

明心宝鉴

作者：李朝全点校/译注

第一部分

第1节：《明心宝鉴》序

《明心宝鉴》序

夫为人在世，生居中国，禀三才之德，为万物之灵，感天地覆载，日月照临，皇王（皇王，西班牙高母羨（Juan Cobo）1592年译本“Espejo rico del claro corazón，以下简称“高译本”作“皇上”。）水土，父母生身，圣贤垂教。而从教者，达道为先。非博学无以广知，不明心无以见性。虽有生而知之者，近者（近者，高译本作“近世”。）奇稀。昔夏禹王闻善言，犹然下拜，何况凡世人乎？

曩古圣贤遗誌经书，千言万语只要（只要，高译本作“只欲”。）教人为善。所以立仁义礼智信之法，分君子小人之品，别贤愚之阶，辨善恶之异。盖为经书嘉言善行甚多，所以今人览观习行者少。况今学者，不过学其文艺为先，未有先学德行为本。及今劝世，多劝修物外之善因，少劝为当行之善事。其昔贤文等书，亦乃于世流传。

今之好听善言，君子观以为奇，罔知古今之要语，是以使人迷惑其心，少欲闻圣贤日用常行之要道。以致不肯存心守分，强为乱作胡行。夫为善恶，祸福报应昭然。富贵贫贱，成败兴衰似梦，时刻须防不测，朝夕如履薄冰。常存一念中平，非横（非横，高译本作“飞横”。）自然永息，存于其心，自然言行相顾，贯串无疑，所为焉从差误矣？

洪武二十六年岁次癸酉二月既望武林（武林，旧指杭州。）后学范立本序

译文：

《明心宝鉴》序

人生在世，出生居住于中国，秉承天地人三才之德，为万物之灵，感戴天覆地载，日月照耀，皇上的水土滋养，父母的生育，圣贤传承下来的教诲。而从师受教的，则要以追求道行为先。非博学无以增长知识，不澄明心境无以彰显性情。即使有生下来就有知识的人，但近代以来却极为罕见。从前夏王禹听到劝善的忠告，尚且还屈尊下拜，更何况凡世之人呢？

古代圣贤遗留下来的经书，千言万语都只是要教人行善，因此确立了仁义礼智信的法则，区分君子小人的人品，甄别贤愚的等次差别，分辨善恶的不同。大概因为经书上的嘉语、善行很多，所以今人阅读学习践行的很少。何况今天的学习者，不过以学习其文章修辞为先，没有以先学其品德操守为根本。至于今日劝诫世人的话，也多是劝人修物外之善因，少劝人做当做的善事。从前的圣贤文章等书，也还在世上流传着。

现在人爱听劝善之言，君子感到很惊奇，却不了解古今的重要话语，因此使人心志迷惑，很少有人要听讲圣贤日常行为的主要修养。以至于不肯安分守己，而敢于胡作非为。但是行善作恶，祸福的报应都是显而易见的。富贵贫贱，兴衰成败恍如一场梦，时刻都须预防不测风云，早晚都要如履薄冰。心中常存平和的思想，飞来横祸自然永远不会有；存念于心，自然会注意言行，始终贯彻无疑，所作所为哪会有差错呢？

洪武二十六年（1393年）农历癸酉年二月十六日

杭州后进学者范立本作序

重刊《明心宝鉴》序

尝闻鉴能照物而妍媸无或遗也。《郁离子》（明刘基作。文章短小，多为寓言。）曰：“明鉴照胆，不启栊帘之颜。”今以鉴名书，而有明心之益，不谓之宝而何哉？虽然鉴有照胆之明而栊帘之颜尚尤不启，矧能明其心乎？呜呼！通是说者，可谓知其道矣。何也？鉴固可以照形，而理尚可以明心，正汤之盘铭之意。有曰：汤以人之洗濯之心以去恶，如沐浴其身以去垢，故铭其盘。今书名《宝鉴》，是集群圣之大成，萃诸贤之蕴奥，其义惟在明善复初，穷理尽性，而有日新之益，其明心得不因此而明焉。予平生珍爱是书，于侍御之暇，朝夕披览，其所喜者，字句立意，多以忠孝为先。但其中文字多舛，遂播正拾遗，捐俸锓梓以广其传，俾人同归于忠孝之域矣。其于世教未必无小补云。

大明嘉靖岁次癸丑仲秋上浣之吉守庵曹玄序

重刊《明心宝鉴》序

曾经听说明镜能照见事物而俊丑就能显现无遗。《郁离子》说：“明镜能照见心胆，但打不开带帘子的窗户背后的容貌。”现在以“鉴”来给书起名，而且有明心见性的好处，不称它为“宝”而称什么呢？虽然明镜有照见心胆的光明，但窗帘背后的容貌尚且还打不开，况且能够照明人的内心吗？呜呼！通晓这个说法的人，可谓是掌握了它的道理。这是为什么呢？明镜固然可以照见形貌，而义理还可以照明内心，这正是商汤盘铭的用意所在。有人说：汤用人洗涤之心来去除邪恶，如同沐浴身体来去除污垢，因此在盘上镌刻铭文。现在书名叫《宝鉴》，这是汇集圣人的重要思想，荟萃贤者的深奥寓意，其目的正在于彰显善，恢复人之初的本心，穷究义理、人性，且有与时俱进的好处，它能照明内心这不是很明显的吗？我平生珍爱这本书，在侍奉皇上之余，早晚阅读。其中最喜爱的，是它的文辞立意，大多以忠孝为先。但其中的文字多有错讹谬误，于是就改错订正补遗，拿出薪金来刻版印刷，推广流传，使人们都能一起进入忠孝的境地。这对于世俗教化未必没有小小的帮助吧。

第2节：继善篇(1)

明代嘉靖皇帝癸丑年（1553年）仲秋上旬吉日

守庵曹玄作序

继善篇第一 凡四十七条

子曰：“为善者，天报之以福；为不善者，天报之以祸。”

《尚书》云：“作善降之百祥，作不善降之百殃。”

徐神翁曰：“积善逢善，积恶逢恶。仔细思量，天地不错。善有善报，恶有恶报。若还不报，时辰未到。（《重刊明心宝鉴》1553年版本以下简称“重刊本”中此处另有“《尚书》云：‘作善自福生，作恶自灾生。福在积善，祸在积恶。’”一语。）平生作善天加善，若是愚顽受祸殃。善恶到头终有报，高飞远走也难藏。行藏虚实自家知，祸福因由更问谁？善恶到头终有报，只争来早与来迟。闲中检点平生事，静里思量日所为。常把一心行正道，自然天地不相亏。”

《易》云：“积善之家必有余庆，积不善之家必有余殃。”

汉昭烈将终（《新刻音释明心宝鉴正文》以下简称“新刻本”中，“终”作“崩”。），敕后主曰：“勿以恶小而为之，勿以善小而不为。”

庄子曰：“一日不念善，诸恶自皆起。”

西山真先生（宋代真德秀1178-1235，浦城人。世称西山先生。）曰：“择善固执，惟日孜孜。”耳听善言，不堕三恶。人有善愿，天必从之。

《晋国语》云："从善如登，从恶如崩。"

太公（周代吕尚的称号。即姜太公。）曰："善事须贪，恶事莫乐。"

颜子曰："善以自益，恶以自损。故君子务其益以防损，非以求名且以远辱。"

太公曰："见善如渴，闻恶如聋。为善最乐，道理最大。"

马援（马援[前 14-49]，东汉初人。曾立志："男儿要当死于边野，以马革裹尸还葬。"后果病死军中。）曰："终身为善，善犹不足；一日行恶，恶自有余。"

颜子曰："君子见毫厘之善不可倾（重刊本中，"倾"作"掩"。）之，行有纤毫之恶不可为之。"

《易》曰："出其言善，则千里应之；出言不善，则千里违之。"

但存心里正，不用问前程。但能依本分，前程不用问。若要有前程，莫做没前程。

司马温公（即司马光，宋代政治家、文学家，曾被封为温国公。）《家训》："积金以遗子孙，子孙未必能守；积书以遗子孙，子孙未必能读；不如积阴德于冥冥之中，以为子孙长久之计。"

心好命又好，发达荣华早。心好命不好，一生也温饱。命好心不好，前程恐难保。心命都不好，穷苦直到老。

《景行录》云："以忠孝遗子孙者昌，以智术遗子孙者亡。以谦接物者强，以善自卫者良。"

恩义广施，人生何处不相逢？仇冤莫结，路逢险处难回避。

庄子云："于我善者，我亦善之。于我恶者，我亦善之。我既于人无恶，人能于我无恶哉！"

老子曰："善人，不善人之师。不善人，善人之资。"

老子曰："柔胜刚，弱胜强。故舌柔能存，齿刚则折也。"

太公曰："仁慈者寿，凶暴者亡。"

太公曰："懦必寿昌，勇必夭亡。"

老子曰："君子为善若水，拥之可以在山，激之可以过颍（颍[s ǎ ng]；颍，脑门子。），能方能圆，委曲随形。故君子能柔而不弱，能强而不刚，如水之性也。天下柔弱莫过于水，是以柔弱胜刚强。"

《书》云："为善不同，同归于理。为政不同，同归于治。恶必须远，善必须近。"

《景行录》云："为子孙作富贵计者，十败其九。为人行善方便者，其后受惠。"

与人方便，自己方便。

日日行方便，时时发善心。

力到处，行方便。

千经万典，孝义为先；天上人间，方便第一。

《太上感应篇》曰："祸福无门，惟人自招。善恶之报，如影随形。所以人心起于善，善虽未为，而吉神已随之。或心起于恶，恶虽未至，而凶神已随之。其有曾行恶事，后自改悔，久久必获吉庆，所谓转祸为福也。"

东岳圣帝（东岳大帝，道教所奉的泰山神。）垂训："天地无私，神明暗察。不为享祭而降福，不为失礼而降祸。凡人有势不可倚尽，有福不可享尽，贫困不可欺尽。此三者乃天地循环，周而复始。故一日行善，福虽未至，祸自远矣。一日行恶，祸虽未至，福自远矣。行善之人，如春园之草，不见其长而日有所增。行恶之人，如磨刀之石，不见其损而日有所亏。损人安己，切宜戒之！"

第3节：继善篇(2)

一毫之善，与人方便。一毫之恶，劝人莫作。衣食随缘，自然快乐。

算甚么命？问甚么卜？欺人是祸，饶人是福。天网恢恢（重刊本作"天眼昭昭"。），报应甚速。谛听吾言，神钦鬼伏。

康节邵先生（即邵雍[1011-1077]，北宋哲学家，谥康节。著有《伊川击壤集》等。）戒子孙曰：“上品之人，不教而善；中品之人，教而后善；下品之人，教亦不善。不教而善，非圣而何？教而后善，非贤而何？教亦不善，非愚而何？是知善也者，吉之谓也。不善也者，凶之谓也。吉也者，目不观非礼之色，耳不听非礼之声，口不道非礼之言，足不践非礼之地。人非善不交，物非义不取。亲贤如就芝兰，避恶如畏蛇蝎。或曰：不谓之吉人，则吾不信也。凶也者，语言诡譎，动止阴险，好利饰非，贪淫乐祸，嫉良善如仇隙，犯刑宪如饮食，小则殒身灭性，大则覆宗绝嗣。或曰：不谓之凶人，则吾不信也。《传》有之曰：‘吉人为善，惟日不足。凶人为不善，亦惟日不足。’汝等欲为吉人乎？欲为凶人乎？”

《楚书》曰：“楚国无以为宝，惟善以为宝。”

子曰：“见善如不及，见不善如探汤。”

子曰：“见贤思齐焉。见不贤而内自省也。”

（以下部分见于《新刻校正删补明心宝鉴》版本，下面各章节后附内容同此。）

先儒曰：“一日或闻一善言，行一善事，此日方不虚生。”

行合道义，不卜自吉。行悖道义，纵卜亦凶。人当自卜，不必卜神。

我如为善，虽一介寒士，有人服其德。我如为恶，虽位极人臣，有人议其逆。

（以下内容见于韩文版新译《明心宝鉴》，金星元译著，明文堂，1993年版。）

《周易》曰：“善不积不足以成名，恶不积不足以灭身。小人以小善为无益而弗为也，以小恶为无伤而弗去也，故恶积而不可掩，罪大而不可解。”

履霜坚冰至。臣弑其君，子弑其父，非一旦一夕之事，其由来者渐矣。

译文：

第一章继善篇 共四十七条

孔子说：“行善的人，上天降福给他；行不善的人，上天降祸给他。”

《尚书》上说：“为善，上天将送给各种祥瑞；为不善，上天将送给各种灾殃。”

徐神翁说：“积善就会遇上善，积恶就会遇上恶。仔细思量，天地的安排一点不差。善有善报，恶有恶报。如果还无报应，那是因为时辰未到。平生行善上天会增加其善行，如果是愚顽不化则终会遭受祸殃。善恶到头终究会有报应，即使远走高飞也难以逃避躲藏。行止虚实自己都知道，而祸福的因由又该去问谁？善恶到头终究会有报应，只是看早到还是迟到。闲时检点平生所做的事，静下来时思量每天的作为。总是一心去走正道，天地自然不会亏待。”

《易经》上说：“积善之家必吉庆有余，积不善之家必祸患无穷。”

汉昭烈皇帝刘备将要寿终之际，敕诫刘后主说：“不要以为恶事很小就去做，不要以为善事太小就不去做。”

庄子说：“一天不念及行善，各种恶念都会自己冒出来。”

西山真德秀先生说：“选择善并认真坚持，每日都努力不止。”

耳听劝善之言，就不会堕入各种邪恶之中。人若有好的愿景，上天定会依从。

《晋国语》说：“行善如同登山，作恶如同山崩。”

姜太公说：“善事要贪做，恶事不要乐为。”

颜回说：“行善可以增进自己的品行，作恶会损害自己的品行。因此致力于增进品行来防止其受损，不是想求取名声，而是可以远离耻辱。”

姜太公说：“见到善行要如饥似渴，听说恶事要双耳如聋。行善最快乐，道理也最大。”

马援说：“终身行善善事犹为不足，一天作恶罪恶就已有余。”

颜回说：“君子看见丝毫的善事都不能忽略不顾，行为上有些微的邪恶都不能去做。”

《易经》上说：“如果说出的话用意是好的，那么千里之外的人都会响应；如果出言不善，那么千里

之外的人都会反对。”

第4节：继善篇(3)

只要心存正道，就不用去询问前程。只要能顺从为人的本分，前程就不用去问。如果想要有前程，就不要去做没前程的事。

司马光先生《家训》：“积聚金钱留与子孙，子孙未必能保住；积累图书留给子孙，子孙未必能去读；不如在冥冥之中积存德行，这才真正是为子孙作长久打算。”

心好命又好的，飞黄腾达荣华富贵就会很早。心好命不好，一生也能保温饱。命好心不好，恐怕前程会难保。心命都不好，窘困受苦一直到老。

《景行录》说：“将忠孝之道留给子孙的会昌盛，将智谋权术留给子孙的会灭亡。以谦逊接人待物的会强大，坚守善行保护自己的会更好。”

恩义要广施遍布，人生何处不相逢呢？不要去结冤家仇人，狭路相逢时将难以回避。

庄子说：“对我好的，我也善待之。对我恶的，我也善待之。我既然对别人无恶意，别人对我一定也无恶意吧！”

老子说：“善人，是不善者的老师。不善者，可以做善人的借鉴。”

老子说：“柔胜刚，弱胜强。所以舌头柔软却得以保存，牙齿刚硬却容易折断。”

姜太公说：“仁慈之人长寿，凶暴之人夭亡。”

姜太公说：“怯懦小心之人必会长寿繁荣，勇猛好胜者必会夭亡。”

老子说：“君子行善如水，围拥起来可以在山上流，激荡它可以越过头顶，能方能圆，委曲求全，随形状而变化。因此君子能够柔而不弱，强而不刚，就像水的性情。天下的柔弱事物莫过于水，因此柔弱胜过刚强。”

《尚书》说：“行善的方式各不相同，但同样都会符合义理。执政方式各不相同，但同样都会带来太平。恶的言行必须远离，善的言行必须亲近。”

《景行录》说：“替子孙作富贵的打算，失败者十有八九。替人行方便为善的，其后代都会受到惠泽福荫。”

与人方便，自己也方便。

天天行方便，时时发善心。

力所能及，都去行方便。

千经万典，都以孝义为先。天上人间，都将方便列为第一位。

《太上感应篇》说：“祸福没有门道，都是人自招的。善恶的报应，如影随形。所以人心出于善意，善举虽未实施，而吉神已跟随而来。或者人心出于恶意，恶事虽未到来，而凶神已追随之至。有人曾经做过恶事，后又自行悔改，久久之后必获吉庆，这就是所谓的转祸为福。”

东岳圣帝遗训：“天地没有私心，神明于冥冥之中明察秋毫。既不因为供奉的祭品而降福，也不因为人的失礼而降祸。但凡人有权力都不可倚仗尽，有福也不可享尽，贫困者不可欺负到底。这三者全都是天地循环轮回，周而复始。所以行善一天，福虽未到，祸自然就远离了。作恶一天，祸虽未到，福自然就远离了。行善之人，如春天园子里的草，没看到它生长却每天都有所长高。作恶之人，如磨刀石，没看到它耗损却每天都有所磨损。损害他人来使自己安宁，一定要戒绝啊！”

一丝一毫的善事，也能带给他人方便。丝毫之恶，都要劝人别去做。衣食随缘就好，自自然然就会快乐。算甚么命？问甚么卦？欺负人就是祸，饶恕人就是福。天网宽疏无漏，（天眼昭明，）报应极为快速。认真聆听我的话，鬼神都会钦伏。

邵康节先生告诫子孙说：“上等品位的人，不用教他就会行善；中等品位的人，教诲他而后就会行善；下等品位的人，教育他也不能行善。不用教就能行善的，不是圣人又是什么？教育后就能行善，不是贤者又是什么？教育他也不能行善，不是愚人又是什么？这就可知，善，就是吉的意思；不善，指的就是凶。吉呢，就是双眼不看非礼的美色，双耳不听非礼的音乐，嘴里不说非礼的话，双脚不踏上非礼的地方。人非善者不结交，财物非义者不取。亲近贤者如同靠近芝草兰花，躲避恶行如同畏惧蛇蝎。有人说，这还不能称为吉人，那我是不会相信的。凶，就是语言诡譎，举止阴险，喜好名利，文过饰非，贪奢淫逸，幸灾乐祸，嫉妒善良如同仇人，触犯法律如寻常饮食。小则亡身灭性，大则让祖宗蒙羞断绝了后代子嗣。有人说，这还不能称为凶人，那我是不会相信的。《左传》上有这样一句：‘吉人行善，惟恐时间不够用。凶人为恶，也惟恐时间不够用。’你等想做吉人呢？还是做凶人呢？”

第5节：天理篇

《楚书》说：“楚国没有可作为宝物的，只有善可以被当作宝物。”

孔子说：“看到善就像追逐惟恐追不上，看到不善就像将手伸进沸水中。”

孔子说：“看见贤者就希望向他看齐。看见不贤之人就在心里自我反省。”

前辈儒士说：“一天听到一句劝善之言，做一件善事，这一天才不算虚度。”

行为合乎道义，不用占卜自然就吉利。行为违背道义，即使去占卜也会凶险。人应当自己把握占卜的结果，而不应去祈求神灵。

我如果行善，即使只是区区一介寒士，也会有人佩服我的德行。我若作恶多端，即使位极人臣，也会有人非议我的忤逆不忠。

《周易》说：“不积善无法成就好名声，不积恶不致于毁灭自身。小人认为小的善行无益，因此而不去做，认为小的恶行无害而不去除，因此恶行累积而不能掩饰，罪恶巨大而不能解脱。”

履薄霜之后才有坚冰。臣子弑杀君主，儿子弑杀父亲，这些都不是一朝一夕的事，它们的根由都是渐渐造成的。

天理篇 第二 凡十九条

孟子曰：“顺天者存，逆天者亡。”

《近思录》（南宋朱熹和吕祖谦合撰，共十四卷。摘录北宋周敦颐、程颐、程颢、张载的言论，共622条。）云：“循天理，则不求利而自无不利。循人欲，则求利未得而害已随之。”

诸葛武侯曰：“谋事在人，成事在天。”

人愿如此如此，天理未然未然。

康节邵先生曰：“天听寂无音，苍苍何处寻？非高亦非远，都只在人心。”

人心生一念，天地悉皆知。善恶若无报，乾坤必有私。

玄帝（道教称真武大帝为玄天上帝，简称玄帝。）垂训：“人间私语，天闻若雷。暗室亏心，神目如电。”

《忠孝略》曰：“欺人必自欺其心，欺其心必自欺其天。心其可欺乎？”

人可欺，天不可欺。人可瞒，天不可瞒。

世人要瞒人，分明把心欺。欺心即欺天，莫道天不知。天在屋檐头，须有听得时。你道不听得，古今放过谁？

湛湛青天不可欺，未曾举意我先知。劝君莫作亏心事，古往今来放过谁？！

人善人欺天不欺，人恶人怕天不怕。

人心恶，天不错。

皇天不负道心人，皇天不负孝心人，皇天不负好心人，皇天不负善心人。

《益智书》云：“恶错若满，天必戮之。”

庄子曰：“若人作不善得显名者，人不害，天必诛之。”

种瓜得瓜，种豆得豆。天网恢恢，疏而不漏。

深耕浅种，尚有天灾；利己损人，岂无果报？

子曰：“获罪于天，无所祷也。”

先儒曰：“非灾横祸，世人常叹无因。分付安排，皇天必自有说。”

若无后来报应，造物何以谢颜回？除却永劫灾殃，上帝胡私曹操？

译文：

第二章 天理篇 共十九条

孟子说：“顺应天理的人生存，违背天理的人灭亡。”

《近思录》说：“遵循天理，则不追逐利益却没有不得利的。遵从人的欲望，则追求利益不得而祸患已跟随而至。”

诸葛亮说：“谋划事情在于人，成就大事在于上天。”

人的愿望总想怎样怎样，天理却不会这样这样。

邵康节先生说：“上天的听闻寂静无声，苍苍茫茫之中何处可寻？既不在高处也不在远处，都只在人的内心里。”

人心里生发出一个念头，天地全都会知道。善恶如无报应，宇宙必有私心。

玄帝遗训：“人间窃窃私语，上天听见如同雷鸣。暗室内做了亏心事，神的眼睛像闪电一样看得一清二楚。”

《忠孝略》说：“欺骗人必会欺骗自己的内心，欺骗自己的内心必会欺骗自己的上天。内心是可以欺骗的吗？”

人可以欺骗，上天却无法欺骗。人可以隐瞒，上天却无法隐瞒。

世人想要隐瞒人，分明是把自己的内心欺骗了。欺骗内心就是欺骗上天，不要认为上天不知情。上天就在屋檐前，总会有听到的时候。你说上天听不到，古往今来又把谁放过了呢？

第6节：顺命篇

朗朗青天不可欺，未曾冒出念头我已预先知。劝你莫作亏心事，古往今来把谁放过了呢？

为人善良别人会欺负他，上天却不会；为人凶恶别人会害怕他，上天却不怕。

人的内心邪恶，上天不会放过。

上天不辜负潜心修道之人，上天不辜负心怀孝道之人，上天不辜负好心人，上天不辜负心地善良的人。

《益智书》说：“恶行如果满盈，上天必会惩处他。”

庄子说：“如果有人做了不好之事却获取显赫名声，别人不处罚他，上天必会诛杀他。”

种了瓜就会收获瓜，种了豆就会收获豆。天网恢宏广大，却粗疏而无漏洞。

深耕田浅下种，还怕有天灾呢。为了自己利益而去损害他人，难道就没有因果报应吗？

孔子曰：“得罪了上天，就没地方再祷告祈求宽恕了。”

前辈儒士说：“不是天灾的飞来横祸，世人常常感慨没有因由。其实所有的部署安排，上天必定自有说法。”

如果没有后来的报应，造物主拿什么来答谢颜回呢？如果没有了永劫不复的灾祸，上帝为何偏心却偏爱曹操呢？

顺命篇 第三 凡十六条

子夏曰："死生有命，富贵在天。"

孟子曰："行或使之，止或尼之，行止非人所能也。"

一饮一啄，事皆前定。

万事分已定，浮生空自忙。

万事不由人计较，一生都是命安排。

《景行录》云："凡不可着力处，便是命也。"

会（会，似通"慧"。）不如命，智不如福。

《景行录》云："祸不可以免，福不可再求。"

《素书》云："见嫌而不苟免，见利而不苟得。"重刊本中此处还有一句：福至不可苟求，祸至不可苟免。

《曲礼》曰："临财毋苟得，临难毋苟免。"

子曰："知命之人，见利不动，临死不怨。"

得一日过一日，得一时过一时。

紧行慢行，前程只有许多路。

时来风送滕王阁（王勃在参加滕王阁雅聚时作《滕王阁序》。此处比喻时来运转，春风得意。），运去雷轰荐福碑（荐福碑：欧阳洵所书荐福寺碑。宋时流行欧阳体，荐福寺碑墨本相当值钱。有人要去拓碑出售，纸墨已备，不料一夜之间雷击碎其碑。用以比喻命途多舛，所至失意。）。

《列子》曰："痴聋瘖哑家豪富，智慧聪明却受贫。年月日時該載（載，通"裁"。）定，算來由命不由人。"

命里有终须有，命里无莫强求。

先儒曰："世味非不浓艳，可以淡然处之。若富贵贫穷由我力取，则造物无权矣。"

译文：

第三章 顺命篇 共十六条

子夏说："死生都是命中注定，富贵都由上天掌握。"

孟子说："走路有的是驱使他走的，停下来有的是受到阻止的，连走还是停都不是人所能左右的。"

连吃喝饮食这样的事情，都是前生注定的。

各种事情都是造物主早已确定的，人生如浮云，徒然地自顾忙碌。

各种事情都不由人来讨价还价，一辈子的生活都是命运安排的。

《景行录》说："凡是不可下气力的地方，就是由命运决定的。"

慧识不如命运，智力不如福气。

《景行录》说："祸不能侥幸免除，福不能再度祈求。"

《素书》说："遭遇嫌弃不可以侥幸逃脱，见到利益不可以苟且获取。"

《曲礼》说："面对财物不可苟且获取，面对危难不可侥幸逃脱。"

孔子说："了解命运之人，见到利益也不为所动，面对死亡也没有怨言。"

人活一天就过好一天，活一时就过好一时。

紧走慢走，前面都有许多路程。

时运来时春风送上滕王阁，运气去时打雷都会把荐福碑轰倒。

《列子》说："痴呆、耳聋、哑巴之人家里却十分富有，有智慧脑子聪明之人却会受穷。年、月、日、时应该都是上天裁定的，算来算去都是由命运而不是由人决定的。"

命中注定有的终归会有，命中注定没有的切莫强求。

前辈儒士说：“世人口味都非要浓烈艳丽的不可，对此我们可以淡漠待之。如果富贵和贫穷是由我努力得来的，那么造物主就没有权力了。”

第7节：孝行篇(1)

孝行篇 第四 凡十九条

《诗》云：“父兮生我，母兮鞠我。哀哀父母，生我劬劳。欲报深恩，昊天罔极。”

子曰：“身体发肤，受之父母，不敢毁伤，孝之始也。立身行道，扬名于后世，以显父母，孝之终也。”

孝之事亲，居则致其敬，养则致其乐，病则致其忧，丧则致其哀，祭则致其严。

故人不爱其亲而爱他人者，谓之悖德；不敬其亲而敬他人者，谓之悖礼。

君子之事亲孝，故忠可移于君；事兄弟，故顺可移于长；居家理，故治可移于官。

《曲礼》曰：“夫为人子者，出必告，反必面。所游必有常，所习必有业。恒言不称老，年长以倍则父事之，十年以长则兄事之，五年以长则肩随之。”

父母在，不远游，游必有方。

父母之年不可不知也。一则以喜，一则以惧。

父在观其志，父没观其行。三年无改于父之道，可谓孝矣。

伊川先生（即程颐[1033-1107]，北宋哲学家、教育家，洛阳人。）曰：“人无父母，生日当倍悲痛，更安忍置酒张乐以为乐，若具庆者可矣。”

太公曰：“孝于亲，子亦孝之。身既不孝，子何孝焉？”

孝顺还生孝顺子，忤逆还生忤逆儿。不信但看檐头水，点点滴滴不差移。

罗先生（即罗从彦[1072-1135]，字仲素，人称豫章先生。为程颐、程颢再传弟子。）曰：“天下无不是的父母。”

养子方知父母恩，立身方知人辛苦。

孟子曰：“不孝有三，无后为大。”

养儿防老，积谷防饥。

曾子曰：“父母爱之，喜而不忘。父母恶之，惧而无怨。父母有过，谏而不逆。”

子曰：“五刑之属三千，而罪莫大于不孝。”

曾子曰：“孝慈者，百行之先莫过于孝。孝至于天，则风雨顺时；孝至于地，则万物化盛；孝至于人，则众福来臻。”

《八反歌》（录《桂宫志》）

幼儿或骂我，我心觉欢喜。父母嗔怒我，我心反不甘。一欢喜，一不甘，待儿待父心何悬？劝君今日逢亲怒也，应将亲作儿看。

儿曹出千言，君听常不厌。父母一开口，便道多闲管。非闲管，亲挂牵，皓首白头多谮练。劝君敬奉老人言，莫教乳口争长短。

幼儿屎粪秽，君心无厌忌。老亲涕唾零，反有憎嫌意。六尺躯，来何处？父精母血成汝体。劝君敬待老来人，壮时为尔筋骨散。

看君晨入市，买饼又买糕。少闻供父母，多说供儿曹。亲未啖，儿先饱，子心不比亲心好。劝君多出买饼钱，供养白头光阴少。

市间卖药肆，惟有肥儿丸，未有壮亲者。何故两般看？儿亦病，亲亦病，医儿不比医亲症。割股还是亲的肉，劝君亟保双亲命。

富贵养亲易，亲常有未安。贫贱养儿难，儿不受饥寒。一条心，两条路，为儿终不如为父。劝君养亲如养儿，凡事莫推家不富。

养亲只二人，常与兄弟争。养儿虽十人，君皆独自任。儿饱暖，亲常问，父母饥寒不在心。劝君养亲须竭力，当初衣食被君侵。

亲有十分慈，君不念其恩。儿有一分孝，君就扬其名。待亲暗，待儿明，谁识高堂养子心？劝君漫信儿曹孝，儿曹亲子在君身。

孙顺家贫，与其妻佣作人家以养母。有儿每夺母食。顺谓妻曰："儿夺母食，儿可得，母难再求。"乃负儿往归醉山北郊，欲埋。掘地，忽有甚奇石钟，惊怪。试撞之，春容可爱。妻曰："得此奇物，殆儿之福，埋之不可。"顺以为然。将儿与钟还家，悬于梁撞之。王闻钟声清远异常而核闻其实，曰："昔郭巨埋子，天赐金釜。今孙顺埋儿，地出石钟。前后符同。"赐家一区，岁给米五十石。

向德值年荒疠疫，父母饥病濒死。向德日夜不解衣，竭诚安慰。无以为养，则割髀肉食之。母发痛，吮之即愈。王嘉之，赐赉甚厚。命旌其门，立石纪事。

都氏家贫至孝，卖炭买肉，无阙母饌。一日，于市晚而忙归，鸢忽攫肉。都悲号至家，鸢既投肉于庭。一日，母病，索非时之红柿。都彷徨柿林，不觉日昏。有虎屡遮前路，以示乘意。都乘至百余里山村，访人家投宿。俄而主人馈祭饭，而有红柿。都喜。问柿之来历，且述己意。答曰："亡父嗜柿，故每秋择柿二百个，藏诸窟中，而至此五月，则完者不过七八。今得五十个完者，故心异之。是天感君孝。"遗以二十颗。都谢，出门外，虎尚俟伏。乘至家，晓鸡喔喔。后母以天命终，都流血泪。

第8节：孝行篇(2)

译文：

第四章 孝行篇 共十九条

《诗经》说："父亲生育我，母亲抚养我。可怜我的父母呀，生养我好辛劳啊！想要报答父母的大恩，像天一样高远无边。"

孔子说："人的身体、头发、皮肤，都是从父母那里继承来的。不敢损毁伤害，这是孝的起点。安身立命，奉行道德，扬名于后代，来彰显父母的名声，这是孝的终点。"

孝子侍奉双亲，居家时则向父母献上恭敬，赡养时则要表示欢喜，生病时要表达忧虑，去世了则要表示哀悼，祭祀时要表示庄严肃敬。

因此一个人如果不爱自己的亲人却爱他人，这就叫违背道德；不孝敬自己的亲人却去孝敬他人，这就叫违背礼义。

君子侍奉亲人很孝敬，因此可以将之移植到对君主的忠诚上；对待兄长很敬重顺从，因此可以将这种顺从转移到对待长辈上；住家时家政很有条理，因此可以将之转移到当官管理政务之上。

《曲礼》说："做儿子的，出门必定告知父母，回家一定要去拜见父母。外出游历一定要有确定的去处，学习的东西一定要有固定的专业。平常说话不自己妄称年老，岁数比自己大一倍的就象对待父亲一样侍奉，大十岁的就象兄长一样侍奉，大五岁的则与之并肩随从。"

父母健在，不去远游。如果不得不出游，也一定要有确定的去处。

父母的岁数不能不了解。一则因父母高寿而高兴，一则因父母年岁大了而担心。

父亲还健在时可以考察他的志向。父亲去世了，可以考察他的行为。三年都没有改变父亲为人处世的方法的，就可称为孝顺了。

程颐先生说："人没有了父母，生日时应当倍感悲痛，怎么忍心置办酒席演奏乐器以为乐事，大家一起庆祝庆祝就可以了。"

姜太公说："对双亲孝敬的，儿子也孝敬他。自身已然不孝顺了，儿子怎么会孝顺呢？"

孝顺的还生孝顺的子女，不孝的还生不孝的儿女。不信只要看看屋檐前的雨水，一点一滴都落在原处丝毫也不会偏差。

罗先生说："天下没有不对的父母。"

自己养育子女才知道父母的大恩大德，立身处世才知道做人的辛苦。

孟子说："不孝有三类，没有后代子嗣是最大的不孝。"

养儿为了预防老时有所扶养，积存粮食为了预防饥荒。

曾子说："父母疼爱你，要满心欢喜永志不忘。父母厌恶你，要心存畏惧而不埋怨。父母有过错，要劝告他们而不违背父母的意愿。"

孔子说："五大种类刑罚有三千多条款，但罪过莫大于不孝。"

曾子说："孝敬慈亲，各种举动都没有比孝顺更需要先注意的。孝敬达到了天，就会风调雨顺；孝敬达到了地，万物就会繁荣昌盛；孝敬达到人身上，各种福气都会聚集而至。"

《八反歌》（录自《桂宫誌》）

幼儿有时骂骂我，我内心还感觉很高兴。父母冲我发发火，我心里反而不乐意。一个是高兴，一个是不乐意，对待孩子和对待父母的心情为何会如此悬殊？劝你从今往后，每遇双亲动怒，也应将父母当作孩子看待。

儿辈千言万语，你听着都不厌烦。父母一开口，你便说他们多管闲事。不是管闲事，是双亲真心牵挂你。白发之人大多谙熟世事，人情练达。劝你要遵从老人之言，不要让乳口小儿在那里争长论短。

幼儿屎便脏，你心里却无厌烦顾忌。年老双亲涕泪痰唾零落，你倒有憎嫌之意。请问你的六尺身躯，是从何处来的？是父母的精血造就了你的身体。劝你尊敬善待老年人，他们在年轻体壮时已为你熬垮了筋骨。

看到你早晨到市场上去，买饼又买糕。很少听说是买来孝敬父母的，大多都说是要买给孩子的。双亲还未品尝，儿女已先吃饱，子女之心不比双亲之心好。劝你多出买饼买糕的钱，好好供养白发双亲，他们在世的日子已经不多。

市场上卖药的店铺，只有肥壮幼儿的药丸，没有壮健双亲大人的。为什么会两般看待呢？儿女也生病，双亲也生病，医治儿女不能与医治双亲的病相相比。就算是割你大腿上的肉来孝敬，那也还是父母给你的呢。劝你赶紧好好爱惜、保全双亲的性命。

第9节：孝行篇(3)

富贵之家奉养双亲应该很容易，双亲还经常会有不得安乐的。贫贱之家养育孩子很难，儿女却从未有忍饥受冻的。一条心，两条路，做儿女的终究赶不上做父母的。劝你奉养双亲应如养儿一般，凡事都不要推言家里不富有。

要赡养的双亲只有两个人，还经常与兄弟纷争，相互推诿。养儿即使有十个，你却都能独自担当。儿女的饱暖，双亲还经常过问，父母的冷暖温饱你却从不放在心上。劝你赡养双亲应当尽心尽力，因为他们从前的衣食都被你侵占过。

双亲有十分的仁慈，你却不感念他们的恩情。儿女只要有一分的孝心，你便四处张扬他的孝名。对待双亲如此暗昧，对待儿女却如此明察，谁能识得双亲大人的养子之心？劝你不要轻易相信儿辈的孝敬，那是因为儿辈的亲生子还缠在你身边呢。

孙顺家穷，与妻子在别人家里当佣人来奉养母亲。儿子常常抢去老母的食物。孙顺对妻子说："儿子抢母亲的食物。儿子可以再生，母亲却无法再找。"于是背起儿子前往归醉山北面，要活埋他。正挖着地，

忽然挖出一个十分奇异的石钟，惊怪至极。试着撞了一下，钟声悦耳动听。妻子说：“挖到这么奇异的東西，大概是儿子的福气吧。不可以活埋他。”孙顺认为妻子说得对。便将儿子和石钟都带回了家。将钟悬于屋梁上撞击。国王听到了钟声，感觉清遠异常，于是派人考察、核實了情况，感叹道：“从前郭巨埋子，上天賜他金釜。如今孙顺埋儿，地里挖出石钟。这一前一后的符兆如此雷同。”于是賜给一处房产，每年供给五十石米。

向德遇到荒年瘟疫，父母饥病交困，瀕临死亡。向德昼夜不脱衣不睡觉，尽心尽意地安慰。没东西供养父母，就割下大腿上的肉给他们吃。母亲痲症发作，他用嘴去吮，当即就痊愈了。国王嘉獎他的孝行，賜贈的財物甚是丰厚，并下令在他家门上挂匾額表彰，门前立碑刻石记录这些事情。

有一位姓都的家里穷，靠卖炭来买肉，从不让母亲的飲食短缺。一天，他赶市晚了，忙着回家，老鹰忽然攫走了他买的肉。姓都的一路悲哭走回家，不料老鹰已将那块肉扔到他家院子里。一天，母亲病了，要吃不合时令的红柿。姓都的在柿林里逡巡彷徨，不知不觉日已黄昏。有一只老虎屡屡挡住他前面的路，好像在表示让他骑的意思。姓都的骑虎到了百余里外的山村，寻访人家投宿。不一会儿，主人献上祭祀用过的食物，其中竟有红柿。姓都的大喜过望，询问红柿的来历，并且讲了自己的用意。主人回答：“我已故父亲嗜爱柿子，因此我每年秋天都挑选二百个柿子收藏于洞中，到了现在五月份，完好的一般不会超过七八个。今年竟有五十个完好的，因此我心里感到很诧异。这正是上天被你的孝心所感动吧。”于是送给他二十颗。姓都的谢过了，走出门外，那只老虎还等在那里。于是骑上虎回到家，报晓的公鸡正在“喔喔”啼呢。后来他的母亲享尽寿命而终，姓都的痛哭直至泣血。

正己篇 第五 凡百七条

《性理书》云：“见人之善而寻己之善，见人之恶而寻己之恶，如此方是有益。”

《景行录》云：“不自重者取辱，不自畏者招祸。不自满者受益，不自是者博闻。”

子曰：“君子不重则不威，学则不固。主忠信。”

《景行录》云：“大丈夫当容人，无为人所容。”

人资稟要刚，刚则有立。

《素书》兵书名。旧题黄石公撰，宋张商英注。以道、德、仁、义、礼五者为主旨，取老子之说为注释。云：“释己以教人者逆，正己以教人者顺。”

苏武曰：“不可以己之所能而责人之所不能，不可以己之所长而责人之所短。”

太公曰：“勿以贵己而贱人，勿以自大而蔑小，勿以恃勇而轻敌。”

鲁共公曰：“以德胜人则强，以财胜人则凶，以力胜人则亡。”

荀子曰：“以善先人者谓之教，以善和人者谓之顺。以不善先人者谓之谄，以不善和人者谓之谀。”

孟子曰：“以力服人者，非心服也。以德服人者，中心悦而诚服也。”

第10节：正己篇(1)

太公曰：“见人善事，即须记之。见人恶事，即须掩之。”

孔子曰：“匿人之善，欺谓蔽贤；扬人之恶，欺谓小人。言人之善，若己有之；言人之恶，若己受之。”

马援曰：“闻人过失，如闻父母之名，耳可得闻口不可得言也。”

孟子曰：“言人之不善，当如后患何？”

康节邵先生曰：“闻人之谤未尝怒，闻人之誉未尝喜，闻人言人之恶未尝和，闻人言人之善则就和而之，又从而喜之。故其诗曰：‘乐见善人，乐闻善事，乐行善意。闻人之恶，如负芒刺。闻人之善，如佩兰蕙。’”

《诗》云："心无妄思，足无妄走。人无妄交，物无妄受。"

《近思录》云："迁善当如风之速，改过当如雷之烈。"

子贡曰："君子之过也，如日月之食焉。过也，人皆见之。更也，人皆仰之。"

知过必改，得能莫忘。

子曰："过而不改，是谓过矣。"

《直言诀》曰："闻过不改，是谓过矣。愚者若驽马也。驽马自受鞭策，愚人终受毁捶，而不渐其驾也。"

道吾恶者是吾师，道吾好者是吾贼。

子曰："三人行，必有我师焉。择其善者而从之，其不善者而改之。"

《景行录》云："寡言择交，可以无悔吝，可以免忧辱。"

太公曰："多言不益其体，百艺不忘其身。"

太公曰："勤为无价之宝，慎是护身之符。"

《景行录》云："寡言则省谤，寡欲则保身。"

《景行录》云："保生者寡欲，保身者避名。无欲易，无名难。"

务名者，杀其身。多财者，杀其后。

老子曰："欲多伤神，财多累身。"

胡文定公（即胡安国（1074-1138），南宋经学家。卒谥文定。撰《春秋传》30卷。）曰："人须是一切世味，淡薄方好，不要有富贵相。"

李端伯师说："人于外物奉身者，事事要好。只有自家一个身与心，却不要好。苟得外物好时节，却不知道自家身与心，已自先不好了也。"

《吕氏童蒙训》（亦名《童蒙训》，宋吕本中[1084-1145]著，三卷，采辑宋儒有关修身、治学、从政之言论，作为家塾训蒙课本。）曰："攻其恶，无攻人之恶。盖自攻其恶，日夜自己点检，丝毫不尽则恹于心矣，岂有工夫点检他人耶？"

子曰："君子有三戒：少之时，血气未定，戒之在色；及其壮也，血气方刚，戒之在斗；及其老也，血气既衰，戒之在得。"

孙真人《养生铭》："怒甚偏伤气，思多大损神。神疲心易役，气弱病相萦。勿使悲欢极，当令饮食均。再三防夜醉，第一戒晨嗔。"

《景行录》云："节食养胃，清心养神。口腹不节，致疾之因。念虑不正，杀身之本。"

子曰："君子食无求饱，居无求安。"

《脉诀》曰："智者能调五脏和。"

吃食少添盐醋，不是去处休去。要人知，重勤学。怕人知，已莫作。

若欲不知，除非莫为。

老子曰："欲人不知，莫若无为。欲人不言，莫若不为。"

《景行录》云："食淡精神爽，心清梦寐安。"

老子曰："人能常清静，天地悉皆归。"

道高龙虎伏，德重鬼神钦。

苏黄门（应为苏辙[1039-1112]，宋代散文家。宋哲宗时曾任门下侍郎。此官职秦汉时称黄门侍郎。）曰："衣冠佩玉，可以化强暴；深居简出，可以却猛兽；定心寡欲，可以服鬼神。"

荀子曰："积土成山，风雨兴焉。积水成渊，蛟龙生焉。积善成德，而神明自得，圣心循焉。"

《性理书》云："修身之要：言忠信，行笃敬，惩忿窒欲，迁善改过。"

《景行录》云："凡修身为学，不在文字言语中，只平日待人接物便是。取非其有谓之盗，欲非其有

谓之贼。”

太公曰：“修身莫若敬，避强莫若慎。”

《景行录》云：“定心应物，虽不读书，可以为有德君子。”

《礼记》曰：“君子奸声乱色不留聪明。淫乐匿礼不接心术。惰慢邪辟之气不设于身体。使耳目鼻口心知百体，皆由顺正以行正义。”

第 11 节：正己篇(2)

古人克己以避名，今人饰己以要誉。

君子则无古今无治无乱，出则忠，入则孝，用则智，舍则愚。

老子曰：“万般求生，不如修身。千般求生，不如禁口。”

太公曰：“身须择行，口须择言。”

《直言诀》曰：“治家治身者，犹如搆屋者先固基址。立身者先要其德行，成家者先要其产业。治家者须葺其房屋，舍修可以庇人物，立身可以奉神明。全家可以安长幼，治国可以保君子。若基址不实，屋必崩裂。心行若虐，身体危辱，家必丧亡。百姓离乱，国必倾坠，君臣何保？家若丧亡，长幼何托？身若危辱，神明何安？摧崩房屋，人物何庇？成败如斯，孰可察也？”

《警身录》云：“圣世获生乎，始觉寸阴胜尺璧，岂不去邪从正，惜身重命？如人未历于事，当明根叶之异，祸福之殊。根叶者，贤良笃行信为本，正直刚毅枝叶也。父母己身性为本，妻子财物枝叶也。一家之内粮为本，不急之物枝叶也。免辱免刑仁为本，倚财靠势枝叶也。疾病欲痊药为本，信卜巫医枝叶也。万事无过实为本，巧言装饰枝叶也。恩亲贤良敬为本，私好之人枝叶也。衣食饱暖业为本，浮荡之财枝叶也。为官治讼法为本，恣意拟断枝叶也。是故有根无叶可以待时，有叶无根甘雨所不能滋也。若务本业勤谨俭用，随时知足，孝养父母，诚于静闲，守分安身，远恶近善，知过必改，善调五脏，以避寒暑，不必问命，此真福也。”

《景行录》云：“祸莫大于从己之欲，恶莫甚于言人之非。”

子曰：“君子欲讷（讷[n è]：言语迟钝。这里指说话小心谨慎。）于言，而敏于行。”

苏武曰：“一言之益，重于千金。一行之亏，毒如蛇蝎。”

《近思录》云：“怨忿如救火，室欲如防水。”

《夷坚志》（宋洪迈著。书中所述多为神怪故事。）云：“避色如避仇，避风如避箭。莫吃空心茶，少食中夜饭。”

利不苟贪终祸少，事能常忍得身安。频浴身安频欲病，学道无忧学道难（重刊本作“学盗忧”。）。

太公曰：“贪心害己，利口伤身。”

《景行录》云：“声色者，败德之具。思虑者，残生之本。”

荀子曰：“无用之辨，不急之察，弃而不治。若夫君臣之义，父子之亲，夫妇之别，则日切磋而不舍也。”

子曰：“众好之，必察焉。众恶之，必察焉。”

太甲商王，成汤孙。曰：“天作孽犹可违，自作孽不可活。此之谓也。”

《景行录》云：“闻善言则拜，告有过则喜，有圣贤气象。”

子路闻过则喜，禹闻善言则拜。

节孝徐先生训学者曰：“诸君欲为君子，而使劳己之力，费己之财，如此而不为君子，犹可也。不劳己之力，不费己之财，诸君何不为君子？乡人贱之，父母恶之，如此而不为君子，犹可也。父母欲之，乡人荣之，诸君何不为君子？”

《论语》曰："夫子时然后言，人不厌其言；乐然后笑，人不厌其笑；义然后取，人不厌其取。"酒中不语真君子，财上分明大丈夫。

《大学》云："富润屋，德润身。"

宁可正而不足，不可邪而有余。

《景行录》云："为人要忠厚，若刻峻太甚，不肖之子，应之矣。"

德胜财为君子，财胜德为小人。

子曰："良药苦口利于病，忠言逆耳利于行。"

作福不如避罪，避祸不如省非。

成人不自在，自在不成人。

子贡曰："君子有三恕。有君不能事，有人而求其使，非恕也；有亲不能报，有子而求其孝，非恕也；有兄不能敬，有弟而求其听令，非恕也。士明于此三恕，则可以端身矣。"

老子曰："自见者不明，自足者不彰，自伐者无功，自务者不长。"

刘会曰："积谷帛者，不忧饥寒；积道德者，不畏凶邪。"

太公曰："欲德量他人，先须自量。伤人之语，还是自伤。含血喷人，先污自口。"

老子曰："大辩若讷，大巧若拙。澄心清静，可以安神。谗口多言，自亡其身。"

第12节：正己篇(3)

太公曰："贫而杂懒，富而杂力。"

孔子食不语，寝不言。

《论语》曰："寝不尸，居不容。"

荀子曰："良农不为水旱不耕，良贾不为折阅（折阅：减低售价，这里指亏损。阅：卖。）不市，君子不为贫穷怠乎道体。"

孟子曰："饮食之人，则人贱之矣，为其养小而失大也。"

凡戏无益，惟勤有功。

太公曰："瓜田不纳履，李下不整冠。"

孟子曰："爱人不亲反其仁，治人不治反其智，礼人不答反其敬。"

《景行录》云："自满者败，自矜者愚，自贼者忍。"

太公曰："家中有恶外已知之，身有德行人自称传。"

人非贤莫交，物非义莫取，忿非善莫举，事非是莫说。谨则无忧，忍则无辱，静则常安，俭则常足。

《曲礼》曰："傲不可长，欲不可纵，志不可满，乐不可极。"

《素书》云："行足以为仪表，智足以决嫌疑，信可以守约，廉可以分财。"

《景行录》云："心可逸，形不可不劳；道可乐，身不可不忧。形不劳，则怠惰易蔽；身不忧，则荒淫不定。故逸生于劳而常休，乐生于忧而无厌。逸乐者，忧劳其可忘乎？"

心无谄曲，与霹雳同居。

耳不闻人之非，目不视人之短，口不言人之过，庶几君子。

门内有君子，门外君子至。门内有小人，门外小人至。

太公曰："一行有失，百行俱倾。"

《素书》云："短莫短于苟得，孤莫孤于自恃。"

老子曰："鉴明者，尘埃不能污；神清者，嗜欲岂能胶？"

《书》云："不矜细行，终累大德。"

一星之火，能烧万顷之薪；半句非言，误损平生之德。

子曰："君子泰而不骄，小人骄而不泰。"

荀子曰："聪明圣智，不以穷人；济给速通，不争先人；刚毅勇敢，不以伤人。不知则问，不能则学。虽能必让，然后为德。"

《贤士传》曰："色不染无所秽，财不贪无所害，酒不贪无所触。不轻他自厚，不屈他自安，心平则无怨恶。"

老子曰："圣人积德不积财，执道全身，执利招害。"

蔡伯皆（即蔡伯喈，蔡邕[133-192]，东汉文学家、书法家。）曰："喜怒在心，言出于口，不可不慎也。"

卫伯曰："宽惠博爱，敬身之基；勤学者，立身之本。"

子曰："身居富贵而能下人者，故何人而不与富贵？身居人上而能爱敬者，何人而敢不爱敬？身居权职所以严肃者，何人而敢不畏惧也？发言而古，动止合规，何人敢违命者也？"

《颜氏家训》（北齐文学家颜之推[531-590]所著，共有七卷二十类，是隋之前教子学的集大成著作。）曰："借人典籍，不可损坏而不还，皆须爱护，凡有缺坏就为补治，此亦士大夫百行之一也。"

宰予昼寝。子曰："朽木不可雕也，粪土之墙不可污也。"

紫虚元君戒谕心文："福生于清俭，德生于卑退。道生于安乐，命生于和畅。患生于多欲，祸生于多贪。过生于轻慢，罪生于不仁。戒眼莫视他非，戒口莫谈他短，戒心莫恣贪嗔，戒身莫随恶伴。无益之言莫妄说，不干己事莫妄为。默默默，无限神仙从此得；饶饶饶，千灾万祸一齐消。忍忍忍，债主冤家从此尽；休休休，盖世功名不自由。尊君王，孝父母，敬尊长，奉有德，别贤愚，恕无识。物顺来而勿拒，物既放而勿追。身未遇而勿望，事已过而勿思。聪明多暗昧，算计失便宜。损人终自失，倚势祸相随。戒之在心，守之在志。为不节而亡家，因不廉而失位。劝君自警，于平生可惧可惊而可畏。上临之以天神，下察之以地祇。明有王法相继，暗有鬼神相随。惟正可守，心不可欺。戒之！戒之！"

孟子曰："世俗所谓不孝者五：惰其四肢不顾父母之养，一不孝也；博奕好饮酒，不顾父母之养，二不孝也；好货财，私妻子，不顾父母之养，三不孝也；从耳目之欲，以为父母戮，四不孝也；好勇斗狠，以危父母，五不孝也。"

先儒曰："未能植己，何以耘人？"

第二部分

第 13 节：正己篇(4)

先儒曰："妍丑不可太明，议论不可务尽。情势不可殚竭，好恶不可骤施。"

责人之非，不如行己之是。扬己之是，不如克己之非。

译文：

第五章正己篇共一百一十七条

《性理书》说："看到别人的善行就查找自己的善行，看到别人的恶行就查找自己的恶行，这样做才是于己有益。"

《景行录》说："不尊重自己的会招致耻辱，不敬畏自己有恃无恐的会招致灾祸。不骄傲自满的会获益，不自以为是的会见闻广博。"

孔子说："君子自身不庄重就不会有威严，学习就不会牢固。要以忠义诚信这两种美德为宗旨来培养

德行。”

《景行录》说：“大丈夫应当包容别人，而不要被别人所包容。”

人的天资禀赋要刚毅，刚毅就能在世上立足。

《素书》说：“为自己辩解开脱来教育他人的不顺，端正自己言行来教育别人的则顺理成章。”

苏武说：“不要拿自己能做到的来责备别人做不到的，不要拿自己擅长的来苛责别人所不擅长的。”

姜太公说：“不要把自己看得很高贵而把别人看得很低贱，不要自高自大却蔑视小瞧他人，不要倚仗自己勇猛而轻视敌人。”

鲁共公说：“凭借品德胜过别人的就会强大，凭借钱财胜过别人的就会凶险，凭借气力胜过别人的就会灭亡。”

荀子说：“从善意出发抬高他人的称为教诲，从善意出发附和别人的称作顺应潮流。从恶意出发抬高他人的称为谄媚，从恶意出发迎合别人的称作阿谀奉承。”

孟子说：“依靠势力制服别人的，别人并不是从内心里服气。凭借道德让人服气的，别人这是打心眼儿实实在在的服气。”

姜太公说：“看到别人做的好事，就该记下来。看到别人做的坏事，就该为之掩饰。”

孔子说：“隐瞒别人的善行，这就叫做‘蔽贤’；张扬别人的恶行，这就叫小人。提到别人的善行，就像自己也有这样的善行。谈到别人的恶行，就像自己身受其害一样。”

马援说：“听说别人的过错，要像听见自己父母的名字，耳朵可以听，嘴巴却不可说。”

孟子说：“谈论别人不好的事，应当谈该拿其后果怎么办呢？”

邵康节先生说：“听到别人的毁谤未曾生气，听到别人的赞誉未曾欣喜，听到谈论他人的恶行未曾附和，听到谈论别人的善行则趋近应和，又跟着高兴。因此诗中写道：‘乐于见到好人，乐于听闻好事，乐于履行好意。听说别人的恶行，如荆棘在背。听说别人的善行，如佩戴兰蕙。’”

《诗经》说：“心里不要胡思乱想，双脚不要到处乱走。人别乱交往，东西别乱接受。”

《近思录》说：“接近善行应当像风一样迅速，改正过错应当像打雷一样急促。”

子贡说：“君子的过错，犹如日食与月食。犯错时，人们都看到了。改正后，人们都景仰。”

知道过错一定改正，一定要做到不忘这一条。

孔子说：“有了过错却不去改正，这才叫真正的过错呀。”

《直言诀》说：“听说了自己的过错还不改正的，这就叫真的过错了。愚蠢之人就像劣马。劣马自然要不断地被鞭打，愚人终究要被严厉鞭策，而且一点也不会减轻他肩上的负担。”

说我不好的是我老师，说我好的是害我的人。

孔子说：“三人同行，其中必有我的老师。选择他们好的方面就跟随学习，他们不好的方面就改正它。”

”

《景行录》说：“寡言少语地去选择朋友，就不会有后悔懊恼，就可以免去忧虑和羞辱。”

姜太公说：“话多对自己身体不利，身怀百技却不会对自己有害。”

姜太公说：“勤奋是无价之宝，慎重是护身之符。”

《景行录》说：“寡言少语就可以减少非议，清心寡欲就可以保全性命。”

《景行录》说：“保全性命的人清心寡欲，明哲保身的人回避名声。没有欲望容易，不要名声很难。”追逐声名的，会害了性命。钱财太多的人，会毁了后代。

老子说：“欲望太多会损伤精神，钱财太多会连累身体。”

第 14 节：正己篇(5)

胡文定先生说：“人必须是世间一切滋味中，只有清淡看轻才好，不要有富贵的外表。”

李端伯老师说：“人对于外在的奉养身体的东西，件件都要好的，只有自己一个人的身心，却不要好。偶或等到身外之物样样都好的时候，却不知道自己的身心，早已先就不好了呀。”

《吕氏童蒙训》说：“要攻击自己不对的方面，不要去攻击他人不对的地方。大概自己攻击自身不对之处，日夜检点自己，哪怕只有丝毫的不足心里也会感到歉疚，哪还有工夫去检点他人呢？”

孔子说：“君子有三个戒条：年少之时，血气尚未定型，要戒接近女色；等到壮年时，血气正刚强，要戒与人争斗；年老之时，血气已衰弱，要戒患得患失。”

孙真人《养生铭》：“怒火太偏激会伤元气，思虑太多很损心神。精神疲惫心就容易受累，元气太弱疾病就会缠上身。不要让悲喜过度，应当让饮食均衡。要一再地防止夜里醉酒，第一件事就要警惕早晨发怒。”

《景行录》说：“节食可以养胃，清心寡欲可以养神。口腹之乐不加节制，这是致病的原因。心思念头不端正，这是杀身之祸的根源。”

孔子说：“君子饮食不求太饱足，住处不求太安逸。”

《脉诀》说：“聪明人会调理五脏使之和谐。”

吃饭少加盐和醋，不该去的地方不要去。想要让人知道了解，就要重视勤奋学习。怕让人知道，自己就不要去做。

倘若想要别人不知道，除非自己不去做。

老子说：“想让人不知道，不如不做。想要人家不说，不如不做。”

《景行录》说：“饮食清淡精神清爽，心境淡泊睡梦安稳。”

老子说：“人如能常保清静无为，天地全都归集于他一身。”

道行高洁龙虎都要拜伏，品德高尚鬼神都会钦服。

苏辙说：“衣帽上佩戴玉饰，可以化解强暴之害；总住家中几不外出，可以躲开猛兽；安心而少欲求，可以降伏鬼神。”

荀子说：“堆土可成大山，风雨由此而生起。积水可成深渊，蛟龙就能在其中生存。积善而成品德，而后精神自足，圣贤之心由此而生。”

《性理书》说：“修身养性的要义：言语忠实诚信，行为沉笃恭敬，压制怒火和欲望，趋向善行改正过错。”

《景行录》说：“凡是修身和治学，不在于话语文字之中，只平时的接人待物便是。拿走不是己有之物的称为盗，企图占有不是己有之物的称为贼。”

姜太公说：“修身不如恭敬，躲避强暴不如慎重小心。”

《景行录》说：“定下心来顺应事物规律，即使不读书，也可以做有德行的君子。”

《礼记》说：“君子对于淫乱的声色不听不看，对于淫逸音乐违背礼节的行为，一点也不去动心。怠慢懒惰邪恶乖僻的习气，丝毫不让沾染到自己的身上。使耳眼鼻口心智身体各个部位，都顺从正道来履行正确的礼义。”

古人克制自己来逃避名声，今人粉饰自己来沽名钓誉。

君子不论古今，无论太平之世还是乱世，出外则忠于君主，回家则孝敬父母。被起用就发挥自己的才智，被抛弃就装傻作愚。

老子说：“万般求永生，不如修身养性。千般求永生，不如闭口不言。”

姜太公说：“身体须选择行为，嘴巴须选择话语。”

《直言诀》说：“管理家庭和修养身心的人，就像造房者必须先筑牢基础。立身处世之人先须严格自己的道德行为，成就家业之人必须先经营自己的产业。管理家庭者必须修葺房屋，房舍修好了就可以为人

遮风挡雨，安身立命就可以侍奉神明。保全家庭可以使老幼安妥，国家治理好了可以保护君子。如果基础不牢靠，房屋必会崩坏。心灵行为如果暴虐，身体就会受到危害与羞辱，家庭必会沦丧灭亡。百姓逃离作乱，国家必会分崩离析，君臣又怎么能得到保护呢？家如果沦丧灭亡了，一家老小又该依托什么呢？身体如果受到危害羞辱，人的神明又怎么能安宁呢？房屋毁坏了，人和财物又该何处藏身呢？成功与衰败就像这样，哪里是可以预料得到的？”

第 15 节：正己篇(6)

《警身录》说：“圣贤之世能够遇上了，才感到一寸光阴胜过了一尺宽的玉璧，为何不去除邪恶顺从正道，爱惜身体珍重性命？就像人还未经历事情，就应当明白根叶的差异，祸福之悬殊。所谓的根叶，贤德善良忠实做事，诚信是根本，为人正直刚毅则是枝叶。父母和自己的身体性命是根本，妻子儿女和财物则是枝叶。一家之中，粮食是根本，不急用的东西则是枝叶。免受耻辱与刑罚，仁爱是根本，倚仗自己的钱财势力则是枝叶。疾病要治好，用药是根本，迷信占卜和巫覡则是枝叶。万事无过错，实在是根本，花言巧语文过饰非则是枝叶。对待恩人亲朋和贤良之辈，尊敬是根本，偏爱之人则是枝叶。衣食温饱，事业是根本，外快浮财则是枝叶。当官判案，法律是根本，随意推断判决则是枝叶。因此有根无叶的可以等待时节，有叶无根的则雨露也滋养不活。如果勤奋小心从事本职工作，节俭开支，时刻知足，孝敬赡养父母，在闲逸安稳时真诚老实，安分守己，疏远邪恶亲近善良，知道过错就一定改正，善于调理五脏来躲避寒暑，不必去卜问命运，这就是真正的福气。”

《景行录》说：“祸莫大于放纵自己的欲望，恶莫过于说人的不是。”

孔子说：“君子说话要小心谨慎，行为上则要敏捷努力。”

苏武说：“一句话的好处，比千两银子还贵重。一个举动有过失，其毒害犹如蛇蝎。”

《近思录》说：“消除怒火如同救火，克制欲望犹如防患水灾。”

《夷坚志》说：“躲避美色如同躲避仇人，躲避恶风犹如躲避弓箭。不要喝空腹的茶，少去吃半夜的饭。”

不一味贪图好处祸害终归会少，凡事时时能忍身体就会安宁。经常洗浴身体就安康，欲望太多就容易生病。学习道行没有忧虑，但学习起来却很难。

姜太公说：“贪心害自己，贪口福则伤身。”

《景行录》说：“委靡音乐与美色，是败坏德行的东西。苦思与忧虑，是伤害生命的根本。”

荀子说：“没用的甄别，不急用的预料，抛弃掉不用去考虑。而对于君臣之道，父子之爱，夫妇之别，则应当天天切磋锲而不舍。”

孔子说：“大家都喜欢的东西，一定要明辨是非。大家都厌恶的东西，一定要明辨是非。”

太甲说：“上天造孽还可以违背不从，自己造孽就没法活下去，就说的这一个。”

《景行录》说：“听到善意的话就感激下拜，被告知自己的过错就感到高兴，这样的人身上有圣贤的气象。”

子路听说了自己的过错就高兴，夏禹听到善意之言就下拜。

徐节孝先生教诲学生们说：“你们想做君子，而让付出自己的辛劳，破费自己的钱财，这样而不去做君子，还可以理解。不用付出自己的精力，不必破费自己的钱财，你们为何不做君子呢？乡里的人鄙夷你，父母讨厌你，这样而不去做君子，还可以理解。父母寄希望于你，乡里的人推崇你，你们为何不做君子呢？”

《论语》说：“孔子等到时机成熟了以后才说话，人们不讨厌他的话；感到快乐然后才笑，人们不讨厌他的笑；讲求合乎道义而后才去索取，人们不反感他的索求。”

喝酒过程中不说话的人是真正的君子，在财物上分得一清二楚的人是大丈夫。

《大学》说：“财富让居室华丽生辉，道德则使自身修行丰美。”

宁可正直而有不足，也不可邪恶而有余。

《景行录》说：“做人要忠厚，倘若刻薄刁钻太甚，不成才的子女，就是报应了。”

拥有的德行超过钱财的是君子，钱财超过德行的是小人。

孔子说：“良药苦口却对疾病有益，忠言逆耳却于行为有益。”

作威作福不如逃避罪愆，躲避祸患不如少惹是非。

成人都不自在，自在就不会成人。

子贡说：“君子有三种恕人之法。有君王却不能很好侍奉，有下属却指望能好好使唤他，这不是恕人；有双亲却不能报答养育之恩，有子女却要求其孝顺，这不是恕人；有兄长却不能敬重他，有弟弟却要他听从自己的指令，这不是恕人。士子明晓了这三种恕人之法，就可以端正自己的言行了。”

第16节：正己篇(7)

老子说：“眼里只看到自己的人不贤明，满足于自身现状的人不会彰显名声，讨伐自己的人没有功劳，一心为自己钻营的人不会长久。”

刘会说：“积蓄粮食布帛的人，不担心饥寒。积累道行品德的人，不畏惧凶邪。”

姜太公说：“想要以品德考量他人，首先必须衡量自身。伤害人的话语，最终伤害的还是自己。血口喷人，首先弄脏的是自己的嘴。”

老子说：“大的辩才恍若木讷，大的机巧犹如笨拙。内心澄澈清静，可以让精神安宁。谗口多言，就会自己毁灭自身。”

姜太公说：“贫穷者身上集中了懒惰的习性，富裕者身上汇集了各种勤劳努力。”

孔子进食时不说话，睡觉时不作声。

《论语》上说：“睡觉时不横躺，居家时不修饰打扮。”

荀子说：“好农民不因为水涝干旱而不事耕耘，好商贾不因为折扣亏损不开市，君子不因为贫穷而疏忽懈怠了道德修养。”

孟子说：“专讲饮食吃喝之人，则人人看轻，因为他只顾小的方面而丧失了大的德行。”

所有的嬉戏都没有好处，只有勤奋才能有成就。

姜太公说：“路过瓜田不收鞋拍鞋底，经过李树底下不整理衣冠。”

孟子说：“爱一个人却不能亲近，就要反思自己的爱人之心。管理人却管理不好，就要反思自己的智识。以礼待人却没有回应，就要反思自己的尊敬是否存在不妥。”

《景行录》说：“自满的人会失败，自夸者愚蠢，伤害自己的人恬忍隐退。”

姜太公说：“家里有丑事外人早已知道，自身有德行别人自然会称颂传赞。”

不是贤人不要结交，不义之财不要拿，不是出于善意的忿怒不要发作，不是正确的事情不要说。谨慎行事则无忧虑，恬忍则不会受辱，清静则常安，节俭则常丰。

《曲礼》上说：“傲气不可助长，欲望不可放纵，心志不可自满，快乐不可穷极。”

《素书》上说：“行为足可以成为表率，智识足可以决断疑惑，诚信可以遵守约定，清廉可以分割钱财。”

《景行录》上说：“心理可以放纵安逸，五体则不可不劳作。道德可以欣喜快乐，身体力行则不能不忧虑。五体不勤，则心理怠惰易受蒙蔽，不忧虑身体力行，则道德败坏荒淫无定。所以安逸生于勤劳而常休止，快乐生于忧虑而无满足之时。安逸快乐的时候，难道可以忘掉忧虑劳作吗？”

心里没有刻意谄媚他人的心思，可以同霹雳生活在一起。

双耳不听他人的过错，双眼不看他人的短处，嘴上不说他人的过失，这大概就是君子。

门内有君子，门外就会有君子到。门内有小人，门外就会有小人来。

姜太公说："一个举措有过失，百种举措就都毁了。"

《素书》上说："短处没有比苟且取得更短的，孤单没有比自以为是更孤单的。"

老子说："镜子明亮，尘埃无法令其污浊；精神清醒者，嗜好和欲望又怎能粘住身呢？"

《尚书》上说："在小的行为上不谨慎，终究会连累到大的德行。"

一星半点的火，能把万顷的薪柴烧毁；半句不该说的话，可以破坏一生的德行。

孔子说："君子心地坦荡而不骄傲自满，小人骄傲自满心地却不坦荡。"

荀子说："聪明才智，不用以使人困窘；上下逢源八面玲珑，不抢在别人之前；刚毅勇敢，不用以伤害他人。不知道的就问，不会的就学。即使自己能干也必谦让，而后可以成就德行。"

《贤士传》上说："女色不沾就没有能玷污自身的，钱财不贪就没有能损害自己的，美酒不贪就没有能使自身失态的。不轻视他人自身就会受到尊重，不屈从别人自己自会心安，心平气和就不会有怨恨嫌恶。"

老子说："圣人积累德行不积累钱财。秉执道行可以保全自身，秉执功利会招致祸害。"

蔡伯喈说："喜怒起于内心，言语由口发出，都不能不慎重呀。"

卫伯说："宽宏慈惠博爱，这是恭敬修身的基础；勤于学习，这是立身处世的根本。"

第 17 节：正己篇(8)

孔子说："身居富贵而能礼贤下士的人，哪一个人不给予他富贵之位？位居他人之上而能爱护敬重别人，哪个人敢不爱护敬重他？位居权要之职因此严肃自身的言行，哪个人敢不敬畏他？讲话能遵古礼，举止合乎规范，哪一个人敢违抗他的命令呢？"

《颜氏家训》上说："借别人的典籍图书，不可损坏不还，都要细心爱护，凡有缺失损坏就替他修补，这也是知识分子百种德行之一呀。"

宰予白天睡懒觉。孔子说："朽腐了的木头没法雕刻，粪土污染过的墙壁无法再污染了。"

紫虚元君戒谕内心的铭文："福气生于清心俭朴，道德生于卑躬退让。道行生于安宁快乐，命运生于和气顺畅。祸患生于欲望太多，灾祸生于贪心过甚。过失生于轻侮怠慢，罪恶生于为人不仁。要戒眼不看他人的过失，戒口不议他人的短处，戒心不恣肆贪婪，戒身不跟随恶徒。无益的话不要妄说，没牵涉到自己的事情不要妄为。沉默沉默再沉默，无限神仙从此而来；宽恕宽恕再宽恕，千灾万祸一齐消除。忍耐忍耐再忍耐，债主冤家从此消失无踪；算了算了算了吧，纵拥盖世功名也是身不由己不得自由。尊奉君王，孝敬父母，敬重长辈，恭奉有德行之人，甄别贤人愚者，饶恕无见识之人。财物自然招致的不要拒绝，财物已经失去的不要去追回。还未亲身遇上的事不要去企望，事情已经过去的就不要去想它。看似聪明的人反而大多蒙昧无知，精于算计的人反而失去很多好处。损害他人终究自身会有过失，倚仗权势祸患就会跟随而至。要在内心戒备，要守住自己的心志。因为行为失节而家庭破败，由于不廉洁而丧失职位。劝君自警，对于平生要有所惧有所惊有所畏。天上有天神关照，地上有地祇明察。明处有王法监督，暗中有鬼神监视。只有正道可守，不可自欺内心。警惕啊，警惕啊！"

孟子说："世俗所说的不孝的情形有五种：四体懒惰不顾及父母的赡养，这是第一种不孝；好赌博爱酗酒，不顾及父母的赡养，这是第二种不孝；爱财物，偏爱妻儿，不顾及父母的赡养，这是第三种不孝；放纵耳目的欲望，因此伤害父母的，这是第四种不孝；恃勇好斗因此危及父母的，这是第五种不孝。"

前辈儒士说："未能让自己立得住，又怎么去教育他人？"

前辈儒士说："美丑不能太分明，议论人和事不能将话说尽。情势不能穷尽，好恶不能骤然发作。" 责备他人的不对之处，不如去做自己认为对的事情。张扬自己对的方面，不如克服自己不对的地方。

安分篇 第六 凡十八条

《景行录》云："知足可乐，多贪则忧。"

知足者贫贱亦乐，不知足者富贵亦忧。

知足常足，终身不辱。知止常止，终身不耻。

将上不足，比下有余。

若比向下，生无有不足者。

《击壤诗》云："安分身无辱，知机心自闲。虽居人世上，却是出人间。"

《神童诗》（又名《幼学诗》，中国古时的蒙学课本。北宋汪洙撰。内容多属赞颂读书做官。）云："寿夭莫非命，穷通各有时。迷途空役役，安分是便宜。"

子曰："富与贵，是人之所欲也。不以其道得之，不处也。贫与贱，是人之所恶也，不以其道得之，不去也。"

不义而富且贵，于我如浮云。

老子曰："知其荣，守其辱。"

荀子曰："自知者不怨人，知命者不怨天。怨人者穷，怨天者无志。失之己，反之人，岂不亦迂哉！"

荣辱之大分，安危利害之常体，先义而后利者荣，先利而后义者辱。荣者常通，辱者常穷。通者常制人，穷者常制于人，是荣辱之大分也。

命合吃粗食，莫思重罗面。

量其所入，度其所出。

子曰："君子固穷，小人穷斯滥矣。"

省吃省用省求人。

汪信民常言："人常咬得菜根，则百事可为。"

《中庸》云："素富贵，行乎富贵；素贫贱，行乎贫贱；素夷狄，行乎夷狄；素患难，行乎患难。"

第 18 节：安分篇(1)

子曰："不在其位，不谋其政。"

先儒曰："休怨我不如人，不如我者尚众。休夸我能胜人，胜如我者更多。"

人胜我无害，彼无蓄怨之心。我胜人非福，恐有不测之祸。

过分求福适以速祸，安分远祸将自得福。

人只把不如我者较量，则自知足。

二眉曙青朱先生曰："天下富贵贫贱俱有个真实受用。闭户心无所营，何事扫除开门？活水青山，见在繁华，凡得天地之正气者，俱能悦吾之目，盈吾之耳，适吾之口，克吾之腹。动容周旋，莫不为我开设；随缘取用，何曾有意收放。异乎人者，视听言动；同乎人者，眼耳口鼻。其心可富，天下贫者终不患贫；此心可寿，天下夭者终不患夭。只管不出户庭，功德遍及大千。至若妻子田宅，日前安乎本分，身后听其自然。"

滥想徒伤神，妄动反致祸。

《书》曰："满招损，谦受益。"

印观卖绵于市。有署调者以谷买之而还。有鸢攫其绵堕印观家。印观取归市署调曰："鸢堕汝绵于吾家，故还汝。"署调曰："鸢攫绵与汝，天也。吾何为受？"印观曰："然则还汝谷。"署调曰："吾与汝者市

二日，谷已属汝矣。”二人相让，并弃于市而归。掌市官以闻王。并赐爵。

洪春夔少贫甚，无料一日早，婢儿踊跃献七两钱，曰：“此在鼎中，米可数石，柴可数驮。天赐！天赐！”公惊曰：“是何金？”即书失金人推去等字，付之门楣而待。俄而姓刘者来问书意，公悉言之。刘曰：“理无失金于人之鼎内，果天赐也。盍取之？”公曰：“非吾物何？”刘俯伏曰：“小的昨夜为窃鼎来，还怜家势萧条而施之。今感公之廉价，良心自发，誓不更盗，愿欲常侍，勿虑取之。”公即还金曰：“汝之为良则善矣。金不可取。”终不受。后公为判书，其子在龙为宪宗国舅。刘亦见信，身家大昌。

高句丽平原王之女幼时好啼。王戏曰：“以汝将归于愚温达。”及长，欲下嫁于上部高氏。女以王不可食言，固辞，终为温达之妻。盖温达家贫，行乞养母，时人目为愚温达也。一日，温达自山中负榆皮而来，王女访见，曰：“吾乃子之匹也。”乃卖首饰而买田宅器物，颇富，多养马以资温达，终为显荣。

第六章安分篇 共十八条

《景行录》上说：“知足就会快乐，贪婪则会忧愁。”

知足之人即使身居贫贱也会快乐，不知足者即使坐拥富贵也会忧虑不已。

知足常会丰足，终身不会取辱。知道止步经常适可而止，终身不会招致耻辱。

将与之上相比不足的，拿来与之下相比就会绰绰有余了。

如果都与不及自己的相比，人生就没有不知足的。

《击壤诗》写道：“安分守己，自身不致受辱；了解玄机，内心自然清闲。虽然居住在人世上，却能跳出人间，超然物外。”

《神童诗》写道：“长寿或短命没有不是命运安排的，窘迫通达分别都有其时机。迷失于道途之上徒自忙碌不已，安分守己才是真正适宜的对策。”

孔子说：“富贵，是人所想要的。不遵循正确途径获得的富贵，却不能永久拥有。贫贱，是人所厌恶的，不按照正确方式取得的，没法彻底去除贫贱。”

不仁不义而获取富贵，于我而言犹如浮云一般。

老子说：“知道荣耀的东西，戒除可耻的东西。”

荀子说：“了解自己的人不埋怨他人，了解天命的人不埋怨上天。埋怨他人的人处境窘迫，埋怨上天的人没有大志向。自己身上缺失的，却反而去苛求别人，这不也太迂腐了嘛！”

了解荣辱的根本区别，安危、利害的通常表现，先讲义后求利的人光荣，先求利后讲义的人可耻。光荣之人常常四处逢源，可耻者常常处境窘迫。四处逢源者常常统制他人，处境窘迫者常常受制于人，这就是荣辱的重大区别。

命中合该吃粗粮，莫去想要细面吃。

要考量自己的收入，再考虑支出。

孔子说：“君子在困境中也能固守品德，小人陷于困境中就敢无所不为了。”

第 19 节：安分篇(2)

省吃俭用，省得求人。

汪信民常说：“人如果常能嚼得菜根，那么就将事事都能做了。”

《中庸》上说：“一向富贵的，行为就会有富贵气；向来贫贱的，行为上就会有贫贱气；向来身为蛮夷之人，行为上就会有蛮夷气；一向害怕困难，行为上就会缩手缩脚。”

孔子说：“身不在其位，不参与那个职位负责的政事。”

前辈儒士说：“不要埋怨我不如别人，不如我的人还很多。不要夸耀我能胜过他人，胜过我的人还更多呢。”

别人胜过我没有害处，他不会有积怨之心。我胜过别人不是福，恐怕会有意料不到的祸患。

过分追求福恰恰只会迅速招致祸患。安分守己、远离祸患自然就会获得好运。

人如果只拿不如我的人来相比较衡量，则自然会知足。

朱曙青先生说：“天下的富贵贫贱都有其实际原由。关闭门户自得其乐，无所用心，哪用得着洒扫庭院打开门户？流动的活水，青绿的山峦，所见一派欣欣向荣，凡是得天地正气的，都能愉悦我的双眼，充盈我的两耳，适合我的嘴巴，满足我的肚子。感动于周围的事物，无不为我而开设；随缘索取使用，哪曾有意去收敛或放松。与人不同的，是看、听、说、行；与人相同的，是眼、耳、口、鼻。这颗心可以富足，天下的穷人终究不用担心贫穷；这颗心可以长寿，天下的夭亡者终究不用担心夭亡。尽管足不出户，功德却能遍及大千世界。至于妻儿、土地、房宅，生前安于本分，身后则听其自然。”

胡思乱想白白伤害精神，轻举妄动反会招致祸患。

《尚书》说：“自满招致损失，谦虚则会获益。”

印观到市场上卖棉布，有位署调官用谷物换了他的棉布回去。一只老鹰攫取了他的棉布并把它扔到印观家里。印观取了棉布回到市场归还给署调说：“老鹰将你的棉布扔到我家里，因此我取回来还给你。”署调说：“老鹰攫走棉布送给你，这是上天的旨意。我怎么能接受呢？”印观回答：“既然这样，那我就还你谷物。”署调说：“我和你交易已经两天，谷物已经属于你了。”二人相互推让，把东西都扔在市场上回去了。管理市场的官员把这件事报告国王。国王给这两人都封了官职。

洪耆夔年轻时十分贫穷。不料，一天早上，婢女兴奋地献上七两银子说：“这是在鼎中发现的，可以买数石米，也可以买几车柴。实在是天赐，天赐啊！”先生大惊道：“这是谁的银子？”就写了一张寻找丢钱人招领启事，贴在门上，等候失主。不久，有位姓刘的前来询问门上贴的字的意思，先生就把事情全说了一遍。姓刘的说：“按常理是没人会把钱丢到他人家的鼎中，这果真是上天赐给的呀。你为什么不拿呢？”先生回答：“这不是我的东西，怎能据为己有？”姓刘的低头承认：“小的昨夜本为偷鼎而来，却可怜你家境萧条窘迫因此施赠银两。今天感动于先生如此廉洁，我自己已良心发现，发誓永不再偷。希望能经常服侍您，您不要顾虑拿走银子。”先生当即还给银子说：“你能弃恶从良就好了。钱我不能拿。”最终没有接受。后来先生当上了判书，他的儿子在龙做了宪宗的国舅。姓刘的也受人信任，家庭十分昌盛。

高句丽平原王的女儿小时候爱哭。平原王开玩笑说：“要把你送给愚温达。”等到女儿长大了，想把她嫁给上部高氏。女儿认为父王不可以食言，一再地推辞，最终成为温达的妻子。温达家穷，行乞以奉养母亲，当时人把他看作“愚温达”。有一天，温达从山中背了榆树皮回来，国王女儿寻访见到了，说：“我就是你的配偶。”于是变卖首饰，购置田地、房宅、器物，家境颇为富有，又多养马来帮助他。温达最终荣华显耀。

存心篇 第七 凡八十三条

《景行录》云：“坐密室如通衢，驭寸心如六马，可免过。”

《游定夫（游酢（1053-1123），北宋学者，字定夫。）录》云：“心要在腔子里。”

《素书》云：“务善策者无恶事，无远虑者有近忧。”

第 20 节：存心篇(1)

有客来相访，如何是治生。但存方寸地，留与子孙耕。

《击壤诗》云：“富贵如将智力求，仲尼年少合封侯。世人不解青天意，空使身心半夜愁。”

范忠宣公（即范仲淹之子范纯仁，谥忠宣。）诫子弟曰：“人虽至愚，责人则明。虽有聪明，恕己则昏。尔曹但当以责人之心责己，恕己之心恕人，不患不到圣贤地位也。”

将心比心，便是佛心。

以己之心，度人之心。

《素书》云："博学切问，所以广知；高行微言，所以修身。"

子曰："笃信好学，守死善道。"

聪明智慧，守之以愚；功被天下，守之以让；勇力振世，守之以怯；富有四海，守之以谦。

子贡曰："贫而无谄，富而无骄。"

子曰："贫而无怨难，富而无骄易。"

邵康节问陈希夷（陈抟？-989），字图南，河南真源人。宋初著名的理学家。宋太宗时赐号希夷先生。）求持身之术。希夷曰："快意事不可做，得便宜处不可再往。"

得意处，早回头。

聪明本是阴鹭功，阴鹭引入聪明路。不行阴鹭使聪明，聪明反被聪明误。

风水人间不可无，全凭阴鹭两相扶。富贵若从风水得，再生郭璞（郭璞？276-324），东晋文学家、训诂学家。喜阴阳卜筮之术。东晋初曾被王敦任为记事参军。敦欲谋反，命其卜筮，璞谓其必败，为敦所杀。王敦平，追赠弘农太守。）也难图。

古人形似兽，心有大圣德。今人表似人，兽心安可测？

有心无相相逐心生，有相无心相从心灭。

三点如星象，横钩似月斜（指"心"这一个字，由三点和横钩组成。）。披毛（披毛，指吹毛求疵。此处指明察秋毫。）从此得，作佛也由他。

《大学》云："所谓诚其意者，毋自欺也。如恶恶臭，如好好色。"

《道经》云："用诚似愚，用默似讷，用柔似拙。"

人皆道我拙，我亦自道拙。有耳常如聋，有口不会说。你自逞豪杰，横竖有一跌。吃跌教君思，反不如我拙。

百巧百成，不如一拙。

未来休指望，过去莫思量。

常将有日思无日，莫待无时思有时。

有钱常记无钱日，安乐常思病患时。

《素书》云："薄施厚望者不报，贵而忘贱者不久。"

求人须求大丈夫，济人须济急时无。

施恩勿求报，与人勿追悔。

寸心不昧，万法皆明。

孙思邈曰："胆欲大而心欲小，智欲圆而行欲方。"

念念有如临敌日，心心常似过桥时。

《景行录》云："诚无悔，恕无怨，和无仇，忍无辱。"

惧法朝朝乐，欺公日日忧。

小心天下去得，大胆寸步难移。

子曰："思无邪。"

朱文公即朱熹。曰："守口如瓶，防意如城。"

是非只为多开口，烦恼皆因强出头。

《素书》云："有过不知者蔽，以言取怨者祸。"

《景行录》云："贪是逐物于外，欲是情动于中。"

君子爱财，取之有道。

君子忧道不忧贫，君子谋道不谋食。

子曰：“君子坦荡荡，小人常戚戚。”

量大福亦大，机深祸亦深。

宁为福首，莫为祸先。

各人自扫门前雪，莫管他人屋上霜。

早知今日，悔不当初。

心不负人，面无惭色。

庄子曰：“求财恨不多，财多害人己。”

但存夫子三分礼，不犯萧何六律条。

《说苑》（西汉刘向撰。分类纂辑先秦至汉代史事和传说。）云：“推贤举能，掩恶扬善。”

《景行录》云：“休恨眼前田地窄，退后一步自然宽。”

世无百岁人，枉作千年计。人无百岁人，枉作千年计。

儿孙自有儿孙福，莫与儿孙作马牛。

世上无难事，都来心不专。

宁结千人意，莫结一人缘。

《景行录》云：“语人之短不曰直，济人之恶不曰义。”

忍难忍事，恕不明人。

规小节者，不能成荣名；恶小耻者，不能立大功。

第 21 节：存心篇(2)

无求胜布施，谨守胜持斋。

言轻莫劝闹，无钱莫请人。

寇莱公（即寇準[961-1023]，北宋政治家，封莱国公。著有《寇莱公集》。）《六悔铭》：“官行私曲失时悔，富不俭用贫时悔，艺不少精过时悔，见事不学用时悔，醉后狂言醒时悔，安不将息病时悔。

”

孙景初安乐法：粗茶淡饭饱即休，补破遮寒暖即休。三平二满过即休，不贪不妬老即休。

《益智书》云：“宁无事而家贫，莫有事而家富。宁无事而住茅屋，莫有事而住金屋。宁无病而食粗饭，莫有病而食良药。”

心安茅屋稳，性定菜根香。世事静方见，人情淡始长。

风波境界立身难，处世规模要放宽。万事尽从忙里错，此心须向静中安。路当平处更行稳，人有常情耐久看，直到始终无悔吝，才生枝节便多端。

子曰：“无欲速，无见小利。欲速则不达，见小利则大事不成。”

巧言乱德，小不忍则乱大谋。

《景行录》云：“责人者不全交，自恕者不改过。”

有势不要使人承，落得孩儿叫小名。

子曰：“恭则远于患，敬则人爱之。忠则和于众，信则人任之。”

子绝四：毋意，毋必，毋固，毋我。

君子成人之美，不成人之恶。小人反是。

孟子曰：“君子不怨天，不尤人。此一时也，彼一时也。”

子曰：“君子有三畏：畏天命，畏大人，畏圣人之言。小人不知天命而不畏也，狎大人侮圣人之言。”

《景行录》云：“夙兴夜寐所思忠孝者，人不知，天必知之。饱食暖衣怡然自卫者，身虽安，其如子

孙何？”

以爱妻子之心事亲则曲尽其孝，以保富贵之策奉君则无往不忠。以责人之心责己则寡过，以恕己之心恕人则全交矣。

尔谋不减，悔之何及？尔见不长，教之何益？利心专则背道，私意确则灭公。

会做快活人，凡事莫生事。会做快活人，省事莫惹事。会做快活人，大事化小事。会做快活人，小事化没事。

孔子观周，入后稷周族始祖。之庙，三缄其口，而铭其背曰：“古之慎言人也。戒之哉！无多言，多言多败。无多事，多事多患。安乐必戒，无所行悔。勿谓何伤，其祸将长。勿谓何害，其祸将大。勿谓不闻，祸将及人。焰焰不灭，炎炎若何。涓涓不壅，终为江河。绵绵不绝，或成网罗。毫末不折，将寻斧柯。诚能慎之，福之根也。勿谓何伤，祸之门也。故强梁者不得其死，好胜者必遇其敌。君子知天下之不可上也故下之，知众人之不可先也故后之。温恭慎德，使人慕之。江海虽左，长于百川，以其卑也。天道无亲，而能下人。戒之哉！”

生事事生，省事事省。

柔弱护身之本，刚强惹祸之由。

《宣康府家训》：“势利少时，莫交道释。钱财有日，当济贫危。”

先儒曰：“睚眦存心，小人之浅衷；一饭不忘，君子之厚德。”

二眉曙青朱先生曰：“名曰仙佛圣贤，无非是个好人。可见诸般容易，惟好人难得。果尔存心天理，毋作非为，念佛诵经也可，打坐参禅也可，若心不可问，不成人矣，诵经念佛打坐参禅，俱属枉然。此曰救人之生，济人之急，悯人之过，扶人之危，避人之才，拔人之能，奖诱人之子弟，称颂人之德义，体贴人之心行，珍重人之财物，抚育人之孤寡，保全人之家产，完结人之婚嫁，才是世间有心胸的人物。”

译文：

第七章 存心篇 共八十三条

《景行录》上说：“坐于密闭室内如置身大街上，驾驭小小的心如驾六匹马，就可以免除过错。”

《游定夫录》说：“心要放在身腔里。”

《素书》上说：“钻研好对策之人不会有坏事发生，无远虑者必有近忧。”

有客前来拜访，请教怎样治理民生。姑且留存方寸土地，传给子孙们去耕种。

《击壤诗》上说：“富贵如果能用智力去追求得来，那么孔子少年时就该封侯。世间之人不了解苍天的意志，空让自己的身心半夜三更还在犯愁。”

第 22 节：存心篇(3)

范忠宣公告诫子弟说：“人即使极为愚蠢，要求他人却很严明；即使拥有聪明才智，总是宽恕自己也会昏聩不明。你们应当以苛责他人的心理严格要求自己，用宽宥自己的心理去宽恕别人，这样就不用担心到达不了圣贤的境界。”

将心比心，就是佛祖之心。

要用自己的心思，去揣度他人的心理。

《素书》上说：“学识广博又爱学好问，要以此来增广知识；行为高尚言语很少，要以此来修身养性。”

孔子说：“诚信好学，直到死都遵循善的道德。”

聪明智慧，要以愚拙来维持；功盖天下，要以退让来维持；勇敢、气力震惊世人，要以怯懦来维持；富裕到拥有四海的财富，要以谦逊来维持。

子贡说："贫穷而不谄媚，富裕而不骄傲。"

孔子道："贫穷而不埋怨难，富裕而不骄傲易。"

邵康节问陈希夷修身的方法。希夷回答："快意之事不可以做，得到好处的地方不要再次前往。"得意之处，要早回头。

聪明本是冥冥之中阴德的功劳，阴德引人进入聪明的路途。不遵循阴德的指引而要小聪明，聪明反会被聪明所误。

风水在人间不可无，全凭阴德的帮扶。富贵如果是从风水得来的，即使郭璞再世也难以谋取。

古代人外形像野兽，内心却拥有大圣人的品德。现代人外表像人，胸怀的野兽之心却哪能预料得到？内心有想法外表上却没有表现，外在表现会跟着内心的想法而产生。外表有表现内心却无此想法，外在表现会随着内心想法而消失。

"心"这一个字，其中的三点如同星象，横钩则像月西斜。如果能如星辰明月一般对自身的内心明察秋毫，那么成佛成仙也能由自己作主。

《大学》说："所谓让意念诚笃，就是不要自欺欺人。就像厌恶恶臭，喜欢美好的颜色一样。"

《道经》说："运用诚实如同愚蠢，运用沉默犹如木讷，运用优柔好像笨拙。"

人都说我笨拙，我也自称笨拙。虽有双耳却常装聋，有嘴却不轻易说话。你自去逞英豪好汉，横竖会有跌跟头的时候。吃了跌交的亏会叫你思索，反而不如我这样笨拙的好。

方方面面都很灵巧都很成功，还不如保持一种笨拙的姿态。

未来之事休去指望，过去之事莫去思量。

常在拥有之时顾虑失去之后，不要等到失去之后再去回想拥有之时。

有钱时常常记起过去无钱的日子，健康快乐时经常想想生病的时候。

《素书》上说："给予人很少却指望丰厚回报的人不会得逞，富贵之后就忘却贫贱过去的人不会长久。"

"

求人要去求堂堂大丈夫，助人要在他人急需却没有之时。

给人恩惠不要寻求回报，给了人东西就不要追悔。

小小的一颗心不要使其蒙昧不明，万事万物就全都会洞明。

孙思邈说："胆子要大而心则要细，智识要圆通而行为则要端正。"

整日念念不忘有如大敌当前，常常小心翼翼犹如通过独木桥。

《景行录》上说："诚信就不会有后悔，宽恕就不会有怨恨，平和就不会有仇隙，忍让就不会有耻辱。"

"

畏惧法令自然天天快乐，欺瞒公众、社会则会日日揪心。

小心谨慎全天下都去得，大胆妄为则会寸步难行。

孔子说："思想没有邪念。"

朱熹说："守口如瓶言语谨慎，小心提防犹如防城。"

是非只因开口多，烦恼都因出风头。

《素书》上说："有过错却不知道的人蒙昧不清，因为言语招致怨恨的人遭殃。"

《景行录》上说："贪心是追求身外之物所致，欲望是心中动了情所致。"

君子喜欢钱财，但都遵循道义来获取。

君子担心的是道德而不担心贫困，君子追求的是道德而不是饭食。

孔子说："君子总是心胸坦荡，小人则常常畏缩忧心。"

气量大福气也大，心机深祸害也深。

宁做福运的开头，也不要抢在祸患的前面。

各人自己打扫自家门前的落雪，而不要去管他人屋顶上的冷霜。

第 23 节：存心篇(4)

早知会有今日之后果，后悔当初就不该那样做。

内心没有对不住别人，脸上就不会有惭愧的神色。

庄子说："追逐钱财恨其不够多，但钱财太多了就会害别人也害自己。"

只要保持孔夫子提倡的一点礼教，就不会触犯萧何的六律条规（即纲纪国法）。

《说苑》上说："推举英明能干的人，抑制邪恶彰扬善良。"

《景行录》上说："不要怨恨眼前的空间狭窄，向后退他一步自然就会天地宽阔。"

世上没有活过百岁长生不老的人，不要自作千年的打算。人没有百岁之人，不要自作千年的打算。

儿孙们自有他们的福气，不要去给儿孙们做牛做马。

世上没有难事，都因为人自己用心不专。

宁愿结交千人让他们喜欢，也不要只与一人结缘。

《景行录》上说："揭他人的短处不叫做正直，助长他人的坏处不叫做正义。"

忍受住难以忍受的事情，宽恕不明事理的人。

拘谨于小小礼节的人，无法成就荣耀的名声。厌恶微小耻辱的人，无法建立伟大的功勋。

无所求胜过布施化缘，谨守正道胜过把斋吃素。

话语没有分量就不要去劝架，没钱就不要请客。

寇準《六悔铭》写道："为官徇私舞弊失足时就该后悔，富足时不节省俭朴贫困时就该后悔，手艺在年少时不学习精通岁月过去之后就该后悔，看到本事不去学用到的时候就会后悔，酒醉之后胡言乱语清醒过来时就会后悔，健康时不好好休息保养生病后就会后悔。"

孙景初健康快乐方法：粗茶淡饭吃饱即止，缝缝补补蔽寒保暖即可。三平二满适可而止，不贪不妒老了即罢。

《益智书》上说："宁可没事而家庭贫穷，也不要家庭富有却坏事频频。宁可没事而住的茅屋，也不要住进金屋却坏事不断。宁可没病而吃的粗粮，也不要有病而天天去吃好药。"

心绪安宁住在草屋中也很安稳，性情淡定嚼菜根也香。世事只在静下心来时才洞明，人情平平淡淡才会长久。

在大风大浪的境界中立身很难，处世的气量要放宽。世间万事都是忙中出错，心绪要在宁静中求得安定。走路走到平坦之处更应走稳，人有寻常情感才耐得住久看。从始至终都没有悔恨怨怼，刚刚生出一点点的枝节萌芽很快便会引发诸多事端。

孔子说："没有欲望就会行动迅捷，不要去贪图蝇头小利。一心想要快点反而达不到，贪图小利反而做不成大事。"

巧语花言扰乱了品德，小事不忍就会扰乱重大计划。

《景行录》上说："苛责别人的人无法保住与人的交情，宽恕自己的人不会改正自己的过错。"

有权有势也不要让别人奉承谄媚你，否则就会害得孩子都被人看轻。

孔子说："恭谨就可远离祸患，敬重别人别人就会喜欢他。为人忠实就能团结众人，诚信为人别人就会信任他。"

孔子杜绝四种缺点：不随意，不务求如何，不固执，不自我。

君子成就别人的美事，不成全别人的恶事。小人则恰恰相反。

孟子说："君子不埋怨上天，不怪罪他人。情况总是不断变化的，此一时彼一时。"

孔子说：“君子有三怕：怕天命，怕品德高尚之人，怕圣人的言论。小人不懂得天命就不会怕，轻侮品德高尚之人，蔑视圣人的言论。”

《景行录》上说：“早起晚睡整天想着忠诚孝敬的人，别人不了解，上天必会知晓。饱食终日，衣着暖和，怡然自得，自身虽然安康，但他们的子孙会怎样呢？”

以爱怜妻儿的心情侍奉双亲就能竭尽孝心，以保全富贵的办法侍奉君主就不会不忠诚。以苛责他人的心情严格要求自己就会少过错，以宽恕自己的心情宽恕他人就能保住交情。

你的计划不好，后悔又哪来得及？你的见识短，教诲又有什么益处？功利心太专注了就会背离道德，私心太明确了就会破坏公正。

会做一个快乐的人，但凡一切事不要没事生事。会做一个快活的人，能省去的事不要去招惹是非。会做一个快乐的人，遇到大事也能把它化为小事。会做一个快乐的人，小事就能化作没事。

第 24 节：戒性篇(1)

孔子游览周地进入后稷的祀庙，闭口不言，而在其背面刻下铭文说：“这是古代言语谨慎的人。一定要警惕啊！不要多说，说多了必多过失。不要多事，多事祸患就会多。健康快乐时务必谨慎，行为上就没有可后悔的。不要认为这有何伤害，它的祸害将会很长。不要认为这有什么害处，它的遗害将会扩大。不要认为不会被听见，灾祸将蔓延到人身上。火焰燃烧不灭，终将炽热得很。涓涓细流不去堵塞，终将汇成江河。细线密密麻麻绵延不断，或许就能编织成罗网。刚发出的小萌芽不折去，就会长成需用斧头才能斫下的枝柯。果真能慎重对待，这便是福的根柢。不要认为这有什么伤害，这是灾祸的入口。所以，爱逞强挑大头的人不能正常死去，争强好胜之人必会遇上劲敌。君子知道天下万事不能抢占上风因此而甘拜下风，知道众人不能抢在其前头所以宁愿落在后头。温和恭敬，谨慎守德，让人钦慕。江海虽然地位高，却比许多河流都长，那是因为它置身低下之处。上天没有亲疏之别，只是要能甘居人下。一定要警惕啊！”

没事找事，事情就会冒出来，一切能省之事皆求省事，事情就会化了。

柔弱是护身之本，刚强是惹祸的根。

《宣康府家训》说：“权势名利少的时候，不要去结交道士僧人。钱财富有之时，应当扶危济困。”

前辈儒士说：“很小的怨恨都要埋在心里，这是小人的心眼小。别人招待的一顿饭也不敢忘记，这是君子的道德厚。”

朱曙青先生说：“名义上叫仙、佛、圣人、贤者，无非都是好人。可见世间万事都易，惟独好人难得。如果你一心追求天理，不胡作非为，念佛诵经也可以，打坐参禅也可以，不必非得成仙成佛。如果内心叵测不做正人君子，诵经念佛参禅打坐，一切都是徒劳。这就叫救人生命，助人危急，体恤他人的过错，扶危济困，遴选他人的才干，提拔他人的才能，推举提携他人的子弟，称赞他人的品德义举，体谅他人的心情行止，珍惜他人的财物，抚育他人的孤寡亲属，保全他人的财产，成全他人的婚嫁，这才是人世间有胸怀的人物。”

戒性篇 第八 凡十五条

《景行录》云：“人性如水。水一倾则不可复，性一纵则不可反。制水者必以堤防，制性者必以礼法。”

忍一时之气，免百日之忧。

得忍且忍，得戒且戒。不忍不戒，小事成大。

一切诸烦恼，皆从不忍生。临机与对镜，妙在先见明。佛语在无争，儒书贵无争。好条快活路，世上少人行。

忍是心之宝，不忍身之殃。舌柔常在口，齿折只为刚。思量这忍字，好个快活方。片时不能忍，烦恼

日月长。

愚浊生嗔怒，皆因理不通。休添心上焰，只作耳边风。长短家家有，炎凉处处同。是非无实相，究竟终成空。

子张欲行，辞于夫子："愿赐一言为修身之美。"夫子曰："百行之本，忍之为上。"子张曰："何为忍之？"夫子曰："天子忍之国无害，诸侯忍之成其大，官吏忍之进其位，兄弟忍之家豪富，夫妇忍之终其世，朋友忍之名不废，自身忍之无祸患。"子张曰："不忍何如？"夫子曰："天子不忍失其国校正本及重刊本作"国空虚"。，诸侯不忍丧其躯，官吏不忍刑罚诛，兄弟不忍各分居，夫妻不忍令子孤，朋友不忍情意疏，自身不忍患不除。"子张曰："善哉！善哉！难忍难忍！非人不忍，不忍非人。"

忍耐在。

《景行录》云："屈己者能处众，好胜者必遇敌。"

张敬夫曰："小勇者，血气之怒也。大勇者，礼义之怒也。血气之怒不可有，礼义之怒不可无。（此句重刊本作"小大之殊，不可不知。"）知此，则可以见性情之正而识天理人欲之分矣。"

恶人骂善人，善人总不对。善人若还骂，彼此无智慧。不对心清凉，骂者口热沸。正如人唾天，还从己身坠。我若被人骂，佯聋不分说。譬如火烧空，不救自然灭。嗔火亦如是，有物遭他，我心等虚空，听你翻唇舌。

老子曰："上士无争，下士好争。"

第三部分

第 25 节：戒性篇(2)

凡事留人情，后来好相见。

或问晦庵（即朱熹。）曰："如何是命？"先生曰："性是也。凡性格不通不近人情者，薄命之士也。"

先儒曰："为人所不能为，方称奇男子。忍人所不能忍，乃是大丈夫。"

柔弱护身之本，刚强惹祸之由。

译文：

第七章戒性篇 共十五条

《景行录》上说："人的性情如水。水一旦倾倒就无法收回，性情一旦放纵就无法回复。控制水的人，必定运用堤防；控制性情的人，必定依靠礼法。"

忍住一时的气忿，可以免除百日的担忧。

该忍就忍，须戒则戒。不忍不戒，小事酿成大事。

一切各种烦恼，都是从不肯忍生发的。面对关键时刻和处境，妙在有先见之明。佛经中叫"无诤"，儒家经书上叫贵在无争。多好的一条快活路，世上却少有人去走。

忍耐是内心之宝，不肯忍是身体的祸殃。舌头虽柔软却长存于口，牙齿折断只因其刚硬。思量这个"忍"字，多好的一个快活方法。片刻不能忍，烦恼就会像日月一样长。

愚昧不明容易生出嗔怒，都是因为事理不通。不要添加内心火，权且当作耳边风。长短家家都有，冷热处处相同。是非没有真实的表现，归根结底终归都是空的。

子张将要离去，向孔子告辞："希望赠我一句话作为修身的美德。"孔子回答："各种行为的根本，忍是上策。"子张问："什么叫忍呢？"孔子回答："天子能忍国家就不会有祸害，诸侯能忍就能成就大业，官吏能忍就能晋升职位，兄弟能忍家庭就能富裕起来，夫妇能忍就能携手共度终生，朋友能忍交情就不会废止，

自身能忍就不会有祸患。"子张问："不能忍的话会怎样？"孔子回答："天子不能忍会丧失自己的国土，诸侯不能忍会丧亡自己的身体，官吏不能忍会遭到刑罚的诛杀，兄弟不能忍就会分家住，夫妻不能忍就会让子女成孤儿，朋友不能忍情意就会疏远，自身不能忍后患就无法根除。"子张感叹道："好极了！好极了！忍太难太难了！不是人不能忍，不能忍就不是人。"

能忍就能长在。

《景行录》上说："委屈自己的人能与众善处，争强好胜的人必会遭遇强敌。"

张敬夫说："小的勇敢，是出于血气的愤怒。大的勇敢，是出于礼义的愤怒。血气的愤怒不可有，礼义的愤怒不可无。了解这一点，就可以发现性情的正道并且认识到天理与人欲的区别。"

恶人骂好人，好人总不回应。好人如果还回骂，彼此都缺乏智慧。不去回应心境自然清静，骂的人嘴都热得起泡。正像一个人朝天吐痰，最终还是落到自己身上。我若被人骂，就佯装耳聋不去分辩。就像火烧空物，不去救火自然就会熄灭。嗔怒之火也像这样，有东西被它烧着了，我的心境等同于虚空，听凭你翻弄唇舌。

老子说："上等士人与世无争，下等士人争强好胜。"

凡事都须留个人情，以后才好再相见。

有人问朱熹："什么是命呢？"先生回答："性情就是。凡是性格不开通不近人情的人，都是薄命之人。"

"

前辈儒士说："能做别人做不到的，才称得上奇男子。能忍他人所不能忍的，才是大丈夫。"

柔弱是护身之本，刚强是惹祸的根。

劝学篇 第九 凡二十三条

子曰："博学而笃志，切问而近思，仁在其中矣。"

《礼记》曰："博学强识，而让敦善，行而不怠，谓之君子。"

子曰："敏而好学，不耻下问。"

《性理书》云："为学之序：博学之，审问之，慎思之，明辨之，笃行之。"

庄子曰："人之不学，若登天而无阶。学而智远，若披祥云而睹青天，如登高山而望四海。"

不登峻岭，不知天高。不履深渊，岂知地厚？人不游于圣道，焉可谓贤？

《礼记》曰："玉不琢不成器，人不学不知道。"

太公曰："人生不学，冥冥如夜行。"

韩文公（即韩愈，唐代文学家、哲学家。）曰："人不通古今，马牛而襟裾。"

第 26 节：戒性篇(3)

人不知学，譬如牛羊。

朱文公曰："勿谓今日不学而有来日，勿谓今年不学而有来年。日月逝矣，岁不我延。呜呼老矣，是谁之愆？"

朱文公曰："家若贫，不可因贫而废学。家若富，不可恃富而怠学。贫若勤学，可以立身。富而勤学，名乃光荣。惟见学者显达，不见学者无成。学者乃身之宝，学者乃世之珍。是故学者乃为君子，不学则为小人。后之学者，各宜勉之！"

徽宗皇帝劝学："学也好，不学也好，学者如禾如稻，不学者如蒿如草。如禾如稻兮，国之精粮，世之大宝。如蒿如草兮，耕者憎嫌，锄者烦恼，他日面墙，悔之已老。"

《直言诀》曰："造烛求明，读书求理。明以照暗室，理以照人心。"

刘通曰："蚕质合丝，待纛方出。人情怀知，须学乃成。"

《礼记》曰：“独学无友，则孤陋寡闻。”

书是随身之宝，才是国家之珍。

《论语》曰：“学如不及，犹恐失之。”

学到老，不会到老。

《论语》曰：“好仁不好学，其蔽也贼；好直不好学，其蔽也绞；好信不好学，其蔽也荡；好勇不好学，其蔽也乱；好刚不好学，其蔽也狂。”

子曰：“弟子入则孝，出则悌，谨而信，泛爱众而亲仁。行有余力，则以学文。”

诸葛武侯诫子弟曰：“君子之行，静以修身，俭以养德。非澹泊无以明志，非宁静无以致远。夫学须静也，才须学也。非学无以广才，非静无以成学。慆慢则不能研精，险躁则不能理性。年与时驰，意与岁去，遂成枯落，悲叹穷庐，将复何及也？”

先儒曰：“儿曹当以读书通世务，不可以世务分读。”

先儒曰：“让古人便是无志，不让今人便是无量。”

二眉曙青朱先生曰：“道非谈虚，释非参禅，儒非文章。若谓有禅可参，是诬释迦；有虚可谈，是诬老子。夫子忠恕一贯，颜子斋坐忘，孟子知言养气，若谓是文章本头功名种子，虽能眼到口诵，不识心会方行，是诬孔颜孟氏矣。”

卫由曰：“宽惠博爱，敬身之基。勤学者，立身之本。”

少年易老学难成，一寸光阴不可轻。未觉池塘春草梦，阶前梧叶已秋声。

陶渊明诗云：“盛年不重来，一日难再晨。及时当勉励，岁月不待人。”

荀子曰：“不积跬步，无以至千里。不积小流，无以成江河。”

译文：

第八章劝学篇 共二十三条

孔子说：“学问广博而志向诚笃，好问爱思考，仁德就在其中了。”

《礼记》上说：“学问广博记性强，又能谦让敦厚善良，努力践行而不懈怠，这就叫做君子。”

孔子说：“聪敏又好学，不以向不及自己的人求教为耻。”

《性理书》说：“从事学问的顺序：广泛学习，认真发问，审慎思考，清楚辨别，坚定实践。”

庄子说：“人不学习，就像登天没有阶梯一样。学习而因此智识深远，如同腾驾祥云去观睹青天，又像登上高山去眺望四海。”

不登峻岭，不知道天实在高。不亲临深渊，哪里知道地实在厚。人不学习圣人之道，哪里能称作贤能？

《礼记》说：“玉石不雕琢就成不了玉器，人不学习就不懂得道德。”

姜太公说：“人一生不学习，就会昏昧不明如同夜行。”

韩愈说：“人不通晓古今，就像牛马穿上了人的衣裳。”

人不懂学习，如同牛羊一般。

朱熹说：“不要认为今天不学习还会有明天，不要认为今年不学习还会有来年。岁月流逝了，时光不为我延续。呜呼！人一下子就老了，这是谁的罪过呢？”

朱熹说：“家庭如果贫困，不能因穷而放弃学习。家庭如果富裕，不能仰仗富贵而停止学习。贫穷而若能勤奋学习，就可以在世上安身。富裕而能勤奋学习，名声才会显耀。只看见学习的人声名显达，没看见学习的人一事无成。学习是随身之宝，学习之人是世间的珍宝。因此学习的人才会成为君子，不学习的就会成为小人。后代的学习之人，请各自好好努力！”

第 27 节：戒性篇(4)

宋徽宗皇帝劝勉学习："学习也好，不学习也好，学习的人如同稻苗，不学习的人如同蒿草。如同稻苗，就是国家的精粮，世间的大宝。如同蒿草，耕耘的人憎恶嫌弃，锄草的人为之烦恼，有朝一日独自面壁，后悔时已经老了。"

《直言诀》说："制造蜡烛是为了寻求光明，读书是为了寻求事理。光明用来照亮暗室，事理用来照亮人心。"

刘通说："蚕茧的质地适于抽丝但也要等待缲作才能抽出丝来，人的秉性怀有智力，但须要学习才能有成就。"

《礼记》说："独自一人学习没有朋友，就会浅陋少见识。"

书是随身宝物，人才是国家珍宝。

《论语》说："学习就像追逐追不上似的，追上了还害怕失去所学的东西。"

学到老，不会到老。

《论语》说："爱好仁义却不爱学习，其蒙昧处在于偷懒；爱好正直却不爱学习，其蒙昧处在于尖刻；爱好诚信却不爱学习，其蒙昧处在于飘忽不定；爱好勇猛却不爱学习，其蒙昧处在于胡作非为；爱好刚强却不爱学习，其蒙昧处在于狂妄。"

孔子说："为人子弟在家里要孝敬父母，对兄长要尊重，谨慎而诚信，博爱众人，亲近仁德之人。行为上还有余力，就再去学文艺典籍。"

诸葛亮告诫子弟说："君子的行为，以清静养身，以勤俭培养道德。性情不淡泊无以表明心志，心境不宁静无以达到高远境界。学习须要清静，才能须靠学习。不学习无法增长才能，不清静无法成就学业。怠慢轻巧就不能研究精细，凶险暴躁就无法陶冶性情。年龄与时间飞驰而过，意志与岁月一同失去，终于枯败坠落，在破房内悲叹不已，又哪还来得及呢？"

前辈儒士说："你们应当通过读书来精通世事，不可因为世事而分心读书。"

前辈儒士说："对古人谦让自叹弗如便是没有志向，对今人不肯谦让便是没有气量。"

朱曙青先生说："道教不是清谈空虚，佛教不是参禅，儒家不是文章。如果认为有禅可参，这是诬陷释迦牟尼；认为有清虚可谈，这是诬陷老子。孔夫子一贯忠诚宽恕，颜回乐道安贫，一箪食，一瓢饮而不改其乐，孟子说养浩然正气，如果认为文章本为功名的种子，虽能过目成诵，不知道内心理解了才行，这就是诬陷孔子颜回和孟子。"

卫由说："宽宏慈惠博爱，这是敬重身体之基础。勤奋学习，这是立身处世的根本。"

少年易老学问难成，分分秒秒都不可小视。不曾察觉池塘春草还沉浸于梦乡中，庭院台阶前却早已落满了枯黄的梧桐叶，秋声已经四起。

陶渊明诗写道："壮年不再来，一天没有俩早晨。应当及时勤努力，岁月从不等候人。"

荀子说："不累积每一小步，就无法到达千里之外。不累积涓涓细流，就无法汇聚成江河。"

训子篇 第十 凡十七条

司马温公曰："养子不教父之过，训导不严师之惰。父教师严两无外，学问无成子之罪。暖衣饱食居人伦，视我笑谈如土块。攀高不及下品流，稍遇贤才无语对。勉后生，力求诲。投明师，莫自昧。一朝云路果然登，姓名亚等呼先辈。室中若未结婚亲，自有佳人求匹配。勉旃（旃[z h ā n]，"之焉"的合音。）汝等各早修，莫待老来徒自悔。"

柳屯田（即柳永，宋代词人。）劝学文："父母养其子而不教，是不爱其子也。虽教而不严，是亦不爱其子也。父母教而不学，是子不爱其身也。虽学而不勤，是亦不爱其身也。是故养子必教，教则必严，严则必勤，勤则必成。学则庶人之子为公卿，不学则公卿之子为庶人。"

白侍郎勉学文："有田不耕仓廩虚，有书不教子孙愚。仓廩虚兮岁月乏，子孙愚兮礼义疏。若惟不耕与不教，是乃父兄之过欤！"

《景行录》云：“宾客不来门户俗，诗书不教子孙愚。”

庄子曰：“事虽小，不作不成；子虽贤，不教不明。”

《汉书》曰：“黄金满盈（盈，通“簠”，箱笼一类的容器。），不如教子一经；赐子千金，不如教子一艺。”

第 28 节：训子篇(1)

至乐莫如读书，至要莫如教子。

公孙丑曰：“君子之不教子，何也？”孟子曰：“势不行也。教者必以正，以正不行，继之以怒，则反夷矣。夫子教我以正，夫子未出于正也。则是父子相夷也。父子相夷，则恶矣。古者易子而教之。父子之间不责善，责善则离，离则不祥莫大焉。”

吕荣公曰：“内无贤父兄，外无严师友，而能有成者，鲜矣。”

太公曰：“男子失教，长大顽愚。女子失教，长大粗疏。”

养男之法，莫听谎言；育女之法，莫教离母。男年长大，莫习乐酒；女年长大，莫令游走。

严父出孝子，严母出巧女。

怜儿多与棒，憎儿多与食。

怜儿无功，憎儿得力。

桑条从小抑，长大抑不屈。

人皆爱珠玉，我爱子孙贤。

《内则》（即《礼记•内则》。）曰：“凡生子，择于诸母与可者，必求其宽裕慈惠，温良恭敬，慎而寡言者，使为子师。子能食食，教以右手；能言，男“唯”女“俞”；男盘革，女盘丝。六年，教之数与方名。七年，男女不同席，不共食。八年，出入门户及即席饮食，必后长者；始教之让。九年，教之数目。十年，出就外传，居宿于外，学书计。”

庞德公（汉末襄阳人，有令名。）《诫子诗》云：“凡人百艺好随身，赌博门中莫去亲。能使英雄为下贱，解教富贵作饥贫。衣衫褴褛亲朋笑，田地消磨骨肉嗔。不信但看乡党内，眼前衰败几多人。一样人身几样心，一般茶饭一般人，同时天光同时夜，几人富贵几人贫。君子贫时有礼义，小人乍富便欺人。东海龙王常在世，得时休笑失时人。大家忍耐和同过，知他谁是百年人。瘦地开花晚，贫穷发福迟。莫道蛇无角，成龙也未知。但看天上月，团圆有缺时。”

译文：

第九章训子篇 共十七条

司马光先生说：“养育孩子却不加教育是父亲的过错，教诲引导要求不严是老师懒惰所致。父亲认真教育、老师严格要求这两点都不缺，而学习上还没有成就，这就是孩子的罪过了。不缺吃穿衣食无忧，享受人伦之乐，将我的笑谈视如土块。向上爬不上去只能落入下品之流，稍稍遇上贤德的人就会无语应对。勉励后学诸生，努力求学求教诲，投奔贤明的师长，不要让自己懵懂无知。一旦果真飞黄腾达，声名显赫，可与前辈相提并论，家里如果尚未婚娶，自然会有佳人上门求婚。勉励你们各自都早点修习，不要等到年老了白白地后悔不已。”

柳永劝学的文章：“父母养育自己的孩子却不加教育，这是不关爱自己的孩子。虽然教育了却不严格要求，这也是不关爱自己的孩子。父母教了而孩子却不肯学，这是孩子不爱护自身。虽然学了却不勤奋，这也是不爱护自身。因此养育孩子一定要教育他，教育则务必从严，严格要求则孩子一定会勤奋，勤奋就一定会成就。学习则平民的孩子都能成为公卿显要，不学习则公卿的孩子也会沦为平民。”

白侍郎勉励学习的文章：“有田地却不去耕种，粮库就会空虚，有书却不教，子孙就会愚昧无知。粮

库空虚，年岁就会匮乏，子孙愚昧，就会疏远礼义。不去耕种和不加教育，这些都是做父亲和兄长的过错啊！”

《景行录》上说：“宾朋不上门来，家庭就会粗俗，诗书不用于教育，子孙就会愚昧无知。”

庄子说：“事情虽小，不去做就不会成功；孩子虽然聪明，不教育就不会开化。”

《汉书》说：“黄金装满箱，还不如教给孩子一种经籍；送给孩子大笔财富，还不如教给他一种手艺。”

最大乐趣莫过于读书，最要紧事莫过于教育孩子。

公孙丑说：“君子不自己教孩子，这是为什么？”孟子回答：“情况不允许。教育的人必须面容端正严肃，端正严肃还不行，接着就容易发怒，这样就会造成父子反目关系紧张。孔子教育我就是面容端正严肃，孔子从未超出严肃的限度。自己教孩子，容易父子反目。父子反目，情况就很坏了。因此古代人互换孩子来教育。父子之间不能苛责其向善，苛责其向善父子就会疏远，一疏远，不好的兆头就没有比这更大的了。”

第 29 节：训子篇(2)

吕荣公说：“家里没有贤德的父兄，外面没有严厉的师友，而能有所成就的人，实在是太少了。”

姜太公说：“男孩子失去教养，长大后就会顽固愚昧。女孩子失去教养，长大后就会粗俗荒疏。”

养育男儿的方法，不要让他听信各种胡说八道；抚育女儿的方法，不要教她疏离母亲。男儿长大以后，不要学习音乐饮酒；女儿长大后，不要让她到处乱跑。

严厉的父亲就会培育出孝顺的儿子，严厉的母亲就能培养出手巧的女儿。

怜爱孩子就多给他棍棒严加教育，憎恶孩子就多给他吃食放纵他。

怜爱孩子没有功效，憎恶孩子却见效果。

桑树枝条要从小扭曲它，长大以后就扭不弯了。

人人都爱珍宝，我却喜欢子孙贤明。

《内则》说：“凡是生育孩子，要选择适合的乳母，一定要求她性格宽厚慈惠，温和善良庄重，谨慎而少言语，让她做孩子的老师。孩子能吃食，教他用右手吃饭。能说话，要教男孩唯唯女孩喏喏地答应。男儿头上盘革，女儿头上缠丝。六岁后，教他数数和地理地名。七岁，男女不同床睡觉，不一起吃饭。八岁，进出家门以及上桌吃饭，一定要跟在长辈之后，开始教他礼让。九岁，教他数字算术。十岁，走出家门接受传授，住在外面，学习书法、计算。”

庞德公《诫子诗》写道：“平常人各种技艺都好带在身上，赌博门内不要去接近。博会让英杰好汉成为贱民，能叫富贵者沦入饥寒境地。衣衫褴褛让亲友见笑，田地一点点耗损，同胞骨肉都要生气。不信的话只要去看看乡里，眼下已经家境衰败的人有多少。一样的人的身体几样的人心，一样的饮食一样的人，同时天亮同时入夜，又有多少人大富大贵多少人贫困不堪。君子贫困时也能保持礼义道德，小人一旦富贵就要欺压他人。东海龙王长存于世，走运之人不要笑话背运之人。大家都忍耐着一起和气地过生活，知道谁能活到百岁呢。贫瘠的土地上花都开得晚，贫穷之人福气也来得晚。不要说蛇没有角，有朝一日长一条龙也不可。只要看看天上的月亮，月圆之后就有月缺之时。”

省心篇 第十一 凡二百五十二条

《资世通训》：“阴法迟而不漏，阳宪速而有。”

阳网疏而易漏，阴网密而难。

《景行录》曰：“无瑕之玉，可为国瑞。孝弟之子，可为家宝。”

宝货用之有尽，忠孝享之无穷。

家和贫也好，不义富如何？但存一子孝，何用子孙多？

父不忧心因子孝，夫无烦恼是妻贤。言多语失皆因酒，义断亲疏只为钱。

既取非常乐，须防不测忧。

乐极悲生。

得宠思辱，居安虑危。

荣深辱浅，利重害深。

盛名必有重责，大功必有奇勋。

甚爱必甚费，甚誉必甚毁。甚喜必甚忧，甚耻必甚亡。

恩爱生烦恼，追随大丈夫。庭前生瑞草，好事不如无。

子曰："不观高山，何以知颠坠之患？不临深渊，何以知没溺之患？不观巨海，何以知风波之患？"

荀子曰："不登高山，不知天之高也；不临深溪，不知地之厚也；不闻先王之遗言，不知学问之大也。"

《素书》云："推古验今，所以不惑。"

欲知未来，先察已往。

子曰："明镜可以察形，鉴古可以知今。"

过去事明如镜，未来事暗似漆。

《景行录》云："明旦之事，薄暮不可必。薄暮之事，哺时不可必。"

天有不测风云，人有旦夕祸福。

未归三尺土，难保百年身。既归三尺土，难保百年坟。

巧匠多劳拙匠闲，善嫌懦弱恶嫌顽。富遭嫉妬贫遭辱，勤曰贪婪俭曰慳。触目不分皆笑蠢，见机而作又言奸。思量那件当教做，为人难做做人难。写得纸尽笔头干，更写几句为人难。

老子曰："上士闻道，谨而行之；中士闻道，若存若亡；下士闻道，大笑之而不笑。"

子曰："朝闻道，夕死可矣。"

《景行录》曰："木有所养，则根本固而枝叶茂，梁栋之材成。水有所养，则源泉壮而流脉长，灌溉之利博。人有所养，则志气大而识见明，忠义之士出。可不养哉！"

第30节：省心篇(1)

《直言诀》曰："镜以照面，智以照心。镜明则尘埃不染，智明则邪恶不生。人之无道也，如车无轮，不可驾也。人而无道，不可行也。"

《景行录》云："自信者，人亦信之，吴越皆兄弟；自疑者，人亦疑之，身外皆敌国。"

《左传》曰："意合则吴越相亲，意不合则骨肉为仇敌。"

《素书》云："自疑不信人，自信不疑人。"

疑人莫用，用人莫疑。

《论语》云："物极则反，乐极则忧。大合必离，势盛必衰。"

物极则反，否极泰来。

《家语》云："安不可忘危，治不可忘乱。"

《书》云："致治于未乱，保邦于未危，预防其患也。"

《讽谏》（讽谏：以婉言隐语相劝谏。）云："水底鱼，天边雁，高可射兮低可钓。惟有人心咫尺间，咫尺人心不可料。"

天可度而地可量，惟有人心不可防。

画虎画皮难画骨，知人知面不知心。

对面与语，心隔千山。

海枯终见底，人死不知心。

太公曰："凡人不可貌相，海水不可斗量。"

劝君莫结冤，冤深难解结。一日结成冤，千日解不彻。若将恩报冤，如汤去泼雪。若将冤报冤，如狼重见蝎。我见结冤人，尽被冤磨折。

《景行录》云："结冤于人，谓之种祸。舍善不为，谓之自贼。"

莫信直中直，须防仁不仁。

常防贼心，莫偷他物。

古人云："若听一面说，便见相离别。"

礼义生于富足，盗贼起于饥寒。

贫穷不与下贱，下贱而自生。富贵不与骄奢，骄奢而自至。

饱暖思淫欲，饥寒起盗心。

长思贫难危困，自然不骄。每思疾病熬煎，并无愁闷。

太公曰："法不加于君子，礼不责于小人。"

桓范曰："轩冕以重君子，縲继以罚小人。"

《易》曰："礼防君子，律防小人。"

《景行录》曰："好食色货利者气必吝，好功名事业者气必骄。"

子曰："君子喻于义，小人喻于利。"

《说苑》云："财者，君子之所轻。死者，小人之所畏。"

苏武曰："贤人多财则损其志，愚人多财则益其过。"

老子曰："多财失其守正，多学惑于所闻。"

人非尧舜，焉能每事尽善。

子贡曰："自生民以来，未有盛于孔子者也。"

人贫志短，福至心灵。

不经一事，不长一智。

成则妙用，败则不能。

是非终日有，不听自然无。

来说是是非者，便是是非人。

《击壤诗》云："平生不作皱眉事，世上应无切齿人。"

你害别人犹自可，别人害你却何如？

嫩草怕霜霜怕日，恶人自有恶人磨。

有名岂在镌顽石，路上行人口胜碑。有麝自然香，何必当风立？

有意得其势，无风可动摇。

得道夸经纪，时熟好种田。

孟子曰："得道者多助，失道者寡助。"

张无择曰："事不可做尽，势不可倚尽。言不可道尽，福不可享尽。"

有福莫享尽，福尽身贫穷。有势莫倚尽，势尽冤相逢。福宜常自惜，势宜常自恭。人生骄与奢（人间势与福），有始多无终。

太公曰："贫不可欺，富不可势。阴阳相推，周而复始。"

王参政（即王安石[1021-1086]，宋神宗时曾任参知政事。）"四留铭"："留有余不尽之功，以还

造化；留有余不尽之禄，以还朝廷；留有余不尽之财，以还百姓；留有余不尽之福，以遗子孙。”

《汉书》云：“势交者近，势竭而亡。财交者密，财尽而疏。色交者亲，色衰义绝。”

子游（孔子的弟子。）曰：“事君数，斯辱矣。朋友数，斯疏矣。”

黄金千里未为贵，得人一语胜千金。

千金易得，好语难求。

好言难得，恶语易施。

求人不如求己，能管不如能推。

用心闲管是非多。

能者乃是拙之奴。

知事少时烦恼少，识人多处是非多。

小船不堪重载，深径不宜独行。

第31节：省心篇(2)

踏实地，无烦恼。

黄金未为贵，安乐值钱多。

是病是苦，是安是乐。

非财害己，恶语伤人。

人为财死，鸟为食亡。

《景行录》云：“利可共而不可独，谋可寡而不可众。独利则败，众谋则泄。”

机不密，祸先发。

不孝顺父母，负债恨财主重刊本作“贫苦恨财主”……

贪多嚼不细，家贫怨邻有。

在家不会迎宾客，出外方知少主人。

但愿有钱留客醉，胜如骑马倚人门。

贫居闹市无人识，富在深山有远亲。

世情看冷暖，人面逐高低。

仁义尽从贫处断，世情偏向有钱家。

吃尽千般无人知，衣衫褴褛有人欺。

宁塞无底坑，难塞鼻下横。

马行步慢皆因瘦，人不风流只为贫。

人情皆为窘中疏。

《礼记》曰：“豢豕为酒，非以为祸也，而狱讼益繁，则酒之流生祸也。是故先王因为酒礼，一献之礼，宾主百拜，终日饮酒而不得醉焉。此先王之所以避酒祸也。”

《论语》曰：“惟酒无量不及乱。”

《史记》曰：“郊天礼庙，非酒不享。君臣朋友，非酒不义。斗争相和，非酒不劝。故酒有成败，而不敢泛饮也。”

子曰：“敬鬼神而远之，可谓智矣。”

非其鬼而祭之，谄也。见义不为，无勇也。

礼佛者，敬佛之德；念佛者，感佛之恩；看经者，明经之理；坐禅者，登佛之境；得悟者，证佛之道。

看经未为善，作福未为愿。莫若当权时，与人行方便。

济颠和尚警世："看尽弥陀经，念彻大悲咒。种瓜还得瓜，种豆还得豆。经咒本慈悲，冤结如何救。照见本来心，做者还他受，自作还自受。"

子曰："志士仁人，无求生以害仁，有杀身以成仁。"

士志于道而耻恶衣恶食者，未足与议也。

荀子曰："公生明，偏生暗。端慤（作德）生通，作伪生塞。诚信生神，夸诞生惑。"

《书》云："侮慢自贤，反道败德，其小人之为也。"

荀子曰："士有妬友，则贤友不亲。君有妬臣，则贤人不至。"

太公曰："治国不用佞臣，治家不用佞妇。好臣是国之宝，好妇是家之珍。"

谗臣乱国，妬妇乱家。

太公曰："斜耕败于良田，谗言败于善人。"

《汉书》云："曲突徙薪曲突徙薪：比喻防患于未然。无恩泽，焦头烂额为上客。"

整日梳妆合面睡。

画梁斗拱犹未干，堂前不见痴心客。

三寸气在千般用，一旦无常万事休。

万物有无常，万物莫逃乎数。

万般祥瑞不如无。

天有万物于人，人无一物于天。

天不生无禄之人，地不生无根之草。

大富由天，小富由勤。

《诗》云："大富则骄，大贫则忧。忧则为盗，骄则为暴。"

莫道家未成，成家子未生。莫道家未破，破家子未大。

成家之儿，惜粪如金。败家之子，用金如粪。

胡文定公曰："大抵人家须常教有不足处，若十分快意，提防有不恰好事出。"

康节邵先生曰："仁者难逢思有常，平生慎勿恃无伤。闲居慎勿说无妨，才说无妨便有妨。爽口物多终作病，快心事过必为殃。争先径路机关恶，近后语言滋味长。与其病后能服药，不若病前能自防。"

饶人不是痴，过后得便宜。

赶人不要赶上，捉贼不如赶贼。

梓潼帝君（道教神名。道家谓玉帝命梓潼掌文昌府及人间功名、禄位事，因此称为梓潼帝君。）垂训："妙药难治冤债病，横财不富命穷人。亏心折尽平生福，行短天教一世贫。生事事生君莫怨，害人人害汝休嗔。天地自然皆有报，远在儿孙近在身。"

药医不死病，佛度有缘人。

吴真人曰："行短亏心只是贫，莫生巧计弄精神。得便宜处休欢喜，远在儿孙近在身。"

十分惺惺使五分，留取五分与儿孙。十分惺惺都使尽，后代儿孙不如人。

越奸越狡越贫穷，奸狡原来天不容。富贵若从奸狡得，世间呆汉吸西风。

第 32 节：省心篇(3)

花落花开开又落，锦衣布衣更换着。豪家未必长富贵，贫家未必常寂寞。扶人未必上青霄，推人未必填沟壑。劝君凡事莫怨天，天意于人无厚薄。

莫入州卫与县衙，劝君勤谨作生涯。池塘积水须防旱，田地勤耕足养家。教子教孙多教艺，栽桑栽柘少栽花。闲是闲非休要管，渴饮清泉闷煮茶。

堪叹人心毒似蛇，谁知天眼转如车。去年妄取东邻物，今日还归北舍家。无义钱财汤泼雪，倘来田地水推沙。若将狡獪为生计，恰似朝开暮落花。

得失荣枯总是天，机关用尽也徒然。人心不足蛇吞象，世事到头螳捕蝉。无药可医卿相寿，有钱难买子孙贤。家常守分随缘过，便是逍遥自在仙。

宽性宽怀过几年，人死人生在眼前。随高随下随缘过，或长或短莫埋怨。自有自无休叹息，家贫家富总由天。平生衣食随缘度，一日清闲一日仙。

花开不择贫家地，月照山河到处明。世间只有人心恶，凡事还须天养人。

真宗皇帝御制："知危识险，终无罗网之门。举善荐贤，自有安身之路。施恩布德，乃世代之荣昌。怀妬报冤，与子孙之为患。损人利己，终无显达之云程。害众成家，岂有长久富贵。改名异体，皆因巧语而生。祸起伤身，尽是不仁之召。"

仁宗皇帝御制："乾坤宏大，日月照鉴，分明宇宙，宽洪天地，不容奸党。使心用，果报只在今生。善布浅求，获福休言后世。千般巧计，不如本分为人；万种强图，争似随缘节俭。心行慈善，何须努力看经；意欲损人，空读如来一藏。"

神宗皇帝御制："远非道之财，戒过度之酒。居必择邻，交必择友。嫉妬勿起于心，谗言勿宣于口。骨肉贫者莫疏，他人富者莫厚。克己以勤俭为先，爱众以谦和为首。常思已往之非，每念未来之咎。若依朕之斯言，治家国而可久。"

高宗皇帝御制："一星之火，能烧万顷之薪。半句非言，折尽平生之德。身披一缕，常思织女之劳。日食三餐，每念农夫之苦。苟贪嫉妬，终无十载安康。积善存仁，必有荣华后裔。福缘善庆，多因积德而生。入圣超凡，尽是真实而得。"

老子送孔子曰："吾闻富贵者送人以财，仁者送人以言。吾虽不能富贵于人，而窃仁者之号，请送子以言也。曰：聪明深察，反近于死；博辩阔远，而危其身。"

王良曰："欲知其君，先视其臣。欲识其人，先视其友。欲知其父，先视其子。君圣臣忠，父慈子孝。"

家贫显孝子，世乱识忠臣。

《家语》云："水至清则无鱼，人至察则无徒。"

子曰："三军可夺帅也，匹夫不可夺志也。"

生而知之者，上也；学而知之者，次也；困而学之，又其次也；困而不学，民斯为下矣。

君子有三思，而不可不知也。少而不学，长无能也。老而不教，死无思也。有而不施，穷无与也。是故君子少思其长则务学，老思其死则务教，有思其穷则务施。

《景行录》云："能自爱者未必能成人，自欺者必罔人。能自俭者未必能周人，自忍者必害人。此无他，为善难，为恶易。"

富贵者易于为善，其为恶也亦不难。

子曰："富而可求也，虽执鞭之士，吾亦为之。如不可求，从吾所好。"

千卷诗书难却易，一般衣饭易却难。

天无绝人之禄。

一身还有一身愁。

子曰："人无远虑，必有近忧。"

轻诺者信必寡，面誉者背必非。

许敬宗（许敬宗[592-672]，唐大臣，曾主编《文馆词林》。）曰："春雨如膏，滋长万物，行人恶其泥泞。秋月如镜（扬辉），普照万方，佳人喜其玩赏，盗者恶其照鉴。"

《景行录》云："大丈夫见善明，故重名节于泰山；用心刚，故轻死生如鸿毛。"

外事无小大，中欲无浅深。有断则生，无断则死。大丈夫以断为先。

子曰："知而弗为，不如勿知。亲而弗信，莫如勿亲。乐而方至，乐而勿骄。患之所至，思而勿忧。"

孟子曰："虽有智慧，不如乘势。虽有鎡基（也作鎡鋸[zī jī]，大锄。），不如待时。"

第 33 节：省心篇(4)

《吕氏乡约》（亦称《蓝田乡约》。北宋吕大钧兄弟在家乡蓝田制订的"乡约"。）云："德业相劝，过失相规，礼俗相成，患难相恤。"

悯人之凶，乐人之善，济人之急，救人之危。

经目之事犹恐未真，背后之言岂足深信。

人不知己过，牛不知力大。

不恨自家麻绳短，只怨他家古井深。

饶脱，无辜报。

赃滥满天下，罪拘福薄人。

人心似铁，官法如炉。

太公曰："人心难满，溪壑易盈（校正本作"海水难量"。）。"

天若改常，不风即雨。人若改常，不病即死。

《状元诗》云："国正天心顺，官清民自安。妻贤夫祸少，子孝父心宽。"

孟子云："三代之得天下也以仁，其失天下也以不仁。国之所以废兴存亡者亦然。天子不仁，不保四海；诸侯不仁，不保社稷；卿大夫不仁，不保宗庙；庶人不仁，不保四体。今恶死亡而乐不仁，是犹恶醉而强酒。"

子曰："始作俑者，其无后乎？"

木从绳则直，君从谏则圣。

佛经云："一切有为法，如梦幻泡影，如露亦如电，应作如是观。"

一派青山景色幽，前人田土后人收。后人收得莫欢喜，更有收人在后头。

苏东坡云："无故而得千金，不有大福，必有大祸。"

《景行录》云："大筵宴不可屡集，金石文字不可轻为，皆祸之端。"

子曰："工欲善其事，必先利其器。"

争似不来还不往，也无欢喜也无愁。

康节邵先生曰："有人来问卜，如何是祸福。我亏人是祸，人亏我是福。"

大厦千间，夜卧八尺。良田万顷，日食二升。

不孝漫烧千束纸，亏心枉焚万炉香。神明本是正直做，岂受人间枉法赃？

久住令人贱，贫来亲也疏。但看三五日，相见不如初。

渴时一滴如甘露，醉后添杯不如无。

酒不醉人人自醉，色不迷人自迷。

孟子曰："为仁不富矣，为富不仁矣。"

子曰："已矣乎！吾未见好德如好色者也。"

公心若比私心，何事不辨？道念若同情念，成佛多时。

老子曰："执着之者，不明道德。"

过后方知前事错，老来方觉少时余。

杨雄（即扬雄[前 53-18]，西汉成都人，长于辞赋，著有《太玄法言》。）曰："君子修身，乐其

道德。小人无度，乐闻其誉。修德日益，智虑日满。”

子曰：“君子高则卑而谦，小人宠则倚势骄奢。小人见浅易盈，君子见深难溢。故屏风虽破，骨格犹存；君子虽贫，礼义常在。”

《家语》曰：“国之将兴，实在谏臣。家之将荣，必有诤子。”

子曰：“不知命，无以为君子也。不知礼，无以立也。不知言，无以知人也。”

《论语》云：“有德者必有言，有言者不必有德。”

濂溪周先生（即周敦颐。）曰：“巧者言，拙者默。巧者劳，拙者逸。巧者贼，拙者德。巧者凶，拙者吉。天下拙，刑政彻。上安下顺，风清气绝。”

《说苑》云：“山致其高，云雨起（重刊本作“兴”。）焉。水致其深，蛟龙生焉。君子致其道，福祿存焉。”

《易》曰：“德微而位尊，智小而谋大，无祸者鲜矣。”

荀子曰：“位尊则防危，任重则防废，擅宠则防辱。”

子曰：“夫人必自侮，然后人侮之。家必自毁，而后人毁之。国必自伐，而后人伐之。”

《说苑》云：“官怠于宦成，病加于小愈。祸生于懈惰，孝衰于妻子。察此四者，慎终如始。”

子曰：“居上不宽，为礼不敬，临丧不哀，吾何以观之哉？”

孟子曰：“无君子莫治野人，无野人莫养君子。”

《直言诀》曰：“事君父者以忠孝，为君父者以慈爱。家与国无异，君与父相同。德显以扬名，惟忠与孝。荣贵不招而自来，辱不逐而自去。”

老子曰：“六亲不和不慈孝，国家昏乱无忠臣。”

《家语》（即《孔子家语》，原书27卷。今本10卷，系三国魏王肃搜集和伪造。）云：“慈父不爱不孝之子，明君不纳无益之臣。”

第34节：省心篇(5)

奴须用钱买，子须破腹生。

着破是君衣，死了是君妻。

莫笑他家贫，轮回事公道。莫笑他人老，终须还到我。

是日以过，命亦随减，如少水鱼，于斯何乐？

《景行录》云：“器满则溢，人满则丧。”

羔羊虽美，众口难调。

尺璧非宝，寸阴是竞。

《汉书》云：“金玉者，饥不可食，寒不可衣，自古以谷帛为贵也。”

《益智书》云：“白玉投于泥，不能污湿（重刊本作“浊变”。）其色。君子行于浊地，不能染乱其心。故松柏可以奈（耐）雪霜，明智可以涉艰危。”

子曰：“不仁者，不可以久处约，不可以长处乐。”

无求到处人情好，不饮从（从，通“纵”。）他酒价高。

入山擒虎易，开口告人难。

孟子曰：“天时不如地利，地利不如人和。”

远水难救近火，远亲不如近邻。

太公曰：“日月虽明，不照覆盆之下。刀剑虽快，不斩无罪之人。非灾横祸，不入慎家之门。”

赞叹福生，作念祸生，烦恼病生。

国清才子贵，家富小儿骄。

得福不知，祸来便觉。

太公曰："良田万顷，不如薄艺随身。"

《周礼》云："清贫常乐，浊富多忧。"

房屋不在高堂，不漏便好。衣服不在绫罗，和暖便好。饮食不在珍馐，一饱便好。娶妻不在颜色，贤德便好。邻里不在高低，和睦便好。亲眷不择新旧，来往便好。养儿不问男女，孝顺便好。兄弟不在多少，和顺便好。朋友不在酒食，扶持便好。官吏不在大小，清正便好。

道清和尚警世："善事虽好做，无心近不得。你若做好事，别人分不得。经典积如山，无缘看不得。忤逆不孝顺，天地容不得。王法镇乾坤，犯了饶不得。良田千万顷，死来用不得。灵前好供养，起来吃不得。钱财过壁堆，临行将不得。命运不相助，却也强不得。儿孙虽满堂，死来替不得。"

欲修仙道先修人道，人道不能修，仙道远矣。

孝友朱先生（朱仁轨，字德容，唐代人。终生未仕，隐居养亲，死后人私谥孝友先生。）曰："终身让路，不枉百步。终身让畔，不失一段。"

颜子曰："鸟穷则啄，兽穷则攫，人穷则诈，马穷则跌。"

着意栽花花不发，无心插柳柳成阴。

《景行录》云："广积不如教子，避祸不如省非。"

病有工夫急有钱。

得之易，失之易；得之难，失之难。

宁吃开眼汤，莫吃皱眉粮。

桓范曰："若服一缕，忆织女之劳；若食一粒，思农夫之苦。学而不勤不知道，耕而不勤不得食。怠则亲者成疏，敬则疏者成亲矣。"

《性理书》云："接物之要：己所不欲，勿施于人；行有不得，反求诸己。"

酒色财气四堵墙，多少贤愚在内厢。若有世人跳得出，便是神仙不死方。

人生智未生，智生人易老。心智一切生，不觉无常到。

译文：

第十一章 省心篇 共二百五十二条

《资世通训》："阴间的法律执行得迟却不会有遗漏，阳世的法宪执行得快却有脱逃的。"

阳世法网粗疏而易疏漏，阴间法网密集而难逃。

《景行录》说："没有瑕疵的玉，可以成为国家的祥瑞器物。孝顺恭敬的孩子，可以成为家庭之宝。"宝物总会用完，忠孝却享用不尽。

家庭和睦即使贫穷也好，不仁不义就是豪富又能怎样？只要有一个孩子孝顺，哪用得上子孙繁多？

做父亲的不担忧烦心是因为儿子孝顺，丈夫没有烦恼是由于妻子贤惠。话说得太多必有失误都是因为喝酒，仁义断了亲人疏远了只是为了钱。

已经得到了非同寻常的欢乐，就要提防预料不到的烦恼。

快乐到了顶点就会生出悲伤。

受恩宠时要考虑到羞辱，安居乐业时要顾虑到危急时刻。

荣光很多耻辱就少了，功利太重了害处就大了。

名声太盛定会有严重的指责，功劳大必定有奇伟的勋业。

太爱必然太破费，过度赞扬必定损毁得很严重。过度欢喜必会十分忧愁，贪脏太多必会加速灭亡。

第 35 节：省心篇(6)

恩宠喜爱会生出烦恼，要去追随大丈夫之流。庭院前长出了祥瑞的草，好事还不如没有发生。

孔子说："不去登览高山，凭什么知道跌倒坠落的祸患？不走近深渊，凭什么知道淹溺而毙的祸患？不观瞻大海，凭什么知道风浪的祸患？"

荀子说："不攀上高山，不知道天实在高；不亲临深壑，不知道地实在厚；不聆听前代君王的遗训，不知道学问实在太太。"

《素书》上说："从过往的古事中推论检验今日之事，因此就不会困惑不解。"

想要知道未来之事，先要考察以往之事。

孔子说："明镜可以照见外表，借鉴历史可以了解今天。"

过去之事明了如镜，未来之事暗昧似漆。

《景行录》上说："明早的事，黄昏之时也还未必会发生。黄昏时的事，下午三五点时也未必有影子。"

天上有预料不到的风云，人有突然降临的灾祸和福气。

身体还没埋入土中，就难以保全长命百岁的身体；已经入土为安，也还难保百年之后坟墓依旧还在。

手巧之人厌恶太劳累，笨拙之人讨厌清闲。善良之人嫌他太软弱胆小了，坏人又嫌他太顽劣了。富裕了会遭人嫉妒，贫穷呢又会让人羞辱。勤奋呢会被称作贪婪，节俭呢又被说成吝啬。触目所及一切不加分辨，人都笑他愚蠢，见机行事又被说成是奸滑。仔细思量哪件事是教人应当做的呢，人难做，做人难。写到纸尽笔墨干，再写上几句做人难。

老子说："上等士子听到道德教诲，谨慎地遵照着去做；中等士子听到道德教诲，有的听进去了，有的就溜掉了；下等士子听到道德教诲，不该发笑的地方也会大笑不已。"

孔子说："早晨听到了真理，晚上就死了也心满意足。"

《景行录》说："树木要有所滋养，就会树根牢固枝叶繁茂，栋梁之材由此生成。水流要有所补给，就会源头壮大而流脉绵长，灌溉的好处便很大了。人要有所教养，就会志向高远而见识贤明，忠义之人由此培养出来。能不好好教养吗？"

《直言诀》说："镜子用来照脸，智慧用来照亮内心。镜子洁净则不染尘埃，智慧聪明则不生邪恶。人没有道德，就像车没有轮子，没法驾驭。人没有道德，将寸步难行。"

《景行录》说："自信之人，别人也信任他，吴越两敌对之国，都能结成兄弟；不相信自己的人，别人也不相信他，自身之外一切都是他的对手和敌人。"

《左传》说："意气相投则吴越都能相互亲近，意气不合骨肉同胞都会成为仇敌。"

《素书》上说："自疑者不相信别人，自信者不怀疑别人。"

有疑虑的人就不要使用，使用的人就不要去怀疑。

《论语》上说："事物发展到极致就会走向它的反面，快乐至极就会生出忧愁。结合得太紧了必定会分崩离析，气势太盛了必定会衰落。"

事物发展到极致就会走向它的反面，坏事到顶了好事就会到来。

《家语》说："安乐时不可忘记危险，太平时不能忘记动乱。"

《尚书》上说："要在作乱未发生时达到太平，要在危险未发生时保护好国家，这都是在预防这些祸患。"

《讽谏》说："水底的鱼和天边的大雁，高处的可以射下来低处的可以钓上来。只有人心存在于咫尺之间，咫尺之间的人心却无法预料。"

苍天可以量，大地可以测，只有人心无法防。

画老虎只能画皮却难以画出骨骼，了解人只了解他的外表却无法了解他的内心。

面对面说话，两颗心之间却隔着千重山。

大海干涸了终究能看到底，人即使是死了也不知道他的内心。

姜太公说："平常人不能光看他的外表，海水无法用升斗来测量。"

劝你不要结冤仇，冤仇结得太深就解不开那个结了。一旦与人结成冤家，多长时日也解不彻底。如果以德报冤，就像热水泼在冰雪上。如果以冤报冤，如同豺狼又遇上了毒蝎。我看所有的结仇之人，全都受到冤仇的折磨和伤害。

第 36 节：省心篇(7)

《景行录》上说："与人结冤家，称之为种祸。舍弃好事不做，称之为自害。"

不要相信比正直还正直，必须防备仁爱外表下的不仁爱。

常存一颗防贼之心，更不要去偷别人的东西。

古人说："如果只听一面之词，就会造成亲友疏离分手。"

礼义由富足而来，盗贼由饥寒造成。

贫穷不一定下贱，下贱都是自己生成的。富贵不一定骄奢，骄奢都是自己到来的。

饱暖了就会生发出淫乱的欲望，饥寒时就容易生出偷盗之心。

经常想想贫困危难，自然就不会骄傲。每每想到疾病的煎熬，并不会会有忧愁烦闷。

姜太公说："法令不横加于君子身上，礼义不能用于苛求小人。"

桓范说："轩车冠冕是用来尊重君子的。桎梏枷锁是用来处罚小人的。"

《易经》上说："礼义是用来管束君子的，法律是用来防范小人的。"

《景行录》上说："喜爱饮食美色财物功利的人气量必定吝啬，喜爱功名事业的人气势必定骄横。"

孔子说："君子通晓礼义，小人通晓功利。"

《说苑》上说："钱财，是君子看轻的东西。死，是小人所畏惧的。"

苏武说："贤明之人如果钱财太多就会损害他的志向，愚蠢之人如果钱财太多就会增加他的过错。"

老子说："钱财多会丧失操守，学得太多会对听到的东西感到困惑。"

凡人并非尧舜一样的圣贤，怎能每件事都做到尽善尽美？

子贡说："自从有人类以来，没有比孔子思想更丰盛的人了。"

人穷志短，福到心灵。

不经历一件事，就不会增长一种智慧。

成功缘于会巧妙运用，失败则由于不会运用。

是非整天都有，不去听它自然就没有了。

前来搬弄是非的人，本身就是是非之人。

《击壤诗》上说："平生不去做令人皱眉的事情，世上应该没有对你切齿痛恨的人。"

你去伤害别人都还可以，别人来伤害你却又如何？

嫩草怕霜打霜怕见太阳，恶人自然会有恶人来折磨他。

有名声岂须刻在顽石之上，路上行人的口口相传胜过立着的石碑。身上怀有麝香自然会飘散出香气，又何必迎着风口站呢？

有意志者就能获得气势，没有风能动摇他。

道行高尚要夸赞他苦心修炼，时令成熟正好播种。

孟子说："拥有道德的人帮助者甚多，失去道行的人帮助者甚少。"

张无择说："事情不可做绝，势力不可倚仗尽。话不可说绝，福不可享尽。"

有福不要享完，福享完自身就会遭遇贫穷。有势力不要倚仗尽，势力尽了便见冤家碰头。有福应时常自己珍惜，有势力应时常自己谦恭谨慎。人生的骄奢之气（人间的势力与福气），大多有始而无终。

姜太公说：“贫穷者不可欺侮，富贵者不可趋炎附势。阴阳互变，周而复始。”

王安石的“四留铭”说：“留下用不完的本事，还给大自然；留下用不完的俸禄，还给朝廷；留下用不完的财物，还给百姓；留下享不尽的福气，传与子孙后代。”

《汉书》上说：“依靠势力交往的人很亲近，但势力一旦尽绝交情也就完了。通过财物来交往的人很亲密，但财物一旦用尽交情立即就疏远了。依靠容貌来交往的人很亲热，但一旦年老色衰恩义也就断绝了。”

子游说：“侍奉君主，屡屡进谏，势必就会受辱。对朋友频频给予劝告，势必就会疏远。”

拥有黄金千两也不为富贵，得到他人一句有用的话胜过千两黄金。

黄金千两易得，好语一句难求。

好话难以得到，恶语容易出口。

求人不如求自己，会管事不如会推事。

有心去管闲事，惹来的是非必定很多。

能干者反倒成了笨拙者的奴仆。

了解的事情越少烦恼越少，认识的人越多是非也越多。

小船经受不起沉重的载荷，路径深僻不宜独自前行。

脚踏实地，心无烦恼。

黄金不为贵，健康快乐更值钱。

第四部分

第 37 节：省心篇(8)

疾病就是痛苦，健康便是快乐。

不义之财害自己，恶语出口伤他人。

人为钱财而死，鸟因吃食而亡。

《景行录》上说：“利益可与人共享而不可以独占，计划可以独自来做而不可与众人合谋。独占利益就会失败，与众合谋就会泄露机密。”

计划不缜密，祸害就会先发生。

不孝敬者埋怨父母，欠债之人痛恨财主。

贪吃就嚼不细，家穷就会嫉妒邻居富有。

在家里不会招待宾客，出门在外才知道热情接待的主人太少。

但愿有钱能留客人饮醉酒，胜过骑马靠在别人家门口。

穷人即使住在闹市也没人认识，富人即便呆在深山里也会有远来的亲戚。

世情或冷或暖，面子有高有低。

仁义都从贫穷之处断绝，世情都爱偏向有钱人家。

吃尽千般苦也无人知晓，衣衫褴褛却总有人相欺。

宁可去填塞无底洞，也赶不上填鼻子下横着的嘴那样难。

马走路慢都是因为瘦，人不风流只因为穷。

人情都因身处窘困而日渐疏远。

《礼记》上说：“养猪的酿酒，不是要用来招致祸患的，但官司却越来越多，则是酗酒之辈惹的祸。因此前朝君王制订酒礼。一次献酒的礼制，宾客和主人都要再三拜答，于是终日饮酒也不会喝醉。这是前代君子用来规避饮酒的祸害的办法。”

《论语》上说：“喝酒量小不会带来祸乱。”

《史记》上说：“去郊外祀庙拜天，没有酒不成祭祀。君臣之间朋友之交，没有酒不合乎礼义。战争和平，没有酒无法劝和。因此酒里有成功也有失败，不敢滥饮乱喝。”

孔子说：“敬畏鬼神并远离之，可以说是聪明贤智。”

不是他该祭祀的祖宗神灵却去祭奉，这是奉承讨好。见到正义之举而不为，这是没有胆魄的表现。

礼敬佛祖的，是敬重佛的功德；念佛的，是感念佛的恩德。读经书的，是要明晓经书的道理；打坐参禅的，是要登临佛的境界；得道觉悟的，是要证明佛的教义。

念经还不是善，享福还不是本愿。不如当权之时，给人行些方便。

济颠和尚警世之语：“读尽阿弥陀佛经，念透大悲咒。种瓜还得瓜，种豆还得豆。经咒的本质是慈悲为怀，如果结下了冤仇该如何去解救？佛经能照见人的本心，作孽的人还得他自己承受恶果，自作还是自受。”

孔子说：“志士仁人，不为求生而伤害仁义，反而牺牲生命来成全仁义。”

士子有志于追求道德却以粗衣恶食为耻的人，不值得和他谈论道德。

荀子说：“公正就会带来明察，偏心就会蒙昧不明。遵循道德做事就会四面逢源，虚伪为人就会处处受阻。诚信就能如得神助，夸夸其谈就会产生迷惑。”

《尚书》上说：“傲慢凌人，自以为贤明却悖反道德，这是小人的作为。”

荀子说：“士子拥有妒贤嫉能的朋友，则贤明的朋友不会与之亲近。君主拥有妒贤嫉能的臣属，则贤能之人不会前来归附。”

姜太公说：“治理国家不任用佞臣，治理家政不使用佞妇。好的臣子是国家之宝，好的主妇是家庭珍宝。”

奸臣祸害国家，妒妇扰乱家庭。

姜太公说：“斜乱耕耘在良田上行不通，谗言乱语在好人这里行不通。”

《汉书》上说：“提议防患于未然的人没有恩泽，境遇艰难恶劣时相助的人成了上等客人。”

整天梳妆打扮，睡觉时却都得素面朝天。

画梁斗拱上油漆还没干，堂前已看不到痴心等待的客人。

人只要还有一口气息就可以千般运用，而一旦一命归西万事便都作罢。

万物都有消亡之时，万物都无法逃脱宿命。

万种祥瑞兆还不如没有呢。

上天有万物赐给人类，人类却没有一件东西可回报上天。

上天不降生没有福禄的人，大地不生长无根之草。

大富由上天决定，小富则由勤劳决定。

《诗经》上说：“大富之人就会骄傲，太穷的人就会忧愁。为贫穷忧愁就会作盗贼，骄傲富有就会施暴虐。”

第 38 节：省心篇(9)

不要说家业还未成功，等家业有成时子女还未出生呢。不要说家业还没破毁，等到家破之时子女还未

长大呢。

成就家业的儿女，爱惜粪土犹如金子。败家之子，挥金如土。

胡安国先生说：“一般来说，为人持家要常常保持有不足之处，如果太过快意满足了，就要提防有不巧的坏事发生。”

邵康节先生说：“仁爱之人难遇，要想到人生有限，平生要谨慎，不要自恃无伤害。闲居之时要警惕不要说没有妨碍，刚刚说了无妨碍有了妨碍。爽口食物吃多了终会酿成病，快意事情做过头了必会成为灾殃。事事争先前途机关险恶，接近后头的话语意味深长。与其在病后能服药来治，不如病前自己能预防。”

饶恕人不是痴愚，过后便会得到好处。

追赶人不要赶上，捉拿盗贼不如把他赶走。

梓潼帝君遗训：“妙医好药难治冤仇病，横财不会让命中注定的穷人富起来。做人亏心会折尽一生的福气，言行上有缺陷上天会让他一生贫穷。没事找事，事情找上门来时你不要埋怨，害人而遭人害时你休得嗔怪。天地自然都有报应，远的会应在子孙身上，近到会应在自己身上。”

药只能医治不会死的病，佛只救度有缘的人。

吴真人说：“行为有缺陷做事愧对内心就会永远贫穷，不要白费心机搬弄心计。得到好处的地方也不要欢喜，远的会报应到子孙，近的就报应在自身。”

有十分的聪明心机只用它五分，要留下五分给子孙。十分心机都用尽了，就会落得后代子孙不如他人。

越是奸滑狡诈就越会贫穷，奸滑狡诈本来就为上天所不容。富贵如果能通过奸滑狡诈来取得，世间的愚公就只能喝西北风。

花落花开，开了又落，锦衣布衣轮换着穿。豪富家庭未必能长久富贵，穷人家也未必永远孤寂贫穷。扶持人未必要扶上天，推人落井未必要下石填。劝大家凡事不要埋怨上天。上天对于个人并无厚此薄彼之意。

不要走进官衙，劝大家勤劳小心经营生活。池塘积水来防备旱灾，土地辛勤耕耘就足以养家糊口。教育子孙要多教他们一些本事，要多栽桑树柘树，少去栽花。是是非非休要去管，渴了就饮清泉，烦了就去煮茶。

可叹人心毒如蛇蝎，可知天眼转动如车快。去年乱拿东邻家的东西，今天还得归还给北边人家。不义之财如沸水泼雪，苟且取得的土地如流水冲沙。如果将狡诈诡谲当作生活，正好像早上开放傍晚就落的花。

得失成败都是天命，机关算尽也徒然。人心不足蛇能吞象，世事归根到底还是螳螂捕蝉，黄雀在后。无药可以延长卿相的寿命，有钱也买不来子孙贤德。日常安守本分随缘度日，便是逍遥自在的神仙。

放宽性情胸怀地活几年，人的生死只是短暂的瞬间。随它是高是低只随缘度过，有长有短都莫去抱怨。自生自灭不要去叹息，家穷家富都顺由天意。平生的衣食用度都要随缘，清闲一天便是做一天的神仙。

花开不选择穷人家的土地，月照山河到处一片光明。世上只有人心险恶，凡事还是上天养育着人。

真宗皇帝的诰谕：“认识到危险，终究不会落入法网。举荐好人贤者，自然会有安身的道路。施布恩德，就会造就世世代代的繁荣昌盛。胸怀妒忌报复冤家，这是给子孙留下后患。损人利己，最终不会有飞黄腾达的前程，祸害众人成就自己的功名，哪会有长久的富贵。不得不更名换姓乔装改扮，都是因为太会说话导致的。惹火烧身，都是为人不仁招致的。”

仁宗皇帝的诰谕：“乾坤宏伟正大，日月照临万物。朗朗光明的宇宙，宽洪大量的天地，却容不得奸臣。使用心计阴谋，因果报应都会兑现在今生今世。乐善好施少求回报，获得的福荫都不用去说后代了。千般玩弄计谋，都不如本分做人。万种强力图谋，哪比得上随缘而过节俭度日。心里奉行慈悲善良原则，哪需努力读经；一心想要害人，纵读如来许多经藏也是徒劳。”

神宗皇帝诰谕：“远离不符道义的钱财，戒除过度饮酒。居家必择邻居，交往必选朋友。嫉妒之心不

要有，谗言乱语不出口。骨肉同胞中的穷者不要疏远，别人家中的富者不要去高攀。约束自己应以勤俭为先，爱护众人应以谦和为要。常常想想过往的不对处，每每念及未来的过错。如果依照我这些话去做，治理家庭、国家皆可长久。”

第 39 节：省心篇(10)

高宗皇帝诰谕：“星星之火，可以燎原。半句是非之语，会折去平生所积功德。身上穿的一丝一线，要常常想到织女的劳作。每天吃的三餐饭食，要每每念及农夫的辛苦。如果贪婪嫉妒，终究不会有十年的安康生活。积善积德，必会带来后代的荣华富贵。福气好运，大多因为积德所致。进入圣贤境界超越凡人，都是真诚实在带来的。”

老子送给孔子的话：“我听说富贵之人送人钱财，仁爱之人送人话语。我虽然不能比别人富贵，却可以仁爱之人自居，就请允许我送您一句话：聪明贤能，明察秋毫，反而接近死亡。博学善辩，气势高远，反而会危及自身。”

王良说：“想了解君主，先看他的臣子。想了解一个人，先看他的朋友。想了解做父亲的，先看他的子女。君主圣贤，臣子忠诚，父亲慈爱，子女孝敬。”

家穷就会凸显子女的孝顺，乱世就会识别出忠臣。

《家语》上说：“水太清澈就养不了鱼，人太明察就交不到朋友。”

孔子说：“三军可以夺去其将帅，而个人却无法夺其意志。”

生下来就知道真理的人，是上等之人；通过学习而知道真理的人，就次一等；处境窘困之后才去学习，又次一等；处境窘困之后还不去学习，这样的人最下等。

君子有三种考虑，是不能不了解的。年轻时不学习，长大后就没有才能。年老了却不去教育后代，到死了就没办法去考虑了。富有时不去布施，穷困时就没法给予了。因此君子年少时顾虑长大后的情况就会致力于学习，年老时考虑到死后的事就会致力于教育，富有时考虑到贫困时就会致力于布施。

《景行录》上说：“能够爱惜自己的人未必能成就他人，而自欺者必定欺罔他人。自己能够节俭的人未必能周济别人，压制自己的人必会害人。这没有别的原因，做好事难，做坏事易。”

富贵之人容易做好事，他要做起坏事来也不难。

孔子说：“富贵如果可以去追求，即使挥鞭赶马的人，我也愿意去做。如果不可强求，那就听从我自己的爱好了。”

千卷的诗书虽然很难却也容易，一般的衣食说起来容易却也很难。

上天不会断绝人的给养。

一个人有一个人的忧愁。

孔子说：“人无远虑，必有近忧。”

轻易许诺的人守信的必少，当面赞誉的人背后必定非议。

许敬宗说：“春雨如油，滋长万物，行人却厌恶它造成道路泥泞；秋月如镜，普照大地，佳人喜欢赏月，盗贼却厌恶它照亮一切。”

《景行录》上说：“大丈夫见识贤明，因此把名节看得重于泰山；用心刚毅，因此把生死看得轻如鸿毛。”

身外之事无大小之分，内心欲望无深浅之别。有所判断取舍就能生存下来，没有决断就会死去。大丈夫要把决断放在首位。

孔子说：“知道却不去做，还不如不知道。亲近却不信任，还不如不去亲近。快乐刚刚到来，快乐而不要骄傲。灾患到来了，认真考虑这件事情却不要忧心忡忡。”

孟子说："虽然有聪明智慧，还不如顺应形势。虽然有大锄等好工具，还不如等待节令。"

《吕氏乡约》要求："道德功业方面要相互劝勉，过错要相互约束。礼义与风俗相辅相成，患难之时要相互体恤。"

怜悯别人的凶事，为别人的好事而感到高兴，在别人急需帮助时济助他，在别人危难时拯救他。

亲眼看到的事情还怕它不真实，背后说的话哪值得深信？

人不知道自己的过失，牛不知道自身力气大。

不去怪自家的麻绳太短，却只埋怨别人家的古井太深。

侥幸也能脱免，无辜也会遭报应。

贪赃泛滥遍及天下，犯罪被抓的都是福薄之人。

人心似铁硬，官府法律如炉火炙人。

姜太公说："人心很难有满足之时，沟壑却容易填满。"

苍天如果改变其规律，不刮风就是下雨。人如果改变其常规，不生病就是死。

《状元诗》写道："国家走上正道天意也会顺应，官吏清廉百姓自然安定。妻子贤惠丈夫的祸患就少，子女孝敬父亲的内心就会放宽。"

第40节：省心篇(11)

孟子说："夏商周三代之所以得天下是因为仁爱，之所以失去天下是因为不仁爱。国家兴废存亡的原因也是这样。天子不仁爱，不能保有四海；诸侯不仁爱，不能保全社稷；卿大夫不仁爱，不能保全宗庙；老百姓不仁爱，不能保全身体。现在的人厌恶死亡却乐于为人不仁，这就像讨厌酒醉却要逞强喝酒。"

孔子说："第一个开始制作陶俑陪葬的人，一定是没有后代的吧？"

木头用绳墨未衡量就能取直，君主听从劝谏就会圣明。

佛经说："世间一切有所作为的法相，犹如梦幻泡影，如朝露亦如闪电，应该这样来看。"

一派青山景色幽美，前人留下的土地后人来收成。后人得到收成也不要欢喜过头，因为还有来收成的人在后头呢。

苏东坡说："无缘无故地得到一大笔钱，不是会有大福，就一定会有大祸。"

《景行录》上说："盛大的宴席不可屡屡聚会，勒石铸铜刻字不可轻易去做，这些都是灾祸的开端。"

孔子说："工匠想要做好他的活，一定先要磨快他的工具。"

正像不来也不往，没有欢喜也就没有忧愁。

邵康节先生说："有人来询问卜筮之事，怎样才叫祸福。我亏欠人家就是祸，人家亏欠我就是福。"

拥有千间大房子，夜里也只能睡一张床。拥有万顷良田，每天也只能吃三顿饭。

不孝敬的话，烧千束纸也没用。内心有愧，焚万炉香也是枉然。神灵本来都是正直的，哪会接受人间的枉法贿赂？

住得太久了会让人看轻，人太穷了亲人也会疏远。只要看看三五天后，再相见时已大不如当初。

口渴时一滴水都像甘露，喝醉以后再添杯还不如没有。

酒不会醉人，人自己就醉了。容貌不会迷住人，人自己就迷住了。

孟子说："追求仁义的不会发财，追求发财的不会讲究仁义。"

孔子说："算了罢，我还没见过喜欢道德像喜欢美貌的人。"

奉公之心如果能同私心相比，还有什么事办不成？对道德的想往如果能同对情感的想往一样，早就成佛多时。

老子说："过于固执的人，不明白道德修行。"

过后才知道原先的事情错了，年老了才发觉少年时时间宽裕。

扬雄说："君子注意自身修养，对道德津津乐道。小人没有节制，喜欢听人美誉。修行道德每天都会进步，智谋思虑就会天天自满。"

孔子说："君子地位高时会更加谦卑，小人受宠后则会仗势欺人，骄奢无度。小人见识短浅容易自满，君子见识高深却不易自满。因此屏风虽然破旧，但骨架尚存；君子虽然贫穷，但礼义常在。"

《家语》上说："国家将要兴盛，根由就在敢于进谏的臣子。家庭将要发达，一定是因为有敢于进言的子女。"

孔子说："不了解宿命，就没法成为君子；不懂得礼，就没法立身；不知道与人交谈，就没法了解他人。"

《论语》上说："有德行的人必定有自己的言论。有自己言论的人不一定有德行。"

周敦颐先生说："灵巧的人爱说话，笨拙的人沉默。灵巧的人劳累，笨拙的人清闲。灵巧的人狡猾，笨拙的人修德。灵巧的人不祥，笨拙的人吉利。天下人都笨拙，法律政令就能畅通到底。上头安稳下面顺从，风气清正，弊端清除。"

《说苑》说："山达到了一定的高度，云雨就会产生。水达到一定的深度，蛟龙就能生长。君子达到了自己的道德，福禄就都有了。"

《易经》上说："道德微薄而地位尊贵，智识小而谋略大，不会招祸的太少了。"

荀子说："地位尊贵就要防范危险，责任重大就要防止半途而废，独自得宠就要防止受辱。"

孔子说："人一定是欺侮自我，而后别人才欺侮他。家庭一定是自己破坏了，而后别人才来破坏。国家一定是内部自我攻击，而后别人才来攻击。"

《说苑》说："当官的一旦仕途成功后就会懈怠，疾病往往是在稍稍痊愈时加重。祸患由松懈懒惰而起，孝敬由于妻儿而衰减。明了这四点的人，能够做到善始善终，谨慎小心。"

第41节：省心篇(12)

孔子说："地位高却不宽厚，礼节上不恭敬，办丧事时不哀伤，我依什么来观察他的德行呢？"

孟子说："没有贵族就没法治理平民百姓，没有平民百姓就没法奉养贵族。"

《直言诀》说："侍奉君主、父亲要用忠诚孝敬，做君主、父亲的要慈祥仁爱。家和国家没有不同，君主与父亲一样。道德彰显就能声名远扬，只有忠和孝，能使荣华富贵不招而至，屈辱不逐而自去。"

老子说："六亲不和是因为父不慈子不孝敬，国家混乱是因为没有忠臣。"

《家语》上说："慈父不爱不孝之子，英明君主不收容无用之臣。"

奴仆须用钱去买，儿子须从破腹产。

穿得再破也是你的衣服，死了以后还是你的妻子。

不要笑话他人家穷，万事轮回终究有个公道。不要笑话他人年老，到头来还是会轮到我自己。

这些日子一旦过去，寿命也随之削减，如同少了水的鱼，还有什么理由能快乐得起来？

《景行录》上说："器物装满了就会溢出，人自满了就会丧亡。"

羔羊佳肴虽美味可口，每个人的口味不同，却难以调理。

一尺宽的玉璧并不是宝物，每寸光阴都很珍贵，都要抓紧。

《汉书》上说："金玉，饿时不能吃，寒时不能穿。自古都以粮食布帛为贵。"

《益智书》上说："白玉即使扔到泥土中，也不能污浊它的颜色。君子置身于混沌之地，也不能扰乱他的心境。因此松柏能够经受住霜雪严寒，聪明智慧可以度过艰难危险。"

孔子说："不仁爱之人，不能长久遵守约定，不能长久享受欢乐。"

无求于人就能处处拥有好人情，不饮酒管他酒价有多高。

上山擒虎易，开口求人难。

孟子说："气候顺时赶不上地理位置有利，位置有利赶不上人心团结。"

远处之水难救近处之火，远处亲人不及近处邻居。

姜太公说："日月虽然明亮，照不到倒扣着的盆子下面。刀剑虽然锋利，不会用来斩杀无罪之人。飞来横祸，不会进入谨慎人家的大门。"

称赞感慨福气就来了，心生歹念祸事就来了，烦恼忧愁疾病就来了。

国家清明有才之士便显珍贵，家里富有小孩就会骄气十足。

获取福气时不知晓，祸事一来便会觉察。

姜太公说："拥有万顷良田，还不如有一门小小的技艺带在身上。"

《周礼》说："清正而贫穷者会常葆快乐之心，污浊而豪富者会时时忧愁。"

"房屋不在于门堂高大，只要不漏雨就好。衣服不在乎绫罗绸缎，只要暖和就好。饮食不在乎山珍海味，只要吃得饱就好。娶妻子不在乎容颜外貌，只要贤惠有德行就好。邻里不在乎地位高低，只要相处和睦就好。亲戚不挑剔新旧，只要互相来往就好。养孩子不用问是男是女，只要孝顺就好。兄弟不在乎多少，只要和气温顺就好。朋友不在乎酒食之交，只要相互提携帮助就好。官吏不在乎大小，只要清明廉正就好。"

道清和尚警世之言："好事虽然好做，但没有善心却接近不得。你如果做了好事，别人是分不得的。经书典籍堆得像座山，没有缘分却看得不得。忤逆不孝，天地都容不得。律法统治天地，触犯了就饶不得。拥有良田无数，死去以后却用不得。亡灵之前的供养很好，却起不来吃不得。钱财堆得比墙还高，将死之际却带不走。命运不帮忙，却也勉强不得。儿孙虽满堂，死时却没人能替得。"

想修行仙道先得修人道。人的道德都不能修，仙道就更远了。

朱孝友先生说："一辈子让人路，也差不了一百步；一生都让人田，也差不了一小段土地。"

颜回说："鸟处境窘困时就会啄人，野兽处境窘困时就会扑食，人窘困时就会欺诈，马窘困时就会跌倒。"

用心栽花花不开，无心插柳柳成荫。

《景行录》说："大量积蓄还不如教育子女，躲避灾祸还不如省去是非。"

人一旦生病就有的是时间，一旦着急起来就会有钱。

得到容易，失去也容易；得到难，失去也难。

第 42 节：立教篇(1)

宁愿喝开心的汤，也不要吃皱眉的粮。

桓范说："身穿一根线，也要想到织女的辛劳；嘴吃一粒饭，也要考虑到农夫的劳苦。学习却不勤奋就不懂得道德，耕耘却不勤劳就得不到食物。怠慢就会让亲人变成路人，恭敬则会使路人变成亲人。"

《性理书》说："接人待物的要点，就是自己所不想要的，就不要强加于别人身上。行为上有不到位的地方，就反身自省。"

酒、色、财、气是四堵高墙，多少的贤人愚者都被围困其中。如果有世人能从中跳出，就是不死神仙的诀窍。

人生下来时智慧还没产生。智慧产生了人就容易衰老了。心智一切都产生了，不知不觉人的寿期也就到了。

立教篇 第十二 凡十七条

子曰：“立身有义而孝为本，丧礼有礼而哀为本。战阵有列而勇为本，治政有理而农为本。居国有道而嗣为本，生财有时而力为本。”

《景行录》云：“为政之要，曰公与清。成家之要，曰俭与勤。”

读书起家之本，循理保家之本，勤俭治家之本，和顺齐家之本。

勤者富之本，俭者富之源。

《孔子三计图》云：“一生之计在于勤，一年之计在于春，一日之计在于寅。幼而不学，老无所知。春若不耕，秋无所望。寅若不起，日无所办。”

《性理书》云：“五教之目：父子有亲，君臣有义，夫妇有别，长幼有序，朋友有信。”

古灵陈先生为仙居令，教其民曰：“为吾民者，父义母慈，兄友弟恭，子孝妇顺，夫妇有恩，男女有别，子弟有学，乡闾有礼。贫穷患难，亲戚相救；婚姻死丧，邻保相助。毋惰农业，毋作盗贼，毋学赌博，毋好争讼，毋以强凌弱，毋以恶凌善，毋以富吞贫。行者让路，耕者让畔，班白者不负戴于道路，则为礼义之俗矣。”

《性理书》云：“教人者，养其善心而恶自消。治民者，导之以敬让而争自息。”

《礼》云：“为君止于仁，为父止于慈，为子止于孝，为友止于信，为弟止于敬，为国人交止于信。若为斯道，可以为政理矣。”

王蠋（蠋，音 z h ú。）曰：“忠臣不事二君，烈女不更二夫。”

文中子（文中子：隋王通[584-618]私谥，王勃祖父，著有《中说》。）曰：“治官莫若平，临财莫若廉。”

《说苑》云：“治国若弹琴，治家若执轡。”

孝当竭力，忠则尽命。

女慕贞洁，男效才良。

张思叔座右铭曰：“凡语必忠信，凡行必笃敬。饮食必慎节，字画必楷正。容貌必端庄，衣冠必整肃。步履必安详，居处必正静。作事必谋始，出言必顾行。常德必固持，然诺必重应。见善如己出，见恶如己病。凡此十四者，我皆未深省。书此当座隅，朝夕视为警。”

范益谦座右铭：“一不言朝廷利害边报差除；二不言州县官员长短得失；三不言众人所作过恶；四不言仕进官职趋时附势；五不言财利多少厌贫求富；六不言淫媾（媾[x i è]，轻慢。）戏慢评论女色；七不言求觅人物干索酒食。”又曰：“人附书信，不可开拆沉滞。与人并坐，不可窥人私书。凡入人家，不可看人文字。凡借人物，不可损坏不还。凡吃饮食，不可拣择去取。与人同处，不可自择便利。凡人富贵，不可叹羨诋毁。凡此数事，有犯之者，足以见其意之不肖，于存心修身大有所害，因书以自警。”

武王问太公曰：“人居世上，何有贵贱贫富不同？愿闻其说。”太公曰：“富贵如圣人之德，皆由天命。富者用之有节，不富者家有十盗。”武王曰：“何为十盗？”太公曰：“时熟不收为一盗，收积不了为二盗，无事燃灯寝睡为三盗，慵懒不耕为四盗，不施工力为五盗，专行窃害为六盗，养畜太多为七盗，昼眠懒起为八盗，贪酒嗜欲为九盗，强行嫉妬为十盗。”武王曰：“家无十盗，不富者何如？”太公曰：“人家必有三耗。”武王曰：“何名三耗？”太公曰：“仓库漏湿不盖鼠雀乱食为一耗，收种失时为二耗，抛撒米谷秽贱为三耗。”武王曰：“家无三耗，不富者何？”太公曰：“人家必有一错二误三痴四失五逆六不祥七奴八贱九愚十强。自招其祸，非天降殃。”武王曰：“悉愿闻之。”太公曰：“养男不教训为一错，婴孩不训为二误，初迎新妇不行教训为三痴，未语先笑为四失，不养父母为五逆，夜起赤身为六不祥，好挽他弓为七奴，爱骑他马为八贱，吃他酒劝他人人为九愚，劝（食）他饭命朋友为十强。”武王曰：“甚矣，诚哉斯言也。”

三纲（纲：封建礼教所提倡的人与人之间的道德标准。）：君为臣纲，父为子纲，夫为妇纲。

译文：

第十二章 立教篇 共十七条

孔子说："立身处世有礼义而以孝敬为根本。丧葬祭祀有礼制而以哀悼为根本。打仗布阵有功业而以勇敢为根本。治理政事有规律而以农业为根本。领导国家有方法而以繁育后代为根本。发财有一定时机而以努力为根本。"

《景行录》说："治理政务之要旨，叫公正清廉。成就家业之要诀，叫节俭勤劳。"

读书是起家之根本，遵循事理是保家之根本，勤俭是治理家业之根本，和顺是整治家庭之根本。

勤劳是致富之根本，节俭是致富之源头。

《孔子三计图》说："一生的计划安排在于勤奋，一年的计划安排在于春天，一天的计划安排在于早晨。幼小时候不学习，老了以后就没什么知识。春天如果不耕种，秋天就没有收成的希望。早晨如果不早起，一天就办不成什么事。"

《性理书》上说："五种礼教的条目是：父子要有亲情，君臣要有礼义，夫妻要有分别，老幼要有秩序，朋友要有诚信。"

古灵陈先生担任仙居县令，教诲百姓说："凡我百姓，当父亲的要仁义母亲要慈爱，哥哥要友爱弟弟要恭顺。儿子要孝敬妇人要顺从，夫妻之间要有恩义，男女要有分别，子弟要学习，乡亲之间要有礼节。贫困患难时，亲戚要互相救助；遇婚姻死丧，邻里要相互帮助。在农业上不要懒惰，不要做盗贼，不要学赌博，不要好斗打官司，不要仗强凌弱，不要以恶欺善，不要借富吞贫。行人要让路，耕种者要让田畔，头发花白者不于路上负重行走，这样，礼义之风便会形成了。"

《性理书》上说："教育人，培养他的向善之心，其恶性自然消弭。治理百姓的人，引导百姓恭敬谦让则争强好斗自然止息。"

《礼记》上说："做君主的到仁爱为止，做父亲的到慈爱为止，做儿子的到孝敬为止，做朋友的到诚信为止，做弟弟的到尊敬为止，国家间交往到诚信为止。如果遵循这些方法，那么治理政事就可以条理分明了。"

王蠋说："忠臣不会侍奉两个君主，贞烈妇女不会嫁给两个丈夫。"

王通说："治理官吏赶不上公平重要，遇到钱财之事没有比廉洁重要的。"

《说苑》上说："治理国家像弹琴一样，管理家政像执鞭赶马。"

孝敬应当尽力，忠诚应该连性命都不顾。

女子要钦慕贞洁，男人要效仿才能优秀之士。

张思叔座右铭说："凡是说话一定要忠实诚信，凡是做事一定要笃诚恭敬。饮食一定要注意节度，字画一定要工整。容貌一定要端庄，衣帽穿着一定要整齐严肃。步伐一定要安详自如，住家独处一定要端正清静。做事一定要从谋划开始，说话一定要考虑行为。日常道德一定要坚持，承诺一定要兑现。看到善事就像自己所为，看到恶事就像自己患病一样。总计这十四条，我都尚未深入省思。写下来放在座角，从早至晚都把它视为对自己的警戒。"

范益谦的座右铭："第一不议朝廷的利害关系，边境急报和官吏任免；第二不议州县官员的长短得失；第三不议众人作为的过错罪恶；第四不议仕途上官吏的趋炎附势；第五不议财物利益的多少厌恶贫穷追求富有；第六不议狎戏轻慢评论女色；第七不议求人找物硬索酒食。"又写道："别人附上的书信，不可以拆看或扣压。和人并排而坐，不可偷看别人私信。凡到别人家里，不可偷看别人写的文字。凡是借人东西，不可损坏不还。凡吃东西，不可挑挑拣拣。与人共处，不可只顾自己方便。别人富贵，既不可感叹羡慕也不要诋毁中伤。但凡以上这几件事，如果有人违背原则，就足以看出他的居心不良，对于潜心修养大有害处，因此写下来警戒自己。"

周武王问姜太公说：“人活在世上，为什么会有贵贱贫富之不同，想听听您的说法。”姜太公回答：“富贵就像圣人的道德，都是由于天命。富有者在使用财物上有节度，不富者家里有十种偷懒。”武王问：“什么是十种偷懒？”太公回答：“时令成熟却不去收成是第一种偷懒；收成屯积不了是第二种偷懒；没事点灯睡觉是第三种偷懒；慵懒不耕种是第四种；不下气力与工夫是第五种；专门行窃为害是第六种；养儿蓄女太多是第七种；白天睡觉懒起是第八种；贪杯纵欲是第九种；嫉妒他人是第十种。”武王问：“家里没有这十种偷懒，还不富有的是怎么回事？”太公回答：“这样的人家必有三种耗损。”武王问：“什么叫作三种耗损？”太公回答：“仓库漏雨潮湿却不遮盖，让老鼠鸟雀乱吃一气是第一种耗损；播种收成错过时节是第二种；抛撒米谷使之脏污跌价是第三种。”武王问：“家里没有这三种耗损，还不富有的是为什么？”太公回答：“那样的人家必有一过错二失误三痴愚四不足五忤逆六不祥七奴从八下贱九愚蠢十固执。自己招致祸患，并非上天降下灾殃。”武王说：“全都希望听您讲讲。”太公回答：“生了男儿却不教育训诲是第一种过错；婴幼儿不加教育是第二种失误；刚迎娶新娘时不加教诲是第三种痴愚；还没说话就先笑是第四种过失；不赡养父母是第五种忤逆；夜里裸身起床是第六种不祥；喜欢拉他人的弓是第七种奴从；爱骑他人马是第八种下贱；喝别人酒还要劝别人喝是第九种愚蠢；吃别人的饭还要指使朋友是第十种固执。”武王说：“够了，这些话真是太对了。”

第44节：立教篇(3)

三纲指的是：君主是臣子的纲，父亲是子女的纲，丈夫是妻子的纲。

治政篇 第十三 凡二十二条

明道先生曰：“一介之士，苟存心于爱物，于人必有所济。”

唐太宗御制：“上有靡之，中有乘之，下有附之。币帛衣之，仓廩食之，尔俸尔禄，民膏民脂。下民易虐，上苍难欺。”

《童蒙训》（宋吕本中撰，三卷。是书为其家塾训课之本，所记有师友遗闻及立身处世读书仕宦之要。）曰：“当官之法，唯有三事：曰清，曰慎，曰勤。知此三者，则知所以持身矣。”

当官者，必以暴怒为戒。事有不可，当详处之，必无不当。若先暴怒，只能自害，岂能害人。

事君如事亲，事官长如事兄。与同僚如家人，待群吏如奴仆。爱百姓如妻子，处国事如家事。然后能尽吾之心，如有毫末不至，皆吾心有所未尽也。

或问：“薄，佐令者也。薄所欲为，令或不从，奈何？”伊川先生曰：“当以诚意动之。今令与薄不和，只是争私意。令是邑之长，若能以事父兄之道事之，过则归己，善则唯恐不归于令，积此诚意，岂有不动得人？”

凡异色人，皆不宜与之相接。巫祝尼媪之类，尤宜罢绝，要以清心省事为本。

刘安礼问临民。明道先生曰：“使民各得输其情。”问御史。曰：“正己以格物。”

韩魏公（韩琦[1008-1075]，宋相州安阳人，被封魏国公。）问明道先生。说：“立朝大概前面路子放教宽，若窄时，异日和自家无转侧处。”

子曰：“不教而杀谓之虐，不戒视成谓之暴，慢令致期谓之贼。”

举直错诸枉，能使枉者直。

举直错诸枉，则民服。举枉错诸直，则民不服。

其身正，不令而行。其身不正，虽令不从。

言忠信，行笃敬，虽蛮貊之邦行矣。言不忠信，行不笃敬，虽州里行乎哉？！

子贡曰：“位尊者，德不可薄。官大者，政不可欺。”

子谓子产有君子之道四焉：其行己也恭，其事上也敬，其养民也惠，其使民也义。

子张问仁于孔子。子曰：“恭则不侮，宽则得众，信则人任焉。敏则有功，惠则足以使人。”

子曰：“君子惠而不费，劳而不怨，欲而不贪，泰而不骄，威而不猛。”

孟子曰：“责难于君谓之恭，陈善闭邪谓之敬，吾君不能谓之贼。”

《书》云：“木以绳直，君以谏正。”

《抱朴子》（晋葛洪自号抱朴子，并以名其书。）曰：“迎斧钺而敢谏，投鼎镬而尽言，此谓忠臣也。”

忠臣不怕死，怕死不忠臣。

顾东桥先生座侧铭：“言行拟之古人则德业进，功名付之天命则心事闲。报应会及子孙则治政公，受享虑及疾病则费用俭。”

先儒曰：“处事不可不斩捷，存心不可不宽舒，待己不可不严明，与人不可不和气。”

二眉曙青朱先生曰：“居位临民现宰官者，必非无因，每见仕途上人都认自家是某官某宦，不知自家就是救世的活佛。有功者赏，有过者罚。除害安民，慈惠多方，只是一个恰好，不可太过不及。果能为人父母公祖，使地方老幼男女个个得所，化成极乐世界，家家供奉，人人顶礼，官也做了，佛也成了，何等心安，何等快捷，较之面壁修行，云壤万仞矣！”

译文：

第十三章 治政篇 共二十二条

程颢先生说：“一个人，如果能用心爱惜财物，对于他人定会有所帮助。”

唐太宗御制：“上头有人指挥，中间就会有人乘机而上，下头就会有人附和。供给你钱财布帛，国家仓库养着你，你的一切俸禄，都是民脂民膏。底层百姓好欺凌，上天却难欺瞒。”

《童蒙训》说：“当官的方法，只有三件事：清廉、谨慎、勤劳。知道了这三项，就知道怎样安身了。”

当官之人，一定要戒暴怒。事情有不妥，应当详尽了解处理，定无不当之处。如果先就暴怒不已，只会害了自己，怎会害到别人？

侍奉君主如同双亲，侍奉官长如同兄长。与同僚相处如家里人，对待吏属如奴仆。爱护百姓如妻小，处理国务如家事。这样做就能竭尽自己的心意，如果还有一丝一毫没做到位的地方，那都是因为我的内心有未尽力之处。

第 45 节：治政篇

有人问：“县薄，是辅佐县令的。县薄想做的，县令有时并不听从，该怎么办呢？”伊川先生回答：“应当以诚意来感动他。如今县令与县薄不和，只是出于私心。县令是一县之长，如果能以侍奉父兄的方式侍奉他，有了过错都归于自己，有了好事就惟恐不归功于县令。保持这一份诚意，哪还有感动不了的人呢？”

凡是异样种类的人，都不宜和他们来往。巫祝尼姑之类的，应该断绝联系，一切要以清心省事为本。

刘安礼询问治理百姓之事。程颢先生回答：“让百姓各自都能表达自己的心情。”又询问御史的职责。回答：“端正自己的行为来研究事情。”

韩琦询问程颢先生。说：“一个王朝建立时大都前面的路子都要放宽教化，如果管得太紧，他日会让自家没有可转身的地方。”

孔子说：“不教化他，一旦犯法就把他杀了，这叫做虐杀。不训诫他就要求成功，这叫做残暴。命令下晚了却要求准时完成，这就叫害人。”

提拔正直的人，把他们安置在邪恶的人之上，就能使邪恶的人也变得正直起来。

提拔正直的人，把他们安置在邪恶的人之上，百姓就会服从；提拔邪恶之人，把他们安置在正直的人之上，百姓就不会服从。

自身行为端正，不用下令就能得到执行。自身行为不端正，即使下令百姓也不听从。

言语上忠诚守信，行为上诚笃恭敬，即使在蛮野之国也能得到贯彻执行。言语不忠诚守信，行为不诚笃恭敬，即便是在州县之内，能得以通行无阻吗？

子贡说："地位尊贵之人，德行不能薄弱。官职大的人，施政不能欺人。"

孔子认为子产拥有君子的道德表现为四个方面：他对自身举止要求恭谨，侍奉上级要求尊敬，养育百姓要求普施恩德，使唤百姓要求遵守道义。

子张向孔子请教仁。孔子回答："恭敬就不会后悔，宽厚就能团结众人，守信则人人信任。聪敏就会取得功劳，给人恩惠就能指挥他人。"

孔子说："君子给人恩惠却不耗费；让百姓劳作，百姓却不怨恨；有欲望却不贪婪；神情安详而不傲慢；态度威严却不凶猛。"

孟子说："要求君主去做艰难的事不断向善这就叫做恭顺，对君主陈述善事规避邪恶就叫做敬重，我君主做不到就叫做败坏政治。"

《尚书》说："木头借助绳墨来取直，君主借助劝谏来正己。"

《抱朴子》说："直面刀斧之灾而敢于进谏，被投进热锅之中还能说出自己的正确意见，这样的人就叫做忠臣。"

忠臣不怕死，怕死就不是忠臣。

顾东桥先生座右铭："言行举止总跟古人相比道德修养就能不断进步，功名利禄听凭天意安排则内心清静。考虑到报应会延及子孙治国执政就会公正公平，接受进贡享品顾虑到患病受罪日常花费就会节俭。"

前辈儒士说："处理事情不能不斩钉截铁，居心不能不宽舒大度，对待自己不能不严明，与人相处不能不和气。"

二眉曙青朱先生说："占着一定地位当官治民之人，一定不会没有因由。每每遇到仕途上的人都把自家认作是某某官职，却不知道自己其实就是救世的活佛。有功劳者给予奖赏，有过错者予以惩罚。除去祸害安抚百姓，慈爱施恩，都要求做到刚刚好，不能太过头了也不能没做够。果真能做百姓的父母祖宗，使地方上的男女老幼个个都能各得其所，将人间变成极乐世界，家家供奉，人人顶礼膜拜，这样子官也做了，佛也修炼成了，该是多么的心安理得，多么的迅捷啊，与面壁苦修相比，简直就是天壤之别！"

治家篇 第十四 凡十六条

司马温公曰："凡诸卑幼，事无大小，毋得专行，必咨禀于家长。"

勤俭常丰，至老不穷。

待客不可不丰，治家不可不俭。

有钱常备无钱日，安乐须防病患时。

健奴无礼，娇儿无孝。

教妇初来，教子婴孩。

太公曰："痴人畏妇，贤妇敬夫。"

凡使奴仆，先问饥寒。

时时防火发，夜夜防贼来。

第 46 节：治家篇(1)

子孝双亲乐，家和万事成。

《景行录》云：“观朝夕之早晏，可以识人家之兴替。”

司马温公曰：“凡议婚姻，先须察其婿与妇之性行及家法何如，勿苟慕其富贵。婿苟贤矣，今虽贫贱，安知异时不富贵乎？苟为不肖，今虽富盛，安知异时不贫贱乎？妇者，家之所由盛衰也。苟慕一时之富贵而娶之，彼挟其富贵，鲜有不轻其夫而傲其舅姑，养成骄妬之性，异日为患，庸有极乎？假使因妇财以致富，依妇势以取贵，苟有丈夫之志气者，能无愧乎？”

安定胡先生（即胡瑗[993-1059]：北宋初学者、教育家。学者称安定先生。）曰：“嫁女必须胜吾家者。胜吾家者，则女之事夫，必钦必戒。娶妇必须不若吾家者。不若吾家者，则妇之事舅姑，必执妇道。”

男大不婚，如劣马无缰；女长不嫁，如私盐犯首。

文中子曰：“婚娶而论财，夷虏之道也。”

司马温公曰：“凡为家长，必谨守礼法，以御群子弟及家众，分之以职，授之以事，而责其成功。制财用之节，量入以为出，称家之有无，以给上下之衣食及吉凶之费，皆有品节，而莫不均一。裁省冗费，禁止奢华，常须稍存赢余，以备不虞。”

顾东桥先生曰：“厚费以多营，不若省事以守俭。”

先儒云：“待客当洁不当丰，不惟不能继，亦非所以惜福。”

二眉曙青朱先生曰：“主人为一家观瞻。我能勤，众何敢惰？我能公，众何敢私？我既美衣美食，众何可受饥寒？我既男婚女嫁，仆婢须令得所。一夫一妇，天下之正道。孤阴寡阳，人间之缺陷。无子不敢不娶，有子多妾何为？或娶妾久而无出者，恐负彼青春，未免闺怨，又当及时为之觅良配而成室家。免了多少孽冤，解却多少缠缚。至于精气渐衰，年华渐迈者，对青镜而自生愁叹，尚问娇柔悦汝乎？知得岁月有限，黄金买我不出，美色窥我不见也。”

创业艰难，守者不易。前人用尽心力无非为子孙计，后人深加体贴，不惟保全见在，益复广大门庭。不肖之子，视一切如土芥，弃之惟恐不速，甚至家无立锥，游手好闲，甘为人下而不知自耻，良可悼与！与其求人甚难，追悔不及，莫若慎之于始，克勤克俭，早图万全之策。

译文：

第十四章 治家篇 共十六条

司马光先生说：“凡是一切年幼者，无论事情大小，都不得自作主张独断专行，一定要向家里的长辈禀告请教。”

勤俭就能常保丰足，到老也不至于处境窘迫。

招待客人不能不尽量丰盛，管理家业不能不节俭。

有钱时要时常防备没钱的日子，健康快乐时要提防生病的时候。

健壮的奴仆不懂礼节，娇惯的孩子不会孝顺。

教诲媳妇要在刚娶进门之时，教育孩子要在他还是婴幼儿的时候。

姜太公说：“痴愚之人害怕媳妇，贤惠妇人敬重丈夫。”

但凡使唤奴仆，必须首先问寒问暖关心其温饱。

要时刻防患火灾的发生，夜夜提防盗贼。

子女孝顺双亲快乐，家庭和睦万事成功。

《景行录》说：“观察早晨晚上起歇的早晚，可以看出一家人的兴衰成败。”

司马光先生说：“凡是商议婚姻，首先需要考虑对方女婿和媳妇的性格品行以及家教如何，不要贪慕一时富贵。女婿如果贤德，现在即使贫贱，怎能知道他日就不会富贵呢？如果是不成才之人，当下即使富贵至极，怎知他日就不会陷入贫贱呢？媳妇，是家庭之所以盛衰的原因。如果贪慕一时之富贵而娶了她，

她挟持自家的富贵，很少有不轻视丈夫并对公婆傲慢的，养成骄横忌妒的禀性，他日为害哪会有尽头呢？假使是因为媳妇家的财产而致富的，倚仗媳妇的权势而取得显贵地位，如果是拥有大丈夫志向之人，心里能不感到愧疚吗？”

胡安定先生说：“嫁女儿必须胜过我家。胜过我家，那么女儿侍奉丈夫，一定会毕恭毕敬谨慎小心。娶媳妇必须是不如我家的。不如我家，那么媳妇侍奉公婆，一定会遵守妇道。”

第 47 节：治家篇(2)

男子长大了还不婚娶，如同劣马没系缰绳；女子长大了还不出嫁，犹如贩卖私盐犯法一样。

王通说：“婚嫁而讲究钱财，这是野蛮民族的做法。”

司马光先生说：“凡是做家长的，必须谨守礼法，来教育使唤子弟及家人，分配他们职守，安排他们事情，然后要求他们完成。制订财物开支的限度，量入为出。根据家里物产的有无，来供给全家上下的衣食以及吉凶事宜的费用，都有一定的规格限制，而没有不均衡统一的。裁省各项冗费，禁止奢侈，总须稍存赢余，以备不虞之需。”

顾东桥先生说：“花费丰厚而多方经营，不如省事而节俭。”

前辈儒士说：“招待客人应当讲究清洁而不应讲究丰盛，不只是不能为继，也不是依靠这样来珍惜幸福的。”

二眉曙青朱先生说：“主人被一家人看着，我能做到勤快，大家哪敢懒惰？我能克己奉公，大家哪敢自私？我既然能好吃好穿，大家哪能忍受饥寒？我既然是男婚女嫁，奴婢也应让其各得其所。一夫一妇，是天下的正道。孤男寡女，都是人间的缺陷。没有儿子就不敢不再娶，有了儿子还娶那么多妾做什么呢？或者娶了妾很长时间又不把她休了，生怕耽误了她的青春，难免生出闺怨，又应当及时替她寻觅良配而结成家庭。这样可以免去多少冤气罪孽，解除多少束缚。到了精气神逐渐衰竭，年纪逐渐老迈，对镜自生忧愁感慨，再问娇嫩温柔的女性能使你身心愉悦吗？知道岁月有限，拿黄金来买我也不把妻妾休了，美人上门我也视若无睹。”

创业艰难，守业不易。前代人费尽心机，无非是替子孙考虑。后辈能深入体谅这种心情，不只是能保全现在的，还能扩大门庭。不成才的子女，将一切都视如土块芥末，弃之惟恐不及，乃至于家无立锥之地，游手好闲，甘居人下都不知羞耻，实在是可悲啊！与其求人太难，追悔莫及，不如从头开始，谨慎小心，勤俭持家，早日谋划好万全的计策。

安义篇 第十五 凡五条

《颜氏家训》曰：“夫有人民而后有夫妇，有夫妇而后有父子，有父子而后有兄弟。一家之亲，此三者而已矣。自兹以往，至于九族，皆本于三亲焉。故于人伦为重者也，不可不笃。”

曹大家（即班昭。嫁曹世叔，早寡。班固著《汉书》未成而卒，汉和帝令其妹班昭续成之。又为皇后及诸贵人当老师，号曰大家“家”，读作“姑”。著《女诫》等。）曰：“夫妇者，以义为亲，以恩为合。欲行楚扯，义欲何义？詈骂叱喧，恩欲何恩？恩义既绝，鲜不离矣。”

庄子云：“兄弟为手足，夫妇为衣服。衣服破时更得新，手足断时难再续。”

苏东坡云：“富不亲兮贫不疏，此是人间大丈夫。富则进兮贫则退，此是人间真小辈。”

太公曰：“知恩报恩，风光如雅。有恩不报，非为人也。”

二眉曙青朱先生曰：“顺境易度，逆境难堪。饱暖之家，弗肯虑及饥寒。谁无亲族姻眷，邻里乡党，贫不能举火，孤寡无力完娶，一概置之不问，大伤天和，富贵岂能常保乎？逢岁小旱，民不聊生，减己粮而赈救，活人多矣。内不居功，外不求知，谓之阴德，莫可限量。”

译文：

第十五章 安义篇 共五条

《颜氏家训》说："有了人类而后才有夫妻，有了夫妻而后才有父子，有了父子而后才有兄弟。一家之内的亲属，就是这三种关系罢了。自此以往，以至于九族，都以这三种亲属关系为根本。因此这三者对于伦理是最重要的，不能不忠笃诚守。"

班昭说："夫妻，是依靠道义来使关系亲近的，依靠恩德来结合一起的。如果要施行鞭挞惩罚，那么道义还叫什么道义？如果进行谩骂叱责，那么恩德还叫什么恩德？恩德道义全都断了，很少有不分离的。"

庄子说："兄弟是手足，夫妇是衣服。衣服破了可以换新的，手足断了就很难再接上。"

苏东坡说："富贵者不去亲近，贫贱者不去疏远，这才是世间的大丈夫。富贵者就去趋附，贫贱者就呵退他，这是人间真正的小人。"

第 48 节：遵礼篇(1)

姜太公说："知恩图报，风光常在。有恩不报，这不是做人之道。"

二眉曙青朱先生说："顺境时容易过，逆境时难过。饱暖家庭，往往不肯考虑到饥寒。谁没有亲眷姻属，邻里乡亲，穷到不能开伙，孤寡无力娶亲，一概置之不问，这就大大伤害了自然的和谐，富贵又哪能常保呢？遇到小旱年成，民不聊生，减少自己的粮食来赈灾救人，能救活的人就多了。在家里不居功自傲，对外不求人知，这就叫做积阴德，后福将无可限量。"

遵礼篇 第十六 凡二十一条

子曰："居家有礼，故长幼序。闺门有礼，故三族和。朝廷有礼，故官爵序。田猎有礼，故戎事闲。军旅有礼，故武功成。"

晏子曰："上无礼，无以使下；下无礼，无以事上。"

子曰："恭而无礼则劳，慎而无礼则蕙，勇而无礼则乱，直而无礼则绞。"

君子有勇而无礼则乱，小人有勇而无礼为盗。

孟子曰："君子所以异于人者，以其存心也。君子以仁存心，以礼存心。仁者爱人，礼者敬人。爱人者人恒爱之，敬人者人恒敬之。"

有子曰："礼之用，和为贵。"

言不和，貌且恭。

恭近于礼，远耻辱也。

程子曰："无不敬。"

曾子曰："朝廷莫如爵，乡党莫如齿，辅世长民莫如德。"

孟子云："徐行后长者谓之弟，疾行先长者谓之不弟。"

出门如见宾，入室如有人。

《少仪》（《礼记》的篇名，记载贵族子弟应学的礼仪。）曰："执虚如执盈，入虚如有人。"

孔子于乡党，恂恂如也，似不能言者。

若要人重我，无过我重人。

太公曰："客无亲疏，来者当爱。"

父不言子之德，子不言父之过。

栾共子曰："民生于三，事之如一。父生之，师教之，君食之。非父不生，非食不长，非教不知，生之族也。"

《礼记》曰："男女不同坐，不亲授。嫂叔不通问，父子不同席。"

《论语》曰：“祭如在，祭神如神在。”

子曰：“事死如事生，事亡如事存，孝之至也。”

《宣康府家训》：“儿曹凡见艳色冶容年长者如姑母，年少者如儿女，年相若者如姐妹。若能如此把持，庶几不至越礼。”

二眉曙青朱先生曰：“耳可为，目鼻可为，舌心则无不可为。能为人所能为，不为人不为。每日应事接物，如驾顺水之舟，只须掌得舵稳。当行则行，不履邪径；当坐则坐，无偏无倚；当立则立，端凝不苟；当言则言，是非不阿；当揖则揖，当拜则拜，无事一毫矫强，何等自在！有时劳筋骨，苦心志，饿体肤，都只安心顺受，切莫怨天尤人，可上可下，能屈能伸，心性圆明，了无色相，才是顶天立地一个汉子。”

老少长幼，天分秩序，不可悖理而伤道也。

译文：

第十六章 遵礼篇 共二十一条

孔子说：“住家时有礼节，因此长辈晚辈都讲排行秩序。妇女有礼节，因此三亲和睦。朝廷有礼节，因此官职讲爵位秩序。狩猎有礼节，因此军事清闲。军队有礼节，因此用武就能成功。”

晏子说：“地位高的人没有礼义，就无法驱使地位低的人；地位低的人没有礼义，就没法侍奉地位高的人。”

孔子说：“恭谨而无礼义则劳累不堪；谨慎而无礼义则畏缩不前；勇敢而无礼义就会作乱，耿直而无礼义就会尖刻过度。”

君子有勇气而无礼义就会作乱，小人有勇气而无礼义就会成盗寇。

孟子说：“君子与别人不同的地方，在于他的居心。君子内心保存着仁爱，保存着礼义。仁爱之人爱别人，礼义之人敬他人。爱别人的人别人也总是爱他，敬别人的人别人也总是敬他。”

有子说：“在礼义的运用上，要以和睦和谐为贵。”

言语不和，外表却还要恭敬。

恭敬接近于礼义，可以远离耻辱。

程颐说：“不要不恭敬。”

曾子说：“朝廷没有比给人官爵更重要的，乡亲没有比懂得廉耻更重要的，辅佐治世提高百姓水平没有比道德更重要的。”

第五部分

第 49 节：遵礼篇(2)

孟子说：“在长辈的后头慢走这叫做悌，抢在长辈的前头快走这叫做不悌。”

出门如同去拜见宾客，进家如同有客来。

《少仪》说：“捧着空瓶如同捧着满瓶水，进入空房间如同有人在一样。”

孔子对于乡亲，谨慎寡言，好像不会说话一样。

如果想要别人尊重我，没有比我先尊重别人更重要的。

姜太公说：“客人没有亲疏之别，来的客人都应当喜欢。”

父亲不说子女的德行，子女不谈父亲的过错。

栾共子说：“百姓的成长有三方面因素，对待他们要一样。父亲生养，老师教育，君主供食。没有父亲就不会出生，没有食物就不会长大，没有教育就不会有知识，这是成长的三个因素。”

《礼记》说：“男女不同座，不交接。嫂子与小叔不互相问询，父子不同席而坐。”

《论语》说：“祭祀如同祖宗真在一样，祭祀神灵如同神灵真的存在一样。”

孔子说：“侍奉死如同侍奉生，侍奉已亡如同侍奉犹存，这是孝敬的极致。”

《宣康府家训》：“你们凡是见到容貌艳丽年长的就要视如姑母，年幼的要视如儿女，年纪相仿的要视如姐妹。如果能这样来把握，基本上不致于逾越礼义。”

二眉曙青朱先生说：“耳朵可做的，眼鼻可做的，嘴和心则没有不能做的。做别人能做的，不做别人不做的。每天接人待物，如同驾驶一艘顺流而下的小船，只须将舵掌稳了。该走就走，不走邪僻路径；该坐就坐，不偏不倚；该站就站，端庄凝重，一丝不苟；该说就说，不为是非所屈服；该作揖就作揖，该拜就拜，没有一事有丝毫勉强，这是何等的自在！有时使身体劳累，使心智受苦，使肌体挨饿，都只是安心接受，切莫怨天尤人。能上能下，能屈能伸，内心和禀性圆润澄明，一点也不为外事所困，这才是顶天立地的一个男子汉。”

老少长幼，上天安排的伦理秩序，不能违背义理而伤害道。

存信篇 第十七 凡七条

子曰：“人而无信，不知其可也。大车无輹（[n i]：大车辕端与横木相接的关键。），小车无輹（[y u è]：车辕与横木相连接的关键。），其何以行之哉？”

老子曰：“人之有信，如车有轮。”

君子一言，快马一鞭。一言既出，驷马难追。

子路无宿诺。

司马温公曰：“诚之道固难入，然当自不妄语始。”

《益智书》云：“君臣不信国不安，父子不信家不睦。兄弟不信情不亲，朋友不信交易疏。”

译文：

第十七章 存信篇 共七条

孔子说：“人如果没有诚信，我不知道这是可以的。大车如果没有，小车没有，它还怎么前进呢？”

老子说：“人有信用，如同车有轮子。”

君子一句话，如快马抽一鞭。话一说出口，四匹马也追不上。

子路没有过夜才兑现的承诺。

司马光先生说：“诚信之路固然难以进入，但是应当从不乱开口开始。”

《益智书》上说：“君臣之间没有诚信国家就不安定；父子不讲诚信家庭就不和睦。兄弟不讲诚信感情就不亲近；朋友不讲诚信交情就会疏远。”

言语篇 第十八 凡二十五条

子曰：“中人以上，可以语上也；中人以下，不可以语上也。可与言而不与之言失人，不可与言而与之言失言。知者不失人，亦不失言。”

士相见，《礼》曰：“与君言，言使臣；与大夫言，言事君；与老者言，言使弟子；与幼者言，言孝弟于父兄；与众言，言忠信慈祥；与居官者言，言忠信。”

子曰：“夫人不言，言必有中。”

刘会曰：“言不中理，不如不言。一言不中，千言（重刊本作“万语”。）无用。”

《景行录》云：“稠人广坐，一言之失，颜色之差，便有悔吝。”

子曰：“小辨害义，小言破道（重刊本作“小义害道”。）。”

君平曰：“口舌者，祸患之门，灭身之斧也。”

四皓（四皓：秦末东园公、角里先生、绮里季、夏黄公隐于商山，年皆八十多，时称“商山四皓”。）谓子房（即张良[? -前 189]，汉初大臣，字子房。）曰：“向兽弹琴，徒尽其声。以言伤人，痛如刀戟。”

第 50 节：言语篇(1)

荀子曰："与人善言，暖如布帛。伤人之言，深如矛戟。"

《离骚经》云："甜言如蜜，恶语如刀。人不以多言为益，犬不以善吠为良。"

刀疮易好，恶语难消。

利人之言，暖如绵丝。伤人之语，利如荆棘。一言半句，重值千金。一语伤人，痛如刀割。

口是伤人斧，唇是割舌刀。闭口深藏舌，安身处处牢。

子贡曰："一言以为智，一言以为不智。言不可不慎也。"

《论语》云："一言可以兴邦，一言可以丧邦。"

《藏经》（又叫大藏经、一切经。佛教经书的总称。）云："人于仓卒颠沛之际，善用一言者，上资祖考，下荫儿孙。"

逢人且说三分话，未可全抛一片心。不怕虎生三个口，只恐人怀两样心。

子曰："巧言令色，鲜矣仁。"

酒逢知己千钟（钟，通"盅"。）少，话不投机半句多。

能言能语解人，胸宽腹大。

荀子云："赠人一句（以言），重如金石珠玉。劝人以言，美如诗赋文章。听人以言，乐如钟鼓琴瑟。"

子曰："恶人难与言，逊避以自勉。"

道听而途说，德之弃也。

先儒曰："能行不能言，无损其行。能言不能行，不如勿言。"

对病夫勿言某死，对贪夫勿言己廉。言虽无意，听者必厌。

妇人之言不可听，婢妾之言尤不可听。

说性命，虽不必真，强似说情欲；言道德，虽不必行，强似讲俗事。

顾东桥先生曰："好辩以招尤，不若默以怕性。夸能以诲妬，不若韬精以示拙。"

译文：

第十八章 言语篇 共二十五条

孔子说："中等水平以上的人，可以同他讲上等的知识；中等水平以下的人，不可以同他讲上等知识。可以同他讲而不同他讲这就是在待人上有过失，不可同他讲而同他讲这是在言语上有过失。有智慧的人既不会在待人上有过失，也不会言语上有过失。"

读书人见面，《礼记》上说："和君主交谈，要谈如何使用臣属；和大夫交谈，要谈如何侍奉君主；和年老的人交谈，要谈如何使唤子弟；和年幼的人交谈，要谈如何孝顺父亲敬重兄长；和大家交谈，要谈忠实诚信慈爱安祥；和当官的人交谈，要谈忠诚守信。"

孔子说："一个人不轻易发言，一旦发言必能切中肯綮。"

刘会说："言语不能合乎事理，不如不说话。一句话说得不投机，再说一千句话来补救也没有用。"

《景行录》说："大庭广众之下，一句话的过错，脸色上的差别，就会带来后悔。"

孔子说："小气的分析会伤害到礼义，小气的言论会破坏道德。"

君平说："口舌，是祸患之门，是毁灭身名的刀斧。"

商山四皓对张良说："向着兽类弹琴，是白白浪费声音。用言语来中伤人，如同刀枪刺中一样痛苦。"

荀子说："给人好话，温暖如同衣布。中伤人的话语，伤害之深犹如刀枪。"

《离骚》经书上说："甜言如同蜂蜜，恶语如同刀枪。人不以多言多语为好，狗不因爱吠就好。"

刀伤易好，恶语之伤难消。

于人有利的话，温暖如同棉丝。伤害人的话，锋利如同荆棘。一言半句，价值超过千金。一句话中伤人，痛苦如同刀割。

嘴是伤人的斧子，唇是割人舌头的刀。闭嘴不伸舌，处处都能牢固安身。

子贡说："一句话可以被认为智慧，一句话也可以被认为不智慧。说话不能不慎重呀。"

《论语》说："一句话可使国家兴盛，一句话也可使国家沦丧。"

《藏经》说："人在处境窘困颠沛流离之际，善于运用一句良言，上可以光大祖宗，下可以福荫子孙。"

"

遇人只能说三分话，不能把全部心思都掏出。不怕老虎长三张嘴，只怕人怀着两样的心思。

孔子说："花言巧语，面作谄容的，很少有讲仁义的。"

酒逢知己千杯少，话不投机半句多。

能说会道，能理解人，能使人心胸开阔。

荀子说："赠送人一句话，比金银财宝还贵重。劝人一句话，美如诗赋文章。听人一句话，愉悦得如同听钟鼓琴瑟之声。"

第 51 节：言语篇(2)

孔子说："恶人难以同他对话，要谦虚地躲避开来自我加勉吧。"

道听途说，这是有德行的人所扬弃不为的。

前辈儒士说："会做不会说的，不损害他的作为。会说不会做的，还不如不说。"

对病人不要说某人死了，对贪心之人不要说自己清廉。说的人虽然无意，但听的人必定厌恶。

妇人的话不能听，奴婢小妾的话尤其不能听。

谈论宿命天意，虽然不必当真，也强过谈论七情六欲；谈论道行品德，虽然不一定践行，也强过讲世俗之事。

顾东桥先生说："喜欢辩论会招来怨恨，不如沉默少言畏惧宿命。逞能好妒，不如韬光养晦，示人以拙。"

交友篇 第十九 凡二十四条

子曰："与善人居，如入芝兰之室，久而不闻其香，即与之化矣。与不善人居，如入鲍鱼之肆，久而不闻其臭，亦与之化矣。丹之所藏者赤，漆之所藏者黑，是以君子必慎其所与处者焉。"

"与好人交者，如兰蕙之香，一家种之，两家皆香。与恶人交者，如抱子上墙，一人失脚，两人遭殃。"

"

《家语》云："与好人同行，如雾露中行，虽不湿衣，时时滋润。与无识人同行，如厕中坐，虽不污衣，时时闻臭。与恶人同行，如刀剑中行，虽不伤人，时时惊恐。"

太公曰："近朱者赤，近墨者黑。近贤者明，近才者智，近痴者愚，近良者德，近智者贤，近愚者暗，近佞者谄，近偷者贼。"

横渠先生（即张载[1020-1077]，宋凤翔横渠镇人，学者称横渠先生。）曰："今之朋友，择其善柔以相与，拍肩执袂以为气合。一言不合，怒气相加。朋友之际，欲其相下不倦。故于朋友之间，至于敬者，日相亲与，德效最速。"

子曰："晏平仲（即晏婴[? -前 500]，晏子，春秋时齐国大夫，字平仲。）善与人交，久而敬之。"

"

嵇康（三国魏文学家、思想家。）曰：“凶险之人，敬而远之。贤德之人，亲而近之。彼以恶来，我以善应。彼以曲来，我以直应。岂有怨之哉？”

孟子曰：“自暴者，不可与有言也。自弃者，不可与有为也。”

太公曰：“女无明镜，不知面上精粗；士无良友，不知行步亏踰。”

子曰：“责善，朋友之道。”

结朋友须胜己，似我不如无。

相识满天下，知心能几人？

种树莫种垂杨柳，结交莫交轻薄儿。

古人结交惟结心，今人结交惟结面。

宋弘曰：“糟糠之妻不下堂，贫贱之交不可忘。”

施恩于未遇之先，结交于贫寒之际。人情常似初相识，到老终无怨恨心。

酒食弟兄千个有，急难之时一个无。

不结子花休要种，无义之朋切莫交。

君子之交淡如水，小人之交甜似蜜。

人用财交，金用火试。水持杖探知深浅，人用财交便见心。

仁义莫交财，交财仁义绝。

路遥知马力，事久见人心。

顾东桥先生曰：“广交以延誉，不若索居以自全。”

文清公曰：“不能受言者，不可妄与一言，此是善交一法也。”

译文：

第十九章 交友篇 共二十四条

孔子说：“和好人同住，如同进入放有芝草兰花的房间，时间一长就闻不出香气，这就是与香气融为一体了。和不好的人同居，如同进入卖咸鱼的市场，时间一长就闻不到臭味了，也是和臭气融为一体了。朱砂深藏的是红色，墨漆深藏的是黑色，因此君子一定要慎重选择与自己相处的人。”

“与好人相交，如同兰蕙的香气，一家种花，两家都香。与恶人相交，如同抱着孩子上墙，一人失足，两人遭殃。”

《家语》说：“与好人同行，如同在轻雾晨露中行走，虽然不会弄湿衣服，却能时时接受滋润。与无见识的人同行，如同在厕所中端坐，虽然不会弄脏衣服，却时时都闻到臭味。与恶人同行，如同在刀剑中行走，虽然不会伤人，却时时感到惊恐。”

姜太公说：“接近朱砂的就会变红，接近浓墨的就会变黑。接近贤人的会变聪明，接近有才华的人会变智慧，接近痴呆者会变愚蠢，接近优秀之人会变得有德行，接近智慧者会变贤明，接近愚人会变得蒙昧不明，接近佞臣会变谄媚，接近偷盗者会变成小贼。”

第 52 节：言语篇(3)

张载先生说：“现在的朋友，选择那些友善温柔合得来的，拍肩扯袖看起来气味相投。一旦一句话不投机，就相互发火生气。当交友之时，一刻不停地希望对方不如自己。因此在朋友之间，以至于尊敬之人，每天相互亲近交往，相互间道德的影响功效最快。”

孔子说：“晏子善于与人交往，时间长了人们都敬重他。”

嵇康说：“凶恶危险之人，敬畏而远离他们。贤能有德之人，亲热而接近他们。对方挟恶意而来，我以善意回应。对方以曲解而来，我以耿直回应。这样难道还会招致怨尤吗？”

孟子说："残害自己的，不能和他一起交谈。轻贱抛弃自己的，不能和他一起做事。"

姜太公说："女子没有明镜，就无法知道脸上的粗嫩；士子没有好友，就无法知道自己举止上的缺陷过失。"

孔子说："要求对方向善，这是交友的方法。"

结交朋友须得胜过自己，像我一样还不如没有。

相识之人遍布天下，知心者能有几个呢？

种树不要种垂杨柳，交友不要交轻薄之人。

古代人交友只结交真心朋友，现在人交友只结交表面朋友。

宋弘说："曾与自己一起吃粗穿贱的妻子不要遗弃，贫贱时结交的朋友不要忘却。"

施恩要在交情还未投合之前，结交朋友要在对方处境贫寒之时。人的交情如能常像刚刚结识之时，那么一直到老也不会有怨恨之心。

酒肉兄弟要找一千个都有，危难之际想找一个朋友都没有。

不会结果的花不要种，不讲义气的朋友不要交。

君子的交情清淡如水，小人的交往甜得像蜜。

人用钱财来交往，金用烈火来检验。水拿杖子来试探可知深浅，人用钱财来交往可见真心。

追求仁义就不要用钱财交往，用钱财交往仁义就会断绝。

路远就能测知马的耐力，共事时间长了就能看出人的内心。

顾东桥先生说："通过广交朋友来扩大声誉，不如离群索居来保全自己。"

文清公说："不能接受别人意见的人，不要妄自给他提意见，这是善于交往的一个方法。"

妇行篇 第二十 凡八条

子曰："妇人，伏于人也。是故无专制之义，有三从之道。在家从父，适人从夫，夫死从子，无所敢自遂也。教令不出闺门，事在馈食之间而已矣。是故女及笄乎闺门之内，不百里而奔丧。事无擅为，行无独成。参知而后动，可验而后言。昼不游庭，夜行以火，无火则止。所以正妇德也。"

《益智书》云："女有四德之誉。一曰妇德，二曰妇容，三曰妇言，四曰妇工也。妇德者，不必才明绝异；妇容者，不必颜色美丽；妇言者，不必辨口利词；妇工者，不必伎巧过人也。其妇德者，清贞廉节，守分整齐，行止有耻，动静有法，此为妇德也。妇言者，择辞而说，不说非语，时然后言，人不厌其言，此为妇言也。妇容者，洗浣尘垢，衣服鲜洁，沐浴及时，一身无秽，此为妇容也。妇工者，专勤纺织，勿好晕酒，供其甘旨，以奉宾客，此为妇工也。此四德者，妇人之大德也。为之甚易，务在于正。依此而行，是为妇节也。"

太公曰："妇人之礼，语必细轻，行必缓步，止则敛容，动则（足羊）（足且）（通徂[y á n g c ú]。款款缓步行走。）。耳无余听，且无余视。出无谄容，废饰裙褶，不窥不观牖户。早起夜眠，莫惮劳苦。战战兢兢，常忧玷辱。"

贤妇令夫贵，恶妇令夫败。

家有贤妻，夫不遭横祸。

贤妇和六亲，佞妇破六亲。

或问："孀妇于礼似不可取，如何？"伊川先生曰："凡取以配身也，若取失节者，是已失节也。"又问："或有孀妇，贫穷无托者，可再嫁否？"曰："只是后世怕饥寒死，故有是说。然饿死事极小，失节事极大。"

《列女传》（一名《古列女传》，西汉刘向撰。分母仪、贤明、仁智、贞顺、节义、辩通、嬖孽等七门，共记 105 名妇女事迹。）曰："古者妇人子，寝不侧，坐不边，立不踈（踈[b i j]：站立不正。）。不食邪味，割不正不食，席不正不坐。目不视邪色，耳不听淫声。夜则令誓诵诗，道正事。如此则生子形

容端正，才智过人矣。”

第 53 节：妇行篇(1)

译文：

第二十章 妇行篇 共八条

孔子说：“妇人，就是屈服于人。因此没有独断专行的道理，有‘三从’的规范。在家时要服从父亲，嫁人后要服从丈夫，丈夫死后要服从儿子，没有敢自己决定的事情。要教育她不要迈出闺门，做的事只是在饭食之间罢了。因此女子只能在闺门内长大成人，不跑百里之外去奔丧，事情不要擅自去做，举动没有单独完成的。了解清楚后再行动，可被证实之后再说。白天不在庭院中游玩，夜里要举着灯火行走，没有灯火就要停下来。这是用来端正妇人德行的。”

《益智书》说：“女子有四德的赞誉。一叫妇德，二叫妇容，三叫妇言，四叫妇工。妇德，不一定要才华聪明绝等卓异；妇容，不一定要容貌美丽；妇言，不一定要巧言善辩，伶牙俐齿；妇工，不一定要技巧超人。那个妇德，清廉贞节，安守本分，举止端正，知道羞耻，动静有方，这就是妇德。那个妇言，选择词语再说，不说不对话，时机成熟后再说，人们不讨厌她的话，这就是妇言。那个妇容，洗涤尘垢，衣服光鲜整洁，及时沐浴，全身没有污秽，这就是妇容。那个妇工，专心勤劳纺线织布，不喜好喝酒，献上甜酒招待宾客，这就是妇工。这四种德行，是妇人的大德行。做起来很容易，关键在于要正确地去。依此去执行，这就是妇节。”

姜太公说：“妇人的礼节，说话声音一定要轻细，走路脚步一定要缓慢。停下来时要整肃面容，走路来要款款而行。耳朵不要听多余的话，眼睛不要看多余的东西。外出时不要有谄媚的脸色，废却裙褶修饰，不去窥看门户。早起晚睡，要不怕辛苦，整日小心翼翼，时常担心玷污了妇行。”

贤惠妇人让丈夫显贵，恶妇让丈夫败落。

家有贤妻，丈夫不会遭遇飞来横祸。

贤妇能使六亲和睦，恶妇会破坏六亲关系。

有人问：“寡妇从礼义上说似乎不可娶，到底怎么样？”程颐先生回答：“凡是娶寡妇作配偶的，如同娶了失去贞节的人，这是自己也失去了气节。”又问：“如果有寡妇贫穷而无依靠，可以再嫁人不？”回答说：“只是后代人怕会忍饥挨饿而死因此才有这样的说法。但是饿死的事情极微不足道，而失去贞节这事却极其重大。”

《列女传》说：“古代妇人怀孩子，睡时不侧卧，坐时不坐边缘上，站时不歪斜。不吃邪怪味道的东西，肉割得不正不吃，席子放不端正不坐。眼睛不看邪恶女色，耳朵不听淫恶之声。夜里就让乐师诵诗，说正经事。如此去做，生下来的孩子就会面容端正，才智过人。”

《新刻前贤切要明心宝鉴》

文光堂

读书千遍，其义自现。

学在一人之下，用在万人之上。

严师出弟子，严母出巧女。

不打不成人，打了做官人。欲求生富贵，须下死功夫。

惜钱不教子，说短莫从师。

择师教子，择婿嫁女。

恶求千贯易，善化一文难。

平生不做亏心事，半夜敲门心不惊。

若要小儿安，无过不饥寒。
宁做大家狗，休讨小家人。小家做事慌张，大家做事寻常。
父母养其身，朋友长其志。
种田靠土，养子靠母。
家有千贯，不如朝进一文。
龙生龙子，虎生豹儿。
道吾好者是吾贼，道吾歹者是吾师。
孝顺还生孝顺子，忤逆还生忤逆儿。不信但看檐前水，点点滴滴不差移。
狼行千里吃肉，狗行千里吃骨。
鸡儿不吃无功之食，羔羊乃有跪乳之恩。
《诗》云：“子曰：卿牢事不出，篙牢火不入。”
从交休说真言语，异日无情道是非。
桑条从小纽，长大纽不曲。
宁向好人相骂，休对恶人说话。
人不受千言，木不受万斧。
好言一句三冬暖，话不投机六月寒。
小心为人之本，刚强惹祸之根。
宁可胡吃，不可胡说。
一双伶俐眼，都是是非唇。
十分心机使七分，留下三分与子孙。

第 54 节：妇行篇(2)

山上有地须天种，衙门无事莫去行。
两懒夹一勤，和勤一下懒。两勤夹一懒，和懒一下勤。
劝君莫睡日头红，蚤起三朝当一工。若还全家都蚤起，免得求人落下风。
千般滋味不如吃盐，富贵荣华不如种田。
国以农为本，民以食为先。
经纪道路眼前花，锄头落地是庄家。走尽天涯并海角，只有锄头不悞（悞：即“误”。）人。
除了心头火，何用佛前灯。口内摩诃娑（摩诃娑：梵语“摩诃衍那”，大乘法，指佛经。），船里蛆啮上。
布得春风有夏雨，冬来寒冷礼义生。
人情布的，冤家结的。
行须缓步，语要低声。
学成文武艺，方作帝王臣。
聚少成多，滴水成河。
一缘二命三风水，四积阴功五读书。
画龙画虎难画骨，知人知面不知心。
千金易得，好话难求。
学到知羞处，原是艺不精。
逢恶莫怕，遇善莫欺。

人无两不是，车无坐倒地。
穷汉养娇子，富汉得奴使。
文官坐处笔砚，武官坐处弓箭。
不是秀才莫看书，不是屠行莫杀猪。不是船家手，休要弄篙竿。
天黄有雪，人黄有病。
文官把笔安天下，武将提刀定太平。
乖汉做媒，痴汉做保。
差之毫厘，失之千里。
男大当婚，女长必嫁。
笑人前，落人后。

花有重开日，人不再少年。
家有贤妻，男儿不遭祸。家有能夫，妻儿不吃淡饭。
养家千口易，独自一身难。
莫道君行早，更有早行人。
砍树不倒斧口小，论人不过文字少。
宁可随娘千日好，莫教随爷一日孤。
龙游浅水遭虾戏，虎落平阳被犬欺。
一步一趋，路也不远。

蛇咬踏着，狗咬撞着。
鼻如鹰嘴，啄人脑髓。面上无肉，必是怪物。
古人云："至善无如孝，极恶不过淫。我若淫人妇，人必淫我妻。"
人穷志短，马瘦毛长。
不经一事，不长一志。
是非终日有，不听自然无。

宁可吃饮称眉水，从前不吃皱眉汤。
宁可等你害人，莫叫别人害你。（似为"宁可等人害你，莫叫你害别人"之误。）你害别人犹自可，别人害你却如何？

《汉书》云："长江无六月，青山有时寒。"（应是"长江无青山，六月有时寒"之误。）

子不嫌母丑，犬不怨家寒。
狗记千里路，牛还百日乡。
讨得一日饱，忘了百日饥。

人不通古今，马牛如襟裾（应是"马牛而襟裾"。襟：衣的交领。裾（jū）：衣服的前襟。此处用以代指衣裳。）。人不知学，譬如牛羊。呜呼老矣，岁不我延。

珍珠是宝玉，文章做高官。识得千行字，自然礼义生。
夫子文章贵，提笔压万人。
许人一物，千金不移。
远处是亲家，近处是冤家。
三四五六人，七长八短汉。
马有前悔，人有后悔。
爱好勤洗服，贪懒不梳头。成人不自在，自在不成人。
大富由命，小富由勤。若还懒做，厥草生青。

要行山下路，便问去来人。
有麝自然香，何必当风立？
有志莫来屋边逞，放牛儿子叫大名。
太平还是将军定，太平不用旧将军。
酒逢知己千杯少，话不投机半句无（"无"疑为"多"之误。）。
人无千日好，花无百日红。
捞鱼摸虾，饿杀浑家。
有志无志，但看烧火扫地。
男人饮酒，摇脚摆手；女人饮酒，无丑可丑。
礼义生富贵，贼盗出饥寒。
人是旧的好，衣是新的好。
人老话多，树老根多。
酒不醉君子，棒不打好人。
人心似铁，官法如炉。
君子一言，快马一鞭。
君子争坐位，小人争卧处。
人有小大，口无尊卑。凉药（凉药：通"良药"。）苦口，直言劝人。
何公无私？何水无鱼？
古人貌丑，常出大贤；今人貌美，常出大奸。

第 55 节：妇行篇(3)

黄金满屋，不如种田。
打鼓求得雨，高山也是田；禳（禳（ráng）：祭祷消灾。）星求得命，道士活千年。
人有善念，天必从之。
无物可配天地德，全凭早晚一炷香。
杀人偿命，欠债还钱。
富嫌千口少，贫恨一身多。
瞒人一似篮挑水，骗人一似网张风。
不习一经，不知礼义。
好看千里客，万里去传名。
损钱易饱，浪用还饥。
见人不唱喏，必定是蠢物。
身穿破衣裳，必是少钱粮。
好诗记得千百首，不会吟诗也会吟。
随乡入乡，积麻入筐。
做贼三年偷百家，祸至门庭不须嗟。

孔子曰："百行之本，忍之为上。"子张曰："何为忍之？"夫子曰："天子忍之国无害，诸侯忍之成其大，官吏忍之进其位，兄弟忍之家富贵，夫妻忍之终其世，朋友忍之终其好，自身忍之无祸患。"子张曰："不忍何如？"夫子曰："天子不忍国空虚，诸侯不忍丧其位，官吏不忍刑法诛，兄弟不忍各分居，夫妻不忍子孙稀，朋友不忍情义疏，自身不忍祸不除。"子张曰："善哉！善哉！难忍！难忍！非人不忍，不忍非人。"

为恶从流，从善如登。

五行百常，孝顺为先。

惜子娇孙难训诲，说长道短不成人。

生前不承有限之欢，死后空洒无情之泪。

有因分析家产，而怨父母不均者；有听信妻言，而谤父母不爱者；有放纵骄奢，而憎父母防闲防闲；防备和禁阻。者；有饮酒嫖赌，而恨父母拘束者；有私其妻子，而吝父母衣食者；有厚于亲朋，而薄父母用度者；有执定轮养，而致父母饥寒者；有子常出外，媳妇忤逆，而明知父母受气者；有出外多年，忘归定省，而不顾父母奉养者；有父在经营母劳井臼，而夫妻贪逸，还说父母不是者；有父母患病，不请医药，而借言老病难治者；种种不堪，言之痛心。

要之，人间真富贵，还是帝王家。

（《明心宝鉴》终）

译文：

《新刻前贤切要明心宝鉴》

文光堂印行

书一遍遍地读，其深刻含义自然就会显现出来。

学识在一人之下，经世致用就可在万人之上。

严师手下可教出有为弟子，严母手里能教出手巧女儿。

不打他孩子不会成才，打他长大后反会当官人。想要追求有生之年的富贵，须得下死功夫。

吝惜钱财就别去教育孩子，见识短浅就不要拜师求学。

教育孩子要认真选老师，嫁女儿要好好选女婿。

作恶想求得千贯财富都容易，为善想化缘一文钱都难。

平生不做亏心事，即使半夜有人敲门心里也不害怕。

若要小儿安宁，没有比不让他挨饿受寒更重要的。

宁愿去做大气人家的狗，也不要娶小气人家的女儿。小气之人做事慌张，大气之人做事寻常。

父母养育他的身体，朋友壮长他的志向。

种田靠土，养儿靠母。

家有千贯财富，不如日进一文钱。

龙生龙子，虎生豹儿。

说我好的人是在害我，说我不好的人是我的老师。

孝顺之人还生孝顺之子，不孝之人还生不孝之子。不信只看屋檐前的雨水，一点一滴都落在一个地方，分毫不差。

狼跑千里远都是吃肉，狗行千里外仍旧啃骨。

鸡儿不吃没有功劳而得来的食物，羊羔都有跪下来吃奶的恩义。

《诗经》上说：“孔子说：大臣牢靠国家就不会出事，篱笆牢靠大火就烧不进去。”

与人交往不要说真话，免得他日交情断时互道是非。

桑枝要从小扭曲它，待它长大后再扭就扭不弯了。

宁可跟好人争吵，也不要同恶人交语。

人受不了千句好话，树受不了万次斧斫。

好话一句令人三九寒冬都觉温暖，话不投机六月伏天都会感到寒意阵阵。

小心谨慎是做人的根本，刚硬倔强是惹祸的根源。

宁可胡吃，也不可胡说。

一双伶俐的眼睛，一副说出是非的唇舌。

第 56 节：妇行篇(4)

有十分的心机也只可使出七分，且留取三分给与子孙。

山上有地须靠上天下雨才有收成，没有不得了的事就不要去上衙门。

两个懒人夹带一个勤快人，连同勤快人都会一起变懒。两个勤快人夹带一个懒人，连同懒人都会一起变勤快。

劝君莫要睡到日头都红了，早起三天抵得上一天工夫。如果全家都早起，就可以免去求人落人下风。

千种滋味不如吃盐有味，荣华富贵不如种田实在。

国家以农业为本，百姓以饮食为先。

苦心经营的前途都是眼前的花，锄头落地才是真正的主人。走遍天涯与海角，只有锄头不会辜负人。

消除了心头的火，哪用去点佛前的灯。嘴里念着各种佛经，肚里却是蛆虫横行。

播得春风就会有夏雨，冬天寒冷来时就会生出礼义。

人情都是恩德播的，冤家都是怨仇结的。

走路须要缓步慢行，说话须要轻声细语。

学成了文武本事，才堪作帝王的臣子。

积少成多，一滴滴水汇聚成了河流。

一是机缘二是命定三是风水，四是行善积德五是读书，这些都是人生成功的根源。

画龙画虎难以画出其骨骼，认识人只认识其面孔却无法了解其内心。

千金财富容易获取，好话一句却难求。

学到知道羞愧之处，原本就是才艺不精。

碰上恶人莫怕，遇到善人莫欺。

人没有两头都不对的，车子没有停着倒地的。

穷人娇养的儿女，富人像奴仆一样使唤他们。

文官专与笔砚打交道，武官专与弓箭打交道。

不是秀才莫去看书，不是屠夫莫要杀猪。不是船家的手，不要去弄船篙船竿。

天色发黄就会有雪，脸色发黄就会有病。

文官握笔来安定天下，武将提刀来奠定太平。

乖戾男人爱去做媒，呆痴汉子爱做保人。

毫厘之差，结果就会相去甚远。

男大当婚，女大必嫁。

笑在人前，落在人后。

花有重开之日，人无再度少年。

家里有贤惠妻子，丈夫不会遭遇横祸。家里有能干丈夫，妻子儿女不会天天粗茶淡饭。

养千口之家容易，独自一人处世却很难。

不要自称上路早，还有比你更早的行人呢。

树砍不倒怪斧头刀刃太小，辩论不过人家怪自己肚里文辞太少。

宁可让儿女跟随娘亲千日都好，莫要让他跟着父亲哪怕是孤单一天。

龙游至浅水连虾都敢戏弄它，虎落到平原连狗都敢欺负它。

一步步地慢慢走，路途终究不会太远。

被蛇咬是因为踩到了，被狗咬是因为撞上了。

鼻如鹰嘴之人，会啄碎人的脑髓。脸上没肉的人，必定是怪物。

古人说："至上之善无过于孝顺，极恶之事无过于淫乱。我若奸淫他人妻子，别人必会奸淫我的妻子。

"

人陷入窘境志气必短，马匹瘦了毛就显长。

不经历一桩事，就不会增长一种智慧。

是是非非整日都有，不去理会自然就没了。

宁可去喝称心的清水，也不要去看令人皱眉的鲜汤。

宁可等着你去害别人，也别叫别人来害你。如果你害别人你还认为没关系，那别人害你又会怎样呢？

《汉书》上说："长的江河上看不见青山，六月天气有时还会变冷。"

儿不嫌母亲丑，狗不怨主人穷。

狗认得千里远的路，牛会回到一百天路程外的故乡。

讨来了一天的饱暖，就忘却了百日的饥寒。

人如果不了解古今之事，就如同牛马穿上了衣裳。人如果不懂得学习，就好比牛羊一样。哎呀老了，岁月并不会延长我的年纪。

珍珠是宝玉，会写文章堪任高官。认得千行文字，自然就会生发出礼义来。

孔子的文章珍贵，提笔就可以压倒众人。

答应给人一样东西，千金来换也不改诺言。

彼此住远些可成亲家，住近了反倒易成冤家。

三四五六人，都是有个七长八短的人。

马有踩失前蹄的痛悔，人有事情过后的悔疚。

第 57 节：妇行篇(5)

喜欢好的就要勤洗衣服，贪图懒惰可以头都不梳。想有个人样就不会太自在，太自在了就会失去人样。

大富是由命运决定的，小富是由勤劳决定的。如若还要好吃懒做，田里的草都会长绿了。

要走山下路，就去问过来人。

身上有麝自会有香气，何必迎风站呢？

胸怀大志不用到屋边来表现，放牛的小孩还会起个大名字呢。

太平还是靠将军奠定的，太平之后就不用旧将军了。

喝酒遇到知己喝上千杯还嫌少，话语不投机半句都会觉得多。

人没有一直好的，花没有一直开的。

临时去捞鱼摸虾，真真饿杀我也！

一个人有无远大志向，只要看看烧火扫地这类的小事就知道了。

男人饮酒，手舞足蹈。女人饮酒，没有比她更丑态百出的了。

礼义生于富贵，盗贼出于饥寒。

人（亲友）是旧的好，衣服是新的好。

人老了话就多，树老了根就多。

酒不会让君子醉倒，棍棒不会落到好人身上。

人心似铁般坚硬，官府法律如炉火灼人。

君子一句话，如快马加一鞭。

君子争的是坐的位置，小人争的是躺的地方。

人有老少之分，嘴无尊卑之别。良药苦口能治病，直言逆耳忠告人。

怎样奉公之人没有私心？怎样的水里没有鱼虾？

古人外貌丑陋，却常出大贤之人；今人外貌好看，却常出大奸之人。

黄金堆满屋，却不如种田实在。

如果敲鼓就能求到雨，高山就也可以开辟成良田。如果禳除灾星就能求得长寿，那么道士就可以活一千岁了。

人若有行善的念头，上天必定会顺了他的愿。

没有一物配得上天地功德，全凭早晚各烧一炷香。

杀人就得偿命，欠债就得还钱。

富裕家庭一千口人都嫌少，贫困之家孤身一人都觉多。

瞒人就像竹篮挑水，骗人犹如张网兜风，最终都要落空。

不熟习一种经书，就不会知道礼义。

喜欢看千里远来的客人，不如跋涉万里之外去扬名。

花钱易吃饱，奢侈浪费最终会挨饿。

见到人都不会招呼应答，必定是个蠢物。

身上穿破衣烂裳的，一定是缺少钱粮。

好诗记他千百首，不会作诗也会吟。

入乡随俗，就像把收积的麻丢入筐内。

做贼三年偷遍百家，祸到门前就不要唏嘘嗟叹。

孔子说："各种行为的根本，忍至关重要。"子张问："什么是忍呢？"孔子回答："天子能忍国家就不会有灾难，诸侯能忍就能发展壮大，官吏能忍就能晋升官位，兄弟能忍家庭就会荣华富贵，夫妻能忍就能白头偕老，朋友能忍就能终身交好，自身能忍就不会有祸患。"子张又问："不能忍的话会怎样？"孔子回答："天子不能忍就会国库空虚，诸侯不能忍就会失去自己的地位，官吏不能忍就会遭遇刑法诛罚，兄弟不能忍就会各自分家住，夫妻不能忍子孙就会稀少，朋友不能忍情义就会疏远，自身不能忍祸根就除不去。"子张说："好极了！好极了！忍真是很难，很难！不是人不能忍，不能忍就不像个人。"

作恶就像流水一般容易，行善却如登山一样艰难。

阴阳五行百种伦常，都以孝顺为先。

爱怜娇惯子孙就难以训育教诲，喜欢说长道短就无法长大成才。

在父母生前不好好承受有限的欢乐，父母死后却去空洒无情无义的眼泪。

有人因分家分财产，而埋怨父母分得不均；有人听信妻子的话，而毁谤父母不疼爱自己；有人放纵自己骄奢淫逸，却憎恶父母防备和禁阻；有人吃喝嫖赌，却怨恨父母的管束；有人偏爱妻子，却很吝啬给父母衣食；有人厚待亲朋好友，却克扣供给父母的开支；有人按顺序轮流赡养，却让父母忍饥受冻；有的儿子经常外出，媳妇不孝，明明知道自己的父母总是受气；有人外出多年，却忘了定期回家看望，完全不顾父母的衣食给养；有人父亲在外经营劳作母亲在家操劳家务，夫妻贪懒淫逸却还说父母的不是；有人父母患病，不给请医用药，却借口老年人人生病难治；诸如此类种种不堪之事，说起来都令人痛心疾首。

总而言之，人世间真正的富贵，还要说是帝王之家。

（《明心宝鉴》全文完）