

李
森
选
注

禅
诗
一
百
首

名

诗

百

六
册

上海书店

名诗百篇系列

李
森
选
注

禅诗 一百首



上海书店

责任编辑：陆国强 彭卫国

装帧设计：王志伟

禅诗一百首

(名诗百篇系列)

李 森 选注

上海书店出版

(上海福州路401号)

新华书店上海发行所发行

上海中华印刷厂印刷

开本 787×960 毫米 1/32 印张 3 3/8 字数 63 千

1991年11月第一版 1991年11月第一次印刷

印数 00001—13000

ISBN 7-80569-400-1/I·151

定价：1.60

前 言

禅诗，即佛诗，是渗透佛学思想感情的诗。和其他类型的古代诗歌一样，也是我国古代诗歌宝库中一个重要组成部分，是古代文化的珍贵遗产。

我国禅诗的产生和发展源远流长。汉晋之际，佛教由印度传入我国，佛教经典大量译出，佛学思想深入人心，禅诗也就开始产生。在汉魏六朝就有名僧如慧远及名诗人如谢灵运等写作了不少禅诗，到唐代，我国古典诗歌进入黄金时代，古代禅诗也得到蓬勃发展。在这个时期，中国特有的佛教禅宗的建立和兴盛，对禅诗的繁荣尤具有重要意义。我国的佛教禅宗，是地道的诗歌王国。禅宗宗师在宣扬禅宗教义与禅法时最善于运用诗歌形式，创作了大量的示法诗、悟道诗、颂古诗。禅宗尤受到文人士大夫的喜爱，被称作为文人士大夫的宗教。文人受到禅宗思想的影响，也倾心于以禅入诗，从而写出大量的禅理禅趣诗。而且，自唐以后，还作为一种传统，一直为后代诗僧和文人所承扬，始终兴盛不衰。其诗作数量也颇可观，汇辑成集者即多达数十种，仅禅宗颂古诗集，就有《颂古联珠通集》、《宗鉴法林》、《碧岩录》等多种。此外则汇于《全唐诗》、《宋诗抄》及各代诗歌总集中。这大量禅诗长期以来一直鲜有人问津，完全是一片崭新广阔的诗歌处女地。

古代禅诗作为宣扬佛教教义的诗歌，其中无疑有

不少宣扬佛教唯心主义，消极出世乃至迷信愚昧等思想感情的糟粕；但是同时也有大量揭示深刻哲理、表现崇高道德情操和人类至情至性的优秀诗歌。比如，表现明心见性，返朴归真，表现高僧为普渡众生而殉道的高尚品格和自我牺牲精神的诗歌，就深深地启人智慧，陶冶人的情操，净化人的心灵，至今仍让人深受教益。古代优秀禅诗，无论是禅师以诗明禅，还是文人诗人以禅入诗，又都倾心于禅与诗的完美结合。借助于逐步发展臻于完美的诗歌表现艺术去宣示佛学思想感情。诗与禅的完美结合，又使我国古代许多优秀禅诗具有高超的艺术品格，成为卓绝的艺术精品。这种完美的结合，正如钱钟书先生在《谈艺录》一书中所说，乃是“不泛说理，而状物态以明理，不空言道，而写器用之载道，拈形而下者，以明形而上。使廖廓无象者，托物以起兴，恍惚无朕者，着迹而如见。譬之无极太极，结而为两仪四象，鸟语花香，而浩荡之春寓焉，眉梢眼角，而芳悱之情传焉，举万殊之一殊，以见一贯之无不贯，所谓理趣者，此也。”古代许多优秀禅诗就都是这种卓绝的理趣诗。对这部分优秀禅诗必须予以充分肯定和高度评价。

这本禅诗选集就是从数万首禅诗中精选出来的。一方面入选了已经流传的一些禅诗；而大部分诗则全是从鲜为人知的文献中选出。入选的标准就是如上所说的富于哲理，思想健康，艺术表现完美者。从时代看，唐宋份量较多；从作者看，禅师、诗僧较多，文人诗人则选著名的有代表性的作家。从诗歌类型看，分别

选了各种有代表性的形式，如示法诗、悟道诗、颂古诗、山居诗、云游诗、禅趣诗。我们希望这本精选集能够作为一个缩影，使读者借一斑窥全豹，对古代禅诗的面目有一个大体的了解和初步的认识。

为帮助读者读懂所选禅诗，我们对入选禅诗每篇都作了必要的注析。对作者作了必要的简介，对一些难词、佛典作了注释，尤其对每一首的内涵作了解析。禅诗素称深奥艰微，朦胧难懂，尤其是禅宗禅诗，因为遵循禅宗“佛性不可说”、“不立文字”的宗旨，认为语言文字不可能表达佛理、佛性，佛理是不可能靠一般常理知解的。因此，在诗歌表现中便追求不确定的朦胧显示，甚至以非理性、非逻辑为旨趣。为此，要准确解说每首禅诗的旨义与内涵绝非易事，而且即使作出一种解说也并不能说就是接近诗的旨意的。但尽管如此，为帮助读者理解，我们还是作了最大的努力，力求对诗中的禅理作出较为明确的说明，使读者明白禅诗之所以为禅诗的特质之所在。对许多流行的文人禅诗，如王维、苏轼、朱熹一些著名的禅趣诗，也同样贯彻这一原则，一反流行的解释，以求得对诗中精深禅理的发掘。如对苏轼的庐山诗、朱熹的读书诗的解说，这种解释当然仍只能说一隅之见，甚至也可能流于牵强，如能给读者以启迪，引起读者深入求索的兴趣，就是我们最大愿望了。

编选禅诗选，对我们来说，是一种探索，是一种尝试。由于学力薄弱，佛学修养肤浅，肯定会出现许多缺欠、不足乃至错误，希望得到行家和读者的不吝指

正。又，尽管如上所说，本选集选诗注意择优入选，但所选诗中也仍会有消极的内容，希望读者阅读时注意批判地吸收。

目 录

庐山东林杂诗	晋·慧远(1)
石壁精舍还湖中作	南朝宋·谢灵运(2)
咏水诗(其二)	陈·惠标(3)
船子和尚偈	唐·德诚(4)
三十年来寻剑客	唐·志勤(6)
空门不肯出	唐·神赞(6)
尘劳迥却	唐·希运(7)
清风楼上	唐·师鼎(8)
✓城外土馒头	唐·王梵志(9)
慧心近空心	唐·王梵志(10)
✓身是菩提树	唐·神秀(11)
✓菩提本无树	唐·惠能(12)
✓漕湖山寺	唐·张说(13)
咏山泉	唐·储光羲(14)
山中	唐·王维(15)
鹿柴	唐·王维(16)
鸟鸣涧	唐·王维(17)
辛夷坞	唐·王维(18)
栾家濑	唐·王维(19)
木兰柴	唐·王维(19)
望牛头寺	唐·杜甫(20)
✓春行寄兴诗	唐·李华(21)
天姥岑望天台山	唐·灵彻(22)

江雪·····	唐·柳宗元(23)
鱼鼓颂·····	唐·从谗(24)
滔滔不持戒·····	唐·慧寂(25)
北青萝·····	唐·李商隐(26)
焰里寒冰结·····	唐·木寂(27)
上归州刺史代通状(二首其一)·····	唐·怀濬(28)
精舍遇雨·····	唐·可止(29)
金屑眼中翳·····	唐·文偃(30)
拥毳对芳丛·····	唐·文益(31)
南台静坐·····	唐·守安(32)
众星罗列·····	唐·寒山(33)
寒山多幽奇·····	唐·寒山(33)
杳杳寒山道·····	唐·寒山(34)
松月冷飕飕·····	唐·拾得(35)
宿九华化成寺庄·····	唐·冷然(36)
寻山僧真胜上人不遇·····	唐·栖白(37)
陨叶·····	唐·元可(38)
湖南兰若示大乘诸公·····	唐·皎然(39)
溪上月·····	唐·皎然(40)
闻钟·····	唐·皎然(40)
野居偶作·····	唐·贯休(41)
终南僧·····	唐·贯休(42)
片云·····	唐·齐己(43)
寄清溪道者·····	唐·齐己(43)
水边行·····	唐·齐己(44)
某尼悟道诗·····	宋·无名尼(45)

秋径·····	宋·保暹(46)
宿西山精舍·····	宋·文兆(47)
西来意颂诗·····	宋·灵澄(48)
水出昆仑·····	宋·省念(49)
登飞来峰·····	宋·王安石(50)
寓言(二首其一)·····	宋·王安石(51)
悟真院·····	宋·王安石(52)
定林所居·····	宋·王安石(52)
游钟山·····	宋·王安石(53)
钟山即事·····	宋·王安石(54)
绳子透窗偈·····	宋·守端(54)
子规·····	宋·守端(55)
因雪·····	宋·守端(56)
和子由澠池怀旧·····	宋·苏轼(57)
题西林壁·····	宋·苏轼(58)
庐山烟雨·····	宋·苏轼(59)
赠东林揔長老·····	宋·苏轼(60)
琴诗·····	宋·苏轼(61)
临平道中·····	宋·道潜(61)
江上秋夜·····	宋·道潜(62)
山前一片·····	宋·法演(63)
金鸭香销·····	宋·克勤(64)
终日看天·····	宋·守珣(65)
新妇骑驴·····	宋·正觉(66)
西来意颂诗·····	宋·善昭(66)
一兔横身·····	宋·韩大伯(68)

摧残枯木·····	宋·法常(68)
悟道诗·····	宋·尼妙总(69)
春日·····	宋·朱熹(70)
观书有感·····	宋·朱熹(71)
泛舟·····	宋·朱熹(72)
无相寺道中·····	宋·叶适(72)
自叹·····	宋·法远(73)
山居·····	宋·清珙(74)
偈·····	宋·道英(74)
千峰顶上·····	宋·志芝(75)
题汤泉·····	宋·可遵(76)
寄侄孟容·····	宋·李光(76)
新年杂兴·····	宋·李光(77)
访益上人兰若·····	宋·严羽(78)
题岳麓西轩·····	宋·胡寅(79)
幽栖诗·····	宋·戴昺(79)
秋日即事·····	宋·郭印(80)
一步一纷烦·····	元·行端(81)
云游·····	元·楠堂(82)
禅居·····	元·守常(82)
云游·····	元·祖柏(83)
南下·····	明·正勉(84)
禅定·····	清·亦苇(84)
咏菊·····	弘一(85)
住西湖白云禅院作此·····	苏曼殊(86)
寄调筝人(三首其二)·····	苏曼殊(87)

庐山东林杂诗

晋·慧 远

崇岩吐清气，幽岫栖神迹^①。
希声奏群籁^②，响出山溜滴。
有客独冥游，径然忘所适。
挥手抚云门^③，灵关安足辟。
流心扣玄扃^④，感至理弗隔。
孰是腾九霄，不奋冲天翻^⑤。
妙同趣自均，一悟超三益^⑥。

注析：

慧远(334—416)，雁门楼烦（今山西省静乐县西南）人。东晋名僧，也称庐山慧远。

① 岫：山穴。 ② 希声：轻微之声。 籁：从孔穴中发出的声音。 ③ 云门：天门。 ④ 玄扃：玄关。佛教称为入道之门。《普灯录》：“玄关大启，正眼流通。” ⑤ 翻(hé 核)：鸟翼。 ⑥ 三益：《论语》称“友直、友谅、友多闻”为三益。

这是描写庐山景色借以抒发诗人悟道决心的诗，当是我国最早的佛理诗之一。诗的前三联描写庐山幽静景色。庐山气息清新，群籁轻歌，山溜滴响。山间如

此清幽，使诗人冥游忘归。后四联则表白自己决心悟道的冲天之志。诗人决心“扣玄扃”，打开佛道之大门，要奋起冲天之羽翼。诗人认为“悟”是证入佛道之关键，只有“悟”才可以领会佛性，因此，“悟”比人们所说的“三益”还高超。

石壁精舍还湖中作^①

南朝宋·谢灵运

昏旦变气候，山水含清晖。
清晖能娱人，游子憺忘归^②。
山谷日尚早，入舟阳已微。
林壑敛暝色^③，云霞收夕霏^④。
芰荷迭映蔚^⑤，蒲稗相因依^⑥。
披拂趋南径，愉悦偃东扉^⑦。
虑澹物自轻^⑧，意惬理无微。
寄言摄生客^⑨，试用此道推。

注析：

谢灵运（385—433）祖籍陈郡阳夏（今河南大康附近）人。东晋宰相谢玄孙。晚年崇信佛道。晋宋之际著名诗人。

① 精舍：佛寺。 ② 憺：安适。 ③ 敛：收

聚。④夕霏：傍晚残余的云霞。⑤芰：菱。迭：相更。⑥蒲：菖蒲。稗：野草。相因依：互相依倚。⑦偃：歇息。⑧虑澹：思虑淡泊空静。⑨摄生：养生。

本诗描写游赏湖山风光的愉悦和悟到的佛理。诗的前三联写从早到晚的大致游赏历程，诗人热爱山水，感到山水充满“清晖”，景色清新明媚，因而乐而忘归，直到夕暮才归舟。这一段可谓泛写。四联五联进而细致描写夕暮的景色：群山一片迷茫暮色，长空晚霞依然放射光辉。湖面上菱荷相映，岸边蒲稗相依。大自然景色分外朦胧迷人。谢灵运写景向来以客观写实著称。这一段细致写景充分表现了谢灵运写景的高度技巧。后三联写诗人的愉悦心情和体悟到的佛理。诗人为山水的明媚美好而感到无比愉悦，游玩一天回来，愉快地躺在东轩休息。进而深深领悟到思虑空静淡泊，对外物就能看轻，这才不违背自然之理。这里所谓“虑澹物自轻”，其实即是释家明心见性，去除物累以求心地空明的修行之道。

咏水诗(其二)

陈·惠标

骊泉紫阙映①，珠浦碧沙沉。

岸阔莲香远，流清云影深。
风潭如拂镜，山溜似调琴。
请君看皎洁，知有澹然心。

注析：

惠标(生卒不详)，六朝陈代僧。

① 骊：本指纯黑，亦有珍贵之义。此处作珍贵解。 紫阙：宫阙。

此诗为以水喻禅心之咏物诗。前三联从多方面描绘水的美好性状：它辉映宫阙，冲激珠浦沉淀碧沙，它飘送莲花芳香，映照清澈的云影，它如明镜般晶莹，它还象美好琴弦弹奏动人曲调。后联则以拟人手法指明它的皎洁来于它的淡然之心。显然，这即是诗人借以来比况清静明洁的道心。

船子和尚偈

唐·德 诚

千尺丝纶直下垂，
一波才动万波随。
夜静水寒鱼不食，
满船空载月明归。

注析：

船子和尚，名德诚。南宗禅师。《五灯会元》说他“节操高邈，度量不群”，“率性疏野，唯好山水。”

这一节诗是他的禅偈中的一段，此诗以对垂钓情景的生动描写来表现禅师悟道的高远境界，意境深邃。千尺垂丝直下，见出所求之深，所谓“垂丝千尺，意在深潭”，成为禅家后来津津乐道的常语，即是因为以此意象表禅家悟道境界之深极为恰切。一波才动万波相随，则见出江波之广阔无垠，也是写所求之无边无尽，用船子和尚的话来说是“钓尽江波，金鳞始遇”。一写深，一写广，鲜明的意象描写极写出垂钓人的虔诚执着形象。后二句以鱼不上钩空船载月回归作结，意境更为静谧清虚，也更为深邃悠远。钓尽江波，也并不能遇金鳞，这才真正见出所求之深之远。船子和尚偈中更明明说：“有一鱼分伟莫裁，混融包纳信奇哉。能变化，叱风雷，下线何曾钓得来。”道的求得绝非等闲轻易。然而满船空载月归，虽未得鱼却心中充满光明的境界又是多么美好，多么让人心醉。此诗当时即盛传。黄庭坚极爱此诗，曾倚曲音，歌成长短句：“一波才动万波随，蓑笠一钩丝。金鳞正在深处，千尺也须垂。吞又吐，信还疑，上钩迟。水寒江静，满目青山，载明月归。”

三十年来寻剑客

唐·志 勤

三十年来寻剑客^①，
几回落叶又抽枝。
自从一见桃花后，
直至如今更不疑。

注析：

志勤(生卒不详)，本州长溪人。唐禅师。

① 寻剑客：喻修行悟道人。

这是一首由桃花悟道的禅诗。修行三十年，之所以能悟道，是因为年年看到桃树落叶又开花，从而领悟了宇宙自然之道，即是有无相生，色空一如。由桃花之开，而知“空无”之为“妙有”，空即是色，色即是空，这就是“道”。

空门不肯出

唐·神 赞

空门不肯出，投窗也大痴。