

大道說法

傳印題

【日】有馬賴底◎著
刘建◎译



◎ 宗教文化出版社

大道說

图书在版编目(CIP)数据

大道说法/(日)有马赖底著;刘建译.-北京:宗教文化出版社,2010.9

ISBN 978-7-80254-289-1

I. ①大… II. ①有…②刘… III. ①禅宗-通俗读物 IV. ①B946.5-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 161805 号

大道说法

[日]有马赖底 著

刘建 译

出版发行: 宗教文化出版社

地 址: 北京市西城区后海北沿 44 号 (100009)

电 话: 64095215(发行部) 84037602(编辑部)

责任编辑: 王志宏

版式设计: 范晓博

印 刷: 北京柯蓝博泰印务有限公司

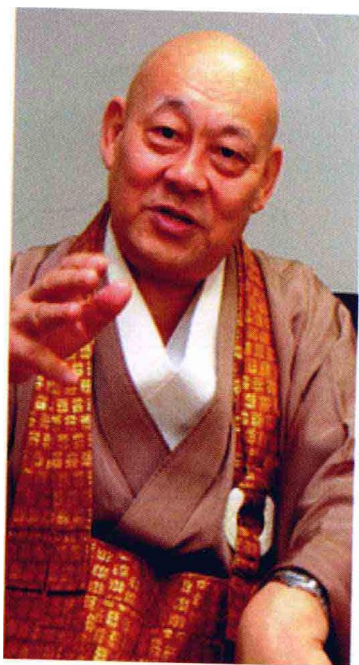
版权专有 不得翻印

版本记录: 787×1000 毫米 32 开本 7 印张 100 千字

2010 年 9 月第 1 版 2010 年 9 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-80254-289-1

定 价: 20.00 元



临济宗相国寺派管长
有马赖底



相国寺全景



相国寺法堂

如來正十眼
非人亦不
又于視不傳
于前家心
信重嚴學
妙得真入
得指注非
超門表果
直若無終
恰如人白
畫行不用

如香象王
獨壞鐵鏡
空摩鐵正
眼開文提
法喜與音
普大衆多
祝偈作終
振心終基
不問能王
日擇乳

長康一百不
吾非吾人非
舍中同住
飲不相知
如十年法山
野到日本
至福山百物
善好理學
首法二天年
空三情自不
實相言於

持心已野人
於果吾野人
因本言厥性
道得深之所步
作大野之元前
作會此偈音
大衆知也之年
十一日一福山
至吾年一書



南宋东渡弘法僧，日本相国寺开山祖师梦窗疏石之师无学祖元顶像及手书偈语(日本国宝)



日本相国寺开山祖师梦窗疏石顶像及手书“别无工夫”



人间万事塞翁马(有马赖底 手绘)



南无阿弥陀佛(有马赖底 手书)

中文版自序

日中两国，一衣带水，日中佛教，一脉相承。1977年，我初次巡拜了憧憬已久的日本佛教的故乡——中国。光阴荏苒，转瞬三十余年过去了。三十余年来，中国日新月异的巨大变化，令整个世界刮目相看。

伴随着中国社会的政治、经济、文化等各个领域的飞跃发展，中国佛教也逐步走向复兴。三十余年来，我本人率领日本佛教界，倡议并直接参与了修复日本禅宗祖庭——河北省正定县临济寺及赵县柏林寺、浙江省径山万寿寺，以及河南省开封大相国寺等。有幸见证了三十余年来日中佛教友好交流的艰辛历史进程。抚今追昔，感慨万千。





六百余年前，我现任管长的日本临济宗相国寺创建之际，借用了开封大相国寺这一寺号，可谓因缘殊胜，源远流长。1992年，日本相国寺与开封大相国寺结为友好寺院，揭开了日中佛教友好交流新的一页。去年，我任会长的日本临济宗、黄檗宗国际友好交流协会又与云南省大理崇圣寺缔结了友好寺院关系。

为庆祝和纪念日中佛教交流史上的一大盛事，承蒙中国佛教协会会长传印法师题赐书名，承蒙中国佛教协会副会长、上海市佛教协会会长、上海玉佛禅寺方丈觉醒法师厚意，小衲拙著即将在中国付梓。汗颜惭愧之余，犹感法缘殊胜，不可言语思量！

众所周知，近代以后，诞生于东方文明古国的“禅”思想和“禅”文化，在西方世界广为传播，历久不衰。西方人到底为何向往企求于东方人的“禅”呢？

从某种意义上讲，西方文明发展膨胀到一定的阶段之后，饱尝了物质文明的现代人反而将迷失自身的存在价值。换言之，现代人对维持自身生存所必须的最为基本的

物质条件迷惘不明。

与此相对，“禅”则讴歌“本来无一物”。即“人，原本一无所有”。举凡众生，都是赤裸裸而来，赤裸裸而去。因此，“禅”所倡导的宗旨否认所谓“物质”乃至“财富”等诸如此类之物，主张抛弃“万物所有”。

迄今为止，尽管所谓的现代西方文明借用形形色色的理论所构成的上层建筑来维持其社会经济基础，但是终究将步入迷途。这是因为，无论任何缜密完备的理论，如果与存在于日常生活中的一举手，一投足的具体行为相脱节，则将难以抵达解脱觉悟之彼岸。

参禅的根本目的在于彻底解脱觉悟。“禅”就是启迪生命本原，唤起生命活力的文明利器。

如果拙著对促进日中佛教交流有些许裨益，实为小衲望外之喜。

日本临济宗相国寺派管长
日中友好国际交流协会会长
有马赖底

二〇一〇年九月

中文
版
自
序



序 言

京都——具有浓郁的日本风情的历史文化名城,是日本人灵魂的故乡,也是“中国化”极深的城市,和中国的关系源远流长。京都古刹临济宗相国寺,600多年来,一直是日本最重要的禅宗行政中心。除了拥有金阁寺和银阁寺外,也统领百余座大小寺庙,更是许多艺术品的收藏中心。相国寺作为禅宗行政中心,为弘扬室町文化中的禅文化作出了巨大的贡献。日本相国寺与中国开封大相国寺有着深厚的渊源,1992年,两所相国寺缔结为友好寺院。作为日本相国寺的管长,有马赖底长老在当代中日佛教文化交流史上发挥了极

序
言





其重要的作用，深受中日佛教界的尊敬和爱戴。

有马赖底长老，现任日本京都佛教协会理事长、临济宗相国寺派管长，同时兼任金阁寺、银阁寺住持、日中临黄友好交流协会会长、承天阁美术馆馆长。为日本的佛教事业呕心沥血，厥功甚伟。借重其在日本佛教界的影响力，数十年来，长老积极致力于中日友好，注重发展两国佛教双向交流，是中日和平友好的使者。作为中国人民的老朋友、好朋友，在缔结中、日、韩三国佛教友好合作关系的过程中，有马赖底长老和众位佛教界长老一起付出了艰辛的努力，贡献良多，令人敬佩！

上世纪八十年代，本人有幸随侍原中国佛教协会副会长、上海市佛教协会会长、玉佛禅寺方丈真禅长老，亲历河南大相国寺及玉佛禅寺与日本相国寺派之间的友好交往。近三十年间，有马赖底长老多次率团莅临玉佛禅寺，我也时常赴日拜谒长老，双方交流频繁，往来沟通，互增法谊，点滴记忆，历历在

目。

有马赖底长老的一生传奇坎坷，饱经沧桑。长老幼小剃发出家，投身禅门。虽懵懂发心，却以惊人的信心和毅力成就了超常的智慧。他把禅的本质归结为“返回我们所诞生的那个世界”，“顺其自然”地生存下去。“我们禅僧的所谓‘修行’，也就相当于一般俗人眼面前儿的工作。”“我们每个人的日常生活就是所谓‘体验’，就是所谓‘修行’”。基于这样的佛教观，长老一生广弘人间佛教、大阐临济宗风、利益社会大众。

《大道说法》原为有马赖底长老在日本各地兴禅说法的“法语集”，在日本汇集出版发行后，深受教内外读者的好评和喜爱。著者在教言教，由禅入话，成功地将佛法与现实人生有机地统一起来，教导涉及参禅、育人、处世、文化及生死的主题，具有非常浓厚的生活气息和现实指导意义。行文深入浅出，契理契机，引人入胜，俨然是禅者发自内心的真实告白。结合自己的成长过程和亲身经历，有马赖底长老把佛教在现时代继续发挥其净化

序
言



大道说法



人心、提升道德、祥和 社会、促进世界和平等教化功能运用通俗流畅的语言娓娓道出。本书字里行间所传达的，悉是禅法要义，突显了他对大道的深刻体悟，是禅者的人生独白，是禅化人间的成功展示。让人们在举手投足之间把握禅的精髓，为众多迷茫的人们带来生活上和精神上的指导，看到生命的意义和希望。读来令人茅塞顿开，欢喜无限。

《大道说法》中文版的出版，为中国禅学爱好者带来了一股来自异域的清风，相信一定会令读者诸君获益良多、深受启迪。期盼有马赖底长老不断推出佳作，以利益众生，嘉惠士林。

谨以为序！

中国佛教协会副会长
上海市佛教协会会长
上海玉佛禅寺方丈

觉 醒

二〇一〇年九月

目 录

中文版自序 / 有马赖底 1
序 言 / 觉 醒 1

参禅篇

转身回归人生起点 / 3
贵在自身体验实践 / 6
无须思维照顾脚下 / 8
理想的典范——佛陀 / 9
和平的使者——佛教 / 12
生命的辉煌——成佛 / 14

目
录





- 否定一切既成概念 / 17
返璞归真直指人心 / 22
参禅悟道方兴未艾 / 23

育人篇

- 世间难堪当数孤独 / 29
领导者须身先士卒 / 31
攀树要攀参天大树 / 32
小和尚的修行生活 / 36
顺藤摸瓜因势利导 / 39
栽树育人从小抓起 / 42
时间宛如一服良药 / 45
苦尽甘来风光无限 / 47
教育后代父母当先 / 49
量体裁衣注重身教 / 52
慈悲为本因人施教 / 55
切身体验冷暖自知 / 57
自尊自立自强不息 / 60
如饥似渴学而不止 / 65

处世篇

- 透过现象洞察本质 / 75
- 以静制动集思广益 / 78
- 与人为善切莫树敌 / 80
- 真诚所致化敌为友 / 82
- 四海之内皆为兄弟 / 87
- 知己知彼百战不殆 / 90
- 别无工夫放下即是 / 93
- 机不可失时不再来 / 95
- 四两可以拨动千斤 / 97
- 知无不言闻者足戒 / 100
- 一视同仁把握分寸 / 102
- 自由驾驭成功法则 / 103
- 尽职尽责鞠躬尽瘁 / 107
- 学而不厌诲人不倦 / 110
- 以史为鉴面向未来 / 112
- 庄严国土利乐有情 / 114

目
录

