
第二届河北禅宗文化论坛论文集

生活禅研究

黄夏年 主编



大
名

第二届河北禅宗文化论坛论文集

生活禅研究

黄夏年 主编



大象出版社

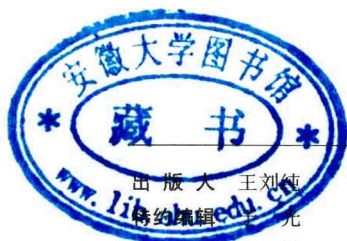
图书在版编目(CIP)数据

生活禅研究/黄夏年主编. — 郑州:大象出版社, 2012. 11

ISBN 978 - 7 - 5347 - 6180 - 5

I. ①生… II. ①黄… III. ①禅宗—文集
IV. ①B946.5 - 53

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 277374 号



出版人 王刘纯

特约编辑 于光

责任编辑 王策

责任校对 钟 骄

封面设计 美 霖

出版发行 **大象出版社**(郑州市开元路 18 号 邮政编码 450044)

发行科 0371 - 63863551 总编室 0371 - 63863572

网 址 www.daxiang.cn

印 刷 河南省瑞光印务股份有限公司

经 销 各地新华书店经销

开 本 890 × 1240 1/32

印 张 10.875

字 数 291 千字

版 次 2012 年 11 月第 1 版 2012 年 11 月第 1 次印刷

定 价 36.00 元

若发现印、装质量问题,影响阅读,请与承印厂联系调换。

印厂地址 郑州市二环支路 35 号

邮政编码 450012

电话 (0371)63956290

前 言

净 慧

去年我们在石家庄召开了首届“三禅”会议,反响很好,得到政府与学术界包括佛教界的肯定。今年我们又在邢台召开第二届禅学会议,虽然主题有些难度,但规模并不减去年,我看了会议的论文目录,相信这次会议一定会非常成功。

河北是华北平原的腹地,历史上这里是燕赵之地。邢台是古代襄国所在地,后来属于赵国。中国佛教史上有“南方重义理,北方重实践”的说法,可以说明北方地区佛教的特点。河北是古代北方佛教的重镇,在这片土地上曾经出现过不少可敬可佩的佛教界的祖师,他们对佛教的发展贡献很大。

我们都知道,佛教是印度传来的,到中国之后逐渐成为中国的佛教。印度佛教的中国化过程中有三位代表人物,第一位是道安法师,他是最早进行佛教中国化的人物;第二位是六祖慧能,他是促进中国佛教生活大众化的人物;第三位是近代太虚大师,他是推动中国佛教现代化的人物。这三位祖师对佛教的贡献至伟,影响最深远。在这三位祖师中,道安法师就是河北常山扶柳县(今河北省冀州市)人,他在佛学与佛教实践上都有过很大的贡献,特别是他制定

的仪式轨范,对当时佛教僧团的管理起到了积极的作用。六祖慧能的祖籍也在河北范阳(今涿州市)。

除了河北佛教的祖师之外,河北佛教的艺术也很发达,最近刚在临漳县邺城遗址发掘出 2895 件佛教造像及残片,其历史时期跨越东魏、北齐至唐代初期。该发现被称为中华人民共和国成立以来出土数量最多的佛教造像埋藏坑发现,对整个学术界和佛教界来说是又一次大震动。据佛教艺术研究的学者说,这次一下出土了上千尊佛像,集中展示了北方佛教造像艺术的精华,殊胜至极,是河北佛教的一件大事,改写了河北佛教的历史,这个意义不可小觑。

我们这次会议的地点选在了邢台,是因为邢台有大开元寺。大开元寺是中国北方佛教的一个标志,这个寺院在辽、金、元时代非常著名,出过不少高僧。而辽、金、元时代又是中国佛教史上的内容丰富的时期,佛教在这几个朝代的发展颇有典型意义。众所周知,辽、金、元时代的政权是北方少数民族建立的政权,当政者对佛教也充满了感情,而这时在中国的南方正是禅宗临济与曹洞两家最繁荣的时候,所以研究辽、金、元时代的佛教不能离开对南方禅宗的研究。同时从两地佛教的关系,可以看到佛教在整个中国封建时代,特别是在不同的政权之间处在何等的地位,发挥着什么样的作用,所以我觉得这个会议很重要,很有意义。

接下来我还是要谈谈生活禅的问题。生活禅自提出以来,已经产生了一定的影响,不仅对许多信众有直接的指导意义,而且也纳入了学者的视野。从黄梅禅宗高峰论坛到河北的禅宗会议,我们已经见到了诸多研究生活禅的成果,这对我们今后提升生活禅与宣传生活禅有重要的帮助,也给我们推广生活禅增加了信心。

禅是佛教的法门,生活禅是根据当代社会发展的情况而建立的契理契机的新禅法。虽然生活禅已经有了一定的影响,但是怎样深入下去,怎样让生活禅能够持久地发展,又怎样让生活禅走出国门,让全世界的佛教徒都能了解生活禅,现在我们还在探索,仍然寄希望于大家的支持。太虚大师曾经说过,中国佛学的特质是禅,生活

禅就是现代社会条件下禅法的运用,让人们了解生活禅,修持生活禅,就是古老的禅法在现代社会的应用,所以对生活禅我们要加大探索、宣传力度,要让生活禅尽可能完善,利益人群,服务社会。

预祝会议圆满成功,祝各位代表六时吉祥,万事如意。

目 录

从佛教史探讨生活禅与禅生活	李志夫(1)
生活禅的思想来源和现实意义	姚卫群(19)
从南北禅宗之分野谈生活禅的修行理念	
与修行方法	魏建震(29)
论赵州从谂禅风的生活禅特质	伍先林(40)
虚云和尚的禅法与生活禅	张敬川(69)
“生活禅”的现代价值与信仰维度	秦 萌(77)
人间佛教的思想渊源	
——试论禅宗的“人间性”进路	姚彬彬(89)
生活禅的思想渊源及其社会价值研究	
.....	李 莉(102)
关于生活禅契理契机发展的两点思考	何石彬(137)
试论生活禅向生态环保的拓展	陈红兵(146)
人生佛教视域下的生活禅	海 慧(159)
生活禅的运用	释坚意(176)
略说生活禅	心 悟(186)

生活禅：“不二法门”的新维度	徐明生(203)
瑜伽禅与生活禅	
——中印佛禅的不同趋向	严耀中(216)
“禅在当下”试释	张平(226)
“生活禅”：重要的是“生活”而不是“禅”	陈坚(252)
乔布斯以禅改变世界的启示	
——兼谈生活禅如何改变世界	梁世和(277)
正念疗法与生活禅	林瑶 吴和鸣(287)
生活心理治疗导论	
——禅宗心理治疗的原则和方法	师领(296)
不尽禅河灯外灯	
——从佛教与文学的互动传播试析生活禅	
理念对文学创作的积极影响	马明博(305)
净慧长老的佛学思想	
——道德建设篇	王丽心(315)
生活禅的和谐精神	明舫(327)

从佛教史探讨生活禅与禅生活

李志夫

一、前言

净慧长老所提倡之“生活禅”，应是中国佛教的一个新的里程碑。从诸佛、诸菩萨到诸祖师，他们之所以有其证量与成就，就是过着“禅生活”。之所以能过着禅生活，也毕竟是从“生活禅”开始的。

但因为时代不同，所以社会、文化也不同，诸佛、诸菩萨、诸祖师均处在较为封闭的社会、文化环境中，传播力有限，所以只有少数人能过着“禅生活”，渐修渐悟到“生活禅”。

现代交通、通信发达，社会繁荣，社会律动快捷，人民生活更为忙碌；净慧长老重新把历代诸佛、诸菩萨、诸祖师的生活禅提倡起来，算是一种契机、契理的新的社会活动，使人民在忙碌中能得到禅悦之清凉。

《大般涅槃经》：“如人饥饿，少得饭得常乐；如人畏怖，得皈依

处得常乐；不起贪欲，则得常乐；灭诸烦恼，离欲寂灭，乃名涅槃。”^①这些都应算是从生活禅到禅生活的过程。

本文主在说明净慧长老的“生活禅”，应是中国佛教发展的一个新的里程碑。

二、净慧长老对“生活禅”的提倡与开发

关于净慧长老之“生活禅”，有其自己所发表之文献，有专家学者阐述其生活禅之思想，也有学者加以检讨分析。本文则站在佛教史的立场上，凸显“生活禅”在当代之契机、契理的时代背景。

净慧长老自己发表之文献：

1.《生活禅钥》。

(1)他对生活禅所下之定义：“生活禅有‘四个根本’：即菩提心、般若见、息道观及生活禅。”前二者是见地，后二者是功夫。在这里我只提他对生活禅所下定义之“口诀”，也即是他对生活禅所下之定义：“将信仰落实于生活；将修行落实于当下；将佛法融化于世间；将个人融化于大众。”^②

换句话说，生活禅不能脱离佛教的信仰，行在当下方寸之中，这是就个人生活而言；而且个人生活社会化、大众化以后，也就是生活禅的人间化。

(2)提出生活禅的根据：“因为《楞伽经》是达摩祖师传法时使用以印心的第一部经典”，“所以根据其五法的次第来讲禅生活：就是相、名、分别、正智、如如等，前三者是我们迷界的生活，后二者是我们悟界的生活”。

“五法是一件事，有相必有名，开始是我们的妄想分别在认识它，是有漏的。如以无漏智慧去认识有漏法，那就是正智；以无漏智

① 《大正藏》第12册，第524～525页。

② 净慧：《生活禅钥》，生活·读书·新知三联书店，2008年，第169～186页。

慧认识的结果,就合乎真如实相,那就是如如。”“‘相、名、分别’是生活,同时也是禅;‘正智、如如’是禅,同时也是生活。生活禅就是要说明:生活就是禅,禅就是生活。”^①

(3) 提出生活禅的近因:他说:“十六七岁上山砍柴火,晚上点小油灯看经,十八岁亲近虚云老和尚。近十年,有五年天天忙于打地抛砖、搬柴运水。后来过了三四年,到中国佛学院学习,一下子又陷入各种运动,大约二十年做了‘运动员’;毕竟从小出家,向道这一念没有忘掉。”“‘十年浩劫’之后,近二十年来,一直在做佛教文化宣传教育事业,最重要的就是经常思考如何来引导现代人正确地认识佛教。改革开放以后,社会上把禅推向一个热潮,另一方面也把禅歪曲了。迫于这一形势,即从历代祖师语录中体会到:修行不能离开生活,所以提出了‘生活禅’。”

(4) 生活禅初试啼声:“1991年正式提出,1993年在柏林禅寺举办第一届夏令营、推出这个理念,不但没有违背佛法与禅宗精神,而且更体现了这两者的精神,所以得到了教内外人士的关注、重视与支持。”^②

2. 《生活禅研究》一书中《关于生活禅理念提出二十周年的一点感想》这篇文章对于其前不但提出了一些补充性的文献,也指出了如何推行生活禅的方法。

(1) 补充了1992年冬在柏林寺举行首届禅七期间,正式提出修禅生活的一些具体要求;1993年以后在柏林寺、四祖寺的一些主要法务活动中,均以弘扬生活禅为主题。

此外,他认为太虚大师的“人间佛教”思想,解放后经过赵朴老等人的大力提倡,要落实“人间佛教”,必须落实“僧团自身建设问题”及“法的建设问题”。他所说之“法的建设”,是要根据现代人的根性,对传统佛教固有的那些贴近生活、鼓舞上进的教义与修行理

① 净慧:《生活禅钥》,生活·读书·新知三联书店,2008年,第174~177页。

② 净慧:《生活禅钥》,生活·读书·新知三联书店,2008年,第170~173页。

念、修行方法作出新的阐释,与现代社会思潮、现代人的生活方式相适应。

他之所以选择禅宗作为终生修行的法门,是因为禅宗为佛教的“正法眼藏”,是真正中国化的佛教,八大宗中禅宗为一枝独秀。1951年在广东云门寺依止虚云老和尚受戒、承受法脉;由于因缘成就,受邀到河北筹组省佛协,并负责柏林寺的修复工作,这是赵州和尚的道场。在历代祖师语录中,《临济录》与《赵州录》仍然被大多数禅人视为最重要的两部语录。他曾住持过赵州祖庭,现住持四祖寺,对禅宗有着最深厚的法缘。

选了禅宗之后,为什么又加上“生活”二字呢?因禅宗修行的共同特色是“道在日用”间。如赵州答覆学生之疑时,多教学人“吃茶去”、“洗钵去”……;临济禅师说:“佛法无用功处,只是平常之事,屙屎送尿,着衣吃饭,困来即眠。”

(2)如何推行生活禅:他认为现代人选择信仰和修行法门的倾向是:追求简易、追求休闲、追求生活化。生活禅就是将祖师禅之“修行与生活打成一片”。他也关注到现代社会思想:对信仰和道德的渴求;对社会和谐的渴求;对个体心灵健康的渴求。

针对以上个人与社会之渴求,他提出“觉悟人生”、“奉献人生”八个字。前者是大乘佛教重智之解脱道,后者是大乘佛教重悲的菩萨道,这是推行生活禅的宗旨与目标。

究竟如何落实生活禅?长老在这里提出了具体的方法:

(1)如何将信仰落实于生活:提出了“信仰、因果、良心、道德”八字要求。

(2)如何将修行落实于当下:提出了修在当下、悟在当下、证在当下、庄严国土在当下、利乐有情在当下。

(3)如何将佛法融化于世间:提出了敬信佛、法、僧三宝;勤修戒、定、慧三学;息灭贪、嗔、痴三毒;净化身、口、意三业。

(4)如何将个人融化于大众:提出了大众认同、大众参与、大众成就、大众分享。为了凸显生活禅的人世精神,重在“做人与做事”

两方面:前者为“信仰、因果、良心、道德”;后者为“感恩、分享、包容、结缘”。这对于物欲横流、诚信缺失的时代,提供了一定的普世价值。^①

三、陈红兵先生对“生活禅”具有代表性的补充

陈红兵先生以佛教中国化、佛教现代化为线索,来补述《生活禅的思想渊源》;学愚教授以《生活禅今论》,从佛教史的立场,也带有建设性的论述。当然还有更多学者提供有关弘论,本文仅就两位的文章为代表加以介绍。

陈先生首次揭橥净慧长老以为道安、慧能、太虚三人为佛教中国化、现代化的代表:道安最早使佛教从僧团制度、经典流传到教理、教义都适合中国国情;并引用毛泽东的话:“慧能主张佛性人人皆有,创顿悟成佛说,一方面使烦琐的佛教简易化,一方面使印度传入的佛教中国化。因此,他被视为中国禅宗的真正创始人,也是中国佛教的始祖。”^②

虽然佛教中国化在变文、俗讲等各方面均有贡献,就禅宗“教外别传”的发展来说,当然六祖贡献最大是可以肯定的。

(一)陈先生具体指出:慧能将佛性理解为人内在的本性,强调明心见性,又强调无念为宗、无相为体、无住为本,将佛教修行与儒家伦理有机结合起来;佛教修行与百姓生活、传统道德伦理结合起来,体现了平民化的走向。如《坛经·无相颂》:“心平何劳持戒,行直何用修禅……恩则孝养父母,义则上下相怜;改过必生智慧,护短心内非贤;菩提只向心觅,何劳向外求玄。”“那么,以慧能思想为代表的禅宗,便是最典型的中国佛教。”^③

① 录自首届河北赵州禅、临济禅、生活禅学术论坛论文集《生活禅研究》,黄夏年主编,中州古籍出版社,2011年,第14~21页。

② 林克:《潇洒莫如毛泽东》,《湖南党史月刊》,1995年第1、2期。

③ 净慧:《试论慧能思想的特色》,《中国佛教与生活禅》,第76页。

(二)净慧长老曾住持过临济寺与柏林寺,对于赵州与临济禅师之禅法当然更为亲切;发扬两师的禅法,也是责任之所在。陈先生依长老的思想将赵州生活禅归纳为四点:

1. 本分事接人:即别于传统以讲经论接人,而以日常事应机说法,“吃茶去”、“盐贵米贱”等。

2. 平常心是道:是赵州承继马祖、南泉而得。“马祖无造作、无是非、无取舍、无凡无圣,只如今行住坐卧,应机接物即是道。”^①

3. 无杂用心:“若一生不离丛林,不语十年五载,无人唤你作哑汉,已后佛也不奈你何!”

4. 主体担当精神:一是自救、自悟、自修的自主性;二是回小向大的大乘担当精神。

这四点被净慧长老称作赵州禅的四大特色;更补充后二者“狗子无佛性”是“无”字公案,称作“赵州关”;“赵州桥”度驴度马。前者代表大智慧,后者代表大慈悲。净慧长老从“无门关”衍生其“觉悟人生”的大智慧;从“度驴度马”衍生其“奉献人生”的大慈悲精神。

(三)其得自临济禅师,陈先生归纳为三点:

1. 即心即佛思想,突出了“本源清净心”的中心地位:“你一念心上无分别光,是你屋里报身佛;你一念心上无差别光,是你屋内化身佛。”

2. 继承马祖平常心是道:“你且随处作主,立处皆真,境来更换不得,纵有从来习气、五无间业,自为解脱大海。”^②

3. 突出主体性的自信精神:“尔若能歇得念念驰求心,便与祖佛不别;尔欲得识祖佛么?只尔面前听法底;是学人信不及,便向外驰求。”^③

① 《马祖道一禅师广录》,《续藏经》,第69册,第3页。

② 《古尊宿语录》,《续藏经》,第68册,第24页。

③ 《镇州临济慧照禅师语录》,《大正藏》,第47册,第497页。

(四)陈先生亦归纳了虚云和尚的生活禅:因为净慧长老从云老学禅十年,自然有其皈依处,有五点,分两部分:

1. 承袭中华禅者:强调明心见性;发展了临济、曹洞宗之禅法;将禅宗修行落实于现实生活;强调戒律在修行中的重要性。

2. 对禅、净合流作了相应的会通:“念一佛要认识自性净土;净、禅只是下手处不同,及至成功两者可互通,参禅与念佛都是方便;禅、净双修,以念佛为缘起,后以参禅为究竟。”

陈先生认为净慧长老在倡导生活禅的过程中,也自觉地继承了虚云和尚的禅法;如对戒律的强调,对禅、净关系的态度,经常举办禅七等。

(五)关于佛教现代化,净慧长老肯定了太虚大师的“人间佛教”(早期也称“人生佛教”);关注现实社会人生是太虚大师人间佛教的特征:“仰止唯佛陀,完成在人格;人成即佛成,是名真现实。”^①

其次,今当以求人类生存发展为中心,而施設契时机之佛学,是为人生佛学第一义;以适应现代人生之组织的群众化,当以大悲大智为群众之大乘佛法为中心,而施設契时机之佛学,是为人生佛学之第二义。大乘法有圆渐、圆顿之别,今以适应重征验、重秩序、重证据之现代科学化,当以圆渐之大乘法为中心,而施設契时机之佛学,是为人生佛学之第三义。

第三,太虚大师强调人间净土之建设,“若人各改造其心、为善去恶,便能转此苦恼世界为清净乐邦”。

第四,太虚大师“要佛教子弟在社会要作好人,积极参与社会各领域,将佛教的道德精神贯彻其中,造成大同世界,以安定中国”^②。

净慧长老认为“人间佛教”的理念,是佛教现代化的理论基础。“我们提出生活禅,举办生活禅夏令营,围绕人间佛教理念,旨在探

^① 《人生佛教》、《太虚大师全集》第三册,善导寺流通处印行,第241页。

^② 太虚:《大乘佛法的真义》,《太虚大师全集》第三册,第770页。

索佛教在现代生活环境中实践的方法,以及与社会沟通、适应的方式。”^①又说:“太虚大师人生佛教思想,同我们今天所提倡的人间佛教,其含义是相同的。……应该发扬佛教切合人生现实的积极进取精神,以积极投身改善世间、净化人心善业,使佛教与世间打成一片。”^②

第五,净慧长老与赵朴初在中国佛教协会共事多年,陈先生说:“首先其生活禅理念在一定程度上受其影响。1983年12月,中佛协成立卅周年纪念会上,提出人间佛教思想,作系统性的阐述,成为中国各级佛协及各宗派的指导思想;其次,其人间佛教的主要内涵为四摄、五戒、六度、十善;第三,其肯定佛教能与建设社会主义相适应。净慧长老曾发表多篇论文相呼应。”

第六,此外,1991年台湾耕云先生回大陆探亲时,曾与净慧长老晤面。长老认同耕云“把佛法拉到人间来,与生活打成一片”的理念。并且印行了耕云《安祥集》等著作,把“身体轻安”作为正受与“安祥禅”将安祥作为正受有类似的地方。^③

四、学愚教授对“生活禅”的评议

学愚教授对“生活禅”的评议,是站在整个佛教史上的观点,也对生活禅带有建设性的论述。他首先肯定:“自唐宋以来,中国佛教特色在禅”,又说:“近代以来在铃木大拙、一行、星云、圣严、净慧等大师的带领下,禅又一次流行于世”,于是预料:“如果当代中国佛教正在经历一场复兴运动,那么这场复兴运动的领军者,就是禅。”

学愚教授认为:“唐宋以降、特别是南宋建立以后,印度禅法与中国文化,特别是老、庄哲学有机结合,实现了‘如来禅’与‘祖师

① 净慧:《佛法、生活禅、夏令营》,《中国佛教与生活禅》,第128页。

② 净慧:《中国佛教与生活禅》,第18页。

③ 《生活禅研究》,第92~112页。

禅’的典范转移……禅不再是一修行法门,而成为‘禅’与‘法’的等义词。从原来的禅修演化为宗教实践的悟证。”“人的起心动念、行住坐卧、瞬目转睛,无不富有禅机,生活的禅化打破了世俗与神圣、修行与生活的距离,构成禅宗佛教的生活禅。”

该文是以大乘佛教不二法门为基础,探讨生活禅的内容。先举《中阿含经》:“五比丘,舍此二边,有取中道,成明成智,成就于定,而得自在”;更以《中论》为例:“不生不灭、不常不断……等,八不中道”;举《心经》:“色即是空,空即是色……”;《坛经》:“定是慧体,慧是定用,定慧不二。”因为“不二既是一实平等之理;又是菩萨悟入此一理的方法,是大乘行者修行与生活一体之实践”。

接着学愚教授就举例,佛陀及诸祖师都在实践“生活即修行”;他举《阿含经》中,佛陀一直在生活中修行。又引星云大师借用《金刚经》中一段,说明佛陀的日常生活、在生活中修行:“尔时著衣钵”是佛陀的“持戒”生活;“入舍卫城乞食”是给信众供养布施,也布施佛法给供养者;“次第乞食已”是随缘,即使乞得粗劣难咽食物,也须忍耐行平等施;乞食毕“还到本处,收衣钵,洗足已,敷座而坐”是佛陀的“精进”。学愚教授更进一步陈述:“次第乞食,平等一念,以惭愧心接受供养,以慈悲心广结善缘;同时也可以让僧团接触社会大众,提高他们的精神生活,也是出家人自利利他的修行生活。”

历代中国禅宗祖师以佛陀为师,在生活中禅修觉悟,在吃饭、喝茶,乃至拉屎撒尿都是禅。如泐山问仰山:“子一夏不见上来,在下面作何所务?”仰山答:“某甲锄得一片畚,下得一箩种。”泐山:“子夏不虚过。”仰山问师:“整夏何作?”泐山答:“日中一食,夜后一寝。”仰山亦赞道:“和尚今夏亦不虚过。”

又引青原惟信一个公案:“初学道,见山是山,见水是水;十年后,见山不是山,见水不是水;又十年后,见山又是山,见水又是水。”随即引星云大师说:“离开生活固然没有禅,离开了作务更无法深入禅心;自古以来,像百丈的务农、雪峰的头、杨岐的司库……泐山的粉墙等,处处都说明禅者重视生活。”又说:“悟道生活是绝对自由