

太上感应篇

宋朝 李昌龄·抱朴子

太上感应篇

太上垂训 感应之篇
日诵一遍 灭罪消愆
受持一月 福祿绵绵
久行不怠 寿命长延

太上感应篇

太上曰：“祸福无门，惟人自召；善恶之报，如影随形。”是以天地有司过之神，依人所犯轻重，以夺人算。算减则贫耗，多逢忧患，人皆恶之，刑祸随之，吉庆避之，恶星灾之，算尽则死。又有三台北斗神君在人头上，录人罪恶，夺其纪算。又有三尸神在人身中，每到庚申日，辄上诣天曹，言人罪过。月晦之日，灶神亦然。凡人有过，大则夺纪，小则夺算，其过大小有数百事，欲求长生者先须避之。是道则进，非道则退。不履邪径，不欺暗室，积德累功，慈心于物。忠孝友悌，正己化人，矜孤恤寡，敬老怀幼。昆虫草木犹不可伤。宜悯人之凶，乐人之善，济人之急，救人之危，见人之得如己之得，见人之

失如己之失。不彰人短，不炫己长，遏恶扬善，推多取少，受辱不怨，受宠若惊，施恩不求报，与人不追悔。所谓善人，人皆敬之，天道佑之，福禄随之，众邪远之，神灵卫之，所作必成，神仙可冀。欲求天仙者，当立一千三百善；欲求地仙者，当立三百善。苟或非义而动，背理而行，以恶为能，忍作残害，阴贼良善，暗侮君亲，慢其先生，叛其所事，诋诸无识，谤诸同学，虚诬诈伪，攻讦宗亲，刚强不仁，狠戾自用，是非不当，向背乖宜，虐下取功，谄上希旨，受恩不感，含怨不休，轻蔑天民，扰乱国政，赏及非义，刑及无辜，杀人取财，倾人取位，诛降戮服，贬正排贤，凌孤逼寡，弃法受赂，以直为曲，以曲为直，入轻为重，见杀加怒，知过不改，知善不为，自罪引他，壅塞方术，讪谤圣贤，欺凌道德，射飞逐走，发蛰惊栖，填穴覆巢，伤胎破卵，愿人有失，毁人成功，危人自安，减人自益，以恶易好，以私废公，窃人之能，蔽人之善，形人之丑，讦人之私，耗人货财，离人骨肉，侵人所爱，助人为非，逞志作威，辱人求胜，败人苗稼，破人婚姻，苟富而骄，苟免无耻，认恩推过，嫁祸卖恶，沽买虚誉，包贮险心，挫人所长，护己所短，乘威迫胁，纵暴杀伤，无故剪裁，非礼烹宰，散弃五谷，劳扰众生，破人之家，取其财宝，决水放火以害居民，紊乱规模以败人功，损人器物以穷人用，见他荣贵，愿他流贬，见他富有，愿他破散，见他色美，起心私之，负他货财，愿他身死，干求不遂，便生咒恨，见他失便，便说他过，见他体相不具而笑之，见他才能可称而抑之，埋蛊厌人，用药杀树，恚怒师傅，抵触父兄，强取强求，好侵好夺，掳掠致富，巧诈求迁，赏罚不平，逸乐过节，苛虐其下，恐吓于他，怨天尤人，呵风骂雨，斗合争讼，妄逐朋党，用妻妾语，违父母训，得新忘故，口是心非，贪冒于财，欺罔其上，造作恶语，谗毁平人，毁人称直，

骂神称正，弃顺效逆，背亲向疏，指天地以证鄙怀，引神明而鉴猥事。施与后悔，假借不还，分外营求，力上施設，淫欲过度，心毒貌慈，秽食喂人，左道惑众，短尺狭度，轻秤小升，以伪杂真，采取奸利，压良为贱，谩募愚人，贪婪无厌，咒诅求直，嗜酒悖乱，骨肉忿争，男不忠良，女不柔顺，不和其室，不敬其夫，每好矜夸，常行妒忌，无行妻子，失礼于舅姑，轻慢先灵，违逆上命，作为无益，怀挟外心，自咒咒他，偏憎偏爱，越井越灶，跳食跳人，损子堕胎，行多隐僻，晦腊歌舞，朔旦号怒，对北泣唾及溺，对灶吟咏及哭，又以灶火烧香，秽柴作食，夜起裸露，八节行刑，唾流星，指红霓，辄指三光，久视日月，春月燎猎，对北恶骂，无故杀龟打蛇如是等罪，司命随其轻重夺其纪算，算尽则死，死有余责，及殃及子孙。又诸横取人财者，乃计其妻子家口以当之，渐至死丧。若不死丧，则有水、火、盗、贼、遗忘器物、疾病、口舌诸事，以当妄取之直。又枉杀人者，是易刀兵而相杀也。取非义之财者，譬如漏脯救饥，鸩酒止渴，非不暂饱，死亦及之。夫心起于善，善虽未为，而吉神随之。或心起于恶，恶虽未为，而凶神已随之。其有曾行恶事，后自改悔，诸恶莫作，众善奉行，久久必获吉庆，所谓转祸为福也。故吉人语善、视善、行善，一日有三善，三年天必降之福；凶人语恶、视恶、行恶，一日有三恶，三年天必降之祸。胡不勉而行之！

太上感应篇译文

子的师傅太上说：“灾祸和福祥是没有门户可供主观选择”。进祸门还是进福门是由人善恶行为决定的。善恶报应，和人的影子一样跟着人的形体移动。天上地下都有专门监督人间善恶的神灵，这些神灵依据人所犯罪轻重，给以程度不同的处罚。犯罪轻者神灵使你贫穷，经常遇到忧愁和灾难，众人都恨你，刑罚和灾祸跟着你，好事和你没缘份，恶星对你降灾，直到你死。还有三台、北斗神灵在人的头上、专门记录人的罪过。月亮不明时，灶王爷也和三台、北斗星君一样记录人的罪恶。不管什么人，只要你犯下罪过，罪过大了要夺命，罪过不大叫你万事不如意，不成功。

大小罪过有几百，你若想长寿，就要避开所有罪过。是善道就前进，不是善道就退避。不走邪道，不暗中使坏。要积德行善，多行善事，心慈爱物。忠孝友悌，行事光明正大，以行为感化别人。怜悯孤弱的人，救济贫穷的人。尊敬老人，爱护儿童。动物草木不加伤害。见人有死丧要同情，见人有善事要高兴，见人有困难要帮助，见人有危险要拯救。见人有收获就和自己有收获一样，见人有损失就和自己有损失一样。不宣扬别人的短处，不炫耀自己的长处。阻止恶事，宣扬善事，见到

好处让别人多得自己少得。受到屈辱不报怨，受到宠遇要警惕。行善不求别人报答，和人共事不后悔，这样才算是善人。这样别人才尊敬你，天神才保佑你，福禄才跟随你，邪恶才远避你，神灵才护卫你。你要做的事才会成功，想成神仙才有指望。想成天仙的人要立一千三百件善事，想成地仙的人要立三百件善事。

如果见非仁非义的事而动摇，见伤天害理的事而行动；以做恶为能耐，忍心残害，阴谋伤害善良的人，使用诡计欺上瞒下；怠慢先生，背叛以往善事；狂妄无识，诽谤同学；虚伪、诬陷、欺诈、伪善，打骂宗族亲友；以强凌弱，手段残忍；是非不分，颠倒黑白；虐待下属，猎取功名，献媚上司求好处；受到别人的恩惠不感谢别人，怨恨别人没完没了；看不起众人；扰乱国家政令；奖赏坏人，处罚无辜的好人；杀人抢财，靠陷害打击别人谋取别人的位子；杀害已投降的敌人，排斥贤良正直的人；欺辱逼迫孤弱贫困的人；不守法纪，接受贿赂；把直的说曲，把曲的说直，把轻的当重的；替恶人助威，明知错了就是不改正；明知是善事而不肯去做，自己有罪还要拉别人下水；毁谤圣贤，歪曲道德；射飞鸟，追走兽，掘虫窝，惊吓高处的动物，伤生害命；希望别人有失误，嫉妒别人成功；危害别人得到自己的安全；把属于别人的东西居为己有；拿坏东西换好东西，为了个人私利损公肥私；剽窃别人的成果，隐没别人的善良；学它人缺陷，攻击别人的隐私；浪费别人的货物钱财，离间人家骨肉；侵占别人心爱的东西，协助坏人做坏事；得志耍威风，侮辱别人取乐；毁坏别人庄稼，破坏别人婚姻；发不义之财不知羞耻；好处是自己得，过错推给别人；把自己的灾祸转嫁给别人，把自己的破烂卖给别人；沽名钓誉，心怀

鬼胎；挫伤别人的长处，维护自家短处；仗势欺人，鼓励暴徒行凶；无故剪裁树枝，不讲礼义杀猪宰羊；浪费粮食，劳民伤财；破坏他人之家，窃取他人财宝；决水放火，毁坏民房；坏人计划，使人失败；损坏别人器材物品，使别人无法使用；看见别人荣华富贵了，就诅咒他贬官遇难；见别人富足了，就希望他破败散亡；见妇人美貌，就起淫欲之心；拿了别人的财宝，就希望他死亡；求别人而未达目的，就咒骂怀恨他；见别人失误，就说他过错；见别人其貌不扬就笑话他，见别人有才能就排斥他；用毒虫害人，用毒药害草木；怨恨师傅，与父母兄弟不和睦；强取豪夺，靠抢夺别人财物致富；靠舌头伪善求取晋升；赏罚不平，好逸恶劳，没有节制；苛刻虐待部下，威胁恐吓他人；怨天尤人，怨风骂雨；打架告状，妄逐朋党；听妻子话，违背父母规训；喜新厌旧，口是心非；贪占财宝，欺骗上司；制造谣言，坏人名声；把毁坏别人当成优点，张口骂神以为正确；背弃和顺，效法忤逆，不分亲疏；妄指天地为自己辩护，妄引神明遮盖自己丑行；给了别人东西就后悔，借了别人东西不想归还；不守本分，钻营巧取，阻碍别人施舍；淫欲过度，表面和善内心狠毒；把烂食物送给别人，走邪道迷惑众人；缺斤短两，以假乱真，好商取利；把别人的好东西当成贱东西，欺辱傻子；贪心不足，买卖不公；醉酒乱伦，骨肉纷争；男不忠诚，女不柔顺；家庭不和，不敬丈夫；喜欢自我吹嘘，总爱妒忌；无行于妻子，失礼于公婆；怠慢前辈，违反上命；所做的事情对人没好处，心口不一；外表上咒骂自己而实际在咒骂别人，爱憎由己；喜欢脚腿跨过水井和锅灶，从人家饭碗上和人头上跳来跳去；坠胎害子，偷偷摸摸；夜里歌舞，天明怒嚎；面向北方吐唾沫、小便，对灶吟咏和哭泣；拿灶火点香，拿脏柴做饭；夜里不能光身子起来，八节行刑；唾流星，指彩虹，

手指日、月、星，长久地注视日、月；春天烧荒打猎，对着北方恶骂；无故杀龟打蛇。以上这些罪过，司命神灵都依据其罪过轻重，阻止或夺取你的计算，使你徒劳或遭殃。罪过大了就叫你死，即使你死了还有余债，会殃害你的子孙。如果横行霸道，抢窃偷盗，强占别人财宝的人，神灵会把你的妻子家人用来抵偿你的罪过，直到死尽；若不死亡，则有水、火、盗、贼、遗失器物、疾病、口舌诸事故，以为妄取别人财物的债务；对于冤枉别人，使别人冤死的人，是在交换刀子杀人，你用这把刀杀了别人，有人会用这把刀来杀你。得到不义之财的人，就好比用自己的胸脯肉来解救自己的饥饿，喝毒酒止口渴，虽然可以暂时不饥饿，但死期也在眼前。

人心怀善意，虽然还没有做善事，这时吉利之神已经跟上你了。如果心怀恶意，虽然还没有做恶，这时凶神已经跟上你了。还有的人曾经做过恶事，后来改过自新、再也不做恶事，从此全做善事，久后必然获得吉庆，这就叫做转祸为福。因此说吉人、善人说善话，看善书，行善事，一天三善，坚持三年，上天就会降福给你，吉人自有天相。凶人说恶话，看恶事，行恶道，一日里有三恶，持续三年，上天就会降祸给你，祸从天降。善恶报应如此明白，为什么还不尽早施行？