

颜氏家训

勉学第八

傳統文化

【南北朝】 颜之推 著
唐松波 校注

自古明王圣帝，犹须勤学，况凡庶乎！此事遍于经史，吾亦不能郑重，聊举近世切要，以启寤汝耳。士大夫子弟，数岁已上，莫不被教，多者或至「礼」、冠婚，体性稍定；因此天机，倍须训诱。



中华传统文化精品丛书

颜氏家训

[南北朝] 颜之推 著
唐松波 校注

金盾出版社

内 容 提 要

《颜氏家训》是古代家庭教育的经典著作。本书详述立身处世之法,辨正时俗谬误,兼论音韵笔画,考证典故,品评文艺,特别强调要学习经世致用的知识。文笔朴实,内容多可取。一千四百年间,公认为家训之祖,书中蕴涵着中华民族的智慧,闪烁着传统美德的光辉,很多论述,至今仍有参考价值。

图书在版编目(CIP)数据

颜氏家训/(南北朝)颜之推著;唐松波校注. —北京:金盾出版社,2009.2

(中华传统文化精品丛书)

ISBN 978-7-5082-5485-2

I. 颜… II. ①颜…②唐… III. ①家庭道德—中国—南北朝时代②颜氏家训—注释 IV. B823.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 203744 号

金盾出版社出版、总发行

北京太平路 5 号(地铁万寿路站往南)

邮政编码:100036 电话:68214039 83219215

传真:68276683 网址:www.jdcbs.cn

封面印刷:北京精美彩色印刷有限公司

正文印刷:北京蓝迪彩色印务有限公司

装订:北京蓝迪彩色印务有限公司

各地新华书店经销

开本:880×1230 1/32 印张:9 字数:180 千字

2009 年 2 月第 1 版第 1 次印刷

印数:1~8 000 册 定价:17.00 元

(凡购买金盾出版社的图书,如有缺页、
倒页、脱页者,本社发行部负责调换)

前 言

《颜氏家训》是我国古代一部有关家庭教育的经典性著作。中华民族一向重视家庭教育，而且首先注重培养良好品德，这是中华文化的一个显著优点。

家训是家庭教育的一种形式。古代流传了一些名人家书，如东汉马援《戒兄子严、敦书》、蜀汉诸葛亮《诫子书》等。这些作品篇幅短小，虽然针对性强，能打中要害，但只是就某一方面提出的告诫。根据时代特点，结合世俗风气，从自己家庭的遭遇和社会地位出发，对后辈全面地进行立身处世的教育，敞开心扉，入情入理，娓娓而谈，只有这一部书了。

《颜氏家训》共 20 篇，从婴幼儿教育谈起，提到胎教，警告切勿溺爱孩子，对所有孩子要一视同仁，正确引导使他们走上正路。接着逐步扩大深入，论兄弟、妯娌、后妻，以及分家、理财等等，明确提出婚姻不要贪荣利，反对残害女婴，叮嘱莫枉费钱财请巫婆神汉祈福消灾，积蓄数万，以备急需，超过了就要仗义疏财等，书末交代了后事，突出薄葬观点。

这部书既谈学问，又聊家常，两者结合得很好。作者重视读书做学问，对交友、仕进、养生都做了辩证的分析，往往几句话鞭辟入里。如：“名之与实，犹形之与影也……上士忘名，中士立名，下士窃名。”（《名实》）“颜闵之徒，何

世可得！但优于我，便足贵之。”（《慕贤》）“墨翟之徒，世谓热腹，杨朱之侣，世谓冷肠；肠不可冷，腹不可热，当以仁义为节文尔。”（《省事》）

《颜氏家训》的成功同作者家世以及个人经历有一定关系。颜之推（531～591 以后）出身士族，由于战乱，历经五朝，三次被俘，差点被杀，于艰难困苦之中成功地实践了儒家立身行道的主张。他走南闯北，接近上层统治者，了解百姓生活，书中对当时社会现状和南北不同的风俗民情，有生动真实的记载，成为珍贵的文史资料。此外，对语言文字的研究和经史典籍的考辨，也有较高的学术价值。他的文学观点，在中国古代文学批评史上有一定的地位。

颜之推祖籍琅邪临沂。九世祖颜含在西晋末年随元帝南渡，官至侍中右光禄西平侯。至其祖父颜见远，随南齐南康王萧宝融出镇荆州，全家就从金陵迁至江陵。其父颜协，曾任梁湘东王萧绎的王国常侍、镇西将军府咨议参军等职。颜之推出生于江陵，家世精《周官》、《左传》之学，他早传家业；十二岁时，成为萧绎门徒，常听讲老、庄，但他不好虚谈，于是博览群书。十九岁时，任湘东王国右常侍，加镇西墨曹参军。侯景叛乱，萧绎起兵讨伐，以世子萧方诸为中抚军将军、郢州刺史，颜之推被任为中抚军外兵参军，掌管记。但在第二年，叛军攻陷郢州，颜之推被俘，依例当杀，幸得救免，囚送建康。侯景乱平后，萧绎被拥立为帝，颜之推才回到江陵，受封为散骑侍郎，奏舍人事，奉命校书。此后两年间，他尽读秘阁藏书。承圣三年（554），西

魏军攻陷江陵，萧绎遇害，颜之推又一次成为俘虏，遣送到弘农(河南旧陕县)李远处掌书翰。

颜之推心怀故国，两年后举家冒险出逃，想借道北齐返回江南。到北齐的第二年，梁将陈霸先废梁帝，建立陈朝(557~589)，颜之推就绝了南归的念头。从天保九年(558)起，历仕北齐二十年，官至中书舍人、黄门侍郎。后主武平(570~576)年间，主持文林馆，主编《修文殿御览》。《颜氏家训》应在仕齐期间开始写作。

幼主承光元年(577)，北周灭北齐，颜之推第三次当俘虏，遣送到长安后，被授以御史上士之职。静帝大定元年(581)，杨坚代北周，是为隋文帝。太子杨勇召之推为学士，甚为礼重。《颜氏家训》最后一篇当写于开皇(581~600)十几年。

本书原是写给儿孙们看的。颜之推有三个儿子。长子思鲁，仕隋为东宫学士，唐初为秦王府记室参军，曾编订其父文集并作序录。次子愍楚，仕隋为通事舍人，炀帝大业(605~617)中因事被贬，居南阳。三子游秦，隋时为典校秘阁，唐高祖时为廉州刺史，迁鄂州刺史，撰《汉书决疑》二十卷，为学者所称。思鲁长子籀，字师古(581~645)，博览群书，精于训诂，仕至秘书监，有《文集》六十卷，注《汉书》、《急就章》，撰《匡谬正俗》等。颜杲卿(692~756)、颜真卿(709~785)都是师古弟勤礼之曾孙，思鲁之玄孙。杲卿在玄宗时为常山太守，真卿为平原太守，安禄山叛乱，二人共同起兵讨贼，附近十七郡响应。二人操守学问均为世所称，真卿书法卓绝，至今奉为典范。颜氏家学之美，于此

亦可见一斑。

《颜氏家训》问世后，以其视野广阔，持论中肯，又能深入浅出，得到历代士大夫的赞赏。这本书蕴涵着中华民族的智慧，闪烁着传统美德的光辉。

时移世易，一千四百多年过去了，《颜氏家训》提到的一些行为规范和对事物的认识，不一定适合当今社会。如古语“牝鸡无晨”，表示妇女地位低下，颜之推引用，认为妇女不可干预国家大事，不能主宰整个家庭。尤其是在古代，科学水平比较低下，有些问题，如死者出现梦中，还得不到合理解释，当然不可以作为轮回转生的依据。颜之推批判了一些迷信思想和相关的风俗，如辰日不哭，死有归杀等。尽管颜之推家世代信佛，但他不要求后辈出家，还语重心长地说：“人生难得，无虚过也。”（《归心》）提倡的是积极进取精神。

《颜氏家训》经历代翻刻，版本众多。这次校注，尽可能择善而从，分段、断句、注解务求适合中等以上文化水平的读者。不当之处，敬请指正。

唐松波



目 录

卷第一

序致第一	(1)
教子第二	(6)
兄弟第三	(16)
后娶第四	(23)
治家第五	(30)

卷第二

风操第六	(42)
慕贤第七	(78)

卷第三

勉学第八	(86)
------------	------

卷第四

文章第九	(129)
名实第十	(157)
涉务第十一	(165)

卷第五

省事第十二	(170)
止足第十三	(181)
诫兵第十四	(184)
养生第十五	(187)
归心第十六	(192)

卷第六

书证第十七	(208)
-------------	-------

卷第七

音辞第十八	(254)
杂艺第十九	(264)
终制第二十	(276)



卷第一

序致^① 教子 兄弟 后娶 治家

序致第一

【提要】 本篇交代写作意图。作者写此书是为了整饬门风,教诲儿孙。强调儿童要从小接受良好的家庭教育,长辈对儿孙仁爱的同时,应严格教导。少年如不注意磨砺品性,沾染不良习惯,长大就难改正。作者追忆自己九岁丧父,家道中落,兄长抚养,备受艰辛,但教导不严。受世俗庸人影响,放纵私欲,说话随便,不注意仪表衣着。成年后想改,但往往屡悔屡犯,因此把自己亲身的经验教训写下,供后辈鉴戒。

①序致:序,通“叙”;致,志向,目标。



颜氏家训

中华传统
文化精品
丛书

颜氏家训

夫圣贤之书，教人诚孝^①，慎言检迹^②，立身扬名，亦已备矣。魏、晋已^③来，所著诸子^④，理重事复，递相模敦^⑤，犹屋下架屋，床上施床^⑥耳。吾今所以复为此者，非敢轨物范世^⑦也，业^⑧以整齐门内，提撕子孙^⑨。夫同言而信，信其所亲；同命而行，行其所服^⑩。

① 诚孝：忠孝。隋文帝父亲叫杨忠，本书为避皇帝的家讳，用“诚”字代替。夫(fú 扶)，助词，用于句首，起提示作用。

② 慎言检迹：言语谨慎，行为检点。

③ 已：通“以”。

④ 诸子：指魏、晋以来阐述儒家学说的著作。

⑤ 模敦(xiào 孝)；模拟仿效。敦，同“效”。

⑥ 屋下架屋，床上施床：比喻毫无必要的重复，是六朝、隋唐以来习惯用语。也说叠床架屋。

⑦ 轨物范世：规范世人的言行。轨，规矩；法度。物，指人。

⑧ 业：事情，指写这本书。

⑨ 整齐门内，提撕子孙：整顿家门风气，扶持子孙。提撕，提携拉扯，形容殷切教诲。

⑩ “同言”、“同命”句：同样的话而信服，因为是自己亲近的人；同样的嘱咐而执行，因为是自己信服的人。



禁童子之暴谑^①，则师友之诚，不如傅婢^②之指挥；止凡人之斗阅^③，则尧舜之道，不如寡妻^④之诲谕。吾望此书为汝曹^⑤之所信，犹贤于傅婢寡妻耳。

吾家风教，素为整密。昔在韶龀^⑥，便蒙诱诲；每从两兄，晓夕温凊^⑦，规行矩步^⑧，安辞定色，锵锵翼翼^⑨，若朝严君^⑩焉。赐以优言，问所好尚，励短引长，莫不恳笃。年始九岁，

①暴谑：过分的玩笑。

②傅婢：侍婢。

③斗阅(xì戏)：兄弟间的争斗。

④寡妻：嫡妻。嫡妻即正妻，只有一个，所以称寡妻。

⑤汝曹：汝辈；你们。

⑥韶(tiáo条)龀(chèn趁)：童年，本义儿童换牙。

⑦晓夕温凊(qìng庆)：早晚侍奉父母，问暖问寒。温凊，冬温夏凊，原义冬天使被子温暖，夏天扇席使凉，古代子女奉养父母之道。凊，凉。

⑧规行矩步：行为举止符合规矩。安辞定色，说话平和，神色安定。

⑨锵(qiāng枪)锵翼翼：行走时恭敬有礼。

⑩严君：父母，多指父亲。旧时比喻性说法。



便丁荼蓼^①，家涂^②离散，百口索然^③。慈兄鞠养，苦辛备至；有仁无威，导示不切。虽读《礼》、《传》^④，微爱属文^⑤，颇为凡人之所陶染，肆欲轻言^⑥，不修边幅^⑦。年十八九，少知砥砺^⑧，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^⑨，夜觉晓非，今悔昨失，自怜无教，以至于斯。追思平昔之指^⑩，铭肌镂骨^⑪，非徒古书之诫，经目过耳

①丁荼蓼(liǎo 了)：丁，遭遇；荼蓼，苦辛，喻丧父。

②家涂：家道。

③百口索然：全家萧条冷落。古代大家庭人口众多，故以百口指全家。

④《礼》、《传》：《周礼》、《左传》。

⑤属(zhǔ 主)文：作文。属，连缀，即把字句连接成文。

⑥肆欲轻言：放纵私欲，随意说话。

⑦不修边幅：不注意自己的仪表衣着。边幅，布帛的边缘，这里用作比喻。

⑧少知砥砺：稍微懂得磨砺节操德行。

⑨“心共”两句：心里想的和嘴里说的矛盾，理智和感情互相冲突。

⑩指：通“旨”：志向；想法。

⑪铭肌镂骨：刻骨铭心，形容感受深刻，永远记住。



也^①。故留此二十篇，以为汝曹后车耳^②。

①“非徒”两句：并非只是阅读或聆听古书上的劝诫。

②后车：《汉书·贾谊传》：“前车覆，后车诫。”比喻把前人的失败教训作为后人的鉴戒。



教子第二

【提要】 作者强调教育儿童从胎教开始，襁褓时期就
要注意引导。谚语说：“教妇初来，教儿婴孩。”这话确实不
错。父母不可溺爱子女，也不可偏爱，应一视同仁，否则遗
患将来，分别举例说明。如北齐琅邪王高俨，自小受父母
宠爱，骄横无比。太子即位，他处处要同皇上一样。因厌
恶宰相和士开，便假传圣旨把宰相杀了，自己也因此被秘
密处死。最后一段，揭露了那种教儿子为升官发财而奉承
权贵的卑劣做法。

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^②之法：
怀子三月，出居别宫，目不邪视，耳不妄听，

①中庸之人：指智力中等、普通的人。

②胎教：古人指妇女怀孕后，在思想、视听、言行各方面
谨守礼仪，给胎儿以良好影响的方法。《大戴礼·保傅》：
“胎教之道，书之玉版，藏之金匱，置之宗庙，以为后世戒。”



音声滋味，以礼节之。书之玉版^①，藏诸金匱^②。生子咳唌^③，师保^④固明孝仁礼义，导习之矣。凡庶纵不能尔^⑤。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，可省笞罚。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^⑥，恣其所欲，宜诫翻奖^⑦，应呵反笑，至有识知，谓法当尔^⑧。骄慢已习，方复制之，捶挞至死而无威，忿怒日隆而增怨，逮^⑨于成长，终为败德。孔子

①玉版：古代用以写字的玉片。

②金匱：金属制的柜子。

③咳唌：同“孩提”，幼儿。

④师保：古代负责教导王室贵族子弟的官员，师氏、保氏的合称。全句意为王子们还在襁褓中，师保就阐明孝仁礼义的道理，引导教育他们。

⑤凡庶：平民百姓。纵不能尔，即使不能这样做。

⑥运为：即云为，言语行为。

⑦宜诫翻奖：本应训诫，反而奖励。

⑧谓法当尔：说是应当这样做。

⑨逮(dài 代)：到；等到。



云：“少成若天性，习惯如自然^①”是也。俗谚曰：“教妇初来，教儿婴孩^②。”诚哉斯语！

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

①“少成”两句：见《汉书·贾谊传》，意为从小养成的（言行举止）好比天性，习惯成自然。

②“教妇”两句：教媳妇从初嫁过来开始，教孩子从婴儿时代开始。

③重(zhōng 仲)：难；惜；不愿。

④楚挞：鞭打。楚，荆条，用作打人工具。

⑤汤药针艾：泛指治病方法。艾，艾条。



王大司马母魏夫人^①，性甚严正；王在湓城^②时，为三千人将，年逾四十，少不如意，犹捶撻之，故能成其勋业。梁元帝^③时，有一学士，聪敏有才，为父所宠，失于教义^④：一言之是，遍于行路^⑤，终年誉之；一行之非，揜藏文饰^⑥，冀其自改。年登婚宦^⑦，暴慢日滋，竟以

①王大司马母魏夫人：王大司马，王僧辩（？～555），字君才，南朝梁太原祁人。初为湘东王左常侍，后任竟陵太守。元帝时，任司徒、侍中、尚书令。贞阳侯萧渊明即位，授大司马、领太子太傅、扬州牧。其母魏夫人，史书说她性格平和，善于待人接物，儿子曾建大功（收复京城），她仍很谦虚，朝野称为明哲妇人。（《梁书·王僧辩传》）

②湓城：地在今江西九江西，湓水入长江处。也称湓口。

③梁元帝：萧绎（yì 亦），梁武帝萧衍第七个儿子，公元552～554年在位。

④失于教义：有失管教。

⑤行路：路上行人。这句连同下句意为成年到处向人称赞他。

⑥揜（yǎn 掩）藏文饰：遮掩粉饰。揜，同“掩”。

⑦年登婚宦：到了成年。婚，结婚。宦，从政，做官。