

# 禅与文化

CHANDESHIJIECONGSHU · CHANYUWENHUA

〔美〕 萧甫斯坦 等著



0.5

北方文艺出版社

禅 与 文 化

〔美〕萧甫斯坦 等著

徐进夫 译

奋 力 编选

1. 音乐人因又手书又拉推意对有作教手宗不整

禅的世界丛书      奋力 编选

责任编辑：杨勇翔    常勤毅

封面设计：李 欣

禅 与 文 化

Chan yu wen hua

〔美〕 萧甫斯坦 等著

徐进夫 等译

---

北方文艺出版社出版

（哈尔滨市道里森林街42号）

黑龙江新华印刷厂印刷    黑龙江省新华书店发行

开本 787 × 1092 毫米 1/32·印张 4 14/16·插页 2·字数 100,000

1988年6月第1版    1988年6月第1次印刷

印数 1— 10,648

---

ISBN 7-5317-0103-0/I·104      定价：1.80元

## 目 录

- 一、禅，一种有趣的人类文化 ..... 萧甫斯坦 ( 3 )
  - (一) 禅的历史 ..... ( 4 )
  - (二) 禅的仪式 ..... ( 8 )
  - (三) 禅的功夫 ..... ( 11 )
  - (四) 禅的语言 ..... ( 14 )
  - (五) 禅的公案 ..... ( 24 )
  - (六) 禅的达达主义 ..... ( 28 )
  - (七) 禅的双手 ..... ( 32 )
  - (八) 禅的哑谜 ..... ( 35 )
  - (九) 禅的境界 ..... ( 40 )
- 二、禅——宗教和智慧的统一 ..... 曹溪庵 ( 45 )
  - (一) 禅：一种宗教的觉悟法门  
..... 佐佐木夫人 ( 46 )
  - (二) 宗教法门的三种类型 ..... 曹溪庵 ( 64 )
  - (三) 禅：一种新意识的觉醒  
..... 铃木大拙 ( 66 )
  - (四) 悟，或者得到一种新的观点  
..... 铃木大拙等 ( 79 )

(五) 公案，禅的智慧结晶 .....铃木大拙(88)

附：公案两则.....曹溪庵(100)

### 三、禅的修炼和学习 .....(109)

(一) 黄蘗禅师习禅心得 .....竹 禅(109)

(二) 从观心下手习禅 .....张澄基(119)

(三) 禅与日常生活 .....林 仙(124)

(四) 坐禅的功用 .....近藤著寿(128)

附：禅话数则.....千崎如幻 李普士(137)

# 禅 与 文 化



## 一、禅，一种有趣的人类文化

萧甫斯坦

**你**处身其中的这个世界，几乎在每一个人看来，都是非常奇异的，纵使是已在其中活了很久的人，亦不例外。它的里面可说充满矛盾，但是，它的奇异，正如梦的那种充满矛盾的奇异一样，却与“平常”为邻，相去不远。不过，尽管象梦一般地奇异而又平常，但禅的目标，却以非理的手段扭转人生的性质，来占领白日的时光。因为，正如禅家所说，吾人因为受到自我诳惑而分裂，而痛苦了。因此，禅的门徒接受锻炼，以期达到心静的地步——至少。毫无疑问的是，这个目的，不能不受实际的限制。它或许也是梦的一种，不过，假如你心地坦荡而了无偏执的话，在决定是否将它甩开之前，不妨先对它来一番尝试性的考量。禅，纵然不是它自称的那个样子，也是人类文化上的一个非常有趣的现象。



## （一）禅 的 历 史

印度的佛教，由法师传至国外，似乎是在公元第一世纪之顷，进入中国。对于中国人而言，性质上自是外来的东西，因此，它采取的是中国本土的一种哲学与宗教的姿态，亦即道教的面目。此种拟态之所以行之有效，不仅因它也修习一种法会仪式以及一种与禅法相关的呼吸技术，而且也因它亦关心长生久视的问题——跟道教一样。法师仍继续不断地将梵文经典携至中国，但直到若干世纪之后，这些经典的译文始行得到真正的理解，中国人始能看清佛教的道理——在于详切地提示，教人如何由回避生活的本身回避生活中不可回避的痛苦。

当这种信息及其实际的后果逐渐明朗之时，保守的中国人便表示反对了。在他们看来，仰赖施舍为生的僧侣，无异社会的寄生虫；而僧人的背离家庭和皇上，归依宗教导师，忠于佛教寺院，过终身不娶的独身生活，更是危及到了种族的绵延和社会的生存。尤甚于此的是——他们如此说：尽管一般人认为出家之人看破红尘，淡于世事，但是他们都在蓄积寺院的财产和实力。此外，僧尼死后荼毘，焚化遗体，使中国人感到特别恼怒，因为，他们认为遗体是祖先所重视的遗物，应予善加保存才是。

虽然如此，但大体说来，佛教总算兴盛了起来，不仅愈来愈中国化，而且逐渐溶入了中国文化之中。关于佛教对中<sup>1</sup>

国文化的贡献（此点仍待探讨的地方甚多），及其涉入朝廷政治（它的兴衰往往系于其上）的情形，此处皆不拟多言。且说到了第九世纪的中期，由于当时有一种处处仇外的气氛，佛教因而受到了重大的打击。结果，它的寺庙被毁了，它的财产被没收了，它的佛像被熔化了，它的领袖被驱散了，它的僧尼被迫还俗了。

到了此时，佛教所残存的，只有净土与禅宗两者，颇为突出。从一种不甚厚道的说法来看，净土宗之所以能够兴盛起来，可以说是因为它要求甚少而承诺甚多，故可得到一般大众的热烈归向。它所提倡的信念是：慈悲的佛陀会积极地救助每一个人——不论他以前是什么人，曾经做过什么。它所传导的人人皆可得救的妙法非常简单，反复念诵一位佛陀的名号或一部佛经的标题。至于禅宗尽管在种类上大异其趣，但也适应了中国人的生活方式。佛教其他各宗皆已衰微，禅宗何以能够一枝独秀，可以说没有一个人可以说出一个可以令人信服的道理来，但有若干可以言之成理的原因，不妨在此提出。其中的一个原因，也许可以说是地理的关系。禅在远离帝王影响，或许与之相抗的州县中心地带，颇为强盛。禅重当下直悟和脚踏实地，故而颇易被重视此等美德的中国人所接受。此外，禅之所以是乐天或乐观主义的宗派，乃因为它相信每一个佛教徒所追求的涅槃境界，可以在一个人的有生之年证实，并不只是多生多世积功累德而得的结果。最后，尽管经典明白规定佛教徒不得耕种田地（因为耕种势必毁灭植物以及其他各种生物，有违佛教慈悲之旨），但禅徒却照常从事农作。禅者大都遵守“一日不作、一日不食”的箴言。如此，不但消除了“社

040922

会寄生虫”之讥，同时也帮着保持了禅宗的丛林制度。

禅甚至还可以说是一种寺院的人道或人本主义。它积极雄健，不避尘世，虎虎而有生气，既不与推崇某部经典的其他宗派同流，且在全体上又剧烈反对仰赖经文。依照禅宗传统，尽管根性较差的人可以求助于语言经论，但从究竟的意义说来，佛教乃无言无说、无有语言文字之教。相传佛陀在灵山会上拈花示众，众皆默然，唯有他的上首弟子迦叶尊者会心微笑，因而将不立文字的道以及作为信物的衣钵，一并传授于他，由此开创了历代禅师以种种方式传递禅灯的神圣命脉。

据灯录所载，禅宗系由菩提达摩由印度传至中国，事隔若干代后，终于发达起来，且支流蔓衍，各个以某位杰出大师及其性格、观念，以及作风为其聚合的中心，形成种种不同的宗派。这本书中所要提及的这类大师不在少数，但我们特别关注的一位当是临济（中文读作 Lin-ohi，日语读作 Rinzai）禅师，因为他不但是临济宗的开山祖师，亦因他的态度才有它们的生命和活力。我现在只能说他是一位别出心裁、玄奥难测，但富于魅力的人物——也许正如人们描述的一样，乃是一位不喜欢推理的苏格拉底。

打从临济起到我即将述及的一位禅师白隐，这当中有一大篇复杂的禅宗发展史存在其间。禅约于公元十二、十三世纪从中国传到日本。它到日本之初，亦跟佛教其他各宗一样，亦曾遭到敌视，亦曾参与政治活动；但它亦跟其他各宗一样，对于日本贵族与平民的教化，亦皆颇有贡献。

白隐禅师是临济禅师的一位遥远、但颇具吸力和活力的

继承人，生于公元一六八六年，寂于一七六九年。白隐由他的亲身经验得知：禅的疑团或哑谜，正如公案所可指称的一样，乃是大悟的根本源头。与临济宗相对的曹洞宗认为，过分倚赖公案是强行求悟，因而它偏于“默照”自悟。而白隐则要求以公案为手段，主动积极地、努力不懈地追问下去。他曾一而再、再而三地强调：“枯坐默照”为有害无益之事。在他看来，理想的方法是将坐禅与日常生活打成一片，直到两者不可分解，不分僧俗，皆应如此。他说，如果“枯坐默照”之法盛行于世而消极被动的理想得以当道的話，每一个人都要抛弃他的工作了，国家就要崩溃了。“那时，人们就要愤慨地指责禅是邪恶不祥之物了。”

虽然，一个已有所悟的佛教徒，对于任何事或任何人皆不应该有所憎恨，但据我所想，白隐对于那些被他指为破坏佛教的人，却是嫉恶如仇的。他尤其反对禅净合一的观念。此种融合的倾向不但古已有之，且与中国人愿以折衷的办法消除人智磨擦的想法亦颇一致。有人问中国的一位禅师大珠慧海，儒、道、释三家的学说是一还是三时，他的答复是：大悟之人用来即无分别。此种调和的倾向，在十六、十七世纪时的中国，变得特别强烈。据说曾以综合禅净复兴佛教的著名禅僧云栖株宏（一五三五～一六一五），就曾剧烈反对门户之见。他说：“执禅非净，即是破灭本心，即是污蔑佛陀，即是污蔑其自身之禅理，即是缺乏思虑。”

此种观念在当时的中国颇占优势，而净土与禅宗就这样毫无阻碍地融和起来了。此种融和的趋势，亦跟其他各种文物一样输入了日本，但却被白隐的反对势力制止住了。他说，

净土宗所采用的只是复诵佛名的法门，乃是一种懒散、浮浅，而且无效的办法。他确信它无法引发必要的“大疑”，自然无法导致决定的“大悟。”因此，他说株宏“对禅的认识显示了令人难以置信的浅薄”。看来，日本禅比起它的中国兄弟来，似乎保持了更为明确的纯净和宗风。

## （二）禅的仪式

从上面所述各点看来，也许已经可以见出，禅已有了一种强烈的个性乃至反抗的要素。但这不可抹杀一个事实：禅僧都曾受到严格的训练。单是他们的怀疑经典，就使他们更加完全地依靠他们的师父了。日本曹洞宗永平道元禅师，是位相当保守的僧人，他不但保持了遵经的态度，而且坚定地表示：“假如一位饱学的法师说虾蟆或蠕虫是佛的话，那么，一般人就得抛弃普通的常识，跟着相信虾蟆或蠕虫是佛了。”有人问以习禅何以“只管打坐”时，他说僧人向来如此，并说此事不应再问。

此种也许不是他自己的中国老师所有的保守见解，使他希望门人绝对服从至今仍然保持绵密的坐禅规则。白隐也要求他的弟子严格遵守此等规矩，因为它们有助于调节学者的睡眠、起身、洗面、吃饭、大小便利、问答交谈，以及祈祷和坐禅。但使得曹洞禅与临济禅大为不同的地方，却使它们颇易受到讥讽；若得斯威夫特（Jonathan Swift）再世的话，单凭曹洞宗人必须右肋而卧而临济寺僧必须仰面而眠这个小

小的事实，就可大做其讽刺文章。

从事研究调查工作的韦尔奇 (Holmes Welch) 先生，搜集了不少与本世纪上半期中国禅僧的寺院生活相关的证词。此中证词，大半取自位于南京与上海之间的扬子江畔的金山寺。一般认为，它的禅堂可谓冠于全(中)国。为了说明这样一种禅院的性质及其纪律的细密，且让我将韦尔奇对于起身的仪式，颇为规矩的餐后便利，以及打坐参禅的方式所做的描述，引介于此。

首先是起身的仪式：

僧人们听到一块小小的、可以手提的木板敲响四下的声音，立即起身。他们才不过睡了五个钟头的时间，太阳还有两个钟头才会升起。天色黑暗而又寒冷。他们穿上了长袖僧袍，并套上了袈裟。巨钟的铛铛之声引发了大鼓的咚咚之响，而当钟鼓俱寂之时，他们已经准备好了列队前往佛堂了……

所有一切的僧人，除了担任厨务者外，均皆齐集佛堂，准备做早课。在此，每一个人亦皆各有其本身的地位或职务……佛堂的中央站着行列整齐的僧人，数以百计。大体而言，职位愈高，距佛愈近……未得监督许可，谁也不能随便离开，而监督却是一位执法甚严的人。

我们且在晨祷甚至尚未开始之时抛开此一景象，转而来看比较卑俗的一面——以非禅的标准衡量——亦即早餐之后的大小便：

排泄的方式有明确的规定……盥洗之事充满禁忌。高雯寺 (Kao-min monastery) 的清规规定，凡是僧人登厕，必须

先将厕盖轻轻揭开，而后“向厕孔鸣指三下，以免粪秽污染饿鬼之头而致怨恨，至要。”某些饿鬼似乎喜欢屎臭之气。鸣指就位后，身体必须坐直，两腿须用衣角遮掩。“不可东张西望，与邻座交谈，倚靠隔板或搔抓私处。”——而且必须尽速完事，因有他人候用。此种清规规定，完事之后，走向水盆，以右手两指浸入水中，在左掌擦拭，而后迅速地在毛巾上面擦过。

下面到了坐禅的急务：

几乎每一个人都依照职序打坐……在一座管理良善的禅堂中，学僧应该忘掉他的四大之躯，象一具自动机器一样听候钟板的引导。安坐条凳之上，视线定于前方一点，以地板花砖计算，以近不少于两排、远不超过三排为限。脊柱力求保持挺直，呼吸要求平稳。谈话绝对禁止，禅堂必须绝对清静。设使有僧发出声响，监督便会前去用香板打他——毫不留情……

新学坐禅的人通常只盘一腿而坐。纵使如此，夜里也会痛得难以入眠。由于丧胆而逃离寺院者，大有人在。据一位学者透露：“此痛愈来愈甚，直痛得你汗珠直冒。有些人作弊，将腿松开，以僧袍遮盖，但总会被监督捉住而吃一顿香板。顾全体面是许多人逃走的原因之一。”有多少人逃走？“每一学期的头两个星期约占百分之三十的样子。”

不用说，老参即使盘起双脚，也不会为腿痛所苦。有些人甚至还练习以此种姿势睡觉。即使到了深夜也助不沾席。但在打坐时间，不但不许睡觉，甚至连打瞌睡亦不容许，否则的话，被巡堂的发觉，就会被叫起身来，站在佛像前面，

两手向前伸直，捧着香板……。

八点时分，手磬声起。这表示“晨坐时间”告一段落。

如此等等，无法在此完全照录。

### (三) 禅 的 功 夫

“坐禅”或“参禅”(meditation)一词，在此已经提及多次，因此，对于它的性质和效用，我认为有在此做一简介的必要。就我们这里所关注的临济禅而言，参究一则公案，就是从事一种积极的作用，就象我们在努力解决一个数学难题之时所做的一样。就象数学的求解一样，一般认为它的答案是突然而来的。但禅的顿悟信念，一直没有得到佛教其他宗派的接受。这种信念上的差异，需要我们暂且在此再将佛教发展的历史回顾一下。

在公元第七、八世纪之间，中国的顿、渐两派禅家，曾经展开一场持久而又剧烈的论战。这种论战起于印度。印度的佛教徒通常都认为真理的领悟是渐进的。代表此种想法的修证过程，不但极为漫长，而且非常繁复，因此，就有佛教徒尝试加以简化。最最急进的简化，目的在于当下顿悟。据说，只是“苦哉！”这一声感叹，即足以使人立悟真理。这种信念的论证不仅以合适的经文为依据，同时还以一个理念为基础：吾人一旦看清幻妄的庐山真面，真理的面目即可当下显现。

慢慢渐进与“一下”顿悟这两个论点，在佛教的最初几百



年间，就已针锋相对了。在公元第八世纪顷，西藏曾经有过一场激烈的论争，结果，以一位汉人大师为代表的“顿”法，被以印度大师迦摩罗希拉(Kamalashila)为代表的“渐”法击败了。

在中国本土所进行的这种争议亦颇激烈。通称为北宗的渐派分子，被控以企图偷窃达摩的传法袈裟，磨灭载有传法系统的碑碣，以及割取六祖遗体的脑袋；反之，“顿派”或南宗的领袖，则被控以妖言惑众之罪。

无论是南宗还是北宗，都没有维持很久的时间，但以禅宗而言，顿法终于胜利了。它终于得到了承认，正如一位佛教大师所说的一样，“瓜熟蒂落”，或者，就象中国人所了解的那种景物比喻一样，“一旦登上高山，景物尽在目前。”

看来，中国人终于已用调和的办法解决了这个问题。前面谈到禅僧生活时，曾经引及的韦尔奇表示，他所叩问的这些僧人，没有一个认为顿悟与渐悟之间有何矛盾可言。“正如他们所说，六祖（“顿”派的开山祖师）的顿悟，乃是前生前世历劫修行的结果。换句话说，这少数达到顿悟境地的人，必然已经经过了多生多世、长久渐进的准备功夫。

韦尔奇问中国的僧人，何以心甘情愿地忍受禅堂生活的煎熬，“腿子酸痛，蚊虫叮咬，禅七的疲竭，寺院的拘限，尤其令人难受的是：每天化费九到十五个钟头的时间思索同一个问题所带来的那种难以避免的沉闷乏味。”接受询问的人大都否认他们有沉闷之感。他们说，他们所要追询的那个谜样的问题非常管用。“一个僧人不但追询这个问题，而且把他的全副精神完全集中在这个问题上。同时，他也学习控制他的心灵——观察他的意识流动，一有恶念（贪心、嗔心，