

可·为

广行释讲

《了凡四训》

广行
著

可为

广行释讲

《了凡四训》

广行
／
著



社会科学文献出版社
SOCIAL SCIENCES ACADEMIC PRESS (CHINA)

图书在版编目(CIP)数据

可·为：广行释讲《了凡四训》/广行著. -- 北京：社会科学文献出版社，2018.1
ISBN 978-7-5201-1958-0

I. ①可… II. ①广… III. ①家庭道德-中国-明代
②《了凡四训》-注释 IV. ①B823.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 314547 号

可·为

——广行释讲《了凡四训》

著 者 / 广 行

出 版 人 / 谢寿光

项目统筹 / 袁清湘

责任编辑 / 赵怀英

出 版 / 社会科学文献出版社·独立编辑工作室 (010) 59367202

地址：北京市北三环中路甲 29 号院华龙大厦 邮编：100029

网址：www.ssap.com.cn

发 行 / 市场营销中心 (010) 59367081 59367018

印 装 / 三河市东方印刷有限公司

规 格 / 开 本：880mm × 1230mm 1/32

印 张：10.5 字 数：229 千字

版 次 / 2018 年 1 月第 1 版 2018 年 1 月第 1 次印刷

书 号 / ISBN 978-7-5201-1958-0

定 价 / 69.00 元



本书如有印装质量问题，请与读者服务中心 (010-59367028) 联系

版权所有 翻印必究

自序

明朝袁了凡居士的《了凡四训》是一本广泛流行的劝善书，深受人们的喜爱，被许多人当作修身立命的理论指导。晚清以来在民间教育中有一书一训之说，一书即为《曾国藩家书》，一训即为《了凡四训》。曾国藩对《了凡四训》相当推崇，在读了该书后改号涤生。涤者，取涤其旧染之污的意思；生者，取袁了凡居士之言“从前种种，譬如昨日死，以后种种，譬如今日生也”的意思。他将《了凡四训》列为子侄必读的第一本人生智慧之书。

袁了凡居士出生于浙江嘉善县的魏塘镇。他的高祖父袁顺先生是明代大儒方孝孺先生的门生，因“靖难之变”，袁顺先生“不憚殒身灭族以殉忠义”，故受到牵连，出走避难，家产田产亦被查没，后虽归还，然损失惨重。

袁顺先生之子袁顥先生（号菊泉），也就是袁了凡居士的曾祖父，遵从父命放弃了参加科举求取功名之路。他曾说：“及奉父命罢习举业，从而读书便觉不同，既无得失之念横于胸中，而一纯白

之心事读明白之古书，自然触处。”袁颢先生曾被寄养在吴江芦墟名医徐孟彰先生家，后被招为女婿，遂入籍吴江，以行医为业，家道渐兴。《嘉善县志》称他为“博学而隐于医”。据袁了凡居士的父亲袁仁先生《记先祖菊泉遗事》载：“谓医贱业，可以藏身，可以晦名，可以济人，可以养亲，遂寓意于医。”袁颢先生不仅医术高明，且“实精皇极数，得邵子正传，不欲显名而诋言于脉也”。他在行医的时候，常常依其医道为他人预测吉凶，劝人向善。

曾祖父的这些善行经历，作为袁氏家风，自然对袁了凡产生很大的影响。袁颢先生生有三子，次子袁祥先生即为袁了凡居士的祖父。袁祥先生6岁时即赘嘉善魏塘良医爰恒轩先生家，亦以行医为业，并精通于经学。袁祥先生生子袁仁，即为袁了凡居士的父亲，他虽然承继祖训未出来做官，然其学问、道德俱佳，被时人称为“浙西大儒”。与当时的大儒王阳明先生及其入室弟子王心斋先生、王龙溪先生等在学问上相往来，袁仁先生以贤能闻名于地方，故常被推举为“耆宾”，主持地方的祭典。他的著作甚丰，有多部被收入《四库全书》。袁了凡居士在14岁时，父亲就去世了，“遗书二万余卷”。袁仁先生去世时留下了一句偈颂：“附赘乾坤七十年，飘然今喜谢尘缘。”可见其超然达观之心境。

清代彭际清居士所撰《居士传》中有袁了凡居士的传记，其中记载了袁了凡居士平生心存仁慈而乐善好施，常诵经持咒，每日坚持坐禅，定有修行的常课，从未间断。袁了凡居士曾拜王阳明先生的弟子王畿先生为师，后受教于云谷禅师，教以“命由我作，福自己求”的“立命”说，授以“功过格”，用作记录每日的善恶行为。

他经常劝人持“功过格”，乡人称其为“愿人”。袁了凡博学多才，举凡天文、象数、水利、兵政、堪舆、星命等学无所不通。隆庆四年(1570)，袁了凡中举人；万历十四年(1586)，中进士，并被任命为宝坻知县。在任期间，袁了凡居士勤廉爱民，为民谋利，主持兴修水利，构筑堤防，防御水灾侵袭，鼓励百姓开荒耕种，并免除杂役，以利民生。7年后，袁了凡擢升为兵部职方司主事，掌天下舆图，以周知险要，官居正六品。当时适逢日本侵犯朝鲜，应朝鲜的请求，明王朝派兵前往，袁了凡被任命为“军前赞画”，负责辅助谋划，赞画戎机。当时是提督李如松掌握兵权，许以高官厚禄诱骗倭寇和谈，倭寇信以为真，没有防备，李如松于是发动突击，打败倭寇，攻下了平壤。袁了凡不认同李如松施诈的做法，也不满他手下士兵滥杀平民，于是义正辞严地当面指责李如松。李如松不听其言，随意调动军队，后来果然打了败仗，为给自己开罪，他便捏造罪状，弹劾袁了凡，袁了凡也很快就在“拾遗”任内被罢免。被罢官回家后，袁了凡更加诚恳地行善，直到74岁去世。明熹宗天启年间，他的冤情得以大白于天下，朝廷追叙他征讨倭寇的功绩，赠封“尚宝司少卿”的官衔。袁了凡家里并不富有，但乐善好施，在家每天诵经持咒，学习禅观。他除著有《了凡四训》之外，尚有《历法新书》《皇都水利》《评注八代文宗》《静坐要诀》《祈嗣真诠》等著作。据《了凡四训》的记载，袁了凡遵从母命，放弃参加科举考试的学业，改学医术；后接受孔先生命理之学，相信“命由天定”，所以淡然无求。最后听从云谷禅师“命由我作”的教导，从此转移定数，改变了命运。

本书的注释力求详尽，并做到有根有据，既照顾到文章的原意，对原文予以解读，并结合历史典故，相互推演印证，这样方便读者的阅读和理解，同时也增加了阅读的趣味性。真诚地希望每一位有缘的读者都能开启人生的智慧，增加精进人生的正能量，增强向善向上的信心。

全书由四部分组成，分别是“立命之学”、“改过之法”、“积善之方”和“谦德之效”，主要阐述“命由我作，福自己求”的思想，讲述“趋吉避凶”的方法，强调命运掌握在自己手中，只要积善累德，谦恭卑下，感格上天，就能够求福得福，善报无尽。书中糅合了佛、道、儒三家的思想学说，运用因果报应、福善祸淫之理，阐明忠孝仁义、诸恶莫作、众善奉行以及立身处世之学。通过对此书的阅读，可使我们对中国传统文化有感性的认识。同时也对我们个人品格的修养大有帮助益。

谨以此书，供养恩师三宝、父母师长、成就此善缘的各位善知识善友以及每一位有缘的读者！祈愿国泰民安、风调雨顺、佛日增辉、正法久住。以期众生结缘三宝、断疑生信、身心自在、究竟解脱！南无阿弥陀佛！

广行

于北京帅府园静室

2017年10月28日

001 / 自 序

001 / 第一篇 立命之学

吾于是而知，凡称祸福自己求之者，乃圣贤之言。若谓祸福惟天所命，则世俗之论矣。

117 / 第二篇 改过之法

大都吉凶之兆，萌乎心而动乎四体。其过于厚者常获福，过于薄者常近祸。

119 / 一 有必要改过吗

128 / 二 改过需要哪些条件

148 / 三 有哪些可行的改过方法

175 / 四 改过后的效果，如何验证呢

187 / 第三篇 积善之方

易曰：积善之家，必有余庆。昔颜氏将以女妻叔梁纥，而历叙其祖宗积德之长，逆知其子孙必有兴者。

189 / 一 积善能带来些什么呢

225 / 二 你真的能分辨哪些属于善吗

269 / 三 应如何去行善

305 / 第四篇 谦德之效

书曰：满招损，谦受益。予
屡同诸公应试，每见寒士将达，
必有一段谦光可掬。

322 / 附录 印光大师《了凡四训》铸板流通序

第一篇 立命之学

吾于是而知，凡称祸福自己求之者，乃圣贤之言。若谓祸福惟天所命，则世俗之论矣。

余童年丧父，老母命弃举业学医，谓可以养生，可以济人，且习一艺以成名，尔父夙心也。后余在慈云寺，遇一老者，修髯伟貌，飘飘若仙，余敬礼之。语余曰：子仕路中人也，明年即进学，何不读书？

袁了凡居士在童年的时候，父亲就不幸过世了，他与母亲相依为命。父亲的过早离世使袁了凡居士的家庭陷入困顿之中，为了维持生计，袁了凡居士的母亲要求他放弃考取功名，而改学医术。母亲说：“学医可以养家糊口、维持生计，而且学医不但自己懂得了养生，可以保养身体，又能悬壶济世，解除大众的病痛、疾苦。况且你学到了一门技艺，将来也能在社会上有地位，这也是你父亲一直以来的心愿。”受母亲的影响，袁了凡居士最初就确立了学医的志向。

袁了凡居士的母亲对他说的这段话正是袁氏祖上的家风传统。袁了凡居士听从母亲之命放弃学业，改学医术，由此可以看出他的孝顺之心，正如《论语》所说：“父在观其志，父没观其行，三年无改于父之道，可谓孝矣。”袁了凡居士的母亲说，这并不是她自己的意思，而是“你父亲一直以来的心愿”，这更可以看出他的母亲的贤惠之德。

从袁了凡居士的曾祖父袁顥先生开始，袁家三代都是以医术济世，袁顥先生《袁氏家训》中曾说：“于诸艺中，唯医近仁，习之可以资生而养家，可以惠施而济众。”明代裴一中《言医·序》中说：“学不贯今古，识不通天人，才不近仙，心不近佛者，宁耕田织布取衣食耳，断不可作医以误世！医，故神圣之业，非后世读书未成，生计未就，择术而居之具也。是必慧有夙因，念有专习，穷致天人之理，精思竭虑于古今之书，而后可言医。”“药王”孙思邈在《备急千金要方·卷一·大医精诚》中写道：“凡大医治病，必当安神定志，无欲无求，先发大慈恻隐之心，誓愿普救含灵之苦。若有疾厄来求救者，不得问其贵贱贫富，长幼妍媸，怨亲善友，华夷愚智，普同一等，皆如至亲之想。亦不得瞻前顾后，自虑吉凶，护惜身命。见彼苦恼，若己有之，深心凄怆。勿避险巇、昼夜寒暑、饥渴疲劳，一心赴救，无作工夫形迹之心。如此可为苍生大医，反此则是含灵巨贼。”

中国古代社会中，有士、农、工、商的分工，对读书人而言“学而优则仕”，即学业优秀者可以通过科举考试被选拔出来做官。因受儒家“穷则独善其身，达则兼济天下”思想的影响，读书人积极进入仕途做官，其目的并不是要出人头地、飞黄腾达，而是为了国家的安定富强，为了百姓安居乐业，这才是儒家真正的理想和远大抱负。除了做官之外，在古代社会中，还有“不为良相，愿为良医”的说法，是说一个人如果不能在仕途中有所作为，那么也可以退而求其次，做一个治病救人的良医。因为医生肩负着救死扶伤、济世利人的神圣职责，这与儒家“修身、齐家、治国、平天下”的理想

是相通的。

所以选择任何职业，初发心都是非常重要的。虽然不一定每个人都要有“兼济天下”的崇高理想，但至少要尽到自己的本分，把本职工作做好，这样在养家、维持生计的同时，进一步效仿古代良相良医做到利益大众、服务社会、报效国家。

有一天，袁了凡居士在慈云寺遇到一位老先生，相貌不凡，仙风道骨，身材魁梧，胡须洁白修长，一看就不是凡俗之人。袁了凡居士看到他之后，很恭敬地向老先生行礼。由此可知，袁了凡居士从小家教很好，虽然只有15岁，但待人接物却很懂规矩，所以很令人欢喜，讨人喜爱。老先生告诉袁了凡居士说：“你是官场中人，明年就能考中秀才，为什么不读书，在外面到处游荡呢？”

余告以故，并叩老者姓氏里居。曰：吾姓孔，云南人也。得邵子皇极数正传，数该传汝。余引之归，告母。母曰：善待之。

袁了凡居士就把自己不读书的原因告诉了老先生，并且请问老先生姓什么，是哪里人。

老先生说：“我姓孔，是云南人，我曾得过宋朝邵雍老先生《皇极数正传》的真传，按照我们俩的缘分，从定数上来讲，我这门绝学应该传授给你。”

于是，袁了凡居士就邀请孔老先生到家中，并且将这件事情告诉了母亲。袁了凡居士的母亲就说：“孔老先生是个很有学

问的人，我们一定要好好地招待、照顾老先生，不能有丝毫的怠慢。”

母亲知书达礼，有良好的家教，孩子会受母亲很大的影响。所以，净土宗第十三代祖师印光法师¹开示说：有贤母才有贤子女。所以，女子教育非常重要。

文中提到的邵雍先生，字尧夫，谥康节。邵雍先生是中国思想史上一位著名的易学家，是宋明理学创始阶段的重要代表人物，与周敦颐、张载、程颢、程颐并称“北宋五子”。《宋史》赞誉他“高明英迈，迥出千古”，其著作有《皇极经世》和《伊川击壤集》等，其中《皇极经世》中的《观物内篇》和《观物外篇》为最重要部分。据说内篇系邵氏自著，外篇系其子伯温和弟子所记。该书涵盖河洛数理，周易阴阳，天地物理，是哲学思想的重要代表。《皇极经世》一书推衍的对象是宇宙演化和国家兴衰大事，将人类历史划分为“皇帝王伯”四个阶段：“三皇”（燧人、伏羲、神农）时以道教化人民，崇尚自然；“五帝”（黄帝、颡顓、帝喾、尧、舜）时以德教化人民，崇尚礼让；“三王”（夏禹、商汤、周文王）时

1 印光法师（1861～1940）法名圣量，别号常惭愧僧，陕西郃阳人，大师俗姓赵，名丹桂，字绍伊。民国四大高僧之一（虚云老和尚，印光法师，太虚大师，弘一律师）。其初学儒辟佛，后皈依佛教，1881年出家，曾居北京怀柔红螺山资福寺、北京圆广寺修净土。1893年移居普陀山法雨寺阅大藏经十年。1912年始于《佛学丛报》刊出文稿，世遂知其名。1923年在南京与人合作建放生念佛道场，办佛教慈幼院。1930年移居苏州报国寺闭关撰述，完成四大名山志之修辑。后应请至苏州灵岩山寺建立专修净土道场，在上海办弘化社流通佛典。所著《净土决疑论》《宗教不宜混滥论》等，辑成《印光法师文钞》《嘉言录》《佛法修行止偏法要》等。力倡净土，强调信愿念佛求生净土为三根普被之应机法门，未法众生舍此莫由出离生死。主张敦伦尽分，闲邪存诚，诸恶莫作，奉行诸善，真为生处，发菩提心，以深信愿，持名念佛，以为往生资粮。在佛教界影响甚为深广，皈依弟子遍天下。圆寂后被尊为净土宗第十三代祖师（参见广行法师《走近佛教》，宗教文化出版社，2015）。

以功劝化人民，崇尚仁政；“五伯”（齐桓公、晋文公、秦穆公、宋襄公、楚庄王）时以力统领人民，崇尚争战。

邵雍先生是预测学大师，他以《易传》为基础，以象数为中心，以易图为张本，创立先天易学，并在此基础上，用元、会、运、世等概念来推算天地的演化和历史的循环。而《皇极数正传》则以个人命运作为预测对象，对于人生命理的推算非常灵验。

邵雍先生在世时便以“遇事能前知”而声名在外，“二雀争梅”与“邻人借斧”的故事，就是他即兴占卜而应验的佳话。另据宋朝朱弁《曲洧旧闻》记载，欧阳棐年轻的时候曾经前往拜访邵雍先生，到了门口还没有敲门，便见邵雍先生倒拖着鞋匆忙出来迎接，邀请他到屋里就座。二人在一起叙谈了整整一天，邵雍先生主动将自己一生的经历、所见过的人和事，以及自己的学问详细地告诉了欧阳棐。临别的时候，邵雍先生还郑重叮嘱：“我讲的这些你都记住了吗？”欧阳棐当时感到非常奇怪。后来，邵雍先生去世以后，朝廷赐他谥号“康节”，正好由担任太常博士的欧阳棐负责撰写谥文，至此方恍然大悟。邵雍先生的思想蕴含着深刻的哲理，从某种意义上来说，可以视为宋明理学的先驱。但一般人往往只注意到他遇事先知的表象，将他尊为占卜预测学的鼻祖，而忽略了他作为一位思想家所取得的成就。

试其数，纤悉皆验。余遂起读书之念，谋之表兄沈称，言：郁海谷先生，在沈友夫家开馆，我送汝寄学甚便。余遂礼郁为师。

因为不知道孔老先生是否真正精通数术，袁了凡居士就想请孔老先生为他推算命数，试试看是否算得准确。结果，连过去遭遇的很小的事情都算准了。由此可知，孔老先生是真正精通数术。

因为孔老先生推算得非常精准，袁了凡居士就对孔老先生生起了巨大的信心，非常相信恭敬孔老先生，于是就有了读书的想法。

袁了凡居士就和他的表兄沈称先生商量，沈称表兄就建议说：“郁海谷先生正在沈友夫家中开设私塾授学，我送你去读书吧！借住读书都非常方便，你不用操心，一切都由表兄来操持。”

于是，袁了凡居士就拜郁海谷先生为师，重新开始了求学生涯，随郁海谷先生努力地学习。

袁了凡居士在慈云寺遇到孔老先生时年仅十五，表面看似似乎是偶然和巧合，其实都有其必然性。袁了凡居士人品高尚，对母亲非常孝顺，这是做人的基础，对孔老先生的恭敬更体现了他谦虚的美德。他能对陌生人礼敬有加，说明他谦逊知礼，诚心待人，具有很好的根器和气禀。

在人生的道路上，经常会遇到一些令人生发生转折和改变的贵人。正是因为袁了凡居士有这些德行，才使他在慈云寺碰见了这样一位老先生。古代的文人、士大夫和法师们常有交往，诗歌唱和、书画过从。慈云寺隐喻着佛教的慈悲，《大智度论》卷二七称：“大慈与一切众生乐，大悲拔一切众生苦。”给予欢乐叫“慈”；怜悯众生，拔除苦难叫“悲”。这是菩萨行的重要特征之一。

孔老生长得相貌魁伟，仙风道骨，更有一捧长长的胡须。大凡异人必有异相，《史记》上说，孔夫子成年后“长九尺六寸，人