以教印心，以染五身，内外清净，菩提之因。

做人的无比智慧

【于海英】编著

⊙有知识，会做事，能赚钱，却不快乐？
听佛门弘一大师讲述人生开悟与经营的无比智慧
⊙求功利，谋富贵，贪安乐，总难圆满？
看俗家李叔同风骨、才气、做节兼具的极致人生



需要全本请访问 www.ertongbook.com

做人的无比智慧

弘一大师的人生辅导课

[于海英]编著



華夏出版社

图书在版编目（CIP）数据

做人的无比智慧 / 于海英编著. —北京：
华夏出版社，2010.11
ISBN 978-7-5080-5965-5

Ⅰ. ① 做… Ⅱ. ① 于… Ⅲ. ① 人生哲学—
通俗读物 Ⅳ. ① B821—49

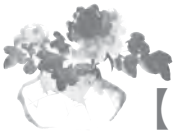
中国版本图书馆CIP数据核字（2010）第193790号

出品策划：新华文轩 华夏盈轩
网　　址：http://www.xinhuabookstore.com

做人的无比智慧

编　　著　于海英
责任编辑　李红珍
封面设计　思想工社
排版制作　思想工社
出版发行　华夏出版社
　　（北京东直门外香河园北里4号　邮编：100028）
经　　销　新华文轩出版传媒股份有限公司
印　　刷　三河汇鑫印务有限公司
开　　本　720mm × 1020mm　1/16
印　　张　19
字　　数　271千字
版　　次　2010年12月第1版　2010年12月第1次印刷
定　　价　32.00元
书　　号　ISBN 978-7-5080-5965-5

本版图书凡印刷、装订错误，可及时向我社发行部调换



【前言】

无尽奇珍供世眼，一轮圆月耀天心
——弘一大师的无比智慧人生

长亭外，古道边，芳草碧连天。晚风拂柳笛声残，夕阳山外山。
天之涯，地之角，知交半零落。人生难得是欢聚，唯有别离多。
长亭外，古道边，芳草碧连天。问君此去几时还，来时莫徘徊。
天之涯，地之角，知交半零落。一壶浊酒尽余欢，今宵别梦寒。

——《骊歌》（又名《送别歌》，李叔同 词）

“由翩翩公子一变而为留学生，又变而为教师，三变而为道人，四变而为和尚。每做一种人，都做得十分像样。好比全能的优伶：起青衣像个青衣，起老生像个老生，起大面又像个大面。”丰子恺先生的这段话所说的，正是弘一大师。

弘一大师（1880～1942），俗名李叔同，祖籍浙江平湖，生于天津。1918年，李叔同在杭州虎跑寺出家，法号弘一，法名演音。曾是我国新文化运动先驱的李叔同先生，既是近代史上才华横溢的

艺术家、教育家、思想家、革新家，也是中国近现代佛教史上一代杰出的著名高僧，享誉海内外。“二十文章惊海内”，作为中国新文化运动的早期启蒙者，李叔同先生一生在音乐、戏剧、美术、诗词、篆刻、金石、书法、教育、哲学、法学等诸多文化领域中都有较高的建树。

丰子恺先生认为人的生活可以分作三层：一是物质生活，二是精神生活，三是灵魂生活。对于严谨而认真的弘一法师而言，物质生活就是衣食住行，精神生活就是学术文艺，灵魂就是宗教。“人生”就是这样的一座三层楼。弘一大师做人做得完美至极，其风骨、才骨、傲骨兼具的人生历程就是这样一层层上升的。从一个富家子弟到一位久负盛名的艺术家，又从一位艺术家而于中年顿悟佛门之精妙，决绝入空门专心研佛而成为一名僧人，其一生恍若两世。

生平颇具传奇色彩的弘一大师，其一生的成就也是无比辉煌的。他家资万贯，锦衣馔食；他才华横溢，聪慧过人；他风流倜傥，阅尽春色；他积极入世，革命救国。他第一个向国内传播西方音乐，他所创作的《骊歌》传唱几十年，经久不衰，成为经典名歌；他在日本主演《茶花女》，轰动东瀛，开中国人演话剧之先河；他执教天津、杭州、南京长达十年，成为在国内传播西洋画的先驱，又是第一个开创裸体写生的教师；他将中国古代的书法艺术推向了另一高峰，“朴拙圆满，浑若天成”，鲁迅、郭沫若等现代文化名人以得到大师的一幅

需要全本请访问 www.ertongbook.com

字为无上荣耀；他培育了许多优秀的艺术人才，名画家丰子恺、音乐家刘质平均为其高足，不为大众所知的是，连鬼才黄永玉也曾得到过他的手把手指点。

这样一位艺术修养极深的艺术家，在各方面都颇有造诣的才子，在艺术成就斐然的时候，居然将所有家当和艺术收藏悉数与人，悄悄皈依佛门，过起了一领衲衣、一根藜杖的苦行生活。在24年的孤灯黄卷和古刹钟声中，他潜心研究佛经，使失传多年的佛教南山律宗再度兴起。他苦心向佛，过午不食，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，成为中国绚丽至极归于平淡的人物典型。

太虚大师曾为弘一法师赠偈曰：“ 以教印心，以律严身，内外清净，菩提之因。 ”赵朴初居士评价大师的一生为：“ 无尽奇珍供世眼，一轮圆月耀天心。 ”这是我们常人无法领悟的境界。

弘一大师以大才子、大学者与大艺术家的俗家修为向常人揭示出佛门的真谛。他的演讲稿与辑录的处世格言被梁实秋、林语堂等文化巨擘誉为“ 一字千金，值得所有人慢慢阅读、慢慢体味，用一生的时间静静领悟 ”。

弱水三千，且取饮一瓢。弘一大师的只言片语，足够我们这些在日益喧嚣烦躁的当代社会中茫然困顿的人慢慢品味。编者力图淘出其中珍珠一样的智慧，若能带给大家一丝清凉与明净，亦不胜欣慰。



社交·日常篇

第❶章 言辞至善，善莫大焉

一言之善，良言一句三冬暖 …… 002
不吝美言，赞美别人有学问 …… 005
遇谤不辩，流言止于智者 …… 008
大辩若讷，多些思量少争辩 …… 011
谨言慎行，言多必有其失 …… 014
静察己过，莫论他人是与非 …… 017
道听途说，是非传播终成虎 …… 020
言信行果，珍惜自己的名声 …… 023

第❷章 生命不是用来自私的

仁爱无私，心有他人天地宽 …… 026
吃亏是福，舍一时而得长远 …… 029
豁达祥和，二十年治一“怒” …… 032

大腹能容，宽容尽处心坦荡 …… 035
宽恕接纳，风物长宜放眼量 …… 037
屈人以德，不战而屈人之心 …… 040
得失相依，欲取之应先予之 …… 043
掌控情绪，愤怒伤人亦自伤 …… 046

第3章 亲近人情，优游世间道

人生如戏，世事洞明皆学问 …… 050
求同存异，真理本是同根生 …… 053
以诚待人，相交不拘泥于形式 …… 056
不信不立，唯有利他方能利己 …… 059
善待他人，临事须替别人想 …… 062
朋友相处，久而敬之为正道 …… 065

德行·操守篇

第4章 有德行的人最有力量

善待他物，心怀慈悲多救济 …… 070
关爱生命，从一只小蚂蚁开始 …… 072
善屹如山，非邪恶能动摇 …… 075
抛却虚荣，嚼破虚名无滋味 …… 078
舍弃名利，霁月光风应得失 …… 081

自我约束，时刻省察自己的良心 …… 084
谦和之心，谦受益而满招损 …… 087
过而改之，迁善改过以作圣 …… 090

第5章 增进德业成大道

珍惜点滴，唯有惜福方有福 …… 094
知足常乐，宁静淡泊以致远 …… 097
悯物悲天，世间万物皆自由 …… 100
淤泥莲花，不随世俗而流转 …… 103
宠辱不惊，闲看花开复花落 …… 106
无欲则刚，人到无求品自高 …… 108
突破狭隘，不以私见评善恶 …… 112
自尊自爱，德在心中莫浪求 …… 116

成功·经营篇

第6章 执著真理，自古圣人无常师

积极求知，朝闻道夕死可矣 …… 120
有据可依，真知总在调研后 …… 123
观往知来，巨人肩头易远望 …… 126
不耻下问，自古圣人无常师 …… 128
告别空谈，实践方能出真知 …… 131

凿枘相应，适合自己才是最好的 …… 134
兴趣为师，成功途中其乐无穷 …… 137
触类旁通，拓展学识的领域 …… 139
为人所不为，必成就人所不能 …… 142

第7章 进退取舍皆有道

有轻有重，舍得之间尽学问 …… 146
善始善终，止之不作犹画饼 …… 149
不浮不躁，脚踏实地成大道 …… 152
少说多做，坐而论道难成事 …… 155
专心致志，一心不可两处用 …… 158
小事不小，细枝末节见精神 …… 161
量力而行，人贵有自知之明 …… 163
至精至密，认真仔细获成就 …… 165

第8章 功夫深处，水到渠自成

贵在执行，三思之后即行动 …… 170
直面疑难，人生是苦勇者胜 …… 173
不畏考验，宝剑锋从磨砺出 …… 176
光阴无价，岁不与我须惜时 …… 178
聚沙成塔，利用时间的“边角料” …… 180
逝者如斯，莫待花落空折枝 …… 183
隐忍等待，小不忍则乱大谋 …… 187

需要全本请访问 www.ertongbook.com

水滴石穿，万事功到自然成 …… 190

修身·养心篇

第9章 洞穿迷雾的慧眼

无常尘苦，缘变万有惹深思 …… 194
因缘际会，缘起缘灭总有时 …… 197
顺其自然，得失随缘最是好 …… 200
过犹不及，中庸之路多坦途 …… 203
泰然自若，得意失意皆从容 …… 206
观水自照，更知修行得与失 …… 209
觉悟智慧，拈花一笑心自安 …… 212
苦乐相依，甘甜悲苦心自知 …… 214

第10章 透视生活，仰望静美心空

独享清福，不畏浮云遮望眼 …… 218
享受生活，不做金钱的仆役 …… 221
信仰如杖，得知则无所畏惧 …… 224
享受孤独，博大致远心宁静 …… 227
感恩生活，宽着此心以待人 …… 230
简单之美，幸福源于内心简约 …… 233
心怀畏惧，理智常因忌惮生 …… 235

智慧如灯，点亮自己的人生 …… 238

第1章 人生如月，笑看阴晴圆缺

缺憾之魅，圆满人生亦求缺 …… 242
摒弃浮躁，贪多求速反不达 …… 246
贪欲如海，酒色财气终归土 …… 249
常常忏悔，身心清净不染尘 …… 252
借事练心，处处皆是修行所 …… 255
体悟自省，经由失败省内心 …… 259
能屈能伸，忍得一时成伟业 …… 263
断除贪念，皈依纯洁之生命 …… 266

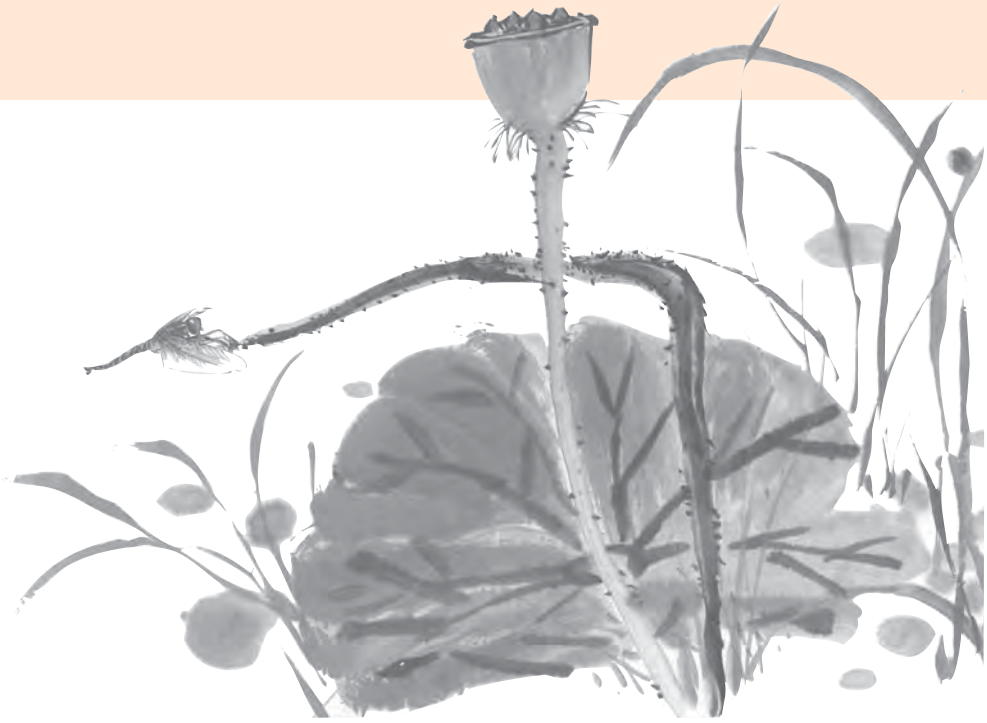
第2章 你的生命需要被点亮

苦痛不入心，自有金刚不坏身 …… 270
无生求有生，无我精神偏救世 …… 273
量入而出，把握敛与施的度 …… 276
良因善果，凡是善恶终有报 …… 278
参透生死，生何欢兮死何苦 …… 281
临终关怀，生命尊严需关照 …… 283
素食主义，恬淡养生之妙法 …… 285
适当“断食”，洁净身心的良方 …… 288

【社交·日常篇】第1章

言辞至善，善莫大焉

语言表达的善与恶直接影响到了交流及人际交往。美好的语言能表达对别人优点的欣赏，消除他人的不是；美好的语言还能使大事化小、小事化了；美好的语言还能平息怨恨、和睦邻里、团结众人。





一言之善，良言一句三冬暖

发自内心的善意再通过善意的语言表达出来，往往充满力量也最能打动人心。

这时芝峰法师就谈起佛学院里的课程来。他说：“门类分得很多，时间的分配却很少，这样下去，怕没有什么成绩吧？”

因此，我表示了一点意见，大约是说：“把英文和算术等删掉，佛学却不可减少，而且还得增加，就把腾出来的时间教佛学吧！”

他们都很赞成。听说从此以后，学生们的成绩，确比以前好得多了！

——弘一大师

一句善意的话语能使别人获得引导，点燃他人的自信，给他人以无穷的力量。早在晋代的葛洪便说过一句很有名的警句，即为：“一言之善，贵于千金。”语言是人类表达思想、体现信仰的重要工具，是沟通人际关系的重要桥梁，人们都是通过语言来交流和联络情感、加深友谊的，因此，语言表

达的善与恶直接影响到了交流及人际交往。美好的语言往往能通过赞赏他人的优点来消除他人的不是；美好的语言还能使大事化小、小事化了；美好的语言还能平息怨恨、和睦邻里、团结众人。

盘珪禅师备受大家尊崇。有一次，他的一个学生因为行窃被人抓住，众人纷纷要求将这个学生逐出师门，但是盘珪并没有那样做，他用自己的宽厚仁慈之心原谅了那个学生。

可是没过多久，那个学生竟然又因为偷窃而被抓住，众人认为他旧习难改，要求对他施予重罚，但盘珪禅师还是没有处罚他。其他学生不服，他们联名上书，表示如果再不处罚这个人，他们就集体离开。

盘珪看了他们的联名上书，把他的学生都叫到跟前来说："你们都能够明辨是非，这让我感到欣慰。你们是我的学生，如果你们认为我教得不对，完全可以去别的地方，但是我不能不管那个行窃的学生，因为他还不能明辨是非，如果我不来教他，谁来教他呢？所以，不管怎么样，即使你们都离开我了，我也不能让他离开，因为他更加需要我的教诲。"

那位偷窃者听了盘珪禅师的话，感动得热泪盈眶，心灵因此而得到了净化，从此以后再也不偷别人的东西了。

这便是善良的力量，哪怕只是一言之善！

古语云：与人善言，暖于布帛。一句充满善意的话语往往会充满无形而巨大的力量，它不仅可以暖人心脾、给人以希望和信心，甚至还可以"以一言之善而制止一场武力"、化干戈为玉帛。

李敖在他的《北京法源寺》一书中，就因冯道的"一言之善制止了一场战争"而给予其高度的评价：

"契丹打进中国，杀人屠城，无恶不作，中国的英雄豪杰，谁

也保护不了老百姓，但是冯道却用巧妙的言辞、大臣的雍容，说动了契丹皇帝，放中国人一马。欧阳修写《新五代史》虽然对冯道殊乏好评，但也不得不承认‘人皆以谓契丹不夷灭中国之人者，赖道一言之善也’！冯道能够以‘一言之善’，从胡人手中，救活了千千万万中国百姓，这比别的救国者对老百姓实惠得多了。”

善言必然是发自内心的善意，一个话语间充满了善意的人必定是一个内心也充满了仁慈、善良的人。而这种发自内心的善意再通过善意的语言表达出来，则最能打动人心。

佛·光·小·语

良言一句三冬暖，恶语伤人六月寒。

善言必然是发自内心的善意，一个话语间充满了善意的人必定是一个内心也充满了仁慈、善良的人。



需要全本请访问 www.ertongbook.com