

禅诗

三百首

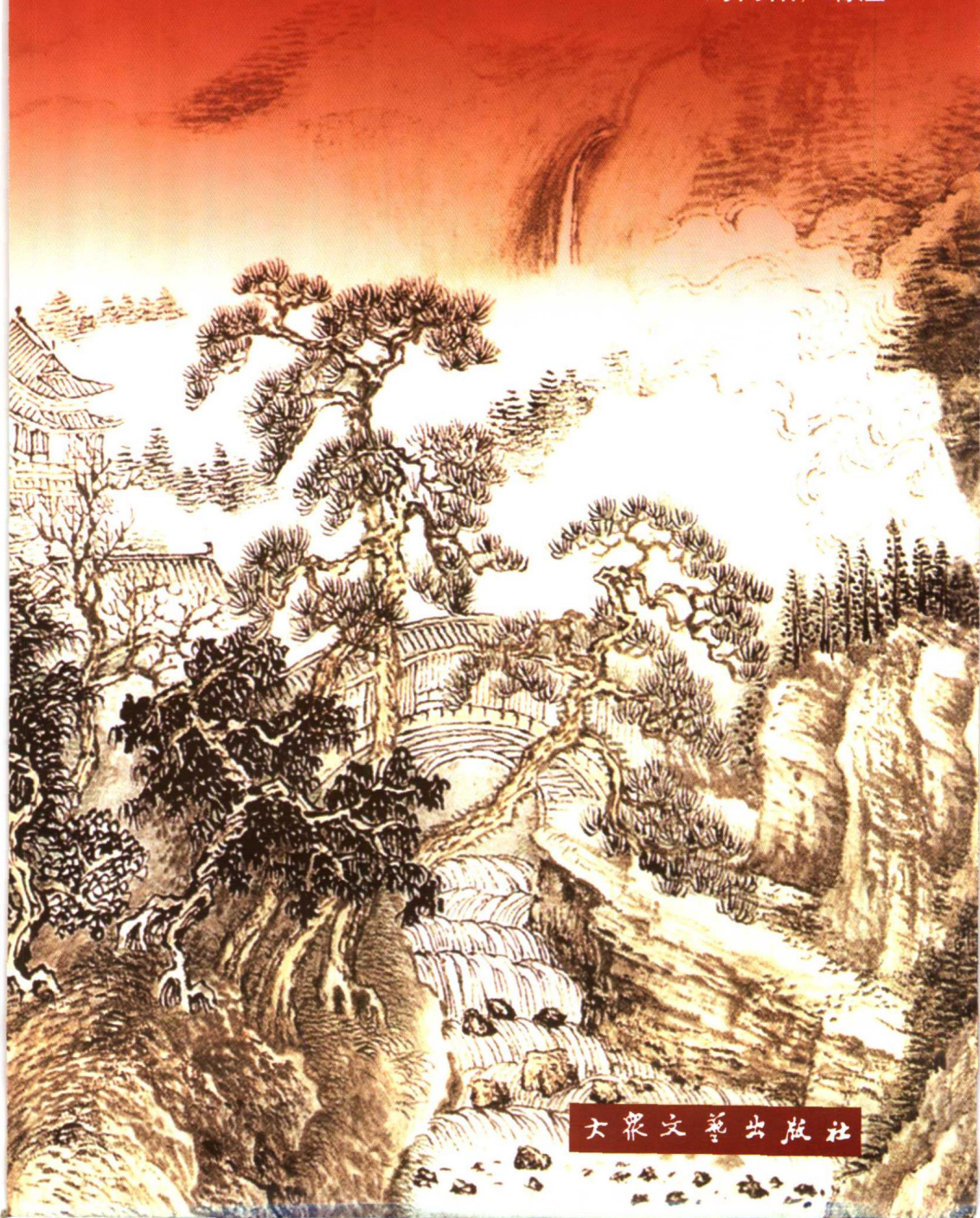
诗为禅客添花锦
禅是诗家切玉刀

刘向阳 / 编注

大众文艺出版社

禅诗三百首

刘向阳 / 编注



大众文艺出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

禅诗三百首/刘向阳编著.

—北京: 大众文艺出版社, 2004. 9

ISBN 7-80171-518-7

I. 禅...

II. 刘...

III. 宗教文学—古典诗歌—作品集—中国

IV. I222

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 086497 号

禅诗三百首

大众文艺出版社出版发行

(北京市东城区府学胡同甲 1 号 邮编: 100007)

北京大汉方圆图文设计制作中心制作

北京市顺义富各庄福利印刷厂印刷

新华书店总店北京发行所经销

开本: 880×1230 毫米 1/32 印张 13.75 字数 346 千字

2004 年 9 月北京第 1 版 2004 年 9 月北京第 1 次印刷

印数: 1—15000 册

ISBN 7-80171-518-7/I·344

定价: 26.80 元

版权所有, 翻版必究。

大众文艺出版社发行部 电话: 84040746

北京市东城区府学胡同甲 1 号 邮编: 100007



前 言

禅宗是中国佛教宗派，是吸收和改造印度佛教思想和修持方式，融合中国儒道文化而形成的中国化的佛教宗派。禅宗于六朝由印度来华僧人菩提达摩初创，到唐代由六祖慧能正式创立，由唐到宋，发展派生出曹洞、云门、法眼、沩仰、临济、杨岐、黄龙五宗七派，达到鼎盛时期。到明清时期，仍有传承。禅宗发展很快，信众极多，在中国的佛教宗派中为主要宗派之一，被作为中国佛教的代名词。禅宗在创立期即远传朝鲜、日本，在近代，由于日本学者的弘传，又风靡西方欧美各国。禅宗的出现和发展，无论对中国，还是对日本等国的政治、思想、文化都产生了深刻的影响。禅宗对中国古代文学，尤其是对中国古代诗歌的影响更为突出。“诗为禅客添花锦，禅是诗家切玉刀。”诗禅的相互渗透极大地促进了中国古代诗歌的发展和提高。

禅宗的宗旨是人所熟知的十六字真言：“不立文字，教外别传，直指人心，见性成佛。”这一基本宗旨使禅宗独具不少迥异于其它佛教宗派也迥异于印度的特色。就是这些独具特色使禅宗和诗歌结下了不解之



禅

诗

三
百
首

缘，就是这些独具特色造成诗禅的相互渗透，促使禅宗大师、诗僧和诗人共同结合创造了中国古代诗歌异彩纷呈的奇葩，使中国古代诗歌发展到诗歌艺术的颠峰。

诗歌主要用于抒情言志，是形象思维的国度，主要以情感性和形象性感人，影响社会人生。这样，诗歌这种语言形式便得到了禅宗的青睐。诗歌语言于是充斥于禅宗语录中，而使禅宗成为了诗歌王国。诗化的禅宗以其特有的内容和形式问世也就必然很快得到文人士大夫的喜爱，得到诗人的喜爱，使禅宗几乎成为文人士大夫的佛教宗派。禅宗重顿悟，禅宗不重坐禅，主张平常心是道，主张随缘任运，禅宗不断创造种种新奇独特的简单明快的修行方法，也都投合文人士大夫的所好，加快文人、诗人和禅宗的结缘。这种结缘，造就诗歌的规模和数量，在中国文化史上都堪称大观。

禅僧、诗僧和习禅的诗人创作了品种形式多样、内容丰富、数量巨大的禅诗，这是伟大的创造，是给中国古代诗歌园地增添了一朵奇葩。翻开一部部禅宗语录文献，会让人感到惊讶，原来一个个禅师几乎都是诗歌能手。真是诗思泉涌，出口成章，自然天成，优美诗句俯拾皆是。禅师、诗僧所写禅诗数量巨大，已汇编成集的就有《颂古联珠通集》、《宗鉴法林》、



《空谷集》、《虚堂集》等多种。仅《颂古联珠通集》所收 122 宗师的颂古诗就达二千多首，各集汇总数字据估达三万之多。诗人数百，其中诗歌大师亦辈出，其大家如永嘉大师、雪窦重显、丹霞子淳、天童正觉、投子义青，其诗艺水平均不逊于唐宋其他名家。习禅的诗人所写的禅诗数量也极多。从唐以后，文人诗人习禅蔚然成风，几乎囊括从唐以后各代名诗人，诸如张说、杜甫、李白、王维、刘禹锡、柳宗元、白居易、权德舆、韩愈、李商隐、姚合、许浑、郑谷、温庭筠、司空图、苏轼、王安石、黄庭坚、李贽、袁宏道、黄宗羲、王夫之、王士禛等等，都是禅宗的倾心者，并且也写了大量的禅诗。尤其是唐代诗人，在他们的诗中禅诗的数量占有极大比重。宋代苏轼、王安石、黄庭坚等名诗人所写禅诗数量也很可观。禅僧、诗僧和文人所写禅诗加在一起，其数量之多，在整个古代诗歌中所占比重也相当大，是了不起的贡献和建树。

如果说，禅是一片遥远陌生的土地，禅诗便是通向它的幽径；如果说，视野是一只神秘奇妙的宝匣，禅诗便是开启它的钥匙。

禅是宗教，诗是文学，禅+诗=禅诗？问题并不如此简单。最初，禅诗的形式是偈颂，偶尔也用时调（如神会神师的《五更转》），诗作者自然是禅门僧徒，创作目的在于阐扬佛教义理、禅门宗旨，因而大多道

意深奥而诗味寡淡，俗世的诗集也不予收录。

禅诗是禅家沉思参悟的结晶，它打破常俗的知解框架，从大时空（宇宙）的角度进行思维，淋漓尽致地表现了禅的机敏智略与狂放激扬。

本书从禅宗图籍史料中搜集禅诗，选择有代表性和启迪性的禅语、禅诗加以注释解说，将它的精华奉献给读者，是为了这些宝贵的诗歌遗产不至淹没，给现代的诗歌开启一扇历史回顾的窗口，也是禅学入门的阶梯。



禅

诗

三
百
首



第一章

诗为禅客添花锦
禅是诗家切玉刀

独树一帜 微妙法门

西坡半山图



禅

诗

三
百
首

千古禅灯，闪闪不灭。

禅，包含着上古、中古两大文明的智慧与睿思。恒河之波静，黄河之波动，动静咸宜，相得益彰。

自东汉明帝、白马驮经以来，佛教传入中国，即与中国自身文化相持、相融，绵延了数百年的摩擦争斗，禅宗应运而生，成为两大文明结合衍生的“杂交水稻”。终于在中唐、五代和北宋初期发展到鼎盛时期，形成了“南朝四百八十寺，多少楼台烟雨中”那样的繁荣局面。

在禅宗发展过程中，曾产生过一则著名的“佛祖捻花，迦叶微笑”的著名传说。佛祖释迦牟尼佛在灵鹫山法会上，面对百万人天，手拿香花，沉默不语，众生莫解佛意。惟有摩柯迦叶点头微笑，自此，“不立文字，教外别传”的幽玄禅义便由此而产生。摩柯迦叶也由此而成为“西天禅宗第一祖”。“不立文字，衣法双授”也由此而成为禅宗法规。

禅宗认为，幽玄奥妙的禅义只可意会，不可言传，即“一切尽在不言中”、“法在象外”、“法本无法，诸法从无”之意。“净名杜口”是禅宗法师们经常引用的典故。

中唐之后，慧能开创南禅宗，提倡“顿悟”法门，即“心性自见”，是一种超越世俗的东方式的唯心哲学。“一念善，智慧即生。一灯能除千年暗，一智慧能除万年愚。”禅宗的这种主张，为人们解脱现实的烦恼与痛苦提供了捷径。禅宗也由此而大兴。



释迦牟尼佛偈

释迦牟尼佛

法本法无法，

无法法亦法。

今付无法时，

法法何成法？

【作者简介】 释迦牟尼佛，俗名乔答摩、悉达多，原是尼泊尔国王子，后悟道成佛，即佛祖如来。是“娑婆世界”的佛教教主，是现在贤劫的第四尊佛。

【评析】 这首偈语，仅就一个“法”字反复而言，并且玄妙无比。

“法本法无法”，法是佛教中最常用的范畴，可以说是统指一切名相、范畴、规律、事物、心、境乃至万事万物。万事有万事之法，万物有万物之法。但这众多的、目不暇接的法、乃至无上的佛法，是从哪儿来的呢？开门见山，一语道破：“法本法无法”，一切一切，都是从“无法”中产生出来的。

“无法法亦法”，宇宙的本体是什么？不知道，但可以从浩瀚的宇宙现象中去体会这个本体。人们的佛性是什么？不知

诗
为
禅
客
添
花
锦
禅
是
诗
家
切
玉
刀



禅

诗

三
百
首

道，但可以在生生灭灭的万法中去体悟这个佛性，“无法”，并不排斥万法。尽管这个“无法”看不见，摸不着，说不清，道不明，但并不妨碍万法各自为阵，各自表现。

“今付无法时，法法何成法？”“无法”是万法的根据，如果这个“无法”被抽掉了，那么万法就会失去依据而陷入混乱状态之中。从更高的角度上讲，当你体证以“无法”时，那么万事万法，还起什么作用呢？万法都在这个“无法”中沉寂了，无影无踪了，但到了这时，也并不妨碍万法依然森罗如故。

万法唯无，三界唯心，中道正观，破空破有。佛祖如来之论，与中国道家思想之“道可道、非常道”，“道生一、一生二、二生三，三生万物”如出一辙，但以万法从无观之，又高屋建瓴，高藐蕴积，博大精深多矣。





诗
为
禅
客
添
花
锦
禅
是
诗
家
切
玉
刀

三祖僧璨偈

至道无难，惟嫌拣择。

但莫憎爱，洞然明白。

莫逐有缘，莫住空忍。

一种平怀，泯然自尽。

【作者简介】 僧璨（隋），比丘，汴州陈留（河南开封北，故城沦于黄河）。孙氏子。少喜游学，遍访齐周陈诸国讲肆，又工于辩难，所至以考校机锋名，自号三国论师。隋开皇十年召入，敕住大兴善，至十七年，敕为二十五众主第一摩诃衍论主。故第十种大乘论于总华寺讲之。又撰十地论两卷。以大业九年（613）寂于兴善寺中，寿八十五。

【评析】 这首偈语形成于佛教与中国本土文化相融合之阶段，即禅宗文化雏形时期。佛教自汉明帝时期传入中国，与中国本土文化经历了相斥、相融和共同发展等三个阶段；三祖僧璨尝试着将西来的佛学文化中国化；是相融阶段的重要代表人物。

“至道无难，惟嫌拣择”诣为：只要具备成佛之因缘，晓



禅

诗

三百首

知本无和本无所从生之事，佛即可呈现面前，人即可成佛；“但莫憎爱，洞然明白”之言，劝人摒弃憎爱，无贪无欲，诸妄皆苦，幻化不实；但悟空象，心性便已明澈。“莫逐有缘，莫住空忍”是说：世界一切物象，皆是因缘所造成，无生、无灭、无作者、无所有，自性本空；故莫逐有缘，因缘所生之法，虚妄如梦，本质空无。“一种平怀，泯然自尽”旨云：修习般若，须有平常心，顺其自然，既要有空无之观，又要不拘泥于“拣择”法物，此种智慧，方为正觉。

这首偈语所讲性空因缘法论，现象本无理论，是大乘般若之缘起性空思想之基础，沟通了魏晋玄学和佛教般若学之间关系；当时道家思想有“无名为天地之始”之说，恰好为接受佛教般若学理论作了准备，因此使其得以迅速传播，此偈语在禅宗理论上有着里程碑之作用。





五祖弘忍偈

五祖弘忍

有情来下种，

因地果还生。

无情亦无种，

无性亦无生。

【作者简介】 弘忍（唐），比丘，弘亦书作宏，黄梅周氏子。事禅宗四祖道信得其心传，居黄梅东山，世称五祖。座下龙象济济，并世无匹，禅宗由是大盛。以上元二年（675）寂，寿七十四。谥大满。

【评析】 此偈语为五祖弘忍传衣钵于六祖慧能时所作。

“有情来下种，因地果还生”讲述了小乘般若理论之因果报应，有前因、有后果，由因而成缘，缘法而成法象；“无情亦无种，无性亦无生”是说：世界万物皆因缘和合而成，因缘离散则灭；法亦无所从来，去亦无所去；无来无去，无生无灭，万物皆空，悉如梦幻，毕竟本无；内空、外空、无情空、有情空、有为空、无为空、诸法空、自相空；性质自然，诸法遂缘。

六祖慧能天性惠根，“因明”大明，得五祖真传，发扬光

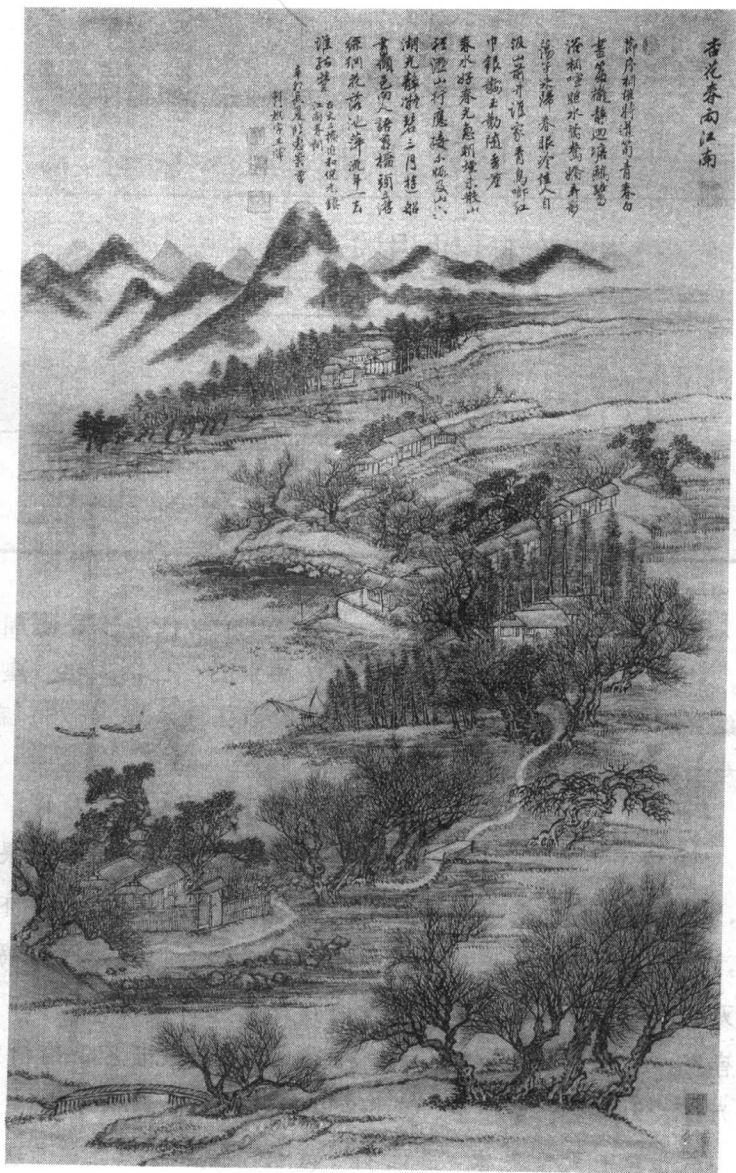
大，遂创南派禅宗，最终完成了印度佛教中国化；佛教由此在中国广泛传播，分为五宗七派。



禅

诗

三百首





游钟山之开善定林^① 息心宴坐引笔赋诗

洪 偃

杖策步岭前，褰裳^②出外扉。

轻萝^③转蒙密，幽径发纡威。

树高枝影细，山尽鸟声稀。

石苔时滑屣，虫网乍粘衣。

涧旁紫芝^④晔，岩上白云霏。

松子排烟去，堂生寂不归。

穷谷无还往，攀桂独依依。

【作者简介】 洪偃，僧人，本姓谢，南朝梁会稽山阴（今浙江绍兴）人。

【注释】

①开善定林：指开善、定林二寺，位于南京钟山之南。

②褰裳：提起衣襟。

③轻萝：藤萝。

④紫芝：紫色灵芝

【评析】 这首诗从杖策出游写起，纪行、写境、舒怀，到依依不归，络绎写来，文辞清美，格调高古。全篇着眼于荒僻幽寂景色的描写，正与佛子寂静的内心世界相应，情与景会，物我两谐，韵味不绝。

身是菩提树

神 秀

身是菩提树，

心如明镜台。

时时勤拂拭，

莫使惹尘埃。



禅

诗

三
百
首

【作者简介】 神秀，禅宗北派开创人。禅宗五祖弘忍让众弟子作偈证悟示法，神秀时为五祖门下首座，遂作此偈，五祖见偈云：“凡有所相，皆是虚妄。但留此偈，与人诵持。依此偈修，免堕恶道；依此偈修，有大利益。”但未传衣钵。

【评析】 神秀之偈大意是说人有成佛的心性。即人身就是成佛的菩提树，人的心犹如明镜台，这即是可以成佛的心性。但客尘常常污染心这个明镜，因此要常常拂拭心这块明镜，不让它惹尘埃，所谓勤拂拭，也即是要常修习，这样才有成佛的可能。

这首诗用了新颖生动的比兴形象。以明镜台喻心地，以勤拂修拭喻修习，比喻生动，虽说佛法但耐人品味。这就是用近体绝句写作的诗歌名作，虽也是偈，但毋庸置疑是真正的诗。因而这首诗才脍炙人口。