

國學典藏
文化百科系列

家藏
經典

宋 濤 / 主編



修身·齐家·治国千古第一完人

本书通过对中国封建社会最后一尊精神偶像——曾国藩的为官、治兵、处世、治学、修身、治国、齐家、监相、理财、家书等多个方面深层次的剖析，以原译文对照的形式将其一生的思想提炼、融通，为世人提供可借鉴的宝贵经验。

珍藏版

曾国藩全书



辽海出版社

无障碍阅读
感受国学博大精深



國學典藏
文化百科系列

曾国藩全书

◎修身·齐家·治国千古第一完人◎



宋涛 / 主编

辽海出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

曾国藩全书/宋涛主编. —沈阳: 辽海出版社, 2008. 10

(文化百科系列)

ISBN 978 - 7 - 5451 - 0223 - 9

I. ①曾… II. ①宋… III. ①曾国藩 (1811 - 1872) —全集
IV. ①Z425. 2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 156654 号

曾国藩全书

责任编辑: 段扬华

责任校对: 顾 季

装帧设计: 马寄萍

出 版 者: 辽海出版社

地 址: 沈阳市和平区十一纬路 25 号

邮政编码: 110003

电 话: 024 - 23284473

E-mail: dyh550912@163.com

印 刷 者: 北京海德伟业印务有限公司印刷

发 行 者: 辽海出版社

幅面尺寸: 185mm × 270mm

印 张: 38

字 数: 924 千字

出版时间: 2009 年 3 月第 1 版

印刷时间: 2014 年 8 月第 3 次印刷

定 价: 98.00 元

版权所有 翻印必究

前 言

曾国藩（1811~1872），初名子城，字伯涵，号涤生。晚清重臣，著名军事家、理学家、政治家、书法家、文学家，湘军创立者和统帅者，晚清散文“湘乡派”创始人。嘉庆十六年（1811年），曾国藩出生于湖南长沙府湘乡（今湖南省双峰县）的一个地主家庭，兄妹9人，其为长子。他自幼勤奋好学，6岁时入塾读书；8岁时能读八股文、诵五经；14岁时能读《周礼》、《史记》文选，同年参加长沙的童子试，成绩列为优等。道光十三年（1833年）考取秀才。道光十八年（1838年）会试中贡士，改名国藩；殿试赐同进士出身；朝考后授翰林院庶吉士。自此供职京师，结交穆彰阿、倭仁及唐鉴等人，累迁侍读、侍讲学士、文渊阁直阁事、内阁学士、礼部侍郎及署兵部、工部、刑部、吏部侍郎等职。十年七迁，连跃十级。咸丰三年（1853年）丁忧在籍，奉诏督办团练，创建湘军。咸丰四年（1854年）率湘军镇压太平天国起义。咸丰十年（1860年）任两江总督、钦差大臣，负责镇压太平天国事务，并开创中国洋务运动的先河。同治三年（1864年）湘军攻破天京（今南京），赏加太子太保衔，赐封一等毅勇侯，成为清代以文人而封武侯的第一人。同治四年（1865年）任剿捻钦差大臣；翌年因无功而去职，回任两江总督。同治七年（1868年）调任直隶总督。同治九年（1870年）奉命前往天津处理“天津教案”，因屈从洋人而遭朝野舆论谴责，旋回任两江总督。同治十一年（1872年）在南京病逝，朝廷追赠太傅，谥文正，祀京师昭忠、贤良祠。由于其实现了儒家修身、齐家、治国、平天下的人生理想，完成了立功、立德、立言“三不朽”的伟大事业，被誉为“中兴第一名臣”、“中华千古第一完人”。

曾国藩一生奉行为政以耐烦为第一要义，主张凡事要勤俭廉劳，不可为官自傲。他修身律己，以德求官，礼治为先，以忠谋政，在官场上获得了巨大的成功。他的崛起，对清王朝的政治、军事、文化、经济等方面都产生了深远的影响。作为叱咤于清朝末年的风云人物，他打败太平天国，是清王朝的“救命恩人”；他“匡救时弊”、整肃政风、学习西方文化，使晚清出现了“同治中兴”；他克己唯严，崇尚气节，标榜道德，身体力行，获得上下一致的拥戴；他的文章兼收并蓄，博大精深，是近代儒家宗师。作为为官、治军、治家及为人处世等方面的楷模，他熟读中国历史，对为官之道参深悟透，在官场风风雨雨几十年，始终屹立不倒；他治军有方，认为“用兵之道在人而不在器”，用封建伦理观念将军法、军规与家法、家规结合起来，使士兵或下级易于遵从官长的命令；他是结交、培养、推荐和使用人才的高手，他的幕府几乎聚集了全国的人才精华，最著名的有李鸿章、左宗棠、郭嵩焘、彭玉麟、李善兰、华蘅芳、徐寿等；他是中国传统文化人格精神的典范式人物，虽资质一般，但志向远大、意志超强、勤学好问，待上、待下、待同僚谦恕自抑、豁达大度，朋友极多；他自始至终

坚持个人道德修养，克己复礼，更有传世家书成为家教样板，可谓“道德文章冠冕一代”；他是中国传统持家教子的典范，其家族一百多年来没有纨绔子弟，代代有英才……

其门生故吏颂之曰：“德埒诸葛，功迈萧、曹，文章无愧于韩、欧，实为一代名臣、名将、名相。”晚清政府旌表他：“学问纯粹，器识宏深，秉性忠诚，持躬清正。”梁启超称赞道：“岂惟近代，盖有史以来不一二睹之大人也已；岂惟我国，抑全世界不一二睹之大人也已。”蔡锷将军对其治兵思想推崇备至：“带兵如带子弟一语，最为慈仁贴切。能以此存心，则古今带兵格言，千言万语皆付之一炬。”毛泽东也曾有言：“愚于近人，独服曾文正。”蒋介石则认为其可以做自己的老师，将《曾文正公全集》常置案旁，终生捧读不辍。

曾国藩一生著述颇多，其中尤以成功心法《挺经》、传世良言《家书》、识人秘要《冰鉴》、治家方略《家训》流传最广、影响最深，涉及修身、为学、齐家、处世、从政、治军等诸多方面。《挺经》详细记录了曾国藩在宦海沉浮中总结出的18条心法，是其从自身的成败得失中总结出的一套独到的为人为官的基本原则和理论，展现了其“内圣外王”的睿智权谋。《家书》是曾国藩的书信集，记录了曾国藩在清道光三十年至同治十年前达30年的翰苑和从武生涯，近1500封，所涉及的内容极为广泛，是曾国藩一生的主要活动和其治政、治家、治学之道的生动反映。《冰鉴》是一部关于识人、相人的经典文献，是曾国藩对于自身识人、用人心得的总结，被称为曾国藩体察入微、洞悉人心的心法要诀。《家训》则记载了曾国藩继承先人遗训，结合自身体会，教导兄弟子侄成人成才的高妙策略。本书分别对曾国藩所著《挺经》、《家书》、《冰鉴》、《家训》中的经典话语进行解读，借助曾国藩的传奇经历和生活事例，讲述了曾国藩做人做事的艺术和生活感悟，以及从中引申于现世的有益的经验和方法，让现代人在重温古人传奇的同时，感受、品味、反思这位晚清风云人物的多变人生，体悟其给予后人的人生启示和提点。此外，书中还收录了曾国藩的笔记、诗词和散文数篇，可帮助我们更深入地理解曾国藩思想的精髓。本书堪称现代人案头、枕边必备的智谋宝典，对于研究曾国藩的成功谋略，学习其修身智慧、齐家准则、用人方略、处世技巧、为官之道、治军韬略，具有重要的现实指导意义。

目 录

卷一 挺经

- 第一章 内圣 (2)
- 慎独处身，心境泰然 (2)
- 君子独积诚为慎，小人独积妄生肆 (3)
- 遏欲不忽隐微，循理不间须臾 (5)
- 剖析公私，精研得失 (6)
- 善之当为，不善之宜去 (7)
- 心忠贞不贰，言笃实不欺 (8)
- 笃恭修己而生睿智 (9)
- 以仁义之心待人，人以仁义馈赠 (11)
- 存心养性为体，民胞物与为用 (12)
- 内圣的四种境界 (13)
- 第二章 砺志 (16)
- 欲变化气质，须先立坚卓之志 (16)
- 有志则不甘为下流 (17)
- 君子欲有所树立，必自不妄求人知始 (18)
- 将心放在实处，养得性灵 (19)
- 将一切妄念，扫除净尽 (21)
- 以困勉之功，志大人之学 (22)
- 全副精神专注一时，首尾不懈 (23)
- 凡人心之发，必一鼓作气 (24)
- 以能立能达为体，不怨不尤为用 (25)
- 立者自立不惧，达者自达不悖 (26)
- 恒心守志，断无不成事 (28)
- 第三章 明强 (30)
- 高明：人见其进，吾见其远 (30)
- 精明：人见其粗，吾见其细 (31)
- 高明由于天分，精明由于学问 (32)
- 心中先极明，而后口中可断 (34)
- 毁誉之来，当研核真伪 (34)

能明而断是英断，不明而断是武断·····	(35)
武断自己之事为害犹浅，武断他人之事招怨实深·····	(37)
谦退而不肯轻断，最足养福·····	(38)
在自修处求强，不可在胜人处求强·····	(39)
趋事赴公当强矫，争名逐利当谦退·····	(40)
强自禁制，降伏此心·····	(41)
第四章 坚忍 ·····	(43)
居官以坚忍为第一要义·····	(43)
腹中怀些不合时宜，却一味浑含·····	(44)
时时发露，非载福之道·····	(45)
养活一团春意思，撑起两根穷骨头·····	(47)
不怨不尤，反身争个清静·····	(48)
忍小愤，求大谋·····	(49)
生平长进全在受挫受辱之时·····	(50)
借人之拂逆，磨砺我之德性·····	(51)
心定，气定，神定·····	(52)
听其拂逆，动心忍性，委曲求全·····	(54)
逆来顺受之法：悔字诀，硬字诀·····	(55)
咬牙励志，蓄其气，长其智·····	(56)
挽回之道，自须戒惧惕厉，戒傲兀郁积·····	(57)
第五章 刚柔 ·····	(59)
圣贤者，各有自立自强之道·····	(59)
独立不惧，确乎不拔·····	(60)
刚柔互用，不可偏废·····	(61)
太柔则靡，太刚则折·····	(62)
刚非暴虐之谓也，强矫而已·····	(63)
节制血气，保身利势·····	(65)
去忿欲以养体，存倔强以励志·····	(66)
言足以兴，默足以容·····	(67)
自胜之义：强制，强恕，强为善·····	(68)
第六章 盈虚 ·····	(70)
古来成大事者，半是天缘凑泊，半是勉强迁就·····	(70)
天于大名，千靡百折，艰难拂乱而后予之·····	(71)
面对残缺，只可畏天知命，不可怨天尤人·····	(72)
既凶矣，则由悔以趋于吉·····	(73)
全者既得，而吝与凶随之·····	(75)
君子守缺而不敢求全，小人则时时求全·····	(76)
气忌盛，行忌躁，才忌露·····	(77)
有福不可享尽，有势不可使尽·····	(78)

气运盛时，须格外小心	(80)
蓄不竭之气，留有余之力	(81)
全无谦退意，断不能久	(82)
当于极盛之时，预作衰时设想	(83)
第七章 廉矩	(85)
欲请廉字，须从俭字下工夫	(85)
用人宜少，官气宜轻	(86)
所出既少，所入自可不苟	(87)
欲请勤字，须从清理词讼下工夫	(89)
身后无以自庇，不特廉吏不可为	(90)
贤者恒无以自存，不贤者志满气得	(91)
欲学廉介，必先知足	(92)
毋贪保举，毋好虚誉	(93)
银钱田产，最易长骄逸气	(94)
富者好施，与亲戚存问	(95)
第八章 勤谦	(97)
修身治人之道，不外乎勤、大、谦	(97)
为治首务爱民，爱民必先察吏	(98)
勤谦需彻始彻终，须臾不可离之道	(99)
爱而知其恶，恶而知其美	(100)
观人，在行事勘察，不在虚声、言论	(101)
责任愈重，指摘愈多	(103)
恭敬厚藏，身为鼎镇	(104)
终身沉默，暗然退藏	(105)
以贵凌物物不服，以威加人人不厌	(106)
遇荣利争夺之境，当退让以守其雌	(107)
不敢以功名自矜，当思举贤而共图之	(108)
何以除自私自满之见	(109)
第九章 审慎	(112)
力尽人事，不敢存丝毫侥幸之心	(112)
事以急败，思因缓得	(113)
慎一分得一分，忽一分失一分	(114)
小处不含糊，大处不吃亏	(115)
做事不慌不忙，先求稳当，次求变化	(116)
等差不紊，行之可久	(118)
临事时先爱惜精力，以备届时辛苦	(119)
宁可数月不开一仗，不可开仗而毫无安排算计	(121)
机势殊不易审，稳字尤不易到	(122)
君子爱惜声名，常存冰渊惴惴之心	(123)

第十章 外王	(125)
令人敬畏，全在自立自强，不在装模作样	(125)
借他人智慧，长自身才智	(126)
恃己之所有夸人所无者愚	(127)
忽于所习见、震于所罕见者愚	(128)
威信：临难有不屈挠之节，临财有不沾染之廉	(130)
无形无声之际，常有凛然难犯之象	(131)
物来顺应，未来不迎，当时不杂，既过不恋	(133)
过喜过骄，终归于败	(134)
过求速效，徒伤精锐	(135)
先为己之不可胜，以待敌之可胜	(137)
第十一章 英才	(139)
有德无才近愚人，有才无德近小人	(139)
世不患无才，患用才者不能器使而适用	(140)
虽有贤才，苟不适于用，不逮庸流	(141)
当时当事，凡材亦奏奇效	(142)
才足以济世，何患世莫知己	(143)
英才皆由勉强磨炼而出	(144)
专从危难之际，默察朴拙之人	(146)
人才高下，视其志趣	(147)
引用一班正人，培养几个好官	(148)
识人法：身到、心到、眼到、手到、口到	(149)
以类相求，以气相引	(151)
内举不避亲，外举不避仇	(152)
第十二章 忠疑	(154)
挺膺负责，乃有成事之可冀	(154)
内度方寸，靡所于疚	(155)
以不贰自惕，以不已自循	(156)
凡办公事，须视如己事	(157)
圣人之不可及处，在尽性以至于命	(158)
动人之情，人始忠之	(159)
古人绝大事业，恒以精心敬慎出之	(160)
言志气宜恢宏，刑赏宜平允	(161)
不朽之人，必自襟度远大、思虑精微始	(163)
推心置腹，孤高之士也动容	(164)
悠悠疑忌来，只堪付之一笑	(165)
欲求和衷共济，先办一副平恕之心	(166)
第十三章 峻法	(168)
多赦不可以治民，宽纵不可以治军	(168)

- 立一法须实实行之，常常行之 (169)
- 立法不难，行法难 (170)
- 治人之法，宽严相济 (171)
- 严字当头，勤字为先 (172)
- 果敢淘汰劣弁羸兵 (173)
- 痛加训练，以生其新者 (175)
- 用霹雳手段，显菩萨心肠 (176)
- 银钱慷慨大方，绝不计较 (177)
- 不与争功，遇有胜仗，以全功归之 (179)
- 剖决曲直，毫不假借 (180)
- 第十四章 家范** (182)
- 八字家规 (182)
- 八本格言 (183)
- 不信地仙，不信医药，不信僧巫 (185)
- 孝致祥，勤致祥，恕致祥 (186)
- 居家八败 (187)
- 愿为耕读孝友之家，不愿为仕宦起见 (189)
- 虽在宦海中，须时时做上岸打算 (190)
- 处功利场中，宜刻刻勤劳 (191)
- 能甘淡泊，便有几分真学问 (192)
- 治事之外，须有冲融气象 (194)
- 罢官居家，勤劳恬淡 (195)
- 第十五章 虞实** (197)
- 不贪爱奢华，不惯习懒惰 (197)
- 理财用钱，量入为出 (198)
- 仁人君子不应置理财于不讲 (199)
- 勤俭自持，习劳习苦 (200)
- 勤苦俭约，未有不兴，骄奢倦怠，未有不败 (202)
- 由俭入奢易，由奢返俭难 (203)

卷二 家书

- 第一章 修身** (206)
- 慵人以惰致败，才人以傲致败 (206)
- 逸字致人败，骄字讨人嫌 (207)
- 以勤医惰，以慎医骄 (208)
- 以劳戒惰，以谦戒傲 (210)
- 勤字功夫，第一贵早起，第二贵有恒 (211)
- 越自尊大，越见器小 (212)

德以满而损，福以骄而减	(213)
自骄自矜，为小人所忌、为君子所薄	(215)
以不轻非笑人戒骄	(216)
能勤能敬，愚人有贤知	(217)
心常用则活，不用则窒	(219)
第二章 敬恕	(221)
为人“四知”：知命，知礼，知言，知仁	(221)
一鼓作气发仁心，尽吾力之所能为	(222)
以圣贤律己，躬自厚而薄责于人	(223)
相见必敬，开口必诚	(225)
恕则不肯损人利己，存心渐趋于厚	(226)
治事以大德，不以小惠	(227)
心中不着私物，无以欺人	(228)
负我者，我又加厚；疑我者，我又加信	(229)
予人一分面子，人必予两分面子	(230)
大过改之，微瑕涵之	(231)
闻有逆耳之言，当平心考究一番	(232)
第三章 取舍	(234)
能人贵慎其所择，先其所急	(234)
君子愈让，小人愈妄	(235)
两利求大，两害取轻	(236)
驰事者无成，慢人者反尔	(237)
剑戟不利不可断割，毛羽不丰不可高飞	(238)
将来遇有机缘，即抽身引退	(240)
论功推以让人，任劳引为己责	(241)
没了得失心，声气舒展	(242)
第四章 中庸	(244)
无众寡，无小大，无敢慢	(244)
治生不求富，修德不求报	(245)
成大事者，规模远大、综理密微	(247)
官阶不愿再进，虚名不愿再张	(248)
胜不能多杀贼，挫不能早收队	(249)
平则致合，激则招争	(250)
处处谦逊，自无后患	(251)
处世之道，内刚外柔	(252)
位高而资浅，貌贵温恭，心贵谦下	(253)
第五章 宽怀	(255)
不甘为庸庸者，向平实处用功	(255)

专守一静字法，可期万稳	(256)
畏止祸，足止贪	(257)
心以收敛而细，气以收敛而静	(258)
静中真味，煞能领取	(260)
唯忘机可以消众机，唯懵懂可以袪不祥	(261)
心宽然无累，反觉安舒	(262)
去机巧，求笃实	(263)
勿外享大名，内图厚实	(265)
第六章 挺忍	(267)
受不得屈，做不得事	(267)
艰苦则强，娇养则弱	(268)
耐得千事烦，收得一心净	(269)
以忍治失意事，以淡处快心事	(271)
不争一时之短，须争一世之长	(272)
做一分算一分，在一日撑一日	(273)
安分耐烦，挺然特立，作一等人物	(275)
咬定牙根，徐图自强	(276)
坚忍维持而后再振，坚忍力争而后有济	(277)
智慧愈苦愈明，不可因境遇坎坷而止息	(278)
第七章 言辞	(281)
心中极明，口中可断	(281)
说话中事理，担斤两	(282)
巧语悦人，自扰其身	(284)
智者不夸，夸者不智	(285)
不说大话，不谈过高之理	(286)
言必忠信，不欺人，不妄语	(288)
多言嚣讼，胸德致败	(289)
多言好辩惹祸端	(290)
说话太多，神必躁扰	(291)
欲以口舌胜人，转为人所不服	(292)
今日所说之话，明日勿因小利害而变	(293)
不轻易立说，专务躬行	(294)
聒噪不如沉默，息谤得于无言	(295)
第八章 处事	(297)
从波平浪静处安身，莫从掀天揭地处着想	(297)
成事之道：以专而精，以纷而散	(298)
不贪财，不失信，不自是	(299)
择一术以坚持，他术不可全废	(300)
凡事不可待明日，愈积愈难清	(302)

先求稳当，次求变化	(303)
不务虚名，不行驾空之事	(304)
尽一分心，做一日事，不计成败	(305)
凡事，做一节，说一节	(306)
不随众人之喜惧为喜惧	(307)
行事不可任心，说话不可任口	(308)
第九章 交际	(310)
欲成大事，需营运关系	(310)
无应酬馈赠不成事	(311)
见可而留，知难而退，绝不得罪东家	(312)
情愿给人方便，不肯轻受人惠	(314)
独享大名折福，与人分名受福	(315)
人我之际看得平，功名之际看得淡	(316)
知不知一听之人，顺不顺一听之天	(317)
有过人之行口不自明，有高世之功心不自居	(319)
诚心求人求才，虚心处名处利	(320)
虚怀博尽，慎无以喜怒加人	(321)
与他人交际，须略省己之不是	(322)
交际之道，与其失之滥，不若失之隘	(323)
第十章 处友	(325)
求友不专，博爱不亲	(325)
求友以匡己之不逮	(326)
交友须常常往来，不可太疏	(327)
大小喜事，常常表示	(328)
择交，须择其志趣远大者	(329)
待友，常存敬畏之心	(330)
君子忌苟合，择友如求师	(331)
以过相贬，以善相养，千里同心	(332)
银钱量力资助，办事竭力经营	(334)
受人恩情，当为将来报答	(335)
近贤友，远损友	(336)
取明师之益，无受损友之损	(337)
友人相助相抚成事，孑然力单者无成	(338)
世上难得有知己，交友得交心	(339)
第十一章 审时	(341)
适时则贵，失时则损	(341)
相机图事，不可用力太猛	(342)
人人料必胜者，中即伏败机	(343)
人人料必挫者，中即伏生机	(344)

审立身之所处，诚内度方寸	(345)
不审力者骄，审力而不自足者衰	(346)
稳扎稳打，机会来了再出击	(347)
尽人力之所能为，听天事而无所容心	(348)
放开手，使开胆，不复瞻前顾后	(349)
切不可以为有损架子而不为小事	(351)
狭路相逢，避其锐气，击其惰气	(352)
一面顺天意，一面尽人事	(354)
第十二章 居官	(355)
居高位，以知人晓事为职	(355)
宁可肥公，不可肥家	(356)
办公事，视如己事	(357)
处大权位，推让少许，减去几成	(358)
以勤字报吾君，以爱民二字报吾亲	(360)
崇廉让以奉公，禁大言以务实	(362)
用之于己有节，取之于民有制	(363)
不妄花一钱，则一身廉	(364)
不私用一人，则一营廉	(365)
誉望一损，远近兹疑	(366)
名望正隆，宜力持不懈，有始有卒	(368)
居官四败	(369)
第十三章 治人	(371)
得人四事：广收、慎用、勤教、严绳	(371)
将必亲选，兵必自募	(372)
但求一长可取，不可因微瑕而弃有用之才	(374)
将才的四重标准	(376)
来一官帮一官，自此无安息之日	(377)
不轻进人，不妄亲人	(378)
诱之以名利，动之以真情	(379)
得一人可免一分咎，得十人渐受百分福	(381)
用人之智：磨其锐，激其才	(382)
用养兼顾，宽于名利	(383)
养廉之道：武人给钱，文人给名	(384)
凡事公平照拂，不使远人吃亏	(386)
取下宜严，治事宜速	(387)
赏罚之任，视乎权位	(388)
敢于放权，鼓励下属	(389)
第十四章 为学	(390)
废志无以成学，废学无以成才	(390)

戎马倥偬中，不废圣贤之学	(391)
为学四字：速、熟、恒、思	(392)
为学譬如熬肉，先猛火煮后慢火温	(393)
读书，贵在发现书中的漏隙	(395)
读书贵有心得，不必轻言著述	(396)
欲求学问之长进，宜多求良友，扩充其识	(397)
好问、善问，始能周知	(398)
学问阅历，渐推渐广，见习见熟	(399)
知一句，行一句	(400)
事事做得下笔有神，事事不做文笔枯涩	(401)
第十五章 持家	(403)
执德宏，信道笃，终身可居之业	(403)
和气致祥，乖气致戾	(404)
一家之中，勤则兴，懒则败	(405)
贤肖不在高位，而在谨朴	(406)
不求好地，但求平安	(407)
尽一分德积一升谷，修一分业余一文钱	(408)
情谊宜厚，用度宜俭	(409)
每用一钱，均须三思	(410)
能受委屈，能吃辛苦，不说利害话	(412)
兄有言弟无从不，弟有请兄无不应	(413)
谈婚论嫁，求勤俭孝友之家	(414)
亲族邻里来家，无不恭敬款待	(415)
常怀休戚之念，无怀彼此歧视之见	(416)
家中有人做官，待邻里可略微宽松	(417)
第十六章 教子	(418)
孝敬以奉长上，温和以待同辈	(418)
使父母心中有贤愚之分，即是不孝	(419)
兄以弟得坏名为忧，弟以兄得好名为快	(421)
德业相劝，过失相规，期于彼此有成就	(422)
患难兄弟，互劝，互勸，互相鼓励	(424)
子弟贤否，六分天生，四分家教	(425)
爱之以德，不欲爱之以姑息	(427)
骨肉之情愈挚，望之愈殷，责之愈切	(428)
榜样太坏，将来孙辈断难成立	(429)
欲禁子弟之骄，先戒己心自满	(430)
以言诲人，即以善教人	(431)
以德薰人，即以善养人	(433)
莫怕寒碜，莫怕慳吝	(434)

莫贪大方，莫贪豪爽	(435)
第十七章 养生	(437)
以“不药”二字治身	(437)
药虽有利，害亦相随，不可轻服	(438)
养生五事	(439)
保身三要：节欲，节劳，节饮食	(440)
菜不必贵，适口则足以养人	(441)
寿之长短、病之有无，听天命不妄想	(442)
每日做事愈多，夜间临睡愈快活	(443)
养生以少烦恼为本	(445)
不藏怒，不宿怨	(446)

卷三 冰鉴

第一章 神骨鉴	(450)
先观神骨，兼论形骸	(450)
清浊易辨，邪正难辨	(451)
静若含珠，动若木发	(452)
抖擞易见，断续难见	(453)
第二章 刚柔鉴	(455)
既识神骨，当辨刚柔	(455)
五行生克，顺合者贵	(456)
观人刚柔，不忽其内	(457)
粗蠢各半，胜人以寿	(459)
纯奸豁达，其人终成	(461)
粗无周密，半途必弃	(462)
以柔克刚，假饰真意	(463)
第三章 容貌鉴	(465)
胸腹手足，实接五行	(465)
耳目口鼻，全通四气	(465)
相顾相称，福生运转	(466)
五短多贵，负重高官	(467)
容貌有清古奇秀之别	(468)
科名星荣，阴鹭纹发	(469)
第四章 须眉鉴	(471)
眉主早成，须主晚运	(471)
长有起伏，短有神气	(472)
浓忌浮光，淡忌枯索	(473)

第五章 声音鉴	(475)
轻清上浮，重浊下坠	(475)
声主“张”，音主“敛”	(476)
辨声之法，必辨悲喜	(477)
字句相联，喋喋利口	(478)
远听声雄，近听悠扬	(479)
大言不张唇，细言不露齿	(480)
贫贱者无音，尖巧者无声	(481)
第六章 情态鉴	(483)
情态神余，补神不足	(483)
时态有三，难定终身	(484)
人有四态，弱狂懒旋	(486)
久观精神，乍观情态	(487)
大家举止，羞涩亦佳	(488)
小儿行藏，跳叫愈失	(489)
不衫不履，旁若无人	(490)
第七章 气色鉴	(492)
面部如命，气色如运	(492)
大命整齐，小运亨泰	(493)
科名中人，以黄为主	(494)
心事忧劳，青如凝墨	(495)
面色忌青，脸色忌白	(496)
诚中形外，根心生色	(498)
书味深者，面自粹润	(499)

卷四 家训

第一章 立品	(502)
学做圣贤全由自己做主	(502)
德无成，业无成	(503)
天下事无所为而成者极少	(504)
受不得穷，立不得品	(505)
惟志趣高坚，可变柔为刚	(506)
有所激有所逼而成者居半	(508)
有所贪有所利而成者居半	(509)
怠者不能修，忌者畏人修	(510)
第二章 持重	(512)
仪表绝人全在一重字	(512)