

国学经典

学生读本

今注今译

徐国静
总策划
闻钟
主 编



颜 迈／译注

颜氏家训译注

【精编本】

价值
阅读

阅读此书：
学习勤奋、笃行的品格，做一个
明礼孝悌、尚贤睦亲的人。



创于1897

商务印书馆

The Commercial Press

国学经典

学生读本
今注今译

徐国静
闻钟
总策划
主编



颜
迈
译注

颜氏家训译注

【精编本】



商务印书馆
The Commercial Press

2016年·北京

图书在版编目(CIP)数据

颜氏家训译注:精编本 / 颜迈译注. —北京:商务
印书馆, 2016

(国学经典学生读本·今注今译)

ISBN 978-7-100-12017-3

I. ①颜… II. ①颜… III. ①家庭道德—中国—
南北朝时代 ②《颜氏家训》—译文 ③《颜氏家训》—注
释 IV. ①B823.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2016)第 036267 号

所有权利保留。

未经许可,不得以任何方式使用。

颜氏家训译注(精编本)

颜 迈 译注

商 务 印 书 馆 出 版
(北京王府井大街36号 邮政编码100710)
商 务 印 书 馆 发 行
北京飞达印刷有限责任公司印刷
ISBN 978-7-100-12017-3

2016年5月第1版

开本 915×630 1/16

2016年5月北京第1次印刷

印张 13

定价:15.80元

生
本
讀

國學經典

江
蘇
省
立
書
院



独学而无友，则孤陋而寡闻





让人生有根

RANG REN SHENG YOU GEN

传承有序 民族有魂 精神有源 人生有根

价值阅读读什么

——《颜氏家训》一书以其中的经典语句为例进行解读

家训，作为中国传统文化的重要内容，在历史上对个人修养的培育发挥着巨大作用。自汉初起，家训著作随着朝代演变而日渐丰富多彩。《颜氏家训》是家训中的典范，对后世影响深远，书中记录的许多名言警句，也成为人们修身、为学的良策。

经典语句摘录

行诚孝而见贼，履仁义而得罪，丧身以全家，泯躯而济国，君子不咎也。

《颜氏家训·养生篇》

幼而学者，如日出之光，老而学者，如秉烛夜行，犹贤乎瞑目而无见者也。《颜氏家训·勉学篇》

是以与善人居，如入芝兰之室，久而自芳也。与恶人居，如入鲍鱼之肆，久而自臭也。《颜氏家训·慕贤篇》

价值解读

1. 关于忠孝

中国文化熏陶下的家庭教育，素来就有“以忠孝传家”的传统。“忠”主要体现在个人对国家、社会的责任上，“孝”主要体现在个人对家庭的责任

上。怎样才算是忠孝呢？《颜氏家训·养生篇》中讲到，“行诚孝而见贼，履仁义而得罪，丧身以全家，泯躯而济国，君子不咎也”，忠孝就是敢于为了保全家庭而丧生，敢于为了救国而捐躯。

价值启示：忠孝是儒家思想的精粹。“报效祖国”和“孝敬长辈”一样重要，如果我们能牢记父母的养育之恩，让他们生活安宁，幸福健康；同时，还勇于承担社会责任，在时代赋予的社会角色上，积极进取，做好本职工作，为社会发展添砖加瓦，就是当代的忠孝了。

2.关于读书学习

中国有句谚语叫“家有万金，不如藏书万卷”，原因何在呢？诚如《颜氏家训·勉学篇》所言：“幼而学者，如日出之光，老而学者，如秉烛夜行，犹贤乎瞑目而无见者也。”早一天阅读就多一份人生的精彩；迟一天阅读就多一天平庸的困扰。

价值启示：想想先贤“悬梁刺股”“凿壁借光”的读书典故，你是否愿意沉下心来好好读书学习？其实，我们每个人都有心灵空乏之时，如果我们能抽出一些时间多读书，多学习，多积累，由此就可以增长我们的心智，陶冶我们的情操，净化我们的灵魂。

3.关于择友

交朋友到底要不要做选择呢？当然要。就像《颜氏家训·慕贤篇》所讲，“是以与善人居，如入芝兰之室，久而自芳也；与恶人居，如入鲍鱼之肆，久而自臭也”。益友与损友对人的影响差别如此之大，所以交友还是要交贤明、仁德的人，倘若一时没有遇到这样的人，也要宁缺毋滥。

价值启示：君子交友必然是审慎的，要有选择的。当我们去和志同道合、真诚、正直、有理想、有抱负的人交朋友时，往往能相处融洽，也能在做人和学习上彼此促进，共同进步。

价值阅读指导专家

国学经典学生读本·今注今译

- 史绍典 湖北省教研员，全国中语专委会学术委员会副主任
- 伊道恩 天津市教研员，全国中语专委会学术委员会主任
- 朱芒芒 江苏省教研员，全国中语专委会常务理事
- 何立新 四川省教研员，全国中语专委会副理事长
- 吴 益 海南省教研员，全国中语专委会副理事长
- 吴惟粤 广东省教研员，全国中语专委会副理事长
- 杨 桦 安徽省教研员，全国中语专委会副理事长，阅读推广中心副主任
- 陈 军 上海市教研员，全国中语专委会副理事长
- 孟素琴 河南省教研员，全国中语专委会常务理事，阅读推广中心主任
- 胡 勤 浙江省教研员，全国中语专委会常务理事
- 谭蘅君 全国语文教育研究与发展中心副理事长兼秘书长，全国中小学教师文化作文与文化教学优质课大赛组委会副主任
- 颜 迈 全国高等师范院校现代汉语教学研究协会会长，贵州省语言学会副会长，省中语会理事长

从 书 编 委

国学经典学生读本·今注今译

总策划：徐国静 主编：闻 钟

编 委：于春妹 马跃跃 王晶晶 付彩月 付雅新 宁志忠 石 欣
任秋荣 刘晓媛 刘蓝青 朱 娜 朱俊真 何志杰 张 廷
张天翊 张雨轩 李 丹 李计瑜 李昭静 李晓慧 李雅娟
杨红琳 苏 畅 孟 路 屈春红 赵艳宇 夏秋怡 翁丹萍
袁金萍 高 莉 曹林鸽 黄 芳 彭丽萍 韩 颖 路 瑶

让人生扎根 ——“丛书”代序

全民阅读形象代言人 朱永新

中华民族数千年自强不息的历史，皆因时代更迭中，民族有魂；而一个人的茁壮成长，在漫长岁月中，尤其需要人生扎根。

纵观时下的学校教育，我们忧心忡忡地发现，传统文化的缺失已将我们带入了一个片面和异己的地带。外来文化，从精神上的各种大片，到物质上的洋快餐，已渗透到我们生活中的方方面面。我们自己的传统节日、传统饮食、传统服装，我们自己的民族英雄、历史记忆却距离我们越来越远。

如果出现中华优秀传统文化教育的缺失，带来的就会是精神世界的浮躁、迷误、幽暗甚至荒芜。

即便这样的我们，能够成为自诩的“世界公民”，但请不要忘记那句朴实的道理：民族的才是世界的。缺乏民族文化遗产的“世界公民”，也很难为世界奉献独有的价值，也很难真正走远，最终依然会造成人生的漂浮、迷惘甚至残缺。

一个强壮的民族要有一个最大公约数的共同信仰；一个良好的社会应有一个共同的精神家园；一个健康的人要具有正确的价值观：这便是当下最紧迫且必须面对的问题。

所以，看见商务印书馆联合著名阅读策划公司智慧熊文化传媒共同策划出版的这套“国学经典学生读本·今注今译”丛书，我非常欣慰。

出版方力图为学生量身打造一套国学基础读物，他们联袂众多专家学者，从浩如烟海的中华典籍中精心遴选出约 50 种图书，涵盖经、史、子、集四大门类。他们认真理解经典典籍本义，同时注重主题内容上对价值观的引领，使这套图书具有更强的针对性和实效性，既强调了国学经典对传统文化的积累与传承，又兼顾了国学经典中美德要素对学生形成正确价值观的直接作用。

如通过《论语》的阅读，学会自省，懂得修身，做一个具有“善良、正直、勤学、慎思”品格的人；通过《道德经》的阅读，了解“上善”“大德”“曲直”的概念，懂得凡事有成“始于足下”的道理，成为一个具有“坚毅、乐观”品格的人；通过《礼记》的阅读，懂得“孝，德之本也”的道理；通过《战国策》的阅读，领略论辩的艺术，学会思辨的智慧等。

文化是一个民族的血液，是一个民族的灵魂，是一个民族在长期生活中总结出的认知世界的智慧结晶。文化存，则民族存；文化亡，而民族亡。我们不仅要通过阅读，把文化之根深扎在中华文明的沃土之上，更要通过行动，让国学经典通过我们的努力重新焕发生机，让逐日凋敝的中华优秀传统文化以现代的躯体重生。

如果我们能够这样把根深深地扎下去，能够让优秀传统文化通过阅读国学经典而传承，同时脚踏实地汲取外来文化之所长，假以时日，我们必然能够在中华优秀传统文化的广袤大地上，缔结出令世界起敬、令人类受益的中国文化的新成果。与此同时，我们的人生，自然而然会因此创造辉煌，在活出中国文化的根本精神之际，也活出了我们的精彩人生。

希望，不仅寄托在孩子们身上，也寄托在每一个人身上。

是为序。

本书编写说明

一、本系列丛书在总目选编上，收入中国国学之精粹，彰显中国传统文化传承有序、精神有源的特点。

二、本书为节选，分为七卷，共二十篇，每篇内容独立，篇与篇之间又有联系。

三、本书编辑目的，在于陶冶学生优雅的情操，培养高尚的品德，引导人做有教养的君子，弘扬中华民族优秀的传统文化，树立正确的价值取向，让人生有根。

四、本书的篇章，反映了中华传统文化之精华，是历代学者家传户颂之篇章。以培养当代青少年睦亲、尚贤、好学、明理的素养，具有时代意义。

五、本书是颜之推记述个人经历、思想、学识以告诫子孙的著作，记录了颜之推关于“立身”“治家”“处事”“为学”的人生经验，是中国家庭教育史上第一部内容丰富、体系宏大的家训，也是一部学术著作。

六、本书依照阅读的逻辑及成长所需，先列“篇章大意”，再列“正文”“注释”“译文”，并依文中具有成长、教育意义的内容，设置“成长启示”，每篇之后设置“品读思考”，全书最后列出“本书经典名句记忆”“本书相关名言链接”以及“读后感”。

七、本书“注释”“译文”部分，力争浅白、明了；“成长启示”则针对青少年成长需要，配合时代意义，做恰当的引导；“品读思考”在于启迪学生思辨的能力；“本书经典名句记忆”“本书相关名言链接”则更贴近学生学习和阅读的实用性、导向性；“读后感”则是把对本书的具体感悟或得到的启示分享给更多的读者。

本书知识点链接

◎关于作者

颜之推（公元531—约591年），字介，是我国南北朝时期著名的思想家、教育家、诗人、文学家。颜之推原籍琅邪临沂（今山东临沂北），他的祖先渡过长江寓居建康（今江苏南京市）。公元554年西魏破南梁，颜之推被俘。他为回南梁，逃奔北齐。但陈朝代替了梁朝，颜之推遂留居北齐，官至黄门侍郎。公元577年齐亡入周。隋代周后，颜之推又仕于隋。《颜氏家训》一书应在隋灭陈（589年）以后完成。

◎关于本书

《颜氏家训》有丰富的文化内蕴，是中国传统社会的典范教材，直接开启了后世“家训”的先河，是我国古代家庭教育理论宝库中一份珍贵的遗产。此书内容主要讲述立身、治家的方法，涉及儒学、文学、历史、佛学、文字、民俗、伦理等众多领域，并提出了作者独到的见解，特别强调对孩子的教育要趁早，尤其推崇把儒学作为核心的教育体系。本书在选编时，保留了对当代人有积极引导作用的内容，部分封建、迷信，对现实启示意义不大的内容则未选编。

◎关于历史影响

颜之推一生虽然没有显赫的功绩，也不曾位列显官，却能因一部《颜氏家训》而享誉千秋，可见《颜氏家训》一书影响之深远。《颜氏家训》被誉为“古今家训之祖”，这不仅因为此书在文章风格上“质而明，详而要，平而不诡”，在内容上“兼论字画音训，并考正典故，品第文艺”，更因为此书具有“述立身治家之法，辨正时俗之谬”的现世精神。因此，历代学者将此书作为涵养子孙、教导后辈的典范。它对今天的我们而言，不仅在家庭伦理、道德修养方面有着重要的借鉴作用，而且有益于我们研究南北朝历史、文化。同时，本书作者颜之推在特殊的政治氛围（乱世）中所表现出的思辨，对后人有着宝贵的认识价值。

3 个阅读要点

◎重点理解家训的意义。《颜氏家训》自从成书以来，即成为家教范本，广为流传。究其原因，莫过于此书继承和发展了儒家“诚意、正心、修身、齐家、治国、平天下”的教育思想，提出了一些切实可行的教育方法，主张培养“治国有方、营家有道”的实用型人才，书中内容基本适应了儒士们教育子孙立身、处世的需要。而此书开篇即讲“夫圣贤之书，教人诚孝，慎言检迹，立身扬名”，这便是家训的意义之所在。

◎领悟颜之推的家训主张。在立名方面，他认为“德艺周厚，则名必善焉”，希望人们能好好修养德行，而不要刻意求名，有助于我们做务实求真、实至名归的人；在治家方面，主张“施而不奢，俭而不吝”，有助于我们养成乐善好施、勤劳俭朴的美德；在处世方面，认为“士君子之处世，贵能有益于物耳”，倡导人们做有益于他人的事，有助于我们培养仁德之心。

◎立足现实，理解家训的现世意义。《颜氏家训》所倡导的立身、立名、治家、处世的主张，有益于当代人树立独立、仁德、勤俭、友善的品质，尤其文中所倡导的“少成若天性，习惯如自然”“用其言，弃其身，古人所耻”“幼而学者，如日出之光，老而学者，如秉烛夜行，犹贤乎瞑目而无见者也”等治学主张，对当代人培养坚持、专注、知耻、勤奋的品质仍有借鉴意义。

2 个知识要点

◎内容丰富，“兼论字画音训，并考正典故，品第文艺”。如《书证》篇对苦菜和龙葵是不是同一种植物做了辨析考证，《音辞》篇对

“邪”这个词的词性做了推理论证，《杂艺》篇对《画书赋》这本书做了评价，对“投壶”这种娱乐活动的名称和玩法做了讲解。

◎语言朴实而生动，文章风格“质而明，详而要，平而不诡”。如《教子》篇云：“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。’”寥寥数语，便将当时社会的人情世态，特别是士族社会的谄媚风气，写得淋漓尽致。

1 个成长要点

◎教养，关乎一个人的精神长相。颜之推编写《颜氏家训》一书的目的，就在于培养出有教养的后辈。阅读此书，我们可以在细小的生活礼仪中学习“箕帚匕箸，咳唾唯诺，执烛沃盥”的风操；做一个认真务实、谦虚谨慎的学子，摒弃骄傲自大、狂妄无知的行为；做一个勤奋治学的励志少年，因为“自古明王圣帝，犹须勤学，况凡庶乎”。



目 录



卷 一

序致第一	2
谆谆之言诉缘由	2
切肤之痛，引以为戒	4
教子第二	6
幼时明理为良子	6
严母出功臣，慈父失良子	9
铮铮傲骨不可少	11
兄弟第三	12
兄与弟，犹形与影	12
弟敬而兄爱	15
后娶第四	17
尊先贤而慎续娶	18

门户之祸	19
至诚至孝汝南薛包	20
治家第五	23
治家如治国	24
施而不奢，俭而不吝	24
治家应适度	25
仗义与性吝者	27
姻缘莫要市井	29
肃敬对待典籍	30

卷 二

风操第六	34
聊记礼仪示子孙	34
不可因讳而废公事	36
离别的不同风俗	38
亲属名称不可滥	40
称呼不可戏	41
忌讳与丧服	43
避讳有讲究	45
门不停宾	46
慕贤第七	48
君子慎交游	49



不可重遥轻近	50
绝不窃人之美	52
前轻后重失良机	53
国之存亡，系其生死	55

卷 三

勉学第八	60
凡庶更须勤学	60
当以学自勉	62
积财千万，不如薄伎在身	65
学者当淳去泰	66
学者当修身利行	68
晚学不可自弃	70
博士当涉群书	71
孝昭帝犯忌	73
庶士更须好学	74
古人勤学	75
训思鲁	77
勤切磋易进步	79

卷 四

文章第九	84
文才当自知	84
为文须谦虚	86
席毗笑文士	87
时俗不可独违	88
名士之争	89
文章之大失	91
无轻议	93
名实第十	94
名与实	94
君子立己	96
不可毁诺	97
天才钝拙而雅自矜持	99
圣人之教	101
涉务第十一	103
有益于物	103
眼不能见其睫	105
乘马之风俗	107