



寝 门 视 膳

原文

文王之为世子，朝于王季，日三。鸡初鸣而衣服，至于寝门外，问内竖之御者曰：“今日安否？何如？”内竖曰：“安！”文王乃喜。及日中，又至，亦如之；及暮，又至，亦如之。

其有不安节，则内竖以告文王，文王色忧，行不能正履。王季复膳，然后亦复初。

食上，必在视寒暖之节；食下问所膳。命膳宰曰：“未有原？”立曰：“诺。”然后退。

译文

周文王当初为世子的时候，每天早、午、晚探视父亲王季三次。

早晨，鸡开始啼叫，就穿好衣服，来到父亲门外，问护理王季的仆人：“晚间我父亲睡得安稳吗？”内侍说：“睡得好。”文王才很高兴地回去。到了当天的中午，文王第二次又来探视；晚上，第三次看他的父亲

时，内侍对文王说：“你的父亲身体欠健康，不能按时更衣吃饭。”文王听说后，面色显得很忧愁，甚至走起路来，都步履错乱。等他的父亲恢复健康，正常更衣吃饭后，文王才解除了忧愁。

像以前一样，每天坚持早、中、晚探望父亲三次。对父亲的饮食起居，更关怀备至。上饮食必先察看菜肴的冷热，菜肴不过冷也不过热，恐怕它伤人。食毕，撤膳又问父亲吃了多少，喜欢和不喜欢吃什么。文王对掌膳的人说：“父亲已吃过的食物，不要再给他吃了。”小官立即回答说：“是！”文王才放心地回去。

评析

如何治理家庭？这是古代哲人十分关心的问题。在他们看来，只有先治理好家庭，才有资格来治理国家。治好家庭，要做到父慈子孝、兄友弟恭、夫义妻顺。即家庭成员之间，必须遵守礼制，以礼相待，仁厚相处。古代哲人认为，尽孝道，对子辈来说既是一种道德规范，也更是一种理想人格，认为只有尽孝道，才能立身于世，建功立业。这个故事正是从遵礼守法的角度来谈论文王的孝道的。

文王，商朝王季（即季历，官至“牧师”）之子。名字叫姬昌（即历史上的周文王）他在位五十年，主要功绩是为灭商纣王作好充分的准备。他是个很有作为的君主。勤于政事。重视发展农业生产，礼贤下士，广罗人才，拜姜尚（即姜子牙，军师，又称尚父）为师，使“天下之分，其三归周”，为其子周武王推翻腐败无能的暴君商纣王，建立周朝打下了良好的基础。他是个勤

政廉政、忠孝两全的君主。

全文主要叙述文王如何孝敬父亲的情况：他每天三次去探视父亲的饮食起居，问候父亲的衣着冷暖。他为什么不直接问他的父亲，而是向父亲的护理人打听呢？他的苦心是：既做到关心好父亲的身体生活，又不干扰他有规律的生活。你看文王对长辈的体贴照顾是多么周到！

孔子十分推崇孝道。《孝经》相传为孔子著作。孔子融六经之精华，写出了这部“传之百世而不衰”的名著。孔子说：“孝子之事亲也，居则致其敬，养则致其乐，病则致其忧，丧则致其哀，祭则致其严，五者备矣，然后能事亲。事亲者，居上不骄，为下不乱，在丑不争。”作为一个孝子在日常的起居生活中，要以诚敬的心去周到地照顾父母；奉养时，要以和悦的态度任劳任怨地服侍；父母生病时，要以忧虑的心情去照料；父母过世时，要以哀痛的感情料理好后事；举行祭祀时，要以严肃的态度去追思父母。这五个方面都能做到，才能称为奉养双亲的孝子。奉养双亲的孝子，身居高官爵位不骄傲自大，地位低下也不去做违法的事，在人群中不与人发生争斗计较。文王虽然成了圣主，但是仍然没有失去平常人家孩子孝敬父母之心。这就符合了古代的道德规范。

在中国古代社会，统治阶级标榜以孝治天下。中国几千年的封建秩序和封建伦理道德关系就是以孝道为基础建立起来的。“孝”带有浓厚的封建色彩，有些地方的规定过于繁缛、落后。但是，这隐含其中的“尊长爱幼、尊老爱少”的合理内核也还是值得今天借鉴的。

儿女为什么要孝敬父母？《诗经》中的一首诗《蓼莪（lù é）》写明了这个道理：“蓼蓼者莪，匪莪伊蒿。哀哀父母，生我劬

(qú) 劳……，父今生我，母今掬我。拊（fǔ）我畜我，长（zhǎng）我育我，顾我复我，出入腹我。欲报之德，昊天罔报。”这首诗运用引申的手法，说明父母养儿育女的辛劳。大意是说：父亲啊，你养活了我；母亲啊，你生育了我；抚爱我啊培育我，喂我长大教育我，无时无刻不看顾我，出出进进抱着我。我想报答你的恩德啊，恩大如山怎么报？这首诗之所以成为千古绝唱，是因为它唱出了儿女的共同心声，唱出儿女对父母的深厚感情。人人要做儿或女，人人也要做父或母。父母生儿育女是人之常情，那么儿女尊老尽孝，也应是人的义务。父母对子女培养、抚育付出许多艰辛的劳动，子女更应主动自觉地加倍回报——不仅仅是物质上的，更重要的是感情上的。这也是新时代的家庭美德。

膳斥鮑魚



膳 斥 鲍 鱼

原文

文王使太公望傅太子发，太子嗜鲍鱼。公不与，曰：“鲍鱼不登于俎，岂有非礼而可养太子哉？”

译文

文王派遣太公吕望去教导、辅佐他的太子发（即后来历史上的周武王，名叫“发”）。太子发喜欢吃鲍鱼，太公不给与他吃。太公说：“鲍鱼一向是不放到祭祀的礼器上的，哪能违反礼节，而让太子来食用呢？”

评析

太公，是古时教导、辅佐帝王或王子的人。这里的太公是专门为太子发教导饮食起居等生活常识的导师。他不但教太子生活常识，更注重太子发的道德教育：不能上祭礼的鲍鱼，通情达理、有地位、有教养的人也就不能吃。

《淮南子·说山训》：“曾子之廉，不饮盗泉。”陆机《猛虎行》：“渴不饮盗泉水，热不息恶木阴。”古人看来，君子是不饮

盗泉之水的，天热也不接受恶木的荫凉。《孔子家语》：“如入鲍鱼之肆，久而不闻其臭。”鲍鱼名声不好，鲍鱼又是不能敬奉祖先的，当然为君子所鄙弃。

用来吃的食物虽小，但教人正道事大，不要因小失大。北齐有个厨师，在给太子吃的菜中，做了一道叫“邪蒿”的菜，太子的导师立即制止说：“这道菜的名称就不正，不合乎君子之仪，更不是太子所应当吃的。”文宣王听说后，大加奖励这位导师。以菜肴的名称正与不正来论述道德，虽然有点牵强附会之嫌，但从另一角度看，也不无道理。起居饮食，言行处事，都应该注意道德修养。太子应从小养成良好的习惯：影响思想道德的食品不吃，影响道德修养的服饰不穿戴，影响道德修养的话不说，影响道德修养的事不做。大人师长率先垂范；晚辈仿效长辈，事事处处点点滴滴去做，承前继后，代代相传，严格规范，注重素质教育，可告成功。文王的太子周武王能继承父王意志，把握有利时机，率师东进，大会八百诸侯，摧毁商纣王的残暴统治，成为西周王朝的开国之君，这与他的导师平时的严格管理教育和他自觉接受教育，加强自我修养是分不开的。

振 贷 贫 民

原文

文王问于吕望曰：“为天下若何？”对曰：“王国富民，霸国富士，仅存之国富大夫，亡道之国富仓府。是谓上溢而下漏。”文王曰：“善！”对曰：“宿善不祥。”是日也发其仓府，以振鰥寡孤独。

译文

文王问吕望：“如何才能治理好天下呢？”吕望回答说：“王者之国（实行王道），心存爱民，所以民众富裕；霸者之国（实行霸道），一定厚招游士，所以游士富裕；摇摇欲坠的国家，政权在大夫手中，所以大夫富裕；如果遇到昏庸无道的国君，就会在民众之中大收苛捐杂税，并把国库作为私藏，财富便积贮于仓库。（财货行若流水，如果光积贮而不散，就是把有用的东西放在无用的地方去了，一般奸佞小人从中任意耗用，外面也有盗贼窥伺。百姓无贮存，生活就十分艰难。）这好比用器具盛水，上面倒进来，下面溢也去，最后这水必



定枯竭。这样的国家哪有不灭亡的道理？”文王说：“你说得好。”吕望说：“行善事多耽搁一晚，对国家是不吉祥的。”文王于是下令，当天把国库里的粮食拿出来，去救济鳏寡孤独的人。

评析

《礼记·大学》中说：“君子先慎乎有德。德者，本也；财者，末也。外本内末，争民施夺，是故财聚则民散，财散由民聚。”意思是说，君王首先要重视德行。德行是治政的根本；财富，是治政的末节。轻视德行而重视财富，就会千方百计搜刮民财，引起社会动荡不安，人民离心离德。因此，君王聚敛财富，人民就会离散；君王藏富于民，人民就来归顺。

基于此，周文王重视和推崇德行，实行仁政，他体恤民众的疾苦，并把关怀抚恤鳏寡，当作仁政的要务。

周文王，商末周族领袖，姓姬，名昌。商纣时为西伯。曾被商纣囚禁。灭纣后，统治期间，国势强盛，立丰邑（今陕西西安西南）为国都，在位 50 年。

这个故事启发我们如下三个问题：其一，周文王礼贤下士，虚心求教；其二，他听取谋士的意见后，能雷厉风行，言而有信；其三，充分体现了一代明君周文王的察民之苦，爱民之心。

周文王为什么能如此开明？这恐怕与他所处的历史环境有极大的关系。他所处的时代，正是历史上有名的暴君商纣王残酷统治人民的时期。由于人民无法忍受商纣王的残酷统治，终于推翻了商纣王的反动统治，导致了商朝彻底灭亡的悲惨下场。周文王吸取了历史的教训，礼贤下士，虚心听取了吕望、姜子牙等谋士

的劝告：要想在天下称王，必须爱民、富民。得民心，天下得。他分化瓦解了商朝的附庸，成功地调解了虞、芮两国争田的纠纷，促使河东小部落纷纷归顺……完成了对商都的钳形包围圈，为他儿子周武王灭商打下了坚实的基础。如果周文王不听取吕望的意见，去爱民、富民，会有如此巨大的成功吗？这就说明：爱民者，得民心，则国安；国安则国治，古代贤哲深知其中治乱之道，并总结出一条至理名言：得民心者得天下。

在位者能做到“清心寡欲”，大兴勤俭之清风，戒奢侈之俗气，民众也就会自然生活有度，秩序井然。只有如此，才会国家殷富，万民乐业，天下太平。

丹 书 受 戒

原文

武王践阼三日，召师尚父而问曰：“黄帝颡顼之道可得而见与？”（师尚父）曰：“在丹书。王欲闻之，则斋矣。”斋三日，王端冕，师尚父亦端冕，奉书而入，王东面而立，师尚父西面道：“书之言曰，敬胜怠者吉，怠胜敬者灭；义胜欲者从，欲胜义者凶。”王闻书之言，休若恐惧，而戒书于度四端为铭焉。

译文

武王登基后三天，召来导师尚父问道：“黄帝颡顼治理天下的方法，能让我了解一下吗？”尚父回答说：“这些治理天下的方法在《丹书》上，大王想要了解它，先要沐浴吃斋后方可。”武王吃斋三天后，端端正正地戴着礼帽，尚父端端正正戴着礼帽，捧着《丹书》前来。武王面向大堂东面站着，尚父面向大堂西面站着说：“《丹书》上面说：‘凡治国作王的人，处理国家大事严肃、慎重，胜过懒惰、轻浮，则国家就一定会吉祥



昌盛；处理国家大事懒惰、轻浮胜过严肃、慎重的，国家就会灭亡；公道与正义，胜过私欲的，大家必听从，社会就安定；私欲胜过公道与正义的，国家定出乱子’。”武王听了《丹书》上讲的这些话，肃然起敬，悚然恐惧，把这些戒条写在坐席的四周，作为警戒自己的座右铭。

评析

武王请教师尚父，从《丹书》上学习黄帝、颡项治理国家的方法：处理国家大事要小心谨慎、严肃认真，克服懒惰、轻浮；注重公道正义，廉明为政，国家就兴旺发达，繁荣昌盛。反之，如果国王懒惰轻浮、贪得无厌，人饱私囊，国家就衰败灭亡。这方面商纣王就是个典型的例子。

商纣王根本就不讲“敬”与“义”，“怠”与“欲”在他身上充分地暴露出来：他荒淫无度，在广大的地区修建离宫别馆、花园，宠爱美女妲己，终日歌舞。命令作曲家作“淫声”，奏“靡靡之乐”；造酒池肉林，酗酒无度；他大肆搜刮，粮食装满了巨桥的仓廩，无数珍宝堆满了鹿台；任用坏人，迫害正直的大臣；重用贪财好利和喜好逢迎拍马的费仲，提拔善于挑拨离间的恶来；废除贬斥了受人拥护的贤人商容；用“炮烙之刑”残害人民、用酷刑加害向他进告忠言的忠臣，就连向他进忠言的哥柯微子，也被逼得无家可归，逃亡在外……这样的国王哪里有什么“胜”与“义”可言！“多行不义必自毙”。由于商纣王“怠”与“欲”集于一身，激发了尖锐的阶级矛盾，加速了商朝的灭亡。

周武王从商纣王身上吸取了历史的教训，尽力做到了“胜”

与“义”。勤政廉政，对“怠”与“欲”嫉恶如仇。他勤于政事，礼贤下士，义交贤能，广罗人才，虚心求教，严于律己，积极准备继承父王未竟的事业，继续推翻商朝的统治。他亲率大军，在盟津会合各路诸侯，联合西南地区和江汉流域各少数民族参战。由于周武王是正义之师，讨伐商纣王这个暴君，人们响应蜂从。70里牧野击得纣军溃不成军，只因纣王“怠”、“欲”至极，而导致逃亡殷都，自焚鹿台毁身灭国的结局。两个国王，两种治国方法，两种不同结果：讲“胜”与“义”者步步取胜，兴国富民；沉于“怠”与“欲”者，身败名裂，国破家亡。历史的教训是值得后人深刻的反思。

听 朝 四 辅

原文

《礼·明堂位》曰：“笃仁而好学，多闻而道顺。

天子疑则问。应而不穷者，谓之‘道’。‘道’者，导天子以道者也。常立于前，是周公也。

诚立而敢断，辅善而相义者，谓之‘充’。‘充’者，充天子之志者也。常立于左，是太公也。洁廉而切直，正过而谏邪者，谓之‘弼’。‘弼’者，弼天子之过者也。常立于右，是召公也。博闻强记，捷给而善对者，谓之‘承’。‘承’者，承天子之遗忘者也。常立于后，是‘史佚’也”。

故成王中立而听朝，则四圣维之。是以虑无失计，举无过事。

译文

《礼记·明堂位》中写道：“讲忠诚、仁爱的人才会好学上进，博闻多见的人才会避免错误，畅行无阻。

天子成王有疑问，就是随时提问。有问必答的人就