

國學基本教材

顏氏家訓

刘舫◎编注



浙江古籍出版社

國學基本教材

顏氏家訓

刘 舫◎编注



浙江古籍出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

颜氏家训 / 刘舫编注. — 杭州: 浙江古籍出版社,
2013.9

国学基本教材

ISBN 978-7-5540-0151-6

I . ①颜… II . ①刘… III . ①家庭道德—中国—南北朝时代 IV . ①B823.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 211627 号

颜氏家训

刘 舫 编注

出版发行 浙江古籍出版社

(杭州体育场路 347 号 电话: 0571-85176986)

网 址 www.zjguji.com

责任编辑 陈临士 裘禾峰

特约编辑 李 凯 田 雨

责任校对 余 宏

美术编辑 刘 欣

责任印务 贾 敏

照 排 杭州立飞图文制作有限公司

印 刷 富阳美术印刷有限公司

开 本 880 × 1230 1/32

印 张 6.125

字 数 151 千字

版 次 2013 年 9 月第 1 版

印 次 2013 年 9 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5540-0151-6

定 价 12.00 元

如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与本社市场营销部联系调换。

“国学基本教材”编辑委员会

总 顾 问：

郭齐勇 武汉大学国学院院长、教授

学术指导：

沈渭滨 秋霞圃书院首任院长、复旦大学历史系教授

王家范 华东师范大学终身教授

葛剑雄 复旦大学历史系教授

骆玉明 复旦大学中文系教授

杨国强 华东师范大学历史系教授

李佐丰 中国传媒大学文学院教授

林安梧 台湾慈济大学教授

赵 林 澳门科技大学特聘教授

温伟耀 香港中文大学客座教授

汪涌豪 复旦大学中文系教授

傅 杰 复旦大学中文系教授

朱青生 北京大学艺术系教授

王 博 北京大学哲学系教授

李天纲 复旦大学哲学学院教授

徐洪兴 复旦大学哲学学院教授

徐志啸 复旦大学中文系教授

张 觉 上海财经大学人文学院教授

张新科 陕西师范大学文学院教授

鲍鹏山 上海开放大学传统文化研究所教授

刘 强 同济大学中文系副教授

统 筹：

孙劲松 向 珂 蒋蔚芳 周金芝

主 编：李耐儒

编 委：

李南晖	陆有富	刘乃溪	徐 骆	须 强
可延涛	李 凯	刘 舫	毛文琦	房春草
李宏哲	张 华	黄晓芳	赵立学	介江岭
张志强	姜李勤	白 坤	晏子然	施仲贞
张 琰	汪佳敏	姚之均	余雅汝	干璐娜

本册编注：刘 舫

总序

秋霞圃书院创办有年，在民间推动国学普及工作，志在以独立之精神、自由之思想为宗旨，促进古今中外文化思想与学术的交流，为中华民族文化的复兴而尽心尽力。其志可嘉，其行可感！

近年，秋霞圃书院耐儒兄主持编撰“国学基本教材”。本套国学教材集复旦大学、武汉大学、南开大学、中山大学、华东师范大学、上海师范大学等名牌院校的二十多名青年学人，采各种版本的国学读本之长，广泛吸取中小学一线语文教师的教学经验，精心编撰，是中小學生比较理想的国学读本，也是便于教师们使用的、较为系统的国学教材。

读本的篇目有：《弟子规》、《三字经》、《千字文》、《千家诗选读》、《幼学琼林》、《诗词格律》、《唐诗选读》、《宋词选读》、《论语》（上、下）、《史记选读》（上、下）、《大学 中庸》、《诗经选读》、《孟子》（上、下）、《左传选读》、《颜氏家训》、《诸子文选》（上、下）、《汉魏六朝文选》、《唐宋文选》、《礼记选读》、《楚辞选读》。每册有指导性概述，有经典原文，有对原文的注释与新译（赏析），并配上文史链接（延伸阅读）、思考讨论等，图文并茂，准确生动，具有可读性与系统性。

梁启超先生说过，《论语》、《孟子》等经典“是两千年国人思想的总源泉，支配着中国人的内外生活，其中有益身心的圣哲格言，一部分久已在我们全社会形成共同意识，我们既做这社会的一分子，总要彻底了解它，才不致和共同意识生隔阂”。这就是说，“四



书”等经典表达了以“仁爱”为中心的“仁义礼智信”等中华民族的核心价值观念，这是中国古代老百姓的日用常行之道，人们就是按此信念而生活的。

中国文化的大传统与小传统是打通了的。国学具有平民化与草根性的特点。中国民间流传着的谚语是：“勿以善小而不为，勿以恶小而为之”；“老吾老以及人之老，幼吾幼以及人之幼”；“积善之家必有余庆，积不善之家必有余殃”。这些来自中国经典的精神，透过《弟子规》、《三字经》、《百家姓》、《千字文》、《千家诗》等蒙学读物及家训、族规、乡约、谱牒、善书，通过大众口耳相传的韵语故事、俚曲戏文、常言俗话，成为“百姓日用而不知”的言行规范。

南宋以后在我国与东亚的民间社会流传甚广、深入人心的朱熹《家训》说：“事师长贵乎礼也，交朋友贵乎信也。见老者，敬之；见幼者，爱之。有德者，年虽下于我，我必尊之；不肖者，年虽高于我，我必远之。”“人有小过，含容而忍之；人大过，以理而谕之。勿以善小而不为，勿以恶小而为之。”又说，“勿损人而利己，勿妒贤而嫉能。勿称忿而报横逆，勿非礼而害物命。见不义之财勿取，遇合理之事则从……子孙不可不教，童仆不可不恤。斯文不可不敬，患难不可不扶。”朱子说此乃日用常行之道，人不可一日无也。应当说，这些内容来源于诗书礼乐之教、孔孟之道，又十分贴近大众。它内蕴着个人与社会的道德，长期以来成为老百姓的生活哲学。

王应麟的《三字经》开宗明义：“人之初，性本善。性相近，习相远。苟不教，性乃迁。教之道，贵以专。”这就把孔子、孟子、荀子关于人性的看法以简化的方式表达了出来。儒家强调性善，又强调人性的养育与训练。

清代李毓秀《弟子规》的总序说：“弟子规，圣人训。首孝弟，次谨信。泛爱众，而亲仁，有余力，则学文。”以下分成“入则孝”、“出则悌”、“谨而信”、“泛爱众而亲仁”等几部分。这些纲目都来自《论语》。《弟子规》中对孩童举止方面的一些要求，如站立时昂首挺胸、双腿站直，见到长辈主动行礼问好，开门关门轻手轻脚，不用力甩门等，这些规范都是文明人起码应有的，是尊重他人而又自尊的体现。又如：“晨必盥，兼漱口，便溺回，辄净手。冠必正，纽必结，袜与履，俱紧切。”“斗闹场，绝勿近，邪僻事，绝勿问。将入门，问孰存，将上堂，声必扬。”“用人物，须明求，倘不问，即为偷。借人物，及时还，后有急，借不难。”这都是有助于文明社会的建构的，是文明人的生活习惯，也是今天社会公德的基础。

朱柏庐在《朱子治家格言》起首的一段说：“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。”这些都是平实不过的道理，体现到一个人身上就是他的家教。旧时骂人，说某某没有家教，那是很重的话，让其全家蒙羞。我们不是要让青少年一定要做多少家务，而是要他们从小学就动手打理好自己与家庭的事情，不要过分依赖父母，依赖他人，能够自己挺立起来，培养责任意识。同时，知道一粥一饭、半丝半缕都是辛劳所得，我们能够懂得去尊重家长与别人的劳动。如果我们真的有敬畏之心，就知道珍惜，不应该浪费。

南开中学的前身天津私立中学堂成立于1904年10月，老校长严范孙亲笔写下“容止格言”：“面必净，发必理，衣必整，纽必结。头容正，肩容平，胸容宽，背容直。气象：勿傲，勿暴，勿怠。颜色：宜和，宜静，宜庄。”这四十字箴言来自蒙学，又是该校对学生容貌、行止的基本要求。校内设整容镜，师生进校时都要照镜正容色。



后来张伯苓先生治校，坚持了这些做法。

蔡元培先生在留德期间撰写了《中学修身教科书》，该书被商务印书馆于1912年至1921年间共印行了十六版，他还为赴法华工写了《华工学校讲义》，两书在民国间影响甚大，今人将其合为《国民修养二种》一书。蔡先生在民国初年为中学生与赴法劳工写教科书，重视社会基层的公民教育。蔡先生的用心颇值得我们重视，他从孝敬父母谈起，创造性地转化本土的文化资源，特别是以儒家道德资源来为近代转型的中国社会的公德建设与公民教育服务。

现今南京夫子庙小学的校训是“亲仁、尚礼、志学、善艺”。我认为这是非常好的。对孩童、少年的教育，首先是培养健康的心性才情，从日常生活习惯，从待人接物开始，学会自重与尊重别人。

我们今天强调成人教育，因为仅有成才教育是不够的，成才教育忽略了我们作为完整的人、健康的人所必需的一些素养，它在人格养成方面几乎是空白。这不是大学教育才有的问题，而是幼儿园、中小学教育就该关注的。养育青少年的性情，需要家庭、学校、社会的配合。

国学当中有很多修身成德、培养君子人格的内容。中国古典的教育，其实就是博雅教育。传统的教育并不是道德说教，也不是填鸭式满堂灌的教育，而是春风化雨似的，让学生在点滴中有所收获并自己体验，如诗教、礼教、乐教等。

我觉得应该让孩子们处在良好的文化氛围中。家长、老师们要以身作则、言传身教，这对孩子们影响很大。家长、老师有义务端正自己的言行，尤其在孩子们面前。要培养孩子分辨是非的能力，多在性情教育上下工夫，关注孩子的心理健康，多与孩子交流，洞察他们的情感，并作正确的引导。现在一些家长做不到

以身作则，他们撒谎骗人，打骂斗狠，不尊重老人，这些都会给孩子的成长烙下负面的印记。

我们也希望同学们能趁着年轻记性好，多读些经典，最好能背诵一些，其中的意思以后可以慢慢领悟。南宋思想家陈亮说过：“童子以记诵为能，少壮以学识为本，老成以德业为重……故君子之道不以其所已能者为足，而尝以其未能者为歉，一日课一日之功，月异而岁不同，孜孜矻矻，死而后已。”

本丛书所收经典与蒙学读物中有很多圣哲格言，都足以让我们受用终身。我们一直希望能有多一些的国学经典进入中小学课堂，至少让“四书”进入教材。我们希望能多一些国文课，让中小学生能接受到系统的传统语言与文化教育。中华民族有很多优根性，更需大大弘扬。

是为序。

郭齐勇

癸巳春于珞珈山

目 录

概 述.....	1
第一章.....	5
序致第一	5
教子第二	9
兄弟第三	15
后娶第四	20
治家第五	25
第二章.....	33
风操第六	33
慕贤第七	53
第三章.....	59
勉学第八	59
第四章.....	81
文章第九	81
名实第十	90
涉务第十一	97
第五章.....	103
省事第十二	103
止足第十三	111
诫兵第十四	115

养生第十五	118
归心第十六	124
第六章.....	135
书证第十七	135
第七章.....	150
音辞第十八	150
杂艺第十九	157
终制第二十	167
后 记.....	179



概述



颜之推像

颜之推(531—595),字介,琅邪临沂(今山东临沂)人。南北朝时期著名的文学家和教育家,曾在北齐官至黄门侍郎,是皇帝的近侍之臣,所以后人以黄门侍郎称呼他。颜之推所著的《颜氏家训》是我国第一部内容比较完整的家训,被称为古今家训之祖,内容涵盖了古代读书人立身处世的方方面面,可以窥见南北朝的社会风貌,也可以了解整个古代历史中读书人的典型

生活形态。颜之推的生平在任何一本介绍古代明贤的书里都可以找到,而《颜氏家训》在任何一本介绍古代经典的书中也占有一席之地,我们把这些介绍暂且作为一个小小的功课请读者们自己去找一找,这里就不赘述了。

一定要把《颜氏家训》与颜之推一生的曲折经历找出一一对应的关系,恐怕不是我们读书的目的,这也是我们不多费笔墨在作者生平的用意。《颜氏家训》不仅是颜之推以颜家子孙为读者所写的一本书,更是一段可以引发我们兴趣和思考的古代生活画卷。且不管它的“经典”头衔,在这本书里我们到底要看什么?

一、古代人的家庭教育

家庭是古代社会最重要的单位,重要的程度就好比我们今天



说的“组织”一样，每个人在精神上都应该属于一个组织。封建国家中地位最高的是皇室家族，以下则是千千万万个家庭。人降生在这个世界上，首先成为某个家庭中的一员，按照血缘有了固定的位置，最基本的人际关系由此建立，所以家庭教育是从伦常开始的。颜之推出生在一个世代为官的家庭，在有科举制度以前，官位是可以世袭的，所以，《家训》是以官宦人家的子弟为教育对象的。一个从小生活在优渥家境中的孩子，到了二十多岁就要去做官，他的知识和品行的形成全依赖家庭教育，可见家庭教育肩负的责任非同小可。所以《家训》相当于戒律，是要严格遵守和维护的，时常还配有相应的惩罚措施，而不是现在父母对孩子的叮咛唠叨。我们读《颜氏家训》的时候，切不可以为“那只是说说而已”，“对家人怎么可能认真”。认真地领受家训的规诫，并传续给后辈，体现着家族的优秀传统，而这样的遗风在现代社会中也并非完全丧失，只是不再作为普遍的做法。

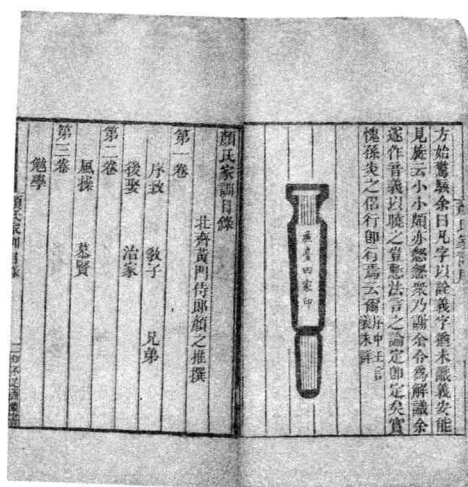
二、古代人的思想世界

人们津津乐道的“孔孟之道”、“儒家正统”云云无论什么时候都不是古代人的全部想法。《颜氏家训》总被后代人指为内容不纯，因为其中融入了道家、佛家的思想。然而，正是因为其中各种思想的杂陈，反映出古代社会真正的思想状态。“五经”是读书人的必修科目，里面不但有人伦道义，还有关于世界的各种知识：《诗经》里的动植物，《尚书》里的古代历史，《礼经》里的典礼仪式，《周易》里的天文地理，《春秋》里的好恶评判；除此之外，道家的高蹈和睿智，佛家的超然和洞透，这些都令人折服，吸引人去深究一番。古人的世界和今天的世界一样丰富，他们同样面临各种诱惑和问题，但他们寻求解决的依据是和我们不一样的，且不

要去管哪些是“好的”，哪些是“坏的”，请保持你的好奇，收集每一块思想的碎片，做一幅古代世界的拼图。

三、现代人的缺憾

很多现代人知识虽多，但教养很浅。有些东西我们觉得不学也应该会，但等到用时却束手无策。人们时常在摩擦、失败、纠结中才懂得人生的道理。而《颜氏家训》把这些都预先整理好教给了子孙，他写的不是知识，而是道理。诚然，道理不能替代实际的遭遇，但没有接受过教导绝不能从容应对遭遇。古人认为一个人最重要的不是拥有财富或权力，也不是掌握卓绝的技能，而是完成自己，也就是通过学习和实践，把上天赋予人类的灵明全部发掘出来，包括自我认识、知足而止、深谋远虑、张弛有度等等，这些都是要克服感官的无穷欲望才能实现的，是无法借助外力的内在的体验，也就是所谓的“很高的境界”，或者“强大的内心”。



知不足斋丛书书影

这些不是不学而能，也不是靠跌倒就能领悟的，而是通过教化才能养成的。《颜氏家训》很细致地把这样的教育分门别类，从中可以看到古人对教养的认识是很深刻的。

《颜氏家训》全书共二十篇，按内容多少大致均分为七章，多的有五篇成一章的，少的则单篇成一章。每篇的内容紧紧围绕篇名展开，篇与篇之间相互独立，分别讲述人生际遇的某一个方面，如此前后连缀成书。读完这本书，如果你希望自己的家里也有一部《家训》，或者你要为自己的子孙写一本《家训》，那也许读《颜氏家训》的目的就达到了。谁家的家训并不重要，真理不属于任何一个小家，而属于敏于求真的大家。

本书为节选本，原文参照了《颜氏家训》（四部备要本），字词的注释主要参考了《辞海》，也参考了王利器先生的《颜氏家训集解》。



第一章

序致第一

夫圣贤之书，教人诚孝^[1]，慎言检迹^[2]，立身扬名，亦已备矣。



注释

[1] 诚孝：即忠孝，为避隋文帝之父杨忠的名讳，改“忠”为“诚”。 [2] 迹：行为。



译文

圣贤的著作，教导人们尽忠行孝，说话谨慎，行为检点，成就事业，播扬名声，所有这些都已讲得很周全。

魏、晋已来，所著诸子^[1]，理重事复，递相模敦^[2]，犹屋下架屋，床上施床耳^[3]。吾今所以复为此者，非敢轨物范世也，业以整齐门内，提撕子孙^[4]。



注释

[1] 诸子：狭义的“诸子”专指先秦诸子及他们的著作，如儒

