

中国文化史丛书

佛禅精神之光

——唐代禅学

张晶

203

1-68

沈阳出版社

佛禅精神之光

——唐代禅学

沈阳出版社出版

一九九七年

中国文化史知识

编辑委员会

主 编

张岱年

执行主编

朱立元

委 员

王振复 李祥年 周振鹤 葛剑雄

朱立元 涌 豪

总策划

石铜钧

责任编辑

封兆才 祝乃杰 葛君 田雪峰

封面设计

曾一中 庆芳

目 录

一、卷首语	(1)
二、禅的缘起	(4)
三、慧能、神会与禅宗的弘扬	(14)
四、慧能的其他高足与南宗禅内部的分宗立派 ...	(28)
五、“一花开五叶”	(35)
六、南宗禅的理论要旨	(44)
(一) 即心即佛与顿悟见性	(44)
(二) 以心传心与不立文字	(60)
(三) 无念为宗，无相为体，无住为本	(65)
七、机锋与公案	(70)
八、禅与唐代士大夫心态	(84)
九、禅与唐诗	(91)
十、禅与唐宋文人画精神	(105)
简短的结语	(109)

一、卷首语

说起中国的佛教来，人们所最熟知的，恐怕就是禅宗了。多少了解一点中国文化史、中国思想史的人，有谁不知道六祖慧能呢？禅宗的“以心传心，不立文字”的教旨，对于中国唐代以还的士大夫的思维方式，曾经产生了十分深刻的影响，“呵佛骂祖”的叛逆精神只有在禅门里才能出现。“扬眉瞬目”、机锋棒喝的传道方式，是任何其他宗教派别里所难以见到的。禅，似乎有着难以言说的神秘色彩。

禅在唐代开宗立派，逐渐盛行于世，吸引了无数的士大夫与下层百姓，得以迅速发达，其势力与影响跃居于其它佛教宗派之上，乃至于有以禅代佛的倾向。而在唐代的文化史、思想史上，禅占有了十分重要的位置，使我们无法回避它。谈到唐代的文化，首先让我们想到的便是属于全世界、全人类的文化瑰宝——唐诗，而唐诗的精品中，又有多少篇什都闪烁着禅的光影呵！不懂得禅，就很难体会出王维的《辋川绝句》、《汉江临泛》、《终南山》等，孟浩然的《宿建德江》，柳宗元的《江雪》、《渔翁》这些名作的妙趣与真谛。自然也难

以真正理解宋人严羽推崇盛唐之诗所说的“盛唐诸人唯在兴趣，羚羊挂角，无迹可求。故其妙处透彻玲珑，不可凑泊，如空中之音，相中之色，水中之月，镜中之象，言有尽而意无穷”（《沧浪诗话·诗辨》）这样的诗学名言。不懂得禅，也就无法正确认识唐代诗学名著如皎然《诗式》、王昌龄《诗格》，尤其是司空图《廿四诗品》的内涵。

就时代的文化心理而言，禅对唐宋时期士大夫的心态的影响是至为深刻的。王维、白居易、柳宗元、裴休、刘禹锡及宋代士人如苏轼、黄庭坚、李之仪等等，都从不同的角度汲取禅学思想来处理人生，排解现实忧患。要了解唐宋时期的社会文化心理而又不了解禅的话，恐怕是极难深入的。

在中国思想史、哲学史上，禅可以说是影响了唐代以后的思想史走向的。宋代程朱理学，明里排佛，而实际上借鉴了禅的思维方式，来构建自己的学术思想体系。心学开山陆九渊的著名命题：“宇宙便是吾心，吾心便是宇宙”，分明是受禅宗“心为本体”的哲学思想的启发。明代阳明心学“心即理”、“心外无理”的主张，又是直接承接禅学思想而运入自己的心学体系之中。王学左派那种“掀翻天地”、“赤手搏龙蛇”（黄宗羲《明儒学案·泰州学案》中语）的大无畏精神，与丹霞禅师烧木佛的劲头何其相似。心斋所谓“圣人之道无异于百姓日用”，“天性之体，本自活泼，鸢飞鱼跃，便是此体”（《心斋语录》），亦是深受禅的启发的。李卓吾非毁“圣贤”的大胆言论，正与呵佛骂祖的狂禅有内在的联系。……如欲深入一些了解中国古代后半期的思想史、哲学史，不懂得禅学也是徒劳的。

可见，了解禅，对于把握中国文化的深层脉络是十分重

要的。

要说明的一点是，禅学与禅宗，并不全是一码事。这里有两层意思：一、禅并非到禅宗才有；二、禅宗是佛教宗派之一，它自然有着宗教的特质，而禅宗对人们的思想、心态发生影响的，主要是它的学理，在相当大的程度上跨出了宗教，而是一种心灵哲学。

想用这本薄薄的小书来穷尽禅的“风光”，那是“痴心妄想”，也非笔者的菲薄学力所及。但笔者力求为唐代的禅学作一个大致轮廓的勾勒，同时，将禅的主要精神揭示给大家。

二、禅的缘起

现在我们一提起“禅”，马上就想到慧能，因为他是创立南宗禅的大师，——我们印象中的禅，主要是南宗禅。其实在禅宗之前，“禅”久已存在，不过并非哪宗哪派所独有，而是一种修持方法。

“禅”作为一种修持方法，渊源悠远，在公元前六、七世纪，就已经出现于古印度的典籍之中。古典梵文写作“Dhyāna”，音译便是禅那，意译为“静虑”、“思维修”。印度的古宗教，以及由古宗教产生的各派哲学思想，便是由禅（Dhyana）的修持方法而得到的成果。禅的修行生活，被视为圣者所必经的历程，所以凡要切身体验宗教生活，仅靠奉献和祭祀是很不够的，一定要以全部生命过程的某一阶段，解脱物欲尘累的烦恼，经行禅的修行以产生智慧，一旦物欲尘累的烦恼豁然脱落之际，智慧自然显现，而被尊为圣者了。

在佛陀以前的印度古典之中，例如《奥义书》就早已讲到修习禅定的方法，主张以调息、调身、调心以及口诵唵（om）字进入禅定，在婆罗门书与奥义书中也都说到，依六重

的瑜伽而见梵神，为达到解脱物欲烦恼的目的。

印度古宗教中有瑜伽派，在瑜伽派中，禅定是其宗教实践的根本内容。瑜伽派的修行实践分为八个阶段，也称“八支分行法”。这“八支分行法”为①禁制（指禁戒各种恶行，包括不害、真实、不盗、不淫，无所有等五戒。）②劝制，义为劝戒，遵行，这是积极的道德规定。③坐法，指身体的坐法要保持稳固。④调息，调整呼吸。⑤制感，制止心或认识的各种活动。⑥执持，心专注或凝聚一处，不使弛放，专注点可以是身体内之一处，如脐、心脏、鼻尖、舌端等；也可以是外界的对象，如月亮、神像等等；⑦禅定，也称静虑，进一步使上述专注或凝聚的对象和心相统一，主客观融合，在禅定开始时，心只能冥想对象的一个部分，最后才能想到全体。⑧三昧，三昧是瑜伽修行的最后目标，最后境界。在三昧的境界中，心与对象冥合为一，主客观完全融合。瑜伽派在宗教修习实践方面，其基本精神仍在于禅定的修行，这一派在印度宗教之中，除佛教之外，是外道禅定思想的集大成者。

在佛教中，禅有更为重要的意义。小乘佛教尤重禅法。据小乘经典讲，真正使禅定的修行方法及其体验层次化、系统化的，是佛教的创始人释迦牟尼世尊。据说佛陀（即释迦牟尼）辞家出走，不顾而去，雉除须发，身着缁衣（当时游行沙门所着），从此便成为出家之人。他周游寻访，以期获得正觉，达到无上清静妙境。他遇到了阿罗陀迦兰，阿罗陀为一沙门师，日后的佛陀要求按照阿罗陀的教义和教规过梵行生活（即独身生活），阿罗陀接受了，从此佛陀学习阿罗陀的理论，但非单纯的信仰，而是亲身体验，欲以证实其真实性。这

种教义主张通过一系列禅定的功夫，达到“无所有处”，即是意识上一切空无所有，进入甚深的静虑状态。佛陀把诸派外道禅定，列出一个层次和系统来，这便是所谓“四禅”，也称为“四静虑”。阿含类经典（《阿含经》、《长阿含经》、《增一阿含经》）和俱舍、大毗婆娑等论中，都有所记载。为了了解禅的本义与缘起，以便与唐代禅学的变革相比较，这里介绍一下“四禅”的心理与生理状态。

1、初禅。以瑜伽的方法舍除贪、瞋、痴、慢、疑等五盖，以正念驱止色、声、香、味、触等五欲的扰乱，获得一心，身心便会感到快乐、轻软、光明照于身内身外，此时瞋处不瞋、喜处不喜，世间的利害、痛苦、快乐，都动不了他的心。此时因受妙乐，心大惊喜，精进苦行，修习禅定所得的成就。但初禅的定境，尚有粗杂念和细妄念。（亦称“寻”、“伺”，觉观，）

2、第二禅。离欲界的五盖与五欲，可入初禅。再离觉观。内得清静，言语因缘在此消灭，喜乐胜于初禅，但是，第二禅的禅定，仍有爱、慢、邪见等烦恼复盖于心，破坏定心。

3、第三禅。第二禅所得喜的感受，仍是粗乐，应该舍去了喜，更入深定，而得细乐。三禅之人身所受乐，乐过世间最上快乐。

4、第四禅。知道第三禅所得之乐，仍是无常，不可保守永恒的，所以进而更上一层。因为前面的初、二、三禅，虽有定心，仍有呼吸的出入，所以不易将心摄止，仍易起念头。到第四禅时，呼吸已从细、长、缓慢而到了近于停止呼吸的程度，心念自然清静。

这便是“四禅”，由第四禅更上一层，便进入纯精神的所

谓“无色界天”，亦分四个阶段，称为“四无色定”（又称“四空处”，包括①空无边处，②识无边处，③无所有处，④非有想非无想处）。“四禅”与“四空处”，加起来合称为“八定”，这是一个完整的、由浅入深的禅定过程。

唐代禅宗虽然以“禅”名宗，却大倡“顿悟见性”，不取渐修一途，尤其是不主张坐禅。这在慧能的言行中，表现得极为突出。《坛经》处处讲“顿悟成佛”，主张“前念迷即凡，后念悟即佛”，“故知不悟，即是佛是众生；一念若悟，即众生是佛。”慧能的弟子南岳怀让点化马祖道一时便有“坐禅岂能成佛？”的著名话头。南宗禅确实是以“明心见性”为根本而扬弃禅定的渐修方法的。那么，人们不禁要问：禅宗为什么还要以“禅”名宗？禅宗的“禅”与前面的禅定之法有何联系与区别？这恐怕还要从禅宗的世系说起。

禅宗极重世系传承，为了表明自己的正宗地位，它为自己造了一个非常堂皇的谱系，其间既有虚构也有真实，既有传说也有历史。虚构的与真实的混杂在一起，形成了一个线索分明的传法世系，传说与历史交织为一体，构成了禅宗前史。

禅宗把自己的源头追溯到佛教的祖师爷——释迦牟尼佛。据说释迦牟尼把“正法眼藏”传给了大弟子摩诃迦叶，这摩诃迦叶便成了禅宗在印度的初祖。《五灯会元》把这件事说得活龙活现：世尊在灵山大会上传道讲法，许多弟子在下静聆。世尊拈出一朵金色莲花来示与众人，当时众人都莫明其妙，默默无人反应；唯有迦叶尊者破颜微笑，心领神会。世尊见了，十分高兴，决定传法于迦叶，于是说：“吾有正法眼

藏，涅槃妙心，实相无相，微妙法门，不立文字，教外别传，付嘱摩诃迦叶。”世尊又到多子塔前，命迦叶坐下，正色对迦叶说：“吾以正法眼藏密付于汝，汝当护持，传付将来。”这个故事本身就包含了“以心传心”的意思。“不立文字，教外别传”，是禅宗教旨，很明显是后来禅宗附会上去的。

迦叶既然成为禅宗在印度的初祖，这个世系自然要传下去，因有西天二十八祖之说：初祖迦叶尊者，二祖阿难尊者，三祖商那和修尊者，四祖优波鞠多尊者，五祖提多迦尊者，六祖弥遮迦尊者，七祖婆须蜜尊者，八祖佛陀难提尊者，九祖伏驮蜜多尊者，十祖胁尊者，十一祖富那夜奢尊者，十二祖马鸣尊者，十三祖迦毗摩罗尊者，十四祖龙树尊者，十五祖迦那提婆尊者，十六祖罗睺罗多尊者，十七祖僧伽难提尊者，十八祖伽耶舍尊者，十九祖鸠摩罗多尊者，二十祖闍夜多尊者，二十一祖婆修盘头尊者，二十二祖摩拏罗尊者，二十三祖鹤勒那尊者，二十四祖师子尊者，二十五祖婆舍斯多尊者，二十六祖不如蜜多尊者，二十七祖般若多罗尊者，二十八祖菩提达摩大师，也即在东土的禅宗初祖，这二十八祖，人物大多是有的，但未必与禅宗教理有什么关系，其事迹也都被神异化、传奇化，所以这西天二十八祖的禅宗谱系基本是“人造”的。

关于达摩，有许多传说，真能落在实处的却不多。但他作为一个历史人物当无问题。他的双重身份也是很特殊的，既是西天二十八祖，又是中土初祖。排除那些传奇式的说法，也还能看出达摩禅法与后来禅宗义理的联系。

关于达摩来东土后的事迹，最有名的是会见梁武帝及在少林寺面壁九年之说。据说他于梁武帝普通七年（公元526）

由海路经广州到中土，次年到金陵，曾与梁武帝论佛法，所谈不契，于是达摩再北行，抵洛阳，以后有嵩山少林寺面壁九年的传说。胡适据较早记达摩事迹的道宣著《续高僧传》中的记载，否定达摩见梁武帝之说，（《菩提达摩考》，见《胡适说禅》东方出版社1993年版）颇有道理，而所谓在少林寺面壁九年之说，也是以讹传讹。所谓“面壁”，乃是对“壁观”的错误理解而造成的传说。“壁观”，乃是要心如墙壁，推想是心定如一，不容妄念侵入之意。“心如墙壁，可以入道”，（《五灯会元》卷一引《别记》）此说甚是。“壁观”，决不是“面对墙壁而观”，而后人恰恰据此讹为“面壁九年”之说。

虽然如此，达摩禅法在从印度禅学到中国禅宗的转变过程中的作用还是可以考察的。道宣的《达摩传》中说：

菩提达摩，南天竺婆罗门种，神慧疏朗，闻皆晓悟，志存大乘，冥心虚寂，通微徧数，定学高之。

悲此边隅，以法相导。初达宋境南越，末又北度至魏，随其所止，诲以禅数，广时舍国盛弘讲授，乍闻定法，多生讥谤。有道育、慧可，此二沙门年虽在后，而锐志高远，初逢法将，知道有归，寻亲事之，经四五载，给供谄接；感其精诚，诲以真法。（《续高僧传》卷十六）

从此传中的“冥心虚寂”，“定学高之”，又说他到东土后“随其所止，诲以禅数”，可见达摩是一个习禅定的和尚，所以道宣将他归入“习禅”一门。而达摩禅法的内容，则与印度禅学有所不同了，原来的小乘禅学，主要把注意指向客体（所

谓“诸法实相”)，而达摩主要是依《楞伽经》，其主旨在阐明无相，以无相来破妄念。所谓“壁观”，是观心性，或者说是观自性清静，就是从理上了悟自心的清静本性。道宣述达摩的教旨十分简明：“如是安心，谓壁观也。”抓住这个并不引人注目的关节，却看到了由小乘禅学向后来禅宗义理的转机，就是禅的内涵逐渐转移到主体（“自性”，“真心”）上来。慧能大倡“自性清静”，却正是滥觞于达摩呢！

达摩传法给大弟子慧可，是为禅宗二祖。慧可原名神光，久居洛阳，博览群书，听说达摩住在少林寺，便往投之。据说达摩开始时对他并无专门教诲，而神光学道之心至诚，天下大雪，神光坚立不动，到天明时积雪过膝，又自断左臂，以明己志，达摩知他堪与传授，于是说：“诸佛最初求道，为法忘形，汝今断臂吾前，求亦可在。”为之易名曰“慧可”。慧可与达摩有一段著名的问答。慧可问：“诸佛法印，可得闻乎？”达摩答曰：“诸佛法印，匪从人得。”意思是要自心悟得。慧可又说：“我心未宁，乞师与安。”达摩说：“将心来，与汝安。”慧可过了半天，很奇怪地问：“觅心了不可得。”达摩说：“我已给你安心完毕。”这段对话说明禅宗先驱对自心的重视。对于几个门人，达摩认为道副“得吾皮”，尼总持“得吾肉”，道育“得吾骨”，而慧可“得吾髓”。当然是慧可最堪传法了，于是，“内传法印，以契证心，外付袈裟，以定宗旨。”达摩对慧可说：“我是西天之人，你是此方之子，你凭何得法？以何证之？这袈裟即可为证。”从此开了禅宗以袈裟为传法世系凭证的先例。这些也多系传说，但慧可是达摩传人这点大概是无讹的。

禅宗的中土三祖是僧粲，关于他的史料甚少，《景德传灯

录》里说“不知何许人也”，他受度传法，隐于舒州的皖公山，后周武帝灭佛时，僧粲往来于太湖县可空山。据说卒时是隋炀帝大业二年（606年）。

道信是禅宗的中土四祖，在禅宗的几祖中，道信的事迹较明确，而且地位颇为重要。

道信俗姓司马，原住河内，后迁居蕲州广济县，据说隋开皇十二年（公元592年），道信时年十四，还是个小沙弥，来礼拜三祖僧粲，见到僧粲，施礼道：“愿和尚慈悲，乞与解脱法门。”僧粲说：“谁缚你？”道信说：“无人缚。”僧粲说：“那你来求何解脱？”道信一闻，言下大悟。在僧粲身边服劳九载。后于吉州受戒，僧粲屡次以玄微之理试他，发现他确实是最堪传授的，于是便付衣法于他。隋末唐初，道信曾住吉州、蕲春等地，最后住在黄梅双峰山三十多年。在弘忍以前，黄梅双峰山已经成为有名的道场。道信逝于唐高宗永徽二年，也就是公元651年。

禅宗五祖弘忍，俗姓周，祖籍寻阳，后徙黄梅。据《景德传灯录》记载，唐高宗武德七年（公元624年），一天，四祖道信到黄梅县去，路上遇一小儿，骨相奇秀，与一般儿童不同。道信便问：“你姓什么？”那小儿答：“姓是有的，但非常姓。”道信又问：“是何姓？”小儿答：“是佛性”。道信有些不耐烦了，又问：“你没有姓吗？”小儿答：“姓空，姓无。”道信大为欣赏，知道这小儿法器非常，于是让侍者到小儿家里，乞令出家，小儿的妈妈知道这是宿缘，毫无难色，便舍为弟子，这便是弘忍。弘忍继承了道信的衣法，仍然采取传统的禅定修习形式，它包括静坐、调身、调息、调心等方法，如“好好自安自静，善调诸根，”“好自闲静身心，一切无所攀援，

端坐正念，善调气息”之类即是；他自己长期坚持坐禅，“昼则混迹驱给，夜禅坐摄至晓；未尝懈倦，精至累年”（《传法宝记》）。弘忍的另一位大弟子、北宗禅的祖师神秀便是追随弘忍学习禅定功夫的。《宋高僧传》载，神秀“少览经史，博综多闻，既而奋志出尘，剃染受法。后遇蕲州双峰东山寺五祖忍师，以坐禅为务，乃叹伏曰‘此真吾师也。’决心苦节，以樵汲自役而求其道。”（卷八）可见弘忍仍以“坐禅”为基本修行方式的。

另一方面，弘忍又继承道信的观点，进一步强调心的重要性，而慧能创南宗禅，以心为本体的主张又是秉承乃师的。弘忍说，“夫修道之本体，须识当身心本来清静，不生不灭，无有分别。自性圆满清静之心，此是本师，乃胜念十方诸佛”（《最上乘论》）这种说法奠定了南宗禅的基础。禅宗张大心的本体地位，一再强调佛性就在自心之中，自心清静。因此，顿悟自心中的佛性，也即成佛。这种理论，在弘忍那里也有其渊源所在。

关于自心本来清静，弘忍也有明确论述，他说：“《十地经》云：众生身中有金刚佛性，犹如日轮体明圆满，广大无边，只为五阴黑云之所覆；如瓶内灯光，不能照辉。譬如世间云雾，八方俱起，天下阴暗，日岂烂也，何故无光？光元不坏，只为云雾所覆。一切众生清静之心，亦复如是。只为攀缘妄念烦恼诸见黑云所覆，……故知自心本来清静。”（同上）这对慧能的禅宗理论有直接的启示意义。慧能“顿悟成佛”的理论，很重要的根据便是“自性清静”。《坛经》中说：“如是一切法，尽在自性。自性常清静，日月常明，只为云覆盖，上明下暗，不能了见日月星辰，忽遇惠风吹散卷尽云雾，

万象森罗，一时皆现。世人性净，犹如青天，……一切法自在性，名为清净法身。”还有慧能的著名偈语：“心是菩提树，身为明镜台，明镜本清净，何处惹尘埃。”都是说“自性清净”的道理。这与弘忍的思想是一脉相承的。

五祖以后，便是六祖慧能了。慧能是禅宗的实际创立者，这是大家都知道的。但作为禅宗的先驱，从达摩到弘忍这中土五祖这样一个世系，并非毫无意义的。换言之，慧能的禅学理论，并非一朝而成，而是在此之前已经逐步酝酿了的。但要把握禅宗的真精神，还必须了解慧能及其大弟子神会，没有神会，也就不会有南宗禅后来那种成为佛教主流的地位。