《寿康宝鉴》白话

印光大师 编订
三宝弟子 翻译
戒邪淫网 修订

苏州弘化社
商丘市寿康文化研究学会
联合印赠

目 录

◇序 题◇……1
题辞一……1
题辞二……2
《寿康宝鉴》序……3
《不可录》重刻序……9
《不可录》敦伦理序……12
《欲海回狂》流通序……16
◇警 训◇……22
文帝训饬士子戒淫文……22
戒淫圣训……24
戒淫文……26
戒淫格言……28
邪淫十二害……65
四觉观……70
九想观……72
劝戒十则……74
戒之在色赋……80

◇事 证◇……83
福善案…… 83
祸淫案……110
悔过案……138
同善养生……149
◇立 誓◇……156
发誓持戒……156
誓愿文式……160
◇戒 期◇……163
保身立命戒期及天地人忌 ……163
◇求 子◇……182
礼念观世音菩萨求子疏……182
求子三要……184
保身广嗣要义……190
◇附 录◇……197
劝毁淫书说……197
《不可录》纪验……213
惜字近证……217
修订手记……219

◇序 题◇

题辞一

每个人都希望自己及子孙健康长寿、幸福美满，但如果在色欲这件事情上不知忌讳、不知节制、不知谨慎，则所希望的与所得到的将适得其反。岂不可悲可痛！所以孔子说：“青少年时期，血气未定，不能犯色欲。”孟子说：“最好的养心方法莫过于少欲。少欲的人虽然也有短命的，但很少；多欲的人虽然也有长寿的，但也很少。”因此可以说，人的死生存亡，多半取决于淫欲心的多与寡。不慧印光虽无有救世之力，但却非常希望世人都能健康长寿，于是增订编辑并刊印流布此书，殷切期望那些自爱并爱自己子孙的人，能够将此书详细阅读，对色欲与健康和夭寿的利害关系，明若观火，并能在家里教诲子孙，在外面告诫亲友。另外，我还祈愿此书能够在世间广泛流通，使一切人都能获得长寿健康。这是我馨香而祷祝的。

题辞二

人的身体是源于淫欲而得，所以人的淫习偏重。于此稍不注意谨慎节制，往往导致病亡。古时的圣王，非常爱护子民，在不宜夫妇房事的日子，令人敲响木铎（大铃），行走于街巷道路，警戒世人不要误送了性命。其慈悲爱民是何等的深切！

到了后世，不但国家政府的法令不再提及，就是父母对自己的儿女，也不讲说戒淫保命的道理，致使很多青少年，因无知而断送了宝贵的生命。实在太可悲了！

印光经历世事数十年，亲身见过、听过由于淫欲而伤身丧命的事例很多，十分悲伤，因此募化善资印制《寿康宝鉴》，希望同胞大众，都能获得健康长寿。希望获得此书的人，仔细阅读并展转流通，使大家的心思和钱财不致白费。我就非常非常高兴了。

释印光

《寿康宝鉴》序

世人都希望自己健康长寿、子孙兴旺、事业发达、平安吉祥，没有人愿意多病夭折、子孙断绝、家道败落、凶危多难。此乃人之常情，三尺孩童也能明白。哪怕是最愚笨的人，也绝不会喜欢灾祸而讨厌吉祥。但是贪淫好色的人，虽然也希望寿康吉祥，但所作所为却与其希望的相反，结果是不想得到的厄运频频降临，而想得到的幸福吉祥却远离而去。真是可悲！那些纵情花柳、以此为乐的人，其下场无疑很悲惨，这里暂且不谈。就是夫妇之间，若是贪恋淫欲，同样会导致体弱多病、丧身失命。也有虽不贪淫，但由于不知忌讳（种种忌讳，书中有详细说明），冒昧房事而导致死亡的。真是太令人惋惜了。因此古时贤者编了《不可录》一书，记载了淫欲之害、戒淫格言以及福善祸淫的实例，详细而有条理地分析和陈述了持戒的方法、日期以及其中的忌讳，以警世人。作者的觉世救民之心，可谓恳切周挚！现在我将《不可录》加以增补修订，并取名为《寿康宝鉴》，再为这本书募捐印刷、令其广泛流通。

我这样做，缘于一件令人痛心的往事：

有一名皈依弟子罗济同，四川人，46岁，在上海从事船商生意。其人性情忠厚老实，深信佛法，与关絅之等人合办“净业社”。民国十二三年，多次想来普陀山皈依，终因事务缠身，未能成行。十四年，身患膨胀病好几个月，病势极为凶险，虽经中西医多方治疗，均无效果。八月十四日，清理医药账目时，发现金额巨大。他生气地说：“从此就是死了，也不再吃药了！”其妾便在佛前恳切许愿终生吃素念佛，以祈求丈夫痊愈。当天下午，病情竟有转机，大泻淤水，未服药就基本康复了。我于八月底来上海，住在太平寺。九月初二去净业社见关絅之，罗济同也在那里。当时他虽然还没有完全康复，但气色淳净光华，无人能比。他看见我，欢喜地说：“师父来了！那我就在上海皈依，不需要上普陀山了。”于是就在九月初八与其妾在太平寺同受了三皈五戒。随后又邀请了程雪楼、关絅之、丁桂樵、欧阳石芝、余峙莲、任心白等居士陪我吃饭。九月初十，又请我到他家去吃饭，并且说：“师父就是弟子们的父母，弟子也就是师父的儿女呀！”我说：“父母总是为儿女的病患担

忧，你的病虽好，但身体尚未完全复原，应当慎重！”可惜我当时没有直接明说“慎重”是特指夫妻房事。到了月底，我参加上海功德林召开的监狱感化会，罗济同也来了。会后有十余人留下用餐时，罗济同进来与帐房先生交待几句，然后就走了。此时他的面色简直就像死人一样。我料定他是犯了房事，深悔那天只说父母总为儿女的病患担忧，未曾说明担忧的原因和道理，致使他重病复发，生命危在旦夕。当时想给他写封信，告诉他一定要严禁房事，但因琐事繁杂，没有写成。十月初六回到普陀山，立即给他寄了一封信，极力陈述其利害关系，然而已经晚了，没有几天济同就死了。他临终的时侯，关绸之邀请了一些居士来助念。济同是否能够往生西方极乐世界，不得而知，但应当不致堕入恶道。济同大病数月，由于三宝的加被，未用药而痊愈。十几天来气色光华，胜于常人。后来却由于不知谨慎保身，误犯房事而死。不但断送了自己的性命，也辜负了三宝慈悲护佑的恩德啊。

我接到罗去世的消息甚为难过，想到世上由于不知忌讳冒昧贪淫以致丧命的人不计其数。如果不将这个道理提醒世人，则大失如来慈悲救

苦之道。因此就决心将《不可录》一书的内容重新增补修订，排印成书，广泛流布，希望世上所有的人，都知道忌讳不致误送性命。一位居士想将母亲的遗资一千六百元印善书奉送结缘，我让他全部用来印《寿康宝鉴》，以救护青年男女，防患于未然。如此，则以罗济同一人的死，可使现在未来一切阅读此书的人，知道有所戒慎，并由于该书的展转流通、展转劝诫，使举世之人，都能同享长寿康宁，而悲苦的鳏寡孤独将越来越少。这样，济同一人的死，使一切人都能得到健康长寿，那么其死就有功德了。仗此功德，回向往生，济同必当俯谢娑婆，高登极乐，成为阿弥陀佛的弟子，作大海众菩萨的良朋。

孟子说：“最好的养心方法莫过于少欲。少欲的人虽然也有短命的，但很少；多欲的人虽然也有长寿的，但也很少。”身体健康的时侯尚且要节制性欲，何况是大病初愈之人！ 十年前，有一个富翁的儿子，留学日本学习西医，成绩名列前茅。一次坐电车，车未停稳就跳，跌断一只胳膊。因为他自己就是学医的，所以很快就治好了。凡伤筋折骨，百日之内一定不能近女色行欲事。此人骨折后不久，因母亲做寿而回国，与妻子同宿一夜，

第二天就死了。这位富翁的儿子很聪明，而且自己还将要为人医病，怎么连这样的常识，居然懵懵懂懂一点都不知道呢？只因贪图片刻的欢乐，而葬送了宝贵的生命，还有什么样的悲哀可以与之相比呢？前年，有一个商人，正在走财运，头天生意赚了六七百元，十分得意。第二天，他从妾的住所，来到妻的住所。其妻大喜过望。当时是农历五月，天气很热，她为丈夫开电扇，备澡盆，并拿冰水冲蜂蜜给他喝。她只晓得这样可以解暑降温，但却不知道丈夫刚行房事，是不能受凉的。结果不到三个钟头，这个商人就腹痛而死。由此可见，世上由于不知忌讳、冒昧行事而致死的人，实在不晓得有几千万亿呀！！从古至今，人间福报最大的莫过于皇帝，按理说，福报大的人，寿命也应当长。但如果认真考证一下，这些帝王十有八九都不长寿，这难道不是因为欲事过多，又加上不知忌讳，而缩短了自己的寿命吗？常见世上的大聪明人，有许多也不能长寿，难道不也是由于不知危害懵懂行事而造成的吗？我常说，世上的人，十分当中，有四分是由于色欲而死；还有四分虽不是直接因此而死，却因贪欲损身，遇其他内外病缘间接而死；能够尽寿而终的，不过

是十分之一二罢了！茫茫世界，芸芸人民，竟然十有八九是因色欲而死，怎不令人悲哀啊！这就是我流通《寿康宝鉴》的原因。

惟愿世上爱儿女的人，以及为同胞修福止患的人，都来发心印送这本《寿康宝鉴》，辗转流传，使人人都知道忌讳，不致于误送性命或变成无所作为的废人。那些放荡于花街柳巷的人，多数是由于自己缺少正确的知见，受了损友淫书的毒害，致使身陷欲海，不能自拔。如果这些人愿意认真阅读本书，就会深知其利害，清楚地了解到：邪淫的戒除与否，关乎祖宗父母的荣宠羞辱、自己身家的生死成败，关乎后世子孙的贤愚存亡。只要这些人的天良还没有完全泯灭，一定会触目惊心而痛加戒除邪淫。若能人人如此，则人们各乐夫妇之天伦，不致因贪图淫欲而损身，都能相敬如宾、白头偕老、健康长寿。另外，清心寡欲之人，常能健康生育。他们的子女必定体质强壮、心性贞良，长大后不仅没有自戕身体的过失，还能成为荣耀门庭、贡献社会的栋梁之才。这是印光永远馨香以求的。愿一切阅读《寿康宝鉴》的人，大家共表同心，随缘流布，则人民幸甚！国家幸甚！

民国十六年丁卯季春常惭愧僧释印光谨撰

《不可录》重刻序

色欲的祸害，极其酷烈，从古至今，因此而亡国败家、丧身绝嗣的人，何可胜数！其次，因耽于色欲而摧毁刚健的身体，昏聩清明的志向，虽有顶天立地、希圣希贤的资质，却成了碌碌无为、无所建树之人，也同样不知道有多少！更何况那些违背天理、淫乱人伦，生前成为衣冠禽兽，死后堕入三途恶道的下流之徒，又怎能全都知道和看见呢！噫，色欲之害，真是残酷炽烈，令人心惊可怕之极！因此许多古圣先贤，特垂慈悯，有的告知以佛法的道理，有的规劝以世间善言，就是想使世人都能明白福善祸淫的道理；同时又用许多实例，作为验证和警戒，希望懂得自爱的人见了，能够怵目惊心，幡然醒悟，从而遏人欲于横流、复天良于将灭。从此一切大众，都能够享受富寿康宁的幸福，永离贫病夭折的祸患。这就是《不可录》所以要编辑成书的原因。

张瑞曾居士，想要把《不可录》重刻，印送广施，并请我写序阐明克制淫欲的要点。应该知道，当美色现前、淫欲之心炽盛的时侯，无论是

正法的道理、世间的善言，还是令人敬畏的因果报应，都很难断其爱心。如果能于此时作“不净观”，则一腔淫心，可以当下冰消。

我老家陕西的长安城里，有许多子弟喜欢玩蟋蟀。有一家兄弟三人，刚成年。一天夜晚，月光明亮，他们在坟墓之间捉蟋蟀。忽然看见一个少妇，姿色绝伦，三人一同追赶捉拿。这时少妇突然变脸，七孔流血，舌头拖出一尺多长，兄弟三人同时被吓死。第二天，家里人找到了他们，救活了一个，才知道事情经过。被救活的那一个，大病了几个月才好。这家从此禁止子孙夜晚捉蟋蟀。这个美丽的少妇，没有变脸的时侯，三人见了，爱入骨髓，非要满足淫心不可，待到其妇变脸，都一下子被吓死，爱心立即化为乌有。然而当他们三人群起追逐时，其少妇也未必七孔无血、口中无舌。为什么她将血和舌头隐藏起来时，人们见她就生爱心，而见她流血拖舌，就生恐惧心呢？明白了这个道理，则凡见到一切天姿国色，都可以当作七孔流血、舌拖尺长的吊颈鬼来想！如果能这样，怎么还会被美色所迷惑，以致生不能享尽天年，死后又长堕恶道呢？

所以如来让贪欲重的人，作“不净观”。

观之久久，行者尚且能断惑证真、超凡入圣，岂止是不犯邪淫、息欲养生的利益。见了美貌的异性就产生爱心而想行欲事，不过是被外面一张光华艳丽的薄皮所迷惑罢了。如果揭去这层皮，不但皮下面的东西不堪爱恋，就是这张薄皮，也绝对没有什么值得爱恋的。再进一步解剖其躯体，则将见脓血淋漓，骨肉纵横，脏腑屎尿，狼藉遍地，臭秽腥臊，不堪见闻。这比起前面说的那个少妇，其可畏惧、可厌恶的程度，更要超过百倍千倍。纵然是倾国倾城的绝世佳人，薄皮里面的东西，又有什么不一样呢?为何只见其外面的形象，而不去观察里面的内容，迷恋其极少部分的薄皮之美，却不去注意占大部分的秽恶腥臭呢？我希望世人能明了美貌背后的实质，知其秽多而厌离，知其美少而放弃。如此，就能一同出离欲海，共登觉悟的彼岸了。

又当欲火中烧，不能自制之时，可将女阴当作毒蛇的口，想着自己是把阳物放进毒蛇的口中呀！这样一来，则心神惊惧，毛骨悚然，无尽的热恼，当下化为清凉！这也是一种熄灭淫欲的简便方法。（编者按：女性亦可类此观想，熄灭欲火。）

释印光撰

《不可录》敦伦理序

天是伟大的父亲，地是伟大的母亲，一切男人女人，都是天地的子女，都是我们的同胞。既然都是同胞，就应当互相友爱，保护扶持，希望各得其所。这样做，就是天地孝顺的孩子，也才无愧于天地所生。既能保护扶持天地的儿女，那么天地必定会保护扶持这个人，使他福深寿长，万事如意。假使有人肆意横行，欺负凌辱天地的儿女，此人必将折福减寿、灭门绝嗣，一口气不来，就堕入三途恶道，纵然经历百千万劫，也难以复得人身。这种人都是自取其祸，并不是天地对他不慈悲。

别的先不说，譬如妻、女、姐、妹，人们都有。假如别人老盯着自己的妻子、女儿、姐姐、妹妹不怀好意地看，你必定会气愤发怒，恨不得冲上去揍他一顿。但为什么你看见人家的妻、女、姐、妹，稍有姿色，心里就乱起淫念，妄图污辱人家呢？既然同是天地的子女，都是我的同胞，如果对自己的同胞，生起不正的邪念，那就是污辱天地的儿女，欺负侮辱自己同胞，这样的

人，还配活在天地之间、还能叫他是人吗？况且夫妇之道，关乎社会秩序稳定的大局，是五伦中的关键。人之所以不同于禽兽，就是由于人有伦理道德。人若是做了蔑理乱伦的事，那就是以人身去行禽兽事，身体虽然是人，实际上连禽兽也不如！为什么？因为禽兽不懂伦理道德，而人是知道伦理道德的。明知故犯，当然比禽兽更低级了。

然而一切众生，都是由淫欲而生，所以这种习气偏重，必须严加提防。如能在淫念生起时，将其作亲人想、作怨仇想，或能作不净观想，就可以熄灭邪念，而养成淳厚的正念。“怨仇观”与“不净观”已在前面序中说明，现在特将“当作亲人来想”一法，加以阐发，希望阅读的人，共同勉励，遵守道德，摈弃恶念。

《四十二章经》教导我们见到妇女时应该：“想其老者如母，长者如姊，少者如妹，幼者如女，生度脱心，熄灭恶念。”[①]《梵网经》则说：“一切男子是我父，一切女子是我母，我生生无

① 若见到各种女人，要想那年老的如同自己的母亲；年长的如同姐姐；年轻的如同妹妹；年幼的如同女儿。从而生起度脱心，熄灭恶念。

不从之受生，当生孝顺心、慈悲心。”如此一想，则保护扶持她们都还来不及，怎么敢起恶劣心而污辱她们呢?

明代有一学生，贪恋淫欲的心很重，不能自我约束，为此他去请教王龙溪。王龙溪说：“譬如有人对你说，这里有一个名妓，你可以揭开罗帐同寝。你听从了他的话，撩开罗帐一看，竟是你的母亲，或是女儿、姐姐、妹妹，此时你的一片淫欲之心，熄灭没有呢?”其人回答道：“熄灭了！”王龙溪又说：“由此可见，淫欲之心本来是空的，是你自己当真了！”如果人人都能将一切女人，作为自己的母亲、女儿、姐姐、妹妹来看，那么不仅淫欲的恶念无从生起，而且生死轮回，也定会由此而顿时出离了。

《不可录》一书，包含真实而珍贵的言教，福善祸淫的案例，还有日期、场所等卫生戒忌，内容周详明确。作者觉世醒迷的慈悲心，可以说是诚恳又真挚！扬州的张瑞曾居士，利人心切，为了印行此书，请我讲说遏制淫欲的要点。因此我就叙述了“怨仇观”、“不净观”的大意。他又因堂兄张正勋去世，准备把这功德，超荐堂兄灵识，使其罪障消灭，福智崇朗，出离五浊恶

世，往生西方极乐世界。感于瑞曾居士孝顺父母、友爱兄弟的真情，我又写了这篇敦伦之序。希望见到这本书的人，能详细阅读、认真领会，我就非常高兴了！

释印光谨撰



《欲海回狂》普劝受持流通序

天下有一种极惨极烈、至大至深的祸害，动辄让人丧身失命，却有人偏偏喜欢它，以身殉之，至死不知悔改。这种祸害就是色欲啊！对于那些放浪形骸，纵情淫欲，攀花折柳，偷香窃玉，灭理乱伦，败家辱祖，恶名传于乡里，毒气遗于子孙，生前不能安享天命，死后长劫堕入三途恶道的人，姑且不论。就是夫妇之间，因贪恋沉湎房事而死的人，又怎么数得清！本来是追求快乐，结果是导致死亡。世上鳏夫寡妇的痛苦，实际上多数是自己今生的不节制造成的，不能全归于命运。那些迷恋于床第之欢的人，固然是自取其祸。还有一些人，虽然平时并不过分贪恋房事，但只因不知道忌讳，冒昧从事而造成死亡的也不在少数。所以《礼记·月令》记载，古时有打铃公告，告诉老百姓注意房事的政教法令。古代圣王爱护人民的赤诚之心，真是无微不至啊！(种种忌讳，《寿康宝鉴》中有详细说明，应阅。)我常说，世间的人民，十分之中，由淫欲直接而死的，有四分；间接而死的，也有四分。因为纵欲则身体亏

损，容易受到各种疾病的侵袭，而导致死亡。对这些直接间接因色欲而死者，一般人都说是寿数到了。其实贪淫之人的死，都是没有享尽天年。真正能够尽其天年的人，乃是清心寡欲、清净贞良、不贪淫事的人。那些贪图淫欲的人，都是自己提前结束了自己的生命，怎么可以说是寿数到了呢？依命而生，尽命而死的人，不过十分之一二罢了。由此而知，天下多半的人都是未尽天年而提前枉死的！淫欲祸害的惨烈，世上再没有第二种了。这怎不令人悲哀？怎不令人畏惧呢？

世上也有不花一分钱，不费一点力，就能成就高尚的道德品行，享受最大的人生安乐，遗留子孙以无穷的幸福，使自己来生得到忠贞良善眷属的方法。这种方法就是戒除邪淫、节制正淫。夫妇之间正当的淫欲，前面已经简单说明了节制与否的利害关系，这里不再论说。夫妇以外的邪淫之事，则无廉无耻，极秽极恶，乃是以人身去行畜生事。对于美艳的少女来求私奔，妖冶的少妇前来献媚，高尚明智的人都知道是莫大的祸殃，而严加拒绝，其结果必然是福星高照、皇天眷顾；无知愚人则当作莫大的幸福而欣然接纳，其结果必然导致灾祸降临，鬼神诛戮！君子是因祸而得

福，小人则是因祸而加祸。因此古人说“祸福无门，惟人自召。”世人假使在色欲关头，不能彻底看破，那就是将至高的德行、最大的安乐以及子孙无穷的幸福、来生忠贞良善的眷属，断送于片刻的欢娱之中。岂不可悲！

周安士先生的《欲海回狂》，分门别类，缕析条陈，是一本雅俗共赏、叙述劝诫都诚挚感人的好书。对于从古至今不淫获福、犯淫遭祸的事例，从头至尾，详细而全面地记述。大声疾呼，不遗余力；晨钟暮鼓，发人深省。其目的就是要使举世同胞，都能享受福乐，享尽天年而后已。要知道《欲海回狂》一书，虽然专为戒淫而写，但其内容与道理，却圆融具备经国治世、修身齐家、穷理尽性、了生脱死的方法。如果对此书认真阅读，心领神会，就能左右逢源，触目是道。安士先生忧世救民的慈悲心，真是至深至切！因此，我在民国七年，特在扬州藏经院刊刻《安士全书》。民国八年，又将《安士全书》中的《欲海回狂》、《万善先资》二种刻成单行本。民国十年，又募捐善资，印行缩小本《安士全书》。原打算印十万部，遍布全国，但因人微德薄，无由感通，只印了四万部。而中华书局自己又私下

印刷出售了近二万部。后来杭州、汉口也都仿照排版，所印数量，也不在少数。

现有江苏太仓的吴紫翔居士，痛念世上灾祸日益加剧，而那些新学派，提倡废除伦常，废除贞操，鼓吹纵欲乱伦，煽动情欲，如决江堤，任其横流，使一般青年男女，一同陷于无底欲海的漩涡之中。因此他发心广印《欲海回狂》一书，施送社会各界，期望挽回狂澜。众志成城，大家齐心合力就能办成大事。我恳切希望天下的仁人君子，大发救世善心，根据自己的能力尽量印送，并劝有缘人，普遍流通此书。又祈望父亲教诲儿子，兄长勉励弟弟，老师训诫学生，朋友劝告同伴，使人人都知道色欲的祸害，各自立志如山，守身如玉，不但不犯邪淫，就是夫妇之间的正当性生活，也知道节制谨慎。如能这样，则见鳏寡孤独，日渐减少，富寿康宁，人人可得。个人与家庭，清泰吉祥，国家和社会，安定太平；邪行能转成美德，灾祸自变作福运。不花一分钱，不出一点力，就能取得如此美满的结果。诸位仁人君子，想必都会当仁不让而乐意为之！谨此叙述其主要意义，以贡献给各位同仁。

民国十六年释印光撰

附录：

懿德堪钦

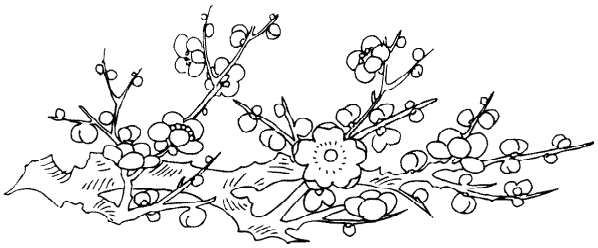
（《扬州甘泉县志》）

元朝的秦昭，是扬州人，二十岁那年准备到京城游玩，都已经登上船了。他的朋友邓某，赶来为其持酒送行。正在喝酒间，忽有一绝色女子被抬到了船上。邓某令该女拜见秦昭，并介绍说：“此女是我为京城某部某大人所买的小妾，想籍您出行之便，将此女带到京城。”秦昭再三婉言拒绝。邓某不高兴地说：“你为什么这样固执？不就是一个女子吗，路上你若不能把持自己，此女即归您了，不过二千五百钱而已。”秦昭不得已，答应下来。当时天气已经很热，蚊虫很多，此女苦于没有蚊帐，秦昭只好让此女和自己同寝于一个帐内。从内河出发，历经数十日，到了京城。秦昭先把此女安顿到店主娘那里，自己拿着邓某的书信寻访某大人。找到之后，此大人问秦昭：“你可带家眷来？”秦昭说：“没有，就我自己一人。”其人勃然怒现于面，然而

因有邓某的书信，不得已勉强令人将此女接到家中。这天夜里，方知此女未破身。该大人惭感不已。第二天，马上写书信，答谢邓某，信中大赞秦昭的德行。随后，前往秦昭处拜见，说：“阁下您真是盛德君子啊，千古少有。昨日我还非常怀疑您，真是以小人之腹测君子之心，太令人惭愧了！”

【批】秦昭之心，如果不能毫无邪念，正念淳厚，则与此绝色女子，日同食，夜同寝，经数十日之久，能毫不动心吗？秦昭固然是盛德君子，此女亦属贞洁淑媛。此二人懿德贞心，令人景仰。所以我把这个故事附录于此，以广流通。

民国十六年丁卯释印光识



◇警 训◇

文帝训饬士子戒淫文

文昌帝君说：上天常降祸于好色贪淫之人，而且其报应也特别快。愚人却像做梦一样的颠倒无知，不知畏惧。世人如果放纵自己的行为不加检点，那么灾殃随时都会降临。诸位学子请听我的劝导之言：自古以来只有积德行善，才能获得吉庆；违背天理，造作罪恶，必然遭受祸殃。这是往昔圣贤的明训。春秋时期那些邪淫乱伦的诸侯大夫，最后都导致了败国亡家。《诗经》也讥刺男逐女奔的荒淫无耻。所以违逆天理，就是自害性命，而贪图淫乱，就是自败名节。人的作为背天理，上天岂能不震怒。高贵香洁的御花园，只有洁身自好的人才能受邀游览；天子为新科贵人赐宴的恩宠，岂是名声污秽者所能享得?

上帝命我掌管士子功名，我于此类事也曾作过教诲训示。无奈有些读书人，只为贪图片刻的欢乐，而不顾惜一生的前程。淫乱别人的妻女，自己的妻女必被他人所淫，如同交易有买就有卖。淫恶的报应残酷无情，可是能洗心革面、痛改前

非的又有几人呢？我在春秋两季的科考中，经常临时取舍一些人：有的原本该考中，而被一笔勾销名字，那是因为他偷看了邻家的妻室；而那些原本不在录取之列，后被增补上来的人，是由于拒绝了私奔的少女。要想听到金榜题名的平地惊雷，心中就不要生起淫欲之火。那些落榜后的贫困潦倒者，并不是没有寒窗苦读和满腹文章，他们一辈子艰难困苦，说起来还是由于越规犯淫，自坏节操。可叹这些人不去检查自身的原因，却反而怨天尤人。高中进士的福报，是从心地上种来的；身穿大臣的紫袍，也是阴德中修出。科考场中处处都有神明监察。可惜呀，考卷中字字珠玑，忽然灯灰落纸毁坏考卷；怅恨呀，篇篇文章锦绣，似乎无缘无故被墨迹污脏。其实都是我在冥冥中主持公道，怎么说老天没长眼睛呢？高登金榜前三名的，都是因为有惊动鬼神的阴德；而本来有莲开并蒂瑞兆的，却因为犯淫败节，随即就听到花败榜落的凶信。诸位士子，只要你们坚守节操而不犯邪淫，自然能功名成就，福禄随身。特颁新谕，希望你们都能明白这个道理。

（现在虽然没有科举考试，但贪恋色欲而折福折寿，是没有两样的。千万不要颠倒地认为如今不同从前，纵然有违犯也不至于影响前程，从而任意胡为。至祷。）

戒淫圣训

文昌帝君垂慈训诫说：我奉玉皇大帝的命令，在每月的寅日和卯日，巡察酆都地狱，考察核定天下造罪人的犯罪事实。见到黑藉堆积如山，那都是世间人的造孽罪案。在天律所定的各种罪恶报应中，以淫罪的处罚最为严酷。奸淫别人的妻女、玷污人家的闺门名节者，在地狱中要受五百劫严厉酷刑，才能出离，托生为骡为马，又要经过五百劫，才能再投生人世，沦落为娼妓等类。那些设计奸污寡妇或尼僧、败坏人家贞操的人，将堕地狱受极苦八百劫，然后投胎为羊为猪，供人宰杀。又经过八百劫，才得脱离羊身猪身，接着又托生为蛇为鼠。这样又经过一千五百劫，才得脱离蛇身鼠身，投生为人。在人中或死于母胎之中，或在怀抱中夭亡，毕竟不能长大。更有造作淫秽图书、坏人心术者，这种人死后堕入无间地狱（受苦没有间断的地狱），直到这些书完全消失，而且看了这些淫书而造罪者的苦报也受尽了，淫书的作者，方能出离地狱。

淫秽图书对世人的危害，实在是罄竹难书。

常有名门闺秀，贤淑女子，她们识文解字，或于白天绿树飘拂的窗前，或于夜深人静的青灯之下，偷看淫书，不觉心神荡漾，欲火中烧，因此做出了淫奔偷情的恶行，守节的寡妇由此失去了节操，纯洁的少女由此丧失贞节。更有一些聪明俊秀而有才华的青少年，偶尔看到淫书，立即燃起淫欲妄想，有的发生手淫而不能自制，有的则眉来眼去轻薄地挑逗异性，从而发生伤风败俗的男女关系。从小处看，则由此损伤元阳，摧残了少年的脆弱之躯，导致夭折早亡；从大处说，则渎乱败坏了伦理法度，为人们所鄙视。还有一些人编写传奇故事，当众演出，教使年幼的孌童，表演各种色欲情态，惑乱了他人原本清纯的操守，这样的事，也是数不清的。追究其根源，都是由于淫秽图书所造成的。可叹这些文人，有着多生多世培植的慧根，却不思考如何建功勋于世间，积福德于自身，反而造下无穷的罪孽，惹起上天的震怒。这真是往冰窟火坑里面跳，自己不知珍惜自己，实在太可悲了！

戒淫文

常听说茫茫业海之中，最难断除的就是色欲；滚滚红尘里，世人最容易触犯的就是邪淫。叱咤风云的盖世英雄，为此而亡身丧国；才思横溢的文人雅士，为此而身败名裂。无论是从前还是现在，都是一个道理；无论是聪明之人还是愚蠢之辈，都难逃这一规律。何况现今社会，丧德灭伦之风更加炽盛，从古以来的道德准则已经沦亡。轻狂的愚人，固然喜欢沉溺于灯红酒绿，而有智慧根性的文人，也去爱怜风尘场中人。越说克制欲念，而欲念越加滋长，越说戒除邪淫，而淫心倍加增强。在路上遇到美貌异性，总是情不自禁，目注千番；偶然巧逢俏丽佳人，便柔肠百转，神魂颠倒。心神被形骸所役使，意识被情爱所牵缠。遇到偶尔插花戴草的老妇，居然也能把她想象成貌若西施；见到稍稍薰香打扮的丑陋女子，也会迷恋不已，忘掉其东施之形。

岂知淫恶之罪，天地难容，神明震怒！凡是毁人节操，自己的妻女必受同样的偿债，玷污别人名声，自己的子孙也会遭受报应。绝嗣的坟

墓里，埋的无非是轻薄狂生；妓女的祖宗，都是寻花问柳的浪子。本来命中应当富有的，则玉楼削去禄籍；本来命中应当显贵的，则金榜除掉名字。活着的时候，遭受各种刑罚；死去之后，堕入三途受苦。风流时的卿卿我我，到此一切成空；过去的雄心壮志，如今又在何处？

普劝青年志士，知识名流，早发觉悟之心，破除色魔之障！要知道，芙蓉粉面，都是带血肉的骷髅；美貌红妆，无非罩了华衣的粪桶。纵然面对如花似玉的女人，都要当作姐妹或母亲看待。没有触犯过邪淫的人，务必深加警惕，千万不要失足；曾经触犯邪淫，造作下罪恶的人，应当立即回头，痛改前非！最后，祈望读者辗转流通宣传，互相劝化开导，必定要使处处齐归觉路，人人同出迷津。

戒淫格言

1. 张三丰真人说：人生于天地间，禀承金、木、水、火、土五行之秀，具有刚正的气质。夫妇之道，乃人之伦常。越礼乱伦，则等同禽兽。所以淫邪的行径，是一切有志向、有道德的人尽力戒除的。天下最愚蠢的莫如动物，可是鸠鸟一经相配成侣，则终生不渝；失去配偶的孤雁，独自哀鸣而不再择偶。如此看来，邪淫者不但有负于“人”这个尊称，而且连一些动物的灵性都不如。

奈何这些愚蠢的人，不知色欲本空，如同梦幻泡影，却被红颜绿鬓所迷，爱欲缠绵，难以自拔。其实人心都是一样的，若能反过来看，就可以醒悟。当你想淫乱他人的妻女时，应该想想，假如我的妻室被他人所淫，枕畔调笑，男欢女爱，而此时自己就在旁边，见到这种情景，必然心如刀刺，眼起烈火，不顾一切地痛打追杀，一刻也不能忍受。如果能将心比心，何至于淫乱别人的妻女还自鸣得意呢?要知道，冥冥之中，天地鬼神鉴临在上，责问在旁，他们对邪淫这种无廉

耻、极丑恶的秽行，也一样怒不可遏，一样想要立即砍你的头，割你的肉。哪有不咬牙切齿、怒目而视，想方设法惩戒无耻之徒的呢？于是，一切灾祸，转眼之间就会接连不断地发生。想到此处，能不令人寒心吗?

更何况奸必近杀，邪淫者往往丧身刀剑之下，抛尸于街市之上，不一而足。阳世间的荒淫美梦尚未做完，而地府的铁门已在身后关上。死后化为碧血鬼火，都是邪淫所致。怎么还不相信美人原本是抹了胭脂的吃人老虎呢？即使暂时不至于被杀，但被侵害者的家人，强者会告到官府，弱者也对之怀恨终身，其宗族因此而蒙受无法解脱的羞辱，夫妻也断绝了一世的恩情。死生无常，变化多端，受到羞辱的一方，或暗中伺机报复，或背地里伤心痛苦。其祖辈父辈，本来没有大的过失，牵强附会的人就会猜测他们可能造了极大的恶，才会有这样的子孙来玷污其世代的清名。其妇若是怀了别人的孩子，就更乱了自己的宗嗣。这个孩子长大后，纵然身登仕途，名声很大，但终必是遗臭无穷。因为其出身来历不清不白，既不齿于人伦，亦永传为话柄。所以说杀人的惨毒，仅仅涉及一人一世，而淫乱他人妻

女，则如杀人不见血的无形钢刀，不亚于杀人家的几代呢！

总而言之，邪念来自于好色，要想断绝淫根，首先严持色戒。只要一好色，必然就好淫，则身已不正，一旦面对柔姿媚骨，便不能自我控制，必然为其所制服。由此不惜徇私枉法，重色轻友，乃至弃自己的父母兄弟于一旁不顾，除了淫欲之外，对其他全都糊涂无知了。对自己的妻妾子女，也失去了管教防范，任其秽乱闺房内室，暗为报应。而好淫者本人，却懵然无知。

好淫之人，子孙必然夭折，后嗣也必不昌盛。为什么呢?因为子孙，是精气神的产物。如今以我有限的精气，供给无穷的花柳，这好比用斧子砍树木，树的脂液既已枯竭，树的果实也必定会枯干乃至脱落。自身的精气尚且消散不能积存，又怎能期望集中于子女之身呢?因此，所生的儿女单薄孱弱，也是在所必然的。受胎既已单弱，而父母的淫欲在孕期内又不能断绝，禀其气受其形，所以儿女大多都瘦弱。再往下传，则薄之又薄，弱之又弱，最后导致断子绝孙，这是自食其果。淫祸的惨烈，怎能说得完呀！

呜呼，人一生寿命能有多长？百年也是瞬

间而已。纵然不顾及自己的名节，不珍惜自身性命，难道也不爱护子孙、不虑及宗祀？如果认真考虑这些，一定会追悔莫及，还有什么心思去放纵妄为呢?

至于尼姑寡妇、仆妇婢女、娼家妓院，这些都关系到一个人的名节声誉、身家性命，尤其要明察，这里不再多说。

所以有志向的人，应当以清净为本，以诚敬存心，坚忍操守，决烈立志，心存坚贞不动摇，用清净无染的德行来培养自己。遇到诱惑人堕落放荡的一切图书，都应当付之烈火，为天下苍生造福。凡行为轻佻、邪淫不庄重的恶友，都应当远离，不与其交往。将好色的心思和精神，用之于正道。若能如此，还有什么名誉不能建立?什么利益不能得到?享受不尽的五福，全都会降临家门，汇聚自身。这就是我的劝诫。

2.汪舟次说：在众多的恶业之中，只有色欲之罪最容易触犯。败坏道德、自取祸殃的行为，也莫过于邪淫，所以我们应当时常将“万恶淫为首”这句话反复认真思考。

世间罪恶无穷，为什么以淫恶为最呢？这

是因为只要邪淫的念头一生，其他的恶念全都起来了。比如邪淫的因缘没有凑合，会产生虚幻的妄想心;看到无法将人家勾引到手，便生出阴谋诡计心；只要遇到一点妨碍，便生嗔恨心；欲情颠倒，产生贪恋心；见他人有佳偶，便生起妒忌心；妄图夺人所爱，便生杀害心。由此廉耻丧尽，伦理全亏，种种恶业，从此而生，种种善心，从此而灭。因此说“万恶淫为首”。仅仅动了淫欲的心思，还没有造成事实，就已经造作下如此罪业，更何况那些明目张胆、无所顾忌的人呢？常见世上有一种忠厚善良的人，他的后代并不昌盛，还有一种文人才士，一生贫困潦倒，其原因就在这里。现在要想断除其病，就应当在此淫心才动之时，当即斩断毒根。《太上感应篇》中，太上老君不说“私美色”，而是说“见他色美，起心私之”，可见只此淫心一动，就已经造下难逃之罪了。

用刀斧杀人，只祸及此人一身，而奸淫人家妇女，却毒害了人家的数代人。不仅她丈夫脸面丢尽，终生抬不起头来。而且这个女子从此也难以做人，上至公婆、下到子女，也无不蒙受耻辱，痛入心脾。更有丈夫怒杀其妻，父亲毒死其

女，甚至因此而断人子息，绝人宗祧。人啊，应该想想片刻的欢娱，究竟能值几何？而将良家妇女，无端地诱入火坑，且不说冥冥之中的因果报应是如何昭彰无情，只说你现前的存心也太残忍了吧。

守寡孀居，苦志守节，本是一片坚贞之心，受到天地鬼神的钦敬。如今你同她眉来眼去，致使她魂摇魄荡，不能自持，以前含辛茹苦的节操，一时丧尽，其罪大恶极，再也没有比这更严重的了。至于淫乱闺中秀女，且不说使其丑名远扬，人皆唾弃，即使有人娶去，往往丑行败露，赶回娘家，使她的父母兄弟一家蒙受羞辱。有的女子羞愤难当因而自尽身亡，有的悲愤郁结于心，伤身病亡。作为一个人，你与她到底有何冤仇，非要造作此等害人害己的蠢事呢？

女子一般感情大于理智，有的因一时的爱慕之心，而轻率地以身相许。有的年少无知，受到奸人的引诱而失身。可怜无瑕白玉，顿时受到污秽，即便后来悔恨，但洗刷今日的罪孽又是何等的艰难！甚至更有一种少女，一朝被诱奸，而从此堕落，廉耻丧尽。邪淫之祸如此惨烈，实在叫人寒心！所以古时有道德的君子，就是被女人拉

着衣袖强相邀请，或掀开他的帷帐非要委身，也无不严加拒绝，正言斥责，使心荡神摇而不能自持的女子，当下欲火熄灭，进而对她婉转开导，讲色欲之利害，指示欲海回头的做人道理。如果她能收拾芳心，保全贞节，那么不仅她本人，就连她祖上数世的阴灵，也都受到这些仁人君子厚德的惠泽呀！

至于丫鬟和仆妇，是最容易遭受奸淫的。岂不知这些人，本来也是良家女，只因家境贫困而当了下人。原本是因贫穷而谋条生路，谁知无德的主人，不仅奴役她们的身体，又淫乱她们的贞洁品行。那些家政不清净、家庭不和睦的，大多是由于这个原因。或者是妒忌的妻子鞭打丫头或仆妇，以致伤害她们的性命；或者是凶悍的奴仆反咬其主人；或者是父亲和儿子共淫一女，或者是哥哥与弟弟同宿一妇，迷迷糊糊互不相知。若是这些奴婢怀了孕，生下的孩子，也就沦为下人。由于后人不知情，便有乱伦的发生。名份是主仆，血统上是兄妹。因此伤风败俗、损德乱行，实在不忍再说了。

更有一种恶徒，打着学佛的旗号，趁机引诱佛门僧尼，玷污佛地，败坏清修，比起一般的邪

淫，更是罪加百倍！

还有一种狂痴之人，同性相恋，假借交友为名，暗中却同夫妇。被追者为人们所鄙弃，主动者也必为贤人所不齿。更有等而下之者，玩弄少年优伶，狎昵漂亮仆人，心神因欲望而迷乱，内外的界限就不分，将祸水引入家门之内，那些淫乱之徒必然乘风纵火，很可能造出难以预料的丑事。

还有人纵情于青楼妓院，自以为是风流逸事。岂不知妓女以下贱的身子，给你的百般温柔，无非是诱你入火坑的钓饵罢了。一旦落入陷阱，即使天生禀性极聪明的人，也会迷惑颠倒，丧失清明的心志，荒废自己的事业，倾家荡产，沦为匪类人渣。何况再遇到有痨病、疮毒的妓女，更会使自身受到传染，眉毛脱光，鼻子烂掉，既痛苦难堪，又被亲戚朋友耻笑、妻子儿女所憎恶。就算求名医治疗，保住性命，而遗毒内伤，多数人不能生育。即使还能生育，生下的孩子，由于先天已受毒害，往往发生怪疮恶痘，以致早年夭折，不能长大成人。等到灭门绝户，再后悔也来不及了！

3．颜光衷说：少年的思欲之心如果任其发展，那什么事做不出来？好比贪图享受口腹之欲的人，越吃越馋，越放纵就越贪吃，如果能极力克制，则口味逐渐清淡，贪吃的心也就渐渐减弱了。而世上竟还有这样一种肆无忌惮的歪理邪说，更加助长了这种色欲之心。他们鼓动说，只有聪明慧性的男子才能风流好色。可叹呀！鹌鹑是非常淫乱的鸟类，狐狸善于求爱献媚，难道也是由于具有聪明慧性才能这样的吗？人如果放纵无礼，为所欲为，则与这些禽兽有何不同？少年有才之士，若是侵犯了良家妇女，则有鬼神阴谴和杀身之祸的可怕后果；若是依仗自家富有嫖娼放荡，则有败家和恶疾的忧患；若是搞同性恋，结果是既侮辱了别人，也败坏了自己的品行，令人耻笑。既然危害这样多，何不逐步忍耐戒除，免得将来后悔莫及，而又能多积些阴德呢？那些宣扬蛊惑人心邪说的，当知其恶报与以上所说的淫乱罪人相同！

自古放纵情欲，诱导淫乱，没有比市井场所更厉害的了。他们聚集在一起闲聊，不是谈论男女之事，就是结伴浪迹花街柳巷。如果有女人无心看他一眼，他就以为是对他多情的顾盼；路上

与女人相逢，他便认为是艳福奇遇。把偷香窃玉当作趣事，把伤风败俗的邪淫丑行看成平常，彼此影响，相助成风，毫无顾忌。岂不知人不能一心二用，如果花街情深，必然导致抛弃正业。经商的，资本渐渐消减；拿薪水的，生活越来越艰难。而且由此恶业日日增长，罪孽就天天加深，明显的报应是倾家荡产，生意失利，徒劳奔波；暗地里，上天也削减他的福报和寿命，丧尽命中本该有的荣华富贵。所造成的后果，从大的方面看，父母无依无靠，肝肠寸断！从自身方面看，身败名裂，流离失所，可叹！甚至有的恶行败露，被人凶杀，七尺男儿之躯，顿时化作刀下之鬼。祸淫报应如此明显，为何还有人动辄说是迂腐之谈，而甘心情愿沦为社会败类呢？

世上的人，常常喜欢当着青少年的面，将社会上的淫乱事作为谈笑内容。青少年哪里知道利害，听了这些污言秽语，使正在发育成长中的稚嫩心灵，跃跃躁动，欲火中烧，因此凿破了血气未足的天真之身，枯竭了尚未成熟的精髓，以致于渐渐成疾，甚至夭亡。他这一生的灾祸，就是从听了那些人下流谈笑的鼓动开始的。唉！人在世间，尤其是成年人，不能对年少之人善言规

劝，已经不是益友，更何况又以淫言秽语诱导他们！那万劫难出的拔舌地狱，就是为此等人准备的！

前贤说，看淫书有五大害处：一、妨碍自己的正当事业；二、耗损自己宝贵的精、气、神；三、迷乱自己的清明心志；四、这种坏书若拿给朋友看则害了朋友；五、或被子孙偷去看，则害了子孙。又劝诫说，谈论淫秽之事，有三条罪过：一、传扬了别人的丑闻；二、损害了自己的道德；三、亵渎了天地神明。

有志之士应当以身作表率，并且见人读艳情小说或谈论男女之事时，引述福善祸淫的事例恳切劝说，或在人多之处，正言相告，或单独相对，善言劝谕。不要怕被人家嘲笑，也要不怕那些无知之辈说迂腐保守，如此时时处处方便劝导，那么千百人中，必然会有受益的。

近来色情小说，在街头巷尾出售的很多，那些下流不堪、难以说出口的淫词秽语，竟公然写之于笔头，出现于书中。即便是一些自命为高雅的文学作品，也无非是些偷情私会、败名丧节的苟且之事。而故事的最后，这些越礼败德的男女之流，竟然还能得到荣耀显贵、美满团圆的结

局。在小说中，把那些内室闺门的丑恶之事，说得美丽动听，毫不足怪。一些无知的闺中少女，读了这些坏书，心神颠倒，错误认为，那是才子佳人的风流逸事，于是深生羡慕春心，不由做出了丧身失节、玷辱家风的丑事，其羞辱真是万年难洗！至于此等淫书，刺激青少年的情欲、助长愚人的妄想等种种祸害，更是难以说尽。还有春宫淫画，更加诱惑世人落入火坑，造作罪业。以上这些都是流毒世间、毒害人心最可怕的东西。要是那些身居官位、对出版发行行业有权力、能监督建议的人，能对这些淫秽色情书画，严厉禁止，追查搜寻印制的场所和发行窝点，严厉打击，将淫秽书刊及印刷版样一概销毁，那么对社会道德风尚的好转，真可以说是功德无量了！

4．乐圃朱善说：合法夫妻之间的房事，本来不是邪淫，但乐不可极，欲不可纵。放纵情欲就会酿成祸患，欢乐至极，必生悲哀。这些，古人早就反复劝诫过了。人的精力是有限的，而欲望无穷，现以有限的精力，去行无尽的淫欲，难怪有人年纪很轻却突然早逝，有人年岁未老就早衰了。何况身为成年人，上要奉养父母，下要抚育

儿女。大的来说，关乎功名事业，小的来讲，也是一家的顶梁柱，责任都不在小处。如果对这些一概置之不顾，只贪图自己一时的欢乐，不顾以后的忧患危险，你说这是什么人呢？自古少欲之人容易生育，而贪淫之人，常见绝后。这是因为自身精力衰薄，所以子女难养难成，导致子孙稀少体质单薄，甚至灭绝了后嗣。放纵淫欲所造成的可悲后果，哪里说得完啊！

5. 周思敏说：人生在天地之间，之所以能成为圣贤豪杰，都是由于他们有非凡的作为和至高的德行，所以才成为千古留名的伟人。然而应该明白，一个人必须有十分的精神，才能做得十分的事业，如果不知道节制情欲以保守其精神，纵然有天大的理想和志向，但由于心神昏散，心力倦怠，没有不半途而废的。

如果欲火常常焚烧，精髓就容易枯竭，聪明智慧则被障碍，思维能力也必然降低。常见一些原本很有才干的人，由于纵欲，不过几年时间，就变成庸才废人了，还有的渐渐染上疑难病症。其实，不见得纵情色欲会如此，哪怕只在自己独居时，辗转一念淫欲之心，就足以丧身失命而有

余了。故此孙真人说：“莫教引动虚阳发，精竭容枯百病侵”，就是这个道理。

色欲是少年人的第一关，过不了这一关，无论他才学多么高超，都不会有什么大作为。因为万事以身体为资本，血肉之躯之所以能够长时间存在于世，是由于精、气、血的作用。血为阴，气为阳，阴阳凝结成为元精，元精含于骨髓之中，上通脑髓，下贯尾闾，是人身的至宝。因此只要元精不枯竭，人就耳聪目明，体魄强健，好比水能润物，因而万物都能得到养育；又好比油能养灯，油不干，灯就不会灭。所以古代儒家都认为心火下降肾水上升，相互协调才能养生。因为心是君火，火性是上炎的，容易乘尚未成熟稳定的少年血气，引发出强烈的淫欲心念。由于君火一动，则肝肾的相火全都被牵动，结果肾水遭到耗损，就泄漏于外而枯竭于内了。男孩子十六岁精水才通，所以古礼规定男子三十岁以后才结婚，目的就是要使其坚固筋骨，保护元气，而且此时血气已稳定，不至于像少年人那样容易受到致命的损耗。近来，男女结婚婚龄过小，其筋骨尚未坚固，有的没有娶妻前就先染手淫等恶习，自拔本根，而结婚之后更好比用刀斧砍伐刚刚发

出的新芽，要不了几年时间，就精血亏损，萎靡不振，外貌虽然还像一个人，但名字已经登记在鬼道的名册上了。造成这种悲哀的后果，固然是子弟本人没有出息，贪恋欲情，但同时也是由于父母兄长事先没有作明确有益的教导所致。今提出三大准则以作防范：一、让少年子弟勤恳从事本职工作，以劳其心；二、做到男女有别，防患于未然；三、注意教导，使其谨慎交友，以断绝邪友恶境的诱惑。如此内外预防，再加强自身的修养，必定会使青少年的道德品行日益进步。这样父母兄长才算尽到责任了。

要想戒掉淫行，必须先从戒除淫念开始。因为淫念一生，淫行就随之而起了。那么淫念如何遏制呢？首先，道德败坏的朋友不能接近；其次，邪淫污秽的场所不能进去；色情图书千万不要随便翻看；无耻下流的污言秽语不要去听。这是因为，你只要接近恶友，那些道德品行良好的朋友必然与你疏远，离你而去。而在坏朋友的影响诱惑之下，自己不知不觉逐渐走上歧途，最后堕落为下流之徒，从此无廉无耻，放荡纵欲，无恶不作了！而那些邪淫污秽的场所，只要你进入其中，那么，正念就难以保持，触邪境、遇恶

缘，自然而然，心跳耳热，把持不定。只为片刻的游乐，而导致终身的悔恨。想到此处，还能不引以为戒吗？至于色情图书，污言秽语，那不过是下流文人的把戏和无耻之徒的玩笑闲谈，这些人想编造故事，自然把结局说得美好圆满。其实这些都是他们挖空心思瞎编乱造出来的，怎能信以为真呢？一些人自恃有定力，认为偶尔翻看一下色情小说，或听一听污言秽语，也不会有什么妨害，不会使自己动摇。殊不知那些淫邪的东西无孔不入，遗毒在你心中已经不见形迹地暗中滋长起来，清醒的理智堤防已逐渐千疮百孔了。

总而言之，守护身心的妙法，就是宁可作过头的防范，不可稍有放纵自己的念头；宁可让人笑我呆板保守，也不可自命圆通。假如在平时不严格持戒，怎么能够保证面临恶缘邪境的时候，不会失足丧德酿成千古之恨呢？

6. **赵鸿宝说**：对待淫欲这个问题，硬话谁都能说，但事到临头能否把持住就不一定了，只要念头稍有放纵，就沉迷难以回头了。要使心中的每一个念头都能坚忍，无论面对什么情境，都不会改变，那就只有在日常生活中，经常读诵前圣

先贤的训诫教诲，把那些修身进德的嘉言集录，作为座右铭，时刻警醒自己；清心寡欲，心中对恪守礼仪的因果报应，确信不疑。如果偶尔动了一下邪念，当下痛切忏悔，立即斩除。这样，即使面对引诱你的恶缘，自然能够猛然省悟，不会迷失。至于男女之间，务必要保持距离，避免招惹怀疑，即使是至亲至厚的亲属关系，也必须内外分明。自己的一举一动、一言一行，都不能随便。如此，妄念邪心自然就不会萌发了，这就是正本清源的最好方法。

人最容易被诱惑失足的时候，就是在面对美色当前的时刻，心中勃然难以克制的一刹那间。如果此时能想一想，古人之所以能闭目不窥，坐怀不乱，也不过是将那片刻的邪念制伏得住而已，而因此获功名，得显位，光宗耀祖，造福于子孙后代。比起那些半世寒窗苦读，以及用其他方法积累功德的人来说，真是事半功倍。所以何苦贪恋片时欢娱，而抛弃了盖世的功名、招致终身毒害呢？如果此时把持不住放纵情欲的话，那粉白黛绿的佳人转眼成一场春梦，而自己却因此被上苍减寿夺禄，甚至被杀身丧命，并且命中本该富贵的，改罚为贫贱，命中本该有儿子的，被

惩罚为无子嗣，而且还要招受妻女淫荡、子孙后世穷困的报应，如此种种罪孽祸根，不一而足。到了此时，岂不悔之已晚！

现今的人，在日常生活中，自己的言语行为都不知道谨慎，或是当着孩子的面，夫妻嬉笑打闹；或畜养小老婆，并任她们妖艳打扮；或放纵自己的妻女出外观光游览；或家中的仆人与婢女犯奸，而不严厉处罚禁止，如此种种不庄重、不严肃，怎么能管理好家庭呢？如果身为一家之主，自己能清心寡欲，不轻妄说笑，内外有别，防范措施得力，则家门之内，和睦幸福，夫妇相敬如宾，能不令人肃然起敬吗？

7.姚庭若说：如果一个人能保持一生的节操，不造淫业，这也只是完成了自己一人一身的人格和事业，哪里比得上一劝十，十劝百，百劝千，将这些戒淫劝善的善书、嘉言，永久地流传于后世，使世人一同获得善报、一同证得善果呢？这就好比播种一样，春天播下一升种子，秋季可收获一石，如果播下的种子无穷，则收获也无穷。但是必须辛勤耕种，不要让田地荒芜了。又譬如传递灯盏一样，一盏燃烧的明灯，依次而

下互相点燃，结果百千盏灯全都燃了、亮了。燃灯无量，光明也无量。但这光明的灯盏，一定要从我这里继续传递下去，千万不能到我这里就灭了。不要怕没人听从，就怕我们不去真心苦劝。真心苦劝而毫无响应，就好比说播下良种不见发芽、油灯互相点燃不见亮光。实际上有这样的道理吗？

从前，莲池大师的弟子王大契，曾请问大师说："弟子自从看了师父的《戒杀文》后，立即就长斋吃素了。但只是色欲炽盛，不能消除，还请求师父慈悲教诲，使我等凡夫明白所谓的淫欲快乐，其实就如同杀生害命一样的惨痛。"莲池大师回答说："杀生时被杀的众生非常痛苦，其惨状显而易见，所以杀生的惨痛果报也容易被人了解；淫欲有短暂的乐趣，所以说纵欲的后果会伤身害命，人就不容易相信。现在作一个比喻：如果公开地把毒药放进粗劣的食物之中，人见了一定会厌恶、畏惧不敢去吃，这好比是说杀生的惨痛；而如果暗地里把毒药放进美味佳肴之中，贪图口腹滋味者不觉中毒身亡，这是色欲的惨痛。切望有智慧的人深思其义！"

世人看到美色而生起邪念时，种种的恶念都

随之而起。恶心既生，良心就被遮盖了。只有在邪念突发、不可遏制的一刻，想到人终有一死，或回想自身以往的患难和病苦，那么邪念必能淡然而止。或者想这个美丽的女子死后的情景：腐烂的皮肉，败露的枯骨，臭气熏天，不敢近前。这下就应当明白，眼前的娇艳风姿，无非是暂时的幻象，千万不要当真了！再不然，则想我既然爱这女子，如果今日毁坏了她的名节，从此她一定难以做人，就像肮脏的粪土一样为人所不齿，若今日保全了她的名节，她就会象珍珠碧玉般的完美无暇。于是就怜悯她，爱惜她，成全她，愈是爱她，就愈不忍心玷污她，如此必定肃然生起敬意，不去相犯。或者想我若是贪图这片刻的欢娱，就会被折损功名，削去富贵，夺去命中该享的寿算，甚至遭到杀害，断绝子孙后嗣，败坏自己以及祖上的名声。种种灾祸，都将由于邪淫贪色而造成，如此必定会猛然觉醒。再若不然，就想羞耻之心，人人皆有，而女人失去贞节，只是由于一时的颠倒迷惑，等到丑闻传出，定被父母兄弟所憎恶，被公婆所厌弃，被邻里亲朋所耻笑。那时往往悔恨无及，自寻短见，含怨丧命。甚至更有因怀孕堕胎，而导致母子俱亡的。那样

的话，冥冥之中的索命怨魂，岂肯相饶！这样一想，就会有所畏惧而熄灭淫心。又再不然，就想这样的人能背着丈夫与外人鬼混，使自己的丈夫蒙受羞耻，其心太狠！她对自己的丈夫尚且如此负恩无情，更何况是外人？所以应当将此等女人，当作豺狼看，当作蛇蝎看，当作勾魂的怨鬼看，当作前世的怨家看，这么想也必然会小心警惕，戒惧不上当。看到人家的女儿，要当成自己的女儿一样怕被恶人侵犯；看到别人的妻子，要当成自己的妻子一样怕人玷污。当人在动邪念的最初时刻，就要警惕自己说：我奸淫别人的妻、女，假使我的妻、女也被他人奸淫，我又将是什么心情呢？反过来这么一想，淫心自然遏止而当下消灭，这是熄灭欲火最快速的良药。而且凡是侵犯他人女儿的人，自己的女儿没有不被他人侵犯的；奸污他人妻子的人，自己的妻子也没有不被别人奸污的。这种种的因果报应，不必验证于古代，只要留心现时周围的桩桩件件，就明白天道的报应真是不差分毫！看已经受到恶报的淫人，个个都是如此，便知还没有受到惩罚的淫恶之人，也必定是个个如此！古诗云：“劝君莫借风流债，借得快来还得快，家中自有代还人，你

要赖时他不赖。”此言阐明因果十分真切，的确唤醒了不少梦昧中的迷人。

8.吴泽云说：一个人，自从禀承父母之气而形成人身之后，最重要的莫过于生命了。然而，人若连身体都不能保养好，怎能保护好生命呢？既然知道要保生命，当然也就能保养好身体了，这是不变的道理。由于现今世界，人心不古，世风日下，其中最能残害人生命的，就是色欲了。色欲好比锋利的刀刃，碰到必受伤害；色欲好比剧毒的鸩酒，喝了就会毙命。虽然夫妇同室，为人伦正理，但如果夫妻的性生活不知节制，不知禁忌，也会造成伤身害命的无穷祸患，而世人却将此惨毒的祸事，看成是快乐的美事、不加克制，随意放纵。为什么会这样呢？这是因为修道进德升华生命的人生目的已经被世人遗忘，邪淫之念就借着种种歪风邪气等恶缘而生起。年轻力壮之时，沉迷于种种邪淫之中，将自己宝贵的精气神消磨于色欲之中在所不惜，甚至把钻洞翻墙的偷情丑行当作美事，把宿娼猥妓自夸为风流。更有甚者，在自己的妻室儿女面前谈论淫事而不知忌讳，在女性亲眷前轻浮不严肃，随意玩笑。

由此渐渐门风败坏，道德丧尽，家庭亲友之间越轨乱伦，种种不知羞耻的禽兽行为时有发生，被人耻笑。而其人竟不以为耻反以为乐。待到陷溺已深，精髓枯竭，志气消磨，耳目昏花，身体枯槁，人格卑劣，一切虚弱瘫痪等疾病，乘虚而入，百病丛生。一生大好的事业，无限的希望，全都落空，化为乌有。甚至到最后，中年早夭，堕入三途。还有的死不得其所，又遗害于子孙。造成这些祸殃的主要原因，就是不能节制色欲。这种人真是把自己宝贵的生命当成儿戏呀！

世人往往对钱财看得很重，分毛之财必争，千方百计经营，量入为出，生怕不够用。而且对那种不知节俭、随意浪费钱财的人，大家都指责他是败家子。身外之物的钱财，世人如此珍惜，比钱财更为宝贵的精神，却很少有人爱重，纵欲对于人精神的损耗，也很少有人关注。殊不知钱财光了要穷，精气耗尽了要亡的啊。如果任性放纵，完全不知爱惜，一旦精髓枯竭，水干火盛，一切药物都失去了作用，后悔也来不及了。苏东坡说：“世上伤害生命的事情不止一种，而贪淫好色是最要命的。”人的身体，神以御气，气以化精，精神充实，则筋骨强壮，完全可以大有作

为。若是淫欲无度，必然精气耗散，神不守舍，疾病丛生，而不日死亡。因此，对于淫欲一事，千万要慎重对待啊。

人的身体发肤，都来自于父母，不仅不敢毁伤，还要很好的爱惜它，所以节欲保身是孝顺父母的第一要事。所谓毁伤，哪里仅仅指断手断腿呢？一颗优良的小树苗，当它正在生长、蒸蒸日上的时候，一定要严禁砍伐，朝培夕护，细心照料，然后它才有希望长成枝叶繁茂的大树。同样，青少年正当发育成长之时，筋骨尚未充实，血气还没有稳固，此时若过早地沉迷淫欲之事，丧失先天的元气，必将导致形容憔悴，身体枯瘦。由于身中精华耗损，必然百病丛生。如果子女到了这种地步，做父母亲的，也只有泪眼相对，惊惶失措，束手无策了。这里暂且不说邪淫是如何损伤阴德，而遭上天削减寿命，只谈你因自己造下罪孽，却给生你养你的父母留下这肝肠寸断的无穷隐痛，就非常不应该了！古时候的人，半步也不敢忘记父母，因为自己的身体是父母遗留给自己的，所以不敢去做冒险的事情，更何况邪淫纵欲而玷污清白、损害身体呢？那实在是最大的不孝啊！

有些轻薄不规矩的少年，到了亲戚家，就去偷看人家的闺房内室，或是观察动静，侧耳窃听。若是在走路时遇到了美丽的女子，就停住脚步，色迷迷地盯着看，或尾随其后，打听此女的姓氏家族，甚至把自己的所见所闻，向同类的无聊闲人肆无忌惮地渲染嘲笑。请问，这是何居心呀？古代操行高尚的蘧伯玉，就是在黑暗无人的处所，也不使自己的行为稍有随便；司马光先生平生光明磊落，所作的事没有一件是不可以对人说的。如今，就在光天化日之下，众目睽睽之地，竟如此放肆无礼，真是恬不知耻！这样的轻狂，世间的正人君子都看不过眼，还能不触犯鬼神的愤怒吗？在日常的交友往来中，若有此等下劣之辈，应及早与他断绝联系，不可同他有一日的交往。

9.毕忠告说：如今世界之所以更加黑暗污浊，更多的青年男女败坏名节，并由此而丧身失命，究其根源，都是由于淫书淫画的毒害所致！且看近年来新出版的艳情淫秽书画的数量之多，（此种坏书，每出版一本，不知害了多少人。而作者本人，却往往自圆其说，说这是揭露阴暗面。而实际上，却成了诱导淫乱的邪法。

历来的政府都严禁出版、发行淫秽图书，但总是有一些不法书商，阳奉阴违，暗地里出售，为了一点点个人私利，就不顾天理良心，干这种流毒社会、危害青少年的罪恶勾当，实在可恨，可叹！）真是层出不穷、触目皆是。少年男女，见了报刊登载的图书目录简介已经是五花八门，而其内容又说得淋漓尽致，在好奇心的驱使下，购买回来，自己看了不说，还免不了借给同学同伴传阅。这些年少之人，读了这类坏书，目醉心迷，神魂颠倒。胆小者，虽不敢轻易尝试，但那稚嫩的身体，已因意淫缠绵而在无形之中深受损耗了！而有些胆子大、意志薄弱不能自持的人，就会去尝试。若一失足，必然带来祸患，小则失学失业，耗精耗神，（精、气、神是人身的三宝，如果人身的根本已经亏损，则百病随之而来，怎么可能长寿呢？）大则倾家荡产，甚至丧失生命，断绝子孙宗嗣，到了那时，追悔莫及！当今上海的淫风甚烈，超过了其他地方，试看那些藏污纳垢、诱惑人落入陷阱的色情场所和信息，到处都是，熏染人的耳目。即使平时意志坚定、并能自重的人，都不免受到恶友的怂恿而失足，何况其他人！因此我说，淫秽书画，实在是杀人不见血的利刀啊！但愿青年子弟、闺中少女，见到此等坏书，一定要撕碎毁掉，千万不要

看，遇到此等坏友，不要理睬，决不交往。还希望大家要互相警戒，切不要接近那无形的杀人险地呀！

今天我在此向出版界、作家界九磕头说："谁没有子弟，谁没有妻女，你能忍心使自己的亲人跌落黑暗之中，陷入死亡之境，而断绝子孙吗？"我又向各学校校长、各位家长、各书店经理九磕头说："请各尽其职责，务必随时进行严格检查，对学生、对子女，要循循劝导，使这些青少年，出离黑暗，避免死亡吧！"当然堵塞黄色书画的源头，仍在出版界、作家界是否发善心，推行高尚的职业道德呀！假如采纳我这浅陋的意见，出版界销毁淫秽书画的印制版，使其无法面世，著作界从此绝笔，不写不画不制作此类作品。那么我相信，这些大积阴德的善士，他们的子孙后代，必定会成为德才兼备的国家栋梁！如果借口说黄色书籍中，也隐含善恶有报的因果报应，读这些书的人，自然能引起警惕，不敢妄动。请问，世上哪本书不含有因果报应的说法？为什么只看见那些读了淫书的人沉迷堕落呢？

我向写艳情小说的作家、绘制淫画的美术家拜手稽首说："手握金笔，又有才华，还愁什

么得不到呢？何苦写此色情小说、绘此色情图画，自污其心，自污其名，而将社会引入黑暗，使人民陷入死亡呢？而你所得到的，仅是蝇头小利呀！”积阴德获福报的因果理论，虽然现代潮流很少宣讲，但五经四书，从古至今，那些智慧超群的大通家，无不竭力提倡，著书发挥，怎能因现时潮流不相信，就认为因果报应没有呢？所有的恶业中，淫恶的罪业最大。若人犯了淫恶重罪，生前会遭受各种各样折福折寿、断子绝孙的报应；死后必定堕入三恶道，长劫受尽极苦。我的同胞们，还不触目惊心、深生畏惧吗？

我恭敬地祈求上海的大德长者们，若认为我的意见不是荒谬的言论，恳请召开大会，集思广益，妥善筹划解决这一问题的有效办法。这样做，不只造福于一方，而且能兴起讲礼义道德的风气，人人景仰遵从，那么天下的骨肉同胞，无不承受深恩厚泽。想到此处，不禁馨香百拜祈祷祝愿之。

10.黄孝直 《论语》中说：“人在少年时期，血气未定，一定要严戒色欲。”但古代圣贤并非只强调青少年时期要注意，在人生的整个阶段都

要慎重色欲。《礼记》说，古时平民百姓，不是到了五十岁还没有生儿子的话就不会娶妾。由此可知，古人一般不娶二房。又说，男子到三十岁方才娶妻。古人的不贪色，可想而知。又说，诸侯不娶自己境内的女子为妻。古人不因贪美色而夺人之妻，这也可想而知。古时的帝王在春分、秋分、夏至、冬至的日子都闭关修行，古人重视清心寡欲也可想而知。可是孔子，对这些一概不说，却特别提出，人在少年时期，血气未定，应当严格戒除色欲，可见他非常重视青少年的这个问题，也非常畏惧这个问题万一处理不好，对个人乃至民族的延续十分不利。因为少年时期，和草木刚开始生长萌芽以及虫类正在潜伏冬眠的状态一样。当草木刚萌芽时，就去折断幼苗，那是没有不干枯的；当虫类在冬眠期间，去挖掘它蛰伏的洞穴，虫类没有不死亡的。圣人提醒少年之人，要他们竭力控制色欲的念头，目的是让他们知道利害关系而能够自我珍惜，从而保护正在发育成长的稚嫩身体。若少年时期，能够对色欲一关，把得固，截得断，则成年之后，由于精神没有受到亏损，则能浩气充塞天地，能精神饱满地经国治世，建功立业，干一番轰轰烈烈的伟大

事业。这些高尚的道德，广博的学问，都是仰仗于少年之时严戒色欲打好的基础呀！退一步说，即使不能有多大作为，也必定会尽享自然寿命，不会半途夭折。青少年们，要好好思考这个问题啊！

父母疼爱儿女，自小在各方面都严加管教，可是对色欲不谨会伤身害命的重要事情，大多数父母却不能明确地进行教育。这是为什么呢？究其原因，或者是因为认为孩子在没有结婚之前，年纪还小，这方面还没有开窍，不可以明说；等到儿子娶妻后，又认为他已是大人了，再说又碍媳妇的情面，不方便详说。殊不知子女年纪轻，社会经历不深，对那些从古至今由于贪淫好色而招祸死亡的报应事实，还没有亲眼目睹，广泛听闻，因而还不大相信。再加上又不去详细认真阅读远离色欲、戒除邪淫的善书，加上世俗的邪说和恶友的胡说，于是就认定性生活是快乐的事情，因此恣行淫欲，导致伤身毙命。由于不教子女而绝了后嗣的人多得不可胜数，实在是可悲、可惜，使人落泪呀！当父母的人应在子弟十四五岁时暗中留心观察，了解他的兴趣和爱好。如果子女开始进入性发育期，就要在其换洗衣裤的时

候，仔细检查，是否有遗精等污迹。若发现有这种情况，马上援引古代圣贤的训诫，对他明讲，详细告诉他好色必死的道理，引证因好色而导致惨死之人的事例，使子女知道利害，这样就能保养精神了。若是已经娶妻，尤其应当不怕烦琐，婉转开导教育，父亲劝勉儿子，婆母劝勉媳妇，并且尽快将远离色欲、节制性欲、戒除邪淫的各种善书，给媳妇讲解，使其媳私下规劝丈夫。万万不可因为懒惰、怕麻烦、碍于情面等，而造成终生的痛悔啊！

淫祸最大，这不单单是指邪淫，就是与自己的配偶之间，稍有不节制，或者在独居时心中思想淫欲之事，都足以导致疾病而丧失身命，实在是不可不戒呀！道教的书上说：“如果淫欲的念头不起，则人身中的精气舒布五脏，荣卫百脉。如果淫欲的念头一生，则欲火旺盛，敛缩聚合五脏，精髓流淌，从命门宣泄而出。即使还没有泄出，由于淫欲的心念发动，就像用烈火烧锅里的水，立刻见到水迅速消失，要不了多久，就水干锅炸了！”这就是说明淫念足以伤身的确实依据呀！我愿世人自己诊断自己有无贪恋色欲之病，有的话要自己治疗自己。对治的方法主要是端正

自心和敬畏天地鬼神。

青少年在新婚之时，性欲正旺盛，如果不加以节制往往就于此时种下了死亡的祸根，而缩短了自己的年华，真是太可痛惜了！从前有一青年学子，新婚不久，离家进城应考，在城里独宿几日，难耐寂寞。考完试还没有发榜，就急忙返家，一天步行百余里，直到二更天才到家。他的父亲怒斥道："你一定是在城里惹下祸，才连夜赶回家来躲避。"说罢，命家人将他双手反绑，关在仓库里，并叫人拿来棍子，说："明天定当以家法痛责！"第二天，父亲很迟才起床，放出儿子，什么也没有说，也没有责罚。这个青年刚到家时，性欲正浓，谁知突遭父亲怒骂捆绑，一夜惴惴不安，直到天亮被放，也不明白父亲到底是什么意思。而当时与他一同赴考、一同返家的同窗好友，由于当夜与妻子同房，第二天便死了。这是因为一天步行一百多里路后行房事，虚脱而死。此时这青年才恍然大悟，父亲故意冤枉他，实是爱子心切，用心良苦啊！

古时的人说，真正孝顺父母的人，会用心去观察，在父母还未表现出来，未讲出来之前，就已经觉察出父母的意思，从而使他们心满意

足；因此也可以想见，父母疼爱儿女，更是无微不至。子女平常的房事不节，尚且让父母如此忧心，更何况偷情邪淫，更是危险百出，真可谓风霜饥寒逼迫于外，惊惶恐惧交织于心。对这样的子女，做父母的更加百倍地焦虑忧愁。作儿女的人，如果明白了这个道理，就应当将父母的爱心，化为自我珍惜之心，远离邪淫，节制正淫，那么健康长寿肯定可以得到。

11. 黄书云说：所谓邪淫，指凡是别人的配偶和子女，我用邪恶的心去侵犯了，就叫邪淫。而对自己的配偶，凡在不适当的时候（经期、孕期、产后、哺乳时、疾病中、斋戒日）、不适当的地点（不是交合的处所），或对其身体有生死重大关系的时候，或圣贤、神明的诞期，而行欲事，也都属于邪淫。至于娼妓，由于她们过去世造作恶业，所以今生沦落为妓女。如果不生怜悯心，反而与其恣行淫欲，则必定损德行招恶报，后果堪畏！如果侵犯少年儿童、强奸未婚女子、淫乱寡妇、奸污尼僧，这种恶行，禽兽不如，人神憎恨，上天不容！特别罪大恶极！因此应当猛然醒悟，深知畏惧，严格自律，谨慎把持，千万不要触犯。还有

的人淫及动物，紊乱伦常，这种无法说出口的无耻行为，竟然也有。可叹呀，人心之坏，至极无加！此种人死后，不仅他自己要堕入畜生道受其恶报，还要殃及子孙后代呢！

《太上感应篇》中说“见他色美，起心私之”，只这一念就已经造下了罪业。起心尚且不可，更何况是造成事实，甚至习以为常呢？古人在面对美女主动献身时，都有拒绝接纳以保清德的，而我却千方百计图谋女色；古人有昏夜拒绝私奔而来的美女的，而我却强行逼迫而行奸污；古人有得知刚买来的美妾是遭难人的妻室时，赶紧将此女归还人家，并把此女的卖身钱作为礼物奉送给她的，而我却想方设法去挑逗人家的妻妾；古人有做主人的捐钱资助婢女出嫁的，而我却仗势奸污婢女下人；古人有出钱替人赎身让妓女转作良家妇女的，而我却乘人之危威逼良家妇女；古人有捐钱保全他人夫妻使不离散的，而我却离间别人夫妇之间的感情而充当第三者；古人有出财帮助别人嫁娶的，而我却用阴谋诡计破坏他人的婚姻。邪淫丑行，若是外人不知的，则成为闺门的羞耻；若传扬开去的，则连累全家人受耻辱。此女轻则终生悔恨，重则有性命之忧。生

前则负疚于天地鬼神，也无脸面对其丈夫、父母、儿女；死后沉沦于恶道，而相连以入于地狱、饿鬼、畜生之中。我的罪孽诚然是逃脱不了的，而她的怨恨始终也不能消除，乃至生生世世、常为恶缘而纠缠不休，连累子子孙孙都受其惨报。片刻的欢娱有限，多生多世的罪业恶报无穷。总的来说，都是由于我们把虚妄的水月镜花当作了真实，沉溺于无边欲海。其实风流孽债，大可不必欠下。一定要看得破，才能忍得过；若是忍不过，那还是因为看不破。若一时无法照破色欲本空，可以把别人的妻子女儿，当作自己的眷属看：年纪老的，看作是自己的母亲，年纪大的就是姐姐，年少的，就是自己的妹妹或女儿，如此，邪淫恶心就不会生起了。

《华严经》说："菩萨于自妻常自知足。"自己的妻室，淫欲过度尚且不可，还敢去淫乱他人的妻子女儿吗？《速报录》说："我不淫人妇，人不淫我妻。"《冥律》说："奸人女者，得绝嗣报，奸人妻者，得子孙淫泆报。"从古至今的淫恶罪报案例，在《戒淫宝训》、《太上感应篇》、《文昌帝君阴骘文》等种种善书的众多注释中，列举的太多了。怎么可以不畏惧呢？须

知美色本空，娇姿如幻，艳妆美人不过是装满了粪尿的漂亮花瓶、藏着利刃的锦绣皮囊而已。闲居暗室，不可生淫念妄想，即使是面临邪缘艳遇，也要守住德节，不可丧失良心。当此之时，只有用智慧的力量返照、高尚的道德自持，应当生起这样的心念：我自心的良知，正彰明昭著地警戒着我；遍满虚空的鬼神，正森严可畏地监视着我；头顶上的三台北斗神君，正面对着我；家中的灶神爷、身中的三尸神，正巡察着我！在人天交战的关头，如果把得定，则幸福快乐的天堂，转眼间可以登上去；把不定，则万劫难出的恐怖地狱，一失足立即就堕下去。悬崖要勒马，苦海要回头，在万难把持之时，要心存万不可触犯淫罪的坚强正念。文昌帝君的遏欲文，汉钟离祖师的戒欲歌，都应当反复熟读并竭力遵从。无人处不要造作昧良心的罪业，不要去干败坏道德的淫秽丑行；不要以为妓女优伶是下贱的人，而不加怜悯；不要以为婢女仆人是下等人而不加保全；不要认为私奔而来的美女，是她自投自找，就欢然接纳自落火坑；不要认为妻妾是家常便饭，而放纵性欲自伤己身；不要忘了长幼名分，而紊乱人伦纲常；不要污秽了出家僧尼的净行，

而触犯神怒；不要错乱了人与动物的界限，而与披毛戴角的畜类为缘；不要因为有私仇，而淫秽其闺门内室私愤；不要接触淫秽之缘，以防引发邪念；不要谈论女色和污言秽语，以免惑乱人心。以上是自造邪淫罪孽。此外，引诱良家子弟淫荡，以及喜好讲闺房秘事，并编写成淫书、绘成淫画，能诱发人淫欲的，是教人邪淫。看到听到他人想去行邪淫恶事，不仅不加劝阻，反而欢喜赞成的，其罪恶与自己亲犯是一样的。

《楞严经》说："十方如来，色目行淫，同名欲火；菩萨见欲，如避火坑。若不断淫，修禅定者，如蒸沙石，欲其成饭，经百千劫，只名热沙。"如果刻实而论，即不必实有其事，而只要生起邪淫的念头，就已经犯下了万恶之首的淫恶之罪了！所以有志向的，首先要端正自己的身心，以清其源，其次则寡欲以养其德。怎敢恣情纵欲，违背天理，折福损禄，污名失位，减短寿命，招至祸殃呢？《华严经》说："邪淫之罪，亦令众生堕三恶道，若生人中，得二种果报，一者妻不贞良，二者不得随意眷属。"朱熹说："世上无如人欲险，几人能不误平生。"想想真是令人感到可悲！

邪淫十二害

明朝进士冒起宗，在注解《太上感应篇》中“见他色美，起心私之”二句时提到，看见他人的妻女美貌，便起奸邪的私心，只要一起这个念头，虽无事实，已难逃鬼神的祸罚。因为万恶淫为首，愚人不知道利害，便犯了这邪淫的罪孽。所以，要戒邪淫，先须明白邪淫的祸害，于此陈述邪淫十二种危害，以提醒迷途：

一害天伦　男女各有配偶，这是天定的人伦。如果和配偶以外的任何人，发生了邪淫的心或行为，便是乱了伦，与禽兽无别。身为衣冠人类，怎么可以做禽兽之事呢？

一害人节　男女在一生中，最重“节”字，若犯邪淫，将令别人失节，瓦破难圆，遗羞终身。

一害名声　若犯邪淫，无论你做得多秘密，到最后一定事迹败露，无人不知，臭名远扬，被人耻笑，就连双方的亲戚，都连带受辱，没有颜面。

一害门风　犯邪淫者，双方的父母公婆夫妇

兄弟姐妹乃至子女孙媳等一家大小都受羞辱，一门上下满面耻辱、缠心入骨。所以邪淫等于杀人三代。

一害性命 或妇女羞愤而死，或其夫气愤致死，或夫杀妻，或夫杀奸夫，或被在旁众人殴击致死，或因争风吃醋，互殴相杀致死。邪淫杀命的事例，古代现代均甚多，故绝不可邪淫。

一害风俗 邻里中若有廉耻丧尽、人面兽心的贪色好淫之人，使愚人看了榜样，朋比为奸，败害乡里的善良风俗，如此罪恶，定遭劫数，故绝不可邪淫。

这六样害，是害人的。

一害心术 淫念一起，各种恶念都生，如幻想心、迷妄心、贪恋心、嫉心、妒心、谋夺心、杀心等等，牵缠不休，因此，邪淫最污染人的心地，故绝不可邪淫。

一害阴骘 骘是定的意思，上天冥冥中有安定人的道理，就是本善的性，做人的胎元。邪淫伤天理、灭良心、败德丧行、祸乱常道，足以斫伤阴德、削损阴骘，堕落到地狱畜生的恶道，故绝不可邪淫。

一害名利 《太上感应篇》说：人头上有三

台北斗神君，身上有三尸神，家中有灶神等，随时查核记录人的罪过，并禀报上苍。夜深人静做坏事，上天就不知道吗？例如李登犯了邪淫，被上苍削去了他状元宰相的福分。又如宜兴县有位木材富商，企图犯淫，设计夺人之妇，结果黑虎现身，咬去其脑袋。命中应该富贵的，因犯了邪淫，也要削尽富贵、沦为贫贱；何况福分浅薄之人，其下场更是狼狈不堪。

一害寿命　人若犯了罪过，寿命即被鬼神削夺。其中犯邪淫是夺寿最厉害的。何况贪好邪淫，身体精神必然耗竭，将导致惊恐死、劳瘵死、恶疮死、染病毒死。好色必死，必定早年夭折短寿，故不可犯邪淫。

一害祖父　若犯邪淫，便是抛损祖父相传的血脉，这是最忤逆不孝的。因为邪淫会败害家声、断绝祭祀，在阴间的祖先也因此成了没供养的饿鬼了，他们岂能不恨？故绝不可犯邪淫。

一害妻子　佛经上说，淫乱别人的妻子，将导致无子的报应。淫乱别人的妻女，将导致自己的妻女也被人淫乱的报应。因此，若犯邪淫，等于是拿自己的妻女去还债，且又会受到断子绝嗣的报应。过去有许多这种报应的例子，就是现在

及未来，也必会有相同的因果循环，所以绝不可邪淫。

这六样害，是害己的。

以上邪淫十二害，不仅是从格言因果中，更是从我所目睹的事例中总结出来的。希望大家平日里就预先把祸患认清，才不至于临时迷昧。前贤说："对色这一关，一定要忍，要坚忍，要狠忍。"又说："常常想着人生病的时候、死亡的日子，邪念便消。"又说："早夜点香一炷，静坐半个时辰，使猿心意马，渐渐调伏。" 倘若能时时记着邪淫十二害，再依照这三说来做，天天看看，经常想想，便是戒邪淫的良好方法。唐皋、罗伦、谢迁、王华能考上状元，主要因为他们能够坚决拒绝投怀送抱的女人；赵秉忠、周旋、冯京的贵显，主要是因为他们的父亲不犯邪淫。片刻间所关系到的祸福，岂不极大！这"她"字，包括婢女、仆妇在内。以前文昌帝君重降《阴骘文》说："若与婢女，奴仆等发生邪淫之事，必遭天律的惩处。"

要知道，善人终身不贰色，视老者如母，视长者如姊，视少者如妹，视幼者如女。即使是对

方主动来就你，你也一定要严加拒绝！守定远离邪淫十法：一清心地，二守规矩，三敬天神，四养精神，五勿目看，六戒谈秽语，七焚烧淫书，八节制房事，九勿晚起，十劝人共戒。前人有用刻送“戒邪淫单”的方式来戒淫的，内说：“每人领一张单，劝十个人，每劝一人，则有一人在单上签名画押，劝十人，则有十人在单上签字画押。足十个人后，将单具疏写于神位前，共誓戒淫！”这个法子最好，单式也容易做。



四觉观

（此观若修成，就会深刻地了解到，彼此的身体都不过是丑陋粗劣的臭皮囊罢了。这是随境消除贪淫的方便法门。）

凡夫淫欲念，世世常迁徙。宿生为女时，见男便欢喜。今世得为男，又爱女人体。随在觉其污，爱从何处起。

睡觉刚起觉悟第一 默想清晨起来，两眼朦胧，尚未洗漱，此时满口粘液，舌苔黄腻，很是污秽。应当想那绝世佳人，纵然是樱桃美口，而胭脂香粉未擦之前，其污秽的样子也是这样的。

酒醉之后觉悟第二 默想饮酒过量，五脏翻滚，不久忽然大口呕吐，吐出来的未消化之物，就连饿狗闻到了，也会摇尾而退。应当想到，美人细细地酌饮，玉女文雅地进餐，而杯中盘内狼藉一片之时，其腹中之物也是一样的。

生病之时觉悟第三 默想生病卧床以后，面容灰黑、憔悴，又或是疮痈溃烂，脓血混流，臭不可闻。应想到，纵然是天姿国色，年轻美貌，而在疾病缠身的时候，其面容形态，也是一样的。

见厕所生觉悟第四　默想大路旁的公共厕所，屎尿堆积，白黄夹杂的粪便，绿头苍蝇，到处飞绕。应当想到，千娇百媚的美人，任凭她香水沐体，龙麝熏身，而吃下去的东西消化之后，排泄出来的粪便也同是这样的肮脏不堪。



九想观

（此观修成时，方才醒悟人身后的无量凄惨，是为断绝爱欲的方便法门。）

人想死亡日，欲火顿清凉。愚人若闻此，愁眉叹不祥。究竟百年后，同入火葬场。菩萨九观想，苦海大津梁。

新死想第一 静观刚死的人，挺直仰卧，寒气彻骨，一无所知。应当想到我这贪财恋色之身，将来死时必然也是这般模样。

青瘀想第二 静观尚未入殓的尸体，一至七日，黑气腾溢，转成青紫色，很是可怕。应当想到我这如花美貌之身，将来死后必然也是这般模样。

脓血想第三 静观死去的人，开始腐烂时，肉腐成脓，势将溃流，肠胃糜烂。应当想到我这风流俊雅之身将来必然也是这样的情景。

绛汁想第四 静观腐烂的尸体，停放的时间一长，但见黄水流出，臭不可闻。应当想到自己现在虽是香洁之身，将来必然也是这样的。

虫啖想第五 静观停放时间久，已经腐烂的尸体，遍体生虫，到处钻啃，骨节之内，就像蜂

窝一样。应当想到我这夫妻和美之身，将来也必然是这样的。

筋缠想第六 静观腐烂的尸首，皮肉被虫钻咬已尽，只剩筋连着骨，如像绳索捆柴，得以不散。应当想到我这偷香窃玉的邪淫之身，将来必然也是这样。

骨散想第七 静观死尸，筋已烂坏，骨头散乱，不在一处。应当想到我这崇高富贵的身体，将来必然也是这样。

烧焦想第八 静观死尸，被烈火所烧，焦缩在地，或熟或生，不堪入目。应当想到我这文章盖世之身，将来或许也是这样。

枯骨想第九 静观枯骨荒草丛中的破坟弃骨，日晒雨淋，其色转白，或复黄朽，人兽践踏。应当想到我年华易逝、老迈将至之身，将来必然也是这样。

劝戒十则

一、莫犯处女 良家闺秀淑女岂容玷污，因为这涉及到她一生的名节，比性命都更重要。侵犯处女，她的六亲眷属都感到丢脸，定与你结下怨仇，和你纠缠不散；被害女纵使临婚时瞒过丈夫，必定隐含羞耻良心难安。此后终生痛缠心骨，蒙垢千秋，对你怨恨如山。

二、莫犯寡妇 世人哪有不期盼与伴侣白头偕老的，然而那些寡妇们事与愿违，丈夫早逝，所以自己一人独守空房。无常阻隔，使美满鸳鸯被拆散，此后再也无法双宿双栖，这是多么可怜的遭遇啊！寡妇们死去的丈夫在阴间别无余愿，只希望妻子能够为他守节守德，不要给他们祖宗家族抹黑。可是，你若依仗权势、巧弄机关，去侵犯守节寡妇，如此猖狂造业，最终必定结仇结怨，果报自受。

三、莫犯婢女 世间哪个女人不企盼自己将来良缘喜结，有个好归宿？故而无不严守名节，慎保贞操。婢女只因家境清寒，才受雇于人，她也依然重视贞洁，期待嫁个好人家。雇主绝不可

依靠权势将她凌辱，否则富贵难保、子孙不肖的报应，终将遭受。

四、莫犯仆妇 仆妇虽然地位卑下，但亦如常人含羞知耻。主人若仗势强迫她以身相从，所造做的邪淫罪恶，以及将来所得到的果报，比一般情况不知道要严重多少倍。人家本来家有配偶，我也应该自觉严整家风。自古以来那些家主仁爱对下有恩德的家族，每当落难的时候，总是有义仆忠心保主，屡建奇功。那都是主人体恤下人、积善修德所得来的果报啊！

五、莫犯乳姆（乳娘） 她既然为我乳养孩子，对孩子有养育之恩，我本应存报恩之心，怎么可以反其道而行之，丧失人伦，利用乳子之缘而奸污她？只因家贫难过，乳母才不得已夫妻分离，出来靠乳养别人的孩子而生活。况且其善良的丈夫在家，希望她能多加小心，守住贞洁。我若犯她，令她自羞自恨，痛苦难当，罪过如何逃过？劝世人早些看破，万不可侵犯乳娘！

六、莫犯贫妇 贫妇迫于困窘，无奈而甘心忍辱受穷，仁者应该怜恤，为其保全名节。如果倚仗自己家财万贯，乘贫妇困窘急难，肆意要挟淫奸的话，罪孽不浅。自古以来穷富是没有一定

的，世人的财富时聚时散，像烟一样被风吹来吹去。世间哪一个富人能拿钱买到子孙贤良、永保富贵？只恐那些自仗富贵、欺男霸女之人，今生造下罪业，后来子孙遭殃。

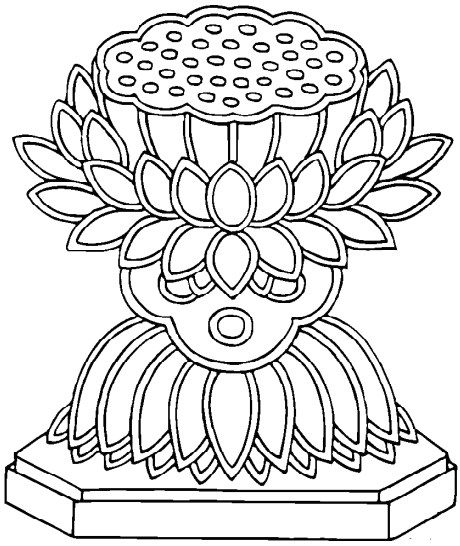
七、莫犯尼僧 男女僧众既已出家修行，岂容再与之觅趣调情？世间胆大狂徒，若不知利害，败坏尼僧戒行，破坏佛法名声和形象，却不知护法诸神，怒目如电，俗世之人，乘机陷害，阳遭官刑，冥受酷罚。所以，出家僧尼千万亵渎不得，否则，是自己往火坑里跳，任何人也救不得。

八、莫犯娼妓 青楼妓女，倚门卖笑，百般妖媚勾引浮浪子弟。但是你要明白，君子应该洁身自好，像手持美玉一样去百计保全。她虽然是“落花无主”，但我若犯了她，却令自己“白璧蒙瑕”，不仅破财伤身，耽误一生事业，更可怕的是，还会因此染病毒得绝症，奇祸莫测。

九、莫贪姬妾 娶妾纳小，只是因为妻子不能生育，为传宗接代不得已而为之。何必姬妾成群，把那么多年轻的女子养在家中耽误别人的青春呢？要知道脂红粉白都是带肉骷髅，红尘爱欲，全都是春梦一场啊！常常看到世上那些富

人，广纳宠妾，把糟糠原配冷落闺中，自己天天贪淫取乐，却不知道这样长此以往，性命攸关，地狱门早就已经为他打开了！不可不慎重啊！

十、莫恋同性 男女异性为夫妻，这是人间正理。怎么能阴阳颠倒，认男为女，干出种种荒唐之事呢？这样污他清白，让他人暗地引为羞耻，又使自己声名丧尽，为人耻笑。白白浪费钱财，还让自己和他人都受伤害甚至因此丧命。如果不相信，请你回头看看别人造此业者，个个遭受报应，真是丝毫不爽。



附：劝戒十则原文

一、处女　闺秀岂容玷辱，一生名节攸关。六亲体面没遮栏，结定怨家不散。纵使临婚瞒过，隐含羞耻难安。痛缠心骨怨如山，蒙垢千秋莫澣。

二、孀妇　人孰不思偕老，可怜独守空房。芳池拆散两鸳鸯，此后双飞绝望。死者别无余愿，只求为我增光。智欺势压太猖狂，终作怨家孽障。

三、婢女　有女皆期得所，守贞待字于归。只因穷困两相违，骨肉亲情如水。莫认阶前之草，休贪席上之杯。百年难保旧门楣，只恐后嗣不美。

四、仆妇　仆妇虽然下贱，含羞带耻心同。入牢无奈强相从，罪恶一般深重。彼自分明配偶，我当严整家风。从来义仆干奇功，都是主恩感动。

五、乳姆　她既为我鞠子，吾宁因子奸她？终年琴瑟远违和，只为家贫难过。况彼良人在室，望她守节心多。自羞自恨痛如何，劝尔早些

看破。

六、贫妇　贫窘甘心忍辱，端须仁者保全。逞财乘急肆淫奸，作孽终身不浅。穷富由来无定，家资聚散如烟。阿谁能买子孙贤，只恐后来难免。

七、尼姑　彼既修行出世，岂容觅趣调情。败她戒行坏她名，不顾佛家清净。神目赫然如电，地方借隙相乘。官刑冥罚祸非轻，真是堕身陷阱。

八、娼妓　有种青楼妓女，倚门百媚夭斜。须知君子爱身家，执玉一般恐怕。彼自落花无主，我终白璧蒙瑕。破伤财物误生涯，染毒罹疴祸大。

九、姬妾　娶妾只因嗣续，何须少艾重重。脂红粉白髑髅工，总是一场春梦。每见富翁多宠，糟糠冷落闺中。随时取乐逞淫风，性命攸关实重。

十、男色　男女居室正理，岂容颠倒阴阳。污他清白暗羞怆，自己声名先丧。浪费钱财无算，戕生更自堪伤。请君回首看儿郎，果报昭昭不爽。

戒之在色赋

（以题为韵）

荡荡情天，昏昏欲界，智慧都迷，痴呆难卖。亦念夫夫妇妇，正家道以无乖，庶几子子孙孙，肃闺门而勿坏。如何钻穴，绝无烦蛱蝶之媒，竟至逾墙，偿不了鸳鸯之债。万恶以淫为首，曾榜森罗（地府）。百殃悉降于身，非徒夭瘵。削他桂籍（功名），生前则穷巷空悲。斩尔椒条（子孙），死后之荒茔孰（谁）拜。个个《中庸》记得，九经忘远色之经。人人《论语》读完，三戒昧少时之戒。血气多缘未定，智愚哪得不移。和也者财先可饵，强乎哉力莫能支。刑于寡妻，破节而故夫暗泣。搂其处子，含羞而新妇群疑。以佣妪为易奸，麀而忽聚（麀聚：父子共一母麀。比喻乱伦秽行）。以乳娘为可犯，蛊（毒）岂堪医。美婢调来，狮吼（妒妇）之威教遍受。顽童比及，龙阳（男性同恋）之丑更难知。带肉骷髅，偏喜狎颠狂之妓。低眉菩萨，亦怒污清净之尼。《传》曰："男有室（妻），女有家，毋相渎也。"《礼》云："内外乱，禽兽行，则必灭之。"则有舌上

灿花，毫端错彩，诱人颠坠于邪山，罚尔沉沦于苦海。自诩文人才子，风流之趣语频翻，遂令怨女旷夫，月下之佳期早待。好谈中冓（指闺门秽乱丑事），一言伤天地之和。妄著淫书，万劫受泥犁（地狱）之罪。演出横陈（淫秽）之剧，声音笑貌，谁则弗思？描来秘戏之图，袒裼裸裎，焉能不涴（污染）？酣歌艳曲，魂已荡而魄已消。伪造仙方，阳可补而阴可采。是皆导入三途，能不孽添百倍！放郑声而有训（孔子批评郑国的音乐淫荡），此语应闻。思《鲁颂》以无邪，其言犹在。何勿念淫，转而好德。无思乃保无为，有物本来有则。想到悬崖撒手，欲火难红。急从彼岸回头，狂澜勿黑。过而能改，福尚可以自求。善更能迁，祸定消于不测。绿衣引去，洪学士之上寿还登。黄纸标来，项秀才之高魁旋得。出乎尔，反乎尔，报应分明。不可追，犹可违，挽回顷刻。罪不加忏悔之人，梦已入清凉之国。非礼勿动，衾影中浩浩其天。反身而诚，伦纪中贤贤易色。乐尔妻孥，毕其嫁娶。夭桃各咏于归，少艾焉容外慕。鸾帏梦畅，提头而人面模糊。凤管词新，拔舌而鬼形恐怖。戒得心中如铁，法网讵罹。色原头上从刀，杀机已露。生贪有限之欢，没受无穷

之苦。能忍、坚忍、狠忍，便致神钦。视淫、意淫、语淫，都防天怒。奔（美人私投而来）还要拒，风清月白之吟。烈更须扬，露峡雪江之句。自己闺房之乐，亦莫常耽。他人床第之言，胡堪轻诉。青楼薄幸，休教纵欲三年。白璧无瑕，只在闲情一赋。

【批】《戒之在色赋》是越中（唐越州，在今浙江绍兴）名士拜亭所作。他有一天晚上梦到文昌帝君告诉他说："先生有写赋之才，何不作《戒色赋》一篇，替我唤醒世人？"拜亭从梦中醒来，便提笔写赋，下笔时好象有神相助，字字句句，顺畅达意，令人见了，怵目惊心，但愿天下文人才士，能反复思考吟咏，仔细回味。

译者按：如果翻译成白话文，就无法保有"赋"的面貌及"赋"的韵味畅达。因此本篇赋文，译者略作注释，未作翻译，希望读者反复诵读，自得其意。如有高手能翻译得非常美妙，我们也十分欢迎。

◇事 证◇

福善案

1. 曹鼐先生 明朝宣德年间，曹鼐考中贡生后，授国子监学正（大学管事），他没去。改任泰和县典史（管公安的官员）。在捕盗时救得一很美丽的女子。晚上这女子愿意服侍他，曹鼐立刻告诉她："你是处女，我怎可侵犯你！"于是拿出纸来，在纸上写："曹鼐不可"四字，将纸焚化。次日又召请该女子的母亲将她领回。后来，他在朝中考对策时，忽飘来一纸，上书"曹鼐不可"四字，于是文思澎湃，考取状元。

2. 陈医生 浙江余杭陈医生，把一个家贫、濒临死亡的病人医好了，没有要求任何回报。后来有一天陈医生因避雨路过这病人的家，因天黑雨不止，病人的母亲留陈医生过夜，暗地里叫媳妇伴陈医生同睡，以报答救命之恩，媳妇也答应了。半夜媳妇来到医生床前，对医生说："感谢您救了我丈夫，我来是代表我婆婆的心意。"陈医生见少妇年轻美貌，心也动了，但马上克制自

己说“不可。”少妇再三要求，医生连连回避说“不可！不可！”于是，通宵未睡，坐到天明。到最后，当他差一点不能克制时，就大声喊道：“不可二字最难！”天亮，悄然离去。

日后，陈的儿子参加科举考试，主考官阅卷，准备放弃他的试卷时，忽然听见一个声音说：“不可！”于是，主考官挑灯再阅，还是认为不行，决定放弃。这时，又听见有声音连叫：“不可！不可！”最后主考官拿定主意，不再考虑。那声音又在叫：“不可二字最难！”而且连续不停。主考官觉得很奇怪，就把他的儿子录取了。发榜后，主考官把他的儿子找来，想问个明白。他的儿子也不明白是怎么回事。等他回家将此事告诉其父，父亲听后，不禁叹道：“这是我壮年时做的一件好事，没想到老天会用这种方式来回报我啊！”

3.冯商人 历史上很有名的宰相冯京，他父亲冯商到了中年还没有儿子，太太便劝他纳妾。后来冯商路过京城，买了一妾，已经写好契约，付清银钱。问该女从哪儿来的，女子只是哭泣，再三问后才说，她父亲因为公事欠债，才卖她还

债。冯商听后动了恻隐之心，立刻将该女归还其父，也不讨还银钱。回家后，冯妻问丈夫，买回的妾在哪里呢？冯商便把经过告诉太太。太太听了，说道：“你的善心阴德如此好，不必耽心没有儿子。”果然经过数月，冯妻竟然怀孕，而且将分娩的那天傍晚，乡里邻居，都看见一群鼓乐队，锣鼓吹乐，说是护送一个状元郎到冯商家。当晚所生就是冯京。冯京后来连中三元，官做到宰相，政绩很显著，太子都拜他为师。

4．孙继皋 明朝江苏无锡人孙继皋，在某大户人家教书。一日，主人的妻让婢女送一杯茶来，杯内放着一枚金戒指，孙假装不知，叫婢女拿回去，当天深夜，婢女在房门外扣门，说主母到了，孙赶紧拿来大木板，顶住房门不开。第二天，孙便辞去家教返乡。有人问他为何辞教，孙不愿扬人之丑，只说是学生不受教导，始终不露出原因。后来孙到京考试，得中状元，而且子孙也都做了大官。

5．周旋父 温州人周旋的父亲，家贫子女多。邻人却富而无子，想让小妾向周父借种。有

天晚上，富翁把周父请来饮酒，中途装醉退席，单让小妾作陪。小妾提出向周父借种的事，周父十分惊愕，急速起身，奈何门已紧锁，无法脱身。只得以手在空中写下："欲传种子术，恐惊天上神。"意思说，就是我想传给你生儿子的种子，也怕老天爷不肯原谅。写完，面向墙壁，再不作理睬。

正统乙卯年，周旋参加乡试，榜上有名。太守梦见迎接新科状元，此人即周旋。彩旗上写的是："欲传种子术，恐惊天上神。"太守莫名其妙。丙辰年，周旋果然高中状元。太守前来祝贺，谈起过去梦中所见。这时周旋的父亲才告诉他："这两句话确是老夫二十年前对空书写的。"至于具体的当事人则始终没有透露出来。

6. 陆公容 明朝太仓人陆公容，仪表丰美。天顺三年，去南京赴考，房东有个女儿，夜里到他房内，表爱慕之心。陆骗她说自己身体有病，约其后夜再来。女子去后，他作了一首诗："风清月白夜窗虚，有女来窥笑读书，欲把琴心通一语，十年前已薄相如。"天亮后借口离去。那年秋天他考中了。考前陆的父亲做了一个梦，地方

官吹吹打打送来一块匾，上书：月白风清。父亲认为这是儿子考中之兆，于是写信给陆。陆更加警惕，后来中了进士，官至参政。

7. 钱翁 毗陵有个姓钱的老翁，常行善事，可是还没有儿子。乡中有一名姓喻的，欠了有势之人的钱，被官抓去，妻子女儿都受饥受冻，便向钱翁借钱。翁如数给予，并且不立借据文书，救济对方。事后，喻氏夫妻带女儿登门拜谢。钱翁的妻子，见他女儿很美，想聘为小妾，喻氏夫妻也欢喜愿意。但钱翁却说：“乘人之难是不仁，我救急对方，原是善心而发，现在想娶人家女儿就变成不义，我宁可无子，也绝不愿意这样做。”喻氏夫妻听了，十分感动涕泣，向钱翁拜谢而退。当天夜晚，翁妻梦见天神，告诉她说：“你丈夫救人行善，并且能怜贫恤困，不淫人女，故阴德深重，当赐你贵子。”第二年，翁妻果然生了一个儿子，取名天赐。天赐十八岁就参加朝廷的各项考试，一帆风顺，考得非常好，最后官位做到了御史。

8. 沈桐 归安县人沈桐，家贫穷，族兄介绍

他到亲戚家教书。那是个寡妇人家。一夜，妇人到他房里想投怀送抱，沈桐严加拒绝。第二天，沈便辞去返家。妇人深恐事情传出去没脸面，几次备了厚礼，敦促沈的族兄，再邀请沈到她家教书。但沈桐坚决不去，族兄几次问他原因，沈桐始终不说，只推说生活不方便而已。第二年，沈桐考试联捷。后来官位官至巡抚。

9．王志仁 安徽商人王志仁，三十岁尚无子。有相士告诉他说十月份他有大难。王一向觉得该相士的话很准，于是急忙往苏州清理帐务，然后准备回家。傍晚到河边散步，恰巧见到一名妇女投河自杀，王立刻拿出十两银子，呼叫渔船将该妇救起。问为何自杀，妇人说：“丈夫替人做佣工，我在家中养猪，以此来偿还欠债。昨天卖猪，收到的却是假银，深怕丈夫回家责骂，难以过日，所以自杀。” 王志仁听了很同情，赠她比猪钱还多一倍的银两。妇人回家后告诉丈夫，丈夫不但不信，反而怀疑妻子和王有不正当的行为。于是带着妻子，深夜到王的寄宿住所责问。此时王已入睡，妇人敲门叫说：“投水妇来道谢。”王志仁听了，马上严厉地说：“你少妇，

我孤客，深夜怎可相见？”妇人的丈夫听了，惊喜而肃然起敬地说：“我夫妇二人一同来拜谢。”王才披上衣服出门相见。才开门，墙壁忽然倒塌，床被压碎，王因此逃过劫难。回家后，相士见到他惊喜地说：“你满面阴骘纹，一定曾救过他人性命，将来必后福无穷，不可限量。”果然王志仁后来连生了十一个儿子，而且九十六岁时，身体依然康健。

10. 杨希仲 宋朝新津人杨希仲，在未得功名前，曾到四川成都一富人家中教书。富家有一美妾，自认才色出众，到书房调戏杨，杨严正拒绝。当天晚上，杨的妻子梦见神告诉她：“你丈夫独处他乡，不做邪淫之事，当赐他考试得魁，以彰显善报。”第二年，杨希仲果然中了四川第一名。

11.程孝廉 徽州程孝廉家住小溪边，溪上木桥很窄。一天，一女子探亲路过，失足落水。孝廉叫人把她救起来，并让妻子给她烘干衣服。天黑了，女子不能回家，又叫妻子陪她睡。第二天送她回家。女子的婆家知道后很不高兴，说：

“媳妇没有过门，就在别人家过夜，一定出事了。”于是让媒人到女家要求退婚。程孝廉听说后，亲自去解释才得以成婚。婚后不到一年丈夫去世，留下一个遗腹子。其女居孀教子，常在灯下教子读书时，泪流满面地对儿子说：“你若有出头之日，千万不要忘记程孝廉的恩德。”这个孩子天资聪敏，少年即考中地方功名。丙辰年入京会考，每写成一篇文章，必拍案朗诵，得意非常。后来，却忽然放声大哭。碰巧程孝廉在他隔壁考房，连忙问他哭什么。少年说他作了七篇文章都极其满意，不料灯煤落下，卷子烧了，残卷必被剔出，所以痛哭。程说：“真可惜，这样优秀的文章眼看就没有价值了。不如你让给我誊写，如果我得中，一定厚谢。”少年即将文章给了程。程果然中了进士。发榜之日，少年到程寓所索取报酬。程准备酒菜加以款待。少年问程：“你做过什么大善事，能拿我的文章成就你的功名？”程回忆平生好像没做过什么大善事。少年坚持要程说，程想了好久，才说出从前曾救过一个落水女子之事。少年听后，跪倒在程的面前说：“原来先生就是我母亲的大恩人哪！我怎敢妄想先生的报酬呀！”然后流着眼泪把母亲灯下

哭泣叮咛的话说给程听。从此少年象对师长一样对待程孝廉，两家并互为婚嫁。

12．徐昂 扬州人徐昂，春季到京城赴考。城中的王相士算卦很准。徐昂也去问了。王相士说："从你面相来看，你命里无子。"后来徐昂考中，委派到西安做官。途中买了一名很美的女子打算做小妾。问她家中情况，回答说："我父亲在某地做官，几年前死了，当地灾荒，一批强盗将我抢到京城卖了。"徐昂听了很可怜她，打消了娶她做妾的念头，将她的卖身契也烧了。到了西安，为她挑选了一个有德才的后生，象女儿一样嫁出去。西安任满回到京城，王相士见到后惊奇地说："一别几年，面相大变，断子相已改为多子相，一定是积了大阴德吧。"不久，妻妾一连生了五个儿子。

13．姚三韭 姚三韭，本姓卞，学问渊博，诗文都很好，曾在怀姓人家教书。那家有个女子常常偷偷地看他，他根本不理睬。一天，他在庭院里晒鞋，女子写了一张条子塞进他的鞋内。姚见到后，就找了一个借口辞职了。袁怡杏写了首

诗称赞他，其中有“一点贞心坚匪石，春风桃李莫相猜”之句。姚回信坚称并无此事。袁怡杏将他的回信封好，并题词于上：“德至厚矣，子孙必昌。”后来，姚的儿子谌，曾孙锡，皆中进士。

14．林增志 温州人林增志，虔诚奉佛，并且持戒。一夜梦见天上榜文，自己名在第十，下注“不杀不淫之报”六字。戊戌年考试果然中第十名。

15．何澄 何澄是位名医。同城有位姓孙的，久病不愈，请何医生去治疗。病人的妻子私下对何说：“丈夫生病多年，财产都变卖光了，付不起医药费，我愿以身体作报酬。”何正色地说：“你怎么可以说这样的话？你且安心，你丈夫的病我会尽心治疗，但请你不要以此污辱我，也不要污辱了你自己。”病人妻子又惭愧又感激。那天夜晚何医生梦见一位神人引他到公署，对他说：“你行医有功，在急难中不占妇人便宜，上帝赐你一个官位，钱五万。”不久，东宫太子生病，诏请何进宫诊治，一帖药就好了。皇

上所赐的官、钱，和梦中说的完全一样。

16. 高尚书之父 扬州高尚书的父亲，早年贩货京口，在客店中常嗅到安息香香味。一日忽见壁缝中伸进一枝香，高父在孔隙中见到隔房一少女独坐。第二天问店主，原来是他的女儿。又问为什么不嫁人，回答说："良婿难找啊！"几天后，高父遇到一位人品很好的青年，于是对店主说："我见高邻某郎非常不错，我想替你做个媒，怎么样？"店主说："我也喜欢这人，只是他家太穷，恐怕无力办婚事。"高父说："不碍事，我借钱给他，让他娶亲。"随即赶到某郎家，做媒说合，并赠数十两银子给小伙子，以完其美。回到家中，梦见神给他说："你命里本来无子，因赠金而成人之美，今赐你一子，可以起名叫铨。"第二年，果然生了一子。后来这个孩子考中进士，官至尚书。

17. 沈鸾 明朝松江县书生沈鸾，人到中年时尚无子嗣。家里贫困，在外教书。一天夜里回家，路遇大雨，到家家门已关。他听到屋里有少女说话的声音。隔墙一问，妻子说是邻女怕自己寂寞

前来作伴。沈就不让妻子开门，自己冒雨去道院借宿。那夜，沈鸾梦见玉帝给他两条彩带。醒来才半夜子时，雨过天晴，月光照到殿内，光辉四射，五彩夺目。后来生下文系、可绍两个儿子，都考取功名。

18．蔡启传 清朝德清县蔡启传，地方推荐他到京城去考试。此时他尚无儿子，妻子用三十两私房钱，给他买了一个妾。这个女子进门后，垂头哭泣不止。蔡公问为何伤心，回答说："丈夫因为欠了军营的债，将我卖身抵债。"蔡听了很感叹，就连夜赶往其夫家说："我为你们了结此事。今夜我就住你家不回去，回去的话就说不清了。"蔡公于是住在他家，等营卒回来后，蔡公告诉他详细的情况，并说："你把欠条拿来，我把债还了。"然后蔡又命家人抬轿把女子归还其夫家，另外又赠了三十两银子给他们。后来蔡妻不久即生一子，并且蔡公也于康熙庚戌年间考取了功名。

19．谢迁 明朝人谢迁，年轻时曾在毗陵某家教书。那家人的女儿乘父母外出，奔到谢迁房

内求欢。谢劝告她：“姑娘未婚失去贞操，是终生的污点，使你父母、夫家都没有脸面。”严词加以拒绝。女子满面羞惭而退。第二天，谢即辞职回家。后来谢迁考中成化乙未年状元，官至宰相，死后谥号“文正”。他的儿子谢丕也官至侍郎。

20. 费枢 四川人费枢，到京城会考。傍晚一妇人进前诉苦，说：“我是贩绸人的女儿，出嫁后丈夫死了。没有路费回家，愿意跟你一起生活。”费枢说：“我不想犯非礼之事，我当请你父亲来接你回家。”于是，费枢四处寻访，终于找到了她父亲，告诉他女儿的情况。父亲很感动，立即带女儿回家了。当年费枢就考中了，后来官至太守。

21. 靳翁 镇江人靳翁，到五十岁还没有儿子，在金坛教书，邻家有个美貌的女子，靳夫人卖掉了首饰将女子买来作妾。靳翁回家时，夫人备了酒菜在房里，并对丈夫说：“我老了，不能生育，这个女子很好，也许可以给靳家延续香火。”靳翁听了面红耳赤，夫人以为自己在场他怕难为情，就出去了，并把门反锁了。靳翁从后

窗跳出，对夫人说：“你的好意我知道，但这个女子小时候我常抱她，希望她嫁到好地方去。我年老，又多病，不能委屈她一生。”就将女子退回去了。第二年夫人生个儿子，就是文禧公。公少年英俊，十七八岁就登科，后来成为贤明的宰相。

22. 曹书生 松江曹书生，去考试时，在旅店中有个妇女来求欢，曹生急忙跑到别的旅店借宿。走到半路，忽见一批打灯火开道的人，进入古庙中，击鼓升堂。曹生好奇，避在暗处，听到殿上唱新科录取名单。唱到第六名时，一个官员接口说：“此人近来有不良行为，上帝削去，应补何人？”一神说：“松江曹生，不淫店妇，正气可嘉，可以补上。”曹生听了又惊又喜，发榜果然中了第六名。

23.某老师 明朝浙江有位将军，请了个老师教儿子。一天，老师病了，儿子取被子为老师发汗，误将母亲的鞋子卷入被中，落在老师床下，师徒二人都没有发现。将军探望老师时，见到此鞋，疑心妻子和老师有暧昧关系。质问妻子，妻

子不服。将军晚上就叫婢女去叩老师的房门，假说主母有请，自己则持刀躲在门后，等到门一旦打开，就将老师杀死。老师听见有人敲门，就问："什么事？"婢女说："主母有请。"老师怒斥婢女，不肯开门。将军又强迫妻子亲自去请，老师仍不开门，并说："我蒙东家聘请，岂可私下胡行，请速回吧！"将军怒气才息。第二天，老师辞职，将军立即赔礼道歉说："先生您是真君子啊！"于是将事情详细说明并谢罪。老师那年考取了功名，后来做了大官。

24.林茂先 信州人林茂先，才学过人，受到当地人的推荐，还未去考试。家境极贫，只是闭门读书。邻居有一位富翁的妻子，厌恶丈夫没有学问，私慕茂先的才华。夜里偷跑过来向他求爱。林责备她说："男女有别，礼法不容，虽然黑夜，天地鬼神，森罗监视，怎可污我？"富妇听了，惭愧而退。第二年林茂先考中，后来三个儿子都中进士。

25. 袁公 清朝李闯作乱时，陕西省人袁公逃难时父子失散。袁公独自一人流落到江南，想娶

一妾续香火。买回了一个女子，但她进房便背着灯伤心地哭。袁公问她情况，妇人说：“没有别的原因。家里穷得没饭吃，丈夫饿极要自杀，所以我才想卖身救丈夫。如今想到夫妻情深义笃，内心很是伤痛。”袁公听了很感伤，和她背对背地坐到天亮。然后送女子回家，又赠银一百两叫他们夫妻做生意度日。夫妻俩非常感激，心中打算买一个好闺女，给袁公做妾生子，但一直没有找到。一次，夫妻俩偶至扬州，遇到一个人领着个俊俏的孩子要卖。夫妻俩心想未得女子，先买一个童子服侍袁公吧。买定后渡江送到袁家，袁公细看再三，原来竟是他失散多年的儿子。行善的报应竟有这么快、这么巧！

26．陆树声 明朝云间人陆树声，辛丑年北上应考。他家乡的地方官王公华，夜里梦见很多人在城隍面前推举陆树声为善人。王就将陆的岳父李某召来，问陆平日作过什么善事，李回答说：“其他的我不太清楚，只是他决不做邪淫苟且之事。”后来陆考中会元，其儿子彦章己丑年中了进士。

27. 唐皋 唐皋，年轻时在灯下读书，有女子勾引他，故意将纸窗捅破。唐皋把窗纸补好并题词于上：“掐破纸窗容易补，损人阴骘最难修。”后来一个僧人经过他家，见门上挂着状元匾，左右挂两灯笼，上写着那两句话，感到奇怪，就去问他原因。后来唐果然状元及第。

28. 张畏岩 明朝江阴人张畏岩，夜梦进一所大房子，见到一本考试录取名册，名册中有很多空白缺行，问旁边的人这是什么，答说：“这是今年的科第录取名册。”又问：“为何缺名这么多？”答：“科第每隔三年考核一次，积有阴德而没有犯过失的人才能列入名册中。前面缺名的，都是本可以考中，因新近犯了损德之事而被上天削去名字的人。”又指着后面一行说：“你平生无邪淫，或许可补这一行，要自己珍惜。”果然，张畏岩在该年的朝廷科考中，考取第一百零五名。

29. 孙书生 明朝宁波人孙书生，家境贫困，以教书度日，一年收入只有几两银子。后来失业了，在塘西张姓人家做抄写工作。张家有一婢

女，夜里来向他求爱，孙书生严肃地拒绝了她。婢女又去与教书老师鬼混。老师因生疮治不好，端午节时被辞退了。孙书生就代课做老师。一日在江口遇见叔叔，叔叔对他说：“我因儿子生病去求城隍，夜梦见城隍在核对免除饿死的人的名单，念到十几名时，我听见有你的名字。我暗地问念名单者：‘孙某为何从饿死名单中勾去？’他说：‘此人四十六岁时，本该出外饿死，但因今年四月十八夜拒绝某女邪淫私奔，因而给他延寿二十四年，并改其福禄，成为富裕人家。’我听后为你高兴。”后来请孙当教师者日渐增多，每年可得银百余两。明万历三十六年孙四十六岁，那年米价暴涨，饿死很多人，而孙家富足有余。到他的儿孙成年时，孙家已大富人家。孙本人活到七十多岁，无疾而终。

30．陶大临 陶文僖公，生得英俊潇洒。十七岁那年去考试，旅店里有个女子来求爱，接连三次，都被陶拒绝。为避骚扰，陶公搬到另一家旅店去住，在搬前一夜，店主梦见神人对他说：“明天有秀才来住，因其立志端方，拒绝邪淫，上帝封为三鼎甲之一（前三名）。”陶去住店，

店主就将梦境告诉他，并向他祝贺。陶更加自励。后中榜眼（第二名），官做到大宗伯。

31. 时邦美父 时邦美的父亲是郑州的一个小军官，六十岁了还没有儿子。一次押运军需物资到成都，妻子叫他带一个小妾回来。在成都买得一美丽女子，见她用白布条扎发，问她何因，她哭泣着说："父亲原是都下人，在州里协助长官做事，不幸病死。母亲扶棺回老家安葬，经过此地，盘缠用尽，不能回去，只得将我卖了，以办理丧事。"时邦美父亲听了，觉得可怜，就将女子还给她母亲，又拿了银两赠她母女，还为她们妥当安排回去的事务。回到郑州后，将此事告诉了妻子，妻子说："济人危急，功德很大。纳妾的事我再为你想办法。"不久，不生育的妻子却怀孕了。一夜梦见客堂中坐着一位紫金色的人，早上便生下了时邦美。邦美后中会元，官做到吏部尚书。

32. 赵秉忠父 明朝万历戊戌年状元赵秉忠的父亲，在县里协助县官做事。有个世袭将军的后代受冤枉，赵秉忠的父亲尽力为他平冤出狱，将军很感激，又没办法报答而觉很惭愧，于是想

将女儿送给赵父作妾，赵父摇手说："你们是名门之后，使不得！"对方再三恳求收下，赵父又摇手说使不得，终究不从。这事没有成功。后来秉忠上京应试的路上，有人拊着他的轿子说："使不得的中状元。"连说好几遍。考取后回家告诉他父亲，赵父感慨地说："这是我二十年前的事情，从未告诉他人，神明却告诉了你。"

33. 吕公宫 吕公宫，曾在某家书房夜读。邻室有一个年轻寡妇，循着月光忽然来到书房向他求爱。吕严肃地拒绝了。第二天寡妇又叫婢女给吕公送来一只双玉鱼，吕毅然把双玉鱼摔碎。婢女见状，羞愧而退。后来吕官做到太子老师。这事却从来没有对外人讲过。偶然为教育儿子而谈起，也不指明是那户人家。

34. 聂从志 宋朝黄靖国在做仪州判官时，一夜被摄至阴间地府。冥官说："仪州有件美事，你知道吗？"说罢就取簿给黄看。原来是医生聂从志某年某月在华亭某家看病，病人之妻子，向聂求欢，从志竭力拒绝。上帝令从志增寿24年，子孙两世登科。靖国还阳后讲给从志听。

从志说：“此事连我妻子都不知道，不料已记载到阴册。”后来从志果然长寿，子孙两代都登科。

35．茅鹿门 明朝茅鹿门，少年时求学于余姚，住在城隍庙前的钱家。钱家有一个美丽的婢女，爱慕书生的英俊。一夜到书房来呼猫。鹿门说：“你为何一人夜里来呼猫？”婢女笑答：“我非但呼小猫，更喜欢大猫（茅）啊。”鹿门正色道：“家父叫我到外地读书，如和你做了不正当的事，回去有何脸面见父亲？又怎么对得起主人？”婢女惭愧而退。后来嘉靖戊戌年考中，官做到副使，寿至九十岁。

36．顾某 杭州管北新关的官吏顾某，奉令出差江南，夜里船泊苏州河边。见一少妇想投河自杀，他急忙拦阻，并问何故，少妇说：“丈夫因欠债被关在牢狱，命在旦夕，因不忍见夫先死，所以想投河自尽。”顾某拿出五十两银子给她还债。少妇拜谢离去。顾某公差完毕又经过此地，坐在酒店里吃饭，对门恰巧是投水少妇的家。少妇见到顾某，立刻告诉丈夫，夫妻备了

酒菜邀请顾到家。丈夫对妻子说："他对我们有救命之恩，家里穷，无法报答，晚上你就陪他吧。"因此，夫妻俩挽留顾某在家中过夜。半夜时，少妇进顾某的寝室。顾某断然拒绝，并且披上衣服逃回船中过夜。就在这一夜里，顾某的家乡杭州城失火，延烧数十家，众人见到烈火中，有一金甲神，手拿红旗，围绕着某一家的房子，火逼近时，立刻被金甲神拨回。火熄灭后，大家仔细一看，就是顾某家。大家都说是顾某积德的关系。

37. 罗伦 明朝罗文毅公伦，去参加会试，船经苏州时，梦见宋朝范文正公（范仲淹）告诉他说："明年你将中状元。"罗伦谦虚地说不敢当。范公说："你某年在某楼所发生的事，感动太清，所以用此回报你啊。"罗伦回忆当年曾经在此楼拒绝奔女。后来罗参加殿试，果然考中状元。

38. 莫文通 明朝莫文通，是个乐善好施的人，家居云间郡城二里泾，世代务农。有一天，莫带了二十两银子出去买稻种，把船停在黄浦

江边，看见两个人捆绑一个少女，要把她沉入江中。莫上前询问，二人回答："这是主人的女儿，主人发现她与人私通，因此派我们把她投进江里。"莫说："姑娘年轻不懂事，况且又不是你主人亲眼目睹的事，万一搞错了呢？岂不是害了一条人命。我给你们二十两银子，请你们把她放了。"少女得救后，跪在莫的面前，愿意侍奉莫一辈子。莫说："我救你并非爱你的姿色，而是可怜你青春年少就死于男女私情。现天色已晚，我的船小住不下，你上岸后赶快找有灯火地方投宿。"莫于当晚回家，梦见神人对他说："你救了人，阴德厚重，上天赐你贤孝子孙。"后来莫的儿子胜考取了功名，莫的孙子昊，乡荐第二，昊的儿子愚也中了举人，愚的儿子如忠也是乡荐第二，中了嘉靖戊戌年进士，官至方伯。而那少女逃去后，一个读书人收留了他，生了六个儿子，其中一子与愚同年考中。何三畏曾作《善人传》记其事。

39. 柳书生 杭州柳书生，探亲途中遇雨，到荒园投宿，发现有一少妇已先在园内避雨。柳某端坐屋檐外，一点不动邪念，到天明离去。避

雨少妇是书生王某的妻子。少妇感念柳某对女色不起坏心的高尚品德，将避雨的事告诉了丈夫。不料丈夫反疑妻子不规矩，把妻子休回了娘家。过后柳某参加乡试，考官判卷时，已把柳的文章放置一边，忽又发现柳的文章仍在桌上。考官感到惊异，再把柳文看一遍，仍无可取之处，再次放入废卷中。全部阅完上送时，发现柳文又在其中，想此生必有阴德，就一同送上去了。结果柳生中了第七十一名。王某与柳某恰巧同一个考官。柳某拜见考官时，王某也在。考官谈到柳生考中的原因时，认为这事很奇怪，问他做过什么好事积下了阴德。柳生回忆说别无他事，只把避雨之事说出来。这时王生很感叹，才明白自己冤枉了妻子，回家迎妻归来，并且把自己的妹妹嫁给柳作继室夫人。

40. 顾佐 明朝太仓州管事顾佐，知道卖饼江姓的受冤枉事，就代向官里申诉，使江氏得以平冤释放。江氏携其女至顾家，说："无以为报，愿让我的女儿作你的小妾。"顾佐坚拒不受。后来顾佐任期满，被调任到尚书衙门办事。一天，有事到尚书家，尚书夫人见到顾说："你不就是

太仓的顾佐吗？还认识我吗？”顾佐愕然。夫人说：“我就是卖饼江氏的女儿，后来卖给商人，商人将我作女儿看待，嫁给尚书作偏房，后升为正室夫人。想起你对我们一家人的恩德，还没有报答，常常悔恨。现在我当告诉我相公。”尚书将顾佐仗义救人不图报之事上奏皇帝，明孝宗听了非常赞叹，提升顾佐作吏部主事官。

41. 徐立斋 清朝顺治己亥年，昆山徐立斋刚中状元不久，当地有一个传闻，说有人到城隍庙烧香，宿于庙中，半夜看见城隍威严升座，把他叫到面前对他说：“你知道徐立斋中状元的原因吗？徐氏家族世代没发生邪淫的事，久积阴德，感动上天。这回中状元才是好报的一个开始。功名之事，虽然奥妙难测，而因果报应却是很明显的。世上那些迷恋于万恶之首的人，可以醒悟了吧！”城隍说完，即鸣锣开道走了。那人记下城隍的话，广为传播。后来徐的两个弟弟健庵、彦和分别中了庚戌年、癸丑年的状元。同胞三弟兄，中了三名状元。他们的子孙都接连不断地登科。

42．陆左城 明朝钱塘人陆左城，以孝悌立身，见多识广，乐善好施，善行不可枚举，尤其是他所修积的阴德，是一般常人难以做到和想像的。他曾经住在朋友的一处房子里，一天夜里有一美妇来到寓所，欲就陆左城，被他严峻拒绝，美妇惭悔而退。到了第二天，陆左城借故离开了此寓所。而此事，始终不被人所知。陆左城一生虽怀才含德，不为世人所知，但其后代子孙，都因孝廉明经而为乡人所称赞。他的曾孙宗楷，在乡科考试中，考中解元。后来几代人，都是联捷中榜，如芝麻开花节节高，家族享科第之荣耀，前所未有。石门的吴青坛侍御是陆的学生，听到这些事就将他记录下来，现登载在《太上感应篇图说》中。金坛王界作了记载。

43．冒起宗 明朝冒起宗，从小就诚心诚意地诵读《太上感应篇》。戊午年进了考场参加乡试，感觉昏昏的就像做梦一样，觉得有神人帮助作文。得领乡荐名额，但会试没有考中。回家后，发愿为感应篇添注解。考虑到贪淫好色，很损阴德，所以在“见他色美”一条，列举了很多报应事例。当时协助抄写的是南昌罗宪岳。辛酉

年，罗考入县学生。戊辰年正月，罗梦见三位神仙，当中是白发黄衣老翁，左右各站一位紫衣少年。老翁拿出一本册子对左边少年说：“你读一下。”左边少年朗诵了好一会儿。罗听出所读的是冒起宗“见他色美”的全部注解。读完了，老翁说：“该中。”随后叫右边少年咏一首诗，少年咏道：“贪将折桂广寒宫，须信三千色是空，看破世间迷眼相，榜花一到满城红。”罗醒后详细记下梦中事，寄给冒起宗的儿子，并对他说：“你父亲就要考中了，但‘榜花’二字不知指什么?”等到发榜时，冒果然考中。后来冒在陈宗九书房的藏书中，发现《类书》中有“榜花”二字的注解：“唐朝科举，礼部发榜时，姓氏生僻的称榜花。”冒姓就属于这种生僻之姓，故诗中暗示为“榜花”。

祸淫案

1. 李登 李登十八岁时考中解元，后来五十岁了还不及第，就拜见叶靖法师问原因。法师祈祷专管科举的文昌帝君指示，帝君命令官吏拿籍簿出示说："李登初生之时，玉帝赐玉印，让他十八岁中解元，十九岁作状元，五十二岁时出任右丞相。而他中解元后，私下调戏邻家女儿，事情虽未得手，他反而将邻女之父告下狱，因为这个原因功名推迟十年，并降低二甲。后来又因侵占他哥哥的屋基打官司，因此功名又推迟十年，降低三甲。后来又在长安旅店中，奸淫一位良家妇女，又推迟十年。而今又奸淫邻家女子，为恶多端，不知改悔，官禄全被削去，死期快到了。"法师将上述情况告诉李登，李登听了，羞愧悔恨至极，不久便死了。

【批】 李登可谓是个反复为自己制造枷锁的人，假使他早生悔恨心，修德赎罪，那么状元宰相还是可以得到的。退一步讲，犯了一次罪，后面不再作恶，那么功名富贵还可以得到一半。状元宰相是天地的栽培、祖宗积德才得来的，现

在被他一人削尽消光，实在是深深辜负天地祖宗的恩泽啊！ 况且所谓邪淫之乐，较之功名富贵之乐，万分不及其一，而以终身富贵，仅仅换来片刻欢娱，真是愚蠢至极！由状元官至宰相，数百年间，仅见有一二人，而因为有邪淫这一孽行，荣华富贵荡然无存。更何况命运福报远远不及李登的，如果所造的孽又与李登相同，恐怕掌管簿籍的神明，未必只是用“降低官甲“、“让功名延期，以等待犯人的悔改”等来警示处罚。危险，危险啊！ 如今那些才高学广，却穷困潦倒至老的人，应该自己反省一生中的所作所为，是否曾经犯过邪淫这类的罪孽？

2．徐生 出身官宦之家的徐生，年少有才名。见邻居的女儿长得很美，便巧言说动妻子，让妻子给这个小女子先送些好处，然后再请她到家里来干刺绣活，开始频繁往来。一天，徐生躲在床后，妻子假装去厨房，徐生强暴了小女子。事情被发现之后，小女子的父母，感觉面上无光，逼着女儿自尽。徐生后来每次参加考试，都会看见一个女子披着血衣来找他索命，所以一直考不中。后来徐生被乱兵杀死。

3．张明三 张明三跟随做官的父亲去海南岛。和邻居军官家的两个女儿发生了男女关系，私下带着两个女人偷渡过海。军官知道了急着追来，明三没有办法，为了消灭罪证，将两个少女推下大海淹死了。十年后，明三生病腰疼，请孙医生治疗，病情略有好转。当天夜里，孙医生梦见两个女人拉他下水，并和他说："我们是海南岛人，来向张明三讨命，你为什么阻止我们报仇？"孙医生惊醒后把梦中之事告诉张明三，明三拊着胸口说："怨家到了，我危险了。"一个月后死了。

4．刘尧举 龙舒县刘尧举租了一只小船去考试。船夫有个女儿，刘好几次想调戏她，没有机会下手。到第二场考试完毕，出考场很早，船夫去市上买东西，刘就和船夫的女儿发生了不正当关系。那天夜里，刘家的父母梦见神人告诉他们："你儿子应该考中第一名，但他现在做了不正当的事，已被天榜除名了。"放榜时，才知道主考官原来已拟定刘为第一名，但因其试卷违犯格式又被剔除了。刘非常懊悔，后来一生都没有考取。

5．钱外郎 常熟有个钱外郎，在乡中依财势横断是非。村中一穷人有个很漂亮的妻子，钱外郎就借钱给这个穷人，叫他到临清地方去贩布，乘机和他的妻子勾搭上了。一天，穷人出门去贩布，因为落潮船不开，又回到家里来，发现钱外郎正开心地搂他的妻子喝酒。穷人见状，又羞又怒！扭头返回船上。钱外郎和那妇人密谋差人扮作强盗将穷人杀了。穷人的同族人知道这个情况，向官府叫冤。当地已判定奸夫淫妇死罪。钱外郎用钱贿赂上级官员改判无罪。刚刚走出城门，忽然雷雨骤作，一个闪电霹雷，两人当场被击死。

【批】淫其妇而杀其夫，天理难容，冤魂仇恨难解。因此，人虽巧于计谋，而上天更神于报应。试看此等人，犯杀、淫罪而安然不受报的，百人当中也没有一个。这种行径与举刀自杀有什么区别呢？

6．陆仲锡 明朝陆仲锡，天生是个奇才，十七岁时，从师于邱某，居住在京城。对门有一女人甚是美丽，两人屡次眉来眼去的。邱老师看出了陆的心思，于是就对陆说：“京里城隍

最灵，你不妨去那儿祈祷，或许城隍能成全你们。”于是陆仲锡去向城隍祷告。当天晚上，陆仲锡做梦，梦见自己与邱老师二人被城隍苦苦追赶，大加呵斥，命吏官查二人的禄位。查完后得出：陆仲锡应是甲戌年状元，邱某命中无禄位。神说道：“对陆仲锡，当奏闻上帝，尽削其籍；邱某当抽肠绝其阳寿。”陆仲锡从梦中刚醒，馆童就来敲门，报告说：“邱先生突发绞肠痧死了！”后来，仲锡竟终身不第，过着贫穷下贱的生活。

7. 朱维高 清朝宿松县官朱维高，己酉年做江南的考试官，录取一卷，夜梦中有人告诉他：“此人有隐恶，不可中。”用手写一“淫”字给他看。问其详情，没有回答。第二天，朱维高忘记梦中事情，将这录取卷呈报给了主考官。主考官看了很赞赏，认为是难得的好文章，忽然将卷中的“险阻”二字抹去。朱说：“文章中这类字很多，似乎不应该抹去。”主考官也认为自己抹错了，命令朱将抹的墨迹洗去。朱洗时墨迹已渗透了考卷数层，才想起梦中的话，便不录取。但朱维高喜爱这篇文章，将卷稿留下来，不过没有

留下考生的姓名。这是朱维高录取学生吴履声说的。

8．张宝 张宝做成都知府时，见华阳县李尉的妻子很漂亮，就想得到她。李慰因贪污犯了法，张宝乘机告发他。李尉因此被判流放岭南，南方多瘴气，李尉在路上就死了。张宝就送财物给李的母亲，将李尉之妻娶过来，过得很开心。但不久，妇人就得了病，临死时见到李尉在她身旁。张宝亦得了病，一夜，梦见妇人告诉他："李尉已向上帝控告你。很快就要向你索命，你要深藏躲避。"张宝醒后牢记在心。一天傍晚坐在厅中，见堂前有穿红袖的人向他招手，他以为是李尉之妻，急忙走过去，却发现是李尉。李尉拉住张宝痛打，张宝口鼻出血而死。

9．汪书生 清朝凤阳府书生汪某，家有小池种荷花，但从未生苞开花。康熙己酉年，将去京补考遗才生，池中忽生出一朵并蒂莲，父母家人很高兴。晚上书生饮酒调戏婢女，妻子没有阻拦，两人便私通了。早晨去看莲花，花枝已折断了，父母叹恨不已。汪生夜里梦见自己去拜谒文

昌帝君，见到自己的名字已登录在天榜上，可文昌帝君忽然又将它勾去。汪生便哭泣拜祷，连续三次都被赶下。醒来后心中知道这是不祥之兆，怏怏不快上路赶考。当时主考官简文宗录取考生十分公正，凤阳府旧有三个遗才名额，而这次参加考试的也仅有三人。可单单只有汪生一人没考取。接连三次大收都未被录取，汪生只好一路流泪返家了。

10. 雷击淫贼 明朝玉山县书生王某，在母亲丧期结婚，约定七期满后同房。王生夜里睡在母亲棺材旁，新娘睡在房中。黑夜听到叩门声，婢女说新郎来了，新娘就开门同睡。五更（凌晨）那人就匆匆离开，说："怕外人知道说我不孝。"几夜后又问新娘嫁妆，新娘说："准备添衣的现金八十两，还有其他金银首饰等都放在小箱子里了。"来人五更就拿了箱子一去不复返。到七七满后，王生办酒成婚。在谈话中，新娘才知道前些日子黑夜来的不是丈夫，自己已被贼人欺骗了，顿足痛哭，痛不欲生，回去告诉父母亲后，就上吊自杀了。王生也无可奈何。在新娘下葬的那天，王生送棺到墓地，突然雷电交作，一

人骤然被摄跪在棺前，原来是王生的堂兄，手捧金银首饰，被雷电当场击死了。尸首破碎，血肉横流，一城的人都惊呆了，这是正德九年的事。

11. 钱某 清朝顺治年间，嘉兴县钱某，没有考中前，在乡下某户人家教书。那户人家有个十七岁的女儿。清明那天，全家人都去扫墓，只留下女儿看家，钱某就与少女发生了关系。女子因此有孕，腹渐高大，父母责问，少女就将实际情况说了。父母因钱某尚未娶亲，想招钱某做女婿，也可以遮盖这件丑事，因此就找钱某商量此事。而钱某故意拉着脸说："你女儿不肖，怎么可以诬赖于我呢？"父母怒骂女儿，少女就上吊自尽了！钱某后来常常梦见此女抱着一个孩子站在他面前。考取功名后，任江宁府审判官。当时镇江地方发生叛乱，平乱后，朝廷将追究叛乱分子的罪行，于是就派遣钱某前往勘察督办此事。在督办过程中，钱某大量收受贿赂，为叛乱分子开脱罪责。事发之后，朝廷判钱某死罪，处以绞刑。在行刑令下达的当天，钱某再次梦见上吊自尽的小女子，手拿着一条红巾缠在了他的脖子上。次日，钱某即被正法。

12．某生 山东某考生，在进考场的头天晚上，陪他来考试的仆人忽然死了，考生只好将仆人的尸体暂放在另一个房间。第一场考试出来，仆人已经苏醒，告诉某生说：“昨天我随你进考场里去，听到你已考中第几名，考中人的考房都插有红旗，我见你的考房也有。”某生听了大喜。仆人要求某生考中后，给他娶一个妻子。某生说：“对门家的女儿好吗?”仆人谦让不敢当。某生说：“我考中后，还怕他不将女儿送上门来？”第二场考试时，仆人又死了。苏醒后却面带怒色说：“主人考不中了。”某生大惊，询问原因，仆人说：“我见考官点到主人的名字时，忽然说：‘此人尚未考中，暗中已有作孽的念头。’接着就命令改填赵某。主人的名下已经没有红旗了。”某生半信半疑，待到榜发，第几名果然是姓赵的考生。原来阅卷的老师将某生考卷呈送上去时，七篇文章都是满圈，没想到第三场考试的考卷被灯火烧坏半页，不能呈送，于是抽一份落第卷补上。某生为此懊悔不已。此是莱阳宋荔裳先生讲的一件实事，因与某生是同乡，所以隐去了他的真实姓名。

13．木材商人 明朝时，宜兴有个染坊，店主是个寡妇，长得很美。一个木材商人见到后，就爱上了他。千方百计追求都没有成功。于是木商制造了一个阴谋，趁黑夜将几根木材投到寡妇家里，第二天便到官府告状，说寡妇偷了他的木材，同时又用钱上下贿赂，使寡妇受到羞辱，想用这种卑劣的手段来迫使寡妇屈从。寡妇便向家中供的一尊骑黑虎的武财神哭诉。晚上，寡妇梦见财神对她说："已命令黑虎去处置木商了。"过了几天，商人进山去买木料，树丛中突然窜出一只黑虎，将商人的头咬下而去。

14．支书生 清朝嘉善有个姓支的书生，康熙己酉年秋天参加乡试回来，对好友顾某说："我神魂恍惚，似乎有鬼祟随身，想找某僧人去忏悔罪孽。"顾某说可以，于是顾某邀来僧人一同去看望支生。支生突然发疯，说："我含怨三世，今天才找到你。"僧人问："有什么仇恨？"对方说："我前生是他的属将，他为主将，姓姚，是朝廷显要的亲戚。他看见我妻子年轻美貌，便令我领兵出征，陷我于死地，企图霸占我的妻子。我妻含恨自杀，一家骨肉分散。他

后来死于忠义，我没有机会报仇。他转世后做了高僧又不能报仇。他第三世任宰相，有政绩，福禄神都护佑着他，仍然不能报仇。今世本该科考有名，我等候了三十年，近来因他有奸淫妇女的恶业，被削去了官籍，我才有机会下手。”说话时愤怒不已。顾某劝解说：“冤仇宜解不宜结。”那厉鬼回答说：“我恨难消，不想饶过他。”支生竟颠倒而死。

15．某书生 贵州某生，参加科举，屡试不中。于是请张真人写一疏章到天庭查问。天神批示说：“此人应该考中，因淫婶故，已被除名。”真人从坛前起来告诉某生，某生说无此事。于是写牒申辨。神复批示说：“虽无其事，实有其心。”某生这才悔恨莫及，因为少年时见婶婶美貌，偶然动了邪心。

16．严武 严武少年时，邻居是位高级将领。严武见他女儿很美，就千方百计去引诱她，最后两人一起私奔了。将军向皇帝报告，出追捕文命令收捕二人。严武非常害怕，就将女人缢死以灭迹。严武后来在四川患病，见此女来讨命，

说："我虽行为不正，但没有对不起你的地方，可你却将我杀死，你太狠心了。我已诉于上帝，你的死期，明天就到。"第二天黎明，严武果然死去。

17. 刘公差 江宁县有个差役刘某，有一犯人因罪坐牢，需要十多两银子便可赎罪放归。犯人因此托刘到他家去捎信，叫妻子将女儿卖了去赎罪。刘即到犯人家与他的妻子商议。刘某见犯人的妻子很有姿色，便想奸污她，那女人因想到丈夫的生命有赖刘差役的关照，只得勉强顺从。之后又将卖女儿得的二十多两银子，全部交给刘差役，作为丈夫赎罪的费用。刘将银子拿回去自己用，却不为犯人交赎金。犯人之妻以为赎罪的银子已交给官府，丈夫可以很快回来。等了几天毫无音讯，便托一位同族人去监牢探问，并向犯人说了赎金之事，犯人听罢，大哭而死。过了十天，刘差役患病，寒热交攻，自己说："某人在东岳地府控告我，判官立即要提审。"然后伏在床上哀号，自己说："该死"接着又说："因我一贯爱说谎，判官要用铁钩来钩我的舌头。"一会儿，刘伸出舌头数寸，然后自己将舌头咬得粉

碎，血肉淋漓而死。

18．杨某 宿松杨某在当地学子中很有名望。平日里，他供奉关帝神极其诚敬。有一夜，他梦见关帝赐给他一枚方印。杨某依据此梦，认为自己科举必中。后来，在楼下奸淫一良家女子。考毕回家，又梦见关帝向他讨回方印。杨某说："方印已给我了，为何又要讨回去？"关帝说："我不但要索回方印，还要你的命呢。某月某楼上发生的事，你做得心安吗？"不到一个月，杨某父子俱死。

19．符秀才 明朝正德年间，宁波有个符秀才死后托梦给儿子说："我生前犯下了淫乱罪，明天投生到南城谢五郎家做狗。你快些作善事，为我忏悔。"话才说完，见一鬼牵着他父亲的头颈，一鬼用白皮蒙住他父亲的头，父亲悲悲啼啼，踉踉跄跄地走了。儿子于是惊醒。第二天，谢家的狗果然生崽，全身是细细的白毛，符秀才之子便将此狗买回家，为这条狗广作善事。五六年后，这条狗不吃东西而死去。过了一个多月，家中的小丫环，忽然像符秀才生前那样坐在堂中

召集家中人大声说：“我其实并未做淫乱实事。但我十八岁那年路过嫂嫂的房间，嫂嫂正梳洗打扮，戒指落在地上，叫我为她拾起来，我因此动了情欲。后来嫂嫂又经常与我说笑，差点儿坏了名分。嫂嫂后来因此病死，我也感到神思不定，第二年也死去。我死后，有一鬼将我捆至一官府的堂下，两只手趴在地上，我已变成狗的形状。现在因你行善有功，我因此得以忏悔前世罪孽，现在我将投胎到山东赵医士家为第五子，特回家一别。”说完，小丫环倒在地上渐渐清醒过来。

20．吕某 云间县吕某是富贵世家子弟，他纵情淫欲，家中的女人婢女等多遭其玷污，许多因此患病。后来吕某的子女都死光了，吕某吃了官司，屡受官刑，以至家道破尽。中年时，已困苦备极，寒冬无衣，饥饿无食，房屋破漏，有病无人探视。死时连寿衣和棺材都没有，尸体生虫腐烂，看到的人都觉得凄惨极了。

21．某考生 清朝康熙癸酉年，科举大考，松江一位考生，头场进考房时，刚接过考卷，忽见有一鬼随他入号而坐，因此惊吓哭泣到天亮，

使其他考生也不安宁。到了第二天的晚上，第三次考卷已经做好了，那鬼过来掐他的脖子，他疾呼邻号的考生来救命，并且哭着向大家说："某年到湖南，爱上一女子，骗她说未结婚，要娶她为妻。女子喜悦，信以为真，就同居了。事后，还赠我很多银两，一同回家乡。不料妻子不接受，她被遭虐待而死。今天她既然来了，我还能活吗？"邻号考生好言劝慰他。不久，又听见他在喊救命，然后就没有声息了。于是，叫巡值军人去探望，见这名考生用系笔的红绳，自扎头颈而气绝身亡。

【批】《南陵丹桂籍》评论说："此人对一个女子骗奸致死，罪不容赦，但是一定要让他进入考场后再死，还使他说明原因后再死，而且让所有参加考试的士子全都知道事情的来龙去脉后再死。天地神明借此昭示淫祸报应，其警戒之意真是至深至切。"

22. 荆溪富友 明朝荆溪有两个人交朋友。一个有钱，一个贫困。穷友妻子美貌，富友想阴谋得到她。一天富友对穷友说，外地有一富家，我可介绍你去工作，你带着妻子一道去。于是，

三人租了一条船出发。船近深山时，富友对穷友说："到了，我俩先上去找找路，留你妻子在船上等着。"就将穷友引至密林中，拿出腰中所带的斧子，将穷友杀害。又假装悲痛哭着跑下山，对穷友的妻子说："你丈夫被老虎给吃了。"妻子大哭，于是一同上山去找尸首。在深山处，富友抱住穷友妻子求欢。妇人不从！正在危急间，突然真的跳出一只老虎，将富友叼去了。穷友妻子惊吓奔走，认为丈夫已入虎口了。不久，见远处有一人哭着走来，近前一看，原来是她的丈夫。两人各自把所经历的事情说了一遍，转悲为喜而归。

23．杨枢 浙江余杭有个商人张某，贩货到南京，住在旅店，有个妇人自称住在附近，便与张私通。时间久了，张某察觉邻居中没有这个妇人，因怀疑而追问她。妇人说："我正有事相托。我不是人。有一个叫杨枢的人，不正是与你同乡吗?"张说："是。"妇人顿足咬牙说："这个人太没良心了，我本是一个妓女，年轻时与杨枢相好。他千方百计讨我喜欢，对我的关爱无微不至，还发誓要娶我回家，生死相守。我便将所

有积蓄交给他，并坚守自己的誓言等待他。他走后久无音讯，后来听说已另外娶妻了。我便含恨而死。这个客店即是我生前所居住的地方，我想搭乘你回家的船去他家，看看杨枢的妻子究竟怎样。”张某同意了她的要求。到了后，妇人告别张某，便去杨枢家。杨枢正在举办寿庆，奏乐宴请宾客，突然暴死。他所娶的妻子也生了一场大病差点死去。张某听到此事非常吃惊。

24．张安国 张安国有文才而无德行，曾奸淫一邻女，并且致使该女死于非命。后来他参加应试，主试官对他的文章惊叹不已，准备取为第一名。刚起了这个念头，忽闻空中有呵斥声：“哪里有淫人害人的人可以作为榜首的？！”主试官闻此声，应声倒地。等他苏醒过来，再看试卷，已裂为粉碎。放榜后，主试官招呼安国来到房里，把事情的经过说了一遍。安国听罢，惭愧而死。

25．江实 建昌人罗某家贫无钱娶妻，他的母亲只好改嫁给江姓人家，换得银两，为他娶了章姓媳妇。罗某想到自己的母亲，为了自己娶媳

妇而被迫改嫁，内心十分悲怆，所以不忍心与新媳妇同眠共枕。新娘知道了这一情况后，立即脱下簪珥、衣服叫丈夫拿去还给他们，把母亲换回来。丈夫听了大喜，就急奔江家去告诉母亲。来到江家，夜色已晚，遂留宿。不料江翁前妻的儿子江实偷听到此事，连夜到罗家，冒充罗某，拣取所有衣物、首饰，并向新娘求欢。章氏因新婚害羞而没有识破其中的诈伪。天不亮，江实携带所有簪珥衣服而去。到了天明，丈夫回到家，章氏这才知道自己受骗了，愧恨不已，上吊而死。丈夫悲愤交加，为章氏举办后事。出殡那天，丈夫抬著棺材，来到郊外，准备下葬。忽然，天空雷电交驰，震死一人。此人手捧簪珥、衣服，跪在棺前，其背上书写“奸贼江实”四个字。木棺被雷震开，新娘站在道旁，见到丈夫就问：“这是怎么回事？”丈夫告诉她情况后，夫妻二人相拥悲泣，搀扶而归。继父江潮，亦被感动得涕泪不止，于是邀请罗某夫妇和他们住在一起。

26．许兆馨 明朝福建晋江的许兆馨，是戊午年的举人。在前往拜见录取自己的老师途中，路过一座尼庵，见一少年尼姑长得很美，就用自

己的势力威胁而奸污了她。第二天，突然自己咬断舌头为两截，暴然而死。

27. 铅山某人 铅山有一个人，看上了邻家的美妇，几经引诱，少妇不从。后来少妇的丈夫生病了。在一个大雷雨天，这个铅山人穿了一件带两只翅膀的花衣，翻墙跃入邻家，举铁椎将少妇的丈夫杀死，然后翻墙跃出。人们都以为少妇丈夫是被雷击死的。此人后来请媒人向少妇求婚。少妇因为生活困难，就嫁给了他。婚后夫妇生活得很愉快。一天少妇整理衣箱，发现了那件花衣，感觉非常奇怪。此人笑着讲出以前的事。少妇假装说笑，等他出去以后，就拿了这件衣服向官府告状。官府将这个人处以绞刑。行刑那天，雷声隆隆将他的尸体震得身首异处，四肢断裂。

28. 郭亨 江宁考生郭亨，已卯年去考试。未放榜时，其友杨生告诉他：“我近来做阴司判官，知道你该考中第五十七名。但你家中一婢女，被你强迫纳为小妾后，因为受气不过而死。她死了之后，多次来判官这里告你，你已经被天

榜除名了。”郭亨起初不信。后知本房批卷老师已经推荐了，但榜上却无名，这才大生悔恨！郭亨一生忠厚，只因此事不慎，而潦倒终身。

【批】按《功过格》讲：“留婢作妾，有三十种过失。”其中的道理，讲了很多。若仔细揣情酌势，会发觉，不仅仅是三十种过失，而是有无穷的过失。一般讲男女婚配，人虽贫贱，而各有所愿。强纳人为妾，已违其本愿，而最尴尬难堪的是，少妇配老夫，又常遭凶悍正妻的嫉恨，由此心有怨气，郁郁而死。遭此毒害的人，实为世间可怜悯者。追究源头，都是因一人不能节制淫欲而导致。至于妻妾之间，互相诟骂相争，中冓之事，丑秽难掩，潜在祸患，绝非一端。所以，人不到万不得已的时候，千万不要留婢做妾，慎毋因此而造作无穷的罪孽啊！

29．王勤政 **滁阳县的王勤政，与邻妇通奸，二人约好准备私奔。妇人为此将自己丈夫杀了。勤政闻此消息，大惊失色。于是，自己独自逃到相距七十里以外的江山县，以为可以躲过此祸。王勤政饿了，独自上饭店吃饭，店主却为他准备了两份饭食。勤政问原因，店主说：“难道**

这位披头散发跟你一块来的不是人？”勤政一惊，知道怨鬼已跟来了，就赶到衙门自首了。男女二人俱伏法。

30. 孪生兄弟 豫章有一对孪生兄弟，相貌声音都一样。从小长到三十岁，两人遭遇得失都相同。三十一岁时，兄弟两人到省城参加科举考试。邻居有个寡妇长得十分美丽，先勾引哥哥，兄长严肃地拒绝了她，并且以此告诫弟弟。弟弟假装答应，暗里去与妇人私通。妇人开始不知与她私通的是弟弟。两人的感情越来越深，弟弟还与妇人相约说：“我如果考中，一定娶你为妻。”到发榜时，兄长考中，弟弟落榜了。弟又欺骗妇人说：“等我上京考取后娶你。”并且向妇人说路费不够。妇人将自己的积蓄全部给了他。第二年春天，兄长考中了第一名。妇人在家朝夕盼望，音讯杳然，忧郁成病，悄悄写了一封信给兄长，不久便死了。兄长接到妇人的信，感到吃惊，便追问弟弟，弟弟低头承认与妇人偷情之事。第二年，弟弟家的儿子死了，而哥哥家的儿子安好无恙。弟弟大哭不止，两眼哭瞎，没有多久也死了。他哥哥当了高官，而且多子多孙，

可称得上全福了。

【批】凡人遇祸患时，不可全部归于命运。应该认真地反省自己一生所为，作了哪些坏事，招致今日之祸，深深地自责，改过自新，这样才能挽回神明的谴责与愤怒，转祸为福。不然也会落得像豫章弟弟的那种下场了。

31. 某生 维扬县某生，写了一部淫书，就在快要完稿的时候，梦见神呵斥他，醒来悔悟，就停止不写了。后来因儿子死了，家境贫困，于是又把他写的淫书稿件拿了出来，刻印挣钱。没有几年，眼睛失明，手生恶疮，五指拘挛，凄惨而死。

32.施耐庵 施耐庵写《水浒传》，其中奸盗之事，描写得惟妙惟肖，如临其境。结果，他的子孙三代，都是哑巴。

33. 郑生 清康熙丙午那年，兖州下属县里有个郑生，长得英俊且有文才，爱表妹美丽贤淑，向娘舅求婚。娘舅没有答应，却把表妹许配给邻县萧家的儿子。不过这位萧家的孩子一病几

年，所以没有结婚。郑生买通表妹的婢女，得到表妹的睡鞋和香囊，带在身上并拿给萧氏的亲戚看，说表妹与自己有私情。他认为萧家知道这件事后必定会退婚，退婚后，表妹就破罐子没有人要了，然后再去求婚就能得到了。萧家听到了谗言，半信半疑，派人去问女孩的母亲。女孩听到诽谤自己的谣言，难忍心中愤怒，取过利刀一挥，就这样一下子自绝而死了。她的父亲到官府去控告，邑宰某公廉洁公正而且刚毅，拘捕郑生拷问，真相大白。郑生被处以极刑而死。

【批】 唐朝元稹姨妈的女儿崔莺莺，是个绝代佳人。元稹执着地向崔家求婚，崔母却打算将莺莺许配给自己的侄儿郑恒，不同意元稹的婚请。元稹非常气愤，因此写了一本《会真记》（即《西厢记》）来污损崔莺莺，并且代替崔莺莺写了黄色唱词和诗传于世间，使一块无瑕的白璧蒙垢千年。元稹比起郑生，罪又大多了，后来他遭到雷火焚烧尸体的报应，不正是罪有应得吗？

34. 江南书生 江南有一书生，文才很好，但平常好谈人家闺房中事。己酉年在考场第三场点烛时，忽见自己的卷面上有“好谈闺房”四个

字，急忙用手擦去，在誊正时发觉卷面已破。后来，考官批卷，他的文章篇篇极佳，七篇得满分，预备批第一名，却发现没有第三场的考卷，因此没录取他。书生从此潦倒终身。

35．秦生 明朝末年苏州有一位姓秦的书生，平生好学多才，尤其擅长作诗谱曲。但人品极其轻薄，喜欢讽刺人。见到相貌丑陋的人，当面就能作出一首诗来；若听到有什么可笑的事，只要一入他的耳，就马上可以完成一首歌，以此嘲讽他人。他的好友开后门进学堂，秦就作《游宰诗》一百首“贺”他；邻居家有男女丑事，秦就作《黄莺儿》十首“赠”他。风花雪月，捕风捉影，写得有声有色，其作品流播人口，达于远近。秦书生因此而屡屡受人打骂，且被告到官府，甚至要除去他的功名，但他还是不改正。晚年忽得疟病发狂，吃自己粪便，拿刀自割舌头。家人夺去刀，将他锁在空室中。他找不到刀，于是就自嚼舌头，细细吐出，臭闻户外。后来从窗户缝隙看见庭院中有劈柴斧头，就奋力冲出窗外，取斧自斩而死！

【批】于觉世说：以秦书生的才华，用来劝

人向善改善民风是不难做到的，可为什么要把这种才华当作自己杀身取祸的工具？这与用随侯的宝珠去弹雀，用太阿的宝剑去砍柴有什么两样？最近有一书生，自认为是个奇才，考试必中。然而喜好把经书的圣贤教诲拿来作戏谑之谈，后来屡次被推荐录取，每次皆因后场有讹而名落孙山，这都是毁谤圣言教诲的果报。世间有点才学的人士，往往犯此错误而不知其非。噫！如此读书，与优人演戏有何不同？读书人的形象就是被这种人败坏的。

36.孙岩 李叔卿，平素廉洁谨慎。他的同僚孙岩非常忌妒他，公然在众人面前，口出妄言说："李叔卿这人空有其名，在我看来，猪狗不如。"有人问为什么，他说："叔卿的妻妹怎么再做人呀？"这话一传出，传得到处纷纷扬扬。叔卿听说后，本想辩明，又不便出口说这种事，愤恚难忍，遂气郁而死。他的妻妹听说了这事，大为惊恨，遂上吊自尽。不几日，雷雨暴作，将孙岩击死，暴尸在叔卿家门前。孙岩下葬之后，天空又放雷电，击塌了他的坟墓。

【批】此是因忌妒而存心毁谤他人，所以受

到如此严重的报应。但是，要注意，即使是无心戏谑，也万万不可！此有一案例，在壬子年，浙江考场，有一妇人进入考场，随走随叫："东阳王二。"整个考场的考生都吓得不得了，举灯烛出来照，就不见人了。然后，大家又挨号寻找，考生中果然有一个叫王二的。大家告诉他："有个妇人一直在叫你的名字，你听见了吗？为什么会这样？"其人思考良久，说：'好几年前，本家族几个老少爷们，在一起戏谈说笑，偶然说到村里一孀妇守节的事，当时我说这是难以相信的。后来，这个孀妇听说了，居然气愤而死。不知道是不是这个原因。"王二说完，十分恐惧，不敢完卷，收拾收拾，就退出考场。一出考场，就在阶梯前摔倒，磕伤了额头，有人扶他回到旅馆，第二天一早，就过世了。可见，凡是涉及他人名节的戏谑话，断不可轻易出口，害人害己。

37. 蓝润玉 蓝润玉，弱冠年少，即已才华横溢，相貌丰姿卓越，他的同学都认为，他将来必定是金马玉堂，富贵人间。他的家与某尚书家为邻，尚书有个女儿，已到了出嫁的年龄，但尚未许配。该女才色，倾动一时。蓝润玉偶然在该

女坐车时见了一次，归而渴想。有一日，他闲步来到后园，听到隔墙女子说话声，就搬了梯子而窥视隔壁大院。一看，原来就是上车的那个女孩。于是在自己家的大院墙下，偷偷凿去半砖，每天都偷偷看这个女孩。过了半年女孩出嫁了，蓝润玉也就再也没机会看女孩了，非常的忧郁和惆怅。于是，就写了一首《长相思》词。他的一位朋友发现了，二话没说，就把词投入火中烧了，并告诫蓝润玉，此事万不可再跟其他人说，因为与阴德有大牵累。蓝润玉笑这位朋友迂腐。后来到了考试时，蓝润玉梦见有神把自己的眼睛给挖掉了，醒来后感觉眼睛很疼，两只瞳孔如针刺般，不能睁眼。因而交了白卷而出。回到家里，疼痛不止，遂双目失明。等到放榜时，那位烧《长相思》词的朋友，金榜题名。

38. 某公子 吴地某公子，欲奸一寡妇。找到自己的一位朋友谋划此事，这位朋友即授计给他，并商定好了开始行动的日子。到了该日，他的父亲梦见一穿红衣服的神告诉他：“你儿子本来可有功名，但因心术坏，功名完全削去，而他的朋友命本贫贱，还为人计谋，助人为恶，应当

斩肠而死。”父惊吓而醒。急忙赶到儿子学堂，果然听说儿子的这位朋友，腹痛哀呼而死。而公子也渐渐发狂，披头散发乱走街市，最终无法救治。

39. 某人 浙江有个姓皇甫的人，是乾隆年间的进士，被罢官后，在丽泽书院讲学。后来老夫妻俩生活凄惨，困顿而终。他常常给别人讲他的故事：“在我做某城知县时，门下有个书生。有才无德。乡试中榜后，就嫌弃自己在家的未婚妻贫穷，图谋退婚。这时，正赶上此女得了一种‘大肚子’的怪病，书生就借此机会，到我这里指控他的未婚妻，说她未婚先孕，求我为他做主，断此婚聘。于是我就拘讯了此女，并且不问是非，不容许该女辩明就随便认定该女不守贞操，结果该女为表示清白，竟拿出刀子把自己的肚子剖开，证明肚内无胎儿。该女剖腹而死之事，很快传到了上面。于是，上面追查下来，门生伏法抵罪，而我也因此被免官。我只有一个儿子，已经中式，怎奈在大白天看见那个女鬼来，就吓死了。如今，我夫妇二人老而无依，眼看将成为他乡无祀之鬼。报应真是太惨酷了！”

悔过案

1. 洪焘 明朝时人洪焘，有一天暴毙，恍惚间被一绿衣人引到阴府。洪问绿衣人自己一生的食禄如何。绿衣人从衣袖中抽出一卷装在布套里的档案材料给洪看，洪看自己名字下面密密麻麻地写着许多东西，字小如蚊子，无法全部看清。只见后面的注上写着："原本官可做到参政，但因在某年某月某日奸淫了一处女，被降为转运副使。"洪看了落泪，问绿衣人："这可怎么办才好？"绿衣人告诉他："只要力行善事，就可补过。"忽然走到一条大溪前，绿衣人将洪推落溪中，洪大惊而醒。这时已经死了三日，家人因摸洪心口还暖，所以还没入殓。洪醒来后，痛自悔改过失，尽力广行善事。后来上级派他做两浙漕运使，他非常害怕食禄到此终结，但也没有发生什么事。后升端明殿学士，长寿而终。这是力行悔过所得的善报啊。

【批】世人见到有人犯邪淫而仍旧富贵，就起了疑惑，认为因果报应不可信，他哪里知道洪焘命中官本应为参政，因犯了邪淫而暗中降为

转运使？他又哪里知道洪焘因力行悔改，将功补过，其官运又由漕运使冥冥中升为学士？所以，慎毋不生敬信，甘心象李登那样，断送了状元、宰相的福报之时，还沾沾自喜中过一个解元。

2．某书生 清朝汉阳有一书生，平素以才气闻名，但数次考试都落第。一朋友为他请乩叩求，乩神答示："该生本应有功名，但因年轻时曾与一婢女私通犯淫，所以想盼功名，已经不可能了。"该书生听后，十分惊惧，立愿改过向善，并编辑《戒淫功过格》，广采注解案例，又募款刊印，到处施送。结果到了康熙丙子年，该生再去参加考试，竟然考取。许多人都认为，这是改过行善所得的福报。

3．项希宪 明朝项希宪，原名德棻，曾梦见自己考中癸卯年的乡试，但因以前曾淫污过两个年轻婢女而被天神削去科名。醒来之后，发誓戒邪淫并力行善事，以赎罪补过。后来，他又梦见来到一个地方，见一黄纸上所写的第八名为"项"姓，中间一字很模糊，最后一个字为"原"字。旁边一个人告诉他说："这是你原来

的天榜名次。因你近来改过向善，所以，你又恢复了原来的科甲名次。”于是自己改名为“项梦原”。壬子年乡试，他考中顺天第二十九名。己未年会试，考中第二名。这时，他开始怀疑梦中的第八名怎么会不准呢？等到参加殿试，得二甲第五名，这时他才悟到：合计鼎甲所得名次，加起来恰是第八。另外，乡试、会试的榜文都用的白纸，只有殿试榜文才用黄纸。

【批】因梦警悟，而能痛自改过，还是有福人的气象。不然，功名已经削去，怎么又会再恢复呢？由此可见，天道祸淫，不加悔罪之人。世间有志者，不可以为失过足、造过业就没有办法。

4. 贾仁 贾仁，五十岁仍无子。一日，夜梦来到一府第，上有匾额题曰“生育祠”。于是，他就磕头求子。生育祠的主神，取来一簿给他看，说：“你曾经奸淫别人的妻子，欲求子，不可能了。”贾翁哀告说：“小民无知，乞求能够让我有赎罪的机会。”神答道：“你既然已经悔过，若能劝化十个人不邪淫，才可赎罪。如果再劝化更多人，就可以得子了。”贾翁醒来，痛自

改侮，因而广劝世人，很多人因此受到感化。后来，他得了两个儿子。

5．钟朗 辛卯年，浙江科举考试即将开始前，有人梦见诸神聚会，考校和监察此次应中榜的几位考生。第一名的是个叫钟朗的人。有一女子前来诉怨，中间坐的那位神说：“该生不可中。”于是，要另找一人补名。旁边的一位神答道：“可以让孺子代替他吧？”此人醒来后，将梦告诉钟朗，并问明原因，才知道原来钟朗曾淫污了家里的婢女，导致婢女怀孕，但钟的妻子不能容纳该婢女，婢女就跳河自杀而死。此后钟朗时常内心不安，听到了这个梦后，更加恐惧。此次大考揭榜，钟朗果然没有考中。有个叫余恂的人中了第一名，所谓“孺子”，正是余恂的字。不久，钟朗的妻子病死了，钟朗更加害怕了。于是发愿忏悔，力行善事而不敢懈怠。结果，第二年，也就是甲午年的科举，钟朗仍考中解元。

6．张某 华亭人张某，年轻时常犯邪淫，后来生了两个儿子都夭折。自己又得了痨病，多年不愈。一次偶然得到一部善书《丹桂籍》，书中

注载了许多邪淫报应的案例，自己非常感慨和悔恨，就跪在神前发誓，永远戒除邪淫。并且又印《文昌帝君阴骘文》，到处施送。过了一段时间后，张某的身体竟完全恢复健康，数年间连生三个儿子。

7. 田某 明朝有个田某人，长得丰姿俊雅，因此乡里中许多妇女争相投怀送抱，一直无法安心读书，便移居到附近的南山寺读书，但寺旁仍有女子私奔而来。田某明知不对，却又无法断除邪淫。田某时常梦中见到一神，有一日，所梦见的神，竟在白天现身，并告诉田某说："你原本是可做到御史官的大福命，但因多情于花柳，功名已几乎削尽。上帝命我来监视你，如果你能从今天起便彻底改过，仍然还可以得到功名。"田某听了，大为省悟，并彻底悔改向善，后来果然考取进士。

8. 曹稚韬 明朝崇祯年间进士曹稚韬，还在当学生时，与邻家妇人私通。妇人的丈夫发现后，要杀死奸夫淫妇。一日，假装和妻子说："我明天要出远门，必须经数日才能回家。"妻

子听了，暗中欢喜。第二天便约曹稚韬晚间来家中幽会。那天恰好是文友聚会的日子。大清早，友人来拉曹去，他不肯去。友人知道他不肯去的原因，强迫把他拉到聚会的地方，并向主持人建议："今天作文，要按照大会场的要求办，夜晚宴会时，不醉不许走，不遵守以上约定者受罚。"并请主持人封锁门户，任何人不能擅自出入。曹窘迫不安，不得已草草写完作文，就想退场，大家一片哗然："有约在先，为何急于回家？"到宴会饮酒时，曹因有心事，故意少饮。为了不让曹夜晚去做败德的淫事，文友们故意把曹灌醉，等曹醉得不省人事时，才送他回家。但已醉得不能与妇人约会了。当天夜晚，邻妇倚门等候，久久不见曹来赴约。结果有一个无赖汉，知道该妇平日不守妇道，见她倚望，八成是等不到约会，无赖汉便上前挑逗该妇，该妇竟也没有拒绝，带他进门。早就守在家门外暗处角落潜伏察看的丈夫，这时手持斧头，破门而入，杀了无赖汉，又杀了妻子。第二天稚韬酒醒得知此事，即请文友们作证，对神明发誓，坚决行善补过，永远不再走邪淫之路。曹数年后考中了进士。当初稚韬由生而死，由死而生，间不容发。他之所

以免于一死，全仗善友的挽救。那个无赖看见有机可乘，竟毫不顾及暗中有祸即将来临，一转眼的功夫便成了斧下鬼。俗话说：“奸必杀！”真是没有说错啊！

9．张宁 张宁，晚年无子。一日，在家庙前祈祷：“我到底有什么罪孽，以致于断子绝孙？”旁边的一个小妾说：“若不耽误我们，便是阴德。”张宁悚然醒悟，于是观察诸小妾，凡不愿留下的，都让她们改嫁，如此嫁出了好几个。次年，张宁即得一子。

10．崔书绅 上海崔书绅，曾请人画春宫图十几幅，每幅都画得惟妙惟肖，淫荡无比。后来他得了疟疾，每次疟热发作时，就看见美男子、美妇人十多人，赤身露体，被鬼挟着剖肚子、抽肠子，血流满地。接着鬼卒又对崔某剖腹钩肠，崔某疼得哀号惨叫，自己说是受到画十几幅春宫淫画的报应，全屋的人都听到了。崔某清醒后，急忙将淫画全部烧毁。淫画烧毁后，崔的病竟也渐渐消除了。

11．赵岩士 赵岩士，少年时就开始犯淫色，后来身体逐渐衰弱、精神恍惚，乃至骨瘦如柴，几乎到了不能活的地步。一天，赵刚好阅读了谢汉云刊印的《不可录》一书，不觉汗流浃背，才醒悟到自己犯邪淫的凄惨报应，因此痛改前非，并且将《不可录》一书的印板请来，捐资助印并施送。后来身体渐好，精神渐旺，连接生了六个儿子。

12．某书生 明朝嘉靖年间有位书生，住屋的东邻有一艳妇，时常向他抛送媚眼，有一天艳妇乘丈夫外出的机会，在两家的隔墙下挖洞，招引书生，叫书生越墙相会。书生内心也怦然而动，问："怎么过去？"妇人嘲笑他："读书人难道不记得逾东家墙的故事吗？"书生找来楼梯爬上墙头，忽然转念想到："人可以瞒，天是不可以瞒的呀！"就下去了。妇人又来到墙洞边花言挑动，书生再次动情，第二次从楼梯爬上墙。当骑墙即将过去时，又思量："天终究是不可瞒的！" 急忙下墙，关好门，出去了。次年，书生北上参加考试。主试官进场当夜，忽然耳边听到有声音说："状元乃是骑墙人。"等放榜后，主

试官召见状元询问，才知道他骑墙复退、临时悔改的前事。

13. 张玮 明朝万历壬子年，武进县的张玮，与某生同往南京应试。在他们到达旅馆的头天晚上，旅舍主人梦见迎接天榜，天榜上的解元乃是与张玮同来的某生。主人将所梦告知某生，某生听了洋洋得意。主人的两个刚成年的女儿住在楼上听到了，怦然心动，于当晚叫婢女招引某生，并缒下布幔做梯。某生拉张玮一起爬布梯上楼，张玮爬到一半，忽然猛省："我是来考试的，怎么做起这种损阴德的事呢？"于是，他急速而下。而某生，则毫无顾忌地攀到了楼上。当晚，旅舍主人又梦见天榜，见到榜上的解元已经换成张玮。主人大骇。次日，主人将梦告诉某生，并问他做了什么事，某生面红耳赤不敢回答。到了考完试放榜，果然张玮中解元，而某生竟落第，某生大为惭悔，后来贫郁而终。

【批】张玮与骑墙人，都是属于临犯时一刹那而悔悟，比起曾犯邪行而后来力戒的人更为可嘉。若此时不猛然省悟，不但顷刻之间就失去了命中应有的功名富贵，而且将来还会堕入无边苦

海，多么可怕呀！

14．黄山谷 宋朝名诗人黄山谷（庭坚），曾经喜欢写一些冶艳的诗词。有一次和画马的名师李伯时，去谒见圆通秀禅师，秀禅师首先劝戒李伯时不可将一生心力用在画马，倘若念念马身，只怕来世堕落投胎为马。然后禅师呵责山谷说："大丈夫怎么能甘心情愿地把翰墨之妙，用在艳词淫诗上面呢？"山谷笑着说："难道我也会堕入马腹吗？"禅师说："伯时念马，堕为马身也只是他个人的事，但你写艳词，却是挑动了天下人的淫心，这种罪过，何止是堕入马腹，恐怕泥犁地狱等着你去呢。"黄山谷听此，心起恐惧，惭愧谢别，从此绝笔。

15．钱大经 四川人钱大经，长得神貌俊秀，而且下笔千言，文才很好。十七岁就外出求学，历经科考应试多年，然屡考不中。庚子年的大比试即将开始，钱大经于文昌帝君坛前祈祷。当晚便梦见青衣童子，领自己到帝君前，帝君命神吏察看簿册，册上记载着："钱大经，本当二十岁考中乡榜第二名，接着考取殿试会考，

名闻天下，官位做到二品，享年七十三岁。但由于编撰了三部淫书，因此功名全部削夺，寿命也不长了。”文帝教导大经说到：“你一向存心忠厚，而且孝道和朋友之交方面，也没有过失。无奈你编撰淫书，使得许多男女看了后，败名丧节。要不是你前世时积了许多阴德，你今生早就入地狱受苦了。”钱大经于是发重誓，逢人劝戒，遇到淫书就买来焚毁。后来，以明经任官，活到六十二岁。



同善养生

1．谢汉云 云间人谢汉云，自幼即病体缠绵。因念诸恶业中，唯邪淫罪最易犯，于是他就把繁阳冯太史所编辑的《不可录》一书，重新修订，整理出版，使其广为流传。当此书的印刷板刚刻好，那缠绵日久的痼疾突然不治而愈。后来，他的子孙后代，都名振一时，如星门、霞轩、体三等人，相继科甲登第。其家族，皆是书香门第，代代相传，没有断过。

2．徐信善 徐信善和杨宏是同学好友，曾一起去参加考试，住在同一客店。有一天，他们遇到一位很有修行的高僧，僧人说：“杨宏将来大富大贵，而徐信善却贫穷一生。”就在这天夜里，杨宏偶然看见客店有一个美丽的少女，他想拿很多银钱去向少女求欢。徐信善知道后，严词强力制止了他。第二天，僧人又遇见徐，他十分惊讶地说：“怎么一夜之间，你的脸上生出了阴骘纹？变贱相为贵相了，将来定会大富大贵。”他又看了看杨宏：“你的气色已经不如昨天，虽

然和徐信善同样显贵，但名次在他之后。”等到发榜，果然如他所言。

3．王行庵 宋代简州进士王行庵，平日操行严谨，一丝不苟。他的表弟沈某和他是邻居。沈某平素好淫。王公经常规劝他，可他不听。不仅如此，他还暗地指使一个女仆去勾引王公，被王严厉拒绝。他不甘心，又择一美婢，继续勾引王公，又被严词拒绝。沈本想用女色去迷惑王公，使他犯色戒而取笑他，结果没有得逞。一天，王公与沈某外出，不料遇到强盗，沈某因船小而得以逃脱，而王公的船却被强盗截获。突然间，雷电交加，强盗胆战心惊，弃船而逃。王公的船平安返回，一无所失。后来，沈某一天外出回家，撞见他的老婆与他人通奸，他想拿铁棍打，忽然双手无力，不能举起。他怒目顿足，长叹一声而死。王公五十岁那年，生重病，他设祭神坛，请道士奏疏祈祷。道士跪伏了很久，才回答说：“查阅了先生的寿数，只能活到五十岁。但上天因先生两次不邪淫，并且能真心实意劝诫他人，所以增寿三纪（十二年为一纪）。”王公听了，肃然戒惧。后来果然活到八十六岁，亲眼见到后世儿

孙富贵发达。

【批】王行庵与徐信善先生，他们既能持己自正，又能规劝爱护别人。他人若能听从劝告，固然能受到规劝者的恩泽；即使他人不听劝告，执意妄为，但规劝者的一片慈悲之心，也足以感动天地而获福报。世间人到底有何理由，而不力行劝人戒淫呢？

4．某书生 嘉兴县某书生，天性敦厚，喜欢隐恶扬善，凡遇同学或亲戚朋友谈论闺门妇女之事，就严加阻止，厉色劝告，并且写了一篇《口孽戒文》，垂训后学。后来他进试院参加考试，在发榜的前一夜，于梦中见到去世的父亲对他说："你前世少年考中进士，因恃才傲物，上天罚你今世屡考屡败，终生不发达。但上个月有一考生，本应此次考中获得功名，因为奸污了一个未婚少女，而被除名，文昌帝君上奏，说你作《口孽戒文》，劝诫后学，阴德很大，将你的名字递补上去，你必考中。你应当更好地修身积德以报天恩。"书生听后，惊喜不已，发榜后果然中了进士。他愈加谨慎，力行善事，后来官至御史。

5．席匡 席匡小时候特别聪明，悟性甚佳。一日，遇到一位看相的对他说：“你面上有一条纹路延伸到口角，这是饿死的相，明年就会应验。”席匡听了很忧愁。一日，他遇到有人谈及闺阁房事，而且关系到当事人的名节，于是他就严厉地呵斥了他们，谈者见状，心生愧惧，马上住口。这件事因而没有传扬开去。一年后席匡竟安然无事。后来又遇到那位相师。相师惊怪地问到：“你做了什么大阴德的事，为何面相与原来大不相同了？”席匡后来做了很大的官。

6．杨廉夫 宋代端宗年间，元军攻台州，临海城有个王姓妇女很美丽，被元军掳掠至军营中。元军将领杀了她的公婆与丈夫，想和她成亲，妇人誓死不答应，假意说：“先要让我为公婆、丈夫服丧一个月，才可以服侍大人。”元将见她不再寻死，也就同意了，仍安排其他被俘虏来的妇女看守她。元将撤军那天，把她一同带走，当经过嵊县的清风岭时，王氏仰天悲叹道：“我今天终于得到葬身之地了！”她咬破手指用血写诗在岩石上，然后举身跳下悬崖而死。此事距今（指此书撰写之时）已有八九百年了，而岩

石上血书的诗句，仍旧鲜亮如新，不为风雨所剥蚀。有一个书生见了，写了一首诗非议那位节妇：“啮指题诗似可哀，斑斑驳驳上青苔。当初若有诗中意，肯逐将军马上来？”这个题诗人后来断子绝孙。元朝的杨廉夫也作了一首诗：“甲马驭驮百里程，清风后夜血书成。只应刘阮桃花水，不似巴陵汉水清。”后来杨廉夫也无子。一夜，梦中一位妇女对杨廉夫说：“还记得你写王节妇的那首诗吗？这诗虽不能损害节妇的名誉，但毁谤贞节义妇的罪过却是极重的，因此上天绝了你的后代。” 杨廉夫大为悔悟，又作了一首诗曰：“天随地老妾随兵，天地无情妾有情。指血啮开霞峤赤，苔痕化作雪江清。愿随湘瑟声中死，不逐胡笳拍里生。三月子规啼断血，秋风无泪写哀铭。”后又梦见妇人来谢。不久，杨廉夫得了一个儿子。

7. 邝子元 有个叫邝子元的人，得了心病，整天昏昏沉沉，迷迷糊糊，就像在梦中一样。他听说有位老僧人很会治病，就去求治。老僧对他说：“你这个病是因为淫欲过度，水火不交所致。贪恋美色、纵情淫欲，叫外感之欲；而深夜

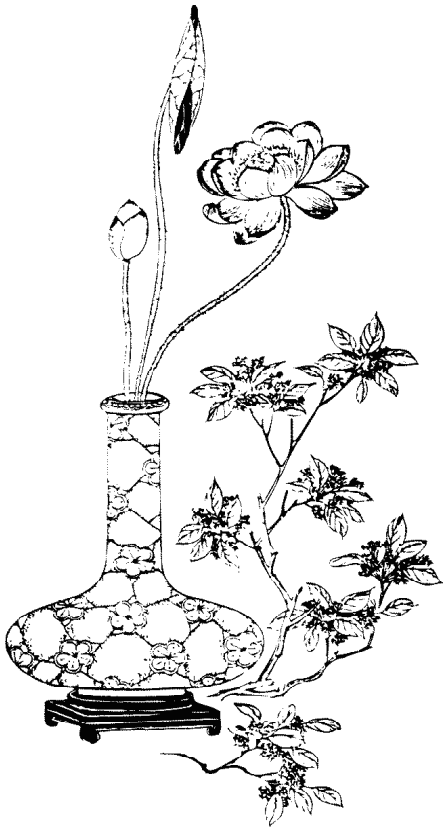
难眠，思慕异性，相思已久，或成梦中相交，称内生之欲。内、外两欲互相纠缠感染，都会耗损元气，增加疾病，伤害性命，必导致不治之症。因此，急需将心内的色欲妄念斩除干净，再节制欲事，保养身体，不使走泄，则肾水不至下涸，相火不至上炎，水火既交，身体自然就能慢慢恢复健康了。所以说，苦海无边，回头是岸！”

8. 包宏斋 宋朝的包宏斋，身体强健，精力过人，八十五岁时，还被拜为宰相。贾似道认为他一定有什么养生的妙术，就向他请教，包宏斋说：“我有一服丸子药，是不外传的秘方。” 贾似道很急切地请问是什么丸子药，包宏斋慢慢悠悠地说：“多亏我吃了五十年的独睡丸呀！”满座人听了都开怀大笑。

9. 李觉 蒲得政做杭州知府时，他的一位老乡李觉来拜见他。李年已百岁，但色泽光润。蒲知府就问他养生之术，李老答道：“这种养生长寿术是很简单的，就是绝欲早点儿而已。”

10. 张翠 太仓人张翠，九十多岁了，耳聪

目明，还能作画。人家问他健康秘诀，他说：“只是欲念淡薄，房事节制罢了。”



◇立 誓◇

发誓持戒

从前周裕先生曾聚集同社善友，用戒邪淫单的方式劝大家戒邪淫。每人各领一单，分别劝十人，发誓戒淫者在单上填上自己的籍贯和生辰八字，并签名按手印。然后，将单子焚告于文、武二帝的坛前。自此以后，各人对自己的举心动念、言行举止，务必要战战兢兢、严格警惕自省，不敢、也不能再犯任何邪淫。过去不幸已犯邪淫的人，如今赶紧忏悔，这样还能消此弥天大罪。过去幸而未犯的人，从今坚守戒制，不致令白璧有微瑕。这样彼此相互规劝，始终不变，进而转相广劝，令世人永断孽根，皆归正路，则功德无量，福报无量。

骆季和先生说：“古人云：‘万恶淫为首，百行孝为先。’我常常思惟这两句话的意思，想把其中的道理弄透。其实，这两句话，是相反相成的，其中道理蕴涵颇深。既然‘淫’为万恶之首，则可知‘不淫’就是百行之先；既然‘孝’为百行之先，则可知‘不孝’就是万恶之首。反

复比对，细细琢磨，一言已足，而为什么又要从正、反面来分析呢？因为好淫即不能保全孝道，而欲圆满孝道，必须从不淫开始。”

古代圣人制定婚姻，必先有媒妁之言，后有大礼迎娶，所以如此，小则为了延续子嗣，并以人伦纲常来辅助修身进德的要义；大则为了以修身齐家作为治国平天下的根本。因此说：“君子之道，乃是从夫妇间的明礼、知义、行孝而开始。”可惜的是，如今世道衰微，圣人所颁明的道理不被重视，古时的道德意识全然丧失，所留传下的礼仪，也徒具其形式而已，以夫妇为欲乐的工具。不少年纪轻轻的少年，德行和事业尚未成就，但已热衷美貌艳容，而做长辈父母的，溺爱子女，非但不加指正，竟也有附和赞成的。导致年轻后辈，更坚定地认为好色是人生正当之事，并且夸大其辞说：“这是为了传宗接代，延续血统。”随着夫妇私情渐深，对父母的孝养就渐少。为了讨好妻子而亏待父母，置自己于大不孝之境地。贫贱之人不必多说，所谓有知识有教养的阶层中，儿子给父母脸色，媳妇骂詈公婆的事情，不也司空见惯吗？

人间凡情，转向善的一面很难，而造做恶业

却非常容易。既然把夫妇看做是欲乐的工具，那么夫妇之间的男女情见就越深，贪淫爱慕的念头就会日盛，得新厌故，触处生情，看天下男女，全都是可以供我享受欲乐的人。邪淫之风一旦刮起，随之而来的就是相妒相杀，伤身辱亲，万恶丛兴，百善俱废。不孝之罪，实在莫此为甚了。推其原故，都是由于当初的一念淫欲所导致的。故“万恶淫为首，百行孝为先”这两句话在字面上看似相反，但在意义上却是相辅相成。而世间不明真相的人，以凡情之见，把淫欲强行分成正和邪，即所谓正淫和邪淫，这是根本没有真正领会古圣先贤的教诲。《圆觉经》中说，一切众生，皆因淫欲而正性命。欲因爱生，命因欲有。众生爱命，还依欲本。当知轮回，爱为根本。又说，由于欲境，起诸违顺，境背爱心，而生憎嫉，造种种业。是故复生地狱、饿鬼。

由此可知，“淫”为人生大患，最初并没有邪、正之分。只是众生自无始劫以来，久因爱欲而得此身，家狱已成，业根难拔。所以如来怜悯，特别开了方便之门，允许凡能戒除夫妻以外的各种邪淫行为欲念者，许托莲花之种。（《戒德香经》：“不犯他妻，所在化生莲花之中。”）我在此处引用

《经》中之言，不是以严格的绝欲主义强凡人之所难，而实在是希望所有同修深知，只贪恋闺房欲乐，而不顾伦常大义的人，已是在造悖逆天理的罪，何况是那些把驰情外遇当作是世间正常事的人？因而推知，即使是力戒邪淫，只不过是受持了佛法中“人乘五戒”中的一戒，如果还恣情追逐女色，必难免堕落三涂恶道。由此而感想兴发，力图自我振奋，对内修身齐家，对外断绝一切争逐色欲之心。追根求源，努力修行，泥洹在望，（《佛般泥洹经》云：“戒邪淫，得五增福，入泥洹道。”）十罪顿超，我佛诚言，不吾欺也！我等于佛菩萨之前，宣誓戒除邪淫，并坚守誓愿，以防止邪念妄生。将誓愿文昭于书格，料想所有在场佛弟子，都会同心协力共同实行，我今特于“戒邪淫单式”之前写下上述几句感想，权当抛砖引玉，希望能够对各位同修有所启发。

誓愿文式

（须端楷依此书写，对佛菩萨像前宣读焚化，以昭诚敬。）

_____年____月____日，立愿戒邪淫弟子_____斋戒熏沐，焚香具疏，敬谨宣誓于_____座前曰：

百善先孝，万恶首淫，人异禽兽，以其存心。
雁集中泽，尚不乱群，我为佛子，可不如禽？
自今日始，誓戒邪淫，尽我形寿，永不渝心。
若有犯者，即祸其身，尚不蔽过，殃及子孙。
玷污大教，罪实非轻，殛以劝来，护法神明。
慈悲哀怜，鉴此葵忱，护持默佑，永保生生。

弟子_____谨具押

一坚戒力 人们心里的念头，有善念有恶念。人们所得到的果报，有福报有灾祸。天道是福善祸淫的。但天道祸淫，却不对已经悔罪的人施以祸事。如果我们真的能反迷为悟，那么一定会祸去而福来。但是我们在忏悔受戒之后，必须战战兢兢，如临深渊，如履薄冰，时刻警惕不再作一念之恶，这样才敢在神明前说自己已经无罪。如果在受戒之后又去犯戒，要知道我们已经有了誓辞在前，又有神明在暗里监督，犯戒之人决定受祸，不可救药。这就像伤寒病人刚刚好了一点，马上又食荤腥，原病复发，绝对没有活下来的道理。所以希望各位同人，一定要至心归依，时时在神明前自省，刻刻想到犯戒将带来的祸患。古人说："一之为甚，其可再乎？"何况我们既已发誓，岂能当作儿戏！

一坚信心 凡受戒诸人，应该知道人与人的命运是不同的，这就像土地有肥有瘠，天上的雨露阳光，却无二施。只要我们在土地上种下了种子，天地是一样给予它培育之恩的，但是如果树苗栽得不正，倾斜的树就很容易倒了。是培育还是倾倒，这个权力似乎是由天主宰，但栽得正还是栽得歪，这个权利其实操之在我自身。有些造

恶之人却能享受非常之福，未必是真福，可能是借此来促使他以后遭受更重的殃祸，要不就是他祖上积下了厚德，要不就是他自己前世做了很多好事积下了很大福报。也有行善之人而受无端之祸的，那未必是真祸，可能是老天要借此以磨练你、玉成你将来成为大器，要不就是过去世造了恶业，所以今生当受此报，等到报应受完，苦尽甘来，一切都会好起来的。所以希望世人，如果遇到顺境，应该更加精进多做好事；如果遇到逆境，尤其需要有大智慧，勇猛精进，积功累德，尽自己的一切能力改变命运，这样最终还是会有好的结果！



◇戒 期◇

保身立命戒期及天地人忌

福善祸淫的道理，已经说得十分详细了。至于夫妻之间的事，人们往往容易忽视，不知道一年当中，有应该断然斋戒的日子，例如《月令》上说：“春分前三日，官府派人敲击大铃高声通告众人说：‘雷将要发出巨大声响，有不戒除房事者，生下的儿女五官不完整，夫妻一定会有凶险灾难。’”人身的血气运行，原来与天地节气的运行相呼应，倘若违背节气运行规律而流失精气，那么人身的气血运行不能与天地气节的运行协调，对自身精气伤害比平时超过百倍。至于神明降察或圣诞之日，有些人不知道，也不懂得忌讳，而犯淫欲，以至于亵渎冒犯神明，冥冥之中受到谴责而不知。因此世上有人虽循谨忠厚，却常有多病短寿之患，又常有功名被削、年寿被减的祸报，这些往往都是因为不知“非时不淫；非处不淫；恭敬神明，当有所回避和忌讳”的原故。与其等到报应临头时追悔而无法挽回，不如遵守斋戒以求自新。现恭录斋戒的日期，以及天

地人的忌日，希望爱惜自身的人，都遵守它。

以下介绍夫妻性生活应知的戒期和忌讳：



保身立命戒期及天地人忌

月份	戒日	戒由（原因）	犯者报应（果报）
正月	初一	天腊	
		玉帝校世人神气禄命	削禄夺纪（十二年为一纪，一百日为一算，夺纪夺算都是减寿）
		月朔	夺纪
	初三	万神都会　斗降	夺纪
	初五	五虚忌（五虚，中医谓体虚的五种症状指脉细、皮寒、泄利前后、饮食不入、真气不足）	
	初六	六耗忌（阴、阳、晦、明、风、雨所导致的六种病）　雷斋日（每月同）	减寿
	初七	上会日	损寿
	初八	五殿阎罗天子诞	夺纪
		四天王巡行（每月同）	
	初九	玉皇上帝诞	夺纪
	十三	杨公忌	
	十四	三元降	减寿
		四天王巡行（每月同）	
	十五	三元降	减寿
		上元神会	夺纪
		月望（每月同）	夺纪
		四天王巡行（每月同）	
	十六	三元降	减寿
	十九	长春真人诞	
	廿三	三尸神奏事	
		四天王巡行（每月同）	
	廿五	月晦日（每月同）	减寿
		天地仓开日	损寿子带疾
	廿七	斗降（每月同）	夺纪
	廿八	人神在阴（每月同）（宜先一日即戒）	得病
	廿九	四天王巡行（每月同）	
	三十	月晦　司命奏事（每月同）	减寿
		四天王巡行（每月同）（月小即戒廿九）	

月份	戒日	戒由（原因）	犯者报应（果报）
二月	初一	月朔	
		一殿秦广王诞	夺纪
	初二	万神都会	夺纪
		福德土地正神诞	得祸
	初三	斗降	
		文昌帝君诞	削禄夺纪
	初六	雷斋日	减寿
		东岳帝君诞	
	初八	释迦牟尼佛出家	夺纪
		宋帝王诞	
		张大帝诞	
		四天王巡行	
	十一	杨公忌	
	十四	四天王巡行	
	十五	释迦牟尼佛般涅槃	
		月望　太上老君诞	削禄夺纪
		四天王巡行	
	十七	东方杜将军诞	
	十八	四殿五官王诞	
		至圣先师孔子讳辰	削禄夺纪
	十九	观音大士诞	夺纪
	廿一	普贤菩萨诞	
	廿三	四天王巡行	
	廿五	月晦日	减寿
	廿七	斗降	夺纪
	廿八	人神在阴	得病
	廿九	四天王巡行	
	三十	月晦　司命奏事	减寿
		四天王巡行（月小即戒廿九）	

月份	戒日	戒由(原因)	犯者报应(果报)
三月	初一	月朔	
		二殿楚江王诞	夺纪
	初三	斗降	
		玄天上帝诞	夺纪
	初六	雷斋日	减寿
	初八	六殿卞城王诞	夺纪
		四天王巡行	
	初九	牛鬼神出	产恶胎
		杨公忌	
	十二	中央五道诞	
	十四	四天王巡行	
	十五	月望　玄坛诞	夺纪
		昊天上帝诞	
		四天王巡行	
	十六	准提菩萨诞	夺纪
	十八	中岳大帝诞	
		后土娘娘诞	
		三茅降	
	二十	天地仓开日	损寿
		子孙娘娘诞	
	廿三	四天王巡行	
	廿五	月晦日	减寿
	廿七	斗降	
		七殿泰山王诞	夺纪
	廿八	人神在阴	得病
		苍颉至圣先师诞	削禄夺纪
	廿九	四天王巡行	
	三十	月晦　司命奏事	减寿
		四天王巡行(月小即戒廿九)	

月份	戒日	戒由（原因）	犯者报应（果报）
四月	初一	月朔	
		八殿都市王诞	夺纪
	初三	斗降	夺纪
	初四	万神善化	失瘖夭胎
		文殊菩萨诞	
	初六	雷斋日	减寿
	初八	释迦牟尼佛诞	夺纪
		万神善化	失瘖夭胎
		善恶童子降	血死
		九殿平等王诞	
		四天王巡行	
	十四	纯阳祖师诞	减寿
		四天王巡行	
	十五	月望　钟离祖师诞	夺纪
		四天王巡行	
	十六	天地仓开日	损寿
	十七	十殿转轮王诞	夺纪
	十八	天地仓开日	
		紫微大帝诞	减寿
	二十	眼光圣母诞	
	廿三	四天王巡行	
	廿五	月晦	减寿
	廿七	斗降	夺纪
	廿八	人神在阴	得病
	廿九	四天王巡行	
	三十	月晦　司命奏事	减寿
		四天王巡行（逢月小即戒廿九）	

月份	戒日	戒由（原因）	犯者报应（果报）
	初一	月朔　南极长生大帝诞	夺纪
	初三	斗降	夺纪
	初五	地腊	
		五帝校定人官爵	削禄夺纪
		九毒日	天亡奇祸不测
		杨公忌	
	初六	九毒日	天亡奇祸不测
		雷斋日	
	初七	九毒日	天亡奇祸不测
	初八	南方五道诞	
		四天王巡行	
	十一	天仓开日	损寿
		天下都城隍诞	
五	十二	炳灵公诞	
	十三	关圣降神	削禄夺纪
	十四	四天王巡行	
		夜子时为天地交泰	三年内夫妇俱亡
	十五	月望	夺纪
		九毒日	天亡奇祸不测
		四天王巡行	
	十六	九毒日	
月		天地元气造化万物之辰	三年内夫妇俱亡
	十七	九毒日	天亡奇祸不测
	十八	张天师诞	
	廿二	孝蛾神诞	夺纪
	廿三	四天王巡行	
	廿五	九毒日	天亡奇祸不测
		月晦日	
	廿六	九毒日	天亡奇祸不测
	廿七	九毒日	天亡奇祸不测
		斗降	
	廿八	人神在阴	得病
	廿九	四天王巡行	
	三十	月晦　司命奏事	减寿
		四天王巡行（月小即戒廿九）	

※按此月宜全戒为是

月份	戒日	戒由（原因）	犯者报应（果报）
六月	初一	月朔	夺纪
	初三	斗降	夺纪
		杨公忌	
	初四	南赡部洲转大法轮	损寿
	初六	天仓开日	
		雷斋日	损寿
	初八	四天王巡行	
	初十	金粟如来诞	
	十三	井泉龙王诞	
	十四	四天王巡行	
	十五	月望	夺纪
		四天王巡行	
	十九	观音大士涅槃（成道日）	夺纪
	廿三	南方火神诞	遭回禄
		四天王巡行	
	廿四	雷祖诞	
		关帝诞	削禄夺纪
	廿五	月晦日	减寿
	廿七	斗降	夺纪
	廿八	人神在阴	得病
	廿九	四天王巡行	
	三十	月晦	
		司命奏事	减寿
		四天王巡行（月小即戒廿九）	

月份	戒日	戒由（原因）	犯者报应（果报）
	初一	月晦　杨公忌	夺纪
	初三	斗降	夺纪
	初五	中会日	损寿
		一作初七	
	初六	雷斋日	减寿
	初七	道德腊	
		五帝校生人善恶	
		魁星诞	削禄夺纪
	初八	四天王巡行	
	初十	阴毒日大忌	
	十二	长真谭真人诞	
七	十三	大势至菩萨诞	减寿
	十四	三元降	减寿
		四天王巡行	
	十五	月望　三元降	
		地官校籍	夺纪
		四天王巡行	
	十六	三元降	减寿
月	十八	西王母诞	夺纪
	十九	太岁诞	夺纪
	廿二	增福财神诞	削禄夺纪
	廿三	四天王巡行	
	廿五	月晦	减寿
	廿七	斗降	夺纪
	廿八	人神在阴	得病
	廿九	杨公忌	
		四天王巡行	
	三十	地藏菩萨诞	夺纪
		月晦　司命奏事	减寿
		四天王巡行（月小即戒廿九）	

月份	戒日	戒由（原因）	犯者报应（果报）
	初一	月朔	夺纪
		许真君诞	
	初三	斗降　北斗诞	削禄夺纪
		司命灶君诞	遭回禄
	初五	雷声大帝诞	夺纪
	初六	雷斋	减寿
	初八	四天王巡行	
	初十	北斗大帝诞	
	十二	西方五道诞	
	十四	四天王巡行	
八	十五	月望	
		太阴朝元（宜焚香守夜）	暴亡
		四天王巡行	
	十六	天曹掠刷真君降	贫夭
	十八	天人兴福之辰（宜斋戒　存想吉事）	
	廿三	四天王巡行	
		汉桓侯张显王诞	
月	廿四	灶君夫人诞	
	廿五	月晦日	减寿
	廿七	斗降	
		至圣先师孔子诞	削禄夺纪
		杨公忌	
	廿八	人神在阴	得病
		四天会事	
	廿九	四天王巡行	
	三十	月晦　司命奏事	夺纪
		诸神考校	夺算
		四天王巡行（月小即戒廿九）	

月份	戒日	戒由（原因）	犯者报应（果报）
九月	初一	月朔　南斗诞	削禄夺纪
		自初一至初九北斗九星降	夺纪
		（此九日俱宜斋戒）	
	初三	五瘟神诞	
	初八	四天王巡行	
		斗母诞	削禄夺纪
		酆都大帝诞	
		玄天上帝飞升	
	初十	斗母降	夺纪
	十一	宜戒	
	十三	孟婆尊神诞	
	十四	四天王巡行	
	十五	月望	夺纪
		四天王巡行	
	十七	金龙四大王诞	水厄
	十九	日宫月宫会合	
		观世音菩萨出家日	减寿
	廿三	四天王巡行	
	廿五	月晦日	减寿
		杨公忌	
	廿七	斗降	夺纪
	廿八	人神在阴	得病
	廿九	四天王巡行	
	三十	药师琉璃光佛诞	危疾
		月晦日　司命奏事	减寿
		四天王巡行（月小即戒廿九）	

月份	戒日	戒由（原因）	犯者报应（果报）
十月	初一	月晦　民岁腊	夺纪
		四天王降	一年内死
	初三	斗降　三茅诞	夺纪
	初五	下会日	损寿
		达摩祖师诞	
	初六	天曹考察	夺纪
	初八	佛涅槃日大忌色欲	
		四天王巡行	
	初十	四天王降	一年内死
	十一	宜戒	
	十四	三元降	减寿
		四天王巡行	
	十五	月望　三元降	
		下元水府校籍	夺纪
		四天王巡行	
	十六	三元降	减寿
	廿三	杨公忌	
		四天王巡行	
	廿五	月晦日	减寿
	廿七	斗降	夺纪
		北极紫薇大帝降	
	廿八	人神在阴	得病
	廿九	四天王巡行	
	三十	月晦日　司命奏事	减寿
		四天王巡行（月小即戒廿九）	

月份	戒日	戒由（原因）	犯者报应（果报）
	初一	月朔	夺纪
	初三	斗降	夺纪
	初四	至圣先师孔子诞	削禄夺纪
	初六	西岳大帝诞	削禄夺纪
	初八	四天王巡行	
	十一	天仓开日	
		太乙救苦天尊诞	夺纪
	十四	四天王巡行	
	十五	月望	
		四天王巡行	
十		上半夜犯	男死
		下半夜犯	女死
一	十七	阿弥陀佛诞	
	十九	太阳日宫诞	奇祸
月	廿一	杨公忌	
	廿三	张仙诞	绝嗣
		四天王巡行	
	廿五	掠刷大夫降	大凶
		月晦日	
	廿六	北方五道诞	
	廿七	斗降	夺纪
	廿八	人神在阴	得病
	廿九	四天王巡行	
	三十	月晦　司命奏事	减寿
		四天王巡行（月小即戒廿九）	

月份	戒日	戒由（原因）	犯者报应（果报）
十二月	初一	月朔	夺纪
	初三	斗降	夺纪
	初六	天仓开月	
		雷斋日	减寿
	初八	王侯腊	夺纪
		释迦如来成道日	
		四天王巡行	
		初旬内戊日	
	十二	太素三元君朝真	
	十四	四天王巡行	
	十五	月望	夺纪
		四天王巡行	
	十六	南岳大帝诞	
	十九	杨公忌	
	二十	天地交道	促寿
	廿一	天猷上帝诞	
	廿三	五岳神降	
		四天王巡行	
	廿四	司命朝天奏人善恶	大祸
	廿五	三清玉帝同降考察善恶	奇祸
	廿七	斗降	夺纪
	廿八	人神在阴	得病
	廿九	华严菩萨诞	
		四天王巡行	
	三十	诸神下降，察访善恶	犯者男女俱亡

批：以上戒期每年通共二百二十五日。闰月照前。皆系每月中之一定者。

○二分之月

春分	雷将发声。	犯者生子五官四肢不全。父母有灾。	宜从惊蛰节禁起。戒过一月。
秋分	杀气浸盛。阳气日衰。		宜从白露节禁起。戒过一月。
※此二节之前三后三共七日。犯之必得危疾。尤宜切戒。			

○二至之月

夏至	阴阳相争。死生分判之时。宜从芒种节禁起。戒过一月。
冬至	阴阳相争。死生分判之时。宜从大雪节禁起。戒过一月。
※此二节乃阴阳绝续之交。最宜禁忌。 ※此二至节之前三后三共七日。犯之必得急疾。尤宜切戒。	

○冬至

半夜子时 后庚辛日。第三戌日。	犯之皆主在一年内亡。

○三元日。犯之减寿五年。（农历正月十五、七月十五、十月十五，为上中下三元）

○四立（立春、立夏、立秋、立冬）。四离（冬至、夏至、春分、秋分的前一日）。四绝日（四立日的前一日）。二社日（立春后的第五个戊日为春社日，立秋后的第五个戊日为秋社日）。犯之皆减寿五年。

○社日受胎者。毛发皆白。

○三伏日（上中末三伏，每伏十天）。弦日（上弦为初七初

八，下弦为二十二二十三）。晦日（每月最后一天）。每月三辛日。犯之皆减寿一年。（上中末三伏，每伏十天）

○甲子日。庚申日。太岁日。拈香持斋供谢佛日。犯之皆减寿一年。

○祖先亡忌日。父母诞日。忌日。犯之皆减寿一年。

○己身夫妇本命诞日。犯之皆减寿。

○丙丁日。天地仓开日。犯之皆得病。

○毁败日：大月十八日。小月十七日。犯之得病。

○十恶大败日：甲己年。三月戊戌日。七月癸亥日。十月丙申日。十一月丁亥日。

○乙庚年。四月壬申日。九月乙巳日

○丙辛年。三月辛巳日。九月庚辰日。十月甲辰日。

○丁壬年。无忌。

○戊癸年。六月己丑日。

此皆大不吉之日。宜戒

○阴错日

正月庚戌日	二月辛酉日	三月庚申日	四月丁未日	此阴不足之日。俱宜戒。
五月丙午日	六月丁巳日	七月甲辰日	八月乙卯日	
九月甲寅日	十月癸丑日	十一月壬子日	十二月癸亥日	

○阳错日

正月申寅日	二月乙卯日	三月甲辰日	四月丁巳日	此阳不足之日。俱宜戒。
五月丙午日	六月丁未日	七月庚申日	八月辛酉日	
九月庚戌日	十月癸亥日	十一月壬子日	十二月癸丑日	

批：以上戒期。每年俱宜按照时宪书。逐月查明录出。夹在此本。遵依禁戒。

●天忌　切宜禁戒

酷暑严寒。	犯之得重疾不救。
烈风雷雨。天地晦冥。日月薄蚀。虹现地动。	犯之产怪物身死。
白昼。星月之下。灯火之前。	犯之皆减寿。

●地忌　切宜禁戒

庙宇寺观堂之内。	犯之大减禄寿。
井灶圊厕之侧。荒园冢墓尸柩之旁。	犯之恶神降胎。并产怪物身死。

●人忌　切宜禁戒

郁怒	大怒伤肝。犯之必病。
远行	行房百里者病。百里行房者死。
醉饱	醉饱行房。五脏反覆。
空腹	犯之伤元神。
病后	犯之变证复发。
胎前	犯之伤胎。故凡有孕后。即宜分床绝欲。一则恪遵胎训。一则无堕胎之患。及小儿胎毒胎痒。凶险瘖痘。游风惊癇。牙疳等病。二则所生之儿。男必端严方正。女必贞静幽闲，自然不犯淫佚。

产后	十余日内犯之妇必死。百日内犯之妇必病。
天癸来时	犯之成血麻证。男女俱病。
竹席	竹性寒凉。犯之易感寒气。
薄衾	犯之寒气入骨。
窗隙有风宜避。夜深就枕宜戒。	
交合才毕。婴儿在旁啼哭。勿即与乳。	
交罢勿即挥扇。及饮冷茶水。以若过受凉。或至即死。	
一夕勿两度。	
勿服春方邪药。	
勿蓄缩不泄。	
生病 生疮 出痘	非十分复原。万不可犯，犯则多半必死。
目疾	未愈或始愈，犯之必瞎。
虚劳证	虽养好强健。犹须断欲一年。若以为复原而犯，多半必死。
伤损筋骨	好后犹须戒百七八十日。若未过百日。犯之必死。纵过亦必致残废。
过辛苦 过操心 过热 过惊恐 过忧愁	皆不可犯。犯之轻则痼疾。重则即死亡。

按照以上逐月戒期，及“天忌”“人忌”等日外，每月尚有六七日毫无忌犯之日。若论保身之士，每月本属至多“三、四次”，故能疾病不侵，精神强固。而且寡欲者，必多生男，后（代）**嗣身体，亦必强固。彼少年新娶，往往纵欲伤**

身，使百年好合，一时耗丧殆尽，深可悲也！为什么不“谨守戒期”，保身立命，使日后，有偕老齐眉之境，子孙众多之庆，天伦尽享之乐？



◇求 子◇

礼念观世音菩萨求子疏

伏以观音大士，誓愿洪深，法界有情，等蒙摄受。善根未种未熟未脱者，令其即种即熟即脱。应以何身得度者，即现何身而为说法。良由大士无心，以众生之心为心；大士无念，以众生之念为念。故得慈起无缘，悲运同体。如皓月之普印千江，若阳春之遍育万卉。遍尘刹感，遍尘刹应，无求不遂，有愿皆从也。

弟子＿＿＿同妻子＿＿＿痛世道之危岌，愍人心之陷溺，愈趋愈下，了无底止。仰冀大士赐我福德智慧之子，以期将来穷则独善，以倡导于一乡；达则兼善，挽狂澜于既倒。特立三约，以为先容：一保身节欲、二敦伦积德、三胎幼善教。勉行此三，以期无负大士之洪慈也。

又祈四海内外，一切同人，咸息恶心，咸发善念。咸生福德智慧之子，咸体普覆并载之仁。视邻邦如手足，以天下为一家。互相维持，不相侵暴。以期上慰乾父坤母之洪恩，下符与天地并称三才之人名。转大乱为大治，普天同庆。畅佛

化于两间，万国咸宁。

唯愿菩萨，普施无畏，愍我愚诚，满我所愿。

_____年____月____日，弟子_____百拜上呈



求子三要

第一节制性欲，保养身体，为胎儿培育好先天条件。第二勉力实行敦伦尽分[①]，积累功德，为孩子立好福基。第三作好胎教和幼教，以免孩子长大后心无主见，随波逐流。这三条要事，务必切实遵行。再以至诚心，礼拜、称念观世音菩萨，祈求赐给有福德智慧、能光耀祖宗、贡献国家社会、有德有才的贤良儿女。这样去做，一定能所求如愿，不辜负大士圣恩！

第一要节欲保身，以培先天： 若不节制性欲，精气既薄又弱，必难受孕。即使受孕，也必难以长大成人。即使成人，由于先天不足，此子必定身体孱弱。既然没有强壮勇健的体魄，也就不可能有聪明敏锐的记忆心力，也必定会未老先衰，无所作为。这样求子，纵然观音菩萨大慈大悲，满你所愿，而你实在是太辜负菩萨的深恩大德了！

① 敦伦尽分：就是亲身去努力遵行“孝、悌、忠、信”伦理道德，各尽职责。即是对国家要忠诚，对父母要孝顺，对朋友要守信用，对兄要恭敬，对弟要友爱。

第二敦伦积德，以立福基： 要想生出有福气、有道德、有智慧，将来光宗耀祖，为国家建立丰功伟业的儿女，自己必须敦厚伦常，克尽本分，孝顺父母，恭敬兄长，爱护弟弟，夫妻和谐，善待一切眷属，怜悯体谅仆人、使女，这是对家庭而言。至于对亲戚朋友、街坊邻居及单位同事，都应当和睦相处，随缘劝化，使年老的知道善教子女，年少的懂得要孝养父母、尊敬长者。经常把“闲邪存诚[①]，诸恶莫作，众善奉行，戒杀护生，吃素念佛，发愿求生西方极乐世界，永远出离六道轮回苦海”的道理，普遍为一切同人恳切演说，使大众培植出世胜因，大家都成为遵守道德规范的良民。能够照这样去做的人，他的一举一动，都可以利益自己、他人；他的一言一行，都可堪称模范。那么他所生的儿女，必能超群拔萃，大有作为。观音菩萨固然有求必应，满足我们的心愿，我们也可以教养出才德兼备的优秀儿女，来安慰观音菩萨慈佑众生的苦心了。

第三胎幼善教，以免随流： 我国古代的圣人，都是由于智慧贤明的父母善于教育而成就

① 闲邪存诚：防范邪恶枉曲之念，存养诚信真实之心。

的，更何况凡夫俗子，不致力于善教怎么行呢？如果求儿女的人肯采用正确的胎教方法，其儿女日后肯定会贤良慈悲。方法是从怀孕后，自己的举止、容貌都必须端庄诚静，言语必须忠厚平和，行为必须孝顺父母，友爱兄弟，恭敬顺从，并在行、住、坐、卧中，时刻称念观音菩萨圣号。无论是出声念，还是心中默念，都要摄耳谛听，这样听，心就归于一，功德更大。如果衣冠整齐，手、口都已洗漱干净，则出声念、默念均可；如果是没有洗漱干净，或在不洁净的地方，或睡觉时，都要默念。默念功德一样，此时此处出声念不合式。但如果妇女临产之时，就不可默念，因为临产时，要用力气送出胎儿，若闭口默念，可能导致闭气生病。此时不仅产妇自己念，家属都要为之助念，这样肯定不会有难产，也不会有产后的各种危险。如果真正能够谨慎遵行，使身、口、意三业清净，再加上虔诚恳切地念观音菩萨圣号，使胎儿禀承其淳善正气，那么生下的孩子，肯定不会是平凡之辈。

到了孩子开始懂事的时候，就要对他讲因果报应及利人利物者必昌，害人害物者必亡的道理。必须使他明白，只有利人利物才是真正的利

益自己；害人害物，则更甚于祸害自己；行善必得善报，作恶必招祸殃。另外，还要对孩子讲如何做人的道理，要遵行孝、悌、忠、信、礼、义、廉、耻，这八种道德，才不愧作为一个人，不然的话，虽样子是人，而内心却同禽兽一般。还要教育他不许说谎话，不许撒娇疯颠，不许拿人家的东西，不许打人骂人，不许遭践虫蚁、字纸、五谷等东西。自己的一切所作所为，都必须对亲人对自己有利益，而对他人对事无有损害。又必须叫孩子常念观音圣号，用以消除宿世恶业，增长善根福德。儿童时期养成了这个习惯，长大后必定淳朴厚道，不至于骄傲自满，目中无人，而成为不知天高地厚的狂妄之徒。能这样去善教儿女，则对祖宗就是大孝，对儿女就是大慈，对国家社会就是大忠。我常说，治国平天下的大权，女人家掌握了一大半，其原因就在于此。女人若能依教遵行，那么她的美德堪追周朝三太[①]，才不辜负“太太”这尊贵的称号。希望求

① 周朝三太：指周代的太姜、太任、太姒祖孙三代女中圣人。太姜生泰伯、仲雍、季历三代圣人；太任生文王；太姒生武王、周公。这三代女圣，生祖孙三代数圣王。这一历史时期，是千古最美好的盛世。后世称已婚的女人为“太太”，意思就是要学习效法周代的三太实行相夫教子之道，才不辜负“太太”这一无比尊贵的称号。

子的人，都能照这样去做，则家庭有幸，国家有幸了。

附记禁忌，免致祸害：

凡求子者，必须夫妇订立条约，断欲事半年，为儿女培好先天条件。待妇人月经干净后同房一次，必定受孕。月经未干净，切不可同房，否则必造成停经，导致妇科疾病，很危险。又同房须选择天气清明的吉日良宵。大风大雨，雷电交加的日子，夫妻切戒同房。例如，《礼记·月令》中说："季春，先雷三日，遒人以木铎巡于道路曰：'雷将发声，有不戒其容止者，生子不备，必有凶灾。'（春分前三日，官府派人敲击大铃高声通告众人说：'雷将要发出巨大声响，有不戒除房事者，生下的儿女五官不完整，夫妻一定会有凶险灾难。'）"古时圣王爱民如子，特派官员宣布此项政令，还要将它写入书中，真是天地父母之心呀！遒人，即宣告政令的官员。木铎，即铃，振铃让众人都能听到。巡，就是巡行。道路，即城市的街巷及乡村。容止，指夫妻房事。不备，即五官、四肢不全，或生怪物。凶灾，指夫妇或得恶疾，或致死亡。既受孕后，应当断绝房事，则所生儿女，必定身心

强健，福寿深长。怀孕后同房一次，胎毒就重一次，胞衣厚一次，生产难一次。若怀孕时间长，行房事，或导致堕胎，或者伤胎。

浙江永嘉的张德田居士，悯念当今世道人心，愈趋愈下，于去年秋来函祈求我写《礼念观音求子疏》，并讲一下保身积德、善教儿女等的方法，希望所生的孩子，都能成为贤明善良的人，只有这样才能逐渐实现天下太平。我多次以年老作为推辞，他却屡次恳切请求，情难再却，只好作《礼念观音求子简疏》，与《求子三要》，以塞其责。



保身广嗣要义

褚尚书在《广嗣》中说，古时候的男子三十岁才娶妻，女子二十才出嫁。就是要使其身体发育成熟，所以婚后一交合就受孕，生下的孩子体质健康，将来也得长寿。后世的人就不能遵从了，男子未满十六岁，女子未满十四岁，过早的婚嫁，由于人的五脏（指心、肝、脾、肺、肾五种器官）发育尚未成熟完满，后来往往发生奇怪的病症，生下的孩子多数不能长成人，所以民多夭折。这都是由于世人不知道如何去当父母的道理和方法所造成的。此道的关系实在不小啊！当父亲的不便教子，为师傅的不便传徒，后来发现，祸患已成，后悔已经晚了！现在特用粗浅的文字讲说，使后生之辈都能明白。

女子十四岁后，月经每月来一次，三天才停止，但总以三十天来一次为正常，如果二十几天就来，或三十几天才来，就是月经不调，多数难以生育儿女。那么就要吃中药，先调理经期。月经调理正常，然后夫妇相交，但也必须等月经干净三天之后才可以同房。袁了凡说，凡是

妇女月经干净后，只有一天是受孕最好的时机，就是所谓春意发动。但因女人害羞不肯说，作丈夫的，平时要秘密地告诉她，叫她到时相告，可以一举而得受孕。张景岳说，男女交合形成胎孕的精血是后天的有形之物，只有等那一点先天无形的气到了，然后才能成孕。男子先天之气强胜的，多数生男孩，女子先天之气强胜的，多数生女孩。但都是在男女二人的先天之气一齐到来、恰巧碰到那个时机才决定生男生女。但女子非到情动之极先天之气不易到，若到了，子宫必然打开，吸而受孕。但恐男子精气薄弱不能成胎，施予无用，故上等者，保持数月才相交一次。古人说“寡欲多生子”就是这个道理。中等者，待女子月经干净之后则可行，或月明晴朗没有风雨之夜也可以。而平常之日，则不接近女身，或另睡一间房，或别睡一张床，再不然就各盖一床被。这样不单生育儿女容易成人，就是对自己的身体也是一种保护。若是下等之人，无论时间日期，或三五夜一次，此人必定导致内伤。又有下而下者，夜夜一次，或一夜两次，如此亡命之徒，精液必定如水一样薄，要不了多久就会得暴病而死。

凡是朔望日（朔日为农历每月的初一，望日农历每月的十五）的头一夜不可行房事。五更半夜身中的阳气初生，行一次当百次，不可行。身体有小病不可行（轻病转重，重病必死）。喝醉酒吃饱饭之后不可行。坐车船等交通工具、走远路二三天内不可行；大风大雷、大冷大热、日蚀月蚀、神像前，棺材旁都不可行。持斋、祭祀、日光、月光、灯光之前不可行。农历的庚申日、甲子日、本人的生日、每月的二十八日（人神在阴）不可行。而男女性交或梦遗之后，三五天内不下冷水，不吃一切冷饭菜及冷冻的瓜果，也不能吃凉药。如必须要服药治病，宁可对医生说明此事，就像孕妇不能全靠切脉，要说明有孕在身，这才不会误事。盛夏时，性交之后不可贪凉（包括冷水洗浴、开冷气、电扇、吃冷饮等——译者注），冷天不能顶风冒雨，如果犯了，必然有阴厥（中医学名词）之症，男缩阳，女缩乳，四肢冰冷，肚疼而死，即使人参附子也不能救。女人月经后身体虚弱的人，也要同样禁忌。

再说小产，大多是由于夫妇不知节制房事所造成的。怀孕三五个月流产的，人都知道。而一月半月内暗中流产的，多数人就不知道了。因为一月属肝，肝主疏泄，夫妇之间不谨慎，常有前

半月受孕后半月流产而不知道的情况。甚至有屡次受孕屡次流产的，由于肝脉屡屡受伤，导致终生不能生育的大有人在。

凡是妇女怀孕之后，只要谨慎不犯禁忌，不会流产，这是百不失一、非常稳当的。况且胎儿在母腹中，全赖母亲的血液来保养，同房一次，胎元就损伤一次，有幸得生下来，病患必然很多，痘症等病发生时，必定危险，多数难以养活成人。世上爱儿女的人，对子女从小到十六岁，细心照料保全，无非是希望孩子的根本不受损伤，终生少病痛。却不知在母腹中，因不慎房事，已令子女受到重伤，致使出世后也不得长大成人或体弱多病。无知之过，岂不令人痛惜！以上这些，都是当父母的人所应当明了的道理和方法。以前我常喜欢对人宣传讲解，现在老了，不能一一劝说了，用此文代替口说而传世，希望人人都能知道，爱护自己就是爱护自己的儿女呀！

孙真人说，人的这个身体，不是金属铸成的钢铁之身，而是气血凝聚而成的血肉之躯。人如果对色欲一事不能自我控制，开初认为偶尔放纵，没有什么防碍，接着便是日损月伤，精髓亏，气血败，而导致死亡了！

人的气血，行于六经，一天行一经，六天而周遍六经（太阳、阳明、少阳、太阴、少阴、厥阴，称为六经），所以外受风寒感冒最轻的人，也定要七天六经行尽，才汗出解除，因为气血已行走一周了。人在欲事正浓之时，无不心跳出汗，身热神迷。当此之时，骨节豁开，筋骨离脱，精髓既泄，一经的气血就受了损伤。一经既伤，必须等七天气血周流到此一经时，才能复元。《易经》中说“七日来复”就是说要休养七天的意思。世人还没有七天就又泄精，经气不能复元。如此一伤再伤，以致外受感染，内受亏损，无不百病丛生。而世人都将此归罪于一时的运气不好，偶尔得病。岂不知哪里是一朝一夕的缘故，其由来已久，都是因为未能严格遵守六经七天来去一周的规律呀！今天制定如下规矩，作为节欲保身的根本：二十岁时应当七天一次为准，三十岁时十四天一次，四十岁时则应二十八天一次，五十岁时四十五天一次，到六十岁时，天癸已绝不能发生（男子二八天癸至，即十六岁；八八天癸绝，即六十四岁。女子二七天癸至，即十四岁；七七而天癸绝，即四十九岁。天癸是天一之水，是说精髓血脉流通宣泄可以发生，天癸绝就不能发生了），应赶紧断色欲，绝房事，固精髓，以清洁闭藏为根

本，万不可走泄了！

以上限制日期，专指春秋两季而言，若是冬夏两季，一则是火令极热，发泄无余；一则是水令极寒，闭藏极密，即使是年轻时期，在这两季中也应断欲为主。否则的话，二十岁时或可十四天一次，三十岁时或可二十八天一次，四十岁时或可四十五天一次，到了五十岁，由于气血大大衰弱，夏季或可六十天一次，冬季就应当谨慎守护，不使走泄。这是由于天地与人之气，冬季闭藏极密，是专为来年春天发生的根本，所以更重要于夏季十倍。能够依照此规定而遵行的人，可以消除疾病，延长寿命；而违犯此规定的人，必然多病短寿。

王莲航说，从前莲池大师对王大契说：明明白白地放毒药于粗劣的食物中，这是比喻杀生的惨状；暗中置毒药于美食中，这是比喻色欲之惨呀！古往今来，那些才人志士，一生能够实现远大理想有所作为的人都很少，而且多数也不长寿，究其原因，几乎都是由于欲事过多造成的。他们在行事之前，也知道要爱惜自己，在事后也知道后悔，但当淫欲浓烈之时，所有伟大的志向也都忘记了，认为一次不会有多大伤害，以

后不再如此。谁知下次又这样想，以至每次都这样想。色欲这东西，愈放纵愈强烈，直到不能控制的时候，已经无可奈何了。人的精髓因此枯竭了，身体虚弱了，然后病了，最后死了！人就是这样被自己的淫欲一步步推向死地的。

所以说，事前自知爱惜也无益，事后追悔也来不及，而必须要在将要行淫时控制住，赶紧想想此事究竟有何乐趣？事后又有什么危害？一旦想通，一定哑然失笑，欲望顿消。

遏制一时的淫欲，可以施展毕生的才华，成就伟大的功业，有才华有志气的男儿，想必都乐于遵从吧？而那些甘愿落入下流，自己减损其寿命的人，我就不知道有什么方法救助他们了！

特别提示读者，莲池大师的教诲，很显然，是对已守禁戒之人而说的，告诫他们要节制房事，并不是仅仅指不犯邪淫。

总而言之，纵欲招致祸殃，夫妻正淫尚且如此，何况那些邪淫嫖娼、渔猎女色之徒，更是自取灭亡，甘愿沦堕于畜生之类，实在是太悲哀了！

◇附 录◇

劝毁淫书说

三代（指夏、商、周三个朝代）以后，世间的歪理邪说越来越多，而各种邪说当中最能毒害世道人心的莫过于淫秽色情小说。古来圣贤的经教，是唯恐不能使天下的愚迷众生都得到觉悟，而淫秽小说，却是唯恐不能使这些愚迷众生都丧尽廉耻。所以色情小说兴盛，淫风就猛烈；淫秽词曲流行，人的贞操道德就衰败。

谁无羞耻之心，怎么肯去干那种禽兽之事？但事实上那些天资聪明的子弟，赋性灵秀的女子，他们只要一看这些色情书刊，没有不被迷惑的。开始看的时候，常为一些艳词丽语所打动，认为佳妙，接着就被书中的色情描写所吸引、所制伏，最后便不能自我控制了。结果，竟致以希圣希贤、齐家治国的宝贵人身，甘愿去做钻狗洞爬墙头、偷香窃玉的下流之事，而且绝不顾惜自己的名声和身家性命，这都是受了淫秽图书的蛊惑所致！ 可见这些淫秽书刊，它毒害世人心，比含有砒霜的蜜饯更厉害！它陷害世人命，比用大

雪覆盖、深坑活埋更加惨痛！它能使人灭天理，乱人伦。犯此恶行之人，现生就折损福报，减去寿命，破家而亡身，辱没祖先，断绝后代。更可怕的是其人死后，由于罪恶深重而堕入地狱，则将受尽种种极苦，历经长劫（劫是说通常用年月日所不能计算的极长时间）不能出离，真是可悲呀！凡是写作色情小说的作家，以及贩卖此等书刊的人，他们的罪行超过了无耻的叛徒，超过了暴乱的贼首，应当受到国法的严厉惩罚！上天的律条也不会赦免的。

恳切地奉劝当权的诸位官员大人，及一切有心挽救世道人心的仁人君子，凡是见到写作色情小说、贩卖色情书刊的人，一定要劝他们改变这种造作罪孽的职业；凡是见到这种书刊及其印刷板，一定要将其全部烧毁。有财力的可以独自出资，没有能力的可以劝化大众共同捐资购买此等书刊或印刷板以销毁。又请求大家要互相劝导，使人人都能自觉地去做，一定要使世上永远不再有此等害人书刊，人民各尽职分，敦厚伦常（君臣、父子、夫妇、兄弟、朋友为五伦，因为这是不可改变的常道，故称伦常）享乐天年而后已。我们将会看到佛天云护，灾障消除，身心安泰，家门清吉，福寿康

宁。现世夫妻白头，儿孙满堂，受勋封爵，子孙后代也会获得此训所带来的种种福报。又特将“收藏小说四害”，“毁淫书十法”，详附于后，希望有心挽救世风的人，采纳而奉行焉。



收藏淫秽小说四害

一玷污品行 阅读此等书的，必定不是正派人士。古时南海有一县令，好看淫秽小说、手抄小本之类的书，每日必看，一日不经意将淫书夹入须呈上的报告册中，上司对他的这种德行很恼怒，该县令后被弹劾而死。

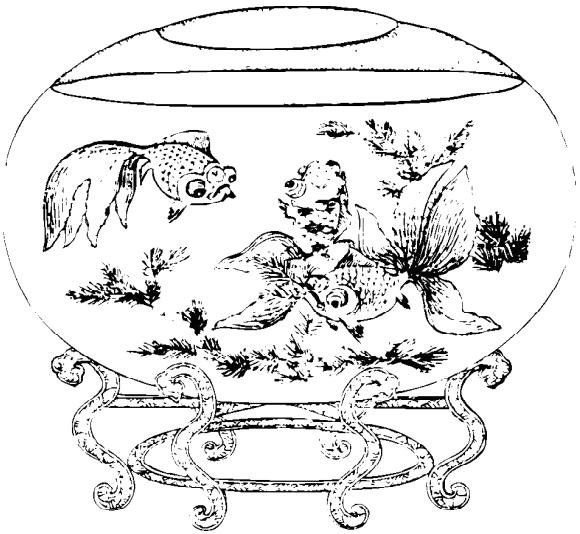
二败坏闺门 凡好藏淫书、好唱弹淫词的家庭中，由于诱惑太多，家里胆大的女子就会做出丑事，胆小的内心折磨，或者得痨病而亡。这种事我真是不忍多说，令人痛心啊！

三坑害弟子 收藏此种书的人，其子女必然会去偷看。子女若是才气出众的，早看早破身，或者患病而死。即使不死，而元气一散，一定成不了大器。世间有很多这样的子弟，才华横溢一时却终身无所成就，多数是因他早年被玷污了，这都是被他父兄箱中密藏的淫秽小说害了。子女若是才智一般的，偷看此种书之后，必定会因此沉迷而破了整个家庭。金陵一名家子弟，很有才华，过目成诵，十三岁就博通经史。一日偷看《西厢曲本》，废寝忘食七天七夜，而元阳一

走，随即颓败。医生说：“心肾衰绝了。”这孩子最后不治而死。

四多患恶疾　爱好读淫秽小说的人，必多夭折，必多患奇奇怪怪的病。杭州的宋司马，人极丰伟，年刚五十，就乞求归乡。他对家人说：“我小时候爱看淫秽小说，风痰入肾，我的寿命不长了。”不久就死了。看淫书的害处如此，呜呼，真令人为之痛哭啊！

下面再详细讲述焚毁淫书的十种方法，希望普告同人。



焚毁淫书十法

第一法 奉劝当权的诸位执政官员大人，应该教育民众淫秽书籍对人的毒害，以法律条文的形式明确禁止出版、流通、贩卖淫书，永远杜绝，这是斩草除根的办法。淫书陷溺人心，大伤风化，显然与治国之道相违，以致每年添出无数奸情命案，毒流天下。写作、出售，收藏淫秽书籍的人应当受到法律制裁，杜绝、禁止、焚烧这种书的人应当受到奖赏。（张孟球先生，河南审察官，居官廉洁，恩威并施。他平常最喜欢刻印善书，广行善事，最讨厌淫书、淫画、春方，及堕胎、赌具等物，见到必严厉禁止，并对收缴此物之人给予重赏。夫人知道他抄传善书，也典卖衣饰相助。他们生了五个儿子，分别名叫学庠、应造、绍贤、企龄、景祈，个个金榜题名，高官厚禄。张孟球先生无疾而终。）

第二法 奉劝各省官员，上任伊始，就禁止翻刻淫书，对犯此罪之人必究法律责任。禁止人家收藏淫书板，禁止画家绘淫画，禁奸徒售春药，禁止书商发行淫书，禁止匪流制造淫具，禁止传播春方、编造淫集。对于不遵守上述条例者，酌情量刑，决不姑息养奸。（堕胎之恶，全由药

术。常见乡镇里有些不三不四的流串之人，于大街小巷到处张帖堕胎药广告，煽惑男女青年服用。服之者无不伤胎害母。且奸民因有堕胎药而有恃无恐，私奔苟合，愈长淫风。能禁止者，一可救婴儿之命，一可杜邪淫之心，功德无量。伏愿地方长官，经过所属街巷等处，一见市肆淫书小说、春方媚药、墙壁招帖，要从严处理，迅速派人追根究底，惩其店主伙党，毁其书籍方药，责令改业。然后再暗访密查，对于私下买卖之人，科以重罪，必一一尽毁其书，焚其板而后已。这真是当官第一快心事，也是当官第一阴德事。对于制造淫具的奸民，无论淫具是用角做的或用铅做的，丑名不一，其罪与杀人同，不可不严加惩禁。）

第三法　奉劝有学问之士，不谈闺房之事，不写淫词艳曲，严格禁止学生购买、收藏淫书淫画。凡是有伤风化的文章、书画，一律投火烧毁。对于有邪淫行为的朋友，务请苦口良心婉言相劝。（某书生好编淫词艳曲，闻者无不动情，拍手称快。一日某生出门，稿子放在桌上，他的妾是个聪明识字的人，看见了他的稿子后，从此起了外情。某生听到这事之后，责问其妾，妾反唇相讥道："你好编淫词艳曲，谆谆以淫乐教人，今日之事正是小妾谨遵你的言教，为什么要如此怪罪呢？"生无言可答，长叹一声，无疾而死。）

第四法　奉劝有钱的大富家族，广收淫书淫画，随买随焚，并随缘劝化卖者回头。财力大的，尽可能买下刻印板并将它劈了。财力稍微差

一点的，多买这种书来烧毁。平日出外时，看到必买回来烧掉，日积月累，功德无量。倘若自己的贫穷亲友，不幸干此淫秽行当，请务必出资劝其改行，买下他所收藏的淫书，全部付之一炬。凡是一切淫秽小说，色情歌曲，一律不许进门。（状元石琢堂，在做生员的时候，就以维护伦理道德为己任。家里专门设了一个纸库，名叫“孽海”。他只要见到淫词艳曲、坏人心术及破坏伦理道德的书籍，都投入孽海纸库中焚烧。他这样不仅仅是为了爱惜字纸。）

第五法 奉劝贫穷人家，如果无财无力买烧淫书及板，就应当用手抄写有关“烧毁淫书得善报”的文章，各处分送。倘若没有时间抄写，也应尽量逢人劝戒，以口代书，随缘指点，功德也不小。（手德、口德，均是功德。）

第六法 奉劝干印刷行业的人，要定下行规，凡是淫秽书籍，一概拒之门外，决不印刷。有私下印刷的，按行规处罚。这样一来则淫书不绝而自绝，且阴功浩大，更不待言。（印刷淫书，赚钱有限，造孽无涯。）

第七法 奉劝各省发行行业，概不发行淫书，以免天下识字之人，一同造下无边罪孽。（江南书商嵇留，积下资本三千金，经常印刻淫书淫画，人劝不听。他自

认为卖古书不如卖时文，印时文不如印淫书淫画，因为这样书卖得多，钱来得快。他家资财丰厚。但不到几年，他双目失明。他印刷所用的书板，被一场大火一烧而尽。等到他死的时候，连买棺材的钱都没有了。其妻子儿女的境况就不忍说了。）

第八法　奉劝画家，不要画淫画，照相馆不要洗印淫画，以免使得天下不识字的人共沉孽海。（福建的诸葛润很善于画淫画，他浪游京城，名声大而其画价钱也很高，许多富贵人家的子弟都亲近他，他家因此富起来了。一天夜里，盗贼闯入他住的旅馆，诸葛润大呼救命，盗贼先是砍断了他的手臂，然后又连砍数刀，将他杀死，将他的财物席卷而去。后来广东的李孝廉看到他遗留下来的画稿，不禁叹道："这种画稿流传，误人子弟不少啊。"然后李将他的画买了下来，一把火全都烧了。李于是在这一年科考中式，他的儿子也接连及第。世间没有比画淫画造的罪更重的了。不管是识字的人还是不识字的人，一看此淫画，都会心醉神驰，就会干出禽兽不如的事情。我发现擅长画淫画的人，个个都断子绝孙，因为他的淫画不知害了多少子弟，坏了多少闺门，恐怕不断子绝孙不足以抵他的罪过。至于他的妻子、女儿、媳妇，也很少有不淫乱的，因为她们一天到晚所见的无非都是些邪淫形象，即使她们原本有贞洁的品行，也会被化为邪淫的性格。并且画淫画的人也必定早死而不长寿，因为他画淫画时，时时刻刻淫心摇荡，真精浮散，梦遗、滑精、脱阳等症，都会相继而作也。呜呼，真是悲惨啊！百工技艺，何事不可为，而乃为此？山水花鸟，何物不可画，而乃画此？时

时刻刻都想着要使天下的人都好淫而他的心里才高兴，我恐怕这种人他的技艺越精而他的罪孽就越重，罪孽越重而果报就越惨啊。）

第九法　奉劝医家，不传春方，尽力告诉人们春方的害处，以免使得好色之人矫揉造作，枉送性命。（医书中间附载春方，最害人。愿医生不要传给他人，并且削去书中的这一条。妄谈房中术的旁门外道诸书，坏人心术，丧人廉耻，最邪妄，最淫恶，罪入无间地狱，学道者决不可看。能烧其书，毁其板，功德无量。）

第十法　奉劝各位在宴会上不要点淫戏，以免少男少女看后心神荡漾，发生一些不可预料的事情，并且可以避免他们心起淫念暗丧元气，及因此而引起疾病甚至夭折。这也是让世人同获福寿的善举。（戏院中男女老少都有，那些演淫戏的人都是些身份卑贱的人，不惜以丑态献媚于人，固然不足为怪，然而看戏的人，大多是良家弟子，年事高的人虽不会被淫戏动心，而年少之人，则容易随戏中情节而心神荡漾，或因此丧失元气，或从此寻花问柳、钻穴逾墙之行无所不为，偷期密约之事无所不干。病从此而起，身从此而亏，伤风败俗，这种淫戏的害处真是难以言尽啊。因此奉劝深明事理的人，以后凡是进戏院，千万不要点淫戏。还愿敬神，更不能点淫戏。天下决没有聪明正直的神是喜欢看淫戏的，也未有聪明正直的神是不厌恶淫戏的。敬神本来是想求福的，而点淫戏恰好引来祸害。何况庙中不能禁止妇女不来，而痴迷妇人尤其容易被人蛊惑，甚至闺女

看了动情，寡妇看后失节。人何苦以一时的兴趣，造此无穷的罪孽？愿与各位同志共戒之。）

以上十法，法法相通。遵而行之，便是天堂捷径，而种种福报都在其中；逆而反之，便是地狱孽缘，而种种祸报也都在其中了。人们应当要知道并自警啊！

颜光衷说：印刻淫书，诱惑荡子，杀人不见血。公正廉明爱护百姓的官员，应当赶紧收毁一切淫污邪书及书板，对于翻刻翻印的人，应该用最严厉的刑罚惩治。传播淫秽书籍的罪过比五逆之罪还重，罪在不赦。只有这样民风才能纯正而孩子也可以教好了。袁了凡说：买淫书淫画及诽谤圣教之邪书并烧毁的人，他的子孙一定忠孝节义。好读淫词小说并将此等淫秽书与圣贤书一并收藏的人，他的子孙会邪淫放荡。翻印淫词小说及贩卖以获利的人，他的子孙会沦落下贱之人。

东莱吕氏说：要教小儿以正道的东西，不可以使他情窦早开。黄黎乙的《蒙养篇》上说：家中小孩识字后，就应该禁止看淫书小说，此种淫秽小说中胡编乱造的事本属子虚乌有，可是少年人会误认为真，眩目荡心，最为害事。做父母的要常常留心察看孩子在背地里偷借什么书看，搜

出黄色书籍即投之于火。孩子十一二岁后，父母要留心察看孩子睡中的动静。家中的男女仆人，不论美恶老少，一律不让孩子亲近。只此一关，若能守牢，功名寿算，终身受用不尽。

《务本丛谈》上说：家中父母，对于儿童，务必严密教育监察。诸如小孩幼时，母亲常把食物先在自己嘴内嚼碎，再给小孩吃，这种事情最不卫生。还有些母亲高兴时，用手常弄小儿阳物为戏，他从小已受此种感觉，将来成人时，恐怕就会有手淫恶习（手淫害处最大，犯者必至伤身殒命）。有些小孩无事时，偶然会摸弄自己阳物，这种事也必须严禁，以免养成习惯。淫书、淫画、淫戏千万别给小孩看，这些东西如蜜里砒霜，入口即死，或侥幸不死，亦必酿成梦遗、滑精等症，终身受害无穷。因为看淫书等时，心性摇荡，元阳暗中走失，身体受大损伤，所以一有遗精之病，一直到死，一般很难挽回，后来终身抱痛，追悔莫及。为人父母者，务须认真监督，暗中时常观察孩子举动，一见孩子在背后偷看淫书、淫画等，立即搜出销毁，以免遗祸，如此才能保全儿童性命。又凡是夫妇同房之时，千万别给小孩喂奶，因为小孩若吃了淫乳，长大后一定生性淫

邪，切须戒忌。

《西国立志编》上说：野史小说，是破坏别人教养、博人嘲笑的书。当今编撰这种书的人，想投今日之人所好，往往不嫌俚俗，不避浪谑，破人伦，冒国法，其罪实不容于死。陀格拉斯说："人不可编写黄色书画而毒害世人。"阶斯打林说："野史小说，害遍群生，而它对心志未坚的青年人的毒害比瘟疫还厉害。"

张某天生才华出众，但他好编淫秽小说并印刷发卖，他说自己笔底云烟，无伤阴德。一天夜里他梦见他去世的父亲诃斥他说："你所编写印刷流通的书画，让读者目眩神飞，心旌荡漾，由此而开始行为不检、道德败坏的人不少。冥司对于这种案子，降罚最酷。你本前程远大，寿数绵长，今日因此而折消了。可惜祖先数世培植，一旦顿丧于你的手中，你还说这样做无伤阴德啊？"张某惊醒后大为后悔。不久，全家人都溺死。

江南书商朱祥，好刻淫书小说，租卖传看。朋友们都劝他不要印淫书淫画，朱笑他们迂腐。不到几年，朱双目失明。一天家中起火，朱因两眼看不见，逃避不及，半身烧烂，哀号痛苦，三

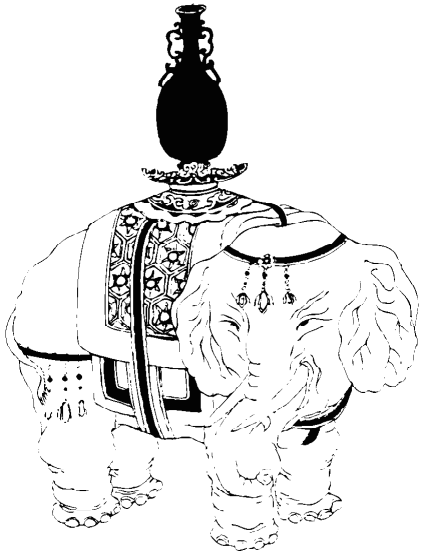
日而死。死时自悔说：“我印淫书淫画，得发小财，害人不少，报应如此。愿天下同行，早早劈板烧书，别像我一样，我已懊悔不及了。”后来他的妻子、女儿当了娼妓，朱家从此断子绝孙。

渤海的全如玉，虽是个穷人，却孜孜好善。见人作好事，则奖劝鼓励别人，始终不倦。又曾经尽力抄录善书，普化世人。一日他飘洋过海，被一阵飓风吹至一山。全登上山顶，遥望海天一色，十分畅快。忽然他看见一道人，身着黄袍，脚踩棕履，古貌长髯，从林中走出来，跟全如玉说：“世人喜欢假的东西，而上帝喜欢真的东西。你生平劝善事，修善书，都是出自真心，不求人知，功德很大啊。”全如玉谦逊说不敢当。道人又说：“读书人都很聪明，但他们不是将聪明用在阐发圣贤的义理上，反而用来编造淫词艳曲，流害天下万世。这种人死后堕地狱，受无量苦，永无出期。你可以去看看，知道他们的罪过，也就会知道你自己的功德了。”于是道士拉着全如玉的手，行云雾中。一会儿看见了一座城市，城门上写着“酆都”，守门的士兵都长得奇形怪状，这些士兵看见道人都伏地叩头。然后又来到一个大官府处，侍卫林立，侍卫们见了道人

也拜伏在地。官府的大堂上写着“森罗之殿”，旁边的两根大柱上有对联：“尔既如斯，任尔奸，任尔诈，任尔作恶，少不得庭前勘问。我诚无奈，尽我法，尽我理，尽我奉公，又何须堂下哀求。”一位头戴礼冠的大王出来迎接，尊礼备至。道人说：“淫词艳曲，最害人心。阴间受罚，阳世不知，所以犯者如故。今可令人带此人前去看看明白，然后给世人传话，如果世人能够回心向道，也是您的大慈大悲啊。”即有两个兵役，将全如玉引至一处。全如玉见有几个人，或受刀砍，或受犁耕，或受碓舂，或受油铛，每受刑完毕，又旋即回复原形。全如玉问道：“这是些什么人啊？”鬼卒说：“这些都是写淫秽小说的人。”又问：“罪有尽期吗？”鬼卒说：“万劫沉沦，哪怕是投生蛆虫道，都没有办法，怎么有完的时候呢？”全如玉心里害怕想回去，于是兵役又将他引至大殿。道人指着那位大王对全如玉说：“这是明朝的杨继盛先生。他在世忠心耿直，曾参劾奸臣严嵩五大奸十大罪。上帝对杨先生非常嘉勉，特命他担任现在的职务。你回阳间一起宣扬，让人们知道上天赏善罚恶，毫厘不爽。”道人于是辞别大王，仍然拉着全如玉的

手，回至原山。正好顺风，全如玉与道人相别，挂帆而去，从此逢人就讲他所见到的事情，谆谆劝勉他们莫走邪淫之道。

杨继盛（1516~1555）：字仲芳，号椒山，河北保定容城县人。32岁中进士，官拜南京吏部主事，4年以后进京，改授兵部车驾员外郎。因弹劾咸宁侯仇鸾被贬到甘肃临洮做典史。仇鸾死后，得到平反，返回北京。到任1个月，又上书弹劾严嵩，被削职下狱。1555年被害。杨继盛死后7年，严嵩倒台，明穆宗追赐他太常少卿，谥忠愍，并在河北保定为他建了旌忠祠。



《不可录》纪验

●友人季邦采，是吴兴地区的知名人士，家住南浔镇。我刚印完《不可录》一书时，正好季在镇海县掌管教育，因此写信附送了二百本给季，希望他能发送给县内的学生。不料他随后回信责备我迂腐，并且说已经将二百本《不可录》藏在书柜里。可是没过两天他却又派人来转告说，愿出钱助印五百本。鉴于他以前的态度，我拒绝了他。不久季邦采亲自到我家，表明他坚恳印书的态度，交谈中我才知道，他梦见其父嘱咐他说："你不印送《不可录》，你的儿子怎能升学？"于是嘱咐我印刷一千本，广为流布。后来据说他接到儿子升学消息之时，正是他发愿印书之日。这件事如此灵验。

杭州新桥地方，积翠庵里有一僧人，法名静缘，一向好善。有一天下大雪，他前来叩门，我以为他到此化缘，说："我家贫寒，无力相助。"僧人说："希望你借我《不可录》的印书板，我要印刷几千本施送。"我欣然答应，并问他为何突然产生了这个念头，冒雪来到我家？僧

人说："昨夜梦见土地神告诉我说：'印送《不可录》，可免大灾。'今天早上我访遍施主才知书板为谭府收藏，所以特意来借取。"僧人印送《不可录》后的第二年，积翠庵附近失火，左右都受到殃及，唯独积翠庵安然无恙。通过此事我更加相信神明的劝善，冥冥不爽。

陈海曙记

●庚午年初夏，有一夜梦见两位仙童对我说："文昌帝君召你有话。"于是我就和他们同去。仙童引我到中翠亭的一个院子里，院门匾额上写着"大洞阁"。随仙童进入大殿，见帝君正坐于上。我叩头礼敬，起身侍立于旁。帝君说："世间印送的善书很多，唯独《不可录》一书却久已无人印送，你应为我流传此书，劝化世间。"随即命仙童抬出一个箱子，里面的书字纸剥蚀，我拿起来一看，正是《不可录》的残本。我正想着这本书从未见过，从何着手，帝君又指示说："乡试将近，应尽快印送流通。"命两仙童送我出殿，因而梦醒。第二天我便到各刻书坊寻找这本书，都说不知道。我焦急思虑了一个多月，突然有人拿《不可录》书板上门求售，我拿起翻阅，发现书的序文已丢失，翻到最后一页，

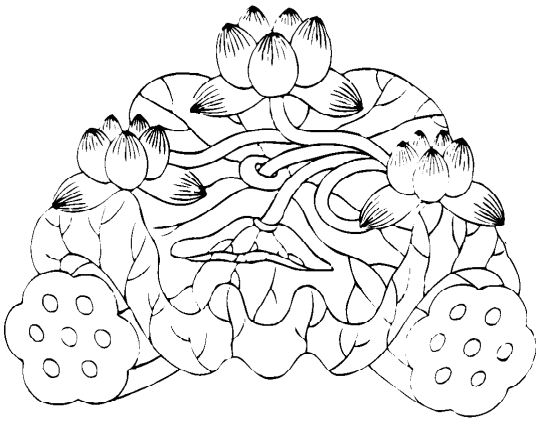
才知道此书是万九沙先生所刻印的，内心很高兴，立刻买下。随即依照书板印刷了三千本，于七月初一早晨，恭送印好的《不可录》至中翠亭院。刚走到大门口，就有一位僧人开口问说："是不是陈居士来送《不可录》的？"我直说是是，但内心却万分惊讶。到大殿上香后，便将印好的《不可录》恭呈于文昌帝君神像前。那位僧人请我到客堂用茶，我请教他法名，他说是"元本"。我问他何以知道是我来送书，而且知道书名。僧人说："昨夜梦见帝君，帝君要我在门口等候接书，因此一大早就起来在这里等候了。"我听了肃然起敬。可知，善书印行，劝化世间，上格苍天，能遵循善书所示而身体力行者，功德更是不可思量。祈愿世人，能共体帝君救世的苦心，共同阅读《不可录》这本宝书，并广为流传，使举世之人都因而能知所警惕，不犯邪淫，勤修道德，这样才不辜负神明的几番嘱托啊。

清嘉庆庚午年六月，古盐官陈海曙自记。

●丙戌年间，我的妹妹出嫁后，忽然患了痰痫病症，时常啼哭，饮食不进。有人说是因为冲犯了花粉煞。延请师巫百方解救，依然无效。

而且还不肯服药，几个人一起帮助，也不能使她进一滴汤药。以致半年之后身瘦如柴，父母深为忧虑，万分焦灼。我因此到酆都大帝和城隍神像前，具写疏状呈神，发愿印送五千本《不可录》。许愿后，我妹妹竟然就出现了转机，开始愿意服药，接连服饮消痰之药，一个月后，身体精神就都完全恢复正常，病全好了。过了不到一年，身体竟然比从前更强壮健康。我因此用活字板，如数印刷了五千本《不可录》，以报答神明的护佑功德。并将此感应灵验，拜记于此。

清光绪戊子年三月娄东下郡悔过生谨记。



惜字近证

书籍的刻印和制作，古代用汗简（古代在竹简上书写，先以火烤竹去湿，再刮去竹青部分，以便于书写和防蛀，称为汗青。此处汗简就是汗青的意思），之后变革为用楮墨，又变革为用曲刀刻板，这样快速方便，使文字流通更加广泛。刻板的方法是：先用纸写好文字，然后贴在板上，反复摩擦纸背，纸被揭掉后，字就存于板上了，但经过摩擦的纸仍有字形，不可亵污。

清朝嘉庆乙丑年的秋天，杭城保佑桥，有一刻字工姓金，在病中看见两个鬼将他捉拿而去，来到殿中叩拜，所见的神如帝王像。神说：“你秽亵字纸，依法应受刑罚。”金某诉说因自己是干这种工作的，不得不这样做。神说：“不对，你应将擦印后所揭下来的字纸收到净处，随时焚送，你竟扔在台阶上，甚至倾倒在垃圾中，无处不有，不是秽亵是什么呢？”金无言以对，受到责罚。金某醒后，感觉屁股和大腿特别疼痛。

噫，神明给人的训诫真是深切，而且又为此职业的人，开一消罪孽的法门。为什么怕麻烦不

遵行呢？于是笔者记录这件事，放在《不可录》最后一页。殷切期望以印刷为职业的人们，注意前车之鉴，遵守神明的教导，不要亵渎字纸。

陈海曙记



修订手记

《寿康宝鉴》一书，是近代高僧印光大师根据《不可录》编订而成。问世以来，流通寰宇，利益不可思议。但由于内容多属文言文，当代读者有所障碍。因此历来有不少大德发心翻译成白话。本次即是在以往的成果上，再次加以完善。修订工作主要由吴绍先居士和禅茶一味居士完成，诸多网友提供了宝贵建议。实体书方面参阅了香港佛经流通处的文言本、福建莆田广化寺06注释本、广东揭东双峰古寺的隐名氏译本和厦门观音寺的整译本；电子文档方面，参阅了清凉书屋文言点校版、净超妙芙翻译版、林梅英居士翻译版和明寂居士翻译版。在修订过程中，苏州灵岩山寺明学大和尚、弘法大和尚、山东佛教在线释清净法师以及苏州弘化社宋浩居士等予以了关心和支持。在此，一并致以诚挚的谢意。由于时间和水平所限，难免有不妥之处。敬请十方大德予以指正，以期更为完美。

商丘市寿康文化研究学会·戒邪淫网

2007年10月26日