

Disciples' Rules



· 中华儿童背诵经典(小智童珍藏版) ·
ZHONG HUA ER TONG BEI SONG JING DIAN

中 英 文 对 照

弟子规

孙文阁 编著 梁莉 英译



内蒙古少年儿童出版社

弟子规

弟子规，圣人训。首孝悌，次谨信。泛爱众，而亲仁。有余力，则学文。
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，夏则清，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？亲恶我，孝方贤。亲有过，谏使更，怡吾色，柔吾声。
谏不入，悦复谏，号泣随，挞无怨。亲有疾，药先尝，昼夜侍，不离床。
丧三年，常悲咽，居处变，酒肉绝。丧尽礼，祭尽诚，事死者，如事生。
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，己代叫，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。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；人借物，有勿悭。
凡出言，信为先，诈与妄，奚可焉！话说多，不如少，惟其是，勿佞巧。

弟子规

刻薄语，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。惟德学，惟才艺，不如人，当自励。
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。凡是人，皆须爱，天同覆，地同载。
行高者，名自高，人所重，非貌高。才大着，望自大，人所服，非言大。
已有能，勿自私；人有能，勿轻訾。勿谗富，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，先问已，已不欲，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，礼服人，方无言。
同是人，类不齐，流俗众，仁者稀。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。
不力行，但学文，长浮华，何成人！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，功夫到，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，有缺损，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。

前 言

中国自古就重视对儿童的教育，通过这种教育，可以使儿童增长智慧，加强修养，从而使之健康成长。要完成这一目的，需要有许多启蒙教材。中国古代的启蒙教材形式多种多样，但它们都有一个共同的特点，那就是字句简单，内容通俗易懂，阅读起来琅琅上口，且容易背诵。如著名的《三字经》、《百家姓》、《千字文》等，都是具有代表性的启蒙教材。

《弟子规》是除《三字经》以外影响最大的三字句的儿童训蒙教材，由清朝的李毓秀编纂而成。它原名《训蒙文》，后经人修订，改名为《弟子规》。《弟子规》是一部以学规形式对年幼学子进行学习指导和品行修养教育的启蒙读物，全篇以儒家的忠孝思想为纲，依次讲解了如何对待父母、兄弟、长辈，如何为人处世，如何读书求学的道理。虽然其中也有封建糟粕，但更多的传统美德对于今天和谐家庭关系、优化社会风气仍起着不可低估的作用。

为了让青少年朋友了解辉煌灿烂的古代文明，继承和发扬优良的传统美德，我们对《弟子规》进行了全新的诠释，对每句话增加了讲解和能充分反映这句话主体思想的故事，配以活泼有趣的插图和通俗的英语翻译，定会增加阅读的乐趣。相信少年朋友通过对此书的阅读，一定能增长不少有益的知识，获得更多的人生启迪。

编者

2003年9月 中国 石家庄



目 录



孔子讲学	1	聂政养母	6
巧用“三余”	2	刘备教子	7
孟宗泣竹	3	陶母封鲊	8
孟母断机	4	郯子奉亲	9
黄香温席	5	董卓的恶行	10

王祥卧鲤	11
苦心劝父	12
闵子骞谏父	13
汉文帝侍母	14
孝感动天	16

孔融让梨	17
重义轻财	18
信陵君敬老	19
杜环代人养母	20
贤明的妻子	21



圯桥进履	22	温公警枕	28
汉惠帝敬老	23	结缨而死	30
王生结袜	24	王安石的衣着	32
代人行孝	26	服食养生	33
海神妈祖	27	张九龄的风度	35



目 录

称衡的遭遇	36
苏嘉折辕	37
不欺暗室	38
坚持改错	39
管宁割席	40
程门立雪	41
查道的信义	43
宋濂借书	44
立木为信	45
妙语救人	46



说话的艺术	47
直不疑辟谣	48
信守诺言	49
裴秀学礼	50
三年不窥园	51
兄弟学贤	52

曾子自省	53
三人行必我师	54
阮咸晒衣	55
魏征直谏	56
拒绝奉承	57
曹操割发	58
改过自新	59
打两头蛇	60
晏婴使楚	61
铁如意	62
田文不怒	63
不忘老朋友	64



目 录



不合时宜的劝说	65	曹操的宽容	71
宽厚待人	66	报德忘怨	72
倒屣相迎	67	战不旋踵	73
因骂致祸	68	将相和	74
诤友	69	感化偷牛人	75
知恩图报	70	不下拜	76

孟母择邻	77
齐桓公的教训	78
纸上谈兵	79
吴下阿蒙	80
王瞻读书	81
赵普夜读	82



王冕学画	83
王浚问疑	84
陈蕃扫屋	85
王献之学书	86
韦编三绝	88
胸怀大志	90



di zǐ guī shèng rén xùn shǒu xiào tì cí jǐn xìn

弟子规 圣人训 首孝弟 次谨信



学生有学生的规矩，这是古代圣人的教训；当学生的首先要孝敬父母，顺从兄长，其次要做事小心，说话诚实，讲究信用。

Students have their own rules. This is the lesson from ancient sages. When we are students, we should respect our parents and follow our elders. Next, we should do everything carefully, speak truthfully and keep our promises.

孔 子
讲 学



孔子是我国古代著名的教育家、思想家。相传，他最早创立私塾，招收学生。据说，孔子有三千学生，著名的有七十二人。孔子教学生，以儒家典籍《诗》、《书》、《礼》、《易》等为教材，以文、行、忠、信四项课目（即历代的文献、社会的经验、对待别人要忠、与人交往要信）作为主要的教学内容，

培养了许多人才。作为我国历史上最早创办私学的教育家，孔子留下了许多宝贵的教学经验，对今天的教育者来说仍具有积极的意义。



DIZI QIGU kong zi jiang xue



fàn	ài	zhòng	ér	qīn	rén	yǒu	yú	lì	zé	xué	wén
泛	爱	众	而	亲	仁	有	余	力	则	学	文

释义

要对大家有爱心，应该亲近道德品质高尚的人，平时有精力有时间，应该多看书学习。

He should be full of love for others and be close to those with noble moral character. With extra energy and free time, he should read and study more.

故事

巧用“三余”

三 国 时 期，有 一 个 叫 董 遇 的 人，从 小 家 里 就 很 穷，整 日 为 生
活 而 奔 波。但 是 他 只 要 一 有 空 闲 时 间，就 坐 下 来 读 书 学 习，所 以
知 识 很 渊 博，人 们 很 佩 服 他。董 遇 的 名 声 越 来 越 大，附 近 的 人 纷
纷 前 来 求 教，并 问 他 是 如 何
学 习 的。董 遇 听 了，告 诉 他
们 说：“学 习 要 利 用 ‘三 余’，
‘三 余’，就 是 三 种 空 余 时 间。
冬 天 为 一 年 之 余；晚 上 为 一
天 之 余；雨 天 为 平 日 之 余。”
人 们 听 了，恍 然 大 悟，原 来
董 遇 是 通 过 利 用 空 闲 时 间
的 学 习 来 提 高 自 己 水 平 的。



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



父母叫你，就应该赶快答应，父母有什么事要你做，不要拖拖拉拉，懒懒散散。

When called by his parents, he should answer quickly. When asked to do something by his parents, he should not be dilatory and sluggish.



mèng zōng qì zhū

孟宗泣竹



xīngchuán gǔ shí hou chǔ guó yǒu yí gè jiào mèngzōng de xiào zǐ duì mǔ qīn zhào gù de shí
相传，古时候楚国有一个叫孟宗的孝子，对母亲照顾得十
分周到。一年冬天，孟母连续几天没有胃口，身体日渐消瘦。
mèngzōng jí huài le yào qù qǐng yī shēng
孟宗急坏了，要去请医生。

mèng mǔ duì ér zǐ shuō wǒ méi yǒu bìng qí shí
孟母对儿子说：“我没有病，其实
wǒ shì xiǎng chī zhú sǔn le mèngzōng tīng hòu mǎ
我是想吃竹笋了。”孟宗听后，马
shàng pǎo dào wū hòu de zhú yuán sì chù wā jué xī
上跑到屋后的竹园，四处挖掘，希
wàng néng zhǎo dào zhú sǔn kě shì zài dōng tiān nǎ
望能找到竹笋。可是在冬天，哪
lì yǒu zhú sǔn ne mèngzōng jí dé dà kū qǐ lái
里有竹笋呢？孟宗急得大哭起来。
zhè yì kū qí jì chū xiàn le dì shàng mào chū le
这一哭，奇迹出现了，地上冒出了
zhú sǔn yuán lái mèngzōng de xiào xīn gǎn dòng le
竹笋。原来，孟宗的孝心感动了
shàng tiān tiān dì hěn pèi fu tā mǎn zú le tā de
上天，天帝很佩服他，满足了他的
yāo qiú zhè ge gù shì suí rán jù yóu shén huà sè
要求。这个故事虽然具有神话色
cǎi què biǎo míng le mèngzōng de yí piān xíng xiào zhī xīn
彩，却表明了孟宗的一片行孝之心。





父	母	教	须	敬	听	父	母	责	须	顺	承
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---



父母的教诲，一定要恭恭敬敬地听，如果父母责备你，一定是有道理的，所以你要虚心接受。

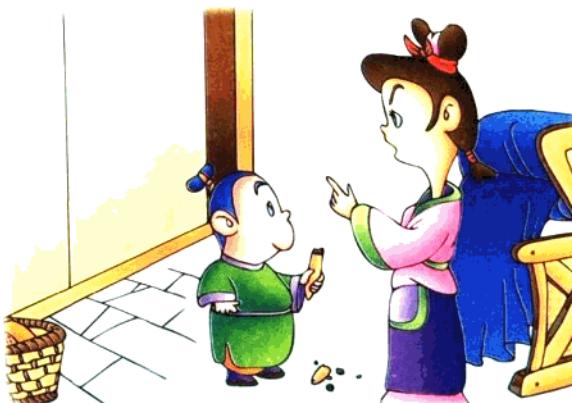
He must listen to his parents' teaching respectfully and if his parents blame him, he should accept it only for it must be reasonable.

DIZI GEMI



孟母断机 meng mu duan ji

孟子小的时候，有一
天读书厌倦了，就跑回家
里。这时他的母亲正在
织布，见他回来，突然把
织布的梭子折断，扔在了
地上。孟子很奇怪，就问
母亲为什么发火。母亲
说：“织布要一寸寸地织，
才能织成。但如果把梭子折断了，不去织它，还能织成一匹布
吗？你的学业也一样啊，你还没有学成就厌倦了，什么时候才能
成为有用之才呢！”孟子听了母亲的教诲，恍然大悟，从此发奋
学习，终于成为一代大师。





dōng zé wēn xià zé qīng chén zé xǐng hūn zé dìng
冬则温 夏则清 晨则省 昏则定



子女要孝敬父母，冬天要让他们暖和，夏天要让他们凉快；早上要恭恭敬敬地请安，晚上要替他们铺好被褥。

A child should be filial to his parents; except in summer or winter, he should not let them feel cold or hot. In the morning, he should wish them good health; in particular, he should not let them feel uncomfortable at night.



黄香温席 HUANG XIANG WEN XI

相传东汉时期有一个叫黄香的孩子，因母亲早逝，和父亲相依为命。黄香虽然很小，却知道孝敬父亲。夏天天热，每天晚上他都先给父亲扇枕席，以便父亲安歇；冬天天冷，他每天晚上都要先上床，用自己的体温把被褥焐热。黄香小的年纪，就有这样的孝心，也使他在做人、求学上有所成就。



后来他当了官，成为以孝闻名、以孝施政的榜样。后来，黄香的事迹被历代传颂，成为著名的“二十四孝”之一。

DI ZI GUI



chū	bì	gào	fǎn	bì	mian	jū	yǒu	cháng	yè	wú	biàn
出	必	告	反	必	面	居	有	常	业	无	变

释义

出门要告诉父母一声，回来也要通报一声，免得父母不放心；如果另外安家，住的地方要稳定，工作也不要随意变动。

When going out he should tell his parents. When coming back he should notify them too so as not to make his parents worried. If he settles down in another place, he should live in a fixed place and not change his job at will.

故事

**聂政
聂
政
母
女**

NIE + ZHENG + YANG + MU

niè zhèng shì zhàn guó shí qí de yí wèi dà xiá shí , hěn xiào shùn zì jǐ de mǔ qīn 。
聂政是战国时期的一位大侠士，很孝顺自己的母亲。
fù qīn qù shì hòu , tā hé mǔ qīn yì qǐ shēng huó 。 niè zhèng yīn wèi shì yí gè yǒu míng de xiá shí , suǒ yǐ cháng yǒu rén qǐng tā chū mén xíng xiá zhàng yì , dǎ bào bù píng , dàn shì yīn wèi yǒu mǔ qīn zài , suǒ yǐ yù yǒu wēi xiān de 。
父亲去世后，他和母亲一起生活。聂政因为是一个有名侠士，所以常有人请他出门行侠仗义，打抱不平。但是因为有母亲在，所以遇有危险的事，
shì niè zhèng zǒng shì kè yì huí bì yí cì 。
聂政总是刻意回避。一次，
yí wèi péng you yào tā tì zì jǐ qù bàn yí jiàn 。
一位朋友要他替自己去办一件
shì qíng niè zhèng gào su nà rén shuō xiān zài yǒu 。
事情，聂政告诉那人说，现在有
mǔ qīn zài bù néng chū qù yǐ hòu zài shuō ba 。
母亲在，不能出去，以后再说吧。
jǐ nián hòu niè zhèng de mǔ qīn qù shì ān zàng le 。
几年后，聂政的母亲去世，安葬了
lǎo mǔ niè zhèng lí kāi jiā wèi péng you bàn shì 。
老母，聂政离开家为朋友办事
qù le zhè cì chū mén hòu niè zhèng zài yě méi 。
去了。这次出门后，聂政再也没有
yǒu huí lái tā sì zài le wài dì 。
有回来，他死在了外地。



shì suī xiǎo wù shàn wéi gǒu shàn wéi zǐ dào kuī
事 虽 小 勿 擅 为 苟 擅 为 子 道 亏



释义

事情即使很小,也不要由着性子胡来,如果胡来的话,你的道德品质就会出毛病。

Even if it is a very tiny thing, he should not do it at his own will. Otherwise, his moral character will deteriorate.

LIU 劉 BEI 故事 备 JIAO 教 ZI 子

sān guó de shí hou liú bèi lín sǐ shí duì ér zǐ liú chán bù fàng xīn chū le bǎ tā tuō
三国的时候,刘备临死时,对儿子刘禅不放心,除了把他托付给丞相诸葛亮,还给他写了一封信来教育他。信中说:“勿
yǐ è xiǎo ér wéi zhī wù yǐ shàn xiǎo ér bù wéi wéi xián wéi dé néng fú yú rén.”这
以恶小而为之,勿以善小而不为。惟贤惟德,能服于人。”这



shì jiāng bù yào rèn wéi zhè jiàn shì qīng xiǎo
是讲,不要认为这件事情小,
huài shì jiù kě yǐ hú zuò fēi wéi hǎo shì jiù
坏事就可以胡作非为,好事就
kě yǐ bù zuò zhǐ yǒu pǐn dé liáng hǎo cái néng
可以不做;只有品德良好才能
ràng rén xìn fú hòu lái liú chán zài zhū gǔ
让人信服。后来,刘禅在诸
liàng de fǔ zuǒ xià shǔ guó hái méi yǒu dà de
亮的辅佐下,蜀国还没有大的
shī wù zhū gǔ liàng sì hòu liú chán kāi shǐ
失误。诸葛亮死后,刘禅开始
chóng xìn huàn guān zhú jiàn fàng zòng zì jǐ zuì
宠信宦官,逐渐放纵自己,最
zhōng shǔ guó bài cáo wéi miè diào liú chán yé
终蜀国被曹魏灭掉,刘禅也
chéng le fú lǔ
成了俘虏。



wù	suī	xǐǎo	wù	sī	cáng	gǒu	sī	cáng	qīn	xīn	shāng
物	虽	小	勿	私	藏	苟	私	藏	亲	心	伤

释义

东西即使很小,也不能偷偷私藏起来;否则,就会伤了父母母亲的心。

DI
ZI
GE

故事

陶母封



TAO MU FENG ZHA



陶侃是东晋有名的贤臣,从小就勤奋好学,而且注意人品的培养,这一切都是与他母亲的严格教育分不开的。陶侃长大后,担任了管理渔业的小官。这一年,他托人带回家一坛腌鱼孝敬母亲。母亲却把鱼封好让人退回去,并且给他写了一封信说:“你是国家的官吏,怎么能用公家的东西孝敬母亲呢?这是为政不廉啊!”此事虽小,却可以看出陶侃的母亲教子严格。陶侃始终不忘母亲的教诲,最终成为晋朝著名的清官。





qīn suǒ hào lì wèi jù qīn suǒ wù jǐn wèi qù
亲 所 好 力 为 具 亲 所 恶 谨 为 去



父母亲所喜欢的东西，要尽力为他们准备好；父母亲所讨厌的东西，要小心为他们拿掉。



故事 TAN ZI FENG QIN 翁子奉亲

郯子是古代的一位大孝子，对父母特别孝顺。父母的年纪大了，身体不好，郯子便精心地照顾他们。这一天，郯子的父母想喝鹿乳，郯子就到山上去，想尽办法来获取鹿乳。山上鹿

虽然不少，却难于接近，为了得到鹿乳，郯子只好披上鹿皮混在鹿群中。郯子的耐心获得了回报，终于有一天，他得到了鹿乳，带回了家让父母喝了。一个猎人上山打猎，见到这件事后十分感动，于是便告诉了大家。从此，郯子鹿乳奉亲的佳话就被传颂开了。





shēn	yǒu	shāng	yí	qīn	yōu	dé	yǒu	shāng	yí	qīn	xiū
身	有	伤	贻	亲	忧	德	有	伤	贻	亲	羞

释义

要爱惜身体，遵守道德。身体有了伤痛，会让父母亲担心；道德出了毛病，会让父母亲丢丑。

He should treasure his body and observe the morals. If the body is injured, the parents will worry. If the moral character deteriorates, the parents will lose face.

故事

董卓的恶行

董卓是东汉末年的军阀，他带领军队来到国都，废掉了皇帝刘辨，另立刘协为傀儡皇帝，并从此独揽朝政。董卓专权期间，对朝廷中的大臣肆意杀戮，对天下的百姓任意欺凌。结果，他的暴行引起了人们的愤怒，朝臣王允等人联合起来，利用美人计一举将他除掉。董卓死后，他的家属也因此受到株连，当时他的母亲已经90多岁了，也被依法处死。董卓的恶行不仅使其家庭受到牵连，连年迈的老母也难逃一死，实在是可悲啊。

