

学而书馆



全注全译

〔明〕吕坤著

呻吟语



中国友谊出版公司



学而书馆

呻吟语

全注全译

〔明〕吕坤著

图书在版编目(CIP)数据

呻吟语/(明)吕坤著. —北京:中国友谊出版公司,
2010. 1

ISBN 978 - 7 - 5057 - 2661 - 1

I. ①呻… II. ①吕… III. ①人生哲学—中国—明代
IV. ①B248. 92

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 224713 号

书名	呻吟语
著者	(明)吕坤
出版	中国友谊出版公司
发行	中国友谊出版公司
经销	新华书店
印刷	北京建泰印刷有限公司
规格	640×960毫米 16开 17.25印张 186千字
版次	2010年1月第1版
印次	2010年1月第1次印刷
书号	ISBN 978 - 7 - 5057 - 2661 - 1
定价	20.00元
地址	北京市朝阳区西坝河南里17号楼
邮编	100028 电话(010)64668676
版权所有 侵权必究	

呻吟语序

呻吟，病声也。呻吟语，病时疾痛语也。病中疾痛，惟病者知，难与他人道；亦惟病时觉，既愈，旋复忘也。予小子生而昏弱，善病，病时呻吟，辄志所苦以自恨。曰：“慎疾，无复病。”已而弗慎，又复病，辄又志之。盖世病备经，不可胜志，一病数经，竟不能惩。语曰：“三折肱^①，成良医。”予乃九折臂矣^②。沉痾多年，呻吟犹昨。嗟嗟！多病无完身，久病无完气。余奄奄视息而人也哉！

三十年来，所志《呻吟语》，凡若干卷，携以自药。司农大夫刘景泽，摄心缮性，平生无所呻吟，予甚爱之。顷共事雁门，各谈所苦。予出《呻吟语》示景泽，景泽曰：“吾亦有所呻吟，而未之志也。吾人之病，大都相同。子既志之矣，盍以公人，盖三益焉。医病者见子呻吟，起将死病；同病者见子呻吟，医各有病；未病者见子呻吟，谨未然病。是子以一身示惩于天下，而所寿者众也。即子不愈，能以愈人，不既多乎？”予矍然曰：“病语狂，又以其狂者，惑人闻听，可乎？”因择其狂而未甚者存之。呜呼！使予视息苟存，当求三年艾^③，健此余生，何敢以沉痾自弃？景



泽，景泽，其尚医余也夫！

万历癸巳三月抱独居士宁陵吕坤书^④

【注释】

①三折肱：语出《左传·定公十三年》：“三折肱，知为良医。”

②九折臂：语出《楚辞·九章·惜诵》：“九折臂而成医兮，吾至今而知其信然。”

③三年艾：上好的艾草，作针灸治病之用。语出《孟子·离娄上》：“今之欲王者，犹七年之病，求三年之艾，苟为不畜，终身不得。”

④万历癸巳：万历二十一年，即公元1593年。



四库全书总目提要·呻吟语摘

臣等谨案：《呻吟语摘》二卷，明吕坤撰。坤有《四礼疑》，已著录。《明史·艺文志》载《呻吟语》凡四卷。此止二卷。考卷末万历丙辰其子知畏跋，则此乃坤从四卷中手自删削，并取知畏所续入者若干条，存十之二三，距万历壬辰郭子章作序之时，又二十四年，盖坤晚年之定本也。其内篇分七门，曰性命，曰存心，曰伦理，曰谈道，曰修身，曰问学，曰应务；外篇分九门，曰世运，曰圣贤，曰品藻，曰治道，曰人情，曰物理，曰广喻，曰词章。大抵不侈语精微，而笃实以为本；不虚谈高远，而践履以为程。在明代，讲学诸家，似乎粗浅，然尺尺寸寸，务求规矩，而又不违戾于情理，视陆学末派之猖狂，朱学末派之迂僻，其得失则有间矣。

乾隆四十六年十月恭校上


总纂官臣纪昀 臣陆锡熊 臣孙士毅 总校官臣陆费墀



明史·吕坤传

吕坤，字叔简，宁陵人。万历二年进士。为襄垣知县，有异政。调大同，征授户部主事，历郎中。迁山东参政、山西按察使、陕西右布政使。擢右佥都御史，巡抚山西。居三年，召为左佥都御史。历刑部左、右侍郎。

二十五年五月疏陈天下安危。其略曰：



窃见元旦以来，天气昏黄，日光黯淡，占者以为乱征。今天下之势，乱象已形，而乱势未动。天下之人，乱心已萌，而乱人未倡。今日之政，皆播乱机使之动，助乱人使之倡者也。臣敢以救时要务，为陛下陈之。自古幸乱之民有四。一曰无聊之民。饱温无由，身家俱困，因怀逞乱之心，冀缓须臾之死。二曰无行之民。气高性悍，玩法轻生，居常爱玉帛子女而不得，及有变则淫掠是图。三曰邪说之民。白莲结社，遍及四方，教主传头，所在成聚。倘有招呼之首，此其归附之人。四曰不轨之民。乘衅蹈机，妄思雄长。惟冀目前有变，不乐天下太平。陛下约己爱人，损上益下，则四民皆赤子，否则悉为寇仇。

今天下之苍生贫困可知矣。自万历十年以来，无岁不灾，催科如故。臣久为外吏，见陛下赤子冻骨无兼衣，饥肠不再食，垣舍弗蔽，苦藁未完；流移日众，弃地猥多；留者输去者之粮，生者承死者之役。君门万里，孰能仰诉。今国家之财用耗竭可知矣。数年以来寿宫之费几百万，织造之费几百万，宁夏之变几百万，黄河之溃几百万，今大工、采木费，又各几百万矣。土不加广，民不加多，非有雨菽涌金，安能为计。今国家之防御疏略可知矣。三大营之兵以卫京师也，乃马牛羸敝，人半老弱。九边之兵以御外寇也，皆勇于挟上，怯于临戎。外卫之兵以备征调资守御也，伍缺于役占，家累于需求，皮骨仅存，折冲奚赖。设有千骑横行，兵不足用，必选民丁。以怨民斗怨民，谁与合战。

人心者，国家之命脉也。今日之人心，惟望陛下收之而已。关陇气寒土薄，民生实艰。自造花绒，比户困趣逼。提花染色，日夜无休，千手经年，不成一匹。他若山西之絀，苏、松之锦绣，岁额既盈，加造不已。至饶州磁器，西域回青，不急之须，徒累小民敲骨。陛下诚一切停罢，而江南、陕西之人心收矣。

以采木言之。丈八之围，非百年之物。深山穷谷，蛇虎杂居，毒雾常多，人烟绝少，寒暑饥渴瘴疠死者无论矣。乃一木初卧，千夫难移，倘遇阻艰，必成伤殒。蜀民语曰“入山一千，出山五百”，哀可知也。至若海木，官价虽一株千两，比来都下，为费何止万金。



臣见楚、蜀之人，谈及采木，莫不哽咽。苟损其数，增其直，多其岁月，减其尺寸，而川、贵、湖广之人心收矣。

以采矿言之。南阳诸府，比岁饥荒。生气方苏，菜色未变。自责报殷户，而半已惊逃。自供应矿夫工食、官兵口粮，而多至累死。自都御史李盛春严旨切责，而抚按畏罪不敢言。今矿沙无利，责民纳银，而奸人仲春复为攘夺侵渔之计。朝廷得一金，郡县费千倍。诚敕戒使者，毋散砂责银，有侵夺小民若仲春者，诛无赦，而四方之人心收矣。

官店租银收解，自赵承勋造四千之说，而皇店开。自朝廷有内官之遣，而事权重。夫市井之地，贫民求升合丝毫以活身家者也，陛下享万方之富，何赖于彼？且冯保八店，为屋几何，而岁有四千金之课。课既四千，征收何止数倍。不夺市民，将安取之？今豪家遣仆设肆，居民尚受其殃，况特遣中贵，赐之敕书，以压卵之威，行竭泽之计，民困岂顾问哉。陛下撤回内臣，责有司输课，而畿甸之人心收矣。

天下宗室，皆九庙子孙，王守仁、王锦袭盖世神奸。籍隔数千里，而冒认王弼子孙；事隔三百年，而妄称受寄财产。中间伪造丝纶，假传诏旨，明欺圣主，暗陷亲王，有如楚王衔恨自杀，陛下何辞以谢高皇帝之灵乎？此两贼者，罪应诛殛，乃止令回籍，臣恐万姓惊疑。诚急斩二贼以谢楚王，而天下宗藩之心收矣。

崇信伯费甲金之贫，十厢珠宝之诬，皆通国所知

也。始误于科道之风闻，严追犹未为过。今真知其枉，又加禁锢，实害无辜。请还甲金革去之禄，复五城厂卫降斥之官，而勋戚之人心收矣。

法者，所以平天下之情。其轻其重，太祖既定为律，列圣又增为例。如轻重可以就喜怒之情，则例不得为一定之法。臣待罪刑部三年矣，每见诏狱一下，持平者多拂上意，从重者皆当圣心。如往年陈恕、王正甄、常照等狱，臣等欺天罔人，已自废法，陛下犹以为轻，俱加大辟。然则律例又安用乎！诚俯从司寇之平，勉就祖宗之法，而囹圄之人心收矣。

自古圣明之君，岂乐诽谤之语。然而务求言赏谏者，知天下存亡，系言路通塞也。比来驱逐既多，选补皆罢。天阁邃密，法座崇严，若不广达四聪，何由明照万里。今陛下所闻，皆众人之所敢言也，其不敢言者，陛下不得闻矣。一人孤立万乘之上，举朝无犯颜逆耳之人，快在一时，忧贻他日。陛下诚释曹学程之系，还吴文梓等官，凡建言得罪者，悉分别召用，而士大夫之心收矣。

朝鲜密迩东陲，近吾肘腋，平壤西邻鸭绿，晋州直对登、莱。倘倭夷取而有之，籍众为兵，就地资食，进则断我漕运，退则窥我辽东。不及一年，京城坐困，此国家大忧也。乃彼请兵而二三其说，许兵而延缓其期；力穷势屈，不折入为倭不止。陛下诚早决大计，并力东征，而属国之心收矣。

四方输解之物，营办既苦，转运尤艰。及入内库，





率至朽烂，万姓脂膏，化为尘土。倘岁一稽核，苦窳者严监收之刑，朽腐者重典守之罪。一整顿间，而一年可备三年之用，岁省不下百万，而输解之人心收矣。

自抄没法重，株连数多。坐以转寄，则并籍家资。诬以多赃，则互连亲识。宅一封而鸡豚大半饿死，人一出则亲戚不敢藏留。加以官吏法严，兵番搜苦，少年妇女，亦令解衣。臣曾见之，掩目酸鼻。此岂尽正犯之家、重罪之人哉。一字相牵，百口难解。奸人又乘机恐吓，挟取资财，不足不止。半年之内，扰遍京师，陛下知之否乎？愿慎抄没之举，释无辜之系，而都下之人心收矣。

列圣在御之时，岂少宦官宫妾，然死于箠楚者，未之多闻也。陛下数年以来，疑深怒盛。广廷之中，狼籍血肉，宫禁之内，惨戚啼号。厉气冤魂，乃聚福祥之地。今环门守户之众，皆伤心侧目之人，外表忠勤，中藏险毒。既朝暮不能自保，即九死何爱一身。陛下卧榻之侧，同心者几人，暮夜之际，防患者几人，臣窃忧之。愿少霁威严，慎用鞭扑，而左右之人心收矣。

祖宗以来，有一日三朝者，有一日一朝者。陛下不视朝久，人心懈弛已极，奸邪窥伺已深，守卫官军只应故事。今乾清修造，逼近御前。军夫往来，谁识面貌。万一不测，何以应之。臣望发官钥于质明，放军夫于日昃。自非军国急务，慎无昏夜传宣。章奏不答，先朝未有。至于今日，强半留中。设令有国家大

事，邀截实封，扬言于外曰“留中矣”，人知之乎？愿自今章疏未及批答者，日于御前发一纸，下会极门，转付诸司照察，庶君臣虽不面谈，而上下犹无欺蔽。

臣观陛下昔时励精为治，今当春秋鼎盛，曾无夙夜忧勤之意，惟孜孜以患贫为事。不知天下之财，止有此数，君欲富则天下贫，天下贫而君岂独富？今民生憔悴极矣，乃采办日增，诛求益广，敛万姓之怨于一言，结九重之仇于四海，臣窃痛之。使六合一家，千年如故，即宫中虚无所有，谁忍使陛下独贫。今禁城之内，不乐有君。天下之民，不乐有生。怨讟愁叹，难堪入听。陛下闻之，必有食不能咽，寝不能安者矣。臣老且衰，恐不得复见太平，吁天叩地，斋宿七日，敬献忧危之诚。惟陛下密行臣言，翻然若出圣心警悟者，则人心自悦，天意自回。苟不然者，陛下他日虽悔，将何及耶。

疏入，不报。坤遂称疾乞休，中旨许之。于是给事中戴士衡劾坤机深志险，谓石星大误东事，孙铲滥杀不辜，坤顾不言，曲为附会，无大臣节。给事中刘道亨言往年孙丕扬劾张位，位疑疏出坤手，故使士衡劾坤。位奏辨。帝以坤既罢，悉置不问。

初，坤按察山西时，尝撰《闺范图说》，内侍购入禁中。郑贵妃因加十二人，且为制序，属其伯父承恩重刊之。士衡遂劾坤因承恩进书，结纳官掖，包藏祸心。坤持疏力辨。未几，有妄人为《闺范图说》跋，名曰《忧危竝议》，



略言：“坤撰《闺范》，独取汉明德后者，后由贵人进中官，坤以媚郑贵妃也。坤疏陈天下忧危，无事不言，独不及建储，意自可见。”其言绝狂诞，将以害坤。帝归罪于士衡等，其事遂寝。

坤刚介峭直，留意正学。居家之日，与后进讲习。所著述，多出新意。初，在朝与吏部尚书孙丕扬善。后丕扬复为吏部，屡推坤左都御史未得命，言：“臣以八十老臣保坤，冀臣得亲见用坤之效。不效，甘坐失举之罪，死且无憾。”已，又荐天下三大贤，沈鲤、郭正域，其一即坤。丕扬前后推荐，疏至二十余上，帝终不纳。福王封国河南，赐庄田四万顷。坤在籍，上言：“国初分封亲藩二十有四，赐田无至万顷者。河南已封周、赵、伊、徽、郑、唐、崇、潞八王，若皆取盈四万，占两河郡县且半，幸圣明裁减。”复移书执政言之。会廷臣亦力争，得减半。卒，天启初，赠刑部尚书。



呻吟语序	(1)
四库全书总目提要·呻吟语摘	(3)
明史·吕坤传	(4)
卷一 内篇 礼集	(1)
性命	(3)
存心	(8)
伦理	(26)
谈道	(35)
卷二 内篇 乐集	(59)
修身	(61)
问学	(105)
卷三 内篇 射集	(117)
应务	(119)
养生	(144)
卷四 外篇 御集	(147)
天地	(149)
世运	(152)
圣贤	(154)
品藻	(159)
卷五 外篇 书集	(177)
治道	(179)



卷六 外篇 数集	(217)
人情	(219)
物理	(230)
广喻	(231)
词章	(253)



呻吟语



卷一 内篇 礼集
