

何謂難易？先儒謂克己①

須從難處克將去。夫

子論為仁，亦曰先難③。

必如江西舒翁④，捨二年

僅得之束脩⑤，代償官

銀，而全人夫婦；與邯鄲

張翁，捨十年所積之錢，

代完贖銀，而活人妻子，

皆所謂難捨處能捨也。

什麼叫做難行易行的善呢？從前有學問的讀書人，常說克制自己的言行和私欲，要從難除的地方先除起。孔子論為仁之道，也說要先從難的地方下功夫。一定要像江西舒老先生一樣，把兩年僅得的薪水，代這戶窮人，償還所欠公家的錢，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，捨棄他十年的積蓄，代付贖金，替一位窮人贖回他的妻子。像舒、張兩位老先生，都是在最難捨得的地方，竟然能夠捨得啊！

注釋

- ① 克己——約束克制自身的言行和私欲等，使之合乎某種規範。克，制勝也。
- ② 將——助詞，無義。
- ③ 先難——先做困難之事。
- ④ 翁——老年人的尊稱。
- ⑤ 束脩——乾肉，肉十條叫一束。古時候，學生第一次見老師，就用十條乾肉做禮物。
相傳下來，老師的薪水也叫束脩。

如鎮江靳翁，雖年老無子，不忍以幼女為妾，而還之鄰，此難忍處能忍也；故天降之福亦厚。凡有財有勢者，其立德皆易，易而不為，是為自暴。

①。貧賤作福皆難，難而能為，斯②可貴耳！

又江蘇鎮江的靳老先生，雖然年老沒兒子，他的窮鄰居，願把年輕的女兒許他做妾，但他仍不忍心誤她青春，還是把女子送還鄰居，這又是在很難忍的地方，卻能忍住的事啊！所以天賜這幾位老先生的福，也就特別的厚重。凡是有財富有權勢的人，要立功德，比平常人來得容易，但容易做，卻不肯做，這就叫「自暴」；而沒錢沒勢的窮人，要創造福份，都有很大的困難，難做到而能做，這才真是可貴啊！

注釋

- ① 自暴——言非禮義，謂之自暴。
- ② 斯——則。

第 ■ 三 ■ 篇

隨緣^{ㄌㄨㄟˊ ㄌㄩㄣˊ}濟眾^{ㄑㄩˊ ㄓㄨㄥˋ}，其類^{ㄑㄩˊ ㄌㄟˊ}至繁^{ㄓㄨㄟˋ ㄈㄢˊ}，約言^{ㄐㄩㄝˋ ㄩㄢˊ}其綱^{ㄑㄩˊ ㄍㄨㄥ}②，大約^{ㄉㄚˋ ㄑㄩˊ}有十^{ㄩㄢˊ ㄩˊ}：第一^{ㄉㄩㄝˋ ㄩˊ}、與人^{ㄩㄢˊ ㄩㄣˊ}為善^{ㄨㄟˊ ㄆㄩˊ}③；第二^{ㄉㄩㄝˋ ㄩˊ}、愛敬^{ㄞˊ ㄑㄩˊ}存心^{ㄘㄩㄣˊ ㄩㄣˊ}；第三^{ㄉㄩㄝˋ ㄩˊ}、成人^{ㄞˊ ㄩㄣˊ}之美^{ㄨㄟˊ ㄩㄣˊ}④；第四^{ㄉㄩㄝˋ ㄩˊ}、勸人^{ㄑㄩㄣˊ ㄩㄣˊ}為善^{ㄨㄟˊ ㄆㄩˊ}；第五^{ㄉㄩㄝˋ ㄩˊ}、救人^{ㄑㄩㄣˊ ㄩㄣˊ}危急^{ㄨㄟˊ ㄑㄩˊ}；第六^{ㄉㄩㄝˋ ㄩˊ}、興建^{ㄩㄣˊ ㄑㄩˊ}大利^{ㄉㄚˋ ㄌㄩˊ}；第七^{ㄉㄩㄝˋ ㄩˊ}、捨財^{ㄕㄞˊ ㄆㄩˊ}作福^{ㄗㄞˊ ㄆㄩˊ}；第八^{ㄉㄩㄝˋ ㄩˊ}、護持^{ㄑㄩˊ ㄑㄩˊ}正法^{ㄑㄩˊ ㄆㄩˊ}⑤；第九^{ㄉㄩㄝˋ ㄩˊ}、敬重^{ㄑㄩˊ ㄑㄩˊ}尊長^{ㄑㄩˊ ㄑㄩˊ}；第十^{ㄉㄩㄝˋ ㄩˊ}、愛惜^{ㄞˊ ㄑㄩˊ}物命^{ㄨㄟˊ ㄆㄩˊ}。

為人處事，遇到機緣，就去做救濟眾人的事。這種救濟眾人的類別很多，簡要說，它的重要項目有十種：第一是幫助他人做善事。第二是心存敬重慈愛的心。第三是成就別人，把好事做成功。第四是勸人多行善。第五是在危急之時救人。第六是興建對人民有大利之事。第七是施捨財物，創造福份。第八是全力保護扶持正法。第九是敬重尊長。第十是愛惜有生命之物。（以上所說的十種，僅是概略說明，下面是分別舉例）

注釋

① 隨緣——佛家語。應其緣而作，稱隨緣。另說隨其機緣，不加勉強。緣，言人的心識，攀緣於一切之場界也。

② 約言其綱——約略言其綱要。綱，原指提網的大繩子，大綱拉起，細目便張列開來，故綱又指事物的主體。

③ 與人為善——有二個意思，一是偕同別人一起做善事，一是幫助別人做好事。與，幫助、偕同。

④ 成人之美——幫助別人把好事做成功。成，成全、幫助。美，美好。

⑤ 護持正法——保護扶持佛教正大光明的法。

何謂與人為善？昔舜在雷澤
 ①，見漁者②皆取深潭厚澤
 ③，而老弱則漁於急流淺灘
 之中，惻然哀之。往而漁
 焉，見爭者，皆匿⑤其過而
 不談；見有讓者，則揄揚⑥
 而取法之。暮年⑦，皆以深
 潭厚澤相讓矣！夫以舜之明
 哲⑧，豈不能出一言教眾人
 哉？乃不以言教而以身轉⑨
 之，此良工⑩苦心也。

什麼叫做助人為善呢？從前虞舜在雷澤湖邊，看見捕漁的人都到湖水深處捉魚；而那些年老體弱的漁夫，則在水流湍急或湖水淺的地方捉魚，舜看見這種情形，內心同情哀憐他們。就想了一個方法，自己也下去捉魚。看見那些喜歡搶奪的人，都把他們的過失遮瞞起來，不對外談論；看見那些比較謙讓的漁人，便到處稱讚他們，並且效法他們。就這樣過了一年，大家都把水深水多的地方讓出來。像舜那樣聰明的人，豈有不能說幾句中肯的話，來教化眾人，（而一定要親自參與呢？）要曉得舜不用話來教化眾人，是要拿自己做榜樣，使人見了，覺得慚愧而改變自私心理，這真是一個用心良深的人，所費的苦心啊！

注釋

- ① 雷澤——湖名，在山東省。
- ② 漁者——捉魚的人。
- ③ 厚——深也。
- ④ 惻然——憂傷，悲痛。
- ⑤ 匿——隱藏。
- ⑥ 揄揚——宣揚。
- ⑦ 朞年——滿一年。朞，音ㄐㄧ。
- ⑧ 明哲——猶言明智，謂洞察事理。
- ⑨ 轉——拿己身做榜樣，使旁人看了，轉變他們的心意。
- ⑩ 良工——本是好工人，能做出好東西。這裏指舜能把壞人改好，譬如好工人，把東西改好一樣。

吾輩處末世^①，勿以己之
長而蓋^②人，勿以己之善
而形^③人，勿以己之多能
而困^④人。收斂才智，若
無若虛，見人過失，且涵
容^⑤而掩覆^⑥之。

我們處在這個人心、風俗敗壞的時代，不要用自己的長處，去壓制旁人；不可用自己的善，去對比旁人的不善；不可因自己能力強，便來難倒旁人，使人處於困境險地。要收斂自己的才智，就像沒有才幹聰明一樣。看到別人有過失，姑且包容他、袒護他。

注釋

- ① 末世——近於衰亡的時期。亦指人心日壞，風俗日薄的時代。或稱佛法的末法時期。
- ② 蓋——勝過、壓倒。
- ③ 形——對照。如「相形見絀」。
- ④ 困——使旁人難受。
- ⑤ 涵容——包容。
- ⑥ 掩覆——遮蓋、袒護。

一則令^①其可改，一則令其所顧忌^②而不敢縱^③，見人有微長^④可取，小善可錄，翻然^⑤舍己而從之；且為豔稱^⑥而廣述之。凡日用間，發一言，行一事，全不為自己起念，全是為物立則^⑦；此大人^⑧天下為公之度^⑨也。

像這樣，一方面使他有改過的機會，另一方面可使他有所顧慮畏忌而不敢放肆。看到旁人有一些小長處可學，小善行可記，便立刻改變自己的主見，學習他的長處，並且用華麗的文辭稱讚他，替他廣為傳揚。一個人在日常生活中，講一句話，做一件事，全不為一己之私的念頭，而是要為社會大眾立出一種法則來，這才是德高望重的大人，把天下當成是公的度量啊！

注釋

- ① 令——讓也。
- ② 顧忌——指人的說話行事有所顧慮畏忌。
- ③ 縱——放肆。
- ④ 微長——小善。
- ⑤ 翻然——改變的樣子。
- ⑥ 豔稱——稱讚得非常好聽。豔，指文辭華麗。
- ⑦ 爲物立則——爲眾人立下法則榜樣。物，人也。
- ⑧ 大人——道德高或職位高的人。
- ⑨ 度——度量。

何謂愛敬存心？君子與小人，就形迹^①觀，常易相混，惟一點存心處，則善惡懸絕^②，判然^③如黑白之相反。故曰：「君子所以異於人者，以其存心也。」君子所存之心，只是愛人敬人之心。

什麼叫做愛敬存心呢？君子與小人，從外表看來，時常容易混淆，不過從存心之處來比較，則善惡相差極遠，他們的區別，就像黑白絕對相反。所以孟子說：「君子所以和常人不同的地方，就在他們的存心啊！」君子所存的心，只有愛人敬人的心。

注釋

- ① 形迹——行動迹象，就是外表。
- ② 懸絕——相差極遠。懸，遙遠。
- ③ 判然——大不相同。判，分離、區別。

蓋人有親疏貴賤，有智愚賢不肖①；萬品②不齊，皆吾同胞，皆吾一體，孰非當敬愛者？愛敬眾人，即是愛敬聖賢；能通③眾人之志④，即是通聖賢之志。何者？聖賢之志，本欲斯世斯人，各得其所⑤。吾合⑥愛合敬，而安一世之人，即是為聖賢而安之也。

因為人有親近、疏遠、尊貴、低微之分；也有聰明、蠢笨、賢能、不賢之別，千千萬萬不同的種類，都是我的同胞，都和我一樣有生命，哪一個不該愛他敬他呢？愛敬眾人，就是愛敬聖賢。能夠明白眾人的心意，就能明白聖賢的心意。為什麼呢？因為聖賢本就希望世上的人，都能安居樂業。我們應該處處愛人，處處敬人，使世上的人平安幸福，那就可說是代替聖賢，使這世上人人都能平安快樂了。

注釋

- ① 不肖——原指子不似父，不似其先，故曰不肖。今則指不正派之意。肖，似也。
- ② 品——事物的種類或等級。
- ③ 通——明白。
- ④ 志——志向。
- ⑤ 各得其所——每個人或每個事物都能得到適當的位置。所，處所、位置。
- ⑥ 合——應當、應該。

何謂成人之美？玉之在石，抵擲①則瓦礫②，追琢③則圭璋④；故凡見人行一善事，或其人志可取而資⑤可進，皆須誘掖⑥而成就⑦之。或為之獎借⑧，或為之維持⑨；或為白其誣⑩而分其謗⑪；務使之成立而後已。

什麼叫做成人之美呢？舉例來說，若把一塊裏邊有玉的石頭，隨便扔棄，那麼這塊玉石不過和瓦片小石一樣，一文不值了。若好好加以雕刻琢磨，那麼這塊玉石，就成了像圭璋一樣貴重的玉器了。（人亦是如此），看到旁人做一件善事，或是這個人立志向上，而資質足以造就的話，都應好好引導他、扶助他，使他成為有用之材；或是勉勵他、推重他，或是維護他、扶持他；若有人冤枉他，就替他辯白冤屈，來分擔他被人惡意的毀謗，務必使他立身社會，這才算盡了我的心。

注釋

- ① 抵擲——扔也。抵，擲也。
- ② 礫——音ㄉㄛˋ，小石子。
- ③ 雕琢——雕琢。追，雕刻，同「琢」字。
- ④ 圭璋——音ㄍㄨㄟ ㄓㄨㄤ，貴重的玉器。圭，古代帝王、諸侯舉行隆重儀式時所用的玉製禮器，上尖下方。璋，古代朝聘、祭祀、喪葬、發兵，用以表示瑞信之物。其形猶如圭之上端，斜削去一角，形制大小厚薄長短，因所事不同而異。
- ⑤ 資——資質。一說「資助」。
- ⑥ 誘掖——引導和扶助。在前引導曰「誘」，在旁扶持曰「掖」。掖，音ㄧㄝˋ。
- ⑦ 成就——作出成績，完成。
- ⑧ 獎借——勉勵推重。
- ⑨ 維持——迴護。指在他有困難的時候幫助他，使他能安心於學業和道業。
- ⑩ 白其誣——辯白冤屈。白，辯白，使冤屈得以昭雪。誣，音ㄨ，加罪於無辜，即冤屈之意。
- ⑪ 分其謗——分擔他所受到的毀謗。

大抵^①人各惡其非類^②，
鄉人之善者少，不善者
多。善人在俗，亦難自
立。且豪傑錚錚^③，不甚
修形迹^④，多易指摘^⑤；
故善事常易敗，而善人常
得謗；惟仁人長者，匡^⑥
直而輔翼^⑦之，其功德最
宏^⑧。

大概一般人，都會厭惡與他不同類的人。鄉裏善的人少，不善的多，所以善人處在世俗裏，也很難自立。況且豪傑剛正不屈，具有聲名，不注意修飾外在言行，容易遭世俗之人批評；所以做善事常常容易失敗，而善人也常遭人毀謗。只有仁人長者，才能糾正那些邪惡的人，使他們改邪歸正；幫助善人，使其成立，這種功德，實在是最大的。

注釋

① 大抵——大概。

② 非類——不同類。

③ 錚錚——音ㄗㄨㄥ ㄗㄨㄥ，有聲名，稱爲「錚錚」。原形容金屬、玉器等相撞擊的聲音。

後漢光武帝稱讚劉盆子爲「鐵中錚錚」，就是與常人不同的意思。

④ 形迹——行動迹象，或指外在的行爲、外在的儀表。

⑤ 指摘——指出、挑出缺點錯誤。摘，揭露、舉發。

⑥ 匡——匡正。

⑦ 輔翼——輔助也。「翼」亦輔助之意。

⑧ 宏——大也。

何謂勸人為善？生為人
類，孰無良心？世路役役
①，最易沒溺②。凡與人
相處，當方便提撕③，開
其迷惑。譬猶長夜大夢，
而令之一覺④；譬猶久陷
煩惱，而拔之清涼，為惠
最溥⑤。

什麼叫勸人為善呢？出生為人，誰沒有良心呢？只因汲汲於追逐名利，弄得在世上忙碌不堪，那就最容易墮落了。所以與人往來相處，應隨時扶助他、提拔他，開啟他的迷糊疑惑。譬如長夜做夢，一定要叫喚他，使他清醒；又譬如長久陷於煩惱裏，一定要拉拔他，使其頭腦轉為清涼。這樣待人以恩，功德最為廣大普遍了。

注釋

- ① 役役——有勞作不息與奔走鑽營兩種意思。本文指忙碌地追求名利。
- ② 沒溺——沈入水裏，引申為淪落的意思。沒，音ㄇㄛˋ。
- ③ 提撕——扶助、振作。「撕」同「攜」，音ㄊㄧ，提攜，提拔也。
- ④ 覺——音ㄐㄩㄝˊ，夢醒。如「十年一覺揚州夢」。
- ⑤ 溥——音ㄊㄨㄥˇ，廣大、普遍，如「溥天之下」。

韓愈①云：「一時勸人以口，百世勸人以書。」較之與人為善，雖有形迹，然對證②發藥，時有奇效，不可廢也；失言失人③，當反④吾智。

韓愈曾說：「以口勸人，只在一時（即指當世）；以書勸人，則可傳到百世。」這二種和「與人為善」相比較，雖然多了些外在的形式，然而對症下藥，常有特殊效果，這種方法也是不可廢棄的。（譬如這個人不可用話來勸，你卻用話去勸，這就是白勸，也就是失言；若這人可用話來勸，你卻不勸，錯過勸人為善的機會，這叫失人。）失言或失人，都該自己反省檢討。

注釋

- ① 韓愈——唐宋古文八大家之首，人稱韓文公。
- ② 證——病況。通「症」字。
- ③ 不可與言而與之言，失言。（不值得和他講話，却和他說話，等於是浪費脣舌）
可與言而不與言，失人。（可以和他講話，使其有向善機會，却不跟他說話，便錯過了勸人爲善的機會）。
- ④ 反——反省。

何謂救人危急？患難顛沛
 ①，人所時有。偶一遇之
 ，當如恫瘝②之在身，速
 為解救。或以一言伸③其
 屈抑④；或以多方濟其顛
 連⑤。崔子⑥曰：「惠不
 在大，赴人之急可也。」
 蓋仁人之言哉！

什麼叫做救人危急呢？人事困頓、社會動亂的情形，是人常遇到的。偶然碰到這種人，應該看待他的痛苦，就如在自己身上一樣，趕快設法解救。或是用話幫他申辯冤屈壓抑，或是用各種方法救濟他的困頓、苦難。崔先生曾說：「恩惠不在乎多大，只要旁人危急，能趕快去幫助他，就可以了。」這真是仁人的話呀！

注釋

① 顛沛—傾覆，仆倒。本指樹連根拔起而倒仆，因此用以形容人事困頓、社會動亂。

② 恫瘝在身—把百姓的疾苦，當作自己身上的病痛一樣看待。恫、瘝，音ㄉㄨㄥˋ ㄩㄢˋ

。恫，痛苦也；瘝，病也。

③ 伸—申理，使受屈得到平反，如伸冤。

④ 屈抑—冤屈壓抑。

⑤ 顛連—困頓、苦難。一說連續的顛沛流離。

⑥ 崔子—可能指明朝的崔銑（音ㄘㄩㄣˋ ㄒㄩㄢˋ），是河南安陽人，明孝宗弘治十八年中進

士。

何謂興建大利？小而一鄉之內，大而一邑①之中，凡有利益，最宜興建；或開渠②導水，或築堤防患；或修橋梁，以便行旅③；或施茶飯，以濟飢渴；隨緣勸導，協力興修，勿避嫌疑④，勿辭勞怨。

什麼叫做興建大利呢？小的如在一個鄉之中，大的如在一個縣之內，凡是有益公眾的事，就應該興建；或是開闢水道來灌溉農田，或是建築堤防，預防水災；或是修築橋梁，方便來往的旅客；或是施送茶飯，救助飢餓口渴的人；隨時碰到機會，都要勸導大家，同心協力來興建；（縱然有人暗地毀謗中傷）不要為了怕被懷疑就不去做；也不要怕辛苦，擔心別人妒忌怨恨，就推托不做。

注釋

- ① 邑——城市。大曰都，小曰邑。
- ② 渠——音くゝ，溝渠、濠溝。也指人工開鑿的水道。
- ③ 行旅——來往的旅客。
- ④ 嫌疑——因事牽連而被懷疑。

何謂捨財作福？釋門①萬
 行②，以布施③為先。所
 謂布施者，只是捨之一字
 耳！達者④內捨六根⑤，
 外捨六塵⑥，一切所有，
 無不捨者。苟非能然，先
 從財上布施。

什麼叫作施捨財物，創造福份呢？佛門裏的萬種善行，以布施最為重要。說到布施，就只有一個「捨」字。真正明白道理的人，什麼都肯捨；如自己身上眼、耳、鼻、舌、身、意，沒有一樣不肯捨掉。身外的色、聲、香、味、觸、法，也都可以捨棄。一個人所有的一切，沒有一樣不能捨掉。若是不能做到什麼都捨，那就先從錢財上開始布施起。

注釋

① 釋門——佛門。

② 萬行——指所做的種種善事，善事極多，故以「萬」字包括。一說佛陀教導人修行的方法很多，所以叫「萬行」。

③ 布施——就是放下、就是捨，愈捨愈自在。

④ 達者——明白道理的人。

⑤ 六根——眼、耳、鼻、舌、身、意。意，念頭。

⑥ 六塵——色、聲、香、味、觸、法。法，是在意思裏，所想得到的一切事情，一切東西，像喜歡的、討厭的、要的、不要的、好的、壞的，種種所轉得到的胡思亂想。人的心地，本來清淨，就爲了這六塵，把一個人的心，弄得胡思亂想，不清不淨所以叫「塵」。

世人以衣食為命，故財為最重。吾從而捨之，內以破吾之慳①，外以濟人之急；始而勉強②，終則泰然③，最可以蕩滌④私情，祛⑤除執吝⑥。

世人視穿衣吃飯，像生命一樣重要；因此，錢財的佈施最為重要。如果我能痛痛快快地施捨錢財，在內可以打破我小器吝嗇的毛病，對外可以救濟旁人的急難。（不過錢財仍是不易看破），起初做起來會有些勉強，最後捨慣了，心中自然安逸，也就沒什麼捨不得了。如此最容易消除貪念私心，也可去除對錢財的執著與吝嗇。

注釋

- ① 慳—音くろ，意與「吝」通。吝惜、吝嗇。
- ② 勉強—力量不足，仍要強行。
- ③ 泰—本為《易經》卦名，指天地交而萬物通也。引申為通暢、安寧。
- ④ 蕩滌—沖洗，清除淨盡。
- ⑤ 祛—音くろ，除去。
- ⑥ 執吝—執著與吝嗇。

何謂護持正法^①？法者，
 萬世生靈^②之眼目也。不
 有正法，何以參贊^③天地
 ？何以裁成^④萬物？何以
 脫塵離縛^⑤？何以經世^⑥出
 世^⑦？故凡見聖賢廟貌，
 經書典籍，皆當敬重而修
 飭^⑧之。至於舉揚正法，
 上報佛恩，尤當勉勵。

什麼叫護持正法呢？法是千萬年
 來生命的眼目，如果沒有正法，
 如何能夠參與幫助天地造化之功
 呢？如何使得各式各樣的人與
 物，都像裁布成衣那樣的讓他成
 功呢？怎樣可脫離人世間的束縛
 呢？如何治理世事，和看輕世俗
 名利呢？所以凡看到聖賢的寺廟
 圖像、經典、遺訓，都應當敬
 重，並且予以修補整理。至於傳
 播宣揚佛門正法，才可上報佛
 恩，這些都應該全力去實踐的。

注釋

- ① 正法——大聖大賢以真實智慧親證之法，如儒佛大法。
- ② 生靈——生命或人民。
- ③ 參贊——參與其謀，贊理其事。
- ④ 裁成——剪裁成就。
- ⑤ 脫塵離縛——脫離塵世的束縛。塵，六塵。縛，我們凡夫全被「六塵」束縛住，有了正法，纔可脫離束縛。
- ⑥ 經世——治理世事。經，治也。
- ⑦ 出世——宗教徒以人間世為俗世，看輕世俗名利，稱出世。
- ⑧ 修飭——裝飾整理。飭，整頓、整治。
- ⑨ 舉——擎，向上托起。「舉」字，是敬重佛的意思，要把正法抬高起來宣傳。

何謂敬重尊長？家之父兄，國之君長，與凡年高、德高、位高、識高者，皆當加意奉事。在家而奉侍父母，使深愛婉容②，柔聲下氣③，習以成性④，便是和氣格天⑤之本。

什麼叫敬重尊長呢？家裏的父親、兄長，國家的君王、長官；以及凡是年歲、道德、地位、見識高的人，都應格外用心謹慎侍奉。在家奉侍父母，要有深愛的心與和順的容貌；而且聲要柔和，氣要平順；這樣日久薰染成性，這就是和氣可以感動天心的根本辦法。

注釋

- ① 加意——注意、留意。
- ② 婉容——和順的容色。禮祭義篇：「孝子之有深愛者，必有和氣；有和氣者，必有愉色；有愉色者，必有婉容；……」。
- ③ 下氣——態度恭順。「柔聲下氣」與「下氣怡聲」同，即聲氣和悅，恭順的樣子。
- ④ 習以成性——習性培養成了。
- ⑤ 格天——感動於天。格，感通也，有感於此而通於彼。

出而事君，行一事，毋謂
君不知而自恣^①也。刑^②
一人，毋謂君不知而作威
^③也。事君如天，古人格
論^④，此等處最關陰德。
試看忠孝之家，子孫未有
不綿^⑤遠而昌盛者，切須
慎之。

出門在外，伺候君王，做一件事，不可以為君王不知道，自己就可以聽任放縱呀！辦一個犯罪的人，不可以為君王不知道，就濫用權勢冤枉人呀！服侍君王，像面對天一樣的恭敬，這是古人所訂的規範，這個地方關係陰德最大。你們看忠孝人家，子孫沒有不發達久遠，而且前途興旺的，所以一定要謹慎小心地去做。

注釋

- ① 恣——音ㄗ，縱、聽任。
- ② 刑——處罰。
- ③ 作威——妄自尊大，濫用權勢。
- ④ 格論——議論可作為榜樣。格，法式、標準。
- ⑤ 綿——連續不斷。

何謂愛惜物命？凡人之所以為人者，惟此惻隱①之心而已；求仁者求此，積德者積此。周禮②「孟春③之月，犧牲④毋用牝廚⑤」，所以全吾惻隱之心也⑥。

什麼叫愛惜物命呢？人之所以稱之為人，就是因為他有這一片同情之心罷了。求仁的人，就是求這一片同情之心；積德的人，也是積這一片同情之心。周禮上曾說：「每年正月時，（正是生畜容易懷孕期間）祭品勿用母的。（以防傷害牠們肚裏的胎兒）」孟子說：「君子要遠離廚房」，就是要保全惻隱之心。

注釋

① 惻隱——見人遭遇不幸，而內心有所不忍。惻，憂傷、悲痛。隱，憐憫。

② 周禮——周公所訂，包括一切典章制度，後來各朝代的制度，大半依照周禮加以修
改而成。

③ 孟春——正月。孟，初也，始也。春季中第一個月叫孟春，即正月。

④ 犧牲——供祭祀用的純色全體牲畜。牛、羊、豬叫牲。色純叫犧。

⑤ 牝——音ㄉㄨㄣˋ，母的。

⑥ 遠庖廚——遠離廚房，表示對殺生之處心有不忍。禮記玉藻有「君子遠庖廚，凡有
血氣之類，弗身踐也。」句。遠，音ㄩㄢˇ，遠離。庖廚，廚房。庖，音
ㄅㄠˊ，廚房。

故前輩①有四不食之戒，
謂聞殺不食、見殺不食、
自養者不食、專為我殺者
不食。學者②未能斷肉，
且當從此戒之。

所以老一輩有四種肉不吃的禁戒，譬如說聽到動物被殺的聲音時，不吃；看見殺生的場景，不吃；自己養大的，不吃；專門為我而殺的，不吃。後輩的人，（若要學老一輩的仁慈心），一時做不到斷食葷腥，也應依照老一輩的辦法，禁戒少吃。

注釋

①前輩——老一輩、先進。

②學者——指後輩的人。即想要學習老一輩四不食之戒的人。

漸漸增進，慈心愈長。不特①殺生當戒，蠢動含靈②，皆為物命。求絲煮繭，鋤地殺蟲，念衣食之由來，皆殺彼以自活。故暴殄③之孽，當與殺生等④。至於手所誤傷，足所誤踐⑤者，不知其幾，皆當委曲⑥防之。

（雖一時做不到不吃肉），也應逐漸減少食肉，這樣慈悲心就會愈來愈增加。不但殺生要戒，就是那些極小，不論蠢的靈的，凡有生命的，都應禁止傷害他們的性命。像取絲做衣服，就要把蠶繭放在水裏煮，（那要傷害多少靈的性命；）耕地種田，要殺害地下多少蟲的生命，想想我們所穿所吃的來源，都是殺害他們的生命，來養活我們自己。所以糟蹋糧食的罪孽，其實與殺生的罪孽是相等的。至於隨手誤傷，腳下誤踏而死的，又不曉得有多少，這都應要小心預防。

注釋

- ① 特——只。
- ② 蠢動含靈——愚笨但會動的，以及含有靈性的，這兩種都是有生命的小東西。
- ③ 暴殄——任意殘害天生萬物。殄，音去_ㄩ，滅絕。
- ④ 等——相同。
- ⑤ 踐——踩也、踏也。
- ⑥ 委曲——有二意，一為婉轉曲折的情形，如委曲詳盡；一為心意得不到伸展，如委屈。此處有要委婉、小心之意。

古詩①云：「愛鼠常留飯，憐蛾不點燈。」何其仁也！善行無窮，不能殫述；由此十事而推廣之，則萬德可備矣！

古時蘇東坡有首詩說：「愛鼠常留飯，憐蛾不點燈。」（擔心老鼠餓死，所以為老鼠留些飯；哀憐蛾撲到燈上燙死，所以不點燈）這是多麼仁厚悲慈呀！善事無窮盡，無法詳細說完；只要從這十件事推廣出去，那麼所有的功德都全備了。

注釋

- ① 古詩——此處「古詩」非指詩之體裁，如近體詩等之類，乃指古代有這樣的一首詩。
- ② 殫——音勿弓，詳細完全。

