

證嚴法師

九歌叢刊 18 高信疆 編

靜思語

①



翻印必究



有著作權

九歌叢刊⑱

證嚴法師靜思語 第一集

BUDDHIST PRIESTESS CHENG YEN'S MEDITATIONS (I)

著者：釋 證 嚴

編者：高信疆（主編）／何國慶／柯元馨／洪素貞

發行人：蔡文甫

發行所：九歌出版社有限公司

臺北市 10560 八德路 3 段 12 巷 57 弄 40 號

電話／7526564・7817716

郵政劃撥／0112295-1 號

登記證／行政院新聞局局版臺業字第 1738 號

門市部：九歌文學書屋（電話／02-7402838）

臺北市 10560 八德路 3 段 12 巷 51 弄 34 號

印刷所：沈氏藝術印刷公司（電話／02-2236161）

法律顧問：龍雲翔律師（電話／02-5423347）

初版：中華民國 78 年 11 月 15 日

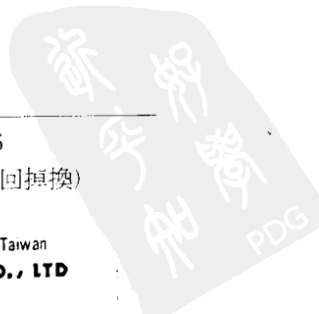
初版 160 印：中華民國 80 年 11 月 15 日

定價 140 元

ISBN 957-560 043-6

（缺頁，破損，或裝訂錯誤請寄回掉換）

Professional Agent for Chinese Books in Taiwan
LONGWIND PUBLICATIONS CO., LTD
P.O. BOX 96-477
Taipei, 10663 Taiwan, R.O.C.



封面及內文設計／

李男工作室

刻印插圖／

王三慶·陳瑞獻·奚淞

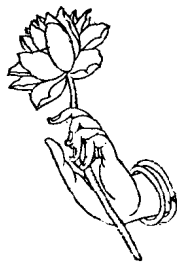
封面印刷／

沈氏藝術印刷公司

證嚴法師

靜思語

高信疆
編



編輯緣起

高信疆

證嚴法師是「慈濟功德會」的創始人。

廿五年前，慈濟功德會成立時，法師是布衣芒鞋、和敬寬柔；三年前慈濟醫院成立時，法師還是布衣芒鞋、和敬寬柔；今年，慈濟護理專校創校開學了，法師依舊是布衣芒鞋、和敬寬柔——法師做了那麼多利濟蒼生的事，開展了那麼多雨露廣佈的志業，啓悟了那麼多不同身分、不同個性的人，然而法師從無遲疑，從不懈怠，始終如一、克勤克儉的耕耘在他那「無緣大慈、同體大悲」的人宏願裏。





廿五年過去了，慈濟功德會自當初的三十人匯聚成如今的三十六萬人；自濟貧開始，而一步步擴展到慈善、醫療、教育、文化這四大志業的落實和成長，那是一條怎樣心力瘁勞、血汗交融，而又堅毅弘忍的路啊——

可是法師無怨無畏，坦然怡然的伴隨著隨行的弟子們、會員們、委員們，衆心一志的走了過來。

曾經，法師在和委員們的談話中說過——

「開始的時候，我們像是一頭犢牛，拉着一把車在草原上行進；今天，雖然有些收成，但却是包袱滿載的爬在坡上，而且這隻牛也有了年歲，我們絕不能讓自己停一下、喘口氣。因爲還在爬坡，一停就後退下來了……我們一定要持志不懈、日益精進，

一口氣走到峰頂。」

就是這樣的一種心力和脚力，一分願力和慧力，懇摯信實的鼓舞著衆生、教育著衆生，播種在法師殷殷期勉的「福田」

上——

慈悲喜捨，勤植萬蕊心蓮；

與樂拔苦，同造愛的社會。

多少年來，法師慈心柔語，悲智雙運的引領慈濟功德會的朋友，走過風、走過雨，走過烈日炎炎的旱地，濟世救貧、撫病助人。常常，在心志脆弱的時候，法師給予慈濟人堅定的力量；在徬徨摸索的時候，法師指點了慈濟人的方向；在阡陌縱橫的人世交錯裏，法師的聲音梳理著人們紊亂的思緒；在複雜詭譎的感情糾葛中，法師的容色平和了人們胸懷的波瀾——法師親切智慧的





語言、溫潤關愛的態度、慧心澄澈的行誼，清晰沉穩的紮實了愈來愈多的慈濟會員們處事爲人的規範。

當然，古往今來，多少聖哲賢人，都曾爲我們立下典範，留下教言。可是，現實人生裏，曲折變易，有些話、有些事，年代久遠了，地理區隔了，焦距模糊了，或者太深，或者太專，對生活的大衆，往往難以企及甚至緩不濟急，更何況，許多人在邁入社會以後，接受教言的機會相形的減少了。因此，在一般情形下，人們面對實際的生活時，總會有些困擾，難以解決；總有些事理無法圓融的境遇；有些時候，往往日常最細微的小節，也會把人們絆倒——

然而法師却平易近人的在慈濟人最需要的時候，給予了各人深切的指引。他那自然而然的隨機開悟、因緣善導，既真實又親



和、既深邃又淺白，尤其是他那身教言教的道德典範、躬親實踐，特別生動有力的匡正了、滋養了，並且提昇了慈濟人。

法師向來少做驚人語，但却經常是一言點醒夢中人；法師的話，不用深典、不重華詞，却每每從小地方發真智見、在答問中抒大啓示；法師不曾疾言厲色過，可是溫溫婉婉間自有天地的橫闊與莊嚴；法師平日教誨弟子或會員時，常以出世之心，談入世之事，語誠而敬、素樸明瑩，隨意俯拾都是良言嘉語，都是人間慈愛、人性善美的信念與德行。

法師的言語，又大多是從現實人生裏出發，從個人實踐中體悟，自每人每天的生活中契入的，是活生生的說法，不知曾救了多少人、多少家庭；也實質幫助了許多人開創事業、調理人情，



在立身行事中不僅知所進退、歡喜平安，也能助人為樂，和睦向上。

因此，慈濟功德會的委員，在滿懷感激中，也希望把法師平日向弟子、會員或社會人士開示的話，輯錄下來，讓更多有心的朋友，能夠親近它、掌握它；無論作人、做事、勵志、修身，或濟貧教富、或淑世助人，皆可隨機翻閱，隨緣索引，因時因地、因人因事而能有所吸收與發揮——信疆忝為慈濟義工，受託編錄，雖力有未逮，却義不容辭。乃與元馨携手同工，在何國慶、洪素貞諸慈濟友人的傾力協助下，自法師的答問開示、學佛專論中，自慈濟的書冊報導、隨師記行間，採擷吉光片羽，以類相從，彙錄成冊。

至於輯錄的原則，則以人世的經緯萬端作對象，人性的來去



自如當目標，以德行的修養提昇、善美的浸潤持一爲主軸。期待它的印行，不僅可作爲慈濟人的覺行指南，也可提供有緣的社會朋友，一部摯切可行的生活辭典。深盼能讓更多的人分享法師的智慧、慈悲和容忍；也分享那成就了無數慈濟志業的巨大力量。

但願人人都能行走在這一條救心、救身、救世的道路上，併肩學習、奮力實踐；如果，能因此而爲我們的時代添福祉，爲我們的先人增榮光，爲我們的後代留榜樣，那就更是慈濟人衷心莫大的祝願和感激了。



出版緣起

證嚴法師以出世之心行入世之道，她悲智雙運，身先士卒，以瘦弱之身肩挑救蒼生之大任。歷經四分之一個世紀，法師以慈悲心和公信力創辦的慈濟功德會，凝聚來自各階層百姓的善心、四面八方的定期捐款，成就了濟貧、醫療、教育、文化四大志業，雨露廣佈，不僅寫下近代中國佛教史光輝的一頁，此時此地，更爲當前臺灣社會帶來另一線曙光——讓我們看到了在金錢掛帥、人人自危、有心者充斥無力感的社會，人與人之間，仍潛藏著一股善意與關懷。

如何引發人人心中的善意與關懷，追求和諧美好的社會，正是出版事業者希望藉文字傳播達到的理想標的。這部《證嚴法師

《靜思語》原由高信疆主編，自多年來法師對慈濟功德會委員的談話中，編選輯錄而成，並經慈濟慈善事業基金會熱心人士助印，供不能親炙法師溫煦開導的會友閱讀，以啟悲心，以開智慧。偶然閱讀《靜思語》後，我們深感，證嚴法師除了身教外，她的言教，更是溫煦如和風，燦亮如朝陽。她以平淡之語，談現實之事，句句藏機，從小處見真知，輕描淡寫中有睿智。這不僅是一部慈濟會員閱讀的書，實更可為不時陷入迷惘、無力的現代人，指導迷航，在瑣細微小處得到大啓示。

基於這樣的體認，我們願以最大的誠意來印行《靜思語》，幾度會商，徵得慈濟功德會同意，本書另以九歌版的型式面市，希望海內外廣大的讀者都能獲得證嚴法師圓融的智慧。

證嚴法師曾由一枝蠟燭悟到其中三昧，希望本書的讀者，能從法師哲思的吉光片羽中，感悟像蠟燭般燃燒，散發光熱，在五濁世間，照亮每一個黑暗的角色。

九歌出版社 謹誌





12

目錄

緣起

【上卷】靜思晨語

19

●第一篇 / 現在就是最好的時機

20

說時間

●第二篇 / 如月·如鏡·如水

30

點燃我們的心燈

●第三篇 / 傷在他的身·痛在我的心

44

關於慈悲

●第四篇 / 清淨的蓮花

50

開啓「智慧」，播「善」種



13

- 第五篇 / 無染的愛 — 58
〈邁入人格昇華的境界〉
- 第六篇 / 飽滿的稻穗 — 68
〈謙虛、柔忍、爭與和〉
- 第七篇 / 「無明草」與「增上緣」 — 82
〈「逆境」、「是非」觀〉
- 第八篇 / 煩惱菩提 — 92
〈自「貪欲」說起〉
- 第九篇 / 覺天地之廣濶 — 104
〈解讀「幸福」與「財富」〉
- 第十篇 / 那麼輕·却又那麼重 — 114
〈言談聲色之間〉
- 第十一篇 / 道德人心的第一課 — 124
〈靜思「懺悔」〉
- 第十二篇 / 一粒種子的力量 — 132
〈成功、願力與持志〉



●第十三篇

在生命的白紙上

144

〈怎麼來寫「人」這個字〉

●第十四篇

工廠即道場

150

〈做事「種種・種種」事理〉

●第十五篇

當一滴燭淚落下來

171

〈因緣、感恩與死生〉

●第十六篇

有限的人生・無限的世界

182

〈「道」與「性」、「信」與「迷」〉

●第十七篇

浸潤在人性的源頭裡

192

〈修養、修行、禪〉

●第十八篇

無聲的說法

204

〈走向「學佛」之路〉