



金玉滿堂

教科書

1

(第八冊)

佛光菜根譚

星雲大師

總策劃



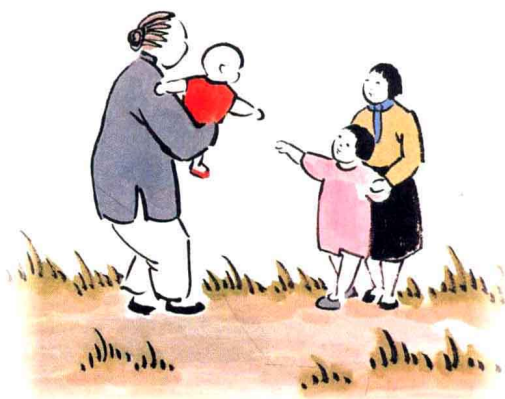


教科書

1

第八冊

佛光菜根譚





教科書 ① 第八冊

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

出版日期／二〇二二年九月 初版一萬套

二〇二二年十月 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 978-957-457-306-6 / (第8冊：平裝) / NT\$: 15



教科書 ① 第八冊

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 語言

語言，要像陽光，能製造光明的見解；
語言，要像花朵，能製造芬芳的思想；
語言，要像淨水，能製造潔淨的觀念。

08

第二課 忠厚與奸佞

忠厚不易偽裝，忠厚最好的考驗是時間；
奸佞也非本具，奸佞最好的考驗是利害。

12

第三課 寺院

寺院有匡正人心、扶正道德的功能之外，
更具有教化社會、孕育善良風俗的作用。

16

第四課 以慈心待人

慈心如花香，可以把歡喜傳送他人；
愛語如陽光，可以把溫暖散播十方。

20

第五課

日常修行

一日修來一日功，一日不修一日空；
真正修行在日常，佛道本在生活中。

24

第六課

多欲為苦

能節制物質欲望，才能享有幸福人生；
能降伏心中魔障，始能受用佛法真諦。

28

第七課

自在人生

榮辱禍福皆是業，心甘情願任他來；
利衰毀譽無非緣，心安理得隨他去。

32

第八課

心為惑源

修身要嚴，莫使造諸惡；
修心要密，莫使生欲念。

36

第九課

生命的價值

心智經過挫折，才會成長；
生命經過磨鍊，才有價值。

40

第十課

愛惜眾緣

唯有愛惜眾緣，尊重包容，
才能群策群力，共成美事。

44

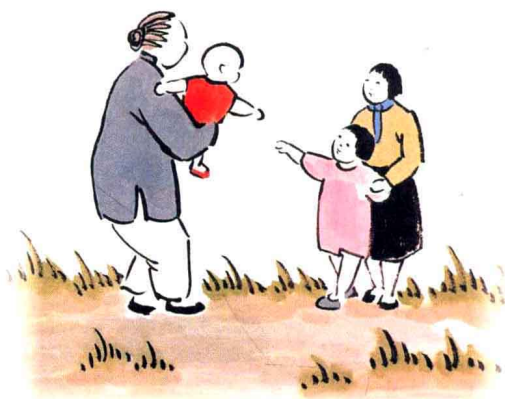


教科書

1

第八冊

佛光菜根譚



金玉滿堂



金玉滿堂



【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，香港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 第八冊

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 語言

語言，要像陽光，能製造光明的見解；
語言，要像花朵，能製造芬芳的思想；
語言，要像淨水，能製造潔淨的觀念。

08

第二課 忠厚與奸佞

忠厚不易偽裝，忠厚最好的考驗是時間；
奸佞也非本具，奸佞最好的考驗是利害。

12

第三課 寺院

寺院有匡正人心、扶正道德的功能之外，
更具有教化社會、孕育善良風俗的作用。

16

第四課 以慈心待人

慈心如花香，可以把歡喜傳送他人；
愛語如陽光，可以把溫暖散播十方。

20

第五課

日常修行

一日修來一日功，一日不修一日空；
真正修行在日常，佛道本在生活中。

第六課

多欲為苦

能節制物質欲望，才能享有幸福人生；
能降伏心中魔障，始能受用佛法真諦。

第七課

自在人生

榮辱禍福皆是業，心甘情願任他來；
利衰毀譽無非緣，心安理得隨他去。

第八課

心為惑源

修身要嚴，莫使造諸惡；
修心要密，莫使生欲念。

第九課

生命的價值

心智經過挫折，才會成長；
生命經過磨鍊，才有價值。

第十課

愛惜眾緣

唯有愛惜眾緣，尊重包容，
才能群策群力，共成美事。

第一課 語言

語言，要像陽光，能製造光明的見解；
語言，要像花朵，能製造芬芳的思想；
語言，要像淨水，能製造潔淨的觀念。

——《佛光菜根譚》

【提要】

語言是我我之間的一道橋梁，適時適地的給予適當的語言，則能建立良好的
人際關係。一般說來，肯定讚美的語言，就像初春和煦的陽光，給人溫暖
親切的感覺；關心鼓勵的語言則像久旱逢甘霖的大地，有了活力和生機。
因此用愛語和人結緣，所搭建的是一座善緣的寶橋，平穩而通暢，而且能
讓人產生積極、正面、向上的力量。



【正文】

語言是人際交流的溝通工具，語言有好多種，妄語、惡語、綺語、挑撥離間語等，都會造成對人的傷害；唯有慈悲的語言、溫和的語言，它像春風細雨，帶來大地的生機。

世間上沒有一個人不喜歡聽好言美語。同樣一句話，有些人講話能讓人覺得受到尊重，感覺友好，對人有正面的幫助，能夠助成別人的信心、善行。反之，有的人語言尖酸刻薄、故意刁難，一句惡口罵詈，就像一把雙面刃傷人又傷己。

一個有道德的人跟人講話，絕不會用語言去譏諷別人。一個懂得說話的人，不會把語言當作攻擊別人的武器，而能常說柔和、光明、和諧、正知正見的語言，給人希望和信心。我們平時應培養多說智慧的語言、慈悲的語言、喜悅的語言，並注意說話的禮儀。過去有一位沙彌，因為他過去生中，常常喜歡讚歎佛、讚歎人，說好話、說善言，最後他說話時，口中完全沒有穢濁之氣，一開口就香氣四溢、滿口芬芳，所以大家稱他為「香口沙彌」。

一個學道的人要有慈悲、和氣，注重修口德，日日檢討自己，對人是否語言溫和？有些人說話，音聲柔和好聽，這是因為過去世講好話、讚美人的果報。而

佛教的僧團之所以讓人尊重，也是因為沒有惡口、沒有爭執，教團清淨和合。

如果我們能正本清源，打從自己的心裡製造光明的見解、芬芳的思想、潔淨的觀念，生產陽光、花朵、淨水般的語言，與他人共享，則能擁有一片清淨的樂土，一個豐美的人生。

【習題】

1. 試述「語言」的重要性。
2. 如何美化語言？
3. 讀完本文，你有何省思或啟發？

【延伸閱讀】佛光菜根譚

◎ 上等語言，親切誠懇，措詞優雅；中等語言，中規中矩，本本分分；下等語言，不倫不類，粗鄙不堪。

◎ 正直的語言，能去除綺語；柔軟的語言，能去除惡口；和合的語言，能去除兩舌；真實的語言，能去除妄語。

東風浩蕩春光好直上青雲凌碧霄

豐一吟畫



第二課 忠厚與奸佞

忠厚不易偽裝，忠厚最好的考驗是時間；
奸佞也非本具，奸佞最好的考驗是利害。

——
《佛光菜根譚》

【提要】

《楞嚴經》說：「因地不正，果遭迂曲。」自古以來，有福之人往往是忠實寬厚之人。奸佞之人，也許慨嘆自己用盡心思，為何始終無法如願以償，殊不知自己的心念不正，所言、所行不如法，以至於果報還自受。多少歷史人物可做為我們的借鏡，告誡我們為人應以忠厚為本，忠厚之人心正、行正，自然善果日增；奸佞之人，心惡、行惡，日久終遭惡報。若想擁有美好的人生，光明的未來，唯有自我要求，寧做吃虧的忠厚之士，勿當違非的奸佞之人。

