

楼含松 主编

中國歷代家訓集成

⑦

樓含松敬署



浙江出版聯合集團  
浙江古籍出版社

2016年主题出版重点出版物

楼含松  
主编



清代编二

# 中國歷代家訓集成

7



浙江出版聯合集團  
浙江古籍出版社

# 本册目录

## 清代编二

高氏塾铎 .....	高拱京(3939)
聪训斋语 .....	张 英(3943)
恒产琐言 .....	张 英(3968)
傅氏家训 .....	傅 超(3976)
李惺庵家训 .....	李 铨(3993)
竹庐家话 .....	胡翔瀛(4002)
颜氏家诫 .....	颜光敏(4007)
幼训 .....	崔学古(4038)
新妇谱补 .....	查 琪(4047)
宗规 .....	钟于序(4049)
寻乐堂家规 .....	窦克勤(4055)
信天翁家训 .....	胡 方(4085)
丰川家训 .....	王心敬(4090)
四礼宁俭编 .....	王心敬(4111)
训子帖 .....	王心敬(4130)
庭训格言 .....	爱新觉罗·玄烨(4158)
诚一堂家训 .....	潘宗洛(4200)

女学 ..... 蓝鼎元(4211)

茗洲吴氏家典 ..... 吴 瞿(4304)

## 高氏塾铎

(清)高拱京

《高氏塾铎》一卷，清高拱京撰。

高拱京，号安蔬老人，生平事迹不详。从高拱京为《高氏塾铎》所撰自序，可知该书是作者晚年辞官归乡时所作。作者乡居期间，“教家之年倍切”，对于子孙的教育问题非常关注。同时，随着年纪日益增大，他对往日时光也日益怀念，时时“追忆过庭之年所闻祖父之训”。在这种心态下，他有感于自己早年所闻父祖遗训日渐泯灭，而子孙之中膏粱纨绔又是大有人在的现状，便撰写了《高氏塾铎》这部家训。

全书大抵针对当时“子弟之膏肓者”而发。为了方便子弟阅读，他在撰写时颇费苦心。譬如，他担心文字太文雅则子弟不易理解，所以行文时往往夹杂俚俗语言；又因为担心内容太多则子弟没时间也没耐心阅读，所以只是用颇为简约的笔法，将他所要训导的内容概括为六则：好读书、谨交友、治生勤、处家俭、恤穷困、行方便，围绕着读书、治家、处世等问题展开论述。他认为：读书的根本目的并不只是为了在科举考试中金榜题名，而是为了提高自身素质；治家应遵循“勤”与“俭”的根本原则；为人处世一方面要心存善念，多做善事，另一方面也要谨慎择友，善于识人。诸般种种，直到今天都值得我们好好学习、体会并付诸实践。

该书常见版本有《檀几丛书》本、《丛书集成续编》本。（夏勇）

余晚岁归田，教家之念倍切。闲居追忆过庭之年，所闻祖父之训，日以嘉言渐泯为忧。因取《小学》及先正格言，中今时子弟之膏肓者，概为六则。太文则览者弗省，太多则览者弗竟，用是杂以俚言，使人易晓。题曰“塾铎”，聊以徇于门内，振余之子孙云尔。

### 好读书

林文安公家训，首嘱子弟读书。俗云读书必登科甲，苟不能，不如

早弃之，去营生理，免费了钱财，又惰了手脚。此俗见也。余谓多读一岁书，多一岁之受用，多读一月书，多一月之受用。下笔之际，腕如心转，理路既熟，出口成章，不至求人，言辞自然雅训，礼节自然闲熟。然后知祖父多遗我十亩田，不如多送我读一岁书也。若曰不科甲，尚可舌耕，又其后已。

读书必有暗地工夫，方能进益。一边读，一边想，坐则读，闲则记，夜则思量，至于与众游适，亦念念在此，必求理路透彻而后已。此真读也。若口吾伊而心玩好，身学馆而心务外，日计有馀，月计不足，徒糜廩俸以瞞父兄。其父兄不知，亦曰读书无益。此是假读书，与不读者同。余以读书在能好，好则嗜之如饴，慕之如宝，而于读思过半矣。

### 谨交友

交贵择友，阳明先生《客座铭》言之悉矣。然知人甚难，益友损友，何从辨之？余有一法，教尔曹分别。凡其人于吾前，言多箴规，口多药石，望之俨然，不作献谀之态者，益友也。窥我唾馀，投我之所喜，谬为恭敬，以奉承我者，损友也。所谈吐皆古昔先生，贯穿经史，间及时事，亦深中窾纂者，此益友也。发人阴私，谈人妇女，阑入于嫖赌骨董，津津垂涎者，损友也。又有一等柔顺之人，嘱以事能做，托以专对能言，我有时怒骂，亦能消受，以为可作一臂之用。而不知柔顺之中，尝存狡狴，他日得权，又别一番面孔矣。防之，防之。

### 治生勤

古人云自食其力，惟力然后得食，未有坐而得食者。坐而得食，世惟有两样人，贵人之子、富人之子是也。父祖用许多力，得了富贵，而子享之，此享父祖之馀力也。若父祖既不富贵，而我不用力而食，其可得乎？故勤为治生之至要也。先正云：“勤有三益：曰民生在勤，勤则不匮，是勤可以免饥寒，一益也；农民昼则力作，夜则甘寝，邪心淫念，无从而生，是勤可以远淫僻，二益也；户枢不蠹，流水不腐，周公论三宗，文王必归之无逸，是勤可以致寿考，三益也。”然治生之道，读书之暇，即当用

力农圃，不惮胼胝之劳，与亚旅杂作，自获有秋。至于商贾，古以为末作，若夫掾史，虽曰捷径，恐坏心术，子孙虽极窘迫，切勿濡足。

### 处家俭

粒粒丝丝，皆是辛苦，人谁不知，而用度毕竟流于侈者，为门面故也。与士绅交游，便学士绅用度；与素封结婚，便学素封用度。倘不如此，恐被士绅、素封耻笑。世人为“体面”二字，荡却家赀者多矣。语云：“自奉要俭，待客要丰。”今观文节公训家，待客亦是俭，且不怕客怪。温公待客，尝食三簋，盛食五簋，东坡效之。吾曹读其书，独不能法其事乎？况俭有四益：人之贪淫，未有不生于奢侈者，俭则不至于贪，何从而淫，是俭可以养德，一益也；人之福禄，只有此数，暴殄糜费，必至短促，樽节爱养，自能长久，是俭可以养寿，二益也；醉浓饱鲜，昏人神志，菜羹蔬食，肠胃清虚，是俭可以养神，三益也；奢者妄取苟存，志气卑辱，一从俭约，则于人无求，于己无愧，是俭可以养气，四益也。东坡云：“本是慳，文之以美名曰俭。”此谑谭也。

### 恤穷困

陈眉公云：“夜雨聚谈，大有佳趣。一丐者冒雨啼号，谈兴索然。”何者？一体故也。譬如轻裘肥马，踏雪看梅，遇见翳桑饿夫，寸缕弗掩，则必为之惻然。惻之则必有以恤之，非恤其人也，宽我一念难忍之心也。尝见《水西黄氏家训》，岁计子息之入，抽十分之一以赈困乏，用之如其数而止，来岁复然，历世不倦，厥后子孙有登八座者。此最可法。余效其意而润色之，为之次序：先宗族，次知识，次乡里，次鳏寡，若夫沙门游僧，则其最后也。

### 行方便

凡济人之事有二：以钱财济人，是为舍施，功德诚巨；不以钱财济人，而能益人，是为方便。吾曹寒素，所当念念记忆者。何谓方便？隐人之恶，扬人之善，不言人闺阁之事，成就人之美事也。人有商量为恶

者，出一言劝改之。有商量为善者，出一言诱掖之。或所劝改，是两冤家，其人听吾言而即解释，则阴德大矣。盖有行善之事，而无为善之名，虽曰方便，实曰阴德。尝观孔子、释迦，何曾有财利施人，不过只诲人不倦而已。如是看来，是言语亦做得大功德，吾辈岂可泛然而出言乎？语云：“不交好友，不如闭门；不出好言，不如沉默。”是又一道也。

余始为六则以示子孙，诿意天步艰难，于吾身及见之，将何以再丁宁子侄，以免祸于乱世乎？语云：“邦有道，危言危行；邦无道，危行言逊。”此后世界，言逊，行尤当逊，俗云“退一步天高地阔”是也。余一执友，平生无他长，只是不讨人便宜，让便宜与人而已，余爱敬之。今举以勉儿辈，当服膺弗失。或者不得罪于冥冥，庶可免祸于昭昭矣。

（雍琦据《丛书集成续编》本点校）

## 聪训斋语

(清)张英

《聪训斋语》二卷，清张英撰。

张英(1637—1708)，字敦复，号乐圃，江南桐城(今属安徽)人。康熙六年(1667年)进士，官至文华殿大学士兼礼部尚书。著有《笃素堂文集》《存诚堂诗集》等。

《聪训斋语》为张英在家中随时诫言，由其子纂录成册。张英将书籍看作养心第一“妙物”，认为只有读书可以养心，那些整天不看书的人，起居出入身心无所寄托：“耳目无所安顿，势必心意颠倒，妄想生嗔，处逆境不乐，处顺境亦不乐。”反对将古人的片纸只字视为珍宝，而要深入领悟古人文章中的精神，如应从白香山、陆放翁等大家诗文中体会作者的悲喜之情，忧郁之色，言谈笑貌，交友应酬时的情怀与志趣，如此读书才可以增长德性，丰富阅历，才不觉读书是件苦差事。张英以自己亲身经历教子弟读书要与养性紧密结合起来，

《聪训斋语》是一部家训名作，不仅使其子孙后人受益匪浅，也被名人方家所看重，在清代至民国期间，数次翻刻，流传甚广。曾国藩对《聪训斋语》推崇备至，要求子孙后人终身诵读。他还把张英《聪训斋语》与清圣祖康熙帝《庭训格言》相提并论，并亲自为弟、子、侄八人每人购书一本，让他们随时诵读，且一再强调：“尔兄弟细心省览，不特于德业有益，实于养生有益。”

该书常见版本有嘉庆间南汇吴省兰听彝堂刻本、《丛书集成新编》本等。新星出版社2015年版《父子宰相家训》亦收入此书。(张小华)

### 聪训斋语卷一

圃翁曰：圣贤要领之语曰“人心惟危，道心惟微”。危者，嗜欲之心，

如隄之束水，其溃甚易，一溃则不可复收也；微者，理义之心，如帷之映灯，若隐若现，见之难而晦之易也。人心至灵至动，不可过劳，亦不可过逸，惟读书可以养之。每见堪輿家平日用磁石养针，书卷乃养心第一妙物。闲适无事之人，镇日不观书，则起居出入，身心无所栖泊，耳目无所安顿，势必心意颠倒，妄想生嗔，处逆境不乐，处顺境亦不乐。每见人栖栖皇皇，觉举动无不碍者，此必不读书之人也。古人有言：“扫地焚香，清福已具。其有福者，佐以读书；其无福者，便生他想。”旨哉斯言！予所深赏。且从来拂意之事，自不读书者见之，似为我所独遭，极其难堪。不知古人拂意之事，有百倍于此者，特不细心体验耳。即如东坡先生，歿后遭逢高、孝，文字始出，名震千古，而当时之忧谗畏讥，困顿转徙潮、惠之间，苏过跣足涉水，居近牛栏，是何如境界？又如白香山之无嗣，陆放翁之忍饥，皆载在书卷，彼独非千载闻人？而所遇皆如此。诚一平心静观，则人间拂意之事，可以涣然冰释。若不读书，则但见我所遭甚苦，而无穷怨尤嗔忿之心烧灼不宁，其苦为何如耶？且富盛之事，古人亦有之，炙手可热，转眼皆空。故读书可以增长道心，为颐养第一事也。

记诵纂集，期以争长应世，则多苦，若涉览，则何至劳心疲神？但当冷眼于闲中窥破古人筋节处耳。予于白、陆诗皆细注其年月，知彼于何年引退，其衰健之迹皆可指，斯不梦梦耳。

圃翁曰：圣贤、仙佛皆无不乐之理。彼世之终身忧戚、忽忽不乐者，决然无道气、无意趣之人。孔子曰“乐在其中”，颜子不改其乐，孟子以不愧不作为乐，《论语》开首说“悦”、“乐”，《中庸》言无人而不自得，程朱教寻孔颜乐处，皆是此意。若庸人多求多欲，不循理，不安命；多求而不得则苦，多欲而不遂则苦；不循理则行多窒碍而苦，不安命则意多怨望而苦。是以局天踏地，行险侥幸，如衣敝絮行荆棘中，安知有康衢坦途之乐？惟圣贤、仙佛无世俗数者之病，是以常全乐体。香山字乐天，予窃慕之，因号曰“乐圃”。圣贤、仙佛之乐，予何敢望？窃欲营履道一丘一壑，仿白傅之“有叟在中，白须飘然”、“妻孥熙熙，鸡犬闲闲”之乐云耳。

圃翁曰：予拟一联，将来悬草堂中：“富贵贫贱，总难称意，知足即为

称意；山水花竹，无恒主人，得闲便是主人。”其语虽俚，却有至理。天下佳山胜水、名花美箭无限，大约富贵人役于名利，贫贱人役于饥寒，总无闲情及此，惟付之浩叹耳。

圃翁曰：唐诗如缎如锦，质厚而体重，文丽而丝密，温醇尔雅，朝堂之所服也；宋诗如纱如葛，轻疏纤朗，便娟适体，田野之所服也。中年作诗，断当宗唐律；若老年吟咏适意，阑入于宋，势所必至。立意学宋，将来益流而不可返矣。五律断无胜于唐人者，如王、孟五言，两句便成一幅画。今试作五字，其写难言之景，尽难状之情，高妙自然，起结超远，能如唐人否？苏诗五律不多见，陆诗五律大率非其所长，参唐宋人气味，当于五律见之。

圃翁曰：昌黎《听颖师琴》诗有云：“昵昵儿女语，恩怨相尔汝。忽然势轩昂，猛士赴战场。”又云：“失势一落千丈强。”欧阳公以为琵琶诗，信然。予细味琴音，如微风入深松，寒泉滴幽涧，静永古澹。其上下十三徽，出入一弦至七弦，皆有次第。大约由缓而急，由大而细，极于和平冲夷为主，安有昵昵儿女忽变为金戈铁马之声？常建《琴》诗：“江上调玉琴，一弦清一心。泠泠七弦遍，万木沉秋阴。能令江月白，又令江水深。始知枯桐枝，可以徽黄金。”真可谓字字入妙，得琴之三昧者，味此则与昌黎之言迥别矣。

古来士大夫学琴，类不能学多操，白香山止《秋思》一曲，范文正公止《履霜》一曲。高人抚弦动操，自有夷旷冲澹之趣，不在多也。古人制琴一曲，调适宫商，但传指法，后人强被以语言文字，失之远矣。甚至俗谱用《大学》及《归去来辞》《赤壁赋》强配七弦，一字予以一音，且有以山歌小曲溷之者，其为唐突古乐甚矣，宜为雅人之所深戒也。

大抵琴音以古淡为宗，非在悦耳。心境微有不清，指下便尔荆棘。清风明月之时，心无机事，旷然天真，时鼓一曲，不躁不懒，则缓急轻重合宜，自然正音出于腕下，清兴超于物表。放翁诗曰“琴到无人听处工”，未深领斯妙者，自然闻古乐而欲卧，未足深论也。

圃翁曰：古人以眠、食二者为养生之要务，脏腑肠胃常令宽舒有馀地，则真气得以流行而疾病少。吾乡吴友季善医，每赤日寒风，行长安

道上不倦。人问之，曰：“予从不饱食，病安得人？”此食忌过饱之明征也。燔炙熬煎、香甜肥腻之物最悦口，而不宜于肠胃。彼肥腻易于粘滞，积久则腹痛气塞，寒暑偶侵则疾作矣。放翁诗云：“倩盼作妖狐未惨，肥甘藏毒鸩犹轻。”此老知摄生哉！

炊饭极软熟，鸡肉之类只淡煮，菜羹清芬鲜洁渥之，食只八分饱，后饮六安苦茗一杯。若劳顿饥饿，归先饮醇醪一二杯以开胸胃，陶诗云“浊醪解劬饥”，盖借之以开胃气也，如此焉有不益人者乎？且食忌多品，一席之间，遍食水陆，浓淡杂进，自然损脾。予谓或鸡鱼鳧豚之类，只一二种，饱食良为有益，此未尝闻之古昔，而予以意揣，当如此。

安寝乃人生最乐，古人有言“不觅仙方觅睡方”，冬夜以二鼓为度，暑月以一更为度。每笑人长夜酣饮不休，谓之“消夜”。夫人终日劳劳，夜则宴息，是极有味，何以消遣为？冬、夏皆当以日出而起，于夏尤宜，天地清旭之气最为爽神，失之甚为可惜。予山居颇闲，暑月日出则起，收水草清香之味，莲方敛而未开，竹含露而犹滴，可谓至快！日长漏永，不妨午睡数刻，焚香垂幕，净展桃笙。睡足而起，神清气爽，真不啻天际真人。况居家最宜早起，倘日高客至，僮则垢面，婢且蓬头，庭除未扫，灶突犹寒，大非雅事。昔何文端公居京师，同年诣之，日晏未起，久之方出。客问曰：“尊夫人亦未起耶？”答曰：“然。”客曰：“日高如此，内外家长皆未起，一家奴仆，其为奸盗诈伪，何所不至耶？”公瞿然，自此至老不宴起。此太守公亲为予言者。

圃翁曰：山色朝暮之变，无如春深秋晚。四月则有新绿，其浅深浓淡，早晚便不同；九月则有红叶，其赭黄茜紫，或映朝阳，或回夕照，或当风而吟，或带霜而殷，皆可谓佳胜之极。其它则烟岚雨岫，云峰霞岭，变幻顷刻，孰谓看山有厌倦时耶？放翁诗云“游山如读书，浅深在所得”，故同一登临，视其人之识解学问以为高下苦乐，不可得而强也。予每日治装入龙眠，家人相谓：“山色总是如此，何用日日相对？”此真浅之乎言看山者。

圃翁曰：人家僮仆最不宜多畜，但有得力二三人，训谕有方，使令得宜，未尝不得兼人之用。太多则彼此相诿，恩养必不能周，教训亦不能

及，反不得其力。且此辈当家道盛则倚势作非，招尤结怨；家道替则飞扬跋扈，反唇卖主，皆势所必至。予欲令家仆皆各治生业，可省游手游食之弊，不至于冗食为非也。且僮仆甚无取乎黠慧者，吾辈居家居宦皆简静守理，不为暗昧之事，至衙门政务皆自料理，不烦干仆巧权门之应对，为远道之输将，打点机密，奔走势利，所用者不过趋蹠洒扫、负重徒步之事耳，焉用聪明才智为哉？至于山中耕田锄圃之仆乃可为宝，其人无奢望、无机智，不为主人敛怨。彼纵不遵约束，不过懒惰、愚蠢之小过，不必加意防闲，岂不为清闲之一助哉？

圃翁曰：昔人论致寿之道有四，曰慈，曰俭，曰和，曰静。人能慈心于物，不为一切害人之事，即一言有损于人，亦不轻发。推之戒杀生以惜物命，慎剪伐以养天和。无论冥报不爽，即胸中一段吉祥恺悌之气，自然灾沴不干，而可以长龄矣。

人生福享，皆有分数：惜福之人，福尝有馀；暴殄之人，易至罄竭。故老氏以俭为宝，不止财用当俭而已，一切事常思俭啬之义，方有馀地。俭于饮食，可以养脾胃；俭于嗜欲，可以聚精神；俭于言语，可以养气息非；俭于交游，可以择友寡过；俭于酬酢，可以养身息劳；俭于夜坐，可以安神舒体；俭于饮酒，可以清心养德；俭于思虑，可以蠲烦去扰。凡事省得一分，即受一分之益。大约天下事万不得已者，不过十之一二，初见以为不可已，细算之亦非万不可已，如此逐渐省去，但日见事之少。白香山诗云：“我有一言君记取，世间自取苦人多。”今试问劳扰烦苦之人，此事亦尽可已，果属万不可已者乎？当必恍然自失矣。

人常和悦，则心气冲而五脏安，昔人所谓“养欢喜神”。真定梁公每语人：“日间办理公事，每晚家居，必寻可喜笑之事与客纵谈，掀髯大笑，以发抒一日劳顿郁结之气。”此真得养生要诀。何文端公时，曾有乡人过百岁，公扣其术，答曰：“予乡村人，无所知，但一生只是喜欢，从不知忧恼。”噫！此岂名利中人所能哉？

《传》曰：“仁者静。”又曰：“知者动。”每见气躁之人举动轻佻，多不得寿。古人谓“砚以世计，墨以時計，笔以日计”，动静之分也。静之义有二：一则身不过劳；一则心不轻动。凡遇一切劳顿忧惶、喜乐恐惧之

事，外则顺以应之，此心凝然不动，如澄潭，如古井，则志一动气，外间之纷扰皆退听矣。

此四者于养生之理极为切实，较之服药引导奚啻万倍哉！若服药，则物性易偏，或多燥滞；引导吐纳，则易至作辍。必以四者为根本，不可舍本而务末也。《道德经》五千言，其要旨不外于此。铭之座右，时时体察，当有裨益耳。

圃翁曰：人生不能无所适以寄其意，予无嗜好，惟酷好看山种树。昔王右军亦云：“吾笃嗜种果，此中有至乐存焉。”手种之树，开一花，结一实，玩之偏爱，食之益甘，此亦人情也。

阳和里五亩园，虽不广，倘所谓“有水一池，有竹千竿”者耶。花有十二种，每种得十馀本，循环玩赏，可以终老。城中地隘，不能多植，然在居室之西数武，花晨月夕，不须肩舆策蹇，自朝至夜分，可以酣赏饱看。一花一草，自始开至零落，无不穷极其趣，则一株可抵十株，一亩可敌十亩。

山中向营赐金园，今购芙蓉岛，皆以田为本，于隙地疏池种树，不废耕耘。阅耕是人生最乐，古人所云“躬耕”亦止是课仆督农，亦不在沾体涂足也。

圃翁曰：山居宜小楼，可以收揽群峰众壑之势，竹杪松梢更有奇趣。予拟于芙蓉岛南向构一小楼，题曰“千崖万壑之楼”，大溪环抱，群峰耸峙，可谓快矣！筑小斋三楹，曰“佳梦轩”，夫人生如梦，信矣！使夕梦至此，岂不以为佳甚耶？陆放翁梦至仙馆，得诗云：“长廊下瞰碧莲沼，小阁正对青萝峰。”便以为极胜之景。予此中颇有之，可不谓之佳梦耶？香山诗云：“多道人生都是梦，梦中欢乐亦胜愁。”人既在梦中，则宜税驾咀嚼其梦，而不当为梦幻泡影之嗟。予固将以此为睡乡，而不复从邯郸道上，向道人借黄粱枕也。

圃翁曰：人生于珍异之物，决不可好。昔端恪公言：“士人于一研一琴当得佳者，研可适用，琴能发音，其他皆属无益。”良然。瓷器最不好，瓷佳者必脆薄，一盞值数十金，僮仆捧持易致不谨，过于矜束反致失手；朋客欢讌亦鲜乐趣，此物在席，宾主皆有戒心，何适意之有？瓷取厚

而中等者，不至大粗，纵有倾跌，亦不甚惜，斯为得中之道也。名画法书及海内有名玩器皆不可畜，从来贾祸招尤，可为龟鉴。购之不啻千金，货之不值一文。且从来真贋难辨，变幻奇于鬼神，装潢易于窃换，一轴得善价，继至者遂不旋踵，以伪为真，以真为伪，互相讪笑，止可供喷饭。昔真定梁公有画、字之好，竭生平之力收之，捐馆后，为势家所求索殆尽；然虽与以佳者，辄谓非是，疑其藏匿，其子孙深受斯累。此可为明鉴者也。

圃翁曰：天体至圆，故生其中者无一不肖其体：悬象之大者莫如日月，以至人之耳目手足、物之毛羽、树之花实；土得雨而成丸，水得雨而成泡，凡天地自然而生皆圆，其方者皆人力所为。盖禀天之性者，无一不具天之体。万事做到极精妙处无有不圆者，圣人之德，古今之至文法帖，以至一艺一术，必极圆而后登峰造极。裕亲王曾畅言其旨，适与予论相合，偶论及科场文，想必到圆处始佳，即饮食做到精美处，到口也是圆底。余尝观四时之旋运、寒暑之循环、生息之相因，无非圆转。人之一身与时相应：大约三四十以前是夏至前，凡事渐长；三四十以后是夏至后，凡事渐衰，中间无一刻停留。中间盛衰关头无一定时候，大概在三四十之间，观于须发可见：其衰缓者，其寿多；其衰急者，其寿寡。人身不能不衰，先从上而下者多寿，故古人以早脱顶为寿征；先下而上者多不寿，故须发如故而脚软者难治。凡人家道亦然，盛衰增减，决无中立之理。如一树之花，开到极盛便是摇落之期，多方保护，顺其自然，犹恐其速开，况敢以火气催逼之乎？京师温室之花，能移牡丹、各色桃于正月，然花不尽其分量，一开之后根干辄萎，此造化之机，不可不察也。尝观草木之性，亦随天地为圆转：梅以深冬为春，桃、李以春为春，榴、荷以夏为春，菊、桂、芙蓉以秋为春。观其节枝含苞之处，浑然天地造化之理，故曰：“复，其见天地之心乎。”

圃翁曰：人往往于古人片纸只字珍如拱璧，其好之者索价千金。观其落笔神彩洵可宝矣，然自予观之，此特一时笔墨之趣所寄耳。若古人，终身精神识见尽在其文集中，乃其呕心刳肺而出之者。如白香山、苏长公之诗数千首，陆放翁之诗八十五卷，其人自少至老，仕宦之所历、

游迹之所至，悲喜之情、佛愉之色，以至言貌警欬、饮食起居、交游酬错，无一不寓其中，较之偶尔落笔，其可宝不且万倍哉？予怪世人于古人诗文集不知爱，而宝其片纸只字，为大惑也。予昔在龙眠，苦于无客为伴，日则步履于空潭碧涧、长松茂竹之侧，夕则掩关读苏、陆诗。以二鼓为度，烧烛、焚香、煮茶，延两君子于坐，与之相对，如见其容貌须眉然。诗云：“架头苏陆有遗书，特地携来共索居。日与两君同卧起，人间何客得胜渠？”良非解嘲语也。

圃翁曰：予尝言享山林之乐者，必具四者，而后能长享其乐，实有其乐，是以古今来不易觐也。四者维何？曰道德，曰文章，曰经济，曰福命。所谓道德者，性情不乖戾、不谿刻、不褊狭、不暴躁，不移情于纷华，不生嗔于冷暖；居家则肃雍简静，足以见信于妻孥；居乡则厚重谦和，足以取重于邻里；居身则恬淡寡营，足以不愧于衾影。无忤于人，无羨于世，无争于人，无憾于己，然后天地容其隐逸，鬼神许其安享，无心意颠倒之病，无取舍转徙之烦，此非道德而何哉？

佳山胜水、茂林修竹全恃我之性情、识见取之，不然一见而悦，数见而厌心生矣。或吟咏古人之篇章，或抒写性灵之所见，一字一句便可千秋相契，无言亦成妙谛。古人所谓“行到水穷处，坐看云起时”，又云“登东皋以舒啸，临清流而赋诗”，断非不解笔墨人所能领略，此非文章而何哉？

夫茅亭草舍，皆有经纶；菜陇瓜畦，具见规画。一草一木，其布置亦有法度。淡泊而可免饥寒，徒步而不致委顿。良辰美景而匏樽不空，岁时伏腊而鸡豚可办。分花乞竹，不须多费，而自有雅人深致；疏池结篱，不烦华侈，而皆能天然入画。此非经济而何哉？

从来爱闲之人类不得闲，得闲之人类不爱闲。公卿将相，时至则为之；独是山林清福，为造物之所深吝。试观宇宙间几人解脱？书卷之中亦不多得。置身在穷达毁誉之外，名利之所不能奔走，世味之所不能缚束；室有菜妻而无交谪之言，田有伏腊而无乞米之苦。白香山所谓“事了心了”，此非福命而何哉？

四者有一不具，不足以享山林清福。故举世聪明才智之士非无一

知半见，略知山林趣味，而究竟不能身入其中，职此之故也。

圃翁曰：予于归田之后，誓不着缎，不食人参。夫古人至贵，犹服三浣之衣。缎之为物，不可洗、不可染，而其价六七倍于湖州绉绸与丝绉，佳者三四钱一尺，比于一匹布之价。初时华丽可观，一沾灰、油，便色改而不可浣洗。况予性疏忽，于衣服不能整齐，最不爱华丽之服。归田后，惟着绒褐、山茧、文布、湖绉，期于适体养性。冬则羔裘，夏则蕉葛，一切珍裘细縠悉屏弃之，不使外物妨吾坐起也。老年奔走应事务，日服人参一二钱。细思吾乡米价，一石不过四钱，今日服参，价如之或倍之，是一人而兼百余人糊口之具，忍孰甚焉？侈孰甚焉？夫药性原以治病，不得已而取效于旦夕，用是补续血气，乃竟以为日用寻常之物，可乎哉？无论物力不及，即及，亦不当为，予故深以为戒。倘得邀恩遂初，此二事断然不渝吾言也。

圃翁曰：予性不爱观剧。在京师，一席之费动逾数十金，徒有应酬之劳而无酣适之趣，不若以其费济困赈急，为人我利普也。予六旬之期，老妻礼佛时，忽念诞日例当设梨园宴亲友，吾家既不为此，胡不将此费制绵衣袴百领，以施道路饥寒之人乎？次日为余言，笑而许之。予意欲归里时，仿陆梭山居家之法，以一岁之费分为十二股，一月用一分。每日于食、用节省，月晦之日则总一月之所馀别作一封，以应贫寒之急。能多作好事一两件，其乐逾于日享大烹之奉多矣。但在勉力而行之。

圃翁曰：古人美王司徒之德，曰“门无杂宾”，此最有味。大约门下奔走之客有损无益，主人以清正、高简、安静为美，于彼何利焉？可以啖之以利，可以动之以名，可以怵之以利害，则欣动其主人；主人不可动，则诱其子弟，诱其僮仆。外探无稽之言，以荧惑其视听；内泄机密之语，以夸示其交游。甚且以伪为真，将无作有，以侥幸其语之或验，则从中而取利焉。或居要津之位，或处权势之地，尤当远之益远也。又有挟术技以游者，彼皆借一艺以售其身，渐与仕宦相亲密，而遂以乘机遭会，其本念决不在专售其技也。挟术以游者往往如此，故此辈之朴讷迂钝者，犹当慎其晋接；若狡黠便佞、好生事端、踪迹诡秘者，以不识其人、不知其姓名为善。勿曰：“我持正，彼安能惑我？我明察，彼不能蔽我。”恐久