

雲谷禪師所授立命之說，乃至精至邃、至真至正之理，其熟玩而勉行之，毋自曠也。

【註】邃字、是深的意思。玩字、是細細的研究，翻翻覆覆要追尋出道理來的意思。勉字、是盡心盡力的意思。毋字、是禁止不許的意思。曠字本來就是空，就是把光陰空過去的意思。

【解】雲谷禪師所教立命的許多話頭，實在是最精、最深、最真、最正的道理，你一定要細細的研究到極熟。還要盡了心，盡了力，照他去做。切不可以自己把大好的光陰，虛度過的。

改過之法

這本書的第一篇，是講一個人的命，可以自己造的。只要做善事，那怕你的命本來是苦的，可以改變好命。若是做惡事，那就命本來是好的，也可以改

變苦命。全在自己去做的，命是拘束不住人的。那末一個人，既然不是生出來就是聖人，那裏能够一些沒有過失呢。孔夫子說過的，只要有了過失，不怕改。那就可以過失多的，改成少的。本來過失少的，可以改成一些沒有過失。所以了凡先生在講過造命的道理，改命的方法就接上去把改過的方法，詳細說出來，教訓他的兒子。這第二篇就是講改過的方法了。說到小的過失，尙且有了就要改。那末大的罪孽，自然不會再造了。所以說到過失，已經把罪業包括在裏頭了。

春秋諸大夫，見人言動，億而談其禍福，靡不驗者，左國諸記可觀也。

【註】周朝到後來，周王的勢力很薄弱了。許多國度，都不服周朝的管束了。那個時候，叫做春秋時代。春秋時代的人，那就大大的變壞了。做臣子的

，可以殺國王了。做兒子的，可以殺父親了。孔夫子正生在那個時候，看見世界上亂得不像樣子了。就借用魯國本來有的一部書，叫春秋。拿來應該加添的地方，加添些，應該減削的地方，減削些，把那些無法無天的亂臣賊子，所做的無法無天的事情，都一件一件記下來，做成了一部書，仍舊叫春秋。諸字、是許多的意思。大夫、是一種官的名目。億、是猜想。靡字、同無字一樣的，就是沒有的意思。左、就是左傳，是一部書的名目。是孔夫子一個時候的人，姓左、名叫邱明做的。這一部書是依照了春秋所記的事情，講得更加詳細些，把他來解釋春秋的。國、是國語，也是一部書的名目。是把春秋時代的各國。比較大一些的國像魯、晉、吳、越、齊、楚等國，所有大的事情，記成一篇一篇。記魯國的事的，就叫魯語。記晉國的事的，就叫晉語。不像左傳，小的事情，也都記的，所以記的事情不多。但是所記上的，就比左傳詳細。又同了左傳重複的倒又很少。這一部書，有些人說，也是左邱明做的。又有人說，不是左邱明做的。因為年代太遠了，沒有法子查考了。

。○史、是專門記一個國裏頭所出的大事情的書。一國有一國的史。臣子、是在皇帝或是國王那裏做官的都稱做臣。亂臣、是叛逆的臣子，就是殺國王的那種臣子。賊子是忤逆的兒子，就是殺父親的那種兒子。

【解】在春秋的時候，各國裏頭，許多做官的人，常常來來往往，交際很多的。他們看旁人的說話，是怎樣的，一舉一動，是怎樣的，就可以猜想這個人是怎樣的。就可以談論這個人，是有禍，或是有福了。因為可以在說話舉動上邊，看出這個人是厚道的，還是刻薄的，這樣的看法，沒有不靈驗的。你若是不相信，像左傳、國語、各種書上，所記的這種事情，可以拿來看看，就知道了。

大都吉凶之兆，萌乎心而動乎四體，其過於厚者常獲福，過於薄者常近禍；俗眼多翳，謂有未定而不可測者。

【註】兆、是預兆。萌字、本來是生出芽來的意思，也有剛剛生出來的意思。這個動字，有聯帶的意思，有通到四體的意思。四體、是兩只手臂，兩只腿，也叫做四肢。過、是過分，是偏在一邊的意思。獲、是捉住，就是得到的意思，翳是遮眼珠的一種東西，像白的皮差不多的。眼上有了這種翳，就看不清楚了，也是一種眼病。測、是預先猜想的意思。

【解】大凡吉利凶險的預兆，都在心裏面發出根苗來的。雖然根苗在心裏面發出來，但是會表現到全身四肢上去的。譬如一個人厚道的，那末全身四肢都穩重的。一個人刻薄的，那末全身四肢都輕佻的。所以看人的禍福，雖然根苗在心裏面看不見，但是看外貌的四肢，也就猜想得到了。一個人凡是偏在厚道一邊的，一定常常得到福的，偏在刻薄一邊的，一定常常接近禍的。俗人沒有見識，眼光像被那種翳遮蓋了一樣，所以什麼都看不到，就說禍福沒有一定不可以預先猜想的。

至誠合天，福之將至，觀其善而必先知之矣。禍之將至，觀其不善而

必先知之矣。今欲獲福而遠禍，未論行善，先須改過。

【註】合字、是雙方相合的意思。天道是最誠實的，沒有一些虛假的。倘然人能夠同了天一樣的誠實，沒有虛假，那就同了天道相合了。

【解】一個人能夠極誠實，一些沒有虛假的心。這個心就可以同天的心相合了。並且能夠極誠心的做善事，福自然就會來的。所以要曉得福是不是就會來，只要看他做的事，都是善的，就可以預先知道他福就會來了。要曉得禍是不是就會來，只要看他做的事，都是不善的，就可以預先知道他禍就會來了。現在若是要得到福，要遠開禍，沒有講到做善事，先要緊把過失改掉。

但改過者，第一、要發恥心。思古之聖賢，與我同爲丈夫，彼何以百世可師？我何以一身瓦裂？耽染塵情，私行不義，謂人不知，傲然無愧，將日淪於禽獸而不自知矣；世之可羞可恥者，莫大乎此。孟子曰：恥之於人大矣。以其得之則聖賢，失之則禽獸耳。此改過之要機

也。

【註】恥字，是怕難爲情，不好意思，覺得自己沒有面孔。師、本來是先生。可師、是可以做我的先生，我可以學他樣的意思。裂字、是破碎。瓦裂、是像一片瓦跌在地上，破得粉碎，意思是說結果很壞的。耽字、是快樂過分的意思。染字、是受著污穢的意思，像一塊很潔白的布，染了顏色，就不潔白了。塵字、前邊已經講過的，都是世俗上引誘人的壞事，使得這個心不清淨的。情字、是心的變動，像喜歡、發火、憂苦、快樂等種種，也都是使得這個心不清淨的，傲然是自大的意思。愧字、就是自己覺得難爲情。淪字、是沈下去的意思。羞字、同恥字差不多的。機字、本來是機器一撥就會轉動的。這裏用一個機字的意思，是說心裏的念頭發動。倘然有恥心，能够發真心改過，這改過的念頭一動，就像機器那樣的靈動，所以叫要機。這個機字，還有秘訣訣竅的意思在裏頭哩。

【解】改去過失，也有種種方法的。第一要能够發怕難爲情，不好意思的

心。想想古時候的聖人賢人，同我一樣的是一個大丈夫好男子。爲什麼他們就傳到了百世後，大家還要學他們的樣子。我爲什麼一身還不能夠有好結果，到了末後，還要像一片瓦那樣的跌成粉碎呢？這都是因爲自己過分快樂，染著塵俗的種種壞境界，誘惑了清淨的心。還要私底下做種種不應該做的事，自己還要算旁人不曉得，儘管放大了膽，一些不怕難爲情的去做，一天一天的做過去，就一天一天的沈落下去，同了禽獸畜生一樣，自己還沒有覺著。世界上最是不好意思，最是難爲情的事情還有比這個大的沒有呢？孟子說：一個人最大的，最緊要的就是這一個恥字。爲什麼呢？因爲曉得了這個恥字，就會自己把過失盡力的改去，那就道德一天好一天，可以做聖人賢人了。若是不曉得這個恥字，就會放肆亂來，人格漸漸的失掉，就要同禽獸一樣了，這些話都是改過的真正的訣竅。

第二、要發畏心。天地在上，鬼神難欺，吾雖過在隱微，而天地鬼神，實鑒臨之。重則降之百殃，輕則損其現福；吾何可以不懼？

【註】畏字、就是怕，還有恭敬的意思在裏面。隱微、是不顯露的地方，大家不看見的地方。鑒字、是像鏡子照的意思。臨字、是來字、到字；在我頭頂上面的意思。殃、就是禍。損、是減少的意思。

【解】改過的第二個方法，是要發怕懼的心。怕什麼呢？怕天地鬼神，都在我的頭頂上面。鬼神不比人，什麼都看得到的，所以鬼神是不容易欺騙遮瞞的。吾雖然犯的過失在大家看不到的地方。但是天地鬼神，實在是是在我的頭頂上面，像鏡子那樣的照著我，看得清清楚楚。過失重，就有種種的禍，降到我的身上來。就是過失輕，也要減少我現在所有的福。吾怎麼可以不怕呢？

不惟此也。閒居之地，指視昭然；吾雖掩之甚密，文之甚巧，而肺肝早露，終難自欺；被人覷破，不值一文矣，烏得不懍懍？

【註】惟字就是獨字的意思。閒居之地是家裏頭閒住的地方，不是辦公事的

地方。指視、在大學上有兩句話，叫十目所視，十手所指，就是說神明監察人的厲害。隨便什麼人，說一句話做一件事，就像神明用十只手指點著他，十只眼睛看住了他一樣。這樣明明亮亮的監察，厲害不厲害呢。掩、是遮蓋。密、是秘密，一些不露出來。文之甚巧的文字，要在右邊上角加一圈，是遮飾的意思，覷字就是俗話的偷看。覷破、就是暗裏頭看破。烏字、同何字一樣的，就是怎麼的意思。懍懍、是懼怕恭敬的意思。

【解】不獨是像上邊所說的種種哩。雖然在家裏頭空閒的地方，不在辦公事的地方。但是神明的監察，還是厲害得很，明白得很。你若是做了錯的事，雖然遮蓋得十分秘密，裝飾得十分巧妙。但是神明看起來，你的肺，你的肝，早就看透了，完全露出馬脚來了。就是要自己欺騙自己，也終是做不到的了。這樣的遮蓋裝飾，若是被旁人在暗裏頭看破了，這個人就一個錢都不值了。怎麼可以不常常存一條怕懼的心，恭敬的心呢？

不惟是也。一息尚存，彌天之惡，猶可悔改；古人有一生作惡，臨死

悔悟，發一善念，遂得善終者。謂一念猛厲，足以滌百年之惡也。譬如千年幽谷，一燈纔照，則千年之暗俱除；故過不論久近，惟以改爲貴。

【註】人的一口氣，一呼一吸，叫一息。彌字、是周徧布滿的意思。悔字、是懊悔的意思。猛字、是又勇又健的意思。遂字、是立即的意思。滌字、是洗得很潔淨的意思。幽、是暗。谷、是四面都是山，中間低的地，山裏頭的泉水流過的地方。俱、是完全。貴、是貴重，就是要緊的意思，有價值的意思。【解】還不獨像上邊所說的種種哩。一個人只要一口氣還在，儘管有把天都可以遮瞞那樣大的罪惡，還是可以懊悔的，可以改去的。古時候有一個人，一生一世，儘管做惡事。但是他到了快要死的時候，忽然懊悔醒悟了，發一個大的善念頭，就立刻得到好死。怎麼會這樣呢，這就是所說的轉一個極勇猛，極興奮的好念頭，可以把一百年所積的惡，一齊洗得乾乾淨淨。譬如一

千年的一個黑暗的山谷，只要你拿一盞燈進去一照，剛剛燈光照到，就可以把一千年來的黑暗，完全除去了。所以過失不論長久犯的，或是新近犯的，只要能够改是最要緊，最有價值的。

但塵世無常，肉身易殞，一息不屬，欲改無由矣。明則千百年擔負惡名，雖孝子慈孫，不能洗滌；幽則千百劫沈淪獄報，雖聖賢佛菩薩，不能援引。烏得不畏？

【註】塵世、是我們現在的世界。因為有種種的不清淨，所以有水旱刀兵等種種的災難，害得人受苦永遠受不完。不是一個很清淨、像佛菩薩所住的、只有樂、沒有苦的世界，所以叫塵世。殞字、就是死的意思。不屬、就是不歸我有了的意思。慈字、本來是愛的意思。祖父同了孫子，已經隔開一代，不像父同了子那樣的嚴緊，是講愛的一邊多，講嚴的一邊少了。那末孫子同了祖，也是講親愛的分數多了，所以孫子可以稱慈孫。劫有大劫中劫小劫的

分別。二十個小劫，成一個中劫。四個中劫，成一個大劫。一個小劫有一千六百八十萬年。一個中劫，有三萬三千六百萬年。一個大劫，有十三萬四千四百萬年哩。這是要看一個人所犯罪惡的大小怎樣了。罪大、那末受苦報應重，並且長久。罪小、那末受苦報應輕，並且不很長久。獄報、是在地獄裏頭受苦的報應。援字、本來是把手去牽的意思。援引、是有救他接引他的意思。

【解】雖然說，有過失只要能够改。但是不可以想，好在犯了過失，可以改的，就常常犯了也不要緊，今天犯了，明天改就是了，這是萬萬不可以這樣想的。若是這樣想，那就是有心犯了。有心犯，過失就更加重了。並且這種不清淨的世界，沒有一定的，我今天還活在這裏，能够保得住明天還活著不死麼？我們這種血肉的身體，極容易死的，只要一口氣不來，這個身體，就不是我的了，就是要改，也沒有法子改了。並且一個人死了，什麼都拿不去，只有這個孽，還是跟了去的。死到陰司裏，還是要受報應的。明的報應，

在陽世上，千年百年的擔受惡名聲，雖然有孝的子，有慈的孫，也不能够代替你洗乾淨的了。暗的報應，在陰司裏，還要千劫百劫的沈落在地獄裏邊，受種種的苦。雖然碰到了聖人、賢人、佛、菩薩也不能够來救助你，接引你的了。怎麼可以不怕呢？

第三、須發勇心。人不改過，多是因循退縮；吾須奮然振作，不用遲疑，不煩等待。小者如芒刺在肉，速爲抉剔；大者如毒蛇嚙指，速與斬除，無絲毫凝滯，此風雷之所以爲益也。

【註】退縮、是退後不向前的意思。奮字、是向上用力的意思。振作、是打起精神來做的意思，剛巧是因循的反面。不用、就是用不著。遲字、是不立刻就做。疑字、是疑疑惑惑，沒有決定的心。不煩、是不消得的意思。待字、是等候的意思。芒字、本來是草的尖頭，這裏就是尖的意思。抉字是挑出來的意思。剔字、是拔去的意思。嚙、就是咬。凝字、是定的意思。滯字、

是積住的意思。凝滯兩個字，併在一起是停頓不爽快的意思。商朝末了一個王，叫紂王，這紂是一個很暴虐的王，他妬忌文王，就把文王捉來關在一個地方，叫做羑里，羑里、也有叫做牖里的，在現在河南省彰德府湯陰縣的北，有一個小地名叫牖城，就是從前的羑里。文王在監獄裏頭，就把最古時代伏羲帝所畫的八卦，詳細的研究推演。伏羲帝原來畫的卦，只有八個，所以叫八卦。文王把兩個卦疊起來，變成一個卦。所以每一個卦，就變成了六畫。原來伏羲帝的八卦，也就變成八八六十四卦了。八卦是三乾、三兌、三離、三震、三巽、三坎、三艮、三坤。每一個卦，有一種很深的道理，包含在裏頭的。乾卦的道理，同了天相像的，有剛健的性。坤卦同了地相像的，有柔順的性。離卦像火。坎卦像水。震卦像雷。巽卦像風。艮卦像山。兌卦像澤。各個卦，都有各種意義性質功用的。講究卦的人在每一個卦裏頭，都可以看出來的。但是道理都太深了，很難明白的。決不是兩三句白話所能够講明白的。並且同了這本書，沒有多大的關係，所以不詳細講了，大畧曉得

一些就算了。起課算命等方法，大半都是從這種卦傳下來的。風雷益、就是六十四卦裏頭一個卦的名目。是巽卦、震卦、二個卦，疊成功的。上半個是巽卦，下半個是震卦。巽是風，震是雷。風吹起來，雷動起來。風幫助雷，雷幫助風。不論什麼東西，就都會生長起來了。不論什麼東西，就都依靠了這風同了雷，得到了利益了。所以叫做風雷益。易經上解釋益卦的文裏頭，有君子見善則遷，有過則改的幾句話。一個人能夠看見了善，就到善的那一面去，覺得有了過失，就立刻把過失改掉，這是個個人有很大的利益的。了凡先生所以引用這個益卦的意思，就是爲了見善則遷，有過則改的幾句話。一個人能夠做到見善則遷，有過則改，那利益就多麼的大呀。○澤、是水多的地方。水、聚匯在一處的地方。○剛健、是強硬的意思。柔順、是和軟的意思。

【解】第三、必定要發一直向前的勇猛心。一個人的所以有了過失，不肯改掉，都是爲了貪圖眼前的舒服，得過且過，一些沒有起勁向上的心。只曉得

向後退，不曉得向前進，所以過失就沒有改掉的日子。要曉得要改過，一定要起勁用力，敢說敢做，要改立刻就改，用不著拖拖宕宕，疑疑惑惑，也不消得今天等候明天，明天等候後天。小的過失，像尖的刺戳在肉裏頭，要趕緊拿他挑掉拔掉。大的過失，像毒蛇咬了手指一樣的厲害，倘然不把這一只手指斬去了，毒散開到渾身去，人就會死的，所以一定要用決絕爽快的手段，斬去這一只咬傷的手指，不可以有一絲一毫延宕疑惑的心。像易經裏頭的益卦，上半是巽象風，下半是震象雷，風起雷動，萬物都生長起來，利益是怎麼樣的大。易經上解釋益卦的文裏邊，還說到遷善改過，更加是做人最大的利益了。一個人若是知道風雷兩卦的所以有益，就知道改過的不可以稍有遲疑不決的心了。

具是三心，則有過斯改，如春冰遇日，何患不消乎？然人之過，有從事上改者，有從理上改者，有從心上改者；工夫不同，效驗亦異。

【註】具字、是完備的意思。斯字、是立即的意思。患字、是恐怕擔心的意思。

【解】完備了上邊所說的恥心、畏心、勇心、三種心，那就能够一有過失，立刻就改了。像春天的冰，是很薄的，一碰到太陽光，還怕不消化麼。但是一个人的過失，雖然發了恥心、畏心、勇心，就會動到改過的念頭。但是要改過，還有三種方法哩。三種方法，一種是從事實上改的，一種是從道理上改的，一種是從心念上改的。因爲用的三種工夫，各不相同。所以得的效驗，也自然不一樣了。上邊所說的三種改法，我再詳細講下去。

如前日殺生，今戒不殺；前日怒詈，今戒不怒；此就其事而改之者也。強制於外，其難百倍，且病根終在，東滅西生，非究竟廓然之道也。

【註】戒字、是禁止的意思。詈字、就是罵人。強字、要在左邊上角加一圈

，是勉强的意思。制字。是硬壓住的意思。廓然、是拔除得乾乾淨淨。

【解】現在先把前邊所說從事上改的一句，說明白他。譬如前天殺了活的東西，今天起禁止不殺了。前天因爲發了火，就罵人，今天起禁止不發火了。這種就是在事實上，已經犯了過失後，禁止下次不再犯的方法。但是勉強壓住了，不放他再犯，是很難的。比了自然而然的改，要難到百倍哩。並且這種犯過失的病根，沒有去掉，終究還在心裏頭。雖然一時勉強壓住了，還是要露出來的。東邊把他滅了去，西邊又生出來了。究竟不是拔除得乾乾淨淨，一些不存留的道理。

善改過者，未禁其事，先明其理；如過在殺生，即思曰：上帝好生，物皆戀命，殺彼養己，豈能自安？且彼之殺也，既受屠割，復入鼎鑊，種種痛苦，徹入骨髓；己之養也，珍膏羅列，食過即空，疏食菜羹，儘可充腹，何必戕彼之生，損己之福哉？