

續快活歌

怡情悅性須知
樂事賞心要法

諸歡等前集改訂

揚州石成金天基俗說

敘樂歌

敘敘敘世人都知道任你貪圖名利甲機謀誰能

跳出天公套到不如放下擔兒撇開手做個快活人

兒真正妙

放下二字確
是快樂妙法

百年能有幾行樂須及早

過

百歲亦是有限光陰
何況難至百歲乎

不拘月下與花前且應滿把壺

樽倒

有花月固妙卽無花月亦妙
要知享樂在心不在境也

會唱的大唱會笑

的大笑嬉嬉哈哈樂天真再休自己尋煩惱

尋煩惱都是

投計有誰
來校逼你

儘着頑儘着耍切莫把好光陰輕輕丟弔

學拙歌

世人笑我拙誰知拙爲貴口拙無是非事拙無冤對
菜飯充我飢不想珍饈味布衣煖我身不想綾綢被

手拙不揮拳時常籠袖內脚拙不妄行邪徑早迴避

須擇君子交不交奸狡隊

越奸越狡越貧窮奸狡原
來天不容富貴若從奸狡

得世間呆
漢吸西風

心中有主張外面推聾聵

內要精明
外要渾厚

不管

短與長不管興與廢呵呵笑幾聲嬉嬉吃一醉日裡

安穩坐夜裡安穩睡

大好在

行止有天良

這是

俯仰都

不愧我這守拙法人人該學會

能學此拙大有受用

頑耍歌

頑頑好頑頑好若不頑頑空自老

真爲可惜

讀甚麼文章

學甚麼詩貪甚麼功名愛甚麼寶勸君及時且頑頑

莫待形容成枯槁

懊悔不來

一朝臥病不起床那時枉去

求醫禱

有何益處

勇猛精神着實頑且莫自己尋苦惱

耍耍罷耍耍罷莫待臨時着驚怕光陰似箭不遲留

果然一刻千金價縱有千金買不回何須碌碌爭強

霸耍耍罷耍耍罷昨日花開今日謝功名富貴等浮

雲虛幻
不常盈虛消長君休訝
今日晴明好未知明日夜
片時歡笑且相親
明日陰晴未定
眼前快樂卽神仙
落得身心常瀟灑

逍遙歌

得逍遙且逍遙
逍遙之人樂陶陶

好白

請看不會逍

遙者攢眉奔走枉勞勞

苦惱可憐

富貴前生定貧窮命裡

招任你用機謀難與天公拘勒
君跳出這樊籠隨意

逍遙真個好

落得

杯中酒不空
心上愁須掃
花前月

下且高歌莫催兩鬢成衰老

日日憂慮自己催自己
速老何須怨天尤人

忍耐歌

忍耐好忍耐好忍耐二字真奇寶一朝之忿不能忍
鬪勝爭強禍不小身家由此破性命多難保休逞財
勢結冤讐後來要了不得了勢虎之勢讓入一步有
何妨量大福大無煩惱量大福也大
仇深福亦深

愛酒歌

美酒斟來須滿甌飲酒快活賽王侯醺醺妙趣人難
識要知一醉解千愁我從今看破憑天定萬事總休
休開懷且進杯中物勝如鸚鵡上揚州

愛睡歌

我是天生瞌睡王到處野駒不擇床睡味長睡味長
睡中世事竟相忘展轉仰側無拘束就是神仙快活
方得大自在聽憑他紛紛纏擾都放下且讓我安穩

一覺音回樂義皇

養心歌

養我心靜我性靜養心性常安定養心寡欲是良方

孟子之言真是訓莫將嗜欲累心思何苦自尋煩惱富貴功

名皆幻境知幻境即知命行止快樂無偏病

戒債歌

莫欠債莫欠債欠下債來窮的快終日營求替人忙

身家臉面都大壞

子另著有訓詞十首謹戒十事此莫欠債三字是其一事其餘九專

已刻於留心集內行世茲不重啓

錢糧還有遇恩官放債之人不等

待八折九折加一錢過期追逼緊急耐轉紙換券不

容情利上加利纏一塊

根如蛇蝎及人脂膏

那怕貧人賣妻兒

可恰可悲

爲富不仁真奇怪

不久子孫又照樣受人追逼

勸君省儉度

時光落得心中好寬快

上不少官糧下不久私債是人之大快樂

皮囊歌

此與六祖皮囊歌不同

這皮囊多罌礙與我靈臺爲禍害隨行逐步設機謀
左右教我不白在筋一團肉一塊糾合形骸成四大
音有饑有寒有貧窮有病有災有敗壞要飯吃要衣
益又要榮華貪世態爲你身心不得閒爲你結下冤
家債細尋思眞耐耐招引羣魔難禁戒貪癡痴
速速急早修莫言明日還可待勿謂今日不
學而自來日

薄酒歌

與蘇東坡薄酒歌不同 二首

薄薄酒勝茶湯粗粗布勝無裳

不看無衣受凍人則
粗衣溫暖豈非天上

平醜妻陋妾勝空房

下看獨宿孤眠冬寒五更待漏
人自享多福矣

滿靴霜不如日高三丈猶自穩睡煖央央

明錢尚書自吟云四

鼓襲襲起着衣午門朝見尙憂遲何時得遂田園樂聊到人間飯熟時

何夏熱衣冠齊整

汗流漿不如科頭跣足高臥北窗涼春三秋九好溫

和莫因名利苦奔忙

要惜寸陰

從今識破這機關只是急

急隨緣快樂切莫辜負好時光

薄薄酒飲幾鍾粗粗布穿幾重粗薄雖異醉煖同嬌

妻美妾身早喪醜妻陋妾壽如松

孔明娶醜婦爲妾大有議見諺云醜

妻家中實出外無煩惱可知惜許多精神

凡事只須回頭想許多快樂在

其中

果老倒騎馱只喜回頭看

十要歌

十要爲箴
勉而行之

佩玉如珠
無量受福

人要孝人要孝父母生我恩難報三年乳哺苦劬勞
養得成人圖有靠聽我歌盡子道朝夕承歡休違拘
寒時檢點與衣穿飢來茶飯先來到簷前滴水不差
移你的兒孫都盡孝

人要弟人要弟手足天倫非兒戲恭恭敬敬兩相親
骨肉同胞難拋棄聽我歌當愛弟語四言三都莫計
同居妯娌要相安勉得大家傷和氣嫡派同堂總一
般眼前生子又兄弟

人要嚴人要嚴有子須知教訓先養子不教父之過
愛他今日惧他年聽我歌早着鞭莫同小過且姑憐
自小縱容不成器大來拘束也徒然士農工商各執
業免他流落在人前

人要忍人要忍閒是閒非休作準些須小事沒含容
弄得家貧身也損聽我歌早自醒告狀爭強沒要緊
花錢惹氣悞營生受怕擔驚睡不穩過後追思悔不
來只爲從前早不忍

人要勤人要勤男耕女織各經心耕得田禾吃飽飯

織得布帛着衣衾聽我歌該認真遲眠早起學成人
遊手好閒流下賤爲非作歹受官刑古云坐吃山空
子要望成家只在勤

人要儉人要儉淡飯粗衣安貧賤酒肉賓朋那個親
手裡無錢人都厭聽我歌存主見掙來俱從血汗鍊
有錢常想沒錢難沒錢而今何處變不須花費是便
宜若要寬容當省儉

人要謙人要謙從來自大決生嫌惹禍必因好多事
扛幫豪橫牽與連聽我歌莫性偏見人禮貌笑顏添

姦盜邪淫行不得若還狂妄定招愆親朋個個都歡
喜鄉黨恂恂一味謙

人要讓人要讓你來我往都欽尚壞人厚交吃他虧
有益好人當學樣聽我歌莫輕妄就少推多繼爲上
放開一步天地寬何必錙銖憑較量由他算計有千
般我不想爭惟一讓

人要愚人要愚推聾聵啞假痴迂聰明多被聰明累
巧者常爲拙者驅聽我歌好自如每日憨憨懷展舒
任他乖巧天難拘枉自熬煎事轉虛我只隨緣不妄

想無涯快樂總歸愚

人要笑人要笑笑笑最能開懷抱笑笑疾病漸消除
笑笑衰老成年少聽我歌當知竅極好光陰莫丟弔
堪笑痴人死認真勞苦枉作千年調從今快活似神
仙哈哈嬉嬉只是笑

十害歌

要保身家先除十害
若留一條卽遭破敗

莫作惡莫作惡作惡之人無下落倚財仗勢結成羣
謀鋌行凶欺懦弱明有王法暗有神一朝絆倒英雄
脚善人長在惡人誅報應分明天不錯

莫做賊莫做賊做賊之人命難測官拏兵勦沒處逃
求個窮人不可得請看從來做賊人家破身亡無踪
跡不如急早作良民大海回頭真有益

飲食部

人賴飲食以養身飲食調和纔脾土安泰脾
爲諸臟之母生血生氣週身之津液榮衛皆
本於此善養生者飲食俱有法訣存焉如先
飢而食食不過飽若過飽則損氣而脾傷先
渴而飲飲不過多若過多則損血而胃脹早

飯宜早中飯宜飽晚飯宜少食後不可便怒
怒後不可便食此調和之大旨也至於吃食
之法未食時先取茶飲一二口次食淡飯三
二口然後和菜味同食大畧飯食宜多肉蔬
雜味宜少食宜早些不可遲晚食宜緩些不
宜麤速食宜八九分不宜過飽食宜和淡不
可厚味食宜溫煖不可寒冷食宜軟爛不可
堅硬食畢再飲茶三二口漱口令口齒潔淨
乃徐行百餘步或數十步此吃食之要法也