

一可北大国学讲稿

丛书顾问 - 楼宇烈

田一可 - 著



田一可说 弟子规

今天你所得到的一切
都是你曾经给过这个世界的

即学即用、用即有效的国学智慧

北京大学
楼宇烈教授
周建波教授
联袂推荐



知识产权出版社

全国百佳图书出版单位

一可北大国学讲稿

丛书顾问 - 楼宇烈

田一可 - 著



知识产权出版社

全国百佳图书出版单位

图书在版编目(CIP)数据

田一可说弟子规 / 田一可著. —北京: 知识产权出版社, 2018.5
ISBN 978-7-5130-5336-5

I. ①田… II. ①田… III. ①古汉语—启蒙读物
IV. ①H194.1

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第309315号

内容提要

本书对《弟子规》中的每一句话进行详解,从生活中的点点滴滴入手,以学以致用、经典落地为根本出发点,以鲜活、生动、趣味的语言来提高可读性。作者融通古今、中西比对,以提升大家的生活智慧,让生活更美好、身体更健康、家庭更和谐、事业更长久为终极目标。希望本书能够唤醒读者的灵魂,切实、可行地改变读者的行为,帮助读者解决生活中遇到的各种困惑、问题和困难。

责任编辑: 杨晓红

责任出版: 刘译文

封面设计: 郭 蝓

田一可说弟子规

田一可 著

出版发行: 知识产权出版社有限责任公司

社 址: 北京市海淀区气象路 50 号院

责编电话: 010-82000860 转 8114

发行电话: 010-82000860 转 8101/8102

印 刷: 三河市国英印务有限公司

开 本: 787mm × 1092mm 1/16

版 次: 2018 年 5 月第 1 版

字 数: 300 千字

ISBN 978-7-5130-5336-5

网 址: <http://www.ipph.cn>

邮 编: 100081

责 编 邮 箱: 1152436274@qq.com

发 行 传 真: 010-82000893/82005070/82000270

经 销: 各大网上书店、新华书店及相关专业书店

印 张: 18.5

印 次: 2018 年 5 月第 1 次印刷

定 价: 59.00 元

出版权专有 侵权必究

如有印装质量问题,本社负责调换。

推荐序

我为什么要做这本书？



当你烦恼了、痛苦了、压力大了、郁闷了、纠结了、彷徨了、徘徊了、踟蹰了、忐忑了、生气了、不幸福了，那说明：你的智慧不能驾驭当前的形势了！

解决这个问题的唯一办法就是学习、学习、再学习！

——田一可

认识田一可老师是在 2016 年北京大学经济学院“第十五届中国经济思想史论坛暨第二届北大企业家经济文化论坛”上。当时，田一可老师应邀做了 20 分钟的主题发言，题目是《弟子规中的管理智慧》。

在这短短的 20 分钟时间里，我被他的激情所感染，被他的情怀所触动，被他的学识所吸引，被他的视野所折服。更被他的修养、气度以及对传统文化的理解和热爱所震撼，被他“我注六经，六经注我”的实践所感动！

我深深地感受到他身上有一股巨大的能量，那是一股可以把您从痛苦的深渊中拯救出来的力量，是一种能带您走入幸福生活

的力量，是一种让你理解众生之苦、悲天悯人、慈悲为怀的力量，是一种能够让你以平等、仁爱之心爱所有人的“泛爱众，而亲仁”的大爱力量！

用他的话说，他在做一件功德无量的事，那就是：传播真善美，传播正能量！

我曾经无知地认为，《弟子规》只是儿童的启蒙读物，是给孩子看的，因此，虽然生活中无数次看到过《弟子规》以及相关的书籍，却视而不见。田一可老师的这次讲座，彻底颠覆了我对《弟子规》，对国学，甚至对传统文化的认识，我才真正地发现：原来，《弟子规》可以这样解读；原来，《弟子规》是如此伟大的国学经典；原来，中华民族优秀的传统文化是如此博大、温润、谦仁、磅礴；原来，《弟子规》是给所有人看的！

会后，田一可老师送给我一张他精心录制的《田一可说弟子规》光盘。我如获至宝，迫不及待地开始学习。真的没有想到，这张小小的光盘几乎改变了我的人生轨迹。我被深深地吸引了！

在经历了反反复复近百遍的学习后，我就像被打通了任督二脉一般，对自己、对他人、对人生、对世界开始有了不一样的认识与理解，整个人仿佛进入了开悟的状态。从思想到认知，从视野到胸怀，从态度到心境，从理论到方法，我仿佛经历了恍然大悟般的改变！

我开始学会去理解自己的局限，理解别人的局限，并且，懂得了每个人的本真是善良的，但是言行却是受自己的局限所牵制，因此我懂得了包容：包容自己，包容别人。我开始认知并接纳自己的不足，同时，去体谅和宽容别人的不足，懂得了其实我们并不是完美的，我们要允许自己和他人的不完美，因此我懂得了善待：善待自己，善待他人。我开始接受无常与变化，明白了苦难对一个人的

磨练，也体会到了成长的快乐。我知道，生活的本真就是有苦有乐，苦难来时不逃避，快乐来时不执著。因此，我懂得了随顺：随顺变化，随顺苦乐。

我的生活不再被各种烦恼、痛苦、压力、焦虑……所折磨，而是专注于自己应该做的事、能做的事和想做的事。我的情绪得到了释放，我的思维得到了拓展，我的心灵得到了升华，我的精神得到了慰藉，我的生活得到了安宁。

真正的学习，不只是累积你的学识，更是启迪你的智慧；不只是丰富你的生活，更是给你面对生活的勇气；不只是给你改变的思维，更是给你行动的力量；不只是学会一套理论，而是掌握一套方法。所以，我觉得，对《弟子规》的学习，更重要的是学以致用，让思想深入精神，让理论指导实践，直至解答内心的困惑，解决生活的困境和现实的难题。

我是《田一可说弟子规》的受益者，我切身体验过这种力量的强大，所以我愿意不遗余力地去推广它、传播它，让更多的人受益！

责任编辑：杨晓红

序



华夏文明历尽磨难与辉煌，她之所以得以绵延数千年而历久弥新，则仰赖于其坚如磐石的文化根源。她发轫于河图洛书，定型于一源三流，而尤以儒家道统一宗构成了世俗哲学与伦理之主脉。

工业革命以来，世界进步的希望大多被寄托于工具革新，然而最终检验人类文明发展的标尺依然需要落实到人与人及其与天地万物之间的关系上。在日趋多元的人类社会里，以“四维”为核心的儒家思想，为我们审视现实、厘定走向未来的价值方位，一直具有重要的启示意义。

儒学文献可谓汗牛充栋，而最为脍炙人口的要数《三字经》和《弟子规》。顾名思义，《弟子规》是一套以儒家伦理为基础的道德规范。其初衷虽然是针对大众的蒙学作品，缺乏深奥的理性思辨和浪漫的个性铺张，但对于构建新时代的社会文明和组织文化，其实用价值不容小觑，一如《三大纪律八项注意》对于治理军队的作用。

一可在研读儒学经典的基础上，以《弟子规》为轴心，以弘扬传统文化为出发点，以当代组织文化建设为落脚点，形成了一种独具特色的认知框架，并开发了一套生趣盎然的讲解与传播模式，最终集成于《田一可说弟子规》，本人深感欣慰，特此表示祝贺。

刘宝成

对外经济贸易大学国际经济伦理中心

2018年3月21日

前言

当你烦恼了、痛苦了、压力大了、郁闷了、纠结了、徘徊了、踟蹰了、忐忑了、生气了，不幸福了，一定是因为你的智慧不足以驾驭当前的形势！

解决这个问题的唯一方法就是学习中国智慧。

学习中国智慧的关键是什么？

你的成功一定是一种思维方式的胜利，你的思维方式对了，不努力都在进步，你的思维方式不对，即使再努力，有可能是在不断坚持一个错误。

为什么世界上成功的人士少，平庸的人士多？

因为掌握了这种正确思维方式的人少。

所以，学习中国智慧的关键就是要找到这种正确的思维方式。

正确的思维方式是什么呢？

来自《道德经》的：反者道之动，弱者道之用。“反”就是向相反的方向选择。

人类的历史在不断地重演着，问题究竟出在哪里？

出在人的劣根性。人类自私、贪婪、虚荣的劣根性不改变，历史会不断被重演。

学习中国智慧的目的就是尽量去规避人性的这些劣根。

我提出四个问题：第一，关注人性；第二，洞悉人性；第三，把握人性；第四，超越人性。

只有把人性的问题搞清楚之后，你才能做出正确的选择，这个问题的核心就是思维方式，比如人性都有贪婪、自私这样的特点。不管是管理者，还是员工，想要获得成功，一定要学会向相反方向选择。

《论语》中讲：惠则足以使人。就是说，你给别人恩惠，别人就会听你的话，为你做事。这就利用了人性贪婪、自私的弱点。

“反者道之动”中的“反”就是反我们人性当中劣根性的东西。

本书围绕《弟子规》的 113 个修炼展开，“弟子规”这三个字就是逆人性而动的一个楷模。

生物学家告诉我们，公螳螂和母螳螂交配以后，公螳螂会被母螳螂吃掉。因为如果母螳螂不吃掉公螳螂的话，就没有足够的能量孕育下一代。

公蜂和蜂王交配之后，公蜂也会很快死掉。

但是没有一只公蜂因为会死掉而不去交配，也没有一只公螳螂因为会被吃掉而不去交配。

这说明一个问题，生物学界上一代对下一代的爱是一种本能，而下一代对上一代的爱需要修养，这就是中国的智慧。正是因为人不知道感恩的劣根性，才有了孝悌文化。

人都愿意得到别人的尊重，而不愿意放低自己。

《弟子规》中 113 个修炼、1080 个字，讲的就是关键时刻怎样放低自己，以别人为中心。

人的烦恼往往是太拿自己当回事，太不拿别人当回事。

当你放低自己，你就离成功很近了；当你放下自己，你就已经成功了。

目录

第一章 总叙

001

学问是要解决问题的。真正的学问是能解决自己的问题的。

第二章 入则孝

007

生活中没有那么多大事，都是小事。而这些小事又都是大事。把每件小事都做到位，那是不得了的事情、了不得的事情。

第三章 出则弟

065

当你烦恼了、痛苦了、压力大了、郁闷了、纠结了、徘徊了、踟蹰了、忐忑了、生气了、不幸福了，那一定是因为你的智慧不足以驾驭当前的形势！

解决这个问题唯一方法就是学习中国智慧。

第四章 谨

147

你把孔子读明白了，孔子的智慧如影随形；你把老子读明白了，老子就是你的高参。

第五章 信

181

你对别人的态度决定了别人对你的态度。今天你所得到的这一切，都是你曾经给过这个世界的，这个世界会因为你的微小改变而发生巨大的改变。

第六章 泛爱众

215

这个世界不缺乏爱，而是缺乏真正能够站在对方立场上的思考。

第七章 亲仁

263

成功的关键不在于你知道什么，不在于你能干什么，关键是看你认识谁。认识一个人，这个人便能帮你打开一个世界。你能走多远，关键看你与谁同行。

第八章 余力学文

267

成功其实很简单，关键是每天给自己一点点正能量。只要你能长期坚持下去，那么当成功来临的时候，挡都挡不住！

总叙

第一章

学问是要解决问题的。真正的学问是能解决自己的问题的。

弟子规
圣人训
首孝弟
次谨信
泛爱众
而亲仁
有余力
则学文



弟子规 圣人训 首孝弟
次谨信 泛爱众 而亲仁
有余力 则学文

《弟子规》认为，在日常生活中，首先要做到孝顺父母，友爱兄弟姐妹。其次要小心谨慎、讲信用；和大众相处时要平等博爱，并且亲近有仁德的人，向他们学习。这些都是很重要、非做不可的事。做好了这些之后，如果还有多余的时间和精力，就应该好好学习六艺等其他有益的学问。

而我们现在的教育体制则正好相反，是以学文为主。这样问题就出现了：学校教育出来的学生往往是有文凭没水平，有学历没能力，有知识没智慧。

北大的梁漱溟先生曾经说过一句话：学问是要解决问题的。真正的学问是能解决自己的问题的。

我们学习《弟子规》是学习什么？不是学知识，而是学素质。

什么叫素质？言谈举止、行走坐卧、穿衣戴帽、待人接物中的每一个细节所表现出来的素养。

一个人有没有水准，从最简单的日常行为中就可以看出，比如从你的坐姿，你的一言一行中，就能知道你有没有素质。不经意间的一个声音、眼神、行动，可能就暴露了你的教养。这就是学习《弟子规》的原因。

人人都想成功，但是，成功的核心是什么？

做销售的难道就是卖产品吗？不是。销售卖的其实是你这个人，卖的是你给别人的安全感。怎样才能让对方有安全感，让对方欣赏你呢？关键就是你的言谈举止、行走坐卧、穿衣戴帽、待人接物是否能让人舒服。

在学校里学习的是知识，这本书教你的是素质。一定要先把素质提上去，知识才有用！

如果没有素质和道德做支撑，知识越多，技术越高超，对世界的伤害可能越大。

有一个乌鸦要搬家，喜鹊问它为什么又要搬家。乌鸦说：“这里的人不喜欢我，我要换一个地方。”喜鹊说：“你若不改变自己的声音，到哪里都不会有人喜欢你。”

《弟子规》就是告诉大家如何改变自己，如何修言、修行、修德、修心。

修到什么程度呢？会说话，会办事，会在关键时刻做出正确的选择！（当我们面对困难、面对责任、面对利益、面对成绩的时候，都能够做出正确的选择。）

《弟子规》真正核心的东西就是告诉你，要做一个有德行、有素质，全方位的人。只要你的素质上去了，其他的问题都不是问题。

这本书的终极目标是想告诉你：不要光想着利己。记住：沾光不沾光，吃亏不吃亏，好人好自己，坏人坏自己。

所谓“反者道之动”，就是越想索取的时候越要给予。

《史记·管晏列传》上说：“知与之为取，政之宝也。”给予是最大的索取，舍是此生最大的得到。只有先给予别人，这个世界才会以同样的态度回报你。

你对别人的态度决定了别人对你的态度；你的微小改变能让这个世界发生巨大的改变；今天你得到的一切都是你曾经给过这个世界的。

人生就是一个自我不断修行、不断完善的过程。要知道什么时候该说，什么时候不该说；知道说什么；知道说到什么程度；知道什么时候、以什么方式、以什么样的速度出现在领导面前；知道以什么样的态度面对客户；知道以什么样的心态面对你的家人……

《大学》中讲：自天子以至于庶人，一是皆以修身为本。这句话说得特别到位，也是我们这本书核心的主题。

我们不能改变这个世界，但是，我们要把握自己。真正的领导才能不在于你能领导多少人，而在于你是否可以有效地管理自己。其实，你高兴，这个世界就高兴；你怎样，这个世界就怎样。你就是这个世界的轴心。

一位西方的宗教大师说过，他在18岁的时候曾经想改变整个世界，但是，十年过去了，他没有实现他的愿望。后来他缩小了范围，说要改变他的国家，经过20多年的努力，他没有做到。后来他继续缩小范围，说要改变他的家乡，10年过去了，他依然无能为力。最后，他说要改变他的家人。但是，他的家人也拒绝他的改变。

记住：你的改变会让你周围的环境发生改变。你冲着他笑，他也冲你一笑；你给他一巴掌，他也会给你一脚。

这位宗教大师临死前说了这样一段话：如果我在18岁的时候开始好好修行，改变自己，也许会影响我的家人，也许继而可以影响我的家乡，甚至可以影响我的国家，最后可能真的会改变了整个世界。

学习《弟子规》，就是在为改变这个世界做出你应有的贡献。