

## Chan Master Xuyun's Meditative Path of "Seeing Self-nature"

Qing Ming

Yunnan Normal University, Kunming, Yunnan, China

1965295347@qq.com

doi:10.26602/Inms.2018.97.551

**Keywords:** Xuyun; Seeing Self-nature; Chan Buddhism; Mindfulness.

**Abstract.** Master Xuyun was a famous Chan Master in modern times, who made an outstanding contribution to the revitalization of modern Chan school in China. The concept of "seeing self-nature" is an important part of his Chan Buddhist thought; hence, this paper took his concept of "seeing self-nature" as its object of research, the research would be approached from two aspects: (1) the theoretical interpretation of the concept of "seeing self-nature" and, (2) how Chan Master Xuyun through the practice of the sudden enlightenment Chan Buddhist path of "seeing source of word" (*kan huatou*) achieved enlightenment. The author believed that Xuyun's path of "seeing self-nature" was the basic practice of early Buddhism and the Indian Yoga tradition; and the aim of "seeing self-nature" was to realize the basic nature of enlightenment in sentient beings through direct experience and insight into the true nature of things.

## 虚云禅师的“见性”禅法

明清

云南师范大学, 中国, 云南, 昆明

1965295347@qq.com

doi:10.26602/Inms.2018.97.551

**关键词:** 虚云; 见性; 禅宗; 疑情

**中文摘要.** 虚云禅师是近现代一代禅宗宗师, 为振兴禅门作出了杰出的贡献, “见性”思想是他禅学思想的重要组成部分。本论文以他的“见性”思想为研究对象, 文章首先从理论上诠释了何谓“见性”? 其次介绍了虚云禅师的如何通过实修顿见本性。作者认为“见性”必须“内见自性不动”, “坐见本性”, 如此方可直用此本来不染的本心, “使六识出六门, 于六尘中不染无杂, 来去自由, 通用无滞, 即般若三昧, 自在解脱”。

### 引言

《虚云和尚全集》第一册云:

……如是就起了疑情, 疑情一起, 那么别的妄想就自然没有了, 一旦万念顿绝, 瓜熟蒂

落，豁然开悟，打破疑情，见了自己本来面目。[1]

这段话是虚云禅师（1840-1959）论述“见性”的过程，禅宗历代祖师将见性视为至关重要的问题，认为禅门所传的禅法即是“见性”法门。有鉴于此，达磨《血脉论》云：“若欲觅佛，须是见性；性即是佛。若不见性，念佛、诵经、持斋、持戒亦无益处。”[2] 在禅宗看来，若不见性，即不够资格当善知识，纵使遍读千经万论也难免生死轮回，三界受苦，无有出期。作为禅门一代宗师，虚云禅师极其重视“见性”，可以说，“见性”是他全部禅法的核心思想和终极目标。

## 1. 见性

虚云禅师认为，不仅看话头的目的是为了“见性”，看话头的过程也要“内见自性不动”，“坐见本性”。[2]“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]

本性是自净自定的，而不是人为强行压制妄念达到的。只要“识自本心，见自本性”了，以自性观照妄想，就能像《心经》所说的那样“见五蕴皆空，度一切苦厄”。但凡人执迷不悟，由于妄想执着盖覆真如，总是不能见性。

“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”，在看话头中，这句话很关键，但也很容易被误读。因为人们就总是把这句话理解为只要心静下来，断除妄想分别，没有妄想了，就能见性成佛了。这样在理论层面对名相的解读，在某种程度上并没有错，但是由于对法性、法相和法数的不了解，在实修过程中却怎走错道路。

在虚云禅师看来，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，自性都是“本自清净”，“自净自定”的。即修不修自性都是清净自在着的，只是人心自迷失障碍了而不知道，无法启用。一旦去看话头求取清净自在相，就又“生净妄”，多一重妄想，自性被覆盖更深了。原本还没这么多妄想欲望。这就是很多人不修是个俗人时，还自然、正常与清净自在。一旦修禅反而怪异起来，执着更重，妄想更多，脾气更大，甚至做火入魔的原因所在。

虚云禅师所谓“断除妄想分别”的意思，显然，不是用压住意识的修法去求清净自在相，因为，除非死亡心意识是压不住的。六慧能能说：“若只百物不思，念尽除却，一念绝死，别处受生。”这压住妄念求静相的修法，如同求死，“是为大错”。虚云禅师云：

“……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]

可见，包括从“定”的角度讲，千古禅修者很多都误读误解了，把定不是修成枯木冷石，不食人间烟火，就是没有冷酷无情怪物，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”；因为这样会“执成颠”，“入魔疯狂”。那么，如何参话头？虚云禅师认为古人的公案很多，后来专讲参话头，有的看“拖死尸的是谁”，有的看“父母未生之前，如何是我本来面目”，他则主张参“念佛是谁”这一话头：

“……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？……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]

虚云禅师禀承了六祖顿悟禅法的精髓，在话头是真如自性清净心的基础上，他强调回光返照体验，在念佛、念经、持咒、拜佛、吃饭、穿衣、走路、睡觉等等日常生活中，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”。其实在巴利文佛典中也有类似的说法，记载这种禅法的见巴利文文献有：Samadhi Sutta: Concentration (Tranquility and Insight), Vijja-bhagiya Sutta: A Share in Clear Knowing, Akankha Sutta: Wishes, Yuganaddha Sutta: In Tandem, Samadhi Sutta: (Immeasurable) Concentration, Samadhanga Sutta: The Factors of Concentration, Jhana Sutta: Mental Absorption, Pañcala Sutta: Pañcala's Verse, Samadhi Sutta: Concentration, Jhana Sutta: Mental Absorption (1), Jhana Sutta: Mental Absorption (2), Maha-satipatthana Sutta: The Great Frames of Reference, Ubbatobhaga Sutta: (Released) Both Ways, Paññavimutti Sutta: Released Through Discernment, Samadhi Sutta: Concentration, Bhaddekaratta Sutta — An Auspicious Day, Susima Sutta: About Susima, Kayasakkhi Sutta: Bodily Witness, Abhidharmakośabhā, Dhana Sutta: Treasure, Patisambhidamagga (The Path of Discrimination), Visuddhimagga (Path of Purification).

虚云禅师只不过是巴利文献的这些禅法发挥到极致而已，在他看来，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，自性清净法身佛，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，此心清净，本来是佛，不需一法……。” [1]

他认为，“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、意识到。此时此刻就“不要费力去降伏”妄想，“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’”。正如《坛经》所云：“世人自有般若之智，自用智慧常观照”（《般若品》）。禅修密法天机，尽在此句中了。意即“汝若返照，密在汝边”（《行由品》）。“各自观心，自见本性”。 [3]

在虚云禅师的禅法中，“疑情”无疑扮演重要角色，那么，“疑情”与“见性”有何关系？虚云禅师说：

“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，不要动着它；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]

可见，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]

在此，他直接将疑情诠释为正念。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的灵性直觉下意识。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。疑情是见性的序幕。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”。

## 2. 证悟

由于“众生性即是佛性，性外无佛，佛即是性”，[2] 因此，不管修禅参话头与否，“见性的境界人人都有过。如发呆，如出神或酒醉的无我，只有个“明白”，如有时梦中出现的那个无形的“知道”。修禅只是强化，主动寻找或创造机缘，让这“一刹那间”出现，明白知道自然显用出来。“妄念俱灭”，即进入到那种忘我无我而灵性自在自动的状态。即那种如睡去般无我，又非睡地有个“清醒”“明白”“知道”一切的非感官性感觉存在的状态，如《道德经》中说的其中有物有象，有精有信的“恍兮惚兮”，“杳兮冥兮”。此时，那个灵灵明明的“清醒”“明白”“知道”，非醉非醒，无形无相，无染无污，不动不摇地自在着。此时，若能情不自禁地，无意识地不经意间恍然大悟，明白了平时种种存在和活动，皆是“我”见“我”在“我”缚，而这“我”非我，只不过是“我”的世代人生经历积淀遗传成业的下意识思想，只是“我”受此影响支配的反应模式和惯性支配下的自然行为。这显现作用着的自性，正是众生自己的本性。虚云禅师通过几十年精进不懈的参话头，终于于一念间豁然开悟。《年谱》载：

至腊月八七第三晚六枝香开静时，护七例冲开水，溅予手上，茶杯堕地，一声破碎，顿断疑根，庆快平生，如从梦醒。自念出家，漂泊数十年，于黄河茅棚，被个俗汉一问，不知水是甚么。若果当时踏翻锅灶，看文吉有何言语！此次若不堕水大病，若不遇顺摄逆摄，知识教化，几乎错过一生，那有今朝！因述偈曰：

杯子扑落地，响声明沥沥。

虚空粉碎也，狂心当下息。

又偈：

烫著手，打碎杯，家破人亡语难开，

春到花香处处秀，山河大地是如来。[1]

他在禅七晚上第六枝香开静，开水烫着手，茶杯堕地破碎的那一瞬间突然心开结解，恍然大悟，悟到自己的本来面目，真正的原本的我。慨叹昨日种种执着认真，皆虚妄错认，瞬间即逝，如死如亡，如梦如幻。今日现在，崭新自在，空空如也，这无相的实在，才是真正的我。此时，他“虚空粉碎也”，狂心当歇息，“春到花香处处秀，山河大地是如来”有无杂念妄想，皆与己无关，一切都如云聚云散，流水浪花，生灭不息，流逝不止，却“我”只是那无形的永恒的“坐看”着，任何生灭来去，皆不动“我”一丝一毫，“我”皆无来去生灭。瞬间不但明白无疑了，还处在了这种地念不生，无念可生，有念即他，与我无干，与我无动的境地。

虚云禅师以他的经历诠释只要能在真如上自性起般若观照，发起疑情正念 就能悟见本性，自觉自修，自用在一一切中，自能开悟，自动“用大智慧（无我的觉照性，功夫，能力），打破五蕴尘劳”。就能“照见五蕴皆空”，“远离颠倒梦想”，“无挂碍，故无恐怖”，“度一切苦厄”，“能除一切苦，真实不虚”，能“自修自度，自成佛道”。

如此参究，做到“无念、无相、无住”的“三无”，见自性证其无念，知其无相，动其无住，才是正修，才能当下快速开悟。如此“智慧观照”地修，自能“内外明彻。”才能做到“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”。只是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，修在一一切中的不修而修，以用为修的修用一体。眼耳鼻舌身意这六识，随时都在使用中，用在一一切中，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浸蚀。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。”

### 3. 结语

综上所述，虚云禅师禅学思想的精华是“见性”禅法，“见性”是他看话禅的最终目的，参究看话禅以“见性”为根本。在他看来，所谓“见性”不是沉浸在百物不思的空洞思想中，而是要发现自己心中本来具有真如佛性，在理论层面上必须明白自性的真实不虚，在实践层面上必须真实的感受到自性的存在，于自心常起正见，烦恼尘劳常不能染，让自性去来自由通达无碍，应当心常“无念”、“无相”、“无住”，以致“自性自修”，“自性自度”。他的这一禅法在现代中国佛教的恢复和重建中显示出巨大的生命力，为振兴现代中国禅宗作出了杰出的贡献。

### References

- [1] Jinghui ed., *The Complete Works of Master Xuyun*, Zhengzhou: Zhongzhou Ancient Books Publishing House, pp.168-192, 2009.
- [2] Mingyao and Mingjie ed., *Dharma Books of the Six Patriarchs of Chan Buddhism*, Zhaozhou: Hebei Department of Chan Buddhist Studies, pp.21-27, 2004.
- [3] Huineng, *The Platform Sutra of Sixth Patriarch*, in *Taishō Shinshū Dai Zōkyō* (Revised version of the canon, compiled during the Taishō era). Takakusu Junjirō and Watanabe Kaikyo ed., Tokyo: Taishō Issaikyō Kankōkai, pp.341-344, 1935.