



禅者的思索

●〔日〕铃木大拙 著

●末也 译



75449

禅者的思索

○〔日〕铃木大拙 著

○未也译

中国青年出版社

禅者的思索

〔日〕 铃木大拙 著 未也 译

*

中国青年出版社 出版 发行

中国青年出版社印刷厂印刷 新华书店经销

*

787×1092 1/32 7.25印张 3插页 128千字

1989年10月北京第1版 1989年10月北京第1次印刷

印数1—6,000册 定价3.65元

内 容 提 要

《禅的真髓》、《禅者的思索》是日本现代禅学大师铃木大拙的两部力作。

《禅的真髓》通过对禅的界说的明确，阐释了神秘、幽玄的东方文化风采；通过对禅的境界的描绘，肯定了恬静、达观的东方精神品格；通过对禅的价值的分析，弘扬了自在自为的生活情怀；通过对禅的修习要旨的讲解，强调了修心养性的必要及必需。纷乱、繁杂的现代生活把苦闷、迷惘、疲惫带给了现代人。社会、自然、他人乃至自我愈来愈束缚着现代人，现代人渐渐成为了社会、自然、他人乃至自己的奴隶。如何摆脱束缚和奴役是摆在现代人面前的十分严肃和迫切的问题。《禅者的思索》通过论述禅在现代社会中的地位和作用，指出了现代人在以大机器工业生产为基础的生存状态下如何保持完整的人格，通过论述禅与自然及其他生物的关系，标明了现代人在日益缩小的生存空间中如何重新获得无限的自由。全部现代禅学都是关于人生解脱的学说。《禅者的思索》和《禅的真髓》是现代禅学之萃。

目 录

- 1 序 方立夫
- 3 《禅的真髓》
- 5 结 论
- 11 何谓禅
- 20 禅与虚无主义
- 30 非逻辑的禅
- 38 大肯定的禅
- 47 实际的禅
- 60 悟 道
- 70 公 案
- 91 禅堂与僧侣的生活
-
- 103 《一个禅者的思索》
- 105 “无明”与世界友好
- 124 最高的精神理想
- 133 人性的半面

D150/01

1

149	物的两面性与矛盾性
158	大地和宗教
170	禅僧生活
174	达摩壁观的现代意义
178	关于行脚僧的意义
187	超自我的生活
191	信仰的确立
199	生物爱护
207	水 仙
211	“众生无边誓愿度”
221	译 注
228	译后记

序

方立天

本世纪以来，世界上一些宗教形态发生了很大的变化，其中值得注意的是，带着东方文化神秘幽玄色彩和东方诸民族达观恬静精神的佛教“禅”走进了西方世界。这种现象一方面固然是缘于禅的独特的内容和形式，另一方面也有赖于一批致力于向西方弘扬禅学的热诚之士。日本的铃木大拙便是其中最具有代表性的人物之一。

铃木大拙著述甚丰，其关于禅的思想也颇有见地。但基本上还是同中国的禅宗思想一脉相承的。中国禅宗主张“不立文字”、“教外别传”，提倡“直指人心”、“见性成佛”。禅宗南宗创始人慧能，更是鼓吹“顿悟”之法，强调“自我完善”，所谓“自性迷，佛即众生；自性悟，众生即佛。”认为获“大道”、得“正觉”乃在一念之间。众生与本性只要一念相应，能够自我

体认本心，便可成佛。铃木大拙继承了这种“修心”、“见性”的传统，只是在阐释禅的基本教理的同时，自觉地运用禅理去分析现代社会中人与自然、人与社会、人与他人、人与自我等诸般关系，从而使禅在新的历史条件下达到了“体”与“用”的有机统一。这也是铃木大拙有关禅思想的一个显著特点。

《禅的真髓》和《一个禅者的思索》是铃木大拙的两部力作。前者可以代表“体”的方面，它详细地界说了禅，论述了禅的境界、禅的价值；以及禅的修习方法。后者可以代表“用”的方面，阐述了禅在现代化社会中的地位；禅对人的信仰及人精神修养的建设性作用；禅关于人与自然、生物关系的处理原则；以及禅的修习方法和禅僧生活的现代意义。上述内容使铃木大拙卓成一家，当然，对于铃木大拙的一家之言，读者自会进行思索、辨别的。

未也同志治学勤奋刻苦，近来把铃木大拙的这两部禅学著作认真译出，并把它们合编在一起。此书将有助于人们了解佛教禅学的演化和发展，也有助于人们进一步理解深受禅学影响的传统中国文化，特为之序。

一九八八年九月十日

于北京中国人民大学哲学系

禪的真髓^①

绪 论

在漫长的两千余年的发展期间，佛教曾经有过一次巨大的变化，即形成了一种与原始佛教迥异的佛教形态，其结果是“大乘”的产生并和“小乘”历史性地分道扬镳了。但是，如果追本溯源，那具有种种“相”的大乘佛教，其创始者也还是印度的释迦牟尼。后来，佛教在中国、朝鲜、日本的次第的传播，因袭的便是从印度本土及西域来的传导者的事业。当然，佛教在这几个国家里，关于人生信仰及其它方面都有或大或小的差异和变化，特别在深知应该如何适应东土^②诸民族宗教要求的中国更是完成了影响深远的发展和变革。但这一切都是以适应性的传导为前提条件的。东土佛教的特殊构成以及大乘佛教与原始佛教的重大差别只是适应性的必然结果。

关于大乘佛教，有人认为它已经背离了佛教本义。而我认为，凡蕴含生命者，都可以说是有机体，尽管其生存状态千差万别，但都具有有机体的共同属性。如一粒橡籽儿同一棵高大的橡树是全然相异的，但橡籽儿的破壳出土、生成幼苗等

不仅有盎然的异趣，而且在橡籽儿变化的诸相间即在其连续不断的生长过程中，显现了一种共同的特征。同样，原始佛教也便是一粒种子，大乘佛教特别是东土的大乘佛教是那种子在特定的具有某种约束的环境里生长出来的。对此，佛教史学家们曾有过很好的说明。我呢，不想在这里简单地阐述佛教的历史发展过程，更主要的，是寻找同人们密切相关的蓬勃的精神感化力。

在东土发展的佛教诸派中，有一种主张直接继承创始者的真髓和精神的特殊的僧团。它不依赖于任何秘传的典籍，也不举行任何神秘的仪式，而是直接默契佛的心印。在整个佛教中，该教派倡导的方法放射着强烈的异彩，特别在体现精神活力等方面，更有显著的独创。这一教派被称为佛心宗，一般称之为禅，也有称之为“禅那”的（如在中国由于翻译方面的原因有时便称为“禅那”），但是，禅与“禅那”并非完全一致——这个问题，我想在后章论述——。

在一般的宗教史上，禅或佛心宗占有无与伦比的地位。关于其教义，如果用理论表述，那不妨也可以说是“思索”的神秘主义，即只有经过长时间的训练能够洞察该体系的人才能明白其终极的意义。而且，“洞察”所获得的也不是所谓的知识，而是真实的日常生活的体验。禅的方法是奇异的、不可思议的，或者说是象谜语一样的。如果从概念出发去考察禅，那禅是不合理的，甚至是糊里糊涂、傻里傻气的。有的批评家指责禅是故弄玄虚。其实，禅的方法之所以隐晦或不可思议是因为人类的语言无法充分地表达禅的深邃的真理。禅拒绝逻辑

的解释，只是体会人的内心深处的经验。而在人类经验的范围内，禅的语言却是极其明确的。例如，“煤是黑的”，这无疑是最简洁的语句。但是，禅反驳说“煤不是黑的”，这也同样是最简洁的语句，而且从真理的彻底性等方面来看，恐怕还是超出前者之上的更为明确的语句。

因此，禅存在于个人的一切经验之中。没有个人的经验的背景，思想便难以传达。孩子们是没有思想的，即便有思想，那也是不明确的、模糊的、与事实不一致甚至相差极远的，因为他们心的机能——即凭藉经验对事物进行思考的机能——尚未发展起来。一般而言，对某一具体事物，如果想得到确实、明了、深刻、能动的理解，必须要有个人的经验，特别是与人生相关联的事物更不能脱离个人的经验。纯然、真实的经验是一切概念的基础。禅便是对作为“基础”的经验倾注了全力。文学、语言学、逻辑学等，尽管也是很有效用的捕捉最深层的“实在”的手段，但是真正说来也还不过是劳动和技巧而已。而且，它们捕捉到最后的“实在”时，其完全的意义也就丧失了。人类的悟性不能源于也不能置于外部的建构之中。但这绝不简单地意味着“神秘化”。神秘化是尚未触及到生命的中心事实、陷入困惑的人们对禅的肤浅、片面的认识。而当突破了概念等外部建构，困惑及其所谓的神秘性便烟消云散了。同时，“悟”也便显现出来了。

事实上，禅与神秘主义有着显著的差异。禅热衷于获得内在的精神的经验。禅不重视经典及对经典的释义，并且对主观主义和个人主义、对权威和客观天启等采取强硬的对抗

的态度。禅的基本方法，即获得精神的体验的最有效的方法是习禅者的坐禅或称“禅那”。一般的神秘主义往往离开强烈的个人的精神体验，只是注重没有根基的意识的突发性。基督徒把祈祷、禁欲、冥想等手段所获取的结果看作是神的恩惠，佛门弟子却否认这种超自然的活动。这里，我们应该谈一下有关禅者的训练问题。禅者的训练是实际且有组织性的，这在中国的早期禅学中便有所表现，现在则更全备了。因此，禅可以说是具有实际的真正的价值的。禅在高度地思考的同时，又有规律性的、正确的训练，所以对于人类的道德等便会有最丰富、最有效益的领悟。在我们的简单、重复的实际行为里，包涵着十分深邃、微妙的东西，但我们却常常予以忽视。而正是在那“简单、重复的实际行为”里，才能洞察、领悟禅的真正价值。其实，在禅师举起一根手指或人们碰到朋友说“早上好”的过程中，都是可以发现语言表层之下的深刻的思想的。用禅的眼光看，那最实际的便是最意味深长的，而最意味深长的也便是最实际的。禅所采用的训练和组织，就是这种根本经验的结果。

而我所说禅是神秘的原因，是把禅置于东方文化的基调上的。众所周知，神秘主义的基本性质是拒绝逻辑的解析。比较而言，东方的思想方式偏重于整体的把握，西方的思想方式偏重于具体的分析。这样，东方文化可以说是具有神秘性的。一般地，东方精神往往是不确定、朦胧的，西方人很难充分地领会它的深义。就象我们的眼前正摆着一个东西，这是必须正视的事实，可是当我们着手对这东西进行层层剖析时，

它又忽地逃得无影无踪了。禅更是避免直接浅白的分析，与西方人的逻辑的一针见血的精神相差也更远，但却并非故弄玄虚。禅的所谓的曲折隐晦也是东方精神的根本条件。所以，如果要理解东方，首先应该理解这种神秘性；如果要理解禅，更要懂得这种神秘性。

但是，我们必须记住，神秘主义有种种形态，诸如合理的与不合理的、思索的与暗示的、常识的与空想的等。我所说的东方的那种神秘性不是空想的、非合理的、全然脱离逻辑的理解范围的。尽管东方的精神里，存在着静寂、安详、沉默、幽玄和不受任何干扰的东西，但那安详和沉默等绝不意味着怠惰和凝固。沉默不是毫无生气的沙漠，也不是陷入长眠之中的僵尸，更不是神——即坐在绝对、全一的王座上，对过去、现在、未来的事业沉思默想的神——的沉默。那沉默是闪电和轰鸣中的“雷鸣的沉默”。这样的沉默贯穿着东方的一切。我就是在这种意义上说东方文化是神秘的。这样，如果使佛教在东方得到发展，充实人们的精神要求，就必须发展禅。印度人是神秘的。但是，他们的神秘还是思索的、默想的并且复杂的。而且，他们对于周围世界也缺乏切实的感受。与此相反，东方的神秘是直接的、简洁明快的。禅便是那东方的神秘的东西。

在中国和日本佛教的其它宗派中，都有显明的印度佛教的影响。其形而上学的复杂性、冗长的文词、高度抽象的推理、透入实相的洞察及关于人、事的解释都源于印度而非中国和日本所固有的。象真言宗，有极其复杂的仪式，还有对宇宙

进行说明的“曼陀罗”。这样的错杂难解的哲学网,如果没有印度思想的影响,那是不会在中国人和日本人的思想中浮现出来的。另外,象天台宗、华严宗的概念的抽象性和逻辑的严密性也是令人吃惊的,而禅却有着单纯、直接、务实的倾向。禅同日常生活密切关联的程度也是佛教其它宗派所不能比的。禅的主要思想无疑是一般佛教中派生出来的,但这“派生”是同以中国、日本为代表的东土民众的特殊性相适应、相一致的,即摆脱了理性的道路而走上了务实的道路。这样,我们也许可以断言:在所有的哲学和宗教中,禅是最具有东方的生命现象的结构或结晶的。

何 谓 禅

对禅的问题作一些详细的说明之前，我想有必要先回答批评家有关禅的两、三个质疑。

禅是关于“智”的、形而上学的高尚幽玄的哲学体系吗？在绪论中，我曾表述过禅蕴含着所有东方哲学的结晶，但那并不意味着禅是一般意义上的哲学。禅不是建筑在逻辑和分析基础上的哲学。禅恰恰与所有的具有“二元”形式的逻辑的东西完全相反。禅，因为是“心”的完全的整体，所以也有“智”的因素。但是，这“心”绝不是可以割裂的、并且适逢剖析之际便荡然无存的集合物。禅不依据“智”的剖析而施教，也没有固定的教理。在此意义上，禅可以说是无序的。当然，有些禅师也有一、两个施教的方法，但那只是他们自己为了便于习禅所置，而并非禅所固有。禅本身没有经典的、独断的教义。如果一定要说禅有什么训诫，那也都是从人们各自的心中产生出来的。禅只是指引道路。如果说指引道路也是训诫，那禅便有训诫。除此之外，我们通常所说的基本教义和哲学，那在禅中