

繪圖
女四書
白話解

(清) 沈朱坤 译注

繪女四書

白話解

(清) 沈秉坤 譯注

常州大學
藏書



中國華僑出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

女四书白话解/ (清) 沈朱坤译注. --北京: 中国华侨出版社, 2012. 8

ISBN 978-7-5113-2798-7

I. ①女… II. ①沈… III. ①女性—修养—中国—古代
②《女四书》—译文 IV. ①B825

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第193437号

● 女四书白话解

辑 者/ (清) 沈朱坤

责任编辑/王 晖

责任校对/志 刚

经 销/新华书店

开 本/880×1230毫米 32开 印张/6.75 字数/150千

印 刷/三河市祥达印刷厂

版 次/2012年11月1日第1版 2012年11月1日第1次印刷

书 号/ISBN 978-7-5113-2798-7

定 价/15.00元

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里26号通成大厦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

前言

古人云：“正天下，首正人伦，正人伦首正夫妇，正夫妇首重女德。”

印祖曰：“教子为治平之本，而教女更为切要。盖以世少贤人，由于世少贤母。有贤女，则有贤妻贤母矣。有贤妻贤母，而其夫与子之不为贤人者，盖亦鲜矣。”

史家云：“夏之兴也以涂山，而桀之放也用末喜，殷之兴也以有娥，而纣之灭也嬖妲己，周之兴也以姜嫄及太任、太姒，而幽王之禽也淫褒姒。”可见女子之德，实乃家道成败、风俗美善、社会兴衰的大根大本。

我中华之女德教化，由来已久。逮自明朝，王相作《女诫》《内训》《女论语》《女范捷录》四书之集注，名曰《女四书集注》，天下翻印者众，“女四书”由此而来，实乃女德教化之集大成也。

今出版之《女四书白话解》，乃清末光绪年间会稽沈朱坤奉翁姑沈张氏之意所作，为其时女子学堂之教材。其将“女四书”白话演绎，文字浅白而义蕴不失。今日女子读之，亦能涵养女德，于和谐身心、家庭、社会，有大益也。

然时代变更，原书的白话翻译部分和今日语言习惯已有较

大出入。我们出版时，对个别字词进行了适当调整、说明，使之更符合现代人的阅读习惯。

女德教化，乃天下风化之本。若人人重妇德女教，则贤妻贤女自多，实乃国家之幸、民族之幸也。深愿此书，广为刊印流布，则于世益深也。

序言

我中华女教之隆，邃古相传，昭垂史册，本为国粹之特色。自世俗有“女子无才便是德”之语，而女教之义不明，女学之书亦不见重于世，其故由来久矣。嫔赋性愚拙，幼承姆教，于归后从夫宦游三晋，无知遭家不造。先夫静川公早岁去世，儿女稚弱，家道中衰。彼时孤苦零丁，扶柩归葬，篝灯课读，以冀教子成名，稍慰先人未酬之志。此情此景，固未尝忘于怀也。今年已老迈，长子杨生，次子桐生，稍克成立，诸孙辈亦入小学堂肄业。桑榆晚景，聊堪自慰。含饴弄孙之暇时，复取从前所读之《女四书》，讽诵自娱，藉以景仰前修，追踪往哲。拳拳服膺，靡时或失顷闻。

朝廷注重女学，大部颁行章程。女子修身一科，其要旨在涵养德性，期于实践躬行。其教课程度，首宜征引嘉言懿行，就生徒日用常习之故，示以道德之要领；次教以言容动作诸礼仪；次教以修己治家及对于伦类国家当尽之责任；次授以教授修身之次序法则。嫔观其大意与近世所行之《女四书》，若合符契，因命次媳朱氏将全书翻成白

女四书白话解

话，爰复重加厘订，总期浅显明白，以合各级女学堂修身教科之用。即女子未入学堂者，其家庭教育，亦可以将此书讲解授读。庶几将来女界发达，相夫教子，共负女国民责任，俾我国势日强，国政日修，民智日开，民德日进，此则区区之微意也夫。

光绪三十四年岁次戊申四月上浣
钦旌节孝浙江会稽县沈张氏谨叙

目 录

卷一 曹大家女诫

- 卑弱第一 / 4
- 夫妇第二 / 7
- 敬顺第三 / 9
- 妇行第四 / 12
- 专心第五 / 15
- 曲从第六 / 18
- 和叔妹第七 / 20

卷二 明仁孝文皇后《内训》

- 御制序 / 27
- 德性章第一 / 32
- 修身章第二 / 36
- 慎言章第三 / 39





- 谨行章第四 / 43
勤励章第五 / 46
节俭章第六 / 49
警戒章第七 / 53
积善章第八 / 56
迁善章第九 / 60
崇圣训章第十 / 63
景贤范章第十一 / 66
事父母章第十二 / 69
事君章第十三 / 72
事舅姑章第十四 / 78
奉祭祀章第十五 / 80
母仪章第十六 / 83
睦宗族章第十七 / 85
慈幼章第十八 / 88
逮下章第十九 / 90
待外戚章第二十 / 93

卷三 宋若昭《女论语》

- 女论语序传 / 99
立身章第一 / 101
学作章第二 / 103
学礼章第三 / 106
早起章第四 / 109



事父母章第五 / 112

事舅姑章第六 / 115

事夫章第七 / 118

训男女章第八 / 121

管家章第九 / 124

待客章第十 / 127

和柔章第十一 / 130

守节篇第十二 / 132

卷四 王节妇《女范捷录》

统论篇 / 137

后德篇 / 140

母仪篇 / 143

孝行篇 / 148

贞烈篇 / 154

忠义篇 / 162

慈爱篇 / 170

秉礼篇 / 174

智慧篇 / 179

勤俭篇 / 187

才德篇 / 191

卷一

曹大家女诫

曹大家(音太姑)，她姓班，名昭，汉朝曹世叔的妻，班彪的女儿。世叔早故，曹大家在家守节，教她的儿子曹谷成人。她大哥，叫做班固，做了一部前汉书，没有做完死了。汉和帝知道她是有才艺学问的人，就叫她补做了这部书。她二哥叫做班超，长久镇守西域，想告老回家，汉帝不应许他。班昭就做了一篇奏章，求汉帝赏赐她哥哥回来。汉朝邓太后看得她好，就下懿旨叫她进宫，做了女师，赏赐她“大家”的称号。汉朝皇后同那一般贵人都当她先生事奉。这《女诫》七篇，就是她做的。

鄙人愚暗。受性不敏。蒙先君之余宠。赖母师之典训年十有四。执箕帚于曹氏今四十余载矣。(帚音肘)

鄙作粗俗讲。愚作笨讲。暗作不明白讲。不敏就是没才具。先君是父亲已死的称呼。宠作光宠讲。大家的父名字叫做班彪，汉光武皇帝时候，做著作郎的官，是很有名的。执箕帚就

是拿土箕扫帚，贱人所做的事体，是妇人家谦虚的话。

这节书曹大家说，我是个鄙陋粗俗的人，又笨，又不明白，又没有才具。蒙父亲这点余光，靠着女先生的教训。年纪十四岁的时候嫁到曹家，到现在四十余年了。

**战战兢兢。常惧黜辱。以增父母之羞。以益中外之累。
是以夙夜劬心。勤不告劳。而今而后。乃知免耳。**（劬音渠）

战战兢兢，就是形容胆小发抖的样子。惧就是怕。黜就是离掉。辱就是羞辱。益作添讲。中是夫家，外就是娘家的亲眷。夙作早起讲。劬作劳心讲。

这节书曹大家自己说，我这四十（编者按：疑掉“年”字）里头，时常担惊受怕，刻刻小心，恐怕有什么错处，被曹家离出。这种羞辱非但我一身，就是父亲母亲面上，也觉得下不去，就是伯叔姊妹也要连累着的。所以我从清早到夜，没一刻不劳心，做事虽然勤苦，不敢说劳力的话。现在我年纪已经老了，这样忧勤的事，大约可以免了。

吾性疏愚。教导无素。恒恐子谷。负辱清朝。圣恩横加。猥赐金紫。实非鄙人庶几所望也。

疏作疏忽讲。无素作没有常讲。恒恐作常常恐怕讲。子谷，大家的儿子，曹谷，号叫贻善。清朝作清明的朝代讲。圣恩就是皇帝的恩典。金紫就是金印紫绶。横加猥赐，都是谦虚的话。

这节书大家自己说，我这样疏忽性子，又不常常教儿女，平

时常恐怕子谷不晓得做官的道理，辜负了这样清明的朝廷。不料皇帝忽然加了这样大恩典，赏我儿子大官，挂的金印，系的紫绶。这种好处，实在是我意想不到的。

男能自谋矣。吾不复以为忧。但伤诸女方当适人而不渐加训诲。不闻妇礼。惧失容她门。取辱宗族吾今疾在沉滞。性命无常。念汝曹如此。每用惆怅。因作女诫七篇。愿诸女各写一通。庶有补益。俾助汝身。去矣。其勸勉之。惆怅音绸帐。

自谋作自己已经成立讲。诸女就是各个女儿。适是作嫁讲。不渐训诲，就是说没教训。妇理就是做媳妇的道理。失容就是失了体面。沉滞就是沉重。惆怅就是忧愁。勸勉作勉励讲。

这节书大家自己说，现在儿子已能自己成立，我也不把他再放在心上忧愁。但还有几个女儿，正是嫁人的时候了。若不慢慢的开导教训她，不知道做媳妇的礼节，恐怕到了夫家有些错处，岂不失了体面，连累同宗合族，受着羞耻么？我如今病势沉重，人的死活是料不定的。想你们这班女儿，我实在放心不下。没法教你们，每替你们忧愁。从前空闲的时候，我曾做了七章女诫，你们这班女儿每人写一遍，与你们极有益处的。看了这女诫，就有益处到你们身上。你们嫁了过去，总要时刻勉力，依看《女诫》上说话做人才好。

卑弱第一

古者生女三日。卧之床下。弄之瓦墼。而齐告焉。（墼与砖同；齐音斋，下同）

古时候，生了女孩子三天之后，让她睡在眠床下边，给她纺瓦的砖玩耍。因为瓦是织布时候用的，是女子应该做的事情。随后再斋戒沐浴，到祠堂里去告明祖先。《诗经》里说道：“乃生女子，载弄之瓦。”就是这个典故。

卧之床下。明其卑弱。主下人也。弄之瓦砖。明其习劳。主执勤也。齐告先君。明当主继祭祀也。

这几句话，就是把前头的话说明。为什么让她睡在床下？分明说女人家应该守卑弱的道理，待人须要谦和。为什么给她砖瓦玩耍？无非说是女人家将来是纺花织布，学习些一般劳苦的事情。为什么要斋告先君？古时候说是妇人之职，是主中馈，应该把酒菜弄得干干净净，帮助夫君祭祀祖先的事情。无非为这种缘故。

三者。盖女人之常道。礼法之典教矣。谦让恭敬。先人后己。有善莫名。有恶莫辞。忍辱含垢。常若畏惧。卑弱下

人也。

这三句话，是做女人的寻常道理，礼法上应该要遵的典教。所以她的做人，谦虚逊让，恭恭敬敬，不敢怠慢人家。遇有事情，宁让人在先，自己落后；有了好的事，就是自己做的，不敢自己夸奖；有了不好的事情，就是奉了长辈命令去做；随后该别人厌恶起来，不敢说是这个事情不是我的主意，把那恶名辞掉；忍了羞辱，含了垢污，不敢自己剖辨明白，常常像怕慌的样子。所说卑弱下人的道理，就尽在乎此了。

晚寝早作。不憚夙夜。执务私事。不辞剧易。所作必成。手迹整理。是谓执勤也。（剧音极）

这几句话，说妇人要睡得晚，起得早，不怕落夜，须做妇人家本分内的事，不可问事体烦难容易。所做事情，必要成功。自己所做的手迹，必要整整齐齐，理值端正，切勿粗率。这就是所话执勤的道理。

正色端操。以事夫主。清静自守。无好戏笑。洁齐酒食。以供祖宗。是谓继祭祀也。（齐如字）

这几句话，说妇人自己颜色要正，行为要端，以事自己的丈夫；幽闲贞静，以守自己的道理，不可欢喜玩耍取笑。把酒食祭品弄得洁净整齐，拿来供养祖宗，这就是所说继祭祀的道理。

三者苟备。而患名称之不闻。黜辱之在身。未之见也。

名称作名望讲。黜辱作离掉羞辱讲。

这节书说，做女人的，能把下人同执勤与继祭祀三样的事情，都能齐备，尚愁名望无人晓得。自己身子，或犯离掉羞辱的事情，端乎没有此理的。

三者苟失之。何名称之可闻。黜辱之可免哉。

这说若是三样失了一样，有什么名望可闻，离掉羞辱，那能免得掉吗？

夫妇第二

夫妇之道。参配阴阳。通达神明。信天地之宏义。人伦之大节也。

参字作合字讲。宏字作大字讲。

这是说夫妇之道，说出来似乎极浅，其实却极精深。世间有了天地，就是夫妇，可以合配阴阳，可以感通神明。真当是在天地间，在人伦中，没有再大的道理了。

是以礼贵男女之际。诗著关雎之义。由斯言之。不可不重也。

《关雎》是《诗经》头一篇，就是文王好逑淑女，成了内治的美事。这节书说，所以礼经上，载得最贵重的道理，就是男女嫁娶。《诗经》上著明《关雎》的大义，也先从夫妇说起。这样说来，夫妇的道理，真是不可不重的了。

夫不贤则无以御妇。妇不贤则无以事夫。夫不御妇则威仪废缺。妇不事夫。则义理堕阙。方斯二者。其用一也。

御作管教讲。事作事奉讲。废缺堕阙，都作放失讲。