



大师开释人生系列

弘一法師



开释人生

食饮一壶禅茶看流水风云 点燃一炷清香闻法师教诲
照见人生五蕴，去疏狂得高旷底蕴
参透宠辱人生，去偏枯得缜密严明
上官紫微◎编著

北京工业大学出版社

弘一法师开释人生

上官紫微◎编

北京工业大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

弘一法师开释人生 / 上官紫微编著. —北京: 北京工业大学出版社, 2010.6

ISBN 978-7-5639-2343-4

I. ①弘… II. ①上… III. ①李叔同 (1880~1942)
—人生哲学 IV. ①B949.92

中国版本图书馆CIP数据核字 (2010) 第048954号

弘一法师开释人生

编 著: 上官紫微

责任编辑: 王 曙

封面设计: 蒋宏工作室

出版发行: 北京工业大学出版社

地 址: 北京市朝阳区平乐园100号

邮政编码: 100124

电 话: 010-67391106 010-67392308 (传真)

电子信箱: bgdcbsfxb@163.net

承印单位: 北京晨旭印刷厂

经销单位: 全国各地新华书店

开 本: 787mm×1092mm 1/16

印 张: 16.5

字 数: 241千字

版 次: 2010年6月第1版

印 次: 2010年6月第1次印刷

标准书号: ISBN 978-7-5639-2343-4

定 价: 28.00元

版权所有 翻印必究

图书如有印装错误, 请寄回本社调换



——应是菩提^①，应是般若^②

从一个富家子弟到久负盛名的艺术家，又从一位艺术家皈依佛教，并最终因专心研佛而成一代名僧。他就是被人们熟知的民国一代才子李叔同、遁入空门的弘一法师。

李叔同在未出家之前，在京沪等地求学、成长，因才华横溢、聪慧过人、风流倜傥，精通多种文艺学术，无论是音乐、戏剧、美术、诗词、篆刻、金石、书法、教育、哲学、法学，均涉猎甚至精通，一句“长亭外，古道边，芳草碧连天”，牵动了多少世人的心，他因此佳话广为流传并成为文坛上的传奇人物。

虽然出身富贵，但他却喜好结交朋友，在国家有难之时，亦投身革命，抛洒热血。这样的李叔同，被太多的人追随和崇敬，但他却在正值壮年时突然旋身遁去，毅然出家，任家人弟子痛哭流涕、苦苦挽留，依然抛弃红尘，走进了杭州虎跑寺的寺门。

皈依佛门后的弘一法师，潜心修行，精研律学，弘扬佛法，普度众生出苦海，被佛门弟子奉为律宗第十一代世祖，为世人留下了咀嚼不尽的精神财富。

弘一法师的一生，真奇中见平淡，平淡中出真奇。既有轰轰烈烈，

① 菩提：佛教术语。直译为“正觉”，意为明辨善恶，觉悟真理。

② 般若：佛教术语。意为脱离妄想，归于清静，亦是“智慧”之意。



又有闲淡和释然，那份人世雄姿和出世雅态，常人难以企及。

这许多年来，大师从始至终，都有着“闲居无事可评论，一炷清香自得闻。睡起有茶饥有饭，行看流水坐看云”的淡定。有着“宠辱不惊，闲看庭前花开花落；去留无意，漫随天外云卷云舒”的修为。他身在佛门，但心仍怜悯尘世，以“出世”的心做“入世”的事，一方面静心研究佛法律部，著书立说，另一方面则通过不断游历来进行佛法的交流和弘扬，从不怠慢，丝毫不敢轻恣。他以俗家修为向常人揭示出佛门的真谛，解析人生存在的意义，既是净世的佛，也是俗世的仙。

从大师的身上，我们能够看到人生百态，参透黄粱一梦的可笑，能够了解人生的际遇各有不同，学会自我开悟的豁达。从那时那里，我们真正了解到何谓佛家菩提般的心性和般若一样的智慧，他那份超乎寻常的灵秀之姿引领世人不畏人世苦厄，提高性灵刚性，悟得生活真谛，参透人生百态。

大师这样教导我们：不要相信命运，要相信努力；不要抱怨命运，要勇敢面对；不要奢望永远，要把握现在；不要期望太远，要且行且珍惜。弘一法师的只言片语，蕴藏的人生智慧像珍珠一样闪光，足够我们这些在日益喧嚣烦躁的当代社会中茫然漂浮的人慢慢品味。

本书基于这个宗旨，摘录弘一法师的言论和处世经典，结合佛家开化众生的智慧故事，于大师的谆谆教诲之中，于珠玑智语的佛家文字之中，戳破现世的迷网，在大师“一斛浊酒尽余欢，今宵别梦寒”的悠扬偈语抚慰下，为自己开拓一片心灵的净土，去感悟人生的甘味。



大师观色空：参晓人生初始事，空也是不空

于佛法中参破生命	002
空其实不空，出世人做入世事	004
尔等皆有一颗无尘心	007
不是不幸福，只因不单纯	009
恕己如恕人，责人如责己	011
时时忏悔，洁净性灵	014
涤瑕荡秽，日日省自己	016
缘起缘灭总有时	018

大师喻无畏：常常失败常常悟，何须畏万物

舍去不是失去，牺牲只为得到	022
无辩能息谤，无争可止怨	024
宠辱不惊，闲看庭前花开落	027
凭空说说不如实地做做	029
惠不在大，在乎当厄	033
成为红尘中的有心人	035



花繁柳密拨得开，风狂雨骤立得定	038
常常失败常常悟	040

大师笃戒律：戒门不开，烦恼不来

持戒才能自由	044
断去污染内心的精神食物	046
不要变成为金钱疯狂旋转的陀螺	049
久贪生灾厄，寡欲心自清	052
清空贪求，争似春风处处闲	054
走出欲望的虚幻之城	056
急之易不暇，缓之或自明	058
躬自厚而薄责于人	060
一念嗔心，开百万障门	062

大师说涵容：忍一切难忍，纳一切难纳

有容德乃大，有忍事乃济	066
慢慢来，涓流积至沧溟水	068
世人谤我，只需微微一笑	069
江河不择细流，能容涵养戾气	071
宜静默，宜谨言	072
空空如也装万象	074
谦谦若水，厚德可纳污物	076

大师爱慈悲：度万象苦厄，悯千百世人

滴水密密虫，生命怎分贵贱	080
万缘放下，万爱拾起	082
以一言之善化一切干戈	084
我佛慈悲，难舍众生事	086
临事须替别人想，论人先行自揣度	088
大慈大悲菩提心	091
万物有灵，岂可随意屠戮	093
乐道人善，易于度人	095
感激一切可以感激的	098

大师讲修身：深浅宜自知

自行检点，不敢轻率妄行	102
千年修行毁于小小陋习	103
深浅错对应自知	106
笃定专一，二心驱除	107
三思可以戒愚躁，心平气和来千祥	109
先用三个筛子	111
胸中无一事，乃能事事	113

大师言习业：好闻道可解三千烦恼丝

床头放个“草庵钟”	116
分分秒秒别放过	118

目

录



既然欢喜，不妨投入.....	120
随喜，凡事都可试试.....	122
设身处地悟禅机.....	123
为何溃于小事.....	125
不耻下问，不必拘泥于年龄.....	128
一生慎学防疏漏.....	130

大师解疑惑：执与不执在于心

执与不执全看本心.....	134
弓长松弛宜适中.....	136
不畏红尘遮望眼.....	138
虚名竟如何，总是一南柯.....	140
放开名利这匹脱缰的野马.....	142
富贵人间梦，功名水上鸥.....	144
不能舍，只好泥里团团转.....	147
哪里跌倒哪里站.....	149
凿枘相应，功业始成.....	150

大师悟世道：战战兢兢，也是一生

若冬涉川，如履薄冰.....	154
躬身实地见修行.....	156
僧家哪有半日闲.....	158
小小菜叶也应爱惜.....	160
作之不止，可以胜天.....	163

806	自强之外无上人之术	164
015	大智大觉的保身法	166

大师谈智慧：行身如般若

不妨夸夸别人	170
身体力行换来德高望重	172
世人心有灵山塔，只向灵山塔下修	174
欺人者人欺之，爱人者人惜之	176
折损自己未必不是福	178
大巧若拙，一言顶万语	180
似予实取，不争反而能为先	182
纵然不契又何妨	184

大师道因果：立地即菩提

取法天地间，生命任自然	188
不完美的婆娑世界	190
瓜豆相得，果报在人为	193
心有戒，不拘泥于形式	196
自知一无所长，自省做为不浅	198
觉悟智慧，立地即菩提	201

大师论生死：苦乐由人，安于生死

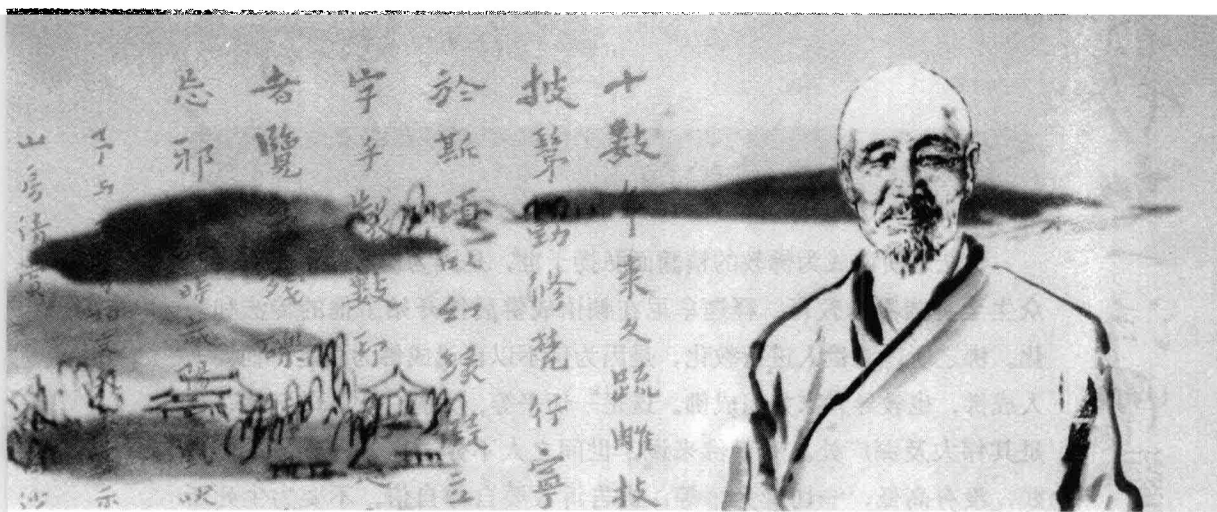
抛却无常之苦，常悦我净	204
既然缘变无迹可寻，不若娴雅度过一生	206



气度要宏，意趣要乐	208
生亦何欢，死亦何惧	210
竹密岂妨流水过	213
自处超然，失意泰然	214
事能知足心常惬	217
关怀死者，超度亡灵	220

大师释佛宗：慧海慈航道佛法

不畏在这尘世漂泊	224
把信仰当成拐杖	226
法海山河端丽，凸显人间性情	227
哪怕一念忏悔，也是可爱	229
做红尘中的真菩萨	231
佛也不能救你，你来救你自己	234
素食恬淡能养生	236
度一切苦厄	238
弘一法师语录	241
弘一法师年表	248



破除世间一切谬见，而予以正见。破除世间一切迷信，而予以正信。破除世间一切恶行，而予以正行。破除世间一切幻觉，而予以正觉。弘一法师正心诚意，言传身教，开释众生破除尘世种种利欲和迷惘，教化世人明心见性、荡涤性灵，于佛法中找到人生的智慧。

参晓人生初始事，空也是不空

大师观色空



弘

一

法師

開釋人
生

HONGYI
FASHI



于佛法中参破生命



佛法之所以成为佛教的精髓而弘扬于世，是因为佛法是佛陀对世间众生至善圆满的教育。释迦牟尼在顿悟成佛后便开始了他的传法和教化。佛之所以对世人进行教化，是因为佛不以自己成佛为满足，他要人人成佛，也教导大家如何成佛。这是一切平等、大智、大悲的怀抱，也是其伟大及深广处。对于佛来说，世间之人不分国家、种族，不分贵贱，没有高低，一切皆为平等，佛告诉人要自尊自信，不要为生死所苦。佛是积极入世、普度众生的，佛法不是束之高阁或象牙塔里的深奥学问，而是贴近人的生活的。我们应该珍惜佛陀传给我们的教导方法，加倍努力，开显我们本具的佛性，使人人成佛，完成理智、情感、能力之最圆满境地的人格。

在佛经里，我们常常可以看到释迦牟尼佛向弟子及听讲的人说：“我是真语者，实语者，不诳语者。”他总是劝导听众，研究真理，注重理性。据《妙法莲华经》记载，在佛要讲上乘难信的佛法时，竟有五千听众，自以为已经得到了解脱，不愿听讲，离席而去。佛陀不但没有发怒、追究或责罚，而只是说：“他们机缘还没有成熟，与其听了不相信引起反感，增加罪业，还不如让他们离开，也是好的。”

翻开任意一本佛经，佛法对于人生的理解和阐释更是让我们叹为观止，我们不难感觉到字里行间流淌着的智慧，它对我们的生活有着十分积极的现实意义。

首先，佛法分析人生，它要求我们认识人生是苦的现实，然后进一步分析苦的根源。这根源在于我们对人生太过执著。然而事实上，人生是虚幻的，因为我们不能认识虚幻，所以痛苦，参透不了人生的意义。所以只有在否定人生的一切虚幻之后，才能真正地肯定人生的价值和生命的意义。

佛法在分析人生的基础上更是看破人生。看破人生实际上对于人生价值的肯定，因为我们只有透过醉生梦死的虚幻人生，看破功名利禄是过眼烟云，把种种恶习尽数去掉，才能看清自我，显示出自身的价值。不看破这虚幻、迷惑的人生，我们人生的价值是永远不会显现出来的。看得破就能“放下”，“放下”了也就看破了，也就不再执著于小我，这样就能步入离苦得乐的解脱之道。

佛法的目的还不仅仅在于看破人生，还在于解脱。解脱就是超越，超越我们这个小我，超越我们这个执著，做到大公无私，去恶得善，从而完成一个高尚的人格。而佛法讲的人生解脱还不仅仅在此，更是人格的升华，要破无明^①、断烦恼，获得彻底的解脱。

佛法的这些智慧，弘一法师都深入地进行了理解和研究，并且他以最通俗的方式向世人普及佛学的智慧。不仅如此，弘一法师因师从律宗，所以对佛法的理解更加深刻并且总结出规律、集纳成法典，给了世人理解佛、学佛、从佛身上得到人生智慧的途径。在弘一法师的谆谆教诲中，我们终能体会佛法大无边却并不远离我们的智慧。



① 无明：佛教术语。意为愚暗，缺乏真知。



弘

一

法師

開釋人生

HONGYI

FASHI



空其实不空，出世人做入世事



常人因佛经中说“五蕴^①皆空”、“无常^②苦空”等，因疑佛法只一味说空。若信佛法者多，将来人世必因之而消灭。此说不然。

大乘佛法，皆说空及不空两方面。虽有专说空时，其实亦含有不空之义。故需兼说空与不空两方面，其义乃为完足。

何谓空及不空？空者是无我，不空者是救世之事业。虽知无我，而能努力做救世之事业，故空而不空。虽努力做救世之事业，而决不执著有我，故不空而空。如是真实了解，乃能以无我之伟大精神，而做种种之事业无有障碍也。

故知所谓空者，即是将常人所执著之我打破消灭，一扫而空，然后以无我之精神，努力切实做种种之事业。亦犹世间行事，先将不良之习惯等一一推翻，然后良好之建设乃得实现。”

以上便是弘一法师对佛法中“空”的看法。在他看来，“真正之佛法先须向空上立脚，而再向不空上作去。岂是一味说空而消灭人世耶！”

在佛经的《波罗蜜多心经》中曾多次谈到“空”。当然，这里所谓的“空”并不是我们通常所消极地认为的一无所有，而是包含了极其深刻的意义在其中：一方面，“空”是指万事万物随时处在永恒的变化之中，因此要求我们达到一种无我的境界。而另一方面，“空”也是“不空”，因为佛法讲究普度众生，因此它是一份救世的事业。其实，佛法中的“空”的意义便在于让我们以无我的精神去从事世间的种种事业。

一切事物，山河大地，森罗万象，情与无情，都是缘生缘灭，无有自性，无有实我，因此将其称为性空无我。它是佛教探讨宇宙真相的基

① 五蕴：佛教术语。指色（形相）、受（情欲）、想（意念）、行（行为）、识（心灵）。

② 无常：佛教术语。意为任何事物都不能永恒不变。

本原则，也是佛教的本体论和宇宙观。

但佛教中的“空”，并非一味说空，认为一切都是虚空，从而使人产生消极的想法。佛教对“空”有着自身特定的解释：空，也有两种含义：一是“什么都没有”，一是“什么都装得下”。

佛陀在灵山会上，出示手中的一颗随色摩尼珠，问四方天王：“你们说说看，这颗摩尼珠是什么颜色？”

四方天王看后，各说是青、黄、红、白等不同的色泽。

佛陀将摩尼珠收回，张开空空的手掌，又问：“那我现在手中的这颗摩尼珠又是什么颜色？”

四方天王异口同声地说：“世尊，您现在手中一无所有，哪有什么摩尼珠呢？”

佛陀于是说：“我拿世俗的珠子给你们看，你们都会分别它的颜色；但真正的宝珠在你们面前，你们却视而不见，这是多么颠倒啊！”

佛陀的手中虽然“空无一物”，但就像苏东坡的诗句所说：“无一物中无尽藏，有花有月有楼台。”正因为“空无”，所以具有“无限的可能性”。

佛陀感叹世人“颠倒”，因为世人只执著于“有”，而不知道“空”的无穷妙用；总是被外在的、有形的东西所迷惑，而“看不见”内在的、无形的本性和生活，其实那才是更宝贵的明珠。

在弘一法师看来，佛法中的“空”是“无我”的意思，而什么是“无我”？“无我”就是“不是我，或者没有我”的意思，即译作非我，或无我。“无我”，不是说不存在我，而是不要迷恋非我的东





西——我执。社会活动家、佛教人士赵朴初说：“‘离有情义’、‘依他起义’和‘无动作义’，都是说明无我的道理的。”

所谓“有情”，从身体的组织来说，是由地、水、火、风、空、识六字（六种元素）构成，其中任何要素又是刹那依缘而生灭着的，所以找不到一个固定的独立的“有情”支配身心，也就是找不到“我”的存在。这是佛教关于“无我”的一个解释。

我们在日常生活中常常陷入烦恼之中是因为我们不能理解“无我”，总是在追求为“我”或为“我所有”。但佛是一位充满了慈悲、智慧的觉者，是一个无我和清静无为的人。“无我”，就是断除尘世间的一切烦恼，舍弃一切不该追逐的东西。无我法，即无畏、牺牲、奉献，因为“无我”，在奉献的时候，就会感到自然，身心安乐。

弘一法师的“无我”，不是否定“我”的存在和“我”的价值。这便是他对“空”的理解，而他对“不空”的理解则更是精辟而独特。他认为“不空”在于努力做救世之事业。

在太平寺中，弘一法师再次见到了前来拜访的老友穆藕初。叙旧之后，两人的话题自然而然地谈到佛法上来。穆藕初对于佛教并无多少了解，不过他在一些哲学、文化类的书籍中见过一些批评佛教的观点，对佛教总觉得是一种导人出离世间，逃避家国社会责任的宗教。当此国家衰微，正需国民奋发图强之际，佛教于世又有何益呢？

弘一法师解释说，佛法并不离于世间，佛教的本旨只是要洞悉宇宙人生的本来面目，教人求真求智，以断除生命中的愚痴与烦恼，修学佛法也并不一定都要离尘出家，在家之人同样可以用佛法来指导人生，利益世间。就大乘佛教来说，其菩萨道精神，更是充分体现济物利人的人世悲怀。凡有志于修学佛法者，皆需发大菩提心，立四宏愿，所谓“众生无边誓欲度，烦恼无尽誓愿断，法门无量誓愿学，佛道无上誓愿成”。以此自励精进，无量世中，怀此宏大心愿，永不退失；只要是济世利人之事，都可摄入佛道之中，佛教哪里会是消极避世的宗教呢？