

■ 中華文化大講堂書系

朱子治家格言 | 研习报告

钟茂森教授讲述

《朱子治家格言》也称《朱子家训》，所谓家训就是治家不可改变的原则，明确家族弟子的生活规范，没有委曲道理，须直下力行。《朱子治家格言》融合古圣先贤学养精髓，以「修身齐家」为宗旨，积淀儒家做人处世方法之大成，不仅是治家训诫篇，更是治国平天下，和谐世界之和睦篇。在复兴中华文化的今天，不仅是修身良箴，更成为伦理道德和因果教育的绝佳基础教材。

中國華僑出版社

■ 中華文化大講堂書系

朱子治家格言 | 研習報告

鍾茂森教授講述



中國華僑出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

《朱子治家格言》研习报告 / 钟茂森著. —北京:
中国华侨出版社, 2010. 3

ISBN 978-7-5113-0268-7

I. ①朱… II. ①钟… III. ①家庭道德—中国—清代
②朱子治家格言—研究 IV. ①B823. 1

中国版本图书馆CIP数据核字 (2010) 第037298号

• 《朱子治家格言》研习报告

著 者 / 钟茂森

责任编辑 / 文 心

责任校对 / 志 刚

经 销 / 新华书店

开 本 / 787 × 1092 毫米 16 开 印张 / 17 字数 / 300 千

印 刷 / 北京彩虹伟业印刷有限公司

版 次 / 2010 年 5 月第 1 版 2010 年 5 月第 1 次印刷

书 号 / ISBN 978-7-5113-0268-7

定 价 / 25.00 元

中国华侨出版社 北京市安定路 20 号院 3 号楼 305 室 邮 编: 100029

法律顾问: 陈鹰律师事务所

编辑部: (010) 64443056 传真: (010) 64439708

发行部: (010) 64443051

网 址: www.oveaschin.com

E-mail: oveaschin@sina.com

前言

《朱子治家格言》，作者朱柏庐，明末清初著名的理学家、教育家，他又名用纯，字致一，本文也称为“朱柏庐治家格言”，或者“朱用纯治家格言”。

朱子一生潜心学问，以礼自持，在“学而时习”中，做到知行合一，临终留给弟子们的遗嘱意味隽永：“学问在性命，事业在忠孝。”

他一生著作很多，除了《朱子治家格言》，还有《四书讲义》、《春秋五传酌解》等等。

《朱子治家格言》，是讲求道德修养、行为规范的准则，是劝人勤俭治家、安分守己的一篇家训，故也称《朱子家训》。

《朱子家训》被陈弘谋先生选入《五种遗规》，是朱子综一生之学养，完全秉承圣哲祖先的教诲，给家族子孙的一篇训诫文。其内容涉及洒扫应对，择偶交友，求学立志，家业道业，修身齐家，治国平天下等社会人生的诸多方面，集儒家做人处世方法之大成，因其思想植根深厚，极富智慧涵养，所以300年来脍炙人口，家喻户晓，其中一些句子已成为至理名言，对当时以及后学者产生了极大影响，在复兴中华文化的今天，不仅是修身良箴，更成为伦理道德和因果教育的绝佳基础教材。

格言大多是以激励为主的语句，言简意赅，可以作为人们的行为规范。本篇格言是劝勤、勉学、励志、诲诫、修身乃至明德的一篇家训，篇幅短小，字字珠玑，虽义理宏深，而读来浅易，更切实用，也愈见朱柏

《朱子治家格言》研习报告

卢夫子道德学问之深厚，我辈感念朱夫子垂诫训示之恩德，以至诚心读诵受持此文，必将于敦伦尽分中，实现家和人乐，乃至国清宇宁，社会和谐。

钟茂森博士几十年人生，得益于祖辈、父辈的传统教育，可谓家学渊源。作为一名著名金融学博士、教授，他心存高远，志在圣贤，放下世间名位，师从海内外闻名的传统文化大德，一门深入，专心学习，讲解儒释道三家经典，加之生活点滴之中笃实的力行，不断培养自己的真实智慧，所谓“修德有功，性德方显”，几年来累计做了1000多个小时的修学心得报告，把先祖先哲的圣贤之道解读得圆通自在，得到多方赞誉，深受海内外各界人士的推崇。

本研习报告20个小时，计15万字，是钟博士道德学问、涵养功夫的真实呈现。《朱子治家格言》五十四句话，博士每一句都先从事上来开解，以存养学人之仁心，然后再从心上提起我们的正念，升华我们学习的心境，又辅之以生动浅显的古今案例，让我们在细致领会圣贤教诲的过程中，从事上、心上提起观照，为日后的落实找到下手处，真正做到学以致用。

“记问之学，不足为人师”，博士的报告，让我们再次领悟智慧靠养，不是学来的；智慧是由定来的，不是外来的。道德是实学内功，养慧先要养心，一部《朱子治家格言》，孩童时母亲买回家，并亲自讲解，此后读诵受持，今年37岁的博士，体会、力行了整整30年。“逝者如斯夫”，几十年岁月流逝，而博士道德之根愈深，是智慧的母亲，卓尔不群，才有“志于道，据于德，依于仁，游于艺”为我们宣讲圣贤教诲的博士，感恩祖先，感恩钟妈妈！

博士在报告中，谆谆提醒，把圣贤教诲放在心中，就与圣贤心心相应；能够把圣贤风范力行实践到自己的生活中，我们便与圣贤无二无别。言为心声，语境心境，朴实无华，醇厚世情，含摄道义，我辈学人如果不能把自己的心境置换成圣贤心，那是入宝山而空手回，遇到圣贤，当

面错过，枉负圣贤与博士同心同志之宣说演绎，更辜负一世为人，岂不哀哉可伤？

“业精于勤，荒于嬉”，勿再慨叹“一事无成人渐老，一钱不值何消说”！过去成为历史，未来还没有来到，只有今天可以把握；而未来的明天，是由一个个的今天构成，欲知明日结果，还看今朝造作，可不慎乎？

博士又教诫我们，什么事情，只要肯做，无有不至者。这是自己的事情，求人难，求自己简单，大道至简，何故还在因循守旧、固步难前？道业未成，无常至速！岂可再悠悠放任，蹉跎一生？不能够成圣成贤，是志愿不坚。愿我辈学人、同仁以及诸位有缘朋友、家门弟子，遵规守训，孝悌和顺，立志圣贤，一心向道，勉力精勤，切勿再误！圆满成就，即在当下，所谓“仁远乎哉？我欲仁，斯仁至矣！”

我们相信，《〈朱子治家格言〉研习报告》之成书，一定对导正人心、和谐社会大有裨益，因其字里行间，处处都是伦理道德因果的教育，有缘者学之，不仅修身齐家，也会治国平天下，乃至实现社会之和谐。

印光祖师遗训：若欲挽回世道人心，唯靠推动因果教育。安士先生曰：“人人知因果，大治之道也；人人不信因果，大乱之道也。”当代大德也常以各位祖师之遗训教化社会人心，效果显著。

《朱子治家格言》，虽只有《弟子规》一半的篇幅，却圆满地明发修身乃齐家治平之本，不仅是儒家最好的一篇道德教育教材，更难得的，是其中道理都渗透着因果报应理念，且句句朗朗上口，便于读诵受持。

作为一篇深受推崇的优秀家训，可惜的是书店里或市面上很难见到其讲解、易解书籍，或者光盘。钟博士2009年9月在国内用普通话讲解20个小时之后，反响非常好，12月初又应邀在香港用粤语讲解一遍，许多人听了钟博士《朱子治家格言》的讲解，非常欢喜，有要刻碟的，有要等书稿整理之后印书的，还有的朋友希望能有一本《朱子治家格言》的易解。古德云“一时劝人以言，百世劝人以书”，为飨读者，我们不揣浅

《朱子治家格言》研习报告

陋，尽快将博士的讲解打印校对，整理编辑成本书《〈朱子治家格言〉研习报告》，并根据本研习报告整理了一篇一万字的《〈朱子治家格言〉易解》。由于时间有限，更是德能不足，一定会有疏漏，请各位朋友多多包涵，并真诚期望仁者、大德不吝赐教，无限感恩。

——编者敬书

目 录

前 言	1
朱子治家格言（原文）	1
第一讲 作者生平 内容简介	3
第二讲 克己身心 和谐世界	7
第三讲 修养身心 防心离过	15
第四讲 节约资源 惜福报恩	20
第五讲 事豫则立 修心从善	24
第六讲 俭约奉己 积功累德	27
第七讲 行事有度 适可而止	31
第八讲 淡泊修身 勤俭养德	34
第九讲 德义为公 庇荫子孙	38
第十讲 言行谨慎 守心护念	45
第十一讲 贤淑有德 思之无邪	47
第十二讲 防微杜渐 利己利他	50

《朱子治家格言》研习报告

第十三讲	祭祀诚心 福报根源	52
第十四讲	经书典籍 圣贤之根	58
第十五讲	持身笃实 做人诚意	63
第十六讲	家道至要 莫若教子	66
第十七讲	非义不敢 君子风范	73
第十八讲	戒酒养德 智慧不泯	77
第十九讲	宅心仁厚 施惠赈卒	81
第二十讲	仁爱助人 增长福德	83
第二十一讲	作善百祥 作恶百殃	87
第二十二讲	违背伦常 根枯树亡	90
第二十三讲	取少予多 家族和睦	94
第二十四讲	家风严谨 子孙百世	97
第二十五讲	听妇乱家 愧为丈夫	100
第二十六讲	重财轻亲 非为人子	103
第二十七讲	嫁女娶妇 重义轻利	109
第二十八讲	谄媚富足 不重不威	114
第二十九讲	傲己骄贫 自轻自贱	118
第三十讲	不争不讼 万事兴隆	122
第三十一讲	言多必失 慎养口德	126
第三十二讲	有恃无恐 势倾灾至	133
第三十三讲	慈心于物 恻隐养性	138
第三十四讲	刚愎自用 悔败在后	145
第三十五讲	颓废懈怠 诸事难成	148

第三十六讲	亲近小人 日久必害	151
第三十七讲	老成持重 急难可依	158
第三十八讲	修道修己 不见人过	161
第三十九讲	处事争论 平心自省	168
第四十讲	真心施与 清静有功	172
第四十一讲	知恩报恩 滴水涌泉	176
第四十二讲	适可而止 宽厚仁慈	179
第四十三讲	富在知足 贵在知退	182
第四十四讲	嫉妒不平 怨人害己	186
第四十五讲	灾祸旦夕 当怜勿喜	189
第四十六讲	真心行善 不求世名	191
第四十七讲	文过饰非 错上加恶	198
第四十八讲	万恶淫首 殃及妻女	200
第四十九讲	暗箭伤人 祸及子孙	221
第五十讲	礼敬谦让 和气平安	224
第五十一讲	愿报国恩 乐交国税	230
第五十二讲	学贵立志 志在圣贤	234
第五十三讲	苟利国家 何计己身	241
第五十四讲	乐天知命 随缘行善	246
第五十五讲	如此修学 近乎圣贤	248
后 记		251

朱子治家格言

黎明即起。洒扫庭除。要内外整洁。
既昏便息。关锁门户。必亲自检点。
一粥一饭。当思来处不易。半丝半缕。恒念物力维艰。
宜未雨而绸缪。毋临渴而掘井。
自奉必须俭约。燕客切勿留连。
器具质而洁。瓦缶胜金玉。饮食约而精。园蔬愈珍馐。
勿营华屋。勿谋良田。三姑六婆。实淫盗之媒。
婢美妾娇。非闺房之福。奴仆勿用俊美。妻妾切忌艳妆。
祖宗虽远。祭祀不可不诚。子孙虽愚。经书不可不读。
居身务其质朴。训子要有义方。
勿贪意外之财。莫饮过量之酒。
与肩挑贸易。毋占便宜。见贫苦亲邻。须加温恤。
刻薄成家。理无久享。伦常乖舛。立见消亡。
兄弟叔侄。须分多润寡。长幼内外。宜辞严法肃。
听妇言。乖骨肉。岂是丈夫。重货财。薄父母。不成人子。
嫁女择佳婿。毋索重聘。娶妇求淑女。勿计厚奁。
见富贵而生谄容者。最可耻。见贫穷而作骄态者。贱莫甚。
居家戒争讼。讼则终凶。处世戒多言。言多必失。
毋恃势力而凌逼孤寡。勿贪口腹而恣杀牲禽。
乖僻自是。悔误必多。颓惰自甘。家道难成。

狎昵恶少。久必受其累。屈志老成。急则可相倚。
轻听发言。安知非人之谮愬。当忍耐三思。因事相争。
安知非我之不是。须平心再想。施惠无念。受恩莫忘。
凡事当留余地。得意不宜再往。
人有喜庆。不可生妒忌心。人有祸患。不可生喜幸心。
善欲人见。不是真善。恶恐人知。便是大恶。
见色而起淫心。报在妻女。匿怨而用暗箭。祸延子孙。
家门和顺。虽饔飧不继。亦有余欢。
国课早完。即囊橐无余。自得至乐。
读书志在圣贤。非徒科第。为官心存君国。岂计身家。
守分安命。顺时听天。为人若此。庶乎近焉。

第一讲 作者生平 内容简介

尊敬的诸位朋友，大家好！

我们今天一起来研读《朱子治家格言》。这一篇文章虽然很短，但是脍炙人口，流通非常广泛，清朝以来，孩童从小就开始诵读，大家都耳熟能详。

首先我们简单介绍一下朱子其人。

一听到朱子，很多人可能会误以为是南宋时代的朱熹。《朱子治家格言》的作者，是明末清初的朱柏庐先生。他是著名的理学家、教育家，他又名用纯，字致一，所以这篇文章有时候也称为“朱柏庐治家格言”，或者“朱用纯治家格言”。

朱子是昆山人，在明朝末年考取秀才。后来清军入关，他的父亲在抵御清军的时候遇难，此事对他震动很大，他决心像父亲那样，绝不屈膝，一定要坚持民族气节。所以他一直没有在清朝做官，一生潜心治学，专学程朱理学，并在自己家乡教授学生，提倡“知行并进”，也就是说学了一定要去实践，做到“学而时习”。

他以礼自持，对自己要求非常严格，本身就做到了知行合一。在临终的时候，他留给弟子们的遗嘱是“学问在性命，事业在忠孝”十个字。这是朱子其人。

他一生著作很多，除了《朱子治家格言》，还有《四书讲义》、《春秋五传酌解》等等。

《朱子治家格言》研习报告

《朱子治家格言》，是讲求道德修养，行为规范的准则，劝人勤俭治家，安分守己的一篇家训。作者归纳了日常生活中的各种事务，并给出正确处理的原则和方法，很容易在生活中去运用和落实；只有54句，500多个字，篇幅短小，语言凝练，读来朗朗上口。300多年来传诵于全国，乃至东南亚华人地区，其中一些句子已成为至理名言，对当时以及后来学者产生的影响极大。

《朱子治家格言》流通的版本不同，字句有一些出入，但是不大，本次我们选用的是清朝陈弘谋所编集的《五种遗规》第一辑《养正遗规》中的版本。

作为一篇养正教材，《朱子治家格言》是中华传统美德的细化，是流传最广的家庭教育读物之一，我们于当今之世，学习研读朱子家训，小则格物致知、修养身心，大则齐家治国、和谐社会，虽是一时开卷，而意义深远。

古大德说，一分诚敬得一分利益；让我们以殷重的心领受先儒教诲。

◎ 治家格言 修身良箴

我们先看题目里的“治家格言”，治家格言就是家训。家训，当然首先是对家里子弟所讲的，语言非常地平实，但却是字字珠玑，每一字每一句都是深入浅出，把人生的哲理为我们讲述出来。这是一篇很好的家庭教育文章，说它是格言，也就是真理的意思，真理之言，是真、善、美之言，这才称为格言。这个“格”，有《大学》里面所讲的格物的意思。这个“格”，王阳明先生翻译成正，就是真正的这种言语。这个“格”还有什么意思？讲得浅近一点还有格斗的意思，格物就是跟我们的物欲格斗，把物欲能够格除掉，我们的心才正。所谓格物正心，格物致知，诚意正心，这是修身之始，就在于格物。说到治家，也就是《大学》里讲的齐家，齐家也好，治国也好，平天下也好，都是以修身为本。所以我

们看通篇的治家格言，就是讲一个修身的道理，确实它是以修身为本的。

说治家，必定就涵盖《大学》所说的三纲八目。所谓三纲：“明明德，亲民，止于至善。”“明明德”就是恢复我们本来具有的性德，这个性德本来是明的，是觉悟的，现在只是被我们的烦恼、习气、毛病，种种这些污染给障蔽住了，所以“明德”就不明了。修身就是把原本的明德，给它复明起来。能明明德，那是自己的事情，他对人必然能做到亲民，就是也令别人明其明德，令天下人明其明德，这就是平天下。我与一切大众都明其明德了，这就叫止于至善。

修身的功夫在于“格物、致知、诚意、正心”。格物就是放下自己的习气、烦恼、物欲，这个物欲泛滥起来不得了，那是我们堕落的一个根源。所以我们每天要跟它格斗！把它降伏住，就是朱熹夫子所谓的“存天理，灭人欲”，这是格物的功夫。有了格物的功夫，才能致知，使我们本有的良知现前，我们用这种良知来待人、处事、接物，自己必然能做到诚意，这是意念真诚了。人在的时候、人不在的时候、幽居独处的時候，都是一样，这叫慎独。诚意的表现就是慎独，有诚意的功夫，心也就正了。心正是什么？心里无私，大公无私就是心正。所以格物、致知、诚意、正心，就是修身。说到治家，必定前面要做到“格物、致知、诚意、正心，修身”，那么后面也就通“治国、平天下”了。自己身修好了，家也治好了，就能够影响国家，影响社会乃至世界。这也是我们现在国家领导人提出的和谐社会、和谐世界。这都是要从自己一身、一家开始修起的。

◎ 少遇家训 落实教诲

《朱子治家格言》这篇文章，我们应该把它作为非常重要的修身的文章。

虽然它只有 500 多个字（版本不同），差不多只是《弟子规》的一半，

《朱子治家格言》研习报告

《弟子规》是1080个字，但是它所说的这些义理，完全不亚于《弟子规》，可以作为相辅相成的教材。末学个人，和这篇文章，也是非常有缘分。“文革”过后，那时我还很小，母亲在书店都买不到这种关于修身的书本，偶然之间在路边看到有人在卖那种毛笔字帖，里面有这篇《朱子治家格言》，母亲就买回来教我念，教我背，给我讲解，所以我从小就会背这篇文章。随着这几十年的成长，其实都是在不断地领会、不断地落实这篇文章的教诲。

◎ 由事到心 逐句解析

我们习讲这篇文章，可能跟以往有所不同，这次详细分析每一句话，每一句话都从两个方面来分析，一个是就事上来讲，如何来学习实践，就是每一句都找到下手处；一个是从心上来讲，我们如何领会里头的深义，进而能够真正导归到自心，变成自己的人生态度。

第二讲 克己身心 和谐世界

【黎明即起。洒扫庭除。要内外整洁。】

这篇文章总共分成五十四句话，第一句话往往是一篇文章里很重要的一句。

从字面上看，这句话非常地简单。“黎明”就是早晨，天刚亮的时候，我们必定要起床了，起床之后要扫地、擦拭，打扫家里各个房间的卫生。“庭除”就是庭院内外，内外都需要整洁。这句话就是告诉你，起来之后要打扫卫生。乍看起来好像没什么内容，但值得一提的是，中国古代文化的典籍，它能够成为传世之作，一般来讲，首句都有极其深刻的意义。我们看儒家很多的典籍、很多文章，它的第一句话，往往都是提纲挈领，涵盖了全篇的义理。譬如说，我们刚刚习讲过的《大学》，它首句就是：“大学之道，在明明德，在亲民，在止于至善。”这一句话就涵盖了《大学》之道，“大学”就是大人之学，圣贤之学。

《论语》二十篇，“学而第一”篇，第一句话：“子曰：学而时习之，不亦说乎？有朋自远方来，不亦乐乎？人不知而不愠，不亦君子乎？”这一句话也把圣学之道总结概括出来了。我们并非生而知之，所以必定要学。整个圣贤之道就是以“学”字为宗，宗就是纲领。“学而时习之”的“习”就是实践，学了就真干，真正落实到自己的生活行为当中。所以，以习为趣，这个趣有道路的意思，你要真正通晓圣贤的道路，就得实践，