

何氏家训摘录

家训，也称家范，家诫，是中华优秀传统文化中的颇具特色的部分。家训文化是中华道德教育，素质教育的珍贵遗产。中华文明的生生不息，中华文化的传承认同，中华民族的凝聚和谐，中华家庭的善治和睦，家训文化都在其中发挥了独特的作用。何姓是中华民族大家庭的重要一员，千百年来，何姓族人在生生不息的奋斗中创造了独特的何氏家训，在文化的传承认同、氏族的凝聚和谐、家庭的治理和睦等方面，何氏家训文化发挥了不可忽视的重要作用。分布在世界各地的何氏族群，其家乘谱牒中都记载各自的家训家规，其中不乏经典之作。我们从诸多何氏家训中选录了几篇，供族亲学习。



三高堂家训

尊祖敬宗和睦宗族，毋致牝鸡晨鸣有伤风华。
祠宇整修祭祀时举，毋致怠慢废弛有违祖训。
各宗坟莹山林界址，毋致失祀失守有妨先业。
读书尚礼交财尚义，毋致骄吝成习有玷家声。
富毋自骄贫毋自贱，毋致取怨取憎有亏品行。
婚姻择配朋友择交，毋致贫慕豪富有辱宗亲。
赈穷恤匮济物利人，毋至悭吝不为有乘厚谊。
珍玩奇珍丧家斧斤，毋致贪爱蓄藏有貽后患。
冠婚丧祭称家有无，毋致习俗浮奢有违家礼。
房舍如式衣服如仪，毋致僭侈繁华有干刑宪。

摘自《何氏宗谱卷一·三高堂》

四川岳池《何氏宗谱》宗训

忠孝为先，耕读为本。手足相勤，克己厚任。
乐善好施，和睦乡邻。子孙后代，牢记祖训。

江苏晋陵《何墅何氏家乘》家训

敦孝敬，端心术；平气质，勤耕读；
崇节俭，尚姻睦；严教训，慎交友；
择嫁娶，急正供；敦学术，重品行；
定房尊，辨名分；杜争讼，广先泽。

严塘何氏宗族箴言

祭祀宜恪，祠墓宜修，父母宜孝，兄弟宜睦。
贞节宜励，耕读宜静，正业宜务，闺门宜肃。
名分宜正，善行宜奖，节俭宜崇，争讼宜息。

——节录严塘何氏五修族谱

甘肃省会何家寨柯何氏新家训(2004年)

为重振我何氏家族之文明，规范族人的伦理、道德、行为及人生追求和志向，特制定新家训八条，望吾族何氏人互相激励，互相督促，共同履行并不断发扬光大，振兴家风。

一、孝敬父母，尊老爱幼

吾族众子女，孝敬尽心力，当报跪乳恩，更尽反哺义。孝者德之本，敬者孝之全，赡养为孝易，以敬为孝难。尊老兼爱幼，传统美德含。选贤与能者，讲信与修睦，不独亲其亲，不独子之子，老吾老以及人之老，幼吾幼以及人之幼。

二、兄友弟恭，举家和顺

积善之家，心有余庆，长幼有序，兄友弟恭。夫妻恩爱，妯娌同心。平等友爱，举家和顺。更须知：独木难支，众志成城，妻贤夫祸少，子孝父心宽，离心祖业散，和合家道兴。

三、和睦邻里，扶弱济困

注重和睦乡邻，家家户户相亲。是非与他拆散，缓急大家帮衬，见面热情招呼，有事常相问讯。莫向富豪乞讨，莫向贫弱扬威。若知人心好坏，疾病或遇灾年，天下贫民有难，孤寡最须周全。如有能力接济，时时注意承担。

四、涵养道德，端正品行

德行广大而守以恭，土地博裕而守以俭，禄位尊盛而守以卑，人众兵强而守以畏，聪敏睿智而守以愚，博文多记而守以浅（周公戒子语），不以高官厚禄为荣，但以无德无才为耻。人有喜

庆，莫生妒忌之心。人有祸患，不可生喜幸心。诚实守信，表里如一，言之必行，行之必果。文明礼貌，爱国守法。

五、勤俭持家，勤劳为本

勤俭持家，细水长流。艰苦奋斗，勤能补拙。俭成奢败，以俭养德，俭守勿失，以遗子孙。平时忆歉日，春暖记冬寒。“居身务期简朴，教子要有义方，莫贪意外之财，勿饮过量之酒”。“一粥一饭当思来之不易，半丝半缕。恒念物力维艰”（朱子治家格言）。

六、教育子孙，自立自强

父母教子女，责任无旁贷，抚养重扶志，爱抚不溺爱。贫困不移志，富贵不骄狂。家贫和也好，不义富何如。遗子不贯财，不如授一技。七十二行艺，行行有所依。自强先自立，一技已足矣。将相本无种，白屋出公卿。从小教自立，鹏程千万里。

七、奋发读书，志存高远

有益书常读，无益事不沾。娱乐需健康，情趣更高尚。陋习不进门，恶风不入堂。“学需静，才需学，非学无以广才，非志无以成学”。《诸葛亮语》“驱蚊呵冻志无休，读书不分夜昼，桂花不上懒人头，刻苦便居人右。”（毛泽东家训）

八、婚姻自主，媳婿随宜

男大当婚，女大当嫁，媳重德才，贤良为先，勿计厚奁，勿抠颜面。婿选人品，勿索重聘，志同道合，美满姻缘。