

願天地常生善人，願善人常存善心，
願善人常行善事，願善人廣布善法。(001)

四言：

道法自然 (002) 修道養德 (003) 上善若水 (004)
道尊德貴 (005) 清靜無為 (006) 清心寡欲 (007)
守靜去欲 (008) 至真之道 (009) 紫氣東來 (010)
去偽存真 (011) 虛懷若谷 (012) 無為和靜 (013)
隨遇而安 (014) 貴和守中 (015) 至誠感天 (016)
奉道行事 (017) 心神甯靜 (018) 仙道貴生 (019)
孝忠誠信 (020) 樂善好施 (021) 濟世利人 (022)
為善最樂 (023) 心曠神怡 (024) 事在人為 (025)
和光同塵 (026) 廣種福田 (027) 有容乃大 (028)
立觀度人 (029) 寵辱若驚 (030) 延年益壽 (031)
目擊道存 (032) 收心煉性 (033) 斷欲忘情 (034)
甯靜致遠 (035) 誠之為貴 (036) 天道酬勤 (037)
識心見性 (038) 正心誠意 (039) 正心修身

八言：

全神煉氣，出家修真；(040) 真性不亂，萬緣不挂；(041)
澄心定意，抱元守一；(042) 濟貧拔苦，先人後己；(043)
齊同慈愛，異骨成親；(044) 天人合一，心神相通；(045)
弘道立德，教化信眾；(046) 淨化心靈，豐富文化；(047)
知足者富，知足者樂；(048) 厚德載物，自強不息；(049)
行善抑惡，積德成仙；(050) 志不可滿，樂不可極；(051)
天道貴生，濟物度人；(052) 長生之本，性善為基；(053)
忠孝仁義，誠信不欺；(054) 待人從善，遇事隨緣；(055)
千裏之行，始于足下；(056) 先修人道，再修仙道；(057)
得之不拒，失之不爭；(058) 法由聖顯，道寄人弘；(059)
仙道貴生，無量度人；(060) 少私寡欲，恭謙無爭；(061)
弱之勝強，柔之勝剛；(062) 諸惡莫作，眾善奉行；(063)
心神合一，天人感應；(064) 以靜制動，以弱勝強；(065)
知足常樂，能忍自安；(066) 事來則應，事去則止；(067)
福在積善，禍在積惡；(068) 青牛西去，紫氣東來；(069)
垂世不朽，道範長存；(070) 真性不亂，萬緣不挂；(071)
澄心定意，抱元守一；(072) 濟貧拔苦，先人後己；(073)
靜以修身，儉以養德；(074) 玄門奧妙，道教精微；(075)
人心淨盡，道心自現。(076) 積德行善，可以延年。(077)
居功自傲，災禍難逃。(078) □適當用腦，延緩衰老。(079)
心安神泰，福壽自來。(080) □君子講義，小人講利。(081)
朋友易得，知己難求。(082) 有求皆苦，無欲自剛。(083)
人有善念，天必佑之。(084) 仙蹤萬古，神迹千秋。(085)
觀天之道，執天之行。——《陰符經》(086)
相自我改，命自我造。——張三豐全集(087)
隨方設教，曆劫度人。——《太清寶誥》(088)
上藥三品，神與氣精。——《心印妙經》(089)
諦聽吾言，神欽鬼伏。——呂祖《勸世詩》(090)
以道為本，以德為行。□

十言：

須順其自然，勿聽其自然。——道竅談(091)
無念方能靜，靜中氣自平。——呂祖全書(092)

為者如牛毛，獲者如鱗角。——抱樸子內篇（093）
為善無近名，為惡無近刑。《南華經》（094）
德從寬處積，富向儉中求。（095）
玄門宣教義，大道聚京都。（096）
甯守善而死，不為惡而生。（097）
人非義不交，物非義不取。（098）
淫為諸惡首，孝為百行先。（099）
處無為之事，行不言之教。（100）
施恩不求報，與人不追悔。（101）
莫論他人過，只尋自己病。（102）
道高龍虎伏，德重鬼神欽。（103）
平安即是幸，知足即是福。（104）
修身如執玉，積德勝遺金。（105）
少欲最安樂，知足大富貴。（106）
淡泊以明志，甯靜而致遠。（107）
遇怒不要惱，遇難莫急躁。（108）
若要人不知，除非己莫為。（109）
怪人不知禮，知禮不怪人。（110）
量小非君子，無度不丈夫。（111）
路遙知馬力，日久見人心。（112）
有容德乃大，無欺心自安。（113）
生財從大道，處世守中和。（114）
竹以虛受益，松以靜延年。（115）

十二言：

一身正氣處世，兩袖清風為人。（116）
坐立不忘我道，出入皆抱善心。（117）
心靜則息自調，靜久則心自定。——張三豐（118）
居上位而不驕，在下位而不憂。（119）
忠孝濟世守身，節儉利人清修。（120）
心善而子孫盛，根固而枝葉榮。（121）
靜坐常思己過，閑談莫論人非。（122）
明人不做暗事，真人不說假話。（123）
鏡子越擦越亮，腦子越用越靈。（124）
有福不可享盡，有勢不可使盡。（125）
惟厚可以載物，惟寬可以容人。（126）

十四言：

天道貴生析度衆，積功行善自成仙。（127）
非淡泊無以明德，非甯靜無以致遠。——文子（128）
施財合藥濟群生，積德累功修至道。——薩祖（129）
事不三思終有敗，人能百忍自無憂；（130）
人不求福斯無禍，人不求利斯無害；（131）
一念之非即遏之，一動之妄即改之；（132）
道是天上神仙本，德為人間富貴根；（133）
心清意靜天堂路，心慌意亂地獄門；（134）
善惡從來難隱昧，是非到底自分明；（135）
君子之交淡如水，小人之交甜如蜜。（136）□
毋以小益而不修，毋以小損而不防。（137）
知足常樂心舒暢，不比不爭一身輕。（138）
有恩不報非君子，忘恩負義是小人。（139）□
害人之心不可有，防人之心不可無。（140）
道在師傳修在己，自身還得自身度。（141）
為人有德天長佑 行善無求福自來
古來名哲崇黃老 天下隱賢多道家

十六言：

善處身者必善處世，善處世者必嚴修身。(142)
少私寡欲可以養心，絕淫戒色可以養精。(143)
善不積不足以成名，惡不積不足以滅身。《南華真經》(144)
小善不積大德不成，小惡不止終成大罪。(145)
少私寡欲可以養心，絕淫戒色可以養精。(146)
欲修仙道必修人道，人道未修仙道遠矣。(148)
心本是道道即是心，心外無道道外無心。(149)

* 老君曰，大道無形，生育天地，大道無情，運行日月，大道無名，長養萬物，吾不知其名，強名曰道。——《清靜經》(150)

* 人心皆散亂，一念便純真。欲求無上道，大眾轉天尊。
——《早課》(151)

* 莫以惡小無損而為之，莫以善小無益而不為；
——諸葛亮語(152)

* 一毫之善，與人方便。一毫之惡，勸君莫作。衣食隨緣，自然安樂。(153)

* 算什麼命？問什麼蔔？欺人是禍，饒人是福。天眼昭昭，報應甚速。(154)

* 存心不善，風水無益；父母不孝，奉神無益。兄弟不和，交友無益；行止不端，讀書無益。心高氣傲，博學無益；做事乖張，聰明無益。不惜元氣，服藥無益；時運不通，妄求無益。妄取人財，布施無益；淫惡肆欲，陰鷲無益。
——許遜真君《警世格言》(155)

* 敬天地，禮神明。奉祖先，孝雙親。守王法，重師尊。愛兄弟，信友朋。睦宗族，和鄉鄰。別夫婦，孝子孫。
——《關聖帝君正心錄》(156)

* 積善之家，必有余慶；積不善之家，必有余殃。《易經》(157)

* 毀傷物命，殺害眾生，福盡壽終，當受斯苦。
——《解冤拔罪妙經》(158)

* 積金以遺子孫，子孫未必能守；積書以貽子孫，子孫未必能讀。不若積陰德，于冥冥之中，為子孫久長之計。
——陳抃《心相篇》(159)

* 心好命又好，發達榮華早；心好命不好，一世也溫飽；
命好心不好，前程恐難保；心命都不好，窮苦直到老。
——《心命歌》(160)

* 以父母之心為心，天下無不友之兄弟；以祖宗之心為心，天下無不和之族人；以天地之心為心，天下無不愛之民、物。——《格言聯璧》(161)

* 人在道中，道在人中；魚在水中，水在魚中。道去人死，水幹魚終。——西升經(162)

* 神滿不思睡，氣滿不思食，精滿不思欲。(163)

* 一點誠心，萬緣俱息。內魔既清，外魔自絕。(164)

* 贈人以財，不若贈人善言。黃金雖貴，用之則窮；
善言于心，終身為寶。(165)

* 父母生人，有一人應有一人之業；人生在世，
生一日當盡一日之勤。(166)

* 富以能施為德，貧以無求為德，貴以下人為德，
賤以妄勢為德。(167)

* 行善之人，如春園之草，不見其長，日有所增；
行惡之人，如磨刀之石，不見其消，日有所損。(168)

* 勢可為惡而不為，即是善；力可行善而不行，即是惡。(169)

* 人為善福雖未至，禍已遠離；
人為惡禍雖未至，福已遠離。(170)

* 行善不昌，祖上必有余殃，殃盡必昌；
行惡不滅，祖上必有余德，德盡必滅。(171)

* 奢者富不足 儉者貧有余 奢者心常貪 儉者心常富

——《慎子》(172)

* 忠孝、濟世、守身；節儉、利人、清修。(173)

* 寬容無怨害 柔弱勝剛強 滿口齒先落 終身舌未傷(174)

* 無病第一利 知足第一富 善友第一親 溫馨第一樂(175)

* 勿吐無益身心之語，勿為無益身心之事，勿近無益身心之人，勿入無益身心之境，勿展無益身心之書。(176)

* 道以無為上，德以仁為主，禮以義為謙，施以恩為友，

惠以利為先，信以誠為首。(西升經)(177)

* 做好人 存好心 行好事 讀好書 說好話(178)。

* 他人騎馬我騎驢 仔細想來總不如

回頭看見推車漢 比上不足下有餘(179)

* 合道則心安，合道則行正，合道則人和，合道則天甯。(180)

道德經精粹

道可道，非常道；名可名，非常名。無，名天地之始；有，名萬物之母。故常無欲以觀其妙；常有欲以觀其微。此兩者，同出而異名，同謂之玄。玄之又玄，衆妙之門。——一章

有無相生，難易相成，長短相形，高下相傾，音聲相和，

前後相隨。——二章

是以聖人處無為之事，行不言之教。——二章

不尚賢，使民不爭。不貴難得之貨，使民不為盜。不見可欲，使民心不亂。——三章(181)

後其身而身先，外其身而身存。——七章(182)

上善若水，水善利萬物而不爭，處衆人之所惡，故幾于道。

——八章(183)

功名遂身退，天之道。——九章(184)

專氣致柔，能嬰兒乎。——十章

大道廢，有仁義；智慧出，有大偽；六親不和，有孝慈；國家昏亂，有忠臣。——十八章，(185)

見素抱樸，少私寡欲。——十九章(186)

是以聖人抱一為天下式，不自見，故明；不自是，故彰；不自伐，故有功；不自矜，故長。夫唯不爭，故天下莫能與之爭。——二十二章

人法地，地法天，天法道，道法自然。——二十五章(187)

是以聖人常善救人，故無棄人；常善救物，故無棄物。

——二十七章(188)

故善人者，不善人之師。不善人者，善人之資。二十七章(189)

知其榮，守其辱，為天下谷。——二十八章

道常無名，樸雖小，天下莫之能臣。侯王若能守之，萬物將自寶。

——三十二章

知人者智，自知者明。——三十三章(190)

自勝者強，知足者富。——三十三章(191)

上德不德，是以有德。下德不失德，是以無德。——三十八章(192)

貴以賤為本，高以下為基。——三十九章(193)

上士聞道，勤而行之。中士聞道，若存若亡。下士聞道，大笑之，不笑不足以為道。——四十一章(194)

萬物負陰而抱陽，衝氣以為和。——四十二章

道生一，一生二，二生三，三生萬物。——四十二章

躁勝寒，靜勝熱，清靜為天下正。——四十五章

罪莫大于可欲，禍莫大于不知足，咎莫大于欲得。故知足之足，常是矣。——四十六章(195)

善者吾善之，不善者吾亦善之，德善。信者吾信之，不信者吾亦信之，德信。——四十九章(196)

聖人常無心，以百姓之心為心。——四十九章

見小曰明，守柔曰強。——五十二章(197)

修之于身，其德乃真；修之于家，其德乃余；修之于鄉，其德乃長；修之于天下，其德乃普。——五十四章

知者不言，言者不知。——五十六章(198)

我無為而民自化，我好靜而民自正，我無事而民自富，我無欲而民自樸。——五十七章(199)

禍兮福之所倚，福兮禍之所伏。——五十八章(200)

治大國若烹小鮮。——六十章(201)

為之于未有，治之于未亂。合抱之木，生于毫末；九層之台，起于累土；千裏之行，始于足下。——六十四章(202)

是以聖人處上而民不重，處前而民不害。是以天下樂推而不厭。

--- 六十六章

江海所以能為百谷王者，以其善下之，故能為百谷王。

——六十六章 (203)

我有三寶，持而寶之：一曰慈，二曰儉，三曰不敢為天下先。

——六十七章 (204)

善為士者不武，善戰者不怒，善勝敵者不與，善用人者為之下。

——六十八章 (205)

自知不自見，自愛不自貴。——七十二 (206)

天網恢恢，疏而不失。——七十三章 (207)

堅強者死之徒，柔弱生之徒。是以兵強則滅，木強則折。堅強處下，柔弱處上。---七十六章 (208)

天之道，損有余而補不足，人之道則不然，損不足以奉有余。

——七十七章 (210)

天下莫柔弱于水，而攻堅強者莫之能勝。--- 七十八章

天道無親，常與善人。——七十九章 (211)

信言不美，美言不信。善者不辯，辯者不善。知者不博，

博者不知。——八十一章 (212)

天之道，利而不害；人之道，為而不爭。八十一章 (213)

聖人之道，為而不爭。--- 八十一章 (214)

既以為人己愈有，既以與人己愈多。——八十一章 (215)

無為、無事、無欲。

自化、自富、自樸。(216)

感應篇

* 禍福無門，惟人自召；善惡之報，如影隨形。(217)

* 積功累德，慈心於物，忠孝友悌，正己化人，矜孤恤寡，敬老懷幼。昆蟲草木猶不可傷，宜憫人之凶，樂人之善，濟人之急，救人之危。見人之得如己之得；見人之失，如己之失。不彰人短，不炫己長。推多取少，受辱不怨，受寵若驚；施恩不求報，與人追悔。(218)

* 夫心起于善，善雖未為，而吉神已隨之；或心起于惡，惡雖未為，而凶神已隨之。(219)

* 諸惡莫作，眾善奉行。久久必獲吉慶。故吉人語善、視善、行善，一日有三善，三年，天必降之福；凶人語惡、視惡、行惡，一日有三惡，三年，天必降之禍。胡不勉而行之？(220)

文昌帝君陰騭文

廣行方便 大積陰德 利物利人 修善修福 救國安民

忠主孝親 敬兄信友 憐孤恤寡 措衣周寒 擡食濟饑

施藥拯疾 愛惜生命 珍惜字紙 勿謀人財 淫人妻女

妒人之能 壞人名利 破人婚姻 使人不和 倚權辱人

仗勢欺人 口是心非 只要“諸惡莫作 眾善奉行”

自然“百福駢臻，千祥雲集”。(221)

千萬黃金難買 [早知道]

勸君為善謂無錢(有也無)，禍到臨頭用萬千(無也有)。

欲要留君談善事(去也忙)，一朝命盡喪黃泉(忙也去)。

為人不必苦貪財(看你福)，貪得財來天降災(不如無)。

既是有錢人不在(誰來用)，不如人在少貪財(既是福)。

氣運循環歲月新(莫虛過)，須防邪說亂吾真(最可怕)。

時時檢點身心事(恐有錯)，那有工夫論他人(管閑事)。

世間萬事總有天(不容算)，順理操持聽自然(天理在)。

使盡機關心血瘁(徒枉然)，到頭難帶半文錢(一場空)。(222)

* 食療歌

鹽醋消毒消炎好，韭菜補腎暖膝腰。□

蘿蔔化痰消脹氣，芹菜能降血壓高。□

胡椒驅寒又除濕，蔥辣姜湯治感冒。□

大蒜抑制腸炎發，綠豆解暑最為妙。□
香蕉通便解內火，保健補脾食紅棗。□
蕃茄補血美容顏，禽蛋益智營養高。□
花生能降膽固醇，瓜豆消腫最利尿。□
魚蝦能把乳汁補，動物肝臟明目好。□
生津安神數烏梅，潤肺烏發食核桃。□
蜂蜜潤肺又益壽，葡萄悅色令年少。(223) □

* 心理保健：

百病起于情，情輕病亦輕。□
練功不修德，必定要著魔。
修德神自明，神明法自得。(224) □
* 怒傷肝，喜傷心，思傷脾，憂傷肺，恐傷腎。(225) □□
* 看得破，想得開，拿得穩，放得下。
忍一言，息一怒，饒一著，退一步。(226)

* 健身養生歌

面常擦，血脈流暢，容光煥發。□
目常揩，眠疾不染，視物清晰。□
耳常彈，耳聰不鳴，聽力敏銳。□
齒常叩，不齲不松，齒堅牙利。□
背常暖，風邪難入，寒咳不犯。□
腹常揉，促進運化，胃腸俱佳。□
足常搓，祛風除濕，肯履矯健。□
津常咽，宣通百脈，益壽延年。□
發常梳，氣血充盈，腦聰發健。□
濁常呵，吐故納新，身強體壯。□
肛常提，扶正固本，長壽有望。□
皮常幹，外衛強固，皮疾難犯。□
睡常曲，固體益精，身心自安。□ (227)

* 飲食起居六多六少□

少肉多菜，少食多嚼。□
少鹽多醋，少煩多眠。□
少糖多果，少車多步。□ (228) □
* 口中語少，腹中食少。□
心中事少，夜間睡少。□
依此四少，神仙必了。(229)
* 一寸光陰一寸金，寸金難買寸光陰□ (230)
* 一正壓百邪□ 一賴生百邪□ (231)
* 一日為師，終身為父□ (232)
* 不聽老人言，吃苦在眼前□ (233)
* 不怕人不敬，就怕己不正□ (234)
* 不怕人窮，就怕志短□ (235)
* 不怕沒運氣，就怕不爭氣□ (236)
* 寡欲靜心，內觀自省。(237)
* 非積善陰德，不足以感神明。(葛洪) (238)
* (239)
* 人為仁義，自當至誠，天自賞之；不至誠者，天自罰之，
天察必審于人。(老子想爾注) (240)
* 國有誠信必興，家有誠信必和，人有誠信必賢。(241)
* 天下皆知美之為美，斯惡已。皆知善之為善，斯不善已。
(道德經二章) (242)
* 道 (243)
* 靜心 (244)
* 神 (245)
* 中和 (246)

* 以平常心對待是非 以平常心對待得失
以平淡心對待禍福 以平靜心對待生死

* 忘我才能有我 無私才能無畏

無為才能有為 有為才能有位

| 人生三樂 助人為樂 知足常樂 自得其樂

| 人生三善 善待他人 善解人意 善始善終

| 人生三取 取長補短 取長克短 取長容短

| 人生三和 和而不同 和而不亂 和而不爭

| 人生三安 心安則靜 人安則甯 事安則順

| 人生三福 健康是福 平安是福 吃虧是福

| 人生三明 淡泊明志 知書明理 正道明事

| 人生三悟 思路悟清 方法悟對 心態悟平

| 人生三品 品德服人 品質得人 品味宜人

| 人生三機 尋找機遇 把握機遇 創造機遇

| 人生三存 先者先存 適者生存 仁者生存

| 人生三處 發現長處 不忘好處 體量難處

| 人生三知 知人者智 知己者明 知正者成

| 凡事感激

感激傷害你的人 因為他磨煉了你的心志

感激絆倒你的人 因為他強化了你的雙腿

感激欺騙你的人 因為他增進了你的智慧

感激蔑視你的人 因為他醒覺了你的自尊

感激遺棄你的人 因為他教會了你的獨立

感激斥責你的人 因為他揭示了你的缺點

感激鞭策你的人 因為他激曆了你的鬥志

感激教誨你的人 因為他升華了你的夢想

感激幫助你的人 因為他實現了你的成功

凡事感激 此乃天意

來源：電子郵件轉載，來源不詳。
