

禪與超意識



港台書室

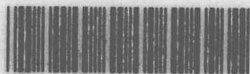
B946.5

968

禪與超意識



于東輝著



760909

序

禪，作為生命的體現與諸佛的心印，它含攝一切又超越一切；是一切法的內涵而又離一切法的名言施設。禪是手段，是方法，是過程，也是目的。禪的訓練表現為手段方法，禪的實踐表現為過程，禪的受用表現為目的。三者看起來似乎有次第，實際運用則是渾然一體的。

有人把禪比作生活的點綴品，說禪就像茶几上的一盆花，牆壁上的一幅畫，菜餚中的調味品。我不那樣認為。我覺得禪就是禪，禪與我們的生命是一體的。如果要強作解人，勿寧說禪就是我們的生活的本身，不應將禪與生活打成兩橛。唐代南泉普願禪師說「平常心是道」，龐居士說「神通並妙用，運水及搬柴」，都生動地描述了禪就是生活的境界。當然，要實證禪的生活，在生活中受用禪，必須經歷一個參究與契入的過程，以達到意識的超越、般若的開顯。

于生東輝所著《禪與超意識》一書，試圖從禪的原理、禪的本質、禪的方法等幾個層面，並運用心理分析的方

法，說明禪與超意識的關係。我相信，通過作者的探索與體會而寫成的這本書，對於弘揚中華禪學，開發人人本具的智慧，從而達致人心的淨化，社會的祥和，是會有所裨益的。

于生今年二十三歲，好學不倦，勤於思考和寫作。他對佛法有所信向，更喜愛禪宗一法。他年輕好靜，每天早晚堅持靜坐讀經，也常在報刊上發表一些文章，是一位自學成才的好青年。我覺得在當代青年中，像于生這樣自甘澹泊、厭喧取靜的人並不多見。

由於他的勤奮努力，默默耕耘，終於初獲成果，寫成了這本有關禪的書；並得「明窗出版社」的襄助，使此書有面世的機會。這是值得慶賀的。因為作者還年輕，特別是對佛法的理解沒有經過系統的訓練，加之書中涉及的領域又相當廣泛，所以，我並不以為這是一本圓滿無缺的著作；但年輕人勇於探索、勇於實踐的精神是應該予以充分肯定的。

所以，我樂意寫這篇序文，以酬于生千里問序的盛意，並表示我對此書面世的隨喜讚歎。

中國佛教協會常務理事，《法音》、
《佛教文化》、《禪》三雜誌主編

淨慧

一九九一年二月三日
於北京廣濟寺雲水齋

目錄

緒論

- 一 突破精神分析之圈
- 二 人類意識的新發展——超意識
- 三 發展與選擇

第一章 禪的原理



- 假設
- 方法
- 三 結論
- 四 禪——一種生活形式

第二章 禪的本質

- 一 禪的交流

第三章

禪與人類發展

- 二 參禪的方式
- 三 參禪的具體形式

- 一 禪與人腦兩半球
- 二 悟的解析
- 三 修的解析
- 四 統一・融合・發展

第四章

禪病與超意識

- 一 禪病與人本心理學
- 二 禪病與人類精神
- 三 禪病與人類生理
- 四 禪病對治法

第五章 禪與意識進化

- 一 內氣修練與超生理態
- 二 意識與潛意識
- 三 意識發展與「超人」
- 四 平衡與內在統一
- 五 意識修練與超意識的出現

145 147 156 160 167 179

第六章 超意識的本質

- 一 夢——對精神分析學說的修正
- 二 超常感知能力系統
- 三 真覺思維
- 四 超常作用能力系統
- 五 超意識的本質

185 189 198 209 216 224

緒論

在人類精神領域的發展長河中，人們通常將意識作為認識世界與自我的主要工具及人類精神的主體。到本世紀初，佛洛伊德等人所建立的精神分析學說，又深刻地揭示了人類精神的另一層次——潛意識，從而科學地提出了潛意識與意識的雙重層次理論，為人類研究、認識自我開闢了一個新的途徑。

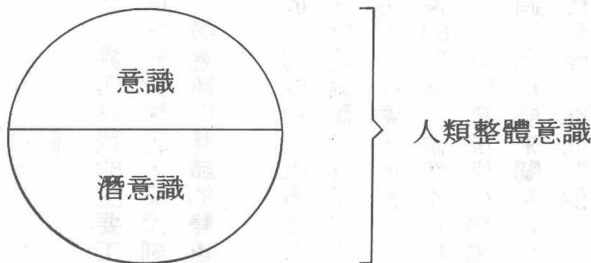
在當代，精神分析理論已經滲透各學科領域，並獲得了很大的成功。但有那麼一部分人的心中，卻情不自禁會產生這樣一個疑問，即精神分析理論難道就是對人類意識的最完善的分析嗎？圍繞着這一疑問，人們作過一些努力和探索，但都只是單純地站在精神分析理論的基礎上，試圖去突破精神分析理論的局限，當然不可能取得重大的進展。所以，有些學者就開始借助古老智慧的光明，來照亮現代思想困惑的暗區。如印度學者室·奧羅頻多曾在其著作中一方面通過現代科學來闡明古代智慧的深刻內涵；另一方面則借助古代智慧來發展與完善現代科學，從而開闢了一條研究人類精神的獨特途徑。

在中國，古老的文化寶庫中同樣閃爍着令人眩目的智慧之光芒。尤其是中國特有的禪學理論，是建立在印度佛學的基礎上，結合中國古代的哲學思想所創建出的一系列的人類精神理論，從而能夠為現代科學的研究提供更多的啟示。所以，以下就通過禪學與現代科學的比較、研究，來闡述人類的發展與未來問題。

一 突破精神分析之圈

在精神分析理論中，人類整體意識是分成意識與潛意識這兩個層次的，因而可以形象地稱之為精神分析之圈，如下圖：

這種雙層意識理論，是由於引入了「潛意識」這一重要概念，而使人類意識研究產生了一個重要的轉折點，從



而解釋了許多單純用意識理論所難以解釋的心理現象。如佛洛伊德曾舉出這樣一個例子：

「某個奧地利法院的院長在一次開庭時說：『先生們，我承認合法的出庭人數，所以，我宣布閉庭。』」①

按照通常的看法，院長之所以將開庭說成閉庭，是由於發音器官的誤讀，而不會是說話人的本意。但佛洛伊德從潛意識角度出發，從而發現這種口誤是潛意識在意識層次的表現，這也就說明院長已經厭煩每天例行公事的開庭，並在開庭時就想到了閉庭，所以就在潛意識的作用的引導下，說出了這種表達內心意願的口誤。當然，這一切都是在不被意識覺察的情況下出現的。這樣，佛洛伊德及其後繼者們，由於從潛意識角度出發，從而揭示了許多心理現象的本質。但由於精神分析理論是從對精神病人的研究基礎上發展建立起來的，也就很難對人類整體意識作全面的分析並很難有一個全面的認識。於是，當佛洛伊德將人類整體意識比喻成一個浮在水面上的冰山時，就只看到了水面以下的部分，而沒有看到水面上的那將要生成的部分，從而也就沒有認識到人類意識的新發展——超意識，這一神秘而又充滿魅力的

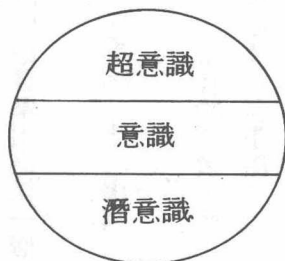
新領域。

在古代與現代的一些著作中，人們對超意識問題有過種種猜想。但人們很難想象在中國古代的禪學思想中早已對超意識問題作過深刻的研究，並獲得許多獨到的見解。所以，從禪學角度出發，來研究超意識問題，就有可能突破精神分析之圈，從而建立人類意識的三層次理論。

建立這一新理論，就能夠更全面地認識人類自身，使人類自身的發展，有新的起點與新的高峯。

二 人類意識的新發展——超意識

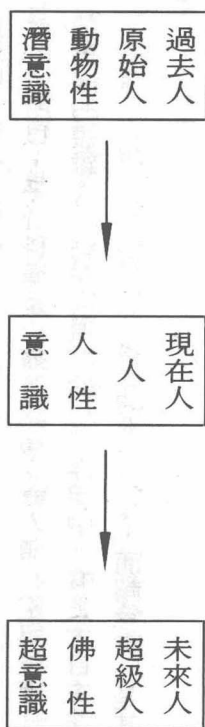
科學哲學家拉卡托斯認為，真理就是處於證實與反駁之中。所以，在論述超意識問題之前，先來看看對超意識問題的證實與反駁。



人類的整體意識

從人類發展的歷史來看，人類絕不是起點，更不是終點。所以，早在人類智慧的黎明時期，就有一些哲人在思索着人類的過去與未來。從而終於產生出成佛成聖的種種幻想。如西方的上帝、印度的佛祖、中國的神仙等就是這種思索的結果。

當然，從現代科學的眼光去看，其中存在着許多荒誕的觀念。如著名哲學家朱熹在論述人類起源時，竟認為「天地之初，如何討個人種。自是氣蒸結成兩個人後，方生許多萬物」②，從而不可能正確地認識自我與世界。但其中也有許多值得現代人矚目的閃光思想，如禪宗的成佛論，如果能與現代科學相結合，就能夠較完整地論述人類的過去與未來。見下圖：



從這種人類自身發展理論來看，可以認為超意識的出現，不僅是可能的，而且是必然的。所以，系統科學家拉茲洛認為：「人類心靈與技術社會，同時都在進化，朝更高的複雜性，朝在同環境的相互作用中、有更大自主性和活力的方向進化」。這樣，人類精神就猶如一永恆的進化旋律，而超意識正是其中一個最強音符。

當然，就像集體無意識這個概念所遇到的困難一樣，超意識問題也有許多難以解釋的疑問，其中主要一點就是何謂超意識？

當翻開各種心理學、哲學的著作時，就會發現要完整地解釋這個問題，是非常困難的。首先，正如佛祖所言：「若以色見我，以音聲求我，是人行邪道，不能見如來。」③一樣，超意識也是很難用語言文字來進行解釋的，這也正是道安禪師所著《心王銘》中所要說明的事實④：

「觀心空王，玄妙難測。無形無相，有大神力，能滅千災，成就萬德。體性雖空，能施法則。觀之無形，呼之有聲。為大法將，心戒傳經。水中鹽味，色裏膠青，決定是有，不見其形。心王亦爾，身內居停，面門出入，應物隨情。自在無礙，所作

皆成。了本識心，識心見佛。是心是佛，是佛是心。身心性妙，用無更改，是故智者，放心自在。莫言心王，空無體性，能使色聲，作邪作正。非有非無，隱顯不定，心性離空，能凡能聖。」

在這段銘文中所闡述的無形無性，有大神通而又不能解說的「心王」，實際上就是超意識概念的較原始解說。而且，從中還可以看出超意識（或心王）是一種存在於人類意識層次之上的新的意識層次，並具有「能滅千災，成就萬德。體性雖空，能施法則」的超常能力。道安禪師因而稱之為「心王」，是有一定根據的。但從現代科學的角度來看，道安禪師的《心王銘》由於受時代的局限，未能揭示超意識的本質。所以，以下就結合現代科學的研究成果，立足禪學基礎上認識超意識的基本特性。其中，主要有這幾方面：

第一，超意識是建立在潛意識和意識基礎上的新意識領域。

意識與潛意識領域曾經引導了人類過去自身的發展，但面對新的環境、以人類發展自身的需要，就有必要在潛意識和意識基礎上，建立與發展一種能夠適應人類發展需要的新的意識領域——超意識，來克服潛意識與意識所存在的弊端，來發掘

人類自身的潛能，從而使超意識成爲一種更完善、更進步的意識層次。

第二，超意識是一種能夠通過特殊修練而得的人類意識層次。

人類自從產生以後，不必經過特殊的鍛煉，就能獲得意識與潛意識能力，如符號交流能力、邏輯思維能力等等。這說明意識與潛意識已存在於人類本性的結構中。但超意識則不同，不通過各種特殊的修練而獲得這種超常能力的人是極少有的。超意識只是潛在地存在於人類本性的結構中，它需要人們作長期不斷的修練才能出現。如在禪宗中，爲了獲得超意識能力，常常需要相當長時間的艱苦修練，甚至付出生命。因此，奧羅頻多認爲超意識的出現，「只能由一革命性的個人努力，或改革性的普遍進步而達到。」於是，超意識就成爲一種具有神奇能力的超級意識形態。

在佛教中，將超意識所具有的神奇能力，歸納爲「六通」。

(1)神境通：即達到了身隨意轉的神奇境界。如修練者能在一瞬間運行數千里，這也就是神境通的具體表現。

(2)天眼通：即不通過眼睛，而能透視到事物本質的超常視覺能力。如果能通過

天眼超越事物表面的限制，就產生了透視功能；而超越地理空間的限制，就產生了遙視功能；再如果能超越時間的限制，並帶有很強的能量，也就達到了天眼通的最高境界——佛眼。

(3) 天耳通：就是不通過耳朵，而能聽到世界與歷史中的各種聲音。如遙聽、神聽等超常功能。

(4) 他心通：就是通過自身的意念感受來知曉他人內心的意識活動。如觀心術、以及某些思維傳感等等。

(5) 宿命通：就是能夠知曉自身及一切事物發展歷史的神奇能力。如預測、先知、以及能夠知曉人類歷史的過去等，都是這種能力的表現。

(6) 漏盡通：這是「六通」修練的最高階段，也就是能夠完全擺脫人類器官的限制，達到一種全知全覺的奇特境界。在佛教中，只有極少數的人，才具有這種神通。

以上這種種神通充分說明，從古代開始，人類就在探索潛藏在種種神通之中的超意識的本質。