

浅谈《道德经》对心灵意识领域的探索经验

作者 贺孝胜

(湖北省建始县人民医院)

摘要: 要学习《道德经》最重要的就是明白它的主旨、它的领域特点,《道德经》是对心灵意识的认识和改造的经验的重要总结。《道德经》详细剖析了心灵意识领域中的领域特点和标准,《道德经》也提出了这个领域所独有的名词。学习它可以提高我们对心灵意识的认识。《道德经》可以指导人们完成心灵意识的改造。

关键词: 道德经 心灵意识 认识方法 标准

一切正规宗教的核心都在于对人的心灵意识领域的认识和探索。而《道德经》作为道家及道教的经典,更是以其言简意赅地论述剖析了如何认识和改造人的心灵意识的过程。

一、总结了认识心灵意识的方法特点

在历史上,为什么宗教与自然科学会形成两大阵营?因为它们的研究对象、认识方法存在着巨大的差异,就因为差异,所以造成了矛盾和对立。如果人们正确的认识和了解了研究心灵意识的方法特殊性,就会得到更多的人认可和学习,使更多的人在心灵上获得升华和发展。

逆自我的意愿而行是认识心灵意识的特点之一

《道德经》提出“反者道之动”。与人类探索物质世界相反的是:自然科学是以不断满足人的需求为目的和方向,而在认识心灵意识的过程中,则需要人逆个人的意愿而行。

在心灵实践的见证“本我”的过程中,最大的障碍莫过于自身。一切人性都来自于“本我”的创造,但同时也成了见证“本我”最为强大的障碍。要见证“本我”,就必须突破人性的桎梏和阻碍,这并不是说人性不好,这就如同人们要得到空气中纯净的氧气,就必须先把其它气体清除一样。所以要见证“本我”,破除人性的障碍就是心灵学修行必须完成的过程。

“本我”的本质是“无我”,是“空”,是“无”,人性是“有”,所以一切人性都是与“本我”相对立的。这就是为什么心灵实践不以“善恶”为衡量标准,因为人性中无论是善的成份,或是恶的成份都与“本我”是相对立的,都会同样阻碍见证“本我”的过程。人性与“本我”的本质差异,主要表现在:一切人性都是以获取为意识取向。而“本我”是没有取向的,本质上对世界中的一切事物既没有放弃,也没有追求获取的意识行为。因为“本我”不在意识中,所以不会有任何放弃和获取的意识表现。它不会选择“善”,也不会选择“恶”,不会选择“好”,也不会选择“坏”。而人一旦破除人性的意识取向的控制,就能使“本我”得到显现。

老子对于这一点有更为深刻的认识。

“使我介然有知,行于大道,唯施是畏,大道甚夷,而人好径。”

意思是讲:老子非常有体会的是,在见证“本我”的过程中,最需要克服的是这样一个矛盾——“本我”没有意识指向性,而人性是有目的和方向性的。

老子提出“为学日益,为道日损,损之又损,以至于无为”。“舍”,并不是一定要在行为上表现出把具体对象抛弃。执著是对事物念念不忘、不愿舍弃的心态,所以舍弃是指人心灵上的舍弃,达到一种一无所有也坦然的心态。从这一点来看,心灵实践与人的常规心理是相反的,所以心灵实践要能够逆自己心愿而行。

进行心灵改造的实践所遵循的规则的特殊性

心灵世界的规则可以总的概括为四条。

“不争而善胜”，在矛盾中不争夺而是舍弃的人才能取得胜利。在“道”的修行中，与人发生矛盾，面对利益的争夺，只有在心灵中能够勇于舍弃利益，放弃争夺，那才表示自己的强大和胜利；在“德”的修行中，面对立场的对立，只有在内心能够勇敢的舍弃自身的立场优势，放弃争夺，那也才是真正的强大和最终的胜利。

“不言善应”，心灵世界的实践是靠内心的意识行为和意识活动完成的。舍弃利益，不是指在行为上对利益的舍弃，而是做到在内心意识的抉择上选择放弃的意识活动。任何行为上的活动都无法与真正的意识活动相对比。在心灵实践中，也唯有意识行为才具有实质意义。

“不召而自来”，心灵世界的内容与意识活动的主观选择是相反的。对于执著和偏好，并不是拒绝它存在，它就会消失；对于“本我”的“道与德”也并不是想要拥有，它就会来。执著和偏好越是排斥，它们越是能够不断地给你压力。只有直接地面对它们，在它们表现最为强盛的状态时，以自我独立的意识与它们的意愿对峙，用能舍弃一切以至自我存在的决心，才能最终取得胜利；“本我”的空性和包容，越是在意识中去模仿、靠近，就离真正的“本我”的空性和包容越远。只有能够做到真正的从意识中毫无眷恋地放弃，才能真正达到“本我”的空性和包容。

“坦然而善谋”，在心灵世界中，保持真诚和诚实的意识活动是心灵实践最好的策略。在放弃利益时，做到真诚、诚实地放弃，而不是虚伪地、骗人地；对矛盾对立面的尊爱，不是虚假的，而是发自内心实质的真诚的尊爱。

进行心灵意识改造的标准特殊性

老子把心灵实践过程中每完成一步所要达到的标准称之为“玄同”，“玄”即是“大道”的别称，所以“玄同”是达到心灵实践的标准。这个标准无论是在“道”的修行中对执著的剥离，还是在“德”的修行中对偏好的突破，都是一样的。

“玄同”，具体的量化指标。这个指标比较独特，但又是符合心灵世界特性的。归纳为六点，“不亲”、“不疏”、“不利”、“不害”、“不贵”、“不贱”，也就是对事物没有了亲疏、贵贱、有得、有害的心灵感受，即事物的存在对心灵没有了亲疏、贵贱、有利或有害的意义。这就是老子讲的“故不可得而亲，不可得而疏，不可得而利，不可得而害，不可得而贵，不可得而贱”，就是说凡是对事物还存在亲疏、贵贱、有利或有害的反应时，都没有达到标准。

二、阐述了心灵意识的认识过程.

矛盾不外乎两类，利益的得失和立场的对立。因利益而相互争夺，因立场对立而相互攻伐。如果在利益的争夺中，在立场的对立上，某一方能够完全放弃，矛盾还存在吗？但是没有谁能真正从内心放弃，这就是因为人有执著和偏好，这是矛盾产生的真正根源。欲望只讲追求和获取，当欲望控制人后，就是执著，体现的是一种完全无理性的生物本能的意识。同样，偏好对于自己的立场，也是从来就不会妥协的。

矛盾产生的根源是什么？老子讲：

“祸莫大于不知足，咎莫大于欲得。”

就是说矛盾产生的根源，就是人的执著和偏好。

由此知道老子讲的心灵实践就是要不断地破除人的执著和偏好，达到“本我”清静状态。所以讲：“故知足之足，常足矣”。

作为心灵实践者，破除执著和偏好并不是为了解决矛盾，而是脱离生物本能的控制，恢复理性的“本我”状态。唯有人的“本我”是超越物质与精神，它与“道”——物质世界的源起，是同一的。它是清静而无欲，所以唯有它能真正做到放弃利益和立场，不执著于物质世界的任何内容。利益的任何得失，立场的任何变化，对“本我”都不会造成任何影响，看来这像一种很知足的状态。

心灵实践的过程总的分为两个阶段，两个阶段所涉及的内容、对象、结果、体现和要求有很大的差异。

第一阶段主要是针对一切执著，这就是“道”的实践阶段。执著的特点是人的意识对象比较具体，是现实世界或想象中的具体事物，如金钱、权力、成佛、真理、永生等。执著总是有对象的，只要找到了执著的对象，反过来就能找出执著。通过反思自己的行为表现，内观自己的念头指向，用意识去抓住某个执著，用心灵实践的方法加以处理。完成这一阶段，“本我”显现时，对佛家的“空”、道家的“无”、“本性”的体验才得到确定。至此，世间的万事万物对修行者已起不到诱惑作用，这就是“道”的“清静无欲”的表现。

第二阶段是针对偏好的过程，这就是“德”的实践阶段。这个阶段必须是完成了第一阶段的修行，因为“本我”已不痴不迷，在世间已不存在迷失的可能性。这个阶段是人的心灵完全对世界敞开，接受一切信息。当这样做的时候，人的心灵世界会对物质世界的信息的性质有一种本能的选择和偏好，这就是偏执习气（偏好）。如喜“美”恶“丑”、喜大恶小等等。它表现为肯定一方的存在，否定另一方的存在。此时通过心灵实践特殊的方法，就能做到完全的破除偏好。当完成时，人的心灵会自觉更具有包容性和更加广阔。

On the Dao De Jing to soul awareness experience in the field of exploration

He Xiao Sheng

(Jianshi County people's Hospital of Hubei Province)

Abstract: Study of the Dao De Jing the most important thing is to understand its purpose, its characteristics in the area, the Dao De Jing is the spiritual understanding of consciousness and transformation of the summary of the important experience. Detailed analysis of the Dao De Jing spiritual awareness in the field of characteristics and standards in the field, the Dao De Jing also came up with this unique terms in the field. Learn to improve our understanding of the spiritual consciousness. The Dao De Jing can guide people through spiritual transformation of consciousness.

Keywords: Tao De Jing heart theory of knowledge criterion

