

# 靜思語

第二集

九州出版社

(台灣) 證嚴法師◎著

心安則幸福，天下能做即幸福。  
細微欢喜即是福。  
未來是妄想，過去的是空念。  
要保此此時此刻的安心，護持自己当下的本心。  
与其担心理狀，不如身作信心，  
并付出一份安心。

【典藏版】



# 靜思語

## 第一集

（一） 静思语

每天都是生命中的一张白纸，

每个人、每件事，都是一篇生动的文章。

转一个角度来看世界，世界无限宽大；

换一种立场来待人处事，人事无不轻安。

以清净的耳根，接受清净的语声；

以圆通的耳闻，吸收世界的善音。

## 图书在版编目(CIP)数据

静思语·第2集/证严法师 著—北京:九州出版社,  
2007.4

ISBN 978-7-80195-637-8

I. 静… II. 证… III. 人生哲学—通俗读物 IV. B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 039445 号

著作权合同登记号:图字 01-2007-2087

本书由静思文化志业有限公司独家授权出版中文简体字版

### 静思语(第二集)

作 者 (台湾)证严法师 著  
责任编辑 黄 盛  
责任校对 仲济云  
出版发行 九州出版社  
地 址 北京市西城区阜外大街甲 35 号(100037)  
发行电话 (010)68992190/2/3/5/6  
网 址 www.jiuzhoupress.com  
电子信箱 jiuzhou@jiuzhoupress.com  
印 刷 北京毕诚彩印厂  
开 本 889 × 1194 毫米 1/32 开  
印 张 10  
字 数 50 千  
版 次 2007 年 4 月第 1 版  
印 次 2007 年 4 月第 1 版第 1 次印刷  
书 号 ISBN 978-7-80195-637-8/B·201  
定 价 22.00 元

★ 版权所有 侵权必究 ★



## 证严法师简介

“普天之下，没有我不爱的人，”  
“普天之下，没有我不信任的人，”  
“普天之下，没有我不原谅的人。”

普天三无，  
这句心包太虚与气度恢弘的开示，  
来自证严法师美善与坚定的心灵。

1937年，出生于台湾台中的清水镇。  
1963年，依印顺导师为亲教师出家。  
师训“为佛教，为众生”。是年26岁。

1966年，创办佛教克难慈济功德会，是年  
29岁。

1966年以后的数十年来，慈济世界在法师  
慈悲呵护下，一步一步，坚实而茁壮。

如今遍布全球的慈济人，  
出现在全世界许许多多灾难与苦难的  
地方。

通过亲手拔除人们的苦与痛，  
证严法师的弟子们，  
谨守着法师坚定的菩萨志愿，  
与佛陀清凉的慈悲智慧，  
虔诚地追随法师祈愿。

愿人心净化，  
愿社会祥和，  
愿天下无灾。





## 证严法师《静思语》丛书

《静思语》（第一集）

《静思语》（第二集）

责任编辑：黄 盛

封面设计： 大象设计工作室  
010-84803033 刘 清

## 出版说明

---

证严法师是我国台湾佛教界著名人士和慈善家。40多年来，证严法师与其弟子秉持慈悲大爱精神，以“尊重生命及人道关怀”为己任，投身社会救助活动，为无数人带去了爱心与希望。

多年来，证严法师创办的佛教慈济慈善事业基金会在祖国大陆勉力于多项志业，从粮食、谷种、衣被、慰问金的援助到房屋、学校、敬老院、福利院、海堤、集水窖的援建，乃至文化交流、骨髓援赠等等，慈济人无不全力以赴，足迹遍及安徽、江苏、河南、湖南、湖北、浙江、广东、广西、云南、福建、四川、江西、贵州、辽宁、青海、甘肃、宁夏、西藏、内蒙古、新疆等省、自治区。在慈济人身体力行的实践中，深蕴着同为中国人的浓郁亲情、传达着普世大爱的关怀精神。慈济人也与大陆同胞结下了不解之缘。

《静思语》一书是证严法师的感悟集萃，以深入浅出的智慧之语解除了无数烦恼心灵的痛苦与焦虑，读来颇有醍醐灌顶之快。证严法师本着“读书可以医俗，行善可以淑世”的宗旨，引导广大读者用正向的思维方式，积极面对人生，把心中无穷无尽的烦恼，化为无量无边的菩提。静思之语仿若一股汨汨的思想清流，以至诚亲切的语言鼓励读者读好书，行善事，充实深邃的心灵，彩绘亮丽的人生。

《静思语》自出版以来，先后有英文、日文、德文等多种文字出版，深受读者的喜爱。我社经静思文化志业公司授权，出版这套书的中文简体字本。

九州出版社

2007年4月

## 看似寻常最奇崛，成如容易却艰辛

——写在《静思语》第二集出版之前

◎证严法师

---

唐朝大诗人刘禹锡的诗云：“瞿塘嘈嘈十二滩，此中道路古来难；长恨人心不如水，等闲平地起波澜。”意思是说：水，只有遇到山石阻隔时，才会激起波涛，形成人见人畏的险滩。

可是，人心，即使是在平地，也会无端生起波澜，暗喻瞿塘滩道，虽然古来难行，但比起人的心路历程来，恐怕还要易走得多。这是诗人对人心起伏善变，多所感慨之语。这种感慨，或许很多人会有同感。人心难调能调，只要时常反观内省，静思惕厉，起伏善变的人心，也可以调伏得如如不动，清澈见底。



《静思语》一书，自出版以来，承蒙各方厚爱，读者谬赏，证严愧不敢当，对社会广大读者的支持与厚爱，证严至为感激，希望这本书能带给大家身心轻安，有所得，也有所悟。

现在《静思语》第二集，在编辑体例上，延续第一集的风格，但内容上则较第一集更为宽广，我们这样做，是为了使大家有更开阔的思维空间。

历代禅师强调言语障道，故不立文字，直指人心。其实，道不在言语，而在人心。如果只是执著于语言文字，而不能体悟语言文字的精髓，依言力行，才是障道的主要原因。语言文字和“道”的关系，就像“以手指月”一样；以手指月，目的在月不在手。语言文字只是载道的工具而非目的，执著于工具而忘了目的就本末倒置，非以手指月的用意了。

《静思语》所以用最浅显易懂的语言，阐述人生的道理，目的只有一个，那就是希望每一位阅读本书的人都能获得心灵上的自在。事实上，这个目的《静思语》第一集已有莫大的启迪作用了。

王安石诗云：“苏州司业诗名老，乐府皆言妙入神；看

似寻常最奇崛，成如容易却艰辛。”真理不在诘屈聱牙的用语中，看似寻常的语句，只要用心体悟，句句都蕴涵着奇崛，浮跃着佛性。

“寻常一样窗前月，才有梅花便不同”，“静思”是静思维的意思，通过凝神自照，才能调得身心一如，动静一致，能如此，即使是最浅显的一句话语，也能发挥无比的威力。

《静思语》第二集，证严不敢奢望它能有多大移风易俗的贡献，但总希望它能发挥一点潜移默化的功能，为社会善尽点滴责任。这个希望能否实现，就要看读者能否深体书中片言只字的真义了。

一九九一年十月十四日于静思精舍

# 目 录

【序】看似寻常最奇崛，成如容易却艰辛

## 【上卷】静思晨语

- 008... 第一篇 人生的目标  
让生命功能永远像春天
- 009... 第二篇 谈毅力  
成功的起点
- 018... 第三篇 宗教的精神  
沙漠中的甘泉
- 019... 第四篇 菩萨的心  
慈悲与智慧的化身
- 027... 第五篇 利用身体  
赤裸裸地来

- 033... 第六篇 谈情说爱  
爱河千尺浪
- 041... 第七篇 关于修行  
说一丈不如行一寸
- 057... 第八篇 关于钱财  
理财之道
- 061... 第九篇 关于学佛  
在黑暗中点一盏灯
- 078... 第十篇 关于逆境  
在风雨中成长
- 081... 第十一篇 不肯走正路  
不残而废
- 085... 第十二篇 积少成多  
粒米成箩
- 089... 第十三篇 贪、瞋、痴、慢、疑  
毒蛇陪伴的日子
- 099... 第十四篇 忍辱  
心上一把刀
- 105... 第十五篇 谈心  
心田不长无明草

- 117... 第十六篇 家庭、伦理  
这本经一定要念
- 125... 第十七篇 清净大爱  
人生进行曲
- 137... 第十八篇 服务、责任与感恩  
都是大家的努力
- 143... 第十九篇 信心、毅力与勇气  
精神的抗体
- 149... 第二十篇 吉祥、幸福、快乐  
常常汲取井水
- 155... 第二十一篇 慈悲与智慧  
心灵的解脱
- 161... 第二十二篇 少欲知足  
洒一滴甘露
- 169... 第二十三篇 “我”怎么说？  
千锤百炼之后
- 177... 第二十四篇 舍  
两手空空放不下
- 181... 第二十五篇 从慈济志业说起  
无量悲愿力

- 189... 第二十六篇 度、无常、精进  
饮一杯智慧水
- 197... 第二十七篇 戒杀与护生  
广庇天下尽欢颜
- 201... 第二十八篇 这个关如何过？  
人生苦短
- 207... 第二十九篇 做人与做事  
此心即道场

## 【下卷】答人问问

- 218... 第一篇 人事篇
- 说“情爱” \_\_\_\_\_ 211
- 说“婆媳” \_\_\_\_\_ 228
- 说“病痛” \_\_\_\_\_ 280
- 说“心境” \_\_\_\_\_ 286
- 说“人生” \_\_\_\_\_ 248
- 说“忍辱” \_\_\_\_\_ 245
- 说“慈悲” \_\_\_\_\_ 247
- 说“事理” \_\_\_\_\_ 250

说“学习” \_\_\_\_\_ 259

说“时间” \_\_\_\_\_ 260

说“管理” \_\_\_\_\_ 261

说“做事” \_\_\_\_\_ 263

说“烦恼” \_\_\_\_\_ 266

说“欲望” \_\_\_\_\_ 267

说“民情” \_\_\_\_\_ 268

272... 第二篇 宗教篇

说“因果” \_\_\_\_\_ 274

说“消灭” \_\_\_\_\_ 275

说“迷信” \_\_\_\_\_ 276

说“信仰” \_\_\_\_\_ 278

说“学佛” \_\_\_\_\_ 282

说“布施” \_\_\_\_\_ 287

说“修行” \_\_\_\_\_ 289

说“业障” \_\_\_\_\_ 302

说“皈依” \_\_\_\_\_ 304



①  
②

静  
思  
晨  
语



