

本乐法师的书法与禅境

卢云芳¹, 刘昊成²

¹文华学院人文社会学部 湖北武汉

²文华学院新闻学 湖北武汉

【摘要】当代禅门高僧本乐法师的书法艺术是其禅学思想与生命境界的外化呈现。本文以本乐法师书法作品为研究对象,探讨其笔墨形式对禅宗美学“空寂”“简淡”“自然”之境的具体呈现。分析其书法在笔法、墨法与章法上的艺术特征,揭示其书法艺术与禅宗哲学的内在关联,阐明其书作既是艺术创作也是独特的禅修实践与心性传达。本乐法师的书法为理解“禅意书法”的当代传承与发展提供了鲜活而深刻的个案。

【关键词】本乐法师; 禅意书法; 禅宗美学; 空寂; 简淡

【收稿日期】2025年11月16日 **【出刊日期】**2025年12月2日

【DOI】10.12208/j.ssr.20250464

The Calligraphy of Master Benle and Its Zen State

Yunfang Lu¹, Haocheng Liu²

¹Faculty of Humanities and Social Sciences, Wenhua College, Wuhan, Hubei

²Journalism, Wenhua College, Wuhan, Hubei

【Abstract】 Master Benle, a contemporary Zen master, expresses his Zen philosophy and spiritual state through his calligraphic art. This paper takes Master Benle's calligraphy works as the research object, exploring how their ink and brush forms concretely present the Zen aesthetic realms of "emptiness and tranquility", "simplicity and subtlety", and "naturalness". By analyzing the artistic characteristics of his brushwork, ink application, and composition, this study aims to reveal the intrinsic connection between his calligraphic art and Zen philosophy, clarifying that his works are not only artistic creations but also a unique form of Zen practice and spiritual communication. Master Benle's calligraphy provides a vivid and profound case study for understanding the inheritance and development of "Zen calligraphy" in the contemporary era.

【Keywords】 Master Benle; Zen Calligraphy; Zen Aesthetics; Emptiness and Tranquility; Simplicity and Subtlety

引言

中国书法与禅宗,作为中国传统文化中极具精神性的两种形态,自古便结下不解之缘。从唐代的狂草禅僧,到清初的八大山人,乃至近现代的弘一法师,其书法无不透露出超越形式之外的禅意与悟境。当代高僧本乐法师,承袭此一法脉,其书法作品以其独特的风格,在纷繁的当代书坛中构筑出一方清净的禅意空间。本乐法师年过百岁,修行一生,其墨迹被视为其禅修功夫与心性修养的自然流露,所谓“即书即心,即心即禅”。

当下学界关于僧人书法的研究多聚焦古代与近现代代表性人物,弘一法师作为该领域典型研究对象其书法相关探讨已形成丰富成果且研究深度较为充分,而当代禅门高僧本乐法师的书法艺术因其独特的禅学底蕴与艺术表达,目前尚未得到学界系统性的学术梳

理与深入探析。本文以禅宗美学理论为核心支撑,将本乐法师的书法作品作为具体研究载体,通过细致解读其笔墨语言的表现形态与内在意蕴,剖析其中所承载的深邃禅境及彰显路径,进而填补当代高僧书法研究领域的相关空白,为当代禅意书法的认知维度拓展与批评体系完善提供具有参考价值的全新视角。

此外,本文的另一个重要意义在于,通过剖析一位当代高僧的书法实践,为“艺术作为修行法门”这一古老命题提供了当代的、可感知的注脚,使禅宗美学的抽象理论在具体的笔墨形质中变得鲜活而可触摸。

1 禅意书法的美学基石

在深入本乐法师的书法世界之前,有必要厘清其艺术所根植的禅宗美学思想。禅宗主张“不立文字,教外别传;直指人心,见性成佛”,这种对语言逻辑的超

越性, 为书法这种非叙事的、直观的艺术形式提供了广阔的表达空间。禅宗认为, 真正的智慧(般若)是“言语道断, 心行处灭”的, 它需要通过一种非逻辑、直觉式的“观照”来把握。书法艺术的点画、线条和空间构成, 恰恰避开了语言的线性逻辑, 直接作用于观者的感官与心灵, 成为一种“无言之教”, 这与禅宗的悟道方式具有内在的同构性^[4]。禅宗美学并非追求形式的华美, 而是注重内在精神的澄明与超越, 其核心范畴主要体现为“空寂”“简淡”与“自然”。

1.1 空寂之境

“空”是禅宗哲学的核心概念, 意指万法缘起、无有自性的本质。“空”是美感的必要条件, 具体地说就是: “超时空灵, 才能如镜中花, 水中月, 羚羊挂角, 无迹可寻, 所谓‘超以象外’。”^[1]宗白华先生所言之“超以象外”, 正是指艺术意境必须突破有限的物象, 指向无限的宇宙本体和生命真谛。在禅宗看来, 这种“无限”正是“空”的另一种表述。“寂”则是在体认“空”之后所呈现的宁静、无扰的心境。在书法美学上, “空寂”体现为意境上的疏朗与通透。它并非一无所有的死寂, 而是充满灵动的“虚白”, 是气息流转的空间。正如古代画论所言“计白当黑”, 书法中的留白与笔墨同样重要, 甚至是意境生成的关键。清代邓石如“字划疏处可使走马, 密处不使透风”的精论, 以及包世臣对此的推崇, 均强调了虚实对比所产生的节奏与气韵。禅意书法则将这种形式法则提升至哲学高度, 使“白”不再是物理空间, 而是“空性”的示现, 是心灵得以休憩和翱翔的场域。禅意书法往往通过极简的笔墨、疏朗的章法, 营造出空旷、寂寥的视觉感受, 使观者在凝神观照中, 体味到超越物象的宁静与深远, 进入“身心脱落, 大地空旷”的禅悟状态。本乐法师“留白即实有”的创作理念, 与楼宇烈强调的“天人合一秩序信奉”形成互文。其疏朗章法营造的虚空感, 并非西方宗教式的“神圣/世俗二元对立, 而是中国式“虚中有实, 实中含虚”的审美智慧。正如楼宇烈指出: “中国艺术中的‘空’不是虚无, 而是充满生命力的动态平衡”^[12]。

1.2 简淡之味

禅宗反对繁琐造作, 崇尚本质的单纯。《六祖坛经》云: “佛法在世间, 不离世间觉。”^[2]于平常中见道, 于简单中蕴深意。这反映在书法上, 便是“简淡”的审美追求。“简”指笔画的凝练与结构的单纯, 去除一切不必要的修饰与冗余; “淡”指墨色的微妙层次与意蕴的冲和含蓄, 不追求强烈的视觉刺激, 而是如清泉涓流, 余味绵长。这种审美趣味, 深受道家“见素抱朴”与儒

家“大乐必易”思想的影响, 但在禅宗这里, 更侧重于对“分别心”的破除。繁复的技巧与浓烈的色彩容易引发贪恋与执着, 而简淡的形态则有助于消解这种二元对立, 引导观者直接体认本心。这种“简淡”并非技巧的贫乏, 而是“绚烂至极, 归于平淡”的成熟与升华, 徐复观在《中国艺术精神》中指出, “庄子的‘虚静明’之心是中国艺术的主体, 其发露便是一种淡泊、简远的精神。”^[3]禅宗将此心性论进一步发挥, 本乐法师的书法正是这种涤除杂念后, 本真心性的自然显现。宋代梅尧臣论诗曰: “作诗无古今, 唯造平淡难。”书法亦然。这种“平淡”是技巧高度纯熟后的“无法之法”, 是“豪华落尽见真淳”后的本真状态, 它比外在的绚烂需要更深的修养与功力作为支撑。

1.3 自然之趣

禅宗强调“平常心是道”, 修行在于行住坐卧之中, 艺术亦当如是。“自然”在禅意书法中体现为书写时不刻意、不造作, 心手双畅, 物我两忘。用笔如行云流水, 结体似奇反正, 章法宛若天成。这正契合了唐代书论家孙过庭在《书谱》中所推崇的“偶然欲书”“同自然之妙有, 非力运之能成”的化境^[4]。它摒弃了程式化的匠气和刻意求工的安排, 追求一种天真、率意、充满生命本初活力的“稚拙”感。这种“稚拙”并非真正的笨拙, 而是一种“大巧若拙”, 是超越了技术层面的精熟之后, 向原初生命力的回归。它剥离了社会习气与文化矫饰, 呈现出心性本然的样貌, 如同未经雕琢的璞玉, 浑朴可爱。这种“自然”是禅者“无所住心”在艺术上的投射, 是超越了法度束缚后的自由与自在。正如《金刚经》所言“应无所住而生其心”, 当书写者心无挂碍, 不执着于技巧、名利乃至艺术本身时, 笔下的点画才能与生命的律动合而为一, 达到真正的“自然”之境。

2 本乐法师书法的禅境呈现

本乐法师的书法, 正是上述禅宗美学思想的生动实践。其作品将深邃的佛理禅趣, 融化于一点一画之中, 形成了独具魅力的艺术风格。

2.1 笔法: 圆融静敛, 心迹化现

笔法是书法的筋骨, 亦是书者心绪最直接的流露。本乐法师的用笔, 极具特色, 全然摒弃了剑拔弩张的霸悍之气与矫揉造作的浮滑之态。其笔触多以中锋行笔, 藏头护尾, 线条质感圆润、厚重而内含筋骨。孙过庭《书谱》有言“一画之间, 变起伏于峰杪; 一点之内, 殊衄挫于毫芒”^[4], 强调中锋行笔的内在变化与力量^[15]。这种中锋用笔, 要求笔锋始终在点画的中心线上运行, 如同禅修中的“正念”, 不偏不倚, 安

稳持重。所产生的线条两边如界, 饱满而有立体感, 被誉为“棉里裹铁”, 外在温润, 内里刚健, 这正是修行者“外示安然, 内怀刚决”人格的写照。在运笔

过程中, 速度从容不迫, 力量均匀贯注, 给人以安定、祥和之感。

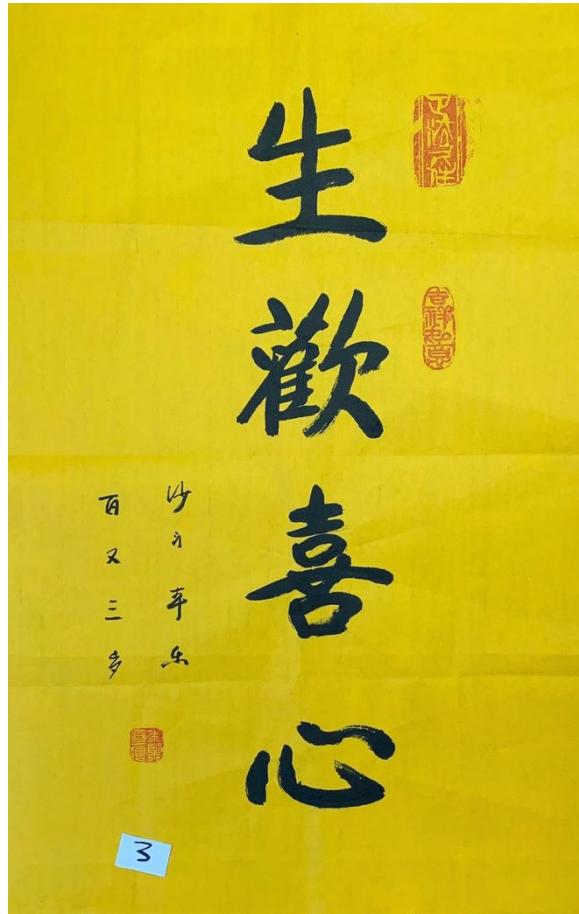


图1 本乐长老墨宝《生欢喜心》^[5]

这类笔法特点是本乐法师禅修心境的直接外化。修行者秉持“定慧等持”的修行准则, 内心安定(定)衍生观照智慧(慧)。其用笔沉稳对应修行中深厚定力, 线条蕴含的内在韧性与生命力正是慧光闪耀。我们可以从其代表作《生欢喜心》中清晰地看到这一点。例如“喜”字的长横, 起笔藏锋, 收笔回锋, 整个过程如春蚕吐丝, 绵绵不绝, 力量均匀而持续, 没有丝毫的犹豫与断续。这种线条并非物理力量的展示, 而是心理能量高度凝聚与平稳输出的结果, 是“定”的视觉化。细观线条可体察书写者绵长呼吸与纯净心念。与历史上以禅意闻名的弘一法师相比, 弘一晚年书法将线条提炼至枯藤钢丝般的极简冷逸, 流露彻底放下与悲智双运的清凉意韵^[6]。本乐法师的线条在简净中兼具温润圆融, 更具“平常心”的亲和暖意。弘一法师的书法如同古井寒泉, 澄澈见底, 令人顿生敬畏; 而本乐法师的书法则如

冬日暖阳, 温煦和融, 使人亲近。这种差异, 源于二者禅法路径与个人性情的不同, 弘一近乎“律宗”的谨严与本乐“禅宗”的活泼, 在笔墨间展露无遗。这是其“即心即佛”当下证悟的禅法思想在笔墨间的自然彰显。

2.2 墨法与章法: 空灵简淡, 意境营造

墨法与章法是书法塑造整体意境营造空间氛围的核心路径, 本乐法师深耕这两项技艺深谙禅门“空”“简”精髓。

在墨法上, 本乐法师在墨色运用上鲜少制造枯湿浓淡的强烈反差, 笔墨多呈匀净清润淡雅之态, 不刻意追求“墨分五色”的繁复变化而专注墨气本身的纯粹和谐。中国传统绘画与书法极重墨色变化, 以模拟万物生机。然而, 本乐法师反其道而行之, 这种“反技巧”的倾向, 正是禅宗“破执”精神的体现。他并非不能为, 而是不为。当墨色趋于单一, 观者的注意力便从色彩的

表象狂欢, 转向对线条质量、空间结构和作品整体气韵的深度品味。这种近乎单一的用墨方式摒除感官层面的杂乱干扰, 引导观者越过墨色表象的起伏径直探寻作品内在的气韵与精神内核。统一一致的墨色勾勒出纯粹无别的心境, 与禅家“不起一念”的修行境界高度契合, 恰如禅语“色即是空”所喻。

在章法上, 本乐法师的作品在章法布局上着力彰显“空灵”意境, 他极擅运用“留白”之法, 字距与行距疏朗开阔, 让整幅作品的空间通透豁亮。以《生欢喜心》为例(见图1), 四字纵向排布, 字与字之间的距离几乎与字本身的高度相当, 行气在宽阔的“白”中缓缓贯注, 如同幽谷中的清泉, 不疾不徐。这种布局打破

了常规书法的密集构图, 营造出一种“虚空能容”的广阔感。单个汉字的结构内部也常通过笔画的精巧排布预留出气息流转的通道, 再观“歡”字, 结构复杂, 但法师通过某些笔画的简省与牵引, 以及笔画间恰到好处的交错, 使得字内空间疏密有致, 气息畅通无阻。这种疏阔的排布方式让其书法在视觉上毫无壅塞之感, 反倒催生出“此时无声胜有声”的静默力量。那些大面积的“留白”早已不只是单纯的背景, 而是与黑色笔墨拥有同等分量的存在, 是“空性”最直观的呈现。观者品读其作品时, 目光会不自觉在这虚实相映的空间中流连驻留, 进而步入宁静超然的审美境界, 这正暗合禅宗“于念离念”“于相看相”的观照之道。

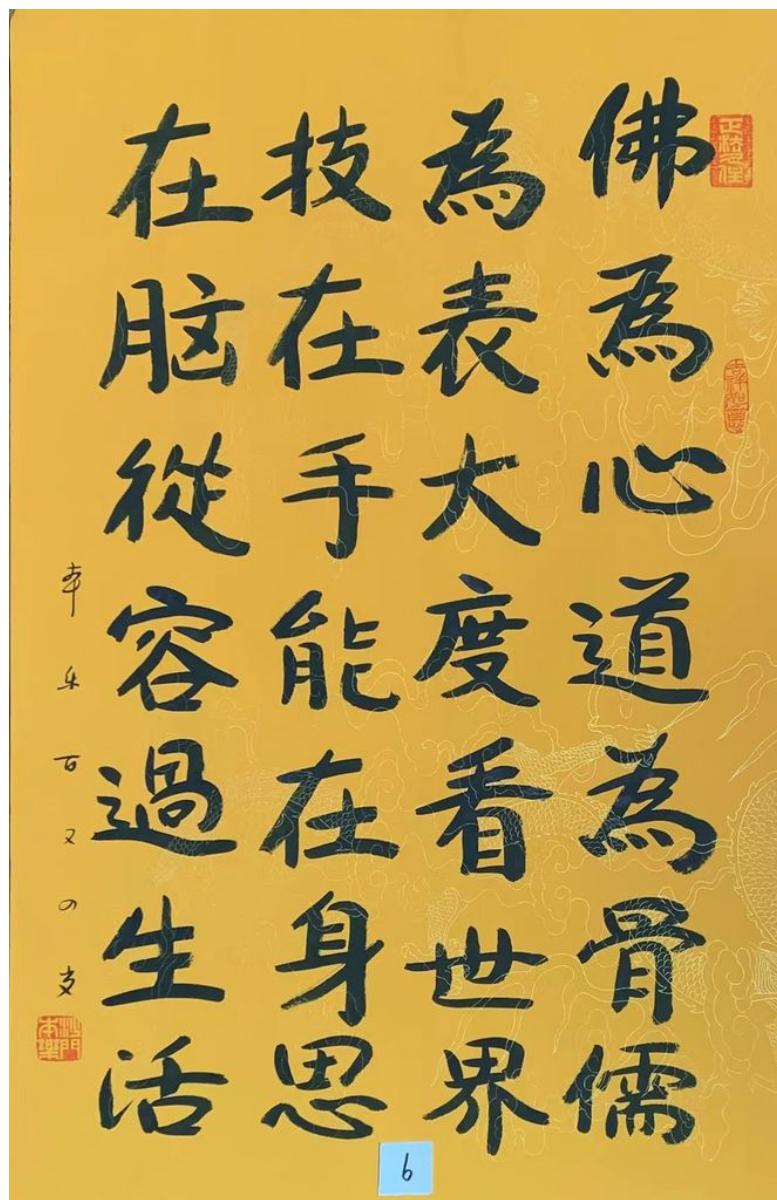


图2 本乐长老墨宝^[5]

2.3 内容与形式的合一：禅心墨韵

本乐法师书法的禅意，既显于外在形态，更蕴含于书写内容与艺术表现的深度契合。他笔下常见的多为佛教经典文句、禅门偈语以及“禅”“佛”“心”“自在”这类凝练传神的单字。这种内容选择本身，就是一种“指月”之指，直接引导观众进入佛法的思维语境。而当这些富含哲理的内容与高度契合的书法形式相结合时，便产生了“1+1>2”的共振效应，形式成为内容的注脚，内容成为形式的灵魂。

“佛”字（见图2）以圆浑沉静的笔致、稳健如岳的结字形态呈现时，佛法的庄严气象与慈悲情怀便即刻清晰浮现于纸面。本乐法师所书“佛”字，单人旁厚重稳健，宛如一位躬身礼敬的行者；“弗”部则中正宽博，尤其是末笔的竖画，如金刚杵般坚实有力地垂下，整个字势稳若泰山，散发出不容置疑的坚定信念与慈悲摄受之力。“禅”字落笔之际，疏朗有致的布局与简淡清雅的墨色本身就在传递禅境特有的空灵特质与超越意味。抄录“应无所住而生其心”等经典经文时，笔势的不拘束缚、流畅天成，正是“无住生心”这一高深境界的直观视觉写照。在书写这类长句时，本乐法师往往采用行书笔意，字与字之间偶有牵丝映带，但整体仍保持楷书的静穆。用笔轻松灵动，似不着一点力气，笔锋在纸面上轻盈地滑过，毫无停滞与挂碍，完美地诠释了“无所住”的自在；而字里行间所透出的那份清净与安然，正是“生其心”——那颗本自具足的清净心。内容所指向的核心意蕴与形式所呈现的鲜明风貌彼此滋养且相互增益，共同构建出完整而深厚的禅意维度。他的书法由此超越单纯的技艺展演范畴，成为“以艺载道”“以墨传心”的具体修行实践与重要弘法路径。

3 修行与艺术的圆融统一

本乐法师的书法之所以能达到如此高的禅艺合一之境，其根本在于他并非一个纯粹的“书法家”，而是一位将书法融入生命修行的禅者。

3.1 书法即修行

本乐法师将每日挥毫创作与坐禅、诵经、念佛并列为日常必修功课，视作“动中禅”的实践。禅修有“坐禅”与“动禅”之分。坐禅训练心的专注与宁静，而动禅则将这种心态运用于行住坐卧一切事务中。书写，对于本乐法师而言，正是最精妙的动禅。在展纸、研墨、提笔、书写的整个过程中，他都保持着高度的觉知，如《中庸》所言“道也者，不可须臾离也”，修行与生活、与艺术浑然一体。他在书写时凝神敛气，于笔墨流转间，调伏内心纷扰与执念，让身心全然安住于当下的每一

笔每一划，这正是佛教“戒、定、慧”三学的具体践行——严守书写仪轨心思不向外攀缘为“戒”，全神贯注笔端不起妄念杂念为“定”，洞悉笔墨本质空性运用自如无有滞碍为“慧”。

具体而言，“戒”体现在对书写行为的尊重，如净手、净案、心诚意敬；“定”体现在运笔过程中呼吸的平稳、手臂的稳定和心念的寂静；“慧”则体现在对笔墨纸砚性空假有的体认，不执着于作品的好坏美丑，了知一切皆是因缘和合，从而获得创作上的大自在。法师的每一件书法作品都是他修行路上某个瞬间的“心印”，镌刻着心性的清明通透与生命的温热质感。

3.2 平常心与艺术人格

《合掌人生》中分析释星云大师自传中呈现“真实个性自然流露”的特质^[7]，本乐法师的书法与之有着异曲同工之妙，同样彰显出“平常心”的动人韵味。他的书作毫无居高临下的说教意味，亦无丝毫神秘色彩，满是平和亲切的气息，更透着几分“稚拙”的天真意趣。

“拙”并非笨拙，而是朱良志所言的“老拙”与“生拙”，是技巧纯熟之后“破法”而生的天真，是向原初生命力的回归^[8]。这种“稚拙”感，在其一些笔画的处理上尤为明显。例如，某些捺画或钩挑，并不追求标准的“一波三折”或锐利出锋，而是以一种朴讷的、略带笨拙的方式写出，仿佛孩童的笔触。这种“不完美”恰恰打破了技术的完美所带来的距离感，流露出人性中最本真的温度，拉近了与观者的心理距离。

本乐法师无意于在书法史上占据一席之地，他不用惊世骇俗的技巧哗众取宠，随缘而为让内心的所思所悟顺着笔端自然流淌。这般“无求”“无饰”的创作心境，让他的艺术人格真实可亲，徐复观认为，最高的艺术是艺术家的人格精神的自然流露^[3]。本乐法师的书法正是其百年修行所成就的澄明人格在笔墨上的“迹化”，拉近了与观赏者的距离，让人领悟禅并非远在深山古寺，而藏在这寻常笔墨里，藏在每个人当下的心境之中。这与宋代青原惟信禅师“见山是山，见水是水”的第三重境界相通。本乐法师的书法，褪去了所有技巧的炫示与风格的伪装，回归到书写最本质的状态：写字就是写字，心净则字净，心欢喜则字也生出欢喜。这种返璞归真，是其艺术人格最闪光之处。

4 结论

本乐法师的书法艺术是禅宗思想在当代视觉艺术领域的切实实践与鲜活呈现。剖析其笔法圆融内敛、墨法与章法空灵素雅及内容形式浑然一体，我们能清晰窥见禅宗美学核心范畴“空寂”“简淡”“自然”如何

细致入微转化为可感知的笔墨形态。他的书法是艺术审美的载体,更是其毕生禅修造诣的凝聚与心性境界的具象化表达。通过本文的层层剖析,我们可以得出一个更为具体的结论:本乐法师的书法,通过“圆融中正的笔法”实现了“定慧等持”的禅修内核,通过“匀净简淡的墨法”和“疏朗空灵的章法”营造了“空寂无相”的禅悟空间,最终通过“内容与形式的完美合一”达成了“以艺传道、明心见性”的终极目的。这一完整的创作体系,为其“禅意书法”的风格奠定了坚实的基础。

当代社会艺术形式繁杂多元,人们的精神层面多深陷喧嚣浮躁。本乐法师的书法恰似一汪清泉,以其独有的静默力量,为观者开辟出安顿心灵的精神净土。它昭示最高的艺术境界,往往与深厚的人格修为及生命觉悟紧密相依。在当代书坛热衷于形式创新与视觉冲击的背景下,本乐法师的书法提供了一种反向的思考:艺术的价值,或许不在于向外征服眼球,而在于向内探求心源。它的“静”与“简”,恰恰构成了一种最有力的文化批判与精神引导。本乐法师的个案,不仅为“禅意书法”传统增添了新的内涵,也为当代艺术如何承载与传递人文精神与超越性价值,提供了极具启发意义的参照样本。他的实践告诉我们,当艺术与生命修行圆融统一时,作品便不再是冰冷的客体,而成为散发着智慧与慈悲温度的精神灯塔,照亮观者的内心世界。

参考文献

- [1] 宗白华.中国艺术意境之诞生[M].北京:北京大学出版社,1999.
- [2] 惠能著,杨曾文整理.六祖坛经[M].北京:宗教文化出版社,2001.
- [3] 徐复观.中国艺术精神[M].北京:商务印书馆,2010.
- [4] 孙过庭.书谱[M].上海:上海书画出版社,2007.
- [5] 本乐长老书法赏析结缘, 103 岁本乐长老——佛教领袖太虚大师弟子[EB/OL]. (2021-04-29)[2025-11-09]. <https://www.163.com/dy/article/G8OGAJ6J0534T27N.html>.
- [6] 刘玉栋.弘一法师书法的现代性研究[J].美术教育研究,2024,(21):16-20.
- [7] 吴岳聪.《合掌人生》:释星云的自传书写与佛法诠释[J].现代社会研究,2025(10).
- [8] 朱良志.南画十六观[M].北京:北京大学出版社,2013.

版权声明: ©2025 作者与开放获取期刊研究中心 (OAJRC) 所有。本文章按照知识共享署名许可条款发表。

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS