

我

生命的体验与超越

王清兵◎著

我

?

生命的体验与超越

王清兵◎著

CS

湖南人民出版社

本作品中文简体版权由湖南人民出版社所有。
未经许可，不得翻印。

图书在版编目（CIP）数据

我：生命的体验与超越 / 王清兵著. —长沙：湖南人民出版社，2018. 11
ISBN 978-7-5561-2057-4

I.①我… II.①王… III.①自我—通俗读物 IV.①B017.9-49

中国版本图书馆CIP数据核字（2018）第225199号

WO? SHENGMING DE TIYAN YU CHAOYUE

我? ——生命的体验与超越

著 者 王清兵
责任编辑 杨 纯
装帧设计 谢俊平

出版发行 湖南人民出版社 [<http://www.hnppp.com>]
地 址 长沙市营盘东路3号
邮 编 410005

印 刷 湖南省汇昌印务有限公司
版 次 2018年11月第1版
2018年11月第1次印刷
开 本 710 mm × 1000 mm 1/16
印 张 13.75
字 数 200千字
书 号 ISBN 978-7-5561-2057-4
定 价 51.00元

营销电话：0731-82683348 （如发现印装质量问题请与出版社调换）

前言

一

经过史前漫长的群类演化，尤其是近数千年文明的发展繁荣，人类这一有智生物，凭借其强大的适应能力、探索欲望和创新精神，已然以绝对稳实的姿态立于地球之上。与其可以追索的先祖相比，当下的人类不再忌惮地球上的其他任何物种，也不再被常规的自然灾害所钳制，那些曾经光鲜的图腾慢慢暗淡，那些过往喧嚣的神祇渐次隐去。在人类看来，唯有自身才是这颗蔚蓝星球的真实主宰，无须祭品和朝拜，人们尽可旁若无它地享有历代文明支撑下的现代生活。

较之于几千年前，人类生活的丰富程度确已不可同日而语。粗略从衣、食、住、行、娱、性等主要范畴来看：

衣上，原料、织法、裁剪、色彩、图案、设备的发展创新和相互结合，每年可生产出包括从皮衣大氅到蕾丝内裤在内的千万种服饰，它们适时应季地丰富着商场，充塞着衣柜。

吃上，来自海、陆、空的各类食材，在或传统或创新或私房或公厨等不同形式的烹饪料理下，衍生出极其丰富的菜肴食点。而工业化的助力，更是令副食的产品线得以细分和延长。这些食饮，饱足着众生的肚腹，激爽着食客的口舌。

住上，随着建筑理念的成熟、装饰水平的提升、家用设备的发展，

那些城市的楼房、郊区的别墅、乡下的庭院和山野的木屋，无论它们是家宅还是客店，都有可能在物理功能上被营造得更为宜居，也从而更有利于人们保障安全、舒爽居住。

行上，经纬不再只是划分地球的概念，而是实化为飞器的轨迹、舟船的航线、车行的大道以及步行的小径，并已将地球织连得细密复杂，人们不但可以快速穿梭于各个聚居的城市，而且还能造访极其偏远的山野。

这种空间交通的便利，加之信息交互的快捷，极大地丰富了人们的“娱”。一方面个体可以出门去亲近更广阔的自然，体味更多元的文化——包括音乐会、书画展、舞台剧、竞技赛以及各种民风民俗等；另一方面，即便是宅居着，人们也能通过信息技术所提供的另一套耳目感官，去在数字互联的世界里巡游天下、声色犬马，而不再只是寄情于现实中的花鸟鱼虫、琴棋书画。此外，娱的丰富、行的便捷和信息的通畅，又会促进人与人之间的联系和交往。

于上观之，文明的进展已为当下生活提供了极其丰富的可能，而且这种可能并不需要多么雄厚的权富来加以保障，事实上，一个中国的中产家庭就能得享上述所列举的较大部分。这种多彩生活的普遍可得性，若在古代帝王看来，定会愤然不平。然而，还有更令其艳美的现实，那就是随着医疗技术和健康产业的快速发展，人类的平均寿命得以有效提升，更多的人可以在更长的生命周期中健康地享有丰足的生活。

这些生活丰足、文明提升的现状，要是放到古希腊神话的意境中，无疑意味着诸神对人类的退却——人在多个领域从神的手中接过了权柄；而从中国的传统思想来看，则是天人某种程度的相合——因着思想的趋近，人从天处领略到更多造物的真相。显而易见，权柄的获得并非神的赏赐，真相的知晓也不是天的恩惠，文明的进步实乃人类自身精神汇流和努力践行的结果。正是人类智慧的历代叠加与多族交融

所形成的巨大推动力，促成了科学技术的进步和社会分工的细化，从而支撑起人类文明日渐丰满的身躯。

首先，因着科技的进步——其本质是对能源的高效利用和对工具的持续创新，人类得以跨越石器、青铜器、铁器、蒸汽、电气、原子等阶段而进入到信息时代，并在人口大规模增长的同时，实现了物质上的极大丰富。

其次，伴随着科技的发展，人类的社会管理能力也获得较大提升。那些原始的杀戮、强权的奴役、阶层的压制似已远去，当下，即便是一个数千万人的超大城市，也能运行得井然有序，人们基本上可以各司其职、相安无事。这意味着，以产业延展为推动，以法制健全为保障的社会分工，正使得人类的自我管理越来越有效。

或许，这些还只是一个新时代的开始，展望不远的未来，科学技术在不同领域（尤其是生物科技、资讯互联、仿生材料、人工智能、虚拟现实等）快速发展后的交融，必会令人们的口腹之欲、情感之需、智力之载获得前所未有的满足。而公民社会的真正到来，又将为这些满足营造出更加有保障的权利环境。

二

如果此时你正慵懒在都市的露台，一边通过电子终端理事会友、观世娱情，一边品着珍馐香茗，沐着暖阳和风，那么，在某个悠然惬意的间隙，你会不会庆幸那刀耕火种的艰辛、铁血战国的蛮腥、不知有汉的闭塞都已尘封为历史，又会不会期待那物质更丰饶、身躯更自由、世界更通透之崭新时代的到来，并因此而由衷赞叹人类智慧的伟大呢？

也许，你并不能肯定。因为，同样是坐在这个露台，有太多次，你看到的是雾霾掠藏了落霞，闻到的是尾气污秽的晚风。每逢此景，

你总会想起家乡那日益酸化的土壤和几近干涸的池塘，以致为自然环境的恶化而深深忧虑。当然，令人担忧的不止是环境，在你刚刚浏览的网页中，就充斥着各种触目惊心的标题，既有少年犯罪、婚姻危机、贫富分化、群体对立、贪污腐败、庞氏骗局等社会现象，又包括恐怖袭击、文化入侵、贸易剥削、金融劫掠、政权颠覆、地缘冲突等政治话题。由此可见，整个人类社会并没有看上去那般和谐有序，社会生态实是风险暗藏，甚至是“动物凶猛”。

你索性合上电脑，闭上眼睛。然而隔壁隐约传来觥筹的喧嚣，你知道，其中定是弥漫着酒水激荡出的荷尔蒙与烟雾搅扰起的多巴胺。蓦然，一种复杂的况味涌上心头，那是繁华都市里的孤独，功成事竟后的空落，潮流裹挟下的疲累。在那么一个瞬间，你开始悲悯而不再指责那些衣食无忧却自杀弃世的人们。毕竟，在这欲望都市之中，又有多少人能够真正实现内心的平静与充盈呢？比较而言，或许《诗经》中的天真率性，“桃花源”里的怡然自得，甚至铁血时代的大义温情，会更加有利于心灵的生长吧！

难道，历经几千年文明的发展，人类的精神却还在走着迷宫吗？这不由得让人对未来科技的可能爆发而深感不安。

毋庸置疑，物质的丰富、个体的自由、社会的有序——这些现代文明所必不可少的条件，确实要拜赐于科技的进步。但也不容否认，当下的人类又因着科技支撑下的社会发展而衍生出诸多复杂的问题。这些问题归结起来无外乎：人类与自然的关系问题——环境与生态的恶化；人与人的关系问题——个人恩怨、家庭纠葛、组织摩擦、社会矛盾、族群冲突以及国家争端；个人与其自身的关系问题——从众为己的智性有余，独立超然的精神不足，以致较难反观自我、无处安放其心。

在这里，文明的进步和问题的存在，其实正是物质思维之双刃性的两面。物质思维，强调的是空间的、范畴的和属性的，通俗来讲就是：

太阳是太阳，月亮是月亮，水是水，火是火，你是你，我是我，你的就是你的，我的是我的……也因此，它认为系统就是个体的组合，即大的范畴包含小的范畴，小的空间组成大的空间。即便我们这一智慧生命，在物质思维看来，也只是由粒子、分子、细胞、组织、器官等各范畴之物在空间上逐级叠合成的肉体及其功能罢了。此种思维，因为把握住了自然物理、个体生理、群体社会等维度世界的规律，故能在历史实践中极大促进科学技术的进步、医疗水平的提升以及社会管理的完善，从而奠定其在人类思想领域的统治地位。

然而，物质思维对事物之空间、范畴、属性的过于强调，又必然会导致个体仅从躯体功能的角度来看待自己的生命，而只顾追求自我感受的满足——生理的舒爽、情感的愉悦、智性的畅快，却不知其内在精神之中还有无限超越的可能。当这种对“我”的关注，以及由此所派生出的对“我”的看重，于个体过于强烈，于社会过于普遍时，就会形成诸多“我”与“他”“她”“它”之间的对立和冲突，进而又衍生出“我家”与“他家”“我族”与“他族”“我国”与“他国”乃至人类与大自然之间的矛盾。

由此可见，所有问题的根源，实是物质思维主导下个体自我认知的偏颇。唯有超越物质思维，去更全面、更本质地认识“我”，个体才有可能构建出健康的自我关系。而只有当众多健康的自我关系汇聚成社会的主流时，人类的诸般问题方有解决希望。否则，即便你能通过引力波观察到遥远星系十几亿年前合并时的绚烂，却感受不到源自内心的力量和来自同类的温暖，又徒唤奈何？

三

那么，如何才能更本质、更全面地认识“我”，以便为健康自我关系的构建乃至其他关系的改善创造条件呢？这，正是本书的使命。

本书聚焦于生命个体，首先基于“活着”这一客观现实，从人们诞生的子宫出发，循着历史必然性与事件偶然性相交织的演化主线，去向人类长河及自然天地中追索当下个体存在的缘由，并提出万有皆是“能化”的宇宙观。

接下来，为了探究智慧生命的本质，我们将社会的人置于“解剖台”上，层层剥离那些包裹：除了事功的“外套”、角色的“衣着”之外，还要剖析让个体具有思维、情感及生理特征的功能肉体，甚至连血脉结点也不保留。最后，智慧生命唯一剩下的就只有人性和其经历的时空了。而以宇宙自然演化所形成的人性，去践行那段属于自己的独一无二之时空的能力，就是每个人的“真我”本质。回头来看，之前的那些层层包裹，只不过是这个“真我”用来张扬人性的载体罢了。

可以说，充分张扬出人性，正是每个“我”此生的根本使命。人与人的本质差异，也就是在于各个个体在生命践行中对人性的张扬程度不同。那么，又如何来衡量这个张扬程度呢？这就要看个体体验境界的高低了。

有鉴于此，本书系统地提出了“体验论”，认为人类的生命体验可以划分为基础性体验和超越性体验两大范畴。其中，基础性体验包括器性体验、感性体验和智性体验，这是人们普遍拥有的经常性体验，里面隐含着生命的巨大诱惑，可以为人活此世提供最原始的动力；超越性体验则包括理性体验、意志力体验、道德力体验和灵性体验，这是只有少数人能够达成且较为短暂的体验，但其中却蕴藏着生命的真正美妙，正是它们在召唤着众生的灵魂。

以上所有的体验范畴，其实都存在于人性之中，千万年以来不曾改变，千万年以后也不会改变，这是人之为人的根本。而个体的崇高使命，就是要在扎实的生命体验中实现超越，去向更高境界的体验范畴，乃至借助灵性体验完成与宇宙终极的对话，这即是人性的张扬。

体验范畴。这是因为，众生多被基础性体验的诱惑裹挟，内心无法于欲望的起伏中获得平静，又怎能听闻到更高境界的召唤呢？不幸的是，物质文明的快速发展，更是为基础性体验提供着越来越丰富的载体，这进一步加大了它们对个体的诱惑，也必然加重个体体验境界超越的难度。这就是为什么数千年来，虽然人类文明取得了极大进步，但群类的整体精神却依然在原地徘徊的根本原因。

为此，本书在深入分析各类体验的同时，也尝试给出体验超越的现实路径。这一路径不是飞身琼楼，而是纵身俗海；不是旋梯逐级直上，而是山路崎岖蜿蜒；不是个体的特立独行，而是群体的熙攘向前。也因此，怎样在日常俗海中获得理性升华，如何在崎岖人生路上欣赏风景，又怎么在社会的熙攘中相互助力、彼此有序，就成了生命体验的关键。如果上述这些能够做到，即便个体达不成最高的灵性体验境界，其自身使命和群类价值也是可以实现的。若再进一步，这样的个体能壮大成主流，那困扰群体的各种紧张关系必会获得有效缓解，人类的未来也就有了真正的希望。

正如书中所言，在浩瀚的物质宇宙中，我们都是微不足道的尘埃，但这些“微尘”却是可以思想的，而当个体的思想能够包含万物、关乎众生乃至触及宇宙的大道时，那他（她）就可以超越物质的自我，从而成就其精神的伟大。基于此，以上的话和后续的文，也自是一粒不甘微尘之微尘的欲跳脱物质思维之思维的努力而已，将之罗列于此，只是希望这些努力能够引发有利于人类未来的思想共鸣和行为共舞，并以为幸事。

目 录

前 言 / 001

第一篇 活着——造物的偶然与必然 / 001

第一章 我，何以活着 / 002

“我”从何来 / 003

人从何来 / 007

来从何来 / 011

第二章 活着的，是何 / 017

事功的“我” / 018

角色的“我” / 020

思想的“我” / 023

性情的“我” / 025

身体的“我” / 028

血脉的“我” / 031

何谓“真我” / 034

“真我”的意义 / 038

第二篇 体验——活着的动力和使命 / 043

第一章 基础性体验 / 044

器性体验 / 045

感性体验 / 049

智性体验 / 053

智性的驱动 / 058

第二章 理性体验 / 063

理性的条件 / 064

范畴与性理 / 066

众理与大道 / 070

无践行，不理性 / 076

第三章 超理性体验 / 079

意志力体验 / 080

道德力体验 / 084

第四章 灵性体验 / 089

神秘的灵性体验 / 090

灵性体验的门径 / 095

生死的灵性意义 / 100

第三篇 发展与均衡——生命体验之道 / 105

第一章 体验的发展——张扬出人性 / 106

体验的发展路径 / 107

体验的生命践行 / 111

体验的时节特性 / 115

第二章 体验的均衡——蜿蜒成风景 / 119

外在境遇的因应 / 120

诸类体验的协同 / 124

各种体验的取舍 / 129

第四篇 立己而利他——人生价值之本 / 139

第一章 立己的阶梯 / 140

器性独立 / 141

感性成熟 / 144

智性发展 / 148

理性生存 / 152

超越理性 / 158

第二章 利他的途径 / 162

克己以节 / 163

施人以慷 / 166

交处以礼 / 169

教化传世 / 173

事功济民 / 178

第三章 人生的账本 / 183

“我”的资产 / 184

物的负债 / 188

情的往来 / 192

人生的结算 / 196

生命的绸缪 / 201

后记 能化 / 205

第一篇

活着——造物的偶然与必然

看到这些文字,就意味着开始了一种沟通。这种沟通或许只是单向的,然而只要愿意且够及时,在这样一个日益村落化的地球,你我总是有机会谋上一面的,那样我们就可以坐下来,然后在品茗闲适中展开面对面的交流,而不需再借助如下的文字。即便,我不幸逝去,在这个资讯皆可存档的时代,依然能够找到我曾经活过的确凿证据。

之所以赘言这些,无外乎是想说明一个事实:你我都是真实的存在——从我的角度来看,自己是主体,你作为沟通对象算是客体;相反,于你的角度,你是主体我是客体。当然,你可以借助“庄子梦蝶”来质疑眼前的真实,但无论是庄周醒着,还是蝴蝶梦着,彼时彼刻的当下对身处其中者而言,则无疑都是客观的存在。

若是不再怀疑眼前的真实和彼此的存在,我们就有可能来探讨以下的问题了,那就是:作为真实存在的你我何以就活在了世上?这个活着的你我,其本质又是什么?

第一章

我，何以活着

“我，何以活着？”对于有着生命尤其是思索功能的人类而言，这应该是一个自然而然的基本问题，但现实中并非每个人都想过，至少绝大多数人不曾为之深入地思考，他们更多地是将注意力集中到死上去了，往往因死而悲、为死而虑。然而孔子有言“未知生，焉知死”，这里的生即是“活着”，而在活着之前还应有个诞生之“生”。确实，“生来”是活着的起始，“死去”是活着的终了，这是极其简单的因果逻辑，若是不知道生从何来，活为何事，又怎能明白死当何安。因此，在“生来”“活着”“死去”这生命的前后两点与中间一线之中，我们有必要先来探讨一下“生来”，它正是“活着”和“死去”的前因。

“我”从何来

毋庸置疑，你我都是从母亲的肚子里“生下来”的，然后通常又被各自的父母抚养长大，接着谋事打拼、成家立业、生儿育女……在这一生命过程中，有着许多确凿的证据。比如我，持续的记忆是从四岁开始，我能够为自己作证，现在的我就是从那个四岁的男孩长大的，至于四岁之前，则可以由父母、接生婆和许多长辈作证，他们会言之凿凿地指出：这个孩童，确实诞生于他母亲的子宫。

母亲的子宫，以前就像是个黑匣子，让人怀疑造物主会不会在里面偷偷动手脚。现在随着各种成像技术的发展，如果父母愿意，几乎可以记录下胎儿孕育的整个过程。过程神奇而有趣，能够在十个月内演绎完人类亿万年来进化。

从受精卵分裂开始，到第三至第四周，胚胎就像条小鱼儿，手足部如鱼鳍，心脏也似鱼一般的是个腔管；到了第六周，胚胎会拖着一条长长的尾巴，很像大多数的哺乳动物；等胎儿到了第二十一周，则细细的体毛密布，其胎毛生长方式极似类人猿的亲戚——猩猩；时间终于过去了四十周，此时所有的返祖现象尽皆消失，一个脑部发达、具有若干复杂生理系统功能的胎儿已然成熟，他（她）此时正等待着子宫口的开启，以便降临到这个世界。

人的这一孕育过程，似乎蕴含着无限的慧智巧思和鬼斧神工，令人叹为观止，然而它就是真切无疑的客观现实。由以上健全的证据链条可见，