

# 齊家之道

光吉 · 閑篤 · 芬德 · 日白 · 煩治 · 遺拾

## 目錄

。識依不智依、四 。語依不義依、三 。經義了不依不 經義了依、二 。人依不法依，一 ；法依四



- 五〇一 不虧本的買賣
- 五〇二 養生術
- 五〇三 仁心愛物
- 五〇四 心和自有靈神祐
- 五〇五 常向吉中行
- 五〇六 公道神明
- 五〇七 終身不再醉
- 五〇八 心中的園林
- 五〇九 願無施勞
- 五一〇 清風古今
- 五一一 必須愛惜物力
- 五一二 養德 養壽 養神 養氣
- 五一三 學文不如體會
- 五一五 多為人設想
- 五二〇 無好人

## 不虧本的買賣

拾遺

人讀書求學時，並不知道將來能否飛黃騰達。即使將來不能飛黃騰達，也不可以不讀書、不求學。一旦拿定主意，即使考不中科舉，也得了學問，這是不虧本的買賣。

世人都稱讚愚兄會讀書。但捫心自問，胸中有多少學問？不過是從經典東挪西借，抄抄改改、修修補補，以此沽名釣譽、欺騙世人耳目而已！是讀書人對不起書，不是書本對不起人。

有人問沈近思侍郎，救貧最好的辦法是什麼？沈侍郎說：「讀書。」這個人認為他迂腐，其實沈侍郎並不迂腐。與其東西奔走，求人求官，耗費耽誤學業，又喪失人品，歸來時又一無所得，不如優遊於書史中，不求有所得，而好處就在眼前！

相信沈侍郎這句話，就能富貴；不相信，就貧賤終身。全在個人有沒有如此見識和決心，忍耐持恆而已。

（見清代鄭板橋〈濰縣寄舍弟墨第四書〉）

## 養生術

治煩

關中隱士駱耕道，嘗言：修養之士，當書〈月令〉，置坐左右。

夏至宜節嗜慾，冬至宜禁嗜慾。蓋一陽初生，其氣激矣。如草木萌生，易於傷伐，故當禁之，不特節也。且嗜慾，四時皆損人，但冬夏二至，陰陽交爭之時，尤損人耳。

馬永卿曰：不獨〈月令〉如此，唐柳公牟八十，有強力，人問其術？對曰：吾平生未嘗以脾胃，熟生物、暖冷物，以元氣佐喜怒。

此亦可為座右銘也。（宋趙善璵《自警篇》）

宋代隱居關中的名醫駱耕道，曾說：「志在修養道德的人，應寫〈月令〉，當座右銘。夏至要節制貪欲，冬至必須嚴禁貪欲。因為冬至時，地裡冒出的陽氣，還很微弱，草木雖萌芽了，卻容易損傷。所以貪欲不僅要節制，更應禁止。其實人的貪欲，四時都會傷害人，尤其在冬至、夏至，陰陽交替，冷熱變化不定時，更容易患病傷身。」

南宋馬永卿認為，除了〈月令〉有此說，唐代的柳公度，八十多歲，腳力還很強健，有人請教養生術，他說：「我的脾胃，不曾吃未熟而生冷的食物。我的元氣，不曾受喜怒擾動。」柳公度這番話，也能奉為座右銘。

## 仁心愛物

白日

「曹武惠王，國朝名將，勳業之盛，無與為比。嘗曰：『自吾為將，殺人多矣。然未嘗以私喜怒輒戮一人。』其所居堂屋敝，子弟請加修葺，公曰：『時方大冬，墻壁瓦石之間，百蟲所蟄，不可傷其生。』其仁心愛物，蓋如此。」

（宋趙善璿《自警篇》）

武惠王曹彬，北宋的名將，創下偉大的功業戰績，沒人比得過他。他曾經說：「自從我當了將領，殺了很多人，然而從來沒有因為自己的喜怒而隨意殺一個人。」

他住的堂屋舊了，家裡子弟請求修理，曹彬說：「這個時節正值寒冬，牆壁與瓦石之間，有許多蟲子在這裡冬眠，不可以傷害牠們的生命。」他憐愛生靈的仁慈心，就是這樣啊！

## 心和自有靈神祐

白日

「昔先猷，以子弟喻芝蘭玉幹，生於階庭者，欲其質之美也。又謂之龍駒鴻鵠者，欲其才之俊也。質既美矣，光耀我族。才既俊矣，榮顯我家。豈有偷取自安而忘家族之庇乎？漢有兄弟焉，將別也，庭木為之枯；將合也，庭木為之榮。則人心之所叶者，神靈之所祐也。」（北宋黃庭堅《家戒》）

從前先賢，以長在階庭前的「芝蘭玉樹」比喻子弟，希望子弟品行美好。又以「駿馬鴻鵠」形容子弟，希望子弟才能傑出。品行美好，可以光耀宗族；才能傑出，可以榮顯家庭。為人子弟，怎能只圖個人安逸而忘掉家族的庇護呢？

漢代有田真三兄弟，分家時，想將堂前的紫荊樹一分為三，樹因此枯萎。隔天，田真見到枯萎的紫荊樹，大驚說：「樹木本同根，要被砍成三分，所以憔悴。人還不如樹嗎？」兄弟和合不分了，紫荊樹也轉為繁茂。可知人心若和協，神靈也祐護。

## 常向吉中行

白日

「見過所以求福，反己所以免禍。常見己過，常向吉中行矣！自認不是，人不好再開口矣！非是為橫逆之來，姑且自認不是。其實人非聖人，豈能盡善？人來加我，多是自取，但宜反求，道理自見。如此，則吾心愈細密，臨事愈精詳。一番經歷，一番進益，省了多少氣力，長了多少識見。小人所以為小人者，只是別人不是而已。」（明代高攀龍《高子遺書·家訓》）

明代高攀龍說，能見自己過錯，可以求福。反省自己過錯，可以免禍。如此則常走向吉祥的大道上了。能自己認錯，人就不好開口再說了。對方若不是故意蠻橫的指責，那就姑且自己認錯。

其實凡人不是聖人，怎能完善無缺？他人對我們的指責，大多是自己招致的。只要肯自我反省，就能明白其中的道理。如此改過反省，我的心思愈細密，遇事考慮愈精詳，經過一番經歷，便有一番進益，省了多少精力，長了多少見識。

小人之所以為小人，只因僅見到別人的不是罷了。

## 公道神明

治煩

「韓魏公，尤知命，每誡其子曰：窮達禍福，固有定分。枉道以求之，徒喪所守，慎勿為也。余以孤忠，自信未嘗有夤緣憑藉，而每遭人主為知己，今忝三公所恃者，公道與神明而已矣，焉可誣哉。其自守如此。」

（宋趙善璪《自警篇》）

北宋名相韓琦，善知天命，他曾告誡孩子說：每個人的富貴窮困，或遇災，或得福，各有一定的命分。若不是自己命分應得的，而以不合法的手段取得，最後所求無得，連本有的命分也會喪失，切記謹慎不可妄為！

我畢生堅守忠貞，未曾藉由私人關係而攀比仕途，而往往以此忠誠，蒙君上人主的信任。如今，我能任三公的職位，所憑恃的是公正道義，以及心神通明而已，這難道是可以欺瞞的嗎！韓琦自我的操守就是如此。

## 終身不再醉

白日

「蔡文忠公喜酒，飲量過人，既登第，通判濟州日，飲醇酎，注注至醉。是時太夫人年已高，頗憂之。一日，山東賈存道先生過濟，文忠館之數日，先生愛文忠之賢，慮其以酒廢學生疾，乃為詩〈示文忠〉曰：『聖君恩重龍頭選，慈母年高鶴髮垂；君寵母恩俱未報，酒如成病悔何追？』文忠矍然起謝之。自是，非親客不對飲，終身未嘗至醉。」（宋趙善瑋《自警篇·攝養》）

蔡齊，北宋真宗進士，諡文忠，嗜好喝酒，酒量超乎常人。考中進士之後，擔任濟州通判，常喝濃烈的美酒，以致常酩酊大醉。

蔡齊母親年歲已高，很為他擔憂。一天，山東名士賈存道，來濟州拜訪，蔡齊招待他數日。賈存道很愛惜蔡齊的賢德，擔心他因喝酒廢棄學識，招來疾病，於是寫了一首〈示文忠〉詩說：中狀元皇恩深重，慈母年高垂白髮；天子母恩還沒報答，若飲酒得了病將後悔莫及！

蔡齊見詩驚醒，起座感謝他。從此，若不是親近重要的客人，絕不舉杯共飲，終其一生都不曾再醉了。



# 齊家之道

## 心中的園林

德芬

范文正公在杭州，子弟以公有退志，乘間請治第洛陽，營園圃，以為佚老之地。公曰：人苟有道義之樂，形骸可外，况居室哉。吾今年踰六十，生且無幾，乃謀樹第治圃，顧何待而居乎？吾之所患，在位高而艱退，不患退而無居也。且西都士大夫園林相望，為主人者莫得常遊，而誰獨障吾遊者？豈必有諸己而後為樂耶？俸賜之餘，宜以贖宗族，若曹遵吾言，毋以為慮。（宋趙善璪《自警篇·居處》）

北宋范仲淹（諡文正公）任職杭州時，家中子弟們認為文正公有退隱的心意，乘機建請他在洛陽添置房舍，營建園林花園，作為日後養老的處所。

文正公說：「人如果在道義上得到樂趣，身體形貌都可置之度外，何況居住的房舍？我現在已經六十多歲了，沒有幾年好活，這時籌劃建屋整園，想想看還能住多久呢？」

我擔心的是職位愈高，愈難全身而退，倒不擔心退休後沒有房舍可住。而且洛陽城內士大夫們的園林，彼此相望，主人忙得沒時間來遊賞，誰能阻止我暢遊賞玩呢？難道一定要買下園林，做為自己的財產，才能遊樂嗎？

我的薪俸用不完的，應拿來周濟宗族鄉親。希望你們照著我的吩咐做，不要操心我退休後的居處。」

## 願無施勞

篤閑

陳忠肅公，有斗餘酒量，每飲不過五爵，雖會親戚間有歡適，不過大白滿引，恐以長飲廢事。每日有定課，自雞鳴而起，終日寫閱不離小齋，倦則就枕，既寤即興，不肯偃仰枕上。每夜，必置行燈於床側，自提就案。人或問：公何不呼喚使者？公曰：起止不常，若涉寒暑，則必動其念，此非可常之道，偶吾性安之，不欲勞人也。（見《宋名臣言行錄》）

北宋陳瓘，每次能喝一斗有餘的酒量，但每回飲酒不多於五杯。縱使和親戚相聚歡樂愜意，僅滿飲一大杯酒而止，唯恐飲酒過量荒廢正事。

陳瓘每日有用功的定課，自雞啼時起床，整日學習，書寫閱讀，不離書房。疲倦就上床小憩，睡醒便立即起身，不會貪睡賴床。

此外，陳瓘每晚皆放置燈籠於床邊，自己再提至桌案。有人問他：「爲何你不使喚下人提燈呢？」陳瓘說：「我夜裡的舉止不定，若在寒冷或炎熱時，必定會擾動下人起身的念頭，這並非長久之道。我偶爾如此也就習慣了，不願勞煩他人。」

## 清風古今

篤閑

「津己以廉，曰：惟士之廉，猶女之潔，苟一毫之黷污，為終身之玷缺。毋謂暗室，昭昭四知。汝不自愛，心之神明，其可欺？黃金五六駝，胡椒八百斛，生不足以為榮，千載之後有餘戮。波美君子，一鶴一琴，望之凜然，清風古今。」

（明代涂榜《宦遊日記·訓廉》）

讀書人的清廉，有如女子的貞潔，如果有絲毫的污點，便是一輩子的缺失。不要以為在隱蔽的屋內就可藏污納垢，「天知，神知，我知，人知」，天神、地祇、行賄者、貪污者，四者都是清清楚楚的。你若不愛惜自己，但內心的清明神智又怎能欺騙？五六隻駱駝馱的黃金，八百斛折抵俸祿的胡椒，在世時擁有這些財貨不足以使人光榮，千百年後卻會給後代子孫帶來無盡恥辱。

擁有美德的古君子，從政為官，只帶一隻鶴、一張琴，能讓人望而敬畏，而清廉的風範則古今傳誦。

## 必須愛惜物力

吉光

余往年撰聯贈弟，有「儉以養廉，直而能忍」二語。弟之直，人人知之；其能忍，則為阿兄所獨知。弟之廉，人人料之；其不儉，則阿兄所不及料也。以後望弟於「儉」字加一番工夫，用一番苦心。不特家常用度宜儉，即修造公費，周濟人情，亦須有一儉字的意思。總之愛惜物力，不失寒士之家風而已。莫怕寒村二字，莫怕慳吝二字，莫貪大方二字，莫貪豪爽二字，弟以為然否？

（《曾文正公家書·治家篇·致四弟》）

我往年撰寫對聯送老弟，有「儉以養廉，直而能忍」兩句話。

弟弟的耿直，人人都知道；你能忍耐，那就只有為兄一個人知道了。弟弟的廉潔，人人可以意料；而弟弟的不儉樸，那為兄是沒有意料到的。

以後希望弟弟在「儉」字上下一番工夫，用一番苦心。不但家裡的日常開銷要儉省，就是官府修建費用，周濟人情，也要有一個「儉省」的意思。

總之，愛惜物力，要不失去寒士的家風罷了。別怕「寒村」二字，別怕「慳吝」二字，別貪「大方」二字，別貪「豪爽」二字，我弟以為如何？

# 養德 養壽 養神 養氣

篤閑

「儉有四益：凡人貪淫之過，未有不生於奢侈者。儉則不貪不淫，可以養德，一益也。人之受用，自有劑量，省嗇淡泊，有長久之理，可以養壽，二益也。醉濃飽鮮，昏人神智，若蔬食菜羹，則腸胃清虛，無滓無穢，可以養神，三益也。奢則妄取苟求，志氣卑辱，一從儉約，則於人無求，於己無愧，可以養氣，四益也。」

（明代涂榜《宦遊日記·訓廉》）

節儉有四種益處：

一般人會有貪心淫逸的過失，多源自於追求奢侈。節儉則不會貪心、不會淫逸，可以培養品德，這是第一種益處。

一個人能享受的福祿果報，有一定的限量。如能節省儉約，淡泊名利，就掌握了長久生存的道理，可以安養壽命，這是第二種益處。

若常飲酒大醉，飽食山珍海味，會讓人的神智晦暗不明。如果食用蔬菜羹湯，則能清理腸胃，沒有渣滓污穢，可以休養精神，這是第三種益處。

追求奢靡，會使人肆意博取，胡亂謀求，失去高尚的志氣。生活一向節儉簡約，對人無所求，於己沒有羞愧，則可以長養志氣，這是第四種益處。

# 學文不如體會

德芬

「太傅東海王鎮許昌，以王安期為記室參軍，雅相知重。敕世子毗曰：『夫學之所益者淺，體之所安者深。閑習禮度，不如式瞻儀形。諷味遺言，不如親承音旨。王參軍人倫之表，汝其師之！』」（《世說新語·讚譽篇》）

西晉太傅東海王——司馬越，鎮守許昌的時候，任用王安期為記室參軍。司馬越素來對王安期信任賞識、多方尊重。司馬越訓勉兒子司馬毗說：

「從書籍中學得的，獲益很淺。在生活中體察實踐，安住心中的，較為深刻堅實。熟習書裡的禮制法度，不如仔細觀察生活中的各項禮節儀式。讀誦吟詠古德遺留的嘉言，不如體會稟受賢人所說的旨意。」

王參軍敦倫篤實，是人群的表率，你要以他為師，好好的學習！」

## 多為人設想

篤閑

「呂滎陽公，為人處事，皆有長久計，求方便之道。只如病中風人，口不能言，手不能書，而養疾者乃問所欲，病者既不能答，適足增苦。故滎陽公嘗教人，每事作一牌子，如飲食衣服寒熱之類，及常所服藥，常所作事。病者取牌子以示人，則可減大半之苦。凡公為人處事每如是也。」（宋趙善璿《自警篇·攝養》）

北宋呂希哲，官任司諫，平時做人處事，都會做好長遠打算，力求方便於他人。

就如照顧一位中風的病人，他無法言語、書寫，當照護的人問他想要什麼，病患不能回答，只是更增添他的痛苦而已。

因此，呂希哲曾教導照護的人，每件事情都做好一個牌子。例如飲食、衣服、冷熱，及日常服用藥物、例行事項等等。病患想要什麼，就拿什麼牌子，展示給照護的人，這樣可以大大減少溝通上的痛苦。

呂希哲在做人處事上，大概都是如此，總會為對方設想。

## 無好人

德芬

「呂滎陽公希哲，嘗言：世人喜言『無好人』三字者，可謂自賊者也。包孝肅尹京時，民有自言：『以白金百兩寄我者，死矣。予其子，其子不肯受。願召其子予之。』尹召其子，辭曰：『亡父未嘗以白金委人也。』兩人相讓久之。」

公言：觀此事而言『無好人』者，亦可以少愧矣。人皆可以為堯舜，盍觀於此而知之！」（宋趙善璪《自警篇·樂善》）

北宋呂希哲先生曾經說：世上喜歡說現在「無好人」三個字的人，可以說是自己傷害自己。

包拯擔任開封府尹時，有人來府衙說：「我的朋友將一百兩白金，寄放我家，他已身亡。我想把白金還給他兒子，他兒子不肯接受。請包大人召見他兒子，讓我借錢還給他。」

包拯把亡者的兒子找來，他兒子卻推辭說：「先父不曾把百兩白金委託朋友保管啊！」兩人在公堂讓來讓去。

呂希哲感嘆說：「從這件事看來，說世上『無好人』的人，應會稍覺慚愧！古人說：『人皆可以為堯、舜』，何不從這件事仔細觀察得知呢？」