

感受旷世奇人的佛语禅心
参悟佛家经典的思想精粹

听

李叔同大师

说禅



金克水◎编著

感受旷世奇人的佛语禅心 参悟佛家经典的思想精粹

现在的社会是一个非常忙碌的社会，也是一个挑战、引诱特别强烈的时空环境。如何在这样的环境中做一个洁身自好的人，做一个品格高尚的人，做一个净化的人，做一个身心健康的人，做一个自利利他的人呢？那就是用禅的精神经常地、时时刻刻地熏陶自己，使迷失的生活向觉醒的、净化的生活转化。

——净空法师

◎ 阅读改变生活

ISBN 978-7-5107-0120-7



9 787510 701207 >

定价：39.80元

感受旷世奇人的佛语禅心
参悟佛家经典的思想精粹

金克水◎编著

听李叔同大师
说禅



图书在版编目(CIP)数据

听李叔同大师说禅 / 金克水编著. —北京: 中国
长安出版社, 2009. 11

ISBN 978 - 7 - 5107 - 0120 - 7

I. ①听... II. ①金... III. ①禅宗—通俗读物 IV.
①B946.5 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 203473 号

听李叔同大师说禅

金克水 编著

出版: 中国长安出版社

社址: 北京市东城区北池子大街 14 号(100006)

网址: <http://www.ccapress.com>

邮箱: ccapress@yahoo.com.cn

发行: 中国长安出版社 全国新华书店

电话: (010)65281919 65270433

印刷: 三河市鑫利来印装有限公司

开本: 710mm × 1000mm 1/16

印张: 20

字数: 250 千字

版次: 2010 年 1 月第 1 版 2010 年 1 月第 1 次印刷

书号: ISBN 978 - 7 - 5107 - 0120 - 7

定价: 39.80 元



前言

净空法师说：“现在的社会是一个非常忙碌的社会，也是一个挑战、引诱特别强烈的时空环境。如何在这样的环境中做一个洁身自好的人，做一个品格高尚的人，做一个净化的人，做一个身心健康的人，做一个自利利他的人呢？那就是用禅的精神经常地、时时刻刻地熏陶自己，使迷失的生活向觉醒的、净化的生活转化。”

这位法师的话点醒了我们：现在的社会需要禅的精神，广大的读者需要用禅的智慧来指导自己的人生。不过，禅这门博大精深的学问是几十代人用了十几个世纪的漫长时间精心构筑的精神世界，它植根于深远而厚重的华夏文化，同时也融进了丰富的印度文化。它蕴含着令人叹为观止的宗教智慧和人生哲理。所以，必须有一位修为高深的大师对我们进行引导和指点，我们才能参透禅理当中无限深邃的禅意，从而运用到自己平时的工作和生活中去。当然，要说能担当此任的弘法高僧可以说是大有人在，但是如果说集横溢的才气与高深的修为于一身的人，恐怕就要首推弘一法师李叔同了。

李叔同可以说是位旷世奇人。

论才华。他是“二十文章惊海内”，集诗、词、书画、篆刻、音乐、戏剧、文学等等于一身。用其学生丰子恺的话说就是“文艺的园地，差不多被他走遍了”。不仅如此，更让人惊羨的是他每种才艺都很出色。

说做人。李叔同热爱祖国、孝敬母亲，青年时期参加了很多爱国活动，即使在出家不问世事之时，面对国家的危难，他也撰写了“念佛不忘救国，救国必须念佛”的对联，以此来勉励僧众，对宗教与国家二者，应有同等爱护的热忱。对于母亲，李叔同是一个至孝之人，他非常敬爱他的母亲，他对母亲的爱心，随时随地都自自然然地流露出来。





谈处事。李叔同做事从来是干净利落，只要是自己认为正确的事情，绝不犹豫，而且不受别人的意见所左右，所以他才会断然绝食、毅然出家……

前半生是修养全面的艺术家，后半生是精通律宗的高僧，李叔同的一生可以用一句话予以概括：由“绚丽至极”而“归于平淡”。

如果能有幸聆听到这位“深深尝了世间味，探了艺术之宫的，却回来过那种通常以为枯寂的持律念佛的生活”的大师对禅的讲解，那真是人生的一大乐事。

《晚晴集》就是弘一大师从浩繁的佛家经典之中摘编的一部精华语录，抄录了精妙的佛家格言 101 条，是弘一大师手边常备之物。在这部书里，弘一法师倾注了很多自己的人生感悟和对佛家经典格言的深刻领悟。

比如，佛家认为贪、嗔、痴三毒是修行中的最大障碍，人只要有这三毒在心里头，诸佛如来都没有办法救护。所以，佛家弟子要想修得正果，务必要把这三毒拔除。弘一法师对此深表赞同，在《晚晴集》中他就抄录了多段经文用以警示世人，像“离贪嫉者能净心中贪欲云翳，犹如夜月，众星围绕”、“生死不断绝，贪欲嗜味故，养怨入丘冢，虚受诸辛苦”、“世间色声香味触，常能逛惑一切凡夫，令生爱着”等。

比如，普贤菩萨十大愿王第一愿是礼敬诸佛，也就是“恭敬”二字，佛家弟子如果能做到这一点，就可以“消业障、增福慧”。其实不管是佛门弟子还是俗世中人，如果能做到“诚敬”二字，对自己都是大有裨益的。弘一法师深谙此理，所以他把诸如“诚与恭敬，实为超凡入圣，了生脱死之极妙秘诀”、“欲得佛法实益，须向恭敬中求，有一分恭敬，则消一分罪业，增一分福慧”等劝谏人“诚敬”的经文收录到自己的《晚晴集》中。

另外，对于有关改恶修善、知因识果、植福培德等方面的佛家经典格言弘一法师也多有抄录。在弘一法师圆寂之后才出版的著作《晚晴集》中，囊括了他对于佛教佛理的很多感悟，但由于篇幅所限，我们在这里不能一一尽述，更多精彩内容还需要读者朋友们翻开本书，去一一品读、细细领悟。





目录

1. 真心悔改，心地即清凉 (1)

《金刚三昧经》——若失本心，即当忏悔，忏悔之法，是为清凉。

2. 心中要有一把衡量是非善恶的标尺 (4)

《华严经·普贤行愿品》——菩萨若能随顺众生，则为随顺供养诸佛。若于众生尊重承事，则为尊重承事如来。若令众生欢喜者，则令一切如来欢喜。

3. 自己不再怨恨，才能救助、感化他人 (7)

《华严经·修慈分》——我若多嗔及怨结者，十方现在诸佛世尊皆应见我。当作是念：云何此人欲求菩提而生嗔恚及以怨结？此愚痴人，以嗔恨故，于自诸苦不能解脱，何由能救一切众生？

4. 善待他人，也是在成全自己 (10)

《首楞严三昧经·依宝王论》节文——迦叶白佛：我等从今，当于一切众生生世尊想。若生轻心，则为自伤。佛言：善哉快论。

5. 以受难之心享福，以享福之心受难 (13)

《梵网经》——应代一切众生受加毁辱，恶事向自己，好事与他人。

6. 贪欲人人会有，但也并不是无法克制 (16)

《理趣六波罗蜜多经》——离贪嫉者能净心中贪欲云翳，犹如夜月，众星围绕。

李叔同

听李叔同大师说禅





7. 人要学会知足，知足才能常乐 (19)

《大宝积经·富楼那会》——生死不断绝，贪欲嗜味故，养怨入丘冢，虚受诸辛苦。

8. 人生在世，对于恩恩怨怨何必太过执著 (22)

《诸法集要经》——是身如掣电，类乾闥婆城，云何于他人，数生于喜怒？

9. 怒气不可乱施，牢骚不可乱发 (25)

《佛遗教经》——嗔恚之害则破诸善法，坏好名闻，今世后世，人不喜见。

10. 减少欲望就会减少许多烦恼 (28)

《佛遗教经》——行少欲者，心则坦然，无所忧畏，触事有余，常无不足。

11. 常把“善”字挂心头 (31)

《有部律》——身语意业不造恶，不恼世间诸有情，正念观知欲境空，无益之苦当远离。

12. 不要让名利成为自己不堪重负的枷锁 (34)

《有部律》——名誉及利养，愚人所爱乐，能损害善法，如剑斩人头。

13. 生活可以享受，但不可以沉溺 (37)

智者大师——世间色声香味触，常能诳惑一切凡夫，令生爱着。

14. 愤怒，是制造恶果的罪魁祸首 (40)

智者大师——嗔，是失佛法之根本，坠恶道之因缘，法乐之冤家，善心之大贼，种种恶口之府藏。





15. 不求虚名，只求充实内心 (43)

道宣律师——凡夫学道法，唯可心自知，造次向他道，他即反生诽。谛观少言说，人重德能成，远众近静处，端坐正思惟。但自观身行，口勿说他短，结舌少论量，默然心柔软。无知若聋盲，内智怀实宝，头陀乐闲静，对修离懈惰。

16. 能若不能，智若无智 (46)

翠严禅师——处众处独，宜韬宜晦，若哑若聋，如痴如醉，埋光埋名，养智养慧，随动随静，忘内忘外。

17. 提前谋划好，事到临头不慌张 (49)

黄檗禅师——我且问你，忽然临命终时，你将何抵敌生死？须是闲时办得下，忙时得用，多少省力。休待临渴掘井，做手脚不迭，前路茫茫，胡钻乱撞。苦哉苦哉。

18. 要得天助，必先自助 (52)

飞锡法师——鼻有墨点，对镜恶墨，但措于镜，其可得耶？好恶是非，对之前境，不了自心，但尤于境，其可得耶？洗分别之鼻墨，则一镜圆净矣。万境咸真矣。执石成宝矣。众生即佛矣。

19. 绝不轻易议论他人是非 (55)

盘山禅师——修行人大忌说人长短是非，乃至一切世事非干己者，口不可说，心不可思。但口说心思，便是昧了自己。若专炼心，常搜己过，那得工夫管他家屋里事？粉骨碎身，唯心莫动。收拾自心如一尊木雕圣像坐在堂中，终日无人亦如此。旛盖簇拥香花供养亦如此。赞叹亦如此。毁谤亦如此。修行入常常心上无事，时时刻刻体究自己本命元辰端的处。

20. 一切顺其自然，结果反而更好 (57)

圭峰法师——元无我人，为谁贪嗔？

听李叔同大师说禅
李叔同





21. 对现状不满意，那就积极改变自己 (59)

佛眼禅师——报缘虚幻，不可强为。浮世几何，随家丰俭。苦乐逆顺，道在其中。动静寒温，自愧自悔。

22. 学会用批评别人的心来批评自己 (61)

大慧禅师——学道人逐日但将检点他人底工夫，常自检点，道业无有不办，或喜或怒，或静或闹，皆是检点时节。

23. 凡事只要坚持不懈地去努力，就一定能办成 (64)

永明禅师——化人问幻士，谷响答泉声，欲达吾宗旨，泥牛水上行。

24. 心志坚定，不为任何外物所移 (67)

归宗芝庵禅师——千峰顶上一茅屋，老僧半间云半间，昨夜云随风雨去，到头不似老僧闲。

25. 把握当下，也就把握了人生 (70)

石屋禅师——过去事已过去了，未来不必预思量；只今便道即今句，梅子熟时栀子香。

26. 做事要干净利落，切不可优柔寡断 (73)

云峰禅师——即今休去便休去，若觅了时无了时。

27. 富贵荣华到头来终是一场虚妄 (76)

仁潮禅师——琐琐含生营营来去者，等彼器中蚊蚋，纷纷狂闹耳。一化而生，再化而死，化海漂荡，竟何所之？梦中复梦，长夜冥冥，执虚为实，曾无觉日，不有出世之大觉大圣，其孰与而觉之欤？

28. 积习好改，只需要坚持不懈的决心和毅力 (79)

妙禅师——纵宿业深厚，不能顿断，当方便抑制，自劝自心。





29. 要用一种超然的生活态度面对人生 (82)

莲池大师——放开怀抱，看破世间，宛如一场戏剧，何有真实？

30. 道理很简单，在于是否看得透 (85)

莲池大师——达宿缘之自致，了万境之如空，而成败利钝，兴味萧然矣。

31. 学海无涯，人人都当终生泛舟 (88)

莲池大师——伊庵权禅师用功甚锐。至晚，必流涕曰：今日又只怎么空过，未知来日工夫如何？师在众，不与人交一言。

32. 要想去除心中烦恼，先要除去妄想心 (91)

莲池大师——畏寒时欲夏，苦热复思冬，妄想能消灭，安身处处同。草食胜空腹，茅堂过露居，人生解知足，烦恼一时除。

33. 做人不可一错再错，要懂得弥补 (94)

袁了凡——人之过恶深重者，亦有效验。或心神昏塞转头即忘；或无事而常烦恼；或见君子而赧然消沮；或闻正论而不乐；或施惠而人反怨；或夜梦颠倒；甚则妄言失志，皆作孽之相也。苟一类此，即须奋发，舍旧图新，幸勿自误！

34. 不可背负太重的人情世故包袱 (97)

《西方确指》——只“强顺人情，勉就世故”八个字，误却你一生大事。道业未成，无常至速！急宜敛迹韬光，一心向道，不得再误！

35. 做人做事要懂得深藏不露 (100)

《西方确指》——深潜不露，是名持戒，若浮于外，未久必败。有口若哑，有耳若聋，绝群离俗，其道乃崇。

36. 顺境容易淘汰人，逆境往往真受益 (103)

藕益大师——种种恶逆境界，尽情看作真实受益之处。名利、声色、

听李叔同大师说禅
李叔同





饮食、衣服、赞誉、供养种种顺情境界，尽情看作毒药毒箭。

37. 放下外在世界，活出自我本色 (106)

溥益大师——将身心世界全体放下，作一超方特达之观。

38. 善于结交不同的人 (109)

溥益大师——善友罕逢，恶缘偏盛，非咬钉嚼铁，刻骨镂心，何以自拔哉？

39. 远离不切合实际的幻想，静心充实自己 (112)

溥益大师——何不趁早放下幻梦尘劳，勤修戒定智慧？

40. 看书要进得去出得来，不要成为书的奴隶 (115)

溥益大师——勿贪世间文字诗词而碍正法！勿逐怪、贪、嫉妒、我慢，鄙覆习气，而自毁伤！

41. 懂得时刻反省的人更容易取得进步 (118)

溥益大师——内不见有我，则我无能；外不见有人，则人无过；一味痴呆，深自惭愧！劣智慢心痛自改革！

42. 好名声要靠实力获得，而不是靠自我炫耀 (120)

涌帚禅师——篱菊数茎随上下，无心整理任他黄，后先不与时花竞，自吐霜中一段香。

43. 要以人为师，莫好为人师 (123)

彭二林——从今以后，愿遁世不见知而不悔，作一斋公斋婆，向厨房灶下安隐过日，今生不敢复作度人妄想。

44. 在事情的关键时刻，一定要坚持下去 (126)

彭二林——幸赖善缘得闻法要，此千生万劫转凡成圣之时。尚复徘徊歧路，乍前乍却，则更历千生万劫，亦如是而止耳！况辗转沦陷，更





有不可知者哉？

45. 人生的真实厚重恰恰在于摆脱虚浮之事 (129)

彭二林——轮转生死中，无须臾少息，犹复熙熙如登春台，曾不知佛与菩萨为之痛心而惨目也。

46. 不要让繁冗的应酬挤占了学习时间 (132)

印光大师——汝信心颇深，但好张罗及好游、好结交，实为修行一大障，祈沉潜杜默，则其益无量。戒之！

47. 妄想事事通，结果却是无一精通 (135)

印光大师——汝是何等根机，而欲法法咸通耶？其急切纷扰，久则或致失心。

48. 以真诚之心待人，以恭敬之心处世 (138)

印光大师——当主敬存诚，于二六时中，不使有一念虚浮怠忽之相，及与世人酬酢，唯以忠恕为怀，则一切时，一切处，恶念自无从而起。

49. 死无分别，但要让自己活得有意义 (141)

印光大师——直须将一个“死”字挂到额头上。

50. 珍惜佛缘，有一副菩萨心肠 (144)

《无量清静平等觉经依迦才净土论》引文——若善男子、善女人，闻说净土法门，心生悲喜，身毛为竖如拔出者。当知此人，此过去宿命已作佛道来也。

51. 人生要懂得取舍，懂得选择 (147)

《无量寿经》——汝今亦可自厌生死老病痛苦，恶露不浮，无可乐者！

听李叔同大师说禅
李叔同





52. 严格要求自己，不能有丝毫的懈怠之心 (150)

《观无量寿佛经》——无忧恼处，我当往生，不乐阎浮提浊恶世也。

53. 人生无常，精神常在 (153)

善导大师——才有病患，莫论轻重，便念无常，一心待死。

54. 用自己的慈悲之心去感化他人 (156)

《诸法无行经》——我未曾见闻，慈悲而行恼，互共相嗔恚，愿生阿弥陀。若人如恒河，恶口加刀杖，如是皆能忍，则生清净土。

55. 兴趣是一个人成就事业源源不断的动力 (159)

灵芝元照律师——生宏律范，死归安养，平生所得，唯二法门。

56. 敢于对恶行恶事说“不” (162)

王龙舒——凡闻恶声，则念阿弥陀佛以消穰之，愿一切人不为恶行。凡见善事，则念阿弥陀佛以赞助之，愿一切人皆为善行。无事则默念阿弥陀佛，常在目前，便念念不忘。能如此者，其于净土决定往生。

57. 要把工夫用在平时 (165)

天如禅师——人生能有几时？电光眨眼便过！趁未老未病，抖身心，拔世事；得一日光景，念一日佛名；得一时工夫，修一时净业；由他命终，我之盘缠预办，前程稳当了也。若不如此，后悔难追！

58. 磨难更有利于激发一个人的潜能 (168)

天如禅师——如就刑戮，若在狴牢，怨贼所追，水火所逼；一心求救，愿脱苦轮。

59. 不过多奢求，身心才能自在 (171)

妙什禅师——于此土声色诸境，作地狱想、苦海想、火宅想。诸宝物作苦具想。饮食衣服，如脓血铁皮想。





60. 认识自己是改变命运的前提 (174)

妙什禅师——此界释迦已灭，弥勒未生，贤圣隐伏。众生奔波苦海，犹失父之儿，若不以极乐愿王为归，谁为救护？

61. 摒弃光想不做的习惯，马上行动 (177)

妙什禅师——闻教便行，奚待更劝？

62. 贪爱、嗔恨害了别人，也害了自己 (180)

妙什禅师——唯名闻利养，甜爱软贼，及嗔心嗔火；虽有佛力，不能救焉！行者当深加精进，以攘却之！

63. 做人不自夸，就不会讨人嫌 (183)

妙什禅师——又复当护人心，勿使夸嫌，动用自若；息世杂善，不贪名利，将过归己，捐弃伎能，唯求往生。

64. 学习要专心致志，心无旁骛 (186)

幽溪法师——娑婆有一爱之不轻，则临终为此爱所牵，矧多爱乎？极乐有一念之不一，则临终为此念所转，矧多念乎？

65. 控制好自己情绪，整理好自己的心情 (188)

幽溪法师——若生恩爱时，当念净土眷属无有情爱，何当得生净土？远离此爱。若生嗔恚时，当念净土眷属无有烦恼，何当往生净土？得离此嗔。若受苦时，当念净土无有众苦，但受诸乐。若受乐时，当念净土之乐，无央无待。凡历缘境，皆以此意而推广，则一切时处，无非净土之助行也。

66. 吃苦未尝不是一件好事 (191)

西斋禅师——如何说得娑婆苦？苦事纷纷等猫毛！

67. 不要总把希望寄托在别人身上 (194)

袁宏道——当屏人独处，自办道业，以设像为师，经论为侣。

听李叔同大师说禅





68. 面临突发情况，也要保持一颗平常心…………… (197)

袁宏道——五浊恶世，寒热苦恼，秽相熏炙，不容一刻居住。

69. 吝啬付出的人终究得不到厚报…………… (200)

莲池大师——问：人不信净土，恐只是本来福薄？答：此言甚是！

70. 谦虚治学，不耻下问…………… (203)

莲池大师——余下劣凡夫，安分守愚，平生所务，惟是南无阿弥陀佛六字。今老矣！倘有问者，必以此答。

71. 用积极的行动去代替忧虑…………… (206)

莲池大师——当生大欢喜，切勿怀忧恼，万缘俱放下，但一心念佛。往生极乐国，上品莲花生，见佛悟无生，还来度一切。

72. 放下一边，自然会收获另一边…………… (209)

藕益大师——世情淡一分，佛法自有一分得力。娑婆活计轻一分，生西方便有一分稳当。弹指归安养，阎浮不可留。

73. 给自己确立一个固定的目标…………… (212)

藕益大师——归命大慈父，早出娑婆关。

74. 光阴不可虚度，生命不可荒废…………… (215)

彻悟禅师——世之最可珍重者，莫过精神；世之最可爱惜者，莫过光阴；一念净即佛界缘起，一念染即九界生因，凡动一念即十界种子，可不珍重乎？是日已过，命亦随减，一寸时光一寸命光，可不爱惜乎？苟知精神之可珍重，则不浪用，则念念持佛名。光阴不虚度，则刻刻薰修净业。

75. 欲念未除，便享受不到生命的安详与宁静…………… (217)

彭二林——悲哉众生！欲念未除，道根日坏。佛之视汝，将何以堪？





76. 做人要有主见，不要受干扰而一事无成 (220)

彭二林——子等归向极乐，全须打得一副全铁心肠，外不为六尘所染；内不为七情所锢；污泥中便有莲花现也。

77. 不要与机遇失之交臂 (223)

彭二林——莲花种子，荣悴由人。时不相待，珍重珍重！

78. 了解事物不可只拘泥于表象 (226)

张守约——上品见佛速，下品见佛迟，虽有迟速异，终无退转时。参禅病着相，念佛贵断疑，实实有净土，实实有莲池。

79. 远离虚妄，生活就会轻松很多 (229)

悟开禅师——念阿弥陀佛，正觉圆满之名；观极乐世界，清净庄严之相；如此滞着，只怕未能切实；果能切实，则世间种种幻化妄缘，自当远离。

80. 时刻保持一颗积极进取的心 (232)

印光法师——随忙随闲，不离弥陀名号，顺境逆境，不忘往生西方。

81. 诚、敬二字，是一个人超凡脱俗的秘诀 (235)

印光法师——诚与恭敬，实为超凡入圣，了生脱死之极妙秘诀。

82. 不念旧恶是一种宽容 (238)

印光法师——业障重、贪嗔盛、体弱、心怯、但能一心念佛，久之自可诸疾咸愈。

83. 做人要有大的胸怀和度量 (241)

印光法师——佛固不见弃于罪人，当承兹行以往生耳。

84. 万事不要想当然，仔细思考是正途 (244)

印光法师——须信娑婆实是苦，极乐实是乐，深信佛言，了无

听李叔同大师说禅

