

試論宋元時期禪畫特質*

蘇原裕

佛光大學佛教學系博士候選人

摘要

「禪畫」顧名思義，就是「與禪有關的繪畫」。一般公認禪畫起源於唐末五代，發展於兩宋，成熟於元，並隨著中國禪宗東渡日本，明清之際是一個小高峰，到了廿世紀上半葉又是一個普世化之轉折點。宋元時期可說是禪畫承先啟後之時期，此時禪行者把繪畫由抒寫心中詩意之文人畫及暢胸中之塊壘的逸格、墨戲，注入了禪意，不拘形式、超越形象，以一種簡約、直捷的水墨畫樣貌，把所悟之禪境呈現出來。本文將探討此種繪畫在宋元時期的發展因緣及其表現內容、技法及禪境介紹。

關鍵詞：禪畫、畫禪、禪意畫、文人畫、逸格

* 收稿日期：2019.07.08，通過審查日期：2019.10.25。

【目次】

一、前言

二、「文人畫」之興起

三、「禪」的中國化

四、「禪畫」與「畫禪」

（一）禪堂、儀式用

（二）示用法

（三）示境

（四）當下示真

五、結論

一、前言

筆者在四、五年前開始做佛教藝術研究時，先是從早期之佛畫：敦煌壁畫觀及寺觀壁畫研究起，之後在研究維摩詰（Vimalakīrti）之畫像時，發現同樣是維摩詰畫像，卻差異極大（參圖 1）。其中，尤以因陀羅之禪畫，看起來完全不像佛畫——既沒有莊嚴的菩薩相貌，也沒有華麗的衣飾及背景，畫中只有一個枯瘦、面帶病容的老人孤坐在地上，看起來整幅畫空蕩蕩的，竟然還被列為日本重文級寶物（重要文化財級寶物）！這引起我的好奇心，開始追尋下去，經過這幾年的研究，終於把禪思想如何影響繪畫，以及禪師、畫師們又如何透過畫筆展現禪意、禪境，研究出小小的心得來。這些畫——「禪畫」，起源於唐末五代，發展於兩宋，成熟於元朝，是一種特殊風格之繪畫。特於此提出，一方面除是分享個人的淺略心得，最重要的是，欲請學界先進們指正。



圖 1：〈維摩詰圖〉。左圖為因陀羅（活躍於元叟行端 1255-1341 與楚石梵琦 1296-1370 時期）之〈維摩詰圖〉；中圖為〈維摩演教圖〉局部，傳為李公麟（1049-1106）所繪；右圖為敦煌石窟 103 窟〈維摩詰經變圖〉局部。分別引自：川上滙等著，《梁楷·因陀羅》，水墨美術大系 4，頁 29；釋如常主編，《世界佛教美術圖說大辭典》16，頁 902；敦煌研究院編，《敦煌莫高窟》3，圖 155。

本文主要在探討「宋元時期的禪畫特質」。「禪畫」是由六朝、隋、唐之繪畫逐漸發展出的文人畫，經晚唐、五代至宋，歷五、六百年之醞釀，在文人士大夫與中國禪宗（尤其是南宗禪）之孕育下，最終於宋元時期盛開出璀璨之花朵。

二、「文人畫」之興起

中國的繪畫理論起於六朝時期。東晉·顧愷之（345-406）有〈論畫〉、〈畫雲台山記〉、〈魏晉名臣畫贊〉及〈魏晉勝流畫讚〉之文，惜皆已佚失，不過在《歷代名畫記》及其他一些畫論中留存有一些他的論點，諸如：「以形寫神」、「遷想妙得」、「四體妍媸，本無關於妙處，傳神寫照，正在阿堵中」、「手揮五弦易，目送歸鴻難」¹等等。開啟了中國畫論之先河，對於中世紀中國繪畫藝術的發展，起了巨大作用。在顧愷之之後，南齊·謝赫在其《古畫品錄》提出了著名之「六法論」：「一、氣韻生動是也；二、骨法用筆是也；三、應物象形是也；四、隨類賦彩是也；五、經營位置是也；六、傳移模寫是也」²。這些奠定了中國水墨畫的理論基礎。

盛唐之時，中國進入了大一統之盛世，四方來朝，人文薈萃，詩文書畫鼎盛，繪畫技法也漸次完備、成熟，產生了許多的「圖繪樣範」，諸如：吳道子（680-740）之「吳家樣」³、周昉（730-800）之「周家樣」⁴。然而成熟完備的另一面就是「定型化」、「僵化」，求變之呼聲就出來了。彼時文藝之風延續著六朝之四六駢文、駢賦，充塞著靡靡之風；有

¹ 參見張彥遠，《歷代名畫記》卷5，畫史叢書1，頁68。

² 參見謝赫，《古畫品錄》，頁1。

³ 所謂的「吳帶當風」，是形容所表現人物遒勁、奔放，用多變化的蓴菜條線勾描線條，把高低、卷折、飄忽的衣帶動勢描繪十分活潑，具有動感。在焦墨中微施暈染，感覺似天衣飛揚、滿壁生風的效果，又被稱為「吳家樣」。

⁴ 周昉的仕女畫主導了中、晚唐仕女畫的風格。他筆下的女性體態豐滿，豐頰曲眉，皆作貴婦之妝，用筆線條簡勁，色彩柔麗，反映出宮廷貴婦的生活情景，被稱為「周家樣」。

「文起八代之衰」之稱的韓愈（768-824）及柳宗元（773-819）大力呼籲「古文復興運動」，恢復漢朝時醇樸之風。隨著這股潮流，繪畫也跟著一變。王維（699-761）、張璪（約與王維同時）在那僵化年代也思求變，一改鈎斫、填色，而以暈染、破墨來作畫，⁵ 開創出往後水墨畫之一番新氣象。

北宋·蘇軾（1037-1101）嘗言：「觀士人畫，如閱天下馬，取其意氣所到。乃若畫工，往往只取鞭策皮毛槽櫪芻秣，無一點俊發，看數尺許便卷。漢傑，真士人畫也。」⁶ 士人們開始注意到文人、士大夫之畫，也開啟了一個新的繪畫風潮——「文人畫」（士人畫）。至於文人畫起源於何時？董其昌（1555-1636）主張：「文人之畫，自王右丞始。」⁷ 雖有此一說，然至今尚無定論，黃河濤在《禪與中國藝術精神的嬗變》中云：

如從內在審美意識來看，濫觴於六朝，宗炳的《畫山水序》是其標誌。以外部筆墨形式來看，認定唐代王維為其鼻祖。若從文人畫的內在意識和外部筆墨形式的統一來看，北宋蘇軾開其先河。⁸

宋徽宗趙佶（1082-1135）曾仿進士科舉取士，以詩句為畫題來考選畫師，一則可促使畫師們提高題詩的文學素養免流於「畫工」⁹ 之譏，另方面也可倡「詩、書、畫合一」。留傳下數則著名之例子：「野水無人渡，孤舟盡日橫」、「亂山藏古寺」、「踏花歸去馬蹄香」等以詩入畫之「詩意畫」¹⁰。鄧椿（約活躍於徽宗之時）在《畫繼》中云：「其為人也

⁵ 參見《歷代名畫記》卷 10，畫史叢書 1，頁 117、121。

⁶ 參見〈又跋漢傑畫山二首之二〉，《蘇軾全集校注》，頁 7927。

⁷ 參見董其昌，《畫禪室隨筆》卷 2，頁 52。

⁸ 詳見黃河濤，《禪與中國藝術精神的嬗變》，頁 292-293。

⁹ 參見〈王維吳道子畫〉，《蘇軾全集校注》：「何處訪吳畫？普門與開元。開元有東塔，摩詰留手痕。吾觀畫品中，莫如二子尊，……吳生雖妙絕，猶以畫工論。」（頁 315）

¹⁰ 參見鄧椿，《畫繼》卷 1，畫史叢書 1，頁 273。

多文，雖有不曉畫者，寡矣；其為人也無文，雖有曉畫者，寡矣。」¹¹ 彼時文人與繪畫之關係已密不可分。

蘇軾曾言：「論畫以形似，見與兒童鄰。賦詩必此詩，定非知詩人。」¹² 他主張「作畫不求形似，但求抒寫心中之鬱氣」。米芾（1051-1107）說蘇軾「作枯木枝幹，虬曲無端；石皴硬，亦怪怪奇奇無端，如其胸中盤鬱也。」¹³ 黃庭堅（1045-1105）則以「墨戲」來形容蘇軾之畫。¹⁴ 當時畫者作畫時，不專用筆，常不拘形式、工具。¹⁵ 而作畫不拘形式、以畫為墨戲、不求形似、一吐胸中盤鬱，正是「文人畫」之要旨。

歸結至宋代為止，所謂「文人畫」乃指：1. 文人士大夫所作之畫；2. 畫具詩情與詩意；3. 為吐胸中之情懷；4. 其形在似與不似之間。前二項特性並非為「文人畫」所獨具，「院體畫」¹⁶ 亦可具有，唯後二項乃「文人畫」所獨具。唐·朱景玄（約活躍於武宗會昌時）在《唐朝名畫錄·序》中云：

張懷瓘《畫品》斷神、妙、能三品，定其等格上、中、下，又分為三。其格外有不拘常法，又有逸品，以表其優劣也。¹⁷

¹¹ 參見鄧椿，《畫繼》卷9，畫史叢書1，頁339。

¹² 參見〈書鄴陵王主簿所畫折枝二首之一〉，《蘇軾全集校注》，頁3170。

¹³ 詳見米芾，《畫史》，頁315。

¹⁴ 參見屠友祥校注，〈題東坡水石〉，《山谷題跋》：「東坡墨戲，水活石潤。」（頁220）

¹⁵ 如趙希鵠（活躍於南宋理宗嘉熙年前後）評米芾云：「米南宮……其作墨戲，不專用筆，或以紙筋、或以蔗滓、或以蓮房，皆可為畫。」（《洞天清錄》，頁49）

¹⁶ 徽宗講究工筆、形似，畫師多附會，此種風格之畫，畫史上稱之為「院體畫」。此畫風可上溯至唐時之李思訓父子。

¹⁷ 參見朱景玄，《唐朝名畫錄》，頁393。張懷瓘約活躍於開元年間。

北宋·黃休復（997-1022?）¹⁸之《益州名畫錄》將畫品分之四格：逸格、神格、妙格、能格¹⁹，其中「逸格」為首，神、妙次之。黃休復對於「逸格」的境界描述如下：

畫之逸格，最難其儔。拙規矩於方圓，鄙精研於彩繪，筆簡形具，得之自然，莫可楷模，出於意表，故目之曰「逸格」爾。²⁰

到了南宋之時，此種畫不拘常法、形似與不似的文人畫已蔚然成風，即使如畫院中之畫師馬遠（1160-1225）、夏圭（約與馬遠同時）、梁楷（生卒年不詳）²¹，也展現出文人畫之畫風。「馬一角，夏半邊」以大塊留白，來表達蕭條、淡泊、枯寂之意境²²；而梁楷之「減筆畫」²³、「潑墨畫」²⁴則開展了中國繪畫輝煌之另一頁。

從南宋末到元時代，文人畫占了主流。元四大家皆以董源（?-962）為師，²⁵繪畫以水墨渲染，畫面蕭簡澹泊，不求形似，逸筆草草，²⁶用

¹⁸ 活躍於真宗咸平及景德年間。

¹⁹ 參見黃休復，《益州名畫錄》，畫史叢書 3，頁 1375-1378。

²⁰ 參見黃休復，《益州名畫錄》，畫史叢書 3，頁 1377。

²¹ 梁楷於南宋·寧宗嘉泰年間（1201-1204）被任命為畫院待詔。

²² 馬、夏二人，在中國之繪畫史上，被董其昌列為北宗院體畫派。（董其昌，《畫禪室隨筆》卷 2，頁 52）然彼二人在日本則被奉為禪畫家。

²³ 「減筆」首見於元·夏文彥，《圖繪寶鑑》卷 4：「梁楷東平相義之後，善畫人物、山水、道釋、鬼神。師賈師古，描寫飄逸，青過於藍。嘉泰年畫院待詔，賜金帶，楷不受，挂於院內。嗜酒自樂，號曰『梁風子』。院人見其精妙之筆，無不敬服，但傳於世者，皆草草，謂之『減筆』。」（頁 104）

²⁴ 「潑墨畫」非始於梁楷，唐時王洽即有。然張彥遠並不認同此種畫法，云：「不見筆蹤，故不謂之『畫』。如山水家有潑墨，亦不謂之『畫』，不堪倣效。」（參見《歷代名畫記》卷 2，畫史叢書 1，頁 24）然而傳為梁楷所繪之〈潑墨仙人畫〉，則被視為經典之作。

²⁵ 參見董其昌，《畫禪室隨筆》卷 2，頁 52。

以寫心中之意境。此種轉變可從歷代評論王維的《袁安臥雪圖》中之「雪中芭蕉」來觀之。

唐時張彥遠（生卒年不詳）²⁷ 評：「王維畫物，多不問四時」²⁸。然而，到了宋朝沈括（1031-1095）則云：「雪中芭蕉，此乃得心應手，意到便成，故造理入神，迴得天意。」²⁹ 惠洪覺範（1071-1128）也云：「如王維作畫雪中芭蕉，詩眼見之，知其神情寄寓於物；俗論則譏以為不知寒暑。」³⁰ 可以看出，南宋時期無論僧、俗，對文人畫看法的轉變就是——以詩入畫，以畫喻禪。

到了宋元時期，禪與文人更是密不可分。文人作畫，「文人畫」滲入了禪意，禪僧亦多學文人，提起畫筆，以畫來喻禪，形成了「禪意畫」、「禪畫」，展開了宋元時期禪畫之全盛期。

三、「禪」的中國化

「禪」或稱「禪那」（*dhyāna*），意為「靜慮」、「冥思」，起源於古印度之瑜珈（*yoga*）。修行禪修的傳統，早於佛陀之前的古印度就已經存在了，而佛陀透過自身修行的經驗汲取其中的精要，並結合自身思惟、觀照緣起之方式，形成佛教獨有的禪觀，在佛教中流傳下來。西元二、三世紀時，隨著佛教東漸，傳入漢地。安世高於西元一四八年到達洛陽後，譯出了十數種屬於小乘禪法之禪經，諸如《佛說大安般守意經》、《禪行法想經》及《佛說禪行三十七品經》等。之後隨著姚秦·鳩摩羅什（344-

²⁶ 參見倪瓚（1301-1374），〈答張藻仲書〉，《清閬閣全集》卷 10：「僕之所謂『畫』者，不過『逸筆草草』，『不求形似』，聊以自娛耳。」（收錄於《欽定四庫全書·集部》，「中國哲學書電子化計劃網站」，<https://ctext.org/wiki.pl?if=gb&chapter=98555>，2018.12.23）

²⁷ 張彥遠於唐宣宗大中元年（847）撰成《歷代名畫記》。

²⁸ 參見沈括，《夢溪筆談全譯》，胡道靜等譯注，頁 528。

²⁹ 參見沈括，《夢溪筆談全譯》，胡道靜等譯注，頁 359。

³⁰ 參見惠洪覺範，《冷齋夜話》卷 4，殷禮在斯堂叢書 9，「中國哲學書電子化計劃網站」，<https://ctext.org/wiki.pl?if=gb&chapter=832765>，2018.12.23。

413) 的到來，陸續開始傳譯出大乘禪經，有《坐禪三昧經》、《禪法要解》等，另東晉·佛陀跋陀羅（359-429）亦應慧遠（334-416）之邀，在南方廬山譯出了《達摩多羅禪經》。這些大乘禪法經典一時流行於漢地，廣行於知識分子、士大夫之間。到了南朝·南嶽慧思（515-578）倡《大乘止觀法門》，隋·天台智顗（539-598）說《摩訶止觀》，禪法遂大興於漢地。約當同一時期，另有天竺菩提達摩（369?-535）³¹ 亦由海路來華，經建康（今之南京），與梁武帝（464-549）晤談，然「機緣不契」，一葦渡江到嵩山少室面壁九年，帶來了不同於早時傳來漢地之禪法。早期所流行之禪法，重視修證之次第，例如安般禪重在通過呼吸，數息、相隨，凝精聚神，止、觀、還、淨等次第進入禪定。而羅什與佛陀跋陀羅之禪法，也是明確地論述四禪的修證次第或九次第定。在修證上依循著明確的次第，即循著由戒而定，後生慧，按部就班地修行，漸漸能明心見性，回到本性，此稱為「如來清淨禪」。而達摩帶來了「二入四行觀」修行法，「以壁觀教人安心，外止諸緣，內心無喘，心如牆壁可以入道」³²，自此開啟了中國禪宗之門。³³ 達摩被尊為中國禪宗初祖，一脈單傳至六祖，花開五葉，³⁴ 到了唐末、五代時到達鼎盛，發展出五家七宗。早期

³¹ 達摩的生卒年，未有確切之記載，依據「人名規範資料庫」：生年 369-385 左右，卒年 535-536 左右。查其法嗣慧可（487-593）、道副（464?-524），推測達摩約在六世紀初活躍於中土。

³² 《禪源諸詮集都序》卷 1，CBETA, T48, no. 2015, p. 403c27-29。

³³ 《禪源諸詮集都序》卷 1：「達摩未到，古來諸家所解，皆是前四禪八定，諸高僧修之，皆得功用。南岳天台，令依三諦之理修三止、三觀，教義雖最圓妙，然其趣入門戶次第，亦只是前之諸禪行相。唯達摩所傳者，頓同佛體，迥異諸門。」（CBETA, T48, no. 2015, p. 399, b22-27）

日禪學者柳田聖山據此而言，「中國禪宗的建立正是基於這個信念而開始的」。（詳見柳田聖山，《禪與中國》，頁 72；柳田聖山、梅原猛，《無の探求〈中國禪〉》，頁 100-101）宗密指出在達摩之前，雖早已有大、小乘諸禪法之傳入，然而該等禪皆僅僅是禪之行相，而非禪之究竟，所以中國禪宗之始，應以達摩為起點。

³⁴ 《六祖大師法寶壇經》，CBETA, T48, no. 2008, p. 361a24-25。

由印度傳來之「如來禪」，經四、五祖之經營，³⁵ 發展到了六祖（慧能，638-713）之後，演變成「祖師禪」。繼之荷澤神會（684-758）南、北宗之爭，北宗禪「拂塵看淨，方便通經」³⁶ 之漸修式貴族禪法，漸趨式微，再經會昌法難之清洗，幾乎就只留存南宗禪。南宗禪強調將禪法融入行住坐臥、搬柴運水等日常生活中，這種禪法稱之為「中國禪」或「祖師禪」了。

佛教自身在經唐末、五代高僧們大力提倡教禪一致、禪淨雙修，到了宋朝時雖仍有分教、禪，然已少爭了。及至宋末、元之時，基本上禪教一致、禪淨雙修已成為佛教之主流，此有助於禪之推廣與弘化。

另自佛教傳入中土之後，歷經近千年儒、釋、道三教相爭，互相碰撞與吸收融合。南宋時，理學家們表面上雖依舊排佛，但實際上，文人與僧人互相交流，援引無礙。至金、南宋末入元之際，萬松行秀（1166-1246）倡把佛教之修心與儒家治國思想結合起來，時人將萬松行秀禪學思想稱呼為「孔門禪」³⁷，萬松行秀之入室俗家弟子耶律楚材（1190-1243）嘗言：「夫子之道治天下，老氏之道養性，釋氏之道修心。」³⁸ 自此禪宗可謂已徹底的中國化了。演化出適合中國文人士大夫心理、生活情調、審美觀點之中國禪宗，已深深融入中國文人、士大夫生活中，成為日用生活不可分割的一部分了。

³⁵ 四祖道信（580-651）在黃梅雙峰之破頭山，聚眾修禪；五祖弘忍（602-675）嗣法後，亦化於破頭山，禪風大盛，後人並稱為稱「東山法門」。

³⁶ 《圓覺經大疏釋義鈔》卷 3：「疏有拂塵看淨、方便通經……，此宗秀大師為宗源，弟子普寂等大弘之。『拂塵』者，即彼本偈云：『時時須拂拭，莫遣有塵埃。』……『方便通經』者，『方便』謂『五方便』也。」（CBETA, X09, no. 245, pp. 532c18-533a2 // Z 1:14, p. 277c7-15 // R14, p. 554a7-15）

³⁷ 「孔門禪」之稱謂出自元好問（1190-1257）《李屏山挽章二首》：「談塵風流二十年，空門名理孔門禪。諸儒久已同堅白，博士真堪補太玄。孫況小疵良未害，莊周陰助恐當然。遺編自有名山在，第一諸孤莫浪傳。」（參見姚奠中主編，《元好問全集》卷 8，頁 172）

³⁸ 參見耶律楚材，〈寄趙元帥書〉，《湛然居士文集》，頁 8。

兩宋以迄元時期之士大夫、文人多參禪，例如晚年之歐陽修（1007-1072）、蘇東坡、黃庭堅乃至元代之趙孟頫（1254-1322）等著名文人；而禪僧亦多通儒學，且多與士大夫書畫交流、詩詞唱和，如契嵩（1007-1072）、惠洪（1071-1128）、大慧宗杲（1089-1163）、北磻居簡（1164-1246）、無準師範（1178-1249）、虛堂智愚（1185-1269）、元代中峰明本（1263-1323）、笑隱大訢（1284-1344）、楚石梵琦等。文人與僧人相互品評，交流彼此之詩詞、書畫，相互擬和、題贊、題跋。有云：

僧而不兼外學，懶而愚，非博也，難乎其高。為儒而不究內典，庸而僻，非通也。³⁹

此時期詩詞與偈頌、文人畫與禪畫之分際，已十分模糊。

四、「禪畫」與「畫禪」

中國禪從晚唐五代之禪月禪師貫休（832-912）的〈十六羅漢圖〉⁴⁰開其濫觴，畫史上載：「畫羅漢十六帖，龐眉大目者、朵頤隆鼻者、倚松石者、坐山水者，胡貌梵相，曲盡其態。或問之，云：『休自夢中所睹爾。』」⁴¹ 貫休言其所畫羅漢圖像，為得自（夢中）禪定，出定後依其所見相貌而畫成的，是故歷來將貫休的〈十六羅漢圖〉視為禪畫。較其略晚之石恪（活躍於五代末至北宋初）《宣和畫譜》言其：「喜滑稽，尚談辯。……好畫古僻人物，詭形殊狀，格雖高古，意務新奇。」⁴² 傳石恪所作之〈二祖調心圖〉⁴³，除二祖面容為細筆畫外，身體、衣著皆「逸筆

³⁹ 《釋鑑稽古略續集》卷1，CBETA, T49, no. 2038, p. 903b5-6。

⁴⁰ 〈十六羅漢圖〉現今收藏於日本，被列為御物。

⁴¹ 詳見《益州名畫錄》卷下，畫史叢書3，頁數1413、1414。

⁴² 《宣和畫譜》卷7，畫史叢書1，頁數445。

⁴³ 〈二祖調心圖〉現今收藏於日本東京國立博物館，被列為重文級。或有認為圖中所描繪的人物為豐干，本文不討論此問題。

草草」，然其神情安詳，禪定之態宛如達摩已為其「安心竟」，此可視為「禪畫」之始。

然而「禪畫」一詞並非出自中國禪宗，北宋蘇軾等士大夫提倡文人畫時，將此類之畫作稱為「逸格」、「墨戲」。至南宋梁楷早期之作品〈出山釋迦圖〉承襲了此風格，頭面細筆，餘筆則稍簡，到了後期〈李白行吟圖〉則又再簡，甚至連背景皆省略不畫，〈寒山拾得圖〉、〈布袋圖〉則臉面僅口、眼三數筆即成，帶出了釋、道人物之「減筆畫」風格。同時期之玉潤⁴⁴ 則以〈瀟湘八圖〉、〈廬山圖〉把禪境帶進了逸格之山水畫中；牧谿⁴⁵ 則是以〈猿鶴圖〉、〈六柿圖〉開創出花鳥、靜物之禪意畫；因陀羅則以禪機圖、禪會圖展開了宋元時期之禪畫盛世。

但是此種畫之風格，一直未受到當時士大夫、文人的重視，甚且鄙視，云其為：「麤惡無古法」⁴⁶、「誠非雅玩，僅可供僧房、道舍，以助清幽耳。」⁴⁷ 直到明代萬曆年之際，才有「畫禪」之說，釋蓮儒（活躍於嘉靖、隆慶年前後）著有《畫禪》一卷，同時代或稍後之董其昌亦有《畫禪室隨筆》之著作。一直到近代，才從日本流傳回來「禪畫」一詞。

首先來界定「禪畫」的定義，再來介紹「禪畫」的標準，最後介紹「畫禪」。「禪畫」一詞來自日本，筆者參閱數位日本學者的著作，分別摘譯如下：

福嶋俊翁（1898-1981）認為：

「禪畫」一詞，並非從古即有，而且很難正確的給予定義，眾說紛紜。一般簡單的來說，就是禪僧的繪畫，例如：禪僧的水墨

⁴⁴ 據史書記載，南宋時名為「玉潤」者，至少有四人：孟玉潤、彬玉潤、玉潤若芬、瑩玉玉潤。據日本《松齋梅譜》中記載，此處所言之「玉潤」應為「玉潤若芬」（生年 1180-1190?；卒年 1260-1270?），乃天台僧人。（參東京國立博物館監修，〈圖版解說〉，《宋元の繪畫》，頁 34）

⁴⁵ 牧谿生卒年不詳，為無準師範（1178-1249）之法嗣。

⁴⁶ 參見湯垕，《畫鑑》：「近世牧溪僧法常作墨戲，麤惡無古法。」（頁 195）湯垕生卒年不詳，曾在十四世紀初與柯九思（1290-1343）論畫。

⁴⁷ 參見莊肅（1245-1315），《畫繼補遺》卷上，《續修四庫全書》冊 1065，頁 3。

畫、禪機畫或是詩畫軸等等。……不使用色彩，而以墨色之濃淡來畫人物、山水、花鳥等。……如中國的石恪、梁楷、牧谿、玉潤、顏輝、因陀羅等，宋元之禪僧、畫家們，以禪悟之契機表現於水墨筆端，特別是以水墨將禪之境地繪畫出之「禪機畫」稱之。這些畫不用一般的繪畫技巧，而是超越藝文之機用，筆致活潑、生動，具有啟蒙、說法、幽默感、諷刺、風雅之一種「俳畫」⁴⁸。不拘泥於傳統之技法、超越形式之美醜、表現出真實之畫，它具有一種獨特的魅力，醞釀出無限的法悅。⁴⁹

中村宗一云：

「禪畫」為與禪宗有關之事物、禪宗的歷史、禪僧的頂相畫、禪信徒的行蹟或是他們的繪畫。也就是說，有關禪的歷史故事、禪僧、居士的繪畫。或是說描繪禪之文字（公案、語錄）內容、悟的消息、悟的境地之畫，但並不是禪宗人士所畫之畫皆謂之禪畫。此也意味著只要有禪悟體驗之禪居士（善男、信女），不論老幼婦孺、職業為何，他們所繪之畫及公案畫皆可稱之。……中國禪的繪畫技巧，主要是以謝赫之「氣韻生動」，把生命、真理以「南畫」⁵⁰的畫風，不拘泥於線條、色彩，而用墨之濃淡、明暗，活潑潑的表現出來。⁵¹

久松真一（1889-1980）則云：

禪畫是什麼？一般而言，像禪僧所畫的畫、或以有關禪的事物為題材的畫，大體上都可稱之為「禪畫」。但是，那樣的說法是不

⁴⁸ 「俳畫」：はいが，briefly drawn picture，減筆畫。

⁴⁹ 詳見福嶋俊翁、加藤正俊著，《禪畫の世界》，頁7-9。

⁵⁰ 「南畫」：日本稱由中國傳來之水墨畫為南畫。（參見徐小虎，《南畫的形成》，頁數4、5。

⁵¹ 詳見中村宗一，《禪の公案畫》，頁2、3。

嚴密的。雖然是禪僧畫的畫，畫面上沒有表現出禪意的畫，也不能說是禪畫（但是所畫的是嗣法禪僧祖師的畫像，並不見得必定有禪意之表現）。然而，縱使不是禪僧所畫的畫，如宮本二天等的繪畫，畫中禪意被生動的表現出來，那應是真正優美的禪畫。還有，即使題材沒有關於禪的事物，例如牧谿的〈六柿圖〉、宮本二天的〈百鳥圖〉等，禪意在畫中被生動的表現出來，亦應視為禪畫。因此，所謂的禪畫，即如禪僧所畫的畫、或題材為有關禪的事物等，並非是必要的條件，重要的是要在畫面上表現出禪意，才是第一要件。畫面上要表現出禪意，繪畫者本身必須有禪的體驗。禪的體驗是不需一定具備有關禪之知識，禪是生動的、活潑的體驗。⁵²

綜上所述，「禪畫」是禪師或居士以平常心⁵³，取日常行、住、坐、臥應機接物之題材，把自己當下所感受到之禪意、禪境，提筆或手邊之任何工具，不假思索、一氣呵成所繪成之畫。⁵⁴ 舉凡搬柴、運水、喫飯、睡覺皆可是禪，皆可入畫。「禪畫」中具有禪機、禪意，但「禪畫」本身絕不是禪，它只是指月之指、渡河之筏。

至於「畫禪」則有二意：一為把當下所悟到、所感受到之禪意、禪境用畫畫出，就如同禪者在悟之時，以詩、偈把所悟之境呈現出來一樣，此應是蓮儒所言之「畫禪」。另一意為以畫來參禪（以畫來作禪觀），《觀無量壽佛經》之「像觀」，是以像做觀修，即觀像來修禪定。⁵⁵「心想佛

⁵² 詳見久松真一，〈禪畫の本質〉，頁 251-252。

⁵³ 《馬祖道一禪師廣錄》：「何謂『平常心』？無造作、無是非、無取捨、無斷常、無凡、無聖。」（CBETA, X69, no. 1321, p. 3a13-14 // Z 2:24, p. 406c7-8 // R119, p. 812a7-8）

⁵⁴ 參見鈴木大拙，〈禪與藝術〉，頁 101。

⁵⁵ 可參見諸祖師們之注疏，如智顗，《觀無量壽佛經疏》：「五種觀門：第一觀華座，第二『觀像』，第三觀佛身，第四觀觀音，第五觀勢至。」（CBETA, T37, no. 1750, p. 192a24-25）；善導，《觀無量壽佛經疏》卷 3：「住心『觀像』靜坐彼，一念心開見真佛。」（CBETA, T37, no. 1753, p.

時，是心即是三十二相、八十隨形好。是心作佛，是心是佛。」⁵⁶ 名之曰「像觀」。若是以畫作為「公案」來觀修、參禪，是畫有機鋒，觀者能契之，則可入禪矣！思翁（董其昌）之「畫禪」是謂也。

「禪畫」是一種獨特的藝術表現形式，禪者藉由繪畫來表達出自己所感受到之禪意、禪境。禪畫的特點在於：筆法簡約、畫面質樸、題材單純、意境幽遠，體現出禪之「不立文字，直指本心」的直觀思想。禪畫雖說不拘形式，直用以寫禪、寫境，但既然是繪畫，還是須以「形」來表現，而「形」決不是最終之目的，但求能夠傳達出畫者之禪意，使觀畫者感知其禪境即可。歐陽修號六一居士，彼雖無畫名，然其有觀畫詩：「古畫畫意不畫形，梅詩詠物無隱情，忘形得意知者寡，不若見詩如見畫。」⁵⁷ 以禪者之心，來觀畫之形外意。如此畫者有禪意，觀者有禪心，機鋒相應，始構成禪畫。

「禪畫」另一重要之特點為「留白」，禪宗主旨講無念、無相、無住，禪畫中常有大片的留白藉以表「無」。

「無」並非空無所有，「無」是空而不虛、真空妙有，例如馬遠的〈寒江獨釣圖〉。



圖 2：馬遠，〈寒江獨釣圖〉，現收藏於日本東京國立博物館，被列為重文級。（《宋元の繪畫》，圖 107）

270a23-24)；知禮《觀無量壽佛經疏妙宗鈔》卷 4：「此乃復見彌陀觀體，當以此觀，『觀像』、『觀真』。」（案：『真』即為寫真畫像。CBETA, T37, no. 1751, p. 221a7-8）

⁵⁶ 《佛說觀無量壽佛經》，CBETA, T12, no. 365, p. 343a20-21。

⁵⁷ 參見歐陽修，〈盤車圖〉，《歐陽文忠公文集·居士集》，頁 42-43。

畫中僅畫一葉扁舟，舟上一釣翁凝心垂釣，船舷以淡淡數筆勾出水紋，其餘畫面全留白，但此反令人覺得江面浩瀚，天地悠悠。「馬一角，夏半邊」之畫風，在中國文人眼中，被董其昌列為院體派，但這種大片「留白」之畫風，頗能引發觀者之禪意，在日本被奉為重文級，甚或國寶級之禪畫。

「留白」不僅可留給觀畫者空間上的無限延伸，有時尚給人一種「蕭條、淡泊」、「閒和、嚴靜、趣遠」之心⁵⁸。鈴木大拙（1870-1966）在〈禪與繪畫藝術〉中提出了二個日本傳統文化之情景：「詫」⁵⁹和「寂」⁶⁰最可以說明「禪畫」之所以會在日本如此的被重視。久松真一提出了七個禪畫的特性（七つの性格）：⁶¹

1. 「不均齊」：高低錯落、前後不齊、沒有幾何對稱。
2. 「簡素」：色彩單純、以墨色之濃淡來表現。
3. 「枯高」：挺拔、勁道。
4. 「自然」：不做作、無心、無念。
5. 「幽玄」：深邃、有餘意。
6. 「脫俗」：灑脫、不流於凡俗。
7. 「靜寂」：安定、寂靜。

⁵⁸ 參見歐陽修，〈鑒畫〉，《歐陽文忠公文集·試筆》：「蕭條、淡泊，此難畫之意，畫者得之，覽者未必識也。故飛走、遲速、意淺之物易見，而閒和、嚴靜、趣遠之心難形。若乃高下向背、遠近重複，此畫工之藝爾，非精鑒者之事也。」，頁 1047。

⁵⁹ 「詫」（wabi，わび）：是一種超越的冷漠，它的實際意義是「貧乏」。就是要安於貧乏，不要依賴世俗的財富、名望，但內心感覺到一種超乎時間和社會地位的最高價值。（《禪與藝術》，頁 103）

⁶⁰ 「寂」（sabi，さび）：是單純素樸的無矯飾或古舊的不完善性。一種單純性，或無意實現的表現，或具有歷史的聯想。（《禪與藝術》，頁 105）

⁶¹ 久松真一，《禪と美術》，頁 23-44。

此七個特性中，並沒有先後順序或是哪個比較重要，且不需全部具備，只要繪畫裡能具備此七個特性中某一點或某幾點，即可稱其為「禪畫」。海倫·威斯格茲（Helen Westgeest）又增加了一項：「在整體結構中的形象安置」⁶² 或可稱「構圖」，藉此我們或能較客觀的來談論禪畫。

若從禪宗之角度來看禪畫之功能及應用，可分述如下：

（一）禪堂、儀式用

禪宗一向注重祖師法脈及傳承，雖六祖慧能云自彼之後不再傳衣鉢信物⁶³，然自古中國習俗「上自傳國，下至傳宗，必有信物」。嗣法自不例外，各宗祖師付法時，多以自宗祖師像或自己之畫像付囑於嗣法弟子，做為傳承之信物。⁶⁴ 另因禪宗訶佛罵祖，反對偶像崇拜，禪堂向來不供佛像、佛畫，但多有祖師之像，以示傳承法脈及供祖師忌辰佛事之用⁶⁵，此像可能為禪宗共祖達摩或六祖慧能，也可能為本宗某祖或自己傳法禪師之畫像。這些頂相不同於一般之肖像畫，並不追求外形相貌之酷似，但求精神之表露，此畫像需有如百丈之獨坐大雄峯⁶⁶ 之風範與氣勢。矛盾的

⁶² 詳見海倫·威斯格茲，《禪與現代美術——現代東西方藝術互動史》，頁25；Helen Westgeest, *Chan in the Fifties: Interaction in Art Between East and West*, p. 16.

⁶³ 《六祖大師法寶壇經》：「今為汝等說法，不付其衣。蓋為汝等，信根淳熟，決定無疑，堪任大事。然據先祖達磨大師付授偈意，衣不合傳。」（CBETA, T48, no. 2008, p. 361a20-23）

⁶⁴ 例如：《無準和尚奏對語錄》：「破庵遷寂，付密庵法衣、頂相。」（CBETA, X70, no. 1383, p. 278a22 // Z 2:26, p. 484b18 // R121, p. 967b18）

⁶⁵ 參見《禪林備用清規》卷1：「尊師重道，禮不可虧。忌辰當須設供衣閣中，預計錢物歸常住。置祭設供、法堂鋪陳、法座挂真，達磨忌同。」（CBETA, X63, no. 1250, p. 625c7-9 // Z 2:17, p. 34a2-4 // R112, p. 67a2-4）

⁶⁶ 「獨坐大雄峯」為百丈回答禪僧之問，為一句機鋒語。參見《佛果圓悟禪師碧巖錄》卷3：「僧問百丈：『如何是奇特事？』丈云：『獨坐大雄峯。』」（CBETA, T48, no. 2003, p. 166c26-27）

是，禪師們對於自身之真，則抱持著消極、譏諷之態度，如黃龍慧南（1002-1069）自述真贊：

禪人圖吾真，請吾讚。噫！圖之既錯，讚之更乖。確命弗遷，因塞其意。一幅素繒，丹青模勒，謂吾之真，乃吾之賊。吾真匪狀，吾貌匪揚。⁶⁷

圓悟佛果禪師亦有言：

道不在丹青，禪不在面相；強自貌將來，讚之作何狀？且就箇現成，為汝說一上；赤水求神珠，得之由罔象。圓悟老古錐，老來沒伎倆；英禪把將去，滔天滾白浪。

本無箇面目，突出六十七；今汝強圖貌，頂門欠三隻。七處入闌藍，近來稍寧謐；若更打葛藤，豈有休歇日？三十年後與人看，圓悟從前沒窠窟。⁶⁸

⁶⁷ 《黃龍慧南禪師語錄》，CBETA, T47, no. 1993, p. 636a8-13。

⁶⁸ 《圓悟佛果禪師語錄》卷 20，CBETA, T47, no. 1997, p. 809a22-29。

圖 3 為中峰明本之頂相，為日本兵庫縣高源寺開山遠谿祖雄（1286-1344），元成宗（1265-1307，在位 1294-1307）時抵華，師事中峰明本，歸國前請師真攜回。像上有明本自題之贊云：



破情裂識，知雄守雌。笑瞿曇尚存諸見，嫌老氏猶帶群疑。爭似儂單提所參訪，當更絕玄微。繩床終日坐堆堆，誰將佛法掛唇皮？風前有問明月事，笑指春潮漲遠谿。

遠谿雄上人求贊幻相云西天目山幻住道者舉書老氏有「知其雄，守其雌，為天下谿」之說云

贊中有機鋒、有勸勉，洋溢著禪機。

圖 3：一菴，〈普應國師像〉，現收藏於日本兵庫縣高源寺。（《宋元の繪畫》，圖 13）



圖 4：絕際永中，〈觀音〉。現收藏於美國俄亥俄州克利夫蘭藝術博物館。（川上涇等著，《梁楷·因陀羅》，水墨美術大系 4，單色圖版 90）

絕際永中（生卒年不詳，應為明本之弟子），圖 4 以線條白描，簡單數筆畫就。衣袍線條流暢，如行雲流水，觀音面貌慈祥，但絕無高高在上、神聖不可親之感，直有走下聖壇之觀音、你我心中之自性佛的感覺！祂心中不著一法，但妙契圓通，接引眾生。畫的上方有中峰明本之贊語：

正思惟處，那伽定中不存一法。

妙契圓通，塵塵剎剎播慈風。

幻住明本拜手

左下角有「幻住永中」之篆書款。此畫應為禪堂之掛畫。

（二）示法用

示法用之禪畫，多為描繪禪門公案或典故，做為指引初機禪眾修行參考之用。如佛教自早期經典即有以「牧牛」來譬喻「修心」，諸如：東晉瞿曇僧伽提婆譯《增一阿含經》之〈放牛品〉及其異譯本姚秦鳩摩羅什譯之《佛說放牛經》中，即有以牛喻對治六根之修行⁶⁹。然直到馬祖之時，引起禪師們重視而被提出，⁷⁰ 之後經南泉普願（748-835）、潯山靈祐（771-853）、長慶懶安（793-883）之倡用，⁷¹ 於是形成了公案。

現今留存的〈牧牛圖頌十二章〉起源於曹洞六世的青居皓昇（生卒年不詳），時間約在北宋仁宗皇佑（1050）年間，然圖已佚失；廓庵師遠（生卒年不詳）之〈十牛圖頌〉，約創於南宋高宗紹興二十年（1150）左右；普明（生卒年不詳）之〈牧牛十章〉；此外尚有雪庭元淨（生卒年不詳）之〈四牛圖〉及淨慈慧暉（1097-1183）之〈六牛圖〉等。⁷² 因廓庵的〈十牛圖頌〉包含了序、頌、圖⁷³ 三部分最為完整，流傳也最廣。

⁶⁹ 歷來禪師之牧牛圖頌則多錯引《遺教經》：「汝等比丘，已能住戒，當制五根，勿令放逸入於五欲。譬如牧牛之人，執杖視之，不令縱逸犯人苗稼。若縱五根，非唯五欲，將無涯畔，不可制也。」之對治五根。（詳見李志夫，〈關於禪宗牧牛圖的兩個問題——從《增一阿含經》之〈牧牛品〉說起〉，頁 47-71）

⁷⁰ 《十牛圖和頌》卷 1，CBETA, X64, no. 1271, p. 777, a5-7 // Z 2:18, p. 462, c2-4 // R113, p. 924, a2-4。

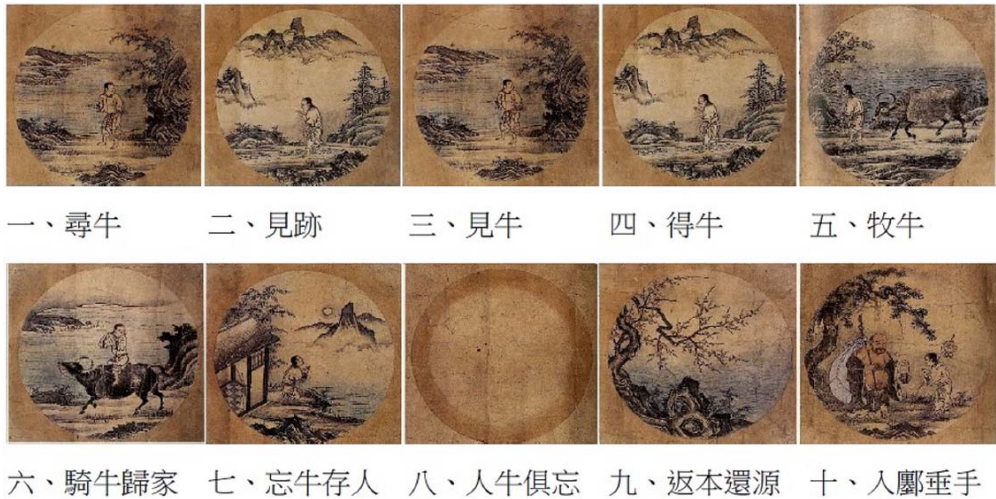
⁷¹ 詳參杜松柏，《禪詩牧牛圖頌彙編》，頁 6、7。

⁷² 詳參陳嘉文，《廓庵〈十牛圖頌〉禪思想之研究》，頁 19。

⁷³ 圖亦已佚失，然十五世紀時日本人周文有摹寫之圖留存下來，現藏於京都相國寺，被列為日本之國寶。

「十牛圖」以十幅圖來描述禪修的十個階段。兩宋之時，隨著禪宗之興盛，「牧牛圖」亦大為盛行。大體上可歸為曹洞的「牧牛圖」，臨濟的「十牛圖」及教、禪一致⁷⁴的「白牛圖」，雖有宗派之不同，但皆是由初發心入門，歷經各個階段，最後以自利利他的菩薩行步入塵世。⁷⁵

圖5：周文，〈十牛圖〉。（釋如常主編，《世界佛教美術圖說大辭典》14，頁120）



⁷⁴ 最早之「教、禪一致」思想由圭峰宗密所提出；宗密嗣法於華嚴宗清涼國師澄觀（738-839），為華嚴五祖，同時也嗣法於禪宗荷澤神會（684-758）之再傳弟子荊南道圓（生卒不詳），集諸宗禪言百卷、禪藏撰成《禪源諸詮集》，惜已佚失，僅存其序文而已。因其出身教、禪二系，教、禪兼修，因而能掃相破執，融合教與禪，提出了「教、禪一致」的思想。

⁷⁵ 參見吳永猛，〈禪畫十牛圖〉，頁33-42。



有些禪畫，雖同為描繪公案或典故，但主要在顯示機鋒與轉語，是做為接引應機之禪眾用。如：梁楷之〈六祖撕經圖〉、因陀羅之〈丹霞燒佛圖〉等，旨在破除禪子之執著。說經、示法以接引眾生，然需隨立隨破——立以示法，破以去執，以免學子執指為月。佛說法四十九年，然云其「無法可說」⁷⁶，《六祖壇經》亦主張「無相、無住」，禪宗更是主張「不立文字，直指人心，見性成佛」，歷來禪師們皆不許未悟之學子執著於看經⁷⁷，故有以六祖撕經、丹霞燒佛以示禪旨。

圖 6：梁楷，〈六祖撕經圖〉，現收藏於日本西本願寺；它的另一對幅〈六祖破竹圖〉則收藏於日本東京國立博物館，被列為國寶級。（川上涇等著，《梁楷·因陀羅》，水墨美術大系 4，單色圖版 72）

⁷⁶ 《金剛般若波羅蜜經》：「須菩提！汝勿謂如來作是念：『我當有所說法』。莫作是念，何以故？若人言『如來有所說法』，即為謗佛，不能解我所說故。須菩提！說法者，無法可說，是名『說法』。」（CBETA, T08, no. 235, p. 751c11-15）

⁷⁷ 《汾陽無德禪師語錄》卷 2：「藥山看經次，僧問：『和尚尋常不許人看經，為什麼却自看？』山云：『我祇要遮眼』云：『某甲學和尚得麼？』山云：『汝若看牛皮也須穿。』徹底更何疑？覷穿會者稀，叮嚀猶付囑，句句是玄機。」（CBETA, T47, no. 1992, p. 611c20-23）

（三）示境

表悟境之禪畫，禪子在得悟之後，須將自己之悟境，呈示於師，以求印證，一般多以開悟偈來呈示其悟境，但也可通過禪畫來表現自己悟證的境界，或對祖師語錄、公案悟境的解讀。以簡略筆法，不拘常規，隨心應手寫出悟者的境界；寥寥幾筆，呈現出畫者的心靈體悟。

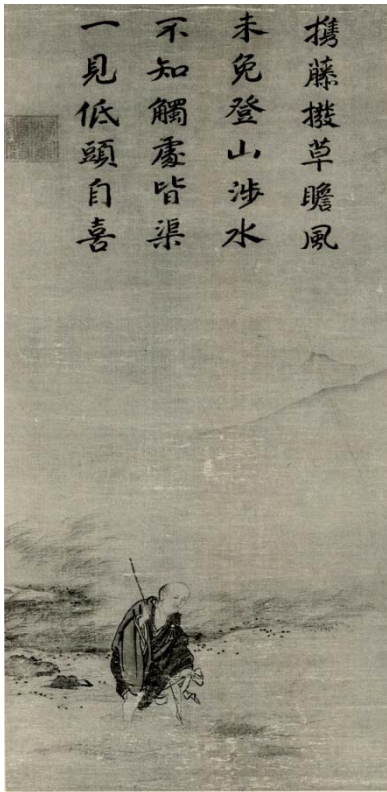


圖 7：馬遠，〈洞山涉水圖〉。現收藏於日本東京國立博物館被列為重文級。（鈴木敬，《李唐·馬遠·夏圭》，水墨美術大系 2，單色圖版 40）案：洞山良价（807-869）初參雲巖（782-841）有所小悟，自以為已徹悟。辭師請真，「求師真」意為請師認可，欲認法統。然而雲巖遲疑未予認可，後涉水偶低頭見到水中之自己的影子，恍然大悟，原來日夜所苦苦追尋的，竟是如影隨形、寸步不離的「自性」我。⁷⁸

⁷⁸ 《景德傳燈錄》卷 15：「又問雲巖和尚，百年後忽有人問：『還貌得師真不？如何祇對？』雲巖曰：『但向伊道，即遮箇是。』師良久。雲巖曰：『承當遮箇事大須審細。』師猶涉疑；後因過水觀影，大悟前旨。因有一偈曰：『切忌從他覓，迢迢與我疎；我今獨自往，處處得逢渠。渠今正是我，我今不是渠；應須恁麼會，方得契如如。』」（CBETA, T51, no. 2076, p. 321c16-24）

圖 8：因陀羅，〈寒山拾得圖〉，現收藏於日本東京國立博物館被列為國寶級。
（川上涇等著，《梁楷·因陀羅》，水墨美術大系 4，原色圖版 20）



在中國禪宗人物中有一類被稱為「散聖」者，他們不知其來歷，沒有師承，但身具神通，至少能預知未來事，警示世人。他們優游於化外，不泥於世俗拘束，尤其是不拘於教中戒律，蓬頭蓄髮、禿頂流鬚或科頭有鬚，衣著褻褻邋邋、袒胸腆腹，神情自在，笑容可掬、天真爛漫，遊戲人間。示現法喜樂道之禪修，展現佛教之禪修非「苦行」，僅需以「平常心」來喫飯、睡覺，把握當下即可。禪畫多以布袋、寒山、拾得、豐干等為題材，來示行者悟後之境。

因陀羅活躍於元代中末期，略早於楚石梵琦。圖 8 中因陀羅自署：

宣授汴梁上方祐國大光教禪寺住持
佛慧淨辨圓通寶大師 壬梵因⁷⁹

其左還有楚石梵琦之題贊（跋）：

寒山拾得兩頭陀
或賦新詩或唱歌
試問豐干何處去
無言無語笑呵呵

⁷⁹ 圖上之文須從左行先讀，禪僧在署款或題贊、跋時，十分隨興，時有與世俗相左之順序。

此畫原為一長卷禪會圖（禪機圖），後被分割成五幅：〈布袋圖〉、〈李渤參智常圖〉、〈智常禪師圖〉、〈丹霞燒佛圖〉及本圖。上皆有楚石梵琦之贊，本圖屬卷末之圖。現各分別收藏於五處，皆被列為國寶級。

（四）當下示真

牧谿法常（生卒年不詳）的畫「隨筆點墨而成，意思簡當，不費妝飾」⁸⁰，稚拙、純真、自由、脫逸在中國一直未受文人畫家們的重視，甚至被貶為「麤惡無古法，誠非雅玩」、「僅可供僧房道舍，以助清幽耳」，因之在中國並未有畫作存留下來。然而，其畫東渡流傳至日本，卻獲得高度重視與推崇，對日本畫壇具有重大影響，牧谿的畫作不是被列為國寶級就是重文級，並與玉潤同被視為南畫之祖。

圖 9 中，只見牧谿在畫作偏下方之處，畫了六個形狀大小不同、墨色濃淡不一之柿子，筆法簡約但渾厚、圓滿。沒有空間遠近及明暗光影，可以說是一幅毫無筆法、結構、佈局之靜物寫生圖畫，但是它卻展現出一種無比之寧靜與無限之空間感覺。〈六柿圖〉是一無心之作，不假思索，當

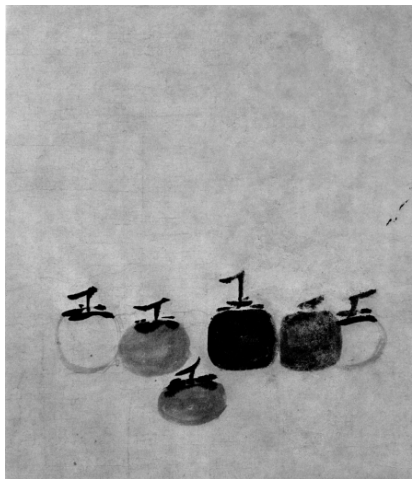


圖 9：牧谿，〈六柿圖〉，現收藏於日本龍光院，被列為重文級。（戶田禎佑，《牧谿·玉潤》，水墨美術大系 3，單色圖版 67）

⁸⁰ 參見夏文彥，《圖繪寶鑑》：「僧法常，號牧溪，喜畫龍虎、猿鶴、蘆雁、山水、樹石、人物，皆隨筆點墨而成，意思簡當，不費妝飾。但麤惡無古法，誠非雅玩」。（頁 284）

下提筆一揮而就的禪畫⁸¹。馬祖有云：

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。……非離真而有立處，立處即真。⁸²

一切是那麼地寧靜、自在，充滿禪意。



圖 10：玉澗，〈廬山〉。現收藏於日本私人手上，被列為重文級。（戶田禎佑，《牧谿·玉澗》，水墨美術大系 3，圖版 37）

吉州青原惟信（生卒年不詳）⁸³ 提出禪悟的三重境界：

初參之時，見山是山，見水是水；
禪有悟時，見山不是山，見水不是水；

⁸¹ 詳見〈評草書〉，《蘇軾全集校注》：「書，初無意於佳，乃佳耳。」（頁 7814）

⁸² 《馬祖道一禪師廣錄》，CBETA, X69, no. 1321, p. 3a13-b4 // Z 2:24, p. 406c7-d4 // R119, p. 812a7-b4。

⁸³ 青原惟信係晦堂祖心（1025-1100）之法嗣。

徹悟之後，見山祇是山，見水祇是水。⁸⁴

初參禪時，心中處處存著物、我對立，所見之景，山是山、水是水；當有所小悟時，已能放下以自我為中心之念，與物相融，此時所見之景，山不是遠遠之山，水不是冰冷之水，而是有著：「溪聲便是廣長舌，山色豈非清淨身？」⁸⁵之感；然在大徹大悟之後，了知「凡所有相，皆是虛妄」⁸⁶此時所見之景，山祇是山，水祇是水，沒有清淨、不清淨之分別。

玉澗在此畫中，大筆一揮，境界自然成，無須米家雲山⁸⁷，點點染染，廬山「橫看成嶺側成峰，遠近高低各不同。」⁸⁸之境，躍然紙上，縱然倪迂之逸筆草草，亦無此境界。玉澗在此畫上題：

過溪一笑意何疏
千載風流入畫圖
回首社賢無覓處
爐峯香冷水雲孤

念先賢之摒俗向道，虎溪三笑聲猶在，修道之人已渺，念天地之悠悠，有感而抒。

⁸⁴ 《指月錄》卷 28，CBETA, X83, no. 1578, p. 699a9-13 // Z 2B:16, p. 303c15-d1 // R143, p. 606a15-b1。

⁸⁵ 參見〈贈東林總長老〉，《蘇軾全集校注》：「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！」（頁 2575）

⁸⁶ 《金剛般若波羅蜜經》，CBETA, T08, no. 235, p. 749a24-25。

⁸⁷ 米芾最擅以「筆墨點染」之皴法，來畫江南山水，其子友仁也承繼此風格，因此，此種作畫之風格，被稱之為「米家雲山」；董其昌在其《畫禪室隨筆》卷二有〈仿米家雲山圖〉，頁 59。

⁸⁸ 參見〈題西林壁〉，《蘇軾全集校注》：「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。」（頁 2578）

五、結論

宋元時期之禪畫家，以六祖之「無念、無相、無住」及馬祖之「平常心是道」等南宗禪的心要作為主軸，於「文人畫」之「逸格、墨戲」基礎上，開創出「減筆畫」、「潑墨畫」，以「逸筆草草」、「畫不以形似」⁸⁹融合了禪意、禪境於畫中，並運用大塊之「留白」，來表達禪境之簡素、枯槁、自然、幽玄、脫俗、靜寂。

宋元時期可說是禪畫承先啟後之重要階段，雖在明代時，由於新儒學之興起，文人畫再度興盛，沈周（1427-1509）、文徵明（1470-1559）、唐寅（1470-1524）等吳門畫派，盛行文人畫，一直延續到明末萬曆年間董其昌之時，才有「畫禪」之提出，此期間禪畫為文人畫之風所掩蓋，較為落沒。然至清初，滿族入統，文人多有隱世、逃禪，是時有擔當普荷（1593-1673）、八大山人朱耷（1626-1705）、石濤（1642-1707）、龔晴皋（1755-1831）等遺民，又帶起禪畫之風潮。

日本則自南宋及元代之時，由來華之學僧及商販，帶回大批的禪畫作品，興起了日本禪畫的風潮，產生了如雪舟等揚（1420-1506）、大巧如拙（生卒年不詳，活躍於十五世紀前後）、白隱慧鶴（1685-1768）、東嶺円慈（1721-1792）、仙崖義梵（1750-1837）等禪畫大家。

二十世紀初，因鈴木大拙至英、美弘揚禪法，隨之亦將禪修、禪畫介紹到西方世界，引起了西方藝術家之興趣，掀起了印象派、達達派等在抽象藝術中融入禪趣、禪味之風，發展出西方式的禪畫。未來禪畫之發展，吾人將拭目以待。

⁸⁹ 參見〈書鄢陵王主簿所畫折枝二首〉，《蘇軾全集校注》：「論畫以形似，見與兒童鄰；賦詩必此詩，定知非詩人。詩、畫本一律，天工與清新。邊鸞雀寫生，趙昌花傳神。何如此兩幅，疏淡含精勻。誰言一點紅，解寄無邊春？」（頁 3170）

【參考書目】

一、佛教藏經

本文佛典引用主要是採用「中華電子佛典協會」（Chinese Buddhist Electronic Text Association, 簡稱 CBETA）電子佛典集成光碟，2018 年。

- 《十牛圖和頌》，X64, no. 1271 // Z 2:18 // R113。
《六祖大師法寶壇經》，T48, no. 2008。
《佛果圓悟禪師碧巖錄》，T48, no. 2003。
《佛說觀無量壽佛經》，T12, no.365。
《汾陽無德禪師語錄》，T47, no. 1992。
《金剛般若波羅蜜經》，T8, no. 235。
《指月錄》，X83, no. 1578 // Z 2B:16 // R143。
《馬祖道一禪師廣錄》，X69, no. 1321 // Z 2:24 // R119。
《景德傳燈錄》，T51, no. 2076。
《無準和尚奏對語錄》，X70, no.1383。
《黃龍慧南禪師語錄》，T47, no. 1993。
《圓悟佛果禪師語錄》，T47, no. 1997。
《圓覺經大疏釋義鈔》，X9, no. 245 // Z 1:14 // R14。
《禪林備用清規》，X63, no. 1250 // Z 2:17 // R112。
《禪源諸詮集都序》，T48, no. 2015。
《釋鑑稽古略續集》，T49, no. 2038。
《觀無量壽佛經疏》，T37, no.1750。
《觀無量壽佛經疏》，T37, no.1753。

二、古籍

- 《山谷題跋》，屠友祥校注，上海：遠東出版社，1999 年。
《元好問全集》，姚奠中主編，太原：山西古籍出版社，2004 年。
《古畫品錄》，《南朝唐五代人畫學論著》，臺北：世界書局，2012 年。
《冷齋夜話》，殷禮在斯堂叢書（日本五山板），旅順：東方學會，1928 年。
《宣和畫譜》，畫史叢書 1，臺北：文史哲出版社，1974 年。
《洞天清錄》，《欽定四庫全書·子部·雜家類》，臺北：臺灣商務印書館，

1979 年。

《唐朝名畫錄》，《南朝唐五代人畫學論著》，臺北：世界書局，2012 年。

《益州名畫錄》，畫史叢書 3，臺北：文史哲出版社，1974 年。

《清閼閣全集》，〈答張藻仲書〉收錄於《欽定四庫全書》，「中國哲學書電子化計劃網站」，<https://ctext.org/wiki.pl?if=gb&chapter=98555>，2018.12.23。

《湛然居士文集》，四部叢刊初編集部，上海：上海商務印書館（縮印無錫孫氏小添天藏影印本），1965 年。

《畫史》，《宋人畫學論著》，臺北：世界書局，2012 年。

《畫禪》，畫史叢書 4，臺北：文史哲出版社，1974 年。

《畫禪室隨筆》，臺北：廣文書局，1994 年。

《畫繼》，畫史叢書 1，臺北：文史哲出版社，1974 年。

《畫繼補遺》，《續修四庫全書》，上海古籍出版社，2002 年。

《畫鑑》，《歷代論畫名著彙編》，臺北：世界書局，2011 年。

《圖繪寶鑑》，《元人畫學論著·六如畫譜》，臺北：世界書局，2011 年。

《歐陽文忠公文集》，臺北：臺灣商務印書館，1967 年。

《歷代名畫記》，畫史叢書 1，臺北：文史哲出版社，1974 年。

《蘇軾文集》，北京：中華書局，1986 年。

《蘇軾全集校注》，周裕鍔等主編，石家莊：河北人民出版社，2010 年。

《續畫品》，《南朝唐五代人畫學論著》，臺北：世界書局，2012 年。

三、中外文專書、論文、網路資源

久松真一 1977 《禪と美術》，京都：思文閣株式會社。

久松真一 1996 〈禪畫の本質〉，《久松真一著作集》，東京：理想社株式會社。

中村宗一 1989 《禪の公案畫》，東京，誠信書房株式會社。

吳永猛 1980 〈禪畫十牛圖〉，《華學月刊》101，頁 33-42。

李志夫 2006 〈關於禪宗牧牛圖的兩個問題——從《增一阿含經》之〈牧牛品〉說起〉，《中華佛學學報》19，頁 47-71。

杜松柏 1983 《禪詩牧牛圖頌彙編》，臺北：黎明文化事業公司。

東京國立博物館監修 1962 〈圖版解說〉，《宋元の繪畫》，東京：東京國立博物館。

沈括 1998 《夢溪筆談全譯》，胡道靜等譯注，貴陽：貴州人民出版社。

柳田聖山 1992 《禪與中國》，毛丹青譯，臺北：桂冠出版社。

- 柳田聖山、梅原猛 1969 《無の探求〈中國禪〉》，東京：角川書店。
- 徐小虎 2017 《南畫的形成》，劉志遠譯，桂林：廣西師範大學出版社。
- 海倫·威斯格茲 2007 《禪與現代美術——現代東西方藝術互動史》，曾長生譯，臺北：典藏藝術家庭公司。
- 陳嘉文 2007 《廓庵〈十牛圖頌〉禪思想之研究》，宜蘭：佛光大學哲學系碩士畢業論文。
- 黃河濤 1997 《禪與中國藝術精神的嬗變》，臺北：正中書局。
- 鈴木大拙等 1994 〈禪與繪畫藝術〉，《禪與藝術》，劉大悲譯，臺北：天華出版社。
- 福嶋俊翁、加藤正俊 1978 《禪畫の世界》，京都：淡交社株式會社。
- Westgeest, Helen. 1996. "Chan in the Fifties: Interaction in Art Between East and West." Amsterdam: Waanders Publishers.
- 法鼓文理學院，「人名規範資料庫」，<http://authority.dila.edu.tw/person/>，2018.12.20。

四、圖像引用

- 戶田禎佑 1973 《牧谿·玉潤》，水墨美術大系 3，東京：講談社株式會社。
- 東京國立博物館監修 1962 《宋元の繪畫》，東京：東京國立博物館
- 川上涇等 1975 《梁楷·因陀羅》，水墨美術大系 4，東京：講談社株式會社。
- 敦煌研究院編 1987 《敦煌莫高窟》3，北京：文物出版社。
- 鈴木敬 1974 《李唐·馬遠·夏圭》，水墨美術大系 2，東京：講談社株式會社。
- 釋如常主編 2013 《世界佛教美術圖說大辭典》，高雄：佛光山宗委會。

An Attempt to Characterize Chan Paintings in the Song-Yuan Periods

Su, Yuan-Yu
Ph.D. Candidate
Department of Buddhist Studies,
Fo Guang University

Abstract

Chan paintings, as the name suggests, are artworks related to Chan. It is generally recognized that Chan painting originated in the late Tang and the Five Dynasties, developed in the Song Dynasty, and matured in the Mongolian-ruled Yuan Dynasty. The art form was brought to Japan along with the Chinese Chan School to be known as Zen. It had a pinnacle of development in the Ming and Qing Dynasties, and the first half of the twentieth century made another important turning point, becoming worldly popularized. In this long course of history the Song-Yuan era formed an important transition for the art's development. Chan practitioners of the period made such paintings from as a way to express a poetic state of mind or to take load off one's chest to art pieces infused with Chan spirit, not limited to conventions, beyond imagination, yet simple and straightforward. Therefore, they can be called paintings of one's experience of Chan state of mind. This article is to explore the development of these paintings in the Song-Yuan era in terms of the presentation, techniques, and as well the delivered state of Chan.

Keywords :

Chan Painting, Painting of Chan, Painting of Chan State of Mind, Painting of Literati, Unconstrained Style