

つれづれぐさ

(日) 吉田兼好 著 田伟华 译

徒然草

静心修行

顿悟生命智慧

插图珍藏本

图书在版编目 (CIP) 数据

徒然草 / (日) 吉田兼好著; 田伟华译. —长沙:
湖南人民出版社, 2011. 8
ISBN 978-7-5438-7752-8

I. ①徒… II. ①吉…②田… III. ①随笔—作品集—日本—古代 IV. ①I313.62

中国版本图书馆CIP数据核字 (2011) 第179504号

出 版: 中南出版传媒集团·湖南人民出版社
(地址: 长沙市营盘东路3号 410005)

经 销 者: 全国新华书店

印 刷 者: 北京彩虹伟业印刷有限公司

开 本: 880×1230 1/32

字 数: 130000

印 张: 7.75

出版时间: 2012年2月第1版

印 次: 2012年2月第1次印刷

出 版 人: 谢清风

责任编辑: 胡如虹

特约编辑: 张 斌

封面设计: 何 为

ISBN 978-7-5438-7752-8

定 价: 28.00元

发 行: 中南出版传媒集团·北京涌思图书有限责任公司
(地址: 北京市朝阳区安定路39号长新大厦1001室 100029)

联系电话: 010-64426679

邮购热线: 010-64421810

传 真: 010-64427328

公司网址: www.yongsibook.net

投稿邮箱: tougao_qc@yongsibook.net

名家推荐

《徒然草》最大的价值可以说是在于它的趣味性，卷中虽有理智的议论，但决不是干燥冷酷的，如道学家的常态，根底里含有一种温润的情绪，随处想用了趣味去观察社会万物，所以即使在教训的文字上也富于诗分子，我们读过去，时时觉得六百年前老法师的话有如昨日朋友的对谈，是很愉快的事。

——周作人《冥土旅行》

今夜重读《徒然草》，兼好法师那样淡然而又冷静地描绘着他其实热烈地生活在其中的世界，美因为无常显得更美，万事因为皆难前定才能显得真实不乱。而他的序言只有四句：“竟日无聊，枯坐砚前，琐事杂然纷呈于心，漫然而书之，其间有不近常理者，无妨视为怪谈。”

——诗人 席慕容

一些美好的笑话，一些奇闻，更有一些经验，一些彻悟，一些厌世和悲凉之情，都囊括其中。见解广博，体会深刻，自信而风趣，所以极为好读和耐读。

——作家 张炜

1



卷首语

静心修行，顿悟生命智慧。

不管世道如何，正见的获得，总让人坦然、欣然。

这是一部影响日本文学600多年的经典之作，被誉为“日本文学史上最美的两大随笔”之一。虽然这部作品流传数百年之久，但依然魅力不减，在日本一直被视为经典。在这部作品中，作者以其独特的个人体悟，用平实而生动细腻的笔墨描写出了他本人对禅的领悟，让人读后有心开意解之感，是一本难得的充满智慧的著作。

《徒然草》多注重人生的感悟、世事的感观，虽然作者以出家的身份写出，但其文既不厌世，也不媚俗，而是一种对人生超脱态度的即兴之作，让人读后有种清凉、顿悟之感。作者借事抒情，以寓意小故事来表达做人修行的道理，且在字里行间将禅的智慧展示出来，直接给人以启迪和指引，让烦劳中的人们获得心灵的安顿，意志的清凉。

序言

《徒然草》抄·小引

周作人

《徒然草》是日本南北朝时代（1332—1392）的代表文学作品。著者兼好法师（1282—1350），本姓卜部，居于京都之吉田，故通称吉田兼好。初事后宇多院上皇，为左兵卫尉，1324年上皇崩后在修学院出家，后行脚各处，死于伊贺，年69岁。

今川了俊命人蒐其遗稿，于伊贺得歌稿五十纸，于吉田之感神院得散文随笔，多帖壁上或写在经卷抄本的后面，编集成二卷凡二百四十三段，取开卷之语定名《徒然草》。近代学者北村季吟著疏曰《徒然草文段抄》，有这一节可以作为全书的解题：“此书大体仿清少纳言之《枕草子》，多用《源氏物语》之词。大抵用和歌辞句，而其旨趣则有说儒道者，有说老庄之道者，亦有说神道佛道者。又或记掌故仪式，正世俗之谬误，说明故实以及事物之缘起，叙四季物色，记世间人事，初无一定，而其文章优雅，思想高深，熟读深思，自知其妙。”

关于兼好人品后世议论纷纭，迄无定论。有的根据《太平记》二十一卷的记事，以为他替高师直写过情书去挑引盐冶高真的妻，是个放荡不法的和尚；或者又说《太平记》是不可



靠的书，兼好实在是高僧；又或者说他是忧国志士之遁迹空门者。这些争论我们可以不用管他，只就《徒然草》上看来，他是一个文人，他的个性整个地投射在文字上面，很明了地映写出来。他的性格的确有点不统一，因为两卷里禁欲家与快乐派的思想同时并存，照普通说法不免说是矛盾，但我觉得也正在这个地方使人最感到兴趣，因为这是最人情的，比倾向任何极端都要更自然而且更好。

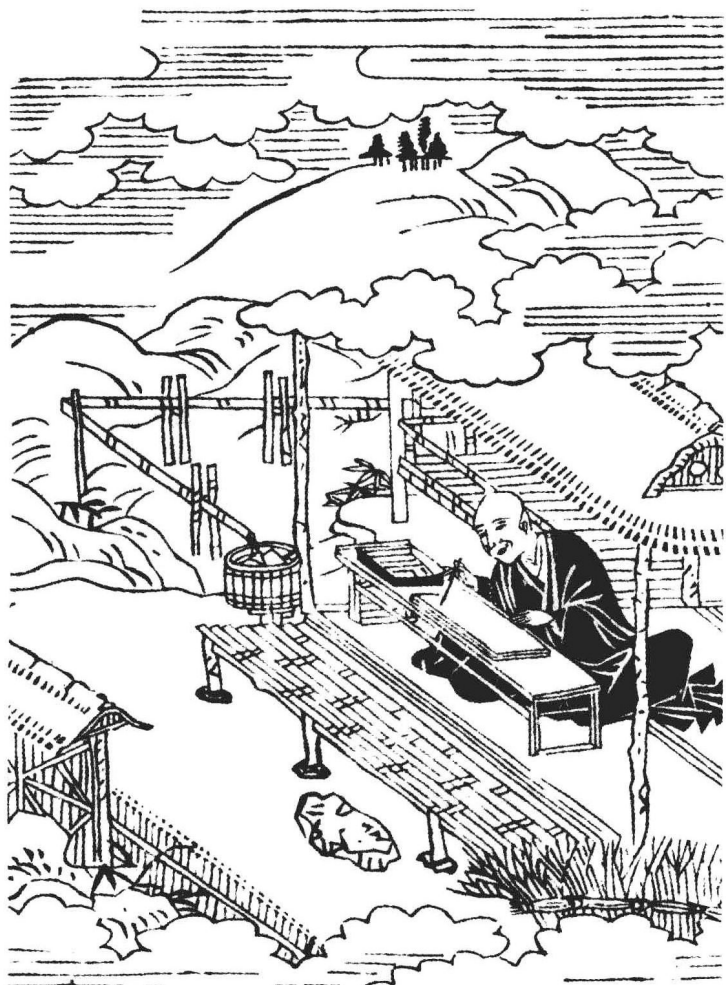
《徒然草》最大的价值可以说是在于它的趣味性，卷中虽有理智的议论，但决不是干燥冷酷的，如道学家的常态，根底里含有一种温润的情绪，随处想用了趣味去观察社会万物，所以即使在教训的文字上也富有诗的成分，我们读过去，时时觉得六百年前老法师的话有如昨日朋友的对谈，是很愉快的事。

《徒然草》文章虽然是模古的，但很是自然，没有后世假古典派的那种扭捏毛病，在日本多用作古典文入门的读本，是读者最多的文学作品之一。

（刊于1925年4月刊《语丝》22期，署名周作人，后收入《冥土旅行》）

竟日无聊，枯坐砚前，
琐事杂然纷呈于心，漫然而书
之，其间有不近常理者，无妨
视为怪谈。

序 段



◎ 竟日无聊，枯坐砚前，琐事杂然纷呈于心，漫然而书之，其间有不近常理者，无妨视为怪谈。

第一段

人之生于世间，所求甚多。天皇固然尊贵，皇亲国戚也都金枝玉叶，亦非寻常人可以高攀；摄政关白^[1]，一人之下万人之上，自是不荣奢望；至于一般身在大内、号称“舍人”^[2]的诸多贵人，也未可小视。其后代子孙即使败落，也自有其流风遗韵、清姿贵格。相比之下，稍有身份便自命不凡、傲然自视的人，就不足为道了。

世间能把法师^[3]瞧上眼的，只怕是少之又少。清少纳言说：人视之“犹如木屑”，此言诚哉。法师一生高座说法，俯临众生，似有无上权威，但于他而言，究竟又有何意？增贺上人^[4]曾言，汲汲求名，是有违于佛陀教义的。但是真心舍弃现世、皈依佛门的人，却也有令人羡慕之处。

人人都希望有秀美的姿容。话语不多而谈吐招人喜欢，同样让人乐于听闻。即使不是口舌利索的人，让人整天面对都不觉得乏味。至于姿容风采靓丽而德行与之不相符的人，就着实令人惋惜了。

德行与容貌都是与生俱来的，姑且不论。但是思想境界是可以通过日复一日的修习而有无止境的精进的。天生容貌气质都很好的人，如果腹中并无半分才学，又经常同那些德行容貌俱无的人厮混在一起，甚至被他们所浸染，这实在是我所不愿看到的。





我期许这世间的男子，都有修身齐家的真才实学，善长诗赋文章，通晓和歌^[5]乐理，精通典章制度，并且能够为人作表率，这是好的。工于书法，信笔挥洒皆成模样；善于歌咏，而能合乎音律节拍；席间劝酒，如若推辞不了亦能略饮一点，而不伤应酬和气。对于男人来说，这也是相当好的事。

[1]·简称“摄关”，此处泛指宰相、丞相。日本过去当天皇年幼或由于其他原因不能治事时，则由摄政代理，多由皇族中任命；关白为辅佐天皇的重职。

[2]·即守卫皇宫之人，又指天皇或皇族身边服役之人。

[3]·和尚、僧侣通常尊称为法师。

[4]·增贺上人（917—1003），平安中期天台宗高僧比叡山座主慈惠之弟子。上人亦为和尚之尊称，谓为上德之人。

[5]·和歌是日本古代特有的一种诗歌；管弦原指笙箫琴瑟等乐器，此处泛指音乐。

第二段

不谙熟上古圣代明君的善政，不了解今日民间疾苦与国家忧患，只知贪图享乐、豪华奢侈，唯恐落到穷街陋巷、箪食瓢羹的地步，真是太懵懂不明了啊！

九条殿^[1]在对子孙的遗训中说过：“从衣冠到车马，有什么用什么，不必刻意地去贪求鲜美豪华。”顺德院^[2]曾著书记载皇宫里的事时也说：“天皇御服，以粗简朴素为佳。”

[1]·指藤原师辅（908—960），关白忠平之子，947年任右大臣。

[2]·第八十四代的顺德天皇（1197—1242）逊位后的称呼。院是上皇（退位后的天皇）、法皇（出了家的上皇）所居之处，后即用为上皇、法皇的尊称。

第三段

事事能干却不解风情的男子，就好比没有杯底的玉杯，中看而不中用，这是不足为大家所学习的。相比之下，彷徨而无计可施、流离而居无定所，整日间晨霜夜露、疲于奔命，既怕听父母训诫，又恐世人讥讽，时时刻刻心中慌乱不安，左右为难，以至于常常彻夜难眠，这样的日子，倒是其乐无穷。然而不可一味沉迷于女色，更不可让女子们以为自己是随意苟且之人，这才是很得体的。

第四段

心中不忘来世^[1]，平居不远佛道，这是我最赞赏的态度。^[2]

[1]·佛教认为人死后灵魂可以再投生人世，如此投生不已，即为轮回。来世的苦乐决定于今生的所作所为。





[2]·指佛的教诲，佛教的教义。但佛教的最高理想，不仅在于来世，实系超出轮回，得无上正等正觉，进入大彻大悟的境界。

第五段

生活遭遇不幸而忧愁深重的人，轻率地就削发为僧、皈依佛门，这实在是不足取的。这还不如紧闭柴门，断绝来往，于无欲无求、行尸走肉中清净度日。显基中纳言^[1]说，要在无罪的时候遥想着在流放的地方赏玩月色。我深有同感啊！

[1]·权中纳言源显基（1000—1047），大纳言源俊贤之次子，后一条天皇之近臣。

第六段

身份尊贵显赫的人，都以没有子嗣为佳，更何况芸芸众生呢？就如前中书王、九条之太政大臣^[1]、花园之左大臣^[2]等都愿意从自己开始断绝后代。染殿之大臣^[3]也说：“没有子孙后代是一件大好事，如若有了不孝的子孙，那才是最令人可悲的！”这话出自于世继翁的故事。^[4]昔日圣德太子^[5]修建坟墓的时候也曾经说：“墓道这里应该断开，那边应该切断。这样才能断绝子孙及后代啊！”^[6]



◎ 要在无罪的时候遥想着在流放的地方赏玩月色。



[1]·指藤原伊通（1022—1094），官至太政大臣。

[2]·指源有仁（1103—1147），后三条天皇之孙，辅仁亲王之子。因其官邸在花园，故称花园之左大臣。

[3]·指藤原良房（802—872），冬嗣之子，清和天皇之外祖父，染殿后之父。因其邸宅称染殿，故称染殿之大臣。

[4]·指《大镜》一书，又名《世继物语》。

[5]·圣德太子（547—622），用明天皇之长子，以推古天皇皇太子的身份摄政。他是飞鸟文化的中心人物，大力宣扬佛教，又是大化改新的先驱。

[6]·切断墓道以绝子孙是古时堪舆家的迷信说法。

第七段

如果无常野^[1]那里的露水永不消散，鸟部山^[2]的云烟也常驻不走，世上的人同样不老不死，那么世间万物哪里又有情趣可言呢？世上的万物，原本是变动不居、生死相续的，也唯有如此，才妙不可言。^[3]

天地万物，寿命之长没有能超过人的。其他如蜉蝣，早上出生晚上即死；如夏蝉，只消活得一夏而不知有春秋。抱着从容恬淡的心态过日子，那么一年都显得如此悠游、漫长无尽；抱着贪婪执著的心态过日子，纵有千年也短暂如一夜之梦。人的寿命虽然长，但仍不可能永留人世。以过客之身，暂居于世上，等待老丑之年的到来，到底所图为何呢？庄子有云，寿则多辱。所以至迟四十岁以前，就应该瞑目谢世，这才是天大的

好事。

过了这个年纪，仍然还没有自惭形秽的觉悟，仍然热衷于在众人中抛头露面；等到了晚年，又溺爱子孙，更奢望在有生之年能够见到他们飞黄腾达、功成名就，一味执著于追逐世俗名利，对于其他万般情趣皆是一无所知，如此之人，想起来真是可悲可厌啊！

[1]·无常野在山城县嵯峨野深处爱宕山的山麓处，为埋葬死者的地方。

[2]·鸟部山为京都近郊东山阿弥陀峰下之鸟部野，这里有火葬场。

[3]·无常为佛教用语，梵语之译名，指万事万物无时无刻不在生成、变动、消失之中，不能常驻。

第八段

色欲是世上最能迷惑人心的。^[1]人心实在是愚昧啊！人们明知薰香非能常驻，只是暂时依附于衣服之上，但是这种莫名的香味闻起来也让人不禁心神不宁，难以自持。

昔年有位能御空飞行的久米仙人，看见河边洗衣女用双脚踏踩衣物，裸露出雪白的小腿，心中起了色欲，顿时丧失神通之力，从天上掉了下来。手足肌肤丰满美艳如凝脂羊羔，这仅仅是肉身天然的本色，就足以让人心迷惑了。





[1]·色欲是人的本能，但佛教斥之为五欲（财、色、饮食、名、睡眠）之一，认为它是迷惑人的自性的东西。

第九段

女子美丽的发型，无疑是最引人瞩目的。至于她的人品气质等，就算不睹其面，仅凭隔帘相谈，聆其数语，也能知晓。女人的作为，能让男人心襟荡漾、神魂颠倒。她自己也为春思所催，不能安眠，以至于不惜自荐于枕席之间，行苟且之事。这都是心怀色欲的缘故。

人心的爱欲，根自本性，其源也远。能令人沾惹六尘的嗜欲虽然不少，舍而弃之，是可以办到的。唯有爱欲，不论老幼贤愚，莫不为其所惑，不能了断。

是以用女人的发丝搓为绳索，能够拴住象腿不令其动；以女人的木屐削而为笛，横吹之声能令秋日之牡鹿集于眼前。想来这色欲之感，是最需警戒谨慎的。

第十段

住所要舒适自在，虽说浮生如逆旅，也不妨有盎然的意趣。

高人雅士静养休息之所，每每月光流入，别有一番沁人心脾之力。今天的时尚，追逐的都是些恶俗的风格，甚无可取。



◎ 女人的作为，能让男人心襟荡漾、神魂颠倒。