

如何用《弟子規》教育好孩子      王琦老師主講      （共一  
集）      2010/8/12      中國雲南省大理市      檔名：56-07  
5-0001

各位領導，各位長輩，各位老師，以及來自各界的朋友們，大家下午好。我與鄒校長一號就出來，一號我們來到南京，二號、三號、四號上完課，五號就去北京參加北京的一個論壇，六、七、八三天學習，九號又來到昆明。昨天晚上我們鄒校長和我，向昆明會場的各位老師做了一個學校工作，和我自己在班級體會的匯報。應該說我們做得還遠遠的不夠，有些可能只是提供大家參考而已。但是大家有沒有注意到，我們鄒校長在剛才要結束的時候說，我們也願意把學也好、做也好貢獻給大家，至少來表明我們學校真的去做。我們可親可愛的蔡老師也鼓勵我們，讓我們大膽的講，邊講邊幹、邊幹邊改，就是本著這個想法，呂杰校長、鄒校長和我，我們才敢登這個大雅之堂。應該說我們在做的時候，時間上可能也不如兄弟學校、兄弟班你們開始得早，效果也不一定好，但是我們真的有這一顆真心去做，希望能得到各位專家、各位領導、各位老師的批評指正。「如何用《弟子規》教育好學生」，這個題目末學有點自己小小的見解。《弟子規》，我和孩子們一樣都是從零開始，我怎敢談用《弟子規》教育好學生，只能說我和孩子們一起學《弟子規》、落實《弟子規》。走過這個四年來的歷程感到好幸福，願意把這種幸福的感覺和體會來分享一下，讓你們感受到我們的孩子是那樣的可愛，班級是那樣的和諧，也至少從我面部的笑容上，能看出一點點幸福的感覺。

上午大家都聽到了我們蔡校長的報告，蔡校長是我們松花江中學的名譽校長，唯一的一個，我們學校好幸福。鄒校長和我，包括

呂杰校長內都要向我們蔡校長學習，你看人家的面部笑容是那麼的燦爛，我們多麼想像他那樣笑著、生活著、幸福著。所以我們倆就想把一點點小小幸福的感覺，匯報給各位老師。有一位年輕人他問一位長者，他說什麼叫做幸福的人生？什麼叫做成功的人生？這名長者閉上了眼睛，略微思考了幾分鐘，他是這樣說的：年輕人，在每個人的人生當中都有三種人出現，一種人是關心你、呵護你，但是不求任何回報。這名年輕人的頭腦中，您猜出現了什麼樣的一些人？爸爸。還有誰？媽媽、各兄弟姊妹、妻子、兒子、良師益友，大致有四十幾位。老者繼續說：第二種人，傷害你，欺騙你，利用你。年輕人的頭腦中馬上又出現了這樣幾個人，一，一個愛情的騙子，騙了他十幾萬塊錢；還有一個官場上的官員，利用他做生意的心情，他也騙了他不少錢，這樣的人有十來個。老者又說：第三種人，那就是既不傷害你，也不欺騙你，當然也談不上什麼幫助你、關心你。年輕人一想，我有的同學就是這樣，而且在馬路上我們一走而過的路人就是這樣。這樣的人，大家說多不多？第一種人四十幾個，第二種人十來個，這個年輕人還算挺幸福吧，第二種人才十來個。我們有的老師可能說我得罪的人可不少，我就先不說了，您往下聽。老者就問他這三種人的人數，第一種人四十來個，第二種人十幾個，第三種人多得無法計數。

老者閉上眼睛思考告訴他：孩子，你要真的想幸福，你就讓你的第一種人，大家說怎麼著？呈幾何級數無限級的增長，也就是說關心你、愛護你、幫助你的人，愈來愈多，老百姓的話說貴人相當相當多，走到哪都有貴人。就像鄒校長和我來到這，就有人認識我們、關心我們、幫助我們，所以會場的所有的老師、義工和愛心人士，都是我們的第一種人，在這裡感恩各位老師。第二種人，你可千萬別再和其他人對立，讓這十幾個人最好怎麼著？保持不變。還

有第三種人是最大的一個X，如果你不停的行善積德，和他們結善緣，第三種人就會不斷的轉化為第幾種人？第一種人。大家想，善是不是有善報？老百姓的話說，你想這樣的人生是不是應該算是什麼？幸福，愈來愈幸福，因為貴人愈來愈多。年輕人顯然又問：老人家，那成功的人生該是怎樣的？成為你生命中的第一種人是愈來愈多，第二種人保持不變，第三種人不停的轉化為第一種人，不讓他轉為第二種人。你如果精誠所至，金石為開，以德報怨，讓你的第二種人被你所感動，轉化為第一種人。還有你也成為別人人生中的第一種人，你人生中的第一種人愈來愈多，你成為別人人生中的第一種人機會愈來愈多，你的人生是成功的。所以我希望我們每位老師，都做自己命運的主人，都擁有幸福的人生，更擁有成功的人生。

在開始匯報的時候，做了一個小小的插曲，我願意再給各位老師講幾個小故事。下午的課不太好上，尤其是在蔡老師的課之後上，不好上，所以我就講幾個故事，謝謝各位。故事發生在西部的青海省，那裡是一個嚴重缺水的地區，每個人每天的用水量嚴格限定為三斤，所有的水都從這三斤水裡出，人需要水，天熱人渴，牲口也渴。有一頭被人們認為很溫順的老牛，終於掙脫了韁繩來到公路上，這條路是運水的軍車必經之路。老牛站在公路上，軍車來了，老牛以不可思議的識別力，搶在軍車的前面。軍車戛然而止，戰士按著鳴笛，老牛不動，使勁的按也不動，戰士下來了，攆牠走牠也不走。這個時間，後面一輛車一輛車的都來了，後面的司機鳴笛，後面的司機罵罵咧咧，還有的司機下來了，幹什麼？點著了火來趕老牛走，老牛不走，大家心裡話，老牛渴，人渴，牛也渴。牛的主人來了，他看到這樣的情景惱羞成怒，他揮起鞭子狠狠的抽打在牛的背上。牛被打得皮開肉綻，鮮血淋漓，所有的人都看不下眼，我

們的戰士落淚了，司機也不再罵，也落了淚。戰士忍不住了，跳上軍車拿出一個水盆放上半斤水，告訴大家，「我喝出來挨批評了。」滿以為著老牛喝完水，快點走吧，我要開車回去。老牛怪不怪？喝沒喝這個水？沒有喝。大家想怎麼還不喝這個水？老牛仰起頭用一種特殊的語調叫著，人們覺得這個調和剛才不一樣，好像在呼喚著什麼，這個時候在遠處的山丘那邊，蹦蹦跳跳的跑來一頭小牛，牠高高興興的跑到了老牛的旁邊，伸出了頭喝著水。老牛用一雙慈祥的目光看著小牛，牠伸出舌頭舔著小牛的眼睛，人們看到這對母子眼中的淚水。老牛的淚水我們讀出了什麼？「媽不好，兒！你渴了。」小牛的淚水是什麼？「兒不孝，您為了我喝水，您被打成這樣。」這娘倆沒有再經過任何人的吆喝，頭也不回走了，牛懂規矩不？牛懂規矩。牛有沒有愛？有，老牛愛小牛，老牛舐犢，舐犢情深。就像我們娘愛兒，爸爸喜歡兒子一樣，而小牛又是那樣的理解著媽媽，從淚水就告訴我們，牠知道媽不容易。

愛是人世間永恆的主題，動物如此，人世間的愛也有。我講前一個階段的故事，重慶市司法局的局長文強，在臨判處死刑前見到了他的兒子。大家想人之將死其言也善，三句話，第一句話，好好做人；第二句話，不要恨社會；第三句話，少上網玩遊戲。一個父親他知道自己就要離開人世間，他知道時間不多，他說給兒子的三句話，是他對兒子最大的掛念。好好做人，是不是自己在反省自己，不要像老爸這樣？不要恨社會，大家想文強之所以有今天是個果，因是啥？那你要恨社會，是不就要重蹈父親的覆轍？少上網玩遊戲，是不是針對兒子最大的毛病缺點，他在掛念著？就像我們的老人囑咐我們，少喝點酒，管管孩子，麻將別再玩了，那工作也不是一天幹完，多替你愛人如何如何，媽都知道我們兒的心。動物如此，人也如此。所以我想要向各位說，學習《弟子規》，或者是說用

《弟子規》來組建咱班的班風，告訴你，愛是核心，愛是第一要素。您如果要想真的記住，如何用《弟子規》來教育好學生？那我就告訴你愛孩子吧，就像愛您的孩子一樣。這是第一個。

第二個，有個女傭人，她自己帶了一個四歲的小男孩，家住在主人家的附近。有一天主人告訴她：我今天要請幾個重要的客人，妳能不能今天晚點回家？女傭說：當然可以，不過我的孩子，我回去晚他要害怕。你看那媽惦念兒不？就像我們有的老師人在這會場上，心裡還想著，孩子幾點快放學了，他爸不知道接不接？我一定在六點鐘準時下課。大家不要擔心，因為我知道母親對孩子那種掛念，真的是我們兒女只有有一天當父親、當母親，才理解媽、才理解爸。女傭說：我孩子，我回去晚他很害怕。主人說：就把他也帶過來參加晚宴吧。女傭快速的趕回家拉起孩子往主人家趕來，她最開始心裡想我把孩子安頓在哪裡？大家知道，女傭沒有告訴孩子我是個傭人，她不想讓我的孩子知道窮富的差別，所以她很自卑，她就孩子先安頓在主人的書房裡。可主人的書房不停的有客人來參觀，參觀的時候可能就要問這問那。她也很不安的把孩子領回來，你說放在哪裡？放在主人臥室的洗手間，那裡最安全，很少有人來。

孩子上下打量了房間，看著這樣漂亮的洗手間，他不知道這是洗手間，洗手間是啥概念都不知道。媽媽指著這個馬桶蓋說這是凳子，大理石的洗滌台說這是桌子。然後從廚房裡拿了一個盤子，把盤子放在馬桶蓋上，懷裡掏出兩根香腸，在回家的路上買的，她好長的時間沒有給兒子買香腸了。然後告訴兒子：兒子，晚宴開始了。她就趕緊去幫著主人忙碌去了，那邊的晚宴開始了，主人上下看了看，出席晚宴的人發現少了一個人，書中暗表，一般讀到這我都要問我們班的學生，這個主人很有愛心。他問女傭：妳兒子到哪裡

去了？女傭躲閃著他的目光，不安的往後退讓著。主人站起來了，他開始一個房間、一個房間的尋找著這名孩子。孩子這個時候已經坐在地下，把盤子放在馬桶蓋上，兩眼看著香腸上下打量著，他在唱著喜歡的歌。主人順著這個歌聲就來到洗手間，推開了門，他一愣：你怎麼躲到這裡？男孩說：我是來參加晚宴的，你看這麼多好吃的東西，可惜沒有人陪我來吃，兩根香腸。主人問他：是你媽媽告訴你的嗎？你知道這裡是什麼嗎？男孩說：這是主人給我準備的房間，媽媽告訴我的，其實不用媽媽告訴我，我知道，主人一定會為我準備最好的房間給我。

我們這名主人鼻子一酸，轉身出了去，他幹什麼去了？來到餐桌前，很禮貌的對各位說一句，「對不起，今天我不能陪各位進晚餐，我要陪一個重要的、特殊的客人。」他拿起兩個盤子來到洗手間，很禮貌的敲門，經男孩允許他進了洗手間，他也坐在地上，把盤子放在馬桶蓋上，兩個人說著、笑著、唱著，吃了好多的東西，男孩好開心。這個時候不停的有一個又一個客人來了，他們進屋問好，拿來了現榨的蘋果汁，還拿來了烤成金黃色的雞翅。乾脆所有晚宴的客人都擠到這個洗手間，這個主人就一定讓男孩明確這棟樓裡，最好的房間就是這個房間。好多年過去了，這名男孩終於步入上流社會，他有一家大公司，他有一個帶兩個洗手間的房間，他不停的拿著大把大把的錢去幫助窮人，而從來不留名。當有人問著他，你為什麼不留名？他說我記得好多年好多年前，一個富人，還有好多的好心人，他們懂得維護一個四歲男孩的自尊。我們聽到這裡，有沒有感覺到人性的光輝在閃耀？為他人著想是人世間第一等的學問。如果我們愛孩子，如果我們在教育孩子，不懂得尊重孩子，您談不上教育孩子。其實這個原則對孩子生效，對夫妻之間不生效嗎？對員工不生效嗎？教育應該基於愛的基礎上，要懂得尊重孩子

，尊重員工，尊重妻子，尊重一切人。

願意再講一個故事，也做個觀點，這個觀點告訴老師們要學會原諒，尊重是教育的前提，原諒是教育的藝術。下面這個小故事，大家聽了你看看學到什麼，給我的感想就好深好深。大家知道，每個孩子在人生成長的路程當中，都不免犯這樣、那樣的過錯，人非聖賢，孰能無過。有一個小男孩，他不小心把鄰居阿姨的玻璃打破。大家看事發生了，可能您家的孩子幹了另外一件事，您從這個故事當中要學會方法，領悟它的精神實質。男孩好惶恐，想像中，您的姑娘也惶恐，他望著這個阿姨，阿姨並沒有任何怪他的意思。我們的男孩沒有得過且過，一了了之，你猜他幹什麼？他開始攢了三個星期的零用錢，十五元錢，通過另外一種渠道送給阿姨。阿姨第二天就送給他一袋餅乾，男孩好高興，「阿姨給我一袋餅乾，她收下了那個錢。」他就一塊餅乾、一塊餅乾的吃著，吃著吃著你猜怎麼著？他終於吃出了一個東西，在餅乾口袋的底端有一個紙包，這個紙包裡包著什麼？十五元錢。王老師，故事結束了吧？沒有結束，在紙條上寫著一句話，「我為你驕傲。」我們的阿姨懂得尊重，我們的阿姨懂得原諒，我們的阿姨更有什麼？智慧。她用智慧引導著孩子面對它、處理它、解決它，怎麼著？放下它，阿姨有智慧。所以我在向各位老師匯報，《弟子規》學習體會的時候，我想告訴你，要懂得愛孩子，要懂得尊重孩子，更要懂得原諒孩子，更要用智慧來引導孩子。教育沒有別的事，長善救失而已，誰沒犯過錯誤？

面對大家的掌聲，我願意再加一個故事，以和昆明達成一致，大理和昆明在我的心中是平等的，沒有厚、沒有薄，這恐怕也是另外一種心境。有個強盜他來到七里禪師的禪房裡，拿著一把刀明晃晃的，「把錢給我拿出來。」七里禪師坐在那，「在櫃子的抽匣裡

，自己拿去。」強盜一看這麼好說話，到那去打開櫃子拉開抽匣，抓起錢袋轉身剛想走，老禪師說了一句話，「給我留點，我要買點吃的。」強盜一想也對，抓起一點放在抽匣裡，然後就快速的來到門口。禪師又說話，「拿了我的東西，不說聲謝謝？」強盜回頭說謝謝，然後他就跑了。看看我們的老禪師什麼樣的心胸、心境！可是多行不義必自斃，他在另外一起案件當中東窗事發，衙役押著他來到七里禪師的跟前，「是他拿了你的錢嗎？」禪師說「他沒拿我錢，是我給他的，他還說了聲謝謝。」大家想這樣在量刑上是不是就減少了不少？王老師，你猜猜這個罪犯在出獄後幹什麼了？來到七里禪師的跟前，做了他的一個徒弟，魔鬼就這樣變成了什麼？天使。其實善和惡就在一念間，哪個人願意幹壞事？哪個人不知道幹完壞事就後悔。海南監獄大家知道，我們的張發主任就是用《弟子規》，讓一個一個這樣的囚犯，從魔鬼變成天使。要懂得尊重，更要懂得原諒，更要懂得遷善，把孩子、把囚犯引導到善的路上來。不要把他推，推就推向社會了，和諧社會就不容易實現了，不穩定因素就在這！大家想對不對？謝謝。

現在我們就進入我們匯報的正題，《弟子規》一千零八十個字，三百六十句話，一百一十三樁事。王老師，我也會，你說這些話我都會，我看哪本書都這麼寫著。但是要真正的解讀經文的義理，所以要解義明理，重在力行，解義明理，重在力行是我想講的第一個觀點。經文的字句有無量的意義，我就舉三個案例來跟各位老師分享。《三字經》中有一句話，「養不教，父之過」，你看我們有的媽媽就樂了，因為家長會說，我一說「養不教，父之過」，那媽可樂了，都他爸的事，他爸這一天也不管孩子。可是當我又告訴我們的母親，教子是天下太平的根本，而母教尤為重要，所以養不教誰之過？母之過。而這個孩子在學校有事了，這個時候夫妻倆步調



一致，養不教，師之過。而這個孩子在社會上進了網吧，做不該幹的事，養不教，社會過。母親推父親，父親推母親、推到老師、推到社會，為什麼不有一個人這樣來說，養不教我之過，這樣來說？什麼意思？我們每個人都要承擔那分社會賦予的責任。這不是我的事，這是他媽的事，這他爸的事，為什麼？這是我的事，我來。老師告訴我，當今之世捨我其誰，當仁不讓，應該承擔。所以你說經文的意思，您這樣理解了嗎？養不教誰之過？我之過。我來幹，橫不攀，豎不比，關上門來修自己，改正自己的缺點錯誤是關鍵，做好自己最重要，不要推！

第二個案例，我來跟大家分析，說王老師，《弟子規》中有一句話，「此說長，彼說短，不關己，莫閒管」。大家背得好熟，有一天，我們鄒校長就領著一群客人來到我們班，我們班橫十縱十，九十六個孩子。我告訴大家，我今天在這個會場上說九十六人，並沒有說我最多。到河南，我倆一去你猜怎麼的？人家南陽市的教育局局長說，你那不算，我們最大的班一百三十八。於是乎我就知道，山外有山，人外有人，說話留點餘地，求個良心管我，留些餘地處人，這樣你永遠給自己留點餘地。九十六人的班，這群客人站在過道和後面，教室很大，為什麼大？是學校的階梯教室，樓層很高，學校的六樓頂層，和初三大哥哥、大姊姊們共處。因為一樓、二樓沒有這麼大的教室，所以人多教室大，樓高。而這個主層還複雜，為啥複雜？因為都是奔《弟子規》來的，有五、六十人沒有成績，所以也不是那些所謂的好學生集中在一起。有沒有好？有，不能撒謊。所以我告訴大家，學《弟子規》第一件事，先從不撒謊入手。你要是撒謊，我告訴你，《弟子規》學習就打折，實事求是，對就是對，錯就是錯。

那天孩子們下午在分享，我們班每天三件事，早晨看碟、中午

小分享、下午演講、點評，每天《弟子規》學習時間拉長到兩個小時。這兩小時是由我這個班主任，在班級的一把手來指定，一把手工程在班級也是一樣。就討論到這段經文，「此說長，彼說短，不關己，莫閒管」，有個孩子站起來，「王老師，這裡邊是不是有點告訴孩子自私，不關己，莫閒管？」告訴你，你別著急把你的觀點拿出來，有時候你的觀點不如孩子的觀點，讓別人說出你心裡的話，不顯得你多有能耐嗎？別上來總說，我是這樣認為的，你怎麼看、你怎麼看，都說完了你再說，這才叫當領導。有個孩子舉手了，「王老師，我認為不對，此說長，彼說短，不關己，莫閒管，不是告訴我們自私。」我說「你有什麼證據？」「善相勸，德皆建」，你說這裡邊自私不？不自私。「親有過，諫使更」，對父親母親善言相勸，哪有自私！沒有。「那你說這段經文，你怎麼看？」「王老師，既然說長道短肯定不是什麼好話，此說長，彼說短，張家長李家短，嘮那些不該嘮的事，不利團結的話，我們不要聽，不要管。」底下的同學一頓掌聲鼓勵他，他很有見解，其實讓我來答，我還真不一定答得這麼好，你說誰教《弟子規》？孩子教我。這是第二個案例。

第三個案例，《弟子規》經文中有一句話，「凡是人，皆須愛，天同覆，地同載」，然後我就告訴孩子們，把人點個點。孩子們很聽話，他就點上點了。這個人你說你怎麼理解？我們同學之間關心幫助，我要愛父母，我要愛老師，我要愛什麼什麼。然後有的同學說，「老師，中國人我們都要愛，那馬來西亞人我們是不是要愛？」然後同學們說，「人不分國家。」漢族要愛，朝族愛不愛？愛，不分種族。咱們雲南二十六個民族這其樂融融，我感覺到真的一個字在起作用，「和」，所以我一下車就看到「太和」兩個字，這恐怕是我們雲南建設成和諧省的祕訣，那就是一個和字，「人和百

業旺，家和萬事興，國和享太平」。所以我們這個人不分國家、不分種族，也不分宗教。再來，「凡是人，皆須愛」，有個男孩就寫了我家的老黑狗，他也愛狗，他也愛著他的小寵物，他更愛那棵樹，更愛我們的大自然，凡是人皆須愛，凡是物皆須愛。有一句話叫「毋不敬也」，沒有不敬的，沒有不愛的，你說對人的理解是不就有無量義。人的理解就有無量義，不把人和父親那個又套上了嗎？養不教，父之過、母之過、師之過、社會的過、我之過，那人是不是也可以理解為凡是物也皆須愛？端起茶杯輕點，關上門輕點，當我們走出這個會場的時候，把地上的清潔物品也拿走，讓我們工作人員減少點麻煩。大家想這是不是也在學《弟子規》？不要背得很熟，要解讀經文的義理，要真正的幹。怎麼幹？就從現在來幹，當下就來幹。

有一位老師說，《弟子規》的時間太少了，就早晨半小時。其實大家知道，《弟子規》的學習時刻都在進行，大家看「步從容」下面怎麼背？「立端正」。您現在就在這坐著，就在這站著，就給人在表演《弟子規》。我們的孩子怎麼在解讀經文的時候去幹了？我回去找幾個案例來跟大家匯報一下，謝謝。班級的變化是明顯的，我為了各位老師、各位領導和家長，你們的心能靜下來，安下來，我願意用班級的一點點的變化成績，讓你們看到《弟子規》真的管用，不耽誤學習。現在讀一個家長的來信。「孩子上初中了，這在當前我們家是一件大事，開學第一天，孩子就拿回了一本小書，因為他剛開學，是軍訓的時間，所以對這本小書我很詫異，取過來一看是《弟子規》。此後每天放學後，孩子都拿著這本小書不斷的背著、寫著，漸漸的孩子的行為習慣發生諸多的變化。一天晚飯後，他媽媽說：我今天班上挺累的，老公，你收拾吧。」我們劉芳老師在向大家匯報中也有說，妻子有時候也要適當的裝裝熊。這個招

看來，我覺得大家不妨在適當的時表演一下。

你看丈夫怎麼表演的？「還沒等我站起來，孩子就開始了行動，他迅速的收拾餐桌，清洗碗筷，打掃廚房，期間一句話都沒說。我和他媽媽目瞪口呆的看著，覺得非常的不可思議。這樣的事情他以前不是沒幹過，但都是在我和他媽媽的鼓勵、督促，甚至許諾下才幹的，而且從來沒有這樣徹底過。今天會不會是有什麼比較過分的要求吧？我和她媽媽正忐忑不安，面面相覷的時候，孩子收拾完廚房，回來後見我倆怪怪的表情，不僅一樂，說了一句讓我特感動的話：爸、媽，你們一天上班挺累的，以後這些小來小去的活就讓我來做。以前我不懂事，現在我明白了，其實我也建議您們學一學《弟子規》。此後他的小襪子、小內衣就堅持自己洗，並向他媽媽請教如何使用洗衣機，每天收拾餐桌、洗碗、擦地板，一樣不落的幫著我和他媽媽一起忙活。其實孩子的課業挺重，有時看著他忙著這些家務活，心裡還真有點心疼，有心想不讓他幹吧，但話到嘴邊又嚥了回去（我說的真有智慧）。我不在乎他幹多幹少，但我在乎他的態度，更在乎他將來的自立和自強。我感謝學校，感謝老師，更感謝《弟子規》，現在我們全家都在學習《弟子規》，從中受益匪淺。」這是我們一個家長寫的反饋。我告訴各位老師，孩子們一週要寫個反饋，家長也把孩子在家的表現寫一寫，那些好的，我們一定要及時的讀給孩子們，讓別人也見賢思齊。

再看一個孩子寫的，「一句溫暖的話語，一個舉手之勞的幫助，一道題引來激烈的討論，一個九十度標準的鞠躬禮，這在我們班級是每天都可以聽得見、看得到的。我們班是由九十六名同學組成的，團結友愛，溫暖和睦的一個大家庭，我非常喜歡我們班級這個環境，在這個班級裡覺得幸福，我每天都能感受到老師對每個同學辛勤的培養和教誨，也能感受到同學們對我的關懷和幫助。」停頓

一下，老師對他好，同學對他好，你看他怎麼想的？「正如《弟子規》所言：凡是人，皆須愛，天同覆，地同載。我覺得我也應該盡我自己有限的力量，發自內心的關懷他人，知恩報恩。」同樣是一種很幸福的感受。

下面這個案例，您慢點聽，「入冬後，一個大雪後的中午，我在午飯後匆匆回班級的路上，幾次險些被滑倒，在接近樓門口的時候，到底重重的摔了一跤，當我艱難的爬起來，我是這樣想的。」一般情況下都要怨天尤人，你看我們的孩子怎想的？「這條路是同學們每天上學出操的必經之路，不把冰雪剷開，會有多少人在這裡跌倒？」你看這孩子，哪想到自己？想的是別人。可是想到了不一定做得到，你看孩子怎麼做的。「於是我就聯合我們班的高名陽和朱皓明，一起拿著鐵鍬來到操場上除冰剷雪。我們三個說好了，不讓我們班的其他同學知道，怕影響他們午睡。因為這裡不是我們班的擔當區，怕別人看出來，也混在其他班級同學裡埋頭一起幹，等到他們都回班了，我們依然繼續清理。上課鈴響了，我們看著經我們的手，清理出的一條乾淨小路，我們覺得寒冷和勞累不算什麼，內心十分激動，一種滿足感與自豪感油然而生。」大家看成語，助人為樂，你說孩子樂沒樂？助人為樂不是說的而是什麼？幹的。道是行的，不行沒有道；德是做的，不做沒有德。解義明理，重在力行。

王老師，孩子幹了這麼多活，成績呢？他不止一次很苦惱的問我，王老師，你說我這成績什麼時候能上來？高名陽為班級那麼幹活，天天那麼付出，他成績怎那麼好，我怎麼一直上不來？告訴你，付出終有回報，時間沒到。現在到了，期末考試結束，成績單來了，這名孩子在我們班學年提高多少名次？二百五十四名，成為我們班這次進步第一大。大家在鼓勵這個孩子，善哪能沒善報！而且

我還發現在這進步的頭十名當中，發現的是什麼？幹活愈多的，成績提高愈大，我就總結十二個字，「愈幹活愈提高，愈付出愈幸福」。下面我再讀個成績單，你看看這成績進步得多大，這次的期末考試結束，都是學生統計的，我都讀真名，我不怕你調查，我讓你心安，大膽的幹《弟子規》。姜玉竹，小學升初中的名次八十三名，現在學年第二；劉美涵原來二十四，這一次十一名，學年名次，不是班級；池偉亮學年二百零四名，這一次十二名；陳穎三百四十三名，這次十六名；李旭詮三百一十六名，這次十七名。我說說我們班垃圾官，他是負責撿垃圾的，每天早晨我們班的孩子在他帶領下，二十人來到我們學校大操場，然後呈現一個大扇面拉開，每個人往前挺進，見到垃圾就撿，十分鐘、八分鐘撿完上樓，堅持一學期。你看看這撿垃圾成績怎的了？提高了，原來三百一十六名，這次學年十七名。

王建宇原來是三百四十三名，這次是四十名；馮雪凌，我們班的生活委員，你說她來的時候多少名？七百五十名，這次四十一名；袁毅原來一百二十三，語文科代表，這次四十二名；楊安廷四百九十三，這次四十七名；曹盛偉三百名，這次四十八名；王賀三百八十六名，這次四十九名；王秉正五百八十名，這次五十九名，就讀到這多累挺！你可以記下來調查去吧。蔡老師在馬來西亞，講松花江中學我們班的情況，就有人遠渡重洋打跨洋的電話，「王琦那班真九十六？」「真的！」「王琦那班真是這樣？」「真的。」電話費貴不貴？老實者精誠之捷徑，狐疑者精誠之大忌，您要是懷疑《弟子規》，您趁早別幹。告訴你，要真的相信老祖宗留的東西，管用，人可以教得好，這才一年。如果說《弟子規》的經文我們解義明理，重在力行，孩子有這麼大的變化。

你說咱班還有個特點，我必須得跟各位老師匯報，匯報什麼？

就是咱班沒有固定的班長，咱們班的班長叫一日班長，每個人都是班長，一天一個。一週對這五個一日班長進行評比，哪個孩子好，就把他們排個序，一個月或兩週、三週結束了，在這裡面篩出一個最好的，把他定為咱班的值週班長。這個值週班長幹啥事？我得跟各位老師匯報，因為你們都是班主任，您都是校長，我這個土辦法供你參考。這個值週班長幹啥活？他不再當一日班長，你說他幹啥？每天不有一日班長嗎？那一日班長要是挺厲害的，自己能管理班級，這個值週班長就別管；如果他覺得他力不從心，你一定要站起來協助他管理。不能讓每個孩子失掉這種自我教育、自我管理的機會，即使他差一點也讓他幹，有我們老師和值週班長協助他幹，這樣子做。我們就看看，我這個值週班長他寫的工作總結，一個值週班長幹一週，我們五個值週班長一個月他們輪一次，一次五天。而其他的孩子，每個人就是一學期能做一次一日班長，是這樣的。

「今天是我上任的最後一天，班主任已經選好下一任值週班長王建宇同學。王建宇同學在擔任一日班長的時候很負責任，管理班級很有方法，是當之無愧的下一任值週班長。以下是我對下任班長的建議。」我在昆明講話中就說，如果我們每個官員，在退休、離開工作崗位，都能把你這段職務工作當中的重點、注意事項，交給下一任多好！讓他走捷徑，讓他注意到我還有哪些事沒幹完，別你一走了這個事就涼快了，尤其是《弟子規》可不能放手。「以下是我對下任班長的建議，一，我班在語文、自習、心理、政治、美術等方面，紀律很差。」大家看我們班原來不是好，很差。「尤其是語文和自習，希望下任班長注意。」讓你注意這幾課。「第二，我們班的王某某、韓某某、朱某某、劉某某」，不點名批評的，「等同學也經常搗亂秩序，很難管的，希望下任班長可以對症下藥。」，不告訴人名。「第三個」，他打了個星號，我們有的老師眼睛能

看得清楚打個星號，這就是切記，你看到有切記。幾條切記？「第一條，管理班級時不要用麥克喊，那樣只會愈來愈亂。」他肯定走過這個階段，別吵了，別說話了，結果班級愈來愈亂，他把這個教訓告訴下任值週班長。

「你可以站在講台上抓住一個說話最嚴重，把他名字記在黑板，他改了馬上把他擦掉。第二個，管理班級時一定對症下藥，並不是所有同學都使用某一種方法。第三，管理班級時該厲害就厲害，不能因為對方是女生，或者是跟自己關係好的同學就放虎歸山。第四，管理班級時絕對不能笑。」大家知道一笑，我告訴你，就完了，一笑，那孩子一看跟我笑，我肯定不服你管。你就記住，你笑，他比你還笑得厲害。「管理班級時絕對不能笑，不然難以服眾。第四，管理班級時一定要反省自身，以責人之心責己，以恕己之心恕人。」也就說先管好自己，你先做得好，不然的話，你怎管別人？

「第五，值週班長是協助一日班長工作，一切要以一日班長為主。第六，以大局為重，不要因自己一時私怨擾亂大局。以上是對下任值週班長的建議，值週班長劉興哲，二〇〇九年十月三十號。」像這樣的小文章我那有一本一本的，現在好像都不用了，為什麼？事愈來愈少，管理愈來愈好了，你說說多省心！所以有人經常看到我很悠閒的走著，沒啥事，孩子們在管事。我幹啥？備課，備啥課？

《弟子規》。

那咱們就再講幾個孩子的案例，少說點我，多說點孩子，讓大家感到那分真實、那分親切，孩子真的可愛。「在王老師的班裡不知怎的，覺得自己比以前懂事多了。爸爸回家我給他按摩，發現他的腳都磨出泡。爸媽吵架，以前我不管，這次卻不由自主的勸阻他們。媽媽病了，她不去醫院，沒勁，我給媽媽弄到醫院。二姨從湖南帶回了大禮包，我一個，大姊一個，大姊拿著大禮包回到學校。



」大家看幹什麼？「與同學吃，沒給我大姨、大姨夫吃。」大家曉得，這心裡面孩子是不是有點想法？你沒給妳媽妳爸吃，就是他的大姨大姨夫，拿同學那吃。你看我的孩子，我們班的孩子怎麼做？

「我早已把禮包打開，和姥姥老爺一起吃。」姥姥老爺就是外祖父、外祖母，「一起吃，回了家又把我留下吃的，給爸爸媽媽和大姨大姨夫吃，我只吃了一點點。我想大姊這麼做不對，可她畢竟是我姊，我就打這事忍著不說，心裡卻想教導她一番。」你看這孩子很有是非的觀念，他能在境界跟前幹什麼？知所先後，則近道矣。第一口菜，第一個吃的東西給誰？爺爺奶奶、爸爸媽媽，而不是自己和其他人享用。

說王老師，你看這個孩子寫得更棒，他讓我明白了學生是我的老師，他教我學《弟子規》，這個文章我慢點讀，你也慢慢品品那裡的味。《弟子規》中有句經文，「不力行，但學文，長浮華，成何人」。可見整本《弟子規》的主要目的在於做，學則是其次，只有學和做相結合，才是真正的學《弟子規》。「我每天給孔老夫子行三鞠躬禮，誦感恩詞，卻無法自稱真正學了《弟子規》，缺的是那分恭敬心和力行。假期補課，每天早晨校園裡很少有人來，更別說六點半天還沒亮的校園。這些天下大雪，校園裡哪都是雪，路上的雪有人清，可是校園中央孔老夫子的塑像卻被遺忘。我不曾注意到孔子像上蓋了多厚的雪，甚至壓根都沒想這回事，儘管每天早晨都從這裡路過。我的同學王斌是個有心人，他事先誰也沒說，當然事後誰也沒告訴，在六點半天還黑著的時候就來到學校，自己從家裡帶把掃帚，從上到下把孔子像上的積雪掃淨。這件事如果他不說，也許永遠不會有人知道，但鄰班的一位同學恰巧路過看到這一幕，輾轉到我們班，一路上全是讚不絕口。可王斌的臉上很平淡，看不出別的什麼東西，彷彿只是做了他該做的事，不必對人說，也不

必人來說。他的做法、他的心胸讓我佩服，讓我尊敬，也讓我慚愧。」大家看身教勝過言教。

「當我標榜著自己懂事，開悟，有境界的時候，有千千萬萬什麼都沒說的人做了令人尊敬的事，像在盡自己的本分，不圖名、不圖利，只依照自己的恭敬心，去做為大家奉獻的事業。無論學得如何好，背得如何熟，根本在於做，在於把自己悟到的，從書本上學到的做出來、演出來，學為人師，行為世範。把這些正確的做法，變成平淡自然的習慣，變成自己的本分，變成發自內心的舉動，無求。因為自己所做的在自己看來遠遠不夠，可能口頭上的誓發過許多，對他人的承諾也很多，但真正做到的又有多少？力行就是脫離那些空泛的花言巧語，少說話，多做事，別想自己，多想想別人。回憶從前自己說過的話要擲地有聲，真正的成為自己人生的一部分去做到、去做好。感謝王斌同學，他以他最本真的行動表達了他的恭敬，把他的善心、善舉，傳達給更多的有心人，讓這些人勇敢的去做，幫助我，點醒了我。這是真正學了《弟子規》，這是真正的力行。」大家看孩子是不是在教我學《弟子規》？這樣的文章，沒有心境、沒有體悟能寫出來嗎？我做不到，他是我的老師。大家看我們的孩子可愛！所以我們真的要把《弟子規》，經文的意思明白理解，落實下去，變成自己的本分、習慣。

第二，王老師，你說《弟子規》到底在操作上有什麼方法沒有？第二個我就認為一門深入，長時薰修。在把經文的意思理解好了，落實了，你就堅持下去。我有這麼三句話經常跟我的孩子們分享，「聽話就是智慧，那個話點個點，小一父母的話，小二老師的話，第三聖人的話。」王老師怎那麼囉嗦？父母離你很近要聽父母的話，在學校要聽老師的話，可是一旦父母話、老師話有矛盾的時候，聽聖人的話沒錯。聖人的話在哪？《弟子規》，這就是聽話，就

是智慧，走近路，不走彎路。「落實就是孝敬」，把爸爸媽媽、老師、聖人的話落到行動上，這叫真正的孝敬父母、尊重師長。第三「堅持就得受用」，就是我說的一門深入，長時薰修，我們學校一直以《弟子規》為藍本，以它為主，也兼學其他國學經典。咱們班也不例外，全是按照我們呂校長和鄒校長，他們《弟子規》的部署去做。一門深入，長時薰修，我選這麼些案例來跟大家分享，這些案例，都是我在這學期剛剛完成的。

我四月份、五月份、六月份，三個月沒有出來上課，我也在這裡表明我一個觀點，從下學期開始只要學生在學校，我就不再輕易的離開校園出來上課。因為我面對的是學生，就像醫生，你面對的是患者。當然這一次是假期，學生不在校，又有特殊的因緣，就是我們雲南省的省委，我們的政府機關在搭這樣的平台，有愛心人士真的在運作，我們真的好感動。尤其昨天，我們省委宣傳部常務副部長尹部長，登台那一段分享，真的讓我好感動，我真的不虛此行，我真的很願意到這來匯報我《弟子規》的體會，希望我的體會，能對大家有點提示、提醒。別像我走彎路，這都是摸爬滾打走過來，這些供你們參考。早晨聽碟、看碟，咱們班有大屏幕，有兩個大電視，比一般的班優越得多，因為是階梯教室。我們的鄒校長就坐在下面，是他一次又一次的，幫我把我們的電腦收拾好、安頓好。咱們班的電腦，一般的班教室裡沒電腦，咱們可以迅速的搜出個資料，馬上在大屏幕上就打出來，甚至讓孩子們看，比一般的班要優越得多。所以你說我們的孩子，包括我哪能不感恩！哪能都是自己幹的？有孩子們、有家長們、有老師們跟我們的領導。所以我在這裡真的想說，感恩那些幫助我的人、成就我的人，謝謝。

早晨看碟，王老師，早晨都看什麼碟？有些碟是反覆看。哪些碟？《弟子規》的讀解，讀完了解釋，一遍一遍的看，不厭百遍的

看，一直給我看下去別停，隔一段時間溜它一遍。《弟子規》讀解，讀來朗朗上口，要它時刻在境界當中提醒自己，在言行舉止當中規範自己。所以《弟子規》是修正自己的，提醒自己的，不是拿這個鏡子照別人，照自己，修正自己，這是我想說的。《弟子規》讀解一遍又一遍的看，建議早晨讀一遍，晚上讀一遍，這個方蔡老師出的偏方，所以就告訴孩子們。第二個，「蔡老師講故事」三片的，「蔡老師講故事」一遍又一遍的聽，我臨來之前還看了。「孔子聖賢之道」很棒，特別適合於小學生，尤其是初一的小孩，他們很歡喜。「孝的故事」，台灣得很好，那一集時間還不長，早上我們半小時差不多完成，還能點評。還有兩個，這一期我們選取了部分片段回放，「暖春」，就看後半小時，特別是小花的叔叔，叫大寶的做了一桌飯菜給爺爺和小花，跪在那哭了，拿著老爺的手打自己，說我不孝。最後老爺爺說：寶！打小爹哪打過你？那段太精彩。然後我們的小花成人了，也回報爺爺，回報鄉親們，這些好的片段一遍又一遍的看。還有一個「讓世界充滿愛」，看哪一段？看愛父母、愛老師、愛自己，就掐出半小時。尤其是那個媽媽把血賣了，讓孩子上大學、考研究生，一定讓他看，這是重複看的有這些。

第二是孝親方面的，我們主要看了倆，「豆花女」台灣的，「背著爸爸去上學」，非常的感人。用我們孩子的話說，只要是個人，看完「豆花女」，那個小朋友背作文的時候，沒有不哭的。我告訴大家，之所以我們一些矛盾衝突發生，就這個心太硬。心一旦軟和，有愛心、有善心，啥毛病糾紛都沒有，一定讓它心軟和了，你再去做工作，都好做。所以「豆花女」，「背著爸爸去上學」。第三，尊師方面的，「鳳凰琴」，「一個都不能少」，「燭光裡的微笑」，這三個都是反映有城市、有鄉村的老師，他們愛崗敬業，無私的奉獻，要宣揚我們的老師，不能一味的跟著孩子挑老師的過錯

，要有智慧。還看了「孔子」，沒看完，我們看了兩片，還剩一片，但是把「孔子」的光盤發下去了，孩子們假期拿家去看，還有別的光盤，「一代大師陶行知」，這都是尊師方面的。第四，愛國方面的，這學期尤其到後一個階段，我已經在孝親尊師的基礎上，把愛國主義往裡加。王老師，「陳嘉庚」，大家知道吧？這是辦廈門大學的那位老先生。還有「棲霞寺」，在抗戰階段保護了二萬二千多難民，保護了一個抗戰的將軍，愛國主義的。在這裡還有倫理道德方面的，有道德的力量，「感動中國十大人物」，「中華文明禮儀教育」，「高牆裡的歌聲」，「人生一定要幸福」，是林清玄做的演講，在珠海市做的。

這些孩子們都看了，可是看碟可有技巧。王老師，我都記去了，完了我也回去搜，我也看。我告訴你，還有祕訣，你可注意聽，尤其是班主任。說王老師，我是小學的老師，小學的老師，告訴你理是一個理，行是你變的，怎麼點動漫，怎麼點拍手歌，幼兒園有幼兒園特點，高中有高中特點。反正我不能不告訴大家，蔡老師的「承前啟後，繼往開來」，您一定記住，那是我們班成功的法寶，真的。尤其上屆三年好像我們是看了八遍還是十遍，真的一遍又一遍的看。下面我就說看碟有啥技巧，這是絕活，那些都是表面的。第一，看碟的時候你一定記住到那先暫停，你先站到前面看，全手都背在後面。大家知道嗎？我們蔡老師講課有四正，調心、調身還有啥？他有四正，大家這個沒有聽過，我就慢點在說。我們孩子們剛到咱們班的時候，首先告訴大家椅子要放正，書要放正，身子要坐正，心要正，四正：心正、身正、書正、椅正。然後再看碟之前都坐好，把手背到後面。有的孩子你說怪不怪？這學期主動的站起來看，在我們班的過道站著，他願意，他累了再回去。他覺得睏了或者是想認真看，他就站在前面看，這叫調心、調身、調椅子。

看碟的時候有三到，不是「讀書法，有三到」，哪三到？心，大家注意，第一個是眼到眼睛看，眼到、耳到、心到三到。眼到、耳到、心到，讓他必須認真聽，因為你隨時的停，剛才說什麼了？站在那，你剛才說什麼了？他說出一句就行。那句有時候有短暫的遺忘，可是另外一個孩子補充，這樣讓每個孩子聽的時候得想，提問也是對治溜號的一個方法，所以隨時隨地的。什麼時候停？那些好的經文字句要停、要分享。你結合咱們班的情況，停，這一停大家拿出本來就記下來了。心到，告訴你最先是要眼到、耳到、心要到，然後手要記下去這是祕訣。告訴你，隨時停下來、記下來分享，甚至下面可以不往下進行，明天再說。第二個，「陳嘉庚」這個碟片看的過程中，比方說他給集美還有廈門大學等一些學校題詞，兩個字。我就問哪兩字？有的沒注意聽，站一會讓他坐下。那個孩子站起來，老師，大家知道誠，哪個誠？待人以誠，忠誠的誠，誠還有義，誠義，他給學校題詞就提誠和義，「以誠立身，以義處世」，這就是校訓。所以有時候大家到集美，或者到有些老人家工作過的地方，你會發現兩個字，「誠義」。孩子們就記下來，「以誠立身，以義處世」。

再來，「人生一定要幸福」，林清玄老先生在珠海深圳文化大講堂講的，是珠海市委他們宣傳部舉辦的。這三個一個十七分鐘，三個五十一分鐘，告訴你一節課多一點都行。可是他有兩個，他講的當中我們學到了至少，比方說他說什麼叫當下？咱們大家是不是常常說一句話，要活在當下，請問什麼叫當下？這個當下，林清玄老先生告訴我們，一小時六十分，一分六十秒，一秒六十剎那，一剎那是六十當下。原來當下是時間單位，它很小，一秒鐘三千六百當下，孩子們迅速拿筆怎的？記下來。當下一分六十秒，一秒六十剎那，一剎那六十當下，而一秒三千六百當下。活在當下，是指當

下這個很短的時間單位，孩子們學知識。第二個，老先生講了一個覺悟，你看「覺悟」這兩字挺有意思的，覺字上面是不是個學字頭，底下是不是個見字？學著看見，覺字學著看見。悟是啥？豎心，那邊是個吾字是我，學著看見我的心叫覺悟。大家想什麼叫學著看見我的心？向內求不向外求，向內求求智慧，向外求求的是煩惱。你說人家林清玄多有名的散文家，他的話可比咱們有權威性。所以學著看見我的心向內求，孩子們記下來，第二天趕緊鞏固。看碟有妙訣，有三到，眼到、耳到、心要到，然後要點評，要分享。

再加一個案例，因為我看大家聽得太認真了，真說心裡話，每個老師當標榜自己如何好，其實都是老師們在成就著我自己。有個什麼案例？有一次班級出現一個現象，男女生交往得有點多了，我們的父母最擔心這件事，老師也最害怕。你說那天我們班就看蔡老師的講故事，老師講故事講到什麼？說人和人之間，特別是男女之間，大致得先分四個階段，第一個階段叫相識，認識，互相認識，相識；第二個階段叫相知，叫什麼？相知就互相了解；第三個階段叫相惜，互相珍惜；最後才叫相愛，相識、相知、相惜、相愛。聽說我也是看一個資料，有個男孩寫的小紙條，說自從那天看見妳，我就愛上妳。我們蔡老師很有意思，假的，為什麼？相識跳躍了相知、相惜就來到相愛，你說這個穩定嗎？不穩定。所以我們現在有些年輕人的婚姻，恐怕也有這種關係。人和人之間哪能就一見鍾情呢？上來認識沒幾天，可能有個奔馳車，還有個漂亮的房子，長得又是那麼好看。其實我告訴大家，那裡邊您注意到了嗎？所以我們老師講課中，幫助我把班級這件事擺平了，不用我說，老師幫我說。你說哪是都你的功勞？有老師的功勞。這就是看碟。

第二個我向各位老師匯報「一門深入」，早晨看碟中午我要分享。中午分享幹什麼？十二點二十，學校規定到班午睡，我十二點

十分就到班，提前十分鐘，我這叫擠時間。孩子們高興，為啥？那十分鐘你看幹啥活？比方說有一天，在黑板上就抄了五句話，這十分鐘。你說這五句話是什麼？清華大學校長顧秉林送給畢業生的五句話，有權威性吧！清華大學校長，理科那在國內得一流的。而且孩子們一看清華大學校長，他都好歡喜，回家告訴媽媽，媽媽也覺得這個對。像王老師說話，就不一定有人家有分量。「未來的世界」，我給大家來朗讀一下，「未來的世界，方向比努力重要」，你琢磨琢磨有道理嗎？方向比努力重要，當你在幹活的時候，先明確方向，幹著幹著這是老張家的，我的在那面，咱把咱自家地種好再幫老張。另外你走路別走錯了，走著走著那玩意不能再吃了，現在又說那個不行了，原來說行，現在又不行了，為啥？靠不住。老祖宗的智慧五千年，你聽那個哪能行？所以方向比努力重要。第二句話，「能力比知識重要」，我兒子上課學習了，也聽課了，不會做題，讀書不做題等於啃樹皮，你得做題，所以能力比知識重要。第三句話，「健康比成績重要」，為什麼？孩子打了一百，咱們孩子累壞了犯不上，健康比成績重要。第四「生活比文憑重要」，為什麼？我們的孩子大學畢業，研究生畢業了，可他不懂生活，就連煤氣罐都不會用，他不懂得生活，請問你學的東西有啥用？方向比努力重要，能力比知識重要，健康比成績重要，有的老師他提示我，生活比文憑重要，最後一個「情商比智商重要」。這十分鐘你說孩子記下來，理解了，你說有沒有幫助？提醒我們的家長，提醒我們的孩子要重視方向，要重視能力，要懂得生活，要關心身體，要懂得情商。這是一天的中午十分鐘搞定。

王老師，那你明天十分鐘幹啥？喝水的最佳時辰，告訴孩子們，要關心自己的健康。喝水的最佳時辰，在對的時間裡喝對的水，對的時間，上午七點到九點，孩子都記下去了。為啥七點到九點？



這個時候胃經旺，有助於消化吸收；下午三點到五點，現在幾點？這三點到五點喝點水，膀胱經旺有助於排毒，一天要喝四遍水。這兩個時辰喝水，告訴你，是對的時間喝對的水，喝啥水？喝點白開水，別喝那些飲料。如果你特殊大量的出汗，那也要多喝點水，視具體情況而定。老人和小孩晚上睡覺前最好別喝水，以免影響睡眠質量。更有意思的是，告訴我們半夜十一點到一點，膽經旺排毒，那個點必須睡著，別熬夜打麻將，幹別的事，更別偷菜。還有一個一點到三點是肝經旺，那個時候肝在排毒，千萬千萬記住那個點也要睡覺。絕對的睡眠至少保證四個小時，寧可咱們早起一點，也別熬那個夜。「飲食有節，起居有常」，《黃帝內經》中說的。你看這孩子們十分鐘就明白這麼多的知識，有幫助嗎？積少成多，長流水不斷線，一天我一點，一天一點積累起來，天天分享，一門深入，長時薰修。

王老師，第三個您能給我再講一講嗎？第三個，大家寫上和諧兩個字，和諧社會。和諧的和，左邊是不是一個禾字？右邊是不是口？禾在口邊人人有飯吃，人人都有發展的權利。你再看諧字怎寫的？左邊言字旁，右邊一是個皆字對不對？這告訴你人人都有發言的權利，人人都有民主的權利。王老師，這是誰解釋的？告訴你，劉延東在海鹽論壇上講的。根據中國象形文字人家解釋的，有權威性，中央領導講的不會錯，大膽的寫在黑板上，「和諧」。然後劉延東同志還有一句話，他告訴你，和諧的社會，我把他的原話讀一下，以免把領導人的話讀錯。他怎麼說的？「不集眾智而莫能為」，不集中大家的智慧不能幹和諧社會。「不具眾力而莫能成」，不聚集大家的力量而莫能成。不集眾智而莫能為，不具眾力而莫能成。大家記住，所以我們「凡是人，皆須愛」，團結一切，我們黨和人民可以團結的力量來搞和諧社會，單純靠一個人，不行。這是我

分享的第三個小案例。謝謝各位。

王老師，那您再分享一個，你這十分鐘還幹啥了？這十分鐘你說我又幹了一件事，八個字，你可以記上，「觀德於忍」。觀察一個人的德行在忍耐方面，觀察德，觀德於忍，在忍耐的方面，能看出一個人有沒有德行？你愈能忍，你的德行愈高。大德成於大忍，小德成於小忍，無忍不足以成德，那些大領導、大人物都相當能忍。人家我告訴你咱也別不服，經常我們有的看領導他這個不對，那個不對；等你上台了，就像我上來，我還不如人家。我跟你說站著說話不腰疼，你沒有身臨其境，往往你們看我看得可清楚了，當你拿這個話筒站起來講的時候，我跟你說，能比我強。「觀德於忍，觀福於量」，看一個人的福在心量方面看，這八個字孩子們記下去了，觀德於忍，我要忍耐，「言語忍，忿自泯」；觀福於量怎麼理解？「凡是人，皆須愛」，把心量放大。

最為有意思的事發生了，那天客人有的時候不是都下午來，他中午就來。他中午來，那天正好討論這句話，這個量是心量，我說「大家說心量大的，你能告訴我誰的心量比較大？」有一個男孩舉手了，「周恩來。」大家知道，周恩來的心量大不大？大。為什麼？「為中華之崛起而讀書」，「面壁十年圖破壁」。真的，我們的周總理心量非常的大，只有這樣的心量才能當總理。可是我又說，還有一個人心量比他還大，孩子們一愣，孩子們就開始思考，有一個孩子舉手：王老師，范仲淹。「先天下之憂而憂，後天下之樂而樂」，心量大不大？大家再想還有一個人，馬上就說還有沒有？有，「窮則獨善其身，達則兼濟天下」，孟子。就像這樣的案例，把孩子心量放大，哪能就是一個家庭、一個民族、一個中國。讓孩子們放眼世界，放眼天下，就是這樣，這是中午的小分享。

王老師，您再講一個吧，我告訴你，這樣的故事老多了，你讓

我講起來講到十二點也講不完，因為你想想天天都十分鐘，有的我都忘了。我再講一個，六種人，我們的李寶庫部長講，「大公無私是聖人，公而忘私是賢人，先公後私是善人，公私兼顧是常人，私字當頭是小人，徇私枉法是罪人」。再來一遍，大公無私是聖人，大家可以一起來跟我背一下，大公無私是聖人，公而忘私是賢人，先公後私是善人，公私兼顧是常人，私字當頭是小人，徇私枉法是罪人。這六種人聖人大公無私，賢人公而忘私，善人先公後私，常人公私兼顧，小人私自當頭，罪人徇私枉法。你說這十分鐘搞定不？六種人朗朗上口，一看我常人吧，我這個時候小人。老師，那次你看我就變成賢人了，我真的公而忘私，我都忘了有別的，就為班級；有的時候大公無私，現在我們還在努力。所以有的時候這一天一會賢人，一會善人，一會常人，偶爾還來當了一把小人。千萬別幹啥？罪人，伸手必被捉。大家說是不是？

您就允許我往下講，別再要求我再講一個、再講一個。我想什麼？下午我們班演講，每一天在三點鐘左右，一天五個演講，一週二十五個，一個月能輪一遍。每個孩子演講的，他們的稿大家看，這是我拿的其中一本，太沉了。我也不是來評職稱的，讓大家看，看我拿了這麼多這是一本，叫《十四年華，談笑人生，吉林松花江中學初一十四班朝花夕拾》，這裡邊是孩子演講稿的會集。我讀其中的一個，「我家的老黑，這老黑非常好，有同學知道我是不吃和狗沾邊的任何東西，那是因為每當看到餐桌上的狗肉，我就會下意識的想起以前的老黑。老黑，奶奶生前很喜歡養狗，她說狗通人性，她把狗當孩子一樣養大。老黑是奶奶養的一條名叫莉莉的狗的孩子，據奶奶說老黑長得跟牠媽媽一樣，高大、健壯、忠厚、勇猛，除了四條腳和鼻梁是白色的，其他地方都是油亮的黑色。老黑可是奶奶的心肝寶貝，有時奶奶下地幹活，累得精疲力盡，只要老黑沒

吃飯，她就不顧一切的給老黑做飯吃，老黑真的很招人喜歡。老黑的厲害，在奶奶村子裡是出了名的，如果有圖謀不軌的壞人進院，老黑就會瞪著眼睛奮力的撲上去，只那粗大的嗓門就能把人嚇得半死。所以只要有老黑在，奶奶就可以連門都不鎖，想幹什麼抬腳就走，放心得很。別看老黑對生人很兇，對自己家的人卻特別溫順，用奶奶的話來說，就是很能分得出裡外面。」

當年媽媽第一次以爸爸女朋友的身分，進奶奶家門的時候，老黑也是兇巴巴的，又跳又叫。可爸爸的一句，老黑，別叫，這是自己家人。之後老黑立刻不叫，還拼命的搖尾巴，以示對媽媽的歡迎。難怪天生懼怕帶毛東西的媽媽，唯獨對老黑情有獨鍾，每次去奶奶家，還特意給老黑帶點好吃的東西。老黑表達對家人心意的動作很特別（大家注意聽），就是高高的抬起兩隻前爪，熱烈的撲到你身上，並且印上無數的梅花印，有時稍不注意，就會被牠熱情的衝動撞個滿懷，挨了幾句罵之後，牠依然熱情不減。當我這個家庭新成員蹣跚的走近，老黑，小孩牠既不衝，也不撲，比人懂事。而是側過身子，輕輕的在我身上蹭，好像知道我是小孩，禁不起牠的過分熱情。當我好奇的抓牠毛，摳牠眼睛的時候，牠也總是閉著眼睛，一動不動的任我胡作非為。就在我兩歲的時候，我目睹了老黑的死亡，那是我第一次體會了生離死別的滋味。傍晚的時候十歲的老黑顯得很不安，不時發出類似嗚咽的聲音。老姑好像預感到什麼，就解開了拴狗的鍊子，老黑顯得很平靜，看牠做什麼了，跟我在院子裡玩了一會，我還把半袋蝦條分給老黑吃。之後老黑進屋，每個房間都看一遍，然後又繞著奶奶家的大院子轉了幾圈，那麼的依依不捨，就像一個離家遠行的人，想要把這一切看在眼裡，記在心裡。」

「第二天清晨，爸爸在奶奶家的柴草垛的下面，發現已經僵硬

的老黑的屍體，牠帶著牽掛和留戀永遠的離開我們。雖然老黑在老爸挖的小土坑裡，已經睡了十一年，但臨走那天晚上的眼神，和在奶奶家房前屋後的身影，一直留在我的腦海裡那麼的清晰。中國有句老話叫人不嫌母醜，狗不嫌家貧，老黑就是這樣。有時我覺得老黑不是狗，而是和我分別了很久，但又心靈相通的兄弟，老黑這個名字叫起來是那麼的親切自然。我也是一直在想，老黑的身上是不是也有人們該學習的地方？凡是人，皆須愛，那狗我們也要愛，樹我們也要愛，大自然我們要愛，我們不能把《弟子規》學死了。動物通人性，其實你不主動的攻擊牠，牠不會攻擊你。大家想什麼是人？人是萬物之靈，人，天地之性最貴者也。所以我們人要幹人事，我們要把我們的靈性用在哪？為往聖繼絕學，為萬事開太平。」孩子們在下午演講中的文章，多得不計其數，我也就暫時先放下，匯報下一個小內容。

早晨看碟，中午小分享，下午演講，還有一個事我得跟大家不能不說。你看看，我們有個孩子，這是他六個日記本，他寫完日記，我就要做一下點評，叫每日一悟。然後在畢業的時候送給我，他裝訂成冊一本書，像那樣似的太沉了。我送給蔡老師一本，我一本，他留下一本。我從中選取那麼幾個小日記，大家看一看。「今天一日班長寫了一句格言：君子求諸己，小人求諸人。求，不一定要、所求，也有怨尤、責怪的意思，就是有事時候君子要怪自己，不要怪別人；小人是怪別人，不怪自己。做錯什麼事，人們往往會說不是我幹的，轉而說是另一個人的錯。其實就算別人做錯事，讓事情失敗，也是因為我們沒有智慧。他錯了，我們應當教他改正，或是彌補這個影響事情的過失。如果人是寬容的只會求諸己。有時會碰上身不由己的情況，就是環境，人、事、物不讓我做我該做、想做的事，那我難道因為這種違抗，而說做些不能改變的東西嗎

？他們不合理，自己心裡要有理，有自己該做的事。有自己要做的事首先我得分清楚什麼是正確的，去做對的事，不能任意妄為，一直胡來，這就是求諸己。」大家看這孩子對這句話理解多好！「真的，他們不合理，自己心裡有理，有自己該做的事。有自己要做的事首先得分清楚什麼是正確的，去做對的事，不能任意妄為。但是去幹壞事擺正一個態度，他去我不去，他變我不變，他動我不動。」再讀一遍，他去我不去，他變我不變，他動我不動。「定住了，沒有做不成的事。」定住了，你看這孩子定力多強，在境界當中六神有主。他不幹糊塗的事，不說錯誤的話，他去我不去，他變我不變，他動我不動，定住了沒有做不成的事。」我的評論是好極了，精彩。因為我無話可說，孩子說得比我好。

時間的關係再讀一篇就行，大家知道這一個是兩篇六分鐘，怕時間不夠，今天我還有好多好內容。「五月八號每日一悟，一切事情都是應該去珍惜的，與親人、同學、老師相處，時間，學生時代，這樣一去不復返的東西，不允許被浪費。還沒等我給媽媽過母親節，媽媽已經為我做出了示範，前幾天回老家給姥爺過壽，看望二老。今天放學後告訴我，已經把爺爺奶奶接到家裡來了，因為二老剛出門旅行完，一路很累，接來休養幾天。我很吃驚，媽媽想得很周到，也不像一般人那樣厚此薄彼，」可能對姥姥好，對奶奶差，沒有。「奶奶累著了，在家睡不好，是媽媽主動請二老來的。這一切我看得出來，並不是刻意的表演，也並非為了特意做什麼，這種發自內心的行為令人欽佩和警覺。大姑尚未想到，她先想到，周全而且得當，讓全家人舒心快樂，是很普通但很難得。」我的小評論是身教勝過言教，行動高於一切，大家說哪是王老師教？我們的家長在家也是教。所以社會上還有別的人在教，我們都來教孩子《弟子規》，讓孩子健康成長。胡錦濤有一句話，「做學生健康成長的

」，我把原話讀一下，中央領導的話別讀錯。我們總書記在全國教育工作會上指出，「要把孩子培養成德智體美全面發展的社會主義建設者和接班人，這是我們培養孩子的方向和目標。同時告訴我們教育工作者，做學生健康成長的指導者和引路人。」一字不差。各位老師，各位家長，就按著這個方向去幹，永遠沒錯，謝謝。一門深入，長時薰修，真的我覺得是太受益了。

下面第三個，機會教育正確引導，有一封信我讀一下，「那天回來，家裡沒人，我打電話給媽媽，不知為什麼撥著撥著號碼就哭了起來，可能覺得辜負了她的苦心。電話被按了，我知道媽媽快到家了，媽媽進屋後一眼就看出我的異樣。」我的評論，親媽，那真是親媽，上下就看出孩子怎樣了。「我不知怎麼跟她說這件事，我哭了半天，說出來：我不想活了這樣一句話。媽媽顯然被嚇到了，嚴厲的對著我說：無論什麼事說出這樣的話都很不負責，更對不起我。現在想想自己說出的話，也許當時很痛苦，晚上我很早就躺在床上。到現在我還有點難以相信這件事，就在那麼短短的半分鐘，我就做了這樣一件事，點點點，我不告訴你。」大家想這件事一定很重要，他都不想活了，你猜我幹啥？備課。備啥課？我找了一個資料。大家知道在南京有個燕子磯，這裡是個風景美麗的地方，但是在過去是個自殺的聖地。

一九二七年有一個人走來了，他平心靜氣的而又痛心疾首的說，「想一想，死不得」。這就是大教育家陶行知。陶行知來到南京燕子磯畔的曉莊鄉，創辦曉莊師範學校。他有一天聽說燕子磯下又浮起一具女屍，他就找來一個木牌，寫上了「想一想，死不得」。最主要是下面有一句話，大家注意聽，「人生為一大事來，當做一件大事去，你年富力強，有國當救，有民當愛，豈可輕生，死有重於泰山或有輕於鴻毛，與其投江而死，何不從事鄉村教育，為中國

三萬萬四千萬同胞努力而死！」陶行知把木牌立在燕子磯頭，委託一個看茶館的朋友留心點，如果有人來讓他看看木牌，勸一勸他。一九八〇年，八十八歲的復旦大學教授陳子展先生，就是這個木牌的受益者。我備課備這個，當這個文章讀完了，孩子們懂得珍愛生命，再結合《孝經》「身體髮膚，受之父母」等，孩子們都要懂得珍惜生命。隨後富士康的十幾跳在這之後就開始，我也就不用再備課，因為提前就做完了。這就是機會教育，這個機會是孩子一封信給我的，咱們應該去做。

說王老師第二個機會呢？我還得讀一個文章，這第二個機會叫「孝的智慧」，您可以講孝的智慧。說是一個女孩跟男友回男朋友的家看望老媽，這個男友問她，妳兜裡有零錢嗎？她說沒有。男友就掏出幾張百元的大鈔幹什麼？買瓶水，破點零錢；買一盒煙，破點零錢。拿著零錢給誰？給老媽。這個女朋友看到了，說你真細心。我後面有個評論，恭喜妳，恭喜妳，你嫁了一個好丈夫，他能對他媽這樣，也能對妳那樣。後面我不讀了，因為我看時間到。這個錶還有四分鐘，而且我上台的時候，好像已經過了四分鐘。我並不想打賴，但我想把我下面必須要說的話得說完。第四個機會的教育，剛才說了一個是「珍愛生命」，一個是「孝的智慧」，讀完「孝的智慧」，就讓孩子們討論怎麼叫孝敬父母。給媽媽洗腳，給媽媽揉揉肩，孝養父母之身；給媽媽一個親切的問好，陪媽媽嘮嘮嗑，孝養父母之心；如果你如媽媽所願，考上理想的大學，孝養父母之志；讓媽媽再接受聖賢的教育，孝養父母之慧。孩子們把怎麼孝敬父母，都一一討論得真的非常的詳細。第四個，我想說正己化人，勿求名利，要想把《弟子規》落實好，您先學，您先做，不然的話絕對大家不服你。校長說老師做，老師說學生做，最後您不做，白扯，所以一個單位一把手要是不支持，那趁早先別做了；一定要一



把手支持，落實、帶頭做，效果極為明顯。我們學校就是這樣，我們呂校長就是這樣的做，所以領導、老師們都有進步，因此取得這樣的成果。

更詳細的案例我就不讀了，最後我想講兩個故事，結束今天晚上的匯報。從前有個國家，它有一眼泉水叫狂泉，瘋狂的狂，國人飲此水，全國的人喝了這個水，沒有不變成瘋狂的。唯獨國王穿井而汲，越過這個井到別的地方去取水，這個國可能小國。全國的人都瘋了，這個時候他們看國王，你說怎的？以不狂為狂。把國王那個沒瘋當成啥了？瘋了。我們都這樣是，你哪那樣是的？以不狂為狂，這還行。於是他們就在一起聚謀幹啥？商量把國王抓住給他治病，火艾、針藥莫不畢具。火艾、針藥，扎針吃藥給他治，無所不用讓他病好，你這個病瘋了，得和我們一樣。國王不任其苦，國王終於忍不住來到狂泉，舀起水喝下去，一下子和大家怎麼的？一樣。眾乃歡然，大家可高興，這回國王病好了。大家明白嗎？國王不能堅持真理，他同流合污。

有一條魚從南極圈來到北極圈，被格林蘭島的漁民抓住。這條魚，人們從來沒見過，於是請來專家鑑定，專家說這是南極圈深海鱸魚。專家很希望這條鱸魚，是有人帶到這來，放在這裡，可是大量的事實和資料證明，這條魚不是這樣的答案，牠是自個游來的。我把原稿讀一下，讓它增加點大家的信服力，「牠是自個游來的，可能牠是哪個遷移家族的一員，牠只朝著一個方向游，在深海中穿行，躲過了天敵的攻擊。牠的家族成員，在長途遷徙過程中老去、死去，最終牠穿過溫帶的海水，經歷了赤道的酷熱，一萬公裡的路程，終於某一個太陽升起的日子，順利的到達同樣嚴寒的空間北極圈。這條魚是誰？這條魚只朝著一個方向走，牠堅持著自己人生的真理，而不顧及其他人，怎麼說我、怎麼看我，牠只朝著一個方向

走，只要忠貞。」這條魚是誰？是國王嗎？不是。這條魚是你、是我、還有他。感恩各位的聆聽，捧著一顆心來，不帶半根草去；亦余心之所善兮，雖九死其猶未悔。希望我們大家齊發善心，共襄盛舉，為往聖繼絕學，為萬世開太平。謝謝各位。