

第四卷
慈孝·婚恋养生

〔中华传世〕

郭齐家 李茂旭

主編

人民日报出版社

家訓

ZHONGHUA CHUANSHI JIA XUN JINGDIAN

经典

家訓
經典

中華傳世
ZHONGHUA CHUANSHI JIAOXUN JINGDIAN

ISBN 978-7-80208-868-9



9 787802 088689 >

责任编辑：银河

装帧设计：安寧書裝 96-10-58263886 anying

定价：380.00元（全四卷）

中华传世家训经典

第四卷

主编 郭齐家 李茂旭

人民日报出版社



数据加载失败，请稍后重试！

目 录

第四卷 慈孝·婚恋养生

慈 孝

导语	(1277)
一、先秦篇	(1279)
(一)姬 旦:周公劝礼	(1279)
(二)姬寤生:凿隧见母	(1280)
(三)季 札:责侄行不义	(1281)
(四)伍 尚:为父赴难	(1282)
(五)申鸣父:督子尽孝	(1284)
(六)孔 丘:论孝	(1286)
(七)曾参母:慈母疑子	(1287)
(八)曾 点:“蛮言”遥诫子	(1288)
(九)曾 参:论孝	(1289)
(十)田完子:代弟之过赴死难	(1290)
(十一)乐正子春:论孝	(1291)
(十二)聂政姊:姐弟情深	(1291)
(十三)孟 轲:	(1292)
1. 论慈	(1292)
2. 论孝	(1293)

- (十四)陈 翠:爱子何为 (1295)
 (十五)无名氏:为人子之礼 (1296)
 (十六)吕不韦:妙论骨肉情 (1297)

二、秦汉篇 (1298)

- (一)李 斯:临刑悲言亲子情 (1298)
 (二)陆 贾:训子 (1299)
 (三)王 弘:五月生子非不祥 (1300)
 (四)窦太后:景帝孝母释弟罪 (1300)
 (五)刘 安:论慈 (1302)
 (六)顾 翱:母嗜雕胡 (1303)
 (七)刘 向:诚言劝孝 (1304)
 (八)丁 鸿:与弟盛书 (1304)
 (九)延 笃:仁孝论 (1305)
 (十)酈 炎:遗令书 (1306)
 (十一)仲长统:孝的真义 (1308)
 (十二)穆 姜:真情感动前妻子 (1309)

三、魏晋南北朝篇 (1311)

- (一)曹 操:遗命托爱子 (1311)
 (二)刘 备:与阿斗遗嘱 (1311)
 (三)诸葛亮:与兄瑾书 (1312)
 (四)王 祥:跪前请死 (1313)
 (五)王 戎:我辈钟情 (1314)
 (六)郗 鉴:舍饭喂侄甥 (1314)
 (七)刘 毅:生孝和死孝 (1315)
 (八)孟 陋:兄弟 (1316)
 (九)张 融:诫子 (1316)
 (十)阎 姬:与子宇文护书 (1317)
 (十一)颜之推: (1320)
 1. 兄弟 (1320)
 2. 风操 (1322)
 3. 后娶 (1324)

四、隋唐五代篇	(1327)
宋若莘:事父母	(1327)
五、宋辽金元篇	(1328)
(一)述律平:教子李胡	(1328)
(二)司马光:	(1329)
1. 父	(1329)
2. 母	(1334)
3. 子	(1344)
4. 弟	(1365)
(三)袁 采:《袁氏世范》论慈孝友悌二十二则	(1372)
(四)叶梦得:保孝行	(1387)
(五)韩 玉:临终遗子书	(1389)
六、明清篇	(1389)
(一)徐皇后:《内训》论慈孝三则	(1389)
(二)姚舜牧:《药言》论慈孝	(1392)
(三)何 伦:孝亲敬长	(1394)
(四)孙奇逢:真孝不伪	(1395)
(五)张 英:兄弟相处日最长	(1396)
(六)张廷玉:《澄怀园语》论慈孝二则	(1397)
(七)唐 彪:《人生必读书》论慈孝七则	(1397)
(八)史 典:《愿体集》论慈孝四则	(1402)
(九)姚延杰:《教孝篇》论慈孝十四则	(1404)
(十)郑 燮:潍县署中与舍弟墨第二书	(1418)
(十一)白云上:尽孝	(1422)
(十二)汪辉祖:孝与友	(1422)
(十三)刘 沅:《寻常语》论慈孝四则	(1426)
(十四)邓 淳:崇尚孝悌二十五则	(1428)
七、近代篇	(1441)
(一)曾国藩:	(1441)
1. 与父母谈兄弟关系	(1441)

2. 与弟谈兄弟关系 (1442)
3. 与儿子谈慈孝 (1446)
- (二)金子升:《金氏家训》论慈孝 (1447)
- (三)甘树椿:《甘氏家训》论慈孝四则 (1449)
- (四)严 复:与四女严项书 (1452)
- (五)邹岐山:《启后留言》论慈孝十四则 (1453)

八、现当代篇 (1459)

- (一)何叔衡:给儿子的信 (1459)
- (二)徐特立:致徐禹强 (1460)
- (三)谢觉哉:给子女的信 (1461)
- (四)柳亚子:致无垢 (1464)
- (五)向警予: (1465)
 1. 给二嫂的信(节录) (1465)
 2. 给大嫂的信 (1466)
- (六)吉鸿昌:就义前给妻子的遗书 (1466)
- (七)刘伯坚:就义前给兄嫂的遗书(节录) (1467)
- (八)郁达夫:致郁曼陀 (1468)
- (九)贺锦斋:给弟弟的信 (1469)
- (十)陈潭秋:给哥哥的信 (1470)
- (十一)闻一多: (1471)
 1. 致父母 (1471)
 2. 致高孝贞 (1471)
 3. 致立鹤、立雕 (1472)
- (十二)丁 玲:给蒋祖林的一封信 (1473)
- (十三)巴 金:复晁之 (1474)
- (十四)罗瑞卿:给女儿玉华的信 (1475)
- (十五)傅 雷:致傅聪书信二封 (1476)
- (十六)朱梅馥:致傅聪 (1477)
- (十七)许晓轩:狱中给哥哥的信 (1480)
- (十八)江竹筠:狱中给亲友的信 (1481)

婚恋养生

导语	(1483)
一、先秦篇	(1485)
(一)富 辰:谏娶狄女	(1485)
(二)郤 缺:相待如宾	(1486)
(三)老 聃:知足不辱	(1487)
(四)叔向母:甚美必有甚恶	(1487)
(五)孔 丘:论婚嫁	(1488)
(六)庄 周:妻死不哭,箕踞鼓盆而歌	(1490)
(七)太史敫女:不失人子之礼	(1491)
(八)东门吴:丧子不忧	(1492)
(九)无名氏:	(1492)
1. 与子偕老	(1492)
2. 婚嫁之义	(1494)
3. 死则同穴	(1494)
4. 永结同心	(1495)
二、秦汉篇	(1496)
(一)陈 平:陈平娶亲	(1496)
(二)司马相如:报卓文君书	(1497)
(三)班 固:论嫁娶	(1498)
(四)班 昭:夫妇	(1499)
(五)冯 衍:与妇弟武达书	(1500)
(六)徐 淑:为誓书与兄弟	(1502)
三、魏晋南北朝篇	(1503)
(一)郭皇后:论婚嫁	(1503)
(二)王 肃:酒诫	(1504)
(三)许允妻阮氏:谏以好德	(1504)

- (四)陶渊明 (1505)
1. 夫耕于前,妻耘于后 (1505)
 2. 责子诗 (1506)
 3. 与子俨等疏 (1507)
- (五)王 湛:自求女 (1508)
- (六)颜延之:庭诰 (1509)
- (七)雷次宗:与子侄书 (1519)
- (八)郗超妻:生死相随 (1521)
- (九)颜之推:养生 (1521)

四、隋唐五代篇 (1523)

- (一)长孙皇后:义不独生 (1523)
- (二)阳 城:阳城醉酒 (1524)
- (三)白居易:知足常乐 (1525)

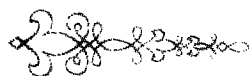
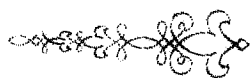
五、宋辽金元篇 (1526)

- (一)王禹偁:蔬食示舍弟禹圭并嘉祐 (1526)
- (二)袁 采:《袁氏世范》论婚恋四则 (1527)

六、明清篇 (1529)

- (一)姚舜牧:养生之法 (1529)
- (二)陈其德: (1530)
1. 养心十八则 (1530)
 2. 睡引 (1533)
- (三)孙奇逢:息心 (1534)
- (四)张 英: (1535)
1. 读书养心 (1535)
 2. 乐在其中 (1536)
 3. 诗与琴 (1537)
 4. 眠食养生 (1538)
 5. 长寿的四个方子 (1540)
 6. 天地万物,圆转往复 (1542)
 7. 古人片纸只字,不如古人文集 (1543)
 8. 享受山林之乐,必具四个条件 (1544)

9. 从文章佳句中悟养生之理	(1545)
(五)郑 燮:范县署中寄舍弟墨第二书	(1546)
(六)纪 昀:	(1548)
1. 稟母	(1548)
2. 寄晰姊	(1549)
3. 稟仪南叔	(1550)
4. 三寄内子	(1551)
5. 寄从兄旭升	(1554)
6. 寄族弟次良	(1555)
(七)汪辉祖:	(1557)
1. 嫁娶之事	(1557)
2. 疾病宜速治	(1558)
七、近代篇	(1559)
(一)曾国藩:	(1559)
1. 与父母谈儿女婚姻	(1559)
2. 与弟弟谈儿女婚姻	(1560)
3. 与父母谈养生	(1561)
4. 与弟谈养生	(1562)
5. 与儿子谈养生	(1566)
(二)左宗棠:	(1569)
1. 相敬如宾,有礼有情	(1569)
2. 与孝威书	(1570)
(三)胡林翼:	(1571)
1. 谈婚嫁	(1571)
2. 有十分精神才能办十分事业	(1572)
(四)彭玉麟:家书四通	(1573)
(五)吴汝纶:养生十一则	(1574)
(六)严 复:	(1578)
1. 与甥女何纫兰书	(1578)
2. 与四女严頊书	(1579)
八、现当代篇	(1579)
(一)冯顺弟:与儿书	(1579)



(二)胡 适:致江冬秀	(1581)
(三)毛泽东:致刘松林	(1581)
(四)高君宇:致石评梅	(1582)
(五)郁达夫:致王映霞	(1583)
(六)徐志摩:	(1586)
1. 致陆小曼书信二封	(1586)
2. 致张幼仪(片断)	(1589)
(七)闻一多:致高孝贞书信二封	(1589)
(八)沈从文:致张兆和	(1591)
(九)丁 玲:致陈明书信二封	(1595)
(十)陈毅安:给未婚妻的信(节录)	(1597)
(十一)彭雪枫:给林颖的三封信	(1598)
(十二)裘古怀:就义前给妻子的遗书	(1602)
(十三)傅 雷:	(1603)
1. 致傅聪书信二封	(1603)
2. 致傅敏	(1606)

附录

附录一 作者小传	(1609)
附录二 主要参考文献	(1655)

索引

一、作者笔画索引	(1661)
二、篇名笔画索引	(1677)

导 语

“慈”是指长者对晚辈的抚爱；“孝”是指晚辈对长辈的赡养和尊敬。“慈”与“孝”构成了中国传统文化最重要的文化背景，同时也反映了中国传统文化中的重要道德标准和家庭教育的基础。只要家庭存在，“慈孝”这一基本的人伦道德便有其不可替代的价值。

古人认为，父母对子女的慈爱纯粹出于一种无私的天性，“慈父之爱子，非为报也，不可内解于心……三月婴儿，未知利害也，而慈母之爱谕焉者，情也”（《淮南子·缪称训》）。孟子曰：“丈夫（男孩）生而愿为之有室，女子生而愿之有家。父母之心，人皆有之”（《孟子·滕文公下》）。但是，古人同时强调，父母对子女应爱之有道，如果一味地溺爱，便不是真正的爱子女，而是害子女了。司马光说：“天爱之，当教之以成人，爱之而使陷于危辱乱亡，乌在其能爱子也？”“爱而不教，适所以害之也”（《温公家范》）。因此，溺爱并不是真正的慈，“慈者非违理之谓也，必也尽教训之道手”，正确的爱子之道，应该是“导之以德义，养之以廉逊，率之以勤俭，本之以慈爱，临之以严格，以立其身，以成其德”（《内训》）。同时“要须长其忠厚之情，驱其残恶之性，不得以为犹子而始纵惜也”（《板桥家书》）。这些金玉良言，足应为今之为父母者深省之。

“孝道”与“慈爱”不可分割。父母抚育子女，子女理所当然应对父母尽到赡养的义务。然而有人却简单地把“孝”理解为一日三餐的供养，孔子说：“至于犬马，皆能有养；不敬，何以别乎？”（《论语·为政篇》）可见，对父母，敬比养更为重要。《孝经》说：“君子之事亲也，居则致其敬，养则致其乐，病则致其忧，丧则致其严。”这是对“孝”较好的解释。古人认为“孝”的本质和前提在于“顺亲”，汪辉祖说：“烦之未能，孝于何有？”（《双节堂庸训》）孟子也说：“不顺乎亲，不可以为子”（《孟子·离娄（下）》）。有人据此把传统的“孝”阐述为“父要子亡，子不得不亡”，并大加批判，这其实是一种误解。古人提倡“顺亲”却并不提倡盲从。相反，认为盲从父母的错误是陷父母于不义，是不孝之举。孟子说：“亲之过大而不怨，是愈疏也；亲

之过小而怨，是不可叽也。愈疏，不孝也；不可叽，亦不孝也”（《孟子·告子（下）》）。邓淳在其所编的《家范辑要》中也认为：“父母有过当几谏，若但知顺亲于情，而不知烦亲于理，或有任其偏僻，而致戾于一家，取憎于乡里，得罪于鬼神，此成亲于恶者，恶得为孝？”当然，对父母的错误言行，子女在劝谏时，应采取适当的方法。

作为一个以孝著称的国家，我国古代对孝的意义的认识，远远超出了“事亲”本身，而将它提到了立邦治国的高度。孟子认为：“不得乎亲，不可以为人”（《孟子·离娄（下）》）。这种见解颇有道理，在大家族盛行的中国古代，一个家庭实际上就是一个小社会，连家人都不喜欢的人，又怎么能指望得到大社会的欢迎和尊重？连骨肉之亲都不孝顺的人，又焉能忠于国家和社会？所以叶梦得说：“……一个‘孝’字，无所不到。故曰：求忠臣必于孝子之门。”他还认为，为国家作出贡献，由此立身扬名，才算得上是真正的孝，“推此非特为天下孝子，亦当为天下忠臣也”（《石林家训》）。这种孝行观，可谓慧眼独具，意境深远。

在今天，慈孝观念仍有其重要的现实意义。一方面，家庭的稳定是社会稳定的基础，而“父慈子孝，兄友弟悌”的传统道德观念，正是维护现代家庭关系的一剂良药；另一方面，“老吾老，以及人之老；幼吾幼，以及人之幼”，大力弘扬慈孝道德观念，有利于形成一种尊老爱幼的良好社会风尚。因此，弘扬慈孝道德，实际上是社会主义精神文明建设与和谐社会建设的基本要求。

一、先秦篇

(一) 姬旦

周公劝礼

【题解】

周公知礼明理,但他的儿子伯禽与弟弟姬封(又叫康叔封)却存在很大欠缺,因此伯禽和姬封三次拜见周公三次都遭到周公鞭打。这迫使伯禽、姬封两人反思自己的行为,后来在贤者的教导下终于认识到自己对于长辈在礼仪上缺少恭敬,于是立即改正错误。本篇故事趣味盎然,篇中周公虽然没有直接告诫晚辈尊敬长辈的言论,然而周公的举动比用话语教育更为有力,堪称一篇形式独特的出色家训。

【原文】

伯禽与康叔封朝于成王,见周公,三见而三笞鞭打。康叔有骇害怕色,谓伯禽曰:“有商子者,贤人也,与子见之。”康叔封与伯禽见商子,曰:“某某也,日吾二子朝乎成王,见周公,三见而三笞,其说原因何也?”商子曰:“二子盍为什么相与观乎南山之阳南面?有木焉名曰桥。”二子者往观乎南山之阳,见桥竦竦立焉实而仰高大,反以告乎商子,商子曰:“桥者父道也。”商子曰:“二子者盍相与观乎南山之阴北面?有木焉名曰梓。”二子者往观乎南山之阴,见梓勃勃焉实而俯低矮,反以告商子,商子曰:“梓者子道也。”二子者明日见乎周公,入门而趋小步快走,登堂而跪。周公拂其首,劳而食让……吃东西之,曰:“安见君子?”二子对曰:“见商子。”周公曰:“君子哉商好也。”

——《说苑·建本》

【译文】

伯禽与康叔封去朝拜成王,叩见周公,三次见到周公,就被周公竹鞭抽打了三



次。康叔封面带惧色，对伯禽说：“有个叫商子的人，是个贤人，我与你去拜见他吧。”康叔封便与伯禽前去拜见商子，说：“我们是姬封和伯禽，有一天我二人去朝拜成王，叩见周公，三次见到周公，便被鞭打了三次，这是什么原故呢？”商子说：“你二人为什么不一起去终南山的南边看看？那里有种树木名叫桥。”他二人便前往终南山的南边去察看，看见桥树巍然耸立而结实高大，回去后便将所看到的告诉了商子，商子说：“桥树表现的就是做父亲的道理啊。”商子又说：“你二人为什么不一起去看看终南山的北边？那里有种树木名叫梓。”他二人便前往终南山的北边去观看，看见梓树生机勃勃而结实低矮，回去后两人便将所看到的告诉商子，商子说：“梓树表现的就是做人子的道理啊。”他二人第二天便又去拜见周公，进门后就小步疾走，上堂后就跪拜。周公抚摸着他们的头，慰劳并表扬了他们，让他们吃东西，然后问道：“你们见到了哪一位品德高尚的人？”他二人回答说：“见到了商子。”周公赞叹说：“商子真是品德高尚的人啊！”

（二）姬寤生

凿隧见母

【题解】

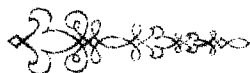
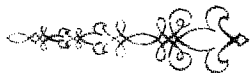
郑庄公姬寤生自小不为母亲姜氏所喜欢，到他的弟弟共叔段袭击郑国国都时这位母亲又袒护小儿子的叛乱行为。这样庄公不能容忍母亲的偏心和私意，发誓不再与她相见。但母子之情岂能就此割舍，于是在颍考叔的点拨之下，凿隧见母。这是个有名的孝母故事，影响极大。

【原文】

遂置姜氏于城颍^{今河南临颍县西北}，而誓之曰：“不及黄泉后世的冥间，无相见也。”既而悔之。颍考叔为颍谷封人小吏，闻之，有献于公，公赐之食，食舍肉。公问之，对曰：“小人有母，皆尝小人之食矣，未尝君之羹汤，请以遗之。”公曰：“尔有母遗，医我独无！”颍考叔曰：“敢问何谓也？”公语之故，且告之悔。对曰：“君何患焉？若阙通‘掘’地及泉，隧而相见，其谁曰不然？”公从之。公入而赋：“大隧之中，其乐也融融！”姜出而赋：“大隧之外，其乐也洵洵！”遂为母子如初。

君子曰：“颍考叔，纯孝也，爱其母，施及庄公。《诗》曰：‘孝子不匮，永锡尔类。’其是之谓乎。”

——《左传·隐公元年》



【译文】

于是郑庄公把武姜送到城颍，而且对她发誓道：“如果不到黄泉，决不和母亲相见。”可是不久郑庄公就后悔自己所说的话。颍考叔是镇守颍谷的一名边吏，他知道郑庄公的事后，就借进贡的机会来拜见庄公。庄公赐宴款待他，但他却把肉留起来不吃，庄公问他什么原因？他回答道：“小臣家有老母，母亲只吃过小臣奉养的食物，却从未吃过君主所赏赐的佳肴，因此请贤公准许小臣把肉带回去给她老人家吃。”郑庄公说：“贤卿有母亲让你奉养，可惜寡人却没有母亲！”颍考叔说：“请问贤公，您这话指的是什么呢？”于是郑庄公就把事情的经过告诉了颍考叔，并且表示自己很后悔。这时颍考叔回答道：“贤公何必为这件事而忧虑呢？如果你把地挖个大穴一直挖到见泉水，然后在地道中和母亲相见，又有谁敢说这不是‘黄泉相见’呢？”庄公照着他的话去做了。当庄公走进地道后赋诗说：“寡人虽然身在大地道之中，却觉得非常快乐。”武姜走出地道后也赋诗说：“我虽然在大地道的外面，但觉其乐无穷。”于是母子二人恢复昔日的感情。

有贤人说：“颍考叔真是个大孝子，他不但能孝顺自己的母亲，而且能把这种孝心推广到郑庄公身上。《诗经》上说：‘孝子的心是广大无边的，甚至于把这种孝心推广到全民族。’这就是说颍考叔吧！”

（三）季 札

责侄行不义

【题解】

季札号为延陵季子，是春秋时代吴国国君寿梦的四公子，因为恪守孝悌之道而不肯取代兄长做国王。后来他的庶兄僚篡夺了王位，他也毫不计较，当他的侄子公子光派人杀死吴王僚后，季札认为公子光的行为不仁不义，当面斥责了公子光一番。季札对待吴王僚的态度尽管带有愚忠的成份，但他教训侄子兄弟勿自相残杀，应珍视骨肉之情，这种观念还是值得我们充分肯定的。

【原文】

吴王寿梦有四子：长曰谒；次曰余祭；次曰夷昧；次曰季札，号曰延陵季子，最贤，三兄皆知之。于是王寿梦薨^{hōng}死，谒以位让季子，季子终不肯当。谒乃为约曰：“季子贤，使国及季子，则吴可以兴。乃兄弟相继。”饮食必祝^{zhù}新^{xīn}祷曰：“使吾早死，令国及季子。”谒死，余祭立；余祭死，夷昧立；夷昧死，次及季子。季子时使行，

