

李汶娟 居士 李莉娟 居士 编



图文本

随弘一大师

学

师

多篇未刊行文字，数十幅私人珍藏大师真迹。
大师俗家后人悉心整理，带你感受无上清凉。



李汶娟 居士 李莉娟 居士 编



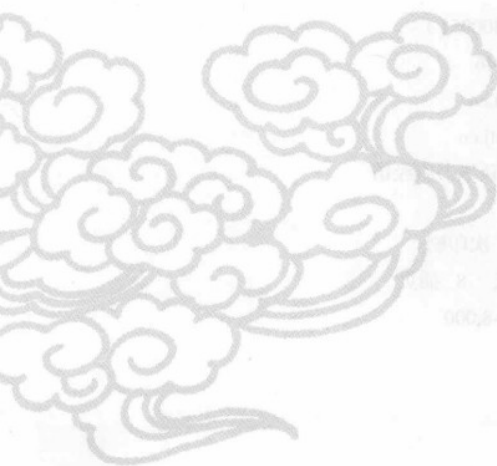
图文本

天津人民出版社

随弘一大师

学

师



图书在版编目(CIP)数据

随弘一大师学佛/李汶娟, 李莉娟编. —天津: 天津人民出版社, 2007.1

ISBN 978-7-201-05460-5

I. 随… II. ①李… ②李… III. 李叔同(1880~1942)生平事迹 IV. B949.92

中国版本图书馆CIP数据核字(2007)第004478号

天津人民出版社出版

出版人: 刘晓津

(天津市西康路35号 邮政编码: 300051)

邮购部电话: (022) 23332446

网址: <http://www.tjrm.com.cn>

电子信箱: tjrmchbs@public.tpt.tj.cn

天津市圣视野彩色印刷有限公司印刷 新华书店经销

*

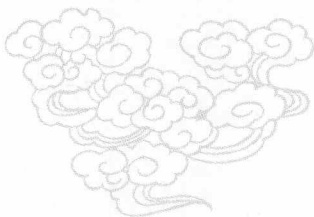
2007年6月第1版 2007年6月第1次印刷

787 × 960 毫米 16 开本 16 印张 8 插页

字数: 200 千字 印数: 1-8,000

定价: 29.80元

谨以此书纪念弘一大师圆寂六十五周年



编者序语

李汶娟 李莉娟

1942年农历九月初四，弘祖圆寂于福建泉州温陵养老院，至今整整六十五年。在这六十五年间，纪念弘祖的活动在不断地开展，已经过了几代人，代代相传。弘祖的精神和做人的品德，被几代人所称赞，特别是弘祖的“认真”二字令我们终身受用。弘祖青年时期才华横溢，出家后以律弘教、以戒为师、现种种身，以种种方便而作佛事。

一百多年前(1906年)，弘祖在日本留学期间，祖国徐淮受灾，消息传到海外，弘祖即与同学曾孝谷、欧阳予倩等创办我国最早的新剧团体“春柳社”，后被称为中国“戏剧革命”的先锋，我国现代剧的鼻祖。春柳社第一次的公演是赈灾慈善义演，剧目是话剧《茶花女》，弘祖男扮女装，扮演女主角“茶花女”颇有好评，新闻报纸亦多赞扬。在文章《关于春柳社的第一次公演》上报道：“中国的俳优，使我佩服的，便是李叔同君。他在日本虽仅仅是留学生，但他所组织的春柳社剧团，上演茶花女一剧，实在非常好。”

弘祖是一个写不尽的人物。因为他出家前是一位艺术家、音乐家、书法家、教育家，为社会作出了杰出的贡献，留下了很珍贵的艺术珍品；出家后是一位高僧，继承了失传近三百年的佛教律宗，精研律著，编写了《四分律比丘戒相表记》、《南山律在家备览》等著作，被



誉为律宗第十一代祖师。

陆洲雷在《永恒的追思序》中写道：“许多青年追思他，为他做纪念。纪念他的平凡，不是纪念他的烜赫。烜赫的纪念，往往不是真心的纪念；唯有平凡的纪念，才是真心的纪念。这种‘心悦诚服’的忠实信徒，决不是权位势力所能钩取；也决不随权位势力而摇动其信心。”现在，中国大陆、台湾乃至世界各地弘祖景仰者和崇拜者与日俱增，纪念馆、纪念会如雨后春笋般的不断发展。

由于年龄关系，我们没有亲近过弘祖，无缘亲聆弘祖的教导，但弘祖为我们留下了宝贵的文化遗产，丰厚的佛学著作，我们读到《随弘一大师学佛》就好像弘祖在面对面给我们讲开示，在教导我们，令我们倍感亲切。非常感恩记录和搜集这些资料的大德。

我们姊妹学佛得益于《弘一大师演讲集》，其中：“佛法学习初步”、“佛教之简易修持法”、“敬三宝”、“改过实验谈”、“青年佛教徒应注意的四项”等开示，契理契机，使我们走上正知正见之路。因此，我们将这些文章奉献给大家，共同受益。

近几年来，弘一大师研究工作不断开展，弘祖景仰者也在不断地增加，弘祖的著作备受大家喜欢。为了扩大发行面，让更多的善知识从中受益，出版社同仁为该书义务设计、打字，众缘和合，共编辑选择弘祖不同时期较通俗文章多篇，圆满功德。

学佛是为了成佛，纪念弘一大师就是学习弘一大师，做弘一大师。我们以平常心、清净心，拜读弘祖的嘉言懿行，以弘祖为楷模，见贤思齐，“发心求正觉，忘己济群生”。使“弘学”文化融入到现代文化与生活之中，学以致用，增强荣辱观意识，推进当今和谐社会的发展，使我们的学识更充实，人格更圆满。



第一辑

断食日志 3

我在西湖出家的经过 15

南闽十年之梦影

——丁丑二月十六日在南普陀寺佛教养正院讲 24

释弘一启事 33

第二辑

佛法大意

——戊寅六月十九日在漳州七宝寺讲 37

佛法宗派大概

——戊寅十月七日在晋江安海金墩宗祠讲 40

佛教的源流及宗派 45

佛法学习初步

——戊寅十月八日在晋江安海金墩宗祠讲 51

佛法十疑略疑

——戊寅十月六日在晋江安海金墩宗祠讲 56



授三归依大意

——癸酉五月在万寿岩讲 63

敬三宝

——癸酉闰五月在泉州大开元寺讲 67

初发心者在家律要 70

常随佛学 72

第三辑

泉州开元慈儿院讲录 79

青年佛教应注意的四项

——丙子正月开学日在南普陀寺佛教养正院讲 84

佛教之简易修持法

——己卯四月十六日在永春桃源殿讲 92

改过实验谈

——癸酉正月在厦门妙释寺讲 97

目录



改习惯

——癸酉在泉州承天寺讲 101

最后之□□

——戊寅十一月十四日在南普陀寺佛教养正院同学会席上讲 104

持非时食戒者应注意日中之时 108

人生之最后 111

第四辑

心经大意 119

南山律苑讲演录 136

弘一大师谈写字的方法 149

普劝发心印造经像文 159

苦乐对览表 175

律学要略（节选）

——乙亥十一月在泉州承天寺律仪法会讲 177

净土法门大意

——壬申十月在厦门妙释寺讲 181



略述印光法师之盛德

——在泉州檀林福林寺念佛期讲 184

第五辑

李息翁临古法书序 189

韩偓全传序 190

韩偓评传序 190

唐学士韩偓墓道摄影题记 192

华严集联三百序 193

佛说阿弥陀经义撮录序 195

地藏菩萨九华垂迹图赞 198

护生画集题赞 203

竹园居士幼年书法题偈 204

目录



为张人希家藏清代名家书画册题跋 204

辞世二偈 204

乙亥草庵遗嘱 206

白马湖放生记 209

辛丑北征泪墨 211

直隶省立第一师范附属小学校歌 216

南京高等师范学校校歌 217

祖国歌 218

送别 219

第六辑

弘一大师日记四种 223

附录 弘一大师传 林子青 232

目
录

5

第一輯





◎ 断食日志^①

丙辰嘉平一日始。断食后，易名欣，字俶同，黄昏老人，李息。十一月廿二日，决定断食。祷诸大神之前，神诏断食，故决定之。

择录村井氏说：妻之经验。最初四日，预备半断食。六月五日、六日，粥，梅干。七日、八日，重汤、梅干。九日始本断食，安静。饮用水一日五合，一回一合，分五六回服用。第二日，饥饿胸烧，舌生白苔。第三、四日，肩腕痛。第四日，腹部全体凝固，体倦就床，晨轻晚重。第五日，同，稍轻减，坐起一度散步。第六日，轻减，气氛爽快，白苔消失，胸烧愈。第七日，晨平稳，断食期至此止。

后一日，摄重汤，轻二碗三回，梅干无味。后二日，同。后三日，粥，梅干，胡瓜，实入吸物（即汤食）。后四日，粥，吸物，少量刺身。后五日，粥，野菜，轻鱼。后六日，普通食，起床，此两三日，手足浮肿。

断食期内，或体痛不能眠，或下痢，或噁。便时以不下床为宜。预备断食或一周间，粥三日，重汤四日。断食后或须一周间，重汤三日，粥四日，个半月体量恢复。半断食时服ゾチネ（一种西药名，不得其物。编者注）。

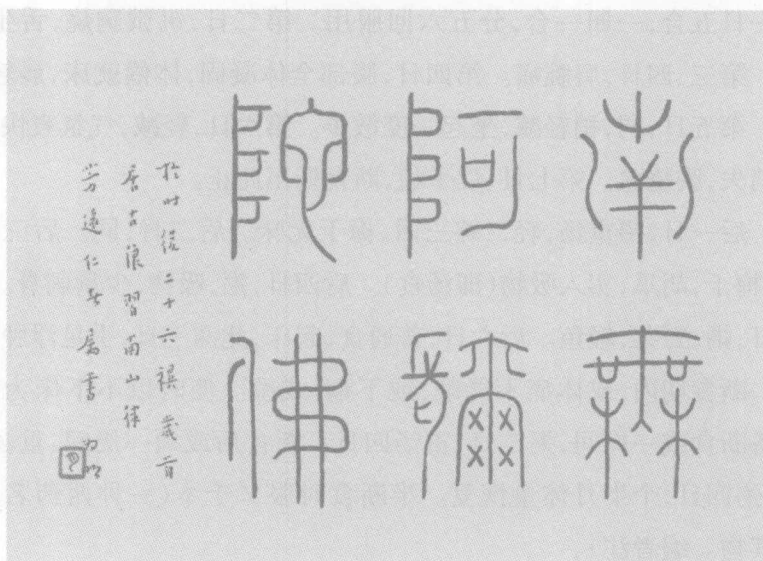
到虎跑携带品：被褥帐枕，米，梅干，杨子，齿磨，手巾手帕，便器，

衣,漉水布,ゾチネ,日记纸笔书,番茶,镜。

预定期间:一日下午赴虎跑。上午闻玉去预备。中食饭,晚食粥,梅干。二日、三日、四日,粥、梅干。五日、六日、七日,重汤,梅干。八日至十七日断食。十八日、十九日、二十日,重汤、梅干。廿一日、廿二日、廿三日、廿四日,粥,梅干,轻菜食。廿五日返校,常食。廿八日返沪。

三十日晨,命闻玉携蚊帐,米,纸,糊,用具到虎跑。室宜清闲,无人迹、无人声,面南,日光遮北,以楼为宜。是晚食饭,拂拭大小便器、桌椅。

午后四时半入山,晚餐素菜六簋(音癸,盛食物的圆形器具),极鲜美。食饭二盂,尚未饜,因明日始即预备断食,强止之。榻于客堂楼下,室面南,设榻于西隅,可以迎朝阳。闻玉设榻于后一小室,仅隔一板壁,故呼应便捷。晚燃菜油灯,作楷八十四字。自数日前病感冒,伤风微嗽,今日仍未愈。口干鼻塞,喉紧声哑,但精神如常。八



赠李芳远书法

时眠，夜间因楼上僧人足声时作，未能安眠（《觉有情》编者按：据前节所记预定期间，十二月一日下午赴虎跑。而此节所记，三十日午后四时半即已入山、当系临时改定）。

十二月一日，晴，微风，五十度。断食前期第一日。疾稍愈，七时半起床。是日午十一时食粥二盂，紫苏叶二片，豆腐三小方。晚五时食粥二盂，紫苏叶二片，梅一枚。饮冷水三杯，有时混杏仁露，食小橘五枚。午后到寺外运动。

余平日之常课，为晨起冷水擦身，日光浴，睡前热水洗足。自今日起冷水擦身暂停，日光浴时间减短，洗足之热水改为温水，因欲使精神聚定，力避冷热极端之刺激也。对于后人断食者，应注意如下：

（一）未断食时练习多食冷开水。断食初期改食冷生水，渐次加多。因断食时日饮五杯冷水殊不易，且恐腹泻也。

（二）断食初期时之粥或米汤，于微温时食之，不可太热，因与冷水混合，恐致腹痛。

余每晨起后，必通大便一次。今晨如常，但十时后屡放屁不止。二时后又打嗝儿甚多，此为平日所无。是日书楷字百六十八，篆字百零八。夜观焰口，至九时始眠。夜微嗽多噩梦，未能入眠。

二日，晴和，五十度。断食前期第二日。七时半起床，晨起无大便，是日午前十一时食粥一盂，梅一枚，紫苏叶二片。午后五时同。饮冷水三杯，食橘子三枚，因运动归来体倦故。是日舌苔白，口内黏滞，上牙里皮脱。精神如常，但过则疲□□。运动微觉疲倦，头目眩晕。自明日始即不运动。

晚侍和尚念佛，静坐一小时。写字百三十二，是日鼻塞。摹大同造像一幅，原拓本自和尚假来，尚有三幅明后续□□（疑为摹写）。八时半眠，夜梦为升高跳跃运动。其处为器具拍卖场，陈设箱柜几椅并玩具装饰品等。余跳跃于上，或腾空飞行于其间，足不履地，灵

捷异常，获优胜之名誉。旁观有德国工程师二人，皆能操北京语。一人谓有如此之技能，可以任远东大运动会之某种运动，必获优胜，余逊谢之。一人谓练习身体，断食最有效，吾二人已二日不食。余即告余现在虎跑断食，亦已预备二日矣。其旁又有一中国人，持一表，旁写题目，中并列长短之直红线数十条，如计算增减高低之表式，是记余跳跃高低之顺序者。是人持以示余，谓某处由低而高而低之处，最不易跳跃，赞余有超人之绝技。后余出门下土坡，屡遇西洋妇人，皆与余为礼，贺余运动之成功，余笑谢之。梦至此遂醒。余生平未尝为一次运动，亦未尝梦中运动，头脑中久无此思想。忽得此梦，至为可异，殆因胃内虚空有以致之欤？

三日，晴和，五十二度。断食前第三日。七时半起床。是晨觉饥饿，胸中搅乱，苦闷异常，口干饮冷水。勉坐起披衣，头昏心乱，发虚汗作呕，力不能支，仍和衣卧少时。饮梅茶二杯，乃起床，精神疲惫，四肢无力。九时后精神稍复元，食橘子二枚。是晨无大便，饮药油一剂，十时半软便一次，甚畅快。十一时水泻一次，精神颇佳，与平常无大异。十一时二十分食粥半盂，梅一个，紫苏一枚。摹普泰造像、天监造像二页。饮水、食物，喉痛，或因泉水性太烈，使喉内脱皮之故。午后四时，饮水后打嗝笃，食小梨一个，五时食粥半盂。是日感冒伤风已愈，但有时微嗽。是日午后及晚，侍和尚念佛静坐一小时。八时半眠。入山预断以来，即不能为长时之安眠，旋睡旋醒，辗转反侧。

四日，晴和，五十三度。断食前第四日。七时半起床。是晨气闷心跳口渴，但较昨晨则轻减多矣，饮冷水稍愈。起床后头微晕，四肢乏力。食小橘一枚，香蕉半个。八时半精神如常，上楼访弘声上人，借佛经三部。午后散步至山门，归来已觉微疲。是日打嗝儿甚多，口时作渴，一共饮冷水四大杯。摹大明造像一页。写楷字八十四，