

生活禅乐精选

颂今·作品

心静如水



■ 齐豫

■ 关牧村

■ 庄奴

倾情推荐

随书附赠光碟一张



陕西师范大学出版总社有限公司

SHAANXI NORMAL UNIVERSITY GENERAL PUBLISHING HOUSE CO., LTD.

心
静
如
水

颂
今
作
品



目次

04 前言

陈帆

06 心静如水

许冬子词

颂今曲

08 感恩歌

正兴词

颂今曲

10 千手观音

正兴词

颂今曲

12 一切随缘

陈帆词

颂今曲

15 感谢

汪国真词

颂今曲

18 菩提本无树

惠能法师禅诗

颂今曲

20 祈福平安

颂今词

颂今曲

22 我是佛前一朵莲

清音词

颂今曲

25 美丽天堂

正兴词

颂今曲

28 梵唱

正兴词

颂今曲

30 莲花开放

正兴词

颂今曲

33 敦煌之恋

杨红旻词

颂今曲

36 莫生气

慈悲经词

颂今曲

38 佛珠转呀转

阿袞词

颂今曲



目次

40 菩提心愿

正兴词 颂今曲

42 点一盏心灯

正兴词 颂今曲

44 善心的人

颂今词 颂今曲

46 青青菩提树

陈帆词 颂今曲

48 善有善报

曾宪瑞词 颂今曲

50 禅意

席慕容词 颂今曲

53 一棵开花的树

席慕容词 颂今曲

56 情满濠江

正兴词 颂今曲

59 空谷

陈小奇词 颂今曲

62 脱离苦海乐无边

陈帆词 颂今曲

64 善导大师礼赞

谢轮词 颂今曲

66 居士吟

颂今词 颂今曲

68 与佛同在

正兴词 颂今曲

71 藕益大师礼赞

谢轮词 颂今曲

74 印光大师礼赞

谢轮词 颂今曲



目次

76	退步原来是向前
78	宽心谣
80	布施快乐歌
82	佛在何处
84	吉祥花开保安宁
86	欢喜歌
88	朝圣
90	鹭岛茶歌
92	那夜花开
94	佛缘
96	心经
104	后记

陈帆词	颂今曲
赵朴初词	颂今曲
陈帆词	颂今曲
石顺义词	颂今曲
颂今词	颂今曲
正兴词	颂今曲
正兴词	颂今曲
正兴词	颂今曲
佚名词	颂今曲
玄奘法师译词	颂今曲
吴颂今	



目次

04	前言	陈帆
06	心静如水	许冬子词 颂今曲
08	感恩歌	正兴词 颂今曲
10	千手观音	正兴词 颂今曲
12	一切随缘	陈帆词 颂今曲
15	感谢	汪国真词 颂今曲
18	菩提本无树	惠能法师禅诗 颂今曲
20	祈福平安	颂今词 颂今曲
22	我是佛前一朵莲	清音词 颂今曲
25	美丽天堂	正兴词 颂今曲
28	梵唱	正兴词 颂今曲
30	莲花开放	正兴词 颂今曲
33	敦煌之恋	杨红旻词 颂今曲
36	莫生气	慈悲经词 颂今曲
38	佛珠转呀转	阿絮词 颂今曲



目次

40 菩提心愿

正兴词 颂今曲

42 点一盏心灯

正兴词 颂今曲

44 善心的人

颂今词 颂今曲

46 青青菩提树

陈帆词 颂今曲

48 善有善报

曾宪瑞词 颂今曲

50 禅意

席慕容词 颂今曲

53 一棵开花的树

席慕容词 颂今曲

56 情满濠江

正兴词 颂今曲

59 空谷

陈小奇词 颂今曲

62 脱离苦海乐无边

陈帆词 颂今曲

64 善导大师礼赞

谢轮词 颂今曲

66 居士吟

颂今词 颂今曲

68 与佛同在

正兴词 颂今曲

71 藕益大师礼赞

谢轮词 颂今曲

74 印光大师礼赞

谢轮词 颂今曲



目次

76	退步原来是向前
78	宽心谣
80	布施快乐歌
82	佛在何处
84	吉祥花开保安宁
86	欢喜歌
88	朝圣
90	鹭岛茶歌
92	那夜花开
94	佛缘
96	心经
104	后记

陈 帆词	颂 今曲
赵朴初词	颂 今曲
陈 帆词	颂 今曲
石顺义词	颂 今曲
颂 今词	颂 今曲
正 兴词	颂 今曲
正 兴词	颂 今曲
正 兴词	颂 今曲
正 兴词	颂 今曲
佚 名词	颂 今曲
玄奘法师译词	颂 今曲
吴颂今	

在音乐里与佛亲切对视

陈 帆

人海沉浮，每个人都需要一个岸，音乐便是一条宁静的彼岸。红尘滚滚，每颗心都渴望一个驿站，佛就在不远处的那个驿站里等着我们，只要我们点一柱虔诚的香火走了进去。

那个青灯黄卷的夜晚，人海颠沛的我，栖息在心灵的禅院里，在音符的接引下，走进了音乐的佛堂。在那些清新的佛教音乐的旋律里，接受了一次心灵的洗礼。那洁净的洗礼之水，便是由著名音乐人吴颂今先生新近推出的心灵佛歌精选《感恩歌》和《菩萨保佑你》。

这场洗礼让我明白，除了在深山隐藏的寺庙里，在虔诚跪拜的瞬间，我们能见到佛的慈颜。在宛如行云流水的音乐里，在佛乐飘飘的美妙时刻，音符和旋律也能筑起一个美丽的莲花座，让听众在感动的刹那，突然福至心灵，结满佛缘。看到佛陀柔和的灵光，驱除我们内心的杂芜，使我们的心情变得简单平和起来。

原来，有机会在音乐里与佛对视，也是一种幸福。一首首佛歌，像佛珠转呀转，转掉人生108种烦恼。像莲花朵朵开，一朵、两朵、三朵、千万朵，开满尘世的天堂。像一件温暖的袈裟，披在我们一度寒凉的心上，使我们的回忆也变得有了温度。原来，佛离我们并不远，就是一首歌的距离。

吴颂今先生倾情打造的这批佛教歌曲，从歌词上来看，是将佛教的教义和传统的处事哲学相揉和，并加以提炼，取其精华熔炼而成。因此，它不同于一般的礼佛歌曲，更注重佛对世人心灵的关慰、劝导和净化。在人与佛的交流中，人能

感受到一种佛的教化和护佑带来的快慰和感动。所以，听歌的过程，也是一种思索、放纵和享受的过程。

从音乐上来看，吴颂今的歌曲作品早已深入人心，听众对他极富魅力的旋律都耳熟能详。由他作曲的佛教歌曲，是他音乐风采的又一次展示。轻柔的节奏，像声声木鱼叩在听众灵魂最坚硬的地方，使它柔软，充满温馨。优美的旋律，像春风吹动青青菩提叶，传来委婉动听的声响，绕梁三日，久久回旋。

音乐使我们畅快淋漓，佛又使我们心静如水。于是，当我们听起这些婉转的歌曲时，有一种如坐春风的感觉。

那么，就在音乐中与佛亲切对视吧，轻轻地随着旋律的流转起伏，超度生命中那些放不下的名缰利锁，那些抛不掉的烦恼困惑，那些纠缠不休的悲欢离合、恩怨对错、爱恨情愁。一切随缘，随慈航普度的佛，攀上清风明月的忘我境界。

在音乐中与佛亲切对视吧，深情地仰望佛的灵光，借音乐去用心地感受佛、感恩佛、感怀佛。当我们的手在音乐的手和观音的手的双倍爱抚下，一定能变得慈祥美好，清澈透明。

心静如水

生活禅乐精选

为生命注入一股灵性的活水，找到了一片自在无忧的清凉地，心儿便缓缓地融进空灵缥缈的歌声。

心静如水

许冬子 词 颂今 曲

心静如水，
像荷塘月色一样美，
像荷塘月色一样美。
恩怨沉浮，
一切都变得无所谓，
一切都变得无所谓。

只听见自己舒缓的心跳，
如此清爽不再疲惫啊，
只看见自己坦然的表情，
如此祥和滋润心扉。

心静如水，
似蓬莱云海一样美，
似蓬莱云海一样美。
聚散离合，
一切都变得无所谓，
一切都变得无所谓。

只听见自己轻柔的呼吸，
如此轻松不再劳累啊，
只听见自己舒心的微笑，
如此谐和令人沉醉。
心静如水……

心静如水

1 = F $\frac{4}{4}$

沉醉舒心地

♩ = 76

许冬子 词
颂 今 曲

1̇ - 7 - | 6 - 3 - | 1̇ 1̇ 7 6 6 1̇ | 7 5 3. 0 |
心 静 如 水, 像 荷 塘 月 色 一 样 美,
心 静 如 水, 似 莲 莱 云 海 一 样 美,

5 5 3 5 5 6 | 7 - 1̇ 7. | 6 - - - | 6 - - 0 |
像 荷 塘 月 色 一 样 美。
似 莲 莱 云 海 一 样 美。

1̇ - 7 - | 6 - 3 - | 1̇ 1̇ 7 6 6 1̇ | 7 6 7. 0 |
恩 怨 沉 浮 一 切 都 变 得 无 所 谓,
聚 散 离 合 一 切 都 变 得 无 所 谓,

1̇ 1̇ 7 6 6 1̇ | 7 - 6 7. | 7 - - - | 7 - - 0: || 2̇ - 1̇ 2̇. | 3̇ - - - |
一 切 都 变 得 无 所 谓。 无 所 谓。
一 切 都 变 得

3̇ - - 0 | 4̇ 4̇. 3̇ 4̇ 3̇ | 2̇ - - 0 | 3̇ 3̇. 2̇ 3̇ 2̇ | 1̇ - - 0 |
只 听 见 自 己 舒 缓 的 心 跳,
只 听 见 自 己 轻 柔 的 呼 吸,

2̇ 2̇ 2̇ 2̇ 3̇ | 1̇ 1̇. 1̇ 2̇ 1̇ | 7 - - 2̇ 1̇ | 7 - - 0 | 3̇ 3̇. 4̇ 7 2̇ |
如 此 清 爽 不 再 疲 惫 啊。 只 看 见 自
如 此 轻 松 不 再 劳 累 啊。 只 看 见 自

1̇ - - 0 | 2̇ 2̇. 7 1̇ 2̇ | 3̇ - - 0 | 3̇ 3̇ 4̇ 3̇ | 2̇ 2̇. 1̇ 7 6 |
已 坦 然 的 表 情, 如 此 祥 和 滋 润 心
已 舒 心 的 微 笑, 如 此 谐 和 令 人 沉

6 - - - | 6 - - 0: || 3̇ 3̇ 4̇ 3̇ | 2̇ 2̇. 1̇ 7 6 | 6 - - - | 6 - - 0 |
廓。 如 此 谐 和 令 人 沉 醉。
醉。

3̇ - - - | 2̇ - - - | 1̇ - - - | 2̇ - 4̇ | 3̇ - - - | 3̇ - - - | 3̇ - - - | 3̇ - - 0 ||
心 静 如 水。

心静如水

生活禅乐精选

学会感恩，就会感到这个世界多么美丽，才让自己知足常乐。多了对他人的爱，知道了自己不足的地方，才会变成一个有宽容之心的人，这就是大爱。大爱无边，你才能真正感到好心态带给自己的人生新境界。

感恩歌

正兴 词 颂今 曲

感恩每一滴水珠，
它把我来滋养；
感恩每一支花朵，
它带给我芬芳；
感恩每一朵白云，
编织我的梦想；
感恩每一缕阳光，
托起我的希望。

感恩啊感恩，
感恩的心儿多么虔诚；
感恩啊感恩，
感恩的歌儿用心吟唱。

感恩亲爱的父母，
给予了我生命；
感恩敬爱的老师，
教会了我成长；
感恩帮助过我的人，
使我感受善良；
感恩伤害过我的人，
让我学会坚强。

感恩啊感恩，
感恩的心儿多么虔诚；
感恩啊感恩，
感恩的歌儿用心吟唱。

感恩歌

1 = $\sharp C$ $\frac{4}{4}$

真诚地 $\text{♩} = 80$

正 兴词
颂 今曲

6̣ 3̣ 3̣ 2̣ 3̣ | 2̣ 1̣ 6̣ 6̣ - | 2̣ 1̣ 6̣ 2̣ 6̣ 3̣ | 3̣ - - 0 |

感恩每一滴水珠，它把我来滋养；
感恩亲爱的父母，给予了我生命；

3̣ 6̣ 6̣ 5̣ 6̣ | 1̣ 2̣ 5̣ 3̣ - | 2̣ 1̣ 6̣ 1̣ 2̣ 3̣ | $\frac{3}{2}$ 2̣ - - 0 |

感恩每一支花朵，它带给我芬芳；
感恩敬爱的老师，教会了我成长；

6̣ 3̣ 3̣ 2̣ 3̣ | 2̣ 1̣ 6̣ 6̣ - | 2̣ 1̣ 6̣ 2̣ 6̣ 3̣ | 3̣ - - 0 |

感恩每一朵白云，编织我的梦想；
感恩帮助过我的人，使我感受善良；

3̣ 6̣ 6̣ 5̣ 6̣ | 1̣ 2̣ 5̣ 3̣ - | 3̣ 5̣ 6̣ 2̣ 1̣ 6̣ | 6̣ - - 0 |

感恩每一缕阳光，托起我的希望。
感恩伤害过我的人，让我学会坚强。}

1̣ 2̣ - 3̣ | 6̣ 2̣ - 0 | 3̣ 6̣ 6̣ 6̣ 6̣ 5̣ 6̣ | 2̣ 3̣ 3̣ - 0 | 3̣ 6̣ - 5̣ 6̣ |

感恩啊感恩，感恩的心儿多么虔诚；感恩啊

1̣ 2̣ - 0 | 3̣ 5̣ 6̣ 2̣ 2̣ 1̣ 2̣ | 1̣ 6̣ 6̣ - 0 ||

感恩，感恩的歌儿用心吟唱。

天籁之声，慈悲之心，愿灵光普照万方，人人圆满，幸福处处满人间。

千手观音

正兴 词 颂今 曲

你有慈悲的心愿，
才来到这茫茫人间，
把那滴滴的甘露，
洒向众生的心田。

你有慈悲的慧眼，
度化众生万万千，
把那菩提的种子，
种在众生的心间。

你有慈悲的笑脸，
化解了人间多少苦难。
把那慈爱的阳光，
洒遍了世界大千。

千手千眼观世音菩萨，
千处祈求千处应啊。
千手千眼观世音菩萨，
随缘度化佑万民啊，
观世音菩萨！

千手观音

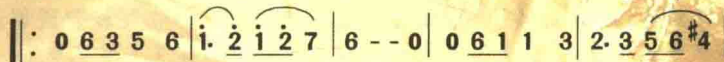
1 = $\flat A$ $\frac{4}{4}$

慈善赞颂地

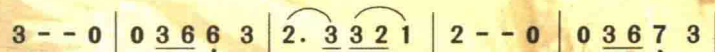
♩ = 84

正 兴 词

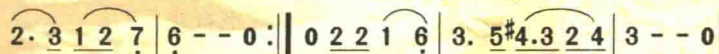
颂 今 曲



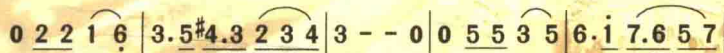
你有慈 善的 心 愿， 才来到 这 茫茫人
你有慈 悲的 慧 眼， 度化众 生 万万千



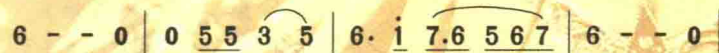
间， 把那滴 滴的 甘 露， 洒向众 生
千， 把那菩 提的 种 子， 种在众 生



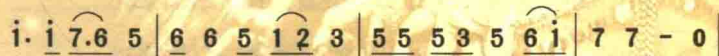
的 心 田。 你有慈 悲的笑 脸，
的 心 间。



化解了 人间多少苦 难， 把那慈 爱的阳



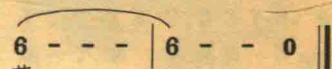
光， 洒遍了 世界大 千。



千手千 眼 观世音菩 萨，千处 祈求 千处 应啊，



千手千 眼 观世音菩 萨，随缘度化佑万 民，啊观世音菩



萨。

清幽淡远配器，空灵梵音，淡看云起云落，人间变故，一切随缘，一切便迎刃而解。

一切随缘

慧开法师 偈语

陈帆 词 颂今 曲

春有百花秋有月，
夏有凉风冬有雪，
若无闲事挂心头，
便是人间好时节。

一切随缘，一切随缘，
即便是千山鸟飞绝。
缘起缘落，缘生缘灭，
都一个缘字把它了却。

人生有喜也有悲，
就像月圆又月缺，
人生有聚也有散，
就像花开又花落。

一切随缘，一切随缘，
哪管它落花春去也。
水到渠成，心到佛知，
这一个缘字堪破一切。