

（南北朝）颜之推著 曾德明译

崇文国学经典普及文库

CHONGWEN GUOXUE JINGDIAN PUJI WENKU



顏氏家訓

是以与善人居，如入芝兰之室，久而自芳也；与恶人居，如入鲍鱼之肆，久而自臭也。墨子悲于染丝，是之谓矣。君子必慎交游焉。

长江出版传媒

崇文书局



崇文国学经典普及文库

CHONGWEN GUOXUE JINGDIAN PUJI WENKU

颜氏家训

（南北朝）颜之推 著 曾德明 译

图书在版编目(CIP)数据

颜氏家训/(南北朝)颜之推著;曾德明译.—2版.

—武汉:崇文书局,2015.6(2016.1重印)

(崇文国学经典普及文库)

ISBN 978-7-5403-3929-6

I. ①颜… II. ①颜… ②曾… III. ①家庭道德—中国—南北朝时代
②《颜氏家训》—译文 IV. ①B823.1

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第110940号

本作品之出版权(含电子版权)、发行权、改编权、翻译权等著作权以及本作品装帧设计的著作权均受我国著作权法及有关国际版权公约保护。任何非经我社许可的仿制、改编、转载、印刷、销售、传播之行为,我社将追究其法律责任。

法律顾问:吴建宝律师工作室

统 筹:陈中琼

责任编辑:刘 瑾

出版发行:  长江出版传媒  崇文书局

(武汉市雄楚大街268号·湖北出版文化城主楼C座11层)

营销:027-87393855 传真:027-87679712)

印 刷:湖北鄂南新华印刷包装有限公司

开 本:710×1000 1/16

印 张:14.5

字 数:170千字

版 次:2015年6月第2版

印 次:2016年1月第3次印刷

定 价:26.00元



现代意义的“国学”概念，是在 19 世纪西学东渐的背景下，为了保存和弘扬中国优秀传统文化而提出来的。1935 年，王澐尘在世界书局出版了《国学讲话》一书，第 3 页有这样一段说明：“庚子义和团一役以后，西洋势力益膨胀于中国，士人之研究西学者日益众，翻译西书者亦日益多，而哲学、伦理、政治诸说，皆异于旧有之学术。于是概称此种书籍曰‘新学’，而称固有之学术曰‘旧学’矣。另一方面，不屑以旧学之名称我固有之学术，于是有发行杂志，名之曰《国粹学报》，以与西来之学术相抗。‘国粹’之名随之而起。继则有识之士，以为中国固有之学术，未必尽为精粹也，于是将‘保存国粹’之称，改为‘整理国故’，研究此项学术者称为‘国故学’……”从“旧学”到“国故学”，再到“国学”，名称的改变意味着褒贬的不同，反映出身处内忧外患之中的近代诸多有识之士对中国优秀传统文化失落的忧思和希望民族振兴的宏大志愿。

从学术的角度看,国学的文献载体是经、史、子、集。崇文书局的这一套国学经典普及文库,就是从传统的经、史、子、集中精选出来的。属于经部的,如《诗经》《论语》《孟子》《周易》《大学》《中庸》《左传》;属于史部的,如《战国策》《史记》《三国志》《贞观政要》《资治通鉴》;属于子部的,如《道德经》《庄子》《孙子兵法》《鬼谷子》《世说新语》《颜氏家训》《容斋随笔》《本草纲目》《阅微草堂笔记》;属于集部的,如《楚辞》《唐诗三百首》《豪放词》《婉约词》《宋词三百首》《千家诗》《元曲三百首》《随园诗话》。这套书内容丰富,而分量适中。一个希望对中国优秀传统文化有所了解的人,读了这些书,一般说来,犯常识性错误的可能性就很小了。

崇文书局之所以出版这套国学经典普及文库,不只是为了普及国学常识,更重要的目的是,希望有助于国民素质的提高。在国学教育中,有一种倾向需要警惕,即把中国优秀的传统文化“博物馆化”。“博物馆化”是20世纪中叶美国学者列文森在《儒教中国及其现代命运》中提出的一个术语。列文森认为,中国传统文化在很多方面已经被博物馆化了。虽然中国传统的经典依然有人阅读,但这已不属于他们了。“不属于他们”的意思是说,这些东西没有生命力,在社会上没有起到提升我们生活品格的作用。很多人阅读古代经典,就像参观埃及文物一样。考古发掘出来的珍贵文物,和我们的生命没有多大的关系,和我们的生活没有多大关系,这就叫作博物馆化。“博物馆化”的国学经典是没有现实生命力的。要让国学经典恢复生命力,

有效的方法是使之成为生活的一部分。崇文书局之所以强调普及，深意在此，期待读者在阅读这些经典时，努力用经典来指导自己的内外生活，努力做一个有高尚的人格境界的人。

国学经典的普及，既是当下国民教育的需要，也是中华民族健康发展的需要。章太炎曾指出，了解本民族文化的过程就是一个接受爱国主义教育的过程：“仆以为民族主义如稼穡然，要以史籍所载人物制度、地理风俗之类为之灌溉，则蔚然以兴矣。不然，徒知主义之可贵，而不知民族之可爱，吾恐其渐就萎黄也。”（《答铁铮》）优秀的传统文化中，那些与维护民族的生存、发展和社会进步密切相关的思想、感情，构成了一个民族的核心价值观。我们经常表彰“中国的脊梁”，一个毋庸置疑的事实是，近代以前，“中国的脊梁”都是在传统的国学经典的熏陶下成长起来的。所以，读崇文书局的这一套国学经典普及读本，虽然不必正襟危坐，也不必总是花大块的时间，更不必像备考那样一字一句锱铢必较，但保持一种敬重的心态是完全必要的。

期待读者诸君喜欢这套书，期待读者诸君与这套书成为形影相随的朋友。

陈文新

（教育部长江学者特聘教授，武汉大学杰出教授）



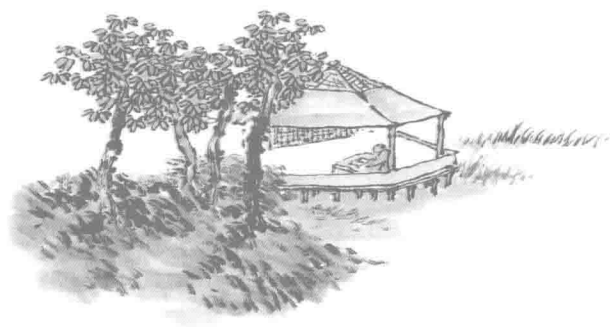
中国历来有重视家教家训的传统，全面系统的家训作品，早在魏晋南北朝时期即已大量涌现，著名的有诸葛亮、王僧虔《诫子书》，嵇康、杜预《家诫》等，而其中内容最丰富、体系最宏大、影响最深远的则是《颜氏家训》一书。

《颜氏家训》的作者颜之推，字介，琅琊临沂（今山东临沂）人。出身书香世家，先世随晋南渡，几经播迁，寓居建康（今江苏南京）。颜之推身处社会动荡的年代，一生经历梁、齐、周、隋四朝，三为亡国之人，阅历之丰富、遭遇之坎坷自不待言，以至于晚年有了看破红尘之感。而他学问广博，精通儒、道、佛各家学说，《北齐书》本传称其“博览群书，无不该洽，词情典丽”。坎坷的生活阅历与博学笃行的处世节行，为他晚年撰著完成《颜氏家训》提供了最好的准备条件。

《颜氏家训》分七卷，共二十篇，以儒家思想为主旨，内容涉及立身治家、人际交往、修身养性、出仕为官、为文从艺等人生的各个方面，文字朴实生动，娓娓道来，对后人期盼之殷勤、告诫之谆谆恳切，俱跃然纸上，读

来令人感叹心动，受益无穷。但是，由于时代的局限，其中有些观点需要我们现代人予以扬弃，如因果报应、听天由命、男尊女卑、宣传迷信等等。

《颜氏家训》自问世以来，即被视为士大夫人家的家教范本而广泛流传，历久不衰。宋代学者陈振孙以为“古今家训，以此为祖”（《直斋书录解题》），这既是古人也是我们今天的共识。此次出版，文字以王利器《颜氏家训集解》为底本，博采众家之长，配以译文及少量插图，以求更适合年轻读者阅读。不当之处，敬祈指正。



序致第一	1
教子第二	4
兄弟第三	11
后娶第四	16
治家第五	21
风操第六	31
慕贤第七	60
勉学第八	66
文章第九	98
名实第十	117
涉务第十一	124
省事第十二	129
止足第十三	137
诫兵第十四	140
养生第十五	143
归心第十六	147
书证第十七	163
音辞第十八	201
杂艺第十九	210
终制第二十	221

序致第一

【原文】

夫圣贤之书，教人诚孝，慎言检迹，立身扬名，亦已备矣。魏、晋已来，所著诸子，理重事复，递相模效，犹屋下架屋，床上施床耳。吾今所以复为此者，非敢轨物范世也，业以整齐门内，提撕子孙。夫同言而信，信其所亲；同命而行，行其所服。禁童子之暴谑，则师友之诫不如傅婢之指挥；止凡人之斗鬪（xì），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。

【译文】

古代圣贤的著述，教导人们要忠诚孝顺、言语谨慎、行为检点、立身扬名等道理，也说得够完备了。从魏、晋以来，各种学派的著作，道理重复，内容雷同，互相抄袭模仿，犹如屋内建屋、床上架床。我现在之所以又来写这类书，并不是想用它来作事物的规范、世人的榜样，只是想用它来端正自家的门风，提醒、教导子孙罢了。同样一句话，有的人相信，这是因为说话者是他所亲近的人；同样一个吩咐，有的人照做，这是因为吩咐者是他所敬服的人。要禁止小孩过于淘气、顽皮的行为，师长的告诫还不如侍婢的劝阻有效；要制止兄弟间的争斗，若告以尧、舜的教导还不如他们妻子的劝告。我希望这本书能被你们后辈子孙所遵从，并能胜过侍婢、妻子所起的作用。

【原文】

吾家风教，素为整密。昔在龆（tiáo）髻（chèn），便蒙诱诲；每从两兄，晓夕温清（qìng），规行矩步，安辞定色，锵锵翼翼，若朝严君焉。赐以优言，问所好尚，励短引长，莫不恳笃。年始九岁，便丁荼蓼，家涂离散，百口索然。慈兄鞠养，苦辛备至；有仁无威，导示不切。虽读《礼》《传》，微爱属文，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，卒难洗荡。二十已后，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，以为汝曹后车耳。

【译文】

我家的门风家教，一向严谨。早在幼儿时期，我就时常受到长辈的指导教诲；每次跟从两位兄长去早晚侍奉父母，一举一动都循规蹈矩，神色安详，言语平和，恭敬谦和，好像朝见威严的君主一样。而父母总是慰勉我们，询问我们的喜好志向，勉励我们扬长避短，态度总是十分恳切。我刚九岁时，便遭逢父母亲相继去世，家道中落，全家毫无生气，冷落萧条。慈爱的兄长抚养我长大，尝尽了生活的艰辛；他心地仁慈而缺乏威严，对我教导不够严格。我虽然读过《礼记》《左传》等书，也喜欢写点文章，但与社会世人交往而颇受习俗陶染，放纵私欲又信口开河，还不修边幅。到了十八九岁时，才稍稍知道要磨炼自己的品性，但已习惯成自然，很难一下子彻底改正。二十岁以后，我很少犯

大错了,但经常表里不一,口是心非,理智与情感总相互矛盾,夜晚察觉到白天犯的过错,今天悔悟昨天的过失,我可惜自己没有受到很好的教导,以至于到这种地步。如今回想从前的教训,真是刻骨铭心,那是不同于古书上的劝诫,仅仅看一看、听一听而已的。所以我特意写下这二十篇《家训》,作为你们的前车之鉴。



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。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。书之玉版，藏诸金匮。生子咳提，师保固明孝仁礼义，导习之矣。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！

【译文】

智力超群的人，不用教导也能成材；智力低下的人，虽受教导也于事无补；智力中等的人，不教导就不会懂得事理。古时候，圣贤的君王都有胎教的做法：王后怀孩子有三个月时，就要搬出正宫，让她住在别的宫里，眼不看不该看的东西，耳不听不该听的东西，所听音乐和所嗜口味等，都要按礼仪进行节制。而且胎教的方法还要记录在玉片上，

收藏在金柜里。孩子出生后，从刚刚会笑时开始，就确定了太师、太保，开始对王子进行仁、孝、礼、义等方面的教育，并引导他练习。普通人纵然不能做到这样，也该在孩子会辨认大人的脸色、知道大人的喜怒的年龄时，就开始教育他，做到大人允许他做才做，不允许他做就不做。这样等孩子长到几岁大时，就可省得对他使用鞭子惩罚了。父母对孩子既保持一定的威严，又不失慈爱，那么子女就会敬畏谨慎而产生孝心。我见世上有些父母，对子女不加教育，一味溺爱，总是不以为然；他们对子女的饮食言行，总是任其为所欲为，该告诫阻止的反而夸奖鼓励，该斥责的反而嬉笑，等到孩子长大了有了些知识时，还以为理应如此。孩子骄横傲慢成了习惯，才想到要去纠正制止，就算把孩子鞭打至死也没有什么用了，对子女日益增长的愤怒只会使子女怨恨，等到长大成人，终于还是道德败坏。孔子说“少成若天性，习惯如自然”就是这个道理。俗谚说：“教导媳妇要趁新来时，教育儿子要在孩提时。”这话说得对极了！

【原文】

凡人不能教子女者，亦非欲陷其罪恶；但重于诃怒伤其颜色，不忍楚挞惨其肌肤耳。当以疾病为谕，安得不用汤药针艾救之哉？又宜思勤督训者，可愿苛虐于骨肉乎？诚不得已也。

【译文】

一般不善于教育子女的人，也不是想让子女走向作恶犯罪；只是不愿意大声怒斥，怕伤其脸面，又不忍心用荆条抽打子女而使其受皮肉之苦罢了。对于这样的父母，应当以治病救人的道理来打比方，一个人生了病，哪有不用汤药、针灸就能治好病的呢？也要想想那些勤

于督促训导子女的父母，难道他们愿意苛刻地虐待自己的骨肉吗？确实是不得已啊。

【原文】

王大司马母魏夫人，性甚严正。王在湓(pén)城时，为三千人将，年逾四十，少不如意，犹捶撻之，故能成其勋业。梁元帝时，有一学士，聪敏有才，为父所宠，失于教义。一言之是，遍于行路，终年誉之；一行之非，掩藏文饰，冀其自改。年登婚宦，暴慢日滋，竟以言语不择，为周逖抽肠衅鼓云。

【译文】

大司马王僧辩的母亲魏夫人，秉性十分严谨方正。王僧辩驻守在湓城时，已经是一位统率三千人的将领，年龄已超过四十岁，但稍有不合意的言行，老夫人仍用棍棒教训他，因而能成就王僧辩的功业。梁元帝时，有一个学士，聪明机敏而有才华，从小被他的父亲娇宠，缺乏教育。只要他有一句话说得好，他父亲就到处宣扬，一年到头都赞不绝口；如果他有一件事做错了，他父亲就极力为他遮掩，希望他能自觉改正。这样到学士成年后，粗暴傲慢的恶习日益滋长，最终因为说话不检点，触犯了周逖，被周逖抽出肠子，还用他的血去涂抹战鼓。

【原文】

父子之严，不可以狎；骨肉之爱，不可以简。简则慈孝不接，狎则怠慢生焉。由命士以上，父子异宫，此不狎之道也；抑搔痒痛，悬衾(qīn)

篋(qiè)枕,此不简之教也。或问曰:“陈亢喜闻君子之远其子,何谓也?”对曰:“有是也。盖君子之不亲教其子也。《诗》有讽刺之辞,《礼》有嫌疑之诫,《书》有悖乱之事,《春秋》有邪僻之讥,《易》有备物之象:皆非父子之可通言,故不亲授耳。”

【译文】

父子之间要严肃,不可以过于亲昵;子女对至亲的爱,不可以简慢不拘礼节。不拘礼节就不能做到父慈子孝,过分亲昵就会产生怠慢轻忽之心。《礼记·内则》中记载,从有地位的读书人往上数,都是父子不同室居住,这就是使父子之间不过分亲昵的道理;至于长辈身体不适晚辈为他们按摩搔痒,长辈每天起床后晚辈为他们整理卧具,这些都是讲究礼节的教育。有人要问:“《论语》记载陈亢听到孔子不亲昵自己的儿子而感到高兴,这是什么意思呢?”回答是:“有这么回事。这是因为君子不亲自教授他的孩子。《诗经》里有讽刺骂人的话,《礼记》中有自避嫌疑的告诫,《尚书》里有违礼作乱的事,《春秋》中有对淫乱行为的指责,《易经》里有备物致用的卦象,这些都不是父亲可以直接向儿子讲解的,所以君子不能亲自教自己的孩子。”



【原文】

齐武成帝子琅邪王，太子母弟也，生而聪慧，帝及后并笃爱之，衣服饮食，与东宫相准。帝每面称之曰：“此黠儿也，当有所成。”及太子即位，王居别宫，礼数优僭(jiàn)，不与诸王等。太后犹谓不足，常以为言。年十许岁，骄恣无节，器服玩好，必拟乘舆；尝朝南殿，见典御进新冰，钩盾献早李，还索不得，遂大怒，询(gòu)曰：“至尊已有，我何意无？”不知分齐，率皆如此。识者多有叔段、州吁之讥。后嫌宰相，遂矫诏斩之，又惧有救，乃勒麾下军士，防守殿门；既无反心，受劳而罢，后竟坐此幽薨。

【译文】

齐武成帝高湛的儿子琅琊王高俨，是太子高纬的同母弟弟，他天生聪慧，武成帝和胡皇后都非常喜欢他，不论穿的吃的，都与太子相同。武成帝经常当面称赞他说：“这是个聪明的孩子，将来应当有所成就。”等太子即位当皇帝，琅琊王搬到别宫居住，而他的待遇仍然十分优厚，超过其他为王的弟兄。可胡太后还认为优待不够，常为此向皇帝诉说。琅琊王才十来岁，就骄横放肆得毫无节制，吃穿用住等方面都要与皇帝相比。有一次，琅琊王去南殿朝拜，见典御官向皇帝进献新从地窖里取出的冰块，钩盾官进献早熟的李子，他回府后就派人去索取，不料没有得到，于是他就大发脾气，骂道：“皇帝有的东西，我为什么没有？”他的言行不知分寸大都像这样。有识之士大多指责他好像古代的共叔段、州吁一样。后来，琅琊王讨厌宰相和士开，就假传圣旨把他杀了，行刑时担心有人来救和士开，竟命令手下的军士守住皇