

# 誠敬教育月刊

《第一期》

## 本期提要

信 息 公 告	答 疑 解 惑	心 得 交 流	中 華 寶 藏	經 典 故 事	每 周 經 典	講 課 菁 華	每 周 一 字	經 典 讀 誦
------------------	------------------	------------------	------------------	------------------	------------------	------------------	------------------	------------------

创刊号:CHJ\_2005001 杂志下载 

## 經典誦讀

### 《弟子規》

總 叙

弟子規 聖人訓 首孝弟 次謹信 泛愛眾 而親仁 有余力 則學文

入 則 孝

父母呼 應勿緩 父母命 行勿懶 父母教 須敬聽 父母責 須順承

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 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 祭竭诚 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	勿轻誉
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

命自我作 福自我求

心好命又好 富贵直到老	命好心不好 福变为祸兆
心好命不好 祸转为福报	心命俱不好 遭殃且贫夭
心可挽乎命 最要存仁道	命实造於心 吉凶惟人召
信命不修心 阴阳恐虚矫	修心一听命 天地自相保

每周一字

TOP

金文

小篆

隶书

楷书

行书

会意，形声字

解：金文“孝”字，为子承老形。小篆之孝，从老的上半部分，从子，意谓子背着父母，意即子能承其亲，并能顺其意。故其本意作「善事父母者」，此之谓孝。

其义有：

- 1.善事父母之道曰孝。如《孝经·开宗明义》「夫孝，德之本也。」
- 2.善事父母之人曰孝。如《汉书·武帝纪》「兴廉举孝」
- 3.居丧曰孝。如守孝、在孝。
- 4.奉养、孝顺曰孝。如《礼记·祭义》「内则孝于亲」。

5.服父母与祖父母之丧的曰孝。如孝媳、孝孙。

6.能继先人之志也。如《中庸》「夫孝者，善继人之志，善述人之事者也。」

「孝」，上为老、下为子，是上一代与下一代，融为一体，称之为孝。

子女从父母那里承传血脉和家训，子女之身，就是父母的分身，不孝父母就失去了自身的大根大本。故古云：「孝乃天经地义」。

《诗经·蓼莪》写道：「父兮生我！母兮鞠我！拊我畜我，长我育我；顾我复我，出入腹我。欲报之德，昊天罔极！」。

因此，身为子女，如何行孝，是我们每个人不可不知的。

孝经云：「身体发肤受之父母，不敢毁伤，孝之始也。」故为人子女，欲行孝，应先从爱护自己开始，不要让父母为我们身体的病患而担忧；更要记得「德有伤，贻亲羞」的警言，在自己的品性上，严于律己，不做不仁、不义、无信、无礼的事，以德润身，奋发向上。勿让父母为我们操心、蒙羞，此乃孝顺第一步。

人之行孝，不能离开敬。孔子曰：「盖犬马皆能有养，不敬何以别乎？」孝养父母，没有一定的形式，但皆要出自敬爱之心。想想我们自己，

从小对父母的教诲，是不是恭敬听受？

小时候，父母把最好的食物，留给我吃；现在，最好的食物，记得请父母先吃了吗？

家中最好的房间是否敬给父母居住？他们的衣食住行经常关心吗？

父母交待的事情，可曾尽心尽力办好？

父母有病时，能不能尽力侍奉，想方设法减少他们的病痛？

远游在外，已经多久没有向家里问候、回去探望了呢？

……

更进一步，如果能将孝敬双亲的心，扩大到对所有的师长、宗亲；如果我们还能在立身行道方面有所努力、贡献，让父母宽慰，使他们一生的辛勤没有白费，这就是古人所谓的「光耀门楣」，「孝行」至此就更加圆满。

「孝，乃百行之本，众善之初也。」孝不分老少、富贵贫贱，是人人可行可做的。愿我们能牢记这些话。及时把握行孝的机会，切莫等到「树欲静而风不止，子欲养而亲不待」的悲恸，至此追悔已迟。

如欲多明白孝亲的道理，请听德育故事“孝”的部分。

## 講課菁華



 白居易参访鸟巢禅师，请教说：「什么是佛法？」

鸟巢禅师答曰：「诸恶莫做，众善奉行。」

白居易言：「三岁小孩都知道。」

鸟巢禅师笑答：「八十老翁做不得。」

透过这个对话，我们可以体会其中的深意：学问重在力行。中国圣贤的经典是拿来自己照做的，这才是真功夫，不是用来要求别人的。

 做到后再说，是圣人。

说了以后就能做到，是贤人。

说了以后做不到，是骗人。

 爱的反面是冷漠。自己要先关怀别人，尊重别人，主动付出后人生会有大的变化。

 子曰：不学礼，无以立。一个孩子从小对长辈不恭敬，长大会恭敬吗？

人生的经历告诉我：有礼貌是人生的莫大助力。

 从真诚心里表露出的言行是不朽的。

 「为他人着想」是世间第一等学问。

 范仲淹家训：圣哲人的后代，做得好是应该的，做不好，是对不起祖宗。同样，我们作为炎黄子孙，承传优秀的传统文化是我们义不容辞的使命。莫要等到50年后，美国的学者到我们的大学里，为我们讲授「什么是中国文化」。

 没有比不念亲恩、祖宗恩、师恩，更折损福报的了。祖先的教诲念念都在提携子孙后代。

 什么样的人才是中国人？是血统重要，还是思想观念重要？扪心自问，我们的脑子里装的究竟是什么？……也许五十年后，会有一场国际诉讼：韩国人说：孔子是韩国人的祖先。中国人不答应。然而，审判官手头的证据确凿：韩国人突出的表现是孝养父母、礼敬他人。而中国年轻人崇尚的是把头发染成多种颜色，喜欢麦当劳、肯德基。

🌸 人之所以为人是因为有仁、义、礼、智、信。努力会有结果，但不一定是好结果。因此在努力之前，人生最难、最重要的是要做出正确的抉择，选择好正确的努力方向。

🌸 正确抉择的前提是拥有理智的判断力；理智的判断力又是人智慧的体现；而这智慧的源泉就是 古圣先贤的经典。我们怎么能不立志学好圣贤的教诲啊！

## 🌸 每周經典



行道中庸 方是懿德

[原文]

清能有容，仁能善断，明不伤察，直不过矫。是谓蜜饯不甜，海味不咸，才是懿德。

[译文]

清廉纯洁而有容忍的雅量，心地仁慈而又能当机立断，精明而又不失之于苛求，性情刚直而又不矫枉过正。这种道理就像蜜饯虽然浸在糖里却不过分的甜，海产的鱼虾虽然腌在缸里却不过分的咸，一个人要能把持住这种不偏不倚的尺度才算是为人处事的美德。

## 🌸 經典故事



### 影响一生的教诲

你看，范仲淹一生以道义存心，范仲淹对于人的影响消失了没有？没有。所以我这一生，在念高中的时候，只读懂了两句话，第一句叫「先天下之忧而忧，后天下之乐而乐」。人很奇怪，对文言文都没啥兴趣，结果突然读到这一句的时候，好象被电到了，就肃然起敬。但是后面老师又没有讲他的故事给我，所以我电了之后，电压、电流不够，就摔下来了。

第二个是在《出师表》里面，孔明说的，「鞠躬尽瘁，死而后已」，我又被电到一次。后来又被电得更严重，因为我去买了《三国演义》来看。《三国演义》后半段演孔明，非常感人。看到他连命都快没有了，还在为国家操心，还在把他的一些智能，希望能够传下去，一边写字，一边咳嗽。你们有没有看过这一篇？有。结果他的士兵端饭进来，他越吃越少，到最后连饭都吃不下。我看到这一幕的时候，眼泪哗啦啦止不住。后来我就想，我一定是那个送饭的士兵，不然我为什么对这一幕感觉这么强烈？

所以你看，圣哲人的风范，是亘古流传。我那时候，我刚到海口，海口出了一个圣哲人叫海瑞。所以我就骑着脚踏车，其实为什么一开始，骑脚踏车呢？因为路都不熟，你坐公车，速度太快了，骑脚踏车认路比较简单，就骑着脚踏车，到海瑞墓去。一进去，那个气氛很庄严肃穆，看到两行字，「粉身碎骨全不顾，只留清白

在人间」。这位圣哲人，用其一生演出了什么德行？八德里面最明显的是什么？廉洁这个「廉」字。

结果我就去看他的一些人生的经历，刚好有一幅画是画他家里的情况。结果，那一幅画，他们家一进门挂着两行字，「居庙堂之高，则忧其民，处江湖之远，则忧其君」。这两段话是哪一位贤人讲的？范仲淹。这两幅话，在宋朝的时候传下来，而海瑞是明朝末年的官。所以范仲淹，用道义做出来的事，影响了多少人？不计其数。多少的这些清官，都以范仲淹为榜样。我们用道义做出来的事，绝对不会毁灭，而且会长久流传下去。所以人生要走这种路，才有价值。

文天祥说的，「人生自古谁无死，留取丹心照汗青」。什么是丹心？诚。什么是汗青？汗青是史册的意思，历史。我们用我们的真诚心来写历史，写哪一本历史？写你自己的这一本历史，你所走过的路，有没有觉得很值得？有没有觉得对自己也很尊敬？再来，除了写自己这一本历史之外，还要写哪一本？这一位老师说的，为中国人写历史，来掌声鼓励。太好了，都能为国为社会。

从我们身旁当中，哪一些历史我们要好好去写？有没有在我们的孩子的历史里面，写下一篇很用心的诗篇？写下一篇，可以让他影响他一生深远人格的，这一些教诲，这个很重要。有没有在我们父母的历史当中，写下一篇我们孝子应该留下的痕迹？有没有在我们的另外一半的历史当中，写下「夫义妇听」的这一段历史？写下夫妻胼手胝足，一起共患难的这一段历史？所以这一句话，不是只有文天祥用得上，我们每一个人时时刻刻，能够对照自己的心去看。有没有用道义，不断地在你的人生当中，写下可歌可泣的历史。

## 龙藏精句

1. 心通神会。见谢疑亡。了物我于一如。彻古今于当念。（《护法论》宋丞相无尽居士张商英述106册 438-462页）
2. 立事不失道德。犹调弦不失宫商。天道法四时。人道法五常。（《佛祖历代通载》华亭念常集 107册 791-1202页）
3. 老子曰。上士闻道勤而行之。中士闻道若存若亡。下士闻道而大笑之。（《佛祖历代通载》华亭念常集 107册 791-1202页）
4. 夫道也者神用之本也。师也者教诰之本也。父母也者形生之本也。是三本者天下之大本也。（《辅教编卷下》契嵩法师 104册1015-1020）
5. 三皇治天下也善用时。五帝则易以仁信。三王又更以智勇。盖风气随世而迁故。为治者亦因时而驭变焉。（《重刻护法论题辞》宋濂106册 434-435页）
6. 正君臣。亲父子。厚人伦。儒吾之师也。（《宗镜录序》吴越国王钱俶103册，11页）
7. 明主以孝慈治天下。则赤乌翔而老人见。以仁德育万物。则醴泉冽而嘉禾茁。（《佛祖历代通载》华亭念常集 107册 791-1202页）

8. 忠出于孝，而始于事亲。（《憨山大师梦游集》福善日录 道炯编辑112册77-78页）

9. 大道一言而天下悦。（《佛祖历代通载》华亭念常集 107册 791-1202页）

## 心得交流



### 学员的心声

莲 婴

第八期汕头培训班结束了，我们的身心还沉浸在无比的喜悦之中。

几天来，恩师的每一句直指灵魂深处的话语、义工们每一次无私的奉献、学友们每一个真诚的笑容、会场里每一阵会心的笑声和每一滴忏悔的眼泪，总在我们的心中不断地回荡。

蔡老师在讲课时常常提到有些学员对老师说：「《弟子规》很好，但是……没办法做到。」每当老师说到这里，我的脸就发烫，因为这正击中我的要害：这说的不就是我吗！记得以前有朋友送我记录自己每天善恶的《功过格》时，我甚至不愿仔细看，连连拒绝说：「很难做到，很难做到。」我没有直面自己错误的勇气和信心。

现在我明白了，没有希圣希贤的信心，则无论如何努力都达不到理想的终点。没有对坏习气赶尽杀绝的决心和勇气，则身心难安，寸步难行。舜何人也，余何人也，有为者，亦若是。当我们满怀信心、勇气，开始在道德学问提升的路上迈出小小的一步时，就会发现：其实，改过并不难。

聆听老师的教诲后，我的行为也有了一点点变化。一早起来，我会把被子叠得整整齐齐，会端一杯水给妈妈喝，会对保姆阿姨生起恭敬，下车时会说「的士」司机说谢谢……。这些都是我从前难以做到的。不可思议的是，女儿也不知不觉变得更乖巧、听话。原来，周围的全部问题都来自自身的错误。

11月10日晚培训班结束了，当我们走出大门，看到已经连续讲课8、9个小时的蔡老师、邵老师、李老师，正站在门口等着和我们300多人一一握别时，热泪顿时从我们的心底滚滚涌出。我们不忍啊，「敬爱的恩师，您太累了、太累了」。当您用那婴儿般真诚的笑容在我们心底刻下永生难忘的印记，当您拥抱着来听课的中学生，拍着他们的肩膀说「加油，努力」的时候，我们知道您也不忍啊，不忍我们继续迷惑颠倒，不忍我们误入歧途。六天来，您的每一句话，直指我们灵魂深处，启发我们的自性，开启我们的良知；您的每一节课，都让我们流出忏悔的眼泪，也让我们感受到学习的无比喜悦。您是用燃烧自己的光芒来点亮我们的心灯。

培训班虽然只有短短的几天，我们的学员也只有300多人。但只要每个人从自己做起，力行《弟子规》，把德行教育的波传给每一个家庭成员，每一个同学、同事，每一个朋友，乃至每一个陌生人，我们的社会终将成为美好的「大同世界」。

「昨日种种譬如昨日死，今日种种譬如今日生」。从这里出发，至诚、力行，向着理想的目标，永不停步。

## 答疑解惑



### qu-01 如何教孩子把孝道、师道落实在生活中？

我们海口有几位老师，他们全校在推广孝道、师道的时候，很多的同事经过他们班级的时候，都觉得学生特别有礼貌，而这些班级的家长都打电话到学校去说，孩子成长很多，尤其特别在孝顺方面进步特别大。

另外一位王老师在海南师范院校附属小学当老师，他一开始推广的时候，每天早上都是他最早到学校。一到教室之后，马上打开《弟子规》，打开《孝经》，开始读诵，确实实是以身作则。所以他的学生一进教室里来不会拖拖拉拉的。不会还在那边吃他的早餐。一进门就感受到老师好学的态度，这个朗朗的读书声马上就让他的心定下来，也跟着老师一起齐读，所以他们班的进步也特别快。而孩子接受圣贤教诲之后，存心非常良善。

刚好今年三八妇女节，他的学生来跟这位王老师说：老师，我们决定每个人买两朵花。老师就问了：为什么要买两朵花？他就跟老师讲，他说：老师，一朵要送给母亲，一朵送给学校的女老师。他的老师一听很高兴，自己都没想到，还是学生想到的。其实孩子在落实《弟子规》的教诲，孝道，‘入则孝’，‘亲所好，力为具’，而且念念不忘母亲的辛劳，也能想着老师对他的辛劳跟教诲。所以那一天他们班的学生就在全校拿着花到处送，在送的过程，他们校长是一位女校长，看了之后很感动，还亲自到他们班上肯定学生所做的一切，讲的过程因为太感动了，这位女老师眼泪都掉下来。学生真正身体力行去感恩父母，感恩老师的过程，他自己的内心会觉得很有充实，觉得很踏实，因为他在做他应该做的事。

有一个孩子，一个男同学，拿花去送一位女老师，回来之后很高兴，就跑去跟他们老师说，他说：老师，我送出去的时候，看到这位女老师的笑容，我的内心非常喜悦。这老师接着问他：你在这个时候体会到什么？这个孩子说：我体会到施比受更有福气。所以这一种帮助别人的喜悦，体贴别人的喜悦，绝对不是课本里面教出来的，而是亲身去做之后体会到的。所以我们老师也好，家长也好，要让孩子懂得去付出，懂得去关怀，他才会感受到付出跟关怀别人的喜悦在哪里。

### qu-02 要从小养成孩子节俭的品行。

我们来看一下，西方人觉得小孩子让他玩个够，想要什么就给他什么，当这种方式一下去，下一代绝对会很花钱，花钱的都不知道赚钱的辛苦，有没有道理？

而下一代真正养成会花钱的习惯的时候，很不容易改。所以由俭入奢易，由奢侈要入到节俭相当困难，所以这个都没有去思考到，觉得孩子要什么就给他什么。所以现在很多的年轻人，十多岁都还没入社会，那卡不知道刷爆几张了，比方说这张卡最多可以刷一万，他就把它刷爆，然后又去请另外一张，还没赚钱就这么会花钱，而且还没进入社会，他的社会信用就已经不知道破坏得多严重了。为什么他明明知道他的社会信用会被破坏，但是他还是要去刷？他的欲望打开了，控制不了。所以中国圣贤人很清楚，欲望一定要节制。要从小养成他节俭的品行。

「诚敬教育網路學院」成立緣起：

《礼记·学记》云：「建国君民，教学为先」。中国自古就是崇尚教育的国家。在四千五百年的历史长河中，无论时代如何变迁，传统教学的总纲领始终为世代子孙所尊奉。因为传统的教学纲领是顺乎自然法则的教诲，是人伦本性的圣哲教育，有着历久弥新、真常不衰的生命力。

在科技飞速发展的当今，我们看到了世界冲突日益加剧、社会动荡、人心趋恶，道德式微。深究其因，是近百年来，只偏重于科技知识的灌输，而忽略了化育人心的传统伦理道德教育。

科技对人类有巨大的影响力。由道德仁人来主导时，必定顺应自然的法则，利益人民、和谐地球的生态，营建人类幸福美好的生活。反之，被无理性道德者所利用，其巨大的杀伤力和对整个人类生存环境的破坏都是难以预估的。

人是社会发展的主导。而人所受的教育又是把握发展方向的关键。在全球化的今天，人类若想生存下去，恢复伦理道德教育实为迫在眉睫的大事。同时，我们每个人要想走幸福光明人生之路，也必靠传统文化的教导。

所幸的是，炎黄子孙有历代的古圣先贤可以仰赖，有世代相传的经典可以学习，有祖先的教诲可以力行履践，在圣贤光芒的照耀下，我们定能使人心向善，社会和谐，国泰民安。不仅如此，我们还要将中国「仁爱和平」教育的宝藏奉献给全人类。因为「大道之行也，天下为公」是我们中国人博大的胸怀。

我们谨以无比谦敬之心，开办《诚敬教育网络学院》，恭请圣贤的德教淳化人心、养正孩童、和睦家庭、美善社会，和平世界。借助现代工具将现有网络的文字（教材）与影音（讲演画面）合为一体，如同「网络电视台」，为世界各地真正有志于学习中国传统文化的志士仁人，提供一个方便快捷，随时随地不受时空限制的网络学习环境。

本网络学院秉承“学为人师，言为世则，行为世范”的教学宗旨。我们诚挚地欢迎各界人士前来学习，无需报名注册交费。大家可以根据自身情况，参考《每日课程》安排，循序渐进，学院课业就是着重在心灵的净化、身体力行，将所学落实在日常生活工作与处世待人接物之中。在学而时习中，您必有喜悦、体悟的心得。欢迎家庭一起学习，学校、企业、团体共同来学习。

我们期盼着在这个宽阔无界的学院中，与您一同学习、成长，携手迎向人生幸福美满的光明未来，将璀璨的华夏文化承传光大，再造社会安定、人类和谐的坚实之基。

诚敬教育网络学院 谨誌

《大方广公益文化网》网址：<http://www.dfg.cn>

《大方广公益文化网》网址：<http://www.dfg.hk>

《诚敬教育網路學院》网址：<http://www.dfg.cn/gb/chengjing>



大方广网站  
网站导航 - 联系信箱  
北京大方广文化公益部 恭制

