

人生匆匆數十年,中途停一下作檢討是必要的。

1. 生活

(1)少食肉(2)曬太陽(3)雨中行(4)常唱歌(5)飯後息(6)挺起胸(7)靜坐思(8)天倫樂(9)步當車
(10)行善事。

2. 保持自我五術

工作勤奮，娛樂有度；對待朋友，不玩心術；處理事務，不躁不怒；生活講究，量入為出；知足常樂，一生幸福!

3. 八大禪語

不爭，元氣不傷；不畏，慧灼閃光；不怒，百神和暢；不憂，心底清涼；不求，不卑不亢；不執，可圓可方；不貪，富貴安康；不苟，何懼君王!

4. 人的一世

選對老師，智慧一世；選對伴侶，幸福一世；選對環境，快樂一世；選對朋友，甜蜜一世；選對行業，成就一世。

5. 頭頭是道

人生一世，要起好頭：踏實工作，不出風頭；實事求是，不爭彩頭；奮發有為，不減勢頭；頭腦清醒，不栽跟頭。

6. 如何面對

面對玫瑰，不必浪漫；面對美女，不必多看；面對朋友，粗茶淡飯；面對家庭，出力流汗；面對老婆，朝夕相伴。

7. 人之相惜

人之相惜惜於品，人之相敬敬於德，人之相交交於情，人之相擁擁於禮，人之相信信於誠，人之相伴伴於愛。

8. 人生之最

健康是最佳的禮物，知足是最大的財富，善良是最好的品德，關心是最真摯的問候，牽掛是最無私的思念，祝福是最美好的話語!

9. 路和樹

愛人是路，朋友是樹；人生隻有一條路，一條路上多棵樹；有錢的時候莫忘路，缺錢的時候靠靠樹；幸福的時候別迷路，休息的時候澆澆樹。

10. 一張紙，一輩子

做官是一張紙，做人是一輩子；金錢是一張紙，健康是一輩子；榮譽是一張紙，愛人是一輩子!

11. 絕非假話

身上事少，苦少；口中言少，禍少；腹中食少，病少；心中欲少，憂少；腦中慮少，紋少。

12. 若要高興

若要一輩子高興，做事；若要一陣子高興，做官；若要一個人高興，做夢；若要一家子高興，做飯；若要一圈人高興，做東!

13. 如何品味人生

人生的確很累，看你如何品味；每天多尋歡樂，煩惱別去理會；短短數十寒暑，何不瀟灑面對；朋友經常聯繫，別管話費賤貴；閑時發個信息，伴你開心開胃。

14. 對佛許願

我對佛許願讓我所有的朋友永遠健康、快樂、幸福!佛說：不行，只能四天。我說：春天夏天秋天冬天。佛愣：兩天。我笑：黑天白天。佛驚：一天!我大笑：生命中的每一天!佛說：好吧，以後你所有的朋友將會永遠健康、快樂、幸福的!

15. 人這一輩子

人這一輩子，怎麼都是過，與其皺眉頭，不如偷著樂。冬天別嫌冷，夏天別嫌熱，有錢別裝窮，沒錢別擺闊，閒暇養養身，每日找找樂，苦辣酸甜都嚐過，才算沒白活!

16. 福

人生多有福，想開就知足。思量愚昧苦，聰明就是福。思量饑寒苦，飽暖就是福。思量勞累苦，清閑就是福。思量孤獨苦，友多就是福。福祿係於心，心正得大富!

17. 苦與樂

多苦少樂是人生的必然，能苦會樂是人生的坦然，化苦為樂是智者的超然。

18. 人生一二三四

一個中心：以健康為中心。兩個基本點：糊塗一點，本真一點。三個忘記：忘記年齡，忘記名利，忘記憂愁。四個有：有個老伴，有個安樂窩，有點小錢，有幾個好友。

19. 年輕時的幸福與年老時的幸福

年輕時最幸福的就是為你死，年老時最幸福的則是坐在屋簷下微笑著回憶那些想死的衝動與經歷。

20. 計較的少

人之所以快樂，並不是因為得到的多，而是因為計較的少。

21. 生活中……

生活中要用大海的胸懷面對，用科學的方法支配，用皇帝的禦膳養胃，用清新的空氣洗肺，用燦爛的陽光曬被，像懶貓一樣安睡。

22. 平安就好

錢多錢少，常有就好；人醜人俊，順眼就好；人老人少，健康就好；家窮家富，和氣就好；誰對誰錯，理解就好；人的一生活，平安就好。

23. 知音

茶——苦而後甘，令人回味；酒——綿而後勁，叫人道爽；泉——清而味淡，卻用一生來品出甜。一個知音，如茶、如酒、如泉，讓人受益一生。

24. 關心的話只需 1 秒鐘

等一列地鐵需要 3 分鐘，看一場電影需要 2 小時，月缺月圓要 1 月，春去春來需 1 年，想念一人需要一生。可是，一句讚揚或關心的話，只需 1 秒鐘！

25. 會生活

多歇歇別太累，到時吃按點睡；看上就買甬嫌貴，決不和環境來作對；得空與友聚聚會，既有清醒也有醉；能掙錢會消費，生活才算有滋味。

26. 或……或……

或淡或雅，花總在綻放；或盈或缺，月總在天上；或高興或痛苦，日子總是在過；或期盼或失望，希望總在眼前；或見或不見，朋友永在心間。

27. 心裏沒譜

鋤禾日當午，貪官也辛苦；白銀兩萬五，關門把錢數；白天怕督促，晚上怕搜捕；夜半敲門聲，汗流把頭捂；來者是何人，心裏沒有譜！

28. 和諧才好

襪子決定離開相戀多年的褲子，轉投鞋子的懷抱。褲子哭道：“鞋有什麼好？”襪子答道：“你整天晃來晃去，吊兒郎當的，哪有鞋般腳踏實地，和鞋(和諧)才好。”

29. 忘卻塵世的累

以粗茶淡飯養養胃，用清新空氣洗洗肺，讓燦爛陽光曬曬背，找群朋友喝個小醉，像貓咪那樣睡一睡，忘卻輾轉塵世的累。

30. 情字了得

世上最難斷的是感情，最難求的是愛情，最難還的是人情，最難得的是友情，最難分的是親情，最難找的是真情，最難受的是無情，最可愛的是你微笑的表情!

31. 養生四要素

善良是心理養生營養素，寬容是心理養生調節閥，樂觀是心理養生不老丹，淡泊是心理養生免疫劑。

32. 懂得

懂得喝酒的人，找到感覺；懂得知足的人，找到快樂；懂得放下的人，找到自由；懂得珍惜的人，找到幸福；懂得關懷的人，找到朋友。

33. 坐火車

人生就像坐火車，愛情停停走走，朋友去去留留，有人中途下車，有人半路上車，多少人在你的生命列車上與你擦肩而過，隻有知心朋友和愛你的人留到最後陪著你。

34. 在我心上

如果有 1000 個人從我身邊走過，我也可以聽出你的腳步聲。因為有 999 個是踏在地上，只有你踏在我的心上。

35. 養氣

多讀書養才氣，慎言行養清氣，重情義養人氣，能忍辱養誌氣，溫處事養和氣，講責任養賢氣，係蒼生養底氣，淡名利養正氣，不媚俗養骨氣，敢作為養浩氣，會寬容養大氣。

36. 以你為貴

山以清為貴，水以秀為貴，月以明為貴，人以正為貴，友以摯為貴，心以誠為貴，情以真為貴，我以你為貴!

37. 雄鷹展翅

人的一生中，你求上，有可能居中；你求中，則有可能居下；而你若求下，則必定不入流。所以在人生起步的時候，立誌必須高遠。要學雄鷹展翅飛，莫效燕雀安於棲。

38. 人生

哭非人生，笑非人生，哭笑不得乃人生；生很容易，活很容易，生活不是很容易；平生隻為兩件事，半為生活半為快樂；該吃吃該喝喝，有事別往心裏攔。

39. 人生須努力

生活就要細思量，莫用舌頭論短長；成功就要多努力，認準目標別彷徨；凡事都要認真做，只有這樣才變強；人生需要加把勁，別拿豆包不當糧。

40. 當別人 當別人談話時你傾聽，當別人皺眉時你微笑，當別人疑惑時你堅信，當別人休息時你學習，當別人放棄時你堅持，於是當別人失敗時你成功。