

學生手冊

海壽法師 編著



序

孩子到學校求學，除了學得知識和技能，更應該獲得情意的薰陶，讓孩子從小養成正確的道德觀與價值觀，以及生活上應有的態度和信念。學校的教科書僅提供專業的學科知識，關於做人處事的道理往往只能靠學生自己摸索和體會。有感於此，生命電視台特別印製這本學生手冊，讓老師除了經由身教、境教潛移默化地培養學生正確良好的觀念外，還有可以輔助的指導手冊，使情意教育自小紮根，讓每一位孩子都能活得積極樂觀，健健康康地成長。

- ◎ 獲得朋友的唯一之道，是自己主動去做別人的朋友。
- ◎ 世界上沒有陌生人，只有還沒認識的朋友。
- ◎ 小小的好事，做出來就變成大大的好處。
- ◎ 先相信你自己，然後別人才會相信你。
- ◎ 說謊的人必須有很好的記憶力。
- ◎ 一旦扯了謊，往往要再用二、三十個謊話去圓謊。
- ◎ 因為做了壞事，所以非說謊不可；因為說了謊話，就會毫不在乎去做壞事。
- ◎ 錯誤最多的人，就是犯了錯卻不承認錯誤的人。
- ◎ 我什麼東西都有，我也什麼東西都沒有；雖然我什麼東西都沒有，但我卻什麼東西都不缺乏。
- ◎ 失去一個朋友有如失去一條肢體；時間可使創傷的傷口疼痛減低，但失去的朋友永無法補償。
- ◎ 人不論做錯幾次，只要不失再來一次的勇氣，必然大有可為。
- ◎ 驕傲的人，常被社會認為愚蠢，正如發光的流星，當它隕落在地上，看來也不過是一塊石頭而已。
- ◎ 英雄並不是比普通人有勇氣，只不過是多持續五分鐘的勇氣而已。
- ◎ 本以為是成功，未料竟是失敗；這就是人類的情形，即使有完善的計畫，也可能會出錯。
- ◎ 讓我們不尋求被安慰，而是安慰別人；不尋求被瞭解，而是瞭解別人；不尋求被愛，而是去愛人。
- ◎ 只有懶惰是懶人的專利，世上豈有不勞而獲的東西。
- ◎ 鳥兒美在羽毛，人們美在勤勞。
- ◎ 想要做一件事，最好的方法就是立刻去做。
- ◎ 未讀完一卷，絕不讀別的書；讀完書而未理解其中的重點，絕不讀其他的書。
- ◎ 知識是從刻苦勞動中得來的，任何成就都是刻苦勞動的結晶。
- ◎ 讀書而不思考，等於吃飯而不消化。
- ◎ 今天的光陰你不會把握，猶如今天有錢卻買不到東西的可悲。
- ◎ 斧頭雖小，但多劈幾次，就能將堅硬的樹木伐倒。
- ◎ 蘋果可以在五分鐘內吃掉，但五分鐘卻長不出蘋果。

- ◎ 一旦第一個鈕扣沒扣好，就不可能把其他的扣好。
- ◎ 如果一件事情值得你去做，那也就值得你多去做。
- ◎ 多接近大自然，便會自心底湧生出無窮的愛心。
- ◎ 想要嘴唇迷人，那就試著說些仁慈善良的話。
- ◎ 如果你跟人爭辯、衝突，可能會得到暫時的勝利，但卻是一種空虛的勝利，因為你永遠無法贏得對方的好感。
- ◎ 微笑使煩惱的人得到解脫，微笑使頹唐的人得到鼓勵，微笑使疲勞的人得到安適，微笑使悲傷的人得到安慰。
- ◎ 犯過錯不必覺得可恥。相同的，有了過錯也不必恥於改錯。
- ◎ 蜜蜂是動物中最受敬重的。因為蜜蜂不但為自己服務，也替別人服務。
- ◎ 不懂裝懂，永世飯桶；不學不問，迷迷糊糊；學了問了，清清楚楚。
- ◎ 愉快的心情有如良藥一樣有益於身體。
- ◎ 多吃無滋味，多話不值錢。
- ◎ 從智慧的土壤中生出三片綠葉：一片是「好的思想」、一片是「好的語言」以及一片是「好的行爲」。
- ◎ 生氣只是一時的心情，如果能在睡覺前擺脫，表示你明天將有一個好運的日子。
- ◎ 不能生氣的人是傻瓜，不會生氣的人才是智者。每晚睡前，必須原諒所有的人與事。
- ◎ 大多數人的快樂，大致依他們心中的決心而定。
- ◎ 顯示歡迎意義的，唯有快樂的容貌。
- ◎ 一陣爽朗的笑，猶如滿室黃金一樣眩目迷人。
- ◎ 不要將自己的快樂建築在別人的痛苦上。
- ◎ 光明和愉快，是兩件最珍貴的東西。
- ◎ 陰暗處長不出大樹，人類也是一樣，心胸必須如陽光般光明燦爛。
- ◎ 我只是一個人，但至少我是一個人；我不會做所有的事，但至少我會做某些事，我不會拒絕去做那些我會做的事。
- ◎ 發明是百分之一的聰明加百分之九十九的勤奮。
- ◎ 幸福越與人共用，它的價值越增加。
- ◎ 禮貌是人類共處的金鑰匙。
- ◎ 禮貌使有禮貌的人喜悅，也使那些受人以禮貌相待的人們喜悅。

- ◎ 禮貌是兒童與青年應該養成習慣的第一件大事。
- ◎ 講話氣勢汹汹，未必就是言之有理。
- ◎ 對別人的意見要表示尊重。千萬別說：「你錯了。」
- ◎ 對人不尊敬，就是對自己不尊敬。
- ◎ 要使別人喜歡你，首先你得改變對人的態度，把精神放得輕鬆一點，表情自然，笑容可掬，這樣別人就會對你產生喜愛的感覺了。
- ◎ 作為一個人，對父母要尊敬，對子女要慈愛，對窮親戚要慷慨，對一切人要有禮貌。
- ◎ 與其皺著眉頭送人一件貴重禮品，不如面帶笑容送人一件小禮物。
- ◎ 人世間沒有比互相竭盡全心、互相盡力照料更加快樂的了。
- ◎ 我們出生來到世上，是要為人類的幸福與快樂而努力的。
- ◎ 誰給我一滴水，我便回報他整個大海。
- ◎ 生氣的時候，開口前先數到十，如果非常憤怒，先數到一百。
- ◎ 要成就一件大事業，必須從小事做起。
- ◎ 一個不注意小事情的人，永遠不會成功大事業。
- ◎ 成功＝艱苦的勞動＋正確的方法＋少說話。
- ◎ 成功的人很少抱怨；抱怨者很少成功。
- ◎ 人們的聰明並非以經驗為依歸，而是以接受經驗的程度為依歸。
- ◎ 成功並非重要的事，重要的是方法與努力。
- ◎ 人類最大的力量是來自於克服自己最大的缺點時。
- ◎ 正當的習慣，大都由自制和自我的訓練而養成。
- ◎ 習慣是一個人行為與思想的真正領導者。
- ◎ 一個人在能移動世界之前，必須先移動自己才行。
- ◎ 好習慣有四：準時、正確、恆心和迅速。缺少了第一種，光陰就要被浪費；不具備第二種，就要錯誤百出；沒有第三種，就無法獲致良好的成果；沒有第四種，就會錯過良機。
- ◎ 偷一根針的人，也將會偷一頭牛。
- ◎ 好習慣即是福。
- ◎ 行為會養成習慣，習慣會造成性格，性格會締造命運。
- ◎ 性格其實是習慣的延伸。

- ◎ 小偷，其實是向自己偷東西最多的人。
- ◎ 健全的心靈，勝過強壯的外表。
- ◎ 沒有人與你做對，只是角度不同。
- ◎ 真正的快樂是沒有欲望的束縛，真正的幸福是內心有智慧的真理。
- ◎ 生命之美，在於開啓心靈；人生之最，在於心靈教育。
- ◎ 人世間最美的事是「信心」。
- ◎ 如果自己的心靈沒有足夠的和平，那也沒有辦法把和平帶到他人的心靈。
- ◎ 我們需要在自己身上灌溉和平、喜悅、快樂的種子。
- ◎ 真正的幸福其實不在於財物的多寡，也不在於地位名譽的高下，而在於我們是否能珍惜每一個當下，疼愛每一個與我們今世有緣相聚的眾生。
- ◎ 有錯誤，別人敢指責你，敢說你的缺失，你才會進步。沒有人敢指責你，那麼你將永遠在錯誤中輪迴。要虛心接受人家的批評，才會成長。
- ◎ 世上沒有「運氣」這回事，頂多只有順境或逆境，順境是我們努力的成果，逆境是未能預見的情況，故我們要以平常心來接受「順逆皆一半」的未來。
- ◎ 人生最大的敵人是自己，對自己缺乏信心是失敗的主要因素。
- ◎ 人可以憑著他的意志、決心及今生的行為，去改變自己的命運。
- ◎ 人才是自己命運的創造者，他要單獨對自己的生命負責，是他使自己的命運變好或變壞。
- ◎ 與其改變別人，不如改變自己，因為改變自己比改變別人容易。
- ◎ 要求別人很容易，要求自己太難了，這是大多數人易犯的毛病。
- ◎ 把消極的仇恨抱怨，轉化為積極的檢討自省，學習寬恕與包容，化逆境的絆腳石為快樂成功人生的踏腳石！
- ◎ 不想壞事，心樂；不說壞事，意樂；不做壞事，身樂。
- ◎ 怕苦，苦一輩子，不怕苦，快樂一輩子。
- ◎ 人活著要能為家人服務，為鄰居、朋友及社會上的人做些事。否則，我們為誰而活？當然，在服務他人的同時，也別忘了要為自己而活。
- ◎ 這個世界有太多的苦難與不平，需要我們付出善心的愛與溫暖的手。
- ◎ 將你所擁有最好的東西獻給世界，你可能會被踢掉牙齒，但不管怎樣，總是要將你所擁有最好的東西獻給世界。
- ◎ 愛你的鄰人如愛你自己一般。

- ◎ 痛苦的根源是私欲、佔有、控制。
- ◎ 真正永不褪色的美——一顆解脫自在且慈悲柔軟的心。
- ◎ 放下愛恨，一切順其自然。
- ◎ 脫下假面具吧！
- ◎ 真正的敵人是自我為中心的自私態度——自私的惡魔。
- ◎ 真正的恩人是一切眾生——所有的母親。
- ◎ 自我中心是所有痛苦的根源，關心他人是所有安樂與美德的來源。
- ◎ 發展愛心與悲心是根本之道。愛心是最主要的動機，悲心是宗教的真髓。善良的生活須有善良的動機，我們必須分擔他人的痛苦。
- ◎ 現代生活十則——嘴巴甜一點、腦筋活一點、行動快一點、效率高一點、做事多一點、理由少一點、肚量大一點、脾氣小一點、說話輕一點、微笑露一點。
- ◎ 幸福在心中，不在別人眼中，何必學虛榮？
- ◎ 多說一句鼓勵的話，少說兩句指責的話。一聲讚美，你我都歡喜。
- ◎ 多微笑、少皺眉，樂觀才是幸福。微笑，是心境上的晴天。
- ◎ 有第一等知識，也要有第一等道德。
- ◎ 看重自己，照顧別人。淨化自己，關懷眾生。
- ◎ 微笑著聽人說話，謙和的對人說話。見面歡歡喜喜，說話和和氣氣。
- ◎ 無私的奉獻，是人性最美的光輝。
- ◎ 讚揚別人的優點，寬恕別人的缺點。
- ◎ 陽光可以融化冰雪，寬容可以化解仇恨。
- ◎ 樂觀與微笑，是面對逆境最有力的武器。
- ◎ 我們所憎惡的東西，會像我們所喜愛的東西一樣控制我們，只是影響我們的方式不同。
- ◎ 臨事肯替別人想，是第一等學問。
- ◎ 有了同情心，才能利人。有了諒解心，才能容人。有了忍耐心，才能做人。
- ◎ 唯有藉助同情的力量，來寬恕別人所犯的錯誤，你才能與他人和平相處。
- ◎ 一個不肯原諒別人的人，就是不給自己留餘地。
- ◎ 良心，是每個人最公正的審判官，因為騙得了別人，卻永遠騙不了自己的良心。
- ◎ 寬恕，是可以解決萬世仇恨的。如能包容、慈悲，將愛心昇華、擴大，才能紓解心

中的不平。

- ◎ 身體的勇敢，是動物的本能；精神的勇敢，才是更高超、更真實的勇氣。
- ◎ 人生最大的財富，不是擁有土地、大廈、金錢及權勢，也不是擁有知識、技能、學歷及才華，而是擁有一顆「誠實」的心。
- ◎ 自己有過，高高興興的改過；別人有過，心平氣和的勸導。
- ◎ 要想讓家庭吉祥和睦，就要常常起歡喜心。
- ◎ 勇氣不可失、信心不可無；世間沒有能與不能的事，只怕不肯！
- ◎ 精神上如能常知足，就是最幸福的人生。
- ◎ 講話要溫和輕柔，態度要誠懇親切。
- ◎ 什麼人都可以原諒；唯有不誠實的人不可以原諒。
- ◎ 愛心是無盡的財富。
- ◎ 平安是福，快樂是慧。施比受更有福。
- ◎ 人最怕苦臉，不帶笑容，也最怕美言不說，說怨言。
- ◎ 「忍」是一種力量，一種承擔，一種功德，更是一種智慧。
- ◎ 有一念的慚愧，就有一念的善根。
- ◎ 沒有「愛」的生命，是空虛而孤獨的。
- ◎ 你今天做對也好、做不對也好，在那遙遠的「未來」，有一個「果」，在等待你去接受。
- ◎ 慈與悲，並不是感傷的體諒與救助，而是快樂的寬恕與導引。慈悲，如果不是天性的話，也應該要把它養成一種習慣才好。
- ◎ 待人，不管別人好不好，自己要做得好。處事，不管別人對不對，自己要做得對。
- ◎ 「心」，要自己去掌握，做自己的「主人」，才能終生受用不盡。
- ◎ 多寬恕別人，慢慢便會發現自己的優點。
- ◎ 接受忠告，實際上即增加一己之能力。
- ◎ 勇於承擔，是一份動人的力量。
- ◎ 「愛」必須伴隨著永遠的寬恕，而「喜歡」常會爲了自己的快樂而犧牲對方。兩者大不相同。
- ◎ 不要做自己喜歡的事，應該用心去做應該做的事。
- ◎ 氣質，乃是發自內心的修養。

- ◎ 清貧不是一般的貧窮，而是由自己的思想與意志，積極創造出簡樸的生活形態。
- ◎ 服務人群最大的目的，就是在縮小自我、擴大心胸，也是走過生命「考驗」的歷程。
- ◎ 低聲下氣，你才能學習到更多東西，先把自己裏面的東西拋棄掉，才能容納更多的智慧。
- ◎ 服務，是心存感恩，願與眾生分享的高尚工作，也是燃燒自己、照亮別人的神聖情操，更是進德修身的初步階梯。
- ◎ 沒有什麼東西能夠抵擋得住「笑」的攻勢，也唯有由內心發出的「誠實的笑」，才是化戾氣為祥和，導引事情解決方法於正軌的良方。
- ◎ 尊敬一個人，要散播他的善行；肯定一個人，要延續他的願心。
- ◎ 只有在天空最黑暗的時候，我們才能看到天上的星星。
- ◎ 對於凌駕命運之上的人來說，信心是命運的主宰。
- ◎ 熱情讓我們散發光彩，理想讓我們甘於等待。
- ◎ 用體諒的心對待親情；用結緣的心對待友情。
- ◎ 眼睛要生在心裏，觀察自己；嘴巴要長在心上，評論自己。
- ◎ 忍耐是做人第一法；禮貌是處事第一法；謙虛是保身第一法；寬容是用心第一法。
- ◎ 忍耐，才能和氣致祥；悔過，才能提起勇氣。
- ◎ 人的心念意境，如能時常保持開朗清明，則展現於周遭的環境，都將是美而善的。
- ◎ 做事要有頭有尾，全始全終；做人要有情有義，全心全意。
- ◎ 解決困難的最好辦法是努力克服困難；獲得快樂的最好辦法是真心給人快樂。
- ◎ 真正慈悲的態度，不會因為對方的傷害或敵對而有所改變。
- ◎ 天堂和地獄，都是由心和行為所造作的。我們不要怕地獄，要怕的是心的偏向。
- ◎ 天底下沒有完美的辦法，但一定有更好的辦法。
- ◎ 每日所存的心意，要有祝福他人的好心；每日所走的道路，要能走出社會的光明。
- ◎ 每一天都是做人的開始，每一個時刻都是自己的警惕。
- ◎ 說話，要讓人聽後歡喜；做事，要讓人知後認同。
- ◎ 對世間要有感恩的美德，對生活要有勤儉的習慣，對物質要有知足的修養，對他人要有喜捨的布施。
- ◎ 如果，今天我很努力的學習、過得很充實，晚上我將睡得很安穩；如果，我一生都很努力、充實的過活，我將能安穩的長眠。

- ◎ 爲人服務者，總散發光和熱；利益別人者，總散播快樂。
- ◎ 我們也許不能神聖到去愛敵人，但是爲了我們的健康與快樂，最好能原諒他們並忘記他們，這樣才是明智之舉。
- ◎ 沒有任何人能侮辱我們或困擾我們——除非我們自己允許。
- ◎ 我總在抱怨自己沒鞋子穿，直到有一天，我遇到了一個沒有腳的人。
- ◎ 做好事不難，困難的是要心地善良，但保持一個良好的態度，且在他人控訴、批評、阻礙之下，還能爲人服務，又屬其中最難的了。
- ◎ 倘若有人愚蠢的戕害我，我會還以無限的愛；愈是惡意的對待我，我愈是以謙沖的態度相待。
- ◎ 一個時時觀察他人過失的人容易動怒，而且這樣非但不能消除他人的污穢，反而會增添自己的污穢。
- ◎ 最壞的人也有優點，最好的人也有缺點，任何一個人都沒有必要去找他人的錯失。
- ◎ 勝者招致憎恨，而落敗帶來愁苦，只有放棄勝敗之心，才能快樂、平靜。
- ◎ 無論在多少次戰役中征服多少人，唯有能征服自己的人才是偉大的勝利者。
- ◎ 真正的富貴不是擁有很多，而是需要的很少，擁有財富不如擁有智慧。
- ◎ 心是最大的騙子。別人騙你一時，它卻騙你一輩子。
- ◎ 客串一次農夫，才知道食物的可貴。
- ◎ 健康是最佳的禮物，知足是最大的財富，信心是最好的品德。
- ◎ 只要我們依賴任何事物，我們就成了它們的奴隸。
- ◎ 避開惡行就是美德；擺脫愚蠢就是智慧。
- ◎ 自私爲一切罪惡的根源。
- ◎ 心能平等，我們就能處於一個和諧的世界。
- ◎ 智慧是平等心，聰明卻是分別心。
- ◎ 愛是恆久忍耐，愛是恩慈；愛是不嫉妒、不自誇、不張狂，不堅持己見，不輕易發怒；不喜歡不義，只喜歡真理。凡事包容、凡事相信、凡事盼望、凡事忍耐。愛是永不止息。
- ◎ 作事不怕不成，只怕無恆心。
- ◎ 行善要及時，功德要持續。
- ◎ 遺失現在，未來就會後悔。

- ◎ 逆境、是非來臨，心中要持——「寬」字。
- ◎ 人都是向外追求名聞利養，其實最重要的是追求內心的清淨平和。
- ◎ 歡喜心是一種涵養，能令周圍的人都有如沐春風的喜悅感。
- ◎ 做好事不是有錢人的專利，而是有心人的參與。
- ◎ 並非有錢就是快樂，問心無愧心最安。
- ◎ 勇往直前為人服務，就是幸福。
- ◎ 「修行」就是修正自己錯誤的思想、觀念和行爲。
- ◎ 要批評別人時，先想想自己是否完美無缺。
- ◎ 要用心，不要操心、煩心。
- ◎ 人要自愛，才能愛普天下的人。
- ◎ 真正自愛的人，不會與人計較。
- ◎ 要看好人，自己要先做個好人。
- ◎ 「心美」，看什麼都順眼。
- ◎ 人的生命要不斷發揮它的功能，才算是有意義的人生。
- ◎ 願是成功的起點！人生最需要的就是願，也就是希望。
- ◎ 發願要發好願，說話要說好話。
- ◎ 只要相信自己有無限的能力，做什麼事都會成功。
- ◎ 不要去管別人的邪惡，只要經常提醒自己，什麼是該做的或不該做的。
- ◎ 常常抱著利益眾生之心，就可永遠不離喜樂。
- ◎ 好事我們要回應，壞事絕對要停止。
- ◎ 成功是優點的發揮，失敗則是缺點的累積。
- ◎ 人往往不是沒有力量去做事，而是不肯去做。
- ◎ 土地是人耕出來的；有第一年的播種，才有第二年的收成。
- ◎ 「路」必須去走方能到達，「事」必須去做才能完成，而「苦」則必須去受才可消除。
- ◎ 站在半路，比走到目標更辛苦。
- ◎ 生活有朝氣，活得暢暢快快！工作講求效率，做得踏踏實實！
- ◎ 今日退一步就是日後進一步的本錢。
- ◎ 能原諒別人的人最快樂。當你原諒一個人的時候，當下心中的煩苦也同時消失了。

- ◎ 怕人知道的事不做，不該做的事不想。
- ◎ 遇到困難，一定要用更大的鬥志面對，惟有勇敢面對困難，才有機會致勝。
- ◎ 人大都有名利之心，且好與人爭、與事爭。如果能與人無爭，則人安；與事無爭，則事安；人事無爭，則世界亦安矣。
- ◎ 世間事都是彼此相對的，只要我們以真誠的愛心待人，以光明磊落的心胸接物，人生到處都充滿了真善美。
- ◎ 以慈愛來感化怨恨，以良善來感化邪惡。以施捨來感化吝嗇，以真實來感化謊言。
- ◎ 一個人能被別人所尊重，且有能力為人付出，才是最幸福的人生。
- ◎ 讀書求學不只是增廣知識、技能，更要提升品格、改變氣質。
- ◎ 理直氣壯、得理不饒人者，不僅惹事生非、傷人傷己，甚至永遠無法化解仇恨、圓融人事。
- ◎ 好好調整自己的心，把恨人、瞋人的怨嫌心，轉變成愛心、寬恕心。
- ◎ 別人強過自己，我要敬重他、向他學習；別人不如自己，我要謙讓他、鼓勵他。
- ◎ 我不輕視自己，也不自大。
- ◎ 有多少力量，就做多少事；切莫等待，等待常會落空。
- ◎ 聽到好話，要如海綿遇水，牢牢吸住！
- ◎ 「孝」首重在順從，要體貼親心、聲色柔順，切不可不耐與嫌煩。
- ◎ 孝順父母是子女應盡的天職，侍奉公婆是兒媳應有的孝道。
- ◎ 孝順要及時，行善也要及時。
- ◎ 讓父母讚美一句，勝過拿錢到處消災，因為父母的讚美，就是最大的祝福。
- ◎ 兒女的歡笑，是父母的冬陽。
- ◎ 不要總是要求別人給我什麼，要想我能為別人做什麼。幫助別人，就是幫助自己，因為沒有人能離群獨居。
- ◎ 要祝福別人，也要祝福自己，祝福自己就不要唉聲嘆氣。
- ◎ 凡夫只看到別人外在的污點，卻看不到自己內心的垃圾。
- ◎ 多原諒別人，能積福德；把心量放大，福氣就大。
- ◎ 道德是提升自我的明燈，而不該是苛斥別人的鞭子。
- ◎ 要端端正正，不要嘻嘻哈哈；要謹謹慎慎，不要唏哩嘩啦。
- ◎ 與人相處要牢記「默」字；與家相處要牢記「忍」字；與世相處要牢記「寬」字。

- ◎ 不要覺得自己很不幸，世界上比我們更苦的人還很多。
- ◎ 勇於接受別人的批評，正好可以調整自己的缺點。
- ◎ 與人相處之道，在於無限的容忍。
- ◎ 一個對自己內心有所警戒的人，能遠離惡魔的羅網。
- ◎ 路是人走出來的！千里之遙的路，都必須從第一步開始。
- ◎ 如果心念常帶歡喜感恩，有正面的念力，免疫功能會上升。心打開，往光明愉快的方面想，身體就健康。
- ◎ 微笑的表情，可以感受生活中每一刻的豐足與喜悅；樂觀的心情，足以抵擋生命中每一次的挫折與打擊。
- ◎ 幸福往往是事過境遷之後，你才體會到原來你已經有過的一種境地。
- ◎ 許多人一生都在「無法承受痛苦」的錯誤想法中度過，然而你已經承受了痛苦，尚未做的，只是去感受痛苦以外的其他感受。
- ◎ 我們有煩惱？還是煩惱有我們？
- ◎ 每件事物都已完備而且圓滿，所缺的，只是那些有足夠信心來實踐與分享的人。
- ◎ 當別人有生氣的情緒時，我們不妨把它當成是一種求救的訊息——其實他們內心欠缺的是更多自尊及肯定。
- ◎ 混亂生起的地方，也是寧靜生起的地方。透過智慧，哪裡有混亂，哪裏就有寧靜。
- ◎ 放下過去的煩惱，不耽憂未來，不執著現在，你的內心就會平靜。
- ◎ 健康是最大的利益，滿足是最大的財產，信賴是最親的親人，心靈的安寧則是最大的幸福。
- ◎ 人生的一切際遇，無非是為了幫助我們靈性的成長。你的遭遇即是豐富人生的素材，你的處境更是獲得解脫和智慧的踏腳石。
- ◎ 有時生活中最大的不幸，莫過於得到了自己想要得到的東西。
- ◎ 有時候，我們說了不該說的話，做了不該做的事，那麼接下來，我們就應該去說該說的話，去做該做的事。
- ◎ 生活中有兩個悲劇，一個是你的欲望得不到滿足，另一個是你的欲望得到了滿足。
- ◎ 要停止不做某事，比開始去做某事要難得多！如果你想去除不悅的想法，就專心致力於喜悅的想法上。
- ◎ 經驗告訴我們，停留在不愉快情緒的時間越長，會大量降低我們解決問題的整體能力。

- ◎ 當我們對別人有更多的了解，就會有深切的諒解；當我們對別人有真摯的同情，就會有更深長的感情。
- ◎ 永遠用同一個問題問自己：「設身處地，你會怎麼辦？」你將發現要化解問題真的不難。
- ◎ 知足不會來自外在的情境，因為外在的情況不會永遠如我們所願。
- ◎ 父母恩重如山，請快行孝報答。
- ◎ 孩子喜歡做家事，是家長的福氣。
- ◎ 若問古今愛何在？盡在父母雙眸中。
- ◎ 母親的微笑，是孩子生命的原動力。
- ◎ 自己敬愛老人，子孫才會敬愛您。
- ◎ 您看著我長大，我陪著您到老；您疼愛我，我敬愛您。
- ◎ 關心、愛心、耐心，可以讓老人開心。
- ◎ 現代孝行是多陪老人，多照顧老人。
- ◎ 最慈最愛父母心，至真至誠表孝心。
- ◎ 在外面與朋友嬉遊的時候，不要忘記家中孤獨的老人。
- ◎ 孝順父母，終有福報。
- ◎ 父母健在最寶貴，忤逆父母最不該。
- ◎ 老人是智慧的寶典，小孩是快樂的泉源。
- ◎ 家，永遠是提供你最後安全靠泊的心靈港口，應珍惜它！
- ◎ 語言是心的鏡子，不誠懇就不傳神。
- ◎ 怠惰是貧困的製造所。
- ◎ 青菜豆腐營養好，大魚大肉不宜多。
- ◎ 懶惰是生命之果最大的害蟲，勤勞則是最佳的肥料。
- ◎ 懶惰是貧窮的難兄難弟。
- ◎ 只要有心，小事也可以做成大事；只要有愛，毀謗也可以轉為讚美。
- ◎ 接受現況，乃是克服不幸的第一步。
- ◎ 歲月最寬大的恩寵，就是逝去的過往不再回頭。
- ◎ 所謂的生活，應該是專心活在當下，把握當下，因為它一去不復返。

- ◎ 一個今天抵得上兩個明天。撕一張日曆，很簡單，把握住一天，卻不容易。
- ◎ 用心過每一天，就像那是你生命中的最後一天。把一天當一輩子用吧！
- ◎ 人的一生是由無數個今天總合而成，每個今天都充實的過，一生便會充實。
- ◎ 學習成長的機會不在未來，而在每一個活著的當下。
- ◎ 追悔過去，不如把握現在，奮鬥將來！。
- ◎ 人生中最美的時刻就是——現在。不要浪費生命！
- ◎ 世上沒有所謂的小事，宇宙是由「小事」環環相接而成。
- ◎ 時間就是我們當下的呼吸，每一刻都應該全心全意的生活。
- ◎ 未來是屬於勤勉於現在的人。千古在於此一日。
- ◎ 體悟每天都是生命最好的一刻，才能算是了解人生的人。
- ◎ 想編織未來的美夢，現在正是時候，掌握現在，擁有一切，擁有生命。
- ◎ 自私的心田裏，永遠長不出同情的花朵。
- ◎ 正當的動機遠比正當的行為更重要。
- ◎ 人生是由微笑和啜泣所構成。
- ◎ 努力不一定會成功，成功卻一定要努力。
- ◎ 真正的成功，是使自己成功，也讓對手成功。
- ◎ 我們從自然手上收到的最大禮物就是生命。
- ◎ 只爲了賺錢而工作的人，永遠不可能像那些愛好工作的人一般投入。
- ◎ 努力工作以「成就」某事，而非「獲得」某物。
- ◎ 純潔的思想，可使最微小的行動高貴起來。
- ◎ 我們寧願用一個活躍的侏儒，也不要一個貪睡的巨人。
- ◎ 「肯定自己」是來自內省的力量；而「膨脹自己」卻是外在比較的結果。
- ◎ 「名望」只是別人眼中的你；「品格」才是真正的你。
- ◎ 人不一定要生得漂亮，但卻一定要活得漂亮。
- ◎ 實踐一句名言，比看千句來得有用。
- ◎ 生氣往往會蒙蔽我們的判斷力。
- ◎ 憤怒是吹熄心靈明燈的狂風。
- ◎ 最高貴的復仇是寬恕對方。

- ◎ 原諒別人才能釋放自己。
- ◎ 憎恨是心的瘋狂。
- ◎ 恨是一支箭，最後會射向自己。
- ◎ 因為慈悲，所以寬恕；因為寬恕，所以解脫。為了解脫，所以寬恕；為了寬恕，所以慈悲。
- ◎ 原諒是學習放下，不允許怨恨再控制你的生活。
- ◎ 「寬恕」為我們的生命增加了空間。
- ◎ 大肚能容天下事，開懷笑破古今愁。
- ◎ 生命的完整，在於寬恕、容忍、等待與愛，如果沒有這一切，你擁有了所有，也是虛無。
- ◎ 饒恕是抵擋仇恨、醫治仇恨的良藥。
- ◎ 生氣就是拿別人的錯誤來懲罰自己。
- ◎ 每天花一點時間想想應該感謝誰。
- ◎ 快樂來自於以感激的心情，去接受眼前的生活。
- ◎ 懷著一顆感恩的心，忘記別人的缺點吧！
- ◎ 有愛能包容，無愛枉一生；愛的世界裏，寧靜又祥和。
- ◎ 有錢的人把自己的房子裝飾得漂亮；有德的人把自己的身心修養得很好。
- ◎ 有信仰的人最富貴，具道德的人最安樂，肯修行的人最安心，有智慧的人最可敬。
- ◎ 世界上最困難的工作就是控制心靈。
- ◎ 我們是自己命運的製造者，是自己行為的主人和執行者，同時也是自己行為的受難者。
- ◎ 原諒別人就是善待自己，批評別人就是虧待自己。
- ◎ 推銷產品，要靠品質；推銷自己，要靠品行。
- ◎ 用財富裝扮身軀，不如用道德美化心靈。
- ◎ 一個人最大的挑戰，是如何去克服自己的缺點。
- ◎ 不發脾氣，不生悶氣，彼此客氣，一團和氣。
- ◎ 以微笑容忍為半徑，畫出一個真善美的圓滿人生。
- ◎ 存好心，說好話，做好事，結好緣。
- ◎ 心中有愛，人間即是天堂。

- ◎ 金錢不能代表人格，誠信才是。
- ◎ 生氣——最受傷害的是自己。
- ◎ 寬恕別人，其實是釋放自己。
- ◎ 自私和不耐煩是行事做人的致命傷。
- ◎ 懂得關懷別人，是成長的真正開始。
- ◎ 最美好的人生是付出；最甜蜜的回憶是善行。
- ◎ 沒有恨、只有愛，沒有冷漠、只有熱情，社會才溫馨。
- ◎ 聰明人的嘴藏在心裏，愚蠢人的心擺在嘴裏。
- ◎ 勇於承擔，是一份動人的力量。
- ◎ 當你看不到別人的缺點時，你就能從別人的行爲、語言、思想中得到無限的智慧。
- ◎ 憂思和沮喪是生命的殺手。
- ◎ 有勇氣自殺，爲什麼不拿自殺的勇氣繼續活下去？
- ◎ 愛自己的人就會謹言慎行的保護自己，並要用三分之一的時間來深切反省自己。
- ◎ 送一塊翡翠給公主，不如送一個麵包給乞丐。
- ◎ 一切美的基礎，在於一顆和善而樂於助人的心。
- ◎ 誠實才是道德的核心。
- ◎ 心好處處好，心壞處處壞。
- ◎ 不認爲自己是幸福的人，絕對沒有幸福。
- ◎ 有同情心，才能利人；有諒解心，才能容人；有忍耐心，才能做人。
- ◎ 財富是每一個人所追求的，爲了使生活更美好、幸福，我們可以追求財富。但是不要忘了還有一個心靈世界，它比有形的世界更寬廣美麗。只要用心去融合即可實現。
- ◎ 認錯，是對自己最大的包容。
- ◎ 令人尊敬的人有共同的特性；懂得照顧，能體察別人的感受；懂得諒解，能同情別人的處境；言語溫和，行爲有禮，常保自己美好的品質。
- ◎ 有一些話，只能存放在自己心中，做爲智慧的教育，說出來好像在訓導對方，反而顯出自己的愚癡。自己要做好，也要尊重別人。
- ◎ 要站在對方的立場說話，說話是一種責任，不是權利或享受，要尊重對方的自尊心。
- ◎ 做一切好事要把握時機，也要把握因緣；因緣消逝才想做，就來不及了！
- ◎ 任何人都是自己行爲的鏡子！看他人的優點，自我鞭策；看他人的缺點、反省自己。

- ◎ 「忍」是勇氣、擔當、奉獻、負責的表現，有「智」的人才會忍，有「慧」的人才會忍。
- ◎ 融和是一種容人的雅量，一種平等的對待，一種尊重的言行。
- ◎ 有緣相敘，應說些有益對方的話；無緣相聚，必以安祥祝福對方。
- ◎ 去寬容你的朋友，並不能說明你的大量；能正確地去諒解你的敵人，那才算是到達了「寬容」的真諦。
- ◎ 即使是個平凡的人，也有足夠的力量去關懷別人，因為他的生命，由承受父母與親友的關懷而茁壯；他的心靈，自然也以關懷為基本動力。表面上看來，關懷是一種付出，其實是無可比擬的收穫，是自我實現的光明大道。
- ◎ 犯錯是平凡的，能夠改過自新或原諒別人，才是超凡的。
- ◎ 天堂在那裏？天堂就在「饒恕的愛」裏面，一顆有愛的心，一個有愛的家，一個有愛的社會，一個有愛的世界，就是天堂。
- ◎ 快樂的秘訣，不是做你喜歡做的事，而是喜歡你做正確的事。
- ◎ 美不是出現在自己的鏡子裏，而是出現在別人的眼睛裏。
- ◎ 生命的美，不在它的絢爛，而在它的平和；生命的動人，不在它的激情，而在它的平靜。惟平和，才見生命的廣大；惟平靜，才見生命的深遠。
- ◎ 在書本裏可以尋找知識，但不能找到「智慧與真理」，因為智慧和真理只能自己親身去體驗。
- ◎ 誤解了別人，第一是反省；被別人誤解了，第一是寬容。
- ◎ 不重複犯錯，錯誤就成了功德。
- ◎ 最苦惱的不是醜人，也不是漂亮的人，而是認為「相貌」比什麼都重要的人。
- ◎ 不知後悔是個錯誤，只知後悔而不知改進，更是個錯誤。
- ◎ 如果你能知足，並擁有豐富的內在美，雖然沒有財物，你仍擁有至寶。
- ◎ 用一顆感謝的心可治好萬病，這是信仰真理者的體驗。
- ◎ 對別人好不是一種責任，它是一種享受，因為它能增進你的健康與快樂。
- ◎ 不要計較別人給自己多少掌聲，先給自己一些掌聲吧！
- ◎ 掌握幸福秘訣的人，就是以他人的幸福為幸福，以他人的喜悅為喜悅的人。
- ◎ 不論何時，只要你心懷自大、自滿、自私自利的想法去做任何事情的話，你都不會成功。不論何時，你只要變得無私，充滿愛心，也不自大自滿時，你會發現在自己的背後，有一股強大的力量，使你在人生正確的方向邁進時，永遠不會失敗。

- ◎ 生活上有一個重要的原則，就是千萬不要去跟別人比較，也不要與人計較。
- ◎ 不埋怨，就是對自己的行為負責。
- ◎ 金錢、地位與學歷是無法幫助我們建立「品格」、增進「智慧」的，唯有一顆感恩的心，才會在苦難中學習到這寶貴的功課，即品格的成長，智慧的成熟。
- ◎ 想過快樂幸福的人生，應該從認識自己、關心別人開始努力。
- ◎ 自己喜歡的，不一定是好的；不喜歡的，也不一定就是不好。人生在世，有時要犧牲自己的喜好，把興趣轉為責任，去做利益大眾的事情。
- ◎ 求知要進一步想，處事要退一步想。
- ◎ 能幹者，則要多受一點折磨；不能幹，則要多受一點委屈。
- ◎ 了解一個人需要的不是時間，而是彼此撤去心防。
- ◎ 言語中只有原諒，只有希望，只有喜悅。
- ◎ 沒有愛，生命將不可能存在；沒有愛，生命將會是痛苦，生命將會是一種懲罰。我們必須學會愛的技術。我們也需要互相支援，以建立一個有愛的家庭、單位、社區。世界是好是壞，全視我們日常的生活方式，以及我們愛的方式。
- ◎ 愛，會滲入我們的思想，言語、行為，我們的身心都變得和諧、快樂、輕鬆，能安全渡過一切傷害，了脫忿怒、煩惱、恐懼、焦躁。
- ◎ 慈悲自然就會創造一種正面的氣氛，結果會覺得平和與滿足。只要是一個慈悲的人所在之處，那裡就會有一種快樂的氣氛，甚至連狗和小鳥都很容易親近那個人。
- ◎ 悲心的人，言語中只有原諒、只有希望、只有喜悅。
- ◎ 以愛來奮鬥，有愛，就要行動！我們是為愛和寬恕而生而死。
- ◎ 讀一切好的書，就是和許多高尚的人說話。
- ◎ 理想的書籍是智慧的鑰匙。
- ◎ 口袋裝得滿滿，永遠比不上腦袋裝得滿滿。
- ◎ 驕傲自滿是我們的一座可怕的陷阱；而且，這個陷阱是我們自己親手挖掘的。
- ◎ 我們不能一有成績，就像皮球一樣，別人拍不得，輕輕一拍，就跳得老高。成績越大，越要謙虛謹慎。
- ◎ 昂著頭出征，夾著尾巴回家，是庸鷲而又好戰的人的常態。
- ◎ 人不可有傲氣，但不可無傲骨。
- ◎ 不謙虛的話只能有這個辯解：即缺少謙虛就是缺少見識。
- ◎ 有了一些小成績就不求上進，這完全不符合我的性格。攀登上一個階梯，這固然很

好，只要還有力氣，那就意味著必須再繼續前進一步。

- ◎ 凡是有良好教養的人有一禁誡：勿發脾氣。
- ◎ 禮儀的目的與作用本在使得本來的頑固變柔順，使人們的氣質變溫和，使他尊重別人，和別人合得來。
- ◎ 誰若想在困厄時得到援助，就應在平日待人以寬。
- ◎ 當有我們在責備別人時，豈不是也在間接寬容自己。
- ◎ 壞事情一學就會，早年沾染的惡習，從此以後就會在所有的行為和舉動中顯現出來，不論是說話或行動上的毛病，三歲至老，六十不改。
- ◎ 要留心，即使當你獨自一人時，也不要說壞話或做壞事，而要學得在你自己面前比在別人面前更知恥。
- ◎ 對人要氣和，但不要狎昵。
- ◎ 凡事只要看得淡些，就沒有什麼可憂慮的了；只要不因憤怒而誇大事態，就沒有什麼事情值得生氣的了。
- ◎ 思而後行，以免做出蠢事。因為草率的動作和言語，均是卑劣的特徵。
- ◎ 「驕傲」兩個字我有點懷疑。凡是有點幹勁的，有點能力的，他總是相信自己，是有點主見的人。越有主見的人，越有自信。這個並不壞。真是有點驕傲，如果放到適當崗位，他自己就會謙虛起來，要不然他就混不下去。
- ◎ 謙虛的學生珍視真理，不關心對自己個人的頌揚；不謙虛的學生首先想到的是炫耀個人得到的讚譽，對真理漠不關心。思想史上載明，謙虛幾乎總是和學生的才能成正比例，不謙虛則成反比。
- ◎ 對一個尚未成熟的少年來講，壞的夥伴比好的老師起的作用要大得多。
- ◎ 不要對一切人都以不信任的眼光看待，但要謹慎而堅定。
- ◎ 無論你怎樣地表示憤怒，都不要做出任何無法挽回的事來。
- ◎ 對於要檢查別人心靈的人，柏拉圖要求他具備三樣東西：知識、仁慈、膽量。
- ◎ 友誼之光像燭火，四周黑暗的時候最為耀眼。
- ◎ 關懷別人在兩個月中交到的朋友，比那些要求別人關懷自己的人，在兩年中所交到的朋友還要多。
- ◎ 容易發怒，是品格上最為顯著的弱點。
- ◎ 每一個重複的脾氣都是習慣的養成，脾氣愈久，動作就愈成熟，直到你無法控制。
- ◎ 脾氣若不加以抑制，不久之後它就會成為你生活的必需品。

- ◎ 使我毀滅的是朋友的激情，而不是敵人的憎惡。
- ◎ 外在美可以贏得讚美，但必須有內在美支撐。
- ◎ 同是一件事、一句話，如果用和氣謙虛的態度說，往往會幫助我們達到目的；反之，費了很大力氣，不但無法達到目的，甚至可能引起大家誤會，造成反彈。
- ◎ 拒絕借錢給朋友，不會因此而失去朋友；反而是借錢給朋友比較可能會失去朋友。
- ◎ 容易發怒的人，情緒智商也不怎麼高，是小人利用的對象。
- ◎ 假使你想避免看到愚人，你必須先打破自己的鏡子。
- ◎ 有些人學習了一生，而且也學會了一切，但卻沒有學會怎樣思想。
- ◎ 黑暗籠罩著整個世界，但理想卻光芒四射，無比燦爛。
- ◎ 有所成是因為用心。如果有很多機會，但不用心，就不會成長。
- ◎ 生命不要求我們成為最好的，只要求我們做最大努力。
- ◎ 我不識何謂君子，但看每事肯吃虧者便是；我不識何謂小人，但看每事好佔便宜者便是。
- ◎ 合理安排時間，就等於節約時間。
- ◎ 今天應做的事沒有做，明天再早也是耽誤了。
- ◎ 工作就是人生的價值，人生的歡樂，也是幸福之所在。
- ◎ 有謙和、愉快、誠懇的態度，而同時又加上忍耐精神的人，是非常幸運的。
- ◎ 勇敢和必勝的信念常使戰鬥得以勝利結束。

海濤法師的弘法悲願

海濤法師，現任各地佛陀教育中心負責人、中華護生協會理事長、生命電視台台長、中華印經協會理事長及慈悲佛曲傳播協會理事長，多年來，法師的弘法行腳遍及校園、監獄、軍隊、全省寺院以及一般社會團體，並遠至海外弘法及朝聖旅遊。

以下一一介紹法師的弘法悲願以及所屬的弘法機構道場：

一、佛陀教育中心

1. 在台灣及海外各地成立佛陀教育中心，免費贈送經書、錄音（影）帶、VCD 與大眾結緣，內設有佛教圖書館供人借閱經典，設有講堂，定期舉辦佛學講座及推廣八關齋戒。
2. 成立法音傳播公司、出版部、錄音室，製作弘揚正法的多媒體節目、錄音帶、VCD，透過現代化科技媒體，宣揚佛教的慈悲與智慧。
3. 定期至各機關團體、學校、監獄、軍隊舉辦勵志人生講座，並分送佛教書籍、錄音帶、VCD 與大眾結緣，為社會注入清流，淨化人類心靈，促進世界祥和。
4. 定期舉辦海外佛教聖地旅遊，藉由旅遊萬里行之便，讓信眾對佛法的了解更加深入，並贈送各類佛書、錄音（影）帶到世界有華人的地方。

二、中華護生協會

基於佛陀教育「無緣大慈、同體大悲」、「眾生平等、慈悲相待」之理念，並培養、喚起世人「萬物一體、慈悲大愛」之廓然心胸，在各地成立放生團及放生保育地，藉由不同方式、地點，定期（或不定期）舉辦各類護生、救生活動，以教育化導世人學習尊重生命、愛護生命——不只尊重愛惜自己生命，也尊重愛惜別人生命，更要擴大心量尊重愛護一切大小生靈物命。

讓人與人間，人與一切萬物間，皆能互愛互助、共存共榮；彼此尊重包

容，和平快樂共處；進而締造出一個純真純善至美至慧的生命共同體，讓人間變得更幸福，世界更安祥，地球更美好。

三、生命電視台

生命電視台以「保護一切眾生、傳播生命大愛」為辦台宗旨。

最終目的是為了將佛法教育結合現代、面向世界、貼近社會，宣導佛陀慈悲本懷，教育社會大眾尊重生命以及珍惜一切生命。期盼透過聲光影音無遠弗屆的傳播效應，來教育世間人學會尊重生命，傳遞「慈悲、戒殺、念佛、放生、吃素、濟貧、佛學、教育、讀經、助念、佛曲、梵唄」等全方位的理念，創造出一個完全清淨慈悲的公益電視台。

歡迎大家一起踴躍發心護持生命電視台，共同護持佛教節目的製作，讓生命電視台成為我們的電視台！

四、中華印經協會

1. 結合有志之士，大量印贈各類佛教經典、佛教漫畫書、錄音帶及 VCD，並致力翻譯各類經典，廣為流傳海內外，期使大眾閱讀經典，認識生命的本質及意義，培養書香社會、關懷人文的胸懷。
2. 成立佛教讀書會、共修會，倡導讀誦經典、念佛等活動，藉由大眾共修之力，積極推廣讀經與念佛之風氣。
3. 將一系列的佛陀教育叢書，贈與國內外各佛學機構、佛學院、機關團體、學校、監獄、軍隊等。

五、慈悲佛曲傳播協會

為了讓佛法充滿人間，為了讓梵音傳播人間，慈悲佛曲傳播協會因此成立。我們要在每個月推出一張乃至二張佛曲，免費傳播與大家結緣，請大家來護持慈悲佛曲傳播協會，讓每個人都可以利用音樂修習佛法。

各地佛陀教育中心通訊錄

台北市 ⇄ 台北縣

- 台北中心（生命電視協會）
電話：(02)2550-9900
地址：台北市民生西路300號2樓
- 台北流通處
電話：(02)2522-4049
傳真：(02)2522-4076
地址：台北市松江路26巷5號1樓
- 北投中心
電話：(02)2892-7611
傳真：(02)2898-4163
地址：台北市北投區溫泉路110之2號2樓
- 萬華中心
電話：(02)2304-7669
傳真：(02)2307-2820
地址：台北市萬華路486巷37弄90號1樓
- 基隆流通處
電話：(02)22422-5553
地址：基隆市信義區壽山路17號
基隆市大佛禪院
- 新店講堂
電話：(02)2917-8855
傳真：(02)2917-2345
地址：台北縣新店市中正路54巷28號3樓
- 板橋中心
電話：(02)8252-3580
傳真：(02)8252-3581
地址：台北縣板橋市吳鳳路50巷53弄3號1樓
- 鶯歌中心
電話／傳真：(02)2678-8439
地址：台北縣鶯歌鎮信義街50號1樓
- 三重中心
電話：(02)8985-6701
傳真：(02)8985-6703
地址：台北縣三重市自強路5段32號1樓
- 新莊中心
電話：(02)2904-0400
傳真：(02)2904-0389
地址：台北縣新莊市中正路516之1號3樓
- 永和流通處
電話：(02)2923-3788
地址：台北縣永和中山路一段90號

桃園 ⇄ 台中

- 桃園中心
電話：(03)334-5558
傳真：(03)334-5596
地址：桃園市春日路236號4樓
- 桃園流通處
電話：(03)302-7589
地址：桃園市慈光街91巷12號
- 中壢中心
電話：(03)422-8806
傳真：(03)422-8798
地址：中壢市環北路400號15樓之1
- 新竹中心
電話：(03)535-5861
傳真：(03)535-5863
地址：新竹市竹光路154號
- 苗栗中心
電話：(037)265-376
傳真：(037)991-554
地址：苗栗市上苗里站前1號9樓之4
- 漢口中心
電話：(04)2299-1377
傳真：(04)2299-1712
地址：台中市北區漢口路三段189號6樓
- 大里中心
電話：(04)2487-0698
傳真：(04)2487-0697
地址：台中縣大里市東明路277號
- 太平中心
電話：(04)2279-2270
傳真：(04)2276-7443
地址：台中縣太平市東村路45號
- 清水中心
電話：(04)2623-9653
傳真：(04)2623-9652
地址：台中縣清水鎮光華路39號
- 豐原中心
電話：(04)2527-3068
地址：台中縣豐原市大明路78號
- 草湖中心
電話：(04)2496-5556
傳真：(04)2496-5508
地址：台中縣大里市西湖路35號
- 大甲中心
電話：(04)2686-5028
地址：台中縣大甲鎮新政路180之3號

彰化 ⇄ 嘉義

- 彰化中心
電話／傳真：(04)727-8980
地址：彰化市介壽北路158號
- 員林中心
電話：(04)837-8206
傳真：(04)835-4748
地址：彰化縣員林鎮三民東街411號
- 和美中心
電話／傳真：(04)757-4282
地址：彰化縣和美鎮和線路20號
- 永靖中心
電話：(04)824-1670
地址：彰化縣永靖鄉永安街41號
- 溪湖中心
電話：(04)885-8799
地址：彰化縣溪湖鎮員鹿路四段836
- 田中中心
電話：(04)874-5314
地址：彰化縣田中鎮中州路一段4號
- 南投中心
電話：(049)224-6373
傳真：(049)224-8424
地址：南投市信義街5巷31號
- 草屯中心
電話：(049)231-5999
傳真：(049)231-6116
地址：南投縣草屯鎮正興街70號
- 虎尾中心
電話：(05)636-5339
傳真：(05)636-1118
地址：雲林縣虎尾鎮新生路36號
- 斗六中心
電話：(05)536-0827
傳真：(05)536-0828
地址：雲林縣斗六市大智街43號
- 嘉義中心
電話：(05)216-6700
傳真：(05)216-8208
地址：嘉義市興業東路326號
- 布袋中心
電話：(05)347-1721
傳真：(05)347-6208
地址：嘉義縣布袋鎮太平路108號
- 大林流通處
電話：(05)265-5666
傳真：(05)264-2682
地址：嘉義縣大林鎮忠孝路569巷13弄39號

台南 ⇄ 高雄

■ 台南中心

電話：(06)236-4722
傳真：(06)236-6094
地址：台南市東門路一段336號2樓

■ 新營中心

電話：(06)632-3571
傳真：(06)632-8790
地址：台南縣新營市新進路223號

■ 大同中心

電話：(06)215-5161
傳真：(06)215-5110
地址：台南市大同路一段70巷21號

■ 麻豆中心

電話：(06)571-9119
傳真：(06)572-5169
地址：台南縣麻豆鎮安業里80-1號

■ 高雄講堂

電話：(07)281-3333
傳真：(07)281-3911
地址：高雄市新興區中山二路472號14樓

■ 北高雄中心

電話：(07)312-5195
傳真：(07)322-0088
地址：高雄市三民區重慶街112號

■ 左營中心

電話：(07)363-5723
傳真：(07)363-9116
地址：高雄市左營區後昌路643巷19號

■ 鼓山中心

電話：(07)521-6792
傳真：(07)531-4789
地址：高雄市鼓山區正德路108號

■ 路竹中心

電話：(07)607-3377
傳真：(07)607-3366
地址：高雄縣路竹鄉中正路189號

■ 岡山中心

電話：(07)622-2555
傳真：(07)622-1666
地址：高雄縣岡山镇公園東路8號

■ 翁園流通處

電話：(07)783-1120
傳真：(07)783-1755
地址：高雄縣大寮鄉翁園村翁園路233號

■ 生命電視台

電話：(07)221-2323
傳真：(07)221-2313
地址：高雄市新興區中山二路472號7樓之1

屏東 ⇄ 東部 ⇄ 東北部

■ 屏東中心

電話：(08)734-2929
傳真：(08)734-2727
地址：屏東市公園西路86號

■ 林森中心

電話：(08)721-5779
地址：屏東市林森路1巷19號

■ 東港中心

電話：(08)832-3727
傳真：(08)832-1719
地址：屏東縣東港鎮延平路24號

■ 潮州中心

電話：(08)780-8250
傳真：(08)788-6605
地址：屏東縣潮州鎮光華路172號

■ 新園中心

電話：(08)868-6128
傳真：(08)868-4958
地址：屏東縣新園鄉興安路160號

■ 九加中心

電話：(08)739-6662
地址：屏東縣九加鄉九塊村九龍路152號

■ 恆春中心

電話：(089)888-0311
地址：屏東縣恆春鎮中山路180號
台東中心
電話：(089)345-826
地址：台東市新生路648號

■ 花蓮中心

電話：(03)831-1673
傳真：(03)831-1672
地址：花蓮市建國路160號

■ 羅東中心

電話：(03)958-0286
傳真：(03)958-3619
地址：宜蘭縣冬山鄉冬山路三段541號

外島地區

■ 澎湖中心

電話：(06)926-9181
傳真：(06)926-9182
地址：澎湖縣馬公市中華路36號

■ 金門中心

電話／傳真：(082)312-321
地址：金門縣金城鎮莒光路162之1號

海外地區

■ 菲律賓中心

電話：(632)715-1859 · 715-2090
地址：700PinaStreetSta.Mesa.
ManilaPhilippines

■ 馬來西亞吉隆坡中心 (慧光精舍)

電話：(603)9100-2623
地址：No,2Jln.DamaiIndah12,
Tmn.DamaiIndah,
Cheras56000Selangor,
M'sia.

■ 馬來西亞新山中心 (彌陀文化傳送)

電話：(6012)772-7784
地址：No,10JalanBakawali23,
TamanJohorJaya,81100
JohorBahru,Johor,West
Malaysia.

■ 古晉慈雲佛教正信會

電話：60(82)257634
地址：Lot7372,JaianSherip
Masahor,93250Kuching,
Sarawak.Malaysia

■ 印尼泗水中心

電話：62(031)734-5135
地址：Jl.RayaDarmoPermailII
PlazaSegiDelapanblokC
No.801-802
SURABAYA-INDONESIA

■ 印尼北竿巴魯中心

電話：62(761)22579
地址：TeukuUmar.No37A.
Pekanbaru28141.
RIAU-INDONESIA.

■ 印尼巴淡島慈海禪寺

電話：62(778)310159
地址：ViharaMaitriSagara
Tiban3BiokCIINo.17
BATAM-RIAU.

■ 印尼雅加達中心

電話：62(21)66695336
地址：PluitSaktiRayaNo.67
JakartaUtara-Indonesia

■ 新加坡中心

電話：(65)6836-9088 · 6836-0966
地址：271BukitTimahRoad
#01-06BalmoralPlaza
Singapore2597