

劝忍百箴

难忍能忍
能忍是福



(元) 许名奎 原著 惟超居士 主编



宗教文化出版社

难忍能忍 能忍是福

白话
译本

劝 忍 百 箴

原著 (元)许名奎

考注 上竺前堂芳林释觉澄

主编:惟超

撰稿:胡文飞 殷美满

詹建华 赵根树

宗教文化出版社

图书在版编目(CIP)数据

劝忍百箴/(元)许名奎原著;惟超主编.-北京:宗教文化出版社,1996.8
ISBN 7-80123-069-8

I. 劝… II. ①许…②惟… III. 道德修养-箴言-中国-古代 IV. B825
中国版本图书馆 CIP 数据核字(96)第 17611 号

(元)许名奎 原著
劝忍百箴 上竺前堂芳林释觉澄 考注
主编:惟超

宗教文化出版社出版发行
(北京市崇文区沙子口路 72 号 电话:67269617 邮编:100075)
全国新华书店经销 海政印刷厂印刷

850×1168 毫米 32 开本 13 印张 280 千字
1996 年 11 月第 1 版 1996 年 11 月第 1 次印刷
印数:00001—10000

责任编辑:史平 封面设计:杨群

ISBN 7-80123-069-8/G·21

定价:18.80 元

一忍万事成

——卷首寄语

奉献给读者的这本《劝忍百箴》，是元代学者许名奎的力作。

也许我们自己不知道，人来到世间的第一个反应便是学会“忍”。当幼小的婴儿降临人世，一刹那间首先接触到的便是外界各种各样的刺激，风雨、光电、冷热、声音……等等，等等。“哎呀，受不了啦！”忍不住哭出声来。然而“忍不住”是暂时的，“难忍能忍”方是人类的天性。婴儿终于忍住了啼哭，安静地躺进了娘的怀抱。转眼之间，经历了人生第一场“忍”的考验。

婴儿长大了，离开了娘的怀抱，又踏进了一个万象纷呈、物流涌动、信息爆炸的大千世界。更多的刺激，更大的考验，更为严峻的挑战，不讲情面地扑面而来。金钱的吸引、物欲的诱惑……，一道道炫目的光芒、一声声刺耳的噪音、一股股袭人肌肤的冷风，或使人激动，或使人浮躁，甚或使人疯狂，人的一生中，就是如此时时刻刻，一次又一次经受着“忍”的磨炼。“忍”！“不忍”！一字之差，

天壤之别，“忍”，能固己良知，自持尊严，完善自我，笑度人生；“不忍”，则易丧失理性，自我膨胀，甚而泯灭人性，耻于为人。忍，福至；忍，祸消。故古人云：“能忍是福。”

忍，说到底，是要有大的心量，开阔的胸怀。心量是福份的载体，载体愈大，容纳的福份也就愈大。胸怀，是能成就事业的品格，胸怀越开阔，事业越成功。所以又有“一忍万事成”之说。而这正是本书将要详尽阐发的。

诚将“一忍万事成”作为开卷的祝福吧！但愿书中的一百个劝“忍”，铺出一条“忍”的通途，带给你千千万万个“福”！扶助你事业顺达、成功！

惟 超

1996年10月于北京西罗园

目

录

一忍万事成——卷首寄语

1

言之忍

1

气之忍

5

色之忍

8

酒之忍

14

声之忍

18

食之忍

22

乐之忍

26

权之忍

29

势之忍

35

贫之忍

38

富之忍

41

贱之忍

45

贵之忍

49

宠之忍

53

辱之忍

58

安之忍

62

危之忍

65

忠之忍

68

孝之忍

73

仁之忍	78
义之忍	81
礼之忍	86
智之忍	90
信之忍	94
喜之忍	98
怒之忍	102
疾之忍	107
变之忍	111
侮之忍	115
谤之忍	118
誉之忍	122
谄之忍	126
笑之忍	130
妒之忍	134
忽之忍	138
忤之忍	141
仇之忍	144
争之忍	150
欺之忍	153
淫之忍	159
惧之忍	162
好之忍	165
恶之忍	169

劳之忍	173
苦之忍	176
俭之忍	181
贪之忍	185
躁之忍	189
虐之忍	192
骄之忍	196
矜之忍	199
侈之忍	203
勇之忍	208
直之忍	211
急之忍	215
死之忍	218
生之忍	223
满之忍	227
快之忍	230
取之忍	233
与之忍	237
乞之忍	240
求之忍	243
失之忍	246
利害忍	249
顽嚚忍	254
不平忍	258

不满忍	261
听谗忍	265
无益忍	269
苛察忍	273
屠杀忍	277
祸福忍	282
苟禄忍	287
躁进忍	291
特立忍	296
勇退忍	302
挫折忍	305
不遇忍	308
才技忍	313
小节忍	317
随时忍	323
背义忍	327
事君忍	331
事师忍	335
同寅忍	339
为士忍	342
为农忍	345
为工忍	347
为商忍	350
父子忍	353

兄弟忍	358
夫妇忍	362
宾主忍	367
奴婢忍	373
交友忍	376
年少忍	382
将帅忍	384
宰相忍	389
好学忍	393
序一	398
序二	399

言之忍

导 读

就人类而言,语言是从野蛮迈向文明的标志;就个人来说,语言又是修养深浅的体现,因而自古至今的先哲圣贤都十分讲究慎言,以防祸从口出。沉默是金,寡言鲜过。人不可无缄口之铭啊!

〔原文〕

恂恂,便便,侃侃,诘诘,忠信笃敬,盖书诸绅。讷为君子,寡为吉人。

〔译文〕

诚实不欺,辩说明晰,刚强正直,和颜悦色而敢于直言;竭心戮力,信实诚恳,忠厚严肃,始终如一,这些都是说话为人的行为准则。所以,古人认为言语谨慎迟钝的人是为讷,言词少的人是为吉人。

〔考注译文〕

恂恂,诚实不欺的意思;便便,说话明白流畅的样子;侃侃,刚强正直的意思;诘诘,和颜悦色、说话爽直的意思。这是《论语》中记载的。孔子在本乡与乡亲相处时,诚诚恳恳、信实忠厚,还特别的谦虚恭顺,就好像不会说话的样子。在宗庙里、朝廷上,孔子说话则很明白流畅。跟下大夫说话的时候,则刚强正直;跟上大夫说话的时候,则和颜悦色,心直口快。

竭心尽力为忠,诚实不欺为信,忠厚严肃为笃,始终如一为敬。子张询问行为准则,孔子就是这样回答他的。也就是说,说话一定

要忠诚老实，这样就没有偏颇夸大、谎言搪塞的言辞；行为一定要严肃忠厚、毕恭毕敬，这样就没有放纵邪恶、肆意妄为的行为。如果是这样，即使到最远的地方也行得通。如果不是这样，即使是最近的地方也不一定行得通。子张非常信服，还特地把这些写在一种叫“绅”的大带子的下摆，这样就能常常看到它，思想上就能常常受到警告，这样就不会忘记和出差错了。

孔子说：“君子言行要谨慎迟钝”。讷，就是迟钝。

《易·系辞》中说：“君子的话不多。”

晋朝王献之和他哥哥王徽之、王操之一起去谢安家，他的哥哥们说了很多的话，献之只不过礼节性地说了几句。后来有人问谢安，王家兄弟谁好谁差。谢安说：“说话少的好，君子话不多啊。”此故事见《王献之传记》。

〔原文〕

乱之所生也，则言语以为阶；口三五之门，祸由此来。

〔译文〕

祸乱的滋生，则是由言语作为阶梯的；口是用来记录日、月、星辰，宣扬五行的，一些灾祸都因言语不慎而起。

〔考注译文〕

《易·系辞上》：孔子曾说：“动乱的产生，则是由于语言作为阶梯的。”也就是说，由于语言渐渐地发生了动乱。所以古时候有位姓蔡的人说过：“人之所以招惹是非，惟以说话为最厉害的根源。”

《国语》上记载，晋国大夫郭偃讲：“口是三五之门。是由于说他人坏话而引发了动乱，多少总有三个至五个君主。”有一书中说：“口，用来记录日、月、星辰，宣传五行。”

傅子《口铭》说：“神是由感觉和悟彻来沟通；心是由口来宣扬表达。产生福有预兆，发生祸有因缘。”又有文中子说：“灾祸没有比多讲废话更大的。”

〔原文〕

《书》有起羞之戒，《诗》有出言之悔，天有卷舌之星，人有缄口之铭。

〔译文〕

《尚书》中有说话不合礼义就会招来羞辱的劝诫；《诗经》中有告诫人们说话谨慎，否则不恰当的话一说出口就会懊悔。因此上天配有卷舌的星辰，专管人们的言语好坏，人间备有不说话的警句以示人们。

〔考注译文〕

《尚书·说命上》：“唯有口是引起羞辱的。”也就是说言从口中出，如果说话不注意礼义，恰好就能招到羞辱的。因此传说刚好是用这样的语言劝诫殷高宗的。

《诗》有出言之悔，正是下文中“斯言之玷不可为。”

《晋书·天文志》：“卷舌星在昴星的北边，注意口中之言，就能辨别出说坏话和说巧言献谄媚的人。”

《家语》中记录：孔子进周朝，到了后稷的庙里，见到三个金铸的人像，多次闭口不说话。就在金像的背面做题记：“这是古时代讲话很小心的人，以此为警戒啊！不要多讲话，言多必败；不要多招事，多招事就多灾祸。不要讲是什么样的灾害，那灾祸大得很。”写了很多，这里就不一一摘录下来。

〔原文〕

白珪之玷尚可磨，斯言之玷不可为。齿颊一动，千驷莫追。噫，可不忍欤！

〔译文〕

白玉如果带有污点，还可以通过琢磨以致洁白无瑕，但言语的失当，则就想不出办法可以补救。口一张，齿舌一动，说出话来，四千匹马也不能追回。唉，人说话怎么能不学会忍呢！

〔考注译文〕

《诗·大雅·抑》的篇中说：“白珪之玷，尚可磨也；斯言之玷，不可为也。”注释说：“白珪，白玉制成的珪。诸侯拿着这个珪，作为端节。玷，就是缺损。玉缺损了还能够磨砺平整；话一失口，就没有办法解救它了。”它就是这样深切地告诫人们，说话要小心谨慎的。这首诗是卫武公写的，他叫人每天在旁边读诵，用以自我告诫。

只要说话，一定要由齿颊动作才能说出来的。驷，四匹马。也就是人们常说的，一言既出，驷马难追。所以《说苑·丛谈》篇中说：“口是关卡，舌为机枢。一句话说错，四匹马也追不上。一句话说得合适，可以退却敌人，一句话说得恰当，可以保家卫国。”

气 之 忍

导 读

传统思想认为：神附之于气，气存则神存，气亡则神亡。也就是说，良好的精神状态取决于心气的培养。要养浩然之正气，灭一时之怒气，这是修身养性的一项重要内容。

〔原文〕

燥万物者，莫燥乎火；挠万物者，莫疾乎风。风与火值，扇炎起凶。

〔译文〕

在能够使自然万物干燥的东西中，莫过于火烤最厉害；在能够使万物动摇不定的东西中，没有比风更快的了。有风有火，风助火势，就可能引起凶险的灾害。

〔考注译文〕

《易·说卦》中说：“能干燥、燃烧万物的东西中，没有比火更炽热的了；能吹拂、旋扬的东西中，没有比风更快的了。”又说：“风是从火中出来。”在巽卦上表示木与风，它的结果是干燥。卦上说木材能够产生火，又有风在吹动。这个卦的方位又在东南，由炸雷的震动来决定躁动不正常的象征。所以说：“扇炎起凶。”

〔原文〕

气动其心，亦蹶亦趋，为风为大，如鞴鼓炉。养之则为君子，暴之则为匹夫。

〔译文〕

气可以扰乱人的心，也能使人跌倒，也能使人奔走；人如果不修身养性反而去损害它，对自身的危害就更大，这就象用皮囊向火炉鼓风，越鼓火势越旺。所以修身养性的人就是君子，脾气暴躁的则是匹夫。

〔考注译文〕

孟子回答公孙丑说：“神志不畅通就会触动气，气不畅通也能影响神志。现在有的人走路跌倒了，走急了，这就是气不畅通的原因，反过来又影响了他的神志。”鞴，皮囊鼓风的器具。注：心属火，气象风。也就是说人如不培养自我的浩然之气，反而去损害它，急躁的气在你走快的时候就能触动你的心志。正象拿着皮囊向火炉鼓风。孟子又说：“一定要保持自己的志，不能破坏自己的气。”再说：“我就是会培养我的浩然之气。”这就是孟子回答公孙丑且阐明养气的大要。说明能够培养自我的浩然之气，就能和道义配合，行动起来就能合乎礼义，就有君子风度。如失去养气，行动起来就会有粗暴之气，这是血气之勇，只能抵挡一人，视为匹夫。

《白虎通论》注：“匹夫，庶人的称呼。匹，匹偶之意，男人和他的妻子成一对，是阴阳相辅相成的道理。”

〔原文〕

一朝之忿，忘其身以及其亲，非惑欤？噫，可不忍欤！

〔译文〕

因一时的愤怒，就忘记了自身和他的亲属，这不是非常糊涂的吗？噫，为人做事怎能不学会沉住气呢？

〔考注译文〕

孔子说：“因一时的怒气冲动，而忘记了自己和自己的亲属，这不是糊涂吗？”这是《鲁论》中记录孔子回答樊迟问怎样辨惑的话。也就是说人的怒气一发生起来，极易突然扩大的，如不能够抑制、忍受，而肆意胡为，本身一定会遭到杀害，并连累亲属，这还不是糊

涂还是什么？所以朱熹讲：“若知道一时的怒气很小，但它祸及其亲属就很大，这样就会分别糊涂和抑制怒气了。”也就是孟子所说的“欢喜狠勇拼斗的人而危及到自己的父母”。