

禅的智慧

宋诗与禅

张培锋 著



中华书局

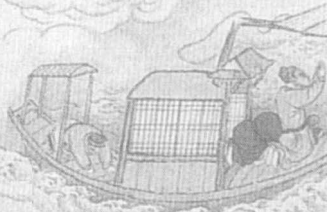


禅的智慧

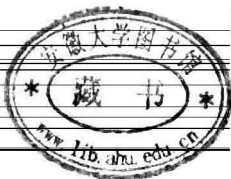
火難



風難



虎難



中華書局

图书在版编目(CIP)数据

宋诗与禅 / 张培锋著. —北京:中华书局,2009.11

(禅的智慧)

ISBN 978 - 7 - 101 - 06840 - 5

I. 宋… II. 张… III. ①禅宗—通俗读物②古典诗歌—
文学欣赏—中国—宋代 IV. B946.5-49 I207.22

中国版本图书馆 CIP数据核字(2009)第 104050 号

书 名 宋诗与禅

著 者 张培锋

丛 书 名 禅的智慧

责任编辑 余 瑾

出版发行 中华书局

(北京市丰台区太平桥西里 38 号 100073)

<http://www.zhbc.com.cn>

E-mail:zhbc@zhbc.com.cn

印 刷 北京未来科学技术研究所有限责任公司印刷厂

版 次 2009 年 11 月北京第 1 版

2009 年 11 月北京第 1 次印刷

规 格 开本 /630×960 毫米 1/16

印张 13 插页 2 字数 140 千字

印 数 1-6000 册

国际书号 ISBN 978 - 7 - 101 - 06840 - 5

定 价 25.00 元

总序：禅是智慧

宋代大诗人苏轼有一首诗《书焦山纶长老壁》，是他与当政者政见不合，被流贬黄州，诏移汝州，途经今镇江焦山，造访一位禅师的题壁之作，全文如下：

法师住焦山，而实未尝住。我来辄问法，法师了无语。
法师非无语，不知所答故。君看头与足，本自安冠履。
譬如长鬣人，不以长为苦。一日或人问，每睡安所措。
归来被上下，一夜无着处。展转遂达晨，意欲尽镊去。
此言虽鄙浅，故自有深趣。持此问法师，法师一笑许。

这是一篇典型的所谓“明禅”作品，大意是说他向禅师纶长老请问佛法，对方却沉默不语，他不得已用一个譬喻来表达自己的理解：说有一个人平时对自己超长的胡须并不在意，可是一旦当他对这胡须有了“自觉”，就不知所措，夜不成眠了。诗的结尾说，他的这番话得到了对方的印可。这首诗讲的本是禅“无言无说”、“不可说”的道理，但幽默的譬喻却包含另一层“深趣”。用禅的语言说，就是要人心无所住（执著），能够“放下”；用世俗的话说，就是“世上本无事，庸人自扰之”。苏轼写这首诗的时候，是在他身陷冤狱、备遭凌辱之后，从中可以看出他因应人生患难态度上潇洒、超脱的一面。当时他正当壮年，四十几岁，直到他去

世的二十多年间，又屡经波折，年事日高，亲人亡歿，更被远贬到岭南的惠州和海南的儋州。对他略有所知的人都清楚，他绝不是那种消极颓唐、灰心灭志的人，这有他一大批不朽的文字为证。当他面对人生困境，能够（起码是努力做到）无忧无惧，无怨无悔，表现得毁誉不经于心（当然内心不会没有烦恼怨抑），百炼刚化为绕指柔。这种涵养，这种境界，或者说这种人生智慧，也是成就他一生文学、艺术以至政治、思想业绩的重要因素。这种智慧得自持之以恒的学养，包括中国传统的儒学和老、庄，而十分重要的还有佛教的禅。苏轼乃是古人中好禅、习禅深有所得，并做出积极发挥的一位。

禅是宗教，禅是思想，禅是生活，禅是艺术，禅，也是智慧。

“禅”是梵文“禅那”（dhyāna）的音译，汉语意译为“思维修”，或音意合译作“禅定”，等等，本是古代印度宗教普遍采用的修行方法。释迦牟尼创建佛教加以吸收，发展出一整套正审思虑、调御身心的法门，作为修习佛法的主要内容和体悟佛法的基本手段。中国输入佛教，也接受了禅的一系列新颖观念和新鲜修持方法。古代中国那些佛教大德和好佛的知识精英们更赋予外来佛教的禅以丰富的思想内容，包括本土传统的儒家、道家与道教的某些内容（主要是关于心性方面的）；进而又加以发挥，把基本是作为修行法门的禅发展为相当系统的思想理论体系；在此基础上再进一步，形成了以“见性”、“顿悟”为纲领的中国佛教里的禅宗。禅宗创立起宗派在唐初，衰败在两宋之际。就是说，它兴盛了五百年左右。在中国佛教诸宗派里，这又是一个彻底“本土化”的宗派，是中国人在传统的思想文化土壤上消化外来佛教的禅观、禅法再加以发挥、创造的成果。由于它具有丰富的理论内涵和浓厚的文化色彩，特别受到广大知识阶层的欢迎，并长时期在佛教诸宗里居于主导地位，对于唐、宋及其以后的思想、文化影响也就特别巨大和深远。

前述苏轼的故事就是其人生与创作得益于禅的一例。恩格斯论述

基督教时曾说过：“对于一种征服罗马世界帝国、统治文明人类的绝大多数达一千八百年之久的宗教，简单地说它是骗子手凑集而成的无稽之谈，是不能解决问题的。”（《布鲁诺·鲍威尔和早期基督教》，《马克思恩格斯全集》第十九卷）对于佛教，包括它的禅和禅宗也应当作如是观。从历史发展的长远过程看，宗教也是人类认识和改造世界的努力并取得成果的一部分。具体到中国佛教的禅和禅宗，其宗义具有重大理论价值。特别是在性理方面，宋代新儒学的形成就借助了它所提供的理论资源，而汉学转变为宋学乃是中国思想史、学术史的重大变化。其另一方面的重要价值在于其所倡导的精神境界，所主张的人生态度和生活方式，其中包含多方面的人生智慧，曾为文学、艺术各个领域提供了丰富滋养，也影响了一代代学人。苏轼就是其中颇具典型意义的一位。

正如苏轼在诗里所表明的，禅本是“不可说”的。禅宗更明确主张“不立文字”。但是历史上却留下了数量庞大的语录、灯录、偈颂等“不立文字”的禅文献。古代那些著名的禅宗大德，多是具有相当学养的人。他们作为宗教徒，追求悟道解脱，要解决所谓“生死大事”。但他们中许多人又实践大乘佛教关注人生、不离现世的教义，致力于庄严国土，利乐有情，表现出大智慧、高见识。他们上堂示法，问答勘辩，机锋隽语里包含大量关于哲理、关于人生的新鲜观念，新颖思路。而历代那些好禅、习禅以至逃禅的知识精英们，往往借助诗文，或抒写禅观禅解，或表达禅机禅趣，创作出许多颇堪玩味、值得欣赏的优秀作品。如上述苏轼《书焦山纶长老壁》就是一例。当然，今天的世界已经与创造和发展禅和禅宗的时代大不相同了，多数读者也不再信仰佛教。但禅、禅文献及其影响下的文化成果包括文学作品，作为宝贵文化遗存的一部分，是值得珍惜的。

呈现在读者面前的这套丛书，就是从这些文献和创作里选择一些具有一定现实意义又有相当趣味的文字、篇章，集结成册，略加解说。

期望读者通过它们广见闻，长知识，资谈助；也可以作为艺术鉴赏、愉悦情致的读物；或再进一步，认识、欣赏以至借鉴其中体现的禅的智慧。关系后一层面，对于一般读者应当具有一定现实意义。古往今来，人生总不可避免地遭遇某种困境，让人痛苦困惑，心理失衡；在当今，面对竞争激烈、物欲充斥的环境，更容易内心烦躁，精神迷惘。历代禅籍和文人作品里表现的那些禅的观念、感受、典故、语言等等，禅宗所倡导的息灭妄念、止歇驰求、心定神安的处世态度和少欲知足、解粘去缚、潇洒自在的人生方式等等，它们当然具有特定的宗教内涵，但又确实是一份珍贵的人生智慧的结晶，仍会带给今天的人们一些启发和教益。

近年来，禅和禅宗作为学术研究和文化生活的“热点”，坊间有关读物不少。这一次我们敦请海内外对禅和禅宗研究有素、又在某些学术领域有所建树的学者，集中就“禅的智慧”这个总题目，选择与他们所从事的专业相关的题目，或辑录往古大德的言语行事，或选录古代作家的优秀篇章，作出解说，提出高见。我们力图做成一套学术性和可读性兼顾、雅俗共赏的文化读物。参与写作的作者有大陆的，也有港台和海外的。学术观点不会一致，专业领域又不相同，每部书的观点、写法、风格也就不会一样。对于禅的悟解本来就是“如人饮水，冷暖自知”的。做成风格各异、“百花齐放”的一套书，正有助于读者对禅和禅宗多视角、多层面地加以认识和了解。

感谢作者们大力襄助完成这一有意义的工作，也感谢读者购读这些书，并期待大家不吝提出批评和意见。

孙昌武

2007年6月10日于南开园

目录

总序：禅是智慧	孙昌武(1)
一滴还应契祖师：法脉	(1)
此身分付一蒲团：禅坐	(10)
谁言学佛须披衲：儒禅	(18)
等闲识得东风面：顿悟	(28)
江湖来往自悠悠：渔父	(39)
不受尘埃半点侵：梅花	(47)
应似飞鸿踏雪泥：别离	(56)
去无所逐来无恋：无求	(65)
伊嵩风月此时身：无碍	(75)
此生何处不戏剧：打诨	(85)
心事茫然两鬓斑：自赞	(95)
笙歌丛里醉扶归：艳诗	(106)
山林到处便为家：山居	(116)
更将何物污灵台：书斋	(129)
世味浇漓酒趣深：酒趣	(141)
一碗还兼一炷香：茶味	(151)
万籁俱空七弦定：琴声	(162)
枰上原无一着真：弈棋	(171)
居士胸中有丘壑：书画	(181)
学诗当如初学禅：诗法	(191)

一滴还应契祖师：法脉

宋代是禅宗发展的成熟期、定型期。禅宗在宋代发展到了最高峰，是当时势力最大，影响最深的佛教宗派。宋代禅宗的繁荣发展深刻影响着宋代诗歌的面貌。一方面，宋代禅宗有着明显的文人化倾向，禅门中“禅偈”、“公案”、“颂古”等多种形式的创作层出不穷，禅僧也多喜与士大夫交往、相互唱和，借诗谈法。另一方面，宋代数量众多的学佛士大夫大部分人是信仰禅宗的，禅宗的世界观、人生观对他们的精神世界和生活方式的影响极为深刻，同时，他们有意识地将禅宗作为一种重要文化资源吸收到自己的文学创作中，特别是诗的创作，禅的印记更为鲜明，成为宋代诗歌的重要特征之一。

宋代禅宗延续唐及五代时期的法统传承，形成著名的“五家七宗”，即临济、沩仰、曹洞、云门、法眼等五家，加上出自临济的杨岐派、黄龙派，合称七宗。这些禅宗宗派皆属南宗禅，其中不同宗派在不同时期影响是有差别的，比如，宋初法眼、云门两宗较为兴盛，但其后便趋衰落，而以临济、曹洞两宗平分天下，其中临济宗的影响更为深远。

宋代禅宗继承并发展了唐末以来“机锋”、“棒喝”、“宾主”、“照用”等一系列区别于其他宗派的修习方式，并通过大量的《语录》、《灯录》固定下来，同时发展出“颂古”、“拈古”、“评唱”、“击节”等“文字禅”的形式，将禅宗特有的思维方式推向了一个更为成熟的阶段。禅宗所追求的涅槃、开悟，特别强调不离世间，即心即佛，注重内心的宗教体验，将对外在天国的追求变成了一种内在的心理调适，实现了“以儒治国、以佛治心”，受到了士大夫阶层的普遍欢迎。

值得注意的是，宋代很多文人或官僚士大夫是被列入禅门法嗣的，

如李遵勖(谷隐蕴聪禅师法嗣)、王随(首山省念法嗣)、杨亿(广慧元琬法嗣)、夏竦(石门蕴聪法嗣)、潘兴嗣(黄龙慧南法嗣)、王安石(宝峰克文法嗣)、苏轼(东林常总法嗣)、黄庭坚(黄龙祖心法嗣)、张商英(兜率从悦法嗣)、张浚(圆悟克勤法嗣)、张九成(大慧宗杲法嗣)等等。

对于南宗禅的开创者六祖慧能,许多宋代文人是充满崇敬之情的。苏轼晚年被贬官到广东惠州,在赴惠州的途中,他特意选择走水路,以便参访有着“岭南禅林之冠”美誉的曹溪南华寺。这里是禅宗六祖慧能参禅说法之地,寺中有六祖慧能的真身坐像。时任南华寺住持的重辩长老对苏轼的到来非常高兴,给予热情款待。苏轼感激之余,在此留下《南华寺》一诗:

云何见祖师,要识本来面。
 亭亭塔中人,问我何所见。
 可怜明上座,万法了一电。
 饮水既自知,指月无复眩。
 我本修行人,三世积精练。
 中间一念失,受此百年谴。
 扞衣礼真相,感动泪雨霰。
 借师锡端泉,洗我绮语砚。

这首诗典型地体现了苏轼晚年一心皈依禅宗的心态。诗一开始,便使用了禅宗的一个著名典故:当年,惠明禅师追赶南下的慧能,见到慧能后,作礼说:“望行者为我说法。”慧能说:“汝既为法而来,可屏息诸缘,勿生一念,吾为汝说。”惠明便依言静坐,过了许久,慧能问:“不思善,不思恶,正与么时,哪个是明上座本来面目?”据说惠明因此问而言下大悟(《六祖坛经·行由第一》)。苏轼到了此地,仿佛听到塔中人仍

然在向他发问：“哪个是你的本来面目？你见到了吗？”由此，他顿悟前缘，称自己三世修行，但因一念之失，而成为一介凡夫，遭受世间种种折磨，不觉泪如雨下。禅宗又有传说，慧能当年在南华寺，用锡杖卓地，杖下形成一眼泉井，“清凉滑甘，贍足大众”。苏轼作有《卓锡泉铭（并叙）》：

六祖初住曹溪，卓锡泉涌，清凉滑甘，贍足大众，逮今数百年矣。或时小竭，则众汲于山下。今长老辩公住山四岁，泉日涌溢，闻之嗟异。为作铭曰：

祖师无心，心外无学。有来扣者，云涌泉落。问何从来？初无所从。若有从处，来则有穷。初住南华，集众演水。水性融会，岂有无理。引锡指石，寒泉自冽。众渴得饮，如我说法。云何至今，有溢有枯。泉无溢枯，溢其人乎。辩来四年，泉水洋洋。烹煮濯



苏轼像

溉，饮及牛羊。手不病汲，肩不病负。匏勺瓦盂，莫知其故。我不求水，水则许我。讯于祖师，有何不同？

诗的最后，苏轼表示，要用这清凉的泉水，洗涤自己曾用来书写绮语的砚台，即表示对自己早年写下许多绮语的忏悔。需要指出的是，宋代很多诗歌如苏轼这首诗一样，情思似乎有些枯涩，喜欢议论，人们一般认为其艺术性较低，而对其特定的写作背景有所忽视。从禅宗角度看，它们何尝不是一种顿悟后的境界，无技巧之技巧呢？贬居惠州时，苏轼有很多诗作，表达了他对禅宗的信仰。例如《赠昙秀》：

白云出山初无心，栖鸟何必恋旧林。
道人偶爱山水故，纵步不知湖岭深。
空岩已礼百千相，曹溪更欲瞻遗像。
要知水味孰冷暖，始信梦时非幻妄。
袖中忽出贝叶书，中有璧月缀星珠。
人间胜绝略已遍，匡庐南岭并西湖。
西湖北望三千里，大堤冉冉横秋水。
诵师佳句说南屏，瘴云应逐秋风靡。
胡为只作十日欢，杖策复寻归路难。
留师笋蕨不足道，怅望荔子何时丹。

诗中既写了自己的人生阅历，又暗寓其学佛学禅的历程，意蕴颇为深刻。如“道人”两句，可作多重解读：一曰喻人生。本爱人间，欲有为于当世，然不知官场黑暗，侯门深深，故误入尘网；二曰爱佛禅，然不知佛法广大，禅学精深，至此更当努力精进。我们透过诗歌话语表象的山水游览，深入思考后，便会有多种启迪感悟，这也是一种禅味。又如写

人间胜绝景色，历数庐山、南岭和西湖，既是诗人一生游历的景观，也是其学佛参禅的胜地。联系诗中冷暖自知、梦非幻妄等禅家理念，才能体味诗中蕴含着极浓的禅趣。

苏轼在北归途中，经过虔州大庾岭下的龙光寺，所乘肩舆的竹竿折断，他便向龙光寺僧人求得两根大竹子重新制作了肩舆。当时，寺院中没有住持，正在延请南华寺的珪首座来做住持，但尚未到达，苏轼便留下一首诗偈，其题颇长，交待了写作的背景，这就是《东坡居士过龙光，求大竹作肩舆，得两竿。南华珪首座方受请为此山长老。乃留一偈院中，须其至，授之，以为他时语录中第一问》（或作《赠龙光长老》）：

斫得龙光竹两竿，持归岭北万人看。
竹中一滴曹溪水，涨起西江十八滩。

曹溪在广东曲江东南五十里，当年六祖慧能曾居此演示禅旨，因此曹溪水被视为南宗禅之源头，也是许多信奉禅宗的士人心灵上的圣地。西江则是虔州的一条大河，共有十八滩。这首诗从龙光寺砍下的两根竹子起笔，说这根竹节中的一滴水来自曹溪的竹沥，足以汇成浩浩荡荡、奔流不息的西江，以夸张的手法表现了曹溪禅在当时的流传之广、普化之深。“曹溪一滴水”形象地展示了禅宗法脉之流传。

据宋代禅宗语录载：禅宗法眼宗第二代祖师德韶（891～972）曾到各地参禅，最后到达临川拜见法眼宗开山祖师文益禅师。一天，文益上堂，有僧人问：“如何是曹溪一滴水？”文益回答：“是曹溪一滴水。”那位僧人听后非常惘然，退下。没想到，在旁边听到此语的德韶却豁然开悟，平生疑滞，豁然冰释。在禅宗看来，这“曹溪一滴水”五字有如神咒一般，包含无尽妙意。后世禅僧有“曹溪一滴水，佛祖相分付。至今授受时，大地为甘露”、“曹溪一滴水，周匝无余欠。孤峰绝顶浪滔天，大洋

海里金刚焰”等偈颂，多不胜数。苏轼写下此诗，说要成为将来龙光寺长老语录中的“第一问”，也包含着欲探求禅宗法脉宗旨之深意吧。

苏轼的《昔在九江，与苏伯固唱和。其略曰：我梦扁舟浮震泽，雪浪横江千顷白。觉来满眼是庐山，倚天无数开青壁。盖实梦也。昨日又梦伯固手持乳香婴儿示予。觉而思之，盖南华赐物也。岂复与伯固相见于此耶？今得来书，已在南华相待数日矣。感叹不已，故先寄此诗》一诗诗题颇长，基本上交待清楚了他写作此诗的背景和皈依禅宗的心态：

扁舟震泽定何时，满眼庐山觉又非。
春草池塘惠连梦，上林鸿雁子卿归。
水香知是曹溪口，眼净同看古佛衣。
不向南华结香火，此生何处是真依？

贬官广东的苏轼，对禅宗的信仰越发虔诚，意志也越发坚定。僧人道潜在读到苏轼在南方写作的许多诗后，写下了《读东坡居士南迁诗》：

居士胸中真旷夷，南行万里尚能诗。
牢笼天地词方壮，弹压山川气未衰。
忠义凜然刚不负，瘴烟虽苦力何施。
往来惯酌曹溪水，一滴还应契祖师。

道潜，世寿不详，北宋云门宗僧人，号参寥子，为大觉怀琏之法嗣。他因诗与苏轼结为至交，两人之间唱和作品甚多，一时传为美谈。在绍圣元年(1094)苏轼流放南方时，道潜也受到株连，被迫短暂还俗。建中靖国元年(1101)蒙赦，才恢复了僧人身份。这首诗高度赞扬了苏轼旷

达的心胸和忠义凛然的气节。“南行万里尚能诗”更点明，正是诗歌创作成为苏轼贬谪生涯中的安慰，而这些诗作又多与禅宗有关。可见，是禅的解脱精神为那些蒙受不白之冤的人们带来心灵上的慰藉。

这一点在苏轼身上有体现，在其他许多士大夫身上同样有所体现。比如，南北宋之交积极领导抗金斗争的政治家李纲，南宋末年领导抗元斗争、视死如归的政治家文天祥，也都到过广东曹溪，并留下了诗句。先看李纲的《次韵畴老赠丹霞三篇并寄丹霞以代简书》：

佛法如沧溟，深广初无底。
欲以蠡测之，望洋颡已泚。
我生乃虚幻，瀛渤一泓起。
安得具眼人，为发无生理。
丹霞古禅伯，一派曹溪水。
出岫或云行，遇坎亦渊止。
谛观古文诗，相识佳句里。
闻风欲见之，踊跃不能已。
丰岩距平津，飞锡片时耳。
愿将雪澡心，试听风生齿。

李纲(1083~1140)，宋代抗金民族英雄，字伯纪，邵武(今属福建)人。南宋王朝建立初期，宋高宗赵构时，曾一度出任宰相。后来受秦桧等人的迫害，不得志而死。李纲幼好读书，品节高尚，为官忠义慷慨，为士大夫所重。他深信佛法，“淹通经论”，每与人谈话，必引佛法为据，遇有人讥讽，也不介意。中年时曾自题画像说：“是影是形，了无差别。行年之化，三十有八。追观其前，肤腴色悦。从是以往，苍颜华发。本来面目，不生不灭。……万里清风，一轮明月。”(《居士传》卷二十九)可与

上诗中“我生乃虚幻”相对照,可见,佛教“无我”的思想已深深渗透在他的人生观中。

文天祥的《南华山》一诗则写道:

北行近千里,迷复忘西东。
行行至南华,忽忽如梦中。
佛化知几尘,患乃与我同。
有形终归灭,不灭惟真空。
笑看曹溪水,门前坐松风。

写作此诗时,文天祥正保护着幼帝赵昺,向南突围。他的家眷皆被元军俘获,抗元大军也连遭败绩,抗战正处在异常艰难的时期。此时的文天祥在南华禅寺,对生命的真谛忽有所悟:“有形终归灭,不灭惟真空。”于是,在艰苦卓绝的斗争中,他获得了一种心灵的解脱。“笑看曹溪水,门前坐松风”就是这种解脱境界的写照。这两句诗与其几乎在同一时期写下的“人生自古谁无死,留取丹心照汗青”诗句具有相同的旨趣。由此可见,佛教禅宗的思想不是让文天祥消沉下去,而是让他觉悟到生命的真正意义,更为奋起。

宋代诗歌还有一个重要现象与禅宗关系甚为密切,那就是许多诗歌流派的形成,是模仿禅宗的宗派形式的。最为典型的当然要数宋诗的代表诗派——江西诗派了。北宋末年,吕本中作《江西诗社宗派图》,将其正式定名为“江西诗派”,尊黄庭坚为诗派之祖,下列二十五人,包括陈师道、徐俯、韩驹等人。这个诗派的成员多信仰佛教,甚至有出家人,如饶节、祖可;号称居士的则有徐俯号东湖居士;谢翱号竹友居士;韩驹号北窗居士等。江西诗派是禅宗对宋代士大夫发生大规模影响的产物,“江西诗派”的名称也与当时江西禅学之兴盛有直接的关系,所谓

“诗到江西别是禅”。江西诗派的真正立派者吕本中更是有着“胡床趺坐究幡风”(饶节:《次韵答吕居仁》,《倚松老人诗集》卷一)的禅修体验。

值得注意的是,诗派中有些人并不以诗名,如林敏功、林敏修兄弟,“诗极少……皆隐君子,不但以诗重”(刘克庄:《后村先生大全集》卷九十五)。林氏兄弟能够被纳入诗派,显然说明这个诗派的成立不仅是以诗歌成就为标准,还有其他因素,那就是禅修实践和超脱精神。这个诗派的传承,颇像禅宗的“传灯”。如周紫芝《太仓稊米集》卷五十八记载,有人向黄庭坚问诗法,黄庭坚的答复是:“如狮子吼,百兽吞声。”转一天又问诗法,黄的回答是简单的四字:“识取关捩。”这种方法与禅门的机锋棒喝何其相似!