

铃木大拙
禅学经典
第一辑

铃木大拙著
林宏涛译

铃木大拙

禅学入门

An Introduction
to Zen Buddhism

海南出版社
HAINAN PUBLISHING HOUSE

鈴木大拙著 林宏濤译

鈴木大拙

An Introduction
to Zen Buddhism

禅学入门

An Introduction to Zen Buddhism

Copyright © 2004 by SUZUKI DAISETSU

Original Japanese edition published by The Matsugaoka Bunko Foundation (The Pine Hill Library)

Simplified Chinese translation rights arranged with The Matsugaoka Bunko Foundation (The Pine Hill Library) through jia-xi books co., Ltd.

Simplified Chinese Translation copyright © 2012 by Hainan Publishing House Co., Ltd.

For the foreword: Copyright © 2007 Foundation of the Works of C. G. Jung, Zürich.

Published by permission Nr. 68990 of the Foundation of the Works of C. G. Jung, Zürich, represented by Paul & Peter Fritz AG, Literary Agency, Zürich

中文简体字版权 © 2012 海南出版社

本书由 jia-xi books co., Ltd. 安排, The Matsugaoka Bunko Foundation (The Pine Hill Library) 授权出版

本书序言译文由 Foundation of the Works of C. G. Jung, Zürich 授权简体字版出版发行

版权所有 不得翻印

版权合同登记号: 图字: 30-2011-030号

图书在版编目(CIP)数据

铃木大拙禅学入门/(日)铃木大拙著;林宏涛译. —海口:海南出版社,2012.3

书名原文:An Introduction to Zen Buddhism

ISBN 978-7-5443-4131-8

I. ①铃… II. ①铃…②林… III. ①禅宗-基本知识 IV. ①B946.5

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第256998号

铃木大拙禅学入门

作者:[日本]铃木大拙(D. T. Suzuki)

译者:林宏涛

策划编辑:柯祥河

责任编辑:任建成

装帧设计:第三工作室·嵇倩女

责任印制:杨程

印刷装订:北京冶金大业印刷有限公司

读者服务:杨秀美

海南出版社 出版发行

地址:海口市金盘开发区建设三横路2号

邮编:570216

电话:0898-66812776

E-mail:hnbook@263.net

经销:全国新华书店经销

出版日期:2012年3月第1版 2012年3月第1次印刷

开本:787mm×1092mm 1/16

印张:15

字数:100千

书号:ISBN 978-7-5443-4131-8

定价:32.00元

本社常年法律顾问:中国版权保护中心法律部

【版权所有 请勿翻印、转载,违者必究】

如有缺页、破损、倒装等印装质量问题,请寄回本社更换

作者自序

禅学的入门书



本书收录的论文原是为《新东方》杂志写的，那是1914年第一次世界大战期间在日本发行的刊物，由罗伯逊·史考特先生（Robertson Scott）主编。编辑曾建议集结成书，但当时我无此想法。其后，它们则成为《铃木大拙禅论集》（Zen Essays, 1922）第一辑的材料，自然在内容上有所重叠。

但是最近我又想到把旧稿整理成书。理由是我的《禅论集》对于禅的入门者而言太过沉重。对于我的外国朋友来说，入门作品或许更受欢迎吧！于是，我把手稿全部整理一遍，订正若干用语和出处。尽管还有几个地方似乎可以修润一下，但是我没有更动，因为那势必要全部改写。只要它们不会引起误解，我也就保留原貌了。

如果说，本书是一部禅学的入门书，而且可以作为研究我其他著作的初阶作品，那么它算是成功的。本书并不



禅学入门

An Introduction to Zen Buddhism

想从学术角度去探讨任何主题。此外，本书的姊妹作《禅佛教手册》(*Manual of Zen Buddhism*, 1935)，我推荐读者和《铃木大拙禅学入门》一起阅读。

铃木大拙

1934年8月于镰仓



目錄

作者自序 禅學的入门书 /1

第一章 绪论 /1

第二章 禅是什么 /13

第三章 禅是虚无主义吗 /31

第四章 不合逻辑的禅 /47

第五章 禅是更高的肯定 /61

第六章 平凡的禅 /75

第七章 开悟或得到新的观点 /99

第八章 公案 /115

第九章 禅堂和僧侶的生活 /141

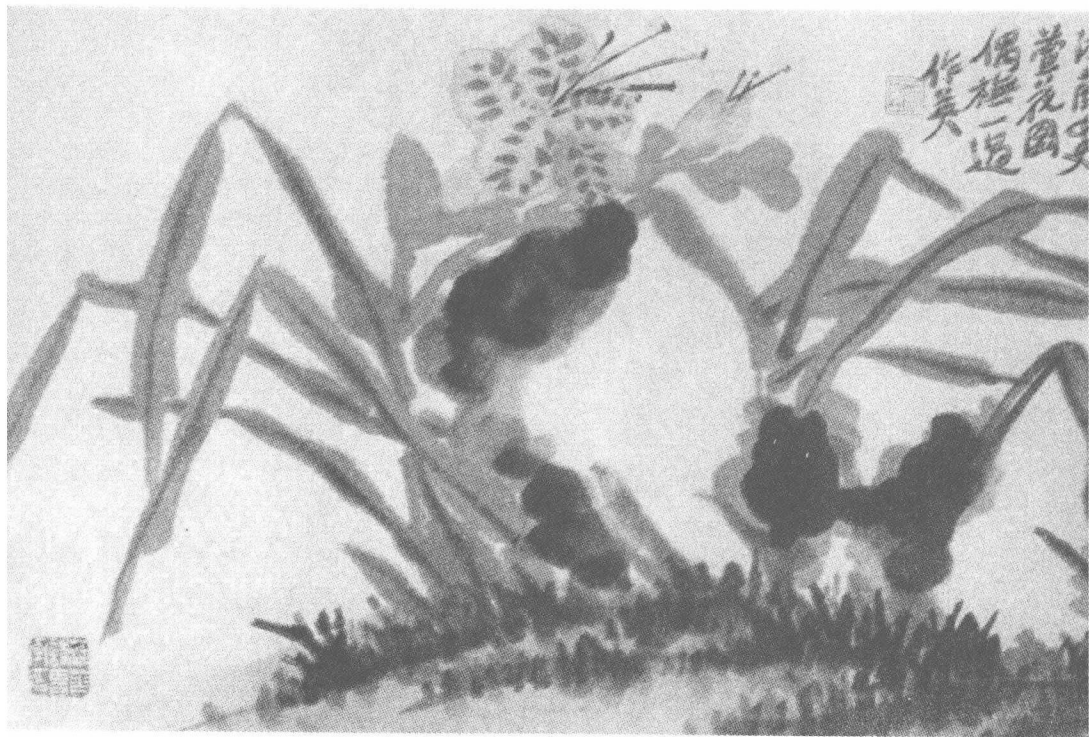
后 记 开启西方心灵的禅学 /163

附录一 世界禅者——铃木大拙年表 /193

附录二 铃木大拙主要著作一览表 /213

第一章

绪论





白雲人乃不入芝蔴
香別共之竹化美
作美





佛教在其发展历程里成就了一种独特的形式，而有别于所谓原始佛教的类型，其成就之波澜壮阔，使得我们有理由去强调它的两个教派的历史区分，亦即大乘佛教和小乘佛教。其实，大乘佛教及其诸宗，无非佛教的一个发展形式，也都要溯源到它的印度创教者——伟大的佛陀释迦牟尼。大乘佛教的这个发展形式传入中国乃至日本，而再度开枝散叶。这些成就无疑要归功于中国和日本的佛教诸圣哲，他们知道如何以教法去随顺变易不居的生命情境以及人们的宗教渴望。而他们的苦心孤诣和随顺则又扩大了大乘佛教^①和原始佛教之间既存的差异。到了现在，原始佛教那些最显著的性相，在大乘佛教可以说已不复得见；至少在表面上如此。



佛教最重要的面向之一

于是有人会说，这个佛教支系其实不是常人所理解的佛教。但是我认为，任何有生命的东西都是个有机体，而有机体的本质就在于它绝不停滞在同一个存在状态里。一颗橡实，甚至是甫破壳而出的小橡树新绿嫩叶，都迥异于魁梧壮硕而高耸入云的大橡树。但是在变化的诸相里，却有着一个成长的连续性以及明显的同一性痕迹，我们由此得知那是同一株经历了成长各阶段的橡树。所谓的原始佛教是种子，由它诞生了将会继续成长的东方佛教。学者或许喜欢谈历史上的佛教，但是我不想只是从历史发展去探究佛教，而且要就其作为东方精神的源头活水而与我们息息相关的观点去看待它。

在已经成长茁壮的佛教诸宗派里，尤其是在中国和日本，我们看到一个卓尔不群的宗派，主张直接得到佛陀密付正法眼藏护持，既不是经由秘典，也没有任何神秘仪式。该宗派是佛教最重要的面向之一，不只是就其历史的重要性以及精神生命力而言，更是在于它最具原创性和启发性的演示方式。学者称它为“佛心宗”，但是人们更习惯称它为“禅”。禅不同于“禅那”，尽管“禅”这个字是梵语的中译，我会在后面解释。



就许多方面而言，该宗派在宗教史里都非常独特。就理论而言，其学说可以说是属于思辨的神秘主义，但是由于其阐说和演示方式，只有长期修行且窥得该体系堂奥的禅门弟子才能领略其究竟意旨。不得其法门的人，也就是没有在行住坐卧里去体会“禅”的人，它的禅法甚或它的话语，总会让人觉得怪异、粗鲁，甚或深奥难解。他们以概念去理解“禅”，认为“禅”根本是荒谬、可笑的，或是故弄玄虚，装得莫测高深，让外在批评不得其门而入。但是对于习禅者而言，它看似吊诡的说法并不是要故布疑阵，而只是因为人类的语言不是表现禅的深刻真理的合宜工具，那些真理不会是逻辑解说的主题；它们必须在心灵深处去体会，才有可能被理解。其实，在人类的其他经验里，没有任何语言像“禅”如此平易而直截了当的。“炭是黑的。”这句话够简单了。但是“禅”会反驳说：“炭不是黑的。”这句话也够简单了。如果我们穷究其真理，它甚至比前者的肯定句还要简单。

坚持内在的精神经验

因此，在“禅”里，个人体验比什么都重要。没有体验基础的人，不可能领略任何观念。那已经是老生常谈



了。婴儿没有观念，因为他的心智尚未发展到能够以观念的方式去经验任何事物。即使他有什么观念，也应该是非常模糊不清的，无法和实在世界对应。因此，如果要最清晰且有效率地理解事物，一定要经由个人体验。尤其是关于生命本身的东西，个人体验是绝对必要的。如果没有体验，就无法如实理解生命的全体大用。所有概念的基础都是简单朴实的经验。“禅”非常强调这个基础经验，也围绕着经验搭起在禅宗“语录”里随处可见的语言和概念的支架。尽管这个支架是探究深处实在界最有用的工具，它毕竟是假言施設。如果我们以为它就是究竟实相，就丧失了它的整个意义。人类知性的本质使我们不太敢相信上层结构的东西。神秘化绝对不是“禅”本身的目的，但是对于不曾窥见生命实相的人而言，“禅”难免显得深微幽冥。只要穿过概念的上层结构，人们想象中的深微幽冥瞬即烟消云散，同时也会有所谓的“开悟”。^②

因此，禅始终非常坚持内在的精神经验，它并不重视经典以及论师的经释。它以个人的体验去和权威以及客观的开示分庭抗礼，而习禅者也主张以“禅那”作为开悟的实证法门，在日本称为“坐禅”^③。

在此我必须约略提一下习禅者为求证道（即前述的基础体验）的禅法训练，因为那是“禅”和其他形式的



神秘主义的主要差异所在。对于大多数的神秘主义者而言，如此的灵性经验是非常个人的东西，它是偶发性的、孤立而无法预期的。基督教徒以祈祷、苦行或所谓的默观作为领受它的工具，认为那种经验的实现是神的恩赐。但是正如佛教并不认为这种事需要超自然的代理人，禅的修行方法也很实际而且有系统。在中国禅宗史里，一开始就看得这个倾向；其后终于出现了正规的体系，到了现在，禅宗已经有一套让习禅者实修证道的完整方法。禅的实践价值就在这里。尽管禅是高度思辨性的，但是有系统的训练对于道德人格的陶冶也颇有帮助。当禅在行住坐卧当中被表现时，我们有时候会忘记它的高度的抽象性格；但是那正是我们必须去领略禅的真正价值所在，因为即使是竖一指，或在路上和朋友打招呼，禅也可以发现难以言喻的深刻思想。在禅的眼里，最实际的东西也是最深奥的，反之亦然。禅的所有训练体系都是这个根本经验的产物。

禅是自成一格的神秘主义

我曾说“禅”是一种神秘主义。我不得不这么说，因为“禅”被视为东方文化的基调。这也是为什么西方人经



常无法准确测度东方精神的深度，因为神秘主义在本质上是难以用逻辑去分析的，而逻辑又是西方思想最独特的性质。东方的论理方法是综合性的，它不太重视具体细节的阐释，而着眼于对全体的直观性把握。因此，如果说有所谓的东方精神，那么它必然是含混而不明确的，门外汉难窥全豹。它就摆在眼前，我们无法视而不见，但是当我们努力要抓住它，仔细且有系统地检视它，它就逃得无影无踪。禅就是如此恼人地瞻之在前忽焉在后。当然，这并不是东方精神的结构为了躲避别人的审视而刻意设计或预谋的诡计。深不可测正是所谓东方精神的结构。因此，要理解东方，我们必须先理解神秘主义，也就是“禅”。

但是我们要记得，神秘主义有各式各样的类型，理性的和非理性的，思辨的和神秘的，能感知的和幻想的。当我说东方是神秘主义的时候，并不是说它是幻想的、非理性的、完全不可能纳入知性理解的领域。我的意思只是说，在东方精神的作用里，有着某种安详、静寂、沉默、**縠**（hú，有皱纹的纱）纹不兴的东西，它似乎总是在谛观着永恒。但这种寂静和沉默绝不是指单纯的无所事事或槁木死灰。所谓沉默不是草木不生的沙漠，也不是长眠腐朽的尸体。它是一种“永恒的深渊”的沉默，其中掩埋了一切对立和相依相待；它是神的沉默，沉浸于默观其过去、



现在和未来的成就，静静坐在绝对的“一即一切”的王座上。它是两极电流的闪电和巨响的“雷鸣的沉默”。这类沉默充斥于一切东方事物之中。把它视为槁木死灰的人要倒大霉了，因为他们很快会被出自“永恒的沉默”的磅礴行动给吓呆。我所谓的东方文化的神秘主义，就是指这个意思。而我也可以说，这种神秘主义的陶冶，主要是受到禅的影响。如果说，佛教要在东方开展，以满足人们的灵性渴求，那么它就必然要发展出禅学来。印度人很喜欢神秘主义，然而他们的神秘主义太重视思辨，太耽于冥想，也太复杂了，而且似乎和我们居住的具体的现实世界没有什么真实或重要的关系。相反，东方的神秘主义是直截了当的、实际而又非常简单明白的，而禅正是它唯一的归趣。

中国和日本的其他佛教宗派，处处清楚显示它们的印度传承。因为它们复杂的形而上学、冗长啰唆的术语、高度抽象的论理、对于万物本质的洞察，以及对于生命的完备诠释，显然都是印度产物，完全不是中国或日本式的。任何熟悉东方佛教的人，一眼就看得出来。例如真言宗极为复杂的仪轨，以及用以解释宇宙的“曼荼罗”的繁复体系。如果没有先受到印度思想的影响，中国人和日本人不可能构想出如此复杂难解的哲学网。我们再看中观派、天



台宗和华严宗的哲学的思辨性程度有多么高，它们的抽象性和逻辑剖析能力真是令人叹为观止。这些事实说明了，东方佛教的那些宗派基本上都是舶来货。

然而，在观察了整个佛教的领域以后，我们回到禅宗来，就不能不承认它的简单、直接、实用主义的倾向，以及与日常生活的密切关系，显然有别于其他佛教诸宗派。禅的主要观念无疑源自佛教，而且我们也不能不把它视为佛教的正统开展，但这个开展却是为了要满足东方人独特的心理性格。佛教精神为了实际的生活修行，而舍弃了高度形而上学的上层结构，而其结果就是禅。因此我可以大胆地说，我们可以看到东方民族（尤其是日本）的哲学、宗教和生命本身，都在禅学里被体系化了，或更好地说是具体化了。

注释

- ① 正确地说，大乘的基本观念是由般若经系阐释的，最早的经论出现在佛灭度后三百年间。其种子无疑就蕴藏在所谓原始佛教的经典里。然则，如果佛陀弟子们无法在迁流不息的生命情境里实证他的教法，它们就无法开展，也就是认识到它们是创教者的根本教法。印度的佛教徒有了更丰富的体会和更成熟的反省，就成立了有别于原始佛教的大乘形式。在印度有两个著名的大乘教派：龙树的中观派，以及无著、世亲的唯识宗或即瑜伽行派。在中国则发展出更多

宗派：天台宗、华严宗、净土宗、禅宗等等。此外，在日本有真言宗、净土真宗、临济宗。凡此诸宗皆属于大乘佛教。

② 见后文。

③ 关于“坐禅”（zazen）的正确意义，请见〈禅堂〉一章。