

108自在语

自在时光

笔记书

圣严◎著



中国言实出版社

108 自在语



圣严法师 ◎ 著



中国言实出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

自在时光笔记本 / 圣严著. —北京: 中国言实出版社, 2014. 10

ISBN 978-7-5171-0844-3

I. ①自… II. ①圣… III. ①漫画—作品集—中国—现代 IV.
① J228.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 219568 号

责任编辑: 周晏

出版发行 中国言实出版社

地 址: 北京市朝阳区北苑路 180 号加利大厦 5 号楼 105 室

邮 编: 100101

编辑部: 北京市西城区百万庄路甲 16 号五层

邮 编: 100037

电 话: 64924853 (总编室) 64924716 (发行部)

网 址: www.zgyscbs.cn

E-mail: yanshicbs@126.com

经 销 新华书店

印 刷 北京鲁汇荣彩印刷有限公司

版 次 2014 年 12 月第 1 版 2014 年 12 月第 1 次印刷

规 格 880 毫米 × 1230 毫米 1/64 印张 2

字 数 5 千字

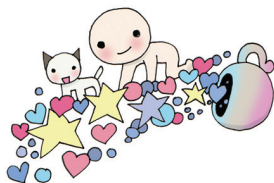
书 号 ISBN 978-7-5171-0844-3



定 价 2.00 元

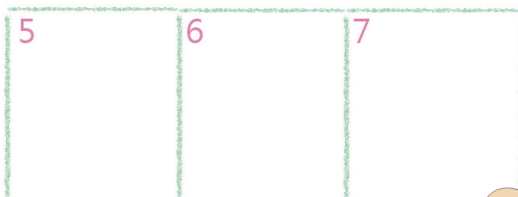
Copyright © 2020 by the author(s). All rights reserved. No part of this publication may be reproduced, stored in a retrieval system, or transmitted, in any form or by any means, electronic, mechanical, photocopying, recording, or by any information storage or retrieval system, without prior permission in writing from the author(s).

Copyright © 2020 by the author(s). All rights reserved. No part of this publication may be reproduced, stored in a retrieval system, or transmitted, in any form or by any means, electronic, mechanical, photocopying, recording, or by any information storage or retrieval system, without prior permission in writing from the author(s).

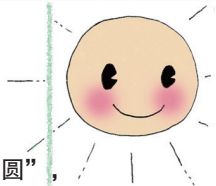
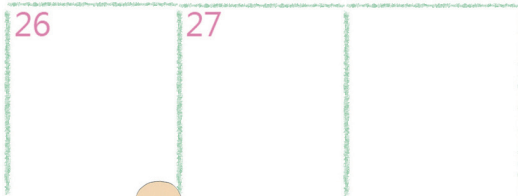
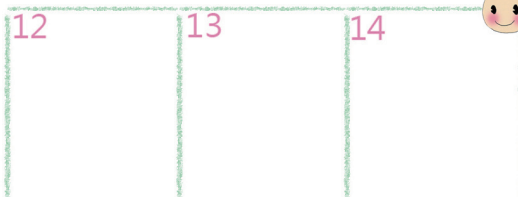
Copyright © 2020 by the author(s). All rights reserved. No part of this publication may be reproduced, stored in a retrieval system, or transmitted, in any form or by any means, electronic, mechanical, photocopying, recording, or by any information storage or retrieval system, without prior permission in writing from the author(s).



1	2 	3	4
8	9	10	11
15	16	17	 18
22	23	24	25
28	29	30	31



THIS MONTH



做人处事要“内方”而“外圆”，
“内方”就是原则，“外圆”就是通达。

1

2

3

4

8

9

10

11

15

16

17

18

22

23

24

25

28

29

30

31



THIS MONTH



5

6

7

12

13

14

19

20

21

26

27

若能知命，
便能坦然面对人生的际遇。

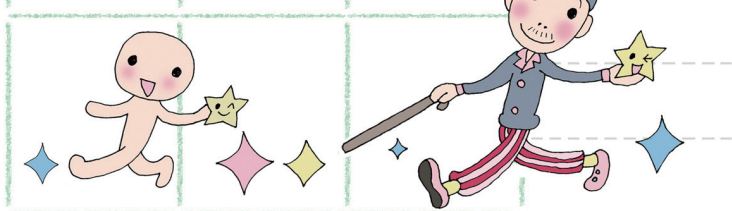
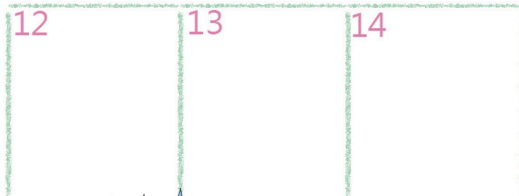



1	2	3	4
8	9	10	11
15	16	17	18
22	23	24	25
29	30	31	







 THIS MONTH


 南山老松早已衰老，北斗寿星尚甚年轻。

1	2	3	4
8	9	10	11
15	16	17	18
22	23	24	25
28	29	30	31



5	6	7
---	---	---



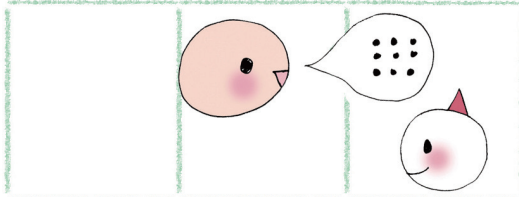
THIS MONTH




12	13	14
----	----	----

19	20	21
----	----	----

26	27	
----	----	--



与人相处，口不出恶言，就是保护他人，也保护自己。

1 	2	3	4

8	9	10	11

15	16	17	18

22 	23	24	25

28	29	30	31 

5

6

7

THIS MONTH



12

13

14

19

20

21






26

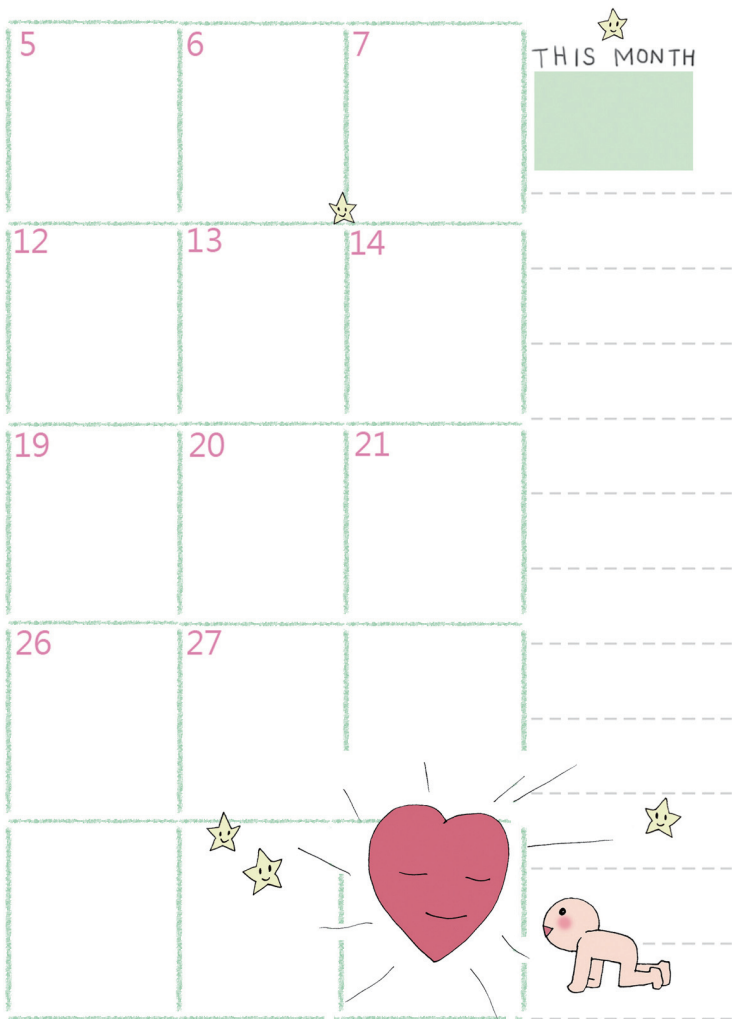
27



把心情放轻松，生病时还是一样地生活，
一样地做该做的事，就能病得很健康。

1	2	3	4
8 	9	10	11
15	16	 17	18
22	23	24	25
28	29	30	 31





当烦恼现前，不要对抗，要用惭愧心、忏悔心、感恩心来消融。

1	2	3	4
8	9	10	11
15	16	17	18
22	23	24	25
27	28	29	30

