

# 大慧宗杲话头禅的特色与传衍过程

刘松林

永州市冷水滩区佛教协会，湖南 永州

收稿日期：2023年11月3日；录用日期：2023年12月11日；发布日期：2023年12月18日

## 摘要

中国禅宗在唐初初步形成，是中国佛教诸宗派中流传最广、影响最大的一派。禅宗在兴起之初便展现出无法比拟的创新精神，由最初的不立文字到不离文字，由一脉相承到五家分灯，禅宗一直在不断革新变化。两宋之际是禅宗发展的重要时期，禅学呈现出多途发展的局面，而禅门弊病也逐渐显露，有感于宗风堕丧，临济宗高僧大慧宗杲针对当时流行的“文字禅”和“默照禅”这两种弊病痛下钳锤，大力批驳。为了对治两种弊病，大慧宗杲倡导和完善了话头禅体系，使之成为宋代以后禅宗的主流，经历代禅师不断阐扬，话头禅法绵延不绝，影响深远。

## 关键词

大慧宗杲，禅宗，慧能

# The Characteristics and Transmission Process of Dahui Zonggao's Discourse on Head Zen

Songlin Liu

Buddhist Association of Lengshuitan District, Yongzhou City, Yongzhou Hunan

Received: Nov. 3<sup>rd</sup>, 2023; accepted: Dec. 11<sup>th</sup>, 2023; published: Dec. 18<sup>th</sup>, 2023

## Abstract

Chinese Zen Buddhism was initially formed in the early Tang Dynasty and is the most widely circulated and influential sect among various Buddhist sects in China. At the beginning of its rise, Zen demonstrated an unparalleled spirit of innovation, from the initial lack of written language to the absence of written language, and from the same lineage to the five separate schools of thought, Zen has been constantly innovating and changing. The period between the two Song Dynasties was

an important period for the development of Zen Buddhism. Zen Buddhism presented a multi-path development situation, and the drawbacks of Zen Buddhism gradually emerged. Due to the decline of the sect's style, the eminent monk of Linji Sect, Da Hui Zonggao, dealt with the two prevalent drawbacks of "written Zen" and "silent meditation Zen" and vigorously refuted them. In order to address the two drawbacks, Dahui Zonggao advocated and improved the system of Huatou Zen, making it the mainstream of Zen Buddhism after the Song Dynasty. Through continuous elucidation by Zen masters, the Huatou Zen method continued and had a profound impact.

## Keywords

Da Hui Zonggao, The Chan Sect, Huineng

Copyright © 2023 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

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



Open Access

## 1. 引言

大慧宗杲(1089~1163年),两宋之际临济宗杨岐派高僧,圆悟克勤之法嗣,字昙晦,号妙喜,俗姓奚。宣州(安徽)宁国人。十七岁剃发,翌年受具。初参曹洞宗诸老,后谒湛堂文准。湛堂文准示寂后,参天宁圆悟克勤,发明大事。后奉克勤之命,分座说法,一时名重丛林。绍兴四年,结庵于福州长乐洋屿,开法接众。绍兴七年奉诏住持径山寺,缁素云集,法席大盛。绍兴十一年,偶论议朝政后遭谤被革除僧籍,流放衡州(湖南衡阳)。绍兴二十年,被贬至梅州,五年后获赦,恢复僧籍,驻锡阿育王寺。绍兴二十八年,奉敕再度住持径山寺。道俗慕归如旧,时有“径山宗杲”之称。绍兴三十二年,宋孝宗赐号“大慧禅师”。隆兴元年示寂,世寿七十五,僧腊五十八,谥号“普觉禅师”。后人集其著述讲说,汇编为《大慧普觉禅师语录》三十卷,另外遗有《正法眼藏》《大慧武库》等书。

大慧宗杲辩才纵横,气势磅礴,其宗风不拘一格,在禅宗史上,别开生面。大慧宗杲则极力主张专门参看一则话头,继其师圆悟克勤之后,将“参话头”这一特殊的修证方法,进一步完善和普及,被临济宗奉为圭臬,话头禅的盛行将临济宗的地位又推向一个高峰。话头禅影响了一代禅风,及至明、清,此禅风犹未绝。明清以后,禅净兼修之思潮涌动,以“阿弥陀佛”四字为话头之风极盛一时,长盛不衰。

## 2. 话头禅的缘起

大慧宗杲所处的时代,丛林中盛行二种禅风,一是“文字禅”,一是“默照禅”。此二种门路各据一端,天下禅客,趋之若鹜。

所谓“文字禅”,源自禅师接引学人的方式,欲“借文字之用而离文字之执”“即文字而离文字”,以令学人识得本心。宗师们为了方便学人登堂入室,开始以“代别”、“颂古”、“拈古”、“评唱”等形式,对古来大德悟道、接众的一些著名公案,对关节处进行阐发,从而诱导学人更好地悟入宗门的要旨。这种接人和修习方法,后来便演变成了盛极一时的文字禅,汾阳善昭、雪窦重显、圆悟克勤等禅师俱是当时宏扬文字禅的代表人物。其中尤以圆悟克勤影响最大,圆悟克勤以雪窦重显的《颂古百则》为底本,对百则公案加以评唱,经门人辑成《碧岩录》。此书一经问世,便风行一时,文字禅呈现“登峰造极”之势,使得宗门派别逐渐倾向于合流,而“禅机”也逐渐融化于“诗境”,从“不立文字”发展到“不离文字”。很多参禅者逐渐趋向于模仿公案,拾祖师涕唾。文人士夫乃至僧众亦纷纷追文逐墨,谈妙说玄,接引方便,衍成浮华风气。文字禅的创立原本是用来指月的,但在流布的过程中,越来越多

的人偏离了禅宗“明心见性”的根本方向，沉溺于对公案的意识情解，不明祖意，游戏文字，耽执名相，徒呈口舌之快，不在心地上真实下功夫，落入“执指为月”的弊病。最终文字禅变成了“口头禅”、“葛藤禅”，从方便法门变成了悟道的障碍。

与“文字禅”相对应的，正是活跃于北宋末年到南宋初年的“默照禅”。

“默照禅”始现于中兴曹洞宗的宏智正觉禅师。宏智正觉对当时盛传文字禅所带来的流弊非常不满。为了帮助学人从语言知解的“葛藤”中解放出来，将功夫落到实处，宏智正觉将达摩的壁观禅与宗家所乐道的“回光返照”相结合，发展成为默照禅。主张“默默忘言”、“照默同时”、“休去歇去”。默就是默然静坐，照就是般若观照。宏智正觉的默照禅，不假借语言文字，注重真修实证，反对从分别思维中寻找出路，在静坐中“照彻十方，坐断三际”，达到莲开梦觉、彻见本源的悟境。但是，默照禅在流布的过程中，也出现了一些偏差。一些见地不到位的人，执于一念不生的顽空之境，不肯放舍，落于呆若木鸡似的静态，变得“冷湫湫地”、“寒灰枯木”、“魂不散的死人”，虽然暂时屏息了情识知见，却丧失了宗门活泼泼的大机大用。虽亦杂念不起，但却永无悟期。这就是所谓的“枯木禅”、“髑髅禅”、“黑山鬼窟禅”。

由此可见，在宗杲的时代里，习禅者已逐渐步入险境，禅林已经弊病丛生。为了挽救宗风，大慧宗杲开创了一条新的参禅途径，这种途径就是“话头禅”。话头禅又叫看话禅，“看话”就是参究“话头”，也就是从“公案”中提取某一典型语句作为话头，就此话头大发疑情，专心参究。而其目的是要找寻和把握自己的本来面目。话头禅作为一种参禅方法并非由宗杲首创。早在唐代，诸多祖师均在应用“话头禅”随机接引学人。例如百丈禅师下堂句，就是问大家“是什么？”而黄檗希运则提倡大家看个“无”字。这个“无”字，是赵州从谏禅师所说。公案里说，有僧人问赵州：“狗子有没有佛性？”赵州说：“无。”这个公案，禅宗中称为“赵州狗子”。

黄檗希运在给大众开示时说道：“若是个丈夫汉，看个公案。僧问赵州：‘狗子还有佛性也无？’州云：‘无。’但去二六时中，看个‘无’字，昼参夜参，行住坐卧，着衣吃饭处，屙屎放尿处，心心相顾，猛著精彩，守个‘无’字，日久月深，打成一片，忽然心花顿发，悟佛祖之机，便不被天下老和尚舌头瞒。”<sup>[1]</sup>看个“无”字成为话头禅肇始。后来的话头禅，由大慧宗杲大力提倡，所看的话头、所参的公案也更多，但起源就在这黄檗希运处，大慧宗杲在论述话头禅时使用频率最高的，仍然是“狗子无佛性”这则公案中的话头。

北宋临济宗著名禅师五祖法演也非常重视“狗子无佛性”之话头，他接过希运的话题，并增加了新的内容：“僧问赵州：狗子还有佛性也无？州云：无。师云：大众，你诸人寻常作么生会？老僧寻常只举无字便休。你若透得这一个字，天下人不奈何你。你诸人作么生透？还有透得彻底么？有则出来道看。我也不要你道有，也不要你道无，也不要你道不有不无，你作么生道？”<sup>[2]</sup>

大慧宗杲认为，相对于文字禅和默照禅，话头禅有明显的优势：既可堵“葛藤禅”之漏，又可解“枯木禅”之毒，而且能给学人一个不可捉摸的巴鼻，让学人有个下手处。作为五祖法演的徒孙，大慧宗杲在运用“狗子无佛性”这一话头时，着重发扬“无”字的作用，要求学人反复参究这一“无”字，“时时提撕，时时举觉”，直到打断了一切妄念为止。话头禅的出现对矫正当时文字禅和默照禅的流弊，恢复临济宗风，无疑起了重要作用。

经过大慧宗杲的充分诠释和大力阐扬，话头禅渐渐成为临济宗参禅的通用方式，影响至深至远。

### 3. 大慧宗杲话头禅的特色

#### (一) 遣除语默二病

文字禅和默照禅，被大慧宗杲称作“语默二病”。

大慧宗杲曾在写给真如道人的书信中总结以上两种偏举风气：“今时学道人，不问僧俗，皆有二种大病：一种多学言句，于言句中作奇特想；一种不能见月亡指，于言句悟入，而闻说佛法禅道不在言句上，便尽废弃，一向闭眉合眼，做死模样，谓之静坐观心默照，更以此邪见诱引无识庸流曰：‘静得一日，便是一日工夫。’苦哉！殊不知，尽是鬼家活计。……语默二病不能除，决定障道，不可不知，知得了始有进修趣向分。”[3]

大慧宗杲开始意识到文字禅的问题，是他在接引后学时，发现学人“不向道上会，专向言语会”，所答并非实悟，而是出自《碧岩录》的模仿。不仅丛林如此，当时文人士大夫多学佛习禅。虽有向禅之心，但其天性多好舞文弄墨，一见“文字禅”，便如鱼得水。可见，当时的禅林专尚虚浮，不辨权实，尽将古人公案当作现成转语，投机取巧，对于此种风气，大慧宗杲痛下钳锤，大加呵斥。

大慧宗杲与居士探讨时说：“近日丛林，以古人奇言妙语问答，为差别因缘狐媚学者，殊不本其实。”[4]他又说：“莫爱诸方奇言妙句。宗师各自主张、密室传授底古人公案之类，此等杂毒，收拾在藏识中，劫劫生生取不出，生死岸头非独不得力，日用亦被此障碍，道眼不得明彻。古人不得已，见汝学者差别知解，多而背道，泥语言，故以差别之药，治汝差别之病，令汝心地安乐，到无差别境界。今返以差别语言为奇特，执药为病，可不悲夫！古德云：“佛是众生药，有众生病即用；无众生病用药，即药返为病，甚于有病者。”[5]

为了避免后学投机取巧，不明根本，专尚语言，大慧宗杲不仅批判《碧岩录》，还毅然将其师圆悟的杰作毁版烧书，并禁止流传。

另一方面，默照禅在当时也流传甚广，在闽、赣、浙等地都有较大影响。虽然大慧宗杲对宏智正觉的作略极为赞赏，但是对于默照禅的批评也是不遗余力，大慧宗杲认为，默照禅极易将学人引入异端，其门徒不求妙悟，只以默然为极则，迷于无言之静，最终只会落入空亡外道。

大慧宗杲从入闽传法直到径山弘法，在给徒众开示中，或于师友书信中，乃至著《辨正邪说》，始终都在批评默照禅法。

《大慧宗杲禅师语录》记载了禅师对于“默照禅”的批评：“近年以来有一种邪师，说默照禅，教人十二时中是事莫管，休去歇去，不得做声，恐落今时。往往士大夫为聪明利根所使者，多是厌恶闹处，乍被邪师辈指令静坐，却见省力，便以为是，更不求妙悟，只以默然为极则。某不惜口业，力救此弊，今稍有知非者。”“近世丛林有一种邪禅，执病为药，自不曾有证悟处，而以悟为建立，以悟为接引之词，以悟为落第二头，以悟为枝叶边事。自己既不曾有证悟之处，亦不信他人有证悟者，一味以空寂顽然无知唤作威音那畔空劫已前事……。”“而今默照邪师辈，只以无言无说为极则，唤作威音那畔事，亦唤作空劫已前事，不信有悟门，以悟为诳，以悟为第二头，以悟为方便语，以悟为接引人之辞。如此之徒，谩人自谩，误人自误。”[6]

## (二) 话头上起疑情

起疑情，是大慧宗杲在提倡看话头时一同提出的。参话头实际上就是借助疑情的力量，将心识活动逼进死胡同，当下与般若相应。大慧宗杲把“疑”作为参究的条件、开悟的前提。他明确指出参话头必须不断地提起疑情，疑情越大越好，“大疑之下，必有大悟”[7]在大慧宗杲的语录中，举用的话头有：“看庭前柏树子、麻三斤、干屎橛、狗子无佛性、一口吸尽西江水、东山水上行之类”，云门的“露”字等。但是，大慧宗杲最常举用仍然是“狗子无佛性”这则公案中的话头。

大慧宗杲在回复居士的信中写道：“千疑万疑，只是一疑。话头上疑破，则千疑万疑一时破。话头不破，则且就上面，与之厮崖。若弃了话头，却去别文字上起疑，经教上起疑，古人公案上起疑，日用尘劳中起疑，皆是邪魔眷属。第一不得向举起处承当，又不得思量卜度，但着意就不可思量处思量，心无所之，老鼠入牛角，便见倒断也。又方寸若闹，但只举‘狗子无佛性’话。佛语祖语，诸方老宿语，

千差万别；若透得个‘无’字，一时透过，不着问人。若一向问人佛语又如何，祖语又如何，诸方老宿语又如何，永劫无有悟时也。” [8]

在这段开示中可以看出，大慧宗杲反对除了对话头起疑以外的一切疑情，在他的心目中，除了话头能有效地制造疑情破疑成悟之外，其它一切思量卜度都是错误的。另外，大慧宗杲强调了“无”字的重要性，举个“无”字，既不是去看“无”字这个念头，也不是追问审究“无”字，而是“就不可思量处”来截断妄想。举个“无”字，就是警醒自己进入疑情，进入无念状态。疑情在时，不用提话头；疑情不在，就要立即提起。每参究一个疑情，就否定一个疑情。不断参究，把所有的疑情都否定掉了，才能恍然大悟，才能见到内在的本来面目。

参禅就是实证自心本体，透脱生死，欲了生死大事也需从疑情上来，了却轮回亦须从此处入手。大慧宗杲开示居士说：“疑生不知来处、死不知去处的心未忘，则是生死交加。但向交加处看个话头。僧问赵州和尚，狗子还有佛性也无？州云，无。但将疑生了知来处，死不知去处的心，移来无字上，则交加之心不行矣。交加之心既不行，则疑生死来去底心将绝矣，但向欲绝未绝处与之厮崖，时节因缘到来，蓦然喷地一下，便了教中所谓绝心生死，止心不善、伐心稠林、浣心垢浊者也。” [9]大慧宗杲指出，疑心既起，则干脆把疑心系到“无”字上，通过看个“无”字将疑情集中推到极点，使生死交加之妄念无从生起，再向欲绝未绝处厮崖，疑情不破，决不撒手，直到因缘成熟，看破疑团为止。

大慧宗杲的参话头，就是要一举击碎疑情。参话头的过程就是将我们的全部精神力量凝聚在这一疑情上，狗子还有佛性也无？这是一句没有理路可循，不能用有或无可以解答的问题，只有将所有的精神力量，时时刻刻紧抓不放，排遣所有思维分别，以意志代替思考，“只这一字，便是断生死路头底刀子也。妄念起时，但举个无字，举来举去，蓦地绝消息，便是归家稳坐处也。” [10]所有的疑问，根源只有一个，用无字与妄念厮磨，一旦堪破“无”字，便有可能“撞发关楔子”，刹那间“一念相应”，截断生死意路，此刻已是迷途知返，归家稳坐处也。

### (三) 以悟为则

大慧宗杲是六祖慧能第十七世弟子，自六祖慧能以下的南宗禅都极为重视“悟”这个重要命题，在慧能看来“自性迷，佛即众生；自性悟，众生即佛。”慧能把佛性诉诸“自性”，禅宗的修行理论也逐渐从强调静坐变为注重“道由心悟”。“道由心悟”是六祖慧能的教诲，是过来人的亲身体验，是指示一切学人参禅的要旨。可以说“悟”乃是禅宗的生命和灵魂。但是到了大慧宗杲所处的时代，出现了文字禅和默照禅的泛滥，一些人不明祖意，依语生解，热衷于公案的注解和问答，玩弄文字游戏，陷入文字知解之病。而另外一些人一味枯坐求静，不求妙悟，以悟为枝叶边事，逐渐忘失了明心见性的功夫，离六祖宗旨越来越远。

修习话头禅的目的就是追求悟，大慧宗杲多次以亲身体会来说明参禅应以悟为目标。例如：“山僧最是参禅底精，五家宗派都理会来，初行脚时，曾参洞山微和尚，二年之间，曹洞宗旨，被我一时参得。又参泐潭准和尚，其时会中，有个坚侍者，久依揩和尚，尽得洞下要领，我当时道他是则是，然里面有些不是处。如何见得不曾悟在，若实有悟由，不妨一时得受用，其或未然是个传言语汉，不干他曹洞事，况言悟是建立，落在第二头，故不在说也……山僧十七岁上，便知有此事，恰恰参十七年也。”

可以看出，大慧宗杲十七岁参曹洞时，就认为参禅须有悟由。大慧宗杲认为欲了道，必须悟入，作为禅者没有悟入，懂得再多的理论，也不过是个传话筒。他说：“学道先须有悟由，……信知学道之要须是悟入始得，若无悟入处，只恁么死忆想坐，欲求静，决定了不得。” [11]

大慧宗杲对悟的认知，也成为他批评默照禅的动力。在给居士吕机宜的信中，有相同的言论：“近世有一种邪禅，执病为药，自不曾有证悟处，而以悟为建立，以悟为接引之词，以悟为落第二头，以悟为枝叶边事，自己既不曾有证悟之处，亦不信他人有证悟者，一味以空寂顽然无知，唤作威音那畔、空

劫已前事。” [12]

在他七十一岁时，给居士张孝祥的信中写道：“或以无言无说，坐在黑山下，鬼窟里，闭眉合眼，谓之威音王那畔，父母未生时消息，亦谓之默而常照为禅者。如此等辈，不求妙悟，以悟为落在第二头，以悟为诳人，以悟为建立，自既不曾悟，亦不信有悟底。” [13]

由大慧宗杲对默照禅的批评中，可以清楚地看出，大慧宗杲是主张有悟的，以悟为极则，正是大慧“话头禅”的着重点。

大慧宗杲常常引用汾山灵佑“研穷至理，以悟为则”来教导后学，把“悟”作为参禅的最高准则，突出了悟对禅的重要意义。大慧所说的悟，即明心见性，在大慧所作的普说中，常以“悟”为其普说的宗旨，大慧也明白地说：“若信决定有妙悟，便来这里参，若以为悟是枝叶，则一定是个瞎汉兄弟。”

[14]大慧批评以悟是枝叶的禅师，一定是瞎汉兄弟，指的是执迷“默照禅”的禅者。

“话头禅”的基本原则就是以悟为方向，以无意味话头截断言语意路，最终悟得本心与佛性本无二致。“禅无文字，须是悟始得。” [15]“道由心悟，不在言传。” [16]也就是说，参禅非理路可循，言语可说，经典可诠，亦非一切思维之所能及。如果不能妙悟，则一切解读都与禅的旨趣无关。“学道无他术，以悟为则。” [17]学道没有别的技巧，只以开悟见性为法则。话头禅的最终目的只为大彻大悟的到来，对话头的参透，不仅是对某个公案的理解，而且是对“佛祖大机”的顿悟。

大慧宗杲还坚持和弘扬南宗禅自证自悟的宗风。他说：“到这里如人饮水，冷暖自知，除非亲证亲悟，方可见得。若实曾证悟底人，拈起一丝毫头，尽大地一时明得。” [7]

可以看出，六祖慧能以下的南宗禅传至宋代，禅理和禅风都发生了许多重大变化，“文字禅”在相当程度上失却了禅宗“以心传心”的本色，而“默照禅”一味求静，不求妙悟，落在无事甲里。而大慧宗杲倡导的“话头禅”又开始强调“顿悟”，这种“顿悟”可以说是对祖师禅注重“道由心悟”、“直指见性”修行宗旨的回归。

#### 4. 话头禅的传衍过程

经过大慧宗杲大力倡导和不断完善，话头禅几乎代表了南宋以后禅宗发展的方向，临济禅获得“再兴”，大慧宗杲为天下学禅者所宗仰。话头禅，在很大程度上挽救了禅宗的危机，扩大了禅宗的社会影响。从南宋到明清，学习和举扬话头禅的僧人不胜枚举，但绝大多数禅师关于话头禅的传承和论述比较琐碎，无法形成体系。现略举宋末至民国时期传承话头禅较有代表性的人物如下：

##### (一) 宋末至元代表人物

蒙元初期，以破庵祖先为首的临济宗一脉是禅宗影响最大的一个支派，著名禅师很多，他们隐居山林，结庵而居，在修行上推崇大慧宗杲的话头禅。在祖先系的推动下，话头禅成为元代南方禅学的主流。受到祖先系思想的影响，禅僧高峰原妙脱颖而出。高峰原妙早年求法于雪岩祖钦，雪岩祖钦亦是的话头禅点拨他，高峰原妙也是从此时继承了自大慧宗杲以来的话头禅法。与其他话头禅法的倡导者不同，原妙认为参“无”字话头不容易使学人生起疑情，即便生起疑情，也时常被昏散二魔所打散，所以原妙依据自己参禅实践的经验，否定了参究“无”字的方法。他提出参究公案里的问句来取代“无”字话头，例如公案中问：“万法归一，一归何所？”师云：“我在青州作一领布衫，重七斤。” [18]对于这个公案，原妙主张参究问句，即“万法归一，一归何处？”原妙认为“一归何处”的问句本身就是疑情，话头一举便有，无需思量。比参“无”字更易下手。

后来的中峰明本作为高峰原妙最重要的法嗣，也继承了“话头禅”的方法，让话头禅得到了新的推扬。明本尽其一生都在弘扬话头禅，劝导学人立定脚步，做真实工夫。在话头的运用上，明本是灵活多变的，他会依具不同的对象而教其参不同的话头。明本不仅举扬传统禅门中常参的“无”字话头和“万

法归一，一归何处”这两个话头，还常常以“生死事大，无常迅速”作为话头，让学人参究，另外明本还时常举扬“四大分散时，向何处安身立命”等话头，对生死解脱问题的重视是明本话头禅的重要特征。

## (二) 明代代表人物

在明中叶的禅林间，笑岩德宝对话头禅作了全新的发扬，把净土念佛的内容引入了参禅修行实践：一是将参话头与念话头相结合，在参究的同时，也要口中念诵；二是将参话头与念佛相结合，将阿弥陀佛的名号当作“话头”来参；三是将解话头与参话头相结合，话头可由僧人指点解读，这样一来，话头禅又掺入义学的成分。

## (三) 明末至清代表人物

明末四大高僧之一的憨山德清，也赞同将话头与念佛结合，倡导禅净双修，他说：“参禅看话头一路，最为明心切要。……是故念佛参禅兼修之行，极为稳当法门。”<sup>[19]</sup>憨山认为念佛与参禅兼修，是最为稳妥的法门。对于话头，憨山开示居士说“古人说参禅提话头，都是不得已。公案虽多，唯独念佛审实的话头，尘劳中极易得力。”<sup>[20]</sup>憨山强调将念佛作为话头来参，这样去修持才容易受用。对于疑情，他指出“疑情破处便是悟”，意思是参禅看话头，也要下疑情。“只是要善用疑情。若疑情破了。则佛祖鼻孔自然一串穿却。只如看念佛的公案。但审实念佛的是谁。不是疑佛是谁。若是疑佛是谁。……古人说话头如敲门瓦子。只是敲开门要见屋里人。不是在门外做活计。以此足见依话头起疑。其疑不在话头。要在根底也。”<sup>[21]</sup>憨山认为参话头只是手段，不是目的，话头好比石头，只是用来叩门，要见到本来面目还需进到屋内，比如，“念佛是谁？”、“谁在念佛？”，依此疑情不断，直至能所两忘，打破虚空，即见真性。

同时代的无明慧经，本是曹洞宗门人，显然也受到当时禅净双修的影响，慧经在强调念佛的同时，也倡导话头禅，他说：“参学之士，道眼未明，但当看个话头。”<sup>[22]</sup>慧经指导参话头用功的关键在于一切日用中平心直行，时时提起话头，不作刻意思量，得力处就是省力处。他说“于一切处，只见有话头明白，不见于一切处。倏然一时瞥地，如日升空，十方普遍，尽大地是个话头，所谓‘打破大散关，直入解脱门’。到恁么时节，方是得力处，故云：‘得力处就是省力处’也。”<sup>[23]</sup>可见，慧经的开示也透着大慧宗杲的家风，隐隐表现出曹洞与临济合流的趋势。

与憨山德清过从甚密的汉月法藏是一位颇有争议的人物，曾经在禅门间掀起一场大论战，但是他终其一生都在为重振五家宗旨不懈努力。汉月法藏早年通过自学元代高峰原妙的语录而开悟，他大力推崇话头禅，并且以是否参究话头来作为衡量禅法体系的正邪标准，在法藏看来，过去流行过的默照禅因为不参究话头而成为邪禅。就连天台宗的止观法门也和默照禅一样也是假借识神用事，所以命根难断，不能透脱。法藏由此主张“离心意识参，出凡圣路学”，惟有参话头，可以当下截断意根，超凡入圣。法藏认为话头禅优于一切传统的习禅方式。“所谓话头者，果何无耶？即千经万论中间谈空说有，以至中道极则去不得底顶尖是也。”<sup>[24]</sup>他认为参破一个话头就能悟透千经万论的空有理论，越过执于中道的顶尖。另外汉月法藏还创造性地提出，眼前的一事一法都可以作为话头来参究，生活中遇见的每一件事物都能启发自性。

明末的破山海明，曾经慕名参学于憨山德清，他对话头禅同样也极为重视，他说：“既到出家地步，无荣无辱，穿现成，吃现成。百事不干怀，单单只在行住坐卧，莫放过话头。”<sup>[25]</sup>又有“参禅人，无巧拙，一句话头如铁橛。瞪起眉毛捏定拳，牙关咬着只教彻。但莫寻思务别缘，驴年难晤真妙诀”。破山认为修行就是要在日用中抓住话头，不作别的寻思。另外破山提出参话头要讲究方式，不能忙举话头。

“凡初做工夫，切不可忙举话头，念来念去，念得疲劳厌倦，便打退鼓，谓是禅道佛法没灵验。”<sup>[25]</sup>有疑情可发时，才可参话头，参话头的本质是发疑情，没有生起疑情时无需刻意举话头，盲目参话头只会劳神费力。

#### (四) 清初至民国代表人物

禅宗发展到清代，已逐步进入末流，逐渐与佛教诸宗相互融合，尤其是与净土宗的深度融合，一花五叶的宗风已然埋没，临济与曹洞余脉也徒有其名，“话头禅”已难觅踪影。及至民国，才有禅门大德虚云大师燃灯继祖，丕振宗风。虚云身承五宗，长期参禅，久有体悟。他不仅对禅门五家宗派同样尊重，而且也提倡禅净双修。虚云最初参的话头是“拖死尸是谁”，苦参多年未得消息。此后行脚参学，研究经教。五十六岁时，在扬州高旻寺参加禅七期中，因开水溅手，茶杯坠地而虚空粉碎，大彻大悟。此后他在禅堂中引导学人，也是以“念佛是谁”作为话头来作为参究的方法。他说：“于动散之时，则持名念佛。静坐之际，则一心参究‘念佛是谁’。如斯二者，岂不两全其美。”[26]

与虚云同一时代的高僧圆瑛，也是禅净双修，教宗兼弘。圆瑛提倡禅修时系心于佛，即守定阿弥陀佛的话头参究，实际上把禅修融进净土，为归心净土提供修持基础。圆瑛开示说：“参时，即用本觉理体，起一段始觉智光，照着那一个话头。”“教人看一句话头，截断意识不行，令见清净本然之心性。”[27]可见，圆瑛的禅学思想既是继承宋代大慧宗杲“话头禅”的传统，又有自己的见解和体悟。

## 5. 结论

中国禅宗是本土化佛教的典范，自达摩东传启“教外别传”之心法，六祖慧能开“不立文字”顿悟之门，禅宗便以“教外别传，不立文字，直指人心，见性成佛”为本分事，唐末五代时期，慧能南宗一脉衍生了“五家七宗”的繁荣局面。两宋之际，宗风生变，禅宗的风貌发生了巨大的演变，迷于公案文字和执于静坐顽空两种风气流行丛林僧俗间，大慧宗杲正是在这样一种历史背景下独步当朝、提振宗风、力挽狂澜，成为禅门之中流砥柱。

为了克服祖师禅广泛流行所导致的各种流弊，大慧宗杲开创了一种既不脱离日用，又能够让普罗大众简单易行的参禅方式。大慧宗杲认为话头的参透，便是对千差万别的佛教经典和历代祖师公案的完全领悟。可见这种“起疑情参话头”的参禅方式具有“融通禅教”的作用，话头禅的出现对禅宗的传播与发展创造了有利的条件。它不仅在实践上有卓越的成就，亦对当时的僧众及知识分子起到振聋启聩的震撼和启发。话头禅以新奇的手段，开创了禅宗思想的新意境，为禅门注入新的营养和活力，在日渐衰颓的禅门中，露出云开日出的新气象，令禅门宗风为之一振。中国佛学的特质在于禅，而话头禅的传衍在中国禅宗的发展历程中展现出强大的生命力，时至今日，话头禅依然是众多禅宗道场的基本参禅方式。话头禅对中国禅宗产生了深远的影响力，这与佛教中国化的历史进程和发展趋势有密切关系，但同时也是历代禅师继承、阐扬的结果，其中，大慧宗杲所作出的贡献值得我们重视。

## 参考文献

- [1] (唐)裴修.《黄檗断际禅师宛陵录》，《大正藏》第四十八册[M].
- [2] (宋)蕴闻.《大慧普觉禅师语录》第三十卷，《大正藏》第四十七册[M].
- [3] (宋)蕴闻.《大慧普觉禅师语录》第二十卷，《大正藏》第四十七册[M].
- [4] (宋)蕴闻.《大慧普觉禅师语录》第二十卷，示清净居士[M].
- [5] (宋)蕴闻.《大慧普觉禅师语录》第二十卷，示智通居士[M].
- [6] (宋)蕴闻.《大慧普觉禅师语录》第二十卷，答宗直阁[M].
- [7] (宋)蕴闻.《大慧普觉禅师语录》第十七卷[M].
- [8] (宋)蕴闻.《大慧普觉禅师语录》第二十八卷，答吕舍人(居仁)[M].
- [9] (宋)蕴闻.《大慧普觉禅师语录》第二十三卷，示妙明居士(李知省伯和)[M].
- [10] (宋)蕴闻.《大慧普觉禅师语录》第二十二卷，示妙心居士(孙通判长文)[M].
- [11] (宋)释宗杲.《大慧普觉禅师普说》第1371页[M].



- 
- [12] (宋)蕴闻. 《大慧禅师语录》第二十一卷, 示吕机宜(吕舜元) [M].
- [13] (宋)蕴闻. 《大慧普觉禅师语录》第三十卷, 答张舍人状元[M].
- [14] (宋)释宗杲. 《大慧普觉禅师普说》第 1370 页[M].
- [15] (宋)蕴闻. 《大慧普觉禅师语录》第十六卷[M].
- [16] (宋)蕴闻. 《大慧普觉禅师语录》第二十三卷, 示妙明居士[M].
- [17] (宋)蕴闻. 《大慧普觉禅师语录》第二十卷, 示真如道人[M].
- [18] (清)《圆证直指真际赵州谿禅师语录》222 则[M].
- [19] 《憨山老人梦游集》卷五示刘存赤, 《续藏经》第 1 辑第 2 编第 32 套第 2 册, 134 页[Z].
- [20] 《憨山老人梦游集》卷二答郑焜岩中丞, 《续藏经》第 1 辑第 2 编第 32 套第 2 册, 112 页[Z].
- [21] 《憨山老人梦游集》卷第六, 示参禅切要[M].
- [22] 《无明慧经禅师语录》卷一, 《续藏经》第 1 辑第 2 编第 30 套第 1 册, 3 页[Z].
- [23] 《无明慧经禅师语录》卷一[M].
- [24] 《三峰藏和尚语录》卷七[M].
- [25] 《明嘉兴大藏经》, 《破山禅师语录》[M].
- [26] 《虚云和尚年谱法汇》合刊本, 致马来西亚麻坡刘宽正居士函, 台湾大乘精舍, 1986 年, 第 679 页[Z].
- [27] 《禅宗宗脉源流》第十四章[M]. 北京: 中国社会科学出版社, 1998.