

# 了凡四訓白話篇

明朝袁了凡進士原著  
民初黃智海先生演述  
了凡弘法學會整理

[第一篇 立命之學](#)

[第二篇 改過之法](#)

[第三篇 積善之方](#)

[第四篇 謙德之效](#)

[整理人的話](#)

[附錄 雲谷禪師授袁了凡功過格參雲棲大師自知錄](#)

了凡四訓這本書，是中國明朝袁了凡先生所作的家訓，教戒他的兒子袁天，認識命運的真相，明辨善惡的標準，改過遷善的方法，以及行善積德謙虛種種的效驗；並且以他自己改造命運的經驗來「現身說法」；讀了可以使人心目豁開，信心勇氣倍增，亟欲效法了凡先生，來改造自己的命運；實在是一本有益世道人心，轉移社會風氣不可多得的好書。

但是了凡四訓的原著，是用文言文寫的；對現代人而言，閱讀起來比較吃力，而且不太容易，民國初年的黃智海先生，為了使這本書能讓大家受益，所以用白話文不厭其煩詳盡的註解，可以說是用心良苦，功德無量；黃先生的白話註解在民間流傳很廣，它的優點是內容豐富詳盡，缺點則或許是過於繁瑣些；而現代人比較缺乏耐心，可能會因此而影響讀這本書的興趣，以致在有形無形中，使這本好書的影響力減弱，實在很可惜！

了凡弘法學會有見於此，於是發心加以整理，重新排版印刷，使得大家容易閱讀，心生歡喜；並由善心人士出資，根據所整理的「了凡四訓白話解釋精簡本」，錄製成『了凡四訓有聲書』；而了凡四訓白話篇，也就是有聲書的話稿。希望人人讀過之後，都能學習「了凡先生」改造命運的精神，來創造自己，以及社會國家，乃至全人類光明的前途。

## 第一篇 立命之學

所謂「立命」，就是我要創造命運，而不是讓命運來束縛我。本篇立命之學，就是討論立命的學問，講解立命的道理。袁了凡先生將自己所經歷，所見到改造命運種種的考驗，告訴他的兒子；要袁天不被命運束縛住，並且應竭力行善，『勿以善小而不為』；也必須努力斷惡，『勿以惡小而為之』；如此，則一定可以改變自己的命運，所謂『斷惡修善』，『災消福來』，這是改造命運的原理。

【千人千般命呀！命命不相同，明朝袁了凡，本來命普通，遇到孔先生，命都被算中；短命（沒功名，世業（墮不輕，庸庸碌碌二十年，一生命數被算定，雲谷禪師來開示，了凡居士才轉命呀！才轉命。】

我童年的時候父親就去逝了，母親要我放棄學業，不要去考功名，改學醫，並且說：學醫可以賺錢養活生命，也可以救濟別人。並且醫術學得精，可以成為名醫，這是你父親從前的心願。

後來我在慈雲寺，碰到了一位老人，相貌非凡，一臉長鬚，看起來飄然若仙風道骨，我就很恭敬地向他行禮。這位老人向我說：你是官場中的人，明年就可以去參加考試，進學宮了，為何不讀書呢？

我就把母親叫我放棄讀書去學醫的緣故告訴他。並且請問老人的姓名，是那裏人，家住何處；老人回答我說：我姓孔，是雲南人，宋朝邵康節先生所精通的皇極數，我得到他的真傳。照註定的數來講，我應該把這個皇極數傳給你。

因此，我就領了這位老人到我家，並將情形告訴母親。母親要我好好的待他。並且說：這位先生既然精通命數的道理，就請他替你推算推算，試試看，究竟靈不靈。

結果孔先生所推算的，雖然是很小的事情，但是都非常的靈驗。我聽了孔先生的話，就動了讀書的念頭，和我的表哥沈稱商量。表哥說：我的好朋友郁海谷先生在沈友夫家裏開館，收學生讀書。我送你去他那裏寄宿讀書，非常方便。於是我便拜了郁海谷先生為老師。孔先生有一次替我推算我命裏所註定的數；他說：在你沒有取得功名做童生時，縣考應該考第十四名，府考應該考第七十一名，提學考應該考第九名。

到了明年，果然三處的考試，所考的名次和孔先生所推算的一樣，完全相符。孔先生又替我推算終生的吉凶禍福。他說：那一年考取第幾名，那一年應當補廩生，那一年應當做貢生，等到貢生出貢後，在某一年，應當選為四川省的一個縣長，在做縣長的任上三年半後，便該辭職回家。到了五十三歲那年八月十四日的丑時，就應該壽終正寢，可惜你命中沒有兒子。

這些話我都一一的記錄起來，並且牢記在心中。從此以後，凡是碰到考試，所考名次先後，都不出孔先生預先所算定的名次。唯獨算我做廩生所應領的米，領到九十一石五斗的時候才能出貢。那裡知道我吃到七十一石米的時候，學臺屠宗師（學臺：相當於現在的教育廳長）他就批准我，補了貢生。我私下就懷疑孔先生所推算的，有些不靈了。

後來果然被 外一位代理的學臺楊宗師駁回，不准我補貢生。直到丁卯年，殷秋溟宗師看見我在考場中的「備選試卷」沒有考中，替我可惜，並且慨嘆道：這本卷子所做的五篇策，竟如同上給皇帝的奏摺一樣。像這樣有大學問的讀書人，怎麼可以讓他埋沒到老呢？

於是他就吩咐縣官，替我上公事到他那裏，准我補了貢生，經過這番的波折，我又多吃了一段時間的廩米，算起來連前所吃的七十一石，恰好補足，總計是九十一石五斗。我因為受到了這番波折，就更相信：一個人的進退功名浮沉，都是命中註定。而走運的遲或早，也都有一定的時候，所以一切都看得淡，不去追求了。

等我當選了『貢生』，按照規定，要到北京的國家大學去讀書。所以我在京城裏住了一年。一天到晚，靜坐不動，不說話，也不轉動念頭。凡是文字，一概都不看。到了己巳年，回到南京的國家大學讀書，在沒有進國家大學以前，先到棲霞山去拜見雲谷禪師，他是一位得道的高僧。

我同禪師面對面，坐在一間禪房裏，三天三夜，連眼睛都沒有閉。雲谷禪師問我說：凡是一個人，所以不能 成為聖人，祇因為妄念，在心中不斷地纏來纏去；而你靜坐三天，我不曾看見你起一個妄念，這是什麼緣故呢？

我說：我的命被孔先生算定了，何時生，何時死，何時得意，何時失意，都有個定數，沒有辦法改變。就是要胡思亂想得到什麼好處，也是白想；所以就老實不想，心裡也就沒有什麼妄念了。雲谷禪師笑道：我本來認為你是一個了不得的豪傑，那裏知道，你原來只是一個庸庸碌碌的凡夫俗子。

我聽了之後不明白，便請問他此話怎講？雲谷禪師說道：一個平常人，不能說沒有胡思亂想的那顆意識心；既然有這一顆一刻不停的妄心在，那就要被陰陽氣數束縛了；既被陰陽氣數束縛，怎麼可說沒有數呢？雖說數一定有，但是只有平常人，纔會被數所束縛住。若是一個極善的人，數就拘他不住了。

因為極善的人，儘管本來他的命數裏註定吃苦；但是他做了極大的善事，這大善事的力量，就可以使他苦變成樂，貧賤短命，變成富貴長壽。

而極惡的人，數也拘他不住。因為極惡的人，儘管他本來命中註定要享福，但是他如果做了極大的惡事，這大惡事的力量，就可以使福變成禍，富貴長壽變成為貧賤短命。

你二十年來的命都被孔先生算定了，不會把數轉動一分一毫，反而被數把你給拘住了。一個人會被數拘住，就是凡夫，這樣看來，你不是凡夫，是什麼呢？

我問雲谷禪師說：照你說來，究竟這個數，可以逃得過去麼？禪師說：命由我自己造，福由我自己求；我造惡就自然折福；我修善，就自然得福。從前各種詩書中所說，實在是的是的確確，明明白白的好教訓。我們佛經裏說：一個人要求富貴就得富貴，要求兒女就得兒女，要求長壽就得長壽。

只要做善事，命就拘他不住了。因為說謊是佛家的大戒，那有佛菩薩還會亂說假話，欺騙人的呢？

我聽了以後，心裡還是不明白，又進一步問說；孟子曾說：凡是求起來，就可以得到的，這是說在我心裏可以做得到的事情。

若是不在我心裡的事，那麼怎能一定求得到呢？譬如說道德仁義，那全是在我心裏的，我立志要做一個有道德仁義的人，自然我就成為一個有道德仁義的人，這是我可以盡力去求的。若是功名富貴，那是不在我心裏頭的，是在我身外的，要別人肯給我，我才可以得到。倘若旁人不肯給我，我就沒法子得到，那麼我要怎樣才可以求到呢？雲谷禪師說：孟子的話不錯，但是你解釋錯了。你沒看見六祖慧能大師說：所有各種的福田，都決定在各人的心裏。福離不開心，心外沒有福田可尋，所以種福種禍，全在自己的內心。只要從心裏去求福，沒有感應不到的！

能向自己心裏去求，那就不只是心內的道德仁義，可以求得，就是身外的功名富貴，也可以求到，所以叫做內外雙得。換句話說，為了種福田而求仁求義，求福，求祿，是必有所得的。

一個人命裏若有功名富貴，就是不求，也會得到；若是命裏沒有功名富貴，就算是用盡了方法，也求不到的。

所以一個人，若不能自己檢討反省，而只是盲目地向外面追求名利福壽；但得到得不到，還是聽天由命，自己毫無把握。這就合了孟子所說，求之有道，得之有命的兩句話了。

要知道縱然得到，究竟還是命裏本來就有的，並不是自己求的效驗，所以可以求到的，纔去求，求不到的，就不必去亂求。

倘若你一定要求，那不但身外的功名富貴求不到，而且因為過份的亂求，過份的貪得，為求而不擇手段，那就把心裏本來有的道德仁義，也都失掉了，那豈不是內外雙失麼？所以亂求是毫無益處的。

【求富貴呀得富貴 求兒女呀得兒女 求長壽呀得長壽 沒有什麼求不到，求不到！只要做好事，從心裡去求，心就是福田呀，千萬別亂求；心就是福田呀，千萬別亂求。】

雲谷禪師接著再問我說：孔先生算你終身的命運如何？

我就把孔先生算我，某年考的怎麼樣，某年有官做，幾歲就要死的話詳詳細細的告訴他。雲谷禪師說：你自己想想，你應該考得功名麼？應該

有兒子麼？我反省過去所作所為，想了很久才說：我不應該考得功名，也不應該有兒子。因為有功名的人，大多有福相。

我的相薄，所以福也薄。又不能積功德積善行，成立厚福的根基。並且我不能忍耐，擔當瑣碎繁重的事情。別人有些不對的地方，也不能包容。因為我的性情急躁，肚量窄小。有時候我還自尊自大，把自己的才幹、智力、去蓋過別人。心裏想怎樣就怎麼做，隨便亂談亂講。像這樣種種舉動，都是薄福的相，怎麼能考得功名呢！

喜歡乾淨，本是好事；但是不可過分，過分就成怪脾氣了。所以說越是不清潔的地方，越會多生出東西來。相反地，很清潔的水反而養不住魚。

我過分地喜歡清潔，就變得不近人情，這是我沒有兒子的第一種緣故。

天地間，要靠溫和的日光，和風細雨的滋潤，纔能生長萬物。我常常生氣發火，沒有一點和育之氣，怎麼會生兒子呢？這是我沒有兒子的第二種緣故。

仁愛，是生的根本，若是心懷殘忍，沒有慈悲；就像果子一樣，沒有果仁，怎麼會長出果樹呢？所以說，忍是不會生養的根；我只知道愛惜自己的名節，不肯犧牲自己，去成全別人，積些功德，這是我沒有兒子的第三種緣故。

說話太多容易傷氣，我又多話，傷了氣，因此身體很不好，那裏會有兒子呢？這是我沒有兒子的第四種緣故。

人全靠精氣神三種才能活命；我愛喝酒，酒又容易消散精神；一個人精力不足，就算生了兒子，也是不長壽的，這是我沒有兒子的第五種緣故。

一個人白天不該睡覺，晚上又不該不睡覺；我常喜歡整夜長坐，不肯睡，不曉得保養元氣精神，這是我沒有兒子的第六種緣故。其它還有許多的過失，說也說不完呢！雲谷禪師說：豈只是功名不應該得到，恐怕不應該得的事情，還多著哩！

當知有福沒福，都是由心造的。有智慧的人，曉得這都是自作自受；糊塗的人，就都推到命運頭上去了。

譬如這個世上能擁有千金業的，一定是享有千金福報的人；能擁有一百金業的，一定是享有一百金福報的人；應該餓死的，一定是應該受餓死報應的人。比如說善人積德，上天就加多他應受的福。惡人造孽，上天就加多他應得的禍。上天不過就他本來的質地上，加重一些罷了，並沒有一絲毫別的意思。

接下來這段是雲谷禪師借俗人之見，來勸了凡先生努力積德行善。

就像生兒子，也是看下的種怎樣，種下的很厚，結的果也厚。種下得薄，結的也薄。譬如一個人，積了一百代的功德，就一定有一百代的子孫，來保住他的福。積了十代的功德，就一定有十代的子孫，來保住他的福。積了三代或者兩代的功德，就一定有三代或者兩代的子孫，來保住他的福。至於那些只享了一代的福，到了下一代，就沒了；那是他功德極薄的緣故，恐怕他的罪孽，還積得不少哩！你既然知道自己的短處，那就應該把你一向不能得到功名，和沒有兒子的種種福薄之相，盡心盡力改得乾乾淨淨。一定要積德，一定要對人和氣慈悲，一定要替人包含一切，而且要愛惜自己的精神。

從前的一切一切，譬如昨日，已經死了；以後的一切一切，譬如今日，剛剛出生；能做到這樣，就是你重新再生了一個義理道德的生命了。我們這個血肉之軀，尚且還有一定的的數；而義理的、道德的生命，那有不能感動上天的道理？書經太甲篇上面說道：上天降給你的災害，或者可以避開；而自己若是做了孽，就要受到報應，不能愉快心安地活在世間上了。

詩經上也講：人應該時常想到自己的所作所為，合不合天道。很多福報，不用求，自然就會有了。因此，求禍求福，全在自己。

【書經說：天作孽，不可違呀，猶可違，自作孽，不可活呀，不可活；詩經上也說：常常想自己，所做之為，合不合天道，求禍與求福，全在你自己！全在你自己。】

孔先生算你，不得功名，命中無子，雖然說是上天註定，但是還是可以改變。你只要將本來就有的道德天性，擴充起來，盡量多做一些善事，多積一些陰德，這是你自己所造的福，別人要搶也搶不去，那有可能享受不到呢？

易經上也有為一些宅心仁厚、有道德的人打算，要往吉祥的那一方去，要避開凶險的人，凶險的事，凶險的地方。

如果說命運是一定不能改變的，那末吉祥又何處可以趨，凶險又那裡可以避免呢？易經開頭第一章就說：經常行善的家庭，必定會有多餘的福報，傳給子孫；這個道理，你真的能相信嗎？

我相信雲谷禪師的話，並且向他拜謝，接受他的指教；同時把從前所做的錯事，所犯的罪惡，不論大小輕重，到佛前去，全部說出來；並且做了一篇文字，先祈求能得到功名，還發誓要做三千件的善事，來報答天地祖先生我的大恩大德。雲谷禪師聽我立誓要做三千件的善事，就拿了功過格給我看。叫我照著功過格所訂的方法去做，所做的事，不論是善是惡，每天都要記在功過格上，善的事情就記在功格下面，惡的事情就記在過格下面。

不過做了惡事，還要看惡事的大小，把已經記的功來減除。並且還教我唸準提咒，更加上了一重佛的力量，希望我所求的事，一定會有效應。雲谷禪師又對我說：有一種畫符籙的專家曾說：一個人如果不會畫符，是會被鬼神恥笑的。

畫符有一種秘密的方法傳下來，只是不動念頭罷了。當執筆畫符的時候，不但不可以有不正的念頭，就是正當的念頭，也要一齊放下。把心打掃得乾乾淨淨，沒有一絲雜念，因為有了一絲的念頭，心就不清淨了。到了念頭不動，用筆在紙上點一點，這一點就叫混沌開基，因為完整的一道符，都是從這一點開始畫起，所以這一點是符的根基所在。

從這一點開始一直到畫完整個符，若沒起一些別的念頭，那麼這道符，就很靈驗。不但畫符不可夾雜念頭，凡是禱告上天，或者是改變命運，都要從沒有妄念上去用工夫，這樣纔能感動上天。孟子講立命的道理說道：短命和長壽沒有分別。乍聽之下會覺得奇怪？因為短命和長壽相反，而且

完全不同，怎樣說是一樣呢？要曉得在一個妄念都完全沒有時，就如同嬰兒在胎胞裏面的時候，那曉得短命和長壽的分別呢？

等到出了娘胎，漸漸有了知識，有了分別的心；這時，前生所造的種種善業惡業，都要受報應了，那也就有短命和長壽的分別了。

因此，命運是自己造的。如果把立命這兩個字細分來講，那末富和貧要看得沒有兩樣，不可以富的仗著有錢有勢，隨便亂來，窮的也不可以自暴自棄去做壞事，儘管窮，仍然應該安分守己的做好人；能這樣，纔可以把本來貧窮的命，改變成富貴的命。本來富貴的命，改變成更加富貴，或者是富貴得更長久。窮與通，要看得是沒有兩樣，不發達的人，不可因為自己不得志，就不顧一切，隨便荒唐；發達的人，也不可仗勢欺人，造種種的罪業，越是得意，越是要為善去惡，廣種福田。

能這樣，纔可以把本來窮苦的命，改變成發達的命，本來發達的命，就會更加發達了。短命和長壽，要看得沒有兩樣，不可說我短命；不久就死了，就趁還活著的時候，隨便做惡事，糟蹋自己。要曉得既然已生成短命，就更加應該做好人，希望來生不要再短命，這一生或許也可以把壽命延長一些哦！

命中長壽的人，不要認為自己有得活，就拼命造孽，做奸犯科，犯邪淫。要曉得長壽得來不易，更應該做好人，才可以保住他的長壽呀。能明白這種道理，才可以把本來短的命變成長壽，本來長壽的命，更加長壽健康。人生在這個世界上，只有這生與死的關係最為重大，所以短命同了長壽，就是最重大的事情。既然說到這最重大的短命同了長壽，那末此外一切順境，富有和發達；逆境，貧窮和不發達，都可以包括在內了。

孟子講立命的學問，祇講到短命和長壽，並沒講到富和貧，發達和不發達，就是這個道理。

接著雲谷禪師又告訴我說：孟子所說的『修身以俟之』這句話，是說：自己要時時刻刻修養德行，不要做半點過失罪惡。至於命能不能改變，那是積德的事，求天的事。

說到修字，那麼身上有一些些過失罪惡，就應該像治病一樣，把過失罪惡要完全去掉。講到俟，要等到修的功夫深了，命自然就會變好，不可以有一絲一毫的非份之想，也不可以讓心裏的念頭亂起亂滅，都要完全把它斬掉斷，能做到這種地步，已經是達到先天不動念頭的境界了。到了這種功夫，那就是世間受用的真正學問。

雲谷禪師接著又說：平常時一般人的行為，都是根據念頭轉的，凡是有心而為的事，不能算是自然，不著痕跡。你現在還不能做到不動心的境界，你若能念準提咒，不必用心去記或數遍數，只要一直念下去，不要間斷。念到極熟的時候，自然就會口裡在念，自己不覺得在念，這叫做持中不持；在不念的時候，心裡不覺的仍在念，這叫做不持中持；念咒能念到這樣，那就我、咒、念打成了一片，自然不會有雜念進來，那末念的咒，也就沒有不靈驗的了。但是這種功夫，一定要透過實踐，才能領會到的。

我起初的號叫做學海，但是自從那一天起就改號叫做了凡；因為我明白立命的道理，不願意和凡夫一樣。把凡夫的見解，完全掃光，所以叫做了凡。

從此以後，就整天小心謹慎，自己也覺得和從前大不相同。從前儘是糊塗隨便，無拘無束；到了現在，自然有一種小心謹慎，戰戰兢兢戒慎恭敬的景象。

雖然是在暗室無人的地方，也常恐怕得罪天地鬼神。碰到討厭我，毀謗我的，我也能安然的接受，不與旁人計較爭論了。從我見了雲谷禪師的第二年，到禮部去考科舉。孔先生算我的命，應該考第三名，那知道忽然考了第一名，孔先生的話開始不靈了。孔先生沒算我會考中舉人，那知道到了秋天試，我竟然考中了舉人，這都不是我命裡註定的，雲谷禪師說：命運是可以改造的。這話我更加地相信了。

我雖然把過失改了許多，但是碰到應該做的事情，還是不能一心一意的去做，即使做了，依然覺得有些勉強，不太自然。自己檢點反省，覺得過失仍然很多。

例如看見善，雖然肯做；但是還不能大膽地向前拼命去做。或者是遇到救人時，心裡面常懷疑惑，沒有堅定的心去救人。自己雖然勉強做善事，但是常說犯過失的話。有時我在清醒的時候，還能把持住自己，但是酒醉後就放肆了。雖然常做善事，積些功德；但是過失也很多，拿功來抵過，恐怕還不，光陰常是虛度。從己巳年聽到雲谷禪師的教訓，發願要做三千件的善事；直到己卯年，經過了十多年，才把三千件的善事做完。

在那個時候，我剛和李漸庵先生，從關外回來關內，沒來得及把所做的三千件善事迴向。到了庚辰年，我從北京回到了南方，方才請了性空、慧空兩位有道的大和尚，借東塔禪堂完成了這個迴向的心願。到這時候，我又起了求生兒子的心願，也許下了三千件善事的大願。到了辛巳年，生了你，取名叫天。

我每做了一件善事，隨時都用筆記下來；你母親不會寫字，每做一件善事，都用鵝毛管，印一個紅圈在日曆上，或是送食物給窮人，或買活的東西放生，都要記圈。有時一天多到十幾個紅圈呢！也就是代表一天做了十幾件善事。

像這樣到了癸未年的八月，三千條善事的願，方纔做滿。又請了性空和尚等，在家裡做迴向。到那年的九月十三日，又起求中進士的願，並且許下了做一萬條善事的大願。到了丙戌年，居然中了進士，吏部就補了我寶坻縣縣長的缺。我做寶坻縣的縣長時，準備了一本有空白格的小冊子，這本小冊子，我叫它作治心篇。意思就是恐怕自己心起邪思歪念，因此，叫「治心」二字。

每天早晨起來，坐堂審案的時候，叫家裏人拿這本治心篇交給看門的人，放在辦公桌上。每天所做的善事惡事，雖然極小，也一定要記在治心篇上。到了晚上，在庭院中擺了桌子，換了官服，仿照宋朝的鐵面御史趙閱道，焚香禱告天帝，天天都是如此。你母親見我所做的善事不多，常常皺著眉頭向我說：我從前在家，幫你做善事，所以你所許下三千件善事的心願，能做完。現在你許了做一萬件善事的心願，在衙門裏沒什麼善事可做，那要等到什麼時候，才能做完呢？

在你母親說過這番話之後，晚上睡覺我偶然做了一個夢，看到一位天神。我就將一萬件善事不易做完的緣故，告訴了天神，天神說：「只是你當縣長減錢糧這件事，你的一萬件善事，已經足抵充圓滿了。」

原來寶坻縣的田，每畝本來要收銀兩分三釐七毫，我覺得百姓錢出得太多，所以就把全縣的田清理一遍；每畝田應繳的錢糧，減到了一分四釐六毫，這件事情確實是有的；但也覺得奇怪，怎麼這事會被天神知道，並且還疑惑，只有這件事情，就可以抵得了一萬件善事呢？

那時候恰好幻余禪師從五台山來到寶坻，我就把夢告訴了禪師，並問禪師，這件事情可以相信嗎？幻余禪師說：做善事要存心真誠懇切，不可虛情假意，企圖回報。那末就是只有一件善事，也可以抵得過一萬件善事了。況且你減輕全縣的錢糧，全縣的農民都得到你減稅的恩惠，千萬的人民因此減輕了重稅的痛苦，而獲福不少呢！

我聽了禪師的話，就立刻把我所得的俸銀薪水捐出來，請禪師在五台山替我齋僧一萬人，並且把齋僧的功德來迴向。

孔先生算我的命，到五十三歲時，應該有災難。我雖然沒祈天求壽，五十三歲那年，我竟然一點病痛都沒有。現在已經六十九歲了（多活了十六年）。書經上說：天道是不容易相信的，人的命，是沒一定的。又說：人的命沒有一定，是要靠自己創造的。

這些話，一點都不假。我由此方知，凡是講人的禍福，都是自己求來的，這些話實在是聖賢人的話；若是說禍福，都是天所註定的，那是世上庸俗的人所講的。

【天道不易信呀，人命沒一定，人命沒一定呀，要靠自己造。若說禍與福呀，都是天註定，那是凡夫與俗子，而非聖賢說的，說的話！】

你的命，不知究竟怎樣？就算命中應該榮華發達，還是要常常當作不得意想。就算碰到順當吉利的時候，還是要常常當作不稱心，不如意來想。就算眼前有吃有穿，還是要當作沒錢用，沒有房子住想。就算旁人喜歡你，敬重你，還是要常常小心謹慎，做恐懼想。就算你家世代有大聲名，人人

都看重，還是要常常當做卑微想。就算你學問高深，還是要常常當做粗淺想。

這六種想法，是從反面來看問題，能這樣虛心，道德自然會增進，福報也自然會增加。

講到遠，應該要想把祖先的德氣，傳揚開來；講到近，應當想父母若有過失，要替他們遮蓋起來；這裏即是說明孟子的「父為子隱，子為父隱」的大義所在；講到向上，應該要想報答國家的恩惠；講到對下，應該要想造一家的福；說到對外，應該要想救濟別人的急難；說到對內，應該要想預防自己的邪念和邪想。

這六種想法，都是從正面來肯定問題，能常常如此的存心，必然能成為正人君子。

一個人必須要每天知道自己有過失，才能天天改過，若是一天不知道自己的過失，就一天安安逸逸的算自己沒過失。如果每天都無過可改，就是每天都沒有進步；天底下聰明俊秀的人實在不少，然而他們道德上不肯用功去修，事業不能用功去做；就只為了因循兩個字，得過且過，不想前進，所以才耽擱了他們的一生。

雲谷禪師所教立命的許多話，實在是最精，最深，最真，最正的道理，希望你要細細的研究，還要盡心盡力的去做，千萬不可把大好的光陰虛度過。

## 第二篇 改過之法

人，既然不是一出生就是聖人，能沒有過失呢？孔子說：「過則勿憚改。」如果有了過失，就不要害怕改過。所以袁了凡先生在講過改造命運的道理與方法後，接著又把改過的方法詳細地說明，來教訓他的兒子袁天。這一篇就是講改過的方法。小的過失尚且要改，那末大的罪孽自然就不會再造了。

在東周的春秋時代，各國官吏相互往來頻繁，學問與閱歷都很豐富，因此僅憑觀察一個人的言語舉止，就能推測出他的吉凶禍福，沒有不靈驗的。這種事在《左傳》、《國語》等各類記載史實的書中都能看得到。

大概說來，一個人在尚未發生事情之前，預先顯露出的吉凶禍福現象，都是發自他的內心，而表現於外在的行為。凡是待人處事比較穩重、厚道的人，常常能獲得福報；而行為不莊重、過分刻薄的人，常常會招致災禍。一般的凡夫，學問不深、見識淺陋，沒有識人之明，就像是眼睛得了眼翳病一般地看不清楚，卻說禍福沒有一定，是無法推測得出來的。

一個人如果能以至誠之心待人，那他的心就與天道相吻合。一個人福報將要到的時候，只須看他所做的善行，就必能預先得知；災禍將要降臨時，只須看他所做的惡行，也必定能預先推測得到。現在如果想得到福報而避開災禍，在還沒有講到行善之前，就必須先從改正過失開始做起。

但是改正過失的方法，第一、要發起羞愧心。試想，古代的聖賢跟我們一樣是個男子漢，他們為什麼能千古流芳，成為大學習的榜樣；而我為什麼一事無成，甚至到了聲名敗壞的地步呢？這都是由於過分沉溺於逸樂，受到世俗的欲望所染，並且地做些不合乎義理的事，還以為別人不曉得，而表現出傲慢的樣子，毫無一點羞愧心；就這樣日益沉淪下去，逐漸變成禽獸之流，但自己卻不能發覺。世界上各種可羞可恥的事情，都沒有比這個更大的了。

孟子說：「恥這一個字對於一個人，關係實在是太重大了！因為若能知恥，就可以成就聖賢之道；如果不知羞恥，那就只是像個禽獸罷了。」這些話都是改正過失的重要訣竅呀！

改過的第二個要素，是要發起戒慎恐懼心。須知，天地鬼神都在我們的頭頂上監察著，我們是難以欺騙的。我們縱然在幽暗之處犯過，大家雖然不容易發覺，但天地鬼神卻像鏡子般地照著我們，看得實在非常清楚。所犯的罪業若是重大，必定會降下許多災禍；就算是輕的過失，也會減損現有的福報。我們怎麼可以不懼怕呢？

不只如此！就算是在沒有人所在的地方，神明仍然清清楚楚地看著、指著人們的一切作為；我們雖然掩蓋得非常隱密，文飾得非常巧妙，但是內心的種種意念，早就顯露出來了，神明全都看得很清楚，終究還是難以自我欺瞞。如果被人看破了，就會變成一文不名，怎麼可以不時常存著敬畏之心呢？

不僅這樣！一個人只要還有一口氣存在，就算犯了滿天的大罪惡，都還可以悔改；古人有一輩子都在作惡，到了臨命終前卻能悔悟過來，萌發一個善的念頭，於是得到了善終的果報。

這就是說，只要能發出一個勇猛堅決的善念，就足以洗刷一生所積下的罪惡呀！譬如上千年的幽暗山谷，只要有一盞燈光照射進去，那麼這千年來的黑暗就可以完全除去。所以過失不論是久遠前犯的，還是最近才犯的，只有能改過，才是最可貴的。

但是我們現在所處的這個世間，一切都不是恆常不變的；我們的肉體也是很容易死亡，只要一口氣不來，呼吸停止了，這個肉身就不再歸我所有。到這個時候，就算是想要改過，也沒有辦法了。

到了這種地步，在明顯可見的世間果報上，將須擔受千百年的壞名聲而遭人唾罵，雖然有孝子慈孫這些善良後代，也洗刷不掉這種惡名；至於在看不見的陰間之中，還要在千百劫的長時間裡，沉淪到地獄裡受到折磨，縱然是遇到聖賢佛菩薩，也無法救助、接引。這種惡報怎麼可以不懼怕呢？

改過的第三個要素，必須發起勇猛心。人在犯過之後，不能改正的原因，大都因為得過且過、退墮畏縮。我們必須在明白過失以後，立即痛下決心改正過來，不可以延遲、疑惑，更不應當猶豫不決，東等西等，不敢下定決心。

犯了小的過失，要像是被尖刺戳進肉內一般，必須趕快地剔除。若是犯了大的罪業，更須像被毒蛇咬到手指一樣，要儘速將指頭斬斷，不可以有一點點猶豫、停頓，否則毒液蔓延到全身，就會立即死亡。這便是《易經》中，風雷之所以構成〈益卦〉的道理所在。

【改過要發心呀！改過要發心。發些什麼心呀！發些什麼心。第一要發那羞恥心，第二要發那敬畏心，第三要發那勇猛心，具備這三種心，便能有過立即改！立改。】

如果具備這三種心——恥心、畏心和勇心，那麼一旦發現犯了過失，就能立即改正；就像是春天的冰塊遇到了陽光，還須憂慮它不會融化掉嗎？

然而一般人的過失，有從犯過的事實本身上戒除的，有從認識其中的道理而改正的，也有從心念上來改正的；所付出的努力程度不一樣，因此所得到的效果也就有所不同。

譬如以前殺害生命，現在戒除不再殺了；以前發怒罵人，現在也都戒除不再發怒了；這是就所犯的事情而將它改掉。

但是這只是從外在來勉強約束，會比從根本上自然改正還要難上百倍；而且犯過的根源仍然存在，東邊勉強把它消滅後，西邊卻又冒了出來，實在不是徹底掃除乾淨的方法。

善於改過的人，在還沒有禁止他去做某種事情之前，就應該先瞭解不可以做的道理。譬如過失在於殺害生命，就應該想到：上天有好生之德，所有的動物都愛戀自己的生命，如果殺來滋養自己的身體，怎麼能心安呢？

而且當被殺時，既已受到宰割，在尚未斷氣之前，卻又將放進鍋鼎中去燒煮，種種的痛苦穿透進入骨髓裡面。

人們為了滋養自己的身命，各類珍貴肥美的東西擺滿眼前，盡情地享受，卻未曾想到這些美食吃過以後，也都會化成糞渣排出，到最後一切都是空的。實際上蔬菜類的素食菜湯，就已經足讓人填飽肚子、供給能量，來養活自己的身命，何必一定要去殺害們的生命，來折損自己的福報！

還須想到，凡是有血有氣之類，都具有靈性知覺；既然是有靈性知覺，那麼都與我們人類沒有兩樣；就算我們不能敬肅地修養到至高的德行，使們來尊敬我、親近我，怎麼可以天天殺害動物的生命，使們與我結下冤仇，永無止境地恨我呢？

想到這種道理，每當面對著滿桌的血肉之食時，自然會發出悲傷憐憫之心，不忍再咽食下去。

譬如以前喜歡發脾氣，就應該想到：每個人都會有短處，這在情理上來說，本來就應該加以憐惜、原諒；若有人違反情理而來冒犯我，那是他自己的過失，跟我有何關聯呢？這本來就沒有什麼可怒的。

還要想到，天下沒有自以為是的英雄豪傑，也沒有怨恨別人的學問；如果所做的事情不能稱心如意，那都是自己的德行修得不好，涵養還是不足，感動人的力量還是不呀！

這些都應該自我反省，那麼對於各種外來的毀謗與傷害，都將成為磨練我們、成就我們的助緣；因此，我們要歡喜地接受這種賜教，還有什麼可以發怒的呢？

再者，聽到別人的毀謗而不發怒，雖然這些壞話說得像火燄薰滿天空，也只不過像癡人般地拿著火把，想要焚燒虛空一樣，最後將會自己熄滅、停止的。

若是聽到毀謗就動了怒氣，雖然費了巧妙的心思，努力為自己辯護，那就像春天的蠶兒吐絲作繭一樣，只會將自己纏縛住。所以，發怒不但對自身沒有好處，而且還會有害處。

至於其他的種種過失和罪惡，都應當要依據客觀的道理來認真思考。這種道理若是能明白，過失自然就會停止，不會再去違犯。

怎樣叫做從心地上來改過呢？

人們所犯下的過失，其項目雖然有千種之多，但都是從心裡造作出來的；如果能不起心動念，過失將從裡生出來呢？

一個追求學問的讀書人，對於愛好美色、喜得浮名、貪愛財物、喜歡發怒等種種過失，不必一項一項地去尋找改過的方法，只要能一心一意地發善心、做好事，時時觀照自己的心思，等正大光明的心念湧現，那麼自然就不會被偏邪的惡念所沾染。這就好像炎熱的太陽，在空中普照

著大地，所有的妖怪自然就會隱藏、消失，這是改過最精誠專一的真正妙訣。

人的過失是由心所造作的，所以也應當從心地上來改正；就如同要斬除毒樹，必須直接砍斷它的根，不讓它再度發芽，何必一枝一枝地去砍伐，一葉一葉地去摘除。

大抵最高明的改過方法，是從修心下工夫，當下就可以使心地清淨；每當心裡剛動了個壞念頭時，就能立刻覺察到，然後馬上讓這種念頭消失，過失自然不會再生。

如果做不到這種境界，就必須明瞭其中的道理，以便將壞念頭打發。若再辦不到，那就只好隨著惡事將犯時，以強制的方式來禁止自己犯過。

如果能以上乘的治心工夫，並且兼用明理與禁止兩種較下乘方式，來約束自己的念頭，這也不失是個好方法；若只是執著於下乘方式，而不知道用上乘的方法，那實在是太愚笨了。

但是發願要改過，也是須要助緣，在明處須有良師益友從旁提醒；在暗的方面，必須要有鬼神來作證明。只要能以真誠懇切的態度，一心一意地懺悔以往所造作的過失，如此日夜施行，毫不怠惰，那麼經過一星期兩星期，一直到一個月、兩個月、三個月之後，必定就會生效果。

【改過須發願，也要有助力，明裡頭，要有益友來提醒呀！來提醒。暗裡頭，要有鬼神做證明呀！做證明。還要一心一意虔誠的懺悔呀！虔誠的懺悔。】

到了這個階段，或者會感覺到精神舒適，心境開潤；或者感覺到智慧突然大開，一聞千悟；或者處在煩瑣忙碌之中，卻能觸類旁通，順利完成；或者遇到以前的怨家仇人，卻能將瞋恨轉化，心生歡喜；或者夢到吐出因過去造作的惡業，所形成的穢黑物，而頓生清涼；或者夢見古聖先賢來幫助接引，前程光明；或者夢到在太空中飛行漫步，自在逍遙；或者夢見各類莊嚴的旗幟，以及用珍貴的珠寶所裝飾的傘蓋。

像這些殊勝的情況，都是過失消除、罪業減去的象徵！但不可以因此執著在這些境界中，自以為程度很高而畫地自限，不再努力求進步。

從前春秋時代，衛國的賢大夫蘧伯玉，在二十歲的時候，就已經能時時反省、覺察以往的過失，而完全地改正過來。到了二十一歲，知道以前的過失尚未完全改掉；及至二十二歲，回頭檢點二十一歲時的自己，就如同身處夢中一般，還會糊裡糊塗地犯過。這樣一年又一年地逐步改正過失，直到五十歲那年，還察知過去四十九年尚存的過失。古人對於改過之學的學習態度，就是這麼認真、嚴格。

【蘧伯玉呀賢大夫二十歲時就覺悟，時時反省己過失，年年檢討再檢討；總覺得，自己改過的工夫不徹底呀，不徹底！所以說，改過的學問須講究，須講究！】

像我們這種庸碌的凡夫所犯的過失，就像是刺蝟身上的毛一般，叢集於一身，但回想以前所做過的事情，卻常會像是看不到有什麼過失一樣；這實在是由於太過粗心大意，不曉得要仔細去省察，眼睛像是長了翳病一般，看不清楚自己的過失呀！

但是，一個人如果過失、罪惡較為深重，也會出現徵兆，以作檢驗：

有的心思封閉、精神昏沉，所交付的事情轉身就忘記；有的雖然沒有什麼可以煩惱的事，卻常現出一副煩惱相；有的遇到品德高尚的人，卻顯出難為情、見不得人的樣子，提不起精神；有的聽到聖賢之道，心裡卻不歡喜；有的在布施恩惠給別人時，反而招致對方的埋怨；有的夜裡夢見一些顛顛倒倒的惡夢，甚至經常語無倫次，失去了正常的模樣。這些都是因為過去造作罪孽，所應現出來的表徵。

如果一出現與此類似的情況，就應該振作精神，捨棄過去不好的思想行為，力圖開闢嶄新而正確的人生大道，希望你不要耽誤自己的前程。

### 第三篇 積善之方

上一篇所講，改過的種種方法，能把今生的過失改掉，自然好命就不會變成壞命了；但是還不能把壞命變成好命。因為這一生雖然不犯過失

造罪孽，但是前世有沒有犯過失，造罪孽，卻不知道，若是前世已經犯，這一世雖然不再犯；但是前世所犯的罪過，還是要受報應。那麼要怎麼樣做才能使壞命轉成好命呢？這不但要改過，還要積善、積德，才可以把前世所造的罪孽消去。善事積多了，自然能轉壞命成好命，並且可以證明它的效驗！

【中國積德第一人，就數山東孔聖人，世代子孫都不衰呀！都不衰，七十三代孔德成呀！孔德成。】

易經上說：積善的家庭，一定會有許多福份喜慶的事。例如，從前姓嚴的人家，要把他的女兒，許配給孔子的父親；就將孔家所作的的事情，一件一件都提出來；覺得孔家祖先所積的德，多而且長久；所以預知孔家的子孫，將來必定會大發。後來果然生出了孔子。還有，孔子稱讚舜的孝，是不平凡的孝順，孔子說：像舜這樣的大孝，不但祖先要享受他的祭祀；並且他的世世代代子孫可以保住他的福德，不會敗落。春秋時代的陳國，就是舜傳下來的子孫，足以證明舜的後代興發得相當長久。這都是非常確實的說法啊！

現在我再以過去發生真實的事情，來證明積善的功德。有一位做過少師的人，姓楊名榮，是福建省建寧人。他家世代是以擺渡為生。有一次，雨下得太久，溪水滿漲，水勢洶湧橫衝直撞，把民房都沖失了，被淹死的人順著水勢一直流下來。別的船都去撈取水中漂來的各種財貨，只有少師的曾祖父和祖父，專門去救水裏漂來的災民，而財物一件都不撈，人都笑他們是傻瓜。等到少師的父親出生後，家道也漸漸的寬裕了。有一位神仙化做道士的模樣，向少師的父親說：你的祖父和父親，都積了許多陰功，所生的子孫應該發達做大官。可以將你的父親葬在某一個地方。少師的父親聽了，就照道士所指定的地方，把他的祖父和父親葬下。這座墳，就是現在大家所知道的白兔墳。後來少師出生了，到了二十歲就中了進士。一直做官，做到三公裏面的少師。皇帝還追封他的曾祖父、祖父、父親，與少師一樣的官位。而且少師的後代子孫，都非常興旺，一直到現在還有許多賢能之士。

【楊少師呀楊少師，祖父曾祖積陰德呀！積陰德；大水來了只救人，財物一概都不取，旁人笑伊是傻瓜，誰知傻瓜享大福呀！享大福！】

浙江寧波人楊自懲，起初在縣衙做書辦，心地非常厚道；而且守法公平，做事公正；當時的縣官，為人嚴厲方正，有一次偶然打了一個囚犯，一直打到血流到地上，縣官還是不息怒；楊自懲就跪下，替囚犯向縣官求情，請縣官寬諒那個囚犯。縣官說：你求情本來沒有什麼不能放寬的，但是這個囚犯，不守法律，違背道理，不能教人不生氣啊！

楊自懲一邊叩頭一邊說：在朝廷中已經沒有是非可言了，政治一片黑暗、貪、腐敗，人心散失已經很久了，審問案件若是審出實情，尚且應該替他們傷心，可憐他們不明事理，誤蹈法網，不可以因為審出了案情，就歡喜。若是存心歡喜，恐怕會把案件忽略弄錯。若是生氣，又恐怕犯人受不住打，勉強招認，容易冤枉人。既然歡喜尚且不可，又怎麼可以發火呢？

那縣官聽了楊自懲的話，非常感動，面容立即和緩下來，不再發怒了！講到楊自懲的家裏，是很窮的；但是他雖然窮，別人送他東西，他一概不肯接受。碰到囚犯缺糧，他卻常用許多方法去弄一些米來，救濟他們。有一天來了幾個新的囚犯，沒有東西吃，非常的餓，他自己家裏剛巧也欠米。若是拿來給囚犯吃，那麼自己家人就沒得吃了。如果只顧自己吃，那麼囚犯又餓得很可憐，沒有辦法，便同他的妻子商量。他的妻子問他說：犯人從什麼地方來的？從杭州來的。沿途熬餓，臉上餓得沒有一點血色；就像一種又青又黃的菜色，幾乎可以用手捧起來。

因此，兩夫婦就把自己所存的一些米，用來煮稀飯給新來的囚犯吃。然後他們生了兩個兒子，大的叫做守陳，小的叫做守址，作官一直做到南北吏部侍郎。大孫子做到刑部侍郎。小孫子也做到四川按察使。兩個兒子，兩個孫子，都是名臣；而當今有兩個名人楚亭和德政，都是楊自懲的後代。

【囚犯苦呀囚犯苦，即坐監牢又挨餓心中淒苦誰人知！誰人知；楊書辦呀心厚道，夫妻同心幫囚犯，積善之家慶有餘！慶有餘。】

從前明朝英宗正統年間，有一個土匪首領叫作鄧茂七，在福建一帶造反。福建的讀書人和老百姓，跟隨他一起造反的很多。皇帝就起用曾經擔任都御使的鄞縣人張楷，去搜剿他們。張都憲用計策把鄧茂七捉住了。後

來張都憲又派了福建布政司的一位謝都事，去搜 捉拿剩下來的土匪，捉到就殺；但是謝都事不肯亂殺，怕殺錯人。便向各處尋找依附賊黨的名冊，出來凡是沒有依附賊黨，名冊裏還沒有他們姓名的人。就暗中給他們一面白布小旗，約定他們，搜 賊黨的官兵到的那一天，把這面白布小旗插在自己家門口，表示是清白的民家，並且禁止官兵不准亂殺。因為有這種措施而避免被殺的人，大約有一萬人之多。後來謝都事的兒子謝遷，就中了狀元，官做到宰相。而且他的孫子謝丕，也中了探花，就是第三名的進士。

【將軍呀不亂殺，後世子孫一定發呀！一定發，謝都事，心慈悲，全活萬人子孫呀！子孫昌！】

在福建省浦田縣的林家，他們的上輩中，有一位老太太喜歡做善事，時常用米粉做粉 給窮人吃。只要有人向 要，就立刻給，臉上沒有表現出一點厭煩的樣子。有一位仙人，變作道士，每天早晨向 討六、七個粉。老太太每天給他，一連三年，每天都是這樣的布施，沒有厭倦過，仙人曉得 作善事的誠心，就向 說：我吃了 三年的粉，要怎樣報答 呢？這樣吧，家後面有一塊地，若是 死後葬在這塊地上，將來子孫有官爵的，就會像一升麻子那樣的多。

後來老太太去世了， 的兒子依照仙人的指示，把老太太安葬下去。林家的子孫第一代發科甲的，就有九人。後來世世代代，做大官的人非常多。因此，福建省竟有一句：「如果沒有姓林的人去赴考，就不能發榜。」的傳言。意思是講：林家考試的人多，並且都能考中，所以到發榜，榜上就不會沒有姓林的人。表示林家有功名的人很多。

【林家老太太，喜歡做好事，常常把米粉，做成粉 送人吃呀人吃！佈施心誠懇，神仙也感動，報答老太太，子孫官爵一大堆呀，一大堆！】

馮琢菴太史的父親，當他在縣學裏做秀才的時候，有一個非常寒冷的冬天清早，在要去縣學的路上，碰到一個人倒在雪地裏，用手摸摸看，已經幾乎快要凍死了。馮老先生馬上就把自己穿的皮袍，脫下來替他穿上；並且還扶他到家裡，把他救醒。馮老先生救人後，就做了一個夢，夢中見到一位天神告訴他說：你救人一命，是完全出自一片至誠的心來救的，所

以我要派韓琦投生到你家，做你的兒子。等到後來琢菴生了，就命名叫作馮琦。因為他是宋朝一個文武全才的賢能宰相，叫作韓琦的人來投胎轉世的。

【馮老爹心腸好，救人命嘍！功德高；誠心誠意救人命，勝過建造七浮屠呀！七浮屠。】

浙江台州有一個應大猷尚書，壯年的時候在山中讀書，夜裡頭，鬼常聚在一起做鬼叫，來嚇人，只有應公不怕鬼叫。有一夜，應公聽到一個鬼說：有一個婦人，因為丈夫出遠門作客，好久沒回來，她的公婆判斷兒子可能已經死了，所以就逼這個婦人改嫁；但是這個婦人卻是要守節，不肯改嫁。所以明天夜裡，我要在這裏上吊，我可以找到一個替身了。凡是上吊或者是淹死的人，如果沒有替身，便無法投生，所以叫替死鬼。

應公聽到這些話，動了救人的心，就把自己的田，賣了四兩銀子，還馬上寫了一封假託丈夫的信；並把銀子寄回家的事寫在信上說明。這位出外人的父母看了信以後，因為筆跡不像，所以懷疑信是假的。但是後來他們又說：信是可以假的，但是銀子不能假呀！一定是兒子很平安，才會把銀子寄回來。

他們這樣想以後，就不再逼媳婦去改嫁了。後來他們的兒子回來了，這對夫婦就得以保全，像從前新婚時一樣，好好的過日子了。隔天晚上，應公又聽到那個鬼說：我本來可以找到替身了，那知道被這個秀才壞了我的事啊。

旁邊一個鬼說：喂！你為什麼不去害死他呢？

那個鬼說：天帝因為這個人心好，有陰德，已經派他去做陰德尚書了，我怎麼還能害他呢？

應公聽了這兩個鬼所講的話以後，就更加努力，更加發心，善事一天一天去做，功德也一天一天的增加；碰到荒年的時候，每次都捐米穀救人。碰到親戚有急難，他一定想盡辦法幫助人家渡過難關；碰到蠻不講理的人，或不如意的事，總會反省，責備自己有過失，就心平氣和地接受事實。

因為應公能 這樣做人，所以他的子孫得到功名，官位的，一直到現在還是很多哩！

【淹死的人呀 吊死的人，都要找替身！都要找替身 所以叫做替死鬼呀！替死鬼！】

江蘇省常熟縣有一位徐鳳竹先生，他的父親本來就很富有。偶然碰到了荒年，就先把他應收的田租，完全捐掉，做為全縣有田的人的榜樣。同時又分他自己原有的稻穀，去救濟窮人。有一天夜裡，他聽到有一群鬼在門口唱道：千也不說謊，萬也不說謊，徐家秀才，快要做到了舉人！

【千也不說謊，萬也不說謊，徐家的秀才，快做舉人！快做舉人！】

那些鬼連續不斷的呼叫，夜夜不停。這一年，徐鳳竹去參加試，果然考中了舉人。他的父親因此更加高興，努力不倦地做善事，積功德；同時又修橋鋪路，施齋飯供養出家人；碰到缺米缺衣的人，也接濟他們；凡是對別人有好處的事情，無不盡心的去做。後來他又聽到鬼在門前唱道：千也不說謊，萬也不說謊，徐家舉人，做官直做到都堂！結果徐鳳竹，官做到了兩浙的巡撫。

【千也不說謊，萬也不說謊，徐家的舉人，官做到都堂呀！官做到都堂。】

浙江省嘉興縣有一位姓屠，名叫康僖的人，起初在刑部裏做主事的官，夜裏就住在監獄裡。並且仔細的盤問囚犯，結果發現沒罪而被冤枉的，有不少人；但是屠公並不覺得自己有功勞，他祕密地把這件事，上公文告訴了刑部堂官。

後來到了秋審的時候，刑部堂官，把屠公所提供的話，揀些要點，來審問那些囚犯。囚犯們都老老實實的向堂官供認，沒有一個不心服的。因此，堂官就把原來冤枉的，因為受刑不住被逼招認的，釋放了十多人。

那個時候京裡的百姓，都稱讚刑部尚書明察秋毫。後來屠公又向堂官上了一份公文說：在天子 下，尚且有那麼多被冤枉的人；那麼全國這樣大的地方，千千萬萬的百姓，那會沒有被冤枉的人呢？所以應該每五年再

派一位減刑官，到各省去細 囚犯犯罪的實情，確實有罪的，定罪也要公平；若是冤枉的，應該翻案重審，減輕或者釋放。

尚書就代為上奏皇帝，皇帝也准了他所建議的辦法；就派減刑官，到各省去 察，剛巧屠公也派在內。有一天晚上屠公夢見天神告訴他說：你命裡本來沒有兒子，但是因為你提出減刑的建議，正與天心相合；所以上帝賜給你三個兒子，將來都可以做大官；穿紫色的袍，束金鑲的帶。這天晚上，屠公的夫人就有了身孕；後來生下了應塤、應坤、應竣三個兒子，果然都作了高官。

【屠康僖呀屠康僖，辦刑案，有一套，明察秋毫不貪功，平反冤案十多起，建議減刑合天心，命裡無子得三子，個個都是做高官呀！做高官。】

有一位嘉興人，姓包，名叫憑，號信之。他的父親做過安徽池州府的太守。生了七個兒子，包憑是最小的。他被平湖縣姓袁的人家，招贅做女婿；和我父親常常來往，交情很深。他的學問廣博，才氣很高，但是每次考試都考不中。因此他對佛教、道教的學問，很注意研究。

有一天，他向東去卯湖遊玩，偶然到了一處 村的佛寺裏，因為寺內房屋壞了，看見觀世音菩薩的聖像，露天而立，被雨淋得很濕。當時就打開他的袋子，有十兩銀子，就拿給這寺裏的住持和尚，叫他修理寺院房屋。和尚告訴他說：修寺的工程大，銀子少，不用，沒法完工。

因此，他又拿了松江出的布四匹，再撿竹箱裏的七件衣服給和尚。這七件衣服裏，有用麻織的料做的夾衣，是新做的；他的 人要他不要再送了，但是包憑說：只要觀世音菩薩的聖像，能 安好，不被雨淋，我就是赤身露體又有甚麼關係呢？和尚聽後流著眼淚說：施送銀兩和衣服布匹，還不是件難事，只是這一點誠心，怎麼容易得到呀！

後來房屋修好了，包憑就拉著他父親同遊這座佛寺，並且住在寺中。那天晚上，包憑做了一個夢，夢到寺裏的護法神，來謝他說：你做了這些功德，你的兒子可以世世代代享受官祿了。後來他的兒子包汴，孫子包檉芳，都中了進士，做到高官。

【包信之，學問好，才氣高，可惜考試都不中；偶到一處龕裡，佛寺、觀音像，風吹雨打露天立，佈施心、油然而生，難捨能捨心虔誠，感動得和尚流眼淚，夢裡護法來道謝，兒孫世世受官祿呀！受官祿。】

浙江省嘉善縣有一個叫做支立的人，他的父親，在縣衙中的刑房當書辦。有一個囚犯，因為被人冤枉陷害，判了死罪；支書辦很可憐他，想要替他向上面的長官求情，寬免他不死。那個囚犯曉得支書辦的好意之後，告訴他的妻子說：支公的好意，我覺得很慚愧，沒法子報答；明天請他到下來，就嫁給他，他或者會感念這份情份，那麼我就可能有活命的機會了。

他的妻子聽了之後，沒別的辦法，所以就邊哭邊答應了。到了明天，支書辦到了下，囚犯的妻子就自己出來勸支書辦喝酒，並且把他丈夫的意思，完全告訴了支書辦。但是支書辦不願意這樣做，不過究竟還是盡了全力替這個囚犯，把案子平反了。後來，囚犯出獄，夫妻兩個人一起到支書辦家裡叩頭拜謝說：您這樣厚德的人，在近代實在是少有。現在您沒有兒子，我有一個女兒，願意送給您做掃地的小妾。這在情理上是可以說得通的。

支書辦聽了他的話，就預備了禮物，把這個囚犯的女兒迎娶為妾，後來生了一個兒子叫支立，才二十歲就中了舉人的前茅，官做到翰林院的書記，後來支立的兒子叫做支高，支高的兒子叫支祿，都被保薦做州學縣裡的教官。而支祿的兒子叫支大綸，也考中了進士。

【支書辦，刑房吏，有位囚犯遭冤屈，被判死罪真可憐；支書辦，心慈悲平反冤獄無條件，厚德感動死囚犯呀！死囚犯！】

以上這十條故事，雖然每人所做的各不相同，不過行的都是一個善字罷了。若是要再精細的加以分類來說，那末做善事；有真的，有假的；有直的，有曲的；有陰的，有陽的；有是的，有不是的；有偏的，有正的；有一半的，有圓滿的；有大的，有小的；有難的，有易的。

這種種都各有各的道理，都應該要仔細的辨別。若是做善事，而不知道考究做善事的道理，就自誇自己做善事，做得怎樣有功德，那裏知道這

不是在做善事，而是在造孽。這樣做豈不是冤枉，白費苦心，得不到一些益處啊！我現在把上面所說過的，分類來加以說明。怎麼叫做真假呢？從前在元朝的時候有幾個讀書人，去拜見天目山的高僧中峰和尚，問說：佛家講善惡的報應，像影子跟著身體一樣，人到那裡，影子也到那裡，永遠不分離。這是說行善，定有好報，造惡定有苦報，決不會不報的。為什麼現在某一個人是行善的，他的子孫反而不興旺？有某一個人是作惡的，他的家反倒發達得很？那末佛說的報應，倒是沒有憑據了。

中峰和尚回答說：平常人被世俗的見解所蒙蔽，這顆靈明的心，沒有洗除乾淨，因此，法眼未開，所以把真的善行反認為是惡的，真的惡行反算它是善的，這是常有的事情；並且看錯了，還不恨自己顛顛倒倒，怎麼反而抱怨天的報應錯了呢？

大家又說：善就是善，惡就是惡，善惡那裡會弄得相反呢？

中峰和尚聽了之後，便叫他們把所認為是善的，惡的事情都說出來。其中有一個人說：罵人，打人是惡；恭敬人，用禮貌待人是善。

中峰和尚回答說：你說的不一定對！

外一個讀書人說：貪財，亂要錢是惡；不貪財，清清白白守正道，是善。

中峰和尚說：你說的也不一定是對！

那些讀書人，都把各人平時所看到的種種善惡的行為都講出來，但是中峰和尚都說：不一定全對！

那幾個讀書人，因為他們所說的善惡，中峰和尚都說他們說得不對，所以就請問和尚，究竟怎樣才是善？怎樣才是惡？

中峰和尚告訴他們說：做對別人有益的事情，是善；做對自己有益的事情，是惡。若是做的事情，可以使別人得到益處，那怕是罵人，打人，也都是善；而有益於自己的事情，那麼就是恭敬人，用禮貌待人，也都是惡。所以一個人做的善事，使旁人得到利益的就是公，公就是真了；只想

到自己要得到的利益，就是私，私就是假了。並且從良心上所發出來的善行，是真；只不過是照例做做就算了的，是假。還有，為善不求報答，不露痕跡，那麼所做的善事，是真；但是為著某一種目的，企圖有所得，才去做的善事，是假；像這樣的種種，自己都要仔細地考察。

怎樣叫做端曲呢？現在的人，看見謹慎不倔強的人，大都稱他是善人，而且很看重他；然而古時的聖賢，卻是寧願欣賞志氣高，只向前進的人，或者是安份守己，不肯亂來的人。因為這種人，才有擔當；有作為，可以教導他，使他上進。

至於那些看起來謹慎小心卻是無用的好人，雖然在 里，大家都喜歡他；但是因為這種人的個性軟弱，隨波逐流，沒有志氣，所以聖人一定要說這種人，是傷害道德的賊。這樣看來，世俗人所說的善惡觀念，分明是和聖人相反。

俗人說是善的，聖人反而說是惡；俗人說是惡的，聖人反而說是善。從這一個觀念，推廣到各種不同的事情來說，俗人所喜歡的，或者是不喜歡的，完全不同於聖人。那還有不錯的嗎？天地鬼神庇佑善人報應惡人他們都和聖人的看法是一樣的，聖賢以為是對的，天地鬼神也以為是對的；聖賢以為是錯的，天地鬼神也認為是錯的，而不和世俗人採取相同的看法。所以凡要積功德，對不可以被耳所喜歡的聲音，眼睛所喜歡的景象所利用，而跟著感覺在走；必須要從起心動念隱微的地方，將自己的心，默默地洗滌清淨，不可讓邪惡的念頭，染了自己的心。

所以全是救濟世人的心，是直；如果存有一些討好世俗的心，就是曲。全是愛人的心，是直；如果有一絲一毫對世人怨恨不平的心，就是曲；全是恭敬別人的心，就是直；如果有一絲玩弄世人的心，就是曲。這些都應該細細的去分辨。

怎樣叫做陰陽呢？凡是一個人做善事被人知道，叫做陽善；做善事而別人不知道，叫做陰德。有陰德的人，上天自然會知道並且會報酬他的。有陽善的人，大家都曉得他，稱讚他，他便享受世上的美名。享受好名聲，雖然也是福，但是名這個東西，為天地所忌，天地是不喜歡愛名之人的。只要看世界上享受極大名聲的人，而他實際上沒有功德，可以稱配他所享受的名聲，常會遭遇到料想不到的橫禍，一個人並沒有過失差錯，

反倒被冤枉，無緣無故被人栽上惡名的人，他的子孫，常常會忽然間發達起來。這樣看來，陰德和陽善的分別，真是細微得很，不可以不加以分辨啊！

怎樣叫做是非呢？從前春秋時代的魯國定有一種法律，凡是魯國人被別的國家抓去做奴隸；若有人肯出錢，把這些人贖回來，就可以向官府領取賞金。但是孔子的學生子貢，他很有錢，雖然也替人贖回被抓去的人回來，子貢卻是不肯接受魯國的賞金。他不肯接受賞金，純粹是幫助他人，本意是很好。但是孔子聽到之後，很不高興的說：這件事子貢做錯了，凡是聖賢無論做什麼事情，都是要做了以後，能把風俗變好；可以教訓，引導百姓做好人，這種事才可以做；不是單單為了自己覺得爽快稱心，就去做的。現在魯國富有的人少，窮苦的人多；若是受了賞金就算是貪財；那末不肯受貪財之名的人，和錢不多的人，就不肯去贖人了。一定要很有錢的人，才會去贖人。如果這樣的話，恐怕從此以後，就不會再有人向諸侯贖人了。

子路看見一個人，跌在水裏，把他救了上來。那個人就送一隻牛來答謝子路，子路就接受了。孔子知道了，很欣慰的說：從今以後，魯國就會有很多人，自動到深水大河中去救人了。

由這兩件事，用世俗的眼光來看，子貢不接受賞金是好的，子路接受牛，是不好的；不料孔子反而稱讚子路，責備子貢。照這樣看來，要知道一個人做善事，不能只看眼前的效果，而要講究是不是會流傳下去的弊端；不能只論一時的影響，而是要講究長遠的是非；不能只論個人的得失，而是要講究它關係天下大的影響。

現在所為，雖然是善，但是如果流傳下去，對人有害，那就雖然像善，實在還不是善；現在所行，雖然不是善，但是如果流傳下去，能幫助人，那就雖然像不善，實在倒是善！這只不過是拿一件事情來講講罷了。說到其它種種，還有很多。例如：一個人應該做的事情，叫做義，但是有的時候，做該做的事，也會做錯，做了倒反而壞事。

譬如壞人，可以不必寬放他，有人寬放他，這事情不能說不是義；但是寬放了這個壞人，反而使他的膽子更大，壞事做得更多；結果旁人受

害，自己也犯罪；倒不如不要寬放他，給他做戒，使他不再犯罪的好，不寬放他，是非義，使這個人不再犯罪，是義，這就叫做非義之義。

禮貌是人人應該有的，但是要有分寸，用禮貌對待人，是禮；但若是過份，反而使人驕傲起來，就成為非禮了，這就叫做非禮之禮。

信用雖要緊，但是也要看狀況，譬如：顧全小的信用，是信；要顧全小信，卻誤了大事；反而使得大信，不能顧全，此變成非信了，這就叫做非信之信。

愛人本來是慈；但是因為過份的慈愛，反而使人膽子變大，闖出大禍，那就變成不慈了，這就叫做非慈之慈。這些問題，都應該細細地加以判斷，分別清楚。

什麼叫做偏正呢？從前明朝的宰相呂文懿公剛才辭掉宰相的官位，回到家來，因為他做官清廉，公正，全國的人都敬佩他，就像是群山拱衛著泰山，星環繞著北斗星一樣。獨獨有一個下人，喝醉酒後，罵呂公。但是呂公並沒有因為被他罵而生氣，並向自己的用人說：這個人喝酒醉了，不要和他計較。

呂公就關了門，不理他。過了一年，這個人犯了死罪入獄，呂公方才懊悔的講：若是當時同他計較，將他送到官府治罪，可以藉小懲罰而收到大做戒的效果，他就不至於犯下死罪了，我當時只想心存厚道，所以就輕輕放過他；那知道，反而養成他天不怕地不怕的亡命之徒的惡性。他以為就算是罵宰相，也沒什麼大不了，一直到犯下死罪，送了性命。這就是存善心，反倒做了惡事的一個例子。

也有存了惡心，倒反而做了善事的例子。像有一個大富人家，碰到荒年，窮人大白天在市場上搶米；這個大富人家，便告到縣官那裏；縣官偏偏又不受理這個案子，窮人因此膽子更大，愈加放肆橫行了。於是這個大富人家就私底下把搶米的人捉起來關，出他的醜，那些搶米的人，怕這大富人家捉人，反倒安定下來，不再搶了。若不是因為這樣，市面上幾乎大亂了。所以善是正，惡是偏，這是大家都知道的。但是也有存善心，反倒做了惡事的例子。

這是存心雖正，結果變成偏，只可稱做正中的偏；不過也有存惡心，反倒做了善事的例子，這是存心雖是偏，結果反成正，只可稱做偏中的正；這種道理大家不可不知道。怎樣叫做半滿的善呢？易經上說：一個人不積善，不會成就好的名譽；不積惡，則不會有殺身的大禍。

書經上說：商朝的罪孽，像穿的一串錢那麼滿；就彷彿收藏東西裝滿了一個容器裏一樣。

如果你很勤奮的，天天去儲積，那麼終有一天就會積滿。商朝由開國一直到紂王，它的過失罪惡，到此時便積滿了，因此迅速亡國。如果懶惰些，不去收藏積存，那就不會滿。

所說的積善積惡，也像儲存東西一樣，這是講半善滿善的一種說法。

從前有一戶人家的女子，到佛寺裡去，想要送些錢給寺裡，可惜身上沒有多的錢，只有兩文錢，就拿來布施給和尚。而寺裡的首席和尚，竟然親自替在佛前迴向，求懺悔滅罪。後來這位女子進了皇宮做了貴妃，富貴之後，便帶了幾千兩的銀子來寺裡布施。但是這位主僧，卻只是叫他的徒弟，替那個女子迴向罷了，那個女子不前後兩次的布施，為什麼待遇差別如此之大？就問主僧說：我從前不過布施兩文錢，師父就親自替我懺悔。現在我布施了幾千兩銀子，而師父不替我迴向，不知是什麼道理？

主僧回答說：從前布施的銀子雖然少，但是你布施的心，很真切虔誠，所以非我老和尚親自替你懺悔，便不足以報答你布施的功德；現在布施的錢雖然多，但是你布施的心，不像從前真切，所以叫人代你懺悔，也就了。這就是幾千兩銀子的布施，只算是半善；而兩文錢的布施，卻算是滿善，道理在此。

又漢朝人鍾離把他鍊丹的方法，傳給呂洞賓，用丹點在鐵上，就能變成黃金，可拿來救濟世上的窮人。呂洞賓問鍾離說：變了金，到底會不會再變回鐵呢？

鍾離回答說：五百年以後，仍舊要變回原來的鐵。

呂洞賓又說：像這樣就會害了五百年以後的人，我不願意做這樣的事情。

鍾離教呂洞賓點鐵成金，不過是試試他的心而已。現在知道呂洞賓存心善良，所以對他說：修仙要積滿三千件功德，聽你這句話，你的三千件功德，已經做圓滿了。

這是半善滿善的又一種講法。一個人做善事，而內心不可叨念，彷彿自己做了一件不得了的善事；能這樣，那麼就隨便你所做的任何善事，都能成功而且圓滿。若是做了件善事，這個心就牢記在這件善事上；雖然一生都很勤勉的做善事，也只不過是半善而已。

譬如拿錢去救濟人，要內不見布施的我，外不見受布施的人，中不見布施的錢，這纔叫做三輪體空，也叫做一心清淨。如果能這樣的布施，縱使布施不過一斗米，也可以種下無邊無涯的福了；即使布施一文錢，也可以消除一千劫所造的罪了。如果這個心，不能忘掉所做的善事；雖然用了二十萬兩黃金去救濟別人，還是不能得到圓滿的福。這又是一種說法。

怎麼叫做大善小善呢？從前有一個人，叫做衛仲達，在翰林院裏做官，有一次被鬼卒把他的魂引到了陰間。陰間的主審判官，吩咐手下的書辦，把他在陽間所做的善事、惡事兩種冊子送上來。等冊子送到一看，他的惡事冊子，多得竟攤滿了一院子；而善事的冊子，只不過像一支子那樣小罷了。主審官又吩咐拿秤來秤秤看，那攤滿院子的惡冊子反而比較輕，而像一支子那樣小捲的善冊子反而比較重。衛仲達就問說：我年紀還不到四十歲，那會犯了這麼多的過失罪惡呢？

主審官說：只要一個念頭不正，就是罪惡，不必等到你去犯，譬如看見女色，動了壞念頭，那就是犯過。

因此，衛仲達就問這善冊子裡記的是什麼。主審官說：皇帝有一次曾想要興建大工程，修三山地方的石橋。你上奏勸皇帝不要修，免得勞民傷財，這就是你的奏章底稿。

衛仲達說：我雖然講過，但是皇帝不聽，還是動工了，對那件事情的進行，並沒有發生作用，這份疏表怎麼還能有這樣大的力量呢？

主審官說：皇帝雖然沒有聽你的建議，但是你這個念頭，目的是要使千萬百姓免去勞役；倘使皇帝聽你的，那善的力量就更大了哩！

所以立志做善事，目的在利益天下國家百姓，那麼善事縱然小，功德卻很大。假使只為了利益自己一個人，那麼善事雖然多，功德卻很小。

怎麼叫做難行易行的善呢？從前有學問的讀書人，都說：克制自己的私欲，要從難除去的地方先除起。

孔子的弟子樊遲，問孔子怎樣叫作仁？孔子也說，先要從難的地方下工夫。

孔子所說的難，也就是除掉私心；並應該先從最難做，最難克除的地方做起。一定要像江西的一位舒老先生，他在別人家教書，把兩年所僅得的薪水，幫助一戶窮人，還了他們所欠公家的錢，而免除他們夫婦被拆散的悲劇。

又像河北邯鄲縣的張老先生，看到一個窮人，把妻兒抵押了，錢也用了；若是沒有錢去贖回，恐怕妻兒都要活不成了。於是就捨棄他十年的積蓄，替這個窮人贖回他的妻兒。像舒老先生，張老先生，都是在最難處，旁人不容易捨的，他們竟然能捨得啊！

又像江蘇省鎮江的一位靳老先生，雖然年老沒有兒子，他的窮鄰居，願意把一個年輕的女兒給他做妾，願能為他生一個兒子。但是這位靳老先生不忍心誤了 的青春，還是拒 了，就把這女子送還鄰居。這又是很難忍處，而能 忍得住的事呀！所以上天賜給他們這幾位老先生的福，也特別的豐厚。

【善有真，也有假，有端有曲有陰陽，有是有非有偏正，有半有滿有大小，有難有易當深辨，當深辨！】

凡是有財有勢的人要立些功德，比平常人來得容易，但是容易做，卻不肯做，那就叫做自暴自棄了；而沒錢沒勢的窮人，要做些福，都會有很大的困難，難做到而能做到，這才真是可貴啊！我們為人處事，應該遇到機緣，就去做救濟人的事。不過救濟人，也不是容易的事，救濟人的種類很多，簡單的說，它的重要項目，大約有十種：

第一、是與人為善。看到別人有一點善心，我就幫他，使他善心增長。別人做善事，力量不，做不成功，我就幫他，使他做成功，這都是與人為善。

第二、是愛敬存心。就是對比我學問好，年紀大，輩份高的人，都應該心存敬重。而對比我年紀小，輩份低，景況窮的人，都該要心存愛護。

第三、是成人之美。譬如一個人，要做件好事，尚未決定，則應該勸他盡心盡力去做。別人做善事時，遇到了阻礙；不能成功，應想方法，指引他，勸導他使得他成功；而不可生嫉妒心去破壞他。

第四、是勸人為善。碰到做惡的人，要勸他做惡。對有苦報，惡事萬萬做不得。碰到不肯為善，或只肯做些小善的人，就要勸他行善。對有好報，善事不但要做，而且還要做得多。做得大。

第五、是救人危急。一般人大多喜歡錦上添花，而缺乏雪中送炭的精神；而當遇到他人最危險、最困難、最緊急的關頭；能及時向他伸出援手，拉他一把，出錢出力幫他解決危急困境，可以說是功德無量，但是不可以引以為傲！

第六、是興建大利。有大利益的事情，自然要有大力量的人，才能做到，一個人既然有大力量，自然應該做些大利益的事情，以利益大。例如，修築水利系統、救濟大災害等等。但是沒有大力量的人，也可以做到的。譬如，發現河堤上有個小洞，水從洞裡冒出，只要用些泥土、小石，將小洞塞住，這堤防就可以保住，而防止了水災的發生。事情雖然小，但這種功效也是不可忽視的。

第七、是捨財作福。俗語說：人為財死，世人的心總愛錢財，求財都來不及，還願意去捨財濟助他人嗎？因此，能捨財去消除別人的災難，解

決他人的危急；對一個常人而言，已不簡單，對窮人來說，則更加了不起。如按因果來講，「捨得，捨得，有捨才有得。」「捨不得，捨不得，不捨就不得。」；做一分善事就會有一分福報，所以不必憂愁我們會因為捨財救人，而使自己的生活陷於 路。

第八、是護持正法。這種法，就是指各種宗教的法。宗教有正，有邪，法也有正，有邪，邪教的邪法最害人心，自然應該禁止。而具有正知正見的佛法，是最容易勸導人心，挽回善良風俗的。若是有人破壞，一定要用全力保護維持，不可讓他破壞。

第九、是敬重尊長。凡是學問深，見識好，職位高，輩份大，年紀老的人，都稱為尊長。自己都應該敬重，不可看輕他們。

第十、是愛惜物命。凡是有性命的東西，雖然像 蟻那樣小；也是有知覺的，曉得痛苦，並且也會貪生怕死。應該要哀憐它們，怎可以亂殺亂吃呢？有人常說：這些東西，本來就是要給人吃的。這話是最不通的，而且都是貪吃的人所造出來的話。

以上所講的十種，只是大概的說明，下面是分別舉例比：什麼叫做與人善呢？從前虞朝的舜，在他還沒有做君主之前，在雷澤湖邊看見年輕力壯的漁夫，都揀湖水深處去抓魚；而那些年老體弱的漁夫，都在水流得急而且水較淺的地方抓。

水流急，魚停不住，淺灘水少，魚也比較少，不比水深的地方，魚都在那裡游來游去，較容易抓。那些年輕力壯的漁夫，把好的地方都佔去了。

舜看見這種情形，心裡面悲傷哀憐他們。就想了一個方法，他自己也去參加捉魚，看見那些喜歡搶奪的人，就把他們的過失，掩蓋起來，而且也不對外講；看見那些比較謙讓的漁夫，便到處稱讚他們，拿他們作榜樣，並且學習他們謙讓的模樣。像這樣，舜抓了一年的魚，大家都把水深魚多的地方讓出來了。

舜的故事，不過是用來勸化人，不可誤解是勸人抓魚。要知道抓魚是犯殺生的罪孽，千萬不可以做啊！那麼像舜那樣明白聰明的聖人，那有不能說幾句中肯的話，來教化人，而一定要親自參與呢？要曉得舜不用言

語來教化人，而是拿自己做榜樣，使人見了，感覺漸愧而改變自己的自私心理，這真是一個用心良苦的人，所費的苦心啊！

我們生在這個人心風俗敗壞，末世的時代，做人很不容易；因此，旁人有不如我的地方，不可以把自己的長處，去蓋過旁人？旁人有不善的事情，不可以把自己的善，來和別人比較。別人能力不及我，不可以把自己有的能力，來為難別人。自己縱然有才幹聰明，也要收斂起來，不可以外露炫耀，應該像是沒有聰明才幹一樣。要看聰明才幹，都是虛的、假的一般。

看到別人有過失，姑且替他包含掩蓋。像這樣，一方面可以使他有改過自新的機會，一方面可以使他有所顧忌而不敢放肆。若是扯破面皮，他就沒有顧忌了。

看到旁人有些小的長處，可以學的，或有小的善心善事，可以記的；都應該立刻翻轉過來，放下自己的主見，學他的長處；並且稱讚他，替他廣為傳揚。一個人在平常生活中，不論講句話或是做件事，全不可為自己，發起一種自私自利的念頭；而要全為了社會大設想，立出一種規則來，使大可以通行遵守，這才是一位偉大的人物，把天下所有的一切，都看做是公而不是私的度量呢！

什麼叫做愛敬存心呢？君子與小人，從外貌來看，常常容易混淆，分不出真假。因為小人會裝假仁假義，冒充君子。不過這一點存心，君子是善，小人是惡，彼此相去很遠，他們的分別，就像黑白兩種顏色，對相反不同。所以孟子說：君子所以與常人不同的地方，就是他們的存心啊！

君子所存的心，只有愛人敬人的心。因為人雖然有親近的，疏遠的，有尊貴的，有低微的，有聰明的，有愚笨的，有道德的，有下流的，千千萬萬不同的種類；但是這些都是我們的同胞，都是和我們一樣有生命，有血有肉，有感情，那一個不該愛他敬他呢？愛敬人，就是愛敬聖賢人。能明白人的意思，就是明白聖賢人的意思。為什麼呢？

因為聖賢人本來都希望世界上的人，大家都能安居樂業，過著幸福美滿的生活。所以，我們能處處愛人，處處敬人，使世上的人，個個平安幸福，也就可以說是代替聖賢，使這個世界上人人都能平安快樂了。

什麼叫做成人之美呢？舉例來說，若是把一塊裏面有玉的石頭，隨便亂棄，那末這塊裏面有玉的石頭也只不過是和瓦片碎石一樣，一文不的了。若是把它好好的加以雕刻琢磨，那麼這塊石頭，就成了非常珍貴的寶物圭璋了。

一個人也是如此，也全是靠勸導提引；所以看到別人做一件善事，或者是這個人立志向上，而且他的資質足以造就的話；都應該好好的引導他，提拔他，使他成為社會上的有用之材；或是誇讚他，激勵他，扶持他；若是有人冤枉他，就替他辯解冤屈，來替他分擔無端被人惡意的毀謗，可以設法代替他，頂替他被毀謗的事實，減輕他所受的毀謗，這樣叫做分謗。

務必要使他能立身於社會，而後才算是盡了我的心意。大概通常的人，對那些與他不同類型的人，都不免有厭惡感，譬如小人恨君子，惡人恨善人。

在同一個里的人，都是善的少，不善的多。正因為不善的人很多，善的人少，所以善人處在世俗裡，常常被惡人欺負，很難立得住，況且豪傑的性情大多數是剛正不屈，並且不注意修飾外表，世俗的眼光，見識不高，只看外表，就說長道短，隨便批評；所以做善事也常常容易失敗，善人也常常被人毀謗。

碰到這種情形，只有全靠仁人長者，才能糾正那些邪惡不正的人，教導指引他們改邪歸正，保護，幫助善人，使他成立；像這樣闢邪顯正的功德，實在是最大的。

什麼叫做勸人為善呢？一個人既然已經生在世上做了人，那一個沒有良心呢？但是因為汲汲地追逐名利，弄得這世間忙碌不堪，只要有名利可得，就昧著良心，不擇手段地去做，那就最容易墮落了。所以與別人往來相處，時常要留心觀察這個人，若是看他要墮落了，就應該隨時隨地提醒他，警告他，開發他的糊塗昏亂。

譬如，看見他在長夜裡做了一個渾渾的夢，一定要叫喚他，使他趕快清醒；又譬如看他長久陷落在煩惱裡，一定要提拔他一把，使他頭腦轉為清涼。

像這樣以恩待人，功德是最周遍，最廣大的了。從前韓文公會說：以口來勸人，只在一時，事情過了，也就忘了；並且別處的人，無法聽到。以書來勸人，可以流傳到百世，並且能傳遍世界；所以做善書，有立言的大功德。

這裡說以口來勸，用書來勸人為善，與前面所講的與人為善比較起來，雖然較注重形式的痕跡，但是這種對症下藥的事，時常會有特殊的效果；這種方法是不可以放棄的。

並且勸人也得要勸的得當，譬如這個人太倔強，不可以用話來勸，你若是用話去勸了，不但是白勸，所勸的話，也成了廢話，這叫做失言。如果這個人性情溫順，可以用話來勸，你卻是不勸，錯過了勸人為善的機會，這叫做失人。失言失人，都是自己智慧不，分辨不出來，就應該自己仔細反省檢討；如此才能不失言，也不失人。

什麼叫做救人危急呢？患難顛沛的事情，在人的一生當中，都是常有的。假使偶而碰到患難危急的人，應該要將他的痛苦，當做是發生在自己的身上一樣，趕快設法解救，看他有什麼被人冤屈壓迫的事情，或是用話語幫助他申辯明白，或是用種種的方法來救濟他的困苦。明朝的崔子曾經說：恩惠不在乎大小，只要在別人危急的時候，趕緊去幫助他就可以了。這句話真正是仁者的話呀！

什麼叫做興建大利呢？講小的，在一個中，講大的，在一個縣內，凡是有益公的事，最應該發起興建。或是開闢水道來灌農田；或是建築堤岸來預防水災；或是修築橋樑，使行旅交通方便，或是施送茶飯，救濟飢餓口渴的人。

隨時遇到機會，都要勸導大家，同心協力，出錢出力來興建；縱然有別人在暗中毀謗你，中傷你；你也不要為了避嫌疑就不去做，也不要怕辛苦，擔心別人嫉妒怨恨，就推託不做，這都是不可以的。

什麼叫做捨財作福呢？佛門裡的萬種善行，以布施為最重要。講到布施，就只有一個捨字，什麼都捨得，就合佛的意思了。

真正明白道理的人，什麼都肯捨；譬如自己身上的眼睛，耳，鼻子，舌頭，身體，念頭，沒有一樣不肯捨掉。譬如，佛陀曾在因地修行的時候，捨身飼虎。

在身外的色、聲、香、味、觸、法，也都可以一概捨棄。一個人所有的一切，沒有一樣不可以捨掉，能如此，那就身心清淨，沒有煩惱，就如同佛菩薩了。

若是不能什麼都捨，那就先從錢財上著手布施。世間人都把穿衣吃飯，看得像生命一樣重要；因此，錢財上的布施也最為重要；如果我能痛痛快快地施捨錢財；對內而言，可以破除我小器的毛病；對外而言，則可救濟別人的急難。

不過錢財不易看破，起初做起來，難免會有一些勉強，只要捨慣了，心中自然安逸，也就沒有什麼捨不得了。這是最容易消除自己的貪念私心，也可以除掉自己對錢財的執著與吝嗇。

什麼叫做護持正法呢？法是千萬年來，有靈性的有情生命的眼目，也是真理的準繩；但是法有正有邪，如果沒有正法，如何能參加幫助天地造化之功呢？怎樣會使得各式各樣的人以及種種的東西，都能像裁布成衣那樣的成呢？怎樣可以脫出那種種的迷惑，離開那種種的束縛呢？怎樣可以建設整理世上一切的事情，和逃出這個穢世界，生死輪迴的苦海呢？這都需要靠有了正法，纔像有了光明的大路可走。

所以凡是看到聖賢的寺廟，圖像，經典，遺訓，都要加以敬重；至於有破損不完全的，都應該要修補，整理。而講到佛門正法，尤其應該敬重的加以傳播宣揚，使大家都重視，纔可以上報佛的恩德，這些都是更應該加以全力去實踐的。

什麼叫做敬重尊長呢？家裏的父親，兄長，國家的君王，長官；以及凡是年歲，道德，職位，見識高的人，都應該格外虔誠的去敬重他們。

在家裡侍奉父母，要有深愛父母的心，與委婉和順的容貌；而且聲要和，氣要平；這樣不斷地薰染成習慣，就變成自然的好性情，這就是和氣可以感勤天心的根本辦法。

出門在外侍候君王，不論什麼事，都應該依照國法去做；不可以為君王不知道，自己就可以隨意亂做呀！辦一個犯罪的人，不論他的罪輕或重都要仔細審問，公平地執法；不可以為君王不知道，就可以作威作福冤枉人！

服侍君王，像面對上天一樣的恭敬，這是古人所訂的規範，這種地方關係陰德最大。你們試看，凡是忠孝人家，他們的子孫，沒有不發達久遠而且前途興旺的，所以一定要小心謹慎的去做。

什麼叫做愛惜物命呢？要知道一個人之所以能算他是人，就是在他有這一片惻隱的心罷了。所以孟子說：沒有惻隱之心就不是人。

求仁的，就是求這一片惻隱之心；積德的，也就是積這一片惻隱的心。有惻隱心就是仁；有惻隱心，就是德。沒有惻隱心，就是無仁心，沒道德。周禮上曾說：每年正月的時候，正是畜牲最容易懷孕的期間，這時候祭品勿用母的。因為要預防畜牲肚裡有胎兒的緣故。

孟子說：君子不肯住在廚房附近。就是要保全自己的惻隱之心，所以，前輩有四種肉不吃的禁忌。譬如說，聽到動物被殺的聲音，不吃，或者在它被殺的時候看見，不吃；或者是自己養大的，不吃，或專門為我殺的，不吃。後輩的人，若要學習前輩的仁慈心，一下子做不到斷食葷腥，也應該依照前輩的辦法，禁戒少吃。

照佛法來講，一切有生命的東西，都是因為前生造了孽而投胎做畜牲；等到它們的罪孽還完了後，仍然可以投胎做人的。做人以後若是肯修行，也可以修成佛。那麼我今生所吃的肉，難保不就是吃了未來佛的肉，並且現在的畜牲，在無量過去的前世中，也一定曾經做過人；那麼它們可能曾做過我前生中的父母，妻子，親族，朋友，我今天吃的肉，可能就是吃我前生的父母，妻子，親族，朋友的肉了。而今天我做人，它做畜牲，我吃它，我就造了殺孽，與它結下冤仇。如果被我吃的畜牲，來世它的孽債還清了，投生做了人，而我卻因為殺生造孽，投胎做畜牲，恐怕他也要報復我殺他之仇，而來殺我，吃我了。這樣說來，還能殺生麼？肉還能吃得下嗎？況且吃肉就算味道好，也不過是經過嘴裡到喉嚨那段時候，還覺得

有味道，等到咽了下去，還有什麼味道？與素菜有什麼兩樣，為什麼一定要殺生造孽呢？

雖然一時做不到不吃肉，也應該漸漸地減少吃肉，直到完全不吃。這樣子慈悲心就會愈來愈增加。不但殺生應戒，就是那些極小，不論愚蠢的或是有靈性的，凡是有生命的，都應該禁止傷害它們的性命。像要用絲來做衣服，就把蠶繭放在水裡燒，那要傷害多少蠶的性命？掘地種田，要殺害地下多少蟲的性命；想想我們穿的衣、吃的飯，是從那裡來的呢？都是殺它們的命，來養活我們自己；所以糟蹋糧食，浪費東西的罪孽，實在也應該與殺生的罪孽相等。至於隨手誤傷的生命，一下誤踏而死的生命，又不曉得有多少，這都應該要設法防止。宋朝的蘇東坡有首詩說：愛鼠常留飯，憐蛾不點燈。

意思是說：恐怕老鼠餓死，所以為老鼠留些飯；哀憐飛蛾撲到燈上燙死，所以燈也不點。這話是多麼的仁厚慈悲呀！

善事無窮無盡，那能說得完；只要把上邊說的十件事，加以推廣發揚，那麼無數的功德，就都完備了。

【救濟八種人事類有很多，簡單而言之，大概有十種，與人為善一，愛敬存心二，成人之美三，勸人為善四，救人危急五，興建大利六，捨財作福七，護持正法八，敬重尊長九，愛惜物命十。】

#### 第四篇 謙德之效

第三篇所說的，都是積善的方法，能積善，自然最好，但人在社會上，不能不和人來往，做人的方法必須加以講究；而最好的方法就是謙虛了。一個人能謙虛，在社會上一定會得到大廣泛的支持與信任，而得謙虛，便更知道「日新又新」的重要；不但學問要求進步，做人做事交朋友等等，樣樣都要求進步。所有種種的好處，都從謙虛上得來，所以稱為謙德。這一篇專講謙虛的好處，謙虛的效驗；大家要仔細的研究，不可以吞棗，那就必定能得到大的利益。

【書經說：滿招損呀！謙受益，自滿的就要招損害；謙虛的就會受到益呀！受到益。】

易經謙卦上說：天的道理，不論什麼，凡是驕傲自滿的，就要使他虧損，而謙虛的就讓他得到益處。地的道理，不論什麼，凡是驕傲自滿的，也要使他改變，不能讓他永遠滿足；而謙虛的要使他滋潤不枯，就像低的地方，流水經過，必定會充滿了他的缺陷。鬼神的道理，凡是驕傲自滿的，就要使他受害，謙虛的便使他受福。人的道理，都是厭惡驕傲自滿的人，而喜歡謙虛的人。

這樣看來，天、地、鬼、神、人、都看重謙虛的一邊。易經上六十四卦，所講的都是天地陰陽變化的道理，教人做人的方法。每一卦爻中，有凶有吉，凶卦是警戒人去惡從善，吉卦是勉勵人要日新又新，唯有這個謙卦，每一爻都吉祥。書經上也講：自滿，就會遭到損害，自謙，就會受到益處。

我好幾次和許多人去參加考試，每次都看到貧寒的讀書人，快要發達考中的時候，臉上一定有一片謙和，而且安詳的光采發出來，彷彿可以用手捧住的樣子。

辛未年，我到京城去會試，我的同鄉嘉善人一起去參加會試的，大約有十個人，只有丁敬宇，這個人最年輕，而且非常謙虛，我告訴同去會試的費錦坡講：這位老兄，今年一定考中。費錦坡問我說：怎樣能看出來呢？

我說：只有謙虛的人，可以承受福報。老兄你看我們十人當中，有誠實厚道，一切事情，不敢搶在人前，像敬宇的嗎？有恭恭敬敬，一切多肯順受，小心謙遜，像敬宇的嗎？有受人侮辱而不回答，聽到人家毀謗他而不去爭辯，像敬宇的嗎？一個人能做到這樣，就是天地鬼神，也都要保佑他，豈有不發達的道理？等到放榜，丁敬宇果然考中了。

丁丑年在京城裡，和馮開之住在一起，看見他總是虛心自謙，面容和順，一點也不驕傲，大大的改變了他小時候的那種習氣。他有一位正直又誠實的朋友季霽巖，時常當面指責他的錯處，但卻只看到他，平心靜氣地接受朋友的責備，從來不反駁一句話。我告訴他說：一個人有福，一

定有福的根苗；有禍，也一定有禍的預兆。只要這個心能謙虛，上天一定會幫助他，你老兄今年必定能登第了！後來馮開之果然真的考中了。

趙裕峰，名光遠，是山東省冠縣人；不滿二十歲的時候，就中了舉人，後來又考會試，卻多次不中。他的父親做嘉善縣的主任秘書，裕峰隨同他父親上任。裕峰非常羨慕嘉善縣名士錢明吾的學問，就拿自己的文章去見他，那曉得這位錢先生，竟然拿起筆來，把他的文章都塗掉了。裕峰不但不發火，並且心服口服，趕緊把自己文章的缺失改了。如此虛心用功的年輕人，實在是少有，到了明年，裕峰就考中了。

壬辰年我入京城去覲見皇帝，見到一位叫夏建所的讀書人，看到他的氣質，虛懷若谷，毫無一點驕傲的神氣，而且他那謙虛的光采，就像會逼近人的樣子。我回來告訴朋友說：凡是上天要使這個人發達，在沒有發他的福時，一定先發他的智慧，這種智慧一發，那就使浮滑的人自然會變得誠實，放肆的人也就自動收斂了，建所他溫和善良到這種地步，是已發了智慧了，上天一定要發他的福了。等到放榜的時候，建所果然考中了。

江陰有一位讀書人。名叫張畏巖，他的學問積得很深，文章做得很好，在許多讀書人當中，很有名聲。甲午年南京試，他借住在一處去寺院裡，等到放榜，榜上沒有他的名字，他不服氣，大罵考官，眼睛不清楚，看不出他的文章好。那時候有一個道士在旁微笑，張畏巖馬上就把怒火發在道士的身上。道士說：你的文章一定不好。張畏巖更加的發怒說：你沒有看到我的文章，怎麼知道我寫得不好呢？道士說：我常聽人說，做文章最要緊的，是心平氣和，現在聽到你大罵考官，表示你的心非常不平，氣也太暴了，你的文章怎麼會好呢？

張畏巖聽了道士的話，倒不覺的屈服了，因此，就轉過來向道士請教。道士說：要考中功名，全要靠命，命裡不該中，文章雖好，也沒益處，仍不會考中，一定要你自己改變改變。

張畏巖問道：既然是命，怎樣去改變呢？道士說：造命的權，雖然在天，立命的權，還是在我；只要你肯盡力去做善事，多積陰德，什麼福不可求得呢？

張畏巖說：我是一個窮讀書人，能做什麼善事呢？

道士說：行善事，積陰功，都是從這個心做出來的。只要常常存做善事，積陰功的心，功德就無量無邊了。就像謙虛這件事，又不要花錢，你為什麼不自我反省，自己工夫太淺，不能謙虛，反而罵考官不公平呢？

張畏巖聽了道士的話，從此以後就壓低一向驕傲的志向，自己很留意把持住自己，勿走錯了路，天天加功夫去修善，天天加功夫去積德。到了丁酉年，有一天，他做夢到一處很高的房屋裡去，看到一本考試錄取的名冊，中間有許多的缺行。他看不，就問旁邊的人說：這是什麼？那個人說：這是今年考試錄取的名冊。而張畏巖問：為什麼名冊內有這麼多的缺行？那個人又回答說：陰間對那些考試的人，每三年考一次，一定要積德，沒有過失，這冊裡才会有名字。像名冊前面的缺額，都是從前本該考中，但是因為他們最近犯了有罪過的事情，才把名字去掉的。

後來那個人又指了一行說：你三年來，很留心的把持住自己，沒犯罪過，或者是應該補上這個空缺了，希望你珍重自愛，勿犯過失！果然張畏巖就在這次的會考，考中了第一百零五名。

【造命的權在天，立命的權在我，只要肯努力，多做善事積陰德呀！積陰德，什麼福報求不得呀？求不得？】

從上面所講的看來，舉頭三尺高，一定有神明在監察著人的行為。因此，利人，吉祥的事情，都應該趕快的去做；凶險，損人的事，應該避免不要去做，這是可以由我自己決定的，只要我存好心，約束一切不善的行為，絲毫不得罪天地鬼神，而且還要虛心，自己肯遷就不驕傲，使得天地鬼神，時時哀憐我，才可以有福的根基，那些滿懷傲氣的人，一定不是遠大的器量，就算能發達，也不會長久地享受福報。稍有見識的人，一定不肯把自己肚量，弄得很狹窄，而自己拒可以得到的福，況且謙虛的人，他還有地方可以受到教導，若人不謙虛，誰肯去教他？

並且謙虛的人，肯學別人的好處，別人有善的行動，就去學他，那麼得到的善行，就沒有窮盡了。尤其是進德修業的人，一定所不可缺少的啊！

【舉頭三尺高呀決定有神明，不但要存好心，而且要虛心，不可以做壞事，還要肯遷就，天地鬼神呀，千萬莫得罪啊！莫得罪！】

古人有幾句老話說：有心要求功名的，一定可以得到功名；有心要求富貴的，一定可以得到富貴。一個人有遠大的志向，就像樹有根一樣；樹有根，就會生出枒枝花葉來。

人要立定了這種偉大的志向，必須在每一個念頭上，都要謙虛，即使碰到像灰塵一樣極小的事情，也要使別人方便，能做到這樣，自然會感動天地了。

而造福全在我自己，自己真心要造，就能造成。像現在那些求取功名的人，當初那有什麼真心，不過是一時的興緻罷了；興緻來了，就去求，興緻退了，就停止，孟子對齊宣王說：大王喜好音樂，若是到了極點，那麼齊國的國運大概可以興旺了。但是大王喜好音樂，只是個人在追求快樂罷了，若是能把個人追求快樂的心，推廣到與民同樂，使百姓都快樂，那麼齊國還有不興旺的麼？

我看求科名，也是這樣，要把求科名的心，落實推廣到積德行善上；並且要盡心盡力地去做，那麼命運與福報，就都能由我自己決定了！

各位聽朋友，在聽完了【了凡四訓有聲書】之後，您的內心一定是感觸很多，覺得獲益匪淺，這的的確確是一部扣人心弦，淨化人心的有聲書；而了凡四訓這本書的原文，文字非常的優美典雅，表面上看起來，好像並不難了解，但是其中所深藏宇宙人生的道理，卻是非常的深奧，必須用心體會，才能有得於心。

所以盼望各位聽朋友，在聽過錄音帶以後，最好能熟讀了凡四訓的原文三百遍；必定能信心益增，效法了凡先生立命精神的決心，會更加的堅定；進而身體力行，斷惡修善。于是而個人的學業，事業，家庭均能圓滿，成聖成賢，也是指日可待的。

為了利益大，廣為流傳，在此我們聲明，了凡四訓有聲書並沒有所謂「智慧財產權」的問題，非常歡迎善心人士大力提倡翻錄，提供各級學校教學參考，來協助我們大、中、小學生的心理建設；並且能淨化社會人

心，提昇道德觀念；大家都學了凡精神，諸惡莫作，善奉行，行善積德，服務人群，如果說人人能如此，國家前途一定光明，世界一片祥和。

### 整理人的話：

各位親愛的聽朋友大家好，末學首先要恭喜您，能聽完「了凡四訓有聲書」。這是很不簡單的，如果您沒有具足相當的善根、福德、因緣，就可能沒機會聽到，甚至聽了也不能聽到心裡，內心的震動、感受，自然也不強烈；相信諸位聽完的感受一定很深、而且是法喜充滿，所以向各位祝賀。

如果您想要繼續研究「了凡四訓」，末學向各位建議，最好能聽「了凡四訓文教基金會」製作的當代佛門高僧，淨空法師演述的「了凡四訓講記廣播劇」錄音帶，共有十八卷，相當的精彩，並應熟讀了凡四訓原文三百遍，而且要依教奉行，如此，您對自己的命運，就有相當的把握。

中國人常講到積德，「了凡四訓」也強調行善積德，而中國最會積德的人是誰呢？就是孔子，孔子積了百代之德，所以他的子孫，七十三代的孔德成先生，以前是考試院院長；現在是總統府資政。

中國第二位會積德的就是宋朝的宰相范仲淹，范仲淹積了千年之德，所以范氏的子孫，到現在還是很興旺。所以「德」相當的重要，所謂：「有德者保之，無德者失之。」小至個人的身家性命財，大至國家乃至全世界的存亡興廢，跟這個「德」字有相當大的因果關係，可惜一般人多未能深入的了解，而秦始皇若是知道這個道理，就不會焚書坑儒。他也不想使子孫萬世而為皇，只要積德，秦朝的基業，一樣也可以保持相當的長遠；但是他不了解這個道理，所以十五年就了。而且子孫都很慘。這是歷史的經驗教訓，相當的發人深省。

一般人，對命運多是感到很迷茫，論語說：「不知命，無以為君子」，所以要知命，也不簡單。因為這個學問很深，如果對命運真正的了解，自然就理得心安，不可能怨天尤人了。我們現在社會上有很多亂象，各種

問題層出不窮，而了凡四訓這本書，對於人心來講，有相當大的穩定作用和淨化效果。所以，希望社會賢達、政府官員，都能提倡。

這個對國家社會的安定，必然會產生很大的力量，如果了凡四訓這套錄音帶，能有三百萬套在台灣流通，相信我們的社會風氣會為之一變，人心道德會為之一振，這是可以預估的。

而且這套錄音帶並沒有版權，歡迎大家助錄、弘揚；我們學會成立的目的，就是希望把這本改造命運的寶典，推薦給世界上每一個人，所以已經有了英文的翻譯和英文有聲書的出版。這對促進世界和平、人類幸福，必定會有相當深廣的影響。

外，了凡四訓講到布施，我們的錢財要捨，確實不容易，俗話說：「捨得捨得，有捨才有得」；韓愈講過：「一時勸人以口，百世勸人以書」。所以我們贊助了凡四訓等於是財布施，而這種財施，還有兩種的效果在裡面；就是法施和無畏施；法施是使人聞到正法，聞到正法能使人心安法喜；而遠離煩惱，心無恐怖就是無畏施也具足了。所以我們在「了凡四訓」行財布施，法施和無畏施，也都圓滿具足了！

最後希望大家給我們指教、支持、與贊助，謝謝各位！

## 附錄 雲谷禪師授袁了凡功過格參雲棲大師自知錄

陳癸丞提供

准百功：

救免一人死。完一婦女節。阻人不溺一子女。為人延一嗣。

准五十功：

免墮一胎。當欲染境，守正不染。收養一無倚。葬一無主骸骨。救免一流離。救免一人軍徒重罪。白一人冤。發一言利及百姓。

准三十功：

施一葬地與無土之家。化一為非者改行。度一受戒弟子。完聚一人夫婦。收養一無主遺棄門孩。成就一人德業。

准十功：

薦引一有德人。除一人害。編纂一切經法。以方術治一人重病。發至德之言。有財勢可使而不使。善遣妾婢。救一有力報人之畜命。

准五功：

勸息一人訟。傳人一保益性命事。編纂一保益性命經法。以方術救一人輕疾。勸止傳播人惡。供養一賢善人。祈福禳災等，但許善願不殺生。救一無力報人之畜命。

准三功：

受一橫不嗔。任一誘不辯。受一逆耳言。免一應責人。勸養蠶、漁人、獵人、屠人等改業。葬一自死畜類。

准一功：

讚一人善。掩一人惡。勸息一人爭。阻人一非為事。濟一人饑。留無歸人一宿。救一人寒。施藥一服。施行勸濟人書文。誦經一卷。禮懺百拜。誦佛號千聲。講演善法。諭及十人。興事利及十人。拾得遺字一千。飯一僧。護持僧一人。不拒乞人。接濟人畜一時疲頓。見人有憂，善為解慰。肉食人持齋一日。見殺不食。聞殺不食。為己殺不食。葬一自死禽類。放一生。救一細微濕化之屬命。作功果薦沉魂。散錢粟衣帛濟人。饒人債負。還人遺物。不義之財不取。代人完納債負。讓地讓。勸人出財作種種功德。不負寄托財物。建倉平糶、修造路橋、疏河掘井、修置三寶寺院、造三寶尊像及施香燭燈油等物、施茶水、捨棺木一切方便等事。自「作功果」以下，俱以百錢為一功。

准百過：

致一人死。失一婦女節。讚人溺一子女。一人嗣。

准五十過：

墮一胎°破一人婚°一人骸°謀人妻女°致一流離°致一人軍徒重罪°教人不忠不孝大惡等事°發一言害及百姓°

准三十過：

造謗°陷一人°摘發一人陰私與行止事°唆一人訟°毀一人戒行°反背師長°抵觸父兄°離間人骨肉°荒年積五穀不糶生索°

准十過：

排擯一有德人°薦用一匪人°平人一塚°凌孤逼寡°受畜一失節婦°畜一殺生具°惡語向尊親、師長、良儒°修合害人毒藥°非法用刑°毀壞一切正法經典°誦經時，心中雜想惡事°以外道邪法授人°發損德之言°殺一有力報人之畜命°

准五過：

訕謗一切正法經典°見一冤可白不白°遇一病求救不救°阻一道路橋樑°編纂一傷化詞傳°造一渾名歌謠°惡口犯平交°殺一無力報人之畜命°非法烹炮生物，使受極苦°

准三過：

噴一逆耳言°乖一尊卑次°責一不應責人，播一人惡°兩舌離間一人°欺誑一無識°毀人成功°見人有憂，心生暢快°見人失利、失名，心生歡喜°見人富貴，願他貧賤°失意輒怨天尤人°分外營求°

准一過：

沒一人善°唆一人鬥°心中暗舉惡意害人°助人為非一事°見人盜細物不阻°見人憂驚不慰°役人畜，不憐疲頓°不告人取人一針一草°遺棄字紙°暴棄五穀天物°負一約°醉犯一人°見一人饑寒不救濟°誦經差漏一字句°僧人乞食不與°拒一乞人°食酒肉五辛，誦經登三寶地°服一非法服°食一報人之畜等肉°殺一細微濕化屬命以及履巢破卵等事°

背 受利，傷用他錢。負貸。負遺。負寄托財物。因公恃勢乞索、巧索，取人一切財物。廢壞三寶尊像以及殿宇、器用等物。斗秤等小出大入。販賣屠刀、漁網等物。自「背 受利」以下，俱以百錢為一過。