

明心宝鉴

〔明〕范立本 辑

东方出版社编辑部◎注译

百家讲坛主讲

韩田鹿

教授作序并诚意推荐

韩国、朝鲜、日本奉为圭臬的人生教科书
明朝初年最流行的启蒙、劝善、修身经典
三个明代版本参校，精注精译的现代读本



人民东方出版传媒
东方出版社

「明」范立本◎辑

东方出版社编辑部◎注译

明心宝鉴



人民东方出版传媒
东方出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

明心宝鉴 / (明) 范立本 辑; 东方出版社编辑部 注译. —北京: 东方出版社, 2014. 6

ISBN 978-7-5060-7524-4

I. ①明… II. ①范… ②东… 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 120981 号

明心宝鉴

(MINGXIN BAOJIAN)

作 者: [明] 范立本

注 译 者: 东方出版社编辑部

责任编辑: 宁德伟 张凌云

出 版: 东方出版社

发 行: 人民东方出版传媒有限公司

地 址: 北京市东城区朝阳门内大街 166 号

邮政编码: 100706

印 刷: 北京京都六环印刷厂

版 次: 2014 年 7 月第 1 版

印 次: 2014 年 7 月第 1 次印刷

印 数: 1—5000 册

开 本: 640 毫米×950 毫米 1/16

印 张: 15.25

字 数: 130 千字

书 号: ISBN 978-7-5060-7524-4

定 价: 32.00 元

发行电话: (010) 64258117 64258115 64258112

版权所有, 违者必究 本书观点并不代表本社立场

如有印装质量问题, 请拨打电话: (010) 64258029

序

它是一部曾经风行天下的奇书。当其流行之时，人无分老幼，地无分南北，几至家有其书；书上的一些名言，上至帝王将相，下至贩夫走卒，无不率相征引。

而后是接近百年的销声匿迹，以及如今的重现江湖。而百年的沉寂也好、如今的重现江湖也好，原因都是一个，就是它所承载的传统伦理道德。所以在某种程度上，《明心宝鉴》的命运，其实也就是最近一个世纪以来传统文化的命运。

它的销声匿迹，原在情理之中。自从鸦片战争中国的大门被列强打开，救亡图存就成了此后百余年的时代主题。当此危急存亡之秋，中国的首要任务，就是要从一个积重难返的封建帝国变成一个现代化国家，从而自立于世界民族之林，能够帮助中国完成这一任务的，除坚船利炮外别无良方，而这些东西，是在包括《明心宝鉴》在内的一切传统文化典籍中找寻不到的。孔子曾经对他的得意弟子颜回说过：“用之则行，舍之则藏，惟我与尔有是夫。”此时的《明心宝鉴》，就如同一个深谙用舍行藏之道的君子，静静地等待再次为世所用的时机。

它的重现江湖，则是当今时代的应有之义。原因很简单，时代变化了。今天的中国，经历了一个多世纪的不懈发展，自

立于世界民族之林已经不是问题，接下来要得到的是世界的尊重。对百姓而言，温饱已经基本解决，接下来的问题是活得有质量、有品位，身心和谐，让心灵有所安放。与相对理想的物质条件形成鲜明对比的，是精神方面的问题重重。百余年来对传统文化的忽视，已经导致了相当严重的后果，道德滑坡、诚信缺失、信仰危机、物欲横流，这就是我们所面临的社会现实。在这样一种状况下，传统文化的价值再一次闪现出来。在当今时代，有什么东西能够最大限度地凝聚海内外华人的共识，共同致力于民族复兴的伟大梦想？有什么东西，能够呼唤起做人的良知与诚信，规范我们的社会道德，让我们生活在一个安宁和谐的社会环境之中？除了传统文化，再无其他的选择。而《明心宝鉴》正堪称是传统文化的凝萃之作——它既吸收了“四书”“五经”之类儒家经典为代表的意识，也汲取了俗话俚语等民间智慧中的鲜活成分，除去少数对女性片面的道德要求以及一些宣扬因果报应之类的训诫已经过时，其他几乎句句精金美玉，堪称千古不磨之宝典。从修身齐家，到治国平天下，它几乎涉及社会与家庭生活的所有方面，无论你身份如何、境遇如何，都能够在其中找到足资借鉴的东西。

唐太宗说“以古为鉴，可知兴替，以人为鉴，可明得失”，而以此书为鉴，正可以明心见性，增进美德。在这个复杂纷繁的现实世界中，你我都需要一本《明心宝鉴》，在与古圣先贤的切磋琢磨中，保持一份内心的宁静与操守。

韩田鹿

（韩田鹿，河北大学文学院教授，中国中央电视台《百家讲坛》主讲人）

前言

《明心宝鉴》，一部因为热播韩剧《来自星星的你》而重新进入中国大众视野的中国古代典籍。其实，在此之前，《明心宝鉴》就曾在韩剧《大长今》中出镜。长今与各地官衙的医女们接受训练时，除了学习医术，还要学习经典，经典课开篇就是《明心宝鉴》。大长今的饰演者李英爱极爱此书，称赞它“可以净化心灵”。

《明心宝鉴》是中国历史上翻译介绍到西方的第一部古籍。1592年西班牙传教士高母羡在菲律宾将此书译成西班牙文，其手抄本于1595年被带回西班牙献给王子斐利三世，现收藏于马德里西班牙国立图书馆。2013年4月25日，在中西建交四十周年之际，《明心宝鉴》西班牙语版发行仪式在马德里中国文化中心举行。中国驻西班牙大使朱邦造在发行仪式上说，《明心宝鉴》是“中西文化交流史上的重要物证”。

《明心宝鉴》在明朝是官方的教化书，影响极盛，曾多次重刊，万历皇帝还让人重辑修订一遍，成为当时最流行的读物之一。但是清朝以后却不再刊行，几近湮灭。民国时期坊间流传的只有明刊本，中国国家图书馆善本古籍室所藏善本之一即为郑振铎先生所收藏。在“尘封”三四百年之后，直到2007年，《明心宝鉴》才获得了“重刊”的机会。中国作协会员、

副研究员李朝全先生对《明心宝鉴》进行了全面整理、点校和译注，由华艺出版社出版面世。

与数百年来在国内的寂寞孤独相比，《明心宝鉴》在中国的周边国家，比如韩国、朝鲜、日本、越南、菲律宾等国却受到持续六百年多年的热捧，一度被奉为青少年启蒙教育、个人修身养性的道德经典，可谓“墙里开花墙外香”。一部中国古代典籍，被外国人重视并不足奇，但是被中国人遗忘却令人扼腕叹息。

《明心宝鉴》大约成书于元末明初，辑录者或者整理者为范立本。范立本生平不详。还有一说认为《明心宝鉴》是朝鲜高丽王朝忠烈王时代的文臣秋适（1245—1317）所辑纂。据《朝鲜半岛的姓氏与中国的渊源》，秋适之祖秋磕，曾官至门下侍中，于南宋高宗（高丽仁宗）时东赴朝鲜，定居咸兴。秋适自幼精于文章书法，博通百家，官及民部尚书、艺文馆大提学。忠烈王三十一年任国学教授时，为使幼儿学习古典之学有一部启蒙书，便于各种经书和诸子百家、诗赋中，取其易懂又具深意的二百六十段文字，分成十九篇，编成《明心宝鉴》。此书成为日后数百年间初学者的道义教本，李栗谷（朝鲜李朝哲学家、政治家、教育家李珥，世称栗谷先生）数次详议此书，并为之作序与跋文，西山大师真德秀，亦熟读此书数遍，并将之录至自己的著书中。目前在韩国大邱市郊秋适祠堂的仁兴院中，还保存着《明心宝鉴》木刻版一百六十余枚。由此可见，《明心宝鉴》可能先为秋适所辑纂，但是传入明朝后，范立本进行了辑补和整理，由原来的十九篇变成了现在的二十篇、六百多段文字。此后，范立本《明心宝鉴》在中国广为流传，并迅速流传到东亚、东南亚的许多国家。

《明心宝鉴》是一部童蒙书，更是一部成年人的道德经

典。“明心”即“明心见性”，是佛教语，意即屏弃世俗一切杂念，彻悟因杂念而迷失了的本性（即佛性）。“宝鉴”即宝镜，意即以此书为镜，而自我反省。此书兼蓄儒释道，杂糅百家。书中既有子曰诗云等今人看来文言色彩浓重的文字，也有俗谚俚语等民间人士的歌唱。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。继善，劝人为善，为自己和后人积累福报。天理，顺应自然法则；顺命，认为“万事不由人计较，一生都是命安排”。这两篇都含有较为浓重的宿命论色彩，读者要取其精华，去其糟粕。孝行，百善孝为先，父母深恩，不能抛之脑后。正己，己身不正，何以正人？安分，知足常乐。存心，只有能够驾驭自己的心，才能掌控自己的命。戒性，不作意气之争，不逞血性之勇。劝学，人生不学，冥冥如夜行。训子，养子不教，是不爱子也。省心，日日自我反省，时时如履薄冰。立教，立身处世有原则。治政，为官当知爱民，为臣不忘忠君。治家，持家须有法度。安义，与人相处，道义为先。遵礼，因为礼的存在，人的世界才秩序井然。存信，人而无信，寸步难行。言语，多说利人之言，不说伤人之语。交友，交友要交心，而非交财。妇行，内在美更胜外在美，不过这一篇中三从四德等陈腐的道德观念，早已不合时宜。总之，本书可谓涉及生活的方方面面。无论你在社会中处于何种阶层，工人、农民、学生、官员……无论你在家庭中扮演什么角色，父母、儿女、妻子、丈夫……你都需要一本《明心宝鉴》。它会告诉你如何学习，如何教学，如何为官，如何持家，如何交友，如何择偶，如何孝敬父母，如何教育子女，如何与人相处……若以此书为自己立身处世的道德准则，那么在浮华喧嚣的社会，你终将知道自

己应该坚守些什么。

据统计,《明心宝鉴》在国内有四种明代版本,分藏于中国国家图书馆普通古籍阅览室和善本阅览室。普通古籍阅览室收藏《新刻校正删补明心宝鉴》二卷以及《新镌校正明心宝鉴正文》,后书扉页上题“官板正字明心宝鉴”,“桥村庄三圣堂行”。善本室则藏有1553年刊印的《重刊明心宝鉴》(二卷)和1621年刊刻的标明“范立本辑”《新刻音释明心宝鉴正文》(二卷)。

编者在编辑、整理本书时,原文是在《新刻音释明心宝鉴正文》的基础上增补了《重刊明心宝鉴》中的一些条目,并根据《新镌校正明心宝鉴正文》做了字词上的校正。如果相同的条目在三种书中皆出现,如遇字句不一致时,编者径取其中的通行说法或者正确字形。编者对原文进行了点校、注释、注音、翻译,力求让读者畅享无障碍阅读的乐趣。编者在注释时,还做了适度的拓展延伸。比如,若某个条目出自一首诗,编者会将全诗抄录;若涉及相关人物、书籍、典故以及文化现象等,编者则细加解释。另外《明心宝鉴》中有些条目的出处并不正确,编者也力所能及地予以纠正。有些条目并没有指明出处,编者也尽力加以补充。《明心宝鉴》中有一些密集出现的书,如《孔子家语》《性理群书句解》等,原文中一般都是省称,如《孔子家语》称为《家语》,《性理群书句解》称为《性理书》,如果编者没有查证到所言书中有该条目,则一仍原文的省称,而不用全名。如11.34《家语》云:“安不可忘危,治不可忘乱。”编者查证《孔子家语》中并无此条,所以译文仍用《家语》,而没有用全称《孔子家语》。《明心宝鉴》中很多条目出现“太公曰”,这样的条目大多出自《太公家教》,而《太公家教》并非一本书,有传说为姜太

公所做的版本，也有为唐人所著的，其中关系复杂，故编者没有一一注明。总之，编者在查证的过程中发现《明心宝鉴》一书中，条目出处，无论是书，还是人，多有问题，读者若有兴趣，可一一查证。编者力求呈现给读者最精良的古籍整理读本，但由于水平有限，错误在所难免，尚祈方家指正。

编者谨识

目 录

《明心宝鉴》序 / 001

《重刊明心宝鉴》序 / 005

继善篇第一 / 001

天理篇第二 / 015

顺命篇第三 / 021

孝行篇第四 / 027

正己篇第五 / 033

安分篇第六 / 065

存心篇第七 / 071

戒性篇第八 / 091

劝学篇第九 / 097

训子篇第十 / 103

省心篇第十一 / 111

立教篇第十二 / 167

治政篇第十三 / 177

治家篇第十四 / 185

安义篇第十五 / 191

遵礼篇第十六 / 195

存信篇第十七 / 201

言语篇第十八 / 205

交友篇第十九 / 213

妇行篇第二十 / 221

继善篇第一



1.1 子曰：“为善者，天报之以福；为不善者，天报之以祸。”^①

【注释】

①本条出自《孔子家语》。

【译文】

孔子说：“行善的人，天以福来奖励他；作恶的人，天以祸来惩戒他。”

1.2 《尚书》云：“作善降之百祥，作不善降之百殃。”

【译文】

《尚书》说：“行善，天会降下各种祥瑞；作恶，天会降下各种祸殃。”

1.3 徐神翁^①曰：“积善逢善，积恶逢恶。仔细思量，天地不错。”

【注释】

①徐神翁：徐守信，历史人物。徐守信故事的核心为其可预测未来，善作谶语。与苏东坡、蔡京有过交流，其中以与宋高宗对话最为著名。

【译文】

徐神翁说：“积善的人会遇到善人善事，积恶的人会遇到恶人恶事。仔细思考，天地的安排是不会错的。”

1.4 善有善报，恶有恶报。若还不报，时辰未到。

【译文】

行善会有善报，作恶会有恶报。如果还没有报，那是因为时辰还未到。

1.5 平生作善天加善，若是愚顽受祸殃。善恶到头终有

报，高飞远走也难藏。

【译文】

平生如果一直行善，天还会增加他的善报，若是愚昧刁顽就会招致祸殃。无论是行善还是作恶，最终都会有相应的报应，即使远走高飞也无法躲避。

1.6 行藏虚实自家知，祸福因由更问谁？善恶到头终有报，只争来早与来迟。

【译文】

行止虚实自己都知道，祸福的原因更去问谁呢？无论是行善还是作恶，到头来终有报应，只是早来或者迟来的问题。

1.7 闲中检点平生事，静里思量日所为。常把一心行正道，自然天地不相亏。

【译文】

闲暇之余查点自己平生所做的事情，静下来时思量自己一天的作为。只要一心行正道，天地自然不会亏待你。

1.8 《易》云：“积善之家必有余庆，积不善之家必有余殃。”

【译文】

《易经》说：“积善之家必然有留给子孙后辈的德泽，积不善之家必然留下祸害。”

1.9 汉昭烈^①将终，敕后主^②曰：“勿以恶小而为之，勿以善小而不为。”

【注释】

①汉昭烈：刘备，字玄德，河北涿县人，汉景帝之子中山靖王刘胜的后代，为三国蜀汉开国君王。

②后主：即蜀汉后主刘禅。刘备之子，小名阿斗，母亲是昭烈皇后甘氏。三国时期蜀汉第二位皇帝，公元223—263年在位。公元263年蜀汉被曹魏所灭，刘禅投降曹魏，被封为安乐公。

【译文】

汉昭烈帝刘备将要崩逝，告诫后主刘禅说：“不要以为是小的恶行就去做，不要以为是小的善行就不去做。”

1.10 庄子曰：“一日不念善，诸恶自皆起。”

【译文】

庄子说：“一天没有想到行善，各种恶的念头就都会自心头生出。”

1.11 西山真先生^①曰：“择善固执，惟日孜孜。”

【注释】

①西山真先生：宋代真德秀（1178—1235），浦城人，是与魏了翁齐名的南宋理学家，号西山，故世称西山先生。

【译文】

西山真德秀先生说：“选择良善并且一直坚持，日日不停歇。”

1.12 耳听善言，不堕三恶^①。

【注释】

①三恶，即三恶道：地狱道、饿鬼道、畜生道。

【译文】

耳朵听到劝善的言语，不会堕入三恶道。

1.13 人有善愿，天必从之。

【译文】

人如果有好的愿望，天会帮助你实现。

1.14 《晋国语》云：“从善如登，从恶如崩。”^①

【注释】

①本条出自《国语·周语下》。

【译文】

《晋国语》说：“依从善道就像登山一样困难，从恶就像山倒塌一样快速。”

1.15 太公曰：“善事须贪，恶事莫乐。”^①

【注释】

①本句出自《太公家教》，是我国最古老的治家格言，其为古代训诫类蒙书之代表。

【译文】

太公说：“善事要总是想做，恶事不要乐意去做。”

1.16 颜子^①曰：“善以自益，恶以自损。故君子务其益以防损，非以求名，且以远辱。”

【注释】

①颜子：颜回（前521—前481），字子渊，春秋末鲁国人。为孔子最得意的弟子，不幸早死。自汉代起，颜回被列为七十二贤之首。

【译文】

颜回说：“行善会对自己有益，作恶是伤害自己。所以君子行善求益，不作恶以防损，不仅为了追求好的名声，而且为了远离受辱的境地。”

1.17 太公曰：“见善如渴，闻恶如聋。”

【译文】

太公说：“见到行善的事就如同口渴想要去做，听到作恶的事就如同聋子没听见一样。”

1.18 为善最乐，道理^①最大。

【注释】

①道理：阐扬称说某种教义。

【译文】

行善是最大的快乐，称说至道是最大的事情。

1.19 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—公元49），东汉开国功臣之一，最著名的“伏波将军”。曾立志：“男儿要当死于边野，以马革裹尸还葬。”后果病死军中。

【译文】

马援说：“终身践行善事，做的善事尚且不够；一天用来作恶，罪恶已是无穷。”

1.20 颜子曰：“君子见毫厘之善，不可倾之；有纤毫之恶，不可为之。”

【译文】

颜回说：“君子看见一丝一毫善事都不可以忽略不做，丝毫的恶事都不可以去做。”

1.21 《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：“说出来的话是善言，千里之外都有人响应；说出来的话是恶言，千里之外都有人反对。”

1.22 但存心里正，不用问前程。但能依本分，前程不