、能够有成就，我们如果能够听父母的话，那就叫有福了。

“父母教，须敬听”也可以引申为不仅是自己父母的教诲，所有的长者、有德有学问的人的教诲我们也要敬听。包括我们老祖宗的教诲，如孔子、孟子这些圣贤对我们的教诲我们也要敬听，听了之后要照做，不辜负老祖宗对我们后代的期盼，把中华文化发扬光大。而发扬文化最关键的是人，孔子说：“人能弘道，非道弘人。”人能够把一个道、一门教育、一种文化发扬光大，而不是这门教育、这种文化把一个人捧起来。所以关键是人要去做到。我们现在作为一个炎黄子孙、作为一个中华儿女，现在还能够得到全世界人的恭敬、赞叹，为什么会这样子？因为我们的老祖宗有着五千年的道统，五千年的文化，令世人敬仰，我们这些做子孙的都沾了光。

“父母教，须敬听”还可以引申，为我们要把一切人看作是自己的父母，一切人对我们的教诲我们都要去恭敬聆听，别人给我们提的意见我们要虚心恭敬地接受。这些意见，如果是正确的，可以帮助我们改过自新，帮助我们进步，那我们应该对他感恩，因为他能够提醒我们，这种人真就是好人。所以有人能够给我们提意见的，我们要把他当作父母一样感恩。如果他提的意见不对，或者他是故意来找碴的挑衅的，我们还是要“须敬听”，对他还是要虚心恭敬，把他还是看作父母一样。为什么？他说的不对，如果我没有这种过错，他提的意见不对、提错了，那我们也不要放在心上，既然自己没过错，心里就应该很坦然，他说得不对那是他的问题，跟我有什么关系，不是我的错，为什么要生烦恼？还要跟他去辩论？没必要。这是拿别人的过错来惩罚自己，让自己生烦恼，这是愚蠢的人才干的，聪明的人绝对不会干那种傻事。他能够给我们提这

个意见,我们还应该感恩他,起码他有这种胆量,他有这样的一种行为就让我们感动。

【父母责 须顺承】

字面上的解释是讲父母的责备我们能够忍受,能够好好地反省自己,承认错误,有则改之,无则加勉,这是一种态度。对待父母的责备、批评,我们都要欢欢喜喜地接受,这是孝心的体现。真正了解父母对我们的这种爱心,对父母的责备我们就能够顺承。父母说对了,我们要赶紧改过;假如父母说错了,我们心里明白,也不必跟父母顶嘴。明白之后,对于父母的这种意见我们要记在心里,没有这种过失要注意防范,怎么可以说父母对我们的责备,我们就心里不满、不服,甚至产生怨恨呢?

【冬则温 夏则清】

这句话的意思,从字面上理解,就是子女对父母要时时关心、处处留意,在冬天要给父母温暖的床被,好让父母晚间休息的时候比较暖和;在夏天的时候天气炎热,儿女应该给父母扇凉,让父母也能够舒舒服服地休息。这些行为虽然都是小事,但是处处都表现出一个孝子的那种纯孝之心。对父母的爱护,对父母的关怀,日久能养成习惯,心地就变得非常善良。当淳善的心养成以后,他不管何时何地,待人处世接物都有那种温良恭俭让的态度,他做事都是为人着想,而不是为自己求名求利,这种人也就自然得到大家的尊敬爱戴,他离圣贤也就不远了。

我们现代人要学习这句,不是说机械地去做,现在我们有科技设备,如果是夏天炎热,我们能够出钱为父母购买一台空调机;当晚上炎热,我们先把卧室里的空调打开,把气温给降下来;当父母要休息的时候我们要把它关上,因为空调机晚上睡觉的时候最好不要开着,这样可以保全人的阳气不散,这是一种生理卫生。所以我们要学习“夏则清”也要懂得科学。冬天,特别是北方天气寒冷,我们可以给父母添置一台暖气机,让父母也能够睡个安稳觉。不管是怎么做,它的原理原则我们都要知道,就是要处处体贴关怀父母。古人讲“爱人者,人恒爱之;敬人者,人恒敬之”,所以,真正以一颗孝心对待老人,这个孝心就会结出丰