

**2016 年佛教慈濟慈善事業基金會品德教育靜思語硬筆書法比賽**  
**活動主題-愛**

資料來源	「靜思語第一集、 第二集、第三集」	年年三好三願	證嚴上人衲履足跡 2015 年春之卷
著作者	釋證嚴 著		釋德凡 編撰
出版者	慈濟人文出版社	靜思人文志業 股份有限公司	慈濟人文出版社
出版日期	1999 年 12 月、2009 年 6 月	2014 年 10 月	2015 年 4 月

**【國小一年級組】16 字內，選擇一句或兩句完整句子。**

以下選句落款：恭錄自 證嚴上人靜思語

序號	書寫內容
1	自造福田，自得福緣。
2	心美，看什麼都順眼。
3	有心就有福，有願就有力。
4	欣賞他人，即是莊嚴自己。
5	心中有愛，也要「行」中有愛。
6	愛心最美，愛心的記憶最深。
7	愛心的力量，比什麼都有用。
8	人要自愛，才能愛普天下的人。
9	人生有愛，同心同力就不孤單。
10	口說好話，心想好意，身行好事。
11	太陽光大，父母恩大，君子量大，小人氣大。

## 【國小二年級組】20字內

以下選句落款：恭錄自 證嚴上人靜思語

序號	書寫內容
1	有愛，就沒有距離；用愛調和，能消除社會亂象。
2	愛，決不能夾雜著煩惱，因為有煩惱就會有污染。
3	天下一家親，平安時要互愛，災難來臨時要互助。
4	佛陀講慈悲，是以愛心仁德為體，以誠正和睦為用。
5	大愛無貴賤，眾生皆平等，不分他你我，心善即氣和。

以下選句落款：恭錄自 證嚴上人開示法語

序號	書寫內容
1	誠懇溝通消解隔閡，智慧應對轉化危難。
2	得溫飽時念飢貧，善用世間財累積無價寶。
3	知足最大富，感恩最大貴，善解最大智，包容最大慧。
4	有慚愧心，才能修善、止惡，守護身心清淨、成長慧命。

### 【國小三年級組】30字內

以下選句落款：恭錄自 證嚴上人靜思語

序號	書寫內容
1	這世界總有比我們悲慘的人，能為人服務比被人服務有福。
2	施比受更有福。真正的快樂，是施捨出去後的那分清淨、安詳與喜悅。
3	人生無常！社會需要你，就必須趕快付出；今天走得動，就趕快起步走。
4	慈悲喜捨這四個字，分開而言：慈喜是予樂，是教富；而悲捨是拔苦，是濟貧。

以下選句落款：恭錄自 證嚴上人開示法語

序號	書寫內容
1	未感觸人間之苦，不知自身之福；見苦方能知福，知福才懂的得造福。
2	若能視「萬物」如「自己」，則對於世間萬物乃至生活周遭的一切，都會愛惜。

## 【國小四年級組】40字內

以下選句落款：恭錄自 證嚴上人靜思語

序號	書寫內容
1	父母過分愛子女的心力，會反射成為子女的煩惱。對子女要放心，他們才能安心。
2	要培養一分清淨無染的愛。在感情上不要有得失心，不要想回收，就不會有煩惱。
3	有所求的愛，是無法永久存在的。能夠永久存在的，是那分無形、無染且無求的愛。
4	愛本來就無窮無盡，擴大可以利益天下，增長慧命；縮小則成自私自利，增長惡業。
5	要突破小範圍的愛，將愛心普及一切眾生，視眾生的苦痛如自己的苦痛，這才是佛教所倡導的愛。
6	人生什麼最有價值？就是愛。把犧牲當作享受，能夠付出愛心的人，永遠都很快樂，而且活的有意義。
7	沒有數字的代價，即為「無量」。不辭勞苦的付出，便是「大慈悲」。付出勞力又服務得很歡喜，便叫做「喜捨」。
8	慈悲是救世的泉源，但無智不成大悲。有智慧才能發揮無窮的毅力與慈悲，此即佛法中的「悲智雙運」。

以下選句落款：恭錄自 證嚴上人開示法語

序號	書寫內容
1	不求身體健康 只求精神敏睿，不求事事 如意只求毅力勇氣，不求減輕責任 只求增加力氣。
2	美好的團體是匯集眾人的美善所成就，彼此相待以和為貴，莫在人與人之間結下難解的心結。
3	減災、救災都不如防災，最根本的防災，要從調合和人心做起，讓人人願意在生活中力行節能減碳。
4	古人說「不經一事，不長一智」，只要願意付出，多聽、多看、多用心，就能悟得人生的真理，明白人生的意義。

## 【國小高年級組】50字內

### 以下選句落款：恭錄自 證嚴上人靜思語

序號	書寫內容
1	在日常生活中，要常常自我反省，緊記「對人要寬心，講話要細心」，如此必可化解「含毒」之心，圓融一切眾生。
2	世間事都是相對的，只要我們以真誠的愛心待人，以光明磊落的心胸任事接物，則人生到處都充滿真善美。
3	在感情發生問題時，要以大愛之心愛其所愛；也要退一步，用寬廣的心接受眼前呈現的一切，這才是有智慧的愛。
4	悲即是同情心。能互相寬諒、容忍，表現一分寬心、愛心，即是悲心。最幸福的人生，就是能寬容與悲憫一切眾生的人生。
5	愛人與被愛都是幸福的。但是這份愛必須「清淨無雜染」——付出者無所求，接受者不貪婪；施與受者都無煩惱，彼此皆自在。

### 以下選句落款：恭錄自 證嚴上人開示法語

序號	書寫內容
1	因緣環環相扣，只要能運轉心中的愛，自然可以啟發人人打開心門。愛心啟發了，就能發揮強大的力量。
2	善惡是相對的，善起，惡就滅；惡起，善就滅。所以要好好培養一念善心，有了善心，即使是惡緣，也能夠轉為善緣。
3	富有的人幫助赤貧的人，有力量的人輔助沒有力量的人，不但能夠感動人，當地人心也會自然趨向良善。
4	「一粒米中藏日月」，每一分愛心付出，都由慈濟人以重點、直接、尊重、及時、務實的態度與方法，幫助最需要的人。
5	自然環境毀壞、家破人亡，再多的錢都無法彌補。要教育人人理解環保道理，願意身體力行，才是根本解決之道。
6	再大的天災，終有被愛膚慰平息的時候；但若人心不調，心靈起災難，彼此侵略、爭奪，戰爭的劫難將永無平息之日。
7	四大調和是眾生之福，平安祥和是社會之福，身體健康是個人之福；無論是自然環境、社會或個人要有福，都需要調和。
8	為了讓力量更大，必須啟發人人的愛心，愛心雖然無形，但是被啟發之後，人們會付出有形的物資，集合這些愛的物資，就可以幫助難民復建家園。
9	一切唯心造，人人都有無限的力量，但這分力量若沒有發揮，就仍只是一念心，也就是有心、沒有願。若有心。又有願力付諸行動，便能成就一切善事。

序號	書寫內容
10	對身邊的事物愛護疼惜，進而擴及地球萬物；對身邊的人們付出關懷，進而關心更多的人，把握當下多造福，必然福德無量！
11	要做個受人歡迎和被愛的人，必須先照顧好自我的聲和色。面容動作、言談舉止合宜得體，都是從日常生活中修養忍辱得來。

## 【國中組】60 字內

### 以下選句落款：恭錄自 證嚴上人靜思語

序號	書寫內容
1	慈就是愛，是清淨的大愛。「無緣大慈」，是指沒有污染的愛：他與我非親非故，而我卻能愛他；愛得他快樂，我也沒煩惱，這就是清淨的大愛。
2	眾生雖與我非親非故，但是他的苦就是我的苦，他的痛就是我的痛。苦在他的身，憂在我的心；傷在他的身，痛在我的心。這就是「同體大悲」。
3	要慈眼視眾生，把無形化作有形，把理論化成行動，時時刻刻拿出一分「我們不去救他，誰去救他」的大慈大悲濟助精神，能如此，塵世亦可成為淨土。

### 以下選句落款：恭錄自 證嚴上人開示法語

序號	書寫內容
1	時間累積一切，小小的孩子也需要時間累積而成長，所以不要輕視每一秒鐘的短暫，要把握當下的剎那分秒，殷勤精進，累積福緣。
2	民心的良善就是國本，是社會祥和的基礎，也是人間幸福之本。所以我們要照顧好國本，不要動輒對立爭執，待人處事都要寬一寸、忍一寸。
3	臺灣的愛與善不能消失，但願人人要為臺灣祝福，更要為台灣造福，付出一份愛心、說出愛語的鼓勵，共同用身心力量布施，利益社會人群。
4	不論信仰為何，都要用虔誠的心敬天愛地；對人、對事也要虔誠，虔誠的心聲能上達天聽；人人合和互協，造福人間、疼惜大地，善心善行也能感動天地。
5	常言道「積善之家有餘慶」，為善積福，福氣盛則無災難。但願人人做到「貪念縮小到零點，大愛擴大遍虛空」，讓真正無私的大愛善行普遍全球，共聚福緣。
6	唯有走入人群，才能讓愛普遍在人間；台灣的愛心充足，不僅讓台灣社會祥和，還能把愛傳到世界各地，讓臺灣在國際間亮麗起來，也使華人廣受尊重。
7	「大地蒙雲雨皆得滋茂，天雨潤物施恩澤人間，地能生能養能載萬物，法喻天地雲雨長慧命」，以感恩心看待事間的一切人、事、物，才能平心靜氣，回歸正軌。

## 【高中組】70 字內

以下選句落款：恭錄自 證嚴上人靜思語

序號	書寫內容
1	心田要多播善種，多一粒善的種子，就可減少一枝雜草。土地不耕種，雜草必叢生。所以，行善要日日行、時時行、不斷去行。哪怕只是舉手投足，也要存一分善念。

以下選句落款：恭錄自 證嚴上人開示法語

序號	書寫內容
1	人與人之間，應該友善相待，真心付出的友善就是愛，有愛的地方就有溫暖。「愛」這個字，是「受」裡面有一顆「心」；所以，除了友善待人，還要用感同身受的心，去為苦難人付出。
2	最有福的人、最富足的人，才有能力幫助苦難人；我們平安、有因緣會合大眾的愛心，才能達成救人的使命。還報懷抱著這樣的想法，不只是付出無所求，還要用感恩心去付出。
3	人生路不論長短，每個人都應拓寬與增厚自己的生命。在顧及自己和家庭之外，也要為社會、人群付出，開拓能讓眾人行走的寬闊道路，使別人的生命也能增加寬度與深度。
4	世間有許多人深受貧窮、飢餓、寒凍或災難所苦。平安，有餘力的人，就要多付出。以開闊心胸真誠付出、廣招人間菩薩；好人多，營造真誠與愛的大環境，才能啟動人間善的循環。



## 【大專組】、【社會組】

以下選句落款：恭錄自 證嚴上人開示法語

序號	書寫內容
1	說話之前，稍微想一下再說。有時候一句話不輕不重、無形無相，但是一講出口就會傷到別人的心；如果我們多說一句好話，勸人行善，多接引一個人跟著我們做好事，人間就多一位菩薩。
2	人間的希望來自於愛。在付出愛心的背後，總有悲苦的人生，假如少了愛的陪伴，實在不知如何度過。人生苦樂參半，為善最樂；苦難的人因受助而離苦得樂，付出的人因助人而輕安自在。
3	常說自耕福田、自得福緣，福田並不遠，就在我們心中。想要有豐收的果實，就看現在自己如何栽種、耕耘。每個人都是自己生命的農夫，要殷勤地耕耘自己的生命福田，別讓心田雜草叢生。
4	所謂「燈塔之下最黑暗」，很多人對別人付出愛心及善解，很容易；但要善解、愛自己的家人，就比較困難。內心的一盞燈，不只照亮別人，還要照亮自己的家人，這樣心靈一定很健康，家庭一定很幸福。
5	欲求天下無災難，人人有責任，必須去感化其他人的心，讓更多人能夠向善造福。但不只要感化別人，最重要的是先感化自己，自己先做好，才能去教化別人，在社會上產生好的影響與帶動。
6	每個人都應該立志、立願，唯有愛心加上願力，力量才能湧現。有心，又有願力付諸行動，便能成就一切善事。若凡事都能當作本分事，秉持一分「捨我其誰」的願力，則沒有什麼工作無法完成！