

## Master Xuyun's Chan Buddhist Path of *Kavyuha-samadhi*

Qing MING

Yunnan Normal University, Kunming, Yunnan, China

**Keywords:** Xuyun, *Kavyuha-samadhi*, Seeing self-nature (*jianxing*), Sunyata, Key word (*huatou*), Mindfulness.

**Abstract.** *Kavyuha-samadhi* was an important meditation practiced in master Xuyun's life, no matter when and where he has been in a state of *Kavyuha-samadhi* meditation. This paper takes *Kavyuha-samadhi* as the angle of view, makes a study on Xuyun's concepts of "prajna contemplation," "mindfulness," "seeing self-nature," "examining the key word," etc. The author believes that Xuyun's path of *Kavyuha-samadhi* takes chanting Buddha as its examining the key word subject, takes suchness as its ontology, takes *prajna* contemplation as its method. The paper stresses that, according to Xuyun, in the process of meditation, practitioner cannot pursue quiet consciousness level; if one who produces clean thoughts in one's mind, this is a delusion in itself; however, if one does not think about anything and pursue the realm of no ideas, it is bounded by the Dharma. Finally, the paper points out that the fundamental of Xuyun's *Kavyuha-samadhi* is to see self-nature in Sentient beings' own mind, Sentient beings must see within themselves the true nature, this is only the way to achieve sudden-enlightenment.

## 虚云禅师的“一行三昧”禅法

明清

云南师范大学，昆明，云南，中国

**关键词：**虚云；一行三昧；见性；空性；话头；疑情

**摘要：**虚云禅师无论何时何地无不在“一行三昧”禅观中，“一行三昧”无疑是他一生所奉行的重要禅法。本文以“一行三昧”为视角，探讨虚云禅师对“般若观照”、“疑情”、“见性”和“看话头”等禅学核心概念的诠释。认为其一行三昧禅法以“念佛是谁”作参究话头之题目，以真如为法性，以般若观照为下手处；强调在参究话头的过程中不能人为追求意识层面之清静自在，若“起心看净”就会“生净妄”，“若百物不思，当令念绝，即是法缚”。揭示出修习一行三昧禅法的根本是“见性”，必须内见真如自性不动，“坐见本性”，方可直用此本来不染的本心，“使六识出六门，于六尘中无染无杂，来去自由，通用无滞，即般若三昧，自在解脱”。

### 1. 引言

虚云禅师（1840-1959）在《参禅要旨》中论及参禅先决条件时开示道：“行人都摄六根，从一念始生之处看去，照顾此一话头，看到离念的清静自心，再绵绵密密，恬恬淡淡，寂而照之，直下五蕴皆空，身心俱寂，了无一事。从此昼夜六时，行住坐卧，如如不动，日久功深，见性成佛，苦厄度尽。”[1]文中虽无“一行三昧”一词，但实则在教授“一行三昧”禅法，其中包括对作为此禅法之核心概念“话头”、“回光返照”、“离念”和“见性”之诠释。“一行三昧”本系诸佛之师文殊菩萨的禅学理念，最早出自《文殊师利所说摩诃般若波罗蜜经》卷下，[2]又名常坐三昧、真如三昧，是探讨如何在“昼夜六时”中起般若观照，开发众生真如自性潜能的般若法门。在“一行三昧”视野下考察“虚云禅”的意义在于：（1）

考察虚云大师如何在行住坐卧中系缘法界真如一相，昼夜六时将点滴功夫连成一片之“一行”禅法；（2）考察他如何起般若观照，使六识出六门，于六尘中无染著，让真如自性自修、自性自度、自成佛道的禅法；（3）考察他在继承传统禅学基础上，如何提出创见性的新观点和新理论，对现代中国禅学的发展作新的补充和进一步的完善。

## 2. 一行三昧

### 2.1 三昧

三昧，巴利文和梵文均为 *samādhi*，[3] 由 *sam*, *ā* 和 *dhā* 组成；其中 *sam* (*sama*) 是“静、寂、平静、安稳、同一、平等”的意思，*ā* 是“至”，即英文“up to, towards, from”的意思，*dhā* 是“放置、放下”之意，所以 *samādhi* 为放下分别、执着与妄想，到达寂静境界之意。在汉传佛经中通常将 *samādhi* 音译为三昧、三摩地、三摩提以及三摩帝等，意译为等持、定、正定、定意、调直定、正心行处等，是将心专注于一处的一种禅定状态。在汉译佛教经典中，旧译往往将 *samādhi*（三摩地、三昧、等持）、*samapatti*（三摩钵底，等至、正受、正定、现前）及 *samahita*（三摩呬多，等引、胜定）混为一谈而一概译为三昧。考其巴利文和梵文文献原意，三昧应指 *samādhi*（三摩地）。[4]当 *samādhi* 译为中文“等持”时，是指将心止于一境而不散乱之状态，汉译佛教文献多称之为“心一境性”。[5]

三昧 (*samādhi*) 放在巴利语系佛教的“*samatha*”[6] 止禅和“*vipassana*”[7] 观禅体系中解释或许更为清楚。“禅”是汉传佛教术语“禅那”的简称，“禅那”的巴利文为 *bhavana*，梵文为 *dhyāna*，汉译“静虑”，即于“一所缘境”“系念寂静”、“正审思虑”的意思。据巴利文文献，“*samatha*”和“*vipassana*”是禅 (*bhavana* 或 *dhyāna*) 的两个基本方面。巴利语 *samatha*，音译作奢摩他，义为平静，是禅定中专门修心专一、清静、安定，从而达到止心一处，不令散乱的法门。巴利语 *vipassanā*，音译作毗婆舍那，是在禅定中直观、觉照身心现象和外在于物质无常、无我、空，从而产生般若智慧的修行法门。

巴利文经典认为，单独修习 *samatha* 或 *vipassana* 都能达到将心专注于一处的 *samādhi* 状态。巴利语系 *Samādhi Sutta: Concentration* (《三昧经：止》) 云：“These are the four developments of concentration. Which four? There is the development of concentration that, when developed & pursued, leads to a pleasant abiding in the here & now. There is the development of concentration that, when developed & pursued, leads to the attainment of knowledge & vision. There is the development of concentration that, when developed & pursued, leads to mindfulness & alertness. There is the development of concentration that, when developed & pursued, leads to the ending of the effluents.”[8]文中“concentration”指的是修习 *samatha* 止禅达到思想专一的三昧境界。但对大多数人而言，由于平时心太散乱，单独修 *samatha* 止禅或 *vipassana* 观禅都不容易生起三昧境界，所以更多时候要先修对治散乱心的 *samatha* 将心平静下来，再在相对平静的状态中修习 *vipassana* 的观照法门；这样通过修观照法门而达到心专注某一境界的状态即是三昧。这一观点在以下巴利文文献中亦大量论及：*Samadhi Sutta*, [9] *Vijja-bhagiya Sutta*, [10] *Akankha Sutta* [11] *Yuganaddha Sutta*, [9] *Samadhi Sutta: (Immeasurable)*, [12] *Samadhanga Sutta* [12] *Jhana Sutta* [8] *Pancala Sutta: Pañcala's Verse*, [8] *Jhana Sutta: Mental Absorption (1)*, [9] *Jhana Sutta: Mental Absorption (2)*, [9] *Maha-satipatthana Sutta*, [13] *Ubbatobhaga Sutta*, [8] *Pannavimutti Sutta*, [8] *Bhaddakaratta Sutta*, [14] *Susima Sutta*, [9] *Kayasakkhi Sutta*, [8] *Abhidharmakosabha*, [15] *Dhana Sutta*, [8] *Patisambhidamagga*, [16] *Visuddhimagga*, [17] 简而言之，*samatha* 和 *vipassana* 均等而直观圆熟就是三昧。

这种观点也大量见于大乘佛教文献中。《大智度论》卷五曰：“善心一处住不动，是名三昧”。[18]同经卷二十三曰：“一切禅定摄心，皆名为三摩提，秦言正心行处。是心从无始世界来常曲不端，得此正心行处，心则端直，譬如蛇行常曲，入竹筒中则直”。[19]卷二十八云：“一切禅定，亦名定，亦名三昧。”[20]《大乘义章》卷十三曰：“定者当体为名，心住一缘，离于散动，故名为定。言三昧者，是外国语，此名正定。”[21] 与巴利文文献一

样,这些经大乘经典从不同角度所探讨的一个共同的问题也是,不管是通过止还是观的手段对治妄想与散乱,只要能到达心专注于一境,安静不动的状态就是三昧。三昧可依人、依境、依教、依法、依体、依相、依用等等而命名。例如从三昧所观之境命名有空三昧、无愿三昧、无相三昧等,[22]日本学者 Hayashima Kyosho (早島鏡正)和 Takasaki Jikido (高崎直道)认为,从三昧之相命名有金刚三昧、狮子奋迅三昧等,从三昧之法命名有首楞严三昧、法华三昧等。[5]

英国学者 William Stede 认为,在巴利论典中,凡是一切心共同之精神作用(即大地法),共通于定、散及善、恶、无记之三性,而仅限于一切有心位(不通于无心定)不乱心,且对一境地有集中之作用者,即称 samādhi(三昧,三摩地)。据此,samapatti(三摩钵底)与 samahita(三摩呬多)则通于有心、无心,而仅局限于定(包含有心定、无心定而不通于散定)。[23]

《俱舍论》卷二十八认为,就所依止之定(等至)有四静虑(四禅)、四无色定、八等至、三等持之别。四静虑及四无色定乃以善等持(三摩地、三昧)为体;又四静虑及四无色定之根本等至(三摩钵底)有八种,故称八等至;三等持(三三昧)即:有寻有伺、无寻唯伺、无寻无伺等三种。此外亦指空、无相、无愿,或空空、无相无相、无愿无愿之三重等持(三三昧)。二种三昧之中,第一种系以寻(寻求推度之粗杂的精神作用)与伺(伺察思惟之深细的精神作用)之有无,而分为:(一)初静虑(初禅)与未至定,属于有寻有伺三摩地,又作有觉有观三昧。(二)中间静虑(中间定),属无寻唯伺三摩地,又作无觉有观三昧。(三)第二静虑(第二禅)之近分以上属无寻无伺三摩地,又作无觉无观三昧。第二种则指观人法皆空之三昧,称为空三昧。舍离差别相之三昧,称为无相三昧;舍离愿求之思之三昧,则称为无愿三昧。其次在三重三昧中,又有空空三昧、无相无相三昧、无愿无愿三昧等。[24]

据《十住毗婆沙论》卷十一载,三昧乃四禅(四静虑)八解脱以外之一切定。又谓唯三解脱门(无漏之空、无相、无愿三昧)和有寻有伺等之三三昧称为三昧。同论又揭示定之范围较狭,三昧之范围则较广。据此,诸佛菩萨所得之定可视为三昧。[25]《大乘义章》卷十三举出《杂阿毗昙心论》卷六、《成实论》卷十二、《十地经论》卷五等之说来论述禅、定、三昧、正受(梵巴 samapatti,等至)、解脱、奢摩他(梵 samatha,巴 samatha,止)等之差异。依其说法,则狭义之三昧指空、无相、无愿三三昧,广义则指四无量心及其他诸定。[21]

## 2.2 “一行三昧”

一行三昧,梵文 ekavyuha-samadhi,在汉译佛经中通常也译为一三昧、真如三昧、一相三昧、一相庄严三摩地,指心专于一行而修习之正定。就理体层面而言,一行三昧指的是定心观法界平等一相之三昧。入此三昧能知一切诸佛法身与众生身为平等无二、无差别相,故于行住坐卧等一切处,能纯一直心,不动道场直成净土。龙树《大智度论》云:“一庄严三昧者,得是三昧,观诸法皆一,或一切法有相故一,或一切法无故一,或一切法空故一,如是等无量皆一……。一行三昧者,是三昧常一行,毕竟空相应三昧中,更无余行次第。”[26]文中所强调“观诸法皆一”之“一”是“一切法空”相,换言之,龙树以诸法之空性为“一”,“空性”梵文 sunyata,巴利文 sunnata,汉译佛经音译作“舜若多”,指空之自性、空之真理,乃真如之异名。依唯识学之说,真如是远离我法二执之实体,所以如果修空观达到离我法二执之境界,真如实体就会显现,亦即依空而显明实性,并非真如之体为空。在一行三昧中常观照一切法依空而显的真如实性就是“一行三昧”。据大乘佛教经典描述,在“一行三昧”中,生死和涅槃,烦恼和菩提,世间出世间皆是不二法,正如《维摩诘经》中所云:“世间出世间为二,世间性空即是出世间,于其中不入不出,不溢,不散,是为入不二法门。”[27]“生死涅槃为二,若见生死性则无生死,无缚无解,不然不灭,如是解者,是为入不二法门。”[27]“乐涅槃不乐世间为二,若不乐涅槃不厌世间,则无有二。所以者何?若有缚,则有解,若本无缚,其谁求解,无缚无解,则无乐厌,是为入不二法门”。[27]

文殊菩萨的“一行三昧”般若法门最充分地强调和发扬了大乘佛教的这种“不二”法门的精神,积极地沟通世间和出世间,强调以出世心做入世事,实践大乘佛教以慈悲智慧为根本的精神。《文殊师利所说摩诃般若波罗蜜经》云:“文殊师利言:世尊!云何名一行三昧?”

佛言：法界一相，系缘法界是名一行三昧。若善男子善女人，欲入一行三昧，当先闻般若波罗蜜[28]如说修学，然后能入一行三昧，如法界缘不退不坏，不思议无碍无相。”[2]出离生死超脱轮回到达涅槃寂静的彼岸是佛教所追求的最终目标。然而，如何才能出离生死超脱轮回，如何才是涅槃境界，出世间与世间又是一种什么样的关系等等，在佛教发展的不同阶段，是有着不同的理论阐释和修证实践的。在原始佛教和部派佛教那里，是把生死和涅槃，世间和出世间等分别对待的，甚至是对立起来的。他们厌弃生死、厌弃世间，欣乐涅槃、欣乐出世间。然这按大乘佛教诸法皆空的般若波罗蜜理论看来，仍然是一种分别和执着。大乘佛教强调一切法皆空，是说不仅我空，而且法也空；不仅有为法空，而且无为法也空。既然一切法皆空，那么一切法皆平等无分别。即以生死涅槃二法来讲，那也是：“生死涅槃，悉皆平等，以无分别。”[29]故佛陀答复文殊菩萨云“法界一相，系缘法界是名一行三昧。若善男子善女人，欲入一行三昧，当先闻般若波罗蜜如说修学，然后能入一行三昧，如法界缘不退不坏，不思议无碍无相”。

因此，在一行三昧视野下，声闻缘觉二乘的厌离生死，欣乐涅槃即是一种不明我法二性空的分别执著，是欲有所得。然而，如果了悟我法二性空的道理，那也就无相可执无法可得了。如《大般若波罗蜜多经》云：“善现当知，此大乘中等不等相俱不可得。贪不贪相，嗔不嗔相，痴不痴相，慢不慢相，亦不可得。如是，乃至善非善相，有记无记相，有漏无漏相，有罪无罪相，杂染清净相，世间出世间相，有染离染相，生死涅槃相，亦不可得。常无常相，苦非苦相，我无我相，净非净相，寂静不寂静相，远离不远离相，亦不可得。欲界超欲界相，色界超色界相，无色界超无色界相，如是等相，亦不可得。所以者何？此大乘中，诸法自性不可得故。”[28]基于此，“一行三昧”般若法门在不二中道之中强调“不入生死，不出生死；不入涅槃，不出涅槃。”[30]“不舍道法而现凡夫事”，“不断烦恼而入涅槃”（《维摩诘经弟子品》），“在于生死，不为污行，住于涅槃，不永灭度”（同前《文殊师利问疾品》），“示行诸烦恼，而心常清净”（同前《佛道品》）。

### 3. 虚云禅师的“一行三昧”

虚云大师一生行头陀行，心系法界真如一相，春夏秋冬，昼夜六时无不在般若观照中，所奉行的当然是“一行三昧”禅法。以现代西方诠释学最前沿研究成果，“the life itself is hermeneutics”（生命本身即是诠释学）[31]和“Chan Buddhism itself is hermeneutics”（禅学本身即是诠释学）[32]的理念考量，他实际上是在用他的人生谱写一首“一行三昧”的生命之歌。他的“一行三昧”禅法可从般若观照、真如自性、见性、看话头和疑情等方面来考察。

#### 3.1 从“般若观照”起修

与《文殊师利所说摩诃般若波罗蜜经》所提倡“欲入一行三昧，当先闻般若波罗蜜如说修学，然后能入一行三昧”[2]之禅法极其相似，虚云禅师一行三昧禅法也是“先闻般若波罗蜜如说修学”——从“般若观照”起修。他所谓的“般若观照”就是都摄六根回光观照自己清净的真如自性，目的是通过自性清净心的熏习，达到去除妄想返本归真之功效：“这一念未生之际，叫作不生，不掉举，不昏沉，不着静，不落空，叫做不灭。时时刻刻，单单的，一念回光返照这“不生不灭”就叫做看话头，或照顾话头。”[1]参话头是禅宗最具代表性的禅法，自北宋末年的大慧宗杲禅师（1089-1163）大力提倡以来，几乎成为禅宗的代名词，千年来在话头下参悟的祖师不计其数。虚云禅师所谓不生不灭、不掉举、不昏沉、不着静、不落空的一念未生之际，就是般若空性。都摄六根，时时刻刻回光返照这“不生不灭”的空性就是“般若观照”。如此从念头开始产生的地方绵绵密密，恬恬淡淡去观照，昼夜六时行住坐卧，如如不动，日久功深，就能照破五蕴皆空，看到“离念”的自性清净心。他的这一禅法是对《楞严经》观音圆通法门的“反闻闻自性”和《圆觉经》所谓的“圆照清净觉相”法门的综合运用：“性即是心，“反闻闻自性”，即是反观观自心，“圆照清净觉相”，清净觉相即是心。照

即观也，心即是佛，念佛即是观佛，观佛即是观心。所以说“看话头”，或者是说“看念佛是谁”，就是观心，即是观照自心清净觉体，即是观照自性佛。心即性，即觉，即佛，无有形相方所，了不可得，清净本然，周遍法界，不出不入，无往无来，就是本来现成的清净法身佛。”[1]在《圆觉经》中，文殊菩萨为使与会诸圣众和末世一切修习大乘佛法的众生“得正住持，不堕邪见”，向佛陀请教修习大乘佛法最初应该如何发清净心以及如何用功的方法，释迦佛开示说一切众生从无始以来，“种种颠倒，犹如迷人，四方易处，妄认四大为自身相，六尘缘影为自心相，譬彼病目，见空中华及第二月”，其实空中并没有花，只是病人妄执为有，由妄执的原因，不仅迷惑了真如自性，而且还不知道一切有为现象并没有一个实实在在的赖以产生的地方。众生的这种颠倒妄想就是无明。实际上，无明非实有体，不过是犹如梦中人，“梦时非无，及至于醒，了无所得”；又像“众空华，灭于虚空，不可说言有定灭处”。一切众生于无生中，妄见生灭，这就是轮转生死。佛陀说他有一个能够“流出一切清净真如，菩提涅槃及波罗密”的，是“一切如来本起因地”修行的陀罗尼叫做“圆觉”法门。依照此法门初发心修大乘佛法的善男子善女人起修的禅法是，回光“圆照清净觉相，永断无明，方成佛道”。这就是《圆觉经》的“圆照清净觉相”法门。

另外，在《楞严经》中，佛陀让弟子们说各自的修行圆通法门，观音菩萨说她在无数恒河沙劫前，在观世音佛前发菩提心，观世音佛教她耳根圆通法门，具体的方法是，入三摩地，在定中听声音时，回光返照能听闻的自性，如此，功夫纯熟，慢慢就会忘记所听的声音；所听的声音寂灭，潜意识里动静二相就会了然不生；功夫渐增，所听的和能听的将消除，思维心所感觉到和能感觉到的都将化为空境。当这种空的感觉圆满到极点，所空和能空的不在存在，生灭亦随之消除，寂灭涅槃境界顿时现前。这就是《楞严经》观音的“反闻闻自性”圆通法门。

虚云禅师认为他般若观照的禅法来源于《楞严经》和《圆觉经》，他强调在回光返照的般若观照中，不能空心静坐，不压制妄念，也无需有意思追求清静自在的境界：“……问：‘你既然念佛如何修禅呢？’我说：‘我念佛时，意中含有是谁念佛的疑情，虽在念佛亦即是参禅也。’问：‘有妄想也无？’答：‘正念提起时，妄念亦常常在后面跟着发生；正念放下时，妄念也无，清净自在。’师公说：‘此清净自在，是懒惰懈怠，冷水泡石头，修上一千年都是空过。必定要提起正念，勇猛参究，看出念佛的究竟是谁？才能参破，你需精进的用功才是！’”[1]这段引文是他与他的弟子灵源的对话，包含三重意思：

（一）、不令心念断绝。灵源禅净双修，经常处在一种妄念顿空，清净自在的境界里，自以为这就是解脱之道。虚云禅师认为这种清净自在是懒惰懈怠，并非禅门了生脱死之道。若沉浸在这样的境界中，就像以冷水泡石头一样，修上一千年也不过是枉费心机，盲修瞎练。必需提起疑情正念，勇猛参究，看念佛的究竟是谁，才有望参破话头，彻见心性的本来面目。虚云禅师的这种见地正是六祖慧能《坛经·坐禅品》中提到的“若言看心，心原是妄，知心如幻故……”的境界。亦即，人的意识心就像流水般生生灭灭不可停止，如果要这颗心静止下来，是与人的心理现象的客观规律相违背的。这样有意识的强制性的人为制造的清净自在的静止相，分明是在与巨大的生命之流对抗，自找烦恼。正如《坛经·般若品》云：“若百物不思，当令念绝，即是法缚”。想让如梦泡幻影的心念断绝，百物不思，是不可能的。这样参禅就是“法缚”。

（二）、不起心看净。《坛经·般若品》说：“若言看净，人性本净。”“起心看净，却生净妄，妄无处所，看者是妄。”如此，只会“障自本性，却被净缚”。意思是说，自性本净，但自显现或直用即可，不要起心去寻找、执着、看守住一个“净”相，“净无形相”，如果离色法外又去寻找一个单独存在的空相，实则又生起了“净”的妄想，又多了一重障碍了，就反而是不净不空了。所以虚云禅师对师徒灵源说，这种清净自在实质上是懒惰懈怠，并非禅门解脱之道，若如此参禅，就会像以冷水泡石头一样，修上一千年也不会登堂入室。“若无妄想，亦无话头，空心静坐，冷水泡石头，坐到无量劫亦无益处。”[1]

（三）、心不染著。正确的般若观照方法必须“内外明彻”，做到“心不染著”，“用即

遍一切处（显现在一切活动中）”，“亦不著一切处（不被一切处在所遇影响，污染，束缚了）”，“但净本心”的境界。如此直用此本来不染的本心，就会“使六识出六门，于六尘中无染无杂，来去自由，通用无滞，即般若三昧，自在解脱”。这正是活泼泼的当下无处不在的自修，修在一切中的不修而修，以用为修的修用一体。此时眼耳鼻舌身意六识，随时都在使用中，用在一切中，不必静缚堵死成木石，随时随地接触外界（六尘），人事物我，应酬交往地往来着，却内不受自我的染积潜意识原型业力的支配，外不为外在世间存在的一切影响污染侵蚀。赤裸裸的灵性运用存在一切中。这就是自性灵体的自在真定（般若三昧）。不是身体不动，心意识不拘束压抑的静坐。是六祖惠能说的“自性不动”，“动中真不动”。这种境界在梵文经典中描述为：“Artha-sattvātma-vijnapti-pratibhāsan prajāyatel vijnānan nāsti cāsyārthas- tad-abhāvāt-tadapy-asatll”[33] Thomas E. Wood 解释道：Consciousness (vijnānā) arises in the appearance of things, sentient beings, self (ātman) and ideas (vijnapti); its external object (artha) does not exist, and because of the non-existence of the external object, mind itself is false (asat).[34]

### 3.2 以真如为法性

既然“般若观照”是回光观照真如自性，那么虚云禅师的一行三昧禅法之法性应为真如，一行三昧的“一”是法界一相真如本体。他一生放下万缘，精进修行，昼夜六时所观照的是真如自性。修习一行三昧是身心处在一种“自性自修”“自性自度”的状态。在他看来，“所谓话头就是一念未生之际；一念才生，已成话尾。这一念未生之际，叫作不生，不掉举，不昏沉，不着静，不落空，叫做不灭。时时刻刻，单单的，一念回光返照这“不生不灭”就叫做看话头，或照顾话头。”[1]在此，“不生不灭”的“一念未生”之际就是《心经》所论述的法性。虚云禅师早年研究过《心经》，著有《心经解》，故以真如自性所显现的离念空相作一行三昧的法性。所谓诸法空相不是空空洞洞中的相，是离开“空”“有”二元的空相，所以他又强调“这一念未生之际，叫作不生，不掉举，不昏沉，不着静，不落空”。这些观点在 *Tti-svabhava-nirdeśa (The Treatise of the Three Natures)* 也有论述，其梵文原句为：“Tatra kim khyaty asatkalpah katham khyati dvayatmana/ Tasya ka nastita tena ya tatradvaya-dharmata//”[35] Thomas E. Wood 解释：What then appears? A false idea (*asatkalpa*). How does it appears? As a duality. What is the non-existence of this duality? It is that in state of which there is the nature of being devoid of duality.[36]这是一本还没有翻译为中文未被收编入《大正藏》及《续藏经》的梵文论典。“devoid of”是“无……的”，“缺……的”的意思，“duality”是能所二元的意思，“devoid of duality”是无生灭二元的“一念未生之际”。我们可以肯定虚云禅师并未研读过这本论典，但文中所论述的“一念未生之际”的空相与虚云禅师的观点完全一致。他在开示中讲到：“话从心起，心是话之头；念从心起，心是念之头；万法皆从心生，心是万法之头。其实话头，即是念头，念之前头就是心。直言之，一念未生以前就是话头。由此你我知道，看话头就是观心，父母未生以前的本来面目就是心，看父母未生以前的本来面目，就是观心。”[1]在此，他从真如自性心层面来诠释话头，此真如自性心，从言说分别方面而言，有“空”和“不空”两方面，所谓空指的是，从无始已来，与一切妄想分别等染法不相应，离一切法差别之相。所以这一真如自性心，非有相，非无相，非非有相，非非无相，非有无俱相，非一相，非异相，非非一相，非非异相，非一异俱相。由于与众生的妄想分别心完全不相应，因此称之为“空”。实际上如果离开虚妄心，实际上是无任何东西可空的。所谓“不空”，指的是当证悟了般若空性，虚妄分别消除，真如自性心就显现出来；由于这一自性心，常恒不变，净法满足，具足无量功德，所以叫做“不空”。

虚云禅师从“空”和“不空”两方面来表述话头，无非是要引导众生离开虚妄分别，证悟常恒不变、清净自在的真如自性心：“一念未生之前就是话头……，看话头就是观心，父母未生之前的本来面目就是心，看父母未生以前的本来面目，就是观心。性即是心，‘反闻闻自性’即是反观观自心。‘圆照清净觉相’，清净觉相即是心，照即观也。心即是佛，念

佛即是观佛，观佛即是观心。所以说，‘看话头’或者是说‘看念佛是谁’就是观心，即是观照自心清净觉体，即是观照自性佛。”[1]在此问题上，他显然深受《大乘起信论》的影响。《大乘起信论》开宗明义点出整个大乘佛法所在为“众生心”。由其真如层面而言，是有统摄一切世间出世间法的功能的超越的真常心，由于心的体相无碍染净同依，如果它随波逐流则尽摄杂染的世间法。但如果返本还源就可显现清净的出世间法。不过这种说法还是站在众生生灭心的立场而言，如就真如心而言，则此心圆融含摄一切法，无所谓染净二元之分。从“一心”开出的“心真如门”，《大乘起信论》解释云：“心真如者，即是一法界大总相法门体。所谓心性不生不灭，一切诸法，唯依妄念而有差别：若离妄念，则无一切境界之相，是故一切法从本已来，离言说相，离名字相，离心缘相，毕竟平等，无有变易，不可破坏，唯是一心，故名真如。”[37]引文中将众生心对等真如和法界。以诸法理性说，一切法平等，超越言说，文字，心缘的境界。这种说法与唯识和中观学并无二致。但是《起信论》把法界说为即是心性不生不灭。以不生不灭的真如法性说为众生的心性，这是有异于中观和唯识的地方。换言之，真如不再仅是一切法的法性理体，而是蕴含无边潜能的心性动力。这就是为什么紧接着《大乘起信论》说真如有二义：“一者如实空，以能究竟显实故；二者如实不空，以有自体具足无漏性功德故。”[37]将真如说为空与不空，其实是从《胜鬘经》的“空如来藏”与“不空如来藏”而来。所谓的空是指从本以来(心真如)与一切染法不相应。也就是《胜鬘经》说的如来藏与杂染法，从来即相异、相离、相脱，所以空的是指本来就与清净如来藏不相干的杂染烦恼法。但因众生有妄念，与真如不能相应。若能离妄心，则实无可空者。[38]所谓不空是指众生真如心中本具真常无漏功德的清净法。由于此本然存在的清净无漏法带有一种实存的唤醒作用，驱策众生迈向还元的道路。[39]这种积极动态的(dynamic)的心性论，正是真常唯心系的殊胜处。

总之，《大乘起信论》在法相层面将心分为真如心与生灭心二门。真如心就是真如、心体、心性、诸法法性的合一，是不生不灭的无为法，其特点是无相、离念（无分别）、离言，通常称之为真心。这就是虚云禅师所指的“自心清净觉体”，亦即他一行三昧禅法之真如法性。

### 3.3 以见性为根本

虚云禅师一行三昧禅法的关键是要见到真如自性（简言之即是见性）。不仅看话头的终极目的是为了“见性”，看话头的过程也要“内见自性不动”，“坐见本性”，[40]“见性”是修习一行三昧的根本。有鉴于此，“参禅的先决条件”云：“参禅的目的，在明心见性；就是要去掉自心的污染，实见自性的面目。污染就是妄想执着，自性就是如来智慧德相。如来智慧德相，为诸佛众生所同具，无二无别，若离了妄想执着，就证得自己的如来智慧德相，就是佛，否则就是众生。只为你我从无量劫来，迷沦生死，染污久了，不能当下顿脱妄想，实见本性，所以要参禅。”[1]又“修与不修”开示道：“历代祖师，一脉相承，皆认定‘心佛众生，三无差别。’‘直指人心，见性成佛’。横说竖说，或棒或喝，都是断除学者的妄想分别(身心世界、皆是幻觉)，要直下“识自本心，见自本性。”不假一点方便葛藤，说修说证。佛祖的意旨，我们也就皎然明白了。”[1]这两段引文可从四方面来理解：（一）、真如自性“本自清净”。就法性而言，“本心”是性自清净的，不管禅修者求与不求，修与不修，真如自性都是“本自清净”，“自净自定”的。只是末法众生业障深重，执迷不悟，用妄想盖覆了真如不能见性。

（二）、在般若观照中见性。只要能在真如自性上起般若观照，发起疑情正念 就能悟见本性，自觉自修，自性自用，自然而然“用大智慧，打破五蕴尘劳”，“照见五蕴皆空”，“远离颠倒梦想”，“无挂碍，无恐怖”，“度一切苦厄”，“能除一切苦，真实不虚”，能“自修自度，自成佛道”。此时，有无杂念妄想，皆与己无关，一切思想都如云聚云散，流水浪花，自生自灭，流逝不止，而“我”只是那无形的永恒的在“坐看”着；任何生灭来去，皆不动“我”一丝一毫，“我”无来去生灭。

（三）、不求清净自在相。所谓“断除妄想分别”，显然也不是用压住意识的修法去求

清淨自在相，如果求取清淨自在相，就又“生淨妄”，多一重妄想，自性被覆盖更深了。

（四）、非思想停顿。所谓“断除妄想分别”也不是没有妄想的思想停顿状态。人们总是把“断除妄想分别”理解为只要心静下来，没有妄想了，就能见性成佛了。这是由于对法性、法相和法数的不了解所导致的在理论层面对名相的误读。因为，除非死亡心意识是不能停顿的，有关于此境界，六慧能作了最好的诠释：“若只百物不思，念尽除却，一念绝死，别处受生。”这种压住妄念求静相的修法，“是为大错”。所以《坛经》说这样的“教坐，看心，观静”修法，“坐到无量劫亦无益处”；“如是相教，故知大错”；因为这样使人会“执成颠”，“入魔疯狂”。

虚云禅师主张通过参“念佛是谁”话头来见性：“……参禅看话头，就看‘念佛是谁’，你自己默念几声‘阿弥陀佛’，看这念佛的是谁？这一念从何处起的？当知这一念不是从我口中起的，也不是从我肉身起的。若是从我身或口起的，我若死了，我的身口犹在，何以不能念了呢？[2]……其实都是一样，都很平常，并无奇特。如果你要说看念经的是谁，看持咒的是谁，看拜佛的是谁，看吃饭的是谁，看穿衣的是谁，看走路的是谁，看睡觉的是谁，都是一个样子，谁字下的答案，就是心。”[1]在看话头过程中要回光返照，体验在念佛、念经、持咒、拜佛、吃饭、穿衣、走路、睡觉等等日常生活中，的那个知道自己在念佛、念经、持咒、拜佛、吃饭、穿衣、走路、睡觉的心，见到这颗心这就是“见性”。这种禅法最早出自巴利语系原始佛教，*Maha-satipatthana Sutta: The Great Frames of Reference* 云：“Bhikkhus, the bhikkhu following the practice of my Teaching, having gone to the forest, or to the foot of a tree or to an empty, solitary place, sits down cross-legged, keeping his body erect, and sets up mindfulness, orienting it. Then with entire mindfulness he breathes in and with entire mindfulness he breathes out. Breathing in a long inhalation, he is conscious of breathing in a long inhalation, or breathing out a long exhalation, he is conscious of breathing out a long exhalation. Breathing in a short inhalation, he is conscious of breathing in a short inhalation, or breathing out a short exhalation, he is conscious of breathing out a short exhalation.”[41]佛陀在此经中教导比丘弟子们呼吸时要知道自己在呼吸，能知道自己在呼吸的那个“知道”就是自性，能在日常生活中悟见那个本自清淨的“知道”就是见性。足见，在巴利文佛典中也有同样的说法，只不过是虚云禅师将其发挥到极致而已。类似观点还可见于这些巴利文文献：*Ubhatobhaga Sutta*, [8] *Yuganaddha Sutta*, [9] *Bhaddekaratta Sutta*, [42] *Paññavimutti Sutta*, [8] *Samadhanga Sutta* [12] *Jhana Sutta: Mental Absorption* (2), [9] *Susima Sutta*, [9] *Kayasakkhi Sutta*. [8]

正如巴利文文献所论述，在虚云禅师看来，参话头必须从自心中顿见真如本性，如果不见性，学法无益。见性之后就能像慧能所说的那样“自性自修”，“自性自度”，不用人为的排除妄想：“大家怕妄想，以降伏妄想为极难。我告诉诸位，不要怕妄想，亦不要费力去降伏它，你只要认得妄想，不执着它，不随逐它，也不要排遣它，只不相续，则妄想自离。所谓‘妄起即觉，觉即离妄’，若能利用妄想做功夫，看此妄想从何处起，妄想无性，当体立空，即复我本无的心性，自性清淨法身佛，即此现前。究实言之，真妄一体，生佛不二，生死涅槃，菩提烦恼，都是本心本性，不必分别，不必欣厌，不必取舍，此心清淨，本来是佛，不需一法……。”[1]“道不用修，但莫污染”，参话头的关键要在日常生活起心动念中升起般若观照以致“见性”。“见性”之际即菩提自性那个本性、自觉性，而非人我，小我的思想意识有意追求作为；是自动无形的无照自照。照见自己的六根七识，八藏潜意识，一切人我自我，皆如“他”或他在，非人非我的照见和意识到。此时此刻就“不要费力去降伏”妄想，“只要认得妄想，不执着它，不随逐它，也不要排遣它，只要不相续，则妄想自离。所谓‘妄起即觉，觉即离妄’”。正如《坛经》所云：“世人自有般若之智，自用智慧常观照”（《般若品》）。“各自观心，自见本性”。

起“疑情”是虚云禅师一行三昧禅法升起般若观照看话头，以致见性的关键环节：“看话头先要发疑情，疑情是看话头的拐杖。何谓疑情？如问念佛的是谁？……在‘谁’上发起轻微的疑念；但不要粗，愈细愈好，随时随地，单单照顾定这个疑念，像流水般不断地看去，不生二念，若疑念在，不要动着他；疑念不在，再轻微提起。初用心时必定静中比动中较得



力些，但切不可生分别心，不要管他得力不得力，不要管他动中或静中，你一心一意的用你的功好了。”[1]“疑情”不是我们平常所说的疑问或思想意识，而是代替妄想，“于诸境上心不染”的正念，在现代西方佛教心理学中称之为“mindfulness,”西方佛教心理学文献中是这样描述这种境界的：“mindfulness is a state of active, open attention on the present. When you're mindful, you observe your thoughts and feelings from a distance, without judging them good or bad. Instead of letting your life pass you by, mindfulness means living in the moment and awakening to experience.”[43]正念乃真如自性之用，是少分的见性。虚云禅师开示云：“在妄想未起处，观照着，看如何是本来面目，名看话头；妄想起时提起正念，则邪念自灭……。若提起正念，正念不恳切，话头无力，妄念必起。”[1]他直接将“疑情”诠释为“正念”。禅宗认为“无念之念为正念”，故正念即无念，亦即无染的本心自性直接起用。疑情升起时，妄念自然消失，长期被妄念覆盖的自性心随分显现，一旦瓜熟蒂落，万念顿绝，豁然开悟，打破疑情，就能见到自己本来面目真心自性。疑情是见性的工具，所以，在看话头中先要发疑情，以疑情为看话头的拐杖。如此，才能断尽一切烦恼之源，活在超越了生死烦恼的大自在中。正如六祖慧能所言“不执外修，但于自心常起正见，烦恼尘劳，常不能染，即是见性”。[44]

#### 4. 结语

虚云禅师的“一行三昧”是在他长期禅学修持和弘法生涯中形成的上契诸佛之理下契时代机缘之禅法。其所谓之“一”是指法界一相真如法性，“三昧”指心专注于一境之状态；在日常生活中常起般若观照，系心真如法性的禅定就是他所倡导的也是终生所实践的一行三昧。

他以念“阿弥陀佛”作参究话头之题目，以真如法性诠释话头，以般若观照为参禅下手处，以见性为修行根本。提出修习一行三昧不能空心静坐、不压制妄念、非百物不思心念停顿；必须内见本自不动摇的真如自性，如此方可直用此本来不污染的清净心，超越妄想尘劳，于行住坐卧中让真如法性自己发挥其作用，“自性自修”“自性自度”“自成佛道”。

他的“一行三昧”禅在继承传统禅学基础上有所创新，提出了有创见性的新观点和新理论，对现代中国禅学的发展作了新的补充和进一步完善。在面临世界经济、科技高度发展，出现经济全球化、政治多极化和文化保持多元化的形势下，以新奇的方法，充沛旺盛的生命力和无限的自信心，给禅门重新谱写出一首具有划时代意义的进行曲，使当代中国佛教焕发新的活力，适应不断发展的世界形势，在弘法利生造福社会中作出杰出贡献。

#### References

- [1] Jinghui ed., *The Completed Collection of Master Xuyun (1)*, Zhengzhou: Zhongzhou guji chubanshe, 2009.
- [2] *Manjusri Saying Maha Prajnaparamita, Taisho Shinshu Daizokyo* (Taisho Edition of the Chinese Tripitaka 大正藏), Tokyo: Daizo Shuppan Company, 1924-1934, 48.
- [3] Buddhadata, Ambalangoda, *English-Pali Dictionary*, Colombo: Buddhist Publication Society, 1955.
- [4] De Koros, Alexander Csoma, *Sanskrit-Tibetan-English Vocabulary: Being an Edition and Translation of the Mahāvīyutpatti*, Delhi: Motilal Banarsidass, 1982.
- [5] Hayashima Kyōshō and Takasaki Jikidō ed., *Bukkyō Indo shisō jiten 仏教インド思想辞典 [Dictionary of Indian and Buddhist Thought]*, To-kyo: Shunjūsha, 1987.
- [6] Monier-Williams and Sir Monier ed., *A Sanskrit-English Dictionary*, Delhi: Motilal Banarsidass, 1979.

- [7] Edgerton, Franklin ed., *Buddhist Hybrid Sanskrit Dictionary*, New Haven: Yale University Press, 1953.
- [8] *Anguttara Nikaya*, (vol.IV), London: Pali Text Society, 1997.
- [9] *Agguttara Nikaya* (Vol. II), London: Pali Text Society, 1998.
- [10] *Agguttara Nikaya*, (Vol. I), London: Pali Text Society, 1998.
- [11] *Agguttara Nikaya* (Vol. V), London: Pali Text Society, 1998.
- [12] *Agguttara Nikaya* (Vol. III), London: Pali Text Society, 1997.
- [13] *Digha Nikaya* (Vol. II), London: Pali Text Society, 2000.
- [14] *Majjhima Nikaya* (Vol. III), London: Pali Text Society, 2000.
- [15] *Abhidharmakośabhā*, translated into English by Leo Pruden, Berkeley: Asian Humanities Press, 1988-1990.
- [16] Nanamoli translated, *Patisambhidamagga* (The Path of Discrimination), Oxford: Pali Text Society, 1982.
- [17] Buddhaghosa, *Visuddhimagga* (The Path of Purification), Singapore: Singapore Buddhist Meditation Centre, 1997.
- [18] *Mahāprajñāpāramitāsāstra* (vol5), in *Taisho Shinshu Daizokyo* (Taisho Edition of the Chinese Tripitaka 大正藏), Tokyo: Daizo Shuppan Company, 1924-1934, 25.
- [19] *Mahāprajñāpāramitāsāstra* (vo23), in *Taisho Shinshu Daizokyo* (Taisho Edition of the Chinese Tripitaka 大正藏), Tokyo: Daizo Shuppan Company, 1924-1934, 25.
- [20] *Mahāprajñāpāramitāsāstra*(vo28), in *Taisho Shinshu Daizokyo* (Taisho Edition of the Chinese Tripitaka 大正藏), Tokyo: Daizo Shuppan Company, 1924-1934, 25.
- [21] *Mahayana chapter of righteousness* (vol 30), in *Taisho Shinshu Daizokyo* (Taisho Edition of the Chinese Tripitaka 大正藏), Tokyo: Daizo Shuppan Company, 1924-1934, 44.
- [22] *Ekottaragama-sutra* (vol 16), in *Taisho Shinshu Daizokyo* (Taisho Edition of the Chinese Tripitaka 大正藏), Tokyo: Daizo Shuppan Company, 1924-1934, 01.
- [23] Rhys Davids, T. W. and William Stede, ed., *Pali-English Dictionary*, London: Pali Text Society, 1972.
- [24] Akanuma Chizen ed., *Indo Bukkyō koyū meishi jiten* [Dictionary of Indian Buddhist proper nouns]. Kyoto: Hōzōkan, 1967.
- [25] *Daśabhūmika-vibhāṣā-śāstra* (vol 11), *Taisho Shinshu Daizokyo* (Taisho Edition of the Chinese Tripitaka 大正藏), Tokyo: Daizo Shuppan Company, 1924-1934, 26: 157.
- [26] *Mahāprajñāpāramitāsāstra* (47), *Taisho Shinshu Daizokyo* (Taisho Edition of the Chinese Tripitaka 大正藏), Tokyo: Daizo Shuppan Company, 1924-1934, 25.
- [27] *Vimalakīrtinirdeśa*, *Taisho Shinshu Daizokyo* (Taisho Edition of the Chinese Tripitaka 大正藏), Tokyo: Daizo Shuppan Company, 1924-1934, 38:326.
- [28] *Mahāprajñāpāramitā-sūtra* (vol 497), *Taisho Shinshu Daizokyo* (Taisho Edition of the Chinese Tripitaka 大正藏), Tokyo: Daizo Shuppan Company, 1924-1934, 34.
- [29] *Mahāyāna six paramita Sutra*, *Taisho Shinshu Daizokyo* (Taisho Edition of the Chinese Tripitaka 大正藏), Tokyo: Daizo Shuppan Company, 1924-1934, 8.

- [30] *Mahāprajñāpāramitā-sūtra* (vol 575), *Taisho Shinshu Daizokyo* (Taisho Edition of the Chinese Tripitaka 大正藏), Tokyo: Daizo Shuppan Company, 1924-1934, 7.
- [31] Donald S. Lopez, Jr. ed., *Buddhist Hermeneutics*, Honolulu: University of Hawaii Press, 1988. Karma Lekshe Tsomo, “Everyday Dharma and Perfect Enlightenment: Contemporary Buddhist Hermeneutics.” *Religion East and West* 4, no. 4 (June 2004): 61-76.
- [32] Taigen Dan Leighton, “Dōgen’s Appropriation of Lotus Sutra Ground and Space” *Japanese Journal of Religious Studies* 32, no.1 (January 2005): 85-105. Peter N. Gregory, “Chinese Buddhist Hermeneutics: The Case of Hua-yen.” *Journal of the American Academy of Religion* 14, no.2 (February 2004): 231-249.
- [33] Ārya maitreyapraṇītā Madhyāntavibhāgākārikā, <http://www.neixue.org/sanskrit/sutra/200810/23-221.html>, (November 20, 2010).
- [34] Thomas E. Wood, *Mind Only: A Philosophical and Doctrinal Analysis of the Vijñānavāda*, Delhi: Motilal Banarsidass Publishers Private Limited, 2009.
- [35] Pandeya, Ramchandra., ed. *Madhyāntavibhāga-shāstram*, Delhi: Motilal Banarsidass, 1971.
- [36] Thomas E. Wood, *Mind Only: A Philosophical and Doctrinal Analysis of the Vijñānavāda*, (Delhi: Motilal Banarsidass Publishers Private Limited, 2009), 10.
- [37] *Taisho Shinshu Daizokyo* (Taisho Edition of the Chinese Tripitaka 大正藏), Tokyo: Daizo Shuppan Company, 1924-1934, 32:576.
- [38] *Śrīmālā-simha-nāda-sūtra*, *Taisho Shinshu Daizokyo* (Taisho Edition of the Chinese Tripitaka 大正藏), Tokyo: Daizo Shuppan Company, 1924-1934, 12: 251.
- [39] Fu Weixun, *Comparison between Western Philosophy and Buddhism*, Taipei: Dongda tushu chuban she, 2001.
- [40] Mingyao, Mingjie ed., *Chan Buddhist Six Generation Transmission Dharma Scriptures*, Shijia Zhuang: Hebei chanxueyanjiu suo, 2004.
- [41] *Maha-satipatthana Sutta: The Great Frames of Reference*, translated from the Pali by Burma Piṭaka Association. Access to Insight (Legacy Edition), *Digha Nikaya* (vol. 22), London: Pali Text Society, 1989.
- [42] *Majjhima Nikaya* (Vol. III), London: Pali Text Society, 2000.
- [43] Padmasiri De Silva, *An Introduction to Buddhist Psychology*, New York: Palgrave Macmillan, 2005.
- [44] Jinghui ed., *The Completed Collection of Master Xuyun (5)*, Zhengzhou: Zhongzhou guji chuban she, 2009.