

图鉴

阅读

○ 颜氏家训
^^^



图鉴阅读结构图——阅览本书尽收眼底

1 图鉴图示轻阅读：这部分内容用和谐的色彩和图形来对本书作者、历史影响等进行解读，简单、清晰、直观，有利于读者轻松把控和阅读本书。

2

史记经典精阅读：这部分包括本书的历史传承、影响，以及本书的历史地位、作用、意义等内容，起到点睛之笔的作用，能够让读者做到对经典著作的深入和精细化阅读。

3

辅助启示快阅读：用简短、精练的语言对每一篇的内容进行概括、总结，以期让读者更加快速地从宏观角度掌握本书的主要内容。

5

体验感悟智阅读：用体验的方式阅读，具有亲历性和验证性，当把书籍的内容用在实际中，是活学活用，也是学以致用，《颜氏家训》对我们理政、经商、治学、教育等均有广泛用途，有针对性地用在实践中，是我们阅读的目的。

4

原作新释深阅读：这部分内容包括原典、注释、译文和铭记链接，侧重对原典的正确解读，注释译文力求简明准确，链接知识紧扣文本，重在凸显原典主旨，弘扬传统文化。

6

文化链接博阅读：选取和本书相关的人物、书、影视以及经典的词句、思想等内容，以增加读者的文化积淀，拓宽视野，培育创造力。



阅读启示图解——本书阅读启发引导

1.《颜氏家训》是汉民族历史上第一部内容丰富、体系宏大的家训，也是一部学术著作。历代统治者对《颜氏家训》非常推崇，甚至认为“古今家训，以此为祖”，后世广为征引，共7卷20篇。

2.纵观历史，颜氏子孙在操守与才学方面都有惊世表现，书法为世楷模、笼罩千年的颜真卿，凛然大节震撼千古、以身殉国的颜杲卿等人，更足证其祖所立家训之效用彰著。

原文部分参照多家白话文本及诸家注、疏、笺、校本，文章经梳理后，以中国现代标点符号标明句读，以方便读者阅读。

注释部分是对古今异义（异音）、生僻、难解等词语进行注释，力求准确严谨，古今相通，简洁明白，便于读者阅读。

序致篇一

原文

吾家风教^①，素为整密^②，昔在韶齿^③，便蒙诱诲。每从两兄^④，晓夕温清^⑤，规行矩步^⑥，安辞定色，锵锵翼翼^⑦，若朝严君焉^⑧。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，百口素然。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。

注释

- ①风教：门风家教。
- ②整密：严肃周详。
- ③韶齿（tiáo chèn）：本义指儿童掉乳齿，长出恒齿，引申指童年。
- ④两兄：指颜之仪、颜之善两兄弟。
- ⑤温清（qīng）：指孝子侍奉父母。温：温被使暖，清：扇席使凉。
- ⑥规行矩步：指行动规矩，举止端正。规本义是圆规，矩本义是直尺，引申为规矩礼仪法则。
- ⑦锵锵：通“跄跄”，步履有节的样子。翼翼：恭敬的样子。
- ⑧严君：通常指严父，此指尊严的君王。

3.《颜氏家训》不仅在家庭伦理、道德修养方面对我们今天有着重要的借鉴作用，而且对研究古文献学，研究南北朝历史、文化有着很高的学术价值；同时，对后人有着宝贵的认识价值。

4.《颜氏家训》直接开后世“家训”的先河，是我国古代家庭教育理论宝库中的一份珍贵遗产。被陈振孙誉为“古今家训之祖”的《颜氏家训》，是中国文化史上的一部重要典籍。

颜氏家训

译文

“我家的教风，向来严肃周密，我回忆在童年时，就受到诱导。经常跟随两位兄弟，早晚孝顺侍奉双亲，言谈谨慎，举止端正，语安详，神色平和，恭敬有礼，待人大方，好似朝见尊严的君王。亲优容勉励，问我们的爱好崇尚，磨去我们的瑕疵，发扬我们的长，都既恳切又确当。当我九岁的时候，父亲去世了，家庭陷入困境，道衰落，人口萧条。哥哥抚养我，竭尽辛劳，他有仁爱而少威严，导启示不那么严切。我当时虽也诵读《周礼》、《春秋左传》，又对写文章稍有爱好，多少受到社会世人的影响。欲望放纵，言轻率，且不修边幅。到十八九岁，才稍加磨砺，但因习惯已成自然，时间难于洗刷干净。直到二十岁以后，大的过错才较少发生，但经常口是心非，善性与私情相矛盾，夜晚发觉清晨的错误，今天恨昨天犯下的过失，自己常叹息由于缺乏教育，以至于此。回想平生的意愿志趣，体会深刻；不比那光阅读古书上的训诫，只是过一下眼睛耳朵而已。所以写下这二十篇文字，给你们作为警戒。

译文部分参考诸家注、疏、笺、校本，以现代白话的形式解说文言文原文，以帮助现代读者理解原文，明白其意思。

铭记链接

1. 生不可不惜，不可苟惜。涉险畏之途，干祸难之事，贪欲以伤生，患而致死，此君子之所惜者；行诚孝而见贼，履行义而得罪，丧以全家，泯躯而济国，君子不咎也。
2. 观天下书未遍，不得妄下雌黄。
3. 有志向者，遂能磨励，以就学业，无履立者，自兹堕慢，便凡人。
4. 父不慈则子不孝，兄不友则弟不恭，夫不义则妇不顺矣。
5. 夫学者犹种生产方式也，春玩其华，秋登其实；讲论文章，华也，修身利行，秋实也。

铭记链接是对文章内涵的延伸，所选内容和名言都是本书中知名度最高，对后人启发最深刻的，能够拓展读者视野，加深读者记忆，提高阅读质量。

作者生平阅读——直观再现作者人生

公元 531 年

生于建康，一说生于江陵（今湖北江陵），有颜之仪、颜之善两兄。七岁能诵《鲁灵光殿赋》。

公元 542 年

随湘东王萧绎在江州（江州治寻阳，今江西九江）。他早传家业，12岁时听讲老庄之学，因“虚谈非其所好，还习《礼》《传》”，生活上“好饮酒，多任纵，不修边幅”。他博览群书，为文辞情并茂，得梁湘东王赏识。

公元 547 年

为湘东王萧绎右常侍，加镇西墨曹参军，驻江陵。（550年）为萧方诸中抚军外兵参军。

公元 548 年

侯景之乱爆发，颜之推被俘，因侯景行台郎中王则相救未被杀害，囚送建康。

公元 552 年

侯景败死，获释还江陵。萧绎在江陵自立，承圣元年王中（552年），为散骑侍郎，奏舍人事，奉命校书。

西魏攻陷江陵，再次被俘，迁移长安；后出逃北齐，出逃之日，“值河水暴涨，具船将妻子来奔，经砥柱之险”。

公元 554 年

在北齐任官。

公元 556 年

北周兵陷晋阳，之推出任平原太守，守河津。

公元 557 年

为御史上士。隋朝开皇中，太子杨勇召为学士，甚见礼重。

公元 579 年—580 年

去世。依他自叙，“予一生而三化，备荼苦而蓼辛”，叹息“三为亡国之人”。传世著作有《颜氏家训》《还冤志》《集灵记》等。

公元 591 年

作者简介

颜之推原籍琅琊临沂（今山东省临沂市），世居建康（今南京市），生于士族官僚家庭，世传《周官》、《左氏春秋》。他早传家业，12岁时听讲老庄之学，因“虚谈非其所好，还习《礼》、《传》”，生活上“好饮酒，多任纵，不修边幅”。他博览群书，为文辞情并茂，得梁湘东王赏识，19岁就被任为国左常侍。后投奔北齐，历20年，官至黄门侍郎。公元577年，北齐为北周所灭，他被征为御史上士。公元581年，隋代北周，他又于隋文帝开皇年间，被召为学士，不久以疾终。依他自叙，“予一生而三化，备荼苦而蓼辛”，叹息“三为亡国之人”。传世著作有《颜氏家训》和《还冤志》、《集灵记》等。《颜氏家训》共二十篇，是颜之推为了用儒家思想教训子孙，以保持自己家庭的传统与地位，而写出的一部系统完整的家庭教育教科书。这是他一生关于士大夫立身、治家、处事、为学的经验总结，在封建家庭教育发展史上有重要的影响。后世称此书为“家教规范”。

祖籍邹鲁，东汉关内侯颜盛之后。大通三年辛亥（531年）生于江陵（湖北江陵），有颜之仪、颜之善两兄。七岁能诵《鲁灵光殿赋》。大同八年壬戌（542年），随湘东王萧绎在江州（江州治寻阳，今江西九江）。十九岁时（547年），为湘东王萧绎右常侍，加镇西墨曹参军，驻江陵。550年为萧方诸中抚军外兵参军。太清二年（548年），侯景之乱爆发，颜之推被俘，因侯景行台郎中王则相救未被杀害，囚送建康。552年，侯景败死，获释还江陵。萧绎在江陵自立，承圣元年壬申（552年），为散骑侍郎，奏舍人事，奉命校书。554年，西魏攻陷江陵，再次被俘，迁移长安；后出逃北齐，出逃之日，“值河水暴涨，具船将妻子来奔，经砥柱之险”。北齐宣帝天保七年（556年），在北齐任官。557年，北周兵陷晋阳，之推出任平原太守，守河津。北周大象（579年—580年）末，为御史上

士。隋朝开皇中，太子杨勇召为学士，甚见礼重。寻以疾终。开皇十一年（591年）卒。

他结合自己从小学的家庭教育和切身经历，写了一本《颜氏家训》（420年—581年），主张早教。他认为，人在小的时候，精神专一，长大以后，思想分散，不易学习。袁衷称：“六朝颜之推家法最正，相传最远。”周作人对颜之推和《颜氏家训》极为佩服，《夜读抄》里写了一篇《颜氏家训》读书笔记。《钦定四库全书》杂家类有《颜氏家训》二卷。

有三子：长子颜思鲁，次子颜愍楚，三子颜游秦。

著书时间

《颜氏家训》成书于隋开皇九年（589）以后，是一部记述个人经历、思想、学识以告诫子孙的著作。此书《唐志》、《宋志》皆七卷，列入儒家，《四库全书总目》所收为江西巡抚采进的二卷本，以其“不专为一家之言”，改入杂家。《颜氏家训》分为序致、教子、兄弟、后娶、治家、风操、慕贤、勉学、文章、名实、涉务、省事、止足、诫兵、养生、归心、书证、音辞、杂艺、终制共二十篇。

《颜氏家训》是我国南北朝时北齐文学家颜之推的传世代表作。他结合自己的人生经历、处世哲学，写成《颜氏家训》一书告诫子孙。《颜氏家训》是我国历史上第一部内容丰富、体系宏大的家训，也是一部学术著作。阐述立身治家的方法，其内容涉及许多领域，强调教育体系应与儒学为核心，尤其注重对孩子的早期教育，并对儒学、文学、佛学、历史、文字、民俗、社会、伦理等方面提出了自己独到的见解。文章内容切实，语言流畅，具有一种独特的朴实风格，对后世的影响颇为深远。



作品影响阅读——历代名家点评



宋代朱熹之《小学》取材于《颜氏家训》。

宋人陈振孙《直斋书录题解》说：“古今家训，以此为祖。”

明代袁衷《庭帙杂录》说：“六朝颜之推家法最正，相传最远。”

清代陈宏谋之《养正遗规》取材于《颜氏家训》。



周作人对颜之推和《颜氏家训》极为佩服，《夜读抄》里写了一篇《颜氏家训》读书笔记。

王钱所说的“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”。

寻颜氏于序致篇云：“圣贤之书，教人诚孝。”

颜氏家训



夜觉晓非，今悔昨失，
自怜无教，以至于斯。

史记 阅读

● 颜氏家训

八八

《颜氏家训》顾名思义是部家训。中国家训有悠久的历史,《尚书·盘庚上》收录商王盘庚对殷商贵族的训词,《无逸》、《君奭》是周公旦对侄儿成王、召公的劝诫,都称得上早期家训。家训的训者多为家族中前辈、尊者,受训者是晚辈或族人。到两汉、三国,家训多以“诫子书”形式出现,著名的有《司马谈命子迁书》(《史记·太史公自序》)、《刘向诫子歆书》(《汉书·刘向、歆传》)、《马援诫兄子严、敦书》(《后汉书·马援传》),三国时收录于《曹操集》、《诸葛亮集》中的诫子令、书等。魏晋前的家训多以单篇文字出现,《颜氏家训》问世,家训才形成完整的体例,标志着中国家训的成熟。

《颜氏家训》的作者颜之推(531-590后数年),字介,琅琊临沂(今山东临沂)人,出身于随晋元帝南渡的世族之家。颜之推前九代(一说五代),历东晋、宋、齐、梁,都出仕朝廷,南北朝动乱的社会,给他们的生活留下深刻影响。《颜氏家训》最令后人称道的是它在中国教育史乃至世界教育史上的贡献,如有关家庭教育的论述,教育史家认为可媲美于西方的夸美纽斯(1592-1670),但时间上却早了近千年。《颜氏家训》共20篇,其中不仅有家庭教育(包括胎教、父母兄弟的家庭伦理),还包括了一个人成长中的道德教育、人格教育(含处世之道、友朋之道、养生之道等),职业教育(含理想职业的选择、多种才艺的培养等)及学习目的、方法的培养,独特家风的传承等等。称得上一部集古代中国教育理论、经验、方法的百科全书。

《颜氏家训》的写作方法也很有特色。颜之推往往以儒家经典、格言名句作为问题出发点,以历代圣贤如孔、孟、周公做楷模,以当代人、颜氏亲属乃至本人亲见的故事作范例,达到循循善诱的效果。无数的家训、家范、家诫、格言都继承了《颜氏家训》,形成中国家训的庞大体系。《颜氏家训》在颜氏后人的具体实践中,也证明了家训对规范一个家族的家风,乃至学风,保证其时代流传、发扬光大是起了重要作用的。

颜之推本人便是南北朝时期的学问大家。《隋书·经籍志》、《旧唐书·经籍志》、《新唐书·艺文志》都著录了他众多作品,有文字学的,有音韵学的,有古籍校注等,但仅有《颜氏家训》及个别单篇存世;就《颜

氏家训》言，便是了不起的成就。当代史学家范文澜这样推崇颜之推，称“他是南北朝最通博最有思想的学者……当时所有大小知识，他几乎都钻研过并提出自己的见解。《颜氏家训》20篇，就是这些见解的记录”。

颜之推的期望没有落空，他的后代都继承了家学。颜之推长子颜思鲁隋代任东宫学士，唐初任秦王（李世民）府记室参军，颜之推文集（含《颜氏家训》）就是由他整理编定的。次子颜愍楚，继承了颜之推音韵学上的成就，著《礼俗音略》；三子颜游秦，唐武德间任廉州刺史、鄂州刺史，对《汉书》有独到见解，著《汉书决疑》，其学问又被其侄颜师古继承。

《颜氏家训》中，颜之推反复告诫子孙要恪守儒家的忠孝仁义，这点被颜氏后人遵循不悖，其中最为人称道的是颜杲卿（692-756）和颜真卿（709-785）。两颜是堂兄弟，唐“安史之乱”初，颜杲卿任常山（今河北正定）太守，颜真卿任平原（今山东西部）太守。“安史之乱”平定后，颜真卿出任吏部尚书、太子太师，封鲁郡开国公，他历任三朝（肃宗、代宗、德宗）。德宗时藩镇割据，他奉命去河南汝州淮西节度使李希烈处。李在藩镇中位置最重要，势力最大，很想称帝。以此李逼颜真卿叛唐。颜真卿怒斥：“汝知有骂安禄山而死者颜杲卿乎，乃吾兄也。吾年八十，知守节而死耳，岂受汝辈诱胁乎！”李希烈还在颜真卿住处挖一大坑，欲坑杀之，颜真卿坦然道：“何必多事，只要一剑便可。”最终颜真卿被李希烈缢杀于蔡州。颜之推后人在“安史之乱”这一特殊年代表现出的忠、孝、节、义，是颜氏家风得以传承的最好体现。

颜之推在《颜氏家训》中很重视后代在文化艺术修养上的养成及提高。他本人对书法很有研究，称“吾幼承门业，加性爱重，所见书法亦多，而玩习功夫颇至”。他最看重王羲之、王献之的书法，不仅收藏，更多方研习，他要求子孙“真草书迹微须留意”。颜氏一门对书法的重视，终在颜真卿身上结出奇迹。颜真卿书法初学褚遂良，后又从张旭处得到了笔法，他写的正楷端正雄浑，气势宏伟，行书则道劲勃发，极像他的为人。中国书法到颜真卿又大放异彩，他的“颜体”

至今仍奉为书法正宗，留下的笔迹如碑刻中的《多宝塔碑》、《麻姑仙坛记》、《颜勤礼碑》、《颜氏家庙碑》，手迹《祭侄文稿》为书法史上的珍宝。

从南北朝到唐中叶，颜之推本人及后代，出现了一流的学问家、一流的书法家，也出现为后人称道的忠臣、义士，从时间上推算，其家业和门风，辉煌了三个世纪（6-8世纪）。

由于家训在家风形成中的重要作用，良好家风又与良好国风密不可分，历代文人都重视家训一类文字的撰写。明、清以后，各地纷纷编写家谱，一部家谱必有家训或族训，“谱必列训”成为惯例。一部宗谱也说：“谱列家箴、家礼、庭训，立宗法，实伸国法也。”（《康熙潜山吴氏宗谱·凡例》）后人称颜氏“家法最正”，所谓“正”正指这点。家训能起伸张国家法律的作用。

《颜氏家训》在内的各种类型家训是中华优秀传统文化不可忽视的部分，但历代家训无不反映了时代的价值观及需要。也有许多时代的局限，这自然是应扬弃的。如何让社会主义核心价值植入今天的家训、家风，仍须我们深思熟虑后为之。

辅助 阅读

● 颜氏家训 ^ ^ ^