

一言一世界

弘一法师人生智慧5堂课

弘一法师一著 金重一编著

本书插配丰子恺大师二十余幅漫画，
助你领悟弘一法师的人生真谛。



修心修行，点燃人生智慧明灯
传奇一生，“一轮圆月耀天心”
一曲《送别》，街头巷尾唱百年



中华工商联合出版社

一言一世界

弘一法师人生智慧5堂课

弘一法师／著 金重／编著



修心修行，点燃人生智慧明灯
传奇一生，“一轮圆月耀天心”
一曲《送别》，街头巷尾唱百年



中华工商联合出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

一言一世界——弘一法师人生智慧 5 堂课 / 弘一法师著; 金重编. --北京: 中华工商联合出版社, 2013. 10

ISBN 978 - 7 - 5158 - 0770 - 6

I. ①一… II. ①弘… ②金… III. ①佛教 - 通俗读物 IV. ①B94 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 253372 号

一言一世界——弘一法师人生智慧 5 堂课

原 著: 弘一法师

编 著: 金 重

策划编辑: 王宝平

责任编辑: 吕 莺 吴 琼

封面设计: 天下书装

责任审读: 李 征

责任印制: 迈致红

出版发行: 中华工商联合出版社有限责任公司

印 刷: 三河市华丰印刷厂

版 次: 2013 年 10 月第 1 版

印 次: 2013 年 10 月第 1 次印刷

开 本: 710mm × 1020mm 1/16

字 数: 260 千字

印 张: 16

书 号: ISBN 978 - 7 - 5158 - 0770 - 6

定 价: 39.80 元

服务热线: 010 - 58301130

销售热线: 010 - 58302813

地址邮编: 北京市西城区西环广场 A 座
19 - 20 层, 100044

http: //www. chgslcbs. cn

E-mail: cicap1202@ sina. com (营销中心)

E-mail: gslzbs@ sina. com (总编室)

工商联版图书

版权所有 侵权必究

凡本社图书出现印装质量问题, 请与印务部联系。

联系电话: 010 - 58302915

 前言

弘一法师，祖籍浙江平湖，1880年10月23日生于天津，姓李，名文韬，字叔同。1918年出家为僧，法号弘一，1942年10月13日在福建圆寂。

弘一法师从一代名师到一代高僧，其人颇多传奇色彩。学问学识上他才华横溢，学贯中西，令世人瞩目；思想道德修炼上，他以超常的智慧和毅力，追求思想高尚，为人完美，以求达到至善至美的境界，让人高山仰止。弘一法师天资聪慧，后天勤奋，七岁诵读文选，即能“朗朗成诵”，二十岁文章惊海内，为世人所称颂。之后，弘一法师在各个领域开先河，执牛耳，他是向中国传播西方音乐的先驱者，是中国话剧运动的创始人之一，是中国第一个开创裸体写生的美术老师，等等，他是一个集诗词、书画、篆刻、音乐、戏剧、文学等于一身的全才。他在家，侍母至孝，对妻尽爱；他当教师，教出了丰子恺、刘质平这样的大师、名人；他做演艺，与曾孝谷、欧阳予倩、谢杭白等创办中国第一个话剧社团“春柳剧社”，亲自饰演《茶花女》、《黑奴吁天录》等，在演艺界留下了不朽的艺术形象和贡献；他的书法，把中国书法艺术又推向另一境界；他为中国音乐留下了千古传唱的经典，《送别》等歌曲传唱至今仍然韵味无穷。他的弟子丰子恺曾说：“文艺的园地，差不多被他走遍了。”其实，现在看，他不光走遍了，而且还领着各门艺术往前走呢！

弘一法师是极为认真的人，他做一件事一定要做到极致，他出

家后，博览精研佛教经典，为振兴律学，不畏艰难，深入研修，著书立说，潜心戒律，弘扬佛学，嘉言懿行，深得佛教界的崇敬，尤其其他对律宗的研究和弘扬，被佛门弟子奉为律宗第十一代世祖。

无论是在家，还是出家，弘一法师的人格、道德、学问均为世人所仰视，他始终抱有赤子情怀，忧国忧民，心系天下苍生。他做任何事情都身体力行，他修净土，研戒律，自律甚严，严到一丝不苟，但他心中始终情怀众生。所以在弘一法师的经典著作里，我们常常看到他矢志不渝的信仰，看到他善心言行的光芒；在他所著及他人记录其言行著作中，如何修行，如何修炼，如何处世，如何待人，都有着高尚的智慧在闪光。世界是多元的，世界也是发展的，这个世界的道德修补，需要众生共同努力，共同创造，共同维护。今天我们仔细研习弘一法师的佛学经典，会发现，他的佛学经典里面还闪耀着无数的人生智慧，这些智慧对现实世界来来往往的我们有许许多多启迪和省悟。因此，我们选取弘一法师博大精深的一些经典片段，稍加注释，加以我们浅显的感悟，奉献给世人，与读者诸君共勉。

我在西湖出家的经过

◎ 弘一法师

杭州这个地方实堪称为佛地，寺庙之多有两千余所，可想见杭州佛法之盛了！

最近《越风》社要出关于《西湖》的增刊，由黄居士来函，要我做一篇《西湖与佛教之因缘》。我觉得这个题目的范围太广泛了，而且又无参考书在手，于短期间内是不能做成的，现在就将我从前在西湖居住时值得追味的几件事情来说一说，也算是纪念我出家的经过。

我第一次到杭州是光绪二十八年（1902年）七月（按：本篇所记的年月皆依旧历）。在杭州住了约一个月光景，但是并没有到寺院里去。只记得有一次到涌金门外去吃过一回茶，同时也就把西湖的风景稍微看了一下。

第二次到杭州是民国元年的1912年7月。这回到杭州倒住得很久了，一直住了近十年，可以说是很久了。我的住处在钱塘门内，离西湖很近，只两里路光景。在钱塘门外，靠西湖边有一所小茶馆名景春园。我常常一个人出门，独自到景春园的楼上去吃茶。

民国初年，西湖的情形完全与现在两样——那时候还有城墙及

很多柳树，都是很好看的。除了春秋两季的香会之外，西湖边的人总是很少；而钱塘门外更是冷静了。

在景春园楼下，有许多的茶客，以摇船抬轿的劳动者居多；而在楼上吃茶的就只有我一个人了。所以，我常常一个人在上面吃茶，同时还凭栏看着西湖的风景。

在茶馆的附近，就是那有名的大寺院——昭庆寺了。我吃茶之后，也常常顺便到那里去看一看。

民国二年夏天，我曾在西湖的广化寺里住了好几天。但是住的地方却不在出家人的范围之内，是在该寺的旁边，有一所叫做“痘神祠”的楼上。

痘神祠是广化寺专门给那些在家的客人住的。我住在里面的时候，有时也曾到出家人所住的地方去看看，心里却感觉很有意思呢！

记得那时我亦常常坐船到湖心亭去吃茶。

曾有一次，学校里有一位名人来演讲，我和夏丐尊居士却出门躲避，到湖心亭上去吃茶呢！当时夏丐尊对我说：“像我们这种人，出家做和尚倒是很好的。”我听到这句话，就觉得很有意思。这可以说是我后来出家的一个远因了。

到了民国五年的夏天，我因为看到日本杂志中有说及断食可以治疗各种疾病，当时我就起了一种好奇心，想来断食一下。因为我那时患有神经衰弱症，实行断食后，或者可以痊愈亦未可知。要行断食时，须于寒冷的季候方宜。所以，我便预定十一月来作断食的时间。

至于断食的地点须先考虑一下，似觉总要有个很幽静的地方才好。当时我就和西泠印社的叶品三君来商量，结果他说在西湖附近的虎跑寺可作为断食的地点。我就问他：“既要到虎跑寺去，总要有

人来介绍才对。究竟要请谁呢？”他说：“有一位丁辅之是虎跑的大护法，可以请他去说一说。”于是他便写信请丁辅之代为介绍了。

从前的虎跑不像现在这样热闹，是个游客很少且十分冷静的地方。若用来作为我断食的地点，可以说是最相宜的了。

到了十一月，我还不曾亲自到过。于是我便托人到虎跑寺那边去走一趟，看看在哪一间房里住好。回来后，他说方丈楼下的地方倒很幽静。因为那边的房子很多，且平常时候都关着，客人是不能走进去的；而在方丈楼上，则只有一位出家人住着，此外并没有什么人居住。

等到十一月底，我到了虎跑寺，就住在方丈楼下的那间屋子里。我住进去以后，常看见一位出家人在我的窗前经过（即是住在楼上的那一位）。我看到他却十分的欢喜呢！因此，就时常和他谈话；同时，他也拿佛经来给我看。

我从五岁时，即时常和出家人见面，时常看见出家人到我的家里念经及拜忏。于十二三岁时，也曾学了放焰口。可是并没有和有道德的出家人住在一起，同时，也不知道寺院中的内容是怎样的，以及出家人的生活又是如何。

这回到虎跑去住，看到他们那种生活，却很欢喜而且羡慕起来了。

我虽然只住了半个多月，但心里却十分的愉快，而且对于他们所吃的菜蔬，更是欢喜吃。及回到学校以后，我就请佣人依照他们那样的菜煮来吃。这一次我到虎跑寺去断食，可以说是我出家的近因了。

到了民国六年的下半年，我就发心吃素了。

在冬天的时候，即请了许多的经，如《普贤行愿品》、《楞严

经》及《大乘起信论》等很多的佛经。自己的房里，也供起佛像来，如地藏菩萨、观世音菩萨等的像。于是亦天天烧香了。

到了这一年放年假的时候，我并没有回家，而是到虎跑寺里面去过年。我仍住在方丈楼下。那个时候，则更觉得有兴味了，于是就发心出家。同时就想拜那位住在方丈楼上的出家人做师父。

他的名字是弘详师。可是他不肯我去拜他，而介绍我拜他的师父。他的师父是在松木场护国寺里居住。于是他就请他的师父回到虎跑寺来，而我也就于民国七年正月十五日受三皈依了。

我打算于此年的暑假入山。预先在寺里住一年后再实行出家的。当这个时候，我就做了一件海青及学习两堂功课。

二月初五日那天，是我母亲的忌日，于是我就先于两天前到虎跑去，诵了三天的《地藏经》，为我的母亲回向。

到了五月底，我就提前先考试。考试之后，即到虎跑寺入山了。到了寺中一日以后，即穿出家人的衣裳，而预备转年再剃度。

及至七月初，夏丐尊居士来。他看到我穿出家人的衣裳但还未出家，他就对我说：“既住在寺里面，并且穿了出家人的衣裳，而不出家，那是没有什么意思的。所以还是赶紧剃度好！”

我本来是想转年再出家的，但是承他的劝，于是就赶紧出家了。七月十三日那一天，相传是大势至菩萨的圣诞，我就在那天落发。

落发以后仍须受戒的，于是由林同庄君介绍，到灵隐寺去受戒了。

灵隐寺是杭州规模最大的寺院，我一向是很欢喜的。我出家以后，曾到各处的大寺院看过，但是总没有像灵隐寺那么好！

八月底，我就到灵隐寺去，寺中的方丈和尚很客气，叫我住在客堂后面芸香阁的楼上。当时是由慧明法师做大师父的。有一天，

我在客堂里遇到这位法师了。他看到我时就说：“既系来受戒的，为什么不进戒堂呢？虽然你在家的时候是读书人，但是读书人就能这样地随便吗？就是在家时是一个皇帝，我也是一样看待的！”那时方丈和尚仍是要我住在客堂楼上，而于戒堂里有了紧要的佛事时，方去参加一两回的。

那时候，我虽然不能和慧明法师时常见面，但是看到他那样的忠厚笃实，却是令我佩服不已的！

受戒以后，我就住在虎跑寺内。到了十二月，即搬到玉泉寺去住。此后即常常到别处去，没有久住在西湖了。

前言

我在西湖出家的经过／弘一法师

第一章 持之以恒 成就自己

善抓机遇，善觅福田，善结胜缘／3

宏图大业需要大手笔大器量／7

人生是循序渐进的过程／11

做老实人，说老实话／16

认真是做事的基础／20

坚定的信念是人生的成功法则／25

从写字到做人／29

在不断反省中完善自己／35

通过自己的努力，让人们知道和理解／39

成功是无数苦难、磨砺的结果／43

习惯这个“小题”应该“大作”／48

正确认识自己／51

做事既要自信，又要有所准备／4

人要扬善惩恶／8

睿智者谦虚，无知者狂妄／15

说到做到／18

心有定力，任凭风浪起／23

持之以恒，不敷衍了事／28

百行以“德”为首／32

人要有勇猛精进的精神／37

应该发勇猛精进心，勤加修习才是／41

自恣自省，垂范后世／45

一视同仁，是立身处世的基本要求／50

第二章 用心向善 功德天下

勤俭节约，不铺张浪费／57

甘于奉献／60

一叶障目，不见泰山／64

成由勤俭败由奢／58

尽孝要从现在开始／62

无我是一种境界／66

至善的力量是巨大的／67

战胜自我，创造卓越／71

不破不立／75

改过迁善／80

善有善报／86

人生真的是苦的吗／90

常乐我净／94

要厚养，不要厚葬／99

植荆得刺，栽莲得藕／103

吃亏是福／68

与人为善，就是善待自己／73

努力实行，才名实相符／77

做人要有信仰／82

“不完美”是人生追求的动力／88

尊重生命，是一种文明和美德／92

居安思危，苦尽甘来／97

爱的奉献／102

多做有益之事，心安神怡／105

第三章 身体力行 自强不息

付出总是有回报的／111

榜样的力量／115

虚心使人进步／118

劳动光荣而且崇高／123

凡事都应仔细省察／130

关键是“诚”字／132

舍身取义／136

敬重要从小事开始／140

做自己该做的事／112

顺境不骄傲，逆境不气馁／116

一寸光阴一寸金／120

无妄情，无偏执／128

药无贵贱，愈病者良／131

幸福来自辛勤的劳动／135

不诚无以敬仰／139

心诚是成功的开始／142

第四章 修身养性 心无旁骛

学而不厌／147

入道弥深，所见弥大／148

“学、省、改”是修身养性的正确途径／150 有十分福气，享受三分／153

自尊、自重、自爱，才有尊严／156	凡事总要早预备才好／158
渐种善根，积善积德／159	要想通，不要想穿／160
“吃素”与放弃／164	
做事只有专注、倾注，才会体会其中的美妙／166	
远离骄傲，勤劳增福／168	多结善缘，世界就光明／171
刻意不如顺其自然／172	

第五章 敬畏万物 律己爱人

人是要有敬畏之心的／177	直面不足，改过自新／179
约束自己是社会规范的需要／182	慎独是人人所要求具有的素质／185
反省与自律／186	闻过则喜／187
“看淡”与“看重”／188	自律是一种修炼／190
贪欲是万恶之源／193	广种福田，诸福圆具／196

附 录

弘一法师年表／201

延伸阅读——名人谈弘一法师

索性做了和尚	夏丏尊／215
怀念李叔同先生	丰子恺／221
法味	丰子恺／229

第一章 持之以恒 成就自己



咬得菜根
百事成



216

丰子恺《护生画集》选图



善抓机遇，善觅福田，善结胜缘

【原文】

且吾人能先行洁治自己之心田，接受十方三世诸佛如来之无上法宝^①，作为脱胎换骨转凡成圣之种子。吾身即与十方三世诸佛如来有大因缘，诸佛愿海胜功德一一摄于我心中：我愿与佛无差别，诸佛慈愿互相摄。因该果海果彻因源，无边胜福，即缔造于此日印造经像、宏法利生之一真心中矣！普愿现在未来，一切有缘，善觅福田，善结胜缘。勿任妙用现前之大好光阴，如滔滔逝水之在眼前足底飞过也。

——弘一法师：《善劝发心印造经像文》

【注释】

① 十方三世：十方指东、西、南、北、四维（东南、西南、西北、东北）、上、下，是就空间方面说。三世指过去、现在、未来，是就时间方面说。十方三世即指一切的空间，时间。

【智慧悟语】

“善觅福田，善结胜缘”，关键在于“善”字，一个人要善于寻觅“福田”，善于结“胜缘”。如果不善于寻觅“福田”，不善于结“胜缘”，哪怕“福田”就在眼前，“胜缘”就在身边，依然会与之擦肩而过。

在日常生活中，“善于”两字十分重要，只有善于寻找机遇，善于从机遇中把握可行时机，才能得到发展，就可成大事，或做事成功。

而善于“结缘”，会拥有广阔的人缘，即人脉，这对人的发展同样非常重要。一个人，只有善于发现自我优势、善于反思自我过错，多结识人，多给自己“人脉”银行存钱，才能多得“利息”，为自己提供广阔发展、不懈奋斗的人生舞台。

所以说，“善于”两字很重要，弘一法师告诫大家：“勿任妙用现前之大好光阴，如滔滔逝水之在眼前足底飞过也。”即说明时间就如同大江之水，在飞快地逝去，千万不要浪费眼前的每分每秒，因为“机遇”也好、福田也罢，“善结”胜缘都是需要时间去“抓住”的。可谓振聋发聩。



做事既要自信，又要有所准备

【原文】

能为一切众生，种植善根。以众生心作大福田，获无量胜果。所生之处，常得见佛闻法。直至三慧宏开^①，六通亲证^②，速得成佛。佛世有一城人众，难于摄化^③。佛言此辈人众，与目连^④重有缘，因遣目连往。全城人众，果皆倾心向