

佛光菜根譚

星雲大師

總策劃

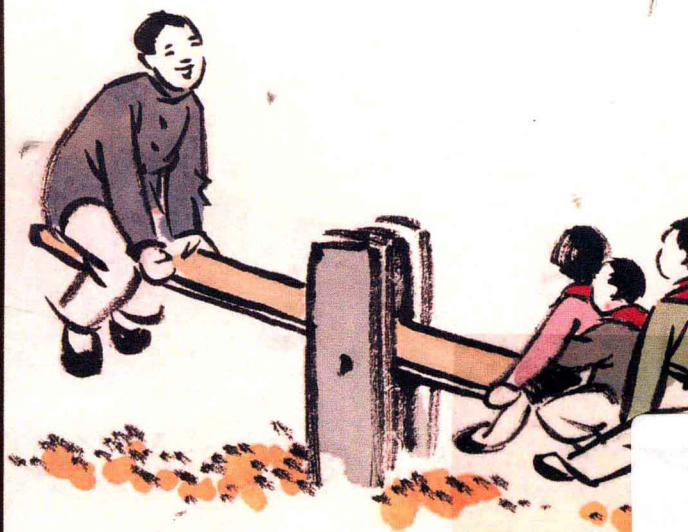
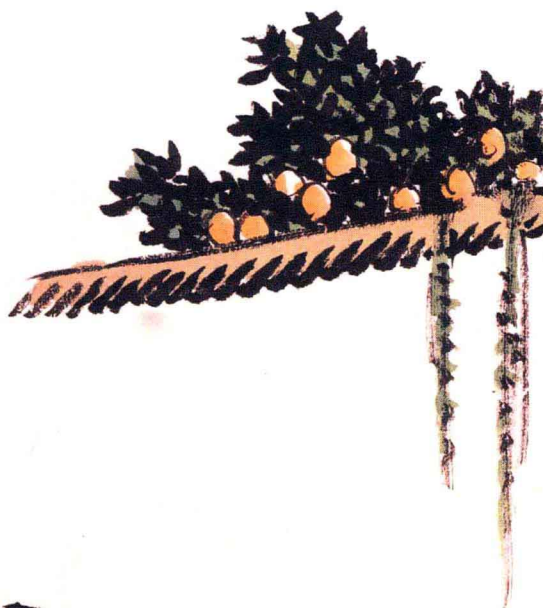


金玉滿堂

教科書

1

(第四冊)





教科書

①

第四冊

佛光菜根譚





教科書 ① 第四冊

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 978-957-457-302-8 / (第4冊：平裝) / NT\$: 15



教科書 ① 第四冊

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 迷悟之間

迷惑時，我們失去所有時間；
開悟後，我們擁有一切世界。

08

第二課 溝通

靜下來聆聽對方的音聲，是「溝通」的祕方；
動起來幫助對方的需要，是「談判」的籌碼。

12

第三課 富與貧

懂得付出，不計較吃虧，才是富有的人生；
錙銖必較，只知道接受，必是貧窮的人生。

16

第四課 破戒與破見

寧可持戒不圓滿，
不可破見失道心。

20

第五課 樂觀與悲觀

樂觀如明燈，照亮希望的前程；
悲觀如毒品，腐蝕健康的心靈。

24

第六課 尊重生命

一花一木都有生命，一山一水都有生機，
一人一事都有道理，一舉一動都有因果。

28

第七課 過去現在未來

因為有過去，才有現在；因為有現在，才有未來；
因為有未來，才有三世；因為有三世，才有希望。

32

第八課 無常

因為世事「無常」，所以文明才得以進步；
因為生命「無常」，所以未來才抱有希望。

36

第九課 進德修業

名利勘不破，道德難以增長；
私情放不下，事功難以建立。

40

第十課 自律與他律

善惡報應是顯露的法律，本心是非是內在的法律；
世事倫常是共遵的法律，天理因果是最高的法律。

44



教科書

①

第四冊

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 第四冊

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 迷悟之間

迷惑時，我們失去所有時間；
開悟後，我們擁有一切世界。

08

第二課 溝通

靜下來聆聽對方的音聲，是「溝通」的祕方；
動起來幫助對方的需要，是「談判」的籌碼。

12

第三課 富與貧

懂得付出，不計較吃虧，才是富有的人生；
錙銖必較，只知道接受，必是貧窮的人生。

16

第四課 破戒與破見

寧可持戒不圓滿，
不可破見失道心。

20

第五課 樂觀與悲觀

樂觀如明燈，照亮希望的前程；
悲觀如毒品，腐蝕健康的心靈。

第六課 尊重生命

一花一木都有生命，一山一水都有生機，
一人一事都有道理，一舉一動都有因果。

第七課 過去現在未來

因為有過去，才有現在；因為有現在，才有未來；
因為有未來，才有三世；因為有三世，才有希望。

第八課 無常

因為世事「無常」，所以文明才得以進步；
因為生命「無常」，所以未來才抱有希望。

第九課 進德修業

名利勘不破，道德難以增長；
私情放不下，事功難以建立。

第十課 自律與他律

善惡報應是顯露的法律，本心是非是內在的法律；
世事倫常是共遵的法律，天理因果是最高的法律。



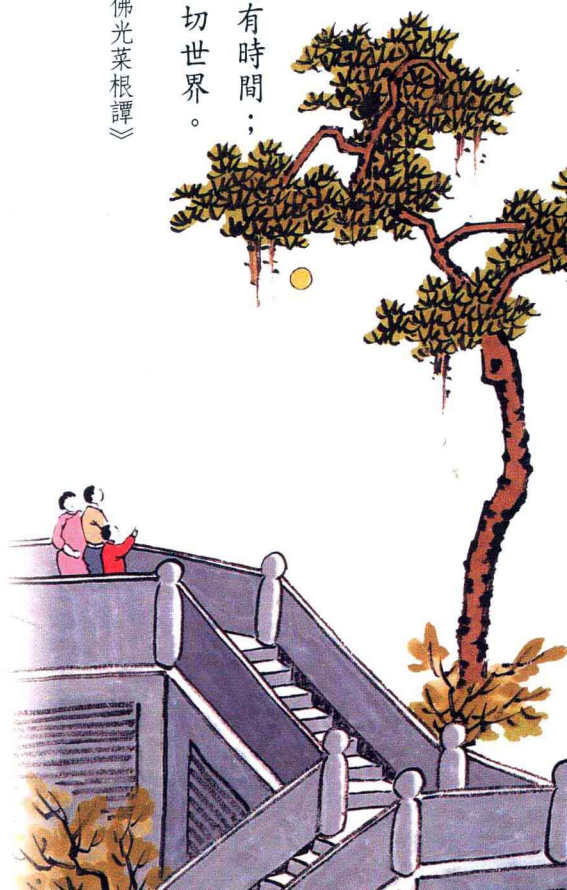
第一課 迷悟之間

迷惑時，我們失去所有時間；
開悟後，我們擁有一切世界。

——《佛光菜根譚》

【提要】

心，是升沉的樞紐；我們的心，一心開二門；一念頓悟，可以放下身心，解脫自在，不受熱惱；一念生迷，就會鑽牛角尖，掀風起浪，不得安寧。一念開覺，當下轉凡成聖，煩惱也可以化為菩提。一念迷悟，影響我人的一生，甚至臨終一念，來世去向，立即決定。



【正文】

迷者，即是眾生；悟者，即是佛。在迷境裡面，我們的妄心、妄識交相爭奪；在悟的境界裡，能知道自己的真心安止何處，無著亦無繫。所以迷悟之別，就是凡夫與聖者的分界線。

什麼是迷？什麼是悟？我們常常說：「眾生癡迷。」所謂「迷」，就像閉著眼睛一樣，一層眼皮遮蔽了一切，使我們看不到外面真實的世界及美麗的山川花木，而終日生活在黑暗、茫然之中。一旦我們張開了眼睛，看到光明的世界；看到山河壯麗、日月爭輝，萬物欣欣向榮，才知道以前那個黑暗、茫然的世界只是一種假相而已，這就是「悟」！

一念迷，愁雲慘霧；一念悟，慧日高懸。好比鳳梨、葡萄的酸澀，經陽光的照射、和風的吹拂，酸澀就可以成為甜蜜的滋味。所以能把迷的酸澀，經過一些自我的省思、觀照，當下就是悟的甜蜜了。

每個人在日常行事之中，總有一些「迷」與「悟」的牽扯，有的時候當局者迷，旁觀者清。你看！多少為情所困而自殺的男女們，只因「一念之間」想不開，結果徒留悲痛於人間。你看！多少為財所動而萌生殺機的歹徒們，只為「一

念之間」財迷心竅，害人身命，結果自毀前途，永留罵名在人間。

生活中有人處於迷的世界，也有人從迷轉悟，悟後的世界寬廣無比。明朝憨山德清禪師云：「但能識得娘生面，草木叢林盡放光。」藥山禪師悟道之後，看萬事萬物「榮也好，枯也好」，雖榮猶枯，雖枯猶榮，何等自由逍遙！

古來的禪師大德，一旦轉迷成悟，當下盡離貪、瞋、癡諸煩惱，心中呈現的是一片光明歡喜的悟境，就連無情的草木林石都沐浴著他的法喜而欣欣向榮。

禪宗六祖惠能大師說：「心迷法華轉，心悟轉法華。」如何轉迷為悟，轉識成智，轉苦為樂？現前的這一念心，即是關鍵。

【習題】

1. 簡述「迷」與「悟」之間的差異。
2. 何以說煩惱也可以轉為菩提呢？試舉例說明。
3. 試述一則「轉迷成悟」的事例。

【延伸閱讀——佛光菜根譚】

- ◎ 聰明者不迷，正見者不邪，有容者不妒，心靜者不煩。
- ◎ 道不學不明本源，戒不守不知過錯；禪不參不識自性，迷不悟不能解脫。
- ◎ 化愚就是智，去迷就是悟；除惡就是善，離妄就是真。



第二課 溝通

靜下來聆聽對方的音聲，是「溝通」的祕方；
動起來幫助對方的需要，是「談判」的籌碼。

——《佛光菜根譚》

【提要】

溝通是一門學問，善於溝通的人，能將棘手的事，經過溝通之後圓滿解決；不善於溝通的人，只是一件小事，都會造成彼此關係不和，因此，良好的溝通，是人際往來的重要因素。想要擁有良好的人際關係，就要學習溝通，尤其與對方溝通時，應站在尊重對方的立場，了解對方的需求，表達自己的誠意，切勿一味地只顧自己的利益，而損他人之利。最圓滿的溝通，就是讓彼此都能達到雙贏的目的。

