

# 传世家训

戴楠  
廖春敏◎编

智慧 子教 家治 中式 中国 传承

一粥一饭，当思来之不  
易；半丝半缕，恒念物力维  
艰。

夫君子之行，静以修身，  
俭以养德，非淡泊无以明

志，非宁静无以致远。

西苑出版社

无道人之短，无说己之长。

行行鄙夫志，悠悠故难量。

言恒患不能信，行恒患不

能善，学恒患不能正，虑恒  
患不能远。

国学经典 世家典藏

戴楠 廖春敏 编

# 传世家训

西苑出版社

## 图书在版编目 (CIP) 数据

传世家训 / 戴楠, 廖春敏编. -- 北京: 西苑出版社, 2010.12

ISBN 978-7-80210-877-6

I. ①传… II. ①戴… ②廖… III. ①家庭道德—中国—古代 IV.  
①B823.1

中国版本图书馆CIP数据核字 (2010) 第233329号

## 传世家训

编 著 戴楠 廖春敏

出版发行 西苑出版社

通讯地址 北京市海淀区阜石路15号 邮编 100143

电话 010-88624971 传真 010-88637120

网 址 www.xycbs.com E-mail xycbs8@126.com

印 刷 北京中创彩色印刷有限公司

经 销 全国新华书店

开 本 710mm × 990mm 1/16

字 数 250千字

印 张 14

版 次 2011年3月第1版

印 次 2011年3月第1次印刷

书 号 ISBN 978-7-80210-877-6

定 价 27.80元

如有缺漏页、残破等质量问题, 本社邮购部负责调换

版权所有 翻印必究

# 前言

QIANYAN

中国的家庭结构，在今天的世界民族之林中，无疑是一个超稳定的结构，这与当代西方社会的家庭危机、人情淡薄和拜金主义盛行，形成了鲜明的对照。从这一角度来说，它是我们中华民族的骄傲和自豪。而在这一结构的形成和巩固中，包含丰富治家教子思想的家训，无疑发挥着重要的作用。

所谓家训，就是古人进行家教的各种文字记录，包括散文、格言、书信等。自先秦两汉至宋元明清，从风云帝王到朝政群臣，从领袖人物到进步人士，从贤哲名人到士农工商，尽管作者的身份不同，产生的时代不同，但作为中国古今家训，其基本面貌和目的却是共通的。这种共通性就是对勉子成才的殷切、对家庭幸福的追求、对社会安定的关注以及为人类造福的社会责任感和历史使命感。尽管有一些内容带有封建伦理色彩，但其中不乏精辟之言和真知灼见，对于今天的我们来说，仍具有不可忽视的借鉴意义。

为了全面挖掘这一珍贵文化遗产，并正确汲取和借鉴祖先的家教财富，我们选编了这本《传世家训》。全书选收了汉至清各个朝代的著名家训74篇，分帝王、名臣、才子三大块，参照权威版本加以注释和翻译，每篇前均有一个作者小传，便于读者了解作者生平和文章背景。选篇以名家名作为旨，内容涉及修身、齐家、治国、平天下、立德、立言、立功、读书作文、婚姻家庭、待人接物等社会人生的诸多方面，对于传授知识和进行传统道德教育具有重要价值。

通过本书，您可以认识到，帝王是冷若冰霜的统治者，更是有血有肉的父亲：一代枭雄汉高祖刘邦，临终时在给太子刘盈的遗训中，还惦记着自己最疼爱的儿子刘如意，说“其他的儿子都可以自立了，我就怜悯这个孩子还太小”，这是一位父亲最真挚、最毫无保留的爱；宋太祖赵匡胤崇尚节俭，对子女更是严格要求，从未穿过光鲜衣裳的永庆公主，婚后终于不再受父亲约束，有一回穿了一件华丽的短衣入宫，却被赵匡胤以不容抗拒地口吻命令“以后不许再穿”，这是一位严厉的父亲。

通过本书，您可以认识到，名臣是治国安邦的栋梁，更是爱子心切的父亲：马援的两个侄子马严、马敦受时风影响，养成了喜欢讥讽、议论别人的习惯，并且常和一些轻浮的侠客来往，马援训诫他们“刻鹄不成尚类鹜”“画虎不成反类狗”；一代名臣包拯，更是将家训刻于石碑之上，立于家中，训诫后世子孙，如有做官贪污者，生不许回老家，死不得葬于祖坟中。

通过本书，您可以认识到，才子是才华横溢的大家，更是舐犊情深的父亲：崔瑗曾因年轻气盛杀了人，后因朝廷大赦才结束了亡命生活，他幡然悔悟，写下了“行行鄙夫志，悠悠故难量”的训言；朱用纯的《治家格言》自问世以来就流传甚广，被尊为“治家之经”，曾一度是童蒙必读课本之一，其中“一粥一饭，当思来处不易；半丝半缕，恒念物力维艰”尤为世人所称道。

一个源远流长的民族，必有它赖以立国的优良传统；一个世代昌隆的门第，也必有它赖以持家的宝训。

编者



# 目 录

## — 帝王篇 —

### 汉高祖刘邦家训

手敕太子文 ..... 2

### 汉文帝刘恒家训

汉文帝教子语录 ..... 4

### 昭烈帝刘备家训

敕刘禅遗诏 ..... 7

### 魏文帝曹丕家训

戒子 ..... 9

### 简文帝萧纲家训

诫当阳公大心书 ..... 10

### 唐太宗李世民家训

君体第一 ..... 11

建亲第二 ..... 12

求贤第三 ..... 15

审官第四 ..... 18

纳谏第五 ..... 20





|             |    |
|-------------|----|
| 去谗第六 .....  | 22 |
| 诚盈第七 .....  | 25 |
| 崇俭第八 .....  | 26 |
| 赏罚第九 .....  | 27 |
| 务农第十 .....  | 28 |
| 阅武第十一 ..... | 31 |
| 崇文第十二 ..... | 32 |

### 宋太祖赵匡胤家训

|              |    |
|--------------|----|
| 戒公主当节俭 ..... | 36 |
|--------------|----|

### 清圣祖爱新觉罗·玄烨家训

|                 |    |
|-----------------|----|
| 心小胆大，防患未然 ..... | 38 |
| 持身处世，以恕存心 ..... | 39 |
| 自任其过，大人之为 ..... | 39 |
| 深思熟虑，无憾无悔 ..... | 40 |
| 防微杜渐，预其未萌 ..... | 40 |
| 俯仰无愧，存于一心 ..... | 41 |
| 至诚无息，日积月累 ..... | 41 |
| 修身治性，谨于素日 ..... | 42 |
| 研读古书，审其大义 ..... | 43 |
| 知书明理，贵在贯通 ..... | 43 |
| 知之为知，不知为非 ..... | 44 |
| 俭约不贪，福寿长全 ..... | 45 |
| 雷雨大作，勿躲树下 ..... | 46 |
| 知足不辱，知止不殆 ..... | 46 |
| 一粒之艺，于身有益 ..... | 47 |
| 悖逆人性，祸必上身 ..... | 48 |
| 幸灾乐祸，小人之情 ..... | 48 |
| 己所不能，嘉彼所能 ..... | 49 |
| 久经沙场，须重人命 ..... | 49 |
| 心志所专，养身之道 ..... | 50 |

## — 名臣篇 —

### 疏广家训

|           |    |
|-----------|----|
| 诫侄受 ..... | 52 |
|-----------|----|



|                   |    |
|-------------------|----|
| 训子孙 .....         | 53 |
| <b>马援家训</b>       |    |
| 诫兄子严、敦书 .....     | 54 |
| <b>诸葛亮家训</b>      |    |
| 诫子书 .....         | 56 |
| 诫外甥书 .....        | 57 |
| <b>徐勉家训</b>       |    |
| 诫子崧书 .....        | 58 |
| <b>包拯家训</b>       |    |
| 戒廉家训 .....        | 63 |
| <b>司马光家训</b>      |    |
| 训俭示康 .....        | 64 |
| <b>方孝孺家训</b>      |    |
| 自省 .....          | 69 |
| 绝私 .....          | 70 |
| 虑远 .....          | 70 |
| <b>曾国藩家训</b>      |    |
| 勤俭自持，习劳习苦 .....   | 71 |
| 贪恋外省，受累甚大 .....   | 73 |
| 慎独，主敬，求仁，习劳 ..... | 74 |

## — 才子篇 —

|              |     |
|--------------|-----|
| <b>刘向家训</b>  |     |
| 诫子歆书 .....   | 82  |
| <b>崔瑗家训</b>  |     |
| 座右铭 .....    | 84  |
| <b>陶渊明家训</b> |     |
| 与子俨等疏 .....  | 86  |
| <b>颜之推家训</b> |     |
| 序致 .....     | 89  |
| 教子 .....     | 91  |
| 兄弟 .....     | 96  |
| 后娶 .....     | 98  |
| 治家 .....     | 102 |



|          |     |
|----------|-----|
| 风操 ..... | 108 |
| 慕贤 ..... | 126 |
| 勉学 ..... | 131 |
| 文章 ..... | 154 |
| 名实 ..... | 167 |
| 涉务 ..... | 171 |
| 省事 ..... | 174 |
| 止足 ..... | 179 |
| 诚兵 ..... | 181 |
| 养生 ..... | 183 |
| 书证 ..... | 185 |
| 音辞 ..... | 194 |
| 终制 ..... | 199 |

### 韩愈家训

|             |     |
|-------------|-----|
| 符读书城南 ..... | 203 |
|-------------|-----|

### 朱熹家训

|            |     |
|------------|-----|
| 朱子家训 ..... | 206 |
|------------|-----|

### 傅山家训

|                    |     |
|--------------------|-----|
| 望子侄立志为学以著书立说 ..... | 208 |
|--------------------|-----|

### 朱用纯家训

|              |     |
|--------------|-----|
| 朱子治家格言 ..... | 211 |
|--------------|-----|



# 帝王篇



## 汉高祖刘邦家训

汉高祖刘邦（前256—前195），字季，汉朝开国皇帝。刘邦原是沛县（今江苏丰县）一个小小的亭长（相当于现在的村长），在秦末群雄纷起的年代，他揭竿而起，汇集天下英雄，加入了反秦的农民起义大军中，被称为“沛公”。他先投靠项羽，一同推翻秦朝，后又与项羽展开了长达四年之久的“楚汉战争”。公元前202年，他于垓下（今安徽灵璧县东南）一役中彻底打败项羽，创立了汉朝。在位时期，他实行修养生息的宽松政策，不仅安抚了百姓，凝聚了中华，也促成了汉代雍容大度的文化基础。这篇《手敕太子文》是刘邦病危时写给长子刘盈的一封信，确定了刘盈为皇位继承人。敕书言简意深，情浓意重，语言朴实无华，在历代帝王敕书中别具特色。

### 手敕<sup>①</sup>太子文

吾遭乱世，当秦禁学。自喜，谓读书无益。洎<sup>②</sup>践祚<sup>③</sup>以来，时方省<sup>④</sup>书，乃使人知作者之意。追思昔所行，多不是。

尧舜不以天子与子，而与他人，此非为不惜天下，但子不中<sup>⑤</sup>立耳。人有好牛马尚惜，况天下耶？吾以尔是元子<sup>⑥</sup>，早有立意。群臣咸称汝友四皓<sup>⑦</sup>，吾所不能致，而为汝来，为可任大事也。今定汝为嗣。

吾生不学书，但读书问字而遂知耳。以此故不大工，然亦足自辞解。今视汝书，犹不如吾。汝可勤学习，每上疏，宜自书，勿使人也。

汝见萧、曹、张、陈<sup>⑧</sup>诸公侯，吾同时人，倍年于汝者，皆拜，并语于汝诸弟。

吾得疾遂困，以如意母子相累，其馀诸儿皆自足立，哀此儿犹小也。

#### ◇ 注释

① 敕：皇帝的诏令。

② 洎（jì）：到，及。

③ 践祚（zuò）：意为登皇位。

④省(xǐng)：明白、领悟。

⑤中(zhòng)：恰当，适合。

⑥元子：嫡传长子。

⑦四皓(hào)：即“商山四皓”，秦末汉初的四位著名学者，唐秉、崔广、吴实、周术。他们不愿意当官，长期隐藏在商山，出山时都80岁有余，眉皓发白，故被称为“商山四皓”。皓：洁白。

⑧萧、曹、张、陈：指萧何、曹参、张良、陈平。四位都是刘邦建立汉朝时的功臣。

### ◇ 译文

我遭逢动乱不安的时代，正赶上秦皇焚书坑儒、禁止求学。当时我很高兴，认为读书没有什么用处。直到登上皇位以后，我才明白了读书的重要，于是让别人讲解典籍，终于了解了作者的意思。现在回想以前的所作所为，我觉得实在有很多不对的地方。

古代的尧舜不把天下之主的位置传给自己的儿子，却让给别人，并不是不珍视天下，而是因为他们的儿子不足以担当大任，不适合被立为继承人。人们有了优良的牛马，尚且都非常珍惜，况且是天下呢？你是我的嫡传长子，我早就有意确立你为我的继承人。大臣们都称赞你的朋友商山四皓，我也久慕他们的盛名，曾经邀请他们出山为官，但没有成功，现在他们都来辅佐你，由此看来你可以承担重任。

现在我决定立你为我的继承人。

我平生没有好好学习，不过在读书问字时知道一些而已。因此文词写得不太工整，但还算能够表达自己的意思。现在看你作的书，还不如我。你应当勤奋地学习，每次献上的奏议应该自己写，不要让别人代笔。

见到萧何、曹参、张良、陈平，还有和我同辈的公侯，只要岁数比你大一倍的长者，你都要依礼下拜，这些话你也要告诉你的弟弟们。

我现在重病缠身，很担心、牵挂如意母子，其他的儿子都可以自立了，我就怜悯这个孩子还太小。



## 汉文帝刘恒家训

汉文帝刘恒（前203—前157），汉高祖刘邦的第四子，西汉第五位皇帝。刘恒起初被封为代王。汉惠帝刘盈死后，吕后分立刘恭、刘弘为帝。吕后死，吕氏外戚作乱，欲谋帝位，后被大臣陈平、周勃，宗室刘章等人平息。因刘恒是刘邦当时所有儿子中年纪最长的一个，又宽厚孝顺，而且刘恒之母薄氏的家族也较不强势，因而刘恒被大臣拥立，登基为汉文帝。汉文帝在位期间，是汉朝从国家初定走向繁荣昌盛的过渡时期。他和他儿子汉景帝统治时期，政治稳定，经济生产得到显著发展，历来被视为封建社会的“盛世”，被史家誉为“文景之治”。他也是《二十四孝》中亲尝汤药的主角。

### 汉文帝教子语录

上曰<sup>①</sup>：朕闻之，天生蒸民<sup>②</sup>，为之置君以养治之。人主不德，布政不均，则天示之以菑<sup>③</sup>，以诫不治。

上曰：法者，治之政也，所以禁暴而率善人也。今也犯法已论，而使毋罪父母妻子同乡坐之，及为收帑<sup>④</sup>，朕甚不取。

上曰：朕闻法正则民恧<sup>⑤</sup>，罪正则民从。且夫牧民而导之善者，吏也。其既不能导，又以不正之法罪之，是反害于民为暴者也。

上曰：今法有诽谤妖言之罪，是使众臣不敢尽情，而上无由闻过失也，将何以来远方之贤良？其除之。民或祝诅<sup>⑥</sup>上，以相约结<sup>⑦</sup>而后相谗<sup>⑧</sup>，吏以为大逆，其有他言，而吏又以为诽谤。此细民<sup>⑨</sup>之愚无知抵死<sup>⑩</sup>，朕甚不取。自今以来，有犯此者勿听治。

上曰：朕获执牺牲珪币以事上帝宗庙<sup>⑪</sup>，十四年于今，历日长，以不敏<sup>⑫</sup>不明而久抚临<sup>⑬</sup>天下，朕甚自愧。

上曰：百金，中民十家之产，吾奉先帝宫室，常恐羞之，何以台为？

上曰：朕闻盖天下万物之萌生，靡不有死，死者天地之理，物之自然者，奚<sup>⑭</sup>可甚哀。当今之时，世咸嘉生而恶死，厚葬以破业，重服以伤生，吾甚不取。



上曰：其令天下吏民，令到出临<sup>⑩</sup>三日，皆释服。毋禁取妇嫁女祠祀饮酒食肉者；毋发民男女哭临<sup>⑪</sup>宫殿。宫殿中哭临者，皆以旦夕各十五声，礼毕罢。非旦夕临时，禁毋得擅哭。

### ◇ 注释

①上曰：皇上说，这里指汉文帝说。

②蒸民：众民，百姓。

③菑(zāi)：同“灾”，灾难。

④收帑(tǎng)：古时一人犯法，妻子儿女连坐，没收为官奴婢，称之为收帑。

⑤慝(què)：诚实，恭敬，此处引申为遵从。

⑥祝诅：祝告鬼神，使加祸于别人。

⑦约结：结交，邀结。

⑧相谗：互相欺骗又互相告发。

⑨细民：犹“小民”，普通老百姓。

⑩抵死：判处死刑。

⑪这句话的意思是说“我登基做了皇帝”。牺牲：供祭祀用的牲畜。

珪(guī)币：祭祀用的玉帛。上帝：先帝。

⑫敏：奋勉，勤勉。

⑬抚临：安抚统治。

⑭奚：何。

⑮出临：吊唁。

⑯哭临：人死后集众举哀或至灵前吊祭。

### ◇ 译文

汉文帝说：我听说，上天产生众民，又要为这些人设置君王来教育和管治他们。身为君王，如果没有德行，推行的政令不均，那么上天就会降下灾难来，以警戒他政策有偏。

汉文帝说：法律，是治理国家的一种政治手段，通过法律可以禁止犯罪发生，从而带领人们为善。现在，一个人如果犯了法，他那些没有犯罪的父母、妻子、子女以及同乡都要连坐受罚，妻儿都要被没收为官奴婢，我认为这是非常不可取的。

汉文帝说：我听说法律公正人民就会遵从，量刑得当人民就不会反

对。治理人民，教导他们为善，这是官员的责任。如果既不能教导人民为善，又以不合理的法律来治罪人民，那么这就是反害得人民成了凶暴作乱的人。

汉文帝说：现在的法律有诽谤妖言的罪名，这使得众位大臣不能毫无顾忌地来劝谏我，而我也因此不知道自己的过失，这样下去，我怎么能听到下面的声音呢？应该去除这条罪名。有些百姓相互邀结，祝告鬼神诅咒我，而后又相互欺骗相互告发，官吏们认为这是大逆不道之罪，如果被告发的人发表不同的意见，官吏们又认为这是诽谤。最后这些小民因为愚昧无知而被判了死刑，我认为这非常不可取。从现在开始，犯此类错的人就不要断案治罪了。

汉文帝说：我登基做皇帝，到今年，已经十四年了，所经历的时间也很长了，我既不勤勉，也不聪明，却安抚统治天下这么长时间，我非常惭愧啊。

汉文帝说：一百两黄金，是中产阶级家庭十户人家的家产。我现在住在先帝留下来的皇宫里，还常常感到惶恐和羞愧，为什么还要修建露台呢？

汉文帝说：我听说大凡天下万物，只要有生命的，就没有不死的，死亡是天地的规律，人的自然本性，有什么好悲哀的？当今的风气，世人都喜欢生而讨厌死，就算死了也要厚葬，子孙们都要服重丧，即使破产、伤生也在所不惜，我认为这很不可取。

汉文帝说：我死后，百姓守制三天就行了。不要禁止百姓娶妇、嫁女、祭祠、饮酒、食肉；不要组织老百姓到宫殿中哭丧。到宫殿中哭丧的人，每天早晚各哭十五声就可以了。没到你守灵，不要随便哭。



## 昭烈帝刘备家训

昭烈帝刘备(161—223)，字玄德，三国时期蜀汉政权的建立者。刘备是汉朝宗室之后，东汉末年，他因起兵讨伐黄巾军有功而登上政治舞台。他先投奔公孙瓒，讨伐董卓，后入主徐州，三顾茅庐而始得诸葛亮的辅佐。208年，他与孙权联合打败曹操于赤壁，其后得到荆州五郡，后又夺取益州、汉中。219年，他自立为汉中王。221年，曹丕逼迫汉献帝禅让皇位，蜀中又传言汉献帝已经遇害，刘备遂称帝，年号章武。这篇《敕刘禅遗诏》是刘备临终前给儿子刘禅的诏书。诏书言辞恳切，既有一位父亲对儿子的殷殷关照，也有一位帝王对继承者的谆谆教诲。其中“勿以恶小而为之，勿以善小而不为”尤为世人所称道。

### 敕刘禅<sup>①</sup>遗诏

朕<sup>②</sup>初疾但下痢<sup>③</sup>耳，后转杂他病，殆<sup>④</sup>不自济<sup>⑤</sup>。人五十不称夭<sup>⑥</sup>，年已六十有余，何所复恨。不复自伤，但以卿兄弟为念。射君<sup>⑦</sup>到，说丞相<sup>⑧</sup>叹卿<sup>⑨</sup>智量，甚大增修，过于所望。审<sup>⑩</sup>能如此，吾复何忧！勉之，勉之！

勿以恶小而为之，勿以善小而不为。惟贤惟德，能服于人。汝父德薄，勿效之。可读汉书、礼记，间暇历观诸子及六韬、商君书，益人意智。闻丞相为写申、韩、管子、六韬一通已毕，未送，道亡，可自更求闻达。

#### ◇ 注释

① 刘禅(shàn)(207—271)：字公嗣，小名阿斗，三国时期蜀汉第二任皇帝。后来蜀汉被曹魏所灭，刘禅投降曹魏，被封为安乐公。

② 朕：古代帝王的自称。



③下痢：腹泻。

④殆：恐怕，担心。

⑤济：渡过。这里指渡过困难，即病痊愈。

⑥夭：短命，早死。

⑦射君：射援，字文雄，本姓谢。

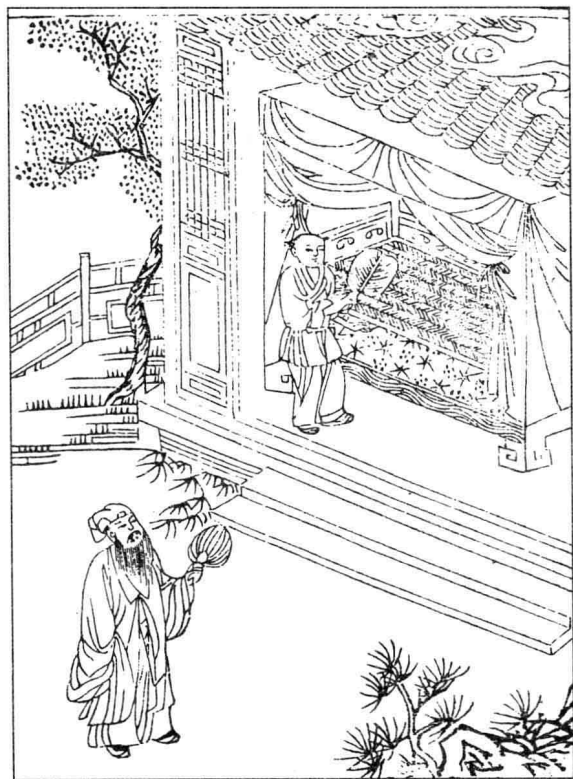
⑧丞相：即诸葛亮，当时任蜀汉丞相。

⑨卿：古代君对臣的称呼。

⑩审：的确，果然。

### ◇ 译文

我刚生病的时候只是小病，仅仅腹泻而已，后来又染上了其他的疾病，恐怕不能痊愈了。一个人能活到五十岁，就不能说是短寿，而我已经六十多岁了，又有什么遗憾呢？我不再自怜、伤悲，只是念念不忘你们兄弟们。射君来看望我，说丞相曾经赞叹你的智慧和气量，说你进步很快，远远超过他对你的期望。如果真是如此，我又有什么可以担忧的呢？你



要努力，努力啊！不要因为坏事影响不大就毫无顾忌地去做，也不要因为善事不起眼而不去做。只有才能既高品德又高尚的人，才会令人信服。你的父亲品德、修养不高，不要效仿他。你可以读一下《汉书》《礼记》，闲暇之余，系统地读一读先秦诸子的著作以及《六韬》

《商君书》等，这对陶冶人的思想和智慧有好处。我听说丞相为你写了有关《申》

《韩》《管子》《六韬》方面的文章，初稿已经完成，还没有送到的时候，就在路上遗失了，你可以自己去找丞相学习相关的知识。