

灵性冲撞

[美] 杰德·麦肯纳 著
鲁宓 译 张德芬 审校

张德芬 激赏推荐

你渴望真相，
如同一个溺水的人渴望空气吗？
如果不是，别读这本书。
假如你厌倦了灵修的旋转木马，
准备面对觉醒过程未加修饰的现实，
这本书就是你需要的。
灵性冲撞的开悟不是开悟的一种，
而是唯一的一种！
你必须踏出第一步，
脱离生命所在的轨道，
直线往真相、往真我冲去……

Spiritually Incorrect
Enlightenment

灵性冲撞

Spiritually Incorrect Enlightenment

〔美〕杰德·麦肯纳 著
鲁宓 译
张德 校



华夏出版社
HUAXIA PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (CIP) 数据

灵性冲撞 / (美) 麦肯纳著; 鲁宓译. —北京: 华夏出版社, 2014.7

书名原文: Spiritually incorrect enlightenment

ISBN 978-7-5080-8113-7

I. ①灵… II. ①麦… ②鲁… III. ①人生哲学—通俗读物 IV. ①B821-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第095261号

Spiritually incorrect enlightenment

Published by agreement with Wisefool Press through the Chinese Connection Agency, a division of The Yao Enterprise, LLC

Simplified Chinese Copyright © 2014 HUAXIA PUBLISHING HOUSE

All rights reserved

版权所有, 翻印必究

北京市版权局著作权登记号: 图字01-2012-5068

灵性冲撞

作 者 [美]杰德·麦肯纳

译 者 鲁 宓

责任编辑 陈 迪 王占刚

出版发行 华夏出版社

经 销 新华书店

印 刷 三河市兴达印务有限公司

装 订 三河市兴达印务有限公司

版 次 2014年7月北京第1版 2014年7月北京第1次印刷

开 本 670×970 1/16开

印 张 18.5

字 数 220千字

定 价 49.90元

华夏出版社 网址: www.hxph.com.cn 地址: 北京市东直门外香河园北里4号 邮编: 100028

若发现本版图书有印装质量问题, 请与我社营销中心联系调换。 电话: (010) 64663331 (转)

导读

身心灵作家 张德芬

这是杰德的第二本著作，主题非常明确，以《白鲸》疯狂的亚哈船长的精神贯穿全书，茱莉（第一本书中访问杰德的灵性杂志记者）的灵性自体解析的过程点缀其中，最特别的是它的开头，没有像第一本那样的一个诡异的免责声明，而是一个读者的抗议来信。

这名读者是一个非常正常的、典型的美国家庭主妇，以身为母亲以及社会的中坚分子为傲。她义愤填膺地指责杰德：“我读完了您的《灵性开悟：不是你想的那样》，真是气到想嚼钉子。虽然你以灵性为你的书命名，但它跟灵性毫无关系，而且令人非常困扰。我真希望自己从来没读过这本书，相信我，你若再写一本书，我绝不会买。”

然后她洋洋洒洒地述说她所认为的灵性的美好，慈悲与责任的重要，最后她还说，请杰德把她的这封信放在下一本书的前言，免得像她这样的人浪费时间去读。杰德在获得她的允许之后，真的这样做了。

这就是杰德。

他写书不是为了卖书，更不想讨好读者。他只想把他觉得可以分享的信息，介绍给那些有心的、真正需要的人。他不是想要惊世媚俗、沽名钓誉，他只是作为一个宇宙的通道，表达他所知道的、经历的，如此而已。至于读者想不想看，能不能接受，那是你们的事情。身为一个作家，我是非常欣赏羡慕杰德这种写作态度的。

一开场，杰德就有失身份地抱怨说他讨厌加州，尤其是洛杉矶。他描述了一群生活在“灵性生态”中的加州人，沉浸在天真的、梦想的、不敢正视真相的幻想中，过着盲目但是自我感觉良好的生活。杰德的介入与出现，对他们来说只是晚饭的余兴节目，不会激起什么涟漪。从旁观者的角

度来说，其实我觉得他们的生活也没有什么不好，杰德也说，如果话题不是“开悟”，你想做什么都行，就是不要挂羊头卖狗肉。这值得我们自己好好深思、反省一下，怎么生活不重要，重要的是知道自己在做什么，了解自己是被自我、玛雅控制的囚徒，这就够了。

书中有很多篇幅是摘录自正在蚕蛹里经历“化蝶”过程的茉莉写出来的充满激情的文章——她的灵性自体解析。茉莉采访杰德以后，对她多年来所深信不疑的灵性法则和信仰起了动摇之心，她开始一人独居于偏僻的度假小屋，面临崩溃，开始一一检视自己的信念和过去采访过的“大师”。整个过程真的像是“凌迟”：拿一把手术刀，一刀一刀把自己心灵里驻扎多年的、不实的、虚幻的信仰逐渐割除，包括她从父母、师长、社会、上师那里得来的所有二手资料和经验，她全部清除。这个过程也像是痛苦的大排毒，只是为时一年多到两年。书的最后，我们看到一个破茧重生、脱胎换骨的茉莉，戴着太阳眼镜问杰德：“一个新吸血鬼要如何跟创造她的老吸血鬼说话？”

哦，好吧。难怪杰德说“开悟”不是你可以“想要”的事，任何人想要开悟，都是对开悟有所误解。开悟是万不得已的，在你厌恶假相到了极点（还不是热爱真相哦！是厌恶假相！光热爱真相是不够的），除了体会真相，你什么都不想要了，这就是杰德版本的开悟。

关于很多读者对第一本书的反应和反馈，本书中借由一个帮杰德打工的黑人小男生柯蒂斯和杰德的交谈互动，展现了杰德的回应。下面这句话可以充分表达杰德的观点：“现实与真相存在，但杰德·麦肯纳无法表达，也没有读者能够了解。因此我在书中说，你们自己来看。那是唯一的回答。我知道不太合理。能够谈这件事的人没有一个说这是合理的。这是范式之间的隔阂。杰德·麦肯纳也许能够侃侃而谈那些可以被谈的，但杰德并没有比这张桌子更真实，他只能谈什么不是，而不是什么是。”说来说去，杰德还是鼓励我们“自己去看”，而不要听信任何（包括他）二手的讯息。

最后书中也有杰德回答媒体访问（这是非常少有的杰德接受媒体采

访的报道)，以及对一位“热诚”读者的来信的回复。喜爱杰德的读者应该很高兴可以从一个更人性的角度来旁观杰德，他回答那位读者来信的方式虽然绝妙，但是未免太决断。这位读者来信说他愿意奉献他所有的财产和自己给杰德，成为杰德的门徒。杰德嘲笑他说，他像那些把孩子丢在有钱人家门口的妈妈，自己无法照顾了，就丢给更好的人选来照顾孩子。杰德说，如果你真的是像你自己说的那样认真求道，那你就从现在开始，每天割一盎司的肉下来，直到你可以回答：“真相究竟是什么”为止。当然，最后杰德也说，不要真的这样做，但是他的用意在于：如果你真的那么认真，你会心急如焚地自己去寻找真相（因为真相只有自己可以体会到），不会浪费时间打坐、念经、找上师、看书什么的。所以，大部分说自己认真求道的人，其实都只是在拿求道当幌子，好让自己的美梦睡得更香、更稳。

这本书中杰德花了大量篇幅讨论《白鲸》，他认为所有对白鲸阐释、描述、研读、讨论的内容，都走错了方向，没有正中红心。他认为船长亚哈不是为了报复而追杀白鲸，白鲸就是阻挡他和真相之间的那座墙，所以他不惜一切代价要毁掉那个庞然大物。在过程中，他表现得毫无人性，对他人的苦难毫不关心，也不吝惜牺牲自己全部的船员，当然，包括自己的性命。这是一个比喻。是的，杰德版的开悟：不惜一切代价追求真相，除了肉体，全面性的自杀。这是他对文学史上最伟大的著作之一的诠释。

书中也提到了《薄伽梵歌》中被人误解的地方。他和一个研读《薄伽梵歌》的团体有了几次邂逅，发现这些人真的只是“研读”，在旁边欣赏、探讨这部伟大的史诗经典，但是，内容说什么跟他们毫无关系。他们只是继续沉睡，不去理解书中想要表达传递的信息。杰德认为，阿周那放下武器无法开战，其实是不想“牺牲一切”，而这场战役，根据克里希那的说法，发生在外或内都无关紧要，它是一场全面放弃与否的战争，难怪让当时最伟大的战士两脚发软，跪倒在地：“梦境状态中的所有执着都是由能量构成的。那种能量名叫情绪。所有的情绪，不管正面或负面，都

是执着。人类是情绪驱使的动物，所有的情绪都从一种核心情绪取得能量：恐惧。你无法正面对抗或斩杀恐惧，因为这是对空无的恐惧，对无我的恐惧。斩杀恐惧的欲望本身就是被恐惧驱使的情绪。面对恐惧，你只能臣服；凡是你所恐惧之物，就让它进来。你可以花一辈子斩杀执着的百万颗脑袋，然而永远无法向前一步。你也可以跟随情绪的能量，回到它的源头、它的巢穴，看到那头巨兽——光明之敌——的真实面目：

你的心。

那就是阿周那所看到的。因此，阿周那倒下了。”

我最不满意杰德的一点就是：他口口声声说开悟不是一个选择，大家不要追求开悟，但是他却一再宣扬真相的重要性，好像其他东西都是狗屎。所以每次看到亚哈船长的疯狂行径的时候，我心里都会有一些反感（或是羡慕？）。再加上茱莉最后说：如果我现在生下一个孩子，我是否会和它立刻有所连结？她的答案是：不会。她的孩子就像是别人生的一样。啊哈！这可不是我想要的人生，我相信大多数读者也是如此。虽然我们不能再鱼与熊掌兼得，但是杰德也指出一条明路：成为人类成人，这是大家想要的，也是他在第三本书中着墨甚多在描绘的。“仔细看看亚哈船长——突破原型。你准备好扮演那个角色了吗？不管你的答案为何，都不重要，因为那不是我们选择的角色。亚哈并没有选择那个角色，茱莉也没有，我也是。谁会选择？谁能选择？那是个白痴行径，很傻。然而，我在书中提到的人类成人，则是我们都可以选择的。人类成人是所有求道者真正想要的，而且不傻。”

想要成为人类成人，杰德认为一定要采取“第一步”，有一定程度的觉醒，而这通常是由一些事件引发的。请参考第177页他提供的图：从事件的发生，我们开始了英雄之旅的重生部分。最后，杰德也提出了一些像样的建议（我认为他的抛弃一切、六亲不认的说法是“不像样”的，呵呵）：

“肉体死亡，心灵诞生，并不等于开悟，但它们算是共乘了一段路。如果你想在自己的生命完成这种转变——在梦境之中醒来，摆脱我执的

绳圈，我建议你使用灵性自体解析加上热切的祈祷，两者互相加持。利用写作来找出并照亮你的虚假，发展出一种健康的自我憎恶。然后，这种情绪的力量会强化你的祈祷，而你应该祈求勇气与能力，让你得以找出并照亮你的虚假，如此循环下去。然后准备好接受冲撞。”

看了第三本书的读者就会知道，其实除了灵性自体解析，杰德还建议了“纪念死神”、“自我观察”等方法，但是无论采取哪一种做法，我觉得最重要的一点还是：“放下掌控的假相，臣服。”这是成为人类成人的绝对必要条件，也是我现在尽量在生活中实践的。

Ok，至少有点像样的事可以做。

译者序

我曾经也是个信徒，喝着道听途说的奶水长大，毫无保留地相信种种道听途说，鬼神、巫术、外星人、神通……无不照单全收，越神奇越好。

但到了某个时候，我突然发现，我只是一个闭着眼睛，被牵着鼻子走的人。而牵着我的人，也同样被牵着鼻子走。

所以我就睁开眼睛，不再重蹈覆辙，看清楚了道听途说的本质：外界的一切信息，必然都会先以道听途说的形式呈现，而我们都会先入为主地相信道听途说，也就是先假设听到的事情都是真的。这是人类学习语言，从小就被教养出来的习惯，而这也就是信仰的养成。

在生命旅途上，参加信仰旅行团很舒适，而且看似很安全，不会孤独，但我只能看到别人打造出来的一些表象，看不到真相，而且还会被带去买一些本来绝对不会想买的玩意。

现在我了解，生命本来就很好奇，实在不需要道听途说的渲染。一个人终究要走上自己的旅途，踏出第一步。

这也就是杰德·麦肯纳在灵性三部曲所强调的，“第一步”就是发现一个事实：你从生下来到现在所接受的一切信仰都是道听途说，都不是真相。只要是别人告诉我们的，而不是我们自己找到的，就是道听途说，而不是真相。

如何自己找到真相？杰德提供一个听起来像废话，但又无法反驳的简单方法：“坐下来，排除杂念，问自己什么是真实的，直到你确实知道。”

之所以像废话，因为它把真实与否的判断，还是交给了读者自己。建立判断真相的准则是每个人自己的责任。所以杰德不谈什么是真相，只谈什么是“非真相”。判断“非真相”的方法也很简单，就是去找出矛盾。只要有矛盾存在，就不是真相。而一切信仰都存在着矛盾，没有例外。

这趟探究矛盾之旅从既有的宗教信仰开始。一切宗教都建立在灵魂之

上，但是只要放下道听途说（天堂、地狱、轮回……），认真检验灵魂的说法，就会发现我们最多只能确定有意识存在（我思故我在），而无法证明这个意识能够存在于肉体之外（如果能证明，宗教就不会是宗教，而会成为科学）。

到底有没有灵魂？佛教很狡猾地用“二谛”理论来规避这个矛盾，在所谓的世俗谛大谈六道轮回，但在胜义谛则揭示无我与无灵魂。杰德·麦肯纳也很狡猾，他在本书中借用了马克·吐温的短篇小说来表达这个足以摧毁一切宗教的观点。但他还是有点孬，不敢自己说出来。因为任何人只要胆敢明确宣示无灵魂，就会吓跑九成的追随者。

检视了宗教信仰的矛盾，接下来就是检视杰德·麦肯纳的矛盾。杰德·麦肯纳三部曲中的矛盾显而易见（本书英文原名中的“incorrect”指的就是矛盾）：他宣称“无我”，但又说开悟后必须穿戴上“自我”才能活在世上；他要我们与幻相战斗，但又要我们接受宇宙的一切；他说宇宙是一只爱玩的大狗，但狗也会有咬婴儿的时候；他说宇宙会回应我们的问题与期望，这种心态难道不会创造出另一种上帝吗？他要学生质疑权威，但又不接受学生质疑他自己；他强调自己找出真相，但似乎又拥抱种种经不起检验的超自然说法（灵媒、外星人、能量疗法……）；他对于《白鲸》穿凿附会的诠释只能算是个人的创见，而没有真正的依据；在本书的结尾，他对裘琳的那些鼓励也似乎是在暗示着什么（也可能是我想歪了）。

这些矛盾处处可见，他似乎也不想隐藏。因为在这些矛盾的背后，是三部曲精心铺陈出来的矛盾之母：“一切皆假，唯我思故我在”与“一切皆真，唯自我为假”。

矛盾其实是重要的公案。要先清楚看到矛盾，才有机会剥离信仰。从最外层的种种信仰（宗教、习俗、政治、道德……）开始剥离，然后是中间的信仰（灵修、老师、麦肯纳……），最后才能够清楚看到最核心的信仰。只有先确立了“一切皆假，唯我思故我在”之后，真正的目标才会显现。这时候，你才进入真正属于自己的旅程，面对你自己的矛盾。这是你

独有的公案，你最坚固的信仰，你的白鲸，你的自我。

“我”究竟是什么？为何是这个样子？杰德·麦肯纳用他所发明的“灵性自体解析”来对自己下手。诚实地写出自己所有的憧憬，所有的遗憾，所有的伪装，所有的恐惧，所有看似不可能改变的自我特质，所有看似不可能化解的自我矛盾，陷入前无出路，后无退路的困境；一片黑暗，看不到光明；唯一的选择，就是像亚哈船长那样抱持着与白鲸同归于尽的准备……然后就在这种极端的绝望中，也许就会看到“一切皆真，唯自我为假”。

这就是杰德·麦肯纳的三部曲历程，没有怪力乱神，不依赖任何外力。当自我经过如此激烈的灵性冲撞之后，必然无法再保持原貌，想不改变都不行。也许就在这时候，看到了真相；也许，精神崩溃了。

我们不能排除，杰德的开悟可能是一种清明的精神崩溃，而佛陀的开悟可能也是如此。也许他们终究为自己的叛逆与孤僻找到了最好的理由。精神崩溃而又保持清明，也就是“无我”又穿上“自我”的矛盾。我们看到杰德在书中举出了不少极端的无常情况（跳伞意外、机车翻车、在酒吧被围剿、被警察追捕……），来示范脱下“自我”的可能，以及所谓的开悟到底该如何落实在生活中。

这也是杰德的三部曲所运用的另一个重要的矛盾：通常所谓开悟的大师不会自称开悟，而是要信徒们帮他说，这样大师才能戴上开悟的光环。但杰德·麦肯纳刚好相反，他一开始就宣称自己开悟，引起众人的怀疑与挞伐，因为要这样，大家才有机会明白：“开悟”始终都是道听途说。

读者来函

亲爱的麦肯纳先生：

我读完了你的《灵性开悟：不是你想的那样》，真是气到想嚼钉子。虽然你以“灵性”为你的书命名，但它跟灵性毫无关系，而且令人非常困扰。我真希望自己从来没读过这本书，相信我，你若再写一本书，我绝不会买。

你是否明白，如果大家都照你建议的去做，他们的生活将会大乱？也许你个人没有什么好失去的，但大部分的人都有。你好像活在一个童话世界里，觉得所有人都很有钱，而且来去自如，不需要跟老板交代，也不必在意家人、朋友与社会。你好像觉得一个母亲可以丢下子女，去追求灵性或鬼什么的。谁会这样做？为了什么？谁会想要这样呢？一点也不实际，根本不可能发生。

我对我的家人、朋友和社区都负有责任。我在一家庇护所当义工，并在社区里筹划捐赠食物给穷人的活动；我是我们教会的女性协会成员；我帮助我的孩子们做功课，给他们提供美味的食物和一个干净、快乐的家，他们会参加舞蹈、足球和音乐等课外活动来丰富心灵。如果你要我放弃生命中这些对我来说很有价值、很有意义的东西，就像把我珍惜的一切统统冲下马桶一样。这些都是真正的生活，你却说成只是舞台上的一场戏。实际点吧，你所谓的开悟，我称之为一场噩梦。

我无法想象你怎么能够、又为什么说出这些东西。只是为了卖书？就算你说的是真的，谁会在乎？真相又有什么了不起？我宁愿拥有我的家人、我的生活。在这里，我相信人人都可以透过仁慈、善意及开放的心胸得到真正的灵性。你的虚无主义与你的“空”知道什么叫作灵性吗？一个出书谈灵性开悟的人却承认自己连灵性是什么意思都不知道，我觉得真是荒唐。

所以，你的书也许可以卖得很好。我不知道为何有人会接受你所谓的灵性，它与生命中美好、良善的一切完全相反，与爱、神及家庭相互抵触，这到底有什么意义？没有嘛。连你自己都说没有意义，但你却呼吁读者放下一切，变成一个彻底的废物。我会对其他人的生造成无法挽回的损害，他们会怨恨我。为了什么？什么都没有。

从你的那本书前面推荐者的溢美之词来看，有人还真的相信你个伟大的灵性大师。我不认为你有一丝一毫灵性，我有幸见过一些真正开悟的人，但你完全不像他们。请把这封信放在你下本书的最前面，如此一来，那些像我这样的人就不会浪费时间去读你的书了。

（本文系华盛顿州西雅图的一位读者的来信，读者允许刊载来信，但要求匿名。）

目 录

Contents

- 导读 / 1
- 译者序 / 6
- 读者来函 / 9
- 1 远方幻影 / 1
- 2 加州大梦 / 2
- 3 假扮迪克 / 17
- 4 鱼的故事 / 22
- 5 灵性自体解析 / 29
- 6 那里没有绿洲 / 37
- 7 阴影潜伏者 / 41
- 8 不是你想的那样 / 43
- 9 极端清明 / 52
- 10 现在把我握在手中的人，无论你是谁 / 56
- 11 萨德侯爵 / 58
- 12 美国方式 / 64
- 13 激荡柯蒂斯 / 68
- 14 没有来世 / 79
- 15 突破原型 / 82
- 16 无法妥协的差异 / 94
- 17 梵歌生活 / 106
- 18 阿周那为何倒下 / 115
- 19 我将肢解那个肢解我的东西 / 120

- 20 阿周那为何再次站起 / 122
- 21 第一步 / 132
- 22 毁掉封住之物 / 137
- 23 让该来的来吧 / 142
- 24 欢迎负面心态 / 149
- 25 小混蛋 / 156
- 26 愉快地挨了几拳 / 167
- 27 绝对信任之心灵 / 175
- 28 劳工阶级英雄 / 176
- 29 鸟 巢 / 188
- 30 不信任所有诚实的家伙 / 194
- 31 各位，解除你的洗脑程序 / 198
- 32 有意识地活着 / 206
- 33 交响乐 / 209
- 34 最伟大的故事 / 213
- 35 蒙特利尔 / 227
- 36 尾 声 / 229
- 附录1 访问杰德·麦肯纳 / 232
- 附录2 禅与自我凌迟的艺术 / 244
- 附录3 曼纳哈塔 / 249

远方幻影

那个大怪物是永不屈服的，
你将会知道原因。
——梅尔维尔，《白鲸》

叫我亚哈。

然而实际上，我比亚哈船长更像亚哈船长。我是亚哈内在的现实，是那个虚构人物所依据的事实。亚哈船长是写出来的，是模拟真品的文学创作。

我就是真品。

大家可能认为，我们图书馆的书架上理应摆满勇敢男女奉献生命，无私地追寻真相的故事，但事实上，这种故事非常罕见，就算真的碰上了，我们可能也认不出来。梅尔维尔的《白鲸》并不是关于捕鲸、疯狂或复仇的，它说的就是下面这件事而已：人类不计任何代价地追求真相。亚哈船长不仅是个文学角色，而且是一种人类的原型，一种很基本但不为人知的原型。

这个世界是一个舞台，所有的男男女女都只是演员，而亚哈船长是最终的角色——让我们自由的角色。不管谁想要从二元的梦境中醒来，进入真实的存在，都必须先挣脱他们目前的角色，来出演亚哈的角色。一定要成为亚哈。亚哈是个狂热分子，完全专注于一件事，不顾其他，然而，这是脱离梦境的方法。

也是唯一的方法。

加州大梦

灵性大师是个谬误，就像其他东西一样。他的功用是让人从这种荒谬与不必要的状态中了悟或清醒过来。灵性大师的工作就像其他人的工作一样荒谬，懂吗？因此，它需要一点幽默感，或开悟的观点。

——达阿法哈撒

我讨厌洛杉矶。

好了，我说出来了。我讨厌洛杉矶，洛杉矶也讨厌我。

我不知道为何洛杉矶与我彼此嫌恶，但我必须承认我感到有点难为情。对我而言，洛杉矶是个不流动的区域，在这里，事情无法像我熟悉的那样流畅、轻松地进行。也许是因为我讨厌它才不流动，但我认为是它不流动在先。

我通常会避开洛杉矶，但如果搭飞机到洛杉矶机场就很难避开。亨利到机场来接我和克莉丝汀，他几年前曾在爱荷华那栋房子与我们共处了几个月。当他听说我要来时，就很热心地要接待我们。现在我们到了洛杉矶，而每次来这里，我心里总会冒出《加州旅馆》那首歌给我的那种不舒服的感觉：一旦住进去，就永远无法脱身。

克莉丝汀像是我的私人助理，算是吧。几年前，桑娜雅开始派人跟着我出去旅行，帮忙料理事情。我本来反对，但桑娜雅不听，现在我已经上瘾了。旅行助理的额外支出不算什么，但可以免去应付旅馆职员、租车公