

新潮文庫 68

*Studies in Zen*

# 禪學隨筆

禪學大師

鈴木大拙 著

孟祥森 譯





A0409597

新潮文庫 68

鈴木大拙著  
孟祥森譯

# 禪學隨筆

志文出版社印行

---

新潮文庫68

## 禪學隨筆

原著者 鈴木大拙

譯者 孟祥森

初版 61年1月

再版 75年11月

**定價90元**

---

發行人 張清吉

出版者 志文出版社

地址 台北市中山北路7段82巷10弄2號

郵政劃撥 0006163-8號

電話 8719141 · 8719151

法律顧問 林金發律師

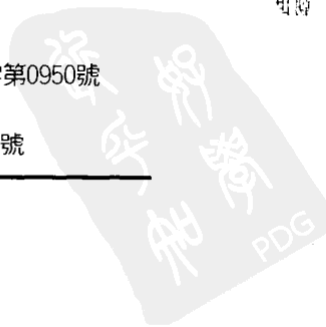
行政院新聞局登記證局版臺業字第0950號

印刷所 大誠印刷廠

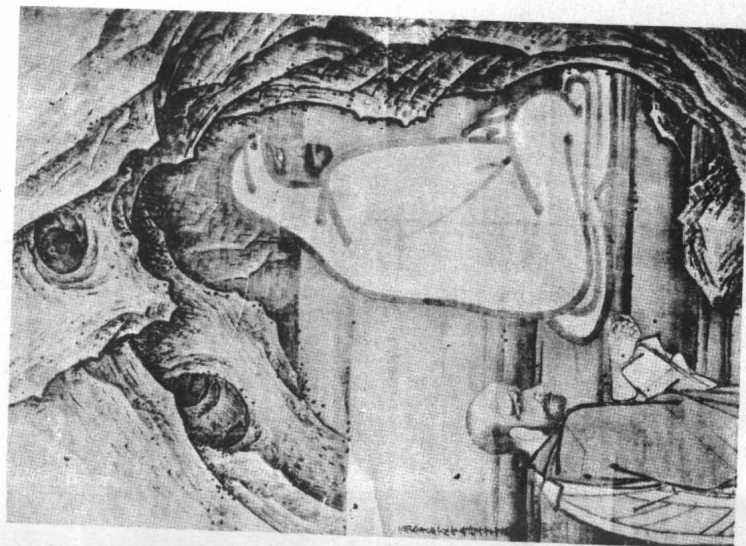
地址 台北市萬大路71巷9號

---

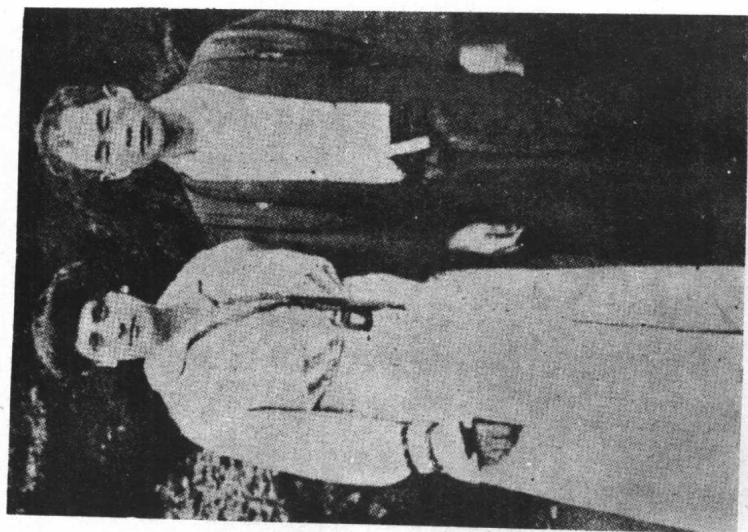
缺頁或裝訂錯誤隨時可調換



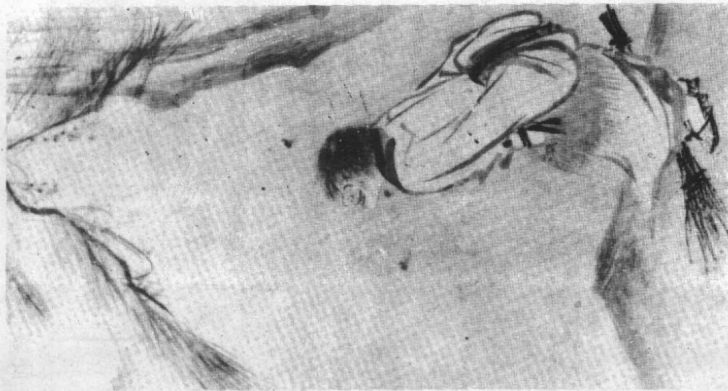




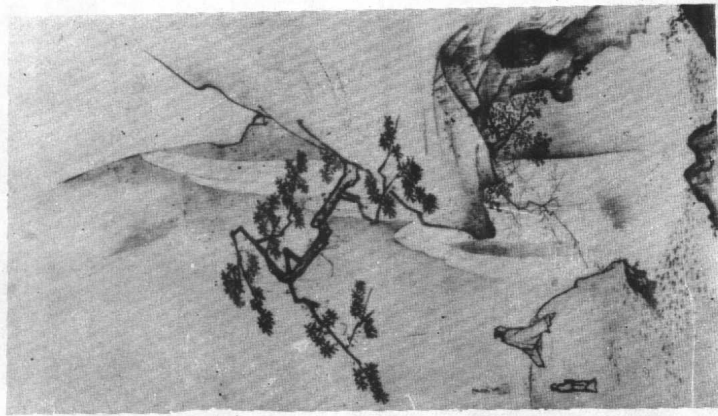
此圖乃禪宗藝術寶藏之一，也是日本重要的文化遺產  
圖中描繪慧可大師手捧斷臂時中達摩以證其求道的誠心



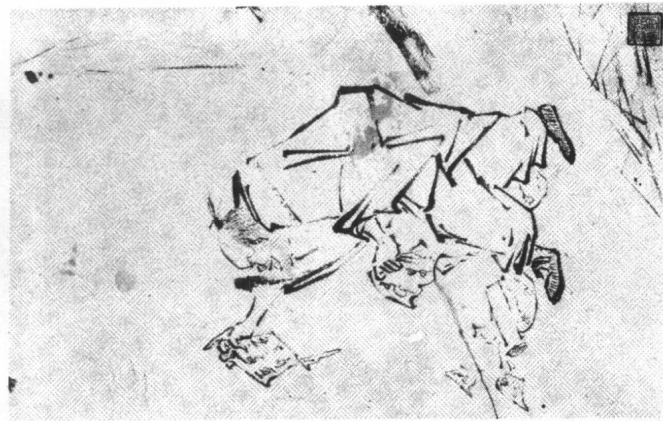
禪學大師鈴木大拙博士（1870—1966）  
與其夫人比特蕾絲合攝



這是一幅笑月圖。無憂無慮的禪者從酒肉莊院或望月興起這種平平常常的事件中得到無限的快樂



這是一幅漁圖。爲東方藝術最常用也最喜歡用的題材，表示「不逃避生活而適向生活」



此圖描繪一早期禪家祖師撕毀經卷。這使我們想起禪家的實踐態度：自我完成之道並非訴諸經典的教條，而是訴諸直接體驗。

## 作者簡介

鈴木大拙(1870~1966)，日本禪學大師。一八七〇年生於石川縣金澤市。一八八七年畢業於石川縣專門學校附屬初等中學。一八八九年任小學代理教員，一八九〇年任小學訓導主任。一八九一年赴東京深造，初次訪今北洪川於圓覺寺以參禪，遂熱中此道。一八九二年入東京帝大。一八九七年赴美留學。一九〇〇年出版英譯「大乘起信論」。此後遂以英文文字譯介佛教禪學的精神。一九三三年，由『楞伽經研究』(英文)一書獲文學博士。一九三六年出席倫敦世界信仰大會，在英國各大學講授「禪與日本文化」。一九五〇至一九五八年止，在美國各大學講授「禪與華嚴」，首開今日世界研究禪學之熱潮。一九六四年榮獲泰戈爾獎。一九六六年因絞扼性腸閉塞逝於東京。爲當今最偉大的禪學權威，是把禪宗傳到日本之外的世界先鋒。作品有「禪學隨筆」、「禪與生活」。

## 本書簡介

享譽世界的禪學大師——鈴木博士，以談故事手法生動地道出了：禪宗歷史、禪與一般文化、禪的哲學、禪體驗的解釋、禪的修行、禪學中的理性與直觀、禪——答胡適博士、禪問答、禪的自然觀等等，欲瞭解現代禪學的本質與禪之意義的現代人，不可不讀這本獨特的禪學名著。此書係鈴木博士為引導那些進入禪那心靈狀況之人所寫深入而淺出的作品，篇篇都指導我們得到智性象徵、永恆喜悅的禪，以便進入那「超乎智性」的覺悟。此書為鈴木博士繼「禪與生活」、「禪與心理分析」後又一傑作。

# 目錄

編者前言.....	一
一、佛教中的禪宗（一九〇六）.....	五
前言.....	五
禪宗歷史.....	六
印度.....	六
中國.....	八
日本.....	一四
禪宗的幾個原則.....	一五
重事實而不重語言文字.....	一五
無經、無書.....	一七
公案.....	一九
非禁欲主義.....	二五



禪的哲學	二五
禪與一般文化	三五
中國	三五
日本	三六
禪的修行	三七
文獻	四五
二、禪佛教(一九三八)	四七
三、禪體驗的解釋(一九三九)	六二
四、佛教哲學中的理性與直觀(一九五一)	八九
五、禪：答胡適博士(一九五三)	一四八
六、問答(一九五三)	一九二
七、禪的自然觀(一九五三)	二〇五
鈴木大拙年譜	二四三

## 編者前言

文學博士鈴木大拙，京都大谷大學佛教哲學教授，生於一八六九年。他可說是當今活着的最偉大的佛教哲學權威（一九六六年經已去世），而且毫無疑問的是最偉大的禪學權威。關於佛學，他用英文發表的主要著作約有十二部，或者更多一些；他用日文所寫的著作，則至少在十八部以上，這些都是西方人尚未有機會讀到的。再者，從英文的禪宗出版年鑑，我們可以看出來，他是把禪宗傳到日本之外的世界先鋒，因為除了忽滑谷快天的「武士的宗教」(*Religion of the samurai*, Luzac & Co. 1913) 和 *The Eastern Buddhist* (「東方佛教」雜誌，一九二一—一九三九) 之外，直至一九二七年，西方讀者沒有見到任何有生活體驗的禪宗著作，一九二七年鈴木博士出版了他的 *Essays in Zen Buddhism* (「禪論集」) 第一集。

鈴木博士的著作是權威之作。他不僅研究過梵文、巴利文、中文和日文的原著，而且對於西方思想有最新的認識，他熟悉德文，法文和英文，而後者他用之於說話和寫作是如此流利。更且，他不僅是一個學者，也是一個佛弟子。雖然他不是佛教任何支派的教士，他在日本每一個寺廟中，却都受到尊敬，因他對於精神事物的知識——這是每一個坐在他腳邊聽道的人都親身經歷的——是直接而深刻的。當他談到高階層的意識，他是以一個住於其中的人發言，他給予那些進

入他的心靈領域者的印象，是使人覺得他是一個尋求智性象徵，以便描繪那「超乎智性」的覺醒領域之狀況的人。

至於那些不能坐在大師腳邊聽道的人，他的著作是一個必要的替代品。然而所有的這些著作，在英國已於一九四〇年以後絕版，而留在日本的部份，則焚毀於一九四五年的東京大火，這次的火災燒却了四分之三的東京。因此當一九四六年我到達日本時，同作者商量，為倫敦的佛教會——我與我的妻子被提名為主持者——刊印他的著作集，把以前的傑出著作重新排印，並盡可能迅速的把許多新著作的譯本印刷出來，這些著作是鈴木教授在戰亂時期隱居在自己家中寫出的。

對於禪本身我在此處無須說什麼，但是關於禪的書籍——諸如艾倫·維特 (Alan Watts) 的「禪之精神」(*The Spirit of Zen*) (Murray 版)，我的「禪佛教」(*Zen Buddhism*) (Heinemann 版)，以及佛教學會所出版的中國禪宗經典翻譯和其他著作——銷量的增加，證明了西方對於禪宗的興趣迅速上昇。然而禪是一種極易被人誤解的題材，因此由一個共認的權威所發表的言辭是我們急切需要的。

現在這本書包括七篇文章和講辭，它們最初是刊登在不同的期刊中，如果我們不收集成書，恐怕會埋沒在檔案之中，而使未來的讀者失去閱讀的機會。它們發表的時間，涵蓋了將近半個世紀（一九〇六——一九五三），而且發表的地方也有很大的空間變化。這些篇幅是在鈴木博士的

指導之下，加以選擇修訂和排列。我做爲本書的編者，並不認爲自己有任何功績，因爲，我所做的只是提議讓這般優異的資料，儘可能使廣泛的大衆有閱讀的機會。我很感謝各期刊的編輯允許重刊各篇文章，並對佛教學會所有的會員，致我深切的謝意，因爲他們負擔了重新打印各篇文章的工作。下面幾則註言，可能是讀者感興趣的：

1、「佛教中的禪宗」。這篇文章原刊載於一九〇六—七年的 *The Journal of the Pali Text Society* 期刊。後來抽印爲小冊子。鈴木博士曾寄給亞山歷大·費雪 (Alexander Fisher) 一位傑出的藝術家，他是英國和愛爾蘭佛教學會的早期會員之一——後來又轉到我的手中。當我要求鈴木博士答應把它收入本書中，鈴木博士要求加上下面的註言：

「這篇文章是一九〇六年爲巴利文學會所寫，我想這是我關於禪佛教所寫的第一篇文章。它所根據的是史家所寫的神宗傳統歷史，這些資料中並沒有包括後來在敦煌所發現的稿本。不過這篇文章對於禪學者仍舊可以提供一些知識——特別是那些對於中文原著感到困難的西方學者。我依照後來的學習所得做了少數修正，但這篇文章主要的部份仍舊保持原來的樣子。

二、「禪佛教」。這篇文章原來刊載於一九三八年的 *Monumenta Nipponica*，也是鈴木博士所稱的早期著作，就是說，由於他思想的成熟以及晚近的發現，而對禪佛教與它的發展產生觀點上的變化之前，所寫的著作。

三、「禪體驗的解釋」。原刊載於一九四四年的 *Philosophy — East and West*，這個期刊是由 Charles A. Moore 博士所編，由普林斯頓大學出版，版權為其所有。這篇原是在一九三九年夏天，於夏威夷大學所舉辦的「東西哲學家會議」中宣讀的。

四、「佛教哲學中的理性與直觀」。這篇文章是取自 *Essays in East—West Philosophy*（「東西哲學論叢」，是由 Charles A. Moore 所編，一九五一年，火奴魯魯，夏威夷大學出版社出版）。這是一九四九年夏季，在火奴魯魯舉行的第二屆東西哲學家會議中，鈴木博士親自宣讀的。這是許多人認為著者最偉大的作品之一。

五、「禪：答胡適博士」。這是對胡適博士的一篇回答。胡適博士的文章發表於一九五三年四月，夏威夷大學出版社出版的 *Philosophy—East and West* 中，鈴木博士立即發表這篇回答。更近一步的註解，請參看該篇前端的編者註言。

六、「問答」。這篇文章是鈴木博士特別為一九五三年八月出版的「中庸之道」(*The Middle Way*)——倫敦佛教學會的刊物——所寫。

七、「禪的自然觀」。這是一九五三年八月，鈴木博士在瑞士的 Ascona 所宣讀的一篇文章。一九五四年刊載於 *Eranos Jahrbuch* 期刊。

倫敦佛教學會主席 韓福瑞 (Christmas Humphreys)



# 一 佛教中的禪宗

## 前言

佛教在遠東二千年的發展中，分成了許多支派，這些支派與印度佛教的原型是如此不同，以致我們有充分的理由稱之為遠東佛教。這些支派雖然理所當然的發源於印度的創教者，並且是由印度的傳教士傳播過來，但若沒有中國與日本的諸多天才，它們將不會達到現在這般完美的地步。因此，學佛的人不能忽視中國與日本的佛教；不僅從以往的歷史看來是如此，並且它現在仍舊是一個活的、正在生長的精神力量。

在遠東所發展出來的許多佛教支派中，我們發現特殊的一支，它宣稱把佛教精神的本質直接自它的創造者傳遞過來，而它這樣做却不依據任何文字。它的學術名稱叫做「佛心宗」(the Sect of Buddha-Heart)，但大家都知道的名字則叫禪宗(梵文為Dhyana·E利文Jhana)。

這一支之所以特殊，不僅在佛教中如此，我相信在整個的宗教史中都是如此。概略的說，它的教義是靜觀的神秘主義，而用以表達這教義的方式是如此特殊——有時是詩意的，有時甚至是

令人莫解的——以致只有那些對它們真有洞見的人和那受過系統訓練的人才能了解它們最終的涵義。因此，禪宗最爲強調的是個人內在的精神開悟。它並不認爲經典或智者對經典的註解有不可或缺的重要性。它強調主觀性與個體性，而不注重傳統的權威與客觀的（外來的）<sup>1</sup>啓示。禪宗認爲學禪的人爲達到精神開悟最有效的方法，就是禪那的實行禪——那意謂沉思或靜觀<sup>1</sup>。「禪」這個字實際是「禪那」（Dhyana）的簡寫。

## 禪宗歷史

### 印度

依照禪學者的說法，禪的歷史始於佛陀在靈山會上以一枝美麗的金波羅花示衆之際。這件事載於「大梵天王問佛決疑經」（*Dialogue of the Buddha and Mahapitaka Brahmaraia*）

- ① 禪那 (Dhyana)，依照禪宗學者的看法，禪那並不恰確是沉思或靜觀。一個人可以一面實踐禪的修習，一面又沉思宗教或哲學的問題，但這只是偶合。禪的真正目標是使人見到自己的本心，而由之斷去一切智性的思慮和情緒的騷擾。

波羅門來到佛弟子集會的靈鷲山，將一枝金波羅花 (utpala) 奉於佛陀，俯身在地，求佛說法以惠有情眾生。佛陀昇座拈花示於諸佛人天之前；無有應者；唯大迦葉尊者，破顏微笑。於此，佛陀對眾曰：『我有得見妙法之眼，卽是涅槃，是心，是實有與非實有之奧秘，是超越的真理之門。現在我將它傳之於摩訶迦葉。』「吾有正法眼藏，涅槃妙心，實相無相微妙法門，不立文字，教外別傳，今咐囑摩訶迦葉」摩訶迦葉把這可見入法之深處的「眼」傳給他的繼承者阿難 (Ananda)，而這次的傳遞據記載是這樣的：

阿難問迦葉：「除了衣鉢之外，你從佛陀接受的是什麼？」迦葉呼叫說：「阿難。」阿難回答說「在此。」於此，迦葉說：「你可不可以把門口的旗桿放下來？」於接受這個命令之際，一道光明照破阿難心中，於是「心印」就從摩訶迦葉傳給了這個大弟子。

- 禪宗認爲在菩提達摩 (Bodhidharma) 於公元五二〇年來中國之前，在印度有二十八祖，成功的將此「心印」傳遞下來③：①摩訶迦葉；②阿難陀；③商那和修；④優婆塞多；⑤提多
- ② 無疑這是一部後人所造的經典。很可能由於同禪宗對立的宗派向禪宗挑戰，聖禪宗提出歷史根據來證明它的正統，禪宗弟子就寫出這麼一部經典以對。但此說有待查證。
- ③ 摩訶迦葉之傳與阿難，見「傳燈錄」。

迦；⑥彌遮迦；⑦婆須蜜；⑧佛陀難提；⑨伏獸蜜多；⑩波栗濕縛；⑪富那夜奢；⑫馬鳴大士；⑬迦毗摩羅；⑭龍樹大士；⑮迦那提婆；⑯羅睺羅多；⑰僧迦難提；⑱迦耶舍多；⑲鳩摩羅多；⑳闇夜多；㉑娑修盤頭；㉒摩拏羅；㉓鶴勒那；㉔師子尊者；㉕婆舍斯多；㉖不如蜜多；㉗般若多羅；㉘菩提達摩（一般簡稱達摩）

## 中國

菩提達摩是印度的二十八祖，中國的初祖；他原是南印度香至（Kasi ?）王的第三子。成年以後做了和尚，據說追隨般若多羅垂四十年。師父圓寂以後，六十餘年間，他致力於破除小乘禪觀諸宗。此後，爲了實現般若多羅給了他的使命，航海三年，至中國。公元五二〇年（梁代，普通元年九月）他終於到達了廣州。梁武帝立即請他到首都金陵（今之南京）。武帝是一位最虔敬的佛教徒，爲佛教做了許多善事，但此中並非沒有個人利益的計較。因此，當他的西方貴客到達宮殿之際，他立刻就問：「我已造了那麼多寺廟，寫了那麼多佛經，度了那麼多比丘與比丘尼；尊師認爲我已經積了多少功德？」然而，對於這個問題，這個中國禪宗的創立者却冷淡而簡單的回答說：「並無功德。」

梁武帝又問道：「佛法聖教的第一義諦是什麼？」達摩回答說：「廓然無聖。」武帝不解這