

禪語錄

◎禪的歷史和語錄
◎無心論◎臨濟錄
◎六祖壇經
◎洞山錄◎祖堂集

上冊

馮作民譯註

星光出版社
雙子星叢書

禪語錄

上冊

馮作民・宋秀玲
編譯

雙子星叢書
星光出版社

究必印翻·有所權版

雙子星叢書：197

禪語錄 上冊

編譯者：馮作民·宋秀玲

發行人：林紫耀

出版者：星光出版社

經銷者：星光書報社

臺北市寧波西街一六號
郵政撥匯：一四二四三號

電話：三〇九五九一二
三〇三四八一二

印刷者：中寶文化事業有限公司

三重市成功路41巷11弄8號
電話：九八三一〇六一二

中華民國七十一年七月出版

精裝本(上下冊)定價肆佰陸拾元
平裝本(上下冊)定價叁佰捌拾元

上下冊恕不分售

禪語錄總目錄

上冊

導論 禪的歷史及其語錄	一
第一篇 菩提達摩無心論	七七
第二篇 六祖壇經	九三
第三篇 臨濟錄	二〇一
第四篇 洞山錄	三三七

下冊

第五篇 祖堂集	四八五
年表（附「佛祖法系圖」）	八一七

禪語錄 上冊 目錄

導論	禪的歷史及其語錄.....	一
第一篇	菩提達摩無心論.....	七七
第二篇	六祖壇經.....	九三
第三篇	臨濟錄.....	二〇一
第四篇	洞山錄.....	三三七

導論

禪的歷史及其語錄

目
錄

一、禪與現代·····	三
二、禪的歷史·····	二二
三、禪的文獻·····	五五

一、禪與現代

由於日本禪學家鈴木大拙（公元一八七〇—一九六六年）的努力，才使禪獲得了現代史中的市民權，於是人們才逐漸接受了他下面的思想：

禪乃東方世界的宗教心臟。

在以基督為樞紐，一直認為是西歐中心主義的世界史，如今已經被修正，佛教禪所完成的使命，對人類的將來有極大貢獻。

當然，不承認上面這種宗教思想的人，也難以掩飾他們的某種反感和關心，這就是鈴木大拙歷時近一個世紀之久廣泛國際活動的成果。

在一九二七—三四年間，由鈴木大拙用英文所寫的『禪學論文集』（*Essays in Zen Buddhism*）三冊，如今已經被翻譯成各國文字，擁有廣大讀者羣，成為近代的新古典佛學文獻，在神學、哲學、文學、醫學、藝術以及其他各方面都有無數人受到影響。例如今天不論任何一座佛堂，多半都有二、三碧眼修行者。甚至在歐美各國，很多地方也都建有禪的專門道場。

對禪寄與關心的人們很廣泛而且複雜，他們一方面在專門道場過嚴格的類似坐禪和苦行生活，認為這樣就集中了莫大的敬意；另一方面他們又具有放浪於形骸之外瀟灑的禪者言行，在這裏他們可以發現自己的自由思想。時下訴諸視覺的禪畫和禪書，早已經有超越國界的趨勢，例如悟道、公案、幽居、古雅等術語已經通行世界。甚至於有的時候把一些似懂不懂的問題當作禪問答，而表現出一種目中無人的樣子胡言亂語毫不負責。「以心傳心」和「奇知頓知」等名言，就分別成為他們代表性的口

頭禪。如寒山之笑，象徵了禪的世界。總而言之，禪是不合理的。一切冷暖自知，難以用語言說明。

一般來說，在被稱為狂熱的現象中，與其認定是具體事實，又好像成為某種氣氛的核心。「禪」這句話的多義性，就適合於那種氣氛。特別是現代禪狂熱的特色，是由於極端捨去其歷史性和風土性而引起。離開時間與空間限定禪的單獨步伐，不僅完全沒有意義，有時甚至於還帶有某種危險，此點人們幾乎不曾注意。假如說是由鈴木大拙使禪獲得現代市民權而成為禪的末路，那所謂「禪」可能將成為某種愚蠢精神的自慰。

現代的禪，必須再度挽回歷史性，而恢復到禪以前的精神世界。今天的禪家及其信仰者，即使自己喜悅也不足努力，反對論者的情形也相同。

禪這句話

就歷史觀點而言，有印度禪、有中國禪、有日本禪。今天成為國際熱門話題的「瑜珈術」，也就是印度禪的一種。在東南亞的各佛教國家中，又有所謂和日本禪不同的

「瞑想法」。即使在北方佛教之中，也有「小乘禪」和「大乘禪」之分。天臺宗的「止觀」和真言密宗的「瑜珈」，以及淨土宗的「念佛三昧」等，都是指廣義禪的一部分。

然而我們所說的禪狂熱，將會捨去那種歷史性。也就由於捨去各種歷史性，反倒一切都能利用禪狂熱和神秘的超能力信仰掩蓋這些。普通所謂「東方」這句話，可能就是這些最大的包括概念。

原來「禪」這句話，本是出自古印度語的 *dhiyāna* 或 *jhāna*，意思是「瞑想」，中國用漢字音譯成「禪那」，簡稱「禪」。其中 *dhiyāna* 一語，在被稱為「瑜珈」(*yōga*) 精神統一的方法中，乃是控制心理狀態的一個階段，可見跟瑜珈這句話原本是來自「結合」的意思。恰如牛的軛，把心牢牢集中在一個對象上，進而謀求訓練心的安定狀態，這種狀態在中國就用「禪定」這句術語表現。

而「定」乃是譯自梵文 *Samādhi*。比禪更能安定心的境界，那就是來自梵文音譯的「三昧」。此外 *jāna* 乃是 *dhīyāna* 的俗語形，公元一—二世紀時，在中亞一帶，似乎已經喪失了最後的母音，而以訛傳訛的說成 *jhān*。

原來「禪」這個漢字，含有「讓」或「祭」的意思。例如說「禪讓」，就是不用武力而把政權讓給他人；又如「封禪」，就是指君王祭祀天地山川諸神。中國初期的佛門子弟，所以會用「禪」這個字來音譯 *jāna*，多少含有上面這種政治性的宗教心理。最初用「浮屠」這句含有蔑視之意的詞來音譯「佛」一語，到後來才改用「佛」這個很雅的字來取代「浮屠」，據說其道理就在於此。所謂「佛」，就是指人在冥想之中，會出現佛的一種的影，這乃是西方異教的神。

不論怎麼說，在公元一世紀前後，經由絲路隨着佛教而傳入中國的禪，也隨着各種神秘的超能力信仰深入人心。堪稱爲這個時代新民俗信仰和神仙運動，在無形中幫助了禪的發展乃屬當然之理。古印度民族，相信只要實踐禪就可以升天，即使在現世也能具有五、六種神秘透視力，也就是堅信能獲得「神通力」，例如能看見死後的「天眼通」、能知道未來的「宿命通」、能窺知他人心的「他心通」、能飛翔高空的「神足通」、能聽見萬物聲音的「天耳通」、以及消除自己內心髒污不再降生凡塵的「漏盡通」。佛教所以能掌握中國民族之心，這種神通的魅力極大。東漢末年，來自安息國的名僧安清高，據說不但精通天文和醫術，而且能聽懂鳥獸和蟲的語言。由他首次所帶來中國的佛典，大部分就都是禪經。

當時被稱爲「西域」的中亞地方，就中國民族來說是一所神秘的寶庫。據中國最早佛教史書的『高僧傳』記載，那些負責翻譯佛典的學僧，據說就都是擁有神通力的超人。編者特別列舉習禪、神

異、亡身等項目，以便分別研究印度和中國佛家的神秘言行。其中「習禪篤」偏重敘述精通禪學禪師的生涯，而「神異篇」則敘述有關神通的種種情況，「亡身篇」乃是歌頌把肉體留在俗世而升天的自由靈魂，這種傾向是『高僧傳』中各人物都能精通的。

然而那種西方的神秘，也隨着東西交通的發達而逐漸淡薄，這是由於被譯成漢文大小乘佛典研究進步的結果。大乘佛典比小乘的神異敘述要少，在文學空想和哲學思維世界上使其趣味昇華。禪也並不滿足於單純的神異，而是逐漸在其思想和實踐方面接受新的批評。如此到六世紀末葉就組織大小乘很多經典，由於禪的實踐而使這些加以體系化的天臺宗首先宣告成立。由中國高僧智顗（公元五三八—五九八年）所開創的天臺宗，使受西方異教眩惑的中國民族，終於恢復了自己的思索，而天臺宗是最早的一座紀念塔。但是過分完整的體系化，卻沒顯示出超過這以上的發展。而體系的完成，已經是形骸化的開始。那種批判勢力的出現，就是由此而獨立的禪宗和念佛宗。兩者都是現實性的實現宗教。禪宗也好念佛宗也好，在印度都是佛教的原形，並沒形成一種思想或一個宗派，他們的獨立是中國佛教的固有精神。

今天人們所說的禪宗和禪宗思想，是在天臺宗成立的前夕，由北魏的西域高僧菩提·達摩創始，因此達摩就被尊為禪宗的始祖。達摩祖師是一位神秘人物，有關他的傳記幾乎都模糊不清。但是人們卻明確知道一點，這就是和天臺宗不同的禪宗開山，除達摩之外別無他人。禪宗和天臺宗最大的不同處，就是留在天臺宗的印度佛教殘渣，在禪宗之內則完全一掃而空。這位來自西域的胡僧達摩，和中國高僧天臺宗的智顗相比，達摩的中國色彩竟遠比智顗更為濃厚。達摩活躍於印度佛教成立以前的時代，最少接受他教誨的弟子們作如是觀。他飛天的神通信仰被拉落在地上，而使他的姿影消失於日常

茶餘飯後的言行中，這種說法當然帶有極濃厚的神異趣味。占卜和未來的預言，常被視為宗教家的特權。不過由達摩所創始的禪，卻不承認超能力的信仰。就連用坐禪安定心智的期待，到了後來也都被他取消。

說到中國佛教史的變遷和禪宗的成立，都必須另以專題進行探討。在這裏所能確定的事實，就是「禪」這句話，已經包含了從印度到中國和日本的漫長歷史。其中把禪讀作 *Zen* 的，是出於日本人的習慣，因為如果用現代中國標準語來讀應是 *Chen*。歐美的東方學家則讀成 *Chan Buddhism* 或 *dhīyāna Buddhism*。然而國際間最常用的「禪」，普通都是寫成 *Zen Buddhism*，而不是 *dhīyāna* 或 *Chan*。

哲學性關心與禪生活

近代禪的再發現，幾乎都是從哲學性的關心開始。鈴木大拙的好友西田幾多郎（公元一八七〇—一九四五），以及其門流的活動為其代表。雄渾的西田哲學體系，可說給禪悟的體驗附加上理論。其是否合理另當別論，最重要的是禪的研究，完成了那種哲學入門的使命。即使鈴木大拙的任務，雖說未必僅僅那樣就算完成，不過以前幾乎只注意到哲學的側面。

研究禪的傳統禪僧，大體都有同樣的傾向，例如「無意識的意識」「即非的論理」「根源性主體」「絕對沒有」「東方式的無」等語，就都被視為表現禪體驗的術語。第一，被稱為禪體驗和禪經驗等語，這些事情就都是問題。在那種傾向中，固然很有理由。當輸入近世歐洲哲學時，明治時代的日本入把這種哲學和宋學與陽明學合而為一，因此乃借用了許多禪語。例如「體驗」和「宗教」等都是，而「自由」「平等」「思想」等也是禪語。今天日常生活中也有很多禪語，所以並非單單用語問題。

當以前印度佛教傳來中國時，就立刻借用了很多道家用語。不久「無」「空」「自然」等概念，就成為中國佛教的獨特東西，這些早已經不是印度佛教用語，同時更不是單純的道家用語。

不論怎麼說，近代日本禪思想的再發現，都是開端於和歐洲思想的會合。儒教式的德意志觀念論和經驗主義論的禪學，雖說已經誕生，然而並不稀奇。最重要的事實，就是歐洲風的思維，和日本傳統思想的乖離。雖說同樣使用「絕對沒有」這句話，然而哲學家和傳統禪師的思維卻未必相同。在精緻的歐洲哲學體系面前，傳統禪似乎忘記了自我思索。例如說，在敘述自我思想之後，好像拒絕了近代日本禪及其傳統。被稱為「禪體驗」和「禪經驗」的實踐，就很難和以前的日本禪傳統維持良好的延續關係。實際上完全相同的現象也表現在相反的場合，例如精神分析學和禪的情形就是如此。鈴木大拙如果使用「無意識」這個心理學術語，世界心理學家將把禪引用到心理學領域加以理解，如此禪只不過成為心理現象之一而已。

然而在現代的日本禪中，已經有了另一個其他側面。

在大雪紛飛的早晨，當你看到身穿一襲黑色袈裟的托鉢僧，腳上踏着一雙草鞋沿街托鉢乞討時，人們都會驚奇，這就是印度傳統僧侶生活的延續。禪的專門道場生活，每天早晨都是從黎明時刻開始，首先悄悄打掃禪室的內外清潔，也就是在默默的積陰德。甚至就連不懂禪體驗和覺悟的小和尚，也能夠穿著草鞋拿著掃帚和水桶打掃。禪家所謂「照顧腳下」，乃是禪生活的第一步。還有一般所說的「陰德」，就是不須他人指示，而是一種自我道德判斷，也就是自發性的善行，更是一種道德勇氣行爲。這恰如當一個人看到有小孩落井，都會不由自主的來營救，孟子說這種行爲是人的本性。這也恰如「一切都是出於自己的內心」，這就是禪院生活的宗旨。禪僧的生活要清苦，他們的生活園地，

是睡只有六尺、坐只有三尺的一席之地，早晨喝稀飯，只有中午吃一頓乾飯，晚上隨便作一些點心充饑。每二、三十人組成一個共同生活體，乃是根據原始佛教的傳統戒律。專門道場的生活，雖說不是絕對的戒慾和苦行，但是和一般社會生活相比，那就成爲一種完全神話式的生活，也可以說接近原始人的生活。據說以前日本帝國主義的軍人生活，就有很多地方是模倣禪僧，這種生活都不是現代一般人所能接受的生活。事實上一切禪院生活，都遭近代思維所排斥，通常所說的禪文化等，在現代思維中無立足之地。在京都的某一座禪本山中，從江戶時代就嚴禁境內建茶室，這是爲了防範貪圖聲色享樂的茶人會妨礙到禪修行。不過到後來，人們仍然在禪室一端的隱蔽處，偷偷建起不受禪院干涉的茶室。還有在禪的專門道場中，也一律拒絕研究學問，詩歌文學等世俗文學根本不必說，就連有關禪本身的學問也禁止研究，因爲他們認爲讀書是壞事，甚至認爲讀書是可恥的事。因此一些青年修行禪僧，就在其他禪師入睡以後，躲在廁所旁邊的小燈泡下，偷偷默讀某些禪經。這種禪僧生活，時至今日仍然維持原狀。也唯獨如此，所以禪生活才受到人們的敬佩。

由釋迦牟尼佛所創始的出家沙門生活，今天還在繼續維持原始風貌的，就是以錫蘭、泰國、緬甸等大乘佛教和日本的禪專門道場爲其代表。禪宗是形成在中國，以中國民族宗教發展其思想，不過在生活上仍然以維持印度戒律爲原則，其傳統今天還殘存在日本禪僧中，例如大衆、經行、直日、典座、分衛、作務等古代禪院術語今天仍使用。至於坐禪方法，還完全跟古『優婆尼沙土』(Upanisad)等經典所寫的完全相同。對禪修行很徹底的出家主義，反倒深深和一般社會結合，這也是印度佛教的傳統面貌。

啊坐吧。

現代有關禪的復權，有再度建立明確事實的必要。禪思想雖然廣受衆人信仰，不過只有具備特定條件的人才能實踐，而且這並非所謂領導階層的意識。就現代人來說，禪生活雖然一直夢想能回到禪的境界，然而卻是一個難以接近的靈魂鄉愁。因此一旦直接把禪和現代社會生活併列，就又会流露出不堪入目的偽善氣息，而只殘留下一些反作用。但是也就因爲如此，反倒成爲嘲笑現代文明歪曲的醒眼。

禪並非用頭腦思考，而是靠身體力行來體驗，所以才會產生了那一種見解。每當訪問禪寺而想聽禪語時，你最初所聽到的一句話就是「啊！坐吧」。

當日本高僧道元（公元一二〇〇—一五三年）入宋留學時，天童山景德寺的長翁如淨（一一六三—一二二八年）法師所傳授他的，僅僅是「只管打坐」兩個字而已。所謂「只管打坐」，意思就是「只要坐禪就可得到」。換句話說，也就是「啊坐吧」。

在道元的『典座教訓』之中，是記載當他入宋留學時，他跟兩位老典座的對話。所謂「典座」，就是禪院中負責管理伙食的禪僧。道元並沒有師事這兩位禪僧，因此在書中所寫的事情，都是禪院一般的日常生活。然而這種生活卻具有驚人影響力，因爲兩位老典座所說的話，支配了道元的一生禪修。

青年的道元法師，有一天在六月盛夏的中午，未戴斗笠站在艷陽之下，可是他卻不擦全身的汗珠，而畢恭畢敬的向在佛殿前面晒苔的一位老典座請教。

道元問：『請問您高壽？』

典座答：『六十八歲。』

道元問：『爲什麼不找人幫忙呢？』

典座答：『他不是我。』

道元問：『您未免太認真了，這麼大的太陽，爲什麼還那麼辛苦工作呢？』

典座答：『究竟要等到什麼時候才好呢？』

結果把道元問得啞口無言，因爲禪的實行就在我身，絕對不能由其他人代替。現在既不能放下，以後也不能放下，因爲這並非「青年時代一入手就可享樂終身的股票」。

此外道元法師又拜訪了另一位老典座，這位老僧也是爲給衆僧作飯而就親自動手磨麵粉。

道元問：『像您這麼大年紀，爲什麼既不坐禪辯道，也不研究古人的禪經，而只心甘情願當一名典座，每天辛苦勞碌，這究竟有什麼好處呢？』

典座大笑答：『你這個天真的外國學生，你根本還不懂辯道，同時對學問也一無心得。』

道元法師在作絕句，並且學習真的辯道和真的文字。所謂「辯道」，就是身體力行佛道，而完全忘卻自己的行爲。在忘我的肉身上，自然會生出古人的禪經和文字。所謂「只管打坐」，就是一種最偉大的文字，也是一種最偉大的禪經和知識。

提唱 禪的專門道場，從每年的四月十五日——七月十五日算上學期，從每年的十月十五日——

次年的一月十五日是下學期。並且把這種學期叫作「夏」，上學期叫「夏夏」，下學期叫「冬夏」。夏中是每月的一、六、三、八日，原則上都有「提唱」。禪師走上設在本堂中央的講座，爲修行僧講解經典和語錄。有時在特別的邀請之下，也爲一般信徒講經。不過在原則上，一切都是按老規矩進行。首先是一同對該寺的本尊和開山念供養經，其次對所講經文的主人念供養經，例如講

『碧巖錄』就對雪竇和圓悟唸，然後主講法師和弟子都以坐禪入定的姿勢說法和聆聽，當然嚴禁寫筆記或錄音。一旦成為習慣之後，就那些終日工作勞累的修行僧來說，這時才算有最寧靜的「只管打睡」。然而大凡在禪宗道場，只有此刻才允許摸書本，可見禪僧研究學問的時間是很少的。

說到「提唱」這句話，已經見於『碧巖錄』。宋圓悟（公元一〇六三——一三五年），把前輩雪竇重顯的『頌古百則』，提唱記錄之後就是『碧巖錄』。圓悟最初進行提唱的場所，是在今湖南省潭州的「夾山靈泉院」，據說該寺本堂懸掛有「碧巖」的匾額。原來在很早以前的唐代，某日有一個僧侶問該寺的善會和尚說：『什麼才是此「夾山之境」？』於是善會就用下面的詩句回答：

猿抱子歸青嶂之後，

鳥銜花落碧巖之前。

在提唱中經常穿插一些這種有趣故事，可見這並非單純的講義，不論是講的人還是聽的人，都已經置身於禪的歷史中。禪經絕對不止限於古話的記錄，而是成為讀經人現在的發言。提唱的經文及其道場以及提唱人和聽衆，都已經是在固有歷史之中一事的實證。在提唱中能反覆聽到的話，多半都是「此處不能說明」；「要靠自己在辛苦勞動中體驗」；「如果不打坐就不明白」。這裏所說的「坐」，就是上面所說的歷史中。而通常所說的禪經，就是把禪的真理當作歷史所自然誕生的人語。

在以前，有關禪經常被當作公案來讀。所謂「公案」，就是法院判例的意思，如果稱為「先例」也無不可。這是借用法學術語，古時稱為「公府案牘」，是屬於衙門的公文書，任何人都不得侵犯，不過重要的可能是作成判例的過程。的確不錯，公案乃是以天下之理來規制萬人，然而絕對不是枯燥