



金玉滿堂

教科書

1

(第十冊)

佛光菜根譚

星雲大師

總策劃





教科書

1

第十冊

佛光菜根譚





教科書 ① 第十冊

佛光采報譯

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

出版日期／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 978-957-457-308-0 / (第10冊：平裝) / NTS：15



教科書 ① 第十冊

佛光菜根譚

目次

編輯說明

編者序 菜根有盡 餘味無窮

第一課 智慧的人生

不以金錢來堆砌表相，智慧的財富才能莊嚴一切；不以飾品來裝扮外觀，慈悲的瓔珞才能美化身心。

08

第二課 殘缺的生命

在這個世界上，不可能有十全十美的人，因此不能要求一個人必須「十全」；「殘缺」更能體會娑婆世界的真味。

12

第三課 開發心地

開發心中的眾生，就能人我一體，無怨無悔；開發心中的真理，就能智慧如海，辯才無礙；開發心中的世界，就能廣大無邊，法界一如；開發心中的歡喜，就能利樂眾生，永不退轉。

16

第四課 散播快樂

為人服務者，總散發光熱；利益別人者，總散播快樂；對人友愛者，總給人歡喜；幫助別人者，總給人溫暖。

20

第五課

回頭轉身

回頭，是自我反省之道；
轉身，是自我調適之道。

第六課

自知之明

自知無用，或許能成為大用；
剛愎自用，終不能為人所利用。

第七課

感恩之心

心中有感恩的念頭，是取之不盡的寶藏；
眼裡有芸芸的大眾，是用之不完的福緣。

第八課

日日是好日

好的時辰，好的地理，不在心外；
只要心好，日日都好，處處都好。

第九課

從今天做起

不為昨天困，昨天已過去；
不被明天迷，明天尚未至。
用心面對今天，天天都不困不迷。

第十課

天堂與地獄

心中煩惱無明即地獄，心中菩提正見即天堂；
心中憂悲苦惱即地獄，心中安樂幸福即天堂。



教科書

1

第十冊

佛光菜根譚



金玉滿堂



丁巳年



【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 第十冊

佛光菜根譚

目次

編輯說明

編者序 菜根有盡 餘味無窮

第一課 智慧的人生

不以金錢來堆砌表相，智慧的財富才能莊嚴一切；不以飾品來裝扮外觀，慈悲的瓔珞才能美化身心。

08

第二課 殘缺的生命

在這個世界上，不可能有十全十美的人，因此不能要求一個人必須「十全」；「殘缺」更能體會娑婆世界的真味。

12

第三課 開發心地

開發心中的眾生，就能人我一體，無怨無悔；開發心中的真理，就能智慧如海，辯才無礙；開發心中的世界，就能廣大無邊，法界一如；開發心中的歡喜，就能利樂眾生，永不退轉。

16

第四課 散播快樂

為人服務者，總散發光熱；利益別人者，總散播快樂；對人友愛者，總給人歡喜；幫助別人者，總給人溫暖。

20

第五課

回頭轉身

回頭，是自我反省之道；
轉身，是自我調適之道。

第六課

自知之明

自知無用，或許能成為大用；
剛愎自用，終不能為人所利用。

第七課

感恩之心

心中有感恩的念頭，是取之不盡的寶藏；
眼裡有芸芸的大眾，是用之不完的福緣。

第八課

日日是好日

好的時辰，好的地理，不在心外；
只要心好，日日都好，處處都好。

第九課

從今天做起

不為昨天困，昨天已過去；
不被明天迷，明天尚未至。
用心面對今天，天天都不困不迷。

第十課

天堂與地獄

心中煩惱無明即地獄，心中菩提正見即天堂；
心中憂悲苦惱即地獄，心中安樂幸福即天堂。



第一課 智慧的人生

不以金錢來堆砌表相，智慧的財富才能莊嚴一切；
不以飾品來裝扮外觀，慈悲的瓔珞才能美化身心。

——《佛光菜根譚》

【提要】

人類文明所以一日千里，不是靠金錢造就，而是眾人智慧的結晶。智慧就是財富，一個人的勞力有限，真正的能源在於內心的智慧；有智慧的人，不看一時之財，不看個人之財，有智慧的人才會大公無私。例如，居禮夫人最先發現了鐳，但他捨棄申請專利的機會，把研究成果公諸於世；再如佛教的須達長者，以黃金鋪地，購地建寺，利益眾生，他們都是歷史上有智慧的富人。



【正文】

人生要擁有什麼最好呢？

有人希望擁有洋房，有人希望擁有汽車，有人希望擁有嬌妻，有人希望擁有子女；也有人希望擁有土地、田產、股票、珠寶等，其實這些都不是最好的擁有，人生最好的擁有，就是智慧。

智慧是人生的導航；遇到逆境，懂得用智慧來轉，便能開拓出另一番的天地。

所謂智慧，「智」者從「知」，汲取知識是智慧的開始。然而知識是用學的，智慧是用悟的；能「日進新知」，並將知識活用於生活，融入於生命，這才是真智慧。平時聞法、思法、修法，可以幫助我們開啟智慧。

世間上最可怕的是無明，而開顯心中的智慧才是斷苦之本。有智慧的人，對於任何事物都有正確的認識與了解，而不至於走入邪途。

智慧就是財富，一個人的勞力有限，真正的能源在於內心的智慧；能夠開發內心的能源，人生才會活得充實、快樂。

「別人看到外，我看到內；別人看到相，我看到理；別人知道點，我知道

面。」這就是智慧；「感謝因緣」，就是有般若的智慧人。《六祖壇經》說：「改過必生智慧，護短心內非賢。」能夠「知過改過」，更是大智慧。

有智慧的人，懂得尋找生命的根源，懂得提起「生從何處來，死往何處去」的疑情。有智慧的人，凡事往大處著眼，並能識大體，不會為了私事而和人計較，自然能夠受人尊敬。有智慧的人，越是緊急的時候，越能鎮靜沉著；唯有在鎮靜中才能想出應付事變的方法。憤怒，就像在平靜的湖面上丟下一塊大石，會擾亂原本清澄的智慧，無法正確判斷事理而貽誤自害。

老子說：「大直若屈，大巧若拙。」真正有智慧的人，必懂韜光養晦，必懂內斂含蓄，所謂「大智若愚」是也。

智慧乃靠先天的稟賦及後天的努力，兩者相較，後天的努力遠較先天的力量大。因此，不要羨慕別人的聰明智慧，有其因，才有其果；若不種因，徒羨其果也是枉然。要緊的是，自己要立志，再加以恆心，如此才能活出有智慧的人生。

【習題】

1. 什麼是真智慧？請舉例說明。？

2. 何以說「智慧就是財富」？

3. 請分享這篇文章中，你最受用的一句話。

4. 「聰明」與「智慧」兩者有何不同？請舉例說明。

【延伸閱讀——佛光菜根譚】

◎ 煩惱者，會把小事變成複雜，好事變成壞事；智慧者，會把小事做成大事，壞人感化成好人。

◎ 以「智慧」降伏自內而起的煩惱，以「慈悲」化解自外而來的憂患。

◎ 人與人之間的不和諧，可以用慈悲去化除；人與物之間的不協調，可以用智慧去解決。



第二課 殘缺的生命

在這個世界上，不可能有十全十美的人，
因此不能要求一個人必須「十全」；
「殘缺」更能體會娑婆世界的真味。

——《佛光菜根譚》

【提要】

殘缺是生命的本質，也是世間的實相。根據一份對三百位成功人士的調查報告顯示，其中有四分之一是有殘缺的，如羅斯福總統、愛迪生、貝多芬、海倫凱勒等，這些人的萬古流芳，讓我們明白：真正的殘疾，不是外在的身根不全，而是心中沒有慈悲與包容；真正的缺陷，不是環境的艱難困頓，而是自己喪失信心和勇氣，他們不被自己的殘缺打敗，所以能化腐朽為神奇，為自己、為他人，點燃美麗的生命之光。

