

夏家善 主编 | 刘保今 注释

· 中国历代家训丛书 ·

名人家训

面一日不修饰，则尘垢秽之；
心一朝不思善，则邪恶入之。

天津出版传媒集团

 天津古籍出版社

中国历代家训丛书

夏家善◎主编

名人家训

刘保今◎注释

天津古籍出版社

图书在版编目(CIP)数据

名人家训 / 夏家善主编 ; 刘保今注释. -- 天津 :
天津古籍出版社, 2017. 8

(中国历代家训丛书)

ISBN 978 - 7 - 5528 - 0518 - 5

I. ①名… II. ①夏… ②刘… 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(2017)第 083489 号

名人家训

夏家善主编;刘保今注释
出版人/张玮

天津古籍出版社出版
(天津市西康路 35 号 邮编 300051)
<http://www.tjabc.net>

三河市龙大印装有限公司印刷
全国新华书店发行

开本 910 × 1230 毫米 1/32 印张 9 字数 252 千字
2017 年 8 月第 1 版 2017 年 8 月第 1 次印刷

ISBN 978 - 7 - 5528 - 0518 - 5 定价:30.00 元

序

我国古代文化典籍浩如烟海，品类繁多。其中，各种形式的“家训”“家诫”“家规”“家礼”，在普及传统文化、规范人们的生活和行为方式，整齐家风以至维持整个社会的谐调稳定方面，发挥了十分重要的作用。这一部分文化遗产很值得重视。

“三代而下，教详于家。”清代学者钱大昕这句话，概括地说明了我国古代具有重视家教的传统。“家训”“家诫”一类著作，起源于东汉而盛行于魏晋南北朝时期，它是当时世族社会教育制度的产物。人们十分熟悉的诸葛亮的《诫子书》，即产生于汉魏之际；而最早系统编撰成书的家训著作，当推南北朝时期颜之推的《颜氏家训》。作者撰写该书的直接目的在于“整齐门内，提撕子孙”，而其更深远的意义则是为了“轨物范世”“遗泽后昆”。这类著作以家族和家庭中长辈对晚辈耳提面命的谆谆教喻的形式，将传统伦理道德观念和儒家文化精神通俗地灌输传授给子孙后代，使其“同言而信，信其所亲；同命而行，行其所服”，即利用血亲伦常关系和长辈对晚辈的绝对影响力约束力，达到“助人君，明教化”的目的。各种家训中有关立志、勉学、修身养性、待人接物的训诫，无非是要求“养亲事君忠孝为本”“言

则忠信行则笃敬”“慎言检迹立身扬名”，以维持世族的社会地位。这种家教的传统之所以在我国古代社会一直延续下来，并且影响到近现代，是有其深刻的社会根源的。正如梁启超所说：“吾中国社会之组织，以家族为单位，不以个人为单位，所谓家齐而后国治是也。周代宗法之制，在今日形式虽废，其精神犹存也。”家族宗法制度的客观存在和历久不衰，就为家教传统的延续和“家训”一类著作的蓄衍提供了深厚的社会土壤。被视为“古今家训之祖”的《颜氏家训》一书问世后，曾辗转流布，反复梓刻，虽历千余年而不佚，存其影响示范之下，各种形式的家训、家教、家规、家约、治家格言之类著作层出不穷，无代无之。如若将这类著作加以汇集，恐怕有数百千家之多，显然这是一笔不容忽视的历史文化遗产。

从文化的视角来审察，我国两千多年的封建文化，其内容丰富而芜杂，但总的来说，占据主导地位的还是儒家文化。受这种文化氛围的熏陶，历代家训也深深地打上了儒家思想的印记，透过其或典雅精微或通俗易懂的言辞，其着力宣传之要旨大抵不外乎“正心”“诚意”“修身”“齐家”“治国”“平天下”的“大学之道”，“立人”“达人”“爱人”“谅人”的“忠恕之道”，以及“父慈子孝兄友弟恭朋友有信”的“絜矩之道”。也就是说，儒家所倡导的文化价值观念、理想人格模式和伦理道德规范，作为历代家训的主要精神支柱，是“儒者宣而明之”欲使其“家至而户说”的基本内容。当然，受释道思想文化的影响，古代家训中也夹杂着若干儒家文化以外的其他思想成分或因素，如道家之“无为”，佛家之心性修养等等，这也完全是事实。家训作为在历史上产生和发展的文化现象，它也不可能不带有其所经历的各个时代的烙印，但从实质和总体上来看，它还是以儒家的忠孝仁义

为本，吸纳融汇某些佛道思想，不过是作为达到忠孝仁义的手段而已。

显然，就思想内容而言，历代家训并非如前人所夸誉的那样，是“篇篇药石，言言龟鉴”，但它也绝不是一堆粪土，不是一堆完全有害无益的封建糟粕。对于家训这种既包含着糟粕，又包含着许多人生智慧和真、善、美的启示的历史文化遗产，我们应该像对待古今中外的各种文化一样，采取马克思主义的具体分析和批判继承的态度。任何一种文化体系作为完整的结构，都可以分解为不同的层面，每一层面又可以分解为若干要素；换言之，文化要素构成文化层面，文化层面构成文化系统。对它们是可以加以分析分解的，也可以根据新时代的需要进行重组或新的综合。我们对待历代家训也要采取分析的态度，区别良莠，批判剔除其封建性的糟粕，改造继承吸收其富有生命力的或在今天仍有启迪借鉴意义的文化内容，使其成为社会主义新文化的重要构成要素。

既然古代家训是封建时代的产物，大多出自历代帝王、名臣仕宦、封建士大夫之手，而为封建统治阶级所倡导，它就不可能不带有封建地主阶级意识形态的特征，不可能不大量宣扬封建道德观念。例如，历代家训中反复强调必须遵从封建的纲常名教，倡导愚忠愚孝的封建伦理道德；反复鼓吹“学而优则仕”“唯上智与下愚不移”和“万般皆下品，唯有读书高”的封建士大夫观念；反复提倡安常处顺、知足常乐、明哲保身的处世之道和保守思想，等等。毫无疑问，这些都属于封建思想的糟粕，是应该批判和舍弃的。这方面的思想流毒在今天仍不能忽视。

另一方面，历代家训中还包含着相当多的思想精华和在今天仍有积极意义的内容，在教育后代如何处世做人的论训中，提供

了前人丰富的人生经验和智慧，自觉或不自觉地宣传和弘扬了中华民族的传统美德，这些富有生命力的内容，都可供我们发现剔抉、含英咀华和借鉴吸收。从大的方面来说至少可以举出以下几点：

其一，鼓励立志。如诸葛亮《诫外甥书》说：“夫志当存高远，……若志不强毅，意不慷慨，徒碌碌滞于俗，默默束于情，永窜伏于凡庸，不免于下流矣！”《温氏母训》说：“岂有子孙专靠父祖过活之理！……若肯立志，大小自成结果。”

其二，奖掖进学。如诸葛亮《诫子书》说：“才须学也，非学无以广才，非志无以成学。”《颜氏家训》说：“幼儿学者，如日出之光；老而学者，如秉烛夜行。”

其三，劝勉勤俭。《朱柏庐治家格言》说：“黎明即起，洒扫庭除。”“一粥一饭，当思来处不易；半丝半缕，恒念物力维艰。”明吴麟徵《家诫要言》说：“治家，舍节俭别无可经营。”“茹荼历辛，自是儒生本色。”

其四，提倡清廉。《景氏家训》载胡康公海诸子曰：“予居官四十余年，无他长，但‘清白’二字，平生守之不失。尔曹今日虽未有官守，务全名节，金帛易动人，远而勿亲。”高攀龙《家训》说：“世间惟财色二者，最迷惑人，最败坏人。”

其五，导人行善。《朱柏庐治家格言》说：“勿贪意外之财，勿饮过量之酒。”“与肩挑贸易，毋占便宜；见贫苦亲邻，须加温恤。”《家诫要言》说：“待人要宽和，世事要练习。”“恶不在大，心术一坏，即入祸门。”《弟子规》说：“凡是人，皆须爱，天同覆，地同载。”“能亲仁，无限好，德日进，过日少。”

此外，历代家训还在强调知行合一，学以致用，应世涉务，分阴惜时，遵守礼仪，尊敬师长，孝顺父母，慎择朋友，睦邻友

好，克己让人等许多方面，都有一些精彩的议论和非凡的识见，有的至今仍能给人以真的启迪、善的奉劝和美的鉴赏，展示出永久价值和魅力。这些积极的内容自然是我们今天建设社会主义精神文明所必须继承和发扬的。经过批判的分析和创造性的转化，完全可以用来作为对青少年进行思想品德教育的有益资粮和历史教材，倡导良好的家风亦有利于促进整个社会的安定团结和协调发展。

《中国历代家训丛书》的主编夏家善同志，是我刚调到南开大学工作时就已相识的老朋友。他长期研治中国文学，详熟古代文化典籍，特别瞩目于历代家训的搜集整理，用力甚勤，颇有心得。这套丛书就是他从我国历代家训中精选编辑出来的，共计12册，虽分类汇编而又构成一完整系统，有明确的指导思想，并邀请专家学者对各书分别加以标点、注释和说明，以便于读者准确地把握其思想内容，从中汲取智慧和涵养。这是一件很有意义的工作。夏家善同志向我征序，作为老朋友，我觉得难以拒绝，于匆忙中写了上述粗浅的认识，不当之处请编者和读者批评指正。

方克立

前 言

《名人家训》，收入历代文学家、经学家、史学家、哲学家、书画家、科学家等二十余人的家训著作。我们大体按时间顺序进行编排。这些家训，有的是专著，也有从名人传记中选录而来的片断。其作者有诙谐滑稽、足智多谋的东方朔，有擅长辞赋、教女有方的文学家蔡邕，有刚直不阿、敢于“临义舍生”的嵇康，有形神闲逸、知足乐天的诗人白居易，有“先天下之忧而忧，后天下之乐而乐”的改革家、文学家范仲淹，有号称“红杏尚书”的诗人、史学家宋祁，有江西诗派领袖、书法家黄庭坚，有曾经“匹马戍梁州”的爱国诗人陆游，有清初画坛领袖王时敏，有哲学家、数学家、戏曲理论家焦循……他们是历史上的名人，大都担任过一定的官职，有的还经历了种种磨难，有着丰富的阅历和较为广博的学识。他们以切身的体会并结合前人遗训教育子女，读来亲切感人。

《名人家训》涉及家训的诸多方面，内容十分丰富，现简要概括如下：

第一，强调修身的重要性。思想修养，道德修养，古人称之为修身，目的是使人向善，防止邪恶发生。蔡邕的《女诫》用生动的比喻说明了修身的重要性：“面一日不修饰，则尘垢秽之；心一朝不思善，则邪恶入之。”袁黄在《训子言》中说：“凡一日

不知非，即一日安于自是；一日无过可改，即一日无步可进。”这里所说的“安于自是”，就是安于现状。这里所说的“过”，不仅包括行为，还包括言论、思想。什么是“过”？叶梦得的《石林家训》说得最好不过了：“所谓过者，非发于行、彰于言，人皆谓之过而后为过者，生于其心则为过矣。”姚舜牧《药言》里说：“凡人欲保家，先宜自绝妄求”“舍心地而田地，舍德产而房产，已失其本矣”。不求心地善良而一味追求田地，放弃思想修养而一味追求房产，是舍本逐末，就失去了立身做人的根本，会取“不测之祸”。道德是一种精神财富，是无价之宝，所以姚舜牧称之为“德产”。

第二，教育后代“孝悌行于家”。孝悌，是儒家学说的重要内容，是中华民族的传统美德。孝，就是孝敬父母；悌，就是尊敬兄长。名家家训的大多数篇目都无一例外地提到了“孝”或“孝悌”。这里不妨举几例。颜延之《庭诰文》中说：“欲子孝，必先慈；将责弟悌，务为友。”宋祁《庭诫》中说：“要举一孝，百行罔不该焉。”陆游《放翁家训》中说：“孝悌行于家。”姚舜牧《药言》中说：“但就‘弟子入则孝’一章日日体验力行去，便是圣贤之徒了。”王时敏《奉常家训》中说：“家之兴替在礼义，不在富贵。所谓礼义，其类多端，而孝友、敦睦为首务。”这些训诫强调了孝悌的重要性和实践性，认为孝悌是家庭兴旺的首要条件，必须努力实行之。《新三字经》说得好：“孝与悌，须继承。”这是现代人对孝悌的态度。很难设想，不孝敬父母的人能够乐于帮助别人，能够敢于为民族、为国家而献身？

第三，谆谆教导子孙认真读书学习。家训的撰写者都是饱读经书的人，他们都希望后代也成为像他们一样的人。读书是为了获得知识、提高文化素养。教导子孙读书是为了培养较高层次人才，是为了培养对社会、对国家有用的人才。如果不读书，正像《聪训斋语》中所说：“身心无所栖泊，耳目无所安顿，势必心意

颠倒，妄想生嗔。”读书自有乐趣，正如陶氏《与诸子疏》中所说：“开卷有得，便欣然忘食。”学习的内容是经书、子书、史书以及自然科学知识。读书学习的态度和方法是刻苦、不贪多，主张学以致用。《石林家训》中的“仲尼天纵而韦编三绝”，是说读书学习要以孔子为榜样，刻苦认真，锲而不舍。《为学》强调在学习过程中要下气力，变难为易。《聪训斋语》主张“读生文不如玩熟文”，强调对知识要熟练，要会用。

第四，多方面地讲述治家之道。其一，教育子孙从业，不做无业流民。《药言》《里堂家训》提到务农、做工、经商皆可，反对游手好闲。其二，强调家庭成员都要促进家庭和睦。陶氏《与诸子疏》里说：“济北汜稚春，晋时操行人也，七世同财，家无怨色。”黄庭坚《家诫》里说：“张氏九世同居，至天子访焉，赐帛以为庆；高氏七世不分，朝廷嘉之，以族阁为表。”《家诫》反对“骨肉不顾”“苟营自私”，并以家族的兴衰告诫子孙要促进家庭和睦。“七世同财”“九世同居”，在封建社会里被奉为楷模，在当今社会已是不可能的了，但其团结、和睦的精神并未过时。和睦并不是没有矛盾，问题在于要妥善处理矛盾。《药言》里说：“兄弟间偶有不相惬处，宜明白说破，随时消释，无伤亲爱。”黄庭坚《家诫》里说：“父无争子而陷于不义，夫无贤妇而陷于不仁。”反过来说，父亲、丈夫因有儿子、妻子的提醒，也不至于做错事，也会促进家庭的和睦。其三，告诫子孙节用，反对铺张浪费。《郑氏诫子书》里说：“菲饮食，薄衣服。”主张节衣缩食。白居易《狂言示诸侄》里说：“一裘暖过冬，一饭饱终日。勿言宅舍小，不过寝一室。何用鞍马多，不能骑两匹。”他们在衣食住行方面也反对铺张浪费。朱熹在《训子帖》里提出“不得妄费钱物”。《药言》中说：“人须俭约自持，不可恃产浪费。”《聪训斋语》提出，与其奢侈，不如周济别人。《放翁家训》主张薄葬，反对厚葬，指出“厚葬于存歿无益”。

第五，传授养生之道。人要有健康的体魄，才能更好地学习知识、勤于治家，才能更有效地从事自己的事业。家训中不乏这方面的内容。养生的要求是健康、长寿、有充沛的精力。《庭诰文》指出，酗酒容易生病。《药言》指出，有病要找出病因才能对症治疗，反对讳疾忌医。《聪训斋语》里说：“古人以眠食二者为养生之要务。”主张睡眠不宜过少，吃饭不宜过饱，反对早上起床太晚，认为“慈”“俭”“和”“静”是“致寿之道”“养生之理”。

“名人家训”的内容还有很多。诸如，教育子女要尊师、敬师，子女交友要有选择，子女择偶要注意性行善良、不图富贵，等等，这里就不一一详述了。

《名人家训》所收文章毕竟出自历代文士之手，由于时代和作者本人的思想局限，也就不可避免地存在着某些封建性的糟粕。诸如，郑玄、黄庭坚在家训中诬蔑农民起义领袖黄巢为盗，陆游在家训中所宣扬的宿命论的思想，嵇康在家诫中所宣扬的明哲保身的处世之道等等，都是极不可取的。但是，这和整个“名人家训”的积极意义相比，乃是瑕不掩瑜。

在漫长的封建社会中，这些“名人家训”，不仅为撰著者教育自己的子女发挥了积极作用，而且也对历代统治者培育人才产生了积极影响。今天，我们在对青少年一代进行爱国主义和传统美德教育的时候，借鉴这些传统文化中的精华为现实服务，也是很有意义的。

刘保今

目 录

诫子书	[汉]东方朔(1)
女诫	[汉]蔡邕(3)
郑氏诫子书	[汉]郑玄(6)
家诫	[三国]嵇康(11)
与诸子疏	[晋]陶渊明(20)
庭诰文	[南北朝]颜延之(25)
诫子书	[南北朝]王僧虔(51)
狂言示诸侄	[唐]白居易(55)
诲诸侄	[唐]元稹(57)
给诸子书	[宋]范仲淹(63)
庭诫	[宋]宋祁(65)
名二子说	[宋]苏洵(68)
家诫	[宋]黄庭坚(70)
石林家训	[宋]叶梦得(77)
修身要略以戒诸子	(78)
性善说喻子弟	(78)
不贰过说喻诸子	(78)
尽忠实录以遗子孙	(81)
戒诸子侄以保孝行	(82)

因仲子程、模出仕,以忠谏之义谕其行	(82)
勉幼子力学解	(83)
避难缙云以乐自况	(86)
又家训后四条	(86)
放翁家训	[宋]陆 游(93)
朱子训子帖	[宋]朱 熹(110)
训子	[元]许 衡(114)
诫子书	[明]薛 瑄(116)
训子言	[明]袁 黄(119)
功过格款	(129)
药言	[明]姚舜牧(134)
奉常家训	[清]王时敏(170)
诲子	[清]唐 甄(180)
聪训斋语	[清]张 英(182)
恒产琐言	[清]张 英(241)
里堂家训	[清]焦 循(259)
为学	[清]彭端淑(267)
——示子侄	
后记	(270)

诫子书

[汉]东方朔^[1]

明者处世，莫尚于中^[2]。优哉游哉^[3]，与道相从^[4]。首阳为拙^[5]，柳惠为工^[6]。饱食安步^[7]，以仕代农^[8]。依隐玩世^[9]，诡时不逢^[10]。是故才尽者身危^[11]，好名者得华^[12]；有群者累生^[13]，孤贵者失和^[14]；遗余者不匮^[15]，自尽者无多^[16]。圣人之道，一龙一蛇^[17]，形见神藏^[18]，与物变化^[19]，随时之宜^[20]，无有常家^[21]。

注释

- [1] 东方朔(前154—前93):西汉文学家。字曼倩,平原厌次(今山东省德州市陵城区)人。汉武帝时曾任太中大夫等职。他诙谐滑稽,善于察言观色,隐寓讽谏,反对大兴园林,主张靠农业、军事使国家富强。所作《答客难》较为出名。明代人辑有《东方先生集》。
- [2] 莫尚于中:没有比中庸之道更好的了。
- [3] 优哉游哉:形容从容自得、悠闲无事。
- [4] 与道相从:不离正道。
- [5] 首阳为拙:首阳,山名,在今山西省永济市南。相传伯夷、叔齐反对周武王伐纣而逃到首阳山,不食周粟而死。首阳在这里指代伯夷、叔齐。首阳为拙,是说伯夷、叔齐逃避现实并不高明。

- [6] 柳惠为工:柳惠即柳下惠,春秋时期鲁国大夫,掌管刑狱,曾派人劝阻齐国伐鲁。为官正直,曾三遭罢黜,但对鲁国忠诚不二。柳惠为工,是说柳下惠处世严谨。
- [7] 安步:缓缓步行。
- [8] 以仕代农:以做官取代农耕。
- [9] 依隐:或为官,或隐居,视情况如何而定。 玩世:处世灵活。
- [10] 诡时不逢:躲开不利的时机,即没有好时机就不盲目行动。
- [11] 才尽者:黔驴技穷的人。
- [12] 好名者:追求名声的人。
- [13] 有群者累生:拉帮结派的人自受其害。
- [14] 孤贵者失和:清高的人不能与人和睦相处。
- [15] 遗余者不匮:做事留有余地的人不会被动。
- [16] 自尽者无多:不顾实际苦苦追求的人所获不多。
- [17] 一龙一蛇:时而为龙,时而为蛇。比喻时隐时现,变幻莫测。
- [18] 形见神藏:身躯出现,但内心主张不外露。
- [19] 与物变化:随客观情况的变化而变化。
- [20] 随时之宜:视时机的不同采取适当措施。
- [21] 常家:固定不变的活动方式、活动处所。

女 诫

[汉] 蔡邕^[1]

礼^[2]，女始行服纁^[3]。纁，绛也^[4]。绛，正色也^[5]。红紫不以为褻服^[6]，緌绿不以为上服^[7]。缁贵厚而色尚深^[8]，为其坚纫也^[9]。

而今之务在奢丽^[10]，志好美饰。帛必薄细^[11]，彩必轻浅^[12]。或一朝之晏^[13]，再三易衣^[14]，从庆移坐，不因故服^[15]。

夫心，犹首面也，是以甚致饰焉^[16]。面一旦不修饰，则尘垢秽之；心一朝不思善，则邪恶入之。人咸知饰其面^[17]，而莫修其心^[18]，惑矣！夫面之不饰，愚者谓之丑；心之不修，贤者谓之恶。愚者谓之丑，犹可；贤者谓之恶，将何容焉^[19]？故览照拭面^[20]，则思其心之洁也^[21]；傅脂^[22]，则思其心之和也^[23]；加粉，则思其心之鲜也^[24]；泽发^[25]，则思其心之顺也；用栉^[26]，则思其心之理也^[27]；立髻^[28]，则思其心之正也；摄鬓^[29]，则思其心之整也^[30]。

注释

- [1] 蔡邕(132—192)：东汉文学家。字伯喈，陈留圉(今河南省杞县)人。汉灵帝时为议郎，因上书指陈时弊而被流放。董卓专权时，任中郎将等职。董卓被杀后，被捕死于狱中。善辞赋，精通经史、天文、音律。有《蔡中郎集》传世。《女训》是蔡邕为教育女儿蔡琰而写的，内容