

中华国粹经典文库

立国先立人 立人先立德

忍经 · 劝忍百箴

● [元] 许名奎 吴亮 著 陈谦 注译 ●



崇文书局

◎ 中华国粹经典文库 ◎

忍经 · 劝忍百箴

◆ [元]许名奎 吴亮 著
◆ 陈谦 注译



崇文书局

(鄂)新登字 07 号

图书在版编目(CIP)数据

忍经·劝忍百箴/(元)许名奎、吴亮著;陈谦注译.——武汉:
崇文书局,2007.4

(中华粹经典文库/鲍思陶、全晰纲主编)

ISBN 978-7-5403-1140-7



I.忍… II.①许…②吴…③陈… III.个人-道德修养-中国-
元代-通俗读物 IV.B825-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 047036 号

责任编辑:李 玮 陈 琳 责任印制:澹台芳

装帧设计:陈必琴 排版制作:沈 霞

出版发行:崇文书局(电话:027-87677282 传真:027-87677299)

(武汉市雄楚大街 268 号·湖北出版文化城主楼 B 座 20 层)

印 刷:凸版印刷(深圳)有限公司

开 本:889×1194 1/32

印 张:7.5 印张

字 数:75 千字

版 次:2007 年 5 月第 1 版

印 次:2007 年 5 月第 1 次印刷

印 数:1-10000 册

书 号:ISBN 978-7-5403-1140-7

定 价:19.00 元

◎ 中华国粹经典文库编委会

主编：鲍思陶 仝晰纲

编委：

（排名不分先后）

鲍思陶 仝晰纲 耿天勤

曾凡朝 吕周聚 王承略

赵发国





◎ 中华国粹经典文库

经典常新



经典是敏锐的目光、善良的心趣、睿智的大脑进行的缜密思维的结晶。民族经典是一个民族精神的函封，无论何时，打开这个函封，我们就能读出那些闪烁邦家之光的密码。因此，要了解一个民族，最佳途径就是阅读这个民族的经典。

中华民族的传统文明是世界上最具有特色的文明形态之一。在漫长的历史长河中，这个民族创造了内涵丰富的经典，又被这些经典一代一代哺育浸润。无论你将其当做“灵光”瞻仰，还是视为“阴影”涤荡，在你的心灵深处，始终摆脱不了她潜移默化的影响，无不受之启迪、规范、教化和塑造。然而，人类社会日新月异，每个社会都必将顺应时代化俗为雅，所以，经典的原则是亘古不变的，经典的阐释是与时常新的。

史学的经典是常新的，她让我们用前人的经验来透视当今的纷纭，以选择自己的人生坐标；文学的经典是常新的，她让我们用前人的审美来捕捉当今的生机，以享受自己的人生乐趣；哲学的经典是常新的，她让我们用前人的智慧来诠释当



中
华
典
文
库
粹

今的信仰,以培养自己的人生操守。所以,阅读这些常新的经典吧,她使我们丢弃的是那些幼稚和浮华,而给我们带来的却是理性和高雅,以及丰富的内涵和无穷的乐趣。

这就是我们编纂这套丛书的初衷。

鲍思陶

赵发国

2007年4月



◎ 中华国粹经典文库

前言

《忍经·劝忍百箴》为元朝学者许名奎、吴亮所著。他们博学多闻、识见甚广，尤善修身养性，并将平生的人生经验和感悟，总结为一个“忍”字，赋予“忍”以极高的精神境界。在他们看来，人生在世，所业不同，但都离不开“忍”。居家要忍，处世要忍，为人要忍，做官要忍。“忍”是人生福祸的关键，也是事业成败的重要因素。于是他们将古籍中有关“忍”的格言和史例予以搜集、归纳，集成《忍经·劝忍百箴》。

《书》云：“有容德乃大。”《易》云：“君子以惩忿窒欲。”老子说：“知其雄，守其雌；知其白，守其黑。”孔子说：“小不忍则乱大谋。”俗话讲：“忍一时风平浪静，退一步海阔天空。”韩信忍胯下之耻，张良受圯下之辱；娄师德唾面自干，傅尧俞容物不校，这是忍。戒酒色财气，忍富贵贫贱，去贪躁骄奢，求仁义礼信，无不须要忍。

“忍”是我国儒家思想的精髓之一。通观我国历史，凡是显身扬名、流传千古的仁人志士、英豪俊杰，无不能以忍辱来求荣，以委曲来求伸。人生在世、草木一秋，却往往生死相邻、



利害相近、福祸相随、成败相生，能不学会“忍”吗？谋求生存要忍，成就事业要忍，救时济世要忍。

“忍”是一种涵养，是一种气度，是一种胸怀，是一种力量。“忍”讲的是仁义，求的是平和，靠的是策略，体现的是智慧。故能忍者是圣人、仁人，是义士、达士，是智者、勇者。

“忍者神龟。”“忍”是一种值得提倡的精神，但“忍”过了头就会变成缩头乌龟。我们现在讲“忍”是有理有节的，是有所为而有所不为的。如果不讲原则、不求公理，一味含垢忍辱、苟且无耻，那绝对有违“忍”之真精神。

《忍经》的编译依原文的次序以直译为主；《劝忍百箴》的编译对原文次序有所变动，在直译的基础上做了必要的修饰。如有不妥之处，敬请读者批评指正。





目

录

忍 经

细过掩匿	9
醉饱之过,不过吐呕	10
圯上取履	10
出胯下	11
尿寒灰	11
诬金	12
诬裤	13
羹污朝衣	13
认马	14
鸡肋不足以当尊拳	14
唾面自干	15
五世同居	16
九世同居	17
置怨结欢	17
鞍坏不加罪	18
万事之中,忍字为上	18
盘碎,色不少吝	19
不忍按	20
逊以自免	20
盛德所容	21
含垢匿瑕	21



未尝见喜怒.....	22
语侵不恨.....	22
释盗遗布.....	23
愍寒架桥.....	24
射牛无怪.....	24
代钱不言.....	25
认猪不争.....	26
鼓琴不问.....	27
唯得忠恕.....	27
益见忠直.....	28
酒流满路.....	29
不形于言.....	29
未尝峻折.....	30
非毁反己.....	31
辞和气平.....	31
委曲弥缝.....	32
诋短逊谢.....	33
直为受之.....	33
服公有量.....	34
宽大有量.....	35
呵辱自隐.....	36
容物不校.....	37
德量过人.....	37
众服公量.....	38



还居不迫直	39
持烛燃鬓	40
物成毁有时数	40
骂如不闻	41
佯为不闻	42
骂殊自若	42
为同列斥	43
不发人过	44
器量过人	45
动心忍性	46
受之未尝行色	47
与物无竞	48
忤逆不怒	48
潜卷授之	49
俾之自新	49
未尝按黜一吏	50
小过不怪	51
拔藩益地	51
兄弟讼田,至于失败	52
将愤忍过片时,心便清凉	53
愤争损身,愤亦损财	55
十一世未尝讼人于官	55
无疾言剧色	56
子孙数世同居	56



愿得金带.....	57
恕可成德.....	58
公诚有德.....	59
所持一心.....	60
人服雅量.....	60
终不自明.....	61
户曹长者.....	62
逾年后杖.....	63
终不自辩.....	64
自择所安.....	65
称为善士.....	66
得金不认.....	67
一言齑粉.....	68
无入不自得.....	69
不若无愧而死.....	70
未尝含怒.....	72
谢罪敦睦.....	72
处家贵宽容.....	83
忧患当明理顺受.....	83
同居相处贵宽.....	84
亲戚不可失欢.....	85
待婢仆当宽恕.....	85
事贵能忍耐.....	86
王龙舒劝诫.....	87



劝忍百箴

笑谄淫侈之忍

笑之忍第一 99

谄之忍第二 100

淫之忍第三 101

侈之忍第四 101

言食声乐之忍

言之忍第五 103

食之忍第六 104

声之忍第七 105

乐之忍第八 106

酒色贪气之忍

酒之忍第九 107

色之忍第十 108

贪之忍第十一 109

气之忍第十二 110

权势骄矜之忍

权之忍第十三 111

势之忍第十四 112

骄之忍第十五 113

矜之忍第十六 114

贵贱贫富之忍



贵之忍第十七.....	115
贱之忍第十八.....	116
贫之忍第十九.....	117
富之忍第二十.....	118
宠辱争失之忍	
宠之忍第二十一.....	119
辱之忍第二十二.....	120
争之忍第二十三.....	121
失之忍第二十四.....	122
生死安危之忍	
生之忍第二十五.....	123
死之忍第二十六.....	124
安之忍第二十七.....	125
危之忍第二十八.....	126
忠孝仁义之忍	
忠之忍第二十九.....	127
孝之忍第三十.....	128
仁之忍第三十一.....	129
义之忍第三十二.....	130
礼信智勇之忍	
礼之忍第三十三.....	132
信之忍第三十四.....	133
智之忍第三十五.....	134
勇之忍第三十六.....	135



喜怒好恶之忍	
喜之忍第三十七	136
怒之忍第三十八	137
好之忍第三十九	138
恶之忍第四十	139
欺侮谤誉之忍	
欺之忍第四十一	141
侮之忍第四十二	142
谤之忍第四十三	143
誉之忍第四十四	144
劳苦急躁之忍	
劳之忍第四十五	146
苦之忍第四十六	147
急之忍第四十七	148
躁之忍第四十八	149
满快忽疾之忍	
满之忍第四十九	150
快之忍第五十	151
忽之忍第五十一	152
疾之忍第五十二	152
忤直虐仇之忍	
忤之忍第五十三	154
直之忍第五十四	155
虐之忍第五十五	156