



老人言丛书

修身清言

赵曼妮 王芝兰 陈 哲 注译



三 秦 出 版 社

▲老人言丛书

▲赵曼妮 王芝兰 陈哲 注译

修身清言

三秦出版

老人言丛书

修身清言

赵曼妮 王芝兰 陈 哲 注译

出版发行 三秦出版社

新华书店经销

社 址 西安市糖坊街俭家巷小区副3号楼

电 话 (029)7264325 7263801

邮政编码 710003

印 刷 长安县第二印刷厂印刷

开 本 850×1168 1/32

印 张 12.125

字 数 240千字

版 次 1998年9月第1版

1999年3月第2次印刷

印 数 6001—14000

标准书号 ISBN 7-80628-202-5/G·50

定 价 13.50元



大其心，容天下之物；虚其心，受天下之善；
平其心，论天下之事；潜其心，观天下之理；
定其心，应天下之变。

1994.10/1



悠悠五千年，看不够的兴衰治乱，数不尽的离合悲欢，一代又一代的古人先贤，为了实践“正心、修身、齐家、治国平天下”的理想，苦苦奋斗，孜孜以求，尝遍了甜酸辣苦，饱受了荣辱沉浮，自以为洞察了古往今来的人情世故，参透了天地宇宙、社会人生的玄机，于是便以“过来人”的身分向晚辈后学以及世人传授为人处世、修身养性的秘诀和法宝。于是，在浩如烟海的中华古籍宝库中，便有了为数众多的箴规戒语类作品。这类格言语录多数有感而发，短小精悍，富含哲理，警策感人。许多已成为脍炙人口的千古名句，言人之所不能言，道人之所未经道，具有极高的欣赏和借鉴价值，今天读来，依然真切生动，十分耐人寻味。可是，由于历史的原因，这一笔宝贵的精神财富却没有受到足够的重视，例如近年来极其流行的《菜根谭》一书，算是其中较幸运的，还是先在东瀛日本备受推崇，然后才“衣锦还乡”的。至于其它一大批内容丝毫不逊于《菜根谭》的佳作，却只能落得尘封雪藏、束之高阁的命运，这不能不说是一大憾事。为了让更多读者领略这些奇书的风采，汲取其中丰富的精神营养，我们特编写了这套《老人言丛书》。所谓“老人言”，一是因为这些格言体作品的作者多为饱经世事沧桑之人，既有搏击宦海的名臣贤相，也有

遗世独立的高人隐士；既有学富五车、年高德劭的老学究，又有命运多舛、穷愁潦倒的老幕客。二是因为从今天的角度来看，这些格言警句无不是历史经验的总结和升华，是历史老人留下的宝贵文化遗产和谆谆教诲。丛书由五部书组成：一是《修身清言》，收录北宋隐士林逋的《省心录》、明代学者屠隆的《娑罗馆清言》以及清代学者张潮的《幽梦影》等修身名著。二是《为政恒言》，收录汉代马融的《忠经》、唐武则天的《臣轨》、宋代吕本中的《官箴》等政书名篇。三是《治家格言》，收录清代学者张英的《聪训斋语》等家训名著。四是《劝世良言》，收录民间广为流传的劝善名著《太上感应篇》等。五是《品书奇言》，收录宋代理学家朱熹的《朱子品书箴》、清代陈梦雷的《读书通录》等。体例上采取在每部作品前加题解、原文分段注释并作今译的形式。注释力求准确，今译文字尽可能做到晓畅传神。

古语说得好，“不听老人言，吃亏在眼前！”这些金玉良言好比陈年佳酿，历久弥新，相信能为今天的人们在修身养性、为人处世方面提供有益的借鉴和启示。当然，毋庸讳言，这些作品都出自封建时代，无一例外地都打上了那个时代的烙印，甚或还夹杂着思想糟粕，这些都需要读者在阅读过程中加以扬弃。整理者学力有限，疏漏讹误之处，恳请方家指正。

目 录

省心录·····	〔宋〕林 逋(1)
小窗幽记·····	〔明〕陈继儒(39)
娑罗馆清言·····	〔明〕屠 隆(129)
荆园小语·····	〔清〕申涵光(169)
日录里言·····	〔清〕魏 禧(210)
幽梦影·····	〔清〕张 潮(227)
幽梦续影·····	〔清〕朱锡绶(334)

省 心 录

[宋]林 逋

【题解】

提起《省心录》，人们也许不甚熟悉，可是其作者林逋，却是宋代一位有名的高人异士。他生于北宋乾德五年(967)，卒于仁宗天圣六年(1028)。字君复，钱塘(今浙江杭州)人。生性淡泊好古，不慕荣利。一生大部分时间隐居于西湖孤山，绝意仕进，又不婚娶，只以赏梅养鹤为乐，故有“梅妻鹤子”之雅称。死后谥“和靖先生”。工诗，以五律见长，多反映隐逸生活，尤以咏梅为多。作品有《林和靖诗集》。

这部《省心录》一卷，原收入明万历年间陈继儒辑刊的《宝颜堂秘笈》中，内容和其他同类作品一样，主要讲述为人处世的道理，一般都从儒家经典章句出发，阐释发挥，劝世教人，警策可观。有些地方存在繁冗重复之嫌。此次整理过程中，酌情删去了部分条目，以便于读者阅读。

闻善言则拜，告有过则喜，有圣贤之气象。坐密室如通衢，驭寸心如六马，可以免过。心不清则无以见道，

志不确则无以立功。

【今译】

听到有益身心的话就恭敬采纳，听到别人指出自己的过失便满心喜悦，这样的人已经具备了古圣先贤的气概。坐在密闭的房间里如同身处通衢大道，丝毫不感到寂寞烦闷；收束自己的方寸之心就像驾驭六匹骏马，丝毫不敢疏忽大意，这样便可免去许多过失。内心不清静就无法领悟道法的真谛，志向不坚定就无法建功立业。

二

天下有甚于饥渴饮食之道，而世或以名称己，或以能为事^①。哀哉！臣之忠，子之孝，弟之悌是也。孔子以文学为孝悌之余事^②，孟子谓良知良能不出于学^③，是非圣人强人以甚难，盖以爱欲汨其心^④，而妻子爵禄为贼忠孝之具。间有得臣子之道者，宜乎表出于世。苟以孔孟之道求诸己，则知舍孝悌不足以为人，移孝悌为忠顺，则立身行己之道当然。世何称己，何能之有？

【注释】

①能事：能做到的事，后指特别擅长的事。

②孔子句：《论语·学而》：“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。’”

③孟子句：《孟子·尽心上》：“人之所不学而能者，其良能也；所不虑而知者，其良知也。”这里良能，指天赋为善的能力。良知，指天赋的分辨是非善恶的智能。

④汨：埋没，扰乱。

【今译】

天下有高于饥餐渴饮、衣食男女的伦理道德，可是世人有的用这些伦理道德来自我标榜，有的则以此作为自己的特长到处夸耀。实在可悲呀！臣子就应当忠君，儿子就应当孝亲，弟弟就应当敬事兄长。孔子把读书作文章看作孝悌之外的业余之事，孟子认为良知和良能不是学习能够得到的，这并不是圣人们在强人所难，大概是因为贪爱和私欲会泯灭人纯真的心性，而妻子和爵禄又是妨碍人尽忠尽孝的大敌。偶然有别人领悟了做臣的道理，于是就脱颖而出，成为世人仰慕的楷模。假如用孔孟之道来要求自己，就会意识到如果做不到孝悌，就没有资格做人；在孝悌基础上的忠君顺民，乃是安身立命的必然要求。世人有什么值得自我标榜？即使做到了，又算得上什么了不起的能耐？

三

事亲孝者，事君必忠，何以知之？良知故存，虽妻子不能移其爱，推此以尽为臣之道，则爵禄安可易其守？子惟知有亲，焉得不孝；臣惟知有君，安得不忠？所谓良知者，其可忘乎？父慈子孝，兄友弟恭，相须之理也。然子不可待父慈而后孝，弟不可待兄友而后恭，譬犹责人以信然后报之以诚。夫尽己之当为，乃君子所以立身之道，非求备于人也。

【今译】

对待亲人孝顺的人，对待君主必然忠心耿耿，怎么知道呢？因为天赋的分辨是非善恶的智能深深植根于心，就是妻子儿女

也不会改变其对亲人的敬爱之情。将这种爱心推而广之,用来尽做臣的责任,则官爵和俸禄又怎么能改变其操守呢?儿子心中只知道双亲,怎么能不孝顺?臣子心中只知道君主,怎么能不忠心耿耿?既然是天赋的分辨是非善恶的智能,又怎么能忘记呢?父亲慈爱和儿子孝顺,兄长友爱和弟弟恭敬,是相互对应、相辅相成的关系。不过儿子不能说等父亲慈爱了然后才孝顺,弟弟不能说等兄长友爱了然后才恭敬,就像是要求别人守信然后才以诚相待一样。尽力做好自己分内之事,乃是君子处世立身的原则,并不一定要求他人都要做得很好。

四

器满则溢,人满则丧。士大夫若以一官之廩禄计,则不知其为素餐。请以驱役之卒、奉承之吏,供帐居处,详陈悉算,则凜然如履冰、岌然如临渊,有愧于方寸者多矣。若于奉公治民之道不加思,则窃人之财不足为盗矣。

【今译】

容器装得太满就会溢出,做人骄傲自满就会招来灾祸。士大夫如果拿自己做官的俸禄衡量,则意识不到自己的尸位素餐。假如将供其驱使的衙卒、处理杂务的书吏以及为其备办的官衙宅第等,全都计算在内,那么他必定会十分惊惧如履薄冰,十分惶恐如临深渊,内心感到非常惭愧。如果做官而对安邦治民的方略毫不考虑,那么就无异于十恶不赦的盗贼,而窃人钱财的人与之相比根本不算是盗贼。

五

自信者人亦信之，胡越犹弟兄；自疑者人亦疑之，身外皆敌国。至于推诚而不欺，守信而不疑，非但六合之内可行。动天地，感鬼神，非诚信不可。

【今译】

自身诚信的人别人也会信服他，这样的话哪怕是相距甚远的北胡和南越也会亲如一家；自身疑惑的人别人也会猜疑他，这样的话外界的一切都充满敌意。至于说推心置腹而不欺瞒，恪守信誉而不怀疑，不仅仅是在天地四方之内行得通。通常所谓感天地、泣鬼神，只有内心诚实笃信才能做到。

六

为善如负重登山，志虽已确，而力犹恐不及；为恶如乘骏马走坡，虽不加鞭策，而足亦不能制。

【今译】

行善事就像背着重物登山一样，志向虽然很明确，就怕精力达不到；做恶事就像骑着高头大马下山坡，就是不加一鞭，也止不住脚步。

七

功名官爵，货财声色，皆谓之欲，俱可以杀身。或问

之曰：欲可去乎？曰：不可。饥者欲食，寒者欲衣，无后者欲子孙。反是，甘于自杀也。然知足而不贪，知节而不淫，无沽名之心而不求功，亦庶几乎欲可窒也。

【今译】

功名和官爵，货财和美色，都能引起人的贪欲，都可以致人死地。有人问道：欲念可以消除吗？回答是：不可以。饥饿的人有进食的欲望，寒冷的人有穿衣的欲望，没有后代的人有多子多孙的欲望。否则的话，就等于自寻绝路。当然，有的人容易满足而不过分贪婪，善于节制而不随心所欲，没有沽名钓誉的心思，也不追求功利，这样或许也能够遏制欲念。

八

知不足者好学，耻下问者自满，一为君子，一为小人，自取如何耳。

【今译】

知道自身不足的人谦逊好学，耻于向他人求教的人骄傲自满，一种是君子的做法，一种是小人的做法，就看人们如何选择。

九

人之有过失，犹身之有疾病，攻之以药石，诲之以廉耻，虽过失不害为贤者，虽疾病不失为全人。好名而立异，立异则身危，故圣人以名为戒。

【今译】

人有缺点错误,就像身体有疾病一样,应当用药石祛除疾病,用廉耻之心教诲人改正错误。这样的话尽管曾犯有过错,却不影响其成为贤能的人;尽管曾患有疾病,却不失为身心健全的人。喜好虚名的人必定要标新立异,标新立异必定会给自身带来危险,所以圣人最忌讳虚名。



为善者不云利,逐利者不见善,舜跖之徒自此分。舍生取义,固不可得;见利思义,圣人亦取之。殆哉!利不可言^①,况可为乎?孟子答梁惠王之言至矣。

【注释】

①利不可言:《孟子·梁惠王上》:“孟子对曰:‘王何必曰利?亦有仁义而已矣。’”

【今译】

行善的人从不考虑是否能得到好处,追求好处的人不会去行善,或德行像圣明的虞舜,或行径像邪恶的盗跖,分界线就在这里。舍弃生命而追求大义,固然很难做到;只要在功利面前能想到大义,圣人也很赞赏。危险啊,功利连说一下都不行,况且要去追逐呢?孟子回答梁惠王的话说得实在太完备了。



官爵富贵,在人谓之悦来^①;道德仁义,在己谓之自得。悦来者足以骄妻妾,自得者可以藐公卿,君子所以

修天爵^②，而人爵从之。

【注释】

①僥来：无意得来，侥幸得到。《新唐书·太宗诸子列传·纪王慎传》：“况荣宠贵盛，僥来物也，可恃以凌人乎！”

②天爵：自然的爵位。《孟子·告子上》：“仁、义、忠、信，乐善不倦，此天爵也；公卿大夫，此人爵也。”

【今译】

别人都汲汲以求的官爵富贵，不过是侥幸得来的东西；而我自己培养的道德和仁义，却是经过辛勤努力得来的东西。侥幸得到的东西可以在妻妾面前夸耀；而自己修来的东西则可以藐视公卿的官位。所以君子努力修行以取得自然的爵位，有了天爵，人世的官爵就会随之而来。

一二

静吉动凶，德休伪拙，圣人戒告甚切至。反身而诚，乐莫大焉，知此为君子，昧此为小人。

【今译】

清静则吉，妄动则凶，忠厚有德则祥和，奸诈巧伪则有殃，这一点圣人已说得十分真切周详。反省自身，心意笃诚，才能享受到最大的乐趣，知道这个道理的就是君子，反之就是小人。

一三

木有所养，则根本固而枝叶茂，栋梁之材成；水有所养，则泉源壮而流派长，灌溉之利溥；人有所养，则志气

大而识见明，忠义之志出。可不养哉！故孟子所谓苟得其养，无物不长也^①。

【注释】

①《孟子·告子上》：“故苟得其养，无物不长；苟失其养，无物不消。”

【今译】

树木得到滋养，则根系牢固而枝叶繁茂，就能成为栋梁之材；水流得到涵养补充，就会源头丰沛而水道绵长，灌溉的土地无比宽广；人能够经常自我修养，则志向远大，心明眼亮，忠孝节义相得以彰。不养能行吗？所以孟子说，假如有丰富的营养，万物就能茁壮成长。

一四

昼之所为，夜必思之，有善则乐，有过则惧，君子哉！私心胜者，可以灭公；为己重者，可以利物。

【今译】

白天做过的事情，夜晚必定要一一反思，如果做了善事就乐在心头，犯了过失就万分戒惧，这样的人就是君子啊！私心炽盛的人，可以损害公众的利益；凡事严要求自己的人，可以给他人带来一定好处。

一五

人之所以异于禽兽草木者，以其有为耳。皮毛齿角，禽兽以用而名；香味补泻，草木以功而著。人之生

也，无德以表俗，无功以及物，于禽兽草木之不若也，哀哉！

【今译】

人类之所以与禽兽草木不一样，在于其有所作为。禽兽因其皮毛齿角的实用价值而出名；草木以其香味和滋补和导泻功效而著称。人生活在世上，如果没有高尚的道德来作为世俗的表率，没有卓著的功业来施惠他人，那么还不如禽兽草木，岂不可悲！

一六

岁月已往者不可复，未来者不可期，见在者不可失。为善则善应，为恶则恶报，所以成名灭身，惟自取如何耳。

【今译】

逝去的岁月一去不返，未来的日子不可预期，眼下的光阴不可流失。行善则得善报，作恶则有恶报，所以是青史留名还是身败名裂，完全取决于各人自己如何选择。

一七

仁义礼智本自修，人必钦崇之；放僻邪侈本自贼^①，人必轻鄙之。得天地之至和者为君子，故温良慈俭；稟阴阳之缪戾者为小人^②，故凶诈奸邪。善恶之性不能易，如水之不能燥，火之不能湿。形色语默之间，善恶自