

曹溪南华禅寺建寺一千五百周年 禅学研讨会论文集



广东韶关南华禅寺
曹溪佛学院

2002年11月

目 录

- “禅”的原始奥义探玄 巫白慧 (1)
- 中国禅学的印度渊源初论 李建欣 (7)
- 论六祖惠能革新佛教的意义及对佛教中国化的推进 洪修平 (14)
- 论六祖革命 赖永海 (27)
- 六祖惠能的生平和思想 徐文明 (31)
- 论慧能禅宗的思想 邢东风 (51)
- 略说六祖惠能顿教法门之“现世精神” 刘斯翰 (63)
- 慧能的顿悟学说 法 缘 (67)
- 慧能的自性佛思想 伍先林 (89)
- 慧能与“无相戒” 法 温金玉 (94)
- 六祖涅槃说与三身四智 刘慧殊 (100)
- 慧能南宗禅的现代意义 黄夏年 (105)
- 六祖惠能禅法思想与社会主义社会相适应之契合点 戚卫党 (111)
- 六祖慧能禅学的特征与意义 宋立道 (115)
- 惠能与禅宗的认识论哲学 宫哲兵 (128)
- “慧能与中国文化”研究纲要 董 群 (133)
- 关于六祖大师研究中的一个被忽视的问题 李富华 (140)
- 试论《坛经》宗旨 (台湾) 惠 谦 (148)
- 《六祖坛经》初探 照 空 (155)
- 《祖堂集》卷二《惠能和上章》校订 桑宝靖 孙昌武 (163)
- “禅宗六祖传法偈之分析”读后 蒋劲松 何 冰 (167)
- 《六祖坛经》“獼猴”辞义新解 张新民 (176)
- 《六祖坛经》法语浅释 角建瓴 (183)
- 敦煌三种禅辑研究 杜斗城 梁 红 (186)
- 禅宗僧人与悉昙歌辞 王邦维 (192)
- 一行三昧与慧能禅法 陈 兵 尹邦志 (195)
- 关于“顿悟”与“渐悟”辩论问题的再认识 夏金华 (200)
- 从禅宗公案透视禅学 杨佛兴 (208)
- 宋代禅门自律型制度伦理管窥——以《禅苑清规》为视点 黄 奎 (212)
- 从“无相戒法”到“百丈清规” 王月清 (220)
- 禅：生存智慧和生命之美 吴 珍 (230)
- 从牟子到慧能 黄有仁 (234)
- 唐代慧能“三碑”对其禅法的理解 孙昌武 (240)
- 慧能三碑与其作者 普 慧 (247)
- 永嘉禅法的时代意义 惠 空 (256)
- 商讨禅宗发源地 智 楠 (267)
- 《圆觉经》对禅宗思想及诗歌的影响 吴言生 (271)

- 行思禅系在晚唐五代前期闽中的传衍 王荣国 (278)
- 仰山慧寂生平事迹略考 华方田 (282)
- 六祖惠能大师与仰山慧寂 (日本) 斋藤智宽 (294)
- 也谈文益禅师参桂琛的地点和年代 谢重光 (304)
- 论憨山大师的中兴曹溪及其禅学 龙晦 (310)
- 论憨山大师的思想特色 崔正森 (316)
- 憨山大师对《法华经》的参悟与判释 冯焕珍 (322)
- 憨山德清与方册大藏经 (日本) 中岛隆藏 (338)
- 王安石禅诗表现之思想 (韩国) 朴永焕 (348)
- 虚云大师的最后十年 徐清祥 (353)
- 惟因法师爱国爱教的一生 戴晨京 刘芳 (356)
- 印顺禅宗思想解读 麻天祥 (359)
- 曹溪通四海,南禅播五洲——一位世纪老人的禅宗史研究 邓子美 (385)
- 慧能大师的顿教禅法及其在东亚的传播 杨曾文 (390)
- 近十年来日本学界对中国禅宗的研究状况 圣凯 (402)
- 鸠摩罗什弘传的实相禅:思想、特色与影响 宣方 (411)
- 菩提达摩碑文考释 纪华传 (426)
- 论中国禅宗的缘起与嬗变 王路平 (435)
- 南五宗与福建 何绵山 (442)
- 道安著作综述 方广钊 (446)
- 慈航法师在台湾创办僧伽教育及其影响 张金德 王荣国 (456)
- 论佛教道德的层次性特征 魏德东 (461)
- 中国特色的佛教 曹何 (466)
- 世界史上两大宗教改革之比较 谭元亨 (469)
- 附:提供会议论文提要 (474)
- 慧能与中国禅宗 刘元春
- 《六祖坛经》与中国禅学的精神 魏道儒
- 敦煌本《第七祖大照和尚寂灭日斋文》误字指实 温玉成
- 慧能顿悟禅与大卿渐修阿含佛法比观 如吉
- 虚云老和尚与曹溪禅风 高振农
- 中国近代禅门中兴功臣观本史迹考 何建明
- 论禅宗思想对藏传佛教思想的影响 班班多杰
- 憨山大师与《楞严》 吕建福

“禅”的原始奥义探玄

巫白慧

内容提要：本文将根据奥义书探讨“禅”的原始奥义——原始形态：

一、“禅”的梵语原文原义。梵语 dhyana，汉语音译为“禅那”，或“禅”。后者是前者的缩写。“禅那”的原义是“沉思、静虑”，是奥义书所说的修定心理活动过程中的一个心理活动。

二、禅那在修定心理活动系统的位置。修定心理活动过程共有二十六个阶段，禅那是在第六个阶段。过程中的第一、二位（名、言）和第九至第十二位（食物、水、热、空）表明物质首先存在，定中心理活动是基于对物质存在的反映而引发的。过程中的第六位（沉思——禅那）、第七（知识）和第十九位（信仰）表示禅定、智慧、信仰三者在内心寻求悟证梵我谛理上相辅相成的密切关系。过程中的末位（一切来源于我）是说修定者已在定中修完整个过程，在过程的尽头悟证到我的真理。

三、禅那的哲学内涵。奥义书哲学家把禅那拔高为一个哲学范畴，赋予它超验性的内涵：“……大地似乎在禅思，气层似乎在禅思，上天似乎在禅思，水域似乎在禅思，山岳似乎在禅思，天神与人似乎在禅思。”（《歌者奥义》VII.6.1）。这表示物质与精神关系：物质（大地、气层等）是基础，精神（禅思）是上层，后者是前者的反映。在奥义书哲学家看来，二者同一，似是心物一如的境界。

四、禅那即是“唵 aum”。禅那既是修定的方法，同时也是修定的对象。作为修定的对象，禅和唵字一样，具有超验的神秘内涵，本身就是奥义书哲学家设想的超验实在，经验世界就是由它变现出来的换幻象。作为修定的方便，禅那也和瑜伽一样，同是修定的最基本和最有效的方法和途径。

五、六祖菩萨说：“菩提本无树，明镜亦非台。本来无一物，何处若尘埃？”超验的禅那本然包摄经验世界的一切，本来不缺一物，也不多一物，不增不减，正是“本来无一物”的境界。

“禅”随着印度佛教传入中国后，开始了它的中国化的漫长过程，而所谓“如来禅、祖师禅”的出现正是标志着这个过程的终点。本文拟将之反本还原——追溯中国禅在印度的原始形态，用以说明后者在中国的发展、演变的深度与广度。

一、“禅”的梵语原文

“禅”的梵语原文有两个形式：“dhya”和“dhyana”，前者见于吠陀经，后者见于吠陀后的奥义书。二者出于同一动词根“dhyai”，并由此派生出这两个抽象名词。“dhyana”传入中国后，被音译为“禅那”，或略说为“禅”。它的意译在唐以前是“弃恶、功德丛林、思维修”；唐以后的译意是“静虑、思维、摄念”。

二、“禅”的最初形态

“禅”在奥义书中的最初形态是一个入定的心理活动。《歌者奥义》（VII.1-26）描绘修

定过程中有 26 个心理活动：1、名；2、言；3、意；4、愿；5、心；6、静虑（禅那、禅）；7、知识；8、力量；9、食物；10、水；11、热；12、空间；13、忆念；14、希望；15、呼吸；16、谛理；17、智；18、慧；19、信仰；20、成就；21、活动；22、快乐；23、无限；24、有限；25、我；26、一切来源于我。从哲学上看，这个定中心理活动过程具有如下的意义：（一）过程中的第 1、2 位（名、言）和第 9 至第 12 位（食物、水、热、空）表明物质首先存在，意味着定中的心理活动是基于对物质存在的反映而引起的。（二）过程中的第 6 位（禅那-静虑）、第 7 位（知识）和第 19 位（信仰）表示禅定、智慧、信仰三者在内心寻求悟证梵我谛理上相辅相成的密切关系，正如佛家经常强调“戒、定、慧”三学同修，不可或缺，是导向般若真空、涅槃寂静的正道（佛教的三学可以说是奥义书的禅定、智慧、信仰三者的发展和完善）。（三）过程的末位（一切来源于梵），是说修定者已在定中修完整个心理过程，在过程的尽头悟证到我的真理，这个“我”是个我与真我同一的境界。

三、“禅”的哲学奥义

奥义书哲学家在《歌者奥义》阐述定中 26 个心理活动（概念）的同时，把它们和与奥义书哲学的最高范畴“梵-我”联系起来，赋予它们以“梵-我”的哲学内涵。他们提出表述这一原理的方法是很独特的。例如：“……大地似乎在参禅，上天似乎在参禅，水域似乎在参禅，山岳似乎在参禅，天神与人似乎在参禅。因此，在众人中悟得伟大真理者，他就好象获得禅的一部分。……是故应参禅。”这则奥义阐述设定的超验实在“梵”是经验世界的本原，在这个视角上，经验世界的精神现象（如参禅）和物质现象（如天上地下、山水人神）是不一不异的。不一，是说二者（精神现象与物质现象）在经验意义上，相对地有差别；不异，是说二者在超验意义上，绝对地无差别。同书（VII. 6. 2）说：

“事禅如梵者，随禅修所至，随得如意行，彼事禅如梵”。

这个颂说明“禅”被赋予“梵”的内涵，二者同一。颂中“事禅如梵”意即在哲理上把“禅”拔高到与“梵”相等，即禅即梵，即梵即禅。“随禅修所至，随得如意行”表示按照“禅-梵相融”原理来修定，禅修到什么程度，便证得什么程度的梵理——“如意行”（亦即“自由、解脱”），“好象获得禅的一部分”（也即是梵的一部分）。在这里，“禅”显然和“梵”一样，是被参究的对象。

“禅”作为被参究的对象，等同于圣字“唵”。此字的梵语原文是“aum”，见于奥义书，后又简写为“om”；汉语传统音译作“唵”或“蓬”，意译是“极赞、极至”。《鹧鸪氏奥义》（I. 8. 1）说：“om 就是梵，om 就是这个世界的这一切”。

这就是说，“梵、禅、唵”三者是形异义同——在哲学上，三者同一超验含义，同是被参究的对象。复次，om 的元音“o”是一个复合元音，由“a+u”复合而成。故 om 包含三个字母“a、u、m”（即最初见于奥义书的形式 aum）。它是奥义书神秘符号系统中的原符号。在神学上，“a”是遍入天（毗湿奴）的代号，“u”是紧思天（鲁陀罗）的代号，“m”是大自在天（大梵天）的代号。在哲学上，om 字具有不可思议的超验作用，它总摄三大神为一神，总摄“原人、梵、我”三位为一体，总摄经验世界所有精神现象和物质现象。它象一个神奇的“容器”，储存着整个宇宙。所以奥义书哲学家强调“om 字就是这个世界的这一切”；“aum，此字即一切，它的解释是：过去、现在、未来，一切唯此 aum 字。此外，超三世者，亦唯此 aum 字”（《蛙氏奥义》第一则）。总之，这些奥义是在说明“禅、梵、唵”是被参究的超验对象，并且指出修定者必需采用参禅的方法来参究它们。

“禅”作为参究的方法相等于“瑜伽”。梵语“yoga”，汉语音译为“瑜伽”。Yoga 是从动词根 yuj 派生而成的抽象名词，原意为“（给牛、马）上轭、套轭、相应”。在《梨俱吠陀》（I.

30-37; X. 166. 1) 里, 瑜伽除了保留词根的原意之外, 还有“时机、时代”和“财产、财物”等意义, 但常见常用的是词根的原义。奥义书中的“yoga 相应”是说通过禅那而与“梵我”真理相应的方法。禅那, 在早期《歌者奥义》26 个心理活动中处于并不重要的第 6 位。随着奥义书禅理的发展, 禅那逐步和瑜伽同一起来, 上升到左右修定成败的关键位置。《白骡奥义》(I. 3) 说:

“禅那与瑜伽, 随悟即见到, 隐藏于自德, 神明之自力。
彼正是唯一, 总持并支配, 从时直至我, 所有诸因素”。

《白骡奥义》这个颂实际上是对《歌者奥义》26 个定中心理活动的次序进行调整, 把其中第 6 位的“禅那”、第 7 位的“知识”、第 17 位的“智”和第 18 位的“慧”合成为“禅那”(定)和“悟知”(慧)。二者似有先后, 但实际上是相辅相成, 是二而一, 是习定的重要手段, 在向超验的精神顶峰攀登过程中共同起着无可代替的决定性作用。这就是说, “定、慧”的修持, 到了超验的深层次时, 便能当下直接地顿悟“一切来源于我”的梵我一如的境界。较晚的《慈氏奥义》(VI. 18) 提出包括禅那在内的瑜伽六法——瑜伽的六个方面的内容:

“实现与梵同一, 应知其加行规则: 调控呼吸、抑制感官、
禅那静虑、总持意念、觉观思维、三摩提定。即此六者,
称曰瑜伽(yoga)”。

这段引文清楚地说明“瑜伽”包含着“禅那、三摩提”, 三者(瑜伽、禅那、三摩提)事实上都是“定”的意义, 是三个内涵相同、名称相异的术语。这六条瑜伽加行规则正是实现禅那与瑜伽同一, 构成对被参究对象进行参究的正确方法——藉此能够悟见到“隐藏于自德, 神明之力量”。再者, 六条规则中的第一条“控制呼吸”和第二条“抑制感官”是瑜伽实践的第一步, 是一切禅定的基础。《白骡奥义》(II. 8-15) 对此作了详细的说明: 第一、(瑜伽行者首先)选择一个土地平坦、环境雅静、离诸喧嚣的地方。第二、就地盘膝打坐, 双目闭合, 身体挺直——胸、颈、头三部分端正毕直, 然后, 感官和意识与外境脱离接触, 摄入于心。第三、调节体内气流运动, 使用鼻孔, 减弱呼吸, 犹如御者, 驾驭野马; 瑜伽行者, 控制心意, 勿使放逸。第四、潜心静虑, 集中思维, 到了一定程度, 便会在定境中出现某些自然现象(如日月星光, 风火水气, 烟雾荧光等), 自觉身体轻松, 颜脸光亮, 声音悦耳, 气味馨香, 排泄容易。这些定中景象被认为是瑜伽行的初步结果, 也是在瑜伽实践过程中亲证到梵的初级形象。

在定中亲见梵的初级形象, 表明瑜伽行进入纯心理活动(纯精神的意境)。按照《白骡奥义》(II. 4. 1), 心理活动有两个阶段, 即“意识阶段”和“了知阶段”。前者是说外感官与外在境界接触而产生的认识(感性认识), 后者是指内感官与内在对象接触而产生的认识(理性认识)。内在的理性认识正是取得超验性认识的开始。奥义书哲学家高度评价这一内在理性认识的取得。

四、“禅、唵、瑜伽”的修持效应

以上对“禅”作为被参究对象与“唵字、瑜伽”同一的过程中, 已部分地涉及“禅那、唵字、瑜伽”的修持效应, 三者分开修持, 或者合一修持, 其最后的效应是完全一样的——获得与梵同一的超验精神效果。

A. “禅”的修持效应。禅, 作为被参究的对象, 与“梵”同一, 即所谓“事禅如梵”。“禅”

作为修持方法，它的修持、参究的对象正是“梵”。按照这个方法，即用参禅的方法来参究“梵”。《白骡奥义》(I. 10) 说：

“可灭者质料，不灭者 罗，支配二灭者，乃唯一神明。
由参究他故，与他同一故，继思其存在，终结摩耶界。”

颂中“参究”和“同一”是参禅的方法。参究的对象有三个：“诃罗、神明、他”。这三者实质上是“梵”代名词。参究它们，也就是参究梵，与它们同一，也正是与梵同一。“终结摩耶界”是参究梵、与梵同一的修持效应。摩耶界，意为幻伪的世界，即我们说的经验世界。终结，是说结束在这个幻伪世界的生死轮回。同书 (I. 11) 进一步阐述禅的修持效应：

“悟知神明已，脱离诸束缚，由灭烦恼故，断绝生与死。
参究彼之故，出现第三境，肉体消亡时，升华世自在，
绝对唯一故，彼愿得满足。”

此颂具体地描述定慧加行深入到精神世界的超验阶段时所产生的神奇效应。颂中的“悟知”即是“慧”，“参究”即是“定”。“第三境”意即“第三种情况或作用”。

定、慧是同一超验性质，互为因果——定是慧中之定，慧是定中之慧，二者的作用合共三种，但范围各有侧重。“慧”的作用（一）是悟知神明，砸碎精神枷锁，（二）是消灭烦恼，脱离生死。“定”的作用（三），即所谓“第三境”。这包含两种情况：一是在肉体消亡时，灵魂（个我）立刻与神（真我）同一，逍遥自在，充遍宇宙；二是绝对唯一，愿望满足。

B. “瑜伽”的修持效应。上文引了《慈氏奥义》(VI.18) 所列瑜伽加行六条规则。实践这六条规则将会获得什么样的效应？同书回答说：

“按此瑜伽加行，就能够：
犹如见者亲见证，辉煌金色创造主，自在原人及梵胎；
如是智者舍善恶，圆融统摄一切法，汇归最胜不灭者”。

颂中“创造主、原人、梵胎、不灭者”表述同一最高的超验精神境界。“原人”原是吠陀仙人用以表述设想的超验实在的代号。奥义书哲学家继承此说，并进一步发展为原人即梵、原人即我的“原人、梵、我”三位一体的奥义书理论。本颂的“创造主、梵胎、不灭者”同样是奥义书对原人原理的发展。瑜伽行者通过苦修瑜伽，亲自见证原人，悟知神明。这正是内在瑜伽的修持效应：

“彼实难得见，隐藏不显现，安坐秘密地，住于深远处。
藉修内瑜伽，智者始悟知，亲见此神明，舍离苦与忧”。
(《石氏奥义》I.2.12)

“五知根与意，活动俱静止，菩提觉不动，此称最妙境。
念此即瑜伽，安稳摄诸根，是时离放逸，瑜伽来又去。
(同上书.II.3.10-11)

这两个颂总结实践“内瑜伽”过程中所产生的实际效果——摄眼内外诸根，消除产生意识的条件，体验不动菩提妙境，亲见隐藏内心深处的神明，“获得二相违忍（苦乐矛盾消失），以及

安乐寂静……”。(《慈氏奥义》VI. 29)

C.“唵 om”的修持效应。如上文所述, om 是由“a、u、m”三个字母组成, 分别代表印度教三大神明。“a”代表遍入天(毗湿奴), “u”代表紧思天(鲁陀罗), “m”代表大自在天(大梵天)。这就是说, “om”是三大神明的共同密咒(符号、代号)。在神学上, 三大神各有不同的形象和特征; 在哲学上, 三神同一神体, 这个神体便是绝对唯一之“梵”。《鹧鸪氏奥义》(I. 8. 1) 说: “om 就是梵, om 就是这个世界的一切”。因此, 奥义书智者教导, 修道者只要虔诚持念圣字 om, 便能获得与梵同一的超验效应。《秃顶奥义》(II. 2. 4) 形象地提出“弓、箭、鹄的”来比喻“om、自我、梵”的关系:

“圣字 om 是弓, 箭则为自我, 说梵作鹄的,
瞄准射出去, 与梵相结合, 如箭之中的”。

此颂具体地阐明持念圣字 om 的方法: 以“箭”喻如“自我”的意念; 以“弓”喻如集中在 om 字上; 以“目标”喻如瞄准至上之梵; 以“箭中鹄的”喻如坚持冥思, 参究下去, 直到意念与梵合一。《慈氏奥义》(VI) 22-23) 称此境界为“有声之梵”与“无声之梵”的结合:

“应知有二梵, 声梵及上梵, 了知声梵者, 悟入于上梵。
上下梵之神, 名字称曰 om, 无声空实在, 应记脑门上。

这两个颂阐述二梵原理: (一) 梵有绝对一面和相对一面, 前者称为上梵, 后者称为下梵。上梵又叫做无相之梵和无声之梵(空实在), 下梵又叫做有相之梵和有声之梵。(二) om 字神咒被看作“有声之梵”, 是悟入“无声之梵”的直接手段。om 字甚至被拔高为“上下二梵”的神秘代号。故持念字 om 密咒, 即是持念二梵之神的名号, 可以得到与二梵同一的效应。

《蛙氏奥义》的权威注释者、吠檀多学派的创始人乔荼波陀在他的名著《圣教论》(商务印书馆出版, 1999 年) 中高度评价持念代表二梵之神的名号 om 字的修持方法。他特在该书第一章末撰写了四首颂诗, 盛赞持念 om 字的效应和功德:

25. 心与 om 字应相应, om 字即是无畏梵, 常与 om 字相应者,
住何处所俱无畏。
26. 牢记 om 字即下梵, om 字同时是上梵, 无前无内亦无外,
om 字无二亦无变。
27. 字神咒即一切, 统摄初中后三际。如是认识 字已,
当即悟得其妙理。
28. 须知 om 字即自在, 住于一切之心中, 悟得 om 字遍一切,
智者安然无忧虑。

五、“禅”的原始超验奥义

六祖惠能大师说:

“菩提本无树, 明镜亦非台, 本来无一物, 何处惹尘埃?”

从以上的讨论中, 可以了解到, 奥义书哲学家所阐述的“禅”的原始奥义, 就是“原人、梵、我”三位一体的超验圆满奥义。按《广林奥义》(V. 1. 1), 圆满奥义是: “彼是圆满,

此是圆满，从圆满到圆满。若从圆满取走圆满，圆满依旧存在。……”这则奥义对“超验的圆满”作了最完整、最深刻的表述。超验的圆满，不增不减；不增，是说本来不多一物；不减，是说本来不少一物。不多不少，本来圆满，不正是所谓“本来无一物”的绝妙境界吗？而这也正是奥义书哲学家所要阐述的重要哲学命题之一——“禅”的原始奥义。

中国禅学的印度渊源初论

李建欣

内容提要：本文意在追溯中国禅学的源头，认为中国禅学来自于印度的瑜伽，并从印度瑜伽的起源、发生、发展与成熟几个阶段进行论述，充分论证了中国禅学与印度瑜伽的亲缘关系，批驳了一些学者竭力分割二者之间关系的谬论。同时认为，中国禅学是印度瑜伽与中华民族精神相结合的产物，显示了国人的独创性。中国禅学是印度瑜伽在中华土地上的大发展，中国禅学并不是对印度瑜伽的生搬硬套，而是创造性的发展，二者同中有异，异中有同。

印度小乘佛教、大乘佛教的瑜伽修持术与中国禅学的关系本也在论列之中，但由于篇幅与精力所限，只能割爱，因此称本文为初论，其它内容待以后陆续。一、认为中国禅学来自于印度瑜伽，批驳铃木大拙的禅与瑜伽了无干系的观点。对印度瑜伽的起源与发展进行详细论述：（1）印度河文明中的印度瑜伽。（2）吠陀与奥义书中的印度瑜伽。（3）《薄伽梵歌》中的印度瑜伽。二、印度瑜伽派中的瑜伽思想与实践。三、中国禅学是对印度瑜伽的创造性发展。

一、禅与瑜伽解题

禅，日文拼作 Zen，中国学者一般用汉语拼音 Ch'an 来表达。它来自于梵语 Dhyāna，意思是“思维、思念、思考”，“Dhyāna 传入中国后，被音译为‘禅那’，或略说为‘禅’。它的意译在唐以前是‘弃恶、功德丛林、思惟修’；唐以后的意译是‘静虑、思维、摄念’。最初，在奥义书中‘禅那’是指修行过程中出现的一个重要心理活动。”¹后来为印度各个宗教和哲学派别所摄取，从而形成具有各自特色的修行理论与实践。禅随着印度佛教传入中国，并与中国的实际相结合，逐渐形成中国民族化的佛教宗派——禅宗。

瑜伽是梵语 yoga 一词的音译，其词根是 yuj，与英语中的 yoke 同源。这个词在印度古代圣典《梨俱吠陀》中出现多次，其意义有给牛马上驾具、获得神通力、联系等等；其中第一种意义也在以后的吠陀圣典中被广泛运用，正如汤用彤先生所言：“盖自梨俱吠陀以来，宗教苦行或净行为人所重。情欲奋发，不可克制，有如劣骑；驾服劣骑，必有技巧。因此瑜伽字原用之于牛马者，乃用之为制服情欲方法之名称。”²以后随着人们对瑜伽认识的深入和应用的广泛，瑜伽具有了更加宽泛的含义，如联系、结合、冥想、精神统一等等。瑜伽传入中国后，我国曾译为“道”、“禅”、“相应”等。

可以说印度人一切的精神生活无不浸淫于瑜伽之中。对于印度人来说，瑜伽是指帮助他们获得精神解脱的，从身心、苦行，尤其冥想方面所做出的所有努力的总称。作为一种修炼身心的技巧，瑜伽将人们的身心联系在一起，并且把身心的关系作用于人们的许多活动中。瑜伽包容了无数种的修行方法，从呈莲花座的人们所进行的完全自然的呼吸和凝神练习到可能只为少数苦行者所采用的奇异的苦行术。在印度，瑜伽与相当广泛的哲学体系、生活观、宗教思潮有着密切的关系。从吠陀时代开始，瑜伽以一种不断分化的方式经历了佛教瑜伽、耆那瑜伽、密教瑜伽、吠檀多瑜伽（以命名那些最重要的分支）到罗摩克里希纳教会所采用的现代形式和室利·奥罗宾多的整体瑜伽。可以说，几乎没有哪个印度哲学体系或宗教团体没有自己的瑜伽。

¹ 巫白慧：《印度哲学——吠陀经探义和奥义书解析》，东方出版社 2000 年 12 月，第 238 页。

² 汤用彤：《印度哲学史略》，中华书局 1960 年版。 7

印度哲学中以瑜伽命名的特别体系（所说的六个正统派别之一）拥有自己的经典，即波颠闍梨的《瑜伽经》。它可以作为印度瑜伽的代表。从历史上讲，佛教要比波颠闍梨的《瑜伽经》古老（一般认为《瑜伽经》编著于公元5世纪），但《瑜伽经》是一种古老得多的瑜伽理论与实践的系统总结与概括。

二、印度瑜伽溯源

（一）印度河文明中的瑜伽遗迹

印度瑜伽的起源非常古老，比释迦牟尼的时代要悠久多了，在印度河文明出土的雕像和印章之前的很早时期，古代印度已经形成一整套完备的瑜伽修行体系。“瑜伽的最早遗迹由莫蒂默·维勒爵士于1922年在印度河谷的莫亨约·达罗进行考古发掘时发现。其中一个上彩釉的印章陶器描绘了一位以莲花式跌坐的男子，两位崇拜者伸展双手立于他的两侧，他们后面是两条高昂着头的蛇。另一块滑石印章也是一男子呈莲花坐姿，只是下面多了一个基座，旁边有象、狮子、水牛、犀牛各一头和一对鹿；人有四面，围着头巾。另一个只有上半身，双眼闭合，作冥思状，上衣仅遮一肩，留有胡须和长长的头发。类似的印章在哈喇帕也多有发掘。这些印章被认为是公元前三千年的。”¹

我们注意到这三个印章中的男子都呈莲花坐姿，而莲花是瑜伽的标志，莲花座是瑜伽行法中最基本的姿势。由此可以证明远在公元前三千年以前印度就已经流行着瑜伽的行法了。

（二）圣典吠陀中的印度瑜伽

除了印度河文明出土的文物发现有古代瑜伽的遗迹外，古代印度民间还有许多瑜伽修行者，他们可能是苦行者、圣者、祖师、流浪哲人、先知、森林哲学者，他们远离主流波罗门社会，游乞人间，或遁入森林，实施苦行、冥想，坚持非暴力原则，被称为自由思想家。

印度古老瑜伽的踪迹还可以在圣典吠陀中寻到。在《梨俱吠陀》中除了上面提到的yoga一词和它的动词词根yuj经常出现外，也没有更多的直接提到瑜伽的地方。但如果我们把苦行作为瑜伽的最初形态的话，就会发现苦行在《梨俱吠陀》极受重视。其中在第十卷第一百九十首诗中，表达了这样的观念：真理和正义，以及包容它们于其中的整个宇宙都由苦行而生；而且早在《梨俱吠陀》时代就有七位圣者(rishi)共同使用了苦行的方法；（《梨俱吠陀》x.109.4）在天堂的入口处，他们的灵魂听到这样的呼唤：

那些因苦行而（成为）不可战胜的，
靠苦行奋力前进，直达灵光的，
那些实践了最严厉苦行的（灵魂）——，
天堂之门正是为他们而开！（《梨俱吠陀》x.154.2.）

在《梨俱吠陀》第十卷第一百三十六首诗中描绘了一位长发褐衣仙人：临风飘举，驾临诸神曾至的地方。凡俗之人目之所触，皆为其体；而他本人因被赋予神通力，御风而行，与风暴神一起从东西海里狂饮；随风超升，与诸神同高，超越一切形式，与诸神一起为拯救人类而努力。“长发仙人与神灵和万物为伍，能够通达此岸世界与彼岸世界，在他的‘心灵深处’能洞察宇宙万物并拥有主宰万物的力量。”²

（三）奥义书中的印度瑜伽

奥义书关涉以下四个相关主题：(1) 梵（宇宙的超自然核心）我（人们存在的超自然核心）合一；(2)再生的观念；(3)业和果报的观念，它是为了解释一个人行为的来世报应的；

¹ V. Worthington, A History of Yoga, London 1989, p. 11.

² 黄心川：《印度哲学史》，商务印书馆1989年版，第309页。

(4)业的报应和未来的再生可以通过精神实践，最著明的是弃绝和冥想；后来达到解脱的实践方式就只是修习瑜伽了。瑜伽的终极目的是中断这永无休止的生死轮回、终止业的产生和报应和唤醒人与超自然大我的合一。

奥义书中的哲思是通过智瑜伽(jnana yoga, 智慧和知识的瑜伽)的冥想实践获致的，在不少的奥义书中都提到冥想和其他瑜伽实践在为圣人获得直觉的洞见方面起到了极其重要的作用；例如在《歌者奥义》中有这样的句子：“有什么比思想更高呢？有；冥想比思想更高。”

作为修行方法的“瑜伽”一词最早出现于《鹧鸪氏奥义》中，在一个人的修持之中，“信仰为其头，法律为右翼，真理为左翼，瑜伽为躯干，原素为其尾”(2·4)。其后，在《石氏奥义》中更是多次出现瑜伽一词，“当五识和心意停息，思维不再起动，这才达至高境。此境被称为瑜伽，诸感官被牢牢地抑制住，此时再不分心，瑜伽是其始，也是其终。”(6·10—11)这与《瑜伽经》中的看法已比较接近：“制感，使感觉器官与相应的对象分离，置于心的控制之下”(2·54)；“执持，使心专注一处，不使驰放”(3·1)。

在同一时期的《白骡奥义》(2·8—15)中，瑜伽行法得到系统的阐述：静坐的姿势要胸、颈、头保持一致，挺直身体，坐姿对称，使意通过各种器官进入心；呼吸的调整要求气息长而细，从鼻孔出入；控制意念要象制服野马一样；静修地点的选择：“一块清洁平整的地方，无火、烟、沙石和水塘，在这里不分心，不刺眼，可避风”(2·10)；修行中容易出现雾、烟、太阳、萤光、闪电、水晶、明月等幻相；瑜伽的现实作用是超出生、老、病、死的束缚；瑜伽要达到的最终目的是亲证梵我，获得最后的解脱。瑜伽在此是一种获得解脱的手段。正是在《白骡奥义》中，我们第一次看到禅定瑜伽(dhyana yoga)和数论瑜伽(Samkhya yoga)，通过它们可以认识终极真理。

瑜伽行法在《慈氏奥义》中得到系统的发展，形成了最初的“六支行法”：即调息(Pranayama)、制感(Pratyahara)、禅定(Dhyana)、执持(Dharana)、思辨(Tarka)、三昧(Samadhi)(6·18)；与《瑜伽经》中的“八支行法”相比，我们会发现这里只出现了后五支，而且把禅定放到了执持的前面而不是后面，“八支行法”中第五位(本是禅定的位置)在这里却是思辨(后来在“八支行法”中消失了)；无论如何，正是在这“六支行法”的基础上形成了《瑜伽经》中的“八支行法”，不过增加了加强道德修养的禁制、劝制和坐法，去掉了具有抽象思维功能的思辨，意在强调瑜伽修行中直觉和意志的作用。

(四)《薄伽梵歌》中的印度瑜伽

在奥义书中，梵我合一是其核心思想，是人的终极信仰，是人生和宇宙的大道，与之相比，瑜伽只是明心见道之术，两者是道与术的关系，而且除了瑜伽之外，弃绝也可以达到解脱，因此瑜伽在奥义书中不占重要地位，它只是作为沙门思想家们和民间人士的修行实践被吸收进来，只有到了《摩诃婆罗多》，尤其是其中的《薄伽梵歌》时，瑜伽才作为主题之一被认真对待，才在圣典之中俨然有一席之地；瑜伽才被宽泛地理解且加以分类，自成系统了。

《摩诃婆罗多》是古印度人民的伟大史诗，它的意思是“伟大的印度”。它描述了两个血统相近的王族般度族和俱卢族争夺王位的英勇斗争故事。《薄伽梵歌》是其中的一个插话(6·13—40)，是一切瑜伽圣书中最有名的，它的作者是毗耶娑，作于公元前500—200年之间。

《薄伽梵歌》提出有三条道路可以达到解脱，即：行为瑜伽(karma yoga)、知识瑜伽(jnana yoga)和信仰瑜伽(bhakti yoga)；前二种瑜伽主要在第一到第十二章得到说明，后一种瑜伽在后六章得到阐明。在第二章后半部分引入了行为瑜伽主题，其中心意思是：根据自己的职责而行动，而不要追求它的结果；专注于自我，漫游于诸境界而不为所动；冥想自我，控制心意，闭锁感官；满足于自我，安住于梵界并且履行自己的职责。在第三章开始便引出了前两种瑜伽：“在此界有两种信仰，很久以前我就将它阐述，一种属于数论派，安那客！它藉知识瑜伽立其足，

一种属于瑜伽派，而以行为瑜伽为其基础。”¹至于知识瑜伽和行为瑜伽的关系，“愚夫说数论和瑜伽有别，学者与愚夫则迥然不同，只要正确坚持其一，就能喜获双成。信数论者能达之境，信瑜伽者也能够到达，把数论和瑜伽视为一体，才算是正确的观察。”²

第六章以克里希那再次定义行为瑜伽开始：为所应为而不念其结果的人才才是真正的瑜伽行者，他等视万物，独处清幽，冥思自我，其冥修姿势是：“端坐于席止根动，控制心猿和意马，凝聚心神于一点，为净自我修瑜伽。头颈躯体要端直，保持安稳不摇荡，意注自己鼻尖顶，切勿顾盼于四方”(6-12-13)。在第十二章中谈到了信仰瑜伽，“凡凝思于冥有者，均有无穷无尽的烦恼，因为无形的冥有之态，有形者很难以体验到。”(12-5)此所谓知识瑜伽行者，其路难，其人少；“有人以我(指克里希那)为最终目的，唯借瑜伽把我冥想，将诸业全部奉献给我，并且虔诚地将我敬仰。”(12-6)如果这太困难，他们就把他们自己整个交给他，控制自己全部的欲望。“对待万有，友好；怜悯而无仇怨，等视苦乐宽厚忍让，既无我所，亦无我慢，”(12-13)其心智专一于人为克里希那的梵我之上。

行为瑜伽在《薄伽梵歌》中第一次得到清晰地说明，这种瑜伽可以多种方式进行。正是通过《薄伽梵歌》瑜伽实践才第一次进入日常生活；一种新的瑜伽行法传播开来，这不是奥义书中的传统苦行和冥想的知识瑜伽，而是日常生活中的积极瑜伽；它不是对过去瑜伽实践的扬弃而是补充。修习这种瑜伽的结果是社会的和心理的而不是超自然的。

三、印度古典瑜伽的八支行法

瑜伽八支是：1. 禁制(夜摩, yama); 2. 劝制(尼夜摩, niyama); 3. 坐法(asana); 4. 调息(pranayama); 5. 制感(pratyahara); 6. 执持(总持, dharana); 7. 禅定(静虑、禅那, dhyana); 8. 三昧(等持、三摩地、定, samadhi)。

1. 禁制(yama)，它包括不害(非暴力, ahimsa)、实语(satya)、不盗(asteya)、不淫(梵行, brahmacharya)和无所有(aparigraha)。2. 劝制(niyama)包括清静(sauca)、知足(轻安, santosa)、苦行(tapas)、自习(svadhyaya)和念神(Isvarapranidhana)。3. 坐法(asanas)，稳定和适意的姿势有助于调息。4. 调息(pranayama)即当身体稳定之时可以修习的出入息的停止。5. 制感(pratyahara)即“诸感官与它们自己的对象分离而使它们似乎在模仿心自体。”³随着心的被控制所有的感官都被控制，诸感官似乎在模仿心的空白状态。6. 执持(dharana)是“使心专注于一个特定的对象之上。”⁴7. 禅定(dhyana)，“心既注于一处，而顺利前进则有静虑。”⁵8. 三昧(samadhi)，“在三昧的境界中，心与对象冥合为一，主客观完全融合，那时‘心如虚空，只有对象的光辉。’”⁶这些就是一个瑜伽行者为了达到他最后的解脱所必须修习的瑜伽八支。我们还看到其中一些侧重于精神方面，而另一些侧重于外部行为。

坐法产生于自然的下意识动作中止的时候。当坐法一旦被掌握就不再会受冷热等等的影晌。坐法稳固之后就开始尝试调息。深吸和深呼之后的停顿都被称为调息；前者是在外的而后者是在内的。还有第三种方式即止息，由于肺部既不膨胀又不收缩气息得以彻底的控制。

可以通过空间、时间和数来测定出入息的长短强弱，由此可以控制呼吸。因此呼吸越是缓慢，它所占据的空间就越小。空间也有两种，内在的和外在的。在吸气的时候气息占据内在的空间，这即使从手心和脚心都可以感触到象一只蚂蚁在爬的轻微感觉。努力去捕捉深吸

¹ 《薄伽梵歌》(3-3)，张宝胜译，中国社会科学出版社1989年版。

² 同上5-4-5。

³ 《瑜伽经》2-54。

⁴ 《瑜伽经》3-1。

⁵ 汤用彤：《印度哲学史略》第115页。

⁶ 黄心川：《印度哲学史》第320页。

气时的感觉有助于延长止息的时间。外在空间是指从鼻尖到入息时用手掌或由放置在那里的棉花等轻物质的运动可以感觉到气息的最远处的距离。正如呼吸越是缓慢它所穿越的距离就越短促一样。用时间来测定呼吸是把注意力集中于一次呼吸所占用的瞬间(kshana)数目，每一瞬间是一眨眼的四分之一。由时间来测定呼吸即意味着我们以用在出息、止息和入息上的瞬间数目来测定调息的长短。这些调息也可以通过计算每一次普通的呼吸持续的瞬间数目来测定。必须记住在调息的时候心一定要由执持和禅定专注于外在或内在的物体之上，没有它们将对瑜伽的真正目的无益。通过调息心变得适宜于在《瑜伽经》(1. 34)中所描述的专注，据说由调息所得到的稳定与通过专注所得到的相同。

当感官从它们的外在对象中收摄回来时我们称之为“制感”(pratyahara)，这时心好象只存在于它的自性之中，彻底与内在专注的对象融合为一；在每一种精神专注的修习中都有一定程度的感官抑制。随着注意的中心集中到一个严格限定的处所，对周遭的意识就会逐渐地失去。当然在瑜伽中其目标是完全中断一切的感觉活动。正像《薄伽梵歌》中所描述的：“当他将诸感官从其对象中彻底地抽离象乌龟从四方缩回它的肢体时，他的灵知才能坚定。”¹这种闭锁感官被看作是不进行感知活动的积极努力象对感官的刺激弃置不顾一样。如果外界刺激十分强大(像强噪音，推动等等)起初有一些反应是可能的，但随着修习的进步，对传入功能的控制会越来越完善直到达到最后的感觉缺失状态。这就是《瑜伽经》(2. 55)中感官的“最高支配”的含义。有时由坐法与调息的修持所达到的肌肉控制可以促进这种全面的抑制。

对制感的不断修习引起“执持”(dharana)，波颠闍梨定义为“心专注或凝聚一处。”²这种行法即是注意力的集中，将精神对准一个目标而不放逸。在另一处有这样的表达：“使心灵保持稳定。”³二者相比后者是一种行法的形式描述，而前者是这种凝神的结果，是瑜伽体验相伴随的现象。其专注的处所或对象可以是任何物体，只要它可以内化。首先是身体的中心象脐轮、咽喉穴、龟之脉管、心脏、头上的光；其次还有一些身体外的中心像太阳、月亮、北极星等等，还有一些纯粹概念的本体像慈、力等等。⁴任何事物都可以成为执持的对象，只要它能够使意识专注于一个处所，而且这种状态能持续足够长的时间。之所以需要一定的对象是为了避免可能出现的直接沉入无意识之中的危险。把意识集中于特定的目标之上防止它过早崩溃。出于这些考虑我们可以设想在冥想中如果没有确定的客观物体的支持，内在的身体随时可以充当这种必不可少的角色。执持是抑制心天生的散漫活动并使之现实化的持续努力。波颠闍梨提到了阻挡修炼“内在精神”的一系列障碍。这些障碍是病、昏沉、疑、放逸、懈怠、欲念、妄见、不能进入瑜伽的境地和不能专注。它们也被称为“散乱”，随之而产生一些生理的现象即痛苦、沮丧、战栗、呼吸不均匀。⁵这些障碍及其消极作用只有通过专注凝神方法的反复运用才能解除。⁶执持作为瑜伽八支的组成要素之一它本质上是一种具有使心专注一处特点的行法。

紧接执持的是禅定(dhyana)，它的定义是“观念的统一。”⁷潜含在这定义中的事实是：禅定可以说是在执持中所获得的专注一处的直线发展。但尽管禅定是由执持发展而来，它还是与之有不同特点的精神状态。在执持中心集中于一定的处所，这种凝神状态持续发展到这种程度，无论内在或外在的感知情境发生多大变化，与之相应的体验状态总是保持不变，这时就形成了禅定；在这种状态中，感知的模糊性随着心不再受外界刺激的干扰而消失。禅定是深化的和创造性的执持，在其中内在的对象被精神所映照。专注于一个对象的意识现在又

¹ 《薄伽梵歌》2. 58。

² 《瑜伽经》3. 1。

³ 《瑜伽经》1. 35。

⁴ 《瑜伽经》3. 23-34。

⁵ 《瑜伽经》1. 33-34。

⁶ 《瑜伽经》1. 32。

⁷ 《瑜伽经》3. 2。

增加一种对它的真实性质的沉思。这个对象可以说全面地展示于冥想意识的前面而且被完整地感知。它的种种性质都被检视一过直到它的本质被理解和朗现。这之后是一定的情感反应。尽管推理能力明显地发挥作用，但如果仅仅把禅定理解为逻辑推理过程那是极端错误的：由于瑜伽行者毕竟主要是对能使他从一切阻挡和约束中解脱出来并亲证实证的灵性体验感兴趣，因此他一定会全心全意地去参透他的对象。禅定是执持的深入发展而并不仅仅是执持的延长。它与执持的细微区别在于意识的极度的和持续的清晰，专注之时内在空间的相对的空无，唯一对象的逐渐变大，调节一切必需的理智活动使之适应于意识的对象，由于它的寂静是压倒一切的，因此一切的认识和情感活动都必须减缓。

由于制感的作用心专注于它的对象而远离一切其它物体；瑜伽行者如此收摄他的心之后努力去凝神于内在或外在的对象之上，这就是执持；执持我们已经知道意味着专注，心因持续专注于一个对象无暇它顾而稳定。随着这种状态的进行我们进入了禅定状态，其中，心在这种状态中不停地稳固流转，逐渐地这种意识的流转停止，随之心也就与它所专注的对象融合为一，这时心就稳定下来。因此我们知道三昧是始于执持的这一过程的顶点。执持、禅定和三昧是达到终极解脱的同一过程的三个阶段；这三支一起被称为总制(samyama)，它们直接导致有智三昧状态，而其它五支只是它的间接条件或远因。

随着总制的出现关于三昧的知识逐渐被理解，总制也越来越加强。因为这种总制是随着智慧光芒(prajnaloka)的闪耀而越来越高级。总制的下一个状态是心与它所冥想的对象合一，对它的名称没有意识。这时主客体获得统一，一切意识的内容都被清除，甚至连纯粹存在的意识也不再存在时就迎来了瑜伽行法的最高阶段——三昧。

四、中国禅学与印度瑜伽

无论从历史角度或是从内在关系上讲，中国禅学与印度瑜伽的关系都是十分密切的，它们都是东方冥想的方式。禅与瑜伽的相似之处是很明显的，但这两种修行之道无论如何是不能划等号的。仅仅根据瑜伽这一修行方式就简单地对禅做出判断是十分危险的，很可能会得出错误的结论。因此既认识到二者的相似之处，同时又避免把二者混为一谈恐怕是比较正确的态度。

我们知道日本著名的禅学家铃木大拙一再强调禅与由瑜伽发源的早期佛教禅那(Dhyâna)冥想之间的不同，“禅与禅那(Dhyâna)不是一回事，”¹他强调说，“禅与禅那(Dhyâna)不是一类；”²或者“从禅的立场上看，禅那与禅法并不一致。”³铃木大拙坚持这样的观点是出于他对禅之独创性的信念。

禅与瑜伽的相似之处首先在于它们的三种基本冥想技巧上，即坐法、调息和执持上。在瑜伽的众多不同种类的坐法（一部关于河陀瑜伽的著作中描述了32种坐法）中，禅教给人们莲花座，并认为它是瑜伽所有姿势中最完美的。在佛教中，它是佛陀的坐法，是一种神圣的姿势，可以产生神奇的功效。调息也是禅与瑜伽共同拥有的，但禅只采用了瑜伽控制呼吸的一种方法：有节律的出入息（出息要延长一些）；初学者要数出入息。

很显然，禅把瑜伽的身心修持技巧缩减到最小的程度。禅坚信这种简化只能强化练习和冥想效果。禅与瑜伽的另一个共同点是：它们都高度重视精神上的指导。正像瑜伽师对修习瑜伽是不可缺少的一样，禅师也是修习禅法所必需的。

禅与瑜伽毕竟不是一种身心修持术，它们的不同首先表现在：禅是瑜伽术的简化。铃木大拙并没有提到这一点。在强调禅的独创性时，他的脑海中出现的是外在形式就很独特的中

¹ Suzuki, D.T., An Introduction to Zen Buddhism, London, 1960, p.5.

² 同上，第101页。

³ 同上，第16页。

国原型。一个中国或日本的禅寺与瑜伽静修林或斯里兰卡和东南亚的上座部寺院是截然不同的。禅寺呈现出一种更加自由、更加开放气氛，这并不仅限于外在形式。中国禅学重塑了佛教修持理想，首先强调悟在须臾、刹那之间和公案的自我矛盾性。这里的不同且不可轻易地放过。禅悟，穿破意识、理性层面达到超越客观的存在，向自我证实对现实的真正体验。瑜伽体验中与现实的关系没有这么突出。

禅与瑜伽的另一个不同是对所追求目标的不同解释。在冥想中所获得的体验是不可言说的，但根据实践者潜藏的哲学观点的不同，他们会做出不同的解释。对比禅与瑜伽对体验的解释，有关自我的不同观点就会毕露无遗。在波颠阁梨的古典瑜伽中，神我(purusa)是与原初物质(puakrti)相对的二元存在。神我是无法描述的，它是精神性的，纯净而自由，但它是不活动的，出于无法说明的原因，它与原初物质系缚在一起。瑜伽的修习就是让神我获得解脱，也就是说从原初物质中解放出来。以这种方式所获得的解脱是进入一种独存状态(kaivalya)。再没有任何物质能够将神我系缚在原初物质上；神我与物理或心理的自然过程再也没有任何关系。有无数个神我独自存在，每一个都是自由的、自足的，他们都独立于世界和其他个体。这种存在状态通过修习瑜伽可以达到，或者说在三昧中所获得的解脱体验只有瑜伽行者能予以解释。

对禅的体验是用大乘佛教哲学进行解释的。在大乘佛教看来，自我与宇宙，小宇宙与大宇宙，最终会融合为一体。自我并不是个我；对自我的体验就是一种对宇宙的体验。道元的一段话是最好的说明：“向佛陀学就是向自我学，向自我学就是忘掉自我，忘掉自我就会被万法所开悟，被万法所开悟就是抛弃自己和别人的身体和思想。”¹

禅学关于自我的这一段落在格调与内容上与古典瑜伽关于神我的见解迥然不同。这位禅师所体验的自我与现实中的一切都具有本质的联系。人们通过遗忘进行学习，就是从自我中剥落所有意识之我。人们通过被万法所“开悟”学到的东西最多，万法就是整个现实。在这种体验中，所有的对立和区别——甚至是自我与他人的——都消失了。用道元的术语，身体和思想是指完全的个人，指他的肉体与意识方面。抛弃身体与思想就是超越自我，在禅悟中达到解脱。对禅学来说，对自我的体验是一种超越的体验。

¹ Heinrich Dumoulin, *Zen Enlightenment: Origins and Meaning*, New York, 1979, p.21-22.

论六祖惠能革新佛教的意义及对佛教中国化的推进

洪修平

内容提要:六祖惠能作为中国禅史上开一代新风的禅师,其出现绝不是历史发展的偶然,如果从中国文化发展的规律着眼,就可见其有深刻的原因。这其中既有惠能大师对人的生命存在的现实状态的批判性思考,又有对繁琐名相、经师之学和陈式化的修行方法的革新,还有老庄的自然主义、玄学的得意忘言和儒家的重视人生等学说的深刻影响。惠能大师正是顺应了时代需要,在坚持佛陀创教本怀、继承发展佛教中国化的基础上,通过对传统禅法的变革与创新才使中国禅宗的发展出现了新的气象。

关键词:六祖惠能 佛教革新 佛教中国化 继承 发展

在人类文化发展中,每一次新的突破,都是人类革新意识涌动之结果,当这种意识符合于客观的历史发展进程,迎合了人们的精神需要,它就表现出极大的生命力。惠能作为中国禅史上开一代新风的禅师,其出现绝不是历史发展的偶然,如果从中国文化发展的规律着眼,就可见其有深刻的原因。这其中既有惠能对人的生命存在的现实状态的批判性思考,又有对繁琐名相、经师之学和陈式化的修行方法的反动,还有老庄的自然主义、玄学的得意忘言和儒家的重视人生等学说的深刻影响。惠能正是顺应了时代需要,在坚持佛陀创教本怀、继承发展佛教中国化的基础上,通过对传统禅法的变革与创新才使中国禅宗的发展出现了新的气象。

一、惠能对传统佛教的革新

怎样更好地实现人的解脱是惠能革新意识的立足点,这也是他对人的现实的生存状态深入思考的结果。惠能既继承了佛教的传统,又不囿于传统,他对传统佛教的革新与发展,从历史上看,突出地表现在他以空融有,空有相摄,将般若实相与涅槃佛性的结合作为全部理论与实践的基础[1],从“不立文字,顿悟成佛”出发,以自性自悟来统摄一切传统的修持形式与修持内容,并以中道不二为指导而对读经、坐禅、出家、戒行等传统佛教繁琐而艰苦的修行方法提出了一系列改革性的意见,从而开创了简便易行的新禅风,更好地适应了人们追求超越的精神需要。

关于读经。佛经,在佛教中既特指释迦牟尼演说的教理,也泛指佛教的一切经典。在传统佛教中,佛教经典被奉为修行者的指路明灯,必读之书。中国佛教的学派和宗派也大都围绕着某一专门的经典来建构自己的理论学说,例如南北朝时的“地论学派”、“摄论学派”和隋唐时奉《法华经》为主要经典的天台宗(亦称法华宗)、奉《华严经》为主要经典的华严宗,等等。然而,禅宗以禅宗,惠能又将禅视为修行者内心的一种体验,因此他从“自性般若”出发,对于读经提出了不同于传统的新看法。惠能认为,“三世诸佛,十二部经,亦在人性中,本自具有”[2],而自性起般若观照是“不假文字”[3]的,只要识心见性,去除执心,就能觉悟成佛。故而在惠能看来,读不读经并不是最重要的,经典至多只是启发人们开悟的一种外缘,关键还在于每个人的自悟。据此,惠能并不要求信徒执著于一部或几部经典,而是