

開放文學 – 歷代筆記 – 呻吟語 修身

六合是我底六合，那個是人？我是六合底我，那個是我？

世上沒個分外好底，便到天地位，萬物育底功用，也是性分中應盡底事業。今人才有一善，便向人有矜色，便見得世上人都有不是，余甚恥之。若說分外好，這又是賢智之過，便不是好。

率真者無心過，殊多躁言輕舉之失；慎密者無口過，不免厚貌深情之累。心事如青天白日，言動如履薄臨深，其惟君子乎？

沉靜最是美質，蓋心存而不放者。今人獨居無事，已自岑寂難堪，才應事接人，便任口恣情，即是清狂，亦非蓄德之器。

攻己惡者，顧不得攻人之惡。若嘵嘵爾雌黃人，定是自治疏底。

大事難事看擔當，逆境順境看襟度，臨喜臨怒看涵養，群行群止看識見。

身是心當，家是主人翁當，郡邑是守令當，九邊是將帥當，千官是冢宰當，天下是天子當，道是聖人當。故宇宙內幾樁大事，學者要挺身獨任，讓不得人，亦與人計行止不得。

作人怕似渴睡漢，才喚醒時睜眼若有知，旋復沉困，竟是寐中人。須如朝興櫛盥之後，神爽氣清，冷冷勁勁，方是真醒。

人生得有餘氣，便有受用處。言盡口說，事盡意做，此是薄命子。

清人不借外景為襟懷，高士不以塵識染情性。

官吏不要錢，男兒不做賊，女子不失身，才有了一分人。連這個也犯了，再休說別個。

才有一段公直之氣，而出言做事便露圭角，是大病痛。

講學論道於師友之時，知其心術之所藏何如也；飭躬勵行於見聞之地，知其暗室之所為何知也。然則盜跖非元愍也，彼盜利而不盜名也。世之大盜，名利兩得者居其最。

圓融者無詭隨之態，精細者無苛察之心，方正者無乖拂之失，沉默者無陰險之術，誠篤者無椎魯之累，光明者無淺露之病，勁直者無徑情之偏，執持者無拘泥之跡，敏練者無輕浮之狀，此是全才。有所長而矯其長之失，此是善學。

不足與有為者自附於行所無事之名，和光同塵者自附於無可無不可之名。聖人惡莠也以此。

古之士民，各安其業，策勵精神，點檢心事。晝之所為，夜而思之，又思明日之所為。君子汲汲其德，小人汲汲其業，日累月進，且興且息，不敢有一息惰慢之氣。夫是以士無惰德，民無怠行；夫是以家給人足，道明德積，身用康強，不即於禍。今也不然，百畝之家不親力作，一命之士不治常業，浪談邪議，聚笑覓歡，耽心耳目之玩，聘情遊戲之樂，身衣綺縠，口厭芻豢，志溺驕佚，懵然不知日用之所為，而其室家土田百物往來之費又足以荒志而養其淫，消耗年華，妄費日用。噫！是亦名為人也，無惑乎後艱之踵至也！

世人之形容人過，只象個盜跖；迴護自家，只象個堯舜。不知這卻是以堯舜望人，而以盜跖自待也。

孟子看鄉黨自好看得甚卑。近年看鄉黨人自好底不多。愛名惜節，自好之謂也。

少年之情，欲收斂不欲豪暢，可以謹德；老人之情，欲豪暢不欲鬱悶，可以養生。

廣所依不如擇所依，擇所依不如無所依。無所依者，依天也。依天者，有獨知之契，雖獨立宇宙之內而不調孤；眾傾之、眾毀之而不為動，此之謂男子。

坐間皆談笑而我色莊，坐間皆悲感而我色怡，此之謂乖戾，處己處人兩失之。

精明也要□分，只須藏在渾厚裡作用。古今得禍，精明人□居其九，未有渾厚而得禍者。今之人惟恐精明不至，乃所以為愚也。

分明認得自家是，只管擔當直前做去。卻因毀言輒便消沮，這是極無定力底，不可以任天下之重。

小屈以求大伸，聖賢不為。吾道必大行之日然後見，便是抱關擊柝，自有不可枉之道。松柏生來便直，士君子窮居便正。若曰在下位、遇難事姑韜光忍恥，以圖他日貴達之時，然後直躬行道，此不但出處為兩截人，即既仕之後，又為兩截人矣。又安知大任到手不放過耶？

才能技藝，讓他占個高名，莫與角勝。至於綱常大節，則定要自家努力，不可退居人後。

處眾人中，孤另另的別作一色人，亦吾道之所不取也。子曰：「群而不黨。」群占了八九分，不黨，只到那不可處方用。其用之也，不害其群，才見把持，才見涵養。

今之人只是將「好名」二字坐君子罪，不知名是自好不將去。分人以財者，實費財；教人以善者，實勞心；臣死忠、子死孝、婦死節者，實殺身；一介不取者，實無所得。試著渠將這好名兒好一好，肯不肯？即使真正好名，所為卻是道理。彼不好名者，舜乎？跖乎？果舜耶，真加於好名一等矣；果跖耶，是不好美名而好惡名也。愚悲世之人以好名沮君子，而君子亦畏好名之譏而自沮，吾道之大害也，故不得不辨。凡我君子，其尚獨，復自持，毋為嘵嘵者所撼哉。

大其心容天下之物，虛其心受天下之善，平其心論天下之事，潛其心觀天下之理，定其心應天下之變。

古之居民上者，治一邑則任一邑之重，治一郡則任一郡之重，治天下則任天下之重。朝夕思慮其事，日夜經紀其務。一物失所，不遑安席；一事失理，不遑安食。限於才者求盡吾心，限於勢者求滿吾分，不愧於君之付托、民之仰望，然後食君之祿，享民之奉，泰然無所歉，反焉無所愧。否則是食浮於功也，君子恥之。

盜嫂之誣直不疑，搗婦翁之誣第五倫，皆二子之幸也。何者？誣其所無。無近似之跡也，雖不辯而久則自明矣。或曰：「使二子有嫂、有婦翁，亦當辯否？」曰：「嫌疑之跡，君子安得不辯？『予所否者，天厭之，天厭之。』若付之無言，是與馬償金之類也，君子之所惡也。故君子不潔己以病人，亦不自污以徇世。」

聽言不爽，非聖人不能。根以有成之心，蜚以近似之語，加之以不避嫌之事，當倉卒無及之際，懷隔閡難辯之恨，父子可以相賊，死亡可以不顧，怒室闐牆，稽唇反目，何足道哉！古今國家之敗亡，此居強半。聖人忘於無言，智者照以先覺，賢者熄於未著，剛者絕其口語，忍者斷於不行。非此五者，無良術矣。

榮辱繫乎所立，所立者固，則榮隨之，雖有可辱，人不忍加也；所立者廢，則辱隨之，雖有可榮，人不屑及也。是故君子愛其所自立，懼其所自廢。

掩護勿攻，屈服勿怒，此用威者之所當知也；無功勿賞，盛寵勿加，此用愛者之所當知也。反是皆敗道也。

稱人之善，我有一善，又何妒焉？稱人之惡，我有一惡，又何毀焉？

善居功者，讓大美而不居；善居名者，避大名而不受。

善者不必福，惡者不必禍，君子稔知之也，寧禍而不肯為惡。忠直者窮，諛佞者通，君子稔知之也，寧窮而不肯為佞。非但知理有當然，亦其心有所不容已耳。

居尊大之位，而使賢者忘其貴重，卑者樂於親炙，則其人可知矣。

人不難於違眾，而難於違己。能違己矣，違眾何難？

攻我之過者，未必皆無過之人也。苟求無過之人攻我，則終身不得聞過矣。我當感其攻我之益而已，彼有過無過何暇計哉？

恬淡老成人又不能俯仰，一世便覺乾燥；圓和甘潤人又不能把持，一身便覺脂韋。

做人要做個萬全，至於名利地步休要分占盡，常要分與大家，就帶些缺綻不妨。何者？天下無人己俱遂之事，我得人必失，我利人必害，我榮人必辱，我有美名人必有愧色。是以君子貪德而讓名，辭完而處缺，使人我一般，不嶢嶢露頭角、立標臬，而胸中自有無限之樂。孔子謙己，嘗自附於尋常人，此中極有意趣。

「明理省事」甚難，此四字終身理會不盡，得了時，無往而不裕如。

胸中有一個見識，則不惑於紛雜之說；有一段道理，則不撓於鄙俗之見。《詩》云：「匪先民是程，匪大猷是經，……惟邇言是爭。」平生讀聖賢書，某事與之合，某事與之背，即知所適從，知所去取。否則口《詩》《書》而心眾人也，身儒衣冠而行鄙夫也。此士之稂莠也。

世人喜言無好人，此孟浪語也。今且不須擇人，只於市井稠人中聚百人而各取其所長，人必有一善，集百人之善可以為賢人；人必有一見，集百人之見可以決大計。恐我於百人中未必人人高出之也，而安可忽匹夫匹婦哉？

學欲博，技欲工，難說不是一長，總較作人只是夠了便止。學如班、馬，字如鍾、王，文如曹、劉，詩如李；杜，錚錚千古知名，只是個小藝習，所貴在作人好。

到當說處，一句便有千鈞之力，卻又不激不疏，此是言之上乘。除此雖口臆也不妨。

循弊規若時王之制，守時套若先聖之經，侈己自得，惡聞正論，是人也，亦大可憐矣，世教奚賴焉！

心要常操，身要常勞。心愈操愈精明，身愈勞愈強健。但自不可過耳。

未適可，必止可；既適可，不過可，務求適可而止。此吾人日用持循，須臾粗心不得。

士君子之偶聚也，不言身心性命，則言天下國家；不言物理人情，則言風俗世道；不規目前過失，則問平生德業。傍花隨柳之間，吟風弄月之際，都無鄙俗嫫媧之談，謂此心不可一時流於邪僻，此身不可一日令之偷惰也。若一相逢，不是褻狎，便是亂講，此與僕隸下人何異？只多了這衣冠耳。

作人要如神龍，屈伸變化，自得自如，不可為勢利術數所拘縛。若羈絆隨人，不能自決，只是個牛羊。然亦不可嘵嘵悻悻。故

大智上哲看得幾事分明，外面要無跡無言，胸中要獨往獨來，怎被機械人駕馭得？

「財色名位」，此四字考人品之大節目也。這裡打不過，小善不足錄矣。自古砥礪名節者，兢兢在這裡做工夫，最不可容易放過。

古之人非曰位居貴要、分為尊長而遂無可言之人、無可指之過也；非曰卑幼貧賤之人一無所知識、即有知識而亦不當言也。蓋體統名分確然不可易者，在道義之外；以道相成、以心相與，在體統名分之外。哀哉！後世之貴要尊長而遂無過也。

只盡日點檢自家，發出念頭來，果是人心？果是道心？出言行事果是公正？果是私曲？自家人品自家定了幾分？何暇非笑人，又何敢喜人之譽已耶？

往見泰山喬岳，以立身四語甚愛之，疑有未盡，因推廣為男兒八景，云：「泰山喬岳之身，海闊天空之腹，和風甘雨之色，日照月臨之目，旋乾轉坤之手，磐石砥柱之足，臨深履薄之心，玉潔冰清之骨。」此八景予甚愧之，當與同志者竭力從事焉。

求人已不可，又求人之轉求；徇人之求已不可，又轉求人之徇人；患難求人已不可，又以富貴利達求人。此丈夫之恥也。

文名、才名、藝名、勇名，人盡讓得過，惟是道德之名，則妒者眾矣；無文、無才、無藝、無勇，人盡謙得起，惟是無道德之名，則愧者眾矣。君子以道德之實潛修，以道德之名自掩。

「有諸己而後求諸人，無諸己而後非諸人」，固是藏身之恕；有諸己而不求諸人，無諸己而不非諸人，自是無言之感。《大學》為居上者言，若士君子守身之常法，則余言亦蓄德之道也。

乾坤盡大，何處容我不得？而到處不為人所容，則我之難容也。眇然一身而為世上難容之人，乃號於人曰：「人之不能容我也。」吁！亦愚矣哉。

名分者，天下之所共守者也。名分不立，則朝廷之紀綱不尊而法令不行。聖人以名分行道，曲士恃道以壓名分，不知孔子之道視魯侯奚啻天壤，而《鄉黨》一篇何等盡君臣之禮！乃知尊名分與諂時勢不同，名分所在，一毫不敢傲惰；時勢所在，一毫不敢阿諛。固哉！世之腐儒以尊名分為諂時勢也；卑哉！世之鄙夫以諂時勢為尊名分也。

聖人之道，太和而已，故萬物皆育。便是秋冬不害其為太和，況太和又未嘗不在秋冬宇宙間哉！余性褊，無弘度、平心、溫容、巽語，願從事於太和之道以自廣焉。

只竟夕點檢，今日說得幾句話關係身心，行得幾件事有益世道，自慊自愧，恍然獨覺矣。若醉酒飽肉、恣談浪笑，卻不錯過了一日；亂言妄動、味理從欲，卻不作孽了一日。

只一個俗念頭，錯做了一生人；只一雙俗眼目，錯認了一生人。

少年只要想我見在幹些甚麼事，到頭成個甚麼人，這便有多少恨心！多少愧汗！如何放得自家過？

明鏡雖足以照秋毫之末，然持以照面不照手者何？面不自見，借鏡以見，若手則吾自見之矣。鏡雖明，不明於目也，故君子貴自知自信。以人言為進止，是照手之識也。若耳目識見所不及，則匪天下之見聞不濟矣。

義、命、法，此三者，君子之所以定身，而眾人之所妄念者也。從妄念而巧邪，圖以幸其私，君子恥之。夫義不當為，命不能為，法不敢為，雖欲強之，豈惟無獲，所喪多矣。即獲亦非福也。

避嫌者，尋嫌者也；自辯者，自誣者也。心事重門洞達，略不回邪；行事八窗玲瓏，毫無遮障，則見者服，聞者信。稍有不自之誣，將家家為吾稱冤，人人為吾置喙矣。此之謂潔品，不自潔而人潔之。

善之當為，如飲食衣服然，乃吾人日常常行事也。人未聞有以禍福廢衣食者，而為善則以禍福為行止；未聞有以毀譽廢衣食者，而為善則以毀譽為行止。惟為善心不真誠之故耳。果真、果誠，尚有甘死饑寒而樂於趨善者。

有象而無體者，畫人也，欲為而不能為。有體而無用者，塑人也，清淨尊嚴，享犧牲香火，而一無所為。有運動而無知覺者，偶人也，持提掇指使而後為。此三人者，身無血氣，心無靈明，吾無責矣。

我身原無貧富貴賤得失榮辱字，我只是個我，故富貴貧賤得失榮辱如春風秋月，自去自來，與心全不牽掛，我到底只是個我。夫如是，故可貧可富，可貴可賤，可得可失，可榮可辱。今人惟富貴是貪，其得之也必喜，其失之也如何不悲？其得之也為榮，其失之也如何不辱？全是靠著假景作真身，外物為分內，此二氏之所笑也，況吾儒乎？吾輩做工夫，這個是第一。吾愧不能，以告同志者。

「本分」二字，妙不容言。君子持身不可不知本分，知本分則千態萬狀一毫加損不得。聖王為治，當使民得其本分，得本分則榮辱死生一毫怨望不得。子弑父，臣弑君，皆由不知本分始。

兩柔無聲，合也；一柔無聲，受也。兩剛必碎，激也；一剛必損，積也。故《易》取一剛一柔，是謂乎中，以成天下之務，以和一身之德，君子尚之。

毋以人譽而遂謂無過。世道尚渾厚，人人有心史也。人之心史真，惟我有心史而後無畏人之心史矣。

淫怒是大惡，裡面御不住氣，外面顧不得人，成甚涵養？或曰：「涵養獨無怒乎？」曰：「聖賢之怒自別。」

凡智愚無他，在讀書與不讀書；禍福無他，在為善與不為善；貧富無他，在勤儉與不勤儉；毀譽無他，在仁恕與不仁恕。

古人之寬大，非直為道理當如此，然煞有受用處。弘器度以養德也，省怨怒以養氣也，絕仇讎以遠禍也。

平日讀書，惟有做官是展布時。將窮居所見聞及生平所欲為者一一試嘗之，須是所理之政事各得其宜，所治之人物各得其所，才是滿了本然底分量。

只見得眼前都不可意，便是個礙世之人。人不可我意，我必不可人意。不可人意者我一人，不可我意者千萬人。嗚呼！未有不可千萬人意而不危者也。是故智者能與世宜，至人不與世礙。

性分、職分、名分、勢分，此四者，宇內之大物。性分、職分在己，在己者不可不盡；名分、勢分在上，在上者不可不守。

初看得我污了世界，便是個盜跖；後看得世界污了我，便是個伯夷；最後看得世界也不污我，我也不污世界，便是個老子。

心要有城池，口要有門戶。有城池則不出，有門戶則不縱。

士君子作人不長進，只是不用心、不著力。其所以不用心、不著力者，只是不愧不奮。能愧能奮，聖人可至。

有道之言，將之心悟；有德之言，得之躬行。有道之言弘暢，有德之言親切。有道之言如遊萬貨之肆，有德之言如發萬貨之商。有道者不容不言；有德者無俟於言，雖然，未嘗不言也，故曰：「有德者必有言。」

學者說話要簡重從容，循物傍事，這便是說話中涵養。

或問：「不怨不尤了，恐於事天處人上更要留心不？」曰：「這天人兩項，千頭萬緒，如何照管得來？有個簡便之法，只在自家身上做，一念、一言、一事都點檢得，沒我分毫不是，那禍福毀譽都不須理會。我無求禍之道而禍來，自有天耽錯；我無致毀之道而毀來，自有人耽錯，與我全不干涉。若福與譽是我應得底，我不加喜；是我倖得底，我且惶懼愧赧。況天也有力量不能底，人也有知識不到底，也要體悉他。卻有一件緊要，生怕我不能格天動物，這個稍有欠缺，自怨自尤且不暇，又那顧得別個？孔子說個「上不怨，下不尤」，是不願乎其外道理；孟子說個「仰不愧，俯不忤」，是素位而行道理，此二意常相須。

天理本自廉退，而吾又處之以疏；人欲本善夤緣，而吾又狎之以親。小人滿方寸而君子在千里之外矣，欲身之修，得乎？故學者與天理處，始則敬之如師保，既而親之如骨肉，久則渾化為一體。人欲雖欲乘間而入也，無從矣。

氣忌盛，心忌滿，才忌露。

外勅敵五：聲色、貨利、名位、患難、晏安。內勅敵五：惡怒、喜好、牽纏、褊急、積憤。世君子終日被這個昏惑凌駕，此小勇者之所納款，而大勇者之所務克也。

玄奇之疾，醫以平易；英發之疾，醫以深沉；闊大之疾，醫以充實。不遠之復，不若未行之審也。

奮始怠終，修業之賊也；緩前急後，應事之賊也；躁心浮氣，畜德之賊也；疾言厲色，處眾之賊也。

名心盛者必作偽。

做大官底是一樣家數，做好人底是一樣家數。

見義不為，又托之違眾，此力行者之大戒也。若肯務實，又自逃名，不患於無術，吾竊以自恨焉。

「恭敬謙謹」，此四字有心之善也；「狎侮傲凌」，此四字有心之惡也，人所易知也。至於「怠忽惰慢」，此四字乃無心之失耳。而丹書之戒，怠勝敬者凶，論治忽者，至分存亡；《大學》以傲惰同論；曾子以暴慢連語者，何哉？蓋天下之禍患皆起於四字，一身之罪過皆生於四字，怠則一切苟且，忽則一切昏忘，惰則一切疏懶，慢則一切延遲。以之應事則萬事皆廢，以之接人則眾心皆離。古人臨民如馭朽索，使人如承大祭，況接平交以上者乎？古人處事不泄邇，不忘遠，況目前之親切重大者乎？故曰「無眾寡，無大小，無敢慢」，此九字即「毋不敬」。「毋不敬」三字，非但聖狂之分，存亡治亂、死生禍福之關也，必然不易之理也。沉心精應者始真知之。

人一生大罪過只在「自是自私」四字。

古人慎言，每云「有餘不敢盡」。今人只盡其餘，還不成大過。只是附會支吾，心知其非而取辯於口，不至屈人不止，則又盡有餘者之罪人也。

真正受用處，□分用不得一分，那九分都無些干係。而拼死忘生、忍辱動氣以求之者，皆九分也，何術悟得他醒？可笑可歎！

貧不足羞，可羞是貧而無志；賤不足惡，可惡是賤而無能；老不足歎，可歎是老而虛生；死不足悲，可悲是死而無聞。

聖人之聞善言也，欣欣然惟恐尼之，故和之以同言，以開其樂告之誠；聖人之聞過言也，引引然惟恐拂之，故內之以溫色，以誘其忠告之實。何也？進德改過為其有益於我也。此之謂至知。

古者招隱逸，今也獎恬退，吾黨可以愧矣。古者隱逸養道，不得已而後出；今者恬退養望，邀虛名以干進，吾黨可以戒矣。

喜來時一點檢，怒來時一點檢，怠惰時一點檢，放肆時一點檢，此是省察大條款。人到此多想不起、顧不得，一錯了，便悔不及。

治亂繫所用事。天下國家，君子用事則治，小人用事則亂；一身，德性用事則治，氣習用事則亂。

難管底是任意，難防底是慣病。此處著力，便是穴上著針、癢處著手。

試點檢終日說話，有幾句恰好底，便見所養。

業刻木如鋸齒，古無文字，用以記日行之事數也。一事畢則去一刻，事俱畢則盡去之，謂之修業。更事則再刻如前。大事則大刻，謂之大業；多事則多刻，謂之廣業。士農工商所業不同，謂之常業。農為士則改刻，謂之易業。古人未有一生無所業者，未有一日不修業者，故古人身修事理而無怠惰荒寧之時，常有憂勤惕勵之志。一日無事則一日不安，懼業之不修而曠日之不可也。今也昏昏蕩蕩，四肢不可收拾，窮年終日無一猷為，放逸而入於禽獸者，無業之故也。人生兩間，無一事可見，無一善可稱，資衣藉食於人而偷安惰行以死，可羞也已。

古之謗人也，忠厚誠篤。《株林》之語，何等渾涵！與人之謠，猶道實事。後世則不然，所怨在此，所謗在彼。彼固知其所怨者未必上之非而其謗不足以行也，乃別生一項議論。其才辯附會足以混吾怨之之實，啟人信之之心，能使被謗者不能免謗之之禍，而我逃謗人之罪。嗚呼！今之謗，雖古之君子且避忌之矣。聖賢處謗無別法，只是自修，其禍福則聽之耳。

處利則要人做君子，我做小人；處名則要人做小人，我做君子，斯惑之甚也。聖賢處利讓利，處名讓名，故淡然恬然，不與世忤。

任教萬分矜持，千分點檢，裡面無自然根本，倉卒之際、忽突之頃，本態自然露出。是以君子慎獨。獨中只有這個，發出來只是這個，何勞迴護？何用支吾？

力有所不能，聖人不以無可奈何者責人；心有所當盡，聖人不以無可奈何者自諉。

或問：「孔子緇衣羔裘，素衣麕裘，黃衣狐裘，無乃非位素之義與？」曰：「公此問甚好。慎修君子，寧失之儉素不妨。若論大中至正之道，得之為，有財卻儉不中禮，與無財不得為而侈然自奉者相去雖遠，而失中則均。聖賢不諱奢之名，不貪儉之美，只要道理上恰好耳。」

寡恩曰薄，傷恩曰刻，盡事曰切，過事曰激。此四者，寬厚之所深戒也。

《易》稱「道濟天下」，而吾儒事業動稱行道濟時、濟世安民。聖人未嘗不貴濟也。舟覆矣，而保得舟在，謂之濟可乎？故為天下者，患知有其身，有其身不可以為天下。

萬物安於知足，死於無厭。

足恭過厚，多文密節，皆名教之罪人也。聖人之道自有中正。彼鄉愿者，微名懼譏，希進求榮，辱身降志，皆所不恤，遂成舉世通套。雖直道清節之君子，稍無砥柱之力，不免逐波隨流，其砥柱者旋以得罪。嗟夫！佞風諛俗不有持衡當路者一極力挽回之，世道何時復古耶？

時時體悉人情，念念持循天理。

愈進修愈覺不長，愈點檢愈覺有非。何者？不留意作人，自家盡看得過；只日日留意向上，看得自家都是病痛。那有些好處？初頭只見得人欲中過失，到久久又見得天理中過失，到無天理過失則中行矣。又有不自然、不渾化、著色吃力過失，走出這個邊境才是聖人，能立無過之地。故學者以有一善自多、以寡一過自幸，皆無志者也。急行者只見道遠而足不前，急耘者只見草多而鋤不利。

禮義之大防，壞於眾人一念之苟。譬如由徑之人，只為一時倦行幾步，便平地踏破一條蹊徑。後來人跟尋舊跡，踵成不可塞之大道。是以君子當眾人所驚之事略不動容，才干礙禮義上些須，便愕然變色，若觸大刑憲然，懼大防之不可潰，而微端之不可開也。嗟夫！此眾人所謂迂而不以為重輕者也。此開天下不可塞之罅者，自苟且之人始也。

大行之美，以孝為第一；細行之美，以廉為第一。此二者，君子之所務敦也。然而不辨之申生不如不告之舜，井上之李不如受饋之鵝。此二者，孝廉之所務辨也。

吉凶禍福是天主張，毀譽予奪是人主張，立身行己是我主張。此三者，不相奪也。

不得罪於法易，不得罪於理難。君子只是不得罪於理耳。

凡在我者都是分內底，在天、在人者都是分外底。學者要明於內外之分，則在內缺一分便是不成人處，在外得一分便是該知足處。

聽言觀行，是取人之道；樂其言而不問其人，是取善之道。今人惡聞善言，便訛曰：「彼能言而行不逮，言何足取？」是弗思也。吾之聽言也，為其言之有益於我耳。苟益於我，人之賢否奚問焉？衣敝帛者市文繡，食糟糠者市梁肉，將以人棄之乎？

取善而不用，依舊是尋常人，何貴於取？譬之八珍方丈而不下箸，依然餓死耳。

有德之容，深沉凝重，內充然有餘，外闐然無跡。若面目都是精神，即不出諸口，而漏泄已多矣。畢竟是養得浮淺，譬之無量人，一杯酒便達於面目。

人人各有一句終身用之不盡者，但在存心著力耳。或問之，曰：「只是對症之藥便是。如子張只消得『存誠』二字，宰我只消得『警愾』二字，子路只消得『擇善』二字，子夏只消得『見大』二字。」

言一也，出由之口，則信且從；出陌之口，則三令五申而人且疑之矣。故有言者，有所以重其言者。素行孚人，是所以重其言者也。不然，且為言累矣。

世人皆知笑人，笑人不妨，笑到是處便難，到可以笑人時則更難。

毀我之言可聞，毀我之人不必問也。使我有此事也，彼雖不言，必有言之者。我聞而改之，是又得一不受業之師也。使我無此事耶，我雖不辯，必有辯之者。若聞而怒之，是又多一不受言之過也。

精明，世所畏也而暴之；才能，世所妒也而市之，不沒也夫！

只一個貪愛心，第一可賤可恥。羊馬之於水草，蠅蟻之於腥羶，蜣螂之於積糞，都是這個念頭。是以君子制欲。清議酷於律令，清議之人酷於治獄之吏。律令所冤，賴清議以明之，雖死猶生也；清議所冤，萬古無反案矣。是以君子不輕議人，懼冤之也。惟此事得罪於天甚重，報必及之。

權貴之門，雖係通家知己，也須見面稀、行蹤少就好。嘗愛唐詩有「終日帝城裡，不識五侯門」之句，可為新進之法。

聞世上有不平事，便滿腔憤懣，出激切之語，此最淺夫薄子，士君子之大戒。

仁厚刻薄是修短關，行止語默是禍福關，勤惰儉奢是成敗關，飲食男女是死生關。

言出諸口，身何與焉？而身亡。五味宜於口，腹何知焉？而腹病。小害大，昭昭也，而人每縱之徇之，恣其所出，供其所入。

渾身都遮蓋得，惟有面目不可掩。面目者，公之證也。即有厚貌者，卒然難做預備，不覺心中事都發在面目上。故君子無愧心則無作容。中心之達達以此也，肺肝之視視以此也。此修己者之所畏也。

韋弁布衣，是我生初服，不愧，此生儘可以還大造。軒冕是甚物事？將個丈夫來做壞了，有甚面目對那青天白日？是宇宙中一腐臭物也，乃揚眉吐氣，以此誇人，而世人共榮慕之，亦大異事。

多少英雄豪傑可與為善而卒無成，只為拔此身於習俗中不出。若不恤群謗，斷以必行，以古人為契友，以天地為知己，任他千誣萬毀何妨？

為人無復揚善者之心，無實稱惡者之口，亦可以語真修矣。

身者，道之輿也。身載道以行，道非載身以行也。故君子道行，則身從之以進；道不行，則身從之以退。道不行而求進不已，譬之大賈百貨山積不售，不載以歸，而又以空輿僱錢也；販夫笑之，貪鄙孰甚焉？故出處之分，只有工語：道行則仕，道不行則卷而懷之。捨是皆非也。

世間至貴，莫如人品與天地參，與古人友，帝王且為之屈，天下不易其守。而乃以聲色、財貨、富貴、利達，輕輕將個人品賣了，此之謂自賤。商賈得奇貨亦須待價，況士君子之身乎？

身以不護短為第一長進人。能不護短，則長進至矣。

世有□態，君子免焉：無武人之態——粗豪、無婦人之態——柔懦、無兒女之態——嬌稚、無市井之態——貪鄙、無俗子之態——庸陋、無蕩子之態——儇佻、無伶優之態——滑稽、無閭閻之態——村野、無堂下人之態——局迫、無婢子之態——卑詘、無偵諜之態——詭暗、無商賈之態——銜售。

作本色人，說根心話，幹近情事。

君子有過不辭謗，無過不反謗，共過不推謗。謗無所損於君子也。

惟聖賢終日說話無一字差失。其餘都要擬之而後言，有餘，不敢盡，不然未有無過者。故惟寡言者寡過。

心無留言，言無擇人，雖露肺肝，君子不取也。彼固自以為光明矣，君子何嘗不光明？自不輕言，言則心口如一耳。

保身底是德義，害身底是才能。德義中之才能，嗚呼！免矣。

恒言「疏懶勤謹」，此四字每相因。懶生疏，謹自動。聖賢之身豈生而惡逸好勞哉？知天下皆惰慢則百務廢弛，而亂亡隨之矣。先正云：古之聖賢未嘗不以怠惰荒寧為懼，勤勵不息自強；曰懼、曰強而聖賢之情見矣，所謂憂勤惕勵者也。惟憂故勤，惟惕故勵。

謔非有道之言也。孔於豈不戲？竟是道理上脫灑。今之戲者，嫖矣，即有滑稽之巧，亦近俳優之流。凝靜者恥之。

無責人，自修之第一要道；能體人，養量之第一要法。

予不好走貴公之門，雖情義所關，每以無調而止。或讓予曰：「奔走貴公，得不謂其喜乎？」或曰：「懼彼以不奔走為罪也。」

予歎曰：「不然。貴公之門奔走如市，彼固厭苦之甚者見於顏面，但渾厚忍不發於聲耳。徒輸自己一勤勞，徒增貴公一厭惡。且入門一揖之後，賓主各無可言，此面愧郝已無髮付處矣。予恐初入仕者犯於眾套而不敢獨異，故發明之。」

亡我者，我也。人不自亡，誰能亡之？

沾沾煦煦，柔潤可人，丈夫之大恥也。君子豈欲與人乖戾？但自有正情真味故柔嘉不是軟美，自愛者不可不辨。

士大夫一身，斯世之奉弘矣。不蠶織而文繡，不耕畜而膏粱，不僱賃而本馬，不商販而積蓄，此何以故也？乃於世分毫無補，虧負兩間。『人又以大官詫市井兒，蓋棺有餘愧矣。』

且莫論身體力行，只聽隨在聚談間曾幾個說天下、國家、身心、性命正經道理？終日嘵嘵刺刺，滿口都是閒談亂談。吾輩試一猛省，士君子在天地間可否如此度日？

君子慎求人。講道問德，雖屈已折節，自是好學者事。若富貴利達向人開口，最傷士氣，寧困頓沒齒也。

言語之惡，莫大於造誣，行事之惡，莫大於苛刻；心術之惡，莫大於深險。

自家才德，自家明白的。才短德微，即卑官薄祿，已為難稱。若已逾浹分而缺望無窮，卻是難為了造物。孔孟身不遇，又當如

何？

不善之名，每成於一事，後有諸長，不能掩也；而惟一不善傳。君子之動可不慎與？

一日與友人論身修道理，友人曰：「吾老矣。」某曰：「公無自棄。平日為惡，即屬行時幹一好事，不失為改過之鬼，況一息尚存乎？」

既做人世間，便要勁爽爽、立錚錚的。若如春蚓秋蛇，風花雨絮，一生靠人作骨，恰似世上多了這個人。

有人於此，精密者病其疏，靡綺者病其陋，繁縟者病其簡，謙恭者病其倨，委曲者病其直，無能可於一世之人，奈何？曰：一身怎可得一世之人，只自點檢吾身果如所病否？若以一身就眾口，孔子不能，即能之，成個甚麼人品？放君子以中道為從違，不以眾言為憂喜。

夫禮非徒親人，乃君子之所以自愛也；非徒尊人，乃君子之所以敬身也。

君子之出言也，如嗇夫之用財；其見義也，如貪夫之趨利。

古之人勤勵，今之人惰慢。勤勵故精明，而德日修；惰慢故昏蔽，而欲日肆。是以聖人貴憂勤惕勵。

先王之禮文用以飾情，後世之禮文用以飾偽。飾情則三千三百，雖至繁也，不害其為率真；飾偽則雖一揖一拜，已自多矣。後之惡飾偽者，乃一切苟簡決裂，以潰天下之防，而自謂之率真，將流於伯子之簡而不可行，又禮之賊也。

清者濁所妒也，而又激之淺之乎？其為量矣。是故君子於已諱美，於人藏疾。若有激濁之任者，不害其為分曉。

處世以譏訕為第一病痛。不善在彼，我何與焉？

余待小人不能假辭色，小人或不能堪。年友王道源危之曰：「今世居官切宜戒此。法度是朝廷的，財貨是百姓的，真借不得人情。至於辭色，卻是我的；假借些兒何害？」余深感之，因識而改焉。

剛、明，世之礙也。剛而婉，明而晦，免禍也夫！

君子之所持循，只有兩條路：非先聖之成規，則時王之定制。此外悉邪也、俗也，君子不由。

非直之難，而善用其直之難；非用直之難，而善養其直之難。

處身不妨於薄，待人不妨於厚；責己不妨於厚，責人不妨於薄。

坐於廣眾之中，四顧而後語，不先聲，不揚聲，不獨聲。

苦處是正容謹節，樂處是手舞足蹈。這個樂又從那苦處來。

滑稽談諧，言畢而左右顧，惟恐人無笑容，此所謂巧言令色者也。小人側媚皆此態耳。小子戒之。

人之視小過也，愧作悔恨如犯大惡，夫然後能改。無傷二字，修己者之大戒也。

有過是一過，不肯認過又是一過。一認則兩過都無，一不認則兩過不免。彼強辯以飾非者，果何為也？

一友與人爭，而歷指其短。予曰：「於□分中，君有一分不是否？」友曰：「我難說沒一二分。」予曰：「且將這一二分都沒了才好責人。」

余二□年前曾有心跡雙清之志，□年來有四語云：「行欲清，名欲濁；道欲進，身欲退；利欲後，害欲前；人欲豐，己欲約。」

近看來，太執著，大矯激，只以無心任自然求當其可耳。名跡一任去來，不須照管。

君子之為善也，以為理所當為，非要福，非干祿；其不為不善也，以為理所不當為，非懼禍，非遠罪。至於垂世教，則諄諄以禍福刑賞為言。此天地聖王勸懲之大權，君子不敢不奉若而與眾共守也，

茂林芳樹，好鳥之媒也；污池濁渠，穢蟲之母也，氣類之自然也。善不與福期，惡不與禍招。君子見正人而合，邪人見儉夫而密。

吾觀於射，而知言行矣。夫射審而後發，有定見也；滿而後發，有定力也。夫言能審滿，則言無不中；行能審滿，則行無不得。今之言行皆亂放矢也，即中，幸耳。

蝸以涎見覓，蟬以身見黏，螢以光見獲。故愛身者，不貴赫赫之名。

大相反者大相似，此理勢之自然也。故怒極則笑，喜極則悲。

敬者，不苟之謂也，故反苟為敬。

多門之室生風，多口之人生禍。

磨磚砌壁不塗以堊，惡掩其真也。一壅則人謂糞土之牆矣。

凡外飾者，皆內不足者。至道無言，至言無文，至文無法。

苦毒易避，甘毒難避。晉人之壁馬，齊人之女樂，越人之子女玉帛，其毒甚矣，而愚者如飴，即知之亦不復顧也。由是推之，人皆有甘毒，不必自外饋，而耽耽求之者且眾焉。豈獨虞人、魯人、吳人愚哉？知味者可以懼矣。

好逸惡勞，甘食悅色，適己害群，擇便逞忿，雖鳥獸亦能之。靈於萬物者，當求有別，不然，類之矣。且風德麟仁，鶴清豸直，烏孝雁貞，苟擇鳥獸之有知者而效法之，且不失為君子矣。可以人而不知乎？

萬事都要個本意；宮室之設，只為安居；衣之設，只為蔽體；食之設，只為充饑；器之設，只為利用；妻之設，只為有後。推此類不可盡窮。苟知其本意，只在本意上求，分外的都是多了。

士大夫殃及子孫者有□：一曰優免太多，二曰侵奪太多，三曰請托滅公，四曰恃勢凌人，五曰困累鄉黨，六曰要結權貴、損國病人，七曰盜上剝下、以實私橐，八曰簧鼓邪說、搖亂國是，九曰樹黨報復、陰中善人，□曰引用邪昵、虐民病國。

兒輩問立身之道。曰：「本分之內，不欠纖微；本分之外，不加毫末。今也本分弗圖，而加於本分之外者，不啻千萬矣。」

內外之分何處別白？況敢問纖微毫末間耶？

智者不與命鬥，不與法鬥，不與理鬥，不與勢鬥。

學者事事要自責，慎無責人。人不可我意，自是我無量；我不可人意，自是我無能。時時自反，才德無不進之理。

氣質之病小，心術之病大。

童心俗態，此二者士人之大恥也。二恥不服，終不可以入君子之路。

習成儀容止甚不打緊，必須是瑟間中發出來，才是盛德光輝。那個不嚴厲？不放肆莊重？不為矜持戲瀆？不為嫚慢？惟有道者能之，惟有德者識之。

容貌要沉雅自然，只有一些浮淺之色，作為之狀，便是屋漏少工夫。

德不怕難積，只怕易累。千日之積不禁一日之累，是故君子防所以累者。

枕席之言，房闈之行，通乎四海。牆卑室淺者無論，即宮禁之深嚴，無有言而不知，動而不聞者。士君子不愛名節則已，如有一毫自好之心，幽獨盲動可不慎與？

富以能施為德，貧以無求為德，貴以下人為德，賤以忘勢為德。

入廟不期敬而自敬，入朝不期肅而自肅，是以君子慎所入也。見嚴師則收斂，見狎友則放恣，是以君子慎所接也。

《氓》之詩，悔恨之極也，可為士君子殷鑒，當三復之。唐詩有云：「兩落不上天，水覆難再收。」又近世有名言一偶云：「一失腳為千古恨，再回頭是百年身。」此語足道《氓》詩心事，其曰亦已焉哉。所謂何嗟及矣，無可奈何之辭也。

平生所為，使怨我者得以指摘，愛我者不能掩護，此省身之大懼也。士君子慎之。故我無過，而謗語滔天不足諒也，可談笑而

受之；我有過，而幸不及聞，當寢不貼席、食不下咽矣。

是以君子貴無惡於志。

謹言慎動，省事清心，與世無礙，與人無求，此謂小跳脫。

身要嚴重，意要安定，色要溫雅，氣要和順，語要簡切，心要慈祥，志要果毅，機要鎮密。

善養身者，饑渴、寒暑、勞役，外感屢變，而氣體若一，未嘗變也；善養德者，死生、榮辱、夷險，外感屢變，而意念若一，未嘗變也。夫藏令之身，至發揚時而解〔亦〕；長令之身，至收斂時而鬱悶，不得謂之定氣。宿稱鎮靜，至倉卒而色變；宿稱淡泊，至紛華而心動，不得謂之定力。斯二者皆無養之過也。

裡面要活潑於規矩之中，無令怠忽；外面要溜脫於禮法之中，無令矯強。

四□以前養得定，則老而愈堅；養不定，則老而愈壞。百年實難，是以君子進德修業貴及對也。

涵養如培植萌芽，省察如搜田蠹，克治如去盤根。涵養如女子坐幽閨，省察如邏卒緝奸細，克治如將軍戰勍敵。涵養用勿忘勿助工夫，省察用無怠無荒工夫，克治用是絕是忽工夫。

世上只有個道理是可貪可欲的，初不限於取數之多，何者？

所性分定原是無限量的，終身行之不盡。此外都是人欲，最不可萌一毫歆羨心。天之生人各有一定的分涯，聖人制人各有一定的品節，譬之擔夫欲肩輿，丐人欲鼎食，徒爾勞心，竟亦何益？嗟夫！篡奪之所由生，而大亂之所由起，皆恥其分內之不足安，而惟見分外者之可貪可欲故也。故學者養心先要個知分。

知分者，心常寧，欲常得，所欲得自足以安身利用。

心術以光明篤實為第一，容貌以正大老成為第一，言語以簡重真切為第一。

學者只把性分之所固有，職分之所當為；時時留心，件件努力，便駸駸乎聖賢之域。非此二者，皆是對外物，皆是妄為。

進德莫如不苟，不苟先要個耐煩。今人只為有躁心而不耐煩，故一切苟且卒至破大防而不顧，棄大義而不為，其始皆起於一念之苟也。

不能長進，只為昏弱兩字所苦。昏宜靜以澄神，神定則漸精明；弱宜奮以養氣，氣壯則漸強健。

一切言行，只是平心易氣就好。

恣縱既成，不惟禮法所不能制，雖自家悔恨，亦制自家不得。善愛人者，無使恣縱；善自愛者，亦無使恣縱。

天理與人欲交戰時，要如百戰健兒，九死不移，百折不回，其奈我何？如何堂堂天君，卻為人欲臣僕？內款受降，腔子中成甚世界？

有問密語者囑曰：「望以實心相告！」余笑曰：「吾內有不可瞞之本心，上有不可欺之天日，在本人有不可掩之是非，在通國有不容泯之公論，一有不實，自負四愆矣。何暇以貌言誑門下哉？」

士君子澡心浴德，要使咳唾為玉，便溺皆香，才見工夫圓滿。若靈台中有一點污濁，便如瓜蒂藜蘆，人胃不嘔吐盡不止，

豈可使一刻容留此中耶？夫如是，然後囿涵廁可沉，緇泥可入。

與其抑暴戾之氣，不若養和平之心；與其裁既溢之恩，不若絕分外之望；與其為後事之厚，不若施先事之簿；與其服延年之藥，不若守保身之方。

猥繁拂逆，生厭噁心，奮守耐之力；柔豔芳濃，生沾惹心，奮跳脫之力；推挽衝突，生隨逐心，奮執持之力；長途末路，生衰歇心，奮鼓舞之力；急遽疲勞，生苟且心，奮敬慎之力。

進道人德莫要於有恒。有恒則不必欲速，不必助長，優優漸漸自到神聖地位。故天道只是個恒，每日定準是三百六□五度四分度之一，分毫不損不加，流行不緩不急，而萬古常存，萬物得所。只無恒了，萬事都成不得。余最坐此病。古人云：「有勤心，無遠道。」只有人勝道，無道勝人之理。

士君子只求四真：真心、真口、真耳、真眼。真心，無妄念；真口，無雜語；真耳，無邪聞；真眼，無錯識。

愚者人笑之，聰明者人疑之。聰明而愚，其大智也。夫《詩》云：「靡哲不愚」，則知不愚非哲也。

以精到之識，用堅持之心，運精進之力，便是金石可穿，豚魚可格，更有甚麼難做之事功？難造之聖神？士君子碌碌一生，百事無成，只是無志。

其有善而彰者，必其有惡而掩者也。君子不彰善以損德，不掩惡以長慝。

余日日有過，然自信過發吾心，如清水之魚，才發即見，小發即覺，所以卒不得遂其豪悍，至流浪不可收拾者。胸中是非，原先有以照之也。所以常發者何也？只是心不存，養不定。

才為不善，怕污了名兒，此是徇外心，苟可瞞人，還是要做；才為不善，怕污了身子，此是為己心，即人不知，成為人疑謗，都不照管。是故欺大庭易，欺屋漏難；欺屋漏易，欺方寸難。

吾輩終日不長進處，只是個怨尤兩字，全不反己。聖賢學問，只是個自責自盡，自責自盡之道原無邊界，亦無盡頭。若完了自家分數，還要聽其在天在人，不敢怨尤。況自家舉動又多鬼責人非底罪過，卻敢怨尤耶？以是知自責自盡底人，決不怨尤；怨尤底人，決不肯自責自盡。吾輩不可不自家一照看，才照看，便知天人待我原不薄，惡只是我多慚負處。

果是糊塗，人不忍以盛腐爛；果是茶蓼，人不肯以薦宗坊；履也，人不肯以加諸首；冠也，人不忍以籍其足。物猶然，而況於人乎？榮辱在所自樹，無以致之，何由及之？此自修者所當知也。

無以小事動聲色，褻大人之體。

立身行己，服人甚難，也要看甚麼人不服，若中道君子不服，當蚤夜省惕。其意見不同、性術各別、志向相反者，只要求我一個人是，也不須與他別自理會。

其惡惡不嚴者，必有惡於己者也；其好善不亟者，必無善於己者也。仁人之好善也，不啻口出；其惡惡也，逆諸四夷不與同中國。孟子曰：「無羞惡之心，非人也。」則惡惡亦君子所不免者，但恐為己私，作惡在他人，非可惡耳。若民之所惡而不惡；謂為民之父母可乎？

世人糊塗，只是抵死沒自家不是，卻不自想，我是堯舜乎？果是堯舜，真是沒一毫不是？我若是湯武，未反之前也有分毫錯誤。如何盛氣拒人，巧言飾己，再不認一分過差耶？

懶散二字，立身之賊也。千德萬業，日怠廢而無成；千罪萬惡，日橫恣而無制，皆此二字為之。西晉仇禮法而樂豪放，病本正在此安肆日偷。安肆，懶散之謂也。此聖賢之大成也。

甚麼降伏得此之字，日勤慎。勤慎者，敬之謂也。

不難天下相忘，只怕一人竊笑。夫舉世之不聞道也久矣，而聞道者未必無人。苟為聞道者所知，雖一世非之可也；苟為聞道者所笑，雖天下是之，終非純正之學。故曰：眾皆悅之，其為士者笑之，有識之君子必不以眾悅博一笑也。

以聖賢之道教人易，以聖賢之道治人難，以聖賢之道出口易，以聖賢之道躬行難；以聖賢之道奮始易，以聖賢之道克終難；以聖賢之道當人易，以聖賢之道慎獨難；以聖賢之道口耳易，以聖賢之道心得難；以聖賢之道處常易，以聖賢之道處變難。過此六難，真到聖賢地步。區區六易，豈不君子路上人？終不得謂篤實之士也。

山西臬司書齋，余新置一榻銘於其上左曰：「爾爾餘夢，得無有宵征露宿者乎？爾爾重衾，得無有抱肩裂膚者乎？古之人臥八埒於襪褌，置萬姓於衽席，而後突然得一夕之安。嗚呼！古之人亦人也夫？古之民亦民也夫？」右曰：「獨室不觸欲，君子所以養

精；獨處不交言，君子所以養氣；獨魂不著礙，君子所以養神；獨寢不愧衾，君子所以養德。」

慎者之有餘，足以及人；不慎者之所積，不能保身。

近世料度人意，常向不好邊說去，固是衰世人心無忠厚之意。然士君子不可不自責。若是素行乎人，便是別念頭人亦向好邊料度，何者？所以自立者，足信也。是故君子慎所以立。

人不自愛，則無所不為；過於自愛，則一無可為。自愛者，先占名，實利於天下國家，而跡不足以白其心則不為；自愛者，先占利，有利於天下國家，而有損於富貴利達則不為。上之者即不為富貴利達，而有累於身家妻子則不為。天下事待其名利兩全而後為之，則所為者無幾矣。

與其喜聞人之過，不若喜聞己之過；與其樂道己之善，不若樂道人之善。

要非人，先要認的自家是個甚麼人；要認的自家，先看古人是個甚麼人。

口之罪大於百體，一進去百川灌不滿，一出來萬馬追不回。

家長不能令人敬，則教令不行？不能令人愛，則心志不孚。

自心得者，尚不能必其身體力行，自耳目入者，欲其勉從而強改焉，萬萬其難矣。故三達德不恃知也，而又欲其仁；不恃仁也，而又欲其勇。

合下作人自有作人道理，不為別個。

認得真了，便要候終日，坐以待旦，成功而後止。

人生惟有說話是第一難事。

或問修己之道。曰：「無鮮克有終。」問治人之道。曰：「無忿疾於頑。」

人生天地間，要做有益於世底人。縱沒這心腸、這本事，也休作有損於世底人。

說話如作文字，字在心頭打點過，是心為草稿而口謄真也，猶不能無過，而況由易之言，真是病狂喪心者。

心不堅確，志不奮揚，力不勇猛，而欲徒義改過，雖千悔萬悔，竟無補於分毫。

人到自家沒奈何時，便可慟哭。

福莫美於安常，禍莫危於盛滿。天地間萬物萬事未有盛滿而不衰者也。而盛滿各有分量，惟智者能知之。是故卮以一勺為盛滿，甕以數石為盛滿；有甕之容而懷勺之懼，則慶有餘矣。

禍福是氣運，善惡是人事。理常相應，類亦相求。若執福善禍淫之說，而使之不爽，則為善之心衰矣。大段氣運只是偶然，故善獲福、淫獲禍者半，善獲禍、淫獲福者亦半，不善不淫而獲禍獲福者亦半，人事只是個當然。善者獲福，吾非為福而修善；淫者獲禍，吾非為禍而改淫。善獲禍而淫獲福，吾寧善而處禍，不肯淫而要福。是故君子論天道不言禍福，論人事不言利害。自吾性分當為之外，皆不庸心，其言禍福利害，為世教發也。

自天子以至於庶人，來有無所畏而不亡者也。天子者，上畏天，下畏民，畏言官於一時，畏史官於後世。百官畏君，群吏畏長吏，百姓畏上，君子畏公議，小人畏刑，子弟畏父兄，卑幼畏家長。畏則不敢肆而德以成，無畏則從其所欲而及於禍。

非生知，安行之？聖人未有無所畏而能成其德者也。

物忌全盛，事忌全美，人忌全名。是故天地有欠缺之體，聖賢無快足之心。而況瑣屑群氓，不安淺薄之分，而欲滿其難厭之欲，豈不安哉？是以君子見益而思損，持滿而思溢，不敢恣無涯之望。

靜定後看自家是甚麼一個人。

少年大病，第一怕是氣高。

余參政東藩日，與年友張督糧臨碧在座。余以朱判封筆濃字大，臨碧曰：「可惜！可惜！」余擎筆舉手曰：「年兄此一念，天下受其福矣。判筆一字所費絲毫殊耳，積日積歲，省費不知幾萬倍。克用殊之心，萬事皆然。天下各衙門積日積歲省費又不知幾萬倍。且心不侈然自放，足以養德；財不侈然浪費，足以養福。不但天物不宜暴殄，民膏不宜慢棄而已。夫事有重於費者，過費不為奢；省有不廢事者，過省不為吝。」余在撫院日，不儉於紙，而戒示吏書片紙皆使有用。比見富貴家子弟，用財貨如泥沙，長餘之惠既不及人，有用之物皆棄於地，胸中無不忍一念，口中無可惜兩字。人或勸之，則曰：「所值幾何？」余嘗號為溝壑之鬼，而彼方侈然自以為大手段，不小家勢。痛哉！兒曹志之。

言語不到千該萬該，再休開口。

今人苦不肯謙，只要拿得架子定，以為存體。夫子告子張從政，以無小大、無眾寡、無敢慢為不驕，而周公為相，吐握下白屋甚者。父師有道之君，子不知損了甚體？若名分所在，自是貶損不得。

過寬殺人，過美殺身。是以君子不縱民情以全之也，不盈己欲以生之也。

閨門之事可傳，而後知君子之家法矣；近習之人起敬，而後知君子之身法矣。其作用處只是無不敬。

宋儒紛紛聚訟語且莫理會，只理會自家何等簡徑。

各自責，則天清地寧；各相責，則天翻地覆。

不逐物是大雄力量，學者第一工夫全在這裡做。

手容恭，足容重，頭容直，口容止，坐如屍，立如齋，儼若思，目無狂視，耳無傾聽，此外景也。外景是整齊嚴肅，內景是齋莊中正，未有不整齊嚴肅而能齋莊中正者。故檢束五官百體，只為收攝此心。此心若從容和順於禮法之中，則曲肱指掌、浴沂行歌、吟風弄月、隨柳傍花，何適不可？所謂登彼岸無所事筏也。

天地位，萬物育，幾千年有一會，幾百年有一會，幾□年有一會。故天地之中和甚難。

敬對肆而言。敬是一步一步收斂向內，收斂至無內處，發出來自然暢四肢，發事業，瀾漫六合；肆是一步一步放縱外面去，肆之流禍不言可知。所以千古聖人只一敬字為允執的關捩子。堯欽明允恭，舜溫恭允塞，禹之安汝止，湯之聖敬日躋，文之朗恭，武之敬勝，孔於之恭而安。講學家不講這個，不知怎麼做工夫。

竊歎近來世道，在上者積寬成柔，積柔成怯，積怯成畏，積畏成廢；在下者積慢成驕，積驕成怨，積怨成橫，積橫成敗。

吾不知此時治體當如何反也。體面二字，法度之賊也。體面重，法度輕；法度弛，紀綱壞。昔也病在法度，今也病在紀綱。名分者，紀綱之大物也。今也在朝小臣藐大臣，在邊軍士輕主帥，在家子婦蔑父母，在學校弟子慢師，後進凌先進，在鄉里卑幼軋尊長。惟貪肆是恣，不知禮法為何物，漸不可長。今已長矣，極之必亂必亡，勢已重矣，反已難矣。無識者猶然，甚之，奈何？

禍福者，天司之；榮辱者，君司之；毀譽者，人司之；善惡者，我司之。我只理會我司，別個都莫照管。

吾人終日最不可悠悠蕩蕩作空軀殼。

業有不得不廢時，至於德，則自有知以至無知時，不可一息斷進修之功也。

清無事澄，濁降則自清；禮無事復，己克則自復。去了病，便是好人；去了雲，便是晴天。

七尺之軀，戴天覆地，抵死不屈於人，乃自落草，以至蓋棺降志辱身，奉承物欲，不啻奴隸，到那魂升於天之上，見那維皇上帝有何顏面？愧死！愧死！

受不得誣謗，只是無識度。除是當罪臨刑，不得含冤而死，須是辯明。若污蔑名行，閒言長語，愈辨則愈加，徒自憤懣耳。

不若付之忘言，久則明也。得不明也，得自有天在耳。

作一節之士也要成章，不成章便是苗而不秀。

不患無人所共知之顯名，而患有人所不知之隱惡。顯明雖著遠邇，而隱惡獲罪神明。省躬者懼之。蹈邪僻，則肆志抗額略無所顧忌；由義禮，則羞頭愧面若無以自容。此愚不肖之恒態，而士君子之大恥也。物欲生於氣質。

要得富貴福澤，天主張，由不得我；要做賢人君子，我主張，由不得天。

為惡再沒個勉強底，為善再沒個自然底。學者勤破此念頭，寧不愧奮？

不為三氏奴婢，便是兩間翁主。三氏者何？一曰氣質氏，生來氣稟在身，舉動皆其作使，如勇者多暴戾，懦者多退怯是已。二曰習俗氏，世態即成，賢者不能自免，只得與世浮沉，與世依違，明知之而不能獨立。三曰物欲氏，滿世皆可帶之物，每日皆殉欲之事，痼痼流連，至死不能跳脫。魁然七尺之軀，奔走三家之門，不在此則在彼。降志辱身，心安意肯，迷戀不能自知，即知亦不愧憤，大丈夫立身天地之間，與兩儀參，為萬物靈，不能挺身自豎而倚門傍戶於三家，轟轟烈烈，以富貴利達自雄，亦可憐矣。予即非忠藏義獲，亦豪奴悍婢也，咆哮躑躅，不能解粘去縛，安得挺然脫然獨自當家為兩間一主人翁乎！可嘆可恨。

自家作人，自家□分曉底，乃虛美薰心，而喜動顏色，是為自欺。別人作人，自家□分曉底，乃明知其惡，而譽侈口頰，是謂欺人。二者皆可恥也。

知覺二字，奚翹天淵。致了知才覺，覺了才算知，不覺算不得知。而今說瘡痛，人人都知，惟病瘡者謂之覺。今人為善去惡不成，只是不覺，覺後便由不得不為善不去惡。

順其自然，只有一毫矯強，便不是；得其本有，只有一毫增益，便不是。

度之於長短也，權之於輕重也，不爽毫髮，也要個掌尺提秤底。

四端自有分量，擴充到盡處，只滿得原來分量，再增不得些子。

見義不為，立志無恒，只是腎氣不足。

過也，人皆見之，乃見君子。今人無過可見，豈能賢於君子哉？緣只在文飾彌縫上做工夫，費盡了無限巧回護，成就了一個真小人。

自家身子，原是自己心去害他，取禍招尤，陷於危敗，更不幹別個事。

六經四書，君子之律令。小人犯法，原不曾讀法律。士君子讀聖賢書而一一犯之，是又在小人下矣。

慎言動於妻子僕隸之間，檢身心於息食起居之際，這工夫便密了。

休諉罪於氣化，一切責之人事；休過望於世間，一切求之我身。

常看得自家未必是，他人未必非，便有長進。再看得他人皆有可取，吾身只是過多，更有長進。

理會得義命兩字，自然不肯做低人。

稠眾中一言一動，大家環向而視之，口雖不言，而是非之公自在。果善也，大家同萌愛敬之念；果不善也，大家同萌厭惡之念，雖小言動，不可不謹。

或問：「傲為凶德，則謙為吉德矣？」曰：「謙真是吉，然謙不中禮，所損亦多。」在上者為非禮之謙，則亂名份、紊紀綱，久之法令不行。在下者為非禮之謙，則取賤辱、喪氣節，久之廉恥掃地。君子接人未嘗不謹飭，持身未嘗不正大，有子曰：「恭近於禮，遠恥辱也。」孔子曰：「恭而無禮則勞。」又曰：「巧言令色足恭，某亦恥之。」曾子曰：「齋肩諂笑，病於夏畦。」君子無眾寡，無小大，無敢慢，何嘗貴傲哉？而其羞卑佞也又如此，可為立身行己者之法戒。

凡處人不繫確然之名分，便小有謙下不妨。得為而為之，雖無暫辱，必有後憂。即不論利害論道理，亦云居上不驕民，可近不可下。

只人情世故熟了，甚麼大官做不到？只天理人心合了，甚麼好事做不成？

士君子常自點檢，晝思夜想，不得一時閑，卻思想個甚事？果為天下國家乎？抑為身家妻子乎？飛禽走獸，東驚西奔，爭食奪巢；販夫豎子，朝出暮歸，風餐水宿，他自食其力，原為溫飽，又不曾受人付托，享人供奉，有何不可？士君子高官重祿，上藉之以名份，下奉之以尊榮，為汝乎？不為汝乎？乃資權勢而營鳥哭市井之圖，細思真是愧死。

古者鄉有縉紳，家邦受其庇蔭，士民視為準繩。今也鄉有縉紳，增家邦陵奪勞費之憂，開士民奢靡浮薄之俗。然則鄉有縉紳，鄉之殃也，風教之蠹也。吾黨可自愧自恨矣。

俗氣入膏肓，扁鵲不能治。為人胸中無分毫道理，而庸調卑職、虛文濫套認之極真，而執之甚定，是人也，將欲救藥，知不可入。吾黨戒之。

士大夫居鄉，無論大有裨益，只不違禁出息，倚勢侵陵，受賄囑托，討佔夫役，無此四惡，也還算一分人。或曰：「家計蕭條，安得不治生？」曰：「治生有道，如此而後治生，無勢可藉者死乎？」或曰：「親族有事，安得不伸理？」曰：「官自有法，有訟必藉請謁，無力可通者死乎？」士大夫無窮餓而死之理，安用寡廉喪恥若是。

學者視人欲如寇仇，不患無攻治之力，只緣一向姑息他如驕子，所以養成猖獗之勢，無可奈何，故曰識不早，力不易也。制人欲在初發時，極易剿捕，到那橫流時，須要奮萬夫莫當之勇，才得濟事。

宇宙內事，皆備此身，即一種未完，一毫未盡，便是一分破綻；天地間生，莫非吾體，即一夫不獲，一物失所，便是一處瘡痕。

克一分、百分、千萬分，克得盡時，才見有生真我；退一步、百步、千萬步，退到極處，不愁無處安身。

事到放得心下，還慎一慎何妨？言於來向口邊，再思一步更好。

萬般好事說為，終日不為；百種貪心要足，何時是足？

回著頭看，年年有過差；放開腳行，日日見長進。

難消客氣衰猶壯，不盡塵心老尚童。

但持鐵石同堅志，即有金鋼不壞身。