

国·学·经·典
GUOXUEJINGDIAN



颜氏家训

(南北朝) 颜之推 王俊◎编校

《颜氏家训》是我国历史上第一部内容丰富、体系宏大的家训，也是一部学术著作。它是作者颜之推记述个人经历、思想、学识以告诫子孙的著作。共有七卷，二十篇。它是我国优秀文化之一，不仅在家庭伦理、道德修养方面对后世有着重要借鉴作用，而且有着很高的学术价值。



中国商业出版社

中华优秀传统国学经典阅读

颜氏家训

【南北朝】颜之推 王俊 编校



图书在版编目(CIP)数据

颜氏家训 / 王俊编校. — 北京: 中国商业出版社,
2018.12

ISBN 978-7-5208-0595-7

I. ①颜… II. ①王… III. ①家庭道德—中国—南北朝时代 IV. ①B823.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 220138 号

责任编辑: 常松

中国商业出版社出版发行

010-63180647 www.c-cbook.com

(100053 北京广安门内报国寺1号)

新华书店经销

三河市同力彩印有限公司印刷

*

710 毫米 × 1000 毫米 16 开 19 印张 250 千字

2019 年 1 月第 1 版 2019 年 1 月第 1 次印刷

定价: 57.00 元

* * * *

(如有印装质量问题可更换)

前言

泱泱中华五千载，悠悠国学民族魂。中华国学“为天地立心，为生民立命，为往圣继绝学，为万世开太平”，是中华民族几千年来生生不息的根本，是华夏儿女的文化基因和精神支柱。

中华传统文化经过千百年历史冲刷洗礼和不断交流、融合以及沉淀，最终形成了求同存异、兼收并蓄、辉煌灿烂的特点，它也是世界上唯一绵延不绝而从没中断的古老文化，并始终充满了生机与活力。

国学就是中国之学，中华之学，是以母语汉语为基础，表达中华民族的精神价值和处世态度的，有利于凝聚中华民族的文化向心力，有利于中华民族大团结，是华夏儿女的生命火炬，我们要永远世代相传和不断发扬光大。

中华优秀传统文化在思想上有大智，在科学上有大真，在伦理上有大善，在艺术上有大美。在中华民族艰难而辉煌的发展历程中，优秀传统文化薪火相传、历久弥新，始终为国人提供精神支撑和心灵慰藉。所以，更多地从传统优秀国学经典中汲取丰富营养，不只能充实灵魂，而是能够拥有一种神圣而崇高的家国情怀。

中华传统国学是指以儒学为主体的中华传统文化与学术，内容非常广泛，内涵十分丰富，如蒙学十三经、四书五经等，作为国学中经典之经典，铸就了“国学蒙学之最、中华不可或缺之魂”，凝聚了我国五千年的文明史和传统文化，体现了中华民族博大精深的文化精髓，是经过多少代人实践检验过的文化瑰宝，承载着中华民族伟大复兴的梦想。

中华传统国学中具有极高价值的经典与文章不胜枚举，且不说春秋战国时期的经传宝典，也不说《史记》《资治通鉴》，仅就唐诗宋词元曲就



有许多脍炙人口的佳作，今天我们作为中华儿女对这些精品岂可淡化或视而不见？

中华传统国学经典，蕴含了中华儿女内圣外王的个体修养和自强不息的群体精神，形成了重义轻利的处世态度以及孝亲敬长的人伦约定，包含着辩证理智的心智思维和天人合一的整体观念。

这些国学经典千百年来作为我国传统文化与教育经典，在内容方面包含有治国、修身、道德、伦理、哲学、艺术、智慧、天文、地理、历史等丰富知识；在艺术方面丰富多彩，各有特色，行文流畅，气势磅礴，辞藻华丽，前后连贯。古往今来，无数有识之士从中汲取知识，不仅培养了良好的道德品质，还提升了儒雅、淳静、睿智的气质。

国学经典是广大读者必备的精神食粮。读者们阅读国学经典，能够秉承国学仁义精神，养成谦和待人、谨慎待己、勤学好问等优良品行，达到内外兼修与培养刚健人格的学习目的。读者们阅读国学经典，就如同师从贤哲，使自己能够站在先辈们的肩膀之上，在高起点上开始人生道路。阅读圣贤之书，与圣贤为伍，是精神获得高尚和超越的最高境界。

如今社会处于转型时期，充斥着各种各样所谓的现代文化，良莠不齐，纷繁芜杂，作为读者，应该慎重地从文化杂烩中精挑细选最好的、最纯的、最精的文化知识进行学习，以便促进身心的健康，那么国学经典就是最佳的选择。

当然，我们必须注意：传承古代经典，不是单纯背诵一些诗词，而是传承古老中华文明；不是只知其文不解其义，而是传承经典文化中的精神；不是对所有传统的东西都加以吸收，而是采取“扬弃”态度，取其精华去其糟粕；也不是排斥其他国家和民族的先进文化，要互相理解和尊重，要有兼容并包的情怀和清醒的头脑，做到互相学习和互相促进；更不是躺在灿烂传统文化的光环下固步自封，要积极开创未来的、先进的和科学的民族文化，要创造新的文化辉煌。

国学经典并非陈旧过时的东西，它能够适应任何时代的需要，且不同的时代都可以进行新的解读，都有时代的新意。广大读者要古为今用，活学活用，在新的时代推陈出新，进行新的解读，赋予新的内涵，不断发扬新的精神。

我们欣喜地看到，在党和政府的积极号召下，教育部印发了《完善中华优秀传统文化教育指导纲要》，各级教育机构启用了《中华优秀传统文化》教材，中小学语文新课标中也增加了青少年学生阅读和学习国学的分量，许多中小学开设了专门的国学课程，全国各族人民掀起了学习和传承中国传统文化的热潮。

为此，在有关专家指导下，我们特别精选编辑了这套“中华传统国学阅读经典”作品，根据广大读者特别是青少年读者学习吸收的特点，采取了板块化的篇章结构。文前部分主要包括作者简介、写作背景、作品概况、思想内容和艺术特点等内容，正文部分主要包括原文、注释、解读、感悟、赏析、故事等内容，文后部分主要包括名言妙语、读后感、知识互动大会等内容。同时还配有精美的插图，图文并茂，生动形象，非常易于阅读、理解和欣赏，能够培养广大读者的国学阅读兴趣，从而增强大家对中华优秀传统文化的热爱、传承和发展，最终积极投身到中华复兴的伟大梦想之中。

根据“部编教材”和广大读者特别是青少年读者学习吸收特点，采取版块化篇章结构，设置丰富专题栏目，解构阅读知识要点，无障碍直通阅读核心，重点感受丰富知识和独特艺术，领会和发扬深刻国学精神！

导 读

作者简介

简单介绍作者生卒、生平事迹、代表作品和历史影响等。

题解 + 背景

简单阐述书名来历、作者社会背景、创作动机、创作过程等。

作品概况

简单介绍作品结构形态、流传过程和历史价值等。

思想内容

简单分析作品思想内涵、社会价值和启迪作用等。

艺术特点

简单解析语言表达、篇章结构、人物形象等丰富艺术特色。

序 致

原 文

参考众多权威版本，忠实于原著原文呈现。

原文

夫圣贤之书，教人诚孝^①，慎言检迹^②，立身扬名，亦已备矣。魏、晋已来^③，所著诸子，理重事复，递相模效^④，犹屋下架屋，床上施床耳。吾今所以复为此者，非敢轨物范世^⑤也，业以^⑥整齐门内^⑦，提撕^⑧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^⑨，则师友之诫，不如傅婢^⑩之指挥；止凡人之斗鬪^⑪，则尧舜之道，不如寡妻^⑫之诲谕。吾望此书为汝曹^⑬之所信，犹贤^⑭于傅婢、寡妻耳。

注释

① 序致：介绍和讲述著作意图和写作经过的文章，称之为“序”“序文”或“序言”。作者称之为“序致”。

② 诚孝：忠孝。

③ 检迹：行为检点，不放纵。

.....

注 释

介绍和评议生僻难懂语汇、内容、背景、引文等。

精美配图

根据内容配图，图文并茂，让知识变得生动形象，让阅读变得丰富有趣。



注音

对多音字以及破音、通假、古音、外族语言等异读字词进行注音。

⑨ 业以：专门用来。

⑩ 门内：指家庭内部。

⑪ 提撕：拉扯，向上提。古代长者教诲后辈的一种手段，即耳提面命。在这里是形容教诲子孙要殷勤。

⑫ 暴谑(xuè)：胡闹戏笑。

⑬ 傅婢：富贵人家照管小孩的保姆和侍婢。

⑭ 斗阋(xì)：指兄弟之间的争吵。

⑮ 寡妻：嫡妻、正妻。毛亨《传》：“寡妻，遗(嫡)妻也。”

⑯ 汝曹：你们。

⑰ 贤：超过。

解读

古代圣贤的书，都是教诲人们要忠诚和孝顺，说话要谨慎，行为要检点，要以高尚的人格扬名于人间。这些道理，他们已经说得很完备了。魏、晋两朝以来，学者们写的阐述圣贤思想的著作，相互模仿，事理重复，就像屋下建屋和床上叠床一样，都是多余的。现在，我又来写这种书，并不敢以此来规范人的言行，只是为了整顿门风、教诲后辈罢了。同样的一句话，有些人会信服，因为说话的人是他们所亲近的人；相同的命令，有些人会遵行，因为下命令的是他们所敬服的人。要禁止儿童过分淘气，与其让老师、朋友去劝诫，还不如让日常侍奉他的保姆、侍女去劝阻；阻止兄弟间的争斗，尧舜的教诲还比不上自家妻子的劝阻教诲。

.....

解读

对原文进行译解，使之通俗易懂，浅显易懂。

完美大结局

名言妙语

推介作者、作品的名言格言和妙言妙语，让读者加深印象、获得美感或启迪等。

读后感

从中、小学生认识角度，剖析阅读作品后的所思所感、所作所为等，达到有所收获和感悟等。

知识互动大会

通过阅读作品和做“填空题”“选择题”和“问答题”等题型的互动，达到读与学相互促进，增强阅读兴趣，提高阅读学习质量。

作者简介

颜之推（531—约595年），字介，中国古代学者、教育家。传世著作有《颜氏家训》《还冤志》《集灵记》等。《北齐书·文苑传》记载，他有文集30卷，《颜氏家训》20篇。可惜文集已经佚失了，而《颜氏家训》一直流传，在家庭教育发展史上有着重要的影响。

颜之推生活在南北朝至隋朝期间，出生于建康（今江苏南京）的一个士族官僚家庭，爷爷是南齐治书御史颜见远，父亲是南梁咨议参军颜协。他生活的时代是一个乱世，生活非常辛苦。他19岁时候，在梁湘东王府做官。当时有个叫侯景的人发动叛乱，颜之推被俘，在建康度过了3年囚徒生活。

梁元帝即位后，颜之推受到重用。可好景不长，西魏大举入侵，杀死了梁元帝。颜之推一家便成为了西魏的俘虏，被押往关中。后来，他听说梁元帝的儿子称帝，于是和妻子逃离了长安。可是在途中又听说梁已经被陈取代，只好留在了北齐。

在北齐，颜之推受到齐文宣帝高洋的重用，可是他并不开心。后来，北齐又亡国了。在梁国，梁国灭亡；在齐国，齐国灭亡。颜之推非常伤心，写下了《观我生赋》，倾诉苦难经历和痛苦心情。

北齐灭亡后，颜之推又在北周做官。后来，北周又被隋朝取代，他又成为隋朝的官员。这时，历尽沧桑的颜之推年龄已经非常大了，他无意为官，开始全力写作，给后世留下了影响深远的重要著作《颜氏家训》。

题解+背景

颜之推生活在乱世，短短人生，几换朝代。他看到在南梁全盛时期，王公贵族子弟大都没有学识和本领，平时看上去像神仙一样，可是一遇到考试选拔人才，就要雇人代替，一参加公卿宴会，就要请人代写诗篇。

当遇到社会动乱，那些平日里不学无术的公子哥们由于体娇力弱，往往只能坐着等死。即使幸存下来，但经过改朝换代，掌权授官的人已不再是他们过去的亲戚或同伙时，便什么门路也找不到了。

颜之推深知，像自己这样毫无依靠，不断被新的君主起用的人，正因为有学识和技艺而随处都可以安居。作为一名望族之后，劫后余生的颜之推深深感到，在朝不保夕的动乱年代，如何设法使名门望族能够趋利避害和继续绵延，正是他义不容辞的历史责任。

正是基于这样的考虑，颜之推下定决心要给后代一些训示和指导，于是他根据自己的切身感受和体验，写出了一部书，因为他姓“颜”，于是取名叫《颜氏家训》。

颜之推精通儒学，在修身、治家、处世、为学等方面都有自己的独到理解。他主张早教，认为人在小时候精神专一，长大以后思想分散，就不易学习了。

颜之推提倡学习，反对不学无术。他认为学习应以读书为主，又要注意工农商贾等方面的知识。他反对空谈高论，不务实际等。他既鄙视南朝士族的腐化，又不满北朝士族的无能。

颜之推对当时社会的人情世态，特别是士族社会的谄媚风气非常了解。他深深感到当时的士大夫教育腐朽没落，严重脱离实际，培养出来的人庸碌无能，知识浅薄，缺乏处事的实际能力。他不想让子孙后代成为那样的无用之人。正是在这样的背景下，他才创作了《颜氏家训》，以训诫子孙。

作品概况

《颜氏家训》在隋朝时完成，是颜之推记述个人经历、思想、学识以告诫子孙的著作，是一部系统完整的家庭教育教科书，在家庭教育发展史上具有重要的影响，被后世称为“家教规范”。

《颜氏家训》共有7卷，20篇，分别是：序致第一、教子第二、兄弟第三、后娶第四、治家第五、风操第六、慕贤第七、勉学第八、文章第九、名实第十、涉务第十一、省事第十二、止足第十三、诫兵第十四、养心第十五、归心第十六、书证第十七、音辞第十八、杂艺第十九、终制第二十。

《颜氏家训》的主要刊本有宋淳熙七年台州公库本、明万历甲戌颜嗣慎刻本和程荣《汉魏丛书》本、清康熙五十八年朱轼评点本、雍正二年黄叔琳刻节钞本、乾隆四十五年卢文弼刻《抱经堂丛书》本、文津阁《四库全书》本等。

作为传统社会的典范教材，《颜氏家训》开启后世“家训”的先河，是我国古代家庭教育思想理论宝库中的一份珍贵遗产。书中不仅对当时的社会状况进行了较为翔实的记录，为后人保留了一些很有价值的历史文献，还通过论述南北朝时的作家作品，反映了当时的文学观点和颜之推自己的文学主张。

《颜氏家训》内容真实，文笔平易近人，具有一种独特的朴质风格，对后世产生了深远的影响，特别是宋代以后，影响更大。宋代朱熹的《小学》，清代陈宏谋的《养正遗规》，都曾经使用《颜氏家训》作为素材。

不仅仅是朱熹和陈宏谋，唐代以后出现的数十种家训，都直接或间接地受到了《颜氏家训》的影响。所以，明代人王三聘说：“古今家训，以此为祖。”

思想内容

《颜氏家训》是中华民族历史上第一部内容丰富、体系宏大的家训作品，也是一部学术著作。全书一共20篇，“序致篇”是全书的自序，讲述了撰写这本书的主要目的，作者从亲身经历入手，告诫子孙要好好做人。

“教子篇”讲如何教育子女；“兄弟篇”讲兄弟之间如何相处；“后娶篇”讲夫或妻死后，活着的该不该再婚等问题；“治家篇”讲管家的问题；“风操篇”讲当时做人的风度节操；“慕贤篇”讲如何礼敬时贤；“勉学篇”讲如何为学；“文章篇”讲如何做文章；“名实篇”讲做人的名与实；“涉务篇”强调多做实事；“省事篇”强调做事专精；“止足篇”强调知足的道理；“诫兵篇”是作者从家世入手，讲弃武习文的道理；“养生篇”讲保养身体；“归心篇”讲归心于佛教；“书证篇”是本书中最长的一篇，是作者对经史文章所做考证的汇集；“音辞篇”讲古今语音的变化；“杂艺篇”讲书法、绘画、射箭、算术、医学、弹琴及卜筮、六博、投壶、围棋等；“终制篇”讲死后的安排，反对厚葬等。

《颜氏家训》把读书做人作为核心，认为无论年龄大小，都应该读书学习，这样才能进步。作者注重家庭教育，认为应该及早对子女进行教育，甚至主张胎教。

颜之推注重全面教育，要求把做人、为学、强身、杂艺相结合。在做人方面，他主张虚心好学，不能妄自尊大。在为学方面，他主张知行结合，博学多识。

关于学习态度和方法，颜之推强调要珍惜时光，虚心学习，尤其要重视亲身观察获得的知识，并提倡师友之间共同研究切磋，相互启发。

艺术特点

《颜氏家训》的文章写于不同时期，语言风格和写作艺术呈现多重性特征。从整个南北朝文学来看，南朝文学的语言绮丽、华美，工巧、典雅，北朝文学的语言则质朴、刚健。

颜之推由南入北，又经历隋朝统一之后的南北融合。他吸取南北文风之长，语言特色则鲜明而独特，既有典正质朴、简洁隽永的一面，又有清新秀丽的一面。这里的清新秀丽主要是指文字既不辞藻华丽，也不低俗，而是给人一种耳目清新的享受。作品语言简洁，但表达的主旨则意味深长悠远。文中经常用四言句式。四言句式虽然精炼简洁，但传递的内容却很丰富。

《颜氏家训》作为教育子孙的文章，用晓之以理、动之以情、循循善诱的方法告诫子孙，其语言在组织上富有逻辑性与辩证性。“涉务篇”的六事按从朝廷到朝外的顺序写出，“归心篇”将谤者分为五类而写，“教子篇”举正反两方面的例子来阐述教育的重要性，语言组织非常富有逻辑性，充分展示出独特的语言艺术魅力。

《颜氏家训》多处涉及修辞运用，并且运用得巧妙而适宜。颜之推为了更好地表达自己的观点，更好地教育后辈，往往引用经典著作的经典言语来进行阐述，文中有多处引用的现象，其引用精当且说服力强。

《颜氏家训》虽是家训，文风质朴而刚健，但是运用比喻修辞手法的很多地方很多，这使文章在艺术上产生锦上添花般的魅力。朴素文风中采用比喻，使文章的生动性和形象性显得弥足珍贵。

作品另一个语言特色是对仗工整，很多篇章中均使用对偶这一手法。这种修辞的运用，使文章语言呈现出整齐有序的美感，给文章增添了铿锵的音色美。

目 录

序 致	1
教 子	6
兄 弟	16
后 娶	22
治 家	29
风 操	42
慕 贤	76
勉 学	83
文 章	124
名 实	147
涉 务	156
省 事	162
止 足	172
诫 兵	175
养 生	179
归 心	184
书 证	203
音 辞	256
杂 艺	266
终 制	278

序 致^①

原文

夫圣贤之书，教人诚孝^②，慎言检迹^③，立身扬名，亦已备矣。魏、晋已来^④，所著诸子^⑤，理重事复，递相模效^⑥，犹屋下架屋，床上施床耳^⑦。吾今所以复为此者，非敢轨物范世^⑧也，业以^⑨整齐门内^⑩，提撕^⑪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^⑫，则师友之诫，不如傅婢^⑬之指挥；止凡人之斗鬩^⑭，则尧舜之道，不如寡妻^⑮之诲谕。吾望此书为汝曹^⑯之所信，犹贤^⑰于傅婢、寡妻耳。

注释

① 序致：介绍和讲述著作意图和写作经过的文章，称之为“序”“序文”或“序言”。作者称之为“序致”。

② 诚孝：忠孝。

③ 检迹：行为检点，不放纵。

④ 已来：“已”古通“以”，“已来”即“以来”。

⑤ 诸子：原指先秦时代如儒家的《孟子》、道家的《老子》、墨家的《墨子》、法家的《韩非子》之类典籍。这里代指魏晋以来的人们阐述儒家学说的著述。

⑥ 模效：即是模拟、仿效。

⑦ 屋下架屋，床上施床：这是六朝及隋唐的习常用语，意思是毫无必要的重复。

⑧ 轨物范世：轨，古代指两轮间的距离；物，指人而不是物件；范，规范。轨物范世，规范世人的行为举止。

⑨ 业以：专门用来。

⑩ 门内：指家庭内部。

⑪ 提撕：拉扯，向上提。古代长者教诲后辈的一种手段，即耳提面命。在这里是形容教诲子孙要殷勤。

⑫ 暴谑（xuè）：胡闹戏笑。

⑬ 傅婢：富贵人家照管小孩的保姆和侍婢。

⑭ 斗阋（xì）：指兄弟之间的争吵。

⑮ 寡妻：嫡妻、正妻。毛亨《传》：“寡妻，遗（嫡）妻也。”

⑯ 汝曹：你们。

⑰ 贤：超过。

解读 ● ● ● ●

古代圣贤的书，都是教诲人们要忠诚和孝顺，说话要谨慎，行为要检点，要以高尚的人格扬名于人世间。这些道理，他们已经说得很完备了。魏、晋两朝以来，学者们写的阐述圣贤思想的著作，相互模仿，事理重复，就像屋下建屋和床上叠床一样，都是多余的。现在，我又来写这种书，并不敢以此来规范人的言行，只是为了整顿门风、教诲后辈罢了。同样的一句话，有些人会信服，因为说话的人是他们所亲近的人；相同的命令，有些人会遵行，因为下命令的是他们所敬服的人。要禁止儿童过分淘气，与其让老师、朋友去劝诫，还不如让日常侍奉他的保姆、侍女去劝阻；阻止兄弟间的争斗，尧舜的教诲还比不上自家妻子的劝阻教诲。我希

望这本书能被你们所信服，希望比侍婢对孩童、妻子对丈夫所起的作用更大一点。

原文

吾家风教，素为整密。昔在韶龀^①，便蒙诱诲；每从两兄^②，晓夕温清^③，规行矩步^④，安辞定色，锵锵翼翼^⑤，若朝严君^⑥焉。赐以优言，问所好尚，励短引长，莫不恳笃。年始九岁，便丁^⑦荼蓼^⑧，家涂^⑨离散，百口^⑩索然。慈兄鞠^⑪养，苦辛备至；有仁无威，导示不切。虽读《礼》《传》^⑫，微爱属文^⑬，颇为凡人之所陶染，肆欲轻言，不修边幅^⑭。年十八九，少知砥砺^⑮，习若自然，卒难洗荡。二十已后，大过稀焉；每常心共口敌^⑯，性与情竞，夜觉晓非，今悔昨失，自怜无教，以致于斯。追思平昔之指^⑰，铭肌镂骨^⑱，非徒古书之诫，经目过耳也。故留此二十篇，以为汝曹后车^⑲耳。

注释

① 韶龀（tiáo chèn）：韶和龀都是指儿童换牙。这里是指代童年时代。

② 两兄：指颜之仪、颜之善两兄弟。

③ 温清（qìng）：指孝子侍奉父母。温，冬日温被使暖；清，夏日扇席使凉。

④ 规行矩步：指行动规矩，举止端正。规本义是圆规，矩本义是直尺，引申为规矩、礼仪、法则。

⑤ 锵锵翼翼：行走的时候恭敬有礼。锵锵，通“跄跄”，步履有节的样子。翼翼，恭敬的样子。