

现代名人日记丛刊

弘一法师

日记二种

弘一法师 著 / 虞坤林 编



山西古籍出版社

B949.92
18

现代名人日记丛刊

弘一 — 法师

弘一法师 著 / 虞坤林 编

日记 — 二种

山西古籍出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

弘一法师日记三种/弘一法师著; 虞坤林编. —太原:
山西古籍出版社, 2006.1
(现代名人日记丛刊)
ISBN 7-80598-724-6

I. 弘... II. ①弘... ②虞... III. ①弘一法师
(1880~1942) - 日记 ②弘一法师(1880~1942) - 纪念文集
IV. B949.92-53

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 159089 号

弘一法师日记三种

著 者: 弘一法师	网 址: www.sxskcb.com
编 者: 虞坤林	经 销 者: 山西人民出版社
责任编辑: 张继红	承 印 者: 山西三联印刷厂
责任印制: 李佳音	开 本: 787mm × 1092mm 1/16
出 版 者: 山西古籍出版社	印 张: 10.75
地 址: 太原市建设南路 15 号	字 数: 102 千字
邮 编: 030012	印 数: 1-3000 册
电 话: 0351-4922220 (发行中心)	版 次: 2006 年 1 月第 1 版
E-mail: Fzxx@sxskcb.com (发行中心)	印 次: 2006 年 1 月第 1 次印刷
Web@sxskcb.com (信息室)	定 价: 22.00 元

版权所有

侵权必究

印装差错

负责调换

謹以此书纪念弘一法师
诞辰一百二十五周年

即今休去便休去
若欲了時了時

古德偈句 辛巳四月十九日
第二次居南浦水雲明朝
復將之福林書以奉
海星居士 晚晴老人

時年六十五又二未御日魚書

前 言

弘一法师幼名成蹊，学名文涛，字叔同，皈依佛门后，易名演音，号弘一。祖籍浙江平湖。1880年10月23日出生于天津市河东区地藏庵前陆家胡同二号一望族家庭。父亲李世珍，字筱楼，同治四年（1865）进士，曾任吏部主事，不久即辞官，回天津从商，主营盐业，后来几乎垄断了天津内外的盐业，成为津门巨富。

弘一法师生母王氏，名凤玲，原为李筱楼的丫环，后收为三姨太。略通文字，笃信佛教，对弘一的成长有着极其重要的影响。他五岁那年父亲撒手西归，家庭有此变故，渐显败象。19岁那年因“六君子”被害，与妻奉生母离开天津到上海避祸，自此即定居上海。26岁，生母王氏病故。同年获南洋公学文凭，赴日本留学。31岁那年，清政府因盐制改革，将盐业改为“官盐”，李家在这一变革中逐渐走向衰败。是年，弘一在完成东京美术学校西画科学业，并中止了在音乐学校的学习归国，开始了他的教育生涯。1912年7月，应浙江两级师范学校校长经亨颐之邀，赴杭任教，在以后的几年中，为艺术领域培养了一大批教育人材，学生中后来卓有成绩的刘质平、丰子恺、吴梦非、李鸿梁、蔡丐因等人，皆出自弘一法师门下。38岁那年年初到杭州大慈山虎跑定慧寺断食。次年（1918年）八月十九日，正

式剃度落发,并立誓学戒弘律,将失传已久的律宗发扬光大。

现代在佛教界里有两个人物因为他们绝代的才华和奇行,颇受同仁的尊敬,这两位人物就是苏曼殊、李叔同(李叔同即后来的弘一)。而弘一的一生,更富有色彩。他能文擅诗,是传播西洋绘画、音乐、戏剧到中国来的先驱,并以扮演茶花女、创设春柳社、提倡新剧著名。他所涉入的每一行,都成绩斐然,为同行所瞩目。正当他在艺术征途上如日中天时,又从绚烂的人生归入於平淡,立意埋名遁世,过着芒鞋藜杖的艰苦生活。这一巨变,无疑给后人留下了许多的思考和谜团,为他的人生蒙上了一层神秘色彩。

这次整理是编,收入了法师生前的三篇日记,即《断食日记》、《惠安弘法日记》、《壬丙南闽弘法略志》。这三部分日记分别在上世纪三四十年代收入《弘一大师文钞》及《觉有情》杂志外,没有专门结集过。另又收入法师出家以后的一些演讲稿、铭言、题记。并在后面同时编入与法师出家以后活动有关的纪念文章数篇。试图通过这些文章,对法师出家后为弘扬佛法,精研律学,尤其将国内中断七百多年的“南山律宗”得以复兴光大,被佛门尊为律宗第十一代世祖,及那种知难而进的坚定信念和顽强精神,那种严于律己、宽于待人的崇高道德情操给世人一个真切的展示。

今年是弘一法师诞辰 125 周年,谨作是编纪念这位为艺术与人生奋斗终生的先贤。在整理过程中,得到了刘质平之子刘雪阳先生及丰子恺先生之女丰一吟老师的帮助及支持,在此表示衷心的感谢。

2005 年 11 月识于海昌三省斋

目 录

断食日记	弘一法师(1)
惠安弘法日记	弘一法师(11)
壬丙南闽弘法略志	弘一法师(14)
行脚散记	弘一法师(17)
西湖夜游记	弘一法师(18)
我在西湖出家的经过	弘一法师(19)
南闽十年的梦影	弘一法师(26)
惜福习劳持戒自尊 ——养正院开学讲稿	弘一法师(35)
附录一	
弘一大师经籍题记汇录	蔡冠洛辑(43)
晚晴嘉言拾遗	李芳远辑(50)
弘一法师铭言手迹	(52)
附录二	
弘一法师之出家	夏丏尊(67)
弘一上人史略	刘质平(73)

法味	丰子恺(84)
廓尔亡言的弘一大师	蔡冠洛(98)
弘一法师在闽南	陈祥耀(112)
弘一律师在湛山	谈 虚(118)
弘一法师在湛山	火头僧(130)
亲近弘一大师之回忆	性 常(137)
弘一律师	[日]内山完造(143)
弘一法师传(节录)	啸 月(149)
纪弘一大师于温陵养老院胜缘	叶青眼(158)
传贯随侍音公日记(节录)	传 贯(164)

断食日记

弘一法师

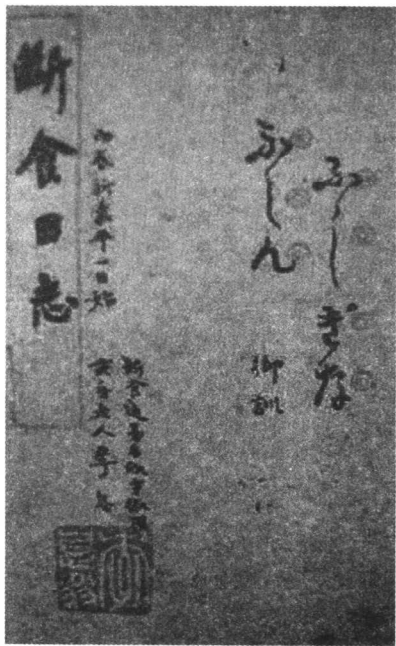
丙辰，新嘉平一日始。断食后，易名欣，字叔同，黄昏老人，李息。

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，气分爽快，白苔消失，胸烧愈。第七日，最平稳，断食期至此至。

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。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，或嚏。便时以不下床为宜。



▲稿本《断食日记》封面

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。半断食时服リチネ。^①

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、リチネ、日记纸笔书、番茶、镜。



▲杭州虎跑寺

预备期间：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[音读癸，是盛食物的圆形器具]，极鲜美。食饭二盂，尚未饜。因明日始即预备断食，强止之，榻於客堂楼下，室面南，设榻於西隅，可以迎朝阳。闻玉设榻於后一小室，仅隔一板壁，故呼应便捷。晚燃菜油灯，作楷[字]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。八时眠，夜间因楼上僧人足声时作，未能安眠。（据《觉有

① リチネ：西药名。英文 Richine。

情》杂志编者按：“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，梅干一枚。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。眠前热水洗足。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，未断食时练习多饮冷开水。断食初期改饮冷生水，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，於微温时食之，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。夜嗽，多恶梦，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，食桔子三枚，因运动归来体倦故。是日舌苔白，口内粘滞，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□□[似为“摹写”]。八时半眠，夜梦为升高跳越运动。其处为器具拍卖场，陈

己雅
諸惡
道已
出捨
難
夏

當為
世
依
救
苦
作
世
元
明

一
行
多
元
甘
大
字
子
佛
子
五
，
字
皆
行
福
之
積
德
也

▲手书《华严经》偈句

设箱柜几椅并玩具装饰品等。余跳越於上，或腾空飞行於其间，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，知计算增减高低之表式，是记余跳越高低之顺序者。是人持以示余，谓某处由低而高而低之处，最不易跳越，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。是晨觉微饿，胸中扰乱，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，精神疲倦，四肢无力。九时后精神稍复元，食桔子二枚。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，饮水后打格笃，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，但较昨晨到轻减多矣，饮冷水稍愈。起床后头微晕，四肢乏力。食小桔一枚，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，共饮冷水四大杯。摹“大明造像”一页。写楷字八十四，篆字五十四。无大便。四时后头昏，精神稍减。食小桔二枚。是日十一时饮米汤二盂，食米粒二十馀。八时就床，就床前食香蕉半个。自预备断食，每夜三时后腿痛，手足麻木（余前每逢严冬有此旧疾，但不甚剧）。

五日，晴和，五十三度。断食前第五日。七时半起床。是夜前半颇觉身体舒泰，后半夜仍腿痛，手足麻木。三时醒，口干，心微跳，较昨减轻。食香蕉半个，饮冷水稍眠。六时醒，气体甚好。起床后不似前二日之头晕乏力，精神如常，心胸愉快。到菜园采花供铁瓶。食梨半个，吐渣。自昨日起，多写字，觉左腰痛。是日腹中屡屡作响，时流鼻涕，喉中肿烂尚未愈。午后侍和尚念佛，静坐一小时，微觉腰痛，不如前日之稳静。三时食梨半个，吐渣，食香蕉半个。午、晚饮米汤一盂。写字百六十二。傍晚精神稍差，恶寒口渴。本定於后日起断食，改自明日起断食，奉神诏也。

断食期内，每日饮梨汁一个之分量，饮桔汁三小个之分量，饮毕嗽口。又因信仰上每晨餐供神生白米一粒，将眠，食香蕉半个。是日无大便，七时起床。是夜神经过敏甚剧，加以鼠声入鼾声，终夜未安眠。口甚干，后半夜腿痛稍轻，微觉肩痛。



弘一法师手繪觀音像
 弘一法師手繪觀音像

▲弘一法师手绘观音像

六日，晴暖，晚半阴，五十六度。断食正期第一日。八时起床。三时醒，心跳胸闷，饮冷水桔汁及梅茶一杯。八时起床，手足乏力，头微晕，执笔作字殊乏力，精神不如昨日。八时半饮梅茶一杯。脑力渐衰，眼手不灵，写日记时有误字，多遗忘。九时半后精神稍可。十时后精神甚佳，口渴已愈。数日来喉中肿烂亦愈。今日到大殿去二次，计上下廿四级石级四次，已觉足乏力，为以往所无。是日共饮梨汁一个，桔汁二个。傍晚精神不衰，较胜昨日，但足乏力耳。仍时流鼻涕，晚间精神尤佳。是日不觉如何饥饿。晚有便意，仅放屁数个，仍无便。是夜能安眠，前半夜尤稳安舒泰。眼前以棉花塞耳，并诵神人合一之旨。夜间腿痛已愈，但左肩微痛。七时就床，梦变为丰颜之少年，自谓系断食之效。



▲弘一法师所书《地藏菩萨九华垂迹图赞》

七日，阴复晴，夜大风，五十四度。断食正期第二日。六时半起床。四时醒，心跳微作即愈，较前二日减轻。饮冷水甚多。六时半即起床，因是日头晕已减轻，精神较昨日为佳，且天气甚暖故早起床也。起床后饮桔汁一枚。晨览《释迦如来应化事迹图》。八时后精神不振，打呼欠，微寒，流鼻涕，但起立行动如常，午后身体寒益甚，拥被稍息。想出食物数种，他日试为之。炒饼、饼汤、虾仁豆腐、虾子面片、十锦丝、咸胡瓜。三时起床，冷已愈，足力比昨日稍健。是日无大便，饮冷水较多。前半夜肩稍痛，须左右屡屡互易，后半夜已愈。

八日，阴，大风、寒，午后时露日光，五十度。

断食正期第三日。十时起床。五时醒，气体至佳，如前数日之心跳头晕等皆无。因天寒大风，故起床较迟。起床后精神甚佳，手足有力，到院内散步。四时半就床，午后益寒，因早就床。是日食欲稍动，有时觉饿，并默想各种食物之种类及其滋味。是夜安眠，足关节稍痛。

九日，晴、寒、风，午后阴，四十八度。断食正期第四日。八时半起床。四时醒，气体极佳，与常日无异。起床后精神如常，手足有力。朝日照入，心目豁爽。小便后尿管微痛，因饮水太多之故。自今日始不饮梨桔汁，改饮盐梅茶二杯。午后因饮水过多，胸中苦闷。是日午前精神最佳，写字八十四，到菜圃散步。午后寒，一时拥被稍息。三时起床，室内运动。是日不感饥饿。因天寒，五时半就床。

十日，阴，寒，四十七度。断食正期第五日。十时半起床。四时半醒，气体精神与昨同。起床后精神至佳。是日因寒故起床较迟。今日加饮盐汤一小杯。十一时杨刘二君来谈至欢。因寒四时就床。是日写字半页。近日神经过敏已稍愈，故夜间较能安眠，但因昨日饮水过多伤胃，胃时苦闷，今日饮水较少。

十一日，阴寒、夕晴，四十七度。断食正期第六日。九时半起床。四时半醒，气体与昨同。夜间右足微痛，又胃部终不舒畅。是日口干，因寒起床稍迟，饮盐汤半杯，饮梨汁。夕晴，心目豁爽。写字百三十八。坐檐下曝日，四时就床，因寒早就床。是晚感谢神恩，誓必皈依。致福基书。

十二日，晨阴、大雾、寒，午后晴，四十八度。断食正期第七日。十一时起床。四时半醒，气体与昨同，足痛已愈，胃部已舒畅，口干，因寒不敢起床。十一时福基遣人送棉衣来，乃披衣起。饮梨汁及盐

汤、桔汁。午后精神甚佳，耳目聪明，头脑爽快，胜于前数日。到菜圃散步，写字五十四。自昨日始，腹部有变动，微有便意，又有时稍感饥饿。是日饮水甚少。晚晴甚佳，四时半就床。

十三日，晨半晴半阴，后晴和，多风，五十四度。断食后期第一日。八时半起床。气体与昨同，晨饮淡米汤二盂，不知其味，屡有便意，口干后愈。饮梨汁、桔汁，十一时饮浓米汤一盂，食梅干一个，不知其味。十时服泻油少许，十一时半大便一次甚多，便色红，便时腹微痛，便后渐觉身体疲弱，手足无力。午后勉强到菜圃一次。是日不饮冷水。午前写字五十四。是日身体疲倦甚剧。断食正期未尝如是。胃口未开，不感饥饿，尤不愿饮米汤，是夕勉强饮一盂，不能再多饮。

十四日，晴，午前风，五十度。断食后期第二日。七时半起床。气体与昨同，夜间较能安眠。五时饮米汤一盂，口干，起床后精神较昨佳。大便轻泻一次，又饮米汤一盂，饮桔汁，食苹果半枚。是日因米汤、梅干与胃口不合，於十时饮薄藕粉一盂，炒米糕二片，极觉美味，精神亦骤加。精神复元，是日极愉快满足。一时饮薄藕粉一盂，米

糕一片。写字三百八十四。腰腕稍痛，暗记诵《神乐歌序章》。四时食稀粥一盂，咸蛋半个，梅干一个。是日不感十分饥饿，如是已甚满足。五时半就床。

十五日，晴，四十九度。断食后期第三日。七时起床。夜间渐能眠，气体无异平时。拥衾饮茶一杯，食米糕三片。朝食藕粉米糕，午

采
以
佛
華
嚴
經
云
無
礙
眼
等
視

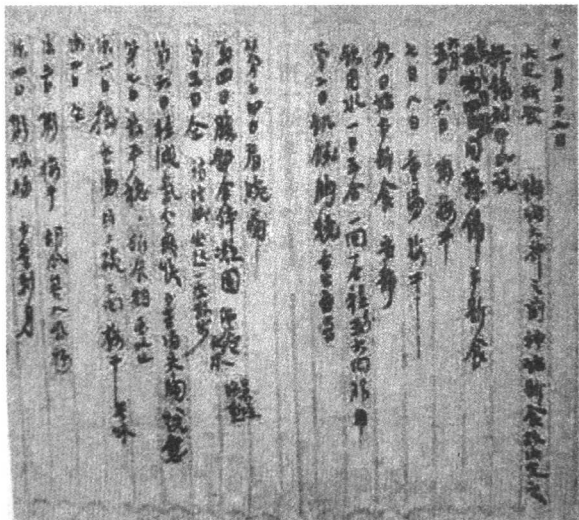
歲集
沙日
三
言
時
辛
六
十二
林

▲弘一法师墨迹

前到佛堂菜圃散步，写字八十四。午食粥二盂，食梨一个，桔二个。敬抄《御神乐歌》二叶，暗记诵一、二、三叶。晚饮粥二盂，青菜咸蛋，少许梅干。晚食粥后，又食米糕饮茶，未能调和，胃不合，终夜屡打嗝儿，腹鸣。是日无大便。七时就床。

十六日，晴，四十九度。断食后期第四日。七时半起床。晨饮红茶一杯，食藕粉、芋。午食薄粥三盂，青菜、芋大半碗，极美，有生以来不知菜等之味如是也。食桔、苹果。晚食与午同。是日午后出山门散步，诵《神乐歌》，甚愉快。入山以来，此为愉快之第一日矣。敬抄《神乐歌》七叶，暗记诵四、五下目。晚食后食烟一服。七时半就床，夜眠较迟，胃甚安，是日无大便。

十七日，晴暖，五十二度。断食后期第五日。七时起床。夜间仍不能多眠，晨饮泻油极少量。晨餐浓粥一盂，芋五个，仍不足，再食米糕三片，藕粉一盂。九时半，大便一次，极畅快。到菜圃诵《御神乐歌》。中膳，米饭一盂，粥二盂，油炸豆腐一碗。本寺例初一、十五始食豆腐。今日特因僧人某死，葬资有馀，故以之购食豆腐。午前后到山门外散步二次。拟定出山后剃须。闻玉采萝卜来，食之至甘。晚膳粥三盂，豆腐青菜一盂，极美。今日抄《御神乐歌》五叶，暗记诵六下目。作书寄普慈。是日大便后愉快，晚膳后尤愉快。坐檐下久。拟



▲《断食日记》手迹