

祖規家訓

自周秦汉晋唐宋元明清以来，无一人肯辱史册。知孝悌忠信礼仪仁廉耻之道，此九者足振家声。

孟子曰：『人有恒言，皆曰「天下国家」。天下之本在国，国之本在家，家之本在身。』祖训内容：不外乎谆谆教诫并殷切期望亲人、子孙忠君爱国，尊祖敬宗，孝顺父母，友爱兄弟，刻苦学习，修身养性，惩忿窒欲，勤俭持家，和睦乡邻，安时处顺，重义轻利，清正廉洁，奉公守法，谦虚谨慎，择善交友，持己爱人等优良的个人私德和社会公德。其积极意义对世道人心有所补益，对安定团结，以德治国，长治久安，建立和谐社会有不可估量的作用。现择录数则，以飨宗亲，。祈望于个人，于社会有所裨益。

一）、《诚斋文节公家训》节录

诚斋。即杨万里，《宋史》有传，今江西吉水县人，官终宝谟阁学士。宋光宗为其书『诚斋』二字，因而学者称为『诚斋先生』。

懒惰乃败家之源，勤劳是立身之本。男子以血汗为营，女子以灯花为运。夜坐三更三点，尚不思眠；枕听晓鸡一声，全家早起。育养牺牲，追陪亲友，日用有余，全家快活。万顷良田，坐食亦

难保守。光阴迅速，一年又过一年。早宜竭力向前，庶免饥寒在后。吾今训尔，莫逆速遭。因示后生，各宜体悉。

忠：上而事君，下而交友，此心不亏，终能长久：

孝：敬父如天，敬母如地，汝之子孙，亦复如是：

勤：日出而作，日入而息，凿井而饮，耕田而食；

俭：量其所入，度其所出，若不节用，俯仰何益。

二）、家训八则

一、父母当孝

德莫大于天地，恩莫重于父母。是以圣经所载，皆以孝顺为先。夫孝者，奉养视膳，早晚问安，夏扇枕，免亲受热；冬温被，免亲伤寒；出必告，返必面。游必有方；常言灵逆命，莫违事，莫自专，遵其教，以顺其意，母心可慰。观其志，以体其心，父心乃宽；亲爱子，欢容满面，并非出于勉强。子事亲，和颜悦色，定要由于自然：顺妻逆母，大「所不容者。循规蹈矩，宗族称为孝焉。

诚如是也，父母爱之固宜喜。而不忘父母，恶之亦须劳而不怨，要思夫不得乎亲者，不可以为人不顺乎亲者。不可以为子焉。

2、夫妇当和

语曰：『夫妇和而家道成』，诚哉是言也。有因富贵贫贱不齐，以生嫌才貌贤愚不等而反目者，情缘自由未开而限于父母之命也，虽是父母之命，亦皆前世之缘。须宜各安家室，免失夫伦常之道焉。将来旧制停止，方可以拔夫妇反目之本。自由大行，乃可以开夫妇和乐之源也。

3、兄弟当亲

和睦固宜施于乡党，友爱更须加诸兄弟，诚以兄弟者，谊属同胞，情连手足。故夷齐以国相推，孔融将梨是让。是为兄弟者之往哲也。遵依往哲，则兄弟不得参商，兄弟和而亲，心慰矣。

4、朋友当信

朋友之所以通信用者，故居五伦之一焉。必须择其可者也。取善辅仁者，淑人君子久敬之，可染于芝兰祸国累家者，贼徒匪类早拒之，免污其清白。遵依是训，是我夫子之大幸也。

5、尊者当敬

谱纪年龄则长幼有别，编世派而尊卑分。彼长而我长之理所当然，当尊而不尊之理所不顺。顺理者安，逆理者危。望宗人不可去顺以效逆，定要弃危而就安也。

6、妇道当遵

女嫁谓之妇人者，所以伏于人者也。无专制之理，有三从之道，四德当遵，七出宜避。无违夫子，可增父母之光。不遵母训，必招夫子之辱，负不贤之名。被外人之论，而究难乎为人矣。

7、赌博当戒

士农工商为人之正路，樗蒲博弈是人之邪途。舍正人邪家必败，改邪归正家必兴。兴则子孙有仰，败则父母无光。嗟乎邪正所关大矣哉。凡我宗子孙其严戒之，毋犯也。

8、酗酒当戒

酒为祭祀而设，不宜长饮醉也。武王伐商封康叔之酒，诰有日饮。惟祀德将无醉，古先圣王莫不以酒为戒者，诚以酒能昏迷乱性，丧德失仪。而亡国败家者莫不由之，我宗即当引为大戒也。

三）、朱子家训格言

父之所贵者慈也，子之所贵者孝也，君之所贵者人也，臣之所贵者恭也，夫之所贵者和也，妇之所贵者柔也，事师长贵乎礼也，交朋友贵乎信也，见老者敬之，见少者爱之，有德者年龄小于我必近之，不肖者年龄大于我必远之，幸勿言人之短切勿矛已之长，仇以恩义解之，怨者以德报之，人有小过含容而忍之，有大过以理服而责之，勿以善小而不为，勿以恶小而为之，人有恶而掩之，人有善而扬之，处公无私仇，治家无私法，勿损人而利己，勿垢贤而嫉能，勿非理而害生命，勿逞忿以报横逆，见不义之财勿取，遇合理之事则从，子孙虽愚，诗书不可不读，礼义不可不如子孙，不可不教奴仆，不可不恤守我之分者理也，听我之命者天也，人能如是，天必相之，此乃日用当行之道，若衣服之于身体，饮食之于口服，不可一日无也，可不慎哉。

四）、家训十二条 《湖南杨氏通谱》

一、敦孝悌，立爱惟亲，立敬惟长，孝友一堂，顺气成象，毋问晨昏，毋忘几杖，温带让梨，先民是做。

二、崇诗书，文以储富，学以愈愚，诗书之族，农亦为儒，毋恃而质，毋歧而趋，泽尔雅，稳步天衢。

3、重农桑，饥缘辍耕，寒缘废织，礼义之原，先裕衣食，毋弃农功，毋荒女职，崇实黜华，为风俗式。

4、励品行，顶天立地，端视躬行，惩彼贱辱，顾而身名，毋欺暗室，毋误前程，品高望重，华衰之荣。

5、尊师儒，颜铸宰雕，匪师曷教，诗礼之家，崇儒之效，毋弃典型，毋饰文貌，仰彼斗山宏予则做。

6、尚节俭，用足于俭，财匱于奢，中人达产，转眼虚花，毋嗤节啬，毋逞豪华，惜物惜福，漫等泥沙。

7、正闺嫔，易利女贞，书箴家索，内则森严，闺门肃若，毋务冶容，毋贪戏谑，俗美风清，但观帷薄。

8、睦宗族，棣华联萼，葛藁庇根，相维以礼，相系以恩，毋强凌弱，毋卑犯尊，家人雍睦，福祉凝门。

9、奉祖先，惟木有本，惟水有源，祖功宗德，穀诒子孙，春构秋尝，爱亲敬尊，事死如生，事亡如存。

10、和乡邻，百万买宅，千万买邻，缓急与共，甚于远亲，我固仗义，彼亦好仁，睦姻任恤，一村朱陈。

11、戒酗酒，呼六喝么实维祸首，知復性迷，沉湎于酒，毋任腐肠，毋贪利藪，趁早回头，立三不朽。

12、息争讼，争则不足，让则有馀，讼端既杜，积忿并除，毋矜武健，毋恃苞苴，雪消冰释，浩荡谁如。

五）、族规十条 《湖南杨氏通谱》

古往今来，纵观天下多少名人豪杰，英贤志士都是始于良好的族规家训的启迪而成。因此，好的家训族规是氏族建设的重要一环。此次联宗续谱，结合祖先的各种遗训，特制订新时代的族规十条，以令其止以规其行，愿我杨氏子孙，人人遵循，合族昌盛。

1、卫国爱族，遵法守纪，执行国家的政策、法令，严禁一切违法乱纪的行为。

2、牢固树立与国同命运、与族姓共荣辱的荣誉感，大力倡导仁爱、奉献精神，维护『标』、精诚团结，充分展示杨氏清白传世、忠烈千秋的世誉门风。

3、勤耕辛种，开拓经营，互帮互助，协作联营，科技致富，勇于创新，使整个族氏济面貌繁荣昌盛。

4、赡父养母，教子育女，应尽天经地义之责，言传身教，以身作则。你今为人子，日为人父；你不孝父母，日后子亦是。供奉父母安享晚年，抚养儿女长大成人，即为人必完成。

5、和睦邻里，殷系家庭，同商共勉，积极进取。广开社交，共创人和，与人善，路长宽；知己深，天涯短。人生在世，总以『和』得『缘』。

6、倡导家庭教育，从小培育才智，广泛智力投资，育哺时代精英。凡族中具有奇才异能者，中途遇难，全族人要共同援助，共辅英才，助其完成大志大业，为我祖我族添煌增辉。

7、子孙取名，执行统一规定，按照世系派语排列，长幼分明，互称互尊，永保扬氏血脉万代鲜明。

8、广泛开展家庭文体、卫生活动，增强族人身心素质，预防疾病，改善环境。加强锻炼，体魄常健，少者威武，老者长寿，使全族上下焕发出长盛不衰的无限生机。

9、清明圣节，扫墓祭坟，缅怀祖先，务必躬亲。培土砌石，立碑安灵。种植柏翠，潜修风景，祖灵安慰，庇佑后生。人兴浪推浪，福高云连云。

10、黎明即起，开门启窗，迎朝阳入室，获一日吉祥。房前种花，屋后载竹，植翠绿掩阁，育芬芳溢室，清洁卫生常打扫，错落有致精心置。住一清雅之所、繁衍优秀子孙。

六）、新订宗规二十四条 《湖南杨氏通谱》

国有国法，族有族规，故宗规者规范族人的政治思想，道德品质、伦理意识，以及我育子孙之方针也。

- 1、热爱祖国，维护祖国的尊严和荣誉，维护祖国的统一和各民族的团结。拥护中灭各级人民政府。
- 2、热爱人民，全心全意为人民服务，无私奉献。
- 3、遵纪守法，协助政府维护治安秩序，维护社会稳定，做一个好公民。

4、保卫祖国，人人有责，依法服兵役。

5、履行义务，积极交纳国家税赋

6、和睦邻里，加强团结，邻里相处，互敬互助，互谅互让

7、尊老爱幼，礼貌待人，互相关心，互相爱护。

8、孝敬父母，关心体贴，赡养扶助父母。

9、家庭和谐，夫妻恩爱，兄弟团结，妯娌和顺，长幼有序。

10、严格管教子女，专习正业，不走邪道，努力教育他们成为有理想、有道德、有文化、有纪律的『四有』公民。

11、热爱学习，热爱劳动，爱岗敬业，立足本职，积极进取，勤劳致富。

12、遵守社会公德，讲究文明礼貌。

13、维护真理，坚持正义，主持公道，弘扬正气，见义勇为，扶正祛邪。

14、加强精神文明建设，严禁『黄、赌、毒』。

15、婚姻自主，男女平权，禁止买卖和包办婚姻。

- 16、依照法定年龄结婚，提倡晚婚，禁止舅表、姑表、姨表以及本宗五服之内的近亲结婚。
- 17、实行优生优育，提高人口素质。
- 18、助人为乐，关心帮助鳏寡孤独和残疾人。
- 19、厉行节约，艰苦奋斗，勤俭持家，提倡婚丧从简。
- 20、实行男女平等，立嗣、入赘，男女均有承桃、承姓、承产权。
- 21、尊重知识，尊重人才，热情扶助家庭困难而品学兼优的子弟入学。
- 22、崇尚科学，破除迷信，移风易俗，树立新风，努力建设科学、文明、健康的生活方式。
- 23、自力更生，奋发图强，勇于开拓，勇于创新。
- 24、加强环境保护，保持生态平衡，美化环境，讲究卫生。