

中國禪
——
丛书

高明中庸 修身为本

◎ 悟义 著

中国社会科学出版社



中国禅
丛书

高明中庸 修身为本

◎ 悟义 著

中国社会科学出版社

图书在版编目(CIP)数据

高明中庸 修身为本 / 悟义著. —北京: 中国社会科学出版社, 2018. 7
(中国禅丛书)
ISBN 978 - 7 - 5203 - 2636 - 0

I. ①高… II. ①悟… III. ①禅宗 IV. ①B946. 5
中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 118536 号

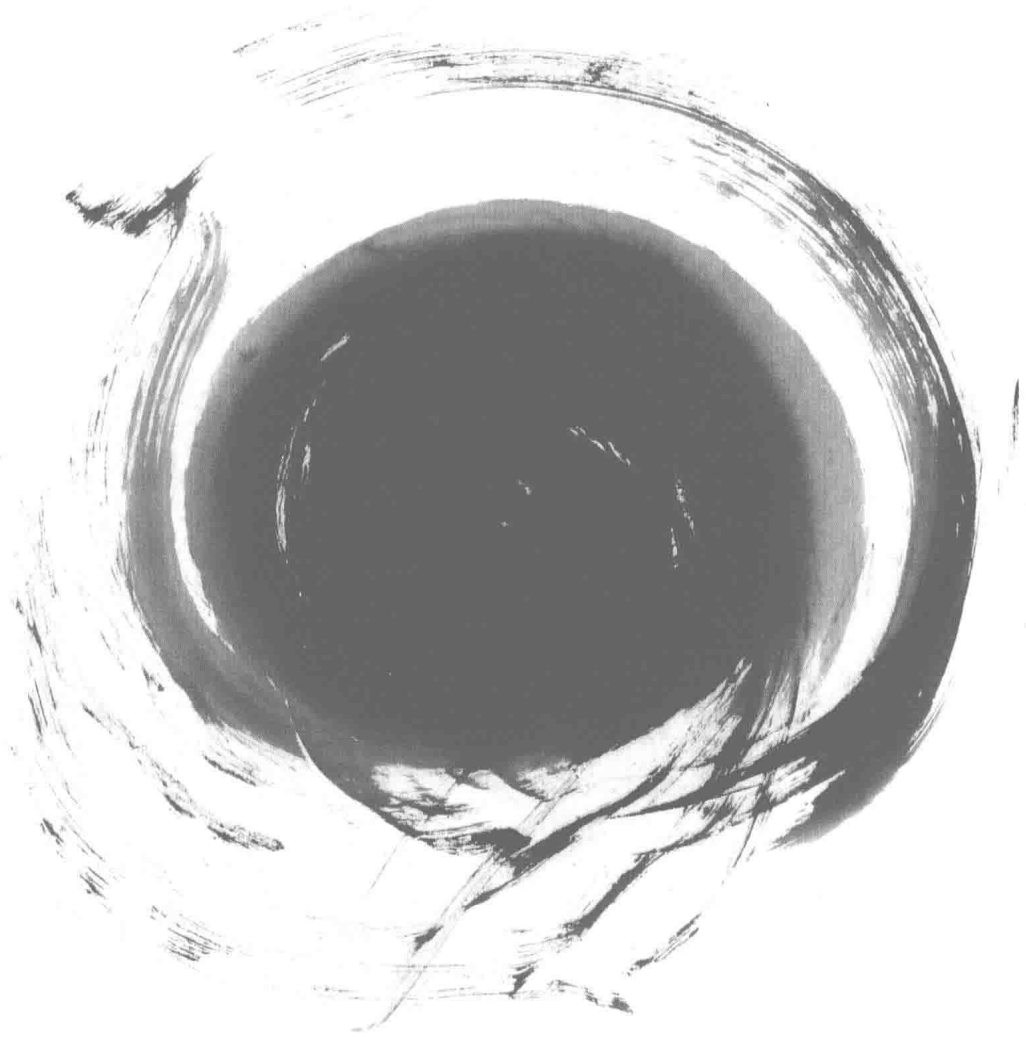
出 版 人	赵剑英
责任编辑	王 茵 孙 萍
插 画	雪山博士
特约编辑	灵 川 灵 禧 灵 和
责任校对	崔芝妹
责任印制	王 超
装帧设计	天 月
特约策划	茶密学堂

出 版	中国社会科学出版社
社 址	北京鼓楼西大街甲 158 号
邮 编	100720
网 址	http: //www. csspw. cn
发 行 部	010 - 84083685
门 市 部	010 - 84029450
经 销	新华书店及其他书店

印刷装订	北京君升印刷有限公司
版 次	2018 年 7 月第 1 版
印 次	2018 年 7 月第 1 次印刷

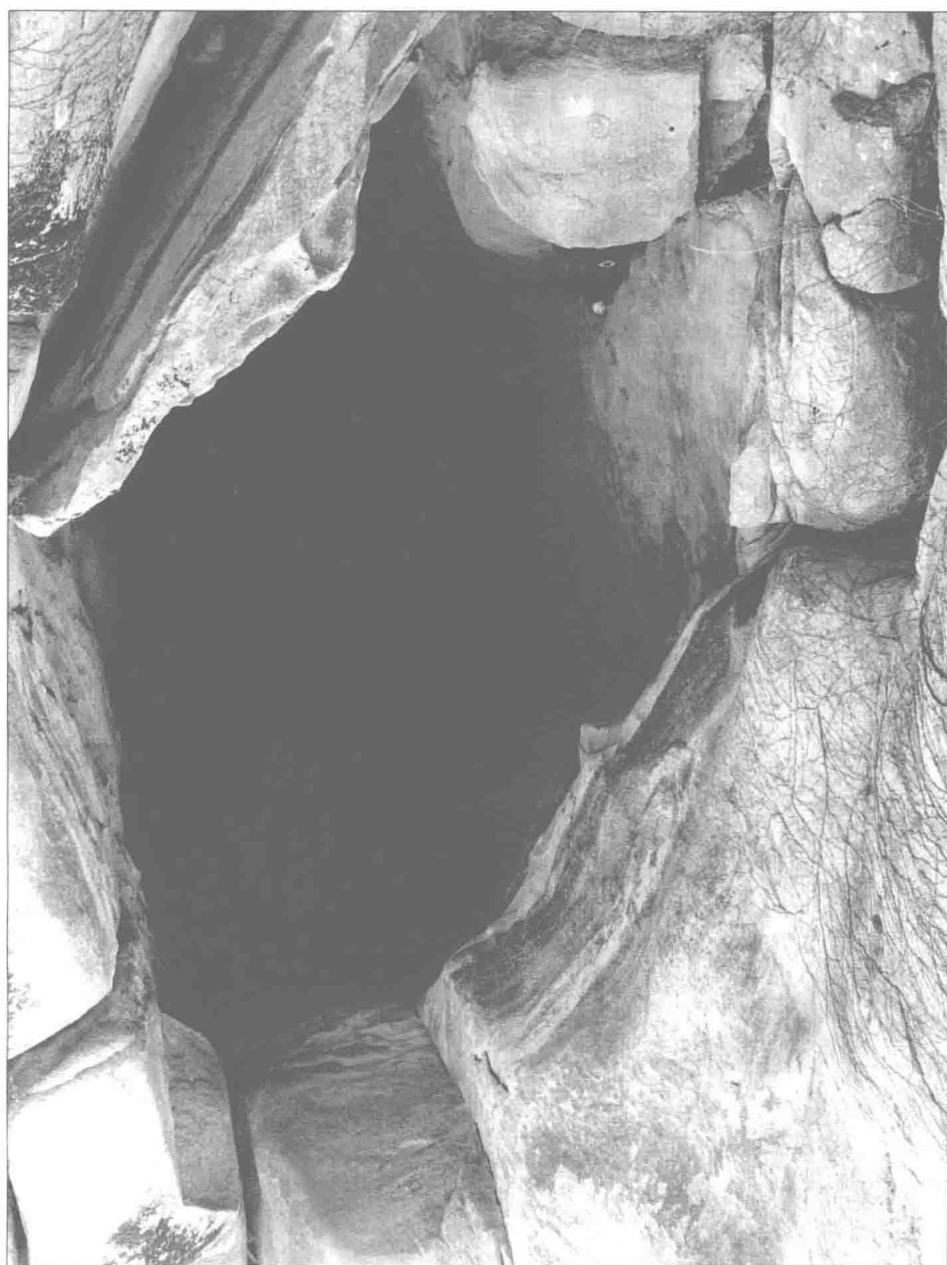
开 本	787 × 1092 1/16
印 张	27
字 数	316 千字
定 价	88.00 元

凡购买中国社会科学出版社图书, 如有质量问题请与本社营销中心联系调换
电话: 010 - 84083683
版权所有 侵权必究



書
聲
石





禅者悟义

中国禅修养传承者及实践者。

中国禅丛书系列

禅 养 生 系 列：《茶密人生》

《茶密功夫》

禅 文 化 系 列：《茶密禅心》

《禅者的秘密·饮食》

《禅者的秘密·禅茶》

禅 与 生 命 系 列：《本能》

《生存》

《禅》

禅 修 系 列：《莲花导引》

《莲花太极》(上、下册)

《禅舍》

《五心修养》

禅 艺 系 列：《雪山静岩不二禅画释义》

《不二禅颂》

禅 法 系 列：《中国禅》

《至宝坛经》(上、下册)

禅 画 美 学 系 列：《高明中庸 修身为本》

中国禅讲座系列：《禅问》

《道德经玄机》(上、下册)

“北大、复旦生活禅智慧”讲座光盘

目录

003 禅画美学总序

086 导言

095 第一章 天命率性修道教

096 第一节 儒家之天命

124 第二节 “中”之三义

162 第三节 天地人合一

187 第四节 何为君子

203 第二章 天地万物致中和

204 第一节 中和之道

234 第二节 中和之境

259 第三节 致中和

267 第四节 以人为本

285 第三章 见隐显微君慎独

286 第一节 君子修道之法“慎独”

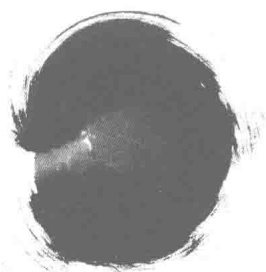
318 第二节 儒、道、禅修法之异同

347 第四章 诚明明诚诚为本

348 第一节 君子心即诚心

370 第二节 至诚致曲

心
禅
观
美



雲龍石



禅画美学总序

许多人见到“禅”便马上联想到“禅宗”，这就像一提到“太极”就马上想到“太极拳”一样，这样的理解不够全面。“禅”，尤其是“中国禅”，绝非是以宗教形式存在，其中禅学、禅理、禅修、禅文化、禅艺术、禅养生等，皆属于“禅法”，“禅宗”原意是指以“禅”为宗旨的修行门派，后世由于佛教宗教化现象严重，“禅宗”就变成了以宗教形式弘法的教派。

在禅门，五祖弘忍大和尚是禅法变革的分水岭。五祖以上的禅，称“如来禅”“达摩禅”，五祖门下出了惠能和神秀两位大师，其后因修法不同，分出了惠能顿悟（南禅）和神秀渐悟（北禅）两种禅法，史称“南顿北渐”。

至唐末时，各种因缘际会，汉地佛教几乎尽归南禅。南禅的顿悟法门是六祖惠能大师开天辟地将佛法中国化，改变了过去佛教中过于形式化、宗教化、哲理化、高深化、神秘化等内容，适当融入了儒、老、庄的一些思想智慧，创立出的一种适合中国人修行的新禅法。惠能大师将活生生的人放

在无与伦比的重要位置,禅法的核心是为了活着的人的当下自在,在当下的一举一动、一言一行、一意一念中契合自己的本来面目,这就是所谓“全体大用”“只破不立”的“中国禅”。六祖平日说法经弟子法海整理成书,后世弟子尊其为《六祖法宝坛经》,这是中国人自己的佛经,也是唯一一部非释迦牟尼佛亲讲的经书。

再后,六祖门下南岳怀让、青原行思二系大开宏门,再至马祖建丛林,百丈立清规,一时天下学人无不以“走江、湖”朝见石头、马祖两位大师为荣(详见拙作《中国禅》)。佛法的彻底中国化道路由此展开。“中国禅”应运而生,因其以心为宗,齐同凡圣,融摄万有,顿悟成佛,故称“中国禅”“祖师禅”。

由于南宗禅师们接引学人的禅风不同、重点不同,唐末、北宋进一步分出了“五家七宗”,被称为“分灯禅”“越祖分灯禅”。

“中国禅”主要指的是由六祖惠能创立至“分灯禅”陆续成立,这二百多年时间的禅法。这段时间的禅法最纯正,大师辈出。祖师们说法手眼通明、神鬼莫测,杀活自如,见行皆圆;禅风大开大合,云水无痕,境去不留;祖师语录精彩绝伦、妙趣横生,见机说法,说法随缘。凡学人之机用、境界、见地、凑泊,一望便知,不待多言,于是敢在悬崖放手,能于水底捞月,拈花皆可意,睹物便成佛。此一番大丈夫的所行所为,到了南宋,由于社会风气等各方面原因,逐渐变异成了“文人禅”“枯木禅”“口头禅”“狂禅”。

虽然修禅早已成为一种社会时尚,但真正的禅法渐已式微,禅法被固定化、符号化、高尚化、优美化、诗词歌赋化……曹溪的朴实禅风逐渐丧失,

原有的峻峭洒脱的机锋、杀活随心的棒喝逐渐变成了“死法”。

元朝时，有高峰元妙、中峰明本、天如惟则等禅师出世，为了针砭时弊，重振禅风，禅师们大力提倡以实修实证为本，这是纠正宋禅的文人化、诗词化、理论化、高雅化倾向，回归“中国禅”本来面目。

“禅”本是生命的灵光，本是“美”的最集中体现，生命的灵光是人心中本自具足、自由自在、妙明纯真，哪有什么不美？然而南宋时，经喜好舞文弄墨的士大夫们的刻意修饰，禅变得唯美文弱，高不可攀，此恰如无根之木，又似水中浮萍。高高在上、孤芳自赏的“美”能有多久的生命力？可惜的是，元禅虽在修行方式上回归，但由于各方面综合原因，依然难挽大局。

再至明朝，禅门已变为以“禅净双修”为主，辅以“禅道双修”“禅密双修”等，“中国禅”玄旨已变，明朝禅门，属于外禅内净土。

清时，早期几位帝王如顺治、康熙、雍正、乾隆都和“禅”有极深渊源，其中尤以雍正为代表。他自号“圆明”，以人间教主、超等禅师自居，不仅自己常闭关修禅，还升堂说法，带领大臣们修禅。他把禅和政治融为一体，这使“禅”世俗化、政治化，此时一部分“禅师”依附皇权，颂扬朝政，另一部分“禅师”则反对统治，参与“反清复明”。结果是，无论哪一派都莫名其妙脱离修行的根本，陷入激烈的互相指责。“禅”变成了一种斗争工具，而“中国禅”的精髓却无影无踪。

什么是“中国禅”的精髓？即为了帮助世人理解和契合自心，禅师们采用了包含但不仅限于语言文字形式的说、写、讲、述、唱、颂、诗、词、诀、修等丰富多彩、灵活生动的修行和教育方法。禅师们教法灵活，以其自身昭昭

使人昭昭,或以其自身昏昏使人昭昭。“禅法”就是无论顺逆,全体大用,帮助学人契入无形禅门的法宝,这种无形的门称为“法门”。

什么是“中国禅”的特点?即“禅”必须全然无碍地融入生活。“生活禅”是“中国禅”的日常修行方式,这种修行是基于人的日常生活,在生活中灵活发挥“禅”的智慧。禅者穿衣吃饭、言谈举止,无不契合深奥玄妙的“禅法”。可以说,生活化、平实化是“中国禅”的特色、特点和特征。

什么是“中国禅”的本来面目?便是来源于生活,最终回归于生活,成为人人不可离、时时不可少、处处不可缺的人生智慧。

进一步说,“中国禅”是唯一一种圆融了不同区域文化、宗教信仰、科学领域、语言文字、学术见解等方面,统一了形而上的“极高明”和形而下的“道中庸”的实践方法。唐末,经日本、朝鲜半岛“遣唐使”学成回国后,他们迅速融合了本国传统、文化,发展出至今依然具有鲜明特色,并以大众喜闻乐见形式存在的“日本禅”“韩国禅”。

“中国禅”变革了达摩祖师传来的“印度禅”修行方式。惠能祖师破除了各种能束缚人的障碍,使得人人都可以用自己的方式,在生活中契合“中国禅”修养,并给自己的人生带来显著的身、心变化。

“中国禅”的禅者,是一个个平凡人、普通人。绝对没有什么特别的形式叫“禅修”,“禅修”也不是某些人的专利,而是能在明师指引下,和生活、事业、家庭的所有方面密不可分。生活中所有的点点滴滴都是一次次修行的过程,行住坐卧、悲欢离合,处处有禅机。

“中国禅”中,也没有什么特定状态、行为、着装的人叫“禅师”。每一位

能当下起用禅的智慧,应机、应时、应人帮助他人获得安心的觉者,都是“禅师”!这些人没有固定形象,或者必须以某种身份出现。他们可能是任何人,可能如普化禅师一样疯疯癫癫扛着棺材四处圆寂;也可能和庞居士一样,一家四位大禅师,却做着小生意,种着地,事事凡夫时时禅;也可能是撑船的船子,能在渡口等弟子几十年;也可能是位不起眼的老婆婆,在街边摆个摊,轻描淡写地为自认为天下无敌的“周金刚”点个“心”……

由此可见,“中国禅”的祖师们不仅会显出家相,更多地会以各种面貌示现。一切的显“相”都是为了时代的需要,可以说,这个时代的民众需要什么“相”,祖师们就会显什么“相”。无论以什么“相”出现,只要具备了“中国禅”自性起用的功夫智慧,任何相都是“大禅师”。至于什么身份、什么经历,起眼或不起眼、出名或不出名,这些都不是“中国禅”在意的范围。也就是说,禅门师者必能契合禅门正法,导人脱离迷信、愚痴。相反,住在出家相、修行相等各种“相”里,自诩某某传人,修行却心外求法,说法也不明奥义,平时只注重仪式、形式、神秘、庄严,或满嘴禅言禅语,浑身挂满法器佛珠的人,这些人即使具备了各种地位、名誉,又怎能是禅门之师呢?

“禅画美学”是“中国禅”修禅的方法之一,它不属于任何固有的学术、理论、派系、宗教、逻辑,也不属于当代心灵哲学范畴,现代心灵哲学包括行为主义、同一论、功能主义、取消主义等意识自然化进展,以及新奇二元论、泛心论等各种学派,当然还有泛神论、吸引力法则等新心灵神秘科学理论。“禅画美学”和这些无关,是一套独特的、自成体系的禅学理论和实

修禅法。

我们刚才说了,“中国禅”有其鲜明的特点,其宗旨必是为了现实社会的人当下解脱自在,而不是为了超度死去的亡灵;不是为了消灾祈福;也不是为了人死后去往什么极乐世界。“当下”是“中国禅”的核心点。“生活禅”的“生活”便是“当下”,生活在当下,生活于当下。这是“中国禅”的起点,也是“中国禅”的落点。

那么何为“当下”呢?绝对不是得过且过的现实享乐主义,“禅”的“当下”包含了“现实”和“与时俱进”两个层面。“禅画”修养就是其中一种代表性修法,在现代日新月异的社会环境里,禅者需能不拘泥古人之法,能走在社会进步前列。注意,禅者要的不仅仅是跟上社会的潮流和步伐,这属于消极的跟随,凡是想着跟上的,就一定跟不上。在任何时代,真正的修行者必是社会上有思想、有精神的大智慧者,是社会风气的引领者、文化的推动者、教育的先行者,也就是说大智慧者必是创新者,而绝对不可能是盲目跟随者或东拼西凑的复制者。

“禅画”不仅仅是“画”,它可以说是今天依然存在的一种独特的、灵活的、有生命力的古象形文字,这是“中国禅”和南传佛法、印度禅、日本禅、韩国禅的不同之处。有读者会问,不是日本、韩国也有“禅画”吗?是的,以日本禅为例,日本禅师中尤以一休、白隐等禅师的禅画作为代表。这些日本禅画在模仿中国唐宋文人画的基础上,融合了日本文化的显著特征,故此和“中国禅”中的“禅画”有显著差异。并且,它们被作为一种有价值的艺术品、收藏品在流传。

那么“中国禅”之画有什么鲜明特点呢？我们要从文字说起。今天引领世界的西方文明，其传递体系主要以口语传达为主，西方虽有文字，但却是作为语言之辅助的。西方文明的拼音文字符号系统，和东方象形文字不同，是为了记录语言、表现语言，并由语言而诞生的，这些文字不能摆脱语言或脱离语言而独立存在，拼音文字符号系统是一个仿拟语言系统。

西方是以语言为中心的文明，这样的文明，和以象形文字为主要传承方式的中华文明迥然不同。有不少西方学者认为，从原始的图象文字到拼音，这是人类文明的进步。世界上的古文明，如埃及、美索不达米亚都灭亡了，美索不达米亚地区及埃及亡于希腊人、拉丁人及闪族人。因此看起来好像世界上主要文明后来均改用拼音，古印度文明因为雅利安人的影响，也是如此，只中国是例外。真是这样吗？希腊人、拉丁人、闪族人灭了古文明，用简便的拼音文字系统替代了图画象形系统，这是暴力武力的作用，能说是文明的进步吗？

人类在大约6000年前就有了象形文字，后来巴比伦和苏美尔人又发明了楔形文字。楔形文字可以上下竖写，也可以左右横写，它由最初的象形文字系统发起，字形结构之后逐渐简化和抽象化。楔形文字多用刻画形式表达，人们常用芦苇杆或木棒压印在泥板上来书写，线条笔直形同楔形，文字笔画大都为具三角形的线条，而字形也随着文明演变，逐渐由多变的象形文字统一固定为音节符号。

大约4000年前，地中海东岸崛起的腓尼基人发明了腓尼基文字，现在一切字母文字，比如阿拉伯语、希腊语、拉丁文、希伯来语、英语等，都可以

说是直接或间接从腓尼基文字发展而来。腓尼基人因与埃及人常有贸易交易,而埃及象形文字较中国象形文字更具象,这种符号后来被视为声音符号的起源。后来腓尼基的宗教人士把文字改成有秩序的字母,商业交易由此变得更加便利。

中国象形文字和西方不同,属于非拼音字母系统文字,象形文字本是“画”中含“文”“文”中有“画”的。并且,文字和语言可以分别独立,以现今考古资料来看,汉字的发明比苏美尔文字、埃及文字、克里特文字都要早。另外要注意的是,所有历史悠久的古文明文字,均没有采用拼音方式的。

汉字是历史最悠久、最智慧的文字系统,也是人类历史上唯一延续了古文明的文字系统。

即使在西方,人们只要发现语言系统有所不足时,所能设想建立的真正文字系统,仍以汉字为基本思考模型。作为象形存在的汉字是唯一一种有思想的文字,并且其具有极为丰富的内涵。汉字内涵之微妙,可以说在所有的文字里绝无仅有,其语言与文字之间可以有一种平衡的动态关系。有的字正、反意同时存在,如:“止”就同时包含了“止”和“趾”两层含义;再如“息”,心中火起,心火便可“熄”,心中慧水常生,便是生生“不息”;再如“停”,乃是人安立于一亭休憩,暂时的停止是为了下一步更稳地出发;“舒”乃是舍+予,舍是自舍,予是给予,能够自舍而给予他人才是“舒”;“劣”是少力,人如果偷懒、怕苦、喜欢享乐,便是“劣”。

.....

人类的文字,唯有汉字,有这样辩证的哲学内涵,其中有的多音;有的