



中国人的 家教智慧

注重家庭 注重家教 注重家风

翟博◎主编



中国大百科全书出版社

中国人的 家教智慧

翟博◎主编



中国大百科全书出版社

图书在版编目(CIP)数据

中国人的家教智慧/翟博主编. —北京:中国大百科全书出版社,2016. 11

ISBN 978 - 7 - 5000 - 9990 - 1

I. ①中… II. ①翟… III. ①家庭教育—中国
②家庭道德—中国 IV. ①G789. 2②B823. 1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2016)第 280351 号

策 划 人 郭银星

责任编辑 曾 辉

封面设计 零创意文化

责任印制 魏 婷

出版发行 中国大百科全书出版社

地 址 北京市阜成门北大街 17 号 邮政编码 100037

电 话 010 - 88390969

网 址 <http://www.ecph.com.cn>

印 刷 北京君升印刷有限公司

开 本 787 毫米×1092 毫米 1/16

印 张 22.25

字 数 310 千字

印 次 2017 年 5 月第 1 版 2017 年 12 月第 2 次印刷

书 号 ISBN 978 - 7 - 5000 - 9990 - 1

定 价 45.00 元

本书如有印装质量问题,可与出版社联系调换

序

让家庭成为智慧的土壤

朱永新

没有好的家庭教育，就没有真正意义上的好的教育。教育始于家庭。真正的教育，是从家庭开始的。

中国古代有着重视家庭教育的传统。大家耳熟能详的《三字经》就明确提出了家庭教育的责任：“养不教，父之过。”而古代最系统的家庭教育著作之一《颜氏家训》，也强调了早期家庭教育的意义：“人生小幼，精神专利，长成已后，思虑散逸，固须早教，勿失机也。”千百年来，传统家教在三个方面积累了一笔宝贵的财富，值得我们重视。

第一，传统家教通过家规、家训、家风等形式，对家庭教育进行规范，用制度和仪式对儿童进行教育。古人讲：“国有国法，家有家规。”所谓家规，是指一个家庭的行为规范，一般是由一个家族遗传下来的教育规范后代子孙的准则，也叫家法。家训一般是家庭的前辈对晚辈立身处世、持家治业的教诲与训导。如果说家规比较刚性，家训则显得亲切柔软，往往以谈心的方式出现。《颜氏家训》《朱子家训》《曾国藩家训》等古代名人家训都是如此。家风是一个家庭的文化氛围，体现了家庭的风气、风格与风尚。在古代，还有通过家谱（文本）、家祠（现场）等进行家庭教育的。这些规范中积极的一面，不仅让儿童在启蒙时期得到及时的教育，也让中华优秀传统文化通过家庭这一载体得以传承。

第二，传统家教强调以德为先，把做人作为教育之根本，与现代教育理念“立德树人”是一致的。中国最早的一部教育纲领性著作《大学》就把明德至善作为所有教育的根本目标：“大学之道，在明明德，在亲民，在止于至善。”《中庸》《说文解字》《增广贤文》等古籍中也有类似阐述。

第三，传统家教注重父母以身作则的榜样示范，强调儿童的行为训练和科学方法。身教重于言教，孔子就主张“其身正，不令而行。其身不正，虽令不从”。明末清初的理学家孙奇逢在《孝友堂家规》中，提出“立家之规，正须以身作范”。古代教育家颜之推反对“无教而有爱”的家庭教育，强调习惯养成。朱熹更明确小学的任务，就是“教之以洒扫、应对、进退之节，礼乐、射御、书数之文”。这些都与现代教育理念相吻合。

因此，系统总结中国历代家庭教育的智慧，在优秀的传统家教理念基石上构建起现代家教的大厦，不仅是父母与儿童的要求，更是教育和未来的要求，是历史赋予我们这一代教育工作者的使命。

非常高兴的是，翟博先生的这本《中国人的家教智慧》的出版问世，在很大程度上满足了这一要求。

翟博先生是中国教育报刊社的总编辑。作为媒体人，他敏锐发现和推出了“全国十杰中小学教师”之一的王思明、河北农大走“太行山道路”先进教师群体、复旦大学九二国政大学生群体等10多个重大典型，在全国产生了深刻影响。作为学者，他在教育、文化研究、新闻和文学写作等多方面取得丰硕的成果，先后在海内外多家报刊发表理论研究成果、新闻和文学作品，有50多篇作品在全国及有关方面组织的评选中获奖。撰写、主编、参编的书籍有《世纪的呼唤——翟博报告文学通讯集》《教育均衡论》《法门寺传奇》《中国家训经典》等50多部（本）。

翟博先生也是中国教育学会家庭教育专业委员会的常务副理事长。作为家庭教育的研究专家，他早在上世纪80年代就潜心研究中国历代家训经典，1991年主编了80余万字的《中国家训经典》，从

中国历史的源头开始对中国历代家训进行了全面梳理。这本书入选了《中国父母基础阅读书目》，成为被推荐图书。与此同时，他结合学习习近平总书记有关“重视家庭教育，注重家庭、注重家教、注重家风”的重要讲话精神，先后在《人民日报》《中国教育报》《教育研究》上刊发了《上好家庭教育“第一课”》《家庭教育是家庭建设的重要基础工程》《树立新时代的家庭教育价值观》等一系列文章，参与策划和推动中国家庭教育知识传播激励计划，在《中国教育报》推出了“家庭教育周刊”。

2015年，我们在研制中国父母书目的时候，发现没有合适的关于中国传统家教智慧的书籍，建议他以《中国家训经典》为基础，编写一本简要通俗的家训读物。他欣然同意，并且用一年多的时间选编了这部《中国人的家教智慧》，对中国历代的家训进行了系统梳理、详细解读，有注释，有译文，还有作者简介与内容提要，可以作为家庭教育的工具书随时参阅，也可以作为家庭教育的必备读物阅读借鉴。

必须强调的是，在学习研究中国人的家教智慧的同时，我们也应该注意辨析与舍弃传统家教中那些不符合现代教育理念的糟粕。比如，现代社会里，确立儿童的主体权利是文明的一个重要标志，但传统家教强调父母与孩子的等级，把儿童视为私产，把惩罚作为教育的主要方式，导致打骂孩子迄今仍然是中国社会非常普遍的现象。只有清理这些反教育的传统家教流毒，才能建立现代的家庭教育体系。

愿家庭成为智慧的土壤，家庭教育成为幸福的温床。

2016年12月25日晨于北京滴石斋

前 言

家庭是我们每个人的灵魂所系、血脉所在、精神所依，是一个人精神成长的源头，个人和社会最重要的纽带，社会的基本细胞。家庭教育是长辈融化在爱之中的教诲，是人生的第一课。

我们中华民族素以重视家庭教育闻名世界。我国不仅有着数千年来延续、积淀而成的重视家教的优秀传统，而且积累了丰富的家教资源。在我国浩瀚而又绚烂多彩的古代文化丛林中，蕴藏着极其丰富的家训和蒙学教材。中国历代保留下来的著名传世家训、经典蒙学教材，都是家庭教育的精神瑰宝，也是重视家庭在社会发展中的教育作用的重要体现；不仅凝结了我国历代家庭教育的宝贵经验，也是我国历代家长教育智慧的结晶和教子方法的心血荟萃。在每位父母都希望孩子从小受到良好教育、全社会都关心下一代成长的今天，搜集、整理、研究和合理地汲取我国传统文化中丰富的家教经验，对于提高全民族的文化素养和道德修养，培养一代优秀人才，塑造出伟岸的人格；对于进行中华优秀传统文化和道德教育，促进全社会的精神文明建设，都具有重要价值。

父母是孩子成长的首任教师和品德塑造的引路人。我国历来重视家庭教育，为了让儿女立足家庭，胸怀祖国，早日成才，做父母的很早就家庭中教育孩子，内容涉及人生的各个方面，凝结、积淀着我们的民族文化与文明精华。诸如以立德为本，注重光明高尚的道德人格；树立远大的志向，提倡刻苦的学习精神；以读书做人要，注重读书与做人的一致；培养清廉宽厚、尊老爱幼的待人态度；训练养成勤勉俭朴的持家作风；重视用积极正确的教子形式、

方法达到所应达到的精神境界；关心社会现实的人世精神；追求人际关系之和睦，寻求心灵中的平和；讲求诚实谨慎的交友接物和为人处世之道，等等。与此同时，中国历代家训中还提出了许多家教中应当注意以及值得引以为鉴的东西，诸如教子不得过于溺爱、偏爱、纵容骄惰；不得要求过严，而要一视同仁；不得重才轻德，而要重视德才兼备；不得言而无信，必须以身作则等，均系古人指示给我们的家教大要。

中国家训是历代家长向后代传播修身治家、为人处世道理的最基本的方法，也是我国古代长期延续下来的家长教育儿女的最基本的形式。我国历代家庭教育，重视言教，更重身教，教育后代，自己先要做出榜样。因此，这些家训不仅是生活实践经验之谈，也是他们以自己的行为留给后人的榜样，极富有形象性、哲理性、针对性和丰富的情感色彩。它切实浅近，形象生动，感人至深。有好多家书，就是从他们的心里流出来的，能使人触摸到做父母兄长的那颗灼热的心，他们多有感而发，针对性极强，好多成了千古传诵的格言名句。这些人生的哲理、处世的德行，不仅陶冶了我们民族的性格，也形成了我们独特的民族传统，是我们中华民族最珍贵的文化遗产。

为了全面挖掘这一珍贵文化遗产，正确地汲取和借鉴我们祖先的家教财富，使我们的下一代明白我们中华民族是怎样一代代被熏陶下来的，我们组织了长期从事中国文化史、中国古代史、中国古典文学及古汉语研究等方面的专家学者，经数年搜集、整理之努力，从我们灿烂的中国历代家训中精选、节录了一百余篇文章，并将它们编纂成《中国人的家教智慧》一书。本书选编纵贯古今，编目多系名人名作，内容涉及修身、齐家、治国、平天下，立德、立功、立言，读书作文，婚姻家庭，待人接物等社会人生的许多方面。它们体现着中国历代一百多位有成就的出色的家长和历史名人智慧的灵光和丰富的教子经验。为了有助于各个文化层次的读者阅读，我们特按照作者简介、内容提要、原文、注释、译文的体例编写成书。

考虑到明清时期文言文已趋浅易，为避免叠床架屋，我们省略了译文。本书内容丰富，形式新颖，深入浅出，通俗易懂，它除了传授教子方法之外，对于我们认识中国古代的政治、文化、教育、伦理、道德，对于传授知识和进行中华优秀传统文化和道德教育也将具有一定的价值和重要意义。本书在编写过程中，曾参阅了一些先贤的著作和有关资料，限于篇幅，不一一说明。由于我们的水平有限，编写过程中错误之处在所难免，恳望各界人士指正。

本书汲取历代家训之精华，凝结着历代家庭教育的经验，汇聚着数千年来家教的至理名言。它是历代家长教育孩子智慧的结晶，是现代家庭教育的宝鉴。它是启迪父母、教育后代的经验智慧的荟萃，也是家家必备、人人必读的家庭必备的书籍。这些家训，在历史上曾培养了无数志士名人、英雄豪杰，在今天，必能为哺育一代新人做出有益的贡献。

目 录

西周

周 公 诫伯禽	1
---------------	---

春秋

孔 子 庭 训	2
---------------	---

战国

孟轲母 母 训	4
---------------	---

子发母 训子语	5
---------------	---

韩 非 曾子杀彘	6
----------------	---

汉

刘 邦 手敕太子	7
----------------	---

孔 臧 诫子书	9
---------------	---

司马谈 遗 训	10
---------------	----

刘 向 诫子歆书	12
----------------	----

马 援 诫兄子严、敦书	13
-------------------	----

班 昭 女 诫	15
---------------	----

范滂母 勉 子	17
---------------	----

张 奂 诫兄子书	18
蔡邕 女 训	19
司马徽 诫子书	20
杜泰姬 诫诸女及妇	21

三国

刘 备 遗诏敕后主	22
向 朗 诫 子	24
诸葛亮 诫子书	25
曹 丕 诫 子	26
刘 虞 诫弟伟	27
王 修 诫子书	28
杜 恕 家事诫称张阁	29
王 肃 家 戒	30
王 昶 诫子侄文	31
荀 勖 诫 子	32
姚 信 诫 子	33

晋

羊 祜 诫子书	34
嵇 康 家 诫	36
陶侃母 责子书	39
李 嵩 手令诫诸子	40
陶渊明 与子俨等疏	43

南北朝

颜延之	庭 诰	46
王僧虔	诫子书	48
徐 勉	诫子崧	50
萧 纲	诫 子	51
魏 收	枕中篇	52
王 褒	幼 训	58
颜之推	颜氏家训	59

唐

李世民	诫吴王恪书	156
	帝范·纳谏篇	157
	帝范·崇俭篇	159
	帝范·后序	160
陈元敬	诫 子	162
卢 氏	母 训	163
元延祖	诫子结	165
李 白	送外甥郑灌从军	165
杜 甫	又示宗武	166
穆 宁	诫诸子	167
韩 愈	符读书城南	168
元 稹	诲侄等书	171
杜 牧	冬至日寄兄子阿宜	175

柳 玘 柳氏家训	176
----------------	-----

宋

范仲淹 告诸子及弟侄	180
欧阳修 家 诫	183
王安石 赠外孙	183
司马光 训子孙文	184
与侄书	186
训俭示康	187
范纯仁 诫子弟言	192
苏 轼 与子由弟二则	192
黄庭坚 家 诫	193
朱 熹 与长子受之	196
陆 游 放翁家训	197
家 颐 教子语	198
袁 采 袁氏世范	199
吕祖谦 辨志录	204

元

许 衡 训子诗	206
许鲁斋语录	207
郑太和 郑氏规范	208

明

方孝孺 家人箴	209
---------------	-----

于 谦	示 冕	212
薛 瑄	示京子(一)	213
朱瞻基	寄从子希哲	214
马中锡	示师言(一)	214
王汝梅	王氏家训	215
庞尚鹏	庞氏家训	217
王守仁	示正宪	218
周 怡	衡山寄示可贵儿	218
杨继盛	给子应尾、应箕书	220
史桂芳	训家人	222
吕 坤	为善说示诸儿	222
	闺 范	223
汤显祖	智志咏示子	241
支大纶	示儿书	242
顾宪成	示淳儿帖	242
高攀龙	高氏家训	244
吴桂森	训 子	246
孙奇逢	孝友堂家训	246
	孝友堂家规	248
姚舜牧	药 言	249
何 伦	何氏家规	250
清		
张履祥	张杨园训子语	251

爱新觉罗·玄烨	庭训格言	253
朱柏庐	朱子治家格言	255
郑板桥	再谕麟儿	258
汪辉祖	双节堂庸训	259
纪昀	寄内子	273
金兰生	格言联璧	274
林则徐	赴戍登程口占示家人	322
魏源	读书吟示儿耆	323
曾国藩	曾国藩家训	325
左宗棠	致孝威、孝宽	333
吴汝纶	谕儿书(一)	336
张之洞	与子书	337

西周

诫伯禽

周公

周公，周文王之子、武王之弟，姓姬，名旦，因采地在周（今陕西岐山北），故称周公。曾助武王灭商。成王幼年即位，由他摄政，后平定管叔、蔡叔、霍叔叛乱，分封诸侯，营建东都洛邑，并创建礼乐典章，主张“明德慎罚”。其言论见于《尚书》的《康诰》《大诰》《无逸》《多士》诸篇。

【提要】

这是周公对其子伯禽的一番训诫。伯禽封于鲁，任前，周公以三事相训：不要怠慢亲戚，不要使大臣埋怨没被任用，故旧无大错就不必穷究，不要对人求全责备；即使才能过人，也不要与有专长的人争强斗胜；要居安思危、谨慎处事，办事留有充分余地。

【原文】

君子不施其亲，不使大臣怨乎不以^①。故旧无大故则不弃也^②，无求备于一人。

君子力如牛，不与牛争力；走如马^③，不与马争走；智如士，不与士争智。

德行广大而守以恭者，荣；土地博裕而守以险者^④，安；禄位尊盛而守以卑者，贵；人众兵强而守以畏者，胜；聪明睿智而守以愚者，益；博文多记而守以浅者^⑤，广。去矣，其毋以鲁国骄士矣！

【注释】

①以：任用。②故旧：老臣故人。③走：跑。④险：同“俭”，节俭。

⑤博文多记：犹博闻强记。

【译文】

有德行的人不怠慢他的亲族，不让大臣抱怨没被任用。老臣故
人没有发生严重过失，就不要抛弃他。不要对人求全责备。

有德行的人即使力大如牛，也不会与牛竞争力的大小；即使飞
跑如马，也不会与马竞争跑速快慢；即使智慧如士，也不会与士竞
争智力高下。

德行广大者以谦恭的态度自处，便会得到荣耀；土地广阔富饶，
用节俭的方式生活，便会永远平安；官高位尊而用卑贱的方式自律，
便会更显尊贵；兵多人众而用畏怯的心理坚守，便必然胜利；聪明
睿智而用愚陋的态度处世，便获益良多；博闻强记而以肤浅自谦，
便将见识更广。上任去吧，不要因为鲁国的条件优越而对士骄傲啊！

（储兆文）

春秋

庭训

孔子

孔子（前551—前479），名丘，字仲尼，鲁国陬邑（今山东曲阜）人。春秋末期思想家、政治家、教育家，儒家学派的创始者。据说曾删《诗》《书》，定《礼》《乐》，赞《周易》，修《春秋》。现存《论语》一书，记有孔子及其与门人的言论事迹，是研究孔子学说的主要资料。

【提要】

本文记述的是孔子站在庭院里教育儿子的一番话。孔子教育儿子要努力学习文化、礼仪，这样才能在文章和道德等方面有所建树，