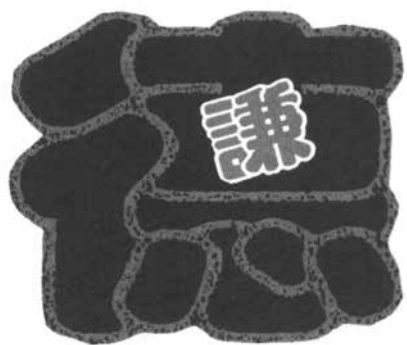




積善



過改

了
凡
四
訓
語
解
精
編

佛陀教育基金會印贈

【袁了凡先生略傳】

袁了凡先生，原名黃，字坤儀，江南吳江人。

博學多才，精通河圖洛書之理數、星命之學、堪輿之道、律呂音樂、數學算數、水利、兵備無不深具心得，並留有著作甚多。「了凡四訓」即其戒子之文。

明朝隆慶四年爲舉人，萬歷十四年中進士，歷任寶坻縣長，兵部職方司主事，軍前參贊，督兵等職。

享年七十四歲，明熹宗追贈尙寶司少卿。

目次

【袁了凡先生略傳】 內封裡

【目次】

【謹告讀者諸君】 11

立
命
之
學 17

【1. 一切都是命·半點不由人】 18

【2. 命由己作·相由心生】 22

【3. 天作之孽猶可違】 25

【4. 不會符咒鬼神笑】 29

【5. 賢達之人能安命】 33

【6. 謙謙君子福可得】 38

○改○過○之○法○ 40

【1. 改過三要素】 41

【2. 改過三階段】 46

○積○善○之○方○ 52

【1. 積善之家有餘慶】 53

【2. 惻隱之心人皆有】 55

【3. 上天有好生之德】 57

【4. 心地光明鬼神欽】 59

【5. 平冤減刑合天心】 62

【6. 敬神護法世代昌】 64

【7. 爲善不興！爲惡昌盛？】 67

【8. 因有眞善與假善】 68

【9. 端正歪曲有分別】 69

【10. 陰德陽善又不同】 71

【11. 是善非善論影響】 72

【12. 偏善正善看結果】 75

【13. 半善滿善憑一心】 77

【14. 大小難易看動機】 80

【15. 行善妙方有十味】 83

【袁了凡居士傳】

102

【跋】

105

【謹告讀者諸君】

自古以來，一般人都被命運所控制，而身不由己，只有明理之人，命運約束不了他，正所謂：「賢達之人能安命也。」

「了凡四訓」，世人幾乎都曉得是改造命運的寶典。有福份的人，大都能於獲得此書之後，細心閱讀，進而立定志向，力行實踐，以化疾病於無形，掃除窮困的危脅，消除生活的煩惱，達到化凡入聖的境界。

「了凡四訓」，作為修身之銘言，人人可以成聖成賢；用為處世之準則，舉世得以消除災難與業障，確實是自救救人的最佳途徑。

「了凡四訓」語解精編，內容通俗明朗，又不失原

【謹告讀者諸君】

著「了凡四訓」的主旨。讀者諸君或者會因程度不一，觀念不同，而有見仁見智的觀點，然其含有「修身律己，安身立命」之道，以及「化凡入聖，超生了死」之理，是明明可鑑的。

因此，凡有先見之明的人，都不會放過讀此書的機會，凡是有智慧、有志氣、有作為的人，想了解宇宙人生真相，服務社會造福人群的人，在讀過此書之後，必能逢人介紹傳頌才對，而這些收獲，正是此書所以能夠流傳千古，歷久不衰的原因。

「了凡四訓」，是袁了凡先生，一生奉行「太上感應篇」的精華所得。

【謹告讀者諸君】

開頭所以先談「立命之學」，是爲了勉勵世人奮發向上，不要自暴自棄，因爲人生的氣數，雖由前生造因而定，但命運的好壞，卻隨著此生心性之狀態而改變，因此以立命之說開宗明義。

第二篇接著講「改過之法」，是因爲一般人，都自認自己是無過失之人，而不知改過行善，試想不知改過之人，就像漏了底的容器，行善也收不到效果。

爲人若諸惡不改，眾善奉行，則功過相抵，等於沒作。若諸惡不改，只略行數善，則就只見禍不見福。因此說：改過是立命的手工夫，所以第二篇奠上「改過之法」。

【謹告讀者諸君】

人若知過能改，但不曉得行善的道理，也是徒勞無益，因此第三篇接著談「積善之方」，淋漓盡致的分析行善的道理與方法。

初學行善之人，難免會像窮小子忽然變成暴發戶，會有傲慢天下，藐視一切的驕傲作風，因此末篇以「謙德之效」，叮嚀「滿招損，謙受益」的道理。人能謙虛為懷，則行善惟恐不足，才能使「立命」收到效果，而達致改造命運的目的。

總而言之，「了凡四訓」，雖曰「四訓」，其實是一氣呵成的一篇「立命道理」，確確實實是人生之「至理名言」。

【謹告讀者諸君】

「了凡四訓」，是以文言文流傳民間，內容雖然極適合大眾的需要，非一般平凡的勸世文、及傳教書籍所能望其項背，無奈世事變遷，要現代人以「科學的觀念、普通的程度、加上忙碌的生活，」去閱讀實在不容易，因此筆者不揣淺陋，謹憑寸心，將了凡四訓，語解精編詳加白話解說，並增加「附錄」六題，以掃除一般人，日常生活環境所常碰到的疑難，幫助現代的年輕人，建立正常的人生觀，以免徬徨無依，誤入歧途。

本書也是筆者繼一席話叢書，第○輯號外「無形的秘密」一書，所撰的連續集。

在「無形的秘密」中，筆者概略的指出，關係人生

【謹告讀者諸君】

吉凶禍福的關鍵動力；而本書則畫龍點睛明確的指出，如何「取吉避凶，移禍得福」，改造人生命運的方法。

讀者諸君若能細心閱讀，融會貫通，則人生困惑可解，進一步力行實踐，則創造全吉無凶的人生，也就指日可待。

筆者才疏學淺，若有詞不達意，或畫蛇添足之處，尚請讀者諸君，賢達智士，不吝指教，感恩不盡。

立
命
之
學

【1. 一切都是命·半點不由人】

我 童年就失去了父親。

母親認爲：學習醫術可以養生活己，也能濟世活人，而且學成後一技在手，也可完成父親的心願。

因此我聽從了母親的意思，放棄了考試作官的念頭，而改學醫術。

有一天，在慈雲寺遇到了一位道貌岸然，酷若神仙的老人，他告訴我說：「你有作官的命，明年就是秀才，爲什麼不讀書呢？」

我只好告訴他原因，並請教老人姓名與府居。

老人說：「姓孔，雲南人。得有『邵子皇極經世』

正傳，命該傳你。」

【1.一切都是命·半點不由人】

於是我就接孔老人回到家裡暫住，並將情形告訴了母親。

母親要我好好的招待他老人家，並屢次試驗老人的命學理數，竟然無論巨細都非常靈驗準確，因此我就相信孔老人的話，開始讀書，準備考秀才。

孔老人便爲我起數算命說：「縣考童生必得第十四名，府考得第七十二名，提學考試得第九名。」

到了次年，三處考試真的都考取了，而錄取的名次也確實都符合老人的預言。因此我就再讓其爲我卜占終身之吉凶禍福。

孔老人算定的結果，說我某年會考上了第幾名，某

【1.一切都是命·半點不由人】

年補上廩生缺，某年當貢，而後某年入選爲四川知縣，在任三年半即離職歸鄉，五十三歲八月十四日丑時，壽終正寢而無子。

從此以後，凡碰到了考試，名次的先後都不出孔老
人的預言所料。

孔老人還算定，我命中註定須領用九十一石五斗的廩生米，才能升爲貢生，但當我領到七十斗之時，上司即爲我呈文補貢，因此我就懷疑孔老預言的準確性，沒想到結果還是駁回補貢的呈文。直到了卯年，上司發現考場裡我出題的預備卷，作得很好，不忍埋沒人才，就吩咐縣官替我呈文，正式升補貢職，計算所領之廩生米

【1.一切都是命·半點不由人】

糧，又確實是九十一石五斗。

從此我更相信：「升官發財、遲速有時，富貴在天、生死有命。」的命運理數！對人生從此心灰意冷，淡然無求了。

【2. 命由己作·相由心生】

後來入燕京服務一年，終日靜坐，也懶於讀書求進。

回南京後，有一天到棲霞山，拜訪雲谷禪師，二人對座一室，有三日之久不曾睡覺。雲谷就問我說：

「凡人所以不能成聖成賢，都因為被雜念及慾望所纏，你靜坐三天，不起雜念，不胡思亂想，必有原因？」

我說：「被孔老人算定了，榮辱生死，皆有定數，妄想也沒有用！」

雲谷說：「人若不能達到無心、明心之境，難免會被陰陽氣運所控制，若被陰陽氣運所控制，當然就有定數，但也只有凡夫俗子才有定數，極善之人命運約束不了他，極惡之人命運也約束不了他。二十年來，你被命

【2. 命由己作·相由心生】

運所控制，動彈不得，真是凡夫俗子一個，我還以為你是聖賢豪傑呢！」說完雲谷哈哈大笑！

我問他說：「一個人的命運，能改變了嗎?！」

雲谷說：「命由己作，相由心生，禍福無門，惟人自召。佛教經典裡頭也說過，求富貴得富貴，求男女得男女，求長壽得長壽，都不是亂講的。說謊是釋迦的大戒，聖賢豈會騙人？」

我說：「孟子提過，求起來能夠得到，必需自己作得到的事；道德仁義能夠力行自求，功名富貴須待他人賞賜，如何求得到？」

雲谷說：「孟子的話並沒有錯，是你未能深入去了

【2. 命由己作·相由心生】

解。六祖慧能禪師曾經說過：「一切福田，不離方寸，從心而覓，感無不通。」人只要從內心自求，力行仁義道德，自然就能夠贏得他人的敬重，而引來身外的功名富貴。爲人若不知反躬內省，從心而求，而只好高騖遠，祈求身外的名利，則就算用盡心機，也是雙頭皆空。」

【3. 天作之孽猶可違】

雲谷又問：「孔老人到底算你一身命運如何？」

我從實詳述了過往的經歷。

雲谷說：「你認爲自己應該得功名？應該有兒子嗎？」

我想了很久才說：「官場中的都有福相，而我相貌輕薄，又未能積德以造福，加以不耐煩重，度量狹窄，縱情任性，輕言妄談，自尊自大……這些都是無福之相，怎麼當得了官！」

俗語說『地穢多生物，水清常無魚。』我好潔成癖，形同孤寡相，是無子一因。脾氣暴躁，缺乏養育萬物之和氣，是無子二因。仁愛是化育之本，刻薄是不育之因，

【3. 天作之孽猶可違】

我一向潔身自好，不能捨己爲人，同情別人，是無子的三因。其他還有多話耗氣，好酒損精，好徹夜長坐不知養護元氣等……，都是無子之因。」

雲谷說：「照你這樣講，世間不應得到的事還多得很呢，豈僅功名與子嗣之事。世界上的人，是享千、百金財富，或者應該餓死，是取決於各人心性所造成，天只不過『因材施教，因勢利導』而已，並未加絲毫力量，就像人體的輕重，是決定在本身份量，而非磅稱厚此薄彼，是一樣的道理。」

傳宗接代的事也一樣，但憑各人積德之厚薄。有百世功德之人，必有百世子孫可傳，十世功德者，必有十

【3. 天作之孽猶可違】

世子孫以護，那些絕嗣者，必是毫無功德之人。

只要能了解自我的因素，是造就人生吉凶禍福的關鍵，則將不發科甲與沒有兒子的原因，盡量改掉，化吝嗇成施捨、偏激爲和平、虛僞成虔誠、浮躁改成沈著、驕傲改成謙虛、懶散改爲勤奮、殘忍化爲仁慈、刻薄改爲寬容，盡量積德，盡量自愛，珍惜自己，別糟蹋自己，以前種種譬如昨日死，以後種種譬如今日生，這樣必能去除身上的病根，重新獲得仁義道德的新身體。

血肉物質之身，假若必受生滅氣運的影響，則重生的道德精神之體，必能感動天地而獲福。古有名言：『天作孽猶可違，自作孽不可活。』詩經也提過：人若能了

【3. 天作之孽猶可違】

悟立命之道，順天之理，自然就能求得厚福。

孔老人算你當不了大官沒有兒子，是天作之孽還可避免，只要你擴充德行，廣積陰德，多作善事，則自己所造的福，那有不應驗的道理？易經一書，專談趨吉避凶的道理，若說命運不能改變，則吉又如何取？凶又如何避？易經坤卦有言：『積善之家，必有餘慶。』福及子孫，你相信嗎？」

【4. 不會符咒鬼神笑】

從此我猛然頓悟，深信此言，即刻拜領受教，而將往日之過失，在佛前盡情表白懺悔，先求登科，誓作三千善事，以報答天地祖宗養育之恩德。

雲谷禪師並指點我，每日所行的善事，記在功過簿上，如有過失，則須功過相抵。並教我持唸「準提咒」，以期有所應驗。

他又說：「符籙家說過：『不會畫符鬼神笑。』畫符跟唸咒有異曲同工之妙，畫符時，必須心不動意念，靜下心一塵不染，在此心如止水，如青空之刻，開筆一點叫混沌開基，由此一氣呵成，一揮而就，心無雜念則此符必靈。爲人處世，祈禱天地，改造命運的道理也一

【4. 不會符咒鬼神笑】

樣，須時刻處在此無思無慮的狀態中，則人心即天心，必能感動天地而得福。

孟子立命之學也說過：『夭壽不二，修身以俟之，所以立命也。』

一般人都認為夭與壽，是二種截然不同的遭遇，孟子爲何說是一樣呢？

試想，人若能心處於不動慾念之境，隨遇而安，善盡生之職責，命必然過得踏實，那裏還有啥夭與壽之分別呢？進一步而言豐歉、貧富、窮通、貴賤……也都只是在心存慾念之後才有分別，正因為世人心存妄念，不敢面對現實，不能以靜心處理順境，以善心安於逆境，

【4. 不會符咒鬼神笑】

因此生死就變成嚴重的二面，一切吉凶禍福、毀譽是非、窮通貴賤，也就困擾著世人，而弄得心神不靈，永無寧日。

人若能修身養性，去惡向善，安於順逆現實，時刻處於不動絲毫非非之念的「明心似鏡、似光、似無」的境界，則離「返本還原，歸根復命，」的境界已不為遠，這樣一切罪惡過失自然也就無蹤無影，命運自然歸於稱心如意，全吉無凶之境，這才是真正利人利己，有價值的行爲。

還未達到此「無心」之境的人，只要時時刻刻持唸「準提咒」，唸到滾瓜瀾熟，有持如無持，無持似有持，

【4. 不會符咒鬼神笑】

連持咒之念頭自己都沒有感覺，類似畫符之時，空靈難言之境則道必可得，心靈而福至矣。

從此我就把外號「學海」改爲「了凡」，以紀念了悟立命之道理，而不落凡夫俗子之窠臼。

【5. 賢達之人能安命】

至此以後，終日小心行事，便覺心安理得與前不同。

往前放蕩憂鬱六神無主的狀態，到此變成了戰戰兢兢，小心謹慎的景象，既使處於暗室之中，也都以不獲罪於天而時加警惕。碰到了有人罵我毀我，也都能淡然處之，不與計較。

到了第二年參加考試，孔老人算定得第三名，卻考取了第一名，孔老人的預言開始失靈了。到了秋期舉人考試，也出乎孔老人的意料之外，而考中了。

然而冷靜檢討，還是感覺修養很勉強，譬如行善而不徹底，救人而心存疑慮，或身行善而口不擇言，或平時操持守節，而醉後放蕩不拘，將功抵過形同虛度，因

【5. 賢達之人能安命】

此己巳年發願，到了己卯年，歷時十多年，才行畢三千善事，隔年回到故鄉，即到佛堂還願。並再發求子之願，許下再行三千善事，以贖此生之過。至辛巳年（僅經過一年），就生了一個男孩。

我每行一善，就筆記於書，內人因為不識字，每行一善就在日曆上劃上一圓圈，譬如施捨物品救濟窮人，助人急難、放生等，有時一天裡就作了十幾件善事，這樣繼續行善積德，只有二年的時間，三千善事就圓滿達成，即刻再到佛堂還願，並再求中進士之願，並許下再行一萬件善事之願。

經過了三年，我就考中了進士，當了寶抵知縣，從

【5. 賢達之人能安命】

此就備置筆記本於案上，名曰「治心篇」，交待門人，凡所行善事，務必登錄，晚上則設香案於庭院，禱告天地。

內人見所行善事不多，經常耽心的說：「以前在家鄉，互助行善，三千之數很快就完成，現居衙門中無善可行，何日才能達成一萬善事之願，完成功果呢？」

有一天夜裡，就夢見了神靈前來指點說：「只要下令減收百姓糧租，一事即可抵萬，功果可完。」

原來寶抵縣的田租甚高，每畝須繳二分三厘七毫的租稅，我即刻計劃減低至一分四厘六毫。然而心裡總是懷疑，是否可算是一抵萬的善行。

剛好有位禪師自五台山來，我就將夢裡的事向他請

【5. 賢達之人能安命】

教。他說：「只要真誠爲善，切實力行，就是一善也可抵萬，何況全縣減租，萬民受福，當然一善足可抵萬。」於是我就捐獻薪金，拜託禪師回山時，代辦請一萬僧人吃飯之事，以表誠心還願回向。

孔老人曾算我五十三歲必死，我並未爲了此事祈禱，或發願添壽之事，而那一年也平安無事的渡過，至今我已六十九歲了。

書經上說：「天難諶、命靡常。」又說：「惟命不於常。」是很有道理的。所謂天命之說，其實是不可信的，也非一成不變的，命運更不可能不變。

從此我深知：『凡是說人生禍福惟天定者，必是凡

【5. 賢達之人能安命】

夫俗子。若說禍福憑心定，賢達能安命者，必是聖賢豪傑。」

【6. 謙謙君子福可得】

總之，人的命運雖然不可知，但只要運逢顯達時，也以落魄的心境處世。逢到順利的境遇，也當作拂逆一樣的謹慎；碰到富足的時候，也像貧窮一樣的節儉；就是得到別人的擁護愛戴，也不可趾高氣揚；如果家世望眾，也不可自鳴得意；學問高深，也應禮賢下士，不恥下問。如此行持，克己復禮，則德可進，道必可得。

時時維護祖宗之高德重望，日日彌補父母之罪愆過失。上思國家社會栽培之恩，下謀家庭子女之福祉。待人常抱救急之心，待己務必嚴格規律。務必日日反省，時時改過，若一日安於現狀，自認自己沒有過失缺點，自以為自己是十全十美之人，則不進就是退。

【6. 謙謙君子福可得】

天下聰明人所在皆是，所以會有道德不修，事業不發達者，都是爲了因循苟且，貪圖安逸而耽誤了一生。

雲谷禪師所說的立命之論，確實是至理名言，爲人應該經常頌讀，並勤力恭行，才不會枉度一生，荒廢時日。

改

過

之

法

【1. 改過三要素】

春秋時代，有許多大夫，僅憑觀察一個人的言行舉止，就能推測其人的吉凶禍福，並且非常的準確，這種事在左傳，國語諸書裡，都有許多記載。

一般來說，一個人的吉凶徵兆，發源於人的內心，而表現於人之外表。凡是相貌仁慈忠厚，行事穩重之人，大都能獲福。相呈刻薄，行為輕佻者，大都近禍。絕對沒有所謂吉凶未定，渺不可測的道理。

一個人心性的善惡，必與天心相感應。福之將至，可從其人寧靜的心境，安祥的態度判斷出來。禍之將臨，也能從其人乖戾的行為發現得到，人若想得福而避禍，可以先不論如何行善，只要力行改過，自然就能向善。

【1. 改過三要素】

談到改過，「知恥近勇」是第一要素。

試想，古之聖賢跟我們同樣是人，何以他們能流芳千古，而我們卻沒沒無聞，甚至於身敗名裂呢？

人若只貪戀聲色名利，縱情恣意，背著別人作些見不得人的勾當，自以為他人見不到，而自鳴得意，則將漸漸變成衣冠禽獸而不自知！世界上再沒有比這種行為更可恥，更慚愧了！

孟子也說過，知恥給人的影響太大了。能作到知恥則就是聖賢，不知羞恥為何物，必是禽獸無疑。改過的關鍵就在此一念之間，人所以異於禽獸，也僅在那一念之差而已。

【1. 改過三要素】

改過的第二要素，是要有「敬畏心」。

天地鬼神是欺騙不了的，人就是只犯了一點點過失，天地鬼神也知道得很清楚，犯的若是重大的過錯，天必降給大的災難，犯的若是小過錯，則會損及現世之福報。

人不可不怕天地鬼神，一個人就是生活在隱蔽的暗室裡，天地鬼神也同樣一目了然，就是掩蓋得週密，作得很巧妙，也無法掩飾善惡心思所產生的意念，「意念」就彷彿像一道「波率」，而鬼神恰似無形的導體，這也是鬼神無所不在，人必須要有敬畏心的原因。

人只要一息尚存，滔天的大罪大惡，都有悔改的機

【1. 改過三要素】

會，古時有人一生作惡，臨終前懊悔覺悟，發一善願而得善終者，正所謂「放下屠刀立地成佛」，可以洗百年罪惡也，就像千年幽谷涵洞，一燈來照則盡去千年黑暗一般。

因此說：「過失不拘大小，以能改爲要。」

人生無常，肉體易逝，若等到呼吸停止了，就是靈魂改過也不可能，有人從此遺臭萬年，使得孝子賢孫想洗也洗不掉。有人從此沉淪地獄永受折磨，就是仙佛菩薩也引渡不了。超拔之事但憑自身己意，一但無常身逝，何日重生爲人？清夜深思怎能不怕？

改過的第三要素，是要有「勇氣與決心」。

【1. 改過三要素】

人所以不能改過，只因爲因循苟且誤了大事，若能發奮圖強，當機立斷，碰到小過像竹刺傷肉一般，速與拔除，犯上了大過如毒蛇咬指一般，速與斷指，不猶豫不等待，則如易經所言：「風雷增益」之象，風起雷動乾脆俐落，則改過遷善必可成功。

人若能俱備上述「改過三要」，知過能改就像春日逢冰，必能消失瓦解。

【2. 改過三階段】

—— 一般人改過，有從事上改，有從理上改，有從心上改三個階段，作法不同所得功效也不同。

譬如前日殺生，今日戒殺。前日暴怒，今日靜心反省，這是從事上改的方法。這種只在行動上勉強壓制的方法，很難達到改過之法。

比較理想的改過方法，應該從理上改。

譬如想改殺生之過，就想「天有好生之德」，物物都珍惜生命，殺他養己怎能心安？再加以水深火熱鍋鼎之苦，必痛徹骨髓。健康之道，首在本身元氣之運化，而不在物品之希罕珍貴，就算山珍海味，吃過了也不一定能滋養身體，蔬菜素品儘可充饑果腹，何必把自己的肚

【2. 改過三階段】

子當成化屍場！折損自己的福份？再想血肉之類必有靈性，與人同體，未能修養大德，使之像親近小孩那樣的親我敬我，已屬慚愧，怎可再殘害生靈，使之仇我恨我呢？若能想到此理，則必見物憐惜，下不了手，而達到改去殺生之習。

想改掉暴躁的壞脾氣也一樣，就像人不可能一模一樣，各有其長也各有其短，沒有十全十美的，因此應該互相體諒牽就，就算不合我意，而互相干擾，對我們也沒啥損傷，有何可怒可氣的。再說天下也沒有自以為是的豪傑，更沒有怨天尤人之修養法，怎麼可以只要求別人，而不要求自己呢？日常生活有不能稱心如意，是自

【2. 改過三階段】

己德行未修，涵養不夠，必須再求反省，如此一來，毀謗也會如舉火燒空，必將自消自滅。若聽到毀謗就動怒，想盡辦法加以辯論維護，正是作繭自縛，自取其辱的作法。

總之，殺生、發怒都是有害無益的事，其他尚有種種過失，都可依此類推，細細思考，道理若能明白，過錯就不會再產生。

一般而言，人的過失雖然有好幾百種，但歸根究底，都是從心所起，若能心不動念，無私無慾，就不必逐樣檢討名、利、色、貨諸過失，只要一心向善，正氣所鍾，邪念自然一塵不染，就像太陽當空，鬼魅盡消一般，這

【2. 改過三階段】

就是所謂「本立道生」之理。也是最正確的「心上改」之法。

因為過從心生，也當從心上修改，如斬毒樹先斷其根，則必枝葉盡落，就不必枝枝去剪，葉葉去摘。

心上改之法，即在治心，妄念一動即覺查，並加以克制，則過不生，是最好的方法。若作不到這種高深的境界，則只好明理以改過。再辦不到，就只好隨事而禁。

能治心並明理兼禁過，是再好不過的事。若只懂禁過、不明道理、不知治心是笨拙的改過方法。

因此發願改過行善，最好能有親朋提醒督促，或請神鬼為鑑，一心懺悔，晝夜不得鬆弛，經過一段時日必

【2. 改過三階段】

有效驗。到此境界，自然感到心曠神怡，智慧頓開，或處雜亂環境而不動心亂性，或見仇人而不怒反喜，或夢見吐出黑色的東西，或夢見聖賢提拔引接，或夢飛步太虛，以及種種罕見之勝跡妙景，這就表示消過滅罪，行而有徵之象。但不可因此心滿意足，自鳴得意，不再求進步。

吾輩凡夫俗子，過失較蝟魚身上之刺一般還多，若冷靜思考，還看不到自己的過失，必是粗心大意、迷糊之人。

凡是罪孽深重之人，大都心神昏庸，失神健忘，無事煩惱，見到正人君子，則顯出慚愧沮喪之狀態，聽到

【2. 改過三階段】

了真理大道則不高興，有時施恩反招憎怨，或夢見一些顛顛倒倒的惡夢，甚至於經常發嘮叨等……上列種種都是自作孽之相，爲人若有了上述情況，應該即刻發奮圖強，改過向善以免自誤。

積

善

之

方

【1. 積善之家有餘慶】

古時有一婦人顏氏，把女兒許配給孔子的父親，只打聽其祖先是否積有大德，而不管孔家是否富有，她認為只要祖上積有大德，其子孫必然會出人頭地。

孔子也稱讚舜之大孝說：「舜必能流芳千古，子孫興旺。」上述之論，確是言之有理。

再證之以往事：福建公卿楊榮，其祖上世代以擺渡為生，每當暴雨成災，沖毀民居時，總有人畜貨物順流而下，別的船隻總是相爭撈取貨物，只有楊榮先祖以救人為要，貨物一概不取，鄉里的人都笑他愚笨，到了楊榮父親出生時，楊家便漸漸富裕。

有一天，一位道人到楊家說：「你祖積有陰德，子

【1. 積善之家有餘慶】

孫必當享受榮華富貴，某地龍穴可築祖墳。」於是就依言作今人所說「白兔墳」。後來生了楊榮，年幼就登科，位至三公，並得皇上加封祖父官號，至今子孫還是榮華不衰，盡多賢達之士。

【2. 惻隱之心人皆有】

鄞縣人楊自懲，起初當縣吏，心地忠厚爲人公正。

有一次縣長處罰一犯人，打得血流滿面，而猶不息怒。他就跪地爲犯人求情，請縣長息怒寬恕。縣長說：「此人犯法反常理，怎能叫人不怒。」他叩頭說：「爲政失道，百姓渙散已久，他們不懂得法律常情，只要能問出案情就好了，這種事破了案都不能高興，怎麼可以發怒呢？」縣長因此才息怒。

自懲家境貧窮，又廉潔自持，從不收受別人財物。碰到了犯人缺糧時，也都盡力救濟，即使自己挨餓也再所不惜，至誠持善從不間斷。

後來生有二子，長子名守陳，次子名守趾，爲南北

【2. 惻隱之心人皆有】

吏部侍郎，長孫也作到刑部侍郎，次孫也作到四川廉憲，都是出了名的官職，其後裔也都興旺不衰，官運亨通。

【3. 上天有好生之德】

明朝英宗時期，福建猖亂，百姓從賊者很多，朝廷派佈政司謝都事，搜殺東路賊黨，謝恐濫殺無辜，因此先設法取得賊黨名冊，凡沒有參加匪黨組織的人，即暗中給予白布和小旗，教他們在官兵進城時，插旗於門首，並警戒士兵不得濫殺無辜，因此救了萬人的性命。後來謝之子孫有中狀元、當宰相、中探花等……滿門得享富貴。

又莆田有林姓人士，母親樂善好施，常作粉糰供應窮人，凡索取者都照數施捨。有一道人，每次索取六七个，三年如一日從未間斷，他母親也照給不誤，而從未表現出不高興的樣子。道人知其誠心救人，就對他說：

【3. 上天有好生之德】

「我吃你的粉糰三年，無以為報，特地前來告訴你，屋後有一好地可建造祖墳，子孫官爵有一升麻子之數目。」

後依言點葬，初九世即有九人登科，世代從此不斷出貴，福建至今還有「無林不開榜」的譬喻。

還有馮琢菴太史之父，冬天清晨到學堂時，路上遇到了一個人，倒在雪地中已快凍僵，就即刻脫下自己的皮袍給他穿上，並扶起回家救治。當晚就在夢中得到神靈的指點說：「你救人一命，出於至誠，吾派宋朝名將韓琦作你的兒子。」而後生下了琢菴，就取外號為琦，以作紀念。

【4. 心地光明鬼神欽】

台州應尚書，壯年時住山中讀書，夜間常聽到有鬼怪作祟叫鬧，但他都不害怕。有一天，他聽到鬼在談話說：「某婦人因其夫外出，很久未見歸來，他翁姑以爲兒子死了，逼其改嫁，明天晚上會來自縊，我從此有人代替，可以轉世投生了。」

應尚書聽到了此語，就即刻賣掉了田地，得銀四兩，並假造了一張其夫的書信，一併寄到了他家。

她母親發現了筆跡不同，有點懷疑，但繼之一想：「書信就算假，銀子總沒有平白送人的道理吧？我想孩子一定平安無事才對。」因此也就不再逼他媳婦改嫁。後來她的夫婿總算回來團圓。

【4. 心地光明鬼神欽】

應尚書後來又聽到鬼說：「本來有人來代替，卻被那位秀才破壞了此事。」另鬼說：「那你就找他算帳啊！」鬼說：「不行，天帝以此人心地善良，早已命他為將來陰間尚書，吾怎麼能害得了他。」

應公從此更加努力，日日行善，積德甚多，碰到了饑荒時，必捐獻糧食救災。遇到了旁人有急難，都盡力給予協助。碰到了不如意事，也只逆來順受，反躬自省而不怨天尤人。至今其子孫為官享福者，比比皆是。

還有常熟縣人徐鳳竹，其父頗為富有，凡是碰到了饑荒，總是捐獻糧食以賑災救貧。有一次就聽到了鬼唱歌說：「千不騙，萬不騙，徐家秀才作到了舉人郎。」

【4. 心地光明鬼神欽】

連續幾天唱個不停。

此年徐鳳竹果然中了舉人。他父親因此也就更努力積德行善，從不弛怠，舉凡修橋補路，照顧過路的旅客僧人，凡有益大眾之事，無不盡心盡力。

後來又聽鬼神唱歌說：「千不騙，萬不騙，徐家舉人直作到都堂。」後來徐鳳竹果然作到了兩浙巡撫。

【5. 平冤減刑合天心】

嘉興屠康僖，初爲刑部主事，常往獄中探查案情，遇有無辜枉獄之人，即簽報案情給主審官，待開庭時，主審官依此案情審問，無辜之犯人都表心服，因而無罪釋放者有十幾人。一時百姓都說尙書廉明公正，而屠公卻從不居功。

屠公又再上書陳情曰：「轄治之下，四海之廣，百姓眾多，必有許多枉獄之民，應該每五年派一減刑官，詳加調查以平枉獄。」皇上準其所奏，屠公也被派爲減刑官之一員。有一天晚上，屠公夢見了神靈指點說：「你命中本應無子，今減刑之事，正合天心，天帝特賜你三子，並都享高官厚祿。」

【5. 平冤減刑合天心】

過了不久，夫人就懷孕了，後來接續生了三個兒子，名叫應墳、應坤、應峻，都是當了大官。

【6. 敬神護法世代昌】

嘉興人包憑，他的父親是池陽太守，生有七個兒子，包憑是最小的一個，入贅平湖袁氏爲婿，雖然博學多才，卻屢次考試都不上榜。

有一天到太湖附近遊覽，行至一村中，見一寺院破漏，觀音佛像被雨塵淋濕沾污，即取出身上所有的十兩銀子，給主持人作爲修築廟宇之用，僧人說：「工事太大，所費必鉅，恐怕難予完成你交待的心願。」

於是他就再取出隨身行旅，貴重值錢的衣物，交予僧人，雖經隨行僕人再三勸阻，他還是誠心樂意的捐出，並說：「只要佛像不被損壞，我沒有衣物使用又有啥關係！」

【6. 敬神護法世代昌】

僧人說：「施捨錢財衣物並非難事，但你虔誠心意，確實難得。」寺院修好之後，有一天他又來遊此寺，夜宿寺中，即夢見護法神前來道謝說：「你子當享世代俸祿。」後來他的子孫，汴與聖芳，都真的作了大官。

嘉善人支立的父親，當刑房吏的時候，有無辜之重犯爲了求生，告訴他的妻子說：「支先生待人很好，也很同情我的遭遇，願意代爲洗雪冤情，我們已沒有什麼可以報答，明天你請他到鄉下，詳述案情過節，並親身侍奉他，他若肯接納，則我就可能平反獲釋。」他的妻子流著眼淚答應了。

隔天，支先生到他家裡，她即親切招呼，並告訴他

【6. 敬神護法世代昌】

丈夫的意思，願意過給他作女婢。支先生斷然拒絕，只答應她轉呈案情，盡力而為。

後來案情大白，犯者無罪獲釋，登門道謝說：「先生大德，世所罕見，吾有小女，就送來當丫頭，幫忙料理家務，此禮可通還請笑納。」支先生只好按規矩收納。

後來他的兒子支立，廿歲就登科，官至翰林，孫支高以及子孫世代也都官運亨通。

以上各段所述，雖然情節、作法不同，但都是一心向善的實例。

【7. 爲善不興爲惡昌盛】

積善之事詳細來說，有真善假善，有端正之善與歪

曲之善，有陰善陽善，有是善非善，有偏善正善，有半善滿善，有大小之善，難易之善等之分別，必須作進一步的了解，不然爲善而不明理，往往就會產生自認爲行善，而其實是造孽的行爲，而枉費苦心。

譬如一般人常說：「某人行善而子孫不興，某人爲惡而家門卻昌盛。」而誤解俗語所說：「善惡之報，如影隨形。」是無稽之談。

其實這都是一般人不明事理，顛倒是非善惡準則的錯誤觀念所造成。不可認爲善惡報應是騙人的說法。

【8. 因有真善與假善】

就以真善與假善來說：

打人罵人、貪財妄取，一般人都認為是惡；敬人禮人、廉潔有守，一般人都認為是善。其實這些行爲，都不一定就是惡或者善。我們必須進一步，了解他行爲的動機與目的，才能了解何者是善？何者是惡？

正確來說：「有益於人群，則打人罵人皆算善。若爲了自己私利，則尊敬別人、禮讓別人也算惡。」

爲人處世，利人之善才是真善，利己之善則是假善。

發於內心的善行是真善，裝給別人看的善行是假

善。

無所求而爲之善是真善，有所謀而爲之善是假善。

【9. 端正歪曲有分別】

那麼什麼是端正之善，與歪曲之善呢？

一般人都認為謹慎，隨和之好好先生是善人，但聖人卻認為敢作敢當豪爽之狂狷之士，才是善人。因為謹慎軟弱沒有個性之人，雖然全鄉人都說他好，而成好好先生，卻是隨波逐浪，沒有志氣，沒有道德精神，沒有道義勇氣之人。依此類推衡量，則社會上荒謬顛倒的現象，還有很多。

總之，天地神鬼對於善惡之觀念，都與聖人的觀念相同，而與世俗的眼光相反。因此說：若想積德行善，決不可只爲了順乎世俗人情，討好世人掩人耳目，必須從內心深處潛移默化，一心只爲濟世，不爲媚世，純爲

【9. 端正歪曲有分別】

愛人助人，才是端正之善。

若有一絲媚世之心，一點憤事玩世之心，則就是虛偽歪曲之善。

【10.陰德陽善又不同】

善又有陽善與陰德之分。

爲善而爲人知是陽善，行善而不爲人所知，就是陰德。陽善只能享受博得名譽之福報。陰德天必賜以厚福。

世人名譽超過了實質，必有奇禍。因爲盛名是造物所忌，而有名望之人，大都只是浪得虛名，缺少實際功德，因此名望之家，橫逆之事也特別多。

因此古人勸人：「勿使名過實，守愚聖所讚。」人若毫無過失，而被橫加惡名，又能逆來順受，必是大有道德修養之人，子孫往往能突然大發。因此俗眼所看爲惡昌盛之說，值得探討。

總之，陽善與陰德，就只差別於明暗之分罷了。

【11. 是善非善論影響】

既然行善，何以又有是善、非善之說呢？

舉例來講：魯國法律規定，若有人肯出錢去贖回，被鄰國捉去作臣妾的百姓，政府都依例付給一筆賞金，作為獎勵。

孔子的學生子貢，贖人卻不願接受獎金，孔子知道了就罵他說：「你錯了，君子作事何以移風易俗，行爲將成爲大眾的規範，怎麼可以只爲了自己高興，爲了博得虛榮，就隨意去做呢？現在魯國富人少，大都是窮人，你這樣創下了惡例，則大家認爲贖人接受償金是丟臉的事，則以後還有誰贖得起人，從此以後贖人回國的風氣，將慢慢消失了！」

【11. 是善非善論影響】

還有一例：子路救起溺水之人，主人送了一頭牛道謝，子路收了起來。孔子聽到了說：「從此魯人必樂於拯救溺水之人了。」因為一個肯救，一個肯謝，則會釀成風氣。

以上二例，以一般人的觀念說，子貢不領償金是廉潔的好事，子路接受贈牛，是一大敗筆，但孔子的看法卻與眾不同。

因此說：凡人行事，不可只看行爲，必須看他的流弊；不可只看現在，必看事情的結果；不可只論個人的得失，需看對大眾的影響。

若現行似善，而其結果足以害人，則似善而實非善。

【11. 是善非善論影響】

若現行雖然不善，而其結果有益於大眾，則雖非善而實是善。舉此一例可以旁通，例如：不應寬貸，過份稱讚別人而迷人神智，爲守小信而誤大事，寵愛小孩而養大患……等，都急待吾人冷靜檢討改善。

而這些正是一般凡眼俗見所言：「好心被雷親」的原因。

【12. 偏善正善看結果】

至於善有偏正，又當何講？

舉例說：從前呂文懿宰相辭職歸鄉，鄉民依然尊敬他如北斗星，看重他如泰山，有一天，一個鄉民醉後前去大罵他一頓，呂公不爲所動，認爲是醉人而不去計較。過了年，此人愈變愈壞，終於犯上了死刑重罪，呂公才後悔說：「當初若稍爲跟他計較，送官懲罰，小懲足以爲戒，也許今日不會促成此種大惡，都是吾當初心過於忠厚，怕被人誤爲仗勢欺人，以致害了他！」這是一個善心而作了惡事的例子。

再舉一惡心而行善事的例子：某地有次饑荒，暴民白天公然到處搶糧，有某富家告之於官府，官府卻一概

【12. 偏善正善看結果】

不理，於是暴民愈爲放肆，變本加厲，逼不得已，只好私自懲治暴徒，鄉里才爲之平靜，而免大亂。

因此說：人人皆知善是正，惡是偏。但若行善心而使事成惡，則是偏。若行惡心而使事成善，則是正，這是爲人處世應有的認識。

【13. 半善滿善憑一心】

還有半善滿善，又作何解？

易經提到：「善不積，不足以成名。惡不積，不足以滅身。」就像把東西存進容器一樣，勤而積之則滿，懈怠不積則不滿。

譬如以前有一女人，到廟裡燒香，想佈施卻又家境困難，找遍身上只得二文錢捐獻，但廟裡主持高僧還是親自替她誦經懺悔祈福。後來此女貴為宮女，攜帶了數千金來廟佈施，主持僧卻只派了徒弟代辦而已，因此她就開口問道：「我以前只捐二文，你就親自替我祈福，今天捐獻千金，你為何不樂意服務？」高僧說：「以前佈施雖小，心意真切，非老僧親勞，不足於報答。今日

【13. 半善滿善憑一心】

佈施雖多，心意卻不如以前真誠，因此有人代勞即足也。」

以此爲例：「千金是半善。二文是滿善。」

還有以前神仙名鍾離，傳授呂洞賓點鐵成金之術，以利行善濟世，呂祖問說：「這種金會還原嗎？」鍾答：「五百年後，終究還要復原爲鐵。」呂祖說：「這樣不是害了五百年後的人嗎？這種法術我不想學。」鍾說：「修學仙道要先積滿三千功德，就憑你這句話，三千功德已算圓滿達成，可以學仙了。」

因此說：爲善必須發乎真誠自然，事後不牢記在心裡，則雖小善也能達成功果。若懷有企圖行善，施恩望

【13. 半善滿善憑一心】

報，就是終生行持，還只半善。

譬如以錢財救濟別人，若能做到布施金錢，而心裡沒有感覺。布施其人，而像沒有其人。布施了錢財，而像沒有錢財布施出的心，三輪皆空，一心清淨之境，則一文錢足以消千劫之罪，斗米也能種無涯之福。

若施人而心不忘，施恩而望報，捨財物而心痛，則就是黃金萬兩，也只半善而已。

【14. 大小難易看動機】

再論善有大小，有難易之理：

古時有位叫衛仲達的人，供職朝廷為官，有一次精神解離，被攝入陰間，閻王命人呈現善惡記錄簿給仲達看，他發現惡錄簿攤滿庭院，而善錄簿卻只幾張而已。閻王又命人取秤來稱，大疊之惡錄簿，卻比只幾張的善錄簿輕。

仲達好奇的問：「我才廿多歲，那來如此多的惡錄？」

閻王答：「思念不正就已犯罪，不一定做了才算。」

又問：「善錄何以會比惡錄重呢？」

閻王答：「朝廷常興大工，修三山石橋時，你上書

【14. 大小難易看動機】

的奏章稿文。」

仲達說：「我雖上書，朝廷並未採納，何以有此份量？」

閻王說：「朝廷雖未採納，但你一念之善，普達萬民之身，若被採納，則善力更大。」

由此可知，志在天下，善達萬民，則善雖小而功德大。若志在一身，善及一人，雖多也小。

至於難易之善，就像修身克己一樣，必須從很難克服的地方先克服，則小的過失也就自然不會犯。

譬如江西舒翁，以二年教書所得的薪水，代繳他人的罰款，使人夫婦團圓。

【14. 大小難易看動機】

河南張翁，以十年省吃儉用的儲蓄，代別人償還債務，而救活他人妻女。

鎮江斬翁，雖年老無子，也不忍娶幼女爲妻。

上述頃囊相助，體諒別人，爲別人著想之善舉，都是作別人所不願作，忍別人所不能忍難能可貴之善，這種難爲之善，才最可貴，而天降之福也必豐厚。

無錢無勢之人，行善助人是比較困難，但若盡力而爲，在困難之中行善，其價值也更爲可貴，獲福也大。

有錢有勢之人，行善積德是太容易了，容易行善而不爲，即爲自暴自棄，正如俗語所言：「富而不仁如肥豬。」

【15. 行善妙方有十味】

行善的道理跟原則，上面已經說得很詳細。下面來談隨緣濟眾，行善積德的方法。

①與人爲善。②敬愛存心。③成人之美。④勸人爲善。⑤救人危急。⑥興建大利。⑦捨財作福。⑧護持正法。⑨敬重尊長。⑩愛惜物命，等十法。

①、何謂與人爲善？

先帝舜年輕的時候，在山東看漁人捕魚，看到魚藏豐富的靜水深潭，都被年輕力壯者爭相佔取，而老弱漁人，反被排斥於急流淺灘之處，而深感傷心，於是他也親自下水捕魚，凡是碰到了別人過來搶捕，他就故意讓人，而不抱怨。逢到有人把魚讓給他捕捉，就當面稱讚

【15. 行善妙方有十味】

並道謝。如此相處了一段時間，也就形成了禮讓的風氣。

試想，以舜之才智，那有不能用語言教人的道理？

而他卻不用言教，寧取身教，潛移默化轉移人心風氣，真是用心良苦。

因此說：爲人應儘量不拿自己的長處，去彰顯別人的弱點。不要故意表現自己的善心，去顯示別人的惡意。千萬不要以自己的聰明才智，去捉弄別人，折騰別人。應該儘量謙虛處世，見人有過，儘量寬恕。見人小善，也要表揚，則可對惡人形成一種沉默的抗議，也不會撕破惡人的面子，使惡人不敢放縱，也有改過的機會。

總之，念念不忘爲大眾著想，維護真理原則，即是

【15. 行善妙方有十味】

與人爲善。

①、何謂敬愛存心？

就一般人的行爲來看，君子與小人實在有點混淆不清，但若能留意一個人的存心正邪，則善惡就像黑白一樣的明白。因此說：「君子所以異於小人，僅在一念之差而已。」孟子也提到：「人所以異於禽獸幾稀？」

俗語說：「一樣米養百種人。」人雖有親疏貴賤，智拙賢愚之分，但萬品同體都是同胞，誰都應該互相敬重，敬愛眾人也等於敬愛聖賢，能了解眾人的立場，即合聖賢之道，因爲「聖人無常心，以百姓心爲心。」人若都能敬業樂群，安份守己，敬重別人，也珍重自己，

【15. 行善妙方有十味】

即是代天行道，敬重存心。

③、何謂成人之美：

一般來說，社會上持善之人較少，迷糊之人較多，而一般人又有坦護自己，排擠異群的劣根性，因此善人處於俗世，除非他能守正不阿，有破斧沉舟的勇氣決心，否則也很難立足。加以有意行善之賢達人士，言行都與世俗不同，心直口快，不善心機，不善於粉飾自己，以博取虛榮，因此見識不高的俗人，就常給他們不公道的指責，而達不到為善的目的。

因此說：仁人志士，長輩君子，應時加匡正輔助，以宏揚此等善士之功德，就像處理玉石之道一樣，任意

【15. 行善妙方有十味】

拋棄丟擲，就同互礫，若懂得加以琢磨，則就是寶貝。

因此，凡發現有人行善，其志可嘉，就應該設法給予扶助，以成人之美。

④、何謂勸人爲善？

凡人都有良知，只因人生旅途紛擾動盪，爲名爲利而使人沉淪墮落，因此與人相處，須時時提醒告戒他人，以解開迷惑。

韓愈說：「一時勸人以口，百世勸人以書。」爲人若能臨機應變，因材施教，做到不失人不失言，則就像解人煩惱，醒人惡夢一樣，是最好也最實惠的事。

⑤、何謂救人危急呢？

【15. 行善妙方有十味】

人生在世，難免都會有失敗與不幸的遭遇，當碰到別人遭到禍害之時，應當像自己碰到災難一樣，盡力給予協助，譬如拿話安慰，或發洩他的冤屈，或給予其他方式的接濟都可以。

古人說：「恩惠不在大，能救人緊急為貴。」是救人危急的大道理。

⑥、何謂興建大利？

就是協助建設公共設施，譬如開渠導水，條築堤防，修建橋樑、救濟貧困……等，有錢出錢，有力出力，都算興建大利。

⑦、何謂施財作福？

【15. 行善妙方有十味】

佛門萬種行持，以佈施爲第一，施就是捨，賢明之人內捨六根，外捨六塵，一切所有都可施捨，而不掛意。

一般人當然做不到此種境界，還把錢財看得比生死更重要，因此爲人若能看破人生，從最困難的施財做起，以利群生，廣積陰德，則內能去除自私吝嗇的劣根性，外能濟人之急難，則將大有助於修善行持。雖然初期會感到勉強，但慢慢就會感到心安理得，心曠神怡，而消除其他過失。

⑧、何謂護持正法？

正法即是佛法，佛法是萬物萬世的指標，沒有正法，則天地萬物將難予化育成長，難予脫離凡塵三界，難予

【15. 行善妙方有十味】

維護蒼生，救渡眾生。

因此，凡是見到佛堂、神廟、或經書典籍，皆應敬重並加愛護整理，至於宏揚正法，以報佛恩更要認真去做。

⑨、何謂敬重尊長？

就是尊重父母兄弟，長官上輩，凡是年高德重、長輩、上官都要敬重。

奉侍父母應柔聲下氣，必恭必敬。服務社會國家，也不可因為天高皇帝遠而放肆亂來。有刑於犯人時，不可作威作福。這些都是最關係陰德的，試看忠義之家，子孫沒有不綿延昌盛的，這是敬重尊長的道理。

【15. 行善妙方有十味】

④、何謂愛惜物命？

古人曾說：「愛鼠常留飯，憐蛾不點燈。」當然一般人很難做到此種境界。這只是提醒我們，必須維護人所俱的「有惻隱之心」。孟子所以說：「君子遠庖廚。」也是爲了養成人人皆有惻隱之心。因爲人生在世，求仁者盡在此心，積德者也憑此心。

因此說：爲人若不能斷肉持齋，也應當做到「自養者不食，見殺者不食，聞殺者不食，專爲我而殺者不食。」的四不食之修養，以培養慈悲心腸，增長福份智慧。

再說：古人煮繭以求絲織衣，今人種田除蟲以養人，衣食之源，樣樣動人惻隱之心。因此爲人一生，若

【15. 行善妙方有十味】

不知愛惜物命，珍惜勤儉，就跟造了殺生孽的過失一樣，至於手所誤傷，足所誤踐者，更是常見，都應當隨時防範，盡量避免。

總之，積善之方太多太多，難予一一例舉暢述，但只要能依此十項方法推廣修持，則萬種功德都能完成的。

謙

德

之

效

【謙受益，滿招損】

易經說：「上天對於驕傲自滿的萬事萬物，總是虧損他，以幫助謙虛之事物。地的道理也一樣，高處之山水，總要往下流，以添補低陷的地方。鬼神對於驕傲自滿的總要折損他，而庇護謙虛之人。人心也一樣，驕傲自滿者，必爲人所憎恨，惟有謙虛之人，才受人敬重。」

易經一書，掛著六十四條大原則，分述三百八十四條小道理，戒慎警惕之詞佔三分之二，只有謙卦之六條道理，全部是讚頌之詞，難怪俗語常說：「謙受益，滿招損。」

試看清寒之士，將發達成名之前，必都有一段謙容可掬之時光。

【恭敬溫馴，虛懷若谷】

辛末年，有同鄉十多人，上京赴考，其中以丁賓的年紀最小，但卻也最謙虛。

我告訴朋友說：「此人今年必中考。」

朋友說：「何以是得。」

我說：「惟有謙虛者必獲福。看他們一班人之中，只有他信實厚重，沒有輕浮的樣子；只有他恭敬溫馴，虛懷若谷，不跟人爭面子，也只有他受辱而能忍耐，聽到了毀謗而不辯；人的修養到了此種地步，天地鬼神都將保佑他，那有不發不中的道理。」到了發榜時，果然被料中。

還有浙江秀才憑開、山東冠縣趙光遠，以及夏建所

【慧眼一看，其福自至】

……等人，都於連考不中之後，大改初年驕傲自負的壞脾氣，而變成謙謙君子，然後考中的例子。

因為上天若擬賞賜其人，未發福之前，必先打開他的智慧，慧根一開，則虛華自實，淫威自斂，其福自至。

江陰有張晨巖，其人博學多才，頗有盛名，甲午年參加考試，結果名落孫山惱羞成怒，竟然大罵考官有眼無珠，當時有一道人在旁微笑，張君卻又牽怒此人。

道人就開口說：「必是你的文章不好吧！」

張盛怒說：「你又沒見我的文章，怎知不好？」

道人說：「聽人家說，寫文章必須心平氣和，現在看你破口大罵的樣子，心極不平，氣極不和，怎麼可能

【造命在天，立命在人】

寫出工巧的文章呢？」

張君不知不覺就屈服，轉而請教道人。

道人說：「考試也靠命運，命不該中，花再多的時間也無用處，必先改變自己。」

張問：「既然是命，又將如何改變？」

道人說：「造命在天，立命在人，本立而後道生。」

力行善事，廣積陰德，則人生沒有什麼求不到的事。」

張問：「我是貧窮之人，如何行善積德？」

道人說：「善事積德，都由心造，常存善心待人接物，則功德無量。譬如謙虛的修養風度，並不用花錢，你爲何不反省，責備自己不夠程度，不夠謙虛，而只責

【吉凶禍福·繫於一念】

怪考官呢？」

張君從此猛然醒悟，即刻日日行善，時時積德，到了丁酉年，有一次夢見了自己走到一棟高樓裡，撿到了一本開榜的名錄，但榜上卻有許多擦掉的空格，他好奇的問身邊的人說：

「這是什麼名冊？」

旁人答：「是今科錄取的名冊啊！」

又問：「爲何又刷掉了那麼多人呢？」

旁人答：「陰間三年就校正一次，須積德與無惡之人，才能榜上留名，空白處被擦掉之人，都是本來榜上有名，因爲剛做了刻薄的惡行，而被刷掉的。」又說：

【造化惟心，成敗在己】

「你三年來謹慎修身，可能會補得此缺，應該自愛。」
此年張君果然考取了第一〇五名。

由此看來，俗語說：「爲人莫作虧心事，舉頭三尺有神明。」是有原因的。

人生在世，吉凶禍福，如何趨避，確是繫於一念，人若能緊守一念之善，絲毫不得罪天地鬼神，謙虛的抑制自己，則天地鬼神必能時時照顧維護，以蔭我人福祉。

人若自驕自滿，持才傲物，持強逞能，不但沒有光明的前途，也成不了大器，就是有小小的福氣，也享受不了的。因此有智慧的人，明理的人，絕對不會自毀前程，自拒其福才對，何況也只有謙虛之人，才能容納別

【修身立命，貴須有恒】

人的教導，也才有人願意給他福慧，而受益無窮，這是一般人爲了生活所應俱備的觀念。

佛家有言：「求富貴得富貴，求功名得功名。」人能立志，像樹立根，立定向須念念不忘謙虛，處處與人方便，自然就能感動天地。因爲造化惟心，成敗在己。

孟子也說過：人若能擴充自己的德性，將各人祈求功名富貴的希望，推及於衆人，與人共享，與人同樂，則人生自必無憂無慮，和平安祥。

可惜一般人爲人處世，追求功名富貴，都只是一時高興，一廂情願而已，興之所至則行，意興闌珊則止，缺乏恒心，缺乏眼光。

【修身立命，貴須有恒】

因此說：凡人修身之命，必須有恒，立定志向，廣積陰德，加被十方，則命運也就拘束不了人。

【袁了凡居士傳】

袁了凡先生，名黃，字坤儀，江南吳江人。了凡之

先祖，贅嘉善姜氏，遂補嘉善縣學生。隆慶四年，舉於鄉。萬歷十四年，成進士，授寶坻知縣。後七年擢兵部職方司主事。會朝鮮被倭難，來乞師；經略（官名，掌一路兵民之事，權任甚重，在總督之上。）宋應昌奏了凡軍前贊畫（猶今之參謀也。）兼督朝鮮兵。提督（舊官制官名。清代於重要省分設提督，統轄全省水陸各軍，為武職最高之官。）李如松以封貢給倭，倭信之，不設備；如松遂襲破倭於平壤。（平壤，朝鮮安南道首邑，面江背山，形勢險要。）了凡面折如松，不應行詭道，虧損國體；而如松麾下又殺平民為首功，了凡爭之強。如松怒，獨引兵而東。倭襲了凡，

【袁了凡居士傳】

了凡擊卻之，而如松軍果敗。思脫罪，更以十罪劾了凡。而了凡旋以拾遺被議，（被忌者誣陷也。）罷職歸。居常善行益切，年七十四終。熹宗（天啓廟號。）朝，追敘征倭功，贈尙寶司少卿。了凡自爲諸生，好學問，通古今之務，象緯律算兵政河渠之說，靡不曉練。（先生博學尚奇，凡河洛理數，律呂，水利，兵備，旁及勾股，堪輿，星命之學，無不精密研求，富有心得，有兩行齋集歷法新書皇都水利評注八代文宗群書備考手批綱鑑行世。）其在寶坻，孜孜求利民。縣被潦，了凡乃濬三岔河，築隄以禦之。（寶坻屬於直隸之京兆，南臨渤海，西近白河，爲北方易受水患之地。）又令民居海岸植柳，海水挾沙上，遇柳而淤，久之成隄。治溝塍，

【袁了凡居士傳】

彭紹升撰

（界水之田塍也。）課耕種，曠土日闢。省諸徭役（省徭役，不使民從事義務工作也。）以便民。家不富而好施。居常誦持經咒，習禪觀，日有課程。公私遽冗，未嘗暫輟。著戒子文四篇行於世。夫人賢，常助之施，亦自記功行。不能書，以鵝翎莖漬硃逐日標曆本。或見了凡立功少，輒顰蹙。嘗爲子製冬襖，將買花絮。了凡曰：「絲綿輕暖，家中自有，何必買絮！」夫人曰：「絲貴花賤，我欲以貴易賤，多製絮衣，以衣凍者耳。」了凡喜曰：「若如是，不患此子無祿矣！」子儼，後亦成進士，終高要知縣。

袁了凡先生誠子文四篇，乃奉行感應篇功過格之骨

髓，其首曰「立命之學」。蓋數雖前定，命可轉移。勉人奮發，毋甘暴棄。故首之以立命，先開其端緒。凡人之不肯遷善者，皆自以為無過也。夫不止惡而行善，如注水於漏器，但見其損，不見其增；遂以為無效者，乃自誤也。故先曰諸惡莫作，次曰眾善奉行。若諸惡仍作，眾善奉行，則剛剛扯直。若諸惡仍作，數善略行，則自然見禍不見福矣！故其二曰「改過之法」。夫改過乃立命之下手第一著工夫也。世人未嘗無起信行善者，而往往局於常見，不合古人者多，故其三曰「積善之方」。積善一篇，論行善有真假、端曲、陰陽、是非、偏正、半滿、

【跋】

大小、難易之辨，可謂推闡盡致矣。故積善篇乃立命之正軌也。夫初學行善，如貧子驟穿華服，不免有驕矜之意。貢高我慢，薄視一切，錙銖天下。滿招損，謙受益，故終之以謙德之效。

夫謙虛則為善惟日不足，故謙德篇乃立命之克保有終也。文雖四大段，其實一篇也。此文如精金美玉，為明代鉅文，非僅泛常勸世文可比。茲敬重錄付梓，並加以詳細之註釋，為閱讀者之一助焉！

尤惜陰謹撰



積善



