

# 中国历代



中国历代治家典范及传世家训  
赵文彤◎编著

# 家风家训 大全

家风是一种无言的教育，是社会道德力量的核心

- 文王之母太任惠及万世的胎教良方
- 文圣孔子的教子主张
- 刘向对儿子刘歆的关键忠告



中国华侨出版社

中国历代



中国历代治家典范及传世家训

赵文彤◎编著

# 家风家训 大全



- 文王之母太任惠及万世的胎教良方
- 文圣孔子的教子主张
- 刘向对儿子刘歆的关键忠告

中国华侨出版社

## 图书在版编目 (CIP) 数据

中国历代家风家训大全 / 赵文彤编著. —北京:  
中国华侨出版社, 2017. 4  
ISBN 978-7-5113-6747-1

I. ①中… II. ①赵… III. ①家庭道德—中国 IV.  
①B823. 1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 067550 号

## ● 中国历代家风家训大全

---

编 著 / 赵文彤

责任编辑 / 安 吉

责任校对 / 王京燕

装帧设计 / 环球互动

经 销 / 新华书店

开 本 / 710 毫米×1000 毫米 1/16 印张 / 18 字数 / 223 千字

印 刷 / 香河利华文化发展有限公司

版 次 / 2017 年 6 月第 1 版 2017 年 6 月第 1 次印刷

书 号 / ISBN 978-7-5113-6747-1

定 价 / 38.00 元

---

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里 26 号通成大厦 3 层 邮编: 100028

法律顾问: 陈鹰律师事务所

编辑部: (010) 64443056 64443979

发行部: (010) 64443051

传 真: (010) 64439708

网 址: www.oveaschin.com

E-mail: oveaschin@sina.com



## 前言

作为世界上历史最为悠久的国家，中国也有着世界上传承最悠久的家族，比如孔氏家族，至今传承已有两千五百多年的历史了。在这样的国家中孕育出的家族，必定是文化深厚、德行敦厚，也必定是有“家风家训”的。“家风家训”是一个家族代代相传尚袭下来的体现家族成员精神风貌、道德品质、审美格调和整体气质的文化风格。“家风家训”的形成，往往是一个家族之链上某一个人物出类拔萃深孚众望而为家族其他成员所宗仰追慕，其懿行嘉言便成为家风之源，再经过家族子孙代代接力式的恪守祖训，流风余韵，代代不绝，就形成了一个家族鲜明的道德风貌和审美风范。

“家风家训”对家族的绵延繁荣至关重要，没有淳厚的“家风家训”，很难使一个家族瓜瓞不绝，更无法使一个家族不分崩离析。唯有有认同感的家族才有强大的凝聚力，唯有有核心价值观的家族才能在时代文化潮流不断冲击下延绵不绝。

《大学》有语：“欲治其国者，先齐其家；欲齐其家者，先修其身。”说的是“修身”是一个人齐家、治国的根本，而一个人最初的“修身”之道皆源于“家教”。中华民族曾经创造过世界民族中罕见的奇迹：那就是整体的教养气质，都是彬彬有礼温柔敦厚的，国民的行为举止，也是有理有据规矩方圆的。这是“教化”之功，而“家风家训”，在“教化”之中，居功至伟。可以说，“家风家训”不仅是个人修身之要，更是促进整个社会不断和谐的根本。

有鉴于此，为帮助大家更好地了解中国古今家训、学习为人处世之道、通晓治家治业之则，更为了弘扬传统文化，我们特别编著了这本《中国历代家风家训大全》。本书收录中国古今历朝历代近 90 位名人的教子之论，其中帝王将相、文士大儒不一而足，更择取其中近于当世生活的内容，根据其训言主旨，分为为人、处世、学习、修身、做事、治家、生活、为官、帝王九类，以通俗简要的文字对每条训言进行评述，并在每位名人的家训之后，收录与之相关的家训故事，力求让每位读者在阅读文字的同时，更为直观地目睹每位名人的精神风貌，不仅通过文字内容来增加自己的为人处事常识，更借助榜样的力量来激励自己在生活中追求仁善、追求真美。本书体例科学合理，内容新颖别致，故事意味深长，可读性极强，是一本当今世人不容错过的立身处世、治家教子指南。



# 目录

## 为人之道

姚信：人生起伏尽在善与不善之间 .....	1
邵雍：知善便是吉人，不善必有凶殃 .....	3
贾昌明：为人首重在于厚德端正 .....	6
杨荣：为人本分即是以人为本 .....	9
陈廷敬：行以善为道，心以善为渊 .....	12
郑燮：摒弃世俗之恶，写作也须从善 .....	15
林则徐：为人立身不正，诸事无益于己 .....	18
左宗棠：以尽心力求上进 .....	23
黄兴：举全身赴天下国家之难 .....	26
冯玉祥：新时代的学习要着眼更广 .....	28

## 学习之方

孔臧：学习期于渐进，学问重在运用 .....	33
王僧虔：谈不容易，学更不易 .....	35
元稹：穷困而能立志，不学岂可为人 .....	37
韩愈：人因学习而高下有别 .....	40
张居正：治学一事全在自己 .....	42
彭玉麟：治学合于大义，人心合于正道 .....	45
严复：勤学以立榜样于后世 .....	48

梁启超：态度一事更重于成果 .....	50
---------------------	----

## 修身之义

蔡邕：世间最美不外乎心灵 .....	53
郑玄：修德不凭外力，继承父辈学问 .....	55
刘桢：人无气节便不是真的挺拔 .....	58
诸葛亮：淡泊物质名利，追求自身精进 .....	61
向朗：保持心性平和，以存身养身 .....	65
白居易：求取身外不如求取内心 .....	67
朱熹：谨守纲常，奉行道德，一生不废 .....	70
陆游：为人当计天下，为官当知清正 .....	74
王守仁：孩子虽小亦不可疏忽教导 .....	78
张英：立品修身，调和心性 .....	82
曾国藩：至诚精一，不忘初衷 .....	86

## 处世之则

马援：谨慎言辞，学习良善 .....	91
嵇康：以圆融处世而不失内心方正 .....	93
陶渊明：生死穷通有尽，人生达观无穷 .....	98
杨溥：为人心性不可不稳，不可不慎 .....	101
孙奇逢：教诫子弟是第一要紧事 .....	105
张廷玉：处世大端在于立心守善 .....	107
蒲松龄：以此省身，便可接近人生大道 .....	111
黄炎培：勤于探求真理，坚持大是大非 .....	114

## 做事之要

王昶：洗尽人生铅华，复归心于仁善 .....	117
王脩：追慕高贤，惜时求进 .....	120
张紘：不避难事，一心求进 .....	124
李商隐：言行之间必须与“人”相称 .....	126
章仔钧：不知明理岂可称为孝子贤孙 .....	130
范质：为人当心存大义而自求精进 .....	133

范仲淹：处世谨记人生八德·····	135
吕坤：心循善道可医治人生大疾·····	139
<b>为官之重</b>	
羊祜：不求丰功伟业，但求一心仁德·····	143
苏环：为相不可不知以道应命·····	146
欧阳修：人性善变，当学正道·····	148
包拯：为官贪腐非我子孙·····	150
岳飞：大丈夫当尽忠以死国事·····	152
杨继盛：志于君子之道，处世该知取舍·····	154
高攀龙：做人是人生第一大义·····	157
张之洞：以家国为念，以谦卑自守·····	161
李鸿章：凡事讲求一个实际·····	165
<b>治家之规</b>	
班昭：生而为女当知女德尊贵·····	169
杨震：治家不离和睦勤俭之道·····	172
司马光：寡欲尚俭方可保身有成·····	175
苏洵：人为万物之灵，所行理当有道·····	179
黄庭坚：家和万事可兴，不睦须臾则败·····	183
陆九韶：爱子当知正本，制用当知有度·····	186
赵鼎：治家贵在有统一规章以供遵循·····	189
叶梦得：治生重在诚意，治事重在用心·····	191
于成龙：道虽迂远却不可轻忽·····	195
张作霖：衣食住行都要严格规范·····	198
鲁迅：父母育子要有奉献一切的大爱·····	202
<b>生活之虑</b>	
王祥：治丧不可因逝者耽误生者·····	205
颜之推：处世之道不可止于圣贤之言·····	208
姚崇：保全身家系于修德而非神佛·····	212
柳玘：善用优越家境以求上进·····	215



袁采：睦亲友善，处己仁善，治家崇善 .....	217
刘基：欲求显达便要立于正 .....	221
何伦：孝亲、待人、处事、保家当各遵其道 .....	224
姚舜牧：人生八字不过孝悌忠信礼义廉耻 .....	227
朱柏庐：为人如此便是圣贤 .....	231
纪晓岚：谨记四戒四宜，先人福荫享之无穷 .....	235
蔡新：求人不是处世上乘之道 .....	239
汪辉祖：律己、治家、应世、蕃后 .....	241
<b>帝王之德</b>	
周公旦：不因国而骄人 .....	247
刘邦：学习方能无悔，恭敬可以成德 .....	251
刘备：弃恶从善，以贤德服人 .....	253
曹操：人生便该有豪杰的坦荡气魄 .....	255
曹丕：不可掩过而不改过 .....	257
李世民：身为帝王要勤于政事 .....	259
赵匡胤：帝王行仁道莫过于此 .....	263
朱元璋：帝王不可不知明智通达 .....	265
康熙：皇子更需修养德行 .....	269
雍正：除尽陋习，国家天下皆可安 .....	273



## 为人之道

### 姚信：人生起伏尽在善与不善之间

古人行善者：非名之务，非人之为；心自甘之，以为己度；阨易不亏，始终如一；进合神契，退同人道。故神明佑之，众人尊之，而声名自显，荣禄自至，其势然也。

——姚信《诫子》

姚信是三国魏晋时期人，史书上对其记载极其有限，就连生卒年也不甚详尽。从史料记载来看，姚信与东吴名将陆逊、名臣陆绩等人有血缘之亲，陆逊为其舅父，陆绩则是其堂外祖父。姚信曾经是孙权太子孙和的属官，由于太子被废而受到牵连，直至孙和之子孙皓即位，才将姚信再次召回，并授予太常卿一职。姚信主要致力于《三坟》、《八索》等古籍的研习，并著有《周易注》一书。由于研习的都是上古贤君的为政善道和易理玄说，姚信的家训《诫子》也是围绕“善”字来阐述，并且明显受到了《周易》中“积善之家必有余庆，积不善之家必有余殃”这一理念的影响。

◎发自内心的方是真善。在日常生活中，帮助别人往往是举手之劳，

但在举手之劳的行动背后，内心的出发点又是为何，对于世人来说却是不尽相同。有的人是出于本能的反应而释出善意，事后自己也浑然不觉；有的人在事后才意识到自己的行为是善举；有的人是为了表现自己的爱心，赢取别人认可而行善；更有的人是为了挟恩图报、利用他人才做出伪善的举动。这四种情况高下有别，只有第一种是最值得追求的。只有将行善彻底地融入自己的生活处世，才能实现德行日进而不为虚名所欺。

◎因言废善便是小人。当行善之举是为了别人的夸赞时，人就理所当然会因他人言辞不能称心而心生失意、不满甚至愤怒等负面情绪，因此失去行善的动力。这一类人即使行善，所在意的也不是善行的正当与否和受助之人的利益安危，而是在于自己的虚假名誉，可以说是小人心态。行善并非全然是一件容易之事，往往也会有需要忍辱负重去达成的时候，如果不能发自内心、不能坚持到底，而是以小人的心态别有图谋、浅尝辄止，不但善行功亏一篑，善德更是会因此而受到损害。

◎陷害善人最是不善。当自己的行善意图不能顺遂的时候，小人往往既因自己的目的不能达成而愤怒，又眼红于他人真善行为受到的褒奖而恼羞，为此不但不反躬自省，反而对他人心生嫉恨与敌视，为此暗中妨害他人，这完全是对自己人生没有任何好处的自误之举。这种卑劣的做法伤害到的不仅是别人，更是对自己品德的败坏与践踏，是自陷于万劫不复之沉沦的至愚至恶行径。如果能够效仿善人，摈弃自己的行善异心，即使是微小的善行也能给自己带来极大的宽慰，相比害人所招致的恶果孰更值得选取不是一目了然的事情吗？

【姚信家训故事·贵贱由善】

善则匹夫之子可至王公，不善则王公之子反为凡庶

“积善之家必有余庆，积不善之家必有余殃”，这是一句带有非常明显的

明清劝善文风格的古训，但其真正的来历却出自被誉为“万经之首、大道之源”的《周易》一书。由此可见古人很早就对行善与行恶的后果有着明确的认识，姚信曾为《周易》作注，其思想观点也深受这一理念的影响。

在《戒子》一文中姚信从古往今来的史实出发，告诫儿子：人一出生时的地位虽然有高有低，但却不是固定不变，后天的贵贱往往都是由人自己的行为决定的。只要能够依循善道，诚心诚意地学习、交友、处事，即使一开始身份卑微也会有显贵如王公的一天；如果为人不善，偏行恶道，即使是地位高贵的王公之子也会败坏门庭、身名受辱，沦为卑贱之人。

## 邵雍：知善便是吉人，不善必有凶殃

凶也者，语言诡譎，动止阴险，好利饰非，贪淫乐祸，疾良善如雠隙，犯刑宪如饮食，小则殒身灭性，大则覆宗绝嗣。或曰不谓之凶人，则吾不信也。

——邵雍《戒子孙文》

邵雍是北宋时期的著名理学家，与程颢、程颐、周敦颐、张载并称为“北宋五子”，在儒学、文学、易学等方面皆做出了不凡的成就。邵雍年少时便羡慕古圣贤的学问，并在多年刻苦学习之后效仿古人四处游历增长见识，最后感到已经得道，于是返回家乡，又跟从共城县令李之才学习理学，很快就贯通了天地自然的大道规律，因而被世人认为已经达到了孔夫子所说的不惑境界。迁居洛阳之后，邵雍虽然贫穷却从来不为此烦忧，更多次拒绝出仕，一心致力于为他人讲学、解惑，一片仁德甚至感化了整个洛阳的风气。除了著名的《皇极经世》这一易学著作外，邵雍还写过一篇名为《戒子孙文》的家训，为儿子讲述为人吉凶的选择



之道。

◎善言教导要听。《道经》之中曾对上士、中士、下士的区别有过描述，上品、中品、下品之人的区别也大致与之相同。下品的人，即使告诉他何为正确的道理与做法，他也会对此不屑一顾，甚至还要故意违逆，犯下不可饶恕的恶行。这种无耻的做法多是源自内心的无知，要想摆脱无知，就必须对善良的教导保持尊重与谦卑，诚心地对自己的言行做出反思。如果对善言心存贬抑排斥，就自然而然会与邪道相应，这样一来，灾祸便也不远了。这就是善为吉，不善为凶的道理所在。

◎不义之财莫动。圣人将不义的富贵视作浮云，这还是源自其内心的浩然正气不灭；对于常人而言，不义之财不仅该被视为浮云，更该被视为陷阱。即使自己再为困顿、再有苦衷，也应该通过正当的手段寻求解决之道，这才是从根本上改变处境的办法。如果因一时急迫就越过底线，就无疑是打开了自己的心防。一旦踏出了第一步，心中就会产生细微的理所当然想法，对自己的行为产生认可与接受，常人堕入恶道的开始往往就在这里。比起一时困顿，一生一世清白才更为重要。

◎远避大恶大非。君子不立危墙之下，这是出于对自身爱惜的仁德，但要想真正做好这一点，就不仅仅是避开危险环境这么简单。有的环境即使安逸，但周围人的所作所为却都是不合仁义善德的陋行，身处这样的环境虽然没有生命安危之患，却有损德害心之虞。古人云：久入鲍鱼之肆不闻其臭，则与之化矣。说的就是担心人由于自身意志的软弱而受到不良环境风气的影响，久而久之沾染恶习，最终沦为好利贪淫、言诡行恶的不善之人。“积不善之家必有余殃”，如果自负于自己的心性而接近邪恶，最终只会遭到反噬。

◎行善不可知足。人能行善是内心仁德的体现，但最佳的体现莫过于永远保持这份行善的心意。真正的行善是发自内心的，这就意味着行

善已经完全融入了一个人的生活日常。世间多有需要关怀之人，多有需要出手之事，即使穷尽个人一生也远远不能行尽善事，如果稍微对人有所助益便得意扬扬以此自居，又怎能称得上是真正的善道？满足于已行之善，某种意义上也等同满足于已有之德，德行一旦停止精进，在社会现实的冲击下就难免会出现倒退。行善之路永无尽头，即使是一身湮灭，仍然会有后来者继承弘扬。

### 【邵雍家训故事·善行必为】

## 见善必为，力尽而止

邵雍虽然是一位饱学贤士，但一生都不愿为官，因此生活十分贫困，迁居洛阳后更是住在茅草屋里，幸亏他的朋友司马光等人捐资相助，这才使他安居下来。从此之后邵雍便以读书交友、教学躬耕为乐。

邵雍直到45岁时才有了儿子，老来得子的他非但不宠溺孩子，反而对他时时刻刻加以严格教导。邵雍信奉修善的道理，于是写了很多诗教育儿子要努力行善。在《诫子吟》中他写道，“善恶无佗在所存，小人君子此中分”，告诉儿子要做行善的君子；在《教子吟》中又说，“该通始谓才中秀，杰出方名席上珍”，告诫儿子为人不可自满，要努力提高自己的德行，做一个出类拔萃之人。

## 贾昌明：为人首重在于厚德端正

官位丢失尚可失而复得，德行丧失则终身难复。

——贾昌明《诫子孙》

贾昌明，字子明，是北宋时期的一位大臣，生卒记载不详。贾昌明曾经先后担任过知县、礼部郎中等职位，后来又升任龙图阁直学士、参知政事等职。贾昌明于宋仁宗嘉祐元年被赐封为徐国公，等到英宗即位后又改封为魏国公，可说爵位殊荣。贾昌明在62岁那年，有感于自己年老体衰，又担心子孙们因自己身居高位而轻慢放纵，于是写了《诫子孙》一文，从自身经历感悟出发，告诫子孙如何应对修身、处世和治家的道理。贾昌明对于子孙的德行教育尤为重视，其家训中更是多次提到了德行的可贵。

◎国事不可妄议。都说“天下兴亡，匹夫有责”，但天下的兴亡对于每一个国民来讲不仅仅是责任，更是攸关自身安危的大事，即使不是出于责任而是为自身考虑，国民也有发表意见、参政议政的政治权利。但又正因国事事关重大，所以更要在基于客观理性认识的基础上去评价、议论，而不能随意发表不负责任的言论。更有一批人出于自己的极端情绪或是其他用心，以语言这种不见血的杀人刀作为蛊惑群众、煽动社会动乱的工具，这种做法其实是把自己内心的负面情绪扩散到整个社会的不负责做法。

◎厚道才能成事。造就成功的前提很多，处世为人厚道也是其中的关键心态之一。虽然世人都说老实人容易吃亏，但同时又有“吃亏是福”一语流传，这两句话看似对老实人的态度矛盾，但其实又是一脉相承的。

君子可欺之以方，为人厚道确实会受到欺瞒，但又由于这份厚道，所以能够在吃亏之后继续坚持自己的志向，同时又能够冷静地反思，从而避免再次吃亏，更赢得他人的尊重，为成功获取更大的助益。反倒是心思不善的人一旦受挫，就会恼羞成怒放弃坚持，这样一来自然是一事无成。

◎不以喜恶偏人。世间万象都有对立，常人又非是包容天下的圣贤，有了朋友也便会有雠寇，即使没有不共戴天的敌人，也难免会有自己看不惯或者不能赞同认可的一类人，这也是一种对立的体现。趋喜远恶虽然是人心的常态，但有的时候，自己所厌恶排斥的人往往比自己身边的人观点更加合理正确，如果逞一时好恶而因人废言，对自己反而是一种损失。世间万物莫不包容于天地之间，人既生在天地之间，自然也应该效仿天地的胸怀，抛开喜恶之观正视社会上的每一个人。

◎君子居家正派。上善若水，取的是水随处在流变而能不失本质的深意，其中也有一动一静的道理，但在社会上摸爬滚打久了的老油条，却往往只是体会到了水之动而没有领会到水之静。面对他人他事，大部分人都能做到彬彬有礼、行为正派，赢得他人的称赞，但回到家中之后面对自己的妻儿双亲又或是私事的时候，其中一部分人却又完全变了个样子。要么蛮横无理、不加体恤，要么是鸡鸣狗盗、行为不检，沦为伪君子、两面派一流。这种人即使在外面声誉再好，也不过是失德之人。

◎有能不怕寡言。立身的根基在于自己的实际能力而非虚言，因此才说有了能力就不需担心自己是否口齿伶俐、能言善辩。世间虽然有很多不善言辞的人，但能保持淡定心态的却趋于少数，大部分人面对自己的这一缺陷心中都会有几分焦虑，更因此强迫自己去表达，但结果反而可能更不如意。一件事情的成功说到底还是做出来而非说出来，如果实际行动能够表明自己的能力，言辞往往就不是那么重要了。当然，个性开朗、能言善辩也是人的一项加分技能，不能完全忽视，只要抱持着平和





的心态，尽自己努力去做就好。

◎家丑不必外扬。人在失意之时常常需要倾听他人安慰，家人本来是很好的选择，但如果事情本就因家人而起，再向家人提起显然就是尴尬的选择了。但如果向朋友去倾诉，家人的形象又会在外人心中动摇甚至崩毁，对于家人而言，这一做法显然也不合时宜。尤其是家门中许多是非，虽然闹心却又不堪记、不堪提，让外人得知更是使全家沦为笑柄，这就完全是自取其辱的做法了。当然，如果是遇到一些涉及自身重大利益甚至是生命安危的家中纷争，就一定要争取外界力量的援助，这也是需要人仔细分辨灵活变通的。

#### 【贾昌明家训故事·亲重于利】

### 因利害情便是儒学罪人

关于贾昌明的生平，史料中记载很少，但他的《诫子孙》一文却被收录其中，成为后世之人以文一观其人风貌的途径。贾昌明在《诫子孙》中处处以君子、读书人的本分要求子孙，再参考其平生履历，也可粗略窥见其人秉性厚德。

富贵之家的破败常常是起于利益纠葛，终于彼此反目，贾昌明身为国公，封爵已极，对此自然更有一番担心。也正是因此，他明确地告诉子孙，凡是那些在家庭内部有了矛盾却在外大肆宣扬、互相攻击、败坏家门名声的人，即使口中喊得再大义凛然，心里说到底还是那些蝇营狗苟的利益小算盘，上不得台面。这种不肖子孙不仅是家门的不幸，同时也是儒学的罪人，最该遭到众人的唾弃。