

证严法师

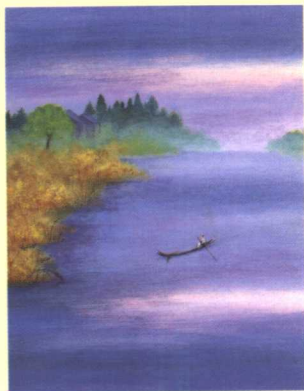
著

人生系列

静思晨语

不求身体健康。只求精神傲睿。不求事事如意。
只求戮力勇气。不求减轻责任。只求增加力量。

凤凰出版传媒集团
江苏人民出版社



有人问我：“什么最美？什么最乐？”
我的答案是：“宁静最美，安定最乐。”

ISBN 7-214-04393-9



9 787214 043931 >

ISBN 7-214-04393-9

B·129 定价：16.00 元

人生系列

证严法师 著

静思晨语

不求身体健康，只求精神傲岸；不求事事如意，
只求毅力勇气；不求减轻负担，只求增加力量。

凤凰出版传媒集团
江苏人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

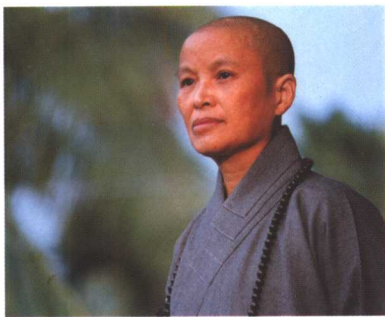
静思晨语/证严法师著. —南京:江苏人民出版社,
2006. 8
(静思文化)
ISBN 7-214-04393-9

I. 静... II. 证... III. 佛教—人生哲学
IV. B948

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 057193 号

书 名 静思晨语
著 者 证严法师
责任编辑 曹 斌
出版发行 江苏人民出版社(南京中央路 165 号 210009)
网 址 <http://www.book-wind.com>
集团地址 凤凰出版传媒集团(南京中央路 165 号 210009)
集团网址 凤凰出版传媒网 <http://www.ppm.cn>
经 销 江苏省新华发行集团有限公司
照 排 南京奥能制版有限公司
印 刷 者 扬中市印刷有限公司
开 本 880×1230 毫米 1/32
印 张 7.375 插页 2
印 数 1—5000 册
字 数 102 千字
版 次 2006 年 8 月第 1 版 2006 年 8 月第 1 次印刷
标准书号 ISBN 7-214-04393-9/B·129
定 价 16.00 元

(江苏人民版图书凡印装错误可向承印厂调换)



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。

证严法师，1937年出生于台湾台中的清水镇。1963年，依印顺导师出家，师训“为佛教，为众生”。1966年创办佛教慈济慈善事业基金会。1966年以来的数十年，法师秉持“佛教生活化，菩萨人间化”的理念，由“慈善志业”肇启，渐次开展“医疗、教育、文化”以及“各地赈灾、骨髓捐赠、环保、社区志工”之所谓“四大志业，八大脚印”，期待由有形的志业推展，达到“净化人间、祥和社會、天下无灾难”的人间净土目标。

证严法师著作

【佛典系列】

- 1.三十七道品讲义（上）
三十七道品讲义（下）
- 2.净因三要
- 3.八大人觉经
- 4.人有二十难
- 5.父母恩重难报经
- 6.四十二章经
- 7.无量义经
- 8.佛遗教经

【静思语系列】

- 1.静思语（一）
- 2.静思语（二）

【人生系列】

- 1.静思晨语
- 2.自在的心灵
- 3.回归心灵的故乡
- 4.慈济心灯
- 5.美的循环
- 6.静思、智慧、爱
- 7.尘尽光生
- 8.谈古说今
- 9.心灵之窗
- 10.清净的智慧
- 11.证严法师心莲
- 12.斋后语
- 13.欢喜自在
- 14.心灵十境
- 15.行经如路
- 16.人中之宝
- 17.证严法师说故事
- 18.生死皆自在
- 19.生活的智慧
- 20.幸福本事

出版说明

证严法师是台湾著名僧人和社会慈善家，她于1966年创办了佛教慈济慈善事业基金会。四十多年来，证严法师与其弟子，奉行一日不做、一日不食、自立清修的生活，并以出世的精神，积极投入入世的社会救助工作。

1991年大陆华中、华东地区发生大水灾，证严法师发起了对受灾同胞的赈灾活动。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、骨髓捐赠等等，只要力量所及，慈济人无不全力以赴，其慈悲的足迹已遍布安徽、江苏、河南、湖南、广东、广西、云南、河北、江西、辽宁、青海、福建、湖北、浙江、贵州、甘肃、宁夏、四川、内蒙古、新疆等省、自治区。现在，援助工作仍在各地持续进行中，慈济人以“直接、重点、尊重、及时、务实”的原则，透过实践力行的力量，在一步一脚印中，深蕴着同为中国人的浓郁乡土情、同胞爱，亦传达出大爱的普世价值。

“净化人心”是证严法师一生的宏愿，其思想与著

作,对世人有着深刻的影响,法师的“人生系列”丛书自1989年在台湾出版以来,以深入浅出的智慧话语,解除了无数烦恼心灵的苦痛与焦躁,深受读者的喜爱。为了便于大陆读者了解和研究证严法师及其思想,我社经静思文化志业公司授权,独家出版了这套书的中文简体字本。

江苏人民出版社

2006年6月

证严上人著作 新版结集发行

【缘起】

1989年，证严上人出版了第一本著作《静思语（第一集）》，迄今已经十七个年头了。

1966年，证严上人开创了慈济世界，“慈善”、“医疗”、“教育”、“人文”志业，一路走来，也已经四十个年头了。

无论是过去的十七年，还是过去的四十年，世界的变化很大。现代社会一般的价值观，所能提供给我们的除了造成“忙碌”与“慌乱”之外，就不易再有其他了。

社会的焦急、忙乱，不安的心绪，总是让上人深觉心痛；因此，只要上人在花莲，无论如何疲累，在许许多多天未破晓的清晨，总会听见上人轻声透过静思晨语，试图唤醒沉醉的梦魂，抚慰不安的心灵。就像音符一样的精炼，十余年来，这些清晨的话语，谱成一本又一本的著作。

每天，全球各地总有数不完的访客、志工与志业体同

仁，怀抱着疑虑与不安，殷殷期盼上人的开示。如此疑虑与不安的心情，也总让上人内心不忍；因此无论多忙，上人总是耐心而慈悲地教诲，试图轻柔地以智慧的话语，抚慰不安的心灵，拔除苦痛。

这些坚定与柔美的智慧话语，解除了无数烦恼心灵的苦痛与焦躁；也一字一字，一句一句，化成一本又一本简单易懂的著作。

十余年来，上人的著作，超过了百册。无数的失望生命，因展读上人的书而回头；无数的禁锢心灵，因展读上人的书而开放；许多的破碎家庭，因展读上人的书而和乐；许多的美善因缘，因展读上人的书而具足。

为了让不安的社会与烦恼的心灵得以平安自在，静思文化有责任将上人在过去十余年出版的著作，逐一校对，稍加增删，并结集成套，以虔诚的心，全球发行。

静思文化，借着【证严上人著作 新版结集发行】，虔诚祈求全球的人类，能在感恩的心中，有无限宁静与幸福。

静思文化谨识

2006年6月

目 录

善用生命

分秒必争	003
时光可贵	004
岁月不常住	005
生命真义	007
为工作而生活	009
闲人与忙人	011
白蚁精神	013
功德的累积	015
朝闻道可夕死！	016
人生航道	017

感恩的心

孝的真谛	021
两种孝	023

暗室慧灯	024
师长	026
四重恩	027
慈母心	029

智慧人生

自信信人	035
信心之门	037
心净则土净	039
和为贵	041
诚与信	042
含毒心理	043
福慧资粮	045
快乐之道	047
少欲知足	049
良田的开发	051
钱财与法财	053
菩萨的美德	055
挣出爱欲缠索	057
爱的诠释	058
无争	060
何必外求	061

心光 062

点点寒梅处处香 063

去恶向善

心细·气柔·愿大·志坚 067

人生如镜 069

慈忍的妙用 071

无明火 073

功德 075

理直气和 077

矿石中的宝玉 078

发欢喜大愿心 079

人生炼炉 080

智者的抉择 082

刚柔相济 084

平等心、欢喜缘 085

善解的心 086

觉之教育

宗教与人生 091

觉之教育 094

佛教的大乘精神 096

觉	098
透彻无常观	099
良药	101
大医王	103
佛口所生子	104
善知识	105
返璞归真	106
美丽与哀愁	107
道与人	108
开心功夫	109

正信正行

转迷成智	115
真理	116
净化心灵	119
理想的完成	120
把持方向	121
成佛有余	122
珍惜每一次	123
因果	124
菩萨欢喜地	125
身口意	126

吉祥月	127
第一功德	130
理财之道	132
朝山的意义	134
命运	137
皈依	139
信佛、拜佛与学佛	142
食存五观	145
素食与素心	148
失与得	151

忏悔的心

忏悔则清净	155
依谁为师	156
秤	157
心如镜	158
从心做起	159
向前走	161
慎独	162
学佛者的起步	163

菩提之路

菩萨游化人间	167
--------	-----

菩萨行	168
远离五欲	169
做人的基础	171
口的善法	173
四摄法	175
五根·五力	176
戒·定·慧	177
以不净观治贪	179
以慈悲观治瞋	180
以因缘观破痴	181
愚痴与智慧	182
七觉支治散乱心	184
道与德	185
菩萨精神	186
良田	188

法门无量

正念	191
菩提心	192
念佛	193
静坐	194
禅	195

集中心念的训练	197
禅在生活日用中	198
用功的方法	199
反观“观”自性	202
“止、观”双运	203
坚持初发心	204
三不能	205
静思五则	206

质直为本

直心是道场	209
持戒与执戒	211
守住根门	212
真正的护生	213
净因三要	215
凡与圣	216
早起	217
长情大爱	218
新年三愿	219
工作即修行	220
极乐境界	221