

炳燭·攝生編

明·王之垣

全



炳燭·攝生編

明·王之垣
全



再 版 前 言

我的父親王福民是新城王氏第十九世孫。十三歲讀完小學后既失學，一生坎坷，曾拉過人力車，當過煉鋼工，曾在北大荒工作了二十余年。一九八六年調大連新德有限公司任總經理。一九九五年榮獲全國勞動模範稱號。一九九六年病休后一直在家潛心研究新城王氏家族及王漁洋文化，曾著有《車的軼事》、《贊竹》、《溺愛》、《婚變》等文章。近花甲之年仍孜孜不倦的學習，所涉獵的有書畫古玩，天文地理，政治時事，人倫外語各個方面。近日父親又同摯友王漁洋紀念館王永先生一道決定再版《炳燭編》、《攝生編》。原稿閱后深為其內容折服，故決定資助再版這本好書。

新城王氏是著名書法家王羲之的后裔，世稱『琅琊王氏』，是明清兩朝聲震華夏的名門望族。明末曾有『無王不科考』之說，又有『江北青箱』之譽。族人有著述者多達五十余人。《炳燭編》、《攝生編》是一代文宗王漁洋先生的祖父，王之垣于明萬歷卅年（一六〇二年）所著。王之垣系明嘉靖戊午進士，累官戶部左侍郎，一生為官清廉，正色立朝，有古大臣之風，疏乞歸省居家廿年。著有《歷仕錄》、《百警編》、《惺心樓》、《日程編》及《炳燭編》、《攝生編》。作品對后世影響很大。其中《炳燭編》是作者輯錄古人的格言懿行，用以警戒后人，其『炳燭』兩字取意于漢代劉向『說苑·建本』的典故：『少而好學，如日出之陽；中而好學，如日中之光；老而好學，如炳燭之明』。用以激勵后人，夜以繼日，好學不倦。《攝生編》是作者引導人們，如

何認知實踐，強身壯體，健康長壽之道理，雖然該書內容是作者四百年前，有關修行健身之觀點，然披理展卷，排沙揀金，亦會使您爲之振奮，受益匪淺。

尤其值得一提的是，《炳燭編》發表后的二百年間，爲教育新城王氏家族子孫起到了不可低估的作用，致使整個新城王氏家族出現了前所未有的昌盛，在不足二百年的時間里，新城王氏家族考取進士的有三十一名，考取舉人的有四十六名，考取貢生的一百一十三名，官至縣令以上的一百二十余人。可謂科甲蟬聯，冠纓不絕。新城王氏家族出現了如此現象，不能不說與新城王氏家族教育子女有方是分不開的。從目前所看到的新城王氏家族著作中，王之垣的《炳燭編》，王漁洋的《手鏡錄》，爲教育后代所起的作用是顯而易見的。今天我們在王漁洋紀念館的鼎力支持下，把這部四百年前的家訓著作發行出版，目的就是教育后代怎樣做人，做個什麼樣的人。這對於淨化社會環境，推動社會發展，必將起到難以估量的作用。

這就是我贊助再版這本書的初衷。

新城王氏第廿世孫 大連友昌家庭用品公司總經理
王業權（字克瑤） 一九九九年五月二十八日于大連

炳燭編序

往哲格言懿行載諸簡編
若珠海玉山紛錯焜耀予時
披對記憶不能委置未安
暇中采華挹潤當意者手
錄成編分類十二列款一百二

十間雜以釋老莊列等語苟
可繕性尊生何必五穀惟是
衰殘餘年輯錄徒勤不免
蠹魚之誦耳晉人問師曠曰
吾欲學年七十暮矣師曠曰
少而學爲日出之先老而學

為炳燭之明予今所輯亦炳
燭類也曰名炳燭編曰以子
輯俾少年學之可乎嘻茲
輯僅一隙便老耄若夫英穎
敏睿縱目博觀四庫五車尚
未厭其襟抱此何屑焉雖

然籍明一隙猶愈于昧行者
萬曆壬寅仲夏之吉桓臺七
十六歲朽夫王之垣書於惺
心樓中



炳燭編目錄

修己

攝生

惇倫

謹畏

勤儉

陰德

報應

政術

出處

應接

人品

爲學

炳燭編

桓臺王之垣編輯

男象晉

孫與耔校刊

修已

心者一身之主百爲之帥須要靜坐收心

自能入道

真詮

心本可靜事觸則動動之吉爲君子動之

凶爲小人

遵生牋



火火系
心上有刃君子以含忍成德川下有火小

人以忿怒災身

遵生
牋

凝重之人德在此福亦在此又曰山勢崇峻則草木不茂水勢湍急則魚鱉不留

觀山水可以觀人矣

薛文
清

內有一定之操而外能屈伸與物推移萬

舉不陷

通玄
真經

名節者道之藩籬藩籬不守其中未有能

獨存者

陳白
沙

不自重者取辱不自畏者招禍不自滿者

受益不自是者博聞

景行錄

人之精神貴藏而用之苟銜於外鮮有不

敗者

邵子

象以牙而成擒蚌以珠而見剖翠以羽而
招網龜以殼而致亡雉以尾而受羈鸚
以舌而取困麝以臍而被獲犀以角而
就烹金鐸以聲自毀膏燭以明自煎故
勇士死於鋒鏑智士敗於壅蔽好水者

溺於水馳馬者墮於馬君子慎勿以炫

露而招損哉

什類書

寡言者可以杜忌寡行者可以藏拙寡智

者可以習靜寡能者可以節勞

省身集要

器虛則貯之滿則覆之木小則培之大則

伐之故虛可處滿不可處也小可處大

不可處也

何大復

以簡傲爲高以諂諛爲禮以刻薄爲聰明

以闐茸爲寬大胥失之矣

省身長語

人之少也當佩乎父兄之教人之壯也當
達乎朋友之箴人之老也當警乎少壯
之說萬化雖移不能厄我

關尹子

人於外物奉身者事事要好只有自家一
箇身心却不要好苟得外物好時自家
身心已先不好了

伊川

養得胸中無一物其大浩然無涯有欲則
邪得而入無欲則邪無自而入且無欲
則所行自簡又覺胸中寬平快樂靜中

有無限妙理

薛文清

造化翕聚專一則發育萬物有力人心寧

靜專一則窮理作事有力愈收歛愈充

拓愈細密愈廣大愈深妙愈高明

薛文清

人須是一切世味淡薄方好不要有富貴

相常自激昂便不到得墜墮

胡文定

攝生

治身養性者節寢處適飲食和喜怒便動

靜在已者得而邪氣無由入

辛文子

能尊生雖富貴不以養傷身雖貧賤不以

利累形

莊子

人之將疾也必先酒色之好國之將亡也

必惡直諫之言

辛文子

耳目淫於聲色五臟動搖而不定血氣逸
蕩而不休精神馳騁而不守禍之來如

丘山無由識之矣

辛文子

持守正念之法如執玉如捧盈如牧蜂戰
戰兢兢惟恐失墜故文子曰既已得之