《弟子规》教学读本

初级一

正道文化◎编著
陈禹达◎绘



北京日报出版社

《弟子规》教学读本

初级一

正道文化◎编著　陈禹达◎绘



北京日报出版社

上篇

目录

孝顺 …… 5
问安　问好
兄友弟恭 …… 7
敬重哥哥姐姐，是理所应当的
诚实善良 …… 9
妈妈您辛苦，让我帮帮您
恭敬 …… 11
行立坐卧有威仪
懂礼貌 守规矩 …… 13
好孩子懂礼貌
勤俭惜福 …… 15
节约用水，随手关水龙头
谦卑宽容 …… 17
不用谢，不客气
感恩 …… 19
记得父母的生日，祝爸爸妈妈生日快乐
欢喜 …… 21
爱
立志 …… 23
我要做个好孩子
惜时 …… 25
一生之计在于勤
实践 …… 27
不乱丢垃圾，维护清洁卫生



下篇

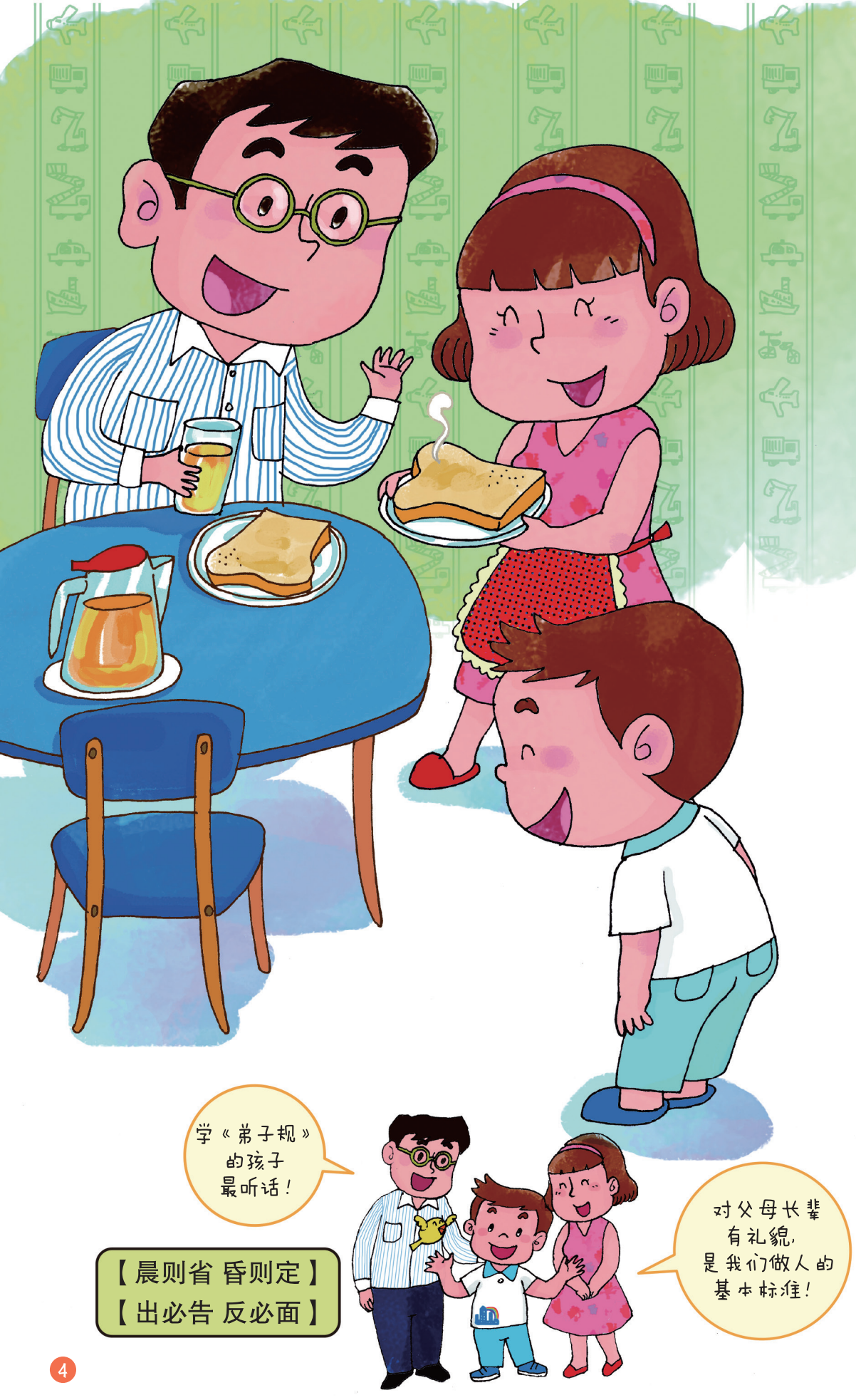
目录

孝顺 …… 29
爸爸您好，爸爸您辛苦了
兄友弟恭 …… 31
爱护弟弟妹妹，是哥哥姐姐的责任
诚实善良 …… 33
不撒谎的人，才会得到信任
恭敬 …… 35
恭敬师长
懂礼貌 守规矩 …… 37
遵守交通规则
勤俭惜福 …… 39
自己的事情自己做

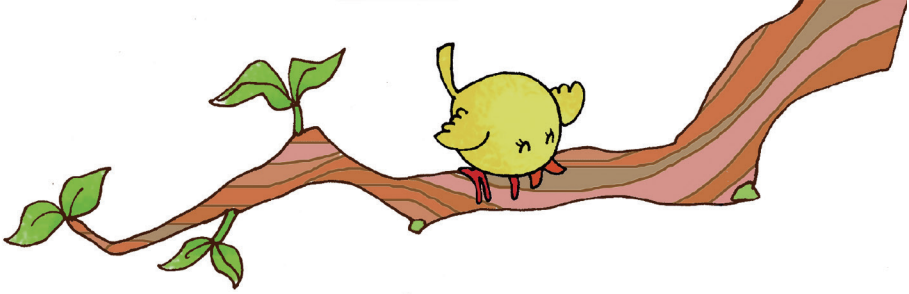


谦卑宽容 …… 41
学会原谅别人，朋友多，心情好
感恩 …… 43
饭前感恩
欢喜 …… 45
同学相处，吃亏谦让心快乐
立志 …… 47
我要做个孝子
惜时 …… 49
《明日歌》〔明〕文嘉
实践 …… 51
学圣贤，学一条，做一条，学了要能真做到





【晨则省 昏则定】
【出必告 反必面】



xiào shùn
孝顺

wèn ān　　wèn hǎo
问安　问好

bǎo bao qǐ de zǎo　gōng jìng wèn ān hǎo
宝宝起得早，恭敬问安好。

bà ba mā ma zǎo shàng hǎo　zuó wǎn shuì de hǎo bu hǎo
爸爸妈妈早上好，昨晚睡得好不好？

bǎo bao shàng xué xiào　huī shǒu mī mī xiào
宝宝上学校，挥手眯眯笑，

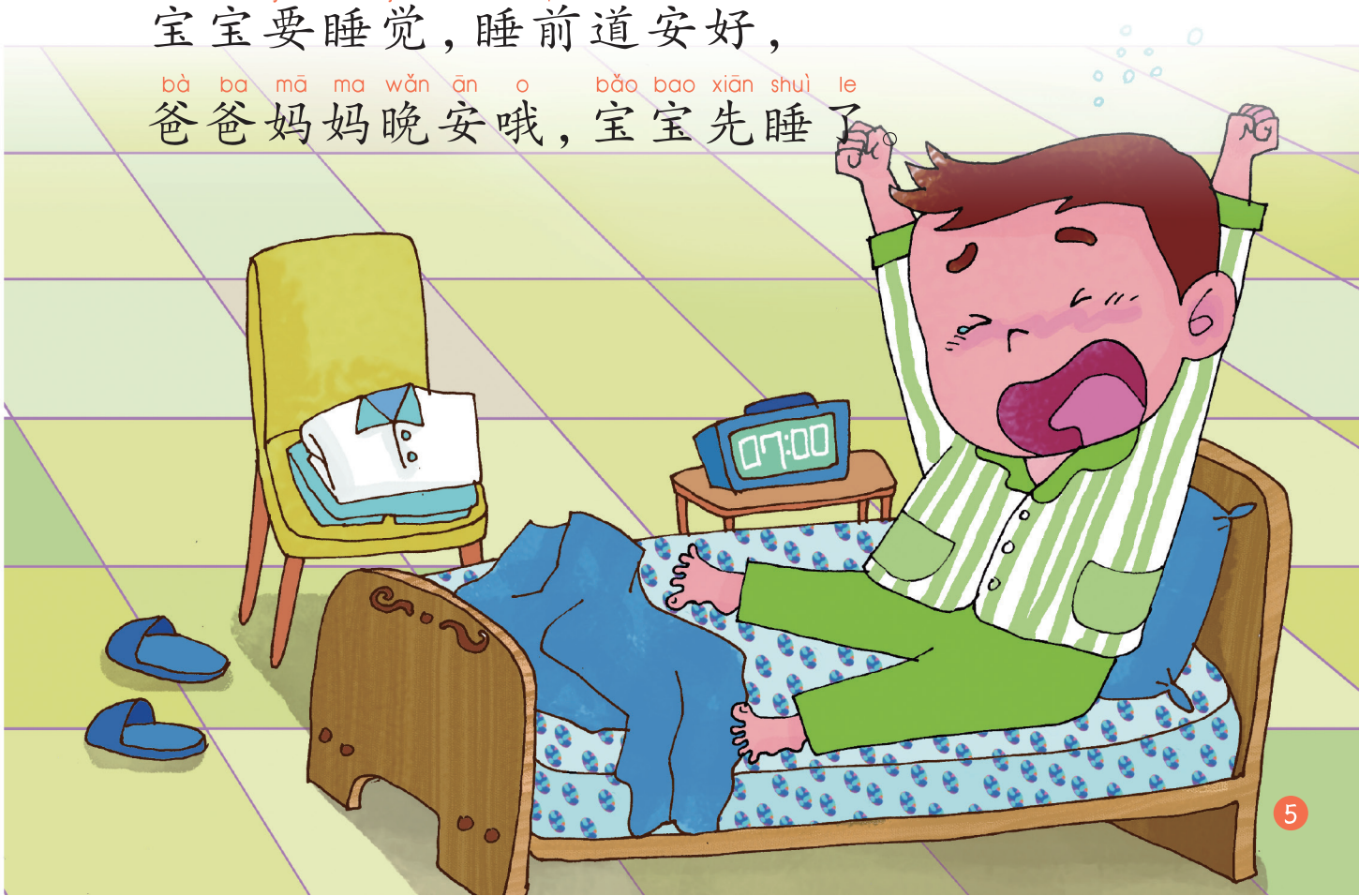
bà ba mā ma zài jiàn le　bǎo bao shàng xué le
爸爸妈妈再见了，宝宝上学了。

bǎo bao fàng xué le　huí jiā xiān wèn hǎo
宝宝放学了，回家先问好，

bà ba mā ma nǐ men hǎo　bǎo bao huí lái le
爸爸妈妈你们好，宝宝回来了。

bǎo bao yào shuì jiào　shuì qián dào ān hǎo
宝宝要睡觉，睡前道安好，

bà ba mā ma wǎn ān o　bǎo bao xiān shuì le
爸爸妈妈晚安哦，宝宝先睡了。





【弟道恭】

xiōng yǒu dì gōng
兄友弟恭

jìng zhòng gē ge jiě jie shì lǐ suǒ yīng dāng de
敬重哥哥姐姐，是理所应当的

gē ge jiě jie duì wǒ hǎo, wéi dì lǐ yīng jìng xiōng zhǎng,
哥哥姐姐对我好，为弟理应敬兄长，

kǒng róng sì suì néng ràng lí, jìng ài xiōng zhǎng měi míng yáng。
孔融四岁能让梨，敬爱兄长美名扬。





【入则孝】

chéng shí shàn liáng

诚实善良

mā ma nín xīn kǔ ràng wǒ bāng bang nín

妈妈您辛苦，让我帮帮您

mā ma mā ma zhēn xīn kǔ máng wán gōng zuò máng jiā wù

妈妈妈妈真辛苦，忙完工作忙家务。

mā ma qǐng nín xiē yi xiē ràng wǒ guò lai bāng bang nín

妈妈请您歇一歇，让我过来帮帮您。

mā ma nín láo lèi bāng nín chuí chui bèi

妈妈您劳累，帮您捶捶背。

mā ma nín kǒu kě bāng nín duān bēi shuǐ

妈妈您口渴，帮您端杯水。

mā ma wèi jiā qín cāo láo wǒ yào nǔ lì bào dá nín

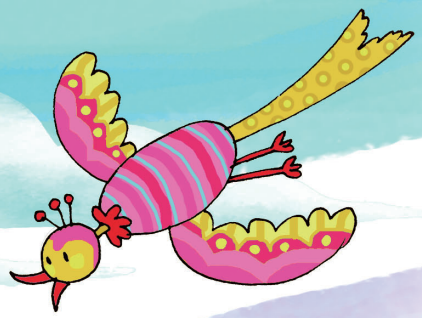
妈妈为家勤操劳，我要努力报答您。





常礼举要

居 家： 立不一足跛，坐勿展脚如箕，睡眠不仰不伏，右卧如弓。



gōng jìng
恭敬

xíng lì zuò wò yǒu wēi yí
行立坐卧有威仪

lì rú sōng zuò rú zhōng
立如松，坐如钟。

xíng rú fēng wò rú gōng
行如风，卧如弓。







常礼举要

会 客： 见先致敬。及门先趋，为客启阖。入门必为客安座。主人必下座，举杯让茶。客去必送致敬。

对 众： 他人正谈话，不在中间插言。不高声喧哗扰乱他人视听。

【长呼人 即代叫 人不在 己即到】

【称尊长 勿呼名】【人不闲 勿事搅】

dǒng lǐ mào shǒu guī ju
懂礼貌 守规矩

hǎo hái zi dǒng lǐ mào
好孩子懂礼貌

jiā yǒu ā yí lái jū gōng wèn shēng hǎo
家有阿姨来，鞠躬问声好。

mā ma dào chá wǒ ràng zuò dà rén shuō huà wǒ bú nào
妈妈倒茶我让座，大人说话我不闹。

ā yí yào gào cí sòng kè dào mén kǒu
阿姨要告辞，送客到门口。

jū gōng shuō zài jiàn ā yí nín màn zǒu
鞠躬说再见，阿姨您慢走。





【便溺回 辄净手】

qín jiǎn xī fú

勤俭惜福

jié yuē yòng shuǐ suí shǒu guān shuǐ lóng tóu

节约用水，随手关水龙头

yào xiǎng xì jūn yuǎn lí wǒ fàn qián biàn hòu yào xǐ shǒu

要想细菌远离我，饭前便后要洗手。

tiān rán zī yuán zhēn bǎo guì jié yuē yòng shuǐ bú làng fèi

天然资源真宝贵，节约用水不浪费。





常礼举要

处 世： 施恩求忘。

【凡是人 皆须爱】【己有能 勿自私】

qiān bēi kuān róng

谦卑宽容

bú yòng xiè bú kè qi

不用谢，不客气

bāng zhù bié rén yào jī jí bù tú huí bào bù tú míng

帮助别人要积极，不图回报不图名。

tā ruò chéng xīn lái xiè wǒ xiào zhe huí dá bú kè qi

他若诚心来谢我，笑着回答不客气。





【恩欲报 报恩长】

gǎn ēn
感恩

jì de fù mǔ de shēng rì zhù bà ba mā ma shēng rì kuài lè
记得父母的生日，祝爸爸妈妈生日快乐

gǎn xiè mā ma bǎ wǒ dài dào zhè ge měi lì de shì jiè
感谢妈妈把我带到这个美丽的世界，
gǎn xiè bà ba mā ma de yǎng yù zhī ēn
感谢爸爸妈妈的养育之恩，
zhù bà ba mā ma jiàn kāng cháng shòu
祝爸爸妈妈健康长寿。





【弟子规 圣人训 首孝弟】【泛爱众 而亲仁】
【事诸父 如事父 事诸兄 如事兄】【凡是人 皆须爱】



huān xǐ
欢喜

ài
爱

wǒ ài bà ba mā ma wǒ ài lǎo shī zūn zhǎng
我爱爸爸妈妈，我爱老师尊长。

wǒ ài xiōng dì jiě mèi
我爱兄弟姐妹，

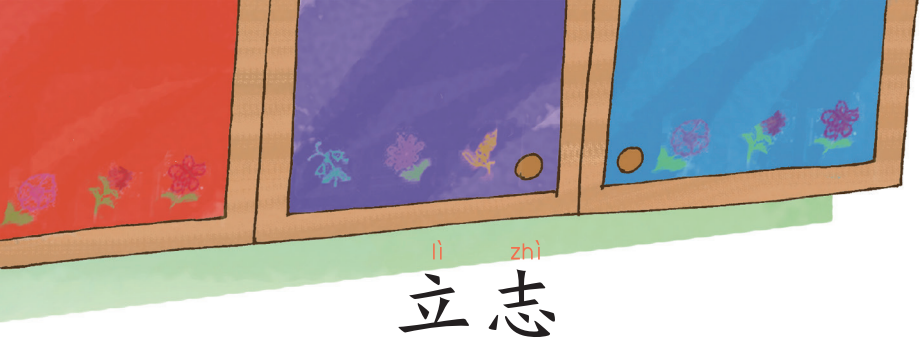
wǒ ài tóng xué wǒ ài dà jiā
我爱同学，我爱大家。



常礼举要

居 家： 衣被自己整理。

【置冠服 有定位】【对饮食 勿拣择 食适可 勿过则】
【斗闹场 绝勿近 邪僻事 绝勿问】
【非圣书 屏勿视 蔽聪明 坏心志】



lì zhì
立志

wǒ yào zuò ge hǎo hái zi
我要做个好孩子

zì jǐ chī fàn bú yòng wèi, zì jǐ zǒu lù bú yào bēi。
自己吃饭不用喂，自己走路不要背。

zì jǐ wán jù shōu zhěng qí, zì dòng dú shū bù xū cuī。
自己玩具收整齐，自动读书不需催。

bù tān líng shí bù tān wán, shǎo kàn diàn shì shǎo dǔ qì。
不贪零食不贪玩，少看电视少赌气。

hǎo hǎo tīng huà jiǎng dào lǐ, wǒ yào zuò ge hǎo hái zi。
好好听话讲道理，我要做个好孩子。



【朝起早 夜眠迟 老易至 惜此时】



xī shí
惜时

yì shēng zhī jì zài yú qín
一生之计在于勤

yì nián zhī jì zài yú chūn
一年之计在于春，
yí rì zhī jì zài yú chén
一日之计在于晨，
yì shēng zhī jì zài yú qín
一生之计在于勤。



常礼举要

对 众： 不向人喷水吐痰。

【事虽小 勿擅为 苟擅为 子道亏】
【勿乱顿 致污秽】
【凡是人 皆须爱 天同覆 地同载】



shí jiàn
实践

bú luàn diū lā jī wéi hù qīng jié wèi shēng
不乱丢垃圾，维护清洁卫生

dì qiú shì wǒ jiā qīng jié kào dà jiā
地球是我家，清洁靠大家。

lā jī bú luàn diū wǒ jiā zhēn piào liang
垃圾不乱丢，我家真漂亮。



【入则孝】【冬则温 夏则清】
【亲所好 力为具】



xiào shùn
孝顺

bà ba nín hǎo bà ba nín xīn kǔ le
爸爸您好，爸爸您辛苦了

bà ba xià bān le huí dào jiā mén kǒu
爸爸下班了，回到家门口。
kuài kuài kāi mén lái yíng hòu
快快开门来迎候，
yòu dì tuō xié yòu jiē bāo
又递拖鞋又接包，
zài yì jū gōng wèn gè hǎo
再一鞠躬问个好。
bà ba nín huí lái le bà ba nín xīn kǔ le
爸爸您回来了，爸爸您辛苦了。







【兄道友 弟道恭 兄弟睦 孝在中】

xiōng yǒu dì gōng
兄友弟恭

ài hù dì di mèi mei shì gē ge jiě jie de zé rèn
爱护弟弟妹妹，是哥哥姐姐的责任

gē ge jiě jie zé rèn dà ài hù dì mèi shì běn fèn
哥哥姐姐责任大，爱护弟妹是本分。

tú shū wán jù kěn qiān ràng hǎo chī hǎo chuān bù zhēng qiǎng
图书玩具肯谦让，好吃好穿不争抢。

xiōng dì jiě mèi néng hé hǎo bà ba mā ma zuì kāi xīn
兄弟姐妹能和好，爸爸妈妈最开心。





【凡出言 信为先 诈与妄 奚可焉】
【过能改 归于无 倘掩饰 增一辜】

chéng shí shàn liáng

诚实善良

bù sā huǎng de rén cái huì dé dào xìn rèn

不撒谎的人，才会得到信任

zuò rén chéng shí zuì zhòng yào lǎo lǎo shí shí bù sā huǎng

做人诚实最重要，老老实实不撒谎。

zòng yǒu fàn cuò bù qī mán chéng xīn huǐ guò gān shòu fá

纵有犯错不欺瞒，诚心悔过甘受罚。

shuō huà yí dìng yào suàn huà bié rén cái huì xìn rèn tā

说话一定要算话，别人才会信任他。





常礼举要

居 家： 长者与物，须两手奉接。

gōng jìng

恭敬

gōng jìng shī zhǎng

恭敬师长

dì dōng xi gěi lǎo shī zhǎng bèi yào shuāng shǒu gōng gōng jìng jìng

递东西给老师、长辈，要双手恭恭敬敬

de dì yǎn jīng yào kàn zhe shī zhǎng

地递，眼睛要看着师长。

jiē lǎo shī zhǎng bèi gěi de dōng xi yào shuāng shǒu gōng gōng jìng

接老师、长辈给的东西，要双手恭恭敬

jìng de jiē yǎn jīng kàn zhe shī zhǎng shuō xiè xie

敬地接，眼睛看着师长说谢谢。



常礼举要

出 门： 不走马路中间，越路须先向左右看清，不可与汽车争路。



dǒng lǐ mào shǒu guī ju

懂礼貌 守规矩

zūn shǒu jiāo tōng guī zé

遵守交通规则

bù xíng yào zǒu rén xíng dào guò mǎ lù yào zǒu bān mǎ xiàn

步行要走人行道，过马路要走斑马线。

hóng dēng liàng tíng xià lai lǜ dēng liàng xiàng qián zǒu

红灯亮，停下来，绿灯亮，向前走。



常礼举要

居 家： 为人子，不晏起，衣被自己整理。

【晨必盥 兼漱口 便溺回 辄净手】

【置冠服 有定位 勿乱顿 致污秽】

【列典籍 有定处 读看毕 还原处】

qín jiǎn xī fú

勤俭惜福

zì jǐ de shì qing zì jǐ zuò

自己的事情自己做

wǒ yǒu yì shuāng qín láo de shǒu yàng yàng shì qing xué zhe zuò

我有一双勤劳的手，样样事情学着做。

xǐ liǎn shuā yá ài qīng jié tú shū wán jù bǎi zhěng qí

洗脸刷牙爱清洁，图书玩具摆整齐。

cóng xiǎo qín kuài ài láo dòng zì jǐ de shì qing zì jǐ zuò

从小勤快爱劳动，自己的事情自己做。





常礼举要

处 世： 施恩求忘，受恩必报。开罪于人须求解，开罪于我应加恕。

【兄道友 弟道恭】【恩欲报 怨欲忘 报怨短 报恩长】

qiān bēi kuān róng

谦卑宽容

xué huì yuán liàng bié rén péng you duō xīn qíng hǎo

学会原谅别人，朋友多，心情好

tóng xué xiāng chǔ yào hé qi wú yì chōngzhuàng bù shēng qì

同学相处要和气，无意冲撞不生气。

dào bú dào qiàn shǎo jì jiào dà jiā dōu shì hǎo péng you

道不道歉少计较，大家都是好朋友。





【恩欲报 报恩长】

gǎn ēn
感恩

fàn qián gǎn ēn
饭前感恩

gǎn xiè fù mǔ yǎng yù zhī ēn
感谢父母养育之恩，

gǎn xiè lǎo shī xīn qín jiào dǎo
感谢老师辛勤教导，

gǎn xiè tóng xué guān xīn bāng zhù
感谢同学关心帮助，

gǎn xiè nóng fū xīn qín gēng zuò jí suǒ yǒu fù chū de rén
感谢农夫辛勤耕作及所有付出的人。





【兄道友　弟道恭】
【凡取与　贵分晓　与宜多　取宜少】

huān xǐ
欢喜

tóng xué xiāng chǔ chī kuī qiān ràng xīn kuài lè
同学相处，吃亏谦让心快乐

pái pai duì fēn shuǐ guǒ nǐ yí gè wǒ yí gè
排排队，分水果，你一个，我一个。
dà de ràng tóng xué xiǎo de zì jǐ liú
大的让同学，小的自己留，
tóng xué kāi xīn wǒ kuài lè
同学开心我快乐。





【弟子规 圣人训 首孝弟】【见人善 即思齐 纵去远 以渐跻】
【勿自暴 勿自弃 圣与贤 可驯致】

lì zhì
立志

wǒ yào zuò ge xiào zǐ
我要做个孝子

zì gǔ shèng xián jiē xiào zǐ，wǒ xué shèng xián xiān xué xiào。
自古圣贤皆孝子，我学圣贤先学孝。

xiào qīn yào lìng qīn kāi xīn，xiào qīn yào lìng qīn fàng xīn。
孝亲要令亲开心，孝亲要令亲放心。

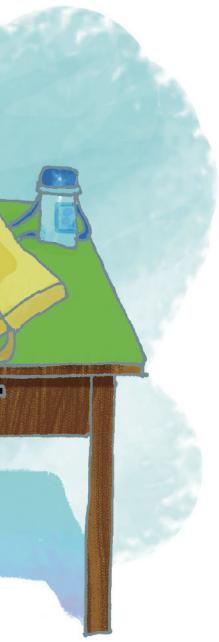
xiào qīn yào lìng qīn shū xīn，xiào qīn yào lìng qīn shùn xīn。
孝亲要令亲舒心，孝亲要令亲顺心。

zhēn xīn xué xiào xiào bù nán，xiào shùn fù mǔ cóng jīn shǐ。
真心学孝孝不难，孝顺父母从今始。





【朝起早　夜眠迟　老易至　惜此时】



xī shí
惜时

míng rì gē míng wén jiā
《明日歌》〔明〕文嘉

míng rì fù míng rì míng rì hé qí duō
明日复明日，明日何其多。
rì rì dài míng rì wàn shì chéng cuō tuó
日日待明日，万事成蹉跎。





【不力行 但学文 长浮华 成何人】



shí jiàn
实践

xué shèng xián xué yì tiáo zuò yì tiáo
学圣贤，学一条，做一条，
xué le yào néng zhēn zuò dào
学了要能真做到

xué shèng xián zuò shèng xián
学圣贤，做圣贤，
xué yì tiáo zuò yì tiáo
学一条，做一条。
bú zài xué de duō
不在学得多，
ér zài zuò duō shǎo
而在做多少，
xué le zhēn zuò dào
学了真做到，
cái shì hǎo hái zi
才是好孩子。

责任编辑：张志新
助理编辑：吴　迪
封面设计：义　慧

