

图书在版编目(CIP)数据

中国古代圣贤家训 / 乙力主编. - 兰州 : 兰州大学出版社 ,
2004.6

(中国传统文化经典文库. 第 5 辑)

ISBN 7-311-02413-7

. 中... . 乙... . 家庭道德 - 中国 - 古代
. B823.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 051873 号

中国古代圣贤家训

乙力 编

兰州大学出版社出版发行

兰州市天水路 308 号 电话 : 8617156 邮编 : 730000

E-mail : press @ onbook.com.cn

http : // www.onbook.com.cn

西安新华印刷厂印刷 新华书店发行

开本 : 850 × 1168 毫米 1 / 32 印张 : 140

2004 年 6 月第 1 版 2004 年 6 月第 1 次印刷

字数 : 2574 千字 印数 : 1 - 8000 册

ISBN7-311-02413-7 全套定价 : 200.00 元 [全 20 册]

前 言

中国这个具有五千年光辉历史的文明古国，一直以重视“家教”著称于世。古人进行“家教”的各种文字记录，包括散文、诗歌、格言等等，通常被称为“家训”，这是古人留给我们的珍贵遗产。我国古代家训历史悠久，但到北齐颜之推的《颜氏家训》问世以后，家训作为一种家教读本，其形式才固定下来。所以历史上有“古今家训，以此为祖”之说。

中国古代圣贤家训，是古人向后代传播修身、治家、为人处世的基本方法，也是我国古代长期延续下来的家长教育儿女的基本形式。我国古代教育后代，自己先要做出榜样。因此这些家训不仅是生活实践经验之谈，也是他们以自己的行为给后人留下的榜样，极富有形象性、哲理性、针对性和丰富感人的情感色彩。它切实浅近，形象生动，感人至深。好多成了千古传诵的格言名句。这些人生的哲理、处世的德行，不仅陶冶了我们民族的性格，也形成了我们独特的民族传统，是我们中华民族珍贵的文化遗产。

为了全面挖掘这一珍贵文化遗产，正确地汲取和借鉴我们祖先的这一家教财富，使我们的下一代明白我们中华民族是怎样一代代被熏陶教育出来的，为此我们从灿烂的中国历代家训中精选、撷取了几十篇光彩耀眼的奇葩，并将它编纂成《中国古代圣贤家训》一书。

本书选编纵贯古今，编目多系名人名作，内容涉及到修身、齐家、治国、平天下、立德、立言、读书作文、婚姻家庭、

待人接物等社会人生的许多方面。为了有助于各种文化层次的读者阅读，我们特按照作者简介、题解、原文、注释、译文的体例编写成书。由于我们水平有限，在编写中难免有不当之处，敬请批评、指正。

编者

2004年6月

目

录

先 秦

诫子伯禽.....	(1)
敬姜诫子.....	(4)
教子学《诗》《礼》	(7)
断织教子.....	(10)

两 汉

手敕太子.....	(12)
命子迁.....	(15)
东方诫子.....	(20)
诫子歆书.....	(22)
诫兄子严、敦书.....	(25)
戒子益恩书.....	(28)
训子.....	(34)
勤学苦读.....	(35)
与宗从弟书.....	(37)
女诫.....	(38)

三国、两晋、南北朝

诫弟纬.....	(41)
诸儿令.....	(42)
诫子植.....	(44)

遗令.....	(45)
诫后主.....	(46)
诫子书.....	(49)
戒外甥书.....	(51)
诫子书.....	(54)
诫子侄文.....	(55)
戒子遗训.....	(57)
家诫.....	(58)
训子孙遗令.....	(60)
家诫.....	(63)
诫子书.....	(66)
与子俨等疏.....	(68)
颜氏家训·教子.....	(75)
颜氏家训·兄弟.....	(85)
颜氏家训·治家.....	(92)
颜氏家训·勉学.....	(99)
颜氏家训·名实.....	(109)
颜氏家训·涉务.....	(110)
颜氏家训·省事.....	(113)
颜氏家训·养生.....	(116)
阿豺诫子.....	(118)

隋 唐

韦世康家训.....	(120)
教子言.....	(121)
诫皇属.....	(122)

帝范·崇俭.....	(124)
从政不可不守.....	(125)
家训.....	(127)
诲侄等书.....	(129)
知足常乐.....	(135)
杜牧家训.....	(137)
杜甫家训.....	(139)
韩愈家训.....	(142)

宋 元

训俭示康.....	(146)
与长子受之.....	(155)
与十二侄.....	(160)
诲学说.....	(162)
石林家训·慎言.....	(163)
石林家训·旦必读书.....	(166)
放翁家训.....	(168)
凡事忌贪.....	(170)
训以宽厚恭谨.....	(171)
家戒.....	(172)
包拯家训.....	(174)
与子书.....	(175)
辨志录.....	(179)
教子语.....	(182)
袁氏世范·睦亲.....	(185)
袁氏世范·处己.....	(187)

袁氏世范·治家.....(188)
郑氏规范.....(191)

明 清

王守仁家训.....(196)
杨忠愍公遗笔.....(200)
示季子懋修书.....(202)
训诸子说.....(204)
训家人.....(205)
家庭格训.....(207)
圣谕广训.....(208)
郑燮家训.....(209)
谕纪鸿.....(214)

先秦

诫子伯禽

周公旦

【作者简介】

周公旦（生卒年不详），西周初杰出的政治家。周文王第四子、周武王之弟，姬姓，因封地在周（今陕西岐山），史称周公，也称周公旦。曾助武王灭商。武王死后，成王年幼，由他摄政。后平定管叔、蔡叔、霍叔叛乱，分封诸侯，营建东都洛邑，并制定了周朝的礼乐典章，主张“明德慎罚”，奖励农桑，民食充裕，一度出现“成康之治”。其言见于《尚书》的《大诰》、《多士》、《无逸》、《立政》，以及《论语》等。

【题解】

本文是周公旦对其子伯禽的家训。伯禽封于鲁，赴任前周公旦以数事相训：不要怠慢亲戚，不要使大臣埋怨没被任用，不要轻易舍弃故旧，不要对人求全责备。并指出：“君子力如牛，不与牛争力。”即使才能过人，也不与有专长的人争强斗胜。这篇家训对其子处世做人提出了既具体又深刻的要求，开了帝王家训的先河。

文章的思想很明确，周公担心伯禽年少气盛，骄傲自大，提醒他要像父亲那样尊贤敬贤。并列举自己尊贤的事例训诫十分诚恳。这些话不仅表现了周公的政治家的广阔胸怀与眼光，也表现了周公的高度智慧与精湛的见解。这些话，不仅在几千年前对一些封建诸侯适用，就是在今天，对于每个人来说，也还是具有教育意义的。

君子不施其亲，不使大臣怨乎不以^{〔1〕}。故旧无大故则不弃也^{〔2〕}，无求备于一人。

君子力如牛，不与牛争力；走如马^{〔3〕}，不与马争走；智如士，不与士争智。

我，文王^{〔4〕}之子，武王^{〔5〕}之弟，成王^{〔6〕}之叔父，我于天下亦不贱矣。然我一沐三捉发，一饭三吐哺，起以待士，犹恐失天下之贤人。子之^{〔7〕}鲁^{〔8〕}，慎无以国骄人。

德行广大而守以恭者，荣；土地博裕而守以险者^{〔9〕}，安；禄位尊盛而守以卑者，贵；人众兵强而守以畏者，胜；聪明睿智而守以愚者，益；博文多记而守以浅者^{〔10〕}，广。去矣，其毋以鲁国骄士矣！

【注释】

〔1〕以：任用。

〔2〕故旧：老臣故人。

〔3〕走：跑。

〔4〕文王：即周文王（？—前1033），姓姬，名昌，是中国古代商末周初的领袖，受商王封，称西伯，亦称西伯昌，在位五十年。相传他被商王拘禁在羑里时，推演八卦，成《周易》奇书。

〔5〕武王：即周武王，文王之子，名发，是周王朝的建立者。他继承父志，奋发有为，终于灭商。号称“宗周”，定国都于镐（今陕西省西安市西）。

〔6〕成王，即周成王，武王之子，名诵。周武王死时，成王年幼，由周公旦辅政，周王朝逐渐强大起来。

〔7〕之：至，到。

〔8〕鲁：周王朝的封国，在胶东半岛。

〔9〕险：俭的假借字。

〔10〕博文多记：犹博闻强记。

【译文】

有德行的君子不怠慢他的亲族，不使大臣抱怨没被任用。老臣旧友没有大的过失，就不要抛弃他，也不要对某一人求全责备。

有德行的君子即使力大如牛，也不会与牛比谁的力气大；即使奔跑如马，也不会与马比谁跑得快；即使智慧如高士，也不会与高士比谁的智慧高深。

我是文王的儿子，武王的弟弟，成王的叔父，我的身份在天下也不低了，然而我却曾在沐浴时三次束发，吃饭时三次吐出口中食物，起身接待士人。这样我还怕因怠慢而失去天下的贤人。你去鲁国，不能因为是国君而骄傲。

德行广大而能保持恭敬，必然荣盛；土地广大富饶而又能守住险要的人可保安全；身居高位而又能礼贤下士的人声望才高；人众兵强而又能高度保持戒备的人必会胜利；大智若愚的人知识增加得很多；见多识广、学问渊博而总觉得自己浅薄的人才能获得更加广博的知识。去吧！绝不能以鲁国作为骄傲的资本。



敬姜诫子

敬 姜

【作者简介】

敬姜是春秋时期鲁国大夫公父文伯之母，公父穆伯的妻子。

【题解】

《国语》中保存了若干篇先秦时代的家训，但篇幅较短。这是其中文字最长、内容最完整、思想最深刻的一篇，也最为有名。孔子很欣赏这篇家训，对它评价很高，并将它推荐给他的学生们。本文的作者敬姜也因此成为中国历史上有名的贤母，这篇文章也因此成为家训中的名篇。

本文被训者是文伯，文伯与季康子是叔侄，敬姜则是季康子的叔祖母。当时，季康子任鲁国正卿，因而文伯害怕因母亲织麻而受到季康子的责斥。这篇家训的背景是这样的：一天，公父文伯朝见完鲁君后回家，见到母亲正在织麻，他担心引起侄儿、鲁国正卿季康子的责怪，因而劝母罢织。而敬姜则很不以为然，认为儿子不懂得治国做人的道理，因而狠狠地训斥了一顿。文中所反映的敬姜的思想，是一贯的，并不是一时心血来潮或空言虚辞。

昔圣王之处民也，择瘠土而处之，劳其民而用之，故长王天下。夫民劳则思，思则善心生；逸则淫，淫则忘善，忘善则恶心生。沃土之民不材，逸也；瘠土之民莫不向义，劳也。是故天子大采朝日⁽¹⁾，与三公、九卿祖识地德。日中考政，与百官之政事，师尹、维旅、牧、相宣序民事；少采夕月⁽²⁾，与太史、司载纠虔天刑；日入监九卿，使洁奉禘、郊之粢盛，而后

即安。诸侯朝修天子之业命，昼考其国职，夕省其典刑^{〔3〕}，夜儆百工，使无慆淫，而后即安。卿大夫朝考其职，昼讲其庶政，夕序其业，夜庀其家事^{〔4〕}，而后即安。士朝受业，昼而讲贯，夕而习复，夜而计过，无憾而后即安。自庶人以下，明而动，晦而休，无日以怠。王后亲织玄纁^{〔5〕}，公侯之夫人，加之以纁、纁^{〔6〕}，卿之内子为大带，命妇成祭服，列士之妻加之以朝服，自庶士以下，皆衣其夫。社而赋事^{〔7〕}，烝而献功^{〔8〕}，男女效绩，愆则有辟^{〔9〕}，古之制也。君子劳心，小人劳力，先王之训也。自上以下，谁敢淫心舍力？今我，寡也，尔又在下位，朝夕处事，犹恐忘先人之业。况有怠惰，其何以避辟？吾冀而朝夕修我，曰：“必无废先人。”尔今日曰：“胡不自安？”以是承君之官^{〔10〕}，余惧穆伯之绝祀也。

【注释】

〔1〕大采朝日：天子与公卿穿五彩衣以祭日。

〔2〕夕月：秋分。

〔3〕典刑：常法。

〔4〕庀：治理，料理。

〔5〕玄纁：垂在帽前后的黑丝带。

〔6〕纁纁：均是系帽子的小带。

〔7〕社：春分祭土地神日。

〔8〕烝：冬祭日。

〔9〕辟：罪，过失。

〔10〕承：奉，以怠惰之心奉君官职，难以避免罪过，故将被诛绝。

【译文】

古时候贤明的君王治理天下，让老百姓在贫瘠的地方安居

下来，鼓励他们勤劳不辍，从而赢得了他们的爱戴，这样就长久地拥有王位。老百姓不停地劳作，就会思考人生的道理，从而产生善心；否则，就会产生歹念。如果老百姓住在肥沃的地方而不成器，肯定是因为懒惰；居住在贫瘠地方的人们都有生活的信念，则是由于他们热爱劳动。因此，天子在春分时节要穿着五彩衣服去祭日，并同三公、九卿一道去回味大地哺育万物的恩德；中午的时候就考察国政，同百官商议国家大事，师尹、众士、州牧、相国纷纷宣达政教民事。秋分时节，天子则要穿三彩衣服去祭月，并同掌管天文的太史、司载恭敬地观察天象，分辨凶吉之兆。到了晚上，则要督促九卿之官把大祭和祭天的祭品弄干净，而后才能休息。至于诸侯，早上要研究天子的命令和思考应办的事，白天要考察国家大事，傍晚要掂量国家的常法，夜里要告诫百官，督促他们兢兢业业，勤奋工作，然后才能休息。卿大夫早上则要反思他承担的职责，理清白天所要办的事情，傍晚要进行梳理、检查，夜里要料理家务，然后才能休息。读书人晨起即读，白天练习，傍晚复习，夜里还要反省一天所学究竟有多少收获，而后才能休息。老百姓呢？天亮就起床劳作，天黑才能停下来休息，没有一天敢懈怠的。



王后也要亲自编织挂在帽子上的黑带子，公侯夫人要加做系帽子的小丝带和帽子上的方版，卿的妻子要做大带，大夫的妻子要做祭服，元士的妻子要做朝服。老百姓的妻子呢？她们要为丈夫做衣服。春祭，祷告神明之后，开始农耕；冬祭，感谢上苍赐福，五谷丰登。男女各尽其力，有了过失要予以责罚，这就是古代的制度。君子劳心，小人劳力，这是先王的教导。从上层到老百姓，谁敢好逸恶劳？如今，我是个寡妇了，但你身处低位，就是早晚勤奋辛劳，犹恐误了先人的事业，要是惰怠淫逸，怎能逃脱责罚呢？我希望你早晚都要用“一定不要废弃先人的事业”的话来勉励自己，你怎么可以说“为什么不自求安逸呢”？凭着懈怠之心去做官，我担心你免不了要受到国君的怪罪，这样，你们的祖先就要绝祀了。

教子学《诗》《礼》^{〔1〕}

孔丘

【作者简介】

孔丘（前551—前479），春秋末期思想家、教育家，儒家学派创始人。字仲尼，鲁国陬邑（今山东曲阜东南）人。先祖为宋国贵族，因内讧逃居鲁国。幼年丧父，家贫。约20岁时曾为季氏家臣。为人好学不倦，曾问礼于老聃。中年开始授徒讲学。50岁以后，任鲁中都宰、司寇等职。以政见不合，愤而离开鲁国，游历齐、卫、宋、陈、蔡、楚诸国，晚年仍回鲁讲学，号称门下有弟子三千，贤人七十二。孔丘思想的核心是“仁”。“仁”既是道德的目标，也是政治的理想。在教学上明确提出教学相长和因材施教，充分发挥受教育者的主观能动性的思想。在对待知识的

态度上，提倡“知之为知之，不知为不知”，要求“多闻阙疑”、“多见而识”、“不耻下问”；反对主观武断，提倡“毋意、毋必、毋固、毋我”的“四毋”精神。为教学之需，孔丘对《诗》、《书》、《礼》、《乐》、《易》、《春秋》做了大量的搜集、整理工作，对保存古代文化遗产起了重要作用。他的思想言论由弟子辑为《论语》二十篇。孔子的思想和学说对家训的影响极大，大多数人都引用他的讲话教育子女。

【题解】

本文进述了学习经典著作的重要意义。它告诉人们这样一个道理：读书，要读好书；要读知识丰富、思想深刻的书；读能够帮助人提高思想、净化心灵、有益于立身做人的书。孔子对《诗》、《礼》如此重视，提倡人们认真地学习，为后世人们将它们列为儒家经典，乃至列为中国文化的重要经典提供了依据。由于它出自于《论语》这一儒家经典，因而其权威性是很高的。它为后世儒家攻读《诗》、《礼》起到了导向的作用，也为历代统治者遵奉儒家经典，鼓励读书人攻读研习，提供了依据。因而这篇家训在中国文化史上占有极其重要的地位，有十分珍贵的价值。

陈亢问于伯鱼^{〔2〕}曰：“子亦有异闻^{〔3〕}乎？”

对曰：“未也。尝独立^{〔4〕}，鲤趋而过庭^{〔5〕}。曰：‘学诗乎？’^{〔6〕}对曰：‘未也。’‘不学诗，无以言^{〔7〕}。’鲤退而学诗。他日，又独立，鲤趋而过庭。曰：‘学礼^{〔8〕}乎？’对曰：‘未也。’‘不学礼，无以立^{〔9〕}。’鲤退而学礼，闻斯二者^{〔10〕}。”

陈亢退而喜曰：“问一得三^{〔11〕}，闻诗，闻礼，又闻君子之远^{〔12〕}其子也。”

子谓伯鱼曰：“女为周南，召南矣乎？人而不为周南、召南，其犹正墙面而立也与！”

【注释】

〔1〕教子学《诗》《礼》：选自《论语·季氏》和《论语·阳货》两篇。

〔2〕陈亢：字子亢，又字子禽，陈人。孔子的学生。伯鱼，孔鲤，字伯鱼，孔子的儿子。

〔3〕异闻：有异于弟子所听到的。这是陈亢疑心孔子教育自己的儿子有没有私心而发问的。

〔4〕尝独立：指孔子站在堂前。尝：曾经。

〔5〕趋而过庭：快步走到堂前。古代臣行君前，子过父前，皆当徐趋，表示尊敬。

〔6〕诗：诗经。诗经是我国古代诗歌总集，共305篇，分国风，大雅、小雅和颂四体。

〔7〕无以言：指在社会上或官场上无法说话。

〔8〕礼：指当时的礼仪制度。

〔9〕无以立：指不按礼仪制度就无法站住脚，即无法立身处世。

〔10〕闻斯二者；听说这两件事。斯：这。

〔11〕问一得三：问了一件事，得知三件事。

〔12〕远(yuSn)：不亲近。这里指没有偏私。

【译文】

陈亢问孔子的儿子伯鱼：“你在老师(孔子)那里听到与我们不同的教诲吗？”伯鱼答道：“没有。曾经有一次他一个人站在庭堂中，我快步地走过堂前。他便问我：‘学《诗》没有？’我说：‘没有。’他说：‘不学《诗》，便不善于说话。’于是我退回去后就开始学《诗》。过了一段时间，他一个人站在庭堂中，我快步走过堂前，他便问我：‘学过《礼》了吗？’我说：‘没

有。’他道：‘不学《礼》，无法立身于社会。’我退回来以后就学《礼》。就只听到这两件事。”

陈亢听了以后非常高兴地说：“问一件事知道了三件事：听到学《诗》的重要；学《礼》的重要；还知道了君子对待自己的儿子并不特别亲近。”

孔子对伯鱼说：“你学《周南》、《召南》了吗？作为人而不去学《周南》、《召南》，这不正像面墙而立，什么也看不见了吗？”

断织教子

孟 母

【作者简介】

孟母（生卒年不详），战国孟子之母，仇氏。孟子（公元前372—前289年），名轲，是战国中期的思想家、政治家、教育家，继承孔子儒学，被称为“亚圣”。

【题解】

这则故事形象地说明了人如果荒废学业，就像快要织好的布被剪断一样半途而废。只有通过学习，才能具有好的修养和品德。孟子听从了母亲的教诲，改正错误，坚持不懈地勤苦学习，终于成为仅次于孔子的大儒；孟母也被推崇为贤母的典范。本文故事动人，寓意深刻，望子成龙之心跃然纸上，成为千古家训的范本。

孟子之少也，既学而归。孟母方织，问学所至，孟子自若。孟母以刀断其织，孟子惧而问其故。母曰：子之废学若吾断斯织也。夫君子学以立名，问则广知，是以居则安宁，动则远害。