



归指学禅

胡适·著

北京联合出版公司 陕西师范大学出版社





归学指祥

胡适·著

北京联合出版公司 陕西师范大学出版社



图书在版编目 (CIP) 数据

禅学指归 / 胡适著. —北京: 北京联合出版公司, 2011. 12
ISBN 978-7-5502-0444-7

I. ①禅… II. ①胡… III. ①佛教—中国—文集
IV. ①B948-53

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 265202 号

禅学指归

作 者: 胡 适
责任编辑: 徐秀琴
版式设计: 王艾迪
封面设计: 程 慧

北京联合出版公司出版
(北京市朝阳区安华西里一区 13 号楼 2 层 100011)
北京山华苑印刷有限责任公司印刷 新华书店经销
字数 245 千字 695 毫米 × 995 毫米 1/16 17 印张
2012 年 2 月第 1 版 2012 年 2 月第 1 次印刷
ISBN 978-7-5502-0444-7
定价: 39.80 元

未经许可, 不得以任何方式复制或抄袭本书部分或全部内容
版权所有, 侵权必究
本书若有质量问题, 请与本社图书销售中心联系调换。
电话: 010-64255036



目 录

第一篇 禅海钩沉

中国禅学之发展/3

禅宗在中国：它的历史和方法/34

从译本里研究佛教的禅法/52

菩提达摩考/63

白居易时代的禅宗世系/72

海外读书杂记/75

第二篇 寻本溯源

禅学古史考/85

荷泽大师神会传/100

《坛经》考/130

楞伽宗考/148

禅宗史的一个新看法/178

禅宗史的真历史与假历史/188

第三篇 论禅札记

论禅宗史的纲领/199

诗僧与谐诗/203

《楞伽师资记》序/206

朱子论禅的方法/212

所谓“六祖呈心偈”的演变/222

禅宗的方法：道不可告，告即不得/224

《全唐文》里的禅宗假史料/225

《金石录》里的禅宗传法史料/227

揭穿认真作假的和尚道士/229

与入矢义高讨论早期禅宗史料/232

与柳田圣山讨论禅宗史的纲领/246

从整理国故到研究和尚/257

胡适禅学研究记事/265

身難得及閑暇
便今時造得本
能開心令滅度
欲解棄三惡趣
得无為消生死
良鑒王施甘露
為法王執尊寶

第一篇 禅海鉤沉

篤信禁戒誠亦
則見衆生蒙耶
速行俱詣於最
獲致安隱天人
則當往詣无等
尊猶導師示正
降伏一切衆生



中国禅学之发展

本校于民国二十三年(1934)十二月邀请北大文学院长胡适之先生来校作学术讲演，讲演题为《中国禅学的发展》。讲演计分四次：(一)《印度禅》，(二)《中国禅宗的起来》，(三)《中国禅宗的发展和演变》，(四)《中国禅学的方法》。首次讲演时，本校文学院长黎锦熙先生曾作简单之介绍词，大致谓：“今天本校举行第五次学术讲演，请胡适之先生来讲这《中国禅学的发展》。胡先生大家都知道，用不着我来介绍。今天所讲题目，为《印度禅学》，此题不但与哲学和宗教有关，对于中国文化史和社会研究都有关系。胡先生前几年在欧洲得到很多关于佛教的新材料，像巴黎图书馆、伦敦博物馆所藏的敦煌石室写本中，对于中国的禅学都有新的发现；胡先生还有新的批判。希望同学们注意！”按，胡先生讲演，原分四次，惟首次讲演，实包含导言和印度禅两部分。兹为清醒眉目计，吾将胡先生全部讲演词，分为五项，汇志于下。

导 言

黎先生，各位同学！今天兄弟是来还债的。以前李校长和黎先生同我说了多次，叫我来讲演，我因为功课忙，时间不容许，虽然答应了，终没有办到，所以欠下这债来。到了这学期，定要我来讲四次，除了一次是原本，其余三次，好像是加了三倍利息似的，所以这一回，我可以说是受到黎先生的重利盘剥了！

关于这回所讲的问题，预备分作四次讲，因为问题所包，很不简单，分作三四次讲，或者比较详细或有趣味一点。

《中国禅学之发展》这个题目，中国从来没有人很清楚地研究过。日本有许多关于禅学的书，最重要的，要推忽滑谷快天所著的《中国禅学史》，因为就

材料而言，它在东方堪称为最完备、最详细的。这书前几年才出版。

凡是在中国或日本研究禅学，无论是信仰禅宗，或是信仰整个的佛教，对于禅学，大都用一种新的宗教态度去研究。只是相信，毫不怀疑，这是第一个缺点。其次则缺乏历史的眼光，以为研究禅学，不要注意它的历史，这是第二个缺点。第三就是材料问题。禅宗本是佛教一小宗，后来附庸蔚为大观，竟替代了中国整个佛教，不时髦的竟变成了时髦的。不过中国现在所有关于禅宗的材料，大都是宋代以后的；其实禅宗最发达的时代，都当西元7世纪之末到11世纪——约从唐武则天到北宋将亡的时候，这四百年中间，材料最重要，可是也最难找；正统派的人，竟往往拿他们的眼光来擅改禅学的历史。我十几年前研究禅宗，只能得到宋以后的材料，唐代和唐代以前的很难得到。我想：想得到唐以前的材料，只有两种方法：（一）从日本庙寺中去找，因为日本还保存着一部分唐代禅学。（二）从敦煌石室写本中去找，因为三十年前所发现的敦煌石室里，有自晋到北宋佛教最盛时代的佛经古写本。现在这些古写本，世界上有三个地方保存着：一部分在北平图书馆，一部分在巴黎图书馆，一部分在伦敦图书馆。在北平图书馆的，都是不重要的东西，是人家不要的东西；重要的东西，还是在伦敦和巴黎两处。从前的人，对于材料的收集，都不注意，这是第三个缺点。

我研究禅宗，不能说完全没有上述的缺点；不过民国十五年（1926）我到巴黎，即存心搜集材料，我在那里发现了一些新的东西，从晋到北宋这一部分材料，都曾经找到，非日本与中国图书馆所能及。回国后七八年，我所找到的材料，只有一部分整理出版。当时日本人很注意研究禅学的，对于搜集材料方面，也走上这条道路。近几年来，日本也发现许多材料。所以现在研究禅宗，比较便利多了。

这个禅宗的问题，我也曾在北大及燕大讲过，不过都不是有系统的演讲。将中国禅学的发展，作有系统的整个的演讲，此还是第一次。

从前许多大师，对于禅宗的材料，都爱做假。所以经我揭穿之后，有许多人不高兴。不过我不是宗教家，我只能拿历史的眼光，用研究学术的态度，来讲老实话。

关于这个总题目——《中国禅学之发展》，我分作四次讲：

(一)印度禅;(二)中国禅宗的起来;(三)中国禅宗的发展和演变;(四)中国禅学的方法。现在先说印度禅。

一、印度禅

我何以讲印度禅呢?禅学来自印度,虽然中国禅学与印度不同,不过要懂得中国禅,须知印度禅。所以先讲印度禅,做一个引论。

关于研究印度禅的书籍,有以前香港大学校长 Sir Charles Eliot 所著的 *Hinduism and Buddhism*, 但是不幸书还没有完成,他就死了。至中国方面,我几年前有一篇文章,即《从译本里研究佛教的禅法》,收在:《胡适文存三集》中。

在禅宗未起以前,印度便有“瑜伽”,梵文为 *yoga*。此字是印度文与日耳曼文的混合语,在英文中,为牛轭,引申起来,是管束的意思。即如何才能管束我们的心,训练我们的心,使心完全向某一方面走,而能于身体上、精神上和知识上发生好的结果。

在印度未有佛教以前,即两千五百年前,已有许多人做这种“瑜伽”。释迦牟尼想到名山去学道的时候,遣人出外导道者二人,即为瑜伽师。古代“瑜伽”的方法,在印度很流行,佛家苦修,即用“瑜伽”的方法。后来佛教走上新的道路——智的道路,于是“瑜伽”遂变成了佛教的一部分。但无论任何修行的人,都免不了“瑜伽”的方法。后来佛家给以名字,便是“禅”。

“禅”字起源很早,在小乘大乘以及各种小说里,都有“禅”字。记得小的时候,看《水浒》,看见花和尚鲁智深打了一根八十二斤的禅杖,禅读作单,后来才知道是读错了,其实并没有错。因



禅学来自印度,所以要知中国禅,须知印度禅。图为印度佛雕像

为禅字的原文，是 Dhyana，音近单。（按：“禅”纽字古音多读入“定”纽。）

佛教有三大法门：（一）“戒”，（二）“定”，（三）“慧”。“戒”是守戒，最低限度为十戒（按，根本五戒，沙弥加五为十戒），后又有和尚戒（比丘僧具足二百五十戒），尼姑戒（三百五十戒），居士戒（即菩萨戒，重十，轻四十八）等。从戒生律，于是成为律宗。所谓“定”，就是禅，也就是古代“瑜伽”传下来的方法，使我们必能定住，不向外跑。第三部分为“慧”，所讲“慧”，就是了解，用知识的了解，帮助我们去定。从表面上看，禅在第二，其实不然，禅实在能包括定慧两部分。如果说禅是打坐，那禅很浅，用不着多说。因为要用慧来帮助定，定来帮助慧，所以有人合称慧定。在中国禅宗，慧包括定，慧的成分多，并且还包戒，在印度，则定包括慧，定的成分多。

现在讲印度禅，先讲方法，后讲目的。

安般法门

关于印度禅的方法，计有五种：第一个法门最浅显，便是“调息”，佛书中叫做“安般”法门，“安”是“入息”，“般”是“出息”。“安般”的意思，就是用一定的方式——手和脚都有一定的方式，如盘膝打坐，使人坐着舒服，以调和呼吸。这种调息的方法，又可分为四项：（一）“数”，就是从一到十地来回地数着自己的呼吸，以避免四围环境的扰乱，使心能够专一。（二）“随”，便是心随鼻息跑，所谓“念与息俱”，使心不乱。（三）“止”，就是看鼻息停止在什么地方，中国道家向有所谓“祖息丹田”，即此。（四）“观”，就是客观一点，把自己的元神提出来，看看自己到底怎样。比方牛在吃草，牧童却站在旁边看；又好像一个人站在门口，对于过路的人，某是张先生，某是李小姐，都能认识。总括一句，以上都是安般法门，共方法有“数”、“随”、“止”、“观”。

如果一天到晚老是打坐，容易出乱子。譬如在打坐的时候，忽然想到某人欠我的债，或恋爱的事情，或可恶的人与可恶的事，心更不定了，在这个时候，非数息所能为力，所以还要旁的方法来帮助，即靠慧——智识——来帮助。

第二个法门，叫做“不净观”，所谓“不净观”，就是用智慧想到一切都不干净。譬如当我们想到某某漂亮的小姐的时候，我们可以想到她身上如何的不洁净，鼻子里都是鼻涕，嘴里都是唾沫，肚子里都是腥血不洁之物；并且到她

死后，桃色的脸庞也瘦成白皮夹腮了，乌云般的头发也干枯了，水汪汪的眼睛也陷落了；到了尸体烂了之后，更是怎样的腐臭，怎样的变成骷髅。如此，我们也就不想她了。漂亮的小姐、金钱、地位，都是如是观，自然都会消除净尽。

第三个法门，叫做“慈心观”。所谓“慈心观”，便是训练你自己，不但要爱朋友，还要爱仇敌；不但爱人，还要爱一切物。如当不安定的时候——生气的时候，一作“慈心观”，便会不生气了。但有时还不能制止，所以又有第四种方法。

第四个法门，就是“思维观”，就是凭我们理智的了解力，来解决一切。常言道，“无常一到，万事皆休”，由此，我们可以知道，任何物件，都是不能永久存在的；人不过是九十几种元素所凑成，将来也要还为元素的。比方有人骂我是反动派，反革命，走狗，当我们听到，自然很生气，非要和他拼命不可。要是拿我们的思维力来分析，骂到底是什么呢？不过是由空气传来的一种音浪，对于音浪，何必生气？至于骂我的人呢？依着化学的分析，也不过是几分之几的氢气氧气等等的化合物。而被骂的我呢？也是和骂我的人一样，几种元素的化合物而已，等到死后，大家都物还原所。如此，则所有骂詈，不过是一种气体的流动，两个机关打无线电而已，有什么了不得？到此地步，就无人无我，四大皆空了。

以上均就智识略高的人说，至于智识太低的人，怎么办呢？

就有一种“念佛法”，即第五法门。

所谓念佛法，就是想到佛三十二种庄严相。“念”便是“想”，后来又念出声来，变成“念书”的“念”，从心中想到口头上念。

从最低的数息，到最高的无常哲学，都是方法；一大部分属于慧。用慧补助定，用定帮助慧，便是“瑜伽”。

上述五种方法，都是禅学的方法。现在讲印度禅的目的，即禅学的境界。此种境界，由各人自己去认识，其实都不一样；至于印度禅的究竟，谁也没有做到。

四禅定与四念处

记得清初有一个大学者颜习斋，是保定府人，最初当蒙馆先生，学做圣人。他有一篇《柳下坐记》，叙述他自己在柳下打坐的情形。300年前的圣人，

在保定府打坐，到底到了什么境界呢？他说，在一个夏天，他坐在柳树之下，看着那柳叶，直变成了美丽的绿罗，太阳光从绿罗似的柳叶透过来，都成了一颗一颗的珍珠。他听到苍蝇嗡嗡的声音，就好像听到尧舜时代所奏的九韶之乐一样。像他这样，可算到了他自己的理想境界，却是到不了印度禅的究竟境界。

印度禅的境界，到底怎样呢？计算起来，略有几种：

第一是“四禅”，也叫做“四禅定”；即最初用种种法门帮助你消除种种烦恼欲望，到无忧无欲的境界，便是初禅。但初禅还有思想，还要用脑，再把一切觉观都除去，自然得到一种欢喜，便是第二禅；但第二禅还有欢喜，连欢喜也不要，只有一种心平气和，舒舒服服的“乐”的境界，便是第三禅；到了舒舒服服的乐都没有了，即得“不动处”，只是一种“调”，即安稳调适，便到第四禅。

第一禅还用思想，第二禅还要高兴，第三禅还觉舒服，第四禅则只有调和，要如何便如何，驾驭我们的心，好像马师之御良马，随所指挥，无不调适。

四禅之外，还有四种境界，即“四念处”。此四处：

（一）为“空无边”，就是想到空处。如眼是空的，鼻是空的，一一的想，想到只有空，譬如藕，只想其孔，越想越大，全不见白的藕了。想到全世界，也作如是观。

（二）为“识无边”。“空无边”还有想，便是一种印象，想到未了，不但是空，连这空的印象都没有了，便到“识无边”处。

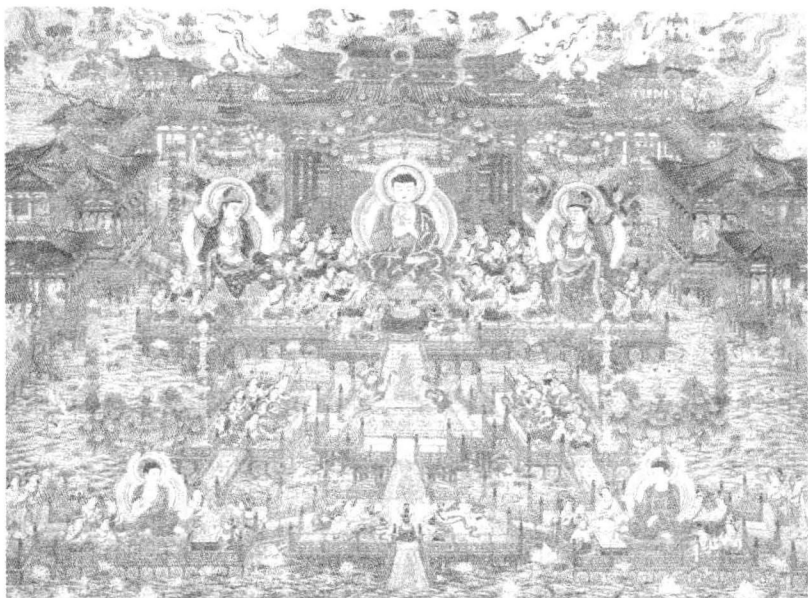
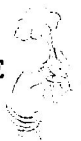
（三）是“无所有”，一切皆无所有了。

（四）是“非想非非想”。既到“无所有”处，你也没有了，我也没有了，连想都没有了，连“没有想”也没有了，此名为“非想非非想”处。常言说，“想入非非”，不是想，也不是非想，此理难说，只可意会，不可言传。

四禅是一种说法，四念处又是一种说法，并不是先经四禅，而后到四念处。

五神通

所谓四禅和四念处，都是解放人的心灵，以便得到神通。神通计有五种，合称“五神通”。所谓“五神通”：



修禅是为解放心灵,以便得到五神通,往生极乐世界。西方极乐世界全景图

(一)天耳通——就是顺风耳。比方在南京开的五中全会,我们在这里就可以听到,可不是用无线电。

(二)天眼通——就是千里眼。上观三十三天,下观一十八层地狱,一切都可看见。想到那里就看到那里。

(三)如意通——就是想变什么就变什么,好像孙悟空的七十二变一样。

(四)他心通——就是他人心里所想的,都可以知道。

(五)宿命通——不但知道现在和未来,而且知道过去无量劫前生的事。

总起来说,印度的禅,不过如此。此是粗浅的说法。从数息到空无边处,都是“入定”,都是用一种催眠方法,达到“入定”。

定·慧

再讲两个故事。

印度相传有一个很有趣的故事,在西历纪元3世纪(晋朝),即已有人译成中文。这个故事的目的是,在教人专心致志做一件事情。故事是这样的:

某时代，有一个国王，想找一个宰相，后来找到一个可以当宰相的人。先说要杀他，经人解说，于是要用一个盘子，盛上满盘子油，从东城捧到西城，不准滴出一滴，否则即杀头。这个条件，很不容易做到。他走到路上，有他的父母妻子哭他，他没有看见。有顶美的女人，从他身边走过，看的人不知有多少，他没有看见。后来忽然又来了一个疯象，吓得满街的人，乱跑乱跳，可是他一心一意盘子上，仍然没有看见。不久又遇到皇宫失火，一时救火抢火，闹得纷乱不堪，并且在殿梁上的一窠蜂子，被火烧出，到处飞着螫人，这人虽然被螫了几下，可是始终没有感觉到，仍然专心致志地捧着油盘往前走。最后，他竟达到了目的地，一滴油也没有滴下来，于是国王便拜他做宰相，以为一个人做事，能够这样专心，便是喜马拉雅山，也可以平下来，何况其他？

在 11 世纪时，中国的法演和尚，也曾经讲了一个故事。其目的在教人自己找办法。故事是这样的：

有一个大庙，叫五祖寺，寺中有一个和尚，人问他禅是什么，他说：“有两个贼，一个老贼，一个小贼。老贼年纪老了，于是一天他的儿子问他：‘爸爸！您老了，告诉我找饭吃的方法吧！’老贼不好推却，便答应了，一到晚上，老贼就把小贼带到一富人家，挖了一个洞，进到屋里。用百宝囊里的钥匙，将一个大柜子的锁开开，打开柜门，叫他儿子进到里边。等他儿子进去了之后，他又把柜子锁了，并且大喊：‘有贼了！有贼了！’他便走了。富人家听说有贼，赶紧起来搜查，搜查结果，东西没丢，贼也没有看见，仍然睡去。这时锁在柜子里的小贼，不晓得他父亲什么用意，只想怎样才能逃出去，于是就学老鼠咬衣裳的声音，一会儿，里边的太太听到，就叫丫环掌灯来看衣服。刚一开柜子，这小贼一跃而出，一掌把丫环打倒，把灯吹灭，竟逃走了。富人家发觉后，又派人直追。追到河边，这小贼情急智生，把一块大石头，抛在河里，自己绕着道儿回去了。到得家里，看见他父亲正在喝酒，就埋怨他父亲为什么把他锁在柜子里。他父亲只问他怎样出来的。他把经过说了之后，老贼便捻髯微笑道：‘你以后不愁没有饭吃了！’像这小贼能从无办法中想出办法，便是禅了。”

上面两个故事，一个是印度的，一个是中国的。从这两个故事，可以看出印度禅与中国禅的区别。因为印度禅是要专心，不受外界任何影响；中国禅是要运用智慧，从无办法中想出办法来，打破障碍，超脱一切。印度禅重在“定”；中国禅重在“慧”。

二、中国禅宗的起来

往往一个故事，有两个不同的说法。从前有一个裁缝，辛辛苦苦地省下钱来，送他儿子念书，他自己仍旧做工。有一次，儿子寄信回家要钱，裁缝不认识字，请隔壁一个杀猪的看信。那个屠户也只认得几个字。便念道：“爸爸，要钱，赶快拿钱来！”裁缝听了很生气，以为儿子从小学念到中学，从中学念到大学，还不知道一点儿礼貌。后来有一位牧师来了，问裁缝为甚生气。裁缝把原委告诉他，牧师说：“拿信给我看看！”牧师看了信，便说道：“你错了！这信上明明写着：‘父亲大人膝下：我知大人辛苦，老是不敢多用钱。不过近来有几种必不可少的书籍和物件要买，我的鞋子也破了，我的袜子也穿了，希望大人能寄给我半镑钱，我很感激，倘若能寄一镑的话，那更感激不尽！”裁缝听了，很高兴，并且问牧师说道：“信上真的是这样写的吗？如果是这样，我立刻就寄两镑钱去。”这便是一个故事的两种不同的说法：一种是杀猪的说法，一种是牧师的说法。

现在讲中国禅宗的起来，也有两种说法：

（一）旧说，也可以说是杀猪的说法。相传灵山会上，释迦拈花，只有大迦叶微笑，于是释迦将“正眼法藏”传给大迦叶。从大迦叶以后，一代传一代，传到二十八代，便是菩提达摩。达摩在梁武帝时（西元 520 或 526 年）到广东。从广东到金陵（南京），见过梁武帝，因为武帝不懂“正眼法藏”，于是达摩渡江而去，并且有“一苇渡江”的传说。渡江后，至北魏，住河南嵩山，面壁九年。当时他有两个弟子，一个叫慧可，达摩很赏识他，于是将法传与他。从达摩起，为东土的第一代，慧可为第二代，再传僧璨为第三代，道信为第四代，至第五代为弘忍。五祖弘忍在湖北黄梅县修行，他门下有两大弟子：一个有学问，叫做神

秀：一个没有学问，是广东人，叫做慧能。当时一般门徒，以为传老师衣钵的，一定是班长神秀，对于外来的广东佬，很瞧不起，只叫他做劈柴挑水的工作。一天，弘忍欲传法，召集门徒，令各作一偈，谁作得好，便传衣钵。当时大家都毫无疑问地以为是班长，但神秀也不敢直接交卷，只题一偈于墙上，偈曰：

身是菩提树，心如明镜台，时时勤拂拭，莫使惹尘埃。

五祖看了，觉得也还不错，以为一个人能够这样修行，也可以。当时交白卷的门徒，个个都把神秀所做的偈，念来念去，被厨房里的慧能听见了，也做一偈，请人题在壁上。偈曰：

菩提本无树，明镜亦非台，本来无一物，何处惹尘埃？

五祖看见了，说：“不行！”用鞋将偈擦去。但到半夜，五祖竟亲至厨房，将法传与慧能，令他即速逃走，躲过几年，方可传道。

慧能走了之后，大家知道五祖已将法传与广东佬慧能，都很惊讶，就去追他，不过追不到了。

慧能到了广东，躲了许多年，才公然传道。但那时神秀已在北方自称六祖了。慧能只能在南方传道，正好像孙中山先生当时只能在广东一带宣传国民革命一样。

慧能后有二大弟子：一为怀让，一为行思。怀让后又传马祖（道一），行思后又传石头（希迁）。马祖石头以后，宗派更多，总之，从如来拈花，到南能北秀，南派五宗，这是旧说。

（二）新说：也可以说是牧师的说法。所谓牧师的说法，以为前二十八祖的传说、拈花微笑的故事，都是假的，这些考证，说来很长，我只讲一点儿。

二十八祖之前二十三祖，还有一点根据，因见于《付法藏因缘



迦叶，摩竭国人，为释迦牟尼的十大弟子之一