

向

《颜氏家训》

学早教



◆ 潘畅 评 孟凯 译 ◆

是以与善人居

兰之室，久而自芳也；

与恶人居，如入鲍鱼之肆，久而自臭也。

伎之易习而可贵者，无过读书也。

人生小幼，精神专利，长成已后，思虑散逸，

固须早教，勿失机也。

向《颜氏家训》学早教

◆ 潘畅 评

孟凯 译



 凤凰出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

向《颜氏家训》学早教 / 潘畅评 ; 孟凯译. -- 南京 : 凤凰出版社, 2014. 4
ISBN 978-7-5506-1970-8

I. ①向… II. ①潘… ②孟… III. ①家庭道德—中国—南北朝时代②《颜氏家训》—研究 IV. ①B823.1

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第056323号

书 名	向《颜氏家训》学早教
著 者	潘 畅 评 孟 凯 译
责 任 编 辑	傅 扬
出 版 发 行	凤凰出版传媒股份有限公司 凤凰出版社(原江苏古籍出版社) 发行部电话025-83223462
出版社地址	南京市中央路165号,邮编:210009
出版社网址	http://www.fhcb.com
经 销	凤凰出版传媒股份有限公司
照 排	江苏凤凰制版有限公司
印 刷	江苏凤凰盐城印刷有限公司 江苏省盐城市纯化路29号,邮编:224001
开 本	960×1304毫米 1/32
印 张	4
字 数	108千字
版 次	2014年4月第1版 2014年4月第1次印刷
标 准 书 号	ISBN 978-7-5506-1970-8
定 价	9.80元 (本书凡印装错误可向承印厂调换,电话:0515-88153008)

前言

家训是中国古代社会对子孙立身处世、持家治业的教诲。中国历史上第一部内容丰富、体系宏大的家训当首推《颜氏家训》。南北朝时北齐文学家颜之推将自己的人生经历、处世哲学、教育思想熔于一炉，以拳拳之心告诫后世子孙。其中对孩子的早期教育的注重，打破了时代的界限，历经千年仍对现代的家庭早教有着极强的借鉴意义。

我与《颜氏家训》似乎有着特殊的缘分。童年时，父亲的大书橱总显得那么高不可攀。一本本包着牛皮纸的大部头书籍，让初识文字的我觉得神秘莫测，望而却步。但终归心痒难忍，便怯生生地抽出一本看起来最薄的小书，那便是《颜氏家训》。翻开几页，看得昏天黑地，不知所以然。父亲笑着说：“别小看它薄，要想读懂读透，还要等你长大以后啊。”

少时的我，对父母的管束是那么不胜其烦。一次与他们大吵后，钻进自己的房间，狠狠地把门关死。情绪渐渐平稳，偶然瞥见在一摞书的重压下，隐隐露出的薄薄一本，抽出来打开，还是那本《颜氏家训》。匆匆浏览，似乎琢磨出些还难以言传的味道，似乎感觉出父母对自己的教育并非全像先前所认为的那样只是凭着不合时宜的经验与自以为是的直觉，而是确有一番堂堂正正的道理。

成年后，成为一名教师。不安于教书匠的照本宣科，因为讲台

之下，是一个个活生生的生命。他们如此信任地把自己托付与我，每念于此，总觉得肩上压力陡增。他们千差万别的个性、层出不穷的想法、无比旺盛的精力，每每令我疲于应付，焦头烂额。当然最使我焦心的是一些生活习惯、学习习惯都出现不良倾向的所谓“后进生”。改变他们，要付出极大的努力，往往还收效甚微。在与这些孩子的家长的交流中，总是发现他们对孩子的早期教育出现了很大的偏差。或简单粗暴，或事无巨细，或只凭经验直觉，或一味偏袒骄纵，失败的早期教育在孩子身上留下了很多难以磨灭的印记，而许多家长却浑然不知。

总想给家长们更多的帮助，于是我又把目光投向了那本薄薄的《颜氏家训》，里面蕴含的许多朴素而深邃的早期教育的菁华，每次品读都觉得唇齿留香，受益匪浅。也曾把《颜氏家训》推荐给家长，但文言文的障碍和言简意赅的表达，难以让家长们顺利阅读和吸收。那时，我就有了一个念头，想把其中有关早期教育的条文分解成每位家长都可效仿操作的细则，用具体而有说服力的案例加以佐证和解读。让《颜氏家训》能够真正走进每个家庭，能对初为人父为人母的家长们有所启发，有所借鉴。

一旦动笔，却发现事情并不简单。事情出现转机，还得感谢女儿。照顾她吃喝拉撒睡的繁琐与劳心，面对她的坏脾气和无理取闹时的无奈与焦躁，每一天都让我切切实实地感受到了儿童早教的复杂性和反复性，同时也让我有了将《颜氏家训》中的早教思想用于实践的最好机会。在实际运用中，我更加真切地体会到了颜之推跨越千年的良苦用心，更加深刻地理解了书中的独到见解和思想价值。有了这些感悟和活生生的材料，再次动笔，就觉得流畅顺利，水到渠成了。

写完最后一个字，心中仍有着莫名的忐忑。担心它是否真有价值，能否被家长们接受。就在这时，传来了小女的敲门声，屋内

的宁静顿时被打破了——她的笑声，她的唱歌声，她的喋喋不休，她的上蹿下跳。一瞬间，我感觉到了内心的充实与坦然。我知道，我是用真情在写，用真心在感悟。愿天下父母都能与儿女共同成长，珍惜相伴的因缘，享受相伴的快乐。

潘 畅

2013年9月

目 录

- 第一 序致 / 001
- 第二 教子 / 006
- 第三 兄弟 / 015
- 第四 后娶 / 020
- 第五 治家 / 024
- 第六 风操 / 035
- 第七 慕贤 / 049
- 第八 勉学 / 057
- 第九 文章 / 077
- 第十 名实 / 083
- 第十一 涉务 / 085
- 第十二 省事 / 088
- 第十三 止足 / 092
- 第十四 诫兵 / 095
- 第十五 养生 / 097
- 第十六 归心 / 101
- 第十七 杂艺 / 105
- 第十八 终制 / 112

第一 序致

1 夫圣贤之书，教人诚孝，慎言检迹，立身扬名，亦已备矣。……吾今所以复为此者，非敢轨物范世也，业以整齐门内，提撕子孙。夫同言而信，信其所亲；同命而行，行其所服。禁童子之暴谑，则师友之诫，不如傅婢之指挥；止凡人之斗鬪(xì)，则尧舜之道，不如寡妻之诲谕。吾望此书为汝曹之所信，犹贤于傅婢、寡妻耳。

译文 古代圣贤的著述，教诲人们要忠诚孝顺，言行谨慎，以建功立业名扬天下，所有这方面的道理都已讲得很全面详细。……如今我之所以要再写此《家训》，并非是要为世人树立什么道德规范，而只是用来整顿家门，教育子孙后代。同样的话语，因为是听自己亲近的人说的就会更加相信；同样的命令，因为是听自己敬服的人说的就会尽力执行。就管教孩童禁止其胡闹嬉笑而言，老师朋友的训诫，往往不如保姆的指挥那样有效；就制止世人的争斗而言，尧、舜的教导，常常还不如妻子的劝解。我希望你们能够遵信这部书，它比保姆、妻子

的话还要更加贤明有用。

感悟 有人说,中国式家庭,自从有了孩子,好日子就到头了。第一声娇嫩的啼哭所带来的激动和欣喜很快被吃喝拉撒睡的琐碎和劳神冲刷得七零八落,还没缓过神来,如何进行家庭教育又让每一个爸爸妈妈猝不及防。都说对孩子的教育是家长一生最大最重要的投资,可要命的是这项投资没有系统的学习培训,没有上岗前的实习积累,一不留神就站在了最重要的战线之上,只能进,不许退;更要命的是这项投资还只能成功,不许失败,因为每个家庭都失败不起。

许多家长只能是赶鸭子上架,自学成才,各显神通,可是伴随着孩子的成长,层出不穷的问题总让人应接不暇,焦头烂额。很多家长经常抱怨:唉,孩子不听我的咋办?这一段选文似乎给出了一个答案——“就管教孩童禁止其胡闹嬉笑而言,老师朋友的训诫,往往不如保姆的指挥那样有效;就制止世人的争斗而言,尧、舜的教导,常常还不如妻子的劝解”,原来孩子不是不听,而是选择性地倾听。某小学的班级里有位学生很是让老师和家长头疼,学习落后,经常违反纪律,平时天不怕地不怕,无论是声色俱厉的批评还是和风细雨的教育通通都被当做了耳旁风。可是,情况也有例外,他上语文课时总是特别安静,眼睛盯着老师,跟着老师的一举一动、一颦一笑或点头或微笑,这难道是语文课的魅力吗?原来他最佩服的就是这位学识渊博、幽默诙谐又有亲和力的语文老师,所谓亲其师,信其道,效果自然会事半功倍。

亲近与敬服,是教育者与被教育者之间最美好、最高效的互动关系。但真正的亲近,不是一味娇纵和妥协,而是要走进孩子的内心,平等地交流,减轻相处时的逆反;真正的敬服,不是板起面孔、高高在上,而是用自己的言行和人格魅力去感染、去熏陶,让孩子收起轻狂,虚心接受,从而降低了教育的成本。

2 吾家风教，素为整密。昔在韶(tiáo)龢(chèn)，便蒙诱诲。每从两兄，晓夕温清(qìng)，规行矩步，安辞定色，锵锵翼翼，若朝严君焉。赐以优言，问所好尚，励短引长，莫不恳笃。

译文 我们的门风家教，向来严整周密。在我童年时期，就受到谆谆教诲。那时我每天跟随两位兄长，早晚侍奉双亲，举止端正，言谈谨慎，神色平和，恭敬有礼，小心翼翼，终日就好似要拜见庄严的君王一样。父母经常劝勉鼓励我们，询问我们的爱好志向，教导我们要扬长避短，态度莫不恳切真诚。

感悟 近代历史上的梁启超可谓是学贯中西的大牛人，自己在学术上著作等身不说，他的九个子女也是人人成才，长子梁思成、次子梁思永、五子梁思礼都是中科院院士，所谓一门三院士。真是让很多人羡慕不已，感叹老天真是太偏心眼了。其实哪里是老天偏心，而是梁启超教育有方。梁启超对每个孩子都充满了真挚的爱，这种爱不盲目，不泛滥，没有一般长辈常有的说教，只有循循善诱，晓之以理；没有指责，只有建议，给每个孩子提供有针对性的指导，使爱变成一种无形的力量，源源不断地注入孩子们的生命，帮助他们战胜学业上、生活上的各种困难。这种爱，成为了一个家庭的氛围和风气，就形成了所谓的“门风家教”。他的子女回忆自己的成长经历，莫不感叹梁氏门风家教对自己的潜移默化的熏染。

门风家教其实并不是名人的专利，不是高不可攀的，家长只要靠自己的以身作则与身体力行营造出民主和谐，积极向上，有浓浓书卷气的氛围和风气，就能让孩子变得乐观自信，开朗活泼，明礼谦和，有旺盛的创造力。父传子，子传孙，再出个有心人稍加整理，

指不定又一部“家训”大作又诞生了呢。

3 年始九岁，便丁荼(tú)蓼(liǎo)，家涂离散，百口索然。慈兄鞠养，苦辛备至，有仁无威，导示不切。虽读《礼》、《传》，微爱属文，颇为凡人之所陶染，肆欲轻言，不修边幅。年十八九，少知砥砺，习若自然，卒难洗荡。二十已后，大过稀焉；每常心共口敌，性与情竞，夜觉晓非，今悔昨失，自怜无教，以至于斯。追思平昔之指，铭肌镂骨，非徒古书之诫，经目过耳也。故留此二十篇，以为汝曹后车耳。

译文 我九岁的时候，父亲母亲相继离世，从此全家陷入窘境，家道中落，家境萧条。慈爱的兄长抚养我长大，极其辛苦，他对我很仁慈而没有威严，引导教育也不那么严格。当时我虽诵读了《周礼》、《左传》，稍稍爱好写文章，但颇受到当时社会风气的影响，我也放纵欲望，言语轻率，不修边幅。到了十八九岁，才稍加磨砺，只因习惯已成自然，短时间内很难彻底清除。直到二十岁以后，才较少犯大错，但还是经常口是心非、心口不一，理智与情感冲突不断，乃至夜晚常反省白天的错误，今天悔恨昨天犯下的过失，自己常叹息由于缺乏教育，才会走到这一地步。回想起从前的教训，深有体会，刻骨铭心，不只是像古书中的训诫，看过读过，不留一点印象。所以写下这二十篇《家训》，给你们作为前车之鉴。

感悟 这是颜之推回首往事痛定思痛的肺腑之言啊。他深知

自己身上存在的难以根除的毛病正是由于往昔家庭教育的不同程度的缺失所造成的。我们都知道一句俗话，“三岁看大，八岁看老”，意思是指一个人小时候的行为表现、智力发展、习惯态度等决定他以后甚至一生的命运。

我们来看看这个孩子——晨曦是家里唯一的孩子，爷爷奶奶姥姥姥爷爸爸妈妈，六个大人众星捧月般地围着她转，再加上晨曦从小体弱多病，家人更是格外娇宠与溺爱。到了小学，晨曦很不适应学校班级的各项严格规定，学习渐渐落后，与同学相处也是以自我为中心，动不动就发脾气、使性子。老师把家长喊到学校，家长却强调孩子如何如何聪明、懂事，把责任一股脑推给了老师和同学。晨曦的家人们是那么爱这个孩子，以致在家庭教育中只有慈爱，没有威严；只有宽容，没有严格。这样的孩子，心理承受能力和自觉学习能力是明显缺乏的，将极大影响孩子一生的发展。

我们再来看看一个成功的例子——难得糊涂的郑板桥对儿子的教育可不糊涂。他任山东潍县知县时，总担心亲戚过分宠爱他的儿子，所以不断写信，告诫家人：“余五十二岁始得一子，岂有不爱之理？然爱之必以其道。”“以其道”就是指教育孩子要有正确的方法，该严格时就严格，不能有丝毫的含糊。

我们的家庭教育总是充溢着浓浓的慈爱，缺乏的恰恰就是坚持原则、严格要求的威严。威严，并不意味着恐吓与体罚，而是一种性格发展和习惯养成上的塑造与规范，良好的性格与健康的好习惯才是家长给孩子的最好的人生礼物。

第二 教子

4 上智不教而成，下愚虽教无益，中庸之人，不教不知也。古者圣王有胎教之法：怀子三月，出居别宫，目不邪视，耳不妄听，音声滋味，以礼节之。书之玉版，藏诸金匱。生子咳唼，师保固明孝仁礼义，导习之矣。凡庶纵不能尔，当及婴稚，识人颜色，知人喜怒，便加教诲，使为则为，使止则止。比及数岁，可省答罚。

译文 天才不用教育都能成才，傻瓜即使教育也无济于事，只有绝大多数普通人要教育，不受教育就不明事理。古时候的圣王有进行胎教的做法：皇后、妃子怀孕三个月的时候，就要搬到别宫去居住，眼睛不看不好的事物，耳朵不听不好的声音，音乐、饮食都要按照礼法加以节制。另外，还得把胎教的方法写在玉版上，收藏进金柜里。孩子尚在幼儿时，就要请太师、太保，为他们讲解忠孝、仁义的道理，引导他们学习。普通老百姓纵使不能如此，也应在婴儿能识别大人脸色、懂得人的喜怒时，就加以教育，教育他们能做的才做，不能做的就不

做。这样，等孩子长大几岁，就可免去鞭打惩罚。

感悟 原来大多数准爸爸、准妈妈们虔诚笃信的胎教是古已有之啊。现在各种胎教方法是铺天盖地，真恨不得让宝宝在肚子里就精通音律、熟记诗歌、能写会算、智商绝伦。中国的家长们都把“不要让孩子输在起跑线上”这句话奉若神明，而胎教又像是把教育提前到了走上起跑线之前的更衣准备室里。

胎教真有那么神奇的作用吗？最新的科研成果告诉我们，宝宝生活在羊水中，空气中听起来舒缓的声音透过腹腔壁传到子宫、羊水里面的时候会发生衰减和失真，这就好比人在水中听到岸上的声音会变成噪音一样。其实妈妈有节律的心音和规律的肠蠕动声就是胎儿最动听的音乐，一个温馨的家庭可以使孕妇心情舒畅、心境平和、情绪稳定，始终生活在充满爱的环境中，对胎儿未来性格的发育就会起到积极、良好的作用。

家长们在早教上要重视的不在智力上与技能上，而是情绪、情感、意志、耐受挫折等方面的初步培养和引导，这就是现在比较流行的情商。最简单的方法就是选文中所说的“教育他们能做的才做，不能做的就不做”。当孩子无理取闹时，明确地告诉他（她）哪些是不合理的要求，再哭再闹都没有作用；当孩子对其他小朋友心生怨恨时，及时地教会他（她）试着找出那位小朋友身上的三个优点，从而学会包容与宽容。

父母的这项工作具有长期性、持久性。父母要做孩子的“情商教授”——不能辞职、不能退休，做终生的教授，这是父母天赋的神圣职责。

5 父母威严而有慈，则子女畏慎而生孝矣。吾见世间，无教而有爱，每不能然；饮食运为，恣其所欲，宜诫翻奖，应诃反笑，至有识知，

谓法当尔。骄慢已习，方复制之，捶挞至死而无威，忿怒日隆而增怨，逮于成长，终为败德。孔子云：“少成若天性，习惯如自然。”是也。俗谚曰：“教妇初来，教儿婴孩。”诚哉斯语。

译文 身为父母对子女既要有威严又要有慈爱，子女自然会因敬畏、谨慎而有孝心。我看到世上那种对孩子不知教育只知溺爱的，常常不以为然。孩子想吃就吃，要做就做，父母任其为所欲为，不加管制，该教训时反而夸奖，该训斥时反而嬉笑，以至孩子懂事时，反而认为那些错误的行为是理所当然的。当骄傲散漫已经成为孩子的习惯时，才想起制止，就算打死他们也无济于事，父母愤怒得越厉害，反而只会增加孩子



子的怨恨，等到他们长大成人了，最终还是成为道德败坏的人。孔子说：“小时候养成的品德就像天性，习惯成自然。”就是这个意思。俗话说：“教育儿媳妇要在刚进门时，教育儿女要在婴儿阶段。”这话对极了！

感悟 镜头一：小孩子把碗里的米饭撒得一地都是，高兴得手舞足蹈，一家人却无动于衷，爸爸还拿出相机喜滋滋地拍下来。

镜头二：小孙子没站稳，头碰在了桌子上，哇哇大哭。奶奶连忙赶来，一手搂着孙子，一手拍着桌子说：“让你碰俺的宝贝，打死你！”孙子立刻破涕为笑。

这两组镜头家长们应该不会陌生，它们在很多家庭都曾上演过。溺爱的坏处人人都明白，但一面对具体的情形，家长们还是不由自主地失去了原则。镜头一里的孩子，当他长大后养成不珍惜劳动成果的习惯时；镜头二里的小孙子，当他以后把所有责任都推给别人而看不出自己的问题时，这难道不是家长无原则的爱所造成的后果吗？

香港巨富李嘉诚的两个儿子大学毕业后想到父亲的公司工作，没想到在父亲那吃了闭门羹。李嘉诚告诉他们要去自力更生，去打拼江山。正是李嘉诚看似“冷酷无情”的做法，训练出了孩子独立自强的性格，为他们后来的成功提供了最持久的保障，这才是真正为孩子一生考虑的理性的爱。

6 凡人不能教子女者，亦非欲陷其罪恶，但重于诃怒，伤其颜色，不忍楚挞惨其肌肤耳。当以疾病为谕，安得不用汤药针艾救之哉？又宜思勤督训者，可愿苛虐于骨肉乎？诚不得已也。

译文 一般那些不善于教育子女的人，也并非想要使子女陷入罪恶的境地，只是不愿意使他们因受训斥而羞愧，也不忍心使他们因责打而损伤肌肤。父母的这种做法可以用生病来打比方，一个人生了病，难道能不用汤药、针灸去治疗吗？再说那些努力督促训诫子女的人，难道他们就愿意虐待自己的亲骨肉吗？实在是不得已啊！

感悟 孩子犯了错该怎么办呢？有些性急的家长一顿训斥甚至打骂后就烟消波静了，其实这只是自己解了气，跟教育没有关系；有些家长说怕说重了，打也舍不得，最后轻描淡写，不了了之。

孩子犯了错误，应该有必要的惩罚。惩罚不是体罚，体罚是有损孩子身心健康和自尊的，而惩罚则是一种对不良行为的强制性纠正，要让孩子知道犯了错误就要付出一定的代价。比如孩子欺负了别的小朋友，愚蠢的家长是和对方家长吵架，说自己的孩子也吃了亏；笨拙的家长是当着众人的面训斥孩子，强行让他道歉；而聪明的家长则是把孩子带到较为私密的空间，严厉指出他的错误，让他在规定时间内和规定地点反思自己的行为，不能做任何无关的事情，哭闹撒娇都无济于事，直到真正认识到自己的错误并向对方做出真诚的道歉。这样的处理就是惩罚，最后家长再对孩子勇于承认，敢于承担的行为做出鼓励和表扬。

至于惩罚的方式，家长可以灵活处理。美国作家马克·吐温给孩子们制定了独特的家规：犯了错误必须受到惩罚，而惩罚的方式由孩子自己提出。有一次大女儿犯了错，她自己决定不去参加梦寐以求的家庭度假以示对自己的惩罚。马克·吐温看到女儿痛苦的神情，尽管心中也十分不忍，但仍鼓励孩子坚持自己选择的方式。多么慈爱温馨，舐犊情深的父亲；多么充满睿智，坚持原则的做法。当孩子犯错的时候，其实稍稍留心，我们也能想出许多办法，可能有的比马克·吐温还要高明呢。

7 父子之严，不可以狎(xiá)；骨肉之爱，不可以简。简则慈孝不接，狎则怠慢生焉。由命士以上，父子异宫，此不狎之道也；抑搔痒痛，悬衾篋(qiè)枕，此不简之教也。