

提昇人品

1. 需要的不多，想要的太多。
2. 知恩報恩為先，利人便是利己。
3. 盡心盡力第一，不爭你我多少。
4. 慈悲沒有敵人，智慧不起煩惱。
5. 忙人時間最多，勤勞健康最好。
6. 布施的人有福，行善的人快樂。
7. 心量要大，自我要小。
8. 要能放下，才能提起。提放自如，是自在人。
9. 識人識己識進退，時時身心平安；知福惜福多培福，處處廣結善緣。
10. 提得起放得下，年年吉祥如意；用智慧種福田，日日都是好日。
11. 身心常放鬆，逢人面帶笑；放鬆能使我们身心健康，帶笑容易增進彼此友誼。
12. 話到口邊想一想，講話之前慢半拍。不是不說，而是要惜言慎語。
13. 在生活中，不妨養成「能有，很好；沒有，也沒關係」的想法，便能轉苦為樂，便會比較自在了。
14. 四安：安心、安身、安家、安業。
15. 四要：需要、想要、能要、該要。
16. 四感：感恩、感謝、感化、感動。
17. 四它：面對它、接受它、處理它、放下它。
18. 四福：知福、惜福、培福、種福。
19. 能要、該要的才要；不能要、不該要的絕對不要。
20. 感恩能使我们成長，報恩能助我們成就。
21. 感謝給我們機會，順境、逆境皆是恩人。
22. 遇到好事，要隨喜、讚歎、鼓勵，並且虛心學習。
23. 少批評、多讚美，是避免造口業的好方法。
24. 平常心就是最自在、最愉快的心。
25. 踏實地走一步路，勝過說一百句空洞的漂亮語。
26. 知道自己的缺點愈多，成長的速度愈快，對自己的信心也就愈堅定。
27. 多聽多看少說話，快手快腳慢用錢。
28. 唯有體驗了艱苦的境遇，才会有精進奮發的心。
29. 踏踏實實做人，心胸要廣大；穩穩當當做事，著眼宜深遠。

享受工作

30. 忙而不亂，累而不疲。
31. 忙得快樂，累得歡喜。
32. 「忙」沒關係，不「煩」就好。
33. 工作要趕不要急，身心要鬆不要緊。
34. 應該忙中有序的趕工作，不要緊張兮兮的搶時間。
35. 不要以富貴貧賤論成敗得失，只要能盡心盡力來自利利人。
36. 任勞者必堪任怨，任事者必遭批評。怨言之下有慈忍，批評之中藏金玉。
37. 隨遇而安，隨緣奉獻。
38. 成功的三部曲是：隨順因緣、把握因緣、創造因緣。
39. 見有機緣宜把握，沒有機緣要營造，機緣未熟不強求。
40. 人生的起起落落，都是成長的經驗。
41. 用智慧處理事，以慈悲關懷人。
42. 以智慧時時修正偏差，以慈悲處處給人方便。
43. 慈悲心愈重，智慧愈高，煩惱也就愈少。
44. 面對許多的情況，只管用智慧處理事，以慈悲對待人，而不擔心自己的利害得失，就不會有煩惱了。
45. 心隨境轉是凡夫；境隨心轉是聖賢。
46. 大鴨游出大路，小鴨游出小路，不游就沒有路。
47. 山不轉路轉，路不轉人轉，人不轉心轉。
48. 「精進」不等於拚命，而是努力不懈。
49. 船過水無痕，鳥飛不留影，成敗得失都不會引起心情的波動，那就是自在解脫的大智慧。
50. 給人方便等於給自己方便。
51. 甘願吃明虧，是仁者；受辱吃暗虧，是愚蠢。
52. 壓力通常來自對身外事物過於在意，同時也過於在意他人的評斷。
53. 用感恩的心、用報恩的心，來做服務的工作，便不會感到倦怠與疲累。
54. 隨時隨地心存感激，以財力、體力、智慧、心力、來做一切的奉獻。

平安人生

55. 生命的意義是為服務，生活的價值是為奉獻。
56. 人生的目標，是來受報、還願、發願的。
57. 人的價值，不在壽命的長短，而在貢獻的大小。
58. 過去已成虛幻，未來尚是夢想，把握現在最重要。
59. 不用牽掛過去，不必擔心未來，踏實於現在，就與過去和未來同在。
60. 智慧，不是知識、不是經驗、不是思辯，而是超越自我中心的態度。
61. 積極人生，謙虛滿分；自我愈大，不安愈多。

電子檔下載

學聖賢 801 如影隨形

62. 上等人安心於道，中等人安心於事，下等人安心於名利物欲。
63. 你是有哪些身分的人，就應該做那些身分的事。
64. 在安定和諧中，把握精彩的今天，走出新鮮的明天。
65. 擔心，是多餘的折磨；用心，是安全的動力。
66. 財富如流水，布施如挖井。井愈深，水愈多；布施的愈多，財富則愈大。
67. 面對生活，要有「最好的準備，最壞的打算」。
68. 只要還有一口呼吸在，就有無限的希望，就是最大的財富。
69. 救苦救難的是菩薩，受苦受難的是大菩薩。
70. 超越生老病苦三原則：活得快樂、病得健康、老得有希望。
71. 超越死亡三原則：不要尋死、不要怕死、不要等死。
72. 死亡不是喜事，也不是喪事，而是一件莊嚴的佛事。
73. 每一個孩子，都是幫助父母成長的小菩薩。
74. 對青少年，要關心不要擔心，要誘導不要控制，用商量不用權威。
75. 愛你的孩子，與其擔心，不如祝福吧！
76. 夫妻是倫理的關係，不是「論理」的關係。
77. 能不亂丟垃圾，隨時清檢垃圾，都是做的功德。
78. 眼光，是你的智慧；運氣，是你的福德。
79. 喜愛的就想佔有，討厭的就會排斥，患得患失，煩惱就來了。
80. 經常少欲知足的人，才是無虞匱乏的富人。
81. 心不平安是真正的苦，身體的病痛不一定是苦。
82. 明知心不平安是苦事，就趕快以持念「南無觀世音菩薩」來安心吧！
83. 現在擁有的，就是最好的。擁有再多也無法滿足，就等於是窮人。
84. 不要用壓抑來控制情緒，最好用觀想、用佛號、用祈禱，來化解情緒。

幸福人間

85. 好話大家說，好事大家做，好運大家轉。
86. 大家說好話，大家做好事，大家轉好運。
87. 每人每天多說一句好話，多做一件好事，所有小小的好，就會成爲一個大大的好。
88. 急須要做，正要人做的事，我來吧！
89. 我和人和，心和口和，歡歡喜喜有幸福。
90. 內和外和，因和緣和，平平安安真自在。
91. 自求心安就有平安，關懷他人就有幸福。
92. 人品等於財富，奉獻等於積蓄。
93. 奉獻即是修行，安心即是成就。
94. 擁有的多，不一定讓人滿足；擁有的少，不一定讓人貧乏。
95. 現在所得的，是過去所造的；未來所得的，是現在所做的。
96. 好人不寂寞，善人最快樂，時時處處助人利己，時時處處你最幸福。
97. 若希望人際關係相處得好，就要把心量放大，多接納人，多包容人。
98. 只要自己的心態改變，環境也會跟著改變，世界上沒有絕對的好與壞。
99. 人與人之間的相處之道，需要溝通，溝通不成則妥協，妥協不成時，你就原諒和容忍他吧。
100. 大的要包容小的，小的要諒解大的。
101. 以全心全力關懷家庭，用整體生命投入事業。
102. 戒貪最好的方法，就是多布施、多奉獻、多與人分享。
103. 包容別人時，雙方的問題就解決了。
104. 學佛的人，有兩大任務：莊嚴國土，成熟眾生。
105. 要做無底的垃圾桶，要學無塵的反射鏡。
106. 煩惱消歸自心就有智慧，利益分享他人便是慈悲。
107. 用慚愧心看自己，用感恩心看世界。
108. 淨化人心，少欲知足；淨化社會，關懷他人。



法鼓山

iPhone



Android



地址：10056台北市中正區仁愛路二段48之6號2樓
電話：(02)2397-9300 傳真：(02)2393-5610
網址：www.shengyen.org.tw
戶名：財團法人聖嚴教育基金會
郵政劃撥帳號：19960123

歡迎推廣弘化贊助·翻印流通請勿修改內容