

【于海英】编著

# 做人

## 的 无比智慧



### 弘一大师的人生辅导课

以教印心，以律严身，内外清静，菩提之因。

◎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

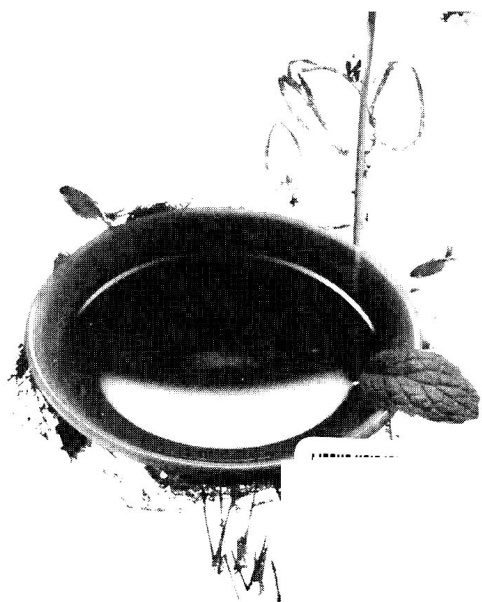
◎求功利，谋富贵，贪安乐，总难圆满？

看俗家李叔同风骨、才骨、傲骨兼具的极致人生

# 做人的 无比智慧

弘一大师的人生辅导课

「于海英」编著



华夏出版社

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:

网 址: <http://www.xinhua bookstore.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，锦衣馐食；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

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①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②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
善吃如山，非邪恶能动摇 .....	075
抛却虚荣，嚼破虚名无滋味 .....	078
舍弃名利，雾月光风应得失 .....	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

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11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12章 你的生命需要被点亮

苦痛不人心，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了交流及人际交往。

美好的语言能表达对他人的欣赏，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。”

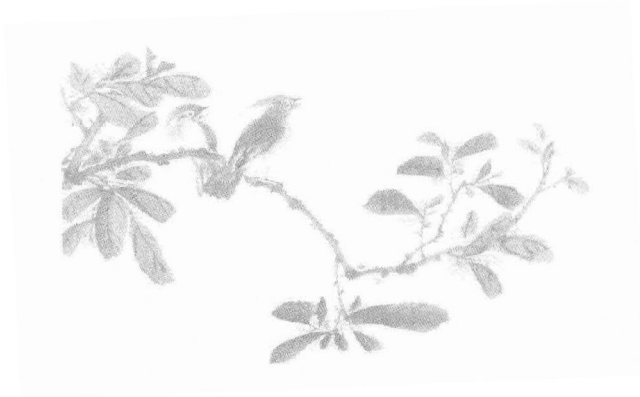
善言必然是发自内心的善意，一个话语间充满了善意的人必定是一个内心也充满了仁慈、善良的人。而这种发自内心的善意再通过善意的语言表达出来，则最能打动人心。

### 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。





## 【不吝美言， 赞美别人有学问】

赞美不但对人的感情，而且对人的理智也起着巨大的作用，它能洞开心灵。

在厦门住了几天，又到小云峰那边去过年。一直到正月半以后才回到厦门，住在闽南佛学院的小楼上，约莫住了三个月工夫。看到院里面的学僧虽然只有二十几位，他们的态度都很文雅，而且很有礼貌，和教职员的感情也很不差，我当时很赞美他们。

——弘一大师

弘一法师曾在闽南佛学院住过三个多月，佛学院里面的学僧虽然不是很多，但是他们的行为举止都十分文雅，而且很有礼貌，和教员的关系也不错。弘一法师便对此大加赞美，使得当时在场的每一个人都感到十分高兴。

诗人布莱克曾经说过：“赞美使人轻松。”赞美是一种精明、隐