

了凡四训

【1】了凡四训 1：命由我作，福自己求

各位书友大家好，欢迎继续做客老齐的读书圈，很多人都总在思考人生的意义，也在积极的寻找获得更好的办法，今天我们就找来一本著名的家训，叫做了凡四训。作者叫做袁了凡，其实并不是什么名人，也不是高官，但是他这本书却影响巨大。甚至晚晴名臣曾国藩，都爱不释手。读完这本书之后大受震撼，读后改号涤生，称这本书是子侄必读的人生智慧书。中国人的骨子里，始终存在一个观点：生死有命，富贵在天。但袁了凡认为，只要通过自己的努力，经营自己的人生，就能求财得财，求子得子，万事如意。

袁了凡年轻的时候算过命，算命先生说他以后能金榜题名，做大官。后来这些都一一应验，但是他却高兴不起来，因为算命先生还说，他生不了儿子一生短命。所以他也深深焦虑。有一位禅师给他解惑，告诉他8个字，命由我作，福自己求。也就是命是自己的，但是福气可以自己改过。于是他大彻大悟，按照禅师的说法，去积极实践，逆天改命，最后这个袁了凡，不但生了儿子，还活到了74岁，得以善终。晚年的时候，想把这一生的智慧流传下去，于是就写了这本非常简短的了凡四训。其实核心就8个字，立命，改过，积善，谦德，但却充满智慧。他会让人在焦虑中，寻找到生命的方向。我们经常说一个观点，做事之前先做人，投资之前也要先把人做好。如果做人出了问题。那么生活工作就会处处是艰辛。

本书的翻译者叫做费勇，是一个作家，教授，他就说，意大利传教士利玛窦指出，中国人信仰体系里最低的一个层面，总想着通过命理风水，求神拜佛之类的事情，改变命运，这是一种急功近利的巫术崇拜和迷信，但了凡四训则说明，中国古人固然迷信，但也有不少有智慧的人在独立思考。袁了凡就把儒家道家佛教的思想和命理风水之说相融合。超越了迷信，成为了一种处事哲学。

但行好事莫问前程，跟老齐的价值观非常接近。也是我们一直在倡导的思维逻辑，但很多人其实并不相信。做好事就能改变命运，有的时候反而觉得做好事就会吃亏，天天吃亏，这不是纯纯的大傻子么，但袁了凡却在本书里证明，真正能改变自己命运的，是你的心念和行为，如果我们想要财富，名望，那么就先要把自己修炼到配的上这些财富和名望才行。否则即便你幸运的得到了这些，也必然德不配位，必有灾祸。

这几年，其实家书越来越多，比如著名的曾国藩家书，洛克菲勒写给儿子的信，都属于这类题材，他们是真真切切的在教子女智慧，写的也格外诚恳。就像面对面教育子女一样，教他们做人和处事的道理。特别是一些家庭，如果父母这代并不太成功，应该多让孩子读读这些成功者家庭教育的著作。他会给孩子灌输，家长完全给不了观念。帮助孩子训练思维和价值观。要改变一个家庭不成功的传承，最重要的就是要先打破失败思维的传承。

天天吃斋念佛，如果你做了坏事，也一样会被绳之以法，所以上天很公正，求神不如求己，改变你的行为习惯。才是最大的幸运。举个例子，你天天拜神求佛，乞求自己健康长寿，但是每天烟酒熬夜，胡吃海塞，那么最后神佛能保佑的你吗？这时候有杠精可能会说，隔壁村的王奶奶天天抽烟，活到103岁。但那是个例，我们需要看的是概率，所以你与其求佛，不如让自己健康生活，这样长寿的概率会大的多。

下面我们就进入这本书的正文，第一章立命之学，种新种子，让他发芽开花结出新的果实。袁了凡小的时候，父亲去世，母亲让他放弃科举，转而学医，说这个可以养活自己也能帮助他人。但是在慈云寺遇到一个老者，却对他说你是一个当官的命，应该去参加考试。袁了凡觉得这个老者大有来头，随后把他带回家，好生供养，有事就咨询，每一次老者说的全都能灵验。于是他对老者就更是深信不疑，开始转而读书。甚至这个老者把他参加考试的名次都算了出来，还说他当县令三年半应该辞官还乡，53岁寿终正寝。一生无儿无女。

从此以后，老者的占卜一一应验，唯一出错的就是，一开始工资算错了。老者说他有九十一石五斗米，但他一开始工资只有七十余石，不过后来奇怪的事发生了，竟然后面涨工资了，真的拿到了九十一石五斗米。至此他对老者佩服的五体投地。

但他此时却非常焦虑，于是他去栖霞山拜访云谷禅师。相对而坐三天三夜不合眼睡觉，也不说一句话。最后袁了凡说感觉自己的命数已定，确实人生好像没什么意义了。云谷禅师开导他，说只有凡夫俗子才会有所谓的命数，非常善良的人，命数很难困住他，非常邪恶的人，命数也很难框住它，善与恶积攒下来的种子，让命运变得很不确定。你20年来被一个算命先生，框住了命运就不再努力，这就是凡夫俗子的表现。接着就告诉他8个字，命由我作，福自己求，人的命运好坏，离不开人的心，从心这个层面来讲，就没有不感应的，求不求就在于自身了。不光是向内仁义道德我们能求到，就是向外功名富贵，也能求到。反过来，如果不从自己内心出发，就去一味的向外追求，就会陷入盲目当中。

接着云谷禅师让袁了凡思考，为什么没儿子，他总结了6个原因，1道德洁癖，2爱发怒，3少慈爱，4说话多，5爱喝酒，6经常熬夜。这些都是他的重大过失。接着云谷禅师又讲了德才必须配位的道理，发财的一定有他的原因，饿死也有他的因果。上天对待一切都是公平的。你要想有子孙传承，就得做积德行善的事情。也要保养精神，爱护身体。

算命老者告诉你考不取功名，没有儿子，也是看到你过去的业力所致，那么你要改变这个命理，就得在你的花园里，种大大的种子，才能开大大的花。所以你要做的事，就是积累新的福气和德行。老齐翻译下，说白了就是你过去的因结了现在的果，你要想改变这个果，就的重新给自己找到那个因。比如外国就有这样的案例，为了让自己能够逆生长，通过极度的自律，让自己的生理年龄下降。

最后云谷禅师还给他一本，功过格，让他记录自己的善举和恶行。说白了就是写每天的成功日记。

我们对于命运的态度，应该是勤勉修身而又能安心等待，也就是说，是竭尽所能之后的放下，又可以说是用出世的心态，做入世的事业。把过程当成是一场修行，结果没出现，就说明你修行的还不够。应该更加努力的去修行，而不是自暴自弃怨天尤人。

听了禅师的教导，袁了凡自此才把名号从学海改成了凡，意思就是开悟的意思，从此要与凡夫俗子划清界限。

第二年变化就出现了，他才加了礼部考试，算命先生说他只能第三，但他却拿了第一。果然变数应验，他终于也明白了，什么叫做逆天改命。如何打破命理的束缚。随后他不断做善事，广结善缘。下定决心10年间行善三千。每做一件都拿笔记录下来。

再后来，他又去考进士，在京城附近做了宝坻县的县令，完全打破了算命先生说他到偏远地方当县令的预言。他继续积德行善，减免了当地田赋。并且捐出自己的工资，供养僧众。就这样他平平安安的度过了 53 岁的命数，写了凡四训的时候，已经是 69 岁了。命数千真万确的改变了。

接着他对子孙说出了教诲，当你们飞黄腾达的时候，要保持谦卑，要想到落寞，即便你一帆风顺，也要多想想艰难险阻。丰衣足食别忘忍饥挨饿，人家对你很好，你应该多想想，自己凭什么，能为别人带来什么价值。家道兴隆也要居安思危。自己学富五车也要向更有学问的人学习，不要骄傲自满。时刻清空自己的心态。

他还让孩子，每天反省自己做错什么，把自己的过失尽快改正。所谓人的进步，其实就是改正错误。如果不改正错误，那么人也就没有进步。这是一个特别好的思路，那么我们可以想象，最近 5 年，最近 3 年，最近 1 年，你到底改正了哪些错误。估计很多人都想不出来，那么也就是说，即便你知道了很多道理，但是仍然没有进步。这是很可怕的事情。

明天我们来讲讲，第二训叫做改过之法。看看到底该如何改正错误。

【2】了凡四训 2：立命之学！如何逆天改命

各位书友大家好，欢迎继续做客老齐的读书圈，今天我们继续这本书。了凡四训。昨天我们讲了立命之学，就是要想逆天改命，就得先改变自己现在的习惯，种新的花，才能开新的果，那么今天我们讲，第二部分，改过之法。黑暗的山谷中，只要灯光照进来，就能够去除黑暗。

吉凶其实早有预兆，一个人如果心底醇厚，常常就会带来福气，如果一个人待人刻薄，那就会常常带来祸害。普通人受到各种成见的干扰，常常看不到真相，就以为不能确定和预测，但其实忠诚到合乎自然，福气就来了。也就是祸福来临之前，其实你观察他的言行就能大概知道一二。所以改变命运的第一步，就是要改正自己的过失。

具体的方法，第一，要有羞耻心，圣贤之所以称之为圣贤，就是他们能够控制自己的人性。懂荣辱知进退。反之没有羞耻心，想怎么干就怎么干，那么其实就是你在发挥身体当中的动物本性，说的不好听就是与禽兽无异。

第二，要有敬畏之心，离地三尺有神明，即便在人看不到的地方，其实也有一股神秘的力量在注视着你。当你建立这种思维之后，就知道莫伸手，伸手必被捉的道理。有了敬畏之心，也就永远不会心存侥幸。这句话在投资市场上尤为重要，往往自己损失最惨重的时候，就是失去了对市场的敬畏之心，认为自己能抓到机会大捞一把的时候。总觉得自己偶尔搞一下无伤大雅，甚至没人看见。比如那些在房子上倒贷的，其实都是这个心里。但一旦被查出来，一辈子就都毁了。所以敬畏之心，就是我们避免犯错的关键所在。另一个维度讲，之前犯的错误的，也要尽快改正。改过要趁早，觉悟也要趁早。错误在身，你就永远不会进步。

第三，要有勇猛心，一般人无法改正错误，就是因为因循守旧，得过且过。改错的过程，其实都是痛苦的，比如你每天都习惯晚睡早起，突然让你早睡早起，你会非常痛苦。平常胡吃海塞，突然让你节制饮食，你也会相当抵触。这些其实都是需要有相当大的勇气。小的过错

改正一下其实还好，毕竟成本较低，大的过错其实改正更难，本书说如毒蛇咬了手指，应该赶紧把手指砍掉。才能避免丢掉性命，这个其实就是投资市场上止损的概念，生活当中也处处都要止损。比如有些生意一看不行了，商业模式出问题了，那不管之前投入了多少，当断则断，该砍就要砍，很多人也是犹犹豫豫，最后越陷越深。最终负债累累。所以发现错了要及时改正，生活如此，做生意，做投资也是如此。但这都需要极大的勇气。

有了羞耻心，敬畏心，勇猛心，才能一有过错就更改，如同春天的冰遇上太阳，即可融化。但改正错误，其实很难，有些东西我们需要从根本上弄明白，而且你要在利益上，彻底想清楚才行，我们之前经常举例，天生爱吃糖，怎么也改不了，结果糖尿病来了，立马就改了，而且改的很彻底，为啥，就是因为他知道，再不改，带来的痛苦将数倍于满足。所以改起来很快。交易当中止损也一样，如果你知道未来他要跌 20%，那么现在你亏 10%，也肯定会止损。少亏点是点，但最麻烦的是，你不知道他会亏多少。所以就没办法计量得失，也就很难去改正错误。人性也是如此，自己点火就着，脾气暴躁，怎么都改不了。结果有天出门，遇上一个更横的，被打进了医院，以后脾气秉性大变。老齐之前就遇到过一个人，开车贼快，号称前无车，结果遭遇了一次重大车祸，死里逃生。之后就再也不超过 80 迈了。所以人其实有的时候挺贱的，只能被教训，不能被教育。你跟他讲什么都是没用的，直到现实打到他服气为止。就像我们投资课，说什么没人听，出去买了乱七八糟的东西，亏到怀疑人生才后悔，又跑回来问我怎么办。我是真没办法了。这样的朋友比比皆是。不让他做生意，生孩子，买房三个负债项同时干，偏不听，结果走投无路。

所以有的时候改错很容易，预见到悲惨的后果之后，就可以快速纠正。但有时候就很难，完全看不到背后的风险。那你说什么他也是不听的，或者说他自己不想改变，你就是拉他去见上帝也没用。所以在经济学上的解释，这就是一个可预见成本的问题。

本书说，要从心性的层面去改正，不管什么过错都是由心带来的。也就是心里起了妄念，比如贪财，好色，愤怒。忧伤等等。要改正错误，得自己意识到，动了妄念，真心希望自己改正过来。如果意识不到这个问题，那么说再多也没用。其实有时候老齐也被很多事，气的不行。但我马上会想，不管事情怎么样，生气都是我的问题。是我自己想生气。若果你不想生气，那么没有什么事情可以气到你。这就是让内心平静下来，我不能阻止别人气我，但是我能争取阻止让自己不去生气。自己不生气了，那么脑子里就有空间去想解决办法了。如果你始终被情绪充斥头脑。那么是没办法去解决问题的。

一般而言，最好的方法就是从心灵上，彻底根治，心念上只要清净下来，你也就能理性好多。如果心灵无法清净，那就尽快的要去想道理。比如两个人吵架，马上要动手了，此时你冷静不下来，但是能不能想到，这架只要一打，无非两个结局，打赢了住监狱，打输了住医院。道理能够想明白，自己也就能快速的平和下来。

那有人说，我无法快速让自己冷静怎么办呢，那么就先做一件事，把嘴闭上，然后尽量远离。任何事都是一样，只要你能做到把嘴闭上尽快远离，你就为自己的理性思考赢得了时间。所谓理性思考，就是权衡利弊，找到最优解。注意并不一定总有两全其美的完美答案，有的时候就是两害相权取其轻，两利相权取其重。当损失不可避免的时候，就要看看怎么能让自己的损失更小。能做到人生及时止损的人，都是狠人。往往拥有大智慧。

袁了凡给孩子的忠告是，我们都是平常人，所以经常会犯错。这些错误，会招来灾难，属于

是作孽之相，不要逃避不要沮丧，尽量改正，能够痛改前非，才能进步，才能奋发图强。千万不要为了顾忌自己的面子，而耽误了自己的前程。

下面我们看，积善之方，如果利于别人，那么骂人打人也是善。易经讲，积累善行的家庭，一定有很多吉祥如意的事，不断延续下去。本书讲了很多神鬼的故事，大致意思就是说，很多神仙会故意来试探你，看你是否积德行善，如果你有恩与他，就会有好报，保佑你家族兴旺。但这些案例意义不大，我们就不讲了。

不过书里提到了一个中峰和尚，他给别人讲，什么是善，什么是恶？打人是恶，有礼就是善吗？其实未必，中锋和尚说，有利于别人的就是善，仅利于自己的就是恶。只要结果利于别人，打人骂人也是善，只要结果仅利于自己，彬彬有礼也未必是善。所以只要处于公心，才是真善。这个确实是真理，对别人产生价值。你才是积善。否则就都是为了博出名的伪善。做了好事非得让别人知道，就是阳善，做了好事别人并不知道，叫做积阴德。会得到上天的回报。

还有一个例子，孔子的学生子贡，救了一个人回来，却没有领官府的奖赏，孔子听到后很不高兴，说你这样以后就没人愿意去救人了。后来，另一个弟子，子路也救了一个人，那人作为答谢给了他一头牛，子路欣然接受，孔子说，鲁国此后，会有更多的人愿意去救人了。所以你看，在孔子眼里，同样是救人，拿了好处的反而是真善，没拿好处的，本以为自己更高尚，结果却出了问题。所以这就是结果导向。看是否有利于更多的人。

还有一个故事，某年闹饥荒，流民们疯狂在大街上抢粮食，县衙却坐视不理，装看不见。这时候一个富豪找人把带头抢粮的人抓了，并且惩罚，这才平息了抢粮风波。让赈灾能够有序进行。那么你说县衙的坐视不理是善吗，还是带头抓人的富豪更善呢？

下面我们来讲谦德之效，谦虚并不让你破费，那么为什么不自我反省呢？周易讲，天道的规律就是月盈则亏，谦受益，满招损。一个人膨胀了就是他噩梦的开始。

有很多人自认为心直口快，从不顾及别人的面子，但也有人则能够心平气和，淡然面对这种攻击。袁了凡就说，祸兮福所倚福兮祸所伏，也就是祸福互为因果。这样谦虚诚恳地人，上天一定会帮助他。其实现实生活当中，这种人确实挺可怕的，老好人，笑面虎，跟谁好像都很好。你别人再怎么恶语相向，他也不急不躁。我们总说，人际关系就像一面镜子，你给别人一个微笑，对方早晚也会给你一个微笑。谦虚有礼的人，到哪都会特别受欢迎，他的路也就越走越宽。反而是那些自认为心直口快的，倒霉事比较多，恶语相向后，即便人家不跟你计较，估计也已经怀恨在心。那么你可以想象，如果有一些机会出现，你觉得他是给那些彬彬有礼的人，还是给那些所谓的心直口快的人。其实答案不言自明，我们在中国式管理这本书里也讲过，都说对事不对人，但其实中国人从来都是对人不对事。你把它得罪了之后。那就会让自己的路越走越窄。所以谦虚谨慎，是我们做人的必要准则。不为别人，就为了你以后办事能越来越容易。

这本书非常短，其实只有一万多字，但却字字发人深省。也讲出了很多朴素的道理。我们总说一命二运三风水，四积阴德五读书，命这个事，就是你之前种下的因，你要想逆天改命，就必须改掉那个因才行。那么大家就要仔细思考了，到底是什么原因，让我的生活陷入这个困境呢？我该改变哪些行为习惯，形成破局？最后我们在强调一句话，只有改正错误才能进

步，而并非你懂得了多少道理。祝大家好运。