

南 華 大 學
文學研究所碩士論文

宋代禪宗對詩歌的影響研究



指導教授：釋如念老師

研究生：廖 丹 妙

中華民國九十一年六月二十四日

宋代禪宗對詩歌的影響研究

目 錄

第一章 緒論	1
第一節 研究動機與目的	1
第二節 文獻探討	4
第三節 研究方法與架構	8
第二章 禪宗在宋代的發展	13
第一節 禪宗思想的演進	14
第二節 文字禪的流行	24
第三節 看話禪和默照禪的興起與爭議	32
第三章 宋代士人參禪的時代風尚	39
第一節 宋代士人的禪悅之風	39
第二節 宋代士人參禪原因探微	51
第三節 宋代士人在詩禪關係間的角色	63
第四章 詩禪交涉	66

第一節 詩禪內在的融通	66
第二節 禪宗心性說與詩歌創作觀念	81
第三節 「以禪喻詩」的潮流	93
第五章 禪宗對宋代詩學理論的影響	106
第一節 禪宗與詩歌本體論	106
第二節 禪宗與詩歌創作論	118
第三節 禪宗與詩歌風格論	130
第四節 禪宗與詩歌方法論	139
第六章 禪宗對宋代詩歌創作的影響	155
第一節 禪宗與北宋初中期的詩歌創作	155
第二節 禪宗與北宋中後期的詩歌創作——蘇軾	167
第三節 禪宗與北宋中後期的詩歌創作——黃庭堅與江西詩人	182
第四節 禪宗與南宋的詩歌創作	196
第七章 結論	206
參考書目	217

第一章 緒論

第一節 研究動機與目的

佛教在中國的流傳與發展，一方面參與傳統文化的發展，一方面改造自身以逐漸適應中國社會，形成具中國特色的佛教。中國化佛教在中國文化發展中佔有重要的位子，對中國社會生活和文化、思想、藝術領域產生廣泛而深刻的影響。禪宗即是中國化佛教代表之一。禪宗思想對於藝術領域的影響，尤其是對詩歌的影響是相當明顯的。禪學與詩學間產生相互滲透、科際整合而形成新生文體，如以禪入詩、以禪喻詩，更是兩度超越的「藝術換位」。¹ 談論唐宋以後的詩歌，如果跳過禪學的影響，就會出現偏漏，甚至很多詩學問題就難以深入探討。詩歌發展歷史中，禪學的參與絕對有著重要的地位。詩禪間的相互滲透是事實，認識詩禪間種種的關係，釐清詩禪間相互學習、相互借鑑的痕跡與軌跡，將有利於認識詩歌發展與變化的全貌，有助於掌握詩論體系建構的脈絡及深入詩歌創作的探索與鑑賞。

宋詩與禪學間的關係較唐詩來得深刻。唐代詩歌可說是中國古典詩歌發展的顛峰時期，唐詩以風神情韻見長，到了宋詩卻以風骨思想擅勝，宋詩之異於唐詩，在於「宋人之詩心，已不在情感本身，乃以學養而為詩心；宋人之詩才，亦不止於想像，乃以識充才。由浪漫世界而人文世界，就詩觀之發展而論，即思想與學養變為較情感與想像更重要，因而標誌著由緣情的詩觀，變而為尚意的詩觀。」² 重風韻的唐詩，對禪的借鑑學習促成了詩歌意境論的形成與完善；³ 重才尚意的宋詩，對禪的借鑑學習促進詩歌語言藝術的重視與詩歌方法的深化。禪學之於宋詩學，在於其超越邏輯、超越語言的思維方式為宋詩學所充分吸收，其觸類是道、活潑潑的思維特徵，為重知性反省的宋人帶來靈性躍動的啟發。禪學與宋詩學的關

¹ 張高評《中國禪宗與詩歌序》，周裕鍇《中國禪宗與詩歌》，高雄：麗文文化事業股份有限公司，1994年7月，頁首。

² 胡曉明《尚意的詩學與宋代人文精神》，張高評編《宋詩綜論叢編》，高雄：麗文文化事業股份有限公司，1993年10月，頁359。

³ 禪宗造就意境新論的論說，參見李森《禪宗與中國古代詩歌藝術》，高雄：麗文文化事業股份有限公司，1993年10月，頁179-219。

係，甚至可以說是促進宋詩學理論形成的重要力量之一。因而，釐清詩與禪間的種種關係，梳理詩禪間的會通與影響，將有助於吾人認識宋詩的面貌與掌握宋詩的精髓，進而對整個詩歌的發展有較完整的掌握。

詩禪本屬兩個不同領域，所以會產生交集、互動，是有著歷史因素與時代背景的。唐五代以後，禪宗發展迅速，支派不斷繁衍擴大，一花五葉，遍及大江南北。禪宗思想隨著宗教力量迅速的深入社會人心，尤其深為知識份子所青睞，這其中與禪宗自身的發展演變有關。禪宗後期的文士化，拉近了禪宗與知識份子間的距離，禪宗思想的玄奧與思維方式的特殊，吸引士人的注目。加上時代環境的變動，現實生活的爭鬥、壓力，都促使士人在精神上尋求寧靜與撫慰，於是驅使士人向禪宗靠攏，對禪宗思想有所接觸與接受。尤其在兩宋時期，國勢衰弱，外患連年，內政上又黨爭不斷，人人自危，知識份子經世濟國的壯志，往往無法伸展。仕宦的失意，精神的苦痛都需要尋求出口，於是禪宗受到大量士人的矚目，參禪在宋代蔚為時代風尚。詩與禪在士人的這條橋樑溝通下，會通了起來。詩與禪間有很多的「交集」，兩者之間不只產生交涉，可說是相互吸收學習，產生了影響。

禪宗與詩歌間產生關係，在禪宗史上首先可看出一些端倪。禪宗史上的種種事實鮮明的展現一個詩化的過程，「由『背境觀心』的閉目瞑想到『對境觀心』的凝神觀照，由『孤峰頂上』的避世苦行到『十字街頭』的隨緣適意，由枯燥繁瑣的經典教義，到活潑雋永的公案機鋒，無論是靜觀頓悟還是說法傳教，由於中國文化的薰染，禪宗日益的拋棄了宗教的戒律而指向詩意的審美。」⁴ 而禪宗對於詩歌的滲透，在詩人所創作的數量眾多的，充滿禪意、禪趣、禪味的詩歌作品中，及詩論中的以禪喻詩的盛行，明白彰顯此一事實。

本文主要研究兩宋時期禪宗與詩歌間所產生的聯繫，亦即所謂的「關係」，並且側重於禪宗影響於詩歌的部分。詩、禪兩個不同領域間是如何能相互滲透呢？是在什麼樣的外在環境（時代環境、社會條件、文化思想、學術思潮）下所促成？亦即是，詩禪產生關係的外緣因素是什麼？兩者間是基於怎樣的條件才能會通進而相互滲透呢？也就是說，詩禪產生關係的內在因素是什麼？禪宗與詩歌間產生「交叉、滲透、背反而又融合，

⁴ 周裕鍇《中國禪宗與詩歌》前言，頁1。

相互間呈現犬牙交錯，門戶開放的狀態。」⁵ 除了是前述的時代環境因素外，學科間的交叉滲透，應該有著本質上的相通，與認知架構上的相似為基礎，在此基礎上進行融合、會通、影響等種種關係的形成，也因而決定兩者關係的性質。詩與禪是兩個面的交會，從本質上、內在理路思維上整理出會通之處，再佐以各個點的證據，從詩學理論和詩歌創作中的實際情形來抽繹出「影響」的所在，不只是集合點的證據來說明，更有面的理路來整合。對於論證應有較為完整的鋪陳。本文傾向於探討禪宗對詩歌的影響面向，而禪宗借用詩歌的形式、詩歌對於禪宗的影響這個面向，因為受限於時空有限，且非本文設定的主題，故並未同時探討，待他日再以其他篇幅研究探討。

至於選擇兩宋為研究的主要時期，是考量禪宗的發展與詩歌間有較為明顯交會情形的時期。禪宗萌發於南北朝末期（約為公元 5 世紀），從北魏到五代，禪宗僧眾向南方遷徙，進入山林，開發土地，形成具有經濟基礎的農禪。惠能的南宗就是以農禪並作的禪風而異於依附皇室、依持寺院經濟的貴族僧侶，南宗禪日後並且成為中國禪宗的正宗。至唐中期以後，南宗禪以其獨特的傳法方式，成為佛教宗派中流傳最廣、勢力最大的宗派。此時期開始，有大批的知識份子加入禪宗的行列，「執耒耜的農禪最終讓位於執筆硯的士大夫禪，在禪宗隊伍中，隨處可見披著袈裟的博學之士和文彩風流的詩人。」⁶ 禪宗逐漸的文士化與世俗化。由原本「不立文字」，重直證體悟的修行方式，漸漸轉為「不離文字」，重文字語言的傳教示道方式，公案語錄的大量出現後，形成以文字說禪、以文字為佛事的禪風。禪宗在宋代的發展可說到達極盛時期，雖然在思想的發展上並沒有更深刻的進展，然而在傳播力與影響力上卻是空前的盛大。此時期，禪宗自身為迎合時代的潮流與內部的需求，而有三教合一的趨勢及禪淨融合的現象；禪宗語錄公案的大量編纂與參究，形成「文字禪」的流行；為對治文字禪的濫觴而有「看話禪」和「默照禪」的興起。此時士人禪悅之風盛行，

⁵ 同註 1。張高評認為：文學與鄰近學科間，文學內部種類間，文體與文體之間，多存在一個「中間區」、「交接部」、「中介環節」、「邊緣地帶」，相對間彼此交叉、滲透、背反而又融合，相互間呈現犬牙交錯，門戶開放的狀態。」（見 破體與宋詩特色之形成，《成大中文學報》第二期）像禪宗與詩詞即是。

⁶ 周裕鍇 禪宗言意觀的演變：由不立文字到不離文字，張高評編《宋代文學研究叢刊》第三期，1997 年 9 月，頁 111。

禪宗透過士人這座橋樑而與詩歌搭起會通的情形。所謂「詩為儒者禪」⁷，不只呈顯士人溝通了詩禪關係，同時接糞了詩的禪學因子。詩與禪的交涉並非始於宋代，但在宋代最為明顯，禪宗對詩歌的影響在宋代也最為深刻。

在宋代詩論中，以禪喻詩風氣的形成，創造新的詩論方法，禪宗的語言特色與思維方式給予詩論新的啟發。在詩歌創作中，出現豐富的禪思、禪趣，以禪入詩的情形大盛，禪宗思想、語彙已是創作的重要資材。詩禪交涉有這樣的盛況，這樣豐富的材料，是研究詩禪關係的最佳對象。因而，本文選擇以兩宋為研究範圍，期能作較有力的論述。

本文研究的目的，在於釐清詩禪間會通的因素，亦即詩禪間產生關係的本質因素及外緣成因是什麼？在詩禪會通的基礎上，探討禪宗的思維架構和禪宗思想，對宋代詩歌創作及理論起著怎樣的作用。期望藉由抉發、整理詩禪間的關係脈絡，能對宋代詩學理論的產生及其本質能有進一步的認識，及經由宋代詩歌創作中所受禪學影響的梳理，能更深刻的掌握宋代詩歌的內涵，進而對中國詩歌發展的面貌有較完整而全面的了解。本文將考察宋代禪宗內部的變動與發展，概述禪宗在宋代的發展情形，以及宋代禪風對宋代詩歌理論與創作的影響情形，期望能系統的整理出這一時期詩禪間交涉的本質（內因），及大環境的推動、促成的因素（外因）；禪宗在宋代詩學的形成與發展上，所產生的作用及影響的所在；再從宋代詩人的實際創作上，探尋禪宗影響的痕跡，以印證此一事實。

第二節 文獻探討

本文的研究牽涉禪學與詩學兩個學科領域，此兩學科的研究著作浩繁。今就筆者收集、閱讀的資料所知，將與本文有直接相關的研究文獻，概分為三類：

一、禪學類

禪學類的研究著作中，禪宗史與本文有重要的相關，禪宗思想在入宋

⁷ 詩僧尚顏的《讀齊己上人集》一詩言：「詩為儒者禪，此格的惟仙。古雅如《周頌》，清和甚舜弦。冰生聽瀑句，香發早梅篇。想得吟成夜，文星照楚天。」周裕鍇《禪宗言意觀的演變：由不立文字到不離文字》引，頁110。

以後的發展演變是詩禪產生關係的外緣因素，禪宗的世俗化和文字化促進與詩歌間的聯繫。其中有印順導師的《中國禪宗史》⁸、洪修平的《禪宗思想的形成與發展》⁹、何國銓的《中國禪學思想研究》¹⁰，大都從禪門義理的發展，探討初期禪宗在中土的發展與演變，著眼於從印度禪演化為中華禪，亦即從佛教中國化的過程中探討禪宗的形成、分化與發展。另外，洪修平的另一本著作《中國禪學思想史》¹¹及潘桂明的《中國禪宗思想歷程》¹²、杜繼文與魏道儒合著的《中國禪宗通史》¹³、麻天祥的《中國禪宗思想發展史》¹⁴等，除了初期禪宗的發展外，對後期禪宗也有詳加探討，亦即一花五葉分燈後各宗派的宗風介紹，及宋元明清時期的禪門思想，均有完整的論述。日學者阿部肇一的《中國禪宗史—南宗禪成立以後的政治社會史的考證》¹⁵，從政治社會史的考證來闡述禪宗史。邢東風的《禪悟之道—南宗禪學研究》¹⁶，則就南宗禪的思想及發展作論述。本文的第二章 禪宗在宋代的發展 概要論述了禪宗入宋後與詩歌間較有相關的思想與發展特色，主要參考的資料即以洪修平的《中國禪學思想史》第九章禪宗的演進與禪學的新特點、潘桂明的《中國禪宗思想歷程》第十章禪教一致和禪淨合一思想的興起 第十二章黃龍慧南和楊岐方會 第十三章大慧宗杲的禪學、杜繼文與魏道儒合著的《中國禪宗通史》第六章兩宋社會與禪宗巨變、麻天祥的《中國禪宗思想發展史》第二編宋代禪宗思想的綜合與滲透 等為主。

除了上述的專書外，另有楊惠南的《禪史與禪思》¹⁷，為禪宗史與禪宗思想的單篇論文集結，不同於上述書籍的以歷史為縱線的較為完整的論述，楊惠南先生以主題式的論說，闡述禪史與禪思上的議題，論說推衍性質多於歷史的鋪陳。黃青萍的《宏智正覺禪學研究》¹⁸，對倡導默照禪的

⁸ 印順《中國禪宗史》，新竹：正聞出版社，1998年1月。

⁹ 洪修平《禪宗思想的形成與發展》，台北：佛光出版社，1999年9月。

¹⁰ 何國銓《中國禪學思想研究》，台北：文津出版社，1987年4月。

¹¹ 洪修平《中國禪學思想史》，台北：文津出版社，1998年4月。

¹² 潘桂明《中國禪宗思想歷程》，今日中國出版社，1992年11月。

¹³ 杜繼文魏道儒《中國禪宗通史》，南京：江蘇古籍出版社，1995年2月。

¹⁴ 麻天祥《中國禪宗思想發展史》，長沙：湖南教育出版社，1997年3月。

¹⁵ 阿部肇一《中國禪宗史—南宗禪成立以後的政治社會史的考證》，台北：東大圖書公司，1986年2月。

¹⁶ 邢東風《禪悟之道—南宗禪學研究》，北京：中國人民大學出版社，1992年9月。

¹⁷ 楊惠南《禪史與禪思》，台北：東大圖書公司，1995年4月。

¹⁸ 黃青萍《宏智正覺禪學研究》，國立台灣師範大學國文研究所碩士論文，1999年6月。

宏智正覺禪師的禪學思想作剖析研究，並與其他禪法作分析比較。其他就唐宋之際禪門發展，多以單篇論文呈現，如曾普信《宋代禪宗血脈考》¹⁹、魏道儒的《禪宗看話禪的興起與發展》²⁰、賴永海的《從祖師禪到看話禪》²¹、鑒安的《試論唐宋以後的禪風—讀「碧巖錄」》²²、周裕鍇的《禪宗言意觀的演變：由不立文字到不離文字》²³，多就禪宗後期禪法與公案的單點研究，為後期禪宗文字化的論述，亦為本文研究的對象。

二、宋代詩學類

就宋代詩學、詩歌理論作全面研究的著作，有周裕鍇的《宋代詩學通論》²⁴，從文化整合的觀念下，就本體論、功能論（詩道）、修養論（詩法）、風格論（詩格）、創作論、鑑賞論（詩思）、技巧論（詩藝）等各個層面來討論宋代詩學，可以說是非常全面而完整的研究著作。張毅的《宋代文學思想》²⁵，總結一個時期作家在創作方法、審美情趣、藝術風格、表現技巧等活動中所形成的創作傾向，探討一代文學思想演變的過程的與全貌的描述。韓經太的《宋代詩歌史論》²⁶，選擇特定的議題，從文化的視角去剖析宋詩的創作風格及宋人的創作心理，以闡發宋詩的時代精神。趙仁珪的《宋詩縱橫》²⁷，以宋代突出的時代特點與宋詩之間關係的討論，橫向介紹宋詩整體的特色，佐以具時代代表性的詩人創作思想及創作特色，縱向的鋪陳各時期的創作內容，縱橫交織出宋詩的整體概況。龔鵬程的《詩史本色與妙悟》²⁸，探討宋代詩學研究的性質、方法與途徑。另外針對特定的詩人、詩派、風格進行研究的著作，有劉乃昌的《蘇軾文學論集》²⁹、

¹⁹ 曾普信《宋代禪宗血脈考》，張曼濤主編《現代佛教學術叢刊3—禪學論文集》，台北：大乘文化出版社，1977年3月，頁343-391。

²⁰ 魏道儒《禪宗看話禪的興起與發展》，《中國文化》第六期，1992年9月，頁52-61。

²¹ 賴永海《從祖師禪到看話禪》，《中國文化》第六期，1992年9月，頁45-51。

²² 鑒安《試論唐宋以後的禪風》，張曼濤主編《現代佛教學術叢刊2—禪學論文集》，台北：大乘文化出版社，1981年7月，頁309-317。

²³ 周裕鍇《禪宗言意觀的演變：由不立文字到不離文字》，《宋代文學研究叢刊》第三期，1997年9月，頁103-129。

²⁴ 周裕鍇《宋代詩學通論》，成都：巴蜀書社，1977年1月。

²⁵ 張毅《宋代文學思想史》，北京：中華書局，1995年4月。

²⁶ 韓經太《宋代詩歌史論》，長春：吉林出版社，1995年12月。

²⁷ 趙仁珪《宋詩縱橫》，北京：中華書局，1994年。

²⁸ 龔鵬程《詩史本色與妙悟》，台北：學生書局，1993年2月。

²⁹ 劉乃昌《蘇軾文學論集》，濟南：齊魯書社，1982年4月。

吳晟的《黃庭堅詩歌創作論》³⁰、台大文學院編輯《黃山谷的詩與詩論》³¹、程杰的《北宋詩文革新研究》³²、鍾美玲的《北宋四大家理趣詩研究》³³、李燕新的《王荊公詩探究》³⁴、蓋美鳳的《活法與江西詩派形成》³⁵、楊珮琪的《蘇軾杭州詩研究》³⁶。其他關於宋代詩學的單篇論文數量相當多，編輯成書的有《宋代文學與思想》³⁷、張高評編的《宋詩縱論叢編》³⁸、《宋代文學研究叢刊》(一至三期)³⁹、成功大學中文系所主編的《第一屆宋代文學研討會論文集》⁴⁰。

三、禪與詩類

有關禪宗與詩歌理論、創作間的關係或影響的研究，有杜松柏的《禪學與唐宋詩學》⁴¹，探討唐宋禪學與詩學間的合流，徵引以禪寓詩、以詩入禪的詩歌實例來說明詩禪間的相互滲透。孫昌武的《禪思與詩情》⁴²、《詩與禪》⁴³，主要探討禪宗的心性論對詩人創作思想和創作內容的影響，從達摩禪法開始，一直到宋代為止，以詩禪間交流有卓越成就的時代為研究對象。周裕鍇的《中國禪宗與詩歌》⁴⁴，探討禪宗嬗遞過程下，不同禪風對中國詩歌各時期、各流派詩人詩風的影響。李森的《禪宗與中國古代詩歌藝術》⁴⁵，以僧人禪詩與文人禪詩為主，以詩歌實例論說禪宗的影響，並探討禪宗對詩學的建樹。蕭麗華的《唐代詩歌與禪學》⁴⁶，集中於討論詩禪合轍下的唐詩，觀察唐詩中所受到禪學思想及方法的影響。張伯偉的

³⁰ 吳晟《黃庭堅詩歌創作論》，江西：人民出版社，1998年10月。

³¹ 台大文學院編輯《黃庭堅的詩與詩論》，台北：台灣大學文學院出版，1972年12月。

³² 程杰《北宋詩文革新研究》，台北：文津出版社，1996年12月。

³³ 鍾美玲《北宋四大家理趣詩研究》，台北：文津出版社，1996年7月。

³⁴ 李燕新《王荊公詩探究》，台北：文津出版社，1997年12月。

³⁵ 蓋美鳳《活法與江西詩派形成》，國立台灣大學中國文學研究所碩士論文，1995年6月。

³⁶ 楊珮琪《蘇軾杭州詩研究》，國立台灣師範大學國文研究所碩士論文，1999年6月。

³⁷ 國立台灣大學國文研究所主編《宋代文學與思想》，台北：台灣學生書局，1989年8月。

³⁸ 張高評編《宋詩縱論叢編》，高雄：麗文文化事業股份有限公司，1993年10月。

³⁹ 張高評主編《宋代文學研究叢刊》(創刊號、第二期、第三期)，高雄：麗文文化事業股份有限公司，1995年3月、1996年9月、1997年9月。

⁴⁰ 成功大學中文系所主編《第一屆宋代文學研討會論文集》，1995年5月。

⁴¹ 杜松柏《禪學與唐宋詩學》，台北：黎明文化事業股份有限公司，1976年。

⁴² 孫昌武《禪思與詩情》，北京：中華書局，1997年8月。

⁴³ 孫昌武《詩與禪》，台北：東大圖書公司，1994年8月。

⁴⁴ 周裕鍇《中國禪宗與詩歌》，高雄：麗文文化事業股份有限公司，1994年7月。

⁴⁵ 李森《禪宗與中國古代詩歌藝術》，高雄：麗文文化事業股份有限公司，1999年10月。

⁴⁶ 蕭麗華《唐代詩歌與禪學》，台北：東大圖書公司，1997年9月。

《禪與詩學》⁴⁷，討論禪學與唐宋詩學的關係，利用特定議題作散點透視，針對某些具體問題作細緻深入的研究。朴永煥的《蘇軾禪詩研究》⁴⁸，從佛禪觀點來探討蘇軾與禪的關係，及其禪詩中所表現之思想。林湘華的《禪宗與宋代詩學理論》⁴⁹，詮釋禪宗的思考架構和理論內容，對宋代詩學理論所產生的作用。另外，也有多位學者就詩與禪間的相互影響所作的研究，以單篇論文的形式發表的，有周裕鍇的《文字禪與宋代詩學》⁵⁰、鄭偉的《禪與詩的相互影響》⁵¹、王熙元的《從「以禪喻詩」論嚴羽的妙悟說》⁵²、余崇生的《談禪對詩的影響》⁵³、范月嬌的《論黃山谷之詩禪》⁵⁴、鄭雪花的《「以禪喻詩」與「詩禪一致」》⁵⁵、蔣力餘的《詩歌禪境美感特徵初探》⁵⁶、鍾美玲的《蘇軾禪詩山水意象的表現》⁵⁷等等。

禪宗在中土流行以來，對眾多領域產生了影響，是不爭的事實，尤其是詩歌的影響尤深。上述學者的研究，各有專精部分，有全面性的論述、有專題式的討論，各有著重關注點，而專就宋代的詩學理論與創作做一完整而系統的論述尚不多，林湘華的《禪宗與宋代詩學理論》可說是最貼近此一主題的，且徵引資料眾多、概念條理清晰、論述詳實。然而，在創作實例的徵引說明上尚未著墨，以及對禪學思想方面的論述較少。本文冀望能在前輩學者的努力研究基礎上，傾注自己微薄的力量，不敢奢言貢獻，若能留下些微痕跡，即感萬分榮幸！

第三節 研究方法與架構

一、研究方法

⁴⁷ 張伯偉《禪與詩學》，台北：揚智文化事業股份有限公司，1995年1月。

⁴⁸ 朴永煥《蘇軾禪詩研究》，北京：中國社會科學出版社，1995年11月。

⁴⁹ 林湘華《禪宗與宋代詩學理論》，國立成功大學中國文學研究所碩士論文，1999年6月。

⁵⁰ 周裕鍇《文字禪與宋代詩學》，《宋詩縱論叢編》，頁555-575。

⁵¹ 鄭偉《禪與詩的相互影響（上、下）》，《香港佛教》414、415期，1994年11、12月，頁6-10、29-32。

⁵² 王熙元《從「以禪喻詩」論嚴羽的妙悟說》，《中國學術年刊》第十七期，1996年3月，頁233-254。

⁵³ 余崇生《談禪對詩的影響》，《中國語文》第462期，1995年12月，頁37-42。

⁵⁴ 范月嬌《論黃山谷之詩禪》，《淡江大學中文學報》第二期，1993年12月，頁47-64。

⁵⁵ 鄭雪花《「以禪喻詩」與「詩禪一致」》，《中國文化月刊》第229期，1999年4月，頁78-103。

⁵⁶ 蔣力餘《詩歌禪境美感特徵初探》，《國文天地》15卷6期，1999年11月，頁42-47。

⁵⁷ 鍾美玲《蘇軾禪詩山水意象的表現》，《中國文化月刊》第246期，2000年9月，頁44-62。

禪宗與詩歌分屬兩個不同的學術領域，兩個不同的領域之間有了交涉、相互學習、借鑑，亦即產生相互影響，這其中牽涉到跨學科的比較研究。詩禪間有這樣的關係存在，要描述、論述這個關係的存在樣貌及其確實內涵，需要以宏觀的視野對兩個領域作切實的描述及對比研究。所以，在本文中就借用了比較文學的研究方法——平行研究與影響研究，⁵⁸ 希望能從較大的視角來切入詩禪關係。在平行研究之下，從詩與禪這兩種不同文化的本質上，進行文化分析，探尋、比較其相通的內在機制，就詩與禪的整體特徵作分析、比較，尋求歸納兩者間的內在聯繫。在影響研究之下，從詩禪共通的內在機制這一基礎上出發，發掘詩與禪間發生影響的事實痕跡，並主要著眼於禪對詩的影響這一面向，從思想內容、思維架構、思維方式的同化及理論方法的借用、移轉、深化，來探尋影響的事實。

詩禪間能產生交涉、相互影響，需要從文化分析的視角，來釐清詩禪間的關係，需要尋繹的是詩與禪間會通的內在機制，而非從個別的詩人和禪家宗風間的關係去認定，所以本文並不從詩人與禪門宗派間的關係，來論述宗風對詩歌的影響，而選擇從詩、禪的整體特徵把握上，來尋繹其關係。首先，從文獻學的角度處理詩禪外在的文化社會背景。以描述性的敘述方法，鋪陳禪宗思想在宋代的發展。佛教發展至唐代可以說已臻完善，無論是典籍的翻譯整理，或是精義的抉發，都已達極境。禪宗亦然，禪宗的明心見性、反本歸真的理論至此時已被推到了極致，在思想上已無多大的進展。然而，正因有如此的基礎，才得以有下一階段的全面滲透與影響。一花五葉，五家七宗的繁榮發展，禪宗此時已是佛教中國化後最具影響力的一支，禪的觀念廣泛的滲透到社會各層心理。入宋以後，禪宗受到知識份子的關注與青睞，形成一股不可忽視的禪悅之風，正是其擴大影響力的實證。也正是在此時代潮流下，促使著詩禪間深度的交流會通。因此，必須就此時期的禪宗思想作概念的分析，同時比較與前時期的不同，整理出宋代禪宗思想及禪風特色，並且突出與詩歌間發生聯繫的部分，藉以觀察禪宗與詩歌間產生聯繫的脈絡。最明顯的就是為適應時代環境變遷的兼融儒道，在宋代文化整合的大環境促進下，禪宗自身也有著歷史的應變。同時，禪宗亦貫通教、淨，形成禪教合一、禪淨雙修的情形。就形式上講，宋代禪宗的特色就在於由「不立文字」到「不離文字」的轉變。語錄、公

⁵⁸ 參考張鐵夫主編《新編比較文學教程》，長沙：湖南人民出版社，1997年8月。

案、偈頌的大量刊行，對文字的運用標誌著禪宗「隨緣應用」的體現，也正是詩禪充分交流的例證。

而從兩宋時代背景看，考察宋代的社會政治、學術風氣對詩禪交流的促進，也是詩禪交涉重要的外緣因素。宋代文化整合趨向的大環境，儒、釋、道三教合一的社會思潮，正是促進禪宗深入社會人心的推進力，而屬於社會菁英的士人，禪悅風氣的興盛，更是擔任起禪宗與詩歌間會通的橋樑。從影響研究來看，在宋代禪宗對詩歌的影響中，士人擔任的是兩者間的溝通者，亦即是溝通影響者與被影響者間的途徑。所以從影響途徑的這個角度切入，採取文化分析、文獻探討的方法，利用描述性的敘述方法、綜合整理出時代社會的面貌，及歸納整理出其推動詩禪交涉的狀況，將有助於梳理清楚詩禪交涉的背景。

其次，要抽繹出詩禪內在性質、內在理路間的對應，而這樣的對應必須從詩歌與禪宗的整體精神來作比較，並利用詮釋學的方法作分析。筆者在此處未著眼於詩人、詩派與禪門宗風間的關係，主要在於五家七宗雖各有宗風特色，然在宋代，思想理論有合流的情形，且基本上並未有明顯差異。故從整體的精神來作比較分析，可以有較全面的通則考量。因而，選擇從析論詩歌與禪宗間內在本質的融通，比較兩者間的思維架構及內在理路的聯繫，對歸納綜合的線索作詮釋性的分析。以及，以實際的時代潮流——「以禪喻詩」的風潮，作詩禪會通的實例分析，著眼於探討禪學思維與詩歌思維的共通模式。

再者，在詩禪融通的基礎上，來探討禪學對詩學理論的影響情形，此部分將從詩學的立場，探看禪宗對宋代詩學的形成與發展所產生的影響。宋代詩學有一不同於以往的大轉變，從過去重視詩歌外在規律的探索，轉變為向詩歌美感經驗的探索，此一新觀念、新趨勢，正與禪學重自性本體，重直觀體証的體驗、認知架構相通，於是禪對詩有了影響基礎。在探尋共通機制的平行研究後，發掘影響的實例，來印證影響的確實存在。這必須從整理、分析詩論本身及詩人的詩歌主張和思想，來詮釋禪學與詩學間的交流。在選取研究對象上，在詩學方面以具有禪學內涵的詩論為主，避免牽強附會的生硬比對；在禪學方面則以南宗禪的思想為主，並兼顧禪宗本身的演進，探討前後期禪學思想的不同著重點，對詩歌的不同影響。尤其入宋以後的禪風特色，融合儒釋道三教的思想，文字禪、看話禪的流行，

禪宗活法精神的重視等等，在詩歌理論與創作上，都有深刻影響痕跡。要梳理以上的種種關係，作整理、比較、分析、歸納與詮釋的方法都是不可或缺的。

最後，處理詩人在詩歌創作實踐上，對禪學的接受與表現。此部分將採分期處理的方式，將兩宋劃分成三個時期，先概要論述此一時期相關的文學思想重點，再選擇明顯接受禪宗思想的詩人，亦即在思想上明顯傾向禪宗的詩人，以其作品為研究對象，避免生拉硬扯的附會比擬。從詩歌作品中分析、探討詩人所接受的禪學，包括隱含的思想及詩歌美學的部分，以印證詩歌接受禪學的此一事實。以分析、詮釋、鑑賞等方法來加以闡述。本文使用現代的話語系統，應用現代的分析、詮釋方式與美學認識，來詮釋、鑑賞古人的想法與美感體驗，希冀能有些些貼近歷史真實內涵的可能。

詩禪交涉，互相學習，互為影響，完整的論述應各以雙方為主體，探討雙方互相的刺激與學習。然而，因篇幅與時間有限，無法同時從雙方向來進行。故，本文偏重於禪學影響詩歌的面向，著重於探討禪學觀念在詩歌身上的作用，對於詩歌影響禪學，禪學學習詩歌的部分則留待日後再行研究。

二、本文架構

本文的架構將區分為三大部分。第一部份為詩禪產生關係的外緣，探討詩禪外在的文化社會背景，了解促使詩禪產生關係的外在動力。任何文化間的交流，都是受大環境的促成與制約，不能置外於大環境而獨自形成。所以，外緣的時代環境需要先處理。禪宗的歷史發展在宋代有著怎樣的變化？這樣的變化在詩禪關係間起著怎樣的作用？而大時代環境如何推動詩禪間的交流？禪悅之風的興盛，擔任詩禪交流、溝通橋樑的宋代士人，是處於如何的地位？將在本文的第二章 禪宗在宋代的發展 及第三章 宋代士人參禪的時代風尚 中探討。

第二部分為詩禪交涉的本質探究，亦即詩禪產生關係的內因——內在性質、思維方式的探析。確認詩禪在本質上有相通之處，唯有確認兩者的相通，詩禪關係才非偶發性的可能，而是實際存在的，並且確認此一關係的本質。詩禪間的交涉到底在什麼層次上相通呢？有多少程度的相似呢？詩

禪在思維架構、內在理路上是否相通呢？這將在第四章 詩禪交涉 來討論。

第三部分為禪學影響詩歌理論與創作的事實檢證，在詩禪關係的基礎上，梳理詩學脈絡中的禪學影響，解釋詩論中的個別現象，以及分擘實際創作中的禪學痕跡。從詩學立場來探看詩歌本體論（詩歌本原和詩歌本質）、創作論、風格論、方法論和禪宗間的關係。加上詩人的實踐創作，從創作的實例上探看禪宗思想及禪學思維影響的痕跡。這些引證的材料雖來自兩宋，然而在詩歌思想中有明顯的禪思、在詩歌創作中明顯表現禪意的，則從北宋中期王安石、蘇軾開始。北宋初期雖有習禪的詩人，如楊億、張方平、富弼、王禹偁等人，但在詩歌思想中尚未見到明顯的禪思，在詩歌創作中雖可見禪意禪趣，然仍未蔚為潮流。故本文徵引的詩論及詩歌創作多來自王安石以後。王安石、蘇軾等人，在詩禪的交流上作了很大貢獻，他們參禪禮佛，自覺的接受禪學的洗禮，體現在詩歌創作中的是禪思、禪趣橫溢。尤其是蘇軾，接受禪家「任性逍遙」、「隨緣自適」的思維特色，突破語言與理性的框架，達到逍遙放曠的自由境界。他大開以禪喻詩、以禪入詩的風氣，再經過黃庭堅、江西詩人、葉夢得、惠洪等人的專力經營，到南宋的楊萬里、嚴羽等人，詩禪關係可說到達水乳交融的地步。與此同時，宋代詩歌理論發展愈發成熟與發達，禪學對宋代詩學的發展有著重要的意義。這將在本文的第五章 禪宗對宋代詩學理論的影響 和第六章 禪宗對宋代詩歌創作的影響 中討論。

第二章 禪宗在宋代的發展

禪宗是宋代流傳最廣、影響最深的佛教宗派。當佛教各宗都趨於衰落時，禪宗卻有了更具規模和影響力的發展，而成為中國佛教的代表。中國佛教發展至唐末五代，在經典翻譯、思想內容、組織形式上等各方面可說是臻於完備，套句戲劇的用語，是已到達「高潮」。所謂「盛極必衰」、「合久必分」，經歷隋唐鼎盛時期的佛學，五代以後開始由高潮而向下滑落。然而，佛教在中國文化地位已經非常穩固，它不僅滲透到文化的底層，也浸漬到社會各階層心理。尤其宋王朝的支持，度僧建寺，寺院林立，僧尼驟增，香火鼎盛。入宋以來，貴族沒落，新興的主流由知識份子取代，這些士人兼取儒釋，暢談幽玄，與僧人多所往來，言談舉止多涉入佛家思想，特別是禪宗思想。故而，有學者認為這時期佛教並非衰落，而是一種轉折、滲透。¹ 作為中國化佛教代表的禪宗，在宋代的發展是朝向更深更窄的方向前進，² 雖然在禪學理論上貢獻不大，但對禪宗思想觀念在整個社會心理深層的滲透，是更為廣泛而深刻的。五家七宗派別繁衍、氣象繁榮，在思想上，則兼攝不同思想(禪淨教合一)，吸收融合其他思想為新的養分(吸收儒學的養分)，適應新的時代環境，以謀求新的發展。這就是宋代禪宗的特點。另一方面，禪文學大盛，燈史、語錄、頌古、評唱等大量刊行，而使得文字禪形成風潮，這主要是體現馬祖道一洪州禪所發揚的「平常心是道」、「觸類是道」的精神，³ 於行住坐臥、日用中都有見道的可能，所以以文字為傳達、表徵的作用，也就未嘗不可行了。禪宗由「不立文字」到「不離文字」的轉變，是宋代禪宗的另一特點。文字禪濫觴後，禪門反思，而有看話禪和默照禪的興起與爭議。禪宗在宋代影響、滲透最為深遠，在文學上，尤其是詩歌，更見其影響痕跡，宋代禪宗到底與詩歌間產生怎樣

¹ 鎌田茂雄在《簡明中國佛教史》中認為唐五代以後的佛教面臨的是一種轉折而非衰落。見麻天祥《中國禪宗思想發展史》，長沙：湖南教育出版社，1997年3月，頁46。麻天祥在《中國禪宗思想發展史》中則以為「與其說『衰落』，不如說『殘廢而偏』，與其名之『轉折』倒不如謂之『滲透』。」，頁45-47。

² 套用梁啟超在《中國近三百年學術史》中，對於宋元明思想的說法。他認為唐代文明發展已極盛，「學者之才力終不能無用也」，於是朝向「窄而深」的方向發展。而且興起與其他思想融合之風，吸取其他思想為新的養分，進而謀求新的發展。同上註。

³ 中唐以後的南宗禪，基本上是以馬祖道一一系為主，馬祖道一沿著惠能所發展的心性說的路線推展「平常心是道」的主張，強調隨處見道的可能，禪的文字化與世俗化與此思想有很大關連。

的關係？禪宗思想如何滲透宋代詩歌創作？本章擬論述禪宗進入兩宋後的發展，這些思想演進與詩歌間產生某種聯繫，並進而影響詩歌的創作與理論。對禪宗思想有基本認識後，才能掌握詩禪關係的本質，進而更深入的釐清。

第一節 禪宗思想的演進⁴

一、禪宗各家概述

禪宗在唐末五代分燈而傳，形成「一花五葉」的局面。入宋後，臨濟宗七傳至石霜楚圓門下，旁出楊歧方會和黃龍慧南二支，於是形成五家七宗分頭並進的形勢。漚仰宗所傳只四五世，南唐以後遂絕。法眼宗在宋初極隆盛，至中葉而絕，其中歷三代而衰，雖然如此，然而有天台德韶的光環支持，及永明延壽倡禪淨合一，使法眼一脈光耀於宋。禪宗發展在宋代主要是臨濟、雲門和曹洞三系。北宋禪僧契嵩在《傳法正宗記》卷八中記載：

正宗至大鑿傳既廣，而學者遂各務其師之說，天下於是異焉，競自為家。故有漚仰云者，有曹洞云者，有臨濟云者，有雲門云者，有法眼云者，若此不可悉數。而雲門、臨濟、法眼三家之徒，於今尤盛。漚仰已熄，而曹洞者僅存，綿綿然猶大旱之引孤泉。⁵

在宋初曹洞宗比較消沉，主要盛行於各地的是雲門和臨濟。⁶ 有宋一代最盛者莫過於臨濟了。

臨濟宗入宋後六傳至汾陽善昭，傳法地在宋初仍為河北，宋仁宗時開

⁴ 本節主要參考杜繼文、魏道儒《中國禪宗通史》〈兩宋社會與禪宗巨變〉，南京：江蘇古籍出版社，1995年2月，頁378-464。洪修平《中國禪學思想史》〈禪宗的演進與禪學新特點〉，台北：文津出版，1998年4月，頁277-302。

⁵ 見中國佛教叢書編輯委員會編《禪宗編》第四冊，江蘇：江蘇古籍出版社，1993年，頁575。

⁶ 惠洪《石門文字禪》卷二十三 僧寶傳序：「自嘉佑至政和之初，雲門、臨濟兩宗之裔，卓然冠映諸方者。」台北：藝文印書館，1975年，頁250。宋徽宗序《建中靖國續燈錄》：「自達摩西來，實為初祖，其傳二三四五而至於曹溪。自南嶽、清源而下，分為五宗，各擅家風。源流演迤，枝葉扶疏，而雲門、臨濟二宗，遂獨盛於天下。」見佛光大藏經編修委員會編《佛光大藏經 禪藏》史傳部，高雄：佛光出版社，1994年12月，頁1。

始轉向南方，以江西為中心。汾陽善昭(947 - 1024)倡導公案代別和頌古，開闢了文字玄談的新路徑。善昭倡導參究「公案」，主張從古人語錄上去把握禪理。古代禪師的言行在「隨機利物」，禪師以文字語言示禪，學人通過文字語言來解悟。善昭的主張將禪宗的「說似一物即不中」的理論要點轉變成了「了萬法於一言」的理論自覺，從追求對禪境的直觀體驗，變成追求含「玄」的語錄。故而，禪宗僧人修行的要點就在於對語言的運用和理解。將禪引導到發掘古人意旨的方向，也就變得可以從語言文字來親近禪，因而使士大夫容易親近禪。

善昭首創頌古，作《頌古百則》，對宋代禪學發展又一大促進。「頌古」是以韻文對公案進行讚譽性解釋的語錄體裁，藉以教導後學，表達明心見性的方法。韻文式的語言及豐富的意涵正投士人所好，於是得到文人士大夫特別的喜愛，也因而有很大的影響力，促成士大夫近禪的風氣。臨濟宗由此而大盛，並推動禪宗的發展。頌古之風自善昭的倡導後而大為流行，成為學人明心見性的重要手段。禪宗也由「不立文字」而走上「文字禪」的道路。

善昭的弟子石霜楚圓晚年至潭州（湖南長沙）弘教傳禪，臨濟宗於是開始在南方流傳。此後，臨濟宗乃成為南方禪宗的主力。石霜楚圓的弟子黃龍慧南和楊歧方會門下法席極盛，各自舉揚宗風，發展出了黃龍派和楊歧派。後人將這兩派和禪宗五家合稱為「五家七宗」。

黃龍慧南（1102 - 1069）在江西南昌黃龍山傳法，門庭巖峻，人喻之如虎，接引方法參雲門宗風，他以「黃龍三關」來接引學人。據《黃龍慧南禪師語錄》記載：

師室中常問僧，出家所以鄉關來歷，復扣云：人人盡有生緣處，那箇是上座生緣處？又復當機問答，正馳鋒辯，卻復伸手云：我手何似佛手？又問諸方參請宗師所得，卻復垂腳云：我腳何似驢腳？三十餘年，示此三問，往往學者多不湊機，叢林共目為三關。⁷

以佛手、驢腳、生緣三語來啟示參禪者自修自證、自悟佛道。慧南三關之設推動了禪宗話語示意的靈活性，「轉三句」的方法在禪僧中十分流行，

⁷ 見藏經書院編《卍續選輯 禪宗部》第十四冊，台北：新文豐出版社印行，1977年，頁0202。

促進了文字語言上立禪的風氣，並且為文人吸收化用為三句式的詩歌表達方式，這在第四章再詳述。

慧南第二代弟子清涼惠洪提倡文字禪，在北宋大為興盛，把禪與文學聯繫得更緊密。他更從理論上系統闡述「文字禪」，使文字禪有理論基礎的可能。他給自己的詩文集取名為《石門文字禪》，可見當時的禪風所向。關於文字禪，在第三節再詳述。惠洪著《禪林僧寶傳》、《林間錄》、《臨濟宗旨》等書，是重要的禪宗文獻，在禪宗史上很有影響力。黃龍派不久即衰微，為楊歧派所取代。

楊歧方會（992 - 1049）的禪法融會臨濟、雲門兩派風格。他主張「立處即真」的自悟，故側重靈活的機語，推崇機鋒棒喝。楊歧派的興盛，是五祖法演及其弟子們 - 佛鑒慧勲、佛眼清遠、佛果克勤所努力。他們繼承方會重視與世俗官僚士大夫聯繫的傳統，與政治緊密聯繫，也因此之後有深具愛國情操的大慧宗杲的出現。這是楊歧派獲得僧俗支持而成為臨濟正宗的一重要原因。⁸ 圓悟克勤（1063 - 1135）⁹ 是「三佛」中最具影響力的。他曾對雪竇重顯的《頌古百則》加以評唱，後人編成《碧巖錄》十卷。克勤大力宣傳和推廣文字禪，《碧巖錄》的出現，使得禪宗進入了注解公案語錄的階段，¹⁰ 並將「文字禪」推到了極點。禪宗在兩宋的繁榮，實有賴文字禪的傳播。文字禪發展到後來有重文字考索而忽略實踐修行的趨向，大慧宗杲於是對時下風行的文字禪和曹洞宗宏智正覺（1091 - 1157）所推廣的默照禪極力反對，並提出看話禪作為頓悟禪理的方法，以對治當時的禪病，並成為南宋禪宗主流。這將在第四節再討論。楊歧派代表著禪宗，一直傳至當代。

雲門宗在北宋初向湖南、江西、浙江發展而成為江南禪宗主流。如圓通居訥和佛印了元在江西和江蘇經營出色；雪竇重顯以明洲（浙江寧波）為中心發展。繼而，北上中原在京師弘化，大覺懷璉、宗本和善本師徒、法雲法香等人住持汴京國立大寺院，使南方禪宗盛行於北方，造成更廣泛的影響，禪宗因雲門而行於京師。更有佛日契嵩提倡儒釋融合，全力護法，

⁸ 據潘桂明《中國禪宗思想歷程》〈黃龍慧南和楊歧方會〉的說法。北京：今日中國出版社，1992年11月，頁481-482。

⁹ 佛果克勤受宋高宗賜號「圓悟禪師」，故又稱「圓悟克勤」。

¹⁰ 郭朋在《中國佛教簡史》中說：「在禪宗史上，它（《碧巖錄》）標誌著一個新的階段，即由講「公案」追「機鋒」的《燈錄》、《語錄》階段，發展到「注釋」公案、機鋒的階段。」，福建：人民出版社，1990年6月，頁298。

化解宋代排佛人士對佛教的阻礙，他的精神受到不少士人的稱讚，而他的思想也影響不少當時的士人，如張商英、李綱等人，所著的《鐔津文集》敕入藏經，故雲門宗在宋代盛極一時。

雲門宗的著名禪師，在文學方面都有傑出成就，這使得雲門宗具有濃厚的文學色彩，在思想上更有儒、釋調和的傾向，這些使得它易於被士大夫接受，而深入士大夫階層。如圓通居訥和歐陽修、佛印了元與蘇軾間的交往（容後再述）。最值得注意的，是雪竇重顯受汾陽善昭影響而作《頌古百則》，大振宗風，使雲門進入繁盛時期，他的《頌古百則》把宋初的頌古之風推向高潮，多數禪師都有頌古之作，加上後學對頌古的評說，形成禪宗典籍的重要部分。¹¹ 雲門宗到南宋時便逐漸衰微，到元代初，法系便無可考。

曹洞宗在宋代的傳承，僅雲居道膺一系，傳至大陽警玄（948 - 1027）時甚且找不到繼承者，於是他作偈一首，連同皮履，布直裰一起，請託臨濟僧人浮山法遠代為尋找繼任者。警玄死後二十餘年，法遠囑咐投子義青（1032 - 1083）繼承警玄衣鉢，曹洞法脈才得以延續。長蘆清了和宏智正覺，使曹洞宗在兩宋間興盛起來。宏智正覺（1091 - 1157）是北宋末年到南宋初期最具影響力的，他倡導默照禪，視靜坐守寂為證悟的唯一方式，與大慧宗杲的看話禪並行於世。宋以後，五家只剩臨濟和曹洞並存，曹洞法脈則遠不及臨濟的興盛，因而有「臨天下，曹一角」之說。

五家七宗在宋代的演進，說明了禪宗的發展繼五代之後又呈現新的盛況。

二、禪、淨、教思想的融合¹²

中國禪宗經歷隋唐興盛時期，完成佛教中國化的歷史使命，隨著思想本身的發展和時代環境的改變，宋代禪宗為在現實中生存並得到長遠發展，而不得不產生極大的變化。它一方面向更深更窄的方向開展，於是有

¹¹ 宋僧法應收集頌古，編成《禪宗頌古珠聯集》，其中公案三百二十五則，頌古二千一百首，作頌古的僧人一百二十二人。元代普會接續編成《聯珠通集》收集公案四百九十三則，頌古三千零五十首、僧人四百二十六人，這只是宋代頌古資料的一部份，可見當時頌古風氣之盛。見杜繼文、魏道儒《中國禪宗通史》，頁406。

¹² 本段主要參考自潘桂明《中國禪宗思想歷程》，〈禪教一致和禪淨合一思想的興起〉，頁383-414。麻天祥《中國禪宗思想發展史》，〈禪宗思想的兼容共濟、滲透融合〉，頁55-79。

了看話禪、默照禪、枯木禪、野狐禪等多元禪觀；一方面向社會各階層推進，促使禪宗與淨土、天台等佛教其他教派的匯通並與傳統的儒道思想進一步融合。統合禪、淨、教，融會儒道，形成了宋代禪宗思想的特點。這思想的融合與兼攝，形成一股強大的力量，向社會各階層滲透，為社會各階層廣泛的接受。

禪宗源於佛教，雖與教內各宗門分途發展，然而畢竟有相同基礎。禪宗在「不立文字」的宗旨下，不重視經典研讀，故門下漸流於游談無根的弊病，加上門戶間的分歧也有礙於佛教自身的發展，於是有統合禪、淨、教的論點出現。首先提倡禪教一致思想的應推唐僧宗密。宗密（780 - 841）少時熟讀儒書，後來認為儒家學說不能解決人生問題，故轉而鑽研佛教。他受戒於荷澤系的遂州道圓，後遇華嚴四祖澄觀弟子靈峰，從受澄觀著的《華嚴經疏》、《華嚴隨疏演義抄》等書，後更禮謁澄觀，因而他又被尊稱為華嚴五祖。

宗密的佛學是以「華嚴禪」為核心的禪教一致。他認為：

教也者，諸佛菩薩所留經論也；禪也者，諸善知識所述句偈也。¹³

諸宗始祖即是釋迦。經是佛語，禪是佛意。諸佛心口必不相違。¹⁴

並因此將禪分為三宗、教分為三教，三教配三宗是「一味法」，宗密是以華嚴思想與禪的結合為基礎來統一禪教。¹⁵ 宗密的提倡禪教一致，是為了解決禪教間的門戶之見，禪教間的分別將不利於佛教自身的發展，故而他利用瑣細的義學分析方法努力的論證禪教間的一致。宗密的禪學思想為後來禪宗的一些宗派所吸收，如法眼宗的創始人清涼文益就引華嚴六相義和理事說來闡發禪理，使法眼宗有禪教兼融的特色；曹洞宗的論五位君臣，也是受宗密思想的啟示。到了五代北宋，這樣的思想潮流大為發展，成為宋代思想的主流。

¹³ 出自《禪源諸詮集都序》卷上之一，見《佛光大藏經 禪藏》宗論部，頁 211-212。

¹⁴ 同上，頁 214。

¹⁵ 自唐開始，禪宗就廣泛融攝華嚴思想。宗密的華嚴禪則結合華嚴思想與禪，統一禪宗各派與天台、華嚴、唯識各教，提出禪教一致。

五代宋初佛教內部融合思想的大力提倡和實踐者是清涼文益的再傳弟子永明延壽。延壽（904 - 975）三十四歲出家，後參謁文益弟子天台德詔，受其印可。後任永明寺，從學者二千餘人。延壽「深嗟末世誑說一禪，只學虛頭，全無實解。」¹⁶ 對當時禪僧「發狂慧而守痴禪，迷方便而違宗旨」¹⁷ 的現象憂心，故而 he 提倡禪、教並重，性、相融合，來解決當時禪門「闇於名教一句不識」¹⁸ 所造成的立論空泛的游談現象。他所著《宗鏡錄》即是闡揚宗密的禪教一致理論。對於禪宗長期的漠視經教，在其自身發展中產生偏差，逐漸呈現空疏之弊，這是禪教一致被提倡的一個重要促成因素。清涼文益在《宗門十規論》中鼓勵學人多研習經典，延壽則繼承這樣的觀點。疏離、甚至輕視經典的傾向所造成的偏差，被視為禪門偽濫的因素，故而延壽強調參禪與研習經典是相輔相成的。

《宗鏡錄》是延壽晚年住永明寺時的定稿，堪稱是代表作。延壽邀集唯識、華嚴、天台三家的學者，分居博覽、相互質疑，最後以禪門「心宗旨要」來加以折中，完成《宗鏡錄》，以期解決禪教之間和教內各家之間的矛盾。《宗鏡錄》的完成正反映了禪宗發展的思想潮流。延壽根據宗密的「三宗三教，和會祖教，一際融通」，提出完全一致的觀點來具體論證禪教一致：

故須先約三種佛教，證三宗禪心，然後禪、教雙亡，佛、心俱寂。俱寂即念念皆佛，無一念而非佛心；雙亡即句句皆禪，無一句而非禪教。¹⁹

在延壽的思想理論中，他強調以心為體，萬法唯心，通過一心的闡述來融合禪教。所謂「舉一心為宗，照萬法如鏡」²⁰，以心為本體為根本，來統攝一切，他說「心該萬法，謂非但一念觀佛，由於自心；佛果體用，亦不離心」²¹，一切佛法終不離心，甚至所有凡聖事理、善惡諸行，均歸之

¹⁶ 《永明延壽禪師垂誡》，潘桂明釋譯《宗鏡錄》轉引，高雄：佛光文化事業有限公司，1999年7月，頁11。

¹⁷ 延壽《宗鏡錄》卷二十五，同上，頁120。

¹⁸ 延壽《宗鏡錄》卷四十六，頁11。

¹⁹ 延壽《宗鏡錄》卷三十四，頁169。

²⁰ 宗鏡錄序，見李森編《中國禪宗大全》，高雄：麗文文化事業股份有限公司，1994年5月，頁596。

²¹ 延壽《萬善同歸集》卷一，見《卍續選輯 禪宗部》第一冊，頁0885。

於心，「此一心法，理事圓備。」²² 在心體上統攝事理，統攝善惡，統攝凡聖，以心來統合凡聖，以心來統合禪、教、淨。延壽指出禪宗與華嚴在一心上是同源同體，佛教各派是異途同趣的。由是，禪宗便以心性學說來融會貫通整個佛教，並與中國傳統的儒道之學相結合，豐富了傳統心性說。宋代士人即廣泛吸收禪宗心性學說，與儒家思想結合而為自己所需的人性理論，並因而影響詩人的詩歌創作（後面再詳論）。總之，宗密以華嚴思想為基礎確立禪教一致的理論，經延壽的大力弘揚，使得佛教內部的整合成為趨勢，在北宋以後逐漸成為禪學的主流。

禪教相融的思潮，使得禪僧對佛教經典的態度也有所改變：有讚頌經典是「言言皆妙藥，字字超古今」的論點（《慈受懷深禪師廣錄》卷一）；有以禪語證佛經的，如圓悟克勤、惠洪，惠洪的《智證傳》即是融通禪教的；並且有為佛經著述的著作出現，如《楞嚴經合論》《法華經合論》等。「不立文字」的禪，演變為不離文字，以文字為悟道手段。

禪淨合一，禪淨雙修也是延壽所提倡的禪學特點。禪淨融合最早是東晉慧遠所倡導的「念佛禪」時就見端倪，而真正形成風氣則是延壽所推動的。延壽的《萬善同歸集》中主張禪淨共修，有意識地融攝淨土法門，將念佛作為日常修持的重要內容。延壽認為萬行皆善、同歸西方淨土。借念佛、借他力，只是方便法門。他說：

諸佛法門，亦不一向，皆有自力他力，自相共相 從心現境，境即是心 若自力充備，即不假外緣；若自力未堪，須憑他勢。²³

或因念佛而證三昧，或以坐禪而發慧門，或專誦經而見法身，或但行道而入聖境。但以得道為意，終不取定一門。惟憑專志之誠，非信虛誕之說。²⁴

自力他力但看個人，念佛、坐禪 都是入道之門，因為「從心現境，境即是心」，自心是得道的法門，所謂「觀見一切，悉皆是心」，²⁵ 再一次論證心體統攝禪教的觀點。所以延壽認為禪僧念佛並不妨礙禪行，反倒有助

²² 延壽《宗鏡錄》卷二，頁 73。

²³ 延壽《萬善同歸集》卷一，《卍續選輯 禪宗部》第一冊，頁 0891-0892。

²⁴ 同上，頁 0896。

²⁵ 同上。

於禪定，因為「聲為眾義之府，言皆解脫之門。一切趣聲，聲為法界」²⁶，他將禪淨雙修視為修行的最高境界並且身體力行，他「日謀一百八事，未嘗暫廢。學者參問，指心為宗，以悟為則。日暮往別峰行道念佛，旁人聞螺貝天樂之聲。」（《佛祖統紀》卷二六）²⁷

延壽推動的禪淨結合的思想潮流，深深的影響啟發後學，紛紛起而仿效，並且被士大夫所普遍接受。如雲門禪師契嵩主張參禪與念佛並行，並且身體力行，他「夜分誦觀世音名號，滿十萬聲則就寢。其苦硬清約之風，足以追配鍾山僧遠。」（《林間錄》卷上）²⁸ 天衣義懷也提倡禪僧兼修淨業，他著有《勸修淨土說》，以推廣禪淨雙修、死心悟新作《勸修淨土文》、曹洞宗僧人真歇清了有《淨土集》行世 等等，結社念佛的更是多數。淨土的歸向在此時對禪宗思想起了很大的作用。文人、士大夫如蘇軾、楊杰、張商英、陳瓘等人都習禪而又修淨土法門，他們與禪僧在各種結社活動中，因一致的淨土信仰而有熱絡的往來。如東林常總禪師與蘇軾在廬山東林寺的「禪社」中有禪淨共修的活動、文彥博與淨嚴禪師結僧俗十萬人念佛 等。禪宗思想在與淨土結合後，由原本自力的修行摻雜依賴他力，這使得它變得較為容易，大為民眾、士人所接受，禪宗因此更加深入社會各階層。宋代士人參禪的熱絡，此點是一重要因素。士人接觸及接受禪宗思想並於創作中顯現，禪宗與詩歌間因此有了連結與互動。宋代官僚士大夫參禪風氣的鼎盛，將在下一章再詳述。

淨土借他力（彌陀願力）修行的門風與禪宗宗旨大為不同。禪宗自惠能起，便反對念佛、坐禪，反對借他力修行，秉持自力修行，自悟自證的觀點，而延壽倡導禪淨並重，雖然與祖師們的精神相異，卻是時代環境的改變，宗教自身發展過程中不可避免的變革，²⁹ 所必然會有的結果。從禪的自力頓悟、不立文字，到依賴他力，禪教一致、禪淨雙修，禪宗思想的演變，不論是稱它「衰退」、或是「退化」，³⁰ 禪宗並未因此失去舞台，而是以新的形式更加普及、滲透到社會各層面、文化的底層。這就是宋代禪

²⁶ 同上，頁 0892。

²⁷ 見《續修四庫全書》子部第 1287 冊，上海：上海古籍出版社，1993 年，頁 312。

²⁸ 見《佛光大藏經 禪藏》史傳部，頁 81。

²⁹ 根據孫昌武先生的看法認為，禪宗自身的理論結構過於粗疏簡陋，缺乏有力的邏輯論證，故而當宋代理學在吸收禪與華嚴的理論後建立起更為精嚴的理論架構，禪就失去了發展史上的地位。禪、淨的結合促使禪回歸到佛教禪觀本來的宗教實踐的本性上。禪的衰落是必然的結果。〈分燈禪及其貴族化、形式化〉，《禪思與詩情》，北京：中華書局，1997，頁 394-402。

³⁰ 孫昌武先生認為禪與「教下」融合，是一種思想上的「倒退」、「退化」。同上註。

宗的時代特色。

三、儒釋道合一的禪宗思想

儒釋調和的思想是宋代禪宗思想的另一重點。延壽在提倡禪教一致、禪淨合一的同時，也主張三教調和。他認為：

三教雖殊，若法界收之，則無別原。若孔、老二教，百氏九流，總而言之，不離法界，其猶百川歸於大海。³¹

他以佛教思想為基礎，來融通儒、道，是以佛教為主體的三教合一。然而時代環境變化的需求下，³² 三教一致的調和，佛教已退位給居主流意識型態的儒家，呈現出明顯的迎合儒家的傾向。契嵩是儒釋調和的重要推手。

契嵩俗姓李，字仲靈、自號潛子，從雲門宗洞山曉聰得法。一生著書百餘卷，致力於調和儒、釋、道三家思想。他著有《傳法正宗記》、《傳法正宗定祖圖》、《傳法正宗論》來釐定禪門宗系，另有《鐔津文集》流傳於世。其中《輔教編》最能反映他的思想特色，《輔教編》的主旨就在於「推會二教聖人之道，同乎善世利人矣。」³³ 他的著作經開封府尹王素上達仁宗，並編入大藏經，受賜「明教」師號。

契嵩倡三教融合之時，正是宋仁宗開始減度僧尼，朝野上下一致排佛之刻。然而在這樣的浪潮中，契嵩不懈的堅持宣揚他的思想，利用任何機會與排佛者論說儒釋的調和，他的精神獲得不少縉紳先生的讚譽，後來士大夫中主張調和儒佛關係的，如張商英、李綱等人，都受到契嵩的影響。

《輔教編》內含五篇文章，其中的「原教」主要論述佛教五戒十善與儒家五常是「異名而一體」，以佛家十戒五善會通儒家五常；「勸書」則呼籲學者不要排佛；「廣原教」則從心體出發，說明儒釋百家的一致性；「孝論」則「擬儒《孝經》，發明佛意」，以「原教」為理論依據，以「孝論

³¹ 出自延壽《萬善同歸集》卷下，見潘桂明《中國禪宗思想歷程》引，頁414。

³² 北宋王朝結束唐末五代的分亂局面，實施君主專制主義的中央集權。形成倫理觀念和價值取向的變化，特別是國家至上、君主至上的「忠君報國」觀念成為一切思想綱領和道德標準。禪宗在如是環境下，不能不受其制約，而產生變化。儒學的復興，於是成為意識形態的主流，佛教從總體上已失去了隋唐時期與儒道三足鼎立的地位。

³³ 契嵩《鐔津文集》卷九「再書上仁宗皇帝」，見《禪宗編》第十一冊，頁347。

為方法，迎合傳統文化，展開儒、釋的調和。契嵩在《輔教編》中辨明儒、釋的一致性，強調二者均能達到「同歸於治」：

儒者、佛者，聖人之教也。其所出雖不同，而同歸乎治。儒者，聖人之大有為者也；佛者，聖人之大無為者也。有為者以治世，無為者以治心。³⁴

聖人之道，在於善，治世治心，同於為善，儒佛豈有不通之理？綜看契嵩的思想，他是採用了援儒入佛的方法，把儒家倫理置於佛教戒律上，承認儒家在國家社會生活中的至高地位，使佛教思想適合儒家的規範，並調和儒佛的立場，成為適應時代背景的禪宗思想。

契嵩除了從倫理觀闡揚儒佛的相契處，他主張三教融合的契機，在於禪宗心性學說「心」的基礎上。釋迦牟尼佛以心傳心，這心是佛教聖人之心，也是三教乃至百家聖人之心。這聖人之心，也是眾生之心，是每個人的自心，故不論何教，是以自心為根本的。在這一心上，契嵩融合了三教。他說：

惟心之謂道，闡道之謂教。³⁵

道唯是一「心」，「心」是道的內涵。

心乎，大哉至也矣！幽過乎鬼神，明過乎日月，博大包乎天地，精微貫乎鄰虛。幽而不幽故至幽，明而不明故至明，大而不大故絕大，微而不微故至微，精日精月，靈鬼靈神，而妙乎天地三才。若有乎，若無乎？若不有不無？若不不有？若不不無？是可以言語狀及乎？不可以絕待玄解諭。得之，在乎瞬息；差之，在乎毫釐者。是可以與至者知，不可與學者語。³⁶

這心的內涵也融進了老莊、周易關於「道」的要求。道，為聖人的行履；教，是聖人的垂跡。垂跡之「教」雖有別，然而「心」相同，則「其德同焉」。

³⁴ 契嵩《鐔津文集》卷八 寂子解，見《禪宗編》第十一冊，頁 337。

³⁵ 契嵩《輔教編 廣原教》，見《禪宗編》第十一冊，頁 276。

³⁶ 契嵩《輔教編 廣原教》，同上，頁 227-278。

契嵩的思想影響禪宗思想極為深刻。與他同時的雲門宗大覺懷璉也主張儒佛調和的思想，之後的臨濟宗圖悟克勤及大慧宗杲也有相同主張。宗杲認為儒釋本質是相契的，不同的只在於語言文字表達及實現目標的方式。他說：

三教聖人所說之法，無非勸善戒惡，正人心術。³⁷

三教聖人立教雖異，而其道同歸一致：此萬古不易之義。³⁸

他甚至倡導培養適合時代要求的「忠義之心」。

禪宗為了在世俗社會生存發展，除了思想的儒化，還有世俗化的傾向。³⁹ 禪僧世俗化的程度明顯，積極參與各種唱酬活動，與士大夫交往密切。三教思想的融合，時代環境的促成是一大因素，但禪宗也因此得以繼續延續宗脈，並更廣泛為文人士大夫所支持。宋代士大夫參禪的風氣鼎盛，進出山林佛寺、與大德高僧交往，觸目皆是，不勝枚舉。詳細情形下章再論述。禪宗思想向士人的滲透是顯而易見的。禪宗不斷擷取儒道思想而成為獨具特色的中國化佛教，它一面向中國傳統文化看齊，同時也一面參與改造中國文化，他促進宋代新儒學的產生即是一明顯的例子，禪宗啟發士人從新的方向解讀儒家經典，從而推進儒學研究方向朝向心性體驗與證悟。這種觀念和方法的改變也體現在文學創作中。禪家玄理的契合、禪文字的特殊吸引力、及幽深沈靜的林下風流，都在在的影響士人的人生哲學、豐富士人的思維、啟發士人的審美意識，從而對士人的創作有著舉足輕重的影響。第四、五章再詳論。

第二節 文字禪的流行

³⁷ 《大慧普覺禪師語錄》卷二十四，潘桂明釋譯，高雄：佛光文化事業有限公司，1997年4月，頁270。

³⁸ 《大慧普覺禪師語錄》卷二十二，頁250。

³⁹ 禪僧對政權的利用，積極參與政治；寺院的地主莊園化；禪僧的貴族化、階級制度化；對禮樂儀節的重視，都促使禪宗世俗化。也因此，禪宗逐漸失去獨特的個性，失去獨立發展的意義，禪宗思想的衰落也就成為必然結果。見孫昌武《分燈禪及其貴族化、形式化》，《禪思與詩情》，頁370-405。

一、從「不立文字」到「不離文字」

禪宗以「不立文字」為宗風，藉由「以心傳心」、「見性成佛」的方法來悟道。禪宗的「不立文字」，應該有大部分是指「不立經教」，排斥從經教的概念化、說教式的文字來解讀禪，意欲拋棄佛教經典的束縛。並且，語言難及真理，真理非語言所能涵蓋，所以意欲破除文字執，進入非邏輯、非理性的直覺體驗狀態而直接悟道，並非全然否定文字語言本身。贊寧即指出：「經云『不著文字，不離文字』，非無文字。云『不立文字』，乃反權合道。」⁴⁰ 因為強調禪是不能靠知解的，超越了種種的對立，而語言文字不能擺脫知解，也就不能表達這種超越的觀念。於是禪家各宗為了引導學人用自心去體悟，便利用種種接機方式，例如當頭棒喝、揚拳瞬目、指東說西、隱語雙關的機鋒問答等等，形成一種活潑機靈的、非常形象的悟道方式。然而，也因為這種「不說破」、隱語、喻言的啟迪方式，形成各自領會、主觀自證的紛歧和混亂，甚或導致茫茫然無所解、錯誤的認識而不自知的問題出現。在禪宗極端否定文字時，「機鋒」的形成卻使情勢轉入了不同方向。機鋒是禪僧師徒間的一種對話形式，它大量的使用詩句，及象徵、比喻、隱語、暗示等文字技巧，以詭譎玄妙的方式互鬥機鋒，藉以啟發學人。它隨著語錄的編輯和詩偈的流行而形成一種風氣。如投子義青禪師師徒間的對話：

僧問：「師唱誰家曲？宗風嗣阿誰？」師曰：「威音前一箭，射透兩重山。」
 曰：「如何是相傳底事？」師曰：「全因淮地月，得照郢陽春。」曰：「怎麼則入水見長人也。」師曰：「祇知翠玉異，那辨楚王心？」⁴¹

文彩絢爛的詩句被應用到別具意涵的對話中，增加了機巧與玄妙。這中間的詩化現象，與中晚唐士大夫參禪活動日漸頻繁，對禪的一種滲透影響有關。另外，禪師本身的文學素養提高也是相關的原因。早期禪宗流傳於山林村落，禪僧大多識字不多，學養不高。中晚唐後，禪僧多有文學底子，有些甚至是士大夫出身，如曹洞宗的開山祖師曹山本寂，年少時習儒學，

⁴⁰ 釋贊寧《宋高僧傳》卷十三，見《景印文淵閣四庫全書》第1052冊，台北：台灣商務印書館，1983年，頁181。

⁴¹ 《序傳燈錄》卷六，見《禪宗編》第四冊，頁60。

文辭適麗；法眼宗開山祖師清涼文益，好為文筆，對詩語的應用，自是手到擒來。詩與禪間拉起了聯繫，詩禪間除了內在相通的機制外（第四章將詳論），是有著時代環境的因素的。

事實上，禪雖不能以語言文字來表達詳盡，然仍須借用語言文字來顯現。所謂「不著文字，不離文字」，是避免經教語言的束縛、執著於文字知解，而採用詩歌形象性較強的意象語言來傳達禪旨，詩歌的直觀形象能「一言契道」，正符合禪宗的「至理一言，點凡成聖」⁴²的思維，故禪宗詩化的現象是有其必然性的。入宋以來，禪僧們有鑒於此，不再拘泥於「文字為障道之本」的定見，而強調「大法非拘於語言，而借言以顯發」，宋僧雪峰蘊聞說：

佛祖之道，雖非文字語言所及，而發揚流佈，必有所假而後明。譬如以手指月，手之與月，初不相干。然知手之所指，則之月之所在。是以一大藏教為世標準，于今賴之。⁴³

語言文字如指月之手，藉由手而見月，也是途徑之一。雖然實相本離文字，然而，不假文字，不能詮實相；「文字性空」，不可依憑，然而，正因「文字性空」，所以具解脫相。⁴⁴ 給予禪的文字化一個理論基礎。

禪教相通、儒佛一致的思潮同時也促進語言文字的地位，禪門為佛經注疏、儒家言意觀強調言可以傳意，使禪家重視文字，禪宗典籍在此時也大量收錄編輯，禪的文字化成為不容爭議的事實，「文字禪」成為一種風潮。大量的以文字為媒介、手段的參禪活動，形成「文字禪」的流風，⁴⁵ 是宋代禪宗的另一特色。以文字為媒介、手段的參禪活動，正適合士大夫切入禪學，而詩化的禪宗語言更契合士大夫的喜好，因此禪宗的燈錄、語錄、頌古、評唱等正是士大夫參禪的文本。而以詩歌語言來描述參禪所得與禪境的體會，更是士大夫所熱中的方式。因此，詩與禪間達到緊密聯繫

⁴² 見 杭州龍華靈照禪師，釋道原編撰《景德傳燈錄》卷十八，台北：彙文堂出版社，頁174。

⁴³ 進大慧禪詩語錄奏劄，《大慧普覺禪詩語錄》卷首，見《佛光大藏經 禪藏》語錄部，頁1。

⁴⁴ 周裕鍇先生認為佛教對語言文字持這種矛盾的態度，這種矛盾的語言觀是佛教二諦思維的產物。見 禪宗言意觀的演變：由不立文字到不離文字，《宋代文學研究叢刊》第三期，頁117。

⁴⁵ 根據周裕鍇先生的分析，廣義的「文字禪」泛指一切以文字為媒介、為手段或為對象的參禪學佛活動；狹義的「文字禪」則指一切禪僧所做忘情的或未忘情的詩歌以及士大夫所做含帶佛理禪機的詩歌。同上，頁117-128。

的狀態，有相互滲透、相互影響的情形產生，故而有詩人說：「臺閣山林本無異，故應文字不離禪」，⁴⁶ 在詩人的認知上，作詩、參禪是本無差別的。

二、禪的文字化

善昭所倡導參究公案的風氣盛行，大量的《語錄》、《燈錄》刊行，和對「公案」的拈頌評唱的流行，大量的資料被寫定流傳，使得禪宗由「不立文字」變成「不離文字」。禪僧們對吟詩覓句投以心力，以便借詩說禪；士大夫耽悅禪理，將禪意化入詩中、借用禪法來作詩，文字禪的興起與流行代表這一個時代嶄新的禪風與詩風。禪的文字化，並非回到經教佛典的繁瑣訓詁裡，而是趨向審美的詩禪。以下分別來說明。

首先，是《語錄》、《燈錄》的刊行。⁴⁷ 《語錄》在唐代已出現，是記載禪僧啟示學人頓悟的各種言行，⁴⁸ 因多用口語記錄而得名。「語錄」的典型屬《古尊宿語錄》，是宋禪僧頤藏主編。當時，流行編集禪師們的語錄，故著名的禪師大都有語錄傳世，而官僚士大夫們也喜歡為之作序，更加助長此風。例如蘇軾、黃庭堅、楊傑、張商英等人，都好參與評論，且頗能切中要領。《叢林盛事》卷下有一段話：「本朝士大夫為當代尊宿撰語錄序，語句斷絕者，無出山谷、無為、無盡三大老。」⁴⁹ 《燈錄》則是宋代新興的體裁，它兼具語錄和史傳特點，依照各個宗派的傳承法脈所編成，主要是以記言為主。《燈錄》的得名來自於佛教傳統，因為佛法如燈能照破世界冥暗，故傳法被喻為傳燈。最早的一部《燈錄》是法眼宗僧人道原編於宋真宗景德年間，故稱《景德傳燈錄》。另有四部較著名的燈錄，分別是：李遵勗編的《天聖廣燈錄》三十卷，沙門惟白集的《建中靖國續燈錄》三十卷、沙門悟明集的《聯燈會要》三十卷、沙門正受編的《嘉泰普燈錄》三十卷。這五本即所謂的「五燈錄」，主要記載歷代祖師的機語，因為內容多有重複，因此宋代普濟重新刪定合為一本，編成《五燈會元》二十卷。

⁴⁶ 蘇軾《蘇東坡全集》續集卷二，台北：世界書局，1996年2月，頁54。

⁴⁷ 主要參考自洪修平著《中國禪學思想史》，〈禪宗的演進與禪學的新特點〉，頁298。

⁴⁸ 這些言行即成為公案，為後來學人參學的典範。

⁴⁹ 《佛光大藏經 禪藏》史傳部，頁565。

語錄和燈錄為了想要不同於傳統經典語言，於是力求通俗、普及的口語化，以便在群眾中容易傳布，因而具有新鮮、生動、潑辣的俗文學特點。雖然口語化，但它並不同於一般日常用語，往往是繞路說禪，不直接從表面意義來理解。為了要破除一般意識認知，它大量的利用象徵、暗示的語法，來引導學人進一步去參悟，於是形成圓轉靈活、含意深微、耐人尋味的特殊風格。

再者，除了記載禪僧言行的燈錄、語錄外，對公案的注解與應用，更是宋代禪宗的重要發展。公案原來是指官府判決是非的案例，禪宗借用以指前輩祖師的言行範例，借用參究這些典範來尋求開悟。宋代禪僧除了參究公案，更對公案加以評頌、注解，於是有頌古與拈古的產生，除了是發明古人言行意涵外，更藉此顯示自己的禪學體會。「頌古」，即舉古則以為韻語，發明其意者。簡單的說，就是採用詩歌偈頌去歌頌、說明古德、公案。「拈古」，則是用散文體對古德、公案的解釋、批評。利用語言文字對公案進行解釋，甚至作繁瑣的文字考證，於是造成宋代文字禪的濫觴。

首創頌古的是汾陽善昭，他從公案古德中選出一百則，分別以偈頌的形成來加以闡釋，而成《頌古百則》，開創了以華麗的韻文來表達禪意的新形式，藉著語言文字來對玄理的把握和表達。不過他還是秉持禪宗「不說破」的原則，儘量不故弄玄虛，使學人容易心領神會而不至於茫然不知所措，甚且誤入歧途。他另外還作《公案代別百則》和《詰問百則》，用以完善表達公案。他曾說明：

古人公案未盡善者，請以代之；語不格者，請以別之。⁵⁰

善昭也說明他選材的原則和目的：

先賢一百則，天下錄來傳。難知與易會，汾陽頌皎然。空花結空果，非後亦非先。普告諸闍士，同明第一玄。⁵¹

把公案背後的玄理說個明白，讓禪更容易參悟，使禪更容易普及。頌古的

⁵⁰ 《汾陽善昭禪師語錄》卷中，見《卍續選輯 禪宗部》第十四冊，頁 0130。

⁵¹ 同上，頁 0126。。

風行對於禪宗向社會各階層的滲透有著密切的關係。頌古使用大量的詩歌語言來闡釋禪旨禪境，這些詩歌語言的啟示性、暗示性、含蓄多義性溝通了禪與士大夫間的聯繫，士大夫經由熟悉的詩語掌握玄理，更將所領會的禪經驗藉由詩語表達出來，這些偈頌詩歌更對詩歌藝術的發展作出重大貢獻。詩歌與禪宗這兩個不同領域，經由士大夫搭起了溝通的橋樑，彼此產生了交涉與滲透。

頌古是宋代特有的體裁，在禪門中大為風行，宋法應編、元普會補的《禪宗頌古聯珠通集》中收錄公案八百一十八則，頌古五千一百五十首，作頌的宗師五百四十八人，從中可窺見當時的盛況，而宋代禪風也因之大變。除了汾陽善昭外，宋代著名的頌古禪師還有雪竇重顯、投子義青、丹霞子淳、宏智正覺等人，其中以雪竇重顯最重要。

重顯的《頌古百則》與善昭最大不同在於變淺顯質樸為華麗典雅。善昭的頌古是在公案的晦明間，予以淺顯的解說，期能藉指望明月，重顯的頌古大為不同，他重視詞藻的華麗、優美、含蓄，以文字取勝，他重視藝術的表現，語言文字的多義性，有利於人們的想像。這樣的特點深投文人士大夫之好，使禪宗易於向文人階層滲透。心聞曇賁曾說：

天禧間，雪竇以辨博之才，美意變弄，求新琢巧，繼汾陽為《頌古》，籠絡當世學者，宗風由此一變矣。⁵²

隨著頌古、拈古的發展，出現了以拈頌為對象，再加以註解的「評唱」與「擊節」。其中以圓悟克勤的《碧巖錄》及《擊節錄》為代表。《碧巖錄》是對雪竇重顯《頌古百則》的評唱，《擊節錄》是對《頌古百則》的擊節。

《碧巖錄》是克勤於政和年間，應張商英之請，在成都昭覺、澧州夾山靈泉和湘西道林寺三次講說重顯的《頌古百則》，其門人將其在靈泉寺講授的內容整理成為書，並以寺內方丈室匾額上的詩句「碧巖」為題。克勤把公案、頌文和經教三者結合起來，用評唱直截了當地解說禪師的言行。克勤的評唱方式分五大程序，首先，在公案前加上提示，再列出公案本則，由克勤對公案加以評論，然後列出公案提出者的略歷，最後再針對其中的警語加以評唱。克勤在公案的基礎上旁徵博引，提綱契領，不僅顯現他禪

⁵² 《禪林寶訓》卷四，見《佛光大藏經 禪藏》宗論部，頁 381。

學知識的豐富，更藉此抒發他的禪學思想。

公案所包含的玄旨、要點在經過頌古、評唱這樣反覆注解、評論之後被揭示出來，使人更容易理解。而在夾注、評唱中不時透出機鋒、機語，仍不失禪宗的特色，創造出新的禪宗經典形式。藉由語言文字來瞭解禪的意旨，文字禪的流風至此已到極致。《碧巖錄》的形式可以說是「文字禪」的主要形式之一，而這樣的形式也深受當時禪僧和士大夫的喜愛，「新進後生，珍重其語，朝誦暮習，謂之至學。」⁵³《碧巖錄》因此而有「禪門第一書」的稱號。無疑的，也是宋代文字禪的代表作。以文字說禪之風瀰漫整個社會，文人學士談禪說偈，理學家援禪入儒，使禪宗思想更進一步的融入各階層，使它成為文化的一部份，思維的一種模式。

繼《碧巖錄》之後，有萬松行秀的《從容庵錄》評唱天童之頌古、行秀弟子從倫評唱投子義青、丹霞子淳的頌古則有《空谷集》和《虛堂集》。然，對文字禪有所批評的也不少，大多責備其舞文弄墨，有違「不立文字」的禪家宗旨。這些批評以大慧宗杲為代表。宗杲看見有些學人拘泥於語言文字，不求開悟，「不明根本，專尚語言以圖口捷，由是火之以救斯弊也。」⁵⁴宗杲於南宋時燒毀了《碧巖錄》的刻版，為的就是希望破除學人執迷於文字，而不求開悟的錯誤。然，《碧巖錄》並未因此而禁絕，元延祐年間再次刻版流行。文字禪的趨勢並未斷絕。

文字禪的盛行，是由善昭與雪竇造成的頌古之風。然而，真正把文字禪理論化和系統化的卻是黃龍門下的惠洪。惠洪（1071 - 1128）字覺範，素與黃庭堅友善，又曾習歐陽諸公之緒，所以雖然出家，而他的才名頗盛。他從理論上說明禪與言相輔相成，說明文字禪的現實性和合理性。他以為：

心之妙，不可以語言傳，而可以語言見。蓋語言者，心之緣，道之標幟也。標幟審則心契，故學者每以語言為得道淺深之候。⁵⁵

語言是一種工具，一種橋樑，雖然它不能盡傳心之妙道，但卻可以借它觀心之妙，同樣的可以透過它把握心之實相。藉由語言的標幟來辨識悟道的淺深，語言雖非目的，卻是手段。惠洪並不認為語言文字是障道之本，反

⁵³ 同上。

⁵⁴ 《碧巖錄》後序，見《中國禪宗大全》，頁 924。

⁵⁵ 惠洪 題讓和尚傳，《石門文字禪》卷二十五，頁 276。

倒將它們看作實現目的的手段，直達禪境的道路。他不遮遮掩掩的說，而是直捷的把禪和文字融為一體，他始終把文字作為禪的主要表達形式。尤其是詩歌，他的《石門文字禪》主要就是取這種意義，把詩歌視為禪的表現。宋代禪僧對詩歌的運用及表現，已達詩人的水準，可稱為詩僧，他們所做的偈頌，從形式上看更像是詩歌。他們引禪入詩，或借詩談禪，在詩歌用字遣詞上推敲琢磨，不比詩人遜色，甚至使用俚語、豔詩來比喻開悟見道的境界。最有名的例子，即圓悟克勤的開悟詩偈：

金鴨香消錦繡幃，笙歌叢裡醉扶歸。少年一段風流事，只許佳人獨自知。⁵⁶

克勤的這首詩偈是自覺地將詩的意境和禪悟聯繫起來。然而禪僧們作詩吟詠忘情或未忘情之語，總是帶有罪惡感，將詩稱為詩魔，如齊己詩云：「正堪凝思掩禪扃，又被詩魔惱竺卿」（愛吟）⁵⁷，惠洪則調和了詩與禪的矛盾：「以臨高眺遠未忘情之語為文字禪」⁵⁸、「予於文字未嘗有意，遇事而作，多適然耳。譬如枯株無故蒸出菌芝，兒稚喜爭攫取之，而枯株無所損益。」⁵⁹ 不論是參禪所得或世俗詩詞吟詠，只要有助於學禪都包括在文字禪裡。

不僅是禪僧熱中於詩歌吟詠性情，宋代士人熱中於參禪，在詩歌創作中抒發所掌握的禪理禪機及有意無意流露的禪境，如蘇軾有名的詩句：「暫借好詩消永夜，每逢佳處輒參禪」，⁶⁰ 這些都促進文字禪的風行。僧人與詩人的大量創作，同時也說明詩禪間的聯繫。

語錄、詩偈、頌古的風行，是禪的文字化，是禪風的一大轉變，也是禪宗在宋代發展一大特色。這種禪宗語言、文字的特色，經由士大夫參禪的聯繫，對詩歌語言進行滲透，使得詩歌語言通俗化，所謂的「以俗為雅」；詩歌意向的哲理化，所謂的「理趣」，對宋代詩風新調的產生有著促進的作用（第五章再詳論）。

⁵⁶ 普濟《五燈會元》卷十九，見《景印文淵閣四庫全書》第 1053 冊，頁 810。

⁵⁷ 齊己《白蓮集》卷七，見《景印文淵閣四庫全書》第 1084 冊，頁 385。

⁵⁸ 惠洪 懶庵銘並序，《石門文字禪》卷二十，頁 214。

⁵⁹ 惠洪 題珠上人所蓄詩卷，《石門文字禪》卷二十六，頁 292。

⁶⁰ 蘇軾 夜直玉堂，攜李之儀端叔詩百餘首，讀至夜半，書其後，《蘇東坡全集》前集卷十七，頁 207。

第三節 看話禪和默照禪的興起與爭議

禪宗在入宋以後為了適應時代環境的巨變，還有宗教本身的發展需要，不免產生了具時代特色的變化，文字禪就是其中的一個特點。禪宗從「說似一物即不中」的要領，轉變為推崇「了萬法於一言」；從追求體驗禪境而獲得證悟，一變為追求領悟文字背後的禪理而獲得解悟。這一路發展出的語錄、燈錄，公案代別、頌古、評唱，共同創造出追求文字解悟的禪學新思潮。文字禪的主流發展到後來，形成禪僧不重禪修踐行的自心自悟，而熱中於鑽研新經典、繁瑣的文字考據，這股潮流在克勤《碧巖錄》刊行後達到高點。一些有識於這股與早期禪宗思想相背潮流的禪僧們站出來反對、對抗這種日益形成的積弊，期望能扭轉只重解悟而不重證悟的弊病。這當中以大慧宗杲最為有力。宗杲提倡「看話禪」以圖扭轉積弊，他的「看話禪」既聯繫公案又注重實踐，禪學發展至此又產生了重大轉折。宗杲「看話頭」與「參活句」的思想內涵並提供宋代詩風新變的啟示。宋詩「活法」的產生，與宗杲「看話禪」有著不可抹滅的關聯。與此同時，還有曹洞宗的宏智正覺所倡導的默照禪興起。默照禪法拋開推崇已久的公案，進入靜坐默究體驗禪境的境界，也吸引當時僧人和士大夫的注意。

南宋時期所興起的看話禪和默照禪各自代表不同的修證方式，都是對文字禪的修正。宗杲不只批評文字禪，也對當時其他禪法加以駁斥，甚至斥為「邪禪」，尤其是對默照禪的批評。看話禪和默照禪的爭議，有著時空關係，更多的是對禪法的表現方式，悟道的方便法門採不同進路。這都必須先探察他們各自的觀點，才能進一步理解。

一、大慧宗杲的「看話禪」

宗杲（1089 - 1163）17歲出家，遊方參學21年。他遍歷雲門、曹洞、臨濟的禪法，因而具有豐厚的禪學基礎，並獨具慧眼對傳統禪學有所批評和創新，引領出新的禪學潮流。

宗杲生於內憂外患的年代，外有金兵的覬覦，連年的兵禍；內有朝臣、社會上主戰、議和的矛盾，人心動盪不安。宗杲在這樣的大環境下，有著熾熱的忠君愛國情操，他與主戰派的張九成、張商英、張浚等人交往密切，

讚賞他們抵禦外侮、革除弊政、振興國勢的主張，並且自己也提倡「忠義之心」，鼓勵佛教徒也應與世俗的忠義之士一樣，具有忠君愛國的思想品格，把禪學與現實政治生活緊密結合。這是他提倡「看話禪」的時代背景之一。

宗杲處於公案氾濫、文字禪盛行的環境，公案語句的固定化，促使禪趨於僵化，宗杲對此一狀況深感憂慮。這是他提倡「看話禪」的另一個時代背景。他為了挽救禪學之弊，恢復臨濟宗自信自悟的傳統禪學，開創運用公案的新形式，以遏止文字禪的靡爛。另外，宗杲見到當時流行的默照禪教人「寒灰枯木去」、「冷湫湫地去」的禪法，是背離了禪宗在日用中、隨處裡修行的基本精神，而有些士大夫正是受默照禪的影響來接近禪法。宗杲於是提出「看話頭」的禪法試圖矯正他認為是錯誤的禪解，這是宗杲提出「看話禪」的最主要因素。他說：

今時學道人，不問僧俗，皆有兩種大病。一種多學言句，於言句中作奇特想。一種不能見月亡指，於言句悟入，而聞說佛法禪道，不在言句上，便盡撥棄。一向閉眉合眼，做死模樣，謂之靜坐觀心默照。更以此邪見。誘引無識庸流曰：「靜得一日，便是一日功夫。」苦哉！殊不知盡是鬼家活計。去得此二種大病，始有參學分。（《大慧普覺禪師語錄》卷二十）⁶¹

宗杲的「看話禪」，就是看話頭，參究公案「活句」⁶²的工夫。宗杲明確指出：「夫參學者，須參活句，莫參死句。活句下薦得，永劫不忘；死句下薦得，自救不了。」⁶³話頭是截斷公案的上下文，只取一個活句來參究，脫離公案的原意，超越字句的意義，去參究話頭背後所隱藏的「佛性」、「如來藏」、「妙淨明心」。宗杲最常舉的是「竹篋子話」和「狗子無佛性話」兩則，尤其是「狗子無佛性話」中的「無」這個話頭。參話頭就是要超越一切思量，「不在靜處，不在鬧處，不在思量分別處，不在日用應緣處。」⁶⁴達到無所思慮、無所言詮的禪定境界，進而體悟人人本有的

⁶¹ 宗杲 示真如道人，《大慧普覺禪師語錄》卷二十，頁218。

⁶² 所謂「活句」是相對於「死句」的，死句是指從正面回答問話，或是從字面理解含義的句子。活句則相反，不能從字面意義去理解，它是具有啟悟的功能。

⁶³ 《大慧普覺禪師語錄》卷十四，見《佛光大藏經 禪藏》語錄部，頁300。

⁶⁴ 《大慧普覺禪師語錄》卷十九，頁209。

「妙淨明心」。

宗杲認為無論行住坐臥，對話頭要「時時提撕」，緊咬不放：

但行住坐臥時時提撕「狗子還有佛性也無？」「無。」提撕得熟，口議心思不及，方寸裏七上八下，如咬生鐵木橛，沒滋味時，切莫退志，得如此時，卻是箇好底消息。⁶⁵

在話頭上提起疑情時，拋棄一切心識計量、見聞取捨，死死咬住這話頭，如癡如愚直到口議心思不起的時候，猶如大死一回般，即驀然咬破。這看破疑團的關鍵就在——頓悟，豁然貫通而大徹大悟。這樣一個參話頭的過程，是要人斷除一切妄念，只在話頭上時時提撕，當疑至心頭煩悶，沒個可把握的東西時，也就幾乎是無意識的心理狀態，只就在這話頭上專注，「驀然向提撕處生死心絕」，⁶⁶「不覺噴地一發」，⁶⁷於是大徹大悟。將全力用在參究話頭，隨時隨地在話頭上提撕，直到頓悟。這種參禪方式為宋代詩人所接受，化用於詩歌中，在創作中講究熟參悟入，如江西詩派詩論中即貫穿這種「熟參」的精神，認為惟有精熟前人的佳作，達到入神的狀態，才能掌握作品的真正精髓（第四、五章再詳論）。

宗杲用參究話頭來替代看經禮佛和研究公案的禪法，他認為惟有「不得下語、不得思量、不得向舉處會、不得去開口處承當」的禪法，才有機會獲得對禪理的徹底證悟。魏道儒先生認為這種思想的哲學意義在於：不需要通過邏輯思維認識作為個別的、部分的和具體的事物，就能通過直觀參究把握作為一般的、全體的和抽象的禪理。⁶⁸

宗杲要求學人於行住坐臥，日常生活中去參究話頭，以體驗禪的證悟。同樣的，他也要求士大夫要時時參究話頭，在日常生活中，甚至是忠君孝親、維護封建綱常名教的一切活動中，去體驗禪境。這是洪州禪於日用中見道的思想實踐。對一些受默照禪影響只知靜坐內觀的士大夫，大力勸說，將他們拉回到在日常生活中就能「明心見性」的禪法。宗杲這種在日常生活中才能求得禪理的觀點，也造成他熱衷於和政治人物來往、關心

⁶⁵ 宗杲 示呂機宜，《大慧普覺禪師語錄》卷二十一，《佛光大藏經 禪藏》語錄部，頁 435。

⁶⁶ 《大慧普覺禪師語錄》卷三十，頁 358。

⁶⁷ 《大慧普覺禪師語錄》卷二十，頁 227。

⁶⁸ 見魏道儒〈禪宗看話禪的興起與發展〉，《中國文化》第六期，1992年9月，頁 55。

時事和融合儒道思想的特點。

宗杲提倡參話頭，要人在話頭上提撕，要離言句，絕百非，杜絕分別思量而達到頓悟的境界。他要人「但參活句，莫參死句」，這樣的精神、方法，提供詩歌新的啟示，為詩歌所借鑑、學習，進而促使詩歌「活法」的產生。這是禪宗精神本體「無形無相、無根無本」的思想和於日用中隨機頓悟的方法——即禪宗的「活法」，給予詩歌詩美建構一個新的啟示。

二、宏智正覺的「默照禪」

正覺(1091 - 1157)，山西李氏。少時通五經，因家庭薰染，11歲即出家，師承曹洞宗枯木法成及丹霞子淳。他住持明州天童寺，並倡導默照禪。生平言行，主要記載於《宏智正覺禪師廣錄》中，其中的〈坐禪箴〉、〈本際庵銘〉、〈默照禪〉和〈淨樂室銘〉等短文主要論說了默照禪的本質和特點。

默照禪的特點是以靜坐默究為證悟的唯一途徑。正覺受曹洞宗寂照虛靈之宗風影響提倡默坐，然而他並不只是枯坐，他強調內心的觀照，及觀照中的圓融。正覺肯定人的心性是「靈然獨照的」，能現萬法，然而這清淨本心卻被根識所蔽障，所謂「廓爾而靈，本光自照，寂然而應，大用現前。」⁶⁹ 惟有默默靜坐，掃除妄念，才能讓它「昭昭現前」，才能恢復照鑒萬物的能力。「默」與「照」是合一的，是靜坐默究與般若觀照的結合。在「默照銘」中，正覺明白的指出「默」「照」之間不即不離的妙用：

照中失默，便見侵凌。 默中失照，渾成剩法。默照理圓，蓮開夢覺。
百川赴海，千峰向岳。如鵝擇乳，如蜂採花。默照至得，輸我宗家。宗家
默照，透頂透底。⁷⁰

正覺認為默默靜坐才能照破空劫之外，洞徹本源，達到物我俱泯的境界。超脫一切生死，才能證悟成佛。雖然正覺偏重靜坐，但他對日常生活中的修行並不反對。他曾說：

⁶⁹ 《宏智正覺禪師廣錄》卷一，見《佛光大藏經 禪藏》語錄部，頁6。

⁷⁰ 《宏智正覺禪師廣錄》卷八，見《佛光大藏經 禪藏》語錄部，頁496。

聲色叢中，飄飄超詣，歷歷相投。所以道，山河無隔越，光明處處透。⁷¹

默照禪雖然強調在靜處做工夫，在靜坐默究中頓悟本來面目，但正覺並不要學人停留在休歇處，更應知道還有「轉身路子」，所謂「妙在回途」：

洗得淨潔，磨得精瑩，如秋在水，如月印空。恁麼湛湛明明，更須知有轉身路子。妙在回途，借路著腳，明中有暗，用處無跡。百草頭、鬧市裡，飄飄揚身，堂堂運步。自然騎聲跨色，超聽越眺。恁麼混成，方是衲僧門下事。⁷²

在塵市中，堂堂運步，應物無礙，在聲色中修行，才能達到「超聽越眺」。

正覺的「默照禪」吸引很多士大夫，於靜室中焚香默坐，所謂「不起宴坐澄心源」（晁沖之《送一上人還滁州瑯琊山》）⁷³，以達到沈澱身心的目的，並因此而得到更多靈感。張汝勤說：

學詩如學禪，所貴在觀妙。肺肝劇雕鏤，乃自鑿其竅。冥心遊象外，何物可供眺？空山散雲霧，仰日避初照。曠觀宇宙間，璀璨同暉曜。但以此理參，而自足詩料。持以問觀空，無心但一笑。（《戲徐觀空》）⁷⁴

在沈思默照中，物我冥契，更易達到詩的境界。故而深受士大夫喜好。

三、看話禪與默照禪的爭議

宗杲對默照禪大力批評的主要原因有二，一是宗杲認為默照禪是一種教人「休歇」下來的默坐禪法，他教人以「寒灰枯木」、「冷湫湫地」的方式來沈靜身心，是不究竟、不徹底的禪法。他認為默照禪只是暫時壓制住

⁷¹ 《宏智正覺禪師廣錄》卷六，見《佛光大藏經 禪藏》語錄部，頁 367。

⁷² 《宏智正覺禪師廣錄》卷六，見《佛光大藏經 禪藏》語錄部，頁 377。

⁷³ 晁沖之《晁具茨先生詩集》卷三，《百部叢書集成 海山仙館叢書》第九函，台北：藝文印書館，1966年，頁 5。

⁷⁴ 楊家駱主編《宋詩紀事補遺》卷八十，台北：鼎文書局，1971年9月，頁 3441。

內心作用，「似石壓草」並不能真正證悟佛性，是一種「斷佛慧命」的邪禪。真正的禪法應該是像「水上葫蘆」般自由自在，是在日常生活中「噴地一發時節」，突然徹見「向上一路」的「妙淨明心」。二是宗杲認為默照禪違背了禪宗「中道」的原則，禪理既不是可用語言來描述得清楚，也不是靜默不語就能掌握得住的。「不語不謗，不默不誑，須知向上別有一路子。」⁷⁵ 禪理是存在於「語」「默」之外的超越境界。

宗杲見到默照禪當時在南方相當流行，且受士大夫喜好，一些逃避戰場與官場失意的士大夫紛紛受其具安定人心的作用所吸引。故他痛心的批評，希望矯正士大夫的觀念，讓他們認識真正的禪法。他說：

邪師輩教士大夫攝心靜坐，事事莫管，休去歇來，豈不是將心休心，將心歇心，將心用心？若此修心，如何不落外道二乘禪寂、斷見境界？如何顯得自心明妙，受用究竟安樂、如實清靜、解脫變化之妙？⁷⁶

宗杲認為息心靜坐的修行與禪宗歷代祖師傳授的精神背道而馳，遠離禪宗明心見性的頓悟宗旨。應秉持《維摩經》所言的「不二法門」觀點，靜與鬧、世間與實相是合一的，不應分裂來看待，單純的求靜，只是逃離開，而不是真正的去克服它。惟有在日常動靜作為、思量分別中貫徹空寂之心，那才是禪。

宗杲對默照禪的批評是因為時代背景及對默照禪的理解。然而，在前面我們對正覺默照禪的闡述中可見到，正覺並不以默照為修行的目的，而是修行的途徑。靜默是為了去掉妄緣幻習，以觀照內心，證得般若智慧，達到解脫。他所要觀照的內心，正是和宗杲看話禪裡所提到的「妙淨明心」是相同的，中國禪宗教導弟子開發的是人人本有的「佛性」、「如來藏」，這只是名詞上的不同，本質上並無差異。他們的不同在於體現這「佛性」、「如來藏」的方法上，他們尋求不同的途徑，來達到證悟解脫的目的。方法不同，而本質無異，他們的不同是表面而枝末的。⁷⁷

默照禪在某種程度上可說是帶有對「達摩禪」復歸的色彩，不同的是，

⁷⁵ 《大慧普覺禪師語錄》卷七，見《佛光大藏經 禪藏》語錄部，頁 141。

⁷⁶ 《大慧普覺禪師語錄》卷二十六，見《佛光大藏經 禪藏》語錄部，頁 529-530。

⁷⁷ 主要參考自楊惠南〈看話禪和默照禪的融合之道〉中的觀點。《禪史與禪思》，台北：東大圖書公司，1995年4月，頁 187-208。

默照禪將般若觀照融入坐禪法門，理論基礎仍是惠能的思想。宗杲對默照禪的批評雖非完全正解，然而卻實際地指出默照禪流行後產生的弊病，一些士大夫只是將默照禪視為暫時的心靈避風港，並未真正了解默照禪的深意。只知終日枯坐，不求頓悟的弊病激起了看話禪的攻訐可說是必然結果。

文字禪、看話禪與默照禪在尋求解脫的路徑上採用了不同方式，士人熱中於參禪而擷取禪法的不同特點，對宋代詩歌有不同層次的影響。文字禪、看話禪的啟發在於注重詩歌語言技巧和藝術思維，宋詩「活法」、「熟參」、「悟入」的理論特點，正是受到當時禪風重語言文字、活潑潑的參悟的啟發，促進「以故為新」、「以俗為雅」，翻新出奇、機變靈活的詩風產生。而採取默照禪的靜坐禪定，以沈澱身心尋求靈感的方式，也吸引許多士人，徐照即有「掩關人？外，得句佛香中」(宿寺) 的詩句，在默照寂靜的狀態中，得到更多靈感。

第三章 宋代士人參禪的時代風尚

作為佛教主流，禪宗入宋以後，進入一花獨放的階段。農禪並作的自給自足經濟型態，在唐末起了轉變。禪僧們由田野山林向城市都邑分流，寺院發展成地主式莊園經濟，而禪師多與權貴、士大夫交往。兩宋時期，知識階層地位的上升，使得隋唐以貴族地主為統治階層的社會結構轉變為以文人士大夫為主。士人參禪風氣的開展形成宋代非常重要、令人矚目的社會現象。士人就在詩與禪之間擔任起溝通橋樑的角色。

隋唐的科舉制度，培養出一批批官僚士大夫，擔任國家社會的運作角色，這使得知識份子地位不斷上升。入宋以後，印刷術發達，政治上的佑文政策，科舉取士的普遍和完善，書院的大量設立等等因素，使得學術大為發展，不僅社會地位激揚，更造就了宋代文人社會的特質。也因著這種特質，文人在多元文化整合下擔任起主導的角色。¹ 禪宗與士人的關係，可以從這個層面來看，而禪學影響詩歌，則主要體現在思維方式上，禪宗提供一套新的思考、表達模式；在文學發展上，詩人藉助禪學找到詩歌創作構思的新出路；在美學範式上，禪宗美學主導了時代評鑑的風尚；在方法論上，作為詩學重新反省和詮釋的反映。²

士人的參禪學佛風氣早在隋唐時期已興起，隨著洪州禪的發展，使禪更接近生活，更容易為士人接受，而禪僧在社會上的活躍，與文人接觸頻仍，也促使文人習禪風氣更盛。時代環境的變異，禪宗為適應轉變，出現調和儒釋的「三教合一」說，也為士人與禪宗間搭起聯結。當士人接觸禪宗後，為這思想所吸引而為之風靡，形成了具時代性的禪悅之風。這樣一股禪悅的風氣，也反過來影響禪宗在兩宋的發展。在特定意義上，甚至可以說，「宋代禪宗主要是為適應士大夫口味的禪」³。

第一節 宋代士人的禪悅之風

¹ 參考自林湘華《詩禪關係的外緣—禪宗與士人文化》中的說法，《禪宗與宋代詩學理論》，1999 成功大學中文碩士論文，頁 17-21。

² 同上。

³ 引自杜繼文、魏道儒著《中國禪宗通史》中的說法，頁 379。

宋代文人社會的特質，培養出文人內斂、自省的性格，與禪宗重「自心自悟」的實踐修練非常契合。禪宗修持方式的簡單，禪學的機趣，都符合中國文人喜好簡潔深遠的特性；而經文人參與審定語錄、燈錄，使得禪書增加可讀性，符合文人口味；文人更利用語錄、燈錄中那種機語問答來鬥機鋒、逞辯才。就這樣形成一股強大的禪悅之風。

大批的官僚士大夫習禪，對禪宗的發展有很大的助益，促使禪宗向世俗生活各方面的滲透，最直接影響的就是思想與文學藝術各領域。在思想上是促進新儒學的形成，理學的思想就是多方面參考了禪宗與華嚴宗等佛教思想。⁴ 在文藝方面，禪的影響則是更加深刻，詩歌就是最顯著的例證。

本節擬從史實記載上士人參禪的一個概況和佛典的廣泛被閱讀所造成禪學的流行，來說明宋代士人的禪悅風氣。

一、士人參禪概況

士人參禪學佛的活動，早在隋唐時期就十分盛行。⁵ 當時的李師政、李通玄、龐蘊、裴休、王維、張說、柳宗元、劉禹錫、白居易、李翱等人都與佛教有關連，都熱衷於參禪學佛。他們對禪宗思想和禪僧的生活方式感到興趣，習禪在一定程度上已經成為士大夫生活的一種習俗。甚至有士人轉而投身禪宗的，如丹霞天然、圭峰宗密等。⁶ 然而，此時的禪宗思想和思維方式尚未有機地被士人融入思想意識和思維方式的深層中。

到了宋代，士人的參禪則成為一種風潮，如富弼、楊億、李遵勗、王安石、范仲淹、楊傑、張商英、張九成、蘇軾、黃庭堅、李昉、張浚、呂本中、曾幾、陳與義、范成大、楊萬里 等。兩宋士人多游走於儒、佛之間，釋老兼治，以習禪為尚。士人參禪活動成為受人注目的重要社會現象，士大夫與僧人的關係更密切。在人天寶鑑中記載張九成與何伯壽書時提到：

⁴ 「宋明理學正是在包括禪學在內的佛道思想的影響下在新的歷史條件下所形成的新儒學。」洪修平《中國禪學思想史》，頁 278-279。

⁵ 根據孫昌武所述，禪宗在隋唐時期已廣受士大夫的喜好支持，參禪的風氣已具相當的規模，士人與禪僧的交往、士人造訪禪院習靜談禪、士人對禪社活動的參與等等。習禪已是文人士大夫之間重要活動。文人的好禪與習禪，《禪思與詩情》，頁 133-170。

⁶ 丹霞天然禪師，本來是儒生學士，一日，將入長安應舉，在路途中遇見一禪僧，問他何處去，他說：「選官去。」禪僧告訴他：「選官何如選佛？」在禪僧指點下，他放棄應試，改到馬祖門下參禪。圭峰宗密禪師，少時習儒書，後來以為儒家學說不能解決人生根本問題，轉而習佛。

九成與徑山（大慧宗杲）往還太熟，抑亦有由，按諸故事，裴公休之師榮，韓退之師大顛，李習之之師藥山，白樂天之師鳥窠，楊大年之師廣慧，李和文之師慈照，東坡之師照覺，山谷之師晦堂，無盡之師兜率，抑豈與夫老嫗頭陀念南無洗廁籌等邪？⁷

大要的指出當時士人參禪的概況。根據日學者阿部肇一的《中國禪宗史—南宗禪成立以後的政治社會史的考證》記載，北宋對佛教採寬容政策，而佛教與士大夫官僚集團的關係更密切。如王隨與首山省念；楊億與廣慧元璉；曾會與雪竇重顯；李遵勗、夏竦與谷隱蘊聰；范仲淹與瑯琊慧覺；楊傑與天衣義懷；趙抃與佛慧法泉；富弼與華嚴修顯；蘇軾與東林常總；張商英與兜率從悅；黃庭堅與黃龍祖心；陳瓘與靈源惟清；張九成與大慧宗杲等交往，均是顯例。⁸ 而士人參禪的盛況，在《五燈會元》卷十九記載：「遂令（大慧宗杲）居擇木堂，為不釐務侍者，日同士大夫入室。（擇木堂乃朝士止息處）」⁹ 參禪士人之盛，需專為朝士止息設參請之室，可見其盛況。以下據資料擇要詳細說明。

楊億為翰林學士，官拜工部侍郎，平日對佛典及禪修多所留意，他在《答史館查正言書》中說自己「反本尋元，修天台之止觀，專曹溪之無念」（《武夷新集》卷十八）¹⁰，與臨濟僧人石霜楚圓及廣慧元璉交往，禪學修養頗深，他自稱「遇廣慧師，請扣無方，蒙滯頓釋。半歲之後，曠然弗疑。如忘忽記，如夢忽覺；平昔礙膺之物，爆然自落，積劫未明之事，廓然現前。繼紹之緣，其在是矣。」¹¹，曾受詔修定《景德傳燈錄》。李遵勗得心法於谷隱蘊聰禪師，他的得法偈云：「學道須是鐵漢，著手心頭便判。直趨無上菩提，一切是非莫管。」¹²，曾編撰《天聖廣燈錄》。晚年與石霜楚圓及楊億成為「法門好友」。《居士分燈錄》卷上記載：「億及李遵勗，嘗嵩問答，問彌勒演化於四方，達摩得心於東土，胡來漢現」¹³，並與禪僧

⁷ 見潘桂明《中國禪宗思想歷程》引，頁 432。

⁸ 見阿部肇一《中國禪宗史—南宗禪成立以後的政治社會史的考證》第三編 宋朝的禪宗史，台北：東大圖書公司，1986年2月，頁 271-830。

⁹ 見《景印文淵閣四庫全書》第 1053 冊，頁 824。

¹⁰ 見《景印文淵閣四庫全書》第 1086 冊，頁 581。

¹¹ 《居士傳》卷二十，《續修四庫全書》第 1286 冊，頁 486。

¹² 同上，頁 487。

¹³ 見阿部肇一《中國禪宗史—南宗禪成立以後的政治社會史的考證》引，頁 384。

結白蓮社，「東掖山如法師，集百僧修長懺，都尉馬遵勗聞於朝，賜號神照，與郡守景得象諸賢，結白蓮社。」¹⁴

宋代官僚顯貴中，與禪僧交往最密切的應屬曾任宰相的張商英了。張商英號無盡居士，因讀《維摩經》而接近佛教，先後拜謁東林常總禪師及兜率從悅禪師。他曾自稱「吾有方外之侶曰常總」，¹⁵ 曾就《華嚴經》決疑錄、《楞嚴經》等義理請益常總，喜讀佛典「日閱佛書四五卷」。葉夢得曾記述：

張丞相天覺喜談禪，自言得其至。初為江西運判，至撫州，見兜率從悅，與其意合，遂授法。悅黃龍老南之子，初非其高弟，而江西老宿為南所深許道行一時者數十人，天覺皆歷詆之。其後天覺浸顯，諸老宿略已盡，後來庸流傳南學者，乃復奔走推天覺，稱「相公禪」。天覺亦當之不辭。近歲遂有為長老開堂承嗣天覺者。（《避暑錄話》卷上）¹⁶

張商英曾就《華嚴》的義理從學於德洪、大洪恩、圓悟克勤等禪師，《雲臥紀談》卷下即記載：「大洪恩禪師與無盡居士張公，以禪教之要，相與徵詰。」¹⁷ 故而他主張禪教一致。張商英著有《護法論》，極力調和儒、釋二家思想，搓和三教，曲折表述了文化整合的趨勢。他說：

群生失真迷悟，棄本逐末者，病也。三教之語，以驅其惑者，藥也；儒者使之求為君子，治皮膚之疾也；道書使之日損，損之又損者，治血脈之疾也；釋氏直指本根，不存枝葉者，治骨髓之疾也。¹⁸

他認為儒釋道三家同為對治人生迷悟的方法，儒家治表，道家治理，佛家治本，明顯的推崇佛家思想，在三教異同的論述中調和之。

侍郎張九成曾拜謁多位禪師，有寶印楚明、善權清、惟尚禪師。曾參訪於徑山說法的大慧宗杲，問格物之旨。宗杲說：「公只知格物，而不知

¹⁴ 《佛祖統紀》卷五十三，見《續修四庫全書》子部第 1287 冊，頁 726-727。

¹⁵ 《雲臥紀談》卷上，見《佛光大藏經 禪藏》史傳部，頁 214。

¹⁶ 葉夢得《避暑錄話》卷上，《百部叢書集成 學津討原》第十四集，台北：藝文印書館景印，1996，頁 74。

¹⁷ 《雲臥紀談》卷下，見《佛光大藏經 禪藏》史傳部，頁 311。

¹⁸ 見麻天祥《中國禪宗思想發展史》引，頁 164。

有物格。」¹⁹ 九成聞後頓領微旨，與大慧宗杲成了莫逆之交。宗杲並指點九成借儒談禪，後來張九成的論述「皆陽儒而陰釋」。²⁰ 宗杲曾讚張九成：「圓悟謂徽猷昭遠為鐵錘禪，山僧卻以無垢禪如神臂弓。」²¹ 張九成受秦檜迫害時，宗杲亦受連累，流放衡州。²²

參訪宗杲的官僚士大夫人數非常眾多，以所存《大慧普覺禪師書目錄》資料看，凡因問禪法於宗杲而作答的，有侍郎曾天游、參政李漢老、給事江少明、樞密富季申、少卿陳季任、待制趙道夫、司理許壽源、寶學劉彥修、通判劉彥沖、秦國太夫人、丞相張德遂、提刑張暘叔、內翰汪彥章、運使夏、呂居仁、郎中呂隆禮、狀元汪聖錫、宗直閣、參政李泰發、宗丞曾天隱、教授王大授、侍郎劉季高、郎中李似表、寶文李茂嘉、侍郎向伯恭、教授陳阜卿、判院林少瞻、知縣黃子余、教授嚴子卿、侍郎張子韶、顯謨徐稚山、教授楊彥侯、樞密樓、大尉曹功顯、侍郎榮茂實、門司黃節夫、知縣孫、狀元張安國、丞相湯進之、提刑樊茂實等。²³ 從可考見的書面問答資料之多，可窺見士人參禪的盛況。

蘇軾因家學淵源，自小即接受佛教，²⁴ 交往僧人不可勝數，他曾自稱「吳越多名僧，與予善者常十九」。在燈錄裡，他被列為黃龍派黃龍慧南弟子東林常總法嗣，與他往來最密切的有東林常總、大覺懷璉和佛印了元。他與東林常總論無情，有省而作的名句，可看出他對禪學的體會：

溪聲便是廣長舌，山色豈非清淨身。夜來八萬四千偈，他日如何舉似人。
(贈東林常總)²⁵

在官場失意，世途坎坷衝擊內心之時，禪宗思想成為他的精神支持。他被貶黃州後，所寫的《黃州安國寺記》正說明逆境中禪宗思想給予的精神支援，及其從中尋求平衡的情形：

¹⁹ 《居士傳》卷三二，見《續修四庫全書》1286冊，頁522。

²⁰ 黃百家編《宋元學案》卷四十，《橫浦學案》宗義案裡黃宗羲說：「凡張氏論著，皆陽儒陰釋。」，台北：廣文書局，1971年，頁632。

²¹ 《大慧普覺禪師年譜》，見潘桂明釋譯《大慧普覺禪師語錄》引，頁14。

²² 其主因即「神臂弓事件」。

²³ 見阿部肇一《中國禪宗史》引，頁716。

²⁴ 蘇軾父母均與佛門往來，其父蘇洵與雲門禪僧圓通居訥關係甚密，其母也崇奉佛教。

²⁵ 蘇軾《蘇東坡全集》前集卷十三，頁157。

輒往焚香默坐，深自省察，則物我相忘，身心皆空，求罪始所從生而不可得。一念清淨，染汙自落，表裡脩然，無所附麗。²⁶

這時期，他與佛印了元交往密切，他被貶惠州後，佛印還寄書提點他：「何不一筆勾斷，尋取自家本來面目。」（《錢氏私志》）²⁷ 蘇軾推崇禪宗思想可由嶺南北歸時所寫的詩中看出；

斫得龍光竹兩竿，持歸嶺北萬人看，竹中一滴曹溪水，漲起西江十八灘。
（贈龍光長老）²⁸

他與禪僧間常詩文酬唱，互鬥機鋒。他的禪學修養深厚，在他的詩詞文章中也表露無遺，尤其詩詞往往富有他所體認的禪理和禪境。何良俊《四友齋叢說》：「唐宋諸公，如李文正、黃山谷於教中極有精詣處，白太傅、蘇端明只是個脫灑，然脫灑卻是教中第一。」指出宋詩領袖蘇軾和黃庭堅的禪學造詣。禪宗的思維方式在他們的融攝、借鑑下，通過詩歌語言藝術而呈現，並形成詩美的新風格，為兩宋詩壇帶來新契機（容後再論）。

黃庭堅與江西臨濟黃龍派交往密切，他在燈錄中被列為臨濟黃龍祖心禪師法嗣，跟晦堂祖心、死心悟新、靈源惟清結為方外契友。《居士傳》卷二六記載他參訪晦堂祖心，晦堂曰：「論語云：『二三子以吾為隱乎，吾無隱乎爾』公居常如何理論？」魯直未能解。一日侍晦堂山行時，木樨盛放。晦堂曰：「聞木樨香否？」魯直曰：「聞。」晦堂曰：「吾無隱乎爾。」魯直頓時領悟。²⁹ 黃庭堅對禪學的用心，頗受肯定，靈源惟清送給他的偈云：「昔日對面隔千里，如今萬里彌相親。寂寥滋味同齋粥，快活談諧契主賓。」³⁰ 他曾作《發願文》，痛戒酒色。在被貶黔州時，讀《大藏經》三年。黃庭堅曾說：

治病之方當深求禪悅，照破生死之根，則憂畏淫怒無處安腳；病既無根，

²⁶ 蘇軾《蘇東坡全集》前集卷三十三，頁360。

²⁷ 趙仁珪《宋詩縱橫》引，北京：中華書局，1994年6月，頁68。

²⁸ 蘇軾《蘇東坡全集》後集卷七，頁501。

²⁹ 《居士傳》卷二六，《續修四庫全書》第1286冊，頁505。

³⁰ 曉瑩《羅湖野錄》卷上，見《佛光大藏經 禪藏》史傳部，頁354。

枝葉安能為害？投子聰老，是出世宗師；海會演老，道行不媿古人，皆可親近。（《羅湖野錄》卷上）³¹

可見他對禪學深有體會。黃庭堅比起其他參禪的士大夫，可說是最像禪師的，就像他的自畫像所描述：

似僧有髮，似俗無塵，作夢中夢，見身外身。（寫真自贊六首 之一）³²

在他所領導的江西詩派的許多詩論中，可印證他參禪心得的影響。江西詩派發源於南禪聖地，江西境內叢林遍布，黃庭堅在《送密老往五峰》一詩中，描述當時盛況：

我穿高安過萍鄉，七十二渡繞羊腸。水邊林下逢衲子，南北東西古道場。³³

江西詩派詩人在這樣文化氛圍裡，自然也沾染、浸淫於禪，他們虔誠的參禪並擁有深厚的禪學底子，在創作中自然流露濃濃的禪味。試看二首詩：

青州從事懶行縣，白水真人不造門。時作藥山遮眼計，尋僧煮茗過祇園。
（李彭 寄何氏兄弟）³⁴

而余與汪侯，敬諮第一義。山僧笑不答，飲水自知味。豈無一樽酒，把盞得竟醉。不知虛靜中，自有無窮意。（謝逸 遊西塔寺分韻得異字）³⁵

從詩中可看出參禪已是生活、詩材的一部份，唱酬往來也常以禪為主題。江西詩派詩人更有幾位是禪僧，如祖可、善權，而呂本中、張孝祥、陳與義等人也都精通禪學。禪學的方法和禪宗的思維方式被吸收化用於詩歌的創作中，故而有「詩到江西別是禪」（劉迎 題吳彥高詩集後）³⁶和「要

³¹ 同上，頁 403。

³² 黃庭堅《豫章黃先生文集》卷十四，台北：藝文印書館，1975年，頁 68。

³³ 任淵注《黃山谷詩集注》內集卷十六，台北：世界書局，1996年 11月，頁 176。

³⁴ 李彭《日涉園集》卷十，見《景印文淵閣四庫全書》第 1122 冊，頁 707。

³⁵ 謝逸《溪堂集》卷一，同上，頁 479。

³⁶ 元好問《中州集》卷三，《景印文淵閣四庫全書》第 1365 冊，頁 81。

知詩客參江西，正似禪客參曹溪」(楊萬里 送分寧主簿羅宏材秩滿入京)的說法。周裕鍇先生更直言「江西詩派是禪宗對宋代士大夫發生大規模影響的產物」。³⁷

除了上述的士人外，據《居士傳》記載，還有晁迥、王隨、文彥博、王古、潘興嗣、晁補之、陳瓘、李綱、張浚、馮楫、王日休等官僚士大夫，都熱中於參禪學佛。晁迥精通佛典，更自著《法藏碎金錄》，融會禪理，主張融合儒、釋、道三教。晁補之年輕時即深信因果佛理，「與圓通、覺海諸禪師游，參求向上事」³⁸。陳瓘則喜讀《華嚴》、《金剛》二經，自號華嚴居士。王日休更是棄官不做而著《龍舒淨土文》，勸參禪者要兼修淨土。

排佛論的主力歐陽修，在見了契嵩的《輔教篇》後觀感有所改變，他遊廬山時對祖印居訥是「肅然心服」的，與之談禪論儒，頗為投契。王安石晚年罷官歸隱後，潛心於禪，終日捧讀佛經，閒話僧房。和大覺懷璉弟子金山寶覺有過親密交誼。他參學於寶峰克文和佛印了元，後來甚至將位於建康的舊宅捐出來，改建為報寧寺，請克文前來主持。蘇軾曾於致友人書中提到他所遇見晚年的王安石：「某到此，時見荊公，甚喜，時誦詩說佛也。」³⁹ 王安石晚年的詩中充滿一種閒適、淡泊之趣味，他所寫下的 讀維摩經有感、與道原自何氏宅步至景德寺、腊享、香將 一系列詩，正是受禪悟的影響。

宋代的理學家雖標榜排佛，但實際除石介、孫復等，幾乎無不受佛教影響，尤其是禪宗。雖然他們多表現出排佛的傾向，但對禪宗思想卻有深入的探究，與禪僧間也有密切的關係，至於他們的思想，也多方面受到深刻的影響，如在本體論、性命天道的論述上，以及方法論上，都可以清楚找到禪宗的影響痕跡。⁴⁰ 周敦頤為官前曾從學於壽涯禪師，後跟黃龍慧南、晦堂祖心、東林常總等禪師參禪問道，並與佛印了元結社講道，他自稱「吾此妙心，實啟迪於黃龍，發明於佛印。然易理廓達，自非東林開遮佛拭，無繇表裡洞然。」⁴¹ 程顥、程頤兩兄弟各自與禪學有接觸，程顥少

³⁷ 見周裕鍇《中國禪宗與詩歌》，頁 94。

³⁸ 《居士傳》卷二六，見《續修四庫全書》子部第 1286 冊，頁 506。

³⁹ 蘇軾 與滕達道，《蘇東坡全集》續集卷四，頁 108。

⁴⁰ 理學家援佛入儒，將禪學作為思維模式和思想資材引入儒學中，建構新儒學。此因非為本文討論中心，故於此處不詳述。

⁴¹ 《居士分燈錄》卷下，見麻天祥《中國禪宗思想發展史》引，頁 170。

時即「泛濫於諸家，出入於老釋者幾十年。」⁴² 程頤也曾歷訪禪師，與黃龍山靈源惟清交往。他們雖排佛，然而在治學、修養上主張的靜坐、主敬、致知的方法，則明顯看出是受到佛教戒、定、慧三學的啟發而產生，在這裡禪宗思想明顯被化用來建構他們的思想體系。朱熹自述十五、六歲時，也曾留心於禪，且「理會得個昭昭靈靈底禪」。⁴³ 他說：「今之不為禪學者，只是未曾到那深處，才到深處，定走入禪去也。」⁴⁴ 可見他對禪學有深厚的了解，他的另一句話更點明當時學禪的風氣：「禪學，專就身上做功夫，直要求心見性。士大夫才有向裡者，無不歸他去。」⁴⁵ 理學對佛學的吸收，特別是華嚴的「理事圓融」和禪宗的心性論，是不容否認的。縱然理學家反佛，然而理學的流行，卻也間接助長士人對禪學的接觸。

以上事例，只是較明確的部分，由此可見當時士人與禪門交流的概貌。士人與禪僧相互交流的情形，反應時代精神面貌的一個社會現象。

二、宋代士人與佛典

早期的禪宗標榜「不立文字，教外別傳」，力圖從繁瑣的經典律藏中釋放出來。實際上是要人不執著於文字，強調語言文字的侷限性，惠能仍然尊經重教，神會也有「藉教悟宗」之說。中唐以後吹起離經慢教、呵佛罵祖之風，後來之人相沿為習，日漸淺薄不重視經典，言談文字多野俗無味。晚唐五代開始，禪師們自覺地重視起語言和經教，清涼文益在《宗門十規論》裡的觀點即體現了這種趨勢：

稍睹諸方宗匠，參學上流，以歌頌為等閑，將製作為末事。任情直吐，多類於楚談；率意便成，絕肖於俗語。自謂不拘羸癩，匪擇穢辱，擬他出俗之辭，標歸第一義。識者覽之嗤笑，愚者信之流傳。使名理而寢消，累教門之愈薄。不見華嚴萬偈，祖頌千篇，俱爛漫而有文，悉精純而靡雜，豈同猥俗，兼糅戲諧。在後世以作經，在群口而為實，亦須稽古，乃要合

⁴² 《明道學案》上，見《宋元學案》卷十三，頁 266。

⁴³ 黎靖德編《朱子語類》卷一〇四，京都：中文出版社，1984年3月，頁 4166。

⁴⁴ 《朱子語類》卷一二六，頁 4866。

⁴⁵ 《朱子語錄》卷一三七，頁 5260。

宜。⁴⁶

入宋後，對佛經文字回護的趨勢更明顯，認為文字與禪並不矛盾，而研讀經書是禪悟的重要一環。「禪教一致」的提倡，更使得禪宗與佛典合為一路，佛典的閱讀再度受到重視。

禪門裡「禪教一致」的時代任務，促使禪僧再度重視經典；而宋代三教合一的社會思潮，則推動士人涉足佛門經典。宋室帝王對佛門經典相當推崇，宋太祖於開寶四年敕高品張從信往益州雕《大藏經》版，而且手書《金剛經》，常自誦讀；太宗素來對佛教頗為推崇，令贊寧修撰《大宋高僧傳》，並親制《大宋新譯三藏聖教序》；仁宗則支持李遵勗撰《天聖廣燈錄》，並為之作序；南宋高宗與禪僧交往密切，或講經釋理，或論三教異同，還親制《原道論》和《圓覺經注》。

佛典大部分富有思想性和文學性，加上文人參與編譯，自傳譯以來，頗受士人喜好。宋代印刷術發達，佛典的刻印有助於廣為流傳，而宋代士人閱讀層面廣泛，因此如《金剛經》《法華經》《圓覺經》《華嚴經》《楞嚴經》《楞伽經》《維摩經》都是士人經常閱讀的書籍，這些佛典的閱讀，有助於士人對禪學的掌握，並進而融入士人思想中，於創作中表現出來。據傳，張商英原是反佛論者，本有意著《無佛論》，然閱《維摩經》後，深為歎服，並因此而歸心佛乘，著《護法論》。在《護法論》中張商英並重點引證了《圓覺經》和《楞嚴經》。而因張商英位居丞相，故此書大為有名，間接推動當時士大夫參禪的風氣。

張九成於慶曆中守滁州，遊琅琊山時到達一藏院，看見佛典華麗嚴整，取而視之，乃《楞伽經》，恍然如獲舊物，悲喜太息，從是悟入。並且以經首四偈發明心要：

一念在生滅，千機縛有無。神鋒輕舉處，透出走盤珠。⁴⁷

晚年更以此經授蘇軾，「使印施江淮間」。⁴⁸ 與張九成同在朝致政的杜衍祁公，見張九成參禪喜佛，常笑怪之。一日，友人介紹其看《楞嚴經》，當

⁴⁶ 見《卮言選輯 禪宗部》第一冊，頁 0881。

⁴⁷ 《居士傳》卷二一，見《續修四庫全書》子部第 1286 冊，頁 489。

⁴⁸ 同上。

他讀完時大驚，問張九成這麼好的書，為何不告訴他？九成說：「譬如失物，忽已得之，但當喜其得不必悔其晚。」⁴⁹ 可見他們對《楞嚴經》喜愛。

蘇軾受禪宗思想影響深刻的原因，除了來自與禪僧交游廣闊、密切外，一個重要的原由在於他廣泛閱讀佛經。蘇徹曾告知韓駒，熟讀《圓覺經》和《楞嚴經》文章自然詞詣理達，他直指蘇軾為例：

東坡家兄謫居黃州，杜門深居，馳騁翰墨，其文一變如川之方至。後讀釋氏書，深悟實相，參之孔老，博辯無礙，浩然不見其涯。⁵⁰

從蘇徹上下文看，應是推崇《圓覺經》與《楞嚴經》對蘇軾的影響。蘇軾自己也推崇《楞嚴經》說：「大乘諸經至《楞嚴》則委曲精盡」。⁵¹ 另，深受其思想感化的還有禪宗依崇的經典之一的《楞伽經》。蘇軾推崇《楞伽經》：「吾觀震旦所有經教，惟《楞伽》四卷可以印心。」⁵² 並為書之，求善工刻之版。他特意勸大眾刻印《楞伽經》，以成就功德。蘇軾涉獵佛典並融攝其中思想，而發抒於創作之中，在他的詩作中常可見禪理、禪典，可見他對佛禪典籍的熟悉與接受，試看一些較明顯的例子，如 次韻子由浴罷：「《楞嚴》在床頭，妙偈時仰讀」⁵³，直接道出對《楞嚴經》的喜愛，詩中更引用《楞嚴經》和《維摩經》的思想、語言。又如 贈東林常總 云：

溪聲便是廣長舌，山色豈非清淨身。夜來八萬四千偈，他日如何舉似人。⁵⁴

「廣長舌」出自《法華經 神力品》，而「八萬四千偈」則引自《楞嚴經》，用來比喻佛法之無所不在。經典順手拈來，即能做生動的比喻，不僅傳達了佛法無邊，並使詩歌創作題材及語言更加廣泛、多樣而生動。再如 臂痛謁告，做三絕句示四君子 其三：

⁴⁹ 《佛祖統紀》卷四十五，《續修四庫全書》子部第 1287 冊，頁 633。

⁵⁰ 《雲臥紀談》卷上，《佛光大藏經 禪藏》史傳部，頁 221。

⁵¹ 蘇軾 書柳子厚大鑒禪師碑後，《蘇東坡全集》後集卷二十，頁 630。

⁵² 蘇軾 書楞伽經後，《蘇東坡全集》前集卷四十，頁 424。

⁵³ 蘇軾《蘇東坡全集》後集卷六，頁 489。

⁵⁴ 蘇軾《蘇東坡全集》前集卷十三，頁 157。

小閣低窗臥宴溫，了然非默亦非言。維摩示病吾真病，誰識東坡不二門。⁵⁵

出自《維摩經》的典故，維摩詰的精神智慧深為蘇軾所感佩推崇，故以維摩詰為典範，從《維摩經》裡思索存在的真理以及解決疑惑和苦惱的不二法門。轉化宗教思維而成為自己的人生體會，使得傳達出的人生哲理更加深刻。蘇軾所引用的釋典中，以《維摩經》為最頻繁，因為《維摩經》的哲理深刻、文辭優美，又以居士在家修行的角度來談佛理，故最能獲得士人的喜愛。蘇軾對《維摩經》並非盲目的推崇，而是在佛典中得到人生哲理思辯的深刻啟迪。在第六章中將詳細論述蘇軾詩歌中的禪宗思想。

王安石辭官歸隱後，潛心修行，每日捧讀佛書，其中對《楞嚴經》頗為喜愛，「每曰：今凡看此經者，見其所示性覺妙明，本覺明妙。知根身器界生起不出我心。」⁵⁶ 並作《楞嚴經疏解》，有很多的心得體會，深受惠洪稱許，「其文簡而肆略諸師之詳，而詳諸師之略，非識妙者，莫能窺也。」⁵⁷ 他對佛典的體會、參禪所得，在他晚年詩歌中可以清楚的看見。王安石晚年的詩歌充滿淡泊閑靜的美感，與早中期實用的功利的趨向不同，他「以物觀物」的直覺體悟方式，使心物合而為一，使詩達到自然美的境界。這和禪宗直覺觀照的思維方式有著密切的關連。他所寫的禪詩，明白的道出禪宗的思維方式和哲理對他的啟發。例如 記夢⁵⁸ 一首：

月入千江體不分，道人非復世間人。鍾山南北安禪地，香火他日供兩身。

自號華嚴居士的陳瓘，喜讀《華嚴經》《金剛經》，他並強調佛經不在多讀，只要熟讀《金剛經》就足夠了。李綱三居相位，後發憤求出世法，研讀佛書，通《易》與《華嚴》。晁補之二十餘歲即歸向佛法，深信因果，其弟晁說之，官至待制，晚年日頌《法華經》不輟。⁵⁹

宋代士人參禪，佛典的閱讀是接近禪法的一大途徑，對佛典也多持推崇和喜愛的態度。尤其是《維摩經》，維摩詰兼顧入世與出世的精神，極

⁵⁵ 蘇軾《蘇東坡全集》後集卷一，頁 433。

⁵⁶ 惠洪《林間錄》卷下，《佛光大藏經 禪藏》史傳部，頁 166。

⁵⁷ 同上。

⁵⁸ 李壁撰《王荊公詩注》四三，見《景印文淵閣四庫全書》第 1106 冊，頁 319。

⁵⁹ 見《居士傳》卷二六，《續修四庫全書》1286 冊，頁 506。

應合士大夫的心境，故而成為一種典範，深受士大夫的喜愛。另，《圓覺經》和《楞嚴經》也深受士人的青睞，在與禪僧參論禪學問題時，這兩部經典常被作為依據加以討論，如大慧宗杲訪張九成於慶善院時，張九成問宗杲：「九成每於夢中頌《語》《孟》，何如？」宗杲即舉《圓覺經》答曰：「由寂靜故，十方世界諸如來心，於中顯現，如鏡中像。」⁶⁰《圓覺經》和《楞嚴經》的地位迅速上升，成為中國佛教後期的重要經典依據。⁶¹

宋代士大夫除了佛典的閱讀外，也喜歡為佛典作注疏。大量語錄、燈錄的刊行，也吸引士人的目光，更有士人喜愛為燈錄作序，進而參與禪宗文獻的整理和闡釋工作。文字禪的流行，士大夫的喜好與參與有著舉足輕重的影響。禪的思維方式和禪的方法也在佛禪典籍的被重視下，深入士人的思維和創作中。

第二節 宋代士人參禪原因探微

兩宋士人參禪的盛況（上一節已詳述），可以說是一個重大的社會現象，並間接的在思想上、文學上造成影響，它的形成原因應是多方面的。潘桂明先生認為，從官僚士大夫這一角度來看，主要有三個原因：一是儒門淡薄，收拾不住；二是士大夫因官場受挫而遁入空門；三是與禪僧詩文相酬，情趣相投，⁶² 剖析頗為肯切。筆者竊以為，宋代士人參禪原因是多面向造成的，單從士人角度來論述，可能不夠全面而有偏漏，應當從多方向同時探究。士人所處的時代環境、社會思潮都是與士人息息相關的，這兩者影響士人選擇處於時代中的自我定位及中心思想，從這兩個方向剖析相信將有助於掌握其面貌。筆者以為可以從政治狀況、社會思潮所引起的士人的心態變化、及士人個人認知、禪宗特色這幾個面向來探討。政治環境和社會思潮往往左右著士人面對生活、理想抱負時的態度和方式，而士人心態的變化則直接影響他的思想、他的行為、喜好，最終則體現於他的創作。禪宗思想及禪宗方法則具有吸引文人目光的特質及深度，因而能獲

⁶⁰ 《居士傳》卷三二，同上，頁 522。

⁶¹ 潘桂明認為《圓覺經》和《楞嚴經》自中唐以至近代，備受禪僧和士大夫推崇，使得此二經地位上升，是《壇經》經之後繼承《起信論》的傳統，並加以發揮。在新的歷史條件下，取代《壇經》地位，成為中國佛教的最後理論型態。《中國禪宗思想歷程》頁 457-465。

⁶² 見潘桂明《中國禪宗思想歷程》一書中，對兩宋士大夫參禪原因的探討，頁 440-150。

得廣大士人的青睞。

本節擬從政治狀況、社會思潮、士人認知心態、學術環境、禪宗特色等方向，做分析論述，以期能較全面掌握促成士人參禪盛況的因由，對於詩禪產生關係的外緣因素的掌握，將有助於釐清詩禪關係。

一、政治社會的動盪不安

經過晚唐、五代的混亂局面，宋王朝完成統一的局面，因此也進入皇權至尊的絕對專制主義時代，國家至上的觀念增強，民族責任感的加重，都導致了士人對於國家的依賴，強化了忠君愛國的犧牲精神。宋初政治保守，集中軍權財權，真正握有決定權者為少數，卻不斷增設冗官；重文輕武，軍事無力，對於邊界遼國的侵略，採取防守被動的態勢，使得整個時代精神趨向於深沈收斂。士人心理趨向於喜好深微沈靜，故而嚮往隱居山林的隱士生活。禪宗的那種心性本覺、隨緣自適的禪悅情趣，正投士人所好，於是士人向禪宗靠攏，參禪學佛，如王禹偁、楊億等人「留心釋典禪觀之學」（《宋史 本傳》），並且與僧人往來，詩文酬答，⁶³ 在心理和思想上具受其影響。禪宗重視內心寧靜淡泊的自我解脫，與士人崇尚平淡閑逸的思想相結合，追求一種清靜自適的人生情趣，體現在創作上的則是平淡清遠風格的追求。

宋代文人經由科舉制度，大量步上仕途，士人往往身兼官僚、政治家、文學家，政治環境的變化和個人的升沈榮辱，直接影響士人的人生態度和思想變化。宋仁宗即位後，北方的契丹和党項不斷侵略邊界，宋室派兵遣將，卻常失利，外敵自是非常驕橫，而經常來犯。兵員不斷增加，軍費耗去甚多，據《宋史 夏國傳》記載：「自熙寧用兵以來，而靈州永樂之役，官軍、熟羌、義保，死者六十萬人，錢粟銀絹以萬數者，不可勝計。」⁶⁴ 人民因此稅賦增加，國庫殆盡，財政益形困難。內憂外患，激起士人改革

⁶³ 宋初僧人文士化，詩歌創作大量增加，與文人間往來酬答，形成文壇佳話。宋初九僧即形成了詩派，此九人為希晝、保暹、文兆、行肇、簡長、惟鳳、惠崇、宇昭、懷古，其詩作收在《全宋詩》共一百四十三首。見北京大學古文獻研究所編輯《全宋詩》卷一二五、一二六，北京：北京大學出版社，1998年，頁1441-1478。

⁶⁴ 引自黃大受《中國通史》，台北：五南圖書公司，1983年7月，頁552。

圖強的意識，於是有慶曆新政和熙寧變法的改革出現，這時士人充滿改革的熱情和壯志。然而，慶曆新政和熙寧變法相繼失敗，改革並未成功，卻衍伸官僚士大夫的政爭。新黨、舊黨之爭，對外主戰、主和之爭，使得政治社會更加動盪不安。隨著慶曆新政的失敗和熙寧變法的窒礙難行，士人濟世圖強的熱情消滅，政治上的挫敗，迫使士人收斂、沈澱。歐陽修在慶曆新政失敗後，道出了他的心情：「壯志消磨都已盡，看花翻作飲茶人」（依韻答杜相公寵示之作）⁶⁵。

黨爭的相互傾軋，是權力、門戶的鬥爭，惡劣的鬥爭甚至興起了「文字獄」，蘇軾的「烏台詩案」即是，造成士人仕途坎坷，感嘆際遇無常。自崇寧年間開始，以徽宗和蔡京為首的「紹述派」對元祐黨人和元祐學術一連串的打壓，如崇寧二年（1103）下召將蘇洵、蘇軾、蘇轍、黃庭堅、張耒、晁補之、秦觀等人的文集印版全部焚燬，令州縣立黨人碑。政和四年（1114），禁元祐學術。這種政治迫害至政和年間達到高峰，士人不敢隨意對時政發表議論。因此士人紛紛轉向禪宗尋求心靈的慰藉，以消解沈痛的挫折。禪宗超脫塵世，尋求解脫的精神，正適合士人安頓身心，因而成為士人的精神寄託，紛紛參禪學佛去了。政治理想破滅，豪情壯志不再，面對紛亂險惡的鬥爭，只希望沈澱內心，尋求平靜。士人的心理從豪情壯志轉為平靜淡泊，從對社會現實問題的關懷轉向人生問題的思考，體現於文學創作的則是對平淡詩美的追求，對心靈世界活潑自由、物我合一的嚮往（關於詩歌創作的部分，將於第五章再詳述）。

綜看兩宋國勢衰弱，先後遭受遼、夏、金的嚴重壓迫和侵略。金兵滅遼後，揮戈南下，破汴京，擄走徽、欽二帝，社會動盪不安，人民心靈受到巨大影響。兩宋的積弱，外患的欺侮，始終讓宋人抬不起頭，面對遼金的侵略，主戰派和主和派爭論不休，加上內政上的新法、舊法之爭，新黨、舊黨之分，政治上長時期的內鬥不安。外憂內患，官僚士大夫面對這樣的社會政治，沈悶、憂鬱是共通的現象。於是，士人的性格趨向於深沈、內斂。這樣政治紛擾、社會壓抑，不能不使人聯想到佛教所說「四大皆空」「諸行無常」，感嘆人生變化莫測，世事難以逆料。蘇軾在徐州任上時，以「百步洪」一詩道出政治紛亂的感慨，他以船行洪波中所遇的險惡景象

⁶⁵ 歐陽修《文忠集》卷十二，見《景印文淵閣四庫全書》第1102冊，頁101。

來暗喻險惡的政治生態，他嘆道：「紛紛爭奪醉夢裡，豈信荊棘埋銅駝」⁶⁶，黨爭所導致的社會動亂讓士人心痛。而蘇軾個人所秉持的態度則是：「但應此心無所住，造物雖駛如余何」，⁶⁷「無所住」語出釋典《金剛經》：「應如是生清淨心，不應住色生心，不應住聲香味觸法生心，應無所住而生其心。」面對紛亂的社會，蘇軾期許自己保持跳脫是非得失的清淨心，而這種想法，無非是禪宗思想的影響！宋王朝的官僚體系加強了士人的愛國情操，也滋長了獨裁者的苟且無能，有志之士只有無可奈何的沮喪和失望。加上官僚設置浮濫，人浮於事，據趙翼二十二史劄記說：「宋開國時，設官分職，尚有定數，其後荐辟之廣，恩蔭之濫，雜流之猥，祠祿之多，日增月益，遂至不可紀極。真宗咸平四年（西元一〇〇一年），有司言：減天下冗吏十九萬五千餘人，所減者如此，未減者可知也。」⁶⁸再則任意的罷黜任用，使得士大夫在宦海中浮沈，無所適從，無法發揮，這些都促使士大夫從禪學中尋找精神寄託。

政治社會多舛多變、仕途風浪險惡，身處其間的士人承受極大的壓迫。嚴峻的新舊黨爭，嚴酷的文字獄，很多士人在面臨無法改變的時勢環境下，選擇逃避現實，使士人形成畏禍的心理，避世觀成為士人的共同心態，對政治社會的熱情，轉為偏向個人生命圓成的努力。於是轉向禪裡隱遁，尋求抒解，找尋慰藉。江西詩派詩人即是如此，他們避世鄙俗、對社會政治冷漠，他們畏懼高壓政治下的文字獄，故避免討論時事，而注重身邊瑣碎的事物所帶來的美感，與個人內心的修養，自覺的追求自我人格的完善，於是多以參禪為修心養性的方法。江西詩人即有多位是隱逸山林之人，其中還有幾位是禪僧（如璧、祖可、善權），而身居尚書外郎的徐俯自號東湖居士，「與朝士同志者挂鉢於天寧寺之擇木堂，力參圓悟，悟亦善其見地超邁」⁶⁹。這樣的心態直接反映到士大夫文人的創作中，江西詩派即以反對怨刺，避免批評時政為創作綱領。他們深受禪宗思想及禪宗方法的影響，以禪宗靜觀內省的方式來觀照事物，詩歌創作上關於「活句」、「活法」、「悟入」都是源於禪宗，所以他們的詩作中充滿了禪味。

宋代禪悅之風如此興盛，時代環境是一大因素。

⁶⁶ 蘇軾 百步洪，《蘇東坡全集》前集卷十，頁114。

⁶⁷ 同上。

⁶⁸ 見黃大受《中國通史》引，頁520。

⁶⁹ 《五燈會元》卷十九，見《景印文淵閣四庫全書》第1053冊，頁843。

二、社會思潮

文人士大夫除了受政治環境的影響之外，社會思潮也是一股左右士人思想的主流。三教合一為宋代強大的社會思潮，佛學的中國化，儒學的哲學化，佛、老參融，莊、禪流行，文化整合的趨勢，促使學術大為發達。以儒學統合釋道二學，結合三者之優，是宋代的時代趨勢。於是士人跨足釋道，以尋求儒釋道融合的可能。儒釋道三家都有匯歸其他二家的動作，禪宗在宋代的歷史任務之一即是融會儒道，以適應時代的環境，這在上一章已有詳述。宋代的新儒學——理學的產生，正是結合了釋道思想的。這樣一個時代思潮，推動著士人走向禪宗去探究個清楚。

漢武帝獨尊儒術後，儒學便成為治世經業的思想主流。在漢代以經學為主，魏晉時為玄學所取代，然至隋唐五代，儒學再度成為主流，只是此時儒學仍遵循著漢儒重注疏的道路，趨向繁瑣陳舊的語言文字之學，這條道路猶如死胡同，在哲學思想上已無發展。文人在這種學術氛圍下自然感到壓抑與苦悶，儒學已無法收拾人心。據《佛祖統記》第四十五卷記載：

王荊公安石問文定張方平曰：「孔子去世百年生孟子，後絕無人，或有之而非醇儒。」方平曰：「豈為無人，亦有過孟子者。」安石曰：「何人？」方平曰：「馬祖、汾陽、雪峰、巖頭、丹霞、雲門。」安石意未解。方平曰：「儒門淡薄，收拾不住，皆歸釋氏。」安石欣然歎服。後以語張商英，撫几賞之曰：「至哉此論也。」⁷⁰

王安石對張方平這樣的解說大為嘆服。儒學走向瑣碎注疏考據的死胡同，甚至可說是停滯衰退，它已無法滿足、領導文人的心。在這時候，佛教獨特的哲學思辨、心性學說、止觀修行，吸引了士人的注目。儒學為封建統治政權所推重，在於它倫理至上、臣服威權的思想，依賴統治政權而存在，主張積極的入世，偏重於倫理的說教，也因此忽略個人獨善其身的精神支持，缺乏治心的方法。禪宗以妙悟為核心的心性學說和直覺觀照的思維方式，是治心方法的指導，因此而深獲士人的青睞。禪宗作為唐末五代佛教

⁷⁰ 見《續修四庫全書》第1287冊，頁632。

的代表，它活潑自在、平淡灑落的風格，正是文人所喜愛而追求的。於是士人在接觸了禪學後，無不為之傾倒，並積極尋求調和的可能。

三教合一的思潮推動著士人接觸禪學，而士人參禪對三教合一的思潮也起了推波助瀾的作用。在很多士人的創作中都可以看到他們儒釋合一的主張，例如晁迥的《法藏碎金錄》就是「融會禪理，隨筆記載，蓋亦宗門語錄之類」，⁷¹ 主張融合儒釋道三家教義。張商英的《護法論》則駁斥韓愈、歐陽修、程顥等排佛論者的論調，竭力調和儒釋。蘇軾的《祭龍井辯才文》中說：

孔老異門，儒釋分宮。又於其間，禪律相攻。我見大海，有東南北。江河雖殊，其至則同。⁷²

正是三教融合的想法，三教的本質是相契合的，差別的只是表達和實現目標的方式。蘇門文人大都也持這種觀點，黃庭堅的禪宗信仰深刻，調和儒釋思想是一向的主張，他作有《臨濟宗旨論》，就儒釋是殊途而同歸加以論說：

或諷晦堂，不當以儒書雜糅佛語。師曰：「若不見性，祖佛密語盡成外書，若是見性，魔說狐禪皆為密語。」嘻！師乃學通內外，隨機啟迪，使人各因所習，同歸於悟。吾佛與儒，同一關鑰。⁷³

隨機啟迪，同歸於悟是儒釋方法相通之處。另，陳師道以為「三聖（孔、老、釋）之道非異，其傳與不傳也」⁷⁴；張耒也說「儒佛故應同是道，詩書本自不妨禪」。⁷⁵ 葉夢得也有多則以儒通禪的言論：

大抵儒以言傳，而佛以意解。兩者未嘗不通。自言而達其意者，吾儒

⁷¹ 見《景印文淵閣四庫全書》第 1052 冊，頁 425。

⁷² 蘇軾《蘇東坡全集》後集卷十六，頁 601。

⁷³ 麻天祥《中國禪宗思想發展史》引，頁 162。

⁷⁴ 陳師道《面壁庵記》，《後山集》卷十二，《四部備要》集部，台北：台灣中華書局，1983 年 12 月，頁 12。

⁷⁵ 張耒《贈僧介然》，《柯山集》卷十七，見《景印文淵閣四庫全書》第 1115 冊，頁 146。

世間法也；以意而該其言者，佛氏出世間法也。⁷⁶

裴休得道於黃檗，《圓覺經》等諸序文，皆深入佛理，雖為佛者亦假其言以行，而吾儒不道，以其為言者佛也。李翱 復性書，即佛氏所常言，而一以吾儒之說文之。晚見藥山，疑有與契，而為佛者不道，以其為言者儒也。此道豈有二，以儒言之則為儒，以佛言之則為佛。⁷⁷

士人宣揚儒釋融合的想法，推動更多人向佛禪探看，去了解儒禪間的異同，而當他們發現禪宗思想的優點時，更加入推動儒釋融合的行列。於是，參禪風氣愈加熱烈。

三教合一的社會思潮，促使文人士大夫涉獵禪宗思想，因此，當禪宗的心性學說為士人所視見，他們不得不為禪宗所攝服，紛紛投向禪宗。而禪宗的空靈神韻，更符合知識份子的閒情逸致，也撫平在官場受挫的落寞情懷，於是禪悅之風大盛。以士大夫為主體，以儒為本，融合釋道的時代思想，形成「修身以儒，治心以釋」的廣大士大夫的自覺實踐。士大夫在參禪學佛時找到身心安頓處，同時也促進了禪宗的發展。

三、士大夫的仕途失意與個人認知

自古以來，知識份子向來有以退隱山林來表達清高脫俗、不與人同流合污的志向。兩宋的士大夫在心理上幾乎都有退隱的準備，面對官場的變換、世事的多變，精神上隨時準備好退路，而這最好的退路莫過於禪，宋人羅大經在《鶴林玉露》中說：

士豈能長守山林，長親蓑笠？但居市朝軒冕時，要使山林蓑笠之念不忘，乃為勝耳。 荆公拜相之日，題詩壁間曰：「霜松雪竹鐘山寺，投老歸歟寄此生。」 山谷云：「配玉而心若槁木，立朝而意在東山。」⁷⁸

⁷⁶ 葉夢得《避暑錄話》卷上，頁9。

⁷⁷ 葉夢得《避暑錄話》卷下，頁3。

⁷⁸ 羅大經《鶴林玉露》卷五，台北：藝文印書館，1966年，頁8-9。

在官場現實不能施展抱負時，禪就是士人的避世之路。佛教禪理是士人治療精神創傷、滿足心靈需求的良方，是仕途失意時的精神解脫，是人生的避風港。王禹偁在受貶後寫的 朝簪 詩說：

一載朝簪已十年，半居謫宦半榮遷。壯心無復思行道，病眼唯堪學坐禪。
(《小畜集》卷十)⁷⁹

在仕途失意的時候，轉向禪宗尋求精神解脫。歐陽修是主張經世致用的古文運動者，也是排佛大將，在慶曆新政失敗後，被貶滁州時，曾親謁祖印居訥，且自號六一居士，他不再排佛，甚至從投子修顯禪師讀《華嚴經》，嚮往歸隱生活。

王安石的親近禪佛，一樣是在他變法失敗後。國勢的衰弱、政治的腐敗，王安石懷抱著變法改革、為國為民的政治理想，努力尋求解決之道。此時他的詩歌創作多是雄豪峭厲、驚世奇拔的政治詩和詠史詩。變法改革失敗後，富國強兵、經世濟民的政治懷抱和憧憬破滅了，內心的悲痛與無奈是不言可喻。此時王安石轉而向佛老思想尋求精神寄託，在他參禪學佛的過程中，他找到了安身立命之處，他悲壯沈鬱的心靈在佛禪思想中得以平靜下來，所有心靈的衝擊得以獲得抒解，並在其中尋求到人格的獨立與自由。王安石在罷官歸隱後，潛心禮佛參禪，並撰寫佛經注疏，認同禪的出世思想，追求平靜自適的淡泊生活。在佛禪思想的浸漬下，他晚年的詩作轉變為平淡自然、空靈淡泊的詩美風格。這時期寫出不少具禪理、富禪味的詩作，頗得禪家三昧。他在 贈僧 的詩句中：「亦欲心如秋水靜，應須身似嶺雲閒」⁸⁰ 的期望，正是他仕途失意後所轉向追求的心境。

蘇軾的仕途更是坎坷不平，他熱衷從政，道路卻不平坦。剛步入政壇不久，即與王安石的變法派意見相左而被黜出朝，自願出為杭州通判，在杭州陶情山水、與禪僧賦詩往還，藉以擺脫煩惱失意。《宋元學案》中記載：

自為舉子，至出入侍從，忠規讜論，挺挺大節。但為小人擠排，不得安於

⁷⁹ 王禹偁《小畜集》卷十，見《景印文淵閣四庫全書》第1086冊，頁102。

⁸⁰ 李壁《王荊公詩注》卷四八，見《景印文淵閣四庫全書》第1106冊，頁371。

朝廷，鬱僚無聊之甚，轉而逃入於禪。斯亦通人之蔽也。⁸¹

此時期，他常遊訪禪寺，與惠勤、參寥等禪師論詩說道：「我初適吳，尚見五公。講有辯、臻，禪有璉、嵩。」⁸² 元豐二年，發生「烏台詩案」，被謫黃州，蘇軾受到前所未有的屈辱，心灰意冷。到黃州後「一見太守，自餘杜門不出。閒居未免看書，惟佛經以遣日，不復近筆硯矣。」⁸³、「間一二日輒往（安國寺），焚香默坐，深自省察。」⁸⁴ 看佛經排遣時間、到「安國寺」參禪禮佛，意欲從佛禪思想中獲得平復心靈及安身立命之處。此時，他全心追尋佛理，更深入佛禪思想，這是由於仕途的失意所促成。他看淡功名利祿，「焚香默坐，深自省察」的修行，終於達到「物我相忘，身心皆空」⁸⁵ 的境界。王安石變法失敗，蘇軾回朝，再度與當權者不合，再次出朝，知杭州。這期間又遭人誣告，一貶再貶，一直遠放到儋州（今海南儋縣）。

官場不斷的受挫，促使蘇軾從禪宗那兒尋求支撐，他曾說：「每往見師，清坐相對，時聞一言，則百憂冰解，形神俱泰。」⁸⁶ 在接連政治挫敗後，儒家思想不能解決他所遭遇的問題，卻在佛禪思想中尋到了寄託。面對失意，蘇軾選擇佛禪，然而，蘇軾不只是被動的接近禪道，他更是心儀物我相忘後達到的性自清淨的禪悅境界。他交往過不下百人的禪僧，對禪學的研究更是日益深厚，最後甚至認為「我本修行人，三世積精鍊」（南華寺）⁸⁷，這是自覺的選擇和認知，蘇軾習禪之心，是愈老愈篤厚。

黃庭堅的家鄉分寧（修水）到處是禪院，祖母是虔誠的禪宗門徒，從小就直接受到禪宗的浸染，他在出仕前的詩作中，已有不少出世思想，如：

在世崇名節，飄如赴燭蛾。及汝知悔時，萬事蓬一窠。（溪上吟）⁸⁸

聞道臺源境，除荒三徑通。人曾夢蟻穴，鶴亦怕雞籠。

⁸¹ 見黃百家編《宋元學案》卷九十九《蘇氏蜀學略》，頁1555。

⁸² 蘇軾《祭龍井辯才文》，《蘇東坡全集》後集卷十六，頁601。

⁸³ 蘇軾《與章子厚書》，《蘇東坡全集》續集卷十一，頁358。

⁸⁴ 蘇軾《黃州安國寺記》，《蘇東坡全集》前集卷三十三，頁360。

⁸⁵ 同上。

⁸⁶ 見蘇軾《海月辯公真贊》，《蘇東坡全集》後集卷二十，頁632。

⁸⁷ 蘇軾《蘇東坡全集》後集卷四，頁467。

⁸⁸ 任淵注《黃山谷詩集注》外集卷一，頁217-218。

萬壑秋聲別，千江月體同。須知有一路，不在白雲中。

（次韻十九叔父台源）⁸⁹

對於禪宗一切虛幻、萬物平等觀念，已有深刻的理解。後來仕途不暢，命運多舛。他因是「蘇門四學士」之一，受到蘇軾「烏台詩案」的牽連，兩次被貶，並被列為「元祐奸黨」。他主持編修的《神宗實錄》遭到章惇、蔡卞之流誣陷「誣毀先帝」；又因作《承天院塔記》被陳舉、趙挺之等彈劾。仕途不順，一直區居下職，而產生了避禍心態。二十七歲時，已倦於官場，「忽忽不樂，有懷歸之意」，轉而追求生命修養、人格理想。他轉向禪宗思想，尋求生命的圓成。

黃庭堅一生與禪師往來頻繁，並研讀經書，鑽研佛學，頗獲僧家肯定，被普濟的《五燈會元》列名於黃龍法嗣下。仕途的不順遂固然促使山谷往禪裡尋求寄託，然而個人的認同、自覺的親近，應該更是山谷參禪的原因。他拜在黃龍派祖心禪師門下，與祖心的法嗣惟清、悟新往來，深得黃龍派的真傳，禪學修養豐厚。體現在他的思想、言行和文學創作，可顯見的是在思想上重覺悟、活潑潑的心靈體驗；在創作上，接受禪宗公案鬥機鋒、參話頭的思維方式，截斷常解、故作玄虛、插科打諢、遊戲三昧（第五章再詳論）。

當文人士大夫看透政治社會的混亂和官場的傾軋後，禪宗的人生哲學與生活情趣自然吸引他們的投入。而禪宗本身的哲學思想、思維方式和審美趣味，更讓士人自覺的傾心。

四、禪僧的文士化與文字禪的風行

早期禪宗注重從生活體驗中悟道，所以排斥經教，強調從運水搬柴、吃飯睡覺、屙屎送尿、一切日用中體悟證道，故而不重視語言文字，禪師之間的對話多是直接素樸的俗語。此時期是農禪並作的時期，禪僧執耒耜從事農作以自給自足，禪僧在書寫宗教說理的偈頌時，並不注重文采，故而文采較薄弱。中晚唐開始士大夫參禪的情形日趨頻繁，儒家的詩文化藉由士大夫的參禪活動滲透到禪裡來，禪僧間的對話加進了詩語，以機巧詭

⁸⁹ 同上，頁 219。

譎的禪語機鋒來啟示學人。禪僧的文化水平逐漸提高，其中最明顯的例子即是曹洞宗開山祖師曹山本寂「素修學業」，「文辭適麗」⁹⁰，法眼宗開山祖師清涼文益「好為文筆，特慕支湯之體，時作偈頌真讚，別形纂錄」⁹¹。禪僧中有不少是文人出身的，他們轉向叢林，發現另一個出身的門徑，如圭峰宗密、丹霞天然即是。圭峰宗密少時熟讀儒書，後來發現儒學不能解決人生問題，轉而習禪；丹霞天然是一「業洞九經」的舉子，在入京趕考時遇一行腳僧，聽說馬祖大師在江西說法，於是轉而投向禪門。

大量的士人投入叢林，禪僧日益士大夫化，他們的學識涵養和文學修養相對的都較高，他們所作的偈頌、詩文文采大為提高。據陳起所輯《宋高僧詩選》所收共六十一位詩僧，三百三十八首詩；厲鶚的《宋詩紀事》則收詩僧二百四十人，數量遠較唐時多出一倍；而近代北京大學古文獻研究所編定的《全宋詩》，所收錄的詩僧則有七百三十一位之多，詩作數量可觀，是僧人文士化的表徵。宋初九僧希晝、保暹、文兆、行肇、簡長、惟鳳、惠崇、宇昭、懷古，他們的詩歌創作豐富，他們的詩還形成詩派！在宋釋曉瑩的《雲臥紀談》裡提到多位僧人的博學和文采的豐富：

惟正禪師 雅富於學，作詩有陶謝趣，臨羲獻書，益尚簡淳，至於吐論卓犖，推為博辯之雄。⁹²

南昌信無言者，早以詩鳴於叢林，徐公師川、洪公玉父，品第其詩，韻致高古，出瘦權癩可一頭地。⁹³

中際可遵禪師，號野軒，早於江湖以詩頌暴所長，故叢林目為遵大言。⁹⁴

蔣山佛慧禪師，叢林號「泉萬卷」者，有北邙行曰：「」觀其詞理悽壯，有關教化。⁹⁵

⁹⁰ 《宋高僧傳》卷十三，見《景印文淵閣四庫全書》第1052冊，頁175。

⁹¹ 同上。

⁹² 《雲臥紀談》卷下，見《佛光大藏經 禪藏》史傳部，頁276-277。

⁹³ 同上，頁285。

⁹⁴ 同上，頁309。

⁹⁵ 同上，頁319-320。

僧人文士化和學術化的趨向明顯。宋代禪僧中，既通禪理又具文采的為數不少，如明教契嵩、佛印了元、金山縣穎、圓通居訥、覺範惠洪等。他們多受士人稱譽和尊重，士人亦喜與之交遊論道。明教契嵩一生著書百餘卷，他的才學令當時的士人大為讚賞。佛印了元「凡四十年之間，德化緇白，名聞幼稚，縉紳之賢者多與之遊。蘇東坡謫黃州，廬山對岸，元居歸宗，酬酢妙句，與煙雲爭麗。」⁹⁶，與蘇東坡的詩文唱酬，留下不少佳作。金山達觀穎「為人奇逸，智識敏妙，書史無不觀，詞章亦雅麗。」⁹⁷ 覺範惠洪更是才華洋溢，在《僧寶正續傳》卷二中記載：「落筆萬言，了無停思。其造端用意，大抵規模東坡，而借潤山谷。」惠洪著有詩文集《石門文字禪》，他的詩作內容，更與當時一般士大夫的詩無多大差別。北宋中後期的一些僧人，如祕眼、清順、文瑩、如璧等人，都在不同程度上具有這個特點。另外如仲殊、道潛的詩文，都非常有特色。道潛與蘇軾過從甚密，與蘇軾間詩文往來頻繁，留下不少佳作，陳師道即稱他是「釋門之表，士林之秀而詩苑之英」。⁹⁸ 這些僧人所具有的才華和禪學思想，大大的吸引文人，他們的詩文也深獲士人的喜愛，他們與士人間的詩文唱酬、參禪論道，更拉近詩人與禪間的距離，促進參禪風氣的流行。

文人士大夫與禪僧間的往來、詩文酬答，使得士大夫更接近禪宗，而禪宗的生活情趣與士大夫所嚮往的精神生活十分一致，因此成為對他們的吸引，於是在生活作風、思想意趣各方面越加接近。文字禪的流行，也拉近了兩者的距離。文字禪的趨向，讓參學者得以通過語言文字來掌握禪理，使得士大夫容易觸及禪宗的中心思想，而詩文的含蓄多義性則契合文人的喜好。語言文字是士人所拿手的方式，藉由文字禪宗變得容易親近了，蘇軾說：「自文字言語悟入」、「以筆硯作佛事」，⁹⁹ 張耒說：「請以篇章為佛事，要觀半偈走人天」，¹⁰⁰ 都是將文字當作敲門磚、墊腳石。利用文字來「繞路說禪」(圓悟克勤語)的形式，既體現禪宗的「不說破」的原則，更進一步溝通禪宗與士大夫間的聯繫。

大量語錄、燈錄的刊行，融進詩歌的雅緻和文學性，創造禪風詩韻相

⁹⁶ 《禪林僧寶傳》卷二十九，見《佛光大藏經 禪藏》史傳部，頁 489。

⁹⁷ 《雲臥紀談》卷下，頁 316。

⁹⁸ 陳師道 送參寥序，《後山集》卷十一，《四部備要》集部，頁 5。

⁹⁹ 蘇軾 付僧惠誠說吳中代書十二，《東坡志林》卷二，見張海鵬輯《學津討原》，江蘇：廣陵古籍出版社，1990年，頁 578。

¹⁰⁰ 張耒 贈僧介然，《柯山集》卷十七，見《景印文淵閣四庫全書》第 1115 冊，頁 146。

輝映的話語方式，揮別早期禪宗樸野的風格，累積豐厚的資料，吸引文人士大夫來參學。還有一些士大夫更是直接參與了禪書的編撰，如士大夫熱衷於為語錄作序介紹，《叢林盛事》卷下記載：「本朝士大夫為當代尊宿撰語錄序，語句斬絕者，無出山谷、無為、無盡三大老。」¹⁰¹ 此三大老分別是黃庭堅、楊傑、張商英。翰林學士楊億與李維等人，則奉宋真宗之旨刊削、裁定《景德傳燈錄》，潤色其文，使盛行於世；李遵勗為附馬都尉，曾編《天聖廣燈錄》三十卷。文字禪的流行，吸引士人經由文字來親近禪思想，藉由可理解的文字來接近玄奧的禪理、掌握撲朔迷離的禪意，是文人士大夫參禪的門徑，經由文字的路徑士人參禪的意願大增。

第三節 宋代士人在詩禪關係間的角色

禪僧的文士化拉近了士人與禪僧間的距離，促進士人與禪僧的往來。士人與禪僧的詩文唱酬，溝通了詩與禪間的聯繫。士人親近禪，對禪理的體會、對禪境的追求、甚至對禪生活的體驗，這些浸染對士人的思維方式、審美趣味，都起了很大的作用，於是在詩歌創作上，就見到禪宗的痕跡，在詩學理論上，亦不難發現禪宗的影響。士人在詩與禪間搭起了溝通的橋樑，而且是這種關係的主導者。

詩在唐代的極盛時期，作為文學主流，席捲文壇、知識界，是知識份子間表達學識，展現才力和與人溝通的重要工具。在詩歌藝術高度發達的文化氛圍裡，詩的含蓄多義性，正符合禪的不可言說性，故而禪宗借用詩來繞路說禪，表達禪思，禪僧在教學與修行中運用的語言，成了高度藝術化的語言。《景德傳燈錄》卷十五記載，投子大同禪師嗣法翠微無學曾對學人說：「汝諸人來這裡，擬覓新鮮語句，攢華四六，口裡貴有可道」¹⁰²。可見當時禪門中重視語言技巧的風氣已盛，禪僧們利用盛行的詩歌形式來說禪是很自然的。¹⁰³ 禪僧和文人士大夫間的交遊，即多以詩文往來，表

¹⁰¹ 見《佛光大藏經 禪藏》史傳部，頁 565。

¹⁰² 《景德傳燈錄》卷十五，頁 95。

¹⁰³ 禪師的言語對答利用詩來表現的例子甚多，如馬祖弟子泐潭常興師徒間的對答：僧問「如何是曹溪門下客？」師云：「南來燕。」云：「學人不會。」師云：「養羽候秋風。」又如藥山惟儼問道吾圓智：「子去何處來？」曰：「遊山來。」藥山曰：「不離此言，速道將來。」曰：「山上鳥兒白似雪，見底游魚忙不徹。」看這些問答，都非直言論述，而是用象徵、隱喻的方式，亦即利用詩的語言、技巧來說禪。

達個人的見解與體會。在前面所提到的文人與禪僧間即多以詩文往還，試舉蘇軾為例，他廣交詩僧及禪師，如他與大覺懷璉間「頌詩往來」，覺得「月璧星珠」，大覺禪師圓寂時，更是「涕泗哽噎」、「饋奠示別，豈免悽然」。¹⁰⁴而他與佛印了元間的交誼，是文人與禪師交往的典型，他們之間詩文唱和不絕，留下不少奇聞趣事。當宋代文人追求禪悅之風時，僧人也在追求文人化和雅士化。僧人中具才氣的人數不少，故而有「詩僧」這樣的名稱出現，宋人姚勉在《雪坡舍人集》中說：「漢僧譯，晉僧講，梁魏至唐初，僧始禪，猶未詩也。唐晚禪大盛，詩亦大盛。」¹⁰⁵據《全唐詩》記載，唐詩僧共百餘人，詩作有四十六卷。可見詩作已為禪僧普遍用來表達心靈所體會的佛理、禪境，和與人的唱酬之作。宋僧的文士化、貴族化，詩文之作更是頻繁。這些僧詩的特點，根據周裕鍇先生的整理，可分為四項：在選材上集中向大自然取材，極大地豐富和開拓山水詩領域；在構思上，禪宗的靜默觀照與沈思冥想是重要法門；在語言表達上，往往簡潔平淡；在意境上傾向於清寒幽靜、恬淡虛寂。¹⁰⁶以這樣的特色，僧詩創造了一種超世俗、超功利的幽深清遠的審美範型。而這種審美範型在僧人與士人的交遊中，滲透到士大夫的審美趣味中去了。禪宗的審美意趣為文人所接受，並在創作、理論中表達出來（此部分待後面再詳論）。

禪宗史和詩歌史的發展軌跡，有著極大的關聯性，¹⁰⁷唐宋詩風的差異即與唐宋禪風的演變有著很大的關係。¹⁰⁸唐代南宗勢力日漸強大，早期南宗所倡導的不立文字、頓悟自性，著重於自心對禪理、禪境的體驗，此時北宗「凝心入定」的禪坐方式，仍有著影響力。文人接受這時的禪風，體現在詩作中的是恬靜空寂的禪味禪境。晚唐五代禪宗五家形成，應機接物多用「棒喝」、「機鋒」，宗風為之一變。入宋以後，大量的「燈錄」、「語錄」刊行，頌古風行，各種公案話頭開始大量被運用而流行。參禪入定、

¹⁰⁴ 蘇軾 見祭大覺禪師文，《蘇東坡全集》後集卷十六，頁599。

¹⁰⁵ 轉引自周裕鍇《中國禪宗與詩歌》，頁42。

¹⁰⁶ 參見周裕鍇《中國禪宗與詩歌》中對詩僧及僧詩的研究，頁53-56。

¹⁰⁷ 禪宗和詩歌發展軌跡有著極大的相似性，禪宗源於南朝，梁、陳之際開始流傳，而唐詩亦是從南朝永明體蛻變而來，近體詩於梁、陳間萌芽；唐朝建國後，禪宗興起，北宗盛於開元、天寶，南宗則在至德以後大盛，唐詩也成為時代表徵；晚唐五代禪宗五家門庭嚴峻，接引方式繁多，詩在此時講究各種詩法格式；宋代禪宗變為不離文字的「文字禪」，宋詩也產生「以文字為詩」的轉變……。在詩禪的相互滲透下，而有著如此的關連。

¹⁰⁸ 宋代禪宗由「無相」、「無言」的境界轉而為以文字抒發見解、鬥機鋒的禪，影響詩歌由重意境的唐風轉而為重文字的宋詩風格。宋人講性理，顯然受到禪宗思想的影響。

自性自悟的禪風變為機語問答、繞路說禪。宋代文人受此禪風影響，不再傾向於空靈的意境追求，轉而追求機智語言的選擇。

文人士大夫在親近禪宗、接受禪思想後，自覺或不自覺地在文字藝術創作活動和傳達方式上（尤其是詩歌）模仿禪宗的風格，¹⁰⁹ 追求禪者的境界，從而使禪宗與文學藝術的聯繫達到一種近乎水乳交融的地步。詩與禪之間的橋樑，可以說就是這些文士了。宋代的文人則要比唐代的文人更自覺地拉起禪宗這條線，而甚至連「攻斥佛老至深」的理學家朱熹也曾說道：「禪學，專就身上做功夫，直要求心見性。士大夫才有向裡者，無不歸他去。」（《朱子語類》卷一三七）¹¹⁰ 以禪入詩，以禪喻詩蔚為風氣，大有不參禪無以為詩之勢。宋詩以文字說理的詩風，不能不說是受文字禪的一大影響。

作為思想、文學主體的士人，不僅是詩禪之間的橋樑，更可以說是詩禪關係間的主導者。士人對經教或禪門語錄的閱讀，多吸取其中豐富的思想性或文學性，而這些思想也直接滲透到文學創作和文學觀念中，（這部分待下章再細說），甚至有詩人把詩也稱作「文字禪」。¹¹¹ 詩人藉助禪學在詩歌創作構思上找到新出路，豐富了詩歌的內涵及技巧，使得詩學有新的詮釋和反省。

禪與詩，屬於兩種不同的精神文化形式，卻有著相似的共通點，在以文人為主導的文化整合下，禪的詩化，詩的禪化，詩禪間的交涉，碰撞出

¹⁰⁹ 宋代文人士大夫耽於禪悅者不勝枚舉，在普遍的士人心裡，禪宗打下深深的烙印，故而禪宗不只是宗教而已，更是文化的一部份；禪宗不只浸染文化，更是文化的積澱。處於這樣的文化情境、學術環境，士人無可避免的會自覺或不自覺的與禪宗攜起手來。

¹¹⁰ 《朱子語類》卷一三七，頁 5260。

¹¹¹ 周裕鍇在《文字禪與宋代詩學》中認為，從宋代禪宗的實際狀況來看，文字禪主要是詩和公案的文字，是禪的詩化。惠洪的詩文集，就直接取名為「石門文字禪」。到南宋，「文字禪」已成了口頭禪，如朱松《宋黃彥武西上》詩曰：「未忘大學齏鹽味，時說定林文字禪。」（《韋齋集》卷四）戴復古《寄報恩長老恭率翁》詩曰：「好留一世館狂客，早晚來參文字禪。」（《石屏詩集》卷一）見《宋詩綜論叢編》，頁 555-575。

絢爛的火花。

第四章 詩禪交涉¹

藝術和宗教各是兩個不同的領域，但它們之間卻有天然的聯繫，它們都不是以追求理性為目標，而是追求一個非邏輯的、超自然的、相對自由的、心靈的王國。² 作為藝術的詩和作為宗教的禪，正如同其他一切藝術與宗教間的關係一樣，自然而然的相互親近而有所聯繫。晚唐五代以來，禪宗與詩歌日漸出現雙向滲透的現象，禪家常借用詩歌的形式來說禪，禪僧亦喜愛吟詩詠懷；而文人士大夫親近禪門，耽悅禪理，自然也將禪意入詩、借禪法作詩。入宋後，這種現象到達極致——詩禪間的交涉有豐碩的成果產生。宋代禪宗與詩歌間的關係，在已討論的禪宗入宋以後的發展變化和宋代士人參禪的時代風尚這些外緣之外，二者間產生關係的內因就在於詩禪內在的融通。在詩禪融通的基礎上，禪宗對詩歌創作構思與審美產生影響與改變。宋代詩歌對禪宗的滲透，促進「文字禪」的產生，這在第二章中已有論述；而「文字禪」反饋於詩歌的則是語言藝術技巧的重視與新變，這側重於詩歌方法論的部分，將於下一章再詳述。宋詩在創作中受到禪宗思想、語彙資材及表達方式的不斷滲入，啟發宋代士人重新反省詩歌及尋求相對應於新的文學現象的詩學理論。詩禪間的交涉到底在什麼層次上相通呢？有多少程度上的相似呢？在禪宗的影響下詩歌創作觀念有了怎樣的變化？本章將從詩禪內在融通的基礎上，來討論禪宗如何啟發宋人對詩歌本體的重新思考，與詩學理論對應新的文學現象所產生的「以禪喻詩」的潮流及此潮流背後所代表的意義。至於禪學對詩學理論的影響部分，則將於下章中從詩學角度來加以探討。

第一節 詩禪內在的融通

禪屬宗教，詩屬文學藝術；禪追求悟證真如法性，詩乃抒發人之性情，事物之興會。然而，詩得禪之助，卻可以深化詩的內容，提高詩的意境

¹ 「交涉」一詞為哲學用語，意指不同範疇之間交互的作用。詩禪交涉為學者蕭麗華的用語，參見其著作《唐代詩歌與禪學》第一章，台北：東大圖書公司，1997年9月，頁1-29。本章主要從禪宗對詩歌的作用角度來看。

² 參考趙仁珪《宋詩縱橫》中的說法，頁60。

，豐富詩的表現方法。禪之妙可助詩之妙，皎然在評論謝康樂詩時，即肯定禪思對詩思的助益：「性穎神澈。及通內典，心地更精，故所做詩，發皆造極，得非空王之道助耶！」（《詩式》）³ 禪借用詩的形式，闡說隱微的玄理，幫助學人解悟，指引學人方向，並因而提升禪文化，如禪師利用詩的語言來示道或闡發自己證道的體驗，偈頌即是。早期的偈頌藉詩的語言形式來闡揚宗派觀念，如玄覺的《永嘉證道歌》，從詩的角度看，情趣韻味仍嫌不夠，然其語言精粹，結構嚴謹。到馬祖道一後則有抒情特色、個人創作的偈頌出現，禪意詩情濃厚，此時詩僧大量的出現，如王梵志、寒山、皎然、靈澈等，他們都有很高的成就，知名於文壇。詩禪二者能相互作用——交涉的原因何在呢？就在於詩禪內在的融通。二者因有內在基本的共通點，因而能相互交流作用。學者周裕鍇認為詩禪二者內在相通的原因可分為四點：一是，價值取向的非功利性；二是，思維方式的非分析性；三是，語言表達的非邏輯性；四是，肯定和表現主觀心性。⁴ 周先生系統的羅列此四項，可說是論說相當完整。此處，筆者將從不同角度來闡說詩禪間內在精神相呼應處。詩禪融通的內在依據主要在於詩禪本體性質的相通、詩禪體會證悟的過程相似、詩禪體悟感受的特徵相同。雖說大致不出周先生的看法，然期能從不同角度的論說來完善詩禪內在融通的觀點。

一、詩禪本體性質的相通

禪宗是佛教在中國思想土壤上發展起來的，並與中國文化相結合。禪宗的兩大思想傳統，一是《楞伽經》中的佛性（如來藏）思想；一是《般若經》中的般若（空）思想。兩種思想的融合肯定了我人之心體——如來藏（佛性）的至善至美、光輝明耀。⁵ 禪宗以永恆常存的佛性真如為宇宙本體，它是本源，是第一性。「真如」為梵文的意譯，其意涵是指真實不虛的、常住不變的永恆存在。六祖惠能在《壇經》中指出：

³ 見何文煥編《歷代詩話》，台北：木鐸出版社，1982年2月初版，頁29-30。

⁴ 參見周裕鍇《中國禪宗與詩歌》，頁325-348。

⁵ 參見楊惠南《禪史與禪思》中的論述，台北：東大圖書公司，1995年4月，頁377-381。

何不從於自心，頓現真如本性。⁶

悟此法者，即無念、無憶、無著。莫起誑妄，即是真如性。⁷

真如是念之體，念是真如之用。⁸

真如淨性是真佛。⁹

為妄念故，蓋覆真如。¹⁰

在《壇經》中，「真如」是最高存在的本體，「於自性中萬法皆現」¹¹說明了宇宙萬有是真如所變現派生的。它猶如虛空的，無所不包。禪宗所宣揚的這精神實體「真如」是存在於我人帶有煩惱、缺陷的身心中，存在於人心之內，它即是人的自性。「自性」是人人本自具足的，它含藏在眾生身中，人人本有的「自心」，禪宗肯定「心」作為主體的存在，認為世界上萬事萬物都是心靈所幻生的幻相，所謂「心生則種種法生，心滅則種種法滅」¹²，所以說「心外無別法」，「即心是佛」。「自性」是泯除一切概念對立之堅實、精緻的心體。人的主觀心性是本源，人的主觀本心派生變現出客觀世界的宇宙萬物，所謂「心量廣大，猶如虛空 虛空能含日月星辰、大地山河，一切草木 」。 ¹³、「世人性本自淨，萬法在自性 自性常清淨。 於自性中萬法皆見，一切法在自性，名為清淨法身。」（《壇經》（敦煌本））¹⁴ 禪宗這種心性論，肯定人人本有的絕對的精神實體，它「是本然自足的自體存在，也是修行圓滿的自覺存在；是先驗的，也是踐證的；是能證，亦是所證。故知眾生所要遵循的道路，是自己本

⁶ 《六祖壇經》（敦煌本），見李中華注釋《新譯六祖壇經》，台北：三民書局，1997年11月，頁284。

⁷ 同上，頁281。

⁸ 同註6，頁268。

⁹ 同註6，頁320。

¹⁰ 同註6，頁269。

¹¹ 同註6，頁272。

¹² 此二句出自《起性論 解釋分》見《新譯六祖壇經 囑咐品》轉引，頁238。

¹³ 同註6，頁278。

¹⁴ 同註10。

具的，所要踐證的真理，是自己本具的，而所要創造真我的新生命也是自己本具的。」¹⁵ 這個自性能顯現萬物、包含萬物，把人性和佛性和宇宙萬物統一於一。因此，禪宗的修行就是要從人的自心中去求得佛性，從自心中求得解脫。「我心自有佛，自佛是真佛。自若無佛心，向何處求佛？」¹⁶ 禪宗這種重視主體心性、重視自心自性的本體觀，和詩歌的本體性質是非常相似的。

詩本是主觀情志對客觀世界感應的產物，也可以說是人的「心性」的流露。詩的本體性質並非語言結構這些特定形式的東西，詩所發抒的是人的性情，事物的興會，所以是詩的背後所欲傳達的精神，亦即是性情（也就是審美感情、審美觀念）¹⁷。詩的本質是發抒我人的主觀情志，是自我心靈、情感的再現。對外在事物如實的模仿、生動的描摹並非詩歌的目的，詩歌所欲傳達的是我人心靈世界的生活。這種重視主觀心性的本質和禪之間不免有了相通的機制。

禪宗肯定「心」作為主體的存在，是一即一切、一切即一的「心」，個人的「心」是至高無上的東西，「三界唯心，森羅及萬象，一法之所印」（《馬祖道一禪師語錄》）¹⁸。這種主觀唯心的本質和各類藝術中主觀精神性因素最強的詩歌有了會通之處。宋僧紹嵩亞愚曾說：

永上人曰：禪，心慧也；詩，心志也。慧之所之，禪之所形；志之所之，詩之所形。談禪則禪，談詩則詩。¹⁹

可見，禪與詩都是主觀精神表現的一種。「詩，心志也。」詩是心所創發的，是個人心靈與情感的抒發，心猶如熔爐，鍛造主體意識、個人情感為藝術形象，正所謂「心造萬物」。劉禹錫有形象的說明：

¹⁵ 見鄭偉〈禪與詩的相互影響（上）〉，《香港佛教》，414期，1994年11月，頁7。

¹⁶ 《六祖壇經》（敦煌本），同註6，頁319。

¹⁷ 詩歌所欲發抒的「性情」，除了審美意識、審美感情外，還有很大部分是發抒經世濟民的懷抱，與聖人之道相結合，起到教化、倫理意義的。在此處，選擇從審美意識來談，與宋代詩歌的關注點從以往的天人關係、經世濟民的視角，轉而為重視個人內在的心靈體驗有很大的關係。這樣的轉變，除了與宋代的時代環境有關，與禪宗的影響也有關，後面會有詳論。

¹⁸ 見《卍續選輯 禪宗部》第十三冊，頁811。

¹⁹ 此詩見《亞愚江浙紀行集句詩 自序》，《北京圖書館古籍珍本叢刊 集部》宋別集類，台北：書目文獻出版社，頁481。

心源為爐，筆端為炭，鍛煉元本，雕礪群形。（《董氏武陵集紀》）²⁰

禪宗主張人人都具真如本性，悟道的方式就是要「明心見性」，所謂「自心頓現真如本性」，然而這真如本性卻沒有任何概念或任何語言可以說得明白、講得清楚，它是「不可以智慧識，不可以言語取」（《黃蘗斷際禪師傳法心要》）²¹。用語言、知識來描述、理解都是錯誤的，因為它是「說似一物即不中」（懷讓禪師語）²²，禪宗本體的玄奧是無法用語言概念企及詳盡的。認識到語言的侷限性，於是禪師採用具象徵意味的姿態、用形象直觀的方式來啟悟學徒，或用反語戲語來打破語言的束縛，啟發學人的智慧，使人悟得真如自性。禪的作用是見性，強調直觀體驗，藉由直覺的觀照體證，見到「人的本來面目」。詩的本體亦然，詩人於詩中傳達的審美情感也非語言能精確表達，詩的語言、形式格律並非詩的本體，而是語言背後的審美意識、風格意境。語言、形式技巧只是手段，是企圖將詩人的審美情感、審美意識呈現出來。詩的本體是可感而不可說的，如「鏡中月、水中花」，如「羚羊掛角，無跡可求」的。所以詩、禪的本體都重直觀體悟，是無法用語言概念直接掌握的。

詩禪的本體也同具廣被性。六祖惠能於賣柴時聞人誦《金剛經》而開悟；洞山良价涉水時看見自己的倒影而悟道；香巖智閑聞擊竹聲而開悟；越山師鼎睹日光而頓曉；見桃花而明心見道的則有凌雲志勤、何山守珣。山河大地、日月星辰，無處不是真如的化現，語默動靜，盡是入道之門。所謂「觸類是道」，於日用中就能見道，故而禪道廣大。詩道亦然，詩之廣被性亦如禪之廣大。以作者言，人人可為詩人，上至王侯將相、下至販夫走卒，高人雅士、倡優名伶，只要有詩心就是詩人。以創作而言，詩有淋漓天成，如得神助；亦有推敲巧思，刻畫冶煉而工的。如袁枚所云：

蕭子顯自稱，凡有著作，特寡思功，須其自來，不以力構。此即陸放翁所謂文章本天然，妙手偶得之也。薛道衡登吟榻構思，聞人聲則怒；陳後

²⁰ 見周裕鍇《中國禪宗與詩歌》引，頁 345。

²¹ 見《卍續選輯 禪宗部》第十三冊，頁 825。

²² 懷讓禪師參拜六祖惠能時，惠能問：「甚處來？」，讓曰：「嵩山。」惠能又問：「什麼物，任麼來？」讓曰：「說似一物即不中。」這意謂內心悟證所得之佛性是什麼東西所比擬不得，是超越一切名相，不可言說。《神會禪師語錄》第三十一條云：佛性「不似箇物」，「若其似物，不喚作佛性」與此意同。參見李中華注譯《新譯六祖壇經》，頁 162-163。

山作詩，家人為逐去貓犬，嬰兒都寄別家；此即少陵所謂語不驚人死不休也。二者不可偏廢。蓋詩有從天籟來者，有從人巧得者，不可執一以求。²³

詩從天籟來，真樸自然；人巧得，刻露見心思。不論是天籟、人巧都是詩體創作的契機，由此可見詩之創作契機廣闊。以內容言，不論是大自然、小物件的描繪，或是人世的離合悲歡，人情的應酬答對，都是詩所描繪的內容，任何事物都可入詩。以方法而言，詩之創作有重法、輕法不同的觀點。重法者，規矩於詩之格律、典故；輕法者，追隨性靈而求自然。有從於法度的要求，亦有出於法度的要求，有法無法皆可見詩之美勝，故知詩之廣被性。綜上可見，禪道與詩道同樣廣大。

詩禪本體除了同具廣被性之外，在圓融性上同樣相通。禪宗自性本體的性質在於圓融，所謂不居凡聖、不落一邊。是說一切法，而離一切法的。色空不二，而取中道義。六祖即云：

說一切法，莫離自性。忽有人問汝法，出語盡雙，皆取對法，來去相因。究竟二法盡除，更無去處。²⁴

若有人問汝義，問有將無對，問無將有對，問凡以聖對，問聖以凡對。二道相因，生中道義。²⁵

二道相因，生中道義，自性本體不落於一邊的圓融觀點，是禪宗各宗派的共同特色。馬祖道一的「即心即佛」、「非心非佛」充分體現心道無二，無斷無修的直顯心性的圓融特色。南泉普願更說出「不是心，不是佛，不是物」的體認。²⁶ 臨濟云：「有佛處不得住，無佛處急走過」。²⁷ 石頭希遷強調心物合一、理事圓融的思想，以心齊同凡聖，融攝萬法，²⁸ 他說：

²³ 見袁枚《隨園詩話》卷四，台北：廣文書局，1971年6月，頁8上。

²⁴ 《六祖壇經》，同註6，頁215。

²⁵ 《六祖壇經》，同註6，頁221。

²⁶ 見《池州南泉普願禪師語要》，《卍續選輯 禪宗部》第十一冊，頁292。

²⁷ 馬祖禪法衍化為臨濟與沩仰二宗，臨濟門下又出黃龍、楊歧二系。臨濟流傳最長，影響最大，從他代表性的思想「無依道人」、「無位真人」中可清楚看到對馬祖思想的繼承。

²⁸ 石頭從心物、理事的統一去闡揚聖境，是融合了華嚴宗的思想的。

即心即佛，心佛眾生，菩提煩惱，名異體一。汝等當之，自己心靈，體離斷常，性非垢淨。湛然圓滿，凡聖齊同，應用無方，離心意識。（《五燈會元》卷五）²⁹

曹洞宗的五位君臣說明理事圓融的關係：³⁰

正位即空界，本來無物；偏位即色界，有萬象形；正中偏者，背理就事；偏中正者，捨事入理；兼帶者，冥應眾緣，不墮諸有，非染非淨，非正非偏，故曰虛玄大道，無著真宗。（《撫州曹山元證禪師語錄》）³¹

不落一邊，凡聖齊同，兼帶的思想是禪宗圓融的特色。

詩之特性亦然。詩之審美意識、審美感情，猶如禪之「空」（內在的本體）；詩之格律形式，猶如禪之「有」（外顯的現象）。言詩，不能只看外顯的格律形式，而忽略了主體的情感、意識；不能談審美而自外於格律形式。兩者是一體兩面，偏於一而失真的。這是詩的圓融性。嚴羽即標舉漢魏詩的兼具，並以之為典範：

詩有詞理意興。南朝人尚詞而病於理，本朝人尚理而病於意興，唐人尚意興而理在其中。漢魏之詩，詞理意興無跡可求。（《滄浪詩話 詩評》）³²

在創作方法上，則推崇有法而不拘於法的圓融：

且如作詩，不可一字有來歷，不可一字無來歷，要不為事所使，要文從字順各當其職。而事意流行于（體）裁句法中，方可以言也。（《環溪詩話》卷下）³³

²⁹ 見《景印文淵閣四庫全書》第1053冊，頁180。

³⁰ 石頭的七世法子清涼文益創法眼宗，其禪學理論就建立在理事圓融的基礎上。青原、石頭系下衍化出雲門宗與曹洞宗，也從不同方面闡發石頭希遷的思想。

³¹ 見《卍續選輯 禪宗部》第十三冊，頁922。

³² 見何文煥編《歷代詩話》，頁696。

³³ 見稽劉山樵撰《古今詩話叢編》，台北：廣文書局，1971年9月，頁88-89。

入則重規疊矩，出則奔軼絕塵。（《山谷題跋》）³⁴

學詩當識活法。所謂活法者，規矩具備，而能出於規矩之外；變化不測，而亦不背於規矩也。（《江西詩派小序》）³⁵

合於詩法而又出於詩法，是詩法所追求的高境，正可見詩之圓融性。

綜上所論，不難見出詩禪本體性質的相通之處。

二、詩禪體會證悟的過程相似

詩禪本體性質相似，皆非語言概念能真正掌握，故而禪僧在參禪悟道的過程及詩人的審美活動中，都是借助於形象，以形象為中介質，以非概念的直觀體驗為方法。這種參禪方式主要從重語言表徵功能、重機鋒的文字禪開始，藉助語言形象破除學人從一般的知解來理解禪，意欲使學人脫離思維概念，不作知解宗徒。禪的直覺體驗、自由聯想和瞬間頓悟，與詩人創作時的運思方式非常契合。禪宗強調直觀心會，反對邏輯推理和語言明示，故而常以反邏輯、斷常識、讓人摸不著邊際的方法來示道，其實這是讓參禪者能藉由更生動的形象，來擺脫邏輯概念的思維而進行直接的感悟。所謂的機鋒、棒喝就是這樣的方式。禪師藉可以感覺的意象，來喻示那不可言說的「自性」、「真如」，參禪者依靠「直觀」、「頓悟」來認識。所以禪師藉用的意象必須具備靈、活、空、透的特點，參禪者則經由這些意象的直觀體證來掌握禪的本體。這是文字禪所形成的方式，在禪宗的語錄公案中，最典型的例子就是「如何是佛法大意？」的問答，試舉二例說明：

上堂。僧問：「如何是佛法大意？」師豎起佛（拂）子，僧便喝，師便打。又僧問：「如何是佛法大意？」師亦豎起佛（拂）子，僧便喝，師亦喝。

³⁴ 黃庭堅 跋唐道人編余草稿，《百部叢書集成 山谷題跋》卷九，台北：藝文印書館，1966年，頁11。

³⁵ 見丁福保輯《歷代詩話續編》，台北：木鐸出版社，1983年9月，頁485。呂本中提出的「活法」，討論詩歌創作中法則與自由的辯證關係，而其受禪宗「活法」影響深刻。此部分於下章再討論。

僧擬議，師便打。（《臨濟錄》）³⁶

問：「如何是佛？」師曰：「嘶風木馬緣無絆，背角泥牛痛下鞭。」問：「如何是廣慧劍？」師曰：「不斬死漢。」問：「古鏡未磨時如何？」師曰：「天魔膽裂。」僧曰：「磨後如何？」師曰：「軒轅無道。」（《景德傳燈錄》卷十三）³⁷

臨濟的棒喝，一問便打的回答方式，是為了打破參學者對語言文字的執著，「第一義」，是不可說的，所以學人一問「如何是佛法大意？」便是錯誤的，於是該打。既然不可說，說什麼都是錯的，於是用棒喝的方式來避免語言錯誤的描述。這種回答具有警示的作用，也有象徵暗示的功能，要學人莫往語言推理邏輯去追尋佛法真理，而應以直觀體驗為方法，去真正體會和領悟禪的真實的絕對本體。第二例則是機鋒的問答，問佛是什麼，卻回答這樣二句詩，兩者之間意義何在？從邏輯推理是得不到答案的。這種牛頭不對馬嘴的回答方式，正是十分適合不可說又非說不可的宗教的示道方式，它不可做合理邏輯的推理，卻又迷迷濛濛的給人啟導誘發，於是成為一種契機，啟人開悟。

每個禪師給的答案都可以不一樣，如：「日裏麒麟看北峰。」（雲門文偃禪師語）³⁸、「貧女抱子渡，恩愛逐水流。」³⁹ 這種毫無邏輯的話頭，看似反常、矛盾，卻是在歧異中尋求統一，在禪宗公案中為數眾多。例如：

問：「如何是祖師西來意？」師曰：「庭前柏樹子。」《祖堂集》⁴⁰

僧問：「如何是道？」師以手指上下，曰：「會麼？」翱曰：「不會。」師曰：「雲在天，水在餅。」（《景德傳燈錄》）⁴¹

在這些問答中，禪宗用具象的語言來回答抽象的問題，這些具象的語言其

³⁶ 見李森編《中國禪宗大全》，頁 303。

³⁷ 見宋釋道原編《景德傳燈錄》卷十三，頁 54。

³⁸ 《雲門匡真禪師廣錄》，見李森編《中國禪宗大全》，頁 360。

³⁹ 見宋釋道原編《景德傳燈錄》卷二十，頁 205。

⁴⁰ 見李森編《中國禪宗大全》，頁 249。

⁴¹ 見宋釋道原編《景德傳燈錄》卷十四，頁 78。

實就如同詩歌中的意象語言，藉助於形象，以直觀體驗的方法，獲得渾成而完整的把握。而這些看似打破常規、反常的手法往往引發聯想的契機，不可比擬之比擬，不合常理之理，正是這些符合詩歌藝術的辯證法。禪宗為了加強形象感悟而利用種種手段，這其中多和詩有相通之處。例如：翻案法，主張發掘古人所未發揮的地方另闢蹊徑，從新的立場，標新立異；如說禪話，提倡幽默的精神、遊戲的態度，語境、思維的跳躍；如善用比喻、暗示，使形象生動獲得奇趣。這些是不說而說的方法，和詩法的「曲喻」(conceit)、「悖論」(paradox)、「反諷」(irony)有極為類似的效果。⁴²

詩的審美活動同樣的是非邏輯思維，而以敏銳的內心體驗來審美，藉助形象思維引起聯想與想像，邏輯推理與語言明示則會破壞詩美創作與詩歌鑑賞。在語言表達上，詩歌的本體既是無法用概念邏輯表現的審美觀念，於是常規語言和概念思維自是不符需求，跳脫常規語法的桎梏、特殊的語象結構（如前述的曲喻、悖論、反諷 等等語法）才能更接近詩的本體。由反常合道求理趣，自矛盾歧異中求統一，新穎的立場，超脫的距離，這也是黃永武先生認為詩禪相同之處：

詩禪相同之一：詩與禪都崇尚直觀與別趣，或者從違反常理之中去求理趣，或者從矛盾的歧異中去求統一。

詩禪相同之五：詩與禪都喜歡站在一個新的立場去觀照人生，必須有超脫的心理距離。

詩禪相同之六：詩與禪常以不說為說，使言外有無窮意味。⁴³

禪與詩非邏輯性的語言表達方式，淡化和消解了語言邏輯的桎梏，使人能體驗到文字外的神秘本體，並啟發學人跳脫邏輯思維，直捷的以直觀體驗

⁴² 周裕鍇先生對於「曲喻」、「悖論」、「反諷」有詳細的說明，可以參見《中國禪宗與詩歌》，頁339-341。

⁴³ 參見黃永武先生《詩與禪的異同》，黃先生共列出九點詩禪相同之處，除已列三點外，另有，詩禪相同之二：詩與禪都常用相關語，喜歡將「超」與「凡」兩種境界同時表現在一句話裡。詩禪相同之四：詩與禪都常用比擬法，使抽象的哲理形象化。詩禪相同之七：詩與禪常以妙悟見機，實有互通之處，詩可以有禪趣，禪可以有詩趣。詩禪相同之八：詩與禪都重視尋常自然，日常生活即是禪，尋常口語即是詩。詩禪相同之九：詩與禪均反對任何定法，不得「縛律迷真」。《中國詩學 思想篇》，台北：巨流圖書公司，1979年4月，頁224-232。

的方式來體悟自性真如。王士禎即說：

捨筏登岸，禪家以為悟境，詩家以為化境，詩禪一致，等無差別。（《帶經堂詩話》卷三）⁴⁴

詩禪都以敏銳的內心體驗來審美參悟，借重啟示、象喻和比興，以追求言外之意。賞詩作詩的人對詩歌本體的體會與參禪者對「真如」、「自性」本體的證悟，都以非邏輯性、非分析性的過程來進行。故詩家言，賞詩「殆真如禪家之印證，不可以知解求者」⁴⁵，禪家言「直截根源佛所印，尋枝摘葉我不能。」⁴⁶ 在這樣的基礎下，詩和禪的思維方式的雙向滲透自然就產生了。清人楊益豫為《方外詩選》作序時對作詩參禪過程的相似性有著形象的描述：

當夫冥心取影，入瓮撚鬚，木然兀然，入無聲無臭而不知者，詩境也，抑禪象也；當夫水流花放，悟徹慧通，融然杳然，至不生不滅而不知者，禪象也，亦詩境也。（《方外詩選》卷首）⁴⁷

直證心會的直覺式智慧，是詩也是禪。禪宗所謂「至理無詮」，是「不涉理路，不落言詮」的，神秘微妙的心靈體驗，甚至可以喻為「只許佳人獨自知」的。⁴⁸ 詩人在創作過程中強調心冥神會、凝神觀照、以心會物的美感體驗過程，而非形似的以手寫心的語言表達過程，這是禪與詩思維方式最明顯的特徵。禪與詩在思維的非分析性與語言的非邏輯性上是一致的。

禪宗的體會證悟，是注重行解心證；詩歌的吟詠欣賞，也是直接感覺的「直觀」性質。兩者都具直感屬性，非哲學的重推理、思議。馮芝生《貞元六書》論詩云：

只可感覺，不可思議者，是具體的事物；不可感覺，只可思議者，是抽象

⁴⁴ 王士禎《帶經堂詩話》卷三，台北：廣文書局，1971年11月，頁11。

⁴⁵ 方東樹《昭昧詹言》卷一，見周裕鍇《中國禪宗與詩歌》引，頁335。

⁴⁶ 玄覺《永嘉證道歌》，見李森編《中國禪宗大全》，頁143。

⁴⁷ 見周裕鍇《中國禪宗與詩歌》引，頁332。

⁴⁸ 昭覺克勤禪師的開悟詩，以戀情來比擬心靈直會的禪悟。全文見第二章19頁。

的理；不可感覺亦不可思議者，是道或大全。一詩，若只能以可感覺者表示可感覺者，則其詩是止於技的詩。一詩，若能以可感覺者表顯不可感覺只可思議者，以及不可感覺，亦不可思議者，則其詩是進於道的詩。⁴⁹

禪家求明心見性，是證入不可感覺不可思議的道或大全，即證入自性真如，詩可表顯道或大全，於是以詩寓禪，以禪入詩。詩禪相通，如水乳之交融。禪的參悟方法和詩人的藝術創造無疑的是非常接近的，詩禪在認識架構上是相通的。

三、詩禪體悟感受的特徵相同

參禪的目的是為了求「悟」，求得真如佛性，求得解脫；詩的目的是為了追求藝術活動中審美意識上的「美」。無論是禪悟或是詩悟，體驗到本體的感受是非常相似的。兩者間有相同的特徵。

一是向內求的，即禪家所稱的「自悟」。禪宗認為人人本有的自性本來清淨，所謂「自性常清淨」，是圓滿而具足的，所以不需要向外尋求，只要「自身自性自度」，向內反求自性，「頓悟自性」就能成佛。相州天平山從漪禪師的一段公案即是對自悟的重視與強調：

問：「如何是佛？」師曰：「不指天地。」曰：「為什麼不指天地？」師曰：「唯我獨尊。」（《五燈會元》卷八）⁵⁰

佛法不在天也不在地，它就在個人心中，不需向外尋求去，而是要向內心中求。洞山良价的開悟詩正是如是說：

切忌從他覓，迢迢與我疏。我今獨自往，處處得逢渠。
渠今正是我，我今不是渠。應須與麼會，方始契如如。
（《洞山良价禪師語錄》）⁵¹

⁴⁹ 見杜松柏《禪學與唐宋詩學》引，台北：黎明文化事業股份有限公司，1976年，頁366。

⁵⁰ 見《景印文淵閣四庫全書》第1053冊，頁345。

⁵¹ 見《卮續選輯 禪宗部》第十三冊，頁898。

真如自性不在經典教條中，而在自己的內心。禪宗這種強調自心之悟和詩人學詩時對詩歌的掌握原則相通，亦即詩悟要靠自己的積累體悟，從前人的典範中勝出，有自己的體悟才能跳出他人的窠臼。姜夔說：

文以文而工，不以文而妙。然捨文無妙，聖處要自悟。⁵²

張元幹說：

超凡入聖，只在心念間，不外求也。句中有眼，學者領取。（《蘆川歸來集》卷九 跋山谷詩稿）⁵³

吳可的學詩詩更點出詩禪兩者自悟的特點：

學詩渾似學參禪，頭上安頭不足傳。跳出少陵窠臼外，丈夫志氣本沖天。

學詩渾似學參禪，竹榻蒲團不計年。直待自家都了得，等閑拈出便超然。⁵⁴

禪宗強調自我體證，反對經教束縛，尤以「莫向如來行處行」⁵⁵，為「大丈夫」應有的志節。學詩也是注重個人體悟掌握，悟得後就無所羈絆了。

二是重觸機的，亦即具隨機性、偶然性。所謂天機偶得，在偶然之間天心遇之而悟得了。如前面所引多位禪師悟道的情形，都是在偶然狀態下觸動天機而悟得。宗杲說：「第一不得存心等悟。若存心等悟，則被所等之心障卻道眼。」⁵⁶ 詩悟的觸機是同樣的情形，如戴復古所說：

詩本無形在窈冥，網羅天地運吟情。有時忽得驚人句，費盡心機做不成。

⁵² 見魏慶之《詩人玉屑》卷一引，台北：九思出版公司，1978年11月，頁11。

⁵³ 周裕鍇《文字禪與宋代詩學》引，見張高評編《宋詩綜論叢編》，頁573。

⁵⁴ 見魏慶之撰《詩人玉屑》卷一。「頭上安頭」是出自希運：「語默動靜，一切聲色，盡是佛事。何處覓佛？不可更頭上安頭，嘴上加嘴。」《黃蘗斷際禪師宛陵錄》意思是一切日用盡是佛事，往別處尋覓就如同在頭上再安一個頭。頁8。

⁵⁵ 安察禪師的《十玄談》云：「萬法泯時全體現，三乘分別強安名。丈夫皆有沖天志，莫向如來行處行。」見孫昌武《詩與禪》引，頁67。

⁵⁶ 大慧普覺《答湯丞相進之》，《大慧普覺禪師語錄》卷三十，見《佛光大藏經·禪藏》語錄部，頁610。

(論詩十絕)⁵⁷

費盡心思的冥思苦想可能也得不到好句，好句卻在偶然間生發出來。王庭珪將詩禪合起來一起論述：

學詩真似學參禪，水在瓶中月在天。夜半鳴鐘驚大眾，嶄新得句忽成篇。

(贈曦上人)⁵⁸

禪悟，是瓶中水月的偶然觸發；詩悟，是創作構思過程中，隨機觸發而靈感湧現或豁然貫通的。

三是瞬時間觸發的，禪家稱為「頓悟」。禪宗的頓悟說強調佛性真如的體證不在於修持的方式、修持時間的長短，而是靈心一動，完成於剎那之間的。惠能說「一念若悟，即眾生是佛。」(《六祖壇經》(敦煌本))⁵⁹成佛只在於一念之悟，瞬時間頓悟自性，便可成佛。「一念愚即般若絕，一念智即般若生。」(《六祖壇經》(敦煌本))⁶⁰剎那間的靈動——頓悟，具有突發性和偶然性的特點，在出其不意間突然領悟到佛性真理。這和藝術思維中靈感的瞬時噴發的情形極為類似。吳可在《藏海詩話》中提到作詩須有悟門：

凡作詩如參禪，須有悟門。少從榮天和學，嘗不解其詩云：「多謝喧喧雀，時來破寂寥。」一日於竹亭中坐，忽有群雀飛鳴而下，頓悟前語，自爾看詩，無不通者。⁶¹

這是欣賞過程剎那間的省悟，突然的領會到詩作的情感。葉夢得在《石林詩話》也曾講到這一念之悟：

「池塘生春草，園柳變鳴禽。」世多不解此語為工，蓋欲以奇求之耳。

⁵⁷ 戴復古《石屏詩集》卷六，見《景印文淵閣四庫全書》第1165冊，頁657。

⁵⁸ 王庭珪《盧溪文集》卷六，見周裕鍇《宋代詩學通論》引，頁388。

⁵⁹ 同註6，頁284。

⁶⁰ 同註6，頁46。

⁶¹ 見丁福保輯《歷代詩話續編》，頁340-341。

此語之工，正在無所用意，猝然與景相遇，借以成章。不假繩削，故非常情所能到。詩家妙處，當須以此為根本。而思苦言難者，往往不悟。⁶²

謝靈運的此二句詩，葉夢得以為它的好正在於見到外境而與心靈相遇合，靈感突然產生，不需雕琢細磨而好詩自然而成。這是藝術創作時靈感的瞬時觸發。

四是觸類旁通的，所謂一悟盡悟。禪宗有所謂一句超然了百億，「一性圓通一切性，一法遍含一切法，一月普現一切水，一切水月一月攝。」（《永嘉證道歌》）⁶³這是一念體現一切的形象說法。明胡應麟對禪悟與詩悟後的情形有很生動的說明：

禪則一悟之後，萬法皆空，棒喝怒罵，無非至理；詩則一悟之後，萬象冥會，呻吟咳唾，動觸天真。（《詩藪》內編古體中）⁶⁴

詩歌創作如同參禪，「發慧之後，一切皆如」。龔相的學詩詩可以說明：

學詩渾似學參禪，悟了方知歲是年。點鐵成金猶是妄，高山流水自依然。⁶⁵

學詩如禪之妙悟，妙悟之後，方能縱橫自如，所作之詩無不順當。詩法不再是束縛，詩歌自然流出而皆妙。又宋史彌寧說得更明白：

詩家活法類禪機，悟處工夫誰得知。尋著這些關捩子，國風雅頌不難追。
（詩禪）⁶⁶

悟得之後，不只是對詩的瞭解，進而觸類旁通，作詩自出機杼，無所依傍。

禪以體驗自性為解脫目的，詩以美感意識為追求。禪學與詩學在這

⁶² 見何文煥編《歷代詩話》，頁426。

⁶³ 見李焘《中國禪宗大全》，頁145。

⁶⁴ 胡應麟《詩藪》內編古體中，台北：廣文出版社，1973年，頁92。

⁶⁵ 見魏慶之《詩人玉屑》卷一，頁9。

⁶⁶ 史彌寧《友林乙稿》，見《景印文淵閣四庫全書》第1178冊，頁108。

種認識架構的類似下，產生種種的重疊、相互滲透。

第二節 禪宗心性說與詩歌創作觀念

在詩禪內在相融通的基礎上，詩禪交涉就不只是表面形式、語言的會通罷了，更深刻的是表現在主、客觀的認識和反映現實的這些根本原則和方法上。禪宗的心性說除了深化傳統哲學思維，⁶⁷也明顯影響到其他的領域，尤其是詩歌部分。禪宗所發展的獨特的世界觀與認識方法，促使文人對詩歌思維方式的轉變，對於詩歌本原問題的重新思考，形成新的構思與審美的方向及方法，並因此而促進了詩歌藝術的一大進步。

禪宗的本體—心性說，在宗教發展和歷史因素下所產生的進展，連帶的促進詩歌創作的觀念的產生。「中國詩歌史上從主體心靈的外化、個體意識的覺醒到創造性的充分發揮甚至個性解放思潮的出現，都或多或少與禪宗的『心性』學說有一定的關係。」⁶⁸在詩禪交涉的範疇裡，禪宗的心性觀對詩歌本原觀念的影響，所造成的詩歌創作理論、方法和鑑賞的獨特風格，值得我們仔細去分析探索，本節將循著禪宗心性論的這條路線，來看它和詩歌間的關係，亦即禪宗心性論的發展如何推動詩歌創作觀念的變化。⁶⁹

一、自性的認識與肯定

由於惠能的開創，使得禪宗真正在中國成立，並逐步完成中國化。禪宗獨特的宗旨，如佛性真如的本體論、明心見性的修行方法、不立文字、自力自度、頓悟成佛等基本思想才被系統的提出。禪宗的本體是真如、佛

⁶⁷ 中國傳統思想從魏晉開始展開本體論的探討，此時佛教般若學的發展與玄學本體論相呼應，後來涅槃佛性學說興起，由本體論進入心性論是邏輯發展必然的趨勢。禪宗大發展時期，各宗派無不涉及心性論問題，把心性論的研究提到新的高度，不但充實了禪宗的理論，也加深了中國哲學史思惟的深度。參考學者任繼愈先生的說法，見 禪宗對中國文化的影響，收於洪修平《禪宗思想的形成與發展》一書中的序。台北：佛光文化事業有限公司，1997年9月初版二刷。

⁶⁸ 周裕鍇《中國禪宗與詩歌》，頁343。

⁶⁹ 禪宗的心性說啟發詩歌創作觀念的新發展，孫昌武先生對這部分有詳細的論說，本節主要採孫先生的此一觀點來加以論說。孫昌武著《禪思與詩情》，北京：中華書局，1997年8月。《詩與禪》，台北：東大圖書公司，1994年8月。

性，也可以說是自性，它是泯除一切概念對立的堅實、精微的心體；它的本質是清淨的、永恆不變的；它隱藏在一切眾生身中，被煩惱所覆蓋；它是一切事物的生因；心念與萬物都是由它所生，因此都是本性清淨的；因為萬相與心念本淨，所以應該無住、無念、無相。⁷⁰ 這是「自性」的意含，也是南宗禪在心性學說上的重大貢獻。禪宗發展了自印度佛教傳來的「心性本淨」學說，提出了「無念」、「見性」的理論，並因此在中國思想史上（包括文學思想史上）促進了肯定每個平常人的「自性」與重視個人主體精神的思考。

惠能對「東山法門」以來的性淨思想作了重大意義的發揮。惠能和他的弟子神會將「佛性」和「人性」等同於一，自性之外沒有別的佛性。他以《金剛經》無住、無念、無相之說為根據，提倡識心見性，自成佛道，不必在本心之外另求淨心，因為自心本來就是清淨的，只要頓悟自性清淨就可成佛。所謂「根塵不滅，非色滅空；行願無成，即凡成聖。舉足下足，長在道場；是心是情，同歸性海。」⁷¹ 人的自性是本來清淨、圓滿具足的，當下現實的「心」與「情」都是與佛性相一致的。修行就在於發現它，就在於見到本自具足的自性，也就是「明心見性」。就這樣，明心見性成為禪宗的重要宗旨，從而使禪宗開出了新的局面。

明心見性是自見本具的佛性，而此佛性清淨，只在於發現，這是一剎那間的領悟。因此，明心見性的修行方法就是「頓悟」，《六祖壇經》（敦煌本）說：「一念修行，法身等佛。善知識！即煩惱是菩提。前念迷即凡，後念悟即佛。」⁷²、「善知識！我於忍和尚處一聞，言下大悟，頓見真如本性。是故將此教法流行後代，今學道者頓悟菩提，各自觀心，令自本性頓悟。」⁷³ 頓悟並不是向外悟佛性，而是頓悟自心，《六祖壇經》（敦煌本）上說：「佛是自性作，莫向身外求。自性迷，佛即是眾生，自性悟，眾生即是佛。」⁷⁴ 這是自性的發現與復歸，也就在人的「心」中。永明延壽在《宗鏡錄》的闡述「舉一心為宗，照萬法如鏡」，就是自性的發揮。

⁷⁰ 這是楊惠南先生認為《壇經》中的「自性」的意含。楊先生認為前四點是四卷本《楞伽經》的如來藏思想，而後兩點則是《壇經》開展出的「自性」的新內容。參見楊氏著《禪史與禪思》，頁 209-229。

⁷¹ 王維 六祖能禪師碑銘，同註 6，頁 331。

⁷² 宗寶本作「自身等佛」。同註 6，頁 280。

⁷³ 同註 6，頁 285。

⁷⁴ 同註 6，頁 292。

禪宗自性自度、頓悟見性的思想可以說是對於個人主體心性的認識與返歸，而這種思想的發展與中國傳統思想的發展是同步的。自魏晉南北朝以來，思想界所關心的哲學問題，從主要集中於「天人之際」轉移到人的自身，心性問題的被討論與重視，是將關注的眼光從外收回到內部，重視起人的個性發展。佛教內部也在人的能動性被重視與提高的歷史條件下，側重了心性方面的討論。禪宗的這種肯定具體的「自性清淨心」，是對宇宙與人生的創造性的認識。這自性是清淨的但卻非死寂不動的，它能如明鏡般映照萬物、含納萬物，自性返照自身的作用表明它本身就是「絕對」。這絕對的「自性」超越虛妄的現實世界，更從根本上超越了主、客對立關係。這心性猶如明鏡般，不管是否有映照的對象，它明澈的本質是不會改變的；有了影像並不給它增加什麼，只是顯示它的映照作用。禪的這種觀念，提供了詩歌思考以自性為主體的藝術創作方法，提供了詩歌表現內容與形式的新天地。

禪宗這種富有實踐性的對自性清淨的認識，本身就非常具有詩情，它所展現的心靈境界，正是一種詩的境界。所以詩、禪之間自然就會交流融合。禪宗的心性論對詩歌創作觀念的影響，主要在於促進詩歌本原觀念新的面向思考。中國詩論的傳統中「詩言志」的觀點是詩源於心的觀點，也是討論到主觀情志在創作中的作用。然而這所言之「志」，是客觀現實的反映，是感於物而動的，而且要與「聖人之道」相合，於是有「經夫婦，成孝敬，厚人倫，美教化，移風俗」的作用。這種觀點強調現實性與倫理色彩，對於「心性」作用有很大的限制。六朝以後，佛教心性論的傳入，與此時中國傳統思想的發展同步，於是「心性」的觀點受到更多重視。劉勰講「心生而言立」，強調心的創發，以心為創作本原。在《文心雕龍》體性篇中說：「並情性所鑠，陶染所凝，各師成心，其異如面。」⁷⁵可見創作主體之「心」，還是「情性」。在神思篇中更講求闡發創作中主觀思維的作用，促使文人探討如何修養「心體」。然而，劉勰主要的論述是在具體的構思、藝術想像等形式問題，對心性的創造功能方面並未有明顯的突破，創作中主、客觀關係仍是傳統的思維。

禪宗的心性論把「自性」作為絕對的主體，推動詩歌創作中主、客關

⁷⁵ 見周振甫《文心雕龍注釋》，台北：里仁書局，1998年9月，初版三刷，頁535-536。

係改變，亦即在詩歌中，自身心性做為創作主體，它不再是客觀境象的反映，而是客觀境象反映它自身，絕對的心性已脫離主客的對立，它是涵蓋萬有的。於是在詩歌本原論上，是以「無心」、「無念」代替「修心」，這心性具足圓滿猶如明鏡，能返照萬物，而不是借修養心體來達到圓滿具足，於是創作觀點是注重當下心靈狀態，強調「心無所營」、「無所用意」，寓物而不流於物，超越於是非利害之上，也就沒有了功利的關心和倫理色彩，只重視當下主客觀因素交互作用下的心靈觀照。

「無心」⁷⁶，黃蘗希運的一段話可以說明：

此心即無心之心，離一切相。但能無心，便是究竟。本佛上實無一物，虛通寂靜，明妙安樂而已。此本源清淨心，常自圓明遍照，但直下無心，本體自現，如大日輪昇於虛空，遍照十方更無障礙。

世人聞道諸佛皆傳心法，將謂心上別有一法可證可取，遂將心覓法，不知心即是法，法即是心，不可將心更求於心，歷千萬劫終無得日。不如當下無心，便是本法。不如當下無心。決定知一切法本無所有，亦無所得。學道人只怕一念有，即與道隔矣。念念無相，念念無為，即是佛。（《筠州黃蘗山斷際禪師傳法心要》）⁷⁷

無心、無念，是因自心本自清淨具足，不為外境所惑，卻又照見宇宙的真實，所以面對客觀外境時，心是無所用意的，是一種直覺式的觀照。外境並不能影響內心，故而作者將心中直覺觀照所得，用最直接的意象語言來表達，亦即直接把握住觀照對象，進而達到「思與境偕」的境界。外境顯現的卻是映照內心。禪宗的「對境無心」影響詩歌的是「心無所營」的創作態度及「思與境偕」的要求。心是涵蓋萬有，與宇宙合一的絕對立場，故而我之「思」消融於物之「境」中而達到永恆。在詩歌創作中，心識不動而表現外境，以外境自然呈現的方式呈現外境，沒有主體「我」的觀點與情思。以外境的呈現來表現心靈，因為心與境是二而一的，外境的顯現就是心靈的幻相，是映照內心，是「即事而真」的表現方式。這種肯定絕對自性——心的觀念，體現在詩歌創作中的代表人物首推王維。

⁷⁶ 這裡的「無心」並非指牛頭禪的「心境本寂，絕觀忘守」的無心，而是指「體寂湛然，無有來去」（大珠慧海語）的心識不再流動的無心。這不動的靈妙真心是能「了了見」宇宙的一切的。

⁷⁷ 見李森編《中國禪宗大全》，頁 199-201。

王維與禪宗關係密切，與南北二宗都有深度交往。⁷⁸ 他的詩歌創作受到禪宗思想及思維方式的影響顯而易見，並因此開拓新的藝術境界。如他的作品〈鹿柴〉〈辛夷塢〉二首：

空山不見人，但聞人語響；反景入深林，復照青苔上。（〈鹿柴〉）⁷⁹

木末芙蓉花，山中發紅萼。澗戶寂無人，紛紛開且落。（〈辛夷塢〉）⁸⁰

在詩裡描繪的是大自然自身的景色，看不到作者的主觀觀點，是一個「無我」、「無心」的境界。青苔上的光影和獨自開落的辛夷花，呈露了自然的寧靜幽寂，同時也呈露了作者寂靜的心境。這是大自然的直接描繪，同時也映照作者內心世界。這種表現方式不同於從作者的視點或從外境的視點來觀照，而是以超越的方式，以心為絕對的主體來觀照世界。這種心靈的觀照方式是一種新的創作思維。其他如 輞川絕句、山居秋暝、渭川田家、淇上田園即事、終南別業、過香積寺 等等，這些作品都是王維心靈深處的境象外顯，以直覺意象呈現心境，是色空融合的直觀顯露。詩中所描寫山水田園景色，充滿「空寂」的美感，這種空寂並非死寂，而是一種閑適悠遠的禪趣，是寂靜淡泊卻富有活潑生機的。這正顯現王維的內心世界，他是以外境來映照內心，以表現自己的心境為創作中心。這是體現禪宗肯定絕對的自性的主張，以主體心性為藝術表現的中心。

王維的思想中對自性的體認，可從他為道光禪師所做〈荐福寺光師房花藥詩序〉中看出：

心舍於有、無，眼界於色、空，皆幻也。離，亦幻也。至人者，不舍幻而過於色空、有無之際。故目可塵也，而心未始同；心不世也，而身未嘗物。（《王右丞集箋註》卷一九）⁸¹

⁷⁸ 王維母親崔氏師事北宗大照普寂禪師三十餘年，在家風薰染下，王維和弟弟王縉「俱奉佛，居常蔬食，不茹葷血。」他寫過一篇 為舜閣黎謝御題大通大照和尚塔額表，（大通即神秀，大照即普寂），後受神會所託為惠能撰寫 能禪師碑，可見其對禪學研究頗深。

⁷⁹ 見高步瀛選注《唐宋詩舉要》卷八，台北：學海出版社，1986年8月再版，頁754。

⁸⁰ 同上，頁754-755。

⁸¹ 趙松谷箋註《王右丞集箋註》卷十九，台北：廣文書局，1977年12月，頁764。

他以絕對主體的立場來看待外境，因而能「離象得神，披情著性」（《詩鏡總論》）⁸²，所以他的詩就創造出「澄澹精緻」（司空圖 與李生論詩書）、「趣味澄寰」（司空圖 與王駕評詩書）的超逸心性的特色。禪宗「任運無心」的思想，「趨空」、「性空」的禪法，在王維詩中體現「空寂」之美，⁸³對詩歌意境的創造有著開拓的意義。

盛中唐的近禪詩人孟浩然、常建、韋應物、柳宗元等人，都受到禪宗的影響，在創作中體現物我交融、空靈幽靜的境界。心靈觀照世界的動靜，而這世界的動靜正映現內心的狀態。他們的詩作多是幽靜空寂的外境的自然呈現，是心無所作意的直觀體悟，而這呈現正是作者內心的映照。這些作品的境界是閑淡悠遠的，如「禪房閉虛靜，花藥連冬春。」（孟浩然 還山貽湛法師）⁸⁴、「日出霧露餘，青松如膏沐。」（柳宗元 晨詣超師院讀禪經）⁸⁵常建的 題破山寺後禪院 更可說是最佳的體現：

清晨入古寺，初日照高林。竹徑通幽處，禪房花木深。
山光悅鳥性，潭影空人心。萬籟此俱寂，惟餘鐘磬音。⁸⁶

歐陽修評此詩的「竹徑通幽處，禪房花木深」是「造意者為難工也」，⁸⁷造意不可得，正因是作者心照，直觀體驗所得，故學之者難得！

唐代詩僧皎然在詩論中也強調心的作用。如「詩與興趣，勢逐情起，不由作意，氣格自高。」（《詩式》「鄴中集」）⁸⁸他的詩云：「積疑一念破，澄息萬緣靜。世事花上塵，惠心空中境。」（白雲上人精舍尋杼山禪師兼示崔子向何山道上人）⁸⁹、「如何萬象自心出，而心澹然無所營。」（奉應顏尚書真卿觀玄真子置酒張樂舞破陣畫洞庭三山歌）⁹⁰這種不作

⁸² 見丁福保輯《歷代詩話續編》，頁 1412。

⁸³ 關於王維詩中般若空性及空寂的美感，學者蕭麗華於《唐代詩歌與禪學》一書中有詳盡的論述。頁 73-141。

⁸⁴ 見《全唐詩》，台北：文史哲出版社，1978 年 12 月，頁 1620。

⁸⁵ 同上，卷三五—，頁 3929。

⁸⁶ 見高步瀛選注《唐宋詩舉要》卷四，頁 408。

⁸⁷ 《續居士集》卷二十三，見《唐宋詩舉要》卷四引，頁 448。

⁸⁸ 見何文煥編《歷代詩話》，頁 29。

⁸⁹ 見《全唐詩》卷八一六，頁 9185。

⁹⁰ 見《全唐詩》卷八二一，頁 9255。

意，任心自運而淡然無所營與過去修心的觀點已是不同。

宋代詩人中蘇軾的以虛靜之心觀照外境的藝術表現方式，也是採用這種心性之說的觀點。蘇軾的詩歌創作風格多樣，這是他的藝術表現方式之一。在他的作品中常見「一念清淨，染污自落，表裡儻然，無所附麗」⁹¹的表現，顯現與禪宗的思維方式有關。蘇軾接受「無心任自然」這種心性觀的傾向，在他的作品中表露無疑：

我心空無物，斯文定何間。君看古井水，萬象自往還。（書王定國所藏王晉卿畫著色山二首）⁹²

欲令詩語妙，無厭空且靜。靜故了群動，空故納萬境。（送參寥師）⁹³

「靜」、「空」是心如明鏡的境界，故而能返照萬象，體現本心。他發揮了「自性用」⁹⁴的特點。

禪宗的心性說，提出了以心性作為絕對主體及自悟自證的觀點，這種自性的肯定與復歸突顯自身心性的絕對性的意識，推動詩歌創作上把富有創造性的心靈作為表現中心，於是形成了詩歌創作上心靈直覺觀照的思維方式與空、靜的審美觀念，推動詩歌意境新論的探討。

二、自性的表露與發揚

惠能強調對自性本自清淨的認識與肯定，強調自性自悟的「本體之用」，到了馬祖道一這裡則加深強調一心的「隨緣應用」，亦即從自心自性的全體大用上來加以發揮。惠能認為人的身上妄心淨心存在著根本差別，要轉妄成淨需要經過「見性」的過程。主張現實的眾生心是虛妄的，有待去發現、悟得那不變的、永恆的清淨本性。馬祖道一則集中強調從當下的一

⁹¹ 蘇軾《黃州安國寺記》，《蘇東坡全集》前集卷三三，頁360。

⁹² 見蘇軾《蘇東坡全集》前集卷十八，頁208。

⁹³ 同上，前集卷十，頁113。

⁹⁴ 「自性用」是自性自心本體的作用，如明鏡返照外境，而見自性之清淨。是南宗禪的特點。孫昌武先生於《禪思與詩情》中提到：「宗密指出：『真心本體有二種用：一者自性本用，二者隨緣應用。猶如銅鏡，銅之質是自性體；銅之明是自性用；明所現影是隨緣用。』北宗重點解決『自性體』的問題，因此用鏡的『銅之質』來說明清淨自性的本質；南宗禪則進一步發揮了『自性用』的方面，用鏡的反照來說明『見性』的道理。關於『隨緣用』則有待洪州禪來發揮。」頁216。

舉一動、一言一行中去證悟自心本來是佛，強調於自然生活中見道的可能，那就是提出「平常心是道」的主張。

示眾云：道不用脩，但莫汙染。何為汙染？但有生死心，造入趨向，皆是汙染。若欲直會其道，平常心是道。何謂平常心？無造作，無是非，無取捨，無斷常，無凡無聖。只如今行住坐臥，應機接物，盡是道。（《馬祖道一禪師語錄》）⁹⁵

平常心就是道，主張我人當下現實的平常生活中，都有觸道的可能，亦即在日常生活中，去悟得自性清淨的一面，更加重視生活的實踐。他說「即心即佛」，平常心與佛心等同於一體，突出表現當下現實之心，所以於日用中就能有機會去體道。所謂「凡所見色，皆是見心」，強調「觸類是道」。《禪源諸詮集都序》卷上之二云：

即今能語言動作，貪嗔慈忍，造善惡，受苦樂等，即汝佛性。⁹⁶

「作用是性」，肯定在言語動作、苦樂作為之中去發現道，發現修行的路。馬祖道一說：

一切法皆是佛法，諸法即是解脫。解脫者即是真如，諸法不出於真如。行住坐臥，悉是不思議用，不待時節。經云：在在處處，則為有佛。（《馬祖道一禪師語錄》）⁹⁷

在在處處都找得到覺悟的蹤跡，所以自性的領悟不必非得從經典儀式中來。馬祖道一後期由「即心即佛」轉為「非心非佛」，⁹⁸連心、佛都摒斥了，這種無念無著的精神，被他的弟子輩加以發揮，甚至到呵佛罵祖的境地

⁹⁵ 見《卍續選輯 禪宗部》第十三冊，頁 812。

⁹⁶ 《佛光大藏經 禪藏》宗論部，頁 224。

⁹⁷ 見《卍續選輯 禪宗部》第十三冊，頁 812。

⁹⁸ 「即心即佛」是從積極方面肯定自我是佛，「非心非佛」則從否定角度說無佛無佛性。「即心即佛」是一時方便語；從根本上說「大道無形，真理無對」，「心」與「佛」都在排斥之列。見孫昌武《禪思與詩情》，頁 108。

。例如趙州從諗說：「佛之一字，吾不喜聞。」⁹⁹、德山宣鑒上堂示眾時說：

我先祖見處即不然，這裡無祖無佛。達磨是老臊頭，釋迦老子是干（乾）屎橛，文殊普賢是擔屎漢，等覺妙覺是破執凡夫，菩提涅槃是繫驢橛，十二分教是鬼神簿、拭瘡疣紙。四果三賢、初心十地是守古冢鬼，自救不了。（《五燈會元》卷七）¹⁰⁰

這種否定一切外在的權威與限制，表現為毀經棄佛，呵佛罵祖，這是馬祖道一「平常心是道」觀念的極度發展。所謂「真佛內裡坐」、「赤肉團上有一無位真人」¹⁰¹，講的就是每個人的「本來面目」是佛，不需向外去求，不要被經典教法所限制住，這是高度肯定自心的觀念。

馬祖道一的禪法是在惠能肯定主體自性的基礎上，往前跨進一步。「即心即佛」，心是總持之妙本，萬法之洪源。但同時又提出一切法性空，所以「非心非佛」，故不可執著，一切時中無念無著，即自然解脫成佛。肯定隨緣任運，不思善，不思惡，在善惡兩邊不滯不生念，則不會受到染污。最形象的例子就是大珠慧海和源律師間的一段對話：源律師問如何修道用功？慧海答：「飢來吃飯，困來即眠。」源律師說這不就和平常人一般嗎？那常人也在修道用功？慧海答平常人是「吃飯時不肯吃飯，百種須索；睡時不肯睡，千般計較。所以不同也。」強調的是任運隨緣，不起執著心，是以行住坐臥，無非是道。臨濟義玄發揮得更痛快：

佛法無用功處，祇是平常無事，屙屎送尿，著衣喫飯，困來即臥，隨處作主，立處即真。（《古尊宿語錄》卷四）¹⁰²

啟發學人於日常行事中去發現並認識自身的價值。如何即事求真？禪宗各派於是創造出許多「接引」方式，如機鋒、棒喝，促使其自心覺悟，進入

⁹⁹ 《祖堂集》，見李淼《中國禪宗大全》，頁 249。

¹⁰⁰ 《景印文淵閣四庫全書》第 1053 冊，頁 256。

¹⁰¹ 見《景德傳燈錄》卷十二，頁 24。

¹⁰² 《卍續選輯 禪宗部》第十一冊，頁 0202。

直覺之境。於是就有所謂「活法」的產生。禪宗的「活法」是認識方法基本特徵的一種概括，禪宗的「無形無相，無根無本，無住處，活潑潑地」本體，強調人胸襟的透脫，悟道的隨機，接機方式的靈活，這些都可以用「活」來概括，所以包含了豐富的思想內涵。禪宗的「活法」更適應了詩美創新的歷史要求，從而取代了直覺觀照的思維方式。詩歌對禪宗「活法」精神的借鑑與發揮，體現在重視心靈自由、活潑的表現，隨機任運而自然天成，產生新的詩美建構，即詩的「活法」產生。禪宗這樣肯定個人心性的隨緣應用、肯定現實人生的精神，發揚自性的意識，正契合當時的文人的心態，受到士人的喜愛，進而影響到詩歌創作。

日常生活就是道，人生日用中見真理，這是對絕對的主體心性的肯定。將超越的自性與現實的人心結合為一，也就是「精神的絕對超越被同時賦予與現實完全同構的存在形態」¹⁰³，這種肯定現實的自心就是絕對，表現在詩裡的就是個人主體意識的表露與發揚，把自我心性作為中心的藝術表現。體現這種觀念於詩作中的詩人是白居易，他的詩作中多數是抒寫闡達自然、適性樂天風格，表現出任運隨緣、無念無心的思維。白居易一生思想綜合儒、釋、道三家，孫昌武先生認為「白居易思想表現佛老，特別是莊禪交流，與洪州禪相一致。」¹⁰⁴ 他一生的學習雖然間雜過道教、易學、齋戒，然而終能以無心自閑，逍遙放曠的人生實踐，來實踐洪州禪無為無事的思想真諦。¹⁰⁵ 白居易晚年居洛陽時，對洪州禪的觸事即真、當下即是，無是無非無凡無聖的禪理已能充分掌握，並體現於生活上的言談舉止，如：

聰明傷渾沌，煩惱污頭陀。¹⁰⁶

白衣居士紫芝仙，半醉行歌半坐禪，今日維摩兼飲酒，當時綺季不講錢。¹⁰⁷

¹⁰³ 洪州禪「平常心是道」將「平常心」與「清淨心」等一，超越的心體要落實到現實的世俗心，所以韓經太認為，不論是儒佛向善而以悲智為修的理念，或是佛老無為而以空靜為修的理念，精神的絕對超越被賦予與現實完全同構的存在形態。見韓經太《宋人美學觀念的結構分析》，《宋代文學研討會論文集》，高雄：麗文文化事業股份有限公司，1995年5月，頁373。

¹⁰⁴ 見孫昌武《白居易與洪州禪》，《詩與禪》，頁201-220。

¹⁰⁵ 關於白居易詩中莊禪合論的說法，學者蕭麗華有詳盡的分析，見《白居易詩中莊禪合論之底蘊》，《唐代詩歌與禪學》，頁143-172。

¹⁰⁶ 白居易《偶作》，《白居易集》卷二七，台北：里仁書局，1980年10月，頁614。

¹⁰⁷ 白居易《自詠》，《白居易集》卷三一，頁701。

達摩傳心令息念，玄元留語遣同塵，八關淨戒齋銷日，一曲狂歌醉送春，
酒肆法堂方丈寺，其間豈是兩般身。¹⁰⁸

繼承白居易隨緣任運的創作思維的是蘇軾，他表現得更為自覺，更富有創造性。蘇軾所借鑒禪宗「無心任自然」的思想，主張空諸所有的「君看古井水，萬象自往還」、「靜故了群動，空故納萬境」。然而，在他的實際創作中，卻更多的是無中生有，心造萬象、空造萬有的，他自己即曾說：「吾文如萬斛泉源，不擇地皆可出，在平地滔滔汨汨，雖一日千萬里無難。」（自評文）¹⁰⁹ 這是更多地接受禪宗「隨緣任運」、「觸類是道」的「活法」的思想，所以他隨意揮灑般的抒情，隨機應變的說理，隨物賦形的寫景，這種人生哲學的啟發並非來自靜坐冥想，這種藝術思維是來自於詩人對現實世界的經驗。他在《答謝民師書》中的一段話給他自己的藝術創作方式下了最佳的註腳：

大略如行雲流水，初無定質，但常行於所當行，常止於不可不止，文理自然，姿態橫生。¹¹⁰

禪悟的結果，形成了不拘一格、自然流轉的自由心靈書寫，人生日用，無不在他筆下任其揮灑。這無疑的是禪宗「活法」的啟發。清人劉熙載《藝概》云：「東坡善於空諸所有，又善於無中生有，機括實自禪悟中來。以辯才三昧而為韻言，固宜其舌底瀾翻如是。」¹¹¹ 禪宗「機鋒不可觸，千偈如翻水」¹¹² 的機敏靈活、隨機應變，對蘇軾的啟發就在於他靈活運用學識、經驗，融會貫通而驅遣自如，所謂「衝口出常言，法度去前軌」¹¹³ 是一種「無法」的創作方法，隨機如行雲流水，故而蘇軾的詩歌創作呈現縱橫自在的透脫精神。禪宗隨緣自適、隨機應變的人生哲學體現在蘇軾的藝術

¹⁰⁸ 同上。

¹⁰⁹ 孔凡禮點校《蘇軾文集》卷六六，北京：中華書局，1992年9月，頁2069。

¹¹⁰ 見蘇軾《蘇東坡全集》後集卷十四，頁587。

¹¹¹ 劉熙載《藝概》卷二，台北：廣文書局，1969年，頁10。

¹¹² 蘇軾《金山妙高臺》，《蘇東坡全集》前集卷十五，頁177。

¹¹³ 周紫芝《竹坡詩話》記載，有明上人者，作詩甚艱，向東坡求作詩之捷法，東坡作兩頌與之。其一云：「衝口出常言，法度去前軌。人言非妙處，妙處在于是。」見何文煥編《歷代詩話》，頁348。

思維中，呈現的是隨意的創造性，生動活潑、自由自在的詩風。

「日用是道」觀念的另一個影響，就是由「不立文字」到「不離文字」的文字禪。既然嬉笑怒罵、吃飯睡覺中都可以體驗禪，那麼，禪就不再執著於「不立文字」。離文字是禪，不離文字也是禪，所以說「臺閣山林本無異，故應文字不離禪。」（蘇軾 次韻參寥寄少游）¹¹⁴ 肯定了「平常心」，由重內心體悟的禪才轉變為重生活實踐的禪，在表現上就由不重言說到重問答商量，進而表現為詩偈的形式。大量的禪文獻的產生，這種觀念的改變可以說是關鍵。偈頌語錄、公案創作的興盛是馬祖道一洪州禪的新禪觀所促成的，而這些數量豐富的創作給詩壇提供了新的表現方法和藝術技巧。江西詩派宗主黃庭堅從禪宗處借鑑的就是公案中語言藝術的獨創性、智慧性和非邏輯性，以及思維方式的借鑑，這主要落實在詩法的活學活用、繼承創新上。黃庭堅認為詩是有法可學的，從前人的語言技巧中學習作詩方法，並進而創造出自己的方法。這其中從禪宗處得到很多啟示，如禪宗的「活句」原則，言語道斷、語忌十成，不犯正位、切忌死語，在黃庭堅的創作中體現為標新立異、出奇制勝、機制圓活。在詩歌創作理論上，他強調「飽參」與「妙悟」並重，重視詩學功夫和個人悟性，這是從法度中出發而最終獲得自由（下章再詳論）。

步履黃庭堅之後的江西詩派，更加注重句法、煉字的技巧，更多的取法禪宗，並進一步以禪喻詩，而蔚為風潮，容後詳論。詩歌「活法」的提出就是禪宗「活法」影響下的產物。大慧宗杲的「看話禪」應是最直接的線索。宗杲與當時士大夫交往甚密，受其影響者甚多，呂本中即是其一。宗杲認為悟道方式是：

如水銀落地，大底大圓，小底小圓，不用安排，不假造作，自然活潑潑地常露現前。（《大慧普覺禪師語錄》卷十九）¹¹⁵

這種圓活的特點與呂本中「活法」說的特徵相同，在此可明顯看出呂本中活法說受禪宗思想的啟發。¹¹⁶ 楊萬里則在思維方式和詩歌創作上實踐活法理想，其詩被人稱為「活法詩」（下章再詳論）。

¹¹⁴ 蘇軾《蘇東坡全集》續集卷二，頁54。

¹¹⁵ 見《佛光大藏經 禪藏》語錄部，頁343-345。

¹¹⁶ 呂本中的活法說與禪宗間的關係，於第五章有較清楚的說明。

中唐以來，禪宗在惠能的思想理論基礎上，沿著肯定心性，融通世俗生活的路線深化，因而與士大夫間拉近了距離。入宋以後，因應歷史條件的需求，三教調和的思想出現，逐步成為士大夫的自覺實踐，而形成宋代參禪的時代風尚。禪宗對清淨自性的認識與肯定，推動詩歌重視主體心性，並以個人心性為創作主體，產生了以王維為代表的空寂美感、直覺觀照的審美意識；到了馬祖道一的洪州禪，重視個人自性的表露與發抒，一心「隨緣應用」的新禪觀發展而成的禪宗「活法」，推動詩歌重視圓轉靈活、機智活潑的主體性靈，產生了以蘇軾、黃庭堅、楊萬里為代表的活潑流轉、機變新奇、自然圓成的詩歌審美意識。

這裡要特別提出的是，洪洲禪所發展出來的一心「隨緣應用」、「觸類是道」的新禪觀，是在禪宗「自性本自清淨」的基礎下發展起來的，是更重視當下現實的「平常心」，更重視隨處是道的世俗化，而兩者間並未分割開來。把「自性」作為絕對主體是禪宗主要的觀念。「道沿聖以垂文，聖因文以明道」¹¹⁷代表了傳統上對文的本質的看法，重道的文學觀對個人主觀心性的作用較為忽略。在禪宗的心性論為文人所認識和接受後，促進詩歌更加重視以個人心性為主體的創作面向，使詩歌創作進入新的境界，對唐、宋以後的詩歌發展有很大的影響。禪宗重視自性的精神，推動了詩人更加追求、表現個人心性的世界，賦予心靈更多的自由，進而豐富了詩歌藝術創造的面向。

宋詩人在禪宗心性說的啟發下，更加重視以個人心性為主體的創作觀念，並藉助禪門的方法，發展出具時代特色的創作論，以及在這樣的架構下，形成一套獨特的詩歌鑑賞、風格論。下一章將從詩學角度來詳加論述。

。

第三節 「以禪喻詩」的潮流

詩禪間因有內在相融通的機制，而產生交涉，相互滲透的狀況。入宋以後，禪宗的五家七宗廣為流傳，其影響遍於社會各階層，甚至滲透到文化的底層。文學藝術（尤其是詩歌）所受的影響正是廣泛而深遠。宋代詩歌的創作受到禪宗思想、語彙材料及表達方式的衝擊，而產生詩歌創作觀

¹¹⁷ 劉勰《文心雕龍》原道篇。見周振甫《文心雕龍注釋》，頁2。

念的變革，進而豐富了詩歌的表現內容與形式（這個部分，將在下一章從詩學的角度來論述）。為了解釋新的文學現象，一套新的文論話語必然要產生，於是大量的禪宗術語被引進了詩學，以禪喻詩遂成為風氣，並成為宋代詩歌理論的重要特點之一。

禪學與詩學內在精神的相互呼應，表現於外在形式上最明顯而具代表性的便是詩論中「以禪喻詩」的盛行。以禪喻詩的理論極為豐富，表現也多樣式，在這種現象中，禪宗的思維特色展露無疑。以禪喻詩的表達模式極具特色，這其中有「對觀」和「三句」式是詩禪相似的表達模式，可以作為以禪喻詩的代表。本節擬概述以禪喻詩的狀況及「對觀」、「三句」的詩禪共通模式，以觀察以禪喻詩背後的思維特色，及這種表達意義所在。

一、以禪喻詩的概況

禪宗在唐宋興盛以後，與文學主流詩歌產生了綿綿密密的連繫，詩極盛時，禪家以詩寓禪；禪風盛行以後，詩家以禪入詩，所謂「詩為禪客添花錦，禪是詩家切玉刀。」（元好問 嵩和尚頌序）¹¹⁸ 經歷了這樣的時代風尚後，禪理詩論漸相融合，於是引禪以論詩的情形產生，可說是水到渠成。以禪喻詩的風氣形成後，在詩話、詩論中廣泛出現以禪喻詩的評論潮流。杜松柏先生在《禪學與唐宋詩學》一書中指出：

前人以禪論詩，不外較禪於詩，通禪於詩之二途，較禪於詩者，不外以參禪學詩，以頓悟得詩妙；通禪於詩者，則以禪典、禪事、禪理、禪趣入詩。¹¹⁹

較禪於詩、通禪於詩，內涵豐富，包含詩人對作品的構思、表達評論和讀者的領會、欣賞。有的表現只是外形、語言的簡單比附，只取皮毛罷了；有的則是內在精神的相契合，而能得其骨髓。

「以禪喻詩」風氣的興盛，堪稱是宋代極特殊的詩論特色，並對後代詩壇造成廣泛影響。然而，也有不少人持不同的看法。劉克莊就說：

¹¹⁸ 元好問《遺山集》卷三十七，見《景印文淵閣四庫全書》第1191冊，頁435。

¹¹⁹ 見杜松柏《禪學與唐宋詩學》，結論第二節 以禪論詩之要義，頁436。

詩家以少陵為祖，其說曰：「語不驚人死不休。」禪家以達摩為祖，其說曰：「不立文字」。詩之不可為禪，猶禪之不可為詩也。（何秀才詩禪方丈）¹²⁰

他認為在語言文字的利用方面，詩和禪是處於對立面的，詩禪的本質有異，所以詩自詩，禪自禪，遑論相融、互通。清人權德輿則說：

以妙悟言詩猶之可也，以禪言詩則不可。詩乃人生日用中事，禪何為者？（《養一齋詩話》）¹²¹

這種說法認為禪乃宗教，屬消極性的解脫論，與抒寫人生，屬積極的實用論的詩，在人生哲學方面是對立的。李重華則說：

嚴滄浪以禪悟論詩，王阮亭因而選《唐賢三昧集》。試思詩教自尼父論定，何緣墮入佛事？（《貞一齋詩話》）¹²²

李氏是從詩的用世觀、傳統儒家詩教觀的立場來排斥以禪喻詩。當今學者也有人指斥以禪喻詩故弄玄虛，恍惚迷離讓人陷入迷霧。不過，這些論點都是未能真切的掌握詩禪間內在相通的精神與實質，片面論斷所造成的。以下則概要的述說以禪喻詩的狀況，並觀察詩禪間共通的思維特色。

周裕鍇先生於《中國禪宗與詩歌》一書中，將以禪喻詩的情況歸為四大類，分別是一、用禪品詩，用禪家有關宗派區別的說法來品評詩派和作品。二、是以禪擬詩，用禪法、禪理或禪語來比擬學詩或作詩的一些具體門徑與方法。三、以禪參詩，用參禪的態度和方法去閱讀欣賞詩作，培養藝術鑒賞力。四、以禪論詩，用禪家的妙諦來論述作詩的奧妙。¹²³ 分類甚細，論說詳盡。筆者以為周先生的分類實不出杜松柏先生「較禪於詩」、「通禪於詩」此二大類。周先生的一、二點應屬於「通禪於詩」；三、四點應屬於「較禪於詩」。這其中以禪家宗派來比擬詩派的做法屬於粗淺的表

¹²⁰ 見劉克莊《後村先生大全集》卷九十九，《四部叢刊初編集部》，台北：台灣商務印書館，1965年，頁854。

¹²¹ 見郭紹虞編《清詩話續編》，台北：木鐸出版社，1983年12月，頁2011。

¹²² 見丁仲祐編定《清詩話》，台北：藝文印書館，1977年5月，頁1198。

¹²³ 見周裕鍇《中國禪宗與詩歌》，頁295-323。

面比附、借喻，亦是容易引起非議之處。然而以禪法、禪理、禪悟來參論詩歌創作、學習方法和閱讀鑑賞等方面，卻可見到較深刻的、與內在精神相通的情形。所以本文擬從創作方法和閱讀鑑賞對禪的借鑑比擬這兩條路線，來說明以禪喻詩的深層意義。

首先，創作方法的部分，以禪法來比擬詩法，是抓住了詩禪間共通的思維模式，與藝術思維中規律性的東西，這種比擬就不算是表面的比附。以禪語、禪理、禪法來作比擬的，其內在都有相通之處。如「點鐵成金」、「句中有眼」的禪語借用於詩法，這種移植是有其理論價值的。下一章有詳細說明。吳可有三首學詩詩，以參禪的方法來論作詩方法：

學詩渾似學參禪，竹榻蒲團不計年。直待自家都了得，等閑拈出便超然。
學詩渾似學參禪，頭上安頭不足傳。跳出少陵窠臼外，丈夫志氣本衝天。
學詩渾似學參禪，自古圓成有幾聯。春草池塘一句子，驚天動地至今傳。¹²⁴

學詩如參禪般，必須下功夫、跳出前人窠臼自成一格，詩與禪皆然，自性真如是靠自身體會證悟的，所謂「如人飲水，冷暖自知。」得靠自身下功夫修證而得，步履前人之後是走不出自己的路子的。詩人創作好的作品，也得靠自身學識累積，除了吸取前人精華，更重要的是必須創造自己的風格、特色。有了自己的生命，自然可傳千古了。這是從參禪的普遍原理來比擬作詩的普遍原則和方法，再看一更明顯的例子：

欲參詩律似參禪，妙趣不由文字傳。箇裡稍關心有悟，發為言句自超然。
(論詩十絕 之一)¹²⁵

戴復古的這首詩利用參禪必須超越語言文字的邏輯思考、必須但見本性的普遍原則，來比擬作詩，詩與禪之妙趣皆不在文字，而在心之悟。這就點出了詩禪間都具有的個體的直覺體驗、超越的、非邏輯性的特點。因為有這樣共通的特點，所以能以參禪來比擬作詩的原則。另外，從禪法之中得到啟示，而借用於詩法成為新的藝術手法的，大致有「三句」式、「活句

¹²⁴ 魏慶之《詩人玉屑》卷一，頁8。

¹²⁵ 戴復古《石屏詩集》卷六，見《景印文淵閣四庫全書》第1165冊，頁657。

、「翻案」、「四寶主」、「不犯正位，切忌死語」等方法。以三句式來說，禪家的「雲門三句」¹²⁶是雲門禪師用來接引學人的方法，是一種證悟禪理的方法或是證悟禪境的境界，詩人藉此比擬詩歌的表現手法和境界，前面吳可的學詩詩也可以算是這種方法。後面再詳論。「活句」在禪家的意思是非一般常解、知識或邏輯能理解的句子，是具有啟人體悟意義的話語。因為佛性是不靠知解的，故而禪宗要人「須參活句，莫參死句」，在參活句的過程中達到證悟的可能。在詩歌創作中借用「活句」的概念，強調詩歌語言有想像的空間，過份白描將聯想的路堵死了，就成了沒有藝術價值的「死句」。詩歌的模仿、剽竊之風，也可以視為「死句」，所謂「賦詩必此詩，定非知詩人」(蘇軾 書鄱陵王主簿所畫折枝二首)¹²⁷，有開創性的、富有想像空間的才算是「活句」。禪家與詩家在突破思維定勢的桎梏方面有著一致的看法。「翻案」與「不犯正位，切忌死語」的方法，其實也是「活句」的精神，是詩歌借用禪法於語言技巧，詩歌語言忌陳言、忌明示的特點，與禪家的「死蛇弄活」、「語忌十成」的傳統，不正是非常契合？在具有共通思維的前提下，加上禪悅之風的推動，詩歌借用禪法來作比擬，就成為必然的結果。宋詩人大量的借用「文字禪」、「話頭禪」的方法來比擬作詩方法，是以禪喻詩的特點。

其次，閱讀與欣賞的部分。用參禪的態度和方法來學詩和讀詩，主要以「參」和「悟」來說明。以參禪悟道來比喻讀詩、學詩，很明顯是受到盛極一時的「看話禪」影響。宗杲曾就參禪對呂居仁有所提點，他說：「承日用不輟做工夫，工夫熟則撞發關捩子。」¹²⁸熟參的工夫是悟道的條件，呂居仁即云：「作文必要悟入處，悟入必自工夫中來，非僥倖可得也。」¹²⁹而嚴羽在 答出繼叔臨安吳景仙書 中說：「妙喜自謂參禪精子，僕亦自謂參詩精子。」妙喜是指大慧宗杲，嚴羽此說更直指是受大慧宗杲「看話禪」影響。¹³⁰宋詩人借用禪宗「參」的概念，用參禪的態度和方法來

¹²⁶ 《人天眼目》下卷「三句」云：雲門偈和尚示眾云：『函蓋乾坤，目機銖兩，不涉萬緣，作麼生承當？』眾無對。自代云：「一鐵破三關。」後來德山緣密禪師，遂離其語為三句，曰函蓋乾坤句，截斷眾流句，隨波逐浪句。見巴壺天、林義正校補《校補增集人天眼目》，台北：明文書局，1982年4月，頁238。

¹²⁷ 蘇軾《蘇東坡全集》前集卷十七，頁194。

¹²⁸ 大慧宗杲 答呂舍人書，《大慧普覺禪師語錄》卷二十八，頁565。

¹²⁹ 呂本中《童蒙詩訓》，見郭紹虞輯《宋詩話輯佚》，台北：華正書局，1981年12月，頁594。

¹³⁰ 周裕鍇先生認為宋人以參禪悟道來論詩，與大慧宗杲的看話禪有明顯淵源關係，呂居仁與嚴羽的例子是直接的證據。周裕鍇 文字禪與宋代詩學，見《宋詩縱論叢編》，頁570-571。

欣賞研讀詩歌，即所謂的「參詩」。有關「參詩」的詩論概分為「活參」和「飽參」。「活參」來自禪宗的「須參活句，莫參死句」的說法，即不受限於語句字面的意思而直捷對語句作直觀體證。詩家借用這種方法來說明詩歌欣賞過程中讀者聯想創造的空間。如曾幾說：

學詩如學禪，慎勿參死句。縱橫無不可，乃在歡喜處。（讀呂居仁舊詩有懷其人）¹³¹

詩人所說的是詩歌欣賞時想像力的發揮，強調自由聯想體會，詩的存在價值就更高了。又如龔相的論述：

學詩渾似學參禪，語可安排意莫傳。會意即超聲律界，不須煉石補青天。（《南濠詩話》）¹³²

詩的形式格律易知易解，詩後的情、境則需靠個人體會，言傳不得，如禪機禪理非文字語言能道盡。所以對於詩歌的學習與鑑賞，著重的是對詩歌的意涵、情感的藝術掌握能力，而非文字技巧的鍛鍊。「飽參」原是指對禪理多加參究，於中才能多所領悟的意思。宋詩人則用「飽參」來比喻對前人作品風格範式、句法的參究，以學習前人的藝術方法。而這必須靠下功夫反覆研讀、多方參閱來獲得，江西詩派即主張這種精神，如：

「打起黃鶯兒，莫教枝上啼。幾回驚妾夢，不得到遼西。」此唐人詩也。人問詩法於韓公子蒼，子蒼令參此詩以為法。「汴水日馳三百里，扁舟東下更開帆。旦辭杞國風微北，夜泊寧陵月正南。老樹挾霜鳴窸窣，寒花承露落毵毵。茫然不悟身何處，水色天光共蔚藍。」此韓子蒼詩也。人問詩法於呂公居仁，居仁令參此詩以為法。後之學詩者，熟讀此二篇，思過半矣。¹³³

韓駒、呂居仁教人熟參一詩，在反覆吟誦，悉心體會中獲得詩法，這是受

¹³¹ 陳思編《南宋名賢小集》卷一九〇，見《景印文淵閣四庫全書》第1363冊，頁545。

¹³² 魏慶之《詩人玉屑》卷一引，頁9。

¹³³ 魏慶之《詩人玉屑》卷六，頁133。

宗杲「看話禪」的啟示。「看話禪」教人熟參一話頭或一公案，以達到「悟」的境地，一悟一切悟。嚴羽也強調對於歷代詩人作品熟參的重要，藉此培養高度藝術賞析能力。又如韓駒 贈趙伯魚 詩：

學詩當如初學禪，未悟且遍參諸方。一朝悟罷正法眼，信手拈出皆成章。
(《陵陽集》卷一)¹³⁴

對於「百家句律之長」，反覆誦讀，用心體會，悟得詩法後，自然能「信手拈出皆成章」，這種醞釀投資是學詩的必需功夫。

再者，以禪悟喻詩在宋代普遍被使用，因為禪悟與詩悟是一種獨特的精神現象。「悟」可以說是一種直覺下的藝術狀態，以禪悟比擬詩悟，讓學人容易把握。如吳可言：

凡作詩如參禪，須有悟門。(《藏海詩話》)¹³⁵

范溫言：

識文章者，當如禪家有悟門。夫法門百千差別，要須自一轉語悟入。如古人之文章，直須先悟得一處，乃可通其他妙處。(《潛溪詩眼》)¹³⁶

詩文有悟門，如禪家有悟門，識得悟門，即能掌握詩文。禪家參禪時觸境成機，但直見清淨本心，而妙契玄微；詩人悟得詩法後，佳句偶成，隨機可得，神通妙法自足。龔相的詩即如是言：

學詩渾似學參禪，悟了方知歲是年。點鐵成金猶是妄，高山流水自依然。
(《南濠詩話》)¹³⁷

蘇軾有詩句云：「暫借好詩消永夜，每逢佳處輒參禪。」(夜直玉堂，攜

¹³⁴ 見《景印文淵閣四庫全書》第 1133 冊，頁 770。

¹³⁵ 丁福保輯《歷代詩話續編》，頁 340-341。

¹³⁶ 郭紹虞輯《宋詩話輯佚》，頁 328。

¹³⁷ 魏慶之《詩人玉屑》卷一引，頁 9。

李之儀端叔詩百餘首，讀至夜半，書其後)¹³⁸ 他以為詩的佳妙處，當如禪之能令人細細參悟領會，他的見解已露出妙悟說的端倪。江西派詩人對學詩也主張「悟入」，可說是唯悟是求。曾季狸對此情形有論述：

後山論詩說換骨，東湖論詩說中的，東萊論詩說活法，子蒼論詩說飽參，入處雖不同，然其實皆一關捩，要知非悟不可。(《艇齋詩話》)¹³⁹

他們的「入處」雖不同，然都在於能「悟入」，以「悟」為掌握詩歌藝術的關鍵。陳師道說：

法在人，故必學；巧在己，故必悟。¹⁴⁰

嚴羽的妙悟說即在這樣的風氣下產生，他說：「大抵禪道惟在妙悟，詩道亦在妙悟。」嚴羽的「悟」與江西諸人不同，他說：

惟悟乃為當行，乃為本色。然悟有淺深，有分限，有透徹之悟，有但得一知半解之悟。漢魏尚矣，不假悟也。謝靈運至盛唐諸公，透徹之悟也；他雖有悟者，皆非第一義也。(《滄浪詩話 詩辯》)¹⁴¹

他標舉漢、魏、晉、盛唐之詩，為第一義之悟，重玲瓏透徹之妙悟，非重文字、議論的一知半解之悟。這是嚴羽批判江西詩法，反理路、反文字的觀點。他主張詩要重興趣、性情，達到「言有盡而意無窮」。這是向唐人的「吟詠情性」復歸。唐人受禪宗重內心體驗的啟發，在詩歌創作上注重抒發個人心性感受，將心靈感受融於意象中，直覺地以意象來呈現（前節已詳論）。嚴羽的「妙悟說」是傾向禪宗「頓悟」精神的。「悟」在宋代成為詩文評論中的口頭禪了。

綜上論述，禪與詩間的交涉，是肇因於兩者內在的相聯繫，並非只是表面的比附或牽強附會。以禪喻詩的大量出現，是藉禪與詩內在思維的相

¹³⁸ 蘇軾《蘇東坡全集》前集卷十七，頁 207。

¹³⁹ 丁福保輯《歷代詩話續編》，頁 296。

¹⁴⁰ 陳師道 談叢，《後山集》，見《景印文淵閣四庫全書》第 1114 冊，頁 692。

¹⁴¹ 見何文煥編《歷代詩話》，頁 686。

通處，移轉、比擬、甚至深化，這些都未出詩歌欣賞和創作的藝術規律的。同時，也反映出詩人對禪學的接受和詩學的新詮釋。

二、詩論與禪宗的表達方式

宋代詩人在創作和理論上大量的援引禪宗術語和方法的現象，是詩禪內在機制的融通、詩歌本質觀念受到禪宗本體論的啟發等這些基本因素影響所產生的。除了上一段所論述的詩禪間思維的相通，所形成的比擬、移轉、借用等這些以禪喻詩的情形外，另外還有兩項明顯的相似可以說明以禪喻詩的現象，這就是詩禪間特殊的表達模式——「對觀」與「三句」。詩論與禪宗在這兩種表達模式上的相似，正是詩歌與禪宗間具有共通的思維特色以及詩人對禪學的接受、融會的有力例證。

由於禪宗自來對「真俗不二」思想的重視，而發展出「對觀」的說法方式。¹⁴² 惠能《壇經》裡即道出不落二邊的說法精神：

說一切法，莫離自性。忽有人問汝法，出語盡雙，皆取對法，來去相因。¹⁴³

若有人問汝義，問有將無對，問無將有對，問凡以聖對，問聖以凡對。二道相因，生中道義。¹⁴⁴

這是最典型的相反相成的對法，這種「對觀」的方式，是所謂「真俗不二」不住一端的說法方式，也是禪宗最基本的思維方式。禪師應用這種思維方式在接引後學上，使學者不拘泥於法中，又能達到啟示學者的目的。如馬祖道一講「平常心是道」即說：「無造作，無是非，無取捨，無斷常，無凡無聖。」¹⁴⁵ 同時破除我執與法執，直指自性本心。這種「平常心」是包含著兩度超越的哲學義蘊，「體現著自由往還於此岸與彼岸之間的思維

¹⁴² 龍樹中觀學的非有非無、不落二邊的思辨方法影響中國化佛教的所有宗派，般若空觀與禪法的結合更直接影響中國禪宗的基本理論與修行實踐。禪宗與經教的關係始終不可分離，惠能的禪法特色，便是將般若經典與空宗精神納於心上。加上對「不二法門」的重視，於是發展成禪宗「對觀」的說法方式。

¹⁴³ 同註 6，頁 215。

¹⁴⁴ 同註 6，頁 221。

¹⁴⁵ 《馬祖道一禪師語錄》，見《卍續選輯 禪宗部》第十三冊，頁 812。

理性」。¹⁴⁶ 又如大珠慧海的說法：

若見性人，道是亦得，道不是亦得。隨用而說，不滯是非。若不見性人，說翠竹著翠竹，說黃華著黃華，說法身滯法身，說般若不識般若，所以皆成爭論。（《大珠禪師語錄》卷下）¹⁴⁷

這種不落兩邊的說法方式，是不即不離、靈活通透的思維方式。不落入語言思想的框架中，超越認知邏輯的限定而更接近那語言無法概括的真理。

這樣的表達方式在五家七宗的說法中也處處可見。曹洞宗講「不墜凡聖」，就是先立一義，再破此義，正說反說，就是要學人不拘泥於任何一邊，不被任何一端所沾滯而陷溺，而能頓見本性。「禪師為了顯示佛法自性，往往立象設喻，但又恐學人泥於此象此喻，遂再加以破除。這種思想方式，要求從多方面去把把握『自性』，而不沾滯一個方面，做到『超凡越聖』。」¹⁴⁸ 曹洞宗的「五位君臣旨訣」，強調的不是「正中偏」，也非「偏中正」，而是「兼帶」，即「冥應眾緣，不墜（墜）諸有，非染非淨，非正非偏」¹⁴⁹，這種說法方式都是「二道相因，生中道義」的「對觀」思維。

禪宗的「對觀」思維，在宋代禪宗的影響力下，漸為文人所熟悉而化用。在此思維下，超越雅俗、古今、巧拙、美醜、莊諧、濃淡等等對立概念而統一的思維，在創作中廣泛可見。此「對觀」的表達模式，在蘇軾的作品中就常出現，如「短長肥瘠各有態，玉環飛燕誰敢憎」（孫莘老求墨妙亭詩）¹⁵⁰、「水光瀲灩晴方好，山色空濛雨亦奇」（飲湖上初晴後雨）¹⁵¹、「端莊雜流麗，剛健含婀娜」（次韻子由論書）¹⁵²。他在詩論中著名的論說觀點也是使用這樣的表達模式，如「外枯而中膏，似澹而實美」（評韓柳詩）¹⁵³、「發纖穠於簡古，寄至味於澹泊」（書黃子思詩集

¹⁴⁶ 韓經太語，見 宋人美學觀念的結構分析，《宋代文學研討會論文集》，頁 376-377。

¹⁴⁷ 見藍吉富主編《禪宗全書》第三九冊，台北：文殊出版社，1988年4月，頁 206-207。

¹⁴⁸ 見張伯偉《禪與詩學》，台北：揚智文化事業公司，1995年1月，頁 158。

¹⁴⁹ 曹山本寂語，惠洪《禪林僧寶傳》卷一，見《佛光大藏經 禪藏》史傳部，頁 162。

¹⁵⁰ 蘇軾《蘇東坡全集》前集卷四，頁 34。

¹⁵¹ 同上，頁 43。

¹⁵² 蘇軾《蘇東坡全集》前集卷一，頁 6。

¹⁵³ 蘇軾《蘇軾文集》卷六七，頁 2109-2110。

後)¹⁵⁴。「纖穠」與「簡古」、「至味」與「澹泊」對立的語法，在矛盾中尋求超越統一，在相反相成中而有了更深一層的美感體驗。對禪學相當熟悉的蘇軾，應該就是接受「對觀」思維的啟發，而化用於詩歌創作中。在宋代的詩學體系中，「平淡」的詩歌理想風格，也體現著這樣的思維方式。「平淡」的理想風格並非尋常概念的「平淡」，而是於不平淡處求平淡，到平淡處亦不平淡，所謂「平淡而山高水深」¹⁵⁵的平淡。平淡也可以說是一種絢爛的超越，是「漸老漸熟」的平淡。¹⁵⁶

黃庭堅的詩論中主張由「有法」到「無法」，法度與自由間的辯證也是「對觀」的思考。學詩是有法可尋的，然而卻不能被法度束縛，從法度出發而最終是要獲得自由的。所以詩歌既要經過斧鑿，又不要露出斧鑿痕跡，所謂「得句法簡易，而大巧出焉」¹⁵⁷，是經過陶鑄粹煉而達到圓熟自然。人巧與天然互為因緣，相反相成而更出一層。呂本中的「活法」亦是在如此思維下產生，「規矩備具，而能出於規矩之外」、「變化不測，而亦不背於規矩」。「法度」與「自由」對立兩端的超越思考，於是產生「活法說」的論說觀點。

嚴羽的詩歌主張則是在巧與拙、雕琢與天然這種「對觀」的辯證之後必然產生的結果。他所主張的「羚羊掛角，無跡可求」、「空中之音，相中之色，水中之月，鏡中之象」(《滄浪詩話 詩辯》)¹⁵⁸是超越了巧拙界限之後的境界，是不能用具體的、有限的概念來說明詳盡的。

「對觀」的思維在宋代詩歌中形成兩種對立概念並舉的表達模式，產生「造極兩端而終成複合之勢的特性」，「體現出宋詩複合型的美學表述語言之特徵」。¹⁵⁹

禪宗「對觀」思維的表達模式，以後逐漸演變為禪宗「三關」。這是從「三句」演變而來的，故這樣的表達方式稱「三句」式。萬松老人評唱《從容庵錄》卷五：

¹⁵⁴ 蘇軾《蘇東坡全集》後集卷九，頁525。

¹⁵⁵ 黃庭堅與王復觀書，《山谷集》卷十九，見《景印文淵閣四庫全書》第1113冊，頁184。

¹⁵⁶ 關於「平淡」的詩歌風格內涵，將於下一章中詳論。

¹⁵⁷ 黃庭堅與王復觀書三首之二，《山谷集》卷十九，見《景印文淵閣四庫全書》第1113冊，頁184。

¹⁵⁸ 見何文煥編《歷代詩話》，頁688。

¹⁵⁹ 見韓經太《宋人美學觀念的結構分析》，《宋代文學研討會論文集》，頁370。

三句之作始於百丈大智，宗於金剛般若。丈云：夫教語皆三句相連，初、中、後善。初直須教渠發善心，中破善心，後始名好善。則菩薩即非菩薩，是名菩薩。法非法，非非法，總恁麼也。¹⁶⁰

在《五燈會元》卷三記載百丈懷海說：

祇如今但離一切有無諸法，亦離於離，透過三句外，自然與佛無差。¹⁶¹

所謂「三句」就是禪宗接引學人的三個階段，故又稱「三關」。先立後破，有立有破達到「一鏃破三關」。這種破除知解，達到圓成的方式，後來被禪師多次使用，而又發展出「雲門三句」、「巴陵三句」、「楞嚴三句」、「黃龍三句」、「兜率三句」等。

「三句」式的思維模式，是先立一義，再破此義，最後則超越前兩句而成立。青原惟信禪師的著名公案是最好的說明：

老僧三十年前未參禪時，見山是山，見水是水。及至後來，親見知識，有個入處，見山不是山，見水不是水。而今得個休歇處，依前見山只是山，見水只是水。大眾，這三般見解，是同是別？（《五燈會元》卷十七）¹⁶²

在詩論中也有使用「三句」式的情形，如前面所提到的學詩詩，在結構上均是三首蟬聯。這並非偶然，初作學詩詩的人，是寓含了禪宗「三句」之意（後人仿而效之，不全然有此含義）。吳可的學詩詩即是。第一首是勤習前人的作品，對詩法熟悉而能掌握之後，就可隨手寫出詩來，所謂「等閒拈出便超然」。第二首則於定法之外跳出定法，尋求自己的路。第三首則超越而涵蓋前二首，達到「無所用意」、自然天成的境界。以三句的結構、用意來看，是學詩的三個歷程，所以必須將三首聯繫起來，如果任擇一部份，其原來完整的意旨就不能全然表達。以此看來，是合於禪宗「三句」式的思維的。

葉夢得也以「雲門三句」來喻詩，在《石林詩話》卷上云：

¹⁶⁰ 見《卮續選輯 禪宗部》第十一冊，頁 746。

¹⁶¹ 見《景印文淵閣四庫全書》第 1053 冊，頁 102。

¹⁶² 見《景印文淵閣四庫全書》第 1053 冊，頁 735。

禪宗論雲門有三種語：其一謂隨波逐浪句，謂隨機應物，不主故常；其二為截斷眾流句，謂超出言外，非情識所到；其三為涵蓋乾坤句，謂泯然皆契，無間可伺。其深淺以是為序。余嘗戲謂學子言，老杜詩亦有此三種語，但先後不同。「波漂菰米沈黑雲，露冷蓮房墜粉紅」為涵蓋乾坤句；以「落花游絲白日靜，鳴鳩乳燕青春深」為隨波逐浪句；以「百年地僻柴門迥，五月江深草閣寒」為截斷眾流句。若有解此，當與渠同參。¹⁶³

葉夢得對雲門宗最為偏好，他以所理解的「雲門三句」意含來論說杜甫詩，¹⁶⁴ 是屬於詩的三種境界。嚴羽則論說「學詩有三節」，表達作詩三個階段的發展：

學詩有三節：其初不識好惡，連篇累牘，肆筆而成（第一句）；既識羞愧，始生畏縮，成之極難（第二句）；及其透徹，則七縱八橫，信手拈來，頭頭是道矣（第三句）。（《滄浪詩話 詩法》）¹⁶⁵

在詩論中這樣的表達方式可以說與禪宗的思維是有很大關連的。

「對觀」和「三句」的思維方式在宋代詩論中被普遍應用，形成宋代以禪喻詩這樣具有特色的思維和表達模式。在這裡，我們看到禪宗的思維和表達模式如何影響宋代詩學，為宋代詩壇注入新的思考與資材，形成新的審美與方法，進而對明清詩壇發生影響。

¹⁶³ 見何文煥編《歷代詩話》，頁 406-407。

¹⁶⁴ 參見張伯偉在《禪與詩學》中的解析，頁 71-85。

¹⁶⁵ 見何文煥編《歷代詩話》，頁 694。

第五章 禪宗對宋代詩學理論的影響

詩人接受禪宗思想並於創作中有所發抒的情形自唐代即有之，然而，唐代詩人多半將禪當作詩材之一，是用以豐富詩歌創作內容的這樣一個態度，並未自覺意識到詩禪的相融，所謂「吟疲即坐禪」（齊己 喻吟）¹，詩禪仍是不同的二件事。大量的接觸禪思想或將禪思想作為人生思想來接受的，則當從宋詩人開始。三教融合的文化整合趨向、禪宗自身三教融合的趨勢和宋代文人自覺的參禪風氣這些外緣因素，加上詩禪間內在融通的機制，亦即本質層次上的相應，提供了詩歌接受禪學的基礎。內在的關係影響詩禪間的相互接受及「影響」的事實，而此一「事實」也印證內在關係的是否存在。² 詩歌接受了禪宗的影響，這些影響的實例得從詩歌的兩方面——理論和創作中來尋找。

上一章，我們從禪學立場來看詩禪產生關係的內因；本章，則將從詩學的立場，來看禪學與詩論間的關係。林湘華在《禪宗與宋代詩學理論》一文中認為，在宋代詩學中，已建立一種以禪學為思想基礎的理論體系，從文學思想的角度看，所謂「禪學的詩歌理論」體系已然成立。³ 這是直指禪學與詩論關係的。本章試圖探索詩論中所呈現的禪學思想，及接受禪學薰陶下詩歌美學的價值，從而確認禪學影響詩學的事實。⁴

禪宗的心性說推動詩歌觀念的改變，在詩論中詩歌本原及本質問題有著怎樣的思考，而在這樣的本體概念下，詩歌如何發展具時代特色的創作理論，進而形成一套獨特的風格論，禪學的方法對詩歌方法論有著怎樣的啟發，這些都是本章所要探討的重點。

第一節 禪宗與詩歌本體論

詩歌的本體觀，從「言志」說到「緣情」說，都離不開創作主體性情

¹ 齊己《白蓮集》卷六，見《景印文淵閣四庫全書》第1084冊，頁371。

² 詩禪間的關係與影響是相互的，因時間有限，本文探討焦點，集中在禪宗對詩歌的滲透與影響的脈絡整理，佐以詩論上較明顯的例證，來探討禪宗與詩歌理論間會通的事實。

³ 參見林湘華《禪宗與宋代詩學理論》，頁205。

⁴ 本章將參酌林湘華的部分觀點來論說，希冀能更加強化禪宗影響宋代詩論的觀點。

的作用，兩者間只是情感對象和範圍的不同。詩歌一般來說是抒情的，故而詩歌的本體是心性（性情）的觀點，在詩學理論中普遍地被認可，在六朝後，涅槃佛性理論的傳入，「心性」觀念更加被重視。劉勰在《文心雕龍》中所說：「氣以實志，志以定言，吐納英華，莫非情性」，⁵ 主張詩歌創作在於吟詠情性；又如韓愈的「不平則鳴」、歐陽修的「詩窮而後工」；又如「感物而動」的物感說，都是詩歌源於心性之說，是一個有為、可感的心居於主導地位的說法，於是如何提高心的創發能力，成為文人創作時所注意的。

在禪宗心性說發展後，對士人的思維方式有所影響，在詩歌本體觀點上有一些新的思考面向。禪宗的心性論是超越主、客對立關係的，它涵蓋萬有，成為絕對主體，強調即用顯體。這樣的本體觀，促進詩歌創作觀念新的面向觀照，以「無心」、「無念」來代替修養可感可為的心體，清淨之心如明鏡般反照萬物，自然能觀照萬物，因而強調「心無所營」、「無所用意」的當下心靈狀態，強調詩歌創作本原在於無所作意的心靈觀照。到馬祖道一洪州禪時主張「平常心是道」，將「清淨心」與「平常心」含納於一，使得禪門重視起在日用平常中見道，隨處可修，隨機任運的修行方式。「觸類是道」的觀點大獲文人士大夫的青睞，在思維上接受並體現於詩歌中，主張心靈「活潑潑」的狀態被大為重視，於是從「直觀」，而轉為「活觀」。⁶ 禪宗心性本體的狀況已在前章中詳述，此處著重於宋代詩論中詩歌本體觀點的論述，包括詩歌本原及本質的問題，以觀察詩學中所接受的禪學思想。

一、詩歌的本原——任心自運

在宋代的詩論中，對創作主體的心性認識呈現不同於以往的轉變，那就是強調對「境」不起作意、不存成心的直覺觀照。⁷ 心性為絕對的主體，不管面對的對象是誰，心之主體均「無所用意」，只猶如明鏡般映現萬物。

⁵ 體性，周振甫注《文心雕龍註釋》，頁 536。

⁶ 「活觀」一詞為周裕鍇《宋代詩學通論》中相對於「靜觀」的語詞，是「活處觀理」的意思。本文引其「活潑潑的生機」之意，來說明詩歌創作本原的狀態。《宋代詩學通論》，成都：巴蜀書社，1997年1月，頁 369-377。

⁷ 做為創作主體的心是超越主客對立的絕對本體，是具足圓滿的。心的創造能力受到肯定，以心為創作主體的觀點受到重視與發展。在上一章已有論說。

如蘇軾即強調「無心」、「無意」、「不可作意」的創作觀念，他在論陶淵明詩「採菊東籬下，悠然見南山」句時，即可明顯看出。他說：

陶潛詩：「採菊東籬下，悠然見南山」，採菊之次，偶然見山，初不用意，而景與意會，故可喜也。今皆作「望南山」。覺一篇神氣索然矣。⁸

和「見」字相比，「望」字顯得是主動的，一種有意識的自覺行為。蘇軾認為本「因採菊而見山」，是無意間與南山景象相遇，所以「本自採菊，無意望山，適舉首而見之，故悠然忘情，趣閑而景遠。」⁹ 他的著眼點在「不作意」上，創作時心無所用意，適逢山景，山景並未影響心境，只是反映出作者此時的心境，是悠然忘情的閑趣，且更能彰顯出此閑趣。此時，受「山氣月夕佳，飛鳥相與還」的景象觸動而恍然有悟，「此中有真意，欲辯已忘言」，悟入純屬偶然，瞬間永恆。這是蘇軾對陶詩的理解，也連帶指出他的詩歌創作觀。又如：

及吾燕坐寂然，心念凝默，湛然如大明鏡，人鬼鳥獸雜陳乎吾前，聲香味交邁乎吾體，心雖不起而物無不接，接必有道。（大悲閣記）¹⁰

順任心與物接，念念相續而不起心動念。¹¹ 在《送參寥師》中，則更完整地提到他的詩歌創作本原觀及詩歌價值：

上人學苦空，百念已灰冷。劍頭惟一吷，焦穀無新穎。
胡為逐吾輩，文字爭蔚炳。新詩如玉雪（屑），出語便清警。
退之論草書，萬事未嘗屏。憂愁不平氣，一寓筆所騁。
頗怪浮屠人，視身如丘井。頽然寄淡泊，誰與發豪猛。
細思乃不然，真巧非幻影。欲令詩語妙，無厭空且靜。
靜故了群動，空故納萬境。閱世走人間，觀身臥雲嶺。

⁸ 見胡仔《苕溪漁隱叢話》前集卷三引，台北：木鐸出版社，1982年，頁15-16。

⁹ 胡仔《苕溪漁隱叢話》前集卷三引，頁16。

¹⁰ 蘇軾《蘇東坡全集》前集卷四十，頁418。

¹¹ 在禪宗思想中而，念念相續而不起心動念的清淨自性，並非安住不動，與外境絕緣，而是能領納萬物，反映萬物的。而這種反映和領納正反映出自心的清淨本質。心性是大用現前，不用軌則，是活潑潑的。參考孫昌武《詩與禪》，頁130-131。

鹹酸雜眾好，中有至味永。詩法不相妨，此語當更請。¹²

他指出以韓愈為代表的詩歌創作是「不平則鳴」的發自性情的創作本原，另一個則是「欲令詩語妙，無厭空且靜」的禪定空靜的本體，因創作主體的「無念」、「無心」的空靜狀態，故而有「了群動」、「納萬境」的作用作為創作的源起，並且指出這種創作所追求的鹹酸之外的「至味」是詩歌價值所在。這意味著他所推崇的是這種創作類型，¹³ 在評韓柳詩中，說得更清楚：

柳子厚詩，在陶淵明下，韋蘇州上。退之豪放奇險則過之，而溫麗精深不及也。所貴乎枯澹者，謂其外枯而中膏，似澹而實美，淵明、子厚之流是也。若中邊皆枯澹，亦何足道。（《蘇軾文集》卷六七）¹⁴

他推崇柳詩，在於其「外枯而中膏，似澹而實美」的「至味」，呈現「溫麗精深」的風格。從蘇軾的詩論中可看出他對詩歌從創作起源到詩歌價值、風格類型，有一套系統，而這一套系統與禪宗間「詩法不相妨」，有相通的架構。禪宗的解脫論和心性論隨著禪宗在宋代的風行而滲透於文人的思想中，故而詩人在思維架構上，往往已蘊含這種詩文的本體意義。

禪宗啟發宋詩人不存成心的直覺觀照，「任心自運」的創作觀在詩歌創作與詩論中屢被提出，這是心靈在直覺狀態下的藝術幻覺，是心靈的自由想像映現於外境。江西派詩人曾幾《贈空上人》詩中提到心無所用意，如明鏡返照萬象：

四壁澹相對，安身一蒲團。玲瓏六窗靜，竟日心猿閑。時從禪那起，游戲于筆端。當其參尋時，姿意雲水間。松風漱齒頰，蘿月入肺肝。乃知心鏡中，萬象紛往還。皆吾所現物，摹寫初不難。（《茶山集》卷一）¹⁵

¹² 蘇軾《蘇東坡全集》前集卷十，頁114。

¹³ 蘇軾的詩論理想近於唐人（王、孟）的空靜境界，欲令心靈主體如禪家的空寂狀態，而能領納萬物、映照萬物。然而，他的實際創作卻機趣活潑，縱橫自在，趨向于宋詩的另一條路線——活潑圓轉。

¹⁴ 孔凡禮點校《蘇軾文集》卷六七，頁2109-2110。

¹⁵ 見《景印文淵閣四庫全書》第1136冊，頁479。

史浩的《贈童天英書記》亦云：

學禪見性本，學詩事之餘。二者若異致，其歸豈殊途。方其空洞間，寂默一念無。感物賦萬象，如鏡懸太虛。不將亦不迎，其應常如如。向非悟本性，未免聲律拘。（《賢峰真隱漫錄》卷一）¹⁶

在這些詩論中，認為心如明鏡般，「不將不迎」，任「萬象紛往還」，然而這種映照並非對外在世界照像式般的反映，而是一種「直覺狀態下的藝術幻覺」¹⁷，是「滲入主體意識和無意識的複合表象」¹⁸，是心靈對世界的接納和包容，是一種超越的觀照方式，也是一種超功利的審美態度，有別於傳統功利的、倫理的視點。

嚴羽的《滄浪詩話》也是標舉心靈直觀體驗的。他的「羚羊掛角，無跡可求」，就是直覺審美的藝術境界。他反對雕琢傾向、思辨痕跡，強調物我渾融莫辨的直覺審美。

在宋代的詩論中，除了主張詩歌本原於「無心」、「無所用智」的觀點，重視當下心靈不存成心的直覺式觀照外，還有一種重視活潑體察的「活觀」方式，強調主體心靈感物的主導能力，傾向於「感興」的作用。¹⁹所謂「活觀」是一種從大化生機中證悟人的心性的活潑精神，是以透脫的心靈觀照世界。有些許類似於宋人羅大經所說的「活處觀理」：

古人觀理，每於活處看。故《詩》曰：「鳶飛戾天，魚躍於淵。」夫子曰：「逝者如斯夫，不捨晝夜。」又曰：「山梁雌雉，時哉時哉！」孟子曰：「觀水有術，必觀其瀾。」又曰：「源泉混混，不捨晝夜。」明道不除窗前草，欲觀其意思與自家一般。又養小魚，欲觀其自得意，皆是於活處看。故曰：「觀我生，觀其生。」又曰：「復其見天地之心。」學者能如是觀理，

¹⁶ 見周裕鍇《宋代詩學通論》引，頁 370。

¹⁷ 引用周裕鍇先生的話語，見《宋代詩學通論》，頁 379。

¹⁸ 同上，頁 371。

¹⁹ 「活觀」一詞，借用周裕鍇先生之詞，取其與「靜觀」相對之意，並非儒家式的「天行健」的意思，而是借用其觀物的方式來說明詩人的藝術思維方式。與「物感說」之外物感發是詩歌本原的說法，並不同。在此處，詩人的主體精神主導感物作用，並非被動地依賴外物的感發。再則，詩人的感興是自然的感發，而非人為的、有意識的苦搜，也就是「無心」的、「無意為文」的出發點。所以「活觀」一詞，在本文仍是依著「無心」、「不起作意」的詩歌本原發展，而重視活潑潑的、透脫的思維、觀物和藝術創造。

胸襟不患不開闊，氣象不患不和平。（《鶴林玉露》卷九）²⁰

詩的目的與理學家的目的不同，然而「活處觀理」的觀照方式卻是相通的。這種觀照的方式，是注意大自然中生生不息的精神，活潑潑的生命。大自然的活潑生機轉化為觀者內心活潑氣象。「活觀」的思維方式，在楊萬里處看得最清楚。他認為詩是一種「感興」：

大抵詩之作也，興，上也；賦，次也；賡和，不得已也。我初無意於作是詩，而是物、是事適然觸乎我，我之意亦適然感乎是物、是事。觸先焉，感隨焉，而是詩出焉，我何與哉？天也！斯之謂興。或屬意一花，或分題一山，指某物課一詠，立某題徵一篇，是已非天矣，然猶專乎我也，斯之謂賦。至於賡和，則孰觸之？孰感之？孰題之哉？人而已矣。出乎天，猶懼箋乎天；專乎我，猶懼強乎我。今牽乎人而已矣，尚冀其有一銖之天，一黍之我乎？蓋我未嘗觀是物，而逆追彼之觀；我不欲用是韻，而抑從彼之用，雖李、杜能之乎？而李、杜不為也。（答建康府大軍庫監門徐達書）²¹

他以對事物的感應將詩的表達方式分為三種層次，最上層次為「興」，「觸先焉，感隨焉」的自然感發，不作意的、非刻意的方式；再則是「賦」，是人為的，有意識的以外物為對象的方式；最下層次是賡和，是跟隨別人，模仿別人的感受的方式。楊萬里所推崇的「興」的創作型態，是隨機應物，任其自然而不造作的。這種「感興」並非傳統「物感說」的被動依賴外物感發，而是由詩人主體精神所主導，他說「至其詩皆感物而發，觸興而作，使古今百家、景物萬象皆不能役我而役於我。」²² 然而，這也並非人為式的苦思冥想，是自然天成的感發，且是活潑自由的觀照方式。

楊萬里的「誠齋體」提倡「活法」，²³ 這是受風靡一時的「看話禪」的影響。宗杲的參話頭是「參活句」的方法，不拘泥、不粘著而能透脫活

²⁰ 羅大經《鶴林玉露》卷九，頁1-2。

²¹ 楊萬里《誠齋集》卷六七，見《景印文淵閣四庫全書》第1160冊，頁639。

²² 楊萬里《應齋雜著序》，《誠齋集》卷八十四，見《景印文淵閣四庫全書》第1161冊，頁106。

²³ 誠齋體的「活法」與呂本中倡導的「活法」不盡相同。呂本中的「活法」，主要在於詩歌創作中變化與規矩的關係，側重於思路和語句的靈活，而誠齋體則更於思維和實踐的各層面體現活的精神。

潑的悟道方式，給予詩人創作本原的啟發。楊萬里重視於大自然中去攫取靈感，使胸臆所流出的是透脫的精神，張凌即曾評說：「廷秀胸襟透脫矣！」（廷秀乃楊萬里的字）（羅大經《鶴林玉露》卷四）這使得他筆下的東西充滿生機。所謂的「透脫」，他說：

學詩須透脫，信手自孤高。衣鉢無千古，丘山只一毛。
句中池有草，子（字）外日俱蒿。可口端何似，霜螯略帶糟。

句法雖難秘，工夫子但加。參時且柏樹，悟後豈桃花。
要共東西土，其如南北涯。肯來談個事，分坐白鷗沙。
（和李天麟二首）²⁴

這透脫就是不執著、不黏滯的意思，也就是要「活」。靈活的語言、鮮活的意境，創造詩中千姿百態的意象世界。楊萬里的「活法」，深層的結構便是「活觀」的思維方式，強調「自成一家」的「別出機杼」。這不是閉門造車的枯搜苦覓，而是主體心靈自由活潑的體察外物，這種用透脫的心靈去攝取活潑的審美物象，並轉化為活潑的語言的創作方式，在觀照外物時，並非消融外物而獲得寂靜的心境，而是從外物中尋找生命的表現形式，獲得活潑的生機。是有別於直覺觀照下的美感創作。楊萬里常常以禪喻詩，²⁵ 對禪宗的「活法」精神應當有相當的了解，他機變靈活的思維方式，與禪宗「活法」無疑的有相當關係。

從靜穆到活潑，這種轉變是禪宗世俗化的影響。洪州禪馬祖道一的「平常心是道」極致發揮下，於日用中見道，隨機應物，著重於宗教實踐的趨勢，形成各家各派不同的修證方式，發展出「活法」理論。禪宗「活法」以其豐富的思想方法內涵，給予宋詩的美學建構以有力的啟示，那就在詩歌藝術的「活法」把握。

宋代詩論中關於詩歌本原的探討，有兩種不同的進路。一是心性本體為圓滿具足的絕對主體，所以心性本體是「念念不住」、「實相無相」的觀

²⁴ 楊萬里《誠齋集》，見《景印文淵閣四庫全書》第1160冊，頁37。

²⁵ 前面所舉 和李天麟二首 即是一例。第一首的「透脫」一詞即出自禪宗語錄，第二首「參時且柏樹，悟後豈桃花」，是用了禪宗兩則著名公案，以參禪比擬作詩，只要時常參究，當悟入之後，詩法就不再是神秘不可測的。可見楊萬里對禪學是非常熟悉的。

點，強調「對境心不起」的「心無所營」、「無所用意」，重視當下心靈的直覺觀照。另一是心性本體活潑潑的感物主導能力，強調「對境心數起」、「興」的作用，重視當下心靈自由活潑的體察。前者，體現禪宗肯定、重視自性本體；後者，體現禪宗的生活化和世俗化。

二、詩歌的本質——言外之意、意外之趣的追求

詩歌本質的問題，也關係著詩學體系的建立。宋人對詩歌本質，亦即詩歌的極致價值、審美目標的認識是在言外之意、意外之趣的追求。宋詩的審美意識是「韻」、「味」、「餘味」、「不盡之意」、「味外之味」、「趣」等等，這些論點是詩論的主軸。

宋人論（詩）文重「意」，要求「以意為主」，重視詩的命意及情意。好的詩是「意在言外」，含有「不盡之意」的，所謂「狀難寫之景，如在目前，含不盡之意，見於言外，然後為至矣。」（歐陽修《六一詩話》載梅堯臣語）²⁶ 這言外之「味」、言外之「韻」是宋人追求的審美體驗。「味」的追求從魏晉南北朝就可見到，劉勰的《文心雕龍》就多次提到「味」的問題。²⁷ 鍾嶸的「滋味」說，其根本趨向於注重詩的感性特徵。司空圖的「辨味說」追求「韻外之致」、「味外之旨」。到了宋，延伸司空圖的說法而有新的內涵，「味」是指味外之「味」，是富於聯想、訴諸心靈、不可言傳的「風味」。²⁸ 如蘇軾所謂的「鹹酸雜眾好，中有至味永」的「至味」，是鹹酸之外的審美體驗，而這「至味」與其晚年標舉「高風絕塵」的「遠韻」之說分不開，他認為詩歌的審美特質應該是「妙在筆畫之外」、「美在鹹酸之外」的超越具體藝術形象或思想內容，一種不可言傳，只可意會的美感狀態，而且是「發纖穠於簡古，寄至味於淡泊」²⁹ 的內斂蘊蓄的藝術境界。

以「韻」論詩之風的形成，李廌、葉夢得也傾向對「韻」的強調；陳善、張戒則以「韻勝」為詩歌創作成就最高的評價，張戒《歲寒堂詩話》說：

²⁶ 見何文煥編《歷代詩話》，頁267。

²⁷ 如劉勰《文心雕龍》的「宗經」和「隱秀」二篇中有提到。

²⁸ 周裕鍇《宋代詩學通論》，頁311-312。

²⁹ 見蘇軾《書黃子思詩集後》，《蘇東坡全集》後集卷九，頁525。。

阮嗣宗詩，專以意勝；陶淵明詩，專以味勝；曹子建詩，專以韻勝；杜子美詩，專以氣勝。然意可學也，味亦可學也。若夫韻有高下，氣有強弱，則不可強矣。此韓退之之文，曹子建之詩，後世所以莫能及也。³⁰

以「韻勝」為詩歌的最高境界，所以杜詩終不及曹詩。同樣是評論曹子建詩，呂本中在《童蒙詩訓》中說：

讀古詩十九首及曹子建詩，如「明月入我牖，流光正徘徊」之類，詩思皆深遠而有餘意，言有盡而意無窮也。學者當以此等詩常自涵養，自然下筆不同。³¹

稱美曹子建詩深遠而有餘意，同樣也是以「餘意」為創作標準，為詩歌的審美準則。

楊萬里論詩則重「詩味」，「詩已盡而味方永」、「去詞去意而詩有在矣」，去詞去意而詩安在？這留下的正是詩歌的本質，是脫去文字意象之外的「遺味」。³²「味」才是詩的真髓，「知味」無疑是詩歌審美感受中最為深永的過程。《臨漢隱居詩話》記王安石的話說：「凡為詩，當使挹之而源不窮，咀之而味愈長。」³³好詩要有「餘味」，也要有「不盡之意」，姜夔《白石道人詩說》：

語貴含蓄。東坡云：「言有盡而意無窮者，天下之至言也。」山谷尤謹於此。句中有餘味，篇中有餘意，善之善者也。³⁴

以上關於「味」、「餘味」的論說，在范溫《論韻》中，有完整而具代表性的論說，他對「韻」的闡釋是宋詩學中最具有包容性的論述。

「有餘意之謂韻。」定觀曰：「余得之矣。蓋嘗聞之撞鐘，大聲已去，餘

³⁰ 見丁福保輯《歷代詩話續編》，頁450。

³¹ 見郭紹虞《宋詩話輯佚》，頁585。

³² 楊萬里《誠齋集》卷八三《頤庵詩序》云：「夫詩，何為者也？遺味。」見《景印文淵閣四庫全書》第1161冊，頁104。

³³ 見《景印文淵閣四庫全書》第1478冊，頁295。

³⁴ 見何文煥編《歷代詩話》，頁681。

音復來，悠揚宛轉，聲外之音，其是之謂矣。」 予曰：「蓋生於有餘。凡事既盡其美，必有其韻，韻苟不勝，亦亡其美。 其為有包括眾妙，經緯萬善者矣。且以文章為之，有巧麗，有雄偉，有奇，有巧，有典，有富，有深，有穩，有清，有古。有此一者，則可以立於世而成名矣。然而一不備焉，不足以為韻；眾善皆備而露才用長，亦不足以為韻。必也備眾善而自韜晦，行於簡易閑澹之中，而有深遠無窮之味，觀於世俗，若出尋常。至於識者遇之，則暗然心服，油然神會。測之而益深，究之而益來，其是之謂矣。其次一長有餘，亦足以為韻。故巧麗者發之於平澹，奇偉有餘者行之於簡易，如此之類是也。 割據一奇，臻於極致，盡發其美，無復餘蘊，皆難以韻與之。惟陶彭澤體兼眾妙，不露鋒鋷，故曰：質而實綺，臞而實腴，初若散緩不收，反復觀之，乃得其奇處。夫綺而腴，與其奇處，韻之所以從生，行乎質與臞，而又若散緩不收者，韻於是乎成。是以古今詩人，惟淵明最高，所謂出於有餘者如此。至于書之韻， 夫惟曲盡法度，而妙在法度之外，其韻自遠。 使果有餘，則將收藏于內，必不如是盡發于外也； 或曰：「子前所論韻，皆生于有餘，今不足而韻，又有說乎？」蓋古人之學，各有所得，如禪宗之悟入也。山谷之悟入在韻，故開闢此妙，成一家之學，宜乎取捷徑而逕造也。如釋氏所謂一超直入如來地者，考其戒、定、神通，容有未至，而知見高妙，自有超然神會，冥然吻合者矣。是以識有餘者，無往而不韻也。（《范溫詩話》）³⁵

「有餘意之謂韻」，范溫對韻所下的定義，是宋人共同的審美要求。「韻」不是某種具體的藝術風格，而是超越於風格之上的最高藝術境界。它是「包括眾妙，經緯萬善」，而具有特別動人的力量，這力量是「測之而益深，究之而益來的」，值得一再玩味，而興味饒深。所以「韻」是主體內心的體驗。「韻」的藝術境界是悠遠之餘音，王偁稱為「聲外之音」，與「味外之味」是同樣的特徵。范溫論述「韻」的特質，是「質而實綺，臞而實腴」、「初看若散緩，熟讀有奇趣」，這和蘇軾的「高風絕塵」的「遠韻」是一樣的。³⁶ 范溫論韻，不僅是代表詩歌的本質，同時會通書畫各類藝術的本質。

³⁵ 見吳文治主編《宋詩話全編》，南京：江蘇古籍出版社，1998年12月，頁1255。

³⁶ 范溫運用蘇軾評陶詩的說法，和蘇軾「外枯而中膏，似澹而實美」的相同辯證思維，來說明「曲盡法度，而妙在法度之外」的「韻」。

范溫以禪家的「悟入」來講「韻」，是以「悟入」的特質比之詩歌藝術的特質。禪宗的「悟入」強調心靈體驗，不重外在的行儀法度，所謂「一超直入如來地」。以自心的體驗為得「道」的法門，與「韻」的工夫就在於對詩歌的美感體會是相同的思維架構，所以以「悟入」講「韻」，是心靈體驗方式的相比附，更凸顯「韻」作為詩歌價值，是一種心靈體驗的審美意識。范溫更講「識文章當如禪家有悟門」，「故學者要先以識為主，如禪家所謂正法眼者，直須具有此眼目，方可入道。」³⁷ 嚴羽論詩「學詩者，以識為主」，同樣以禪宗的「妙悟」來比喻。詩歌的「識」得「韻」，是詩歌本質的美感體驗；猶如禪宗的「悟」，是體驗到真如的涅槃境界。

宋詩中還有「趣」這一重要審美範疇。東坡語：「詩以奇趣為宗，反常合道為趣」，是一種超越常情識解而又合於義理的藝術趣味。這種「趣」的追求，是宋人藝術心理中幽默機智的內在機制，是根基於儒、道、佛三教合一從而使真與俗參融的生活態度和創作思想。³⁸ 筆者竊以為禪宗的「遊戲三昧」是最直接、有力的啟發。「諧趣」是從「反」與「合」對立統一的藝術辯證法來達到幽默新奇的效果，有著禪法機變、靈活的影子。蘇軾評黃庭堅的書法特點說：「魯直以平等觀作欹側字，以真實相出游戲法，以磊落人書細碎事，可謂三反。」（跋魯直為王晉卿小書爾雅）³⁹ 這段話也可以用來評價黃詩和概括部分宋詩。宋詩中「打諢」的方法就是從禪宗「遊戲三昧，逢場設施，無可無不可」（《長靈和尚語錄》）的思維方式借鑑而來。「反常合道」、「以俗為雅」的方式創造出充滿機智的諧趣。楊萬里的「誠齋體」也充滿詼諧幽默的風趣，無論日常大小事物，無一事不能寫，發人所未發，並發揮幽默諧謔的題材及語言，獲得深刻的人生感悟。他認為有風趣才是真正的好詩：「從來天份低拙之人，好談格調，而不解風趣。何也？格調是空架子，有腔口易描；風趣專寫性靈，非天才不辦。」⁴⁰

「趣」的義蘊與「餘味」類似。在宋代詩論中「餘味」、「味外之味」、「韻」、「趣」代表對詩歌本質的看法，這與宋人講究「意」有關，而禪宗

³⁷ 《潛溪詩眼》，見胡仔《苕溪漁隱叢話》前集卷五引，頁 72。

³⁸ 周裕鍇先生在《趣：機智與理性的魅力》中的說法，《宋代詩學通論》，頁 323。

³⁹ 孔凡禮點校《蘇軾文集》卷六九，頁 2195。

⁴⁰ 見袁枚《隨園詩話》卷一引，頁 1 上。

更給予理論上的支持。⁴¹ 禪宗強調主體心性的體驗，「悟」即自身心靈當下的作用，這促進詩人在創作過程中，「寫意」精神的受重視，「意」的追求已趨近審美體驗，葛兆光曾說：「直到唐宋以後，禪宗盛行，並將自己的思維方式滲入士大夫思維之後，才發生了深刻的變化，人們開始自覺運用自己的藝術感受力和藝術想像力去追溯、補充藝術家構思聯想時的內心情感、哲理體驗，以『意』去求『意』，」⁴² 宋人追求創作主體的感受性，對「意」有更深刻的認識，進一步肯定「餘意」等審美感受的價值。

禪宗「無念、無住、無相」的實踐法門，強調內在體驗，對於外在言語、形相這些方便設施，採取的是不即不離的態度，所謂「不立文字」，又「不離文字」。牛頭法融說：「至理無言，要假言以顯理；大道無相，為接相而見形。」然而，解脫靠的仍是心靈的直截體驗，頓悟自性。「頓悟」是不假方便，直截根源的。詩歌的美感體驗和禪宗的「言」、「意」關係非常相似。詩歌的文字、意象並非終極目的，「言外之意」、「味外之味」才是詩歌的價值。語言、意象雖然可以喚起內心的感受，然而美感體驗才是真正的動能。所以以體驗真如本性為禪宗的最終目標，恰如以美感體驗為詩歌極致價值，有認知上的同構性。宋人對詩歌藝術的認知，在禪學的推動下，更趨向主體內在的美感體驗，即「(餘)意」、「韻」的追求，而開出一條有別於唐人的詩學路徑來。

綜上所論，禪宗心性說對自性本體的肯定與發揚，推動宋詩對創作主體(心)的重視，這心性主體是圓滿具足的，是超脫主、客對立的絕對存在。故而在詩歌本原的認識上有兩條進路，一是強調對境不起成心、「無心」、「無所用意」的觀點，而重視當下心靈的直覺觀照，「任心自運」的觀點正是禪宗的啟發。二是對境心數起、感興的作用，強調心性本體的活潑體察能力，是禪宗「觸類是道」的活法精神的體現。再者，在詩歌本質的思考上，禪宗對自性本體的認識，強調內在的直覺體驗方式，推動宋人對詩歌本質的認知，趨向主體內在的美感體驗，亦即詩歌「韻」、「餘意(味)」的追求。

⁴¹ 參見林湘華的說法，《禪宗與宋代詩學理論》，頁49~51。

⁴² 參見葛兆光《禪宗與中國文化》，台北：里仁書局，1987年10月，頁176。

第二節 禪宗與詩歌創作論

詩論對禪學在接受，主要是根基於詩禪間思維方式的會通。宋代詩論，以禪宗「悟入」的特質來比擬、闡述詩歌藝術活動（欣賞和創作）中的理想狀態。⁴³ 而理想的詩歌藝術本質是「餘意（味）」，由「餘意（味）」這樣的詩歌審美價值，建立了一套詩歌美學的價值體系；正猶如禪宗以「悟」為解脫狀態，而體驗自心自性為解脫的本質，由「自心自性」的肯定，建立起一套以見性（解脫）為中心的價值體系。在這樣相似的思維架構下，禪宗的思維方式浸漬到詩歌創作的構思方式上。以「悟入」為創作的理想狀態，開展出的創作論，這中間涉及的禪學思想，是本節所要分析歸納的。

禪宗帶給詩人的啟發，就在於它獨特的認識世界的思維架構。以禪喻詩就是藉助這套思維、語言，來探索詩歌美學的世界。在禪宗思維的薰染下，詩歌的創作也重視起當下心靈的構思作用，「悟入」、「妙悟」的概念探討，就是最典型的例子。圍繞著這個概念所產生的創作論，可分析歸納為兩個方向，一是創作構思上重主體性、重直觀與渾成、構思取材的隨機性；一是創作表現方法上「活」的要求。

一、主體的發揚

北宋詩文革新運動的影響下，詩文理論的重點從文學創作外部規律的探討（如中唐之前關於詩格、詩式的探討），轉而為內部規律的研究（注重創作主體才情和個性人格的藝術表現），亦即詩歌美感經驗的探索。詩歌創作論從探討詩歌客觀的規律轉為側重主觀的構思，禪宗對這種轉變是具有啟發意義的。

在詩歌創作論中接受禪宗的重視主體精神，並體現禪宗肯定主體心性表現的，是肯定自我、自成一家的論點。

禪宗重視與肯定主體的自性，這在上一章已有詳細說明。惠能講「自性本自清淨」，只要能自見本性之清淨就能成佛，重視當下自證自悟。這

⁴³ 上一節已論述過。如范溫以「悟入」來講「韻」；嚴羽亦以「妙悟」來掌握詩歌的本質（別材、別趣），詩辯中說：「大抵禪道惟在妙悟，詩道亦在妙悟。惟悟乃為當行，乃為本色。」

是對「自性」的肯定。洪州禪更重視「心」的作用，所謂「即心即佛」，這「心」是將「平常心」和「清淨心」含納於一的，也就愈發重視個人的自心自性。解脫就在當下個人的體會，而不在外在的任何修持。禪宗這種重視親證體驗、「自悟」、「自度」的思考，推動詩歌提高創作的主觀能動性，在詩歌創作中重視個體的主觀感受和體驗，亦即創作主體內心對生活和人生的體驗感悟，把文學創作和理論批評的重心導向偏於審美的主體心靈自由和藝術人格的肯定。⁴⁴

詩論中表露心性，重視個體主觀性的論說頗多，如蘇軾 讀孟郊詩二首 之二：

詩從肺腑出，出輒愁肺腑。有如黃河魚，出膏以自煮。⁴⁵

包恢評論戴復古的創作認為：

果無古書，則有真詩。故其為詩自胸中流出，多與真會。三者備矣，其源流不其深遠矣乎。（石屏詩集後序）⁴⁶

張戒《歲寒堂詩話》說：

詩、文、字、畫，大抵從胸臆中出。⁴⁷

「肺腑」出、「胸中」流出、或是「胸臆」中出，都是肯定創作主體心性的發露，肯定創作主體主觀感受。陳善《捫虱新話》卷十三說：

天下無定境，亦無定見，喜怒哀樂，愛惡取捨，山河大地，皆從此心生
故釋氏之論曰：「心淨則佛土皆淨。」，信矣。⁴⁸

⁴⁴ 張毅在《宋代文學思想史》中認為宋人重學問，他們所說的學問，其根本並非對外客觀世界認知的積累，而在於主體內在真常心性的體認和反省，追求治心養氣時主體自身的內在超越。這其中有莊、禪建立在內心體驗和當下頓悟基礎上的生存智慧。故而詩人重視的是主體內心對生活和人生的體驗感悟，把文學創作和理論批評的重心導向偏於審美的主體心靈自由和藝術人格的肯定。北京：中華書局，1995年4月，頁8-9。

⁴⁵ 蘇軾《東坡全集》卷九，見《景印文淵閣四庫全書》第1107冊，頁154。

⁴⁶ 《石屏詩集》卷首，《四部叢刊廣編》，台灣商務印書館，頁7。

⁴⁷ 見丁福保輯《歷代詩話續編》，頁458-459。

羅大經《鶴林玉露》說：

李太白云：「？卻君山好，平鋪湘水流。」杜子美云：「斫卻月中桂，清光應更多。」二公所以為詩人冠冕者，胸襟闊大故也。此皆自然流出，不假安排。⁴⁹

心體的包容大量，是一切所以由生，愛惡喜樂，無所不由心生，好詩也是從胸中流出。以上是由正面論述，也有從反面述說的，王若虛《滹南詩話》卷二說：

山谷之詩，有奇而無妙，有斬絕而無橫放，鋪張學問以為富，點化陳腐以為新，而渾然天成，如肺肝中流出者，不足也。⁵⁰

王若虛反對江西詩派所謂「奪胎換骨」、「點鐵成金」的方法，就在於只重詩法技巧，而忽略了心靈的創造能力，肝肺中流出的情感、動能不足，是一大缺失。可見王若虛論詩也是重視創作主體的主觀能動性。詩僧惠洪有很貼切的論說：「詩者，妙觀逸想之所寓也，豈可限以繩墨哉！」（《冷齋夜話》卷四）⁵¹ 可見宋詩在創作構思上強調主體的體驗，強調心靈自由的聯想空間，而這種主體的發揚是很大層面受到禪宗肯定自性主體的影響。

詩論中自成一家，自家作主的特點也是肯定主體的表現。宋詩在「菁華極盛，體製大備」的唐詩之後，期許能獨創成就，不讓唐詩專美，故而宋人追求自成一家的抱負與實踐。⁵² 宋人發現「望今制奇，參古定法」之理，是一條可以別開生面的路，所以詩歌創作更加留意「在古人不到之處」用心，如同禪家「不向如來行處行」的精神。試舉詩論中的例證：

東坡嘗謂余曰：「凡造語，貴成就，成就則方能自名一家。」（李之儀 跋

⁴⁸ 陳善《捫虱新話》卷十三，《四庫全書存目叢書》，頁 323。

⁴⁹ 羅大經《鶴林玉露》卷九，頁 8-9。

⁵⁰ 見丁福保輯《歷代詩話續編》，頁 518。

⁵¹ 惠洪《冷齋夜話》卷四，張海鵬輯《百部叢書集成 學津討原》，頁 22。

⁵² 宋詩為求有別於唐詩，打破魯迅所謂「一切好詩，到唐已被做完」的論斷，而有追求獨創的時代風氣，於是形成「遭時制宜，應之以通變」的特色。後世詩論家就「處窮變異」、「離去自立」來看待宋詩，且肯定這種「通變」的價值。

吳思道詩)⁵³

蘇尚書符，東坡先生之孫，嘗與世人論詩。公曰：「祖父謂老杜『四更山吐月，殘夜水明樓』，以為古今絕唱。此乃祖父於此有妙（會）之處，他人未易曉也。大凡文字須是自得自到，不可隨人轉也。」（張鎡《詩學規範》）⁵⁴

詩吟函得到自有得處，如化工生物，千花萬草，不名一物一態。若摸勒前人，無自得，只知世間剪裁諸花，見一件樣，只做得一件也。（《漫齋語錄》）⁵⁵

東坡強調造語貴成就，蘇符申說文字須是自得自到，不可隨人轉。模仿前人，追隨古人的腳步，是故步自封。黃庭堅作詩、論詩，特別於古人未到處留意：

黃魯直貶宜州，謂其兄元明曰：「庭堅筆老矣，始悟抉章摘句為難，要當於古人不到處留意，乃能聲出眾上。」元明問其然。曰：「庭堅六言近詩『醉鄉閒處日月，鳥語花間管絃』是也。」此優入詩家藩閫，宜其名世如此。（吳开《優古堂詩語》引）⁵⁶

至山谷之詩，清新奇峭，頗造前人未嘗道處，自為一家，此其妙也。（陳巖肖《庚溪詩話》卷下）⁵⁷

自得自到、發古人之未發，是肯定自我之表現。這種強調主觀體驗、自家作主的精神，與禪宗「自力自度」有相通之處。禪宗的「即心即佛」，是肯定自心的自足，不假外求，不需藉重行儀，不從佛典裡鑽研，即不往外求。只要往心內求，所謂「真佛內裡坐」，尋求個人本來面目就行了。這

⁵³ 李之儀《姑溪居士前集》卷三十九，見《景印文淵閣四庫全書》第1120冊，頁79。

⁵⁴ 見郭紹虞輯《宋詩話輯佚》，頁613。

⁵⁵ 見魏慶之《詩人玉屑》卷十引，頁220。

⁵⁶ 見丁福保輯《歷代詩話續編》，頁236。

⁵⁷ 見丁福保輯《歷代詩話續編》，頁182。

種「自力自度」的精神，對宋詩學的浸漬滲透，也許就是宋詩具獨創精神的原因之一。

二、重直觀與渾成

詩歌創作的美感觀照是不涉理路、不關道德功利的直覺式觀照，這與禪宗不涉邏輯思維、超然物外的觀點相似。在詩歌創作中要求直觀的審美觀照和渾成自然的美感，與禪宗頓悟說所強調的直證之悟有密切的關係。

禪宗強調以清淨空明的「心體」為本的親證體驗，否定智性的思維，把清淨的心提到本體的地位，超越一切對立分別、超越時空而絕對存在。這「心性說」促進詩人以內心體驗為主的直覺思維；推動詩人以主體自身內在情感心靈的反省、體驗為主的內趨式思維，⁵⁸而使得直覺觀照在藝術創作中提高了地位和作用。

蘇軾的觀物觀，就是主體心靈的直觀體驗：

欲令詩語妙，無厭靜且空。靜故了群動，空故納萬境。（送參寥師）⁵⁹

空、靜的心靈能把握萬物運作和生命節奏，因空靜故能含納萬物於一心。詩人的直觀是寓意於物而不留意於物的觀照，是無所住的心靈的自由活動。禪宗的直證之悟，非抽象思辨能達成，而是帶有非理性色彩的直覺感受和體驗。直覺在此並非單純的「感知」，而是結合情感、想向、體驗的心理功能。以「悟」為審美體驗來論詩當推嚴羽為最：

夫詩有別材非關書也，詩有別趣非關理也。所謂不涉理路不落言筌者，上也。（《滄浪詩話 詩辯》）⁶⁰

嚴羽重「別趣」、「別材」，從重「韻」的角度，從美感經驗著手，為的是

⁵⁸ 宋文人內趨式的思維方式的形成，是其社會思潮使然。這包含有社會政治的衰微、文人社會造成的文人文化、儒釋道思想融合，這樣特殊的文化心理結構，即由外向內，由動反靜，形成內向型的思考模式。

⁵⁹ 蘇軾《蘇東坡全集》前集十，頁114。

⁶⁰ 見何文煥編《歷代詩話》，頁686。

修正宋詩學問化、議論化的傾向。嚴羽的「妙悟」是借用禪宗直觀體驗的「悟」，來作為一種審美意識活動和藝術感受能力，而它的特點就在於不憑藉理性思考而對詩歌的情趣韻味作直接的領會與把握。

宋詩論對詩歌文字化、議論化的反省，也表現在對渾成自然的美感追求。江西詩派過份重句法格律，使得詩歌失去天然真淳的本色，於是宋人開始反省思考「如何在追求明白暢達的同時，保持渾融含蓄；在追求精工新穎的同時，保持自然和諧，從而做到『曲盡其妙』，又『渾然無跡』」。⁶¹ 葉夢得就指出了一種典範：

老杜 至「穿花蛺蝶深深見，點水蜻蜓款款飛」，深深字若無穿字，款款字若無點字，皆無以見其精緻如此。然讀之渾然，全似未嘗用力。（《石林詩話》卷下）⁶²

杜甫所樹立的「精緻」與「渾成」相統一的典範，為宋人指點了一條道路。王安石晚年轉學唐人律絕，詩歌創作表現為「言隨意遣，渾然天成」⁶³；黃庭堅晚年體會到「文章成就，更無斧鑿痕，乃為佳作」（與王復觀書三首之二）⁶⁴；蘇軾的反思則是「蘇、李之天成，曹、劉之自得，陶、謝之超然」（書黃子思詩集後）⁶⁵。這是宋人自覺地尋求詩歌創作中整體把握、直觀領悟所達成的「渾然天成」的美感，以修正過於文字化、議論化的語言選擇。

在詩歌創作中直覺觀照、整體把握的態度，往往能造成渾成的藝術形象。如葛立方說：

靈運在永嘉，因夢惠連，遂有「池塘生春草」之句；玄暉在宣城，因登三山，遂有「澄江靜如練」之句。二公妙處，蓋在於鼻無堊，目無膜爾。鼻無堊，斤將曷運？目無膜，篋將曷施？所謂混然天成、天球不琢者與？（《韻

⁶¹ 參見周裕鍇《宋代詩學通論》，頁418。「渾成」美感的追求，是對理性的語言選擇所造成侷限性的自覺反思的結果。

⁶² 見何文煥編《歷代詩話》，頁431。

⁶³ 葉夢得《石林詩話》卷上，見何文煥編《歷代詩話》，頁406。

⁶⁴ 黃庭堅《山谷集》卷十九，見《景印文淵閣四庫全書》第1113冊，頁184。

⁶⁵ 蘇軾《蘇東坡全集》後集卷九，頁525。

語陽秋》卷一) ⁶⁶

二謝用非分析、理性的語言來掌握天然的直覺狀態，即目所見的直觀審美，造成渾成的藝術形象。再者，葉夢得評杜詩「江西有巴蜀，棟宇自齊梁」句：

遠近數千里，上下數百年，祇在「有」與「自」兩字間，而吞納山川之氣，俯仰古今之懷，皆見於言外。(《石林詩話》卷中) ⁶⁷

有、自兩字貫穿雄闊的胸襟與氣象，將意象所引發的聯想融為一體，表現渾成自然的美感，而不見雕琢的痕跡。賀鑄論詩也要求全詩渾然一體，「格見於成篇，渾然不可鑄」(《王直方詩話》) ⁶⁸。

前面已提過嚴羽對宋詩文字化、議論化反思的推動。嚴羽認為詩禪本體是相同的，是「不涉理路、不落言詮」，非理性的語言選擇所能真正掌握的。好的詩歌猶如「羚羊掛角，無跡可求」的。所以嚴羽推崇的詩歌典範有二：一是如漢魏古詩般「氣象混沌」，是「不可尋枝摘葉」的，「詞理意興，無？可求」(《滄浪詩話 詩評》) ⁶⁹；二是如「盛唐諸人，惟在興趣」(《滄浪詩話 詩辯》) ⁷⁰，「既筆力雄壯、又氣象渾厚」(答吳景仙書) ⁷¹。嚴羽推崇好的詩中就應該只呈現「氣象」、「興趣」這些自然渾成的美感，而找不到詩的痕跡。

禪宗的直證之悟是與概念思維對立的，所以它強調直覺的觀照。大慧宗杲講無住無著的佛法時說：

直得言語道斷，心行處滅。無言可說，無理可伸，不起纖毫修學心，百不知，百不會，不涉思維，不入理路。 方知佛法無人情。(《指月錄》卷三二) ⁷²

⁶⁶ 見何文煥編《歷代詩話》，頁 483。

⁶⁷ 見何文煥編《歷代詩話》，頁 420。

⁶⁸ 見郭紹虞輯《宋詩話輯佚》，頁 92。

⁶⁹ 見何文煥編《歷代詩話》，頁 696。

⁷⁰ 同上，頁 688。

⁷¹ 見何文煥編《歷代詩話》，頁 707。

⁷² 見《禪宗編》第五冊，頁 521-522。

禪宗的觀物方式與詩歌直觀的審美觀照方式，是有會通之處的。兩者都以個體的直觀感受和體驗為中心，訴諸於心理直覺，而非理性思辨。

三、隨機性

詩歌創作的「隨機性」，著重在討論隨手汲取的詩材和自然觸發的詩思。這樣的思維直接聯繫的是禪宗「立處即真」的精神。洪州禪所發展的隨機應物的精神，使得「道」的體悟隨處可行，隨時可現，所謂「觸類是道」、「日用中見道」，當下「見性」的實踐變得人人可及，隨時可能。所謂「青青翠竹，盡是法身；鬱鬱黃花，無非般若」、「行住坐臥，應機接物，盡是道」。這樣強調隨機應物的精神，也浸染到文人的思維中，如蘇軾云：「茶筍盡禪味，松杉真法音。」；黃庭堅云：「魚游悟世網，鳥語入禪味。」；張耒云：「鳥語演實相，飯香悟真空。」⁷³ 而體現在創作論上的要求是自然詩趣的呈現。

詩歌創作中題材的選取，除了取決於詩人個人喜好，還有大時代環境的影響。唐詩已攀登詩歌創作藝術的高峰，宋人處於唐後，如何面對及開創出不同於唐人的路，是宋人努力的地方。於是在詩歌創作上開拓的需要，詩歌題材的選取朝從多方面來嘗試。此時，禪宗隨機應物的精神啟發詩歌在題材的選取上不拘各方，前人所認為不宜入詩的，宋詩人嘗試著來開發使用，於是有了俚俗化的趨勢。詩歌題材和語言的俚俗化，除了北宋崇尚「白體」的淺切詩風，⁷⁴ 歐陽修提倡平易流暢的文風也有關係，再加上文人重學，大量閱讀下廣泛攝取各種層面的知識，並重視生活應用，於是詩材不限於傳統典籍，生活上煩瑣的事務照樣可以入詩。如楊萬里就愛寫手邊隨處可得的題材，像「童子柳陰眠正著，一牛吃過柳陰西」（桑茶坑道中）⁷⁵，「蟬哀落日恰纔收，蛩怨黃昏正未休」（秋蟲）⁷⁶ 生活中的場景信手拈出，將之「化生為熟」。⁷⁷

⁷³ 見胡仔《苕溪漁隱叢話》前集卷五一，頁 348。

⁷⁴ 白居易的詩風淺切平易，抒情寫意毫不做作，他注重人生實際，詩歌通俗易懂。北宋初期詩壇曾流行過「白體」，模仿他淺切的詩風平易自然的語言。

⁷⁵ 楊萬里《誠齋集》卷三十四，見《景印文淵閣四庫全書》第 1160 冊，頁 368。

⁷⁶ 楊萬里《誠齋集》卷十四，同上，頁 144。

⁷⁷ 錢鍾書先生在《談藝錄》中對於楊萬里詩歌創作中，通俗的題材、語言的掌握能力頗多讚美，

禪宗「行住坐臥，無非是道」的隨機應用精神，給予詩歌創作「行住坐臥，無非是詩」的啟發，重點不在於語言俚俗化的強調，而是「觸事即真」信念的深化，故而詩論強調詩歌題材選取的隨機，一切皆可自然入詩。

范溫論杜甫 櫻桃詩 中，對於詩思的自然天成也有說明：

如禪家所謂信手拈來，頭頭是道者。直書目前所見，平易委曲 其感興皆出於自然，故終篇遒麗。（《潛溪詩眼》）⁷⁸

信手拈來，頭頭是道，詩思是出於隨機應物的自然。南宋詩人楊夢信為詩僧紹嵩亞愚《亞愚江浙紀行集句詩》題詞云：

學詩元不離參禪，萬象森羅總現前。觸著見成佳句子，隨機釘飯便天然。⁷⁹

楊萬里論詩思也是強調自然天成，詩人主觀心境與客觀外物適然相遇，於是詩自然天成：

大抵詩之作也，興，上也 我初無意於作是詩，而是物、是事適然觸乎我，我之意亦適然感乎是物、是事。觸先焉，感隨焉，而是詩出焉，我何與哉？天也！斯之謂興。（答建康府大軍庫監門徐達書）⁸⁰

本來心無用意於作詩，是「境」適然與「意」會，而詩思自成，「萬象畢來，獻予詩材，蓋麾之不去，前者未讎，而後者已迫，渙然未覺作詩之難也。」⁸¹ 達到至境的楊萬里對詩材已無需苦搜尋奇，日常生活所見萬象，無一不能使用，隨手可得。詩和禪一樣，「神通並妙用」本來就存在於「運水及搬柴」的世俗生活中。

在詩歌創作中注重隨機，主要是對江西詩派過於注重語言規律的一種批判反省。江西詩派在題材上多取自古人典籍文獻，如「脫胎換骨」自古

他說：「人所未言，我能言之，誠齋之化生為熟也。」見周振甫、冀勤《談藝錄導讀》台北：洪葉文化事業有限公司，1995年5月，頁302。

⁷⁸ 見郭紹虞輯《宋詩話輯佚》，頁314。

⁷⁹ 紹嵩亞愚《亞愚江浙紀行集句詩》卷首，《北京圖書館古籍珍本叢刊 集部》宋別集類，頁482。

⁸⁰ 楊萬里《誠齋集》卷六七，見《景印文淵閣四庫全書》第1160冊，頁639。

⁸¹ 楊萬里 誠齋荊溪集序，《誠齋集》卷八十一，見《景印文淵閣四庫全書》第1161冊，頁84。

人的話語文意，或轉換前人言句為自己的創作的「點鐵成金」，導致詩歌陳腐失真，甚至缺少動人的情意。為了矯正這種弊端，在創作論上於是有回歸於自然、原始的詩材反省，和不刻意經營、自然天成的構思意識。禪宗的隨機應用、觸事即真的精神給予這種創作意識理論上的支持。

四、「活」的要求

「活」是禪宗最重要的特徵之一，它是指生活態度或思維方式的無拘無束、自由靈活。具體的說法是不執著、不粘滯、通達透脫、活潑無礙。禪宗發展到文字禪後，加深對語言的依賴，而發展出「參活句」的方法上的反省。從「參」要達到「悟」，所參的對象必須具有「活」人的作用，亦即具有啟悟學人的效果，所以「須參活句，莫參死句」。這種「活句」的精神，啟發了詩論中對詩歌創作「活」的要求。

德山緣密禪師提出「參活句」的意義：

上堂：「但參活句，莫參死句。活句下荐得，永劫無滯。一塵一佛國，一葉一釋迦，是死句。揚眉瞬目，舉指豎拂，是死句。山河大地，更無淆訛，是死句。」時有僧問：「如何是活句？」師曰：「波斯仰面看。」曰：「恁麼則不謬去也。」師便打。（《五燈會元》卷一五）⁸²

「參活句」是以直覺去體驗，不從文字理解，自由聯想、體會，而在這過程中自然會頓悟本心、佛性。任何邏輯的、概念的思考都將陷入死胡同，而「死於句下」。這種「活句」的精神，與詩論的「意在言外」的精神相合，而有「胸中活句」的提倡。受到禪宗「活句」的啟發，詩歌也發展出詩的「活法」。

黃庭堅的詩歌理想是追求創新、不主故常，營造詩歌語言的新、活。如他的「點鐵成金」、「脫胎換骨」之說就是表現這方面的藝術追求。而這種理論就是借鑑禪宗「參活句」的經驗。黃庭堅作詩多以新奇的語言營造新的感受，以反常的手法打破詩法的慣例，以達到他創作的理想——以俗為雅、以故為新。這些手法充滿禪宗參話頭、鬥機鋒的撲朔迷離、機智圓

⁸² 見《景印文淵閣四庫全書》第 1053 冊，頁 618。

活。可見黃庭堅對詩歌創作上「活」的要求是在詩法的「活學活用」、繼承創新上。呂本中便曾稱讚黃庭堅的佳處，就在「禪家所謂死蛇弄得活」⁸³的「活句」精神。江西詩派則延續黃庭堅的主張，更加自覺的借鑑於禪宗，章甫的「人入江西社，詩參活句禪」就指出江西「活句」與禪門「活句」的關連。黃庭堅與江西詩派初期在句法開闢上有相當成就，然而到江西末學則造成死守成法的弊端，於是呂本中提出「活法說」來矯正。

學詩當識活法。所謂活法者，規矩備具，而能出於規矩之外；變化不測，而亦不背於規矩也。是道也，蓋有法而無定法，無定法而有定法，知是者，則可以語活法矣。⁸⁴

呂本中強調不要死守成規，要出於規矩之外而變化莫測，是在規律之下尋求創作的自由。他還指出胸襟的豁達決定詩歌語言的活潑自然：

筆頭傳活法，胸次即圓成。（別後寄舍弟三十韻）⁸⁵

胸中塵埃去，漸喜詩語活。（外弟趙才仲數以書來論詩因作此答之）⁸⁶

把心悟落實在語言句法的圓成靈活上，對詩歌創作進行語句透活的要求，甚至還要求到用字的活：

予竊以為字字當活，活則字字自響。（《童蒙詩訓》）⁸⁷

這是對江西末流拘泥句法、陳規的反省和批判，從而提出創作上不拘法式的要求。曾幾曾說：「居仁說活法，大意欲人悟。」（讀呂居仁舊詩有懷其人作詩寄之）就是要人悟出詩歌創作中「有法而無定法」的表達方式，這是他「活」的要求。

⁸³ 張戒《歲寒堂詩話》卷上，見《歷代詩話續編》，頁463。

⁸⁴ 劉克莊《江西詩派小序》引，見《歷代詩話續編》，頁485。

⁸⁵ 呂本中《東萊詩集》卷六，見《景印文淵閣四庫全書》第1136冊，頁722。

⁸⁶ 呂本中《東萊詩集》卷三，同上，頁699。

⁸⁷ 郭紹虞輯《宋詩話輯佚》，頁587。

曾學江西詩的楊萬里，他所創的「誠齋體」亦重視「活法」。誠齋體的活法是胸襟構思新巧圓成，語言生動活潑，所以他的創作充滿大自然千變萬化的姿態和生生不息。試舉數例：

綠楊接葉杏交花，嫩水心生尚露沙。（二月一日曉渡太河江）⁸⁸

急下柴車踏晚晴，青鞋步步有沙聲。忽逢野沼無人處，兩鴨浮沈最眼明。
（丁亥正月新晴晚步二首 之一）⁸⁹

風從船裡出船前，漲起簾幃紫拂天。點檢風來無處覓，破窗一隙小於錢。
（曉過丹陽縣）⁹⁰

無物不能入，無話不能寫，構思活、取材活、用字遣詞活，這意境怎能不活呢？

楊萬里是從江西詩派鍊句模法而入，最後跳脫江西死守陳規的弊病，發展出「誠齋體」。他曾經遍參諸家之法，琢磨各種句法，所謂「未悟且遍參諸方」的江西詩派觀點，而「參」後有了「透徹之悟」，這「悟」就是脫去古人的包袱，找回自我，重新重視真實的心靈及大自然的鮮活。他的「活法」特質是「待而未嘗有待」，亦即有法而未嘗有法。⁹¹

南宋詩人和理學家都愛談「活法」，是受當時風行一時的「參話頭」所影響。⁹² 詩學的「活法」從理學的「活法」中也得到某種充實。⁹³ 宗杲提倡的「看話頭」是一種通過直觀參究公案中的一則「活句」來獲得證悟的禪法，活句具有啟悟的功能，詩人借用這種概念於詩學中，詩歌中的「活句」具有起振詩歌美感價值的功能，詩人們借用來說明創作也要胸次活潑，機靈圓活。而在詩歌創作的藝術技巧上，「活法」則成為宋詩的藝術

⁸⁸ 楊萬里《誠齋集》卷十五，見《景印文淵閣四庫全書》第1160冊，頁156。

⁸⁹ 楊萬里《誠齋集》卷四，同上，頁39-40。

⁹⁰ 楊萬里《誠齋集》卷二十七，同上，頁288。

⁹¹ 方法論上的「有法」、「無法」將於第四節中詳論。

⁹² 首倡活法的呂本中與大慧宗杲關係密切，常與其談論佛法，一般相信呂本中的「活法」說受宗杲「看話頭」影響頗深。理學大師朱熹在青年時代也愛讀《大慧語錄》，常以「活潑潑地」作為儒家心性修養的方法。

⁹³ 詩學「活法」受到理學「活法」的充實，把詩歌當作陶冶性靈的工具，這部分因已非本文主要關注點，且為能力所限，本文即不多做論述。

特徵之一，豐富了語言表現技巧。宋人借鑑禪師參禪的方法，拓展詩歌創作的活路，禪學影響詩學的深刻，不言而喻。

綜看之，宋詩人以「餘意（味）」為詩歌本質，傾向審美的創作思想，以重內在體驗的「悟入」來闡述詩歌創作欣賞中的理想狀態，故創作論環繞著「悟」概念所闡發的議題具有重主體性、重直觀與渾成、隨機性、「活」的要求等特點。禪宗的思維方式浸漬詩歌創作的構思方式，這情形是顯而易見的。

第三節 禪宗與詩歌風格論

由於詩歌本體論與禪宗自性真如的本體在認識架構上相似，於是宋代詩學和禪宗間有了會通的基礎。宋代詩學接受禪學的事實，在思維方式的會通上來實現。以「餘味」、「至味」為代表的審美意識，在詩學體系中形成一套「平淡」的獨特風格。⁹⁴ 這「平淡」風格的形成，正是詩學接受禪學的事實。禪宗「無念為宗、無相為體、無住為本」的發展，傾向於無欲寂靜、淡泊虛融的風格，詩學接受禪學的價值觀，在「至味」的審美要求下，逐漸形成平淡深粹的風格取向。

「平淡」觀並不能涵蓋宋代詩歌風格論，但「平淡」觀卻不能不說是宋代詩歌理論之重心。宋人的「平淡」概念是什麼？他所闡釋的意義何在？「平淡」觀與禪學的實際關係何在？這將是本節探討重點。

一、「平淡」的概念

在中國古典詩歌理論中，以「平淡」作為詩歌理想風格，並且為詩人所自覺追求的風格類型，應該可以說是從宋代開始的。宋代之前，有所謂「淡泊」的理想，然都不成大家氣候。「平淡」並未被作為理想風格而為詩人自覺追求。雖然陶淵明、王維、孟浩然、韋應物、柳宗元他們的作品風格均屬平淡，然而並未被充分認識和標舉。⁹⁵ 司空圖曾推崇淡遠的風

⁹⁴ 宋人「至味」的審美理想，往往以「平淡」風格的創作為典型，例如「古聲無惱淫，真味存淡泊。」（王安石 沖卿席上得行字）、「子言古淡有真味，大羹豈須調以蕤。」（歐陽修 再和梅聖俞見答）、「發纖穠於簡古，寄至味於淡泊」（蘇軾 書黃子思詩集後）、「蓋閒淡簡遠得味外之味云。」（洪邁 蘇子由詩）

⁹⁵ 鍾嶸《詩品》只將陶淵明的詩列為中品，劉勰《文心雕龍》則根本未提到陶淵明。杜甫甚至

格，不過他的淡遠是王維、韋應物所樹立的「澄澹」、「精緻」的風格。真正樹立起平淡理想風格的是在陶淵明的詩歌價值被發現並確立以後。

首先提倡平淡詩風的是梅堯臣，他倡平淡詩風用以矯正西崑體「雕章麗句」的浮靡之風。梅堯臣提出平淡美的議論是：

作詩無古今，唯造平澹難。譬身有兩目，瞭然瞻視端。
邵南有遺風，源流應為殫。所得六十章，小大珠落盤。
光彩若明月，射我枕席寒。含香視草郎，下馬一借觀。
既觀坐長歎，復想李杜韓。願執戈與戟，生死事將壇。
(讀邵不疑學士詩卷)⁹⁶

詩本道情性，不須大厥聲。方聞理平澹，昏曉在淵明。
(答中道小疾見寄)⁹⁷

梅堯臣提出以「平淡」為詩美理想，並呼籲宋人於實踐上注重造境平淡的要求。梅堯臣不僅於詩論中提倡，並且身體力行，於創作中實踐其理想可能。歐陽修曾對其創作情形給予評論：

其初喜為清麗，閑肆平淡，久則涵演深遠，間亦琢刻以出怪巧，然氣完力餘，益老以勁，其應於人者多，故辭非一體，至於他文章皆可喜。非如唐諸子號詩人者，僻固而狹陋也。(梅聖俞墓誌銘)⁹⁸

梅聖俞的創作要求是「氣完力餘，益老以勁」的「平淡」，他的詩風是「覃思精微，以深遠閒淡為意」(《六一詩話》)⁹⁹，所以梅詩是具有開闢平淡詩境意義的。宋人龔嘯曾言：「去浮靡之習超然於昆體極弊之際，存古淡之道卓然於諸大家未起之先」¹⁰⁰，梅詩以後的宋人，多是推崇梅詩，進

認為平淡是陶詩的缺點「觀其著詩篇，頗恨亦枯槁」(遺興)。王維被推崇的也不在於其詩的沖淡。

⁹⁶ 梅堯臣《宛陵集》卷四六，見《景印文淵閣四庫全書》第1099冊，頁338。

⁹⁷ 梅堯臣《宛陵集》卷二四，同上，頁182。

⁹⁸ 梅堯臣《宛陵集》附錄，同上，頁432。

⁹⁹ 見何文煥編《歷代詩話》，頁267。

¹⁰⁰ 梅堯臣《宛陵集》附錄，見《景印文淵閣四庫全書》第1099冊，頁438。

而以梅詩所提倡的平淡詩美為詩歌最高理想。¹⁰¹

梅詩的平淡，其意涵為何？朱自清《宋五家詩鈔》中有一段能解釋：「平淡有二，韓詩云：『艱宕怪變得，往往造平淡』，梅平淡是此種。朱子謂：『陶淵明平淡出以自然』，此又是一種。」¹⁰² 梅堯臣所主張的平淡，是「意新語工」之後，「覃思精微」所表達的「平淡」，是「苦於吟詠」，「構思極艱」所得的「閒遠古淡」。¹⁰³ 陶淵明的平淡和此則不同，陶詩的平淡是出自心境平和超脫的平淡。

宋詩壇，對陶淵明詩歌價值肯定並推崇之，對陶詩的平淡境界給予高度肯定，通過陶詩價值的重新發現，進而樹立詩歌中平淡理想風格。

六一居士推重陶淵明歸去來，以為江左高文，當世莫及。涪翁云：「顏、謝之詩，可謂不遺鑪錘之功矣；然淵明之墻數仞，而不能窺也。」東坡晚年，尤喜淵明詩，在儋耳遂盡和其詩。荊公在金陵，作詩多用淵明詩中事，至有四韻詩全使淵明者。又嘗言其詩有奇絕不可及之語，如「結廬在人境，
」，由詩人以來，無此句也。（《遯齋閑覽》）¹⁰⁴

他們推崇陶詩，雖論述點不同，然都以平淡為依歸。王安石晚年詩風一變，由「逋峭雄直之氣」轉而為「深婉不迫之趣」¹⁰⁵，此時所寫的絕句小詩，均有此特色，歷來批評家稱此時詩美在於閑淡，可見是出於閑淡（平淡）美之追求。蘇軾對陶詩的推重尤有過之，「惟次韻和陶淵明及先生（梅堯臣）二家詩而已」（陸游 梅聖俞別集序）¹⁰⁶，他稱讚柳宗元、陶淵明詩「外枯而中膏，似澹而實美」（評韓柳詩）¹⁰⁷。另，理學家楊時亦云：「淵

¹⁰¹ 陸游在《梅聖俞別集序》中提到：「歐陽公平生常自以為不能望先生，推為詩老。王荊公自謂《虎圖詩》不及先生包鼎畫虎之作，又賦哭先生詩，推仰尤至，晚集古句，獨多取焉。蘇翰林多不可古人，惟次韻和陶淵明及先生二家詩而已。」從歐陽修、王安石到蘇軾、陸游，宋代大家皆推崇梅詩為尊，正是因為推崇他以平淡詩境為詩學理想，並且於創作實踐中身體力行。

¹⁰² 張毅《宋代文學思想史》引，頁 78。

¹⁰³ 歐陽修《六一詩話》評梅堯臣的詩說：「聖翁生平苦於吟詠，以閒遠古淡為意，故其構思極艱。」又《六一詩話》引梅堯臣語：「詩家雖率意，而造語亦難。若意新語工，得前人所未得道者，斯為善也。必能狀難寫之景，如在目前，含不盡之意，見於言外，然後為至矣。」《歷代詩話》，頁 265、267。

¹⁰⁴ 胡仔《苕溪漁隱叢話》前集卷三引，頁 18。

¹⁰⁵ 葉夢得《石林詩話》卷中言王安石少以意氣自許，故詩語惟其所向，不復更為涵蓄，至晚年始盡深婉不迫之趣。見何文煥輯《歷代詩話》，頁 419。

¹⁰⁶ 韓經太《宋代詩歌史論》引，長春：吉林教育出版社，1995 年 12 月，頁 157-158。

¹⁰⁷ 孔凡禮點校《蘇軾文集》卷六七，頁 2109-2110。

明詩所不可及者，沖淡深粹，出於自然；若曾用力學，然後知淵明詩非著力之所能成也。」（《龜山語錄》）¹⁰⁸ 南宋趙善括亦推崇陶詩清淡：「陶彭澤之詩，發言古澹，誦其言，則知其忘機械，脫風塵，邈乎其遠矣。」（《應齋雜著》卷四）¹⁰⁹

宋人對陶詩的推崇，是將其平淡風格視為經驗範式，從陶詩的再受肯定、稱揚的過程中建立起平淡的理想詩風。然而宋人所賦予的卻不再是單純的陶詩風格，而是有了新的闡釋。楊萬里有生動的說明：

晚因子厚識淵明，早學蘇州得右丞。忽夢少陵談句法，勸參庾信謁陰鏗。
（書王右丞詩後）¹¹⁰

楊萬里對陶淵明平淡格調的闡發，是包含了對韋、柳的推崇與庾信、陰鏗的重視。宋人欲造之平淡，不單只是陶詩之平淡自然，而是要有驅駕杜、韓之勢，所以對陶、柳之風格有新的闡釋，即在闡發陶、王、韋、柳平淡風格之際，將「史法騷幽並有神，柳州高詠絕嶙峋」的奇峭風格，「庾信文章老更成，凌雲健筆意縱橫」的老勁意態及「熟知二謝將能事，頗學陰何苦用心」的苦吟精神含納於一。¹¹¹ 這是於不平淡處求平淡，到平淡處亦不平淡的宋人平淡詩觀的特質，正是所謂「平淡而山高水深」（黃庭堅與王復觀書）¹¹²。宋詩的平淡風格是以經驗範式為基礎原型，再對原型的提高和發展，宋人之平淡已非尋常的平易、恬澹、簡潔、澄澈所能概括了¹¹³。蘇軾與侄論文書中一段論說可窺見梗概：

大凡為文，當使氣象崢嶸，五色絢爛，漸老漸熟，乃造平淡。¹¹⁴

平淡是崢嶸、絢爛的超越，是漸老漸熟的審美心理及藝術技巧的自然變化結果。宋人的平淡並非水清無魚，而是「淡而有味」的。¹¹⁵

¹⁰⁸ 胡仔《苕溪漁隱叢話》後集卷三引，頁 17。

¹⁰⁹ 見《景印文淵閣四庫全書》第 1159 冊，頁 41。

¹¹⁰ 楊萬里《誠齋集》卷七，見《景印文淵閣四庫全書》第 1160 冊，頁 70。

¹¹¹ 參見韓經太《宋人美學觀念的結構分析》，《宋代文學研討會論文集》，頁 382。

¹¹² 黃庭堅《山谷集》卷十九，見《景印文淵閣四庫全書》第 1113 冊，頁 184。

¹¹³ 韓經太《宋人美學觀念的結構分析》，《宋代文學研討會論文集》，頁 383。

¹¹⁴ 周紫芝《竹坡詩話》引，見何文煥編《歷代詩話》，頁 348。

¹¹⁵ 宋人的平淡觀並非淡而無味，而是以「意外之趣」、「餘味」為審美體驗，故是淡而有味的。

「漸老漸熟，乃造平淡」是從經驗基礎來進行超越。一方面從審美心理的自然變化來談，所謂「後生好風花，老大即厭之」(《潛溪詩眼》)¹¹⁶，「漸老」的心理，真正的意指應是老成持重或意志悲沉的意思。這樣的心理，所產生的創作必然是趨向於平淡風格的，如王安石的晚年之作即是，「安石遺情世外，其悲壯即寓閒淡之中」。¹¹⁷ 蘇軾仕宦之途多舛，多次遭貶謫外放後，豪氣漸斂，日趨平淡，他晚年喜和陶淵明詩，便是一種「老造平淡」的趨向。另一方面從藝術技巧的精進變化來談，「既雕既琢，復歸於樸」(《莊子 山木》)¹¹⁸，從有意於法的重視詩法到無意於法的無法境界，所謂「工夫深處卻平夷」，詩法漸熟而臻於自然平淡，無意於工巧而自然工巧。

詩歌中的平淡風格，至宋才確立為審美理想，並且成為審美規範和指導。這種平淡風格的確立和提倡，其詩學內在動因為何？韓經太以為和宋代文人的野逸興趣有關，宋初在野的詩人群體，崇尚疏淡清遠，和在朝的西崑體成對立的審美風貌，所以野逸興趣是「唯造平淡」的詩學理想的審美基礎。¹¹⁹ 周裕鍇則認為是宋代儒學復興影響詩壇和儒釋道哲學與宋詩人心靈契合所產生的結果，並且是宋詩人對詩歌藝術規律深刻認識的結果。¹²⁰ 兩位先生的論調都立論有據，也頗能切中要領。筆者竊以為他們的論點都指向一個時代的文化氛圍，亦即是宋代特有的文人文化為大氛圍籠罩下產生的結果。宋代文人文化內趨式的性格所造就的沈潛、內斂、平和，導致創造上也傾向追求平淡詩美。再者，宋代禪宗的心性說，強調「無物不真」和「無心任自然」的隨機應物的精神轉化為詩歌創作的理想，在詩歌創作中推崇超然自得、悠然閒趣的解脫心境，及契合此自在心境的詩歌美感體驗——「中膏」、「實腴」，而符合此一美感要求的陶淵明詩即受到重視及重新認識，「平淡」之風格遂成立。

二、「平淡」風格與禪的關係

¹¹⁶ 見郭紹虞輯《宋詩話輯佚》，頁 326。

¹¹⁷ 臨川詩鈔序，吳之振《宋詩鈔》卷十八，見《景印文淵閣四庫全書》第 1461 冊，頁 353。

¹¹⁸ 見黃錦銘註譯《新譯莊子讀本》，台北：三民書局，1991 年 3 月，頁 231-232。

¹¹⁹ 韓經太《宋人美學觀念的經驗分析》，《宋代文學研討會論文集》，頁 390-392。

¹²⁰ 參見周裕鍇《宋代詩學通論》，頁 346-350。

宋代詩歌以「平淡」為詩美風格，其內在動因之一是儒釋道三家審美理想的交融滲透。儒家的「大羹玄酒」（《禮記 樂記》）、「素以為絢」、「繪事後素」（《論語 八佾》）、「簞食瓢飲」（《論語 雍也》），是味之淡、色之淡、嗜欲之淡；禪家的道人之心，「譬如秋水澄淨，清淨無為，澹淨無礙。」¹²¹ 是一種虛融淡泊的人生哲學；道家的「大音希聲，大象無形」（《老子》）是一種清淨無為的哲學思想。三家的精神境界均趨向於淡泊，三教的調和為宋代思想奠基下「平淡」的風旨，並進而影響於藝術創作。盛行於宋的禪宗思想應是起著重要的影響，禪道、詩道融會貫通，對於詩歌藝術起著不可漠視的作用。

有宋一代的思想特質是重「道」，而且是將形而上的道，落實於人心的自覺上。詩與禪在心性根源上相互證悟、交融會通，此一詳細論證已於上一章中討論過，不再重述。此處將要看看宋人平淡觀中所體現的禪宗思想。

以「餘味」為代表的詩歌審美價值，發展出一套「平淡」的獨特風格，這與禪宗的解脫境界有很大的關係。¹²² 宋人選擇「餘味」、「味外之味」為詩歌創作的極致價值，對於「唯造平淡」的詩美風格有著不同於傳統「淡泊」理想的反省。如六朝時的平淡，是概指「淡乎寡味」的意思，在內容上是「正始明道，詩雜仙心」，亦即思慮性情的平夷玄遠；在形式上是「理過其詞，淡乎寡味」，亦即語言非雕潤綺麗。¹²³ 是重於「淡」，缺乏「餘味」的美感體驗。至梅堯臣所提倡的「平淡」是「古淡有真味」，這真味是「窮而後工」的苦味回甘。蘇軾則自覺地從情感經驗的內涵，文字技巧的經營來充實「平淡」的內涵。他在推崇韋、柳、陶之間標識了詩歌的情感內涵，使「平淡」不再有枯槁、不工、不文的枯澹狀態。他說：

然魏晉以來高風絕塵，亦少衰矣。李、杜之後，詩人繼作，雖間有遠韻，而才不逮意。獨韋應物、柳宗元發纖穠於簡古，寄至味於澹泊，非餘子所

¹²¹ 釋道原編撰《景德傳燈錄》卷九 滄山靈祐禪師，頁 150。

¹²² 林湘華認為詩學的至味美感體驗及價值和禪宗在認識架構上的相似，使得禪學境界論得以過渡到詩學的評價系統來，因而「平淡」風格成為具有「味外之味」的美學意義的代表風格。本節將參酌她的立論基礎來闡述禪宗與平淡風格間的關係。參見林湘華《禪宗與宋代詩學理論》，頁 108-128。

¹²³ 參見韓經太 中國詩學的平淡美理想，《中國社會科學》，1991 年，第 3 期，頁 174。

及也。唐末司空圖 其論詩曰：「梅止於酸，鹽止於鹹，飲食不可無鹽梅，而其美常在鹹酸之外。」（《書黃子思詩集後》）¹²⁴

柳子厚詩，在淵明下，韋蘇州上。退之豪放奇險則過之，而溫麗精深不及也。所責乎枯澹者，謂其外枯而中膏，似澹而實美，淵明、子厚之流是也。若中邊皆枯澹，亦何足道！（《評韓柳詩》）¹²⁵

「高風遠韻」的觀點，豐富了平淡的內涵，所以「平淡」是「外若枯槁，中實敷腴」的「平淡而有味」。蘇軾之後的詩人，也多從這個角度來品評陶詩、推崇陶詩，因而形成一種詩歌平淡風格的典範，並且使平淡觀有了轉變。如陳知柔：「蓋詩非文不腴，非質不枯，能始腴而終枯，無中邊之殊，意味自長，風人以來，惟淵明耳。」（《休齋詩話》）¹²⁶、包恢：「雖若天下之至枯，而實天下之至腴。如彭澤一派，來自天稷者，」（《答傅當可論詩》）¹²⁷、陳模：「淵明則皮毛落盡，唯有真實，雖是枯槁，而實至腴」（《懷古錄》）¹²⁸等等。都是以一致的內在情感體驗——「中膏」、「實腴」來說明平淡觀。

宋人之所以推崇陶淵明就在於其超然自得的心境，惟其自在，才能使創作自然呈露「悠然自得之趣」。而這自得自在的心境是宋代文人所追求的，陶淵明詩所呈現的「中膏」、「實腴」的特色正是出自他悠然自得的心境。朱熹即說淵明詩之高「正在其超然自得，不費安排處」，陳師道則說：「淵明不為詩，寫其胸中之妙爾」（《後山詩話》）¹²⁹，陳模也持同樣的觀點：「蓋淵明人品素高，胸次灑落，信筆而成，不過寫其胸中之妙爾，未嘗以為詩，亦未嘗求人稱其好。」（《懷古錄》卷上）¹³⁰他們認為淵明非刻意作詩，他的詩只是道出胸中之妙。這點明其作詩心境的「不作意」，「無所用意」的自得、自在心態。宋人所追求與標舉的這超然、自得、悠然、自在的心境正是禪宗的解脫心境，他們以禪宗的解脫心境來理解陶

¹²⁴ 蘇軾《蘇東坡全集》後集卷九，頁 525。

¹²⁵ 孔凡禮點校《蘇軾文集》卷六七，頁 2109-2110。

¹²⁶ 見郭紹虞輯《宋詩話輯佚》，頁 484。

¹²⁷ 包恢《澠帚稿略》卷二，見《景印文淵閣四庫全書》第 1178 冊，頁 716。

¹²⁸ 陳模《懷古錄》卷上，見鄭必俊校注《懷古錄校注》，北京：中華書局，1993 年 2 月，頁 30。

¹²⁹ 見何文煥編《歷代詩話》，頁 304。

¹³⁰ 見鄭必俊校注《懷古錄校注》，頁 29。

詩，並以此來詮釋平淡觀內涵所由來。

綜上所述，宋人對陶詩「平淡」觀的詮釋明顯的趨向禪宗精神。禪宗「觸類是道」、「立處即真」的思想，重視一切日用和隨機應物，淵明詩的境界和趨向，表現類似於此。他的詩表現豁達的人生觀和自在自信的「真」，無處不泰然，無處不安心適意。故而有詩人直接將他所理解的陶詩比附禪學體會：

知公別具頂門竅，參得澈兮吟得到。趙州禪在口頭邊，淵明詩寫心中妙。
（葛天民 寄楊誠齋詩，《葛無懷小集》卷一）¹³¹

葛天民將趙州禪與淵明詩並提，藉以稱讚楊萬里詩歌的透脫靈活及自得自在的心境。趙州禪的特色是機變靈活，以機語問答來破除參禪者的常解，達到證悟佛法現前，非一切名相可擬議。所以趙州禪法是殺活自在，無拘無執的，而淵明詩的「胸中之妙」即是從隨機應物的自得心境來把握。這種以無所用意、無心任自然的精神來詮釋陶詩「平淡」的情感體驗，正與禪宗靈活透脫、隨機應物的精神不謀而合。

宋人對陶淵明詩歌的重視與重新解讀，樹立了宋代詩歌的平淡理想風格。而宋人詮釋陶詩「平淡」的情感體驗卻妙合著禪宗「立處即真」的精神，是對禪宗隨機應用、大用現前的解脫心境的借助。

平淡詩美除了發揚「高風遠韻」的主體精神，還強調詩法的圓熟以致於無法的境界。在詩歌語言的規範上，平淡觀的要求是「平淡而山高水深」的：

但熟觀杜子美到夔州後古律詩，便得句法簡易而大巧出焉，平淡而山高水深，似欲不可企及。文章成就，更無斧鑿痕，乃為佳作耳。（與王復觀書）¹³²

黃庭堅以杜詩為典範，從詩歌藝術的角度，重視詩歌句法的技巧鍛鍊，廣學博參，累積學問技巧，進而脫出制縛，出於繩墨之外「不煩繩削而自合」。

¹³¹ 陳思編《南宋名賢小集》卷二八五，見《景印文淵閣四庫全書》第1364冊，頁270。

¹³² 黃庭堅《山谷集》卷十九，見《景印文淵閣四庫全書》第1113冊，頁184。

近世學者韓經太認為：「在詩歌表現技法這一問題上，宋人的『平淡』觀，實質上就是『圓熟』觀，又『圓熟』論的實質，又在於『活法』說。」¹³³從詩歌創作的規矩入而出於規矩，從重視技巧的有意於文到游刃有餘的無意於文，句法技巧的鍛鍊與出乎純熟的辯證統一，達到「漸老漸熟，乃造平淡」、「平淡而山高水深」的藝術至境。把「平淡」視為含納「大巧」而又爐火純青的無形無跡的最高境界。

從有意於文到無意之工，這中間的關鍵就在於黃庭堅將句法的鍛鍊視為「息妄存真」的工夫修練，經由有意於文的創作技巧訓練，在高度成熟的句法修辭技巧中達到意在無弦的境界，正是所謂「豪華落盡見真淳」¹³⁴。這是將禪宗的修練工夫化用於詩歌的藝術創造。《五燈會元》記載：

一日，祖（馬祖道一）問：「子近日見處作麼生？」師（惟儼）曰：「皮膚脫落盡，唯有一真實。」¹³⁵

禪宗的息妄存真、剝落皮毛的修練解脫工夫，主張不為外境所染，無造作，無是非，平任自然的工夫，是達到證悟真如自性的途徑。黃庭堅藉由剝落皮毛的解脫工夫（句法鍛鍊），達到擺脫外在形式的桎梏，能無所造作，順任自然的發抒，所謂「句法簡易而大巧出焉」，超越雕琢而達到自然天巧，這終極境界就是「平淡而山高水深」！

「平淡」詩風的提倡，從更廣泛的意義上來看，「在於力求克服形式技巧對藝術主體（詩人）的異化以及對藝術本體（詩意）的遮蔽，所謂『豪華落盡見真淳』，其實就是異化的復歸和遮蔽的消解。」¹³⁶形式技巧雖然賦予藝術主體客體化的能力，然而也限制主體本質表現的自由，唯有向主體本質回歸，才能獲得某種絕對的審美自由。對宋人而言，剝落唐人的詞采意象、音調風容，從而向「平淡」、「簡古」回歸，實現了「平淡」、「簡古」才能獲得絕對的審美自由，進入「高風絕塵」的主體自由境界。¹³⁷黃庭堅以杜詩為典範，從句法的工夫上達到平淡的理想，無斧鑿痕的工夫是

¹³³ 參見韓經太《宋代詩歌史論》，頁 175。

¹³⁴ 元好問《論詩絕句三十首》之四，《遺山集》卷一一，見《景印文淵閣四庫全書》第 1191 冊，頁 123。

¹³⁵ 《五燈會元》卷五，見《景印文淵閣四庫全書》第 1053 冊，頁 181。

¹³⁶ 周裕鍇《宋代詩學通論》，頁 351。

¹³⁷ 參見程杰《北宋詩文革新研究》，頁 584。

最圓熟的技巧。這句法的工夫是來自於禪宗任性自然、不作意，落盡豪華的修練工夫。而關於句法的論說和禪法間也有不可分割的關係，參活句、活法即是，這在下一節詩歌方法論中再詳談。

儒釋道三家審美理想的交融滲透，為宋代思想奠基下「平淡」的風旨，在宋人「平淡」觀的理想詮釋中，見到明顯的趨向禪宗精神。陶淵明詩呈現的「中膏」、「實腴」的平淡，出自其超然自得的心境，宋人追求與標舉這這超然、自在的心境正是禪宗的解脫心境。而詩法技巧的圓熟所達到的「平淡而山高水深」理想，在技巧的高度訓練中剝盡豪華，達到無意於文的最高藝術至境，這是黃庭堅化用禪宗「息妄存真」的修練工夫於詩歌藝術創造。

第四節 禪宗與詩歌方法論

對應於宋代詩學價值體系所產生的詩歌方法論，大量借鑑禪宗特有的方法，來說明學詩的種種藝術手法。「活法」、「詩眼」、「熟參」、「飽參」、「悟入」等等名稱，正是借用於禪學術語，這些詩法的內涵和禪門方法間的關係，有著怎樣的牽連，而禪學思維在詩論方法中如何顯現，將是本節所要探討的。

宋代詩歌方法論環繞著「有法」、「無法」的論述，而這樣的論述觀點是源於對詩歌語言認知的立場不同。詩禪在方法論上的關係，正是奠基於兩者對語言價值的相同看法上。¹³⁸ 在詩論上，肯定詩歌語言的表達及表徵功能，然而語言形式卻非詩歌的終極價值，超越語言形式的審美體驗（詩歌本質）才是詩歌的極致價值。在禪學上，禪宗強調自心自證的解脫本質，不假外力，不假文字，要學人莫作知解宗徒，強調直證之悟。然而宗門的發展，傳法的需要，卻不得不借鑑語言文字來說法，文字禪即是在此前提下所產生，肯定了語言文字啟發和表意的功能。詩論和禪學對語言的共同認識就在於此，雙方並認識到語言的限制而試圖突破之。禪學方法論在於否定邏輯推理而重直覺躍遷，禪宗的參究公案、看話頭的修行方法，便是肯定語言文字啟悟、暗示的功能，而為了避免語言的知解限制，突破思維的牽制，於是有所謂「但參活句，莫參死句」的修行要訣。宗杲「參話頭」

¹³⁸ 林湘華《禪宗與宋代詩學理論》中的看法，頁133。

的話頭是截斷了公案的來龍去脈，專就此話頭做提撕，尋求頓悟的可能。

「不立文字」而又「不離文字」，也就是掌握「活」的精神，在對語言的依賴和否定間尋求辯證統一。詩禪方法論就在此一基礎上溝通了起來。「宋人詩法的自覺是詩禪方法論的自覺，是以禪的思維方式來把握詩歌創作方法的歷史嘗試。」¹³⁹

「宋代詩論的發展和禪的發展有個有趣的相似點：從（本質）價值中心的思考到以（解脫）實踐活動為中心的思考，將著眼點從詩歌本質的進路轉移到語言功能的進路，從否定語言的地位到肯定語言的作用，這兩者的辯證產生了方法上的反省，而處處（特別是對語言的態度）不落二端的精神，則是這辯證的結果。」¹⁴⁰ 詩論中，肯定語言的表徵功能，及詩歌內部規律性變化的特性，於是有詩歌是「有法」、「可學」的觀點出現；在價值上認定詩歌本質存在於語言之外，並非語言本身，於是有主張詩歌是「無法」、「不可學」的觀點產生。禪宗對語言文字採取「不落二端」的超越的思考，亦即對立而統一的辯證，是禪宗所謂的「活法」精神，這精神啟發宋人超越「有法」與「無法」兩種對立觀點的思考，而有「活法」的產生。

本節將從方法論中肯定語言的功能——詩歌「有法」可學、否定語言的地位——詩歌「無法」可學，及超越兩者對立的辯證統一——「活法」的觀點，來探看詩歌方法論對禪門方法的借鑑。

一、法度與規矩——學

在宋代詩學理論中，對於詩歌方法的論點，是奠基於語言觀點的立場。相信語言的構作有一定的規律性，從經驗法則的學習上可進一步的掌握詩歌精髓，並成為學習作詩的可行途徑，詩「法」的形成就在於詩歌的規律性和尋求學習對象的需要上。宋詩論中「法」的受重視應是黃庭堅所確立的。黃庭堅認為學作詩是有方法、途徑可循的，因為有「規矩、法度」故「可學」，黃庭堅善以門徑示人，對於作詩的方法，鉅細靡遺的詳加述說，例如：

¹³⁹ 韓經太《宋代詩歌史論》，頁116。

¹⁴⁰ 同上，頁134。

但始學詩，要須每作一篇，輒須立一大意，長篇須曲折三致焉，乃為成章耳。（論作詩文）¹⁴¹

謀篇、布局，都有規矩，初學者藉由詩法的掌握獲得作詩技巧。其中尤應以古人的詩作為典範，向前人學習，他說：

作文字須模古人，百工之技，亦無有不法而成者也。¹⁴²

作詩文如技藝般有一套成法，以古人之成就為經驗法則加以參究，獲得作詩之法則，「參模古人」正是學作詩文的方法。陳師道云：

學詩當以子美為師，有規矩故可學。退之於詩本無解處，以才高而好爾。淵明不為詩，寫胸中之妙爾。學杜不成，不失為工。無韓之才與陶之妙，而學其詩，終為樂天爾。¹⁴³

有規矩故可學、以古人為師，這種觀點正是承自黃庭堅。陳師道重視法度、規矩的情形也如黃庭堅般：

為道必始於善，公輸子之技，不以規矩無所用其巧，是之謂法。法者，古之制也，君子以法成身，以身成法，言以古為師，行以古為則。¹⁴⁴

以古為師，正是陳師道「換骨」法的理論基礎。他曾說：「學詩如學仙，時至骨自換。」¹⁴⁵以前人為典範，用心學習其作詩的規矩、法度，一直到悟入的階段，就能自由運用詩法了。

參模前人的作品，從中獲致豐厚資材，以充實自己的能力。這「參」的概念是來自禪宗的，參公案、參話頭，就是將前人的儀行風範、話語當

¹⁴¹ 黃庭堅《山谷別集》卷六，《景印文淵閣四庫全書》，第1113冊，頁592。

¹⁴² 同上。

¹⁴³ 陳師道《後山詩話》，見何文煥編《歷代詩話》，頁304。

¹⁴⁴ 陳師道 章善序，見陳良運《中國詩學批評史》引，南昌：江西人民出版社，1995年7月，頁360。

¹⁴⁵ 陳師道 次韻答秦少章，《後山集》卷二，《四部備要》集部，頁2。

作悟道的敲門磚，加以參究以獲得啟悟。「文字禪」的產生，即是從參究語言文字來悟道。文字禪的風氣下，參究語言文字的方法、態度受到文人的注目與學習。學詩的過程正如參禪般，故詩論中有「學詩如參禪」的命題，這其中多是借用參禪的態度和方法來比擬研讀詩歌及學詩的方法。如：

學詩當如初學禪，未悟且遍參諸方，一朝悟罷正法眼，信手拈出皆成章。
（韓駒 贈趙伯魚）¹⁴⁶

「遍參」古人作品，是累積藝術創作手法的一條進路，這「遍參」的概念是得自禪宗多方參究叢林禪法的修行方法，如汾陽善昭即行腳遊學各地，遍參諸方，以吸收各方精粹。雪峰義存也以「遍參」來指導玄沙師備：「頭陀何不遍參去？」¹⁴⁷ 廣泛的參學是為了積累悟道的能量。而遍參前人的藝術手法、經驗法則是有助於初學者掌握作詩之法，多方的學習，並熟練之，便能悟得詩歌的「正法眼」。韓駒論詩的方法正是以禪學的方法來比擬。多方面的閱讀、學習，也是宋詩論中所重視的，如蘇軾即云：「舊詩不厭百回讀，熟獨深思子自知」¹⁴⁸、「別來十年學不厭，讀破萬卷詩愈美」¹⁴⁹。黃庭堅在 跋東坡樂府 裡說蘇軾的詞作「語意高妙，似非喫煙火食人語。非胸中有萬卷書，筆下無一點塵俗氣，孰能至此」¹⁵⁰ 大量閱讀前人優秀作品，揣摩體會其運思及技巧，是增進自己創作能力的方法。宋人多方參學古人，¹⁵¹「薈萃百家句律之長，究極歷代體制之變」¹⁵²，應該是得自禪宗「遍參」的概念。

「熟參」也是詩論中常提到的方法，對前人作品反覆研讀、諷頌，用心體會。「熟參」亦是來自禪門方法的概念，宗杲教人參究公案的方法：「時時提撕話頭，提來提去，生處自熟，熟處自生矣。」¹⁵³ 精熟了前人的佳

¹⁴⁶ 韓駒《陵陽集》卷一，見《景印文淵閣四庫全書》第1133冊，頁770。

¹⁴⁷ 《宋高僧傳》卷十三，見《景印文淵閣四庫全書》第1052冊，頁173。

¹⁴⁸ 蘇軾 送安惇秀才失解西歸，《蘇東坡全集》前集卷二，頁18。

¹⁴⁹ 蘇軾 送任佖通判黃州兼寄其兄孜，同上。

¹⁵⁰ 黃庭堅《山谷集》卷二十六，見《景印文淵閣四庫全書》第1113冊，頁274。

¹⁵¹ 宋初文人多學晚唐體或白居易體、西崑體則學李商隱、歐陽修梅堯臣主張學韓愈、王安石學杜甫、蘇軾學陶淵明，到了黃庭堅則是匯集眾家之長，開啟江西詩派廣泛學古的風氣。

¹⁵² 劉克莊 江西詩派小序，見丁福保輯《歷代詩話續編》，頁478。

¹⁵³ 大慧宗杲 答黃知縣，《大慧普覺禪師語錄》卷二十九，見《佛光大藏經 禪藏》語錄部，頁586。

作（公案），就能領會古人的用心。黃庭堅即常提到要熟讀陶淵明、杜甫和建安文人之詩：

如老杜詩，字字有出處，熟讀三五十遍，尋其用意處，則所得多矣。¹⁵⁴

所寄詩文 甚近古人，但其波瀾枝葉不若古人爾。意亦是讀建安作者之詩與淵明、子美所作，未入神爾。¹⁵⁵

呂本中也說：

學詩須熟看老杜、蘇、黃，亦先見體式，然後遍考他詩，自然度越他人。
（《童蒙詩訓》）¹⁵⁶

「參詩」即學詩的方法，「參」古人的詩歌創作經驗及藝術法則，以作為自己創作的啟發和借鑑，重視典範的學習，主張詩歌是有法可學的。「遍參」與「熟參」兩者均是肯定經由語言文字的「參究」（學習）過程，進而能達到「悟」（掌握藝術技巧、獲得藝術鑑賞能力）的目的。這是文字禪風氣的促進下，借鏡自禪宗參悟禪理之法，以作為詩法。曾季狸論宋詩人之詩法即提到「詩悟」的重要：

後山論詩說換骨，東湖論詩說中的，東萊論詩說活法，子蒼論詩說飽參，入處雖不同，其實皆一關捩，要知非悟不可。（《艇齋詩話》）¹⁵⁷

長時期的參究前人作品，培養藝術創作的工夫底子，逐漸達到瞬間的直覺把握，亦即妙悟的境界。用禪宗「參」和「悟」的方法來比喻詩歌方法，亦即以禪悟作詩法，在詩歌理論中是全新的嘗試。禪門文字化的發展、士人禪悅風氣的推動下，宋代詩人藉助禪學語言、禪學思維，來探索詩歌方法、典範學習。詩禪交流的促進，宋代詩論展開不同於以往的思考面向。

¹⁵⁴ 黃庭堅 論作詩文，《山谷別集》卷六，見《景印文淵閣四庫全書》第1113冊，頁592。

¹⁵⁵ 黃庭堅 與王庠周彥書，《山谷集》卷十九，同上，頁182。

¹⁵⁶ 見郭紹虞輯《宋詩話輯佚》，頁603。

¹⁵⁷ 見丁福保輯《歷代詩話續編》，頁296。

肯定詩歌的學習是有法度、規矩可循，重視「參」的過程，以達到「悟」的目的。這不僅是豐富詞彙、累積知識，更是創作思維的訓練。這股「學」的風氣尤以「句法」的學習為盛。黃庭堅及其所創立的江西詩派，即是以「句法」的討論為中心。「辨句法」的討論，其實就是借鑑於禪宗「參公案」、「參話頭」的禪法。參學前人的詩歌句法，是宋詩論中的重要方法。黃庭堅在詩文中有很多關於句法詩律的字句：

所寄詩多佳句，猶恨雕琢工多耳。但熟觀杜子美到夔州後古律詩，便得句法簡易，而大巧出焉。（與王復觀書）¹⁵⁸

其作詩淵源得老杜句法，今之詩人不能當也。（答王子飛書）¹⁵⁹

句法俊逸清新，詞源廣大精神。（再用前韻贈子勉四首）¹⁶⁰

句法提一律，堅城受我降。（子瞻詩句妙一世乃云效庭堅體次韻道之）¹⁶¹

「句法」¹⁶²是黃庭堅所重視的詩歌創作方法，他並標舉杜詩「句律精深」，以其為學習榜樣：「請讀老杜詩，精其句法」¹⁶³、「作省題詩，尤當用老杜句法」¹⁶⁴。宋詩論中出現的大量的批評論點，即是圍繞著黃庭堅所說的句法，「把比較玄妙的詩歌意境風格問題落實到具體的詩歌句法上，建立起了一種全新的以辨句法為主要內容的語言句子結構分析的文學批評模式。」¹⁶⁵用具體的句法結構來說明比較玄妙抽象的氣、韻、意、味等風格意境，是較為具體精密而容易掌握的，故對於鑑賞及學習前人作品有很大助益，是學作詩歌的可行方式，於是「辨句法」成為宋代詩歌批評所重視

¹⁵⁸ 黃庭堅《山谷集》卷十九，見《景印文淵閣四庫全書》第1113冊，頁184。

¹⁵⁹ 黃庭堅《山谷集》卷十九，同上，頁182。

¹⁶⁰ 任淵等注《山谷內集詩注》卷一六，見《景印文淵閣四庫全書》第1114冊，頁192。

¹⁶¹ 任淵等注《山谷內集詩注》卷五，同上，頁192。

¹⁶² 黃庭堅所指的句法，是既指詩的語言風格，又指具體的語法、結構、格律的運用技巧，而其精神，則在於對詩的法度規則與變化範圍的探討。周裕鍇《黃庭堅句法理論探微》，《宋代文學研究叢刊》第二期，1996年9月，頁263。

¹⁶³ 黃庭堅與孫克秀才，《山谷老人刀筆》卷四，《北京圖書館古籍珍本叢刊·集部》宋別集類，頁348。

¹⁶⁴ 黃庭堅與洪駒父書，《山谷老人刀筆》卷一，同上，頁348。

¹⁶⁵ 張毅《宋代文學思想史》，頁161。

的中心議題。

「句法」論提出後，江西詩派詩人無不跟隨黃庭堅的腳步，人人談「句法」。¹⁶⁶ 另，接近江西詩派的惠洪和范溫對句法也有深入的論述，惠洪的詩論中總結有「象外句」、「對句法」、「錯綜句法」、「影略句法」等等；范溫談句法更偏重於命意鍊字方面，他強調學詩「要以識為主」，只有在見出詩人命意的深密處，才能探討作詩的法度。他說：「句法以一字為工，自然穎異不凡，如靈丹一粒，點鐵成金也。」又如：「句法之學，自是一家工夫」¹⁶⁷。參「句法」除了是語言技巧的學習外，也蘊含風格範式的學習，因為句法本身也是一種風格的辨識。

黃庭堅和江西詩派的「句法」論中，有很多運用了禪宗「活句」精神的論點，比如「點鐵成金」、「奪胎換骨」、「以故為新」、「句中有眼」¹⁶⁸、「言其用不言其名」的「象外句」、「打諢出場」¹⁶⁹等等。洞山守初禪師說：「語中有語，名為死句；語中無語，名為活句。」¹⁷⁰ 活句的精神是要截斷學人的理性思維，跳脫語言文字本身的束縛，直接進行直覺體驗，所以禪宗重視將「死蛇弄得活潑潑地」參活句的方法。黃庭堅的「點鐵成金」、「奪胎換骨」、「以故為新」，其實就是禪宗談禪的方法，是具體體現了禪宗「活法」的精神。《景德傳燈錄》卷十八記載雪峰法嗣龍華靈照與僧徒的對答，僧問：「還丹一粒，點鐵成金；至理一言，點凡成聖，請師一點。」師曰：「還知齊雲點金成鐵嗎？」¹⁷¹ 「點鐵成金」之意就是善用活語來點化人，黃庭堅正是以此將禪法用於詩法上。不論是「點鐵成金」、「奪胎換骨」或是「以故為新」，都是規模前人之言句或語意，加以變造，以靈活的意來驅遣僵死的言，成為自己的、新的境界。正是所謂「得活(意)而用死(言)，則死者皆活。」¹⁷² 變造前人言句、語意的原則就在於要有「活」的功能，

¹⁶⁶ 試舉數例，如陳師道云：「杜之詩法出審言，句法出庾信」(《後山詩話》) 徐俯云：「作詩回頭一句最為難道，如山谷詩所謂『忽思鍾陵江十里』之類是也。他人豈如此，尤見句法安壯。」(《童蒙詩訓》) 見《宋詩話輯佚》，頁 597。王直方云：「庭堅之詩竟從諸謝公得句法」(《王直方詩話》) 見郭紹虞輯《宋詩話輯佚》，頁 16。

¹⁶⁷ 范溫《潛溪詩眼》，見郭紹虞輯《宋詩話輯佚》，頁 330。

¹⁶⁸ 最早提出這種詩法的是黃庭堅評論杜甫詩：「拾遺句中有眼」(《贈高子勉四首》)。

¹⁶⁹ 黃庭堅提出此詩法：「作詩如作雜劇，初時布置，臨了須打諢，方是出場。」(《王直方詩話》引) 見《宋詩話輯佚》，頁 14。呂本中《童蒙詩訓》也說：「如作雜劇，打猛諢入，卻打猛諢出也。」見《宋詩話輯佚》，頁 590。

¹⁷⁰ 惠洪《林間錄》卷上，見《景印文淵閣四庫全書》第 1052 冊，頁 805。

¹⁷¹ 《景德傳燈錄》卷十八，頁 174。

¹⁷² 紫柏老人 跋蘇長公大悲閣記，《紫柏老人集》卷十五，見《卮言續選輯 禪宗部》第二十四冊，頁 0901。

使詩意一新，如同禪家「活句」以「活人」的方法。紫柏老人之言就是最佳說明：「惟雅得活句之妙，能點死為活，譬如一切瓦礫銅鐵，丹頭一點，皆成黃金白璧。」¹⁷³「活句」在詩歌中表現為語境的跳躍，「句中有眼」即要求字詞選擇能突破語言束縛，達到活化語句、賦予動能的效果。宋詩論中重視的鍊字、用字、下字，事實上都是指對「句眼」的審慎選擇。所謂：「覆卻萬方無準，安排一字有神。」¹⁷⁴就是對「句中有眼」最佳的闡釋。黃庭堅自稱「句中有眼」的淵源是來自禪宗：

字中有筆，如禪家句中有眼，非深解宗趣豈易言哉！（自評元祐間字）¹⁷⁵

呂本中在論用字時提到：「予竊以為字字當活，活則字字自響」¹⁷⁶，這「活」、「響」即是詩眼的意思，而「活」字是禪宗公案語錄中常被使用的話頭。「言其用不言其名」的「象外句」是運用了禪宗「繞路說禪」的活句精神，如黃庭堅的「管城子無食肉相，孔方兄有絕交書」、陳師道的「平生羊荊州，追送不作遠。豈不畏簡書，放麈誠不忍。」任淵注此句：「此句與上句若不相屬，而意在言外，叢林所謂活句也。」¹⁷⁷都不直言真正意思，反用、側用，要人截斷語意的聯想，從言外之意去參悟。「打諢出場」是以雜劇「戲言近莊，反言顯正」的手法作詩，通於禪家「遊戲三昧」。這些手法都可看到禪宗「活法」的精神。

參句法就如禪宗參公案，參公案藉以達到啟悟的終極目的；參句法藉廣泛的參學達到悟得詩歌的「正法眼」，呂本中「悟入必自工夫中來」正是這樣的思維。兩者都是肯定學習的功能和學習的對象，對於語言的表徵功能和詩歌的規律性變化的肯定，正是詩「有法」的存在和「參學」的可能的前提。由「學」至「悟」，學是必經的途徑，參句法開啟了方便之門，使學者有著力點。

黃庭堅的句法論並不只是侷限於規矩法度內，他更希望能拋開法度進入「無意於文」的藝術直覺狀態，解消智性的思維，如陶淵明「不凡繩削

¹⁷³ 紫柏老人 跋唐修雅法師聽法華經歌，同上，頁 0905。

¹⁷⁴ 荊南簽判向和卿用予六言見惠次韻奉酬四首，《山谷集》卷一二，見《影印文淵閣四庫全書》第 1113 冊，頁 94。

¹⁷⁵ 黃庭堅《豫章黃先生文集》卷二十九，台北：藝文印書館，1975 年，頁 327。

¹⁷⁶ 呂本中《童蒙詩訓》，見《宋詩話輯佚》，頁 587。

¹⁷⁷ 送蘇公知杭州，任淵注《後山詩注》卷二，見《景印文淵閣四庫全書》第 1114 冊，頁 757。

而自合」¹⁷⁸ 的直覺表現，他說：「入則重規疊矩，出則奔軼絕塵」¹⁷⁹，由法度規矩而獲得自由。這是從法的立場，就法的規律性和藝術創造性間的辯證思考。所以他不斷告誡後學「不可守繩墨令儉陋」¹⁸⁰，而要「自成一家」，然而，他的後學多未領會到此，而侷限於法度規矩造成泥於法而失去詩歌自然天成的美。在過度重視法的弊端下，有了回歸詩歌本質的思考趨向，有些詩人也體認到詩歌的本質並非語言文字本身，是存在於語言文字之外，從語言規矩變化中並不能直接掌握詩歌本質，詩歌本質是不能從語言經驗法則的學習而來的。於是在詩歌方法論上有詩歌是「不可學」的論點產生。

二、具識——妙悟

宋詩論中，重視形式技巧、規矩法度的學習的論點眾多，(上一段已羅列甚多)，然而，詩論中也有另一關注重點，亦即對語言文字的地位持不同觀點的論說，這主要認為詩歌的本質並非語言文字本身，語言文字主要作為載體，為詩歌本質起到接相現形的作用。形式技巧、規矩變化並非重點，對詩歌本質的掌握才是學詩的關注點。重視詩歌本質，故而有「不可學」的觀點，這「不可學」主要指不可由語言文字中學，在學詩的方法討論中，不著重於語言文字規律變化上的學習，而傾向於關注詩歌本質的把握，詩歌的方法論亦即在把握詩歌本質的能力上。宋代詩論中對詩歌本質的認識是味外之「味」、言外之「韻」，¹⁸¹ 這「味」、「韻」的掌握並不能從語言的經驗法則中來，而是存在於語言文字之外的直觀體驗。所以對於詩歌本質的掌握，所需要的是具有「識」的能力，而這能力並非從語言法則的追求中可以獲得的。基於這樣的考量，於是宋代詩論中有詩是無法、「不可學」的認識。

范溫和嚴羽都強調學詩「當以識為主」，就是認識到詩歌本質（美感體驗）的掌握從追求語言法則的這條進路是達不到的，唯有具有「識」的能力，才能真正掌握詩歌的宗旨。范溫云：

¹⁷⁸ 黃庭堅 題意可詩後，《山谷集》卷二六，見《景印文淵閣四庫全書》第1113冊，頁276。

¹⁷⁹ 黃庭堅 跋唐道人編余草稿，《百部叢書集成 山谷題跋》卷九，頁11。

¹⁸⁰ 黃庭堅 答洪駒父書，《山谷集》卷十九，見《景印文淵閣四庫全書》第1113冊，頁186。

¹⁸¹ 本章第一節對詩歌本質的問題有詳細說明。

故學者要先以識為主，如禪家所謂正法眼者，直須具有此眼目，方可入道。
(《潛溪詩眼》)¹⁸²

識文章者，當如禪家有悟門。夫法門百千差別，要須自一轉語悟入。如古人之文章，直須先悟得一處，乃可通其他妙處。(《潛溪詩眼》)¹⁸³

學作詩就當學具有「正法眼」，具有「識」的能力，亦即具有美感體驗的認識能力。這與禪宗的思維是相彷彿的。禪宗的「正法眼」指對自性體驗的認識，為解脫的不二法門。自證本心、自悟真性，強調最勝義諦的真如、佛性非任何語言文字或概念思維能涵蓋，是採取否定語言的立場，否定世間一切分別智，重視親證體驗的頓悟。詩歌宗旨也在美感的親證體驗，而不在語言文字的競逐，所以「悟」的能力是學詩的首要條件，故嚴羽強調「不涉理路，不落言筌」的思考：

夫詩有別材，非關書也；詩有別趣，非關理也。然非多讀書，多窮理，則不能極其至，所謂不涉理路不落言筌者上也。¹⁸⁴

強調「悟」的思維：

大抵禪道惟在妙悟，詩道亦在妙悟。¹⁸⁵

惟悟乃為當行，乃為本色。漢魏尚矣，不假悟也。謝靈運至盛唐諸公，透徹之悟也；他雖有悟者，皆非第一義也。¹⁸⁶

孟襄陽學歷下韓退之遠甚，而其詩獨出退之之上者，一味妙悟而已。¹⁸⁷

¹⁸² 見胡仔《苕溪漁隱叢話》前集卷五「李謫仙」引，頁 27。

¹⁸³ 見郭紹虞輯《宋詩話輯佚》，頁 328。

¹⁸⁴ 嚴羽《滄浪詩話 詩辯》，見何文煥編《歷代詩話》，頁 688。

¹⁸⁵ 同上，頁 686。

¹⁸⁶ 嚴羽《滄浪詩話 詩辯》，同上。

¹⁸⁷ 同上。

把不涉理路、不落言詮的直觀頓悟作為詩人的「當行」與「本色」，直觀頓悟是其「妙悟」的本質。具「識」與「悟」的能力是學作詩的首要條件，是詩歌的方法論。識與悟的能力，非概念思維所能涵蓋，並沒有一套成法，所以是「無法」的。

江西詩風重法度、循規矩，到了末流竟受制於「法」，受法的束縛，亦步亦趨；雕琢字句，尖巧辟澀，詩愈工而愈失詩的真性情。法的流弊讓有識之詩人重新檢討對語言的態度，回歸思考詩歌是吟詠性情的本質，而不在語言的雕琢、佈置上。不只嚴羽體認到此，戴復古也有相似的觀點：

欲參詩律似參禪，妙趣不由文字傳。箇裡稍關心有悟，發為言句自超然。¹⁸⁸

戴復古在《論詩十絕》中提出的論點，已有詩趣非來自雕琢文字、須發自胸臆的重性情的觀點，所以詩歌方法是要培養直觀體悟的能力。

嚴羽認為詩歌的本質（第一義），不是靠「學」來理解，是要靠自身直覺遷躍的「悟」，這是藝術直覺能力，所以重視「悟」的思維。雖然他也主張要熟參前人的詩歌作品：

取漢魏之詩而熟參之，次取晉宋之詩而熟參之，次取南北朝之詩而熟參之，又取本朝蘇黃以下諸家之詩而熟參之。¹⁸⁹

博取盛唐名家，醞釀胸中，久之自然悟入。雖學之不至，亦不失正路。此乃從頂寧上做來，謂之向上一路，謂之直截根源，謂之頓門，謂之單刀直入也。¹⁹⁰

然而他的「熟參」並非如江西詩人的參究詩歌創作法則，學習詩歌語言文字的規矩、法度，而是要積累「識」的能力，積累辨別詩歌本質、藝術審美價值的能力，久之自然能悟入詩歌的精髓。這悟與識的能力，並非從語言法則的學習中得來。在「妙悟」的作用下，嚴羽以盛唐名家為典範，提倡興託含蓄之美，是為了改造江西詩風過於重法度的弊病，是有很強的現

¹⁸⁸ 戴復古《論詩十絕》之七，《石屏詩集》卷六，見《景印文淵閣四庫全書》第1165冊，頁657。

¹⁸⁹ 嚴羽《滄浪詩話·詩辯》，見何文煥編《歷代詩話》，頁686-687。

¹⁹⁰ 同上。

實針對性的。

嚴羽利用禪宗的思維方式—「悟」，不立文字的直觀頓悟，來修正尚理恃才而好議論的詩風。他所說的「妙悟」是擺脫了對語言文字的依賴、對法度規則的迷思，直截的去進行親證體驗的，故他的詩歌創作觀點就在於「興趣」、「性情」說。嚴羽借用禪宗不立文字的直觀頓悟來說明詩歌方法—「妙悟」說，「在一定意義上也有批評後期『文字禪』的禪學『復古』意味。」¹⁹¹但他並不否定讀書學古對詩的價值，因為讀書學古是宋詩壇的一大風氣，他標舉盛唐詩人為典範，作為江西詩風的反思，以挽救江西詩派流入「理路」、「言筌」的形式主義傾向。

三、活法

詩禪方法論上的關係，是著眼於兩者對於語言的共同立場上，「有法」與「無法」、「可學」與「不可學」的辯證思考，即是從詩歌與語言關係的偏重不同上來探討。在肯定語言功能和否定語言（藝術特徵不能從語言規模而得）的對立下，產生了超越的思考，於是有不離文字又重視直覺觀照的「活法」產生。這「活法」的產生是吸收了禪宗方法論上隨立隨破、不落二端的「活法」精神。禪宗對語言文字採不落二端的態度，「不立文字」而「不離文字」，「參話頭」就是這樣的態度。對截斷了語意脈絡的「話頭」加以參究，為的是藉「參」的活動，沈澱心靈，開啟智慧而達到「悟」的狀態。禪宗「活法」精神給予詩學很大的啟發，詩論上「活法」的產生受禪宗影響是可以肯定的。¹⁹²

法度與自由的辯證思考，蘇軾和黃庭堅都已有認知。蘇軾提出「出新意於法度之中，寄妙理於豪放之外」¹⁹³、「衝口出常言，法度去前軌。人言非妙處，妙處在於是。」¹⁹⁴，說明他創作不拘成法，隨著審美意識的需求自由揮灑，而他的自由揮灑卻是積累了豐富的學問與典故，雄文博學，無施不可，法度在蘇軾心中是超越了規律和風格範式，而進入審美對象的本

¹⁹¹ 孫昌武《詩與禪》，頁 80。

¹⁹² 直接例證是上一章提到詩論「活法」說的提出者呂本中與大慧宗杲間的交誼，宗杲指導呂本中參禪，主張「不用安排，不假造作，自然活潑潑地，常用現前」，呂本中詩論重「活」，顯然與此思想有直接關係。

¹⁹³ 蘇軾 書吳道子畫後，《蘇東坡全集》前集卷二十四，頁 270。

¹⁹⁴ 周紫芝《竹坡詩話》，見何文煥編《歷代詩話》，頁 348。

質。這主要是蘇軾接受禪宗「活法」的隨機性與圓轉靈活，在創作上從自由出發而不違於法度。¹⁹⁵ 而黃庭堅則是借鑑禪宗公案語言藝術的「活」，所以他的創作構思新奇、以故為新、莊諧雜陳、迂迴多變，體現於詩法的活學活用上，充滿禪宗鬥機鋒、參話頭的機變靈活。如「句法」論中的「活句」是得自禪宗「參活句」的精神，所謂「覆卻萬方無準，安排一字有神」¹⁹⁶ 即是，從法度出發最終獲得自由。

呂本中追隨蘇、黃的腳步，在法度與自由間尋求辯證統一，於是提出了「活法說」：

學詩當識活法。所謂活法者，規矩備具而能出於規矩之外，變化不測而亦不背於規矩也。是道也，蓋有定法而無定法，無定法而有定法，知是者則可以與語活法矣。謝玄暉有言：「好詩流轉圓美如彈丸」，此真活法也。¹⁹⁷

規矩法則備具但不拘泥於此，更能融入自己的新意，度越他人。有前人之法則可依循學習，然前人之法則卻不是最終之定法，要能自出機杼，變化不測，有法而無定法，這其中的變化機竅就是活法。文學創作中規律法則與藝術創造性的辯證，向來受到重視，呂本中提出「活法說」，是有著時代針對性和必然性。江西詩風末流的重法度、循規矩，已然成為捨法無詩，常鍛鍊過頭而成拘謹生澀，失去詩歌樸拙自然之美。呂本中重新提出並發揚黃庭堅創新求變、不隨人後的精神，他認為黃庭堅的佳處在於他的詩如「禪家所謂死蛇弄得活」，這「活」就是後人該學習的地方，也正是呂本中認為對治時代詩風的方式。加以宋代禪風盛行，士人熱中參禪，禪宗思維滲透士人思維，禪宗「活法」的觀念為士人所接受而化入創作及詩論中。呂本中曾受大慧宗杲的禪學啟迪，在宗杲的「答呂舍人」二封信中曾對呂本中參禪作一番提點：

千疑萬疑，只是一疑。話頭上疑破，則千疑萬疑一時破。¹⁹⁸

¹⁹⁵ 參見程杰《北宋詩文革新研究》中的說法，台北：文津出版社，1996年12月，頁514-521。

¹⁹⁶ 黃庭堅「荆南簽判向和卿用予六言見惠次韻奉酬四首」，《山谷集》卷一二，見《景印文淵閣四庫全書》第1113冊，頁94。

¹⁹⁷ 呂本中「夏均父集序」，江西詩派小序引，見丁福保輯《歷代詩話續編》，頁485。

¹⁹⁸ 《大慧普覺禪師語錄》卷二十八，見《佛光大藏經 禪藏》語錄部，頁559。

承日用不輟做工夫，工夫熟則撞發關捩子矣。¹⁹⁹

而宗杲亦說；

如水銀落地，大底大圓，小底小圓，不用安排，不假造作，自然活潑潑地常露現前。²⁰⁰

其「活法說」明顯可見受到宗杲「話頭禪」的影響。活法說的產生有其時代性和必然性。

呂本中提出的「活法」說在於詩歌創作中規矩與變化間靈活的關係。規矩可學，自由則得自己體悟。陳師道認為：

可得其法，不可得其巧；舍規矩則無所求其巧矣。法在人，故必學；巧在己，故必悟。²⁰¹

與「法」相對的不只是「巧」(藝術的創造性)，詩歌藝術的本質也與「法」相對，是「無法」的，是不能從語言文字的法度規矩中學的。當「詩歌的規律法則」與「詩歌的本質」的考量同時存在時，於是產生了對立統一的不離文字又重視直覺觀照的「活法」。這與呂本中的「活法」是有些不同的，它傾向於自然天成的精神，而非規矩變化的關係；它傾向於個人胸中橫溢之天才，而非學問規矩之積累；是傾向於「胸中之活法」，而非「紙上之活法」。這種「活法」隨興之所至，揮灑妙趣天機，所謂「文章本天成，妙手偶得之」²⁰²，這樣的體現是誠齋體的「活法」。

楊萬里號誠齋，他的詩歌創作實踐了呂本中的活法理想，並進而發展之。劉克莊直指楊萬里的詩作才是真正的實踐了「活法」：「後來誠齋出，真得所謂活法。所謂流轉圓美如彈丸者，恨紫微公不見耳。」²⁰³ 楊萬里的

¹⁹⁹ 同上，頁 565。

²⁰⁰ 《大慧普覺禪師語錄》卷十九，同上，頁 394-395。

²⁰¹ 陳師道 談叢，《後山集》卷十八，見《景印文淵閣四庫全書》第 1114 冊，頁 692。

²⁰² 陸游 文章，《劍南詩稿》卷八三，見《景印文淵閣四庫全書》第 1163 冊，頁 283。

²⁰³ 劉克莊 江西詩派總序，《後村集》卷二十四，見《景印文淵閣四庫全書》第 1180 冊，頁 257。

「活」是經過一番鍛鍊與學習之後所悟入的，「予之詩始學江西諸君子，既又學後山五字律，既又學半山老人七字絕句，晚乃學絕句於唐人。」²⁰⁴ 楊萬里從江西手法入門，「遍考前作」，熟參各家門路，是「真積歷久，乃入悟門」。最後悟得自己的詩法，超越前人而隨心所欲。他悟得了什麼法？

問儂佳句如何法？無法無孟也沒衣。²⁰⁵

他告訴後學學詩不必拘泥於何種法，「無法」即法！不拘於句法結構，遣詞用句機智靈活，變化多端，更重要的是心靈的通透無礙、思維活潑自在，重視性靈的發抒和藝術的獨創。誠齋體的「活法」其實就是「透脫」二字。他說；

學詩須透脫，信手自孤高。衣鉢無千古，丘山只一毛。句中池有草，子
(字)外日俱蒿。可口端何似？霜螯略帶糟。²⁰⁶

「透脫」就是超脫桎梏、超越一切形式法則，靈活無礙。「透脫」一詞源出禪宗，看《五燈會元》記載：「問：『有句無句，如藤倚樹，如何得透脫？』師曰：『倚天長劍逼人寒。』」²⁰⁷ 這「透脫」是解脫言語知解的束縛，洞悉佛理的意涵。詩人所套用的就在其超越前人軌則，通脫自在的意涵。「黃陳籬下休安腳，陶謝行前更出頭。」²⁰⁸ 擺脫前人句法的影響，而以透脫的胸襟直覺體驗眼前所見，從中獲得創作靈感。楊萬里不再著眼於用字遣詞，規矩與變化已不再是他關心的議題，沒有成法，無關典範，而是「出乎天」的「興」。觸先感隨，唯有物我交感時的天機噴發，瞬間頓悟，他已達到「信手自孤高」的境界。

楊萬里的「無法」其實是「無技法的活法」，無拘無束的自由表達體驗感受，用「透脫的心靈去感受活潑的審美物象，並將其轉化為活潑的審美

²⁰⁴ 楊萬里 誠齋荆溪集序，《誠齋集》卷八十一，見《景印文淵閣四庫全書》第1161冊，頁84。

²⁰⁵ 楊萬里 酬閣皂山壁崖道士甘叔懷贈美名人不及佳句法如何十古風，《誠齋集》卷三八，見《景印文淵閣四庫全書》第1160冊，頁417。

²⁰⁶ 楊萬里 和李天麟二首，《誠齋集》卷四，見《景印文淵閣四庫全書》第1160冊，頁37。

²⁰⁷ 《五燈會元》卷十九，見《景印文淵閣四庫全書》第1053冊，頁811。

²⁰⁸ 楊萬里 跋徐恭仲省幹近詩，《誠齋集》卷二十六，見《景印文淵閣四庫全書》第1160冊，頁286。

意象」，²⁰⁹ 是超越了形式技巧（有法）與詩歌本質（無法）對立的「活法」，他從江西詩法入手並能脫出江西詩法，超越宋詩舊格而自成一家，創造自己的風格，真正體現「活法」的真髓。楊萬里的「活法」正是掌握禪宗隨緣任運、活潑潑的精神，一切自然而無法，活潑而生機盎然，正是禪家「死蛇解弄活潑潑」！²¹⁰

詩禪在方法論上的關係，是奠基於對語言價值的相同看法上。肯定語言的表徵功能，在詩論上認為經由語言經驗規則的學習，詩歌是有法度可學的；在禪宗為傳法需要，不得不借語言文字說法，以起到表達和啟發的功能。然而語言形式並非詩歌本質，詩歌本質在於文字之外的直覺體驗；禪宗的自性本體是不假文字，強調直證之悟的。兩者都認識到語言的限制並試圖突破之，於是禪宗有「活參」的要訣，肯定語言的啟悟、暗示功能，並突破語言知解的限制，尋求頓悟的可能，強調「活」的精神。禪宗這種不落二端的精神，啟發詩人作超越思考，在法度與自由間作辯證統一，於是有超越於有法與無法的活法產生。詩禪交會下的詩歌方法論，幾乎都是繞著「參」的主題來論述，「學詩如參禪」的命題就多是用參禪的態度與方法來研讀詩歌及學詩的方法。宋詩論中出現的一系列「活句」、「熟參」、「悟入」、「活法」等的詩歌方法，都是來自禪宗思維與方法的啟發。詩歌方法借鑑於禪宗思維與方法，有著眾多事實的印證。

²⁰⁹ 周裕鍇《宋代詩學通論》，頁 241-242。

²¹⁰ 葛天民 寄楊誠齋，《葛無懷小集》，陳思編《兩宋名賢小集》卷二八五，見《景印文淵閣四庫全書》第 1364 冊，頁 270。

第六章 禪宗對宋代詩歌創作的影響

宋代詩學理論和詩歌創作中充斥著禪宗思想和禪學方法的影子，禪宗的影響是顯而易見的。上一章已經試圖從宋代詩學理論中去探看，在宋代詩人的詩歌理想中尋繹出禪宗影響的痕跡，從這些「痕跡」來印證詩學接受禪宗影響的「事實」，而本章則從詩歌的實際創作，亦即詩歌理想的實踐中來說明，與上一章詩學理論的部分相呼應，以佐證這一「事實」的存在。

本章將借用文學思想演變的分期來概要分段論述，除了能有系統論說的考量外，主要在於每個階段對禪宗的吸收、引用的內容和程度有所不同：北宋初中期向內收斂的時代風氣，促使文人接近崇尚淡泊清靜的禪宗，亦僧亦俗的文人頗為普遍，此時期禪思想的淡泊虛融、無欲清靜在詩人的創作中體現了出來，然明顯受禪悅之風影響的詩人及作品尚未大量出現，以楊億、王禹偁、梅堯臣、王安石為本期的代表，尤其王安石有深厚的禪學修養以及超詣的詩歌藝術成就，為此時期重要代表；北宋中後期禪悅之風大盛，參禪詩人眾多，於詩歌創作中對所接觸及吸收的禪理禪思有大量的引用及發揮，詩論中對禪法的借鑑也能於實踐創作中體現，多有翻新出奇之作，在眾多詩人中選擇最有影響及具代表的，以蘇軾、黃庭堅、江西詩派詩人為代表；南宋偏安之際，詩人多體現禪宗「活法」精神，書寫敏銳細微的感受和妙悟，此時期以楊萬里為主要代表。在論述詩人個別創作中所呈現的禪學影響之外，並梳理各分期詩歌創作中各層次所體現的禪的影響。

第一節 禪宗與北宋初中期的詩歌創作

一、北宋初期

經歷五代十國的戰亂，宋帝國一統天下，基本國策是重文輕武的，在政治上主張清靜無為的保守心態，使時代精神趨於向內收斂。而統治者又大力主張三教合流，提倡道、釋思想，因此「道家那種自然無為、存神養

氣的生活態度和釋家那種心性本覺、隨緣自適的禪悅情趣，對知識份子心理和思想有很深的影響，養成一種清淨平和的文化性格和自然適意的人生情趣。反映在文學創作上，形成一種追求平淡清遠的思想傾向。」¹ 這樣的思想傾向表現在詩歌創作中就是追求平淡清遠境界的審美情趣。

在趨於向內收斂的時代精神、三教合一的社會思潮下，禪宗以「心性本覺」、「明心見性」為宗旨的思想，受到士人的注目，於是參禪學佛的士人普遍了起來。從資料上顯示，宋初參禪學佛的士人，在詩歌創作上受禪悅之風影響較明顯的有楊億、王禹偁。楊億為翰林學士，平日對佛典及禪觀之學多所用心，他曾在《答史館查正言書》中提到自己的參學的情形是「反本尋元，修天台之止觀，專曹溪之無念」²。與禪師廣慧元璉交從甚密，據《五燈會元》卷十二記載楊億問道於廣慧禪師：

公曰：某曾問雲巖諒監寺，兩箇大蟲相咬時如何？諒曰：一合相。某曰：我只管看，未審怎麼道還得麼？慧曰：這裡即不然。公曰：請和尚別一轉語。慧以手作掩鼻勢，曰這畜生更躡跳在。公於言下脫然無疑，有偈：「八角磨盤空裡走，金毛獅子變作狗。擬欲將身北斗藏，應須合掌南辰後。」³

楊億開悟後作此詩偈，是楊億對色空一如之理的認識。八角磨盤、金毛獅子均是喻自性妙體的奇特，能變現萬象而萬物平等無差別。這涵蓋萬有的自性妙體必須在色界中求得，以北斗及南辰來喻真空妙有。楊億是西崑體詩派的代表作家，雖然作品多雕章麗句，然而有一些平淡清遠的詩作，這些不同於西崑體的作品，無疑是受到禪悅之風的影響，所顯現的正是無欲自然、清靜平淡的基調。例如《夜懷》⁴一詩：

獨倚青桐聽鼓聲，參旗歷落上三更。涼風卷雨忽中斷，明月背雲還倒行。賴有清吟消意馬，豈無美酒破愁城。是非人世何須較，方外吾師阮步兵。

自然清警的詩句，透出清淡的韻味，不見華麗的雕飾，只見景象清遠，鋪

¹ 張毅《宋代文學思想史》，頁 42-43。

² 楊億《武夷新集》卷十八，見《景印文淵閣四庫全書》第 1086 冊，頁 581。

³ 見《景印文淵閣四庫全書》第 1053 冊，頁 483。

⁴ 厲鶚《宋詩紀事》卷六，見《景印文淵閣四庫全書》第 1484 冊，頁 160。

陳出作者的心境。又如 偶書⁵：

朱輪遠守未成歡，薄宦令人意漸闌。郡閣政清慵按吏，鄉園路近欲休官。
梅花繞欄驚春早，布水當簷覺夏寒。已是三年不聞問，何如歸去把漁竿。

雖未達於於自然天巧，然相較重詞藻、工對仗的唱酬之作則多一分清新平淡的意韻。

禪宗隨緣自適、向內尋求的解脫心境，對於詩人審美情趣的薰染，在詩歌平淡清遠的意境中顯現出來。翻看楊億的詩集，在華麗重典的作品中，總可見到一些清新的詩作夾雜其中，總是嗅到一股清新的氣息飄散出來。在文人唱酬風氣、雕章麗藻下，楊億的參禪好佛，對其部分詩作呈現清遠平淡的意境，是明顯見到了影響的。禪悅之風在意韻淡遠的詩歌中見到蛛絲馬跡，而直接化用禪語、禪意的則無庸置疑了：「何必銀台號三昧，此中更好味真如」（次韻和族弟日華寄編修諸學士之什）⁶、「隨順世緣無所住，經行宴坐自如如」（譯經總持大師致宗之泗上禮塔）⁷、「彈指知苦空，觀心得降住。藏識慚宿薰，輪迴悲晚悟。折簡問南宗，寄言滿緇素。絕念契真如，忘筌離文字。」（表玄師歸縉雲有懷故雄閣黎成轉韻六十四句）⁸。楊億曾奉召修訂《景德傳燈錄》，對禪籍多有接觸，對禪思想自是熟悉，他所浸漬並接受的清靜空遠的禪思想，於筆下自然而然運用而出。

王禹偁早期學白居易，唱和之作頗多，直到被貶謫後詩風為之一變。貶抑的痛苦、仕途的失意，促使他從禪宗處尋求精神解脫，禪宗的無欲寂靜、淡泊虛融，正是他官場挫折、人生失意的出口。他在禪宗這裡找到了安身立命之處，撫平沈鬱的心情。朝簪、睡二詩明白道出他的心情及轉變：

一載朝簪已十年，半居謫宦半榮遷。壯心無復思行道，病眼唯堪學坐禪。醉謝陶公長欠酒，俸慚吾祖不言錢。白頭郎署成何事，見擬休官自種

⁵ 楊億《武夷新集》卷一，見《景印文淵閣四庫全書》第1086冊，頁364。

⁶ 同上，頁367。

⁷ 楊億《武夷新集》卷三，同上，頁387。

⁸ 楊億《武夷新集》卷四，同上，頁394。

田。

宋代禪宗對詩歌的影響研究

朝簪⁹

滯寂通禪理，無何等道人。曲肱高勝枕，藉草軟於茵。
吟苦魂初暝，盃酣味更珍。覺知生是幻，靜與死為鄰。
不入榮名客，還宜放逐臣。東窗一丈日，且作自由身。（睡）¹⁰

王禹偁參禪學佛後，以平靜的心靈觀照世界，於是他的作品呈現幽遠平淡的意韻：

秋光雖寂澹，幽興入詩家。籬暗蜚啼菊，園荒蟻上茄。
圍碁知日影，理髮見霜華。向曉兒童喜，溪僧遺晚瓜。（秋居幽興）¹¹

兩枝桃杏夾籬斜，粧點商山副使家。何事春風容不得，和鶯吹折數枝花。
（春居雜興）¹²

馬穿山徑菊初黃，信馬幽幽野興長。萬壑有聲含晚籟，數峰無語立斜陽。棠梨葉落燕脂色，蕎麥花開白雪香。何事吟餘思惆悵，村橋原樹似吾鄉。（村行）¹³

情味的真誠，意境的幽遠，即景即情，如山僧田翁般的悠閒野趣。詩中寧靜安詳的景象，雖未達空靈寂靜的禪境，但已體現禪家隨緣自適，自由自在的意趣了。

宋初詩人多傾心於禪宗「淡泊寧靜」的自我解脫特質，這保持內心精神寧靜的特質正與士人「獨善其身」的特性相仿。體現於創作上，就表現出隨緣自適，清遠寧靜的意態來，並且以此平淡清遠的境界為詩歌審美理想，進而提出「清其格態，幽其旨趣」¹⁴的詩歌創作要求。

⁹ 王禹偁《小畜集》卷十，見《景印文淵閣四庫全書》第1086冊，頁102。

¹⁰ 王禹偁《小畜集》卷八，同上，頁75。

¹¹ 王禹偁《小畜集》卷九，同上，頁84。

¹² 王禹偁《小畜集》卷八，同上，頁75。

¹³ 王禹偁《小畜集》卷九，同上，頁85。

¹⁴ 王禹偁 桂楊羅君游太湖洞庭詩序，《小畜集》外集卷十三，見《宋代文學思想史》引，頁

二、北宋中期

北宋中期的詩文革新運動，促使詩歌創作中出現豪放雄壯和平淡雋永的兩種追求。此時「平淡」的追求是不同於宋初的清遠平淡，而是化雄豪、奇峭於平淡之中。雄豪的追求是北宋政治革新，士人濟世熱情於文學創作中的體現。然而內憂外患的磨難卻使經世濟民的理想破滅，促使士人轉而向內沈潛。禪宗肯定與重視自性本體的心性說，正契合時代的需求，自性清淨的精神本體和隨緣自適、向心內求的特色，在時代和個人挫折中展現強大吸引力，吸引士人向禪宗探看，於是禪宗的無欲清靜、淡泊虛融、任心自運的特色，推動著詩歌創作理想化雄豪和熱情於平淡雋永中。

梅堯臣追求「意新語工」於自然平淡中，將情感沈澱後，以不動聲色的平淡風格表現出來，如 東溪¹⁵ 一詩：

行到東溪看水時，坐臨孤嶼發船遲。野鳥眠岸有閒意，老樹著花無醜枝。
短短蒲茸齊似剪，平平沙石淨於篩。情雖不厭住不得，薄暮歸來車馬疲。

他的詩歌讀來「初如食橄欖，真味久愈在。」¹⁶ 平淡閒居的生活，有著與自然融合的情思，在綿密的構思中，豐富的意蘊必須細細咀嚼，才能體會出，是平淡而雋永的。又如：

靜邃無塵地，青熒續焰燈。木魚傳飯鼓，山衲見歸僧。
野色寒多霧，溪痕夜閣冰。吾非謝康樂，獨往亦何能。（題松林院）¹⁷

吳客獨來後，楚橈歸夕曛。山形無地接，寺界與波分。
巢鶻寧窺物，馴鷗自作群。老僧忘歲月，石上看江雲。（金山寺）¹⁸

48。

¹⁵ 梅堯臣《宛陵集》卷四三，見《景印文淵閣四庫全書》第 1099 冊，頁 320。

¹⁶ 水谷夜行寄子美聖俞，歐陽修《文忠集》卷二，見《景印文淵閣四庫全書》第 1102 冊，頁 31。

¹⁷ 楊億《宛陵集》卷三七，見《景印文淵閣四庫全書》第 1099 冊，頁 279。

¹⁸ 楊億《宛陵集》卷八，同上，頁 64。

以寂靜之心入寂靜之境，梅堯臣在流連禪寺之際，心物感應而臻於物我兩忘之境界。沈思後的情感藉由景物的描繪出之，見深遠古淡之意，這深遠古淡中正蘊含著禪意。梅堯臣對平淡詩美風格的追求，在理論和創作中力求可能，禪宗的淡泊虛融起著推動促進的時代意義。

在詩歌創作中受禪宗思想影響深刻，而化雄豪奇峭歸於平淡雋永的審美追求的則是王安石。王安石早年的詩歌多為經世致用的政治詩和詠史詩，多以遒峭雄直之氣出之。在熙寧變法失敗後，晚年歸隱山林，整日研讀佛經，以禪僧為伴，對禪學有深刻的認識。蘇軾曾說：「王安石少學孔孟，晚師瞿聃（釋、老），罔羅六藝之遺文，斷以己意。」¹⁹ 他對佛禪的親近在詩歌中即可見梗概：

日西江口落征帆，卻望城樓淚滿衫。從此夢歸無別路，破頭山北北山南。

（江寧夾口）²⁰

寄公無國寄鍾山，垣屋青松掩靄間。長以聲音為佛事，野風蕭颯水潺湲。

（次韻朱昌叔）²¹

蒔果疏泉帶淺山，柴門雖設要常關。別開小徑連松路，祇與鄰僧約往還。

（與北山道人）²²

病與衰期每強扶，雞壺桔梗亦時須。空花根蒂難尋摘，夢境煙塵費埽除。
耆域藥囊真妄有，軒轅經匱或元無。北窗枕上春風暖，謾讀毗耶數卷書。

（北窗）²³

破頭山為四祖道信說法的道場，以破頭山為其歸處，即直言其親近佛禪、皈依佛法的意願；故閒居中誦經禮佛，以聲音為佛事；柴門總是關著，不與官場人士應酬往來，只喜歡與山僧論佛說理、閒話家常；甚至生病了，

¹⁹ 蘇軾《蘇東坡全集》外制集卷上，頁 604。

²⁰ 李壁《王荊公詩注》卷四二，見《景印文淵閣四庫全書》第 1106 冊，頁 314。

²¹ 李壁《王荊公詩注》卷四一，同上，頁 305。

²² 李壁《王荊公詩注》卷四四，同上，頁 336。

²³ 李壁《王荊公詩注》卷二七，同上，頁 186。

也以佛書來排憂解鬱！筆傳心想，這些詩歌都在在傳達出王安石晚年親近佛禪、喜愛佛禪的事實。

王安石晚年日捧佛書，與禪僧頻頻往來，禪學思想在其人生哲學和藝術創作上起了很大的影響。他晚年的詩作由逋峭雄直之氣轉為深婉不迫之趣，葉夢得曾說：「王荊公少以意氣自許，故詩語惟其所向，不復更為涵蓄。晚年始盡深婉不迫之趣。」²⁴《漫叟詩話》亦曰：「荊公定林詩後，精深華妙，非少作之比。」²⁵王安石晚年詩作是化雄豪於寧靜平淡之中，呈現一種閑靜、空靈的境界，受禪宗思想和思維方式的影響是相當明顯的。我們從他的詩歌創作中來探看其受禪宗影響的例證。

首先，最直接的例證就是王安石的創作中有不少富有禪理禪意、使用禪典禪語的作品。他將禪學思想化用於詩歌中，雖然有些過於直陳禪理，詩味顯得不夠，然而大部分卻都不害其為佳詩。甚至不用禪語而深得禪理的，清人沈德潛即讚稱：「王右丞詩，不用禪語，時得禪理。」（《說詩碎語》）王安石曾作《擬寒山拾得二十首》，深得禪理，例如：

牛若不穿鼻，豈肯推人磨。馬若不絡頭，隨宜而起臥。
乾地終不涸，平地終不墮。擾擾受輪迴，祇緣疑這箇。（之一）²⁶

人人有這箇，這箇沒量大。坐也坐不定，走也跳不過。
鋸也解不斷，鎚也打不破。作馬便搭鞍，作牛便推磨。
若問無眼人，這箇是什麼，便遭伊纏繞，鬼窟裡忍餓。（之六）²⁷

「這箇」是禪宗指人人本有的佛心，「自性是佛」，此自性是無量大的，能包含一切，然而卻是不可以理解之，不可以言明示，如果執言執理，就如同鬼窟裡做活計。而牛馬、我身均是物，唯有認得「這箇」人人本有的自性佛性，才能不被外物所役使，就如在乾地不被泥污染，在平地無從向下墮一樣。如果不能明心見性，就只有被物役使永遠脫不出輪迴之苦了。對

²⁴ 葉夢得《石林詩話》卷中，見何文煥編《歷代詩話》，頁419。

²⁵ 見胡仔《苕溪漁隱叢話》前集卷三三引，頁222。

²⁶ 李壁《王荊公詩注》卷四，見《景印文淵閣四庫全書》第1106冊，頁32。

²⁷ 同上，頁33。

於自心佛性的闡說，在 題半山寺壁²⁸ 詩裡也有淺易的喻說：

寒時暖處坐，熱時涼處行。眾生不異佛，佛即是眾生。

眾生皆具佛性，故佛心即等同於眾生世俗之心。華嚴經云：「心佛與眾生，是三無差別。」故禪宗要人莫往外求，「佛在心內坐」，明心見性是解脫的方法。然而禪宗也要人隨機應物，隨緣任運，日常生活中的一切皆有見道的可能，所謂「觸類是道」，枯坐冥想是病非禪，王安石的 寓言二首²⁹ 即頗能得禪家三昧：

太虛無實可追尋，葉落松枝謾古今。若見桃花生聖解，不疑還自有疑心。

本來無物使人疑，卻為參禪買得癡。聞道無情能說法，面牆終日妄尋思。

不可言說的自性不是枯坐即能悟得，王安石更認為由色界也是難以領悟的，這些落葉松枝之景象是否能顯示真如佛性呢？靈雲志勤的見桃花而悟道之是直證心悟的結果，能否如至勤般見桃花而悟道，還得看個人的親證體悟。點出禪悟是直觀體證，如人飲水冷暖自知，是沒有公式套用的。王安石道出他對空有之間關係的思考，及隨緣任運的禪法，正說明他對禪宗的傾心和禪學修養的深厚。

詩歌中禪典禪語的使用，在禪悅之風興起後成為詩人的習尚，宋人魏慶之言：「古人作詩，多用方言；今人作詩，復用禪語，蓋是厭塵舊而欲新好也。」³⁰ 將禪典禪語視為詩材加以運用，除了是時尚表徵外，主要也說明詩人受禪的浸染與自覺的喜好。王安石詩中多有引用，頗有特色，如 次前韻寄德逢³¹ 詩云：

一雨洗炎蒸，曠然心志適。如輸浮幢海，滅火十八隔。
俯觀風水湧，仰視電雲坼。知公開齋後，過我言不食。

²⁸ 李壁《王荊公詩注》卷四，同上，頁 30。

²⁹ 王安石《臨川集》卷三四，見《景印文淵閣四庫全書》第 1105 冊，頁 254。

³⁰ 魏慶之《詩人玉屑》陵陽論用禪語，頁 135。

³¹ 李壁《王荊公詩注》卷二，見《景印文淵閣四庫全書》第 1106 冊，頁 17。

翻愁陂路長，泥淖困臧獲。明朝吾有懷，如日照東壁。
暮逢田父歸，倚杖問消息。渠來那得度，南蕩今已白。

此詩乃述久旱逢甘霖的喜悅，王安石用佛典中「浮幢王香水海」之水來滅「十八鬲地獄之熾熱與惡臭」，形容大雨灌淋久旱後大地的情形。根據《王荊公詩注》中李壁的註解引《華嚴經》云：「浮幢王香水海，即花藏海也。」李壁又云；「佛書有十八鬲子地獄，鬲八萬四千里，於其四角有四大銅狗，眼如掣電，一切身毛，皆出猛火，其煙臭惡，世有臭物，無以為比。如是流火燒阿鼻城，令阿鼻城赤如融銅。」詩後段希望德逢於旱除後來遊，有「明朝吾有懷，如日照東壁」句，用的是《涅槃經》裡的典故：「佛心在迦葉，如初日之照東壁」。禪典禪語點化的好壞立見工夫，王安石對禪典的熟悉及藝術技巧的成熟，在他化用禪典禪語自如而不妨礙詩韻中立見。懷古二首 詩中更是整篇逐句對用「維摩詰」與「陶淵明」事：³²

日密畏前境，淵明欣故園。那知飯不餽，所喜菊猶存。
亦有床坐好，但無車馬喧。誰為吾侍者，稚子候柴門。

長者一床室，先生三徑園。非無飯滿鉢，亦有酒盈樽。
不起華邊坐，常開柳際門。謾知談實相，欲辯已忘言。³³

此二詩的單句均用維摩詰事，有些用其原意，有些借其文字。以二人之事明其晚年喜愛佛禪及追隨陶淵明自得於田園生活的心境，通篇雖然用典用事，然而卻不見窒礙不順，不害其通暢而有韻致，技巧已非一般。

其次，王安石晚年詩歌呈現閒適寧靜的空靈平淡境界，和其接受禪宗的人生哲學及思維方式有密切的關係。禪宗「平常心」、「不作意」、自得自在的解脫心境，正契合王安石晚年的追求，禪宗思想裡淡泊虛融、隨緣自適的觀點並為其吸收化用。這種自得自在的心境、隨緣自適的人生觀所達到的虛融淡泊、靜謐閒適，在其創作中突顯出來：

³² 李壁於《王荊公詩注》二二中有詳細徵引每句之出處，可參看，此處即不論述。同上，頁151-152。

³³ 同上。

終日看山不厭山，買山終待老山間。山花落盡山長在，山水空流山自閒。
（ 遊鍾山 之一）³⁴

兩山松櫟暗朱藤，一水中間勝武陵。午梵隔雲知有寺，夕陽歸去不逢僧。
（ 遊鍾山 之二）³⁵

澗水無聲繞竹流，竹西花草弄春柔。茅簷相對坐終日，一鳥不鳴山更幽。
（ 鍾山即事 ）³⁶

山立水流，花開花落，詩人筆下所描繪山水景色的閒適，正是詩人恬淡心境的寫照。王安石通過對大自然的觀照，所體悟到的淡泊寧靜，在詩歌創作中發散出來，故其詩中充滿寧靜之美，正是無禪意而有禪味。杜松柏先生認為第一、三首是王安石體道有得之作。在詩中，山是象徵自性妙體，自性妙體如山之長存，自性如如不動如山之閑暇。對「茅簷相對坐終日，一鳥不鳴山更幽」的詮釋，即說此二句「象徵其撥落色聲，深契如如空寂清靜妙境。」³⁷ 另一首 書定林院窗³⁸ 也是描寫淡泊寧靜、超然自得的悟道境界：

竹雞呼我出華胥，起滅篝燈擁撥爐。試問道人何所夢，但言渾忘不言無。

荊公詩中空寂清靜的心境正是禪境所在，他對動靜的觀照，正是禪家動靜兼攝、喧寂一如的境界：

午雞聲不到禪林，柏子煙中靜擁衾。忽憶西巖道人語，杖藜乘興得幽尋。
（ 自定林過西菴 ）³⁹

殘生傷性老耽書，年少東來復起予。各據槁梧同不寐，偶然聞雨落階除。

³⁴ 李壁《王荊公詩注》卷四四，同上，頁 337。

³⁵ 李壁《王荊公詩注》卷四七，同上，頁 360-361。

³⁶ 李壁《王荊公詩注》卷四四，同上，頁 330。

³⁷ 杜松柏《禪學與唐宋詩學》，頁 357。

³⁸ 李壁《王荊公詩注》卷四三，見《景印文淵閣四庫全書》第 1106 冊，頁 318。

³⁹ 李壁《王荊公詩注》卷四三，同上，頁 309。

（示公佐）⁴⁰

「午雞聲不到禪林」，「各據槁梧同不寐」皆靜寂之境，「柏子煙中靜擁衾」，「偶然聞雨落階除」則在靜寂中有躍動之契機，靜中有動是高於一般人只知動不知靜的境界。禪家修持在知動知靜，並非寒灰枯木的枯坐冥想，而是任運隨機的活潑自在。禪境並非死寂的，而是動靜兼攝的。宋人黃徹曾評此四句詩是「淡泊中味，非造此境，不能形容也」⁴¹。王安石所創作的，正是含躍動於寂靜的禪境，與虛融淡泊的禪味。

這樣饒富禪趣的詩歌，往往是遠離議論和思辨色彩，以直覺體驗來觀照大自然的，而這樣的思維方式正是禪宗的直觀體驗方式。王安石摒棄早期以概念和判斷的說理方式來創作，而用意象語言來呈現事物：

南浦隨花去，迴舟路已迷。暗香無覓處，日落畫橋西。（南浦）⁴²

野水縱橫漱屋除，午窗殘夢鳥相呼。春風日日吹香草，山北山南路欲無。

（悟真院）⁴³

茅檐長掃淨無苔，花木成畦手自栽。一水護田將綠繞，兩山排闥送青來。

（書湖陰先生壁 之一）⁴⁴

春日的和煦，山居的僻靜，田野的風光，王安石用意象語言直陳景物，不僅接近自然天趣的審美境界，更使淡泊寧靜的心境表露無遺，使詩歌充滿空靈平淡的高遠意趣來。天趣也是禪趣的一種，天趣是詩人偶得「神機」有所觸發，用於詩則渾成而無斧鑿痕，天趣出，禪趣亦在其中。以下三詩亦有此特色：

無限殘紅著地飛，谿頭煙樹翠相圍。楊花獨得東風意，相逐晴空去不歸。

⁴⁰ 李壁《王荊公詩注》卷四三，同上，頁 322。

⁴¹ 黃徹《蛩溪詩話》卷五，見丁福保輯《歷代詩話續編》，頁 372。

⁴² 李壁《王荊公詩注》卷四十，見《景印文淵閣四庫全書》第 1106 冊，頁 291。

⁴³ 李壁《王荊公詩注》卷四三，同上，頁 318。

⁴⁴ 李壁《王荊公詩注》卷四三，同上，頁 320。

（ 暮春 ）⁴⁵

屋繞彎溪竹繞山，溪山卻在白雲間。臨溪放杖依山坐，溪鳥山花共我閒。

（ 定林所居 ）⁴⁶

北山輸綠漲橫陂，直塹回塘瀟瀟時。細數落花因坐久，緩尋芳草得歸遲。

（ 北山 ）⁴⁷

第一首描寫春景，殘紅與翠樹相對，楊花（喻空界）受東風（喻自性）之意在晴空飛逐而不落塵界，自然景觀正喻自性妙體的作用，作者不僅只是對自然景物的描寫，詩的禪趣所寓明顯。第二首對山居生活超絕塵俗的描寫，惟其有本性清淨的方外志趣，筆下才能出如此空靜的境界，這正是詩中禪味的所由來。同樣的，第三首描繪在閒適與幽靜中，包含對宇宙人生的深刻體悟。王安石用靜觀直照的方式來觀照大自然，以直覺意象呈現心境，他筆下呈現的是自然景物的最初形象，是物象和心靈的合一。這種觀照方式正是得自禪宗直覺體悟、隨緣任運的思維方式，他的詩中自是充滿禪趣。

禪宗的心性說強調「無物不真」和「無心任自然」的隨機應物精神，在詩人轉化為超然自得、悠然自適的觀照世界方式，他的詩境自是呈現閒適寧靜的空靈淡遠境界。王安石重寫境，琢字煉句卻不見堆疊痕跡，葉夢得《石林詩話》曾評說：「荊公晚年詩律猶精嚴，造語用字，間不容髮。然意與言會，言隨意遣，渾然天成，殆不見有牽率排比之處。」⁴⁸ 荊公詩意的雋永，與其用意深刻，而又能意出景外，故能含蓄蘊藉。黃庭堅即論說：「荊公暮年作小詩，雅麗精絕，脫去流俗，每諷味之，便覺沆瀣生牙頰間。」⁴⁹ 這些晚年所作的絕句，含蓄蘊藉，具深婉不迫之趣，正是受禪悟影響而至。⁵⁰

⁴⁵ 李壁《王荊公詩注》卷四七，同上，頁 359。

⁴⁶ 李壁《王荊公詩注》卷四四，同上，頁 337。

⁴⁷ 李壁《王荊公詩注》卷四二，同上，頁 312。

⁴⁸ 葉夢得《石林詩話》卷上，見何文煥編《歷代詩話》，頁 406。

⁴⁹ 見胡仔《苕溪漁隱叢話》前集卷三十五引，頁 234。

⁵⁰ 學者周裕鍇先生認為，選擇詩體往往意味著選擇一種審美趣味，王安石由早期古體詩轉向絕句，正是標誌著他的審美趣味由雄健宏富轉向含蓄凝煉。見周裕鍇《中國禪宗與詩歌》，頁 89。

北宋初中期詩歌創作中所體現的禪學影響，主要集中在禪宗隨緣自適、向內心求的解脫心境所表現的無欲寂靜、淡泊虛融，帶給詩歌空靜淡遠的審美理想的啟發。在詩歌表現形式上，以意象語言來呈現事物，禪家空寂的意象表現頗多。詩人往往以「無心」、「不作意」的直覺觀照方式來體悟周遭事物，意象本身呈顯的就是詩人的心境，沒有華麗雕飾的語言，更加接近自然淡泊的審美意境。而意象語言的使用也可以發現禪的影子，如王禹偁的《睡》一詩中「滯寂通禪理，無何等道人」、「覺知生是幻，靜與死為鄰」的「滯寂」、「生是幻」，又如王安石的「從此夢歸無別路，破頭山北北山南」（《江寧夾口》）「空花根蒂難尋摘，夢境煙塵費埽除」（《北窗》）「若見桃花生聖解，不疑還自有疑心」（《寓言二首》）中的「夢」、「空花」、「桃花」等意象的使用，無疑的是來自禪宗的影響。

第二節 禪宗與北宋中後期的詩歌創作——蘇軾

北宋的詩文革新運動促進了文學思想的成熟，經世致用的思潮在政治改革失敗後轉為自覺的理性反省，文學的創作重心由對社會政治的關注轉為對人生生死出處問題的思考，而莊禪思想促使文人轉向心靈的探索、自我反省。於是有以蘇軾、黃庭堅為代表的詩學出現，並且是援佛道入儒的反省。近世學者張毅曾就蘇、黃二人作一綜論：

蘇、黃詩學講求理智之沈思，亦重情氣之灌注，追求的是自然之理和人生哲理融為一體的理趣，其妙處在於物我為一的證悟自得。證悟貴在超越直覺而冥合自然，非單純的直覺意象的呈現，故不尚藻飾；自得出於內觀之深邃，於外唯見其平淡，平淡而山高水遠。因此，歐、梅詩學韓愈，以氣格為主而漸造平淡，荊公詩學老杜，精嚴深刻而寓悲壯於閑淡之中，皆為蘇、黃詩學的前導。其最終所要達到的是一種絢爛之極歸於平淡的老境美，一種外枯而中膏、似臞而實腴的成熟美。⁵¹

兩人的詩學明顯的與禪學影響脫不了關係。蘇、黃二人的詩風分走二途，對禪學的借鑑也不同：蘇軾對禪宗思維藝術的借鑑與吸收，在於隨緣任運

⁵¹ 張毅《宋代文學思想史》，頁95。

的通透無礙、揮灑自由；而黃庭堅則主要借鑑了禪宗公案中的語言藝術，表現為詩歌語言的創新與出奇。以下將分別論述二人的詩歌創作受禪學影響的情形，本節先探究蘇軾的詩歌創作。

蘇軾受佛禪的影響與其家人有關，其父蘇洵與雲門圓通居訥和寶月大師惟簡結交，僧傳將其列為居訥法嗣，其母也是虔誠佛教徒，崇信三寶。他自幼耳濡目染，佛教信仰自然深入於心。他讀佛書、知佛法、學僧人趺坐、與僧人往來，在他仕途失意出為杭州通判時，則縱情山水，往還佛寺，與禪僧賦詩說道，藉以忘憂解悶。在《偶游大愚見休杭明雅照師舊識子瞻能言西湖舊游將行賦詩送之》⁵²一詩中，他道出此一情形：

昔年蘇夫子，杖履無不之。
三百六十寺，處處題清詩。
糜鹿盡相識，況乃比丘師。
辯淨二老人，精明吐琉璃。
笑言每忘去，蒲褐相依隨。

在《是日宿水陸寺，寄北山清順僧二首》⁵³詩中言：

草沒河堤雨暗村，寺藏脩竹不知門。拾薪煮藥憐僧病，掃地燒香淨客魂。
農事未休侵小雪，佛燈初上報黃昏。年來漸識幽居味，思與高人對榻論。

與禪僧論道時，「時聞一言，則百憂冰解，形神俱泰。」⁵⁴禪宗思想在他失意苦悶時成為忘憂解悶的精神依托。然而蘇軾真正醉心於佛禪，在人生的歷練中思索生命的問題、人生的歸向，文學思想和創作心態發生重大變化的，當是在「烏台詩案」發生後。烏台詩案的曲辱與打擊，擊潰了他經世濟民的壯志，失意的痛苦唯有在佛禪思想中尋得撫慰。他初到黃州，杜門不出，惟以佛經遣日，到安國寺參禪禮佛，「焚香默坐，深自省察」⁵⁵，

⁵² 蘇徹《欒城集》卷十三，《三蘇全集》，香港：中文出版社，1986年4月，頁1747。

⁵³ 蘇軾《蘇東坡全集》前集卷四，頁37。

⁵⁴ 海月辯公真贊，蘇軾《蘇東坡全集》後集卷二十，頁632。

⁵⁵ 黃州安國寺記，蘇軾《蘇東坡全集》前集卷三十三，頁360。

「不復作文字，有時作僧佛語耳。」⁵⁶ 全身心投入佛禪思想中，意欲從佛禪思想中得到心靈的解脫，此時蘇軾對禪宗思想的接近是自覺而有意的追尋。他在《子由自南都來陳三日而別》⁵⁷ 一詩中慨嘆自己未能及早聞道，而今識得禪思想之妙，將一切煩惱憂愁通通丟盡：

別來未一年，落盡驕氣浮。嗟我晚聞道，款啟如孫休。
至言雖久服，放心不自收。悟彼善知識，妙藥應所投。
納之憂患場，磨以百日愁。冥頑雖難化，鑄發亦已周。
平時種種心，次第去莫留。但餘無所遠，永與夫子遊。

他在《游淨居寺》⁵⁸ 一詩中明白道出歸向佛禪思想的傾向：

十載游名山，自製山中衣。願言畢婚嫁，攜手老翠微。
不悟俗緣在，失身蹈危機。刑名非夙學，陷阱損積威。
遂恐生死隔，永與雲山違。今日復何日，芒鞋自輕飛。
稽首兩足尊，舉頭雙涕揮。靈山會未散，八部猶光輝。
願從二聖往，一洗千劫非。徘徊竹溪月，空翠搖煙霏。
鐘聲自送客，出谷猶依依。回首吾家山，歲晚將焉歸。

「願從二聖往，一洗千劫非」，思想的轉變，心境的轉換，來自外在際遇的衝擊與佛禪思想的引導。

蘇軾貶謫黃州時期，參禪禮佛，對佛禪思想的領悟已更深一層，所謂「物我兩忘，身心皆空」。他後來又再次的遭遇貶謫，到更遠的惠州和海南，仕途的一再失意，生活的困頓，卻沒有讓他放棄對人生對藝術的執著追求，這根本原因就在於他喜愛佛禪思想，他悟得超越生死之理，以佛禪的無為方式來實踐儒家精神，他在禪宗這裡找到安身立命之處，甚至視自己為三世積精煉的修行人：

云何見祖師，要識本來面。亭亭塔中人，問我何所見。

⁵⁶ 與程彝仲，蘇軾《蘇軾文集》卷五十八，頁1750。

⁵⁷ 蘇軾《蘇東坡全集》前集卷十一，頁129。

⁵⁸ 蘇軾《蘇東坡全集》前集卷十一，頁130-131。

可憐明上座，萬法了一電。飲水既自知，指月無復眩。
我本修行人，三是積精煉。中間一念失，受此百年譴。
摠衣禮真相，感動目兩霰。借師錫端泉，洗我綺語硯。（南華寺）⁵⁹

蘇軾沒有陷入厭世傷感的泥淖中，始終保持著樂觀曠達的胸懷和瀟灑自如的氣度，它是以更透脫的禪理來看待浮沈的人世和苦多樂少的人生，跳脫常情之解，作超離之想，故而始終能保持清澈坦蕩的胸襟和自由灑脫的個性。體現在他的詩歌創作中的就是「任性逍遙，隨緣放曠」的自由境界了。

多舛的仕宦之途與困頓的人生，並未使蘇軾意志消沈，他的詩氣象宏闊，意趣超妙，清葉燮《原詩》內篇曰：「如蘇軾之詩，其境界皆開闢古今之所未有。天地萬物，嬉笑怒罵，無不鼓舞於筆端，而適如其意之所欲出。」⁶⁰ 這與他參禪禮佛，受禪宗通透無礙的人生哲學所啟發有關，禪宗思想對其人生哲學、思維方式、藝術創作等都產生巨大影響。蘇軾是自覺的接受禪宗隨緣自適、通透無礙的人生哲學，以及禪宗的思維方式，於詩歌創作構思中體現出來。深厚的禪學修養，使他熟練而深刻的將禪理玄思、禪家意境帶入詩歌創作中。禪宗通透無礙的人生哲學給予他超脫困境的啟發，獲得心靈真正的自由，禪悟後的透脫無礙，體現在詩歌中的是超然灑脫、樂觀通達的人生哲理之發抒，以及藝術創作不拘一格的隨處揮灑。

一、禪理玄思與禪家意境

蘇軾對禪學思想的掌握，除來自早年家學淵源及佛禪經典的閱讀、與禪友間往來問答，最主要來自他仕宦失意時自覺的投入禪宗這張庇護網下，主動的汲取禪宗思想。此時他投入大部分的心力來「學習」佛禪思想，大量的閱讀禪典佛經、誦經禮佛、焚香默坐，將禪宗思想視為安身立命之處。蘇軾既受禪學禪理的浸潤，在其詩歌創作中就大量的出現他體悟所得的禪理玄思，以禪典入詩，感禪機而成詩。他時而直述禪典佛經的深刻意涵，時而以禪理玄思來顯示人生的妙悟。雖然歷來有評論家從緣情、美感立場直斥詩中的理語破壞詩境，認為詩中不宜有理語，如嚴羽即說：「所

⁵⁹ 南華寺，蘇軾《蘇東坡全集》後集卷四，頁467。

⁶⁰ 見葉慶炳《中國文學史》引，台北：學生書局，1987年8月，頁124。

謂不涉理路，不落言筌者，上也。」(《滄浪詩話 詩辯》)⁶¹ 然而宋詩的以理入詩、以學問入詩，理趣成為詩趣中的重要部分，正是其能出於唐詩之處。蘇軾詩中雖然表現禪理玄思，但大多數都是具有生動形象的，故不但未害其為佳詩，更開拓詩的新領域。清紀昀在評點蘇軾詩時說：「直涉理路而有揮灑自如之妙，遂不以理路病之。」⁶² 如蘇軾著名的詩 題西林壁⁶³：

橫看成嶺側成峰，遠近高低無一同。不識廬山真面目，只緣身在此山中。

蘇軾抒寫了遊廬山之後的觀感，沒有景色的細緻描寫，而是寓人生哲理於所見。人之所見，受限於視點而不能全面，如果能超越主、客對立，徹見清淨之自性、涵蓋萬有的自性，則無事不明。禪宗的解脫之路就是要明心見性，自性明，則能洞見事物之真相。全詩富含禪理，耐人尋味，這正是其為好詩的原因。

又如頗為後人稱頌的 和子由澠池懷舊⁶⁴：

人生到處知何似，應似飛鴻踏雪泥。泥上偶然留指爪，鴻飛那復計東西。
老僧已死成新塔，壞壁無由見舊題。往日崎嶇還記否，路長人困蹇驢嘶。

蘇軾早年與弟弟蘇澈分離後，心中感懷人生機遇的偶然，正如那雪泥上的鴻爪，對人生的飄忽、短暫與不定作了如此深刻的描述，成為後人屢為引用的例子。此詩甚富理趣，主要來自作者道出人心之共通與人生之哲理。查慎行在《補注東坡編年詩》卷三說明這首詩前四句是出自天衣義懷禪師的話：「《傳燈錄》：天衣義懷禪師云：『雁過長空，影沈寒水，雁無遺跡之意，水無留影之心，苟能如是，方解異類中行。』先生此詩前四句暗用此意。」⁶⁵ 按查先生之意，蘇軾此詩立意是取自天衣義懷的禪理，雖然有學者不以為然：「此類詩皆性靈所發，實以禪語，則詩為糟。」⁶⁶ 但筆者竊

⁶¹ 見何文煥編《歷代詩話》，頁 688。

⁶² 紀昀批點《蘇文忠公詩集》卷十七，見周裕鍇《中國禪宗與詩歌》引，頁 227。

⁶³ 蘇軾《蘇東坡全集》前集卷十三，頁 157。

⁶⁴ 蘇軾《蘇東坡全集》前集卷一，頁 2。

⁶⁵ 見杜松柏《禪學與唐宋詩學》引，頁 313-314。

⁶⁶ 《蘇文忠公詩編注集成總案》卷三裡，王文誥不認同查氏的說法。見朴永煥《蘇軾禪詩研究》

以為此是詩人道人情之所同，「所謂『不是師兄偷古句，古人詩句犯師兄』，此雖戲言，理實如此。作詩者豈故欲竊古人之語以為己語哉！景意所觸，自有偶然而同者。蓋自開闢以至于今，只是如此風花雪月，只是如此人情物態」⁶⁷ 禪師所見所感與詩人所見所感正有相同處，蘇軾或有可能見過禪師此語，而以更優美文字抒發相同感觸，並未因為使用禪語就降低了詩的美感，應可不必過於貶低禪語。人生機遇充滿偶然性，而詩禪之妙諦又往往從偶然性中去解悟。蘇軾此詩觸發人心之共通，對人生機遇之偶然是以隨遇而安的心境來面對，這正是禪宗隨緣自適的人生哲學，應是此詩深獲共鳴的原因。

又如多被理解為禪偈的 琴詩 ⁶⁸：

若言琴上有琴聲，放在匣中何不鳴。若言聲在指頭上，何不於君指上聽。

蘇軾曾於 與彥正判官書 一文中說明此詩為偈。⁶⁹《楞嚴經》云：「譬如琴瑟、笙篴、琵琶，雖有妙音，若無妙指，終不能發。汝與眾生亦復如是，寶覺真心，個個圓滿，如我按指，海印發光。汝暫舉心，塵勞先起。」⁷⁰ 這首詩應典出於此。琴聲與妙指，一為無一為有，無待於有，有本於無，琴聲與妙指之間是因緣而發，所謂「聲無既無滅，聲有亦非生。生滅二緣離，是則常真實。」⁷¹ 世間之事物皆因因緣而生，是虛妄而非實相。琴音與妙指二者之間相生相成之理，為蘇軾才筆下妙旨解頤，無說理的鋪陳而有流動的機鋒，這深奧的禪理已然蘊含於詩趣中。

蘇軾對佛典禪籍的廣泛閱讀及禪理的掌握，常可自其詩歌的運用點化中窺見，有時揉用數典數事來闡明他所欲發抒的人生體會，有時則具禪意禪境，需細加推敲，以體味詩中的禪味，茲舉數例說明：

引，北京：中國社會科學出版社，1995年11月，頁113。

⁶⁷ 羅大經《鶴林玉露》卷九，頁11-12。

⁶⁸ 蘇軾《蘇東坡全集》續集卷二，頁68。

⁶⁹ 蘇軾在 與彥正判官 中提到：「古琴當與響泉韻磬，並為當世之寶，而鏗金瑟瑟，遂蒙輟惠，報賜之間，赧汗不已。又不敢違逆來意，謹當傳示子孫，永以為好也。然某素不解禪，適紀老枉道見過，令其侍者快作數曲，拂歷鏗然，正如若人之語也。試以一偈問之：『 』錄以奉呈，以發千里一笑也。」據此可之，蘇軾是明白指出此詩為一偈。見《蘇東坡全集》續集卷四，頁101-102。

⁷⁰ 王文誥輯馮應榴注《蘇軾詩集》卷四十七，台北：學海出版社，1985年9月，頁2534。

⁷¹ 同上。

行遍天涯意未闌，將心到處遣人安。山中老宿依然在，案上楞嚴已不看。
欹枕落花餘幾片，閉門新竹自千竿。客來茶罷空無有，盧橘楊梅尚帶酸。
(贈惠山僧惠衷詩)⁷²

一、二句用的是達摩為二祖安心的典故，所謂安心是指止息心之散亂，觀照自性清靜，將心安住於法性之理者，這是稱賞惠衷遍參諸方的用心；最後兩句則言其能如趙州從諗以飲茶接人而蘊含著禪機。又 聞潮陽吳子野出家：

予昔少年日，氣蓋里閭俠。自言似劇孟，叩門知緩急。
千金已散盡，白首空四壁。烈士歎暮年，老驥悲伏櫪。
妻孥真敝屣，脫棄何足惜。四大猶幻座，衣冠矧外物。
一朝發無上，顧（願）老靈山宅。世事子如何，禪心久空寂。
世間出世間，此道無兩得。故應入枯槁，習氣要除拂。
丈夫生豈易，趣舍志匪石。當為獅子吼，佛法無南北。⁷³

蘇軾以自己的經歷為開頭，道出人生如佛家所言皆為幻相，亦即人生如夢的體悟。《金剛經》云：「一切有為法，如夢幻泡影，如露亦如電，應作如是觀。」《圓覺經》云：「四大和合，實同幻化。四緣假合，妄有六根。又云：幻身滅故。」⁷⁴ 世間萬物皆由地、水、火、風此四大和合而成，皆是幻相，一切如夢，如能了悟世間所見萬物之根本實為「空」，就能脫出成見，脫離虛幻的名利假象，而不為其所羈絆。「故應入枯槁，習氣要除拂。」以達到明心見性的境界。這是蘇軾經歷了人生的磨難，最終在佛禪思想中所體悟到的。識見到「人生如夢」的真相，因此心境能曠達而不自怨自艾。正因為有人生體驗的實踐，故而超脫的意念才真正具有意義，蘇軾所主張的空靜，正是奠基於此兩層意念的疊合上。送參寥師⁷⁵一詩正是這樣的發抒：

⁷² 蘇軾《蘇東坡全集》前集卷十，頁 121。

⁷³ 蘇軾《蘇東坡全集》續集卷一，頁 6。

⁷⁴ 蘇軾《蘇軾詩集》卷四十七，馮應榴注，頁 2554。

⁷⁵ 蘇軾《蘇東坡全集》前集卷十，頁 114。

上人學苦空，百念已灰冷。劍頭惟一吷，焦穀無新穎。
胡為逐吾輩，文字爭蔚炳。新詩如玉雪，出語便清警。
退之論草書，萬事未嘗屏。憂愁不平氣，一寓筆所騁。
頗怪浮屠人，視身如邱井。頽然寄淡泊，誰與發豪猛。
細思乃不然，真巧非幻影。欲令詩語妙，無厭空且靜。
靜故了群動，空故納萬境。閱世走人間，觀身臥雲嶺。
鹹酸雜眾好，中有至味永。詩法不相妨，此語更當請。

因知人生苦海無邊，故於人世間追求空、靜。沒有因苦海而回頭，仍舊向世間行，在世間追求以空、靜來涵納群動、萬有，這是蘇軾融合儒釋二家所參悟的一套人生哲學。《壇經》（敦煌本）云：「法亡在世間，于世出世間，勿離世間上，外求出世間。」⁷⁶ 在世間體驗超脫的可能，這正是禪宗的在世間修出世間，在十字街頭修證解脫的可能。蘇軾以空、靜為「閱世走人間」的指導意識，唯有靜觀直照，才能更加認清自己、看清人生方向；唯有不斷追求空、靜，在囂囂塵世才能闊步向前。蘇軾以禪悟來了斷人生真諦，故而在人生不斷的挫折、困頓中，還能擁有曠達而自由的心靈。

又如禪悟對其人生哲理的啟悟：

已外浮名更外身，區區雷電若為神。山頭只作嬰兒看，無限人間失箸人。
（唐道人言，天目山上俯視雷雨，每大雷電，但聞雲中如嬰兒聲，殊不聞雷震也）⁷⁷

自然界的雷電聲，因聽聞的地點不同，而有天壤的差異。如果能明白人所處的名利世界皆是虛幻，超脫慾望的執著，無所迷無所求，就能無所驚懼無所煩憂，如同站在山頂上聽雷電聲般，一點也不會驚懼了。蘇軾用短短四句，道出了萬物皆空、得失俱忘的禪宗人生觀，道出他對人生的妙悟。又如 雨夜宿淨行院⁷⁸ 也同樣表明他的人生趨向：

⁷⁶ 李中華注譯《新譯六組壇經》，頁 295。

⁷⁷ 蘇軾《蘇東坡全集》前集卷五，頁 48。

⁷⁸ 引自周裕鍇《中國禪宗與詩歌》頁 92-93。

芒鞋不踏名利場，一葉輕舟寄渺茫。林下對床聽夜雨，靜無燈火照淒涼。

人生的際遇與體會，在芒鞋與輕舟中道盡；雨夜燈火是其自覺的選擇。空靜清寂的禪家意境正是詩人心境的最佳寫照。蘇軾常以禪家空寂意境托出自己的心境，如 梵天寺見僧守誼小詩，清婉可愛，次韻 一詩：

但聞煙外鐘，不見煙中寺。
幽人行未已，草露濕芒履。
惟應山頭月，夜夜照來去。⁷⁹

煙外鐘聲，山頭明月，詩人沈浸在寂靜的禪境中，任心自運。

蘇軾將體悟所得的禪理玄思化為人生的妙悟，哲理性的思辨痕跡明顯，然而卻沒有因此而有一般說理詩理障的毛病，主要原因來自他對禪宗思想的充分掌握和藝術創作能力的卓越。禪已然是他思想和生活的一部份，在藝術創作中自是體現無疑，清劉熙載說：「東坡詩善於空諸所有，又善於無中生有，機括實自禪悟中來。」⁸⁰ 綜上所論，可見其說無誤。

二、通脫無礙的人生觀

蘇軾在面臨人生逆境時，給予他超脫困境的啟悟的，是禪宗通脫無礙的人生哲學。禪宗頓悟自性、隨緣任運的啟發，使得蘇軾超脫外在環境的束縛，獲得心靈的真正自由，所以他不怨天尤人、不自怨自艾，而是樂觀曠達，隨遇而安；他沒有忐忑不安、為外物所役，而是心靈平和、解脫通達，這些都在詩歌中表現出來。連帶的在藝術創作思維上也得到很大的啟發，那就是在禪悟後的透脫無礙，以自由無礙的態度來創作，而能不拘一格的隨處揮灑。先談前者。

仕宦之路的坎坷，屢遭謫宦的打擊，蘇軾從佛老思想中尋求精神的出路。禪宗教人向內尋找，明心見性，尋求自己清淨的自性、本來面目，從煩惱束縛中解脫出來。蘇軾受禪宗思想薰染在處世態度上無欲隨緣，擺脫

⁷⁹ 蘇軾《蘇軾詩集》卷八，頁 380。

⁸⁰ 劉熙載《藝概》卷二，頁 10。

世俗名利的爭鬥，達到心靈上的自由。所以他能樂觀曠達，隨欲而安，心境平和。在他的詩歌中表現出來：

雨洗東坡月色清，市人行盡野人行。莫嫌犖确坡頭路，自愛鏗然曳杖聲。
(東坡)⁸¹

月色清新，闐然寂靜，市人、塵囂已遠，但聞曳杖鏗然之聲。境寂心更靜，世俗喧囂已然不能擾亂蘇軾平靜的心，唯有崎嶇難行的坡頭上，鏗然的杖聲伴隨著堅定的心。在這曳杖的鏗然聲中，了悟人生也無崎嶇也無平。他坦蕩曠達的心境正是這意味深長的暗示，這暗示正是詩中禪機所在！鏗然的曳杖聲暗寓著曠達的心境，而「寓居定惠院之東，雜花滿山，有海棠一株，土人不知貴也」⁸²一詩中夾雜於蕃花野草間的海棠，嫣然一笑於竹籬間，幽獨而淒清，以及詩人的「散步逍遙自捫腹」，則透露出詩人超塵絕俗，逍遙曠達的情調。

心靈的曠達自由，來自自我的解脫，來自禪宗頓悟自性的啟發，百步洪⁸³一詩道出他「此心無所住」，超越世俗的解脫：

長洪斗落生跳波，輕舟南下如投梭。水師絕叫鳧鴈起，亂石一線爭磋磨。
有如兔走鷹隼落，駿馬下注千丈坡。斷弦離柱箭脫手，飛電過隙珠翻荷。
四山眩轉風掠耳，但見流沫生千渦。嶮中得樂雖一快，何異水伯夸秋河。
我生乘化日夜逝，坐覺一念逾新羅。紛紛爭奪醉夢裡，豈信荊棘埋銅駝。
覺來俯仰失千劫，回視此水殊委蛇。君看岸邊蒼石上，古來篙眼如蜂窠。
但應此心無所住，造物雖駛如吾何。回船上馬各歸去，多言曉曉師所呵。

前半段描述江流中舟行的情形，急流飛舟的壯觀景色，暗寓著後半段險惡的政治紛爭。人生飛逝，如岸邊蒼石上篙眼般的紛爭要如何去面對呢？蘇軾將這一切視為心靈所化生的幻相，如同禪宗所說的「法界一相」，唯有「此心無所住」，斷除迷念，在世態紛紜中超越得失、是非、利害，保持無住、無念的清淨心，才能不被外物牽絆、役使。我自是我，雖寓意於物

⁸¹ 蘇軾《蘇東坡全集》前集卷十三，頁154。

⁸² 蘇軾《蘇東坡全集》前集卷十一，頁133。

⁸³ 蘇軾《蘇東坡全集》前集卷十，頁114。

而不留意於物，從而能放曠逍遙，自由自在。這是禪宗的「隨緣任運」的浸染。突破個人的視界，綜覽宇宙之大，拓展生命的領域，達到隨緣任性、自在逍遙的境界。在 遷居⁸⁴ 一詩中，就表現了這種隨緣自適，超然自得的態度：

前年家水東，回首夕陽麗。去年家水西，濕面春風細。
東西兩無擇，緣盡我輒逝。今年復東徙，舊館聊一憩。
已買白鶴峰，規作終老計。長江在北戶，雪浪舞吾砌。
青山滿牆頭，髣髴幾雲鬢。雖慚抱朴子，金鼎陋蟬蛻。
猶賢柳柳州，廟俎薦丹荔。吾生本無待，俯仰了此世。
念念自成劫，塵塵各有際。下觀生物息，相吹等蚊蚋。

蘇軾多次的遷居，漂泊不定之感並未造成他的感傷，他反而將之視為緣，緣至緣盡，一切自在，這種達觀的態度，隨遇而安的處世哲學，無疑的來自隨緣任運的禪家精神。之後的 和劉柴桑⁸⁵ 一詩，也是書寫同樣的心態：

萬劫互起滅，百年一踟躕。漂流四十年，今乃言卜居。
且喜天壤間，一席亦吾廬。稍理蘭桂叢，盡平狐兔墟。
黃櫨出舊？，紫茗抽新畬。我本早衰人，不謂老更劬。
邦君助畚鍤，鄰里通有無。竹屋從低深，山窗自明疏。
一飽便終日，高眠忘百須。自笑四壁空，無妻老相如。

漂流四十年終得一席之地，蘇軾沒有怨恨感傷，而是「且喜」的曠達。自得於竹屋舊物，一飽終日，高眠忘憂，沒有通透無礙的人生觀，何來逍遙自由的精神境界呢？他的逍遙自由，不只是超然達觀，更是隨緣怡悅，怡悅於隨處所遇的瀟灑自由，又如 慈湖夾阻風⁸⁶ 一詩：

此生歸路愈茫然，無數青山水拍天。猶有小船來賣餅，喜聞墟落在山前。

⁸⁴ 蘇軾《蘇東坡全集》後集卷五，頁 482。

⁸⁵ 蘇軾《蘇東坡全集》續集卷三，頁 89。

⁸⁶ 蘇軾《蘇東坡全集》後集卷四，頁 464。

在茫然中驟見希望，在困境中頓見光明，他的喜悅不是來自困境的解除，而是來自隨遇而安的自在瀟灑。這通透無礙正是禪悟所得。

因為禪宗思想給予蘇軾的精神支持與撫慰，在他仕宦失意、人生挫折時，能拋棄哀怨厭世，以坦蕩磊落的胸襟和自由灑脫的個性，追求樂觀曠達的處世態度。從樂觀曠達到隨緣怡悅，蘇軾深受禪宗思想的潛移默化，體現於作品的是更多、更深刻的人生思考，與藝術創作上自由自在的隨處揮灑，靈活圓轉，毫無窒礙。

三、不拘一格的隨處揮灑

蘇軾親近禪宗思想，禪悟後的透脫無礙體現在詩歌創作中的，是一種自由無礙的創作態度。隨機性的審美創造，不拘一格的隨處揮灑，使得他的詩歌表現靈活，不論是抒情、寫景或是說理都是自由心靈的創造表現。蘇軾的詩歌在審美創造上隨心所欲，自然、平淡、奇趣、理趣，不一而足，形成多種風格的表現。這樣的不拘一格、隨心所欲的創作思維，是創作主體的不作意、無住、無縛，所以能不拘泥於定法、不受制於成規，能圓轉靈活而毫無窒礙。這無疑的與蘇軾深契禪宗「唯心任運」、隨緣自適的思想有很大關聯。

先看蘇軾詩歌創作中理趣風格的表現。蘇軾是將自然之理與人生哲學融為一體，在事物的描寫中直接掌握事物的特點以及人生的意涵。如前面已談過的《題西林壁》及《琴詩》，將深刻的人生哲學寓含於所見的事物當中，既有具體形象且意味雋永。又如《書雙竹湛師房二首》⁸⁷：

暮鼓朝鐘自擊撞，閉門孤枕對殘釭。白灰旋撥通紅火，臥聽蕭蕭雪打窗。

蘇軾夜宿杭山寺，聽聞寺僧晨昏禮佛，以聲聞求道。他想到百丈懷海示道滄山靈祐的情形：

一日，侍立，百丈問誰，師曰：靈祐。百丈云：汝撥爐中有火否？師撥

⁸⁷ 蘇軾《蘇東坡全集》前集卷五，頁57。

云：無火！百丈躬起深撥得少火，舉以示之。云：此不是火？師發悟禮謝。
（《景德傳燈錄》）⁸⁸

蘇軾了悟「道」在空寂深幽處，在各自的心內，隨時隨地可以體道，所以「臥對蕭蕭雪打窗」同樣也能見道，自己就不必如寺僧般暮鼓晨鐘的求道了。以禪理來顯示自己所體會的人生哲理，是蘇軾理趣詩中常有的表現。再如：

瘴霧三年恬不怪，反畏北風生體疥。朝來縮頸似寒鴉，焰火生薪聊一快。
紅波翻屋春風起，先生默坐春風裡。浮空眼纔散雲霞，無數心花發桃李。
偷然獨覺午窗明，欲覺猶聞醉鼾聲。回首向來蕭瑟處，也無風雨也無情。
（獨覺）⁸⁹

蘇軾貶謫海南，瘴霧蠻煙的生活，他是既來之則安之。眼前所見雲霞、桃李都是自心所幻生，一切諸法皆由因緣生起，是無常的空相，故「也無風雨也無情」，人世間的一切就不再能干擾他的心了。蘇軾的這類詩，將人生哲理寓於事物的變化中，是富於理趣而又耐人尋味的。

除了理趣，蘇詩還有自然、平淡的藝術風格。宋人作詩重意，詩歌卻以陶淵明詩為典範，追求直觀體悟、直抒胸懷之平淡自然。蘇軾就是以陶淵明為學習典範，由於人生態度相似，進而喜愛其作品的藝術表現，「寄傲疑今是，求榮感昨非」（《集歸去來詩》）⁹⁰，「師淵明之雅放，和百篇之新詩」（《和歸去來今辭》）⁹¹，推崇其為人的「傲」、「放」，及詩歌創作的平淡。宋人以陶詩為典範所形成的重襟懷直寄的創作思想，以及禪宗直覺觀照的思維方式影響，在創作上要求心靈的證悟體驗，不重形象、藻飾，而追求「中膏」、「實腴」、「簡易而大巧出焉，平淡而山高水深」⁹²。蘇軾的和陶詩帶有引陶入禪的時代特點，如《和陶飲酒二十首 其十三》⁹³：「醉中雖可樂，猶是生滅境。云何得此身，不醉亦不醒。」在類于陶詩那種齊

⁸⁸ 宋釋道原《景德傳燈錄》卷九，頁149。

⁸⁹ 蘇軾《蘇東坡全集》後集卷六，頁490。

⁹⁰ 蘇軾《蘇東坡全集》續集卷三，頁87。

⁹¹ 蘇軾《蘇東坡全集》續集卷三，頁89。

⁹² 黃庭堅《與王復觀書》，《山谷集》卷十九，見《景印文淵閣四庫全書》第1113冊，頁184。

⁹³ 蘇軾《蘇東坡全集》續集卷三，頁81。

物我了生死的老境中，融進了性自清淨的禪悅，促進了平淡美的發展。⁹⁴ 如和陶歸園田居⁹⁵ 其一：

環州多白水，際海皆蒼山。以彼無盡景，寓我有限年。
東家著孔丘，西家著顏淵。市為不二價，農為不爭田。
周公與管蔡，恨不茅三間。我飽一飯足，薇蕨補食前。
門生餽薪米，救我廚無煙。斗酒與隻雞，酣歌餞華顛。
禽魚豈知道，我適物自閒。悠悠未必爾，聊樂我所然。

景物與生活白描式的鋪陳，是寂靜心境的觀照結果，自然質樸未有雕琢藻飾，卻深味其恬淡自適之樂。蘇軾的田園生活比況於陶淵明，以禪家隨緣自適的態度了悟「我適物自閒」，整首詩平淡而至味永。又如 縱筆三首：

寂寂東坡一病翁，白須蕭散滿霜風。小兒誤喜朱顏在，一笑哪知是酒紅。

父老爭看烏角巾，應緣曾現宰官身。谿邊古路三叉口，獨立斜陽數過人。

北船不到米如珠，醉飽蕭條半月無。明日東家知祀灶，隻雞斗酒定膾吾。⁹⁶

第一首是蕭然寂寥的感嘆衰老，卻以小兒的誤喜來加深其中的傷感。看似輕鬆詼諧，其實蘊含曲折的深意，以平淡出之，更見不易。第二首則有世事不定、漂泊、寂寞之意，「烏角巾」與「宰官身」即是人生失意與得意的難以逆料，獨自看著三叉路口來往不定的過路人，正對照著平靜與寂寥的心境。第三首將困境以自嘲出之，化困頓衰憊為生機。三首詩語均極平淡，卻在平淡中見出深邃之情思，耐人尋味，這自是蘇軾禪悟的結果。蘇軾從禪宗隨緣自適、無住無縛的人生哲學獲得啟發，以隨緣曠達的人生觀看待逆境與順境，心境已然平靜，創作上自能出之以平淡而雋永了。

蘇軾學陶詩的平淡，但與陶詩卻有不同。陶詩的平淡是出於自然，蘇軾的平淡是由「氣象崢嶸，色彩絢爛」中來，是飽經憂患、漸老漸熟的平

⁹⁴ 張毅《宋代文學思想史》，頁 117。

⁹⁵ 蘇軾《蘇東坡全集》續集卷三，頁 74。

⁹⁶ 蘇軾《蘇東坡全集》後集卷六，頁 493。

淡，加以禪學的浸染，接受禪宗公案語錄含蓄巧妙的特色，將情思融進平淡、寂靜的景象事物中，所以蘇詩往往是思致細密、理蘊豐富而胸襟淡泊的，且不時散發出淡淡的禪味來。

蘇軾橫溢的才華，在其創作思維的「無心」、「不作意」下，表現為自由心靈的抒寫，重視創作主體的感受與體驗，形成自然放曠、無拘無束的樣貌呈現。奇趣也是蘇詩不拘一格的創作風格。他曾說：「詩以奇趣為宗，反常合道為趣」⁹⁷，喜歡出乎意料的呈現，造成趣味性。蘇詩奇趣的追求，應與蘇軾吸收禪宗公案語錄的話頭機鋒有關，禪宗重視機鋒問答的示法方式，奇特的會解方式，往往給予詩人一些靈感與啟發。例如充滿禪趣的《書焦山綸長老壁》⁹⁸詩：

法師住焦山，而實未嘗住。我來輒問法，法師了無語。
法師非無語，不知所答故。君看頭與足，本自安冠履。
譬如長鬣人，不以長為苦。一旦或人問，每睡安所措。
歸來被上下，一夜著無處。展轉遂達晨，意欲盡鑷去。
此言雖淺鄙，故自有深趣。持此問法師，法師一笑許。

以長鬣人的例子說明他對禪宗「無住無念」的掌握，生動而充滿趣味。心若執著於外物，便為外物所羈絆而不得解脫，唯有明瞭自心自性本自清淨，達到無住無念，真正獲得解脫，心靈才能真正自由。又如一首在奇趣中展現悠閒自由的詩：

路轉山腰足未移，水清石瘦便能奇。白雲自占東西嶺，明月誰分上下池。
黑黍黃粱初熟後，朱柑綠橘半甜時。人生此樂須天賦，莫遣兒曹取次知。
(與毛令方尉遊西菩寺二首)⁹⁹

以奇特的想像和靈活的筆觸作景色的描寫，寂靜的景色卻都動了起來，能動亦能靜，攝動靜於一，奇趣湧現在筆調中。最後兩句說到這遊山玩水的樂趣，只想獨自享受，可別叫小輩們給學了去，呈顯詩人悠閒曠達的心境。

⁹⁷ 惠洪《冷齋夜話》卷五，見《學津討原》，頁 25。

⁹⁸ 蘇軾《蘇東坡全集》前集卷六，頁 63。

⁹⁹ 蘇軾《蘇東坡全集》前集卷六，頁 67。

惠洪稱東坡詩妙，奇趣其一：「對句法，詩人窮盡其變，不過以事以意以出處具備，謂之妙。如荊公曰：『乃不若東坡微意特奇，如曰：『見說騎鯨游汗漫，亦曾捫蝨話辛酸』；又曰：『蠶市風光思故國，馬行燈火記當年』；又曰：『龍驤萬斛不敢過，漁舟一葉縱掀舞』。以鯨為蝨對，以龍驤為漁舟對，小大氣焰之不等，其意若玩世。』」¹⁰⁰

蘇軾更以鄙俚之語入詩，呈現一種幽默的風趣：

半醒半醉問諸黎，竹刺藤梢步步迷。但尋牛屎覓歸路，家在牛欄西復西。

（被酒獨行，遍至子雲威徽先覺四黎之舍三首）¹⁰¹

半醉半醒間，在雜木叢生的小徑中尋不到回家的路。這時忽然想起可以循著牛屎回家，因為家就在牛欄西邊。詩意這樣淺白易懂，活潑而有親切感，最特別的是將「牛屎」入詩，既不粗鄙且見諧趣。這與禪宗公案裡不擇時地，不拘對象的手法應有關係，在禪宗公案語錄中常可見隨手擒來、生動的使用通俗鄙俚之語，來做暗示、比喻。從蘇軾常與禪師們鬥機鋒、打啞謎的應答，他將此手法帶入詩中，應非牽強的比附。例如最常為人稱道的與佛印禪師間的公案：「八風吹不動，一屁打過江」、「佛印眼中有佛，東坡心中有糞」，詼諧中帶有含意，正是一種奇趣。蘇軾將日常生活所見隨手拈來入詩，詩材的隨機與詩思的自然天成，是受禪宗隨機應物的精神所影響。¹⁰² 他的詩生動活潑毫無拘束，放縱天然的詩風，真非奇才而不能。

蘇軾虔誠的參禪禮佛，禪學修養深厚，在他的詩歌創作中，時常發抒他所體會的禪理玄思，或寓人生哲理於禪理玄思中。尤其是其曠達自適的精神與生活態度，即是來自禪宗隨緣自適、通透無礙的人生哲學的啟發。禪悟所帶來的是心靈的自由發抒，於詩歌創作上體現不拘一格的隨處揮灑。

第三節 禪宗與北宋中後期的詩歌創作——黃庭堅、江西詩人

如果說蘇軾對禪宗思維藝術的吸收與借鑑，主要表現為詩歌的通透無

¹⁰⁰ 惠洪《冷齋夜話》卷四，見《學津討原》，頁22。

¹⁰¹ 蘇軾《蘇東坡全集》後集卷六，頁493。

¹⁰² 關於創作上的隨機性與禪宗隨機應物的關係，於上一章第二節創作論部份有詳論。

礙，揮灑自由而意趣橫生；那麼，黃庭堅對禪宗的吸收與借鑑，就主要體現於詩歌語言的創新與出奇上。橫跨北宋後期和南宋前期詩壇主流的黃庭堅與江西詩派，著眼於詩歌語言和技巧的精益求精，在構思上翻新出奇、在用字遣詞上鍛鍊出新，甚至不惜艱澀怪奇、詰屈冷僻以求出新重奇。黃庭堅與江西詩派中大部分的詩人都親近禪宗（在本文第三章中已有論述），參禪禮佛，禪學功底頗為深厚，在詩歌理論與創作上更加自覺的向禪宗借鏡。呂本中作《江西宗派圖》也是模仿禪宗燈錄的作法，定宗祖、列法嗣，曾幾稱：「工部百世祖，涪翁一燈傳。」（東軒小室即事五首）趙蕃稱：「詩家初祖杜少陵，涪翁再續江西燈。」（書紫微集後）詩歌藝術的傳承模仿禪家心燈的相傳，是自覺而公開的借鑑自禪宗。江西詩派從黃庭堅開始在宋代風行兩百餘年，之所以能有如此的勢力，與禪宗在宋代的流行應是有不可分的關係！本節將探看黃庭堅與江西詩人的詩歌創作與禪宗間的聯繫。

一、黃庭堅的詩歌創作

黃庭堅親近禪宗與三教合一的時代思潮、仕宦失意屢受貶謫的經歷及廣為結交禪友有關。他參禪的熱誠及對禪學的體悟，連禪宗燈錄都將之視為黃龍派晦堂祖心的法嗣，明袁樛坡稱：「蘇、黃皆好禪，談者謂子瞻是士大夫禪，魯直是祖師禪，蓋優黃而劣蘇。」¹⁰³對黃庭堅的禪學是一種推崇。黃庭堅的家鄉洪州分寧（江西修水）是南宗禪興盛之地，他與多位禪師結交，成為方外之友，其中影響較深的有晦堂祖心、圓通法秀、死心悟新、靈源惟清等等，他的禪學思想受其影響頗大。在黃庭堅的詩歌創作中，抒發其對禪學喜好的作品頗多，而富有禪理、禪趣、禪味的詩歌不在少數，他借鑑禪宗頓悟自性的方式來進行心靈體驗，以活潑潑的體察來面對紛擾的俗世，而有透脫的體悟，禪學影響的痕跡明顯。黃庭堅在詩歌理論與創作中，對禪宗言句技巧的吸收化用特別深刻，詩論部分已於上一章中討論，在此要從其創作實踐中，來看禪宗的影響。

（一）透脫的禪悟

¹⁰³ 《庭幃雜錄》卷下，見孫昌武《禪思與詩情》引，頁480。

黃庭堅對禪宗的喜好，在他將居處題名為「槁木寮」、「死灰庵」、「任運堂」、「喧疾齋」中明顯見出。他在自畫像中自稱：「似僧有髮，似俗無塵，作夢中夢，見身外身。」¹⁰⁴ 晚年更自稱是：「瀚墨場中老伏波，菩提坊裡病維摩。」¹⁰⁵ 他與禪師間的詩歌唱酬中更表露出對禪學的深刻體悟，如崇寧元年自黔州還鄉，至黃隆山謁靈源惟清時所寫的詩：

山行十日雨霑衣，幕阜峰前對落暉。野水自添田水滿，晴鳩卻喚雨鳩歸。
靈源大士人天眼，雙塔老師諸佛機。白髮蒼顏重到此，問君還是昔人非。
（自巴陵略平江，臨湘入通城，無日不雨，至黃龍奉謁清禪師，繼而晚晴，邂逅禪客戴道純，款語作長句呈道純）¹⁰⁶

詩中對自己遭貶謫遇赦，重遊舊地時，景物依舊而人事是否已非的慨嘆。黃庭堅對慧南、祖心及惟清禪師的稱美推崇，來自他對禪師行儀及禪學的傾心。又如崇寧三年，在赴宜州途中為悟新作 代書寄翠巖新禪師¹⁰⁷ 詩云：

山谷青石牛，自負萬鈞重。八風吹得行，處處是日用。
又將十六口，去作宜州夢。苦憶新老人，是我法樑棟。
信手斫方圓，規矩一一中。遙思靈源叟，分坐法席共。
聊持楚狂句，往作天女供。嶺上梅早春，參軍慚獨弄。

「山谷青石牛」是化用皖公山山谷寺的典故，山谷寺西北有石牛洞，有人畫黃庭堅坐於石牛上，因此自號「山谷道人」。¹⁰⁸ 黃庭堅對禪學的領悟成為晚年謫居時的慰藉，自覺的以禪宗思想為依歸，在詩作中對禪學自是多有發揮，不只是談禪說理，更有透脫的禪悟。

黃庭堅常在詩作中談禪說理、套用禪典來寓示他的人生體會，例如 次

¹⁰⁴ 黃庭堅 寫真自贊六首 之一，《豫章黃先生文集》卷十四，頁 68。

¹⁰⁵ 病起荊江即事十首，黃庭堅《黃山谷詩集注》內集卷十四，頁 153。

¹⁰⁶ 黃庭堅《黃山谷詩集注》內集卷十六，頁 174。

¹⁰⁷ 黃庭堅《黃山谷詩集注》內集卷二十，頁 210-211。

¹⁰⁸ 見任淵注，同上。

韻楊明叔¹⁰⁹：

道常無一物，學要反三隅。喜與嗔同本，嗔時喜自俱。
心隨物作宰，人謂我非夫。利用兼精義，還成到岸桴。

此詩闡述黃庭堅的禪學體會，禪宗悟道解脫的方法在於明心見性，我之心即佛性，唯有向心內求，自作主張，不為外物所牽引羈絆，無嗔無喜，才能解脫識道。如若心隨物轉，為物所宰，則到不了彼岸，也暗示心被外境所役，不能超脫於俗世。是對人的勉勵也是自我警惕。又如聽崇德君鼓琴¹¹⁰：

兩忘琴意與己意，乃似不著十指彈。禪心默默三淵靜，幽谷清風淡相應。
絲聲誰道不如竹，我已忘言得真性。罷琴窗外月沈江，萬籟俱空七弦定。

琴意與己意的兩忘，在於禪心的默默，忘言而得真性，超越物我進行直觀的體證，所謂「靜故了群動，空故納萬境」，故而幽谷清風、明月沈江，自在的呈顯心境。這是黃庭堅禪悟的體會。黃庭堅對佛典禪籍相當熟悉，融會禪典的意涵於詩意中，是黃詩中常見的情形，如戲贈惠南禪師¹¹¹：

佛子禪心若葦林，此門無古亦無今。庭前柏樹祖師意，竿上風幡仁者心。
草木同霑甘露味，人天共聽海潮音。胡床默坐不須說，撥盡寒灰劫數深。

「庭前柏樹」、「竿上風幡」、「撥盡寒灰」用的都是典故。黃庭堅用禪典如此熟稔，足見其禪學修養深厚，對深奧的禪理自是有一番體悟，如他在寄黃隆清老三首之一¹¹²中表述他的體悟：

騎驢覓驢但可笑，非馬喻馬亦成痴。一天月色為誰好，二老風流只自知。

¹⁰⁹ 黃庭堅《黃山谷詩集注》內集卷十二，頁229。

¹¹⁰ 黃庭堅《黃山谷詩集注》外集卷二，頁231。

¹¹¹ 陳香《禪詩欣賞》，台北：國家出版社，1990年7月，頁187。

¹¹² 黃庭堅《黃山谷詩集注》內集卷二十，頁213。

在訴說對惟清禪師思念之情與光風霽月之心境的同時，以「騎驢覓驢」「非馬喻馬」來寓說但見本心的領悟。悟道不能向外覓求，要自求了悟自性，是禪宗修行的基本宗旨。以月色比喻兩人的心境，這心境只有二人自己心知，道出悟道的體證在於個人，如人飲水冷暖自知。全詩不只是富含禪理，更是透脫的禪悟。

於詩歌中見禪趣、禪味的，也是黃庭堅禪悅的結果。這些作品都有無心而有情的詩禪機趣，原因在於處於紛雜人世的宋代士人，他們的禪心不同於禪師，是清靜而又不清靜的。面對有情世界的觸動，按不住繾綣之意，卻又自我警覺、自省，企希於當下解脫。這樣特殊的禪心結構，正是宋人禪心的獨特處。¹¹³ 王充道送水仙花五十枝欣然會心為之作詠¹¹⁴ 一詩：

凌波側子生塵襪，水上輕盈步微月。是誰招此斷腸魂，種作寒花寄愁絕。
含香體素欲傾城，山礬是弟梅是兄。坐對真成被花惱，出門一笑大江橫。

花香是色界的體現，香氣觸動憐花之心，然而清淨之心應是不嗔不喜的，於是醒覺到心受外界的影響，惱花而自省。繼而出門一笑，對詩人而言，憐花也好，惱花也罷，天地之間再無拘執，自由自在。「無心而有情」，詩人禪心是靜寂而又活潑的。這最後一句，詩意的跳躍和轉換，使詩到達更深遠的境界。又如 次韻答斌老病起獨遊東園¹¹⁵：

萬事同一機，多慮乃禪病。排悶有新詩，忘蹄出兔徑。
蓮花生淤泥，可見嗔喜性。小立近幽香，心與晚色靜。

詩中闡述世上萬事萬物均由同一機緣而成，喜與嗔出於一性，就如蓮花出於污泥，故而對於世事不必多思多慮。站在幽香的蓮花旁，心境與景色一樣恬靜。全詩雖以禪理來勸說友人勿多慮，然而寓禪意於景中，是富於禪理又有禪趣之作。

再如 又答斌老病癒遣悶二首¹¹⁶：

¹¹³ 韓經太《宋代詩歌史論》，頁 110-101。

¹¹⁴ 黃庭堅《黃山谷詩集注》內集卷十五，頁 163。

¹¹⁵ 黃庭堅《黃山谷詩集注》內集卷十三，頁 136。

¹¹⁶ 黃庭堅《黃山谷詩集注》內集卷十三，頁 137。

百病從中來，悟罷本誰病。西風將小雨，涼入居士徑。
苦竹繞蓮塘，自悅魚鳥性。紅妝倚翠蓋，不點禪心淨。

風生高竹涼，雨送新荷氣。魚游悟世網，鳥語入禪味。
一揮四百病，智刃有餘地。病來每厭客，今乃思客至。

第一首以禪理說明致病的原因在於心中的種種煩惱，是知見遮蔽了「自性」，去掉煩惱、知見，病自然痊癒了。而病癒之後，就如魚鳥般自在而愉悅。第二首則道出詩人體悟禪境後的清靜愉悅，如魚了悟世網的險惡而能自由的游；如鳥自在的唱著帶有禪味的歌聲。這些都源由於禪宗的智慧與力量。二首都富於禪趣。

黃庭堅歷經數次的貶謫後，心境已趨平靜，加上常與禪友交遊論道，故於創作中頗能融會禪理於他所體悟的人生識見中，詩歌創作中見到的是對人生通透的理解，這不能不說是來自透脫的禪悟。晚年之作，意蘊豐富，思致細密，平淡而富有禪趣。

（二）禪宗言句技巧的吸收化用

黃庭堅對禪學的借鑑與吸收，除了受到禪宗思想深刻影響，深化於其思想中之外，禪宗的言句技巧也被黃庭堅大量的吸收與借用，這主要體現在其詩歌語言技巧的新、活。黃庭堅所提出的詩歌創作方法中，「奪胎換骨」、「點鐵成金」、「句中有眼」、「打諢出場」等正是化用禪宗談禪的方法，是禪宗「活法」精神的借鑑與發揮。

黃庭堅的「奪胎換骨」、「點鐵成金」的理論，體現在詩歌創作實踐中，就成了點化前人詩意或詩句、好用典故、廣徵博引而自成新意，這其實就是禪宗「活法」的具體體現，和禪家的機鋒轉語、參活句、自家作主、切忌隨人後等等的精神相通。例如 寄黃幾復¹¹⁷ 一詩：

我居北海君南海，寄雁傳書謝不能。桃李春風一杯酒，江湖夜雨十年燈。

¹¹⁷ 黃庭堅《黃山谷詩集注》內集卷二，頁16。

持家但有四立壁，治病不斬三折肱。想得讀書頭已白，隔溪猿哭瘴煙藤。

首聯的「我居北海君南海」乃是化用《左傳 僖公四年》中楚子問齊桓公語：「君住北海，寡人處南海，惟風馬牛不相及也。」¹¹⁸ 下句點出與友人相隔遙遠之意，連請雁兒傳送書信都因太過遙遠而「謝不能」，此手法頗出新意，尤以「謝」字擬人之思維，更強化路遙，而詩人思意濃厚。活用典故，但卻不覺用典，體現詩人「無一字無來歷」的主張。頷聯更見功力，全部以常見的意象組合成一全新的意境，但見熟詞卻出奇意，張耒即評說此二句「真奇語」。頸聯又用了典故，「四立壁」化用《史記 司馬相如列傳》：「文君夜亡奔相如，相如乃與之馳歸成都，家居徒四壁立。」¹¹⁹ 「治病不斬三折肱」化用的是《左傳》齊高彊曰：「三折肱，知為良醫。」此借用言諳練世故，不待困而後知也。¹²⁰ 意思是說黃幾復很有才能卻依舊家徒四壁。尾聯似斷實連，承接其先前思念之意。整首詩雖不斷化用典故，卻無堆砌之感，反倒新意百出。而 和答錢穆父詠猩猩毛筆¹²¹ 一詩是黃庭堅「靈丹一粒，點鐵成金」¹²² 理論實踐的最佳例證：

愛酒醉魂在，能言機事疏。平生幾兩屐，身後五車書。
物色看王會，勳勞在石渠。拔毛能濟世，端為謝楊朱。

此詩是詠錢穆父奉使高麗所得之猩猩毛筆，黃庭堅用《華陽國志》所載的猩猩典故，愛喝酒、愛穿屐又能言。頷聯卻以《晉書 阮孚傳》裡「未知一生能著幾兩屐」，及《莊子》：「惠施多方，其書五車」的典故，來說猩猩毛，這兩件人事與猩猩毛毫無關係，卻巧妙的點化在一起，頓出新意。黃庭堅的巧思就如「靈丹一粒」，取古人之陳言於翰墨，卻點化出新意。無疑與禪宗「活法」精神的啟發有關。尾聯活用「楊朱拔一毛以利天下，不為也」的典故，非常幽默。¹²³

¹¹⁸ 吳晟《黃庭堅詩歌創作論》引，江西：人民出版社，1998年10月，頁191。

¹¹⁹ 楊家駱主編《中國學術類編》，《史記》卷一百一十七，台北：鼎文書局，1990年7月，頁3000。

¹²⁰ 黃庭堅《黃山谷詩集注》內集卷二，任淵注，頁16。

¹²¹ 黃庭堅《黃山谷詩集注》內集卷三，頁36。

¹²² 黃庭堅「點鐵成金」的理論主張見 答洪駒父書：「古之能為文章者，真能陶冶萬物，雖取古人之陳言入於翰墨，如靈丹一粒，點鐵成金。」《山谷集》卷十九，見《景印文淵閣四庫全書》第1113冊，頁186。

¹²³ 見陳永正選注《黃庭堅詩選》引，台北：遠流出版事業股份有限公司，1992年11月，頁105-106。

又如 登達觀台¹²⁴：

瘦藤拄到風煙上，乞與遊人眼界開。不知眼界闊多少，白鳥去盡青天回。

此首是使用李白詩意而變造其語，亦即所謂的「奪胎換骨」法。李白有詩云：「鳥飛不盡暮天碧」，又：「青天盡處沒孤鴻」，¹²⁵ 意佳但辭氣不連，黃庭堅點化其意而造新語，使得語句更為工妙甚於原作。黃庭堅的好用典故，以《莊子》、《世說》、南朝語、佛典、公案語錄等為多。前面提到引用禪典的例子即是，不再贅述。

「句中有眼」其實就是鍛鍊用字的技巧，選擇使詩句更為有力、生動靈活的關鍵字眼。黃庭堅自稱「句中有眼」是來自禪宗的概念，¹²⁶ 與禪宗「句裡藏鋒，言中有響」的概念是相同的。在黃庭堅的創作中，善用「句眼」的例子相當多，如：

萋萋穿雪動，楊柳索春饒。（次高子勉十首）¹²⁷

雲黃覺日瘦，木落知風饜。（勞坑入前城）¹²⁸

馬齧枯萁誼午枕，夢成風雨浪翻江。（六月十七日晝寢）¹²⁹

夜聽疏疏還密密，曉看整整復斜斜。（詠雪奉呈廣平公）¹³⁰

第一例中的萋萋、楊柳、春都是常見的意象，然而用「穿」、「動」、「索」、「饒」這些字眼，卻讓春的意態和景致躍然於紙上。第二例中同樣以「瘦」、「饜」等「句眼」來活化詩句，讓人有不同於一般的新鮮感受。第三例中

¹²⁴ 惠洪《冷齋夜話》卷一，見《學津討原》，頁 11。

¹²⁵ 同上。

¹²⁶ 黃庭堅 自評元祐間字：「字中有筆，如禪家句中有眼，非深解宗趣豈易言哉！」（《豫章文集》卷二十九，頁 327。

¹²⁷ 黃庭堅《黃山谷詩集注》內集卷十六，頁 170。

¹²⁸ 黃庭堅《黃山谷詩集注》外集卷十，頁 337。

¹²⁹ 黃庭堅《黃山谷詩集注》內集卷十一，頁 119。

¹³⁰ 黃庭堅《黃山谷詩集注》內集卷六，頁 57。

以「諠」字將馬吃稻梗的欵欵聲給點染開來，像人在耳邊細碎個不停，這聲音進到夢中，就成了強大到能翻江的風雨聲了。用「翻」字來點出風雨的猛烈。除了具關鍵性的動詞形容詞的鍛鍊外，語助虛詞的使用也是黃庭堅所著重的，第四例中「還」、「復」在句中起著頓挫轉折的作用，語句更加變化而語意更深刻。

「打諢出場」是以插科打諢的遊戲法來作詩，使詩意呈現幽默、驚奇的效果，不只黃庭堅採這樣的詩法，宋代近禪詩人幾乎都使用這樣的詩法。這應該與近禪詩人熟諳禪家的「遊戲三昧」有關，因為「打諢出場」與禪宗「遊戲三昧，逢場設施」的方法非常相似，都以跳脫邏輯、常理的思維來設施。如 題竹石牧牛¹³¹：

野次小崢嶸，幽篁相倚綠。阿童三尺捶，御此老穀觫。
石吾甚愛之，勿遣牛礪角。牛礪角尚可，牛斗殘我竹。

這是一首題畫詩，圖為蘇軾與李伯時共同創作，黃庭堅看到此圖時，覺得甚有意態，故戲詠一首。黃庭堅以遊戲態度，插科打諢的方式，為這幅圖題詩。前四句直接吟詠畫面結構，富意態而傳神。後四句突冒出詩人對石竹的偏好，叫牛不要破壞這竹石，如果非做不可，那就叫牛磨石礪角，不要殘壞我所喜愛的叢竹！這後四句與前四句語意斷裂，顯得非常突兀，但這斷裂卻帶來諧趣的轉折，這畫中之牛根本不可能磨石殘竹，戲謔之意濃厚。而黃庭堅的真正意思卻是藉此讚美蘇軾與李伯時的繪畫技巧。「以真實相出遊戲法」的創作方式正如禪宗的「遊戲三昧」，真正的意含並不直接道出，而以其他看似毫不相干的事物來呈顯，這打諢的方法不就是禪宗「活句」原則的體現？語錄公案中禪師們的機鋒問答不正也是這樣？再如題伯時畫頓塵馬¹³²一詩：

竹頭槍地風不舉，文書堆案睡自語。忽看高馬頓風塵，亦思歸家洗袍褲。

這是黃庭堅與蘇軾等人在京師評閱試卷，閒時觀畫所題之詩。前兩句描繪

¹³¹ 黃庭堅《黃山谷詩集注》內集卷九，頁 103。

¹³² 黃庭堅《黃山谷詩集注》內集卷九，頁 93。

文官沈悶乏味的工作狀態，深具諧趣，然與題意並無關。後兩句則從觀畫所見，提到自己也該如畫中之馬，辭去官職，洗盡身上塵污。前兩句諧謔的描繪，猶如插科打諢的效果，強化官場「風塵」，使詩人欲脫離官場之意，更加彰顯。前後文意的斷裂，在頓挫中見其寓意。或許正是因為黃庭堅熟諳禪家手法，能「得活用死」，破除拘執，所以在他的創作中如此變化萬方，鮮活而自如。

語言技巧的運用並非黃庭堅詩歌創作追求的終極目標，「意在無弦」、「無意於文而文已致」的藝術境界才是他所努力的目標，正如禪家的言句技巧只是示道的手段，得魚而忘筌，悟道才是目的。然而，在黃庭堅的創作實踐上，我們可以發現他求深務奇，「在乎迴不與人，時時出奇，故能獨步千古。」¹³³ 在言句技巧上確實高妙，然而不可否認的是他亦陷於言句技巧的深坑裡，始終未能完全進入陶詩「不凡繩削而自合」的境界，真正達到「意在無弦」的境界。

二、江西詩人的詩歌創作¹³⁴

「詩到江西別是禪。」¹³⁵、「詩禪在在談風月，未抵江西龍象窟。」¹³⁶ 江西詩人與禪宗間的關係從詩句中略可窺見一斑。江西詩人大都好禪，對禪學思想多所研究，因此他們的詩歌理論與創作受到禪宗深刻的影響。在江西詩人的詩歌創作中，總流露出對禪學的喜好與體會。禪宗的影響大抵可從兩方面見出：一是在創作內容中表現深刻體會的禪宗思想；二是對禪宗活法精神之借鑑與吸收。下面就從這兩方面來看禪宗與江西詩人詩歌創作的聯繫。

首先，在江西詩人的創作中常見其所體悟的禪宗思想，他們化用禪語、禪典，發抒禪思，濃濃的禪味自詩中散發出來。例如陳師道的《別寶講主》一詩云：「暫息三支論，重參二祖禪。」¹³⁷ 三支論是指因明宗、因、喻三

¹³³ 方東樹《昭昧詹言》，《宋詩縱橫》引，頁201。

¹³⁴ 呂居仁所作江西宗派圖裡共列二十五人，其中以陳師道、謝逸、洪當、饒節、洪炎、韓駒、李彭、晁冲之、謝適等十人留詩較多。另外，呂本中、曾幾、陳與義後來也被列入。此處所引用的例子即以這些人為主。

¹³⁵ 金劉迎《題吳彥高詩集後》，《中州集》卷三，見《景印文淵閣四庫全書》第1365冊，頁81。

¹³⁶ 宋史彌寧《賦桂隱用王從周鎬韻》，《友林乙稿》，見《景印文淵閣四庫全書》第1178冊，頁104。

¹³⁷ 陳師道《後山集》卷四，見《景印文淵閣四庫全書》第1114冊，頁546。

支論法。陳師道此聯詩意是要人捨棄博智講論，而專從簡約的悟禪方式。任淵曾評陳師道的詩說：「讀後山詩，大似參曹洞禪，不犯正位，切忌死語，非冥搜旁引，莫窺其用意深處。」¹³⁸ 或許與其熟悉禪法有關。謝逸、謝邁兄弟均好禪，汪革將謝逸比擬為龐蘊居士，他有詩云：「但得丹霞訪龐老，何須狗監薦相如？新年更勵於陵節，妻子同鋤五畝蔬。」¹³⁹ 試看謝逸詩中的禪：

學道護心城，養生戒眉斧。靜知世味薄，老愜野僧語。
散步給孤園，邀我會心侶。塵清不眯眼，境靜可冰暑。（廣受寺）¹⁴⁰

境靜心靜，直覺觀照是禪的啟發。江西詩人多借鑑禪宗靜觀內省的方式來觀照事物，發現日常生活中的詩意，表現為淡泊簡潔的詩趣。如洪朋詩句：「禪心元謁絕，世事更忘機。」（懷黃太史）¹⁴¹、曾幾的「微雨久逾潤，禪房低復深。下惟香一縷，收盡向來心。」（二十一兄以手和四清香見餉用心清聞妙香為韻五成小詩 之一）。謝邁的「有懷如璧道人 同樣見此精神意趣：

每憶詩人賈闍仙，投冠去學祖師禪。塵埃不染心如鏡，妙句何妨與世傳。¹⁴²

並且道出饒節詩境與禪境的關聯。饒節早年有大志，既不遇，最後投身禪門，法號如璧。他在詩中道出對儒禪的選擇：

文章於道未為尊，爭似無為實相門。要作仲尼真弟子，須參達摩的兒孫。
（蔡伯世呂隆禮敦智李肅老求頌二首 其二）¹⁴³

向來相約濟時功，大似頻伽餉遠空。我已定交木上座，君猶求舊管城公。
文章不療百年老，世事能排雙頰紅。好貸夜窗三十刻，胡床趺作究幡風。

¹³⁸ 任淵《后山詩注目錄》，見《后山詩註》，台北：藝文印書館，1975年，頁3。

¹³⁹ 呂本中《紫微詩話》，見《歷代詩話》，頁360。

¹⁴⁰ 謝逸《溪堂集》卷二，見《景印文淵閣四庫全書》第1122冊，頁490。

¹⁴¹ 洪朋《洪龜父集》卷下，見《景印文淵閣四庫全書》第1124冊，頁241。

¹⁴² 謝邁《竹友集》卷六，見《景印文淵閣四庫全書》第1122冊，頁591。

¹⁴³ 饒節《倚松詩集》卷二，見《景印文淵閣四庫全書》第1117冊，頁250。

(寄呂居仁)¹⁴⁴

江西詩人中另有祖可、善權二僧，他們對於禪的體會當然是更加深入，在詩歌中的發抒自然不少，潘曾沂曾評說：「瘦權病可兩吟客，禪伯詩豪托興狂。雙林樹中攜手處，亂山堆裡看斜陽。」¹⁴⁵

江西詩人的參禪，與避世畏禍的時代心理有關（在第三章已有探討），儒家的積極入世觀在此時已轉為追求自我人格的完善，因此往往入禪而觀心習靜，晁沖之的 次二十一兄¹⁴⁶ 可見其特色：

憶在長安最少年，酒酣到處一欣然。獵回漢苑秋高夜，飲罷秦台雪作天。
不擬伊優陪殿下，相隨于菀過樓前。如今白髮山城裡，宴坐觀空習斷緣。

對承平的追懷與慨嘆，因識得佛家一切皆空，功名與權力才能如過往雲煙，不來擾亂寧靜的心。胸間筆下，氣平如鏡。在其 送一上人還滁州瑯琊山 一詩中，更將藝術思維比擬為禪定狀態下的沈思冥想，「不起宴坐澄心源」所得到的是森羅萬象的呈現與掌握。呂本中在病中也闡發他的體會：

病來全少靜工夫，藥裡關心計已迂。縱使君來亦無語，更無餘法待文殊。

(病中口占示益謙四弟)¹⁴⁷

以維摩詰示疾自比自己，以文殊問疾比其弟，以默然體道的方法，來比喻這病需要的是靜心的工夫，以觀照自己。

其次，江西詩人對禪宗活法精神的借鑑，在詩論中體現為句法、悟入與活法說，在師法前人的基礎上更加重視表現內心的體會，創作實踐上也努力朝往這方向。創作中雕琢鍊字外，也重視起靈活的心靈體悟，回歸詩歌重情性的表現。如曾幾的 晚雨¹⁴⁸：

¹⁴⁴ 李森《禪師三百首譯析》，台北：祺齡出版社，1994年12月，頁413。

¹⁴⁵ 潘曾沂《功甫小集》卷一，見孫昌武《禪思與詩情》引，頁492。

¹⁴⁶ 晁沖之《晁具茨先生詩集》卷十，見《百部叢書集成 海山仙館叢書》第九函，頁3-4。

¹⁴⁷ 呂本中《東萊集》卷十四，見《景印文淵閣四庫全書》第1136冊，頁779。

¹⁴⁸ 曾幾《茶山集》卷四，見《景印文淵閣四庫全書》第1136冊，頁498。

蕭瑟度橫塘，霏微映繚牆。壓低塵不動，洒急土生香。
聲入楸梧碎，清分枕簟涼。回頭忽陳跡，簷角掛斜陽。

對雨的神韻刻畫入味，用字雖雕琢，但無華麗綺靡，對生活中之閒趣頗有一番自己的體會。韓駒主張飽參前人詩法，以悟入「正法眼藏」。他講究錘句鍊字，重視點化陳舊的典故使之成為有新境界的活句。他曾修改曾幾送汪藻的詩句：「白玉堂中曾草詔，水精宮裏近題詩。」為：「白玉堂深曾草詔，水精宮冷近題詩。」¹⁴⁹更動二字而使詩更形挺拔，「蓋句中有眼也」。¹⁵⁰對艱澀生硬的江西詩風，他的創作力圖以順暢流轉來修正，如為人稱道的夜泊寧陵¹⁵¹一詩：

汴水日馳三百里，扁舟東下更開帆。旦辭杞國風微北，夜泊寧陵月正南。
老樹挾霜鳴窸窣，寒花垂露落毵毵。茫然不悟身何處，水色天光共蔚藍。

此詩，詩意流動暢達明快，直書目前所見，如禪家所謂信手拈來。意脈通暢，自然明快，而近蘇軾。惠洪曾評說：「子蒼文字師法蘇軾，西蜀後來之駿也。」（跋韓子蒼帖後）¹⁵²方回也有詩說：「舍人早定江西派，句法須將活處參。參取陵陽正法眼，寒花乘露落毵毵。」¹⁵³呂本中亦建議後學參此詩，可見對其詩歌能出江西生硬滯澀而表現流動暢快的稱揚。

有鑑於江西詩風規矩學步、死守成法所造成尖巧僻澀的弊端，呂本中竭力於扭轉此一情勢而提出「活法說」，追求詩歌自然渾成的清新和流轉圓美，他自身的創作頗能符合理論目標。如：

樹移午影重簾靜，門閉春風十日閒。（試院中作）¹⁵⁴

春風寂寞花侵路，野寺荒涼草上階。（閒居即事）¹⁵⁵

¹⁴⁹ 胡仔《苕溪漁隱叢話》後集卷三十四，頁264。

¹⁵⁰ 同上。

¹⁵¹ 韓駒《陵陽集》卷三，見《景印文淵閣四庫全書》第1133冊，頁792。

¹⁵² 惠洪《石門文字禪》卷二十七，頁307。

¹⁵³ 魏慶之《詩人玉屑》卷十九，頁436。

¹⁵⁴ 呂本中《東萊詩集》卷七，見《景印文淵閣四庫全書》第1136冊，頁734。

對仗平整而呈現清新意象，錘鍊中不失流轉圓活。又如 睡¹⁵⁶ 一詩，順暢自然而具含深意：

終日題詩詩不成，融融午睡夢頻驚。覺來心緒都無事，牆外啼鶯一兩聲。

執著於言句中竟日苦思，卻無所獲。當放下此一執念，不再汲汲於作詩時，則身邊景物無不具詩意，鶯啼聲聲，詩思自來。強調詩悟，詩思觸發的偶然與不作意，如同禪悟。再如 避寇南行¹⁵⁷：

何處田園不是家，儘扶衰病過天涯。山村酒熟人人醉，客路春濃處處家。
敢道嶺南無甲馬，側聞江左尚風沙。囊空甑倒君休笑，亦有新詩伴齒牙。

逃難遠行，沒有怨懟忿謾的發抒，有的卻是禪家隨處而安，隨緣自適的心境表露。不由得讓人聯想到與其好禪有關。流轉輕快的節奏，渾成而通達，殊不見江西詩風的生硬，所謂「其圓如金彈，所向如脫兔」¹⁵⁸，句律的流動如彈丸一般，有禪家思路活潑、宛轉無礙的精神，揚棄從黃庭堅開始借鑑於公案語錄對話中的文脈斷裂的形式。呂本中詩論主張：「『好詩圓美流轉如彈丸。』此真活法也。」¹⁵⁹ 他的努力，實踐與理論已相一致了。

江西詩派於詩歌創作中，重琢字鍊句，而有生硬闢澀的弊病。為矯正此一弊病，於是自覺的借鑑禪宗悟入方法與活法精神於理論及創作，在師法前人技巧的同時，能有法而不拘於法，注意起詩人內心體悟的作用，能超越詩法而率情任性，重視到詩歌情性的表現。於是在詩歌創作中有了流暢明快、清勁雅潔與流動圓活的追求，琢鍊而不見斧鑿痕。可惜因詩人才性不足，理想的實踐創作並不多，學習前人卻不能超越前人，徒落人後，不能創造更高的成就。

北宋中後期士人禪悅風氣鼎盛，禪宗思想、思維方式與禪門方法為詩

¹⁵⁵ 呂本中《東萊詩集》卷十九，同上，頁 815。

¹⁵⁶ 呂本中《東萊詩集》卷一，同上，頁 687。

¹⁵⁷ 呂本中《東萊詩集》卷十二，同上，頁 765。

¹⁵⁸ 曾幾 讀呂居仁舊詩有懷其人，《南宋名賢小集》卷一九〇，見《景印文淵閣四庫全書》第 1363 冊，頁 545。

¹⁵⁹ 《江西詩派小序》引，見丁福保輯《歷代詩話續編》，頁 485。

人所接受與化用，在詩歌創作的諸多層次都有所體現。在詩歌的內容上，禪理禪思、禪典禪語的化用與禪家意境的追求，使詩歌內涵更加豐富與深刻。在詩歌表現形式上，禪宗「立處即真」、「觸類是道」的思維，啟發詩歌題材、語言的隨機性與通俗化。而禪宗「活法」精神促進詩歌「活」的表現，如活潑潑的用字遣詞所造成的新與活；無住無縛的創作思維、透脫靈活的體察方式所形成的通透無礙與機智靈活。在詩歌的風格上，人世體驗的經歷後超越絢爛所呈現的老造平淡，是理蘊豐富、思致細密的自然平淡；法度與自由的辯證中，破除拘執而能變化萬方，鮮活而自如。

第四節 禪宗與南宋詩歌創作

南宋詩歌在呂本中倡導「活法」的發展下，走出了江西詩派的藩籬，不再拘泥於詩歌技巧成法的追求，轉而為重視自然機趣與詩人才性。而這「活法」思想的繼承與發揮，在創作中開出一片新天地的，則非楊萬里莫屬。在南宋中後期的詩歌發展中，楊萬里的「誠齋體」及其詩論主張起著關鍵性的作用，且其創作是「活法說」的成功典範。楊萬里所創作的那些機智風趣與天機活潑的作品，是深悟活法的結果，被人稱為「活法詩」。這其中有禪悅之風的濡染，深厚的理學造詣以及認真的詩學探究。南宋「看話禪」大為流行，強調從「參」活句的工夫達到「悟入」的結果，這工夫是活潑的體察而非死寂的枯坐冥想，¹⁶⁰ 參活句的概念就是禪宗「活法」的體現。「參」與「悟」的思維以及隨機應物、機智靈活的活法精神，在禪悅風氣的盛行中廣泛滲透到文人的思維中。在時代流風中，禪宗「活法」的思想內涵廣為文人接受，成為時代性思維。楊萬里身處南宋，自然也受到禪悅之風的濡染，他就常以禪喻詩。例如在《送分寧主簿羅宏材秩滿入京》一詩云：

要知詩客參江西，正似禪客參曹溪。不到南華與修水，於何傳法更傳衣。¹⁶¹

以參禪來喻學詩，舉禪家參學以曹溪禪為主，來比擬詩人欲參學詩歌當參

¹⁶⁰ 關於「看話禪」的流行與理論內容，見本文第二章第三節。

¹⁶¹ 楊萬里《誠齋集》卷三十八，見《景印文淵閣四庫全書》第1160冊，頁419。

學江西詩。又如在《和李天麟二首》之一說：

句法天難秘，工夫子但加。參時且柏樹，悟後豈桃花。¹⁶²

以禪宗兩則著名的公案來比擬學詩，一是「庭前柏樹子」的公案話頭，一是靈雲志勤見桃花悟道的故事。楊萬里的意思是學詩如同參禪悟道，參禪悟道不必執著於柏樹或桃花，學詩同樣不必拘泥於前人的成法。可見出楊萬里對禪學接觸及認識的程度。

南宋詩人葛天民曾有詩道：

參禪學詩無兩法，死蛇解弄活潑潑。氣正心空眼自高，吹毛不動全生殺。
生機熟語總不排，近代唯有楊誠齋。才名萬古付公論，風月四時輸好懷。
知公別具頂門竅，參得徹兮吟得到。趙州禪在口頭邊，淵明詩寫胸中妙。

（寄楊誠齋）¹⁶³

對楊萬里詩與禪間的關係，有很好的說明。葛天民稱他「趙州禪在口頭邊」、「參得徹兮吟得到」，可見他對觸類是道、隨緣任運的禪法有相當程度的熟悉。楊萬里的「活法詩」與禪宗的「活法」精神有相當關連，在無法處求法，故而能「死蛇解弄活潑潑」，任何看似尋常不稀奇的日常事物，到他手裡卻能有一番新的氣象與體會，呈現詩才無礙、通透自在的境界。楊萬里所領悟禪宗「唯心任運」的思維方式，在詩歌創作中熟練的加以運用，他的詩雖然多以自然景物為材料，卻帶著強烈的禪悟色彩，構思方式也是明顯得自禪家機鋒的。¹⁶⁴

本節將以楊萬里為南宋時期的代表，從其詩歌創作中探看禪悅之風濡染的情形。在楊萬里的詩歌創作中，禪宗的影響體現在透脫靈活、獨創新巧、諧趣通俗上，以下分別來論說。

一、透脫靈活

¹⁶² 楊萬里《誠齋集》卷四，同上，頁37。

¹⁶³ 葛天民《葛無懷小集》，陳思編《兩宋名賢小集》卷二八五，見《景印文淵閣四庫全書》第1364冊，頁270。

¹⁶⁴ 參見周裕鍇《文字禪與宋代詩學》，張高評編《宋詩綜論叢編》，頁569。

楊萬里詩歌創作的透脫靈活表現在胸襟透脫、語境靈活上。胸襟透脫，所以善於捕捉周遭事物的活潑生機，轉化為充滿潑潑天機的審美意象；語境靈活，所以橫說豎說，正說反說，層次曲折，變化多端，運思流轉而無窒礙。首先談胸襟透脫的表現。所謂透脫即是不執著、不拘泥，對任何事物並不存在著主觀色彩，不拘泥於舊有的認識。這是楊萬里由「參」入而「悟」出的結果，也是禪宗唯心任運的思維方式，更是「活法」的精神所在。在觀物見性上參酌禪宗的觀照方式，於是所有物象能巨細無遺的呈顯它的風貌；以禪宗隨緣自適、隨機而行的靈活態度來面對人生與看待日常一切，因此，觸物起興，能掌握住事物的天然生機，呈現自然、活潑的意象。例如：

泉眼無聲惜細流，樹陰照水愛晴柔。小荷才露尖尖角，早有蜻蜓立上頭。

（ 小池 ）¹⁶⁵

以幾無主觀色彩的自然眼光來觀察身邊景物，觀照的結果是事物生機盎然的呈現。「小荷」二句以白描手法，將初夏的景致一下子全都勾勒清晰了，並且帶有幾分靈活。意象的刻畫明快，自然而貼切。又如：

梅子留酸澀齒牙，芭蕉分綠上窗紗。日長睡起無情思，閒看兒童捉柳花。

（ 閒居初夏午睡起 ）¹⁶⁶

初夏午後的靜觀，梅子芭蕉的直述，是閒居的生活情趣。日常生活的觀照，未見詩人思緒的起伏，其透脫心境已躍然於紙上。再如：

一晴一雨路乾濕，半淡半濃山疊重。遠草平中見牛背，新秧疏處有人蹤。

（ 過百家渡四絕句 之一 ）¹⁶⁷

眼前所見景物，觸動詩人，有感而起，於是詩遂成。自然景色的描寫，如

¹⁶⁵ 楊萬里《誠齋集》卷七，同上，頁75。

¹⁶⁶ 楊萬里《誠齋集》卷三，同上，頁35。

¹⁶⁷ 楊萬里《誠齋集》卷一，同上，頁7。

鏡照物，如畫面般呈現，也觸動讀者、牽引讀者進入畫中，平易近人而有生命力。

楊萬里喜愛捕捉富於生命動感的景象，他的七言短章中，有很多像這樣充滿勃勃生機的詩句，如描寫大浪的「銀山一朵三千丈，隔海飛來對面銷。」（鮮魚潭登舟）¹⁶⁸、寫夕陽的「寸寸低來忽全沒，分明入水只無痕。」（湖天暮景）¹⁶⁹、寫青山的「路入宣城山便奇，蒼虬活走綠鸞飛。」（曉過花橋入宣州界 之一）¹⁷⁰。他的筆下如有攝影之鏡頭，將瞬間微妙的景物、動作、甚至心境，化入詩中。錢鍾書有生動的說明：「放翁善寫景，而誠齋善寫生。放翁如畫圖之工筆，誠齋則為攝影之快鏡，兔起鶻落，鳶飛魚躍，稍縱即逝而及其未逝，轉瞬即改而當其未改，眼明手捷，蹤矢躡風，此誠齋之所獨也。」（《談藝錄》）¹⁷¹ 自然天機的呈顯，使其詩歌鮮活而具有吸引力。

其次，在語境的靈活上。楊萬里的詩歌創作在構思表達上，流轉的思緒造成語境的跳躍、曲折變化、暢快而又靈動。正像陳衍所評：「大抵淺意深一層說，直意曲一層說，正意反一層、側一層說」（《石遺室詩話》卷十六）¹⁷²，不受限於前人句法結構的模仿，不在用字遣詞上苦搜冥想，有的是自在靈活的驅動語言而非受語言限制。這是詩歌的「活法」精神，正來自於詩歌對禪宗「活法」精神的借鑑。如其古詩 重九後二日同徐克章登萬花川谷月下傳觴¹⁷³：

老夫渴急月更急，酒落盃中月先入。領取青天併入來，和月和天都蘸濕。
天既愛酒自古傳，月不解飲真浪言。舉盃將月一口吞，舉頭見月猶在天。
老夫大笑問客道，月是一團還兩團。酒入詩腸風火發，月入詩腸冰雪潑。
一杯未盡詩已成，誦詩向天天亦驚。焉知萬古一骸骨，酌酒更吞一團月。

自己渴酒卻以月更渴急來對照，舉杯飲酒月亦入口，酒在詩腸風火燒，月入詩腸卻冰雪潑。飲酒戲月，思意活絡，機趣橫生，流動的語意在巧妙曲

¹⁶⁸ 楊萬里《誠齋集》卷十八，同上，頁 191。

¹⁶⁹ 楊萬里《誠齋集》卷二十七，同上，頁 292。

¹⁷⁰ 楊萬里《誠齋集》卷三十二，同上，頁 351。

¹⁷¹ 見周振甫、冀勤《談藝錄導讀》，頁 302。

¹⁷² 見趙仁珪《宋詩縱橫》引，頁 250。

¹⁷³ 楊萬里《誠齋集》卷三十六，見《景印文淵閣四庫全書》第 1160 冊，頁 396。

折的構思中越轉越深，越深越妙，實在堪稱是一首傑作。又如：

胡床東向坐，秋風忽淒其。老夫衰病骨，急令閉東扉。
西扉亦半掩，壓風作東吹。何必風及我，風入涼自馳。
晚蟬見誰說，我飲渠便知。飛從何方來，徑集庭樹枝。
三嘆復九詠，話盡新秋悲。我老悲已忘，汝語復為誰。
老烏啼一聲，不知蟬所之。（新秋晚酌 之一）¹⁷⁴

秋風入屋，因衰病，即令掩扉。一轉折，欲酌酒一杯時，卻飛來群蟬，在窗外吟嘆。人老愁多，要蟬兒別再訴說，又是一折。結語以烏鴉的啼叫，讓蟬全無聲息，出人意表。語意暢快跳躍，變化曲折，充滿動感的背後，卻是詩人恬靜的意趣。詩人所持並非靜觀寂照的觀物態度，而是以透脫靈活的态度，從艱辛人生中尋找樂趣並超脫之。誠齋詩歌的靈活，來自語意的流動及思維的隨機，這些正是誠齋「悟」後所得。

二、獨創新巧

誠齋體的獨創，在於發人所未發，別人未曾碰觸的題材、不曾用過的詞語、不曾設想的意念，在楊萬里的筆下出現了。「不是胸中別，何緣句子新。」（屬土甘彥和寓張魏公門館用予見張欽夫詩韻作二詩見贈和以謝之）這是他在參學前人之後，進而超脫前人的羈絆，自出機杼，不落人後的創新。與禪宗強調自悟，「不隨人作計」，不傍人腳跟的精神相通，也是宋詩自成一家的時代精神。楊萬里的創新源自通透澄明的心靈，能含容眼下所見萬物，不拘執於一跡一相，故而能創發新的物象感受。題材和立意上的獨創最能見出楊萬里的「活」。先從題材來看。在詩歌題材上大量的新嘗試，平常不被人注意的周遭事物，經楊萬里的筆一點，似乎就放大而發現它的存在。例如 凍蠅¹⁷⁵：

隔窗偶見負暄蠅，雙腳揆拳弄曉晴，日影欲移先會得，忽然飛落別窗聲。

¹⁷⁴ 楊萬里《誠齋集》卷三十五，同上，頁 272-273。

¹⁷⁵ 楊萬里《誠齋集》卷十一，同上，頁 115。

誰會注意到這尋常的小東西，並將他捕捉入詩呢？楊萬里就是有這樣的新意。「雙腳授掌」寫蠅之神態真是活脫極了。又如：

空中仰面卻飛身，寂似毘耶不動身。忽有一蚊來觸網，手忙腳亂便星奔。
（宿孔鎮觀雨中蛛絲 之一）¹⁷⁶

臘前蚊子已能歌，揮去還來奈爾何。一隻攪人終夕睡，此聲原自不須多。
（宿潮州海陽館獨夜不寐）¹⁷⁷

蜘蛛結網補食的近身描繪，猶如攝影畫面般呈現，栩栩如生。而一隻鳴叫的蚊子，道盡一夜的難眠。雖寫的是日常小景物，卻極有韻外之致。再如觀蟻¹⁷⁸一詩：

偶爾相逢細問途，不知何事數遷居。微軀所饌能多少，一獵歸來滿後車。

如孩童般對蟻群充滿興趣，將一般人的好奇與疑問，帶入詩中。楊萬里喜歡詠物，以極細膩的心思去觀察景物微妙的形態，發人所未見，言人所未能言，往往情趣盎然。

就是常見的素材，楊萬里也同樣會賦予新的感受，如和蕭伯和二絕句¹⁷⁹之一詩中的「鞋」：

一冬寒不到深山，豈有春來更會寒？幸自趁晴行腳好，卻嫌沙入破鞋間。

沙入破鞋似極不雅，一般均不以此入詩，然楊萬里用之卻有親切灑脫之感，給予讀者新的感覺，富於創造性。

誠齋詩歌的創造性充分體現在立意的創新上。楊萬里在新題材上有其獨特的創造性，在常用的題材上則以其奇特的想像，別具匠心的安排，出

¹⁷⁶ 楊萬里《誠齋集》卷三十二，同上，頁346。

¹⁷⁷ 楊萬里《誠齋集》卷十七，同上，頁187。

¹⁷⁸ 楊萬里《誠齋集》卷十，同上，頁104。

¹⁷⁹ 楊萬里《誠齋集》卷三，同上，頁32。

以新意奇趣，給予讀者新鮮甚或驚喜的感受。如：

纔近中秋月已清，鴉青幕掛一團冰。忽然覺得今宵月，元不粘天獨自行。
（八月十三日夜誠齋望月）¹⁸⁰

明月掛在天幕上，原是一般人的感受。誠齋卻因月清如冰，而有月離天幕獨自行的新感受。讀者隨著誠齋的眼光，也有了不同視角。又如：

雨入秋田恰及時，禾頭相枕臥相依。路南路北皆秋水，淨洗行人履上泥。
（發孔鎮晨炊漆橋道中紀行十首 之一）¹⁸¹

對於遠行之人，下雨帶來諸多不便，然而對這個季節的農事卻是剛剛好的。他反轉角色，歡喜起秋雨的到來，到處都是水也不錯，可以順便幫行路人洗洗鞋啊！角色的轉換，帶來全新的感受，詩人心喜，讀者亦忍不住為之解頤。再如：

客至從嗔不著冠，起來信手攬書看。小蜂得計欺濃睡，偷飲晴窗硯滴乾。
（南溪山居秋日睡起）¹⁸²

為了描繪出山居的悠閒，以野蜂偷偷吸食乾了硯上的墨汁一景，來點出書齋閒臥攬書的情趣，命意真可謂既新鮮又見創意，實在是誠齋的獨創！

三、諧趣通俗

諧趣通俗是誠齋詩的另一特點，正所謂「不笑不足以為誠齋之詩」（吳之振 誠齋詩鈔序）¹⁸³。幽默風趣是一種樂觀的智慧，以平靜超脫的態度來審視事物，往往更能參透事物的本質，並發現其中的深味。楊萬里算是此中高手。黃庭堅與江西詩派詩作中的「打諢出場」，以遊戲態度和語境

¹⁸⁰ 楊萬里《誠齋集》卷三十七，同上，頁409。

¹⁸¹ 楊萬里《誠齋集》卷三十二，同上，頁347。

¹⁸² 楊萬里《誠齋集》卷六，同上，頁66。

¹⁸³ 《宋詩鈔》卷七十一，見《景印文淵閣四庫全書》1462冊，頁361。

跳躍來產生諧趣，然數量不多。誠齋的諧趣詩則數量眾多，無所不能，自在發揮，而且往往以通俗的題材和口語來闡述其趣味。楊萬里在生活細節和市井小民的俗話中找到詩歌的靈感，更能體現詩歌諧趣的一面。不必引經據典，不必師法前人，詩歌的題材與靈感就來自周遭最尋常的一切，這無疑的與禪宗「平常心是道」、「觸類是道」的精神是相通的。「行住坐臥，無非是道」，從當下的生活中體道，詩和禪一樣，詩意就來自當下的生活感受。所以楊萬里的詩很少用典，多以白描傳神，輕快靈動的手法創造其幽默親切的詩境。鴉 一詩很能體現誠齋的幽默風趣：

稚子相看只笑渠，老夫亦復小胡盧。一鴉飛立鉤欄角，仔細看來還有鬚。

（ 鴉 ）¹⁸⁴

一隻臉上長了鬚的黑烏烏的鴉，那模樣引得孩子們直笑，詩人看了也忍俊不禁，忍不住要寫下來讓讀者們也來笑一笑，這就是誠齋的幽默。又如：

野菊荒苔各鑄錢，金黃銅綠兩爭妍。天公支與窮書客，只買清愁不買田。

（ 戲筆 ）¹⁸⁵

寫的是野地上的黃菊與青苔，卻用錢來比擬，真是奇特的比擬法。再將詩人與之聯繫起來，老天爺送給詩人的這些錢是用來買清愁的。有自嘲，有戲謔，卻不見哀怨，是誠齋式的詼諧。再如另一種風趣：

初疑夜雨忽朝晴，乃是山泉終夜鳴。流到前溪無半語，在山做得許多聲。

（ 宿靈鷲禪寺 ）¹⁸⁶

山泉終夜流動的聲響，讓人誤以為是雨聲。這聲響在山中這麼大，怎麼到了外面下游卻一點聲音也沒了呢？在輕鬆的筆調中充滿諷刺意味，真是耐人尋味！

俚俗的趣味在詩材和語言中顯現。如：

¹⁸⁴ 楊萬里《誠齋集》卷十一，同上，頁 115。

¹⁸⁵ 楊萬里《誠齋集》卷十四，同上，頁 149。

¹⁸⁶ 楊萬里《誠齋集》卷十三，同上，頁 141。

田夫拋秧田婦接，小兒拔秧大兒插。笠是兜鍪蓑是甲，雨從頭上濕到腳。
喚渠朝餐歇半霎，低頭折腰只不答。秧根未牢蔣未匝，照管鵝兒與雛鴨。
(插秧歌)¹⁸⁷

山僮問游何許村，莫問何許但出門。腳根倦時且小歇，山色佳處須細看。
道逢田父遮儂住，說與前頭看山去。寄下君家老瓦盆，他日重游卻來取。
(中塗小歇)¹⁸⁸

把日常所見事物帶入詩中，大量的口語入詩，雖然俚俗但卻不鄙陋，雖然淺切但卻有趣味。誠齋有意識的追求以俗語來寫詩，其成熟的作品詩境與詩趣已渾成一體，造成獨特的韻味。

楊萬里的詩歌鮮少反應政治及經世濟民的抱負，而著眼於日常生活的情趣和領會大自然的觸發，這除了是時代環境造成的避禍趨向，同時也是江西詩風規矩學步的反思。加上禪宗「活法」精神的啟發，誠齋詩的透脫靈活、天機潑潑，不避淺俗而幽默風趣，這些創新的精神，正是無法之法的「活法」體現。

南宋中後期的詩歌創作能走出江西詩派的藩籬，主要得自詩歌活法的助力。重視創作主體性靈的表現，追求機趣活潑、自然高妙的詩風，都是深悟活法的體現。在創作內容上，著眼的是周遭生活事物與自然景物的描寫，呈現日常生活的情趣。語言表現形式與風格上，都趨向於新、活、淺、俗。這與禪宗「唯心任運」、「隨緣自適」的思維方式及自家作主的精神都有相關。

然而在考察南宋中後期的詩歌創作中，卻也發現一些現象，如在北宋詩歌創作中常出現的禪理禪思、禪典禪語在此一時期卻鮮少在創作中出現，北宋中後期詩人創作中的濃厚禪味，在此處已不復見，有的是禪悟後的新活自由與禪家的天然本色，這樣的轉折值得深入去研究。又如整個有宋時期禪僧的文士化，詩僧人數頗多，詩作的表現情形也需進一步去探究。而詩人的詩作中常有詩與偈不分的情形，這些都相當值得再細加深

¹⁸⁷ 楊萬里《誠齋集》卷十三，同上，頁 129。

¹⁸⁸ 楊萬里《誠齋集》卷三十七，同上，頁 405。

究。然限於篇幅，待他日有機會再專力探索。

第七章 結論

禪與詩的交流會通，是一個明顯的現象，而禪對詩的影響在禪宗的廣泛流傳，對社會民心的深入影響及滲透中逐步加深，尤其在入宋以後達到高峰。宋代詩學理論和詩歌創作中閃現著禪宗思想和禪學方法的影子，禪的介入確實在宋代詩歌發展上產生一定的影響。以禪喻詩、以禪入詩的潮流形成，說明的不只是詩禪表面的移植與比附，而是標誌著詩禪在內在聯繫的基礎上，所形成的會通的事實，而探究這一事實的內涵，則指出了宋代詩歌對禪宗思維及方法的借鑑與學習。在宋代詩歌理論的形成和詩歌創作的內涵上，禪宗有著不可磨滅與忽視的影響在。

宋代禪宗對詩歌的影響，是在時代環境的促成及詩禪內在機制的融通下，外因內緣的配合所產生。而作為時代思想主導的士人，在詩禪間搭起溝通的橋樑。禪宗在唐末五代分化為五家七宗，北宋時以臨濟、雲門的發展最盛，到了南宋則是以臨濟楊歧派和曹洞宗為主流。在思想理論上已無多大進展，各宗派間的差異不大，主要表現在修行方法和接引學人方式的不同。禪宗在入宋後，思想的發展上有「禪、淨、教融合」、「儒、釋、道三教合一」的趨向。統合禪、淨、教，融會儒、道，思想的融合與兼攝形成一股強大力量，使得禪宗向社會各階層廣泛而深入的滲透，尤其是以士人為主的文化階層，因而使文人主導的其他學術領域有了接受禪學的可能，詩歌便是其一。禪門各宗派間思想差異甚小，因此本文在探討詩禪產生關係、聯繫的論證時，並不依循宗門與詩人間的聯繫脈絡來論述，而是以詩禪整體特徵作比較。禪宗的整體特徵可以從念念不忘、無住無縛、圓滿具足的心性說，及頓悟自性、即心即佛的解脫觀點，以及任心自運、即體即用、理事不二的修行觀來概括。這種心無所住、自心自悟、立處即真、不落二邊的精神，正是禪宗的明顯特徵，也是明顯影響詩歌的部分。

在方法上，對應思想所發展出的「文字禪」、「看話禪」、「默照禪」等等禪學形式，也構成宋代禪學的特色。尤其是「文字禪」的形式，促使禪宗由「不立文字」轉變為「不離文字」，形成藉語言、文字領會禪理，尋求悟道的方式。也正因如此，詩禪間的聯繫有了更強的因素。禪宗能滲透入士人階層，與禪的文字化有很大的關係。「文字禪」、「看話禪」、「默照

禪」這些禪法在宋代的流行，不論是經由參究語錄公案或是靜坐默究的禪定方式，都讓士人更為容易親近禪宗、接受禪宗思想。以文字為媒介、手段的參禪活動，正適合士人切入禪學，而詩化的禪宗語言更契合士人的喜好，因此禪宗的燈錄、語錄、頌古、評唱 等等，正是士人參禪的文本。而以詩歌語言描述參禪所得與禪境的體會，更是士大夫所熱中的方式。默照禪靜坐默究的禪法，主張寂靜觀照，觀照內心的禪法具安定人心的作用，深深吸引士人，靜坐觀心成為士人尋求內心安定的方法。另外，禪門的文士化與學術化，都促成禪宗對士人的滲透影響。禪僧日益士大夫化，他們的才華和思想吸引士人與之論道參禪，與士人間的往來、詩文酬答，對士人的親近禪宗、接受禪宗思想，都起了一定的作用。禪宗思想對士人的滲透，不論是時代流風所及或是士人所自覺接受，都經由士人的詩歌創作中流露出訊息。宋代士人的參禪風氣正是促進詩禪會通的時代因素。

宋代士人禪悅風氣的興盛是兩宋的時代環境、社會思潮與文人自覺選擇所促成的。士人所處的時代環境、社會思潮影響著士人選擇處於期間的自我定位及中心思想。兩宋的政治社會一直處於不安的狀態中，外敵的侵略、權黨的鬥爭，士人在面對積弱不振的國勢及險惡的仕途，心理趨向於收斂、沈澱。尤其黨爭所衍發的政治迫害，迫使士人不敢隨意發表議論，經世濟民的豪情壯志不再，避世觀成為士人共同的心態，對社會現實問題的關懷轉為對人生問題的思考，關懷重點轉為偏向個人生命圓成的努力。禪宗的超脫塵世，尋求精神的解脫，正適合士人安頓身心，因而成為士人的精神寄託，紛紛轉向禪宗，在參禪學佛中尋求心靈的平靜。而社會思潮也是左右士人思想的主流，三教合一的思潮是宋代文化整合的大趨勢，以儒學統合釋道二學，結合三者之優，士人跨足釋道，以因應時代潮流。三教合一的時代思潮，推動士人走向禪宗去探究個清楚，促使士人涉獵禪宗思想。因此，當禪宗的心性學說和獨特的思維方式為士人所視見，他們不得不為禪宗所攝服，並積極尋求儒釋調和的可能。參禪風氣的熱烈，成為一種時尚，一種時代氛圍，禪宗思想和思維方式自然而然滲透到士人的思維中，進而影響到他們的詩歌理論與創作。

士人的自覺選擇參禪，與時代環境、社會思潮的促成有關，也聯繫著個人的際遇及認知。在仕途失意的時候，從禪宗思想中獲得心靈的平復及安身立命之處，或是自覺的以參禪為修心養性的方法，追求自我人格的完

善。禪宗的人生哲學吸引士人的投入，禪宗的空靈神韻，更符合知識份子的閒情逸致，於是禪悅之風大盛。以士大夫為主體，以儒為本，融合釋道的時代思想，形成「修身以儒，治心以釋」的廣大士大夫的自覺實踐。士人在參禪學佛時找到身心安頓處，自然的在藝術創作活動和傳達方式上模仿禪宗的風格，追求禪者的境界，從而使禪宗與詩歌的聯繫達到一種近乎水乳交融的地步。作為思想與文學主體的士人，不僅是詩禪間的橋樑，更是主導者。

詩禪關係的產生，除了上述的外緣因素外，詩禪兩種不同領域間的交涉，是有著內在基本會通之處的。詩禪融通的內在依據在於詩禪本體的性質相通。禪宗重視主體心性、重視自心自性的本體觀，和詩歌的發抒我人主觀情志，自我心靈、情感再現的本體性質是非常相似的。禪和詩歌在重視主體心性的本質上有了相通的機制。再者，詩禪的融通也在於兩者體會證悟的過程相似。參禪者對自性本體的證悟和詩人對詩歌審美的體會，都以非邏輯性、非分析性的過程來進行。另外，詩禪內在相通還體現於詩禪體悟感受的特徵相同。禪悟和詩悟都是向內求的自悟、都是重觸機而具隨機性與偶然性、都是瞬時觸發的頓悟、亦是觸類旁通的一悟盡悟。

詩禪在內在融通的基礎上所產生的交涉，就不只是表面的比附了。禪宗的心性說對詩歌創作觀念的影響，形成詩歌新的構思與審美的方向及方法。禪宗提出了「無念」、「見性」的理論，可以說是對於個人主體心性的認識與返歸，這樣的觀念與中國傳統思想發展重視起人的個性發展同步，提供詩歌思考以自身心性為主體的藝術創作方法，提供了詩歌表現內容與形式的新天地。於是在詩歌本原論上，強調無心代替修心，亦即重視當下心靈狀態，無所用意、不作意的直覺式觀照，以心為絕對的主體來觀照世界。這種心靈的直覺觀照方式是一種新的創作思維，不作意、任心自運而淡然無所營，在創作中呈現物我交融、空靈幽靜的境界。禪宗對自性的肯定與復歸，突顯自身心性的絕對性的意識，推動詩歌創作上以富有創造性的心靈為表現中心，開創了詩歌創作上直覺觀照的思維方式與空靜的審美觀念，並推動詩歌意境新論的探討。到了馬祖道一的洪州禪在自性的認識與肯定的路線上，強調了心的「隨緣應用」，主張在當下現實生活中，去悟得自性清淨的一面。肯定隨緣任運、即事求真、不起執著，於是禪宗各派創造出許多接機方式，而有了所謂「活法」說的產生。禪宗的活法給與

詩歌相當大的啟發，機智活潑、圓轉靈活的體察方式適應了詩美創新的歷史要求，從而取代了直覺觀照的思維方式。詩歌對禪宗活法精神的借鑑與發揮，產生新的詩美建構，即詩的「活法」產生。重視圓轉靈活、機智活潑的主體性靈，產生活潑流轉、機變新奇的詩歌審美意識。

禪宗心性論重視自性的精神，為文人所認識和接受後，推動詩人追求、表現個人心性的世界，在禪宗心性說的啟發下，重視以個人心性為主體的創作觀念。以個人心靈感受為主的創作，豐富了詩歌藝術創造的面向。

三教融合的大趨勢，士人禪悅之風的興盛，使得禪學意趣與道德人格、禪門「活法」與詩歌間便自覺的聯繫起來。禪宗思想、語彙材料及表達方式衝擊詩歌創作，禪與詩內在精神的相互呼應，表現於外在形式上最具代表性的就是「以禪喻詩」的盛行。宋代詩人大量的借用「文字禪」、「話頭禪」的方法來比擬作詩、學詩方法，詩歌創作方法和閱讀鑑賞對禪的借鑑比擬，是抓住了詩禪間某些共通的思維模式，與藝術思維中規律性的東西。例如詩禪間都具有個體的直覺體驗、超越的、非邏輯性的特點；對思維定式的突破有一致的看法等。而詩禪間共通的表達模式「對觀」與「三句」，也可說明詩對禪的接受。禪宗的「對觀」，是不落二邊的說法方式，是不即不離、靈活透脫的思維方式，也正是禪宗的「活法」精神。這樣的思維為宋代文人所接受化用，體現在詩歌中的是對立概念的超越而統一。宋詩「平淡」的理想風格，是於不平淡處求平淡，到平淡處亦不平淡的概念，正所謂「平淡而山高水深」，因對觀的思維而使得「平淡」的內涵更加深廣。詩論中的「有法」與「無法」，法度與自由的辯證也是對觀的思考，規矩與變化、巧與拙兩端的警惕而有了「活法」的產生。對觀的思維在宋詩中形成造極兩端而成複合之勢的特性，之後逐漸演變為「三句」式的表達。先立一意，再破此意，最後超越前兩句而成立，三句式的模式是合於禪宗「三關」的思維。禪宗「對觀」和「三句」式的語言運用是寓豐富意涵於簡潔中，這種表達模式為詩人所吸收化用，於詩論中被廣泛使用。

以禪喻詩是在詩歌欣賞和創作中，對禪的移轉、比擬、甚至深化，同時，也反映出詩人對禪學的接受和詩學的新詮釋。

詩禪間本質層次上的相應，提供了詩歌對禪學接受的架構，進而產生影響的事實。從宋代詩歌理論和創作中探尋詩歌接受禪宗影響的痕跡，以印證影響的事實。詩歌本體論關係著詩學體系的建立，本體論的演變，發

展出具時代特色的創作論，以及對應於此的詩歌方法論，並形成一套獨特的詩歌風格論。在宋代詩論中，重視以心性為主體的創作觀念，關注創作主體的心靈感受，禪宗心性說的啟發是起了很大作用的。宋詩論主張詩歌本原於「無心」，對境不存成心的直覺觀照，「任心自運」故而能有「了群動」、「納萬境」的作用，是一種超越的觀照方式，也是一種超功利的審美態度，有別於傳統功利的、倫理的視點。除了不存成心、無所用智的觀點外，另有強調主體心靈感物的主導能力，傾向於「感興」的作用，重視活潑體察的「活觀」方式，用透脫的心靈去攝取活潑的審美物象。這無疑的與禪宗機變靈活、隨機應物的「活法」精神對士人思維的浸漬有關。

宋人論（詩）文時重「意」，要求以「意」為主，而好的詩是意在言外的，含不盡之意的。宋人對詩歌本質亦即審美意識的追求就在詩歌的言外之意、意外之趣，主要集中於「韻」、「味」、「餘味」、「不盡之意」、「味外之味」、「趣」這些議題上。宋人認為詩歌的本質是超越於具體藝術形象或思想內容，是一種不可言傳，只可意會的美感狀態。於是范溫以禪家的「悟入」來論「韻」，即是以心靈體驗方式的特質來相比附，凸顯「韻」為詩歌價值，是一種心靈體驗的審美意識。詩歌的言、意關係和禪宗的言意觀非常相似，故而在禪學的推動下，宋人對詩歌本質的認識，趨向於主體內在的美感體驗，而開出一條別於唐人的詩學路徑。

詩歌創作論對禪學在接受，主要表現在創作構思上重主體性、重直觀與圓成、構思取材的隨機性；與在創作表現方法上「活」的要求，是圍繞著「悟入」的概念所展開。在詩論中肯定自我、自成一家的論點，是禪宗重視主體心性表現所啟發，強調自得自到、發古人之所未發、重視個體的主觀感受和體驗，可以說與禪宗重親證體驗、自力自度的思考有相通處。宋詩具獨創精神的原因，也許與此有關。而在詩歌創作中要求直觀的審美觀照和渾成自然的美感，嚴羽的「妙悟」說即強調不憑藉理性思考而對詩歌的情趣韻味作直接的領會與把握，蘇軾標舉的是「蘇、李之天成，曹、劉之自得，陶、謝之超然。」自覺的尋求創作中整體把握、直觀領悟所達成的「渾成天然」的美感。這與禪宗強調的直證之悟有密切關係。另外，在詩論中強調創作取材的隨手取得和詩思的自然觸發，這與禪宗「立處即真」的精神有關，洪州禪「觸類是道」的隨機應用精神，帶給詩歌「行住坐臥，無非是詩」的啟發。在創作中注重隨機性，主要是對江西詩派過於

注重語言法式的一種批判反省，所以標舉萬象畢來的詩材、隨機應物的詩思，這種創作觀點的提出，是禪宗隨機應用、觸事即真的精神給予理論上的支持。其次，詩論中對詩歌創作「活」的要求，更是來自禪宗「活法」精神的啟迪。黃庭堅提出的「點鐵成金」、「脫胎換骨」之說，就是追求創新、不主故常的；呂本中的活法說、楊萬里的重活法等，無不是詩歌創作中「新」、「活」的追求，這無疑的是受當時風行一時的「話頭禪」所影響。「參活句」概念的啟悟，在詩歌創作的藝術技巧上，「活」成為宋詩藝術特徵之一，拓展與豐富宋詩創作的路線。

以「餘味」、「韻」為審美意識的宋詩，在詩學體系中形成一套「平淡」的風格論。宋詩的平淡風格是在對陶詩的平淡境界的肯定與推崇中，將其視為經驗範式，通過陶詩價值的重新發現，進而樹立起詩歌的平淡理想風格。並且對經驗範式進行提高和發展，不只是陶詩之平淡，而是要有驅駕杜、韓之勢，形成超越崢嶸、絢爛的平淡，是「外若枯槁，中實敷腴」的，是漸老漸熟的平淡。宋人是以禪宗隨機應用、大用現前的解脫心境來理解陶詩，宋人之所以推崇陶詩的平淡，在於其超然自得的心境為文人所追求，以無所用意、無心任自然的精神來詮釋陶詩「平淡」的情感體驗，而這心境正是禪宗的解脫心境，妙合著禪宗「立處即真」的精神，並以此來詮釋平淡觀內涵所由來。在藝術技巧上，將禪宗息妄存真、脫落皮毛的修練解脫工夫，化用於詩歌的藝術創作中。平淡詩美趨向有法而無法的自然平淡，所謂「工夫深處卻平夷」，「句法簡易而大巧出焉」，經由有意於文的創作技巧訓練，在高度純熟的句法修辭技巧中，達到意在無弦的境界，這是經由句法的鍛鍊，達到擺脫外在形式的桎梏，是一種剝落皮毛的解脫工夫，「豪華落盡見真淳」，超越雕琢而達到自然天巧，是所謂「平淡而山高水深」的藝術至境。不難發現，禪宗的解脫心境和解脫工夫參與著宋人「平淡」的詩美理想風格的建立。

對應於詩學價值體系的詩歌方法論，大量借鑑禪宗特有的方法，來說明作詩和學詩的種種藝術手法。這是禪宗影響於詩歌的明顯例證。詩禪在方法論上的關係，是奠基於對語言價值的相同看法上。在肯定語言的啟發、表意功能與超脫語言限制的辯證統一間，詩禪方法論有了溝通基礎。在詩論中，肯定語言表徵功能及詩歌內部規律性變化的特性，產生詩歌「有法」、「可學」的觀點。學作詩是有規矩、法度的，故可學。在參模前人的

作品中獲致豐厚的資材，以充實自己的能力，而這「參」的概念來自禪宗。遍參、熟參的概念為詩人借用於詩法中來討論詩歌的有法可學，「學詩如參禪」的命題即是如此產生。這股「學」的風氣，以「句法」的學習為盛，黃庭堅及江西詩派即集中討論了句法的學習，以作為創作思維的訓練。這其中有很多運用了禪宗「活句」、「活法」的精神，如「點鐵成金」、「奪胎換骨」、「以故為新」、「句中有眼」、「象外句」、「打諢出場」等等。由「學」至「悟」，參學的過程是必經的途徑，參學的方法開啟了方便之門，使學者有著力之點。

另外，在詩論中有否定語言價值的，認為詩歌的本質並非語言文字本身，是存在於語言之外的，是無法可學的。對詩歌的認識所需要的是具「識」的能力，亦即具有詩歌的藝術鑑賞能力，而這並非從語言法則的追求中獲得。故有「學詩當以識為主」的論點，詩論中認為詩歌的本質不是靠「學」的方法來理解，而是要靠自身直覺遷躍的「悟」，是藝術的直覺能力，所以重視「悟」的思維。嚴羽的「妙悟」說即利用禪宗「悟」的思維方式，不立文字的直觀頓悟，擺脫對語言文字的依賴，直截的進行美感體驗，並以此來修正尚理恃才而好議論的詩風。

在「有法」與「無法」的對立思考中，禪宗對語言文字採取「不落二端」的超越的思考，亦即對立而統一的辯證，是所謂禪宗的「活法」精神的體現，啟發宋人超越「有法」與「無法」的對立思考，而有詩論「活法」的產生。詩論中法度與自由的辯證思考，吸收禪宗方法論上隨立隨破、不落二端的活法精神，所以有蘇軾的「出新意於法度之中，寄妙理於豪放之外」、呂本中的「活法者，規矩備具而能出於規矩之外，變化不測而亦不背於規矩」的論點出現，是詩歌方法中規矩與變化間靈活的關係。而楊萬里則熟練的運用禪宗唯心任運的思維方式，實踐了活法說的理想，並進而發展之。楊萬里的活法其實就是「透脫」二字，是隨興之所至揮灑妙趣天機，傾向於自然天成與個人胸中橫溢之天才，而非規矩變化、學問之積累。楊萬里的活法特色掌握了禪宗隨緣任運、活潑潑的精神，一切自然無法，活潑而生機盎然，正所謂所說「死蛇解弄活潑潑」般。

除了從詩論中發現禪宗的影響，在宋代詩人體現理想的實踐創作中，也實踐了禪的影響。他們參禪禮佛的體會帶入創作中，在作品中可看到直接化用禪語、禪意的例子，也有不少遊歷禪寺、參訪禪師的專作，最主要

的，禪思想的滲透痕跡、禪門方法的借鑑也在作品中顯露出來。北宋初期的實踐創作體現了禪宗淡泊寂靜的旨趣。此時期，詩歌創作追求平淡清遠的審美情趣，文人接近崇尚淡泊清靜的禪宗，在詩歌中自然融入淡泊寂靜的禪思想，這在近禪詩人楊億、王禹偁的創作中可見到。楊億是西崑體詩派的代表作家，作品多雕章麗句，然其中也有些平淡清遠的詩作，在這些意韻淡遠的詩歌中，可見到禪悅之風的影響。王禹偁受仕途失意的影響，促使他從禪宗處尋求精神解脫，禪宗的無欲寂靜、淡泊虛融，撫平他挫折抑鬱的心情，使他心境大異於前，詩風為之一變。詩作多有悠閒意境，情味真誠，雖未達空靈寂靜的禪境，但已體現禪家隨緣自適，自得其樂的意趣了。北宋中期禪宗的無欲清靜、淡泊虛融，推動著詩歌理想化雄豪和熱情於平淡雋永中，梅堯臣對平淡詩風的追求，在創作中體現出來，而最明顯體現的詩人當屬王安石。王安石晚年詩作化雄豪於寧靜平淡之中，呈現一種閑靜、空靈的境界，受禪宗思想和思維方式的影響相當明顯。禪宗不作意、自得其樂的解脫心境，正契合王安石晚年的追求，這種心境所達到的虛融淡泊、靜謐閒適，在其創作中突顯出來。而禪宗直觀體驗的思維方式也為他所吸收，拋棄早期以概念和判斷的說理方式來創作，改以直覺體驗來觀照事物，用意象語言來呈現事物，使物象和心靈合一。故晚年之作含蓄蘊藉，具深婉不迫之趣。這些都是受禪悟影響而致。北宋初中期詩歌在表現形式上，以意象語言來呈現事物，禪家空寂的意象表現頗多。詩人往往以「無心」、「不作意」的直覺觀照方式來體悟周遭事物，更加接近自然淡泊的審美意境。而意象語言的使用也可以發現禪的影子，如「寂」、「幻」、「夢」、「空花」、「桃花」等意象的使用，無疑的是來自禪宗的影響。

北宋中後期詩壇的兩大巨擘蘇軾和黃庭堅，詩風分走二途，卻同樣醉心佛禪，深受禪宗影響。蘇軾對禪宗思維藝術的借鑑與吸收，在於隨緣任運的通透無礙、揮灑自由；黃庭堅則主要借鑑了禪宗公案中的語言藝術，表現為詩歌語言的創新與出奇。蘇軾自覺的以禪宗的思維方式運用於詩歌創作構思中，他受禪學禪理的浸潤，在創作中大量出現體悟所得的禪理玄思，以禪典入詩，感禪機而成詩。將禪理玄思化為人生的妙悟，哲理性的思辯痕跡明顯，卻沒有一般理障的毛病，主要來自對禪宗思想的充分掌握和藝術創作能力的卓越。再者，禪宗隨緣自適、通透無礙的人生哲學，在蘇軾面臨人生逆境時，給予他超脫困境的啟悟，獲得心靈真正的自由，而

能樂觀曠達、心境平和、隨遇而安，在詩歌創作中自然也表現出來這樣的人生觀。禪悟後的通透無礙，在藝術創作思維上得到很大的啟發，故能以自由無礙的態度來創作，圓轉靈活，不拘一格而隨處揮灑，在審美創造上隨心所欲，自然、平淡、奇趣、理趣，不一而足，形成多種風格的表現。

黃庭堅對參禪的熱衷，對禪學的體悟為禪門所推崇，他的詩歌創作中，抒發其對禪學喜好的作品頗多，富有禪理、禪趣、禪味的詩歌不在少數。在黃庭堅的詩作中常見到他熟稔的化用禪典，足見其禪學修養深厚；在富含禪理的詩中，可見其對深奧禪理的透脫體悟。禪宗對黃庭堅詩歌創作的影響，還可以從他大量的吸收、借用禪宗的言句技巧中看出。在詩論上提出的「奪胎換骨」、「點鐵成金」，體現在創作實踐上就成了喜好點化前人詩意詩句、好用典故、廣徵博引而自成新意，這其實就是禪宗「活法」的具體體現，和禪家的機鋒轉語、參活句、自家作主、切忌隨人後等等的精神相通。「句中有眼」是鍛鍊用字的技巧，這概念來自禪宗，黃庭堅在創作實踐中也善用「句眼」的技巧，使語句更加變化而語意更為深刻。「插科打諢」的以遊戲法作詩，與禪宗「遊戲三昧，逢場設施」的方法非常相似，應與黃庭堅熟諳禪宗有關。以跳脫邏輯、常理的思維來設施，使詩歌呈現靈活與機趣。黃庭堅對禪家手法的熟悉，在創作中能起到「得活用死」，破除拘執的作用，故而他的詩歌能呈現變化萬方，鮮活而自如。

談黃庭堅不能不談江西詩人，他們同樣著重詩歌語言技巧的精益求精，重新務奇，自覺的向禪宗借鑑。江西詩人的參禪，與避世畏禍的時代心理相關，他們以追求自我的人格完善為重，因此往往入禪觀心習靜。在江西詩人的創作中，往往化用禪語、禪典，發抒禪思，所以有濃厚的禪味。除了向禪宗借鑑言句技巧外，對禪悟和禪宗活法精神的借鑑，體現在詩論上有句法、悟入與活法說，在創作上實踐也有向此努力的傾向，在師法前人的基礎上也重視起表現內心的體會，追求自然渾成的清新和流轉圓美。可惜因詩人的才性不高，理想的實踐創作並不多。

北宋中後期士人禪悅風氣鼎盛，在詩歌創作的諸多層次都體現對禪宗思想、思維方式與禪門方法的借鑑。在詩歌的內容上，禪理禪思、禪典禪語的化用與禪家意境的追求，使詩歌內涵更加豐富與深刻。在詩歌表現形式上，禪宗「立處即真」、「觸類是道」的思維，啟發詩歌題材、語言的隨機性與通俗化。而禪宗「活法」精神促進詩歌「活」的表現，如活潑潑的

用字遣詞所造成的新與活；無住無縛的創作思維、透脫靈活的體察方式所形成的通透無礙與機智靈活。在詩歌的風格上，人世體驗的經歷後超越絢爛所呈現的老造平淡，是理蘊豐富、思致細密的自然平淡；而法度與自由的辯證中，破除拘執而能變化萬方，鮮活而自如。

南宋詩人代表——楊萬里。楊萬里所創作的機智風趣與天機活潑的作品，是深悟活法的結果。禪宗唯心任運的思維方式，為楊萬里所熟悉，於創作構思中體現出來。禪宗對楊萬里詩歌創作的影響，就體現在其詩歌透脫靈活的表現上，不執著、不拘泥，在觀物見性上參酌禪宗的觀照方式，並以禪宗隨緣自適、隨機而行的靈活態度來面對人生與日常事物。因此，觸物起興，往往能掌握住事物的天然生機，呈現活潑的意象。而在語境上的跳躍靈活，則來自語意的流動及思維的隨機，這是誠齋「悟」後所得。其次，在誠齋詩歌的獨創新巧上，見到禪宗「不隨人作計」、不傍人腳跟的精神，並掌握禪家「活」的精神。在題材和立意的獨創上最能見出楊萬里的「活」。不被他人所注意的題材，在楊萬里筆下凸顯了出來；常用的題材則以奇特想像，出以新意奇趣，給予讀者新鮮甚或驚喜的感受。真如禪家所謂死蛇解弄，卻能賦予活潑潑的生機。再者，誠齋詩歌的諧趣通俗，體現禪宗「觸類是道」的精神。「行住坐臥，無非是道」，從當下生活中體道，詩和禪一樣，詩意就來自當下的生活感受，所以楊萬里很少用典，多以白描傳神，大量的口語入詩，俚俗卻不鄙陋，淺切卻有趣味，輕快靈動的手法創造其幽默親切的詩境。誠齋詩的透脫靈活、天機潑潑，不避淺俗而幽默風趣，這些創新精神是在禪宗「活法」精神的啟發下，無法之法的「活法」體現。南宋中後期詩歌重視創作主體性靈的表現，追求機趣活潑、自然高妙的詩風，都是深悟活法的體現。在創作內容上，著眼的是周遭生活事物與自然景物的描寫，呈現日常生活的情趣。語言表現形式與風格上，都趨向於新、活、淺、俗。這與禪宗「唯心任運」、「隨緣自適」的思維方式及自家作主的精神有相當關係。

總而言之，宋代文人在三教合一，文化整合的時代趨勢下，自覺的親近禪宗。士人在詩與禪間擔任起溝通的橋樑。而禪與詩間內在的聯繫，為詩歌提供接受禪學的架構。在這樣的背景下，禪宗圓滿具足的心性說、頓悟見性的解脫觀點、「觸類是道」的思維、隨機應物的「活法」精神，經由士人這座橋樑，對詩學理想與詩歌創作產生綿綿密密的影響。無疑的，

宋代詩學理論的形成和詩歌創作的內涵接受了禪宗不小的影響，因為禪的介入，禪宗思維方式的浸漬、禪門方法的借鑑，使得宋代詩學理論有了不同於以往的新觀點、新視角，禪宗觸類是道、任心自運、天機潑潑的活法精神，在宋詩論中廣泛被使用。在宋代詩歌的實踐創作上，禪的介入則豐富了詩歌的構思取材、意境內容，禪活潑潑的思維，帶來機變靈活、透脫鮮活的啟發，為重意尚理的宋詩，注入機智靈活、生機活潑的因子，呈現宋詩獨特的面貌。

【參考書目】

【專書部分】

（一）佛禪典籍類

- 釋惠洪《石門文字禪》 台北：藝文印書館 1975
- 藏經書院編《卍續選輯 禪宗部》 台北：新文豐出版公司 1977
- 巴壺天、林義正《校補增集人天眼目》 台北：明文書局 1982/04
- 趙迥《法藏碎金錄》 《景印文淵閣四庫全書》1052冊
台北：台灣商務印書館 1983
- 釋惠洪《林間錄》 《景印文淵閣四庫全書》1052冊
- 釋贊寧《宋高僧傳》 《景印文淵閣四庫全書》1052冊
- 普濟《五燈會元》 《景印文淵閣四庫全書》1053冊
- 鳩摩羅什譯《金剛般若波羅密經》 台北：禪學研究學會 1984
- 大藏經刊行委員會編《大藏經》 台北：新文豐出版公司 1985
- 釋道原編撰《景德傳燈錄》 台北：彙文堂出版社 1987/06
- 藍吉富主編《禪宗全書》 台北：文殊出版社 1988/04
- 中國佛教叢書編輯委員會編《禪宗編》 江蘇：古籍出版社 1993
- 李森編《中國禪宗大全》 高雄：麗文文化事業 1994/05
- 佛光大藏經編修委員會編《佛光大藏經 禪藏》 高雄：佛光出版社 1994/12
- 彭紹升撰《居士傳》 《續修四庫全書》1286冊
上海：上海古籍出版社 1995
- 釋志磐撰《佛祖統記》 《續修四庫全書》1287冊
- 潘桂明釋譯《大慧普覺禪師語錄》 高雄：佛光文化事業 1997/04
- 李中華注譯《新譯六祖壇經》 台北：三民書局 1997/11
- 潘桂明釋譯《宗鏡錄》 高雄：佛光文化事業 1999/07

（二）詩文典籍類

葉夢得《避暑錄話》	台北：藝文印書館景印	1966
黃庭堅《山谷題跋》	台北：藝文印書館景印	1966
劉克莊《後村先生大全集》	台北：台灣商務印書館	1965
羅大經《鶴林玉露》	台北：藝文印書館	1966
晁沖之《晁具茨先生詩集》	《百部叢書集成 海山仙館叢書》	
	台北：藝文印書館	1966
劉熙載《藝概》	台北：廣文書局	1969
黃百家編《宋元學案》	台北：廣文書局	1971
楊家駱主編《宋詩紀事補遺》	台北：鼎文書局	1971/9
袁枚《隨園詩話》	台北：廣文出版社	1971/06
稽留山樵撰《古今詩話叢編》	台北：廣文書局	1971/09
王士禎《帶經堂詩話》	台北：廣文書局	1971/11
胡應麟《詩藪》	台北：廣文出版社	1973
黃庭堅《豫章黃先生文集》	台北：藝文印書館	1975
任淵註《后山詩註》	台北：藝文印書館	1975
丁仲祐主編《清詩話》	台北：藝文印書館	1977/5
趙松谷箋註《王右丞集箋註》	台北：廣文書局	1977/12
魏慶之《詩人玉屑》	台北：九思出版公司	1978/11
清聖祖御定《全唐詩》	台北：文史哲出版社	1978/12
白居易《白居易集》	台北：里仁書局	1980/10
郭紹虞《宋詩話輯佚》	台北：華正書局	1981/12
胡仔《苕溪漁隱叢話》	台北：木鐸出版社	1982
何文煥編《歷代詩話》	台北：木鐸出版社	1982/02
齊己《白蓮集》	《景印文淵閣四庫全書》1084冊	1983
楊億《武夷新集》	《景印文淵閣四庫全書》1086冊	
王禹偁《小畜集》	《景印文淵閣四庫全書》1086冊	
梅堯臣《宛陵集》	《景印文淵閣四庫全書》1099冊	
歐陽修《文忠集》	《景印文淵閣四庫全書》1102冊	
王安石《臨川集》	《景印文淵閣四庫全書》1105冊	
李壁注《王荊公詩注》	《景印文淵閣四庫全書》1106冊	
蘇軾《東坡全集》	《景印文淵閣四庫全書》1107冊	

- | | | |
|-------------------|-------------|-------------------|
| 黃庭堅《山谷集》、《山谷別集》 | 《景印文淵閣四庫全書》 | 1113 冊 |
| 黃庭堅《山谷內集詩注》 | 《景印文淵閣四庫全書》 | 1114 冊 |
| 陳師道《後山集》、《後山詩注》 | 《景印文淵閣四庫全書》 | 1114 冊 |
| 張耒《柯山集》 | 《景印文淵閣四庫全書》 | 1115 冊 |
| 饒節《倚松詩集》 | 《景印文淵閣四庫全書》 | 1117 冊 |
| 謝逸《溪堂集》 | 《景印文淵閣四庫全書》 | 1122 冊 |
| 李彭《日涉園集》 | 《景印文淵閣四庫全書》 | 1122 冊 |
| 謝邁《竹友集》 | 《景印文淵閣四庫全書》 | 1122 冊 |
| 洪朋《洪龜父集》 | 《景印文淵閣四庫全書》 | 1124 冊 |
| 戴復古《石屏詩集》 | 《景印文淵閣四庫全書》 | 1165 冊 |
| 史彌寧《友林乙稿》 | 《景印文淵閣四庫全書》 | 1178 冊 |
| 元好問《遺山集》 | 《景印文淵閣四庫全書》 | 1191 冊 |
| 韓駒《陵陽集》 | 《景印文淵閣四庫全書》 | 1133 冊 |
| 曾幾《茶山集》 | 《景印文淵閣四庫全書》 | 1136 冊 |
| 呂本中《東萊詩集》 | 《景印文淵閣四庫全書》 | 1136 冊 |
| 陸游《劍南詩稿》 | 《景印文淵閣四庫全書》 | 1163 冊 |
| 包恢《敝帚稿略》 | 《景印文淵閣四庫全書》 | 1178 冊 |
| 陳思編《南宋名賢小集》 | 《景印文淵閣四庫全書》 | 1363、1364 冊 |
| 元好問《中州集》 | 《景印文淵閣四庫全書》 | 1365 冊 |
| 楊萬里《誠齋集》 | 《景印文淵閣四庫全書》 | 1160 冊 |
| 劉克莊《後村集》 | 《景印文淵閣四庫全書》 | 1180 冊 |
| 趙善括《應齋雜著》 | 《景印文淵閣四庫全書》 | 1461 冊 |
| 魏泰《臨漢隱居詩話》 | 《景印文淵閣四庫全書》 | 1478 冊 |
| 厲鶚《宋詩紀事》 | 《景印文淵閣四庫全書》 | 1484 冊 |
| 丁福保輯《歷代詩話續編》 | 台北：木鐸出版社 | 1983/09 |
| 郭紹虞編《清詩話續編》 | 台北：木鐸出版社 | 1983/12 |
| 陳師道《後山集》 | 《四部備要》集部 | 台北：台灣中華書局 1983/12 |
| 徐長孺輯 森大狂校訂《東坡禪喜集》 | 台北：彌勒書局 | 1984 |
| 黎靖德編《朱子語錄》 | 京都：中文出版社 | 1984/03 |
| 王文誥 馮應榴輯注《蘇軾詩集》 | 台北：學海出版社 | 1985/09 |
| 釋惠洪《冷齋夜話》 | 張海鵬輯《學津討原》 | 江蘇：廣陵古籍出版社 1990 |

- | | | |
|------------------|------------|---------|
| 黃錦鈺註譯《新譯莊子讀本》 | 台北：三民書局 | 1991/03 |
| 孔凡禮點校《蘇軾文集》 | 北京：中華書局 | 1992/09 |
| 陳模撰 鄭必俊校注《懷古錄校注》 | 北京：中華書局 | 1993/02 |
| 蘇軾《蘇東坡全集》 | 台北：世界書局 | 1996/02 |
| 任淵等注《黃山谷詩集注》 | 台北：世界書局 | 1996/10 |
| 北京大學古文獻研究所編《全宋詩》 | 北京：北京大學出版社 | 1998 |
| 周振甫注《文心雕龍注釋》 | 台北：里仁書局 | 1998/09 |
| 吳文治主編《宋詩話全編》 | 南京：江蘇古籍出版社 | 1998/12 |

（三）禪學類

- | | | |
|------------------------------------|--------------|------------|
| 張夢濤主編《現代佛教學術叢刊③ 禪學論文集》 | 台北：大乘文化出版社 | 1977/03 初版 |
| 吳經熊撰 吳怡譯《禪學的黃金時代》 | 台北：台灣商務書局 | 1978 |
| 張夢濤主編《現代佛教學術叢刊② 禪學論文集》 | 台北：大乘文化出版社 | 1981/07 二版 |
| 阿部肇一著 關世謙譯《中國禪宗史—南宗禪成立以後的政治社會史的考證》 | 台北：東大圖書公司 | 1986/02 |
| 何國詮《中國禪學思想史》 | 台北：文津出版社 | 1987/04 |
| 張文達、張莉編《禪宗歷史與文化》 | 黑龍江教育出版社 | 1988/12 |
| 黃敏枝《宋代佛教社會經濟史論》 | 台北：台灣學生書局 | 1989/05 |
| 郭朋《中國佛教簡史》 | 福建：人民出版社 | 1990/06 |
| 邢東風《禪悟之道 南宗禪學研究》 | 北京：中國人民大學出版社 | 1992/09 |
| 潘桂明《中國禪宗思想歷程》 | 北京：今日中國出版社 | 1992/11 |
| 杜繼文、魏道儒《中國禪宗通史》 | 南京：江蘇古籍出版社 | 1995/02 |
| 楊惠南《禪史與禪思》 | 台北：東大圖書公司 | 1995/04 |
| 麻天祥《中國禪宗思想發展史》 | 長沙：湖南教育出版社 | 1997/03 |
| 印順《中國禪宗史》 | 台北：正聞出版社 | 1998/01 |
| 洪修平《中國禪學思想史》 | 台北：文津出版社 | 1998/04 |
| 洪修平《禪宗思想的形成與發展》 | 台北：佛光文化事業 | 1999/09 |

(四) 文學類

- 台灣大學文學院編《黃山谷的詩與詩論》 台北：台灣大學文學院 1972/12
- 胡明珽《楊萬里詩評述》 台北：學海出版社 1976/12
- 吉川幸次郎著 鄭清茂譯《宋詩概說》 台北：聯經出版社 1977/04
- 黃永武《中國詩學 思想篇》 台北：巨流圖書公司 1979/04
- 劉乃昌《蘇軾文學論集》 山東：齊魯書社 1982/04
- 嚴既澄選註《蘇軾詩》 台北：台灣商務印書館 1986
- 高步瀛選註《唐宋詩舉要》 台北：學海出版社 1986/08
- 葉慶炳《中國文學史》 台北：學生書局 1987/08
- 台大中國文學研究所主編《宋代文學與思想》 台北：學生書局 1989/08
- 姚瀛艇主編《宋代文化史》 開封：河南大學出版社 1992/02
- 歐陽炯《呂本中研究》 台北：文史哲出版社 1992/06
- 劉石《蘇軾詞研究》 台北：文津出版社 1992/07
- 陳永正選註《黃庭堅詩選》 台北：遠流出版事業 1992/11
- 周錫選註《王安石詩選》 台北：遠流出版事業 1992/11
- 劉斯翰選註《楊萬里詩選》 台北：遠流出版事業 1992/11
- 王洪《蘇軾詩歌研究》 北京：朝華出版社 1993
- 邱少華選註《江西詩派選集》 北京：北京師範學院出版社 1993/04
- 張高評編《宋詩綜論叢編》 高雄：麗文文化事業 1993/10
- 趙仁珪《宋詩縱橫》 北京：中華書局 1994/06
- 袁行霈、孟二冬、丁放《中國詩學通論》 合肥：安徽教育出版社 1994/12
- 張高評主編《宋代文學研究叢刊》〔創刊號〕 高雄：麗文文化事業 1995/03
- 張毅《宋代文學思想史》 北京：中華書局 1995/04
- 成大中文系所主編《宋代文學研討會論文集》 高雄：麗文文化事業 1995/05
- 韓經太《宋代詩歌史論》 長春：吉林教育出版社 1995/12
- 鍾美玲《北宋四大家理趣詩研究》 台北：文津出版社 1996/06
- 張高評主編《宋代文學研究叢刊》第二期 高雄：麗文文化事業 1996/09
- 程杰《北宋詩文革新研究》 台北：文津出版社 1996/12
- 四川聯合大學宋代文化研究資料中心編《宋代文化研究》
四川大學出版社 1996/12

周裕鍇《宋代詩學通論》	成都：巴蜀書社	1997/01
張夢機《古典詩的形式結構》	台北：駱駝出版社	1997/07
張高評主編《宋代文學研究叢刊》第三期	高雄：麗文文化事業	1997/09
李燕新《王荊公詩探究》	台北：文津出版社	1997/12
吳晟《黃庭堅詩歌創作論》	江西：江西人民出版社	1998/10

〔五〕禪與文學類

杜松柏《禪與詩》	台北：弘道書局	1970/04
杜松柏《禪學與唐宋詩學》	台北：黎明文化事業	1976/10
葛兆光《禪宗與中國文化》	台北：里仁書局	1987/10
蔡義斌《宋代儒釋調和論及排佛論之演進 王安石之融通儒釋及程朱學派之排佛反王》	台北：台灣商務印書館	1988/08
陳香《禪詩欣賞》	台北：國家出版社	1990/07
洪丕謨《禪詩百首》	台北：新潮社文化事業	1993/06
李森《禪宗與中國古代詩歌藝術》	高雄：麗文文化事業	1993/10
周裕鍇《中國禪宗與詩歌》	高雄：麗文文化事業	1994/07
孫昌武《詩與禪》	台北：東大圖書公司	1994/08
李森《禪詩三百首譯析》	台北：祺齡出版社	1994/12
張伯偉《禪與詩學》	台北：揚智文化事業公司	1995/01
楊惠南《禪史與禪思》	台北：東大圖書公司	1995/04
華梵東方人文思想研究所編《禪與文學論文集》	華梵大學東研所	1995/10
林永煥《蘇軾禪詩研究》	北京：中國社會科學出版社	1995/11
廖閱鵬《禪門詩偈三百首》	台北：圓神出版社	1996
普穎華《禪宗美學》	台北：昭文社出版	1996/01
孫昌武《禪思與詩情》	北京：中華書局	1997/08
蕭麗華《唐代詩歌與禪學》	台北：東大圖書公司	1997/09
楊惠南《禪思與禪詩》	台北：東大圖書公司	1999/01
鈴木大拙著 劉大悲譯《禪與生活》	台北：志文出版社	2000/04

〔六〕其他類

黃大受《中國通史》	台北：五南圖書公司	1983/07
楊家駱主編《中國學術類編 史記》	台北：鼎文書局	1990/07
周振甫、冀勤《談藝錄導讀》	台北：洪葉文化事業	1995/05
張鐵夫主編《新編比較文學教程》	長沙：湖南人民出版社	1997/08

【期刊論文】

龔鵬程 知性的反省 宋詩的基本面貌，收入《中國文化新論 文學篇二意象的流變》，聯經出版公司，1982年10月，頁261~316。

韓經太 中國詩學的平淡美理想，《中國社會科學》第3期，1991年，頁174。

賴永海 從祖師禪到看話禪，《中國文化》第6期，1992年9月，頁45~51。

魏道儒 禪宗看話禪的興起與發展，《中國文化》第6期，1992年9月，頁52~61。

范月嬌 論黃山谷之詩禪，《淡江大學中文學報》第2期，1993年12月，頁47~64。

鄭雪花 「以禪喻詩」與「詩禪一致」，《中國文化》第229期，1994年4月，頁78~103。

鄭偉 禪與詩的相互影響（上）（下），《香港佛教》第414、415期，1994年11、12月，頁6-10、29-32。

黃敬先 王安石晚年覓詩歸自然，《歷史月刊》，1995年7月號，頁112~115。

余崇生 談禪對詩的影響，《中國語文》462期，1995年12月，頁37~42。

王熙元 從「以禪喻詩」論嚴羽的妙悟說，《中國學術年刊》第17期，1996年3月，頁233~254。

林碧珠 蘇東坡禪詩的形成，《中國文化月刊》第224期，1998年11月，頁104-113。

蔣力餘 詩歌禪境美感特徵初探，《國文天地》15卷6期，1999年11月，頁42-47。

鍾美玲 蘇軾禪詩山水意象的表現，《中國文化月刊》第246期，2000年9月，頁44-62。

王源娥 《黃庭堅詩論微探》，東吳大學中國文學研究所碩士論文，1983。

徐裕源 《黃山谷詩研究》，國立政治大學中國文學研究所碩士論文，1986。

- 鄭文倩 《蘇軾藝術思想研究》，台灣大學中國文學研究所碩士論文，1991/12。
- 蓋美鳳 《活法與江西詩派的形成》，國立台灣大學中國文學研究所碩士論文，1996。
- 黃青萍 《宏智正覺禪學研究》，國立台灣大學國文研究所碩士論文，1999。
- 楊珮琪 《蘇軾杭州詩研究》，國立台灣師範大學國文研究所碩士論文，1999。
- 謝惠青 《宋代僧人詞研究》，國立中興大學中國文學研究所碩士論文，1999。
- 林湘華 《禪宗與宋代詩學理論》，國立成功大學中國文學研究所碩士論文，1999。
- 蔡雅霓 《黃山谷贈物詩研究》，輔仁大學中國文學研究所碩士論文，2000。