

中国古典文化精华

颜氏家训

〔南北〕颜之推



夫圣人之书，教人诚孝，慎言检迹，
立身扬名，亦已备矣。魏晋以来，
所著诸子，理重事复，递相模效，
犹屋下架屋，床上施床耳。

中国文史出版社



颜氏家训

[南北] 颜之推

中国文史出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

颜氏家训 / (南北)颜之推著. -北京: 中国文史出版社,
2003. 5

(中国古典文化精华)

ISBN 7-5034-1359-2

I. 颜… II. 颜… III. 中国-通史-普及读物
IV. I272

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 093653 号

中国古典文化精华

颜氏家训 [南北]颜之推 著

出版发行: 中国文史出版社

社 址: 100811 北京太平桥大街 23 号

责任编辑: 张馨

印 刷: 秦皇岛市晨欣彩色印刷有限责任公司

装 订: 秦皇岛市晨欣彩色印刷有限责任公司

经 销: 新华书店北京发行所

开 本: 850 × 1168 1/32

印 张: 375 字数: 6332 千字

版 次: 2003 年 5 月北京第 1 版

印 次: 2003 年 5 月第 1 次印刷

全套定价: 568.00 元

文史版图书如有印、装错误, 工厂负责退换。

出版前言

中华文化源远流长,是全民族每个成员的共同财富。不了解中国古典文化,将无以传承中华民族的优秀文化遗产。故此,本套“中国古典文化精华”丛书从历代帙牒盈积的著作中精选出有代表性的作品,内容涵盖了政治、军事、文化、宗教、艺术、医药、民俗等各个领域,多方位、多角度地介绍了源远流长、内容宏富的中国古典文化宝库中之精华。

《四书》,宋代朱熹汇编的《四书集注》对中国文化、社会等领域影响达七百余年,为儒家经典集大成者。《老子》,道家经典之一,春秋思想家李耳著,数千年来对于中国历代政治、文化、经济、社会等诸多方面起着重大的影响。《庄子》,道家经典之一,战国哲学家庄周著,继承发展了老子“道法自然”的观点,主张齐物我、齐是非、齐大小、齐生死、齐贵贱,安常处顺,逍遥自得。《孙子》,兵家经典著作,十三篇,春秋孙武著,是中国第一部内容完备、论理精深的军事著作。《韩非子》,法家经典著作之一,对中国历代帝王“外儒内法”的统治方式有着重大的影响。《鬼谷子》,纵横家经典著作,《鬼谷子三卷》之一,是比较完整的纵横加理论著作。《孔子家语》,收录孔子及孔门弟子思想及言行,今本体例与《论语》相近,对孔子的先世、身世、言行,甚至孔门弟子的言行,都有大量的记录 and 介绍。

《小窗幽记》,清言小品,明末陈继儒辑,收录明代以前历朝名家名作之嘉言格言,共十二卷,每类一卷。《呻吟语》,清言小品,明代儒哲吕坤积三十年心血写成,包括修身、养生、处世、居家等等各个方面。

《颜氏家训》:中国最完整的家教著作之一,南北朝北齐颜之推著,是封建文人对子孙的家庭训诫,对中国传统思想教育影响颇大。

《帝王家训》包括清康熙帝《庭训格言》、唐太宗《帝范》、清雍正帝《圣谕广训》等三部完整的家训。《曾国藩家训》，清代曾国藩著，论述其庭训家教的方略。《曾国藩语录》，清代曾国藩著，精选其历年妙论警句。《曾国藩挺经》，清代曾国藩著，论述其为人处世的方略。《曾国藩冰鉴》，清代曾国藩著，论述其识人用人的方法，提出鉴别人才的各种方法和途径。《厚黑学》：民国李宗吾著，由性恶推演至厚黑，反映了对旧社会“成功人士”厚颜歹毒的烦懣和批判。《佛经》，包括《金刚经》、《六祖坛经》、《华严经》几部经典，以现代汉语加以注译，以飨读者。

《型世言》：明代崇祯年间刊行的优秀话本小说，明末清初失传，原本收藏于韩国汉城大学奎章阁。《太平广记》，小说总集，北宋李昉辑，五百卷，九十二类，录自汉代至宋代初年的小说、笔记等。《今古奇观》：明末清初抱瓮老人从“三言二拍”中选编的话本集，共计四十卷，并对于部分内容进行的增删和润饰。《智囊全集》，明代冯梦龙辑，全书共收上起先秦，下迄明代的历代智慧故事。《世说新语》，南朝刘义庆著，共分三十六篇，记录汉末、三国及两晋遗闻轶事。

《吕氏春秋》为吕不韦使宾客门人所著，共一百六十篇文章。《左氏春秋》是儒家经典之一，多以事实解释《春秋》，保留了大量的史料。《尚书》是儒家经典之一，为中国上古历史文件与部分追述古代事迹文件的汇编。

《中医四部经典》包括《黄帝内经》、《伤寒论》、《金匱要略》和《温病条辨》，是中医必读之书。现根据各中医院校教学需要，将四部经典合订一册，供读者查阅之用。《衷中参西录》，民初名医张锡纯著，共七期三十卷，为其毕生中西医研究的结晶，其中许多精华至今仍为中医药工作者有所益助。

鉴于编写时间仓促，倘有不妥之处，敬请各位方家不吝赐教。

二〇〇三年五月

目 录

卷 一

序致篇一	(3)
教子篇二	(8)
兄弟篇三	(19)
后娶篇四	(26)
治家篇五	(34)

卷 二

风操篇六	(51)
慕贤篇七	(98)

卷 三

勉学篇八	(109)
------------	-------

卷 四

文章篇九	(164)
------------	-------

名实篇十	(200)
涉务篇十一	(209)

卷 五

省事篇十二	(217)
止足篇十三	(229)
诫兵篇十四	(233)
养生篇十五	(238)
归心篇十六	(243)

卷 六

书证篇十七	(265)
-------------	-------

卷 七

音辞篇十八	(329)
杂艺篇十九	(342)
终制篇二十	(360)
附录一:颜之推传——《北齐书·文苑传》	(367)
附录二:颜之推自传——《观我生赋》	(369)
附录三:宋本序跋	(377)

颜氏家训

卷一

序致篇一^{〔1〕}

【提示】

序致，即作者在起首叙述撰写家训的目的和宗旨，教诲晚辈在修身、养性、为学和处世等各个方面严格要求自己，恪守儒家的伦理道德规范，作为家庭教育读物至今仍有很多可资借鉴的精华在其中。所谓序，就是序言。致，即表达之意。

【原文】

夫圣人之书，教人诚孝^{〔2〕}，慎言检迹^{〔3〕}，立身扬名，亦已备矣^{〔4〕}。魏晋以来，所著诸子^{〔5〕}，理重事复，递相模敦^{〔6〕}，犹屋下架屋，床上施床耳^{〔7〕}。吾今所以复为此者，非敢轨物范世也^{〔8〕}，业以整齐门内^{〔9〕}，提撕子孙^{〔10〕}。夫同言而信^{〔11〕}，信其所亲^{〔12〕}；同命而行，行其所服^{〔13〕}。禁童子之暴谑^{〔14〕}，则师友之诫^{〔15〕}，不如傅婢之指挥^{〔16〕}；止凡人之斗鬩^{〔17〕}，则尧、舜之道^{〔18〕}，不如寡妻之海谕^{〔19〕}。吾望此书为汝曹之所信^{〔20〕}，犹贤于傅婢寡妻耳^{〔21〕}。

【注释】

〔1〕序致：自序，即颜之推在起首叙述撰写家训的目的和宗旨。

〔2〕诚孝：即“忠孝”。由于此书成于隋朝建立之后，因隋文帝杨坚之父名杨忠，颜之推为避其讳，即将全书的“忠”字皆改为“诚”字。

〔3〕慎言检迹：慎言，言语谨慎；检迹，行为自持，不放纵妄为。此词为汉魏六朝及隋时的惯用语。

〔4〕已来：即“以来”。

〔5〕诸子：原指先秦时代如儒家的《孟子》，道家的《老子》、墨家的《墨子》、法家的《韩非子》之类。此指魏晋朝代以来的类似论著，如徐干《中论》、荀悦《申鉴》之类。

〔6〕模教：“教”与“效”同，“模教”即“模效”，模拟，仿效的意思。

〔7〕屋下架屋，床上施床：此语为六朝及隋时惯用语，指简单重复他人的言行而绝少创新，比喻重复而无用的建设。

〔8〕轨物范世：指为修身处世作规范。轨，指车的轨迹，比喻秩序、规矩、法度等；范，指制造器物的模子。喻，指规范、榜样。

〔9〕业以：业，事。此处指作家训。业以，用来。

〔10〕提撕：提引、扯拉。文中之意为提醒、教导、劝勉。

〔11〕同言：同，同样，相同。同言，即同样的话。

〔12〕亲：此处指亲近、喜欢的人，不单指亲属。

〔13〕服：敬服，信服。

〔14〕暴谑：暴，暴躁，淘气；谑，玩皮。

〔15〕师友：此指可求教请益的人，多指师长，并非指老师和朋友。诚：劝阻，警告。

〔16〕傅婢：富贵人家照管小孩的保姆。

〔17〕止：制止；凡人：普通的人，文中指平常的兄弟；斗阋：指家庭内部的纷争。

〔18〕尧舜：中国古代传说中远古时代的两位贤明帝王。

〔19〕寡妻：寡，少，引申为嫡妻，正妻，即妻子，并非指死了丈夫的女子。

〔20〕汝曹：你们。曹，指多数。汝曹，即你们这些人，多用于长辈称呼

晚辈、上级称呼下级，此处指颜之推的子孙后代。

〔21〕贤：好，胜。

【译文】

古代那些圣贤们的书籍，是教诲人们要尽忠行孝，言语要谨慎，行为要端庄，建功立业立身扬名，这些道理也都已讲得很全面而齐备了。自从魏、晋以来，各种古代圣贤所著的书，道理重复而内容相同，后人都互相模仿学习，这好比屋内又建屋，床上又叠放床了。我现在之所以要再写这部《家训》，并非用它来给大家在办事和世人行为方面作什么规范，而是专门用以整顿家风，提醒和教育子孙。相同的言语，因为是所亲近的人说出的就信服；同样的命令，是因为所敬服的人发出的就执行。禁止小孩的胡闹玩皮，那师友的训诫，就不如阿姨的命令；阻止俗人的打架争吵，那尧舜的教导，就不如妻子的规劝。我希望这《家训》能够被你们遵信，总还比侍女、妻子讲的话要来得贤明得多。

【原文】

吾家风教^{〔1〕}，素为整密^{〔2〕}。昔在韶皀^{〔3〕}，便蒙诱诲；每从两兄^{〔4〕}，晓夕温清^{〔5〕}，规行矩步^{〔6〕}，安辞定色，锵锵翼翼^{〔7〕}，若朝严君焉^{〔8〕}。赐以优言^{〔9〕}，问所好尚^{〔10〕}，励短引长^{〔11〕}，莫不恳笃^{〔12〕}。年始九岁，便丁荼蓼^{〔13〕}，家涂离散^{〔14〕}，百口索然^{〔15〕}。慈兄鞠养^{〔16〕}，苦辛备至；有仁无威，导示不切。虽读《礼》、《传》^{〔17〕}，微爱属文^{〔18〕}，颇为凡人之所陶染。肆欲轻言^{〔19〕}，不修边幅。年十八九，少知砥砺^{〔20〕}，习若自然，卒难洗荡^{〔21〕}。二十已后^{〔22〕}，大过稀焉，每常心共口敌^{〔23〕}，性与情竞^{〔24〕}，夜觉晓非，今悔昨失，自怜无教，以至于斯。追思平昔之指^{〔25〕}，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^{〔26〕}。

【注释】

〔1〕风教：门风家教。

〔2〕整密：整，整齐，严整；密，周详，完备。

〔3〕韶齿：本指儿童脱掉乳牙，长出恒牙。这里借指童年时代。

〔4〕两兄：指颜之仪、颜之善两兄弟。

〔5〕温清：冬温夏清的略语。温：谓温被使暖；清：谓扇席使凉。古代子女奉养父母之道。今也指冬暖夏凉。

〔6〕规行矩步：规、矩，圆规和直尺，引申为准则、法度。规行矩步指步行端庄。引申为规矩礼仪法则。

〔7〕锵锵翼翼：形容人行走时恭敬而有礼。锵锵，步履有节的样子；翼翼，恭敬的样子。

〔8〕严君：本指父母亲，后多指父亲，此处指威严的君主。

〔9〕优言：好话，优容勉励的话。

〔10〕好尚：爱好、崇尚。

〔11〕励短引长：励，通“砺”，磨炼，磨掉，引，引申，此指发挥，发扬。励短引长意为克服缺点，发扬优点，即扬长避短。

〔12〕笃：真诚，深厚，此指确当的意思。

〔13〕丁：当，遭逢；荼蓼：本指处境艰苦。这里指父母亲去世，家境衰落。

〔14〕家涂：家道、家业。

〔15〕百口索然：百口，全家，古代多为大家庭，人口众多，故称“百口”；索然，萧索，冷落没有生气的样子。

〔16〕鞠养：养育，抚养。

〔17〕《礼》：即《礼记》，亦称《小戴记》或《小戴礼记》，儒家经典之一，秦汉以前各种礼仪论著选集。共四百九十篇，相传为西汉戴圣所编；《传》：指《春秋左氏传》，亦即《左传》或《左氏春秋》。儒家经典之一，旧传为春秋时左丘明所撰。

〔18〕属文：属，接连，缀辑，撰著；属文即联字造句，撰著文辞，此处指写文章。

〔19〕肆：放纵；轻：轻率，草率。

〔20〕少：通“稍”，略微；砥砺：原指磨刀石，此处引申为磨炼。

〔21〕卒：通“猝”，突然，短时间。

〔22〕已：通“以”。

〔23〕心口共敌：用心来控制，使嘴不乱说，此指口是心非。

〔24〕性与情竞：性指人的本来素质，常指理性、理智；情指人的情感、情欲；竞，竞争、斗争。性与情竞指人的理智与感情处于矛盾状态，难以平衡。

〔25〕指：通“旨”，意旨，意愿志趣。

〔26〕后车：后车之鉴的意思。

【译文】

我家的教风，向来严整周详，在我回忆童年时代，便受到长辈的诱导教诲。经常学习跟随两位兄长，早晚孝顺侍奉父母，言谈谨慎举止端正，言语安详神色平和，恭敬有礼待人大方，好似朝见尊严的君王。双亲优容勉励，问我们的爱好崇尚，磨去我们的瑕疵，引导我们的特长，都既恳切又确当。我刚九岁时，父母亲便相继去世了，家庭陷入困境，家道衰落，人口萧条。兄长抚养我，竭尽辛劳，他有仁爱而少威严，引导启示不那么严切。虽然当时我也诵读《周礼》、《春秋左传》，但又对写文章稍有爱好，多少受到社会世人的影响，欲望放纵，言语轻率，且不修边幅。到十八九岁，才稍加磨砺，只因习惯已成自然，短时间内是难以彻底改掉不良习性的。直到二十岁之后，大的过错才较少发生，但还经常心是口非，善性与私情相矛盾，夜晚发觉清晨的错误，今日悔恨昨日犯下的过失，自己常叹息由于缺乏教育，以至于此。回想从前所得到的教训，真可谓刻骨铭心；不比那光阅读古书上的训诫，只是经过一下眼睛耳朵而已。所以写下这二十篇文字，给你们作为警戒。

教子篇二

【提示】

教子，为教育子女成人及成材。该篇以儒家的人性理论为依据，认为“中庸之人，不教不知也”，肯定了人们都应该接受教育，充分重视家庭教育的重要性和普遍意义。

【原文】

上智不教而成，下愚虽教无益，中庸之人^{〔1〕}，不教不知也。古者圣王，有“胎教”之法^{〔2〕}，怀子三月，出居别宫，目不邪视，耳不妄听，音声滋味^{〔3〕}，以礼节之。书之玉版^{〔4〕}，藏诸金匮^{〔5〕}。生子咳唼^{〔6〕}，师保固明^{〔7〕}，孝仁礼义，导习之矣。凡庶纵不能尔^{〔8〕}，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^{〔9〕}，可省笞罚^{〔10〕}。父母威严而有慈，则子女畏惧而生孝矣。吾见世间，无教而有爱，每不能然；饮食运为^{〔11〕}，恣其所欲^{〔12〕}，宜诫翻奖^{〔13〕}，应呵反笑^{〔14〕}，至有识知，谓法当尔。骄慢已习^{〔15〕}，方复制之，捶挞至死而无威^{〔16〕}，忿怒日隆而增怨^{〔17〕}，逮于成长^{〔18〕}，终为败德^{〔19〕}。孔子云^{〔20〕}：“少成若天性，习惯如自然”是也^{〔21〕}。俗谚曰：“教妇初来，教儿婴孩。”诚哉斯语！

【注释】

〔1〕中庸：普通人，除“上智、下愚”以外的寻常人。

〔2〕胎教：古人认为胎儿在母体中能够受孕妇言行的感化，故孕妇应谨守礼仪，给胎儿以良好的影响，即为“胎教”。此说最早记载在《礼记》中。

〔3〕音声：古人称音乐为音声，到唐代还称奏乐的人为“音声人”。

〔4〕玉版：刊刻文字的玉石板。

〔5〕金匱：“匱”通“柜”；金匱，用金属作成的藏书柜。古人以“金”统称各种金属。

〔6〕咳唌：也写作“孩提”，指幼儿。

〔7〕师保：古代担任教导贵族子弟的官吏，有“师”有“保”，统称“师保”。

〔8〕凡庶：普通人，平民。尔：如此，这样。

〔9〕比及：及至，等到。

〔10〕省：省略，去掉；笞：鞭打，杖击。

〔11〕运为：行为。

〔12〕恣：任凭。

〔13〕翻：反转，反而。

〔14〕呵：呵斥，责备。

〔15〕慢：怠慢。

〔16〕捶挞：捶，用拳头或棍棒敲打；挞，用鞭或杖责打；威：尊严，威信。

〔17〕忿：通“愤”；隆：增加。

〔18〕逮：及，达到。

〔19〕败德：败坏品德。

〔20〕孔子（公元前五五——公元前四七九年）：春秋末期思想家、政治家、教育家，儒家的创始者。名丘，字仲尼，鲁国陬邑（今山东曲阜东南）人。五十岁任鲁国司寇。晚年致力教育，整理《诗》、《书》等古代文献，并把鲁史官所记《春秋》加以删修，成为中国第一部编年体的历史著作。相传先后有弟子三千人，其中著名的有七十余人。其学以仁为核心，认为“仁”即“爱人”。自汉以后，其学说成为两千年封建文化的正统，封建统治者一直奉其为圣人。现存《论语》一书，记有孔子谈话以及其门人与之问答。

〔21〕少成若天性，习惯如自然：见于贾谊：《汉书·贾谊传》。少成，从小养成的习惯；天性，人出生时就具有的本性；这两句的意思是说从小养成的习惯就像天性，久而久之也就成为自然了。

【译文】

上智的人不用教就能成才，下愚的人即使教也不起作用，只有中庸的绝大多数普通人要教育，不教就不知。古时候的圣王，有“胎教”的做法，怀孕三个月，出去住到别的好房子里，眼睛不能邪视，耳朵不能乱听，听音乐吃美味，都要按照礼义加以节制，还得把这些写到玉版上，藏进金柜里。到胎儿出生还在幼儿时，担任“师”和“保”的人，就要讲解孝、仁、礼、义，来引导学习。普通百姓之家纵使不能如此，也应在婴儿识人脸色、懂得喜怒时，就加以教导训诲，叫做就得做，叫不做就得不做，等到长大几岁，便可省免鞭打惩罚。只要父母既威严又慈祥，子女自然敬畏谨慎而有孝行了。我看在这世上，父母不知教育而一味溺爱子女的，总是不能苟同；他们在子女的吃喝玩乐方面总是任其为所欲为，应该告诫劝勉的，反而褒奖鼓励；应该呵责的，反而一笑了之，等到子女懂事，还以为按道理本当如此。等子女骄横傲慢的习气已经养成后才去制止，就为时已晚了，即使把子女鞭抽、棍打至死，也难以树立起父母的威信，对子女的愤怒与日俱增，招来的却只是子女的怨恨，等到子女长大成人时，注定会做出伤风败俗的事情。孔子所说：“少成若天性，习惯如自然。”讲的便是这个道理。俗谚说：“教媳女要在初来时，教儿女要在婴孩时。”这话确实很有道理。

【原文】

凡人不能教子女者，亦非欲陷其罪恶，但重于呵怒^{〔1〕}，伤其颜色^{〔2〕}，不忍楚挞惨其肌肤耳^{〔3〕}。当以疾病为谕，安得不用汤药针艾救之哉^{〔4〕}？又宜思勤督训者^{〔5〕}，可愿苛虐于骨肉乎^{〔6〕}？诚不得已也。