

弟子規

32
讲

王刚新解 《弟子规》32讲

王 刚 编著

对外经济贸易大学出版社
中国·北京

图书在版编目 (CIP) 数据

王刚新解《弟子规》32讲 / 王刚编著. —北京:
对外经济贸易大学出版社, 2011
ISBN 978-7-5663-0211-3

I. ①王… II. ①王… 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 224353 号

© 2012 年 对外经济贸易大学出版社出版发行

版权所有 翻印必究

王刚新解《弟子规》32讲

王 刚 编著

责任编辑: 朱成器

对外经济贸易大学出版社

北京市朝阳区惠新东街10号 邮政编码: 100029

邮购电话: 010-64492338 发行部电话: 010-64492342

网址: <http://www.uibep.com> E-mail: uibep@126.com

唐山市润丰印务有限公司印装 新华书店北京发行所发行

成品尺寸: 140mm × 203mm 5.5 印张 119 千字

2012 年 4 月北京第 1 版 2012 年 4 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5663-0211-3

印数: 0 001 - 3 000 册 定价: 22.00 元

王刚新解《弟子规》32讲

总顾问：苗春红

顾问：于德军 夏广宇 吴延斌

编著：王刚

编委：于德军 孙悦雨 张宏欣 刘晓莉

孟庆多 迟明军 李海涛 杨洋

潘艺方 侯熙慧 隋毅 高娜

徐彬 李丹丹 李冬梅

前言

《弟子规》原名《训蒙文》，为清朝康熙年间秀才李毓秀所作，经贾有仁修订后改名为《弟子规》。《弟子规》以《论语·学而》中“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”为总纲要，分五个部分，各选摘《论语》、《孟子》、《礼记》、《孝经》和朱熹语录纂辑成书。列述了弟子居家出外、待人接物与学习上应该恪守的行为规范。因其内容浅显易懂，三言成句，句句押韵，便于诵读，因而在清代中叶至民国年间为流行最广、影响最大的儿童启蒙读物。

近些年因提倡读点经书，市场上《弟子规》的各种解读文本较多，但它们大多还是以启蒙读本的形式出现，过于浅显。本书则试图跳出单纯启蒙的程式，力图联系当今的社会现实，编写一本适于青少年学生乃至成人阅读的德育文本，以弥补这些年我们在德育教育方面的不足。

用现代的语言通俗地来讲，《弟子规》中的“弟子”即学生、弟子之义，其实我们人人都为人子女，人人都为人弟子，所以“弟子”不是仅指儿童，涉及所有的人。《弟子规》的核心内容其实是倡导通过修己爱人达到家庭和睦、社会和谐，这与我们当今社会提倡建立和谐社会的宗旨可谓不谋而合。

所以本书在编写体例上，除了有对《弟子规》原文进行解读外，它的重点则是“阅读延伸”与“联系实际”。因为“阅读延伸”较有深度，我们希望通过更多的古代经典事例和现代的生动故事，对身为“弟子”的我们进行一种潜移默化的养正教育，以期有益于导正社会人心、提高社会道德水准。所以本书不仅适用于青少年，也适用于成人。

目 录

第 1 讲	幸福美满缘孝道	孝悌谨信重力行	1
第 2 讲	博爱亲仁心态正	余力学文做真人	5
第 3 讲	尽孝敬老为人善	随机应变显关怀	8
第 4 讲	温清省定孝父母	早告反面心贴心	12
第 5 讲	事情虽小莫擅为	钱物亦微勿私藏	18
第 6 讲	父母好恶要知晓	护身养心老无伤	23
第 7 讲	怡色柔声谏亲过	泣颜哀语望亲更	29
第 8 讲	齐家治国平天下	床前尽孝第一功	34
第 9 讲	财物看淡无怨恨	兄弟礼让有和谐	38
第 10 讲	长先后后是常理	随叫随到见本心	43
第 11 讲	长者面前需礼貌	路遇长者要谦恭	47
第 12 讲	下车有礼待老者	长幼有命方可坐	53
第 13 讲	尊长前面声要低	近趋退迟身现礼	57
第 14 讲	尊敬师长需谦逊	珍惜光阴莫蹉跎	61
第 15 讲	晨盥漱口好习惯	冠正纽结形象佳	66
第 16 讲	穿衣戴帽和身份	为人处世重细节	71
第 17 讲	对待饮食不挑拣	成就健康好人生	76
第 18 讲	身正行端存品味	常驻细节自从容	80
第 19 讲	尊重他人是礼貌	关注细节即文章	86
第 20 讲	谨小慎微成顺事	淡泊雅静修高德	91
第 21 讲	与人相处讲规矩	和人交往需诚实	96
第 22 讲	花言巧语非好事	善辩其人遭批评	100
第 23 讲	巧语污词市井气	轻言误传是恶习	104



第24讲	判断是非再承诺	远离流言少事端	109
第25讲	修身养性怡自乐	广结善友化挚心	114
第26讲	心底无私天地广	正身处事家国安	118
第27讲	力求高雅明心智	剔除糟粕正言行	122
第28讲	静坐常思己过错	闲谈莫论他人非	126
第29讲	为人处事需宽厚	以理服人是美德	131
第30讲	仁者直言不谄媚	朋友择选有亲疏	136
第31讲	学习见效喜方法	文化受益在力行	140
第32讲	习惯优良助学业	心志蒙蔽难成贤	145
附录1	《弟子规》原文		150
附录2	文明礼仪常识		154

第1讲

幸福美满缘孝道 孝悌谨信重力行



一、原文

弟子规，圣人^①训^②：首孝弟^③，次谨^④信^⑤；

二、重点词语释义

① 圣人：指儒家孔子等贤哲。② 训：教导、教诲。③ 弟：弟弟服从兄长。这个意义，后来写作“悌”。④ 谨：出言慎重。⑤ 信：诚信。

三、译文讲解

《弟子规》是孔子等圣人的教训。首孝弟，这个“首”，字面上是“第一”的意思，实际上，开宗明义，说的就是做人的根本是什么？在于孝敬长辈，友爱兄弟。“孝弟”，“弟”里面还包含一个很重要的态度，就是恭敬之心，对长者的恭敬。在家里要孝顺父母，出门要敬爱兄长。“次谨信”，意谓还要做



到言行要恭敬、谨慎，做人要讲诚信。

四、阅读延伸

中国古代蒙学中讲述了中国人的很多道德标准。我们要学习的《弟子规》是针对“弟子”即尚未涉世的少年乃至疏于涉世之道的成人的“道德”文本。

《弟子规》全文仅三百六十句，一千零八十字。它浅显易懂，押韵顺口，朴实无华，说理透彻，循循善诱，影响极大。我们今天将其摆在几案上来学习，目的在于从古代优秀文化中汲取营养，来滋养今天我们待成熟的灵魂。但经书一味死读，不经拣选照老样子力行，也必将走复古的老路，既不合时宜，又不能与时俱进，自然不会产生读经的理想效力；不过，复古是错误，放弃则是愚蠢，扬弃才是最佳的方法。

中国向来重孝，孝之重要不言而喻。“孝”是会意字，上面一个“老”，下面一个“子”，老指上一代，子指下一代，上一代跟下一代合成一体，就是一个“孝”字。子女幼时，父母含辛茹苦将孩子养育成人；当父母年老体弱的时候，做子女的为了报答养育之恩，反哺父母，这是做人的基本道德规范，也是人之为人的最基本的道德底线。

现实生活中，我们一般愿意与有仁慈之心的人共事，一个人的仁慈之心从哪方面最能体现？我们可以说是在孝道方面。如果一个人对父母都不孝敬，他会有仁慈之心吗？这样的人说能帮你，你相信吗？所以，《孝经》里面有一句话说道“不爱其亲而爱他人者，谓之悖德。”就是说不爱自己的父母，而去爱护他人，这叫做不合乎常情。孝，就是对长辈、家庭负责任。一个对长辈、家庭没有责任心的人，怎么会对社会有责任心？

在实际工作中，人们一般也愿意与谨慎诚信之人合作。一个



有名的例子是，北京首届高科技产业展览周开幕前夕，展棚搭建出了问题，相关部门请北京市建委推荐一支过硬的建筑队伍，要求一小时内赶到现场，连夜施工。北京市建委当即通知“中国十大杰出外来务工青年”，北京市青年突击队队长周国允：“此任务非你莫属！”当时恰逢“十一”黄金周，北京全城拥堵。有人替周国允捏了一把汗：“除非你是神仙。”周国允很快选定一批精兵强将，分乘30多辆出租车不到一个小时全部到达工地。凌晨两点，展棚完工。最后一算账，一大半工钱都付了车费。

周国允诚实守信，坚持做人原则，加强道德修养，以自身的实际行动影响和带动他人，树立了自己的良好信誉和形象。他坚持说到必须做到、要做就做最好，钱财可以不要、诚信永不可失的原则，以质量求生存，凭信誉拓市场，使“周国允”这三个字不仅仅代表了一个名字，更成为一个在北京打得赢、叫得响的信誉品牌。按惯例，施工队参加工程竞标一般要交纳几十万元的押金，但周国允却能破例，在招标中只要报出他周国允的名字就可以免去这笔押金。20多年来，周国允从未拖欠过工人工资。资金紧张时，他就是将房子、汽车抵押去银行贷款，也要按时足额地把工资发放到工人手中。周国允经常说：“我们在北京二十几年风风雨雨是经过考验的，不是靠拍胸脯，给人许诺人家就相信你。作为一个队伍，信誉是最重要的，没有信誉就没有市场。我们把信誉看得比生命还重要。”

周国允从1984年进京以来，先后参与完成了首都国际机场新航站楼、中华世纪坛、国家大剧院、“鸟巢”等160多项工程的结构任务，累计建筑面积450多万平方米，合格率达100%。分别有38项和43项工程被评为市级以上优秀工程和文明安全工地。首都机场新航站楼和中华世纪坛分别荣获建筑行业最高奖“鲁班奖”。因为诚信，周国允得到了市场的认同，因为诚信，周国允收获了人生的辉煌。



人生在世，大家都希望生活得幸福。我们每一个人心中都有对自己幸福生活的规划，许多人都认为得到了和拥有了就是幸福。事实上，在这个由个体组成的家庭、社会里，每个人的心念如若以利己为主旨，那么就会发生冲突；如若每人能时时为他人着想，在家孝敬长辈，在外诚实守信，那么家庭、社会的和谐安康便自然而然，生活这样的环境里就是幸福。此时的幸福就不只是因为得到了和拥有了，而是由于付出了。所以说“幸福美满缘孝道，孝悌谨信重力行”。

学习《弟子规》我们要先确立正确的学习态度，好的开始是成功的一。所以“学贵立志”“学贵力行”，只要先立定了志向，就会有无穷的动力，就会驱使我们不断地进步和成长。

五、联系实际

学习《弟子规》，不能满足于“会背”，我们应该想一想，让孩子们学《弟子规》给了他们什么？所以教师一开始就要引导学生树立正确的学习态度，这是很重要的。道德的“道”，是会意字，左边一个“走”，右边一个“首”，走就是实践的意思，这就告诉我们，真正有道德的人就是首先能够实践，首先能做到、能做出来成绩的人，才是有道德的人。所以我们学《弟子规》就是要做有道德的人。学习《弟子规》，不是为了机械地背诵，其真正目的是落实到我们日常生活的点点滴滴之中。

第2讲

博爱亲仁心态正 余力学文做真人



一、主要内容

泛爱众，而亲仁；有余力，则学文^①。

二、重点词语释义

① 文：文化知识或文献典籍，泛指一切学问。

三、译文讲解

每个人要博爱大众，亲近仁义的学说，亲近有道德的人。努力实践中，假如你还觉得有余力的话，再去学习其他的学问。

四、阅读延伸

中国自古崇尚博爱。墨子主张兼爱，老子承认天人合一，人与自然和谐相处。爱人者人皆爱之。不仅要爱自己，呵护自己，



还要关注、尊重他人，乃至世间万物。这样做，才近乎孔子所讲的“仁”，此为“泛爱众”。

“而亲仁”，是讲我们要亲近仁德之人。因为我们时时亲近仁德之人，就能够提升自己的道德学问，俗话说：“近朱者赤，近墨者黑”，如果我们每天接触的都是善人，无形当中我们的德行也就会提升；假如身旁都是一些不讲仁义的人，那我们就难免成为道德水准低下的人。所以亲近仁德之人很重要，而只有亲近仁德之人也才能增长我们的智慧。

当我们把这些立身处事的准则，这些德行都扎实地学好，还有空余的时间，则可以多看些好的文章，这就是“有余力，则学文”。其实，前面所说的那些道德准则说的是一个人学会如何做人，只有学会了做人，才谈得上做学问、干事业。所谓若“有余力”才去“学文”，但在如今的社会，学会做人的同时，还必须竭尽全力去做学问、干事业。不过这里我们顺其文意，可以建议多读古代的经典。因为这些经典都是历经几千年印证，既是中华五千年灿烂文化的结晶，也是人类智慧的成果。而现今那些过于娱乐化的影视剧、粗制滥造的综艺节目、低俗不堪的所谓文学作品，不管对未成年人还是成年人，都是有害无益的。所以我们要力避粗俗文化对我们的侵扰，学习优秀的文化，不断提升自己的人生境界。

但现在，不管是成年人，还是未成年人，都感到时间不够用？所以这个“有余力则学文”，我们可以把这个“余”化零为整，把一些零散的时间好好把握住。如有些很好的诗词歌赋和经典文本，我们可以一有空就拿出来背上一两句，所谓日积月累，滴水穿石。不要小看一天十分钟、二十分钟的积累，所谓“宽为限，紧用功，功夫到，滞塞通”。

让我们从学习《弟子规》开始吧！让《弟子规》走进校园，学好《弟子规》、用好《弟子规》。课余，同学们还应该浏览一



下《朱子治家格言》、《颜氏家训》、《孝经》、《千字文》、《增广贤文》等书籍，借以开阔视野，丰富知识，提升自己的素养，滋润自己的精神生活。之后可以涉猎《四书五经》，或是《古文观止》、《二十四史》等经典。挤出时间多看些“旧书”，有益于作文，有益于做人。有人担心，看这些历史尘封的书会不会影响今天的中考或高考啊？这个不用担心。如若真的都看过了这类书，对付现代的升学考试不在话下。因为这些经典是我们文化的基石，有了这样坚实的基石，我们在学习文化课时就能做到举一反三、触类旁通。

一个主动学习的人是会感到学习是快乐的。智者乐水，仁者乐山，多到大自然中呼吸健康新鲜的空气，读万卷书，走万里路，以书为伴，以山水为友，幸福才会伴你左右。

同学们，我们目前正处在实现中华民族伟大复兴的新时代，为了完成这一光荣而神圣的历史使命，我们有必要也更应该重温《弟子规》，践行《弟子规》，并把它落到实处，以渐次达到独善其身和兼济天下的境界，去促进人类社会的和谐与繁荣。

五、联系实际

小组讨论：同学们，今日的中国，机会随时出现。请大家思考一下问题，班会上交流。

1. 你们知道为什么学习吗？
2. 你在学习的道路上遇到了这样或那样问题与波折，知道问题在哪里吗？
3. 到底怎样做？做成什么样子？

第3讲

尽孝敬老为人善 随机应变显关怀



一、原文

父母呼，应勿缓^①；父母命，行勿懒^②；父母教，须敬^③听；父母责^④，须顺承。

二、重点词语释义

- ① 缓：迟缓、缓慢。② 懒：偷懒。③ 敬：恭敬、孝敬。
④ 责：责备、责怪。

三、译文讲解

父母叫你，要立刻答应，不能迟缓；父母让你做事，要马上去做，不能偷懒。父母教诲你，必须恭敬地聆听；父母责备你，必须顺从地接受。



四、阅读延伸

善待父母并不是难事，小事做起即可。一句问候、一杯热茶、回家时递上的一双拖鞋，无形中在父母的心中种下了幸福的种子。“父母呼，应勿缓；父母命，行勿懒”告诫所有人：居家尊重父母，在外尊重师长；听本应该听的话，这才是聪明人的做法。关怀并不在于殷勤，更重要的是听懂父母的话，并照着做。

“父母教，须敬听”，俗话说：“他吃的盐比我们吃的饭都多，走的桥比我们走的路都多。”所以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，所以应该虚心恭敬地去听取，以便帮我们少走弯路。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，都希望儿女好、能够有成就。学识不高的父母有时教育得不到位、不科学，我们只当那是一种爱，我们心中有鉴别力就行了。

说话是有技巧的。尽孝，不仅仅是简单的尽孝道。父母叫你时，你生硬的一句“干嘛？”会令家长很寒心。假如有一个同学你叫他，他走过来，说：“老师，您有什么事吗？”会给你什么感觉？会令我们感到温馨。这很难做到吗？不难，一点都不难，相信我们的同学都能做到，从今天开始，相信自己！

除了“父母呼，应勿缓”之外，这样的恭敬心，还要对谁呢？对师长，也要师长呼，应勿缓。还有没有？长辈呼，应勿缓；领导呼，应勿缓。从我们开始改变，整个社会都会改变，不要小看自己的力量，心是根本，只要内心真正恭敬，他会对所有的人恭敬。如果一个人对父母、对兄弟、对长者、对老师都恭敬，那么父母交待的事情他会怎么样？他会尽心尽力，他会听父母的话，上课认真听讲，按时完成作业。父母对我们的养育之恩，我



们一辈子也报答不完，所以绝对不能对父母讲一句忤逆的话、一句不恭敬的话。

除了“父母教，须敬听”，老师教也要须敬听。一个人不能有很好的道德、学问，除了要有好老师之外，更重要的一个因素是自己具备正确的学习态度，一定要持虔诚的恭敬的心对待老师，决不可以阳奉阴违。老师所交代所吩咐的事，很可能我们还不能完全了解，但老师毕竟是过来人。打个比方，假如学问像二十层高楼，老师可能在十几层，我们只在两三层，十几层看到的风景，我们当然看不到。

再就是我们要做到“父母责，须顺承”，当父母在责罚我们的时候，其实，他的身体已经受到伤害了，要几天才会恢复过来。我们要对得起父母的这一份关怀、爱护。“顺承”并不是不加思考地一味听话，这里主要是要掌握与长辈交流的技巧。原则不能放弃，技巧不能不讲。

亲爱的同学们，父母爱的方式有时候是和风细雨，有时却是暴风骤雨，虽然方式不同，却同样是父母最真挚最无私的爱。我们要对得起父母的教诲。我们一生中最宝贵的生命都是他们给的，我们又有什么不能为他们做的呢？

1988年出生的潘健，来自广西，他的父亲潘明患有原发性肝癌伴乙肝后肝硬化。潘健得知父亲重病，肝功能储备较差，唯一的办法只能进行肝移植手术时，顿时崩溃了。但他听医生说，只要血型匹配，还可以挽救，当即他萌生了“自己来”的念头：“我们家都是O型血，都能匹配爸爸的血型。但妈妈老了，我还年轻恢复快。”他不顾妈妈的反对，坚持自己捐献肝脏，他体内一块完整的肝被割出57%移植到父亲体内，父亲因此保住了性命。经过两个月的恢复和生长，肝脏在父子两人体内存活并逐渐长大。经过一阵子的观察，父子俩终于可以一起出院了。

当故事只是故事的时候，一切似乎都很简单，也并不揪心。