

心学六品

真心



/ 上 /

雪漠
著

雪 漠 心 学 大 系

真心

心学六品 上

雪漠 著

图书在版编目 (CIP) 数据

真心 / 雪漠著. —北京: 中国大百科全书出版社, 2017.7

ISBN 978-7-5202-0106-3

I. ①真… II. ①雪… III. ①心学-通俗读物

IV. ①B244.8-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2017) 第148193号

出 版 人 刘国辉

责任编辑 李默耘

责任印制 魏 婷

封面设计 一千遍工作室

版式设计 **U-BOOK**

出版发行 中国大百科全书出版社

地 址 北京阜成门北大街17号

邮 编 100037

网 址 <http://www.ecph.com.cn>

电 话 010-88390603

印 刷 北京君升印刷有限公司

开 本 880 毫米 × 1230 毫米 1/32

字 数 662 千字

印 张 37.625

版 次 2017 年 7 月第 1 版

印 次 2017 年 12 月第 2 次印刷

定 价 96.00 元

本书如有印装质量问题, 请与出版社联系调换

西部文化系列

李海

总序 我为什么研究心学？

雪漠

1

中国大百科全书出版社想出版我的心学书系，这成了我谈心学的一个缘起。

这世界，有两样东西，令人目眩神迷参详不透，却又止不住探寻追问，一个是浩瀚的宇宙，一个是深邃的人心。尤其在中国传统文化中，关于人心的学说与研究是千古以来的核心议题。作为中国文化的三条重要之根，儒释道对中华民族国民性格的形成起着重要的影响，它们相互影响，你中有我，我中有你，彼此吸收，彼此促进，让中国文化呈现出了“三足鼎立”之气象。虽然，在不同的历史时期，各自所占据的话语权，所展现的形态，所起到的作用不同，但对整个人类文明的发展和促进，都注入了不可低估的力量。儒家文化注重人格的训练，注重积极入世，注重对社会的改造，故，中国历史上几次大的变革和动荡，儒家思



想对于安抚人心，平定秩序，维持和谐，起到了重大作用。而道家文化，相对儒家而言，注重“避世”，强调“无为”，注重个人的修养和升华。佛家，在两者的基础上，在看破、放下的同时，追求终极的解脱和超越。这三种传统文化无论其表象差异如何迥然，根本宗旨都在于教人如何完善人格，实现真正的快乐和自由。且三种文化都认可同一个着眼点，即一切答案就在自己的生命本体中，跨越和超越，不在外界，不在彼岸，而在人心。故而，心性的修养成为中国传统文化的共同核心和基本契合点。中国文化，虽然名相不同，体系不同，究其根本，都是在叩问自心，在自己的心中找一切的答案，寻觅生命的真谛。

谈心性，有朋友会想到“心学”。我们知道，“心学”一词，由明代大儒王阳明首度提出，他将中国的儒家文化提升到了一个新的学术高度。他所倡导的“良知”“知行合一”等理念影响了很多人的，由此，“心学”成为了世界性的一门学科。但关于心性的学说并非儒家所独有，儒学、佛学和道家思想在心性论上，皆有深造，对于心性的定义、心性二者之间的关系等问题都有独特见解。

儒学的心性论在先秦时期就出现了性之善恶的争辩，孟子认为人之性善，荀子认为人之性恶，杨朱认为人之性善恶混。尤以孟子的心性学说为典型，孟子提出了“四心”之说，认为人天生具有的四心决定了人性本善，心性不二，强调“尽心知性”，仁、义、礼、智是人心中本有的东西，将其充分发挥出来即可。

在早期儒学经典中，处处可见正心诚意的主张，非常重视人格完善。汉代董仲舒提出“性三品论”，把人性分为圣人之性、中民之性和斗筭之性，东汉荀悦也持类似观点。因汉代经学大兴，儒风发生变化，偏离了心性学说，直至魏晋时期，玄学盛行以及佛学渐兴，儒学的宗主地位更加不稳，仁义道德学说和心性学说处于失落状态。唐代韩愈、李翱立足儒学本位立场，反对佛老，重兴心性之学。韩愈在《原道》中大声疾呼重振仁义伦理道德，为儒学道统正本清源，重视正心诚意，其在《原性》中排开孟子性善论、荀子性恶论和杨朱性善恶混论，而是续上了董仲舒和荀悦，更加明确阐发了“性三品”学说，且肯定仁义礼智信道德是人与生俱来的，只是在三品人性中分配比例不同，上品之性是善性，下品之性是恶性不可改，中品可善可恶，可以导而上下。宋明时期，儒学的心性学说有了新的体系——宋明理学。此时，儒释道三种哲学在长期的交锋与共存中，早已互相渗透，互相交融，宋明理学虽以儒学为正宗，其实已不可避免地沾染了佛学和道家的气息，尤其是受佛学心性论很大影响。朱熹虽然将心分为“道心”和“人心”，但还是说心只有一个，人欲和天理的比重决定了心是“人心”还是“道心”，至于心之体——性，则无不善，有善有不善的是心之用——情。而从陆九渊“万物森然于方寸之间，满心而发，充塞宇宙，无非此理”以及“宇宙便是吾心，吾心便是宇宙”的振聋发聩之语，再到王阳明“心外无物”“知行合一”“致良知”，创立了心学，儒家的心性论终于



上升到了前所未有的高度。

佛学中的心性论，准确地说应称为佛性论，佛学典籍中有很多关于“心性”的阐述，但在佛学传入中国且本土化的过程早期，佛学惹人关注的首要兴奋点并不是心性论，而是因果报应论和般若空论等内容，并因为形神关系导致了儒学和佛学之间的大争论。自东汉佛家传入中国起，排佛者与信佛者就开始了持续争论，争论核心是形神关系和神灭神不灭，排佛者否定轮回与因果报应论。至南北朝时期，终于引发了一场高规格的大争论，无神论方以范缜为代表，作有《神灭论》《答曹舍人》，理论水平空前绝后。争论的结果虽无输赢，却促使佛学将关注点渐渐转向了心性论。佛学心性论完成于禅宗，禅宗的根本要义是“明心见性，即心即佛”，此心是无分别无执之心，此性是本来清静之佛性，心性不可分割，且人人皆有佛性。所以，禅宗六祖慧能提出“众生即佛”，其依据便是佛性作为人人皆有的先天因素，存在于每个人的心中，只要能识得此心，见得此性，便可成佛。

如果说佛学的心性论是佛性论，那么道家的心性论则可称为道性论。表面看来，道家的心学没有形成明晰的知识体系，没有形成一门显学，其影响力也不如儒家文化，因为道家心性论并不是直接谈人的心性，而是以道为引，再延伸到人的心性。所谓道法自然，实际上是道性自然（自生自化自成），这种自然之道落实于人，即为人之自然心性。从老子的本然自然到庄子的本真自由，道家心性论的特征，其实非常鲜明，着重于自然之性和真

常之性，元初而完整，无法使其增益，也无法令其减损。人的自然之性必定显于人的心，由人心也可看出人之性，因此，道家所推崇的心性境界正是老子反复强调的自然无为，及庄子心心向往的逍遥游。另外，道家关于心学的精华，其实都融汇于道家的训练之中了。全真教之后的明清道教，对心性谈得较多，但多着眼于训练。在心性的修养上，道家注重明道、修道、得道，注重本体智慧的开发和妙用，以“无为”为核心，以虚静和齐物为方法，弃绝机心，追求达到致虚守静的自然境界。当一个人真正得“道”之后，他自然就明白了宇宙的整个运行规律，就洞悉了真理的奥秘，也就真正会入世做事了，这就是老子所说的“无为而无不为”。

不难看出，儒释道三者都注重心性的训练，虽然表现形式各异，但都是以心为本，以学为养，让人慢慢成为君子、贤人、真人、圣人。因此，对于“什么是心学”的问题，从广义层面讲，关于心性的学说，即为心学，包括阳明心学，也包括近当代的一些心学，我倡导的大手印心学也属此列。每一种心学存在必有其理由，能否发扬光大，对人类社会和人的心灵起好作用，既需要乘时顺运，更需要靠实力和内涵说话。

以阳明心学为例，阳明心学从宋明理学中分化而来，理论基础不可谓不厚实。宋明理学从周敦颐开始，经张载，到二程（程颢、程颐），在二程这里发生了分歧，程颢认为心即是理，修行路线是由内而外，程颐认为理是本源，在人心之外，修行路



线是由外而内，格物致知。继而朱熹继承了程颐，成为理学之集大成者；而沿着程颐的心学路线，经过谢上蔡、张子韶等人不断发展，最终由陆九渊开启了心学门径。王阳明集心学之大成，继承改造了孟子心性学说和陆九渊心学思想，并吸收了佛学禅宗和道家的精华，创建了一种独具特色的新儒学——阳明心学。阳明心学包含三个重要论题：“心即理”“知行合一”和“致良知”，分别解答了“心是什么”“如何修心”和“修心的最终目标”这三个问题，是一套相当完备的哲学体系。阳明心学在明代中后期时影响已经很大，甚至远播海外，日本和韩国都有阳明心学的继承发扬者。尤其在日本，心学在明治维新时爆发了力量，为日本近代化之路贡献了大力，正如梁启超所言：“日本维新之治，心学之为用也。”但在中国，明清之际阳明心学渐渐衰落，整个近代时期也处于沉寂状态，直到近些年，阳明心学才有点“春风吹又生”的势头。

在阳明心学之后，民国时期的贺麟先生又提出了“新心学”。他是黑格尔的研究专家，深受西方哲学的影响，在中西方文化的基础上，贺麟先生将“心学”研究加入了世界元素，他提出“心物合一”“心理合一”，是现代新儒家倡导者之一。遗憾的是贺麟新心学并未完成体系建设，也未能继续展开和深入，作为“唯心主义”思想派别，很快就在唯物辩证哲学前失去了自己的声音，无人继承，研究也甚少。在当代中国台湾，也有一支新心学，名为“盘古心学”。这一心学最典型的特征在于，它脱胎

于阳明心学，依然立足于儒学本位，但大大扩大了思想学说的吸纳范围，吸收人类各种宗教与哲学，为其所用。包容了儒释道三种哲学思想、分析心理学、海德格尔存在哲学等，试图消弭阳明心学的一些弊端。此外，还有各家各言对于阳明心学的解读和阐发，有力图重兴阳明心学者，也有借阳明心学抒发自我者，在这个传统文化复兴大潮即将兴起的时代，人们对于心灵学问的兴趣和重视，是令人欣喜的。

2

笔者心学书系中提倡的大手印，是对中国传统文化心性学说的一种探讨和补充。

儒释道的心性训练，都有顿渐两种方法。如果说朱熹的理学是渐法，那么王阳明的心学则是顿法；道家的丹道若是渐法，那黄元吉的心法则是顿法；佛家亦然，一般的止观双运，若是渐法，大手印和禅宗则是顿法。而无论顿法渐法，佛家训练的实质，都离不开心性。心外无佛，心外无法，所以，诸多宗派，名相虽异，心髓为一，抓住实质，便能提纲而挈领了。

大手印是佛家心性之学的精髓，梵文mahamudra，字面义为“大印鉴”或“大符号”。它强调直观自心，而不是经由善巧法门认知自心。佛家法门如海，有八万四千之称，猛一看，纷繁复杂，色彩纷呈，令人眼花缭乱，但其本质，不过“心性”



二字。而所有的佛家礼仪，或神秘莫测，或质朴无华，或繁如乱丝，或简朴如掌，究其本质，也不离心性的修养和训练。心性训练，贯穿了所有佛家礼仪的始终。所以，佛学某种意义上也可以称之为心学，而强调直指心性——直接呈现人类心性训练所能达到的最高境界——的大手印学说，无疑是佛家心性之学金字塔的塔尖。

大手印的理论基础是佛家的般若部经典，如《大般若经》《金刚经》《心经》等等。如《心经》中的“照见五蕴皆空”“色不异空，空不异色。受想行识，亦复如是”，便是典型的大手印智慧；《金刚经》中的“一切有为法，如梦幻泡影。如露亦如电，应作如是观”，是大手印的最好注脚；而“过去心不可得，现在心不可得，未来心不可得”“应无所住，而生其心”，更是大手印教授和妙用。

据实践方法的不同，大手印可分为三种：

一是实相大手印。若是实践者或研习经论得悟，或得到师授明心，明白真如之理，进而契入，即可与实相相应而证得实相大手印，如大乘佛家所说的圆顿止观、一行三昧等等。天台宗以“一念三千”“三谛圆融”的性具说为诸法实相；三论宗以“无依无得”的空理为诸法实相；华严宗以随缘之真如为诸法实相；法相宗以“圆成实性”为诸法实相；小乘以“我空”之涅槃为实相；大乘则以“我空”“法空”之涅槃为实相。禅宗由参话头、坐禅、观心、棒喝等方便法门入手，而明心见性，也属于实相大

手印。

二是和合大手印，是属于生命科学，以训练气脉明点为基础，系无上瑜伽部之密法，经灌顶后，得师传授，由生圆二次第入手，观想本尊，持诵真言，或修宝瓶气，或修拙火幻身，或经双运，达到身语意三寂，了悟心性，而证得自性光明。

三是光明大手印，它属于大手印顿入法。若是具德上师得遇上根弟子，上师观机缘成熟，直接让弟子明白心性。它有点像两个电脑之间的数据传递，也有点像老祖宗说的“与君一席话，胜读十年书”。

笔者是传统大手印文化的传承者和实践者，曾用二十多年时间学习和实践。对于这一文化瑰宝的博大精深，我总是叹为观止。在过去的几十年里，笔者一直对儒释道文化情有独钟，深深沉淫，并着力思考。三家经典都是我的案头书，对其中的许多智慧，我进行过认真学习，也有过扎实的实践。跟一般学者不一样的是，我是学者兼实践者。对各家的心性学说，我进行过长达二十多年的学习和实践。而在三家里，笔者对佛家心性之学着力最多的原因，是因为它在训练自己的心性，对治自己的毛病，战胜自己的欲望方面更直接、更有力量。

在人类心性之学的智慧大海中，大手印是最质朴的浪花之一，是离我们的心灵最为接近的一种文化。作为哲学，它超越名相，无论是宗教的教派名相，还是诸多的二元对立，都是它要扫除的东西；作为实践，它注重心性修养，是现代人的安心之法、



铸心之术，也是东方心性学说在今天时代的生命实践和生活妙用。然而，对于它，时下的人们还有些陌生。

因为全球化浪潮的冲击，一些优秀的传统文化，今天都已濒临被湮没的边缘，像凉州贤孝，像大手印学说，像那些已如风中残烛般的民间善文化。一方面，许多当代人陷于热恼和焦虑，不能自拔，他们非常需要心灵的滋养；另一方面，那些有益的文化滋养却早已尘封，无人问津了。在心灵滋养的供应和需求之间，出现了明显的断裂。

时下，为心灵问题困扰者日众，我们老是听到一些大学博士跳楼自杀之类的新闻。我发现，今天人们的身心已产生了可怕的两极分化，物质的十分富有和精神的极端贫乏形成了鲜明的反差。我认为，在科学高度发展的同时，人类应该从古老的东方文化，尤其是佛家文化和中国传统心学文化中汲取能有益于心灵的养分。

我曾在《羊城晚报》上发表的《大善铸心》一文中，谈到了我的这一观点：

多年来，我研究了世上十多个有名的宗教，包括基督教、伊斯兰教、印度教、耆那教以及佛家的几乎各种流派。我深入到了它们的支流和深层。我不仅仅是在研究，更是在实践印证。我想从宗教中汲取一种能滋养人类灵魂的养分。宗教被制度化之

后，已成为一种远离真理的教条化存在。不少宗教在被制度化后都失去了其本有的精神，成为另一种意义上的枷锁和镣铐。宗教的真正精神是追求绝对自由，即任何外现都干预不了的一种独立的主体性，也即佛家所说的“心气自在”。这里的“心”代表意识和精神，“气”代表物质和肉体。任何非主体性的外现和存在都干预不了那主体的自在，这才是精神意义上的解脱。所有宗教的终极目标都是自由。基督教的灵修和伊斯兰教的近主训练都是这样。当然，宗教被制度化后，就会远离这种精神。繁冗的教条使宗教变成了心灵枷锁，而世俗的欲求又使宗教成为另一种“买卖”。数以亿计的信仰者，其目的，仅仅是想用那点可怜的信仰铜板，换来金山般的福报。所以，我说：

“真正的信仰是无条件的。它仅仅是对某种精神的敬畏和向往。信仰甚至不是谋求福报的手段。信仰本身就是目的。”……在哲学的教条化、宗教的制度化、文学的功利化之后，我一直在寻找一种新的东西，它能汲取宗教、哲学、文学、艺术的营养，但又能超越母体；它抛弃宗教之制度化，抛弃哲学之繁琐化，文学之虚浮化，成为一种能直指人心的东西；它简单、澄明、干净、质朴，超越名相，能春雨润物般为灵魂提供一种滋养。



这，便是笔者研究心性学说的缘由之一。

笔者在心学书系中所讲的诸多内容，便是对传统心性学说的集中展示。笔者依托传统大手印的传承与实践，打破教派局限，汲取了儒释道文化中关于心性训练的滋养，并结合自己的实践体验，进行了系统地研究、扬弃、消化和实证，重新整合，独成体系。

跟一般的经典或是学术著作不一样的是，本书系侧重于两个方面：一是关于心性的修养与训练。因此，本书拒绝所有长篇大论的理论，拒绝了生僻深奥的词汇，同样拒绝了训诂考据。它试图直指人心，既具备世界观和普世性意义，又具备实践论和方法论的意义。二是系统地介绍了鲜为人知的大手印心性学说，使本书具有了人类学和文化学的意义。

笔者将对心性学说的研究分为六个部分：“明心性品”“悟心性品”“观心性品”“修心性品”“印心性品”“契心性品”。同时，因为方法论和妙用的不同，笔者的心学书系又分为《初心》《明心》《归心》《文心》《用心》《慧心》《炼心》《印心》等，它不是简单地采摘拼装，而是对传统文化取其精华，剔其糟粕，有世界观，有方法论，有机融合，有扬有弃，有体有用，有教有证，或能对和谐社会起到有益的作用。

除了解决自己的心灵问题外，笔者对心学的研究，还源于

一个作家的责任感。

多年来，有个追问的声音一直萦绕于耳：为什么人类历史中那么多的哲学家、思想家、政治家、教育家都在谈“心学”，而直到今天，为啥人类心灵上空仍充满物欲？为啥因心灵问题导致的仇恨和灾难仍层出不穷？为啥我们的世界仍被贪嗔痴笼罩？

表面看来，人类有着诸多的优秀文化，包括过去的心学，但是为什么一直在解决人类的心灵问题上力不从心？物欲为啥总是横流？人心的下滑为啥不可遏制？问题究竟出在哪里？

这类问题，在小说《西夏咒》中，我也进行过追问。

我说过，一种学说、文化和思想的诞生与传播，会直接影响整个时代的思潮和风气，会左右人类对人生观、价值观、世界观的选择和判断。它会世代传承下去，它会对人类的心灵、命运、行为的改变，有着潜移默化的作用。

所以，我总想站在更高的境界、更广的视野中，来重新审视我们的文化。我们更需要一种与时俱进的眼光，来擦去蒙在文化上的历史尘埃，让它焕发出新的光明。

我发现，我们的心学，如果缺少一种超越智慧的观照，如果缺少老子提倡的无为之心，而盲目积极而功利地去进取，反而会违背自然，违背大道，成为执著和物欲的助缘，也会让人类的历史血流成河，布满血泪。

我常常追问，信奉阳明心学的日本人，他们的良知，为啥没有拯救被他们屠杀的三十多万南京人民？他们的良知，为啥让