



(清) 陈宏谋 辑
《五种遗规》译注小组 译注

教女遺規

譯注

清代童蒙教育教材

清末中学堂修身科教科书

釋淨空敬題



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。



中國華僑出版社



(清) 陈宏谋 辑
《五种遗规》译注小组 译注

教女遺規

譯注

清代童蒙教育教材

清末中学堂修身科教科书

拜淨室敬題



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。



中國華僑出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

教女遗规译注/(清)陈宏谋辑;《五种遗规》译注小组译注.
—北京:中国华侨出版社,2013.7
ISBN 978-7-5113-3807-5

I. ①教… II. ①陈…②五… III. ①女性—道德规范—中国—古代
②《教女遗规》—译文③《教女遗规》—注释 IV. ①B82-092

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第160917号

• 教女遗规译注

辑 者/(清)陈宏谋

译 注 者/《五种遗规》译注小组

责任编辑/付改兰

责任校对/志 刚

经 销/新华书店

开 本/787毫米×1092毫米 16开 印张/15 字数/254千字

印 刷/三河市祥达印刷厂

版 次/2013年12月第1版 2013年12月第1次印刷

书 号/ISBN 978-7-5113-3807-5

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

教女遗规译注

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。金壬^⑤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^⑥狡黠^⑦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^⑧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，著藏书五种，一曰养蒙士，二曰训民俗，三曰严阊范，四曰傲^⑨官箴，五曰戒^⑩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^⑪感叹，传为美谈。何则^⑫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^⑬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佞壬：小人、奸人。佞，音qiān，奸邪不正。
- ⑥浇漓：音jiāo lí，又作浇漓，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丹稜：地名，古属眉州，今四川丹稜县。稜，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，一是教养启蒙孩童的《养正遗规》，二是教导民俗、劝人为善的《训俗遗规》，三是弘扬女教、教育女子的《教女遗规》，四是给官员以提醒的《从政遗规》，五是预防官员职务犯罪的《在官法戒录》。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，群乐信而为之。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

教女遗规译注

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，旁边的一位客人反问道：“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

教女遗规译注

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

教女遗规序 -----1

卷 上

曹大家《女诫》(有序)-----5
蔡中郎《女训》-----19
宋尚官《女论语》-----21

卷 中

吕近溪《女小儿语》-----41
吕新吾《闺范》(有序)-----54

卷 下

王孟箕家训——御下篇-----	159
温氏母训（有序）-----	166
史搢臣《愿体集》-----	181
唐翼修《人生必读书》-----	193
王朗川《言行汇纂》-----	209
女训约言-----	219

教女遗规序

天下无不可教之人，亦无可以不教之人，而岂独遗于女子也？当其甫^①离襁褓^②，养护^③深闺，非若男子出就外傅^④，有师友之切磋，诗书之浸灌^⑤也。父母虽甚爱之，亦不过于起居服食之间，加意^⑥体恤。及其长也，为之教针黹^⑦，备妆奁^⑧而已。至于性情嗜好之偏，正言动之，合古谊^⑨与否，则鲜有及焉。是视女子为不必教，皆若有固然^⑩者。幸而爱敬之良，性所同具，犹不尽至于背理而伤道。且有克敦^⑪大义，足以扶植伦纪^⑫者。倘平时更以格言至论^⑬，可法可戒之事，日陈于前，使之观感而效法，其为德性之助，岂浅鲜^⑭哉？余故于养正遗规之后，复采古今教女之书，及凡有关于女德者，裒集^⑮成编。事取其平易而近人，理取其显浅而易晓，盖欲世人之有以^⑯教其子，而更有以教其女也。夫在家为女，出嫁为妇，生子为母。有贤女然后有贤妇，有贤妇然后有贤母，有贤母然后有贤子孙。王化^⑰始于闺门，家人利在女贞。女教之所系，盖綦重^⑱矣。或者疑女子知书者少，非文字之所能教，而弄笔墨工文词者，有时反为女德之累，不知女子具有性慧，纵不能经史贯通，间亦粗知文义。即至村姑里妇^⑲，未尽识字，而一门之内，父兄子弟，为之陈述故事，讲说遗文^⑳，亦必有心领神会，随事感发之处。一家如此，推而一乡而一邑，孰非教之所可及乎？彼专工文墨，不明大义，则所以教之者之过，而非尽女子之过也。抑余又见夫世之妇女，守其一知半解，或习闻^㉑片词只义，往往笃信固守，奉以终身，且转相传述，交相劝戒，曾不若口读诗书，而所行悉与倍焉者。意者^㉒女子之性专一笃至，其为教尤有易入者乎。是在有闲家^㉓之责者，加之意而已。

【注释】

①甫：刚刚，才。

教女遗规译注

- ②襁褓：背负婴儿用的宽带和包裹婴儿的被子。后亦指婴儿包。
- ③养护：养育护持。
- ④出就外傅：离家外出就学于师。
- ⑤浸灌：浸渍，熏陶。
- ⑥加意：注重；特别注意；特别用心。
- ⑦针黹：指缝纫、刺绣等针线工作。
- ⑧妆奁：古代妇女梳妆用的镜匣。泛指嫁妆。
- ⑨古谊：古贤人之风义。
- ⑩固然：本来就怎样。
- ⑪克敦：克，能够；敦，注重、崇尚。
- ⑫伦纪：伦常纲纪。
- ⑬至论：高超的或正确精辟的理论。
- ⑭浅鲜：轻微，微薄。
- ⑮裒集：辑集。裒，音杯，聚集。
- ⑯有以：犹有为。有所作为。
- ⑰王化：天子的教化，圣贤的教化。
- ⑱綦重：很重，极重。綦，音奇，很，极。
- ⑲里妇：同里的妇人。
- ⑳遗文：前代留下的法令条文、礼乐制度。
- ㉑习闻：常闻。
- ㉒意者：表示测度，大概，或许，恐怕。
- ㉓闲家：指治家从预防开始。闲，防也。

【译文】

天下没有什么不可以教育的人，也没有什么不需要教育的人，又怎么能独独遗漏女子不教呢？当女子在刚离开襁褓时，就被养育护持在深闺中。她们不像男子一样，可以离家外出就学于师，可以和老师学友相互研讨勉励，受到《诗经》《尚书》等圣贤经典的浸渍、熏陶。父母虽然很喜爱她们，但也不过是在起

居饮食方面，特别注意给予照顾；等到她们长大了，就只教她们缝纫、刺绣等女工，为她们准备嫁妆而已。至于她们的性情、嗜好如果出现了偏斜，便以正言来纠正她们，但是否能符合古贤人之风义，则很少有人能做到了。这就是认为女子不必教育，本来就应该如此的缘故。幸好亲爱、恭敬的良好品性，是人的本性所共同具有的，即使她们性情、嗜好有所偏斜，还不至于完全背理而有伤道义，况且她们中也不乏一些崇尚大义，足以维护伦常纲纪之人。如果平时再以格言或高超精辟的理论、可以效法或能够让人警戒的事情，天天摆放于面前，让她们能够看到，有所感触而效法，这作为成就德性的助力，又怎么会轻薄呢？我特意在《养正遗规》之后，再次采辑古今教育女子的书，以及凡是有关于女德教育的书，辑集成编。书中所录多选取平易近人之事，摘取其浅显而易懂之理，是想让世人对教育其子有所作为，而更对教育其女有所作为！女子在家未嫁时是女儿，出嫁后是妇人，生子后是母亲。只有有了贤女然后才会有贤妇，有了贤妇然后才会有贤母，有了贤母然后才会有孝贤子孙。圣贤的教化从家门开始，家人的得利在于家中女子贞节。所以，女子教育所关心的，很重要啊。有些人认为，女子知晓经书的少，并非学习文字就能学会女德，而且摆弄笔墨通晓文章词语者，有时反而会成为学习女德的累赘；他们不知道女子同样具有性德智慧，纵使不能贯通经书史籍，间或也能粗略知晓一些文章大义。即使是乡里村中，那些妇人未必全都能识字，但是只要家中的父兄子弟，能够向她们陈述一些女德故事，讲说一些前代留下的法令条文、礼乐制度，也必定会有让她们心领神会、随事感发的地方。一家如此，推而广之到一乡、一邑，哪有不是教化所不能到达的地方呢？那些专门学习文书辞章的人，却不能通晓大义，那么这就是教育她们的人之过失了，而不全是女子的过错啊。或许是我又见到现在的妇女，只是保持着自己（对女德）的一知半解，或者是常常听说的片词只义，往往就深信不疑，坚守不放，终身信奉。况且她们又相互转告、传述，相互劝诫，不像是口读诗书之人，但所做出的行为却更像是熟读诗书之人。这大概是女子的性情专一深厚，这样教育她们女德不是更容易入手吗？这样做也是意在提醒那些肩负着治家重责的人，应凡事以预防为主，多加留意罢了。