

虛空有盡

從〔禪詩〕談〔詩的意境〕



林秀蘭

華府詩友社, 1/15/2012

*** 林秀蘭簡介 ***

學歷：台灣 國立中央大學中文系畢業
美國 哈佛大學東亞研究所碩士 (專攻文化、文學、教育研究)

經歷：台灣 高中、大專國文教師

美國 現任：馬里蘭州 [龍林學苑] 校長
華府詩友社副社長
曾任：馬里蘭州 [蓋城中文學校] 校長
華府書友會首任會長
台灣新生報 [美國現象] 專欄作家
[華府佛學營] 創辦人 (2004~2009)

文學獎：1998年中央日報「海外華文創作獎」首獎
第一屆臺灣省文學獎「報導文學類」優選獎……



概要

- ▶ 佛教傳入中國以後，形成了各種宗派，其中禪宗主張心性本淨，佛性本有，強調見性成佛、不假外求的「頓悟」法門。禪宗由於包容性廣大，宗教色彩較不濃厚，且重實踐，落實於生活，受到各個階層的歡迎，更對中國文學、歷史、哲學、藝術等人文的方方面面造成深鉅影響。
- ▶ 「禪詩」可分為僧人禪詩與文人禪詩兩類：
 - A) 僧人禪詩：僧人寓禪於詩，利用中國古典詩詞的表現方式來宣揚禪道佛理。旨在「度人」。
 - B) 文人禪詩：文人抒發性情，以禪入詩，在詩作中自然流露出一種充滿禪意或禪趣的意境。重在「自度」。
- 嚴羽《滄浪詩話》：「大抵禪道在妙悟，詩道亦在妙悟。」
- 台北大學 賴賢宗教授：「詩境通於禪境」、「詩禪合流」。

準此，本人將從禪詩的角度切入，與大家一同探討古今詩詞作品中，「情景交融」、「虛實相生」、「意在言外」，且富含哲理意蘊的「詩的意境」。

從一首現代人的禪詩談起

<美濃禪修> 盧育霖

椰雨蕉風犬吠村，
一燈蚊蚋對天尊。
虛空有盡無窮願，
般若無門即法門。

Coconut and banana trees, wind, rain, and barking dogs,
A monk meditates under soft light enduring insect bites.

Perishable universe, eternal vows,

There is no way in Prajna wisdom, but through the Dharma way of self-cultivation.

般若(梵語)，“大智慧”或“妙智慧”之意，即佛經所說的“正等正覺”。
《楞伽經》：「佛語心爲宗，無門爲法門。」

‘地藏王菩薩’之大願：

地獄不空，誓不成佛。

‘聖嚴法師’效法‘地藏王菩薩’發願：

虛空有盡，我願無窮。

聖嚴法師於 2009 年2月3日圓寂，其最後詩偈：

無事忙中老，空裡有哭笑；
本來沒有我，生死皆可拋。

“禪道在妙悟，詩道亦在妙悟”
“詩境通於禪境”

禪

是什麼？



什麼是「禪」？

1. 禪，漢傳佛教術語，最早源自**禪那** (梵語：Dhyāna) [\ djɑ:nə]，漢譯**靜慮**，即於一所緣境繫念寂靜、正審思慮。隨著**禪宗**的發展，逐漸成爲具備獨特理論意涵的用語。---維基百科
2. “禪”原爲**靜坐思慮**之意，在印度是一種**內省的方法和內省的工夫**。後經中國吸收簡稱“**禪**”，再傳到日本即成了“**Zen**”。
3. 禪，是**智慧的、安定的、清淨的、無染的心靈**。「禪」是**不著語言、不立文字**的，是要靠自己**去體會的**。**平常生活即是禪的修行！** ---聖嚴法師
4. 中國禪宗的由來：**靈山會上**，世尊**拈花**，迦葉**微笑**。**迦葉即印度禪宗始祖**。後**菩提達摩** (第28代掌門人) 東渡中國，收弟子**慧可** (中國禪宗二祖)，傳到五祖弘忍，以**偈**考察弟子：

偈：禪師開悟時以詩句形式表達自己開悟的境界。

兩首著名的禪宗開悟詩偈

大弟子 **神秀** 按印度禪宗思想（外物實有、人心本穢、勤修悟道）為偈：

身是菩提樹，心如明鏡台；
時時勤拂拭，莫使惹塵埃。

神秀從身、心切入。很實際，但未見自性。時寺中一擔水劈柴小僧**惠能** 不以為然，另為一偈：

菩提本無樹，明鏡亦非台；
本來無一物，何處惹塵埃？

惠能主張：佛性自有，頓悟可成佛。此偈轉**實**為**空**，轉垢為淨，化**悲觀**為**樂觀**、轉**漸修**為**頓悟**，導致佛教史上一場革命，**惠能**因此成為中國禪宗真正的始祖（六祖）。



「禪宗」的「不立文字」



不立文字，直指人心，是漢傳佛教禪宗一大特色。其用意在於不令眾生著“相”；但一般人常誤解為“不要語言文字”或“不要邏輯思維”，其真正含義是**不執著於佛教經論，勿著於外相**（文字本身也是一種假相）。

禪宗認為：**悟之內容，無法以文字言語傳述**，必須由師心直接傳予弟子心，此種**以心傳心**，即為不立文字。

〔真正的禪是無法用任何語言文字表達，但是，禪仍然需以文字來指導修行，就如同**以手指指月**，手指雖非月亮，但能讓我們循著它看見月亮。〕 ---法鼓山傳燈院

禪宗：定、靜慮、思惟、修

儒家：定、靜、安、慮、得



禪師：「禪即生活。」

道家：「道在屎溺。」

「口頭禪」也是禪嗎？

口頭禪一詞來源於**佛教的禪宗**，本意指不去用心領悟，而把一些現成的經驗掛在口頭，裝作有思想。（意指一個人習慣在有意或無意間時常講的說話語句。）（維基百科）

口頭禪是一種**禪病**（禪宗末流，好取現成的經語、公案掛在口頭上作為談助，被斥為「口頭禪」。（例如：**不立文字**）



中國人常用的口頭禪：〔**隨便**〕奪冠

其他口頭禪：神經病 / 不知道 / 無聊 / 真的假的 / 挺好的 / 沒意思 / 超棒的 / 很瞎 / 很遜……

禪詩（A）：僧人禪詩



1. 佛教傳入中國後，因士大夫鑽研佛法，形成僧人以佛入詩、文人以詩入禪的現象。
2. 東晉以來，歷經亂世，士大夫的文人詩僧增加，許多僧人本身即具詩學根柢，故詩作中常寓含佛理。
3. 「偈」本為佛經傳譯時的一種文體，早期佛經翻譯，多以簡單的偈頌敘述佛理，形成了禪詩特有的詩歌形式。這種可傳唱的特殊形式，極似中國詩詞的表現方式。
4. 唐詩的「直抒性情」與禪詩的「自性覺悟」有異曲同工之妙，加以禪詩吸收了唐詩講究風骨、不尚辭藻的風格，以及詩作的表現形式，「禪偈」乃進一步轉變為「禪詩」。

禪詩（B）：文人禪詩

「**妙悟**」二字乃禪詩最重要的核心。所謂“言爲心聲”，文人參禪打坐，體會佛理，研讀經藏，一旦豁然開朗，「**以禪入詩**」，將內心**感悟**化爲文字，在生活中寄託**禪心**，於是寫出寓有禪理和禪味的詩作。

洛夫：「禪不一定就是寺廟之禪、僧人之禪，可以說只是當下我們對萬事萬物的入神觀照，對生命的整體感悟，對美的一種永恆凝視。」（〈禪詩的現代美學意義（代序）〉）

王國維《人間詞話》將詩分爲「**有我之境**」與「**無我之境**」，禪詩是禪心的寫照，因其所要表達的多爲《心經》中所揭示的「心的本質 - **自在**」，以及「**空**」與「**無**」的觀念，故與一般詩詞不同，皆爲**無我之境**。

《般若波羅蜜多心經》

觀自在菩薩，行深般若波羅蜜多時，照見五蘊皆空，度一切苦厄。舍利子，色不異空、空不異色、色即是空、空即是色，受想行識，亦復如是。舍利子，是諸法空相，不生不滅、不垢不淨、不增不減。是故空中無色、無受想行識、無眼耳鼻舌身意、無色聲香味觸法、無眼界、乃至無意識界、無無明、亦無無明盡、乃至無老死、亦無老死盡、無苦集滅道、無智亦無得、以無所得故。菩提薩埵，依般若波羅蜜多故，心無罣礙；無罣礙，故無有恐怖，遠離顛倒夢想，究竟涅槃。三世諸佛，依般若波羅蜜多故，得阿耨多羅三藐三菩提故知般若波羅蜜多，是大神咒、是大明咒、是無上咒、是無等等咒；能除一切苦，真實不虛。故說般若波羅蜜多咒，即說咒曰：揭諦揭諦，波羅揭諦，波羅僧揭諦，菩提薩婆訶。

《心經》共260字〔空 - 7 / 具有“無”之意涵者（不 & 無） = 25〕

僧人禪詩與文人禪詩之不同

1. 創作的動機：僧人禪詩以「明心見性」和「了脫生死」為宗旨。文人禪詩則屬性情抒發，即興有感之作。前者旨在「度人」；後者重在「自度」。
2. 創作的手法：僧人為詩直指人心，了悟自性，逆向思考，旨在教化。文人禪詩亦力求“空靈”，破除我執，減少概念性文字，以營造美好意境。
3. 詩歌的形式：許多僧人禪詩以簡單的偈頌詩教敘述佛理，故不同於中國傳統的排律詩 - 講究聲韻詞藻、有嚴格的對仗。
4. 詩作的內容：僧人禪詩 - 宗教性、載道性強；文人禪詩 - 較富有文學性、藝術性及浪漫意味。



禪詩範例 - 1 (僧人禪詩)

終日尋春不見春，芒鞋踏破嶺頭雲；
歸來偶把梅花嗅，春在枝頭已十分。

--唐·無盡藏

* 比丘尼無盡藏開悟偈。以春喻道。佛法無所不在，不假外求。

千年石上古人蹤，萬丈岩前一點空；
明月照時常皎潔，不勞尋討問西東。

--唐·寒山

* 以“明月”自喻自性，只要自性光輝映現，黑暗、是非、煩惱都將遠離。

禪詩範例 - 2 (文人禪詩 - 王維)

盛唐詩人**王維** (字**摩詰**，外號**詩佛**)常以**禪者**目光觀照萬物，詩中自有幽靜、清澈、空靈之韻味，其禪詩蘊含**禪理**和**禪味**，最能傳達**禪悟**的境界，王維禪意盎然。

〈鹿柴〉

空山不見人，但聞人語響；**返**景入深林，復照青苔上。

〈鳥鳴澗〉

人**閑**桂花落，夜**靜**春山**空**；月出**驚**山鳥，時鳴春澗中。

〈終南別業〉

中歲頗好**道**，晚家南山陲。興來每**獨**往，**勝**事空自知。
行到水**窮**處，坐看雲起時。**偶**然值林叟，**談**笑無還期。

禪詩範例 - 3 (文人禪詩 蘇軾)

<東林詩偈>：

溪聲盡是廣長舌，山色無非清淨身；
夜來八萬四千偈，他日如何舉似人？

佛經中常說佛出廣長舌相說法。據說此詩乃蘇軾住廬山東林寺時所作。東坡把山水自然看成一體佛性，無時不在為吾人說法。

<題西林壁>：

橫看成嶺側成峰，遠近高低各不同；
不識廬山真面目，只緣身在此山中。

<和子由澗池懷舊>：

人生到處知何似，恰似飛鴻踏雪泥；
泥上偶然留指爪，鴻飛哪復計東西？

<金龍禪寺> 洛夫

禪詩範例 - 4

晚鐘

是遊客下山的小路

羊齒植物

沿著白色的石階

一路嚼了下去

如果此處降雪

而只見

一隻驚起的灰蟬

把山中的燈火

一盞盞地

點燃

“洛夫禪詩的「禪」字有二個層次，其一，是文字語境的禪，其二，是生命境界的禪。”（<禪亦頑童 向你的窗前探首>，李翠瑛）

* 此詩如唐人五絕，短小精緻，言有盡而意無窮，意境超逸，禪思無限。



洛夫的現代禪詩

洛夫和余光中齊名，被譽為世界華文詩壇的雙子星座，也是公認的台灣十大詩人之一。

洛夫原名「莫洛夫」，台灣淡江大學英文系畢業，曾任教東吳大學外文系。1945年與詩友共同創辦《創世紀》詩刊，早年詩中具超現實魔幻色彩，人稱「詩魔」。目前旅居加拿大，寫詩之餘沉潛書法。

洛夫的禪詩將西方超現實主義和東方禪宗智慧融合，蛻變成為現代禪詩。

《禪魔共舞：洛夫禪詩》（10/11/2011 出版）

「魔」即「禪」，「禪」即「魔」，禪、魔互證，證出洛夫的詩歌美學，詩、禪結合，呈現出革命性的東方智慧。

<雪蕉> 賴賢宗

禪詩範例 - 5

歲晚了
而相依的雪蕉在哪裡

松煙
獨自飄渺

竹聲灑然於空谷
不需有人聽見

靜謐
漲滿閨寂的時光隧道

天寒 翠袖已薄
這是唯一相伴的雪蕉

賴賢宗，台灣台北人。台灣大學哲學學士、碩士、博士，1994年(台灣)教育部公費獎學金赴德國攻讀博士學位，1998年獲德國慕尼黑大學哲學博士學位。現任國立台北大學中文系教授暨中文系系主任，創辦台北大學人文學院東西哲學與詮釋學研究中心並擔任主任。

“此詩寫的是失戀最終所領悟到的道理、禪理、禪境。……就外緣來說，<雪蕉>是情詩，就它們所達到的最後的內心領悟而言，則是禪詩。” (賴賢宗，<詩境通於禪境：禪藝的當代之道>)

意境



詩詞的意境

優美的古典詩詞具備三大要素：聲韻、感情、**意境**，其中意境尤其是整首詩的靈魂。

宋 嚴羽《滄浪詩話》：「詩有別材，非關書也；詩有別趣，非關理也……盛唐諸人唯在興趣，羚羊掛角，無迹可求，故其妙處透徹玲瓏，不可湊泊，如空中之音，相中之色，水中之月，鏡中之象，言有盡而意無窮。」（見《滄浪詩話》）

錢鍾書《談藝錄》：「乃不泛說理，而狀物態以明理；不空言道，而寫器物以載道；拈此形而下者，以明形而上者，使寥廓無象者，托物以起興，恍惚無朕者，著跡而知見。」

什麼是意境？

意境包括兩部分： 1) 實境 - “歷歷在目”
2) 虛境 - “意在言外”

所謂“虛實相生”：虛境是實境的昇華，體現文學作品的審美效果，是作品的精神所在。但虛境必須以實境為載體，虛境須透過實境來表現。

- * 意境是詩人的主觀感情和客觀物象相互交融、相互滲透而形成的藝術境界。
- * 意境是文學作品中情境交融、虛實相生、充滿了無窮韻味、活躍着生命律動的詩意空間。

* 文學的意境包含三個特點：

(1) 真：表達真摯的情感。

(2) 善：刻劃靈動的趣味/韻味。

(3) 美：傳達特殊的美感和領悟。

意境 vs. 意象

* 意象：主觀的意念＋客觀的物象

(意象＝寓“意”之“象”)。它是意境的載體，用來寄託主觀的情思。

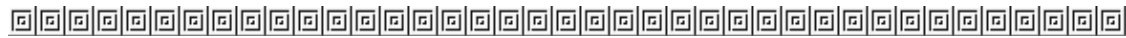
* 任何藝術作品都要創造**意象**，但是並不是所有藝術作品都能有**意境**。

中國古典詩詞的意境美學

「意境」一詞最早由王國維提出：「古今詞人格調之高，無如白石。惜不於意境上用力，故覺無言外之味，弦外之響，終不能與於第一流之作者也。」---《人間詞話》

「意」：藝術家主觀情感的流露；「境」：外在環境的反映。……意境是心物、主客、內涵和形式的完美統一，更著重以虛涵實、實中見虛，有著無限和深遠的特徵。---劉成紀，〈再談中國的美學意境〉

姜夔字堯章，號白石道人。工於詩、精於詞；又精通音律，善吹簫彈琴，是南宋著名詩詞作家、音樂家。其詞集中有不少自度曲，是為南宋唯一詞調曲譜傳世的音樂家。白石詞風清空含蓄，立意幽遠，煉字琢句，倚聲協律，意中有景，景中有意，別樹一格。



1. 意境應是多元的, 更是主觀的, 品味詩詞宜廣納百川, 包容多元 (鄰家女孩未必不如世界小姐, 浣紗村女或勝於宮廷后妃)。
2. 「意境」屬於「禪」、「道」一流，不可言說，玄妙且形而上，它無聲、無色、無臭、無味，難以狀之，忌之在露，唯有情境相融、虛實相生，始能讓作品蘊涵無窮韻味。

《白石道人詩說》 宋 姜夔

大凡詩，自有氣象、體面、血脈、韻度。氣象欲其渾厚，其失也俗；體面欲其宏大，其失也狂；血脈欲其貫穿，其失也露；韻度欲其飄逸，其失也輕。……僻事實用，熟事虛用；說理要簡切，說事要圓活，說景要微妙。

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。清廟之瑟，一唱三嘆，遠矣哉！……句中有餘味，篇中有餘意，善之善者也。……意中有景，景中有意。

詩有四種高妙：一曰理高妙，二曰意高妙，三曰想高妙，四曰自然高妙。礙而實通，曰理高妙；出自意外，曰意高妙；寫出幽微，如清潭見底，曰想高妙；非奇非怪，剝落文采，知其妙而不知其所以妙，曰自然高妙。

賴賢宗的“禪意境美學”

「詩境通於禪境」、「詩禪合流」的主張出自：

〈詩境通於禪境：禪藝的當代之道〉

作者：賴賢宗教授

（原題：「禪與意境美學：以詩境與禪境之相通為例」）

該文宗旨：解釋「詩與禪」的交涉。藉由禪與當代藝術的類比性，來從事當代美學理論與創作，重新定義藝術的主體與客體，達到新領域的「情景交融」。

賴賢宗主張詩禪一致的“禪意境美學”，認為：意境美學可以表達為以下三點：(1) 意與境渾，(2) 返虛入渾，(3) 渾然天成。

虛空有盡，
禪意無窮。



結 論

禪



I. 虛空有盡，禪意無窮。

禪境與詩境既有相通之處，瞭解禪宗的哲思，有助於提昇人生境界及詩詞作品的意境。

II. 中國古典詩詞特別重視意境，吾人欣賞詩詞時，應如何鑑賞品味詩詞中的意境？

1. 反覆揣摩詩詞中**意象**（即詩人用來表現自己的心境或某種情感的**物象**）。
2. 用心體會詩中**意在言外**的詞語/詩句，以深入領會**其中意境**。
3. 展開聯想的翅膀，發揮**想像力**。
4. 多讀古今詩詞作品，亦勿放過**詩詞評析**的文章。

其他參考資料

《誠齋詩話》 宋 楊萬里

《金針法》云：〔八句律詩，落句要如高山轉石，一去無回。〕予以爲不然。詩已盡而味方永，乃善之善也。

詩有句中無其辭，而句外有其意者。（意在言外也）

五言古詩，句雅淡而味深長者，陶淵明柳子厚也。如少陵《羌村》、後山《送內》，皆是一唱三歎之聲。

詩有實字而善用之者，以實爲虛。

屬聯工夫，然去一境字，便覺難讀。

楊萬里的禪詩

新 柳

柳條百尺拂銀塘，且莫深青只淺黃。
未必柳條能蘸水，水中柳影引他長。

舟過安仁

一葉漁船兩小童，收篙停棹坐船中。
怪生無雨都張傘，不是遮頭是使風。

送德輪行者

瀝血抄書奈若何，十年依舊一頭陀。
袈裟未著愁多事，著了袈裟事更多。

《六一詩話》 宋 歐陽修

聖俞嘗語余曰：「詩家雖率意，而造語亦難。若意新語工，得前人所未道者，斯爲善也。必能狀難寫之景，如在目前，含不盡之意，見於言外，然後爲至矣。」

作者得於心，覽者會以意，殆難指陳以言也。雖然，亦可略道其髣髴：若嚴維〔柳塘春水漫，花塢夕陽遲。〕，則天容時態，融和駘蕩，豈不如在目前乎？又若溫庭筠〔雞聲茅店月，人跡板橋霜。〕，賈島〔怪禽啼曠野，落日恐行人。〕，則道路辛苦，羈愁旅思，豈不見於言外乎？

詩人貪求好句，而理有不通，亦語病也。……唐人有云：「姑蘇臺下寒山寺，半夜鐘聲到客船。」說者亦云，句則佳矣，其如三更不是打鐘時！

《人間詞話》-1 王國維

王國維（西元1877~1927）字靜安，號觀堂，清末浙江海寧人。自治經史、古文學、古器物，兼及文學史、文學批評，有極深創獲。任清華大學教授，憤世嫉俗，後投昆明湖自盡。著述甚多，合刊為海寧王忠公遺書，另有靜庵文集，輯其早年論哲理、評文藝之作。

詞以**境界**為最上。有境界則自成高格，自有名句。五代北宋之詞所以獨絕者在此。有造境，有寫境，此理想與寫實二派之所由分。然二者頗難分別。因大詩人所造之境，必合乎自然，所寫之境，亦必鄰於理想故也。

有**有我之境**，有**無我之境**。……**有我之境**，以我觀物，故物我皆著我之色彩。**無我之境**，以物觀物，故不知何者為我，何者為物。

境非獨謂景物也。喜怒哀樂，亦人心中之一境界。故能寫真景物，真感情者，謂之有境界。否則謂之無境界。境界有大小，不以是而分優劣。

《人間詞話》-2 王國維

古今之成大事業、大學問者，必經過三種之境界：〔昨夜西風凋碧樹。獨上高樓，望盡天涯路。〕此第一境也。〔衣帶漸寬終不悔，爲伊消得人憔悴。〕此第二境也。〔眾裡尋他千百度，驀然回首，那人卻在，燈火闌珊處。〕此第三境也。此等語皆非大詞人不能道。然遽以此意解釋諸詞，恐爲晏歐諸公所不許也。

嚴滄浪〔詩話〕謂：盛唐諸人，唯在**興趣**。羚羊掛角，無跡可求。故其妙處，透徹玲瓏，不可湊泊。……”滄浪所謂**興趣**，阮亭所謂**神韻**，猶不過道其面目，不若鄙人拈出“**境界**”二字，爲探其本也。

言氣質，言神韻，不如言境界。有境界，本也。氣質、神韻，末也。有境界而二者隨之矣。

昔人論詩詞，有景語、情語之別。不知一切景語，皆情語也。……大家之作，其言情也必沁人心脾，其寫景也必豁人耳目。其辭脫口而出，無矯揉妝束之態。以其所見者真，所知者深也。

揚州慢

宋 姜夔（白石道人）

淮左名都，竹西佳處，解鞍少駐初程。
過春風十里，盡齊麥青青。白胡馬窺江
去後，廢池喬木，猶厭言兵。漸黃昏、
清角吹寒，都在空城。 杜郎俊賞，
算而今、重到須驚。縱豆蔻詞工，青樓
夢好，難賦深情。二十四橋仍在，波心
蕩、冷月無聲。念橋邊紅藥，年年知爲
誰生。