

绪论

“日本禅”的界定

禅宗在日本成立较晚，但禅宗在日本佛教史、日本思想史、日本文化史，及至整个日本的历史上却留下了深远的影响。

日本禅宗来自中国。当禅宗在它的故乡发展至顶峰，在它最丰富饱满的时候，天时、地利、人和，自然而然地就传到了东邻这个被称为‘扶桑’的岛国。

日本禅宗是随着中日两国禅师的密切交往而形成并逐步发展的。日僧明庵荣西可谓是日本禅宗的创始人。在宋代，他两次来中国，受传临济心印，归国后大兴临济禅法，从而，临济宗作为日本禅宗的最早宗派诞生于日本。

荣西之后，其弟子们承师遗志，作了不懈的努力，其结果表现在两大方面：其一，行勇、荣朝以至法孙辨圆、觉心等致力于荣西开创的事业，进一步在日本弘扬、传布临济宗，使临济宗的组织、礼仪等方面不断完善，临济宗的势力因而大增，声势宏远。其二，荣西的再传弟子希玄道元随师明全入宋求法，历访名刹，遍参大德，最后得天童寺长翁如净的启发而豁然开悟，并蒙印可，传授秘蕴和衣具顶相，归国后，大力弘扬曹洞宗风，从而开创了日本禅宗的另一大派——曹洞宗。从此，临济、曹洞两宗作为日本禅宗的两大宗派，一直并行发展，源远流长，在日本禅宗史、日

本佛教史上具有重要的历史地位。

中国宋末元初，为避战乱而东渡扶桑的中国禅僧陡增，使日本禅宗获得了迅速的发展，一时之间，禅风大振，几乎压倒佛教的其他所有宗派。据说当时传到日本的禅宗流派就有二十四派之多。然而，这林林总总的分支派别，实际都还是在临济禅、曹洞禅两大主脉上展开。临济、曹洞两宗经过镰仓、南北朝与室町时代，名师辈出，更为发展，也更为兴盛。临济宗的“梦窗国师”和“大灯国师”分别开创了“五山十刹”的官寺禅派和主要在民间传播的大德寺派、妙心寺派，形成了日本临济宗发展的两大线索。曹洞宗的莹山绍瑾则一改道元以来只重视打坐的枯淡的禅风，将流行于民间的一些祈祷、修法仪式也吸收进曹洞禅法，致力于禅的民众化，故在民间大受欢迎。绍瑾的弟子明峰索哲、峨山绍硕又开创了“明峰派”、“峨山五派”，他们分别传授佛法于四方，曹洞宗大盛。

日本禅宗在经历了镰仓、南北朝与室町的鼎盛后，进入江户时代，已开始出现颓势。但这时中国黄檗山住持、临济高僧隐元隆琦的到来，打破了当时禅林的沉寂局面。隐元在宇治开创黄檗山万福寺，创立日本黄檗宗，成为日本佛教史上的一大事件。黄檗宗作为日本禅宗又一独立的宗派的出现，表明日本禅宗已经完成了它最后的宗教组织建设。隐元还将中国明代盛行的“念佛禅”带到了日本。这一从中国传来的独特的禅法不仅在日本站住了脚，而且大大刺激了本已处于停滞状态的临济、曹洞两宗。两宗重振宗风，终于使日本禅宗三派鼎立，长盛不衰。

日本禅宗产生于镰仓时代。镰仓时代是幕府执掌政权、武士统治的开始。日本禅宗从它产生那天起，就与幕府政权发生密切的关系。幕府政治在镰仓时代结束以后，又经历了室町幕府和江户幕府两个时期。在长约七百年的幕府政治中，禅宗曾随着几代

幕府政权的兴衰而消长。但总的说来，它是在以幕府为首的武士的支持下，得到相当大的发展。故人们有时说，日本禅宗是武士的宗教。

作为“武士的宗教”的日本禅宗，在当时主要以两大派别出现，即临济宗和曹洞宗。这两派又都在幕府武士中形成了自己的阵营，即临济宗主要和幕府上层武士关系密切，而曹洞宗则注重在地方上发展，得到各地领主地头等中下武士的支持。当时流行的‘临济将军 曹洞土民’是很能概括这一特征的。

临济宗的开山祖师荣西在宣传介绍禅宗时，受到天台宗僧人的攻击 因而他写下了《兴禅护国论》 强调‘兴禅’可以“护国”这就把禅宗与国家的关系紧密结合了起来 为此 得到了幕府将军源赖家的信奉和支持。源赖家不仅为他在京都建造了建仁寺，又请他到镰仓，开创了寿福寺。荣西在关西和关东传布禅宗，都是凭借了幕府的势力。

荣西以后的临济宗的发展，基本仍是循此路线，一些著名禅匠都与幕府上层关系密切，并积极在武士之间传授禅法。如“圣一国师”圆尔辨圆入宋从无准师范学禅，回国后，受到摄政九条道家的崇信，在京都特意为他创建了东福寺。此后，辨圆又应请为幕府的执权北条时赖和嵯峨上皇授菩萨戒，其禅法在朝廷与武士之间很有影响。又如东渡弘禅的中国禅僧兰溪道隆，一到日本就受到镰仓幕府的欢迎，掌权的北条时赖为他建造建长寺，闻风而来参禅者很多，影响深远。中国禅僧无学祖元也深受幕府的崇信，北条时宗为他建圆觉寺，他的禅法在武士间影响很大。另一位赴日的元代禅僧一山一宁，也受到北条贞时的尊崇，请他住持建长寺、圆觉寺 后又移住京都主南禅寺。如此等等 我们完全可以说，日本的临济宗在相当大的程度上是依靠镰仓幕府而兴起并逐渐发展的。

南北朝与室町时代 幕府将军独裁 武士专横 战乱频繁 社会动荡，民众困苦不堪。在佛教各派趋于沉寂的大背景下，禅宗却一家独盛，这与禅宗的修行方式有很大关系。在那动荡不安的时代，人心趋于淡泊，禅宗以明心见性为标榜，这符合一般人的心理，所以流行于社会各阶层。临济宗在此时出了梦窗疏石和宗峰妙超两位大师。梦窗学问渊博，道誉隆高，深受室町幕府的开创者足利尊的敬仰，足利尊还皈依了他。另外，梦窗又受醍醐天皇尊重，召入皇宫，特赐锦座，敕赐“国师”之号。作为“七朝帝师”的梦窗，周旋于朝廷与幕府之间，为调和其中的矛盾作了极大努力。梦窗门下弟子云集，活跃于室町时代所创立的“五山十刹寺”形成“五山官刹禅派”。“五山十刹”之制本就是室町幕府足利义满制定的，所以当时的“五山禅僧”也就成为室町幕府政治中的重要工具，他们经常参与军政外交机要，为幕府起草政治外交的文书，有的还作为国使出使邻国。这样的历史文化背景，自然有利于禅宗的兴盛。

即使在江户时代，禅宗已走向衰落，但临济宗仍与幕府关系密切，并由此而得以维持。如江户初期的以心崇传，深受德川家康、德川秀忠两代幕府政权中枢的信赖和重用，除被请参与军政、外交机要以外，还被任命制定了如“寺院诸法度”、“禁中并公家诸法度”、“武家诸法度”等一系列德川政权确立期的重要法度。在他后来的大德寺派的泽庵宗彭，也得到将军德川家光的皈依，在当时宣传以禅为背景的武道哲学。

曹洞宗作为日本禅宗的另一大派别，也与幕府武士有着密切的关系，但因宗风不同，所以主要在武士的中下层传布。

曹洞宗的开山祖师道元在初传曹洞禅法时，也曾受到朝廷与幕府的崇信，北条时赖闻其道誉，深表敬慕，请他到镰仓授菩萨大戒，并托道元的首座弟子元明将施舍永明寺土地的字据带

回。但道元不喜好交结权贵，不近王臣，他对元明私自接受时赖的字据非常生气，将其赶出了山门。他自己则从不主动结交那些显贵，因为他所宣扬的“默照禅”最基本的应是在僻静山林一心坐禅；“不顾万事，纯一辨道”。

道元之后，曹洞宗的又一位杰出僧人是莹山绍瑾。他在加强曹洞宗派的建设，制定曹洞清规等方面作出了很大贡献，使曹洞宗得到了很大发展。另外，绍瑾尤为重视禅的民众化，他改变了道元的只重视打坐的枯淡的禅风，对下层社会的教化作出了极大的努力，将禅普及于广大民众，从而得到地方各地领主地头等中下武士的支持。

绍瑾以后曹洞宗的发展，基本上仍是遵循了绍瑾的禅风，注重在地方扩展教线，充分吸收民间及其他宗教所盛行的一些祈祷仪礼、修法仪式，这样使得布教方式更为简便，对一般的下层民众有着很大的吸引力。所以，到室町幕府时代，曹洞宗在全日本广泛流传。

即使最晚立宗的黄檗宗，因幕府政治已近尾声，日本禅宗的发展虽已过了它的黄金时期，但黄檗宗还是得到了德川幕府的支持。隐元赴日，先住长崎，声闻全日本，后应邀到外地传禅。他率弟子们来到江户，晋见了德川幕府家纲将军，计划筹建寺院。是年，以家纲为施主，以隐元为开山祖的京都宇治黄檗山万福寺正式建成。

禅宗之所以能如此地在日本武士中受欢迎，乃至成为“武士的宗教”，如前所说主要与其修行方式以及幕府统治下的社会环境有关。另外，禅宗的许多宗教特质也被认为特别吻合于武士道精神。如禅僧视死如归，生死一如的思想，对武士的忠孝、武勇、不畏生死的精神就影响很大。又如禅宗以寡欲质素为宗旨，要求禅僧克服营私纵欲的念头，这与武士们提倡的廉洁操守也很相

似。另外，禅宗把佛教的教理化为具体的日常生活，搬柴运水，都是佛事，不立文字，以心传心，见性成佛。这种简单易行的方法，更受广大武士的欢迎。

总之，日本武士道的德目，以忠孝、武勇、慈悲、礼让、勤俭、质素为主。而这些内容，几乎可说全与禅宗的教义相契合，所以禅宗自中国传入日本后，进一步激发了日本的武士道精神，在武士阶层中广为流行，乃至被定为完成武士人格修养的基本方法。武士们对禅宗的修行方式极为注重，禅宗的高僧都得到幕府将军和武士的尊敬、拥戴。无论是“临济将军”还是“曹洞土民”。这也就是为什么禅宗能在近七百年的幕府政治中，保持繁盛局面的原因。

在日本历史上，中国传统文化的影响是巨大的，而它的传播渠道恰是隋唐以后，借助于佛教徒的传教求法运动，即依附于佛教的东渡而传到这个岛国的。

中国禅宗的东传，正值宋代；日本禅宗的创立并兴盛，也已在镰仓及此之后，所以从这时候开始（即中国的宋、元、明），中国传统文化在日本的传播就主要是依赖中日两国的禅僧了。禅宗与日本文化有着密切的关系。

由禅僧而传到日本的宋代文化，最突出的莫过于宋代理学。最早的传播者是日本律学沙门俊苾。他于建久十年（1199）入宋学习天台、禅和律，建历元年（1211）回国，带回了大量的佛典和儒家经典。在他之后，东福寺的开山祖师辨圆也于1241年自宋带回数千卷典籍，并亲自撰《三教典籍目录》。这些典籍对于日本五山儒家、诗文学的兴盛起过很大的推动作用。另外，中国禅僧兰溪道隆和一山一宁对传播宋代理学也贡献颇大。道隆在上堂传授禅法时就常借用儒学“四书”中的思想，通过对僧侣参禅者说禅，把宋儒的哲学杂糅到佛法禅学中。一宁学识渊博，他在

日本二十年，除了大振禅风而外，还积极传播宋学。后来日本著名的宋学先驱虎关师炼、雪村友梅等都曾是他的学生。

室町时代，五山十刹正式确立。五山不仅成为当时禅宗的中心，而且逐渐兼有了宋学研究中的作用。由春屋妙葩主持开印出版的“五山版”不仅有大量的禅书，还有很多的儒典。五山禅僧中更是涌现出不少精通宋学的学者。因为他们的努力，宋学便在日本的知识阶层中广泛传播开去。直到江户时代，宋学本来附着于禅宗的文化形态，才逐渐离开其本体而成为独立的存在，成为日本文化中的重要内容。

除此而外，因为中日禅僧的密切交往，随禅宗东渡来日的中国传统文化，从形式到内容可谓林林总总。从荣西的《吃茶养生记》引进中国的吃茶风习和吃茶方法，成为日本“茶祖”；到明末隐元等带来大批书画，黄檗山遂成为中国书画美术馆；从辨圆、绍明、道元等人从中国带回先师的顶相，到江户日本书法史出现的以隐元、木庵、即非为代表的“黄檗三笔”乃至义堂周信的文，绝海中律的诗，春屋妙葩的出版事业，梦窗疏石的庭园建筑……禅宗对日本文化的影响真是既深刻又广泛，从而形成了今天具有特殊意义的日本“禅文化”这一概念。“禅文化”是日本传统文化中的重要内容，它可以说是伴随着禅宗传入日本，并在日本发展、流传的基础上形成的内涵丰富的文化形态。它是中国文化与日本文化相结合的产物。

印度的禅传入中国，经过发展，有了中国的禅宗。中国禅宗又东渡日本，才有了日本禅宗。日本禅宗对中国禅宗并不只是全盘地吸收，不是简单的翻版。因为历史线索和文化背景的不同，禅宗要适应这岛国的政治、文化氛围，就必须有新的发展。这实际是从荣西在建仁寺内设立真言院和止观院，安置禅、真言、天台三宗，融合三宗思想，形成日本临济宗就开始了的。所以说，日

本禅宗虽源于中国，各派的思想 and 风格基本上也保持了中国禅宗的特征，但它又是中国禅宗的发展，无论其思想体系，还是修行方法，都有自己的特性。日本禅宗是一个独立、完整的宗教体系，是日本佛教文化的重要方面。

有意思的是，从印度禅到中国禅宗，从中国禅宗到日本禅宗，这是“禅”一步步“东渐”。但日本禅在完成了它从思想到组织的建设以后，却又返回“西行”，与西洋思想相接触，在西方世界——欧美各国传播，使欧美近年来禅学风行，大大影响了西方人的精神世界和文化生活。

禅的西行，从明治时代就开始，直至今日仍在进行着。其中，镰仓圆觉寺的主持释宗演起了“导夫先路”的作用，而其高足铃木大拙则终身以此为已任，在把禅宗介绍到西方、推动欧美禅法上，起了巨大的作用。

如果说当年中国禅宗在其东邻日本结出硕果的话，今天日本禅宗在西方世界又放异彩，这是日本禅的又一大发展。

第一章

中国禅宗与日本初传的禅

和日本大多数佛教宗派一样，日本禅宗来自中国那块广袤厚实的土地。为了能使人们对“日本禅”有一个更全面的了解，有必要将禅宗的发展脉络简略地加以梳理。

如果说佛教从遥远的“西天”东传而来，最后在“东土”发展形成了完全具有中国特色的汉地佛教的话，那么，禅宗就是最具代表性的了。禅宗是纯粹中国佛教的产物，代表了汉地佛教文化的基本面貌。

一、从印度的禅到中国的禅宗

“禅定”概说

印度佛教只有禅而没有禅宗。所谓“禅”，是梵文“*Dhyāna*”（禅那）的音译略称，意译作“静虑”、“思维修”等，指安住一心，静心思考，使身心得到平和或体悟特定的义理的行为过程。本是古印度宗教哲学中一种特定的宗教实践，后被纳入佛教，并成为其重要的修行方法。当年释迦牟尼在菩提树下静坐，苦思冥想然后成道。这种静坐苦思冥想的方法就是“禅”。而“禅”又可分为初

禅、二禅、三禅、四禅四种情况，即指“禅”的修行过程中的四种不同层次的感受。

人们又多说“禅定”。所谓“定”是梵文“*Samādhi*”、“三摩地”或“三昧”的意译，指心注一境，精力集中不分散的一种精神状态。因其具有“心住一缘，离于散动”（《大乘义章》十三）的特点，所以中国古代也将其译作“止”。这也是佛教吸取印度古代宗教哲学而出现的宗教实践。

“禅”和“定”作为两种重要的修行方法，前者具有“思维”的特点，后者则体现“静心”的特征。所以，印度古代哲学和佛教通常都把“禅”和“定”结合在一起。佛教的“禅定”表示通过思维修习活动而获得心地纯洁清静，即达到佛教所追求的精神境界。

印度佛教极为重视禅定的修习。原始佛教的基本教义之一“八正道”，其第八即指禅定，是指在正见指导下修习进入无漏清静的禅定。大乘佛教提倡修习的“六波罗蜜”中，禅定是其中的一项。由龙树、提婆所创的中观学派，也要求通过禅定获得般若正智，悟得“八不缘起”与诸法实相。在早期的汉译佛典中，禅籍是重要的一部分，其中有不少都记载了坐禅修炼的方法。

然而，尽管印度佛教非常重视“禅定”修习，有关“禅学”的理论也很丰富，但是，并没有形成一个具备完整的世界观、实践方法、认识论的教派体系。

教派体系的孕育和形成却在中华大地上蓬蓬勃勃地展开，并最终结出了丰硕的果实——禅宗，作为一个独立的佛教宗派体系在这里出现并发展。

慧能的贡献

据禅宗典籍记载，中国禅宗的创立者是那位漂洋过海，从南印度来华的菩提达摩，而他又是印度禅的第二十八代祖师。

印度佛教有禅学而无禅宗 这已是定论。所以 灵山会上 佛陀拈花示众 迦叶破颜微笑 从而“以心传心” 迦叶受“正法眼藏”，成为禅西天开山祖师，并把他所领悟的佛法在印度又传了二十七代而到菩提达摩，这只是禅自身为了将法系推至佛陀，从而假托的“教外别传”的传说。

然而达摩对中国禅宗的创立确实是有贡献的。

有关达摩的传说都很生动，已成典故或成语的就有如“跨水逢羊”、“折苇渡江”、“面壁九年”、“只履西归”等（见《五灯会元》）还有他和梁武帝的对话 在禅门丛林中 被作为第一则“颂古”而流传 是众所周知的公案。但根据史料 这些都是后来禅僧们虚构的故事。但是，达摩确实曾在北魏传禅法。他的禅法的一大特色就是“安心”；“安心”的内容是“壁观”——心如壁立。要求通过“壁观”达到自身与真如佛性相契合的目的。

达摩的禅法是根据《楞伽经》如来藏佛性思想，认为众生本具佛性 与佛同一真性 只要凝心壁观 摒除杂念 由定发慧 便可证悟如来藏佛性，进入佛的境界。

按禅宗史 达摩的“安心法门”因慧可“立雪断臂”而传之（见唐·法琳《慧可碑》、《景德传灯录》卷三等）从而慧可成为东土二祖。慧可传僧璨，僧璨传道信，道信传弘忍。

五祖弘忍随侍道信三十年，尽得道信禅学思想精华。后因定居蕲州黄梅（今湖北黄梅县）双峰山东的凭茂山，故其禅学被时人称为“东山法门”。其核心是“一行三昧”即以法界（真如、实相）为观相对象，并以法界为唯一行相的禅定。

此传说最早见于敦煌出土的佚名《历代法宝记》（774年间撰）和唐·宗密《圆觉经大疏钞》卷二之上，后来《碧岩录》将其作为第一则“颂古”流传 从而成为禅门众所周知的公案。

如果说达摩禅主要体现了严格的枯坐修禅和头陀行守戒的话，那么实际上包括了道信、弘忍两代禅师的禅学的“东山法门”就已经体现出任运自然、自由活泼的特点。这两代禅师分别在黄梅双峰、凭茂两山接引道俗，念佛习禅，使达摩禅有了长足的发展，声誉大振；“四方龙象归依奔凑”为中国禅宗的真正创立奠定了基础。

禅宗史上称慧能为“六祖”。实际上，这“六祖”才是真正的中国禅宗的创始人。

慧能以其“得法偈”^①而被五祖弘忍看中，秘传衣钵，立为六祖。但真正再开“东山法门”，大兴禅法，却已是十六年之后。这十六年，为防人谋害，慧能“杂居止于编人”，“混农商于劳侣”，“销声匿迹于异邦”。后于南海（今广州）法性寺听印宗法师讲《涅槃经》时，在众僧“风动”“幡动”的争论中，以“不是风动，不是幡动，仁者自心动”，而使印宗闻之悚然，从而反从请益，并会集大众，为他削发授戒为僧。慧能这才正式公开说法，大弘禅道。后移居曹溪宝林寺，开讲佛法三十余年，创“顿悟法门”，与弘忍的另一位高足，活动在北方地区，与主张“渐悟法门”的神秀相对，时人称为“南北二宗”。但慧能所创的南宗势力日益扩大，逐渐取代北宗，遂成为中国禅宗的主流。

从慧能的“得法偈”可看出慧能接受了“缘起性空”的《般若经》的思想，以及“一切众生皆有佛性”的《涅槃经》的思想，主张佛性本有，心性本净。然而由于众生心中所生的妄念覆盖了这真如本性，使其不能认识自己本有的佛性，故要除却妄念，拨去云

^①即慧能针对神秀“身是菩提树，心如明镜台；时时勤拂拭，莫使有尘埃”偈颂而作的：“菩提本无树，明镜亦非台，本来无一物，这句是较通行的记载，敦煌本《坛经》此句作‘佛性本清净，何处惹尘埃！’”

雾 自识本心 直见本性 如此即可“见性或佛”。

慧能的“顿悟”说认为成佛在于一念领悟的刹那之间 而不在于长期修习。这就彻底否定了神秀所继承的传统的坐禅修行的形式 而将整个修行程序都归结于“顿悟”一环；单刀直入 直了见性”多么直截了当！

“见性”和“顿悟”作为慧能所创的“曹溪法门”的两大纲领，体现了中国佛教发展史上的重大革新，有着极其重要的意义。其“明心见性”是融汇了印度佛教大乘空宗（主一切皆空）大乘有宗（主佛性为实有）的思想和中国儒家传统的心性学说、道家的主静说思想后提出来的理论，从而更适合于中国传统文化的土壤，故而使得禅宗的思想比起其他佛教宗派来，在中国具有更强的生命力。而其“顿悟成佛”的主张则使得传统佛教的烦琐哲学，历代祖师相传的念佛、读经、坐禅等系列修习功夫，变得简捷明了，既能为下层百姓接受，也能为上层朝廷赏识，从而使得南宗禅能替代神秀的北宗禅，乃至后来替代佛教各宗的地位而得以兴旺发达。

总之，慧能的南宗，通过对平凡的自性清净心的肯定，用最简洁易行的方法，行住坐卧皆是坐禅，依靠主观的证悟来实现其宗教理想。慧能继承了四祖道信、五祖弘忍的“东山法门”并发扬光大，从而把南宗的禅法与世俗的社会相联系，与尘世的生活相融汇，使得禅宗成为佛教中国化的真正代表。

“一花五叶”

据《景德传灯录》卷三 达摩初祖在向慧可传“正法眼藏”并授袈裟为法信时 曾说偈云：“吾本来兹土 传法救迷情。一华（即花）开五叶 结果自然成。”宋代词人黄庭坚曾赋《渔家傲》一组，其中第一首的下半阙云：“面壁九年看二祖，一花五叶亲分付。只

履提归葱岭去。君知否，分明忘却来时路。”这里都有“一花五叶”之语，这是禅宗为归纳自己宗派源流所创，现已为成语典故。

所谓“一花”即灵山会上，世尊“拈花”因迦叶破颜微笑而向其付“正法眼藏”，二十七代以后由达摩传入中国，这是禅宗之源。所谓“五叶”指六祖慧能所创的南宗所分化发展而成的五个宗派，这是禅宗之流。

前面说到，自达摩相传的禅法，六传至慧能，经慧能在曹溪的“革新”从而创立了提倡“顿悟法门”的南宗。慧能的弟子们继承师之“衣钵”，大力宣传，广泛介绍慧能顿悟禅的基本内容，使南宗禅影响愈来愈广，最后终于取代神秀在北方所建的北宗，成为中国禅宗的主流。

六祖慧能以后，禅宗可析为南岳怀让、青原行思两系。其中南岳一系分化出沩仰、临济二宗，青原一系分化出曹洞、云门、法眼三宗。这就是早年达摩法偈中所提到的“一花”所开的“五叶”，禅宗史上所称的“五家禅”。

五家禅的相继确立，是中国禅宗臻于鼎盛的标志。五家禅的时代，禅宗远渡东瀛，传入日本。在此简单介绍一下五家禅及其前身。

禅宗史上著名的“磨砖作镜”^①的故事，说的是马祖道一在南岳怀让处受教，豁然契会之史事。道一后来离开南岳，前往江西传法，开创“洪州禅”（或称“江西禅”），被尊为“江西主”。洪州禅”是慧能禅的重大发展，因其成佛说更为直接，而其禅法实践

^① 据《景德传灯录》卷五载：马祖道一初往衡山结庵，终日坐禅。其师南岳怀让便问他：“大德作禅图什么？”道一说：“图成佛。”怀让于是取一块砖头在庵前的石上磨来磨去。道一觉得奇怪，便问：“师作什么？”怀让说：“磨作镜。”道一说：“磨砖岂成镜耶？”怀让听他说完，即开示说：“磨砖既不成镜，坐禅岂得成佛耶！”道一因此豁然契会。

也更为简易，并且吸取了老庄的自然主义哲学，使禅宗进一步中国化。

道一的弟子怀海为洪州禅的发展作出了重要的贡献。而由他制订的“禅门清规”即后世所称的“百丈清规”则更是对整个中国禅宗的发展作出了重要贡献，它使得禅宗在体制上更加中国化。从此，禅僧们在完全独立于其他宗派的丛林之中，按照自己建立的生活方式，过着完全中国式的修习生活。

就在马祖道一在江西大弘洪州禅法之时，青原行思门下的希迁在湖南衡山南寺石台上结庵行禅，被尊为“湖南主”，也称“石头和尚”。他的禅风和接引方法都很严厉，有“石头路滑”之誉。他还撰有《参同契》五言小品，取华严宗思想入禅，旨在会通南北两宗，篇幅虽短，对禅宗思想的发展，却影响很大。

慧能所创的禅宗经过“江西主”、“湖南主”这“二大士”^①时代的发展，禅僧团体已愈来愈扩展，参禅风气极为盛行，禅僧们多于平常日用之间、平实生活机趣之内，彻悟奇特幽玄之妙谛。怀海又创“既禅且农”的作法，丛林之中，农禅并行，更充满着生活的情趣。总之，新的境界、新的禅风，与中华大地的青山绿水相映，蔚为大观。

于是，五家禅就在这样的背景下，相继孕育而生了。

沩仰宗——这是怀海的门人灵祐及其弟子慧寂所创的宗派。因灵祐居潭州沩山（今湖南宁乡县），慧寂住袁州仰山（今江西宜春）故名。这是“五家禅”中最早兴起的一家。

沩仰宗承百丈怀海之风，把主观世界分为“三种生”，即“想生”、“相生”、“流注生”，认为“三种生”俱是尘垢，必须否定和

^①因道一在江西被尊为“江西主”，而希迁又在湖南被尊为“湖南主”，作为南岳怀让与青原行思两大禅脉的代表人物，被时人尊为“二大士”。

抛弃它们 才能成佛得‘自在’。在修行上 沩仰宗认为万物、有情皆有佛性，随处皆可悟法，处处皆可明心见性，人人皆可悟道成佛。

临济宗——这是怀海的再传弟子义玄所创的宗派。义玄受怀海门人黄檗希运的印可后，到镇州（今河北镇定）建临济禅苑，学侣奔凑 独树一帜 势力广布北方 形成‘临济’宗派。

临济宗承马祖道一所创洪州禅之风，以“四宾主”、“四料简”、“四照用”为传教方法。接引学人时 单刀直入 机锋峻烈。其表现最为突出的方面就是把“喝打”或“棒喝”贯穿于一切禅行中 其次则反映在毁佛、毁祖、骂僧和排斥经典三藏上。这样就打破了一切枷锁，代表了慧能以后中国禅宗的历史趋向。

临济宗的自由、活泼、洒落的禅风十分见效 以致成为‘禅宗南宗’中最大的流派。到宋代，又分出黄龙和杨岐两派。而后又 在日本得到弘扬，成为日本禅的重要部分。

曹洞宗——这是传自青原行思一派的 经石头希迁 又两传后，由洞山良价和其弟子曹山本寂共同创立的宗派。

曹洞宗承希迁《参同契》中‘回互’之说 又建立了各种‘五位’（五种位次、境地）的学说 并以此来接引、勘验参学的弟子。“五位”之说中 又以“五位君臣”最著名 此说主要是从理事、体用关系上说明事理不二、体用无碍的道理。

曹洞宗的家风细密 言行相应 又能随机利物 就语接入 故它在五家禅中影响仅次于临济宗。南宋时传入日本，与临济宗并行发展，也是日本禅的重要部分。

云门宗——这也是承自青原行思一脉的，四传以后，由文偃的韶州云门山（今广东乳源县）所创的宗派 故称“云门宗”。

云门宗以著名的‘云门三句’（函盖乾坤、截断众流、随波逐浪）作为说教方式 认为佛性普现万有 真理不可名说 运用隐晦

的手法去启发学人 使之悟道 体现“孤危耸峻 人难凑泊”之宗风。云门宗在北宋曾盛行一时，后宗风改变，逐渐与他宗融合。

法眼宗——这也源于青原法系，是由清凉文益所创的宗派。文益圆寂后，南唐中主李璟赐谥“大法眼禅师”故名。

法眼宗受华严宗的影响，提倡禅教统一，即佛教内部要融合 对当时禅宗的空疏之弊有所纠偏。文偃提出“理事不二 贵在圆融”的口号 主张“圆融”以悟禅。三传弟子延寿撰《宗镜录》百卷 提倡加强读书 以使“圆融”更为丰厚 从而明佛、菩萨、众生皆有清净佛性。

法眼宗在宋中叶后虽衰微，但却从延寿开始传入朝鲜，在鸭绿江彼岸弘扬。

“五家禅”的相继确立 当在唐末五代之时。一个值得思考的文化现象是 唐武宗的“会昌法难” 拆毁寺院兰若四万余所 强迫僧尼还俗约二十六万人，没收寺院田产，将钟磬铜像委盐铁吏铸钱。因而中国佛教受到第三次惨重打击，元气大伤。晚唐以降，农民起义 军阀混战 最后五代十国分割为据。动乱之岁月 时代之沧桑，自然也对佛教的发展有影响，所以，佛教其他各宗或力势衰微，或辗转他国，或一蹶不振，再也没有隋唐之际那种蓬勃向上的活力和百花齐放的繁荣景象。然而 就在这“法难”、战乱的岁月中，禅宗却大大发展了，而且达到了历史的巅峰。无论是由皇帝发起的排佛毁佛，还是来自农民起义和军阀燃起的烽烟炮火，都没有阻碍这种发展的步伐，这是为什么？回答是：

(1) 进一步地中国化，占据了更广厚的生存的土壤。禅宗不仅摄取了老庄思想和魏晋玄学的成分，还渗入了儒家思想体系的内部。故而 唐代以降 禅宗在士大夫中非常吃香 参禅之风之盛 受禅学熏陶者之多 均为佛教其他宗派所不能匹敌。所以当“法难”、战乱来临之时 其所拥有的这片广厚的土壤 自然能起