



智慧宝鉴

中华大方略全书

忍经

君子矜而不争 小人睚眦必报
隐忍方有所济 有容得成其大
善忍趋利避害 能忍因祸得福



【明】

内蒙古人民出版社

中华大方略全书

忍 经

(元) 许名奎

内蒙古人民出版社

目 录

序	(1)
劝忍百箴	(2)
笑之忍第一	(2)
◇乐然后笑，人乃不厌。笑不可测，腹中有剑	
谄之忍第二	(3)
◇上交不谄，知几其神。巧言令色，见谓不仁	
淫之忍第三	(4)
◇淫乱之事，易播恶声。能忍难忍，谥之曰贞	
侈之忍第四	(5)
◇天赋于人，名位利禄，莫不有数。人受于天，服食器用，	
岂宜过度？乐极而悲来，祸来而福去	
言之忍第五	(7)
◇乱之所生也，则言语以为阶；口三五之门，祸由此来	
食之忍第六	(8)
◇饮食，人之大欲，未得饮食之正者，以饥渴之害于口腹。	
人能无以口腹之害为心害，则可以立身而远辱	
声之忍第七	(10)
◇恶声不听，清矣伯夷；郑声之放，圣矣仲尼	
乐之忍第八	(11)

- ◇音聋色盲，驰骋发狂，老氏预防
- 酒之忍第九 (12)
- ◇禹恶旨酒，仪狄见疏。周诰刚制，群饮必诛
- 色之忍第十 (13)
- ◇伐性斤斧，皓齿蛾眉；毒药猛兽，越女齐姬。枚生此言，可为世师
- 贪之忍第十一 (15)
- ◇贪财曰饕，贪食曰饕。舜去四凶？此居其一
- 气之忍第十二 (16)
- ◇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
- 权之忍第十三 (17)
- ◇盖权之于物，利于君，不利于臣；利于分，不利于专
- 势之忍第十四 (19)
- ◇夫人之得势也，天可梯而上；及其失势也，一落地千丈。朝荣夕悴，变在反掌
- 骄之忍第十五 (20)
- ◇盖恶终之衅，兆于骄夸；死亡之期，定于骄奢。先哲之言，如不听何
- 矜之忍第十六 (21)
- ◇舜之命禹，汝惟不矜。说告高宗，戒以矜能。圣君贤相，以此相规。人有寸善，矜则失之
- 贵之忍第十七 (22)
- ◇贵为王爵，权出于天；洪范五福，贵独不言
- 贱之忍第十八 (24)
- ◇人生贵贱，各有赋分；君子处之，遁世无闷
- 贫之忍第十九 (25)
- ◇造物之心，以贫试士；贫而能安，斯为君子

- 富之忍第二十 (26)
 ◇富而好礼，孔子所诲；为富不仁，孟子所戒。盖仁足以长福而消祸，礼足以守成而防败
- 宠之忍第二十一 (27)
 ◇婴儿之病伤于饱，贵人之祸伤于宠
- 辱之忍第二十二 (29)
 ◇能忍辱者，必能立天下之事。圯桥匍匐取履，而子房韞帝师之智；市人笑出胯下，而韩信负侯王之器
- 争之忍第二十三 (30)
 ◇争权于朝，争利于市，争而不已，譬不畏死
- 失之忍第二十四 (31)
 ◇盖有得有失者，物之常理。患得患失者，目之为鄙。塞翁失马，祸兮福倚
- 生之忍第二十五 (32)
 ◇所欲有甚于生，宁舍生而取义
- 死之忍第二十六 (33)
 ◇百金之子不骑衡，千金之子不垂堂，非恶死而然也。盖亦戒乎轻生
- 安之忍第二十七 (35)
 ◇宴安鸩毒，古人深戒；死于逸乐，又何足怪
- 危之忍第二十八 (36)
 ◇盖安危未定，胜负未决，帐中仓皇，则麾下气慑，正所以观将相之事业
- 忠之忍第二十九 (37)
 ◇事君尽忠，人臣大节；苟利社稷，死生为夺
- 孝之忍第三十 (38)
 ◇盖事难事之父母，方见人子之纯孝；爱恶不当疑，曲直何敢较
- 仁之忍第三十一 (40)

- ◇彼以其暴，我以吾仁；齿刚易毁，舌柔独存
 义之忍第三十二 (41)
 ◇义者，宜也。以之制事，义所当为，虽死不避；义所当诛，
 虽亲不庇；义所当举，虽仇不弃
 礼之忍第三十三 (42)
 ◇天理之节文，人心之检制。出门如见大宾，使民如承大祭。
 当以敬为主，非一朝之可废
 信之忍第三十四 (44)
 ◇自古皆有死，民无信不立
 智之忍第三十五 (45)
 ◇盖人之不可无智，用之过，则怨集而祸至
 勇之忍第三十六 (46)
 ◇故君子有勇而无义，为乱；小人有勇而无义，为盗
 喜之忍第三十七 (47)
 ◇故量有浅深，气有盈缩；易浅易盈，小人之腹
 怒之忍第三十八 (48)
 ◇怒为东方之情而行阴贼之气，裂人心之大和，激事物之乖
 异，若火焰之不扑，斯燎原之可畏
 好之忍第三十九 (50)
 ◇楚好细腰，官人饿死。吴好剑客，民多疮痍
 恶之忍第四十 (51)
 ◇凡能恶人，必为仁者。恶出于私，人将仇我
 欺之忍第四十一 (53)
 ◇人固可欺，其如天何！暗室屋漏，鬼神森罗。作伪心劳，成
 少败多
 侮之忍第四十二 (55)
 ◇富侮贫，贵侮贱，强侮弱，恶侮善，壮侮老，勇侮懦，邪
 侮正，众侮寡，世之常情，人之通患

- 谤之忍第四十三 (56)
 ◇谤生于讎，亦生于忌
- 誉之忍第四十四 (57)
 ◇好誉人者谀，好人誉者愚。夸燕石为瑾瑜，论鱼目为骊珠
- 劳之忍第四十五 (58)
 ◇有事服劳，弟子之职。我独贤劳，敢形辞色
- 苦之忍第四十六 (59)
 ◇生不得志，攻苦食淡；孤臣孽子，卧薪尝胆
- 急之忍第四十七 (60)
 ◇判生死于呼吸，争胜负于顷刻。蝮蛇螫手，断腕宜疾。冠而救火，揖而拯溺，不知权变，可为太息
- 躁之忍第四十八 (61)
 ◇养气之学，戒乎躁急
- 满之忍第四十九 (62)
 ◇月盈则亏，器满则覆。一盈一亏，鬼神祸福
- 快之忍第五十 (63)
 ◇快然诺者，多悔；快应对者，少思；快喜怒者，无量；快许可者，售欺
- 忽之忍第五十一 (64)
 ◇患尝消于所慎，祸每生于所忽。与其行赏于焦头烂额，孰若受谏于徙薪曲突
- 疾之忍第五十二 (65)
 ◇六气之淫，是生六疾；慎于未萌，乃真药石
- 忤之忍第五十三 (66)
 ◇盖小之事大多忤，贵之视贱多怒。古之君子，盛德弘度，人有不及，可以情恕
- 直之忍第五十四 (67)
 ◇时有污隆，直道不容。曲而如钩，乃得封侯

- 虐之忍第五十五 (69)
 ◇不教而杀，孔谓之虐。汉唐酷吏，史书其恶
- 仇之忍第五十六 (70)
 ◇血气之初，寇仇之根。报冤复仇，自古有闻。不在其身，则在子孙。人生世间，慎勿构冤
- 妒之忍第五十七 (71)
 ◇士人入朝而见嫉，女子入宫而见妒
- 俭之忍第五十八 (72)
 ◇以俭治身，则无忧；以俭治家，则无求
- 惧之忍第五十九 (74)
 ◇自省不疚，何忧何惧？见理既明，委心变故
- 变之忍第六十 (75)
 ◇志不慑者，得于预备；胆易夺者，惊于猝至
- 取之忍第六十一 (76)
 ◇取戒伤廉，有可不可，齐、薛馈金，辞受在我
- 予之忍第六十二 (77)
 ◇富视所与，达视所举
- 乞之忍第六十三 (78)
 ◇古之君子，有平生不肯道一乞字者，后之君子诈贫匿富以乞为利者矣
- 求之忍第六十四 (79)
 ◇人有不足于我乎，求以有济无，其心休休
- 利害之忍第六十五 (80)
 ◇利者人之所同嗜，害者人之所同畏。利为害影，岂不知避，贪小利而忘大害，犹痼疾之难治
- 祸福之忍第六十六 (81)
 ◇祸兮福倚，福兮祸伏，鸦鸣鹊噪，易警愚俗
- 不平之忍第六十七 (83)

- ◇不平则鸣，物之常性，达人大观，与物不竞
 不满之忍第六十八 (84)
- ◇望仓庾而得升斗，愿卿相而得郎官，其志不满，形于辞气
 听谗之忍第六十九 (85)
- ◇自古害人莫甚于谗，谓伯夷濶，谓盗跖廉
 苛察之忍第七十 (86)
- ◇称柴而爨，数米而炊，擘肌析骨，吹毛求疵，如此用之，亲戚叛之
 小节之忍第七十一 (88)
- ◇顾大体者，不区区于小节；顾大事者，不屑屑于细故。视大主者，不察察于微玷；得大木者，不快快于末蠹
 无益之忍第七十二 (89)
- ◇不做无益害有益，不贵异物贱用物，此召公告君之言，万世而不可忽
 随时之忍第七十三 (90)
- ◇为可为于可为之时，则从；为不可为于不可为之时，则凶
 苟禄之忍第七十四 (92)
- ◇窃位苟禄，君子所耻，相时而动，可仕则仕
 躁进之忍第七十五 (93)
- ◇仕进之路，如阶有级，攀援躋等，何必躁急
 勇退之忍第七十六 (94)
- ◇功成而身退，为天之道，知进而不知退，为乾之亢
 特立之忍第七十七 (95)
- ◇特立独行，士之大节，虽无文王，犹兴豪杰
 才技之忍第七十八 (97)
- ◇学有余者，虽盈若亏；内不足者，急于人知

序

予读唐史，见高宗幸张公艺家，问其九世不分之状，书忍字百余以对，于是兴感。嗟乎，人为血气所使，至于凶于而身害于而家何限？昔成王之命君陈曰：“必有忍其乃有济，有容德乃大。”孔子曰：“小不忍则乱大谋。”叔孙豹之慨季孙，其御者曰：“鲁以相忍为国。”赵襄子曰：“以能忍耻庶无害。”赵宗平驭吏醉污丞相车茵当斥，丙吉曰：“西曹第忍之。”柳玭《家训》曰：“肥家以忍顺。”杜牧之《遣兴诗》曰：“忍过事堪喜。”司空图曰：“忍字敌灾星。”《说苑丛谈》云：“能忍耻者安，能忍辱者存。”吕存仁亦云：“忍诟二字，古之格言，学者可以详思而致力。”然则忍之一字，自宰相至于士庶，人皆当以此为药石。予自壮至老，以贱且贫，故受侮于人屡矣。复思前哲有“德量自隐忍中大”之语，益自勉励，逆来顺受，不与物竞，因作《劝忍百箴》，愿与天下共之。每箴皆事为之句，入经出史，各有考据。公卿大夫四民十等，家置一本，朝夕看阅，亦足少补德量之万一，毋忽幸甚！

时至大三年良月吉旦四明梓碧山人许名奎叙。

劝忍百箴

笑之忍第一

【原典】

乐然后笑，人乃不厌。笑不可测，腹中有剑。

【今译】

因为快乐然后欢笑，别人就不会讨厌他。见人就面带笑容，可是谁也不知他在笑什么。他做起事来却心狠手辣，好像心里藏着一把利剑一样可怕。

【原典】

虽一笑之至微，能召祸而遗患。齐妃笑跛而郤克师兴；赵妾笑蹙而平原客散。

【今译】

虽然笑一下没什么大不了的，但却能够招来灾祸而留下后患。齐国妃子嘲笑郤克的腿跛而导致两国发生战争，平原君之妾大笑邻居的一个跛子而导致平原君门下的宾客渐渐散去。

【原典】

蔡谟结怨于王导，以榱车之轻诋；子仪屏去左右，防鬼貌之卢杞。

【今译】

蔡谟和王导所以结怨是因为以牛车为话题开了个小玩笑；唐代郭子仪支走身边的小丫环，是因为怕女人见了貌丑的卢杞而发笑，以免种下祸根。

【原典】

人世碌碌，谁无可鄙？冯道兔园策，师德田舍子。噫，可不忍欤！

【今译】

人世间大多是碌碌庸人，谁没有令人讨厌的地方？刘岳因笑说冯道的兔园册掉了而被贬，师德做为宰相却能忍受别人称他为庄稼汉。唉，忍与不忍差别多么大啊！人怎能不忍呢？

谄之忍第二

【原典】

上交不谄，知几其神。巧言令色，见谓不仁。

【今译】

和比自己地位高的人相交往，不阿谀奉承；能抓住事物的关键，就称得上活神仙。那些会说漂亮话善于装扮自己的人实际是放纵本能，丧失仁德。

【原典】

孙弘曲学，长孺面折，萧诚软美，九龄谢绝。

【今译】

公孙弘没有正确理解学习的目的，汲黯当面指责皇帝的过失；因萧诚好谄媚，张九龄即疏远了萧诚。

【原典】

郭霸尝元忠之便液，之问奉五郎之溺器，朝夕挽公主车之履温，都堂拂宰相须之丁谓。书之简册，千古有愧。噫，可不忍欤！

【今译】

郭弘霸因喜阿谀奉承，竟用手指蘸来当时御史中丞魏元忠的尿液放在口中尝。宋之问给张易之端着便壶，赵履温奉承谄媚早晚为安乐公主拉车，丁谓谄媚在都堂上为宰相寇準拂去胡须上的汤渍。以上几个人的谄媚，都非常清楚地记录在史书上，真是千古有愧。唉，能不忍吗！

淫之忍第三

【原典】

淫乱之事，易播恶声。能忍难忍，谥之曰贞。

【今译】

淫乱的事情最易传播坏的名声。能够忍耐常人难以忍耐的淫色诱惑，最终把她追谥为贞节的人。

【原典】

路同女宿，至明不乱；邻女夜奔，执烛待旦。

【今译】

在路上和女人同宿一处，一直到天亮都不淫乱；邻居家的女人夜晚有事而跑过来投宿，却手拿蜡烛保持着光亮直到天明。

【原典】

宫女出赐，如在帝右。西阁十宵，拱立至晓。

【今译】

金日磾对赐给他的宫女，一本正经得如同在皇帝身边一样；褚渊在西上阁上住了十个晚上，面对山阴公主他只是恭敬地站着直到天明。

【原典】

下惠之介，鲁男之洁。日磾彥回，臣子大节。百世之下，尚鉴风烈。噫，可不忍欤！

【今译】

柳下惠的正直可嘉，鲁国男子的纯洁不乱，也称得上洁身自好。金日磾、褚渊的做为臣子的高风亮节有节操，百世以来，人们还会以他们的做法为榜样的。哎，怎能不忍呢！

侈之忍第四

【原典】

天赋于人，名位利禄，莫不有数。人受于天，服食器用，岂宜过度？乐极而悲来，祸来而福去。

【今译】

上天赋予人类的東西，像功名利禄等，都是具有一定限度的。人们从上天接受的衣服，食物，器皿，用具，怎么能超过限度？乐极生悲，祸来福去。

【原典】

居则歌童舞女，出则摩辔结驷。酒池肉林，淫窟屠肆。三辰龙章之服，不雨而雷之第。

【今译】

在家呆着则有歌童舞女的娱乐，出门则有车马成群的威风。用酒作池，以肉为林，住所像淫窟，厨房像屠场。穿着五彩缤纷的衣服，住着高雅豪华的房屋。

【原典】

行酒斩美人，锦障五十里，不闻百年之石氏；人乳为蒸豚，百婢捧食器，徒诧一时之武子。史传书之，非以为美；以警后人，戒此奢侈。

【今译】

美人为客人劝酒没有成功，王恺就杀之。设置了五十里的锦障，石崇的奢侈使他亡身亡家。用人奶和着猪一起蒸，丫环一百多人侍候其旁，这是徒然的夸耀富有和奢侈。史传记录这些，并不是用以赞赏，而是用以警醒后人，戒除奢侈的恶习。

【原典】

厮养，傅翼之虎；皂隶，人立之豕，僭拟王侯，薰炙天地。

【今译】

富豪之家的奴仆小人，就好像插上翅膀的老虎，官府里跑腿的人，像站立起来的野猪。僭越礼节超过王侯，权势直冲天地。

【原典】

鬼神害盈，奴辈利财。巢覆卵破，悔何及哉！噫，可不忍欤！

【今译】

鬼神会降祸害给那些奢侈自满的人，奴仆见利忘义。有朝一日巢被打翻蛋也会摔破，这时才后悔，怎么能来得及呢！哎，怎能不忍呢？

言之忍第五

【原典】

恂恂，便便，侃侃，诘诘；忠信笃敬，盍书诸绅；讷为君子，寡为吉人。

【今译】

谦恭谨慎，言辞明晰畅达、言语刚直，和悦而敢谏；做人要忠诚、诚实、厚道、戒慎。为什么不把它们写在士大夫束衣的宽带上；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。

【原典】

乱之所生也，则言语以为阶；口三五之门，祸由此来。

【今译】

祸乱的发生是以言语做为阶梯的，口是三五之门，一些灾祸都因言语不慎而起。

【原典】

《书》有起羞之戒，《诗》有出言之悔，天有卷舌之星，人有缄口之铭。

【今译】

《书经》中有引人羞惭的诫海，《诗经》中有说错话的悔恨，所以上天有卷舌星，用来警戒说坏话和花言巧语的人。人间有铜铸人像背后的闭口不说话的铭文。

【原典】

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！

【今译】

白玉如果带有污点，还可以通过琢磨以致洁白无瑕，言论上有了过失就没有办法补救。话一说出口，四千匹马也追不上。唉，能不忍吗！

食之忍第六

【原典】

饮食，人之大欲，未得饮食之正者，以饥渴之害于口腹。人能无以口腹之害为心害，则可以立身而远辱。