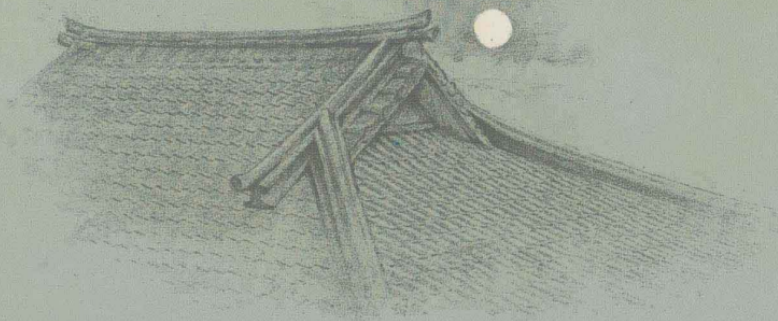


證嚴法師

靜思語

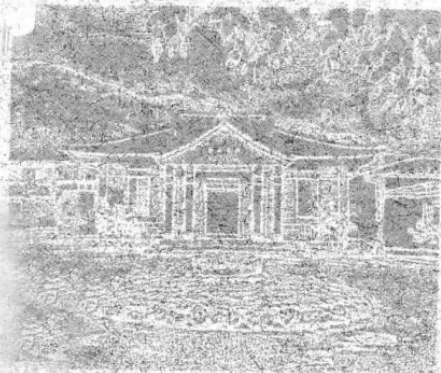
第二集



證嚴法師

# 靜思語

第二集



# 證嚴法師靜思語第二集

證嚴法師靜思語集④

---

著 者 者／釋證嚴

發 行 者／釋證嚴

美 術 編 輯／張小華

出 版 者／慈濟文化出版社

台北市忠孝東路3段217巷7弄35號

電話：(02)7760111

郵政劃撥／14786031 慈濟文化出版社

排 版 者／正豐電腦排版有限公司

印 刷 者／優文印刷股份有限公司

台北縣土城鄉永豐路195巷29號

電話：(02)2622335

出 版 日／民國81(1992)年2月20日初版一刷

民國87(1998)年2月20日初版<sup>107</sup>刷

行政院新聞局局版臺業字第4934號

---

定價新台幣 一六〇元

---

為尊重作者及出版者 未經允許請勿翻印

本書如有缺頁 破損 倒裝 請寄回更換

ISBN 957-9298-12-2

Printed in Taiwan

# 看似尋常最奇崛，成如容易卻艱辛

寫在靜思語第二集出版之前

唐朝大詩人劉禹錫的詩云：「瞿塘嘈嘈十二灘，此中道路古來難；長恨人心不如水，等閒平地起波瀾。」意思是說：水，只有遇到山石阻隔時，才會激起波濤，形成人見人畏的險灘；可是，人心，即使是在平地，也會無端生起波瀾，暗喻瞿塘灘道，雖然古來難行，但比起人的心路歷程來，恐怕還要易走得多。這是詩人對人心起伏善變，多所感慨之語。這種感慨，或許很多人會有同感。

人心難調能調，只要時常反觀內省，靜思惕勵，起伏善變



① 看似尋常最奇崛，成如容易卻艱辛





的人心，也可以調伏得如如不動，清澈見底。

《靜思語》一書，自出版以來，承蒙各方厚愛，讀者謬賞，證嚴愧不敢當，對社會廣大讀者的支持與厚愛，證嚴至為感激，希望這本書能帶給大家身心輕安，有所得，也有所悟。

現在《靜思語》第二集，將由九歌出版社與慈濟文化出版社同步出版發行，在編輯體例上，延續第一集的風格，但內容上則較第一集更為寬廣，我們這樣做，是爲了使大家有更開闊的思惟空間。

歷代禪師雖然強調言語障道，故不立文字，直指人心。其實，道不在言語，而在人心，如果只是執着於語言文字，而不能體悟語言文字的精髓，依言厲行，才是障道的主要原因。

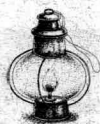
語言文字和「道」的關係，就像「以手指月」一樣；以手

指月，目的在月不在手。語言文字只是載道的工具而非目的，執着於工具而忘了目的。就本末倒置，非以手指的用意了。

《靜思語》所以用最淺顯易懂的語言，闡述人生的道理，目的只有一個，那就是希望每一位閱讀本書的人都能獲得心靈上的自在。事實上，這個目的《靜思語》第一集已有莫大的啓迪作用了。

王安石詩云：「蘇州司業詩名老，樂府皆言妙入神；看似尋常最奇崛，成如容易卻艱辛。」真理不在詰屈聱牙的用語中，看似尋常的語句，只要用心體悟，句句都蘊涵著奇崛，浮躍著佛性。

「尋常一樣窗前月，才有梅花便不同」，「靜思」是靜思惟的意思，透過凝神自照，才能調得身心一如，動靜一致，能如





此，即使是最淺顯的一句話語，也能發揮無比的威力。

《靜思語》第二集出版在即，證嚴不敢奢望它能有多大移風易俗的貢獻，但總希望它能發揮一點潛移默化的功能，為社會善盡點責任。這個希望能否實現，就要看讀者能否深體書中片言隻字的真意了。

民國八十年十月十四日  
於 靜 思 精 舍

【上卷】  
靜思晨語

---



# 目錄

看似尋常最奇崛，成如容易卻艱辛——1

## 【上卷】靜思晨語——1

●第一篇／讓生命功能永遠像春天——2

〈人生的目標〉

●第二篇／成功的起點——6

〈談毅力〉

●第三篇／沙漠中的甘泉——8

〈宗教的精神〉

●第四篇／慈悲與智慧的化身——12

〈菩薩的心〉





●第五篇／赤裸裸來的——18

〈利用身體〉

●第六篇／愛河千尺浪——22

〈談情說愛〉

●第七篇／說一丈不如行一寸——28

〈關於修行〉

●第八篇／理財之道——40

〈關於錢財〉

●第九篇／在黑暗中點一盞燈——44

〈關於學佛〉

●第十篇／在風雨中成長——52

〈關於逆境〉

●第十一篇／已經不殘而廢了——58

〈不肯走正路〉



- 第十二篇／粒米成籬——60  
〈積少成多〉
- 第十三篇／毒蛇陪伴的日子——64  
〈貪、瞋、癡、慢、疑〉
- 第十四篇／心上一把刀——72  
〈忍辱〉
- 第十五篇／心田不長無明草——76  
〈談心〉
- 第十六篇／這本經一定要唸——84  
〈家庭、倫理〉
- 第十七篇／人生進行曲——90  
〈清淨大愛〉
- 第十八篇／都是大家的努力——100  
〈服務、責任與感恩〉



●第十九篇／精神的抗體——104

〈信心、毅力與勇氣〉

●第二十篇／常常汲取井水——106

〈吉祥、幸福、快樂〉

●第二十一篇／心靈的解脫——114

〈慈悲與智慧〉

●第二十二篇／灑一滴甘露——116

〈少慾知足〉

●第二十三篇／千錘百鍊之後——124

〈「我」怎麼說〉

●第二十四篇／兩手空空放不下——130

〈捨〉

●第二十五篇／無量悲願力——132

〈從慈濟志業說起〉



●第二十六篇／飲一杯智慧水——130

〈渡、無常、精進〉

●第二十七篇／廣庇天下盡歡顏——144

〈戒殺與護生〉

●第二十八篇／人生苦短——140

〈這個關怎麼過〉

●第二十九篇／此心即道場——152

〈做人與做事〉

## 【下卷】答人間問——154

●第一篇／人事篇——155

說「情愛」——156

說「婆媳」——170



說 「慾望」	說 「煩惱」	說 「做事」	說 「管理」	說 「時間」	說 「學習」	說 「事理」	說 「慈悲」	說 「忍辱」	說 「人生」	說 「心境」	說 「病痛」
248	244	238	236	234	230	216	210	206	202	190	182





目錄 7

說	說	說	說	說	說	說	說	說	說	說	說	說	說
「皈依」	「業障」	「修行」	「布施」	「學佛」	「信仰」	「迷信」	「消災」	「因果」	「民情」	●第二篇／宗教篇			
310	306	286	282	274	268	264	262	258	252				257

## 【附錄】

313

慧心與悲心的註腳／林清玄

314

飽含圓融智慧與悲憫情懷／李瑞騰

315

不逆耳的忠言／李堅

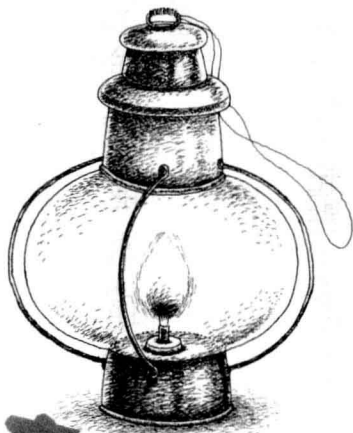
320

用毅力安排人生時間／李麗娥

322

承載大負擔／張愛娟

326



# 靜思語