

新疆青少年出版社

肖慧 译注
「南朝·梁」颜之推 著

颜氏家训



颜氏家训

原著：〔南朝·梁〕 颜之推

译注：肖 慧

新疆青少年出版社

责任编辑:武红 郭逢辉

装帧设计:静玲工作室

颜氏家训

原著:[南朝·梁] 颜之推 译注:肖慧

新疆青少年出版社出版

(乌鲁木齐市胜利路 100 号 邮编:830001)

新华书店经销 北京朝教印刷厂印刷

850×1168 毫米 32 开 6 印张

2005 年 1 月修订版 2005 年 1 月第 1 次印刷

印数:1—5000 册

ISBN 7-5371-4118-5/1·1981 总定价:76.00 元(共三册)

如有印装质量问题请直接同承印厂调换

前 言

在南北朝时期(公元420年—公元589年),我国政权频繁更替,先后经历了宋、齐、梁、陈、北魏、东魏、北齐、西魏、北周等。这一时期,政局不稳,战乱不断,社会动荡不安,国家危难,百姓困顿。“乱世出英雄”,这个风雨飘摇的年代,在造就名垂青史的沙场英雄的同时,也成就了不少政治上的伟人及大学问家和学者,而颜之推正是其中的佼佼者。

颜之推,字子介,生于梁武帝大通三年,卒于隋朝初年。他自幼聪颖好学,加之其父教导有方,十二岁便崭露头角,所作之文,“词情典丽,甚为西府所称”(注:颜之推年少时,其父曾任镇西府议参军);十九岁时,任湘东王国左常侍,当时,由于受玄学影响,沾染了一些不良习气,好在他及时醒悟,但随之而来的侯景之乱,差一点给他惹来杀身之祸。侯景之乱平定后,他回到江陵,在梁元帝朝任散骑侍郎。二十四岁那年,西魏军攻破江陵,他再度被俘,终不忘故国,历尽千辛万苦,逃回梁;不料梁将陈霸先废梁自立,无奈之下,只得留仕北齐。在他四十七岁那年,北齐为北周所灭,让他第三次饱尝亡国之苦痛。后隋灭北周,他被太子召为学士,不久因病而逝世。一生坎坷而传奇的命运铸就他思想敏锐,个性执着的品性。

“生于乱世,长于戎马,流离播越”的颜之推,晚年目

睹士族子弟的没落和社会的动荡，深有感慨，于是，结合自身的经历，本着“务先王之道，绍家业之业”的宗旨，著成《颜氏家训》一书，以希教导好颜家子弟，扭转当时士族子弟颓废之势。

《颜氏家训》全书共二十篇，内容涉及相当广泛，包括修身、养性、治家、为学、处世等诸多方面。全书以家训形式，不仅有对后辈们的淳淳教导，还包括了颜之推自己对社会政治、思想文化、伦理道德、风俗习惯等一系列问题的独到见解，其间的许多见解，在今天看来，仍有其积极意义。

首先是作者提出的家庭教育三部曲：即幼稚期、成年期和晚年期的教育。颜之推认为，幼年学习的黄金时期，劝戒子弟们要抓紧时间，努力学习。其语曰：“幼而学者，如日出之光。”充分肯定年少时学习的重要性。不仅如此，作者还劝戒后辈们成年之后也不能放松自己，要积极地不断学习，完善自己，正如他所说：“及至冠婚，体稍定，因此天机，倍须引诱。”而尤其难能可贵的是，作者认为老年人也应该不辍学习，“老师学者，如秉烛夜行，犹贤乎瞑目而无见者也。”这种“活到老学到老”的思想，很值得今日无所事事的老年人深思！

其次，作者很重视家庭的和睦。众所周知，家庭是社会的细胞，家庭和睦，对整个社会的和谐稳定都有不容忽视的作用。作者在《兄弟》篇、《后娶》篇提出：家庭内要做到父慈子孝、兄友弟恭、夫义妇顺。虽然有些封建的观点，但其中家庭和睦的精神仍有其现实意义，毕竟“家和

万事兴”嘛！

再其次，作者鼓励子孙们树立远大志向，修养德性，多在生活中磨炼自己，争取成为于国家、社会有用的人。这一观点，在今天多数的家庭教育和学校教育里仍广为采用。

最后，也是本书的精华。作者在训诫子孙后代的同时，用自己的亲身经历、切身体会，对许多问题阐明自己的独到见解，虽然有些见解不免有失偏颇，但其中不乏真知灼见。如在《文章》篇，作者明确反对滥用典故、华而不实的文风，和后来唐宋“古文运动”的精神有相同之处。再比如《音辞》篇中用发展的观点，列举大量的事实，旁征博引，第一次提出了语言的差异性，因而成为我国语言研究史上的重要文献。

然而，颜之推毕竟生活在一千多年前的封建社会，他的有些思想，如重文轻武，男尊女卑，听天由命，明哲保身等，都有明显的封建烙印，是糟粕，应该摒弃。

我们从该书中精选出十六篇，进行了译注，并作了简短的评述，以便读者阅读。由于学识水平有限，不免有疏漏之处，敬请广大读者指正。

2005 年 1 月

目 录

序致第一	(1)
教子第二	(8)
兄弟第三	(18)
后娶第四	(26)
治家第五	(34)
风操第六	(46)
慕贤第七	(57)
勉学第八	(69)
文章第九	(96)
名实第十	(118)
涉务第十一	(130)
省事第十二	(138)
止足第十三	(154)
诫兵第十四	(159)
养生第十五	(166)
归心第十六	(174)

序致第一

【原文】

夫圣贤之书^①，教人诚孝^②，慎言^③，检迹^④，立身扬名^⑤，亦已备矣。魏、晋以来，所著诸子^⑥，理重事复，递相模效^⑦，犹屋下架屋，床上施床耳^⑧。吾今所以复为此者^⑨，非敢轨物范世也^⑩，业以整齐门内^⑪，提撕子孙^⑫。夫同言而信^⑬，信其所亲^⑭；同命而行，行其所服^⑮。禁童子之暴谑^⑯，则师友之诚，不如傅婢之指挥^⑰；止凡人之斗鬩^⑱，则尧、舜之道，不如寡妻之诲谕^⑲。吾望此书为汝曹之所信^⑳，犹贤于傅婢寡妻耳^㉑。

吾家风教^㉒，素为整密^㉓。昔在韶齿^㉔，便蒙诱诲。每从两兄^㉕，晓夕温清^㉖，规行矩步^㉗，安辞定色，锵锵翼翼^㉘，若朝严君焉^㉙。赐以优言，问所好尚，励短引长，莫不恳笃。年始九岁，便丁荼蓼^㉚，家途^㉛离散，百口索然^㉜。慈兄鞠养^㉝，苦辛备至；有仁无威，导示不切^㉞。虽读《礼》、《传》^㉟，微爱属文^㊱，颇为凡人之所陶染^㊲，肆欲轻言，不修边幅^㊳。年十八九，少知砥砺^㊴，习若自然，卒难洗荡^㊵。二十已后，大过稀焉^㊶，每常心共口敌^㊷，性与情竞^㊸，夜觉晓非^㊹，今悔昨失，自怜无教^㊺，以至于斯。追思平昔之

顏
氏
家
訓





指^⑩，铭肌镂骨^⑪，非徒古书之诫^⑫，经目过耳也。故留此二十篇，以为汝曹后车耳^⑬。

【注释】

①圣贤：道德智能极高的人。

②诚孝：即“忠孝”。

③慎言：慎重说话，做事说话谨慎。

④检迹：行为自持，不放纵。是六朝及隋时的习惯用语。

⑤立身扬名：即显身扬名，有威望。

⑥诸子：本指先秦诸子，如孔子及其学生所著《论语》、孟子所著《孟子》等。此处指魏晋以来各家阐述儒家学说的论著。

⑦效：同“效”。“模效”即“模效”，模拟、仿效的意思。

⑧屋下架屋，床上施床：六朝、隋唐时的习惯用语，意为多而无用，喻指简单模仿、重复他人而缺少新意。

⑨复：又，再。

⑩轨物范世：轨，车走过的痕迹，喻指应遵守的规范；范，制作器物的楷模，喻指模范、榜样。轨物范世，喻指世人为人处世的模范。

⑪业以，即“用它来……”。

⑫提撕(xī)：提引、拉扯。

⑬同言：同样的话。

⑭亲：此指喜欢接近他的人，不同于现代只指亲属。

⑮服：信服、敬服。

⑯暴谑(xuè)：暴，暴躁，淘气；谑，戏谑，顽皮。

⑰师友：可以求教请益的人；多指师长。傅婢：即侍婢，女佣

人。

⑮凡人：意为普通人，指平常的兄弟间。斗阋（xì）：指家庭内部的斗殴争吵。

⑯尧、舜：传说中远古时代的两位贤君。寡妻：嫡妻，正妻，即妻子。

⑰汝曹：你们。曹，指辈、群，今方言里还有这种说法。“汝曹”即你们这些人，是长辈称呼子孙后辈时用的。

⑱贤：胜于，超过。

⑲风教：此处即指家教。

⑳检密：整，整齐，严整。密：周详，完备。

㉑昔：从前，往日。龀（tiáo chèn）：指儿童脱掉乳牙，长出恒牙，指童年。

㉒从：随从，跟从。

㉓晚夕：早晚。温清（qīng）：古代子女奉养父母的礼节，是要“冬温而夏清”，即冬天要为父母温暖被窝，夏天要为父母扇席子使父母凉快。

㉔规行矩步：规，矩，指圆规和直尺，引申为准则、法度。规行矩步指步行端庄。比喻言行谨慎，举止端方。

㉕锵锵（qiāng）翼翼：即形容人行走时恭敬而有礼。

㉖严君：此指威严的君主、君王。

㉗丁：当，遭遇。荼蓼（tǔ liǎo）：苦菜名，喻指辛苦。此指父母去世，一家人生活困苦。

㉘家途：家道、家业。

㉙百口：指全家。索然：萧索、冷落而无生气的样子。

㉚鞠养：抚养，教养。





⑭切：恳切，指严格要求。

⑮礼传：解说《礼经》的文字。

⑯微：稍微，有点。属（zhǔ）：作文章。

⑰陶染：熏陶感染。

⑱不修边幅：修，修饰，装饰。全词意即为不善整饰衣冠，不注重穿作等。

⑲少（shǎo）：同“稍”。砥砺：磨励，锻炼。

⑳卒（cù）：通“猝”，突然。

㉑过：过错，过失。

㉒心口共敌：用心来控制，使嘴不乱说，此指口是心非。

㉓性与情竞：性：指人的本来素质，常指理性、理智；情：指人的感情、情欲；竞：竞争、斗争。“性与情竞”指人的理智与感情互相矛盾，难以平衡。

㉔觉（jué）：察觉，觉悟。非：过失，失误。

㉕怜：可惜，遗憾。

㉖平昔：往日，经常。指：同“旨”，意旨，意向。

㉗铭肌镂骨：铭，镂同义，记载、镂刻。形容感受深刻，永远不忘。又作“铭心镂骨”，犹言今之“刻骨铭心”。

㉘徒：同类，同类的人。

㉙后车：此为“前车覆，后车鉴”的意思。前车，指可以引为教训的往事。

【译文】

古代圣贤们的书，教导人们要尽忠尽孝、慎重说话、检点自己的行为，不放纵自己；如能这样，立身扬名的条

件也已经足够了。魏、晋以来,也出现了许多解释儒家学说的论著,道理与前人讲得一样,所讲的事情也并不多,只是在互相模仿罢了,就好比在建好的屋子下面再建一屋,在做好的床上再放一张床,只是浪费罢了。我今天之所以要来重新讲讲这事,并不敢用它来做世人修身处世的榜样,只想通过这本书来整顿我的家风,教导子孙们罢了。即使是同样一句话,不同的人说出来就有不同的人相信,相信他说的话,一定是亲近这个人的,喜欢他,才相信他的话。如果别人发布一条命令,就按这个命令去做的人,说明发布命令的人一定是让他信服的人。要禁止小孩子的顽皮,那师长的话就不如女佣们的指挥;要制止平常兄弟间的斗殴争吵,说什么远古贤君尧、舜的教诲就不如他们自己的妻子的劝告管用。我希望这本书所讲的道理你们能理解,这就胜过佣人、妻子在生活中所起的作用了。

我们家的家教一向是很严格周密的。在我还很小的时候,使得到长辈的教诲。每天跟随两位兄长去侍奉父母,早晚各一次,冬天温被御寒,夏天扇席致凉。侍奉父母时一举一动都按矩守规,步行要端庄,神色安详,言语平和,行走时恭敬而有礼,好像朝见威严的君王一样。父母总是鼓励、慰勉我们的话居多,父母询问我们的喜好,要我们扬长避短,这时他们的态度总是很恳切,很慈祥随和。但在我刚刚九岁那年,我家便遭遇了极大的不幸,父





母亲相继去世,家境陷入困苦状态,从此,家道中落,一个百口之家的大家庭显得毫无生气,非常萧条。慈爱的兄长供养我长大,非常辛苦,更多仁慈但却少了些威严,对我的教导显得不很严格。虽然读过《礼记》、《左传》,也稍微有些喜欢作文,但与一般人交往就必然会受到一些熏陶和感化,就有点放纵私欲,常常信口胡言,不修边幅。到了十八、九岁时,就稍稍知道该磨炼自己的性格了,但已习惯成自然,短时间内很难消除。二十岁以后,就很少犯大错误了,不过经常口是心非,表里不一,理智与情感往往会发生矛盾,到了晚上才知道早上做错了事,今天又后悔昨天的错误,可惜自己没有受到良好的教导,才至于如此的罢。如今,再回想从前的那些教训,简直刻骨铭心,与那些只是在古书上看一看的诚说是不同的。因此,才留下这二十篇家训,希望你们别再犯同样的错误了。

【简评】

颜之推是一个大家族的成员,但突逢家道中落,因父母早逝,家教不严,致使成年后犯下很多错误,因此,他以自己的刻骨铭心的经历为材料,教导子孙要重视家庭教育,以便能“整齐门内”,重振家风,让家道重新兴旺起来,以教导子孙以后别犯同样的错误。

文章第一段是用比喻的方法提出家庭教育的重要性,指出应该对兄弟间的矛盾斗争和对小孩子的引导教

育非常重视;第二段是讲自己的亲身经历,以自己刻骨铭心的教训来为后人提供一点“前车之鉴”,说明家庭教育要从孩子小时候就开始抓。

文中言辞恳切,讲述自己亲身经历,晓之以理,动之以情,很是感人。把做家训的目的,即使子孙更好的修身、处世和为学,写得非常清楚,明白。由此可以看出,不仅仅是颜家子孙有了做事做人的准则,就连生活在现代社会的我们,看过该书后,也是受益匪浅。

颜

家

训

氏



教子第二

【原文】

上智不教而成^①，下愚虽教无益^②，中庸之人^③，不教不知也。古者，圣王有胎教之法^④：怀子三月，出居别宫，目不邪视^⑤，耳不妄听，音声滋味^⑥，以礼节之。书之玉版^⑦，藏诸金匱^⑧，生子咳唼^⑨，师保固明^⑩，孝仁礼义，导习之矣。凡庶纵不能尔^⑪，当及婴稚，识人颜色^⑫，知人喜怒，便加教诲，使为则为，使止则止。比及数岁，可省笞罚^⑬。父母威严而有慈，则子女畏惧而生孝矣。吾见世间，无教而有爱，每不能然；饮食运为^⑭，恣其所欲，宜诫翻奖^⑮，应诃反笑^⑯，至有识知^⑰，谓法当尔。骄慢已习^⑱，方复制之，捶撻至死而无威^⑲，忿怒日隆而增怨^⑳，逮于成长^㉑，终为败德。孔子云：“少成若天性，习惯如自然”是也^㉒。俗谚曰：“教妇初来，教儿婴孩。”诚哉斯语！

凡人不能教子女者，亦非欲陷其罪恶，但重于诃怒^㉓，伤其颜色，不忍楚撻^㉔，惨其肌肤尔。当以疾病为谕^㉕，安得不用汤药针艾救之哉^㉖？又宜思勤督训者^㉗，可愿苛虐于骨肉乎^㉘？诚不得已也。

.....

父子之严，不可以狎^㉙；骨肉之爱，不可以简^㉚。简则



慈孝不接^①，狎则怠慢生焉。由命士以上^②，父子异宫^③，此不狎之道也；抑搔痒痛^④，悬衾篋枕^⑤，此不简之教也。或问曰^⑥：“陈亢喜闻君子之远其子^⑦，何谓也？”对曰：“有是也。盖君子之不亲教其子也，《诗》有讽刺之辞^⑧，《礼》有嫌疑之诫^⑨，《书》有悖乱之事^⑩，《春秋》有邪僻之讥^⑪，《易》有备物之象^⑫：皆非父子之可通言，故不亲授耳。”

.....

人之爱子，罕亦能均^⑬；自古及今，此弊多矣。贤俊者自可赏爱，顽鲁者亦当矜怜^⑭，有偏宠者，虽欲以厚之，更所以祸之。共叔之死^⑮，母实为之。赵王之戮^⑯，父实使之。刘表之倾宗覆族^⑰，袁绍之地裂兵亡^⑱，可为灵龟明鉴也^⑲。

齐朝有一士大夫^⑳，尝谓吾曰：“我有一儿，年已十七，颇晓书疏^㉑，教其鲜卑语及琵琶^㉒，稍欲通解，以此伏事公卿^㉓，无不宠爱，亦要事也。”吾时俯而不答。异哉，此人之教子也！若由此业^㉔，自致卿相^㉕，亦不愿汝曹为之。

【注释】

①成：成就。

②益：补助。

③中庸：才智平常的人。古人认为，“中庸之流，要在教化”。

④胎教：指孕妇谨言慎行，遵守礼仪，给胎儿以良好的影响。

⑤邪：不正当，不正派。

⑥音声：也作“声音”，特指音乐的声音。直到唐代，还称奏乐





的人为“音声人”。滋味：美味，亦泛指味道。

⑦玉版：刊刻文字的玉石板。

⑧金匱：匱通“柜”，指用金属做成的藏书柜。古人以“金”统称各种金属。

⑨咳提(hái tí)：也写作“孩提”，指还在襁褓中的婴儿。

⑩师保：古代担任教导贵族子弟的官吏，有“师”有“保”，统称“师保”。

⑪凡庶：平头老百姓。尔：如此，这般。

⑫识：识别。颜色：脸色。

⑬省：省略，去掉。笞(chī)：鞭打，杖击。

⑭运为：作为，行为。

⑮翻：反，反而。

⑯诃：“呵”的异体字，呵斥。

⑰识知：知识。

⑱慢：怠慢。

⑲捶挞(tà)：捶，用拳头或棍棒敲打；挞，用鞭或杖责打。威：尊严，威信。

⑳忿：通“愤”；隆：增加。

㉑逮(dài)：及，等到。

㉒孔子(公元前551年—公元前479年)：春秋末期思想家、政治家、教育家，儒家的创始人。名丘，字仲尼，鲁国陬(zōu)邑(今山东曲阜东南)人。五十岁任鲁国司寇。晚年致力教育，整理《诗》、《书》等古代文献，并把鲁国史官所记《春秋》加以修整，成为我国第一部编年体的历史著作。相传先后有弟子三千人，其中著名的有70余人。其学说以仁为核