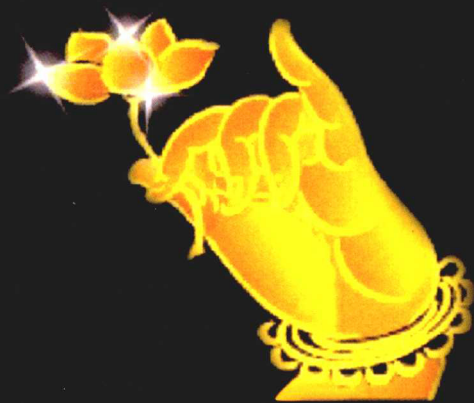




何劭松禅意书画

人民美術出版社

图书在版编目(CIP)数据

何劲松禅意书画 / 何劲松绘. — 北京 : 人民美术出版社, 2010.9
ISBN 978-7-102-05246-5

I. ①何… II. ①何… III. ①汉字—书法—作品集—中国—现代②中国画—作品集—中国—现代 IV. ①J222.7
中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第182731号

何劲松禅意书画

编辑出版 人 民 美 术 出 版 社

(100735 北京北总布胡同32号)

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

发行部: (010)65252847

(010)65256181

邮购部: (010)65229381

责任编辑 于瀛波 潘彦任

责任印制 赵 丹

制 版 北京杰诚雅创文化传播有限公司

印 刷 北京市雅迪彩色印刷有限公司

经 销 新华书店总店北京发行所

2010年9月 第1版 第1次印刷

开本: 787毫米×1092毫米 1/8 印张: 19

印数: 0001—2000

ISBN 978-7-102-05246-5

定价: 280.00元

版权所有 翻印必究

何勁松禪意書畫

何勁松



《何劲松禅意书画》编辑委员会

总 策 划：国际禅意书画院

总 编 辑：何劲松禅意书画馆

名誉主编：焦家良 黄 舒

主 编：汪照亮

副 主 编：赵志林 戴 勇

编 委：汪照亮 赵志林 戴 勇

汪卫东 张艳君 严国侠

封面题签：欧阳中石



何劲松 字棹父，1962年生，安徽舒城人，哲学博士。著名佛学家、书画家，当代禅意书画学科创立者和理论奠基人。现任中国社会科学院世界宗教研究所研究员、宗教文化艺术研究室主任，中国社会科学院研究生院博士生导师，中国社会科学院书画家协会主席，国际禅意书画院院长等职。主要社会兼职：中国和平统一促进会理事、中国宗教学会理事、第九届中华全国青年联合会委员、中国书法家协会会员等，并曾担任日本东方学院、东洋哲学研究所、韩国东国大学和金刚大学客座教授。

目前已出版的主要学术专著和书画作品集有：《日莲论》、《创价学会的理念与实践》、《韩国佛教史》（上、下卷）、《近代东亚佛教》、《池田大作的佛学思想》、《佛教大辞典》（合著）、《红炉点雪——何劲松书禅林名句》、《书道人生——何劲松书人生箴言》、《露地白牛——何劲松书禅诗牧牛图颂》、《劲松先生禅意书画》等。

星云大师题签

禅



勁

松先生

意

書

通

吳昌碩



任继愈先生题词

紅

爐

點

雪

任繼愈



杜继文先生题词

将我国传统中的禅佛教用于丰富当代的社会生活，有以调节身心健康的禅修，有于舞台表演的禅舞，有用于茶道的禅茶。现在何劲松博士提倡的禅意书画，是更有艺术内涵的创新。据我所知，何本人对这个问题既有历史上、理论上的长时间思考，又有实践上的持续探索，可以预见，他的努力定会产生良好影响，有成就，有关部门，值得鼓励支持。

杜继文 2007.2月

释文：

将我国传统中的禅佛教用于丰富当代的社会生活，有以调节身心健康的禅修，有于舞台表演的禅舞，有用于茶道的禅茶。现在何劲松博士提倡的禅意书画，是更有艺术内涵的创新。据我所知，何本人对这个问题既有历史上、理论上的长时间思考，又有实践上的持续探索，可以预见，他的努力定会产生良好影响的成就，有关部门，值得鼓励支持。

杜继文

2007. 元月

禅意书画随想

何劲松

● 引言

近年来，一些研究佛教美学的学者，以及一些研究中国传统书画艺术的学者，已经将目光转向佛教——特别是禅学——同书画之间的关系上，试图从佛教哲学的角度对书画艺术在历史上的几次重大转变予以思想上的澄清。这种努力是值得提倡的，但也存在着一些问题，即在谈起禅对书画艺术的影响时，由于没有真正弄清什么是禅、什么是禅宗、什么是禅宗之禅，禅与禅宗以及禅宗之禅之间的联系与区别，因此在具体论述时不免望文生义，想当然地归纳出二者之间的诸多关系。

● “禅”的两大思想源头

一般说来，禅是一种宗教修持的方式，为古代印度佛教以及其他教派所普遍采用，其源头同传统的“瑜伽”密不可分。在中国先秦道家、儒家等各家思想中，亦有许多类禅观念，这便是禅很容易被中国人所接受的原因。相对来说，禅宗则是一种社会运动，是中国特定历史的产物，是对佛教——包括禅在内的全面革新，具有社会活动的性质。而禅宗的“禅”则是经过禅宗的洗礼，实现了一种革命性变革，从而成为一种人生体验和主观意境。当然，这种变革某种意义上就是注以庄、老的灵魂。

就动态发展的过程而言，禅学实际上是一条源远流长的历史长河。这条长河有它的印度文化源头，也有它的中国文化源头；人们基本上已经公认，禅是儒、释、道合流的产物，特别是佛学中道思想和道家的结合。冯友兰先生就曾指出，佛教的中道宗与道家哲学有某些相似之处，中道宗与道家哲学相互作用，产生了禅宗。禅宗虽是佛教的一个宗派，可是它对于中国哲学、文学、艺术的影响，却是深远的。冯先生告诉我们，公元3世纪至4世纪，中国著名的学者一般都是道家，他们又常常是著名的佛教和尚的亲密朋友。这些学者一般都精通佛典，这些和尚一般都精通道家经典，特别是《庄子》。他们相聚时的谈话，当时叫做“清谈”。他们谈到“非非”（即“道”和“般若”的不可言说）的时候，就一笑无言，正是在无言中彼此了解了。在这类场合，出现了“禅”的精神。禅宗是中国佛教的一支，它真正是佛学和道家哲学最精妙之处的结合。

发源于印度的禅学随着佛教一起传到了中国。自从传入的那天起，禅在中国大致沿着这样两条路线不断地向前发展：一是忠实于印度Yoga或Dhyana原义，侧重于以定为核心的修持方法，即一般意义上的禅定或禅法。这种原始含义的禅法与气功比较接近，因而始终与道家方术形影不离。另一条路线是接受老庄思想的洗礼，并充实以大乘般若学、唯识学和心性论，形成老庄化的禅学，逐步发展成中国特色的禅宗，以及由禅宗所宣扬的禅学。显然，这两条路线既并行，又时时交织在一起。即使是忠实于印度原义的禅，实际上也在接受着不自觉的改造。可以说，禅在中国的传承史，就是中国人对禅的改造史。

● 禅：运用注意力的艺术

“禅”的梵文读音为Dhyana，中文音译为“禅那”，简称为“禅”。该词的中文意译，鸠摩罗什译作“思维修”，即运用思维活动的修持；玄奘译作“静虑”，即宁静安详地深思。此外，还有“弃恶”、“功德丛林”等其他一些译法。《俱舍论》（卷二）解释说：“依何义故立静虑名？由此寂静能审虑故。审虑即是实了义。”《瑜伽师地论》（卷三三下）的定义为：“言静虑者，于一所缘，系念寂静，正审思虑。”

这里讲的“寂静”，指的是让人的心理处于无浮动躁乱、无闇昧昏沉且能够明睿深沉地进行观察和思虑的那种状态。《俱舍论》还说“禅那”是“诸等持”的一种，“最能审虑”。“等持”的含义是“平等持心”，是梵文三昧（Samadhi）的意译之一。“三昧”也作“三摩地”、“三摩提”，意译或作“定”、“等念”，也有直译为“心一境性”、“心专一境”。《大智度论》（卷五）称：“善心一处不动，是名三昧”，即通过“心专一境”、“正审思虑”的修持，有效地制约内心的干扰和外界的诱惑，从而使修持者精神集中于既定的观察对象，并按照规定的方式进行思考，以对治烦恼，达到去恶从善、由痴而智、由污染到清净的转变。

中国先秦思想中的类禅观念，在功能和形式上也大体一致。如荀子讲的“虚一而静”和“心一境性”有着惊人的相似之处。荀子认为虚心、专一而冷静地观察事物，便能获得正确的知识。他强调心如果达到“虚一而静”的状态，就可以使理性达到“大清明”，乃至万物“莫形而不见，莫见而不论，莫论而失位”。荀子还说：“是以辟耳目之欲，而远蚊虻之声，闲居静思则通。”凡此种种，都和佛教的禅定非常接近。

《庄子》一书中，类禅的观念更多，如《人世间》称：“若一志，无听之以耳，而听之以心；无听之以心，而听之以气。耳止于听，心止于符。气也者，虚而待物者也。唯道集虚。虚者，心斋也。”这里的“一志”，就是注意力集中，由此达到的境界称之为“心斋”。其中，“心”为精神作用，“斋”为斋戒，指一种摒除情欲、保持虚静的精神状态。在庄子看来，耳目心智无法认识道，只有使精神保持虚静状态，才能悟得妙道。《达生》所说的“用志不分，乃凝于神”，也是同一个道理。《庄子》还谈到一些运气、守气的功夫，也与禅那相仿佛。如《大宗师》所说的“真人之息以踵，众人之息以喉”；《达生》所说的“至人”之所以“潜行不窒，蹈火不热，行乎万物之上而不慄”，原因正是“纯气之守”。由守“纯气”而达到“至人”的境界，其过程与佛教早期流行的“数息观”禅法极其相似。因为“数息观”专心计数呼吸的次数，使分散浮躁的精神专注，守意净心，进入禅定意境，从而获得非凡的神通。

除心斋外，类似禅定的说法还很多，如“坐忘”、“朝彻”、“见独”、“守一”、“守神”等。《庄子·大宗师》

说：“堕肢体，黜聪明，离形去智，同于大通，此谓坐忘。”“坐忘”指的就是端坐而浑然忘掉物我的精神境界。西晋郭象进一步解释道：“夫坐忘者，奚所不忘哉？既忘其迹，又忘其所以迹者，内不觉其一身，外不识有天地，然后旷然与变化为体而无不通也。”可见，通过静坐修养，彻底忘掉周边的世界，乃至自己的知识和形体，使身心完全与“道”融合，从而进入“茫然彷徨乎尘垢之外，逍遥乎无为之业”的境界，也就是“丧我”、“无己”的境界。这种旨在达到精神上绝对自由的静定功夫，与佛教的禅那是何等相似。恩师杜继文先生认为，禅的这种精神集中的特征相当于普通心理学讲的“注意力集中”，是任何思维活动都必须具备的心理条件。从这个意义上说，禅法的“心一境性”以及荀子的“虚一而静”乃至庄子的“一志”、“心斋”、“坐忘”、“守一”等就是运用注意力的艺术。

谈到印度禅和中国古代的类禅观念时，杜继文先生指出，作为通行于佛教的修习方法，禅定确实是外来品。但作为一种专心一致，注意力集中的心理因素，不仅普遍存在于一切人的有意识的精神活动中，而且在我国很早已注意到对于它的运用。先秦思想中的类禅观念无疑为禅学在中国的广泛传播和庄、玄、禅在深层次上的融合铺平了道路。禅学的一般任务，是着力摆脱客观世界对精神世界的支配，超越自身生理机制对于情感欲望的制约，训练出一种不受客观环境和主体情识左右的精神境界或心理状态。佛教禅学的发展，显示出人的主观方面对于整个精神世界可能起到的巨大的能动作用，有助于丰富人们对于认识主体的理解，和全面估计主客双方在认识过程中的相互作用。

● 禅：以“心”统帅整个佛教

佛教的哲学体系既博大又深奥，庞杂无比，但无论怎样庞杂，其基本教理不外乎是“缘起”，其基本信仰不外乎是“业报”。实际上，“缘起”是“业报”的理论形式，而“业报”则是佛教的主体信仰，是世间和出世间的本原。

作为佛教理论的基石和核心，缘起观认为，世界上的万事万物都是由因缘而生而灭。其中，“因”是产生事物的直接原因，“缘”则为产生事物的间接原因。按照这种理论，世界上万事万物都处在一定的因果联系之中，并随着因果关系的改变而改变。以缘起为理论基础的“业报”说，是佛教用以说明世界、人生和社会的产生及其差别的原因。其中“业”为“因”，“报”为“果”，故“业报”与“因果”同义，意为“业”因的报应或“业”因的果报。具体讲，“业”分身、口、意三业，即人的思想行为。一定的思想行为，必然产生相应的结果，这就是“报”。世界上的一切事物无不处在因果的锁链中，而决定这条锁链的，又是众生的思想行为。再者，就思想和行为来讲，思想支配行为，所以在身、口、意三业中，又以意业起决定性作用。“意”音译“末那”，指心的“思量”及思虑推理的功能，包括认识机能（识）、观念（想）、情感（受）、意志（行），是一切精神活动的总和。“意”和“心”是相通的，《俱舍论》（卷四）称：“集起故名心，思量故名意，分别故名识。心、意、识三名，所诠义虽异，而体是一。”可见，“心”是“意”的另一个名称。

正因为如此，佛教认为，“心”是世界和人生的真正创造者，也是解脱的主体和动因。于是，佛教的宗教实践，主要集中在个人的思想修持和行为规范上。虽然佛教的修持法门很多，包括诸佛、菩萨、阿罗汉以及经、塔等各种崇拜，乃至净土等类似外力的信仰，但相对于思想的修持来讲，这些外力崇拜充其量只不过是自我净化的手段，而“禅”则是全部修持中的最重要方式。佛教普遍提倡“三学”，禅居其一；大乘佛教讲“六度”或“十度”，禅亦居其中。由于禅学在佛教中的决定性地位，所以说无“禅”不成修，无“禅”不成其为佛教。

● 关于禅意书画

禅由早期的禅定之禅走向禅宗之禅，是儒、释、道交流融合的产物；禅的这种品格必然决定着禅意书画的特征。因此，禅意书画所要探讨的也正是书画艺术与儒、释、道三教之间的关系。换言之，所谓禅意书画，不是要在中国书画园地中摘取某一类作品——比如世人通常理解的淡墨简远的风格——贴上标签，自我标榜，自鸣清高；相反，禅意书画是要将整个中国书画艺术放在以儒、释、道为主体的传统文化的框架下加以重新审视，寻找其产生、发展的基本规律，以及未来发展的基本走向。

虽然“禅意书画”是就整个中国书画而言，但是这并不是要抹除“禅意书画”的独特个性。实际上，“禅意书画”同中国书画的整体是一而非一、二而不二的关系。这种关系，如同一棵白菜，“禅意书画”是菜心，是整个中国书画中最深层、最核心的部分，而其他各种流派都是围绕菜心的菜叶。禅意书画的最大特征是写意性，以表达主体心性为首务。

禅学对中国的哲学、文学、艺术等都曾产生过巨大影响。就书画艺术来讲，其影响集中表现在促使书画艺术走上了自觉之路。当然，所谓自觉，应当说是整个文学艺术的总体特征。汉末魏晋时期，儒、释、道三教的交流主要表现为玄、禅两大思潮的碰撞和融合。书法艺术正是在这种思想背景下走向艺术的“自觉”。首先，玄学给书法注入易学“道”的本体，据此，书法艺术所要表达的正是宇宙万物“一阴一阳”的本质规律。随即禅学又给书法艺术注入另一本体——“心”。由此，人们开始真正将书法视为“心画”，即清人刘熙载所说的“书也者，心学也”。书法于是成为人们的审美对象，一改过去被当作工具、被视为“小技”或“末流”的局面，社会上也产生了不少书法世家，甚至出现了“父子争胜，兄弟竞爽”的书法热。应当说，作为一门工具的书法，只有上升到“道”的高度，只有成为“人心营构之相”，即中国人特有的宇宙观和生命情调，才能成为一门真正的艺术，所以，中国人谈起书法则每每发出宋人朱长文那样的感叹：“书之至者，妙与道参，技艺云乎哉！”

作为整个文艺的组成部分，中国绘画此时也步入艺术的自觉时代。就其发展历程来看，魏晋之际以表现人物美的人物画得到充分发展，至东晋顾恺之可谓集其大成。人物画逐渐摆脱此前旨在“鉴戒贤愚”这样一种简单的伦理教化之工具的境地，从而转向对艺术审美品格的自觉追求，特别是对人物精神性格的细致刻画。很显然，人物画在魏晋时期的新发展同“魏晋风度”，即魏晋人在玄言清谈中追求“精神的超越”不无关系。

大约从晋宋时期开始，山水美在佛教禅学的作用下，开始从社会美、人物美的陪衬中解放出来，由此带动了山水画的正式成立，其代表人物可以宗炳为最。佛教禅学主客两忘、物我一如的理论模式，扬弃了玄学“物物”而“无累于物”，使主体心灵真正达到一种无所围限的自由境界。由此，艺术领域在魏晋“缘情”论之外，开辟了另一条畅神写意的审美倾向。绘画艺术本体论，即“以形写神”的“神”和畅神写意的“意”的确立，以及绘画理论体系的形成，也是绘画艺术自觉的重要标志。

● 禅意书画的理论意义

禅的“心一境性”，与书画创作的心理条件极为一致；禅宗的“心”本体以及“明心见性”之纲领，影响所及，书画艺术亦朝向表达心性的写意方向发展。中国书画最终走向文人写意一途，实基于旷日持久的禅学运动。坚持以“心”为本体的禅和禅意书画，既强调“外师造化”，更强调“中得心源”，由自证自悟来达到个人主观心性的表现，摆脱外在规矩的束缚，自我作古，自出新意。这种“新意”，在禅学则为禅境，在书画则为意境。禅的特点在于即体即用，其本体论、认识论、方法论始终能成为书画艺术的指导思想。

通过禅意书画的理论视角，可以清楚地看到中国书画艺术的本质特征和发展规律，同时也可以看清中国书画艺术区别于西方绘画的精义所在。更为重要的是，禅意书画是本着中国人特有的宇宙观和生命情调来看待人生和世界，并为中国书画艺术提供自己的审美标准和价值尺度。随着中国经济的崛起和文化的复兴，中国书画艺术也将走向国际。但是，走向国际的中国书画艺术必须有自己的审美标准和价值尺度，这就是我们的话语权。没有属于自己的话语权，形式上的走向国际是徒劳的，而真正意义上的中国书画艺术的复兴也就无从谈起。

● 禅意书画宗旨

纵浪大化，涵养心性；

营造意境，悟入丹青。

总目 录

〇〇五	星云大师题签
〇〇七	任继愈先生题词
〇〇九	杜继文先生题词
〇一〇	禅意书画随想
〇一七	绘 画
〇九五	书 法
一三九	题匾题字选
一五〇	后 记