



觉悟人生系列丛书

佛光菜根譚

星云大师 著

励志修行证悟／做人处事结缘／慈悲智慧忍耐／社会人群政治／贪嗔感情是非
生活勤奋人和／教化修行责任／励志敦品警惕／自然因果法则
成功进步的道路／身心安顿的良方／做人处事的原则／进德修业的指南



现代出版社

B 94
57-0

佛光菜根譚

法界為心

吉内克

星云大师
著

随心随缘

禅心云

法尔自然



现代出版社

图字:01-2007-2170

图书在版编目(CIP)数据

佛光菜根谭/星云著. —北京:现代出版社,2007.5

ISBN 978-7-80188-740-5

I.佛… II.星… III.佛教-人生哲学-通俗读物
IV.B948-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 046336 号

作 者 星云大师
责任编辑 张 晶
策划编辑 一恒盛辉
出版发行 现代出版社
地 址 北京市安定门外安华里 504 号
邮政编码 100011
电 话 (010)64267325
传 真 (010)64245264
电子邮箱 xiandai@cnpitc.com.cn
网 址 www.xiandaibook.com
印 刷 北京百花彩印有限公司
开 本 787×1092 1/16 开
印 张 25.5
版 次 2007 年 5 月第 1 版 2007 年 5 月第 1 次印刷
书 号 ISBN 978-7-80188-740-5
定 价 42.00 元

版权所有,翻印必究;未经许可,不得转载

星云大师 简介



江苏江都人，1927年生，为禅门临济宗第48代传人。

1949年初到台。曾主编《人生》月刊、《今日佛教》《觉世》旬刊等佛教刊物。1967年创建佛光山，致力推广教育、文化、慈善、共修等佛教事业，并在世界各地创设200余所寺院道场。

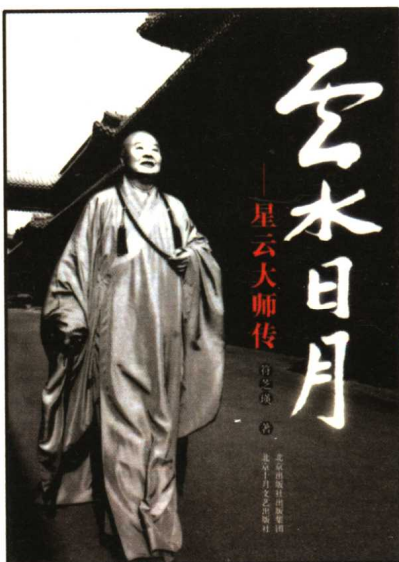
文化事业方面：1976年创办《佛光学报》，翌年成立“佛光大藏经编修委员会”，编纂《佛光大藏经》《佛光大辞典》。1997年出版《中国佛教白话经典宝藏》《佛光大辞典》光盘版；2001年将发行20余年的《普门》杂志转型为《普门学报》论文双月刊；同时成立“法藏文库”，收录有关佛学之两岸硕、博士论文及世界各地汉文论文，辑成《中国佛教学术论典》《中国佛教文化论丛》各100册等。创立佛教电视台人间卫视，以及创办佛教第一份日报《人间福报》等。

教育事业方面：培养1300余位现代僧才，于五大洲弘法度众。并创立西来大学，佛光大学及南华大学。

1985年，卸下佛光山宗长一职，之后四处云游弘法，创建国际佛光会。

近年致力两岸佛教交流。2003年11月，应邀参加“鉴真大师东渡成功1250周年纪念大会”；随后率领佛光山梵呗赞颂团，首度应邀至北京、上海演出；2004年2月，两岸佛教共同组成“中华佛教音乐展演团”，至港澳台地区及美国、加拿大等地巡回弘法；2006年4月应邀出席于杭州举办之首届“世界佛教论坛”，并发表主题演说，写下宗教和平交流的新一页。

大师著作等身，撰有《释迦牟尼佛传》《星云大师讲演集》《佛教丛书》《佛光教科书》《往事百语》《佛光祈愿文》《迷悟之间》《当代人心思潮》《人间佛教系列》《人间佛教语录》等，并翻译成英、日、德、法、西、韩、泰、葡等10余种语言，流通世界各地。



当年栖霞山一位小沙弥、今日将佛光普照三千界的高僧，星云大师究竟是以何因缘“愿力”“真空生妙有”？台湾畅销书作家符芝瑛以纪实的基础、文学的笔触铺陈星云大师八十岁人生壮旅，是融合历史、哲学、励志与心灵成长于一体的好书。此书

1. 是一本可读性高的传记：介绍了大师一生经历时代跌宕，艰苦奋斗，乃至成为举世知名敬仰的高僧的故事，也归纳了佛光系统40年来在全世界的发展及影响力。
2. 是一本心理励志佳作：介绍了大师成功（包括失败）的人生经验，呈现他的生活态度、思维模式和思想观念，对现代社会具有启发性。
3. 是一本经营管理的实战经验谈：把佛光山作为一个事业来分析，可以看出它的经营策略、财务管理、人才培养、终身学习等理念与实践。

自序

《菜根谭》是一本家喻户晓的书，从明朝万历年间洪自诚写成之后，就一直在民间传布，甚至被许多人当成是善书助印流通，到现在为止，不知已经印出多少版次。几年前，台湾的名漫画家蔡志忠先生将其内容绘成漫画出版，更受欢迎。听说此书最近在大陆也广为流传，还有些书商佐以优美的插画，图文并茂，让大家在赏心悦目之余，能将做人处事的道理领略于心，可谓功德无量。

由于我幼年时经常阅读此书，对于其中的语句耳熟能详，所以后来弘法之时就常引用其中的典故，久而久之，更发觉《菜根谭》言简意赅、词句婉约，既富含人生的哲理，又兼具文学的优美；通俗中不失庄严的风貌，文字中蕴藏深远的意义，可以作为大家做人处事的座右铭。

去年，《佛教丛书》十册出版之后，我再接再厉，擘画《佛教教科书》十二册，而数月之前，我突然想到三十多年来所言所行都是在为弘扬佛法，或为教育人心而略尽微忱，其中或有数语，像《菜根谭》的体例一样，可以献给当代青年作为修身用心的参考。佛光山法堂担任书记的弟子知道以后都十分欢喜，由满义、满果、妙觉等在我的讲演集、日记、百语、法语、偈语等，及平常对徒众的小参、开示的记录里面，搜集了二千多项条目，再由我加以筛选为一千则结果，由永明、永进、慧济、觉凡等打字编印，再由佛光山文化院及香海文化的永均法师出版。

对于此书的发行，我有四点愿望：

一、本书内容都是我过去对门徒学子和社会上各行各业所讲过的片言只语，当此提



自序

倡心灵改革的时候，我由衷希望各阶层人士阅读以后，都能感到增进品德、净化身心的受用，进而对社会人群有所贡献。

二、近二十年来，我忙于云游世界、弘法利生，每有集众都是千数百人，无法直接和许多信徒、朋友们个别的闲话家常，现在谨献上此书，作为彼此接心的桥梁，略减心中的遗憾。

三、现代教育缺乏修身养性、敦品励学的书籍，如果此书能作为莘莘学子们心性上的参考指南，我希望其中一言半句能对他们的未来有深远的影响。

四、年前，国际佛光会秘书长慈容法师曾将我写给会员的三十封信出版，成为“佛光世界”推出的第一本书。《佛光菜根譚》将继此之后，成为佛光山弟子及佛光会会员们居家修持及立身行事的准则。如古时的《菜根譚》一样，此书虽不是什么滋味丰腴的精致美食，但只要能像青菜萝卜作为家常便饭的佐料，让读者们都能身轻气爽、心旷神怡，则于愿足矣！

此外，尚有二事祈请大家见谅：

一、我喜好读书，但未曾习作对偶、韵文，所以书中很多字句只求朗朗上口、通畅易读，未能画如诗词歌赋般优美流利，甚至文言白话也在所不计，先在此向各位致上歉意。

二、里面的言词都是我在平时口说笔书时，从方寸中流露出来，大部分都是即兴偶感，但其中或有几句是早年阅读时种入八试心田的句子。和别人的举例相似，因记忆不清，无法查证，如有类似情况，希望大家海涵。

是为序。

一九九八年六月在西来寺

目 录

- 第一章 教育教理教用 /001
- 第二章 励志修行证悟 /021
- 第三章 做人处事结缘 /041
- 第四章 慈悲智慧忍耐 /059
- 第五章 社会人群政治 /075
- 第六章 贪嗔感情是非 /091
- 第七章 生活勤奋人和 /109
- 第八章 教化修行责任 /133
- 第九章 励志敦品警惕 /157
- 第十章 自然因果法则 /181
- 第十一章 成功进步的道路 /203
- 第十二章 身心安顿的良方 /225
- 第十三章 做人处事的原则 /247
- 第十四章 进德修业的指南 /271
- 第十五章 励志自思篇 /295
- 第十六章 群我相处篇 /323
- 第十七章 成功立业篇 /351
- 第十八章 信仰修行篇 /377



第一章 教育教理教用



奮起中寮

星生



第001

人生最大的悲哀，是自己对前途没有希望；
人生最坏的习惯，是自己对工作没有计划。

第002

一个登山的人在悬崖峭壁，
所迫切需要的是青藤小树，
一个上进的人在人生险途，
所急于需要的是善言指南。

第003

人生之大病，不在无用，而在无明，
事业之成功，不在学历，而在学力。

第004

“学习吃亏”能养德，“人我互调”能慈悲；
“当然如此”能自在，“享有就好”能常乐。

第005

交友以无嗔为自在，做人以无痴为清凉，
用心以无相为净土，修行以无得为涅槃。

第006

人的能力在努力中可以增加，
人的学问在虚心下可以进步。

第007

人的健康，主要在身心健全，而非勇武有力，
人的长寿，主要指延续慧命，而非长命百岁。

第008

上课闻道要有欢喜心，指导训话要有接受心，
做事担当要有勇敢心，和人相处要有恭敬心。

第009

凡事皆有利弊，只要懂得权衡之道，
往大处着眼，枯石朽木也能入药；
凡人皆有长短，只要懂得用人之道，
取彼之所长，破铜烂铁也能成钢。

- 010 工作时没有贵贱之分，服务时没有高低之别，
读书时没有老少之分，修道时没有圣凡之界。
- 011 不吃过头的饭，不讲过头的话，不走过头的路，
不做过头的事。本分，照顾当下；过头，失去未来。
- 012 不妄求是知足的生命，不投机是本分的性格，
不计谋是诚实的做人，不自私是净化的身心。
- 013 不患人之不重己，应患己之不重人。
- 014 不想改过的人，无法调教；不想向善的人，无法得度。
- 015 不辞小水，方能成就海洋；不积小善，无以圆满至德。
- 016 不愿说理是固执，不会说理是愚者，
不敢说理是奴隶，不肯说理是无知。
- 017 心怀善念，日日是好日，
里邻和睦，处处是净土。
- 018 水入污泥，虽清亦浊；人入邪恶，虽正亦奸。
- 019 水之性，在由高而下，故宜因势利导，以为疏通之则，
人之性，在有所获得，故当喜舍布施，以为结缘之方。
- 020 牙齿以坚硬易毁，故圣贤贵柔，
刀刃以尖锐快摧，故圣贤贵浑，
神龙以难见称瑞，故圣贤贵潜，
沧海以汪洋难量，故圣贤贵深。

021

思想要国际化，生活要律仪化，
语言要古典化，学习要现代化。

022

布施可以种一收十，持戒可以三业清净，
忍辱可以自他得益，精进可以无事不成，
禅定可以身心安住，智慧可以洞察秋毫。

023

以言语讥人，取祸之大端；
以度量容人，集福之要术；
以势力折人，招尤之未远；
以道德化人，得誉之流长。

024

以舍为有，则不贪；以忙为乐，则不苦；
以勤为富，则不贫；以忍为力，则不惧。

025

求学读书要：
读做一个人，读明一点理，
读悟一点缘，读懂一颗心。

026

世学有漏，佛法无边；
知识变易，真理常新。

027

只说好话不做好事，好话等于废话；
只做好事不说好话，好事等于无事。

028

失败之人，不外乎一意孤行、刚愎自用；
成功之人，大多能与人为善，从善如流。

029

失败者，往往是热度只有五分钟的人；
成功者，往往是坚持最后五分钟的人。

030 世间最好的东西，是欢喜；世间最贵的善举，是结缘；
世间最大的力量，是忍耐；世间最强的愿力，是甘愿。

031 金钱可以买得到奴隶，但买不到人缘；
金钱可以买得到群众，但买不到人心；
金钱可以买得到鱼肉，但买不到食欲；
金钱可以买得到高楼，但买不到自在；
金钱可以买得到美服，但买不到气质；
金钱可以买得到股票，但买不到满足；
金钱可以买得到书籍，但买不到智慧；
金钱可以买得到床铺，但买不到睡眠。

032 生产好似摇钱树，节俭犹如聚宝盆，
勤快能换万担粮，用心拥有全宇宙。

033 用兵择其勇，用人择其才，
用理择其道，用钱择其德。

034 耿介严正，用以律己，忠厚义气，用以待人，
真诚勤勉，用以任事，慈悲发心，用以行善。

035 用感情换取他人的信仰，无法长久，
用道德建立他人的尊敬，历久弥深。

036 由“无常”，可悟缘起缘灭，必能精进，
由“无我”，可知性真性实，必得自在。

037 求革新不可太快，厌恶人不可太凶，
要他好不可太过，用人才不可太急，
听发言不可太率，对自己不可太宽。

038

在学识上要力求博大精深，
在修养上要力求忍耐包容。

039

养生之道，在于吃得淡，吃得粗，吃得少；
处世之道，在于吃得苦，吃得亏，吃得重。

040

自我观照，反求诸己；自我更新，不断净化；
自我实践，不向外求；自我离相，不计内外。

041

有田不种，必无收成；
有钱不用，必空积聚。

042

有道之书尽读，明事之书多读，
闲杂之书少读，邪妄之书不读。

043

死，要死得有价值；死有重如泰山，有轻如鸿毛；
活，要活得有尊严；活有流芳百世，有遗臭万年。

044

为人父母，要心甘情愿养育子女；
为人师长，要心甘情愿作育英才；
为人学生，要心甘情愿承受教诲；
为人子女，要心甘情愿孝养父母。

045

目中有人助缘多，口中有德福报多，
耳中清净和谐多，心中有佛欢喜多。

046

有能力的人，处处给人方便；
无能力的人，处处给人为难。

047

理不明，事难办；事不举，理难证。

048 自己不学好，别人帮不了，
自己要学好，谁也挡不了。

049 勇气须从一念中求，
仁慈须从行仪里找。

050 生活的教育重于知识的教育，道德的教育重于功利的教育，
普及的教育重于特权的教育，自觉的教育重于接受的教育。

051 坐姿如钟，必须稳重，
站立如松，必须正直，
容貌如镜，必须明净，
行止如法，必须合仪，
思想如流，必须清澄。

052 作家在稿纸上耕耘，农夫在土地上耕耘，
教师在黑板上耕耘，禅者在心地上耕耘。

053 人我相处之道，靠生活教育来训练，
自我提升之道，靠思想教育来启发。

054 事事肯放过他人则德日升，
事事不放过自己则学日密。

055 没有新观念，不会有进步，
没有大格局，不会有远见。

056 敢于发问，问出智慧，长于听闻，闻出对话，
善于沟通，谈出共识，勇于思考，想出创意，
受于锻炼，磨出实力，安于静修，修出道德。

- 057 依附得人，可获终身快乐；
投靠非类，将造一生之殃。
- 058 受社会教育，为一家谋生；
受心灵教育，为万众化导。
- 059 以智慧灯来点亮心光，以自性佛来成就内心，
以六度法来治疗心病，以七圣财来丰富内财。
- 060 幸运，总是垂青于勇敢的人；
福报，总是降临于厚道的人。
- 061 在贫困中，要有忠心志气；
在危难中，要有信心勇气；
在富贵中，要有善心义气；
在修持中，要有正心道气。
- 062 所谓学问，在于治事，事不治，纵学无益；
所谓佛法，在于治心，心不治，纵修无成。
- 063 法无善恶，善恶是法；
境无损益，损益在人。
- 064 治学不厌是智者，教育不倦是仁者，
做事不苦是勤者，受苦不诉是能者。
- 065 知己、律己，是立身处世之要道；
容他、助他，是人际相处之良津。
- 066 智者养神，愚者养身，君子养德，小人养威。

- 067 知苦恼，才会本分不妄求，
知惭愧，始能进步不退化。
- 068 事，无法要求“完美”，但至少要能“完成”，才算尽到己责，
人，无法要求“万能”，但至少做到“可能”，就能堪受担当。
- 069 信其言，不察其行，是智者之愚；
信其行，不察其言，是愚者之智；
察其言，亦察其行，是智者之智；
不察言，亦不察行，是愚者之愚。
- 070 自学，是成功的动力；自律，是成功的条件；
自信，是成功的方法；自尊，是成功的要素。
- 071 安排自己能获得快乐，充实自己能获得知识，
掌握自己能获得平安，创造自己能获得成功。
- 072 真理要靠力量来实践，
力量要靠真理来发挥。
- 073 为了完成自己，任何考验都得忍受，
为了解决纷争，任何责任皆得担当。
- 074 为了体验人生，应以道德严律人格；
为了追求学问，应以智慧扩充心光。
- 075 为学当重闻思修，将来必须说写做，
若能具备戒定慧，必可清净乐融融。
- 076 学问，学了要会问，参学，参了还要学。