

治家宝典 白话颜氏家训

〔北齐〕颜之推 撰
林 涛 译注



农村读物出版社

说 明

本书根据台湾商务印书馆编《影印文渊阁四库全书》影印，页码重新编排，特此说明。

编 者

1994. 10. 17

出版前言

《颜氏家训》由北齐最博学的教育思想家颜之推所撰，素有“治家宝典”、“望子成龙的书”之称。此书堪称我国古代家庭教育理论的奠基之作。

《颜氏家训》仅二十篇，四万多言，却集儒家做人处世立德之大成，思想植根深厚，含义博大精深，历代对其佳评如云。《白话颜氏家训》将其译成现代白话文，并有详细注释，书后附有《颜氏家训》原文，并用一万余言对《颜氏家训》的思想、特点、地位以及颜之推生平做详细介绍，对帮助读者理解该书将起到很大作用。

可以说，《颜氏家训》一书的白话文出版，对弘扬我国古代家庭教育理论，总结和继承我国传统的家庭教育思想和经验将起到推动作用，同许多其它古典著作一样，《颜氏家训》也有其历史局限性，这需要读者在阅读本书时采取一分为二的态度，去粗取精。

1994年1月

颜之推和他的《颜氏家训》

中国是一个文明古国，素有家庭教育的优良传统，在长期的家庭教育实践中，我们的祖先积累了丰富的家庭教育经验，经历代文人学者的总结，撰写了大量的家庭教育著作，诸如《家训》、《家诫》、《家规》、《家范》之类。据《中国丛书综录》记载，自汉以后至民国初年，我国公开出版流行的《家训》一类的书籍达 117 种之多。它们反映了我国传统的家庭教育思想和经验，是我国古代文化遗产的重要组成部分。

《家训》这一类书籍，最早出现于三国时期，陈寿的《三国志》中说：“杜恕著家诫”，但此书并未流传下来。我国古代现存最早、影响最深远的家庭教育专著当推南北朝时最博学的教育思想家颜之推所著的《颜氏家训》了，此书堪称我国古代家庭教育理论的奠基之作，在品质上亦有压轴之作的地位。

颜之推生平简介

颜之推，字介，是北朝时期的文学大家，公元 531 年生于江陵（今湖北江陵），颜之推的卒年不详，大约在 591 年。他祖籍琅琊临沂（今山东临沂）。其祖父颜见远，父亲颜协，都以精通《周官》、《左

传》闻名。

颜之推出生时的江陵，自中国陷入分裂之后，一直是南方政权的政治军事中心，仅次于建业（今江苏南京）的第二重镇。

颜之推生活的时代，是一个多变的年代。从 291 年起止于 306 年的“八王之乱”，给西晋人民带来了无限的灾祸，也动摇了西晋王朝的统治基础，加上北方各族的混战，使混乱局面一直延续到 439 年。在这将近一个半世纪里，西、北各族在北方各自占据不同的地区，先后建立了十几个政权，史称“五胡十六国”时期。大规模的北方汉族，千家万户逃难人潮，从北方各地拥向南方。继承西晋的东晋政权也同时流亡到南方。带有流亡性质的东晋政权，其基础是建立在北方上层流人和南方土著大姓的合作之上。颜之推的家就是许多由北方逃到南方的上层流人家族中的一个。

颜氏家族到了颜之推这一代，已在江南流亡了九代。南方的政权，已由东晋三易其主，历经刘宋、萧齐、萧梁。颜之推时，已是梁国开国君主——梁武帝在位期间。

颜之推从他出生一直到他 9 岁，都是在江陵度过的。从他 7 岁就受到良好的家庭教育，但不幸的是在他 9 岁那年，他父亲颜协去逝，同年，他大哥带着他举家迁移到当时的政治、文化中心建业，颜之推的抚养和教育完全由他大哥承担。在建业的八年，他接触了儒、佛、玄三学以及文学、书法、绘画等，对他的成长打下了较好的基础。

在他 17 岁那年，他又回到了江陵，就在他回到江陵的第二年（公元 548 年），发生了史称“侯景之乱”的动荡，都城建业沦陷，梁武帝在战乱中丧生。

颜之推 19 岁时，就在梁湘东王萧绎幕下任职，担任侍从秘书之类的工作。在他 20 岁时就辅佐湘东王长子萧方诸外出抵御侯景叛军，第二年，萧方诸被侯景叛军击败，颜之推本人被囚送建业。一年之后，来自西部的勤王军击溃侯景叛乱集团，颜之推才结束了他

惶惑不堪的俘虏生涯。

侯景兵乱之后，萧绎被拥立为帝，这就是梁元帝，同年，迁都江陵。颜之推同梁元帝有过旧情，好运当头，被封为散骑常侍兼中书舍人。梁元帝爱书如命，大量收集国书秘本，借以弥补建业焚书之失，颜之推为此校书两年，得以遍读大量古籍。

正当他少年得志、前程似锦之时，不料却遭亡国之祸，江陵政权又被西魏所灭，之推被遭到西魏的都城长安，从此开始了颠沛流离的漂泊生涯。他耻于出仕西魏，举家冒险逃奔北齐，本想借道回返江南故国，可是此时梁朝故将陈霸先已废梁自立为帝，颜之推只好出仕北齐，先是出任文林馆，最后官至黄门侍郎。这个时期的活动主要是学术活动，颜氏学问乃得大进。

48岁那年(公元557年)，北周吞并了北齐，颜之推第三次成为俘虏，被遣送到长安，途中感伤之极，写下了传颂千古的传体诗文《观我生赋》。到了长安以后，他被北周政权授以御史上士，这是一个很清闲的职位，使他更有时间读书学问。公元581年，隋文帝统一中国，授予他修文殿学士之职。《颜氏家训》大概就成书于这个时期。

颜之推卒年不详，大约在591年。

颜之推出身于书香门第，7岁受到启蒙，17岁开始博涉群经。在出任文林馆期间，得以博览群书，学问大长。当时由于政局动荡，造成南北文化的隔阂，许多学者均囿于一曲之见，而颜氏由于漂泊四海，仕宦于各朝，接触到各地的不同文化，这使得他的学问于广博之余，尚有自己独特之处。

颜之推一生遭遇离奇，宦海几度沉浮，三为亡国之人，寄身于异国忍辱偷生，隐身于官场却明哲保身。这不仅是传统文人的性格软弱，也是在王朝屡替，英主绝少，报国无门的时代不得已的选择。象姚思廉在《陈书·后主记》中说的“自取身荣，不存国计”者，滔滔皆是。他从忧患中总结出一条安身立命的经验：“父兄不可常依，乡

家不可常保，一旦流离，无人庇荫，当自求诸身耳。”因此，作训以告诫子孙。

《颜氏家训》的地位

学术文化集中于社会某一部分人手中，是国家和社会实施教育还未普及时的现象。中国历史上结束这一现象的是春秋末期出现了那个专门的思想、教育为职业的文士阶层的作用。如果说教育的光辉在孔子时代方开始照射到陋巷小民身上的话，则六朝家学又把这一光辉再次凝聚缩小到了社会中一小部分人身上，而对子孙们的教育也就成了家庭中一件重要的事情。在颜之推之前，就有家训问世，如东汉的马援的《告子侄书》，三国诸葛亮的《诫子书》等。但这些仅就某一方面，某一内容留之训示子孙，内容较为单薄，不能算是完整的家训。颜之推撰写的这部《颜氏家训》可以说是家训的开山之作。

《颜氏家训》仅二十篇，四万多言，却集儒家做人处世立德之大成，思想植根深厚，含义博大精深。颜之推的思想及文化素养，在中国历代的封建文人中并不算很高，他一生撰写了10多本书籍，但影响最大，流传最远的要数他这部家训了。这部家训备受后来士大夫阶层的推崇，在家训的一类著作中有着很高的地位，有“家训之祖”的美誉。这里摘抄几段历代对《颜氏家训》的评价文字，足以看出这部家训在中国漫长的封建社会中所处的地位。

北齐黄门侍郎颜之推，学优才赡，山高海深。常雌黄朝庭，品藻人物，为书七卷，式范千页，号曰《颜氏家训》。

虽非子史同波，抑是王言盖代。其中破疑遣惑，在《广雅》

之右；镜贤烛愚，出《世说》之左。唯较量佛事一篇，穷理尽性也。

宋版本《颜氏家训》序

颜黄门学殊精博。此书虽辞质义直，然皆本之孝弟，推以事君上，处朋友乡党之间。其归要不悖《六经》，而旁贯百氏，至辨析授证，咸有根据；自当启悟来世，不但可训思鲁、愍楚鞏而已。

宋·沈揆《序》

史璧曰：书靡范，曷书也？言靡范，曷言也？言书靡范，虽联篇缕章，赘焉亡补。乃北齐黄门《家训》，质而明，详而要，平而不诡，盖《序致》至终篇，罔不折衷今古，会理道焉，是可范矣。

.....

乃若书之传，以裨身，以范俗，为今代人文风化之助，则不独颜氏一家之训乎尔！

明·傅太平《序》

呜呼！无用之言，不急之辩，君子所弗费。若夫《六经》尚矣，而委曲近情，纤悉周备，立身之要，处世之宜，为学之方，盖莫善于是书。

清·卢文弨

北齐黄门颜之推家训二十篇，篇篇药石，言言龟鉴，凡为人子弟者，可家置一册，奉为明训，不独颜氏。

王钱《读书丛残》

毋庸讳言，这些评论有拔高溢美之嫌，但《颜氏家训》的广泛流传与其本身的成就也大有关系。其中除了儒家学人的大肆宣传，佛教徒的广为征引，颜氏后裔的多次翻刻都为该书的流传推波助澜。当然，《颜氏家训》本身的成就应当予以肯定的。颜之推身当六朝乱世，由梁入北齐，再入北周，历任四朝，人世间的冷暖沧桑经历得太

多，真是“备茶苦而蓼辛”（颜之推《观我生赋》）。积其一身数十年生死患难之经验，成此二十篇书以为子孙后车。再者，颜氏本人一生孜孜于书卷，勤于思考，鄙视清高，重视务实，使得他对人生的思考较之他人更为深刻，更为深远，沉重的生活阅历为凝重的生活体验奠定了基础。这也许是《颜氏家训》长盛不衰的主要原因。

《颜氏家训》成书后，对颜氏家族的后代产生了极大影响。颜之推的三个儿子思鲁、思楚、游秦均得益于《颜氏家训》，颜氏之孙、唐代著名古籍整理学家颜师古，颜氏的五世孙、颜体书法的创始人颜真卿，安史之乱中的著名政治人物颜杲卿，这些颜氏后代的名垂千史，该与家训息息相关吧！

但是我们必须看到，颜之推毕竟是封建时代的文人，他的思想肯定带有时代和阶级的局限性，但不能否定其中仍有可借鉴的内容和态度。吸其精华，去其糟粕，帮助我们在教育子女、治家为人时采取合理和高明的态度，将有益于社会，有益于家庭，有益于自身。

颜之推思想浅谈

后人对颜氏之推的研究，都偏于对其著作《颜氏家训》的注释、考证工作，对本人思想的研究较少。颜之推身当乱世，仕宦于数朝，坎坷的人生经历，塑造了他一种特殊的性格形象——中国传统儒家的“治国”与“齐家”的思想在他的心灵深处共存。既要经世济国，又要安身立命，身处乱世的颜之推，以自己饱经沧桑的乱世经验把这两者有机的统一在自己的心灵深处。很多学者认为颜之推的思想是矛盾的，其行为方式不等于内心的情感意绪，甚至认为颜氏对自己的行为是愧疚与沉痛的。笔者不敢苟同，认为作为颜之推的流

传之著《颜氏家训》所表现出来的思想，恰是一套颜氏化了的儒学思想。家训以其特殊的文体，更真实地流露出作者个人的“庐山面目”。其一，即是家训，必是本人一生最真实经验之总结，最高层次之追求。绝不是应酬之作，不是虚话、大话、空话。其二，所训内容，往往为世人很难做到，而与显而易见的“利”相背。

首先看一下他对儒学经典所取的态度。消极地看，他没有忽略儒学，儒学可以增进个人德行的原始功能。积极地看，他相信“通经”是可以“致用”的。但他认为读经只是手段，目的是经世济民。而时人却为读经而读经，错把手段当目的。颜之推非常推崇汉代贤者，“皆以一经弘圣人之道，上明天时，下该人事，用致卿相者多矣。”（勉学篇）但颜之推不是“经外无学”的眼膺者，他承认其他书籍与经书有同等价值。他认为，史书有极丰富的前人经验可资借鉴，比起经学来，是比较能增长办事能力的，但必须以“经”为“灵魂”。颜之推是瞧不起“无济于事”的纯文之士的，他批评道：

“吾见世中文学之士，品藻古今，若指诸掌。及有试用，多无所谏。居承平之世，不知有丧乱之祸；处庙堂之下，不知有战陈之急；保俸禄工资，不知有耕稼之若；肆吏民之上，不知有劳役之勤；故难可以应世经务也。”（涉务篇）

指责归指责，但归根结缔还是让“文人”真正成为“应世经务”之材。可见在颜氏心中，“以济功业”当为首要。实际上，不难看出，在颜氏身上，儒家行为已经调整，使其更适应“治国齐家”的重任。后人误解颜氏口是心非，与儒家学说背道而驰，理由盖出于此。我想，不能用“背道而驰”给颜氏盖棺定论，因为颜氏恰恰却在苦苦经营更适合于社会发展的儒家体系，维护儒家思想不致于被发展的社会所淘汰。应该说，颜氏对儒家思想的调整是成功的，《颜氏家训》的长盛不衰足以说明。

颜氏谓玄学非“济世成俗”（勉学篇）之学，由此可以推出在颜

氏之推的心目中，所务的一切学问皆以“济世成俗”为目的，且不能脱离现实社会而存在。

从颜氏对其祖先的追述也可以看出他的历代祖先是以儒学为业的。

“颜氏之先，……世以儒雅为业，偏在书记。”（诫兵篇）

他极为反对改儒业兵，他在“诫兵篇”中慎重交代子孙千万别放弃儒家之天职，他说：

“顷世乱离，衣冠之士，虽无身手，或聚徒众，违弃素业，侥幸战功。吾跃羸藻，仰惟前代，故真心于此，子孙诫之。”

颜氏对儒业的忠心可见一斑。

其次，我们再探讨对颜氏争论最大的一点，就是作为中国传统的文人，颜之推对儒家“以身殉道”的价值观持什么样的态度。

应该说，在遇到保身和守义的抉择关头，颜之推是毫不犹豫地选择后者的。他说：

王子晋云：“佐餐得尝，佐斗者伤”。此言为善则预，为恶则去，不欲觉人非义之事也。凡损于物，皆无与焉。然而穷鸟入怀，仁人所悯；况死士归我，当弃之乎？伍员之托渔舟，季布之入广柳，孔融之藏张俭，孙嵩之匿赵岐；前代之所贵，而吾之所也。以此得罪，甘心瞑目。（省事篇）

这段话，开始是说不得参与党派之争，以免作无谓牺牲，似乎是性命要紧的论调，但接着话锋一转，又要见义勇为，即使因此蒙罪而死，也是心甘情愿的。颜之推强调的是要特别认清帮助的对象，绝不可是游侠和叛乱分子。至如用财物而非用性命去接济人，则更不在话下。

关于这一点，在《养生篇》中讲得更清楚了。他认为，性命是要

好好珍惜的，但遇到该献身的时候，就勇敢的去死。做为一位君子，如能死得其所，是没什么好怨恨的；相反，不该死而致命，就太不应该了。

颜之推之所以能一生事三主，就是因为他对儒家的殉道有自己这样精明的见解，该献身的时刻，大概他一生都未曾遇到，只好遭后人的议论了。

再一点，儒学积极参与政治的价值观在颜之推又表现如何？

颜之推说：“……君子处世，贵能克己复礼，济时益物。治家者，欲一家之庆；治国者，欲一国之良。”

这便明白的讲到参与政治的原则性的语言，他还把参与政治的官吏，分为六个典范类型，强调君子处世，贵能有益于物，并详细具体剖析参政的具体事务。

同时，他还赞扬能以书面或口头指正国君过错的官吏。所有这一切，都表明颜氏参政的积极性。实际上，他一生流离游荡，身事三主，这是他积极参政的最好明证了。

此外，颜氏贱视名声，不重视地位，在家训中也多流露，这一切都反映了在颜之推心灵的深层，儒家的正统地位是牢不可破的。

《颜氏家训》的家教内容

传统中国一向是家庭主义的重镇，书香门第对子弟或儿女所作的训诫，不胜其读，目的在于使他们的家庭统治地位世代相传。

1. 教子

“养子不教如养驴，养女不教如养猪。”在这样一个大的文化背景下，颜氏在他的家训内容中，无不把教子放在首位，主张早教，从

胎教抓起。“目不邪视，耳不妄听，音声滋味，以礼节之。”（教子篇）应该说，这是有一定的科学道理的。“少若成天性，习惯成自然。”“人生小幼，精神专利，固须早教。”（勉学篇）因此颜氏指出，如果不早期教育，一旦“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。”（教子篇），真乃“诚哉斯语”！

“子当以养为心，父当以学为教”，他把勉学作为教子的重要内容。他要求后辈学要一贯。“光阴可惜，譬诸逝水。”“失于盛年，犹当晚学，不可自弃”。（勉学篇）学而要深，“皆欲根寻，得其原本”。反对那种“空守章句，但诵师言，施之世务，殆无一可”的学不务实的空泛之学。学的目的在于创造，“博览机要，以济功业”。

古人常说，“家财万贯，不如一技在身”。技之易习而可贵者，无过读书。学则有技，人生在世，会当有业。农民要学则会计量耕种，工巧要学则会致精器用，技艺要学则能沉思法术，武将要学则会惯习弓马，文士要学则会讲议经书。凡人要在其行业中鸿图大展，非学不可。

颜氏反复强调学必专一。“样样通，样样松”。世无全物，人无全能。“多为少善，不如执一；鼯鼠五能，不成技术”。（省事篇）

同时，颜之推还强调道德需要知识的辅助，学则有德。读书学问，开心明目，利于笃行。在品德上，教育子女要学会诚实，绝不虚假。“巧伪不如拙诚”，“一伪丧百诚”。“窃人之美，鬼神之所责”（慕贤篇）。倡导做人要有止足观念，谦虚冲损，可以免害；贪得无厌，纸醉金迷，势必自败其身。

在对待子女的态度和教子的方法上，颜之推反对偏爱，更反对溺爱。“有偏庞者，虽欲以厚之，更所以祸之”（教子篇）。溺爱则使孩儿肤脆骨柔，不堪行步，体瘦气弱，不耐寒暑。

2. 兄弟

颜之推把夫妻、父子、兄弟这三亲看作是维系家庭的基本血缘关系。由此辐射和繁衍，就是所谓的九族。他又把兄弟看作是形体

上分离而精神相连的人，父母左提右挈，前襟后裾，吃饭同桌，衣服共穿，读书相互切磋，游戏玩在一道。双亲死后，父母的血各自流在兄弟身上，他们的关系更应情同手足。

兄弟各自有了妻室儿女，情感可能会淡薄，因为“娣姒者，多争之地也”（兄弟篇）。且“以路之人，处多争之地，能无闲者，鲜矣。”（兄弟篇），所以，颜之推特别注意防止和克服妯娌对兄弟感情的离间。“兄弟不睦，则子侄不爱，子侄不爱，则群从疏薄。”（兄弟篇），颜氏所言，当为明鉴。

3. 治家

“治家者，欲一家之庆；治国者，欲一国之良。”（归心篇）治家，即家庭管理，颜之推把治家分为两个内容，一是人的管理，一是经济管理。在人的管理上他强调长辈的老年作用。他认为“父不慈则子不孝，兄不友则弟不恭，夫不义则妻不从。”（治家篇）同时，他还强调愤怒与体罚在治家中的作用，认为治理家庭要宽大与严厉并治。在经济的管理上，他引用了孔子的“奢则不孙，俭则固。与其不孙也，宁固。”这句话，主张“俭俭以持”。但同时，颜氏又反对吝啬，很有意思的是颜氏对俭与吝的分析对今人都大有启示。他认为，所谓俭，就是节约用度符合社会规范。所谓吝，就是世人有难有急不予救助。

此外，在婚姻嫁娶、社会交往中等，颜氏也有他的一套理论。如在婚姻问题上，他主张“婚姻素对”。虽然里面包含有“门当户对”的思想，但婚娶双方的价值观念等都是由社会地位、经济条件决定的，在这一点上，于今仍不失色。

此外，还有许多内容，就不一一例讲了。



目 录

颜之推和他的《颜氏家训》(代序)

颜之推的生平.....	(3)
《颜氏家训》的历史地位.....	(6)
《颜氏家训》的思想.....	(8)
《颜氏家训》的家教内容	(11)

白话颜氏家训

序致.....	(1)
教子.....	(4)
兄弟	(11)
后娶	(15)
治家	(20)
风操	(27)
慕贤	(53)
勉学	(60)
文章	(96)
名实.....	(120)
涉务.....	(127)
省事.....	(131)
止足.....	(141)
诫兵.....	(144)

养生.....	(148)
归心.....	(153)
书证.....	(167)
音辞.....	(200)
杂艺.....	(208)
终制.....	(219)

颜氏家训第一篇

序 致

那些有道德、有才能的人写的书都是教育人们要忠诚孝顺、讲话要慎重、行为要检点、能够自立并且使自己的名声远扬的道理。这些讲得都非常详细了。从魏朝到晋朝以来，许多人所著的书^①，道理和用典重复，并且互相模拟效仿，就象在屋下再盖屋、床上再放床一样，只有重复没有创新。我现在之所以写这本《家训》，并不敢企图世人作典范，只是想整顿治理本族的人，借以提醒后代子孙。同样一句话让人相信，大家宁愿相信亲近的人所讲的；同样一则嘱咐要人们去遵行它，大家宁愿遵行心服的人所嘱咐的。禁止小孩子的暴虐行为，

^① 这些书大概指徐干的《徐子中论》、王肃的《王氏正论》、杜恕的《杜氏体论》、顾谭的《顾氏新语》、谯周的《谯子法训》，袁准的《袁子正论》和夏侯湛的《新论》等书。见《隋书·艺文志》。