



□ 冯露露 孔洪恩

《养正遗规》中的蒙童教术

中国古人历来注重开蒙教育，所谓“少成若天性”即是在强调少时习养对人生的长久影响。围绕着幼儿启蒙这一主题，历代学者先后编撰了许多启蒙经典，如《三字经》《弟子规》《声律启蒙》等。在这些灿若星辰的蒙学文献中，《养正遗规》是其中独具特色的一部著作。它由清人陈宏谋于乾隆年间（1739年）纂辑而成，分上、下两卷，另补一卷，汇集自汉至清尤其是宋以后朱熹、方孝孺等多位名儒关于养性、修身、儿童启蒙教育、读书学习方法的相关著述，是中国历史上为数不多且有名可查的蒙童教学方法汇编著作。它既是清代社会教育和蒙童教育教材，也是清末中学堂教材。

陈宏谋（1696—1771年），字汝咨，号榕门，广西临桂（今属桂林）人，雍正元年（1723年）中进士，历任江苏按察使、湖南巡抚、云南布政使、工部尚书等职，学识渊博、著述颇丰，有“岭南儒宗”之称。陈宏谋为官40余年，足迹遍布10余省。在从政之余，他全面细致考察所在地区民众教育、日常风俗、基层治理和为官治吏等情况，针对性地精选前人关于养性修身、治家教育和为官从政方面的经典言论，整理成《养正遗规》。

学之所向在为人

《养正遗规》中的“养正”一词，源于《易经》第四卦“蒙”卦：“蒙以养正，圣功也。”“蒙”意为蒙昧幼稚无知，是幼儿起初的蒙童时期。在蒙童的时候教其正心修

身，涵养浩然正气，这是至高无上的功德。在《养正遗规序》中，陈宏谋开宗明义指出，“天下有真教术，斯有真人才。教术之端，自闾巷始。人材之成，自儿童始”。他认为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。教育者不仅要自己明白为何教人，也要让孩童知道为何学习。对此，陈宏谋在总结朱熹《白鹿洞书院揭示》中“教人为学之意，莫非使之讲明义理，以修其身，然后推己及人……非以钓声名取利禄而已也”和王守仁《王文成公训蒙教约》中“今教童子，惟当以孝弟忠信礼义廉耻为要务”基础上，鲜明指出“学也者，所以学为人也”。学习是为修身做人而非功名利禄，要首先敬爱父母、友爱兄弟姐妹，涵养人伦之义，这一点自当从小谨记。

确定求学目的后，教与学的首要步骤是什么？《颜氏家训》讲，“有志尚者，遂能磨厉，以就素业。无履立者，自兹惰慢，便为凡人”。读书学习先要立志才能知所趋附，但要立长志，不要常立志。同时，立志还要高远，《高提学洞学十戒》中便指出，学习十戒之一便是戒“立志卑下”，读书学习不能满足于博闻强识而是要学圣求贤以为天下。

学有所成贵在法

立志求学是第一步，求学有方是第二步。对于如何才能更好地实现学精、学透这一目的，陈宏谋在分析贤者经验基础上提炼选择了很多精辟门路。

一是要勤。《颜氏家训》讲，“自古明王圣帝，犹需勤学，况凡庶乎”。大抵世间天才之人仍属少数，因此勤学苦练仍是学习捷径。而对于如何把书本掌握熟练这一问题，《唐翼修父师善诱法》提出方法：“欲学生书熟，必当设筹以记数便。声韵调熟，则文章自有音律。”正所谓“读书百遍，其义自见”。要想方法通过读书遍数的计算，来激励监督孩童不偷懒耍滑，这样才能达到熟能生巧。

二是要精。《陆清献公示子弟帖》中讲，“汝读书，要用心，又不可性急。熟读精思，循序渐进，此八个字”。读书求学是铁杵磨成针的过程，所以《张杨园学规》中讲“功夫须是绵密。日积月累，久自有益。勿急躁，毋间断”。而如何做到在精中熟，在熟中精？《程畏斋读书分年日程》中讲，“每大段内，必分作细段。每细段，必看读百遍”。

三是要行。张伯行在《张清恪公读养正编要言》中讲：“读书不须多。读得一字，行取一字。读得一尺，不如行得一寸。”只读不做只是纸上功夫，无法长久，更无法领略圣贤道德要义。

修身礼仪需谨记

除了学习圣贤知识，教育孩童还需在学礼上下功夫。陈宏谋选取真德秀的《真西山教子斋规》，意在说明学习是一个由浅入深、完整系统的过程，要做到“学礼、学坐、学行、学立、学言、学揖、学诵、学书”。对此，朱熹在《童蒙须知》中讲，“夫童蒙之学，始于衣服冠

履，次及言语步趋，次及洒扫洒洁，次及读书写字，及有杂细事宜，皆所当知”。在此基础上，陈宏谋认为如果《童蒙须知》是做父兄的用来教育子弟，那么《程童学则》《高提学洞学十戒》则是自10岁起离家求学的弟子应遵循的。前者告诉我们学在私塾要严格地进行朔日和望日的礼仪，从打板起床洗漱到登堂焚香拜师长都要心存敬畏；后者则在讲集体学习时需要注意的“陵忽师友”等“十戒”。以上讲的是学堂公共场合的规矩，如果具体到孩童自身，陈宏谋认为其自身要做到遵遵礼节、谨言慎行、言行有度。对此，他选取《屠提学童子礼》，其中给出了站坐行食的规矩，“凡立，须拱手正身，双足相并。凡坐，须定身端坐，敛足拱手。凡走，两手笼于袖内。凡饮食，需要敛身离案，毋令太逼”。此外，《陈定宇示子帖》还讲，“每日早起晏眠，莫妄出，并与人闲说话，惹是非。能守得勤谨二字，万万无失”。

《养正遗规》皆为文言，文字虽浅，意味深远，情义拳拳，实为今日之父兄、师长启蒙孩童必读之书。然而这样重要的一部典籍，因为种种原因，现代熟知的人并不多，实为可惜。故分析其中精义，发掘其启蒙价值，这也正是本文研读深悟、以期探讨的初衷。



天人关系是中国传统哲学中的重要问题，同时是庄子哲学中的重要关切。在《养生主》一篇中，庄子以“庖丁解牛”“秦失吊老聃”“薪尽火传”等故事为喻，其中不仅牵涉着与知识领域、现实实践等相关的思考，同时寄寓了庄子对于宇宙流行及生命价值的理解，内容丰富、意蕴深远。

“天也，非人也”：天人相分的逻辑起点。在道家思想体系中，天人观念的生成是宇宙论乃至于人生论的基础，天人关系理论构成了道家学派哲学思辨中的重要部分。如《老子》第二十五章云“人法地，地法天，天法道，道法自然”，已经体现出相当清晰的天人逻辑关系。在庄子这里，可以看到对于天人问题的深化思考。郭象注庄子时提出“故天者，万物之总名也”，这就是说，庄子对“天”这一概念的使用首先是自然意义上的，表明天与客观物质世界紧密相关，是自然事物的总称。由此出发，在《养生主》中，庄子充分肯定了天人分属于不同的范畴，应当且必须给予区别：“‘天与？其人与？’……曰：‘天也，非人也。’”可见，庄子在此对天与人作出了明确划分，天人相分于是构成了庄子养生学说的逻辑起点。在庄子看来，天人之分是必须承认的客观事实。不仅如此，天是人的存在根据，甚至很大程度上是决定人的因素。此外，天与人之别集中体现为自然天成与人事造作之别。“天与”“人与”一句的关键逻辑在于，无论是提问者还是回答者，都将天与人并列而谈，认为在现象的诠释中二者是两个不同的因素。回答者则进一步在天与人之间建立起直接的联系，认为人事与天道之间事实上存在着包含关系，反映于人身の結果其实仍然是天人之作用，展现出庄子天人相分的基本观点。概言之，庄子对于天人之间差异性的强调，既是欲以此确立起天人相分的基本逻辑，亦是为论证天相对于人的优先性作理论上的说明与奠基。

“依乎天理”：以人顺天的实践准则。在延续并发展老子生成论的基础上，庄子养生思想中进一步确立了“依乎天理”、以人顺天的实践准则。在《养生主》中，则集中体现在“庖丁解牛”的著名寓言中。主要讲述有一庖丁颇善于解牛，其技艺已然十分纯熟，宰牛动作甚至能够合于乐章的节拍、舞步、韵律，犹如能给人带来美感享受的音乐舞蹈表演。关于“庖丁解牛”的思想内蕴和理论主旨等，历代众说纷纭、莫衷一是。然而，若从“依乎天理，批大郤，导大窾，因其固然”一句中推阐其义，或可一窥庄子说理的真正意图。“庖丁解牛”表面上是庄子对解牛技艺的阐述，实则意在触及身处复杂万象中的人调适自身、安身立命的根本。经由“解牛”意象的隐喻，可以清晰看到庄子将作为实践活动的“技”与“道”联系起来，寻求二者的相通之处，“所好者道也，进乎技矣”。道的根本特征是自然无为，在运行中表现出合规律而又合目的，因此带有主观创造性质的“技”亦必须是合规律与合目的，唯此才能成为自由的创造性活动，这就是庄子的理论落点所在。这便是寓言结尾处文惠君由此所悟之道的实质：正是通过庖丁之“技”，悟得“养生”之“道”，“依乎天理”是其中的线索和关键。故此可以认为，庖丁解牛乃是庄子对养生之法的形象喻示，养生的根本方法即是顺应自然。反之，若不尊重客观规律，就无法进入自由的境地。人的自由的获得在于主观精神与客观规律相一致。就养生问题而言所带来的启示是，唯有明确天人之别，并顺着自然的理路以为常法，才是养生的可能路径。

“保身全生”：天人和諧的生命追求。庄子对于“保身全生”的重视，在《养生主》首章中便有体现。其中提出“缘督以为经，可以保身，可以全生，可以养亲，可以尽年”，体现出庄子在生命实践领域的核心追求。在庄子看来，“保身”“全生”“养亲”“尽年”乃是养生的四个重要层次，背后蕴含着深刻的统一性，亦即四者的达成必须以“缘督以为经”作为必要前提。“督”，即人体之“中”；“尽年”，指尽天命之年，即指生命实现自然意义上的完成状态，这就与自然规律发生联系，天人关系在此构成了个人生命成立的必要基础。人在宇宙间生存则必然与外部世界产生交互，无法仅仅因囿于一身，而是要适应天地宇宙的法则。《庄子·盗跖》篇云：“天与地无穷，人死者有时，操有时之具，而托于无穷之间，忽然而无异骐驎之驰过隙也。”就算人达到自身的极限，也仍然无法超越天地之无穷。庄子站在道家天人和諧的立场，充分审视以自我为中心而衍射出的种种的矛盾与困境，转而提倡人须超越自身的有限性，用更为广大的、无限的观点去理解宇宙，避免因走极端而危及生命的存在。这就决定了《养生主》的基本取向具备整体性的特质，体现出同时重视肉体和精神有效安置的人性价值要求。而人性的存在和超越，首先必须落实在“全生”“安命”的



□ 李闫如玉

层面。在此基础上的“全生”“安命”，并不仅仅是求得生命的保全，因为庄子同样强调精神的整全和完好，即天人之间的和谐和沟通。在具体落实上，《养生主》中则作出了“为善无近名，为恶无近刑”的告诫，终极目的在于引导人顺从自然之道，通达天人和諧的境界。庄子认为，如果能忘记世俗荣辱观念，就不会有心为善以求名利，也不会有心为恶遭致刑罚，自然也就能够实现前文所及之保全身躯、护全天性、奉养双亲、享尽天年等几项内容。人作为自然世界的一部分，时时刻刻、无法避免地参与着与天地万物的沟通，因此天人和諧必然是成就完满生命的基础，是经由养生而达致自由之境的必然条件。

“安时处顺”：人与天一的精神境界。《养生主》篇最后以“秦失吊老聃”之喻作结，从“安时”“处顺”两个角度说明天人之道相通性。寓言的主要内容，老聃死后其好友秦失来吊，却只哭了三声，有人因此责怪他对朋友没有感情。借此，庄子假秦失之口对其养生学说进行了进一步的阐释发言：“彼其所以会之，必有不可解之言，不可解而哭者。是遁天倍情，忘其所受，古者谓之遁天之刑。”这就是说，老聃是应时而生，应时而死，此乃顺天之理。若不能够洞明这一点反而执着局限于其中，则是逃避自然违背实情的行为，亦即“遁天之刑”，古时称为逃避自然的刑法。推而扩之，视生死如一的态度，是能够体知天道并为之为一体的具体表现。在此，庄子引入其养生思想中的重要结论：“安时而处顺，哀乐不能入也。”这就是说，安心适时而应变化，哀乐的情绪便不能侵入心中。在庄子构想的人与天一的精神境界中，时间与空间两方面的因素都被纳入其中，其中“安时”意味着有关适应时间变化的要求，“处顺”则指向对于所处境地的规定。这一寓言的深刻性在于，其中强调了“生”不受人为因素而改变的性质。由此可见，庄子所谓的“生”有“所受”，且从违背此理便是“遁天”来看，“生”便是根源于“天”的存在。庄子人与天一的境界追求，更明确地体现在“薪尽火传”的比喻中。“指穷于为薪，火传也，不知其尽也。”这就是说，烛薪一定有烧完之时，但火种却可以传递下去；形体虽然逝去，精神却可长存，实现价值的延续和超越。“薪火之传”最重要的启示在于，养生之道重在精神而不在形体，这也正是上达天道、追求天人合一境界的契机。

总的来看，《庄子·养生主》以有关养生方法论的讨论为主轴，以天人之为贯通形上形下的纽带，在继承与深化老子思想的基础之上，以天人有别为理论起点，通过阐释现实生存困境等，体现出以人顺天、崇尚自然的根本旨趣。篇中寓言虽重点各异，却指向相同的说理意图，即为人的安身立命与价值追求作出指引，实现深刻生命体验与高远人生境域的融通。



不畏浮云遮望眼

□ 陈 十

公元1050年，王安石任浙江鄞县（今浙江宁波）知县期满，去官返回故乡江西临川，途中游览江南山水名胜，登上杭州灵隐山东南的飞来峰时，远眺钱塘江，触景生情，写下了千古名篇《登飞来峰》。其中“不畏浮云遮望眼，自缘身在最高层”的诗句展现出诗人“登高望远、不畏艰险、矢志不渝”的远大抱负，为后来的变法埋下伏笔，诗句流传深远。

“志存高远、不畏艰险、矢志不渝”是中华民族与生俱来的文化基因和价值追求。无数仁人志士胸怀富民强国的理想，通过其身体力行展现出这一中华优秀传统文化的美德。唐代诗人王勃路过江西南昌，登临滕王阁，写下天下第一骈文《滕王阁序》，1000多年过去了，世代流传脍炙人口。当时的王勃人生失意处于低谷，在文中感叹“时运不齐、命途多舛”时，并没有灰心丧气，对生活和前途失去信心，而是在文中写下“所赖君子见机，达人知命。老当益壮，宁移白首之心？穷且坚毅，不坠青云之志。酌贪泉而觉爽，处涸辙以犹欢。北海虽赊，扶摇可接；东隅已逝，桑榆非晚”的文字，其志存高远之情跃然纸上。

古人常有浮云蔽日、邪臣蔽贤的忧虑，陆贾《新语·慎微》亦有“邪臣之蔽贤”句。自古以来，有君子就有小人。伟大的爱国主义诗人屈原，是楚国重要的政治家。他

主张对内任用贤能，严明法度，变法图强，增强国力；对外力主联齐抗秦，一生以强国安民为政治理想。他深入进行变法改革，与旧贵族和顽固势力进行斗争。他明知会遭贵族排挤毁谤，却“不畏浮云”，“忍而不能舍也”，结果被流放至汉北和沅湘流域。然而，屈原却不失其志，始终心怀国家富强，百姓疾苦。在忧愁幽思中作《离骚》。《离骚》把君王信谗、奸佞当道、爱国志士报国无门的情景，写得淋漓尽致，并展现了志存高远的政治理想和高洁的人生品格。“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索”“虽九死而犹未悔”等名句至今依然激励着一代又一代中华儿女。

前进的道路不会一帆风顺，总会有“浮云”遮挡，很容易使人丧失理想信念和政治抱负。做到“不畏浮云遮望眼”，最重要的是要坚定信念、不畏艰险、矢志不渝。公元前100年，苏武出使匈奴被扣留，拒不投降。严冬季节，大雪纷飞，苏武受尽折磨，九死一生，被流放到人迹罕至的西伯利亚的贝加尔湖一带牧羊。唯一与苏武做伴的，是一根代表汉朝的使节和一小群羊。苏武每天拿着这根使节放羊，日复一日、年复一年，使节上挂着的鹿牛尾装饰物都掉光了。面对匈奴高官厚禄的引诱和长达19年种种非人的折磨，苏武始终意志不动摇，持节不失。与苏武有着相

似经历的张骞，不畏艰险两度出使西域。面对匈奴种种威逼利诱，张骞均“不辱君命”“持节不失”，在匈奴一直留居了10年之久，始终没有忘记汉武帝交给自己的神圣使命，没有动摇为汉朝通使月氏的意志和决心。张骞打通了汉朝通往西域的丝绸之路，促进了东西方文化、经济的交流和发展，为中国后世的对外开放奠定了坚实的基础，产生了积极而深远的影响。

“不畏浮云遮望眼”需要登高望远。杜甫诗句“会当凌绝顶，一览众山小”，唐代诗人王勃说：“登泰山而览群岳，则冈峦之本末可知也。”只有登高才能看清楚山川本来的面目。唯有登高望远，才能不困于世俗偏见，不被事物表面的假象所迷惑，临事而不惑，透过事物去看清事情的本质，而不被浮云所迷惑。明代医学家张景岳在其《病家两要》中将这一道理说得更加清楚，“譬之升高者，上一层有一层之见，而下一层者不得而知之；行远者，进一步有一步之闻，而近一步者不得而知之”。人生做学问都好比登高，上一层就有上一层的风景，就有上一层的境界和见识，低一层就无法体会和理解。正所谓，“行千里路、读万卷书”。人生就好比长途跋涉，前进一段路就会看到不同的景色、领略不同的风土人情，而迟一步就无法感知。

浮云遮挡极易使人做事不能善始善终，《诗经·大雅·荡》有

云：“靡不有初，鲜克有终。”这句话讲述了一个道理：人们在开始做事时往往热情高涨，如果遇到浮云遮挡，激情开始降温，最后事情总是不了了之或是草草收场。但是历史上不畏浮云、矢志不渝的人和事也不鲜见。愚公面对家门前的太行和王屋两座大山，苦于祖辈饱受封闭、贫穷之苦，动员和带领全家想挖平险峻的大山，最终感动上苍，造福了子孙后代，愚公精神百世流芳。巨鹿之战中，楚军全部渡过漳河以后，项羽破釜沉舟，自断退路，以明心志，打得秦军落花流水。越王勾践被吴国大王夫差俘虏后忍辱负重、卧薪尝胆，时刻警惕和告诫自己不要忘记灭国之辱，最终消灭了强大的吴国而成为一代霸主。

进入新时代，世界百年未有之大变局加速演进，中华民族伟大复兴进入关键时期，战略机遇和风险挑战并存，前进的道路上不可避免地会有浮云遮挡。我们要坚定理想信念，“志存高远、不畏艰险、矢志不渝”地克服前进道路上的种种困难，做到不畏浮云遮望眼。

