

中国家庭教育丛书

# 中国家训名篇

赵忠心

ZHONGGUO  
JIA XUN  
MINGPIAN

湖北教育出版社

篇

中国家庭教育丛

JX

赵忠心

ZHONGGUO

JIAXUN

MINGPIAN

湖北教育出版社

# 国家训名篇

(鄂)新登字 02 号

图书在版编目(CIP)数据

中国家训名篇/赵忠心编著. —武汉:湖北教育出版社,  
1997

(中国家庭教育丛书)

ISBN 7-5351-2106-3

I. 中… II. 赵… III. 家庭道德—中国—古代 IV.  
B823.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(97)第 06643 号

|     |                   |                       |
|-----|-------------------|-----------------------|
| 出 版 | 湖北教育出版社           | 汉口解放大道新育村 33 号        |
| 发 行 |                   | 邮编:430022 电话:5830435  |
| 经 销 | 新华书店              |                       |
| 印 刷 | 湖北省新华印刷厂          | (430034·汉口解放大道 145 号) |
| 开 本 | 850mm×1168mm 1/32 | 5 插页 11 印张            |
| 版 次 | 1997 年 7 月第 1 版   | 1997 年 7 月第 1 次印刷     |
| 字 数 | 249 千字            | 印数:1—5 000            |

ISBN 7—5351—2106—3/G·1710 定价:15.60 元

如印刷、装订影响阅读,承印厂为你调换

## 序

### 余心言

十多年来,中国的家庭教育事业发展十分迅速。独生子女政策的推行,家庭物质条件的改善,社会对人才的需求以及竞争的机制,都使广大家长渴求得到对家庭教育的指导。社会各方面也重视了家庭教育工作的开展。各种书、刊、报、讲座、家长学校如雨后春笋。这些自然是好现象,但是也还存在着困难。首先是理论的准备似嫌不足,有许多规律性的问题探索不够深入,特别是实践中提出了大量新问题有待回答。其次是如何有效地使广大家长掌握必要的科学育儿知识并且及时得到指导,这个问题至今仍未得到根本解决。一些家长教子观点的误区得不到及时的帮助指导。社会上有些人以赢利为目的,又推出一些误导家长方案。有的许诺把每个孩子都培养成“天才”,有的则以孩子似乎人人都有“病”来吓唬家长,好把孩子送去接受他们的“训练”。在这种情况下,扎扎实实地做有关家庭教育的科学研究和普及有关科学知识的工作,是十分可贵的。

家庭教育在中国是有悠久传统的。几千年来我们的先人为我们留下了丰富的资料和宝贵的经验。这是一份重要的遗产。可惜这些资料散见于浩瀚的卷帙之中,给研究者带来极大的不便。笔者十多年前曾经整理过一部分故事,意在为热心者做一点初步的秘书工作,但后来未能继续下去。这些年也陆续出版过一些有关的材料,但仍然失之于零散。赵忠心同志有见于此,发大愿

心，系统整理了这样一套资料，是令人高兴的。

现代的中国不同于古代的中国。对历史上优秀传统文化的整理当然不意味着对这些过去的东西可以原封不动地拿来照抄照搬。然而几千年的优秀传统文化当中毕竟有许多带规律性的东西，例如品德的培养与知识增长之间的关系，父母的榜样作用，儿童性格意志的养成，如何启发孩子的求知欲，如何对待孩子遇到的成功与挫折，家庭礼仪与品德养成的关系，培养目标的恰当设定等等都在今天仍然是值得借鉴的。

当前中国的家庭教育工作，一方面迫切需要做大量的普及指导，一方面有许多理论问题亟待深入研究。这两个方面相辅相成，都需要做大量扎扎实实的工作。天地是十分广阔的。为了提高我们民族的素质，有志者，盍兴乎来！

1997年3月

## 前 言

我们中华民族素有重视家庭教育的优良传统。在长期的教育子孙后代的实践中，总结、积累了十分丰富的家庭教育经验，充实、丰富了我国的古代历史文化宝库。

在春秋战国、秦汉时期，家庭教育的经验反映在一些名人学者的哲学、政治学、伦理学著作之中。比如，管仲的《管子》、孟轲的《孟子》、韩婴的《韩诗外传》、韩非的《韩非子》等，都有一些古人家庭教育经验的描述性的记载和理论性的论述。但还没有家庭教育方面的专著。到三国时期，便出现了集中记载家庭教育经验的家庭教育读本——“家训”。据《三国志·魏·邴原传》注记载：“三国杜恕著家诫。”遗憾的是，此著作已佚失。尽管如此，此著作的出现，在家庭教育思想发展史上具有划时代的意义。它是世界上最早的家庭教育专著，充分表明我国的家庭教育具有非常悠久的历史传统。

到魏晋南北朝时期，北齐思想家颜之推在总结前人家庭教育经验的基础上，撰写了著名的《颜氏家训》一书。“古今家训，以此为祖。”该书是我国现存最早的家庭教育专著。自此以后，至民国初年，历朝历代几乎都有“家训”问世。据《中国丛书综录》所列书目记载，我国古代公开出版的“家训”总共有120多种。其分布状况是：南北朝1部，唐朝2部，宋朝20部，元朝4部，明朝30部，清朝61部，民国初年4部。（见附录）

这样多的家庭教育著作公开出版，是世界上任何一个国家都不能比拟的。这些著作，集中地反映了我们中华民族的家庭

教育文化传统，是非常宝贵的文化遗产，是我们民族的珍贵财富。

“家训”是古代家庭教育读本的统称。不同的人撰写的“家训”，有不同的名称。有的叫“家训”，也有的叫“家诫”、“家规”、“家教”、“家范”、“宗范”、“世范”等等。过去，家庭教育的对象与今天有所区别。今天，人们所说的家庭教育，教育对象一般是指家庭里的未成年人，也就是儿童青少年。古代社会家庭教育的对象要比今天广泛得多，它是指除家长以外的所有家庭成员，是训诫全家人。当然，主要的教育对象还是未成年人。因此，古代的“家训”，也往往叫“训家”、“教家”、“治家”等。

中国古代众多的“家训”，从内容上看，可以分为两大类：一类是家庭教育的通俗读本，主要是记载对家人进行什么内容的家庭教育，不涉及教育方式方法、原则等，此类占绝大多数。比如，《袁氏世范》、《治家格言》、《放翁家训》、《家诫要言》等；另外一类是有一定理论色彩和理论深度的家庭教育专著，除了有对子女进行什么内容的教育，也探讨、论述了家庭教育的重要性、教育原则、教育方式方法等。如《颜氏家训》、《温公家范》等。这些著作已经初步形成了独立的家庭教育理论体系，像《颜氏家训》一书，甚至可以称之为中国古代的“家庭教育学”。

中国古代的“家训”，给我们后人展示了我们的前人教育子女的情况，记载了我国源远流长的家庭教育传统，内容非常丰富。从总体上看，中国古人在家庭教育当中，特别重视思想道德教育，其中主要是进行中华民族的传统美德教育，诸如勤劳节俭、吃苦耐劳、尊老爱幼、和睦家庭、谦虚谨慎、团结友爱、互谅互让、勇敢坚强、诚实守信、朴实厚道、刚直不阿、清正廉洁、克己奉公、忠贞爱国等等，这些都是十分宝贵的精神财

富，我们应当继承、发扬。不可避免地是，由于历史和阶级的局限性，古代的“家训”不可能没有封建糟粕。

在这部书中，我所介绍的这十几部“家训”，是经过多次严格筛选、精心挑选出来的各具特色、又有代表性的“家训”。尽管如此，所介绍的“家训”中仍有一些封建性的思想内容，比如，封建迷信、宿命论、男尊女卑、重男轻女、明哲保身、委曲求全、封建家长制思想等。我在书中只是作了注释和白话译文，没有逐一进行分析批判。我并不是肯定这些思想内容，希望读者能分辨识别，分清哪些是精华，哪些是糟粕，“取其精华，去其糟粕”。

阅读此书，不仅可以使读者学习、借鉴我们古代有益的家庭教育经验，发扬我国家庭教育优良传统；而且，还可以从更广泛的角度了解中华民族的优秀文化传统，丰富历史文化知识，进一步增强民族自尊心和自豪感。

鲁迅先生早在1933年《我们怎样教育儿童的？》一文中就指出：“中国要作家，要‘文豪’，但也要真正的学究。倘有人做一部历史，将中国历来教育儿童的方法，用书，作一个明确的记录，给人明白我们的古人以至我们，是怎样的被熏陶下来的，则其功德，当不在禹（虽然他也许不过是一条虫）下。”我想，鲁迅先生之所以提出这样一个问题，是站在历史的高度，要人们继承、发扬我国家庭教育历史文化传统中那些有积极意义的东西；同时，也是我们要进行历史的反思，认识那些消极的文化传统是如何毒害儿童青少年的，以便开拓儿童青少年家庭教育的新篇章。

我今天试着做这件事，从一百多种“家训”中选取这十多部，介绍给读者，绝不是为了获得什么“功德”，只是想让人们了解一些我们古代的文化传统，以丰富人们的头脑，开阔人们

的眼界和思路，从中汲取一些有益的东西。

北京师范大学 赵忠心

1996年8月29日

|                        |     |
|------------------------|-----|
| 《颜氏家训》——北齐颜之推 .....    | 1   |
| 序致第一 .....             | 3   |
| 教子第二 .....             | 6   |
| 兄弟第三 .....             | 15  |
| 后娶第四 .....             | 21  |
| 治家第五 .....             | 27  |
| 勉学第八 .....             | 38  |
| 《袁氏世范》——宋朝袁采 .....     | 54  |
| 睦亲 .....               | 54  |
| 处己 .....               | 72  |
| 治家 .....               | 85  |
| 《包孝肃公家训》——宋朝包拯 .....   | 107 |
| 《温公家范》——宋朝司马光 .....    | 109 |
| 祖 .....                | 110 |
| 父 .....                | 120 |
| 母 .....                | 131 |
| 《居家正本制用篇》——宋朝陆梭山 ..... | 158 |
| 正本 .....               | 159 |
| 制用 .....               | 165 |
| 《放翁家训》——宋朝陆游 .....     | 174 |
| 《经锄堂杂志》——宋朝倪思 .....    | 182 |

|                     |     |
|---------------------|-----|
| 岁计.....             | 182 |
| 月计.....             | 186 |
| 子孙计.....            | 188 |
| 《家训》——明朝高攀龙 .....   | 192 |
| 《家诫要言》——明朝吴麟征 ..... | 198 |
| 《思辨录》——明朝陆世仪 .....  | 206 |
| 《治家格言》——清朝朱柏庐 ..... | 234 |
| 《劝言》——清朝朱柏庐 .....   | 239 |
| 孝弟.....             | 239 |
| 勤俭.....             | 242 |
| 读书.....             | 245 |
| 积德.....             | 247 |
| 《聪训斋语》——清朝张英 .....  | 251 |
| 《训子语》——清朝张履祥 .....  | 283 |
| 《劝孝歌》——清朝王中书 .....  | 326 |
| 《八反歌》 .....         | 332 |
| <b>附录：</b>          |     |
| 中国家训目录.....         | 336 |

## 《颜氏家训》——北齐颜之推

### ——作者和内容简介——

“古今家训，以此为祖。”这是古人对《颜氏家训》一书历史地位的评价。

作者颜之推，字介，生于南北朝时期梁中大通三年（公元531年），卒于隋朝开皇十余年间（约公元590年后），山东琅琊临沂人。他的九世祖含，从晋元帝东渡，世代为官。父名勰，对《周官》、《左氏学》很有研究。颜之推12岁时，正值梁湘王绎（jiǎng）自讲老庄，于是拜绎为师，很受器重。后来，又兼习礼传，博览群书，无不通晓，显露出很高的才华。他喜为词章，曾撰写《观我生赋》，文词清远，为西府所称道。但他一生“好饮酒，多任纵，不修边幅，时论以此少之。”后来，湘东王绎失败，颜之推被虏至北齐，曾为中书舍人，参与起草诏令之事，官至黄门侍郎、平原太守。齐亡入周，为御史上士。隋文帝兴起，开皇中太子召为学士，甚见礼重。不久，便染病而死。

颜氏家族的家庭教育很有章法。颜之推从小就受到相当严格的家庭教育。后来，其父母早亡，他便失于家教。再加上当时战争频繁，使他到处颠沛流离，生活很不稳定，一生的经历坎坷不平。这一切，给他以极为深刻的印象。他说：“追思平昔之指，铭肌镂骨，非徒古书之诫，经目过耳。”为了“齐先王之道，治家世之业”，“整齐门内，提撕（xī）子孙”，他结合自己

从小受到的家庭教育和成长的经历，撰写了《颜氏家训》一书。

《颜氏家训》名曰“家训”，是为教导子孙而作。但实际上，该书内容所涉及的范围很广，诸如教育、历史、文学、训诂、文字、音韵、民俗、社会、伦理等，都进行了深刻的论述，反映了颜之推的全部社会思想，已经超出一般概念上的“家训”。

《颜氏家训》一书共有七卷二十篇，作者的家庭教育思想贯穿于全书所有章节。最能集中体现他家庭教育观点的主要是《序致》、《教子》、《兄弟》、《后娶》、《治家》、《慕贤》、《勉学》、《涉务》等篇章。

《颜氏家训》一书，从内容到写作方法上，都有其独到之处。它“平而不流于凡庸，实而多异于世俗，在南方浮华北方粗野的气氛中，《颜氏家训》保持平实的作风，自成一家之言，所以被看作处世的良轨，广泛地流传在士人群中”（范文澜《中国通史简编》）。这部家训所及，远不限于颜氏一家的子孙后代，是“由近及远，争相矜式”，已成为中国封建社会家庭教育的典型教材，影响广泛且深远，后人对它评价极高。袁衷等所记的《庭帙杂录下》中说：“六朝颜之推家法最正，相传最远。”王铎的《读书丛残》中说：“北齐黄门颜之推《家训》二十篇，篇篇药言（劝人改过的话），言言龟鉴（借鉴），凡为人子弟者，可家置一册，奉为明训……”。后来许多家庭教育专著，如唐代无名氏的《太公家教》，宋代司马光的《家范》，清代孙奇逢的《教子家训》，以及朱柏庐的《治家格言》等，无不受到《颜氏家训》的启示和影响，反映出一脉相承的关系。所以，《颜氏家训》可以称为我国古代家庭教育理论的奠基之作和代表之作，颜之推当之无愧为我国古代家庭教育理论研究的先驱者。

《颜氏家训》一书篇幅相当长，限于本书的容量，只节选部分与一般家庭的子女教育关系密切的章节。

## 序致第一

### △ 原文

夫圣贤之书，教人诚孝<sup>(1)</sup>，慎言检迹<sup>(2)</sup>，立身扬名<sup>(3)</sup>，亦已备矣。魏、晋已（以）来，所著诸子<sup>(4)</sup>，理重事复，递相模效，犹屋下架屋，床上施床<sup>(5)</sup>耳。吾今所以复为此者，非敢轨物范世<sup>(6)</sup>也，业<sup>(7)</sup>以整齐门内，提撕<sup>(8)</sup>子孙。夫同言而信，信其所亲；同命而行，行其所服。禁童子之暴谗<sup>(9)</sup>，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。

### □ 注释

（1）诚孝：即忠孝。这是隋朝人为避讳隋文帝之父杨忠的“忠”字而改为“诚”字。

（2）检迹：即言行检点，不放纵。

（3）扬名：《孝经》开宗明义章说：“立身行道，扬名于后世，以显父母，孝之终也。”扬名，即传播名声。

（4）魏晋以来，所著诸子：指《隋书·经籍志》的儒家著作，如魏朝徐幹著的《中论》、王肃著的《王氏正论》、杜恕著的《魏氏体论》、吴朝顾谭著的《顾子新语》、谯周著的《谯子法训》、袁准著的《袁子正论》、晋朝夏侯湛著的《新论》等。

（5）屋下架屋，床上施床：“施”即铺、叠，再加上一层。过去有“叠床架屋”之说，是批评模拟派文学。

（6）轨物范世：古语有“车有轨辙，器有模范”之说，比喻世人遵循的行为规范。

（7）业：即事，做，做为。

（8）提撕：具体指导。

(9) 暴謔 (xuè): 调皮捣乱。

## ● 译文

古代圣人和贤人的书，教导人们忠孝，言行谨慎，成就事业，传播名声，都说得很全面了。魏晋以来，许多儒家著作，都是模仿重复圣贤之人所讲述的道理，有如“屋下架屋，床上叠床”。我今天又撰写此书，并不是企图将我所说的作为世人行为的规范，只是为了治理我的家庭，具体指导我的子孙后代。常言说，同样的话，人们只相信关系亲密的人所说的；同样的指令，只是听从自己信任、佩服的人所发出的。制止儿童调皮捣乱，老师朋友的话，还不如家庭教师 and 仆人的话管用；制止一般人之间的争吵，用尧舜的天理天道规劝，不如自己的妻子规劝更有效。我指望我书中所写的这些内容，使你们子孙后代相信，还能比家庭教师、仆人和妻子的话更有分量。

## △ 原文

吾家风教<sup>(1)</sup>，素为整密。昔在韶皀，便蒙诱诲；每从两兄，晓夕温清<sup>(2)</sup>，规行矩步，安辞定色，锵锵翼翼，若朝严君<sup>(3)</sup>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<sup>(4)</sup>，家涂<sup>(5)</sup>离散，百口索然<sup>(6)</sup>。慈兄鞠养，苦辛备至；有仁无威，导示不切。虽读《礼传》，微爱属文<sup>(7)</sup>，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<sup>(8)</sup>，卒难洗荡。二十已（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<sup>(9)</sup>耳。

## □ 注释

(1) 风教：《毛诗序》说：“风，风也，教也，风以动之，教以化之。”风与教义同。

(2) 温清(jīng)：《礼记·曲礼》上说：“凡为人子之礼，冬温而夏清。”温，即使御其寒；清，即使其致凉。

(3) 若朝严君：《易》说：“家人有严君焉，父母之谓也。”指子女对待父母像对待严厉的君主一样。

(4) 梗丁荼蓼(tú liǎo)：荼蓼，是一种苦菜。梗丁荼蓼，比喻失去父母后生活艰难困苦。

(5) 家涂：即家道。

(6) 百口索然：“百口”，即指全家人。“索然”，即没有意味。百口索然，意即全家人无依无靠。

(7) 微爱属文：属文，即作文。微爱属文，即稍稍喜欢写文章。

(8) 习若自然：《大戴礼·保傅篇》：“少成若天性，习惯如自然。”习若自然，即成为习惯，如天生的一般。

(9) 后车：《汉书·贾谊传》说：“前车覆，后车戒。”后车，即借鉴。

## ● 译文

我们颜氏家族的家风家教，向来是特别严格有章法的。我从童年时期，就受到严格的教育和训练。我经常跟随我的两个哥哥，孝敬老人，规规矩矩，老老实实，恭谨小心，对待父母像敬畏君主一样。父母鼓励我，询问我的表现，激励我上进。这一切，我都认真、用心听取。九岁的时候，父母双亡，生活困苦，家道离散，一家人无依无靠，觉得前途渺茫。我年龄小，只好由兄长抚养。我的兄长含辛茹苦，培养教育我；但由于他怜悯我，对我是有恩无威，舍不得严格要求我。因此，当时虽然我读过《礼记》与《大戴礼记》之类的经典著作，也稍稍喜欢写作文章，但还是受到一些不良习气的熏染，言行放肆，不注意检点自己，没有规矩。到十八九岁时，稍稍知道修养自己，然

而，一些不良习惯很顽固，实在难以克服。二十岁以后，虽然大的毛病少了，但却常常心里想的和嘴里说的不一致，自己的感情好冲动，晚上认为对的，早晨起来又认为不对，今天后悔昨天的所作所为。我自己深深感到，这完全是由于缺少良好的家庭教育，才使我成为这个样子。回顾我过去的经验、教训，应刻骨铭心，牢牢记住，不仅是古代典籍这样教导，这也都是我亲身经历的体验。所以，我撰写这家训二十篇，以作为你们子孙后代的借鉴啊。

## 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<sup>(1)</sup>。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<sup>(2)</sup>。书之玉版，藏诸金匱<sup>(3)</sup>。生子咳唼<sup>(4)</sup>，师保固明孝仁礼义，导习之矣<sup>(5)</sup>。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！

### □ 注释