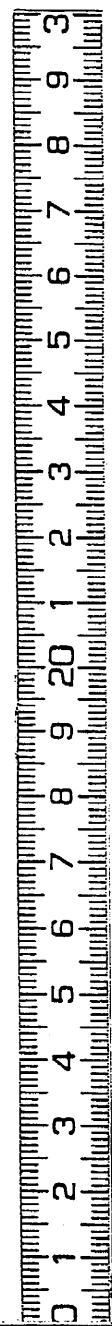


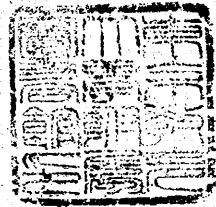
29

□ 580  
24 884



倍率 1 / 11

教育



洪武正韻

校

訂

女

四

錢謙益  
仙女士  
學

和 251108

88015631

光緒庚子年仲秋  
江金寶文堂藏板

神宗皇帝御製女誠序

禮稱天子理陽道以聽天下之外治后理陰  
德以聽天下之內治男女正位化成俗美故  
能不降階序而天下咸理朕以冲昧統膺鴻  
緒仰承 聖母諄諄訓迪勉以法 祖親賢  
勵學勤政為務數年以來始克有省倪焉思  
所以興道致理者庶無虧夫 慈慮焉頃以中  
宮正位 宗廟有助 聖母恐母儀之教未  
闡迺取曹大家女誠一書俾儒臣註解以弘

內範蓋以此書簡要明肅足為萬世女則之規  
夙經 聖慈服膺誦法是以亟為表章暨仁  
孝文宣后內訓二書俾諸保傅姆朝夕進講  
于宮闈爰以毓成淑德用奠坤維共襄乾治  
則是書之功莫大焉仍鑄其副本頒示中外  
使民庶之家得以訓誨女子有資闡教其於  
刑于之化不無裨益云爾  
光緒十年歲在甲申春三月御製序

詩三百篇首求淑女易六十四卦爻著  
家人此闈睢所以為王化之始而正家  
所以可定天下也闈門之教之人忽  
焉不講而古聖人重之如是善乎陳  
文恭之言曰有賢女然後有賢婦有  
賢婦然後有賢母有賢母然後有  
賢子孫於是乎有教女遺規之刻近

日坊間所傳女誡女論語等流風善  
政猶有存者無以翻刻靡陋增損  
失真僅供村塾師口授而詩禮之  
之兩序序之士反為未見之書世  
風日下中饋不嚴休其苦澁嗜終  
吾每觀一家之真替察乎內助之賢  
否者甚多讀上恭之書慨焉有思

古之懷適坊友重謀剗劇日為校  
授之而并以書  
光緒丙子和夏吳縣潘遵新跋

庚子秋閏張漱菴

曹大家女誠

瑯琊王相晉升箋註

蒲陽鄭漢濯之校梓

曹大家姓班氏名昭後漢平陽曹世叔妻。扶風班彪之女也。世叔早卒。昭守志。教子曹穀。成人。長兄班固。作前漢書。未畢而卒。昭續成之。次兄班超。久鎮西域。未蒙詔還。昭伏闕上書乞賜兄歸老。和熹。鄧太后嘉其志節。詔入宮。以為女師。賜號大家。皇后及諸貴人皆師事之。著女誠七篇。

女誠原序

鄙人愚暗受性不敏蒙先君之餘寵先君

女誠序 女誠序 女誠序

女四書 卷一 賢文 聖訓

父彪也。彪字叔皮。光武時官。賴母師之典。

訓年十有四。執箕帚于曹氏。曹音肘。為賤者之事也。謙言不敢當。今四十餘載。

矣。戰戰兢兢。常懼黜辱。戰兢兢。恐懼不安之貌。黜。遣退也。辱。詞。

責也。常懷恐懼之心。惟以增父母之羞。以

益中外之累。于父母。玷累于中外。中為夫

家之外。謂父母也。是以夙夜劬心。勤不告勞。

渠。夙。早也。劬。勞苦也。告。誇示也。言之事

敢誇示。而今而後。乃知免耳。孫成立。庶幾

於人也。

免於。吾性疏愚。教導無素。恆恐子穀。負辱

清朝。大家子。曹穀字貽善。清朝。清明聖治

之朝也。自言教子無疏常。聖恩橫加。猥賜

金紫。實非鄙人。庶幾所望也。言子幸無過

爵祿。賜以金紫之榮。男能自謀矣。吾不復

以為憂。但傷諸女。方當適人。而不漸加訓

誨。不聞婦禮。懼失容他門。取辱宗族。言男

官。自善其身。請女時當出嫁。苟不教之。以

禮。或失禮節。容貌於他姓之門。而貽羞恥

於父兄。吾今疾在沉滯。性命無常。念汝曹

宗族也。

女四書 卷一 女誠序

如此每用惆悵也。惆悵音細帳。○惆悵憂憤也。言吾有疾久不能愈恐或死亡而諸女失教。因作女誡七篇願諸是以常增憂憤也。

女各寫一通庶有補益俾助汝身去矣其勗勉之。俾使也。言作此書以誠諸女苟能無咎矣去矣謂諸女于歸行去母而歸天家也。

卑弱第一。天子尊地卑。陽剛陰柔卑弱。女欲自尊不伏于弱而欲自強則犯義而非正矣。雖有他能何足尚乎。

古者生女三日臥之床下弄之瓦塼而齊告焉。傳與傳同齊音齋下同。○詩云乃生男子載寢之床載衣之裳載弄之璋乃生女子

載寢之地載衣之襦載弄之瓦。寢之床尊之也。寢之衣卑之也。裳盛服貴之也。璋半圭也。織衽所用女子之事卑賤之執也。瓦紡塼之瓦也。齊告告於宗廟也。○襦音替臥之床下明

其卑弱主下人也弄之瓦塼明其習勞主執勤也齊告先君明當主繼祭祀也。此申明前當執卑下之禮于人也。執勤欲其躬親紡織力任勤苦也。繼祭祀謂職主中饋潔其酒食以助夫之祭祀也。孟母曰婦人之禮精主飯幕酒漿養舅姑縫衣裳而已。故有閨門之修而無闕外之志此之謂也。女子始生即以此期之視之其實婦人之道亦即此而無加也。

○纂音密三者蓋女人之常道禮法之典教闕因上聲。三者蓋女人之常道禮法之典教

闕因上聲。三者蓋女人之常道禮法之典教

矣。謙讓恭敬先人後已。有善莫名。有惡莫辭。  
忍辱含垢。常若畏懼。卑弱下人也。此又申明三者之道  
謙讓恭敬。不敢慢於人也。先人後已。不敢僭  
於人也。有善莫名。不敢誇美。有惡謂奉尊者  
之命。而有為人所賤惡之事。但承命而行。莫  
敢辭也。忍辱含垢。不敢致辨。常若畏懼。不敢  
自安卑弱。下晚寢早作。不憚夙夜。執務私事。  
不辭劇易。所作必成。手跡整理。是謂執勤也。  
劇音極。○作起也。私事。細務也。劇。煩重也。言  
當遲寢而早興。不憚深夜而躬為婦職。所務  
之事。不問難易。惟期勤力。操作而必成之。手  
跡完結。整理必精美。而不粗率。執勤之道。於  
斯盡矣。正色端操。以事夫主。清靜自守。無好戲

笑。潔齊酒食。以供祖宗。是謂繼祭祀也。齊如  
言正其顏色。端其操行。以事其夫。幽閒貞靜。  
言笑不苟。潔治整齊。酒食祭品。以相夫主。而  
供先祀。是繼祭道盡矣。三者苟備。而患名稱之不聞黜  
辱之在身。未之見也。言為婦人。能下於人。習  
咸備。則名譽彰著於內。三者苟失之。何名稱  
外。黜辱不及於身矣。三者苟失之。何名稱  
之可聞。黜辱之可免哉。無是三者。則黜辱必  
可稱哉。

夫婦第二。三者既備。然後可以為婦。然  
次夫姑。夫婦之道。又不可不知也。故  
第二。

夫婦之道參配陰陽通達神明信天地之弘  
義人倫之大節也。參合也。弘大也。言夫婦之禮陰陽配合。綱維之義。感格神明。乃天地之大經。人生之大道也。是以禮貴男女之際詩  
著關雎之義由斯言之不可不重也。言聖王謹於男女之別。夫子刪詩。首列關雎之篇。文王好逌淑女。以成其內治之美。夫婦之道。人倫之始。不可不重也。夫不賢則無以御婦。婦不賢則無  
以事夫。夫不御婦則威儀廢缺。婦不事夫則  
義理墮闕。方斯二者其用一也。御。節制也。事。敬奉也。夫不賢明則威儀廢失。不足以御其婦。婦不貞淑則義理蕩逸。不可以事其夫。二者均不可失。

察今之君子徒知妻婦之不可不御威儀之  
不可不整故訓其男檢以書傳。言當世之君子道。必知妻妾之間。不可不御之。以禮而整肅其威儀。故時檢古書經傳以訓其子孫。  
殊不知夫主之不可不事禮義之不可不存  
也。非不知之。但重於男而畧於女。謂不可語也。以詩書經傳之義也。是以當時無女教之書。而女子鮮知事夫之禮。但教男而不教女。不亦蔽於彼此之數乎。蔽。蔽。偏蔽也。言男女之訓。其亦偏禮。八歲始教之書。十五而至於學矣。獨不可以此為則哉。古禮。男女六歲。教之數目。方名。七歲。男女不同食。不

文四書 卷上 女誡 五

其坐入歲。男入小學而就外傳。十五則入大學。女入歲。親姆教訓。以禮讓教。以織組。創以詩書矣。女子獨不嫁。此言男禮讓乎。教不可

敬順第三。前章但以爲夫婦之道。此章方發。明敬順之禮。敬順。即首章卑下習勤之事也。

陰陽殊性。男女異行。陽以剛爲德。陰以柔爲

用。男以強爲貴。女以弱爲美。故鄙諺有云。生

男如狼。猶恐其虺。生女如鼠。猶恐其虎。

音汪。言陰陽男女。性行各別。陽剛陰柔。天之道也。男強女弱。人之性也。鄙俗之言曰。生男如狼。猶恐其強。猶恐其有猛虎之強。樂極言之也。

然則修身莫如敬。避強莫如順。故曰。敬順之

道爲婦之大禮也。敬者。修身之本也。故爲禮之大者。

夫敬非他。持久之謂也。夫順非他。寬裕之謂

也。持久者。知止足也。寬裕者。尙恭下也。夫音

夫。婦之久。非一時之敬。久而能敬。故借老而

不哀。亦非一時之順。寬裕溫柔。故含容而弱

順。止足安分。故於夫多含弘之度。而順可長。則

寬柔恭下。故於夫多含弘之度。而順可長。則

道全矣。夫婦之好。終身不離。房室周旋。遂生

媾。贖言夫婦有終身之好。閨房狎翫而戲侮

之日生。則敬順。媾贖既生。語言過矣。語言既過

之道虧矣。女音。媾音。贖音。戲慢也。贖。忤觸也。

縱恣必作。縱恣既作，則侮夫之心生矣。此由  
於不知止足者也。既則不敬，驕則不順，敬順  
於無忌，凌侮其夫，無所不至矣。由於不知  
足而求全責備，不安分而放縱自強，不明敬  
道也。夫事有曲直，言有是非，直者不能不爭，  
曲者不能不訟，訟爭既施，則有忿怒之事矣。  
此出於不尚恭下者也。夫音扶，訟者理本  
婦之間，言語乖侮，則爭訟日生，忿怒相向，而  
不安於室，苟能寬裕溫柔，恭順卑下，何至於  
此。侮夫不節，譴呵從之，忿怒不止，楚撻從之。  
夫為夫婦者，義以和親，恩以好合，楚撻既行，

何義之存。譴呵既宣，何恩之有。恩義俱廢，夫  
婦離行。夫為之，夫音扶，譴音遣，行音杭，離  
黜退也。言婦人侮夫，不知止節，必致訶遣之  
辱。楚撻之傷，則恩義廢絕，夫婦乖離，不可復  
合矣。  
婦行第四。行去聲。敬順主於心，行則  
見於事。四行即四德是也。  
女有四行：一曰婦德，二曰婦言，三曰婦容，四  
曰婦功。四行，女子常行也。心之所施，謂之德，  
口之所宣，謂之言，貌之所飾，謂之容，  
身之所務，謂之功。夫云婦德，不必才明絕異也。婦言  
不必辯口利辭也。婦容不必顏色美麗也。婦

功不必技巧過人也。夫音扶。四行但取其美。巧大。適中無忝。不期其才辯。  
過於人。幽閒貞靜守節整齊行已有恥動靜  
有法。是謂婦德。幽清肅也。閒整暇也。貞正固也。靜慎密也。節制度威儀之  
節守之敬慎而無失也。行已有恥。行中禮  
無貽恥笑於人也。動靜有法。行止有常。中乎  
法度。擇辭而說不道惡語。時然後言。不厭於  
人。是謂婦言。擇辭謂未言之先。選擇量度不  
於人也。然又當因時而後言。自無惡語。傷觸  
雖言之詳。而人自不厭也。盥浣塵穢服飾  
鮮潔沐浴以時身不垢辱。是謂婦容。盥浣音  
盥浣皆洗也。衣無新舊皆當洗濯鮮明潔淨。  
沐髮浴身使不垢污以取恥辱。而容光潤澤。

矣。專心紡績不好戲笑。潔齊酒食以供賓客。  
是謂婦功。紡績婦人之常業。故宜專心習之。而不  
而不好賓客。時至則整齊潔淨酒食以待。此  
之詩曰。無非無儀。惟酒食是議。此之謂也。此  
四者女子之大節而不可乏無者也。然為之  
甚易。唯在存心耳。古人有言。仁遠乎哉。我欲  
仁而仁斯至矣。此之謂也。言德言容功四者。缺一。然為之亦不難。但存心而一。無不當也。  
古聖人之言。仁豈遠於人哉。我。一心欲行在  
仁。即至矣。何德言。容功之不可備乎。

專心第五

專一也。謂婦人之道。專於夫而無二志也。



謂不能專心正色矣。貌動靜輕脫行動無常也。視聽閃輪心志不定也。亂髮毀容入則廢飾也。窮窳作態出則冶容也。說不當說言非禮義也。觀不當視非禮亂視也。此之謂不能專心正色。不得意於夫也。

曲從第六

此章明事舅姑之道。若舅姑姑使令以非道而婦順從之。正也。惟舅姑從。惟曲從。乃可謂之孝。大舜閔騫皆不得意於父母而曲從者也。

夫得意一人是謂永畢。失意一人是謂永訖。欲人定志專心之言也。舅姑之心豈當可失哉。此承上章而言。婦不失意於其夫。則永諧而畢終矣。此蓋為夫而言也。若夫之上。則

有舅姑。又可以物有以恩自離者。亦有以義自破者也。言世固有專恩於一人。而人或惡人或亂之。不能自守其義。夫雖云愛舅姑云如婦之不得於舅姑是也。夫雖甚愛其妻。而非此所謂以義自破者也。舅姑不愛則離恩而破矣。然則舅姑之心奈何。故莫尚于曲從矣。

姑云不爾而是。固宜從令。姑云是爾而非。猶宜順命。勿得違戾。是非爭分。曲直此則所謂曲從矣。不音否。欲得舅姑之心。則莫尚于曲從矣。從舅姑之命。如姑所云。本非是。而婦云是。亦當從姑之言。若姑行事。本非是。而婦是。亦當從姑之命。而行之。勿得與婦明知其非。亦當從姑之命。而行之。勿得與

婦明知其非。亦當從姑之命。而行之。勿得與

姑明是非而爭曲直。是謂曲。故女憲曰：婦如從，則無不得舅姑之意也。影響焉不可賞。言婦之順從舅姑，若影之隨而不蒙其賞者乎。

和叔妹第七

叔妹，夫之弟妹也。不言伯姊者，伯必受室，姊必適人。

叔妹幼小，常在舅姑之側，猶當和睦，以得其歡心，然後不失意於舅姑也。

婦人之得意於夫主，由舅姑之愛已也。舅姑之愛已，由叔妹之譽已也。由此言之，我之臧否毀譽，一由叔妹。叔妹之心，不可失也。為婦者，不敢失禮於叔妹，然後得舅姑之愛，得舅姑之愛，然後得意於夫，則是婦之賢，否毀譽皆由

於叔妹，不可不得其心，而失敬於彼哉。人皆莫知叔妹之不可失，而不能和之，以求親其傲也哉。言人皆不可失，而往往得罪於舅姑，自非聖人，鮮能無過。故顏子貴於能改，仲尼嘉其不貳，而況於婦人者。言人皆不能無過，顏子大賢，但有過即改，故聖人嘉其不二過，而況婦人，豈能無過乎。雖以賢女之行，聰哲之性，其能備乎。言雖賢明，聰哲之女，亦不能備諸眾善而無過也。故室人和則謗掩，內外離則過揚。此必然之勢也。易曰：二人同心，其利斷金。同心之言，其臭如蘭。此之謂也。言同

女憲

人相和。雖有過必掩其謗。內外離間。雖無過必揚其惡。故同心其事。則有斷金之利。同心相告。則有如蘭之馨。夫叔妹者。體敵而分易之言。豈欺於我哉。尊恩疏而義親。若淑媛謙順之人。則能依義以篤好。崇恩以結授。使徽美顯彰。而瑕過隱塞。舅姑矜善。而夫主嘉美。聲譽耀於邑隣。休光延於父母。叔妹班與已同而稱之為叔。為夫之同氣。故恩疎而義親。賢淑之女。自能推夫主之義。舅姑之恩。以篤和好。而結助。推叔妹既和。則徽懿美善。日益彰顯。瑕玷過失。相為隱蔽。而得舅姑夫主之歡心。賢聖美譽。揚於里邑。盛德光輝。榮於父母矣。若夫愚惹之人。於叔則託

名以自高於妹。則因寵以驕盈。驕盈既施。何和之有。恩義既乖。何譽之臻。慈與蠢同。臻。人於叔則自恃兄寵之嫂。而有矜高尊大之心。於妹則自恃為助於夫。而有驕盈傲慢之色。驕盈既著。則自不能和。不和而恩義乖離。又何譽之臻也。是以美隱而過宣。姑忿而夫愠。毀譽布於中外。恥辱集於厥身。進增父母之羞。退益君子之累。斯乃榮辱之本。而顯否之基也。可不慎歟。如是則美。咎日宣。舅姑忿恨。而夫主愠怒。誇毀譽。揚於中外。羞恥詬辱。加於本身。其為父母貽羞。夫主玷累匪淺矣。是故和叔妹者。乃已身。然光榮揚顯之根本。不和者反是。可不慎哉。

則求叔妹之心。固莫尚於謙順矣。謙則德之  
柄。順則婦之行。知斯二者。足以和矣。詩曰。在  
彼無惡。在此無射。此之謂也。行惡皆去聲。射  
音姑。言惟謙  
恭。遜順。可以  
和叔妹之心。謙  
為入德之本。順  
乃婦人之行。二  
者不失。自能和  
合於叔妹。不  
失於舅姑。夫主  
矣。射與妬同。太  
家引詩以明之。  
曰。人能在彼無  
厭惡之心。在此  
無妬忌之害。則  
何所往而美善  
不著。名譽不彰  
哉。

女誠終

仁孝文皇后內訓

瑯琊王相晉升箋註

蒲陽鄭漢濯之校梓

仁孝文皇后姓徐氏。中山武甯王達之  
女。明成祖文皇帝元配也。博學好文。著  
內訓二十篇。以教  
宮壺。壺與闈同。

御製序

吾幼承父母之教。誦詩書之典。職謹女事。蒙

先人積善餘慶。夙備掖庭之選。掖庭。宮中兩  
掖廊。除之間。

媵侍所居也。不敢直言為妃。但謙言備宮掖媵侍之選耳。事我孝慈高

女四書

卷一

內訓序

七

皇后高皇后姓馬氏太祖高皇帝元配也成祖高后第四子初封燕王洪武中選文

皇后為燕王妃建文四年朝夕侍朝音招下

潮字音高皇后教諸子婦禮法唯謹吾恭奉儀

範日聆教言祇敬佩服不敢有違肅事今

皇帝三十餘年成祖也一遵先志以行政教

遵高皇后之志行其政教於宮內也吾思備位中宮愧德弗似

歉於率下無以佐皇上內治之美以忝

高皇后之訓謙言正位中宮愧無德率下常

觀史傳求古賢婦貞女雖稱德性之懿亦未

有不由於教而成者言史書所載賢女雖多未有不教而善者古

者教必有方男子八歲而入小學女子十年

而聽姆教此禮記之言姆教也小學之書無傳晦

庵朱子爰編輯成書為小學之教者始有所

入古小學之書散失無傳宋朱晦庵公熹始編撰小學以訓幼學獨女教未

有全書世惟取范曄後漢書曹大家女誠為

訓恆病其畧有所謂女憲女則皆徒有其名

耳小學之教施於幼男而訓女之書則未備焉惟南朝劉宋時范曄作後漢書內載漢

曹大家女誠七篇可謂善矣但病其文辭簡畧闡發未全而所引女憲女則之書又俱遺

佚徒存其名耳。近世始有女教之書盛行。大要撮曲

禮內則之言。與周南召南詩之小序及傳記

而為之者。近世謂元未明初時。有訓女之書。是擇禮記毛詩之詞。及古

列女傳記。合而為之。非一人之言。仰惟我高皇后教訓之

言卓越往昔。足以垂法萬世。吾耳熟而心藏

之。乃於永樂二年冬。用述高皇后之教。以

廣之為內訓二十篇。以教宮壺。女學諸作。既

於是仰承先志。採輯教言。廣為內訓。以教宮闈。夫人之所以克聖者

莫嚴於養其德性。以修其身。故首之以德性

次之以修身。

此言內訓篇名之作。聖猶善也。書云。克念作聖。蓋人欲修其身。

必先養其德性。故德性為首。而修身次之。修身莫切於謹言行。故

次之以慎言謹行之基也。故次之推而至於

勤勵節儉。而又次之以警戒。勤儉者修身之

勉提撕。恐言行之或失。勤儉之未能。故次四者之後。人之所以獲久長

之慶者。莫加於積善。所以無過者。莫加於遷

善。修身者。見善則遷。有過必改。數者皆修身

能遷能積。修身之道畢矣。之要。而所以取法者。則必守我高皇后之

教也。故繼之以崇聖訓。崇聖訓。不忘高后之教也。遠而取

法於古。故次之以景賢範。景賢範。古之賢女也。取法上而

至於事父母。事君。事舅姑。又推而至於母儀。

睦親慈幼。侍下而終之。以待外戚。君親長幼。倫之要備矣。而外戚者。后妃之家。尤當裁之。以禮。不悖於法。則長保其富貴矣。故以為內

終。顧以言辭淺陋。不足以發揚深旨。而其

條目亦粗備矣。觀者於此。不必泥於言。而但

取於意。其於治內之道。或有裨於萬一云。泥去

聲。謙言此書雖淺陋。而條目具備。讀書但取其意。而省察焉。庶可以資於治矣。

永樂二年正月望日序

德性章第一

貞靜幽閒。端莊誠一。女子之德性也。孝敬之

明。慈和柔順。德性備矣。貞固沉靜。幽寂閒雅。此八者。女子之德性。粹於中者也。孝親敬

仁愛明察。慈淑和睦。溫柔恭順。此八者。女子之德性。著於外者也。夫德性原於所稟。而化

女子能此。德性全矣。

成於習。匪由外至。實本於身。夫音扶。稟受也。言人之德性。皆稟受於有生之初。本有善而無惡。及夫稍長。因習氣而化。父母教之以善。則日就於賢明。苟不率教而為惡。習所移。日遷於不善。而成下愚矣。古之貞

女。理情性。治心術。崇道德。故能配君子。以成

其教是故仁以居之義以行之智以燭之信

以守之禮以體之匪禮勿履匪義勿由動必

由道言必由信言古者貞淑之女能調攝其

而無邪僻尊崇道德而效法賢明始能克配

君子以成內教仁主於心居而不失義發於

躬禮義道信行動必由斯備乎德性矣匪

言而言則厲階成焉匪禮而動則邪僻形焉

闕以限言玉以節動禮以制心道以制欲養

其德性所以飭身可不慎歟闕音鬱○厲禍

日婦有長舌為厲之階婦人不當言而言必

為禍亂之階不循禮而動則為邪僻之事闕

閨闈之界也禮內言不出於闈外言不入於

闈是闈闈之間內外之限也古者女子行必

佩王以為禁步動則璫然有聲無故不敢妄

行也心恐專肆制之以禮欲恐放縱制之以

道時時警飭其身必敬無損於性者乃可以

必慎庶能養其德性也無損於性者乃可以

養德無累於德者乃可以成性無損於天性

之良無玷於醇淑之德德積過由小害德為

大故大厦傾頽基址弗固也已身不飭德性

有虧也小故不改必損大德基址不固宮室

矣美玉無瑕可為至寶貞女純德可配京室

檢身制度足為母儀勤儉不妬足法閨闈京

也。配京室。大家之婦也。言貞女德性醇美。如  
無瑕之玉。可以配大家。女子檢約其身心。修  
明其制度。克勤克儉。不妬不忌。若夫驕盈嫉  
忌。肆意適情。以病其德性。斯亦無所取矣。古  
語云。處身造宅。黼身建德。詩云。俾爾彌爾性  
純嘏。爾常矣。黼音甫。卑音卑。嘏音古。○。自  
損也。黼。錦黼。黻之衣。以比身之光榮也。詩  
大雅。卷阿之詩。俾使也。滿。長久也。性。猶命也。  
純。厚也。嘏。福也。言不賢者於己。則驕於盈滿。於  
人。則嫉妬忌害。放肆任意。以順適其情。而損  
其德性。雖有他才。亦無所取矣。是以古語有  
云。欲安其身。必須造室。欲華其身。非取衣服  
之美。必須立德。然後光榮。若召康公。從周成  
王。於卷阿之上。頌王之詩云。王既有德。以加

於民信。豈弟之君子矣。夫當使爾長承性命。  
厚集其福祿。而常享之也。凡為男女。具有其  
德。福祿亦如是矣。

### 修身章第二

或曰。太任目不視惡色。耳不聽淫聲。口不出  
傲言。若是者。修身之道乎。此設或問答之辭。  
太任。王季之妃。文  
王之母也。禮言其姓。文王時。目不邪視。耳不  
傾聽。口無傲言。席不正不坐。謂之胎教。故問  
此數者。可謂曰。然古之道也。夫目視惡色。則  
修身已乎。曰。然古之道也。夫目視惡色。則  
中眩焉。耳聽淫聲。則內褻焉。口出傲言。則驕  
心侈焉。是皆身之害也。故婦人居必以正。所

以防慝也。行必無陂，所以成德也。

慝音答，慝音忒，陂音皮。

皮○眩。惑亂也。禠。奪喪也。慝。差失也。陂。偏也。答以所問。乃古聖人修身之道也。蓋視惡色

則眩亂於性情。聽淫聲則禠奪其德性。出傲言則驕多之心生。三者皆身之害也。故居必

以正行。必無偏所。是故五綵盛服。不足以爲

身華。貞順率道。乃可以進婦德。不修其身。以

爽厥德。斯爲邪矣。不足爲美。惟貞順循率道

而背德。斯爲邪。慝矣。諺有之曰。治穠養苗。無

使莠驕。剗荆剪棘。無使塗塞。是以修身。所以

成其德也。草亂苗者也。剗。鋤也。除治。穠。穉。穉。

理禾苗而不使稗莠生長。以亂稻穀。剗。剪。荆棘。無使壅塞。道塗。猶修身以育德也。夫

身不修。則德不立。德不立。而能成化於家者

蓋寡矣。而況於天下乎。不修身立德。而能治

家者鮮矣。况天下乎。是故婦人者。從人者也。夫婦之道。剛柔之義

也。昔者明王之所以謹婚姻之始者。重似續

之道也。家之隆替。國之興廢。於斯係焉。嗚乎

閨門之內。修身之教。其最慎之哉。似。有也。續

也。替。廢也。言婦人之義。主從伏於人。陽剛陰

柔。夫婦之義也。故古聖帝明王。謹始於夫婦

重其克有先姓。繼續宗祀。詩曰。似續祖妣。此

之謂也。蓋婦人賢不賢。而家國之盛衰興廢

由茲係焉。閨門之內。不可不慎也。

### 慎言章第三

婦教有四言居其一。心應萬事。匪言曷宣。言

而中節。可以免悔言。不當理。禍必從之。謂四教

言容工。所謂四德也。言婦言為四教之一。人

必中節。則事無後悔。言則何以宣明其意。然言

不中理。則禍辱必隨之。諺曰。閤閤響響。匪石

可轉。響響。讓讓。烈火燎原。又曰。口如扇。言有

恆。口如注。言無據。甚矣言之不可不慎也。音閤

銀響音遣。響音資。讓音儂。扇音君。閤音和。悅也。響響。理順而辭正也。匪石。堅執之心有

甚於石也。響響。毀謗也。讓讓。折辯也。無定也。

扇。如戶之啟閉以時也。注。如水之一瀉如注。

而無止節也。言古諺云。人若和顏悅色。數陳

有道之正言於人。雖堅強如石之人。亦可轉

移。而從正。如山言。響毀讓薄。利口傷人。其禍

如猛火燎平原之枯草。不可救也。又曰。口如

門戶。常閉。啟發有時。則其言語有時。為人所

重。若但傾瀉如注水。而不收。則其言狂妄。而

無據。為人所厭。况婦人德性幽閒。言非所尚

矣。可不慎哉。多言多失。不如寡言。故書斥牝雞之晨。詩有

厲階之刺。禮巖出柵之戒。善於自持者。必於

此而加慎焉。庶乎其可也。問與閒同。牝雞

鳴也。言婦人之道。本不尚言辭。言多則多失。

故書云。牝雞之晨。惟家之索。指婦人多言而

內訓

亂家政。如雌雞晨鳴。不祥之兆。家必蕭索也。  
詩云。婦有長舌。為厲之階。言禍亂必生也。  
外言不入。內言不出。以相域為界。聖經之戒。  
婦言如此。其慎。婦人欲修其身。不可不謹也。

然則慎之有道乎。曰。有學南宮縚可也。此設為

問答之辭。南宮縚。又名适。孔子弟子。字子容。

也。南容。謹言。常三復衛武之詩。為戒。其詩曰。

白圭之玷。尚可磨也。斯言之玷。不可為也。言

白玉之圭。若有瑕玷。尚可磨去。言之玷。不可

玷。則出於口。而難追。不可為也。故夫子嘉其

謹言。以兄女妻之。婦女欲謹其言。當以此為

法。夫緘口內修。重諾無尤。甯其心。定其志。和

其氣。守之以仁厚。持之以莊敬。質之以信義。

一語一默。從容中道。以合於坤靜之體。則讒

慝不作。而家道雍穆矣。慝音忒。中去聲。緘

也。言婦人寡言。則內行修明。慎其許諾。必踐

其言。則無怨尤。志氣堅定。辭容和悅。有仁而

廣敬。一以信義為本。語默之間。中節合度。坤

靜體而地之道。婦人之義也。婦能靜默。合乎

坤貞之體。則讒言不興。邪慝

不作。而家道雍肅。則和睦矣。故女不矜色。其

行在德。無鹽雖陋。言用於齊。而國以安。孔子

曰。有德者必有言。有言者不必有德。行去聲。為

婦女不矜色。惟以德行為要。昔無鹽鍾

氏之女。容貌鄙陋。齊王聞其賢。而立以為后

者。非無言也。而言必中節。若夫有言者。徒恃

巧佞之言。而未必有德也。

謹行章第四 行去聲 章內同

甚哉婦人之行。不可以不謹也。自是者其行專。自矜者其行危。自欺者其行驕。以汗行專。則綱常廢。行危則疾戾興。行驕以汗。則人道絕。有一於此。鮮克終也。鮮。上聲。言婦人之行。以德為先。苟無德。則行必專。擅而自由。矜高。自誇者。其行必危。殆而不自覺。味心而自欺者。其行必驕。肆而妄行。汗。賤之事。蓋自專者。無君無夫。而廢綱常之。大節。自危者。則招人疾惡。而災禍生。自驕而。行。汗。賤者。則婦道絕滅。而非人類矣。三者有一。鮮有終身無咎者也。

婦有令譽。行之純也。本深在乎栽培。基厚在乎積累。行純在乎自力。不為純行。則戚疏離焉。長幼紊焉。貴賤淆焉。淳音交。言干霄之。凌雲之高臺。由於基址之堅厚。婦人有賢名。令譽。由於德行之純備。而根本之深。在於栽培。培植養之功。基址之厚。在於積累增高之力。婦行之純。在於自盡其力。而無一毫虧欠。婦行不純。則不論親疎。皆離間而遠之。長幼之禮。素雜。貴賤之分。淆亂。而不整矣。是故欲成其大。當謹其微。縱之毫末。本大不伐。味於冥冥。神鑒孔明。百行一虧。終累全德。言人欲成大節者。當謹察其細微。如放縱於毫末之細。則其禍必至於如萌芽之生。則枝蔓綿延而

不可斬伐也。冥冥幽暗之中。如以為無人知。而自昧其心。不知神天鑒察。孔大而彰明也。婦人之行。百有一。體柔順。率貞潔。服三從。之訓。謹內外之別。勉之敬之。始終惟一。言婦道。當體溫柔敬順之義。持貞守靜。潔之操。在家從父。出嫁從夫。夫死從子。三從之訓。不失內外之禮。必謹。龜勉莊敬。以持其身。慎始慎終。一心無二。斯為可矣。由是可以修家政。可以和上下。可以睦親戚而動無不協矣。易曰。恆其德貞。婦人吉。此之謂也。協和也。易恆卦之辭。言婦行既備。則家政修而上下和親戚睦而萬事理。恆常也。久也。易之言久於德而不易。婦人之正吉之道。故其象曰。婦人貞吉。從一而終也。

### 勤勵章第五

怠惰恣肆。身之災也。勤勵不息。身之德也。怠慢而不敬於事。懈惰而不勤於力。放恣而不檢其身。多肆而不謹於禮也。四者為終身之災。勤勉勵。孜孜不息。為成身之德。是故農勤於耕。士勤於學。女勤於工。農惰則五穀不穫。士惰則學問不成。女惰則機杼空乏。耕者農之事。惰而廢之業。惰而不學。則學問疎。工者女之務。不勤干工。則機杼空。而家道乏。古者后如親蠶。躬以率下。庶士之妻。皆衣其夫。效績有制。愆則有辟。言古者王后親務蠶桑。率如御織縫。以供祭服。大夫士庶

卷七 內訓



人率知之而取舍不決焉何也志不能帥氣  
理不足御情是以覆敗者多矣言止奢莫若  
所以養其醇性奢華麗所以損其婦德人  
亦皆知之多不能崇儉而汪奢其故何也蓋  
心志為習氣所移而不能帥之以正道理為  
情欲所迷而不能御之以禮故因之以敗德  
者多矣傳曰儉者聖人之寶也又曰儉德之共  
也侈惡之大也傳也言聖人富天下莫如崇  
儉欲人久敬而禮不衰亦莫若用儉故曰德  
之共若夫侈生於奢僭生於侈越禮犯分莫  
大於侈故曰若夫一縷之帛出女工之勤一  
粒之食出農夫之勞致之不易而用之不節

暴殄天物無所顧惜上率下承靡然一軌孰  
勝其弊哉殄音田上聲勝音升言縷帛雖  
若用之不節是為暴殄天物罪莫大焉夫錦  
奈何愚者不悟上下相承不知其弊乎夫錦  
繡華麗不如布帛之溫也奇饜美味不如糲  
粢之飽也且五色壞目五味昏智飲清茹淡  
祛疾延齡得失損益判然懸絕矣糲音勵  
糲粗米粢濫飯祛卻也言錦繡雖華不如  
布帛之煖珍饈雖美不如粗飯之飽且五色  
眩人之目五味損人心智清淡飲食  
反能卻病而延壽豈不曉然易見乎  
古之賢  
如哲后深戒守此故絺綌無斲見美於周詩

大練麤疏垂光於漢史敦廉儉之風絕侈麗  
之質天下從化是以海內殷富閭閻足給焉  
締給音答隙數音亦麤同粗。○精葛曰締粗  
日給數厭也言古聖賢后妃莫不戒奢崇儉  
葛覃之詩言文王后妃自製精粗之葛布以  
為衣裳服之而不厭後漢書言明帝馬皇后  
服白練麤疏之衣首無珍飾而後宮從化天  
下法之是以周漢之盛時海內富庶家飽煖  
而人足瞻焉。蓋上以導下內以表外故后必儉節  
以率六宮諸侯之夫人以至士庶之妻皆敢  
節儉以率其家然後民無凍餒禮義可興風  
化可紀矣。餒奴尼反。○言為后者必躬風節  
儉以表率六宮之妃媵諸侯大夫

以及士大夫庶人之妻亦皆崇尚節儉以率  
其家眾然後人民皆富庶無凍餒百姓皆知  
禮義風化之美。或有問者曰節儉有禮乎曰  
禮與其奢也甯儉然有可約者焉有可腆者  
焉是故處已不可不儉事親不可不豐。腆音  
○  
或問節省儉約恐不中禮奈何答以孔子有  
去禮與其奢也失度不若儉而守約然事有  
可節約者不得不約亦有可豐腆者焉亦不  
得不豐故儉以處已豐以事親斯為至矣。

警戒章第七

婦人之德莫大於端已端已之要莫重於警  
戒居富貴也而恆懼乎驕盈居貧賤也而恆

卷上 內訓 七

懼乎敗失居安甯也而恆懼乎患難奉卮在手若將傾焉擇地而旋若將陷焉難去聲奉  
婦德莫大於正己正己莫貴於警戒富貴常  
懼驕盈而獲咎譴貧賤常懼喪敗而無以存  
安甯常懼患難而危其身如奉滿卮矜持而  
恐其傾泛如履險地擇步而恐其陷墜斯可  
謂警故一念之微獨處之際不可不慎謂無  
戒矣  
 有見能隱於天乎謂無有知不欺於心乎念  
之微至幽也獨處之際至暗也不可不慎謂  
無人見天實臨之謂無人知而目心不可欺  
 也故肅然警惕恆存乎矩度湛然純一不干  
 於非僻舉動之際如對舅姑闔門之間如臨

師保不惰於冥冥不驕於昭昭行之以誠持  
 之以久顯隱不貳由是德宜於家族行通於  
 神明而百福咸臻矣言當致其恭肅警心惕  
度其心沈湛專純不干犯非禮邪僻之事一  
舉一動必敬必慎如對舅姑之前雖處閨房  
襲密之間而嚴肅矜持如師保臨之不敢放  
縱不以冥冥無人之處而情其儀容不以昭  
昭人眾之中故矯其顏貌誠實以行其事久  
長以持其心明顯幽隱行之不二如是則女  
德化於家族誠信格於神矣夫念慮有常動必  
明而百福臻集於其身矣  
 無過思患預防所以免禍一息不戒災害攸  
 琴累德終身悔何追矣言人舉心動念思慮  
之間當存規度不越

卷七 內訓  
 七

於禮則行動必無過咎。凡事之有患，未及於身，宜預為防備，而消釋之，則災禍自遠矣。若一息之損，明知有害，而不能忍，不知戒，則禍患成，而災害常集於身，虧損德行，追悔無及矣。是故鑒古之失，吾則得焉，惕勵未形，吾何尤焉。詩曰：相在爾室，尚不愧于屋漏。禮曰：戒慎乎其所不覩，恐懼乎其所不聞。此之謂也。相去聲。○詩大雅抑之篇。禮曰二句。中庸之言。而云禮者，蓋中庸大學皆禮記篇中之書也。相視也。屋漏，室隅透光處，必言警戒之道。當如何，宜鑒古人行事之失，吾戒之而不蹈其非。吾則得而不失矣。當於禍害未形之先，吾警戒之，則患則可免，而潛消無過矣。拆之。詩曰：視人在爾暗室之間，能不愧于屋漏，則凡事無過矣。蓋暗室，人不可見，不聞之地，而屋

漏之光，天實臨之，可自味其心乎。是故慎獨之君子，於人不睹，不聞之地，猶存戒慎恐懼之心。其警察惕勵，嚴密如此，然後能寡過也。

積善章第八。

吉凶災祥，匪由天作，善惡之應，各以其類。善德攸積，天降陰陽。陽音直。○降猶陞也。陰陽也。此章明積善之應，言天默佑而陞降其福祿也。凶見於事，而災異禎祥之兆，又形於吉凶。未著之先，匪天作之，實因人之善惡而感。應之也。人能積善修德，久而不衰，則天必默佑於上，降臨以福祚。昔者成周之先，世累忠厚，繼於文武，伐暴救民，又有聖母賢妃，善為內

助故上天陰隲福慶攸長成周者周公建洛邑以居成王號其  
都為成周也言其先世自后稷樹藝五穀以  
教民生有失其忠厚之德至於太王季文  
餘年皆有聖人之德以及於民而武王因紂之  
王皆除殘虐救民於水火之中而有天下又  
暴驅王之殘虐太姜王季如太任文王之太  
有太王之邑姜皆仁孝賢明以為聖人之內助  
武王之聖德繼承如此其美故上天  
其內外之福祥之長  
陰隲之久而久者也  
未有如周之久而久者也  
攸集我太祖高皇帝順天應人除殘削暴  
救民水火孝慈高皇后好生大德助勤於  
丙故上天陰隲奄有天下生民用乂天之陰

隲不爽於德昭著明鑑言我皇明白太祖以先世積厚德故天命  
我高皇帝起於濠滁順天人之仁心除殘賊伐  
暴虐救民塗炭而高皇后以仁厚之德勤勞  
丙政以助之蒙上天之默佑伐元而有天下  
百姓又安垂裕後世蓋天陰隲有德昭如明  
鑑不爽夫享福祿之報者由積善之慶婦人  
丙助於國家豈可以不積善哉古語云積德  
成玉積怨成石荀子曰積土成山風雨興焉  
積水成淵蛟龍生焉積善成德神明自格言人  
之享福受祿皆由積善而成婦人之內助其  
夫以興家國又豈可不積善哉古語有云諸  
侯積德則成王者之業無德而積怨惡於民  
則自取其敗亡而已荀卿有言山高則出雲

霧而興風雨水深則生靈物而出蛟龍人能積善以成其德則神明昭格福祿綏矣

后妃至於士庶人之妻其必勉於積善以成

內助之美婦人善德柔順貞靜樂乎和平無

忿戾也存乎寬洪無忌嫉也敬乎仁慈無殘

害也執禮秉義無縱越也祇率先訓無愆違

也不厲人以適己不縱欲以戕物積而不已

福祿萃焉嘉祥被於夫子餘慶流於後昆可

謂賢內助矣蓋自后妃以及卿大夫士庶之

克儉以成其家必積德累仁以延其福所謂善者竟柔恭順貞良安靜心志和平而無欺

詐忿戾之事度量寬洪而無疑忌嫉妒之心

仁厚慈愛而無傷殘毒害之念執守禮義而

無驕縱僭越之行敬承先訓而無過愆違背

之失不刻厲於人而快適己意不縱肆其意

於其身嘉美禎祥貽慶於夫主子女美善流

於後世不亦為易曰積善之家必有余慶書

曰作善降之百祥此之謂也已餘慶謂受福不

百祥謂禎祥畢集百事攸宜也易曰積善之家必有余慶積不善之家必有余殃聖人之言昭然明驗如此

### 遷善章第九

人非上智其孰無過過而能知可以為明知



之蓋習為小善則大善斯成習行小惡則大惡必作小惡不戒能成德而免於禍戾者鮮矣故諺有之曰屋漏遷居路紆改塗傳曰人孰無過過而能改善莫大焉紆音迂○紆曲折也諺云屋漏不可居則急宜遷徙路紆折而難行則必求直道而往人有過而能改則善矣

### 崇聖訓章第十

自古國家肇基皆有內助之德垂範後世夏商之初塗山有莘皆明教訓之功成周之興文王后妃克廣關雎之化言自古開國之君必有賢聖之妃以佐內助之美夏禹之后塗山氏商湯之后有莘氏皆能輔贊明良化行宮壺以成內治周

之文王得聖女太姒以成好逑之詩我太祖配宮中美其德化而作關雎之詩我太祖高皇帝受命而興孝慈高皇后內助之功至隆至盛蓋以明聖之資秉貞仁之德博古今之務艱難之初則同勤開創平治之際則弘基風化表壺範於六宮著母儀於天下言太祖光有天下雖受天命以興而高皇后內助之功居多以明聖貞仁之德通古今治亂之機興太祖同起艱難辛勤創業以致太平垂訓宮韓表章壺域嘉言善行足以作範六宮母儀萬國驗之往昔莫之與京譬之日月天下仰其高明譬之滄海江河超其浩溥超音趨溥音普○京

匹也。言古雖有賢哲后妃。皆不及我高后之  
聖。而無與匹焉。后之德。如日月之高明。人庶  
蒙其光照。如滄海之濶。然史傳所載。什裁一二。  
而微言奧義。若南金焉。銖兩可寶也。若穀粟  
焉。一日不可無也。貫徹上下。包括鉅細。誠道  
德之至要。而福慶之大本也。裁與纒同。言高皇  
后之慈言懿訓。見於皇后寶訓。高帝實錄。及孝慈錄等  
書。然皆史臣採輯傳聞之言。十分僅得其一二  
二耳。而微妙之言。深奧之義。今雖不傳。而吾  
猶及聞之。其言足以範世。若荆楊南國百銖之  
金。雖銖兩之輕。皆可為世之寶。若五穀之  
資。人日用而不可一日無者。其言上下咸宜。  
鉅細畢舉。吾故仰遵聖訓。範成此書。信女后  
德之要道。人體而行之。誠為福慶之本也。后

如遵六則。可以配至尊。奉宗廟。化天下。衍慶  
源。諸侯大夫之夫人。與士庶人之妻。遵之則  
可以內佐君子。長保富貴。利安家室。而垂慶  
後人矣。言高后之訓。后妃能遵守之。則足以  
配天子。承宗廟。風化天下。而行子孫  
福慶之源。諸侯卿大夫士庶之妻。遵之則詩  
可相夫保家。永享富貴。而垂裕於後世矣。詩  
曰。太姒嗣徽音。則百斯男。敬之哉。敬之哉。詩  
雅斯齊之篇。太姒文王之如。徽美也。詩言太  
姒誠敬。賢孝能嗣其姑。太任徽美之德音。不  
如不忌。子孫眾多。有百男之慶。後世后妃宜  
敬守高后之訓。以媲美於周室也。○齊音齋

景賢範章第十一

詩書所載賢如貞女德懿行備師表後世皆  
 可法也。行去聲下同。言詩書所記古聖賢  
取乎史冊。師範後人。夫女無姆教則婉婉何  
 從不親書史則往行奚考稽往行質前言模  
 而則之則德行成焉。婉婉音晚免。婉。茶順  
也。婉。悅而解意也。內則  
曰。女子十年不出。姆教。婉。聽從是也。姆。女  
子之傳母也。言女無姆教。則不聞善言。不親  
古史。則不知善行。故稽諸往古賢女之德行  
質前人。壽美之嘉言。模範而則法之。斯可以  
成其德矣。夫明鏡可以鑑妍媸權衡可以擬輕重  
 尺度可以測長短往轍可以軌新跡希聖者

昌踵弊者亡。如媼音嚴。媼。音嚴。也。妍。美也。  
媼。醜也。權。稱。衡。稱。軌。車。跡。軌。  
遵。跡。而。行。也。言。鏡。明。足。以。照。容。貌。稱。平。足。以  
別。輕。重。尺。準。可。以。度。長。短。塗。間。之。車。跡。可。以  
遵。道。而。行。不。失。其。軌。範。以。喻。人。能。希。仰。賢。聖  
效。法。而。行。者。必。昌。盛。而。獲。福。效。前。人。不。賢。之  
弊。踵。而。行。之。則。必。至。於。死。亡。而。已。是故修恭儉莫盛於皇英  
 求誠莊莫隆於太任孝敬莫純於太妣儀式  
 刑之齊之則聖下之則賢否亦不失於從善  
皇英。堯女舜妃。娥皇女英也。言欲法古聖賢  
恭儉之德。當於娥皇女英。以帝女而不配匹  
夫。能。恭。謹。以。事。舜。而。輔。成。聖。化。欲。法。誠。仁。端  
莊。莫。如。文。母。太。任。以。胎。教。而。生。聖。人。以。開。成  
周。之。業。欲。法。孝。敬。莫。如。文。如。太。妣。有。幽。閒。貞  
靜。之。德。上。事。太。后。下。慈。妾。媵。以。廣。百。男。之。慶。

此數聖后賢如若能儀而象之式而法之刑而則之與之齊則可以為聖人。下一等亦可以為為賢人。稍或不及。而得其彷彿。亦不失為從善之美德。○彷彿音倣弗。猶畧似也。夫珠玉非寶。淑聖為寶。令德不虧。室家是宜。詩曰。高山仰止。景行行止。其謂是與。言珠玉非賢淑聖善。乃女德之寶。如令善之德無虧。則能宜爾室家矣。小雅車牽之詩。言高山無遠近。人皆仰而見之。必登其上。乃可為至。人自德行。人皆景仰而慕也。必效法乃可以成身。若徒仰其高而不至。見其賢而不思與之齊。則亦何取其景仰之哉。○牽音轄。

事父母章第十二

孝敬者事親之本也。養非難也。敬為難以飲

食供奉為孝。斯末矣。此章言敬乃孝之至。故養親非難。而敬為難。飲食供奉。孝之末事也。

孔子曰。孝者人道之至德。夫通於

神明。感於四海。孝之至也。昔者虞舜善事其

親。終身而慕。文王善事其親。色憂滿容。孝經曰。夫

孝德之本也。孝可通達於神明。感化於四海。虞舜至孝。孟子稱其大孝。終身慕父母。禮記曰。王季不安。文王

色憂。行不能正履。或曰。此聖人之孝。非婦人

之所宜也。是不然。孝悌天性也。豈有間於男

女乎。事親者以聖人為至。問去聲。或問聖

及。答以孝悌本乎天性。豈分男女之別。事親者當以聖人為法。若夫以聲音

笑貌為樂者。不善事其親者也。誠孝愛敬。無所違者。斯善事其親者也。縣衾斂簞。節文之末。紉箴補綴。帥事之微。必也恪勤朝夕。無怠逆於所命。祇敬尤嚴於杖屨。旨甘必謹於餽餘。而況大於此者乎。縣音懸。簞音玷。紉音寅。率同餽音俊。禮父母舅姑與女與婦。必懸挂其衾被。收斂其枕簪。當寢而復施之也。見父母舅姑衣裳有綻裂之處。必穿紉針線。而亟為補綴之。帥行也。怠逆所命。謂緩怠違逆於親之命令也。祇誠也。父母之杖屨所在。必誠敬愛護之。不致傾敗也。旨甘美好之味。餽食之餘也。禮曰。父母與之飲食。非所食之餘。不敢用。父母與之飲食。非所食之餘。不

敢輒飲食也。父母既食之餘。子婦必盡食之。恐嫌於厭棄。父母之食。且懼以復進。為裝也。訓言子女無誠敬之心。但以聲音笑貌為娛親之飾。未足以為孝心也。孝出於至誠。敬生於至愛。無所違逆。斯云善矣。若縣衾斂簞。紉針補綴。此但節文之細事。惟恪恭於朝夕。無違其教命。雖父母之杖屨。必敬護之。所食之味。必善其甘旨。所餽之餘。必慎其器。食微者如此。而泥大於此者。宜無不敬也。敦音對。飯器也。牟音模。席器也。卮音支。酒器也。匱音移。水漿之器也。是故不辱其身。不違其親。斯事親之大者也。夫自幼而笄。既笄而有室。家之望焉。推事父母之道於舅姑。無以復加損矣。笄音。笄。女子有夫之飾也。女子之道在守身。而不辱事親。而不違女子自幼育於父母。依於膝

文選卷之七 內訓

下既許嫁而加笄焉。則有為人室家。夫婦之道。而離於父母。若在家能孝親。孝親之道。以事其舅姑。故仁人之事親也。不以既貴而移其孝。不以既富而改其心。故曰事親如事天。又曰孝莫大於甯親。可不敬乎。詩曰。害澣害否。歸甯父母。此后妃之謂也。音曠。澣音。后妃者。去父母而享富貴。不以貴而忘其孝。不以富而改其心。故曰事親如天。天不可移也。甯。歸甯。謂歸而問安甯也。善。何也。澣。洗濯也。葛覃之詩。言太妃欲歸而問安於父母。服澣濯之葛衣。謂其師姆曰。何者當澣。何者猶可以不澣。我將服之。以歸甯於父母矣。此謂后妃之孝。

### 事君章第十三

婦人之事君。比昵左右。難制而易惑。難抑而易驕。昵音溺。○昵親也。抑卑順也。言婦人入制其心。而易惑於君。難抑其身。而易驕於下。然則有道乎。曰。有忠誠以為本。禮義以為防。勤儉以率下。慈和以處眾。誦詩讀書。不忘規諫。問有道以處此乎。實為本。秉禮守義。以防閑其身。勤勞節儉。以率其嬪御。慈愛和睦。以惠其眾。庶誦讀詩書。取法前言。往行。以成其德。聞箴規諷諫之言。則敬聽而不忘。寢興夙夜。惟職愛君。居處有常。服食有節。言語有章。戒謹

卷七 內訓 三

讒慝中饋是專外事不涉教令不出遠離邪

僻威儀是力言當早興夜寢以敬愛其君為

儉而不奢言辭和婉而中度讒佞之言戒而

勿聽非慝之行謹而勿行專任中饋之事以

奉君上以修祭祀外庭政事無所干涉教令

不出於宮闈遠卻淫邪私僻之事動作威儀

力行之無惰毋擅寵而怙恩毋干政而撓法擅寵

則驕怙恩則妬干政則乖撓法則亂諺云汨

水淖泥破家妬妻不驕不妬身之福也詩曰

樂只君子福履綏之怙音戶沮音密淖音周

怙倚恃也撓屈也汨陷也淖泥也深而濫也

言為后妃之道勿專擅君之寵而恃君之恩

勿預國之政而屈國之法擅寵恃恩則驕妬

之害興于政撓法則乖亂之禍作俗語謂人

汨沒於水而不能出者出水中淖泥所陷也

人破壞其家而不能興者由家有妬妻所敗

也由是觀之女子不能驕不妬其為身家之福

與樂只猶言喜其也君子眾妾指后妃也履

祿綏安也言太姒不妬忌而恩逮於下故眾

妾樂其德而稱願之曰南有樛木則葛藟纍

之矣樂只君子則福履綏之矣木篇

鳩藟音壘纍音雷詩見周南樛木篇

夫受命守分僭黷不生詩曰夙夜在公寔命不同

文四書

卷上 內訓

三

是故姜后脫簪載籍攸賢班姬辭輦古今稱

譽黷音讀受命受君之命守分守妾庶之

賦之命也姜后周宣王之命班姬漢成帝之

妃言為后如妾御皆受君之命當安其所賦

之分。而無僭越之心。故小星之詩。言庶妾當夕於君。抱衾裯而往。見星而人侍。星未沒而還。不敢專一夕之寵。而夙夜宵行。在公承值者。由其所以賦之命。不同於后妃之貴也。昔周宣王與妾同宮。而宴起。姜后脫簪珥。伏於永巷。之問。以待罪。自咎其失。教於妃妾。而致君王有宴安廢政之失也。宣王敬禮而謝之。自是不敢怠荒。而史籍稱美焉。漢成帝退朝。欲與班婕妤同輦。而載班姬伏地。而奏曰。妾聞天子出入。皆有賢人左右。夾輔。未聞與嬖妾同輦者也。帝改容謝之。后與姬深得名我君安分之道者也。婕妤音捷。子女子名我

**國家隆盛 孝慈高皇后事我 太祖高皇帝輔成鴻業居富貴而不驕職內道而益謹兢兢業業不忘夙夜德蓋前古垂訓萬世化**

行天下。詩曰。思齊太任。文王之母。思媚周姜。京室之婦。此之謂也。齊音齊。言我高皇后肅事高皇帝。以輔成大業。而能兢兢業敬。謹夙夜維勤。其德高出前古。風化被於天下。而慈訓垂千萬世矣。嬖愛也。京周也。大雅思齊之詩曰。言此齊莊之太任實為文王之母矣。惟其能媚愛其姑太姜。而恪盡孝道。為我周室之孝婦。其子縱觀往古。孫光有天下。實太任始基之也。

**國家廢興未有不由於婦之賢否事君者不可以不慎詩曰夙夜匪懈以事一人**言我遍國之將興必有賢后妃以為之內助國之將亡必由宮闈淫僻惑亂所致人家之成敗亦然可不慎哉故大雅烝民之詩意云為人臣者當夙夜惕勵而無怠惰以事其君然則為

后妃者與君休戚相關豈不思匪懈之訓以事其君哉苟不能胥匡以

道則必自荒厥德若網之無綱眾目難舉上

無所毗下無所法則胥淪之漸矣毗音皮也

正也網魚網之總維也毗倚賴也淪陷溺也

言為婦者苟或不能以正道匡輔其君必自

蔽無所荷法則相淪陷而至千危亡矣夫木

瘁者內蠹攻之政荒者內嬖蠱之女寵之戒

甚於防敵詩曰赫赫宗周褒姒滅之可不鑒

哉瘁音翠蠹音妬嬖音僻蠱音古褒音包

言樹木凋瘁而枯朽由蠹蟲攻食其內國

家政事荒廢者由女寵淫嬖蠱惑於君古人

謂女色為女戎蓋防之如兵敵也正月之詩

言幽王寵褒姒而喪身西周以上是赫赫然

宗周之大邦由褒姒一人以滅之也女戎之

害可不夫上下之分尊卑之等也夫婦之道

陰陽之義也諸侯大夫士庶人之妻能推是

道以事其君子則家道鮮有不盛矣鮮上聲

地下天尊地卑女子事夫如天則尊卑之分

明夫陽婦陰陽主動故剛健而專制陰主靜

故柔順而不違自后妃以至于士庶之

妻皆由此道以事其夫則無不利矣

事舅姑章第十四

婦人既嫁致孝於舅姑舅姑者親同於父母

尊擬於天地言婦人之於舅姑親愛同善事

者在致敬。致敬則嚴。在致愛。致愛則順。專心竭誠。毋敢有怠。此孝之大節也。衣服飲食其次矣。言善事舅姑。在致其敬愛。致敬則嚴。恪而專。以愛則柔。順而竭誠。乃可以為孝。若夫旨甘其飲食。潔淨其衣服。又其次矣。故極甘旨之奉。而毫髮有不盡焉。猶未嘗養也。盡勞勤之力。而頃刻有不恭焉。猶未嘗事也。勸音異。極其勞而不倦。謂之勤。言奉養舅姑者。極致甘旨之美。稍有一毫不盡。猶如未養。敬事舅姑。極盡勤勞之力。稍有一念不恭。猶如未事。甚言竭力。舅姑所愛。婦亦於終身不可有一日之懈也。舅姑所愛。婦亦愛之。舅姑所敬。婦亦敬之。樂其心。順其志。有所命不敢緩。此孝事舅姑之要也。舅姑之所敬愛之人。婦亦於其心而敬愛之。娛樂其心。恭順其志。行事必稟命而勿緩。此孝之要也。昔太任思媚。周室以降。長孫盡孝。唐祚以固。甚哉孝事舅姑之大也。長孫文德皇后。唐太宗元配也。言太任能愛媚於太姜。故配太宗以延唐祚。皆開基之賢后也。夫不得於舅姑。不可

以事君子。而況於動天地。通神明。集嘉禎乎。故自后如以下。至卿大夫及士庶人之妻。壹是皆以孝事舅姑為重。詩曰。夙興夜寐。無忝

爾所生。言婦人不得意於舅姑。則不可以事其夫。欲比古之孝婦貞妻。感動天地。昭恪神明。兆集嘉祥。垂芳萬世。其可得乎。故自后妃以下。至於士庶之妻。一是皆以善事舅姑為大也。小雅之詩曰。人當夙興夜寐。盡其心志。無忝辱於父母也。婦能事其舅姑。則無忝於父母也。

奉祭祀章第十五

人道重夫昏禮者。以其承先祖。其祭祀而已。昏與婚同。此明祭祀之重。言人倫之道。以昏禮為重者。以夫婦之義。生育以承繼先祖中饋。以其不重也。故父醮子命之曰。往迎爾相。承我宗祀。母送女命之曰。往之女家。必敬

必戒。無違夫子。國君取夫人。辭曰。其有敝邑事宗廟。社稷。分雖不同。求助一也。女音汝。為子。女昏嫁。而預享之也。蓋尊卑不敵。有酢無酬。故謂之醮。猶享天地神明。亦有酢無酬。而謂之醮也。子將親迎。父醮子而命之曰。往迎而輔相之。內助承我宗廟祭祀之事。女將嫁。母醮而送之曰。往之汝家。必恭敬戒慎。無違悖於汝之夫子。諸侯取夫人。致辭於婦家曰。相與共保。有我之國邑。以奉宗廟社稷。蓋夫婦稷。由此觀之。貴賤不同。求內助一也。蓋夫婦視祭。所以備外內之官也。若夫后妃奉神靈之統。為邦家之基。蠲潔烝嘗。以佐其事。必本之以仁孝。將之以誠敬。躬蠶桑。以為玄統。備

儀物以其豆籩。夙夜在公。不以為勞。詩曰：君婦莫莫，為豆孔庶。獨音涓。統音坦。官猶職也。祭必夫婦同者。盡外內之職也。若后如敵體。天子為天地諸神之主。為邦國福澤之基。潔淨其蒸嘗以佐天子之祭祀。其禮至重。至大。必先之以仁孝誠敬。躬親蠶桑。以成祭祀。立統之服。備其儀文。法物以供宗廟之籩豆。夙夜恪恭。勞而無倦。楚茨之詩。言君王之主婦莫莫。然誠敬恭肅。以佐其祭祀。其潔修。夫相禮罔愆。威儀孔時。邊豆孔盛。而豐庶也。宗廟享之子孫順之。故曰：祭者教之本也。苟不盡道而忘孝敬，神弗享矣。神弗享而能保躬裕後者，未之有也。凡內助於君子者，其

尚勗之。言后妃以及諸侯卿大夫之妻。皆有輔相其夫。以成祭祀之職。若相禮而無愆。違威儀。孔盛於祭享之時。則宗廟神靈庶其欲享之矣。子孫奉事於其間。亦恭順而效法之矣。故禮曰：祭者恭。率子孫以事其先祖。其繼繼繩繩。傳法於後世。乃教之本也。若不敬供其祀。而無孝敬之心。則在天之神靈弗享之矣。神靈不享其祀。尚能保其身。而垂裕於後乎。故凡有內助之佳者。其勗勉之宜。敬事而無怠也。

母儀章第十六

孔子曰：女子者，順男子之教。南長其理者也。是故無專制之義。所以為教。不出閨門。以訓其子者也。長上聲。此明母儀之教。先言知識之由。言女子本無知識。由男子

立教於先。父母順而教之。女子順而法之。如  
 能開其心。智而長其倫理。是故在家從父。出  
 嫁從夫。而無專制之義。其法施教令。不  
 出於閨門。而訓其子女。斯母儀之職也。教之  
 者。導之以德義。養之以廉遜。率之以勤儉。本  
 之以慈愛。臨之以嚴恪。以立其身。以成其德。  
 教之之道。當導引之以德義之方。敢養之以  
 廉遜之節。董率之以勤儉之道。本之以慈愛  
 之心。臨之以嚴恪之重。斯慈愛不至於姑息。  
 可以立其身。而成其德矣。慈愛不至於姑息。  
 嚴恪不至於傷恩。傷恩則離姑息。則縱而教  
 不行矣。詩曰。載色載笑。匪怒伊教。所謂慈愛  
 而不姑息。嚴恪者見於色。而不傷恩。嚴而傷  
 恩。則離背而不親。愛而姑息。則驕縱而廢禮。

故魯頌泮水之詩。言能教者不失。夫教之有  
 其和顏笑貌。而子弟皆樂從之矣。夫教之有  
 道矣。而在己者亦不可不慎。是故女德有常  
 不踰貞信。婦德有常。不踰孝敬。貞信孝敬。而  
 人則之。詩曰。其儀不忒。正是四國。此之謂也。  
 教之道。不過如此。而在己之修身有道。成  
 德無虧。方可以為母儀。不可不慎也。蓋女德  
 不過於貞信。婦德不過於孝敬。貞信孝敬。不  
 失於身。故子孫男婦。則而法之。斯無忝於母  
 儀矣。曹風之詩。意云。君子威儀。無有差忒。而  
 四國法之。以為正。則斯可為母儀之道也。夫  
 睦宗章第十七  
 仁者無不愛也。親疏內外。有本末焉。此章明

道言仁者之性固無不變亦有親疎內外本末之不同當於此而別其輕重次第焉斯得睦親之一家之親近之為兄弟遠之為宗族則同乎一源矣言一家則兄弟為親宗族為疎兄弟宗族雖有親疎上本於祖考由水派雖分同出乎一源也然自婦道觀之我之兄弟宗族雖同乎一源吾既從夫則兄弟宗族雖親而亦疎矣夫之兄弟宗族與我雖異姓然女以夫家為重雖疎而亦親若夫姊妹姊妹親之至近者矣宜無所不用其情夫弟婦為姊妹及夫之姊妹乃親之至近者有同事舅姑之誼則親愛宜夫木不榮於幹不能以達支無所不至矣夫木不榮於幹不能以達支火不灼於中不能以照外是以施仁必先睦

親睦親之務必有助不榮則枝不潤火不熱則照不相是以君子治家必以睦親為務欲睦其親者必有賢內助以為之主焉一源之出本無異情閒以異姓乃生乖別書云惇睦九族詩云宜其家人主乎內者體君子之心重源本之義散類弁之德廣行葦之風傳同敦煩弁音陞下類弁小雅戚之詞也言君子就不知兄弟宗族姊妹親戚一源之出而思親睦之而不賢之婦常視為異姓與己為疎而間隔之致生乖違別異君子不被其感者鮮矣書稱帝堯克明峻德以睦九族之宗親詩稱后妃風化二南皆有宜家之淑女若賢內助能體君子之心重同

源一本之義。敦類升行。葦之風。則親族無不睦矣。仁恕寬厚。敷治惠

施不忘小善。不記小過。錄小善則大義明略

小過則讒慝息。讒慝息則親愛全。親愛全則

恩義備矣。睦親之道。當木之以仁待之。以恕

洽其施。雖有小善。記之不忘。雖有小過。忘之

不記。記善則恩義日長。忘過則讒言不作。親

愛全而恩疎戚之際。藹然和樂。由是推之內

和而外和。一家和而一國和。一國和而天下

和矣。可不重哉。夫內助賢而親戚睦。皆藹然

天下平矣。可不重哉。

### 慈幼章第十八

慈者。上之所以撫下也。上慈而不懈。則下順

而益親。故喬木竦而枝不附焉。淵水清而魚

不藏焉。甘瓠繫於樛木。庶草繁於深澤。則子

婦順於慈仁。理也。此章言慈幼之道。以上撫

卑幼。益順而親之。喬木上竦而下則無枝。淵

水澄清而魚則遠避。是以甘瓠蔓生。附于盤

屈之樛木。眾草繁雜。叢於菴翳之深澤。以其

能容也。上仁慈而能容。則子孫男婦敬順而

親愛之。其理然也。○菴翳音若夫待之以不

醫義。水草茂盛。枝蔓繁蔽也。

慈而欲責之以孝。則下必不安。下不安則心

離。心離則忤。忤則不祥。莫大焉。忤音技。上

以孝。則下心離背而不安。不安則忤。害之心生不祥之甚也。為人父母者

其慈乎。其慈乎。然有姑息以爲慈。溺愛以爲

德。是自蔽其下也。故慈者非違理之謂也。必

也。盡教訓之道乎。言爲親者必以慈爲本。重

容。偏愛護短以爲慈者。是自蒙蔽。貽害其子

孫。非慈也。不違其理。而訓之以正。盡其仁以

謂之慈矣。亦有不慈者。則下不可以不孝。必

也。勇於順令。如伯奇者乎。夫慈者上之恩。不

可不明者也。上或

不慈。則下不可以不孝。昔周尹吉甫。感于後

妻之言。欲殺其子伯奇。伯奇不敢辯。乃順命

而死。至孝也。然伯奇之孝。適以彰

父母之不慈耳。故當以慈爲重也。

君子爲宗廟之主。奉神靈之統。宜蕃衍嗣續。

傳序無窮。不言天子而言君子者。總諸侯卿

明以恩逮乎之道。言君子奉宗廟。享神靈。垂

統緒。宜蕃衍子孫。傳續卿序。以延無窮之祥

故夫婦之道。世祀爲大。古之哲后賢妃。皆推

德逮下。薦達貞淑。不獨任己。是以茂衍來裔。

長流慶澤。言夫婦以傳世。繼祀爲重。古之賢

后妃。皆推廣恩德。及其下。簡安

逮下章第十九

行之貞淑者。薦達於君。不專在一己之寵。是以後裔廣衍。子孫眾多。福慶長流於百世。

周之太妣。有逮下之德。故樛木形福履之詠。

螽斯揚振振之美。螽音中。振平聲。樛木詩。意兒前篇。螽斯。蝗屬。一生。

九十九子。振振。美盛貌。詩云。螽斯羽。訏訏。宜爾子孫。振振兮。以比后妃。不妬忌。而子孫

眾多。振振。美盛。如螽斯。子孫蕃盛。和悅。而飛集也。太妣之德。如此。故詩人咏之。比於樛木。

不一而足。終能昌大本枝。綿固宗社。三王之

隆。莫此為盛。三王。夏殷周也。言后妃賢而祀

世。雖有賢妃。不若周之為盛也。故婦人之行。貴於寬惠。惡於

妬忌。月星並麗。豈掩於末光。松蘭同畝。不嫌

於並秀。行惡並去聲。言婦德貴寬而忌如。月大而星小。同麗於天。松高而蘭下。

同植於地。月不掩星之光。松不礙蘭之秀。以此嫡賢且美。能容眾妾而不妬也。自后

如。以至士庶人之妻。誠能貞靜寬和。明大孝

之端。廣至人之意。不專一己之欲。不蔽眾下

之美。務廣君子之澤。斯上安下順。和氣烝融。

善慶源源肇於此矣。言自后妃以及士庶之。嫡妻誠能推廣古昔聖

賢后妃之德。意不專欲而蔽下。能寬和以廣嗣。上下安順。和氣集於庭幃。而福澤善慶之

源肇始於此矣。

### 待外戚章第二十

卷上 內訓

知幾者見於未萌。禁微者謹於抑末。自昔之待外戚，鮮不由始縱而終難制也。雖曰外戚之過亦係乎后德之賢否耳。此明后妃待外戚之道。見於未萌。事未兆而預防之。謹於抑末。先戒其小過。使敬憚而不敢為非。古外戚之專權病國。皆由君后縱之於外。彼得肆無忌憚。後雖欲制之。反為其所制。而國亂矣。大則宗社危亡。小則身家喪滅。雖外戚之罪亦君后之不明所致也。漢明德皇后修飾內政，患外家以驕肆取敗，未常加以封爵。唐長孫皇后慮外家以富貴招禍，請無屬以樞柄，故能使之保全。漢明帝馬后恐外戚恃寵驕橫，故馬后之門不加封

爵。唐太宗長孫后常言於帝。請無任外家以樞要之權柄。二后深明大體。故二家得以保全。其餘若呂霍楊氏之流，僭踰奢靡，氣燄熏灼，無所顧忌，遂致傾覆。良由內政偏陂，養成禍根。非一日矣。易曰：馴致其道，至堅冰也。音燄。晏。漢高帝后呂氏。宣帝后霍氏。晉武帝后楊氏。三家皆恃寵僭越。專擅國政。恣無忌憚。以致滅亡。良由后妃內政偏私。養成禍根。甚致欲自保其身而不能。故堅冰非一日之寒。大禍非一朝之積。易坤之初六。辭曰：履霜，堅冰至。象曰：初六。履霜。陰始凝也。馴致其道。至堅冰也。以明人初履霜。則知陰氣盈而禍患之方來。夫欲保全之者，擇師傅以教之，隆之以

恩而不使撓法。優之以祿而不使預政。杜私  
 謁之門。絕請求之路。謹奢侈之戒。長謙遜之  
 風。則其患自弭矣。弭音米。○弭解也。言后妃  
 鄧皇后。選朝中公忠廉正而多學者。使之教  
 外家子弟。置學以處諸外戚。使講讀於其中。  
 則得教之道矣。又當隆之以恩。不使撓阻  
 國法。重之以祿。而不許干預朝政。杜塞營私  
 干謁之門。斷絕請求恩之路。教之以謙讓  
 戒之以奢侈。則能長保富貴。而災患消弭矣。  
 若夫恃恩姑息。非保全之道。恃恩則侈心生  
 焉。姑息則禍機蓄焉。蓄禍召亂。其患無斷。盈  
 滿招辱。守正獲福。慎之哉。言外戚恃恩。后如  
 姑息。俱非保身全

家之道。蓋恃恩則驕侈生。姑息則禍害。以外  
 戚包藏禍心。召致亂忘。其患在始於無斷。后  
 妃有斷制之明。杜禍機於未亂之先。則不至  
 於危亡而覆其宗矣。故盈滿者。敗辱之道也。  
 守正者。福祿之  
 由也。可不慎哉。

內訓終

