

禪是從生活妙悟的智慧

書香聊天室

導讀 顏崑陽 中文系教授

鈴木大拙的《禪與生活》，是一本逐漸被冷落，甚至遺忘的好書。作者是國際著名的禪學大師，有「世界禪者」之稱；一九七〇、八〇年間，志文出版社「新潮文庫」譯介了他幾本禪學的著作，包括這本書以及《禪與心理分析》、《禪學隨筆》，曾經廣為流傳。

這本書分為九章，章節內容是：禪的意義、禪與一般佛教、禪的歷史、悟、禪的實際開導方法、無理性的理性——公案的運用、禪的無心說、自然在禪學中所佔的地位、存在主義及實用主義的禪。這些內容是編譯者劉大悲從鈴木大拙《禪學論文集》與《禪學研究》精選出來；不過，看起來也相當有系統。

禪，不離現實生活，離現實生活也就沒有禪。它是從現實生活，穿衣吃飯開始，真切體驗而「妙悟」所生的智慧。因此，「悟」是開門入禪的鑰匙，沒有「悟」也就沒有禪。那麼，「禪」似乎很神秘，其實也很平常；只要不離現實生活，真切體驗，而打開各種人為建造的習慣、制度、二元對立的價值觀念、層層累積的知識、抽象概念化的邏輯思維等枷鎖，直觀自己生命與當下萬物，

了無缺憾及贅餘的本真，一切都自由自在。那麼，「禪境」就隨這「明心」而開顯了。

禪的「妙悟」不能由科學觀察、實驗，或理智思辨、邏輯推演而致。「妙悟」無客觀固定法則可循，唯在個人當下體驗而自得。因此「禪境」也無法以言語直接傳授給他人；能說的都只是「禪學」。對習禪者而言，包括師父在內，所有人與物都只是「啟發」的觸機；「禪境」終究生於「自悟」。

這本書以優美活潑的文筆、具體的生活情境、禪的故事、作者洞明的體悟，將「禪學」說得很生動；因而對讀者非常有「啟發」之用。

我們活在當前這擾攘的社會，特別需要禪的智慧。讀者們或許可以在切身的的生活體驗中，藉由鈴木大拙的啟發，妙悟而生出禪的智慧。