

老

学

堂

中国古代启蒙教育丛书

颜氏家训

南北朝/颜之推



延边大学出版社

中国古代启蒙教育丛书

颜氏家训

(南北朝)颜之推

主编:刘 浩

延边大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

老学堂/刘浩主编. —延吉:延边大学出版社,
2001.5

(中国古代启蒙教育丛书/刘浩主编)

ISBN 7-5634-1491-6

I. 老… II. 刘… III. 先秦哲学—通俗读物

IV. B22-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 12825 号

责任编辑:殷继海 林善玉

封面设计:张宇澜

责任校对:李忠普 世桥 轩岩

老 学 堂

刘浩 主编

延边大学出版社出版发行

(吉林省延吉市公园路 105 号)

长春市第四印刷厂印刷

开本:787×1092 毫米 1/32 印张:174

字数:3010 千字 印数:1—3 000 册

2001 年 6 月第 1 版 2002 年 1 月第 2 次印刷

ISBN 7-5634-1491-6/G·265

全册定价:210.80 元(单册:6.80 元)

版权所有! 盗版必究!



目 录

上 卷

序致篇一	1
教子篇二	5
兄弟篇三	11
后娶篇四	17
治家篇五	22
风操篇六	34
慕贤篇七	45
勉学篇八	52
文章篇九	82



下 卷

名实篇十	92
涉务篇十一	98
省事篇十二	105
止足篇十三	108
诫兵篇十四	111
② 养生篇十五	116
归心篇十六	122
书证篇十七	128
音辞篇十八	136
杂艺篇十九	140
终制篇二十	152



上 卷

序致篇一

【解题】

序致,就是作者在开头叙说来表达他撰写家训的宗旨和目的。所谓序,是序言;致,是表达。

【原文】

①

夫圣贤之书,教人诚孝,慎言检迹,立身扬名,亦已备矣。魏晋已来,所著诸子,理重事复,递相模敦,犹屋下架屋、床上施床耳。吾今所以复为此者,非敢轨物范世也,业以整齐门内,提撕子孙。夫同言而信,信其所亲;同命而行,行其所服。禁童子之暴谑,则师友之诫,不如傅婢之指挥;止凡人之斗阅,则尧舜之道,不如寡妻之诲谕。吾望此书为汝曹之所信,犹贤于傅婢、



寡妻耳。

【释义】

- ② 那些圣贤的书籍，教诲人们要尽忠行孝，说话既要谨慎，行为要检点，建功立业名声播扬，所有这些也都已讲得十分周全而齐备了。魏晋以来，所作的一些子书，道理重复而内容因袭，一个接一个互相模仿学习，这好比屋下又架屋，床上又放床了。而如今我之所以要再写这部《家训》，并非敢于给大家在办事为人处世方面作什么规范，而是专门用来整顿家风，教育子孙。同样的语言，因为是所亲近的人说出的就相信；同样的命令，因为是所佩服的人发出的就执行。禁止小孩的胡闹戏笑，那师友的训诫，就远不如阿姨的指挥；阻止俗人的打架争吵，那尧舜的教导，就不如妻子的劝解。我希望这《家训》能被你们所接受，总还比阿姨、妻子的话来得贤明。

【原文】

吾家风教，素为整密，昔在龆髫，便蒙



诱诲。每从两兄晓夕温清，规行矩步，安辞定色，锵锵翼翼，若朝严君焉。赐以优言，问所好尚，励短引长，莫不恳笃。年始九岁，便丁荼蓼，家涂离散，百口索然。慈兄鞠养，苦辛备至，有仁无威，导示不切。虽读《礼》、《传》，微爱属文，颇为凡人之所陶染。肆欲轻言，不修边幅。年十八九，少知砥砺，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，夜觉晓非，今悔昨失，自怜无教，以至于斯。追思平昔之指，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。③

【释义】

我家的教风，向来严肃周详，在我回忆童年时，就受到诱导教诲。经常跟随两位兄弟，早晚孝顺侍奉双亲，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，听起来既恳切又确当。当我九岁的时候，父亲去世了，家庭陷入困境，家道衰落，人口萧条。哥哥抚养我，历经千辛，他有仁爱而少威严，引导启示不那么严切。我当时虽也诵读《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，只因自己习惯已成自然，短时间难于洗刷干净。直到二十岁以后，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，今天悔恨昨天犯下的过失，自己常叹息由于缺乏教育，以至于此。回忆起自己平生的想往和志趣，体会深刻；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，来以此给你们作为鉴戒。



教子篇二

【解题】

教子，一看便知是教育子女，但如何教育子女，怎样教育子女成人及成材，则是古往今来家庭里的大问题。

【原文】

上智不教而成，下愚虽教无益，中庸之人，不教不知也。古者圣王，有“胎教”之法，怀子三月，出居别宫，目不邪视，耳不妄听，音声滋味，以礼节之。书之玉版，藏诸金匱。生子咳唼，师保固明孝仁礼义，导习之矣。凡庶纵不能尔，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。

⑤



【释义】

上智的人不用教就可以成才，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，但眼睛要向前注视，耳朵不允许乱听，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。如普通人家纵使不能如此，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，就可省免鞭打惩罚。只要父母既威严又慈祥，子女自然敬畏谨慎而有孝行了。

【原文】

吾见世间教而有爱，每不能然，饮食运为，恣其所欲，宜诫翻奖，应呵反笑，至有识知，谓法当尔。骄慢已习，方复制之，捶撻



至死而无威，忿怒日隆而增怨，逮于成长，终为败德。孔子云：“少成若天性，习惯如自然。”是也。俗谚曰：“教妇初来，教儿婴孩。”诚哉斯语。

【释义】

我见到世上那种不讲教育而只有慈爱的，常常对此不以为然，想吃什么，想干什么，听凭孩子开口，该训诫时反而夸奖，该呵斥时反而欢笑，等孩子懂了事时，还以为道理本来如此。到骄傲怠慢已成习惯，才想去加以制止，那就纵使敲打得再狠毒也树立不起威严，愤怒得再厉害也只会增加怨恨，直到长大成人，终于养成败坏的品德。孔子说：“从小养成的就像天性，习惯了的也就成为自然。”是很有道理的。俗谚说：“教媳妇要在初来时，教儿女要在婴孩时。”这话确实有道理。

⑦

【原文】

凡人不能教子女者，亦非欲陷其罪恶，



但重于呵怒伤其颜色，不忍楚挞惨其肌肤耳。当以疾病为谕，安得不用汤药针艾救之哉？又宜思勤督训者，可愿苛虐于骨肉乎？诚不得已也！

.....

父子之严，不可以狎；骨肉之爱，不可以简。简则慈孝不接，狎则怠慢生焉。

【释义】

⑧

普通人不能教育子女，也从内心并非要把子女推进罪恶的泥坑，只是不愿意使他因呵斥而神色沮丧，不忍心使他因挨打而肌肤痛苦。这该用生病来作比喻，岂能不用汤药、针艾来救治吗？还应该想一想那认真督促训诫的，难道愿意对亲骨肉刻薄凌虐吗？实在是不得已呵！

.....

父子之间要讲严肃，而不可以轻忽；做为骨肉之间同样要有爱，但不可以简慢。简慢了慈孝都做不好，轻忽了怠慢就会产生。



【原文】

人之爱子，罕亦能均，自古及今，此弊多矣。贤俊者自可赏爱，顽鲁者亦当矜怜。有偏宠者，虽欲以厚之，更所以祸之。……

齐朝有一士大夫，尝谓吾曰：“我有一儿，年已十七，颇晓书疏，教其鲜卑语及弹琵琶，稍欲通解，以此伏事公卿，无不宠爱，亦要事也。”吾时俯而不答。异哉，此人之教子也！若由此业自致卿相，亦不愿汝曹为之。 ⑨

【释义】

人们爱孩子，做为当父母的很难做到公平，从古到今，存在这种毛病的可多得很。其实俊秀的固然引人喜爱，愚笨的也应该加以怜悯。那种有偏爱的家长，即使是想对他好，却反而会给他招祸殃。……



北齐有个士大夫，曾对我说：“我有个儿子，已有十七岁，很会写奏礼，教他讲鲜卑语、弹奏琵琶，差不多教学会了，凭这些来服侍三公九卿，再没有不被宠爱的，这也是紧要的事情。”当时我低着头没有回答。奇怪啊，这样教育儿子！如果用这种方法当梯子，做到卿相，我也不愿让你们去干的。



兄弟篇三

【解题】

从前,不讲计划生育的时候,一对夫妻往往会生好几个孩子,在古代封建社会里讲什么“多子多福”、“五男二女”等等,尤其兄弟姊妹多,因而兄弟之间如何相处得好,自然也就成为《家训》里的一个重要内容。今天看来对于朋友之间如何相处,这里所说的某些道理仍可资借鉴。

⑪

【原文】

夫有人民而后有夫妇,有夫妇而后有父子,有父子而后有兄弟,一家之亲,此三而已矣。自兹以往,至于九族,皆本于三亲焉,故于人伦为重者也,不可不笃。

【释义】

有了人群而后有夫妻,有了夫妻而后有父子,



有了父子而后有兄弟，一个家庭里的亲人，就有这三种关系。以此情况来推理，直推到九族，都是原本于这三种亲属关系，所以在人伦中极为重要，不能不认真对待。

【原文】

兄弟者，分形连气之人也。方其幼也，父母左提右挈，前襟后裾，食则同案，衣则传服，学则连业，游则共方，虽有悖乱之人，
⑫ 不能不相爱也。及其壮也，各妻其妻，各子其子，虽有笃厚之人，不能不少衰也。娣姒之比兄弟，则疏薄矣。今使疏薄之人，而节量亲厚之恩，犹方底而圆盖，必不合矣。惟友悌深至，不为旁人之所移者免夫！

【释义】

兄弟，是形体虽分而气质相连的人。当他们幼小的时候，父母左手牵右手携，拉前襟扯后裙，同桌吃饭，衣服递穿，学习用同一册课本，游玩去