

禅的智慧

禅诗百首

姜剑云 著



中华书局



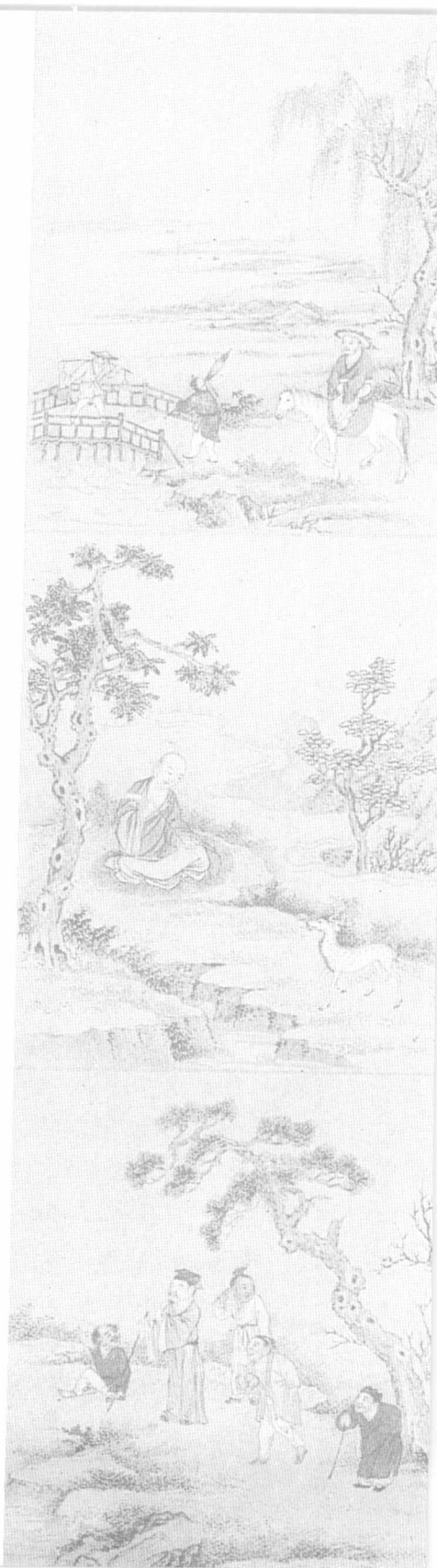
禅的智慧

禅诗百首

姜剑云 著



中华书局



图书在版编目(CIP)数据

禅诗百首/姜剑云著. —北京:中华书局, 2008. 10

(禅的智慧)

ISBN 978 - 7 - 101 - 06331 - 8

I. 禅… II. 姜… III. ①禅宗—通俗读物②古典诗歌—文学欣赏—中国 IV. B946.5 - 49 I207.22

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 151525 号

书 名 禅诗百首

著 者 姜剑云

丛 书 名 禅的智慧

责任编辑 祝安顺

出版发行 中华书局

(北京市丰台区太平桥西里 38 号 100073)

<http://www.zhbc.com.cn>

E-mail: zhbc@zhbc.com.cn

印 刷 北京未来科学技术研究所有限责任公司印刷厂

版 次 2008 年 10 月北京第 1 版

2008 年 10 月北京第 1 次印刷

规 格 开本/630×960 毫米 1/16

印张 15 $\frac{3}{4}$ 插页 2 字数 180 千字

印 数 1 - 6000 册

国际书号 ISBN 978 - 7 - 101 - 06331 - 8

定 价 29.00 元

总序：禅是智慧

宋代大诗人苏轼有一首诗《书焦山纶长老壁》，是他与当政者政见不合，被流贬黄州，诏移汝州，途经今镇江焦山，造访一位禅师的题壁之作，全文如下：

法师住焦山，而实未尝住。我来辄问法，法师了无语。
 法师非无语，不知所答故。君看头与足，本自安冠履。
 譬如长鬣人，不以长为苦。一日或人问，每睡安所措。
 归来被上下，一夜无着处。展转遂达晨，意欲尽镊去。
 此言虽鄙浅，故自有深趣。持此问法师，法师一笑许。

这是一篇典型的所谓“明禅”作品，大意是说他向禅师纶长老请问佛法，对方却沉默不语，他不得已用一个譬喻来表达自己的理解：说有一个人平时对自己超长的胡须并不在意，可是一旦当他对这胡须有了“自觉”，就不知所措，夜不成眠了。诗的结尾说，他的这番话得到了对方的印可。这首诗讲的本是禅“无言无说”、“不可说”的道理，但幽默的譬喻却包含另一层“深趣”。用禅的语言说，就是要人心无所住（执著），能够“放下”；用世俗的话说，就是“世上本无事，庸人自扰之”。苏轼写这首诗的时候，是在他身陷冤狱、备遭凌辱之后，从中可以看出他面对人生患难态度上潇洒、超脱的一面。当时他正当壮年，四十几岁，直到他去

世的二十多年间，又屡经波折，年事日高，亲人亡歿，更曾远贬到岭南的惠州和海南的儋州。对他略有所知的人都清楚，他绝不是那种消极颓唐、灰心灭志的人，这有他一大批不朽的文字为证。当他面对人生困境，能够（起码是努力做到）无忧无虑，无怨无悔，表现得毁誉不经于心（当然内心不会没有烦恼怨抑），百炼钢化为绕指柔。这种涵养，这种境界，或者说这种人生智慧，也是成就他一生文学、艺术以至政治、思想业绩的重要因素。这种智慧得自持之以恒的学养，包括中国传统的儒学和老、庄，而十分重要的还有佛教的禅。苏轼乃是古人中好禅、习禅深有所得，并做出积极发挥的一例。

禅是宗教，禅是思想，禅是生活，禅是艺术；禅，也是智慧。

“禅”是梵文“禅那”（Dhyāna）的音译，汉语以意译为“思维修”，或音译合译作“禅定”，等等，本是古代印度宗教普遍采用的修行方法。释迦牟尼创建佛教加以吸收，发展出一整套正审思虑、调御身心的法门，作为修习佛法的主要内容和体悟佛法的基本手段。中国输入佛教，也接受了禅的一系列新颖观念和新鲜修持方法。古代中国那些佛教大德和好佛的知识精英们更赋予外来佛教的禅以丰富的思想内容，包括本土传统的儒家、道家与道教的某些内容（主要是关于心性方面的）；进而又加以发挥，把基本是作为修行法门的禅发展为相当系统的思想理论体系；在此基础上再进一步，形成了以“见性”、“顿悟”为纲领的中国宗派佛教里的禅宗。禅宗创立起宗派在唐初，衰败在两宋之际。就是说，它兴盛了五百年左右。在中国佛教诸宗派里，这又是一个彻底“本土化”的宗派，是中國人在传统的思想文化土壤上消化外来佛教的禅观、禅法再加以发挥、创造的成果。由于它具有丰富的理论内涵和浓厚的文化色彩，特别受到广大知识阶层的欢迎，并长时期在佛教诸宗里居于主导地位，对于唐、宋及其以后的思想、文化影响也就特别巨大和深远。

前述苏轼就是人生与创作得益于禅的一例。恩格斯论述基督教时

曾说过：“对于一种征服罗马世界帝国，统治文明人类的绝大多数达一千八百年之久的宗教，简单地说它是骗子手凑集而成的无稽之谈，是不能解决问题的。”（《布鲁诺·鲍威尔和早期基督教》，《马克思恩格斯全集》第19卷）对于佛教，包括它的禅和禅宗也应当如是观。从历史发展的长远过程看，宗教也是人类认识和改造世界的努力并取得成果的一部分。具体到中国佛教的禅和禅宗，其宗义具有重大理论价值。特别是在性理方面，宋代新儒学的形成就借助了它所提供的理论资源，而汉学转变为宋学乃是中国思想史、学术史的重大变化。其另一方面的价值在于其所倡导的精神境界，所主张的人生态度和生活方式，其中包含多方面的人生智慧，曾为文学、艺术各个领域提供了丰富滋养，也影响了一代代学人。苏轼就是其中颇具典型意义的一位。

正如苏轼在诗里所表明的，禅本是“不可说”的。禅宗更明确主张“不立文字”。但是历史上却留下了数量庞大的语录、灯录、偈颂等“不立文字”的禅文献。古代那些著名的禅宗大德，多是具有相当学养的人。他们作为宗教徒，追求悟道解脱，要解决所谓“生死大事”。但他们中许多人又实践大乘佛教关注人生、不离现世的教义，致力于庄严国土，利乐有情，表现出大智慧、高见识。他们上堂示法，问答勘辩，机锋俊语里包含大量关于哲理、关于人生的新鲜观念，新颖思路。而历代那些好禅、习禅以至逃禅的知识精英们，往往借助诗文，或书写禅观禅解，或表达禅机禅趣，创作出许多颇堪玩味，值得欣赏的优秀作品。如上述苏轼《书焦山纶长老壁》就是一例。当然，今天的世界已经与创造和发展禅和禅宗的时代大不相同了，多数读者也不再信仰佛教。但禅、禅文献及其影响下的文化成果包括文学作品，做为宝贵文化遗存的一部分，是值得珍惜的。

呈现在读者面前的这套丛书，就是从这些文献和创作里选择一些具有一定现实意义、又有相当趣味的文字、篇章，集结成册，略加解说。

期望读者通过它们广见闻，长知识，资谈助；也可以作为艺术鉴赏、愉悦情致的读物；或再进一步，认识、欣赏以至借鉴其中体现的禅的智慧。关系后一层面，对于一般读者应当具有一定现实意义。古往今来，人生总不可避免地遭遇某种困境，让人痛苦困惑，心理失衡；在当今，面对竞争激烈、物欲充斥的环境，更容易内心烦躁，精神迷惘。历代禅籍和文人作品里表现的那些禅的观念、感受、典故、语言等等，禅宗所倡导的息灭妄念、止歇驰求、心定神安的处世态度和少欲知足、解粘去缚、潇洒自在的人生方式等等，它们当然具有特定的宗教内涵，但又确实是一份珍贵的人生智慧的结晶，仍会带给今天的人们一些启发和教益。

近年来，禅和禅宗作为学术研究和文化生活的“热点”，坊间有关读物不少。这一次我们敦请海内外对禅和禅宗研究有素、又在某些学术领域有所建树的学者，集中就“禅的智慧”这个总题目，选择与他们所从事的专业相关的题目，或辑录往古大德的言语行事，或选录古代作家的优秀篇章，作出解说，提出高见。我们力图做成一套学术性和可读性兼顾的、雅俗共赏的文化读物。参与写作的作者有大陆的，也有港台和海外的。学术观点不会一致，专业领域又不相同，每部书的观点、写法、风格也就不会一样。对于禅的悟解本来就是“如鱼饮水，冷暖自知”的。做成风格各异、“百花齐放”的一套书，正有助于读者对禅和禅宗多视角、多层面地加以认识和了解。

感谢作者们大力襄助完成这一有意义的工作，也感谢读者购读这些书，并期待大家不吝提出批评和意见。

孙昌武

2007年6月10日于南开园

自序

禅，梵文“禅那”(Dhyāna)的音译，意译为“静虑”、“思维修”、“弃恶”等，原指静坐默念，心注一境。但“禅”之含义非止一种解释：可表示与佛教相关的种种事物，如“禅子”、“禅众”泛指佛门中人，“禅宇”、“禅林”概称佛教寺院，“禅灯”、“禅椅”皆言僧人日用杂物，等等；也可专指禅宗。自唐代慧能后，禅宗主张直指人心，顿悟成佛，经不必念，禅不必坐，虽然以“禅”命宗，但是字义已转，可见此“禅”非彼“禅”。

如此说起来，则“禅诗”当有广义与狭义之分。命意造境倾向于禅宗旨趣者，乃狭义之禅诗；否则，不过是涉佛涉禅，统属广义之禅诗。

禅诗，禅与诗的有机结合。倘精选标准从严的话，应该做到：有禅思而无诗情者，哪怕是禅师所做，不选；有诗情而无禅思者，即便是僧诗，亦不选。“诗为禅客添花锦，禅是诗家切玉刀。”（元好问《答俊书记学诗》）禅味、诗味具足、妙合者乃上品。

考虑到对“禅诗”的习惯认知，今广义与狭义兼容。于是，上起东晋高僧慧远，中历南朝、隋、唐、五代、宋、元、明、清，下迄近代情僧曼殊，于作者 98101 人中，计选诗 109 题 115 首，成此《禅诗百首》。作者中，有佛门中僧尼，有世俗中官民。作品中，有五七言律绝，也有古风歌行。

关于禅诗，据其内容、手法等方面的特点，略分三类。

禅言诗——不离文字之禅。禅言，犹言言禅、论禅。其特点是引经据典，正面谈佛论道，而非绕路说禅。或者直接讲论佛禅之理，或者叙

写佛事活动,或者抒发对佛禅的崇信与感悟。这类诗的缺陷在于好发议论,轻者拖着“玄言的尾巴”,重者通篇佛教概念,徒有诗的外壳,教化色彩很浓。

禅境诗——不立文字之禅。这一类诗的特点是寓思想于形象中,禅意不在字面上,而在境界中。作者设象寄意,读者舍象取意,皆惟在“妙悟”。其艺术效果是有“象外之象”,“景外之景”,“味外之味”,“韵外之致”,正所谓羚羊挂角,无迹可寻,不着一字,尽得风流。

禅趣诗——不立文字亦不离文字之禅。这一类诗介于禅言诗与禅境诗之间。诗中不乏“悟空”、“解脱”之类字眼,禅意有迹可寻。但言禅理而避免理胜于辞,藉重形象,更突出禅趣。所以说不立文字亦不离文字,称得上是有禅的机锋、禅的睿思、禅的理趣、富于艺术美感的、用诗写成的禅话。

诗言志,诗缘情,换言之,诗是心境的外化。禅诗,则是禅者心境的外化,乃以诗美传达禅悦。明代知空和尚评陈佐才诗曰:“今山僧与居士评诗,居士与山僧谈禅,何耶?自古诗情半个禅,以诗为禅,以禅为诗,无可无不可也。”(转引自陈垣《明季滇黔佛教考》)苏轼说得好:“暂借好诗消永夜,每逢佳处辄参禅。”(《夜直玉堂携李之仪端叔诗百余首读至夜半书其后》)以禅入诗,是诗家禅悟之所得。古人参证公案,今人解读禅诗,不妨都唤作“文字禅”,可以视之为“默照禅”的补充。禅在生活中,禅在身边,禅在当下。对于现代人而言,读点儿禅诗,有益于放松的疲惫身心,提高生活的质量。

禅家为避免落于言筌,往往绕路说禅,常常设象寓意。然而,形象大于思想,所以用文字解读形象,本身就是愚蠢的行为,因为言不尽意,说似一物即不中。聪明的做法是舍象取意,得意忘言。“安心元有法,不语即为禅。”(吴宽《次韵沈启南僧斋夜坐》)

再则,佛陀说:“若人言如来有所说法,即为谤佛。……说法者,无

法可说，是名说法。”（《金刚般若波罗蜜经》卷一）禅，不立文字，本不可说，开口便错。禅，不离文字，不能不说，闭口则丧。这是个矛盾。如今担惊受怕的是，我们强作解说，更何况是门外说禅，等着挨大师们的棒喝吧！

临交稿时还有担忧。这本小册子是藉力于霍贵高、李朝杰、冯淑然、张立华、阎玮、卢萌诸君子共同完成的，倘封面尽署六君子不便，我无疑是欺世盗名了。六君子语我曰：“五蕴非有，四大皆空，胡不悟若斯！随缘吧。”

姜剑云

2008年3月于河北大学工商学院

目录

总序：禅是智慧 孙昌武(1)

自序 姜剑云(1)

第一章 禅言诗——不离文字之禅

1 庐山东林杂诗 慧远(2)

2 游石门诗 庐山诸道人(5)

3 登石室饭僧诗 谢灵运(7)

4 展敬上凤林寺 薛道衡(10)

5 观影元非有 王梵志(13)

6 左手握骊珠 拾得(15)

7 题大禹寺义公禅房 孟浩然(17)

8 投道一师兰若宿 王维(19)

9 饭覆釜山僧 王维(22)

10 过香积寺 王维(24)

11 庐山东林寺夜怀 李白(26)

12 游龙门奉先寺 杜甫(28)

13 夏日过青龙寺谒操禅师 裴迪(30)

14 喜鲍禅师自龙山至 刘长卿(32)

15 支公诗 皎然(34)

- 16 读谢灵运诗 白居易(36)
- 17 赠圆上人 贾岛(39)
- 18 题僧壁 李商隐(41)
- 19 将赴京留赠僧院 杜牧(43)
- 20 赠持法华经僧 齐己(45)
- 21 题广喜法师堂 苏舜钦(47)
- 22 禅斋 张方平(49)
- 23 段居士粟庵 王庭珪(51)
- 24 槿花 绍隆(53)
- 25 和南质张学士敏之见赠 耶律楚材(55)
- 26 淦居士见访 圆至(58)
- 27 山居 明本(60)
- 28 闲咏 清珙(62)
- 29 岭南六祖禅师菩提树下藏发瓮子图歌 吴莱(64)
- 30 闻人禅诵甚勤喜赠二首 袁宗道(68)
- 31 云在法师西山读庄子 金圣叹(71)
- 32 秋夜闻梵 彭孙遹(73)
- 33 禅悦二首 张问陶(75)

第二章 禅境诗——不立文字之禅

- 34 题僧房 王昌龄(78)
- 35 辛夷坞 王维(80)
- 36 滁州西涧 韦应物(82)
- 37 赠药山高僧惟俨 李翱(84)
- 38 江雪 柳宗元(86)
- 39 大林寺桃花 白居易(88)

- 40 船居寓意 德诚(90)
- 41 长安逢江南僧 崔涂(92)
- 42 山居诗 贯休(94)
- 43 播秧诗 契此(96)
- 44 杂诗 遇贤(98)
- 45 狮子峰 重显(100)
- 46 小溪 晁颖(102)
- 47 登宝公塔 王安石(103)
- 48 题西林壁 苏轼(105)
- 49 西斋昼卧 惠洪(107)
- 50 题梵隐院方丈梅 晏敦复(109)
- 51 绝句 正觉(111)
- 52 晚春 守璋(113)
- 53 庵居 仲皎(115)
- 54 锦镜池 僧鉴(117)
- 55 野望 翁卷(119)
- 56 茄子 郑清之(121)
- 57 松 游九功(123)
- 58 山中杂言 吴锡畴(125)
- 59 青山 汪若楫(127)
- 60 咏云 冯坦(129)
- 61 小吴轩 僧愚(131)
- 62 悟道诗 杨妙锡(133)
- 63 游天竺 仇远(135)
- 64 晓过西湖 梵琦(137)
- 65 游幻住庵留赠月千江上人 黄玠(139)

- 66 落叶 宗泐(142)
- 67 寄太虚上人 陈献章(144)
- 68 赠博也上人 郑燮(146)

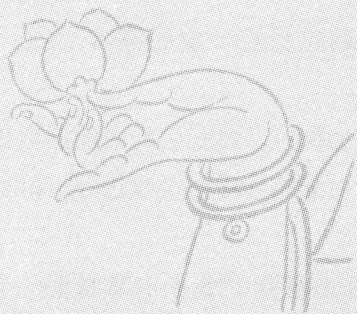
第三章 禅趣诗——不立文字亦不离文字之禅

- 69 依家暂下山 寒山(150)
- 70 终南别业 王维(152)
- 71 题破山寺后禅院 常建(154)
- 72 题道虔上人竹房 李嘉祐(156)
- 73 与虞沔州谒藏真上人 戴叔伦(158)
- 74 听嘉陵江水声寄深上人 韦应物(160)
- 75 过仙游寺 卢纶(162)
- 76 寄韬光禅师 白居易(164)
- 77 赠日本僧智藏 刘禹锡(166)
- 78 戏赠灵澈上人 吕温(168)
- 79 赠胡僧 周贺(170)
- 80 寄太白无能禅师 顾非熊(172)
- 81 题万道人禅房 张祜(174)
- 82 寄禅师 韩偓(176)
- 83 题昭州山寺常寂上人水阁 曹松(178)
- 84 题汤泉壁 可遵(180)
- 85 金山寺 王令(182)
- 86 和子由澠池怀旧 苏轼(184)
- 87 口占绝句 道潜(186)
- 88 处州水南庵 秦观(188)
- 89 学诗诗 吴可(190)

- 90 咏石僧 汤思退(194)
- 91 山寺 陆游(196)
- 92 宴坐庵 范成大(198)
- 93 庵中自题 显万(200)
- 94 住天台山 惟茂(202)
- 95 访益上人兰若 严羽(204)
- 96 题川无竭寄傲窗 何梦桂(206)
- 97 送存书记 梁栋(208)
- 98 山居 灵澄(210)
- 99 游灵鹫寺 黄初庵(212)
- 100 宿灵岩 张至龙(214)
- 101 南峰宴坐僧 宋无(216)
- 102 白云深处为天平圭上人赋 杨基(218)
- 103 禅舫为顺上人赋 史谨(220)
- 104 空舟为宝林寺僧题 沈周(222)
- 105 过云栖见莲池上人有狗丑韭酒纽诗戏作 袁宏道(224)
- 106 己亥杂诗(其一六五) 龚自珍(226)
- 107 暑月访龙潭寄禅上人 八指头陀(228)
- 108 过若松町有感示仲兄 苏曼殊(230)
- 109 住西湖白云禅院作此 苏曼殊(232)
- 参考文献 (234)

第一章 禅言诗——不离文字之禅

禅言诗——不离文字之禅。禅言，犹言言禅、论禅。其特点是引经据典，正面谈佛论道，而非绕路说禅。或者直接讲论佛禅之理，或者叙写佛事活动，或者抒发对佛禅的崇信与感悟。这类诗的缺陷在于好发议论，轻者拖着“玄言的尾巴”，重者通篇佛教概念，徒有诗的外壳，教化色彩很浓。



1 庐山东林杂诗

慧远

崇岩吐清气，幽岫栖神迹。
希声奏群籁，响出山溜滴。
有客独冥游，径然忘所适。
挥手抚云门，灵关安足辟。
流心扣玄扃，感至理弗隔。
孰是腾九霄，不奋冲天翮。
妙同趣自均，一悟超三益。

慧远(334—416年)是东晋名僧，刺史桓伊为其在庐山建东林寺。该寺背靠香炉峰，旁有湍流飞瀑。慧远栽松垒石，精心布置，使东林寺清泉环阶、云雾绕松，犹如仙境一般，在此漫步观望的时候，都有一种神清气肃的感觉，慧远在这里弘法授徒三十多年。史载慧远好游山水，而且游必吟咏，《庐山东林杂诗》是他游庐峰时所作。

这首诗以感悟佛理为主。佛法精妙，不可言说，所以作者并未直言佛理，只说明了感悟佛理在于妙悟自心，“流心”才能“感至”，“感至”即得佛理。

庐山东林寺里，慧远感受着环境的清幽、美妙，也面对山水感悟佛理。

“崇岩吐清气，幽岫栖神迹。”在我们的眼前豁然出现了一幅世外仙境图：高峻的山岩之际，白云轻纱般缓缓飘过；幽深的山洞里，仿佛栖隐着神灵。

“希声奏群籁，响出山溜滴。”我们的耳边是一首清新的乐曲，山