

佛光菜根譚

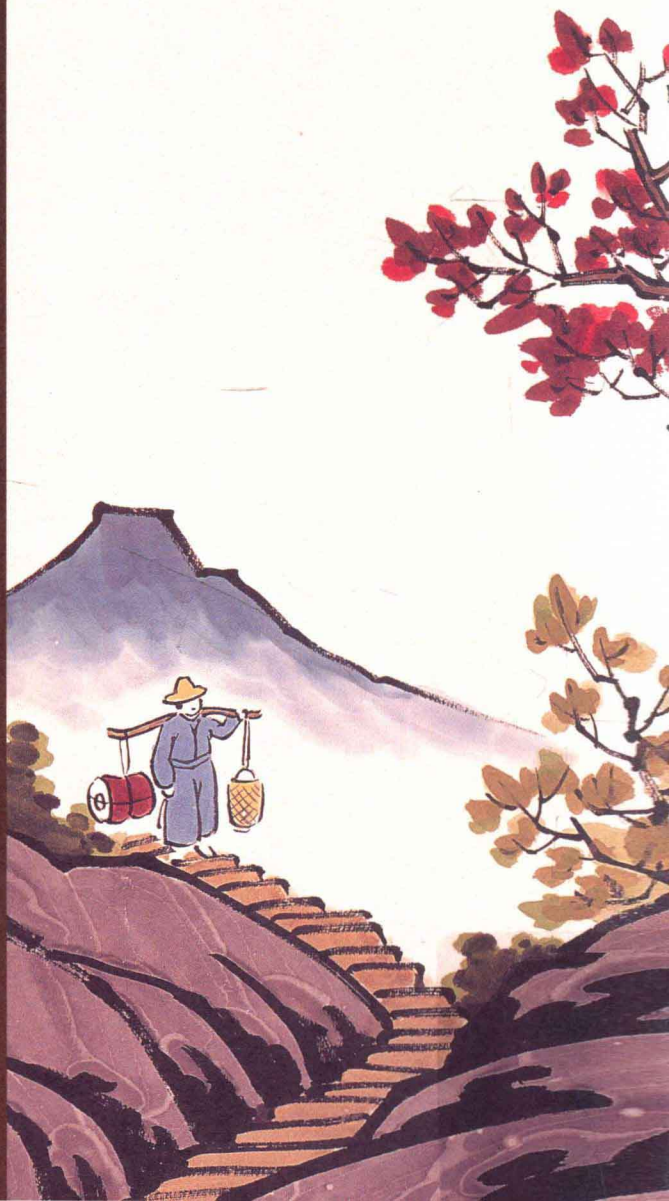
星雲大師
總策劃

金玉滿堂

教科書

1

(第九冊)



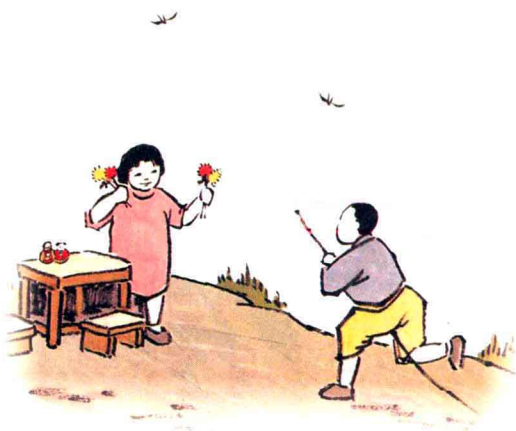


教科書

①

第九冊

佛光菜根譚





教科書 ① 第九冊

佛光菜根譚

總 策 畫 / 星雲大師

發 行 者 / 佛光山宗委會

出 版 者 / 佛光文化事業有限公司

編 輯 / 金玉滿堂編輯小組

圖 片 提 供 / 佛光山寺

流 通 者 / 佛光山各地別分院

國際佛光會各地協會、分會

人間佛教讀書會

佛陀紀念館

佛光山文化發行部

地 址 / 台灣高雄市大樹區佛光山寺

電 話 / 886-7-6561921

傳 真 / 886-7-6563605

出 版 日 / 二〇一二年九月 初版一萬套

二〇一二年十月 初版二刷

助 印 價 / 每本新臺幣拾伍元整

版權所有・不可翻印 | 如需助印，請連絡流通地址 | 本書如有缺頁、破損、裝訂錯誤，請寄回更換 |

ISBN 978-957-457-307-3 / (第9冊：平裝) / NT\$: 15



教科書 ① 第九冊

偉光菜根譚

目次

編輯說明

編者序 菜根有盡 餘味無窮

第一課 良好性格

——個人的性格，影響自己一生；
群眾的性格，影響萬世族親。

08

第二課 謙虛

——自大的人，為自己的無知築起高牆；
謙虛的人，為自己的探索敞開門窗。

12

第三課 自我激勵

——生命之流中——
能爭取時間，自我要求，即是延長生命；
能善用時間，自我激勵，即是充實生命。

16

第四課 機會

——遇事推諉的人，會失去學習進步的機緣；
凡事承擔的人，即擁有成功發展的機會。

20

第五課

革除陋習

所謂勇者，是敢於向自己醜陋習性挑戰的人；所謂仁者，是不斷對別人醜陋習性包容的人。

24

第六課

忍之為德

「忍」是一種擔當，忍之為德，在於負重；「退」是一種涵養，退之為德，在於和眾。

28

第七課

責任感

責任感是人間最高貴的情操。負責任的人都是有為者，不負責任的人，不管能力再強，也是庸才。

32

第八課

健康的重要

身體的健康是生命的能量，人常常因「病」而意志消沉。對於疾病，我們若能化病為友，彼此共存，也是一種養生之道。

36

第九課

盡其在我

盡其在我，雖敗猶成；僥倖而得，雖成實敗。

40

第十課

耕耘心田

以信心、恆心耕耘的田圃，收成必定豐碩；以恆心、善心栽培的果園，結果必定甜美。

44



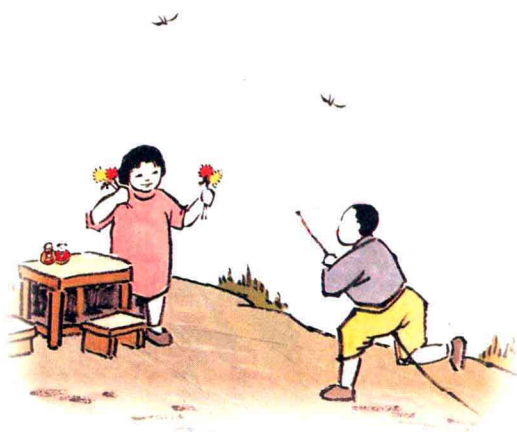
金玉滿堂

教科書

①

第九冊

佛光菜根譚



人玉編卷二



人玉編



【編輯說明】

一、本套書共十套，每套十冊，每冊含十課，共計一百冊。

二、本套書內容包括：《佛光菜根譚》、《星雲說偈》、《人間萬事》、《佛光山名家百人碑牆》、《星雲法語》、《佛光祈願文》、《古今譚》、《星雲禪話》、《人間音緣》、《法相》。

三、本套書依每類題材之需求，各別加以提要、正文、題解、注釋、習題、延伸閱讀彙編而成。

四、本套書由星雲大師總策劃，金玉滿堂小組編輯，佛光山宗委會印行；並於佛光山各地別分院、國際佛光會各地協會及分會、人間佛教讀書會、佛陀紀念館，以及佛光山文化發行部流通。

五、本套書之編輯，緣起於古德所云「書中自有黃金屋，書中自有顏如玉」之勸學理念，希望共同打造一個有品德、品質、品味的書香社會，讓「閱讀」成為全民運動，並且達到「做好事、說好話、存好心」的三好品格教育，祈願大家都能有金玉滿堂的收穫。

六、本套書提供社會各階層、機關、團體、學校「讀書會」之教材使用。

七、使用者若對本套書有任何意見或建議，請註明您的姓名、聯絡電話及寶貴意見，交予佛光山法堂書記室，可於再版時作為參考。

〔編者序〕

菜根有盡 餘味無窮

文字傳播的幅員，是無遠弗屆的；文字影響的力量，是深刻長遠的。因此，星雲大師六十幾年來一直孜孜矻矻於文字的弘法，無論是小說、散文、雜文，或學術性的論文，皆是為了因應時代、社會需要，和關照不同根機的讀者而作，而在各種類型、體裁的著作中，較為特殊的當屬《佛光菜根譚》。

雖然星雲大師沒有受過正規的學校教育，但從小就養成讀書的嗜好與習慣，舉凡四書五經、唐詩宋詞、歷史傳記，以及中外各種文學等書，多所熟諳，其中明代大儒洪自誠所著的《菜根譚》，可說是涵養大師性靈的精神食糧之一，在潛移默化之中，成為大師立身處世的座右銘與圭臬。

幾年前，香海文化出版社從大師的鉅著中，擷取能作為大眾勵志修身之用的句子，輯印成《佛光菜根譚》。出版後，立即引起讀者極大迴響，先後有國防部、救國團、台灣省教育會、僑務委員會等單位大量訂購，分送至各級學校、軍

警單位及各地監獄，作為他們敦品勵學、修心養性的指南。為應海外信眾、讀者的需求，亦翻譯成各國語言。

單國璽樞機主教曾經說過，星雲大師的著作豐富猶如礦藏，而《佛光菜根譚》就是這些礦藏中的鑽石。鑽石體積雖小，但卻是礦藏中的極品，集天地之精華，光芒四射，連穿戴它的人也身價倍增。讀者如能擺脫世俗欲念，而穿戴《佛光菜根譚》的精神，定可提昇精神身價，發揚倫理道德生活，創造光明、正義、慈悲、祥和的社會。

今日，金玉滿堂編輯小組特摘錄一百則，彙編成十冊教材，唯恐遺珠之憾，故於每課之後的延伸閱讀，補充數則，期讓讀者皆能獲得大師豐美的智慧精華，亦希望讀者能在字裡行間有所啟示，得清涼法喜、身心自在，為生命注入一股源源不絕的光明與活力！



教科書 ① 第九冊

偉光菜根譚

目次

編輯說明

編者序 菜根有盡 餘味無窮

第一課 良好性格

——個人的性格，影響自己一生；
群眾的性格，影響萬世族親。

08

第二課 謙虛

——自大的人，為自己的無知築起高牆；
謙虛的人，為自己的探索敞開門窗。

12

第三課 自我激勵

——生命之流中——
能爭取時間，自我要求，即是延長生命；
能善用時間，自我激勵，即是充實生命。

16

第四課 機會

——遇事推諉的人，會失去學習進步的機緣；
凡事承擔的人，即擁有成功發展的機會。

20

第五課 革除陋習

所謂勇者，是敢於向自己醜陋習性挑戰的人；所謂仁者，是不斷對別人醜陋習性包容的人。

第六課 忍之為德

「忍」是一種擔當，忍之為德，在於負重；「退」是一種涵養，退之為德，在於和眾。

第七課 責任感

責任感是人間最高貴的情操。負責任的人都是有為者，不負責任的人，不管能力再強，也是庸才。

第八課 健康的重要

身體的健康是生命的能量，人常常因「病」而意志消沉。對於疾病，我們若能化病為友，彼此共存，也是一種養生之道。

第九課 盡其在我

盡其在我，雖敗猶成；僥倖而得，雖成實敗。

第十課 耕耘心田

以信心、恆心耕耘的田圃，收成必定豐碩；以恆心、善心栽培的果園，結果必定甜美。

第一課 良好性格

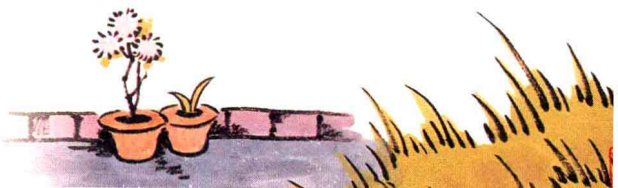
個人的性格，影響自己一生；
群眾的性格，影響萬世族親。

——《佛光菜根譚》



【提要】

擁有良好的性格，是一個人最大的資產，人的一生成就與否和性格好壞息息相關。性格好，容易與人相處，人際關係良好，即能成就一切好事。歷史上偉大人物之所以成功，無不是擁有良好的性格，正因具有美好的性格，才得以眾望所歸、人心所向。所以，擁有良好性格的人，才能為人所接受，也才能擁抱群眾，廣利有情。



【正文】

俗話說：「一樣米養百樣人。」有的人性格多愁善感，有的人性格樂善好施，有的人性格冷靜理智，有的人性格堅毅剛強，每個人都各有自己獨特的性格。

如果一個人不能瞭解自己的性格，就無法幫助自己改善弱點，並提升能力，更無法運用長處去幫助別人。所以，擁有一個好的性格，對自己、對團體，都能發揮正面的力量，都是一份重要的資產。

有一隻黃蜂氣惱地對另一隻蜜蜂說：「奇怪，我們兩個有很多共同點，同樣是一對翅膀，一個圓圓的肚子，為什麼別人提到你總是開心的，提到我卻說我是害蟲呢？」

黃蜂心有不甘，又忿忿地說：「我真不明白，我有一件天生的漂亮黃色大衣，而你卻整天髒兮兮的忙裡忙外，真要比起來，我到底哪一點不如你呀？」蜜蜂氣定神閒地說：「黃蜂先生，你說的都對，但我想人們會喜歡我，是因為我給他們蜜吃，請問你為人類做了些什麼？」

黃蜂氣急地回答：「我為什麼要幫人類做事，應該是人類要來捧我吧！」蜜

蜂接著說：「你希望別人怎樣對待你，就看你怎樣對待別人。」

從黃蜂與蜜蜂的對話，可以了解黃蜂擁有愛比較、計較的不和諧性格，而蜜蜂卻擁有樂於付出的勤勉性格。不用說，我們當然會喜歡蜜蜂的優良性格。人也一樣的。如果你擁有許多美好的性格，當然也會到處受到別人的讚歎、歡迎。

有位美國記者曾採訪美國金融業的教父摩根：「決定你成功的條件是什麼？」摩根毫不猶豫地回答：「性格。」記者問：「資金與性格何者重要？」摩根說：「資金重要，但更重要的是性格。」心理學家們研究也發現，不良的性格組合，是導致眾多人在待人處世時，遭遇挫折、失敗的重要原因。所以，在生活中要養成良好的習慣，培養自己健全的性格，才能受到大眾的喜愛、歡迎。

【習題】

1. 何謂「良好性格」？
2. 為什麼「性格」是決定成功的條件？
3. 試舉例說明，如何在人我之間培養良好的性格？

【延伸閱讀】——佛光菜根譚

◎ 人，什麼都可以沒有，但不能沒有性格，性格就是性能，性能不好，則不易被人接受。

◎ 一個有好性格的人，是難忍能忍，難行能行，且什麼都「能」；能大能小、能上能下、能苦能樂、能早能晚、能前能後、能餓能飽、能冷能熱、能榮能辱；凡事無所不能。

◎ 隨緣是最好的性格，能隨順因緣不執著，則凡事易成；負責是最佳的態度，能勇於承擔不推諉，則凡事順利。



第二課 謙虛

自大的人，為自己的無知築起高牆；
謙虛的人，為自己的探索敞開門窗。

——
《佛光菜根譚》

【提要】

我們和人相處，最重要的是讓對方接受我們的誠意。為了表達自己的誠意，就要懂得「謙虛」；貢高我慢，即使真有所長，也會讓人敬而遠之。一個人能謙虛待人處事，即使是平庸之輩，也會讓人樂於親近。謙虛的人，就像稻穗，愈成熟，愈是垂首低頭。我們可以在語言上表現謙虛，在態度上展現親切，讓人感受到你的誠意而接受你、感謝你。如此，謙虛自能打開人我的門限。

