

中国传统文化 经典导读

张建成 主编

家
训
篇



黄河出版传媒集团
宁夏人民出版社

中国传统文化经典导读

❧ 家训篇 ❧

张建成 主编



黄河出版传媒集团
宁夏人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

中国传统文化经典导读·家训篇 / 张建成主编. —
银川: 宁夏人民出版社, 2017.8

ISBN 978-7-227-06731-3

I . ①中… II . ①张… III . ①中华文化 IV .

① K203

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 219678 号

中国传统文化经典导读·家训篇

张建成 主编

责任编辑 王 艳

封面设计 张建成

责任印制 肖 艳



黄河出版传媒集团
宁夏人民出版社

出版发行

出 版 人 王杨宝

地 址 宁夏银川市北京东路 139 号出版大厦 (750001)

网 址 <http://www.nxpph.com> <http://www.yrpubm.com>

网上书店 <http://shop126547358.taobao.com> <http://www.hh-book.com>

电子信箱 nxrmcbs@126.com renminshe@yrpubm.com

邮购电话 0951-5019391 5052104

经 销 全国新华书店

印刷装订 宁夏银报印务有限公司

印刷委托书号 (宁) 0006324

开 本 787 mm × 1092 mm 1/16

印 张 5.5 字 数 40 千字

版 次 2017 年 9 月第 1 版

印 次 2017 年 9 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-227-06731-3

定 价 96.00 元 (全三册)

版权所有 侵权必究

前言

中国传统文化经典就像一面镜子,折射着人类文明的每一步进程。它虽然已经成为过去式,却决定着我们的今天,并在很大程度上影响着我们的未来。因此,要想了解中国传统文化,就必须阅读理解中国传统文化的经典篇章。

中国传统文化经典的起承转合,都源于一系列的人物和事件。这些经典与历史的发展点点相连,构成了中国传统文化的庞大体系。文化是文明发展多种表现形式中最重要的一个方面,经典对思想、艺术、宗教、习俗、科学的发展起到了举足轻重的作用。

人文素养是个人素养的重要组成部分,也是个人涵养的源泉。良好的人文素养既可拓宽视野,升华精神,又可提高品位,丰富人生内涵。当这种品位和内涵通过言谈举止表现出来时,它便成为社会对个人素质进行评判的标准之一。

因此,熟悉和掌握中国传统文化经典,对我们有着非同寻常的意义。首先,中国传统文化经典是思想文化的浓缩;

前

言





其次,中国传统文化经典是沟通现在和过去的桥梁;最后,中国传统文化经典是奠定个人文化修养的基石。为此,我们郑重推出这套《中国传统文化经典导读》。我们深知,想在一套书中详尽、全面地展示中国传统文化经典是不可能的,所以在选材上,只选取那些在历史上产生过重大影响或广为流传的篇章,力图通过以点带面的方式,使大家感受到经典文化的博大精深。

目 录

中国古代家规家训

- 一、姬旦《诫伯禽书》 / 1
- 二、孔子家训 / 3
- 三、刘邦《手敕太子文》 / 4
- 四、司马谈《命子迁》 / 6
- 五、《诫子书》《诫外甥书》 / 8
- 六、琅琊王氏家训 / 11
- 七、《颜氏家训》 / 12
- 八、《钱氏家训》 / 13
- 九、欧阳修《欧阳永叔集》 / 14
- 十、范仲淹家训 / 15
- 十一、《包拯家训》 / 17

目

录



十二、司马光《家范》 / 18

十三、袁采《袁氏世范》 / 19

十四、朱熹《朱子家训》 / 22

十五、陆游《放翁家训》 / 24

十六、王阳明《王阳明家训》 / 25

十七、高攀龙《高氏家训》 / 27

十八、朱柏庐《朱柏庐治家格言》

(《朱子家训》) / 29

十九、曾国藩家训 / 33

二十、左宗棠《与陶少云书》 / 35

二十一、李毓秀《弟子规》 / 36

二十二、曾子《孝经》 / 53

二十三、袁了凡《了凡四训》 / 64

家规家训格言精选 / 76

中国古代家规家训

家规是祖上对家族内人的行为规范。一般是由一个家族所遗传下来的教育方法和规范后代子孙的准则,也叫家法。家训是指对子孙立身处世、持家治业的教诲,端孝养、重家教是中华民族优良传统。

传统家规家训中,包含了很多做人处世的智慧。而且家规都是非常质朴的,真诚而实用,可以说这些古代的家规是中华民族的巨大财富,是对所有中华儿女的教诲。

一、姬旦《诫伯禽书》

周公旦(约前 1100 年),姓姬,名旦,称周公。相传他制礼作乐,建立典章制度,被尊为儒学奠基人。周成王亲政后,将鲁地封给周公之子伯禽。

gù jiù wú dà gù zé bú qì yě wú qiú bèi yú yì rén
故旧无大故则不弃也,无求备于一人。

jūn zǐ lì rú niú bù yǔ niú zhēng lì zǒu rú mǎ bù yǔ mǎ
君子力如牛,不与牛争力;走如马,不与马



zhēng zǒu zhì rú shì bù yǔ shì zhēng zhì

争 走；智如士，不与士 争 智。

dé xíng guǎng dà ér shǒu yǐ gōng zhě róng cōng míng ruì zhì

德 行 广 大 而 守 以 恭 者，荣；聪 明 睿 智

ér shǒu yǐ yú zhě yì

而 守 以 愚 者，益。

译 文

老臣故人没有发生严重过失，就不要抛弃他。不要对某一人求全责备。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，也不会与马竞争速度的快慢；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；聪明睿智而用愚陋的态度处世，你将获益良多。

赏 析

《诫伯禽书》讲的是谦虚谨慎的美德。即使贵为天子，之所以富有四海，也是因为遵循了这些品德。不知谦逊从而招致身死国丧，桀纣就是这样的例子。你怎能不慎重呢？



二、孔子家训

bù xué shī wú yǐ yán bù xué lǐ wú yǐ lì
不学诗，无以言；不学礼，无以立。

译文

这句话的意思很明了。一天孔子站在庭院里，他的儿子孔鲤“趋而过庭”，就是小步快走。在上级面前、在长辈面前走路要“趋”，低着头，很快地这样走过去，这叫“趋”。

那么孔鲤看见父亲孔子站在庭院里，于是低着头“趋”，孔子说：“站住，学诗了吗？”“没有。”“不学诗何以言？”意思是不学诗怎么会说话？

又一天，孔子又站在庭院里，孔鲤又“趋而过庭”，孔子说：“站住，学礼了吗？”“还没有。”“不学礼何以立？”意思是不学礼怎么做人？

赏析

这个故事就叫作“过庭语”，也叫“庭训”。后来根据这个故事，父亲对儿子的教育在古代就叫“庭训”。学诗和学礼，讲的是读书和做事，这是人生很重要的两个问题。



三、刘邦《手敕太子文》

wú zāo luàn shì dāng qín jìn xué zì xǐ wèi dú shū wú yì
吾遭乱世，当秦禁学，自喜，谓读书无益。

jì jiàn zuò yǐ lái shí fāng shěng shū nǎi shǐ rén zhī zuò zhě zhī yì
洎践阼以来，时方省书，乃使人知作者之意。

zhuī sī xī suǒ xíng duō bú shì
追思昔所行，多不是。

yáo shùn bù yǐ tiān xià yǔ zǐ ér yǔ tā rén cǐ fēi wéi bù xī tiān
尧舜不以天下与子而与他人，此非为不惜天

xià dàn zǐ bù zhōng lì ěr rén yǒu hǎo niú mǎ shàng xī kuàng tiān
下，但子不中立耳。人有好牛马尚惜，况天

xià yē wú yǐ ěr shì yuán zǐ zǎo yǒu lì yì qún chén xián chēng
下耶？吾以尔是元子，早有立意，群臣咸称

rǔ yǒu sì hào wú suǒ bù néng zhì ér wéi rǔ lái wéi kě rèn dà shì
汝友四皓，吾所不能致，而为汝来，为可任大事

yě jīn dìng rǔ wéi sì
也。今定汝为嗣。

wú shēng bù xué shū dàn dú shū wèn zì ér suí zhī ěr yǐ cǐ
吾生不学书，但读书问字而遂知耳。以此

gù bú dà gōng rán yì zú zì cí jiě jīn shì rǔ shū yóu bù rú wú rǔ
故不大工，然亦足自辞解。今视汝书犹不如吾，汝

kě qín xué xí měi shàng shū yí zì shū wù shǐ rén yě
可勤学习，每上疏宜自书，勿使人也。

译文

我遭逢动乱不安的时代，正赶上秦皇焚书坑儒，禁止求学，我很高兴，认为读书没有什么用处。直到登基，我才明白了读书的重要，于是让别人讲解，了解作者的意思。

回想以前的所作所为，实在有很多不对的地方。

古代尧舜不把天下传给自己的儿子，却让给别人，并不是因为不珍视天下，而是因为他们的儿子不足以担当大任。人们有品种良好的牛马，还都很珍惜，况且是天下呢？你是我的嫡传长子，我早就有意确立你为我的继承人。大臣们都称赞你的朋友商山四皓，我曾经想邀请他们但没有成功，今天他却为了你而来，由此看来你可以承担重任。现在我决定你为我的继承人。

我平生没有学书，不过在读书问字时知道一些而已。因此文词写得不够工整，还算能够表达自己的意思。现在看你作的书，还不如我，你应当勤奋地学习，每次献上的奏议应该自己写，不要让别人代笔。

赏 析

《手敕太子文》是刘邦病危时（前 195 年，汉高祖十二年三月）为确立嫡长子刘盈为帝位继承人，并对其进行谆谆告诫和嘱托而亲笔撰写的遗训。在这篇遗训中，刘邦深悔早年轻薄文人之举，并以现身说法告诉儿子为学的重要性。同年四月，刘邦驾崩，五月，十六岁的刘盈继承皇位。



四、司马谈《命子迁》

司马谈(约前 165—前 110 年),西汉夏阳(今陕西韩城)人。父司马喜,子司马迁。汉武帝时任太史令。汉武帝元封元年(前 110 年)东巡至泰山,并在山上举行祭祀天地的典礼,史称“封禅大典”。司马谈当时因病留在洛阳,未能从行,深感遗憾,于是抑郁愤恨而死。

qiě fū xiào shǐ yú shì qīn zhōng yú shì jūn zhōng yú lì shēn
且夫孝,始于事亲,中于事君,终于立身。

yáng míng yú hòu shì yǐ xiǎn fù mǔ cǐ xiào zhī dà zhě
扬名于后世以显父母,此孝之大者。

赏 析

司马谈学富五车,所以他后来做了汉武帝的太史令,通称太史公,掌管天时星历,还职掌记录,搜集并保存典籍文献。这个职位是武帝新设的官职,可以说是武帝为司马谈“量身定制”的。因此,司马谈对武帝感恩戴德又尽职尽责。由于责任心极强,司马谈在临死的时候,拉着儿子司马迁的手,边哭边嘱咐说:“余先,周室之太史也;自上世尝显功名于虞夏,典天官事……今汉兴,海内一统,明主贤君忠臣死义之士,余为太史而弗论载,废天下之史文,余甚惧焉!汝其念!”并认为,“且夫孝,始于事亲,中于事君,终于立身。扬名于后世以显父母,此孝之大者”。这就是司马谈的《命子迁》。司马谈希望自己死后,司马迁能继承他的事业,更不要忘记撰写史书,并认为这是“大孝”。他

感到自孔子死后的四百多年间，诸侯兼并，史记断绝，当今海内一统，明主贤君、忠臣义士等的事迹，作为一名太史而不能尽到写作的职责，内心十分惶惧不安。所以他热切希望司马迁能完成他未竟的大业。司马迁不负父亲之命训，最终写出被誉为“史家之绝唱，无韵之离骚”的《史记》，名垂青史。

有人说，没有司马谈的《命子迁》，就没有司马迁的《史记》。



五、《诫子书》《诫外甥书》

诸葛亮(181—234年)的《诫子书》和《诫外甥书》是古代家训中的名篇,阐述修身养性、治学做人的道理,读来发人深省。

诫子书

fū jūn zǐ zhī xíng jìng yǐ xiū shēn jiǎn yǐ yǎng dé fēi dàn bó
夫君子之行,静以修身,俭以养德,非澹泊
wú yǐ míng zhì fēi níng jìng wú yǐ zhì yuǎn fū xué xū jìng yě cái
无以明志,非宁静无以致远。夫学须静也,才
xū xué yě fēi xué wú yǐ guǎng cái fēi zhì wú yǐ chéng xué yín
须学也,非学无以广才,非志无以成学。淫
màn zé bù néng yán jīng xiǎn zào zé bù néng yě xìng nián yǔ shí
慢则不能研精,险躁则不能冶性。年与时
chí yì yǔ rì qù suí chéng kū luò duō bù jiē shì bēi shǒu qióng
驰,意与日去,遂成枯落,多不接世,悲守穷
lú jiāng fù hé jí
庐,将复何及!

译文

品德高尚、德才兼备的人,是依靠内心安静、精力集中来修养身心的,是依靠俭朴的作风来培养品德的。不清世俗的名利就不能明确自己的志向,不身心宁静就不能实现远大的理想。学习必须专心致志,增长才干必须刻苦学习。不努力学习就不能增长才智,不明确志向就不能在学习上获得成就。过度享乐和怠惰散漫就不能奋发向上,轻浮急躁就不能陶冶性情。年华随着光阴流逝,意志随着岁

月消磨，最后就像枯枝败叶那样（成了无所作为的人），对社会没有任何用处，（到那时）守在破房子（穷庐，亦可解为空虚的心灵）里，悲伤叹息，又怎么来得及呢？

诫外甥书

fū zhì dāng cún gāo yuǎn mù xiān xián jué qíng yù qì níng zhì shǐ
夫志当存高远，慕先贤，绝情欲，弃凝滞，使
shù jǐ zhī zhì jiē rán yǒu suǒ cún cè rán yǒu suǒ gǎn qù xì suì
庶几之志，揭然有所存，惻然有所感；去细碎，
guǎng zī wèn chú xián lìn suī yǒu yān liú hé sǔn yú měi qù hé
广咨问，除嫌吝，虽有淹留，何损于美趣，何
huàn yú bú jì ruò zhì bù qiáng yì yì bù kāng kǎi tú lù lù zhì
患于不济？若志不强毅，意不慷慨，徒碌碌滞
yú sù mò mò shù yú qíng yǒng cuàn fú yú fán yōng bù miǎn yú xià
于俗，默默束于情，永甯伏于凡庸，不免于下
liú yǐ
流矣。

译文

一个人应该树立远大的理想，追慕先贤，节制情欲，去掉郁结在胸中的俗念，使几乎接近圣贤的那种高尚志向，在你身上明白地体现出来，使你内心震动、心领神会；要能够适应顺利、曲折等不同境遇的考验，摆脱琐碎事务和感情的纠缠，广泛地向人请教，根除自己怨天尤人的情绪。虽然暂时未能得到提拔、录用，但是这对于自己美好的志趣来说也是没有损害的，也不用担心理想不能实现。如果意志不坚强，斗志不昂扬，沉溺于儿女私情，碌碌无为，就将永远处于平庸的地位，甚至沦落到下流社会。



赏析

诸葛亮四十六岁才得子诸葛瞻。他很喜欢这个儿子，希望儿子将来成为国家栋梁。诸葛亮有两个姐姐，二姐所生子叫庞涣，深得诸葛亮喜爱。诸葛亮常年征战，政务缠身，但仍不忘教诲儿辈。他写给诸葛瞻和庞涣的两封家书，被称为《诫子书》和《诫外甥书》。

