

明心寶鑑

【明】范立本 / 辑

裴登峰 / 编审

北京第二外国语学院国际传播学院院长

中国人安身立命

为人处世的传世名言

明心宝鉴

典藏版

风行韩国、日本
影响最久远的华语读物

（宝典馆）编辑部 / 注译

 北京联合出版公司

明心寶鑑

风行韩国、日本
影响最久远的华语读物

【明】范立本 / 辑

《宝典馆》编辑部 / 注译

北京第二外国语学院
国际传播学院院长

裴登峰 / 编审



北京联合出版公司
Beijing United Publishing Co., Ltd.

图书在版编目 (CIP) 数据

明心宝鉴 / (明) 范立本辑 ; 《宝典馆》编辑部注译.

— 北京 : 北京联合出版公司, 2014.5

ISBN 978-7-5502-2842-9

I. ①明… II. ①范… ②宝… III. ①人生哲学—中国—
明代②《明心宝鉴》—注释③《明心宝鉴》—
译文IV. ①B821

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第068356号

明心宝鉴

项目策划 紫圖圖書 ZITQ®

丛书主编 黄利 监制 万夏

注 译 《宝典馆》编辑部

责任编辑 安 庆

特约编辑 宣佳丽 车 璐

装帧设计 紫圖圖書 ZITQ®

封面设计 紫圖装帧

北京联合出版公司出版

(北京市西城区德外大街83号楼9层 100088)

北京市昌平开拓印刷厂印刷 新华书店经销

75千字 787毫米×1092毫米 1/16 13.5印张

2014年5月第1版 2014年5月第1次印刷

ISBN 978-7-5502-2842-9

定价: 38元

未经许可, 不得以任何方式复制或抄袭本书部分或全部内容

版权所有, 侵权必究

本书若有质量问题, 请联系纠错或调换

纠错热线: 010-64360026-103

推荐序

让流传海外的经典回归

中国古代典籍自秦汉时期起，就已辗转流传于海内外。其传播范围之广、影响之大，在全球文化交流中，实属罕见。

这本明朝刊行的《明心宝鉴》，是中国历史上最早译介到西方的典籍之一。早在1592年，《明心宝鉴》便由西班牙传教士高母羡作为研读汉语及了解中国文化的启蒙读物，译成了西班牙文。其手抄本被带回西班牙献给王子斐利三世，至今仍藏于西班牙国立图书馆。而《论语》在西方的第一个译本，则见于1687年的《中国哲学家孔子》（梅谦立：《〈论语〉在西方的第一个译本（1687年）》，《中国哲学史》2011年04期）。

根据目前可查资料,《明心宝鉴》约成书于元末明初,辑录者是范立本。还有一种说法认为,《明心宝鉴》最初是由朝鲜高丽王朝的文臣秋适所撰。秋适博通百家,任国学教授时,为了使幼儿启蒙阶段能够有合适的道义教本,从我国诸子百家、各种经书和诗赋中,取其易懂且具有深意的内容,编成《明心宝鉴》。根据现在刊印的朝鲜文(韩文)版《明心宝鉴》来看,秋适初撰《明心宝鉴》一说可以采信,在韩国大邱广域市的仁兴书院中,还保存着秋适执笔的《明心宝鉴》木刻版。此书于明初传入中国,由范立本重新进行了编辑整理,从而形成了由二十篇,共六百余段文字组成的《明心宝鉴》。该书内容网罗了儒、释、道经典学说,主旨在于教人修身养性,一经刊行,就极为盛行,是当时最受欢迎的劝善书、启蒙书之一。经范立本编辑整理后的《明心宝鉴》,不仅在中国盛行,还迅速向东亚、东南亚各国传播,长期广泛流传于韩国、日本、越南、菲律宾等地,被用作启蒙、劝善和修身的励志经典。反观我国,自清朝开始,《明心宝鉴》的热度便逐渐衰减。民国时期仅在坊间流传过少量刻本,乃至后来竟悄无声息,几至失传。

在其他国家将我国典籍奉为圭臬之时,我们不能眼睁睁看着这些典籍逐渐失传。希望这本书能够被更多的人读到,让流传于海外的中国古代典籍,重新回到我们的视野,滋养心灵,受益良多。

裴登峰于北京

2014年4月11日

编者序

在浮躁的尘世中守住自己善良的心

《明心宝鉴》大约成书于元末明初，由范立本编辑整理。这是一部汇集了儒释道思想精华，荟萃了明代之前中国圣贤有关修身养性、安身立命、言行交友等方面处世哲学的人生教科书，主旨是劝人向善，提倡人们要有乐天知命的思想和忠义孝顺的行为。该书甫一上市便极为盛行，曾多次重刊、重印，万历皇帝还派人重辑修订了一遍，在有明一代可以称得上是最流行的通俗读物之一，这种热度到了清朝以后才逐渐衰减。不只在中国盛行，《明心宝鉴》还是中国最早翻译介绍到西方的书籍，这本书在中国周边的东亚、东南亚地区更是备受推崇，长期广泛流传于韩国、日本、越南、菲律宾等地，被当作启蒙教育、道德教育的重要读本。

书名中的“明心”出自“明心见性”，原本是佛教禅宗的主要修持方法，意为只要悟了自心本性（也就是佛

性)，就能成佛，由此引申，人只要通过内省，就可能认识到真理，从而在纷繁的世间保持自身的宁静平和。全书分为继善、天理、顺命、孝行、正己、安分、存心、戒性、劝学、训子、省心、立教、治政、治家、安义、遵礼、存信、言语、交友、妇行共二十篇，每篇都由若干条短小精悍的名言警句构成，内容几乎囊括了人这一生中可能面对的种种困难，引导人要诚心向善、惜福知命、感恩孝顺、明智忠信，为当时社会风气的改善提供了标杆和方向。

而在今天，《明心宝鉴》的正面意义依然是巨大的。在日益浮躁与喧嚣的社会环境下，每个人的内心都因为压力、欲望等因素而焦躁不安、无所适从，迫切希望找到心灵上的慰藉以及行为上的指引，《明心宝鉴》正是这样一本为我们日常生活中各种忧愁烦恼提供开解的人生指导书。

《明心宝鉴》流传至今版本众多，甚至还有很多海外版本，这个版本是采用近百年来最通行的民国刻本为底本，并参照其他版本做了适当的删减添加。为了使读者能够轻松读懂《明心宝鉴》的处世哲学，我们除了对书中生僻难解、古今异义的字词做了相应的注释外，还把每一条原文都附上了浅显易懂的译文，力求为读者提供更舒适的阅读体验。由于编者水平所限，难免会有疏误之处，敬请读者朋友雅正。

编者谨识

2014年4月15日

《明心宝鉴》序

夫为人在世，生居中国，禀三才之德，为万物之灵，感天地覆载，日月照临，皇王水土，父母生身，圣贤垂教。而从教者，达道为先。非博学无以广知，不明心无以见性。虽有生而知之者，近者奇稀。昔夏禹王闻善言，犹然下拜，何况凡世人乎？

曩古圣贤遗志经书，千言万语只要教人为善。所以立仁义礼智信之法，分君子小人之品，别贤愚之阶，辨善恶之异。盖为经书嘉言善行甚多，所以今人览观习行者少。况今学者，不过学其文艺为先，未有先学德行为本。及今劝世，多劝修物外之善因，少劝为当行之善事。其昔贤文等书，亦乃于世流传。

今之好听善言，君子观以为奇，罔知古今之要语，是使人迷惑其心，少欲闻圣贤日用常行之要道。以致不肯存心守分，强为乱作胡行。夫为善恶，祸福报应昭然。富贵贫贱，成败兴衰似梦，时刻须防不测，朝夕如履薄冰。常存一念中平，非横自然永息，存于其心，自然言行相顾，贯串无疑，所为焉从差误矣？

洪武二十六年岁次癸酉二月既望
武林后学范立本序

译文

人生在世，出生且居住在中国，秉承天、地、人三才之德，作为天地间所有生物中最有灵性的生物，感恩天地的覆育包容，日月的照耀，国土的滋养，父母的生育，圣贤的垂训。而那些听从教导的人，要把追求真理放在首位。做不到博学就不会见识广，做不到澄明心境就不能彻见自己本来的心性。即使有生下来就有知识的人，但近代以来却极为罕见。以前夏王大禹听到有益之言，尚且还屈尊下拜，更何况我们凡世之人呢？

古代圣贤遗留下来的经书，千言万语都只是要教人行善，因此确立了仁义礼智信的法则，区分君子与小人的人品，甄别贤者与愚人的高低等级，分辨善恶的不同。大概因为经书上的嘉语善行很多，所以现在的人学习、践行的很少。何况现在的求学之人，仅仅以学习文章修辞为先，没有以学习品德操守为根本。至于当今劝诫世人之言，也多是劝人修超越世间事物之外的善因，少有劝人做当前应该做的善事。从前的圣贤文章等书籍，也还在世上流传。

现在的人爱听劝善之言，君子看到（这种现象）觉得很稀奇，这是因为不明了古往今来重要的言语，所以使人心志迷惑，很少有人想要听圣贤日常行为中蕴含的重要道理。以至于不肯安分守己，而固执地胡作非为。行善作恶，祸福的报应都是显而易见的。富贵贫贱、兴衰成败好似一场梦，时时刻刻都要预防不测风云，早晚都要如履薄冰。心中常存平和的思想，自然永远不会有飞来横祸，善念存于内心，自然会注意言行，始终贯彻，所作所为哪里还会有差错呢？

洪武二十六年（1393年）农历癸酉年二月十六日

杭州后进学者 范立本作序

目录

继善篇第一

常做善事就是为自己和家人积累福报 / 1

天理篇第二

顺从天意才会得到上天的眷顾 / 13

顺命篇第三

追逐不属于自己的东西只是徒增烦恼罢了 / 19

孝行篇第四

父母的恩德是永远报答不完的 / 25

正己篇第五

自身正就能抵御所有的恶 / 33

安分篇第六

知足的人活得快乐 / 53

存心篇第七

福气有多大全凭自己的心做主 / 59

戒性篇第八

隐忍一时就能让万事顺遂 / 79

劝学篇第九

不学习的人终生犹如在黑夜中前行 / 85

训子篇第十

最要紧的事莫过于教育孩子 / 91

省心篇第十一

时时反省己心的人有大仁德 / 99

立教篇第十二

人存于世，要尽早明白一些安身立命的道理 / 149

治政篇第十三

自身明理清正才能管理人和事 / 157

治家篇第十四

持家之道决定家庭环境是否和谐 / 165

安义篇第十五

人与人之间的关系都建立在道义的基础上 / 171

遵礼篇第十六

不知礼的人在世上寸步难行 / 175

存信篇第十七

不讲诚信的人不值得结交 / 181

言语篇第十八

语出善言才能赢得别人的好感 / 185

交友篇第十九

了解一个人的价值，要看他的朋友 / 191

妇行篇第二十

女性之美不在外表，而在品德 / 199

继善篇第一

常做善事
就是为自己和家人积累福报



原典 1-1

子曰：“为善者，天报之以福；为不善者，天报之以祸。”

译文

孔子说：“做善事的人，上天会降福给他；做坏事的人，上天会降祸给他。”

原典 1-2

《尚书》云：“作善降之百祥，作不善降之百殃。”

译文

《尚书》说：“做善事，上天必会降福；做不善的事，上天必会降祸。”

原典 1-3

徐神翁^①曰：“积善逢善，积恶逢恶，仔细思量，天地不错。善有善报，恶有恶报，若还不报，时辰未到。平生行善天加福，若是愚顽受祸殃^②。善恶到头终有报，高飞远走也难逃。”

注释：①即徐守信，泰州海陵人，北宋道教著名人物，“海陵十仙”之一。

②祸殃：灾祸。

译文

徐神翁说：“多行善就会遇上善，多作恶就会遇上恶，仔细想想，天地的安排没有差错。善有善报，恶有恶报，如果没有报应，是因为时辰还没到。平时多做善事，上天会增加你的福报，如果愚顽不化，迟早会遭受灾祸。善恶到头终究会有报应，即便远走高飞也难以逃避。”

原典 1-4

行藏虚实自家知，祸福因由^①更问谁。善恶到头终有报，只争来早与来迟。

注释：①因由：原委，原因。

译文

一个人行为的好坏自己最清楚，要想了解自己祸福的原因，哪里还用问别人？善恶到头终究会有报应，只是时间早晚而已。

原典 1-5

闲中检点^①平生^②事，静里思量日所为。常把一心行正道，自然天地不相亏。

注释：①检点：查点。②平生：平素，往常。

译文

闲下来时查点一下平时所做的事，静下来时好好思索一下每天的行为。总是一心走正道，天地自然不会亏待这样的人。

原典 1-6

《易》云：“积善之家，必有余庆^①；积不善之家，必有余殃。”

注释：①庆：喜，福泽。

译文

《易经》说：“积累善德的人家，后世一定有享不尽的福，如果不积累善德或是积恶的人家，必定祸患无穷。”

原典 1-7

汉昭烈勅^①后主曰：“勿以恶小而为之，勿以善小而不为。”

注释：①勅：同“敕”。帝王的诏书，命令。

译文

蜀汉昭烈帝刘备临终前，给刘禅下诏书：“不要以为是件较小的坏事就去做，不要以为是件较小的善事就不去做。”

原典 1-8

庄子曰：“一日不念^①善，诸恶自皆起。”

注释：①念：惦记，常常想。

译文

庄子说：“一天不想着行善，各种恶念就会自己冒出来。”

原典 1-9

西山真先生^①曰：“择善固执^②，惟^③日孜孜^④。”

注释：①即宋代真德秀（1178—1235），浦城人。南宋后期著名理学家，继朱熹之后的理学正宗传人，同魏了翁二人在确立理学正统地位的过程中发挥了重大作用。世称西山先生。②固执：本义是指坚持不懈，后多指坚持成见。此处为本义。③惟：单，只。④孜孜：勤勉，不懈怠。

译文

西山真德秀先生说：“选择善行并坚持不懈，每天都不倦地努力。”

原典 1-10

耳听善言，不堕三恶^①。人有善愿，天必知之。

注释：①三恶：即三恶道，指地狱道、饿鬼道、畜生道。

译文

听善意之言，就不会堕入三恶道。人如果有善意的愿望，上天一定会知晓。

原典 1-11

《国语》云：“从^①善如登，从恶如崩。”

注释：①从：顺随。

译文

《国语》说：“顺随善就像登天一样艰难，顺随恶就像山崩地裂一样

迅速坠落。”

原典 1 - 12

太公^①曰：“善事须贪，恶事莫乐。”

注释：①周代吕尚的称号，即姜太公。

译文

姜太公说：“要贪做善事，不要乐于做坏事。”

原典 1 - 13

太公曰：“见善如渴，闻恶如聋，为善最乐，道理最大。”

译文

姜太公说：“见到善行要如饥似渴，听到恶行要双耳如聋，行善是最快乐的，也最有道理。”

原典 1 - 14

汉马援^①曰：“终身行善，善犹不足；一日行恶，恶自有余。”

注释：①马援（前14-49）东汉初人。著名军事家，东汉开国功臣之一。曾立志“男儿要当死于边野，以马革裹尸还葬耳。”

译文

汉代马援说：“终身行善，还嫌善事不够；一天作恶，罪恶就已经有余。”

原典 1 - 15

《易》曰：“出其言善，则千里应之；出言不善，则千里违之。”

译文

《易经》说：“如果说的话出于善意，那么千里之外的人都会响应；如果说的话不是出于善意，那么千里之外的人都会反对。”

原典 1 - 16

但存心里正，不用问前程。但能依本分，前程不用问。若要有前程，莫做没前程。

译文

只要心存正道，就不用过分在意前途。只要能顺从做人的本分，就不用过分在意前途。如果想要有前途，就不要做没有前途的事。

原典 1 - 17

《司马温公^①家训》：“积金以遗^②子孙，子孙未必能守；积书以遗子孙，子孙未必能读；不如积阴德于冥冥之中，以为子孙长久之计。”

注释：①即司马光（1019—1086），陕州夏县（今山西夏县）涑水乡人，宋代政治家、文学家，卒赠太师、温国公，谥文正。②遗：给予，馈赠。

译文

《司马温公家训》：“积聚金钱留给子孙后代，子孙后代不一定能保住；积累书籍留给子孙后代，子孙后代不一定能读；不如在冥冥之中积德行，这才是为子孙后代做长久的打算。”

原典 1 - 18

心好命又好，发达荣华早；心好命不好，一生也温饱；命好心不好，前程恐难保；心命都不好，穷苦直到老。

译文

心好命又好的人，很早就能飞黄腾达，享受荣华富贵；心好命不好的人，也能保证一生温饱；命好心不好的人，恐怕前程会难以保证；心命都不好的人，就会挨穷受苦一直到老。

原典 1 - 19

《景行录》云：“以忠孝遗子孙者昌，以智术遗子孙者亡；以谦接物