



(清) 陈宏谋 辑 《五种遗规》 译注小组 译注

養正遺規

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



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。



中國華僑出版社



(清) 陈宏谋 辑 《五种遗规》译注小组 译注

養正遺規

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



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。

图书在版编目 (CIP) 数据

养正遗规译注/(清)陈宏谋辑.《五种遗规》译注小组译注
—北京:中国华侨出版社, 2012.5

ISBN 978-7-5113-2324-8

I. ①养… II. ①陈…②五… III. ①道德规范—中国—古代
IV. ①B82-092

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第075676号

● 养正遗规译注

辑 者/(清)陈宏谋

译 注 者/《五种遗规》译注小组

责任编辑/王 晖

责任校对/志 刚

经 销/新华书店

开 本/787×1092毫米 16开 印张/18.5 字数/180千

印 刷/三河市祥达印装厂

版 次/2012年7月1日第1版 2012年7月1日第1次印刷

书 号/ISBN 978-7-5113-2324-8

定 价/32.00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，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，义味深远，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、处事待人上，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^⑤壬^⑥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^⑦狡黠^⑧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^⑨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，着藏书五种，一曰养蒙士，二曰训民俗，三曰严闾范，四曰儆^⑩官箴，五曰戒^⑪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^⑫感叹，传为美谈。何则^⑬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 金壬：小人、奸人。金，音qiān，奸邪不正。
- ⑥ 浇漓：音jiāo lí，又作浇醅，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。此以为实现。
- 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“小时候形成的良好行为习惯，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，一是教养启蒙孩童读书，二是教导民俗，三是整肃女子行为规范，四是官员警言录，五是防备革除官员职务犯罪。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。林青山先生在湖南退休后就携带着这套书，想重新刻版印刷来流通它，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，以广泛流通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

酉领解^⑮粤西，庚辰获会状，一人中三元，为世罕觐^⑯，闻其家尤屡世簪缨^⑰不绝，亦可知理学名臣，生膺^⑱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 qì。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，我在斗山书院作主讲，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。于是慢慢地对彭生说：“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，旁边的一位客人反间说：“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，哪有闲工夫算计别人是否贤明呢？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，更做出一些让普通百姓都看不起的事情，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

养正遗规序	1
-------	---

卷 上

朱子《白鹿洞书院揭示》	3
朱子《沧洲精舍谕学者》	7
朱子《童蒙须知》（有序）	9
朱子论定《程董学则》	23
陈北溪《小学诗礼》	36
真西山《教子斋规》	56
方正学《幼仪杂箴》	61
高提学《洞学十戒》	74

卷 下

颜氏家训·勉学篇	81
朱子读书法	95
朱子治家格言	102
吕近溪《小儿语》（并序）	105
吕新吾《续小儿语》（有序）	115
陆桴亭《论小学》	146

补 编

养正遗规补编序	163
诸儒论小学	164
程畏斋读书分年日程	176
陈定宇示子帖	201
王文成公训蒙教约	203
附 歌 诗	210
屠提学童子礼	219
吕新吾社学要略	235
张杨园学规	245
陆清献公示子弟帖	255
张清恪公读养正编要言	264
唐翼修父师善诱法	267

养正遗规序

天下有真教术，斯有真人材。教术之端，自间巷^①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^②，义至深矣。余每见当世所称材子弟，大者夸记诵，诩^③词章，而德行根本之地，鲜过而问焉。夫在山泉水清，出山泉水浊，繄^④岂泉之咎哉。汨^⑤泥扬波，父兄之教不先，子弟之率不谨也。宏谋公余考昔贤养正遗规，择其简要可通行者，厘^⑥为二卷，篇帙^⑦无多，本末略备，用以流布乡塾。俾^⑧父兄师长，以是教其子弟，毋轻小节，毋骛^⑨速成，循循^⑩规矩。虽蒙养之事，而凡所以笃伦理砥躬行兴道艺者，悉已引其端，由是以之于大学之涂^⑪庶几^⑫源洁流清，于世教不无少助乎？钦惟圣天子昌明理学，文治日新，备员圻辅^⑬，分路扬镳^⑭，循行风俗，与有人材之责焉。故敢勉竭愚忱，具训蒙士，为郡邑先。其或以是为迂为固为琐屑而憊置^⑮焉，余心滋戚矣。

乾隆四年三月既望桂林陈宏谋题于津门官舍

【注释】

①间巷：里巷；乡里。

②圣功：谓至圣之功。《易·蒙》：“蒙以养正，圣功也。”

③诩：夸耀，说大话。

④繄(yī)：惟；只。

⑤汨(mì)：汨罗江，屈原沉水之江。～泥扬波，随波逐流的意思。

⑥厘(lí)：整理的意义。

⑦帙：量词，用于装套的线装书。

⑧俾(bì)：使。

⑨骛：本义指纵横奔驰。引为追求，强求。

⑩循循：遵循规矩貌。

⑪涂：通途。

⑫庶几：希望，但愿。

⑬圻辅(qí fǔ)：又作“畿(jī)辅”。古代指京城附近地区。

⑭镳(biāo)：马嚼子。扬镳，驱马前进。

⑮愒置：闲置，搁置。愒，音(yìn)，古同“憇”。

【译文】

天下有好的教育方法，才会有真正的人才。教法的起点要从乡里街巷开始，人才的培养，则要从儿童开始。易经上说，给孩子启蒙和泉水从山脚下涌出是一样的道理。高尚的人所以有德行操守并且能知行合一，就是这个原因吧。因此给孩子启蒙，是像圣人一般的功德，意义是极其深远的！我常见到现在那些所谓才子的孩子，不过是以会背诵一些经史典章、做些诗词文章自诩，却在道德品行这些根本的方面，很少学习和实践。山泉原本是清澈的，流出山以后就污浊了，难道只是山泉的过错吗？随波逐流，首先是父亲和兄长教育的失职，再就是孩子草率不恭谨造成的。于是我在公务之余，推究古圣先贤给孩子启蒙养正的规范和方法，并从中选出了简明扼要、便于实行的内容，整理成两卷，篇幅虽然不算多，但也大致上本末完备。目的是给地方各个学校的家长和老师，用它来教儿童，不要轻视细枝末节，不要急于求成，严格遵循古人总结出来的教育方法施行。虽然是给小孩子启蒙和养正的，还是要按照忠实于伦理、落实于行动、传道授业这些方面，全面引发教育。这样按照大学之道，希望能够做到正本清源，从孩子小的时候就给他们正确的教育，不知能否对现在的教育有所裨益？皇上亲自提倡发展文史哲学，文教事业日见起色，在京都培养的大批教师，让他们分别下到地方，用正确的教育去影响社会和百姓，负起为国家培养人才的责任！虽然我愚钝，但愿殚精竭虑勤勉热忱，准备培训启蒙老师，为各地方所效法。有的人认为这是迂腐的、过时的、琐屑的，故而闲置起来，我为此感到心痛啊！

乾隆四年三月既望桂林陈宏谋题于津门官舍

卷 上

朱子《白鹿洞书院揭示》

(公名熹，字元晦，宋婺源人，谥曰文，配祀十哲)

宏谋按：学也者所以学为人也。天下无伦外之人，故自无伦外之学。朱子首列五教，所以揭明学之本指，而因及为学之序，自修身以至处事接物之要。则学之大纲毕举，彻上彻下，更无余事矣。宏谋辑《养正规》，特编此为开宗第一义，使为父兄者共明乎此，则教子弟得所向方。自孩提以来，就其所知爱亲敬长，告以此为人之始，即为学之基。切勿以世俗读书取科名之说，汨乱^①其良知，庶^②耳所习闻，儿时亦晓然所学为何事。

【注释】

①汨乱：扰乱。

②庶：但愿，希冀。《左传·襄公二十六年》：（伍举）惧而奔郑，引领南望曰：“庶几赦余。”

【译文】

宏谋按：所谓学，就是学习做人之道。天下没有伦常之外的人，所以没有伦常以外的学问。朱子首次列出五伦之教，是来揭示学问本来的目的，而因此涉及做学问的次第、自我修养以至处世接物的关键。这样做学问的大纲就确定了，