

# 禅话

南怀瑾 著述



南怀瑾

复旦大学出版社



复旦大学出版社南怀瑾著述单行本

(台湾老古文化事业股份有限公司授权出版)

- 《论语别裁》  
《孟子旁通》  
《易经杂说》  
《易经系传别讲》  
《原本大学微言》  
《禅海蠡测》  
《楞严大义今释》  
《楞伽大义今释》  
《禅宗与道家》  
《禅话》  
《定慧初修》  
《学佛者的基本信念》  
《中国佛教发展史略》
- 《如何修证佛法》  
《圆觉经略说》  
《金刚经说什么》  
《药师经的济世观》  
《静坐修道与长生不老》  
《道家、密宗与东方神秘学》  
《老子他说》  
《中国道教发展史略》  
《亦新亦旧的一代》  
《历史的经验》  
《中国文化泛言》  
……

ISBN 978-7-309-11602-1



9 787309 116021 >

定价：25.00元

www.fudanpress.com.cn

图书在版编目(CIP)数据

禅话/南怀瑾著述. —3版. —上海: 复旦大学出版社, 2016. 3  
ISBN 978-7-309-11602-1

I. 禅… II. 南… III. 禅宗-研究 IV. B946.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第 157875 号

禅话

南怀瑾 著述

策划创意/南怀瑾项目组

编辑统筹/南怀瑾项目组

责任编辑/陈 军 邵 丹

复旦大学出版社有限公司出版发行

上海市国权路 579 号 邮编: 200433

网址: fupnet@fudanpress.com <http://www.fudanpress.com>

门市零售: 86-21-65642857 团体订购: 86-21-65118853

外埠邮购: 86-21-65109143

上海春秋印刷厂

开本 787 × 960 1/16 印张 9.5 字数 96 千

2016 年 3 月第 3 版第 1 次印刷

印数 1—5 100

ISBN 978-7-309-11602-1/B · 540

定价: 25.00 元

---

如有印装质量问题, 请向复旦大学出版社有限公司发行部调换。

版权所有 侵权必究

書不盡言  
言不盡意  
自覺聖智  
完成人格

辛卯冬二二

九四補童

南懷瑾



## 出版说明

禅宗，是中国佛教的一大宗派，其独特的人生态度、价值观念、审美情趣和思维方式，曾对中国古代社会的朝野人士，尤其是士大夫阶层产生了极为深广的影响，使之与中国思想文化史结下了不解之缘。研究禅宗的形成、发展和演化，探求它在各个时期的特点，也因此成为学术研究领域的一大课题。本书是著名学者南怀瑾先生撰写的一部介绍早期禅宗的人物和史事的著作，通俗易懂，简明扼要，甚便初学者阅读。

兹经版权方台湾老古文化事业公司授权，将老古公司二〇〇九年六月版校订出版，以供研究。

复旦大学出版社

二〇一五年十一月二十六日

萧萧，雨洒洒，飘飘黄叶止儿啼。”如斯而已矣乎！

但能了解此意，则对我写作、讲说，每每中途而废之疑，即可谅之于心。其余诸点，暂且拈出一些古人的诗，借作“话题”一参，当可会之于心，哑然失笑了！

关于第一问者：

中路因循我所长，由来才命两相妨。  
劝君莫更添蛇足，一盞醇醪不得尝。

（杜牧）

促柱危弦太觉孤，琴边倦眼眊平芜。  
香兰自判前因误，生不当门也要锄。

（龚自珍）

关于第二问者：

饱食终何用，难全不朽名。  
秦灰招鼠盗，鲁壁窜鰕生。  
刀笔偏无害，神仙岂易成。  
却留残阙处，付与竖儒争。

（吴梅村）

关于第三问者：

一钵千家饭，孤身万里游。  
睹人青眼少，问路白云头。

（布袋和尚）

勘破浮生一也无，单身只影走江湖。  
鸢飞鱼跃藏真趣，绿水青山是道图。  
大梦场中谁觉我，千峰顶上视迷徒。  
终朝睡在鸿蒙窍，一任时人牛马呼。

（刘悟元）

南怀瑾

3

一九七三年孟春

# 目 录



出版说明 1

话头 1

中国禅宗的初祖——达摩大师 1

对我是谁人不识 2

面壁而坐 终日默然 5

为求真理而出家的少年学僧——神光 6

神光的断臂 8

达摩禅 12

了不可得安心法 12

禅宗开始有了衣法的传承 14

达摩所传的禅宗一悟便了吗 17

达摩禅的二入与四行 18

五度中毒 只履西归 24

|                     |    |
|---------------------|----|
| 南北朝时代之中国禅与达摩禅       | 27 |
| 北魏齐梁之间佛学与佛教发展的大势    | 27 |
| 齐梁之间中国的大乘禅          | 29 |
| 中国大乘禅的初期大师          | 30 |
| 南朝的奇人奇事——中国维摩禅大师傅大士 | 34 |
| 平实身世                | 34 |
| 照影顿悟                | 34 |
| 被诬入狱                | 35 |
| 舍己为人                | 36 |
| 名动朝野                | 38 |
| 帝廷论义                | 40 |
| 撒手还源                | 42 |
| 附：有关傅大士的传记资料        | 44 |
| 还珠留书记               | 45 |
| 禅宗三祖其人其事            | 47 |
| 从禅宗四祖的传记中追寻三祖的踪迹    | 48 |
| 向居士与僧璨的形影           | 49 |
| 关于向居士与神光大师的短简名书     | 50 |

|                   |    |
|-------------------|----|
| 僧璨大师的时代和历史        | 51 |
| 《信心铭》的价值          | 52 |
| 达摩禅与二、三祖的疑案       | 56 |
| 二祖慧可与三祖僧璨         | 57 |
| 二祖晚年的混俗问题         | 59 |
| 有关二祖传记的疑案         | 61 |
| 中国佛教原始的禅与禅宗四祖的风格  | 63 |
| 南北朝至隋唐间禅道的发展与影响   | 63 |
| 汉末有关习禅的初期发展史料     | 64 |
| 东晋以后有关习禅的史料与论评    | 65 |
| 禅宗四祖道信的笃实禅风       | 67 |
| 轻生死重去就的道信大师的风格    | 70 |
| 五祖弘忍大师            | 72 |
| 破头山上的栽松老道         | 73 |
| 平凡的神奇充满了初唐以前的禅门   | 75 |
| 隋唐以后盛传的三生再世之说     | 77 |
| 道信大师与弘忍大师的授受祖位与其他 | 78 |

|               |     |
|---------------|-----|
| 懒融其人          | 80  |
| 隋唐间达摩禅的分布     | 80  |
| 破头山与牛头山       | 81  |
| 赚得百鸟衔花的懒融     | 83  |
| 善恶一心都可怕       | 83  |
| 在山的悟对和出山的行为   | 85  |
| 法融一系的禅心与文佛    | 88  |
| 诗境与禅语         | 88  |
| 吹布毛的启发        | 89  |
| 老难为善          | 90  |
| 至圣独照的隽语       | 91  |
| 法融一系的禅心与文佛索引表 | 91  |
| 马祖不是妈祖        | 94  |
| 一段民间传说的插曲     | 96  |
| 马大师活用了教学法     | 97  |
| 一颗大明珠         | 98  |
| 猎到一个弓箭手       | 100 |
| 不离本行的猎手       | 102 |

又是一颗明珠 103

唐宋间与湖南有关的禅宗大德 105

南宗禅在唐初的茁壮 111

南行禅道落在江湖 112

奠基南宗的两大柱石 113

行思禅师 115

初唐时期的文化大势 116

唐初中国佛学的茁壮 118

一砖头打出来的宗师 119

附录

禅的幽默 123

南怀瑾先生著述目录 135

# 中国禅宗的初祖

## ——达摩大师

据禅宗史料的记载，菩提达摩秉着他师父（印度禅宗第二十七祖般若多罗）的遗教，正当中国南朝梁武帝普通元年、北魏孝明帝正光元年（公元五二〇年）期间<sup>①</sup>到达了中国。他师父的遗言说：“路行跨水复逢羊，独自栖栖暗渡江。”便是指他由南印度渡海东来，先到南朝与梁武帝见面，话不投机，因此就栖栖惶惶地暗渡长江，到了北朝的辖区河南的嵩山少林寺。佛典中对于杰出的人才，向来比之为龙象。达摩大师在南北朝时代，传授了禅宗的心法，虽然有了二祖慧可（神光）接承了他的衣钵，但是道育和尚与道副和尚以及比丘尼总持，也都是他的入门弟子。尤其是神光与道育，更为杰出。但是他们遭遇的时势，与传教的阻力也更为艰难。这便是他师父遗言所谓“日下可怜双象马，二株嫩桂久昌昌”的影射了。

中国的画家，在元、明以后，经常喜欢画一个环眼碧睛而虬髯的胡僧，足踏一枝芦苇，站在滔滔的波浪间，作前进的姿态，那便是描写达摩大师由南朝暗渡长江而到后魏的典故。达摩偷渡过江到

---

<sup>①</sup> 据《景德传灯录》（宋本）的西来年表。

北方去是不错，是否用一枝芦苇来渡江，却无法稽考。这很可能是把神僧“杯渡和尚”的故事，纳入“独自栖栖暗渡江”的诗情画意中，以增添达摩的神异色彩。

## 对我是谁人不识

2

达摩大师由南印度航海东来，先到了广州。那时，距离唐太宗时代大约还差一百年，玄奘法师还没有出生。而在这以前，印度的佛教与印度的文化传入中国，都是从西域经过中国西北部而来的。中国历史上所称的北魏（或称后魏），便是佛教文化的鼎盛地区，也是南北朝期间佛教最发达的时期。同时，也是中国佛教从事翻译，讲解佛经义理，寻思研探般若（慧学）等佛学文化的中心重镇。

同此时期，南朝的梁武帝也是笃信宗教的统治者，他以宗教家的资质，虔诚地相信佛教与道教。曾经亲自讲解佛经与《老子》，又持斋信佛，舍身在佛寺里做工。作为一个政治上的统治人物，以帝王之尊，舍身佛寺为奴，又充当传教师，讲解道书，过一过传教师与学者的瘾，这已是违背大政治家的法则，没有做到无偏党而“允执厥中”，也可以说，因此便注定他要失败的后果。所以达摩大师的师父（般若多罗），六十年前远在印度时，便预言他会失败。他告诉达摩说：“你到中国传道，将来悟道之士，多不胜数。但在我去世后六十多年，那一个将有灾难，犹如‘水中文布’（指梁武帝），你须好自为之。最好不要在南方久耽，因为南方的领导者，只是喜欢世俗有所为而为的佛教功德，对于佛法的真谛，并没有真正的认识。”

达摩大师又问他师父，中国佛教以后发展的情形。他师父说：“从此以后再过一百五十年，会有个小灾难。”同时告诉他另一预言：“心中虽吉外头凶，川下僧房名不中。如遇毒龙生武子，忽逢小鼠寂无穷。”这便是指中国佛教僧众中有些不自检点，因此招来北周武帝的废佛教、废僧尼的灾难，也就是中国佛教史上有名的“三武之难”之一。

预言的偶中也罢，不幸而言中也罢，这是禅的零星小火花，而非禅的重心，并不足为奇。后来达摩大师初到南方与梁武帝见了面，梁武帝果然问他：“朕（我）登位以来，造佛寺、写佛经，引度人们出家为僧，多得不可胜记。我这样作功德，请问会有什么结果？”大师说：“这些并无功德。”梁武帝问：“何以没有功德？”大师说：“这些事，只是人们想求升天的果报，终归是有渗漏的因果关系。犹如影子跟着形体，虽然是有，毕竟不是真实的事。”梁武帝又问：“怎样才是真的功德呢？”大师说：“真正智慧的解脱，是证悟到智慧的体性，本来便是空寂、圆明、清静、妙密的实相无相。这种智慧成就的真功德，不是以世俗的观念求得的。”梁武帝问：“怎样是圣道最高的第一义呢？”大师说：“空廓无相，并无圣道的境界。”梁武帝问：“那么，与我相对的是谁呢？”大师说：“不知道。”

新语云<sup>①</sup>：原文记载：“帝问：‘如何是圣谛第一义？’师曰：‘廓然无圣。’帝问：‘对朕者谁？’师曰：‘不识。’”今皆擅加语体新译，以便此时此地的读者容易晓了。如要求准确，仍须

<sup>①</sup> 本书作者的案语。

读原文为准，不必随便阿从。

唯“不识”一句，应照唐音读之。相当于现在的广东话、闽南语。盖广东话及闽南语，还能直接唐音。如照现代语读之，认为“不识”，就是不认识的意思，大体固然可通，究竟离禅宗语录的原意甚远了。

又：禅宗教人直接认识“我”是什么？什么是“我”？元、明以后的禅师，教人参“念佛是谁？”也便是这个意思。梁武帝被达摩大师迫得窘了，问到得道圣人们至高无上的真理，第一义谛的境界是什么？大师便说那是空廓无相，也无圣道存在的境界。因此使梁武帝更窘，所以他便直截了当用责问的口吻说：“对朕者谁？”这等于说：既然没有境界，也没有圣道和圣人的存在，那么，你不是得道的祖师吗？得道的祖师岂不就是圣人吗？那你此刻和我相对，你又是谁呢？这一句，真问到关节上去了。大师就抓住这个机会说：“莫知”啊！这等于说：不要说我本非我，你梁武帝若能真正懂得我本非我，现在相对之你我，毕竟无“我”可得时，你便成了！可惜梁武帝真“莫知”啊！所以大师也只好溜之大吉，偷偷地暗自渡江北去了！

关于“廓然无圣”一语，解释得最透彻的莫过于明末禅宗大师密云圆悟的答问《中庸》“虽夫妇之愚，可以与知焉。及其至也，虽圣人亦有所不知焉”的话了。密云圆悟禅师说：“具足凡夫法，凡夫不知。具足圣人法，圣人不知。凡夫若知，即是圣人。圣人若知，即是凡夫。”《尚书》多方说：“唯狂克念作圣，唯圣罔念作狂。”皆作如是观。

## 面壁而坐 终日默然

达摩大师渡过长江，到达少林寺后，便一天到晚默然不语，面对石壁跏趺而坐（俗名打坐）。他本来是从印度过来的外国和尚，可能当时言语不太通。同时，那个时代的人们，除了讲论佛学经典的义理以外，只有极少数的人学习小乘禅定的法门，根本就不知道什么是禅宗。因此，一般人对于大师的“终日默然，面壁而坐”就莫名其妙所以然了。所以大家便替他取了一个代号，叫他“壁观婆罗门”。当此之时，举世滔滔，哪里找到明眼人？哪里找个知心人？又向哪里找个“举世非之而不加沮，举世誉之而不加劝”，立志以天下为己任的继承人呢？所以他只有独坐孤峰，面壁相对，沉潜在寂默无言的心境里，慢慢地等待着后起之秀的来临了！

新语云：后世学禅的人，有的“拿到鸡毛当令箭”认为要学禅宗，便须面对墙壁打坐，才是禅门的心法。而且这种情景，愈传愈久，流入唐、宋以后的道家，修炼神仙丹法者的手里，就变成“百日筑基，三年哺乳，九年面壁”的修道程序了。换言之，只要花上十二三年的修炼代价，便可“立地成仙”而“白日飞升”。比起六岁开始读书求学，花上十二三年的时间，才拿到一个学位，然后谋得一个职业，也仅得温饱而已。如此两相比较，学仙实在太划得来。究竟是耶？非耶？或仅为梦寐求之的呓语耶？暂时保留意见，姑不具论。但把达摩大师初到