

诗与禅

□程亚林



目 录

缘 起	1
-----	---

佛

第一章 菩提树下的思索	3
-------------	---

第二章 人生和世界的双重虚无	19
----------------	----

庄

第三章 天人合一观的新土壤	27
---------------	----

玄

第四章 适意会心的人生观	69
--------------	----

禅

第五章 顿悟自性的禅宗	121
-------------	-----

诗

第六章 诗禅相通	222
----------	-----

结束语

缘 起

诗为禅客添花锦，

禅是诗家切玉刀。

唐宋两代诗歌高峰刚过，金代杰出诗人元好问就在《答俊书记学诗》这首诗里写下了上述赞叹的诗句，对诗与禅的关系做了一个历史性的总结。

唐宋两代是中国古代文化史上的幸运儿。在国家兴衰和经济发展变化中，两代知识分子度过了由充满青春活力到渐趋成熟的岁月。上承先秦诸子百家遗风，他们掀起了著名的古文运动；近袭魏晋南北朝的文学自觉，他们创造了灿烂辉煌的诗、词以及传奇小说。如果说唐诗主要以其雄浑、豪壮、风格千变万化名垂青史，那么宋诗则以平易而又深刻，细腻而又贴切，凝炼而又自由，新巧而又泼辣的独特风味深化了诗歌的沃土。在思想界，佛教禅宗的崛起、昌盛，从审美心态上哺育了两代诗人；因禅宗的过渡，从而更广泛深入地汲取了儒、道、释营养而铸成的宗代理学，又为集大成式的诗歌理论的出现思维方式上开辟了道路。当我们沉吟低唱于蔚为奇观的唐宋文学之前，不能不注意到诗禅交相辉映的

这一侧面。

我们看到：禅人在示法、开悟、颂古以及禅居时都有诗，他们用诗传授、领悟、钻研佛法大意，也用诗抒发日常生活中的情怀；我们也看到：上至一代诗宗，下及无名诗人，无不与禅学、禅人有千丝万缕联系，他们或援禅理、禅典以入诗，或寻幽探胜，讴歌禅迹，或灵犀一点，让看似平常的诗句里含蕴了无限禅趣。而在诗歌理论界，不仅有禅家高僧的参与，还孕育出“以禅喻诗”这个惊世骇俗的话题，除风靡一时外，更唤醒了人们对诗禅关系興味盎然历久不衰的思索……

文化史是一个异常复杂的现象，它好象我们在夜行火车的车窗外见到的纵横交错而又飞快流逝的灯光：

火车窗中望见的夜，

是大而黑的柔软物体，

纵横交错着光之鞭痕。^①

我们是不是可以摄取诗与禅这两条光带，在“佛、庄、玄、禅、诗”系统内来体察一下它们互相给予的温暖和光明呢？

如果可以，就让我们共同启航，为探索它们的奥秘冒险航行。由于无论佛、庄、玄、禅、诗都极为复杂，充满“秘密”和难题，在我们的航程中，谲波诡云会不断扑来，触礁的危险随时存在，但愿我们能乘一叶轻舟，穿过这千万重山峦……

①〔美〕卡尔·桑德堡《窗》 参见郭沫若《英译诗稿》（上海译文出版社八一年版）第107页

第一章 菩提树下的思索

有的学者指出，历史意识强烈是中国实用理性的重要内容 and 特征。如果说，这是指我们的古人每提出一种学说一般都考虑它的现实可能性、稳妥性、影响的长远性，因而不走极端，不标新立异，不甘昙花一现，则是对的；如果说，这是指我们的古人具有科学的或力求科学的历史意识，则很难说对。从《春秋公羊传》的微言大义，到汉代的今文学派，再到后来以复古为革新、托古改制、六经注我诸说，莫不以历史为一定阶级、集团的现实需要服务。派定古代某个圣贤为自己的祖宗，杜撰历史以壮大自己声势是屡见不鲜的事实。这种作弊的技巧在世界历史上并不乏其例，但那种特别需要依赖作弊的心理却远远说不上健康。

禅宗的历史也是疑雾缭绕的。“世尊在灵山会上拈花示众。是时，众皆默然，唯迦叶尊者，破颜微笑”^①，这宣告禅宗诞生的事实，不过是“藏之秘府，世故无闻”之类莫须有的传说^②，而载入《涅槃经》的文字，又无最富诗意、最

①《五灯会元》卷一，世尊指佛教创始人释迦牟尼。

②《佛祖历代通载》卷四周穆王辛未年事之注。

传禅宗之神的“拈花微笑”的雅趣^①；据说，禅宗源于印度，经祖师传承，直到达摩一代才流入中国，但印度禅在印度传了多少代，说者又莫衷一是，有说二十四代的，有说三十四代的，也有说二十八代的（此说较通行），数典而“忘”祖，此一例也；此外，佛陀释迦牟尼传教之初，有无必要另立“教外别传”的禅宗、达摩何时在华、中土三祖僧璨是否实有其人，禅宗经典《坛经》是否“中华禅”创始人慧能所作^②，都还是疑问。至于达摩奉师偈来华，为梁武帝说“圣谛第一义”、死后又“只履西归”等故事，考诸信史，更是满纸荒唐言。

然而事实是，禅宗是佛教的一支，在中国流播久远，并对中国文化和民族心理产生了深刻的影响。因而，我们谈及禅学，不能不略述佛学，也不能不考察佛学如何在中国这块土地上演变为禅学，明乎此，禅学对诗学的影响才能露出端倪、现出脉络。

尽管学术界对佛教创始人释迦牟尼是否真实的历史人物还在争论，但一般认为，佛教诞生于释迦牟尼在菩提树下悟道。据说释迦牟尼出身王族，天生异秉。不企羡即将继承的王位，也不留恋花团锦簇的宫廷生活。从小就因看到青草被犁翻、蚯蚓和虫卵被杀死、耕地的农夫面容憔悴而大动恻隐之心；长大之后，则注意到现实生活中生、老、病、死等痛苦景象；出家前夕，还无意中瞥见宫廷众美女在月光下睡熟的呆相。因此他感到世间皆苦、人生无常，于是弃家出

①《大乘经》卷二《哀叹品》。

②一般称印度禅学为“印度禅”或“如来禅”，达摩至五祖弘忍的禅学仍属这一系统。六祖慧能以后的禅学为“中华禅”或“祖师禅”。

走，寻求解脱。先在深山老林里过苦行僧生活，跟瑜伽派学者学过三年“无想定”（即断绝思想而入定），三年“非想定”（即同时抛弃想和不想而入定），终觉不得究竟。据说，一次遇到了天帝释变成的魔鬼（罗刹），传授他“诸行无常，是生灭法，生灭灭已，寂灭为乐”四句偈，对他成佛起了很大影响。于是他在菩提树下坐而悟“道”，终于获得了“神通”，获得了“无上正觉”，建构了以认识人生痛苦，追求人生解脱为核心的佛学理论体系，展示了佛学的基本特色。

1

佛学的第一个特色是它起源于对社会现实的不满和对人世生活的厌弃。

当时的印度（一般认为是公元前六——五世纪，相当于我国春秋百家争鸣时代，希腊诡辩派开展活动的年代）正是奴隶制经济急剧发展、大批城镇国家兴起的时期；经济虽然繁荣，阶级斗争却日趋激烈，奴隶在反抗，代表奴隶阶级的学说在流传，剥削阶级内部（婆罗门和刹帝利两种姓）也在争权夺利。以“祭祀万能，《吠陀》（古印度典籍）天启，婆罗门至上”为纲领的婆罗门教已不能维持对思想界的统治，自由沙门思想油然勃兴，为佛教的诞生准备了社会 and 思想条件。如何在痛苦的现实斗争中和神圣信仰破灭后求得解脱，是佛学探索的主题。而厌弃世间生活，则是印度文化的一个传统。四部《吠陀》是印度古代文明的象征，它的三篇哲学

性赞歌①中就充满了怀疑精神和人生不安定感。比如《梨俱吠陀》第十卷第一百二十九首就完全脱离了早期自然神话的色彩，设想太初的宇宙，没有天、空、地三者的分界，非无也非有，惟有黑暗浑沌一片，后来，由于内在热力的驱迫，才将自己的一部分展开为现象宇宙，划出形上与形下的世界。诸神是后起的，他们不仅不可能知道宇宙的全部奥秘（因为宇宙只向诸神展示了一部分），而且连宇宙部分展现的过程也不可能确切地知道（因为诸神后出），因而，

谁真正知道？这里有谁宣告过？

这（世界）从哪里生出来？这创造是从哪里来的？

天神们是在它的创造以后，

那么，谁知道它是从哪里出现的？

这创造是从哪里出现的？

或则是创造出来的？或者不是？

它的看管者在最高的天上，

他才知道？或者他也不知道？②

既然宇宙的奥秘谁也无法知道，他们就不断转换崇拜的对象，显示出一种寻求依靠的挣扎和不断失落的绝望。对“生主”的崇拜对印度人来说似乎只是短暂的过渡，他们衷心信仰的是由人间卑微的祈祷声异化而成的“祭祀”和由世间“小我”转化而成的“大我”的先驱——“布卢沙”（或称“原人”）。他们笃信：精诚所至，金石为开，通过反复祈祷人们可以使自己与宇宙最伟大的精神源泉相应；他们也笃信：通

①《梨俱吠陀》第十卷第90、121、129首。

②转引自金克木《比较文化论集》第16页，三联书店八四年版。

过艰苦的磨炼，个体可以得到精神的超升。《梵书》和《奥义书》时期，他们高扬了祭祀的繁文缛节，确立了哲学思考的中心概念——象征宇宙本原、宇宙精神的“梵”和象征个体精神、灵魂的“我”，提供了如何由渺小的自我通过精神修炼成为伟大的自我与客观的大梵合而为一的方向，所谓“四位说”（醒位、梦位、熟眠位、死位）和“五藏说”（食味所成我、生气所成我、意所成我、识所成我、安乐所成我）则指示了精神修炼的具体方法、步骤、阶段以及人生道路。《吠陀》早期经典含蕴的部分乐生和外向思想至此已荡然无存，轮回业报，解脱，人我（灵魂）成为印度一切宗教哲学共同讨论的题目。而据《家庭经》记载，印度人一般将自己的生活划分为四个时期，即学期到家主期到林栖期到云游期，这就从理论到实践孕育出了一种厌世的观念、出世的襟怀和重视内心体验的趋向，也确立了印度思想的主要对象不在自然，而在人生。这种人生某种体验高于一切、出世才得解脱的思维定势，使释迦牟尼创造了以出世为目的的佛学，也就不奇怪了，尽管初期佛教众生平等、否定灵魂存在、反对神权、注重自力思想是与婆罗门教恰好相反对的。

2

佛学的第二个特色是与印度的瑜伽实践有密切的联系，特别重视“禅定”。

瑜伽是印度从远古流传下来的一种修行实践，它可以使人获得宁静的精神状态和产生某种超自然力量。印度河文明留下的遗物如石雕和刻在印章上的图案清楚地表明，早在公

元前三千年这种实践就风行印度。形成于公元前十世纪、加工于公元前六到五世纪的印度两大史诗之一《摩诃婆罗多》中的《薄伽梵歌》就说：“宁静曰瑜伽。”《奥义书·伽特伽书》中也说，“诸根（指眼、耳、鼻、舌、身、意等）调御坚定，是名瑜伽。”其产生时间已难确定，但一般认为较早的瑜伽派则是古印度哲学的一派，它的经典是《瑜伽经》。

“瑜伽”的意义是“结合”，指修行。在哲学上，瑜伽派认为人的思想在本质上是无意识的原初物质的产物，它与高于思想、支配思想的“灵魂”有某种亲缘关系，因反映“灵魂”而产生意识。因而，当思想随思想的对象（外界事物）变化而变化时，便形成了“灵魂”、思想、对象三者的虚假同一，这是人类痛苦的根源。瑜伽的目的便是控制和制止思想活动，断绝灵魂与多变对象的虚假同一，消除痛苦，获得宁静和某些“神通”。在实践上，它指明了八种修行手段：（1）禁制（克制），（2）遵行（限制），（3）坐法（坐姿），（4）调息（控制呼吸），（5）制感（制止感觉），（6）执持（专注），（7）禅定（静虑），（8）持（专心）。

由于瑜伽实践具有不同的修行形式，因而按不同形式引发的瑜伽功可以达到不同的目的，引起实践者事后不同的回忆和描述。有的认为它导致不同的幻觉，用意识产生虚幻怪诞的世界。有的认为它能把人引回到原始时代野蛮人心醉神迷的仪式，使人获得伟大的超自然的力量。这时，无限大的可以变成无限小或不可见；无限小的可以膨胀成无限大；遥远的变得近切，手指尖可以触到月亮；近切的须臾万里，可以腾空飞行；感觉强化，隔墙可视；心有灵犀，对别人的思

维过程了如指掌。这就是所谓天耳通、天眼通、如意通、他心通、宿命通等等“神通”。有的则强调它在抑制思想活动时的瞬间体验，由此可以发现“真我”的纯精神、纯意识状态，进入“绝对”境界。这就产生两个后果，一是它被当成一个美好的瞬息来回忆，二是利用这一瞬间体验或它的某一方面来建造不同的理论体系。诚如印度学者德·恰托巴底亚耶在谈到古代印度哲学时所说：“除了少数，实际上我们所有的最有才能的高级思想家完全相信同一种瑜伽实践。”“它被各种体系的哲学家看作是一种获得最高哲学智慧的修行方式。”苏联学者舍尔巴茨基也说：“入定的心理学确实不单单是佛教而是许多印度体系典型的特点。它几乎不可避免地出现在每个印度体系的称之为道的那部分中，考虑的是脱出现象世界而进入‘绝对’的方法。”^①事实上，印度耆那教的创始人太雄用了十二年时间主要投身于瑜伽实践，耆那教的经典给予“瑜伽支”以极大的重视；佛陀在达到彻悟之前，据说也持续六年修习瑜伽。

尽管佛教并不否定瑜伽中的幻觉、神通等等，但一般地说，它最重视的还是禅定。禅是梵文“禅那”的略称，意译为“静虑”、“思维修”，具有“静其思虑”、“静中思虑”双重含义，是各种“定”中的一种。“定”即“三摩地”，又译“三昧”，意译为“等持”，“禅那”是“等持”中的特称。佛教说“禅定”、“定”实即“等持”中的“禅那”，它对佛教哲学有特别重要的意义。

习禅是用宗教信仰力量，限制来自内部的情绪干扰和外

^①《印度哲学》第24页、93页、74页，商务印书馆1980年版。

界欲望的引诱，通过对规定对象（不净物如尸体，美好事物如慈悲）的观察内省，按照规定的方式思考，以对治烦恼，完成去恶从善、由痴而智，由“污染”到“清静”的转变任务。此中，有专注的思辨活动，有对心绪宁静、心身愉悦安适的体验，也有幻象、幻觉、“神通”的引发，但重要的是思辨和体验。至于幻象、幻觉、“神通”，既易“走火入魔”，又可被别的宗教利用，佛教是不大感兴趣或力求戒除的。

从佛教所谓“四静虑”和“无色定”中我们可以看出佛教修习禅定的主要旨趣。

“四静虑”将修习禅定的过程划分为四个阶段，在“初静虑”阶段，人在思维中“寻”、“伺”作用支配下初离“欲界”，有一种“喜”、“乐”感受；“内等净”阶段，“寻”、“伺”等思维活动消失，那毫无对象、起伏波动的“内”、“等”心理形式使“喜乐”逐步纯化，它不再是“离欲”所得，而是由“定”所得，并与“心性”同一，变成纯乎自身的属性；第三静虑阶段，在“舍、念、正知”等思维形式支配下，与外物尚有某种联系的“喜”消失了，剩下更为纯静的“乐”；第四静虑阶段，“舍清静，念清静”的思维形式使一切喜乐感受全部弃舍，人进入了无念无欲、无喜无忧的境界。这是一个思辨逐渐精致、微妙，感受逐渐纯化的过程，它导致的是一种对纯粹精神的咀嚼和回味。

“无色定”也有四种，“空无边定”要求排除物质干扰，对“虚空”作无边无际的思维；“识无边处定”要求离“空无边”而思维“识无边”；“无所有处定”要求离“物”，离“虚空”，离“识”，思维一切“无所有”；

“非想非非想”要求将超越一切的“无所有”的想法也一并舍弃，进入“非有想”境界。但由于“非有想”仍然是一种“想”，所以也可以称为“非无想”，“非有想”与“非无想”相结合，便是“非想非非想”，据说这是一种“一切诸想皆悉灭尽，唯有微细想象无相境转”、“寂静美妙”的精神境界。“无色定”又是一种由世俗精神向纯粹精神升华的精神蒸馏过程。

佛教重视“禅定”，想用“禅定”让人体验纯粹精神境界的目的是很明显的，由于这种纯粹精神境界不能用世俗精神所谓“有”、“无”、“空”、“实”等概念界定，所以佛学常用“亦有亦无”、“非有非无”，“非亦有亦无”、“非非有非无”或“非相”、“无相”、“实相”、“如”、“真如”等相互联系、相互矛盾、相互否定的概念无可奈何地表述它。这在本质上也就是佛学对于它的最高境界——“涅槃”的思辨和体验。不理解这一点，无法理解佛学；而离开这一点，也就没有佛学，因此，佛学不管何言何派，都十分重视“禅定”。

佛教小乘有所谓“三学”，三学即戒、定、慧。大乘兼修六波罗密，或“六度”，六度即布施、持戒、忍辱、精进、禅定、智慧，都离不开“定”或“禅定”。佛祖言说结集《经集》以坐禅和冥想为中心内容；《坐禅三昧经》、《安般守意经》提出了坐禅的“五大法门”（调息、不净、慈悲、因缘、念佛）；《俱舍论》、《瑜伽师地论》等书有上述“四静虑”、“四色界定”的说法。《俱舍论·分别定品》说：“诸‘等持’内，唯此（静虑）摄支止观匀行，最能审虑。”又说：“一切功德，多依‘静虑’。”已将禅定

对佛教的特殊意义提到了相当的高度。我国东晋的僧睿在《关中出禅经序》中说：“禅法者，问道之初门，泥洹（涅槃）之津径也。”隋代的智顗（天台宗的实际开创者）在《释禅波罗密次第法门》卷一中说：“若欲具足一切诸佛法藏，唯禅为最，如得珠玉，众宝皆获”。禅宗虽不重坐禅，但不废坐禅，六祖慧能也教人“一时端坐，但无动无静，无生无灭，无去无来，无是无非，无住无往，但然寂静，即是大道。”①后来著名禅师百丈怀海立百丈清规，令僧徒不论地位高下，一律入僧堂参禅，得到了信佛的唐代大文学家柳宗元的称赞。柳在《百丈碑铭》中说：“儒以礼立仁义，无之则坏；佛以律持定慧，去之则丧。”《禅源诸诠集都序》的作者，兼属禅、华严二宗的宗密更说：

然禅定一行，最为神妙，能发起性上无漏智慧，一切妙用，万德万行，乃至神通光明，皆从定发。故三乘学人，欲求圣道，必须修禅；离此无门，离此无路。

可见无论佛禅之徒还是信佛的社会人士，都深切体会到了禅定对佛教生死攸关的重要性。

3

佛学的第三个特色是重视思辨，强调信仰意识。

如果说，佛陀对社会现实的不满，对瑜伽状态的体验具有直接感受的性质，那么，他面对司空见惯的生、老、病、死和美女睡熟呈显呆相这类具有普遍性的现象产生人生虚幻、无常的感觉，就具有一定程度的思辨意味。而这些感

①《坛经》法苑本。

受，已朦胧地构成了因无常而思入定，由痛苦而求解脱的思维路线。

然而，佛陀并不满足于这些感受，也不仅仅把瞬间入定作为劳顿人生的暂时休憩之处，他要从这些感受出发，通过思辨，探其究竟，以建构理论体系，求得更为实在的解脱，为人类铺就一条自我拯救的道路。他的失足从这里开始，他的成就也从这里开始。

在这种思辨中，对社会现实具体的不满已稍稍隐退，对人生具有一定抽象意味的思索占据了主要地位。佛陀在波罗奈斯曾这样说教：

比丘们，这就是痛苦的神圣的真理：出生是痛苦（生苦——引者注），老年是痛苦（老苦），疾病是痛苦（病苦），死亡是痛苦（死苦），和不可爱的东西会合是痛苦（怨憎会苦），和可爱的东西离开是痛苦（爱离别苦），求不到所欲望的东西是痛苦（求不得苦）。总之是一切身心之苦（五取蕴苦）^①。

由生、老、病、死等组成的八苦（另有十一苦、十六苦等说），亦即“一切皆苦”，成了佛学对现实人生的基本认识。后来的佛学，尽管经过了种种演变，这种基本认识却没有改变。

但是，仅仅指出现实生存的种种痛苦现象（此所谓“苦谛”），既不能达到解脱的目的，更不能引导出佛陀指示的特殊的解脱之途，因而，佛陀置改造自然、社会以获取人生幸福的途径于不顾，将引起人生痛苦的原因归结为人对人生

^①相应部经典第五卷第420页，参见《增一阿含经，四谛品》第二十五。转引自任继愈主编《中国佛教史》第一卷第502页。

的“无明”。他认为，人生本是由互为条件的因果联系组成的，而“无明”即与生俱来的盲目无知却是这个因果链条的起点。由无明引起各种善和不善的意志和行为（“行”），由意志和行为引起作为个人精神统一体的“识”，由“识”引起构成身体的精神（“名”）和肉体（“色”），有了“名”、“色”，就有了眼、耳、鼻、舌、身、意（统觉）等六种感觉器官（“六入”），有了感觉器官也就有了和外界事物的接触（“触”），由“触”引起苦和乐的感受（“受”），由“受”引起渴爱、贪爱、欲爱（“爱”）等等，有了“爱”就有对外界事物的追求贪取（“取”），由“取”引起生存和生存的环境（“有”），由“有”便有“生”，由“生”也就有了“老、死”，这就是所谓“十二缘起说”。小乘佛教为建立佛教的天国，强调轮回业报，更宣称“十二缘起说”。包含了“三世二重因果”的意思，他们认为十二因缘指的是：由过去世的“无明”和“行”等二“因”，引起了现在世“识”（胎识）、“名色”（胎儿具备的精神和形体）、“六处”（胎儿之六根）、“触”（胎儿出世与外界接触）、“受”（感受）等五“果”；这五“果”作为五“因”，又引起现在世的“爱”、“取”、“有”等三“果”，这三“果”作为现在世的三“因”，继续引起未来世“生”、“老死”等二“果”，如此反复无穷、万劫不移。这样，人生就成了以“无明”为基因的痛苦的链条，人只能在痛苦的连锁反应中蠕动、挣扎，轮回、沉浮于苦海，演出一幕又一幕惨剧。

人生既然具有与生俱来的“无明”，那么，它的曙光在哪里？人要怎样才能使自己有“明”？佛陀认为，人生“无

明”的原因又在于人对人生的“无常”没有认识。“无常”有两义，一是变动不居，瞬息即逝；二是虚幻不实，如梦幻。生命在呼吸间”^①，说明了第一种意思：“是生无常，念念不住，犹如电光、暴水、幻炎”^②，除包含第一种意思外，还含有第二种意思。人在“十二缘起”的链条中奔驰，不是变化的“无常”吗？人生链条中的每一个环节莫不依靠前因后果而存在，其自身并无独立的意义和价值，不是如幻的“无常”吗？同时，人的形体如同物质世界一样，是“四大”（地、水、火、风等四种原素及其功能）合和而成，生时不过是四者的凑合，死后更是四者的离散，哪里有什么独立、真实的生命？不过“四大皆空”而已！佛陀认为，人正因为不理解人生的“无常”，才引起“无明”，才引起执着于人生的爱欲，“爱伴随着贪与欲导致生死轮回，爱到处寻求欲乐、生存、权利”^③，这就是痛苦原因的神圣真理（“集谛”）。

从“苦谛”、“集谛”引出来的便是消灭痛苦的神圣真理——“灭谛”，其目的在于“根除欲望以消灭爱，彻底驱除它，离开它”^④，达到佛学的最高理想无苦涅槃。无苦涅槃的定义佛教不同派别有不同的说法。涅槃（或译“泥洹”）是梵文的音译，意译为圆寂、灭度、无为、真谛、彼岸、不生、无动、解脱、实相、真如、法身等等。原意是指火的熄灭或风的吹散，引申为佛教的最高理想。原始佛教（即佛陀及其传承弟子们的佛教，约存在于公元前六、五

①《涅槃经》。

②《佛说二十四章经》。

③相应部经典第五卷第420页。

④相应部经典第六卷第426页。