

憨山德清的淨土思想

夏清瑕（博士）

210093 中國南京大學哲學系

【提要】 憨山大師的佛教修持始於參禪而終於念佛，以“唯心淨土”指代淨土法門，又不廢西方淨土作為修證指向的存在。他強調：一切淨土皆為心造而不具實相。他從禪者立場出發，以念佛觀想為通達淨土的正因，以參究念佛融攝禪淨，在明末佛教淨土信仰中獨具特色。

【關鍵字】 淨想 染想 唯心淨土 參究念佛

淨土思想淵源於佛陀時代的念佛與生天思想，它是佛陀為未得道、眷戀五欲的人所施的解脫現實痛苦的方便說法。儘管佛教史上有關於兜率淨土、東方妙喜淨土之說，但在中國淨土史上，本願他力的阿彌陀佛之西方極樂淨土成為普遍通俗的法門。自東晉慧遠結社念佛始，淨土一系即以其“易行”而流傳開去。至明末，經過幾代淨土大師的理論完善和修行實踐，淨土宗成為明末佛教復興僅有的幾個宗派之一，出現了弘揚淨土的兩大宗師——蓮池株宏與藕益智旭。事實上，自宋以降，念佛之淨土思想已融攝於天臺、禪、律等諸宗教門中，成為各家依止的普遍修行方法。在明末高僧中，順應時代思想趨勢，淨土也成為高僧大德佛學思想的一部分。憨山德清^[1]是明末四大高僧之一，他雖是個禪者，但思想中包含了豐富的淨土思想，並有其獨特的表達。

一 憨山的淨土修行和論述

憨山的母親是一位虔誠的佛教徒，憨山七歲始便被送往故鄉的寺廟讀書。據《憨山年譜》記載：“九歲，讀書寺中，聞僧念觀音經，久之能誦。”十九歲，憨山於報恩寺剃度出家，“乃專心念佛，日夜不斷。未幾，一日夢中見阿彌陀佛現身立於空中”。二十歲，雲谷法匯禪師向他“開示審實念佛公案，從此參究，一念不移”。三十二歲，“因思父母罔極之恩，且念法多障，因見南嶽思（青原

行思)大師《發願文》，遂發心刺血泥金書寫《大方廣佛華嚴經》”。三十三歲始“刻意書經，無論點劃大小，每落一筆，念佛一聲”，並夢見上兜率天受彌勒接見。七十二歲，在雲棲法堂說《念佛切要》，“結草廬山……閉關謝緣，效遠公六時刻香代漏，專事淨業”。^{ii[2]}在修行過程中，憨山始於參禪（憨山曾在盤山和五臺山修行禪定功夫），終於淨業，反映了明末普遍的淨土歸向。

憨山有關淨土的論述有《示優婆塞結社念佛》、《示參禪念佛法》、《示念佛切要》、《示印西淨公專修淨土》、《示修淨土法門》、《示念佛參禪切要》、《答德王問淨土法門》、《答僧海印禪淨雙修二問》、《結社念佛修四十八願同生淨土文》等。另外，憨山淨土思想也散見於他的《法語》、《書問》之中。

憨山之推行淨土法門，原因是多方面的。其一，在佛說修行出生死方便法門中，唯有念佛求生淨土最為捷要。憨山認為《華嚴經》、《法華經》、《大乘起信論》等無不以淨土為指歸，而佛教史上馬鳴、龍樹以及五代永明延壽等皆極力主張淨土一門，禪宗諸祖雖未明言淨土，但悟心即出生死，出生死即歸淨土。此說明，淨土的提倡，古來有之，具有權威性。其二，淨土法門就其本身的理念來講，具有和合禪教、圓攝頓漸的特質。憨山認為：“佛說法門雖多，其要有性相二宗。以其機有大小，教有頓漸之設，未後分為禪教二門。教則引攝三根，禪則頓悟一心……若淨土一門，普被三根，頓漸齊入，無機不攝，所謂橫超三界，是為最勝法門。”^{iii[3]}其三，明心見性、當下即悟的禪宗，在其發展成熟過程中，弊病叢生。禪徒尊參禪為向上事，忽視戒律，口口談空，心心落有，好名之輩則以古德成語作口舌便利，禪門日衰，而淨土則是拯救禪林時弊的最好方法。在憨山看來，禪在六祖以前均以當下即悟得解脫，青原以下便以參話頭明心見性，但這種直接當下的修悟方法只有上上根人才能實現，並且需要善知識時時調護、提撕、堪驗方上正路。宋元以後，禪道調弊，不唯善知識減少，禪定更以難以實現遭人丟棄，而淨土修行只需持名念佛即出生死，是易行一路，既適合上根人，又適合中下根人。

二 唯心淨土及往生之正因

憨山思想的一大特點是融合。對傳統文化，他宣導三教合一；在佛法上，則提倡禪教一致、性相同源。就淨土思想而言，憨山秉承永明延壽的觀點，主張禪淨雙修，並且以“唯心淨土”作為禪淨雙修的理論基礎。

在《阿彌陀經》等經中，淨土是作為一種功德莊嚴的具象被描述的。如《阿彌陀經》說彼國有“七重欄楯，七重羅網，七重行樹”，以及常在天樂、有種種奇妙雜色之鳥等，是一個沒有人間苦惱、超脫生死輪回的極樂世界。《華嚴經》、《維摩詰經》在講到淨土時又言：“三界所存，唯是一心”，“隨其心淨則佛土淨”。儘管這只是佛陀隨機立說，方便開示，但由於生徒對經典的理解路數有異，關於淨土的理解實際上即表現出傾向於妙有實相、本願他力的西方淨土之“淨土究竟論者”和傾向于真空、自力的唯心淨土之“禪宗究竟論者”。自永明延壽禪師始，倡禪淨雙修、調和禪淨即成為歷代禪師的用力處。

憨山本著禪者的立場，以為佛教單以一心為宗，此心本來圓滿，光明廣大，了無纖塵，生佛一如，聖凡一體，皆是如來藏清淨妙明真心所現，眾生與佛只在迷與悟的一念之間。據此，淨土自是唯心所造即“唯心淨土”。他說：“今所念之佛，即自性彌陀；所求淨土，即唯心極樂。諸人苟能念念不忘，心心彌陀出現，步步極樂家鄉，又何必遠企于十萬億國之外別有淨土之歸耶？”^{iv[4]}憨山從兩個方面來闡明淨土不在心外，於心外求淨土而不可得。

其一，“唯心淨土只在一念淨想所感變”。憨山認為，一切世界為“想”所持，“想”又分為染想和淨想。娑婆世界的構成即在於染想，“以眾生日用念念染想，但造生死苦業”。^{v[5]}參禪的目的就是要去掉“染想”，以恢復本來具有的如來藏圓滿真心。淨土的獲得在於“淨想”，“淨念相繼，得三摩地”。^{vi[6]}以“淨想”消滅“染想”，便得往生淨土。憨山說：“今要出苦，故念念淨想，想佛淨土。淨想勝則染想消，染想消則淨想純，淨想純則變穢土為淨土。”^{vii[7]}在憨山看來，並未有實體的淨土世界，經中所謂娑婆之西越十萬億佛土有極樂國乃是佛陀要人知有所歸向，是方便說法。就一念淨、穢來說，“目前日用行履，步步頭頭，皆是淨土，豈有十萬億之遙耶”？^{viii[8]}“唯心淨土者，專在一念淨想所感變耳”。^{ix[9]}凡夫俗子之所以遠求極樂，蓋在於不知“即穢是淨”的道理。顯然，憨山的唯心淨土不離於禪宗的“即心即佛”。

然而，憨山並不是一個純粹的禪者，為了避免重蹈狂禪的“執理迷事”，走向虛無，憨山並不否認西方淨土作為修行歸向的存在。他在描繪西方淨土時說：“以此國中，但受諸樂，故名極樂。以彼佛國絕無穢汙，故名淨土。無有女人，蓮花化生，故無生苦。壽命無極，故無老死苦。……以彼國土，七寶莊嚴，故無瓦礫、荊棘、便利不淨。種種清淨，全不同此世界。”^{x[10]}憨山認為《阿彌陀經》所說的極樂世界是實實在在的事實，但這樣的極樂世界並非外在於主體的實有，

仍是心想的結果，求生彼國更無他法，乃是“一念往生”。憨山以山野少年作喻。他說，譬如一個少年聽《華嚴經》，當聽到五臺山萬年冰雪，便想到到五臺山去住。一旦有此想法，少年日思夜想，久而久之，便會覺得自己眼前有座雪山，行住坐臥皆在此山中，即便是身過鬧市，也只覺得是在山中行走。念佛往生也是如此。以念佛觀想淨土境界，久之，則日常行住坐臥便在淨土之中，耳聽的只是念佛的聲音。這樣堅持念下去，臨終時，一切世間雜念都不現，唯有一念阿彌陀佛精進不亂，目前便現：淨土境界或蓮花，阿彌陀佛接引，當下便登極樂之地。憨山所謂心想淨土乃是一種心理作用。憨山自己有時也以夢與覺來喻淨土與穢土。他說：“如人想淫，則夢有欲事。然欲事雖假，在夢不無，即以爲真。若人白日專想淨土，則夜夢化台寶地、極樂境界，受用自在。”^{xi[11]}並未有所謂十萬億國的遠近之分，淨土是“想澄成國土”^{xii[12]}，往生西方實乃是“生則決定生，去則實不去”^{xiii[13]}。

其二，“淨土一門，無論悟與不悟，但修必得者，皆由自心”。^{xiv[14]}憨山將淨土修行之人分爲四種根基。第一種人是上上根人，如禪宗諸祖等，修的是自性彌陀，沒有不歸向淨土的。第二種是中下之士，這些人修持淨戒、專心注念，臨終必得往生。儘管往生有去來之相，但所謂彌陀相好、寶樹花台實由自心感現，如夢一般，非從外來。第三種人即愚夫愚婦，這些人一方面自己修十善、持五戒，專心念佛；另一方面，佛力加持，“願與念接，自心與佛默默相應，雖淨土之境未現，而往生之功已成”，“實由自心冥感之力，亦非外也”。^{xv[15]}第四種人是十惡之輩。這些人臨終將墜地獄，但就在將墜的剎那，爲苦逼極，脫苦心切，極苦之心而成念力，佛力加持，念與佛相應。刀山便化爲寶樹，火鍋化爲蓮池。此種淨土之境也是由“自心全體轉變之功，實非外得”。^{xvi[16]}無論根基深淺，往生實由心起，故憨山斷言：“三界萬法，未有一法不從心生；淨穢之境，未有一境不從心現。所以，淨土一門，無論悟與不悟，上智下愚之士但修必得者，皆由自心，斯則唯心淨土之旨。”^{xvii[17]}

上述四種人，前兩種人慧根深厚，靠自力可以往生，但後兩種人慧根淺薄，必須靠佛力加持。爲了避免誤認爲佛力外在於心體，憨山引入般若理論，認爲佛體如空，自心空淨，心與佛本體一如，故能冥一。愚人唯假一念願力，自心的佛與自心的空淨合一，淨土之境頓現。可見，佛力與自力都是自心的產物。

憨山極力主張淨土的唯一之旨，而罕言西方淨土的實有。一方面固然是堅守禪者心、佛不二的唯心觀念；另一方面，面對晚明十分盛行的念佛往生的淨土信

仰，憨山始終保持著清醒的頭腦，一再強調修行解脫中自力的主導作用，以避免空口念佛造成另一種修持極端，堅持智慧體悟為超越痛苦的不可或缺性。

晚明佛教叢林“唯心淨土，自性彌陀”思想十分流行，其理據即是《維摩詰經》的“隨其心淨，則佛土淨”以及《華嚴經》的“應觀法界性，一切唯心造”。只要明白自己原有的清淨心是本具的佛性、心土不二、心佛不二，則往生淨土實是生自己心中的淨土，得見彌陀是見自性本具的彌陀，所以往生等於無生。永明延壽從二諦圓融的角度指出，禪徒誤以為沒有西方淨土是存有取捨之念，未能無執。他說：“愚者為生所縛，聞生即作生解，聞無生即作無生解，不知生即無生。……佛法不離二：從真統俗，無俗不真；從俗統真，萬法宛爾。”^{xviii[18]}蓮池在《淨土不可言無》一文中也從心境不二立論，斥責西方無生論者是執心斥境：“即心即境，終無心外之境；即境即心，亦無境外之心。即境全是心，何須定執心而斥境？拔境言心，未為達也。”^{xix[19]}蓮池雖然在體悟的高度化解了往生與無生的阻隔，但究其理路，未能明瞭。而在憨山，觀想成了西方極樂妙有的心理基礎。憨山是從心理分析著手，以夢與幻的心理活動闡釋往生。當憨山言“生即無生，去即不去”時，就同株宏依據心性基礎上本體與現象相互觀照的心境不二區別開來，在一定程度上滿足了邏輯與分析的需求。但心體無念、性體無生的根本仍是禪宗真常心性和般若性空相結合的義理思想。同時，神秀北宗禪“觀心看淨”修行立場所主張的淨心念佛、念佛淨心的漸修頓悟對德清的影響也十分明顯。

如何通達淨土？憨山提出以念佛觀想為正行，以持戒、發願、佈施、修諸福田功德為助因，“如是修行，若不往生，則佛墮妄語矣。”^{xx[20]}

所謂念佛，就是“先切斷外緣，單提一念，以一句阿彌陀佛以為命根，念念不忘，心心不斷。……若念至一心不亂，則臨命終時，淨土境界現前，當然不被生死拘留，則阿彌陀佛放光接引”。^{xxi[21]}憨山的念佛法門即是禪觀，故主張念佛加上觀想最為穩當。

憨山於持名、觀像、觀想、實相四種念佛法門中取稱名與觀想，以觀想念佛與持名念佛相互依託。憨山認為，在持名念佛的同時，於十六觀中隨取一觀，時時默想：想自己眼前有一大蓮花，狀如車輪，花狀分明；想自己坐於蓮花之中，佛放光來照自身。如此日思夢想，日久天長，臨終時即有觀音、勢至、阿彌陀佛接引。“觀想”即是通過心理作用，以想作境，境隨念起，如此長久，念與境不二。

就淨業修持的助因來說，憨山尤其重視“持戒”在念佛往生中的重要輔助功能。他說：“經雲，若淨佛土，當淨自心。唯今修行淨業，必以淨心爲本。要淨自心，第一先要戒根清淨。”^{xxii[22]}具體來說，就是要戒除身三、口四、意三之十惡業，做到不殺、不盜、不淫、不妄言、不綺語、不兩舌、不惡口、不貪、不瞋、不癡。如此三業冰青，戒根清淨，然後發願念佛，方是正道。

三 參究念佛

在淨土工夫論上，憨山提倡禪淨雙修。他說：“參禪，看話頭一路最爲明心切要，但近世下手者稀。一以根鈍，又無古人死心、無善知識抉擇，多落邪見。是故，念佛、參禪兼修之行極爲穩當法門。”^{xxiii[23]}然而，參禪注重明心見性，著眼於當下現實性以及自力解脫，念佛則關注於臨終時的往生，以本願他力爲解脫之力；並且，參禪是先悟後修，念佛是先修後悟。如何在理論上使兩種修持方法合而爲一，實爲難題。僧人海印曾就這個問題求教於憨山，憨山從悟心與悟佛本無二致以及參禪與念佛殊途同歸等方面來融攝禪淨。

從“唯心淨土”的本體論來看，心與土不二，參禪與念佛相資爲用。憨山認爲，參禪在於離妄想，念佛在於專淨想，故參禪未悟之時，“非念佛無以淨自心”，心淨即是悟。悟心後仍然要念佛，“非悟佛無以成正覺”。念佛念到一心不亂，煩惱消失，自心了明即是悟。因此，念佛即是參禪，參禪即是念佛。

就修行解脫的用力處和歸向處看，參禪與念佛也有共同的旨趣。憨山在描述參禪看話頭的疑情工夫時指出：“從前諸祖教人看話頭，如庭前柏樹子、麻三斤、幹矢橛……等公案，隨提一則蘊在胸中，默默參究，借此塞斷意根，使妄想不行，久久話頭得力，忽然咄地一聲，如冷灰豆爆，將無明業識窠臼一搗百碎。”這是將一則無意義話作話頭咬定，以阻塞、割斷妄想之根，迫使意識將內外一切妄想放下，做到“外息諸緣，內心無喘”。^{xxiv[24]}久之，話頭得力，便幡然了悟，出脫生死境地。念佛法門則“單提一聲阿彌陀佛作話頭，就於提處，即下疑情，審問者念佛的是誰。再提再審，審之又審，見者念佛的畢是誰。如此，靠定話頭，一切妄想雜念當下頓斷，如斬亂絲”。^{xxv[25]}這種功夫的佳境是“忽然打破漆桶，頓見本來面目。身心世界當下平沉，如空花影落，十方圓成，成一大光明藏”^{xxvi[26]}。念佛只是話頭禪的一種變通方式，是以阿彌陀佛作爲話頭的念佛禪而已。話頭禪和念佛禪所下疑情並不在話頭或阿彌陀佛本身，而是通過話頭和念佛的提

撕、審察以淨除業識，了脫生死。憨山指出，古人說話頭就猶如敲門瓦子一樣，只是敲開門要見屋裏人，而不是在門外做活。依話頭起疑情，其疑不在話頭而在生死根底；念佛起疑情不是疑佛是誰，而是所念的是誰。兩者都是割斷意念的產生。

儘管參禪與念佛有諸多共同之處，都是解脫生死的方便法門，但兩者畢竟有所差異。就修行實踐的入手處來看，念佛更為簡易，是“易行道”。憨山分析了眾生脫生死的心態，認為參禪是離妄想，念佛是專淨想，眾生由於久久沉溺於妄想之中，習氣深厚，要想去掉妄想、否定或摒棄現有的生活狀態和情感欲念相當困難。念佛在於淨想，在於肯定無苦的極樂世界，這是眾生夢寐以求的理想，人們較易接受這一指向。再者，只有上根人才能當下即悟，大多數人則未能悟，這些未能當下即悟之人，只要一心念佛，即可乘願力以往生，花開見佛，立證菩提。所以憨山說：“參究難悟，念佛易成。”

針對有的淨土信仰者“一概示人念佛，更無他語”而流於空口念佛，憨山指出，執持名號只是念佛的外在形式，念佛本為出生死，前者是因，後者是果，如果不從根本上認識生死之本在於人的愛欲，並以一念斷之，則念佛只是空求往生西方，念佛與生死兩不相關，念佛只是一邊念，生死只是一邊長。所以，憨山強調“念佛人，第一要知為生死心切，要斷生死心切，要在生死根株上念念斬斷。……如此念念真切，刀刀見血，這般用心，若不出生死，則佛墮妄語矣”。

xxvii[27]

爲了將自己所理解的念佛與一般形式上的執持名號區別開來，憨山以“參究念佛”來指示他的淨土修行。所謂參究念佛，就是以參究之心來念佛。具體來說，就是以一聲阿彌陀佛作話頭參究，“但提一聲佛來，即疑審者是誰，深深覷究，此佛向何處起，念的畢竟是誰？如此疑來疑去，參之又參，久久得力，忽然了悟”。^{xxviii[28]}參究念佛貫穿著參禪者的一整套參究工夫：疑情、提撕、審察，實乃是禪宗的修證法門。憨山自己也說：“此爲念佛審實公案，與參究話頭原無兩樣，畢竟要參到一念不生之地，是爲淨念。《止觀》雲：‘若心馳散，應當攝來歸於正念。’正念者，無念也。無念乃淨念。”^{xxix[29]}憨山會通南北禪宗，參禪與念佛通過正念淨念、通達無念而融攝歸一。

明末高僧有著普遍歸向淨土的趨勢，但以何種立場修證淨土以及如何修證淨土皆因各人的理解而有差異，反映了明末叢林淨土思想的多樣性和複雜性，憨山、蓮池、藕益可作代表。在禪淨關係上，憨山和蓮池均站在禪宗究竟論立場歸

於淨土。然而，憨山在禪淨兩者的輕重上不分彼此，相資爲用，互補爲善；蓮池則攝禪歸淨，以往生爲歸宿；藕益力主消禪歸淨，視淨土爲至極圓頓法門。在修證方法上，憨山和蓮池都以禪者身份參究念佛，注重在能念、所念的念上反觀、體察、究審，以明自心，但具體實踐中，憨山取念佛與觀想爲正行，蓮池則只取稱名與實相，不許觀像和觀想，以稱名念佛直貫實相念佛，由事一心而達理一心。藕益則站在天臺宗立場立論，認爲念佛三昧爲三昧之王，以持名念佛爲簡易、穩當，且能涵攝參禪與止觀，故念佛往生只需持名即可，無需參究。由憨山、蓮池、藕益，可以明顯反映出明末佛教由禪宗逐漸發展成爲普世性淨土信仰的邏輯過程。

i^[1] 西元 1546~1623 年

ii^[2] 《憨山老人夢游集》卷五十三、五十四《自敘年譜》

iii^[3] 《憨山老人夢游集》卷二十《淨土指歸序》

iv^[4] 《憨山老人夢游集》卷二《示優婆塞結念佛社》

v^[5] 《憨山老人夢游集》卷十八《答袁滄孺使君》

vi^[6] 《楞嚴經·大勢至菩薩念佛圓通章》

vii^[7] 《憨山老人夢游集》卷十八《答袁滄孺使君》

viii^[8] 《憨山老人夢游集》卷十八《答袁滄孺使君》

ix^[9] 《憨山老人夢游集》卷十八《答袁滄孺使君》

x^[10] 《憨山老人夢游集》卷十《答山東德王問》

xi^[11] 《憨山老人夢游集》卷十八《答袁滄孺使君》

xii^[12] 《憨山老人夢游集》卷十八《答袁滄孺使君》

xiii^[13] 《憨山老人夢游集》卷十八《答袁滄孺使君》

xiv^[14] 《憨山老人夢游集》卷二十《淨土指歸序》

xv^[15] 《憨山老人夢游集》卷二十《淨土指歸序》

xvi^[16] 《憨山老人夢游集》卷二十《淨土指歸序》

xvii^[17] 《憨山老人夢游集》卷二十《淨土指歸序》

-
- xviii^[18] 《萬善同歸集》（《大正藏》第四十八冊）
- xix^[19] 《竹窗隨筆》（二）
- xx^[20] 《憨山老人夢游集》卷九《示修淨土法門》
- xxi^[21] 《憨山老人夢游集》卷九《示修淨土法門》
- xxii^[22] 《憨山老人夢游集》卷九《示修淨土法門》
- xxiii^[23] 《憨山老人夢游集》卷五《示劉存赤》
- xxiv^[24] 《憨山老人夢游集》卷十《答山東德王問》
- xxv^[25] 《憨山老人夢游集》卷九《示念佛參禪切要》
- xxvi^[26] 《憨山老人夢游集》卷九《示念佛切要》
- xxvii^[27] 《憨山老人夢游集》卷十一《答湖州僧海印》
- xxviii^[28] 《憨山老人夢游集》卷十一《答湖州僧海印》
- xxix^[29] 《憨山老人夢游集》卷十一《答湖州僧海印》