

夏  
莊  
金  
箴

上海明鑑書局印行



## 序

是書向傳蕊厓先生所彙刻遐邇見之者喜其明白簡要有裨身世之格言京津川廣爭相翻印均以未悉先生之姓氏里居爲憾但翻本率多增刪訛漏處本局屢擬印行以未得善本因循不果今陳氏股東出粵東中和堂之版訂印千冊而四川李子久先生又以家藏尊經書院之本見贈遂精心校對付之鉛印其中圈點悉照中和堂取其字句之間主賓輕重豁人心目惜四號鉛字微嫌其小△與○不甚明晰認爲美中之不足所增各條係酌采咸豐時崔敬軒及光緒時高曦亭兩先生刊本較爲精密乃印未及半適漢臯薛冬柏先生寄人生必讀書十厚冊估價糾印緝閱之餘見身世金箴所載格言胥出於此此雖部繁工料重急切不能出版而其精華已聚於身世金箴則得此身世金箴進而閱人生必讀書可以窺全豹卽未見人生必讀書當亦無甚遺憾查人生必讀書係康熙時浙江蘭谿唐翼脩諱彪先生所輯身世金箴刻於道光年間時代後先昭然若揭則蕊厓先生之姓氏里居知不知已

無關矣第是書分門別類縷析條陳歷來序文推崇備至劉尙達序云言言金玉字字珠璣較之經書所載淺顯而易明比之陰鷲之言確切而可信誠持身涉世之極軌也張承慶云內而身心性命外而品業勳猷大之倫紀綱常小之燕私嗜好無不剴切詳明凜如鞞鐸洵立身之圭臬度世之梯航也其餘稱爲藝林模範庸俗針砭搜求翻刻人已交勉者甚多足見是書之價值風動一時已噫我輩讀聖賢書不實就自己身心上體行用功虛過一生甯不可惜茲印是書公諸同好共藥良言庶無負慈厓先生采輯之意云爾

民國二十二年癸酉七月

上海明善書局謹識

身世金箴目錄

先正格言二十二則

敦孝

遏淫

勵志

勤學

省心

立品

養性

葆生

訥言

改過

感 積 愛 待 守 處 仕 交 蒙 友 齊 修  
應 德 物 人 分 世 宦 遊 養 悌 家 身

# 身世金箴

先正格言

敦孝

孝之大綱有四。曰立德。曰承家。曰保身。曰養志。其間遇有不齊。才有各異。要在隨分。隨力盡所當盡。實有一段至誠之意行乎其中。終其身。至於瞑目。無毫髮之遺憾。其於孝也。庶幾矣。司馬溫公家訓

孝子終日乾乾。惟恐有一毫不快事。到父母心頭。無論富貴貧賤。常變順逆。只是以悅親為主。蓋悅之一字。乃事親第一傳心口訣。人子和氣愉色。婉容發得深時。養得定時。任父母冷面寒鐵。雷霆震怒。只是這一腔溫意。一面春風。則自無不回之天。

孝子之事親也。體卑伏如下。僕情柔婉如嬰兒。呂新吾呻吟語

孝子事親。不可使吾親有冷淡心。有煩惱心。有驚怖心。有愁悶心。有愧恨心。有難言

心世編氏訓

人。要。仰。體。父。母。望。子。之。心。為。士。者。當。刻。苦。埋。頭。務。農。者。當。努。力。耕。種。買。易。者。當。盡。心。經。營。使。父。母。意。中。常。有。可。以。想。望。處。亦。養。志。之。一。訣。于鐵樵覺世感應篇贊言

親。老。事。之。尤。當。盡。心。其。口。澹。食。必。喜。滋。味。其。血。衰。衣。必。須。裘。帛。其。力。弱。動。必。賴。扶。持。其。膽。虛。事。必。易。驚。恐。不。可。違。拗。抵。觸。以。逆。其。氣。氣。順。則。安。氣。逆。則。病。有。深。愛。者。自。能。

曲。體。親。心。孫述甫事親規約

子。之。孝。不。如。率。婦。以。為。孝。婦。能。養。親。者。也。朝。夕。不。離。潔。奉。甘。旨。而。親。心。悅。故。舅。姑。得。一。孝。婦。勝。得。一。孝。子。婦。之。孝。尤。貴。導。孫。以。為。孝。孫。能。娛。親。者。也。依。依。膝。下。承。順。無。違。

而。親。心。悅。故。祖。父。母。得。一。孝。孫。又。添。一。孝。子。言行彙纂

但。思。身。從。何。來。父。母。從。何。往。新。枝。既。起。舊。本。為。枯。竭。力。承。歡。何。能。報。答。則。孝。心。自。然。

痛。切。迪吉錄

白。日。麗。青。天。朝。出。樽。桑。暮。虞。淵。堂。上。有。親。雪。滿。巔。坐。看。白。日。心。茫。然。長。繩。不。可。繫。急。

景如流川。義和義和。停爾鞭高堂。一日如千年。方文正公學

君子有終身之喪。忌日是也。有百世之養。邱墓是也。言行錄

父母忌日。鍵戶終日。念此身尚存。即是吾親未亡。但求此身有益於人間。即使吾親得安於天上。徒為悽愴。怵惕無庸也。春秋設祭祖孫。一氣相通。雖謂先人至今存。

可也。所以重宗祧。所以重孝享。日錄

嘗讀朱文公與子受之書。念之念之。夙夜無忝所生之言。不勝感發。興起中心惻然。

必欲不為一事之惡。以忝先人。薛文清公瑄讀書錄

孝子愛日。志士惜陰。吾輩聰明不在人先。年力不在人後。安得閒工夫。為人說閒話。

管閒事。必閒人之所忙。忙人之所閒。勤苦力學。以幾有成。庶無忝所生耳。祝無功

士君子一言一行。幽明無愧。然後無負於父母生身之恩。楊文定公溥

子之身。父母之身也。身且不可自有。况敢有財帛乎。鄭康成

慈母手中線。遊子身上衣。臨行密密縫。意恐遲遲歸。誰言寸草心。報得三春暉。孟東野遊子吟



豈無遠道思親淚不及高堂念子心程翼

承歡不必歎家貧菽水尋常也足珍若待養親須富貴問君可有幾千春朱憲銘勳

尋山本不為親謀大半多因富貴求肯信人間好風水山頭不在在心頭錢仁夫詩

天下無不是底父母羅仲素

事親以化親於道為第一胡安

人無貴賤卻問身從何來自孩提以至於成立歷幾何年矣我父子之劬勞辛苦歷

歷可數人子雖竭誠奉養尙不能如父母之待我況敢慢不加意乎潘仲謀

古之君子思所以顯其親者惟立身揚名之為足恃是以不求諸人而求諸己不務

其外而務其內朱晦菴先生語

人無父母生日當倍悲痛安忍置酒張樂以為樂若具慶者可矣病臥於牀委之

庸醫比之不慈不孝事親者亦不可不知醫程叔子伊川語

以上增入六條

## 遏淫

人於女色。未見時。貴有定力。既見時。貴有慧力。方亂時。貴有忍力。平日正其心。潔其行。操持嚴切。起念卽除。我心常自鎮定。自然遇物不移。此定力也。勘破慾火之爲魔障。慾事之爲空花。慾念之爲禍根。則思慮清淨。視有如無。自不以妄緣造實孽。此慧力也。念人間私語。天聞若雷。暗室虧心神。日如電。因而痛自遏抑。譬如蝮蛇螫手。壯士斷腕。毒矢著身。英雄刮骨。此忍力也。人能具是三力。拔去病根。渾然天理。天爵人爵。一身膺受。其得失。可以片時枕衾之樂相衡哉。統下錫

高思憲公

自妻妾而外。皆爲非己之色。少年當竭力保守。視此身如白玉。一失脚卽粉碎。視此事如鳩毒。一入口立暴亡。須臾堅忍。終身受用一念之差。萬劫莫贖。可畏哉。可懼哉。斷慾有十利。反是有十害。一身心清淨。毫無所污。二正念凜然。異諸禽獸。三俯仰天地。無慚愧色。四氣足精滿。寒暑不侵。五面目光華。舉足輕便。六省藥餌費。可周貧乏。

七脾胃強健能消飲食入讀書作文俱有精彩九屏絕邪緣了無牽戀十本地風光

自有真樂棲居士

天堂地獄判於一心清濁之分升沈之本古有真人反情復性淫機永息清淨自居  
雖處五濁如登四禪如是之人永脫眾苦乃有迷人性為情役淫機熾然積善下墮  
愛河滔滔流為鑊湯慾火炎炎化為銅柱若此之業非由外來皆爾一心自感自應  
一念反觀若清若濁為升為沈了了自知胡不自決從迷入迷譬彼舟流不知所屆  
試讀斯編其言甚苦盪爾邪思開爾覺路杜眾惡門植菩提果一失人身萬劫難復

彭芝庭遠  
色編序

每思遺體之重未嘗一日忘先人薛文清公

人能常知此身之重則自不淫於色使君自有婦羅敷自有夫語婉而嚴可為見

色思義之勗陸桴亭  
思辨錄

切莫做識得破忍不過的事思辨錄

十年浮海，一生輕歸。對黎渦，卻有情。世上無如人，欲險幾人。到此誤平生。  
胡澹菴作

外。比歸。飲於湘潭。胡氏固。偶作詩曰。君恩許歸此一醉。旁有黎類生微。謂侍妓黎倩也。後朱子見之。題此絕句。因書以自警。見人譜類記。

昔年單騎向筠州，覓得歌姬共遠遊。去日正宜供夜值，歸來渾未識春愁。禪人尚有  
沈特。七年後歸。呼妾

母使嫁之。仍處子也。因贈此詩。見昨非菴日纂。

木有根則榮，魚有水則活，燈有膏則明，人有真精保之則壽，戕之則夭。  
遠色

樂極生悲，縱慾成患，寡慾必多，男貪淫每無後。  
古語

### 以上增入三條

勵志  
天地有萬古，此身不再得。人生只百年，此日最易過。幸生其間者，不可不知有生之  
洪自誠

樂亦不可不懷。虛生之憂。  
學者有自立之志，當拔出流俗，不可泛泛與世浮沉，破除流俗，是學者第一關鍵。透

此便是豪傑。湯文正公  
斌遺書

雞鳴後晨初醒。何思何慮。正是本心呈露時。纔動念便打點。一日子勾當。於此奮然發個志氣。曰吾欲云云。當作何云云。轉眼青山落紅日。又蹉過一日矣。劉宗周  
家塾規

少年要想我現在幹些甚麼事。到頭成箇甚麼人。這便有多少恨心。多少愧汗。如何

放得自家過。呂新  
吾

人生最繫戀者過去。最冀望者未來。最悠忽者現在。夫過去已成逝水。勿容繫也。未來茫如捕風。無可冀也。獨此現在之境。或窮或通。時行時止。自有當然之道。應盡之心。乃悠悠忽忽。姑俟異日。諉責他人。歲月虛擲。良可浩歎。夏峰  
集

農夫祈寒暑雨。深耕易耨。播種五穀。吾得而食之。百工技能。作為器物。吾得而用之。介冑之士。披堅執銳。以守土宇。吾得而安之。無功澤及人。而浪度歲月。晏然為天地

間一蠹。伊川程  
子語錄

莫說道將第一等事讓與別人。且做第二等。纔如此說。便是自棄。言學便以道為

志。言人便以聖為志。如此纔可謂勵志。二程子語

古今成器的人。只成於振作二字。孟氏所謂志帥氣也。古今無聞的人。只壞於因循

二字。孟氏所謂一暴十寒也。今後須立定志向。用全力趕辦。莫等閒過去。存誠錄

學者必先立志。志立則心定。心定則事成。志在倫常則孝慈友恭自然。道無所背。志

在踐脩則誠正修齊自然。功有所循。志在學問則服習講貫自然。業無不成。故有志

者當先自勵焉。編鳴集

此世但除君父外。平生不受一人恩。臣鑿錄

書不記熟。讀可記。義不精細。思可精。惟有志不立。直是無着力處。全子朱書

吾儒讀書首要立志。立志貴堅。堅而有恆。其學必成。讀書心法

人須是一切世味淡薄。方好。不要有富貴相。堂高數仞。食前方丈。侍妾數百人。我

得志不為也。學者須先除去此等。嘗自激昂。便不到得墜墮。胡文定公語

人極重一恥字。聖賢教人。皆從恥上導引人。一無恥。便如病者閉喉。雖有神丹。不得

入腹矣。魏叔子日錄

學者為氣所勝。習所奪。止可責志。近思錄

義所當為。力所能為。心欲有為。而親友挽得回。妻孥勸得止。只是無志。呻吟語

以上增入七條

勤學

勿謂今日不學而有來日。勿謂今年不學而有來年。日月逝矣。歲不吾與。嗚呼。老矣。

是誰之愆。朱子勸學箴

晨起靜坐。見日光斜入帳中。如二指許。以息候之。凡再呼吸。而日光盡矣。因念逝者

之速。如此人安可一息不讀書。安可一息不進德。陸桴亭思辨錄

張子曰。為天地立心。為生民立命。為往聖繼絕學。為萬世開太平。試看此語。是何等

氣魄。朱子曰。吾儕講學。欲上不得罪於聖賢。中不誤一己。下不為害於將來。試看此

語。是何等心腸。顧端文公劄記

讀書先要打掃心地。心地打掃得潔淨，則舉動語言自然頭頭是道。如清泉從石罅中出，總無濁派流來也。林詮家訓

精神散無微弗敗，精神聚無鉅弗成。後生讀某經且熟玩某經，習舉業且專心舉業，去浮去雜，異日讀一書必得一書之力，為一事必奏一事之功。陳龍正舉業述

每日間閉戶時多，出門時少；默坐時多，閒論時少；澄思時多，發慮時少；獨居時多，羣居時少。庶幾所學有自得處。朱子云：為學如撐上水船，一篙緩不得。黃淵耀存誠錄

性命書靜參，道理書細讀，善行書勉為，時務書多看。莫作無益，害有益，莫因有為，誤無為。吾人自治工夫，須時時提醒此心，一刻不放鬆。將五經四子書向自家身上

校勘一番。何者？我已能，何者？我未能。從已能處求精密，當由淺漸入深處。從未能處求變化，當由克馴致復。處守顏四勿學，曾三省其庶幾焉。存誠錄

待有餘而後濟人，必無濟人之日；待有暇而後讀書，必無讀書之時。景因語  
緩讀靜思，默坐順應八字，是一日功課。張鳳翔



讀得孔書纔是樂。縱居顏巷不為貧。文獻公

學者半日靜坐半日讀書如此三年無不進者常驗之一兩月便不同學者不作此

工夫虛過一生殊可惜。伊川先生每見人靜坐便歎其善學。朱子

精神短少學不得力惟靜可以收拾精神填補學問。每日偷閒靜坐猛奮體認

靜坐之法不用一毫安排只平平常常默然坐去喚醒此心卓然常明志無所適而

已。初入靜者不知攝持之法惟體貼聖賢切要之言自有入處常自警策勿令懶

散靜坐至七日則精神充溢矣。高景逸先生語

某學字時甚敬非必欲字好只此是學。程子

程子發明一敬字於學者最有力而整齊嚴肅是敬下手處。聖賢工夫雖多切要

莫如敬字。敬可以去昏惰正邪僻除雜亂立大本。胡敬齋先生語

涵養須用敬進學則在致知。懈意一生便是自暴自棄。不學便老而衰。性靜

者可以為學。近思錄

言有教。勤有法。晝有為。宵有得。息有養。瞬有存。未知立心。惡思多之。致疑。既知所立。惡講治之不精。張橫渠先生語

為學之道。更無他法。但能熟讀精思。久久自有見處。無事則專一。嚴整求自己之。

放心讀書。則虛心觀理。求聖賢之本意。朱子語

讀書則須是嚴立課程。不可一日放慢。每日須讀一般經書。一般子書。不須多。只要。

令精熟。須靜室危坐。讀取二三百遍。字字句句。須要分明。呂舍人

今日記一事。明日記一事。久則自然貫穿。今日辨一理。明日辨一理。久則自然浹洽。

今日行一難事。明日行一難事。久則自然堅固。呂氏訓蒙

以上增入二十條

省心

以父母之心為心者。天下無不友之兄弟。以祖宗之心為心者。天下無不和之族人。

以天地之心為心者。天下無不愛之民物。李文貞公光地

吾輩讀有字的書。卻要識無字的理。理豈在語言文字哉。只就此日。此時。此事。求箇此心。過得去的。便是理也。認理提綱

學者事無大小。纔覺心所不安。便斬截勿爲。如此乃得。遂其本心。乃不挫其浩然之氣。卽此是謹獨之學。王敬臣後編

學者喫緊。是理會這一箇心。心兼動靜。靜時不昏昧。動時不放縱。一日功夫。三分靜攝。三分讀書。三分酬應。而檢心貫乎三者之中。遇事生煩躁心。遇人生憎厭心。

是大病。克得此病。是大德。錄言日錄

心如鏡。敬如磨鏡。鏡纔磨。則塵垢去。而光彩發。心纔敬。則人欲消。而天理明。余每

呼此心曰主人翁。在室否。每夜就枕。必思一日所行之事。合理則恬然安寢。或有不合。卽輾轉不能寐。思有以更其失。讀書錄

心就是天。欺心便是欺天。事心便是事天。更不須向蒼蒼上面討。呂新吾

高不可欺者天也。尊不可欺者君也。內不可欺者親也。外不可欺者人也。四者旣不

可欺心。其可欺乎。心不欺人。其欺我乎。省心錄

人心鏡也。多識前言往行。磨鏡藥也。識前言往行而不務脩德。是積藥鏡上而不之

磨也。積藥不磨。適足以蔽鏡。多言不脩。亦足以蔽心。黃陶菴引 濳子賤說

宇宙之間。三不朽。身心之外。悉皆虛言。出乎爾而忘之乎。爾爾其如何矣。蔡文莊 公密感

天若棄絕人。則有容悅者。以驕其心。天若教導人。則有橫逆者。以鍊其心。昨非 雜

人能卓然豎起。此心便有天旋地轉氣象。夏東 岩

爾身不長。爾貌不揚。胡為將胡為相。一點靈臺丹青莫狀。裴晉公 慶 自題像贊

萬般補養皆為偽。只有操心是至規。魯齋 遺書

細行不脩。非美玉良心一壞。即殘棋。盧品 殊句

遇美色於密室。逢千金於曠野。臨大敵於猝然。聞仇人於垂斃。好一塊試金石。榮 根 譯

心要在腔子裏。心慮紛亂不能靜謐。此是學者通病。只要立箇心。此上儘有商量。

人多思慮不能靜。只是做他心主不定。只整齊嚴肅。則心便一。人於夢寐間。

亦可以卜自家所學之淺深。如夢寐顛倒。即是心志不定。操存不固。程子語

正心之始。當以己心為嚴師。凡所動作。則知所懼。如此一二年。守得牢固。則自然心

正矣。張子語

敬是此心自做主宰處。學者常用提醒此心。使如日之方升。羣邪自息。敬勝百

邪。心於未遇事能靜。至臨事方用。便有氣力。非全放下。終難湊泊。精神不定。

則道無湊泊處。看來須是靜坐。朱子語

無事靜坐。有事應酬。隨時隨處。無非自己身心運用。但常自提撕。不與俱往。便是工

夫。問不緊要的思慮。何以制之。曰。只覺得不當思慮的。便莫要思慮。久久純熟。自

然無此等思慮矣。問敬易閒斷如何。曰。只覺得閒斷。便已接續。習得熟。自然打成

一片。近思錄

操心一則義理昭著而不昧。一則神氣凝定而不浮。養德養身。莫過於此。讀書記

心不操。即無主。纔提撕。喚醒。則心暢然而。胡敬齋語

常。使。精。神。在。心。目。間。便。有。主。而。不。眩。於。客。感。之。交。  
 無。屋。漏。工。夫。做。不。得。宇。宙。事。業。主。靜。之。力。大。於。千。牛。勇。於。十。虎。吾。人。終。日。最。不  
 可。悠。悠。蕩。蕩。作。空。軀。殼。坤 吟 語

以上增入二十三條

立品

欲。做。精。金。美。玉。的。人。品。定。從。烈。火。中。煅。來。思。立。揭。地。掀。天。的。事。功。須。向。薄。冰。上。履。過。

頤 體 集

眼。界。不。高。不。足。以。達。神。化。胸。襟。不。大。不。足。以。侔。天。地。骨。格。不。堅。不。足。以。議。擔。當。俟 後 編  
 泰。山。喬。嶽。之。身。海。闊。天。空。之。腹。和。風。甘。雨。之。色。日。照。月。臨。之。日。旋。乾。轉。坤。之。手。磐。石。

砥。柱。之。足。玉。潔。冰。清。之。骨。臨。深。履。薄。之。心。呂 新 吾 男 兒 八 景

常。注。念。於。遠。大。而。實。地。則。在。乎。目。前。夫。惟。能。踐。實。地。於。目。前。是。以。垂。聲。光。於。綿。綿。而  
 可。以。上。報。乎。君。親。師。與。夫。先。聖。先。賢。樂。莫。樂。於。日。休。憂。莫。憂。於。多。求。古。之。人。雖。疾。

雷破山而不震。雖貨以萬乘而不酬。惟胸中一點堂堂者。常有以砥柱於中流。心

術要正大。舉動要光明。如青天白日。乃不負平生。蔡文莊公密箴

有鳳凰翔於千仞之氣象。則不為區區聲利所動矣。讀書錄

鶴立雞羣。自謂超然無侶矣。然進觀大海之鵬。則渺然自小。又進求之九霄之鳳。則

巍乎莫及。所以至人常若無若。虛盛德多不矜不伐也。讀書錄

能辦得此心。毋論大風吹倒亭子。即更掀卻臥房。亦且露地睡。如此方是真正大英

雄。然此一種英雄。卻從戰戰兢兢。臨深履薄處。做將出來。血氣纍豪。一點使不著。朱子

與陳同甫書

讀書見一件好事。便思量我必定要行。見一件不好的事。便思量我必定要戒。見一

箇好人。便思量我必定要與他一般。見一箇不好的人。便思量我切莫學他。便為天

下第一等人。有志植品者。當書諸座隅。楊叔山

要當軒昂奮發。莫恁地沈埋在卑陋。凡下處。陸象山

氣忌盛。心忌滿。才忌露。呂新吾

立身須作真男子。臨事毋為淺丈夫。邵子

咬得菜根則百事可做。汪信民

人須是有蓋世之氣。朱子

董仲舒謂正其義不謀其利。明其道不計其功。孫思邈曰。膽欲大而心欲小。智欲圓

而行欲方。可以為法矣。程子

理會得。義命兩字。自不肯做低人。當大事。要心神定。心氣足。學者只能心平氣

和。便有幾分工夫。心平氣和人。遇事卻執持。擔當毅然不撓。便有幾分人品。即

以上增入六條

養性

作德日休。即是福地。居易俟命。即是洞天。音德

雲白山青。川行石立。花迎鳥笑。漁唱樵謳。萬境自閒。人心自鬧。祝無功撰



山峙川流。鳥啼花落。自是各適其天。各得其分。纔生繫戀心。便有沾著。至人澹無嗜好。與世相忘而已。惟並育而不有情。故並育而不相害。呂新吾

雷電風雨。參錯交動於下。而太虛之本體自若。萬事萬變。紛紜膠擾於外。而吾心之本體自如。偶見柳花悠揚高下。因悟造化流行雍容自然之妙。讀書錄

處心不可著。著則偏。作事不可盡。盡則窮。邵子詩曰。夏去休。言暑冬來始覺寒。則心不著矣。美酒飲。教微醉。後好花看到半開時。則事不盡矣。困學紀聞

事不能盡。如我意。何用耿耿。雲消雨散。依然太空。心鏡如是。錄言學者肯讓。古人是無志。不肯讓。眼前人是無養。學道人患不沈著。又患不灑落。沈

著。是握拳透爪。氣象道中。操存之法。灑落。是水流花放。境界道中。涵養之法。黃淵錄此心須沈潛。又須超脫。所謂超脫者。非掃卻一切事物之謂。視天下萬物萬事。皆有

至當不易的道理。未來不必想。既往不必追。胸膈間空空蕩蕩。有皓月當空之象。日用時。浩浩落落。有風利不得泊之勢。如是纔可謂超脫。存誠錄

英氣最害事。渾涵不露。圭角最好。第一要渾厚。包含從容。廣大之氣象。只觀其氣象。便知涵養之淺深。萬起萬滅之私亂。吾心久矣。今當一切掃除。以全吾湛然之性。

薛文清公

戲謔甚害事。不戲謔亦存心。養性之一端。程子語

悟境豁來邀月共。文情開處笑花遲。作未完。問花尋生意。讀將倦。聽鳥語天機。伍編

芬讀書樂趣

澹如秋水。貧中味和。似春風靜後功。草廬日錄

不作風波於世上。自無冰炭到胸中。邵子詩

天地之氣。暖則生。寒則殺。故性情清冷者。受享亦涼薄。惟和氣熱心之人。福厚而澤

長。人生必讀書

天地間真滋味。惟靜者能嘗得出。天地間真機括。惟靜者能看得透。天地間真情景。惟靜者能題得破。作熱鬧人說。孟浪語。豈無一得。皆偶合也。余甚愛萬籟無聲。蕭

然一室之趣。或曰無乃太寂滅乎。曰無邊風月自在。

氣盛便沒涵養。心平氣和。此四字非涵養不能做工夫。只在箇定火。學者只看

得世上萬事萬物。種種是道。此心纔覺暢然。在舉世塵俗中。另識一種意味。又不

與鮮能知味者。嘗纔是真趣。守此便是至寶。無技癢心。是多大涵養。熱鬧中空

老了多少豪傑。閒淡滋味。惟聖賢嘗得出。呻吟語

### 以上增入九條

### 葆生

生者待汝養。死者待汝葬。天下後世待汝治。汝無或輕爾。生以徇無涯之欲。而喪厥

志。陸清獻公座右銘

程子曰。吾以徇欲忘生。為深恥。學者體此。可以保身。讀書錄

中年以後。為學須愛惜精神。恐忽有大事。無以應之。朱子

吾曹常須愛養精力。精力稍不足。則倦所臨事。皆勉強而無誠意。接賓客語言。尚可

見。況。臨。大。事。乎。宋邢和叔

曾。讀。文。賦。石。蘊。玉。以。山。輝。水。懷。珠。而。川。媚。二。語。悟。得。葆。精。之。道。故。足。於。精。者。百。病。不。

生。窮。於。精。者。萬。邪。蜂。起。宋任恭惠公

寵。辱。不。驚。肝。木。自。寧。動。靜。以。敬。心。火。自。定。飲。食。有。節。脾。土。不。泄。調。息。寡。言。肺。金。自。全。

恬。澹。無。欲。腎。水。自。足。洞神真經

閉。戶。讀。書。所。以。祛。除。外。感。也。清。心。寡。欲。所。以。和。調。中。宮。也。一。步。一。趨。必。師。賢。聖。參。芪。

補。益。之。劑。也。一。動。一。言。必。祛。匪。僻。烏。附。攻。克。之。方。也。兼。是。行。之。乃。能。保。身。乃。能。保。心。

補鳴築

秋。聲。賦。云。思。其。力。之。所。不。及。憂。其。智。之。所。不。能。宜。其。渥。然。丹。者。為。槁。木。黝。然。黑。者。為。

星。星。此。世。之。通。患。也。又。曰。百。憂。感。其。心。萬。事。勞。其。形。有。動。於。中。必。搖。其。精。人。常。有。思。

慮。感。傷。之。患。是。以。方。壯。遽。老。方。老。遽。衰。反。此。亦。葆。生。之。法。居易金鑑

硯。與。筆。墨。蓋。氣。類。也。出。處。相。近。任。用。寵。遇。相。近。也。獨。壽。夭。不。相。近。也。筆。之。壽。以。日。計。

墨之壽以月計。硯之壽以世計。其故何也。其為體也。筆最銳。墨次之。硯鈍者也。豈非鈍者壽而銳者夭乎。其為用也。筆最動。墨次之。硯靜者也。豈非靜者壽而動者夭乎。吾於是而得養生焉。以鈍為體。以靜為用。唐子西古硯銘

怒甚偏傷氣。思多太損神。神疲心易役。氣弱病相縈。勿使悲歡極。常令飲食勻。再三防夜醉。第一戒晨嘔。蓋養生之道。必寡思慮。以養神。寡嗜欲。以養精。寡語言。以養氣。

葆生要旨

攝生者。宜及精神之富。節用者。宜及物力之饒。王崇岩

除煩惱。以養身。憫愚賤。以養福。陳澧亭

心境靜時。身亦靜。心生還是病。生時。葆生要覽

慎風寒。節嗜慾。是從吾身上。卻病法。省憂愁。戒煩惱。是從吾心上。卻病法。顧體集

諸火不靜。其病多端。調治要訣。只一靜字。劇談耗精。痛飲傷神。坐愁損氣。永德堂日錄

多思之患。甚於好色。思慮多。則心火上炎。腎水下滲。心腎不交。大疾起矣。蘇東坡

讀書多時覺有疲倦也。須拋卷閒散片時。養我精神。心目方有機括。若呆呆苦用工夫。不但天性不靈。而體弱之人。疾病生矣。管心錄

見義不為。立志無恆。只是腎氣不足。以寡慾為四物。以食淡為二陳。以清心省事為四君子。無價之藥。不名之醫。取諸身而已。呻吟語

以上增入七條

訥言

樂道人善。屬陽生機也。喜談人過。屬陰殺機也。竹窗錄

聞人之善而掩覆之。或文致以誣。其心聞人之過而播揚之。或枝葉以多。其罪此皆得罪於鬼神者也。吾黨戒之。呂新吾

只竟夕檢點。今日說得幾句話。關係身心。行得幾件事。有益世道。自慊自愧。恍然獨覺矣。若醉酒飽肉。恣譚浪笑。卻不錯過了一日。亂言妄動。昧理從欲。卻不作孽了一

生。呂新吾

謹言不但外面。雖家庭間。沒箇該多說的話。不但大賓。雖親厚友。沒箇該任口的話。

呂新吾

凡一事而關人終身。縱確見實聞。亦宜緘口。凡一語而傷我長厚。雖閨談酒話。慎勿

形言。凡了

有一言而傷天地之和。折終身之福者。切須檢點。歐眉公長者言

處人骨肉之間。宜加調停保護。著一語離間。便傷天地之和。便種無窮之禍。林

事後論人。每將智人說得極愚。局外論人。每將難事說得極易。二者皆從不忠不恕

生出。是學者大病。魏叔子

纔舒放。即當收斂。纔言語。便思簡默。覺人詐而不形於言。有餘味。讀香

不妄語。不多語。不道人隱事。不摘人微過。不言己無干涉事。不言人有關係事。論人

毋吐短。而棄長。論己。毋登枝。而忘本。交淺者。勿與深言。調別者。勿與強言。陰刻者。毋

與言。衷情。輕疏者。毋與言密事。語財不及非分。語色不及邪緣。勿彈射官箴。勿月旦

人品不偏愛憎不信風聞談經濟外甯談藝術可以給用談日用外甯談山水可以息機談心性外甯談因果可以勸善 人於忿怒時不可指人隱諱暴其父祖過愆

蓋一時怒氣所激惟恐言之不盡不知彼之怨恨已深入骨髓 喜極勿多言怒極

勿多言醉極勿多言喜時之言多失信怒時之言多失體醉時之言多失性 面諛

之詞有識者未必感背後之議銜之者嘗刻骨言語之當慎正在當快意時遇快意

人說快意事人語類記

捱不過的事莫若早行悔不來的言慎勿輕說門關竊效藏身法天戒明垂捲舌星

臣鑒錄

在我只有低著頭盡己所事看破諸色人情默默令會不必挂之齒頰日錄

耳不聞人之非目不見人之短口不言人之過庶幾君子省心錄

無益語言休著口不干己事少當頭雜文殺公倫句

病從口入禍從口出傅元錄



少言沈默最妙薛文清語

一、不言朝廷利害。邊報差除。二、不言州縣官員長短得失。三、不言眾人所作過惡。四、不言仕進官職趨時附勢。五、不言財利多少。厭貧求富。六、不言淫媒戲慢。評論女色。

七、不言求覓人物。干索酒食。范益謙座右戒

禍莫大於縱己之慾。惡莫大於言人之非。蔡虛齋語

凡人言語正當快意時便截。然能忍默。得意氣正到發揚時便翕。然能收斂。得忿怒嗜慾正到騰沸時便廓。然能消化。得此非天下之大勇不能。王陽明先生語

以上增入五條

### 改過

天之於人猶父之於子。方其過也疾之甚嚴。及其改也又喜其自新。人果痛改前非。力行眾善。天未有不原而宥之者。上蔡先生曰。天道禍淫不加。悔罪之人。蓋天地不絕人以自新之路。神明亦開人以遷善之門。孫述甫

能安分自守則鬼神無權能改過自新則帝天不怒竹錄  
人一日不知非即一日安於自是日日知非日日改過此義理再生之身可以造命

凡實了

人之視小過也愧怍悔恨如犯大惡夫然後能改過無傷二字脩己之大戒也呂新

人有過惡不須徒悔既往只振策現在勿使明日復追悔今日可也史惺堂

人言知過改過尙是虛事須是補過補得一分方改得一分補得二分方改得二分

錢啓新  
履記

人毀己果有惡即當去其惡不可有惡聞之意無惡則加勉焉可也讀香

改過之人如天氣新晴一般自家固自灑然人見之亦分外可喜思辨

人孰無過能改便是希聖第一關頭能改在自治自治工夫須視己之過直如仇人之過一般不容絲毫寬恕纔算得能治能治便能改 有過惟恐人知是善心發見處其人可為善人有美惟恐人不知是惡心發見處其人終成惡人 顏子有不善

未者不知知之未嘗復行。正如農皇嘗藥一遇毒螫便不復再嘗所以能從有過到無過。地位今人明知有過卻憚改復行嘗毒螫不止終亦喪其身而已矣。功過格記功兼記過。即昔賢投黑白豆之意。填此格不可貪功怕過。只管將過填向格上。到得格上過愈多功愈少。朝夕省覽觸目驚心。愧悔警惕不容自己。便當向功一條路上走。庶幾過漸去功漸積矣。存誠錄

進取功名易。變化氣質難。痛須加猛省。莫負好衣冠。蔡文莊公密庵

人貴知過而能改。尤貴知改而能速。最是因循二字。斷送一生。一失足成千古恨。

再回頭是百年身。故曰彌天罪過。當不得一箇悔字。習是編

人非聖賢孰能無過。吾輩發憤為學。必要實心改過。默默檢點自己心事。克治自己

病痛。若瞞昧此心。支吾外面。即嚴師勝友。朝夕從遊。何益乎。湯潛庵語錄

有過是一過。不肯認過。又是一過。彼強辨以飾非者。果何為也。與其喜聞人之過。

不若喜聞己之過。與其樂道己之善。不若樂道人之善。呻吟語

以上增入五條

修身

人之身不越乎百年。善愛其身者。能使百年為千載。不善愛其身者。忽焉如蚊蚋處。

乎。盜缶之間。齊志

丈夫處世。即甚壽考。不過百年。百年中。除老稚之日。見於世者。不過三十年。此三十

年。可使其人重於秦華。可使其人輕於鴻毛。是以君子慎之。高忠憲公

莫輕視此身。三才在此。六尺莫輕視此生。千古在此。一日。馬文忠公

常默念為此七尺之軀。費卻聖賢多少言語於此。而尚不能修其身。可謂自賊之甚

矣。讀書錄

晝坐當惜陰。夜坐當惜燈。遇言當惜口。遇事當惜心。思辨錄

勿展無益身心之書。勿吐無益身心之語。勿近無益身心之人。勿涉無益身心之境。

張敬堂  
座右錄

良農不以年歉而廢耕。老漁不以歲寒而罷釣。芝蘭不以無人而不芳。故君子不以

夜浴而改容。不以昏行而變節。

高道淳  
最樂編

不學之謂貧。無成之謂賤。心死之謂天。失身之謂無後。

王象晉  
心賞編

士君子守身若珍。尺璧唯恐失墜。若奉盤水。唯恐傾覆。若慈母護貞女。居必閨闈。衣

必絰結。不使行路之情得而入也。寧固無通。寧拙無巧。寧鈍無躁。寧玉碎無瓦全。操

與冰霜俱潔。志與日月爭光。纔是豪傑之士。

錄存誠

只固窮兩字是著力處。不然即墮坑落塹。無有是處。

朱子  
語

修身不越言行兩端。言以靜嘿為主。方無失言行。以馴謹為先。方無遺行。而其道必

自誠正始。誠正無別法。靜以應萬感之來。清以祛七情之蔽。耳目視聽各率其官。不

交於物。即誠正可由。是入言行。可由。是無失焉。

鶴鳴  
集

從古大聖賢。惟在自修。省兢兢。占震爻。迺終獲有慶。吁嗟行路難。橫塞皆榛梗。用壯

用罔徒鮮。不罹陷阱。惟願我同人。獨寢盟衾。影善保千金。軀居易以俟命。

黃淵  
續

靜以修身。儉以養德。非澹泊無以明志。非凝靜無以致遠。諸葛武侯戒子書

人雖至愚。責人則明。雖有聰明。恕己則昏。爾曹但當以責人之心。責己。恕己之心。恕

人。不患不到聖賢地位也。范忠宣公戒子弟語

凡語必忠信。凡行必篤敬。飲食必慎節。字畫必楷正。容貌必端莊。衣冠必肅整。步履

必安詳。居處必正靜。作事必謀始。出言必顧行。常德必固持。然諾必重應。見善如己

出。見惡如己病。凡此十四者。我皆未深省。書此當座右。朝夕視爲警。張思叔座右銘

身不修而惴惴焉。毀譽之是恤。學不進而汲汲焉。榮辱之是憂。此學者之通病也。吟

人於外物奉身者。事事要好。只有自家一箇身。與心卻不要好。苟得外物好。時卻不

知自家身與心已先不好也。程子

日日間時時刻刻。緊緊於自己身上。省察用力。不可一毫懈怠。薛文清

以上增入六條

### 齊家

居家有四本。勤儉治家之本。讀書起家之本。和順宜家之本。循理保家之本。朱子全書  
 人一心先無主宰。如何整理得一身正當。人一身先無規矩。如何調劑得一家整肅。

程漢舒大純筆記

過慈釀逆。不肖之子。皆因其母成之。及成其逆。而與子為仇焉。是傷慈也。僻愛起。悍不良之婦。皆因其夫致之。及成其悍。而與婦為仇焉。是賊愛也。楊對紫壺

呂榮公夫人嘗言與侍講為夫婦相處六十年。未嘗一日面赤。自少至老。雖衽席之上。未嘗嬉笑。其處身如此。範

人言夫婦親義合如一身。及至死生際。何曾苦樂均。婦人一喪夫。終身守孤子。有如林中竹。忽被風吹折。一折不重生。枯死猶抱節。男兒若喪婦。能不暫傷情。應似門前柳。逢春易發榮。風吹一枝折。還有一枝生。為君委曲言。願君再三聽。須知婦人苦。從此莫相輕。白齊山詩

妻妾乃屋漏之史官陳眉公

婢僕雖賤亦當養其恥心惟有恥心方始可用不當數責不當頻罵數責頻罵雖辱

不恥廉恥既無不可用矣唐吳修

傳云孔子家兒不知怒曾子家兒不知罵文中子曰能使僮僕懷恩斯可與從政矣

陶淵明曰彼亦人子也可善遇之處家御下不可不知此意存誠錄

待下固當寬和寬和而無節反納其侮所謂重巽吝也惟和而莊則人自愛而畏謹錄

精明也要十分須藏在渾厚裏作用古來得禍精明人十居其九未有渾厚而得禍

者呂新吾

毋以小嫌疎至戚毋以新怨忘舊恩竹窗隨錄

俗事有宜急了者有宜姑置者了之所以安心也置之亦所以安心也不了又不置

終日縈懷究竟於事何益居易錄



聽聽聽勞吾以生天理定若還懶惰必飢寒莫待飢寒方怨命聽聽聽衣食生身天

付定酒肉貪多折人壽經營太甚違天命陸賀訓家語

御家以四教勤儉恭恕正家以四禮冠婚喪祭小學集註

治心修身以飲食男女為切要從古聖賢自這裏做工夫其可忽乎胡文定公語

妻雖賢不可使與外事僕雖能不可使與內事韓山子

人家最不要事事足意常有些不足意處便好人家纔事事足意便有不好事出來

亦消長之理然也胡文定公語

早婚少聘教人以偷妾媵無數教人以亂文中子語

嫁女必須勝吾家者勝吾家則女之事人必敬必戒娶婦必須不若吾家者不若吾

家則婦之事舅姑必執婦道小學

隔之一字人情之大患故君臣父子夫婦朋友上下之交務去此字 閨門之內少

箇禮字便是天翻地覆百禍千殃皆從此起 慎言動於妻子僕隸之間檢身心於

食息起居之際這工夫便密了。呻吟語

以上增入九條

### 友悌

但念茫茫大造出世幾時渺渺人寰同胞幾箇幼相濡沫老共扶持則友悌之意自

然肫懇迪吉錄

同氣連枝各自榮些些言語莫傷情一回相見一回老能得幾時為弟兄兄弟同

居忍便安莫因毫末起爭端眼前生子又兄弟留與兒孫作樣看法昭禪師

人家兄弟當養生送死時譬如父母少生一子當析產分業時譬如父母多生一子

則一團戾氣自然瓦解冰消朱節孝語

家庭骨肉間多留一分渾厚便多留一分天性一切是非曲直正不必太分明明則

便有傷於涼薄處夏峯集

家庭之事理以閑情骨肉之間情以達理但執乎理以達乎情情苟不治理亦終乖

錄存議

骨肉但當論情。不可執理。執理便傷情。傷情便非理。袁氏世範

兄弟不論施報。惟當各盡其心。如因弟不恭而廢其友。兄不友而廢其恭。是一本之

愛。作市井交易之道矣。庸行編

世人作善事。有捐千金者。不知家庭中。能讓財實為至行。凡遇兄弟貪鄙者。強橫多

取。不與計較。安意與之。大勝於行諸善事也。人生必讀書

或問人不幸處。繼母異兄弟。不相容。當如何。朱子曰。從古來有這樣子。只看愛如何。

王陽明曰。舜能化象。其機括。只在不見象的。不是。人諸類記

天下難得者。兄弟。易得者。田產。假令得田產。而失兄弟於心。如何。蘇瓊語

融得性情上。偏私。是大學問。消得家庭內。嫌隙。是大經綸。昨非卷日纂

人家兄弟不和。皆起於婦人。馬谿田詩曰。小窗莫聽黃鸝語。踏落荆花滿院飛。甚切。

當。野子內篇

哀哀父母身。分而為兄弟。煮豆燃豆其。此事堪流涕。須知孝弟無二道。些些言語休煩惱。能得幾時為弟兄。一回相見一回老。我有偈須牢記。莫使脊令烏笑人。摧同氣。

鷓鴣集

兄弟宜相好。不宜相學。人情大抵患在施之不見報。則輟故恩。不能終不要相學。已

施之而已。張楫渠先生語

令人骨肉之好不終。只為看爾我字太分曉。呻吟語

以上增入二條

### 蒙養

由孩提而少長。而壯而老。一生之古今也。由雞鳴而平日。而晝而夜。一日之古今也。一生之古今。當於孩提稍長時。清其愛敬之真念。勿令有初者鮮終。一日之古今。當於雞鳴而起時。清其有善無利之本念。勿令出此而入彼。一刻悠忽。遂成墮落。可不

勗諸。夏峯集

論語曰。少之時。血氣未定。戒之在色。夫色無時不當戒者。聖人提出少之時三字。誠重之也。抑畏之也。蓋人之方少。猶草木之萌芽。百蟲之在蟄。草木當始萌而遂折之。未有不摧枯者。百蟲當藏蟄而忽發之。未有不僵仆者。聖人提醒少年。使其力制色。心悚然。自愛以保養柔嫩之軀。誠能於色慾一關。識得破。把得牢。截得斷。則他年元神不虧。可成大器。克盡天年。不致死於非命。尤在爲父兄者。自幼將格言善訓。諸儒性理。及感應陰隲文。勸孝戒淫等書。陶冶漸摩。蒙以養正。一切淫詞。不得入其目。邪言。不得至其耳。狎邪小人。不得近其身。胸中純乎禮義。絕無一點邪心。其視此等事。真覺可羞。可恥。則舉動自然光明正大。雖閨房好合。亦知養身節慾。相對如賓。斷不狎昵無度矣。

孫述甫纂

養子而使成籠中鳥。不善教子者也。何則。鳥本飛也。猶人自具智識才力也。智識才力雖具。而爲善爲惡未定。因而閉諸內室。絕其外緣。如寘鳥籠中。以爲不復飛去。噫。有籠時。鳥固不能飛。無籠時。鳥獨不能飛乎。教子弟在養。其心導其志。使在外從羣。

而在內有主方是不去良禽性成君子否則束縛防閑終有一朝踰軌時也 世間不少聰明子弟其教必自童蒙始智識方啓可善可惡教之本真使知一言一動父師可欺而神明不可欺神明可欺而此心不可欺戒慎恐懼不敢偶忘則養正有基庶可變化其氣質焉 少年須常守專靜二字何謂專功無泛濫之謂何謂靜心無馳騫之謂文業長進在此心性堅定亦在此 龜鳴集 後生美質須令晦養厚積天道不翕聚不能發散況人乎花之千葉者無實謂其英

華太露耳 王陽明

養子弟如養芝蘭既教誨以培植之又當積善以滋潤之教子弟當先防以禮義教以謙和而後課以文學一事之能毋輕獎一語之俊勿妄誇 竹窗隨錄 教有四課一曰讀課二曰講課三曰文課四曰行課皆為父師者所當盡心不如此

則人才不出也 錄言日錄

教小兒先要安詳恭敬 張橫渠先生語

童稚之學。不止記誦。養其良知良能。當以先入之言為主。楊文公家訓  
 大抵後生為學。先須理會。所以為學者。何事一行一住。一語一默。須要盡合道理。呂

後生才性過人。不足畏。惟讀書尋思推究者。為可畏耳。謝靈運

余見名門右族。莫不繇祖先忠孝勤儉。以成立之。莫不繇子孫頑率奢傲。以覆墜之。

成立之難。如升天覆墜之易。如燎毛言之痛心。爾宜刻骨。柳玘戒子弟書

泰和羅文莊公仲子謁選。乞書帖當路。圖仕南方。以便省問。公曰。數字不足惜。惜認

義命二字。欠確耳。平生訓汝。謂何而有是言。竟不與書。座右編

林退齋先生臨終。子孫跪膝前請曰。大人何以訓兒輩。先生曰。無他言。若等只要吃

虧。從古英雄。只為不能吃虧。害了多少事。昨非錄

以上增入七條

交遊

好人品在處窮時見好友誼在交財時見言行集纂

博戲之交不終日飲食之交不終月勢利之交不終歲惟道義之交可以終身玉星

遇故舊之交意氣要愈新處隱微之事心迹要愈顯待衰朽之人恩禮要愈隆石天基

交友以相下為主當相會之時須虛心遜志相親相敬或議論未合要在從容涵養

相感以誠不得動氣求勝長傲遂非大凡交友須箴規指摘處少誘掖獎勵意多王明陽

人能攻我實病我能受人實攻朋友之義其庶幾乎胡五峯

良朋相對切戒依回又不可落於偏激使他無容身處法言異語相機而行直言不

異婉言方是克己錄

朋友居五倫之一古人倫常中事皆須良友切磋而成有人於此交其人而道義相

助有益於吾倫常之事交之可也交其人而燕溺多端或損於吾倫常之事絕之可

也芝蘭之室鮑魚之肆不可不慎集鳴

禮義廉恥可以律己不可以繩人律已則寡過繩人則寡合故君子責己小人責人



錄書心

見嚴師則收斂。見狎友則放恣。是以君子慎所接也。呂新吾

人不可無道心。不可作道貌。不可有世情。亦不可忽世情。與人言宜和氣。從容氣。

忿則不平。色厲則取怨。持己得一敬字。接物得一謙字。說書錄

士君子處世。寧使人訝其不來。毋令人厭其不去。心賞編

毀譽皆切磋之資。譽者指我。以前途毀者告我。以險阻。尤西山

一言逆而心憎。一事拂而心銜。甚至經年懷之而不釋。易世志之而弗忘。若然者。四

海之中。無樂地。而百年之內。無泰時。馮時可

仕宦以孤寒為安身。讀書以飢餓為進道。居家以無事為平安。朋友以相見疎為久。

要。福壽全書

好辯以招尤。不若訥默以怡性。廣交以延譽。不若素居以自全。厚費以多營。不若省

事以守儉。逞能以誨妒。不若韜精以示拙。顧東橋自警詞

靜。坐。然。後。知。平。日。之。氣。浮。守。默。然。後。知。平。日。之。言。躁。省。事。然。後。知。平。日。之。用。費。閉。戶。

然。後。知。平。日。之。交。濫。寡。慾。然。後。知。平。日。之。病。多。近。情。然。後。知。平。日。之。念。刻。陳眉公長者言

為。人。謀。當。心。入。事。中。身。處。事。外。朱用純語錄

羣。居。守。口。獨。坐。防。心。陳綬山語

以。相。歡。狎。為。相。與。以。無。圭。角。為。相。歡。愛。如。此。者。安。能。久。若。要。久。須。是。恭。敬。程伊川先生語

直。友。難。得。而。吾。又。拒。以。諱。過。之。聲。色。佞。人。不。少。而。吾。又。接。以。喜。諛。之。意。態。欲。不。日。入

於。惡。也。難。矣。呻吟語

開。口。說。輕。生。臨。大。節。決。然。規。避。逢。人。稱。知。己。即。深。交。究。盡。平。常。心相摘要

以上增入四條

### 仕宦

封。贈。父。祖。易。得。也。無。使。人。唾。罵。父。祖。難。得。也。恩。蔭。子。孫。易。得。也。無。使。子。孫。流。落。伶。仃。難。得。也。居。官。而。思。其。難。者。則。父。祖。之。澤。長。子。孫。之。祚。遠。矣。今日。居。官。受。祿。當。思。昔。

日秀才時。又思後日。解官時。思前則知足。思後則知儉。熊勉菴 宏備

平日讀書。惟有為官是展布時。將窮居所聞見。及生平所欲為者。一一試嘗之。須是

所理之政事。各得其宜。所治之人物。各得其所。纔是滿了本然的分量。以林臯安

樂懶散心為官。未有不荒怠者。以在家治生營產心為官。未有不貪鄙者。居官有

五要。休錯問一件事。休屈打一箇人。休妄費一分財。休輕勞一夫力。休苟取一文錢。

呂新 晉

官無論尊卑。各有當盡之職。為一官。即盡一職。便是天地位萬物育的氣象。馮文 正文

須是留得赤子的心腸。方可為聖賢。須是留得書生的滋味。方可為卿相。顧端 文公

士大夫一字不可輕與人。一言不可輕許人。一笑不可輕假人。魏 錄 書

執法如山。守身如玉。愛民如子。去蠹如讎。魏 敏 公 果

官雖至尊。不可以人之生命佐己之喜怒。官雖至卑。不可以己之名節佐人之喜怒。

善啓迪人心者。當因其所明而漸通之。毋強開其所閉。善移易風俗者。當因其所

易而漸反之母輕矯其所難蓄德錄

吏書貪吾詞不付房隸卒貪吾不妄行杖獄卒貪吾不輕繫囚 眼前皆赤子頭上

是青天臣鑿錄

朝廷立法不可不嚴有司行法不可不恕不嚴不足以禁天下之惡不恕不足以通

天下之情淵從彥語錄

憂民如有病對客似無官今之士大夫當之者希矣懿言錄

人於仕宦中昧禮亂法取不義之財欲為子孫計殊不知子孫誠有富貴之命雖無

立錐之地以遺之他日富貴將自至設其無富貴之命雖積金如山亦將蕩然不能

保矣況不義而入者又有悖出之禍乎讀書錄

一命之士苟存心於愛物於人必有所濟程明道先生語

事君如事親事官長如事兄與同僚如家人待羣吏如奴僕愛百姓如妻子處官事

如家事然後能盡吾之心 當官之法唯有三事曰清曰慎曰勤知此三者則知所

以持身矣。凡異色人皆不宜與之相接。要以清心省事為本。當官者先以暴怒為戒。事有不可當詳處之。必無不中。若先暴怒。只能自害。豈能害人。童蒙  
 一人坐獄。闔戶號啼。一罪爰成。妻孥典鬻。爰書數語。其得潦草從事乎。昨非 菴集  
 無功而食。雀鼠是已。肆害而食。虎狼是已。士大夫可圖諸座右。呻吟 語

以上增入七條

處世

善處身者必善處世。不善處世。賊身者也。善處世者必嚴修身。不嚴修身。媚世者也。

鄒南

安詳是處事第一法。謙退是處身第一法。涵容是處人第一法。置富貴貧賤死生常變於度外。是處心第一法。天下無難處之事。只消兩箇如之何。天下無難處之人。只消三箇必自反。天地萬物之理。皆始於從容。而卒於急促。急促者。盡氣也。從容者。初氣也。事從容。則有餘味。人從容。則有餘年。當急遽冗雜時。只不動火。則神有

餘而不勞事從容而就理一動火總總都不濟 酒裏學慎色裏學潔財裏學廉氣

裏學忍此謂波中下權正病投鍼全要力量 體懈神昏志消氣沮天下事不是這

般人幹底攘背抵掌矢志奮心天下事也不是這般人幹底幹天下之事者智深勇

沈神閒氣定有所不言言必當有所不為為必成不自是而露才不輕試以倖功此

真才也呂新吾

經一番挫折長一番識見多一分享用減一分志氣加一分體貼知一分物情 不

到極逆之境不知和順之安不遇至刻之人不知忠厚之善不經難處之事不知平

易之歡石天基

外重者內輕故保富貴而喪名節內重者外輕故守道義而樂貧賤愛親者保其身

愛君者輕其位省心錄

平居寡慾養身臨大節當達生委命治生量入節用循大義當芥視千金許台仲

天非私富一人託以眾貧者天非私貴一人託以眾賤者貧賤人食力營業自家血

汗。自。家。消。受。天。之。鑒。察。猶。寬。富。貴。人。擔。爵。食。祿。萬。民。血。汗。一。人。消。受。天。之。督。過。更。重。

鄭漢

士。君。子。盡。心。利。濟。使。海。內。少。他。不。得。則。天。亦。自。然。少。他。不。得。即。此。便。是。立。命。陳眉公

天。下。無。不。可。格。之。人。但。恐。誠。心。未。至。天。下。無。不。可。成。之。事。只。為。立。志。不。堅。蘇蘇

應。事。最。當。熟。思。緩。處。熟。思。則。得。其。情。緩。處。則。得。其。當。讀書

安。閒。無。事。如。何。消。此。清。福。曰。不。萌。非。禮。之。念。常。讀。有。用。之。書。遇。逆。境。之。來。惟。宜。知。

懼。痛。自。洗。濯。以。求。進。詣。方。不。負。上。天。一。番。策。勵。此。即。所。謂。敬。天。之。怒。無。敢。戲。渝。也。龍

錄日

為。人。在。世。不。有。益。於。養。必。有。益。於。教。不。然。即。天。地。間。一。蠢。物。貧。賤。閒。遊。為。小。蠢。富。貴。

閒。享。為。大。蠢。陳龍正

家。貧。覘。力。量。夜。夢。驗。工。夫。陸務觀詩

不。能。動。人。只。是。誠。不。至。於。事。厭。倦。皆。是。無。誠。處。伊川程子語

終身讓路。不枉百步。終身讓畔。不失一段。宋孝友先生語

恩讎分明。此四字。非有道者之言也。無好人三字。非有德者之言也。呂榮公語

處世以譏訕為第一病痛。不善在彼。我何與焉。

為人辨冤白謗。是第一天理。自家好處。掩藏幾分。這是涵蓄以養深。人不好處。要

掩藏幾分。這是渾厚以養大。疑心最害事。二則疑不。二則不疑。賢人有疑惑於理

也。眾人多疑。惑於情也。呻吟語

處世莫驚毀譽。只我是無我。非任人短長。立身休問吉凶。但為善不為惡。憑天禍福。

淺狹。一心到處便招尤悔。因循兩字。從來誤盡英雄。呂新吾

以上增入九條

### 守分

言行擬古人。則德日進。功名付天命。則心自閒。報應念子孫。則事可平。受享慮疾病。

則用能儉。顧東橋自警詞



人生爵位自是分定。非可營求。只看得義命透。落得做箇君子。不然空污穢清淨世界。空玷辱清白家門。反不如田夫牧子。老死而人不聞者。反免得出一翻大醜也。高忠憲

憲公家訓

聖人亦是退一步法。易經一書。每到盛滿便思悔吝。故曰日中則昃。月盈則食。聖人灼見事理。定當如此。非分之福。無故之獲。非造物釣餌。即人世機阱。切須猛省。非昨

卷日

休委罪於造化。一切責之人事。休過望於世間。一切求之我身。喫這一箸飯。是何人收打的。穿這一匹帛。是何人織染的。大厦高堂。如何該我居住。安車駟馬。如何該我乘坐。獲飽煖之休。思作者之勞。享尊榮之樂。思供者之苦。殃咎之來。未有不始於快心者。故君子得意而憂。逢喜而懼。與其抑暴戾之氣。不若養和平之心。與其裁既溢之恩。不若絕分外之望。與其服延年之藥。不若守保身之方。呂新吾

臨事著一苟字便壞。享用著一苟字便安。高忠憲家訓

求不可得之利必致禍務不當受之名則取辱日錄

常見人尋常事處置得宜數數為人言之陋亦甚矣古人功滿天地德冠人羣視之若無者分定故也 一縷之肉而萬蟻啣之一勺之水而萬魚吸之欲滿其欲可乎

錄書

從古大聖大賢都處缺陷可見造化不以全福與人錢啓新

人未老而享既老之福則終不得老人未貴而享既貴之福則終不得貴趙大山 關孫

務博之學不精好大之願不副過望之福不享高忠憲公

置產者吃虧一分受用一世徵租者少收幾合多守幾年寸耕 鈔略

行坦途者肆而忽故疾走則蹶行險途者畏而慎故徐步則不跌然後知安樂有致

死之道憂患為養生之本可不慎諸省心錄

凡事遇發舒處慎勿忘霜降木落時王文肅公 腹中語

七情之發惟怒為遽眾逆之加惟忍為是絕情實難處逆非易當怒火炎以忍水制

忍之。又。忍。愈。忍。愈。厲。過。一。百。忍。為。張。公。藝。不。亂。大。謀。其。乃。有。濟。如。其。不。忍。傾。敗。立。至。

陳文恭公獻章忍字贊

心。安。茅。屋。穩。性。定。菜。根。香。世。事。靜。方。見。人。情。澹。始。長。  
益智書

賢。而。多。財。則。損。其。志。愚。而。多。財。則。益。其。過。  
疏廣語

作。本。色。人。說。根。心。話。幹。近。情。事。物。忌。全。盛。事。忌。全。美。人。忌。全。名。是。以。君。子。見。益。而

思。損。持。滿。而。思。溢。

第。一。受。用。胸。中。乾。淨。第。二。受。用。外。來。不。動。第。三。受。用。合。家。沒。病。第。四。受。用。與。物。無。競。

呻吟語

以上增入四條

待人

世。間。第。一。種。可。敬。人。忠。臣。孝。子。世。間。第。一。種。可。憐。人。寡。婦。孤。兒。  
魏果敏公廟齋問話

倚。勢。陵。人。勢。敗。而。人。陵。我。恃。財。侮。人。財。散。而。人。侮。我。  
石天基

吾人十分如意則旁人決有十二分不如意蓋如風篷不可滿使王文

常覺胸中生意滿須知世上苦人多姚公

君子不迫人於險當人危急之時操縱在我寬一分則彼受一分之惠若扼之不已

鳥窮則攬獸窮則搏反噬之禍將不可救寇容

但念自己一箇不是即我之氣平但說自己一箇不是即人之氣亦平福壽

凡有橫逆來侵先思所以取之之故即思所以處之之法不可便動氣兩箇動氣一

對小人一般受禍常看得自家未必是他人未必非便有長進再看得他人皆有

可取吾身只是過多更有長進駝負百鈞蟻負一粒各盡其力也象飲數石驢飲

一勺各充其量也君子用人不必其效之同各盡所長而已呂新

英華太露者必無真學問有真學問便有涵養氣宇自然恂謹性情便覺沖融林登

助君子使必成其美此固仁人長者之行御小人使不罹於法此尤為天地父母之

心夏

必能忍人不能忍之觸忤。斯能為人不能為之事功。凡與人言。即當思其事之可。否可則諾。不可則無諾。若不思可否而輕諾之事。或不可行。則必不能踐厥言矣。

小人有功。可優之以賞。不可假之以柄。寧人負我。毋我負人。此言當留心。讀書錄

珍重至人。曾有語落。便宜是得便宜。邵子詩

論人情。只往薄處求。說人心。只往惡邊想。此是私而刻底念頭。古人責人。每於有過

中求。無過。此是長厚心。盛德事。學者熟思。自有滋味。惡惡太嚴。便是一惡。樂善甚

亟。便是一善。時時體悉人情。念念持循天理。肯替別人想。是第一等學問。

禍莫大於不體人之私。而又苦之。讎莫深於不諱人之短。而又訐之。

爭利起於人各有欲。爭名起於人各有見。惟君子以澹泊自處。以知能讓人。胸中有

無限快活處。呻吟語

人當自反。凡事轉想。或已有不是處。若責人。恕己一味。見人不是。則父母兄弟妻子

朋友親戚。皆可憎。甚哉其惑也。務本齋命錄

以上增入七條

愛物

天地別無勾當。只以生物爲心。如此看來。天地全是一團生意。覆載萬物。人若愛惜物命。也是替天行道的善事。朱子語

滋味入口。經三寸舌間耳。自喉以下。珍羞粗糲。同於冥然。奈何以三寸之爽。輕戕物命乎。豈惟口腹百年光景。三寸滋味耳。有以須臾之守。流芳百世。有以須臾之縱。貽

臭萬年。亦可思矣。高忠憲公家訓

予少不喜殺生。近始得斷。有饋我蟹蛤者。卽放江中。雖無活理。庶幾萬一。便不活。亦愈於烹煎。何忍以口腹。故使眾生受無量怖苦。蘇長公

三教聖人。功用雖異。其仁慈愛物。體上帝好生之心。則一。陋儒乃目爲佛老。豈佛老好生。吾儒尙殺乎。白樂天有放生儀真。西山有不殺誠顏魯公。隨所守郡縣。卽立放生池。共八十一所。蘇東坡晚年。極喜放生。其在杭州。奏修西湖。以續放生池。數公節

善放生辯

義。文。章。炳。標。千。古。使。事。在。可。緩。數。公。其。肯。為。乎。彼。不。信。者。豈。聰。明。反。過。於。數。公。乎。玉

一。言。而。贊。放。生。則。動。人。慈。悲。心。為。萬。劫。常。樂。之。善。因。一。言。而。贊。殺。生。則。啓。人。殘。忍。心。為。萬。劫。永。沈。之。業。果。福善編

因。觀。鳥。鳥。哺。其。雛。仁。心。藹。然。可。見。人。惻。然。慈。良。之。心。即。天。地。藹。然。生。物。之。心。螻。

蟻。之。微。或。誤。戕。之。即。瞿。然。心。動。乃。知。惻。隱。之。端。非。由。外。鑠。也。讀書錄

我。肉。眾。生。肉。名。殊。體。不。殊。原。同。一。種。性。只。是。別。形。軀。苦。惱。從。他。受。肥。甘。為。我。需。莫。教。

閻。君。斷。自。揣。看。何。如。黃山谷戒殺頌

一。虎。當。邑。立。萬。民。駭。散。走。萬。人。俱。虎。心。物。命。誰。當。救。勿。謂。彼。肉。肥。可。療。我。身。瘦。彼。此。

電。露。命。但。當。相。憫。祐。陶石贊

食。君。數。粒。粟。充。君。羹。中。肉。一。羹。斷。數。命。下。筋。猶。未。足。口。腹。須。臾。間。禍。福。相。倚。伏。願。君。

戒。勿。殺。死。生。如。轉。轂。蔡君謨

汝欲延生聽我語。凡事惺惺須恕己。汝欲延生須放生。此是循環真道理。他若死時。

彌救他。倘若死時。天救。爾延生。生子。別無方。戒殺放生而已矣。呂祖放生歌

千百年來碗裏羹。冤深如海恨難平。欲知世界刀兵劫。但聽屠門夜半聲。戒殺集錄

勸君莫打三春鳥。子在巢中望母歸。嚴證

昔賢詩云。鈎簾歸乳燕。穴牖放癡蠅。為鼠盤留飯。憐蛾紗籠燈。讀此可以推廣愛物。

之仁矣。放生訓證

周茂叔窗前草不除去。人問之曰。與自家生意一般。可見草木雖是無知。若無故而

斬伐。不幾自傷其生意乎。劉念齋人語

以上加入一條

### 積德

粒穀必珍。富之本也。隻字必惜。貴之原也。微命必護。壽之根也。小過必懲。德之基也。

司馬溫公  
國寶殿



積金以貽子孫未必能守。積書以貽子孫未必能讀。不如積陰德於冥冥之中。以爲子孫長久之計。溫公家訓

現在之福。積自祖宗者。不可不惜。將來之福。貽於子孫者。不可不培。現在之福。如點燈。隨點則隨竭。將來之福。如添油。愈添則愈久。楊龜穀公述父瞻訓

積德之家。子孫不好的。會變得好。種惡之家。子孫好的。也變得不好。風成保習是編

天地間福祿。若不存些憂勤惕厲的心。聚他不來。若不作些濟人利物的事。亦消他

不去。薛西原割記

遇人癡迷處。出一言提醒之。遇人急難處。出一力解救之。者。上資祖考。下蔭兒孫。濟利

善名

天薄我以福。我厚吾德以迓之。天勞我以形。我逸吾心以補之。天阨我以遇。我修吾

善以通之。昨非卷日基

積德若爲山。九仞頭休虧一簣。容人須學海。十分滿尙納百川。譚公

世事讓三分。天空地闊。心田培一點。子種孫收。石天基

留有餘不盡之巧。以還造化。留有餘不盡之祿。以還朝廷。留有餘不盡之財。以還百

姓。留有餘不盡之福。以還子孫。王伯大 四留錄

使人敢怨而不敢言。便是損陰德處。隨事皆然。當權尤甚。住世一日。則做一日好人。

居官一日。則行一日好事。福壽全書

凡稍有名譽。落世間無德。以堪必達。造物之深忌。續啓新 龜記

凝重之人。德在此。福亦在此。續書

世間大福德人。必能容人所不能容。忍人所不能忍。若器小。福薄人。便蹶然而動矣。

自古厚德人。未有不受天厚報者也。今人貧窮孤苦。只怨上天薄待已。不知自家

先薄待自家。如何天反於汝。獨厚陳眉公曰。吾本薄福人。宜行厚德事。吾本薄德人。

宜行惜福事。數語使人尋味不盡。

厚德不徒一事上見。須積而後厚。其忘恩讎。化爾我。固德之大者。即如見人議論人。

短長有可掩覆處爲之掩覆見人作事愚鈍有可提醒處爲之提醒見人很結冤仇有可解救處爲之解救積之既久自然高厚劉宗周人語類記出一箇喪元氣進士不如出一箇積陰德平民陳眉公

感應

善惡施也禍福報也人報其陽天報其陰日書錄

天機至巧儘備如何算計那算計處恰爾曲投其機躲避他不得人眼至尖儘備如何彌縫那彌縫處忽已早落其眼哄騙他不得小心齋

天道極是分明只嫌性慢鬼神最能窺測那怕機深諸著

行一件好事心中泰然行一件歹事彘影抱愧卽此是天堂地獄金言

一念之善景星慶雲一念之惡烈風疾雨一念之欲不能制而禍流於滔天邵

康節曰人之善惡但萌諸心發乎慮鬼神已得而知之人能慎所發於將發則無悔

矣讀書

凡人之爲不善其初皆不忍也其後忍不忍半其後忍之其後安之其後樂之嗚呼至於樂爲不善而後良心死矣

一念收斂則萬善來同一念放恣則百邪乘覺

呂新吾

見他人爲不善事常稱意者不須多羨此乃天之所棄待其積惡深厚從而殄滅之不在其身則在其子孫也

袁氏世範

作好人眼前覺得便宜總算來是大便宜作不好人眼前覺得便宜總算來是大便宜

高忠憲公家訓

富貴家宜學寬聰明人宜學厚不寬必遭橫禍不厚必天天年

顧錄

爲善有數端一以言立一以力勝一以隱處見功一以明處表式以善勸人使人改過遷善以言立者也以善濟人爲己修福積德以力勝者也爲善不求人知不祈神佑隱處見功者也爲善自我啓之與人同之明處表式者也四者不同同歸於善要其所以惟求其實人有內無善心而外飾善事以沽名者其人與作無量惡者等不

可不戒。

古稱爲善最樂。又稱爲善無不報。不於其身。必於其子孫。報在天。不在人。人不必設。

是心而天未嘗爽此理。

集編鳴

爲善尙未必蒙福。設以斯人而爲惡。其殃更有不可勝言者矣。爲惡或未卽召殃。設以斯人而爲善。其福尤有不可勝量者矣。上蒼感應之理。安有絲黍爽哉。

沈歸愚

善念無常。皆由自積。惟積念有真不真。故爲善有報不報。嘗見積善之家。或食報遠。或食報近。或并無所報。因質諸師。師曰。爲善而言報不報。非真爲善者也。觀於善之報不報。可知念之真不真。太抵有所報者。其爲善時不望報者也。無所報者。其爲善時卽望報者也。僕誌之不敢忘。

黃澗

10  
473371

2732 A