

無量義法髓頌

靜思家風

第80頁～第115頁

慮詩(甘緣香)分享

家風

？

朱子治家格言

黎明即起，灑掃庭除，要內外整潔……

一粥一飯，當思來處不易；

半絲半縷，恒念物力維艱……

家風

家族世傳的作風習慣或傳統典範。 (教育部國語辭典簡編本)

一般指一種由父母或祖輩提倡並能身體力行和言傳身教，用以約束和規範家庭成員的風尚和作風。家風是一個家庭長期培育形成的一種文化和道德氛圍，有一種強大的感染力量。 (百度百科)

好的家風

才是家庭**一輩子**的不動產
決定孩子為人處世的

態度和底氣（媽媽經）

草山春暉的家風

？

靜思家風——一日不作 一日不食

〈無量義經偈頌〉

法身大士，慈悲菩薩，其心禪寂，常在三昧
恬安淡泊，無為無欲，顛倒亂想，不復得入

法身大士 慈悲菩薩



一生無量
無量從一生

法身大士

欲救濁世苦難眾生

效法

觀世音菩薩的千手千眼

培養

無量大悲的人間菩薩



法身大士 慈悲菩薩

「法身大士」,就是身心清淨無染,智慧光明的菩薩。

「大士」是菩薩,「法身」是人人本具。我們有與佛平等的智慧,這個智慧與生俱來,只是凡夫累生累世不斷複製無明,所以法身被埋得很深。這些菩薩已經將無明全都去除,回歸自己原來的本性,清淨的慧光現前了。人人法性本具,現前的大菩薩,已經「戒、定、慧、解脫、解脫知見」具足。心都在三昧正行、正定中,所以「其心禪寂」,因此稱為「法身大士」,這是內心的清淨境界。

「慈悲菩薩」，菩薩**必定是**慈悲的。慈悲入人群，就是人間路；雖然諸菩薩的身心清淨，但也要走**入人群度眾生**。二千多年前，在**佛的法座周圍**的菩薩，現在一樣在人間，同樣**不捨眾生**。這些菩薩都是**發心發願**，要來人間**實行法華道**——《法華經》的道路。凡是在《法華經》裡出現過的菩薩，應該全都還在人間；而現在的人間就是五濁惡世，諸佛菩薩需要再入人群中救度眾生，所以慈悲菩薩不離眾生。P. 80

其心禪寂 常在三昧

其心禪寂，禪，就是定。我們要有「定」，在菩薩道裡，不就是行四心六度嗎？要有慈、悲、喜、捨，還要有布施、持戒、忍辱、精進、禪定，智慧。六度法門，離不開慈悲喜捨四心，我們發心行六度，六度中就有禪定，才能發揮我們的智慧。清淨的身心，才能在日常行動中，心中有佛，行中有法。

常在三昧,不是坐著入定才叫做三昧。禪宗說擔柴運水無不是禪;喝茶吃飯無不是禪,行住坐臥無不是禪,不就是跟我們說行中有法嗎?我們要走入人群中,人人都是一部經:常常說不論是孩子說的一句話,或是老人說的話,即使他沒有讀書,說的話仍有法。

恬安淡泊 無為無欲

「恬安淡泊，無為無欲」，自然「顛倒亂想，不復得入」。我們的煩惱都是在顛倒亂想中，現在聽法的時候很歡喜，等一下有什麼無緣的事情，或是結到惡緣的人來跟我們說某某人如何，心就又擾亂了。或是面對環境色香味觸，就自然心生惡法；心生惡法，就是貪瞋癡，這會讓我們顛倒亂想。

外面的境界時時在誘引我們，要如何才能
「恬安淡泊，無為無欲」？心若能常在禪寂
三昧中，有這分的定力，不起心動念，自然對
外面的境界很恬安、寧靜，無論什麼樣的境
界來，都不會打動我們的心，就像靜水沒有
動搖。不過，定力若不足，沒有入三昧正念，
只要一粒沙丟到水裡，就會動了，所以一定
要有恬安，很恬靜的心。

顛倒亂想 不復得入

無始以來，我們的習氣一直就是在無明中；要能進入「顛倒亂想，不復得入」的心境，真的有辦法嗎？好像很困難，所以佛陀不斷用種種方法循循善誘。

若能「顛倒亂想，不復得入」，自然「靜寂清澄，志玄虛漠，守之不動，億百千劫」，我們的心有定在這個境界嗎？「靜寂清澄，志玄虛漠」這個心境，是多麼的美！

「恬安淡泊，無為無欲」的心境，我們就已經覺得很恬靜、很安心，沒有一點煩惱或污染在心中。我們的境界有這麼恬安嗎？若要真正恬靜、安心，就要無為無欲；若沒有欲心，才能進入靜寂清澄的境界。

小木屋修行 禮拜《法華經》

一九六三年農曆五月，上人受戒後回到花蓮，住進普明寺後方五十公尺處的小木屋潛修。在此閉門清修，研讀、抄寫、禮拜《法華經》長達六個月，體會到「靜寂清澄」的境界。因沒錢買花果供佛，每月抄好一部《法華經》，就燃臂供佛，回向眾生。



師訓
為佛教，為眾生
以
法華經為精神
教菩薩法
以
無量義經為依歸
一生無量，無量從一生

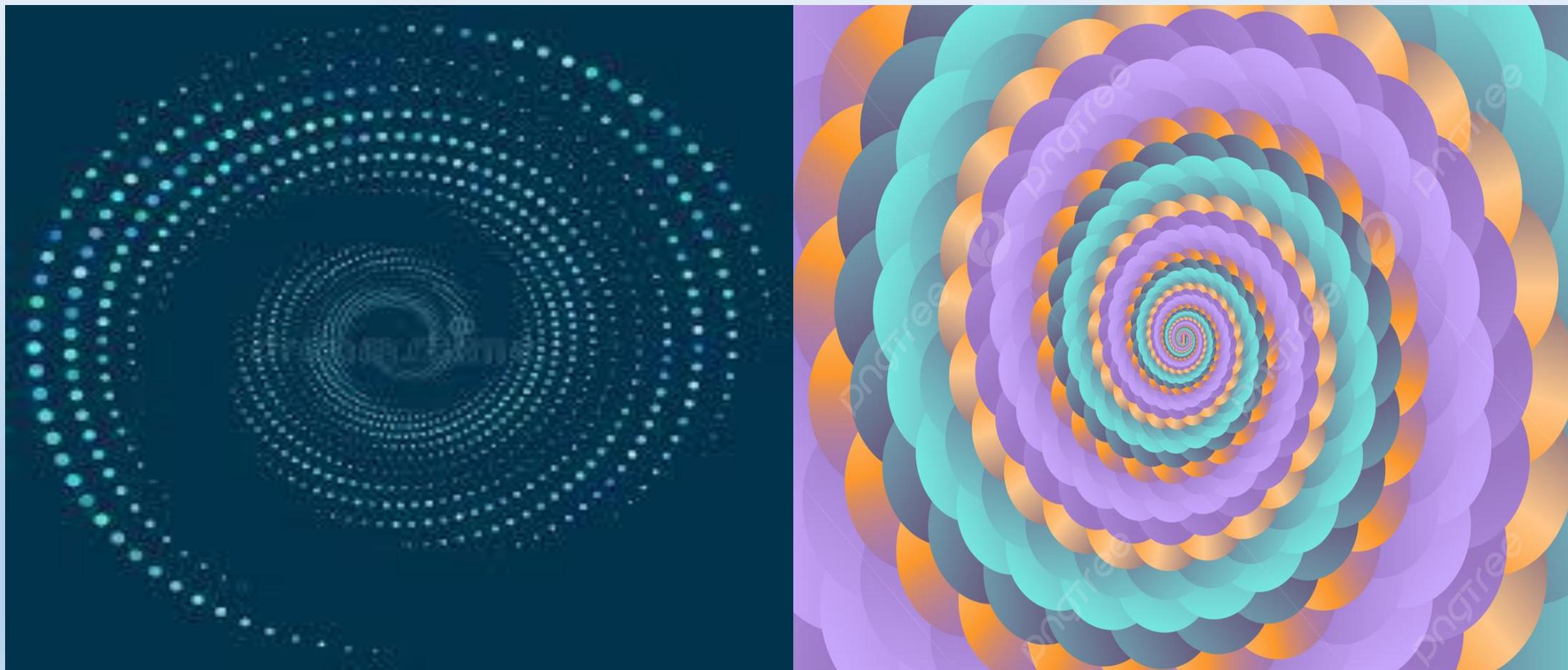
畫圓



一生無量
同心圓

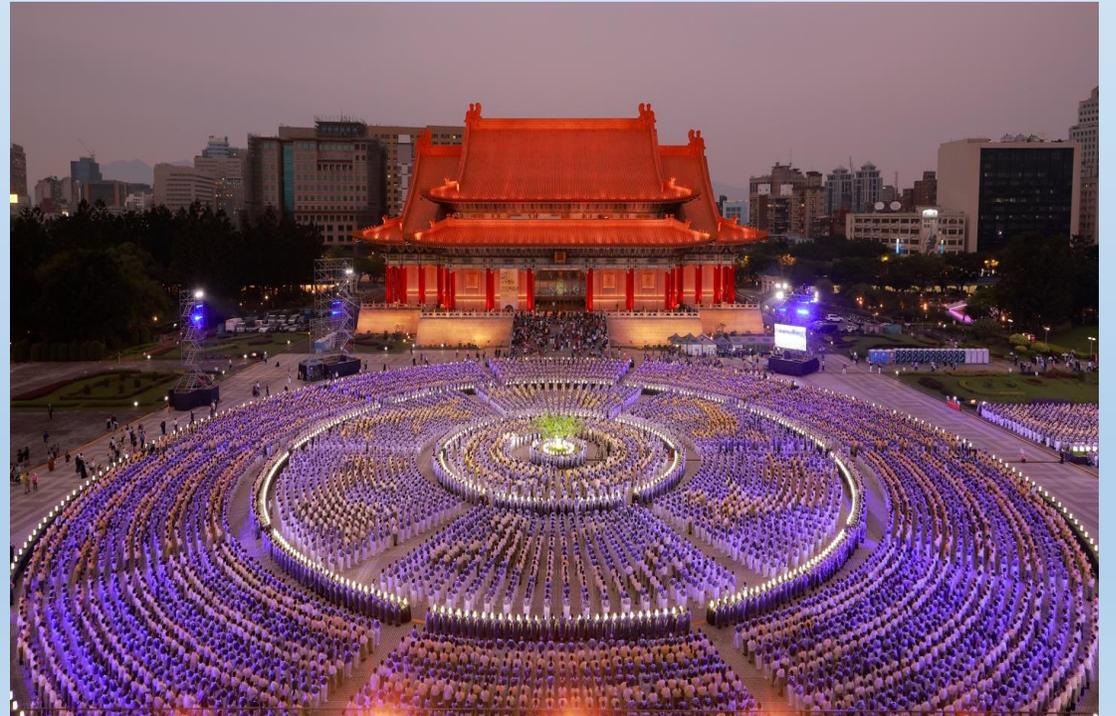


立體琉璃同心圓



顛倒亂想 不復得入

其心禪寂，常在三昧
恬安淡泊，無為無欲



法身大士，慈悲菩薩，其心禪寂，常在三昧
恬安淡泊，無為無欲，顛倒亂想，不復得入



自力耕生 不受供養 克難、克己、克勤、克儉

上人出家前即自訂三個原則：一、自力耕生，不受供養；二、不做法會，不趕經懺；三、不做住持，不收弟子。一九六四年，上人隨順因緣，陸續為五位弟子皈依，成就他們出家的道心。同年帶著弟子們，借住於普明寺旁邊小小的木板房。

四川 懋善寺

證嚴上人自1963年10月
From October 1963, Master Cheng Yen

靜思語

要克服難不要被難克服

講經換取住的地方

付出

結善緣

轉法輪

締結師徒緣

證嚴法師
菩提心要

大愛

開光
地藏王菩薩

訂閱

牧羊女供養糜乳

悉達多太子

創建佛教

師孃

慈母買地建道場

開啟慈濟宗門

證嚴法師
菩提心要

大愛



師傅就開始來蓋房子了

the workers came to build it

訂閱

一九六六年，慈濟功德會成立，上人發願於每月發放日時，誦一部《藥師經》，回向給發心護持志業的大德。一九六九年靜思精舍落成，三十幾坪的空間，是大殿、佛堂、寮房，還兼做功德會辦公室。提出寺廟登記時，即以「慈善、醫療、教育、文化」作為慈濟發展的方向。雖然為了力行「為佛教，為眾生」的志願，不斷與自己的原則拉扯，不過「自力耕生，不受供養」，卻是不論如何都要堅守的信念。

一九六九年 靜思精舍落成



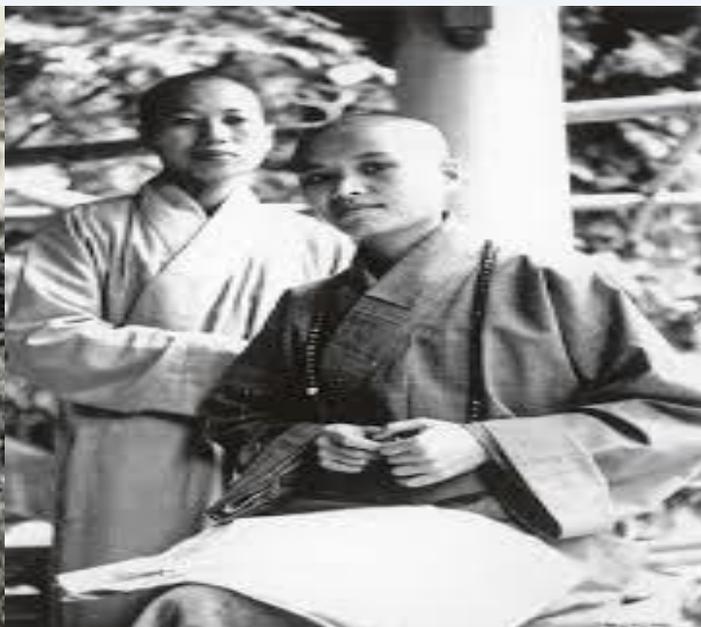


爲了堅持「一日不作，一日不食」的精神，師徒從借住小木屋開始，到後來自建的靜思精舍，前後嘗試了織毛線衣、田園耕作、糊水泥袋、縫嬰兒鞋等二十一項手工。有些手工只做了短暫時間，有些則持續至今；維持生活的同時，更從作務中修行，並且全力支援慈善工作。

二十一種手工







上人叮嚀早期跟隨的弟子：「你們是**第一代**，**要徹底犧牲**，人家不能吃的苦，我們要能吃；人家不能忍的，我們要能忍。**日子過得再苦**，**都不能回俗家拿錢**。有本事，一天吃三餐；沒本事，一天吃一餐，要靠自己的雙手自力耕生。」

一九九三年三月，「靜思文化公司」成立。在「**淨化人心、提升心靈、締造祥和社會**」的理念下，透過「靜思人文」發行的**圖書、影音**等出版品；還有「**淨斯人間**」製造的**食品、紡織品及環保產品**，以營運所得**維繫**精舍常住眾生活。

靜思書軒
let's be peaceful it real

春

新品上市

筷筷傳遞愛與善

筷身採用德國 SUS 316 不鏽鋼

筷柄採用日本 SPS 食品級塑料

耐熱程度 -20度~220度

不因高溫變形 不釋放三聚氰胺



淨斯隨身筷

9折 \$495 定價-\$550

黑色 白色 薄荷色 薄荷色 2款

筷身採用旋轉式設計

淨斯環保筷

9折 \$198 定價-\$220

深藍色 白色 黑色 2款 2款



慧慧的心，綠化的手，
珍惜大自然，人人都平安。



各地書軒

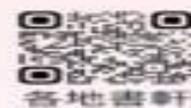
購物網

活動日期：即日起 - 2024 / 03 / 31 止



溫馨共慶 三節合一

活動日期
3/01
~
5/15



力能大豆蛋白飲
袋裝優惠 \$1200 元



力能碗豆蛋白飲
兩入八折 \$800 元



穀香濃韻營養組 任選三件
\$600 元



蔬食湯品海帶芽湯
三件優惠 \$1100 元



蔬食糙米鹹粥 三件優惠
\$1100 元



淨斯本草飲三包
\$1000 元



本草濃縮液加量版
盒裝三件 \$2000 元



菌草液體膠囊
任選三件 85 折



愛保健任選三件 95 折
愛保健任選六件 9 折

靜思書軒溫馨共慶

三節合一優惠即日起到5/15日止

1、清明節 2、母親節 3、慈濟週年慶

- 秋薑黃粉2瓶 特價：1000元(原價：1440元)
- ★油甘果粉2瓶 特價：660元(原價：840元)
- 本草飲茶包3包 特價：1000元
- ★本草濃縮液 30ml加量版 3盒 特價：2000元(原價：3300)
- 碗豆蛋白飲2罐 特價：800元(原價：1000元)
- ★大豆蛋白飲袋裝 特價：1200元(原價：1400元)
- 五穀粉，任選3包 特價：600元(原價：720元)
- ★海帶芽湯3袋 特價：1100元(78折)(原價：1410元)
- 糙米鹹粥20入3袋 特價：1100元(82折)(原價：1350元)
- ★液體膠囊(葉黃素/D3/藻油)任選3件85折
- 愛保健系列任選1件95折 任選3件9折

靜思書軒
JING SI BOOKS & CAFE

·本公司保留活動更改與異動之權利
·照片僅供參考，產品以實體為主

溫馨共慶 三節合一

活動日期 3/01 ~ 5/15

各地書軒 購物網

力能大豆蛋白飲 袋裝優惠 \$1200 元

力能碗豆蛋白飲 兩入八折 \$800 元

穀香濃縮營養組 任選三件 \$600 元

蔬食湯品海帶芽湯 三件優惠 \$1100 元

蔬食糙米鹹粥 三件優惠 \$1100 元

淨斯本草飲三包 \$1000 元

本草濃縮液加量版 盒裝三件 \$2000 元

菌草液體膠囊 任選三件 85 折

愛保健任選三件 95 折 愛保健任選六件 9 折

多款產品 等好友

靜思書軒
JING SI BOOKS & CAFE

· 本公司保留活動更改與異動之權利
· 照片僅供參考，產品以實體為主



力能大豆蛋白飲
袋裝優惠 \$1200 元



力能碗豆蛋白飲
兩入八折 \$800 元



穀香濃韻營養組 任選三件
\$600 元



蔬食湯品海帶芽湯
三件優惠 \$1100 元



蔬食糙米鹹粥 三件優惠
\$1100 元



淨斯本草飲三包
\$1000 元



本草濃縮液加量版
盒裝三件 \$2000 元



菌草液體膠囊
任選三件 85 折



愛保健任選三件 95 折
愛保健任選六件 9 折

溫馨共慶 三節合一

活動日期
3/01
~
5/15



各地書軒



購物網

溫馨共慶 二節合一

活動日期
3/05
~
5/15



美膚精萃組
感恩價\$5,800
(原價\$6,800)

芳香悅味組
感恩價\$1,250
(原價\$1,400)

美膚光采組
感恩價\$5,000
(原價\$5,600)

【薑黃粉養生專屬優惠組】

一口薑黃粉，念念感恩心，豐富養生，龍重厚禮，薑黃粉雙享優惠。

即日起到5/15止，秋薑黃粉、薑黃黑胡椒粉(數量有限)任選兩罐，享感恩價1,000元(原價：1,440元)

來自花蓮精舍師父們用心耕作，順應自然、不使用化學肥料、不噴藥，以疼惜大地的心呵護栽種的薑黃，從種植到可以採收，需要至少兩年的時間。秋薑黃中最具營養價值的薑黃素，經實驗證實，搭配黑胡椒中的胡椒鹼成分，可以提升人體吸收薑黃素的效率。

一口薑黃粉
念念感恩心

豐富養生 龍重厚禮
薑黃粉雙享優惠

- ✓ 一年四季皆可食用
- ✓ 直接食用或加入開水攪拌飲用
- ✓ 可入菜、入湯、加入其他飲品



秋薑黃粉

薑黃黑胡椒粉 (數量有限)

薑黃粉養生專屬優惠組 (任選 2 罐)

感恩價 1000 元 (原價 1440)

推廣日期：2024/3/1 至 2024/5/15



各地書軒



購物網

V24022002

油甘果粉 (菴摩羅果粉) 50g



保健瑰寶 菴摩羅果
油甘果粉 初酸澀 尾甘甜
品味自然界的奇妙滋味

粉甘心組合 (一組2入)
優惠價 660元 (原價 840)

推廣日期 2024 / 2 / 1 至 2024 / 5 / 15 (售完為止)

- ✓ 100% 純油甘果
- ✓ 維持消化道機能
- ✓ 富含維生素B、C、E



各地書軒



購物網

V24022001

淨斯

協力農產

老梅鳳梨樹葡萄露

Ume Pineapple
Ume jabo



滴滴珍貴

滴滴真誠

一箱25盒

一盒兩種口味各9包

優惠價\$360元

可以直接飲用
淋 冰淇淋
拌 沙拉
沾 麵包
飲 調飲品

筷筷筷~傳遞愛與善 小而美便利又輕巧

靜思書軒
JING SI BOOKS & CARE

春

新品上市 筷筷傳遞愛與善

- 筷身採醫療級 SUS 316 不鏽鋼
- 筷柄採日本 SPS 食品級塑料
- 耐熱程度 -20度~220度
- 不因高溫變形 不釋放三聚氰胺

淨斯隨身筷

9折 \$495 定價-\$550

黑色 白色 淺粉色 淺藍色 22cm

筷身採用旋轉式設計

淨斯環保筷

9折 \$198 定價-\$220

深藍色 白色 黑色 21cm 23cm

活動日期：即日起 ~ 2024 / 03 / 31 止

應悲的心，綠化的手，
疼惜大自然，人人都平安。

QR碼
各地書軒
購物網

「淨斯隨身筷」係由「淨斯環保筷」升級而來，
「淨斯隨身筷」係由「淨斯環保筷」升級而來。



【淨斯隨身筷】新品上市~筷身採用旋轉式設計，醫療級SUS 316不鏽鋼，筷柄採日本SPS食品級塑料，耐熱-20度至220度，不因高溫變形、不釋放三聚氰胺。即日起至3/31止，享九折優惠

植福顧健康 歡迎舊雨新知報給大家知



靜思書軒
JING SI BOOK & CAFE

HAPPY BIRTHDAY TO YOU
靜思之友
會員生日禮開跑囉

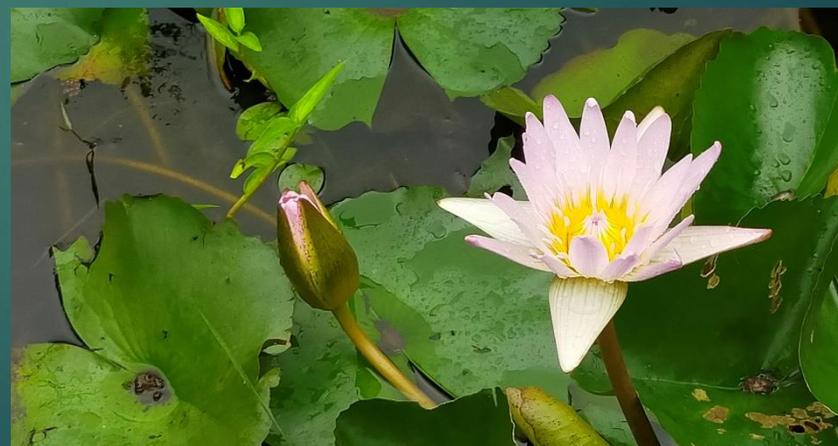
即日起會員生日當月份
至全台靜思書軒
即可**免費**享用飲品乙杯
(一人限定乙次) 外帶需自備環保杯唷!

活動時間 2024年1.1~12.31



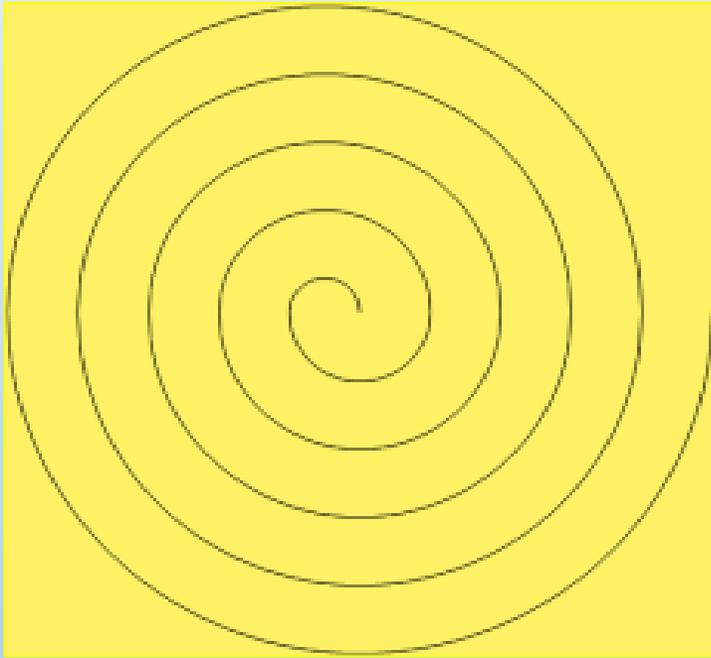
靜思書軒祝福您生日快樂!
靜思書軒保有最終解釋權力

感恩您 祝福您



靜思精舍是慈濟發展的源頭，也是全球慈濟人心靈的故鄉，但精舍的財務與慈濟的財務完全分開。曾經在發放時，有人要把過程中掉落的米，放進精舍的米缸，立刻被上人制止。因為發放的米是屬於功德會，是要布施給貧苦人的。五十多年來，精舍生活用度不僅沒有一分一毫來自慈濟會員的捐款，反而提供飲食、住宿接待全球慈濟人。

信己無私 信人人有愛



希望工程願力堅

以禮培育君子德

與時俱進質精粹

群聚螢光護磐石



早安
新聞

思龍加村大愛屋動土 未來生活盈希望



大爱
全球新聞

情長駐村愛大國尼



DaAi
News



震災後的求學路 沒有牆的臨時教室

午后
新聞

臺北 19-19°C

尼泊爾

馬來西亞慈濟志工 張栢林 與 村民

這種屋頂 能防止噪音

午后
新聞

彰化

上人勉勵弟子：「不為自己求安樂，但願眾生得離苦」，靜思法脈就是「克己、克勤、克儉、克難」，出家眾不只要自力耕生，還要做慈濟大家庭的後盾。人人守志奉道，其道甚大，這就是「靜思家風」。

靜思家風

好的家風才是家庭**一輩子**的不動產

決定孩子為人處世的**態度和底氣**

靜思家風

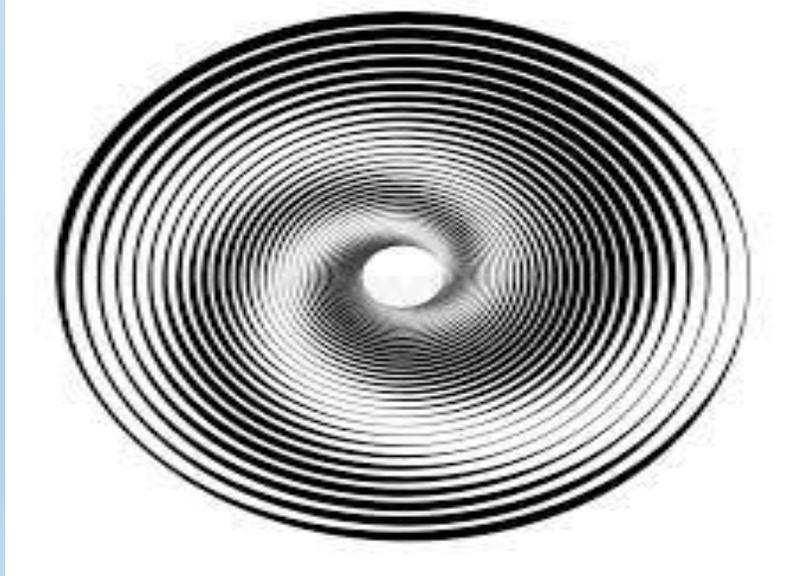
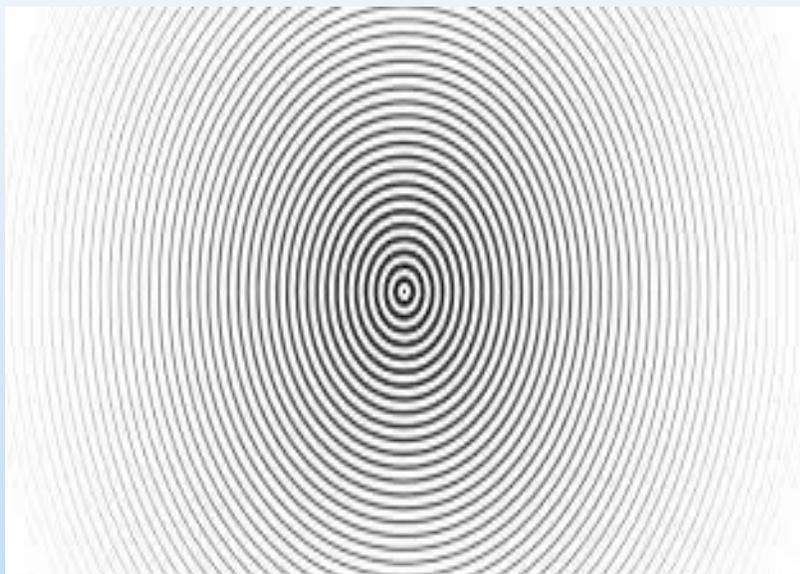
？

一日不作 一日不食

克己、克勤、克儉、克難

靜寂清澄，志玄虛漠，守之不動，億百千劫

口說好話 心想好意 身行好事



但願眾生得離苦
不為自己求安樂
續佛慧命承師志
上求下化度眾生

感恩 祝福
德無缺
愛無量
福慧滿滿滿

