

---

# 從唯識和心理學角度談「情」——情執與慈悲

## 二〇一八春節達摩書院禪修心得報告

文/王涵實

二〇一八年二月十八日我參加了達摩書院的禪七。

初次去達摩書院，那是一處隱於偏僻山谷中的幽靜之地。沒有圍牆，也沒有明確的院落，書院就這樣處在遍滿各種不知名野花的山坳中。現代化的房屋建築、精心鋪設的鵝卵石小徑、種滿果蔬的菜園、間或幾棵果樹、亭台、水池……人居生活與自然環境和諧一體，同修們都說這裡是陶淵明筆下的「世外桃源」。曾多次聽張公尚德老師說「當今，最重要的是建設一個能讓人悟道的清淨道場。」達摩書院應該是老師數十年「孤寒貧露」心血結晶吧。我和我先生把這一片漫山遍野、安靜祥和而又充滿生機的地方叫做「花地」，每逢早晚、餐後、課間，同修們都會在花地中散步經行，或者釋放身心的緊繃，或者思考自己的問題。

現今仿生和機器人技術極度發展，人類的識性極度發達，不論是滿足人類對自我生命探索的訴求，還是電腦科技高度發

展的需要，人們較以往更加急迫地想要了知「心、意、識」究竟是怎麼回事，心理學和腦神經科學成為人們關注的熱點。確實，要透徹生命的奧秘，只有首先搞清楚自己身體、心理和意識到底是什麼，才能了知身外物質和社會環境到底是什麼。從這方面來說，「唯識學」就極其重要了，在唯識的經、論上，常說「生因識有」、「萬法唯識」、「心生種種法生，心滅種種法滅」、「轉八識成四智」……，這亦是從人的「心、意、識」入手，進而參透生命和宇宙的真諦。

非常幸運，本次禪七張公尚德老師以年邁之軀為大家全篇講解「唯識學」的一部大經《解深密經》，是唯識宗最為重要的經典之一。唯識學中極其重要的概念「三性」、「三無性」就是釋迦牟尼佛在《解深密經》中闡揚出來的。

宇宙、身心……，一切相、一切法，皆有此「三性」：

- 一、遍計所執性(妄執於一切假名安立，以為實有)；
- 二、依他起性(主觀與客觀因緣和合，無明緣行，萬法則生)；
- 三、圓成實性(在心物基礎上，而又超越心物的平等真如、本自圓滿)。

從古至今，世人皆迷於「遍計所執」和「依他起」，不認「圓成實」，故釋迦牟尼佛為世人指點迷津，演說「三無性」：

一、相無自性(遍計所執的假我、假法之相，雖有、非真，並無特有的、永恆不變的性質存在)；

二、生無自性(一切均是依他起的因緣和合而生，正因係因緣所生，自然無自性可言)；

三、勝義無自性(證得諸法本自圓成實，又不執於圓成實，不即不離，此勝義亦無自性可得)。

這些文字，彷彿與「純理論」或者「掉書袋」沒有什麼不同，但如果真正懂得其中涵義，並結合自己身心加以體會，那感受和作用就截然不同了，正所謂「外行看熱鬧，內行看門道」，這是「門外」和「門內」的區別。

張尚德老師師出於哲學大家殷海光和方東美，又以文字非常深奧的唯識學帶領學生，許多人會以為張老師是位學者，是有高度思辨能力的哲人。可實際上老人家已經超越了哲學、語言和邏輯，而不過是以哲學語言和邏輯為方便法，引領學生回歸生命本身。同樣是講解經文，張老師的「禪七」並不同於學校裡的「授課」。老師的攝受力很強，若真能聽得懂老師所講，自然證量上也會有所契入。修行講「理事不二」：若真是「理」上明了，「事」上就會證到、行到；而若真在「事」上證到了，「理」上自然也會契達。

七天時間中，眼見好多學員發生非常大的身心改變。以我先生為例，平時他為大量的事物和交際所累，很是煩惱疲憊，卻在漩渦中不能自拔。就在老師講「萬法無自性」時，他突然意識到煩惱也無自性，內心緊繃扭曲之力瞬間鬆解並放下了。用他自己的話說「不知道我放下了什麼，也不知道是如何放下的」，他只是瞬間從心的枷鎖中解放出來，無比的輕鬆愉悅。我想，那一瞬間，他應該就是放下了「遍計所執」吧！在老師法語的滋潤和智慧光芒的加持下，他的「出離心」種子已經萌芽，同時也種下了菩提的因。

下面再談一下我自己的感受。

第一天進入書院鼻竇炎就發作，每天流好多黏鼻涕。至第五天，竟逐漸有大量黏白痰咳出，我並無身體病痛之感，這些反應只是一種清理和調整。一方面我確實有慢性呼吸道疾病，另一方面中醫講肺部主憂惱，主要表現在對別人的成見和不喜歡。如此可見，除了身體素質欠佳，自己的我執和分別心也比較嚴重。經呼吸道排泄出去後，我明顯感覺身心清淨好多。

禪七潔淨莊嚴，法語甘霖在不知不覺中洗滌每個人的靈魂。進行到第六天和第七天時，老師對整部《解深密經》做了最為重要的開示：「萬化由己；處處芬芳；信即隨緣。」我

的心中一片光亮。

既然老師講：「勝義諦是無分別、無變異、遍一切一味相」、「在一切中超越一切，而又不捨一切」、「自他不二」、「無量無數的諸佛菩薩、智者先賢、祖師大德都在超時間、超空間中與我們、與宇宙萬物同在」，那麼我唯一要做的就是安靜地將全部身心放掉，完全放棄身體覺受和思維計度，放棄主觀意識最深處的「我之為我」的自我認知，將身心徹底交付給老師、交付給先賢大德們攝受。逐漸地，一直被緊抓的身心慢慢消融了，「我」的概念隨之消失。靜坐的人是我，也不是我；或者是法脈傳承的老師們，是諸佛菩薩；抑或誰都不是；甚至抑或連靜坐這檔子事都不存在！若說有個什麼，只有「相應」。「相應」個什麼？不能說「有個什麼」，卻全部萬有盡在其中。那一堂的靜坐就是這樣度過的……

第七天上午放參了。午休半夢半醒之間，我的意識裡在焦急地找尋一個人，那是我最親近和依戀的人。奇怪的是，那人竟不是我的血親，父母和孩子，而是我的丈夫！模模糊糊中，我非常的驚慌和失落。睜眼看看，我先生就在我的身邊，可我並沒有脫離恐慌後的釋然和喜悅，而是對面前的丈夫毫無親近之感——這個我依戀二十多年的人雖然就在我面

前，現在對我而言卻彷彿若路人，我對他完全沒有感覺了。我仍舊彷徨急切地要去找我意識中的那個人。

呆呆地，過了好長時間，我終於意識到：世上哪裡有我「丈夫」這個人啊！他只存在於我的意識中！我愛的人原來並不是這個同我少年戀愛，共同生活二十年的「我的丈夫」，卻是「我執」及其變相和延伸的「情執」的幻化之物，只是意識的遍計所執依緣而起的假象。誠如《解深密經》所言，原來我不過是抓住自己的執念不放罷了。

這一刻，情愛的火焰熄滅了。隨之而來的，對以往意識中習以為常的生活方式和對人、事、物的認知，我竟感覺如此陌生和彘扭，那些曾與我密切相關的種種，現在卻似與我根本沒有多大的關係，就像昨日的一場夢一樣。原來這林林總總，都被蒙上了我按照自己主觀心意編織的彩紗，哪裡有一樣是真實而客觀的呢？回過神來，內心平靜如水，一切人事物都是平等平等，何來的冤親好壞呢？意識經此變化，真有恍如隔世之感！

張老師是搞唯識的，張老師也是一位大禪師，他的接引手法深不可測。他直接從一個人生命根根——識陰下手。佛在《解深密經》中說，「阿陀那識甚深細，一切種子如瀑流，

我於凡愚不開演，恐彼分別執為我」，對羅漢和緣覺二聖，佛恐為其所執，尚且不輕易演說「阿陀那識」，可見破除識陰障礙、轉識成智是多麼困難。人對自我、對周遭世界的認知，全靠其識性。如果一個人的識性發生巨變，就如同徹底變成另外一個人。常有報導，腦部外傷或人受重大刺激後，其喜怒哀樂等性情大變，有些嚴重老年癡呆症患者不認識家人，甚至都不知道自己是誰，都是其識性改變的後果。

釋迦牟尼佛之所以偉大，在於他並不是「封閉或者破壞」人的識陰，而是「超越」識性，將其轉為「智慧」：先將第六識轉為「妙觀察智」、第七識俱生我執轉為「平等性智」，從而第八阿陀那識轉為「大圓鏡智」，耳識、眼識、鼻識、舌識、身識轉為「成所作智」。有六識、七識的轉變為因，才有前五和第八識的轉變之果，其中尤以第七識「俱生我執」的轉變為最重要，但也最是難以破除，因為俱生我執具有「恆審思量我相隨」的特點，永不停息地、牢牢地抓執住「我」，然後按照「我」的習氣好惡，指導第六意識進行分別判斷，進而指揮前五識、操縱五根，妄行造業。如果能逐漸破除第七識的障蔽，則平等性智初現。一方面，改變對人事物的偏見和不滿；另一方面，會放下黏著的情執。只有如此，才會破除使我們流轉生死的根

本無明——情欲的執著——這種通過「性」表現出來的，對生的無明衝動。也只有如此，才有可能獲「法界體性智」，即所謂「出三界、入法界。」

人的心理是很深、很複雜的，遠不止我們平時用於感知、思維和記憶的「明了意識」。對精神的研究有幾方面的困難：

其一，現代醫學更多集中在腦神經功能區域劃分和對各種感知反應作用機制等解剖結構與生理過程，而對記憶、思維、情感和人格等深度意識的研究還是初淺的，更枉論意識的根源和其運行方式了。

其二，假使科學家們通過試驗獲知了人的認知和心理作用的機制（且不論是否可能），但若不能使人回歸於親身體驗並做自己心意識主人的話，那就妄談解決社會問題的效益。這些成果對公眾而言，不過是望梅止渴罷了，梅子的滋味卻無從品嚐，只是數他家財寶而已。

其三，唯識學作為佛法最寶貴的思想精義，其奧義深刻精闢，甚至到了近於晦澀的程度，使學者難於一窺門庭。更何況，那些艱澀難懂的文字還只是對身心體驗的描述，究其根本還是要人去實證和體驗本地風光，因為這才是佛法終極目標——探究身心和生命的本質，否則禪宗就不會以唯識大經



《楞伽經》作為歷代印心的依據。若無實證，那唯識理論也不過是乾枯的文字和思辨的遊戲罷了。

即便精神分析極為困難，但在心理學發展的領域中，卻有兩位卓絕的大師，弗洛伊德和榮格。他們對人的精神做了深刻的揭示，領引著現代心理學研究。

重要的是，他們的理論不是源於思慮和推理，而是根植於真實的親身經歷和身心體驗。正是這些親身體驗，使弗洛伊德敢於在那避諱公開談性的時代，冒天下大不韙，提出並堅持「潛意識」和「性壓抑」學說；而榮格批判宗教，涉足於神秘主義、印度佛法、中國道家與禪、煉金術甚至巫術。他的心理學思想太過深邃，跨越主觀意識而深入到無意識領域，以至於既難容於作為神職人員的父親，也不被充滿「科學思想」的大腦們所理解。正如榮格晚年自己所說「我的一生，是一個無意識自我實現的故事」，他的思想就是他自己的精神體驗。不論這些經驗是否符合普世標準，對一個人而言，精神本身都是從不作假的。一念為魔、一念成佛，意識就是這樣在每一個當下，如實地反應一個人的生命境界。

弗洛伊德把人的一切心理來源，追溯為因壓抑而難於進入明了意識的「潛意識」及與生俱來「性欲望」，這是心理學

研究中最為突破性的進展，他的著作《夢的解析》和「生的本能——力比多(Libido)」理論被奉為經典和最重要的學說。弗洛伊德所說的「潛意識」、「性欲望」和唯識學中使我們流轉生死的第七識「俱生我執」一致，為「生命初起的一念無明」。張公尚德老師將之精確地描述為「牢牢抓住不放的、盲目的、生之欲的衝動」。性，是人之生的動力，雖然每個人都已掙破胎膜而出，但這一念無明就如同一層無形的「粉紅色胎膜」，牢不可破地罩住我們。帶著粉紅色的迷幻，人類塑造了一個情、意、欲的世界。這層意識深處的胎膜是勘破生死、開啟智慧最根本的障礙。欲破除此障是極為艱難的！因為遠在色陰生起之前，生生世世的「癡」根種子已深種於阿賴耶識中，一有機緣，無明緣行便已無法阻擋；更遑論我們具有肉身之後，荷爾蒙和六根配合，更加完全被覺受所控而無力自拔，因而生生流轉，不得掙脫。

某種程度上，弗洛伊德認識到了性的「俱生我執」是生命重要的起源，但卻不知道「潛意識」及「性欲望」的根源和如何而生起的。也就是說，他仍未突破此俱生我執的蒙障。一個人無論對意識的研究多麼深刻，只要他還被「俱生我執」所困，就無法掙脫「我見」的束縛，仍會強烈的樹立「自我觀念」

的壟斷性和權威性，這是導致他和榮格這對師徒出現矛盾進而割裂的根本原因。

弗洛伊德的心理學理論框架早在百年前就已為西方世界所熟知，但和他同時代的精神分析大師榮格的思想，卻是在近數十年才逐漸受到重視。榮格的作品極為豐富，思想廣博深邃，但主要面向醫療工作者，所以即便在西方，對一般讀者而言，榮格的著作也相當的艱澀難懂。而中譯本所涉內容更少，可以說榮格的心理學思想尚未真正被國人所認識。下面僅就我的一點點淺識，說說我個人的理解。

榮格支持弗洛伊德的「潛意識」和「性欲望」等觀點，但不完全認同他精神分析的結論。弗洛伊德認為「靈性來源都是受壓抑性慾的表現」，如果缺乏直接證據，就一併將其歸為精神性性慾。對此觀點，榮格突破了他的老師弗洛伊德幾乎權威式的限制，他認為：一方面，即便力比多是生命的起源和啟動因素，但仍有更為深刻的意識作用參與其中並為其根源（榮格把它稱為如海水一樣無法計數，也無好壞善惡標識的「原型」），他認為將力比多稱為「欲望」比「性力」更加貼切；另一方面，「潛意識」並不都是對痛苦體驗的壓抑，有些只是沉積在意識的域下而已。

榮格的這種觀點與唯識對阿陀那識「種子識」的認知更加貼近。其一，唯識認為阿陀那識中並非只有性欲望，而是蘊藏著浩瀚的習氣種子，這些習氣種子具備遇緣萌發之力，唯識稱為「業力」，是人類流轉於生死的動力。種子遇緣萌發為現行的過程，唯識稱之為「異熟」，人在各種現行中牢牢抓執又產生更多的種子習氣，同樣再蘊藏於阿陀那識，就是這樣「現行熏種子，種子生現行」，「恒轉如瀑流」，正如張老師所說「人生生世世都是在阿賴耶識中自己搞自己」。其二，唯識認為阿陀那識對一切習氣種子的蘊藏和吸納是不做分別的，即「無覆無記」、無善無惡，並無痛苦與快樂之分，只有種子在特定時空「異熟」後，才有好壞善惡的差別。

榮格不僅關注可被覺知的意識及由意識堆積而成的「自我(Ego)」，他更重要的貢獻是基於他本人親身體驗和由此提出的「不能被自我覺知的心理內容」——無意識，包括「個體無意識」(不被自我重視或認可的個人體驗的貯存室)與「集體無意識」(源於人類或動物等集體的進化、遺傳、種族祖先等原始意象的儲藏庫)。尤其「集體無意識」這一卓越成就，奠定了心理學發展的里程碑。

榮格打破了弗洛伊德的「個體潛意識」邊界，回歸到「整體

意識與存在」的狀態——集體潛意識，他曾有過以下經歷(《榮格自傳》):某天他被一陣並不很劇烈的疼痛弄醒，彷彿被某種東西敲了一下前額，然後又敲了一下後腦勺。第二天，得知他的病人開槍自殺，子彈穿過前額，留在後腦勺裡。對於此類的體驗，榮格認為這是古人所謂的「一切事物皆有的同情心」的基礎。這些體驗，很像我們常說的「特異功能」。對於此類，甚至更多的超常規體驗，榮格作為真正的科學家、醫生和心理學大師並沒有為此困囿而走向「神通」或「發神經」。

榮格認為構成「集體無意識」的諸多「原型」之中，有四種「原型」最為重要。有趣的是，它們與唯識學所講識的「三能變」具有相當的共通之義：

一、人格面具，是指每個人因社會家庭環境不同，身分隨之轉換而表現為多種多樣的人格面具。這與唯識學對前六識(眼識、耳識、鼻識、舌識、身識、意識)性徵的描述極為相似，此六識為「了境」，可以覺知和分別種種境遇，均隨環境相應而變，其中前五識「遍行別境善十一，中二大八貪瞋癡」；第六識「相應心所五十一，善惡臨時別配之。」

二、男性的內在女性心理「阿尼瑪(Anima)」與女性的內在男性心理「阿尼姆斯(Animus)」，這種與生俱來的、無意識的

性心理沉澱。

三、陰影，是指構成一個人心理的最深根基，最強大和難以撼動的本性。

唯識所講的第七識「末那識」(恒審思量我相隨，有情日夜鎮昏迷)的「我執」和「情執」，恰恰是「陰影」和「阿尼瑪與阿尼姆斯」二原型。所謂「情執」，綜其原因仍是「我執」在起作用，是與生俱來的、以我之偏好所抓執的性習氣(阿尼瑪與阿尼姆斯)。

四、自性，自性原型是榮格心理學的核心思想，他認為：自性是集體無意識的核心原型；自性之義是指「人的精神或人格從來就是一個統一體」；人格的終極目標是充分的自性完善和實現，而其唯一途徑只是對自性的充分認識而已，而非創造。

唯識學講第八識為「阿賴耶識」(浩浩三藏不可窮，淵深七浪境為風)，也叫「業識」和「藏識」。此識不做任何分別，藏一切習氣種子，具有「能藏」、「所藏」和「我愛執藏」之功能。

對於榮格的心理學和唯識學，還有以下四個方面：

一、對於四種原型的關係，榮格認為，四者並非彼此區別和分割的，它們彼此互補又對立衝突，非常相似於中國陰陽互抱的太極。這種複雜的對立可以通過「超越功能」而實現統一。

唯識也講人的識性「本為一精明，分為六和合」，識性無二，因起用而不同。

二、對於「超越」這一功能，榮格的態度是：人的超越能力是本自具足的，是生而有之的天賦，不需外加創造，只需泯滅自我(Ego)的作用，返回到集體無意識的自性(Self)中，這種最高的整體性體驗就會超越幻相，超越善與惡等複雜對立。在《在向死者的七次佈道》一文中，榮格說：無即是有；空無一物而又無所不有；它沒有特質因為其包含一切的特質；它什麼都是卻什麼都不是。榮格稱之為Pleroma(本自圓滿之意)，相似於佛家的「涅槃」和道家的「道」。

對於識性的轉化和生命品質的昇華，唯識學講「六七因中轉，五八果上圓」：只有將分別意識轉為妙觀察智、俱生我執轉為平等性智，才能引發智慧，轉阿賴耶識為大圓鏡智，前五識轉為成所作智，才是徹底將識性轉為如來藏性，回歸到不生不滅、不垢不淨、不增不減，則心無罣礙，無有恐怖，遠離顛倒夢想，究竟涅槃的境界。而眼耳鼻舌身的所知所感與所為超越善與惡的界定，回歸生命的本自圓滿而止於至善。

三、雖然榮格闡述了意識、個人無意識和集體無意識，但意識的各個層面是如何發揮作用的？在湮滅了明了意識後，無意

識又是如何被體驗的？榮格並未給出清晰的解釋。

相較而言，唯識對意識起用的機制表述得非常清晰。《成唯識論》中將阿賴耶識的功用描述為「四分」：

(一)相分：「似所緣相，說名相分」，相分即是被認知的對象，包括自己和外界。

(二)見分：「似能緣相，說名見分」，見分即人能夠認知相分的能力。

對於相分和見分，需要特殊指出的是，玄奘大師說「阿賴耶識因緣力故，自體生時，內變為種，及有根身，外變為器。即以所變為自所緣，行相仗之而得起故」，此阿賴耶識由依他起的因緣之力，將自身所變又作為所緣對象，從而內變為「種」而生起色根肉身，外變為器世界。由此見得阿賴耶識既是主體又是客體。也就是說能夠認知的能力(見分)，也可以作為認知的對象(相分)而被認知。這與我們通常所認為的主體是自己、客體是外物的觀點並不一致。

另一方面玄奘大師在所緣和能緣之前，用了一個「似」字，將能知的主體和被知的對象都歸為「似有卻無」的存在，突出了其隨緣而變的恆變性。

(三)自證分：「相、見所依，自體名事，即自證分」，自證分是相



分和見分所依持的意識基礎，也是諸識的自身作用——認知和理解「見分」所覺知的「相分」，有點相當於我們現在所說的「理解力」。

對於以上三者，和我們的現代對心理意識的研究基本一致。而作為唯識學最為特有的對心識功能表述，在於下面這一分——證自證分，這也許可以幫助解釋無意識為什麼可以超越意識而被認知，這正是榮格無意識理論所缺乏的。也恰恰是識的證自證分功能，使人能夠「超越」從而了知意識和生命的本質。

(四) 證自證分：「復有第四證自證分，此若無者，誰證第三」，識具備能覺知、並能證實自己的「自證分」的能力，這就是「證自證分」的功能。這其中，見分所識可為現量，也可以混雜比量和非量境界，而「證自證分」所認知「自證分」卻是實實在在的現量境。由此可見，榮格所說，人可以超越意識體驗集體無意識的能力是本自具足的天賦，是真實的，這種力量外求不得，最了解自己的人永遠只有自己。

對於心識的解析，由此四分，玄奘大師說：「故心心所，四分合成，具所能緣，無無窮過，非即非離，唯識理成。」這些唯識義理，張公尚德老師在《唯識新引》中做了極為精闢

的解析。

四、可以說，榮格的生命體驗和由此產生的心理學思想，與佛家的唯識宗對生命本質的認識是殊途同歸的，最終的旨歸均是華嚴，用張公尚德老師的話說，「在一切存在中超越一切，而又不離一切。」

這裡需要多說兩點的是：

(一)唯識學或唯識宗出於佛學，但其研究形式和內涵卻並非宗教，而是絕對符合「科學精神」。唯識學剖析了心意識究竟是什麼，和心意識的作用過程，把人之為人的本質及人的識性如何通過五遍行(作意、觸、受、想、思)初起、相續、流轉、為何人的出生和境遇各個不同、人與外在世界究竟是何關係、人格是如何形成的……，都解釋得非常清楚。唯識學理論體系遠比弗洛伊德和榮格的精神分析和心理動力學更為完整、嚴密和深刻。但唯識經典所採用的語言精簡晦澀，義理極為深奧難懂，往往使研究者望而卻步。同時以往研究者更注重以唯識來指導自己個人的內心體驗，所以社會效益很小。

(二)相對而言，西方的心理學，在應用上比唯識學有更廣泛的普世作用：絕大多數心理學家和心理醫生經常做基於自覺意識的「意志再教育」和「心理矯形」，助其心理正常化並適應集

體心理；或者將深層無意識心理內容引導至自覺意識層面，從而消除心理困擾；對少數那些被無意識心理搞得焦頭爛額的人，有時精神分析師們會引導他們通過觀察這些現象而得到治療；甚至在西方宗教，向神父告解和懺悔也能相當有效地達到心理紓解作用。

張公尚德老師說，要研究「唯識與心理學」，因為在當今時代，搞清楚「人究竟是什麼」是最方便的解脫之法，也是東西方文明會合最便捷有效的途徑。

若要將唯識學與心理學融合和對接，我個人粗淺認為起碼需要下面幾個前提：

一、唯識和心理學以人的意識為研究對象，研究者們必須具備親身的主觀經驗，即「內證」。

二、體驗具有可重複性，用禪宗的話叫做「印心」。不同研究者的主觀體驗可以互為印證，主觀經驗與理論體系可以互為印證。

三、實證者必得抽離於外界的名利權情，以絕對的靜定功夫，打掉身心自我，方可回歸精神的藏性之海。

四、身心一體，身變心變，心變身變。研究者最好具備一些醫學知識，一方面利於調整身心；另一方面意識與腦神經的作

用密切相關。

五、研究者要有冷靜、科學的認知態度，不至陷入精神誤區而不自知。

可以說，唯識學理論是「過來人」的經驗之談，相較於理論，更注重於身心的親自體驗。榮格也認為，一個人若回歸自性(Self)，體會過Pleroma，就會超越一切善惡對立，自覺完善知覺、情感、理解力。他的生命歷程會發生巨大的轉變。

一個人的意識觀念由小我昇華為大我，情執轉化為慈悲，就不會偏執於我心愛的男人或女人，也不會僅局限於我的父母子女和兄弟姐妹，而是無有親疏，一律平等。沒有出離，哪得菩提？這種出離於小我的大愛情懷，不是沒有人情味。恰恰慈悲是對所有人的慈愛和悲憫，像基督教的博愛和老子的「聖人皆孩之」。正因為慈悲，才有大禹的三過家門而不入；才有南老師的「視眾生如子女，視子女為眾生」遠離家人，為文化事業和人心的解放奉獻自己一生；才有張老師的孤寒貧露，有老妻、老宅而不近，近九旬高齡還組織禪修，還在身體力行闡揚唯識宗的奧秘法寶，幫學生從認識自己到底是什麼入手而獲解脫。

然而心意識習氣種子的轉化是漫長的過程，這不僅需要

靜慮的素養功夫加行，亦取決於自身的福德資糧，還要有無上機緣得遇明師加持接引，才能把這個極甚深、微細的暗流截斷，慢慢平等性智出顯，才能做到毋意、毋必、毋固、毋我，做到沒有成見。以妙觀察智，無「我見」地生活和行事，才有可能真正體察阿陀那識的習氣等流並逐漸轉化之，開啟如來藏。而又不執於大圓鏡智——在一切中而超越，雖超越而遍攝，終歸法界體性智，平等真如，真如平等。如此，破除小我的「情執」，真正走入到「慈悲」，實現世界文明的共通和互融！

智慧與慈悲雖然本自具足、本自圓滿，但「菩提薩埵」——覺悟有情，何其難哉！要切實地做到將心理的根根——情執、我執、法執這種癡纏的習氣打破進而完全泯滅，那需要極大的慧力。

即便一個人破了本參、渡了重關，奈何我執就是如此強有力，使得「有情日夜鎮昏迷」！雖具妙觀察智，但智慧之光有限，仍須對治八萬四千煩惱。仍賴於福德資糧，賴於大乘定慧修持，一步步按照十住、十行、十迴向、十地、等覺、妙覺等菩薩位次標準前行。直到有八地以上菩薩的智慧，才能「無功用行我恒摧」。習氣盡轉，生命體驗完全兌現，體認阿賴耶識的本質並轉為大圓鏡智，回歸法界華藏性海，發大慈悲

心，全心全意為人民服務。

如若腦科學家們、心理學家們能夠放大視界，將古老與現代、東方與西方對精神、意識分析的精粹融合到生命體驗中去，那不僅自身會得到生命品質的昇華，還會促進人類文化和文明的進步。

### 尚德讀後：

1. 大文一篇。
2. 將唯識、禪結合在一起，去匯通、解釋弗洛伊德和榮格的心理學，這是中國或世界，真正的大學問家應成就的一環。
3. 這種真學問的發揮，絕對能促進人類的和平。

二〇一八年九月二十八日

於湘潭道南書院