

实用智慧丛书

家训百科

——实用家训智慧之本

丁 谷
傅 弘
著



北京师范大学出版社

实用智慧丛书

家训百科

——实用家训智慧之本

丁傅 谷弘 著

北京师范大学出版社

(京)新登字 160 号

家 训 百 科

丁 傅 谷 弘 著

北京师范大学出版社出版

新华书店发行

石家庄市西焦印刷厂印刷

开本:787×1092 1/32 印张 4.5625 字数 98 千字

1993年2月第1版 1993年2月第1次印刷

印数:1—30000册

ISBN 7—303—02401—8/G·1564 定价:2.75元

目 录

一、德为教育之本

1. 致知格物,诚意正心 1
2. 修身为本 11
3. 人之初,性本善 21
4. 胎教 30

二、家庭教育

1. 育善在家 36
2. 身自为率 41
3. 寓慈于严 49
4. 先教后罚 57
5. 爱子贵均 66

三、行为中的道德

1. 以小见大 73
2. 慎独 77
3. 勤勉 84
4. 三人行 必有我师 93
5. 以谦和待人接物 101

四、生活中的教育

1. 重仪容 106
2. 戒奢侈 112
3. 戒贪欲 122

4. 敬尊长.....	133
-------------	-----

一、德为教育之本

1. 致知格物，诚意正心

“子女教育是社会的基础。”(柏拉图)“现今的父母教育子女,就是缔造我国未来的历史,因而也是缔造世界的历史。”(马卡连柯)这两段话分别出自相隔二千多年两位经历完全不同、志趣各异的名人之口。前者是古希腊著名的哲人,睿智的思想家。后者是苏联现代杰出的教育家,也是作家。他们的话从两个不同的侧面揭示了子女教育的根本意义。

千百年来,在家庭教育中应当循行什么样的原则,教育的基本点又是什么,一直是父母们以至社会极为关心的问题。

明末清初的大学者孙奇逢在《孝友堂家训》中说得很明白:“教家立范,品行为先。”意即进行家庭教育,树立风范,应首先从品德操行入手。这个观点无疑是正确的。但这种家庭教育观并不是始于孙氏的。华夏之族崇尚德行的意识历久弥远,在先秦典籍里有许多关于“德”的记述,比如《书·尧典》称颂上古圣帝尧,说他“功业广大无所不至,端肃有礼清明治世,文章气势浩荡而含义深远,德行美好而出乎自然,诚信谦恭能行禅让(主动把帝位礼让给舜)”。他的高尚人格、伟大业绩,辉煌如日照天地四方。指出尧是通过“克明俊德,以亲九族”,“平章百姓”,“协和万邦”,把嘉德美行由自身发扬光大起来,推及家庭、亲族、邦国以至天下,使得四海之内和睦,黎民百姓乐

善，达到和谐大同的境界。《诗》三百零五篇，其中《周颂》、《鲁颂》、《商颂》四十篇及部分《雅》诗都是歌颂德的作品。像《文王》：“穆穆文王，于缉熙敬止。”“穆穆文王，令闻不已。”就是写周文王品性行止端庄恭敬，谨慎善良，心地光明，勤勉治国，美名四方传扬。但是，《诗》中也有不少讽刺、揭露王公贵族丑行败德的篇章，分布在十五《国风》及一些《雅》诗中。如《新召》、《南山》分别斥责卫宣公霸占儿媳，齐襄公私通胞妹的乱伦行为；《株林》嘲讽陈灵公与夏姬的淫乱；《宾之初筵》昭示贵族饮酒无度，失义败德的行为等等。

先秦的其他典籍如《易》、《礼》、《论语》、《孟子》、《韩非子》等都不同程度地谈到“德”的问题，作过不尽相同的叙述。

所谓“德”，这个字在古代中国语里被赋有多种含义。但它的基本含义就是现代人所说的“道德”。它是人的一切美好品行的概称。古人大致归结为仁、义、礼、智、信、忠、恕、孝、悌等等。其中，仁、义、礼、智、信，又称作“五常”之德，在古时被奉为人性之纲；孝、悌、忠、信，儒家视之为“四德”。“仁”，作为道德观念，基本特征是指人与人相亲、爱人，也就是所谓“爱之理”。“义”，即“事之宜”，或者说合理、适宜的事。“礼”，是规定社会行为的法则、规范、仪式的总称。“智”，指聪明、才能。“信”是诚实不欺。“孝”即敬事父母双亲。“悌”，指弟敬顺兄，系兄弟友爱之道。尽心竭力为国家或为他人办事叫作“忠”。胸怀宽广容人事称为“恕”。

道德作为维护人与人之间社会关系的行为准则，具有重要作用。从大处说，关系到国家民族的精神风貌和安危兴衰；从小处看，涉及个人的品行修养与成败得失。古今人们对此都很重视。

孔子曾提出“德治”的主张，认为治理国家只靠政令和刑罚不是好办法，而应当使用道德教化和礼仪整饬的方式。因为前者使百姓有畏惧感而无羞恶心，有了罪错只是设法逃避惩罚，没有真心改恶从善。后者“道之以德，齐之以礼”。百姓受到感化，萌生羞恶之心。“有耻且格”，就可以自我纠正，避免不良行为的发生。即使有所过失，当会自悔自责，很快改正。

在古代家教中，品德教育居于首要地位。古人认为，一个人想要养成美好的品德，需从“致知格物，诚意正心”入手。

《礼·大学》云：“致知在格物，物格而后知至，知至而后意诚，意诚而后心正。”

“致知格物”说的是明理的过程。关于这一点，前人解释不尽一致。汉代郑玄主张“以格为策”，认为：“致知格物”即接触事物获得知识。北宋司马光则说：“《大学》曰：‘致知在格物’。格，犹捍也，御也。能捍御外物。然后能知至道矣。郑氏‘以格为来’，或者犹未尽古人之意乎！”他的意思是：人能够抵御外来物俗的诱惑，然后才能“致知”，达到“能知至道”的境界。之后，著名理学家程颢、程颐、朱熹又各抒见解。二程说：“格犹穷也，物犹理也，犹曰穷其理而已矣。”穷理又是多方面的：“或读书讲明义理；或论古今人物，别其是非；或应事按物而处其当，皆穷理也。”朱熹在二程的观点上加以补充说：“致，推极也。知，犹识也。推极吾之知识，欲其所知无不尽也。”“格，至也。物，犹事也。穷至事物之理，欲其极处无不到也。”程、朱所说的基本意思相近，意即要分析事物，穷根究底，然后才能获得知识。上述几种说法尽管立足点不同，侧重面相异，但实质是从不同角度来说明明理的途径。一个人想要正确了解事物，明辨是非，当然不能让自己的思想为物质的利诱所蒙蔽；在接触事

物时，应当而且也会运用自己已有的知识去判断、分析，如果只是浮光掠影，对事物也就达不到真正认识的地步，因此必须寻根究底，探求事理。惟有这样，才能全面、准确地把握事物，才可能明了道德之至善的所在。

“诚意正心”，是在“格物”“致知”基础上立德的基本方式和途径。《礼·乐记》说：“著诚去伪，礼之经也。”意谓：使人的意念诚实，摒除虚伪，是（作为规范的）礼的基本法则。司马光在他的《辽书·三欺》中写道：“君子所以感人者，其惟诚乎？欺人者不旋踵，人必知之；感人者益之，而人益信之。”这是说，君子取信于人靠的是真诚，欺骗是长不了的。对人保持真诚的人，人们对他就会加深信任。他又说：“《中庸》所谓‘诚者，天之道’，言聪明睿智，天所赋也。‘诚之者，人之道’，言好学从谏，人所为也。”这段话意为：人们聪明智慧是天赋的，但人能不能成材，则在于好学从谏，这是后天人为努力的结果。诚实不欺，诚心好学，择善而从，博学之，审问之，慎思之，明辨之，笃行之，这是“贤人”成材的重要条件，也是凡人“求益”的重要方面。

古人认为，心是人身的主宰，是思维和精神的活动的发源地及活动场所。《素问·灵兰秘典论》说：“心者，君主之官也，神明出焉。”《灵枢·邪客》言：“心者，五脏六腑之大主也，精神所舍也。”徐大椿《医学源流论》解释说：“心为一身之主，脏腑百骸皆听命于心，故为君主，心藏神，故为神明之用。”鉴于“心”的地位如此重要，“正心”的必要也就不言而喻。道理很简单：“倘若作为中枢的心不正，或者说邪僻，那么难以指望人的思想、行为走在正路上。“立德”也就谈不上。

从品德培养的角度看，“致知格物，诚意正心”最终是归结

到“正心”。古人对此了然于怀。

明太祖朱元璋是个很有见地的皇帝，他在谈到子女教育问题时说：“教子之法最重要的是正心，心能正了，什么事情都能办好，心若不能正，各种私欲就会乘虚而入，那就很要不得了。”

以刚毅正直、不畏权贵闻名的明代人杨继盛，因上书揭露宰相严嵩擅权误国而被害。他在狱中遗书两个儿子说：“心为一身之主，如树之根，如果之蒂，最不可先坏了心。心中若是存天理，存公道，则行出来的都是好事，便是君子这边的。心里若存的是人欲，是私意，虽行好事也有始无终，虽欲外面做好人，也被人看破。你如根衰则树枯，蒂坏则果落，故吾要你休把心坏了。”

“正心”，用今天的话说，叫作端正思想。但在古人，自有他们的理解和表达。宋代司马光就有：“治心”的说法。他说：“学者，所以求治心也。学虽多，而心不治，安以学为？”这段话是讲学习的目的在于“治心”，提高自身的内在素养（包括道德和学问），如果只是为学而学，不从根本上提高自己，那么学得再多也没有用处。除了以学“治心”外，还有一种“治心”形式，即“回心”。所谓“回心”，就是“去恶而从善，舍非而从是。”司马氏所说的两点，实际上就是“正心”，只是前者是对一般为学者而言，后者则对有过失者加以指点。

古人认为，读书学习可以使人明理，了解“至善”之所在。从而改变人的气质，使人高尚起来。关于这种思想，古代家教中有明显的反映。

明人吴麟征在《家诫要言》中说：“多读书则气清，气清则神正，神正则吉祥出焉，自天佑之；读书少则身暇，身暇则邪间，邪间则过恶作焉，忧患及之。”他的意思是：多读书可以使

人气质清纯，心神端正，德操也会高尚，避免过失和邪恶，随之而来的是吉利和祥瑞，这种人能得到老天的庇佑。而读书少的人则耽于闲暇，这时邪念就易乘隙而入，导致过失，甚至走向邪恶，忧患也就跟着来了。所以他主张子孙后辈“打扫光明一片地，囊贮古今，研究经史”。意即去除芜杂，洁净心地，以容贮古今学问，研究经籍史书。吴氏谆谆告诫：“人心止此方寸之地，要当光明洞达，直走向上一路，若有齷齪卑鄙襟怀，则一生德器坏矣。”

在此以前，南宋大诗人陆游在他的《五更读书示子》诗中写道：“近村远村鸡鸣，大星已高天未明。床头瓦檠灯煜烺，老夫冻坐书纵横。暮年于书更多味，眼底明明见莘渭。但令病骨尚枝梧，半盞残膏未为费。吾儿虽慧素业存，颇能伴翁饱菜根。万钟一品不足论，时来出手苏元元。”陆游暮年，壮心不已，依旧手不释卷，寒夜苦读至天明。他以自己这种学习精神示教于儿子。告知他们，作父亲的嗜学如此，是因为从书中看到了伊尹、吕望二位大贤的德才与他们的事业，倾心向往。他认为自己的孩子虽然愚直，但靠着薄薄的家产，尚可供他们学习，孩子们也能随老父俭朴度日，故可望修德立业。末了，这位大诗人既勉励儿子又抒发怀抱，说：“高官厚禄不足挂齿，而应心存天下，有了机会就要干一番拯救百姓的事业。”

对于子女而言，美德的养成有一个学习和渐就的过程，这当中有他们自己对事物的理解和思考。在家庭教育的环节上，父母需要通过环境中所能接触到的各种事物和现象，自己的人生经验，随时向子女讲明事理，或以适当的行为方式作出示范，以使子女逐渐明辨是非，确立良好的品性。

汉代名将马援远征交趾(郡名，辖境在今越南北部)时，闻

知侄子马严、马敦讥议他人，交友轻率，遂不顾军务烦劳，特地寄书，严肃又诚恳地告诫侄子们说：“好议论他人长短，随便评说政令的对、错，这是我所痛恨的事，宁可死去也不愿意子孙有这种行为。”他要求侄子们向一位名叫龙伯高的人学习，因为龙氏为人厚道，行事周密谨慎，语言适当，对人有礼，生活俭朴而有节制，廉洁奉公而有威望。他反对侄子们效法一位名叫杜季良的人。尽管这个人豪侠好义，心存他人，分担朋友的忧愁，把朋友的欢乐当作自己的欢乐，能辨清浊，朋友众多。为了使侄子们明白个中原因，马援解释说：“学龙伯高不成，多少还是个恭谨整饬之人。就像常言说：‘刻天鹅不成还像只鸭’；仿杜季良不成，就难免陷为轻薄子弟，那就叫‘画猛虎不成反像条狗’。”

马援的高明之处在于他严厉地批评了侄子却顾及了对方的自尊心。他不直指某人和具体差错，只表明对不良现象决不容忍的态度，他把这种态度的重申比作母亲对出嫁女儿的叮嘱。这样，批评虽严却易为人接受。在侄子钦慕的人和自己推崇的人之间，马援并不轻率否定前者，而是摆出两个的优点，作出比较，并以自己的人生经验衡量，谈出倾向，做到以理服人。促使侄辈“去恶而从善，舍非而从是”。

在对待后辈过失，纠偏正心的问题之上，马援是采用了喻之以理，动之以情，荐之以榜样的办法。而明代人彭泽的父亲则是另一种作法。彭泽在出任徽州知府时，为讨得父亲欢心，令人做了几十件工艺精美的漆器，专门派一员小吏送回兰州老家。不料其父见了大怒，说：“吾以泽居官，为天子爱民节财，乃今数月未闻善政，而以官物来家，即贫不可荆布遗家耶！”将这些漆器全部烧掉，步行数千里来到徽州。彭泽大惊出迎，其

父入堂后，杖击彭泽，扬长而去。彭泽万分惭愧，自此以后，贫奉公，节用爱民，实行善政，受到百姓颂扬。

其实，在家庭教育中，所谓“正心”，说到底，就是把是非善恶的观念教给子女。使他们具备识别能力，并能指导自己的行动，摒恶留善，去非存是，这种教育既有纠错的一面，更多的却是正面的引导。

宋朝有位名叫刘安世的人，是司马光的门生，为人正直。司马光任宰相时，推荐他当秘书省正字。后又被任命为谏议大夫。他在接到任命时心情很矛盾，因为担任这项职务要经常冒触犯皇帝和权贵的风险，极有可能遭祸甚至被杀，还要拖累老母、家庭，而他又挚爱母亲，不愿带给她痛苦，所以想借故推辞这项官职。母亲知道后，说：“不对，朝廷设谏官，就是希望他们做直言相谏的诤臣。你父亲生前很想得到这一职位，可是没得到。你今天有幸，能够身居言路，就应抛弃一切顾忌，必要时献出自己的生命也在所不惜。如果一旦得罪权贵，遭到流放，我愿跟你一起走，何必害怕呢？”母亲一番慨然之言激励了儿子，坚定了他的信念。此后，刘安世在朝果然面折廷争，刚直不阿，作了一名令人敬畏的言官，人们称之为“殿上虎”。他先后八次被贬，一度流放边远地区，但他谨奉母训，始终不屈服。

郑板桥，是清代著名书画家，“扬州八怪”之一，生性耿介清正，在当县官时，因得罪豪绅，后弃官卖画为生。他在潍县任上时，曾寄信给弟弟郑墨，托他代为教育幼子。在《潍县寄舍弟墨第三书》中，他抄录唐代聂夷中《伤田家》、李绅的《悯农》、宋代张俞《蚕妇》等四首短诗，教子“且读且唱”，铭记于心。使其从小悉知农户穷人的辛劳、痛苦，以培养孩子的同情心。他还要儿子读书时尊敬老师，礼待同学，帮助他人。他在信中说：

“纸笔墨砚，吾家所有，宜不时散给诸众同学。每见贫家之子，寡妇之儿，求十数钱，卖川连纸钉仿字簿，而十日不得者，当察其故而无意中与之。至阴雨不能即归，辄留饭；薄暮，以旧鞋与穿而去。彼父母之爱子，虽无佳好衣服，必制新鞋袜来上学堂，一遭泥泞，复制为难矣。”

十七世纪英国教育思想家约翰·洛克说：“把子弟的幸福奠定在德行与良好的教养上面，那才是唯一可靠的和保险的办法。”自古以来，这种以立德为基础的教子原则，在中国就是一直被奉行的。而作为品德教育基本的和最初的一切正是“致知格物，诚意正心”。对于今天的父母们，在家庭教育中抓住这一点是很有必要的。当然，现代的品德标准，内容与古代不尽一致。但是，品德教育无疑是子女成长发展，立足社会、服务社会的最重要的基础条件。因此，抓住了这一点，也就意味着整个家庭教育向着正途迈出关键的一步。

2. 修身为本

《礼·大学》云：“富润屋，德润身。”财富能装饰人的住房，道德则滋润身心，增益人的风采。但道德的作用还远不止于此。儒家向来倡导“修身齐家治国平天下”。意谓：培养自我的优良品德，逐步推及家庭、国家乃至天下四方，使美德不断发扬光大，就可以使家庭和顺康乐，国家礼义昌明，百姓安居乐业，最终使天下太平繁荣，这种“德治”的政治理想是通过人来实现的，其基本点在于个人的品德修养，也就是所谓“修身为本”。

“修身为本”，既需要个人的努力，也离不开家庭，社会环境的作用。

一个人的自我品德修行应从哪里起始呢？按东汉大学者郑玄的见解，叫作“德行立于己志”。因为“修身”是一个不断自我完善的过程，一个漫无人生目标、浑浑噩噩打发光阴的人是谈不上修身之德的。所以古来人们都很注重立志这个环节。

宋朝理学家朱熹在给外出求学的儿子写信时，有这样一段训导：“但恐志趣卑凡，不能克己从善，则益者不期疏而日远，损者不期近而日亲。此须痛加检点而矫革之，不可荏苒渐习，自趋小人之域。如此则虽有贤师长，亦无救拔自家处矣。”意思是说：我担心你志趣卑下平凡，不能克己从善，这样好朋友会日益疏远，坏朋友会日益亲近。这需要（你）很好地检点并改正，不可在不知不觉中形成习惯，进入小人行列。如此，即使有好老师，也不能把你挽救过来了。

明清之际的思想家王夫之在《示子侄》诗中说：“立志之初，在脱习气。习气薰人，不醪而醉。其始无端，其终无涓。袖

中挥拳，针尖竟利。狂在须臾，九牛莫制。岂有丈夫，忍心身试！彼可怜悯，我实惭愧。”这是说，一个人开始立志，道德要摆脱庸俗卑劣的习气。这种习气如浓酒薰人，迷人本性，不知不觉把人引上邪路。使他们为针尖大的利益争斗不休，甚至挥拳相向，片刻间狂怒发作，纵有九牛之力也难制止。哪有身为大丈夫的，忍心尝试这种胡作非为！这种人太可怜，我实在为他们羞愧。

在王夫之看来，这些名利之徒真是不屑一顾，他告诫子侄，修身治己，应力求做到潇洒安康，光明正大，有了这种境界，读书，能悟古人真意；立身处世，则入豪杰之境；事奉亲人，培养的孩子惟有大志；交结朋友，契合的基础只会是先贤之义；即使遇到他人越轨的行为，也能以宽和的态度感化，纠正对方。这样的人很了不起，就像灯烛辉煌，光芒照人；如同芳菲遍地，馨香飘逸；又似深潭碧波映照，青山披绿凝翠。

在子女教育问题上，使子女确立一定的人生目标，借以奋发上进，这大概是父母们的共同想法，倘若有所歧见，想来也是在何时立志，如何立志，应立哪种志向这些具体环节上。

对于古人说来，“立志”是通向修德的基本途径。孔子说过：“君子道者三，我无能焉：仁者不忧，知者不惑，勇者不惧。”“智、仁、勇三者，天下之达德也。”要达到这样的理想人格，不立志进取是难以实现的。《易·乾·文言》说：“君子进德修业”。这种“进德”和“修业”是紧密联系在一起，既是中国哲学“同真善”特点的反映，也是一种教育上的流行观念。在古代中国，十分强调知识与道德之间的同一性，要求人们在少小之际就择定远大的志向，在进修学业的过程中确立并完善品德的修养，以达到“达则兼善天下，穷则独善其身”的培养目的。