

居家必用事類全集

居家必用全集癸集目錄

謹身

三元參贊延壽之書

天元

欲不可絕

欲不可早

欲不可縱

慾不強強

欲有所忌

欲有所避

嗣續有方

妊娠所忌

嬰兒所忌

地元

喜樂

忿怒

悲哀

思慮

憂愁

憎愛

疑惑

陰謀

稽謔

起居

坐卧

櫛髮

着衣

驚恐

視聽

談笑

嘲諷

津唾

行立

沐浴

大小便

天時避忌

四時調攝

旦暮避忌

雜忌

人元五味

飲食

食物

果食

米穀

菜蔬

飛走

鱗介

昆蟲

孕食忌

修養秘論

雲笈叙

東坡久久論

玉泉法

修養大略

五臟論

保聖纂要

莊子

真誥

耄智

養生論

息箴

三茅訣

內傳

警心

感應篇

御題

靈驗記

功善錄

人與物同

衆生愛命

義田記

陰德記

活蟻魁天下

儲穀濟人

修爲果報

放生得壽

五戒之首

隨分記

仁壽必鑑

東平爲善

黃雀

白龜

諭雞

罪無所容

貪饕

剽竊

活人

歸罪

立功用心

唆訟

希賞

平塚

大侈

還帶

嫁妾

試官

殺生

宰牛

婢媿耗物

財物去留

世界

爲惡

打得過否

不葬

雜言

吳草廬終語

居家必用事類彙集目錄終

居家必用事類全集



謹身

居家必用事類全集

凡人壽天元六十地元六十人元六十共
一百八十歲精氣不固則天元之壽減
矣謀為過當則地元之壽減矣飲食不
節則人元之壽減矣當賢嗇而不知所
愛當禁忌而不知所避神日以耗病日

以來而壽日以促矣

天元之壽精氣不耗者得之

不可論

黃帝曰一陰一陽之謂道偏陰

偏陽之謂疾又曰兩者不和若春魚秋
若冬魚夏因而和之是謂聖度聖人不
絕和合之道但貴於閉密以守天真也
○素女曰人年二十者四日一泄三十
者八日一泄四十者十六日一泄五十
者二十日一泄

弱者亦須禁止
之可依此施泄

人年六

十者當閉精勿泄若氣力尚壯盛者亦
不可強忍久而不泄致生癰疾○名醫
論曰思慾無窮所願不得意淫於外為
白淫而下因是入房太甚宗筋縱弛○
昔云男子以精為主女子以血為主故
精盛則思窒血盛則懷胎若孤陽絕陰
獨陰無陽慾心熾而不遂則陰陽交爭
乍寒乍熱久而為勞精竭於陰壞
精竭於陰壞
之欲泄而不可泄也周守真曰病得
之欲泄而不可泄也
痲寒熱倉公曰病得之欲男而不可得

也

慾不可早

齊太夫褚澄曰羸女則養血宜
及昔而嫁弱男則節色宜待壯而婚○
書云男破陽太早則傷其精氣女破陰
太早則傷其血脉

慾不可縱

彭祖曰美色妖麗嬌妾盈房以
致虛損之禍知此可以長生陰符經曰
淫聲美色破骨之斧鋸也世之人若不
能秉靈燭以照迷情持慧劍以割愛欲

則流浪生死之海害主於恩也莊子曰
嗜慾深則天機淺

素問曰因而強力腎氣乃傷膏
管乃壞註云強力入房也強力入房則
精耗精耗則腎傷腎傷則髓氣內枯腰
病不能僂仰○書云陰痿不能快慾強
服丹石以助陽腎水枯竭心火如焚五
臟乾燥消渴立至正誦曰少水成爲強
不能成盛火瘡傷強
勉房勞者成精極髓瘦庭羸驚悸夢泄

遺瀝便濁陰痿小腹裏急面黑耳聾人

曰養性之道莫強所不思之力不勝強

能其兩桓朴子曰才不逮強本夫飲食

所以牽之傷世甚矣強之一字真我生

飲食節忌

書云飽食過度房室勞損血氣

流溢滲入大傷時便清血腹痛病名腸

癖○大醉入房氣竭肝傷丈夫則精液

衰少陰痿不起女子則月事衰微惡血

淹留生惡瘡忿怒中盡力房事精虛氣

眞氣為癰疽恐懼中入房陰陽偏虛發
厥自汗盜汗積而成勞○遠行疲乏入
房為五勞虛損○月事未絕而交接生
白聚又冷氣入 面痿黃不產○金
瘡未瘥而交會重於血氣令瘡敗壞○
忍小便入房者得淋莖中痛面失色
或致胞轉臍下急痛死○服腦麋入房
者閉竅開通真氣走散 髓腦入房
汗出中風為勞風○赤白當房忌事免

障時病未復犯者古出數寸死

孫真人

孫真人曰大寒與大熱且莫貪

色慾○書云凡大風大雨大霧雷電霹
靂日月薄蝕虹霓地動天地昏冥日月
星辰之下神廟寺觀之中井竈園厠之
側塚墓屍柩之傍皆所不可若犯女則
損人神若此時受胎非止百倍損於父
母生子不仁不孝多疾不壽唐魏謩令
人勿犯長命及諸神降日犯淫者促壽

乃保命訣所載朔日減一紀○望日減
十年晦日減一年○初八上弦○二十
三下弦○三元減五年○二分二至二
社各減四年○庚申甲子本命減二年
○正月初二萬神都會○十四十六三
官降○二月二日萬神會○三月初九
日牛鬼神降犯者百日中惡○四月初
四萬佛善會犯之失瘖○初八日夜善
惡童子降犯者血死○五月三箇五日

六日七日爲九毒日犯者不過三年○

十月初十夜西天王降犯之一年死○

十一月二十五日掠剩大夫降犯之短

命○十二月初七夜犯之惡病死○二

十日天師相交行道犯之促壽○每月

二十八人神在陰○四月十月陰陽結

用事○巳上日辰犯淫且不可况婚姻

乎按庚申論曰古人多及天數今人不

色帝犯禁忌陰司戒其惡箴能及百歲
首幾何人哉蜀王孟果納張麗華於觀

例一夕迅雷電火張氏頭道土李巷中
於上元夜見殿上有朱履衣冠之士面
北而立簡下羅列罪人有女子甚苦白
其詞事何鄉曰此張麗華也昔志幸於
此哀潔高真致以是觀之
天也問禁忌不可犯也

建平孝王妃姬等皆麗無子擇

良家未笄女入內又無子問褚澄曰求
男有道乎澄曰合男女必當其年男雖
十六而精通必三十而娶女雖十四而
天癸至必二十而嫁皆須陰陽完實然
後交合合而孕孕而育育而子壯強壽

今也不然此王之所以無子也王曰善
未再期生六男○書云丈夫勞傷過度
腎經不暖精滑如水精冷如冰精泄聚
而不射皆令無子近納曰氣傷此女人勞傷
血氣或月候愆期或赤白帶下致陰陽
之氣不和又將理失宜飲食不節乘風
取冷風冷之氣乘其經血結於子臟皆
令無子○月候一日至三日子門開交
則有子過四日則閉而無子又經後一

日三日五日受胎者皆男二日四日六日受胎者皆女過六日胎不成○凌霄花凡居忌種此婦人聞其氣不孕

妊娠禁忌

產書云一月足厥陰肝養血不

可縱怒疲極筋力冒觸邪風二月足少陽膽合於肝不可驚動三月手心主右腎養精不可縱慾悲哀觸冒寒冷四月手少陽三焦合腎不可勞逸五月足太陰脾養肉不可妄思飢飽觸冒卑濕六

月足陽明胃合脾不可雜食七月手太
陰肺養皮毛不可憂鬱叫呼八月手陽
明大腸合肺以養氣勿食燥物九月足
少陰腎養骨不可壞恐房勞觸冒生冷
十月足太陽膀胱合腎以太陽為諸陽
主氣使鬼脉縷皆成六腑調暢與母分
氣神氣各全俟時而生所以不說心者
以心為五臟主如帝王不可有為也若
將理得宜無傷胎穢又每月不可針灸

真經如或惡食但以所思物與之食必
愈所忌之物見食物門中天公胎教云
母常居淨室多聽笑言講論詩書陳說
禮樂不聽惡言不視惡事不起邪念令
生男女福壽敦厚忠孝兩全演山翁云
成胎後父母不能禁慾已為不可又臨
產行淫致其子頭戴白被而出病天之
端也

嬰兒既息

書云兒未能行毋更有娠兒飲

妊乳必作疝病黃瘦骨立發熱髮落○
小兒多因缺乳喫物太早又母喜嚼食
餵之致生疳病羸瘦腹太髮堅萎困○
養子直訣云喫熱莫喫冷喫軟莫喫硬
喫少莫喫多謹也○書云母淚勿墮子
月中令目破生翳○瑣碎錄云小兒勿
令指月生月蝕瘡勿令就瓢及瓶中飲
水令語訥又衣服不可夜露

地元之壽起居有常者得之

淮南子

淮南子曰大喜墜陽唐柳公度年八十餘步履輕健盛求其術曰吾無術但未常以元氣佐喜怒氣海常溫耳

淮南子曰大怒破陰昔賢詩曰怒氣
如焚火焚和徒自傷觸來勿與競事過
心清涼書云大怒傷目令人目暗多怒
百脉不定髮髮憔悴筋萎為勞藥力不
及苟能改心易志可以得生當食暴噉
令人神驚夜夢飛揚

悲京書云悲哀太甚則胞絡絕而陽氣內
動發則心下清澁數血也○悲哀動中
則傷竟竟傷則狂妄不精久而愈縮拘
牽兩脇痛不舉

彭祖曰凡人不能無思當漸漸除之
人身虛無但有遊氣氣息得理百病不
生道不在煩但能不思衣食不思聲色
不思勝負不思得失不思榮辱心不勞
神不極但爾可得延年謀為過當飲食

不節養成大患也

素問

書云息傷則氣閉塞而不行○遇事

而憂不止遂成肺勞胸膈逆滿氣從胸
逆背悶痛不已○女人憂思哭泣令陰
陽氣結月水時火時多內熱苦渴色惡
肌枯焦

素問

淮南子曰大怖生狂書云驚則心無

所倚神無所歸慮無所定氣乃亂矣大
恐傷腎恐不除則志傷恍惚不樂非長

生之道臨危冒險則鬼飛戲狂禽異獸
則神恐○驚恐憂患內傷臟腑氣逆於
上則吐血也

憎愛

淮南子曰好憎者使人心勞弗疾去
其志氣日耗所以不能終其壽○憎愛
損性傷神心有所憎不用深憎常運心
於物平等心有所愛不用深愛如覓偏
頗尋即改正不然損性傷神

視聽

孫真人曰極目遠視夜讀註疏久居

煙火博奕不休飲酒不已熟食麵食抄
寓多年雕鏤細巧房室不節泣淚過多
拍頭出血迎風追獸喪明之由書云心
之神發乎目久視則傷心腎之精發乎
耳久聽則傷腎

疑國史補云李蟠常疑遇毒鎖井而飲
宴府也為外物所中終身不痊多疑
惑病之本也昔有飲廣客酒者壁有雕
弓影落盃中客疑蛇也歸而疾作後飲

其地始知弓也遂愈又僧人入暗室踏
破生茄疑爲物念念不釋夜有扣門
索命者僧約明日薦拔天明視之茄也
疑之爲害如此

書云談笑以惜精氣爲本多笑則腎
轉腰痛○多笑則神傷神傷則悒悒不
樂恍惚不寧○多笑則臟傷臟傷則臍
腹痛久爲氣損○行語令人失氣語多
須住乃語

盧多遜貶朱屨李符白趙普曰朱屨
雖在海外水土不甚惡春州近在內地
至者無生還宜以多遜改竄春州外示
台庶竟貸而實置之必死之地普不答
後符坐事貶出上再欲貶嶺外普遂白
上以符知春州到任而卒

雜錄 王景亮與鄰里仕族浮薄子數人結
爲一社純事嘲諷士大夫無問賢否一
經諸人之目無有不被不雅之名者當

時號其里曰豬鬣關元祐間呂惠卿察
訪東京呂天資清瘦每說話輒以雙手
指劃社人目爲說法馬留時邵篋以上
殿泄氣出知東平邵高鼻鬚髯社人目
爲鬚鬚子景亮又溲爲七字對曰說
法先嘗爲察使泄氣獅子作知州惠卿
爲知州因風部使者發以他事舉社鬣
粉矣

劉真父博學有俊才而滑稽善譏多

所忤犯人嫉之貢父乃以自誇也臺官
馬默常劾其輕薄不當置在文館貢父
聞之遽言曰既是馬默豈合駟鳴其所
以口給者類如此晚年得惡疾鬚眉墜
落鼻梁斷壞苦不可言一日與東坡會
飲各引古人一聯相戲于瞻遽言曰大
風起兮肩飛揚安得猛士兮守鼻梁坐
中大暖貢父但感愴而已



書云唾者溢為醴泉聚流為華池府

散為津液降為甘露既臟潤身宣通百
脉化養萬神肢節毛髮堅固長春○人
骨節中有涎所以轉動滑利中風則涎
上潮咽痰裹響以藥壓下俾歸骨節可
也若吐其涎時間快意枯人手足縱活
亦為發人小兒驚風亦不可吐涎風涎

則不
如此

起居

書云起居不節用力過度則絡脉傷
傷陽則衄傷陰則下○甚勞則喘息汗

出損血耗氣

行

書云久行傷筋勞於肝久立傷骨損於腎○養生云行不疾步立不至疲立不背日○真人云夜行常啄齒殺鬼邪○書云行汗勿跂床懸脚久成血痺足痛腰疼○大霧不宜遠行行宜飲少酒從禦障

坐

書云久坐傷肉久臥傷氣坐勿背日勿當風濕成勞坐臥於塚墓之傍精神

自散○寢不得言語五臟如懸磬不懸
不可發聲○臥不可戲將筆墨畫其面
菟不歸躰○臥覺不語是菟魄外遊爲
邪所執宜暗喚忌以火照則神菟不入
乃至死於燈前覺者本由明出不忌火
不宜近喚及急喚亦喜失神菟也隱居
云臥處須當傍炉歇烘焙衣衾常損人
書云新沐髮勿令當風勿濕紫
髻勿濕頭臥令人頭風眩悶及生白屑

髮秃面黑齒痛耳聾○女人月事來不
可洗頭或因感疾終不可治○吹湯經
宿洗頭成癬洗面無光作醜瘡○閑
覽云目疾切忌浴令人目盲自多良此
目道七日但能不浴頭一生不病
此彥良記之七十餘更無復病

真人曰髮多櫛去風明目不死之道
也又曰頭髮梳百度○安樂詩云髮是
血之餘一日一次梳通血脉散風濕

書云忍尿不便成五淋膝冷成痺

忍大便成五痔○努小便足膝冷呼氣
努大便腰疼目澁

素書云春米未泮衣欲下厚上薄養陽
收陰繼世長生○大汗偏脫衣得偏風
半身不遂○醉酒汗出脫衣靴鞋當風
取涼成脚氣○瑣碎錄云若要安樂不
脫不着

天集

內經云陽出則出陽入則入無

擾筋骨無見霧露選此三時形乃因薄

○真人曰在家在外忽逢大風暴雨震
雷昏霧皆是諸龍鬼神經過宜入室燒
香靜坐以避之過後方出吉不爾殺人
○書忌云朔不可哭晦不可歌招凶

五藏調神

內經云春為痿厥奉生者少春
三月此謂發陳夜臥早起生而勿殺逆
之則傷肝夏為寒變奉長者少夏四月
此謂蕃秀夜臥早起使志無怒使氣得
泄逆之則傷心秋為痠瘡奉壯者少秋

三月此謂容平早臥早起使志安寧逆之則傷肺冬為飧泄奉藏者少冬三月此謂閉藏水冰地拆無擾乎陽早臥晚起必待日光去寒就溫毋泄皮膚逆之則傷腎

且春避忌

書云早出含煨生薑少許避瘴

開胃又旦起空腹不用見屍臭氣入鼻舌白起口臭欲見宜飲少酒○真人曰平明欲起時下牀先左脚一日無灾咎

去邪兼辟惡如能七星步令人長壽樂
○且無嗔恚暮無大醉勿遠行○書云
夜行用手掠髮則精邪不敢近常啄齒
殺鬼邪○夜臥二足屈伸不並無夢泄
有教入廣者曰朝不可虛暮不可實令

候不齊不
獨入廣也

雜書

遇神廟無輕入入必恭謹不宜

恣視吉○忽見光恠變異之物強抑勿

恠吉伊川官屨多妖有報曰鬼使屨曰
他熱故爾又報曰鬼打蠟日以起

與之范文正讀書府李夜有大面之惟
 近之范以筆書其面曰汝面非常大唯
 自焚仲淹二公之見惟脂油然燈人神
 不安在血光之下○凡刀刃所傷切勿
 飲水令血不止而死若血不止急以布
 蘸熱湯熨之或冷水浸之嚼茶葉止血
 妙

人元之壽飲食有度者得之

五味

淮南子曰五味亂口使口爽傷也○

陶隱居士云五味偏多不益人恐隨臟

酸多傷脾肉而唇揭故

如當為患也酸多傷脾肉而唇揭故

春七十二日省酸增甘以養脾氣曲直

屬土酸多傷心血凝泣而變

色故冬七十二日省鹹增苦以養心氣

灑下作鹹屬水甘多損腎骨痛而

齒落故季月各十八日省甘增鹹以養

腎氣稼穡作甘屬土多傷肺皮

獐而毛落故夏七十二日省苦增辛以

養肺氣

炎上倍苦屬火則主皮毛屬金火克金也

辛多傷肝

筋急而爪枯故秋七十二日省辛增酸

以養肝氣

從革作辛屬金肝主金屬木也

飲食書云善養生者先渴而飲飲不過多

多則損氣渴則傷血先飢而食上不過飽

飽則傷神饑則傷胃飲食務取益人

者仍節儉為佳若過多竟膨亨短氣便

成疾○飲食於露天飛絲墮其中食之

咽喉生泡飲食收器中宜下小而上大

若覆之不密，重鼠欲盜食而不可環器。墮涎食者得苗病，通身如蟻針藥不療。

○飲食以銅器蓋之，汗若入內食者發惡瘡肉疽。○空心茶宜戒，卯時酒申後飯宜少。○太宗謂宰相曰：朕每日所為自有常節，飲食不過度行之已久，甚覺有力。老子云：我命在我不在天，全在人之調適。卿等亦當加意，毋自輕攝養也。

○陶隱居士云：何必食霞服大藥，妄意

延年等龜鶴但於飲食嗜慾中去其甚者將安樂○漿水按本草味甘酸微溫無毒調中引氣開胃止渴強力通閔治霍亂洩痢消宿食解煩去睡調理臟腑治嘔噦白人肌膚如繒帛為人常用故不齒其功○本草云酒飲之體軟神昏是其有毒也損益兼行○扁鵲云久飲常過腐腸爛胃潰髓蒸筋傷神損壽害訪周顛顛出美酒二石顛飲石二客飲八十天辨顛無所吞酒量獨也客已死

非量過而犯為鷓之戒飲飲白酒食

牛肉生虫酒槩照人無影不可飲不可
合乳汁飲令人氣結祭酒自耗者殺人
酒後食芥辣物多則緩人筋骨臥黍穰
食猪肉患大風凡中藥毒及一切毒從
酒得者難治酒性行血脉流遍身躰也
○書云飲酒醉未醒大渴飲冷水又飲
茶被酒引入腎臟為停毒之水要脚重
腿膀脫冷氣兼患水腫消渴癰痺○酒

醉當風以扇扇之惡風成紫癍又醉酒
吐罷便飲水作消渴○本草茶飲者宜
熱宜少不飲尤佳久食去人脂令人瘦
下焦虛冷惟飽食後一二盞不妨消渴
也飢則尤不宜令人不眠全非食身重
書云將鹽點茶引賊入家恐傷腎也○
飲水勿急咽久成氣病○粥後飲白湯
為淋為停濕○陶隱居士云食戒欲飽
并欲速寧可少食相接續莫教一飽頓

充腸損氣傷心非爾福○養生云美食
須宜嚼生肉不須吞○食炙燂宜待冷
不然傷血脉損齒○書云人汗入肉食
之作丁瘡○食諸獸自死肉生丁瘡○
隱居云生冷粘膩筋韌物自死牲牢皆
勿食饅頭閉氣勿過多生膾偏招脾胃
疾鮮醬胎卵皆油膩陳臭淹藏盡陰類
老人朝暮更食之是借寇兵無以異項
錄云饅頭閉氣梅血湯以○書云夜半
破之包子包氣醋以破之

之食宜戒申酉前晚食為宜

食物

物之無益而有損常人猶不可多食
况病人當避忌者乎此書所載凡物之
有益而無損者不書或損益相半者則
書其損而不書其益

生棗損脾動臟腑生荔枝煩渴劔血
乳相冷脾發痼疾杏子双仁者殺人桃
花六出者双仁噉李子勿食雀肉李子
不沉者有毒金瘡人產婦勿食梨林檎

多食者生瘡癰水氣人勿食粟子螻蛄
蒲葍酒過昏人眼○甜瓜沉水者殺人
双蒂者亦然○食未成果發癰癰

米穀

生米戲食為米瘕○蕎麥久食動風
氣和猪肉食脫眉鬚○食白粥勿食杏
仁○食陳米令人泄瀉○赤小豆燥津
液躰重○青小豆勿以鮮食○合醬當
用黑豆腐多食動風氣

菜蔬

茄子損胃發癰疾芋頭多食發百病

生葱與蜜食下痢薤肥人食引涕
月八月勿食蒜○食萱草動風如醉五
月五日勿食菜芥菜同兔肉食成惡病
生青菜病瘥後食手足青腫蒿苳久食
昏人目黃瓜患脚氣勿食瓠子發氣疾
葫芦令人吐水芹赤色者害人萹菜性
滑發痔瘡

飛禽

鷄肉過宿藏不密蜈蚣必集不再煮
而食為害非輕野鴨勿與胡桃木耳同

食鴛鴦肉食之患大風鶉鴿雖益減藥力凡禽自死口不閉勿食

猪

猪腎虛腎氣少子○猪脂作燈暗人

目○膏忌烏梅○猪腦傷陽事不舉○猪肉用薑發大風○羊不醬同食生癩○桑柴炙羊肉食生寸白虫○羊肝生椒傷五臟○馬肉自死者殺人○馬肉同倉米食發病○馬肉忌鹿脯同食○馬肉動風脂尤甚○兔合雞肉發虛黃

○祭肉無故自動者煮不熟者自死無傷者皆殺人○諸心損心○諸血損血

鱉

鱉肉與莧菜同食生鱉疽○鱉肉與

雞子同食惡病死○鱉目陷三足者有

王字者殺人○鱉腹下有蛇紋者勿食

○魚膾乳酪患息痢鯽魚麥醬咽喉瘡

○白魚泥心瘡癬人不可食魚子與芥

菜同食水腫○魚子合豬肝食惡病○

黃鱧魚合荆芥食吐血犯者以地漿解

○鱖魚赤目赤鬚者殺人鮮丹石人不
可食○鮮有頭髮誤食殺人○鮮合乾
筍食癰瘰○河豚脩治不如法殺人烏
賊魚久食主無子○黑魚水厭焚脩者
忌之○鰻鱺雖毒而治勞魚油燈烟盲
人眼魚鱉發癩全鰓發癰蟹未被霜者
有毒○鰕發風動氣瘡癬○螺大寒不
可常食蜆子多食令口乾蜆發嗽冷氣
消腎○蛭天行後不可食龜黑者常噉

蛇不可食

昆虫

蜜七月勿食發霍亂○白花蛇用之
去頭尾換酒浸三日棄酒不用火灸仍
令去皮骨此物毒甚不可不防○蛇不
可以刀斷頭必回傷人名曰蛇箭○蛤
蚺其毒在眼其功在尾尾全為佳○水
蛭乾者冬月猪脂煎令黃乃堪用腹有
子去之此物極難死火灸經年得水猶
活○石蛭頭尖腹大不可樂用誤用令

人目中生烟不已漸致枯損不可不下
○蚕沙煮酒色清味美能療疾

雜食類

食兔肉令子缺唇○食雞子令

子多瘡○食脂魚令子胎疾○食鱉肉

令子項短○食田雞令兒倒出○食乾

魚令兒多病○食螻蛄令兒橫生○食

鮭蝨令兒胎蛆○食雀肉飲酒令兒心

煩情亂

三元參贊延壽之書 畢

修養秘論

雲笈七籤經載

總論

夫人稟二儀之氣成四大之形愚智
貴賤則別好養貪生不異貧迫者力微
而不達富貴者侮傲而難持性愚者未
悟於全生識智者或先於名利自非至
真之士何能保養生之理哉其有輕薄
之倫亦有矯情冒俗口誦其事行已違
之不能行者不踰晦朔即希長壽此亦

唯矣是以達人知富貴之勝做故屈迹
而下人知名利之改身故割情而去欲
知百金之傷命故棄重而樽節知喜怒
之損傷性故割情以寬心知思慮之銷
神故損情而內守知語煩之侵氣故閉
口而忘言知哀樂之損壽故抑之而不
有知憤懣之竊命故忍之而不為若加
之寒溫適時起居有節滋味無爽調息
有方精氣補於泥丸魂魄守藏和神保

氣吐故納新嗜慾無以干其心邪為不
能惑其性此則持身之上品安有不延
年者

煎法

軟蒸飯爛煮肉溫羹湯厚饘

併少飲酒惺惺宿緩緩行雙奉曲虛其
心實其腹喪其耳忘其目久久行金丹
熟

玉泉法

去三尸堅髮齒除百病

玉泉者舌下兩脉津液是也每旦起坐

瞑目絕慮叩齒二七遍嗽令滿口乃吞
之以意送至臍下氣海一七遍經久自
然如流水瀝瀝下坎澗之聲若此則百
脉和暢故黃庭經云玉池清水灌雲根
是也

修養

乾坤澄靜子後午前閉目平

坐握固冥然

握固是朱系大指
以二三四指屈之叩齒集

神合眸固閑冥心放鬆任意往還○百
日耳中有金鐘聲二百日夜闔眼有先

或見如日月金花之類三百日腦中有
霹靂聲如此則心珠將成切勿驚亂密
之養之見此景象却急尋師商確要訣
火出丹故也仍朱火候每時朔弦望及
望及晦前朔後各凝神調
息絕不○常以手按眉後小孔三九過
又以手心及指摩兩目下顴上以手提
耳四十過摩令微熱又以手逆乘額三
九過從眉中殆上行入髮際口中咽津
無數也如此常行日即清明一年可夜

書行之不已所益不可言也

蘇頌曰國華陀善養生翁子庶陵吳
蘇頌曰國華陀授術於佗佗常語普曰人
休欲得勞動但不當使極耳人身常搖
動則谷氣消血脉流通病不生譬猶戶
樞不朽是也

猿 我命在我不在於天但愚人
不能知此道為生命之要所以致百病
風邪者皆由恣意極情不知自惜故虛

損生也譬如枯朽之木遇風即折將崩
之岬值水先頽今若不能服藥但知愛
精節情亦得延壽也

論 聖人休休焉則平易矣平易則恬惓
矣平易恬惓則憂患不能入邪氣不能
襲故其德全而神不虧

論 眼者身之鏡耳者體之牖視多則鏡
昏聽多則牖閉面者神之庭髮者腦之
華心悲則面焦腦減則髮素所以精元

內喪丹津損竭也精者體之神明身之
寶勞多則精散營竟則明消所以老隨
氣落耄已及之

老智齋書

學道之人聊且均調喜怒之情
節有喜勿至盪動湛然之性雖有怒勿
至結滯浩然之氣

行氣論

世人不察唯五穀嗜聲色是

則曰感玄黃耳務淫哇滋味煎其臟腑
醞醞煮其腸胃香芬腐其骨髓喜怒悖

其正氣思慮消其精神哀樂殃其平粹
人以藁爾之軀攻之者非一途易竭之
身而內外受敵身非木石其能久乎

睡處調息箴云

鼻端有白我其觀之隨時

隨處容與倚移靜極而嘘如春沼魚動
已而吸如百虫蟄氤氳開闔其妙無窮
孰其尸之不宰之功雲外天行非予敢
議守一處和千二百歲

三才異居訣曰

神養於氣氣會於神神氣

不散是謂修真氣清則神暢氣濁則神昏氣亂則神勞氣衰則神去人以氣為道道以氣為主凡人一日一夜一萬三千五百二十息未嘗休息也減之一息則寒加之一息則熱臟腑不和諸疾生焉故元氣在保養穀神在守護○常默元氣不傷少思慧燭內光不怒百神安暢不惱心地清涼○一箇之上常欲兩手摩之高下皆熱令人面有光澤行之

至五年色如處子所謂山林氣常盈也

漢武內傳

上元夫人謂漢武帝曰汝好

道乎勤而不獲實有由也汝胎性暴胎性淫胎性奢胎性酷胎性賊暴則使氣奔而攻神是故擾而氣竭淫則使精漏而真疲是故精竭而真消奔則使真雜而魄穢是故命逝而靈臭酷則使喪仁而攻目是故失仁而眼亂賊則使心鬪而口乾內戰而外絕此五事皆是截身

之刀鋸剗命之斧斤雖復志好長生不能遣茲五難亦何為損性而自勞乎去諸淫養汝神放諸奢處至儉勤齋戒節飲食絕五穀去臭腥鳴天鼓飲玉漿蕩華池叩金梁按而行之當有異耳

警心

太上感應篇

虛靖大師頌曰

人之性

湛然圓寂

涉境對動

種種皆妄

一念失正

即是地獄

敬誦斯文 髮立汗下 煨燼心火

馴服氣焉 既以自鏡 且告迷者

大禍福無門惟人自召善惡之報如

影隨形是以天地有司過之神依人所

犯輕重以奪人筭筭減則貧耗多逢憂

患人皆惡之刑禍隨之吉慶避之惡星

災之筭盡則死又有三台北斗神君在

人頭上錄人罪惡奪其紀筭又有三尸

神在人身中每到庚申日輒上詣天曹

言人罪過月晦之日竈神亦然凡人有
過大則奪紀小則奪算其過大小有數
百事欲求長生者先須避之是道則進
非道則退不履邪徑不欺暗室積德累
功慈心於物忠孝友悌正己化人矜孤
卹寡敬老懷幼昆虫草木猶不可傷宜
憫人之凶樂人之善濟人之急救人之
危見人之得如己之得見人之失如己
之失不彰人短不衒己長遏惡揚善推

多取多推少取少受辱不然受宥若驚
施恩不求報與人不追悔所謂善人人
皆敬之天道祐之福祿隨之衆邪遠之
神靈衛之所作必成神仙可冀若求天
仙者立一千三百善欲求地仙者當立
三百善苟或非義而動背理而行以惡
為能忍作殘害陰賊良善暗悔君親慢
其先生叛其所事誑諸無識謗諸同學
虛誣詐偽攻訐宗親剛強不仁狼戾自

用是非不當向背乖宜虐下取功諂上
希旨受恩不感念怨不休輕蔑天民擾
亂國政賞及非義刑及無辜殺人取財
傾人取位誅降戮服貶正排賢凌孤逼
寡棄法受賂以直為曲以曲為直入輕
為重見殺加怒知過不改知善不為自
罪引他雍塞方術訛謗賢聖侵凌道德
射飛逐走發蟄蘄棲填冗覆巢傷胎破
卵願人有失毀人成功危人自安滅人

自益以惡易好以私廢公竊人之能蔽
人之善形人之醜訐人之私耗人貨財
離人骨肉侵人所愛取人為非逞志作
威辱人求勝敗人苗稼破人婚姻苟富
而驕苟免無耻認恩推過嫁禍賣惡沽
買虛譽包庇險心挫人所長護己所短
乘威迫脇縱暴殺傷無故剪裁非禮烹
宰撒棄五穀勞擾衆生破人之家取其
財寶決水放火以害居民紊亂規模以

敗人功損人器物以穷人用見他榮貴
願他流貶見他富有願他破散見他色
美起心私之負他損財願他身死于求
不遂便即呪恨見他失便便說他過見
他体相不具而笑之見他才能可稱而
抑之埋蠱厭人用藥殺樹恚怒師傳抵
觸父兄強取強求好侵好奪虜掠至富
巧詐求升賞罰不平逸樂過節苛虐其
下恐嚇於他怨天尤人訶風罵雨鬪合

爭訟妄逐朋黨用妻妾語違父母訓得
新忘故只是心非貪冒於財欺罔其上
造作惡語讒毀平人毀人稱直罵神稱
正棄順效逆背親向疎指天地以證鄙
懷引神明而鑑猥事施與後悔假借不
還分外營求力上施設淫慾過度心毒
貌慈穢食饅人左道惑衆短天狹度輕
秤小升以偽雜真採取姦利厭良為賊
謾罵愚人貪婪無厭呪詛求直嗜酒悖

亂骨肉忿爭男不忠良女不柔順不和
其室不敬其夫每好矜誇常行妬忌無
行於妻子失禮於舅姑輕慢先靈違逆
上命作為無益懷挾外心自呪呪他偏
邪憎愛越井越竈跳食跳人損子墮胎
行多隱僻晦膈歌舞朔旦號怒對北涕
唾及溺對竈吟咏及哭又以竈火燒香
穢柴作食夜起裸露八節行刑唾流星
指虹霓輒指三光久視日月春月燎獵

對北惡罵無故殺龜打蛇如是等罪司
命隨其輕重奪其紀算盡則死 二有
餘責乃殃及子孫又諸橫取人財者乃
計其妻子家口以當之漸至死喪若不
死喪則有水火盜賊遺亡器物疾病口
舌諸事以當妄取之直又狂殺人者是
易刀兵而相殺也取非義之財譬如漏
脯救飢鳩酒止渴非不暫飽死亦及之
夫心起於善善雖未為而吉神已隨之

或心起於惡惡雖未為而凶神已隨之
其有能且行惡事後自改悔諸惡莫作衆
善奉行久久必獲吉慶所謂轉禍為福
也故吉人語善視善行善一日有三善
三年天必降之福凶人語惡視惡行惡
一日有三惡三年天必降之禍胡不勉
而行之

御題

諸惡莫作

衆善奉行

靈驗記

昔峨眉今奉議郎王湘紹興辛巳

歲日觀此篇焚香誓行數十事後氣疾
昏悶殊絕更衣而臥男女環泣竟身在
半空聞哭聲微如蜂蠅少頃有人云王
相方欲行感應篇真樂善者且速放還
已而遂甦○遂寧府周堯因獲此篇日
遂觀閱又好與人演說紹興二十一年
二月二十一日暴死經日還魂謂妻曰
有人追在陰司見庭下皆立藍綾人各
有力士執州府旗號管押虜被驅立于

填下顧盼左右半是鄉里餓死者心甚
恐怖俄頃呼至殿下瞻殿上坐者如人
間画星官像呼筮諭曰汝本在饑饉籍
中以汝欽奉太上感應篇為人演說汝
雖欲行未及一二然聞而回心為善者
多亦有行持而證仙果者因汝之功今
一乘追至已改注壽祿籍訖放還之後
堅固善心可證大道不復來此矣

勸善錄

淮海秦氏集

人與物同

貪生畏死人與物同也愛恋親

雖人與物同也當殺戮而痛苦人與物同也所以不同者人有知物則無知人能言物則不能言人之力強物之力則微弱人以其無智不能自蔽其身以其不能言而不能告訴以其力之微弱不能勝我因謂物之受生與我輕重不等遂殺而食之凡一飲一食不得肉則不美至於辨一食又不止殺一物也食鳩

鴿鶴雀者殺十餘命方得一美食蚌蛤
蝦蜆者殺百餘命方得一羹又有好美
味求適意者則不止據現在之物順平
常之理殺而食之或驅役奴隸遠致異
品或畜養雞魚犬豕擇肥而旋殺生蟹
投糟欲其味入鱖魚造膾欲有經紋聚
炭燒蚌環火逼羊開腹取胎刺喉凝血
作計烹煎巧意鬪飮食之既飽則揚揚
自得少不如意則怒罵庖者嗟乎染習

成俗見聞久慣以為飲食合當如此而不以為恠深思痛念良可驚惧縣令俞偉撰

卷之三 愛畜性命

經云一切畏刀杖無不愛

壽命故王克殺羊羊奔客而告訴鄒文立殺鹿鹿跪而流淚驚禽投案請命於魏君窮獸入庖求生於區氏近者沈蓮內翰通判江寧府時厨中殺羊燬失其刀窺之乃見羊銜刀而藏之墻下周豫

學士嘗煮鱗見有鞠身向上而以首尾
就湯者剖之見腹中有子乃知鞠身避
湯者以愛子之故楊傑提刑遊明州育
王山因晝臥夢有婦女十數人執紙若
有所訴密遣人往視行厨果得蛤蜊十
數枚訴者乃蛤蜊求生也有生愛戀其
情如此當其被擒執時前見刀杖乞生
無田旁見親聚欲戀不得抱苦執終衙
悲向盡既受屠割復入鼎鑊種種痛苦

徹入骨髓當此之時彼心如何今人或
為湯火所傷或為針刀誤傷手足痛已
難忍必號叫求救至暫時頭昏腹痛或
小可疾病便須呼醫買藥百端救療於
我自身愛惜如此至於殺物則恣意屠
宰不生憐憫未論佛法明有戒勸未論
天理明有報應若不仁不恕惟知愛身
不知愛物亦非君子長者之所當為也
諦觀物情當念眾生不可不戒不可不

戒知縣俞偉撰

范文正公義田記

范文正公蘇人也平生

好施與擇其親而貧疏而賢者咸施之
方貴顯時於其里中買負郭常稔之田
千畝號曰義田以養群族之人日有食
歲有衣嫁娶凶葬皆有贍擇族之長而
賢者一人主其計而時其出納焉日食
人米一升歲衣人二縑嫁女者錢五十
千娶婦者錢二十千再嫁者錢三十千

再娶者十五千葬者如再嫁之數葬幼
者十千族之聚者九十口歲入粳稻八
百斛以其所出給其所聚需然有餘而
無窮仕而家居俟代者預焉仕而之官
者罷其給此其大較也初公之未貴顯
也嘗有志於是矣而力之未逮者二十
年既而西帥以至於叅大政於是始有
祿賜之入終其志公既沒後世子孫至
今修其業承其志如公存也公雖位充

祿厚而貧終其身既沒之日身無以為
歛子無以為喪惟以施貧活族之仁遺
其子而已公之忠義滿朝廷事業滿邊
鄙功名滿天下後必有良史者書之予
無可書也獨書其義田以磬於世云公
諱仲淹字希文嘉祐四年八月十日晉
陵錢公輔記

寧諫議侯德誥 寶禹鈞范陽人生五子儀

儼侃僊僖儀禮部尚書儼禮部侍郎皆

為翰林學士侃左補闕備左諫議大夫
叅知政事僖起居郎初禹鈞家豐厚年
二十無子夜夢祖考謂曰爾早修行緣
爾無子又壽不來禹鈞為諾禹鈞為人
素長者先有家僮盜用房錢二百千慮
事竟有女年十二三自寫券繫女臂云
未費此女與本宅僮所負錢自是遠遁
禹鈞見而憐之即焚其券以其女囑妻
曰善撫養之既笄復以二百千擇良配

得所歸後僕聞之乃歸感泣訴以前罪
禹鈞不問由是父子圖禹鈞像晨與祝
壽同宗外姻有喪不能奉公為出錢葬
之因公而悲者凡二十七喪凡女貧不
能嫁者公為出錢嫁之因公而嫁者凡
二十八人故舊相知雖與公有一日之
雅遇其窘困必擇其子弟可委以財者
隨多寡貸以金帛俾之興販由公活者
數十家四方賢士賴公舉者不可勝數

公每歲量所入除伏膈供給外皆以濟人之急家惟儉素器無金玉之飾室無衣帛之妾於宅南建書院四十間聚書數千卷禮文行之儒延致師席凡四方孤寒之士無供須者公咸為出之無問識不識有志為學者聽其自至故其子見聞益博由公之門登貴仕者前後接踵來拜公之門必命左右扶公坐受及公之亡蒙恩深者有持心喪三年以報

遺德公之祖考既夢以告無子壽促後
十年復夢告之曰汝三十年前實無子
且夢從我嘗告汝汝今數年以來名掛
天曹陰府以汝有陰德特延壽三紀賜
五子各榮顯仍以福而終後當留洞天
充真人位言訖復謂曰陰陽之理大抵
不易善惡之應或發於見世或發於不
生天網恢恢疎而不漏此無疑也公愈
積陰功年八十二別親戚談笑而盡世

稱教子者必曰燕山竇十郎云仲淹祖
與之為故人實書其事于冊以示子孫
惜乎不傳于天下故錄以示好善者庶
見陰陽報應之理使惡者知所戒焉馮
處正道贈公詩云燕山竇十郎教子有
義方靈椿一株老丹桂五枝芳叅政范

仲淹記

二宋

二宋少時同在覺舍有胡僧
相之曰小朱他日魁天下大朱亦不失

甲科後十年胡僧復至執大宋手而驚
曰公陰德文見於面如活數百萬人命
者大宋笑曰寒儒豈能活人命僧曰不
然蠢動之物皆命也大宋沉吟久之曰
旬日前堂下有蟻穴為暴雨所侵群蟻
繚繞穴傍戲細竹橋以渡之僧曰是也
小宋今歲當首捷然公不出小宋之下
比唱名第小宋果中魁選章憲太后臨
朝謂第不可先兄乃以大宋郊為第一

小宋祀為第十

黃承事備錄人

尚書張誅守成都嘗夜

夢詣紫府直君繼請到西門黃承事真
若降階接之其禮甚恭揖張尚書坐承
事之下夢覓真知所謂明日問左右西
門有黃承事否左右云有命召之戒令
具常服來既至果如夢中見者即以所
夢告之問平生有何陰德真君禮遇如
此又坐吾上再三叩之不獲已承事云

別無他長惟每歲收成之時隨意出錢收糶米糧候至來年新陳未接之際糶與細民價例不增升斗如故尚書嘆曰此宜居我之上也使兩吏掖之而拜世傳紫府真君主天下神仙籍如張尚書黃承事亦皆在籍中而黃承事又居其上其子孫書紫不絕非賑濟陰德之大者所致然耶承事諱兼濟

修為果報

儒家言施報佛家言布施果報

其實一也。佛言：欲得穀，食當勤耕種；欲得智慧，當勤學問；欲得長壽，當勤戒殺。欲得富貴，當勤布施。布施有四：一曰財施，二曰法施，三曰無畏施，四曰心施。財施者，以財惠人；法施者，以善道教人；無畏施者，謂人及衆生當恐懼時，吾安慰之，使無畏；或教以脫離恐懼，使無畏。心施者，心雖不能濟物，常存濟物之心。佛以孝養父母亦為布施。是凡施於外者。

皆為布施故為下而忠誠事上為長而
仁慈安眾為師而謹於教導為友而誠
於琢磨一言一語之間必期有益一動
一止之際必欲無傷種種方便利物勿
使有所損害皆布施也所為如此存心
又如此後世豈得不獲富貴之報

禪師名延壽丹陽人初
為餘杭縣衙吏虧欠庫中錢幾半有司
鞠之止是買放生用過不意虧耗遽如

許也其罪當死臨刑顏色愉愉顧謂獄吏曰我在生放活萬萬生命今死去徑歸西方豈不樂哉錢王聞而竒之亟釋其罪遂為僧夜夢觀音以甘露灌其口慧性日明著萬善同歸集數百卷住持雪竇未明壽至九十八歲合掌坐化而終瘞于塔下有僧每日遶塔禮拜人問其故谷曰我撫州僧也因病至陰府命未盡放還見殿角有僧造像一軸關王

自來頂禮余問之一吏云此杭州永明寺壽禪師也凡人死者皆經此處唯壽禪師不經此處已在西方極樂世界上品上生王敬其人圖畫於此供養以此見好放生者徑往西方又為陰府所重也如此

五戒

佛言五戒以殺戒為首佛言十

業以殺業為首楞伽經云若一切人不食肉者亦無有人殺害眾生由人食肉

故屠者殺

人若能意捨不食是真

修行堪受一切人天供養若於食肉未能盡斷願且以漸次方便除去殺心或者不食四等肉一者曾見殺則不食二者曾聞殺則不食三者人皆為我殺則不食四者家所自殺則不食如是而戒既不廢常食且於衆生無殺害意至於蚤虱蚊蚋形跡微小其遭殺受痛亦與牛羊一等勿謂微小便輕殺之至於

蝮蜂蝎偶然現前未角傷人謂螫毒便
輕殺之至於籠養飛鳥繫閉走獸為其
音声形狀可以悅吾耳目為我玩樂令
彼憂愁又何不仁也若放之山林使得
自在何異罪囚得脫牢獄今日自戒矣
遂生慈心慈心既堅當世世無殺物之
意一身自戒則一家必不殺一家不殺
則一鄉必漸效之其為功利不可稱量
佛語無虛理又明白仁人君子幸垂聽

而無忽也縣令俞偉撰

佛言受即是空受謂受苦受
樂受一切受用也知食列數味放箭即
空出多騶從既到即空終日遊觀既歸
即空又如為善事既畢其勤勞即空而
善業具在為惡事既畢其快意即空而
惡業具在若深悟此理則食可菲薄無
過用殺害之冤債出可隨分無勞心苦
人之煩惱遊觀可息無放蕩廢事之愆

尤善可勉為無懈怠因循之失惡可力
戒無恣縱怨仇之罪余喜得此理願欲
與人共之龍舒王日休撰



大藏經云人不殺得長命報如

愛護物命及放生施食皆得長壽○神
農本草云凡禽鳥飛授於人其口体内
必有物中傷當與除其害而放之大獲
吉利必享高年○仙經云人能一生起
不殺心一切衆生見之不生恐怖○老

人云小兒嬉戲殺蝶蠅螻虫之類宜禁之非唯傷生亦熾其殺心長大不知仁恕○里諺云畜鷄害物命甚衆日食活虫五百主分半罪此說雖鄙俗然亦誠殺之一端也○老人云凡人於行住坐臥之間見一切眾生投身死地如蛾赴燭如虫墮網如鳥雀被傷如螻蟻被踏之類方便救護使獲生全此皆福壽長者之所當為也○蘇東坡云余少不喜

殺生然未斷也近年始能不殺猪羊然
性嗜蟹蛤故不免殺自去年得罪下獄
如意不免既而得脫遂自此不復殺一
物有見餉蟹蛤者皆放之江中雖無活
理然猶度幾萬一便使不活亦愈於烹
煎也非有所求觀但已親經患難不異
雞鴨之存庖厨不復以口腹之故使有
生之類受無量痛苦爾猶恨未能忘味
食自死物也今日從者買一鯉長尺有

尺雖困尚能微動乃置水瓮中須其死
食生即放之

朱如為善

後漢東平憲王蒼顯宗母弟也

上問處家何等最樂對曰為善最樂及
崩肅宗東巡幸其宮追感謂其子曰思
其人至其鄉其處在其人亡肅宗大慟

楊寶華陰

後漢楊寶華陰人年七歲因行

至華山見一黃雀被傷墜地為螻蟻所
困寶見而憐之因收於巾箱中採黃花

葉嗣之經旬日瘡愈且去暮來忽一朝
變為黃衣年少見寶下拜持玉環十雙
贈之曰俾爾壽年九十三而終俾爾子
孫四世為三公寶生震明帝時為太尉
震生乘和帝時為太尉乘生賜安帝時
為司徒賜生彪靈帝時為司空

晉書

晉毛寶時年十二歲戲行於江

口見漁人釣一白龜寶以錢贖之救之
江中後二十餘年寶守邾城與石虎將

軍交戰戰敗投江脚如踏石渡寶至岼
回首視之乃昔時所放白龜也長四尺
餘迴至中流猶反顧有不忍去之意

蘇子瞻送食雜菜與肉設有不

測當送以魚以此為候邁謹守逾月後

獄稱其長子邁送食雜菜與肉設有不
測當送以魚以此為候邁謹守逾月後
委親戚代送誤以作鮓送之子瞻大駭
憂不免於死乃就獄中作二詩有魂飛
湯火命如雞之句神宗聞而憐之事從

寬釋既而南行子瞻猶有慙意乃以阿彌陀佛一軸隨行人問其故答曰此余投西方見佛公據也及赦罪放免還家每見庖廚有活物即令人放之嘗有言曰吾得罪處囹圄何異雞鴨之在庖廚我今豈忍復殺彼之生命耶

京師雜記 徐鉉竄邠州遂死其

家挈喪以歸道出一邑時索湘為邑宰忽一官自稱江南放叟徐鉉來謁曰僕

有少懇僕在江南為學士時常為人以一寶帶投執政變一獄雖事不枉法然不免以贓名污身今旅竟過海帝廟下恐不為帝所容君為邑宰廟籍鄉版皆隸於君君為吾謝之帝必難拒言訖不見湘感其誠乃為禱謝柩舟果無纖瀾虞薄暮鉉復來謝含喜歎然而去以此知受賍枉法者無所容於天地之間

為僕集錄陰有罪案有二官員以前程求

夢於京師二相廟一人夢持簿者以簿示之云此乃公同行前程也視之自小官排至宰相仍有以朱勾之者問曰勾之者何也曰這人愛財陽闇不義取一項此間即勾項若急改過尚可至監司其人聞之更不妄取後果作監司

劉承勳

事江南為德

昌官使李氏金帛多在德昌文簿淆亂不可鈎考劉既專官事乃盜用無算待

妾數百富於一時及李氏歸朝劉失職
破敗晚年乞食街中凍餒而死方富貴
時安知有今日事大抵食君之祿而又
剽竊公帑宜無遠大故死有餘責而殃
及子孫者多矣

人必死物必腐

有臨南海太守見配

岷州人例以三百為率過其數則推先
到者於海乃奏白於朝云所以不殺而
宥之遠方欲生之也今推之於海是復

殺之矣不若量移先到者入內地以彰
朝廷不殺之德上亦感悟遂可其奏此
太守無子一日忽設香案作拜以手於
案上若取物置於懷中狀凡五次入問
之曰天帝以我活人以五小盤盛五男
子賜我後果生五男皆登第以此知仁
人之言其利溥而造物厚其報

魏仁溥

周世宗性慘急果於殺

魏有忤旨者魏仁溥皆歸罪於已以營

救之賴以全活者十七八人淮南之後
所獲敗卒凡千人仁溥從容白以隸軍
鋒刃之下無橫死者魏雖起自刀筆終
能致位丞相與夫歸罪於人以逃責者
豈不相遠其貴顯宜哉

曹彬攻金陵與諸將

誓曰克城之日幸無妄殺一人

明日城下按堵如故曹翰克江州忿其
城不下屠之而彬之子至今貴盛翰死

未三十年子孫有乞丐於海上者夫二
將成功雖一然用心相遠故其報亦異

教養

文光讚父自少至老無

歲無獄訟事以宿因問曇相禪師師曰
汝父前生本寫詞狀人故今反受其報
光讚懇求赦免師教以紙糊竹篋為桎
梏令自囚二日然後為作懺悔姑錄之
以為教唆者戒

程仁霸攝本州錄

卷之三

眉山有盜蘆葦根者所持刀誤傷主人
尉幸賞以劫聞獄掾受賕掠成之公知
其冤謂盜曰盍訴冤吾為直之盜果稱
冤遂移獄公直其事而尉掾爭不已復
移獄竟論殺盜公因罷歸掾尉皆暴死
後三十餘年晝日見盜拜庭下曰尉掾
未伏待公而決前此地府欲召公誓對
我叩頭爭之曰不可以我故驚公今公
壽已盡我為公荷擔而往暫時即生人

天子孫壽祿朱紫滿門矣公沐浴衣冠
就寢而卒東坡幼時聞此言已而此外
祖父壽九十舅氏貴顯壽八十五曾孫
皆仕有聲同時為監司者三人元孫宦
學益盛而尉掾之子孫微矣或謂盜德
公之深不忍煩公暫對則可矣而獄久
不决豈上者惡之亦因以苦尉掾歟希
賞而害人者不可不戒

夫家廣遠多有禍
王清化修西太一宮有

古塚在其北欲毀之一道士再三乞不毀清化遂止是夕其道士感一大官召謝之不數日遂賜紫人有平夷塚墓以廣園宅者豈獨無禍

宜用大侈有錢報

孫承祐吳越王妃之兄

貴近用事每一小飲殺命數萬取鯉魚臛肉為臠坐客數十皆足圍鹿數百庖人不暇斷喉旋割取鮮腴以供饌一食羹凡二十品設十銀鑊搆火以次薦之

王常以大片生龍腦十斤賜承祐承祐
對使者索大銀炉作一聚焚之曰聊以
祝王壽及歸朝為節度使俸入有節無
復向之豪侈然臥內每夕焚燭二炬燃
龍腦二兩征范陽頓城下鱸魚召諸帥
食水陸咸備性嗜魚作二黑漆大木斛
貯水養魚令役夫擔負以從但取恣口
腹不計其費死不數年子孫皆乞丐多
餓死者楊文公手記其事因錄出以為

家後者戒

其夫甚貧。妻度屢黜場屋相者。謂曰：公形神稍異，若必貴，必餓死。公一日遊香山寺，見一婦人致緹縉於僧伽欄楯之上，祈禱良久，不取而去。公知其志，追之不及，待亦不至。公携以歸，還明復，往候之。其婦人果來，公問其故。婦人曰：父以罪被繫，昨告人得一玉帶、二犀帶以賂津吏，要不幸失去，不測之禍，父無所逃矣。公

遂還其物婦人願留半公亦不受後數
年相者見之大驚曰公陰德及物前程
萬里非吾術之所能知也向使貪者得
之必有歉然不滿之意詎肯舉而還之
耶誠亦人所罕能者

劉湛家大富相者

謂曰更三年子大期至矣劉湛恐後因
嫁女來從嫁得一妾極姝麗名蘭孫語
其家世乃洛人父官淮西以吳寇家被

俘掠劉太息曰是忍置於使令之列耶
先其女嫁之是夜夢一綠衣槐簡者謝
曰予蘭孫父也荷德無以報聞公短壽
當為力請于帝數日復夢曰予不佞帝
口許與公延二十五年壽富及三世後
果如言蓋男女之有室家者人之大倫
劉能不以姝麗動意捐財嫁之世之富
民肯如是乎

試官任私有惡報

孫覿作諸科考試官誤

落一尚書學究對八通誤作粗通既落
之後其人陳詞考試官及將議申覆果
誤落也遂別出難題時科十二人皆不
能對乃俱落之後裴湘病絕而復蘇曾
魯公徃省之湘曰此至陰司見孫覿相
揖云為誤落舉人見追尚未對定魯公
恠之不數日孫覿果卒此可為後來試
官齟齬訛謬任私意而不行公道者戒
蓋朝廷取士容可私耶

李紀好殺生善彈射其
父知巴州日紀設網於廨園登樓伺之
忽見群鴉觸網紀喜不及履徒跣赴之
忽為巨刺所傷坐此遂死已而復生謂
家人曰我至陰司主者責我曰衆生於
汝何負而汝殺之汝本厚祿遐壽以殺
生多今皆削盡矣當歷諸苦人謂殺生
無害可乎

景世庠至陰司見

國徒其象一汝門地坐前列簿書斥世
主曰汝本應官善坐殺牛三百七啖犬
肉今當貧天世庠曰食犬有之而牛實
未嘗殺汝非曰汝為里正里中殺牛而
汝不祭與汝殺何異姑還警世越明年
復卒嗚呼以不禁殺牛而坐殺牛之罪
有官君子其可不知好與人判牛狀者
亦不可不戒

碑刻好句幽冥陰翳

李氏家老妮子秋婆

久病無生意一日殊絕復蘇自言至一
處有兩隻大船皆滿盛遺棄之物不潔
之水一鬼在傍逼令呷之且曰此汝平
生所耗之物豈容不呷秋婆不得已強
呷不數口已竟腹滿驚悸復蘇言訖而
斃世之婢媿耗費人物豈顧死後幽冥
之戮耶

物去留不常

劉伯龍以家貧將營什一
之利忽一鬼在傍撫掌大笑劉曰貧窮

豈有命耶不然何以為鬼所笑也蓋世
間財物去留不常命當有之身自不勞
苦分合貧薄則終無所成若分外營求
皆是妄念安得不為鬼所笑

缺陷

李丞相沆厭營利世務罕以嬰

心所居陋甚不以屑意堂前藥欄壞亦
不問其夫人戒守者勿葺以試沆沆終
不以言夫人曰藥欄壞亦不問何也沆
笑曰安可以此動吾一念哉又請治第

沈曰身食厚祿時有橫賜固可營辦但
佛家以此為缺陷世界我安得皆圓滿
如意必求稱足耶終不聽臨終沐浴就
臥而化時大暑七日方殮絕無腐氣此
可見公履踐然今士夫鮮有不以外物
動其念者



丹陽縣令楊開性暴橫果於

決責與門下客楊詢最相得每事必以
訪詢詢明知其非不敢有所忤意但一

切譖嘆盛美而已開一日乘怒盛暑中
杖公吏及囚繫者四十餘人二人死詢
猶盛稱其快後詢夢至一處金紫者譖
之曰成楊開之惡者汝也楊開之罪當
坐於汝無所逃也不歎日果中惡疾而
斃此佛書所以譖嘆人為惡者也


惡類得過否王韶晚年頗悔取熙

河時事嘗遊金山寺以因果問衆長老
皆言以王法殺人如舟行壓殺螺蚌自

是無心韶猶疑之時有刁景純者比韶
為前輩亦學佛多在金山忽一日與韶
邂逅于長老坐間韶復舉前話以問衆
答如初刁獨無語韶曰十八丈以為如
何刁曰但打過得賢心下否韶曰不知
十八丈以為打得過否刁曰以某所見
賢打過不得曰何以知之曰看打得過
自不問也韶亦不自安後數歲發背終
日闔眼醫者告之曰看病亦當看眼色

樞密試開眼看韶曰安敢開眼斬頭截
脚人有許多在前月餘病劇遂卒韶未
發背前涇原知縣王直溫一夕已就寢
矣中夜有人叩衙門甚急曰請知縣斷
遣一公事直溫起燃燭坐廳明見一吏
抱文案升見數卒領一罪人至白直溫
曰奉天勅令知縣斷此王韶公事直溫
熟視罪人頗駭肥矮其吏宣判將王
韶決脊杖配洪州斷訖直溫復歸忽驚

堯問其妻曰我曾起否妻曰爾睡甚決
不覺出直溫曰豈乃夢耶悟不復道明
日以韶名字問人或曰今樞密使乃王
韶亦般肥短矮外無有者直溫異之未
幾果聞王韶罷樞密謫官洪州發背而
卒異哉


羅鞏大觀間遊太學
有神祠甚靈鞏每以前程祈禱一夕夢
神告之曰子已得罪於冥司亟歸鞏曰

某生平無大過惡願聞獲罪之由神曰
子無他過惟父母久不送葬曰某尚有
兄何獨獲罪神曰子為儒者明知禮義
子兄碌碌不足責也夢覓大恐是年果
卒如此則葬可緩乎蓋送死人之大事
停喪不葬子之罪也豈得安哉勸善錄
畢

省心雜言

草廬吳先生曰是縮可以敬悟人心可以

扶樹世教藹然君子之言也書無作者
姓名邈其所自謂和靖處士林逋君復
之書也繼後恬庵何氏選旨意相類者
兼附之云○度用不節財何以豐民不
蘇國何以安○飽蒸藿者鄙膏粱樂貧
賤者薄富貴安義命者輕死生遠是非
者忘藏否○不欺闇室者肯欺其心乎
不愧屋漏者肯愧於人乎不欺其心無
愧於人庶幾君子矣○飽肥甘衣輕暖

不知節者損福廣積聚驕富貴不知止
者殺身○人以巧勝天天以直勝人○
小人詐而巧似是而非故人悅之者衆
君子誠而拙似迂而直故人知之者寡
○少不勤苦老必艱辛少能服勞老必
安逸○憂國者不顧其身愛民者不罔
其上○人有過失已必知之已有過失
豈不自知喜是非者檢人畏憂患者檢
身○誠無悔恕無怨和無仇忍無辱○

為子孫作富貴計者十敗其九為人作
善方便者其後受惠○以愛妻子之心
事親則無往不孝以保富貴之心事君
則無往不忠以責人之心責己則寡過
以恕己之心恕人則全交○張鮑忱於
大江驟駿馬於平陸天下之至快反思
則憂處不淨之地乘獨後之馬人或我
嗤樂莫大焉○以德遺後者昌以禍遺
後者亡謙柔卑遜者德之餘強忍姦詐

者禍之始○利心專則背道私意確則
滅公○家不和然後見孝子國不亂無
以見忠臣如是孝子忠臣不容見於治
世也僕切疑之有人能克諧六親欽順
父母家不使不和莫大之孝也有人能
引君當道將順正救國不使之亂莫大
之忠也○婦人悍者必淫醜者必妬士
大夫繆者忌險者疑必然之理也○費
千金為一瞬之樂孰若散凍餒幾千百

入處耿軀以廣廈何如庇寒士於一席
之地乎○知足者貧賤亦樂不知足者
富貴亦憂○寶貨用之有盡忠孝享之
無窮○好名則立異立異則身危故聖
人以名為戒○內睦者家道昌外睦者
人事濟不護人短不周人急非仁義也
○心不清則無以見道志不確則無以
見功○結怨於人謂之種禍捨善不為
謂之自賊輕諾者信必寡面善者背必

非孝於親則子孝欽於人則衆欽聲色
者敗德之具思慮者殘生之本○廣積
聚者遺子孫以禍害多聲色者殘性命
以斧斤欲去病則正本本固則病可攻
藥石可以效欲齊家則正身身端則家
可理誰今可以行固其本端其身非一
朝一夕之事也立身之道內剛外柔肥
家之道上遜下順不和不可以接物不
公不可以馭下○壽夭在天安危在人

知天理者天或可壽忽人事者雖安必
危○口腹不節致疾之因念慮不正殺
身之本驕富貴者憾憾矣貧賤者休休
所以景公千駟不如顏子一瓢也○外
事無大小中慾無淺深有斷則生無斷
則死大丈夫以斷為先○勢不可使盡
福不可享盡事不可做盡言不可道盡
○人非賢莫交物非義莫取忿非善莫
舉事非見莫說○謹則無憂忍則無辱

靜則常安儉則常足○道行則功濟天
下道不行則獨善一身修身莫若敬避
強莫若順○誠酒後語忍食時嗔忍難
忍事順自強人○不肖之子志在遊蕩
身在屋下心在屋上○偽賈亂塵情農
欺田諛夫撓邦害馬污群○拙製傷錦
妄用破家○優游之所勿久戀得意之
所勿再往○鞠躬便辟不足為恭悲號
涕流不足為哀羹衣薪食不足為儉○

欺人者不放蹤人必知之感人者益久
人益信之○稠人中不可議人短長恐
有其親厚者○盛喜中勿許人物盛怒
中勿開人箇○欲感家置兩犁欲破家
置兩妻○久用財試金用火試○小人
做債似拾得還債似着賊○看經未為
善作福未為願莫若當權時與人行方
便○見事莫說問事不知閑事莫管無
事早歸○飲卯時酒一日不快活○多

置寵一生不快活○至樂莫如讀書至
要莫如教子○至富莫如蓋屋至窮莫如
田○子孝雙親樂家和萬事成○不作
皺眉事應無切齒人○惜智不談○坐
久主勞○隣里欲高牆親情欲遠方○
城門失火殃及池魚○人將語探水將
杖探○勤儉常豐至老不窮○晚食當
肉緩步當車無罪當貴無灾當福○知
足常足終身不辱知止常止終身不耻

○大廈千間夜臥八尺良田萬頃日食
二升○家欲成看後生○諛臣亂國妬
婦亂家○欲要寬先了官○孝順田五
逆園○富因忙惜許貧為不爭多○人
可欺天不可欺○人可瞞天不可瞞○
逢人只說三分話未可全拋一片心○
門內有君子門外君子至門內有小人
門外小人至憫人之凶樂人之善濟人
之急救人之危○詈人而不答必有所

容○守口如瓶防意如城○信者行之
基行者人之主人非行無以成行非信
無以立○人間私語天聞若雷暗室欺
心神目如電○貪利者害已嗜欲者戕
生肆傲者納侮諱過者長惡○言而無
益不若勿言