



曾国藩 生平及家族丛书

成晓军 唐兆梅◎编译

曾国藩 家训

30余年来，人们从本阶级的政治需求出发，对曾国藩的评价有褒有贬，有扬有抑，论旨不一，结论各异。本书根据曾国藩的家训、家书等史料编辑加工而成，从为人处世、从政治军、谨守家风、保养身心几个方面分类，并进行了详细的注释、翻译、评析。在介绍曾氏家训内容的同时，重点引导今人借鉴吸取有益成分。

三



辽海出版社

◇曾国藩生平及家族丛书◇

徐 彻 成晓军 高 虹 ◎主编

曾国藩家训

成晓军 唐兆梅 编译



辽海出版社



不能忘却寒士风味

【原文】

吾家现虽鼎盛，不可忘寒士家风味^①，子弟力戒傲惰。戒傲以不大声骂仆从为首，戒惰以不晏起为首。吾则不忘蒋市街卖菜篮情景^②，弟则不忘竹山坳拖碑车风景^③。昔日苦况，安知异日不再尝之？自知谨慎矣。

——节录自同治六年正月初四日《致澄弟》

【注释】

①寒士：指出身寒微或生活清苦的读书人。风味：情趣，特色。

②蒋市街卖菜篮：曾国藩小时候做过的小生意。

③竹山坳拖碑车：曾国藩小时候做过的体力活。

【译文】

我们家现在虽然正值鼎盛之时，但不能忘掉清贫



的读书人家的特色。子弟们要力戒“傲”、“惰”二字。戒傲以不大声责骂仆人随从为首要，戒惰以不睡懒觉、不晚起为起码的事情。我没有忘记当年在蒋市街卖菜篮的情景，弟弟你也不应忘记当年到竹山坳去拖碑车的情形。过去那种艰苦的滋味，怎能知道以后不会再尝了呢？只有这样，自己才会知道谨慎从事了。

【评析】

曾国藩在篇中反复指出，在鼎盛之时绝对不能忘掉寒士家风味。这一思想对于一个封建士大夫来说殊属难得，即使是在今天也颇能做省人们。





应以耕读二字为长久之计

【原文】

吾自五十以后百无所求，惟望星冈公之后丁口繁盛^①，此念刻刻不忘。吾德不及祖父远甚，惟此心则与祖父无殊。……吾精力日衰，断不能久作此官，内人率儿妇辈久居乡间^②，将一切规模立定，以耕读二字为本，乃是长久之计。

——节录自同治六年五月初五日《致澄弟》

【注释】

①丁口：人口。

②内人：夫人。儿妇：儿子的媳妇。

【译文】

我自 50 岁以后百无所求，惟一希望的是祖父大人之后人口繁衍兴盛，这个想法时刻没有忘记。我的学识品行不及祖父太远，惟望儿孙众多，兴旺发达的心



情与祖父没有什么差别。……我的精力日益衰弱，绝对不能长时间当总督这个官了，我的夫人率领儿媳妇们长期居住在乡下，将一切规模已经立定，因此我认为，只有重视耕作农事和教导子孙读书这两件事，才是延续家风的长久之计。

【评析】

“耕读”为本，这是曾国藩重视家教的一贯主张。他既希望曾家后人兴旺发达，又时刻忧虑他们养尊处优，沾染坏习气，因而反复对他的弟弟指出，只有坚持把“耕读”二字作为根本来对待。从后来的事实证明，曾国藩的这一治家思想产生了积极的效果。



以勤俭自持，以忠恕教子

【原文】

吾兄弟忝叨爵赏^①，亦望后嗣子孙读书敦品，略有成立，乃不负祖宗培植之德。吾自问服官三十余年，无一毫德泽及人^②，且愆咎丛积^③，恐罚及于后裔^④。老年痛自惩戒，思盖前愆^⑤。望两弟于吾之过失时寄箴言^⑥，并望互相切磋，以勤俭自持，以忠恕教子，要令后辈洗净骄惰之气，各敦恭谨之风，庶几不坠家声耳^⑦。

——节录自同治十年三月初三日《致澄弟沅弟》

【注释】

①忝叨（tiǎn tāo）：谦词，叨承，自谦才不胜任而据有其位。

②德泽：德化和恩惠。

③愆（qiān）咎：错误，过失。

④后裔（yì）：后代。

⑤盖前愆：指将功补过，行善赎罪。



⑥箴言：规谏之言，告诫的话。

⑦庶几：或许。

【译文】

我们兄弟无才而被封爵赐赏，也希望后嗣子孙能读书，敦化品行，稍有所成，才能不辜负祖宗培植的恩德。我自己认为任官30余年，没有一点恩惠给别人，而且积下了很多过错，常担心使我们的后代受到惩罚。老年之后，我常常痛责自己，想弥补自己的过失。希望两位弟弟对我的过失寄些规劝之语，并希望互相切磋，以勤俭自律，以忠厚宽容教育子孙，要使后辈洗净骄纵、懒惰之气，各敦恭敬谨慎之风，或许可以不使家世的名声坠落。

【评析】

曾国藩居官30余年，常常痛自惩戒，想弥补自己的过失，并希望两个弟弟时寄规劝之言，互相切磋，这都是为了“恐罚及于后裔”。他对曾家后代寄予厚望，希望他们能读书敦品、略有成立，并洗净骄傲之气，各敦恭谨之风，殷切之情溢于言表。虽然其出发点是为了不负祖宗培植之德，为了不坠家声，但这种教育子弟的态度、原则和方法，对今人仍有裨益。



须力行节俭

【原文】

余合室大小平安。惟署中所用弁仆奴婢等太多^①，食口众，则用度浩繁。又兼治病医药，百端奢靡^②，人少出多，江督岁中进款竟不敷一岁之用。曩者尝怪澄弟日用太侈^③，不能节俭，以致欠债甚巨。今余亦因用度不俭，亦将欠债，深为可讶。……近嘱纪泽等必须从上房、厨房两处节省，而后不致亏空。澄弟负累本重，沅弟亦无源之水，以后三家均须力行节俭。余平日自誓不欲身后多留余财，亦不宜留债与后人耳。

——节录自同治十年四月初七日《致澄弟沅弟》

【注释】

①弁 (biàn)：本指帽子。因武官服皮弁，故称武官为弁，清代专称低级武官为弁。

②奢靡：奢侈浪费。

③⑦曩 (nāng)：以往，过去。



【译文】

我全家大小平安。只是府中所用的弁、仆、姬、婢等随从太多，吃饭之人很多，因而开支巨大、繁杂。又加上治病服药，许多地方奢侈浪费，收入少而支出多。我任两江总督，可全年收入竟不够一年的开支费用。过去我曾怪澄弟日常开支太大，不能节俭，以致欠了很多债。现在我也因为开支不节省，也将欠债，实在令人惊讶。……近来我已叮嘱纪泽等人，必须从上房、厨房两处节省开支，使以后不致亏空。澄弟负担本来很重，沅弟也是无源之水，后我们三家都必须力行节约。我平日发誓身后不愿多留余财，但也不宜给后人留下债务。

【评析】

曾国藩身为朝廷重臣，手中实权在握，竟然入不敷出，“亦将欠债”，并再三叮嘱家人要力行节俭以不致亏空，这在一般人看来是不可思议的事情。然而，这却是实实在在的一个“廉”字。这个廉字，作为封建士大夫的曾国藩是做到了，与今天那些利用职权大捞钱财而中饱私囊的社会主义“蛀虫”，形成了鲜明的对照。



五 善养身心类

毋恼毋怒以养肝疾

【原文】

弟信中有云肝病已深，痼疾已成^①，逢人辄怒^②，遇事辄忧等语，读之不胜焦虑。……此病非药餌所能为力，必须将万事看空，毋恼毋怒，乃可渐渐减轻。蝮蛇螫手^③，则壮士断其手，所以全生也。吾兄弟欲全其生，亦当视恼怒如蝮蛇，去之不可不勇，至嘱至嘱！

——节录自同治三年四月十三日《致沅弟》

【注释】

①痼疾：积久难治的病。



②辄：动不动就。

③蝮蛇：毒蛇。螫：毒害。

【译文】

弟弟你这次来信中说到肝病已经严重，已形成积久难治的病，心情很不好，逢人便发脾气，遇事就产生忧愁等话。读完你的信后，我的心里感到十分忧虑。肝病一般非药餌所能为力，必须将万事看空，不要烦恼，不要发怒，才可渐渐减轻。毒蛇咬伤了手，则壮士断其手，所以保全了生命。我们兄弟要保全生命，也应该把恼怒当作蝮蛇，除去恼怒不能不勇敢些。特此叮嘱！

【评析】

曾国藩在篇中教诲其弟必要戒除恼怒以养肝疾，并且巧妙地运用“蝮蛇螫手，壮士断手”这一生动形象的比喻，鼓励弟弟除去烦恼和愤怒，达到善养身心的目的。这一观点重在身体内部气血的调养。





要善于保养身心

【原文】

功不必自己出，名不必自己成，总以保全身体、莫生肝病为要。善于保养，则能忠能孝，而兼能悌矣^①。

——节录自同治三年四月十六日《致沅弟》

【注释】

①悌：敬爱兄长。

【译文】

功劳不必全由自己出，名誉也不必全由自己完成，总以保全自己身体、莫生肝病为要。善于保养身心，则能忠能孝，而且兼具敬爱兄长的素质了。

【评析】

曾国藩在这篇家训中，告诫其弟不要过于计较功劳和名誉，而应将保全身体、莫生肝病作为最紧要的事情来对待。



治病应以自养自医为主

【原文】

然心、肝两家之病，究以自养自医为主，非药物所能为力。

——节录自同治三年五月初十日《致沅弟》

【译文】

然而心、肝这两种病，说到底还是以自己保养、自我调治为主，不是纯粹由药物所能医治得了的。

【评析】

曾国藩在这篇家训中，勉励其弟努力通过自己保养、自我调治，去达到治好心、肝两病的目的。在这里，他强调还是自身气血的调养，增强体内免疫力。





养生以少恼怒为本

【原文】

养生以少恼怒为本^①，事亲以得欢心为本^②。弟久劳之躯，当极力求少恼怒。

——节录自同治三年五月二十五日《致沅弟》

【注释】

①养生：摄养身心，修养心性，以期保健延年。

②事亲：侍奉双亲大人。

【译文】

摄养身心、修养心性以期保健延年，应以少恼怒为本；侍奉父母双亲，应以得父母的欢心为本。弟为久劳之躯，应当尽最大努力要求自己少恼怒一些。

【评析】

曾国藩在篇中，根据自己摸索出来的一套养生之道，教导和启迪其弟应以少恼怒为本。



告养生五事

【原文】

养生之法约有五事：一曰眠食有恒，二曰惩忿，三曰节欲，四曰每夜临睡洗脚，五曰每日两饭后各行三千步。惩忿，即余匾中所谓养生以少恼怒为本也。睡眠有恒及洗脚一事，星冈公行之四十年^①，余亦学行七年矣。饭后三千步近日试行，自矢永不间断^②。弟从前劳苦太久，年近五十，愿将此五事立志行之，并劝沅弟与诸子侄行之。

——节录自同治五年六月初五日《致澄弟》

【注释】

①星冈公：指曾国藩兄弟的祖父曾玉屏。

②矢：发誓。

【译文】

养生的事大约包括五个方面的内容：第一叫做睡



眠饮食有规律可循，第二叫做克制生气发怒，第三叫做节制欲望，第四叫做每晚临睡前洗脚，第五叫做每天两餐饭后各走三千步。克制生气发怒，就是我在匾中所说的养生以少恼怒为根本。睡眠饮食有规律及洗脚两件事，祖父大人坚持了40年之久，我也学着实行了7年。饭后三千步近来也试着去做，从一开始就发誓永不间断。弟弟你从前劳苦太久，年近50岁的人了，劝你将这五件事立志去实行，并劝国荃弟与各子侄辈也都这样做。

【评析】

曾国藩在这里所说的与中国传统的一般养生之法没有什么不同，但他所特别强调的是将五个方面的养生大事互相结合，做到持之以恒，就能收到预期的效果。