本书出版于1986年，是葛兆光学术生涯早年的代表作，与后来的《中国思想史》相比较，可以看出作者写作、思考上的变化。

本书主体是三个部分，第一章从历史的角度回顾禅宗在中国的兴起，直到清代的发展，中间历经数次兴起、衰落。第二章讨论禅宗的哲学对中国士大夫审美情趣、人生哲学的影响。第三章则从艺术思维的角度，讨论禅宗带来的变化。总结部分的第四章说起来也可算是一部分，题为“从中国文化史的角度研究禅宗”。

由于第四章中作者进行了文献的回顾，研究方法的探讨，若是将其挪到开头，作为全书的导论部分或许在结构上比较合适。理论与实际上的割裂，本书大概算是一例。作者声言，他试图从中国文化史的角度去分析，而不是评价禅宗。若从第三章来看，确实如此，但本书的第一、第二章却满是激进的评价，将惠能的“风也不动，幡也不动，是人心自动”理解为诡辩；用辉格党史观的“对科学的无知”谈论禅宗的“梵我和一”；认为禅宗的人生哲学是“乌龟”式的方法（作者在此的笔调是消极的、“批判”的）；甚至直斥禅宗是“高超的骗术”。上述文字，实在看不出作者是在“从中国文化史的角度去分析，而不是评价”。当然我们也不能苛责作者，那毕竟是一个时代的风气，正是作者解释禅宗的兴盛时所特别看重的“时代气候”在起作用。研究文本与研究者的相互呼应，此倒也诚为一有趣之事。

除开研究方法上的矛盾外，本书在细节上最可商榷的一点，是所谓“士大夫”的问题。在作者看来，禅宗是属于士大夫的宗教，正是禅宗与士大夫的结合，使得禅宗成为了中国与印度文化相融合的产物，成为了影响中国文化至深的思想源泉。但是否禅宗的影响只能作用于“士大夫”的层次，对于一般平民禅宗是否有影响，证据是什么？而“士大夫”又绝非一停滞不动的概念，唐宋时期的“士大夫”涵义就不完全相同，宋明之间更是如此，概念上的高度抽离，是否取舍得当？作者有时在分析时，似乎不太能分辨即使是同一个时代的“士大夫”也并不是一个高度统一的整体，用全称命题指程一部分士大夫的想法，不免以偏概全。上述的这些问题，可视为视野上的局限。如果谈论的主体都不明晰，整个研究就仿佛一座高楼建立在不坚实的地基上。

本书写得最好的，还是第三章“禅宗与中国士大夫的艺术思维”。作者拥有中文系的教育背景，全书中处处可以看到此点，而第三章更是集中的展示。不过严格说来，此章更像是“艺术史”的内容，而非“思想史”的方法，作者没有将三章之间的联系紧密化。

总的来说，本书是那个时代大陆学界对禅宗的一次比较全面的回顾，尤其是其艺术领域的贡献。今天读来，除了基本的价值取向存在可商榷之处，基本的知识层面仍是颇具学术上的意义的。