

## 開放文學 – 歷代筆記 – 呻吟語 存心

心要如天平，稱物時，物忙而衡不忙；物去時，即懸空在此。只恁靜虛中正，何等自在！

收放心休要如追放豚，既入笠了，便要使他從容閑暢，無拘迫懊惱之狀。若恨他難收，一向束縛在此，與放失同。何者？同歸於無得也。故再放便奔逸不可收拾。君子之心，如習鷹馴雉，搏擊飛騰，主人略不防閑；及上臂歸庭，卻恁忘機自得，略不驚畏。

學者只事事留心，一毫不肯苟且，德業之進也，如流水矣。

不動氣，事事好。

心放不放，要在邪正上說，不在出入上說。且如高臥山林遊心廊廟，身處衰世夢想唐虞，游子思親，貞婦懷夫，這是個放心否？若不論邪正，只較出入，卻是禪定之學。

或問：「放心如何收？」余曰：「只君此問，便是收了。這放收甚容易，才昏昏便出去，才惺惺便在此。」

常使精神在心目間，便有主而不眩。於客感之交，只一昏昏，便是胡亂應酬。豈無偶合？終非心上經歷過，竟無長進，譬之夢食，豈能飽哉？

防欲如挽逆水之舟，才歇力便下流；力善如緣無枝之樹，才住腳便下墜。是以君子之心，無時而不敬畏也。

一善念發，未說到擴充，且先執持住，此萬善之阻也。若隨來隨去，更不操存此心，如驛傳然，終身無主人住矣。

千日集義，禁不得一刻不慊於心，是以君子瞬存息養，無一刻不在道義上。其防不義也，如千金之子之防盜，懼餒之故也。

無屋漏工夫，做不得宇宙事業。

君子口中無慣語，存心故也。故曰：「修辭立其誠。」不誠，何以修辭？

一念收斂，則萬善來同；一念放恣，則百邪乘襲。

得罪於法，尚可逃避；得罪於理，更沒處存身。只我底心，便放不過我。是故君子畏理甚於畏法。

或問：「雞鳴而起，若未接物，如何為善？」程子曰：「只主於敬，便是善。」愚謂：惟聖人未接物時，何思何慮？賢人以下，睡覺時，合下便動個念頭，或昨日已行事，或今日當行事，便來心上。只看這念頭如何，如一念向好處想，便是舜邊人；若一念向不好處想，便是跖邊人。若念中是善，而本意卻有所為，這又是舜中跖，漸來漸去，還向跖邊去矣。此是務頭工夫。此時克己更覺容易，點檢更覺精明，所謂「去惡在纖微，持善在根本」也。

目中有花，則視萬物皆妄見也；耳中有聲，則聽萬物皆妄聞也；心中有物，則處萬物皆妄意也。是故此心貴虛。

忘是無心之病，助長是有心之病。心要從容自在，活潑於有無之間。

靜之一字，□二時離不了，一刻才離，便亂了。門盡日開闔，樞常靜；妍媸盡日往來，鏡常靜；人盡日應酬，心常靜。惟靜也，故能張主得動，若逐動而去，應事定不分曉。便是睡時，此念不靜，作個夢兒也胡亂。

把意念沉潛得下，何理不可得？把志氣奮發得起，何事不可做？今之學者，將個浮躁心觀理，將個委靡心臨事，只模糊過了一生。

心平氣和，此四字非涵養不能做，工夫只在個定火。火定則百物兼照，萬事得理。水明而火昏，靜屬水，動屬火，故病人火動則躁擾狂越，及其蘇定，渾不能記。蘇定者，水澄清而火熄也。故人非火不生，非火不死；事非火不濟，非火不敗。惟君子善處火，故身安而德滋。

當可怨可怒、可辯可訴、可喜可愕之際，其氣甚平，這是多大涵養。

天地間真滋味，惟靜者能嘗得出；天地間真機括，惟靜者能看得透；天地間真情景，惟靜者能題得破。作熱鬧人，說孟浪語，豈無一得？皆偶合也。

未有甘心快意而不殃身者。惟理義之悅我心，卻步步是安樂境。

問：「慎獨如何解？」曰：「先要認住獨字，獨字就是意字。稠人廣坐、千軍萬馬中，都有個獨。只這意念發出來是大中至正底，這不勞慎就將這獨字做去，便是天德王道。這意念發出來，九分九釐是，只有一釐苟且為人之意，便要點檢克治，這便是慎獨了。」

用三□年心力，除一個偽字不得。或曰：「君盡尚實矣。」余曰：「所謂偽者，豈必在言行間哉？實心為民，雜一念德我之心便是偽；實心為善，雜一念求知之心便是偽；道理上該做□分，只爭一毫未滿足便是偽；汲汲於向義，才有二三心便是偽；白晝所為皆善，而夢寐有非僻之干便是偽；心中有九分，外面做得恰象□分便是偽。此獨覺之偽也，余皆不能去，恐漸漬防閑，延惡於言行間耳。」

自家好處掩藏幾分，這是涵蓄以養深；別人不好處要掩藏幾分，這是渾厚以養大。

寧耐，是思事第一法；安詳，是處事第一法；謙退，是保身第一法；涵容，是處人第一法；置富貴、貧賤、死生、常變於度外，是養心第一法。

胸中情景，要看得春不是繁華、夏不是發暢、秋不是寥落、冬不是枯槁，方為我境。

大丈夫不怕人，只是怕理；不恃人，只是恃道。

靜裡看物欲，如業鏡照妖。

「躁心浮氣，淺衷狹量」，此八字，進德者之大忌也。去此八字，只用得一字，曰主靜。靜則凝重。靜中境自是寬闊。

士君子要養心氣，心氣一衰，天下萬事分毫做不得。再有只是個心氣不足。

主靜之力，大於千牛，勇於□虎。

君子洗得此心淨，則兩間不見一塵；充得此心盡，則兩間不見一礙；養得此心定，則兩間不見一怖；持得此心堅，則兩間不見一難。

人只是心不放肆，便無過差；只是心不怠忽，便無遺忘。

胸中只擺脫一「戀」字，便□分爽淨，□分自在。人生最苦處，只是此心沾泥帶水，明是知得，不能斷割耳。

盜，只是欺人。此心有一毫欺人、一事欺人、一語欺人，人雖不知，即未發覺之盜也。言如是而行欺之，是行者言之盜也；心如是而口欺之，是口者心之盜也；才發一個真實心，驟發一個偽妄心，是心者心之盜也。諺云：「瞞心昧己。」有味哉其言之矣。欺世盜名，其過大；瞞心昧己，其過深。

此心果有不可昧之真知，不可強之定見，雖斷舌可也，決不可從人然諾。

才要說睡，便睡不著；才說要忘，便忘不得。

舉世都是我心，去了這我心，便是四通八達，六合內無一些界限。要去我心，須要時時省察：這念頭是為天地萬物？是為我？

目不容一塵，齒不容一芥，非我固有也。如何靈台內許多荊榛，卻自容得？

手有手之道，足有足之道，耳目鼻口有耳目鼻口之道。但此輩皆是奴婢，都聽天君使令。使之以正也，順從，使之以邪也，順從。渠自沒罪過，若有罪過，都是天君承當。

心一鬆散，萬事不可收拾；心一疏忽，萬事不入耳目；心一執著，萬事不得自然。

當尊嚴之地、大眾之前、震怖之景，而心動氣懾，只是涵養不定。

久視則熟字不識，注視則靜物若動，乃知蓄疑者，亂真知；過思者，迷正應。

常使天君為主、萬感為客，便好。只與他平交，已自褻其居尊之體。若跟他走去走來，被他愚弄綴哄，這是小兒童，這是真奴婢，有甚面目來靈台上坐、役使四肢百骸？可羞可笑！示兒。

不存心，看不出自家不是。只於動靜語默、接物應事時，件件想一想，便見渾身都是過失。須動合天則，然後為是。日用間，如何疏忽得一時？學者思之。

人生在天地間，無日不動念，就有個動念底道理；無日不說話，就有個說話底道理；無日不處事，就有個處事底道理；無日不接人，就有個接人底道理；無日不理物，就有個理物底道理；以至怨怒笑歌、傷悲感歎、顧盼指示、咳唾涕洟、隱微委曲、造次顛沛、疾病危亡，莫不各有道理。只是時時體認，件件講求。細行小物尚求合則，彝倫大節豈可逾閑？故始自垂髫，終於屬纊，持一個自強不息之心，通乎晝夜，要之於純一不已之地，忘乎死生。此還本歸全之道，戴天履地之宜。不然，恣情縱意而各求遂其所欲，凡有知覺運動者皆然，無取於萬物之靈矣。或曰：「有要乎？」曰：「有。其要只在存心。」「心何以存？」曰：「只在主靜。只靜了，千酬萬應都在道理上，事事不錯。」

迷人之迷，其覺也易；明人之迷，其覺也難。

心相信，則跡者土苴也，何煩語言？相疑，則跡者媒孽也，益生猜貳。故有誓心不足自明，避嫌反成自誣者，相疑之故也。是故心一而跡萬，故君子治心不修跡。中孚，治心之至也，豚魚且信，何疑之有？

君子畏天不畏人，畏名教不畏刑罰，畏不義不畏不利，畏徒生不畏捨生。

「忍」「激」二字，是禍福關。

殃咎之來，未有不始於快心者，故君子得意而憂，逢喜而懼。

一念孳孳，惟善是圖，曰正思；一念孳孳，惟欲是願，曰邪思；非分之福，期望太高，曰越思；先事徘徊，後事懊恨，曰縈思；遊心千里，岐慮百端，曰浮思；事無可疑，當斷不斷，曰惑思；事不涉己，為他人憂，曰狂思；無可奈何，當罷不罷，曰徒思；日用職業，本分工夫，朝惟暮圖，期無曠廢，曰本思。此九思者，日用之間，不在此則在彼。善攝心者，其惟本思乎？身有定業，日有定務，暮則省白晝之所行，朝則計今日之所事，念茲在茲，不肯一事苟且，不肯一時放過，庶心有著落，不得他適，而德業日有長進矣。

學者只多忻喜心，便不是凝道之器。

小人亦有坦蕩蕩處，無忌憚是已；君子亦有常戚戚處，終身之憂是已。

只脫盡輕薄心，便可達天德。漢唐以下儒者，脫盡此二字，不多人。

斯道這個擔子，海內必有人負荷。有能慨然自任者，願以綿弱筋骨助一肩之力，雖走僵死不恨。

耳目之玩，偶當於心，得之則喜，失之則悲，此兒女子常態也。世間甚物與我相關，而以得喜、以失悲耶？聖人看得此身，亦不關悲喜，是吾道之一囊橐耳。愛囊橐之所受者，不以囊橐易所受，如之何以囊橐所受也？而況耳目之玩，又囊橐之外物乎？

寐是情生景，無情而景者，兆也；寤後景生情，無景而情者，妄也。

人情有當然之願，有過分之欲。聖王者，足其當然之願而裁其過分之欲，非以相苦也。天地間欲願只有此數，此有餘而彼不足，聖王調劑而均釐之，裁其過分者以益其當然。夫是之謂至平，而人無淫情、無缺望。

惡惡太嚴，便是一惡；樂善甚亟，便是一善。

「投佳果於便溺，濯而獻之，食乎？」曰：「不食。」「不見而食之，病乎？」曰：「不病。」「隔山而指罵之，聞乎？」曰：「不聞。」「對面而指罵之，怒乎？」曰：「怒。」曰：「此見聞障也。夫能使見而食，聞而不怒，雖入黑海、蹈白刃，可也！此煉心者之所當知也。」

只有一毫窟疏處，便認理不真，所以說惟精，不然眾論淆之而必疑；只有一毫二三心，便守理不定，所以說惟一，不然利害臨之而必變。

種豆，其苗必豆；種瓜，其苗必瓜，未有所存如是而所發不如是者。心本人欲而事欲天理，心本邪曲而言欲正直，其將能乎？是以君子慎其所存，所存是，種種皆是；所存非，種種皆非，未有分毫爽者。

屬纊之時，般般都帶不得，惟是帶得此心。卻教壞了，是空身歸去矣，可為萬古一恨。

吾輩所欠，只是涵養不純不定。故言則矢口所發，不當事，不循物，不宜人；事則恣意所行，或太過，或不及，或悖理。若涵養得定，如熟視正鵠而後開弓，矢矢中的；細量分寸而後投針，處處中穴，此是真正體驗，實用工夫，總來只是個沉靜。沉靜了，發出來，件件都是天則。

定靜中境界，與六合一般大，裡面空空寂寂，無一個事物；才問他索時，般般足，樣樣有。

暮夜無知，此四字，百惡之總根也。人之罪莫大於欺，欺者，利其無知也。大奸大盜，皆自無知之心充之。天下大惡只有二種：欺無知、不畏有知。欺無知，還是有所忌憚心，此是誠偽關；不畏有知，是個無所忌憚心，此是死生關。猶知有畏，良心尚未死也。

天地萬物之理，出於靜，入於靜；人心之理，發於靜，歸於靜。靜者，萬理之橐籥，萬化之樞紐也。動中發出來，與天則便不相似。故雖暴肆之人，平旦皆有良心，發於靜也；過後皆有悔心，歸於靜也。

動時只見發揮不盡，那裡覺錯？故君子主靜而慎動。主靜，則動者靜之枝葉也；慎動，則動者靜之約束也。又何過焉？

童心最是作人一大病，只脫了童心，便是大人君子。或問之，曰：「凡炎熱念、驕矜念、華美念、欲速念、浮薄念、聲名念，皆童心也。」

吾輩終日念頭離不了四個字，曰「得失毀譽」。其為善也，先動個得與譽底念頭；其不敢為惡也，先動個失與毀底念頭。總是欲心偽心，與聖人天地懸隔。聖人發出善念，如饑者之必食，渴者之必飲。其必不為不善，如烈火之不入，深淵之不投，任其自然而已。賢人念頭只認個可否，理所當為，則自強不息；所不可為，則堅忍不行。然則得失毀譽之念可盡去乎？曰：「胡可去也！」天地間，惟中人最多，此四字者，聖賢籍以訓世，君子藉以檢身。曰「作善降之百祥，作不善降之百殃」，以得失訓世也。曰「疾沒世而名不稱」、曰「年四□而見惡」，以毀譽訓世也。此聖人待衰世之心也。彼中人者，不畏此以檢身，將何所不至哉？故堯舜能去此四字，無為而善，忘得失毀譽之心也。桀紂能去此四字，敢於為惡，不得失毀譽之恤也。

心要虛，無一點渣滓；心要實，無一毫欠缺。

只一事不留心，便有一事不得其理；一物不留心，便有一物不得其所。

只大公了，便是包涵天下氣象。

士君子作人，事事時時只要個用心。一事不從心中出，便是亂舉動；一刻心不在腔子裡，便是空軀殼。

古人也算一個人，我輩成底是甚麼人？若不愧不奮，便是無志。

聖、狂之分，只在苟、不苟兩字。

余甚愛萬籟無聲、蕭然一室之趣。或曰：「無乃太寂滅乎？」曰：「無邊風月自在。」

無技癢心，是多大涵養！故程子見獵而癢。學者各有所癢，便當各就癢處搔之。

欲，只是有進氣無退氣；理，只是有退氣無進氣。善學者，審於進退之間而已。

聖人懸虛明以待天下之感，不先意以感天下之事。其感也，以我胸中道理順應之；其無感也，此心空空洞洞，寂然曠然。譬之鑑，光明在此，物來則照之，物去則光明自在。彼事未來而意必，是持鑑覓物也。嘗謂鏡是物之聖人，鏡日照萬物而常明，無心而不勞故也。聖人日應萬事而不累，有心而不役故也。夫惟為物役而後累心，而後應有偏著。

怒心養到極處，只看得世間人都無罪過。

物有以慢藏而失，亦有以謹藏而失者；禮有以疏忽而誤，亦有以敬畏而誤者。故用心在有無之間。

說不得真知明見，一些涵養不到，發出來便是本象，倉卒之際，自然掩護不得。

一友人沉雅從容，若溫而不理者。隨身急用之物，座客失備者三人，此友取之袖中，皆足以應之。或難以數物，呼左右取之攜中，黎然在也。余歎服曰：「君不窮於用哉！」曰：「我無以用為也。此第二著，偶備其萬一耳。備之心，慎之心也，慎在備先。凡所以需吾備者，吾已先圖，無賴於備。故自有備以來，吾無萬一，故備常餘而不用。」或曰：「是無用備矣。」曰：「無萬一而猶備，此吾之所以為慎也。若恃備而不慎，則備也者，長吾之怠者也，久之，必窮於所備之外；恃慎而不備，是慎也者，限吾之用者也，久之，必窮於所慎之外。故寧備而不用，不可用而無備。」余歎服曰：「此存心之至者也。《易》曰：『藉之用茅，又何咎焉？』其斯之謂與？」吾識之，以為疏忽者之戒。

欲理會七尺，先理會方寸；欲理會六合，先理會一腔。

靜者生門，躁者死戶。

士君子一出口，無反悔之言；一動手，無更改之事。誠之於思，故也。

只此一念公正了，我於天地鬼神通是一個，而鬼神之有邪氣者，且踉伏退避之不暇。庶民何私何怨，而忍枉其是非腹誹巷議者乎？

和氣平心發出來，如春風拂弱柳，細雨潤新苗，何等舒泰！何等感通！疾風迅雷，暴雨酷暑，傷損必多。或曰：「不似無骨力乎？」余曰：「譬之玉，堅剛未嘗不堅剛，溫潤未嘗不溫潤。」余嚴毅多，和平少，近悟得此。

儉則約，約則百善俱興；侈則肆，肆則百惡俱縱。

天下國家之存亡、身之生死，只系「敬」「怠」兩字。敬則慎，慎則百務脩舉；怠則苟，苟則萬事隳頽。自天子以至於庶人，莫不如此。此千古聖賢之所兢兢，而世人之所必由也。

每日點檢，要見這念頭自德性上發出，自氣質上發出，自習識上發出，自物欲上發出。如此省察，久久自識得本來面目。初學最要知此。

道義心胸發出來，自無暴戾氣象，怒也怒得有禮。若說聖人不怒，聖人只是六情？

過差遺忘，只是昏忽，昏忽，只是不敬。若小心慎密，自無過差遺忘之病。孔子曰：「敬事。」樊遲粗鄙，告之曰：「執事敬。」子張意廣，告之曰：「無小大，無敢慢。」今人只是懶散，過差遺忘，安得不多？

吾初念只怕天知，久久來不怕天知，又久久來只求天知。但未到那何必天知地步耳。

氣盛便沒涵養。

定靜安慮，聖人胸中無一刻不如此。或曰：「喜怒哀樂到面前，何如？」曰：「只恁喜怒哀樂，定靜安慮，胸次無分毫加損。」

憂世者與忘世者談，忘世者笑；忘世者與憂世者談，憂世者悲。嗟夫！六合骨肉之淚，肯向一室胡越之人哭哉？彼且謂我為病狂，而又安能自知其喪心哉？

「得」之一字，最壞此心。不但鄙夫患得，年老戒得為不可。只明其道而計功，有事而正心，先事而動得心，先難而動獲心，便是雜霸雜夷。一念不極其純，萬善不造其極。此作聖者之大戒也。

充一個公己公人心，便是胡越一家；任一個自私自利心，便中父子仇讎。天下興亡、國家治亂、萬姓死生，只爭這個些子。

廟諭之中，可以迎賓客；牀第之間，可以交神明。必如此，而後謂之不苟。

為人辨冤白謗，是第一天理。

治心之學，莫妙於「瑟憫」二字。瑟訓嚴密，譬之重關天險，無隙可乘，此謂不疏，物欲自消其窺伺之心。憫訓武毅，譬之將軍按劍，見者股慄，此謂不弱，物欲自奪其猖獗之氣。而今吾輩靈台，四無牆戶，如露地錢財，有手皆取；又孱弱無能，如殺殘俘虜，落膽從人。物欲不須投間抵隙，都是他家產業；不須硬迫柔求，都是他家奴婢，更有那個關防？何人喘息？可哭可恨！

沉靜，非緘默之謂也。意淵涵而態閑正，此謂真沉靜。雖終日言語，或千軍萬馬中相攻擊，或稠人廣眾中應繁劇，不害其為沉靜，神定故也。一有飛揚動擾之意，雖端坐終日，寂無一語，而色貌自浮。或意雖不飛揚動擾，而昏昏欲睡，皆不得謂沉靜。真沉靜底自是惺惺，包一段全副精神在裡。

明者料人之所避，而狡者避人之所料，以此相與，是賊本真而長奸偽也。是以君子寧犯人之疑，而不賊己之心。

室中之鬥，市上之爭，彼所據各有一方也。一方之見皆是己非人，而濟之以不相下之氣，故寧死而不平。嗚呼！此猶愚人也。賢臣之爭政，賢士之爭理，亦然。此言語之所以日多，而後來者益莫知所決擇也。故為下愚人作法吏易，為士君子所折衷難。非斷之難，而服之難也。根本處，在不見心而任口，恥屈人而好勝，是室人市兒之見也。

大利不換小義，況以小利壞大義乎？貪者可以戒矣。

殺身者不是刀劍，不是寇讐，乃是自家心殺了自家。

知識，帝則之賊也。惟忘知識以任帝則，此謂天真，此謂自然。一著念便乖違，愈著念愈乖違。乍見之心歇息一刻，別是一個光景。

為惡惟恐人知，為善惟恐人不知，這是一副甚心腸？安得長進？

或問：「虛靈二字，如何分別？」曰：「惟虛故靈。頑金無聲，鑄為鐘磬則有聲；鐘磬有聲，實之以物則無聲。聖心無所不有，而一無所有，故『感而遂通天下之故』。」

渾身五臟六腑、百脈千絡、耳目口鼻、四肢百骸、毛髮甲爪，以至衣裳冠履，都無分毫罪過，都與堯舜一般，只是一點方寸之心，千過萬罪，禽獸不如。千古聖賢只是治心，更不說別個。學者只是知得這個可恨，便有許大見識。

人心是個猖狂自在之物、隕身敗家之賊，如何縱容得他？

良知何處來？生於良心；良心何處來？生於天命。

心要實，又要虛。無物之謂虛，無妄之謂實；惟虛故實，惟實故虛。心要小，又要大。大其心，能體天下之物；小其心，不償天下之事。

要補必須補個完，要拆必須拆個淨。

學術以不愧於心、無惡於志為第一。也要點檢這心志，是天理？是人欲？便是天理，也要點檢是邊見？是天則？

堯眉舜目、文王之身、仲尼之步，而盜跖其心，君子不貴也。有數聖賢之心，何妨貌似盜跖？

學者欲在自家心上做工夫，只在人心做工夫。

此心要常適，雖是憂勤惕勵中、困窮抑鬱際，也要有這般胸次。

不怕來濃艷，只怕去沾戀。

原不萌芽，說甚生機。

平居時，有心訥言還容易，何也？有意收斂故耳。只是當喜怒哀憎時，發當其可、無一厭人語，才見涵養。

口有慣言，身有誤動，皆不存心之故也。故君子未事前定，當事凝一。識所不逮，力所不能，雖過無愧心矣。

世之人何嘗不用心？都只將此心錯用了。故學者要知所用心，用於正而不用於邪，用於要而不用於雜，用於大而不用於小。

予嘗怒一卒，欲重治之。召之，久不至，減予怒之半。又久而後至，詬之而止。因自笑曰：「是怒也，始發而中節邪？中減而中節邪？終止而中節邪？」惟聖人之怒，初發時便恰好，終始只一個念頭不變。

世間好底分數休佔多了，我這裡消受幾何，其餘分數任世間人佔去。

京師僦宅，多擇吉數。有喪者，人多棄之曰：「能禍人。」予曰：「是人為室禍，非室能禍人也。人之死生，受於有生之初，

豈室所能移？室不幸而遭當死之人，遂為人所棄耳。惟君子能自信而付死生於天則，不為往事所感矣。」

不見可欲時，人人都是君子；一見可欲，不是滑了腳跟，便是擺動念頭。老子曰：「不見可欲，使心不亂。」此是閉目塞耳之學。一入耳目來，便了不得。今欲與諸君在可欲上做工夫，淫聲美色滿前，但如鑒照物，見在妍媸，不侵鏡光；過去妍媸，不留鏡裡，何嫌於坐懷？何事於閉門？推之可怖可驚、可怒可惑、可憂可恨之事，無不皆然。到此才是工夫，才見手段。把持則為賢者，兩忘則為聖人。予嘗有詩云：「百尺竿頭著腳，千層浪裡翻身。個中如履平地，此是誰何道人。」

一里人事專利己，屢為訓說不從。後每每作善事，好施貧救難，予喜之，稱曰：「君近日作事，每每在天理上留心，何所感悟而然？」曰：「近日讀司馬溫公語，有云：『不如積陰德於冥冥之中，以為子孫長久之計。』」予笑曰：「君依舊是利心，子孫安得受福？」

小人終日苦心，無甚受用處。即欲趨利，又欲貪名；即欲掩惡，又欲詐善。虛文浮禮，惟恐其疏略；消沮閉藏，惟恐其敗露。又患得患失，只是求富求貴；畏首畏尾，只是怕事怕人。要之溫飽之外，也只與人一般，何苦自令天君無一息寧泰處？

滿面目都是富貴，此是市井小兒，不堪人有道門牆，徒令人嘔吐而為之羞耳。若見得大時，舜禹有天下而不與。

讀書人只是個氣高，欲人尊己；志卑，欲人利己，便是至愚極陋。只看四書六經千言萬語教人是如此不是？士之所以可尊可貴者，以有道也。這般見識，有什麼可尊貴處？小子戒之。

第一受用，胸中乾淨；第二受用，外來不動；第三受用，合家沒病；第四受用，與物無競。

欣喜歡愛處，便藏煩惱機關，乃知雅淡者，百祥之本；怠惰放肆時，都是私欲世界，始信懶散者，萬惡之宗。

求道學真傳，且高閣百氏諸儒，先看孔孟以前胸次；問治平要旨，只遠宗三皇五帝，淨洗漢唐而下心腸。

看得真幻景，即身不吾有何傷？況把世情嬰肺腑；信得過此心，雖天莫我知奚病？那教流語惱胸腸。

善根中才發萌蘖，即著意栽培，須教千枝萬葉；惡源處略有涓流，便極力壅塞，莫令暗長潛滋。

處世莫驚毀譽，只我是，無我非，任人短長；立身休問吉凶，但為善，不為惡，憑天禍福。

念念可與天知，盡其在我；事事不執己見，樂取諸人。

淺狹一心，到處便招尤悔；因循兩字，從來誤盡英雄。

齋戒神明其德，洗心退藏於密。

常將半夜縈千歲，只恐一朝便百年。

試心石上即平地，沒足池中有隱潭。

心無一事累，物有□分春。

神明七尺體，天地一腔心。

終有歸來日，不知到幾時。

吾心原止水，世態任浮雲。