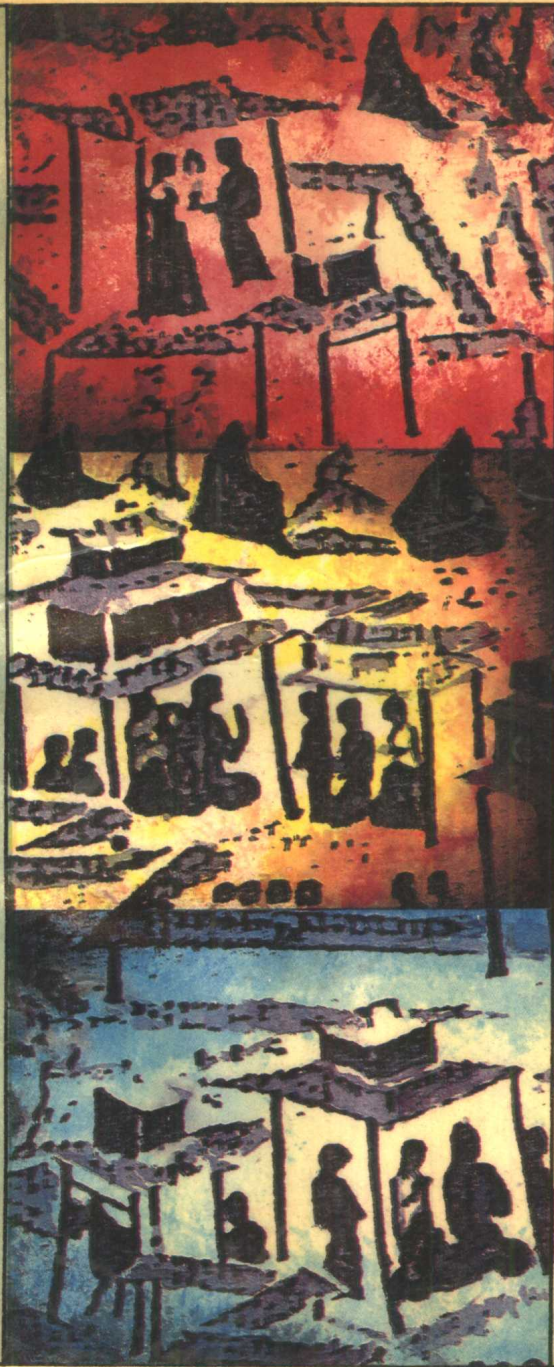


饱经沧桑人生经验大总结 通达世事立德立行之百科

白话颜氏家训

【北齐】颜之推 原著



● 中国传统文化丛书

三秦出版社

【北齐】颜之推 原著 闻远·张帆 今译

白话颜氏家训



三秦出版社

(陕)新登字006号

白话颜氏家训

〔北齐〕颜之推 原著

闻远 张帆 今译

三秦出版社出版发行

(西安湘庙街12号)

陕西省新华书店经销 西安昆明印刷厂印刷

787×1092毫米 32开本 7.5印张 2插页 161千字

1991年9月第1版 1993年3月第2次印刷

印数: 5001—15000

ISBN7-80546-

定价: 3

目 录

卷第一

- 序致第一..... (1)
- 教子第二..... (4)
- 兄弟第三..... (11)
- 后娶第四..... (16)
- 治家第五..... (21)

卷第二

- 风操第六..... (31)
- 慕贤第七..... (61)

卷第三

- 勉学第八..... (67)

卷第四

- 文章第九..... (102)
- 名实第十..... (122)
- 涉务第十一..... (129)

卷第五

- 省事第十二..... (134)
- 止足第十三..... (143)

诚兵第十四.....	(146)
养生第十五.....	(149)
归心第十六.....	(153)
卷第六	
书证第十七.....	(169)
卷第七	
音辞第十八.....	(208)
杂艺第十九.....	(217)
终制第二十.....	(228)
附录	
颜之推传.....	(232)

卷 第 一

序 致 第 一

原文：

夫圣贤之书，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，床上施床尔。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；止凡人之斗鬪，则尧、舜之道，不如寡妻之诲喻。吾望此书为汝曹之所信，犹贤于傅婢寡妻尔。

白话

圣人、贤人的书，都是在教导人们做人要诚实和孝顺，说话要谨慎，行为要检点，以高尚的品格在人世间立身扬名。这些道理，他们已经讲得很全面、很完备了。远的不说，仅魏、晋两朝以来，各派学者在他们的著述中也讲了许多这

方面的话。同一个道理，讲了一遍又一遍；同样的事情，说了一次又一次，彼此仿效，相互传抄，这就像房子里又盖房子，床铺上又架床铺，原本是大可不必了。

我现在之所以又做这样的事情，并不敢用它来规范世人，只不过想以此整顿我的家族、教育我的子孙罢了。同一句话，要让人相信，人们更容易相信他所亲近的人的话；同一条命令，要让人执行，人们更愿意听从他所佩服的人的命令。制止小孩子粗野、轻狂的行为，与其让他的老师、朋友去劝诫，还不如让日常伺候他的仆人婢女去管教；阻止普通人之间的争斗，与其给他讲尧舜的大道理，还不如让他的妻子去晓以利害。

我希望这本书能为你们这辈人所接受，何况，它总是比仆婢、妻子们的办法要高明点吧。

原文

吾家风教，素为整密。昔在韶龀，便蒙诲诱，每从两兄，晓夕温清，规行距步，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，不备边幅。年十八九，少知砥砺，习若自然，卒难洗荡。二十以后，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，以为汝曹后车尔。

白话

我们的家风家教，一贯严整细密。过去，当我还是个儿童的时候，就受到了这方面的开导和教诲。平素，我以我的两个哥哥为榜样，他们早晚相见，总是嘘寒问暖；做起事来循规蹈矩；说起话来，言词适当，神态安祥；走起路来小心翼翼，就像去拜见父母一样。他们无论是表扬我时，或者询问我的爱好，或是鼓励我扬长补短时，态度都是非常诚恳的。我刚刚9岁那年，就遭逢到父母双亡的大难，从此家境困败离乱，诺大的百口之家就此日益衰落了。我那仁慈的哥哥竭尽全力承担起了抚养全家的责任，也真是吃尽了千辛万苦。

我的哥哥心肠仁慈，但却没有威严，所以他对人总是注重劝导，而不予以责备。我小时候虽然也读过《礼记》，可是并不太喜欢作文。这样，就很容易被普通人的行为所影响，说起话来随便轻狂，仪容外表不够庄重。到了十八九岁的时候，我虽然稍微懂得了一点生活的磨难，但习惯成自然，过去养成的毛病，一直很难改变。直到20岁以后，我才很少再犯什么大的错误。平常又要信口开河时，心里总先想到这样不对，理智与感情常做斗争。我晚上睡下常常反省白天的错事，今天常常悔恨昨天的过失。每当这时，自己的内心也很悲哀，悔恨没有及早接受教育，以致到了这种地步。

回想起以前别人对我的指责，我都刻骨铭心地牢记在胸。这些教训并不仅仅是从古书的告诫中就能认识到的，古书上的道理有时眼睛看一看，耳朵听一听，也就过六了。所以我留下这20篇文章，权做你辈以后行为的镜子。

教子第二

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，藏诸金匮。至子咳嘍，师保固明孝仁礼仪，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。吾见世间，无教而有爱，每不能然；饮食运为，恣其所欲，宜诫翻奖，应诃反笑，至有识知，谓法当尔。骄慢已习，方复制之，捶挞至死而无威，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。

白话

智力特别突出的人，不需要教育就能成材；智力低下愚蠢的人，就是教育他也不会有什么成效；智力平凡的人，不教育他，他就不能获得知识。

古代的时候，品德高尚的君王有一种“胎教”的办法，王后怀胎三个月时，就让她搬出后宫，住到其他宫室里去。王后眼不见邪恶的事情，耳不听胡言乱语，她所能听的音乐、

所能尝的味道，一切都受到礼仪的节制。这些办法，古人都写在玉板上，藏在金柜中。

当孩子刚刚会哭会笑时，师傅和保姆就要用历来已很明确的孝仁礼义，对他进行引导和练习。普通的人家即使没有这样的条件，也应当当孩子已成婴儿，能够从大人的脸色辨出喜怒时，便对他加以教诲。该让他做的时候，就一定让他去做；该让他停的时候，就一定让他停止。如此做来，等孩子再长几岁，就用不上鞭打惩罚这样的方法了。

做为父母，应当是既有威严又有仁爱的，这样，子女才会胆怯、谨慎，从而产生孝顺之心。我看到世上有的人对于子女缺乏教育而一味袒护时，总是持不赞同态度的。这些人家的孩子，吃喝言行，都由着孩子的性子，应当阻止他时，反而夸奖他；应该训斥他时，反而很高兴。要让这些孩子懂得道理，那只有以后靠法律去约束才最为合适了。

骄横傲慢养成习惯后再去制止，你就是用棍子把他打死，他也不会害怕。相反，只会使他对你怨恨日增，这样的人长大后，最后一定要做出败坏道德的事情。

孔子说：“从小就形成的习惯，就好像天生的性格一样；平时所养成的习惯，就好像自然而然可做一样。”这话是对的。谚语说：“教育媳妇，要从她一进家门时就做起；教育孩子，要从他还是孩提时就做起。”这话千真万确。

原文

凡人不能教子女者，亦非欲陷其罪恶。但重于诃怒，伤其颜色，不忍楚撻惨其肌肤尔。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。

白话

大凡人世间不能去教育子女的人，并不是愿意让孩子陷进罪恶中去。只是难在不愿意发怒，不愿意斥骂惹他生气，怕伤着了孩子的面子；难在于不忍心鞭挞他，怕他皮肉受伤罢了。对于错误，应当把它当成疾病来看待，怎么可以不用汤药针灸来治救呢？再平心而想，那些经常督导、教训孩子的人，他们难道就愿意对孩子严苛到虐待的地步吗？实在是迫不得已了。

原文

王大司马母魏夫人，性甚严正。王在湓城时，为三千人将，年逾四十，少不如意，犹捶挞之，故能成其勋业。梁元帝时，有一学士，聪敏有才，为父所宠，失于教义，一言之是，遍于行路，终年誉之；一行之非，掩藏文饰，冀其自改。年登婚宦，暴慢日滋，竟以言语不择，为周逖抽肠衅鼓亡。

白话

梁朝大司马王僧辩的母亲魏夫人，生性严厉刚直。王僧辩在湓城做三千人的将军时，年纪已过40，但他的行为稍有不令母亲满意的地方，他的母亲依然会用鞭子抽打他，所以他才能建功立业。

梁元帝时，有一个学士，聪明而有才华，但他被父亲宠惯着，对他缺乏教化的准则：孩子说对了一句话，父亲能说得让满街的人都知道，能夸奖他一年；一件事做错了，却又遮盖掩饰，希望孩子自己改正。结果，孩子长到结婚和学习

做官的年龄时，凶暴、傲慢的习性日益加重，以后竟因为说话放肆，被周逖所杀。死后还被抽出了肠子，把血涂抹在鼓面之上。

原文

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。由命士以上，父子异宫，此不狎之道也；抑搔痒痛，悬衾篋枕，此不简之教也。或问曰：“陈亢喜闻君子之远其子，何谓也？”对曰：“有是也。盖君子之不亲教其子也，《诗》有讽刺之词，《礼》有嫌疑之诫，《书》有悖乱之事。《春秋》有褒僻之讥，《易》有备物之象，皆非父子之可通言，故不亲授尔。”

白话

父子关系是严肃的，不能用轻慢的态度来对待；骨肉之间的亲情关系，不可以简单从事。简单了，长辈的慈爱与晚辈的孝敬就难以沟通；轻视了，晚辈对长辈就会产生怠慢之心。

命士以上的人父子分开居住，就为了实行不使父子关系过份亲狎的这个道理。晚辈为长辈搔痒抚痛，长辈起了床，还要把他的被子挂在架上，把枕头放进箱里，这也是不使他们简慢的教育啊。

有人问：“孔子的弟子陈亢很赞赏君子远离自己的孩子，这怎么讲呢？”回答说：“有道理。品德高洁的人是不能亲自教授他的孩子的。《诗经》中有讽刺君王的言辞，《礼记》中有值得怀疑的戒律，《尚书》中讲了犯上作乱的事，《春秋》中叙述了一些不正当、不亲睦的事情，《周

易》中又讲的是万事万物的一些象征。这些都不是父子之间可以相谈的，所以就不能由父亲去亲自教授给儿子了。”

原文

齐武成帝子琅邪王，太子母弟也，生而聪慧，帝及后并笃爱之，衣服饮食，与东宫相准。帝每面称之曰：“此黠儿也，当有所成。”及太子即位，王居别宫，礼数优僭，不与诸王等。太后犹谓不足，常以为言。年十许岁，骄姿无节，器服玩好，必拟乘舆。常朝南殿，见典御进新冰，钩盾献早李，还索不得，遂大怒，询曰：“至尊已有，我何竟无？”不知分齐，率皆如此。识者多有叔段、州吁之讥。后嫌宰相，遂矫诏斩之，又惧有救，乃勒麾下军士，防守殿门，既无反心，受劳而罢，后竟坐此幽薨。

白话

北齐武成帝第三子琅邪王，是太子的同母胞弟，他天生聪明，武成帝和明皇后都很爱他，他穿的衣服，吃的食品，都与太子一样。武成帝每次一见到他，都要当面夸奖他一番：“这孩子聪明，以后一定会有所成就。”

到太子高纬成为皇帝以后，琅邪王移到了北宫居住，但他所受的待遇仍很优厚，有的甚至超过皇帝，更不用说与其他郡王相同了。即便如此，明太后仍然认为对琅邪王照顾得不够，常常要为他说话。

琅邪王10多岁时，傲慢任性到了更无节制的地步，他的用具、服装，以及喜爱的玩物，一定要像皇帝一样。他常去朝见皇帝，看到主管膳食的典御给皇帝进献了新结的冰块，主管果园的钩盾给皇帝进献了早熟的李子，回宫后便也索要。

要不到时就大怒而骂：“皇帝已有的东西，我怎么能没有呢？”他不懂得，是人都要安于本分，遵守限度。在其他事情上，他也都是这个样子。了解他的人，很多都在背后用“叔段”、“州吁”（叔段、州吁都是春秋时因从小被偏宠坏了，最后招致杀身之祸的人）来讥议他。

后来，琅邪王因讨厌宰相，就伪造诏令杀他，但又怕有人来救，就命令属下士兵把守殿门。琅邪王这样去做，本来并不是有心造反，让他吃些苦头也就罢了，不料，竟因此囚禁而亡。

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。共叔之死，母实为之；赵王之戮，父实使之。刘表之倾宗覆族，袁绍之地裂兵亡，可谓灵龟明鉴也。

白话

人们都喜爱自己的孩子，但很少能做到对每一个孩子都一视同仁的。从古到今，由此而造成的弊端已经很多了。品德美好的孩子固然令人喜爱，但对顽皮粗野的孩子也应顾惜、怜爱。有些人对孩子偏宠偏爱，虽然本意是想给他更多的好处，实际上却因此祸害了他。共叔的死，实际上是他的母亲造成的；赵王被杀，实际上是他的父亲造成的。刘表宗族的倾覆、袁绍国亡兵败，可作为后人的灵龟（古时算卦的工具）和借鉴的明镜。

原文

齐朝有一士大夫，尝谓晋曰：“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。”吾时俛而不答。异哉，此人之教子也。若由此业，自致卿相，亦不愿汝曹为之。

白话

北齐有一个士大夫，他曾对我说：“我有一个儿子，年已17，非常通晓公文的书写。教他鲜卑话和弹琵琶，只要稍加指点，他就全懂了。用这些本领来为王公、卿相服务，没有得不到喜爱的，这也是很重要的事情啊。”当时，我低下头没有回答他。这人对孩子的教育真是太奇怪了。如果单靠这些本事，就是把官做到卿相的高位，我也不愿你们去做。

兄弟第三

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。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，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，唯友悌深至，不为旁人之所移者免夫。

白话

自有人类以后，就有了夫妻；有了夫妻以后，又有了父子；有了父子以后，又有了兄弟。一个家庭最亲近的，就是这三种关系了。从这三种关系再发展开来，还可以算到九族，然而它们都是以夫妻、父子、兄弟（即三亲）为根本的。所以凡看重人伦准则的人，不能不诚心地遵守它。

兄弟，是身体虽然分开，而气息血脉相承的人。在他们幼小的时候，走在路上父母左手拉着一个，右手拉着一个，或者一个拉着父母的前衣襟，一个拽着父母的后衣襟。吃饭

时，他们用的是同一个几案；穿衣服，则是大的穿了，小的再穿。学的东西也一样。就连外出游玩，也是兄弟同在一起。兄弟中虽然也会有行为悖乱的人，但对他仍然不能不以爱相待。

等到兄弟们长大成人，他们各娶了自己的妻子，各生了自己的儿子，就是秉性忠诚敦厚的人，对兄弟的友爱也不能不比以前有所减弱。妯娌之间的关系，比起兄弟们来说，就要更疏远、淡薄一层了。现在要让关系疏薄的人克制自己的感情，去体念兄弟间亲密、深厚的恩谊，这就好像要给一个方底的盒子，盖上一个圆形的盖子那样，必然是合不拢的。只有那些兄弟感情特别深厚，不为他人所动摇的人，才能避免兄弟之间产生矛盾。

原文

二亲既歿，兄弟相顧，當如形之與影，聲之于响。愛先人之遺德，惜己身之分氣，非兄弟何念哉？兄弟之際，異于他人，望深則易怨，他親則易弭。譬猶居室，一穴則塞之，一隙則涂之，則無頹毀之慮；如雀鼠之不恤，風雨之不防，壁陷楹淪，無可救矣。仆妾之为雀鼠，妻子之为風雨，甚哉！

白话

父母都去世后，兄弟之间相互照顾，应当像影子紧跟着形体，回响紧随着声音一样。爱护先人遗留的骨血，珍惜自己从先人那里分得的精气，除了兄弟，还有谁再去考虑它呢？

兄弟之间相处，是不同于其他人的。彼此企望太深，就容易产生积怨；他们感情亲近了，才容易使埋怨消除。这就