

修 養 叢 書

第 二 冊

座 右 銘

版 出 店 書 文 人

序

救災解難，不如防之爲易；療疾治病，不如避之爲吉。今人見左，不務防之，而務救之；不務避之，而務藥之。譬之當國者，不思勵志以求安；譬之有身者，不求保養以全壽。是以聖人求福于未兆，求禍于未萌。蓋災生於稍稍，病起于微微。人以小善爲無益而不爲，以小惡爲無損而不改。孰知小善不積，大德不成；小惡不止，大禍立至。余居常涉獵中外古今典籍，每遇賢哲名言警語，輒分類錄之，以爲朝夕瀏覽之便。數年來，凡得其餘條，因付剞劂，獻

諸同好。讀者苟能置之座右，朝夕把玩，靜坐持照，察病有無，有則改之，無則加勉，其于修身養性經世處人必多裨益，斯編者之所願也。是爲序。

白雲上人

三、十二、一日

座右銘目次

明心篇

養性篇

樂天篇

知足篇

勵志篇

氣節篇

自治篇

立德篇

座右銘目次

至誠篇

謙讓篇

節儉篇

謹言篇

無畏篇

大度篇

改過篇

勤勞篇

法善篇

堅忍篇



惜陰篇

養生篇

讀書篇

齊家篇

盡孝篇

友愛篇

育幼篇

革命篇

爲政篇

治軍篇

座右銘 目次

座右銘 目次

果斷篇

處危篇

創危篇

辦事篇

觀人篇

待人篇

交友篇

用人篇

附錄

之一

養性之道

之二

不亦快哉

之三

勉女同胞

之四

文天祥傳

之五

養德之道

之六

誠論

之七

先哲之養生

之八

起居飲食要覽

之九

健腦強記法

之十

神經衰弱治療法

之十一

本國文研究法

之十二

外國文研究法

之十三

社會學研究法

之十四

經濟學研究法

之十五

財政學研究法

之十六

統計學研究法

之十七

歷史研究法

之十八

卡片筆記法

之十九

標點符號使用法

之二十

談學問

之二十一

求學與不老

之二十二

論書與讀書

之二十三

論讀書

之二十四

讀書的習慣

之二十五

曾國藩的爲學精神

之二十六

蔣介石先生讀書書目

之二十七

陸世儀先生讀書書目

之二十八

一個最低限度的必讀書目

之二十九

朱柏廬先生治家格言

之三十

論兒童之保育

座右銘 目次

之三十一 會國落做事的精神

之三十二 論閒與友

之三十三 一國是道則國治

之三十四 國世則治

之三十五 國世則治

之三十六 會國落做事的精神

之三十七 論閒與友

之三十八 一國是道則國治

之三十九 國世則治

之四十 會國落做事的精神

栽培心上地

涵養性中天

明心篇

凡喜怒哀樂勞苦恐懼之事，惟以五官四肢應之。中間有方寸地，須常使空空洞洞，門朗澈澈，決不許外物兜入。所以此地常覺寬綽潔淨。譬如製一城，將城各門緊閉，時加防守，唯恐此數者闖入。亦有時賊勢甚銳，城守稍疏，彼或闖入，即時覺察，便驅之出城外；而牢閉城門，令此地仍寬綽潔淨。此明心之第一防線也。

——丁福保

程頤 人心實乎光明潔淨。

唐書 太虛爲室，明月爲燭。

曾國藩 存心則熙熙光明，如日之升，脩容則正位凝命，如鼎之鎮。

座右銘

近年焦慮過多，無一

日遊於坦蕩之天，總由名心太切，俗見太重。今欲去此二病，須在一淡字上著意，不但富貴功名，及身家之順逆，子孫之旺否，悉由天定，即學問德行之成立與否，大半關乎天事。一儻而忘之，庶此心稍得自在。人之所以欺人者，必心中別着一物，心中別有私見，不敢告人。而後造僞言以欺人，若心中不著私物，又何容欺人哉。過欲不忽隱微，循理不問須臾，內省不疚，故身泰。

韓詩外傳

中心存善，而日新之，則獨居而樂，德充而形。

蔡 璣

心獨首面也，是以甚愛飾焉。面一旦不修，則塵垢穢之，心一朝不思善，則邪惡入之。

傅家寶

無愧於事，不如無愧於身，無愧於身，不如無愧於心。

邱 濬

端身以立本，清心以應務。

劉 蕡

人之有心，如樹之有根，異之有核。

邵康節

人之善惡，形於言，發於行，人始得知之。但萌諸心，發乎慮，鬼神已得而知之矣。此君子之所以慎獨也。

予 國保

自治宜嚴，心中無不可對人言之事，則心體澄明，夢寐亦覺安寧，每日須有一二時讀理學

書，成內典，爲自治之助。

薛敬軒 不善之端，豈待應物而後見也。如靜中一念之刻即非仁，一念之貪即非義，一念之慢即非禮，一念之詐即非智，此君子之貴乎慎獨也。

朱熹 因其良心發見之微，猛省提撕，使心不昧，則是做工夫的本領。本領既立，自然下學而上達矣。若不察良心發見處，渺渺茫茫，終無下手處也。

基朋 幸福所不可缺者，爲清潔之本心。

論語 心省不疚，夫何憂何懼。

胡達源 心術不正。其爲才也必劣。

南馬溫公 吾無過人者，但生平所爲，無不可對人言者耳。

陶覺 我無是心，而人疑之，於我何與。我無是事，而人謗之，於我何慚。居心不淨，動輒疑人。

徒自煩擾，攻伐自心，切宜戒之。

惜字慶幸，致傷心術。

人身之外皆天，人心之內亦天，故學念即與天通，是以君子必慎其獨也。

事 誠 深沉險刻，存心害人。陰事之厲氣磅礴。壅積於方寸間，其四周之所感召者，無一非不祥之事。

呂近溪 氣惱他人富貴，暢快人有災殃，一些不由自己，可惜壞了心腸！

蘇 軾 聖人之心，如珠在簋。常人之心，如瓢在水。

陳繼儒 世間當洒掃一事，第五倫夜宿必掃淨而去。吾曹第一掃心上塵，其次口上塵，又其次筆上塵，最後乃掃地上塵耳。

祝無功 世不可避，如魚之在水，無之非是。青白之眼，原在山林。即朝市正不加多。原來世界無病，病生於人之心。以情攝境，何俗不雅。以境移情，何雅不俗。

天壤間事，誠如夢幻泡影。無常無變。笑成笑歎。

薛方山 百年之後，雖巧拙不同，畢竟同歸於盡。所可恃者，惟此心真不愧於本初。使胸中磊然無可罣礙。庶可爲他日受用地也。

蔣介石 要知道禮義廉恥四個字，就是要從誠意正心才能得來，有了這種根據，然後做事才能刻苦精進，服官才能廉潔不苟。

養成性正水澄淵

克去私心斬釘斷鐵

養性篇

天下之樂，無一非可樂可憂可驚可喜者，實無一可樂可憂可驚可喜者。

樂則一也，而我忽然而樂，而憂，而驚，而喜，擾擾焉鮮一生於是而不自覺，是戰爲物役，物主我奴！故大豪傑，大英雄，無大驚，無大喜，無大苦，

無大憂，榮辱得失身外物，死生疾病不爲累。

梁啟超

許魯齋

喜怒哀樂愛惡欲，一有助於心，則氣便不平，氣既不平，則發言多失。七者之中，惟怒爲

難消，又偏指患難。須從盛怒時，默忍不動，候心氣平時，審而應之，庶幾無失。

晁文元

氣欲樂不欲強，欲順不欲逆，欲定不欲亂，欲柔不欲數，故道家最忌嗔。嗔一發，則氣不