

李连杰 禅悟人生

天王巨星 红尘最繁华处，听见我佛最深慈悲
参禅说法 拈花正微笑时，圆融世情正法无碍

张玉锦◎著

佛法精神的微妙阐释 浮华尘世的心灵洗礼

经历了马尔代夫海啸、印度地震和高原缺氧窒息三次生死灾难后，功夫皇帝李连杰加入中国红十字会

并巡回高校演讲。此前李连杰已向中国红十字会捐出善款60万元人民币，之后更承诺将从他即将上映的电影《霍元甲》的收益中再捐出50万元人民币。

对佛学颇有研究的李连杰，在从影二十一年中，他领悟到的待人处世和心态调节方法——

人，不应该凡事都给自己定一个结果，应该把目标放低。

得到什么并不重要，重要的是在这个过程中努力过坚持过。

不活在别人的评价中，在一个高度上真正了解自己，追求心灵真正的自由。

练武寓内外兼修，改变你死我活的个人英雄主义，以德服人才是学武的终极境界。



中国长安出版社

连杰
禅悟人生




中国长安出版社

图书在版编目(CIP)数据

李连杰禅悟人生/张玉锦著. -北京:中国长安出版社, 2006.3

ISBN 7 - 80175 - 254 - 6

I. 李... II. 张... III. ①李连杰一生平事迹 ②人生哲学—通俗读物

IV. ①K825.78 ②B821-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2006)第017143号

李连杰禅悟人生

张玉锦 著

策 划: 李 峥

责任编辑: 李 明

文字编辑: 王 威

版式设计: 李鸿雁

出 版: 中国长安出版社

社 址: 北京市东城区北池子大街14号(100006)

网 址: <http://www.ccapress.com>

邮 箱: ccapress@yahoo.com.cn

发 行: 中国长安出版社 全国新华书店

电 话: (010)65270593 65270433 (发行部)

印 刷: 北京世艺印刷有限公司

开 本: 787mm × 1092mm 1/16

印 张: 14

字 数: 70千字

版 本: 2006年4月第1版 2006年4月第1次印刷

印 数: 1-10000

书 号: ISBN 7 - 80175 - 254 - 6

定 价: 35.00元

(如有印装错误 本社负责调换)

前言



2004年4月26日，在西藏的囊谦县巴麦寺，李连杰皈依佛门。

对于皈依一事，李连杰说自己不是看破红尘，而是在红尘里看透。

从拍摄《少林寺》时方丈的一句“你是佛缘中人”，到与巴麦寺活佛罗贡桑仁波切一见投缘，再到自己潜心钻研佛学，





他的境界已经很高。

在一次偶然的回答记者问时，他一句不经意的话更是让人相信了他的向佛之心已定。“我曾经生活很清贫，小时候赚钱交给妈妈，现在交给老婆，一生没有太多金钱烦恼。”

在最容易滋生贪欲、腐朽、堕落的演艺圈，有些人可能随波逐流，有些人却能看透人性的本质，因为在文艺舞台这个大戏场上演绎着最集中、最鲜明、最浓缩的人生的悲欢离合、世事的变幻莫测和人性的美丑大战。是沉进去拔不出来，还是游上岸冷眼观望，这就全在个人自己的掌控把握了。

李连杰无疑属于第二种，也许，李连杰对佛教的了解并未达到如李叔同那样的理解层次，但这并不重要。重要的是，他也同样以种种因缘而开始在复杂、混乱、让人眼花缭乱的娱乐现场和纷繁复杂的社会中意识到了某种内在的精神回归，而他也将这种回归内心的渴望传递给了世间中人。





在北大演讲时，李连杰虽然只字未提佛，却在字里行间已露出佛性。每一句话都带了禅意传递给了现场的每一个人。也许，入了佛家法门，便不需要将佛挂在嘴上。

在他的电影中，都能找出带有禅意的对白来。“过去只是人生的经历，而不是一种负担。放下负担，奔向新生命！”因为可以放下，所以能坦然面对一切。因为从小就相信“人，一定要靠自己。”所





以，当其成功来的时候，他能够从容不迫。因为懂得“刚缺柔是浪费力气，柔缺刚是攻而不克，缺一不可”的道理，所以他给人的印象是，柔中有刚，刚中却又有着万种柔情。

他是一个万众瞩目的功夫明星，还是一个潜心向佛的虔诚弟子。他对佛的理解是用他的辉煌和无数次的失败糅合而成，那不是对佛家的简单注解，也不是对佛家理论的完美解读。他是在用自己的所作所为，用自己的电影来诠释自己的人生。

他说禅，其实什么也没有说。他没有说禅，却在身体力行中体现出了禅语的真正精义。

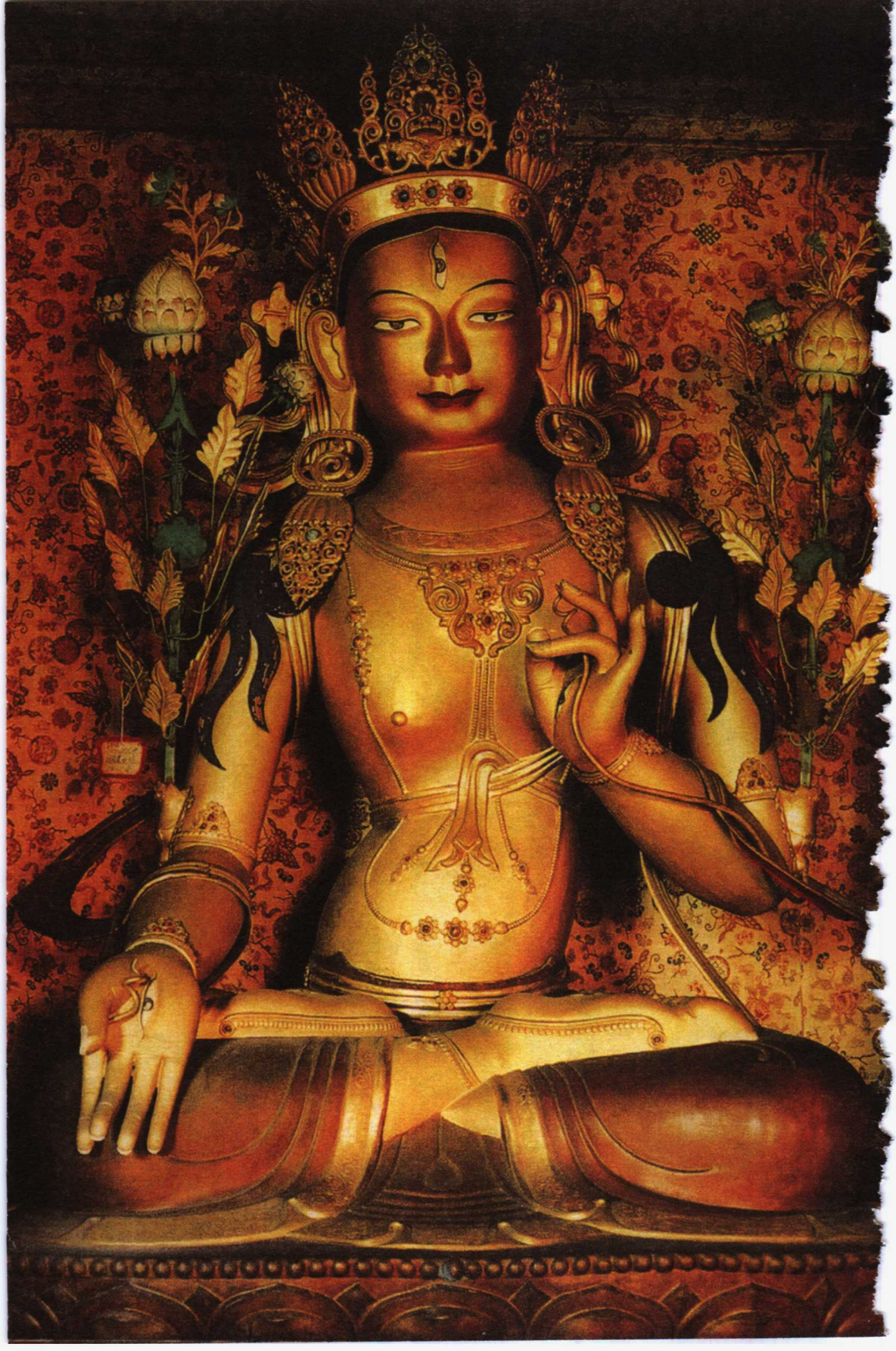
不言之教，无为之义，或许可能就是禅悟人生的最高境界了吧。



→ 山东青州背光鎏金
菩萨雕像（南北朝）













1 人，一定要靠自己

禅悟：人应当自作皈依，还有谁可以作他的皈依呢？

003

2 你心浮气躁，利欲熏心，怎么能赢

禅悟：一切皆流，无物永驻。如果人不执著世间的一切物质名利，就不会被物质名利所控制。



021



3 过去只是人生的经历，而不是一种负担

禅悟：忘记过去并不等于从未存在，一切自在来源于选择，而不是刻意。不如放手，放下的越多，越觉得拥有的更多。

035

4 说自己有用的男人不一定有用，有用的不会说



禅悟：不要彰扬别人的短处，应该要为他极力的隐瞒；不要炫耀自己的长处，更要韬光养晦，涵养自己的德性。

047

5 来之，安之，逆水行舟回头难

禅悟：生命是偶然的。若欲出离生死，有如逆水行舟，既来之，则安之。



061



6 最高境界就是以大胸怀包容一切，那便是平和

禅悟：“旷若虚空”，心量扩大，对一切人事物均能包容。“如净莲华，离染污故”，身心清净，如莲花出污泥而不染。

073

7 要打人的话，首先要学会挨打

禅悟：爱出者爱返，福往者福来。想要得到什么，必须先要付出什么。



89



8 我在寻找人类最基本的东西——感觉

禅悟：众生皆苦，迷梦未醒。人最基本的东西是感觉，因为是在梦里，而往往让人找不到。

105

9 等到有结果的时候，可能什么结果都没了

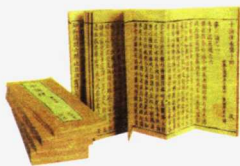
禅悟：若不能掌握未来的幸福，还可保证当下的幸福。

117



10 寒冰不能断流水，枯木也可再逢春

禅悟：放下屠刀，立地成佛。流水若能永恒也可破寒冰，枯木若有佛性亦能第二春。



131



11 拳脚小功夫,容人大丈夫

禅悟:用宁静的博爱心态,观大地众生相,听众生声,不恼怒,能容人。容人者,当能与己不同处。容天容地,于人何所不容。

145

12 不用解释,有些事解释也没有用

禅悟:世间的一切不可说,不可说,一说全是错。

163



13 有人就有恩怨,有恩怨就有江湖

禅悟:人生在世如身处荆棘林中。心不动则人不妄动,不动则不伤。心若动则身妄动,伤其身痛其骨,诸如人生在世百般痛苦。

177

14 一个人的痛苦,与天下人比,便不再是痛苦

禅悟:众生平等,流连众生,佛陀之所以出家修行不是为自己,而是为天下众生寻找一条超脱生死之道。

191



15 酒肉穿肠过,佛祖心中留

禅悟:念念不忘佛说,念念不违如来。念念不忘佛说,即是一心念佛也。

203



他胆小如鼠，竟八面威风
他身藏不露，如海底蛟龙
且看美女如何验证真的英雄…
WWW.CNEYOU.COM

领衔主演
李连杰
张学友

HIGH RISK
鼠胆龍威

導演 王晶 主演 邱淑貞 楊采妮 特別客串 楊宗憲 友情演出 關秀媚 李力持

禪
悟
人
生