



(清) 陈宏谋 辑 《五种遗规》 译注小组 译注

訓俗遺規

譯注

清代蒙童教育教材 清末中学堂修身科教科书

釋淨室敬題



古今之治化见于风俗，天下之风俗征于人心。人心厚，则礼让兴而讼端息矣。



中國華僑出版社



(清) 陈宏谋 辑

《五种遗规》译注小组 译注

訓俗遺規

譯注

清代蒙童教育教材

清末中学堂修身科教科书

釋淨空敬題



古今之治化见于风俗，天下之风俗征于人心。人心厚，则礼让兴而讼端息矣。



中國華僑出版社

图书在版编目(CIP)数据

训俗遗规译注 / (清) 陈宏谋辑 ; 中华文化讲堂译注.

— 北京 : 中国华侨出版社, 2015.1

ISBN 978-7-5113-5105-0

I. ①训… II. ①陈… ②中… III. ①道德规范—中国—古代
②《训俗遗规》—译文③《训俗遗规》—注释IV. ①B82-092

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第007194号

●训俗遗规译注

编 者/陈宏谋 辑/中华文化讲堂 译注

责任编辑/焕 章

责任校对/志 刚

经 销/新华书店

开 本/787×1092毫米 16开 印张/28.25 字数/533千

印 刷/三河市祥达印刷包装有限公司

版 次/2015年6月第1版 2015年6月第1次印刷

书 号/ISBN 978-7-5113-5105-0

定 价/56.00元

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里26号通成达大厦3层 邮 编: 100028

法律顾问: 陈鹰律师事务所

编辑部: (010) 64443056 传真: (010) 64439708

发行部: (010) 64443051

网 址: www.oveaschin.com

E-mail: oveaschin@sina.com

《五种遗规译注》序

《易》曰：蒙以养正，圣功也。俗云“少成若天性”，又云“至要莫如教子”。然今世教育，注重知识和技能，忽视德行和定力之培养，花费精力资财颇多，收效却不尽如人意。

我中华之先祖，深谙教育乃齐家治国之本。自尧舜之时，即明五伦之教，《礼记》更云：“建国君民，教学为先。”古圣先王之教诲，后人总结为：“五伦”、“五常”、“四维”、“八德”。实为人人修身、齐家、治国、平天下之本也。

《五种遗规》，清人陈宏谋所辑，分为《养正》、《训俗》、《从政》、《教女》及《在官法戒录》五篇。是书广集古来圣哲对一切大众之教诲言论，乃古圣先贤教育之集大成者。先生为朝中重臣，又具道德学问，为世所重，故甫一刊行，便风行全国。曾文正公更将其列为子弟必读之书。

然近世传统教育衰落，《五种遗规》知者甚少，幸有当代大德净空老法师、国学大家南怀瑾老先生等敬劝青年人阅读此书，方渐为人所知。

其中，《养正遗规》为有关养性、修身、儿童启蒙教育、读书和学习方法等方面的论述。

诚如陈宏谋序中所言：“天下有真教术，斯有真人材；教术之端，自闾巷始，人材之成，自儿童始。大易以山下出泉，其象为蒙，而君子之所以果行育德者，于是乎在，故蒙以养正，是为圣功，义至深矣。”此乃“养正”之义，亦为陈氏编辑是书之深旨所在，实为今日之父兄、师长所必读之书也。

《教女遗规》采集历代女教之经典，堪称女子教育之集大成者。古人云：“正天下，首正人伦；正人伦，首正夫妇；正夫妇，首重女德。”足见女子之教育，乃天下太平之大根大本。此书实为今世女子之必读。

《训俗遗规》则汇集了历代一些乡约、宗约、会规、训子、驭下之法、治家格

言、名人遗嘱等内容，皆为劝人行孝、劝善积德之文。今人读之，确能起到移风易俗、和谐社会之目的，亦为转化社会风俗之至宝也。

《从政遗规》、《在官法戒录》乃为从政为官者所编，今日从事公务之人读之，必能得莫大利益，不仅教人为官理政之要，更备举历代官吏善行和劣迹。望读者见善者为之效法，见不善者为之省戒。果能行之，不仅为国家民众之福，且所行者亦福利无穷也。

此五书，皆为文言，文字虽浅，意味深远，今人读之，仍有深度。吾等德薄慧浅，初闻先贤之教，然惜此书尚无白话译注之版本流通，故不揣浅陋，将此书注解翻译，以冀先贤之教化，再行天下。今人果能将此书教诲，落实于工作、生活、处世待人上，定于社会风气之转移、改良，有大裨益。

此书注译者放弃版权，愿见者闻者，广为流布。余等德薄慧浅，书中不妥之处，敬请诸位方家仁者不吝赐教。

《五种遗规》译注小组

2012年5月

藏书五种叙

隆古^①之世，人心醇厚^②，习尚不纷，上之所以为教，下之所以为学者，毕^③出于一途。生其时者，日闻正言，睹正训^④，莫不各爱其身，而耻为不善。金壬^⑤败类，自顾无所容。其立法之善如此，故其教之成，处则为忠信、笃敬之儒，而出亦可以备天下国家之用。及其衰也，国异政，家殊俗，一切浇漓^⑥狡黠^⑦之风日昌日炽，而靡所底止。于是上之人方忧其弊，欲以严刑峻法惩^⑧之而不能。无他，教化之未先，而观型之无，自非一朝一夕之故，其所由来渐矣！故曰“少成若天性，习惯成自然”，不易之理也。

粤西陈榕门先生，当代名儒，作宦五十年，忧国爱民，朝野共戴。公余之暇，著藏书五种，一曰养蒙士，二曰训民俗，三曰严阊范，四曰傲^⑨官箴，五曰戒^⑩胥吏。勤搜博采，凡典籍之垂训，名贤之格言，及学士大夫、妇人女子一言一行，有关名教者，莫不检择以标于简编，使人触目警心，诵之忘倦。

夫人虽至顽，一旦闻忠臣孝子义夫节妇之行，莫不流连^⑪感叹，传为美谈。何则^⑫天性之良未尽泯也。故睹是书而不知劝者，必非人情。惜其书仅流行于吴、越、楚、粤诸省，而蜀以辽远未及见。自林君青山解组^⑬湖南携有是书，欲重刻播之而未果。今林君已辞世矣，其侄兴宗方偕同人，捐资重刻，以广榕门先生之传，其意甚美，而其裨益^⑭于人心风俗为甚大，固余之所有志而未逮^⑮者也。敢辞固陋^⑯，爰^⑰笔而为之叙。

乾隆三十七年十二月二十二日丹稜^⑱彭端淑书于锦江书院

【注释】

- ①隆古：远古之意。隆，深。
- ②醇厚：纯正厚道。
- ③毕：全，都。
- ④训：教导，教诲；法则，典范。
- ⑤佞壬：小人、奸人。佞，音qiān，奸邪不正。
- ⑥浇漓：音jiāo lǐ，又作浇漓，浮薄不厚，多用于指社会风气。
- ⑦狡黠：音jiǎo xiá，狡猾，诡诈。
- ⑧惩：戒止。
- ⑨儆：音jǐng，同警。使人警醒，不犯过错。
- ⑩戒：防备，革除意。
- ⑪流连：依恋而舍不得离去；反复。今取后意。
- ⑫何则：为什么的意思。此处引为缘故。
- ⑬解组：去官。旧指辞官返乡务农。
- ⑭裨益：音bì yì，益处，补益。
- ⑮逮：及，到。此意为实现。
- ⑯敢辞固陋：敢，谦辞，不敢怎敢之意。固陋，见识浅薄，见闻不广。
- ⑰爰：音yuán，于是。
- ⑱丹棱：地名，古属眉州，今四川丹棱县。棱，音lēng，同“棱”。

【译文】

远古世道，人心淳朴厚道，民情风俗有条不紊，长者们所教授的和百姓所学习的内容，全都出自一个途径。生活在那个时代的人，每天所听到的都是正面的言语，看到的都是正确的典范，因此没有不爱惜自身（德行）的。而且他们以不行善事为耻，一些奸佞和道德败坏之人，自己看自己都觉得无地自容。那时的教育制度是如此之好，所以那时培养出来的人，平时在家都是忠诚守信、认真恭谨的读书人，走出家门也可为国家所用。到了社会风气和教育衰败的时候，国家政治纷乱，社会风气浮薄不厚，钩心斗角的风气愈演愈烈，无法遏止。于是天子大臣们开始担忧时弊，想以严刑峻法遏止不正之风却苦于无法做到。原因

没有别的，事先没有教化，所以没有好的榜样。好榜样不是一朝一夕就能教出来的，而是日日熏陶，慢慢累积而成的。所以说“小时候养成的良好行为习惯，就像天生固有的一样，难以更改”，这是始终不变的道理。

广西的陈宏谋先生，是当世著名的儒者，做官五十年了，忧国爱民，官员和百姓都很爱戴他。他在公务的业余时间搜集并编著了五种书，一是教养启蒙孩童的《养正遗规》，二是教导民俗、劝人为善的《训俗遗规》，三是弘扬女教、教育女子的《教女遗规》，四是给官员以提醒的《从政遗规》，五是预防官员职务犯罪的《在官法戒录》。陈先生博采众长，凡是古代典籍中的教导、贤人名士的格言，以及读书人、官员、妇人、女子的言行，只要是关于教育的好的内容，没有不精心选择加以编注的。使人看了心受警觉，读了忘记疲倦。

即使是非常顽劣的人，一旦听说了这些忠臣孝子、义夫节妇的所作所为，没有不反复感叹、传为美谈的。这是人的天性良知没有完全泯灭的缘故。所以看了这套书而不知勉励为善的，绝对不是人之常情。可惜这套书只在江苏、浙江、湖北、广东一带流传，而四川一带因为遥远而没能传播得到。林青山先生在湖南辞官返乡后就携带着这套书，想重新刻版印刷来传播它，却没能完成。现在林先生已经告别人世了，他的侄子林宗兴，跟人一起筹款重印，以广泛传播陈宏谋先生的这部著作，发扬其精神。这个想法非常好，而且对于改善人心、风俗大有益处，这也是我原先想做而没有实现的想法。不敢因见识浅薄推辞，于是拿起笔而为之作此序。

乾隆三十七年十二月二十二日丹稜彭端淑书于锦江书院

重刷藏书五种序

岁戊子^①，予主讲斗山书院，取陈文恭养正遗规之意，定为学规，间又择其训俗、教女、从政、在官诸编中，有关读书作人之法者，与诸生讲习，群乐信而从之。盖^②谓精粗本末，学者之要务尽是已。

一日，有客自三邑来叩门求见予，进之于澄心堂上，询其姓字，曰彭某，即出一緘^③以示^④，启诵之，则予赵玉衡师手书也，言彭君之尊人，国治先生，方募印陈文恭五种藏书以广流传，乞^⑤予一言为引，予嘉^⑥其用意良厚，又重以师命，弗敢辞，因徐谓彭君曰：“君亦知人心风俗之所以盛衰乎？士者四民^⑦之首，而人心风俗所视为转移者也。当其盛也，必有人焉^⑧，言坊^⑨行表为之倡道^⑩，维持于其中；及其衰也，亦必有人焉，口诵诗书，身违礼义，使世人尤^⑪而效之。而名教之闲，遂迄^⑫于溃决而不可救止。故予尝谓，人心之坏，不坏于不识字、不读书之人，而坏于士人。则欲风俗之厚，亦不厚于不识字、不读书之人，而厚于士人。何者？士习不振，则于非士者又何责也？尊甫^⑬之意，毋亦有鉴于是乎？”彭君方起而对，客有自旁诘之者，曰：“是书诚善矣，第惟士喻之，士之数无几，而必专其责备，恐亦难以返人心而维风俗也。”余曰：“如子言是，直谓天下无士可也。既士矣，将自责之不暇，而又奚暇计人之贤否哉？且今之士，大约自视过高，谓吾辈可谈性理，此外惟因果报应之说，足以耸其听闻耳。夫彼固非不信因果者也，彼谓士人取一衿^⑭，博一第诚不偶然。及徐而察其存心行事，尝有欺世而盗名者，甚至风流相尚，诩诩然自目曰名士。名士而逾检^⑮荡闲，更为愚夫愚妇所不屑为，则未尝不窃窃焉疑之，谓：‘若是何以享荣名登高第耶？所谓天道是耶？非耶？’呜呼！挽回世道，士之责也，士而为人所疑，其又奚以劝人为耶。近日兖州太守陈莲史先生，文恭之嗣孙也。癸

西领解^⑩粤西，庚辰获会状，一人中三元，为世罕觐^⑪，闻其家尤屡世簪缨^⑫不绝，亦可知理学名臣，生膺^⑬显仕，而积善余庆，源远流长所云，因果报应，诚理有固然者，而究之文恭之意，初非计及乎此也。然则士之自立以为斯人倡，固有无庸外求者矣。”客默然无以应，遂书以与彭君，使归而返命，于其尊人，并质之玉衡师以为何如也。

道光八年三月初六日中江李福源容海谨撰

【注释】

- ①岁戊子：农历纪年。时道光八年即公元一八二九年。
- ②盖：发语词，表大概如此意。
- ③缄：书信。
- ④示：表明。把事物拿出来或指出来使别人知道。
- ⑤乞：请求。
- ⑥嘉：赞许。
- ⑦四民：即士、农、工、商。
- ⑧焉：语气助词，无实意。
- ⑨坊：里巷。
- ⑩道：通“导”。
- ⑪尤：过失，错误。
- ⑫遂迄：音suì qǐ。遂，于是。迄，到，至。
- ⑬尊甫：音zūn fǔ，与“令尊”意同，对对方父亲的敬称。
- ⑭衿：音jīn，古代服装下连到前襟的衣领，此指秀才。
- ⑮逾检：逾，超过，越过。检，约束意。
- ⑯领解：谓乡试中举。
- ⑰觐：音gòu，遇见。
- ⑱簪缨：音zān yīng，古代达官贵人的冠饰。后遂借以指高官显宦。
- ⑲膺：音yīng，接受，担当，承当。

【译文】

戊子年，我在斗山书院做主讲，选取陈宏谋先生《养正遗规》中的内容，确定为学习的基本规范。又从《训俗遗规》《教女遗规》《从政遗规》和《在官法戒录》各册书中选择了有关读书做人道理的内容，给众学生讲习，大家都乐于崇奉并且按照其中的要求去做。基本可说是详略得当、本末俱全了，学习的重要任务已尽在其中了。

一天，有一个从三邑来的客人敲门求见。我引他到了澄心堂上并询问他的姓名。说是姓彭，说着就掏出一封信以表明来意。我打开细读，原来是我的老师赵玉衡先生的亲笔信，说彭生父亲国治先生刚刚募集了款项准备重印陈宏谋先生的《五种遗规》，用来推广传播，请求我作一篇序言。我赞许他用意良好，更因为是老师的意思，所以不敢推辞。于是思索片刻后对彭生说：“你也知道人心风俗盛衰的原因吗？读书人是‘士、农、工、商’四民中带头的，而人心风俗以他们马首是瞻。人心向善社会风气昌盛的时候，一定有人在街头巷尾言行表率，在世上为改善社会风气维持倡导；到了社会风气败坏的时候，也一定有人满口诗书，行为却违背礼义，使世人错误地跟着模仿他们的行为。好的教诲闲置不用，以至于社会风气的恶化就像堤坝溃决一样无法抢救和遏止。所以我常说，人心的坏不是坏在了不识字、不读书的人身上，而是坏在了‘士’人身上啊。那么民风厚道不厚道，也不在于不识字和不读书的人身上，而是在于‘士’人身上。读书人风气不振，为什么要怪罪到不读书的人身上呢？你父亲的意思不也是有鉴于此吗？”彭生正准备起身回答，旁边的一位客人反问道：“这套书确实是好。但唯有读书人才能明白其中道理，而读书人数量又很少，若一味要求和责备他们，恐怕难以恢复人心和风俗。”我说：“如果你说得对，那么天下没有读书人也是可以的了。既然成为读书人，自责还没有足够时间呐，哪有闲工夫计较别人是否贤明呢？而且现在的读书人，都过高地看待自己，说‘我们的水平足够谈人性和天理’。除此之外，只有因果报应的言论，足以震惊他们的耳目。他们本来也不是不相信因果报应的。他们也说读书人考取秀才和进士不是偶然的事情，冥冥中自有因果在。但是慢慢观察他们的存心和行为，常常发现有欺世盗名的，以至于这种风气已经被当作时尚而互相追逐，自夸自视为很有名望的人。这些人还超越礼数整日闲荡，更有甚者还做出一些让普通百姓都看不起的事情，以至于人们暗地里对他们评头论足，心生怀疑，说道：‘像他们这种人凭什么享受

荣誉和美名，还能考中科举呢？这世上还有没有天道呢？’唉！挽回世道人心是读书人的责任，但读书人做人让人怀疑，他们又怎么能劝诫世人呢？现在的兖州太守陈莲史先生，是陈宏谋先生的孙子。嘉庆十八年（1813年）他在广西考取举人，嘉庆二十五年（1820年）考取进士获得状元，一人连中三元，这是世上罕见的。听说他家世代为显官，由此也可以知道这些理学名臣，不仅自己活着的时候身为朝廷重臣，并且说明了‘积善之家必有余庆’，源远流长的道理，所以说因果报应是原本存在的真理。而探求陈宏谋先生的用意，起初并不是希求这些（回报）的，而后世的读书人能够自立，的确有些人是因为接受了他的倡导，就不用再去寻求其他的途径了。”那位客人听后再没有什么可说。我于是就将这些话写下来交给了彭生，让他回去向他的父亲复命，并请教玉衡老师，我这么做可以吗？

道光八年三月初六日中江李福源容海谨撰

目 录

《训俗遗规》序	1
---------	---

卷 一

司马温公《居家杂仪》	5
朱子《增损吕氏乡约》	17
陆梭山《居家正本制用篇》	27
倪文节公《经鉏堂杂志》	38
陈希夷《心相编》	46
袁氏《世范》	67

卷 二

许鲁斋《语录》	119
陈定宇《先世事略》	126
王阳明文钞	130
杨椒山遗囑	142

沈文端公《驭下说》	154
吕新吾《好人歌》	159
李忠毅公《诫子书》	161
王孟箕讲《宗约会规》	165
王士晋《宗规》	173
顾亭林《日知录》	192
陆桴亭《思辨录》	204

卷 三

朱柏庐《劝言》	225
张杨园《训子语》	234
唐灏儒《葬亲社约》	257
魏环溪《庸言》	269
汤潜庵《语录》	277
魏叔子《日录》	284
蔡梁村《示子弟帖》	298
程汉舒《笔记》	311

卷 四

史搢臣《愿体集》	319
唐翼修《人生必读书》	373
王朗川《言行汇纂》	404
熊勉庵《宝善堂不费钱功德例》	425

训俗遗规 序

【原文】

古今之治化见于风俗，天下之风俗征于人心。人心厚，则礼让兴而讼端息矣。

【译文】

古往今来的治理教化体现在形成的民风习俗中，普天之下的民风习俗体现出人情世态。人心厚道，礼让的风气就会兴盛起来，而官司争讼的陋俗就会止息了。

【原文】

宏谋前奉恩命，司臬^①三吴^②，亲承天语^③，谆谆以惟平惟允、刑期无刑为训勉。敬志于心，刻弗敢忘。赴苏之后，清理积案，不下数千余件。反复推究，始知狱讼繁多，良由人心渐习于浮薄，或因一念之差，或因纤毫之利，或系一时之忿戾，遂至激而成讼，展转纠鞫，株连日众。有司承献^④，虽悉心体察，极意平反，及曲直分，而身家已破矣。

【注释】

①司臬：即“臬司”的动词用法。臬司是明清时所设官职之一，即提刑按察司，主管一省的刑狱和官吏考核。

②三吴：向有三种说法。一指吴郡、吴兴和会稽，一指吴郡、吴兴和丹阳，一指苏州、润州和湖州。此处是代指江苏省。

③天语：谓天子诏谕；皇帝所语。

④承献：接受审理案件。

【译文】

宏谋过去奉皇恩钦命为按察使，掌管江苏的刑狱与官吏考核，当面领受圣上的亲自教诲，叮嘱我以“行事公平允诚，治刑是为了无需用刑”来作为训勉。宏谋恭敬地铭记在心，片刻不敢忘记。到江苏就任之后，清理累积下来的案子

数千余件不止。经过反复地推断研究，这才知晓官司争讼如此众多，大都是由于人心日渐习惯于浮躁浅薄，或是因为一念之间的差错，或是因为一纤一毫的微薄利益，或者就是一时的忿恨暴怒，于是就激变成为争讼，再经过长时间的辗转纠缠，株连的人事也越来越多。官吏判案虽然尽心加以体察，全力秉公处置以免错判，但等到分出是非曲直的时候，争讼双方的身家也多已破败了。

【原文】

推鞠^①之下，不禁怒然^②心伤。因念与其矜恤于狱之既成，何如化导于讼之未起。夫刑所以弼教^③，非竟以刑为教也。司土^④者平时未尝教之，而遽以刑之，父母斯民之义其谓之何？

【注释】

①推鞠：推究审问。

②怒然：忧思的样子。

③弼教：辅助教化。

④司土：古代官名。引为当官者或地方长官。

【译文】

宏谋推究审问之下，不禁忧思伤心。因而感叹：与其怜惜于既成的狱案，倒不如教化引导人民于争讼尚未发生时。须知刑法是为辅助教化而设，并不能光靠刑法来实施教化。身为地方长官，平时不曾加以教化引导，而临时忙于刑法惩治，又怎么称得上是百姓的父母官呢？

【原文】

尝欲于典籍中，采其切于人心风俗，人所习而不察、动而易犯者，刊布民间，以庶几于弭患未然之计。草创未就，随有江右^①之命。封疆攸寄，责任愈重。抚循化导，使者之职也。区区之心，不能自己。公余篝火^②，手披目览，采录古今名言，汇为一帙，名曰训俗遗规。虽不敢谓所采之悉当，而凡今时所以致讼之由，与夫所以弭讼之道，盖已略备。大抵理惟取其切近，词不嫌于真率，务使人人易晓焉。

【注释】

①江右：江西省。

②公余篝火：公务闲暇之余。

【译文】

宏谋曾尝试着从古典籍中，采录那些贴近人心风俗的、人们习以为常而疏忽大意的、一不小心就容易触犯的内容，刊行颁布于民间，以图达到防患于未然的目的。草稿尚未完成，随后就有了江西的任命。身负巡抚之职，责任更加重大。安抚教化引导人民，本来就是作为地方官吏的职责所在。想起先前的初衷，愈加不能自己了。于是在公务之余，闲暇之时，亲自动手，认真地采集选录古今的名言，汇编成一册，命名为《训俗遗规》。虽然不敢说采录的都很精当，但只要要是当今所以产生争讼的原由，以及如何化解争执的道理，都已经略为具备了。大致来说，所采录的内容，道理只求贴近时事，言词不嫌真实直率，务必使人人都能明白易懂的。

【原文】

夫天良人所同具，特患无以感发之耳。贤有司苟能持此以化导，或就事指点，或因人推广，而士民众庶，翻阅之余，观感兴起，父诫其子，兄勉其弟，莫不群趋于善，而耻为不善之归，将见人心日厚，民俗日淳，讼日少而刑日清，用以仰副^①圣训于万一。是固日夕期之，而不敢不自勉者也。

乾隆七年十月二十二日桂林陈宏谋题于豫章使署

【注释】

①仰副：上事而不辜负。

【译文】

须知天赋的良心本来就是人人所共同具备的，只是忧虑没有机会感动生发出来而已。贤能的官吏若是能够以此汇编用来教化引导人民，或者就事加以指点，或者是随缘因人加以推广，而使得黎民百姓在翻看阅读之余，感动受益，奋起而行，父母告诫子女，兄长勉励弟妹，大家都莫不以行善为荣，以行恶为耻。不难想见人心将日渐厚道，民风习俗日渐淳朴，争讼官司日渐减少而刑法日渐清明，这样才勉强无愧于圣上的训导。这就是宏谋所以朝夕期望，而不敢不自勉的原因所在啊。

乾隆七年十月二十二日

桂林陈宏谋题于豫章使署