导论

心的发生学

中华之心、西方之心、印度之心，与新心的发生

王德生　著

德麦国际出版社
DEMAI INTERNATIONAL PRESS

出 版 信 息

书名	《心的发生学导论——中华之心、西方之心、印度之心，与新心的发生》
著者	王德生
执笔	复合主体：王德生立题、口述承重命题与裁定，Claude 执笔与统稿
出版	德麦国际出版社（Demai International Press）· 新加坡
编号	德麦国际专著第 354 号
ISBN	979-8-90690-426-3
定价	US$20
开本	170 mm × 240 mm
字数	约 29 万字
版次	2026 年 10 月第 1 版

AI 协作声明：本书的立题、「心是三界之我的合成」、行善结缘的四字拆法、新心的 0→1 与 1→N、石心与肉心等承重命题，以及各项裁定，由王德生（口述）给出；文字在其指令下由 AI（Claude）协作成稿，并经其审定。书中的陪读人物与各章日常场景均为构想；书中关于三种传统之心的判断，是本书的初步判断，不代表任何一个传统自己的结论。引文凡标〔待核〕处，出处尚未逐字核对原文，汇总于附录二「引文核验总表」。关于心的论述讲理解与读法，不构成心理诊断、医学或宗教劝导。

全书结构：出版信息、作者介绍、前言、导读、目录；导论与九编五十二章；结语、参考书目、附录三件。

作 者 介 绍

王德生，SDE（显露 Show · 差异序列 Difference · 特征纠缠 Entanglement）本体论的创立者，德麦国际（Demai International Pte. Ltd.，新加坡）首席执行官。

生长于中国农村，1990 年进入湘潭大学。后获中国科学院计算数学博士学位，并在中国科学院从事博士后研究，研究方向包括 Voronoi 图、Delaunay 剖分、质心 Voronoi 剖分与有限元方法。曾在英国斯旺西大学与新加坡南洋理工大学工作。2005 年起定居新加坡。

他的思想体系先后经历四站：三视角·知识的结构和体系（2017 年起）、321 智慧系统（2022 年起）、SIO 本体论（2024 年起），以及 SDE 本体论（2026 年起；同年 5 月起，「结构」改读为「显露」）——从「并排放着的三样」，走到「互相生出来的三样」。

他在德麦国际出版社出版了多部专著。本书是 SDE 发生学在「心」这个主题上的第一部专著。

前 言

一句顺口的话，一个翻过来的问题

◆ 一、一句四个字的顺口话

“行善结缘”，四个字，老人嘴里有，庙会的横幅上有，朋友圈的转发里也有。谁都听得懂，谁都点头。

平常说起它，意思大致是：你心里存着善，做出善事，于是和人结下缘分。这个顺序里，心站在最前面——先有一颗好心，然后才有后面的一切。我们几乎从小就是这么听、这么说、这么教孩子的。

这本书是从这四个字开始的，但它没有顺着往下讲，而是停下来问了一句：这四个字，有没有可能是反着排的？

“行”，是一件件真去做的事，一步一步，有差别、有先后。“善”，是做出来之后显露的那个样子——一碗送出去的汤，一句让人松口气的话，一次没有被拒绝的帮忙。“结”，是这个显露的样子回过头来，改动了你和对方之间那根线。“缘”，是那一团本来就牵连着的人和事。

照这样读，四个字不是“心发动善事”，而是一条完整的路：从牵连里出发，经过一件件做的事，显露出一个样子，再回头改写那份牵连。心在哪里？心不在最前面，它就在这条路上，是这条路走出来的东西。

这个读法，本书叫它**心的发生学**。

◆ 二、一个几乎没人怀疑的起点

我们谈心，几乎都默认一件事：心是起点。“发自内心”“不忘初心”“心意到了就行”“我是一片好心”，每一句里，心都站在事情前面，像一个发令的人。

古今中外讲心的人很多，说法天差地别：有人说心生来是善的，有人说心要磨炼，有人说心要安顿，有人说心终究要被看穿、被放下。但他们大多共享着一个站位：先承认心在起点，再讨论它怎样走、怎样偏、怎样回来。

这个站位用惯了，就很难察觉它是一个站位。本书不是要驳倒谁，而是想换个角度，把那张“心 → 发动 → 一切”的地图，翻过来看一看，看看翻过来之后，日子里那些总是对不上的地方——好心办坏事、下了决心做不到、人在变而自己说不清什么时候变的——会不会变得容易说清。

至于翻过来之后是不是真的更好，这要靠读者拿自己的日子去试。书里留了几处明确的口子：如果这样，本书就错了。

◆ 三、心是什么：三个“我”合起来

本书对“心”给的说法，不是我自己的发明，而是王德生的一句话：心，是三界之我的合成。三界，是理念、现实、自我；三个“我”，是理念的“我”、现实的“我”、自我的“我”。

你可以先拿身边的事去对。一个人立下志向，写下“做一个温和的人”，那是理念里的我；可是同一天下午在窗口被人催得手发抖，那是现实里的我；到夜里睡不着，想起白天一句话，心里翻来覆去，那是自我的我。这三个，哪一个是“真的我”？本书的回答是：都是，也都不是单独的它。心，是这三个我在具体事情里一次次合出来的东西。

他还说了另一句：心的属性，以主体性为中心，客体性与互动性是次要和辅助。心确实觉得“这是我的”，这一点不必否认；本书想讲清的是，有中心，不等于是源头。

◆ 四、为什么要三种心放在一起

本书的篇幅有一半，花在三种传统的心上：中华之心，西方之心，印度之心。

这样排，有一个朴素的理由。心这件事，谁也没有垄断。孟子说“恻隐之心”，慧能说“本来无一物”，柏拉图把灵魂分成三份，奥古斯丁说“我们的心不得安宁，直到安息在你里面”，奥义书说“那就是你”，唯识讲八个识——这些说法互相之间谁也没法替代谁。把它们并排放一遍，才看得清：它们各有各的强项，又都在同一个地方碰到了缝。

这道缝是：新的东西，到底从哪里来？

如果一切“本来就有”，那么人真正变新，是怎么回事？如果新心要靠自己下决心，那决心又是谁给的？三种传统用三种不同的方式，绕过、面对或者回答过这个问题。本书不替它们打分，也不宣布谁赢。本书做的事情，是把这道缝指出来，再放上一个发生学的读法，请各家的读者来评。

我要先说清楚一件事：书里对三种心的“初步判断”，是本书的判断，不是任何一个传统自己的结论。每位思想家自己最强的辩护，我尽量留在了他们的章节里，可最强的辩护，最终应由各家的行家来写。

◆ 五、一条来自《圣经》的线

全书的后半部分，有一条贯穿的线，来自《圣经》。《以西结书》里有一句，大意是：把石心从你们的肉里除掉，赐给你们肉心（36:26）。这是“赐新心”。另一方面，经文里又处处说，这颗新心要经过磨炼、苦难，才能成长。

王德生把这两件事读成心的两条路：第一条，0 到 1，是新的东西从无到有地出现，“圣灵赐你心”，走的是意义的发生路；第二条，1 到 N，是已经有的东西长大，“学习耶稣，以耶稣为标杆”，走的是发展路。两条路，不能混为一谈。

他又说，《罗马书》里“万事都互相效力，叫爱神的人得益处”（8:28），讲的就是意义三律下心的发生学。

对这些话，本书的态度是：照着写，写到日子里去，不替它们加戏，也不替宗教本身做辩护。宗教怎样讲它自己，按它自己的说法放在那里；发生学怎样读它，本书写成“读法”，请读者当作读法来看。

◆ 六、石心与肉心：一个类比

书里有一章，专门讲石心与肉心。王德生的说法是：刚硬的心，是三我的固化；柔软的心，是三我的更新性。石心，是一个类比，指的是“三号位”的刚硬化；三界之中，三号位的硬与软，有不一样的组合。

“三号位”这个词，本书只照他的用法，不另作界定。八种硬与软的组合，书里写成“本书构想的类型”，每种一个小场景。要特别说明：这是帮人看清自己的一面镜子，不是诊断，不是分类表，更不是拿去给别人定性的。

◆ 七、写给谁，怎么写

这本书写给普通人，不要求你读过任何经典。书里讲孟子、讲柏拉图、讲《薄伽梵歌》，但每一章都从一件日常的事开头：半夜两点十分醒来想起白天的一句话，送礼，邻里，一个新手爸爸的一个夜晚。

书里的人物，都是**我构想的**，不是真人。每次出现，我都会说明。凡讲到思想家的话，先让他自己说，转述的地方明说转述，没有核到原文的，我在文中标〔待核〕，汇总在附录里，不替任何人编一句他没说过的话。

◆ 八、这本书不做什么

它不做心理诊断，也不是医学。书里谈到心硬、心软、心灰意冷，都是日常里的说法，用来看清事情，不用来判断某个人。

它不做宗教劝导。它按各家自己的说法讲各家，不褒此贬彼。

它不替口述加戏。书里哪些话是王德生立定的，哪些是本书由此推出来的，两者分开写：前者写“王德生的说法”，后者写“本书的推论”。你可以接受前者而对后者有所保留，也可以反过来。

它也不自封。王德生判定这是一部重要的专著，也是典范创新的；这是他的判断。成不成立，不由书说了算，要看读完以后，你看“心”的方式有没有一点被动过；也要看书里那几处可以被推翻的命题，经不经得起日子的检验。

◆ 九、从哪里读起，读完带走什么

如果只肯读一章，请读第 1 章，认识那个“我想成为的人”是怎么在日子里一点点显出来的；如果肯读一编，请读第六编，看新心是怎样被“接住”的；如果肯从头读到尾，那么到了结语，请记住书里的一句话：

心不是起点，是发生。

读完以后，如果你下次遇到一件事——一个朋友的忽然冷淡，一次没有送到点子上的好意，一回下了决心又做不到——能先停一下，不急着问“这是谁的心意”，而是多问一句“这里面，什么在互相效力”，那么这本书就算有了一点用处。

书叫“导论”，意思是门，不是屋子。门在这里，请进。

导 读

这本书怎么用

◆ 一、全书一句话

心不是起点，是发生。

它的意思是：不要先问“这颗心从哪里发出来”，要先问“这颗心是在哪些事里合出来的”。全书的路线只有一条：万事互相效力的那张网（E）在先；从里面发生一颗新心（0→1）；新心经操练长大（1→N）；长大的东西经行为（D）回写那张网。

◆ 二、十二条命题，两本账

本书立了十二条命题，分成两类，书里始终分开写。

条	命题	来源	主要落在
1	心是三界之我的合成	王德生口述（K4）	第 1—6 章、第 32 章
2	心以主体性为中心，客体性与互动性为辅	王德生口述（K4）	第 5、6 章
3	行善结缘是一条完整的发生路径：行＝D，善＝S，结＝回写，缘＝E	王德生口述（K1、K2）	第 43—45 章
4	善是善果，是显露的 S，不是预设的善心	王德生口述（K3）	第 44 章
5	新心的 0→1 是“赐”	王德生口述（K5 前半）	第 33 章
6	新心的 1→N 是操练，经苦难成长，以耶稣为标杆	王德生口述（K5 后半）	第 38—41 章
7	万事互相效力，讲的就是意义三律的心的发生学	王德生口述（K6）	第 34、35 章
8	刚硬的心是三我的固化，柔软的心是三我的更新性	王德生口述（K7、K8）	第 32 章、第 49 章

条	命题	来源	主要落在
T1	0→1 必须来自主体之外	本书的推论	第 33 章
T2	发心论的错位	本书的推论	第 44 章
T3	接住的条件	本书的推论	第 36 章
T4	越讲“我的心”，越难结缘（可错预言）	本书的推论	第 48 章

书里为了简短，会这样称呼它们：“第 N 条”指上表前八条里的第 N 条；“K1”到“K8”指王德生口述原话的编号（按他口述的先后排的）；“T1”到“T4”指本书的四条推论。

第一类，是王德生的口述，本书的任务是照着写、写清楚、写到日常里去；这一类验的是“写没写走样”，不是“证明了没有”。第二类，是本书由此推出来的，它们才是真正拿出来挨打的东西。结语里分两本账，逐条验收。

◆ 三、三种读法，选一种

顺着读：从第一编读到第九编，好比走一条完整的路。

跟着人读：书里有八位我构想的陪读人物，按人物去翻，先看他们的日子，再回头看道理。

带着三问读：这件事里，心是被合成的，还是被当成了起点？新的东西从哪里来？长大靠什么？

时间很少的读者，可以只读：导论、第 4 章（合成）、第 31 章（汇流）、第 35 章（意义三律）、第 43 章（行善结缘）、结语。

◆ 四、哪里可以推翻它

本书不要求你相信它，要求你拿它去试。可以试的地方，在这几处：

结语里，四条推论每一条都写了“如果这样，这一条就错了”的条件；第 48 章是一个明确的可错预言，只需要日常观察就能试；结语最后一节“本书最弱处”，是我替批评者先写下的六处，最该下手的是第一处。

读到某处觉得“这也太顺了”，请先信自己的那点怀疑。

◆ 五、每一章怎么写

每一章大致走同一条路：先用一个日常的场景开头，再讲这一章的问题；讲到思想家，先让他们自己说，再做发生学的读法；最后落回日常，留下一个可以动手的小练习。

章末有两样东西：**带走的话**，一句话，是这一章最想让你带走的；**小账**，两行，第一行记这一章在本书里立了什么，第二行记它翻动了哪一个旧预设。

◆ 六、几个记号

书里的人物和场景，凡我构想的，都明说“这是我构想的”。引文后标〔待核〕的，是凭记忆或只作转述、尚未核到原文的条目，字号略小、颜色略灰，汇总在附录的引文核验总表里。

书里谈到心硬、心软、心灰意冷，都不是心理诊断，也不是医学；请把它们当作一面镜子，而不是一张诊断书。

目 录

作者介绍 · · · · · iii
前言　一句顺口的话，一个翻过来的问题 · · · · · iv
导读　这本书怎么用 · · · · · ix

导论　心为什么需要一门发生学 · · · · · 1

第一编　心从哪里来：三界之我的合成 · · · · · 10
第 1 章　理念的我：我想成为的那个人 · · · · · 11
第 2 章　现实的我：账单、身体、作息里的我 · · · · · 21
第 3 章　自我的我：夜里独处时的那个我 · · · · · 31
第 4 章　合成：心是怎样被“合”出来的 · · · · · 40
第 5 章　主体中心：为什么心总觉得自己是发动者 · · · · · 49
第 6 章　客体性与互动性：心里那两个次要的声音 · · · · · 59

第二编　中华之心：本心与工夫 · · · · · 68
第 7 章　孟子：恻隐之心与“四端” · · · · · 69
第 8 章　荀子：心能知道，化性起伪 · · · · · 79
第 9 章　庄子：心斋与“虚室生白” · · · · · 89
第 10 章　慧能：明心见性，本来无一物 · · · · · 99
第 11 章　朱熹：心统性情 · · · · · 109
第 12 章　陆九渊与王阳明：心即理，致良知 · · · · · 119
第 13 章　中华之心的SDE诊断 · · · · · 128

第三编　西方之心：灵魂、理性与心灵 · · · · · 138
第 14 章　希伯来之心：石心与肉心 · · · · · 139
第 15 章　柏拉图：灵魂三分 · · · · · 149
第 16 章　亚里士多德：灵魂是生命的形式 · · · · · 157
第 17 章　奥古斯丁：不安的心 · · · · · 166
第 18 章　帕斯卡：心有理性不知的理 · · · · · 175
第 19 章　从笛卡尔到弗洛伊德：心成了研究对象 · · · · · 185
第 20 章　西方之心的SDE诊断：在“赐”与“发现”之间摇摆 · · · · · 195

第四编　印度之心：真我、止息与心识 · · · · · 204
第 21 章　奥义书：阿特曼即梵 · · · · · 205

第 22 章　数论与瑜伽：止息心的波动 · · · · · 214
第 23 章　佛陀：诸法意先导与无我 · · · · · 223
第 24 章　唯识：八识与阿赖耶识 · · · · · 232
第 25 章　《薄伽梵歌》：不执着地行动 · · · · · 242
第 26 章　印度之心的SDE诊断 · · · · · 252

第五编　三心比较：同一道缝隙，三种走法 · · · · · 262
第 27 章　三心各以哪一号位为中心 · · · · · 263
第 28 章　0→1从哪里来：本心、恩典、本性 · · · · · 272
第 29 章　1→N怎样走：工夫、操练、修行 · · · · · 282
第 30 章　三心的硬与软 · · · · · 292
第 31 章　汇流：心的发生学作为三心的共同出路 · · · · · 302

第六编　万事互相效力：心的 0→1 · · · · · 312
第 32 章　石心与肉心：三号位的硬与软，及其组合 · · · · · 313
第 33 章　“赐”字的发生学：新心来自主体之外 · · · · · 323
第 34 章　万事互相效力就是E · · · · · 332
第 35 章　意义三律与新心的发生 · · · · · 342
第 36 章　接住的条件：“叫爱神的人得益处” · · · · · 352
第 37 章　日常里的0→1 · · · · · 361

第七编　操练：心的 1→N · · · · · 370
第 38 章　标杆：一个已经显露的S · · · · · 371
第 39 章　苦难：D 的阻力为什么推心生长 · · · · · 380
第 40 章　两种失败：没有标杆的苦练，没有苦难的模仿 · · · · · 390
第 41 章　学习耶稣：以耶稣为标杆的发生学读法 · · · · · 399
第 42 章　日常里的1→N · · · · · 408

第八编　行善结缘：心在日常里的发生 · · · · · 417
第 43 章　四个字，一条路径：行・善・结・缘 · · · · · 418
第 44 章　善是善果：发心论的错位 · · · · · 429
第 45 章　结是回写：一次顺手怎样改写一个楼道 · · · · · 439
第 46 章　善缘与孽：回写的分岔 · · · · · 448
第 47 章　三个场景：送礼、邻里、同事 · · · · · 457
第 48 章　一个可错的预言：越讲“我的心”，越难结缘 · · · · · 466

第九编　心的发生学与人生 · · · · · 475
第 49 章　修心的再定义：先受赐，再操练，找到硬的那一号位 · · · · · 476
第 50 章　心与关系：从“我对你好”到“我们之间发生了什么” · · · · · 485

第 51 章　AI时代的心 · · · · · 494
第 52 章　心与幸福 · · · · · 502

结语　心不是起点，是发生 · · · · · **512**

参考书目 · · · · · **519**

附录 · · · · · **523**
附录一　日常用语里的发生学 · · · · · 523
附录二　引文核验总表 · · · · · 533
附录三　本书按默认写的几处 · · · · · 545

导 论

心为什么需要一门发生学

◆ 两个朋友，两种送礼

先讲一个我构想的场景。

有两个朋友，我们不给他们起名字，就叫甲和乙。同一个周末，他们各自要去看一位刚做完手术、在家休养的老同学。

甲很早就想好了。他进了商场，挑了一个包装漂亮的礼盒，里面是进口的营养品，价格不低。他一路上都在想：我这份心意，够重了。到了老同学家里，他把礼盒放在茶几上，说了一句：“一点心意，你别嫌少。”老同学连声道谢，让他坐。后来那个礼盒被放进了柜子的最高一层，因为医生交代过，这段时间饮食有许多忌口，营养品暂时不能乱吃。甲不知道这件事。他回家的时候心里很踏实：我尽心了。

乙的做法不一样。他出门前先给老同学的家人发了一条消息，问：这几天家里缺什么？回信说，人手够，就是白天老同学一个人在家，闷得慌，想看点东西，又不能久看屏幕。乙想了想，去旧书摊上翻了半个钟头，挑了几本薄薄的旧杂志和一本大字的故事集，又顺路买了一袋对方爱吃、又在忌口范围之内的软糖。到了家里，他没有多说“心意”两个字，只是坐下来，把杂志翻开，指着其中一篇说：“这一篇你肯定要骂，骂完告诉我。”那天下午，两个人对着一本旧杂志说了一个多小时的话。

这两位朋友，都不是坏人，也都不是敷衍。甲花的钱更多，花的力气也不少。要是有人问他们“你们有没有心”，两个人都会毫不犹豫地说，有。

可是读到这里，你大概已经有了一种感觉：这两次送礼，有什么东西很不一样。不一样的不是钱，也不是诚意的多少。不一样的是，**心从哪里出发**。

甲的路线是：我有一颗好心，所以我送了好东西，所以对方应该感到被善待。这条线从“我的心”出发，向外推出去，推到对方那里为止。

乙的路线是：我先看对方现在是什么情形，我手边有什么，两边凑在一起，才有了这份礼。他的“心意”不是出发之前就有的一件成品，而是在问、在找、在坐下来翻杂志的过程里，一点一点成了形。

如果你再追问一句，“乙的心是什么时候有的”，你会发现这个问题很难答。是出门前？是收到回信后？是翻到那篇杂志的时候？似乎哪一刻都算，又似乎哪一刻都不能单独算。心在这里不像一块先放好、再搬出去的石头，倒更像一条要走过才有的路。

这本书想讲的，就是这一点。

◆ 一个几乎没有人怀疑的预设

在日常说话里，我们几乎处处默认着甲的路线。

我们说“发自内心”，意思是东西从里面出来，一直往外走。我们说“心意到了就行”，意思是心意先于礼物，礼物不过是心意的外壳。我们说“我是一片好心”，辩护的时候最理直气壮的就是这一句，好像只要这一片心是好的，后面发生什么都可以暂时放到一边。我们说“不忘初心”，意思是最开头的那个心是最干净、最要紧的，后面的路走得对不对，要拿它来量。我们说“用心做事”“心不在焉”“心想事成”，每一句里，心都站在事情的前面，像一个发令的人。

古今中外讲心的人，说法千差万别，但这一点却出奇地一致：心是发动者。**心是起点**，事从心起，行从心出。有人说这颗心生来是善的，有人说它需要磨炼，有人说它需要被安顿，有人说它终究要被看穿、被放下，可是不管哪一种说法，那个被谈论的心，大多是站在事情开头的位置上。

这个预设太普通了，普通到几乎没有人去怀疑它。你要是对一个人说“你的心不是起点”，他多半会觉得你在说一句绕口令。

但是，只要稍微仔细看一下日常，就会发现这张“心 → 发动 → 一切”的地图，有几处总是对不上。

第一处：很多“出于好心”的事，结果并不好。甲就是例子。他的心没有问题，可是他的心没有碰到对方，礼物就落到了柜子最高的一层。如果心真的是起点，是源头，源头清澈，下游为什么会浑？

第二处：很多人“下定了决心”，却没有做到。年年立志，年年不成，这在一个人身上不是个别现象。如果心是发动者，发动者说了话，事情为什么不听？

第三处：很多真正重要的转变，并不是“我想好了”之后才发生的。一场意外、一次偶遇、一个陌生人的一句话、一次大病之后，人忽然变了，变了以后回头一看，自己也说不清那个“决定”是什么时候做的。倘若心是起点，这种转变，起点又在哪里？

第四处：同一个人，在不同的场合，仿佛有不同的心。在面试的时候是一副样子，在家里是另一副样子，在老同学聚会的桌上又是第三副样子。哪一个才是“真心”？如果心是一块先在的、完整的东西，为什么它会随场合变形？

这四处对不上，不是新发现。人们早就感觉到了，也做过各种解释：心不够坚定，意志力不够，没有找到本心，被欲望遮住了，被习气盖住了，等等。这些解释各有各的道理，本书后面会一一请教。但它们有一个共同的做法：**先承认心是起点，然后解释为什么这个起点没有顺利发动**。地图没有改，改的是对“堵车”的说明。

本书想做的事情不太一样。本书想问：会不会是地图本身画反了？

◆ 把图翻过来

本书的主张，可以压成三句话。

第一句：心不是起点，是发生。

“发生”在这本书里是一个有分量的词。照王德生所创的 SDE 发生学的说法，一件东西的发生，是在特征纠缠的系统里（E，Entanglement），经由一串

差异的推进（D，Difference），显露为一个可以被看见的样子（S，Structure，在本书里一律读作“显露”）。这句话现在不必全懂，后面会一点一点用日常的事把它讲开。此刻只要抓住一个意思：**东西不是先存在、再被发动出来，而是在一团彼此牵连的条件里，经过一番推进，才显出来**。

把这个意思用在心上，就是说：心不是站在事情开头的那位发令官，心自己就是一件“发生”出来的东西。它在事情之中成形，也在事情之中变化。

第二句：心由三界之我合成，以主体性为中心；新心是“赐”的，要经操练长大。

这一句里有几个词需要先放下，后面慢慢展开。“三界之我”，指的是理念的我、现实的我、自我的我，一个人的心，是这三个“我”合成的东西。心的属性以主体性为中心，客体性和互动性是次要和辅助的。至于“新心”，这个说法来自《圣经》：“赐新心”，是赐予的；而这颗新心又要经过操练，在苦难里成长。用本书的话说，前者是心的 0 到 1，新的东西从无到有地出现；后者是心的 1 到 N，已经有的东西长大。这两条路不能混为一谈。

第三句：行善结缘，是心在日常里最完整的一条发生路。

“行善结缘”四个字，平常人说起来顺口。本书要把它拆开来看：行，是差异的推进（D）；善，是显露出来的样子（S）；结，是这个显露回过头来写进去（回写）；缘，是那个彼此牵连的系统（E）。四个字，一个完整的发生。这一点放在书的后半部分详讲，但它是整本书的落脚处。

这三句话合起来，就是全书的**定位式**：

旧地图是：心 → 发动 → 一切。

本书的地图是：E（万事互相效力）→ 0→1 新心 → 1→N 操练 → 经 D 回写 E。

注意最后那个“回写 E”。它的意思是：这个过程不是一条单行道。心从牵连里发生出来，又通过一件件事，回过头去改变那个牵连。心不是一个终点，也不是一个起点，是一个**在往返里不断被改写的东西**。

你可能会觉得，这么一翻，会不会把“人”弄丢了？是不是说，人就没有主动性了，一切都由环境决定？不是的。后面我们会看到，心恰恰是以**主体性为中心**的，这一点是心的出厂样子，不会因为我们讲发生学就被取消。本书想说的是：有主体性，不等于主体是起点。一个中心，不必是源头。一个车轮有轴心，但轴心不推动车子往前走。

◆ 为什么需要“发生学”

也许有人会问：关于心，古人今人说得已经够多了，为什么还要再来一门学问？

因为通行的说法，大多是**发现学**的路数：先设定心里本来有什么，然后去找，去认，去回到它。找到了，是“明心”；认出来了，是“见性”；回得去，是“复归本来”。这条路有它自己的道理，也养育了许多好的人生。但是它碰到一个自己很难回答的问题：**如果一切本来都有，那么真正新的东西，从哪里来？**

一个人从孩子长成大人，从自私变得愿意为别人让步，从冷漠变得肯伸手，这些变化里，有许多不是“把本来就有的找回来”能说完的。它们更像是**出现了一样以前没有的东西**。发生学要回答的就是这一类问题：新的东西，是怎样出现的？出现以后，怎样长大？

这一问，正好对着“心”。因为心恰恰是最容易被当成“本来如此”的东西。我们习惯于说“我天生就是这样的人”“他心本来就好”“他就是心硬”，好像心是一件出厂时就定了型的物件。但是，只要看一看一个婴儿怎样长成一个会让座的老人，就知道心是走出来的。

走出来的东西，就需要一门讲“怎样走出来”的学问。这就是本书所谓的心的发生学。

本书还想补一句关于分寸的话。本书讲的是心的发生，**不是心理诊断，也不是医学**。书里会出现许多构想的人物和场景，他们是帮读者看清道理的，不是用来给

谁定性的。读者读的时候，如果发现自己或身边的人像书里的某一位，请当作一面镜子，不要当作一张诊断书。

◆ 先排除三个误会

在往下走之前，有三个很自然的误会，值得先排除。

误会一：说心不是起点，就是说心不重要。 恰好相反。心在这本书里，是一个人生活里最要紧的“合成处”：理想、处境、感受，三样东西在这里碰面。重要不等于是起点。一个路口很重要，但路口不是所有路的源头。我们要看清的是路口怎样形成，以及它为什么有时堵、有时通。

误会二：说心是发生的，就是说人只能随波逐流。 也不是。发生里有“经D”这一步，D 是差异的推进，也就是一件件真实去做的事。人做了什么，没做什么，这些差异会一点一点改变后面的发生。后面讲“操练”的几章，会专门说明：长大这件事，恰恰是要人一步一步去走的。只是，走的人不是从零开始凭空造出自己，而是在一个已有的牵连里，把它往某个方向推。

误会三：这是在贬低“好心”。 也不是。甲的好心是真的，值得尊重。本书不挑他的心意，只是想问：这份好心如果多一点点向外打开的地方，会不会让那盒营养品，落到真正用得上的地方？心意之所以珍贵，不在于它在出发时有多满，而在于它最终有没有碰到另一个人。

这三个误会排除了，后面的路就好走了。

◆ 全书地图

全书分九编，外加结语和附录。

第一编　心从哪里来：三界之我的合成。 六章。先分别认识理念的我、现实的我、自我的我，再看它们怎样合成一颗心；然后讲心以主体性为中心，为什么总觉得自己是发动者，以及客体性与互动性这两个次要的声音，怎样被压在后面。这一编是全书的地基。

第二编　中华之心：本心与工夫。　七章。依次请孟子、荀子、庄子、慧能、朱熹、陆九渊和王阳明出来，各讲各的心，再合起来看。每一章都是先让思想家自己说，再做发生学的诊断。

第三编　西方之心：灵魂、理性与心灵。　七章。从希伯来《圣经》里的石心与肉心讲起，经过柏拉图、亚里士多德、奥古斯丁、帕斯卡，到笛卡尔和弗洛伊德，最后做合观。

第四编　印度之心：真我、止息与心识。　六章。从奥义书的“阿特曼即梵”，到瑜伽的止息，佛陀的无我，唯识的八识，《薄伽梵歌》的不执着行动，最后合观。

第五编　三心比较：同一道缝隙，三种走法。　五章。把三种传统的心放在一起，比较它们以哪一号位为中心，0 到 1 从哪里来，1 到 N 怎样走，如何处理“心变硬”，最后看它们怎样汇流。本书不褒此贬彼：每一种心，都有别的传统不及的强项。

第六编　万事互相效力：心的 0→1。　六章。这是全书的转折。石心与肉心，“赐”字的发生学，万事互相效力，意义三律与新心，接住的条件，日常里的 0 到 1。

第七编　操练：心的 1→N。　五章。标杆、苦难、两种失败、学习耶稣，以及日常里的 1 到 N。

第八编　行善结缘：心在日常里的发生。　六章。把“行·善·结·缘”四个字逐个拆开，讲善是善果，讲结是回写，讲善缘与孽，讲三个场景，最后提出一个可以被推翻的预言。

第九编　心的发生学与人生。　四章。修心的再定义，心与关系，AI 时代的心（选写），心与幸福。

最后是结语，逐条验收书中的命题，报出推翻的条件，写下本书最弱的地方。附录是十二句日常用语的发生学读法，从“将心比心”到“心甘情愿”。

◆ 三条读法

这本书可以有三种读法，读者按自己的脾气选。

第一种，顺着读。 从第一编读到第九编，好比走一条完整的路：先弄清心是怎么合成的，再看三种文明怎样讲心，再看缝隙在哪里，再看新心怎样出现、怎样长大，最后落到日常。想要把道理一次捋顺的读者，适合这样读。

第二种，跟着人读。 书里有八位构想的陪读人物：退休教师周阿姨，程序员小林，修车铺老板陈师傅，新手爸爸阿杰，公司行政王姐，退休工人老刘，新入职的护士小敏，周阿姨的邻居老赵。每一位在不同章节里出场。喜欢从人出发的读者，可以按人物去翻，先读他们的故事，再回头看道理。

第三种，带着三个问题读。 全书反复出现三个随身的问题：

一，这件事里，心是被合成的，还是被当成了起点？

二，新的东西从哪里来？

三，长大靠什么？

读每一章的时候，不妨先拿这三个问题问一遍。这三问问熟了，书里的话，读者自己也能说出来。

◆ 几句交代

最后有几件事，要提前说明。

第一，书里的构想人物，都是**我构想的**，不是真人，也不是我身边某个人的影子。他们的场景，也都是为了讲清道理而设，每次出现，我会说明。

第二，书里讲到历史上的思想家，会先引他们自己的话，每一句都注明出处；不能确定的，我只转述，不替他们编原话。对宗教经典的叙述，我按它们自己的说法讲，不替它们辩护，也不贬低它们。

第三，书里有些话，是王德生对“心”的直接论断；有些话，是本书由此推出的判断。两者我会分开写：前者写“王德生的说法”，后者写“本书的推论”。读者可以接受前者而对后者有保留，也可以反过来。

第四，本书自视为一部重要的、在典范层面上有所创新的专著，这是作者对它的判断。这个判断是否成立，不由作者说了算，要看读者读完之后，对“心”的看法有没有被改动；也要看书中那些可以被推翻的命题，能不能经得住日常的检验。书里留了几处明确的“如果这样，本书就错了”，读者尽可以拿去试。

回到开头的两个朋友。甲和乙都有心，这一点不必怀疑。本书要问的是另一个问题：他们的心，是从哪里来的？甲的心，是出门前就在手里的一件东西；乙的心，是在问、在找、在翻杂志的过程中成形的。如果你觉得第二种说法，更接近你自己做过的某一件好事，那么，请继续往下读。

第 一 编

心从哪里来：三界之我的合成

编　序

这一编六章，是全书的地基。

第 1—3 章，分别请出三个“我”：理念的我，是你想成为的那个人；现实的我，是账单、身体和作息里的那个人；自我的我，是夜里独处时、感受和记忆合在一起的那个人。第 4 章讲三个我怎样合成一颗心，合成不是相加。第 5 章讲心为什么总觉得自己是发动者：因为它以主体性为中心。第 6 章补上两个次要的声音，客体性与互动性，它们平常被压在后面，后面要用到的接口，就在这里。

这一编主要落在第一条口述：心是三界之我的合成；以及第二条：心的属性以主体性为中心。

第 1 章

理念的我：我想成为的那个人

这一章的问题：新的东西从哪里来？先从最容易被误认为“起点”的那个我说起：我想成为的那个人，到底是从哪里来的？

场景　十二月三十一日的清单

这是我构想的场景。小敏，二十六岁，护士，刚入职不到一年。（这是我构想的人物。）

十二月三十一日的夜里，她下了夜班，回到宿舍，没有马上睡。她从抽屉里翻出一个新买的笔记本，翻开第一页，写下“来年的我”。

她写得很认真，一条一条往下排：

读完二十本书。每周游泳两次。存下三万块。对同事更耐心。做一个温和的人。

写到最后一条，她停了一下，笔尖悬着。“做一个温和的人”，这一条该怎么算完成呢？她想不出来，但她觉得这一条最要紧，就把它又描了一遍。

写完以后，她把笔记本拍了照，发给了一位同样新入职的朋友。朋友回了个“加油”的表情。她把本子合上，关灯。那一刻，她的心里是很满的：好像有一个更好的自己，已经站在不远的前面，等着她走过去。

这个场景，大家都见过，也许自己就这样做过。我们先不急着评判它，只问一个问题：**小敏在写这张清单的时候，她心里发生了什么？**

◆ 拆解之一：一个“还没有”的我

她心里出现了一个人。这个人还不存在：她没有读完那二十本书，还没有每周游泳，账户里没有三万块，她也还不是那个温和的人。可是这个人在她心里非常清楚，有形状，有姿态，甚至有一种说话的语气。

本书把这个“我想成为的那个人”，叫作**理念的我**。

它是三界之我中的第一个。三界之我是王德生对“心”的一个基本说法：所谓的心，就是三界之我的合成，即理念的“我”，现实的“我”，自我的“我”。这一章先请出第一位。

理念的我有几个很容易被认出来的特点。

第一，它在时间上朝前。 它总是站在“将来”那一边。现实的我活在“现在”，自我的我活在“此刻的感受与记忆”，而理念的我，站在远处，像路尽头的一盏灯。它的口气常是“我要”“我应该”“我将会”。

第二，它是一个“样子”，而不是一件“事”。 小敏写下的几条，表面是做事，底下其实是一个人的轮廓：爱读书的人，自律的人，有积蓄的人，耐心的人，温和的人。是先有了那个人的轮廓，才有了那几件具体的事。

第三，它给心提供“方向”。 如果一个人心里没有理念的我，他的日子会是一格一格的：今天做这个，明天做那个，各自成立，却没有朝向。有了理念的我，日子才有“往哪里去”的感觉。所以理念的我，并不是可有可无的装饰，它是心里负责“朝向”的那一部分。

现在，回到那个更要紧的问题：这个理念的我，是从哪里来的？

◆ 拆解之二：它的材料从哪里来

小敏写下“对同事更耐心”，仿佛是她自己想出来的。但是，如果沿着这一条往回找，会发现一条条看不见的线。

也许是上个月，科室里有一位带她的老护士，在她手忙脚乱的时候，只是说了一句“慢慢来，不着急”，然后自己上手，把事情接过去。这句话小敏当时没有多想，但它留了下来，变成了一幅画面：一个在慌乱里还能让别人安下心来的人。这幅画面后来变成了“温和”两个字。

也许是更早的时候，她的母亲，也在医院里做过护工，常常叹气说：“干这行，就怕没耐心。”这句话落在孩子的耳朵里，不是一个命令，却变成了一个标准。

也许还有一部电视剧，一本书，一位老师的评语，一次被同事当面指出“你说话有点冲”之后的难堪。

这些东西，一件一件，来自**外面**。别人的样子、别人的话、别人的称赞和批评、书里的人物、电影里的镜头、一次羞愧。它们落进来，被收拢起来，拼成了一个“我想成为的人”。

所以，理念的我有一个常被忽略的性质：**它的材料，大部分是从外面来的**。它看起来像是“我”从心里长出来的，其实是“我”把外面的好样子收进来，拼成了自己的方向。

这一点，要特别说清楚，免得误会。说它的材料来自外面，不是说它是“假的”，也不是说它不属于小敏。就好像一个人的口音，来自他小时候身边的人，但这口音就是他自己的口音。理念的我，从外面收材料，收进来以后，是“我的”。但是，**我们不能再把它当作一个不依赖任何外部的、凭空起头的源头**。

本书后面有一个推论，现在先埋下：一个以“自己”为中心的东西，没有办法从自己生出一个新的自己，所以真正的 0 到 1，必须来自这个主体之外。这个推论要到第六编才展开。在这里，我们只先看到它的一个小小的影子：连“我想成为的那个人”，也是借来的材料。

◆ 拆解之三：日常怎样催生它

理念的我不是每天都醒着。它有几个很固定的“催生时刻”。

一是岁末年初。 日历翻页的时候，人忽然觉得有一个“新的开始”，于是理念的我被唤醒了。小敏在十二月三十一日写清单，不是偶然，是因为“一年”这个单位，给了理念的我一个舞台。

二是被刺了一下。 一句批评，一次尴尬，一个对比。别人轻轻一句“你说话有点冲”，立刻让“温和的人”在心里立起来。很多时候，理念的我的轮廓，是被一次刺痛“刻”出来的。

三是看见了别人。 看见一位同事处理突发状况的从容，看见一个朋友一年读了五十本书，看见一个老人晚年依然干净体面。看见的那一刻，心里有一个声音：我也想那样。

四是休息的时候。 人忙的时候，几乎想不起“我想成为谁”；一旦闲下来，在深夜，在旅途，在洗完澡以后，那个远处的人就浮上来。小敏是下了夜班之后写的清单，这并非巧合。

这四个时刻有个共同点：它们都是**一个人暂时离开了手头的事、站到旁边看自己**的时刻。理念的我，是在“看自己”的位置上长出来的。

◆ 拆解之四：日常怎样折损它

我们接着看清单的下半个故事。

一月，小敏头两周去了游泳馆，她很兴奋。第三周，排班表下来了：连续四个夜班。她下了班，只想倒头睡下，游泳那一条，被挪到了“下周”。

二月，书买了三本，读了半本。存钱那一条，因为春节回家，红包、车票、给家人的礼物，一笔一笔，竟然比预想的多出很多。

三月的一天，科室里来了一位病人家属，情绪很激动，冲着她大声说话。小敏当场回了一句，语气很冲。事后她站在护士站后面，突然想起清单上的那一条：对同事更耐心。她心里一沉：我怎么又这样。

她没有打开笔记本。

这个过程，大家也很熟悉。通常的解释是：小敏“意志力不够”“没有坚持”“决心不大”。这个解释，本书不想一口否定，但想换一个看法。

理念的我的折损，大致有几种方式。

第一种，**被现实顶回去**。　夜班、钱、体力、时间，这些东西不听理念的我指挥。理念的我说“每周游泳两次”，现实的我回答：我这个星期只有两个晚上有精神。这一种折损，下一章细讲。

第二种，**被自己的感受绊住**。　小敏在护士站后面那一沉，不是现实的账单，而是一种当下的难受：我怎么又这样。这是自我的我在说话。理念的我并没有消失，但它带来的是内疚，而内疚常常让人不想再看那张清单。这一种，第三章细讲。

第三种，**自己内部的拥挤**。　五条清单，其实彼此抢时间、抢力气。“读二十本书”和“每周游泳”，在一个夜班护士的作息里，是两个互相挤压的条目。理念的我常常一口气收进很多好样子，却没有给它们排座位。

第四种，**材料本身有问题**。　“做一个温和的人”这一条，到底是什么意思？是不发火？是不拒绝别人？是永远笑着？小敏自己也说不清。借来的好样子，如果只借了一个词，没有借到那个人是怎么做事的，这个理念的我就是一幅模糊的画。模糊的画，不会真的带人走路。

这四种方式，没有一种是“心不够坚定”这几个字能说完的。这是理念的我在碰到另外两个我的时候，**自然会发生的磨损**。

◆ 拆解之五：它的两张脸

理念的我还有一个值得多看一眼的地方：它有两张脸，朝向不同。

一张脸朝前，是**邀请**。它说：你看，那里有一种活法，你可以去。小敏看到老护士的从容时，心里升起的是这一张脸：好，我也想那样。这张脸带着热度，像一个人站在路口，朝你招手。

另一张脸朝后，是**审判**。它说：你看你现在，离那里还有多远。三月那一天，小敏在护士站后面那一沉，面对的就是这一张脸。同一个“温和的人”，一会儿是招手的人，一会儿成了拿尺子的人。

两张脸是同一个理念的我，但对一个人的心，作用很不一样。邀请那张脸，会让人往前走；审判那张脸，会让人要么发奋，要么躲开。很多人把清单锁进抽屉，并不是不再想成为那个人，而是不想再被那张拿尺子的脸看见。

这里有一个很实用的观察：**理念的我写得越满、越高、越笼统，审判那张脸就越大**。“做一个温和的人”这样的句子，没有尽头，所以任何一天回头看，都能找出不够的地方。而“看到别人慌的时候，我先不慌”这样的句子，有一个具体的场景，就有一个具体的“做到了”和“没做到”，拿尺子的手反而轻了。

这个观察并不是教人怎样写清单。本书不是方法书。它想说明的是：理念的我并不是一块光滑的东西，它有向前的拉力，也有向后的压力，这两股力同时存在，每一个有理想的人身上都有。

◆ 拆解之六：把它公开，会怎样

还有一个小细节，值得停一下：小敏把清单拍了照，发给了朋友。

这个动作很常见。一个人写下理想之后，往往想让别人知道。这里面有好几层意思：想要被见证，想要被督促，也想要听一句“加油”。朋友回了一个表情，这一刻，理念的我多了一层东西：**它从一个只有自己知道的轮廓，变成了一个别人也知道的承诺**。

这一层，有好处，也有代价。好处是，它有了外面的支撑，朋友偶尔问一句“游泳去了吗”，会成为一种实实在在的推力。代价是，理念的我里面，被悄悄掺进了“别人眼中的我”。小敏想成为一个温和的人，一部分是为了自己，另一部分是为了在朋友面前，仍然是那个说过“要做一个温和的人”的人。

这两份混在一起，有时分不清。一个人如果从来没有分过，就容易把别人的期待，当成了自己的理想；又容易在理想受挫时，感到的不只是失落，还有丢脸。丢脸这种感觉，和“我想成为谁”其实是两件事，可它们常常挤在同一个位置上。

所以，当我们说理念的我“来自外面”的时候，还可以更细一点：它的材料来自外面，它的承诺也常常交给外面保管。这并不意味着不要公开，只是意味着，**读者在翻看自己的理想时，可以问一句：这一条，是我要的，还是我怕别人看见我没要？**

这一句问，不需要答案。问了，两个我就稍微分开一点，理念的我也就更像是自己的。

◆ 对照旧地图：立志

我们的传统里，很看重“立志”。孔子说自己“十有五而志于学”（《论语·为政》）。后世的读书人，也常常把“立志”当作修身的第一步：先立定志向，然后才谈得上用功。

立志的价值，不必怀疑。从本书的角度看，立志正是理念的我的一次清晰成形。一个人如果没有这一步，后面的功夫就没有朝向。

不过，旧地图往往把“立志”想成**起点**：志立定了，事情就由它发动。这一章的小敏给了我们一个对照：志立了，事不一定动。因为立志只是三界之我中的一个我站出来说话，而其余两个我还没有开口。立志不是心的发动，是心的一次**局部显露**。

说到“显露”，要交代一句：本书里的 S 一律读“显露”。理念的我，在清单这个时刻，把自己显露了一部分，写在纸上。但显露出来的，是它的样子，不是它的力量。力量要靠它跟另外两个我合起来，才有。

◆ 对照旧地图：初心

日常话里还有一个与立志相近的词：初心。“不忘初心”，几乎成了一句人人会说的话。

初心这个词，把理念的我放到了**最开头**，并且给它加了一层光：最初的，是最纯的。后来的路走偏了，就拿初心来量。这个说法，在很多时候是有用的，它提醒人别被日子磨得失去方向。

但是从小敏的清单看，初心这个说法有一处值得留意。小敏十二月三十一日的那个“温和的人”，是最初的，却不是最清楚的；到了四月，那一行“看到别人慌的时候，我先不慌”，才是更清楚的。**最初的那一版，往往是最模糊的一版**。 如果把最初的当作标准，四月的小敏反而成了“偏离初心”的人；可是明眼人都看得出，四月的她离“温和”更近。

所以更合适的说法也许是：初心不是一个要守住的原件，而是一颗要在日子里长的种子。它不是衡量后来的尺子，而是后来要不断去充实的东西。这与本书的主张是一致的：理念的我不是起点，是一次开头，开头之后，还有很长的发生。

◆ 一个容易的误读

读到这里，可能有人想：既然理念的我这样靠不住，材料是借的，容易折损，那是不是最好别立志、别写清单、别去想“我想成为谁”？

不是的。恰恰是因为理念的我有这样的性质，我们才更需要认真对待它，而不是轻看它，也不是神化它。

轻看它，心里就没有朝向，日子成了一格一格互不相干的事。神化它，把它当成心的发令官，一旦事情不听，就只能怪自己意志薄弱，转而把整个心看成一个坏掉的发令官。这两种态度，都是对理念的我的误用。

合适的态度是：把它当作**三位同行者中的一位**。它负责看远处，另两位负责看脚下和看此刻。三位走在一起，路才走得稳。

这也是为什么本书用了整整一编的篇幅，来先介绍这三个我。因为只有三个我都认识了，才有可能看清“心”是什么。只认识其中一个，就容易把它错当成心的全部，错当成起点。理念的我是最容易被这样错认的一位，因为它站得最高，说话最响，最像是在发号施令。

◆ 回到场景：四月的笔记本

四月，小敏在整理抽屉，又翻到了那个笔记本。她这一回没有躲，认认真真地从头看了一遍。

她发现了几件开始时没有留意的事。

其一，二十本书、三万块，这两条几乎已经被她忘了。但“对同事更耐心”那一条，三月的那件事之后，她其实一直放在心里。每一次想说重话，她都会想起护士站后面那一沉，然后把那一句话，慢半拍地咽下去，或者换一种说法。这一条，没有靠清单维持，是靠**那一次难受**维持的。

其二，她想起了那位老护士。“慢慢来，不着急”这句话，她现在会在带新来的实习生的时候说。说出口的时候，她吓了一跳：这话她从哪儿学来的？

其三，她看出来，清单上这几条，并不是同等的东西。“读二十本书”像一个指标，“做一个温和的人”才像一个人。指标可以放弃，人一旦立起来，就会在日子里自己找路。

于是她在笔记本的最后一页，没有写新的年度计划，只写了一行：“温和，是看到别人慌的时候，我先不慌。”

这一行，比她十二月三十一日写下的那一条清楚得多。这个清楚，不是她坐在桌前想出来的，而是在三月那件事、老护士的那句话、带实习生的那几天里，**一点一点显出来**的。

回头再看开场的问题。小敏心里那个“我想成为的人”，最初是借来的材料，拼成的一个模糊的轮廓；经过现实的顶撞、感受的刺痛，反而变得清楚、具体、能

用。也就是说：**理念的我并不是在清单写下的那一刻“完成”的。它的成形，一直延续在后面的日子里。** 写清单的那一刻，不是起点，是它**第一次被看见**。

这是开场时没有的新理解：理念的我不是一颗先放好的种子，而是一幅要在日子里继续画的画，而且画笔不全在它自己手里。

下一章，我们去认识另一位：它说话最轻，却最不听话，也最不会骗人。它叫现实的我。

> 带走的话
>
> 我想成为的那个人，借来的是材料，画好的是日子。

> **小账**
>
> 小账一：理念的我是心里负责“朝向”的那一份，它的材料多半来自外面，它的成形要在日子里继续完成。
>
> 小账二：本章翻动了“心是起点”的这一个旧预设：把“立志”当作心的发动。立志只是三我之一的一次局部显露，不是心的开头。

第 2 章

现实的我：账单、身体、作息里的我

这一章的问题：这件事里，心是被合成的，还是被当成了起点？先问一个更近的问题：那个“说了不算”的我，到底是谁？

场景　月底桌上的三张纸

这是我构想的场景。阿杰，三十四岁，做销售，家里有妻子和刚出生不久的孩子。（这是我构想的人物。）

月底的一个晚上，孩子刚睡下，阿杰坐在餐桌边，面前放着三样东西。

第一样，是这个月的信用卡账单。他本来以为“这个月已经省了”，因为他在心里清清楚楚地决定过：为了孩子，开支要收紧。可是账单上的数字，比他预想的多了一截。一行一行往下看：外卖，打车，客户应酬，一件说不清为什么买的小东西。每一笔，当时都有理由。

第二样，是前几天单位组织的体检报告，纸张很薄，最后一页有医生的小结：血脂略高，体重偏重，建议增加运动、规律作息。没有什么吓人的话，只是很平静的几行。

第三样，是手机自己弹出来的“每周屏幕使用时间”报告。数字写着：平均每天五小时四十分钟。他盯着这个数字看了一会儿，不太相信，点开细项，发现有两个多小时是在孩子睡下之后，躺在沙发上划视频。

他把三样东西摞在一起，轻轻叹了一口气。

他的脑子里有一个很清楚的声音：我不是这样打算的。

这句话，是理念的我在说话。可是桌上的三张纸，是另一个我留下的。

◆ 拆解之一：认识“现实的我”

本书把这个留下了账单、体检单和使用时长的我，叫作**现实的我**。

它是三界之我中的第二个。照上一章的说法，理念的我是“我想成为的那个人”，站在将来。现实的我则是**我实际上已经成了的那个人**，它站在现在，更准确说，它站在“已经发生了的那些事”上面。

现实的我由几样东西构成。

身体。　血脂、体重、睡眠、疲惫、病痛、年龄。这些东西不是想出来的，是一个人长年累月“活出来”的。它们有自己的节奏和极限，不是想改就改。

钱和物。　收入、开支、存款、欠款、家里放着什么、车库里堆着什么。一个人的账单，是他一个月里每一次“选择”的总和，而且每一笔都不能反悔。

时间的去处。　一天二十四个小时，到底去了哪里。注意，是“到底去了哪里”，不是“打算去哪里”。手机的使用时长，是现代人最诚实的一份时间账。

习惯和惯性。　下班走哪条路，吃饭坐哪个位子，压力来了先做什么。大部分是不假思索的，早就成了身体的一部分。

别人眼中的我。　同事觉得他靠不靠谱，家人觉得他回不回家吃饭，客户觉得他守不守信。这部分不是他自己说了算，是他的行为留在别人那里的印象。

把这几样合起来看，现实的我有一个共同的特点：**它是已经显露了的**。　账单是显露，体检单是显露，使用时长也是显露。用本书后面要讲的话说，现实的我，是“我”在世界里已经落下的痕迹。理念的我是一个朝前的样子，现实的我是一串往回看的证据。

◆ 拆解之二：为什么它“说了不算”

回到那个晚上。阿杰的第一反应是：“我不是这样打算的。”这句话他说得没错，他确实不是这样打算的。可是账单上的数字，也没有写错。

这就是现实的我与理念的我之间的那道缝：**一个是打算，一个是做出来的，两者并不总是同一回事**。

为什么理念的我下了令，现实的我不照办？

通常的说法是：这个人自控力差。可是我们不妨先不用这个说法，换一个角度，看看现实的我是怎样运转的。

第一，它由条件推着走，而不是由命令推着走。　阿杰的外卖，不是因为他“想吃外卖”，而是因为下班时孩子刚哭过，妻子疲惫，冰箱是空的，手机上外卖软件的图标在最顺手的位置。这是一连串条件，凑在一起，指向同一个结果。如果条件不变，仅仅在心里重新下一遍令，下个月的账单多半还是这样。

第二，它靠重复才改变。　身体不是靠一次决心改变的。血脂的变化，来自几年的饮食和运动；手机的两个小时，来自每天晚上同一个姿势。现实的我是一个“量”很大的我，它的变化需要同样大的量，而不是一句话的力气。

第三，它有自己的时钟。　孩子夜里醒几次，阿杰的睡眠就缺多少，这不是他决定的。疲惫的时候，划视频是最省力的事；省力，就是现实的我的一个很重要的倾向。

第四，它不是为了配合理念的我而存在的。　这一点最容易被忘记。人们常常把身体、钱、时间想成“资源”，好像它们是理念的我的下属，该听从调遣。其实它们不是下属，它们是**另一个我**。它有自己的逻辑，自己的账。理念的我与它之间，不是上下级，更像是两个必须一起过日子的人。

所以，当阿杰说“我不是这样打算的”，现实的我若能开口，它会说：“我知道你不是这样打算的，可是你给我的条件，只够我做到这样。”

这一句话，不是推脱，而是事实。

◆ 拆解之三：它也不会说谎

现实的我，有一个让人又怕又敬的品质：**它不会说谎**。

理念的我可以夸张。它可以写下“每周游泳两次”，写完之后，谁也不知道那是不是真的。自我的我也可以改写：人对自己的过去，常常记得更体面一些，把不好的事情往后放，把好的事情往前挪。

但账单上的数字，是不会被记忆美化的。体检单上的指标，也不会因为“我感觉还好”而改变。手机的使用时长，更是冷冰冰地记下了每一个晚上的每一分钟。

所以，现实的我是三个我里**最难被糊弄的**。它让人难受，也恰恰因此，它成了一个人是否真的在改变的唯一可靠证据。一个人说自己“正在改”，别人信不信、自己信不信，最后都要拿现实的我来对账。

这也解释了，为什么人们常常对账单、体检单有一种本能的抗拒。不是因为看不懂，而是因为那是现实的我在说话，而它说的往往与理念的我的描述不合。很多人宁可不看，就是想让理念的我继续安稳地待在远处。

◆ 拆解之四：它不是“坏的”

然而，如果把现实的我看成理念的我的“绊脚石”，那就又错了。

现实的我，是心里**唯一有手脚的那一部分**。理念的我再高远，也没有手；自我的我再细腻，也没有腿。只有现实的我，会真的把东西搬起来，把饭做出来，把孩子哄睡。一个人要想成为自己想成为的人，终究要通过现实的我一步一步走过去，没有第二条路。

换句话说，**理念的我是方向，现实的我是路面**。　方向再正，没有路面，哪里也去不了。路面再坚实，没有方向，也不过是原地打转。

阿杰桌上的三张纸，在这个意义上，不是对他的判决，而是一份**路面的状况报告**：这里有坑，那里有石头，这一段泥泞，那一段平坦。看清了路面，才可能想怎样走。

再说，三张纸里不全是坏消息。账单上有一笔，是他给妻子买的一份礼物。体检单上，写着肝功能正常，尿检正常。使用时长里，有一周的一个晚上，他把手机

放到了一边，花了一个钟头哄孩子睡觉。现实的我，也包含着这些已经做成了的好事。只是在自责的时候，它们很难被看见。

◆ 两个常见的错认

围绕现实的我，日常里有两个常见的错认，值得点明。

第一个错认：把现实的我当作“真实的我”。 有人看了账单和体检单，会得出一个结论：这才是我的本来面目，那些理想都是自欺。这个结论读起来很有“看穿”的痛快，却不准确。现实的我是真实的，但它只是**三份真实之一**。阿杰那天晚上叫了专车，是现实的我；他想收紧开支，同样是他的一部分，并不是假的。理念的我是真的想要，自我的我是真的感受，现实的我是真的做了。三样东西各自真实，也各自不全。把其中任何一份当成“最真”的，都会让另外两份变成“假的”，于是心被切掉了两块。

第二个错认：把现实的我当作“命”。 另一些人看了数字，会觉得：我就是这样的人，改不了。“我就是这样”，是一个很有分量的句子。但现实的我，是**已经发生了的**，不等于**只能这样发生**。它在每一天里都在继续生成。阿杰昨天的账单，是昨天的现实的我；今晚把手机挪开的那个小动作，已经是新的一笔了。已显露的，不等于已封死的。

这两个错认，一个太快地给现实的我加冕，一个太快地给它定罪。本书的看法是：现实的我，是诚实的见证人，不是法官，也不是被告。

◆ 反过来的一路：看见，也在改变

前面说，现实的我主要被条件、积累和他人推动，不由理念的我直接指挥。这个说法，需要补一个反方向的修正，免得读者以为理念的我完全无力。

理念的我虽然不能直接下令，却能做一件很重要的事：**改变你怎样“看”现实的我**。 阿杰那个晚上，如果没有“为了孩子要收紧开支”这个念头，他看到账

单，可能只是觉得“又花了一点”，翻过去就忘了。正是因为他心里有一个朝前的样子，那张账单才刺眼，才成了值得停下来看的东西。

也就是说，理念的我给了现实的我一个**被看见的角度**。没有理念的我，现实的我就只是一堆流水账；有了理念的我，这些流水账才有了“离目标多远”的意义。

反过来，现实的我也给了理念的我一个**被校准的机会**。阿杰原本心里“收紧开支”的样子，是一个笼统的口号。看过账单之后，他知道了：外卖和打车是大头，应酬是推不掉的，而那个说不清为什么买的小东西，其实是下班路上的一点点放松。这些细节，让“收紧开支”从一个口号，变成了一张有位置的地图。

这是两个我之间的往返：理念的我给现实的我一个看的角度，现实的我给理念的我一个落脚的地方。往返一次，两边都稍微改了一点。这就是本书说“合成不是相加”的最初的影子，下一章之后会越来越清楚。

◆ 作息：一天里最老实的那一份

在三样东西里，作息最容易被忽略，因为它没有一张纸来记录。但是，现实的我最完整的样子，恰恰在作息里。

把阿杰的一天摊开：清晨被孩子的动静弄醒，匆匆洗漱，赶车；上午见客户，中午随便吃一口；下午跑单，傍晚回家；晚饭、哄睡、收拾；孩子睡下之后，沙发，手机；半夜再被叫醒一两次。

这样一天，没有哪一小时是“选错了”的，每一个小时都有它的缘由。可是合在一起，就是那三张纸。**现实的我不是某一次选择的结果，而是一整天无数个小选择叠起来的形状**。它像一条河，每一滴水都无辜，合在一起就有了河道。

作息还有一个特点：它很难被“看见”，因为它是连续的。账单有数字，体检有指标，而作息是一种“感觉如此”。所以，很多人对自己的作息，只有一个模糊的印象：“我最近挺忙的。”这个模糊，恰恰是理念的我最容易插嘴的地方：它会说“其实我可以早点睡”“其实我可以少看一点”，而这些“其实”，都是在没有看清作息的时候说的。

反过来，一旦把作息摊开，看清它有哪几块是不能动的（孩子的吃睡、通勤、工作），哪几块是可松动的（沙发上的两个小时），事情就有了落点。有落点，理念的我才能下到现实里，而不是继续悬在半空。

还要说一句关于身体的话。体检单上那几行小结，是平静的，读的人最好也平静地读。它不是对一个人的评语，只是身体一段时间以来的实况。身体有它的耐心，也有它的极限。对它的态度，不宜是惩罚，也不宜是置之不理，而是像对待一位长期同住的家人：知道他的脾气，给他合适的条件。

◆ 对照旧地图：知而不行

我们的传统里，很早就注意到这条缝。人们常说“知易行难”，也说“知行合一”。这一对说法，正好对着理念的我和现实的我：知，近于理念的我所明白的；行，近于现实的我所做到的。后面讲到陆九渊与王阳明的时候，我们会专门谈“知行合一”，这里先不展开。

这里只想指出旧地图的一个习惯。它在解释“知而不行”的时候，通常会说：是心里的“知”不够深，或者是意志不够坚定。也就是说，把“行”看成“知”的延伸，“知”到了，“行”自然就来。做不到，是“知”不到位。

这个说法，在一部分情形里是对的。但是从阿杰的三张纸看，还有另一部分，是**现实的我有它自己的运行逻辑**，即使“知”得再清楚，也要等条件、量、时间都到位，才会有变化。把“做不到”完全归于“心不坚定”，就等于说：现实的我没有自己的道理，它只是理念的我的影子。这与我们在日常里的观察不太相符。

西方也有相近的说法。有一个古老的日常说法，叫“意志软弱”，意思是明知应当怎样做，却没有做到。它与我们讲的“知易行难”非常相似，都是把这一道缝看成心里的一个缺口。本书不否认这个缺口，但想换一个更宽的看法：这是心的三份里，两份没有对上。

◆ 现实的我怎样改变

既然现实的我不由理念的我说了算，那么它怎样才会改变？

本书不是方法书，这里不开方子，只说三个日常里看得到的现象。

一是条件变了，它就变了。 阿杰的手机，若放在客厅的另一头，晚上划视频的时间多半会短一些；外卖软件若从主屏幕挪到第三页，下单的次数大约也会少一些。这些事微不足道，但它们改变的是“条件”，而现实的我就是被条件推着走的。

二是量够了，它就变了。 一周跑一次步，身体几乎无感；一年跑五十次，身体就显出了不同。这种变化不是顿悟，是积累。

三是有别人在，它就变了。 阿杰的妻子，也许只说一句“我们晚上一起走一圈吧”，就比他独自下一百次决心都有用。因为别人的在场，是一个巨大的“条件”。这一点，在后面讲互动性的时候，还会再说。

还有一种情形，是现实的我被一件大事整个地打乱：孩子出生，失业，一场大病。那时候，旧的节奏被打断，新的节奏要重新排。这种变化，不是理念的我下令的结果，而是外来的事件，把现实的我整个翻了一遍。后面第六编讲“日常里的0到1”，会专门谈这一类。

这三个现象，有一个共同点：**现实的我的改变，大多是从外面和旁边来的，而不是从理念的我那里直接下达的。** 这一点，对全书很关键。它预示着一个后面要展开的结论：心里的变化，不是心自己发令的结果，而是三个我、再加上外面的条件，一起发生的结果。

◆ 回到场景：三张纸之后

我们回到阿杰的餐桌。

他把三张纸摞在一起，叹了一口气。这时妻子从卧室出来，倒了杯水，看到桌上的纸，没有问，只是在他对面坐下。

阿杰说：“这个月又超了。”

妻子拿起账单，看了一会儿，指着其中一行说：“这个，是我们俩那天加班，你帮我叫的车吧？”

他愣了一下，想起来了。那天妻子刚出月子不久，勉强去公司处理一件急事，他不放心，叫了专车接送。那一笔，不算在“打算收紧”的范围里，可是他当时没有一秒钟犹豫。

“你看，”妻子说，“账单上有你说的‘没打算’，也有你没说出口的‘打算’。”

阿杰没有说话。他把三张纸又看了一遍，这次看得不太一样。

账单上，是他实际在乎的东西：家人、客户、方便。体检单上，是他长年对身体的亏欠。使用时长里，是他一天里唯一能留给自己的松弛。每一样，都不只是“错误”，而是一个人在现有条件下，实际做出来的样子。

他想：我之前总想的是，怎样让这些数字“服从”我的打算。也许该先想的是，**这些数字是在对我说什么**。

这是开场时没有的新理解：现实的我不是理念的我的下属，也不是它的敌人，而是三我里最诚实的一位。它留下的痕迹，不是一个人的“起点”，而是一个人**此刻所在的位置**。位置不是起点；位置是出发之前，必须先看清的地方。

阿杰那晚没有立什么新的誓。他只做了一件小事：把手机放在了充电线最短的位置，让它够不到沙发。然后他和妻子一起，把外卖软件的图标，挪到了第三页。

这些，微不足道。但它们是真的，是现实的我在条件上的第一点点变化。理念的我，反倒在这个晚上，难得地安静了下来。

> 带走的话
>
> 现实的我不听命令，却肯听条件；它不会夸，也不会骗，它只是诚实地告诉你，你现在在哪里。

小账

小账一：现实的我是已经显露了的我，账单、身体、时间都是它的痕迹；它不由理念的我说了算，它由条件、积累和他人的在场推着走。

小账二：本章翻动了“心是起点”的这一个旧预设：把“做不到”全归于“心不坚定”，仿佛现实的我只是心的影子。现实的我是心里一位有自己运行逻辑的同行者。

第 3 章

自我的我：夜里独处时的那个我

这一章的问题：新的东西从哪里来？先从一个小地方问起：夜里醒来，是谁在难受？

◆ 一、半夜两点十分

王姐今年四十五岁，在一家公司做行政。这是我构想的人物。她白天的日子排得很满：早上给母亲备好药和早饭，赶地铁，打卡，订会议室，核报销单，下班前再给母亲打个电话。一天下来，她基本没有“想自己”的空档。

有一天夜里两点十分，她忽然醒了。窗外很静，冰箱的压缩机嗡了一声又停下。她睁着眼睛，脑子里冒出来的，是白天茶水间里同事随口说的一句话：「王姐你这么细心，怎么还没升上去呀？」

这是我构想的场景。那位同事说这话的时候，笑呵呵的，端着杯子，没有恶意。王姐当时也笑了笑，说：「我不爱争。」然后回到座位上接着核单子。整个下午，这句话没有给她留下任何痕迹。

可是半夜，它回来了。而且回来的不只是这句话。她想起了去年那次没有轮到她的晋升，想起了主管说「你太稳了，我们需要你守着后方」时的表情，想起很多年前母亲说过一句「女孩子不用太出头」。三四件互不相干的事，在黑暗里排成了一排。她胸口有点发紧，翻了个身，又翻回来。

我们先停在这里。请注意这个场景里有三个“我”在同时出场。

第一个是白天那个想要升职、想要被看见的“我”，她心里有一张自己想成为的样子，那是前两章讲过的理念的我。第二个是账上的、工位上的、母亲药盒旁边的那个“我”：每月的工资数字、每天的通勤、每周三次的陪诊。这两个“我”，白天各忙各的，吵得不凶。

第三个，就是半夜醒来的这一个。她没有计划，没有数字，没有工位。她只有一种发紧的感觉，和一串被叫醒的记忆。这一章要讲的，就是这第三个“我”。

◆ 二、自我的我是什么：感受和记忆合起来的那个“我”

本书把心看成三界之我的合成：理念的我、现实的我、自我的我。前两个，是“我想成为谁”和“我实际是谁”。第三个，叫自我的我。

先用白话说它是什么。**自我的我，是我对“我自己”的那种亲身感觉，加上被这种感觉一路串起来的记忆**。它不是我的计划，不是我的账目，而是我“身处其中”的那个“我”：我疼，我怕，我委屈，我高兴，我记得，我忘不掉。

这里有两个要点，对应章首场景里发生的两件事。

第一件，是感受。王姐胸口发紧，没有人能替她紧，也没有人能替她松。别人可以对她说「别想了」，可是那股发紧是从她自己身体里升起来的，只有她知道它有多重、多沉、带着什么颜色。感受有一个特点：它是第一人称的、私下的，说出来就会少一点。王姐明天要是对同事说「你那句话让我半夜睡不着」，那话说出口时，已经不是半夜那种感觉了，已经变成一句“事情”。

第二件，是记忆。注意，不是“档案”式的记忆。王姐的脑子里不是存着一份“某年某月某日我被如何对待”的清单，而是一团带着感觉的东西。茶水间的一句话，不是被当作一条信息取出来，而是像拉动一根线，拉出了一串颜色相近的往事。这些往事被取出来的时候，不是按时间顺序，而是按“这件事让我什么感觉”来排的。

所以，自我的我有一个很朴素的办法认出来：**它是“感觉”和“记起”一起发生的地方**。一个人沉浸在往事里，忽然脸红了，忽然笑了，忽然叹气了，这个时候他就在自我的我里面。

◆ 三、它为什么偏在夜里露面

为什么偏是半夜？这不是玄学，说穿了很日常。

白天，人是被事情推着走的。理念的我拿着计划往前拉，现实的我拿着账单、时间表、母亲的药盒往后拽，两股力把人的注意力占满了。自我的我也一直在，但它的声音很小，被盖住了。

到了夜里，外面的任务停了。没有会议室要订，没有单子要核。两股大的力一松，小的声音就浮上来。这像是白天的集市散了，才听得见远处的水声。水声不是夜里才有，是白天没人听。

这一点对我们理解“心”很要紧：**自我的我，平时并不缺席，只是常常被压在下面**。它的特点之一，就是不请自来。理念的我可以由你主动召唤，翻出新年清单就行；现实的我可以由你主动去查，打开手机看余额就行。自我的我却不听召唤。你想让自己“别难受”，它不一定听；你想让自己“高兴起来”，它也不一定高兴。它按自己的节奏起落。

这就牵出一个后面要反复用到的事实：三个我里头，**只有自我的我，最不像是“我”能指挥的**。可它偏偏是最贴近“我就是我”的那个。人说「我受不了」「我心里难受」的时候，说的主要就是它。

◆ 四、它不是“真我”，也不是“最可靠的我”

写到这里，容易滑向一种看法：既然自我的我最贴身、最私密，那它是不是“真正的我”？白天都是装出来的，夜里才是本来面目？

这个看法很有吸引力，也流行得很广，但本书不这么讲。理由有三条，都从王姐的场景里来。

第一，夜里的感受会变形。王姐半夜把四五件事排成一排，觉得“我这辈子都没被看见”。可是到了第二天早上，她喝着豆浆，同一批事情看起来就没那么严重了：晋升没轮到她，确实有遗憾；主管那句话，也可以听成是信任。夜里的那个她，不是更真，而是更窄：只剩一个声音，别的声音没起床。

第二，记忆会挑。自我的我串起来的往事，是按感觉挑的，不是按事实挑的。它挑出来的，是和当下这股“发紧”同色的东西。王姐同样记得去年年会上，有个

新同事找她请教，说「没有你我们根本找不到发票」。那件事也是真的，可是半夜没有被拉出来，因为它的颜色不对。所以自我的我讲的“我的故事”，是真的，却是一个被当下感觉剪辑过的版本。

第三，它也并非孤立。王姐胸口发紧，是因为她心里有一张“我应该被看见”的图（这是理念的我的影子），又有一份“我确实没升上去”的事实（这是现实的我的影子），那句话落下来，才撞出了这股发紧。自我的我里的感受，常常是另外两个我碰撞的回声。它自己有来源，也有别人的来源。

所以，本书对自我的我，既不贬，也不捧。它不是装出来的假我，也不是藏在深处的本来面目。它是三**个我里的第三个**，管着“这一刻我是什么感觉”和“这一刻我记起了什么”。少了它，一颗心会变成两张纸：一张写着“该怎样”，一张写着“实际怎样”。有了它，才有“我在乎”。

◆ 五、自我的我，在日常里长什么样

为了避免把它说得太玄，来看几个日常里容易认出它的瞬间。这些都是常见的小事，读者可以对照自己。

有人闻到某种饭菜的味道，突然想起小时候的厨房，鼻子一酸。这时发生的，不是在“回忆”，而是在“重新感到”。有人路过一所学校，听见下课铃，心里一松，又一紧，说不上为什么。有人收到一条很短的消息，「你到了吗」，三个字，眼眶热了。这些都是自我的我在起作用：一个小小的触点，拉动了一团带着感觉的东西。

再看另一类。有人面对一份没做完的工作，嘴上说「没事，能搞定」，身体却先累了，肩膀沉下去。这是自我的我在“抢话”，它比说出口的话更早报告。又有人在一个热闹的聚会上笑得很大声，回到家一关门，忽然什么都不想说。热闹时是另一个声音在管事，关门后，自我的我才能出来喘口气。

这些瞬间有个共同点：**它们都不是“决定”出来的**。没有人决定闻到饭菜味就鼻酸。这一点，是后面理解“赐”和“接住”的伏笔：心里确实有一块地方，是我没有办法下令的。它不是缺陷，是心的出厂样子之一。

◆ 六、同一段记忆，每次取出都被染一次

上面说记忆会挑，还有一层要补。同一段往事，不同的时候取出来，味道不一样。

拿母亲那句「女孩子不用太出头」来说。王姐十二岁听到的时候，大概只觉得被拦了一下，心里不服。三十岁再想起，也许觉得母亲保守。如今四十五岁，天天照顾着母亲，再想起那句话，她可能会想到：母亲那一代人，在厂里、在村里，出头的女人要付多大代价，这句话里多半有一份怕。她没有因此觉得那句话对了，却能把它放在另一个地方。

句子没变，变的是取它的这个人，和取它时身上带着的东西。所以自我的我里的“记忆”，不是仓库里的一件件旧物，更像一池水，每次舀一勺，都会带上舀的人的温度。这不是说记忆不可靠，而是说它活着：每一次被想起，都是一次新的发生，而不是一次单纯的取回。

◆ 七、它会被“养”，也会被“饿”

自我的我既然不听召唤，是不是就只能任它起落、没有别的办法？也不是。它虽然不听命令，却吃得到东西，也会挨饿。

来看王姐和母亲的一个小片段，这是我构想的场景。母亲八十岁了，傍晚坐在沙发上，看见女儿换鞋进门，随口问：「你今天怎么了？」王姐说：「没事。」母亲「哦」了一声，就去看电视了。

这一问一答，在很多家里每天都在发生。它的要点在于：“没事”两个字，把自我的我当场按了回去。不是说谎，王姐也许真的觉得没什么大事，只是胸口有一

点点沉。可是这个“沉”没有被说出来，也没有被谁接住，它就原路退回，到夜里再浮上来。

假如那天的对话换一个样子。母亲问「你今天怎么了」，王姐想了想，说：「同事说了句话，我有点在意。」母亲说：「什么话？」王姐讲了。母亲说：「你们那个单位啊，我就说你太老实。」说完两个人都笑了，又为这句“太老实”拌了两句嘴。这样一来，那股沉就在傍晚被说掉了一半，半夜醒来的概率，也许小一点，即使醒了，夜里的分量也轻一点。

这里没有什么神奇的办法，只是一个朴素的事实：**自我的我，是在被说出来、被听见、被认出来的时候，才从一团混沌变成一个看得清的东西**。它的“养分”，是有人（包括自己）认真地叫出它的名字。它的“饥饿”，是长期没有出口，没有被承认。

这一点，要小心不要说过头。本书不是说“把一切都说出来就好了”，有些话不该说，有些人不值得说，有些感受放一放自己就散了。更不是说有人没说出来，就一定出了什么问题。我们只是要看清一件事：**这第三个我，不是封闭的小房间**。它有门，门外有人，门开的方式，会影响它下一次怎样出现。

由此可以得到一个对本书很重要的提示：既然自我的我的变化，要靠外面的东西来叫、来接，那么它就不是一个自己封闭运转的“发动机”。它更像一块地，下雨才长，晒久了会干。雨从哪里来，下面几章还要接着讲。

再补一个小例子，说明“门开在外面”为什么重要。设想王姐明天遇到的不是茶水间的同事，而是一位新来的年轻人，对她说：「王姐，您教我的那个报销流程，我才真明白了。」同样是别人随口的一句话，这一回，却可能让她那一整天走路都轻了一点。自我的我记着的“刺”和“暖”，都是这样一句一句落进来的。

◆ 八、别人的自我的我，我进不去

还有一个性质，要在这一章结束前交代，因为后面讲到“互动性”和“结缘”时会用到。

王姐的发紧，只有王姐自己知道。她的母亲，哪怕朝夕相处几十年，看见的也只是她的脸色、语气、停顿。同事更是只看见一个笑着说「我不爱争」的人。每个人面对别人的自我的我，都隔着一层，只能靠对方说出来的和表现出来的去猜。

这一层隔着，有两面。

坏的一面，是误会。同事那句话，在他那边是一句闲话，在王姐这边是半夜的石头。两边各自的自我的我，从不同的地方出发，而说话的人通常不知道对方那边发生了什么。许多人与人之间的别扭，大半出在这里。

好的一面，是**谁也不会被另一个人完全替代**。王姐的发紧是她的，她的母亲有母亲自己的夜晚，同事也有同事自己的夜晚。每一个自我的我都带着一份别人拿不走的东西。后面讲“缘”的时候，我们会看到：人与人之间真正的结，并不是把对方的内部看穿，而是在这层隔着的地方，接住对方愿意递过来的那一点点。

这是后话。眼下只需要记住：自我的我是私下的、第一人称的，别人进不来，自己也不能随意下令。它因此既是心里最安静的部分，也是最容易被误会的部分。

◆ 九、对照旧地图：把“夜里的我”当成起点

旧地图把心画成“起点”。按这个画法，夜里这个“我”，常常被当作最像起点的东西：感受从里面冒出来，记忆从里面涌上来，好像一切是从这里出发的。

于是有了一些很自然的说法：「我的感受不会骗我」「相信你的内心」「你的心里早就有答案」。这些话不是没有道理，它们抓住了一个真实的事实：自我的我确实贴身、确实第一人称、确实没人能替。

可是用王姐的场景回头看，会发现这些话有一处错位。**半夜让她发紧的，是白天落进来的一句话；让这句话有重量的，是一张她自己都没怎么看过的“应该被看见”的图**。换句话说，夜里的感受，既不是凭空从里面长出来的，也没有单独起头。它是被外面的事叫醒的，被另外两个我撑起来的。

这是本书第一次轻轻地碰一下“心是起点”这个预设：夜里的我，看上去像起点，其实是一个**接力的中间站**。它收到了外面来的、白天来的东西，把它染上自己的颜色，再送往下一站，送给明天早上那个要不要回应同事的王姐。

把这一点放进 SDE 的话说，也不复杂。外面的一句话，是进来的差异（D）；夜里发紧并带出一串往事，是一次显露（S）；而这次显露落下去，会在她心里的“我是什么样的人”这个底子（E）上留一道痕。明天她面对同事的态度，可能就和昨天不一样了。这叫回写：显露回过头，改了底子。这里先点到为止，后面几编会展开。

◆ 十、回到半夜两点十分

回到那间卧室。王姐躺着，胸口发紧，往事一排排站好。

如果按旧地图，她会这样想：「我的内心在告诉我，我很委屈。」然后顺着这个“我委屈”往下走，结论可能是：「我要对同事说清楚」，或者「我要换个环境」，或者「我就是这样，没有人懂」。这里面每一条都有可能是对的，可是它们有一个共同的起点：夜里的感受就是答案。

如果换一种看法，她可以这样想：「我现在是这个感觉，这个感觉是白天那句话叫醒的；它拉出来的几件事，是同一个颜色的；还有些事，今天没被拉出来。」她没有否认委屈，也没有被委屈带走。她只是认出来：这是自我的我在说话，而它是三个我中的一个。

这两种想法，王姐不一定做得到第二种。夜里本来就窄。但哪怕只在天亮后记起一次，这次半夜就多了一点东西：**她知道了自己心里有一处地方，不是她下令，也不是她单独造的**。这是开场时她没有的新理解。

她后来睡着了。第二天，她在茶水间遇到那位同事，对方又笑着打招呼。她接过话，笑了笑，说：「昨天你那句话，我晚上还想了一会儿。」同事愣了一下，说：「哎呀我随口说的。」两个人都笑了。这是我构想的收尾，没有任何大事发生，只是一句话进去，一句话出来，那间茶水间比昨天松了一点点。

◆ 十一、这一章没有说的

为了不让读者带走误会，补三句不说的话。

其一，本章不是在讲“情绪管理”，也不是在讲“如何入睡”。我们讲心的发生，不是心理咨询，更不替任何人诊断。夜里醒来的人很多，原因各不相同，有时是身体需要休息，有时需要找可信的人说说，这些都是实实在在的事，需要实实在在地对待。

其二，本章也没有说“自我的我不重要”。恰恰相反，它是心里“在乎”的来源。没有它，另外两个我都会变成冷冰冰的文件。

其三，本章只讲了它是什么、怎样露面。至于它在三我合成里处在什么位置，是不是总被另外两个压着，下一章从“合成”讲起，再往后几章会逐步回答。

> 带走的话
>
> 夜里那个“我”最贴身，但它不是起点，是接力的一站。

> **小账**
>
> 小账一：自我的我，是感受与记忆合在一起、不听召唤的那个“我”；它被外面的事叫醒，也被另外两个我撑起。
>
> 小账二：翻动了「最贴身的感受就是起点」这个旧预设；落在承重命题 K4（心是三界之我的合成）。

第 4 章

合成：心是怎样被“合”出来的

这一章的问题：这件事里，心是被合成的，还是被当成了起点？

◆ 一、同一个人的三个下午

小林二十九岁，程序员，合租在一套老房子里。这是我构想的人物。下面三个场景，也是我构想的。

第一个场景，周二下午，面试。对面坐着两位面试官，桌上摆着他的简历。小林背挺得很直，说话比平时慢半拍，每一句话出口前都在心里过一遍。有人问他上一个项目里最大的困难是什么，他说得条理分明：先讲背景，再讲约束，最后讲自己做了什么取舍。他笑得克制，手放在膝盖上，没有乱动。出门以后，他在电梯里吐了一口气，发现自己后背有点湿。

第二个场景，周六中午，回老家。母亲在厨房里炒菜，他靠在门框上，随口说：「妈，你盐放多了。」母亲说：「你就知道挑。」他笑着去冰箱里翻饮料，把一包没拆的虾片叼在嘴里，躺到沙发上，两条腿搭在扶手上。他说话大声，吐字含糊，什么都敢说，也什么都敢不说，一整个下午几乎没有想过自己“像不像样”。

第三个场景，周日晚上，高中同学聚会。十几个人在一家小馆子里，有人做了管理，有人买了房，有人刚离婚。小林坐在靠边的位置，别人问他现在怎么样，他说：「就那样，写代码呗。」说完拿起杯子喝了一口。后来有人提起当年他在班里数学最好，他笑了笑，说：「早忘光了。」可是回家的路上，他一直在想，自己当年是不是真的有过那么亮的时候。

三个场景，一个人。请先停一下，不要急着往下读，问自己一个问题：**哪一个才是“真正的小林”？**

◆ 二、两种常见的回答，和它们共同的毛病

对这个问题，常见的回答有两种。

第一种说：家里那个才是真的。面试的是装的，聚会的也是装的，只有在母亲面前，他才放下了一切，露出了本来面目。第二种说，反过来：面试那个才是他的“真本事”，在家里那个是松懈，是退步。

这两种回答看着相反，其实站在同一块地基上：**它们都以为小林的心是一个现成的东西，有一个“原版”，其他都是“副本”**。于是人们就去找原版，找到了，就说其他的是面具、是伪装、是演出来的。

这块地基，就是本书要翻动的那个旧预设：心是起点。一旦心是起点，它就必须在谁身上有一个固定的样子，别的样子不是从它那里来的，就一定是“假”的。

可是把三个场景再读一遍，你会发现这个说法站不住。面试里的小林，不是在演：他的紧张是真的，他的条理是真的，他的克制也是他自己的。家里的小林，同样不是在“卸妆”：他的松弛是真的，他的口无遮拦里有他真正的亲近。同学聚会里那个有点落寞、嘴上说着「早忘光了」的小林，也是真的。

三个都是真的，彼此却差别很大。这就说明，**问题不在“哪个是真的”，而在“这三个是怎么出来的”**。

再补一个常见的场景作旁证，免得读者觉得这是小林一个人的事。一位老师，在讲台上和在学生家长面前，和在自己孩子面前，说话的节奏、用词、笑法都不一样。没有人会说他是三个人，也没有人会说其中两个是假的。我们心里其实早就明白：人的心，是跟着处境走一遍的。只是一到讲“真我”的时候，才会忘了这个常识。

◆ 三、先看三个我，各自在场景里做了什么

前三章分别讲了理念的我、现实的我、自我的我。现在让这三个我，在小林的三个场景里各走一遍。

面试那一下午。理念的我站在最前面：他想成为“一个靠谱的、有潜力的工程师”。这个形象很清楚，它决定了他背挺多直、话说多慢、哪些经历多讲、哪些略过。现实的我也很具体：这份工作的薪水比现在高三成，他的合同下个月到期，卡里的余额撑不过两个月。自我的我呢？它被压低了，只在后背那一点湿里露了一下。这个下午，理念的我和现实的我合力，把自我的我按在下面。

回老家的那个中午。局面倒过来。理念的我几乎不在场，没有人要他“成为”什么；现实的我也放松了，这里不需要他付房租、交方案。最大的声音是自我的我：他的味觉，他对母亲手艺的熟悉，他的亲近、他的随便。三个我里，一个几乎退场，一个很轻，一个站在最前面。

聚会那一晚。三个我又换了站位。现实的我被别人的近况照出来，一比较，有点发凉。理念的我被唤醒，是十年前那个“数学最好的少年”的影子，它说：你本来可以更亮的。自我的我被一首老歌、一个老外号拉动，涌上来一股说不清的东西。这一回，三个我几乎同时发声，谁也盖不住谁。所以他才显得“说不出话”。

把这三下午摊开，就能看出一个事实：**三个我在每个场景里，不是平均出场的**。每一次，它们的分量、位置、谁先谁后，都不一样。

◆ 四、“合”不是“加”

接下来是本章最要紧的一点。三个我在场景里各有分量，那么心是不是就是它们的“总和”？比如三分之一的理想，加三分之一的现实，加三分之一的感受？

不是。理由很朴素。

和面的时候，面粉、水、盐，各有一份。可是面团不是“一份面粉加一份水加一份盐”：你拿起面团，已经没有办法把盐挑回去，也没有办法分出哪一口是水。**合出来的，是一个新的东西，它有自己的软硬、自己的黏度，不属于任何一个原料**。

心也是这样。面试时的那份紧张，不是理念的我的一部分加现实的我的一部分，而是“想成为靠谱的人”撞上“下个月没钱”，再被后背那点湿感染了一遍之后，才有的那种特定的紧。把它拆成三份，这份紧就不在了。

所以“合成”有三层意思，这里用白话列出来。

第一层，**合成是撞出来的，不是摆在一起的**。三个我平时各有自己的事，只有在一个具体的处境里，它们才互相碰到、互相改动，合出一次“此刻的心”。

第二层，**合成是每次重做的，不是做一次就存着**。小林今天面试合出的那颗心，不会原样搬到周六中午的厨房门口。每一次都要重新合。

第三层，**合成有偏重，但偏重不是固定的**。这一次理念的我站前面，下一次自我的我站前面，没有哪个我天生永远站前面。（至于在这些偏重背后，有没有一个更深的出厂样子，是下一章的事。）

◆ 五、为什么说心是“发生体”

说到这里，可以回头用一次 SDE 的说法，但还是尽量说白话。

SDE 里有三个字母。E，是特征纠缠系统，白话说，就是一个人身上、身边所有互相牵连的东西：他的身体和习惯、他的往事、他认识的人、他此刻所在的房间、墙上的钟、对面的面试官。S，是显露，白话说，是某一刻“露出来”的那个样子。D，是差异序列，白话说，是一连串“这里和刚才不一样了”的变化，把牵连着的东西拨动起来，让一种样子露出来。

对小林来说，E 是一整张网：他的经历，他的家人，他的薪水，他的朋友，他的嗓子，他的衣服。面试官的一个问题，是一个 D：这一刻忽然和上一刻不同了，有人在问我。网里被拨动的那几根线，合起来，就在这一刻显露出一个“面试里的小林”，这就是 S。

下一次，是母亲一句「你就知道挑」，一个新的 D，拨动网里另外几根线，显露出另一个“小林”。再下一次，是同学一句「你当年数学最好」，又是一个 D，又显露出另一个。

所以，心不是网里的某一根线，也不是网外的某个操作者。它是网被拨动时，当下露出来的那个东西，是一次发生。我们称它为“发生体”：它不是储藏的，是出现的。

这一点和前面的“合成”正好对上。三个我的合成，不是在某个地方悄悄进行的、结果存在某个地方的活动；而是每一次 D 来的时候，在 E 中拨动，在 S 里显露出一颗心。心就是这个“显露”本身。

◆ 六、可是，为什么我们总觉得自己是“同一个人”

读到这里，一定有人要反驳：如果每次都重新合，那为什么小林周六在厨房门口，周二在面试桌前，我们还是认得出他，他自己也认得出自己？

答案就在上一节说的那张网里。每一次合成虽然是新的，原料却大半是旧的：同一具身体，同一个名字，同一套从小养成的口音和手势，同一批认识他的人，同一段记得住的经历。别人叫他「小林」，他应声；他看镜子，认得自己。这些连续，不是靠心里藏着一个不变的内核，而是靠 E 这张网本身的延续。

打个日常的比方：一条河，每天流过的水都不是昨天那一批，可我们说“还是那条河”，因为河床在，两岸在，流向大致在。小林的“河床”，就是他的身体、历史和关系。所以，说心是每次合成的，并不否认一个人有连续性；它只是把连续性放回了该放的地方：放在网里，而不是放在一个想象出来的内核里。

还要补一句，免得误读。“每次重合”不等于“随波逐流”，更不等于“没有原则”。一个人在不同处境里合出不同的心，其中完全可能有一条一贯的东西，比如他对母亲始终体贴，对工作始终认真。这一贯，同样是网里长出来的：它是反复被拨动的那几根线，被磨成了一条顺手的路。后面讲操练的时候，我们会看到，所谓“品格”，大体就是这种磨出来的路。

◆ 七、合成不是一次就完：它会回头改网

还有一点必须说，否则“发生体”会被理解成一个只出不进的过程。

合成出来的心，不会就此消失。它会留下痕迹，反过来改动那张网。小林那晚在聚会上说了一句「早忘光了」，回家路上又一直在想。第二天早上，他在合租房的书架底下翻出一本旧书，是高中时做过笔记的数学参考书。他没有打算做什么，只是翻了几页，发现自己当年的字迹比现在工整得多。他把书放回去，又拿出来，放在了床头。这是我构想的细节。

这一本书从书架底下搬到床头，是很小的一步，却已经改动了他的网：他的房间里多了一个摆放的位置，他的下一个晚上多了一个可能。下一次有人问他「你现在怎么样」，那一刻的合成，原料里就多了一点东西。

SDE 的说法，把这件事叫作回写：显露出来的东西，经过一连串的差异，回过头去改写了那张网。心不是网上开出来的一朵花，开完就谢；它还会掉下种子，落进土里，成为下一次的原料。

这就让“心是发生体”多了一个意思：**它不只是被动地被合出来，还在合出来的同时，改变着下一次合成的条件**。这个机制，后面第八编讲行善结缘时，会成为主线。眼下，我们只是先把它的影子认出来。

◆ 八、是什么在拨动：差异从哪里来

既然每次合成都要有一个 D 来拨动，不妨问一句：这些差异，一般是从哪里来的？

回看小林的三个场景，拨动他的都是外面来的东西：面试官的问题，母亲的一句话，同学的一个旧外号。这并非巧合。生活里大多数能把一个人“拨”出另一副样子的，都是别人、别的事、别的处境递过来的。

当然也有从里面来的。小林在床头翻到旧书之后，某个晚上自己忽然起了个念头：「要不要把这几章重新做一遍？」这个念头看上去是他自己的，不是任何人递的。可是只要往回找一步，就能发现这个念头的前面站着那本旧书，旧书的前面站着那晚的聚会，聚会的前面站着一位十年没见的同学。许多“从里面冒出来”的念头，往回追，都能追到一个外面来的头。

这里要说清楚分寸。本书不是在说“人没有内部的动静”，念头当然有，感受当然有。只是想请读者留意一个常被忽略的次序：**我们习惯把“心里的念头”看作一切的开头，往回追一步，开头常常在外面**。这一点，本书后面会作为一个推论认真讲（读者会在第六编遇到它），这里先让它露一下头。

◆ 九、对照旧地图：心是一件东西，还是一件事

在日常说法里，我们习惯把心当成“一件东西”。心里装着东西，心上有疤，心被伤了，心胸宽阔，铁石心肠。这些说法很生动，也很有用，我们并不要把它们废掉。

只是要看清它们的位置。这些说法，把心当成了一个容器：同一个，一直在，能装、能破、能补。按这张图，小林的三种样子，是同一个容器在三个地方的三种“盛法”。容器是起点，盛法是外在的变化。

本书的看法略有不同：**容器的说法适合形容“比较稳定的那一部分”，却容易让人误以为心有一个不变的内核**。我们看到的实际情形是，小林的三种样子，并不是同一块东西的三种摆法，而是三次不同的合成。它们之间有家族相似，是因为每次合成的原料有大量重叠：同一个身体、同一段历史、同一张认识的人的网。可是重叠不等于同一件东西。

这样看，“变来变去的小林”和“始终是小林的小林”之间的矛盾，就有了一个安置处：**始终是的，是 E，那张网；变来变去的，是 S，每次的显露**。心在这两者之间，是网被拨动时露出来的样子，不是网，也不是某一次样子。

◆ 十、这样看，有什么用

有人会问，这样细分，对过日子有什么用？有三点。

第一，**它让我们对“人前人后不一样”少一点审判**。小林在面试里克制，在家里随便，在聚会上落寞，我们不必说他虚伪，也不必说他分裂。他是在不同处境里合出了不同的心。说一个人“多重”，不比说一个人“丰富”更准。不过，也别过

头：如果有人在不同处境里，对不同的人露出彼此伤害的样子，那也是实情，需要面对。本书说的只是：别急着用“真假”去判。

第二，**它让我们明白，“改变一个人的心”，不是去改某个内核，而是去改合成的条件**。小林要是想在聚会上自在一点，与其逼自己“别在乎”，不如看看哪个我在聚会上站得太满。是理念的我（十年前的少年）？是现实的我（别人晒出来的账）？还是自我的我（老歌拉出来的往事）？看清了，才知道该换哪块。这一点后面第六编、第九编还要展开。

第三，**它为“新”留出了位置**。如果心是一个起点，新的东西就只能是起点自己长出来的；如果心是一次合成，那么合成的原料里，随时可能进来从没有过的东西：一个新朋友，一个新的处境，一句从没被说过的话。这条线，我们在第六编讲“赐”的时候会收。

◆ 十一、回到三个下午

回到小林的三个下午。

现在我们可以回答开头的问题。哪个是真正的小林？三个都是；也没有哪一个是“原版”。他是一张网，在面试官的问题下，合出了一颗克制的心；在母亲的唠叨下，合出了一颗放松的心；在老同学的怀旧下，合出了一颗说不出话的心。

那位在电梯里吐了一口气的小林，如果想明白了这一点，他对自己可能会宽厚一些。他不必为“在面试时没有做自己”而内疚，因为面试时的他，已经是他的一种自己。他也不必为“在聚会上没有展现出自己”而懊恼，因为那一晚的沉默，同样是合成的结果，不是缺陷的证据。

他倒是可以做另一件事：**记下这三次合成里，哪一个我站在了最前面，它是被什么叫出来的**。这是一件很小、很具体的事，一个晚上就能做。做了几次，他会发现，自己对“心”的理解，已经不再是“我的内核怎么样”，而是“我在什么处境里，会合出什么样的心”。这是开场时他没有的新理解：不用在三个小林里选一个，要看的是三次合成各自的条件。

◆ 十二、这一章没有说的

三句交代。

其一，“心是合成的”，不是说心“不实在”。小林面试时的紧张、回家时的松弛，都实实在在，那是他真真切切过的日子。合成讲的是它们怎么来，不是它们真不真。

其二，这里讲的是心的发生，不是给任何人定性。读者若发现自己在某些处境里总是同一副样子，也不必往“我是什么样的人”上急着下结论。那可能只是某几根线被拨得太多次，路走熟了。

其三，三个我谁站前面，这一章只描了现象，没有回答“为什么心总觉得自己是发动者”。那是下一章的问题。

> 带走的话
>
> 心不是现成的，是被一次次“合”出来的；问“哪个是真的”，不如问“它是怎么出来的”。

> **小账**
>
> 小账一：心不是三个我的相加，而是三个我在具体处境里的一次撞合，是 E 中、经 D、显露的一次发生。
>
> 小账二：翻动了「心有一个现成的、不变的内核」这个旧预设；落在承重命题 K4（心是三界之我的合成）。

第 5 章

主体中心：为什么心总觉得自己是发动者

这一章的问题：这件事里，心是被合成的，还是被当成了起点？再加一问：为什么我们总觉得，心就是起点？

◆ 一、「我是为你好」

老刘七十岁，退休工人，嘴边有一句口头禅：「我就是这样。」这是我构想的人物。他有一个女儿，三十八岁，在一家单位做会计。

这是我构想的场景。一个周日的中午，女儿回来吃饭，饭桌上说了一件事：有个朋友开了家小公司，邀她过去管账，薪水不比现在低，还有一点分红，只是不再是铁饭碗。她说得很平静，像是在通知，又像是在商量。

老刘放下筷子。他沉默了一会儿，说：「不行。」

女儿说：「爸，你听我说完。」

「不用说了。我是为你好。」老刘把碗往前推了推，「你现在这个单位多稳当。我在厂里干了一辈子，见过多少人，今天风光明天下岗。你不懂，我懂。」

女儿低下头，没再接话。过了一会儿她说：「我再想想。」然后埋头扒饭。老刘看着她，心里是松了一口气，又有点说不出的难过。他想：这孩子，怎么就不明白我的心呢？

这一幕，大家都不陌生。**老刘没有说谎。他真的是为女儿好，真的是出于担心。**他这一代人，在九十年代经历过厂子一夜关门，老同事的孩子读不起书，这些都是他亲眼见过的。这份担心，沉甸甸的，一点不假。

我们要问的不是老刘对不对，而是另一个问题：**在这一桌饭里，他的“心”是从哪里出发的？**

◆ 二、他说「我是为你好」的时候，看见了什么

仔细看老刘的话，会发现一个细节。

「我是为你好」这五个字里，第一个字是“我”。整句话的结构，是一个朝外的动作：我（主语）发出了一件事（为你好）。女儿在这句话里，是“你”，是这个动作的接收者。

再看他后面说的：「你不懂，我懂。」这里的分工更清楚了。懂的人在一边，不懂的人在另一边。老刘站在“懂”的这边，他的心，就是这个判断的出发点。

他对工作的看法，也有这个结构。他说「你现在这个单位多稳当」，说的是“稳当”，没有说“你喜欢不喜欢”，也没有说“那个朋友是什么样的人”。女儿的工作，在他的眼里，是一件被他放在“稳当”这个尺子上去量的东西，他量得出结论：不行。

这就是我们所说的，**心以主体性为中心**的样子。具体说，是这样三件事同时发生：

第一，心觉得自己是**出发的地方**：这个念头是我起的，这份担心是我的，这个判断是我下的。

第二，心觉得**别的东西围着自己转**：女儿的工作，是我用来量“稳不稳”的对象；女儿本人，是我“为之好”的对象。

第三，心觉得**事情的走向，应该由我这边发动**：我说“不行”，就应该是不行；我说“为你好”，对方就应该领受。

这三件事，加起来就是一种很深的感觉：**我是发动者**。

再举一个更小的例子。老刘每天早上下楼，习惯把小区门口的报摊当作“自己的”：报纸要哪一份、摆在哪里、找零要怎样，他都有一套。有一天摊主换了个年轻人，摆法全变了，他站在那里半天不自在，嘴里嘀咕：「这是怎么回事。」这也

是主体中心：世界里凡是和他常来常往的东西，他都不自觉地当作“围着我摆的”。直到它变了样，他才忽然意识到，原来那个摆法不是天生的。

◆ 三、先别急着批评：这是心的出厂样子

读到这里，读者很可能已经在心里给老刘下了判语：专制，固执，不尊重孩子。

我想请大家先停一下。

本书的立场是：心以主体性为中心，客体性与互动性为次要和辅助。这是对心的基本描述，不是对老刘的批评。也就是说，**主体中心，是每一个人的心的出厂样子，不是老刘一个人的毛病**。

为什么这样说？先做一个小小的思想实验。

设想一个人的心里，完全没有“我是出发点”这个感觉。他看到饿了，不觉得是“我饿”，只觉得有一种饿在发生；他看到路口，不觉得“我要往左走”，只觉得有一种左在发生。这样的人，没有办法“要什么”，没有办法“选什么”，没有办法说“这件事是我做的，我来负责”。

换句话说，**没有主体中心，就没有“我要”、“我愿意”、“我负责”，也就没有承诺、没有担当、没有热心，更没有“我是为你好”这样一句话**。老刘之所以会去担心女儿，会为她的前途睡不着，正是因为他的心以“我”为中心，把这份担心认作“我的事”。

所以请把话说得公道一点：主体中心，是心能够“去爱、去承担、去负责”的底座。人们说一个人“有心”，就是说他有这个中心。没有它，什么也发动不了。

本书的看法是：**心以主体性为中心，这是心的本性，不是合成里出的毛病**。至于心在什么时候变硬、变僵，不出在这个中心本身，而出在别的地方（第六编会讲）。这里先记下一点：本章并不打算拆掉主体中心。它要做的，是看清楚这个中心有什么样的“看法”，以及这个看法为什么会让人错把自己当成起点。

◆ 四、主体中心的另一面：老刘的炖肉

要把话说公道，还得看老刘的另一面。

老刘每个周日，天不亮就起来炖肉。他的炖法几十年没变：先焯水，再炒糖色，慢火炖足三个钟头。女儿爱吃，他知道；女儿说过一句“你炖的肉比饭店的香”，他记了很多年。每次女儿走的时候，他都会往保温盒里多塞两块，说：「带回去，晚上热一热。」

这份周到，同样是主体中心。他“要”让女儿吃好，他“愿意”早起，他“负责”把这件事做成。一个以“我”为中心的心，一旦朝向善意，就是这样的热。炖肉的老刘和饭桌上说「不行」的老刘，是同一个中心。

这一点看清楚，后面才不会误会本书：**我们不是要批判主体中心，而是要看清它的样子**。同一个中心，朝着善意发力，是炖肉；朝着判断发力，是「不行」。中心没有变，变的是它碰上了什么。

◆ 五、中心带来的一个“顺手的错觉”

主体中心是本性，这没有问题。有问题的是它带出来的一个顺手的错觉。

如果心以“我”为中心，那么当一件事发生，心就最容易从“我”这边看见它。这是自然的：看东西总要有一个视角，视角总是从我这里出发的。

可是这样一来，就容易生出一个**顺手的误会**：

我从“我”这边看见了整件事，所以，整件事就是从“我”这边开始的。

回到老刘。他觉得“我是为你好”这件事，是他的心生出的，是他发动的。可是我们把镜头拉远一点，就会看见另外一些东西。

这份担心，是怎么来的？是他九十年代在厂里看见的那些人，那些没了饭碗的老工友。这些人，不是他“想出来的”，是日子里递给他的。

他的“稳当”这把尺子，是怎么来的？是他那一代人在年轻时被教的，是被那个年代的生活逼出来的。这把尺子，也不是他自己单独造的。

甚至，他今天会说「不行」，也是因为女儿恰好在这个周日、这张饭桌上，说了一件事。如果女儿什么都没说，这份担心会在他心里待着，不会变成一个“不行”。

所以，那个看上去从他心里发出来的“不行”，其实是许多东西在他这里交会、露出来的一个样子。他是这个交会的地方，不是它的源头。

读者可以回头对照第四章。心是合成的，是 E 里被某个 D 拨动，显露出来的一次发生。老刘的“不行”，也是如此：担心的往事、一把尺子、女儿的一句话，合在一起，露出一句「不行」。可是他自己感觉不到这个合成的过程，他只感觉到末尾：我说不行，我是为你好。

这就是本章要说的：**主体中心，让心看见自己是出发点，因为从这个位置看出去，事情就是从这里开始的。但“看见自己是出发点”，和“真的是出发点”，是两件事。**

◆ 六、「可是，决定明明是我下的」

读到这里，有的读者会不服气：老刘说「不行」，难道不是他自己下的决定吗？你说它是许多东西交会的结果，那“我”还有什么用？

这个反驳很对，本书接得住。

决定确实是老刘下的。没有他，这个决定就不存在；他完全可以说「行」，也可以说「再说吧」，而他说了「不行」，这个选择是他的。本书没有要取消这一点。

本书说的是另一件事：**这个“下决定”，本身是怎么来的？**一个人下决定的时候，手里的材料、使用的尺子、当下的情绪，都不是他在那一刻凭空造的。它们是他身上的 E 提供的。他下的决定，是这些材料在这一刻合出来的一个“露出”。他是这个露出发生的地方，也是承担它的人。

用一个日常比方：一个人在街上被绊了一下，往前冲了两步，稳住了。他“稳住”是他自己做的，没有人替他。可是他为什么会被绊，为什么往前冲，为什么脚下刚好有一块砖，不是他决定的。承担，是他的；全部的来历，不是他的。

把这两层分开，就不会陷入两个极端：一端是“一切都是我决定的，所以我全权负责、全权作主”，另一端是“一切都是环境决定的，所以我什么都不用负责”。本书站在中间：**我是发生的地方，我承担，但我不是唯一的源头**。

◆ 七、为什么我们自己看不见这一点

还有一个问题值得说：既然从外面看是这么清楚，为什么老刘自己看不见？

答案不复杂。眼睛能看见所有东西，唯独看不见眼睛自己。心也一样：它从“我”这里看出去，所以能看见女儿、饭桌、工作、稳当，唯独看不见“我这个看的位置”。老刘看得见女儿低着头，却看不见自己“站在发动者的位置上”，因为这个位置，是他看东西用的，不是他看的东西。

所以，**主体中心的“盲点”，不是因为人笨，也不是因为人坏，而是因为它的结构：看的位置，看不见自己**。要看见它，常常需要一面镜子，一个别的人、一个别的处境、一件让原有的看法碰壁的事。下一章讲的“另外两个声音”，其实就是心里自带的两面小镜子，只不过平时被压在后面。

◆ 八、对照旧地图：发心、初心、心想事成

我们有许多说法，表达的是这个“顺手的错觉”，并且把它当成了好东西。

比如“发心”，说一个人做事，先看他的发心是什么。比如“初心”，说不要忘了最初那颗心。又比如“心想事成”“心诚则灵”，把心看作事情的发动机，心到了，事就到了。这些说法在日常里很有用，它们提醒人：做事要有诚意，要有方向，要记得为什么出发。本书无意否定它们。

不过，它们共同依赖一张图：**心 → 发动 → 一切**。心在前面，事情在后面。心是起点，一切是它的结果。

《圣经·箴言》4:23 说：「你要保守你心，胜过保守一切，因为一生的果效是由心发出。」这句话常被引来说明心的重要，它也确实说得很重。按它自己的说法，是在叮嘱人要看守自己的心。本书的读法是：既然要“保守”，就说明心是一个会被侵入、也会被料理的地方，而不是一个封闭、自足的源头。我们不是在和这节经文争辩，只是想把“发出”这个词读得更细一点：果效是从心这里**发出**去的，那么进到心里来的，又是什么？这是后面几编要慢慢接上的问题。

再说回“发心”。在很多场合，“发心”这个说法有大用，它能帮人分清：这件事我是出于什么样的愿望在做。但它也带着一个暗示：**只要发心是好的，后面的事就是好的**。老刘的“发心”，无疑是好的；可是饭桌上那一刻，女儿低下头去的样子，说明“发心好”并不够。关于这个暗示，本书后面（第44章）会专门讲。

把这些放在一起，我们看到的是一种自然而然的看法：既然心的出厂样子是以“我”为中心的，那么凡是从“我”这里看到的图，都会自然把心画在最前面。旧地图并不是画错了一笔，而是**忠实地画出了从主体中心看出去的样子**。要看见别的东西，需要换一个站位。

◆ 九、一个本书的推论：中心自己，生不出新的自己

接下来，要把本章再推进一步。这一步是本书的推论，不是谁的口述，我在书里会一直用“本书的推论是”这样的话标明。

本书的推论是：以主体为中心的东西，不能从自身生出新的自己。

为什么？还用老刘说。

设想老刘想“变一变”。他自己决定：「我要对孩子好一点，要学会听她说。」这是个好决定。可是，这个决定是谁下的？是以“我”为中心的那颗心，用“我”熟悉的材料，做出来的。它用的是“我对孩子好”的旧尺子，结果往往是：第二个周日，他试着听完女儿的话，听完之后，仍然说「我是为你好，你再想想」。

不是他不努力，而是**一个中心要靠自己改造自己，用的是自己手里已有的东西，改出来的，还是自己已有的东西的样子**。要出现真正新的东西，必须有一点从来没在他手里的东西进来。

这一点，本书后面会用很长的篇幅讲，会落在“新心是赐的”这个题目上。眼下只先点出来：主体中心，是本性，是底座，但它自己不是新东西的来路。这条来路，在中心的外面。

◆ 十、两个中心在一张桌上

还有一层，容易被忽略：这张饭桌上，不止一个主体中心。

女儿也是一个以“我”为中心的心。她说“朋友的公司”时，心里同样有一个“我要”：我想试试，我想换一种活法，我的工作我来定。她低头不再接话，也不是因为她没有中心了，而是因为她那一刻把中心收了起来，换了一种保险的办法。

所以这一桌饭，实际是**两个都觉得自己是出发点的心**，在同一个房间里撞在了一起。老刘从他那边看，女儿是“不懂事”的人；女儿从她这边看，父亲是“不放手”的人。两边都有各自的道理，两边都有各自的好意，两边看到的，都是从自己中心看出去的那一半图。

这样看，许多家里的僵局就有了一个新的读法：它们常常不是“一个对一个错”，而是两个中心互相把对方放在了“接收者”的位置上，谁也没有把“我们之间正在发生的事”放进视野。这个“之间”，正是心里次要而容易被压住的那一部分，叫互动性。它的样子，留给下一章。

◆ 十一、回到饭桌

回到周日中午的饭桌。

老刘说「我是为你好」的时候，我们现在知道了几件事。

其一，他的心确实以“我”为中心，所以他觉得这一切是从他这里发动的；这是人心的出厂样子，不是他的毛病。

其二，他那句「不行」，其实是许多东西在他这里交会后露出来的：他见过的下岗潮、他那把“稳当”的尺子、女儿恰好说出口的一句话。他是交会处，不是唯一的源头。

其三，他的担心是真的，他的好意也是真的；可是只要他把自己当成“发动者”，女儿就只能是“接收者”。这就是饭桌上那种别扭的来由：不是谁坏，而是位置摆成了这样。

这顿饭怎么收场？这是我构想的几种可能，不是预言。

一种，是老刘继续「我就是这样」，女儿默默吃完，回家，之后每个周日都小心翼翼。一种，是女儿忍不住，说了一句「爸，那是我的工作」，两个人僵住。还有一种，是老刘忽然想起一件旧事：他当年从原来那个车间调去另一个车间，也是没人商量，他心里是怎样一个滋味。他看着女儿低着头的样子，有一点点软下来，说：「你那个朋友，是什么人？」

只有第三种，开了一扇小门。但这扇门不是他“决定”开的，而是一件旧事、一个低着的头，凑在一起，**叫出来**的。这一点，值得带去下一章：心里除了“我”这一头，还有另外两个次要的声音，平时被压在后面；它们被叫出来，门才可能开。

◆ 十二、这一章没有说的

其一，本章没有说老刘错了。他的担心是真的，他也可能有道理：不少人确实在放弃稳定的工作后吃了苦。本章只想看他“是怎样说出这句话的”，不判他该不该说。

其二，本章没有说主体中心应该被削弱、被放下。恰恰相反，没有它，心就没有“要”和“担当”。后面你会看到，本书讲的“软”，不是把中心去掉，而是让它不再独占。

其三，本章没有给老刘或任何人下诊断。“我就是这样”是一句口头禅，不是一种病，也不是一个人的全部。

> **带走的话**
>
> 心总觉得自己是发动者，是因为它以“我”为中心看世界；看见自己是出发点，不等于真的是出发点。

> **小账**
>
> 小账一：主体中心是心的出厂样子，它让人觉得“一切从我这里起”；这个感觉是真的，但不等于事情真从这里起。
>
> 小账二：直接翻动了「心是起点」这个旧预设最根本的一层；落在承重命题 K4（心的属性以主体性为中心），并预告推论 T1。

第 6 章

客体性与互动性：心里那两个次要的声音

这一章的问题：这件事里，心是被合成的，还是被当成了起点？先问一个更小的：心里除了“我想”，还有哪两个声音，为什么总听不清？

◆ 一碗汤的两种尝法

这是我构想的场景。王姐，四十五岁，公司行政，母亲年迈，跟她住在一起。（这是我构想的人物。）周六中午，她照例给母亲做一碗青菜豆腐汤。

汤快好了，她拿汤勺舀一点，吹吹，送到嘴边。咸了，加水；淡了，添盐。这个动作她做了二十年，不用想。她心里的话是：“我觉得正好。”

端上桌，母亲喝了一口，没说话，筷子在碗边停了一下，又去夹别的菜。王姐的眼睛立刻跟了过去。母亲的嘴角往哪边动，眉头有没有皱，汤是不是被推远了半寸，她全看在眼里。她心里那句话变成了：“是不是又咸了？”下一回，她把盐放得很轻很轻。

同一个人，同一碗汤，前后两种心思。前一种，她在尝汤，汤是摆在面前的一样东西，咸淡是它的性质，她拿舌头去量。后一种，她在看人，汤已经退到后面，前面是母亲的脸，是一来一往的东西，她的手还没动，心已经被那张脸牵着走了。

这两种心思，本章分别叫“客体性”和“互动性”。名字有点绕，其实人人天天在用，只是很少有人把它们当成“心”的一部分来看。

◆ 先说白话：两个声音各管什么

前面几章讲了心由三个“我”合成，讲了心以主体性为中心。主体性，白话说，就是“我来做主、我来觉得、我来决定”的那一面。上一章讲过，心总觉得自己是发动者，这是它出厂时的样子，不是毛病。

这一章看的是主体性以外的两面。先把话说在前头：下面对两个词的读法，是本书的读法，用来把日常里的事讲清楚，不是哪门学科的标准定义。

客体性，是心把一样东西当作“在那里的东西”来对待的那一面。汤是汤，盐是盐，钱是钱，路是路。它们有自己的样子，不听我的。我再想让汤淡一点，它咸就是咸。心里的客体性，就是肯承认“东西是这个样子”，肯去量、去看、去试。王姐拿汤勺的那一下，就是客体性在干活。

互动性，是心跟别的人、别的事“来回”的那一面。不是我对一样东西，是我和你之间。我说一句，你变了脸；你变了脸，我又改一句。这里没有谁是纯粹的发动者，每一步都是被前一步带出来的。王姐盯着母亲的脸，就是互动性在干活。

这三面，主体性、客体性、互动性，是同一颗心里的三种倾向，不是三个部门。同一个动作里，往往三面都在，只是谁在前面，谁在后面。王姐尝汤，主体性在前（“我觉得”），客体性跟着（汤的咸淡），互动性几乎不出声（母亲在不在、爱不爱喝，此刻没进来）。她看脸色，互动性冲到前面，主体性变成一句不敢出口的嘀咕。

本书对心的一个基本判断是：以主体性为中心，客体性和互动性为次要和辅助。“次要”，不是“不要”。就像一辆车，方向盘在前面，但没有路况和旁边的车，方向盘转得再准也上不了路。这一章要做的事，是把这两个“辅助”的声音请出来，听听它们平时到底说了什么，又是怎样被压下去的。

◆ 客体性：东西不听我的

先说客体性。

它最朴素的样子，就是“试”。尝汤，看体检单，翻账本，量一量门的宽度再买沙发。它的口头禅是：“先看看它是什么样的。”

客体性有一个特点，不太讨人喜欢：它常常让主体不舒服。我想要汤淡，舌头说咸。我想要自己身体没问题，指标说偏高。主体性说“我想”，客体性说“可它

不是这样”。所以人对自己的客体性，常常是又靠它又躲它。靠它，是因为东西确实有自己的样子，不看就要出事；躲它，是因为它总是泼冷水。

再看王姐。她尝汤的时候，客体性其实只用了一半。她量的是“我舌头觉得的咸淡”，不是“汤的咸淡”。这两个差得不小。舌头是她的舌头，她吃了二十年的口味，早就偏了，母亲年纪大了，味觉退了，血压也要管，咸淡的标准早该换。可她用的是自己的舌头当尺子。这时候的“尝”，名义上是客体性，骨子里是主体性借来用的：我的口味是尺，汤去合我。

这是客体性被压在后面的第一种样子：**它被主体性借走当工具了**。看上去在量东西，其实是在证明“我觉得对”。很多人所谓“我很讲实际”，细看一下，是拿自己的感觉当实际。

客体性被压的第二种样子，是**它被嫌烦**。体检单拆开看了一眼就塞回抽屉；家里水管有点渗，想着等周末；这些都是客体性的声音传来了，主体性说“先别管”。这里要克制一点说：不是看体检单就是好人，不看就是坏人。人有精力有限的时候，有顾不过来的时候。本书只是说，那个声音是存在的，它每次都在，只是常常没被当回事。

◆ 互动性：我和你之间

再说互动性。

它最朴素的样子，就是“看脸色”“接话茬”“随机应变”。进门先看一眼屋里气氛，说话说到一半发现对方眼神飘了，马上换个说法。

我们平常对“看脸色”这个词是有偏见的。“看人脸色行事”，听着就带着点低声下气，仿佛一个有骨气的人应该“我行我素”。这个偏见值得停一下。

王姐盯着母亲的脸，这是互动性吗？要看盯的时候她心里在想什么。如果她想的是“她不满意我就完了，我得讨她欢心”，这里面的中心其实还是“我”：我怕被否定，我要得到认可。整件事绕着“我”转，只不过绕得小心翼翼。这种看脸色，是**主体性穿了互动性的外衣**。

真正的互动性是另一种东西。同样看母亲的脸，王姐想的可能是：“妈这口汤咽得慢，是不是牙不好？是不是汤太烫？”她看的是母亲，是母亲这个人此刻的状态，然后她的下一步（切碎一点、放温一点、问一句）是从这里长出来的。这个下一步，不是她事先想好的，是**在两个人之间长出来的**。

所以第一个要分清的，是**讨好和互动不是一回事**。讨好，中心是我；互动，中心落在“之间”。讨好的人看起来很在意别人，其实一直在看自己有没有被接受；互动的人看起来在忙别人的事，反而心里更松，因为他在看的是“这件事现在在往哪里走”。

这个分清很重要，因为它解释了互动性为什么总是被压在后面：一边，**真互动被误会成讨好**，人们为了不显得没骨气，把它压下去；另一边，**讨好又顶着互动的名字大行其道**，让人更加厌烦，再压一次。两头夹着，互动性在多数人心里，是最小声的那一个。

◆ 怎样被压在后面：三个常见的压法

心为什么会把这两个声音压在后面？本书的看法是：因为主体性居中心，这本来是心的出厂样子；中心有“吸力”，别的声音自然靠边站。这不是谁的错。不过有三种压法，日常里特别常见，值得认出来。

第一种，把“我觉得”说成“事实”。 王姐说：“这汤正好。”这是一句主体的话，但说出口像是在报告汤的性质。凡是句子里省掉了“我觉得”的地方，客体性就容易被挤掉。“这个人就是不靠谱”“这事根本行不通”，都是这个句式。

第二种，把“你怎么想”变成“我猜你怎么想”。 母亲脸上没表情，王姐在心里补了一整出戏：“她肯定嫌咸。”这出戏是王姐自己编的，用的是王姐自己的紧张。互动，本来是两个人来回，现在变成一个人在脑子里自问自答。互动性没了，只剩主体性在演双簧。

第三种，把次要的声音全交给“规矩”。 这点要多说一句。“做菜要少盐”“对老人要有耐心”“开会要看领导脸色”，这些都是前人的经验，有它的用

处。但规矩一旦完全替代了（比如王姐背着“老人要清淡”四个字，却从不看母亲那天的胃口）“这一次的汤”“这一次的人”，客体性与互动性就睡着了。规矩是别人昨天的尝与看，不能代替我今天的尝与看。

三种压法有个共同点：都让心停在自己已有的东西里。第一种停在已有的感觉里，第二种停在已有的猜想里，第三种停在已有的规矩里。这和本书一开始要问的事，连得上：当心被当成起点，被当成“从里面往外发动”的东西，这两个朝外开的声音就最容易被当成“杂音”。

◆ 两个声音，不是一个声音

客体性和互动性常被一起叫作“外面的声音”，可它们并不一样，混在一起讲会糊。

最明显的差别是：**东西不回话，人会回话**。　汤不会因为王姐尝了它就改变咸淡，是王姐去改变它；母亲却会因为王姐的一个眼神而变了表情，变了的表情又回头改变王姐。客体性是单向的“我量它”，互动性是双向的“我们互相改”。所以客体性的毛病多半是“不肯量”或“拿自己当尺”，互动性的毛病多半是“不肯来回”或“只顾一头”。

另一个差别是慢与快。量东西可以慢慢量，体检单放三天，指标不会跑。人与人的来回却是当场的，错过了那一下，对方的神情已经过去。所以人们往往对客体性有耐心，对互动性反而措手不及，最后用“规矩”和“猜想”来抢跑，这就是上一节说的第二、第三种压法为什么那么常见。

两者又互相托底。王姐要是不知道母亲的血压（客体性），“看脸色”看到的只是好恶，调不出一碗对母亲有益的汤；她要是只知道血压不看母亲的脸，端上去一碗寡淡的汤，母亲三口不动，她还是白做。有客体性打底，互动才有内容；有互动性牵引，客体性才找得到该量什么。

还有一个常被问到的疑惑：这样讲，会不会让人“没主见”？不会。倘若互动性占满了整颗心，主体性被挤到角落，那是另一种失衡，比如王姐从此什么都问母

亲，连今天做不做饭都说“你看呢”。这样做，对母亲也是负担。本书讲的是三面都在场，主体性仍居中心，客体性与互动性是它的辅助，不是替代。至于哪种配比算“对”，本书不作判断，也不拿它给任何人定性。

最后补一句日常里的观察，来自这个构想场景而不是什么统计：多数人做饭给家人，**做了二十年，也没真正问过一次“咸淡你觉得怎样”**。不是不爱，是心的中心一直在那里，它自然，所以不觉得需要问。这恰好说明，次要的声音不是自己会响起来的，需要有人（有时是自己）把它请出来。

◆ 压住它们，付什么代价

压住这两个声音，日子照样能过，这是它们总被压住的原因。代价是慢慢才显的，而且显在“结果”那一头。

回头看王姐的周六。她如果一直凭自己的舌头做汤，几年里不会出什么大事：母亲不抱怨，饭桌上没人摔碗。可这碗汤每个周六都在“几乎对”和“稍微差一点”之间，谁也说不清。到了某一天，母亲的血压指标出了问题，医生交代要清淡，才忽然发现，这些年的汤一直偏咸，而母亲每回都是“也行”。

“也行”两个字，是互动性没有被请出来的痕迹。母亲说得含糊，王姐听得含糊，两个人都在维持一个表面平稳的来回。这里没有人做错什么，只是**能把事情调准的那两条路，一直没有走**。

倘若换个说法，用本书的话讲：心在中心处合成得再用力，如果东西与人进不来，显露出来的东西（S）就总是“心里原有的那些”的重复。要有新的东西显露，E里的东西得有机会往里进。后面第二编以后会看到，各家各派对心的讲法，很多就是在回答“这两个口该开多大”。

◆ 母亲不开口时

还有一种常见的难处：对方根本不回话。王姐的母亲一辈子不爱评价饭菜，问她“咸不咸”，她总说“好”。

这时候，互动性并不等于逼对方说话。它还有别的路子：看她吃了几口，看她碗里剩了多少，看她晚上喝了几次水，看她下一顿饭前问不问“今天吃什么”。这些都是母亲在“说话”，只是不用嘴。互动性要的是**肯接这些不用嘴说的话**。

这类细小的信号，主体性几乎不会主动去看，因为主体性忙着“我做了什么”。客体性却能帮忙：喝水的次数、碗里的剩量，都是可以数的东西。所以，客体性和互动性在这里又合作了一回：一个把能数的数出来，一个把能读的读出来，数完读完，主体性再决定下一碗汤放几克盐。心的中心没有换，只是它做决定时，手里的东西多了。

◆ 对照旧地图

旧地图的画法是：心 → 发动 → 一切。在这张图里，心坐在最前头，往外发出意图，外面的东西接受。客体性和互动性在这张图里没有位置，或者只有一个很小的位置，是“外面的条件”，不是“心的一部分”。比如我们常说“你心里想清楚了，外面的事自然顺”，说的就是心先定，外面跟着。

这张图并非没有道理。人确实有“先立定主意”才能做事的时候，王姐也确实得先想做这碗汤，才会去厨房。主体性居中心，本书承认。

本书要补上的是：心里本来就有朝外开的两个口。这两个口不是“外面的条件”，是心自己的一部分。客体性是心向“东西”开的口，互动性是心向“人和事的来回”开的口。把这两个口算进心里，心就不再是“从里往外发动”的单向东西，而是一个**在发生中的东西**：东西和人从这两个口进来，主体性在中心处合成，再出去，再进来。

放进SDE的话，大致是这样读：王姐的心在一个纠缠的场子里（E：母亲、汤、盐、血压、二十年的习惯、周六的中午，全搅在一起）；她做的每一个动作，尝、加盐、抬眼看脸，是一串差异（D）；端上桌那碗汤，母亲喝或不喝，是显露出来的东西（S）。客体性与互动性，就是E的两种东西往心里进的路。这两条路堵了，E就只有主体性这一个窗口往心里透光。

这里不用把术语讲得太细，只记一件事：**心不是在汤之前就把汤的好坏定了，心是在尝、在看的过程里，才知道这碗汤是什么汤。**

◆ 回到那碗汤

下一个周六，我们接着构想。王姐还是舀了一勺汤，这次她没有急着说“正好”。她想起了母亲上次那一下停筷，想起了体检单上母亲的血压，也想起了自己舌头吃了二十年的口味。她把勺子递到母亲嘴边：“妈，你先尝一口，我听你的。”

母亲抿一口，说：“有点咸，不过也行。”

“有点咸”这三个字，王姐尝不出来。她的舌头二十年没告诉过她，原来对母亲来说，“有点咸”就是一个信号。她加了点水，又问：“现在呢？”母亲点头。

这一幕里，王姐没有变成“没有主见的人”，她仍然是那个决定要做汤的人，主体性还在中心。但她多了两件东西：一是承认“咸淡不只是我舌头的事”（客体性回来了），二是让母亲的反应进来改写下一步（互动性回来了）。这碗汤最终的咸淡，是她和母亲、盐和水、血压和习惯一起“调”出来的。开场时她没有的新理解是：**她以前觉得“我在做一碗汤”，现在看到，是“一碗汤在我们之间被做出来”**。

这件小事，没有谁赐了什么，没有谁经历了苦难。它只是在说：心的合成里，有三条进路。主体性的路最宽，所以最容易让人以为只有这一条。

还有一点，是这幕戏里不容易看出来的：汤做完之后，事情没有结束。母亲那一句“有点咸，不过也行”，回头改写了王姐手里那把盐勺的习惯；下个月，王姐做别的菜时也会先停一下，想想“老人家的口”。一碗汤的结果，倒过来改动了做汤的人。这种“回头改写”，后面讲到行善结缘时会成为主角，这里先露个头。它也说明：次要的两个声音，不只是让这一碗汤更准，还让以后每一碗都不同。

◆ 一个提醒，和一个预告

提醒：不要把这一章读成“主体性不好，要多听别人的”。本书不这么说。主体性是中心，这是出厂样子。这一章只说：次要不等于没有，辅助不等于可以不听。

预告：后面几章会反复回到这两个声音。第二编到第四编看三种文明的人怎样说心，会看到他们对“向外的口”各有各的办法，每一家都有别家不及的地方，这里先不下判断。到第三十六章，我们会看到，这个“向外的口”恰恰是新东西进到心里的接口；到第四十八章，会看到它和“结缘”有什么关系。现在先请记住王姐的那碗汤。

> 带走的话
>
> 尝汤的时候，别只问“我觉得咸不咸”，也问一句“它到底咸不咸”和“她觉得怎样”。

> **小账**
>
> 小账一：心里除了“我想”，还有向东西开的客体性、向人和事开的互动性，它们是心自己的两个口，不是外面的条件；真互动与讨好不同，前者中心在“之间”，后者中心仍是“我”。
>
> 小账二：翻动了“心是起点”的预设之一：把朝外的两个声音当成杂音或外部条件。落在承重命题第 2 条（心的属性以主体性为中心，客体性与互动性为辅）。

第 二 编

中华之心：本心与工夫

编　序

这一编七章，请中华传统里讲心的几位出来。

每一章先让思想家自己说，短引，注明出处；再做发生学的读法；最后回到日常。孟子的恻隐，荀子的化性起伪，庄子的心斋，慧能的明心见性，朱熹的心统性情，陆九渊和王阳明的心即理、致良知，依次登场。第 13 章合起来看：中华之心把 1→N 的工夫讲得最细，而 0→1，常常藏在“本心”两个字里。

这是本书的初步判断，不是任何一家自己的结论；每一家自己最强的辩护，都留在了他的章节里。

第 7 章

孟子：恻隐之心与“四端”

这一章的问题：新的东西从哪里来（0→1）？孟子说人心里有“四端”，这个“端”，是已经齐备的善，还是一个开头？

◆ 伸出去的那只手

这是我构想的人物：周阿姨，六十二岁，退休小学教师，住老小区三楼，爱帮邻居。

一个下午，她提着菜从菜市场回来，在小区门口的台阶边上，看见一个两岁左右的孩子摇摇晃晃往台阶沿走，孩子的奶奶在几步外低头回消息。孩子脚下一滑，身子往前栽。周阿姨手里还提着两袋菜，她没有想，袋子往地上一放，人已经蹲下去，手托住了孩子的胸口。

孩子没事，奶奶吓得脸色发白，连声道谢。周阿姨摆摆手：“没事没事。”然后她弯腰去拾那两袋菜，发现一袋里的鸡蛋碎了两个。

回家的楼梯上，她心里有一阵很奇怪的感觉：心跳得厉害，手还有点抖。她自己都不明白，为什么那一下完全没有“考虑”。她当了三十多年老师，每一件事都习惯先想一想，可刚才那只手，比她的念头快。

晚上她跟老伴说起这件事，老伴说：“你这是心善。”周阿姨想了想，说：“不知道，当时不觉得自己在做好事，就是……手先出去了。”

两千三百多年前，有一位老先生，对这种“手先出去了”的瞬间，非常感兴趣。

◆ 孟子自己怎么说

孟子（约公元前372年至前289年〔待核：生卒年未联网核对〕），战国时的儒家。他在《孟子·公孙丑上》里讲了一个几乎一模一样的场面：忽然看见一个小孩要掉进井里，谁都会心里一紧，生出担心和不忍。他的话是：“今人乍见孺子将入于井，皆有怵惕恻隐之心。”

他接着排除了三种可能：这不是为了跟孩子的父母攀交情，不是为了在乡亲朋友里博个好名声，也不是因为讨厌孩子的哭声。换成周阿姨的话：不是为了让奶奶欠她一个人情，不是为了第二天小区里传她的好话，也不是嫌孩子摔哭了吵。那一下，没有“为了什么”。

然后孟子从这个瞬间，推出一个大判断：人人都有这种心。他列了四样，说得很整齐：“恻隐之心，仁之端也；羞恶之心，义之端也；辞让之心，礼之端也；是非之心，智之端也。”

四样心，各配一个“端”：看见别人受苦，心里不忍（恻隐），是仁的“端”；做了丢脸的事或见了不义的事，心里羞愧厌恶（羞恶），是义的“端”；该让的时候想让一让（辞让），是礼的“端”；分得出对与错（是非），是智的“端”。

他还补了两句，分量很重。一句是说，人有这四个“端”，就像人有四肢一样。另一句是说，凡是有这四端的人，如果知道把它们扩充起来，就像火刚刚烧起来，泉水刚刚涌出来，一旦扩充，足以保住天下；如果不扩充，连侍奉父母也做不好。

在另一处（《孟子·告子上》），他还说：仁义礼智，不是从外面浇铸到我身上的，是我本来就有的。

这就是孟子的“四端说”。以下，先把两个字看清楚。

“端”字。 白话说，就是“头”、“开头”、“线头”。后来人们常把“四端”理解为四种已经完整的善心，其实孟子用这个字，已经暗含了“还没到头”的

意思。线头不是整条线，苗头不是整棵树。他自己用的比方也是“火之始然”“泉之始达”：刚点着的火，刚冒出的泉。

“扩而充之”。 开头得扩，得充。孟子不是说“人生来是圣人”，他是说“人生来有圣人的开头”。

◆ 拆解：这个“端”，在SDE里是什么

先把周阿姨那一下摆在SDE的架子上看。

E，纠缠。 台阶、孩子、奶奶低头看手机、周阿姨手里的菜、她三十多年当老师养成的“看见孩子就留神”的习惯、小区里孩子摔倒的旧事……这一刻，这些东西纠缠在一起，没有一件是单独起作用的。

D，差异序列。 孩子的脚滑了一下，周阿姨的目光抓住，身子倾下，手伸出去。这是一串先后相连的差异，一步带出下一步。每一步都不是事先排好的。

S，显露。 手托住孩子，这个“托”，就是显露。孟子所说的“恻隐”，在这里显露为一个动作，一阵心跳，一种“手先出去了”的感觉。

这样排开之后，有一个值得注意的地方：**孟子所讲的“乍见”，恰好是E与心碰面的那一下。** 他举的例子，不是“一个人坐在屋里想：我应当同情别人”，而是“乍见”，忽然撞见。恻隐之心不是从心里自己冒出来的，是在“孺子将入于井”这个场面里被带出来的。同样的人，在没有孩子的屋子里，没有这个恻隐。

这一点，孟子本人并没有否认。他的“乍见”写得很清楚，是**遇见**。争议在于：这个遇见带出来的东西，是**原来就整整齐齐在里面**，遇见只是让它露了脸；还是**遇见这件事本身，参与了它的发生**？

◆ 孟子最强的辩护

在往下走之前，先把孟子自己最有力的话说足，因为这一章的诊断，要在他的辩护之上才站得住。

第一，孟子并没有说善已经齐备。他明明说的是“端”，说的是要“扩而充之”。他自己知道，一个人光有恻隐的开头，不够。同样一个小区门口，有人伸手，有人退后，有人拿手机拍。孟子要回答的，是为什么大部分人在那一瞬间会心紧，而不是“为什么每个人都伸手”。他说，**那一阵心紧，是人人都有的**。这个观察，很难反驳。周阿姨的奶奶邻居，哪怕没有伸手，看见孩子要摔，心也会“咯噔”一下。

第二，孟子是要回答一个大问题：人为什么可以变好？如果人心里什么也没有，教他“仁义”就像在石头上栽花。他说“有端”，是在给教化找一个**可以接上的地方**。这个答案，对一个老师来说，特别重要：周阿姨教了三十多年书，她心里是清楚的，对一个孩子说“要友爱”，孩子能听进去，是因为孩子心里原本有一个接得住的口子。

第三，孟子的思路，其实比人们通常以为的更有动势。他讲“养”，讲“存”，讲“求则得之，舍则失之”：开头在，也会丢。他不是静态的性善论者，他是一位**讲培养的人**。

这三条辩护，本书全部接受。接下来的诊断，不是要推翻“端”，而是看“端”这个字，在发生学里还能多讲出什么。

◆ SDE读法：端是开头，开头从哪里来

按本书的读法，孟子的“端”可以读成一个**刚刚显露的S的开头**：一个还很小、还没长成的东西，在这一刻第一次露面。

这个读法，跟孟子自己的“端”字吻合，也跟他用的“始然”“始达”吻合。差别出在下一个问题上：**这个开头，是从哪里来的？**

孟子的回答有两种读法，都能在他的文字里找到根据。

一种读法是：“我固有之”，开头本来就在心里，遇见孺子是触发它。这样，0→1（新东西出现）已经**在遇见之前完成了**，遇见之后只有1→N（扩充）。

另一种读法是：遇见那一下本身就是发生的一部分。“乍见”不是外在的扳机，而是E与心的碰面，没有这个碰面，就没有这个具体的恻隐。心里原本有的，是**能够这样被带出来的可能**，不是一个现成的东西。

这两种读法，孟子都没有明说是哪一种。本书的初步判断是：他的文字更接近第一种，也就是“0→1藏在本心里”；但他的例子，又处处是第二种。这是他自己的一道缝：**理论说“固有”，例子说“乍见”**。

本书做了一个推论（不是孟子说的，也不是王德生口述的，只是本书的推论）：以主体为中心的东西，不能从自身生出一个新的自己。倘若恻隐是纯粹从“我的心”里发出，它就只能是原来的东西的重复；要有“新”，必须有来自主体之外的东西进来。孟子的“乍见”，恰好是这个“进来”的现场。所以，**按本书的读法，孟子的例子比他的理论走得更远**。

再把周阿姨放回来。她那天下午，之所以“手先出去”，是因为：孩子、台阶、她的老师身份、奶奶的低头，都在。这些东西里，有的是她带来的（习惯），有的是当时碰上的（孩子要摔）。缺了任何一样，这一下都不是这一下。说是她“心里本来就有”，不错；说是“此刻才有”，也不错。这两句话，在发生学里并不打架：**本来有的是“能被带出来”，此刻有的是“被带出来的这一个”**。

◆ 为什么“端”是开头，不是齐备

回到周阿姨，看看她的“端”有多大。

她伸出了手，托住了孩子，这是恻隐的显露。可是这一下，她能做到的，也仅此而已。孩子的奶奶总是低头看手机，这个孩子明天还会走到台阶边。周阿姨能不能做什么？要不要开口说一句“您看着点孩子”？说了，会不会得罪人？她当老师时对孩子说话直，但对大人开口，总是要想一想。

这就是“端”和“充”的距离。**手伸出去，是开头；开口提醒奶奶、想办法让台阶边加个护栏、让小区里的孩子都被看顾，是长大**。　这些后续，都不会在那一个瞬间里自动完成。它们要靠周阿姨一次次的做，一次次的碰壁，一次次的修正。

这就是后面第七编要讲的“1→N”，孟子把它叫作“扩而充之”。他自己看得很清楚，所以他讲了很多“养”的话。

可是，一旦这个“端”被当作“心的本体”来讲，容易出现一种后世常见的误读：既然人人本来有善心，只要“发心”，把本来的善心拿出来用就行。这种误读把“开头”当作“齐备”，把1→N的工夫，提前算进0→1里。本书把它叫作**发心论的错位**（第44章专门讲）。孟子自己并没有掉进去，他说了“扩充”；但“人皆有之”这句话，容易让人跳过“扩充”。

◆ 另外三个“端”，也在那个下午

孟子列了四端，上面一直只讲了恻隐。其实周阿姨那个下午，另外三样的影子也在，只是没那么响。

羞恶。　回家路上，周阿姨想起自己第一个冒出来的念头竟然是“我的鸡蛋”，心里有点不好意思。那不是什么大错，只是她觉得，那一瞬间的“算账”，配不上刚才那只手。这点不好意思，就是羞恶的一丝苗头：对自己，也有一个“不太对劲”的感觉。

辞让。　奶奶连声道谢，她摆摆手说“没事没事”。这句话，是把功劳往回推。她没有想这是礼，可那个推回去的手势，孟子会说，是辞让的苗头。

是非。　她看着那位低头的奶奶，心里有个判断：这样不行。但她同时也有另一个判断：这话我不好开口。两个判断在她心里并排放着，一个说“对错”，一个说“分寸”。孟子讲的“是非之心”，在这里不是下结论，而是**心里有一把尺，但尺怎么用，还没定**。

这四样“端”，在一个下午里同时露头，大小不一，方向也不尽相同。有的向外（伸手），有的向内（不好意思），有的在两者之间打架（说不说）。孟子把它们排成整齐的四项，是为了讲清楚道理；在周阿姨的下午，它们是搅在一起的。这一点很要紧：**端不是四个整齐的箱子，是一团在遇见中同时被带出来的开头**。

◆ “养”字：开头也会丢

孟子对“养”的重视，值得多说一句，因为这是他理论里最有发生意味的地方。

在《孟子·告子上》里，他讲了牛山的比方：山上本来有茂盛的树，天天被砍，又被牛羊啃，最后光秃秃的，人们就以为这座山从来没长过树。他说，人心也是这样：那些善的苗头，被日日消磨，慢慢就看不见了，别人便以为这个人本来就没有。

这个比方有两层意思，对本书有用。

一层是：**开头是会丢的，也会被养大。** 这里讲的是1→N，也就是已有的东西怎样长，或怎样被消磨。孟子在这里的分量，其实在“养”上，不在“有”上。

另一层是：山上能长树，要靠雨露与地气，不是树自己单独能长。孟子在原文里提到“夜气”“平旦之气”，也有把环境算进去的意思。这样的口子，在孟子的字里行间是开着的，只是没被他的“固有”二字照亮。

周阿姨三十多年教书，其实最熟悉这个道理：一个孩子身上的好苗头，遇到合适的班级、合适的老师，就长；遇到天天被呵斥的环境，就缩回去。她从没说过“这孩子心里本来有善”，她只说“这孩子需要有人看他一眼”。这是同一个道理的另一种说法。

◆ 对照旧地图

旧地图是：心 → 发动 → 一切。在孟子这里，这张图有一个很有力的版本：**心有四端，扩而充之，可以保四海。** 心是起点，心发动，天下被护住。

本书对这张图不是反对，而是补两笔。

第一笔：**“乍见”的位置要往前摆。** 孟子举例时，心的发动是被一个场面带出来的。这个“带出来”，应该算进心的发生里，而不应当当成“心发动”之前的背景。按本书的写法，是E → 显露 → 回写，而不是心 → 发动 → 一切。

第二笔：**“端”的来处要留一个问号。** “固有”是孟子最有分量的一句话，本书不否认它。本书只是问：这个“固有”，是出厂样子（能被带出来的能力），还是已经齐备的善？前一种本书接受，后一种从孟子自己的“端”字就读不出来。

下面这张小表，把孟子与本书的读法并排放一下，便于看清差别。

问题	孟子的说法（本书的转述）	本书的读法
恻隐从哪来	人本来就有	本来有的是“能被带出来”；具体的恻隐在遇见中显露
“端”是什么	仁义礼智的开头	一个刚显露的S的开头
怎样成长	扩而充之，养而勿失	1→N，要经操练
新东西从哪来	藏在固有的本心里	须有来自主体之外的E进来（本书的推论）

读这张表时，请留意：右栏不是对左栏的“纠正”。孟子所处的战国，面对的是“人性到底有没有善的可能”的辩论，他要给教化找个根。他给出的答案，有力量，也站得住。本书所做的，是在他的答案之上，追问一个他没有展开的问题：**根上的那个开头，是怎么发生的？**

◆ 一个常见的误会

顺带清理一个误会。“性善”二字，常被人读成“人都是好人”，于是一遇到身边的恶事，就觉得孟子被驳倒了。其实孟子从没说过人人都做好事。他自己生活的战国，恶事一点不少，他对国君的批评也毫不客气。他说的是：**人有一个向善的开头，不是人已经善了。** 这一句和“端”字是一回事。

周阿姨的邻居里，有的人看见孩子要摔，也会心紧，可转身就忘了。孟子不会因此说这个人心里没有端；他会说，这个人的端没有被养。本书同意这个说法的前半，并补一句：养，不只靠这个人自己，还靠他周围有什么在“回应”他的心紧。一个人心紧之后，有人说一句“谢谢你”，那个开头就多了一分被接住的分量；没有人回应，开头就容易缩回去。这个“回应”，是第44章要细讲的东西。

◆ 孟子的辩护，本书的回应

孟子可以反驳：你们说“遇见”带来新东西，可如果心里没有恻隐的根，遇见一个孩子也不会生出恻隐。你们不能把“根”取消。

这个反驳是对的，本书不取消根。本书只是说：**根是“能这样被带出来”的能力，而不是已经齐备的东西**。　这种能力是人出厂时带来的（与上一章的“主体中心是本性”一致），遇见才让它变成这一个具体的、有名有姓的恻隐。

孟子还可以说：你们所谓的“能力”，不就是我所谓的“端”吗？

很可能就是。这种时候，本书愿意承认：两种说法在“人心里有一个可接上的口子”这一点上完全重合。分歧只在于：这个口子的最后来源，孟子倾向于放在“天”和“本心”里（他在《尽心上》里有“尽其心者，知其性也，知其性，则知天矣”一类说法），本书倾向于说，**口子在，但口子里流进来的东西，来自E**。这个分歧，在后面第13章“中华之心的诊断”里，还要和其他六位思想家一起再看。

◆ 回到那只手

再回到小区门口。

周阿姨晚上睡不着，翻来覆去想那袋碎了的鸡蛋，又想起孩子的奶奶，那个低着头的年轻女人。她忽然想到：这个小区里，有多少这样的孩子，有多少这样低头的大人？她想，明天我碰到奶奶，不说教，就问一句：“孩子几岁了？爱吃什么？”

这个念头，是她下午那一下之后才有的。下午之前，她从来没想过这个问题。伸手这个动作，就像孟子的“端”，它不只是“善的表现”，它**改变了周阿姨看这个小区的方式**。一个新的东西，从她手伸出去的那一下，慢慢发生了。

开场时，她说“不知道，当时不觉得自己在做好事”。现在可以多说一句：那一下不是她“心善”这个结论的证明，而是她的心**又长了一寸**的开头。孟子所说

的“端”，与其说是一件已有的东西，不如说是一个**在遇见中不断被开出来的口子**。善，不在她出门之前就完整地躺在里面，也不在手伸出去时就圆满，它在一个从下午走到夜里、还会走到明天的过程里。

> 带走的话
>
> **“端”是开头，不是齐备；开头不会自己长大，也不会凭空出现，它在遇见里露面，在扩充里成形。**

> **小账**
>
> 小账一：孟子的“四端”可读成“刚显露的S的开头”；他的例子（乍见）比他的理论（固有）更近发生学，“乍见”正是E与心碰面的现场。
>
> 小账二：翻动了“心是起点”的一个旧预设：把“心里有开头”当成“心里已齐备”。落在承重命题第 4、5 条的前奏（善是显露的S；新的东西来自主体之外），并为 T1、T2 打底。

第 8 章

荀子：心能知道，化性起伪

这一章的问题：长大靠什么（标杆与苦难，1→N）？荀子说善是“伪”出来的，这个“伪”，和孟子的“扩充”是不是一回事?

◆ 第一次上路

这是我构想的人物：阿杰，三十四岁，做销售，孩子刚出生三个月。他一直没有驾照，以前出门靠地铁和打车，觉得够用。孩子出生后，有两次半夜去儿童医院，打车等了四十分钟，他站在路边抱着孩子，决定去学车。

练车第一天，教练让他在场地里起步。他握着方向盘，手心全是汗，脑子里同时塞着十几件事：离合到哪、油门多重、后视镜里的线对不对、教练刚才说的“半联动”是什么意思。车熄火了三次。教练没骂他，只说：“别想那么多，先看前面。”

阿杰深吸一口气，把眼睛抬起来，盯着前方那根白线，其他的事一件一件退到后面。这一回，车动了。

练了两周，到上路的那天，他又紧张起来。可是这一次，紧张的样子不一样：他知道该看哪里了，知道手脚有哪些事不用想了。变道、会车、让行人，一件一件从乱到清。三个月后他拿到驾照，第一次载着妻子和孩子去小区外面的公园。他在驾驶座上说：“原来开车是这样的。”妻子没看懂他这句话。他自己也没法解释，只是觉得，开车不是学了一堆规则，是他的手脚和眼睛，在一遍一遍的练里，变成了另一副样子。

这个故事里，最该留意的是那一句“先看前面”，还有后面三个月的积累。两千多年前，一位叫荀子的老先生，把这两件事都讲到了。

◆ 荀子自己怎么说

荀子（约公元前313年至前238年〔待核：生卒年未联网核对〕），战国末期的儒家，晚于孟子。他在孟子之后，走了一条很不一样的路。

先说他的两个名句，这是他与孟子分野最明显的地方。《荀子·性恶》里有一句极重的话：“人之性恶，其善者伪也。”字面上，是说人的“性”是恶的，那些善，是“伪”出来的。

这里的“伪”，不是今天说的“虚假”。荀子对它有明白的界定，大意是：凡是人通过学习可以做到、通过实践可以做成的东西，属于人为的部分，叫“伪”。“伪”字是“人”加“为”，就是人为。荀子讲的“性恶”，也不是说人天生坏透了，而是说**如果顺着原来的欲望和脾气一路走下去，不加雕琢，就会出乱子**；善，不是自己长出来的，要靠学、靠师、靠礼义，一点一点“为”出来。

他的另一个说法是“化性起伪”。“化”，是改造、转化；“起”，是兴起、建立。大意是：改造原来的性，兴起人为的功夫。

有人会担心：照这样说，路是不是堵死了？荀子紧接着说，不是的。他有一句同样出名的话：“涂之人可以为禹。”街上走路的普通人，都可以成为大禹那样的人。条件是积累：“积善成德”，天天做，不间断。他在《劝学》里用了很多比方：土一点一点堆，成了山，风雨就从这里兴起；水一点一点聚，成了渊，蛟龙就在这里生出来。

◆ 荀子的“心”

荀子对心的讲法，才是本章的重点。

在《荀子·解蔽》里，他先问：人凭什么知道“道”？答案是：心。接着问：心凭什么知道？答案是：“虚壹而静。”

这四个字，是荀子对“心如何知道”的回答。他自己对每个字都有解释，这里转述其意：

虚，是不让已经装在心里的东西，妨碍新要来的东西。心里有旧知识，这当然好，但如果旧的把门堵上，新的进不来，就不“虚”了。

壹，是不因为一件事，妨碍另一件事。心一次可以同时知道许多不同的东西，这是它的能耐；但在知道某一件事的时候，要能专一，不被别的牵扯。

静，是不让胡思乱想（他举的例子是做梦或胡乱的念头）搅乱了该知道的东西。

〔以上三项为转述，核：《解蔽》“不以己所臧害所将受谓之虚”“不以夫一害此一谓之壹”“不以梦剧乱知谓之静”〕

荀子还说，心是“形之君也，而神明之主也”：身体的主人，精神的主宰。这句话听上去，几乎像是“心 → 发动 → 一切”的标准说法。他在这里对心的地位，毫不含糊。

可是荀子的心，和孟子的心，用处不同。孟子的心，是里面有开头，往外长；荀子的心，是**一个能够知道、能够选择、能够积累的工具**。善不在心里，善在“知道了道，并且照着去做、去积累”的结果里。

◆ 拆解：阿杰学车，是荀子的哪一部分

用阿杰学车，来读荀子的“虚壹而静”。

练车第一天，阿杰的心乱成一团。十几件事同时挤在脑子里，每一件都想管。这是“不壹”：什么都想知道，结果什么都没知道。教练那句“先看前面”，是一句很朴素的“壹”：别同时管所有的事，先抓一件。

第二个麻烦，是他脑子里装满了“听来的东西”：朋友说开车要怎样怎样，网上看过的视频，自己以前坐副驾驶的印象。这些旧东西，让他在真正握上方向盘时，很多地方做不对。教练常常说：“你先别按你想象的来，按车给你的反应来。”这是“虚”：放下已经装在心里的东西，让车来告诉你。

第三个麻烦，是紧张。手心出汗、心跳加快、脑子里冒出“万一撞了怎么办”。这些念头，不是眼前的路况，是他自己的恐慌在搅。教练让他深呼吸，再把眼睛抬起来。这是“静”：不让这些东西乱了该看的。

三个字，阿杰一个也没听说过，可是他在方向盘后面，一点一点用上了。**荀子说的心的能力，不是什么高深的东西，是人在真正要学一件事的时候，自然会被逼着去用的东西**。

现在把阿杰这三个月，放进SDE的架子里。

E，纠缠。 车、路、教练、考试、妻子和孩子、半夜儿童医院外的四十分钟、阿杰的手脚和眼睛、他的恐慌。一整个场子。

D，差异序列。 每一遍起步、每一次熄火、每一回修正，是一串小差异。熄火是一个差异，抬眼是一个差异，下一次不熄火又是一个。这一串，不是一次完成的，是**一遍又一遍**。

S，显露。 三个月后，阿杰在路上开车的那个样子：手脚自己知道要怎么动。这是显露出来的东西，也是荀子说的“伪”：不是天生，是做出来的。

最后还有一步：**回写**。 开完车回到家，阿杰已经是另一个人了：他对“出门”这件事的想法变了，对半夜突发事情的紧张变了，连他看待妻子独自带孩子的方式都变了。S回过头，改写了E。这个回写，荀子没有这样的说法，但他说的“化性起伪”，隐隐指向这个方向：**人为的积累，最终改了人自己**。

◆ 听、看、知、行：阿杰的四个阶段

荀子在《儒效》里有一串很有名的递进：没听过，不如听过；听过，不如见过；见过，不如知道；知道，不如去做。

阿杰学车，正好走过这四步。

听：朋友给他讲过开车要领，说得头头是道。他点头，什么也没记住。

见：他在网上看过几十个练车视频，也坐过无数次副驾驶。他以为自己“见过”了，心里有谱。上了车，才发现眼睛看到的是别人的手脚，自己的手脚完全不是那么回事。

知：教练一句“半联动是离合抬到车身微微发抖的那个点”，他才有一点明白。那是第一次他“知道”了什么。

行：真正在场地里一遍一遍起步，熄火，再起步，那个“点”才从一句话变成他脚底下的感觉。

这四步里，**越往后，越需要身体在场，越需要被事情顶回来**。听和见，不会熄火；只有行，会熄火。荀子把“行”放在最后，是因为只有到这里，知识才变成了人自己的东西。这与本书的读法相合：只有进到D里（一遍遍的差异），S才会显露；停在听和见，一直停在别人的S里。

还要补一个小观察：阿杰的教练，在这四步里每一步都有作用。他讲（听），他示范（见），他解释关键（知），他坐在副驾驶盯着（行）。荀子把这样的人叫“师”，他说，学习没有比接近一位好老师更便捷的路。在荀子这里，师不只是传授知识的人，是一个**已经显露出来的活的样子**，学的人对着他，知道“做成了是什么样”。这个想法，本书在第38章会专门展开，叫“标杆”。这里只先记一笔：荀子的“起伪”，不是一个人关起门来的事，需要一个已经做成的人站在旁边。

◆ “性恶”二字，别读重了

和上一章清理“性善”的误会一样，“性恶”也要清理。

对“性恶”最常见的读法，是“荀子认为人天生是坏的”。这样读，荀子就成了一个对人没有信心的人，与他“涂之人可以为禹”的话对不上。更合适的读法是：荀子所谓的“性”，指**人不经加工的原样**：饿了要吃，累了要歇，见利要争，听了好话要高兴。这些，本身说不上好坏。可是如果人人都按原样去做，大家抢同一碗饭，社会就乱。所以荀子称它“恶”，意思接近“会出乱子的”，不是“道德上败坏的”。〔本书的读法；核：《性恶》“所谓恶者，偏险悖乱也”〕

阿杰拿这个去想自己：他没学车之前，想的是“我不会，反正打车”。这是一个“原样”，没有错，也谈不上恶。但这个原样，在半夜的儿童医院外，出了问题。**原样不能应对所有的情形，这时候，就需要“起伪”**。 荀子的“性恶”，用日常话讲，就是“光靠原样不够用”。

这样读，荀子的意思是不是更容易接受些？而且这与本书的立场并不冲突。本书说，主体中心是心的出厂样子，是本性；荀子说，原样不够用，要加工。这两句话说的是同一个事实的两面：**出厂的样子是起点的材料，不是成品**。

◆ 荀子的“天”：心不能代替整个世界

最后补一个荀子的重要之处，是他在《天论》里划出的界线。荀子坚持“天行有常”，意思大致是：自然有自己的规律，不因为人的好恶而改变。在荀子这里，人要做的事是“明于天人之分”，分清哪些是天的事，哪些是人的事，在自己能做的地方用力。

这句话，对本书很有价值，因为它在中国思想里，提前给出了客体性的位置。阿杰学车，路是路，车是车，不因为他“诚心”就听话。教练说“别想象，按车给你的反应来”，就是荀子的“天人之分”在方向盘上的样子。想在车上靠“发心”解决问题，是不行的，要靠一遍一遍对着车的反应调。

这一点，与第6章里王姐尝汤的道理相通：次要的声音，客体性，在荀子这里不是次要的，而是他整套功夫的**地面**。心要“知”，先得承认有一个不听我的东西在那里。

这也让荀子和孟子的差别更好看清。孟子的目光朝里，看心里有什么开头；荀子的目光朝外，看心怎样和外面的东西打交道。本书把两个方向都收下：一个人既要有“能被带出来”的口子，也要有“让东西进来”的功夫。阿杰如果心里完全没有对孩子的牵挂，半夜四十分钟不会逼出学车的决心；他如果只有牵挂，不肯一遍遍去练，孩子也坐不上他开的车。前者是孟子最看重的东西，后者是荀子最看重的东西，在一个普通父亲的三个月里，两样都是真的。

◆ 荀子最强的辩护

在做对照之前，同样要把荀子最有力的话说足。

第一，荀子没有说“人没救”。他明明说“涂之人可以为禹”，也就是街上的人都可以成圣。他看到的是：**善是真实的成就，不是白白得来的礼物**。　　这个看法，在今天依然有分量。阿杰学会开车，没有人会说“他本来就会”；他学会，是他的功劳，是三个月的汗水。荀子要保住的，是这份“做成”的尊严。

第二，荀子对孟子的批评，有他的道理。他说，如果善是人天生就有的，那么圣人的礼义制度有什么用？教育有什么用？师傅有什么用？这个质问很尖锐，因为它指向一个事实：**教与学，在人类生活里确实占很大分量**。　　如果开头已经齐备，只需要“发心”，那阿杰何必交学费，何必听教练。

第三，荀子的心，有一种孟子不太强调的**向外的开放**。“虚”，就是向外开：不拿旧东西堵住门，让新东西进来。这与上一章讲的互动性，是同一个方向。本书特别欣赏这一点：荀子把“心如何知”的功夫，放在**让东西进来**上，而不是**把里面的东西拿出去**上。

这三条，本书都接受。

◆ 孟荀对读：他们各自碰到哪一半

把孟子与荀子放在一起，看他们各自站在发生的哪一边。

问题	孟子（上一章）	荀子（本章）
善的来处	有“端”，本来就有	无“端”，靠“伪”，人为的积累
心的作用	心里长出善的开头	心能知道，能选择，能积累
重点放在	扩充、养	学、师、礼、积
本书的初步判断	偏重“开头”一侧（0→1藏在本心里）	偏重“长大”一侧（1→N的工夫）

这里要谨慎。上面最后一行，是**本书的初步判断**，不是定论，也不是对两位先贤的褒贬。孟子谈“养”，也在谈1→N；荀子谈“心能知道”，也在谈一种0的来处。他们不是一个只管开头，一个只管长大；他们是各自**重心**不同。

孟子的缝隙，上一章说了：理论说“固有”，例子说“乍见”。

荀子的缝隙在哪里？本书的看法是：**第一个“伪”是谁起的？** 荀子说礼义是圣人制作的，是圣人积累思虑、熟习人为才产生的。那么，在还没有礼义的时候，第一位圣人，是怎么想到要“起伪”的？如果人的性本来是恶的，那“想起伪”的这个念头，从何而来？这是一个**0的问题**：积累可以解释1→N，但第一个“1”，积累本身解释不了。这一点，第13章会用一个手艺人的例子，回头专门看。

对荀子的辩护是：他有“心能知道”这个底。第一位圣人，不是从“性”里生出的，是靠心的“知”和“虑”，从与世界的打交道里生出的。〔“积思虑，习伪故”见《性恶》，已核；“知”“虑”并称、“从与世界打交道里生出”是本书的读法，非荀子原话〕这样，荀子也有他的0→1，只是他把它放在“心与世界打交道”里，而不是放在心的“固有”里。本书认为，这个方向与发生学相当接近：**新的东西，在心与外面东西的交道里出现**。 只是荀子没有把这一点单独拿出来讲，因为他的注意力在另一件事上：怎么让这个交道成为长久的、成型的积累。

◆ 对照旧地图

旧地图：心 → 发动 → 一切。荀子的心，是“形之君”，看上去最接近这张图。可细看他的功夫，其实把图改了一个方向：

不是“心发动，一切跟着”，而是“**心打开（虚），东西进来（知），反复做（积），做出新的自己（化）**”。这是一个**以心为枢纽、两头开口**的过程：一头是外面的东西进来，一头是做出来的东西回过头改心。

用本书的话说，荀子的“化性起伪”，最像是1→N里的**回写**：做出来的东西（S），经过一遍一遍的差异（D），改写了纠缠的底盘（E），也就是改

了“性”。**化性，就是回写；起伪，就是一遍遍的D。** 这个对读，是本书的读法，不是荀子的原话。

不过，也要说清荀子与发生学的距离。荀子的心是一个“能知”的主人，而发生学说，心本身也是被合成、被发生的。荀子没有问“心的能知从哪里来”，他把它当作人的本有能力。这就是上一章说的“出厂样子”，本书接受；只是他没有再往前追问。

◆ 回到方向盘

阿杰拿到驾照那晚，坐在副驾驶上让妻子开，他看着窗外，忽然说：“我发现一个事。以前我觉得开车是天生的本事，有的人会，有的人不会。现在觉得，不是。就是一遍一遍练出来的。”

妻子说：“那你以前为什么不练？”

他想了想：“以前没那么需要。”

这一句话，其实包含着开场时他没有的新理解。他以前以为“我不会开车”是一个固定的事实，是“我这个人”的一部分；其实它只是“我还没有被逼到需要”。半夜儿童医院外的四十分钟，是一个来自外面的东西，它**撞进**了他的生活，让他生出了“我要学车”这个新念头。这个念头，不是他自己平地生出来的。这是一个小小的0→1。而之后的三个月，是1→N。

荀子的话是：“积土成山。”他讲的是积。阿杰的故事里，还多了一个荀子没有细讲的东西：**积的那个起点，常常是被一件事逼出来的。** 倘若荀子的“伪”要有开头，这个开头不在“性”里，也不在“圣人”一个人的脑子里，而在人和世界相撞的那一下。

说到底，阿杰那句“原来开车是这样的”，说的是他的手脚和眼睛换了一副样子。荀子把这叫“化”，本书把它叫回写。名字不同，指的是同一件日常事：做过的事，把做事的人改了。改过的人，下一次再遇上什么，就不是原来那个人在遇上了。

带走的话

长大靠积累，积累靠一遍遍去做；但第一遍之所以开始，往往是被什么东西撞了一下。

小账

小账一：荀子的“化性起伪”可读成1→N里的回写（一遍遍的D改写E）；“虚壹而静”是心向外打开、让东西进来的功夫；他的缝隙是第一个“伪”从哪来。

小账二：翻动了“心是起点”的一个旧预设：把“善”当成心里先有、只待发出的东西；荀子恰好反过来，善是做成的。落在承重命题第 6 条（1→N 是操练）的前奏，并为 T2 提供旁证。

第 9 章

庄子：心斋与“虚室生白”

这一章的问题： 新的东西从哪里来？如果心是被合成的，那心要先做的事，会不会不是“用力”，而是“让出一块地方”？

场景

这是我构想的人物：小林，二十九岁，程序员，住在合租房里。

下班高峰，地铁十号线。小林挤在车厢中段，一只手拉着吊环，另一只手攥着手机，屏幕上是没回完的工作群。耳机里放着播客，眼睛在看广告屏，脑子里还在复盘下午会上被打断的那句话。车厢很吵：报站声、人声、车轮碾过接缝的声。他觉得自己像一台开了二十个窗口的电脑，每个窗口都在跑。

到了某一站，他的耳机没电了，自动关机。车厢里的声音一下子全涌进来。他本能地想去掏充电线，手伸到一半，停住了。

他没有再掏。他就那么站着，听。先是一片嗡嗡声，然后嗡嗡声里分出了层次：远处有个小孩在问妈妈什么，近处有人的外套摩擦着扶手，列车进弯道时有一声很长的、像叹气一样的金属声。他没有去想这些声音是什么意思。过了大概一站路，他发现脑子里那二十个窗口，不知什么时候关掉了十几个。

下车的时候，他忽然想起下午那句被打断的话，该怎么接，一下子清楚了。他自己也说不上来这个念头是什么时候冒出来的。

这个场景值得停一下。他没有“想”出那个办法。办法是在他不去想的时候，自己来的。

◆ 先听庄子怎么说

庄子这个人，一般讲心的书里常常把他放在“逍遥”“洒脱”那一边，讲得很飘。其实《庄子》里谈心最具体的一段，是一个有点狼狈的故事。

《人间世》里，颜回要去卫国，劝说一位年轻而暴烈的国君。他准备了一大套说辞，先端正自己，再虚心，再顺着对方，一层一层地预备。孔子（这是书里的孔子，是庄子借来说话的人）把他的预备一条一条驳回，最后只给了他一个办法，叫“心斋”。

这段话里最要紧的几句，我录在这里，都是短引：

“若一志，无听之以耳而听之以心，无听之以心而听之以气。”（《庄子·人间世》）

“气也者，虚而待物者也。唯道集虚。虚者，心斋也。”（同上）

翻成白话：你把心思收拢成一条线，不要用耳朵去听，要用心去听；再往后，连“用心去听”也放下，用“气”去听。“气”这东西，是空着、等着东西进来的。只有“道”，会聚在这片空里。这片空，就叫“心斋”。

注意“斋”字。斋是斋戒，是祭祀前的准备。庄子把“心”当作一间要迎客的屋子，要斋，要先打扫，然后等。

另一句同样重要：

“瞻彼阕者，虚室生白，吉祥止止。”（同上）

“阕”是空处，“虚室”是空屋子，“白”是光。看那空着的地方：空屋子里，光自己就生出来了；吉祥，就停在这里。这句常被拿去做书斋的匾，但它说的是一个很具体的东西：光不是屋子造出来的，是屋子空着的时候，从外面进来的。

再有一处，讲这样的心平时是什么样子：

“至人之用心若镜，不将不迎，应而不藏，故能胜物而不伤。”（《庄子·应帝王》）

镜子，来了就照，去了就放，不送，不迎，不存。庄子不是要心变成死的，是要心像镜子那样“应而不藏”。

最后还要提一个词，叫“成心”。《齐物论》里有一句：“夫随其成心而师之，谁独且无师乎？”意思是：人人都顺着自己已经长成的心，拿它当老师。庄子在那一篇里，把是非的争吵和这颗已经成了型的心连在一起说。“成心”，是已经长成、成了型的心。它不是坏东西，每个人都有；麻烦在于，它一旦成了唯一的尺子，别的就都进不来了。

◆ 拆解一：地铁里发生了什么

回到小林。我们用 SDE 把那一站路拆开看。

第一步，先说清楚“他什么时候不再想了”。在耳机关机之前，小林的心是满的：理念的我在催他（要做一个靠谱的、会沟通的人，所以要复盘那句话）；现实的我在塞他（工作群、播客、广告屏）；自我的我在翻旧账（被打断的难受）。三个我都在发动，所有的窗口都是“我”在开。这时候，心就是书里前几章讲的那个样子：以主体性为中心，一切从我这里出发，我想、我听、我复盘。

这样一颗满的心，有一个特点：它只能在自己的范围里转。它复盘了半小时，得到的还是自己已有的那几个说法。这是第一章到第五章里讲过的事：主体性在中心，它是出厂样子，不是毛病；但它自己不能从自己生出新东西。这是本书的推论（T1），小林这一站路之前的半小时，是个小小的证明。

第二步，耳机关机之后。他停了，听。这个“停”值得细看。他没有做任何事，只是把一个动作停下来。按庄子的话，这就是“虚”。

用 SDE 的话说：这一站路里，心的主体性没有消失，三我还在，但主体性不再往外“发动”了，互动性反倒被放到了前面。他在“听”：听外面有什么，不是听自己想听什么。庄子说“听止于耳，心止于符”，耳朵只管收声音，心只管去对号（这是什么声音，那是什么意思），这两层都还是“我”在处理。第三层“听之以气”，是不处理，只让它进来。

所以“虚”不是什么都不剩。虚是把互动性向外打开：心里本来就有的那个次要的声音（第6章讲过），在这一刻，被允许站到前面。

第三步，那个办法是怎么来的？小林后来说不清楚。这个“说不清楚”，恰恰是关键。如果办法是他“想”出来的，他应该能讲出推理的路。他讲不出，因为办法不是从他的复盘里出来的，是在他停下、让外面进来的时候，和那一站路里的某个东西（也许是孩子问妈妈的那句话，也许只是那声叹气一样的金属声，也许什么都不是）碰上之后，冒出来的。

这是 E，万事互相效力，在一个很小的尺度上发生了一下。这里不必去追究是哪一个声音起了作用。地铁车厢里同时有几百个事件在发生，这些事件和他积在心里的那个未完成的问题，彼此牵连，他只是让出了一个缝，让牵连落到他这里。

◆ 拆解二：“虚”到底在虚什么

很多人读“虚”，读成“放空”“清零”“什么都不想”。这样读，容易读歪，歪到两边去。

一边歪成“心没了”。如果虚是心没了，那接纳的是谁？一间空屋子也需要有墙。庄子自己的说法是“虚而待物”，里面有个“待”字。待，是有所待。一颗没有任何朝向的心，不叫虚，叫涣散。小林在地铁里不是涣散，他很清醒，只是不再往外推。

另一边歪成“只要虚，就必然有好东西来”。庄子也没有这么说，他说的是“唯道集虚”，只有道会聚到虚里；而“道”是什么、什么时候来、带来什么，他一概不替你保证。

所以虚的准确含义是：不让已有的东西占满，给没有的东西留位置。用咱们这本书的话说，虚是主体性的主动让位，不是主体性的取消。

再说“成心”。小林满着的时候，用的就是他的成心：他知道会上那句话的“正确接法”应该长什么样，他一遍一遍用同一把尺子量，量来量去没结果。成心不是错，是用满了。第32章会讲到心的“硬”与“软”，那里要用到的话是：三

我的固化，叫刚硬；三我的更新，叫柔软。庄子的“成心”落在固化这一边。注意，我这里只借庄子的这个词，指出一个相邻的东西，并不是说庄子讲的就是石心，那是另一个传统的另一个类比，到第14章再说。

◆ 拆解三：“集”字：来的是谁

“唯道集虚”，这个“集”字，我觉得是整段话里最值得停的字。

集，是聚来。聚来的东西，不是从虚里面生出来的，是从虚的外面进来、停在虚里的。屋子空了，光“生”出来，其实是光“进”来。

这一点，和本书的一个核心推论正好接上：以主体为中心的东西，不能从自己生出新的自己，所以新的东西必须来自主体之外（T1）。庄子没有说“心造出新东西”，他说的是“心让开，道来集”。这一步，在中国的心学传统里，是很难得的。

我必须把话说准。庄子的“道”，不能直接等同于本书讲的 E。道在庄子那里是大得多、也模糊得多的东西，它是万物所由来的那个根；而本书的 E，只是“特征纠缠系统”，是事件之间互相牵连的那张网。这里我只取一个相似点：新东西来的方向，是主体的外面。

◆ 拆解四：三层“听”，对应心的三种用法

庄子那句“耳、心、气”，很容易被当成一个“越来越高级”的台阶。我想换一个读法：它们是心的三种用法，各有各的用处，只是用错了地方才出问题。

用耳朵听，是收信号。小林听见报站，知道到哪了，这一层不能少。

用心听，是对号入座。听见同事说“这个方案有风险”，马上归类：他是在针对我，还是在提醒我？这一层也不能少，没有它，人没法做事。但它有个特点：归类用的箱子，是自己已有的。听来听去，听到的多半是“自己的箱子里本来有的东西”。

用气听，是不先归类，让它进来，先不贴标签。这一层单独用，会误事（谁也不能一辈子不归类）；但它是唯一一层，能让“箱子里没有的东西”露个头。

这样读，“心斋”就不是要人放弃前两层，而是要人在需要新东西的时候，会开第三层。小林的那一站路，就是第三层自己开了一下。而他平时开会、写代码，用的是第二层，这没有半点不对。

我想强调这一点，因为庄子常被读成“反智”。这样读，对不起他：他反的不是智，是把智当成唯一入口。

◆ 拆解五：颜回为什么先被驳回

再回头看那个故事的开头。颜回的预备，在我们眼里一点也不坏：他想端正自己，想谦虚，想先顺着、再慢慢劝。放在今天，这就是一份很好的“沟通预案”。

孔子一条条地驳回，不是因为这些预案没用，而是因为它们有一个共同点：预案里，所有的角色都是预设好的。国君是一个“要被说服的对象”，自己是一个“带着好方法的人”。预备得越充分，场上真实发生的东西，越容易被预案挡住。

拿小林的会议来比：他在地铁上复盘那句被打断的话，其实就是在做颜回的事，一遍一遍预演“下次怎么接”。预演没有错，可是预演用满了，真正的下一次会议里，同事说出的那句不在预案里的话，他就听不进去了。

所以心斋要解决的，不是“预备不够”，而是“预备太满”。这与前面的“成心”是一回事的两面：成心是长成了的尺子，预案是提前准备好的尺子。尺子都是好东西，只是别让它成为唯一的东西。

◆ 拆解六：“应而不藏”与回写的紧张

还有一处，我读得很慢。

“至人之用心若镜，不将不迎，应而不藏。”镜子不藏，这是它的好处：昨天照过的人，今天不留影子，所以今天的人能被照得清楚。

可是本书讲的心，是一个发生体，它的一个重要环节是回写（S 经 D 回写 E）：显露出来的东西，要写回去，改变后来的局面。一颗完全“不藏”的心，如果真照字面做到了，就不会积累。小林那一站路里得到的办法，若是“应而不藏”，下车就忘了，那就白来了。

这里我不认为庄子糊涂。我读到的是他解决的是另一个问题：怎样不让积累变成僵化。“不藏”针对的是执着，不是针对一切记忆。他在别处讲庖丁，一刀一刀，十九年，刀刃像新磨的，这是极重的积累，却没有僵。所以更稳妥的读法是：藏得住的是手艺，不藏的是成见。

这一点，留给第八编“结是回写”去接。这里先记一笔：庄子给了“让开”的工夫，给了“藏而不僵”的例子，但没有把“让开之后写回”当作一个独立的环节来讲。

◆ 对照旧地图：庄子的强项，和一道缝

旧地图是：心 → 发动 → 一切。庄子对这张图的挑战，在中国的传统里是最彻底的：他在“发动”前面加了一个“先停”。

先说他的强项，也是我要替他留出的最强的辩护。

第一，庄子不是在说“心不重要”。他的整套工夫，是为了让心更好用：颜回去见国君，是要办成事，不是要逃避。“虚”是办事的预备，不是办事的取消。

第二，“不将不迎，应而不藏”，是一种极高的互动性：事来了照见，事走了放下。这比“我先拿定主意再出发”的发动，要更贴近事情本身。在这一点上，庄子比很多后来的心学更清楚地看见：心的互动性不是辅助的小零件，是能让人活得顺的主轴之一。

第三，他自己最清楚“虚”是一门要练的功。《大宗师》里颜回的“坐忘”，一步一步：先忘仁义，再忘礼乐，最后“离形去知，同于大通”。这是一条发展路，有阶段，有次序。

好了，说缝。

我的初步判断（这是本书的初步判断，不是定论）是：庄子这里有一个没有说开的位置，叫“谁给”。

“唯道集虚”，道会来。可是道是自然而然的，没有“给”的那一方。道不是一个把东西送到你手里的对象，它没有“赐”的关系，没有“我接住了什么”的回话。所以在庄子这里，0→1（新的东西出现）有了方向（来自外面），却没有关系：没有人和人之间那种“有人给，我领受”的相互性。

这个判断，庄子有他最强的回答，我替他说出来：无为的要点，恰恰是没有给的一方。如果有一个“给”的对象，就又有了“求”，又有了“得”，心就又从虚变成了盼，盼就是一种新的满。道不“给”，才叫不落痕迹。这个辩护是站得住的，而且它指出了一个真实的危险：把“赐”当成一桩交易。

我不想在这里裁判谁对谁错。本书的立场只是说，这是两种不同的写法：庄子写的是“你让开，它自己来”；后面第33章写“赐”，会补上“来的东西，是向着这个人来的”。两者之间，不是谁否定谁。

还有一个相邻的缝：庄子把“虚”放在了心的操练里，但很少说，一颗虚过的心，回来之后怎样把得到的东西“写回”到它的世界里。小林下车后想起了办法，这个办法是不是能真的改变明天会上的局面，要靠他回去做。这一步，叫回写，庄子点到为止。第八编会专门讲。

◆ 一个旁证：荀子也说“虚”，用处不同

读到这里，熟悉中国哲学的读者会想起，荀子也说“虚”。《解蔽》里问：心靠什么知道“道”？答：虚壹而静。（《荀子·解蔽》）同一个字，用法却不同。

荀子的虚，是为了“藏而不害所将受”：心里已经装了东西，不要让旧的妨碍新的进来。这是认识上的虚，目标是把东西认得更准、装得更多。庄子的虚，则更靠近把“装”这件事本身放一放。两个人都在为新东西留位置，一个是为了学得更好，一个是为了让道来集。

用小林来比：荀子的虚，像他学一门新语言之前，先把“这门语言应该像中文”的想法放下；庄子的虚，则像他什么也不学，就站在车厢里，让声音进来。两者不矛盾，前者通向第8章的积累，后者通向这一章的让开。把两者摆在一起，倒让人看清：中国的心学传统里，“留位置”这件事，很早就被看见了。

问题是，留了位置之后，“新的东西”这四个字，在两位的笔下都比较轻。荀子把它交给积累（“伪”，慢慢攒出来），庄子把它交给道（自己来集）。至于一个新东西，为什么偏偏是这个，偏偏落在这个人身上，两人都没有往下追。这并不是责备：他们当时要解决的是别的问题。只是今天回头看，这里正好是本书要接着往下问的地方。

回到场景

回到地铁。耳机没电，小林站着听了一站路。

这一章结算下来，小林这一站路里，发生过三件事。

第一件，他停了，也就是庄子说的“虚”。第二件，他的互动性被放到前面，外面的东西，不经他处理，直接落进来了，也就是“集”。第三件，下了车，一个他没“想”出来的办法，出现了。

有两点要补一句，免得读歪：

一，这不是说小林以后每天坐地铁都要关耳机。有些时候，满着是对的：他写代码的时候，要的就是满、就是发动。庄子讲的是心有两种用法，不是只准一种。

二，也不是说停一站路就能得到好办法。很多时候，他停了，什么也没有来，他就是更安静地到了站。这样也是对的。“虚”不保证什么。它只是让“有可能被接住的东西”，不被拦在门外。

所以开场时没有的新理解是：心不只有“往外发”这一个方向。它还有一个向内的、让出来的动作；新的东西，在多数时候不是靠用力生出来的，是在让出来的地方进来的。

带走的话

心不是只会发动的东西，它还会让开；新的东西，常常是在让开的地方落脚的。

小账

小账一： 庄子的“虚”，是主体性主动让位、互动性向外打开；“集”字指出，新东西来自心的外面；缝在于“谁给”与“怎样回写”没有说开。

小账二： 本章翻动了“心是起点”里的“心必须先发动”这一条旧预设；落在本书的推论 T1（以主体为中心的东西不能从自身生出新的自己）与 T3（互动性向外打开，是效力落进来的接口）。

第 10 章

慧能：明心见性，本来无一物

这一章的问题： 当一个人忽然“不烦了”，是他发现了一个本来就在的东西，还是有一个新的东西发生了？这个区别，为什么值得追问？

场景

这是我构想的人物：王姐，四十五岁，公司行政，母亲年迈，由她照顾。

晚上九点多，王姐在厨房洗碗。这一天过得不轻：白天在公司处理了三个部门互相推的报销单，下班路上接到母亲的电话，问药为什么还没送到，其实药下午就已经放在了茶几上。回家吃饭时，母亲又把早上说过的话说了一遍，王姐“嗯”了几声，没有接。

她站在水池前，心里还在翻：我为什么总是这样一句话都不回？我是不是不够耐心？下次一定要好好说。这些话像水池里的泡沫，一层压一层。

水是温的。她洗到最后一只碗，是母亲常用的那只蓝边碗，碗底有一圈很浅的旧划痕。她的手指顺着划痕摸过去，水从指缝流下来。

忽然，那股烦不见了。她自己也没有觉察到它是什么时候走的，只是发现：手在动，水在流，碗是干净的。心里一时很空，也很轻，并不特别高兴，就是“没有那个东西了”。

她把碗放进架子，擦干手，去客厅，看见母亲已经靠在沙发上打瞌睡。她给母亲盖了条毯子。

第二天早上，母亲又问了一遍药的事。王姐这一次也没有特别耐心，但她发现自己没有昨天那种“被压住”的感觉。

这个场景，用禅宗的话讲，常被说成“见性”的一个小小的影子。我先不下结论，先听慧能自己怎么说。

先听慧能怎么说

慧能（638—713〔待核：生卒年未联网核对〕），唐代禅宗六祖。他的话保存在《六祖坛经》里。《坛经》有好几个传本，字句有差异，这里我只取最通行的几处，凡版本有出入的地方都说明。

故事大家熟：五祖弘忍要弟子们各写一首偈，看谁悟得深。大弟子神秀写在墙上：

“身是菩提树，心如明镜台。时时勤拂拭，勿使惹尘埃。”（《坛经·行由品》）

慧能当时还在寺里舂米，不识字，请人念给他听，然后请人代写一首：

“菩提本无树，明镜亦非台。本来无一物，何处惹尘埃。”（《坛经·行由品》通行本；敦煌本后两句作“佛性常清净，何处有尘埃”〔待核：敦煌本字句凭记忆，未核〕）

这两首偈，一首说“心像明镜，要勤擦”，一首说“本来没有镜子，也没有尘埃可言”。后一首的核心，是“本来无一物”。

除了偈，慧能还有几句更要紧的话：

“无念为宗，无相为体，无住为本。”（《坛经·定慧品》）

意思是：以不被念头粘住为宗旨，以不被形相粘住为本体，以不停留在任何东西上为根本。三个“无”，说的是同一件事：不粘，不停，不住。

在《行由品》里，五祖为他讲《金刚经》，慧能言下大悟，对五祖说了一连串“何期自性”：没想到自性本来清净、本来不生灭、本来具足、本来不动摇、竟能生出万法。这一段，我们等一下要回头细看。

后世常把禅宗的宗旨概括为“直指人心，见性成佛”，或者“明心见性”。这是后人的概括，不是《坛经》里一句现成的话，我在本章用到这两个说法时，都当作“后世的概括”。

还有一点，常被忘掉：慧能说过“法无顿渐，人有利钝”（《坛经·顿渐品》）。就是说，道理本身没有快慢，是人有的快、有的慢。所以禅宗虽然以“顿悟”出名，慧能自己并不否认人要走一段路。

◆ 拆解一：水池边发生了什么

先把王姐的这几分钟拆开。

洗碗之前，她的“烦”是由什么撑着的？是一个故事。理念的我对她说：好女儿应该耐心；现实的我给她：一天的累、母亲的重复、药的事；自我的我给她：被压住、有点委屈。三个我合在一起，拧成一股“烦”。这股烦有一个特点：它需要被不断地“讲”才能维持。“我为什么总是这样”“下次一定要好好说”，这些话每说一遍，烦就被添一次柴。

到了水池边，发生了一件小事：她的注意落到了手上，落到水温上，落到碗底的划痕上。这三样东西，都是眼前真实的东西，不属于那个故事。注意落下去的时候，故事没有被喂，停了。

停了，烦就失去了撑它的东西。

这里先把话说准：我不认为王姐“悟了”。我也无从判断。禅宗内部对这类瞬间，向来是很警惕的：一次轻松，不等于见性，古人有“野狐禅”的说法，专门防这个。〔待核：“野狐禅”的提法与出处，凭记忆。〕本书讲的，只是一个更小的、也更稳妥的事实：三个我在那一刻，同时松了劲，故事不再被喂。

用 SDE 的话说：烦，是一个 S，它显露出来、而且显得很牢；牢的原因，是它每天被同样的 D（同样的几句自责、同样的几句抱怨）重复回写到 E 里，E 就把它再显露出来，一遍又一遍。洗碗的时候，D 换了，换成了摸碗、听水。回写变了，S 就松了。

◆ 拆解二：“见”是发现，还是发生？

现在来问本章的核心问题。

“明心见性”的“见”，在汉语里就是看见。看见的东西，是预先就在那里的：你没有看见的时候，它在；你看见了，它还是那个它。这个结构，是一个发现的结构。慧能那句“何期自性，本自清净”，用的也是这个结构：没想到，自性本来就清净。“本来”两个字，把东西放在了你发现它之前。

按这个结构，王姐洗碗的那一刻，是她看见了“自己心里本来的平静”，这个平静一直在，只是被故事盖住了。

按本书的结构，则是另一种读法：那个平静，在那一刻才显露；之前，它不是作为一个“已经完好”的东西躲在后面，而是在水温、碗、手、故事停下来这些东西碰在一起的时候，才发生出来。

这两种读法，在那一刻是分不出来的，王姐自己也分不出。分得出来的，是之后的事。如果那份平静是“本来就在”的，那么只要把盖子揭开，每次就能见到；如果它是“发生”的，那么它每次都要重新发生，条件不同，发生的东西也不同。

我们看第二天早晨：王姐没有昨天那种被压住的感觉，但也没有特别耐心。这更像第二种，它不是昨天那份平静的复现，而是今天这个早晨里，另一个程度的松。

我不敢说哪一种读法对。我愿意老实写的是，这个分歧，不是文字游戏。它决定你怎么对待下一次的“烦”：如果平静是本来的，你的任务就是找到它；如果平静是发生的，你的任务就是去创造让它发生的条件。前一种，是揭盖子；后一种，是备柴火。

◆ 拆解三：“无住”：对三我固化的一剂好药

虽然不同意把“见”当作全部，我对慧能在这里的贡献，却是很敬佩的。

“无住为本”，不停留在任何东西上。用本书的话，这是对“三我的固化”最直接的一剂药。

回看王姐的烦：它之所以牢，是因为三个我都“住”在上面了。理念的我住在“好女儿”这个形象上，现实的我住在“一天的累和母亲的重复”上，自我的我住在“委屈”上。三个都停住了，心就硬了。

慧能的“无念”“无住”，不是叫人不想、不记，而是不在任何一个念头上停靠。《坛经·定慧品》的说法是：前念、今念、后念，若是念念相续、一个粘着一个，没有断开，就叫“系缚”；在各样事物上念念不住，就没有束缚。换成日常话：念头照样一个接一个地来，要紧的是每一个过去就过去，不粘。

这与第32章要讲的“柔软的心＝三我的更新性”，方向是一致的。我这里只指出这个相邻关系：慧能提供了一个很好用的动作要领，叫“不停靠”。

而且这个要领，对日常特别友好。你不需要信任何东西，你只需要在水池边，让注意落到手上。

◆ 拆解四：“能生万法”：旧地图在这里最强

现在要看慧能这里最难的一句：自性“能生万法”。

仔细读，这是一个很强的“起点”说法：自性是根，万法由它生出。这几乎就是旧地图（心→发动→一切）的最漂亮的版本。

我替慧能说出他最强的辩护：他说的自性，不是“我的心”。自性是无我的，没有一个中心，没有一个在发动的人。“能生万法”，是说万法的显现，不离开这个清净而空的底子，不是说有个“我”在制造万法。换句话说，慧能的“起点”，恰恰是一个没有主体性中心的起点。这个辩护，我认为是认真的，它比我们日常说的“心发动一切”要深得多。

即使如此，本书还要留一个问题。

问题是：如果万法由自性而生，那么新的东西，也是由自性生的。可是自性又是“本来具足”的。本来具足，就是说它没有缺，没有需要从外面来的东西。这样，“新”就成了一个“本来就在、只是被显现”的东西。0→1 被折进了已有之中。

这是本书对印度之心作初步判断时，会反复遇到的一个形状（第四编），在中国禅宗这里，因为被中国人的“本心”传统接过去，换了一种口吻，但结构是相近的。我把这当作本书的初步判断，并且要强调：这个判断，必须面对慧能自己最强的回答，就是上面说的：自性无我，“生”只是显现，并不是创造。

我还想补一句公道话：禅宗不是没有“外面来的东西”。弘忍对慧能说法，神秀的偈刺激了慧能的偈，一次对话，一句话下去，人就变了，这样的场面在禅宗公案里比比皆是。机缘，是禅宗最看重的东西之一。只是禅宗把机缘当作“触发”，不当作“赐予”：外面那一下，只是让本来的东西露出来。这个差别，我们等到比较三心的时候再细说。

◆ 拆解五：“应无所住而生其心”：离发生学最近的一句

《坛经》里记着慧能一生的转折：他在集市上卖柴，听见有人念《金刚经》，一听就心里一开；后来在黄梅，五祖为他讲这部经，讲到下面这一句，他言下大悟。这句话是：

“应无所住而生其心。”（《金刚经》；慧能闻此大悟，见《坛经·行由品》）

这句话的字面是：不要让心停在任何地方，而让心生出来。

请注意最后三个字，“生其心”。心是“生”出来的。不是从一个现成的库存里取出来，是在“无所住”的时候，生。这几乎就是一句发生学的话：心不是起点，心是在不停靠之中发生的。

我读到这里的时候，很想为慧能的这一面鼓掌。他的“无所住”和“生其心”，是一对，缺了哪一个都不完整：只有“无所住”，是空；只有“生其心”，是造作；两个合起来，才是流动着的、不断新发生的心。

但紧接着有一个问题，是本书要追问的：这个“生”，是谁在生？是自性自己生，还是在“无所住”的时候，由别的东西碰出来？《金刚经》和《坛经》都没有把这一点说破。禅宗的习惯是不说破，因为一说破，就又“住”在那个说法上了。

这是一种很高明的沉默，但对于需要把心讲清楚的一本书来说，总要有人试着往前走一步。本书的走法是：生，是在 E 里发生。无所住，是保持不被锁死的条件；生其心，是显露。这个说法，能不能被禅宗接受，我不知道，我只是尽量让它与“应无所住而生其心”这七个字不冲突。

◆ 拆解六：放下，不能代替该做的事

有一件事，我必须在这一章里讲，不然这章会误导人。

王姐洗碗时的轻松是真实的。可是它没有解决母亲的问题：母亲的药、母亲重复的话、王姐一个人扛着的事，都还在。如果有人读了这一章，就对王姐说一句“你放下就好了”，那是对慧能的误用，也是对王姐的不公。

“无住”是一个让心不被锁死的动作，不是一个让问题消失的法术。王姐明天可能要做的事，也许是和弟弟商量轮流照看，也许是请人帮忙，也许是接受母亲有些话她永远不会改。这些是现实的我的事，要用现实的办法。禅宗自己也不是这个意思，才有“担水砍柴，无非是道”这类话，担水砍柴是要真去担、去砍的。〔待核：“担水砍柴”一类说法，出处不一，凭记忆，只作泛指。〕

本书讲心，是讲心的发生，不是给任何人的处境开药方。在这里我只想把一条线划清：放下，是为了让下一步更自由，不是为了免掉下一步。

◆ 对照旧地图：两首偈，一种读法

回到神秀与慧能。

我想提供一个读法，供读者参考，不是定论：神秀的偈像在讲发展路（1→N）。心会落尘，所以要勤拂拭，要日日操练。慧能的偈像在讲另一件事：不要把心当作一个需要保持洁净的东西，因为这样一想，你已经“住”在“洁净”上了。

这两首偈，不是“对”与“错”，是两个动作：一个是积累式的清理，一个是不停靠式的放下。在日常里，两者都有用。王姐若只会“勤拂拭”，她会每天晚上

检讨自己、立志下次更耐心，一年下来，这些检讨变成了新的重担。若只会“本来无一物”，她会在烦来的时候说一句“本来没有”，这话说得对，可是没有什么东西改变。

两者合起来，才是一个比较完整的动作：先不停靠，让故事停下来；再在第二天的具体事里，做一点点不同的事。第二步，慧能自己并没有取消。他的弟子们之后几百年的“悟后起修”，说的就是这个。〔待核：“悟后起修”为后世禅门常用说法，不专属慧能本人。〕

慧能的强项，我归纳三条：

一，他看见了“粘”的害处，并给出了一个人人做得到的动作。　　二，他把“心”从一件需要保养的东西，还原为一个动词：念念不住。这与本书把心看作发生体，是很近的。　三，他坚决不让“我”在里面占位置，对“我是为你好”那一类主体中心的毛病，有天然的免疫。

缝，也有三条：

一，“本来”把新的东西放进了已有。　　二，“见”的结构是发现，没有一个“给”的位置，也没有“接住之后怎样写回生活”的环节。　三，因为强调本来具足，对于“为什么这个人在这个时候松了”，缺少说明条件的语言，王姐的洗碗，只能算“机缘到了”。

◆ 一个小问题：为什么偏偏是洗碗

有人会问：为什么常常是洗碗、走路、扫地这样的小事，最容易让人“松”下来？

我的猜想是，这类事有三个共同点：手有事做，不用动脑；做的东西是眼前真实的、有反馈的（水热不热，碗净不净）；而且做完了有一个明确的结束。这三点，恰好都是“故事”不太能插手的地方。故事需要空闲的脑子来喂，手忙着的时候，脑子就被借走了一部分。这只是对日常的一个观察，本书不把它当作定理。但

它提醒我们：想让心松开，不一定要先学什么高深的法门，有时只是给手找一件靠得住的事。

◆ 与上一章的庄子，有什么不同

读完庄子再读慧能，容易觉得两人在说同一件事：都是放空，都是不粘。其实动作的方向不一样，这一点值得放在一起看。

庄子的动作是“让开”：把位置腾出来，等外面的东西进来。小林站在车厢里，眼睛向外，是在等。慧能的动作是“不停靠”：不是等什么，是不在任何地方扎下去。王姐站在水池边，并没有等谁，她只是让注意去了手上。

前者的重心在“来”，后者的重心在“不住”。用本书的话说，庄子更靠近互动性向外打开；慧能更靠近三我不固化。两个动作都是为心的更新留余地，但留法不同。一个像开窗，一个像松手。

日常里，两者常常连着用。人在又累又烦的时候，先松手，让故事停下；故事停下之后，窗才开得起来。若一个人手里还死死攥着“我必须怎样”，再大的窗也进不来风。所以这一章放在上一章后面，不是重复，是接着往下走了一步：先有松手，才有开窗，这是我对这两位的一个小小的排序，读者不必同意，但可以在自己的日子里试试看。

回到场景

回到水池边。

开场时，我们问：王姐的“不烦了”，是发现，还是发生？现在可以给一个更有用的回答了。不是裁判，而是告诉她两件事。

第一件：不论你怎么叫它，那一刻起作用的，是“不停靠”。注意落到手上，故事停了，三个我同时松了。这个动作是真实的，可以再做。

第二件：那份轻，不是一个藏在你身体里的、等着被发现的宝，也不一定是“一直都在”的。更稳妥的说法是：它是在水温、碗、手、你的疲倦这些东西碰

在一起的时候发生的一次小小的显露。所以明天它不一定来；可是明天你可以再备一点柴：再洗一次碗，再摸一次划痕。

这里有一个很小的新理解：从“我要找回那份平静”，变成“我留意到了哪些东西让它发生”。前一种，是向后找；后一种，是向前备。

至于那条毯子：王姐给母亲盖毯子，没有人要求她，也不是故事的一部分。这是烦松开之后，顺手做出来的一件事。这样的“顺手”，到第八编会成为主角。

> 带走的话
>
> 不粘，是慧能留下的最好用的手法；可是那一刻的轻，也许不是找回来的，而是碰出来的。

小账

小账一： 慧能的“无住”是对三我固化的一剂好药；“见”与“本来”把新的东西放进了已有，留下“发现还是发生”的分歧。

小账二： 本章翻动了“心是起点”里的“心里本来就有现成的好东西，只等找回”这一条旧预设；落在承重命题 K7（刚硬是三我的固化，柔软是三我的更新性）的方向上，并为本书的推论 T2（把慢慢长出的，当作一开始就齐备）提供了一个旁证。

第 11 章

朱熹：心统性情

这一章的问题： 一个人明明知道自己在生气，为什么还是停不下来？“心”到底是怎样管着情绪的，还是根本没管住？

场景

这是我构想的人物：老刘，七十岁，退休工人，口头禅是“我就是这样”，有一个女儿。

周六上午，女儿回来看他，顺手把他的厨房收拾了一遍。调料瓶按高矮排好，用了二十年的那只旧铁勺被她放进了抽屉最里面，换出来一把新的不锈钢勺。她是好意，说：用着顺手些，也干净。

老刘站在厨房门口，看了几秒钟，嗓门一下子起来了：“谁让你动的！我用了几十年，哪里不顺手？”女儿愣住，说“我就是想帮你”。老刘说：“不用你帮，我就是这样。”

这几句话说完，老刘忽然有一个很清楚的念头冒了出来：我在发火。

他是真的知道。他知道自己的嗓门高了，知道脸在发热，甚至知道这火发得有点不讲理，那把铁勺并没有被扔掉。可知道了，火并没有退。他又补了半句：“反正我就是这样。”然后转身去阳台抽烟。

阳台上，他心里有两个东西同时在：一个是还没熄的火，一个是在旁边看着这团火的“另一个自己”。看着的那个，并没有把火摁灭；火也没有因为被看见而烧得更大。就这样僵了一会儿。

这个场景里有三样东西：火，看火的那个，和“我就是这样”这句话。朱熹有一套专门说这三样东西的话。

◆ 先听朱熹怎么说

朱熹（1130—1200〔待核：生卒年未联网核对〕），南宋人，理学的集大成者。关于心，他最有名的一个说法是“心统性情”。

这四个字不是朱熹的发明。他是承接了北宋张载的提法，再加以系统化。朱熹的功劳，是把它讲成了一个有层次的结构。

先说他怎么讲“心”本身。《孟子集注》里有一句我认为是他最简明的定义：

“心者，人之神明，所以具众理而应万事者也。”（《孟子集注·尽心上》〔待核：此句凭记忆，未联网核对〕）

白话：心是人身上那个灵明的东西，它里面具备着许多道理，又能够去回应各种事情。在《大学章句》里解释“明德”，他用了几乎同一套词：虚灵不昧，以具众理而应万事。（《大学章句》）

注意这里有两个动作：一个叫“具”，里面具备；一个叫“应”，向外回应。一边是里面的道理，一边是外面的事，心夹在中间。

再说“性”和“情”。朱熹的分法，大意是：性是心里那个“理”，是没有发出来时的样子，像水的本性；情是性发动出来的样子，像水流动起来的波纹，喜、怒、哀、乐，都属于情。心则是包着这两者的：既有性的那一面（未发），也有情的那一面（已发）。

“统”字怎么理解？朱熹自己有解释，大意是：统，有“兼”的意思，也有“主”的意思。兼，是把两头都包在里面；主，是做两头的主宰。

他还借用了《中庸》里那句很有名的话：

“喜怒哀乐之未发，谓之中；发而皆中节，谓之和。”（《中庸》）

没发的时候，是“中”；发出来而恰到好处，是“和”。朱熹据此把心的状态分成“未发”和“已发”两段，并围绕这两段，花了多年功夫琢磨怎么下工夫。他

早年主张先在已发处察识，后来改为先在未发处涵养，这个转变，史称“中和旧说”“中和新说”。〔待核：转变的年份与具体内容，凭记忆，不下断语。〕

他给出的工夫，大要有两条：一条叫“敬”，平日心里收得住、不散乱；另一条叫“格物致知”，一件一件事上去穷究道理，积累到一定程度，会“豁然贯通”。（《大学章句》补传）

此外，朱熹还谈“人心”和“道心”，源于《尚书》：“人心惟危，道心惟微”（《尚书·大禹谟》），他认为这两者不是两颗心，是一颗心的两个方向：顺着形气私欲走的，叫人心；顺着义理走的，叫道心。（见《中庸章句序》）

还有一首诗，常被拿来说朱熹的心境：

“半亩方塘一鉴开，天光云影共徘徊。问渠那得清如许，为有源头活水来。”（朱熹《观书有感》）

一个小池塘，像一面镜子打开；天光云影在里面徘徊。问它为什么这么清？因为有源头的活水流进来。这首诗他写的是读书，但“活水”二字，我们等一下还要用到。

◆ 拆解一：阳台上，有几个“东西”

先拆老刘的阳台。

第一个东西，是火。用朱熹的话，这是“情”：喜怒哀乐里的怒。它已经发出来了，嗓门、脸热、转身，都是证据。

第二个东西，是“我就是这样”。这是一句判断。老刘把刚刚发生的一次发火，说成了一个固定的“我”。用朱熹的话，这有点像在说：这就是我的“性”。

第三个东西，是看火的那一个。这个“看”，在朱熹那里是很重要的：心不只是情绪本身，心还能“知”自己正在有情绪。这是“心统性情”里“统”字最日常的一个意思：心把情绪装在里面，也站在情绪外面一点点。

这三个东西，朱熹的结构大致能接住。他会说：怒是情；老刘的性本来是善的、有理的；他现在能知道自己在怒，这是心的“神明”在起作用；下一步，要靠“敬”和“察识”，让这个怒“发而中节”。

换成日常话：朱熹期待老刘看见自己在生气，然后让这火烧得合度，该怒的怒，怒到点上就停。

◆ 拆解二：知道，并不等于管住

可老刘的阳台上，偏偏出现了朱熹最想避免的局面：知道了，没管住。

这一点，朱熹自己很清楚。他说知和行要互相需要，缺一不可。（这类话，在《朱子语类》里很多。〔待核〕）他也知道，人很容易知道一个道理、却做不到。

用本书的话，这里可以做一个很小的区分：

“知道自己在生气”，是 S 已经显露之后的又一层显露：那个火已经出来了，而且老刘看见了它。这是一个新的 S，叫“看见”。

“管住这火”，则需要另外的东西：需要一个不同的 D，也就是下一步做什么不一样的事，以及这个不一样的事被写回到他和女儿之间的 E 里。看见，本身不是回写。

这一区分很重要。很多人以为，只要心足够明白，情绪自己就会安顿。朱熹的“心统性情”，常被误读成这个意思，仿佛“统”就是“按住”。老刘的阳台告诉我们：看见是看见，按住是按住，两者是不同的事，中间隔着一段距离，要用操练去走。

◆ 拆解三：那句“我就是这样”，是怎么把火固定下来的

再看第二个东西，那句口头禅。

老刘并不是随便说说。每说一次，他都在做一件事：把一次具体的显露，说成一个永久的“性”。“我就是这样”，翻成朱熹的语言，是“这是我的性”。

可是按朱熹自己的结构，情是“性之动”，是动出来的，每次都可以不同；而性在他那里，是纯善的理，不是“爱发火”。所以朱熹会反过来对老刘说：你说的“这样”，是情，不是性；情可以调，性是本然。这是朱熹的一个体贴处：他不让人把一次发火，当作“自己本来的样子”。

我很欣赏这一点。但是本书的读法和朱熹有一个差别：我们不需要先设定一个“纯善的性”在背后，才能说“这一次的火不等于你”。按发生学：这次的火，是这个早晨、这个厨房、这把换掉的勺子、这个女儿的好意、老刘七十年的习惯，一起碰出来的一次显露。换一个早晨、换一种说法，显露就可能不同。所以，“我就是这样”不是不对，是说得太满了：它把一次显露，写成了一个固定的我，三我也就跟着固化了。

书里第32章会讲，三我的固化叫“刚硬”。这里只做一个先导：老刘那句口头禅，是一个小小的固化器。它让每一次显露，都被收回成同一个“我”。

◆ 拆解四：“统”字：兼、主，还是接口

现在，来读这个“统”字。我想给出三种读法，供读者比较。

第一种，“统”是兼：心把性与情都包在里面。这种读法最稳，老刘的阳台上，火和看火的，确实都在他心里。

第二种，“统”是主：心是性情的主宰。这种读法最有力度，也最容易让人失望：老刘的心并没有主宰他的火。如果“主”是指“能按住”，那朱熹的结构在这一刻不太灵；如果“主”是指“有责任去照看”，倒是说得通的。

第三种，是本书想试的读法：把“统”读成一个接口。心既连着里面的“理”（性），也连着外面的“事”（应万事），所以它是内外相通的地方。火从这里出来，看见也在这里发生，改变也只能从这里进入。这样读，“统”不是“管住”，而是“连着”：所有能影响情绪的东西，都得经过心这个口子。

我并不是说朱熹本意如此。这是本书的读法。它的好处，是不硬要心去“管”，而是看心连着什么、改变从哪里进。老刘要做的，不是从阳台上把火压

下去，而是想一想：下一回女儿动他的东西，有什么东西可以早一步从这个口子进来？

◆ 拆解五：未发之时，老刘在做什么

朱熹用力最多的，其实不是“发了之后怎么办”，而是“没发的时候怎么办”。这一点常被忽略，却是他的特色。

按他的思路，火发出来的那一刻，已经晚了一步，真正的功夫在平日。平日心里有没有“收得住”，决定了火来的时候是烧过头，还是烧得合度。这个平日的功夫，叫“敬”，大意是心里有主，不散乱，做一件事就专在这件事上。（这一概念来自程颐的“主一无适”，朱熹承之。〔待核：出处与措辞，凭记忆。〕）

把这个思路放到老刘身上，就会问一个我们平时不太问的问题：周六上午那一刻之前，老刘的平日是什么样的？

这是我构想的场景。老刘每天早上六点起床，在厨房里用那把旧铁勺煮粥。这个动作他做了二十年，手知道勺子的重量，知道粥快溢出来时勺子该往哪边挪。这套熟练，是他一天里最稳当的时刻。厨房，对他来说不只是一个地方，是他“一天从哪里开始”的锚。

于是女儿换勺子这件事，在他那里，就不只是“换了一把勺”，而是动了他一天的起点。火是冲着这个来的。这个读法并没有为火辩护，但它让火有了可以被理解的来由。

按朱熹的路子，老刘要练的，不是在火发出来的时候硬压，而是在平日里让心有更多“活”的地方，不要所有的稳当都压在同一个锚上。比方说，他可以不改煮粥的勺子，但可以在别的、不那么要紧的事上，有一两件事，是愿意让别人动一动的。这样，一旦动到最要紧的锚，他的心里已经有过“被动一下也不要紧”的经验。

这就接到了本书的话题：心的柔软，不是在被碰到的那一刻才生出来的，是在平日一点一点攒出来的，这个攒，是 1→N 的事。第七编会专门讲。

◆ 拆解六：人心与道心，不是两颗心

再看朱熹的“人心道心”。很多读者第一次读到，会误以为这是在讲“好心”和“坏心”：道心是好的，人心是坏的。

按朱熹自己的说法，不是这样。人心，是顺着身体、顺着个人的感受发出来的那一路；道心，是顺着义理发出来的那一路。人心不等于坏，饿了想吃，冷了想穿，都是人心。它的“危”，在于容易偏；道心的“微”，在于不容易听见。

放到老刘这里：火起来的那一刻，一边是“这是我的厨房，我用惯了的东西，凭什么动”，这是人心，很真实，完全可以理解；另一边，有一个很轻的声音，大概是“女儿从老远回来，顺手帮我，是她的心意”，这是道心，轻得几乎听不见。

朱熹的主张是“惟精惟一”，在两者之间分辨清楚、守住那个微弱的，并让它做主。（《尚书·大禹谟》）我对这个主张有敬意。但读到老刘，我想补一个小小的观察：两个声音，在日常里很少一前一后地出现，更多时候是纠缠在一起，同一句话里，既有“我的勺子”，也有“你的好意”。要把它们分开，需要的不是更大的力气，而是一点时间和一点距离。阳台，就是老刘的距离。

这一读法，与本书的“三我合成”并不冲突：人心和道心，可以看作三我在某一刻的不同的重心。这里我不展开，只是提示读者：不要把心里的声音，分成“该留的”和“该杀的”，它们多数是同一股水的不同波纹。

◆ 对照旧地图：朱熹的强项，和一道缝

朱熹这里的情形，和前面几位不同，值得单独提一下。

很多人把朱熹和“心学”对立起来，仿佛朱熹不重视心。其实在朱熹的结构里，心恰恰不是最根本的东西。最根本的是“理”，是“性即理”；心是气的灵明，是装着理、回应事的那个地方。〔待核：“心是气之精爽”一类说法，凭记忆，只作泛指。〕

换句话说，朱熹的地图是：理（天所赋予）→ 性 → 心 → 情 → 事。心不是起点，理才是。从这个角度看，朱熹比后来的“心即理”一派，离“心不是起点”更近。这一点，要写出来，因为它是朱熹的强项。

他的强项，我归纳四条：

一，结构清楚。性、情、心各有位置，哪里是没发、哪里是已发，讲得明白，日常里非常好用。　　二，把“察识”当作工夫。他把“知道自己此刻的状态”本身，当作一项要练的功，这比只说“要修心”具体得多。　三，不让人把一次情绪当作“本性”。情是动出来的，不等于性。　四，工夫有次第：敬、格物、积累，一步一步，是认真的 1→N 的路。

再说缝。我的初步判断（本书的初步判断，不是定论）有两条。

一，来处：性是天命所赋，纯善完具。这样，“新的东西”在朱熹那里，几乎不需要发生，因为里面的理一开始就齐备了，工夫只是去掉遮蔽、让它显出来。这就是前面说的 T2 的形状：把慢慢长出来的，当作一开始就齐备。他有“豁然贯通”，那是一次跳跃，但这一跳，被解释成“积累到了，理自然通”，没有进一步说清：这一跳是从哪里来的。

朱熹对此有他最强的回答，我替他说出来：理不是死的库存，理是活的，需要在事物上才被认出；“格物”就是不断向外去找，外面的事物是理被认出的必要条件。这个回答，使他的理学有一个向外的方向，不是封闭的。这一点他比陆王更强，应当承认。我的保留是：向外去找，是为了认出“本来就在的理”，不是为了让“本来没有的东西”发生。

二，是我前面讲过的：他重视看见，对看见之后怎样“写回”，讲得相对少。老刘如何从“看见自己在生气”走到“下次不这样”，朱熹给了“敬”和“格物”的大路，但对于一次具体的回写，一次女儿伸手那一刻的改变，没有太多细节。

最后，还要提一下那首诗。“为有源头活水来”。朱熹自己用这句话说读书、说心。池塘是清的，是因为源头有水进来。这句话我们不妨认真读：水清，不是池

塘自己清的，是活水进来的结果。这几乎就是本书的意思。只是朱熹这里的“活水”，大概是读书与格物；而本书想问的，是活水的来处，除了读书格物，会不会还有别的，比如女儿，比如那把换掉的勺子。

◆ 一个提醒：看见情绪，也可能变成新的负担

还有一种常见的偏差，值得在这里说一句。有些人读了“察识”“省察”，就开始时时盯着自己：我现在是不是在生气？我这样是不是不对？结果，除了原来的火，又多了一层“我又没做好”的自责。

这并不是朱熹的本意。他讲的察识，是平和地知道，不是拷问。老刘在阳台上看着火，若是看着看着变成“我怎么又发火了，我真不是个东西”，那就是看见变成了新的固化，比“我就是这样”还多添了一层。

所以合适的看，应当像看天气：今天有风，今天有火，知道了就好，不必审判。这个分寸，说起来容易，做起来要练，也是第七编里 1→N 的一部分。

回到场景

回到阳台。

老刘在阳台上抽烟，看着火，火没灭。这一章结算下来，他的这几分钟里有四件事：

第一，火是情，是一次显露，不是他的“性”，不是“我就是这样”。　　第二，他看见了火，这是新的一层显露，值得珍惜，朱熹的“察识”，就从这里开始。　　第三，看见不是按住。他需要的是下一步的另一个动作，哪怕很小，比如把“谁让你动的”换成“这把勺子我用惯了，你放回去行吗”。　第四，那把新勺子和女儿的好意，不只是火的原因，也是一股可能的“活水”。如果老刘愿意让它进来一点点，比如试用一次新勺子，哪怕只是为了不让女儿难受，他心里就有了一个与“我就是这样”不同的东西。

于是开场时没有的新理解是：心“统”着情，但“统”不是按住，是连着。连着内，也连着外；改变要从外面能进来的地方进来。看见火的那一下，不是终点，是把口子打开的一下。

还有一句要说：老刘没有错。他的火有他的来由，他的勺子有他二十年的手感。本书不替他诊断什么，也不劝他变成另一个人，只是指出，他有一个可以走的、很小的口子。

> 带走的话
>
> 心统着情，不是为了按住它，而是为了让改变有地方进来。

> **小账**
>
> **小账一：** 朱熹的“心统性情”，把心放在内外之间；“统”可读作兼、主，也可读作内外相通的接口；看见情绪，不等于回写。
>
> **小账二：** 本章翻动了“心是起点”里的“心的状态是本来如此的性”这一条旧预设（老刘的“我就是这样”）；落在本书的推论 T2（把慢慢长出的，当作一开始就齐备）与 T3（互动性向外打开，是效力落进来的接口）。

第 12 章

陆九渊与王阳明：心即理，致良知

这一章的问题：这件事里，心是被合成的，还是被当成了起点？陆九渊和王阳明把“心”推到了中国思想里最高的位置。我们要看的是：他们抬得这么高，抬的是一个起点，还是一次发生。

场景

这是我构想的人物：阿杰，三十四岁，做销售，家里有妻子和刚出生的孩子。下面是我构想的场景。

阿杰的父亲在老家，七十出头，一个人住。孩子出生以后，老人在电话里说过两次：“不用回来，你忙。”阿杰每次都答：“好，过阵子就回。”这个“过阵子”已经拖了四个多月。

阿杰并不觉得自己不孝。他心里清清楚楚地惦记着老人：天冷了会想“该给爸寄件厚衣服”，看到别人家带老人出游会想“我以后也要这样”。每个月他都给老人转一笔钱。有一回同事问他怎么不回去，他说得很自然：“我心里有数，我爸也知道我心里有他。”

可是那个周末，妻子随口问了一句：“你上次摸你爸的手是什么时候？”阿杰张了张嘴，答不上来。

他心里有，这是真的。他迟迟没有去，这也是真的。两件真事放在一起，别扭在哪里？这一章要借陆九渊和王阳明来回答，因为这两位恰好是中国思想里把“心里有”和“去做了”逼得最紧的人。

◆ 先听他们自己怎么说

陆九渊，号象山，南宋人，和朱熹是同时代的论敌。他留下的话里，最有名的是“心即理”。后人常把这三个字概括他的学问，原话的出处在他的书信和语录里，句子大意是：理不在心之外，这颗心是人人同有的，这个理也是人人同有的〔待核：《象山先生全集》中“心即理”及“此心同、此理同”的具体篇目〕。《年谱》里还记着他十三岁时读古书，读到“宇宙”二字，注解说四方上下叫宇、往古来今叫宙，他忽然有所省悟，觉得“原来无穷”，并把宇宙和自己的心连成一件事，后来写成“宇宙便是吾心，吾心即是宇宙”。

他治学讲“先立乎其大者”，这五个字本来出自《孟子·告子上》，陆九渊借来当作自己的头一条规矩：先把这颗本心立住，再去读书、做事，否则读得越多越支离。他嫌朱熹那一路“格物”绕得太远，说话也不客气，说六经应当是我的注脚，我不必做六经的注脚〔待核：《象山先生全集》卷三十四《语录》“六经注我，我注六经”〕。

王阳明晚了三百多年。他早年信的是朱熹那一路的学问，照着朱熹的办法“格竹子”，对着竹子坐了好些天，一无所得，还病了一场〔待核：《传习录·下》所记格竹之事，细节以原书为准〕。后来被贬到贵州龙场，处境极苦，一夜忽然明白：“圣人之道，吾性自足，向之求理于事物者误也。”后来他把所悟归成三件事：心即理，知行合一，致良知。

“心外无物”是他的说法，出自《传习录》。有位朋友指着山中的花树问他：你说天下没有心外之物，这花在深山里自开自落，和我心有什么关系？他的回答是：你没来看这花的时候，这花和你的心一同沉寂；你来看这花的时候，花的颜色一下子明白起来。这段话的文字已核（见《王阳明全集》所录，据儒家网乔清举文转引），一般认为在《传习录·下》，我在这里转述，不把它当成关于花的物理学，而是当成关于“看见”的说法：花的显露，是在看的那一刻发生的。

“知行合一”，《传习录·上》里有个清楚的说法：见到好看的颜色，属于“知”；喜欢这好看的颜色，属于“行”。但见色的时候，喜欢已经在里面了，不是见完再另外起个念头去喜欢。又说“知而不行，只是未知”。

“致良知”是他晚年的总纲。良知是人心里知是知非的那一点明白，本来就有；“致”是把它推到底，推到事上，推到行动里。

四句教是他晚年留下的纲领：无善无恶心之体，有善有恶意之动，知善知恶是良知，为善去恶是格物。

◆ 拆解之一：“心即理”，把什么收进了心

先用本书的说法翻译一遍。

“理”是什么？就是事物该怎样才对的那个条理。朱熹说理在事物上，要一件一件去格。陆九渊说，不必绕，理就在你这颗心里。

在本书的讲法里，心是三界之我的合成：理念的我、现实的我、自我的我，合成起来，以主体性为中心。陆九渊的“心即理”，用这个框架看，是把“理”整个收到了主体性这一头。这一收，有个很大的好处：道德判断不再是外面递来的规矩，是我自己看见的。一个人认出“这样不对”，靠的是他自己的心，而不是翻开某本手册。陆九渊最不能忍的，就是人把自己的是非交出去。这一条，本书完全站在他这边。

但是收进来之后，有一个问题留下了。本书的推论是：以主体为中心的东西，不能从自身生出新的自己。如果理已经全在心里，那么心在遇到一件新事的时候，所谓“新”，就只是把本来有的取出来；真正的新，也就是 0→1 的那一步，要么不存在，要么被悄悄放进了“本来有”里。陆九渊的心，是个大仓库，不是个入口。

◆ 拆解之二：王阳明为什么比陆九渊更近一步

王阳明接过“心即理”，却在中间埋了一个转折。

第一，他的“心外无物”，经过“看花”的回答，其实是在说：花的颜色是在我来看的那一刻“明白起来”的。把它翻成发生学的话，就是显露（S）在一次互动里发生。花不是只在我心里，也不是只在山里，是在“来看”这件事里亮起来的。他自己不这样讲，这是本书的读法，但这个读法有它的文字根据：他用的是“一时明白起来”，是个动态的词。

第二，知行合一。在他那里，“知”和“行”不是先后两步。看见好颜色的时候，喜欢已经跟着来了，好比闻到臭味，厌恶随着来了，不是先闻、再决定厌恶。所以他说知而不行只是未知。这个说法对“发心论”是一记重拳。发心论的想法是：我先有一个好的心，然后才去做。阳明说，没有行出来的“知”，不算知。拿本书的话说：善是善果，是显露出来的 S，不是预先放在心里的一个东西。这一点，阳明比陆九渊走得更靠近本书。

第三，“致”字。良知既然本来有，为什么还要“致”？因为在他看来，良知会被私欲遮蔽，要不断去除遮蔽，把它推到事上。这个“致”，是一整套工夫，包括“事上磨练”，也包括龙场那样的苦。而他自己的一生，恰好有一个 0→1：龙场那一夜之前，他是个怎么也想不通的人，之后是另一个人。这一夜是他自己“悟”的，传统的说法是“悟”，不是“赐”。

所以阳明留下的是一幅两层的图。上层：良知本来具足，所以没有什么新东西要从外面来。下层：具足的东西偏偏要一辈子去“致”，去磨，去破。两层摆在一起，本书看到的是同一道缝：如果良知已经齐备，“致”有什么可致？如果还需要致到底，那么在致之前，良知齐到什么程度？

◆ 拆解之三：鹅湖之会，两条路争的是什么

陆九渊和朱熹有过一次著名的见面，南宋淳熙二年（1175），在江西鹅湖寺，由吕祖谦牵线。传下来的说法是：双方各作诗论学，陆九渊和诗里有一句，意思是易简的工夫久远才见其大，支离的事业终究要浮沉。朱熹一方的路数，后人概括为“道问学”，从读书、格物、问学入手；陆九渊一方，概括为“尊德性”，先把本心立起来。两边都不是反对对方的那一半，争的是先后与重心。

用本书的眼光看，这场争论的真实内容，恰好是 0→1 与 1→N 的位置之争。陆九渊说，不先立起那个“大”，后面的积累全是散沙；朱熹说，没有一件件的积累，所谓立大，只是一句空话。两边各自护住了一个真东西。陆的真东西是：开头必须是我的。朱的真东西是：长大必须一点一点来。这是两位大学者吵了几百年的原因：吵的不是对错，是两个都对的东西，谁排在前头。

本书不裁判这场争论，只提一个第三种问法：开头，是不是也可以既是我的，又不单单来自我？如果可以，朱陆之间就多出一块地方。这块地方，要等到第六编才能铺开。

◆ 拆解之四：四句教里的一个奇怪句子

阳明晚年最有名的教法，是四句。第一句“无善无恶心之体”，让后世争论了几百年：心的本体，既没有善，也没有恶？这岂不是说心不分善恶？

先不去参与那场争论，只看这一句和本书的一个口述有什么关系。K3 说：善，就是善果，是一种显露 S。意思是善不是预先放在心里的一件东西，而是在发生里显出来的。阳明的“无善无恶”，如果往最浅处读，是说心的本体上，没有先放好一个“善”的内容；善恶是在“意之动”的时候才出来的，也就是在心动、与事相接的时候才有。

这个读法与本书靠得很近。我愿意把话说得克制一些：近，不是同。因为阳明紧接着第三句说“知善知恶是良知”，良知是知善知恶的，那么善恶的标准又在心里准备好了。他一边说本体无善无恶，一边说良知自知善恶，这两句怎样合起来，是王门后学争得最凶的地方。

对读者而言，这里有一个很日常的提醒：一个人说“我心是好的”，是把“善”放在了心里，放在了出发之前；而按“意之动”的讲法，善是在事情里才有的。同一位阳明，既能被读成前者，也能被读成后者，这正是他丰富的地方，也是他留下缝的地方。

◆ 拆解之五：龙场那一夜，算赐还是算悟

阳明的龙场，值得多停一会儿，因为它是中国思想里记得最清楚的一次0→1。

贬谪到贵州的山里，语言不通，居处简陋，随从的人病倒，他自己要去照料他们，还亲手做饭、唱歌给他们解闷〔待核：《王阳明年谱》正德三年条所记龙场情形〕。他在极苦的处境里，每天想的是一个问题：如果圣人处在这里，会怎么办？一夜之间忽有所悟。

这件事里有三样东西。一，是苦，是 D 的阻力，一路挡着他。二，是一个“答案”，从他之外的处境里逼出来。三，是他对这个答案的命名：“吾性自足”，来自我，不来自外。

本书想说的是：前两样，本书都看得见，也都敬重；第三样是命名，命名属于解释。同一个事件，用“悟”来命名，是把新东西的来源放到了他自己身上；用“赐”来命名，是放到他自己之外。这个事件本身，已经同时包含了两边：他的苦是自己的，处境是外来的，答案是在两者的相遇里生出来的。

所以，本书不说阳明错了。本书说的是：龙场那一夜，就是一个现成的例子，可以拿来问，“悟”这个字里，有多少是他的，有多少是处境的。这是个问题，不是个结论。

◆ 对照旧地图：他们最强的辩护

在往下写之前，必须把陆、王最强的辩护摆出来，因为他们不是糊涂人。

陆九渊会说：你们讲的“E”“互动”“外面来的效力”，都得有一个接得住的东西。没有本心，外面来再多，也接不住。他要保的是接口的存在：一个人必须先是个能判断、能认出的“人”，天地之间的道理才能进来。这一条，本书同意，并且正是本书“心的互动性向外打开”这个说法需要的底座。他的偏重是：把这个接口说成了“全部”。

王阳明会说：你们担心我的“本来具足”把新的东西挡在外面，可是我从没说过人不用学。我一辈子都在讲“事上磨练”，叫人到事情里去，到患难里去。他的话没有错。他的“致”，就是本书所说的 1→N。他的整套工夫是 1→N 里极细的一套。

所以本书对两位的判断，说成“初步判断”：陆王这一路，把“心”升为理的所在，0→1 被安放在“本心”里，因此他们的力气几乎全用在 1→N 的工夫上。这个判断留下的是一个问题，不是一个裁决：他们那句“本来具足”，是在说“开头已经齐备”，还是在说“开头的位置在我这里”？如果是后者，那几乎与本书的“主体性为中心”相合；如果是前者，就会遇到 T2 说的错位：把 1→N 慢慢长出来的，当成 0→1 时已经齐备。

回到场景

回到阿杰。

按陆九渊的路，阿杰要先问：我的本心在不在？在。他惦记父亲，是真的。陆九渊会说，这惦记就是本心，不必怀疑自己。

按阳明的路，下一步就严厉了：知而不行，只是未知。你说你惦记，可是四个月没有回去，这个“知”还没有成。阳明大概不会骂他不孝，他会说：你心里有一层东西挡着，是怕麻烦、是怕见面不知说什么、是怕请假，把它认出来，破掉。

本书再多说一步，这一步是本书的推论，不是阳明说的。阿杰回去之后，也许会发生一件他事先不知道的事：父亲一伸手，他才发现老人的手比记忆中瘦了一圈，指节都变了形。这个“原来如此”，是他在回去之前没有的。他以前的“惦记”是真的，却是一个模糊的、关于“爸”的概念；握到手以后，才有了一个关于这位具体的老人的、新的知。这个新的知，不在他回去之前的心里，它是在回去、握手、对面坐着的这个过程里，从他与父亲之间发生的。

这样看，阿杰的拖延，不只是“心里有一层私欲遮着”，也是他的“知”在没有互动之前是空的：他在凭一个旧的父亲在爱。阳明说的“知而不行只是未知”，我们可以再往前补半句：行，不仅是把知兑现，行也是知的来处。

这并不是要推翻阳明。它是在阳明已经走到的地方，把门再推开一点：行（D）是门，门外是对方（E），门里长出来的是新的知（S）。

◆ 再看一遍阿杰：两种“过阵子”

阿杰的“过阵子”，其实可以有两种不同的东西藏在里面，两种东西对应着陆与王两条路上各自的危险。

第一种，是“我心里有他”变成了一个够用的东西。这是陆九渊那条路上最容易出现的偏：本心既然在，我就放心了。这样的“在”，成了一个让人安心的理由，反而让人不动。注意，陆九渊本人不会这样用，他讲“先立乎其大者”，是要人立起来再去做事；是后来的人，拿着“我心里有”做了挡箭牌。

第二种，是阳明那条路上的偏：既然“知而不行只是未知”，那就只剩下自责。阿杰晚上躺着想，“我真是个不孝的人”。这样的自责看起来很重视行，其实又退回了心里：一个人在心里把自己审判了一遍，好像已经做了什么。四个月里，他有过无数次这样的自责，而车票一直没买。

这两种“过阵子”，表面相反，结构一样：都发生在阿杰的心里，都是在“自己和自己”之间完成的，对面那个人没有进来。本书的说法是：这两种情形里，互动性都被压在了后面。第 6 章讲过，心里有两个次要的声音，客体性与互动性；阿杰的惦记里，“父亲”是一个被他想着的对象，不是一个会回话、会伸手的人。

要把这一步走出去，不需要先把心修好。阿杰需要的是一件非常具体的事：买一张票，定一个日子，告诉父亲“周六到”。这一个动作做出去，父亲会在电话那头说一句他没预料的话。比如：“那我去买点你爱吃的鱼。”这一句话，已经在他的心里放进了一个新的东西：原来老人一直在等，原来老人也在盘算着怎么招待。他的“知”开始变得具体。

这是行在前、知在后的一个小例子。阳明说的是知行合一，没有先后；本书想补充的只是，在现实里，新的知往往是在行的那一头显露出来的，人在门槛这一边，是看不到的。

◆ 一个不要读歪的地方

读到这里，可能有人要问：那是不是说，陆王的路是错的，应该放弃“本心”？

不是。本书从头到尾不做这个判断。陆王最大的贡献，是让一个中国人在没有任何外在权威撑腰的时候，仍然敢说：“这件事，我认得出对错。”这一点对任何文明都是宝贵的。本书所做的，只是在他们已经走到的位置旁边，指出一个还没有名字的入口，并且尽量把话说得让陆王的追随者也能接受：您那个“本来就有”，我想先理解成“开头的位置在我这里”，至于开头从哪里来的问题，我们放在后面的编里一起看。

> 带走的话
>
> 心即理，护住了“是我自己看见”；致良知，走的是长大的路；而新的“知”，常常是在迈出去的那一步，才第一次出现的。

小账

小账一：陆王把“理”收进心，护住了判断的主人，也把开头安放在了本心里；“行”在阳明那里已经接近“知”的来处。

小账二：本章翻动了“心是起点”里的这一条旧预设：心里已经齐备，只等取出来；落在承重命题 4（善是显露的 S）和推论 T2。

第 13 章

中华之心的SDE诊断

这一章的问题：新的东西从哪里来？如果一个传统在“心”上有深厚的学问，那么在它那里，第一个人是怎样学会的？

场景

这是我构想的人物：陈师傅，五十五岁，开修车铺，手艺是祖上传下来的；还有他的徒弟小马，二十一岁。下面是我构想的场景。

陈师傅的铺子里挂着一块老木牌，说是爷爷那辈留下的。小马刚来的时候，陈师傅让他先看三个月，不许动手。三个月后让他拆一个化油器，拆坏了也不骂，只说：“再装回去。”

有一天晚上，小马收了工，随口问了一句：“师傅，您的爷爷是跟谁学的？”陈师傅愣了一下：“跟他爸。”“那他爸呢？”陈师傅想了想：“……再往上，我就不知道了。”

小马追问：“那最早的那位呢？第一个会修的人，总不是跟谁学的吧？”

陈师傅没有答，他低头拧了拧手里的扳手。这个问题，修了三十多年车的人，也是第一次听人问到。

◆ 把这一章要做的事说清楚

第二编前六章，我们依次听了孟子、荀子、庄子、慧能、朱熹、陆九渊与王阳明，一共七位。这一章把七位放在一起看，只做一件事：问他们每一位，那个“第一个会修的人”是怎么来的。

陈师傅这个场景，是本章的尺子。手艺传下来，靠的是师傅带徒弟，这是1→N。可是链条追到头，总有一个人，面前没有师傅，他是怎么第一次学会的？

这是 0→1。中国思想里对心的讲法极其丰富，丰富到可以教人一辈子怎么修；而我们想问的是，这条链条的头，被放在了哪里。

本书先有一个初步判断：中华之心重 1→N 的工夫，0→1 藏在“本心”里。下面不是简单地重复这句话，而是在每一位面前，先把他自己最强的辩护摆出来，再看那句判断还剩下多少。

◆ 七位，一位一位

孟子。他说恻隐之心是仁的“端”，见《孟子·公孙丑上》。“端”是开头。他的最强辩护是：我从来没有说人生下来就是圣人，我说的是人生下来就有一个开头，像种子有芽，要浇水、要养。他反对的是两种人，一种是不管不顾，任种子烂掉；一种是“揠苗助长”，硬把芽往上拔。孟子的细心，是把“开头”和“长成”分得清清楚楚。

这个辩护站得很稳。本书的疑问只有一点：这个开头，是人里自己有的，还是在人遇见什么的时候被唤起来的？孟子举的例子是小孩要掉进井里，人人会有惊惧同情。这一刻，“端”是在遇见小孩的那一刻显露的，不是在人闭着眼睛时。他的文字里其实已经有互动在场，可是他的解释，落在了“人本有之”上。

荀子。他的立场看起来与孟子相反，他说人性本恶，善是“伪”，也就是人为。《荀子·劝学》有句话大意是：善一点点积累成了德，神明自然得到。荀子最强的辩护是：你们这些讲本心的人，说得好听，可是你们见过没有老师、没有礼法，一个人自己长成圣人吗？没有。他守住的是一件事实：好的东西，是外面的东西一层层进到人身上的。

在这一点上，荀子比孟子更靠近本书。本书的疑问，在另一头：荀子说心能“知道”，靠“虚壹而静”，这个能知的心，是怎么来的？他让礼义法度从圣人那里来，那么第一个圣人又是怎么来的？荀子的回答，大意是圣人积思虑、习伪故而成。他把 0→1 交给了“圣人的积累”，并没有说那第一下积累从哪儿来。

庄子。心斋，《庄子·人间世》里孔子对颜回说，不要用耳朵听，要用心听，再进一步，不要用心听，要用气听，“虚而待物者也”。同篇另有“虚室生白”。庄子最强的辩护是：我根本不要你“获得”什么新东西，我要你把已有的塞满之物卸掉，这样东西才能进来。

这个辩护站得住，而且它是整个中国传统里最接近“互动性向外打开”的一句话。“虚”，就是把接口腾出来。本书的疑问是：腾出来之后，进来的是什么？庄子的答案是：道，自然。这是外面的东西，所以这里 0→1 其实被承认是“来”的。但庄子不把这个“来”叫作“赐”，也不把它当作一个有对象的相遇，而说成是“自然”。

慧能。《坛经》里有那首偈：“菩提本无树，明镜亦非台，本来无一物，何处惹尘埃。”他最强的辩护是：你们都在问“新的东西从哪里来”，这个问题本身就是执着。心本来清净，没有什么要来，也没有什么要去。你们想造一个新的，就是在清净上再添一层。

这个辩护在它自己的框子里是完整的。本书不去驳它，只说一句：它回答的是另一个问题。它问的是“怎样不受缠”，本书问的是“新的怎样发生”。两个问题不在同一条线上，这一点第 26 章讲印度之心的时候还会再碰。

朱熹。“心统性情”。朱熹的最强辩护是：我把心分了层，性是理，情是发出来的，心统领二者。这样既保住了“人生来有理”，又解释了为什么人会有恶：情发出来，会偏。而且我主张“格物致知”，就是要到事物里去穷理，我是中国思想里最重视“外”的一位。他这句话全对。朱熹对外部世界的重视，在七位里无人可比。

本书的疑问不在这里。疑问在他说的“理”：理是先于万事万物就有的，格物是把已有的理一点点认出来。所以在朱熹那里，外面的事物是用来“认”的，不是用来“发生”的。外面来的，是知识；新的理，没有。

陆九渊与王阳明。上一章已经写过，这里只收一句：他们把朱熹的“外”拉回到心里，换来的是判断的主人是我，付出的是开头也放在了我这里。阳明的“致”与“行”是例外里的亮点，已经接近“知在行中发生”。

◆ 合观：七位的共同形状

把七个人摆成一排，看得出一个形状。

第一，七位都肯定，人身上有一个“开头”。孟子叫端，庄子叫虚，慧能叫本来，朱熹叫性，陆王叫本心、良知。

第二，七位都有一整套教人长大的办法。孟子的养，荀子的积，庄子的斋，慧能的见，朱熹的涵养与格物，陆王的立大与致良知。这是1→N，而且做得非常细。

第三，七位对“开头是怎样来的”，或者不问，或者答“本来就有”，或者答“自然”。没有人把开头说成一次与外界相遇后新发生的东西。

所以本书的初步判断是：中华之心重1→N的工夫，0→1藏在“本心”里。这是本书的判断，不是王德生的口述，也不是定论。这里的“藏”字，是有意选的：不是缺席，不是否认，而是放在了人的里面。

◆ 对照旧地图：为什么这个“藏”有它的道理

不褒此贬彼，这一章必须把这个“藏”的好处说足。

好处之一：它给了人一个极稳的立足点。人不管遇上多坏的环境，都可以说“我里面有一点东西，没有人拿得走”。这一点，使中国人在最艰难的时候守得住自己。

好处之二：它让教化有了根。教人向善，不是往一张白纸上硬写，而是帮他把本来就有的养出来。孟子、阳明的教育，温度就在这里。

好处之三：它逼出了一整套精细的工夫论。因为开头不用愁，全部的心思都花在“怎么长”上，于是留下了极其细致的内省记录。

那么代价呢？本书的推论是：当开头被放在里面，“外面”就容易成了干扰、成了需要克服的东西，而不是效力的来处。这与 T1 相连：以主体为中心的东西，不能从自身生出新的自己，所以 0→1 终究要来自主体之外。中国传统的强，是让主体站得稳；它的缝，是站稳之后，对“从外面来的新”，缺少一个名字。

◆ 七位合观的一张表

为了让读者一眼看清，这里放本章唯一的一张表。它不是评分，是对照。

思想家	开头叫什么	长大叫什么	外面放在哪里
孟子	四端	养、扩充	触发“端”的情境
荀子	能知的心	积、化性起伪	师法礼义，是力量的来源
庄子	虚	心斋、坐忘	道，要等它来
慧能	本来面目	见、不住	不算数，只是尘
朱熹	性（理）	涵养、格物	事物，是用来认理的
陆九渊	本心	先立其大	事，是本心的用处
王阳明	良知	致、事上磨练	事，是良知的磨刀石

从最后一列可以看出，七位里没有一位把“外面”说成新东西的来源。最接近的是荀子和庄子，一个说外面的礼义师法塑造人，一个说虚了以后道会来，但荀子的师法本身是圣人所造，庄子的道则是自然。

◆ 三个可能的反驳，和本书的回答

这样合观七位，难免有人觉得不公平。下面把三个最可能的反驳摆出来。

反驳一：你在拿西方的“外来的新”，去量中国的东西。 回答：本书的 0→1 并不是西方独有的问题。任何一个手艺、一门学问、一种风俗，往上追，都有一个“第一个”。陈师傅的小马问的是中国铺子里的问题。本书只是把这个问题认真

问出来，并且承认，中国的七位没有专门回答它，不等于他们的整套学问没有价值。

反驳二：本心不是现成的内容，是遇到事情时被“感”出来的。这不就是互动吗？ 这个反驳很有分量。《周易·系辞》里有“寂然不动，感而遂通”的说法，孟子的小孩落井，也是在“遇到”时才显出恻隐。如果这样读，七位的“本心”就不是仓库，是反应的能力，而反应是要有东西来触发的。本书承认：这是对七位最慷慨的读法，也是最有可能成立的读法。它与本书的距离因此缩得很短。

但还剩一点距离。“感而遂通”里，被唤起的是“本来就有的”。本书说的0→1，是出现了一个原来没有的东西。一个人第一次见到小孩落井，恻隐被唤起，他是认出了自己里面本来有的；这与他在失业半年以后，忽然发现自己其实想做另一份事，不是同一种情形。前一种是唤起，后一种是新生。本书想把后一种也放进心的讲法里，并不是要取消前一种。

反驳三：你说“藏”，可有的思想家明明讲了苦与悟，比如阳明的龙场。 回答：这个反驳是对的，所以前面特意写了。阳明是七位里最贴近 0→1 的人，因为他自己真经历了一个。他的难处，是他把那次经历解释为“向之求理于事物者误也”，也就是发现了本来就在的东西。他的经历是新的，他的解释把它放回了“本来有”。本书的读法，是尊重他的经历，对他的解释保留一问。

◆ 手艺里的七位：工夫论为什么这样细

回到陈师傅的铺子，还有一个角度可以看。中国人的手艺传承，和这七位的工夫论，有一个相同的特点：不靠讲道理，靠带。

陈师傅教小马，不说“化油器的原理是什么”，先让他看三个月。看，是在吸收一个已经显露出来的东西：师傅的手怎么动、耳朵怎么听。庄子里的庖丁解牛，说自己十九年，刀刃像新磨的一样，因为“以神遇而不以目视”〔待核：《庄子·养生主》〕。孟子讲“养”，阳明讲“事上磨练”，说的都是这样一件事：长大是在做里面长的，是在一个标杆的带领下长的。

这是中华之心最扎实的强项，本书在第 38 章会专门讲“标杆”，那时会再回到陈师傅与小马。这里只记一句：中国传统对 1→N 的理解，已经细到连“标杆为什么必须是活的人”都碰到了。

也因为这样，它的 0→1 缺口才显得格外安静。一个体系长得太完整，缺口就藏得深。

◆ 缺的那一块，可以叫什么名字

最后，本章要给这个“藏”一个更准确的说法，这个说法是本书的推论，不是七位的话，也不是王德生的口述。

七位共同缺的那一块，不是“新”这个字。中国话里从来不缺“新”：日新、维新、苟日新。缺的是一个具体的位置，叫作“从外面来的、落进心里的新”。这个位置如果有名字，大概应该叫作“接口”：心向外打开的那一面，让效力落进来的那一面。本书把这一面叫作心的互动性。第 6 章已经讲过，它在心里是次要的、辅助的声音，在日常里常常被主体性压在后面。

中华之心的强，是主体性站得极稳；中华之心的缝，是互动性这一面没有被当作一个正经的讲法。这不是批评，这是一个提醒。因为站得稳的人，有一天会遇到需要被接住的时候：失业、大病、丧失。那时，一个只会“守本心”的人，会觉得自己不该需要别人，不该需要外面。而这个觉得，有可能正来自“心是起点”这个预设：它在人最脆弱的时候，仍让他以为只能靠自己。这只是一种可能，不是对任何人的判断。

◆ 第一个会修的人，发生学会怎样回答

小马的问题，本书也要给一个回答，不然前面的批评就成了站着说话。

先说清楚：这是本书构想的一个回答，不是考证。设想最早那位修东西的人，面前是一件坏了的器物。他没有师傅，也没有图纸。他做的第一件事是动手，试，错，再试。大多数的试都没有结果。某一次，他手里的东西和器物之间，碰出了一

个他没有预料到的响应：卡住的东西松了，或者不响的东西响了。这一下，他有了一个原来没有的“知道”。

这个过程里，有他的手（D，一次次差异的试探），有器物和材料的脾气（E，万事万物各自的特征互相牵连），有最后显露出来的“会了”（S）。“会了”之后，他把这个会法教给别人，才有了师傅和徒弟，才有了陈师傅的爷爷、陈师傅、小马这条链。

请注意，这个回答里，第一个人的“本心”并没有被取消：他得是个肯动手、肯琢磨的人，这是接口。但新的会法，不是从他的心里取出来的，是在他与器物的相遇中生出来的。这就是本书说的 0→1：不是无中生有，是在 E 里、经 D、显露为 S。

这个回答用在孟子、荀子、庄子身上，并不冲突。孟子的“端”是接口，荀子的“积”是 D 的积累，庄子的“虚”是接口打开，朱熹的格物是去 E 里面试探，阳明的事上磨练是 D 与 E 的反复。七位的每一样东西，都能在这个回答里找到位置。缺的只是那个“相遇生出新”的名字。

◆ 七位不是中华的全部

最后，为公平起见，要交代这一章的边界。

本章只合观七位，是因为他们构成第二编的主线，不是说他们就是中华思想的全部。墨家讲“兼爱”，重的是人与人之间的效果；《周易》讲“感”与“变”，把变化当作世界的根本；中国化了的佛学，如天台、华严，有极复杂的缘起理论。这些声音里，有的与本书说的“互动”“缘”靠得更近。本书没有把它们收进来，是篇幅所限，不是判断它们不重要。

所以本章的结论，也只能说到这个范围：在孟、荀、庄、慧能、朱、陆、王这条以“心”为题的主线上，开头多半被放在人的里面。读者如果熟悉其他线索，欢迎用它们来检验这个判断；一个判断经得起别人拿它去检验，才配得上“初步”二字。

◆ 一个小小的检验办法

读者可以自己拿这七位试一试。找一件自己真正学会的事，比如游泳、做一道拿手菜、用一个软件。问三个问题：第一次会，是在哪一刻？那一刻之前，我“心里”有没有这个会法？那一刻是怎么来的？

多数人的回答是：那一刻之前，心里没有；那一刻来的时候，是手上、脚下、眼前，有一个东西碰上了。这个小小的检验，不能证明什么大道理，但它能让人看到，“本来就有”与“相遇生出”在自己身上各占多少。七位的学问都经得起这个检验；检验的结果，每个人不同，这正是它有意思的地方。

回到场景

回到陈师傅的铺子。

小马的问题——第一个会修的人是怎么来的——如果去问七位，大概会得到七种很好的答案。孟子会说，人天生有想把东西弄明白的开头；荀子会说，是靠一代代积累；庄子会说，是顺着机器的“天理”（《庖丁解牛》那一路）；慧能会说，不要问第一个，问的人自己已在其中；朱熹会说，是去格物，把理看出来；阳明会说，一边做一边悟。

这些答案里，每一个都讲得到一点，而都没有说：第一个人，面对的是一台不肯转的机器，在无数次失败和某一次意外的相遇里，得到了一个他事先没有的东西。这个“意外的相遇”，在本书里叫 E 的效力，它把一件新东西送到了一个人手上。

陈师傅后来对小马说了一句话，这是我构想的：我不知道第一个人是谁，但我知道一件事，我没有一次是在脑子里想通的，都是手上遇到了才通。小马点头，没有全听懂。他不需要听懂。他在下一个周末，拆开了一台旧的变速箱，拆到一半，发现里面一个零件的磨损，与他读过的任何一页书都不一样。

带走的话

中华之心把“站稳”做到了极致，缝在它没有名字的那一头：站稳之后，新的东西从哪里来。

小账

小账一：七位的共同形状是“有开头，有长法”；开头放在里面，长法细到极致，从外面来的新没有名字。

小账二：本章翻动了“心是起点”的一条：起点已经在人里面；落在推论 T1 与 T2，并为第 28 章的三种 0→1 说法备好了对照。

第 三 编

西方之心：灵魂、理性与心灵

编　序

这一编七章，从希伯来《圣经》的石心与肉心讲起。

第 14 章是《圣经》里的心，它也是后半部全书的伏笔。然后是柏拉图的灵魂三分，亚里士多德的“灵魂是生命的形式”，奥古斯丁“不安的心”，帕斯卡“心有理性不知的理”，再到笛卡尔和弗洛伊德，心怎样成了研究的对象。第 20 章合观：西方之心，常常在“赐”与“发现”之间摇摆。

这一编同样是本书的初步判断。不褒此贬彼，每一家都有别家不及的强项。

第 14 章

希伯来之心：石心与肉心

这一章的问题：新的东西从哪里来？这一章要看的，是一部经书怎样回答，它的回答恰好与上一章的七位反着。

场景

这是我构想的人物：老刘，七十岁，退休工人，固执，口头禅“我就是这样”，有一个女儿。下面是我构想的场景。

老刘家客厅里有一张旧沙发，三十年了。弹簧塌了一边，坐下去人往一侧斜。女儿几次说换，他都说：“我就是这样，坐惯了。”有一次女儿叫了两个人来，打算趁他不在家，把沙发抬走。回来后老刘看见门口堆着沙发，一句话没说，自己一个人要把它搬回屋里。

沙发很重，他搬不动。他拖了半米，累得靠在墙上喘气，女儿出来要帮，他挥开了手。喘了一会儿，他说：“搬不动。”这三个字，女儿听得出来，不只是在说沙发。

这是日常里“硬”的样子：不是坏，是认定了“我就是这样”，别的都进不来。这一章要借的就是这个画面。希伯来经书里有个很重的词叫“石心”，我们先听它自己怎么说。

◆ 先听它自己怎么说

按本书的约定，神学与宗教的部分，按它自己的说法讲，不替它辩护，也不贬低它。

第一，心在这里指整个内在的人。 希伯来文里被译作“心”的那个词，在旧约里不单指情感，也包括思想、意志、决断，一个人里面最深处的所在〔待核：希伯

来文 lev 的语义范围，宜对照专业词典〕。所以《箴言》4:23 的和合本译文是：“你要保守你心，胜过保守一切，因为一生的果效是由心发出。”这句话，最容易被读成“心是起点”的最强经文：一生的果效，都是从心发出来的。

第二，这颗心并不是靠得住的。 《耶利米书》17:9 说，人心比万物都诡诈，坏到极处，谁能识透呢。《诗篇》51:10 里是一个人的祈求：“神啊，求你为我造清洁的心，使我里面重新有正直的灵。”请注意这个动词：是“造”，不是“养”，也不是“找回”。

第三，心会变硬。 《出埃及记》里反复说法老的心刚硬。刚硬，不是一次发作，是一次次拒绝以后慢慢定了型。

第四，石心与肉心。 《以西结书》36:26，和合本的意思是：神要赐给人一个新心，把新灵放在人里面，又从人的肉体中除掉石心，赐给肉心。紧接着的下一节说，神要把自己的灵放在人里面，使人顺从他的律例。《耶利米书》31:33 的应许与此相近：把律法放在他们里面，写在他们心上。

注意动词：赐，除掉，放。主语全是神。这一段里没有一个动词，让人自己把自己的石心变成肉心。

◆ 拆解之一：同样重视心，方向却是反的

《箴言》说“一生的果效是由心发出”，听上去像在说心是起点。但请把它和后面几处经文放在一起读：心是果效发出的地方，同时是需要被保守的地方，是诡诈的地方，是需要被“造”的地方，是会变硬的地方，是要“换”的地方。

这就不是“起点”的说法了。起点是不需要动的。在这部经书里，心是整个故事的中心位置，也是整个故事里最需要被动手术的位置。

用本书的话来读，这里有两层。

第一层：新心是 0→1。 “我要赐给你们一个新心”，是一个从外面来的动作。对比上一章中华七位的“本心”，这里的立场清清楚楚：人不能从自己里面产生新心，新心来自人之外。这一点，正是本书推论 T1 想说的：以主体为中心的东

西，不能从自身生出新的自己，所以0→1要来自主体之外。需要说明的是，T1是本书的推论，不是经文的原话；经文只说“赐”，本书由此提出一个解释。口述K5把这一点放在了前面：圣灵赐你新心，即走意义的发生路。

第二层：保守与操练是1→N。 同一部经书里，“保守你心”，“清心的人有福了”（《马太福音》5:8）说的都是长大的事。这不矛盾，本书就按K5的说法理解：赐是前半，操练是后半。

◆ 拆解之二：石心是个类比

“石心”这个词，需要特别小心地读。

它是个类比。石头的特点，是不变形、不吸水、敲上去只有响声。把这个特点搬到人心上，意思就是：外面来的东西，进不去，也改不了它。

王德生对这个类比有一句口述：石心，是一个类比，就是三号位的刚硬化，三界的三号位有不一样的组合性，硬和软（K8）。这里的三号位，照王德生的用法，本章不展开它，也不替它下定义；第32章会按这句口述，把“硬与软的不同组合”写成本书构想的几种类型。本章只取其中最浅的一点：这个词说的是“硬”，不是在给哪个人下评语。

这一点很重要，因为大多数人读到“石心”，会自动读成一种人格评价，好像有些人是石头做的。如果这样读，这个词就变成了骂人的话，而且是一句无处可去的骂人话：被骂的人既然是石头，当然什么也进不去。

本书按K7来读：刚硬的心，是三我的固化；柔软的心，是三我的更新性。注意“固化”两个字。固化，是一个过程的结果，是一个原本在流动的东西定了型。定了型的东西，是可以谈到“变软”的。而肉心的意思，也不是软弱，是能被外面来的东西改变，同时仍然是它自己。

◆ 拆解之三：为什么这里的“硬”，要靠“赐”来软

经书的说法是：石心要被神“除掉”，不是被人“练软”。这里有一个很容易被忽略的道理。

设想你要把一块石头变成肉。你用手去捏，当然捏不动。你用全部的力量去捏，也捏不动。因为你用来捏的力量，正是石头自己的力量。一个硬了的心，要靠自己的力量去变软，用的恰好是那个已经硬了的东西。

回到老刘。他搬不动沙发，这是一次很清楚的“搬不动”。他的“我就是这样”，是他的理念的我、现实的我、自我的我，在沙发这件事上，三者合得严丝合缝：我想要的是老样子，我的身体习惯了老样子，我的感觉里老样子才踏实。三者彼此印证，所以他心里没有缝，外面来的话——女儿的、医生的——都没有地方进去。

注意这是一个构想的场景，不是诊断。本书不判断老刘是怎样的人，也不说他有毛病。我们只看到一个画面：一个人的几个“我”彼此锁死了，新的东西进不来。

经书的说法是：这样的心，需要被从外面打开。这个“外面”，在经书里叫神、叫圣灵；在本书的框架里，叫 E。本书只说到这一步：从外面来的效力是新心的来处。至于这个“外面”究竟是什么，本书按经书自己的说法讲，不替它作解释，也不拿别的东西去顶替。

◆ 对照旧地图：希伯来之心的强项，和它留下的问题

先说强项，要说足。

它对人心的估计很诚实。许多传统说到心，总有一点替人遮掩的意思；这部经书直说：人心诡诈，会变硬，自己改不了。这个诚实，使它从一开始就没有把“我的心”当作可靠的出发点。这一条，本书从中学到很多。

它给了 0→1 一个清清楚楚的名字：赐。

它把 1→N 说成了一条要走一辈子的路，要经过操练的苦难（K5）。

那么留下的问题是什么？本书的初步判断是：西方之心在“赐”与“发现”之间摇摆。这只是本书的初步判断，不是王德生的口述。希伯来之心本身并不摇摆，它很坚定地说“赐”。摇摆发生在后来：当希腊的理性传统和希伯来的这条线汇合以后，一边说新心是赐的，一边说心有理性去发现真理。这个摇摆，第 15 章起，我们会一章一章去看。

这里留一个给希伯来传统自己的问题，不是反驳，是请教：既然新心是赐的，那么“保守你心”这句话里，人的“保守”，到底是在做什么？经书的回答，可以去问神学家；本书能做的，是把这个问题记下来，放在第 36 章去接：“叫爱神的人得益处”，那个“爱”，就是人这一头的接口。

◆ 拆解之四：心在这部经书里，是被“看”的

还有一处经文，值得放进来，因为它说出了这部经书对心的另一种态度。《撒母耳记上》16:7，神对撒母耳说：“人是看外貌，耶和华是看内心。”那是选立大卫的场合，撒母耳看到的是高大的长子，神看的是另一回事。

这里的“内心”仍是那个“心”。有两点值得注意。第一，心是被“看”的，不是自己看自己。人对自己的心，常常不清楚；《耶利米书》说人心“谁能识透”，也是同一个意思。第二，这个“看”不是评分，而是拣选与托付：神看内心，是要把事交给某个人。

用本书的话说，心有一部分，是自己看不全的。理念的我、现实的我、自我的我，合成了心，而合成的结果，当事人并不完全看得见。这与第 3 章的夜里独处有关：半夜醒来的那个人，有时恰好看到了白天看不到的自己。经书的说法比这个更强：连自己看不到的部分，也被看到了。本书不替这个“看”作任何解释，只把它放在这里，说明在这部经书里，心从一开始就不是一个封闭的、自己说了算的地方。

◆ 拆解之五：新心是个盟约里的应许

《以西结书》36章的背景，是以色列民族被掳、散居的岁月。那一段的上下文，是一个共同体失去了土地与圣殿，神向他们应许回归，并且说，他们要被洁净，要得新心、新灵〔待核：《以西结书》36:24—28 的整段上下文，宜对照通行注释〕。

这样读，“新心”不只是一个个人的内心变化，它与一个民族的重新立约连在一起。《耶利米书》31章说的“新约”，是同一个方向：律法不再只刻在石版上，而是写在心上。石版与石心，在这里隐约有一个对应，石头可以刻字，但字刻上去之后，石头本身没有变；写在心上，则是人被改变了。

我对这一层不敢多说，因为它属于神学家的领地。本书只取一个对本书有用的事实：在这部经书里，新心不是一个人关起门来的修行成果，它是发生在关系之中、盟约之中的事。给的一方，接的一方，中间有话语，有应许。这与本书把心看成“互动性向外打开”的讲法，方向一致。这句话是本书的读法，不是经文说的。

◆ 对读：以西结与孟子，谁是动作的主语

把希伯来之心与上一章的中华七位并排放，最清楚的差别，是一个很小的语法问题：谁是动作的主语。

孟子说，恻隐之心人皆有之，要“存”、要“养”、要“扩而充之”。主语是人。以西结书说，我要赐给你们新心，我要除掉石心。主语是神。

两边各有最强的辩护，一定要摆出来。

孟子一方会说：你们把主语全交给神，人岂不成了被动的器皿？人要负责，人要选择，人要走路。孟子的“养”，是把责任还给人。这个辩护的力量是实在的，因为一个把全部责任都推给外面的人，是不会长大的。

以西结一方会说：你们的“养”，养的是什么？如果心已经是硬的，养的力气就是硬的力气。真正有石心的人，恰好不觉得自己需要被换，他只觉得“我就是这

样”。一个只靠自己养自己的人，在最需要新的时候，没有新可养。这个辩护的力量也是实在的，因为它守住了人心最难自知的那一点：硬的人，看不见自己的硬。

本书的位置，是把这两个辩护都收下来。本书按 K5 的讲法：新心是赐，走意义的发生路，这是前半，主语在外；长大是操练，学习耶稣，这是后半，主语里有人的脚步。孟子的“养”，更靠近后半；以西结的“赐”，守住前半。两个主语，不必挑一个，它们说的是同一条路上的两个段落。

◆ 不要把“赐”读成“坐着等”

最后要防一个误读。有人读到“新心是赐的”，会推出一个懒散的结论：那我什么都不用做，等着被改变就行。

这个推论，K5 的后半句已经挡住了：赐了以后，还要经过操练的苦难才能成长，要学习耶稣，以耶稣为标杆。赐不是终点，是起点。而这个“起点”，不是旧意义上的“心是起点”，是新心的开头。

再有，赐也不是人不用动。老刘那天下午，如果他没有去搬那张沙发，没有在搬不动的那一刻停下来，女儿手里的那杯水，他大概也不会接。缝是他自己搬不动的时候留下的，这是人这一边的事；水是别人递的，这是外面的事。两边都在场，事情才发生。本书的说法是：主体性的中心位置，不是被取消了，是被放到了一个可以被接住的位置。

◆ 《箴言》4:23 再读一遍

回头再看开篇那句“保守你心”。这句话放在整卷书的上下文里，是父亲对儿子的训诲，一连串叮咛中的一句：要谨守，要看准，要把脚步稳住〔待核：《箴言》4章上下文，宜对照通行注释〕。它的重心在“保守”：心是要被看守的东西，因为一生的果效从里面出来，源头若有问题，后面全有问题。

这句话与“心是起点”的距离，比乍看起来远。如果心就是起点，天然是好的，何必保守？之所以要保守，是因为它会被污染、会变硬、会被带偏。保守，是

承认心脆弱。同一部经书里，另一处说“人心比万物都诡诈”，两句并读，意思才完整：心极重要，所以不能当作自明的起点。

这样读，希伯来之心与本书的第一句判词——“心不是起点，是发生”——就有了一个可以握手的地方：它们都不把心当作不用查验的出发点。当然，握手之后各走各的：经书走向神的赐与，本书走向 E 的效力，这一点本书不会抹平。

◆ 这一章不做什么

按本书的约定，这里把边界交代一下。

第一，本章不对经文作神学的解释。这些经文的意思，教会与学者有漫长的讨论，本书只取其中最浅的几层，并标明哪些是本书的读法。

第二，本章不判断谁的心“硬”。老刘的场景是构想的，用来看一个画面。读者若在自己家里看到类似的画面，请只当作画面，不要当作结论。第 32 章会把硬与软的不同组合写成本书构想的类型，那也是画面，不是诊断。

第三，本章不比较“哪种心更好”。希伯来之心有它的诚实与坚定，中华之心有它的稳与细。第五编会把三者摆在一起，那时我们只问各自走在同一道缝隙的哪一边。

◆ 递水的人

最后留一句给读者里的“女儿们”。有人读到这里，也许会想：我家里有一张“旧沙发”，有一位“我就是这样”的亲人，我该怎么办？

本书不给办法，因为办法是各家各样的。只记一个小小的观察，来自老刘的场景：女儿没有赢得那场搬沙发的争论，她递了一杯水。她没有说“你看吧”，没有趁机把道理讲完，也没有因为被挥开了手就走开。她留在原地，在对方出现缝的时候，递过去一样具体的东西。

这样的做法，不保证有用。但它与经书里的一个图景相合：外面的东西要落进来，需要两样条件，里面有缝，外面有人在。缝不由别人造，在场却可以。这是女儿能做的事，也大概是女儿唯一能做的事。

◆ 为什么偏偏是石头

还有一个小问题：经书为什么偏偏拿石头来比喻？古代的读者身边，石头是最常见的硬东西：门槛是石头，磨盘是石头，墓碑也是石头。石头的“硬”，是人人天天碰到的事实，不需要解释。

与它成对的是“肉”。肉是温的，会疼，会被碰一下就缩，也会愈合。把“肉心”理解成一颗会疼、会回应的心，大概离原意不远〔待核：宜对照通行注释对“肉心”的解释〕。这样，石心与肉心的差别，就不在强弱，而在有没有回应：石头被敲，只发出响声；肉被碰，会有反应。

这个差别，与本书所说的“互动性向外打开”是一个方向。但请记住，这是本书的读法。

回到场景

回到客厅。

老刘靠着墙，喘着气，说“搬不动”。这三个字，是这一章里最重要的话。

注意，那是他第一次说出自己“搬不动”。在这之前，他说的一直是“我就是这样”，那是一个关闭的说法；“搬不动”是一个有缝的说法，它承认了一个界限。界限就是缝，缝是外面的东西可以进来的位置。

女儿没有趁机说教，她只是去厨房倒了一杯水，递给他。老刘接过来，喝了一口，说：“这沙发，当年是你妈挑的。”

这是一句他很多年没说过的话。沙发没有换，也没有搬走，那天下午，它仍旧歪在门口。可是老刘的心里，有一个位置，松动了一点。这个松动不是他“想通

了”，也不是他“决定了改”，是水、是女儿、是那个旧日的名字，一起从外面落进来的。

这是我构想的场景，我不替老刘说他以后怎样。我只说一件事：这一下松动，是他自己搬不动才出现的缝，缝里进来的东西，是别人递的。用经书的话说，这叫“除掉石心”的一点点开头；用本书的话说，是 E 的效力，在一个位置上，找到了一个缝。

> 带走的话
>
> 在这部经书里，心是最重要的位置，也是最需要被动手术的位置；而手术的刀，握在人之外。

小账

小账一：希伯来经书同时说“心是果效的出处”和“心需要被换”，它的立场是：新心是赐的，石心是类比，硬不是人格。

小账二：本章落在口述 K5（赐新心）、K7（刚硬是三我的固化）、K8（石心是三号位刚硬化的类比），并为推论 T1 提供了经书里的参照。

第 15 章

柏拉图：灵魂三分

这一章的问题：这件事里，心是被合成的，还是被当成了起点？

先说一个很老的画法。两千多年前，柏拉图把人的灵魂画成三块：想事情的、发脾气的、想要东西的。这张图到今天还在我们嘴边，“理智战胜了冲动”，“又控制不住自己了”，说的都是它。本章要问两件事：这张图画得对不对；画完以后，新的东西从哪里来，它回答了没有。

场景

这是我构想的人物：小敏，二十六岁，护士，入职半年，爱学新东西，什么都想试一试。下面的场景也是我构想的。

十一月十日夜里十一点多，小敏下了夜班回到宿舍，鞋都没脱，先倒在床上点开手机。零点一到，“双十一”的价格就要生效，她的购物车已经攒了好几天：一双护士鞋，因为上一双开胶了；一个泡脚桶；两条护腿袜；一个颈枕；三件卫衣；一套收纳盒；一副蓝牙耳机；还有一门她收藏了很久的网课。十九件，合计一千八百六十块。满两千减三百，还差一百四十块。

她盯着那个差额，手指已经在往下滑，找一件一百四十块上下的东西“凑单”。滑了几屏，心里冒出一个声音：这个月房租刚交，信用卡刚还完，你一个月才挣多少。另一个声音几乎同时冒出来：每年都是这样，故意让你凑，故意让你算，他们就等着你上钩。第三个声音不吭气，只是手指没停。

她把购物车拉到最上面，又拉到最下面。十一点四十，她删了三件，又加回一件，又删掉一件。每删一件，心里就松一点，可没过半分钟，又觉得删掉的那件“其实挺需要的”。她点开颈枕的详情页，看了三遍评价；点开那门网课，看了看目录，又退出来；退出来以后手指仍旧回到凑单页，好像那里有一块磁铁。宿舍

里很静，室友早已睡下，只有手机屏幕的光一明一暗地打在墙上。最后她把手机扣在胸口，对着天花板叹了口气：“我到底想干嘛？”

这一晚，小敏心里至少有三个声音。柏拉图会说，这正好是他那张图要解释的事。

◆ 拆解

柏拉图是怎么分出三块的。 柏拉图（约前427—前347）在《理想国》第四卷里谈灵魂，用了一个很朴素的论证〔待核：《理想国》436—441〕。他说，同一个东西，在同一方面，不可能同时向相反的方向动。可是人有时又渴又不肯喝，口渴把他往水那边拉，另有一股力量把他往回拽。既然同时有两个相反的拉力，拉的就不是同一个东西。灵魂里一定不止一块。

他分出三块：一块负责想，能够算账、看远、分辨什么对整个人好，叫理性；一块是血气，管愤怒、羞耻、不服气、要面子，也管那种“我不能这样对待自己”的硬气；还有一块管吃、喝、性、钱财，凡是身体和手伸得到的想要，都归它，叫欲望。

他还讲了一个后人很爱引的小故事，主角叫莱昂提奥斯〔待核：《理想国》439e—440a〕。这个人从城外走回来，路过刑场，看见地上躺着几具尸体。他又想看，又觉得恶心，捂着脸走了一段，最后还是忍不住睁开眼，对自己的眼睛发火，骂它们是坏东西，叫它们看个够。柏拉图要说的是：这时候发火的，不是想看的那一块，也不是在算计的那一块，而是第三块，血气。它站在理性一边，反过来骂欲望。

后来在《斐德若》里，他又换了一个更生动的画面：灵魂像一辆双马战车，车夫是理性，一匹马驯良，肯听话，一匹马桀骜，总想往下拽。一个人怎样活，就看车夫能不能把这两匹马带稳。

把小敏的夜晚放进这张图。 用这张图看小敏，几乎一一对得上。想要泡脚桶、想要新耳机的，是欲望；一遍遍提醒“房租刚交”的，是理性；骂商家“就等

着你上钩”的，是血气，它不喜欢被人算计。更有意思的是，血气不一定站在理性这边。到了零点之前，“别人都买了，我不买就是吃亏”这股劲也是血气，它那一刻是把车夫往前推的。柏拉图自己也说过，血气本来是理性的帮手，但要看一个人从小受什么教育。图是够用的。

这张图好在哪里，要说清楚。第一，它把一件人人都有、却很难说清的经验说出来了：我跟我自己吵架。心里有几个声音，这不是毛病，是常态，柏拉图是最早把它当作正事来讲的人之一。第二，它把“生气”和“想要”分开了。我们日常常把它们混在一起，其实向别人发火和向自己发火，跟伸手去拿一块点心，不是同一种劲。第三，它给了“怎样算活得好”一个说法：不是消灭某一块，而是三块各做各的事，由理性领着，彼此和谐。这话放在购物车前依然有用：小敏不必假装自己没有欲望，也不必假装算账的声音是敌人。

这张图画的是一个截面。　本书的意见是：这张图没有错，但它是一张截面图，像一栋房子半夜拍下的平面图，哪里是卧室，哪里是厨房，一目了然；可它不告诉你这栋房子怎么盖起来的，也不告诉你白天有哪些客人进来过。

换到小敏身上，有三件事这张图回答不了。

第一件，购物车里那十九件东西，是怎么进去的？说“欲望想要”是不够的，因为“想要”的内容是送来的。护士鞋，是因为上一双在夜班里开了胶，脚底发潮；泡脚桶，是同科室一位前辈随口说过一句“夜班之后泡一泡，腿不那么胀”；颈枕，是某天在直播间里刷到的；那门网课，是去年一个同学考过了证，朋友圈里晒过。每一件进车之前，都有一次碰撞：身体的碰撞、同事的碰撞、屏幕的碰撞。欲望这一块不是一眼泉水，自己往外冒东西，它更像一个路口，东西从四面八方汇进来，然后由她的手指显出来。

第二件，那个算账的“理性”，从哪来的？小敏知道满减线，知道凑单要看“到手价”，知道信用卡有免息期，这些没有一样是天生的。是她去年第一次双十一买多了、后来后悔，是妈妈在电话里教她“先放着，过三天再看”，这些东西

才攒成了她的账本。理性不是一个自己坐在车上的车夫，它也是被一次次经历喂出来的。

第三件，一夜过后，她变了没有？这张图是给冲突做解释的，不是给变化做解释的。冲突的双方分得清清楚楚，冲突之后呢？如果这一晚她只是理性压住了欲望，那么三块还是原来的三块，只是排了一次座次。图里没有给“另一个小敏”留位置。

用本书的话说，这一晚不是三个部门在开会，是一团缠在一起的东西（发薪日、夜班的疲惫、同事的一句话、直播间的倒计时、开胶的鞋，本书称为特征纠缠，E）正在经由一连串的小动作（点开、加入、凑单、删掉、再加回来，是差异序列，D），在零点这个节点上显露出一个结果（下单或不下单，是显露，S）。三个声音，是这团东西在不同角度上的读数，每个读数都真，却都不是起点。柏拉图看到了读数，把它们当作了三个坐在里面的主人。

这张图为什么好用，又为什么容易让人误会。 三分图好用，是因为它给了我们一套现成的话。“管住嘴，迈开腿”，“我就是控制不住自己”，“今天理智终于占了上风”，这些话背后站着的，几乎都是这辆战车。它让我们可以对自己下判断：我这个人欲望太强，我这个人意志力太差，我这个人理性不够。

可是仔细想，这套话有一个暗中的安排：问题总是出在车上，答案总是在车夫身上。小敏如果顺着这张图反省，结论多半是“我意志力不行，下次要更理智”。她会下决心，下个月少看购物软件，卸载几个应用，立一条规矩。这些做法并没有错，可它们有一个共同点，都是让车夫握得更紧。至于路上有什么，路边谁在喊她，谁把那辆车引到这个路口，这些问题根本没有位置。图越清楚，人越容易只盯着车里。

再看一遍那三个声音，每个声音都有来历。 先听“房租刚交”这个声音。它的口气，其实是小敏小时候家里的口气：她妈妈每个月初都要在饭桌上把水电、房租、人情开销念一遍，念得很平静，也很认真。这是一种被养出来的警觉，早在她知道“理性”这个词之前就有了。再听“他们就等着你上钩”那个声音，它的底子

是小敏有一次被推销员缠住、事后觉得被占了便宜的羞恼。至于不吭声、只让手指往下滑的那一股，则是夜班之后身体对“奖励自己一下”的渴望，这渴望是真的，一个连着站了十个小时的人，哪里会没有这种渴望。三个声音，每一个背后都有一段她自己的经历，有人的话，有身体的累，有商家的设计。它们并不是出厂时就分好的三个抽屉。

柏拉图当然知道教育会塑造灵魂的各部分，这一点他说得很多。可是这里要看的是图的效果：当我们说“理性、血气、欲望”的时候，很容易觉得这是三个固定的东西，彼此争座位。真正发生的是：经历在一层层往里面填东西，这三个“声音”的音色，是经历调出来的。

表一：同一个夜晚的三种读法。

读法	小敏的夜晚是什么	新的东西从哪来
日常说法	理智与冲动打架	谁赢谁说了算
柏拉图	车夫、血气、欲望三块各有拉力，理想是理性领着和谐	图里没有专门回答
本书的读法	一团缠在一起的东西，经一连串小动作，在零点显露出一个结果	来自团里新进来的东西

◆ 对照旧地图

先把旧地图摆正。旧地图是：心 → 发动 → 一切。柏拉图的战车就是这张地图最漂亮的一幅画：车夫坐在上面，缰绳在手，路由他选，马听他的。读到这里，我们要对他公道一点。他画下的，正是心最想让自己看起来的样子：坐在中心，握着缰绳，是发动者。按本书的看法，主体性确实是心的中心，心总觉得自己是发动者，这不是柏拉图的错觉，是心的出厂样子。他画得很准。

不过要补一句，柏拉图的灵魂不是关着门的。《斐德若》里，战车是飞向天界的，灵魂被“看见”的东西牵引，它之所以能够往上，是因为看见过美本身；《会饮》里，一个人被某个美的人吸引，美的东西让他“生育”出言语和德行〔待核：《会饮》206〕。《理想国》第七卷里，他讲教育不是往一个人眼睛里放进视力，而

是把整个灵魂转过来，朝向光〔待核：《理想国》518〕。所以说他的图里没有外面，是不公道的。外面是有的，那就是真正的美、善和“形式”。

问题在于这个外面是“早已在那里”的。《美诺》里有一个有名的说法：学习就是回忆，灵魂早就见过一切，现在只是想起来〔待核：《美诺》81—86〕。这样一来，灵魂的外面是一座现成的、永远不变的仓库，人往里望，望得越清楚越好。这正是本书后面要说的“发现”式的地图：东西本来就在，要做的是看见。

柏拉图当然有他最强的辩护，我们也应该替他说出来：真正的善不能是发明出来的，发明出来的善，就成了任意的、可以随时改写的善；只有善本来就在那里，人的努力才有方向，才分得出进步和退步。这个理由是认真的。本书不去反驳“有些东西本来就在”，那是另一场争论。本书只问一个很小的问题：小敏今晚的这个新的选择，既不是欲望赢，也不是理性赢，而是一种她之前没有的“看法”出现了，这个“没有”变成“有”，在回忆的图里算什么？回忆可以解释她“想起”了什么，却解释不了她第一次拥有的东西。

柏拉图的这张图并不缺“长大”。他在《理想国》前几卷里花了很大力气讲教育：用音乐和体操来调养灵魂，让血气不过分凶，也不过分软，让理性有力量，也有分寸〔待核：《理想国》第三卷，410—412 前后〕。孩子从小听什么曲子，做什么运动，读什么故事，长大以后灵魂的“音调”就不同。这是一种认真的、一步一步的养成，换成本书的话，它是一条“1→N”的路：已经有的东西，怎样慢慢长大。本书对这一点没有异议，后面第七编还要专门讲操练。

本章说的缝隙在更前面：养成之前，那个可以被养的东西，是怎样第一次出现的？他的回答是：灵魂本来就带着三块，教育只是把它们调好；而最高的那一块，面向的是早已存在的形式。所以柏拉图的图在“调好”这一头很强，在“第一次出现”这一头，把答案推给了灵魂本来就有的东西和永恒的形式。

再说一个容易被忽略的地方：三分的理想状态是“和谐”，也就是三块各守本分，由理性领着。这是一种状态。状态当然是好东西，一个内心安宁、各部分相处得好的人，我们都羡慕。可状态有一个特点：它好不好，要看它能不能经得起下一

次碰撞。小敏明年遇到的不是这一次的购物车，是另一个场合，另一种诱惑，也许是一份她从没想过的工作邀请。和谐如果只是把现有的三块摆整齐，到时候遇到没见过的情形，它只能照原样应付。本书关心的是另一种能力：状态被新来的东西冲开之后，怎样重新长成一个更大的整体。这不是柏拉图的问题，他有他自己要办的事，他要为一个好的城邦和一个好的人找一个根据。本书只是在他的地图旁边，多问了一句。

还有一层要说清，免得读者把本书前面讲过的“三个我”和柏拉图的“三块”混在一起。有人会很自然地想：理念的我是理性，现实的我是欲望，自我的我是血气。本书不这样对。三我是三个“我”，合起来成了一颗心，方向是合；三分是在一个灵魂里分出的三个部门，方向是分。一个讲心是怎样被合出来的，一个讲灵魂里面有哪几块力量，两张图不在一个层面上，硬对会两头都说歪。

回到场景

回到小敏。十一点五十，她还在对着屏幕为难，同屋的室友被光晃醒，翻了个身，眯着眼往她这边看了一眼，嘟囔了一句：“你那个泡脚桶买了吧，你上周脚肿得鞋都穿不上。”说完又睡过去了。

就是这一句话，把整件事重新摆了一遍。

小敏把购物车从头再看一遍，忽然读出了不同的东西：这十九件，大部分不是“想要”，而是“修理”。鞋开胶了要修，脚肿了要修，肩颈僵了要修，耳机坏了一边要修。一旦这样读，那三件卫衣、那套收纳盒的分量立刻不一样了，它们才是真正的“想要”。她没有赢过谁，理性没有把欲望压下去，血气也没有发完火：她只是换了一个看购物车的方式。最后她留下了鞋、泡脚桶、颈枕、护腿袜，把那门网课移进了“收藏”，付款一共六百多块，没到满减线，也没有去凑。

这个结局里，有两处是柏拉图的图解释不了的。一处是，让局面换了方向的，不是三块里的任何一块，是一句从外面飘进来的话，它进来的时候，三块的位置都被重新排了一次。另一处是，小敏读购物车的方式变了，这个“读法”是她之前没

有的。到了第二年的双十一，她也许会用这个新读法，先问“这是修理还是想要”。这样的东西，不是回忆起来的，是这个晚上长出来的。

再回头看一眼，开头那三个声音，今晚也都没有被消灭。房租的声音还在，它帮小敏把付款控制在六百多；血气的火气也还在，它让她以后每到大促，都对“限时”“仅剩”这类字眼多一分警惕；欲望也还在，那三件卫衣她只是放进了收藏，并没有忘掉。变化不在于哪一块被打败，而在于这三个声音对着同一个购物车，有了一个共同可用的新问题：“这是修理，还是想要？”这个问题像一把新的尺子，三块都用得上。

这是我构想的场景，它不证明什么，只是把这一章的意思放在一个晚上里看一遍：三分图画得出一夜的冲突，画不出冲突为什么在这一夜换了出路。

还有一个细节值得留意。第二天早上，小敏把昨晚的购物车截了一张图，留在手机里。她后来对同科室的前辈说起这件事，前辈笑着说，我也有这样一个习惯：买之前问自己，这是修理还是想要。小敏愣了一下，因为这个问法，她以为是自己昨晚才想到的。原来它在别人那里已经用了很多年。这句话从前辈那里走到她这里，又从她这里走向下一个人，一个“读法”就这样在人与人之间传开。它在每一个接住它的人那里，都是第一次出现。

> 带走的话
>
> 三分图画得出一夜的冲突，画不出冲突为什么在这一夜换了出路。

小账

小账一：心里的几个声音是同一团纠缠在不同角度的读数；换出路的，往往是从外面进来、重新排了位置的一件小东西。

小账二：翻动了“行动从驾驶座发出”这个旧预设，为后面的推论 T1（以主体为中心的东西不能从自身生出新的自己）先放下一个伏笔。

第 16 章

亚里士多德：灵魂是生命的形式

这一章的问题：一个东西最要紧的地方，是它里面藏着的某个“东西”，还是它做得成的那一手？

这个问题听上去有些绕，换成一句日常话就清楚了：一把扳手的好，是铁好，还是别的什么好？把它问到人身上，就是：一个人的心，是住在身体里的一个小东西，还是别的什么？亚里士多德对此有一个影响了两千多年的回答，本章要先听懂它，再问它回答了新的东西从哪来没有。

场景

这是我构想的人物：陈师傅，五十五岁，开修车铺，手艺人，带着一个二十一岁的徒弟小马。下面的场景也是我构想的。

下午三点，铺子里来了一辆开了八年的家用车，要换机油滤清器。小马蹲在车底下，拿起工具箱里一把二十块钱一套的扳手，套住那颗螺栓，使劲一拧。“咯”的一声，扳手滑了，螺栓的六个棱角被磨圆了一圈，光溜溜的，再也咬不住了。

小马从车底下爬出来，脸红了。陈师傅没骂他，走过去看了一眼，只说了一句：“你拿的那把，看着是扳手，它不是扳手。”

他从自己腰间那个油腻的工具包里抽出一把梅花扳手，递过去。这把扳手用了十六年，手握的地方磨得发亮。“你再试试这个。”小马套上去，试了一下，它稳稳地咬住了螺栓，没有一丝晃。

小马忍不住问：“师傅，它们看着不是一模一样吗？都是铁，都是一头一个口。”

陈师傅没有马上回答。他弯腰从废料桶里翻出另一把扳手，是很多年前他自己用坏的，开口被磨大了，套在螺栓上晃晃荡荡。“这把，以前也是好扳手。现在它也是铁，也长着一个口，可你拿它拧螺栓试试。”小马试了，一拧就滑。

“这一把，”陈师傅用下巴点了点，“以后只能当撬棍用。”

陈师傅干了三十多年，他的“咬住”其实有很多细节。他拿到一把扳手，先不套螺栓，用拇指在开口内壁上抹一下，看有没有毛刺，再对着光看两个平面平不平行。套上螺栓以后，要先轻轻晃一下，感觉有没有“旷”，这个旷只有零点几毫米，可手能觉出来。他跟小马说过一句话：“好扳手，是你不用想它的时候，它自己就把活干了。”小马当时没听懂，只觉得师傅又在说玄的。

◆ 拆解

亚里士多德怎么看灵魂。 亚里士多德（前384—前322）是柏拉图的学生，他最系统地讲灵魂的书叫《论灵魂》。在他的用法里，“灵魂”这个词的意思，比我们今天一说“灵魂”所想到的要宽得多。它不专指人死后离开身体的那个东西，一株树、一匹马、一个人，只要是活的，就有灵魂。灵魂就是“使一个活的东西成为活的”的那个东西。中文读者可以先把它大致想成“让它活着、让它做得成一个活物该做的事的那个劲头”，当然这只是个方便的说法。

他的核心主张，一句话就是：灵魂不是一个东西，是一个活着的身体的“形式”。他的整个哲学里，一个具体的东西是由两样合起来的：材料（质料）和样式（形式）。一座铜像，材料是铜，样式是它被塑成的那个人的模样。他问：铜和模样，哪个是“这座像”？当然两者缺一不可，可是真要说是什么让一块铜成了“像”，是模样。同样，让一团血肉成为一只活着的动物的，是它的形式，也就是灵魂。

他在《论灵魂》第二卷开头，举了两个有名的例子，我顺着他的意思转述。第一个例子是斧头。假如斧头是一个天然的东西，它的“本质”，也就是“做斧头”的那一手本事，就是它的灵魂。这个本事一旦拿走，它就不再是斧头了，只是

名字还叫斧头。第二个例子是眼睛。眼睛的灵魂是“看”。一只已经不能看的眼睛，比如雕像的眼睛、画上去的眼睛，只是名义上叫眼睛罢了。

读到这里，陈师傅铺子里的那把扳手，就和两千三百年前的斧头对上了。扳手的灵魂，不是它里面混进了什么东西，而是它能把一颗六角螺栓咬住、拧动、又不滑。便宜的那把有口、有柄、也是铁，但在这一点上不合格，所以陈师傅说“它不是扳手”，他说的和亚里士多德说的，是同一个意思。废料桶里那一把，一度是扳手，磨坏了以后只剩下铁的外形，所以只配当撬棍。

这一手在什么时候“在”。 亚里士多德还有一个细致的区分，我觉得最值得普通人记住。他说，“拥有”一种本事，和“正在用”这种本事，是两个层次〔待核：《论灵魂》第二卷第一章，412a，用知识打比方：一个人有知识，和他此刻在运用知识〕。一个会修车的人，睡觉的时候也是会修车的，这是第一层；他钻到车底下真的拧螺栓的时候，是第二层。放在工具箱里的好扳手也是这样，它躺着的时候就已经是好扳手，可是它的“好”，只有套上螺栓才看得见。

这里就碰到本书的核心词了。在本书的用法里，S 读“显露”。亚里士多德的这个说法，恰好和它挨得很近：一个东西的“形式”不是藏在铁里的一件小物，它是在用的时候显出来的。陈师傅的扳手好，是在套上螺栓、咬住、拧动的那一下显出来的。柏拉图的三分图像一张截面图，亚里士多德的图里多了动作：形式就是活动，就是“做得成”。两种画法各有用处，本书在亚里士多德这里，格外容易接上“发生”。

他还给活物排了一个次序：最底下的是营养，能吃、能长、能繁殖，植物就有；其上加了感觉和欲求，动物有；再加上能想、能理解，人有。每上一层，都是把下面的包含进去，再加一样。他还认为，人的感觉和动作的根源，在心脏〔待核：《论动物部分》第三卷第四章，及《论青年与老年》等篇〕。他把脑看作给血降温的器官。这一点我们今天不同意，可是要看出一个有意思的事实：在他那里，“心”这个字是真的在胸腔里的，它是身体的中心，也是感觉与动作的发源地。

“合成”这个词，他和本书撞了一下。 亚里士多德管“质料加形式”的那个整体，叫“合成体”。一匹马，是这堆血肉和马的形式合成的；一把扳手，是这块钢和扳手的形式合成的。读过本书前面几章的读者，会觉得这个词很眼熟：本书说，心是三界之我的合成。两处都用“合成”，是不是一回事？

不是一回事，但值得放在一起看。他的合成是两样东西，材料和样式，合成一个个体，前者被动，后者给它规定。本书说的合成，是三个“我”合成一颗心，三个都是有分量的，没有一个只是被动的材料；而且这颗心不是合成一次就完工，每一次碰撞都要重新合一遍。所以相同的是都不把“心”当成一个单独的东西，不同的是，他的合成偏向“规定”，本书的合成偏向“一直在合”。这个差别很小，却会在后面几编里反复出现。

一个公平的小插曲：他不是只讲“里面”。 有人听了形式、质料，会以为亚里士多德只看东西本身，不看外面。其实不是。他讲“四种原因”：材料因、形式因、动力因、目的因。动力因，就是“谁让它动起来”，比如铜像的动力因，是雕刻匠。所以在他的框架里，外面的力量是有位置的。

另外，在他讲到理智的时候，有一处很耐人寻味的话。在《动物的生成》里，他说，别的灵魂能力都是随着身体的形成而来的，唯独理智，是“从外面进来的”〔待核：《动物的生成》第二卷第三章，736b 前后；这一句历来争论很大，不同学者读法不同，本书只引它“从门外来”的字面〕。《论灵魂》第三卷里还有一个著名而晦涩的“主动理智”，说它是分得开的、不朽的〔待核：《论灵魂》第三卷第五章；历来解释极多，本书不取任何一种〕。后世吵了两千年，吵不清楚他到底想说什么。本书不替他断案，只记一件事：亚里士多德自己，在这一个地方，也给“来自外面”留了一道门缝。

本书的读法：形式是显露，但谁让第一个形式出现？ 现在要问的是本章的主问题了。

按本书的读法，陈师傅的好扳手，是一次又一次的“套上螺栓”里显露出来的，也就是在一连串小动作（对准、咬住、发力、转动，这是 D）里显露（S）出

来的。这把扳手的好，不是铁的好，是铁加上十六年的手、加上无数颗螺栓、加上那个精确的开口尺寸，一起显露出来的。把“好扳手”的好理解为显露，我们等于接受了亚里士多德的一半，并把它往发生学里推了一步。

但是接着要问：这样一个好开口，是怎么第一次出现的？

亚里士多德自己的答案大致是：形式不凭空出现，它是由已有的形式传下来的〔待核：《形而上学》第七卷（Z）第七至九章，“人生人”一说〕。一个人，是由一个已经成了人的父亲生下来的；一座铜像，是由一个心里已经有了像的样式的匠人做出来的。在这个说法里，每一个新东西的形式，都是从一个已有的形式传来的。就好比陈师傅把手艺传给小马：形式是现成的，一代接一代。

这个说法很有道理，我们也要给它最强的辩护：亚里士多德认为，世界是永恒的，物种也是永恒的，没有“第一只鸡”，也没有“第一个人”，所以根本不需要一个“从无到有”。他还有一个很硬的论证：现实在先，潜能在后。要想有一颗成熟的橡树，必须先有一棵已经成熟的橡树，种子是它生出来的〔待核：《形而上学》第九卷（Θ）第八章〕。这是一个深思熟虑的理由，不是疏漏。

本书对它的回应，不是反驳，而是换一个尺度来问：亚里士多德的这个回答，是回答“种类”的，本书问的是“一个人的心”的。一个孩子长大成人，这个过程由潜能到现实，大体合乎他的说法；可是一个人的心里，出现了他以前没有的一种看法、一种本事、一种爱，这是另一类事情。他没有把它当作需要专门回答的问题，至少在我读到的范围里是这样，这是本书的初步判断，请读者保留怀疑。

潜能的意思。　这里有一个很小、但很重要的字：潜能。亚里士多德说，一个孩子是“潜在的”成人，一粒种子是“潜在的”橡树。读起来很自然，其实意思是：长大以后会有的东西，现在已经以“潜能”的方式在了。换句话说，生长，是把一个已经在里面的东西实现出来。

这就让我们看见一条线索。本书有一个推论：以主体为中心的东西，不能从自身生出新的自己，所以 0→1 必须来自主体之外，也就是 E。这是“本书的推论”，不是王德生的口述。把这个推论放在亚里士多德旁边看，就有意思了：他

的“形式—潜能”的图，恰好是一幅“从里面实现出来”的图，一幅以内部为中心的图，因此它很擅长讲 1→N，也就是已有的东西怎样长大。它没有太多话讲 0→1。

他其实有一条很好的 1→N 的路。 说到这里，不能不提他的伦理学。《尼各马可伦理学》里有一句大意：我们通过做公正的事成为公正的人，通过做勇敢的事成为勇敢的人〔待核：《尼各马可伦理学》第二卷第一章，1103a—b〕。德性不是生下来就有的，也不是违背天性的，是靠一次次做出来的习惯养成的。这就是一条很细的操练之路，和陈师傅带徒弟的路是一回事：手艺不是想出来的，是一颗颗螺栓拧出来的。

他还说，谁来当标准？是那个“有实践智慧的人”〔待核：《尼各马可伦理学》第二卷第六章，1107a〕。判断什么是合适的中道，不看一条规则，看一个活生生的人会怎么做。这和本书后面第38章要讲的“标杆必须是一个已经显露的 S”，几乎是同一个意思。这两处，本书与亚里士多德走得很近，我们不必掩饰。

这对“心”有什么用。 把扳手的道理搬到心上，会让一个老问题换一个问法。我们平常问“我的心里有没有善”“我的心够不够诚”，好像心是一个口袋，打开看看里面装了什么。亚里士多德式的问法是：这个人做得成什么？他遇到一个哭着的孩子，做得成安慰吗？遇到一笔该还的账，做得成按时还吗？心不在口袋里，在这些做得成或做不成里。本书后面讲“善是善果”，讲善要在对方的回应里被看见，路子是同一条：先看显出来的，再回头谈里面有什么。这是亚里士多德留给本书的一件顺手的工具，本书照用不误。

◆ 对照旧地图

旧地图：心 → 发动 → 一切。亚里士多德的地图和它是什么关系？说它是旧地图的一个版本，是不公平的。他的“形式”不是一个发动者，它是一个正在做的“做得成”。所以他的图，比“心发动一切”要平实得多，也要靠近发生得多。

可是它依然是一张“内部中心”的图：形式在东西里面，潜能在东西里面，目的（做成一把好扳手、长成一棵橡树）也在东西自己的方向上。外面的原因被他承

认了，但它只负责把内部已有的方向推到底。所以我的看法是，他的图在 1→N 一侧站得很稳，在 0→1 一侧留下一个空位。这个空位，他在“理智从外面来”那一处，隐约碰了一下，然后就放下了。

再公道一点。亚里士多德的图为什么这么稳？因为他看的是自然世界里一个又一个有秩序的东西，橡树、马、人，它们确实绝大多数时候是按照自己的形式长大的。他的图用来解释这些，非常好用。本书并不想推翻它，只想在它旁边加一块：当我们问到“一个人的心”的时候，另一类事情也会发生，那是一个人从别处接来了一件以前没有的东西。

用一张小图把这三种读法放在一起：

读法	一把好扳手的好是什么	新的好开口从哪来
日常说法	钢材好，做工好	厂家做出来的
亚里士多德	它做得成“扳手”这件事，这是它的形式	由已有的形式传下来
本书的读法	在一次次套上螺栓的动作里显露出来的	来自与螺栓、手、尺寸的碰撞，且需要有外来的东西进来

回到场景

回到修车铺。小马把那颗被磨圆了的螺栓放在掌心看了一会儿，问陈师傅：“那我拿的这把便宜货，我以后用久了，它能变好吗？”

陈师傅笑了笑：“铁里没有那个劲。它不会因为你用得久就变好，只会越用越松。”他顿了顿，又说，“手艺倒不一样。手艺是你一遍遍套上去，套出来的。”

小马又问了一句，这句让陈师傅愣了一下：“师傅，这种梅花扳手的样子，当初是谁琢磨出来的？”

“不知道。”陈师傅说，“我这把是从我师傅手里传下来的样式，他那把，也是从他师傅那里。再往上我没想过。”小马听出来，这和他前阵子问过的“第一个

会修的人”是同一个窟窿。（这个问题第13章已经问过一回，这里不再重编答案。）

这是我构想的场景。它只把本章的结算放在这里：好扳手的“好”，是在用里显露的；它的样式，一半是传下来的，这是亚里士多德讲得最好的那一半，也是1→N 的稳妥；至于最早那一把怎么来，本书留给第13章与第六编去回答。传下来的和长出来的，两半都真，缺一半，图就缺了一块。

回头再看小马手里那把便宜的扳手：它缺的不是一个藏在里面的东西，而是一次次真的套上去的经历。小马自己的手也是这样。他的手艺，将来要在一颗颗真螺栓上显出来，而每颗螺栓，都是一个他预先没法安排的外来者。

几个月以后，小马已经能自己判断一把扳手“旷不旷”了。有一回来了一位客人，带着自己的工具来，想省点工钱，小马接过他的扳手，没有套螺栓，先用拇指在开口里抹了一下。陈师傅在旁边看见，什么也没说，低头继续干自己的活。这个动作不是谁教会他的一条规则，是他套了几百颗螺栓以后，手自己长出来的。他的“手感”，也是一种显露的形式：在一次次真的拧动里，从零长到有。

还可以多问一句：小马的手艺，是师傅“赐”给他的吗？不是，师傅只能把扳手递给他，把螺栓指给他看。手感是小马自己的手长出来的；可是没有师傅递来的那把好扳手，他就无从知道什么叫“咬住”。递来的和长出来的，在这个车间里是一件事的两头。

> **带走的话**
>
> 灵魂不是住在身体里的东西，是活着的东西做得成的那一手；这一手要在用里才显出来，而它第一次从哪里来，还是个问题。

小账

小账一：形式不是藏在东西里的小物，是做得成的那一手，在一次次“用”里显露；它在1→N 上讲得极好，在 0→1 上留着一个空位。

小账二：翻动了“心是藏在里面、等着发出来的一个东西”这一旧预设；与推论 T1（以主体为中心的东西不能从自身生出新的自己）呼应，并为第38章“标杆”先放一笔。

第 17 章

奥古斯丁：不安的心

这一章的问题：新的东西从哪里来？这一章把这个问题换到一个最日常的地方来问：一颗心为什么会不安？不安是心出了毛病，还是心在向外找什么？

先声明一句，本书讲的是心的发生，不是心理或医学上的诊断。下面讲的“不安”，是许多人在许多个周日晚上都有过的那种说不清的不踏实，不是任何人的病。

场景

这是我构想的人物：小林，二十九岁，程序员，住在合租房里。下面的场景也是我构想的。

周日晚上八点半。衣服洗完晾好了，房间收拾过了，晚饭是自己煮的面，吃得也不差。明天的周会他已经看过一遍材料，没有什么特别棘手的事。该做的都做完了，按道理，这是一周里最轻松的一段时间。

可是他的胸口有一点点发紧，不疼，就是不踏实。他坐在床边，打开手机刷短视频，刷了二十分钟，没有一个看进去。关掉，打开邮箱，刷新了两次，没有新邮件。起身去厨房，打开冰箱，看了一眼，又关上。回到房间，点了一份外卖，其实他刚吃过饭，并不饿。

他想给朋友发一条消息，打了三个字“在干嘛”，盯了几秒，又一个字一个字删掉。

他试着给自己找原因：是明天的周会吗？不是，那个没什么。是房租快到期了吗？也不是。是一直没谈恋爱吗？这个说不好，可平时也没觉得怎么样。是工作没意思吗？他想了想，也不全是。每个理由都像是对的，每个理由又都不够。

十点半，他关了灯。躺下以后，那种紧还在，一直到睡着。

◆ 拆解

奥古斯丁说了什么。 奥古斯丁（354—430）是北非人，晚年做了希波的主教，是早期基督教会最有影响的思想家之一。他写过一本很特别的书，叫《忏悔录》，大约写于四世纪末〔待核：具体年份〕。这本书不是对读者说话，是对上帝说话，一个人对着上帝，把自己的一生从头讲一遍。

这本书一开头，就有一句流传了一千六百年的话。拉丁文原句是：“fecisti nos ad te et inquietum est cor nostrum donec requiescat in te。”用我自己的话转述，大意是：你造了我们，是朝着你造的；我们的心不得安宁，直到在你里面安息。

这一句话有两个半句。前半句讲方向：人被造的时候，就是“朝向”上帝的，这个方向是造的人给的。后半句讲后果：既然朝向在那里，没有到达的时候，心就不得安宁。不安，是这个方向在说话。

他自己的路。 这句话不是他坐在书房里想出来的，是他走了很多弯路以后说出来的。他年轻时追过名声，学修辞，想当大演说家；追过情欲，有过一个相伴多年的女子，生了一个孩子；追过各种学说，在摩尼教里待了九年。每一样，他都真地尝到了甜头，每一样，甜头都会过去，留下的还是那一点说不清的不踏实。

他对这个经历的描写，在《忏悔录》里占了很大篇幅，写得非常诚实，没有替自己遮掩。他后来讲的“不安”，就是从这里长出来的：不是书本里的概念，是亲口尝过的东西。

一个人心里的两个意志。 《忏悔录》第八卷，是书里最著名的一卷。那时他三十出头，已经在米兰当修辞学教授，心里知道该转向，却一直转不过去。他后来写下了那种状态〔待核：《忏悔录》第八卷第八至九章〕：他命令自己的身体，身体立刻听从；可他命令自己的心，心却不听。他想，为什么会这样？他的结论是，这并不是有两个不同的意志，一个好的一个坏的，而是同一个意志，没有全心全意地想，所以半想半不想，被习惯拉扯着。

这几页读起来，会让人想起上一章柏拉图的战车：理性要往前，欲望往回拽。但仔细看，奥古斯丁说的不是三个部门在争，是一个人被撕成两半，一个意志，两种方向。这是一个更深一层的看法：冲突不在上下级之间，在同一颗心里。

后来在花园里，有一天，他听见邻家传来一个孩子的声音，反复说：“拿起来读，拿起来读。”他回到座位上，拿起身边的使徒保罗的书信，翻开读到的一段，讲的是要脱去放纵，披戴基督。他后来说，读到这里，心里的一切疑云都散了。

这里我们不展开他的信仰，也不替它辩护、不作评判，按他自己的说法，这是他生命里的转折点。本书只留意其中一个细节：转折来自一个孩子的声音，来自一本他随手拿起的书。是从外面来的。

换到小林身上，怎样读“不安”。 现在回到小林，也回到一个要小心的问题：奥古斯丁说的是对上帝的渴慕，小林周日晚上的发闷，当然不能简单等同。本书不做这个等同，更不把小林的状态说成“他在渴慕上帝”，那是替他下结论，也是把一个具体的人套进一个现成的框子里。

本书只借他一个洞察：不安，是心里有一个方向在说话，而不是心出了故障。

怎么读？本书的读法是这样的。心以主体性为中心，客体性和互动性是次要和辅助。平时，小林的心大部分时间在做主体性的事：想、做、安排、完成。他把一周的事处理好，每一项都打了钩，这是主体性做得最好的时刻。可是心里还有互动性，它是朝向外面的，朝向某个人、某件事、某种连接。平时它被压在后面，被工作、屏幕、日程挤得没有声音。周日晚上，该做的都做完了，主体性没什么事可忙了，这时候，被压着的那个声音浮上来了。它说的话很简单：我朝向外面，可外面现在没有对着我的东西。

所以本书的读法是：不安，常常是互动性在没有对象的时候发出的声音。这是“本书的初步读法”，不是诊断，也不是对所有周日晚上的解释。有些周日晚上的不安，只是累了，只是周一要来了；本书说的是其中一类。

这样读，有几个后果。

第一，不安不再是需要“修”的毛病，而是一个信号：这个地方，门开着。

第二，小林那一晚上的各种动作，刷视频、刷邮箱、开冰箱、点外卖，可以重新看一遍：它们是在用现成的东西把那扇门堵住。每一样堵得住一小会儿，所以他换着来。这和奥古斯丁说的“尝到甜头，甜头过去”，是同一个样子。奥古斯丁在别处讲过一个区分：有些东西该拿来“用”，有些东西才该拿来“享受”，把“用”的东西当作“享受”的终点，就会失望〔待核：《论基督教教义》第一卷第三至四章〕。我们不必接受他整套的安排，只取这个观察：一碗外卖、一阵短视频，是拿来凑合的东西，不是终点，所以堵不严。

第三，也是最有意思的：这扇门从哪里被敲响，不由小林决定。他可以决定自己要不要开门，可是敲门的人，不是他安排的。

三种常见的对付办法，各有各的短处。 小林这一晚用的办法，其实也是我们大多数人用的办法，可以大致分成三种。

第一种是找原因。是明天的会？是房租？是感情？这很自然，原因找到了，事情就好办。可是有一类不安，找不到原因，不是因为他不够用心，而是它本来就没有一个单一的原因。硬要找，找到的往往是最容易说出口的那个，比如“周一又要上班了”，说出口以后，心里那块紧并没有变。

第二种是堵上。刷屏幕，吃东西，点外卖，打游戏。这些办法每一样都真的有用，有用一小会儿。它们的毛病不是不好，是堵得不够久：堵住的是声音，不是声音要找的东西。

第三种是硬扛，告诉自己“没事，睡一觉就好了”。这也常常是对的，不安确实常常自己过去。但是它把不安当成了单纯要熬过去的东西，错过了它也许在说话这件事。

本书不是说这三种做法不对，也不开方子，只是说：这三种办法，都默认了一个前提，不安是心里发生的事，要在心里解决。而奥古斯丁的那句话和本书的读法，都在轻轻地提醒另一个可能：它是向外的，答案也许在外面。

时间也在拉着他。 奥古斯丁还有一段关于时间的有名讨论，在《忏悔录》第十一卷〔待核：第十一卷第十四至二十八章〕。他说，过去已经没有了，将来还没有

来，那么我们怎么能“量”时间？他的答案是：时间是在心里被拉开的。过去在心里是记忆，现在是注意，将来是期待，三者都在当下的心里。

这套说法，放在周日晚上，格外贴切。周日晚上的特点，就是“期待”在拉着当下：明天要来了，一周要开始了。这个拉力，不一定是对哪件事的恐惧，它只是时间在心里拉开的那个角度。所以小林找不到具体的原因，也是自然的：不安的对象，不一定是某件具体的事，可能是整个“即将到来”。

一个容易误会的地方。 听到“门要从外面敲”，有人会急着说：那我是不是只能干等着？当然不是。小林那晚把消息打了三遍，这个动作是他自己做的，没有它，那个朋友再想找他，也找不到一个已经留着缝的人。奥古斯丁也是这样：他在花园里没有闲着，他痛苦，他挣扎，他把书打开。本书的意思不是“人什么也不用做”，而是做的事和得到的事，是两个层次：做的是留缝、翻开、发出消息；得到的，是别人说的一句话、书里翻到的那一页，是他事先不知道的东西。前者是自己的，后者是接来的，两个都在。

奥古斯丁怎样回答“新的东西从哪里来”。 这是本章最要紧的一段。

奥古斯丁在《忏悔录》第十卷里，有一句很有名的祈祷，大意是：请你赐下你所命令的，然后命令你所愿意的。。〕这句话后来成了他与另一位神学家伯拉纠争论的焦点：伯拉纠认为，人有能力靠自己的意志行善，上帝的命令说明人做得到；奥古斯丁则认为，人要先被恩典所给，才能去做，命令之前，要先有所赐〔待核：伯拉纠争论的要点，需依据可靠的教会史资料核对〕。

按奥古斯丁自己的说法，我们能转向，不是我们的转向所推动的，是先有一个转向的力量赐给我们。他把“赐”放在了“发心”的前面。这在西方传统里，是最清楚的一处。

本书对此的态度是：这一点，与本书的第二句判词相当接近。判词说，新心是“赐”的。王德生的口述里，也把“圣灵赐你新心”视为走意义之发生路，也就是 0→1。奥古斯丁的“先赐后命”，正好是这个意思在西方思想史里的一个重要的先声。本书按他自己的说法来讲，不替它做神学上的辩护，也不降低它。

他的缝隙，与他最强的辩护。　　不过，按本书的初步判断，西方之心在“赐”与“发现”之间摇摆。奥古斯丁身上也能看到这种摇摆，我们先摆出来，第20章再合起来看。

摇摆的一头是“赐”：恩典先于意志，转向来自外面。另一头是“向内”：他说过，要进入自己里面去找真理，真理住在内在的人里面〔待核：《论真宗教》第三十九章第七十二节〕；在《忏悔录》第十卷里，他在自己的记忆这座“大殿”里寻找上帝，找了很久〔待核：第十卷第八至二十七章〕。往内走，找到的是一个“早已在那里”的东西。这一头，和柏拉图的“回忆”离得很近。再加上“安息”这个说法：最后的状态是“安息在你那里”，像是回到一个起点，一个本来的家。

对这个看法，奥古斯丁自己有最强的辩护，我们要替他说出来：他说，上帝比我最里面的地方还要更里面〕。所以向内走，并不是找到“我自己的东西”，而是在内里遇见了一个并不属于我的、先于我的东西。这样说来，他的向内，仍然是“来自外面”，只不过这个外面，比里面还要近。这是一个深刻的回答，不能当作小摆动一笔带过。

本书对此只提一个小小的问题，而且是循着本书自己的关切提出来的：这个“外面”，是只有一个出口吗？小林周日晚上的那扇门，被敲响的方式可能有很多种：一条朋友的消息，一个陌生人的善意，一件忽然想做的小事。奥古斯丁把所有的敲门，都收到同一个终点；本书想把这些具体的、日常的敲门，一一看清楚，看它们各自怎样落进一个人的日子里。这不是纠正他，是换一个镜头。

操练也在他那里。　　还有一点要公道：奥古斯丁并没有只讲“赐”。转变之后，他还有漫长的人生。《忏悔录》第十卷，是写在他当了主教以后，这一卷里他坦白地说，自己仍在受诱惑，仍在与旧习惯斗争，口腹之欲、好奇心、虚荣心，一样样检查。这是一条漫长的 1→N 的路。所以他的图里，0→1 与 1→N 都有，只是 0→1 讲得特别重。

最后补一句，免得读者以为本书把“不安”夸成了好事。不安当然也可能只是难受，难受得睡不着，难受得没法做事。本书没有说它应当被欣赏，只说它值得被

听一听：听的意思是不急着把它赶走，也不急着给它安一个名字。至于一个人的不安长期压得他喘不过气，那是另一件事，需要的是身边的人和专业的帮助，不是一本讲心的发生的书。

◆ 对照旧地图

旧地图是：心 → 发动 → 一切。奥古斯丁的地图，最打动本书的地方，是它把起点放在了心的前面。“你造了我们”，先是造，然后才是心的不安与寻找。心的方向，是被给的，不是心自己发出来的。在西方思想里，这是一个很早、很清楚地把“心不是起点”说出来的声音。

本书与他的差别，主要有两点，都要写得公道。

一是终点。他的终点是一个：安息在上帝里。这是他的信仰，在他自己的体系里，一切的不安都归向它。本书不对这个终点作判断，本书只问不安在日常里是怎样一次次被接住、又一次次被重新打开的。

二是“安息”这个词的方向。“安息”听上去是一个停下来的状态，而本书讲的是一个继续发生的过程：被接住的不安，会生出新的不安，新的朝向，新的连接。这是本书的看法，不是奥古斯丁的缺点，因为他讲的“安息”，在他的神学里并不是死寂，而是在上帝里的丰盛。本书只是指出，从日常的角度看，两种说法的重心不同。

用一张小表，把三种读法放在一起：

读法	小林的不安是什么	不安指向哪里
日常说法	有心事，或者是周一综合征	去找出原因，解决它
奥古斯丁	心被造时就朝向上帝，没到达就不安宁	安息在上帝里
本书的读法	互动性在没有对象时发出的声音，是一扇开着的门	指向外面某个会对上的东西，具体是什么，要看这个人的日子里实际来了什么

回到场景

回到小林。十点过一点，他没有关灯，坐在床上，又把手机拿起来。那条删了又删的消息，他又打了一遍：“在干嘛”。这一次，他没有删，按了发送。

他放下手机，想着对方可能不会回，也可能明天才回。过了几分钟，手机响了。朋友回的是一张猫的表情，后面跟着一句：“刚好想找你，周三下班一起吃火锅？”

小林盯着这行字，胸口那块紧，松了一点，不是完全没有了，只是松了一点。他回了个“行”，把手机放在枕边，关了灯。

这是我构想的场景，它不是在说一条短信就能治好什么，也不是说周日的不安都该这样处理。它只是让这一章的意思有个落脚：小林这一晚上，用了很多办法在里面找原因、堵缝隙，一个都没有真的管用；真正让那块紧松下来的，是一件他事先没有安排的小事，从外面过来了。

而且，如果回头看，他做了一件小事：他没有删掉那条消息。这是门开了一条缝的动作。门是他开的，敲门的是别人，两样都在。这和奥古斯丁说的“先赐后命”，不是同一回事，可有一点是相通的：新的东西，是被接住的，而接住之前，得先有一个愿意留着缝的人。

第二天是周一，小林照常去上班，周会开得平平淡淡，那块紧没有再来。他后来也没有把这件事当成什么大事。可是到了下一个周日晚上，当那种熟悉的不踏实又冒出来的时候，他先没有去刷屏幕，而是看了一眼通讯录。这不是什么了不起的变化，只是他的手里多了一个以前没有的动作。一个动作，往往就是一条路的开头。

> **带走的话**
>
> 不安不一定是毛病，也可能是心向外开着的那扇门，还没有人敲。

小账

小账一：不安可以读成心的互动性在没有对象时发出的声音；它指向外面，而敲门的人，往往不是自己安排的。

小账二：翻动了“心是自足的起点，不安是心的故障”这一旧预设；落在承重命题之一“新心的 0→1 是赐”的西方先声上，并为推论 T3（接住的条件）先放下一个入口。

第 18 章

帕斯卡：心有理性不知的理

这一章的问题：新的东西从哪里来？这一章换一个问法：当一个人说不出为什么，却明明白白地喜欢、明明白白地不肯时，那些“说不出”的理由，到底在哪里，是怎么来的？

场景　说不出为什么喜欢的一条老街

小敏二十六岁，是一名新入职的护士。这是我构想的人物，下面的场景也是我构想的。

她上的是三班倒。有一天夜班下来，天刚亮，她没有走平时那条宽马路，而是顺着医院后墙拐进了一条老街。街很窄，两边是两三层的旧楼，青灰色的砖，墙角有水渍。一个修鞋摊刚摆出来，摊主在拧收音机的旋钮。二楼窗台上，有人用泡沫箱种了一排葱。她走到街尾，花了不到十分钟，却觉得整个人松下来了。

此后只要下夜班，她就绕这条路。过了几周，同宿舍的朋友问她：“你天天绕那么远，那条街到底有什么好？”

小敏一时答不上来。她先说“安静”，可那条街其实不算安静，早点摊的叫卖声很响。她又说“有生活气”，朋友笑她：“商场里也有生活气，还有空调。”她再想，想到的全是缺点：路面不平，没有像样的店，下雨天积水，晚上灯也暗。她把这些缺点一条条数完，自己先愣住了：照这个单子，她不应该喜欢这条街。

可她就是喜欢。朋友说：“那你的喜欢没有道理。”小敏说：“有的，我只是还没讲出来。”

这句“有的，只是还没讲出来”，三百多年前有人写过一个更凝练的版本。

◆ 拆解

帕斯卡写下的那一句

布莱兹·帕斯卡（Blaise Pascal，1623—1662）是法国人，既是数学家、物理学家，也是一位虔诚的基督徒。他留下的《思想录》（Pensées）并不是一本他自己写成的书，而是他去世后，人们从他留下的大量纸片和笔记里整理编出来的。所以同一条话在不同的编本里编号不同，下面我只写大意，不写编号。

那句话是：

> Le cœur a ses raisons que la raison ne connaît point.

用白话说：心有它自己的理由，这些理由，理性并不知道。（出自《思想录》，常见编号为布伦士维格本第277条、拉斐玛本第423条〔待核〕。）

要把这句话读对，先得留意一件事：帕斯卡说的“心”，不只是我们今天说的“感情用事”的那个心。他在同一组笔记里谈到，我们知道一些最基本的东西，比如空间是有的，时间是有的，数是无穷的，这些并不是靠推理证明的，而是心当下就知道的，理性后来的所有推理，都踩在这些东西上面。他还说，信仰是“上帝为心所感觉”，不是为理性所感觉（大意，出自同一处笔记〔待核〕）。所以他的“心”，是一个能够不经证明而直接接住东西的器官。

另有一对常被一起提起的说法：几何的精神（esprit de géométrie）和敏锐的精神（esprit de finesse）。几何的精神，是从少数几条原则出发，一步一步推出去；敏锐的精神，是一眼之间同时看见许多细微的东西，来不及一条条列出来，也无法一条条证明。帕斯卡说，有些东西只能靠后者看见（大意〔待核〕）。

小敏在老街上用的，就是后一种。她一眼之间收进了青砖的颜色、收音机的声音、窗台的葱、修鞋人手上的动作、早点的香气，还有天刚亮时人还没醒透的松

弛。这些东西没法在一个单子上排队，所以她一数就数出一串缺点：缺点是可以列的，喜欢的理由却是一团。

理由在哪里：用 SDE 的话说

按本书的口径，一件东西的发生，是在 E（特征纠缠系统）中，经 D（差异序列），显露为 S（显露）。把这个口径放到小敏身上：

她的“喜欢”，是已经显露出来的 S。她数出来的缺点，是另一层显露：理性能够用语言排成一排的那一部分。两者对不上，不是因为她“没有理由”，而是因为喜欢这个 S 背后的东西，大部分还在 E 里。

这个 E 里有什么？我不知道，这需要小敏自己慢慢找。但可以猜它由哪一类东西组成：她小时候走过的某条巷子；外婆家院子里晾衣服的绳子；夜班一整晚都在消毒水、仪器声、走廊灯光里，这条街恰好是反过来的；还有她刚入职、一切都要证明自己时，一个“不必证明什么”的地方有多难得。这些东西不是一条条理由，而是互相缠在一起的许多特征，它们一起，被一次清晨的步行（D）触发，显露成了“我喜欢这条街”。

所以，帕斯卡说“心有理由，理性不知道”，用本书的话讲：心的理由，是还没被理性逐条显露出来的 E。“不知道”并不等于“没有”，它只是说：这些理由还没有走到可以被说出来的那一步。

这里要小心一个容易滑过去的地方。把心的理由说成“在 E 里”，并不是把它说成是小敏自己的一件私有物。E 是互相纠缠的整个特征系统，小敏的外婆、那条街、夜班、医院，都在里面。心的理由，从来不只是我的，它是许多东西在我这里碰在一起，显露出来的样子。这一点，后面讲帕斯卡的“恩典”时还要用到。

帕斯卡的最强之处

对一位思想家，先说他最强的地方，再说缝隙。帕斯卡至少有三处，是很难绕过的。

第一，他拒绝让理性当起点。 十七世纪是理性高歌猛进的时代，笛卡尔刚刚把“我思”立为一切的地基（下一章会讲）。帕斯卡是笛卡尔同时代的人，他自己就是第一流的数学家，却偏偏说：理性的最后一步，是承认有无穷多的东西在它之外（出自《思想录》，大意〔待核〕）。一个把几何用到极致的人，反过来划定几何的边界，这是很有分量的。

第二，他也拒绝让心当“凭感觉”的挡箭牌。 他有一条很容易被忽略的话：有两种过分，一是排斥理性，二是只承认理性（大意，出自《思想录》〔待核〕）。也就是说，他既不接受“理性说了算”，也不接受“我心里就是这么觉得，你别管”。他还说，心有它自己的秩序（l'ordre du cœur），这种秩序不同于理性的秩序，但它是有秩序的（大意〔待核〕）。这一点很要紧：他讲的心的理由，不是任性，是另一种有条理的东西。

第三，他明确说心不是自己给自己的。 对他来说，信仰是上帝的恩赐。他的原话大意是：别以为我们说信仰是推理得来的礼物，信仰是上帝给的（大意，出自《思想录》〔待核〕）。他还留下过一张著名的纸片，记录了一六五四年十一月某夜他经历的一次强烈的宗教体验，开头一个字是“火”。他把这张纸缝在衣服里带了很多年，直到去世后才被人发现（史实：1654年11月23日的记录、缝在衣内、去世后才被人发现，已据维基百科条目核对；开头一字为“火”，本次未直接核，〔待核〕）。这张纸说的，用基督教自己的话讲，是被接住，不是自己生出来。

这三条合起来，帕斯卡几乎已经站在本书想说的东西旁边了：心不是单独的起点，理由比说得出的更多，新的东西是被给的。

缝隙在哪里

但帕斯卡留下的，是三块散放的东西，没有一条线把它们穿起来。

第一块，是“心直接知道”：空间、时间、数这些基本的东西，心一下子就接住了。这是“发现”的口气，好像那些东西本来就在那里，心去看见它。

第二块，是“信仰是恩赐”：心里的新东西是赐下来的。这是“赐”的口气。

第三块，是“习惯是第二本性”。他明白地说过，习惯会成为另一种本性（出自《思想录》，大意〔待核〕）；在著名的“赌注”一段里，他还对一个想信却信不了的人建议：照着信的人那样去做，去领圣水，去参加礼拜，这样做下去，信就会自然来。这是“操练”的口气。

三块都是真的，也都说得很好。但它们是什么关系？心既然直接就知道，为什么还需要赐？既然是赐的，为什么还要靠习惯练？习惯练出来的“信”，和赐下来的“信”是同一个东西吗？帕斯卡自己没有把这个关系讲成一个过程。他是一位在笔记里匆匆写下火花的人，临终前还没来得及把它们编成书，这不是他的过错。

本书的做法，是试着把这三块接成一条路：

- 新心从 E 来（赐），这是 0→1；
- 新心要在日常里被操练长大（习惯、第二本性），这是 1→N；
- 心“直接知道”的那些基本东西，不是凭空站着的地基，而是 E 里的东西一次次显露后沉淀成的、几乎不再需要追问的 S。

最后一条，是本书对帕斯卡的一个小小的改写：他把心当成能直接接住基本原理的器官，本书则说，所谓“直接知道”，是 D 走过太多次之后，显露变得又快又稳，快到看不见它走过路。这样一改，“发现”与“赐”与“操练”就在同一个过程里了。

这个喜欢，是三我里的哪一个在喜欢

本书第一编讲过，心是三界之我的合成：理念的我，现实的我，自我的我。把这个口径放到小敏的老街上，可以看到“喜欢”为什么那样难以说清。

现实的我，在这件事里是被扣分的那一个：绕路多走十分钟，路不平，晚上灯暗，一个要早睡补觉的夜班护士，按账本不该这么花力气。理念的我，在这件事里几乎没出场：她想成为的那个“能干的、不出错的好护士”，并没有为这条街说一句话。真正在喜欢的，主要是自我的我，那个下了夜班、卸下制服之后，才有机会冒出来的、带着童年气味和一整晚疲惫的我。

换句话说，小敏的“喜欢”之所以讲不出理由，是因为讲理由的工作，平时归理念的我和现实的我管，它们熟悉的是“有用、划算、该不该”；而这个喜欢，主要发自它们不太管的地方。三个我并不总是同时说话，它们合成心，却不总是一个声音。帕斯卡所说的“心的理由理性不知道”，用本书的话，可以落到这一层：理性熟悉的是前两个我的语言，自我的我有它的另一种语言，它也有理，只是不太用账本的格式。

这样看，也就明白了为什么那个理由说出来之后，小敏会有一点惊讶。她说出“是被看见”的时候，三个我第一次在这件事上碰了头：自我的我给出了理由，现实的我听懂了（原来这就是值得多走十分钟的东西），理念的我也被牵动了（她想成为的好护士，也许不该只是不出错，还应该是被看见、也看得见别人的）。合成的心，在这一刻，比说出来之前更完整了一点。

理性和心，是什么关系

回到那句话本身。“理性不知道”，容易被读成“理性无能”。但帕斯卡并不这样想，他自己是理性的大师。

我愿意这样理解他：理性和心不是两个争吵的对手，而是同一次发生里先后出场的两位。心先到：一眼之间，把许多纠缠着的东西接住，显露成一个“喜欢”或“不肯”。理性后到：把已经显露的东西，一部分拆开，一条条放到桌面上，检查哪些站得住，哪些是自己哄自己。

这里有两个方向的危险，帕斯卡都防了：

一是理性后到，却冒充先到。小敏的朋友就是这样，她说“商场里也有生活气”，仿佛喜欢必须先通过理由的审核才算数。可审核的单子，只能写理性已经知道的东西。

二是心先到，却不许理性来。有人一遇到质疑就说“我心里就是这么认定的”，仿佛理由可以永远不被说出来。这样，本来还没显露的 E，就永远没有机会

显露得更清楚，也永远没有机会被修正：如果那个“喜欢”背后其实是一次旧伤，或者一个误会呢？

所以心的理由，既不应该被理性一票否决，也不应该躲在“说不清”后面不动。更好的做法，是帕斯卡暗示的那种：心先接住，理性跟上，把能说的说出来，说不出的留着，并且允许自己被说出来的东西改变。

说出来，也有代价

还要补一个提醒，免得读者以为“把理由说出来”总是好事。

被说出来的理由，是一种压平。“被看见”三个字比小敏当时站在老街上的整个感受要窄得多，窄到有可能反过来盖住别的东西：青砖的颜色、早点摊的香气、天刚亮时的松弛，它们不在这三个字里。人一旦拿到一个说得通的理由，往往就不再去感受那一团没说出来的东西，仿佛理由是答案，答完就可以交卷。

帕斯卡说的“敏锐的精神”，吃的正是这个亏：它一眼看到许多，却无法一条条列出；一旦硬要列出，就丢掉了其中的大半。所以比较好的态度，是把说出来的理由当成一个“路标”，而不是“结论”：它指出一个方向，告诉你可以朝这边再走几步，而不是告诉你这条街的全部。小敏后来再去那条街，还会遇到她当时没说出来的东西，这是一件好事，说明 E 还有东西没有显露，这条街对她来说，还在继续发生。

◆ 对照旧地图：帕斯卡会怎样回答本书

按本书的做法，这里要把帕斯卡自己最强的辩护摆出来，并回答。

辩护一：你们说的 E，不就是我说的“心的理由”换了个名字吗？ 这个辩护有一半是对的。我同意，在“理由不在理性手里”这一点上，我们站在同一边，而且帕斯卡站在前面三百多年。不同在于：他的“心”到这里就收住了，只说心有理由；本书继续往下问，这些理由是怎么在 E 里积起来的（外婆的院子、夜班的灯），是怎么经 D 显露出来的（一次清晨的步行），显露之后又怎样反过来改写 E

（她从此改了回家的路，认识了修鞋人）。有没有这一条往回走的路，是本书和他的差别。

辩护二：恩赐是神学上的事，你们把它说成“E”，是不是把恩典稀释了？ 这个辩护我认真对待。基督教对恩典的讲法，有它自己的完整内容，本书无意替它代言，也不把“圣灵赐你新心”讲成别的什么。本书在这里做的，是另一件更小的事：用发生学的话，说明“为什么新心不可能是心自己造出来的”（以主体为中心的东西，不能从自身生出新的自己，这是本书的推论）。这个推论和恩典的讲法并不冲突，只是从另一个角度看同一个“不是我自己给自己的”。至于恩典本身是什么，那是神学自己的话，不在本书的范围。

辩护三：你们把“直接知道”说成是 D 走了很多遍的结果，那么空间、时间、数这些东西，难道也是练出来的？ 这是一个很有力的反问，我没有把握一下子答死。本书能说的是：对绝大多数日常里的“直接知道”，比如小敏对那条街的喜欢，“走了很多遍”的讲法是合适的；至于最基本的数学与空间概念，是不是也可以这样讲，本书没有证据，这里保留，留给读者和后来者。帕斯卡的这一处，本书不强行吃下。

辩护四：你们把心的理由讲成“可以慢慢追问、慢慢说出”，这不是把心变成了理性的下属吗？ 这个担心有道理，我用一个限定来回答。追问是可以做的，但追问不保证问得出来；有些理由追问到最后，仍然只能停在“我只是喜欢”，这时候停下来，就是对的。本书不要求一切都要说清，只要求不拿“说不清”当成“没必要再走”。能说出多少，由 E 自己显露的速度决定，不由理性的意愿决定。这一点，本书和帕斯卡并没有分歧。

与前后几位的关系，一笔带过：奥古斯丁（第17章）已经说过“心不安，直到安息在你那里”，心的方向是被给的；帕斯卡把这件事说成心有理性不知的理；下一章的笛卡尔，则反过来，把一切的地基放在“我思”上，帕斯卡正是在这条路上喊了一声“且慢”。中华一边，孟子讲“四端”，也是一个“直接就有”的心（第7章），与帕斯卡所说的“心直接知道”有相近的地方，只是那一边把“直接”理解成本来就有，这边理解成被给。

回到场景

小敏后来周末拉着朋友，白天又去了一趟那条街。

这回她不是路过，是慢慢走。她发现修鞋人认得她，因为夜班后几个早晨她都从他摊前过，他点过头。朋友问：“你到底喜欢这儿什么？”她看着两边的楼，忽然说：“你看，这条街太窄了，每家的窗户都对着对面那家的窗户。我在医院里，每天面对的都是门，一扇一扇关着的门。这里的窗户是开着的，谁家晾了什么，隔壁看得见。”她停了一下，又说：“是被看见吧。我喜欢这里有人看得见我。”

这个理由，在她被朋友追问之前，她自己也不知道。它是在这次追问里，被她一点点说出来的。

这里能结算出开场时没有的东西：

第一，小敏的“喜欢”，不是没有理由，也不是理由早已齐备在脑子里等着被念出。那些理由是 E 里的东西，要经过一次追问、一次走路（D），才显露出来一部分。说出来的那一部分，已经是新的东西了，因为说出来之后，她自己对“自己为什么喜欢”有了一个以前没有的理解。

第二，这个理解反过来改了她。知道自己喜欢“被看见”，她开始留意：宿舍里同屋的人其实每次都问她一句“今天累不累”，而她以前总是不回话。这就是回写：S 经 D 回写 E。

第三，帕斯卡那句话，在这里不必读成理性和心的对立。心的理由，是还没轮到理性来说的那一部分，轮到了，就说；还没轮到，就让它在那儿。

> 带走的话
>
> **心有理性不知道的理，不是因为它没有理，而是因为它的理还在路上，等着被走出来。**

小账

小账一：说不出理由的喜欢，其理由是还没显露的 E；说出一部分，就是一次新的发生，并会回写。

小账二：本章翻动了“心是自足的起点”这个旧预设，帕斯卡已经松了它，本书补上了他没有接上的路；落在承重命题 K4（心是三界之我的合成）的旁证与 K5（新心来自赐）的接口上。

第 19 章

从笛卡尔到弗洛伊德：心成了研究对象

这一章的问题：这件事里，心是被合成的，还是被当成了起点？这一章看的是一段三百年的接力：先有人把“我思”立为一切的起点，后有人发现“我”并不掌管自己的家，最后，心变成了可以被摆上桌面研究的对象。每一棒都有自己的道理，也都在无意中，把同一堵墙越砌越高。

场景　叫错名字的口误

阿杰三十四岁，做销售，刚当上爸爸。这是我构想的人物，下面这个场景也是我构想的。

孩子出生第三周，夜里要醒三四次。阿杰那一周平均每天睡不到五个小时。周四上午十点，他给一位姓王的客户打电话，对方是个新客户，他准备了一晚上的话。电话接通，对方说“喂”，阿杰张口就是：“李总您好——”

电话那头静了一秒。阿杰马上改口：“不好意思王总，我刚从另一个会上下来，脑子还没转过来。”王总笑了笑，说没事。后面的谈话很顺利，还约了见面。

挂了电话，阿杰自己也笑了。可心里有个地方闷闷的：李总，是上个月他刚丢掉的那个大客户。对方最后签给了竞争对手。他以为自己早放下了。

晚上他把这件事讲给妻子听，当笑话讲。妻子夹着菜，随口说了一句：“你是不是还惦记着老李那单？”

阿杰说：“没有。”过了一会儿，他又说：“……也不一定。”

一个叫错的名字，到底是什么？它是一扇窗，让人看到地下室里锁着的东西吗？还是睡眠不足时大脑的一次打滑？还是别的什么？要回答，得先看看，西方的“心”是怎样一路走到这个问题面前的。

◆ 拆解

第一棒：笛卡尔，把“我思”立成地基

勒内·笛卡尔（René Descartes，1596—1650）生在一个战乱的时代，天主教与新教打得不可开交，怀疑论在知识界流行，人们开始担心：我们到底有什么东西是真的可以靠的？他的办法是一个思想实验：把一切能怀疑的都怀疑一遍，感官可能骗人，梦里的东西也像真的，连数学也许是被一个全能的骗子安排的。可是有一样东西怀疑不掉：正在怀疑的那个“我”。他的名句是“我思，故我在”（法文 Je pense, donc je suis，出自《谈谈方法》第四部分，1637年；拉丁文 Cogito, ergo sum 见《哲学原理》，1644年，第一部分第7条）。

这一步的影响，要放大了看。它让“心”（笛卡尔更常用“心灵”“灵魂”这两个词）成了一个东西：一个“思想着的东西”（res cogitans），与有广延的物体（res extensa）分属两界。心灵对自己是透明的，我想什么，我当下就知道；而外面的世界、连同我的身体，反倒是后来才被确认的东西。于是认识的顺序倒了过来：先有一个站稳了的“我”，再由它去接触世界。

用本书的话讲，这就是“心是起点”这个预设，第一次被说成了哲学的第一原理。

笛卡尔的最强辩护

在评价这一棒之前，必须听他自己最有力的话。

其一，他立“我思”，不是在描写日常的心，是在给知识找一个不会塌的底。他面对的是整个知识界都在塌陷的时代，他要的是一个无论怎样怀疑都还站着的点。把这样一个点当成“一切发生的起点”来批评，有点错位：他问的是“什么不能被怀疑”，不是“心是怎么长出来的”。

其二，他并没有把人切成两半了事。 在《第一哲学沉思集》第六沉思里，他明确说，我并不是像舵手住在船里那样住在身体里，我和身体紧密地结合在一起，

混成一个整体（大意〔待核〕）。他最后一部著作《论灵魂的激情》（1649年）专门讨论喜、怒、爱、恨这些激情，认为它们是身体与灵魂结合的产物，有用处，要学会与之相处，他甚至把“慷慨”（générosité）列为最重要的美德（大意〔待核〕）。所以，说笛卡尔只认冷冰冰的“思”，是不公平的。

其三，“我思”是一个很小的起点，而不是很大的。 它只说：我在思，所以我是有的。它没有说我无所不知，也没有说我是世界的主人。

这三条本书都认。下面要说的缝隙，是在承认这三条之后，仍然看得到的。

这一棒留下的缝隙

缝隙在“透明”二字上。笛卡尔把心当成对自己透明的东西：我想什么，我就知道。可是一个人在睡了不到五个小时的一个上午，把一个客户叫成另一个客户，这件事里，“我”并不知道自己在叫什么，也不是想叫就叫的。透明的心，对这种事一点办法也没有。

同样重要的是，这样的心是一个一个围起来的：每个人都有一个内部，内部是思想，外面是世界和别人。这一堵墙，后面会反复出现。

接下来几棒：墙里的“我”一路被削薄

笛卡尔之后，很多人在墙里面做工作。我只点三位，每位一句话，再给他们最强的一句辩护。

约翰·洛克（John Locke，1632—1704）说，人生下来，心像一张白纸，字是后来经验写上去的（《人类理解论》，1690年〔待核〕）。这一步，其实已经把“心是起点”往后推了，起点成了经验。他的辩护是：我只是把看得见的来源还给经验，反对的是随口说“天生就有”。

大卫·休谟（David Hume，1711—1776）走得更远。他说，他向内去找“我”的时候，每次碰到的都是某一个知觉，冷或热，爱或恨，痛或乐，从来没有碰到过一个单独的“我”（《人性论》第一卷第四部分第六节，大意〔待

核〕）。他还有一句挑衅的话：“理性是，也应当是，激情的奴隶”（《人性论》第二卷第三部分第三节〔待核〕）。他的辩护是：我只不过是老老实实地汇报我看到的，我没有看到站在后台的主人。

伊曼努尔·康德（Immanuel Kant，1724—1804）接着回应休谟，说“我思”必须能够伴随我的一切表象（《纯粹理性批判》B131〔待核〕），这个“我思”不是一个看得到的东西，而是使经验成为“我的经验”的统一条件。他的辩护是：没有这一条，经验就散成一地碎片，根本不可能有“某人的经验”。

这三位，一位把起点推给经验，一位把“我”拆成一束知觉，一位把“我”改成一种统一的条件。读起来像是在反对笛卡尔，可是有一点三位都没动：墙还在，研究的对象仍然是“墙里面的那个东西”。

第二棒：心成了研究对象

十九世纪下半叶，一件新鲜的事发生了：心被搬进了实验室。威廉·冯特（Wilhelm Wundt）在莱比锡建立的心理学实验室，通常被当作科学心理学的开端，时间大约是1879年。从此，心理不再只是哲学家椅子上的沉思，而成了可以测量反应时间、记录感觉强度的对象。

这是一次真实的进步：人们可以更仔细地看心了。同时也是一次悄悄的转位：“心”原本是人的一部分，是我自己活着的样子，现在它成了摆在桌上的东西，有性质，有规律，可以被一个站在外面的人研究。

第三棒：弗洛伊德，“我”不是自己家里的主人

西格蒙德·弗洛伊德（Sigmund Freud，1856—1939）出场的位置，正好在这一条线上。他的工作里，最撼动旧地图的是这一条：人的心里，有一大片是“我”不知道的，但它在起作用。

他的做法，是认真对待那些平时被当作小毛病的事：做梦、口误、忘词、手误。在《日常生活的精神病理学》（1901年）里，他举了很多例子，说这些“失误动作”并不是随机的，往往指向被压下去的念头（书名与1901年已核，内容为大意

〔待核〕）。他还给出了一幅图：心里有三个“部门”——本我（das Es）、自我（das Ich）、超我（das Über-Ich）（《自我与本我》，1923年〔待核〕）。本我是冲动和欲望的发源处，超我带着从父母和社会里内化来的规矩，自我夹在中间，既要应付本我，又要顾着超我，还要面对现实。他有一个著名的说法，大意是：自我在自己的屋子里，也不是主人（《精神分析中的一个难题》，1917年〔待核〕）。

这一拳，打在笛卡尔的“透明”上，打得非常重。

弗洛伊德的最强辩护

其一，他是第一个把“心不知道自己”当作系统问题来对待的人。 在他之前，人们对口误、梦这类事，要么一笑置之，要么说是鬼神。他把它们当作正经的材料，这个态度本身，就改变了后来人看心的方式。

其二，他的心是有历史的，是动的。 他看重童年，看重冲突，看重一个人怎样走成今天的样子。这已经很接近发生学的眼光：心不是一块现成的东西，是从某些经历里长出来的。

其三，他给了一条出路，而且是往前走的。 他的一句名言，常被译作“本我在哪里，自我就应当在哪里”（Wo Es war, soll Ich werden，出自《精神分析新论》1933年〔待核〕）。意思是：这件事的目标，是让原来不知道的变成可以知道、可以担当的。这是一个“变成”的句子，不是“本来就是”的句子。

其四，他的模型是一个工作模型，他自己修改过。 他早期用的是“意识、前意识、无意识”的分层图，后来才换成本我、自我、超我的结构图。他不把任何一幅图当成终局。

这四条，合在一起，是一位真正做出了新东西的人。本书不是要推倒他，而是要看他和发生学之间，隔着什么。

把阿杰的口误放到这几棒里

现在回到那通电话。

按弗洛伊德一路的读法，阿杰把“王总”叫成“李总”，很可能是一个被压下去的念头（丢单的懊恼）从无意识里冒出来了。妻子那句“你是不是还惦记老李那单”，正是这一路读法的日常版。

按笛卡尔一路的读法，应该说不通：我明明知道对面是王总，怎么会叫错？除非“我”当时没在思，那就只是机械的打滑。

按本书的读法，这件事可以这样拆：

阿杰的口误，是一个已经显露的 S。它背后的 E，不是一个“地下室”，而是一大张互相缠绕的东西：上个月丢单留下的懊恼，这是其中一根线；这周每天睡不到五个小时，使得“检查对方是谁”这一道平时自动完成的程序变松了，这是一根线；他昨天下午刚把老李的资料整理归档，“李总”两个字是最近两天里他念过最多遍的称呼之一，这又是一根线；电话刚接通的那半秒，他正在翻王总的资料页，眼睛和嘴不在同一件事上，这还是一根线。

这些线在那半秒里碰到了一起，经一个很小的 D（“张口称呼”），显露成“李总”。用“哪一根线是真正的原因”来问，是在问一个太窄的问题。弗洛伊德一路倾向于从中挑出一根（被压抑的愿望），说它是“深层的”，其余的是“表层的”。本书的读法是：E 里的东西是一起起作用的，没有哪一根天然“在下面”；懊恼是其中之一，也许是比较重的一根，但睡眠和资料页同样不是借口。

三个部门与三个我：像，却不是一回事

读到这里，细心的读者会觉得：弗洛伊德的本我、自我、超我，和本书的理念的我、现实的我、自我的我，是不是一一对应的？

我的回答是：看起来有几分相像，但不能画等号。弗洛伊德的三个部门，是一台心理装置里的分工，本我管冲动，超我管规矩，自我负责协调；它们是位于一个

人“里面”的三个角色，彼此争斗，又彼此妥协。本书的三个我，是同一颗心在三个不同的世界里的样子：理念的我，是我想成为的人；现实的我，是账单、身体、作息里实际的人；自我的我，是夜里独处时感受和记忆里的人。后者并不是一个人内部的三个部门，而是三界里的三种“我”，它们各自连着不同的东西，合成一颗心。

这个差别，决定了一件事：弗洛伊德的三部门，天然在墙里；本书的三个我，通到墙外。现实的我，连着真实的账单和身体；理念的我，连着我心里的那幅“想成为的样子”；自我的我，连着只有我自己才有的记忆，但那记忆里也全是别人和别处。这也是为什么，本章一直说“墙要变成门”：并不是否认人有内部，而是说，内部的每一块，都有一头通在外面。

墙与互动：两种读法共同漏掉的东西

这里有一个更要紧的差别，也是本章想留给读者的。

笛卡尔把心围在墙里：里面是思，外面是世界。弗洛伊德把墙里分了层：上面是自我，下面是本我。两位的分层很不一样，但有一件事相同：解释口误的原因，都在这个人的“里面”。

可阿杰那通电话里，有一些东西明显在“外面”：王总接电话时的那一声“喂”（声音短，没有自报家门，所以没有给阿杰一个反应的缓冲）；公司把两个客户的资料放在相邻两页；孩子夜里的哭声。本书的推论是：心的互动性，不是一个次要的装饰，而是日常里这类事发生的接口。如果把阿杰的口误完全交给“他心里的某处”，就把一半原因关在了墙内。

这就是本书说的，心以主体性为中心，客体性和互动性是次要的、辅助的：主体性是心的出厂样子，所以人总是倾向于向“里面”找原因；而互动性和客体性被压在后面，所以特别容易被漏掉。笛卡尔和弗洛伊德，都是在这个倾向里做出了最杰出的工作，也都被这个倾向限定了。

心成了研究对象：得到了什么，失去了什么

把这段接力合起来看，得失都很清楚。

得到的：心可以被细致地观察、描述、谈论，也可以被帮助。一个人可以坐在一位专业人士对面，把自己的梦和口误说出来，慢慢明白一些以前不明白的东西。这是了不起的。

失去的：在希伯来的《圣经》里，在奥古斯丁和帕斯卡那里，心是一个被给予的、需要更新的、向着某个方向去的东西。到了这条线的末端，心变成了“一台机器”，有部件，有运行规律，有可能出毛病。机器是不会被“赐”一个新心的，机器只会被修理，或被调整。0→1（新东西的出现）在这个图景里没有位置，剩下的只有现有部件之间的关系，加上练习（1→N）。

语言也在悄悄地换：从“heart”（心，《圣经》和帕斯卡的词），到“mind”和“soul”（笛卡尔的词），到“psyche”和“mental apparatus”（弗洛伊德一路的词，字面是“心理的装置”〔待核〕）。词换了，看心的方式也就换了。

◆ 对照旧地图

如果请这几位一起来评阅本书，他们大概会提出以下的质疑，我替他们说出来，再回答。

笛卡尔会说：你们说“心是合成的、发生的”，那请问，是谁在合成？总得有一个合成者吧？ 这是最有力的一问。本书的回答是：不需要一个先于合成的合成者。合成是在 E 中、经 D、显露为 S 的过程，合成者是这个过程的结果，不是它的前提。笛卡尔式的坚持——“总得有一个我在那里”——正是本书想要松动的“心是起点”。不过我愿意承认，这一点是两种直觉的对立，不是证明出来的，读者可以在自己的经验里，拿“我一直在”的感觉和“我是后来显露的”这两种说法比一比，看哪一个更说得通。

休谟会说：我早就说过没有单独的“我”，你们不过是把我的话换成了SDE。 在“没有一个站在后台的主人”这一点上，我们站在一边，而且他站在前面。差别是：他把心拆成一束知觉之后就停下了，没有说这一束是怎么形成的、会往哪里长。本书要补的，是这条形成的路。

弗洛伊德会说：你们把我的本我说成“E 的一根线”，是不是太轻描淡写了？欲望、冲动，是有力量的东西。 这个质疑我认真对待。欲望确实有力量，在阿杰的例子里，丢单的懊恼可能是比较重的一根线。本书不否认某些线更重；本书否认的，是只有这些线“在下面”，别的都是“表面”。再者，要不要把欲望当作心最底层的发动机，这是一个本书无法在此处决断的大问题，欲望如何发生是另一个大题目，这里只提出：把欲望放在 E 里面一起看，而不是放在 E 的下面。

康德会说：没有一个统一的“我思”，经验不成其为经验。你们的“合成”，难道不是在讲同一件事？ 我觉得有一半是同一件事：都认为“我”是合起来的。差别在于，康德的统一，是一个先于经验的条件；本书的合成，是经验里发生出来的东西。这一点，康德自己会有强烈的反驳，我也不敢说本书已经胜过他。

回到场景

阿杰听了妻子的话，那天晚上把事情重新想了一遍。

他先试着接受弗洛伊德一路的读法：“我是不是还没放下老李那单？”他诚实地翻了翻自己，发现确实有点：每次看到那家公司的新闻，他都会多看两眼。可是，把这一次的口误全记在这笔账上，他又觉得说不过去，因为他同时想起自己那周的睡眠，想起那天手上翻着的资料页。

他最后做的是两件很小的事。一是把客户名字写在便利贴上，贴在电话旁边，通话前扫一眼；二是对妻子说：“你说得对，有一点。不过也有这周没睡好的份。”妻子笑着说：“那你以后打电话前，我替你看着孩子。”

这里能结算出开场时没有的东西：

一个口误，既不是一扇通向地下室的窗，也不是一次单纯的打滑，它是一个交叉点：许多线在那里碰了一下，让“一直在那儿”的东西露了一小截。读它，不是为了找出“真正的原因”，而是为了看清这些线是怎么交在一起的，然后在能动的地方动一动。便利贴是对睡眠和资料页这两根线的回应，那句坦白是对懊恼这根线的回应。两件事，一个在外面，一个在里面，一个简单到没有任何心理学，一个需要说出口。心的发生，从来不只发生在墙里面。

> 带走的话
>
> 从“我思”到本我，西方的心被越看越细、越拆越深，却始终留在一堵墙的里面；发生学想做的，是让这堵墙变成门。

小账

小账一：一个口误不是某一根线的暴露，是许多线（里的、外的）交在一起的一次显露；读它，要同时看里面和外面。

小账二：本章翻动了“心是对自己透明的起点”这一旧预设（笛卡尔），并指出弗洛伊德虽然打破了透明，却仍把原因关在墙内；落在承重命题 K4（客体性、互动性被压在主体性之后）与推论 T1 的旁边。

第 20 章

西方之心的SDE诊断：在“赐”与“发现”之间摇摆

这一章的问题：新的东西从哪里来？前面六章，从希伯来的《圣经》，走到柏拉图、亚里士多德、奥古斯丁、帕斯卡，再走到笛卡尔和弗洛伊德，这一章把它们放在一起问这个问题，并且为每一位留出他自己最有力的辩护。这是一章“合观”，不是一章“判决”。

场景　道理都懂，事做不到

小林二十九岁，是个程序员。这是我构想的人物，下面是我构想的场景。

他读过不少关于早起的文章，每一篇说的他都同意：早上头脑清醒，时间完整，不被消息打扰，运动、读书、做饭都有了地方。他的道理，一条也驳不倒。

于是他在一个周日夜里，坐在合租屋的书桌前，认真地写下：“从明天开始，每天六点起。”他调了闹钟，把手机放到床头够不着的柜子上，还把运动服叠好放在椅子上。写下这句话的时候，他是真诚的，真诚到有点感动。

周一早上，六点，闹钟响了。他伸手够不着，只好半个身子探出去，关掉，躺回去，想：“再五分钟。”再睁眼，九点十分，上班已经迟到。

坐在地铁上，他恨一个人，恨的就是昨夜那个写计划的自己。那个人说得那样笃定，好像一切都已经解决了；可是早上的这个人，什么也没有收到。他试过七次，一次比一次更有道理，也一次比一次更没用。

他把这件事讲给同屋的人听，同屋的人说：“你就是意志力不行。”小林沉默了一会儿，想：“也许是，可是我在别的事上，明明意志力很强，我能连续加班三天把一个线上故障改完。”

这是一个再普通不过的场景。有意思的是，这个“道理都懂，事做不到”的困局，几乎是西方思想里被讨论得最久的几件事之一。而讨论它的各种方式，恰好排成了一幅西方之心的地图。

◆ 拆解

先把摇摆的两端说清楚

本章用“赐”和“发现”两个字，来标出西方谈论“心”的两个口气。

“发现”的口气是：心里本来有什么，我们去看见它、回忆它、揭开它、让它实现。新的东西，说到底是原来有的东西露出来。

“赐”的口气是：心里缺着什么，新的东西从外面来，不是自己能给自己的。

这两个口气在西方并不是两派人，而常常是同一个人、同一本书里的两个声音。下面一位一位看。每一位的体例相同：先说他看见了什么，再说本书所见的缝隙，最后让他说出他最强的话。凡是“他大概会这样答”，是我替他想的，不是他的原话。

这一章里的判断，都是“本书的初步判断”，不是王德生的口述，也不是定论。

希伯来之心：两个声音写在同一本书里

《箴言》4:23 说：“你要保守你心，胜过保守一切，因为一生的果效是由心发出。”（和合本）这是一个“心是源头”的口气：一生的果效从心发出，所以心要保守。

《以西结书》36:26 的要点是：上帝要赐新心，除去石心，赐肉心。这是一个“心需要被换”的口气。

《耶利米书》17:9 还有一句更重的话，大意是人心比万物都诡诈，坏到极处，谁能识透呢（和合本）。

这三处合起来，就是一幅完整的图：心是一生的源头，所以要看守；心也会变硬变坏，自己看不透；所以新心要被赐。

本书所见的缝隙：这一处缝隙最小。它已经同时说了“心发出一切”与“心需要新的”，只是没有把“赐下的新心怎样在日常里长大”交代成过程，那是神学和教会生活里后续的讲法，不在这几节经文里。

他最强的辩护：希伯来的这个传统，最强的地方是诚实。它从不把心说成天生干净的东西，它既承认心是一切行为的发源，又承认这个发源地自己出了问题，没有一厢情愿。这个诚实，后来许多哲学里反而不多见。本书的第14章讲石心与肉心，就是要借这个诚实。

保罗：我所愿意的，我反不做

新约里的保罗，把“道理都懂，事做不到”写成了一个人的内心呼喊。《罗马书》7:19 说，我所愿意的善，我反不做，我所不愿意的恶，我倒去做（和合本）。接着他的结论不是“再加把劲”，而是“我真是苦啊，谁能救我脱离这取死的身体呢”（7:24），再然后，是第8章的整个转向：靠着圣灵。

本书所见的缝隙：保罗把“决心救不了自己”说得最干脆，这是对“心是起点”最有力的一记反驳，几乎不留缝隙。本书只想补一句：从7章到8章，是一个转折，而日常里的转折通常不是一次完成的，它既有“被救”的一刻，也有此后一天一天的更新。保罗自己在别处也谈到这种长期的更新（例如《罗马书》12:2，和合本有“只要心意更新而变化”），所以这不是他的缺漏，只是本章篇幅里没有展开的部分。

他最强的辩护：他大概会说，你们谈“一条路”，我谈的是“一个人被一位另外的主改变”，而这一点恰恰不能被写成一个任何人都能照着走的流程图。这一点，本书不去争辩；本书所做的，只是从“新的东西来自主体之外”这一点出发，在日常的层面上，看这个“外”是怎样落进来的，不替神学作结论，也不贬低它自己的说法。

柏拉图：灵魂三分，学习是回忆

柏拉图（Plato，约前427—前347）在《理想国》第四卷里，把灵魂分成理性、激情、欲望三部分；在《斐德若篇》里，他又把灵魂比作一辆马车，一个驭手，两匹马，一匹驯顺，一匹桀骜（出处《斐德若》246a—b）。他还有一个著名的讲法：学习是回忆，灵魂在出生前见过真理，现在只是想起来（《美诺篇》〔待核〕）。

本书所见的缝隙：回忆说是“发现”口气的典型：新知识其实是旧知识，所有的“新”都被还原成“想起来”。放到小林身上：他的“早起能力”如果本来就在灵魂里，那么七次失败只意味着没想起来。可事实上，从来没早起过的人，是长出了一种以前没有的习惯，不是想起了一种忘记的习惯。

他最强的辩护：他提出“回忆”，是为了回答一个真正的难题。《美诺篇》里有一个有名的悖论：你不知道的东西，你怎么去找它？找到了，你又怎么认得它就是你要找的？如果学习是从无到有，这个悖论是解不开的。他的马车图也不是静止的：驭手要驾驭两匹方向不一的马，说的恰是一个在张力里不断走动的心。他看见了新东西如何可能这个难题，并认真给了一个自洽的回答。本书的回答是 E：新东西不是从内部想起来的，是从与外部纠缠的系统里显露出来的。这是另一条答案，不是否认他的问题。

亚里士多德：习惯，是最接近发生学的西方讲法

亚里士多德（Aristotle，前384—前322）把灵魂说成有生命的身体的“形式”，不是身体之外的另一个东西（《论灵魂》第二卷第一章〔待核〕）。在伦理学上，他有一个很要紧的主张：德行是由习惯养成的，我们通过做公正的事成为公正的人，通过做勇敢的事成为勇敢的人（《尼各马可伦理学》第二卷第一章，大意〔待核〕）。他还专门讨论过“不自制”：一个人明明知道什么是好的，却没有做，他的解释是，那个知识在这时好像沉睡或醉酒的人说的话，是在嘴上而不在身上（《尼各马可伦理学》第七卷第三章，大意〔待核〕）。

本书所见的缝隙：在西方，这一位对“1→N”讲得非常实在。他说的习惯，几乎就是 D 的反复，他说的“知识在嘴上不在身上”，几乎就是“S 没有回写 E”。缝隙只剩一处：第一个公正的行动从哪里来？他的体系里，潜能走向现实，现实的样子大体已经由“这类东西本来的形式”定了。这使得“真正的新”在他的图景里位置很窄。

他最强的辩护：他对第一步其实有答案，而且是向外的答案。他明说，人是从小在父母、教师、法律的引导下，先做出那些行为，才慢慢养成品格的（《尼各马可伦理学》第二卷、第十卷，大意〔待核〕）。也就是说，起点在外面，不在“决心”里。他大概会这样回答本书：我早就说了，不是先有了好的心才做好事，是先在合适的环境里被带着做，才有了好的心。对这一点，本书非但不反对，还要借用。他留给本书的缝隙，只是“形式”二字背后那种“类的东西已经定好”的预设；在这个预设里，真正没有见过的新品格，很难有位置。

奥古斯丁：不安的心，与分裂的意愿

奥古斯丁（Augustine，354—430）在《忏悔录》开头写下了那句有名的话，大意是：你造了我们是向着你的，我们的心不得安宁，直到安息在你那里（《忏悔录》卷一第一章）。第八卷里，他记下自己皈依前心里意志的撕裂：他想要，又不想要，意志好像分成了两个。他也留下过那个听起来近乎玩笑的祷告：主啊，赐我贞洁，但是不要现在（《忏悔录》卷八第七章第17节）。

本书所见的缝隙：他对“赐”的看法最彻底：意志自己不能自救，要靠恩典。但同时，他把心的方向读成一个预先设好的朝向，心不安，是因为被造时就朝着那一处；归回，是回到本来朝向的地方。这样，“赐”之中又掺进了一点“回到本来”的味道，新，被部分地解释成归。

他最强的辩护：他大概会说，你们把“本来的朝向”看轻了。他并不是说心里藏着一个现成的神，而是说：心在被造的时候被造成了向着祂的，并不意味着心已经拥有祂。他还写过，祂比我最里面的还要里面，比我最高的还要高（《忏悔录》卷三第六章第11节）。也就是说，那个给予者既是最亲近的，又完全在我之外。这

样的话，“赐”与“本来的朝向”并不矛盾。这个辩护是认真的，本书认为它部分成立：它说明奥古斯丁没有把新缩成旧，而是把“外”与“最内”放在了一处。不过，从日常的角度说，他仍没有说明：这个被给予的东西，是怎样在一个小林式的清晨里长成习惯的。这一段，他留给了教会的生活。

帕斯卡：三块都对，没有串起来

帕斯卡的情形，上一章已经细讲。简单说：他有“心直接知道”（发现的口气），有“信仰是恩赐”（赐的口气），有“习惯是第二本性”（操练的口气）。

本书所见的缝隙：三块没有接成一个过程。

他最强的辩护：他可以说：我不是在写一部体系，我是在写给一个具体的、犹豫的、想信却信不了的人，这三块话是对三种不同处境的人分别说的；把它们硬接成一条线，反而是体系家的习气。这个辩护也有道理。本书的回答是：写给人的话，当然可以是零散的；而一本“导论”要做的，恰好是试着把零散的接成线。这是各自的工作，不是互相的批评。

笛卡尔到弗洛伊德：墙，与墙里的分层

上一章的结论是：笛卡尔把心围在墙里，并让它对自己透明；弗洛伊德打破了透明，却仍把原因关在墙内。

本书所见的缝隙：墙内的世界里，新东西只能从内部的材料重组而来，所以0→1没有位置；心成了对象之后，它就是可修、可调的装置，而不是可被赐予的东西。

他们最强的辩护：笛卡尔的辩护，是他在给知识找一个不会塌的底，并非在描述日常；他对身心结合的承认，说明他并不愿意把人切成两半。弗洛伊德的辩护，是他让“心不知道自己”成了严肃的研究题目，并给了往前走的方向（把不知道的变成可以知道的）。这些辩护，本书全部认。本书所说的缝隙，是在认了这些之后，仍然看得见的东西。

◆ 对照旧地图：同一道缝隙

把六位放在一起，看到的不是六个互不相干的缝隙，而是同一道：

- 站在“发现”一侧时，西方的心说得很细（灵魂的结构、习惯的养成、无意识的运作），却难以容纳真正的新；
- 站在“赐”一侧时，西方的心说得很深（意志的无能、恩典的必要），却难以交代新心怎样在日常里长大；
- 同一位思想家常常在两侧都站过（柏拉图、奥古斯丁、帕斯卡尤其明显），说明摇摆不是某个人的糊涂，是整个传统缺一条把两侧接成一个过程的路。

这条路，本书的写法是：E（万事互相效力）→ 0→1 新心（赐）→ 1→N 操练（习惯与标杆）→ 经 D 回写 E。亚里士多德已经走了其中的 1→N，奥古斯丁与帕斯卡看见了其中的 0→1，弗洛伊德看见了心不是自己的主人，笛卡尔提供了最后需要被松动的那个起点。西方留下的零件很多，缺的是串起它们的线。

这里还要留下两个必须老实交代的地方。

其一，这是一个“初步判断”，可以被推翻。 如果有人能指出，西方的某位思想家已经把“新心的来源”与“新心的成长”在同一个过程里交代清楚，那么“摇摆”这一判断对他就不成立。一个明显的候选者是托马斯·阿奎那（Thomas Aquinas，约1225—1274）：他把恩典与习惯、“灌注的德行”与“习得的德行”放在同一个体系里讲（《神学大全》第二集上部第六十三问前后，大意〔待核〕）。本编没有给他单独一章，这是本编的一个薄弱处；读者若觉得他已经接上了这条线，那就应当修正本章的判断。

其二，西方的强项，不能因为“摇摆”二字被抹掉。 它对意志无力的诚实（保罗与奥古斯丁）、对习惯的细致理论（亚里士多德）、对“心不透明”的发现（弗洛伊德）、对心有自己秩序的敏感（帕斯卡），都是别处不容易找到的东西。本书下面比较中华与印度时，还会反复回到这一点：三种心各自的缝隙，是三种文明在同一道难题前的三种走法，不是三种高低。

◆ 回到场景：小林的早起

回到小林。

七次失败里，每一次他都在用同一种办法：写下一个更有道理的决心。这个办法的背后，是一个很深的预设：心是起点，下了决心，行动自然跟上。也就是说，他在把“发心”当成0→1，把后面的一切当成顺理成章的展开。（本书后面第44章会专门讲，这个预设为什么是个错位。）

可是用本章这幅地图来看，夜里的决心只是一个 S（显露），它显露在夜里那个 E 里：不困，没有被窝，没有早晨的冷。第二天早上的 E 完全不同：身体、床、温度、前一晚的睡眠。这两个 E 之间，缺一条把夜里的 S 回写到早上 E 里的路。

同屋的人说“你就是意志力不行”，是柏拉图或笛卡尔一路的说法：好像意志是一个应该一直在场的主人。小林自己说“我在别的事上意志力很强”，是亚里士多德会点头的观察：不是一个人没有能力，而是这件事的习惯还没养成。

那么，转机是怎么来的？这是我构想的发展。一天，同屋的人（我们不给名字）要提前出门，说想多煮一锅粥，问小林：“你能不能早点起来，咱俩一起吃？不然我一个人吃也没意思。”小林并没有被这句话说服，他答应，是因为不好意思拒绝。第二天，他七点起了，闻到了粥的香。

他没有变成“早起的人”，他只是起了一次。可是这一次，是外面给的：一碗粥，一个人。接着是第二次，第三次。三周后，闹钟在六点四十，他能起来了；一个月后，他发现自己晚上十一点就会犯困，不再刷手机到一点，因为早晨有一个值得起来的理由。

再看一眼三个我。夜里写计划的，是理念的我：他想成为的那个“六点起床、神清气爽”的人，在夜里最容易现身，因为夜里不用真的起床。早晨按掉闹钟的，是现实的我：被窝、睡眠债、身体的重量，它不由理念的我说了算。而他恨自己的那一刻，是自我的我在说话。三个我平时分头说话，合成了小林的心；“决心”的

毛病在于，它只让第一个我发了言，另外两个我没有被请进会议室。粥的好处在于，它是一个现实的我也愿意参加的邀请：有热的东西，有人在，不用证明什么。

这里能结算出开场时没有的东西：

第一，“道理都懂，事做不到”，不是意志的缺陷，是 S（知道）没有一条路通到 E（身体、环境、他人）里去。知道，是显露在理性这一层的东西；要让它改变一个人，需要经 D 回写。

第二，起点不在决心里。是一碗粥、一个人的提议，从外面来。这就是“赐”的日常版（不是神学意义上的赐，是本书所说的“新的东西来自主体之外”）。有了第一次，后面是 1→N：习惯一天天长。

第三，西方留下的零件，在这个早晨全用上了：亚里士多德的习惯，保罗的“心里所愿意的做不到”，弗洛伊德的“我不是自己家里的主人”，帕斯卡的“心有它的理由”（他的心里，大概早就有一个想要有人陪着吃饭的理由）。缺的那条线，是那碗粥：外面的东西落进来，让这些零件第一次转起来。

> 带走的话
>
> 西方之心在“赐”与“发现”之间摇摆，不是因为想得不够，而是因为缺一条把二者连成一个过程的路；这条路的第一步，在心的外面。

小账

小账一：道理都懂而事做不到，是显露在理性层的 S 没有经 D 回写到身体与环境的 E；转机往往来自外面。

小账二：本章翻动了“决心（发心）是行动的起点”这一旧预设（T2 的前奏，第44章再展开），落在承重命题 K5（0→1 是赐，1→N 是操练）上，并给出对西方之心的一个可被推翻的“初步判断”。

第 四 编

印度之心：真我、止息与心识

编 序

这一编六章，请印度传统里讲心的几条路出来。

奥义书说“阿特曼即梵”，数论与瑜伽讲止息心的波动，佛陀讲“诸法意先导”与无我，唯识讲八识与阿赖耶识，《薄伽梵歌》讲不执着地行动。外文经典不抄现代译本，用自己的转述；梵文、巴利文名词只写通行译名。第 26 章合观：印度之心守着“回到本来”的安静，而“新”，在这里常常缺席。

这是一位读者的初步判断，欢迎各家的行家来修正。

第 21 章

奥义书：阿特曼即梵

这一章的问题：这件事里，心是被合成的，还是被当成了起点？再加一问：如果有一个比“我的心”更里面的东西，它算不算新的起点？

场景

周阿姨，六十二岁，退休小学教师，住老小区三楼，爱帮邻居的忙。（这是我构想的人物。）

这个场景也是我构想的。有一年秋天，邻居约她去江边看日出，她本来不想去，嫌早，嫌凉，膝盖也不好。可是前一晚孙子的补习班费用又涨了，她翻来覆去睡不踏实，索性起了个大早。

五点半，江边站着二十来个人，都不说话。天边先是一条灰白，然后变橙，然后有一小块金边冒出来。就在那几十秒里，周阿姨发现自己什么都没想。补习班的费用没有了，膝盖的酸没有了，“我是不是该给儿媳妇打个电话”也没有了。只有那块金边在长，江面在亮，风在脸上。她事后对邻居老赵（六十六岁，热心但爱算账，也是我构想的人物）说，那一会儿“好像我不在，又好像我整个人都在”。

然后旁边有人喊：“快拍下来！”手机举起来了一片。周阿姨也下意识去摸口袋。就在摸口袋的那一下，“我”回来了：我要拍，我拍得好不好，我得发给孙子看。

这是一个很多人都有过的瞬间。有人在山顶有，有人在产房外有，有人在听一首曲子的最后一个音时有。它短，说不清，但事后回想，很难说它不是真的。

印度最古老的一批思想家，对这个瞬间有一个很大的说法。这一章先把他们的说法讲清楚，再用本书的办法拆开看。

◆ 拆解之一：奥义书说了什么

先交代一下背景。奥义书是古印度的一批文本，产生在《吠陀》的后半段，大约在公元前几个世纪陆续成形〔待核〕。“奥义书”这个名字，通行的解释是“坐在近旁”，意思是老师把最要紧的话，对着坐在身边的学生低声讲出来〔待核〕。它们不是一个人写的，也不是一本书，是几十部长短不一的文本，里面有对话，有故事，有咒语，也有很短的断语。

这些文本反复讲两个词。

第一个词是“梵”。它指的是万事万物最底下的那个根，不是一个神像，也不是某个具体的东西，而是一切东西之所以是东西的那个底子。第二个词是“阿特曼”，通行译作“真我”或“自我”。它指的是一个人最里面的那一点，比身体深，比念头深，比“我是某某”这个名字也深。

奥义书里最有名的一个断语，就是把这两个词接起来：阿特曼就是梵。真我与万有的根，是同一个。

这话怎么讲给学生听？《歌者奥义书》里有一个著名的父子对话。父亲让儿子把一把盐放进水里，第二天来看。儿子去找，盐看不见了。父亲让他尝水的上面一口，咸；中间一口，咸；底下一口，咸。盐看不见，却在每一处。父亲于是说了一句，后来成为整个传统的招牌：那就是你。（这句话的梵文通常译作“汝即彼”，出处同在第六章，第6.8.7段起反复出现。）

我用自己的话转述父亲的意思：你以为你是一个被皮肤包起来的、叫某某的小东西；其实你最里面的那一点，和撑着整个世界的那一点，是同一点。盐在水里，看不见，但没有一处不咸。

还有一个比喻，出在《伽陀奥义书》〔待核〕。它把人比作一辆车：身体是车，感官是拉车的马，心（意）是缰绳，能分辨的那一部分（觉）是车夫，而坐在车里的车主，才是阿特曼。马若没有缰绳，车夫若不会赶，车就乱跑。这个比喻后面还要用到：它里面其实已经有了一套“心的分工”，但车主是不动的。

还有一个办法，是看人的状态。《蛙氏奥义书》讲，人有醒着、做梦、熟睡三种状态，在这三种状态底下，还有一个“第四”，不是第四种状态，而是这三种状态都在其上出现的那个底〔待核：Māṇḍūkya〕。醒时有“我”，梦里有“我”，熟睡无梦时似乎没有“我”，可是醒来你会说“我睡得很沉”，说明有一个什么一直在。那个一直在的，就是真我。

还有一层，值得单独拿出来讲，因为它和“心”这个字直接有关。《泰帖利耶奥义书》里有一个层层往里剥的讲法〔待核〕：人先是由食物构成的身体；往里是气，也就是呼吸与生命力；再往里是意，也就是心思、念头；再往里是识，也就是能分辨、能判断的那一部分；最里面是喜乐。每剥开一层，都说“这还不是，里面还有”。

请注意，“心”在这里排在第三层上下，不是最里面，也不是最外面。它被放在身体与真我之间，是一个中间的东西。这个排法，和本书的想法有一点相通：心不是最底下的东西，它是被合出来的。但奥义书合出来的方向是“往里剥”，剥到底，就是真我；本书的方向是“往外合”，合到三我、合到 E。一个往里走，一个往外走，各自都说了一半真话。

这条路径，我把它叫做“回到本来”：不是去造一个新东西，而是把盖在上面的东西一层层拿掉，认出一直就在那里的。拿掉的办法，有问答，有静坐，有一层层的“不是这个，不是这个”。

到这里，周阿姨的江边几十秒，在奥义书看来是怎么回事？很清楚：太阳升起时，那一层层盖在上面的东西，补习班、膝盖、“我该怎样”，暂时落下了，露出来的那个，就是真我。她说“好像我不在，又好像我整个人都在”，奥义书会说，你说得对：小我不在，大我整个在。

◆ 拆解之二：用本书的办法看这几十秒

本书不先说对错，先问一件事：这几十秒里，发生了什么？

本书说，心是三界之我的合成：理念的我，是我想成为的那个人，比如“一个好婆婆、好奶奶”；现实的我，是账单、膝盖、作息里的我，比如孙子补习班的费用、一夜没睡好；自我的我，是夜里独处时的感受与记忆，比如那阵心里的慌。平常这三个我是扣在一起的，像一只手的三根手指，一动都动，所以我们感觉有一颗“整的心”。

江边那几十秒里，发生的事情是：一个很大的场面（日出、江风、几十个人的沉默），一下子占满了周阿姨的注意。这个大场面不是她想出来的，是撞过来的，用本书的话说，是 E，是各种特征互相纠缠的那个大场子，在她面前显了一次。三个我在这个大场面面前，同时松了一下。理念的我没有要做的事，现实的我没有要算的账，自我的我也没有要想的事。合成松开了。

所以本书对“没有我”的读法是：这不是我不存在，而是三我的合成在一个很大的 E 面前，暂时松动了。

这和奥义书的读法，有多接近？很接近。两边都承认：平常那个“发动一切的我”，其实不是最里面的东西。奥义书说，它是外壳；本书说，它是合成出来的。这一点，比起通行的“心是起点”，两边都走得远。奥义书甚至比许多现代人走得还远，因为它早就看见了，那个自以为在驾车的、在算账的、在发心的“我”，并不是车主。

但分歧也在这里。

分歧一：松开之后，露出来的是什么？

奥义书说：露出来的是本来就在的真我，它不生不灭，一直在。

本书说：露出来的是一个显露，也就是 S。它在这一刻、在这个场面里、经过周阿姨一路走来的差异序列（D），显露了一次。D 是什么？是前一晚睡不着，是五点起床，是走到江边，是站着等了四十分钟，是旁边二十个人的沉默。没有这一串，同样的太阳，她在阳台上也看过无数次，没有这几十秒。

这两种读法的差别，用一个日常的比方说：一个人在老屋里翻出一张旧照片。奥义书的读法是，这张照片一直在抽屉里，你不过是打开了抽屉。本书的读法是，

抽屉里是不是有照片，要看这些年里有谁放进去过；你翻出来的这一张，是被放进去、被留下，才有的。大多数时候两种说法描述的是同一个动作，但“一直在”和“被发生”，在一个关键问题上分道：新的东西能不能出现？

分歧二：起点搬了家，还是不是起点？

本书的推论是：以主体为中心的东西，不能从自身生出新的自己，所以新的东西只能来自主体之外，来自 E。奥义书对这一点的回答，是釜底抽薪的：没有“主体之外”。一切都是梵，你说的 E，就是梵，就是你的真我。所以新东西的来处，和你最里面的那一点，是同一个地方。

这个回答是认真的，不能当作文字游戏打发。它的意思是：你把“我的心”和“外面的世界”分成两块，才会觉得需要一个东西从外面进来；其实根本没有两块。

本书的回应有两步，我尽量说得克制。

第一步，本书同意一半：在深处，我与万有不是互相隔开的两块。本书说的 E，是特征互相纠缠的系统，本来就不是一个“在我之外的仓库”。这一点，本书和奥义书不冲突。

第二步，本书保留一样东西：差异序列 D。如果真我就是梵，梵就是一切，为什么周阿姨需要五点起床走到江边？为什么奥义书自己，也要有老师、有问答、有漫长的修习？奥义书给的答案是：因为无明，因为盖着。路是用来去掉遮盖的。去掉遮盖的路，在奥义书那里是减法，越走越少。本书看到的是，这条路上有东西在长出来：认出来之前和认出来之后，那个人不是同一个人。减法的说法能解释“认出”，却没有为“长出”留位置。

有一点我要替奥义书说清楚，免得它被冤枉。说它“新缺席”，不能说成它不讲生成。《歌者奥义书》第六章的开头，就有一段创生的叙述：起初只有一，它起了一个念，愿我成为多，于是有了火、水、食物，一层层生出来。也就是说，奥义书的世界观里，“多”是从“一”里生出来的，生成是有的，而且讲得很美。

问题只在于，这个生成讲的是世界怎么出来，不是一个人的心怎么出来。一个人要做的事，是顺着这条生成的线，倒着走回去。生成在“外面”的宇宙那里，回去在“里面”的人这里。心这一边，只有回，没有生。这就是本书说奥义书对心的0→1保持沉默的意思，不是它不懂生成，而是它把生成留给了梵，把回归留给了人。

所以，我对奥义书这一部分的判断是：它把起点，从“我的心”搬到了“真我”，搬得很深、很远，但仍然是一个起点：一个本来具足、等着被认出的起点。而本书要说的是：心不是起点，是发生。这并不是说奥义书错了，而是说，奥义书回答的是“我最里面是什么”，本书想追问的是“一颗心是怎样出现的”。这是两个问题。

还要补一个日常里的提醒。“没有我”这件事，容易被人当成一个目标：既然那几十秒这么好，我就想办法天天有。可是请看这个念头自己：我想要那几十秒，我去安排，我评估今天的日出够不够好，我记着下次早点来。这又是理念的我在发动了，它把一次撞过来的松开，变成了一件要拿到手的东西。奥义书的传统对此是警惕的，它说真我不是靠“得到”得到的〔待核〕。本书也提醒：窗口是来的，不是抓的；抓住窗口的手，就是想关上它的手。

这里也不是要劝周阿姨什么。本书不作诊断，也不给任何人开方。它只是说：当你看见一个“没有我”的瞬间，先别急着问怎样再来一次，先问这一次里发生了什么，以及你想把什么带回去。

◆ 拆解之三：把奥义书最强的辩护完整说一遍

按照本书的纪律，每一个判断都要留出这位思想家自己最强的辩护。这里把它完整地替奥义书说出来，然后看本书能不能站住。

奥义书的人会这样说：你们讲发生，讲新东西，讲从外面来的赐予，这些话都在“时间”里讲。有一个从前没有、后来才有的东西，才叫发生。可是我们谈的那个真我，不在时间里。它不是在某一天出现的，它是让“某一天”能够出现的那个底。你问它是怎么发生的，就像问舞台是怎么上台的。一个舞台上演什么都可以，

演新戏，演旧戏，演得好，演得坏，可是舞台本身不演。你们的发生学，说的是舞台上的戏；我们说的是舞台。两边并不打架。

这个辩护有分量，我认为它是对的，至少对一半是对的。本书说的心，确实是“戏”这一层的东西：三我怎样合，合成什么样，怎样硬，怎样软，怎样长。本书没有资格、也没有想去论断“舞台”。如果有人经历到了一个不在时间里的底，本书不去否定他。

但是，本书还有一句话要说，这也是本书存在的理由：普通人一辈子活在戏里。周阿姨要缴费，要带孙子，要跟儿媳妇相处，要在楼道里和老赵打招呼。她的苦、她的喜、她的长大，都发生在戏里。一门只讲舞台的学问，哪怕再深，也回答不了“这出戏怎么演得更好一点，怎么让一颗硬了的心软回来”。奥义书自己也知道这一点，所以它才有那么多对“怎样生活”的叮嘱，有伦理，有师徒，有行事的规矩。本书做的，是把这一层认真地讲下来，讲成一门可以看得懂的学问。

所以，两边的关系，我认为可以这样说：奥义书讲底，本书讲生；奥义书说“你本来如此”，本书问“如此的你，是怎样一步步成了今天这个你的”。

◆ 拆解之四：三个要素，对着读一遍

为了让这一章不停在大话上，我把周阿姨的几十秒，用本书的三个要素再对一遍，放进一个小表。

要素	周阿姨的江边	奥义书的读法
E，纠缠的大场子	日出、江风、二十来个人的沉默，加上她前一晚没睡好的整个处境	梵：万有的底
D，差异序列	失眠，早起，走路，站着等，太阳一点点出来	去掉遮盖的路
S，显露	三我暂时松开，“我”退到后面	真我被认出

这张表看上去很整齐，其实有一个细节：第一列的 E，在周阿姨这里不是“一个整体的背景”，而是一件很具体的事——前一晚她愁着补习班的钱，所以这一天的日出，对她来说，是一个愁人的人在看日出，不是一个无事的人在看日出。若换

成老赵，同样站在那里，他可能一直在盘算这次约来的车费怎么摊。同一个太阳，显出的东西不同，因为 E 里的那些特征，在每个人身上的纠缠方式不同。这是本书和奥义书在细节上的一个差别：奥义书倾向于说，被认出的东西对谁都一样；本书倾向于说，窗口开了，进来的是什么，要看这个人的纠缠。

◆ 对照旧地图

把奥义书放到前面讲过的几位旁边，位置就清楚一点。

孟子也讲“本有”：人心里有四端，是天给的。但孟子要的是“扩而充之”，是把小小的开头养成大树，所以他的路是长出来的路（这在第7章讲过）。慧能讲“本来无一物”，和奥义书最近（第10章）。奥义书和慧能的差别在于：奥义书肯定地说那个底是“有”，是充满的“梵”；慧能连这个“有”也不愿落下。

西方这边，奥古斯丁说心“不得安宁，直到安息在你那里”（第17章），那是向一个外面的“你”回去。奥义书的回去，是向最里面回去，而且回到之后，里和外并无两样。

这样一比，奥义书有一个别人没有的强项：它彻底拿走了“我是发动者”的底气。它让一个人知道，自己并非站在世界对面、拿着一颗心去对付世界的小东西。这种知道，对一个怕得要死的人，是真实的解脱。《伽陀奥义书》里还有一个少年向死神问死后是什么〔待核〕，整部书是在回答一个关于死亡的问题。这样的传统，不能说它只是玄谈。

回到场景

周阿姨回到家，是上午八点。孙子的补习班缴费单还摆在桌上，数字没有变。

这是我构想的结尾。她站在桌边看了一会儿，没有像前一晚那样心里发紧。她把单子拿起来，翻过来，在背面写了几个字：问问儿媳妇，能不能换成隔周一次。然后去烧水。

这里有一点值得停一下。按奥义书的读法，故事到江边就够了：认出了真我，其余是余波。按本书的读法，故事真正的部分，才从这里开始：江边那几十秒是一次松动，是0→1的一个窗口，窗口开了，有东西进来了；进来之后，如果被带回日常，在缴费单背面写下一行字，那就是S经D回写E：显露的东西，通过一个具体的动作，改写了她与孙子、与儿媳妇、与那笔钱的纠缠。

如果没有这一步呢？如果她回家，把那几十秒当作一件美事收藏起来，然后继续为同样的事同样地发紧？那这几十秒，仍然是真实的，但它是一次路过，不是一次长大。奥义书的传统里，有很严肃的人在问这个问题，如何让“认出”不只是一次路过，所以才有后来漫长的修习与传承。这一点，我在第26章再讲。

> 带走的话
>
> 最里面那一点，也许确实和一切同根；可心，依然要靠一次一次的走到、等到、带回来，才长成一颗心。

小账

小账一：本章结算的新理解——“没有我”的瞬间，是三我合成的一次松开；奥义书读作“认出真我”，本书读作“一次发生的窗口”，差别在于问“认出了什么”还是“带回了什么”。

小账二：本章翻动了“心是起点”的旧预设——奥义书把起点从“我的心”搬到“真我”，搬得很深，但仍是起点；落在承重命题T1（以主体为中心的东西，不能从自身生出新的自己），同时记下奥义书“没有主体之外”的最强辩护。

第 22 章

数论与瑜伽：止息心的波动

这一章的问题：新的东西从哪里来？再问一句：把心静下来，算不算新心的来处，还是只是为新心清出一块地？

场景

王姐，四十五岁，公司行政，家里有位年迈的母亲要照顾。（这是我构想的人物。）

这个场景也是我构想的。那天周四，王姐从早上起就没有消停过：九点，同事催一张月报表，催了三遍；十点半，领导把上午定好的方案改了口；中午，母亲打来电话，说降压药快吃完了，语气不重，但王姐听得出她在等一个答复；下午，行政群里为一箱办公用品该谁去领吵了几句。

晚上回到家，母亲已经睡下。王姐给自己倒了杯水，放在餐桌上，放下包，才发现桌上还有早上忘了喝的一杯水，杯底沉着一层细细的东西，是她前几天泡的什么粉末没化干净。她随手端起来晃了一下想倒掉，水立刻浑了，整杯水成了灰白的。

她没有倒。她把杯子放回桌上，在椅子上坐下来，什么也没做，只是看着。浑水里的东西在转，在晃，慢慢慢慢往下落。先是大的，再是细的，最后连最细的那一层也沉下去。过了大约十几分钟，水又清了，杯底的东西老老实实躺在原来的位置。

她看着这杯水，忽然想起自己这一天。她没有往下想什么大道理，只是觉得，那杯水和她的脑袋，有点像。

这个小小的瞬间，几乎是印度古人最爱用的比喻之一：心像水，念头像水里的搅动，静下来，水就清。这一章讲的，就是把这个比喻做成了一整套方法的两个学派：数论与瑜伽。

◆ 拆解之一：数论怎样分开两样东西

先讲数论。它是印度最早的系统哲学之一，现存最完整的文本，是一部叫《数论颂》的短诗，成书大约在公元四五世纪，但它所总结的思想要早得多〔待核〕。

数论的出发点是一个干净利落的二分：世界上有两种东西，彼此完全不同。

一种叫“神我”，这是一个很容易引起误会的译名，它跟“神”没有关系，指的是纯粹的“观看者”，只看，不动，不做，不生，也不受苦。你可以把它想成一个纯粹的“知道”。

另一种叫“自性”，意思是“本来的性质”，指的是一切会变、会动、会生出东西的那个材料，从石头、河流，到身体、念头、情绪、感觉，全算在里面。自性本身没有知觉，但它会不停地变，变出整个世界。

自性变出世界的过程，数论讲得很有次序〔待核〕：先是“觉”，也就是能够分辨的那一层；觉再生出“我慢”，也就是“我是做事的人”这个感觉；再生出“意”，负责统合感官的材料；再往下，是五种感官、五种做事的器官，最后是五种粗大的元素。其中觉、我慢、意三者合在一起，被称为“内在的工具”，这就是数论那里的“心”。

请先停一下，看这一点。在数论里，“心”不是单一的东西，它是被合出来的：三个部分，各管一摊，合起来像是一个“我的心”。这一点和本书的出发点有相通之处，本书也说，心是三界之我的合成，不是一个原点。当然，合成的零件不同：数论的三件，是分辨、我执、统合；本书的三件，是理念的我、现实的我、自我的我。但“心是合成的”这一步，两边都走了。

数论接着说，人的痛苦从哪里来？从一个混同来：神我本来只是看着，却把自性变出来的那些东西，当成了自己的事。身体痛，以为是“我”痛；念头乱，以为

是“我”乱；日子难，以为是“我”难。可那个纯粹的观看者，其实什么也没有发生。解脱的办法，就是看清这个区分，叫做“分辨知”。看清之后，自性就像一个演完了戏的舞女，退场了〔待核：《数论颂》第59颂上下，以舞者作比〕。观看者回到自己，不再被牵着走。

用日常话说：王姐那一天里的催促、改口、吵嘴，在数论看来，全是自性在变，是材料在动；而那个站在后面、被这些事情弄得很累的“我”，如果真的只是观看者，其实从头到尾没有被动过。

◆ 拆解之二：瑜伽怎样把这个区分做成操练

瑜伽这一派，常和数论配成一对，因为它基本接受数论的世界图景，但给了一套实实在在的操练办法。它的核心文本叫《瑜伽经》，相传是一位叫波颠阇利的人整理的，年代有争论，一般认为在公元前后到公元四五世纪之间〔待核〕。

《瑜伽经》开头不久，就给了整套学问的一句总定义。我转述它的意思：瑜伽就是把心的活动止息下来。紧接着说，止息了，观看者就安住在自己的本相里；没有止息的时候，观看者就与心的活动认同了〔待核：1.3—1.4〕。

这里的“心的活动”，原词指的是心的一种起伏，像水面起的波，所以常被译为“心的波动”。《瑜伽经》把这些波动分成五类，我用日常话转述一下〔待核：1.5—1.11〕：一是看对了的认知，比如亲眼看见、合理推断；二是看错了的认知，比如把绳子看成蛇；三是凭空的想象，比如一个词引出一幅并不存在的画面；四是睡眠；五是记忆。你会发现，这五样几乎把一个人整个白天加黑夜的心理活动都包进去了。王姐那一天，有看对的（报表的数字），有看错的（以为领导在针对她），有想象的（母亲没药了会怎样），也有记忆（上一次吵嘴时的话）。五类里没有哪一类是坏东西，它们都是波动，都会把水搅浑。

怎么止息？《瑜伽经》给了两个总的办法：反复修习，和不执着（离欲）〔待核：1.12〕。又给了一套次序，一般称为“八支”：先是对待他人与自己的几条规矩，再是坐姿、呼吸、收回向外的感官，然后是把心定在一处，持续地定，最后是

完全的专注状态〔待核：《瑜伽经》第二章、第三章〕。这套次序很细，细到连坐多久、呼吸多长都有讲究。这是人类历史上最早的、成体系的“心的操练”之一。

后世的讲解者，喜欢用水来说明这个意思：水被风搅动时，月亮的影子是碎的；水静下来，月亮的影子就是完整的〔待核：这类比喻多见于后世注释，不一定出自经文本身〕。止息的意思，就是让水静下来，让里面本来的东西如实地照出来。

回到王姐的杯子。她什么也没有做，只是让它静置，水就清了。这恰恰是瑜伽的洞见的一个日常版本：很多时候，不是需要往水里加什么，而是需要停止搅它。

数论还有一个说法，对日常特别贴身，值得单独讲：三种“质地”，通行译名叫“三德”〔待核：《数论颂》第12—13颂上下〕。自性这种材料，有三种性质，永远搭配出现：一种是轻而明亮的，让人觉得清楚、舒展、看得明白；一种是躁动的，让人想动、想做、想抢，也让人焦急；一种是沉而滞的，让人迟钝、昏沉、不想动。世上一切东西，包括心，都是这三种质地不同比例的调和。

拿王姐的周四来对一遍，会很有趣。上午催表格那一阵，躁动的质地占了上风，她手快、心急、说话快；午后吵群的时候，是躁动加沉滞，话越说越硬，心里越来越堵；晚上看杯子的那十几分钟，轻明的质地升上来，她才看得出杯底有什么。同一个王姐，一天里三种质地换了几轮。数论说，这些都不是“她”，是材料的调和在变。

这个说法的好处，是它让人对自己的心情有了一点距离：我此刻烦，不一定是我这个人烦，也许只是躁动的质地此刻多了一点。它的局限，也在这里：如果一切都归于质地的调和，那么“这个人是谁”、“这个人想成为谁”这些问题，就被放到了一边。本书恰恰要追问这些。

再说一件常被忽略的事。《瑜伽经》自己有一处很有意思的提法：当心的活动都止息了，心里依然会留下一种“印记”；而最高的止息，连这种由止息自身留下的印记，也要止息〔待核：《瑜伽经》1.50—1.51〕。这个提法的意思是：练过，是会留下东西的；静坐过，是会在心里留下一道辙的。瑜伽的传统很清楚地看见了这一点，也看见了这一点带来的麻烦：连“修过”也成了需要放下的东西。

从本书的角度看，这是一个很重要的承认。留下印记，意思就是心会因为经历而改变，也就是说，心有一个朝前的方向，它不是一个原地不动的底。印记在这个传统里被当成障碍，要逐层消解；在本书里，它是1→N的材料，是长大的一部分。同一个事实，两个方向的用法。这也再一次说明，本书和瑜伽并非站在对立的两边，而是在同一块地上，朝着不同的方向使力。

◆ 拆解之三：用本书的办法看

本书的办法，仍然是先问：这里发生了什么？

王姐的杯子里，发生了一件事：一个本来混着的东西，在不被打扰的条件下，自己分开了。沉渣沉下去，水显出来。这可以用D，差异序列，来读：静置的十几分钟，是一串差异——大的先落、小的后落、浑到半浑到清——这一串序列有顺序，不能跳。她要的清水，是这串序列的末端，显露出来的S。

所以本书并不反对静。相反，静本身是一种D，是一段不可省略的等待。许多事不是做出来的，是等出来的。母亲的血压要等药起作用，面团要等发酵，一场吵嘴之后的话要等气消了才说得出口。瑜伽把“等”变成一门学问，这一点，本书佩服。

但本书有三处要跟它对读。

第一处，关于“谁”在止息心。瑜伽的说法是，神我——那个纯粹的观看者——是不动的，所以它既不创造，也不发动。真正发动的，是自性。心，作为“内在工具”，属于自性那一边。换句话说，在数论与瑜伽的图景里，主体性，也就是“我在看、我在知”，被整个抽到了神我那一边，而神我什么也不做；心这边，留下的是一个被动的、会起伏的、需要被止息的材料。

这个安排，和本书对心的看法，刚好相对。本书从王德生的话出发：心是三界之我的合成，其属性以主体性为中心，客体性与互动性为辅助。也就是说，在本书这里，主体性是心自己的中心，心不是被主体看着的东西，心就是主体性所在。数论与瑜伽把这个中心拿走，放到心外面，放到一个不动的观看者身上；心于是成

了“被看的”。这是同一件事的两种划线法，各有道理，但划出来的“心”完全是两个东西。

有人会问：那个“观看者”，在日常里不是有对应的吗？夜里独处时，我们常常能“看着自己”，看着自己在烦、在怕、在气，这个看着的“我”，岂不就是神我？

这个对应有它的道理，本书的“自我的我”，确实包含这样一个会回头看自己的部分。可是本书不把它放在心外面。看着自己的那个我，同样有它的记忆、它的偏好、它的习惯性的反应；王姐半夜“看着”自己的烦躁时，那个看着的人，也带着对母亲的愧疚和对自己的要求。所以它不是一个干净的、不受染的观看者，它是三我里的一个，和另外两个互相拉扯。数论瑜伽的观看者是纯净的、不动的，这是一个极有力量的设想；本书的自我的我是有颜色的、会动的，这是日常里更常遇到的事实。两者哪一个更“真”，本书不去裁；本书只问：对一个今晚还要给母亲热牛奶的人来说，哪一种说法，更能帮她看清手里这杯水。

第二处，关于止息的终点。《瑜伽经》谈到，最高的状态里，一切心的活动都止息了，此时连“有所知”这样的活动也没有，剩下的是一种叫“独存”的状态，观看者与自性彻底分开〔待核：《瑜伽经》第四章末〕。在这个终点上，自性——也就是一切的变化与纠缠——被看作一种需要摆脱的牵连。

本书对这一步有保留。这个保留，不是否定，而是换一个问法：被摆脱的那些纠缠，是不是同时也是新的东西来的地方？本书的承重命题里，T1 说，以主体为中心的东西不能从自身生出新的自己，新的东西要来自 E。若 E 被看作要摆脱的牵连，那么一个人完全静止之后，也就把新的东西进来的通道一并关了。（第26章对印度之心做总的诊断时，会回到这一点。）

第三处，关于“波动”本身。瑜伽把波动当成对立面，目标是消灭它。本书想提出一个问题：所有的波动，是同一种东西吗？王姐的那杯水，被晃浑，有两种晃法：一种是被人胡乱搅动；另一种是，水里加进了一勺蜂蜜，要先搅一搅，让它化

开。第二种搅，是浑，是波动，但它是新东西进入的方式。如果一杯水从来不许浑，它也就不可能变成一杯蜂蜜水。

还有一个提醒，是给日常里想学静的人的。“止息”不是“压住”。把一杯正在晃的水用手按住，水面看上去不动了，底下的涡流还在。瑜伽自己对这一点分得很清：它说的止息，是让条件到位，让波动自己落下去，不是靠一股狠劲把念头按死〔待核〕。王姐那杯水，她没有去按它，她只是不再晃它。本书不是在教任何人怎么静坐，也不对任何人的心情作判断，只是提醒：静置和压制，在水面上看起来相像，在杯底下是两回事。

◆ 对照旧地图

放在本书前后几章旁边看，数论与瑜伽的位置很特别。

庄子讲“心斋”，讲虚（第9章），“虚”字和瑜伽的“止息”有相近的味道：都是让心空出来。但庄子的“虚”，是为了“虚室生白”，让光进来；《瑜伽经》的止息，终点是独存，是和一切分开。同样是静，开口的方向不同：一个像开窗，一个像归巢。

柏拉图讲灵魂三分，把马车夫与两匹马作比（第15章），这和《伽陀奥义书》里的车喻，竟是出奇地相近。两边都在说：心里有不同的力量，要有一个东西来驾驭。差别在于，柏拉图的车夫是理性，是灵魂的一部分，而数论里的车主——神我——不在车里面出力，它只是坐着。

这样看，瑜伽的强项很清楚，我把它完整地写下来，免得本书对它不公平。

第一，它是可操练的。很多关于心的思想，讲得好听，却让人无从下手。瑜伽给了次序、给了方法，普通人能照着做，也能看到变化。

第二，它说出了一个极普通却极重要的事实：搅浑的水，需要的往往是不动它。现代生活里，人的心几乎没有一刻静置的时间，一个人若能给自己十几分钟的杯子式的静置，许多事情的样子会不同。

第三，它的分辨很犀利。“痛是自性在变，不是我在痛”这个想法，对一些人是真实的松动：看出自己并不等于自己的情绪，是一种很实用的本事。

瑜伽的辩护者还可以这样回应本书：你们说波动里有新东西进来，可是我们的经验是，大多数的“新东西”，不过是新添的一层波；真正新的，恰恰是静下来之后才显出来的。本书承认，这句话在很多情形下是对的。因此，本书不把“静”和“新”当作对头。本书只是说，静是新的条件之一，它能把地清出来，却不一定是新本身。

回到场景

水清了。王姐看见杯底躺着的那层东西，原来不是脏东西，是她前几天泡的一种粉，没有化开，沉着。如果刚才她把杯子倒掉，她永远不知道里面是什么。

她把那杯水放在一边，另倒了一杯新的，喝了。然后她做了一件白天没有时间做的事：拿起手机，给母亲常去的那家药店打了个电话，约好明天上午让他们把降压药备好，她下班路过取。

这是我构想的结尾。请看这个顺序：先是静置，静置让水清了，让她看见了杯底有什么；然后才是一个动作——打电话。如果只有静置，没有这个电话，水是清的，药还是没有。如果只有电话，没有静置，那个电话她大概也会打，但是会带着一天的火气，说不定会跟药店的人为一句话争起来。静置没有制造那个电话，却让那个电话变得干净。

本书的小结是这样：数论与瑜伽讲的“止息”，是 D 里面极重要的一段，是让显露得以清晰的一段。它不是 0→1，0→1 要有新东西进来；它也不是 1→N，1→N 是长大。它是这两者之前或之间的整地。瑜伽把这块地整得最彻底，彻底到有时分不清，整地之后，是要盖房子，还是要把地一直空着。

最后补一句关于方向的话。如果把本书的三个问题带进来问：这件事里，心是被合成的，还是被当成了起点？数论的回答偏向前者，它把心拆成了几件，这很好。新的东西从哪里来？数论与瑜伽的回答是：从“分辨”里来，从看清而来，它

所说的“新”是解脱，而解脱不是一颗新心，是一个不再被心牵着走的观看者。长大靠什么？靠修习，靠不执着，靠日复一日的止息。这三个回答，每一个都有道理，每一个也都留下了缝：本书把这些缝放在第五编里，与中华之心、西方之心的缝放在一起看。

> **带走的话**
>
> 水静下来，杯底的东西才看得见；但看见之后是倒掉、喝下，还是加一勺蜜，还得有人伸手。

> **小账**
>
> 小账一：本章结算的新理解——“止息”是 D 里必须有的一段等待，它让显露清晰，却不等于新东西本身；数论瑜伽把主体性抽到不动的观看者身上，心因此成了被看的材料。
>
> 小账二：本章翻动了“心是起点”的旧预设——数论已把心拆成觉、我慢、意三件合成之物，与“心是合成”相通；同时落在承重命题 T1 与 T3：新东西来自 E，而止息的终点把 E 看作缠缚，关掉了接口。

第 23 章

佛陀：诸法意先导与无我

这一章的问题：这件事里，心是被合成的，还是被当成了起点？这一章还要多问一句：当一位思想家把“心发动一切”说得最干脆的时候，他是不是真的把心当成了起点？

场景

小敏，二十六岁，护士，新入职不久，爱学新东西。（这是我构想的人物。）

这个场景也是我构想的。小敏上了一个星期的夜班，终于轮到休息日。她晚饭后点开一部朋友推荐的剧，想着看一集就睡。第一集结束时，主角被人关进了一间屋子，画面停在门锁转动的特写上。她按了“下一集”。

第三集结束时，她去倒了杯水，没有喝，端回来放在手边。第六集，她哭了，为剧里一个她其实不太喜欢的配角，那人临死前说了一句很平常的话。第八集，天窗外有点灰，她没有注意。第九集播到一半，手机弹出“电量不足百分之二十”，她才抬起头，发现脖子是僵的，水杯里的水一口没动，肚子已经饿过了那个劲。

她愣愣地坐了一会儿。奇怪的不是看了九集，奇怪的是，这九集里，她好像一次也没有“决定”过。每一集结尾，那个“下一集”，是自己就按下去的。而且刚才哭的时候，她不知道是谁在哭：是她，还是剧里的人，还是因为夜班累了，眼泪找了个出口。

“我”到哪去了？这个问题，在两千五百年前，有一个人认真地问过，而且认真地答了。

◆ 拆解之一：佛陀与那两句有名的偈

佛陀，本名乔达摩·悉达多，生活在古印度东北部，大约在公元前五到前四世纪，具体生卒年份学界有争论〔待核〕。他讲了四十多年的法，没有自己写下任何东西，教导由弟子口耳相传，后来用巴利文等语言编成经藏。本章提到的经文，我都用自己的话转述，只写通行译名。

要讲佛陀对“心”的态度，最好的入口，是一部叫《法句经》的短偈集，它收了四百多首偈，是佛教里流传最广的小书之一。它的开头两首偈，几乎每个学佛的人都背得出来。我转述它们的大意：

一切心的状态，以意为先导，以意为主，由意造作。一个人若带着染污的心说话、做事，苦就跟着他，像车轮跟着拉车的牛的蹄子。一个人若带着清净的心说话、做事，乐就跟着他，像影子不离身。

这两首偈，如果单拿出来读，很像本书开头要批评的那张旧地图：心→发动→一切。“诸法意先导”，意思几乎就是“万事以心为先”，一个人的苦乐，都由心发出，这与《箴言》4:23 的“一生的果效是由心发出”，在口气上很近。

但如果据此断定，佛陀是一位“心为起点”论者，就走得太快了。理由有两层。

第一层，这两首偈的语境是伦理，不是宇宙论。它在讲一件很实际的事：你说话做事时的动机，决定了后面跟着来的是苦还是乐。“意”在这里是动机、是意图，是“业”的核心。佛教讲“业”，最看重的就是意图那一层：同样一个动作，带着恶意做和无意中做，后果在心里留下的东西不同。所以这两偈，是在叮嘱人：你做的每件事，都先在意里成形，所以要在意这里下工夫。这是一条实践的提醒，不是在宣布“世界由心创造”。

第二层，也是更要紧的一层：佛陀自己对“心”的基本说法，恰恰是心没有一个自己站得住的起点。下面分两步讲：无我与缘起。

◆ 拆解之二：无我

佛陀的一个核心说法是“无我”，但这三个字很容易被误解成“没有这个人”，或者“人没有自我价值”。意思都不对。

佛陀拆的是一个很具体的东西：一个常住不变、独立存在、能够主宰自己的“我”。他的拆法是这样的。他把一个人分成五类东西，叫“五蕴”：一是身体，二是感受，三是认知（认出、想到），四是倾向与意向（想做什么、习惯怎么反应），五是识（觉知本身）。然后他问：这五样里，哪一样可以被称为“我”？

在一篇叫《无我相经》的经里〔待核〕，他对最初的五位弟子，是这样论证的，我转述其意：假如身体是我，那么身体就该听我的，我说“愿我的身体不衰老、不生病”，它就该照办；可是身体并不照办，所以它不是我。感受也一样：我并不能命令一种感受只来不去。认知、倾向、识，也是同样。逐项问过去，没有一项真的能被“我”所主宰。又问：这五样是恒常的，还是变动的？变动的。变动的东西，让你不满足的东西，你能把它当作“这是我，这是我的自己”吗？不能。

注意，这是一个论证，不是一个结论先行的口号。它的力量在于，它邀请每个人回到自己的经验里去验证：你的心情是你决定的吗？你的念头是你点名叫来的吗？你哪天会老，你能下命令吗？

回到小敏的九集。用无我的眼光来看：那个按“下一集”的手，没有一个“决定者”站在后面。是前一集结尾的悬念（条件），加上疲惫的身体（条件），加上“再看一点就睡”的习惯倾向（条件），加上剧情里情感的牵引（条件），这些东西合在一起，手就动了。事后她才说“我按了”。无我的意思，就是：把那个“事后才说的我”，当成事前的发动者，是一个习惯性的错觉。

佛陀并不就此宣布“人是幻觉，一切虚无”。有些问题，比如死后如何、世界是否永恒，他拒绝回答，因为他认为回答它们对解除眼前的苦没有帮助〔待核：佛陀对一些形而上问题“沉默”，经文中常称“无记”〕。他关心的是：苦，和苦的止息。

◆ 拆解之三：缘起

与无我配成一对的，是缘起。缘起的最简说法，我转述成这样〔待核：多处经文皆有此类句式，如《相应部》〕：有这个，就有那个；这个生起，那个就生起；没有这个，就没有那个；这个止息，那个就止息。

这个说法的意思是：世间的一切，包括一个人的心，都不是靠自己站住的，都靠别的条件。没有一个东西是“第一个”，没有一个东西是不依赖别的东西而存在的。

佛陀把这个原则用在人生上，展开成一条链，叫“十二因缘”：因为无明（对事情的真相不了解），所以有各种造作的倾向；因为有倾向，所以有识；有识，所以有身与心的结构；有这个结构，所以有感官的六个入口；有入口，所以有接触；有接触，所以有感受；有感受，所以有渴爱；有渴爱，所以有执取；有执取，所以有“有”，也就是一个持续的存在；然后有生，有老死〔待核：十二支的次序与译名，各部派略有出入〕。

这条链有两种读法。顺着读，是苦怎么一环扣一环地产生；倒着读，是只要把其中一环断开，后面的就不再生起。佛陀特别看重的断点，是“感受”与“渴爱”之间：一个人感受到什么，是被动的；但感受之后要不要生出渴爱和执取，这里有空隙，有可以下工夫的地方。

用小敏的九集来对：看（接触），觉得紧张好看（感受），想知道后面怎样（渴爱），按下一集（执取），于是继续（持续的存在）。链条清清楚楚。她当时身在链里，看不见这条链；事后回头，看见了。

◆ 拆解之四：用本书的办法看

到这里，可以把佛陀和本书放在一起，做一个比较。我分三点说。

第一点：佛陀与本书，在一件极大的事上站在同一边。本书的开头说“心不是起点，是发生”。佛陀的缘起和无我，是人类思想史上把这件事说得最彻底的几个

人之一：没有一个独立的、先于一切的发动者；你以为的发动者，是一堆条件合起来的样子。五蕴的说法，更是明明白白的“合成”，身、受、想、行、识合在一起，被叫做“我”。这跟本书的三界之我合成一颗心，在精神上是一路的。

所以，那句“诸法意先导”，若放在佛陀自己的整体里读，它不是起点论，而是一条实践的杠杆：既然心是条件之一，而且是最容易下手的那个条件，就从这里使力。这一点，我愿意替佛陀这样辩护：他没有把心当成起点，他只是把心当成了最近的把手。

第二点：两者的“合成”并不相同，这也是细节处的分歧。五蕴拆的是材料：身体、感受、认知、倾向、识。本书的三我拆的是“我”的类型：我想成为谁（理念的我），我实际是什么（现实的我），我夜里独处时感到什么（自我的我）。佛陀的拆法，目的是证明“我”找不到；本书的拆法，目的是说明“我”是怎样发生出来的。

这里要写清楚本书的立场，以免读者误会：本书说心的属性以主体性为中心，这是说，被合成出来的这颗心，它的中心是主体性——“是我在看、是我在做、是我在想”。这不等于说有一个不变的主体实体。佛陀拆掉的，是那个不变的实体；本书讲的，是合成出来的中心。所以，在这一点上，本书与无我并不正面冲突。本书不说“我是错觉”，也不说“我是起点”，本书说“我是发生体”：它真实，因为它在起作用；它不是起点，因为它是合成的、会变的。

第三点：缘起与“万事互相效力”，字面相近，方向不同。本书的承重命题里有一条：圣灵叫万事万物互相效力，讲的是意义三律的心的发生学（口述 K6，第34、35章会详细讲）。缘起说“万事互相依存、互相引生”，两者都在说：没有孤立的东西，一切在关系里。这是共同点，很大。

不同在于用途。缘起的十二支，主要是用来找断点：苦是怎样一环一环生起的，在哪里剪断？它的逆观是“此灭故彼灭”，最终指向苦的止息，指向涅槃。而“万事互相效力”，在经文里说的是互相效力是为了益处——“叫爱神的人得益处”（《罗马书》8:28），指向的是得着、是生出新的东西。一个是用关系来解

开，一个是用关系来接住。这不是对错的差别，是问题设定不同：佛陀问的是“苦怎么止息”，圣经的这一句说的是“益处怎样临到”。

还有一个接口，值得在这里先记一笔。佛陀的传统里，有一组很日常的修习，通行译名叫“慈、悲、喜、舍”，也称四种无量的心〔待核〕：愿别人安乐，不忍别人受苦，为别人的好处高兴，对远近亲疏一视同仁地平静。这几样都是把心向外打开的练法，是把“我”的圈子一圈一圈放大。从本书的眼光看，这正是心里互动性的操练：一个讲无我的传统，同时是一个把心向别人打开得很用力的传统，并不矛盾，反而一脉相承：既然没有一个紧紧守着的我，心就有地方容纳别人。第36章讲“接住的条件”时，还会回到这里。

◆ 拆解之五：路是怎样铺的

佛陀的教导，有一个很著名的骨架，叫“四圣谛”：有苦；苦有来由；苦可以止息；止息有一条路〔待核〕。这条路叫“八正道”，大致可以分成三块：行为上的规矩，也就是说话、做事、谋生要正当；心的训练，也就是努力、觉察与专注；以及见地，也就是看事情的方式〔待核：八支的具体名称与次序〕。

请留意，这条路里没有一样是“赐”，每一样都是“练”。而且它不是只练头脑，说话、做事、谋生这些最日常的事，被放在最前头。这一点值得本书致敬：佛陀把“心的长大”，毫不含糊地落在了日常的行为上。这和本书后面第七编要讲的1→N，在精神上是相通的：心不是想长大就长大，它长在一件一件具体的事里。

无我也不等于不负责。一个常见的误会是：既然没有“我”，那做了什么也就与我无关了。佛陀的意思恰恰相反。正因为没有一个躲在后面的、可以推卸的“我”，每一个念头、每一句话留下的痕迹，都要落在这一串条件上，包括你自己。所以他才那样看重意图，看重《法句经》开篇的那两偈。无我与负责，在他那里是同一块硬币的两面。

最后，补一句关于追剧的话。本书不把小敏的九集当作一个毛病来讲，更没有给她定性的意思。一部好剧让人哭、让人入迷、让人忘了喝水，这本身就是一次不小的体验，是一种 E 的大场面，在她面前展开。本书只是借它看一件事：当“我决

定”的感觉暂时退后，条件的推力就露了出来，看见这个，不用靠任何大道理，一个夜班过后的休息日就够了。

◆ 对照旧地图

放回本书前后几位旁边，佛陀的位置可以这样看。

孟子（第7章）认为心里有四个“端”，是一个起头，要去扩充。佛陀会说：你找到的那个起头，也是条件凑出来的，再往前追，追不到一个自己站得住的点。荀子（第8章）讲“化性起伪”，靠人为的积累来改变；佛陀的“修习”也是积累，也要日复一日地做，这一点两者很近。

奥义书（第21章）把“我”搬进最深处，说那就是梵；佛陀的路向偏偏相反：他说，找到最深处，找不到一个“我”。同一个时代、同一块土地上，一个说“最里面是真我”，一个说“最里面没有我”，两边都走得很远、很认真。本书不在这里裁判，但值得提醒读者的是：两边反对的是同一个东西，就是那个浅层的、爱发号施令的小我。

至于圣经的“赐”（第14章、第33章），佛陀确实不讲。他说得很明白：你是自己的依靠，没有谁能替你做〔待核：《法句经》第160偈上下，大意“自己是自己的依怙”；不同译本译法不一，有译“朋友”者，本次仅核得后者〕。解脱靠自己修，不靠别人给。这里是三种文明之心的一道大分界，第五编会专门比较。

接下来要写的，是佛陀一方最强的辩护。我想把它写得完整。

佛陀的人会这样说：你们说新东西是“赐”的，要来自主体之外。可是我们早就说过：条件具足，果自然生，不需要一个赐予者。我们并不关起门来说“一切由我”，我们说的是“一切由条件”，其中包括你自己的努力，也包括你遇到的老师、你听到的教法、你身边的人。这已经是在 E 中发生了。而且，佛陀自己的觉悟，对他和对整个传统，都是一个真真实实的新东西：“佛”这个字的意思就是“觉醒的人”。一个人在菩提树下醒来，这不是 0→1 是什么？

这个辩护很强，我认为它有一半打中了本书。打中的一半是：缘起这个说法，已经把“新东西来自条件，而不是来自一个先在的主体”讲得很清楚，这与本书的T1几乎同向。

但佛陀自己对这一次觉悟的说法，值得留意。有一篇经里，他把自己的觉悟比作一个人在林中走，发现了一座古城和一条古路，于是回去告诉国王，请他修复这座城〔待核：《相应部》因缘相应中“城邑经”一类的比喻〕。也就是说，他自己的讲法，是“发现”一条从前诸佛走过的古道，而不是“发生”一条前所未有的路。这与奥义书的“回到本来”在方向上遥相呼应，也是本书在第26章要认真讨论的“新的缺席”：不是这个传统没有新的事情发生，而是它倾向于把新的事情，说成是古老的东西被重新找到。

回到场景

小敏回过神来，是九集半之后的清晨。她放下手机，没有懊恼，也没有给自己下什么结论。她只是想起了第三集结尾，自己去倒了那杯水，倒了没喝。

那时候她其实有一个空隙。她已经站起来了，水也倒好了，只要那一刻她喝一口水、站在窗边看一眼外面，也许“下一集”的手就不会那么自动地按下去。这个空隙，用缘起的话说，就是感受与渴爱之间的那道缝；用本书的话说，是D里一个可以插进新的差异的位置。

第二天，这是我构想的，她看另一部剧的第三集结尾时，先去厨房煮了一碗面，吃完了才回来决定看不看。她没有戒剧，也没有立什么规矩。她只是在链条上，多放了一件事。

结算出来的新理解是：入迷之所以让人觉得“忘了自己”，不是因为自己被偷走了，而是因为平时被“我在决定”遮住的那股条件的推力，这一次露出来了。佛陀说，这股推力一直在；平常的“我决定”，是事后补上的一句话。本书同意这个看法，并加一句：既然是条件在推，那么往条件里加一点东西，就是改变推力的办法。加的这一点，如果落得下去，就是一次小小的回写：S经D，回到E。

带走的话

“我按下去的”是事后才有的话；事前有的，是一整条条件在推，而你仍然可以往里面放一碗面。

小账

小账一：本章结算的新理解——“诸法意先导”在佛陀那里是实践的杠杆，不是起点论；无我与缘起把“心不是起点”讲得极彻底，但其用途是解开链条，本书的用途是接住与长出。

小账二：本章翻动了“心是起点”的旧预设——佛陀本人并不把心当作起点，只当作最近的把手；落在承重命题 T1（新东西来自主体之外的条件），并记下缘起与“万事互相效力”字面相近、方向不同。

第 24 章

唯识：八识与阿赖耶识

这一章的问题：新的东西从哪里来？这一章换一个问法：一颗心把过去存在哪里，存下的东西怎样回头改写这颗心自己？印度传统里，把这件事讲得最细的，是唯识。

场景

老刘今年七十，退休工人，口头禅是“我就是这样”。（这是我构想的人物。）

这个场景也是我构想的。周六下午，老刘在楼下小卖部门口等女儿来接他去吃饭。旁边修鞋摊的收音机里忽然响起一首老歌的前奏，几个音符而已。老刘本来在看路上的车，这时他不动了。他没有想起任何具体的事，没有一个画面、一句歌词、一个人名，可是肩膀松下来一点，胸口有点发热，嘴角还往上走了一下。过了几秒，他才“想起来”：那是三十多年前厂里的广播站，每天下午四点半放这首歌，放完就该交班了。

女儿到的时候，他正低头摸口袋里的烟，其实他早就戒了。女儿问他在想什么，他说：“没想什么，就是听了首歌。”

这几秒钟里有一件事值得慢慢看：他“想起来”之前，身体已经先知道了。不是他决定要怀念，是歌声一响，一整套东西自己亮了起来，亮完了他才知道亮的是什么。

唯识这一派，就是专门琢磨这几秒钟里发生了什么的。

唯识在说什么：八个“识”

先把名词说白。“识”，在这里可以先读成“心里了别、认出的那一种作用”。唯识这一派的名字，意思是：我们所经历的种种境相，都不离开识这种作用而显现。它不是说外面什么都没有，而是说，我们碰到的世界，总是已经被识摆成了某个样子才到我们面前。这一派在中国由玄奘从印度带回，后人称法相宗；论典里最常被提起的有世亲的《唯识三十颂》，和玄奘糅合十位论师注释而成的《成唯识论》。

它把心分成八个识，可以按“离日常多远”来排：

前五个，是眼、耳、鼻、舌、身五种识，管看、听、闻、尝、触。老刘听见前奏，是耳识在工作。

第六个叫意识，管比较、回忆、推理、起念头。老刘几秒之后“想起来是厂里的广播”，是意识在工作。我们平常说的“我在想”，说的主要就是这一层。

第七个叫末那识。这个名字是音译，意思接近“思量”。它的特点是：不停地、不被注意地，把第八识当成“我”，抓着不放。它不是我们说的“我想一想”那种想，而是一种比想更底下的“我在这里，这是我的”的味道，白天黑夜都不断。

第八个叫阿赖耶识，通常意译为“藏识”，因为它像一座仓库，把一切经历留下的东西收藏起来。它也叫“一切种子识”。

前六个识会间断：睡熟了，意识没了；昏过去了，眼耳也停了。第七和第八，按唯识的讲法，是一直在转的。最底下的阿赖耶识，论典里有个形象的说法，叫“恒转如瀑流”，大意是：它一直流动，不是一块不动的石头，而是像瀑布，看着是一条，其实每一瞬都是新的水。

读到这里，普通读者可能会想：这和我们平常说的“心”差不多吧。差别在于，唯识不把心看成一个整块，它把心拆成了几层工作，而且最关键的是，它说最底下那一层是仓库。

◆ 种子与熏习：仓库里存的是什么

仓库里存的东西，叫“种子”。

种子这个比喻要小心用。它不是说里面真有颗粒，而是说，每一次经历留下的，不是一张照片，而是一种“下回遇到合适条件就会再冒出来的能力”。你学过骑自行车，留下的不是“某年某月某地摔了一跤”的录像，而是一种下次上车时身体自己知道怎么平衡的潜力。种子就是这种潜力。

唯识最有意思的地方，是它讲种子和日常生活之间的往返，也是三句话：

第一句，种子生现行。条件到了，种子就冒出来，变成眼前这一刻的经验。这一刻冒出来的东西，叫“现行”。老刘那几秒，就是三十多年前的某些种子，被一首歌的前奏碰到了，冒了出来。

第二句，现行熏种子。这一刻的经验，不会过去就算了，它又回头在仓库里留下新的印子，这个动作叫“熏习”，就像一间屋子里常年烧香，墙壁会带上香味。老刘今天站在小卖部门口的这几秒，也会再往仓库里添一笔，下回再听到类似的前奏，反应会略微不同。

第三句，种子生种子。仓库里的东西，前一瞬和后一瞬之间，自己也在延续。

论典里把这三者的关系叫做“展转”，说它们因果同时。意思是，它不是“先有种子，后有现行，再后有新种子”那样排队，而是在同一个过程里互相成全：种子靠现行显出来，现行靠种子冒出来，现行又回头重写种子。

我读到这里的时候，觉得需要停一下。因为“现行熏种子”这五个字，几乎就是本书一直在讲的那个动作：显露出来的东西，回头改写它所由来的底座。

◆ 第七识：那个一直在说“我”的底层

再回到老刘的口头禅。

“我就是这样”，这句话不是在描述一件事，它是在宣布：这个“我”是现成的、定了的。唯识里的第七识，做的正是这件事的最底层版本：不管仓库里流动的是什么，它都从中抓出一块，说“这是我”。因为它不间断，所以我们平时察觉不到它，就像察觉不到自己一直在呼吸。

这里我要特别小心。第七识不是“自我中心的坏毛病”，在唯识的讲法里，它是凡夫心的一个结构性特点。每个没有修行转化的心，都带着它。所以我不拿它给老刘定性，老刘只是一个借来的例子，告诉我们：一个人说“我就是这样”的时候，说出口的是一个很浅的层面，而支撑这句话的，是一个深得多、也不断得多的抓取动作。

这和第5章讲的主体中心，有一个值得对照的地方。第5章说，心以主体性为中心，是它的出厂样子。唯识没有用这个词，但它对第七识的描述，正好把“出厂样子”的底层机制写得很细：不是谁决定要以自己为中心，而是有一个底层的动作，一刻不停地在把“我”这个中心维持起来。

◆ SDE读法：唯识里有没有回写

好，现在做本章的主要工作：用SDE去读。

先对一下号。唯识里的“仓库”，也就是阿赖耶识里的种子总体，在SDE里对应的是E，也就是特征纠缠系统：许多过去的经验，彼此牵连，没有一条一条分开放着。一首歌的前奏碰到的，从来不是一条孤立的记忆，而是一串缠在一起的东西：厂房的味道、同事的声音、下班前的松弛、手里那根烟。这就是“纠缠”。

“现行”，这一刻冒出来的经验，是S，也就是显露。S在这里要读成“显露”，不读成静态的“结构”：老刘的肩膀松下来、胸口发热，是被显露出来的东西。

从种子到现行，中间要有条件，有顺序，有一个“碰到什么、先后怎样”的过程，这是D，差异序列。一首歌的前奏，不是随便哪个声音都行，是这个音高、这个节奏碰到了，才引出这一串，而不是另一串。

再看“现行熏种子”：S经D回写E。这和本书反复用的那句话是一致的：显露出来的，经过差异序列，回头写进纠缠的底座。

所以，我的读法是：**唯识在印度传统里，是把“回写”当作心的基本动作、并且讲得最细的一家**。这一点，我要把话说足，因为它决定了本章后面所有的判断。

如果一个传统说“心是起点，一切由心发动”，它的图是单向的：心发出去，世界跟着变。唯识不是这样。它的图是一个圈：仓库出现经验，经验又改写仓库。这个圈里，没有哪一个点是真正的起点，每一个“现在”都既是前面种子的结果，又是后面种子的原因。也就是说，在它这里，“心是起点”这条旧预设已经被拆掉了一大半。

我读到这里，是带着敬意的。

◆ 最强辩护之一：唯识并没有把新的东西关在门外

不过，如果只讲到这里，下一步就容易滑成一句过快的话：“唯识是回写，所以和发生学一回事。”我不想这样说，因为唯识内部有一场很有意思的争论，恰好撞到了本书最在意的问题：0→1。

争论是这样的。唯识要解释“修行怎样可能”。一个满是烦恼的心，怎样能长出清净的东西？如果仓库里存的全是染污的种子，那清净的从哪里来？

论师们给过几种回答，大致有三派：一派说，清净的种子本来就在仓库里，只是被盖住了，修行是把它们唤出来，这叫“本有”。一派说，清净的种子原来没有，是听闻正法、修行之后，一点一点新熏进去的，这叫“新熏”。第三种折中，认为两方面都有：本来有可以生起清净的潜力，但要靠后来的熏习才真正长成。按流传下来的说法，护法这一路持后一种看法〔待核：三派归属与护法立场〕。

这场争论里有一点，我觉得特别要讲出来，因为它是印度之心最强的一处。新熏派和折中派说，新的清净种子，是通过“闻熏”进来的：听闻佛法的声音，由此在仓库里留下新的印子。而那个“法”从哪里来？论典里的说法是，它是从清净法界流出来的。

把话翻成白话：在这一路里，仓库里新长出来的清净东西，不是仓库自己生出来的，是外面来的声音落进来的。

这一点，你读本书第33章时会再次碰到：“新心来自主体之外”。我不把它们说成一回事，因为宗教背景不同，说法也不同：基督教的“赐”，是位格的神给予；唯识的“闻熏”，是通过听闻与修习，让清净法界的东西落入心中。但两者在结构上有共同之处：**都承认心不能只靠自己已有的东西，长出一个全新的方向**。

所以，如果有人问：“印度之心里，有没有0→1？”我的回答要谨慎：至少在唯识这一家，不能说没有。它有，并且给了一个很精细的位置：从外面来的闻熏。这是它最强的辩护，也是我愿意把它放在本书里认真对待的原因。

◆ 仓库是私人的吗

还有一个细节，值得放进来，因为它碰到心的互动性。

直觉上，“我的仓库”是我一个人的：我的经历，我的种子。唯识的讲法稍微复杂一点。论典里区分过两类种子，一类叫“不共”，是各人自己的，一类叫“共”，是许多人共同经历、共同造成的。按这个讲法，我们住的这个世界，山河房屋，之所以大家看起来差不多，是因为许多人的共种子在同时成熟〔待核：共相种子与“共变”的具体表述〕。

用老刘的场景来想：那首歌，不只是他一个人的歌。当年厂里几百个人每天下午听它，今天旁边修鞋的师傅放它，也许对那位师傅又是另一个年代的歌。同一个前奏，在不同人的仓库里，碰到的串不一样，可是有一部分是重叠的：一个时代、一个厂、一种作息，把几百个人的仓库在某几处缝在了一起。

这给我们一个不太常被讲到的提醒：**心里的仓库，从来不是封闭的私人房间，里面有一部分是和别人共同造的**。这和本书第6章讲的“互动性被压在后面”是相通的：心里有一块向外开着的地方，只是平常的“我在想”没有看见它。唯识把这块地方讲成了共业与共种，用的是自己的语言，我们不必把它硬套成互动性，但可以说：这两种讲法在同一个方向上。

◆ 两个容易读歪的地方

读唯识，我自己有两个容易走偏的地方，写在这里，给读者也提个醒。

第一个，是把“唯识”读成“一切都是幻觉，外面没有东西”。论典里对这一点有很细的辩论，不同论师也有不同的讲法。我不在这里评判，只说一点：本书引用唯识，用的是它关于“心的底层怎样运转”的那一部分，不是它的本体论结论。读者不必同意它对“外境”的说法，也能从“种子与现行往返”里得到启发。

第二个，是把“种子”读成“命中注定的底子”。种子不是命运，它是一种在条件到来时才会成熟的潜力，条件不到，就一直沉着。这一点对日常很重要：老刘今天被一首歌碰到，不等于他注定要一辈子怀旧，更不等于他的“我就是这样”不可改变。种子是要碰到条件才生现行的，而条件里有一部分，是他自己可以走进去或躲开的。至于这个“走进去”有多大空间，是第39章以后要讲的事。

◆ 本书的初步判断：缝隙在哪里

那么缝隙在哪里？下面是“本书的初步判断”，不是定论，也不是什么人的口述。

唯识这条路，终点叫“转依”，意思是把整个仓库的运作方式转一个方向。传统里的说法是“转识成智”：八个识各转成一种智慧，第八识转成大圆镜智，第七识转成平等性智，第六识转成妙观察智，前五识转成成所作智。名字很美，读下来的图景是：把识洗干净，镜子一样清楚地照，不再抓“我”。

这个终点，在我看来有一个值得追问的地方：**转依的方向，是向“清净”回归，还是向“没有见过的东西”打开？**

在唯识里，转依之后的境界，常被讲成显现了本来清净的东西，也就是说，新熏进来的东西，最终是帮助人回到一个本来就在那里的清净。这就让“新”的位置变得有点微妙：新熏是手段，清净是本来。

我并不是说这是缺陷，传统有它自己的理路，也有它自己的辩护：若不是本来可以清净，修行便没有着落；“本来”在这里不是回到过去，而是认出一直有的可能。我愿意把这个辩护原样放在这里，不替它反驳。

我只把观察到的结构摆出来：在这一路里，E（仓库）的内容主要是需要被清理、被转换的；它被看作要转依的底座，而不是持续带来新东西的来源。这个判断，会在第26章与其他四位合起来再说一遍。

◆ 对照旧地图

放回前面几编的旧地图，可以有三处对照，每一处都不是此强彼弱。

第一处，和中华之心。朱熹讲“心统性情”（第11章），“统”字里也有一种底层的统摄；王阳明讲“致良知”（第12章），良知在人心里，需要靠“事上磨”去显出来。唯识讲“现行熏种子”，也是“磨”的一种说法：做出来的东西，回头留下印子。三家都看到了：心不是静止的，做和留之间有往返。不同之处在于，唯识把往返的机制拆得更细，说清了那个往返发生在什么层面，是一座仓库；而中华的讲法更偏重人怎样下工夫，更贴近日用。

第二处，和西方之心。弗洛伊德讲无意识（第19章），也是说意识之下有一层东西，推动着我们。唯识的阿赖耶识，和无意识在“意识之下有东西”这一点上相近，但两者不能对等：弗洛伊德的无意识常被讲成压抑的欲望，是研究的对象；唯识的藏识是一个可以被转化的底座，是修行的对象。前者要被理解，后者要被转依。

第三处，和希伯来之心。《以西结书》36:26，神说要除去石心、赐肉心。唯识也有一个“硬的东西要被转”的故事：第七识抓着不放的我执。两者的结构有相似处，都在讲一个坚硬的东西如何松动；不同的是松动的动力，一个说是神的赐予，一个说是修习与闻熏。第32章会讲“石心”，那是类比，指的是三号位的刚硬化；这里我只借来对照一下松与紧。

回到场景

老刘那几秒钟，现在可以重新看一遍。

歌声响起，仓库里一整串东西亮起来，这是种子生现行。肩膀松下来，嘴角上扬，手去摸烟，这是S的显露，D的次序走了一遍：先身体、后意识。意识来迟了几秒，然后认领：“哦，是厂里的广播。”

如果我们只用“心是起点”的旧图来看，会说：老刘想起了过去。但这个“想起”几乎是最后才发生的。真正先发生的，是一整套东西被碰到，被点亮。如果是起点在老刘这边，他应当先决定要想起来，然后才有感觉；现实的次序是反的。

再往前一步。老刘站在那里的这几秒，又会往仓库里添一笔。下回他听到别的老歌，或者别人在他面前提起那个厂，他的反应已经比今天多了一点什么。今天的这一刻，是明天的底座。“我就是这样”，听起来像一块不动的石头，其实每一次他站在这里，都在被改写一点点，只是他自己没有注意。

开场时我们没有的新理解是这个：**老刘的“我就是这样”，不是一个现成的我，而是一条一直在被回写的流**。这条流本身并不新，可是它说明了一件事：心里的东西，就算最老、最硬的，也在每一刻往回写。如果这一点成立，那“心变软”这件事在原理上就不是不可能：只要有新的东西能进来。而新东西从哪里进来，正是本书从第33章开始要讲的。

> 带走的话
>
> 一首老歌的前奏，先碰到身体，后碰到记忆：心的底座在回头改写自己，没有哪一刻是单纯的起点。

小账

小账一：本章结算的新理解：唯识把“现行熏种子”当作心的基本动作，也就是说，印度传统里有一家，把回写讲成了心的日常运转，而且讲得很细；它还留下一个门缝，让外来的闻熏成为新清净的来源。

小账二：本章翻动了“心是起点”里“心发动一切、过去只是背景”这一条旧预设；同时为第33章本书的推论T1（新心来自主体之外）预先找到一个来自印度的侧面参照，但它不是对T1的证明。

第 25 章

《薄伽梵歌》：不执着地行动

这一章的问题：这件事里，心是被合成的，还是被当成了起点？这一章换到一个具体的动作上问：当一个人做一件好事，心在“做”的前面，还是在“做”的后面？

场景

王姐四十五岁，公司行政，母亲年迈，由她照顾。（这是我构想的人物，我在第3章和第6章已经介绍过。）

下面的场景也是我构想的。周日中午，王姐给母亲做了一碗面。母亲牙口不好，口味又越来越淡，所以她把青菜剁碎，汤里只放了一点点盐，面煮到软而不烂。她把碗端到桌上，什么都没说，但心里有个小小的盼头：希望母亲尝一口，说一句“今天这面好”。

母亲吃了一口，没有说话。又吃了一口，还是没说话。王姐站在旁边，手在围裙上擦了擦，心里有点发空。母亲抬头看了她一眼，问：“你吃了没？”

王姐说吃过了，转身回厨房。厨房里，她对着水槽站了一会儿，想：我这是怎么了，做个饭，还要人夸。

下一周，同样的一碗面。这回王姐没有把“盼夸”放在手上。她把面端出去，说一句“趁热”，就去收拾灶台了。快洗完碗的时候，母亲在客厅里说了一句：“下次汤再多一点。”

王姐愣了一下。没有夸奖，但这一句是一个很具体的回应：母亲在想下一碗面。

两周下来，面是同一碗面，母亲还是那个母亲。改变的，是王姐端面时手里多拿没拿的那一样东西。

印度有一部诗，恰好是专门讲这样的“手里多拿的那一样东西”的。

◆ 一场战前的犹豫

《薄伽梵歌》是印度古代大史诗《摩诃婆罗多》里的一个部分，共十八章，七百来节，以对话的形式写成。故事的背景是一场家族之间的大战。两军摆开阵势，战士阿周那站在战车上，看见对面站着的，是自己的亲人、老师、朋友。他的手发软，弓握不住，说我不打了，杀了他们，得到的天下又有什么意思。

替他驾车的是克里希那。按诗的讲法，他是神的化身，在这时开口，对阿周那讲了十七章的话。

这部诗对印度之心有极大的分量，各派都读它，各派都有自己的注释，后来的许多思想家也从中取力。我在这里不能也不想替任何一派下结论，只拿其中和本书最贴近的一条线：行动，与行动的果。

◆ 三个要点

用我自己的话转述，诗里关于行动的教导可以收成三点。

第一点，**行动是躲不掉的**。阿周那的第一反应是逃：不动，就不会造业，就清净。克里希那不同意。他说，没有人能一刻不动；就算你坐着不做事，身体、呼吸、念头也在动，在运转的是你身上的那些性质（诗里叫“三德”，大致是安定、激动、迟钝三种倾向）。所以问题不是“动还是不动”，而是“怎样动”〔待核：第3章相关节次〕。

第二点，**你对行动本身有份，对行动的果没有份**。这是整部诗里被引用最多的一句，在第2章，大意是：你只有权做事，没有权要结果；不要把结果当成做事的理由，也不要因此停下不做。

读这句话，最容易读成两个极端：要么是“别在乎结果，随便做做”，要么是“结果反正不是你的，也就不用负责”。都不是它的意思。它说的是：你要把事

情做好，用全部的力气做；但是“我要得到什么”这个念头，不应该成为做事的发动机。后面诗里反复讲到，在成功与失败面前保持平等的心，才叫瑜伽。

第三点，**把行动交出去**。克里希那说，你做的、吃的、供的、给的、修的，都作为奉献交给我。到了最后一章，他的话更彻底：放下一切，只来依靠我。在这个讲法里，行动的果有一个去处：不是归我，而是归于一个更大的“他”。

这三点放在一起，就是诗里“业瑜伽”的路。“业”就是行动，“瑜伽”在这里是一种把心与行动安放好的方法。

◆ 拆解：行、果、我

现在可以用SDE拆一拆。我先把对号摆出来。

“行”，是做这个动作本身，对应D，差异序列：先洗菜、剁碎，再下面，调火，盛碗，端出去，这一串有先后的、一步一步的差异。

“果”，是做完之后显露出来的东西：面的味道、母亲的反应、屋里的气氛，对应S，显露。这里S读“显露”很要紧：果不是一个事先写在计划里的目标，而是做出来之后才在眼前出现的东西。

“我”，在这里指的是王姐心里那个“我做了，我想得到点什么”。按本书的口径，这是理念的我和自我的我共同在起作用：她想成为一个孝顺的女儿（理念的我），她心里也隐隐想被母亲肯定（自我的我）。

好，把王姐第一周和第二周对照一下。

第一周，“盼夸”这个念头，在行动开始之前就已经在了，它先给“果”画了一个样子：“母亲说好”。这个样子就像一个模具，等着母亲往里放。母亲没有放，空了，王姐就觉得发空。

第二周，王姐没有先画模具。她做的事情一样，但“果”这一栏是空着的。结果呢，母亲给了一个她预先没有想到的回应：“汤再多一点”。这个回应，不是夸奖，可是它比夸奖更具体，更贴近母亲此刻真正在想的东西。

这就是《薄伽梵歌》教导的一个日常版本。**不执着于果，并不等于果不来；它的意思是不让预设的果，占住果将要显露的位置。**

这里，本书一个承重命题可以跟上来。第44章会讲：善是善果，是显露的S，不是预设的善心（K3）。《薄伽梵歌》从另一头走到了相近的地方：做事的人不要先把“果”画好。它们说的方向相同——果是做出来之后显露的，不是事先预设的。

但是，我在这里也要谨慎，不能把它们说成一件事。

◆ “我是做事的人”这个感觉

《薄伽梵歌》里还有一个说法，和第5章的主题碰得很近，我想单独拿出来讲。

诗里说，一切行动，其实都是那些性质（前面提到的三德）在运转；迷在“我”字上的人，却以为“是我在做”。后面几章里，它进一步把行动的完成拆成几个条件：做事的地方、做事的人、各种工具、各样的努力，还有一个说不清的“安排”，一共五项，并说，如果有人只盯着其中“我这一个人”，觉得事情全是自己做成的，那是没有看清。

这几句读起来不太顺耳，因为它们碰了我们最习惯的一个感觉：“我是做事的人。”但如果放回王姐的厨房，它就变得很具体。

那碗面是怎么来的？面是别人种的麦子磨的粉，灶是房东装的，天然气是管道送来的，母亲的口味是几十年的饭桌塑成的，王姐自己的手艺，是小时候站在奶奶身边看出来的。她今天能把面煮到软而不烂，是这一整串东西在这一刻汇到了她手上。说“是我做了这碗面”，不算错，可是只说到一半。

这和本书第5章的话是同一个意思，只是角度不同：第5章说，心总觉得自己是发动者，这是它的出厂样子；《薄伽梵歌》说，这个“发动者”的感觉，是需要被松开的。两边都承认这个感觉是真有的，区别在于，诗里把它当作需要越过的东

西，本书把它当作心的主体性中心，主体中心保留，而让它认出自己不是唯一的来源。

也正因为这样，我不想把这部诗读成“消灭主体”。它说的是：主体不要把自己当成行动的全部原因。这和“心是被合成的，而不是起点”，不是一回事，却在一条路上。

◆ 三种做事的人

诗的末一章，还把做事的人分成三种，这是我觉得对日常特别有用的一段，我也用自己的话转述。

一种人，做事时没有黏着，不张扬，有恒心有热情，成不成都不乱。一种人，做事时贪着结果，想得到，带着嫉妒和贪心，成了大喜，败了大悲。还有一种人，做事时散漫、固执、拖延、没有章法，也不管后果。

三种人，用王姐的两碗面来对一对，很容易对出头一周和第二周的差别：第一周的她，在第二种里偏一点，因为她的心被“盼夸”拉着，成败起伏；第二周的她，往第一种靠了一点。但我不拿它来给王姐“分型”。这是一个构想场景，不是对任何人的评价；诗里的三种做事的人，在我看来，更像是同一个人在不同的日子里，会落到的不同位置。

有意思的一点是：这三种位置，不是由“做了多少”决定的，而是由“做的时候，心里挂着什么”决定的。这正是本章开头那个问题的答案之一：做的时候，心在前面，还是后面？《薄伽梵歌》的回答是：在做的时候，心应当在做上，不在想要的东西上。

有人读《薄伽梵歌》，会得到一个印象：这是一种“不动心”的修炼，让人对结果无所谓，因而淡淡的、冷冷的。我觉得这个印象，对这部诗是不公平的。

诗里克里希那还有一个很有分量的说法：他自己，作为神，也在行动。他说，他在三界之中没有任何必须做的事，也没有什么要得到的东西，可是他仍旧不停地

行动。因为如果他停下来，人们都会照着他的样子停下来，世间就会乱。同一章里还有一个概念，大意是“为了维系世间而行动”，说有智慧的人也应该这样做。

这意味着，在这部诗里，“不执着地行动”不是把世界关在门外，而是要求人走进世界里，并且是为了世界而动。一个人行动的方式，会成为别人行动的参照。这里已经有了互动性的影子：我的行动，不只是我的事。

还有一处，我也想放进来。诗里并没有要求人压抑情感，爱、慈悲这样的品质，在诗里是受称赞的〔待核：第12章对奉爱者品质的描述〕。它反对的是一种特定的紧：把行动变成讨债，每做一件事，都在心里记一笔账。

站在王姐的角度，这是个相当贴身的区别：她不是要变成一个没有感情的人，她是要把“盼夸”从发动机的位置上挪下来。她对母亲的在乎并没有少，而是不再变成一个催收的债。

这一点，我认为是《薄伽梵歌》对“行善结缘”最直接的帮助，我不想低估它。

◆ 与“行善结缘”的接口

本书第43章会把“行善结缘”拆成四个字：行是D，善是S，结是回写，缘是E。现在可以提前看看《薄伽梵歌》和这四个字的关系。

和“行”，贴得最近。整部诗最要紧的一件事，就是让人行动，不逃避。这与第43章讲的“行是路径的第一步”完全同向。

和“善”，贴得也近。诗里把行动的果与行动者拆开，很像K3：善是显露出来的东西，不是事先持有的善心。

和“缘”，有一个值得注意的接口。诗里把果交给一个更大的存在，在本书的语言里，果的去处就是E，特征纠缠的整体。王姐那碗面做出去，面最终变成什么，母亲怎么回应，母亲回应以后两个人之间多了什么，这些都不在她手里，都在一个比她的计划大得多的纠缠里。《薄伽梵歌》说“交出去”，本书说“效力是从E来的”。两种说法，落点邻近。

只是，在“结”这个字上，两家分手了。

◆ 本书的初步判断：分手在“结”

下面是本书的初步判断。

“结”，在本书里，是回写：显露出来的善果，回头改写了纠缠的底座。王姐那碗面之后，母亲说“汤再多一点”，这句话改变了厨房里下一次的做法，也改变了两个人对“吃饭”的默契。这是一个小小的回写，下一碗面不会再是上一碗面。

《薄伽梵歌》里，行动的目标，是让行动者不被行动缠缚。“缠缚”在这个传统里是一个沉重的词，意思是行动留下的后果，会把人绑在轮回里。所以它教的，是怎样行动而不留下绑人的东西。

这两个目标放在一起看，就出现了一个很有意思的错位：

本书想让回写发生，因为回写是心长大的方式。《薄伽梵歌》想让回写不缠到“我”身上，因为缠上“我”，就是缚。

这不意味着《薄伽梵歌》否认行动有后果；它承认后果，并且承认得很认真。它只是把“后果与行动者的关系”处理成了一个要解开的结。

所以，我的初步判断是：这部诗在“行”和“缘”之间的两端，都有很好的话；在中间的“结”，它提供的是一种松开的方法，而不是一种接住并改写的方法。它让人在回写面前不被缠住，但对回写本身怎样让心长大，说得不多。

◆ 这个判断可能错在哪里

我把这个判断标成“初步”，是因为我知道至少有两处可能读偏了。

第一处，我读的主要是“解脱”的那条线。诗中其实还有“奉爱”的线，爱神、与神亲近，那是一种以关系为中心的路，其中的互动性分量要重得多。如果以奉爱为主线来读，“缘”和“结”的分量会大不一样。这一点，我不敢说已读透，请读者把我的说法只当作一个切入的角度。

第二处，印度传统内部对这部诗的解释，历来有很大的分歧。有的重行动，有的重知识，有的重奉爱，各家对“舍”与“行”的关系有不同的理解〔待核：各家注释的归属，暂不点名〕。我这里讲的“分手在结”，不是对整个传统的判词，只是对我读到的这一条线的观察。

◆ 沉默是不是回应

读到这里，可能有读者要追问：第一周母亲没说话，这算不算果？

我的想法是，算。沉默也是显露出来的东西，只是它不合王姐预设的模具，所以她当时读成了“没有”。后来回头看，那天母亲连吃了一碗半，没有剩，也没有挑。一个年迈的人，口味本来就越来越窄，肯把一碗新做法的面吃完，这本身就是一个很具体的回应，只是不是语言。

这对“善是善果”这个说法是一个好提醒：果常常不是我们要的那一种，但它一直在显露。有没有被看见，取决于看的人手里有没有模具。《薄伽梵歌》不叫人变得迟钝，它叫人把手里的模具放下，这样眼睛才空出来，去看对方实际给了什么。放下模具，是为了看见，不是为了不看。

这里要补一句克制的话：母亲的年迈与口味的变化，是王姐日常里实实在在的一部分。本书不是要借这个场景谈照护的辛苦，也不是要给任何一位照顾老人的读者一个“应当如何”。这里只是借一碗面，看清一个动作前面和后面的心。

◆ 对照旧地图

和中华之心对照：孟子讲“必有事焉而勿正，心勿忘，勿助长也”（《孟子·公孙丑上》），是一种相近的提醒——事要做，不要拔苗助长，不要预先把结果拽出来。孟子的路径更多放在养“气”、养“心”，而《薄伽梵歌》则是把“我不是果的主人”这件事推到了尽头，推到“交给一个更大的”。两家都不让预设的果占住位置，各有各的理由。

和西方之心对照：基督教里有“左手不知道右手所做的”的说法（《马太福音》6:3，和合本：“你施舍的时候，不要叫左手知道右手所做的。”），也是不把善行变成自己的账。差别在于，基督教那里，接住行动的是一个有位格的“天父”，而且这位天父会“报答”；《薄伽梵歌》里，接住的东西也被称为“我”（克里希那），但“不执着于果”的最后落点，是不被缚，而非得报。两种传统都不贬低行动，也都不让行动变成自己的资本，各有理路。

回到场景

回到王姐的两碗面。

现在可以看清，开场时她没有注意到的是什么：第一周，她把“盼夸”放在了端面之前，所以母亲的那一声“没说话”，就成了一个“空”。第二周，她没有预先画好果，所以母亲那句“汤再多一点”才进得来。

不执着于果，给了她一个条件：让果可以自己显露。这不是技巧，也不是冷淡，她仍旧在乎母亲，甚至比第一周更在乎，只是在乎的方式变成了“看母亲怎样回应”，而不是“看母亲有没有回应我想要的”。

这里有一个我在写这一章之前没有想到的新理解：**不执着于果，其实是互动性的一种用法**。它把心从“我要什么”，挪到“对方给了什么”。《薄伽梵歌》自己的目标是解脱，不是互动；可是在日常里，它指出的这一步，恰好为互动性腾出了地方。

至于“结”，那是下一次的面。母亲的“汤再多一点”改变了王姐下周的做法，回写就在那里，不需要她特别去做什么，只需要她不挡着。

> **带走的话**
>
> 不让预设的果占住位置，果才有地方自己显露。

小账

小账一：本章结算的新理解：《薄伽梵歌》教的“不执着于果”，在日常里是为互动性腾出地方；它在“行”和“缘”两端与行善结缘贴得很近，在“结”这一步上提供的是松开，而非接住。

小账二：本章落在K3（善是善果，是显露的S，不是预设的善心）和本书的推论T2（发心论的错位）之间，作为一个来自印度的、方向相近的旁证；同时翻动了“果可以由发心预先保证”这一条旧预设。

第 26 章

印度之心的SDE诊断

这一章的问题：新的东西从哪里来？这一编前面五章，每一章都是一个入口：奥义书、数论与瑜伽、佛陀、唯识、《薄伽梵歌》。这一章把它们合起来问一次，并且要求自己做到一件事：每一位的最强辩护，先摆出来，再谈缝隙。

场景

周阿姨六十二岁，退休小学教师，住老小区三楼，爱帮邻居。（这是我构想的人物，第7章里出现过。）

下面的场景是我构想的，而且只是一个设想：设想有那么一年，周阿姨要搬家了，搬去同城另一个小区的一套小房子，房子是新装修好的，离她教过多年书的学校不远。书里别处，她仍住在老小区三楼。搬家前的一个月，她心里有两种打算，两种打算同时在心里拉扯。

一种打算，是把旧家“带过去”。她想把老柜子擦得干干净净，旧窗帘洗好熨平，茶杯、相框、墙上那幅学生送的字，一件一件按原来的位置摆回去，让新家一进门就有老家的样子。她说，这样心里踏实。她还要把旧家彻底打扫一遍再交钥匙，墙角的灰、窗框的缝，都擦到看不见痕迹。

另一种打算，是她女儿提的，隔着电话说：“妈，要不留一面墙，别摆东西，买点新的？”周阿姨嘴上说：“买什么新的，旧的不是挺好的。”但那天夜里她躺着，想到了那面空墙。

第三周的周末，她去建材市场转了一圈，什么都没买，却在一家卖花盆的摊前站了很久，拿起一个小小的陶盆，看了又看，放下了，又拿起来。

我想用这个场景，做这一章的“试纸”：把旧的擦干净，和给新的留一面墙，是两种不同的动作。它们放在印度之心身上，会照出什么？

◆ 先把五位的走法合起来看

前面五章，每一章都有各自的细节，现在把它们压成一句话，说五位各自“回到哪里”。

奥义书的路，是认出真我与梵本是一体。路的终点不是去一个新地方，而是认出一直在那里的东西。

数论与瑜伽的路，是让心的波动止息，像一杯搅浑的水静下来，让下面本来清楚的东西露出来。

佛陀的路，从“诸法意先导”开始，看见心如何推动一切，再看见“我”的抓取是个错觉，缘起之中没有一个固定的“我”可以抓。

唯识的路，是看清仓库里种子与现行的往返，用闻熏换掉染污的种子，转识成智。

《薄伽梵歌》的路，是行动而不执于果，把果交出去，不被行动缠缚。

五条路并不是一回事，它们彼此之间也有过很多争论，我在这里不替任何一家做裁判。但是把它们放在同一张桌上看，会看到它们的一个共同的运动方向：**往回走**，往一个更本来、更不被缠绕的地方走。

这就是本书想说的“初步判断”：印度之心，重“回到本来”，“新”相对缺席；E，也就是缠绕的整体，常被当作要松开的东西。但这个判断很容易说得太快。下面我分五位，先让每一位把最好的话说完。

◆ 奥义书：最强辩护

奥义书的辩护，我会这样替它说。

有人说，“回到本来”听着像倒退，像走回头路。可奥义书讲的“本来”，不是过去的某个时间点，不是童年，也不是出生前。它说的是：此刻就在的、一直在

的那个看着一切的东西，却被我们当成了别的什么。所谓“回”，不是时间上的后退，而是认出。

认出这件事，在体验上是一次真正的发生。一个人原来相信“我是这具身体、这个名字、这些经历”，忽然看出不是；这个看见的时刻，是此前并不存在于他经验里的东西。奥义书不否认这一点，只是它用的语言是“本来就是这样”，而不是“新发生了”。

换句话说，奥义书的辩护是：从当事人的体验看，是新的；从被认出的东西看，是旧的。两种说法描的是同一件事，只是站的位置不同。

我愿意认真对待这个辩护。它指出了本书的一个危险：我们在讲“新”时，很容易只站在被认出的东西之外，把“认出”也说成是主体偷偷发动的。

◆ 数论与瑜伽：最强辩护

数论与瑜伽的辩护，我会这样替它说。

如果有人问“止息有什么用，一个不动的心，岂不是死了”，瑜伽的回答是：止息的目的不是让心变成死水，而是让水静下来之后，能看清水底。波动是什么？是心被各种东西拉着跑。一个总在波动的心，其实看不清自己，也看不清世界。所以，止息是为了看，不是为了灭。

而且，瑜伽并没有叫人躲开日常。它的修习有很具体的步骤，从日常的规矩开始，到调身、调息、专注，每一步都落在实处。它对心的内部的观察，细到可以分出心的种种状态、障碍和出路，这一点，在世界各大传统里都是少见的精度。

我必须承认，在“怎样观察一颗心”这件事上，这个传统有自己的强项，是中华之心和西方之心都不容易替代的。它的强项在于对“心的内部运转”的耐心。

◆ 佛陀：最强辩护

佛陀这一位，辩护最硬，因为他的立场和本书的第一句判词太近了。

本书说：心不是起点，是发生。佛陀从另一条路走到很近的地方：他说没有一个固定不变的“我”，心是缘起的，条件具备就生起，条件散了就灭。“缘起”这个词，几乎就是对E最早的一种系统讲法：万物彼此依存，没有一个独立的东西。

更重要的是，佛教内部有一个非常“新”的动作：发菩提心。一个人在某一刻，生起为一切众生而求觉悟的心，传统里把这个当作一个真正的开端，一个此前没有的开始，修行由此才算正式起步。你不能说这个传统里“新”完全缺席。

所以，对佛陀这一位，我的辩护是：他是五位里最不容易被“回到本来”四个字概括的一位。缘起把E讲得很早，无我把“心是起点”的预设拆得很彻底，发菩提心更给了“开始”一个正式的位置。

◆ 唯识：最强辩护

唯识的最强辩护，我已经在第24章讲过一遍，这里只做压缩。

它有回写：现行熏种子。它有外来的新熏：闻熏进入仓库。它把“心是起点”的图换成了一个没有起点的圈。如果说印度之心里有哪一家最接近发生学，我会说是它。

它的辩护还有一层：转依，转的是整个运转方式，而不是换几个念头。这比许多只在“想法”层面做文章的说法，要深得多。

◆ 《薄伽梵歌》：最强辩护

《薄伽梵歌》的辩护，我在第25章也讲过。

它不叫人逃走，叫人行动。它不叫人冷漠，叫人把“我要什么”从发动机的位置上挪下来。它甚至说，神自己也在行动，是为了世间的维系。在“行”上，它是五位里最脚踏实地的一位。

它还给了“果”一个去处：交出去。在日常里，这恰好为对方的回应腾出了位置。

◆ 五位合观：一张表

五位的辩护和本书看到的缝隙，各有不同，放在一张表里更清楚。表里“本书的初步判断”一栏，只是读法，不是对这一位思想的评判。

	回到哪里	对E的态度	最强辩护	本书看到的缝
奥义书	真我与梵	现象之相，需越过	认出本身是真实的发生	“新”用“本来”的语言说
数论瑜伽	观者的清明	波动，需止息	止息为了看清，细察心内	清明之后，怎样再进入互动
佛陀	无我、缘起	缘起，如实见	把E讲得最早；发菩提心是开端	缘起被用来脱缚，较少用来“接住”
唯识	清净、转依	仓库，需转换	有回写，有外来闻熏	终点仍朝向清净
薄伽梵歌	不被缚的行动	果，需交出	脚踏实地，神亦行动	“结”处是松开，不是接住

◆ 同一道缝：E的价值号

现在要说说，这五位的缝隙，是不是同一道。

我的读法是：把五位放在一起，会看到一个相近的东西。E，也就是纠缠，在这五条路里，价值的符号多半偏负。在奥义书里，是需要越过的现象；在瑜伽里，是需要止息的波动；在佛陀那里，缘起本身是中性的描述，但“缠缚”是苦的来源；在唯识里，是需要转依的仓库；在《薄伽梵歌》里，是需要不被缠缚的行动之果。

这个“负”，本身有它的合理性。人确实会被缠得很苦，传统所做的，正是把这个苦看清并找出路。我不否认这一点。

只是，从本书的立场看，这样一来，有一个动作变得相对少见：**接住**。

本书讲的“接住”，是第36章要讲的事：万事互相效力，要靠心向外打开，才能落进来。如果E主要被当作要松开的缠缚，那么“向E打开、接住它带来的东西”，就不太容易成为主要的动作。0→1的“新”，在这样的格局里，更多以“醒来”“认出”“转依”的样子出现，而不是以“被给予”的样子出现。

我在这里要把话收得紧一点：我没有说印度之心没有新。我说的是，在这五位的主要说法里，新的出现常被讲成“本来如此”，而不是“从E来的”。这是一个语言上的差别，也可能是一个实质上的差别，我不敢说已读透。

◆ 五道缝，各不相同

表里的缝隙写得太短，容易让五位看起来像一个模子里出来的。其实每一位的缝，形状都不同，值得各说几句。

奥义书的缝，在语言。“本来如此”这个说法，把认出的一刻说成了发现。可是一个人在认出的那一刻，实实在在地换了一种活法，这个“换”没有被放在理论里单独讲。缝不在体验，在讲法。

数论与瑜伽的缝，在止息之后。心静下来以后，一个人要回到厨房、回到邻居、回到孩子身边，那些事怎样从清明里长出来，诗句与规程里讲得不多。当然，传统里有“出定”之后的日用功夫，我读得不够，只好把话说得轻一点。

佛陀的缝，在缘起的用法。缘起在佛陀那里是一种如实的看见，看见了，是为了不被缠。至于看见缘起之后，能不能用它去“接住”一件事的到来，在后来的大乘里，慈悲、方便这些说法，有很大的发展，我只能说，这是五位里最有可能修正我的初判的一位。

唯识的缝，在终点的朝向。过程里有回写、有闻熏，很动态，但终点的名字叫“转依”，叫“清净”。过程是发生的，终点是安顿的。

《薄伽梵歌》的缝，我在第25章已经讲过：在“结”的一步上，它给的是松开。

把五道缝放在一起，形状各异，但如果非要找一个共同点，那就是：**它们都对“来的东西”说得少，对“去掉缠绕”说得多**。这并不是缺点，它们的目标本来就是解脱，不是发生。只是本书的目标是发生，所以才在这里看出一个缺口。

◆ 强项不能略过

最后，我想用一节，把印度之心不可替代的强项单独摆一遍，因为前面的几节在谈缝隙，读起来容易让人觉得只是在挑毛病。

第一，对“我”的拆解，精度极高。无论是佛陀的无我、唯识的末那识，还是奥义书把“我”与“真我”分开，都在做同一件事：不放过那个“以为自己是起点”的感觉。这与本书第5章是同一个关切，只是它们走得更深。我读到的所有传统里，它们对“我”这个东西的审视，最耐心。

第二，对心的内部运转，有一套可操作的办法。止息、观察、专注，这些都不是空谈，而是一代代人用身体验证过的步骤。一个人若想看清自己心里到底在动什么，这套办法几乎是现成的工具箱。

第三，对“不被缠住”有深刻的理解。许多人在日常里被结果、评价、面子缠得很苦，这时候，《薄伽梵歌》那句“你对行动有份，对果没有份”，是真能让人松一口气的话。

这三点，我愿意把它们写成本书对印度之心的正面结算：**它教我们怎样不被缠，而本书想补的，是缠之外还有怎样接**。两者并不冲突，甚至可以接起来：先学会不被缠住的手，才好空出来，去接别的东西。

◆ 这个判断可能错在哪里

这个初步判断，有几个地方可能是我读得太快了。

第一，我是外人。我读的是转述和概述，不是在这些传统里长年修习的人。修习者会告诉我，“本来”和“新”在体验里并不对立，我的区分可能是一个旁观者的区分。

第二，佛教的“发菩提心”，我只用一笔带过，但它在大乘里非常有分量，有人会说，这就是一个活生生的0→1。如果真是这样，我的判断要为佛教这一支修正。

第三，E的价值号，不是每一位都偏负。比如佛陀讲慈悲、讲“缘”的彼此扶持，就有很正面的一面。我把它们压成一张表，难免有压扁的地方。

这个判断，如果有人拿出大量的材料，说明这些传统里“接住”的动作其实很重，我愿意回改。

◆ 如果请五位替周阿姨想一想

这是我构想的一个小练习，不代表他们真会这样说，只是借场景试一试各家的重心。

奥义书的重心会落在：搬家搬的是东西，不是“你”，你住哪里都是那个你。这话对一个正在为搬家心慌的人，是安慰，也是实话。

瑜伽的重心会落在：搬家前后心里翻腾的念头，先让它们静一静，再决定哪件东西留、哪件东西丢。一杯搅浑的水，不要在浑的时候下决定。

佛陀的重心会落在：所谓“老家”，也是条件聚起来的，条件散了，它就变了；抓得越紧，苦越深。但同时他也会说，珍惜是可以的。

唯识的重心会落在：看看是哪些种子在牵她，是旧柜子本身，还是柜子上挂着的几十年。看清了，再决定怎么摆。

《薄伽梵歌》的重心会落在：该搬就搬，该扫就扫，把事情做好，别在心里先预定“新家一定让我安心”。

五个人给的建议，都很实在，而且都能帮周阿姨把搬家过得平稳。你会发现，它们没有一个人说“去给自己买个新东西，看看会发生什么”。这就是我说的相对缺席：不是谁错了，而是这个问题，不在他们最常问的问题里。

◆ 那面空墙在发生学里是什么

最后，把女儿提议的那面空墙，用本书的语言认真说一遍。

空墙不是“空”，它是一个**留给E的位置**。周阿姨不知道将来有什么会来：可能是新邻居送的一幅画，可能是孙辈画的一张图，可能是她哪天在菜场遇到一个手艺人，买回来的一个小摆件。她不知道，也不用知道，她要做的只有一件：不把墙填满。

这和第36章会讲的“接住的条件”是同一个结构：效力来的时候，要有地方落。一个全部摆满、全部有定位的家，也是一个安稳的家，但它对“没想到的东西”没有留门。

还有一点，值得说得清楚：空墙留出来，这件事本身，是周阿姨自己的动作；但墙上最后挂什么，不是她的动作。前一半在她手里，后一半不在。这个“一半在手里、一半不在”的结构，正是本书所说的0→1：新的东西来自主体之外，而主体能做的，是预备一个位置。

这个位置，在印度之心的几位老师那里，没有被禁止，也没有被充分讲。他们讲的更多是怎样让手不攥得太紧；本书要补的是：手松开以后，掌心朝上。

◆ 对照旧地图

和中华之心的对照，我留给第13章和第五编；和西方之心的对照，留给第20章。这里只提一点：三种传统都面对着同一道缝，心是“我”的发动者吗？它们各自用不同的方法，走近这道缝：中华重工夫，西方在赐与发现之间摇摆，印度重回到本来。第27章起，我会把三者放在同一张表里，不褒此贬彼。

回到场景

回到周阿姨。

两种打算，现在可以重新读。把旧家擦干净、按原样摆好，是“回到本来”的动作：让新的地方，成为旧的延续，让心安下来。这个动作有它的好处，一个人在大变动面前，需要一个可以抓住的东西，不是软弱，是对自己的体贴。印度之心对这一类动作，有很深的理解。

给新的留一面空墙，则是另一个动作：留一个位置，等一个她事先不知道是什么的东西。这个位置，不是她自己能填满的；她能做的只是留出来，并且在走过花盆摊的时候，拿起一个小陶盆，看一看。

两个动作没有谁对谁错。开场时我们没有的新理解是：**这两个动作，缺一个都不完整**。只擦干净，新家会是旧家的复本；只买新的，没有了连续，会心慌。所以周阿姨很可能两样都做：旧柜子擦得发亮，墙上留一块空白，空白上挂的东西，等以后从新邻居、新菜场、新朋友那里一点点来。

用本书的话说，擦旧是回写E的整理，留墙是向E打开的位置。第一个动作，印度之心教得最好；第二个，是本书想补上的那一块。

> 带走的话
>
> 把旧的擦干净，是心的体贴；给新的留一面墙，是心的打开。

小账

小账一：本章结算的新理解：印度之心五位各有最强的辩护，其共同走向是“回到本来”，E的价值号偏负，因而“接住”这个动作相对少见；这是初步判断，留有五处可能读偏的地方。

小账二：本章翻动了“回到本来就是回到起点”这一条旧预设，并为第28章（0→1从哪里来）和本书的推论T3（接住的条件）预留接口。

第 五 编

三心比较：同一道缝隙，三种走法

编　序

这一编五章，把三种传统的心放在一起，比一比。

第 27 章问：三种心各以哪一号位为中心；第 28 章问：0→1 从哪里来，本心、恩典、本性；第 29 章问：1→N 怎样走，工夫、操练、修行；第 30 章问：心变硬，三家各怎么看；第 31 章讲汇流：心的发生学，作为三心共同碰到的那道缝的一种回答。

这一编不排名次。三家都碰到同一道缝：新心到底从哪里来，又怎样接上别人。

第 27 章

三心各以哪一号位为中心

这一章的问题：前面三编，我们先后走过中华之心、西方之心和印度之心。现在退后一步，问一个朴素的问题：这三种说法都在讲心，它们各自把最多的力气，花在心的哪一面上？

先交代一个用词。本章标题里的「号位」，本书不下内部定义，也不拿它去一一对应哪一种属性；这里只借它问一件事：心的三种属性（主体性、客体性、互动性）里，谁站在中间，谁站在旁边。这三种属性是王德生给心定下的：心以主体性为中心，客体性与互动性为次要和辅助。

场景

这是我构想的场景，人物也是构想的。

周六中午，阿杰（34岁，销售，新手爸爸，这是我构想的人物）一家在他姐姐家吃饭。姐姐的儿子小宇上初二，期中考试数学考了五十四分。试卷压在书包最底下，小宇一直没拿出来，是姐姐在吃饭前翻书包翻出来的。

饭桌上安静了几秒。阿杰的父亲先开口，眼睛没离开碗：「错了就错了，回去自己想想，哪里不对。下回把工夫下到。你心里有数。」

姐姐把试卷摊平，放在碗边：「来，咱们一道题一道题看。这几道是不会，这几道是看错了。还有——你不敢拿出来的时候，心里是什么滋味？」

阿杰刚给自己家的孩子喂完奶，端着碗坐下来，看了小宇一眼，说：「一次考试嘛，又不是你这个人。先吃饭，菜凉了。」

三个人的话都不重，也都不坏。小宇只回了一个字：「哦。」然后继续低头吃饭，筷子在碗里拨了两下，没夹菜。

要说明一句：这三位大人没有谁代表哪个国家。他们只是说话的重心，碰巧像三条古老的路。后面的比较，凭的是说话的方式，不凭任何人的籍贯，也不拿一桌饭去证明一种文明。我只想借这一桌，看看三句话各自站在哪里。

◆ 先把三个“面”摆清楚

心是三界之我合成的东西。理念的我、现实的我、自我的我，合在一处，才有一颗心。合成之后，这颗心有三种属性，我用饭桌上的事把它们说白。

主体性，是「我在做、我想要、我觉得」这一面。小宇低头不说话，那是主体性：他在自己里面扛着这件事。

客体性，是把东西当作摆在面前的对象，去看、去量、去分的这一面。那张试卷上的五十四分，哪几道题错了，错在哪里，这是客体性。

互动性，是你来我往、彼此改变的这一面。姐姐问「是什么滋味」，小宇回一个「哦」，这一来一回之间流动的东西，是互动性。

王德生的口述是：心的属性以主体性为中心，客体性与互动性为次要和辅助。本书按默认把这一点读成心的出厂样子，也就是本性：每个人的心，天生都是以自己为中心的。小宇的心如此，三位大人的心也如此。所以，比较三种传统时，不能问「谁的心以主体为中心」，那是人人一样的底色。

要问的是另一个问题：每一种传统最愿意花笔墨的，是心的哪一面？我把前者叫作出厂中心，后者叫作着力处。出厂中心是心自己的样子，不由传统选择；着力处是传统的选择，它决定一种心论讲得最细、练得最多、最拿手的地方。这一章比较的，是着力处。

◆ 三句话，各站在哪里

先看父亲那句。「回去自己想想」「你心里有数」「把工夫下到」，三个短句，一个重心：主体。他把小宇当作一个有自己力量的人，相信这个人想一想就能找到路，下点工夫就能追上来。这里面有很重的信任。他没有替孩子拿主意，也没

有把孩子的难堪摆到桌面上，保全了小宇的体面。同时，试卷和分数这类客体，他一眼没看；孩子和大人之间此刻往来的互动，他也退后了。这不是冷漠，是他认为话说到这里就够了。

再看姐姐那句。她做了两件事：把试卷摊平，一题一题分「不会」和「看错」，这是把模糊的挫败切成可以处理的几块，是客体性在使劲；她又问「什么滋味」，把孩子里面的东西请到桌面上来，让两个人之间有东西可以流动，这是互动性在使劲。她的重心不在孩子一个人身上，而在孩子和试卷之间、孩子和她之间。她的强项是把事情看清、说明白；她的风险，是孩子当场被“处理”，觉得自己成了一个案例。

最后看阿杰那句。「又不是你这个人」，这句话把分数和人拉开了距离。他是主体，但他把主体向后撤了一步，站到一个看着的位置上，对孩子说：你不必被这个数字吞没。他给了小宇一个喘息的空隙，也把饭桌的气氛从审判拉回吃饭。他的风险，是孩子可能听成「这事不重要」，也可能因此没有机会把这件事里的东西长出点什么来。

三句话，各有各的好，各有各的漏。前面说过，不褒此贬彼；这里也不排名次。

◆ 换成发生学的眼睛再看一遍

站位看清之后，可以再问一层：这三句话在发生上各做了什么？

发生，是在 E（特征纠缠的系统）中，经 D（差异序列），显露为 S。这张饭桌上的 E，包括小宇的难堪、五十四分、热菜的蒸汽、刚吃完奶睡着的婴儿、父亲的脾气、姐姐的焦虑，还有这家人多年来“考试怎么谈”的习惯。这些东西彼此牵着，谁也不是单独的一根线。三位大人的话，是三个不同的 D：同一团纠缠里，各自挑了一个不同的差异，往前推了一步。

父亲推的那一步，是「你自己」。它在 E 里加了一个差异：从“大人在看你”变成“你要自己看”。姐姐推的那一步，是「摊开」。它加的差异是：从“藏

在书包里”变成“放在碗边”。阿杰推的那一步，是「拉开」。他加的差异是：从“分数等于我”变成“分数只是分数”。三步方向不同，可是每一步都让桌上的东西动了一动。

至于 S，也就是显露出来的东西，要看谁接住。小宇的那一声「哦」，是一次显露，可它是什么，在当时说不清：是接受，是回避，是累，还是三者都有？这里要提醒自己，发生学不替人定性。我们只能说，三句话各自改了 E 里的某个差异，而小宇的心是在这些差异之间重新合成的。哪一句起了多大作用，不是旁观者靠推理能断定的。

再往下一层：回写。S 经 D 回写 E，意思是显露出来的东西反过来改变那团纠缠。小宇那一筷子鱼，如果回写进了这家人的饭桌，下一次试卷出来的时候，书包里的东西可能就不用压在最底下。这是一次小小的回写。三种话都可能促成它，也都可能打断它。比如父亲那句，如果小宇下回仍然独自扛，回写的是“遇事自己扛”；姐姐那句，如果小宇下回愿意主动摊开，回写的是“事情可以拿出来说”；阿杰那句，如果小宇下回分数不好却能照常吃饭，回写的是“分数不等于我”。三个回写都是好东西，也都可能被用过头。

◆ 三条路，面对这张试卷会各说什么

再把视线从饭桌移到书页。假如请三位传统里的老师来看这张试卷，他们大概会各说什么？下面是我借他们的话做的转述，不是他们真的评过试卷。

中华一路，会提到《孟子·告子上》那句「学问之道无他，求其放心而已矣」。孟子说的“放心”，是跑丢了的心。学问不是别的，是把跑丢的心找回来。放到这里，大意是：成绩只是外头的事，要紧的是孩子的心有没有在这件事上“在场”。接着会说工夫：每日一点，一点点积。这条路的重心很清楚——主体要自己回来，自己用力。

西方一路，会先请柏拉图出来。柏拉图把灵魂分成理性、激情和欲望几部分，意思是心里有不止一股力，要弄清楚是哪股力在拉扯。放到试卷上，就是先弄清：这次考砸，是不会，是粗心，是害怕，是懒？分清了，才好对症。另一条线，奥古

斯丁，会把话题转向另一个方向：孩子的不安，有没有一个可以对着说的对象。这一路的重心，是“先看清”，再“有个对话的对象”。

印度一路，会提到《薄伽梵歌》里“只管行动，不要执着于果实”的教导〔转述；核：通行为第2章第47节，见第25章〕。放在考试上，就是尽力准备，但不让自己被成绩吞没。再往里，佛陀的无我之说会问：你说的“我考砸了”，那个“我”是什么？是分数、是名次、是难堪的感觉，还是正在读这些念头的人？这条路的重心，是退后一步，看着念头来，看着念头去。

三个回答里，没有一个是糊弄的。每一个都是千百年磨出来的。它们彼此也不矛盾：找回心、分清力、退后看，在一个孩子身上完全可以先后发生。

◆ 一个常见的误会

讲到这里，容易生出一个误会：既然三种都好，那就各取一半，凑成“最好的心论”。

这个想法动机很好，做法却要小心。三种传统的着力处不同，是因为它们各自回答的问题不同，各自背后的练习也不同。把中华的“工夫”、西方的“剖分”、印度的“观察”各拿一块，拼成一个大盘子，很可能只得到三样半成品，每样都没有原来的火候。

家里的三样东西可以帮着想：镜子、尺子、门。镜子让你看见自己，尺子让你量清楚东西，门让你和外面的人往来。三样都有用，但谁也代替不了谁。更重要的是：看镜子的人未必会量尺寸，会量尺寸的人未必会开门。要同时用上三样，不是把它们熔成一块，而是知道此刻该拿哪一样。

所以本书后面的路子，不是拼盘，而是问：三条路都在回答同一类问题，它们的共同缝隙在哪里？这一问，要等到第31章。这里先把三样东西的位置摆清楚。

◆ 三心的着力处：一张表

把三句话背后的传统摆出来，可以画成下面这张表。表里是本书的初步判断，不是王德生的口述，也不是三种传统自己的定论；每一格都留着传统自己会提出的反驳，反驳放在表后面讲。

	中华之心	西方之心	印度之心
着力最多的一面	主体性，在日用人伦的事上磨	客体性；另一支线转向互动性	主体性向内收；缘起一路把互动性讲到了底
把心放在哪里看	放在事里，心与事一起看	摆在面前，剖分、命名、检验；另一支放进与神的关系里	退到一个“看着”的位置，看心的波动
最拿手的事	把心写成可以日日修的东西，工夫有次第	看得清、说得明、可传授、可检验	对内心细微变化观察最细，练习成套
本书在后面几章要追问的缝	新的东西从哪来，常说成“本来就在”	在“赐”与“发现”之间摇摆	“新”相对缺席，E常被看作缠缚

表里每一格都是一个概括，概括必然会磨掉棱角。下面分别讲各自最强的辩护，请把它们当作表的另一半来读。

◆ 对照旧地图：三位辩护人

先替中华之心说话。有人会反驳说：你把它记成“主体性”，等于说中国人的心是关起门来的。可是《孟子·尽心上》有一句「万物皆备于我矣」，下面紧跟着「反身而诚」。读这句话，不必读成自大。孟子要说的是：我与万物不隔，万物的道理在我这里一一有回应。心看起来以自己为中心，其实通向的是人伦、是事、是天下。王阳明也讲过要在事上磨练〔转述；核：《明儒学案·姚江学案》所引阳明语“人须在事上磨炼，方立得住”，维基文库〕，心不放到事里去，是立不住的。所以中华之心的主体性，是一个向事敞开的主体性。这个辩护站得住，我同意，并

且它说明了为什么中华的心论总带着“工夫”这个词：工夫是主体在事上一点点的功课。

再替西方之心说话。有人说：你把它记成“客体性”，等于说西方人把心当东西、当仪器。可是奥古斯丁的《忏悔录》本身就是一个人对着神说话的体裁，通篇是“你”与“我”的往来，那是极重的互动性。希伯来经文里讲心，也是在人与神的约里讲。把心摆到面前剖分、命名，是另一条线，它的好处我们天天在用：医生看病、老师分析错题、法官分辨动机，靠的都是把东西摆出来看准的本事。看得准，并不等于看轻；很多时候，看准是对一个人最大的认真。我同意这个辩护，也因此把西方之心写成“两条线”，而不是一条。

最后替印度之心说话。有人说：你把它记成“向内收”，等于说它不要世界。可是“退后一步去看”并不冷。《瑜伽经》开头就把瑜伽说成心的波动的止息；波动被看清，人才不被它牵着走。佛陀讲缘起，讲的恰恰是一切都在彼此依赖中生起，这是把互动性讲得最彻底的地方之一。至于“回到本来”，印度的思想家会说，那不是往后走，而是认出脚下一直在的东西。这个辩护同样站得住，它提醒我，印度之心最拿手的一件事，是对内心细微变化的耐心观察，这是另外两种传统很难相比的。

三位辩护人说完，表格的意思就清楚了：它画的不是高低，是力气落在哪里。把力气落在不同地方，各自长出了各自的本事。

◆ 三种重心，也是三种“面”的缺口

不褒此贬彼，不等于看不见缺口。每一种着力处，都意味着另外两面被放在了旁边。

中华之心着力于主体在事上的磨，客体性（把事和心摆开来细看）与互动性（心被外来的东西改变）都在，只是不是主角。西方之心着力于看清，主体那种“我在里面”的温度，常常要靠另一条线来补，所以才有帕斯卡那句「心有其理」的提醒。印度之心着力于退后一步观察，互动性里“外来的东西进来、改变我”这一半，在传统里常被看成牵绊。

这些缺口，我只指出，不评判。因为缺口的另一面，正是强项。一个传统把一面做到了极致，另外两面自然显得轻。

◆ 三种传统共有的那一个预设

比较到这里，有一件事值得停一下。三条路着力处不同，但回答的问题很像：心怎样修，心怎样看清，心怎样静。三个问题都有一个共同的背景——心是已经在那里的东西。中华讲本心，西方讲灵魂或“我思”，印度讲真我，说法不同，但这个“已经在”几乎没有人怀疑。

这正是本书导论里说的“心是起点”的预设。我在这一章不展开，只留一个提醒：三种着力处的比较，是为了看清各自的好；而三者共有的这个预设，要到后面的章节才处理。第28章问新的东西从哪里来，第29章问长大怎样走，第31章再回过头来，把三条路看成同一道缝的三种走法。

回到场景

回到那张饭桌。小宇的那一声「哦」，里面其实压着一颗被合成的心：他想成为一个“数学还行的人”，这是理念的我；他手里那张五十四分的试卷，这是现实的我；他不敢拿出试卷时的难堪，夜里可能想起的那一幕，是自我的我。三者合在一起，才是他此刻的心。

可以这样读三句话：父亲的话，碰到的是理念的我，提醒他“你本来要往哪里去，自己知道”；姐姐的话，碰到现实的我和自我的我，一半在试卷上，一半在滋味里；阿杰的话，碰到的是自我的我，让难堪不必变成“我整个人不行”。这样读，不是说谁说得对，而是看出：每一句话都只触到心的一部分，而小宇需要哪一部分，要看他当时的心里有什么，而不是看大人平时习惯怎么说。

所以，这一章的结算很简单：一个大人如果只会一种话，孩子得到的是三分之一。三种话各有位置，什么时候用哪一种，要看孩子那一刻的心在哪里。这不是三选一，而是知道自己平时站哪儿，以及孩子那一刻需要哪儿。

还可以多想一步。如果这件事过一个星期再看，三句话留下的东西会不一样。父亲那句留下的，是一个任务：小宇会真的去翻错题，也可能翻到一半又合上，因为没人告诉他从哪一页翻起。姐姐那句留下的，是一张分好类的清单和一个被问过的问题：他知道哪类题要补，也知道自己的难堪是可以被说的。阿杰那句留下的，是一种态度：他在下一次考试前夜没有那么紧，却可能也没有那么用力。这些“留下的东西”，都是回写，都进入了小宇下一次合成自己的心时手里的材料。

这样看，三种话不是三个答案，而是三份材料。一个孩子的心能不能长，看的是他手里的材料够不够丰富，而不是大人把话说得多漂亮。

小宇后来拿起筷子，夹了一块姐姐盛的鱼。没有谁看出这一筷子是被哪一句话推动的，也许三句都有一点，也许一句也没有，也许是鱼的味道。这个“也许”，正是后面几章要认真对待的东西：新的东西，究竟从哪里来。

> 带走的话
>
> 三种传统的心，出厂时都以主体为中心；它们的不同，在于把力气多花在心的哪一面。

小账

小账一：本章结算的新理解——比较三心，要分开「出厂中心」和「着力处」；前者人人相同，后者才是传统的选择，也是各自强项的来源。

小账二：本章翻动了「一种心论只需要一个中心」这个旧预设，并落在承重命题 K4 上：心的属性以主体性为中心，客体性与互动性为辅。

第 28 章

0→1从哪里来：本心、恩典、本性

这一章的问题：新的东西从哪里来？这是随身三问里的第二问。三种传统对这个问题都有话说，说法不同：中华说「本心」，希伯来与基督教的传统说「恩典」，印度说「本性」或「本来」。这一章把三种说法并排放好，各自讲它的强项，各自指它留下的缝。

场景

这是我构想的场景。

老刘（70岁，退休工人，固执，口头禅「我就是这样」，这是我构想的人物）退休第三年，在小区门口的公告栏前站了很久。公告栏贴着老年大学的招生单，国画班、书法班、合唱班。他一辈子在机床厂做钳工，手上拿过游标卡尺、锉刀、扳手，没拿过毛笔，连签名都是写在工单上的。

那天的前一晚，孙女来家里，用蜡笔在白纸上画了一只歪歪扭扭的鸭子，老刘看了好一会儿，说：「这鸭子脖子太长。」孙女说：「爷爷你画一个。」他接过蜡笔，画了一只，比孙女的更歪，被孙女笑了半天。孙女走后，那张纸被老伴贴在了冰箱上。老刘每次拿水喝，都要看一眼。

第二天，他站在公告栏前，用手机拍下了国画班的报名电话。回家的路上，楼下一位老工友碰到他，问他干什么去了。他不好意思，说：「随便看看，想学个画。」

老工友一拍大腿：「我就说嘛！你年轻时厂里黑板报，那面红旗是谁画的？是你！你心里一直有这个，现在才拿出来。」

晚上，同楼一位常去教会的邻居听说了，笑着说：「这是上头给你的。你自己想不到这一出，是被带到这儿的。」

第三天，老刘在小区花园里碰见一位练静坐的老太太。老太太听了前后，说：「你呀，退下来了，厂里那些事压着的东西松开了，这才是你本来的样子。」

三个人，三种说法。老刘自己是怎么说的呢？他想了很久，只说了一句：「我就是……手痒。」顿了顿，又补了一句，他自己都觉得奇怪：「我以前不是这样。」

◆ 三种说法，先用日常话讲一遍

老工友说的，是「本来就有」。这个东西一直在你里头，只是没拿出来，现在拿出来了。中华的说法叫本心。

邻居说的，是「从外面给的」。这个东西不是你自己里头长的，是别处送到你手上的。基督教传统的说法叫恩典。

练静坐的老太太说的，是「本来的样子被盖住了，现在盖子拿开了」。这个东西不用给，不用找，揭开遮盖就在。印度传统里，这条路叫回到本性、回到本来。

三种说法，说的都是老刘这件事，每一种都说得通。可是它们对「新」的态度很不一样：第一种说，这其实不新，是旧的显出来；第二种说，这真是新的，但不是你造的；第三种说，没有新，只有遮盖的去除。同一件事，三个“新不新”。这一章要做的，就是把这三个说法各自的道理讲清楚，也各自指出它留下的缝。

◆ 本心说：认出，而不是创造

先说中华的本心说。

孟子的话是：「人皆有不忍人之心。」（《孟子·公孙丑上》）。他的意思是，每个人心里一开始就有一些东西，遇到某种场景就冒出来，比如看见小孩快掉进井里，人人心里一紧。这类东西，孟子称作「端」，就是开头、苗头。后来陆九渊讲「心即理」，王阳明讲「致良知」，把这条线推到更深处：道理不在外头，在心里；人要做的，是把心里原有的那点光擦亮、让它发出来。

本心说有一个很大的好处：它解释了「认出感」。老刘拿起蜡笔画鸭子的时候，其实没有觉得陌生，他觉得「我好像会」，或者说「我想要」。许多人在人生后半程学新东西，都有过这样的感受：不是从零学起，而是被什么东西“唤醒”了。本心说把这个感受当真，并且给了它一个位置。这一点，别的说法不一定处理得这样细。

它的第二个好处是实际的：它让人相信自己里面有东西。一个人若相信里头什么也没有，就很难迈出第一步。老工友那句「你年轻时画过红旗」，对老刘是一股真实的力气：原来我不是一张白纸。

本心说留下的缝在哪里？本书的初步判断是：如果东西本来就在，那么「新」这件事，就被压缩成了「显出来」。红旗是旧的前兆，不错；可是前兆本身又是怎么来的？老刘一辈子画了一次红旗，之后四十年没有再碰笔，这四十年里那点东西去了哪里？为什么偏偏是退休后的这一周，而不是十年前、二十年前显出来？本心说通常回答：因为条件到了。可是「条件」在这套说法里，往往不是主角，主角还是那个本来就有的心。

这里，我要把本心说者自己最强的辩护摆出来：他们会说，你这样问，是没有理解“本”字的意思。「本心」不是一个藏起来的小东西，而是一个人之所以为人的活的根，条件、前兆、遭遇，都是这个根在不同的土壤里长出的不同枝叶。条件当然重要，但条件之所以能起作用，是因为心有能回应它的能力。这话有道理，我接受一半：心确实要有能回应的能力。另一半我留着，放在后面和另外两说一起说。

◆ 恩典说：来自外面，而且是给的

再说恩典说。

《以西结书》36:26 说的要点是：神说要赐新心、除去石心、赐下肉心。这一节的重点不在“人该怎样修心”，而在「赐」：新心不是人自己长出来的，是给的。《约翰福音》3章讲圣灵，有一句大意是风随着意思吹，你听见风声，却不晓得它从哪里来，往哪里去，凡从圣灵生的，也是如此〔转述；核：和合本《约翰福

音》3:8〕。新的生命来自一个人看不见、也管不着的地方。这里取的是西方之心里“赐”的这一支；第20章说过，同一个传统里还有“发现”的一支（比如柏拉图的回忆说），两支并存，就是那里说的摇摆。

恩典说最大的强项，是诚实地承认了「来源在外面」。这一点和本书的方向最近。本书有一条推论（T1）：以主体为中心的东西，不能从自身生出新的自己，所以0→1必须来自主体之外。恩典说没有把“新”藏进旧的里面，也没有把“新”说成没有。它直接说：新心是给的。老刘没有想过要学画，他是被带到公告栏前的——孙女的蜡笔、老伴的冰箱贴、小区的招生单，这些东西不是他拿出来的，是送到他手边的。邻居那句「被带到这儿的」，恰恰指出了这一点。

恩典说的第二个强项，是它给了接受的人一种姿态：感恩，而不是自矜。一个人若觉得新的东西全是自己想出来的，他就容易把它握得紧紧的，觉得“这是我的”；若觉得是被给的，他握得就松，也愿意分给别人。

那它的缝在哪里？本书的初步判断是：为什么是这个人、这个时候？老刘为什么是退休第三年、为什么是这个公告栏？恩典说的传统通常回答：这是神的主权，是奥秘，人不必也不能问到底。神学自己是这样说的，我照它自己的说法讲，不替它辩护，也不贬低。本书要补的，只是日常这一层：在日常里，那个“为什么是此时”，其实可以问到一些具体的东西——空下来的上午、冰箱上的那张纸、老伴的一句话。这些东西不否定恩典，只是把“给”的过程讲得更细。

还有一处值得提：保罗在《腓立比书》2章，一边说神在你们心里运行，使你们立志行事，一边在前面说要「恐惧战兢做成你们得救的工夫」（2:12，和合本）。这说明恩典说的传统自己，并没有把人的力气抹去。给与接，两头都在。只是在日常的民间用法里，“都是上天的安排”这句话说得太顺，接住的那一头的力气，容易被说没了。这是日常用法的缝，不是经文的缝。

◆ 本性说：去遮蔽，而不是添新

第三说是印度的路。

《歌者奥义书》里有一句著名的话，常译作「汝即彼」，意思是你里头那个最深的东西，和宇宙最深的根是同一个。奥义书的传统教人的，是认出这一点。后来的瑜伽、佛教，各有各的做法，但共同的方向是：去掉遮盖，回到本来。唯识讲“种子”和“习气”：心里藏着无数过去留下的种子，遇到缘就生出现行，旧的习气不断被“熏习”，新的种子也可以被种进去。

本性说的第一个强项，是它看见了「遮蔽」。老刘退休后，机床厂的节奏、工单、班组长的眼睛，这些几十年压着的东西不再每天压着，他的日子才空出一块。许多新的东西，其实是先减后加：先把占着位置的东西挪走，位置空出来，才有新东西落进去。这个观察很准，也很实用。练静坐的老太太那句「厂里那些事压着的东西松开了」，就是这个意思。

第二个强项，是它对内心细微变化的耐心。一个念头、一种感受从哪里升起，到哪里消失，这条路上有一整套练习去看。老刘手痒的那个“痒”，若要看得清，这套训练最管用。

本性说的缝，在本书的初步判断里是：「新」相对缺席。既然一切是回到本来，那么真正从没有到有的东西，就没有位置。（第26章已经指出，唯识的闻熏和佛教的发菩提心是两个例外，这里说的是几家主要说法的重心。）可是我要先写出它自己最强的辩护。佛教会说：你说“新”，等于预设了有一个实体，原来是甲，后来变成乙；可是在无我与缘起之下，本来就没有这样一个实体，没有“一个东西变成另一个东西”这回事，只有因缘和合、此起彼落。所以不是“新”不在场，而是“旧的实体”和“新的实体”都不在场，这才是更彻底的说法。

我愿意接受这个辩护的一半。把0→1说成“一个旧东西变成新东西”，本来就不合本书的意思。本书说的发生，是在E中、经D、显露为S，S不是从哪个实体里拿出来的。这样看，本书与缘起说的距离，比表面上近：都不认为新东西是从一个现成的中心里变出来的。不同之处在于方向：缘起说看缘，是为了解开，看清它们怎样缠住人；本书看E，是为了接住，看清新的东西怎样在其中显露出来。这一点不同，我不判高下，因为解开与接住，是两种都需要的功夫。

◆ 用一个过程读老刘

现在可以回到老刘，用SDE读他的这一周。这是本书的读法，不是任何一种传统的读法。

E，是特征纠缠的系统。老刘这一周的E里有：退休后空出来的上午，孙女的蜡笔和那只歪鸭子，冰箱上的纸，老伴的一句「你画得也不比孩子差」，老年大学的招生单，还有他一辈子握游标卡尺练出来的手稳。这些东西彼此牵着，没有一样是他“发动”的。

D，是差异序列。这一周里有一串小小的差异：从“路过公告栏”到“停下来看”，从“看”到“拍下电话”，从“拍下电话”到“打电话问学费”，从“问”到“去试听”。每一步都是一个小差异，一步接一步。

S，是显露。最后显出来的，是一个“会拿笔的老刘”。他还不是画家，可是已经不是“我就是这样”的那个人了。

这样读，三种传统的说法正好各自对应了过程里的一段。老太太说的“遮蔽退去”，对应这个过程的前面：退休把压着的东西移开。邻居说的“从外面给的”，对应过程的中间：蜡笔、招生单、老伴的话，一样一样送到手边。老工友说的“本来就有”，对应过程的后面：当S显露出来的时候，老刘会有一种认出感，觉得“这不陌生”。

三种说法各抓住了一段，每一段都是真的。它们的缝，不是说错了，而是各自把一段说成了全程。

按承重命题，我要把一点说得明白：本书的推论是，以主体为中心的东西，不能从自身生出新的自己。老刘的心是以他自己为中心的，出厂样子就是这样；如果只靠这个中心，他的“我就是这样”会一直是“我就是这样”。新的老刘，必须有东西从外面进来。这一点，恩典说最直接地说了；本心说和本性说在各自的细处也承认了，只是用了不同的词。

◆ 三个说法，各自的强项与缝隙

把前面的话收一收，免得散。

本心说的强项，是认出感与自信：它让人相信自己里头有东西，也让人在新东西出现时不觉得陌生。它的缝，是容易把“新”收回到“旧”里去，让条件、遭遇退到背景里。

恩典说的强项，是诚实承认来源在外，并带来感恩与松手的姿态。它的缝，是“为什么是此时”这一层，在日常里还可以问得更细；还有民间用法里，接住的人的力气容易被说没。

本性说的强项，是看见遮蔽，并有对内心变化的细致观察，还有“没有现成实体”这一层彻底的说法。它的缝，是“新”的位置在传统里很窄，缠住人的东西占去了太多笔墨。

三种说法各有各的好，各有各的缝。重要的是：缝不在同一个地方，所以它们可以互相补。本心说补恩典说“为什么是此时、为什么是此人”的细节，恩典说补本心说“来源在外”的坦白，本性说补两者“先减后加”的提醒。这是发生学可以借力的地方。

◆ 三种说法，人的那一份各是什么

0→1的“新”是来的，人是不是只能干等？三种说法都没有这样说，只是人的那一份各不相同。

本心说里，人的那一份是“擦亮”。孟子说要「存」，要「养」，《告子上》引了孔子的一句「操则存，舍则亡」，大意是抓着就在，放着就没。心里原有的苗头，要靠人去护着，不让它被日子磨掉。老刘若年轻时画红旗的那点兴头一直被他自己说成“没用的事”，那点苗头就是被“舍”了。

恩典说里，人的那一份是“接受”。接受不是什么都不做，而是把手伸出去，把送到手边的东西拿住。老刘看见招生单，拍下电话，这是接；若他看了一眼就走，说一句「我这把年纪学什么画」，送到手边的东西就落了空。

本性说里，人的那一份是“揭开”。把压着的东西一样一样看清，哪些是真该背的，哪些是习惯了才背的，然后放下。老刘从“我是个钳工”这个念头里松出一点，才有空位给“我也许会画”。

三种“那一份”，擦亮、接受、揭开，动作不同，但都不是“发动”。这一点值得留意：没有一种说法，要求人从自己里面生出一个新的自己，来凭空造出那个“新”。三条路在这件事上，惊人地一致。

◆ 三个日常的问法

如果把三种说法放到日常里用，可以变成三个很朴素的问题，问给自己，也问给身边遇到新变化的人。

第一个问题来自本心说：我年轻时、小时候，喜欢过什么，后来为什么放下了？这个问题，是在翻自己的旧账，看有没有被“舍”掉的苗头。

第二个问题来自恩典说：最近有什么东西“送到了我手边”，我拿了没有？一张招生单，一句邻居的随口话，一本别人落下的书，孩子的一句问话，都算。这个问题，是在看E里有什么可以接。

第三个问题来自本性说：什么东西压着我，我是不是习惯了才一直背着？这个问题，是在看遮蔽。

三个问题问完，一个人对自己的“新”会看得清楚得多。这不是治病的方子，也不是给谁定性的量表，只是三个问法。老刘那一周里，其实他的老伴替他问了第二个：“那你自己觉得呢？”问到最后，他答出来的，正是第二个问题的答案：要是孙女那天不画鸭子，我大概还在看电视。

回到场景

老刘后来真的去了。

国画班第一堂课，老师让每人画一根竹子。老刘画歪了，竹节像是锉刀锉出来的，一节一节硬硬的。同桌一位阿姨偷偷笑了。老刘没生气，看了一会儿自己的竹子，说了一句：「这根不像竹子，像钢筋。」全班笑了，老师也笑了，说：「像钢筋也有像钢筋的好，你这个'硬'字，别人学不来。」

回家路上，老刘想起那三个人的话。他对老伴说：「老工友说我心里一直有，其实我自己想不起来。楼上那位说是上头给的，我也不懂这些。老太太说是退下来了才出来的，倒有点对。」老伴说：「那你自己觉得呢？」老刘想了想：「我觉得……都有一点。不过要是孙女那天不画那只鸭子，我大概还在家看电视。」

这一句，我觉得很重要。它没有否认“本来有”，也没有否认“退休松开了”，更没有否认“被带到那儿”，可它把一件事说得很清楚：那只鸭子，是外头来的。

结算一下开场时没有的新理解：三种说法不是三个互相冲突的答案，而是同一个发生过程里，由三个不同的位置看出去的风景。从前面看，是遮蔽退去；从中间看，是外物送到；从后面看，是认出自己。真正的0→1，三段都有，缺一不可，而其中“外面送到”这一段，是最容易被忘掉的一段，也是主体为中心的心最看不见的一段。

老刘后来在冰箱上又多贴了一张纸，是他的第二根竹子。这一回，竹节软了一点。他还是那句口头禅，不过换了一个说法：「我现在就是这样。」

> **带走的话**
>
> 新的东西，三条路都承认它来了；说得最不一样的，是它从哪里来，而发生学要问的是：在这一团纠缠里，它是被什么带到手边的。

小账

小账一：本章结算的新理解——本心、恩典、本性各抓住了0→1过程的一段（遮蔽退去、外物送到、认出自己），各自的缝是把一段说成了全程。

小账二：本章翻动了「新的东西只能从心自己里面出来」这个旧预设，并落在推论T1上：以主体为中心的东西，不能从自身生出新的自己。

第 29 章

1→N怎样走：工夫、操练、修行

这一章的问题：已有的东西，靠什么长大？这是随身三问里的第三问。上一章讲了新的东西从哪里来，这一章讲它来了以后怎么办。三种传统都有一整套答案：中华讲工夫，基督教的传统讲操练，印度讲修行。三个词听上去很像，里面的力气却不同。

场景

这是我构想的场景，人物也是构想的。

小敏（26岁，护士，新入职，爱学新东西，这是我构想的人物）春天买了一把入门吉他，价钱不贵，琴颈有点窄。她的想法很简单：夜班之后的白天睡不着，想有件事可以把手和脑子一起放进去。

她给自己定了三个月，每个月换一种学法，看哪一种适合。这是她自己的试验，不是谁教的，也不是在替哪个文明做测试。我借她的三个月，是因为三种学法，碰巧和三条古老的路有点像。

第一个月，她自己学。每晚下班回家，洗完澡坐在床边，二十分钟，不多不少：先爬音阶，再练三个和弦的转换，手机里记了一张打卡表，连着打了二十六天。第十天的时候，她的左手指尖起了茧，C和弦终于按响了。第二十天，三个和弦能连起来，但换和弦时总要停半拍。她觉得自己在进步，只是进步得很慢。

第二个月，她报了一个周六的社区小乐队。带队的是一位五十来岁的老师，话不多，手很快。第一次课，老师站在她身后看了三十秒，伸手把她的拇指从琴颈上方扳到了后面，说：「你这样握，一辈子换不快。」小敏的手腕疼了一周。月底，乐队在社区护士节联欢上演出，小敏弹到第三段，换错一个和弦，手停了一下，整

个声音空了半拍。她脸红到耳根。下台后，老师只说了一句：「错在哪儿，你自己知道。下周再来。」

第三个月，朋友给她推荐了另一种方法：每次弹之前，先坐下，数十次呼吸；然后只弹一个音，听它慢慢散到听不见；不设目标，不记时间，弹错了也不算错，只是“听见”。头几天，小敏觉得好笑，也觉得无聊。第十天，她发现自己能听出，换和弦时左手哪一根指头先犹豫。这个发现，是前两个月都没有的。

三个月后，她坐在床边，把吉他放在腿上，想了很久：三种学法，哪一种让我长了？答案并不干净。

◆ 先说清：1→N 是什么

0→1是新的东西出现，1→N是已有的东西长大。小敏买来琴、第一次按响C和弦，那是0→1；之后三个月里的一切，是1→N。

长大这件事，从发生学看，是一次又一次的小发生：每一次练习是一个D，每一次D让手、耳朵、心里的东西显露出一点点新的S，这个S又回写进E，也就是回写进她的手感、她的耳朵、她对自己的看法，下一次练习就在一个略有不同的E里开始。如此反复，就是长大。

所以，三种学法的比较，要问的不是“哪个更勤奋”，而是三个更具体的问题：它们各自把力气放在哪一段？各自要什么样的靶子（S）？各自让什么东西回写？

◆ 工夫：日积月累，自己和自己

先看小敏第一个月。这是中华传统里“工夫”的样子。

「学而时习之，不亦说乎」（《论语·学而》）。孔子把学和习放在一起：学了，要时时拿出来用、练。荀子在《劝学》里讲得更直白：「不积跬步，无以至千里。」半步半步地走，积起来才有千里。工夫的第一层意思，是积累。

荀子这条线上的工夫，重在“积”；孟子那条线上的工夫，重在“养”和“存”，《告子上》引孔子的话「操则存，舍则亡」，抓着就在，放着就没；朱熹讲“居敬”“穷理”，王阳明讲在事上磨练〔转述；阳明语见《明儒学案》所引；朱熹“居敬穷理”待核〕，细节各不相同，但共同的底色是：功夫是主体的功课，是自己对自己的持续用力。小敏那张打卡表，那二十分钟，那二十六天，是它最典型的样子。

工夫的强项很明显：它是可积累的。每天一点，不依赖谁在场，不依赖状态好坏，只要人肯坐下来，就有进步。它对“熟”这件事最有效：和弦换得流畅，字写得端正，家务做得顺手，都是工夫的果实。它还给人一种自主感：我的进步是我自己的。

工夫的缝在哪？本书的初步判断是：谁来说你走对了？小敏第二十天时，换和弦总是停半拍，她自己并不知道是哪里错了。三个和弦能连起来，不等于连得对；如果拇指的位置从一开始就错，日积月累积起来的，是一个越来越牢的错。传统里当然有师承，有“师傅领进门”的话，也有读书人对着前人注疏的功夫，所以我不能说工夫说没有这一层。但在“工夫”这个词本身的重心里，评判者是自己，或是书本；“别人当场看你一眼”的那一份，不是它最拿手的地方。

◆ 操练：被人纠正，在场合里试

再看第二个月。这是基督教传统里“操练”的样子。

操练这个词，在和合本里是一个很有劲的词。《提摩太前书》4章有一句：要在敬虔上操练自己。这个词在原文里，据说是体育训练一类的用词〔待核〕，意思是像运动员一样训练。《希伯来书》12:11 说：「凡管教的事，当时不觉得快乐，反觉得愁苦，后来却为那经练过的人结出平安的果子，就是义。」。这句话把操练和苦难放在一起：管教当时是愁苦的，后来才结果子。《罗马书》5章还有一句：「患难生忍耐，忍耐生老练，老练生盼望。」。

在这条线上，操练有两个特点。第一，它有人在场：管教的人，带路的人，前面走过的人。K5 里说到“以耶稣为标杆”，意思是长大有一个已经走过的人可以

看。第二，它不躲开阻力：难堪、错误、疼痛，在这条线上不是需要避开的东西，而是长大的材料。

小敏那位老师扳她拇指，是操练的样子；护士节联欢上换错和弦的那一下，也是。手腕疼了一周，脸红到耳根，她当时觉得很糟，可是后来她发现，那个和弦她再也没换错过。

操练的强项，是第一个月做不到的两样：他者的纠正，和真实场合的检验。人在自己家里弹得再顺，到了台上才知道是不是真的会。这两样，把“我觉得会了”和“我真的会了”分开。对手艺、对品格都是这样。西方思想里，亚里士多德把习惯讲得最实在（第16、20章）：做公正的事，才成为公正的人，起步时有父母、教师、法律在旁引导，和操练是同一个方向。

操练的缝呢？本书的初步判断有两条。第一，对“苦”的重视，容易被读过头：读成“越苦越对”，或者“没苦就不算长”。那位老师若换成一个爱发脾气的人，小敏的手腕疼就只是疼。基督教传统自己并没有这样说，它讲管教是出于爱，是“后来结出平安的果子”，但民间的用法常常把这一半丢了。第二，它依赖一个靠得住的标杆。标杆若不靠谱，操练就成了跟着错的人学错的东西。这一点，在这个传统里，是用“以耶稣为标杆”这样的话来回答的；落到日常里，每个人身边的标杆，没有那么完美，需要选。

◆ 修行：看着自己，不急着长

再看第三个月。这是印度传统里“修行”的样子，也是最容易被误解的一条。

佛教常说戒、定、慧三学：戒，是行为的约束；定，是心的安定；慧，是看清事物的智慧。《瑜伽经》的开头，把瑜伽说成心的波动的止息；后面还有一句，大意是修习要长久、不间断、恭敬地做，才会牢固〔转述，待核〕。修行里“修”这个字，不是“修理”，而是“熏修”，一点一点熏染。

小敏第三个月的做法，是这条路的日常版：坐下，数息，听一个音散完，不设目标。它的重心既不是“积累”，也不是“被纠正”，而是“看见”。看见念头怎

样来，指头怎样犹豫，耳朵怎样偷懒。她第十天那个发现，“左手哪根指头先犹豫”，是这条路的典型收获：不是手更快了，而是她对自己的手更清楚了。

修行的强项，有三点。一是对急躁的解药。很多人学东西学不下去，不是因为笨，而是因为急，想快点看见成果，一不顺就放弃。数息和听音，把这个急躁放到眼前看，急躁自己就松了一些。二是注意力的训练：一个人能把注意力稳稳放在一个音上，其他事情上也受益。三是对“自我评判”的缓冲：弹错了，只是听见，不是“我真笨”。

修行的缝在哪里？本书的初步判断是：它的靶，常常是“回到”，而不是“长出此前没有的东西”。小敏第三个月结束时，耳朵好了，心也稳了，可是换和弦的速度，没有第一个月的积累快，也没有第二个月的现场经验硬。这不是修行的错，因为修行本来就不以速度为目标。但就“把一门手艺做出来”这件事而言，它着墨较少。印度传统里当然有各种手艺传承，音乐、舞蹈、工艺的师徒教学都极其严格，所以我只说：就“修行”这个词的核心而言，它更关心的是心的状态，而不是技艺的产出。

◆ 三条路的同与异

现在把三条路摆在一起看。

先看同。第一，三条路都靠时间，都不承诺速成。荀子的千里、希伯来书的“后来”、瑜伽经的“长久不间断”，说的是同一件事：长大要等。第二，三条路在真正的实践里，都离不开一个在场的人。中华有师承，基督教有带路的人和标杆，印度有上师，尽管三个词的分量不同，但都说了一件事：学一样东西，最好有一个已经走过的人在你旁边。这一点，在讲理论的时候容易被忽略，在实践里却是共通的。第三，三条路都把“一次”的东西看轻，把“反复”的东西看重：一次顿悟、一次感动、一次成功，都不如日复一日。

再看异。我把三点放在一起说，不列表，免得显得它们是机械的对照。

靶不同。工夫的靶是“熟”，让做的东西成为自己的；操练的靶是“成”，在场合里站得住，被别人认得；修行的靶是“明”，对自己的状态看得清。三个靶，没有高低，是三种不同的好。

阻力的态度不同。工夫把阻力当作要克服的坎，用积累去过；操练把阻力当作材料，经过它才长；修行把阻力当作要观察的对象，看清它，它自己就松动。同一个“手指不听话”，三种看法，三种用力。

回写的落脚不同。用发生学的话说，三条路的D都在做事，可是S经D回写E的时候，落脚不一样。工夫回写进“手”——自己的熟练和习惯；操练回写进“关系和场合”——别人怎样看你、你在场合里怎样站；修行回写进“注意力”——你对自己的知。三种回写，不互相替代。小敏第一个月，手变熟了；第二个月，她敢上台了；第三个月，她听得出自己了。一个人若只回写一种，另外两种就是空着的地方。

◆ 卡住的时候，三条路各怎么办

学东西最难熬的，是卡住。小敏在第一个月的第二十天卡过：三个和弦能连起来，换的时候总停半拍，之后一个星期没有任何进步。把这个“卡”放到三条路面前，看它们各怎么办，差别最清楚。

工夫的办法是：继续。把二十分钟照旧坐满，把和弦换一百遍，慢一点，再慢一点。工夫的老话是「熟能生巧」，卡住了，多半是还不够熟。这个办法在大多数时候有效，因为平台期往往真的只是积累还没到临界。

操练的办法是：找人看。让一个走过这段路的人，站在你身后看三十秒。小敏的老师看了三十秒，就看出拇指位置不对。卡住，在这条路上常常不是“不够”，而是“偏了”，偏了的东西，自己看不见。

修行的办法是：看卡。不急着换办法，先看清楚卡在哪里，是手卡了，还是心里有个“我怕换错”的声音先卡了。小敏第三个月发现“左手哪根指头先犹豫”，

就是看卡的收获。在这条路上，卡住常常不是“手的事”，而是“心的事”，心里那个急或怕，要先被看见。

三种办法，对应三种可能的原因：积累不够，位置偏了，心里有东西挡着。真实的卡住，往往三种原因都沾一点。所以三个办法都值得试，试的次序，要看当时的情形，而不是看谁的名气大。这一点，也提醒我们不要把一种传统的“处方”，当成所有卡住的处方。

◆ 谁来说“你长了”

还有一个问题，平时很少有人问：长大了没有，谁说了算？

工夫那一路，评判者主要是自己，或者说是自己手里的“熟度”：这个和弦换得顺不顺，字写得端不端，自己知道。它的好处是不依赖别人的眼光，一个人在房间里也能知道自己在进步。坏处前面说过，是自己的眼睛看不见自己的偏。

操练那一路，评判者是他人和场合：老师怎么说，台下怎么听，联欢演出是不是出了声。它的好处是客观、有压力，能把“感觉好”和“真好”分开。它的风险是，把别人的眼光当成唯一的尺子，一个人会变得没有别人的眼光就不会走路。

修行那一路，评判者是自己的觉察：你看清了没有。它的好处是，评判者和被评判者是同一个人，却又拉开了一点距离，可以不被情绪吞没。它的风险是，“我看清了”这件事本身，也可以是一种自我感觉良好。

三个评判者各有各的盲区。把它们放在一起，就像家里的三个钟：一个走得准但在自己房间，一个挂在客厅人人看得见，一个是自己手腕上的表，随时看却容易看漏。三个钟对时，比一个钟走得准。

◆ 时间的单位

最后说一件小事：三条路对“时间”的数法，也不一样。

工夫数的是“日”，一天一天地算：第几天，连着打了多少天。操练数的是“次”，一次一次场合：上了几回台，被纠正了几回。修行数的是“息”，一呼一吸之间：这一次呼吸里，你在不在。

日、次、息，三种单位，把长大切成三种不同大小的格子。小格子看得细，大格子看得远。人若只用一种单位算自己的进步，常常会错判：用“日”算的人，会为一天的退步灰心；用“次”算的人，会为一次失败否定自己；用“息”算的人，会错过长线的积累。换一个单位看，同一件事的颜色就不一样。

◆ 对照旧地图：一个共同的问题

三条路讲完，有一件事值得停一下。

这三条路都是在回答“已有的东西怎样长大”。可是“已有”这两个字，三条路是怎样对待的?

工夫说，已有的是本心或者一点天资，工夫是培养它；操练说，已有的是一个赐下的新心，操练是让它成长；修行说，已有的是本来，修行是让它显出来。三条路里，“已有”这个前提都没有被动摇。

这当然合理，因为1→N本来就以“有”为前提。但这里有一个微妙的地方：如果把1→N慢慢长出来的东西，当作0→1那一刻就已经齐备了，那就会产生一个错位——本书把它叫作发心论的错位（推论T2）。小敏刚按响C和弦时，她手里的“会弹吉他”几乎没有；三个月后，才有一点。如果她把“会弹”当作按响C和弦的那一刻就拥有的东西，她会对三个月的磨炼没有耐心。三种传统在这里各有各的防线：工夫说用“积”，操练说用“苦”，修行说用“久”，各自提醒人：别以为一开始就有。这是它们的共同智慧，我很同意。

◆ 小敏的第四个月

故事还有一段。第四个月，小敏没有再换学法，她发现自己不知不觉把三种东西混到了一起。

早上睡醒，她先坐五分钟，听一个音（修行）；然后练二十分钟和弦转换，打卡（工夫）；周六去乐队，让老师再看她的手（操练）。她没有想过这是不是“融合三种传统”，也不觉得自己在做什么高深的事。她只是发现，每一种都在补另外两种缺的地方：自己练，会有盲点，所以要有老师看；老师看，会紧张，所以要有安定；安定了，还是要一天天把手练熟。

这个小小的混合，不是本书的主张，也不是给谁开的方子。我只想借它说明：三条路在一个人的日常里，并不打架，打架的往往是我们在讲道理的时候。

回到场景

小敏坐在床边，吉他放在腿上，三个月的试验结束了。

她想起开始时的问题：哪一种适合我？现在她换了一个问法：这三种学法，各给了我什么？第一种给了她手；第二种给了她胆；第三种给了她耳朵。没有一种是多余的，也没有一种是全部。

开场时没有的新理解，是这一句：长大不是一条路，是几种回写同时发生。手的回写、场合的回写、注意力的回写，缺了哪一种，长大都会跛一条腿。传统各自把其中一种做到了极致，这是它们的本事；而一个人想长大，要把三种本事都借来用。

那个周六，乐队排练后，老师照例只说了一句：「这次换得对了。」小敏没说话，低头调了调弦。她感觉到左手拇指在琴颈后面，位置很稳。

> 带走的话
>
> **长大靠的不是哪一条路最好，而是手、场合、注意力三种回写都发生了，三条路各自守着其中一种。**

小账

小账一：本章结算的新理解——工夫、操练、修行是三种D的重心，回写的落脚各不相同（手的熟、场合的站得住、注意力的明），长大需要三种回写同时发生。

小账二：本章翻动了「长大只有一条正路」这个旧预设，并落在承重命题 K5 的后半：1→N 是发展路，要经操练、以标杆为向。

第 30 章

三心的硬与软

这一章的问题：这件事里，心是被合成的，还是被当成了起点？这一章换一个角度问：当一颗心变硬了，中华、西方、印度三个传统各自看见了什么，又各自伸手去做什么？

场景

这是我构想的场景，三位老人也都是我构想的人物。

社区服务站贴出通知：下个月起，菜市场和小区门口的小店，大多只收手机支付，现金不再方便。服务站办了一堂手机支付的小课，老刘、周阿姨、老赵三个人都去了。老刘七十岁，退休工人，口头禅是“我就是这样”；周阿姨六十二岁，退休小学教师；老赵六十六岁，周阿姨的邻居，热心，爱算账。

讲课的是个年轻志愿者，把步骤讲了两遍：打开软件，点“扫一扫”，对准店家的二维码，输入金额，输入密码，完成。

老刘听到第二步就把手机放在膝盖上，说：“钱是一张一张数出来的，才叫钱。屏幕上扫一下，钱就没了，我怎么知道它去了哪里？我就是这样，用了一辈子现金，也没少过谁的。”志愿者说，您试一次，我陪着。老刘说：“不试。真有人不收我的钱，我就不在那家买。”

周阿姨拿出一个小本子，把五个步骤抄下来，每一步旁边画了个小箭头。她试着扫，屏幕上多跳出一个“是否使用优惠”的小窗，本子上没有这一步。她的手停在半空，说：“这个窗是干什么的？本子上没写，我不敢点。”志愿者说点“确定”就行。周阿姨说：“我得先弄明白它是什么，不然我心里不踏实。”

老赵学得最快，三分钟就扫成功了。可是他不满足，拿出一个小计算器，要把“满二十减三”和“第二单立减两元”到底哪个划算算清楚。志愿者说软件会自

己算好，他摆手：“它算的，我不信。我自己算一遍，对得上才放心。”他后来在小店前面一站就是五分钟，后面排队的人都等着。

课散了。三位老人走出服务站，各自带着一份没解开的东西回家。

这一章要问的是：他们三个“卡”住的地方，一个传统会怎么说，另一个传统又会怎么说？

◆ 拆解：先说“硬”是什么

《心的发生学导论》里，“硬”和“软”不是性格的好坏，也不是脾气。王德生的说法是：刚硬的心，就是“三我的固化”；柔软的心，就是“三我”的更新性。

前面几章讲过，心是三界之我合成的：理念的我，是我想成为的那个人；现实的我，是账单、身体、作息里的我；自我的我，是夜里独处时的那个我，带着感受和记忆。合成之后，这三个我并不是一次定好就完事，它们要在每天的事情里被重新对一遍：想成为的那个人，还对不对得上今天的日子？日子里的做法，还配不配得上我的想法？夜里的感受，有没有被新发生的事改写？这个“重新对一遍”，就是更新性。

固化，是这个重新对一遍停了。停了不等于坏了：老刘用了一辈子现金，现金的做法在他身上运转得好好的，从来没出过错。固化的麻烦只在一处：外面的事变了，里面的做法不变，两边对不上，又没有人去对。

所以我们不问“谁的心硬”，要问的是：哪里停了？停在哪一个我上？

◆ 拆解：三个传统怎么说“停”

人类对心变硬这件事，不是今天才发现的。三个传统都有自己的看法，而且看得相当细。

中华：心被蒙住了。

孟子讲过牛山的故事（《孟子·告子上》）：牛山上的树木曾经很茂盛，后来被人砍，又被牛羊啃，山就光秃了。人们看到光秃秃的山，便以为它从来就没长过树。孟子说，人心也是这样：不是没有好的东西，是天天被砍、被啃。所以他有一句很直白的话："学问之道无他，求其放心而已矣。"（《孟子·告子上》）心跑丢了，把它找回来，学问就是这么一件事。

朱熹接着讲得更细。照他的意思，人的本来是清明的，只是每个人禀受的"气"有清有浊，又被各种欲望遮着，所以有时候昏了（《大学章句》首章注"但为气禀所拘，人欲所蔽，则有时而昏"）。王阳明爱用镜子打比方：心像一面镜子，不是镜子坏了，是上面落了灰，要勤擦（《传习录》〔待核〕）。

这一路的看法可以叫"蒙尘"。心本来是亮的，硬是上面的东西多了。所以药方是日日用功：擦、养、省察、克己。这种方法的好处是，它不等天上掉东西，今天就能动手。

西方：心变成了石头。

希伯来的经书对心的说法更重。《箴言》4:23说："你要保守你心，胜过保守一切，因为一生的果效是由心发出。"《以西结书》36:26里，神的应许是：除掉石心，赐给肉心。（要点如此，原话请对照和合本。）

石头和灰尘不一样。灰尘在表面，擦一擦就见底；石头是从里到外都是石头，擦一百遍还是石头。所以这一路的药方不是擦，是换：除去旧的，赐下新的。《出埃及记》里法老的心一再"刚硬"，每一次灾难过后都硬回去（《出埃及记》7:13、14:8等处），讲的也是同一件事：事情摆在面前，心却不动。

这一路最坦率的地方，是它不假装人能自己把石头变成肉。它承认：这件事不是自己做得到的。

印度：心被抓住了。

印度的看法又不同。《瑜伽经》开篇说瑜伽就是心的活动的止息（第一章第2节）。佛教讲"我执"，意思是心死死地抓着一个"我"，抓着它的好恶、它的计

较；唯识学讲“习气”，说过去做过的事会留下种子，种子到了时候又长出同样的反应（见第24章）。

这一路看到的“硬”，是抓：心紧紧握着一样东西，不肯松手。药方不是擦，也不是换，而是松：看清自己抓的是什么，一点点放开。

这一路的好处是它对“抓”的机制看得极细，哪怕是很小的、很不起眼的放不下，也逃不过它的眼睛。

三个传统都认真地对待过“心变硬”。尘、石、抓，是三种看法，也是三种伸手的方向：擦、换、松。

◆ 拆解：把三位老人放回去

现在回到服务站门口。这是我用三个传统的看法，对同一个场景做的三种读法，不是给三位老人定性，也不是说哪个传统更对。

先看老刘。从“蒙尘”这一路看，老刘心里有一块很亮的东西：他靠一双手挣钱、自己数钱的踏实。这块东西没有错，是被“现金才叫钱”这件事盖住了，盖得时间太长。要擦掉的是这一层。从“石心”那一路看，老刘的“我就是这样”已经不是尘，而是成形了的石头：他不是不明白，而是明白了也动不了，这需要的是外面来的东西。从“抓”这一路看，他抓着的是“我自己数得清的钱”，也抓着“我从来不欠谁、不靠谁”的那个自己。

再看周阿姨。她的卡点是那个多出来的小窗，没人告诉她，她就不敢点。从“蒙尘”这一路看，教师的习惯本来是好东西：弄明白了再做。但今天它挡住了她：弄不明白，就不动。从“抓”这一路看，她抓着的是“先懂再做”这一条自己立下的规矩。至于“石心”的读法，在她这里不太合身：她愿意学、愿意试，没有拒绝，这一点本身就和老刘不同。

最后是老赵。他学得最快，却一定要自己再算一遍。这既不是不会，也不是不愿，而是一种不放心：别人算的，不算数。从“抓”这一路看，他抓着“自己算过

才作数”，这件事他抓了一辈子，也靠它省了一辈子的钱。从“蒙尘”看，他的精明是亮的，只是不肯让别人的亮照一照自己。

同一个场景，三种读法，每一种都能读出东西，每一种也都读不全。这正是第二编到第四编反复遇到的事：每个传统看到的都是真的，只是各看一块。

◆ 拆解：三位老人，各停在哪一个我上

还可以换一个问法。传统问的是“硬是什么样”，本书的问法是“停在三个我的哪一个上”。下面是本书的一种读法，不是诊断，只是借三位老人把问题摆清楚。

老刘的“现金才叫钱”，表面上是一个做法，往下看是一个感受：钱从手里数过去，他才觉得踏实，这是夜里独处时那个自我的我，带着几十年的记忆。他怕的不是软件，是那种“东西不在我手里”的感觉。可以说，他的硬，更靠近自我的我这一头。

周阿姨的“先弄明白再动手”，是一条她给自己立的规矩：我是当过老师的人，我得懂了才教人，也得懂了才自己做。这是她想成为的那个人，理念的我。教了几十年书，这个理念给了她很多东西，今天它也成了她挪不动步的地方。

老赵的“自己算一遍”，是日子里的做法：买菜、凑单、比价，他每天就这么过。这是现实的我，是账本、小票和计算器里的那个我。它让他多省了不少钱，也让他在柜台前多站了五分钟。

三个人，三个停的地方，三个停下来的理由。每个理由都是他们自己曾经的“好”。这是固化最让人为难的地方：它不是从坏东西里长出来的，常常是从好东西里长出来的。

◆ 拆解：保守，与僵住

《箴言》4:23说“保守你心”。“保守”是个有意思的词：守着，护着，不让坏东西进来。可守得太紧，护墙也会变成石头墙。同一个动作，往一边走是守护，往另一边走就是僵住。

这提醒我们：硬和软不是两种人，而是同一颗心的两种走法。老刘守着现金，是守护他一辈子的踏实；守到不肯看一眼屏幕上的字，那就开始僵了。分界线不在“守不守”，而在守的同时，还有没有一扇门开着。

荀子讲过一个类似的意思：人的毛病，是被一个角落蒙住，对大道理反而看不见（《荀子·解蔽》“凡人之患，蔽于一曲，而闇于大理”）。他说的“蔽”，不是坏，是只剩一个角度。老赵的精明，正是一个很好的角度；毛病只在于，别的角度一概不让进。

◆ 对照旧地图

这里要先把一个容易的误会拦住：不是“中华传统说是尘，西方说是石，印度说是抓，所以三者在打架”。它们不在打架。尘、石、抓，说的是硬在不同的深度、不同的样子。

中华一路有它最强的辩护。如果有人说“蒙尘说太乐观了，擦不动的石头怎么办”，这一路会回答：说心本来亮，正是为了给人一个可以起步的地方。若一上来就说“你不行，你要被换掉”，很多人连擦的第一下都不会动手；擦的功夫是日日做的，做着做着，灰厚的地方就薄了。王阳明自己也讲“事上磨炼”，不是空谈。这一点，本书认为说得对，而且是实用的。

希伯来一路也有自己最强的辩护。如果有人说“换心说太消极，把人说得什么都做不了”，这一路会回答：说人做不到，不是说人什么都不做，而是说，人先承认自己做不到，才肯接住外面来的东西；很多人永远擦，擦到老，擦的恰恰是那个“我能行”。这个提醒，对每一个以为自己能把自己修好的人，都是刺。

印度一路的辩护同样有力。如果有人说“松开说只破不立”，这一路会回答：人受苦，常常不是因为缺了什么，而是因为抓了太多。先学会放，才看得清自己手里到底抓着什么；没有这一步，再多的“新”也会被旧的抓法握成旧的。

本书的初步判断是：这三路看到的，是同一件事的三个侧面。“蒙尘”看到的是硬在日常里一层一层积起来；“石心”看到的是硬到某个程度，靠自己已经动不了；“抓”看到的是硬的内部机制：它不是死的，是在握着。按本书的用法，这三者合起来，恰好是“三我的固化”在不同深度的样子。

三条路也有各自留下的问题，这些问题留给下一章：擦完了以后，新的东西从哪里来？换心之后，那颗新心怎么长大？松开之后，手里放进什么？

◆ 拆解：硬与软，传统里没写出来的一半

读到这里，会发现传统里讲“硬”的话多，讲“软”的话少。孟子讲的是找回来，朱熹讲的是擦干净，《圣经》讲的是除掉石心，印度讲的是放下。它们都有“软”的画面，但“软”通常被写成硬的反面：软就是没有硬了。

王德生的说法不同。他说，柔软的心，是“三我”的更新性。软不是没有硬，而是三个我还在动：想成为的那个人在改，日子的做法在改，夜里的感受在改。这里的“软”不是一种松垮的状态，而是一种在运行的状态。

这个说法和传统有一个细微的差别：传统常常把理想的心写成一个静止的状态，亮的、肉的、空的；而这里的软是一件正在做的事。老刘的难处不在于他的心里缺了一块亮，而在于他的三个我不再往前对。这是本书对传统说法的一种读法：理想的心在传统里常被写成一个状态，而这里的软是一件正在做的事。这样看，三个传统的药方，擦、换、松，是让三个我重新动起来的三种手段，不是终点。传统自己是否这样说，要由各家来答；本书只是借这个角度，把三家放到同一张桌子上看。

这一点对后面的章节很要紧。如果软是一件正在做的事，那么一颗心就不能靠“修成一个样子”来保证它软；它只能靠每一次有新的事进来的时候，三个我还肯对一遍来保证。更新性，是一种每天都要重新发生的东西。

◆ 拆解：硬不是主体中心的罪

有人读到这里会想：既然心总以“我”为中心，硬是不是就出在这个“我”字上？按本书的默认写法，不是这样。心以主体性为中心，是心出厂时的样子；老刘以自己为中心看钱，周阿姨以自己的规矩看世界，这是每颗心都有的方向，不必当成病。变硬变软，发生在别处：发生在三个我各自“还肯不肯对一遍”上。一个以主体为中心的心，既可以很软，也可以很硬。

这样说，也是为了不冤枉任何一个传统。中华说“尽心”，西方说“我思”，印度说“真我”，都离不开主体这个中心；它们没有错在这里。它们各自处理的，是主体中心的心在什么时候、因为什么停住了。

◆ 拆解：三种伸手，各自的长处

最后把三种伸手的方式摆在一起，各看它的长处，不挑毛病。

擦的长处，是它今天就能做。老刘不必等一个奇迹，只要明天多看一眼屏幕上的字；周阿姨不必等谁来替她弄懂，她可以自己记下第六条。擦的功夫，是一点一点的、可以数得出来的。

换的长处，是它不骗人。它先说：有些硬，你自己动不了。这句话听着刺耳，却替很多人省下了一场场徒劳的自责。老刘不是不努力，他需要的是外面来的一个新说法，一个能让他不输面子地试一次的台阶。

松的长处，是它看得准。老赵抓着的是“我算过才作数”，这一句话一旦被看清，他便知道自己的精明有一半是不放心。看清了，才谈得上放；没看清就放，只是赌气。

三个长处，没有一个可以替代另外两个。一个人今天需要擦，明天需要松，后天需要有人递一个台阶；哪一种合适，要看他此刻停在哪里。这也是为什么本书不选边，而要找一条能把三者都接住的路。

回到场景

三个星期后，社区小店。

这是我接着构想的后续。老刘还是在用现金，但小店老板娘换了一个说法：不是“您必须扫”，而是“您把钱给我，我替您扫一次，让您看看钱去哪儿了”。老刘站在柜台边，看着屏幕上跳出来的那一行字，又摸出老花镜凑近看了一遍。他没说话，也没说好。第二天他又来买东西，对老板娘说：“昨天那个，再给我看一回。”

周阿姨的本子上，多了第六条：遇到小窗，先点“确定”，回家再问明白。这是她自己加的，她说：“有些事，做了才知道它是什么。”旁边的老赵看见了，把计算器放回口袋，说：“我也试试不算一回。”但第二天他还是掏出来了，只是少算了一遍。

三个人，谁也没有“被换心”，也没有“被解脱”。可是三个人的手机支付，都在往前挪了一步。

回头看，这一步里有一个共同点：它们都来自外面。老板娘的一个新说法，周阿姨从做中得来的一个新体会，老赵看到邻居的一次不算，没有哪一步是“自己想通”想出来的。擦，需要一块抹布，抹布是别人递的；换，需要一个赐予者；松，需要一个可以松进去的地方。本书的推论是：三条路，每一条都假定了一个主体之外的东西。儒家的工夫，是自己动手去擦，这一点不能抹去；但擦要有标准、有参照，这个标准从哪里来，常常要靠师友、经典、一个做得好的人。

这是开场时没有的新理解：三个传统讲“硬”的方式不同，本书却在三家的话里都读出了同一个口子：“光靠自己，硬很难动”。这是本书的读法，三家未必这样自述。这一点，留到第31章去接，并且在第六编里正式讲。

带走的话

尘、石、抓是三种看硬的眼睛；药方有三种，擦、换、松，而三种药方都需要自己之外的一只手。

小账

小账一：中华看见“蒙尘”，希伯来看见“石心”，印度看见“执着”，它们是“三我的固化”在不同深度的三个侧面，本书读出三者的话里都留着“光靠自己很难动”的口子。

小账二：本章翻动了“心是起点”的这一条旧预设：如果心是起点，硬了就该能自己擦干净；三个传统恰恰在这里各自留下了“需要外面一只手”的口子，落在承重命题“刚硬的心＝三我的固化，柔软的心＝三我的更新性”（K7）上。

第 31 章

汇流：心的发生学作为三心的共同出路

这一章的问题：新的东西从哪里来（0→1）？长大靠什么（标杆与苦难，1→N）？三个传统各自答过这两问，这一章问的是：它们的答案为什么会留下同一道缝，又怎样能从这道缝里汇到一起。

场景

这是我构想的场景，人物没有名字，只用亲戚的称呼。

周末，一家人在大伯家吃饭，一张圆桌坐了八个人。外甥二十八岁，在一家公司做了六年，说想辞职去做一件自己从没做过的事：开一间小小的木工工作室，做定制家具。话一出口，桌上就静了一下。

大伯是做了一辈子木匠的，先放下筷子：“想做，可以。可你先把基本功练扎实。我那时候刨一块板，刨了三年才敢给人看。还有，做木工要心正，板子是不骗人的，你心里歪一点，做出来就歪一点。”

表姐信教，已经好几年。她说：“我觉得你先别急着定。你可以安静下来祷告，看看心里有没有平安。该开的门，是会有人带你走进去的，不是你一个人使劲就能撞开的。”

小舅这几年练打坐，他笑笑说：“你们都太用力了。我看他是被'一定要做成点什么'抓得太紧。先放一放，别执着，心静下来，路自己会出来。”

大伯说：“放一放？放一放，板子就刨出来了？”表姐说：“不是凭人使劲的事。”小舅说：“你们俩都是在抓。”三个人说着说着，声音就高了，外甥端着碗，哪句也插不进去。

舅妈起身去端汤，路过时随口说了一句：“你们三个，是不是在说同一件事？”

没有人接这句话。汤端上桌了。

◆ 拆解：三句话，都不是废话

先把场景放慢，看这三位亲戚各说了什么。

大伯说的，是**工夫**：基本功要练，心要正，刨三年才敢给人看。这是一条长大的路，从一点点笨功夫里往上走。他说的是实话，木匠的手艺不练就没有。

表姐说的，是**赐予**：门不是人一个人撞开的，要等，要带领。她的意思是，有些新东西不是自己的力气能造出来的。这也是实话，外甥想做的那件事，本来就是他从没做过的，他自己的经验里还没有这个东西。

小舅说的，是**松开**：不要被“一定要成”抓住。这同样是实话，一个人把自己绷得太紧，往往连眼前的路都看不见。

三句话，对应着前几章的三个传统，也对应着第30章的三种伸手：擦、换、松。大伯是擦和养，表姐是等一份赐予，小舅是放。要注意：这三位亲戚不代表三种文明，他们只是在饭桌上各自靠着一种说法。真实的人往往同时有好几种说法，这里拆开，是为了看清。

那为什么三句真话，会吵起来？

◆ 拆解：吵起来，是因为每个人都把自己那一段，当成了全部

仔细看吵的内容，大伯和表姐的分歧，是“靠自己练”还是“等外面来”；表姐和小舅的分歧，是“等一个带领”还是“先放下”；小舅和大伯的分歧，是“放一放”还是“练出来”。这三对分歧看上去很不同，但它们的根是同一个：每个人都以为，自己说的是外甥这件事的起点。

大伯以为起点是“心正加基本功”；表姐以为起点是“祷告里的平安与带领”；小舅以为起点是“放下抓取”。三个人都在回答同一个问题：这颗想做木工的心，它从哪里开始？

这正是本书一开头就要翻的那个预设：心是起点。三个人，各自拿一个东西当起点，所以每一句话都是对的，也都是不够的。

这里可以看出一道缝。外甥要做的这件事，包含两个不同的问题。第一个问题是：一间木工工作室，一个“我要成为做家具的人”，这个新东西怎样出现？这是0→1。第二个问题是：既然出现了，怎样把手艺练到能养活自己？这是1→N。大伯主要在说第二个，表姐主要在说第一个，小舅在说两个之前的那一种准备。三个人其实是在答不同的问，却以为在答同一个。

◆ 拆解：三个传统留下的，是同一道缝

现在可以把话说回三个传统。按本书的初步判断（以下每一条都是本书的判断，不是定论），三个传统对心的两件事，各有重心，也各有一个没说透的地方。

中华之心：1→N 讲得最细，0→1 藏在“本心”里。

中华一路，把长大的工夫讲得非常细：虚壹而静，涵养省察，事上磨炼，一层一层都有说法。但“新的东西从哪里来”这一问，常常被放进“本心”里回答：心本来就有，只要找回来、扩充开。孟子说的四端，是“端”，是开头（见第7章）；这个开头从哪里来，孟子的说法是“天之所与我者”（《孟子·告子上》），也就是上天给的。

这一路最强的辩护是：说“本来有”，并不是说“已经齐备”。扩充的功夫本身就是长大。如果没有这个本来的“端”，工夫无从下手。这个辩护是有力的。本书只是提出一点：当“本来有”成了回答一切0→1的话时，“新”就被放进了“旧”里；一个从没做过木工的人要成为木匠，这个“成为”，不太能完全说成“找回”。

西方之心：在“赐”与“发现”之间摇摆。

西方一路，有两条线在走。一条是希伯来的线：心是被赐的，新心由神赐下，人自己换不了石心。另一条是希腊的线：灵魂有自己的结构，人可以认识它、整理

它，理性的路是“发现”。两条线在后来的传统里不断交叉，有时靠近，有时又拉开。

这一路最强的辩护是：恩典传统不是不要人努力，它的操练、禁食、默想，都有细致的传统；而希腊的线也没有说一切都靠人，苏格拉底说他只是“助产”。这些辩护都站得住。本书只是观察到，当人把“赐”说成一回事、把“发现自己”说成另一回事时，常常没有一个共同的框子，把两者放在一起说清楚各占什么位置。

印度之心：回到本来，“新”相对缺席。

印度一路，对“抓”的分析最深：我执、习气、种子，层层剖开。它最强的辩护是：说“回到本来”，不是倒退回某个过去，而是认出一个从未丢失的东西；它的目标本来就不是造出新的什么，而是止息苦。把这一路说成“缺新”，是拿别家的目标来量它。

这个辩护本书接受。本书只想补一句：在日常里，一个人松开之后，手里总要放进点什么；放进去的东西如果完全不算“新”，那么松开之后的日子要靠什么过？这一问，这一路有自己的答案，只是这个答案通常不用“新心”的语言来说。

三家讲的，是同一道缝的三个边：**新的东西从哪里来，以及它怎样与长大接上。** 中华把它收进本心，西方在赐与发现之间摇，印度把它放在回到本来的背后。

◆ 拆解：发生学怎样接住

现在回答这一章的标题：为什么说心的发生学是“汇流”？

本书的定位式是：E（万事互相效力）→ 0→1 新心 → 1→N 操练 → 经 D 回写 E。这一行，恰好把三个传统的强项各放到了一个位置上，不抢，也不挤。

中华的工夫，放进1→N。 大伯的“基本功”和“刨三年”，是1→N最扎实的样子。发生学要补的只是一点：1→N 之前，有一个0→1；工夫不是从空地上起的，起点是已经出现的“端”。孟子的四端，在发生学里可以放在0→1留下的那个

位置上：有了开头，工夫才有地方下手。这个开头从哪里来，孟子自己的回答是“天之所与我者”。这样看，孟子的“端”和工夫并不冲突，反而互相需要。

西方的恩典，放进0→1。 表姐说的“门不是你一个人撞开的”，正好是0→1的核心：新的东西来自主体之外。王德生讲：圣灵赐你新心，走的是意义的发生路。这一点，与“心以主体性为中心，所以不能从自己生出新的自己”这条推论（本书的推论T1）接在一起。西方传统对这一点最坦率，应当承认它的强项。

印度的松开，放进“硬”的诊断里。 小舅说的“别被抓得太紧”，是对三我固化最精细的一种描述。第30章已经看到，固化往往是从好东西里长出来的；“抓”这个字，把这个机制看得很清楚。在发生学里，这一条用来认出哪里硬了，是为了接下来能更新。

三个强项各占一个位置：印度认出硬，西方讲清新从哪里来，中华讲清长大怎样走。三者缺一，这条路都走不完整。

那么这三者怎么连起来？靠的是两个字：**E**。

基督教的经文说“万事都互相效力”（《罗马书》8:28），印度说“缘起”，中华说“天地万物一体”（王阳明《大学问》“大人者，以天地万物为一体者也”）。三个传统都看见了：心不是一座孤岛。它们对这件事的态度很不同：印度一路常常把缘看作缠缚，要从里面解开；西方一路把互相效力看作神的护理；中华一路把一体看作仁的境界。态度不同，眼睛是同一双：看见了E。

发生学要做的，是把这个E放在最前面：新心从E里来（0→1），在E里长大（1→N），最后通过行动回写E。这样，三个传统各自看见的东西，才能被放进同一条线上。

◆ 对照旧地图

旧地图是：心 → 发动 → 一切。三家各有自己的版本：中华是“本心发动”，西方是“意志或灵魂发动”，印度是“真我照见”，都以心为起点。汇流之处，不

是三家合成一家，而是三条河水各有自己的颜色，只是各自在同一处缝隙里汇合：这道缝，是“心是起点”这个预设。

本书的翻法，不是否定三家。本书只是说：把“心”从起点的位置请下来，放进一条更长的线里，这条线从E开始。三家各自最好的东西，才都有地方放。

这里需要说一句诚实的话。这一章写的是“汇流”，容易被读成“三家都被本书接住了，所以本书最高”。本书不这样看。三家都有自己最强的辩护，各自的传统里也有自己回答这道缝的办法，本书没有读尽。所以这里的“接住”，是本书的一种尝试，需要三家自己的传人来检验；在结语里，本书会把这一点列进“最弱处”。

◆ 拆解：这一桌饭本身，就是E

还有一个东西，一直摆在桌子上，没有人注意：这顿饭本身。

大伯家的汤，是舅妈熬的；汤里的排骨，是楼下菜摊的老板早上进的；摊主的货，来自一个他没见过的屠户；桌上的木头圆桌，是大伯二十年前亲手做的，用的是他师傅教他的榫卯。八个人围着桌子坐，没有一个人是凭自己一个人把这顿饭“发动”出来的。外甥想做木工这件事，也不是凭空想出来的：他从小在大伯的刨花堆里玩过，这一点，他大概已经忘了。

三个传统看见的“缘”和“一体”和“互相效力”，说到底，就是这样一种东西，只是桌上的人谁也没把它当回事。印度一路会说：这每一根线都是缘，缘使人被缠着；西方一路会说：这每一根线都是被安排好的效力；中华一路会说：这每一根线连起来，就是天地万物一体。态度各异，眼睛是同一双。

本书的说法比较朴素：这些线，是心发生的地方。外甥那颗想做木工的心，就是从这些线里一点一点合成出来的。理念的我，来自他看见的大伯的手艺；现实的我，是他六年上班积下的存款和作息；自我的我，是他每个周日晚上说不出口的那点不甘心。三个我，都在桌上这些线里长出来。把这些线叫作E，是为了让我们在回答“他的心从哪里开始”时，先看一眼桌子，而不是先看他的心口。

◆ 拆解：汇流，不是折中

最后要把一个误会说开。汇流容易被听成折中：中华取一半，西方取一半，印度取一半，调成一杯不浓不淡的茶。

不是这样。折中是把三家的棱角磨平，让大家都好接受；汇流是让三家的棱角各自保留，找到它们能碰到一起的那一点。表姐不必放弃“等带领”，大伯不必放弃“心正”，小舅不必放弃“放下”。每个人仍然说自己的话，只是知道了，自己说的是路上的哪一段。

这一点和不褒此贬彼是连着的：三家的强项，在本书里是并排放着的，没有谁被拿来垫脚。如果哪一天读者觉得本书偏向了哪一家，那是本书写得不够好，不是本书的意思。

◆ 拆解：三家会怎样反驳这一章

汇流的说法，最容易招来的是三家各自的反驳。把它们摆出来，比假装没有要诚实。

中华一路的反驳是：你把“新”和“旧”切开，是借了一副外来的眼镜。我们讲“日新又新”，讲“苟日新，日日新”（《大学》传二章引汤之盘铭），新本来就在工夫里，不必另立一个0→1。这个反驳有分量。本书的回答是：日日新的“日日”，是1→N的功夫，这没有疑问；本书问的只是最早的那一个“新”，在一个什么都还没有的地方，第一下是怎么来的。如果中华一路的回答是“天所与我者”，那么这一句和本书说的0→1靠得很近，只是未必是同一回事：“天”在孟子那里更像人性的来处，不一定是一位与人相遇的他者。

西方一路的反驳是：你把圣灵放进“万事互相效力”，再叫它E，是把神变成了一个系统。这个反驳也要认真听。本书在这里的做法是，神学部分按它自己的说法讲：经文说神赐新心（《以西结书》36:26），说万事互相效力（《罗马书》8:28），这些是经文的话，本书不替它改，也不替它辩护；“圣灵赐你新心”“圣

灵叫万事万物互相效力”，是王德生对经文的读法。本书做的只是在这些话旁边，用SDE的语言再说一遍，让没有信仰的读者也能看见这条路的形状。两种说法并排放着，谁也不取代谁。

印度一路的反驳是：你求新，而解脱不是新东西。这一条前面已经答过，本书接受：以苦的止息为目标的传统，用不着去造什么新。本书只是问，止息之后的日子，是怎么过的。这个问，不是要印度一路改目标，而是想知道，它在日常里怎样安放“之后”。

三个反驳，本书都没有驳倒。它们留下来，是这个汇流的边界：发生学是一个放得下三家强项的框子，但它不是三家的裁判。

◆ 拆解：遇到卡住时，先问哪一个

汇流如果只停在比较上，就太轻了。它也该在日常里有一个小小的用处。

用处很简单：一个人卡住了，先问自己，这是0→1的卡，还是1→N的卡？

外甥的“从没做过”，是0→1的卡：这个新东西还没有出现，或者刚出现了一点点。这时大伯的“练基本功”，说得再对，也有点早；因为一个还没有遇上的东西，没法去练。这时候要做的，是去见人，去看人家做一张桌子，让E里的某一个效力落到自己身上。

另一个人，已经做了三个月木工，手上起了茧，却总觉得自己做不好，想放弃。这就是1→N的卡：那个新东西已经有了，卡的是怎样长大。这时表姐的“等带领”，如果只是等，就有点慢；该做的是找一个比自己做得好的人，跟着他再做三年。

还有一种，是三我硬了的卡：明明有机会，明明有人带，就是不动。这时小舅的“别抓着”，才真正派上用场。

所以同一句劝，在不同的卡点上，有时是药，有时只是安慰。三位亲戚的话，各有各的时刻。这一章汇的，不是把三句话和成一句，而是让人知道，该在什么时候听哪一句。

回到场景

回到大伯家的饭桌。汤已经端上来了，外甥喝了一口，终于开了口：“其实我不是想问你们怎么开始。我是想问，我去年在朋友的工作室里待过一个月，看人家做一张桌子，我就是从那时候起心里不对劲了。那算不算开始？”

桌上又静了一下。

大伯说：“那是你见到了人家做得好。”表姐说：“那是一扇门开了一条缝。”小舅说：“那是你没抓着的那一下。”三个人说的，这回是同一件事了。

外甥接着说，那个朋友把他放在一台旧刨床前面，教他推第一刀。后来他每个周末去，推了三个月，手上起了茧。大伯听到这里，伸手拿过他的手看了看，说：“是个练过的手。”

这时候，三位亲戚各自的话才真正有了落脚的地方。大伯要说的“基本功”，不再是泛泛的一句要求，而是可以问：你推刨的时候，板子是不是总在同一个位置起毛？表姐的“带领”，也有了对象：你去过一次的那个工作室，下个月还在不在，能不能再去？小舅的“放下”，更具体了：你是不是怕一旦辞了职，就证明自己六年白干？三句话从三个方向落在了同一个人身上。

这顿饭的争论没有结论，可是桌上换了一个问法。不再是“他的心该怎么起头”，而是“他是怎么遇上这件事的，接下来谁带着他走”。舅妈说话了：“我认识一个做定制的，店面不大，你要不要去见一见？”

新的理解是：这三句话，是在说同一道发生路的不同段落。**遇上那个朋友的工作室，是E里的一个效力，是0→1；去推刨三个月，是1→N；大伯的“心正”、小舅的“别抓着”、表姐的“等带领”，是在不同位置上帮这一路。** 三个人原本以为在争“谁是对的”，其实可以接着说话，每个人去管自己最管得好的那一段。

> **带走的话**
>
> 三家看到的不是三颗心，是同一颗心的三段路：认出硬，等来新，练到长大。

小账

小账一：中华、西方、印度三家的缝隙是同一道，都是“0→1与1→N怎样接起来”；发生学把三家的强项放进同一条线的三个位置，认出硬、讲清新、走好长大。

小账二：本章翻动了“心是起点”这条预设：三个人各拿自己的一段当起点，所以吵；落在承重命题K5（0→1是赐，1→N是操练）与推论T1上。

第 六 编

万事互相效力：心的 0→1

编　序

这一编六章，是全书的转折。

第 32 章讲石心与肉心，王德生的类比：刚硬的心是三我的固化，柔软的心是三我的更新性。第 33 章讲“赐”字的发生学：新心来自主体之外。第 34 章讲万事互相效力就是 E。第 35 章讲意义三律与新心的发生。第 36 章讲接住的条件，第 37 章回到日常里的 0→1。

这一编是口述最密的一编，也是本书推论 T1、T3 立在的地方。

第 32 章

石心与肉心：三号位的硬与软，及其组合

这一章的问题：这件事里，心是被合成的，还是被当成了起点？这一章换成一个更具体的问：既然心由三界之我合成，那么“硬”和“软”落在三界的哪里？落在不同的地方，是不是不同的硬、不同的软？

场景

这是我构想的场景。老刘的女儿今年春节说：“爸，你搬来跟我们住吧，房子我们收拾好了。”

老刘七十岁，退休工人，口头禅是“我就是这样”。这是我构想的人物，全书里还有七位陪读人物，这一章要全部请出来，他们也都是构想的。

老刘说不去。女儿问为什么，老刘讲了三条。

第一条：“我一辈子没靠过孩子，到老了靠，像什么话？”第二条：“我早上五点起床，在楼下转一圈，吃街口那家的豆浆，你们那边我连路都不认识，吃什么？”第三条他没有明说，他在饭桌上低头摆弄筷子，嘴里嘟囔了一句：“搬过去，就是被嫌弃了。”

女儿没有再劝。回去的路上，她想：爸爸这三条，每一条都有道理，可三条合在一起，是一堵墙。

这堵墙，有三块砖。一块是“想成为什么样的人”，一块是“日子怎么过”，一块是“那件事在心里意味着什么”。三块砖都是硬的。可一堵墙，其实也有别的砌法：三块砖里，可以有一块是软的，两块是硬的；也可以有两块是软的。这一章要做的，就是把这些砌法一一摆出来。

◆ 拆解：先回到两句口述

先把两句话交代清楚，这一章的所有内容都从这里出来。

第一句，王德生的说法：刚硬的心，就是“三我的固化”；柔软的心，就是“三我”的更新性。

第二句，他的说法：石心，是一个类比，就是三号位的刚硬化；三界的三号位有不一样的组合性，硬和软。

这两句话，第一句好懂：三个我固化了，心就硬；三个我还能更新，心就软。第二句里有一个词，“三号位”。这里的三号位，照王德生的用法，本书不另作定义，也不展开它的内部是什么；按他那句话的意思，三界各有一个三号位，每一个都可以硬，也可以软。本书在这一章只借这句话来讲“组合”。

三界各有一个三号位，每个位置有硬与软两种情形，一共是2×2×2，八种组合。为什么要费力分成八种，而不是只说“硬”与“软”两种？因为两种只能告诉你“这个人需要软一点”，八种才能问出“软从哪里下手”。这个理由，在下面几节会越来越清楚。

要先说三件事。

第一，**这八种组合是本书构想的类型**。　不是王德生口述的八个类别，也不是任何测量出来的结果。它是借“三界各有硬软”这句话，推演出来的一张地图，用来看清楚日常里的各种“卡住”。

第二，**这不是诊断**。　本书讲心的发生，不是心理的，也不是医学的。八种组合不拿来给任何一个读者、任何一个人定性。同一个人，在不同的事上，在不同的时候，会落在不同的格子里；今天落在这格，三年后可能落在那格。

第三，**每一格，只是一个时刻的场景**。接下来我用八位陪读人物，各写一个时刻。他们是我构想的，不是真人。

◆ 拆解：石心的类比，说了什么

在进入八个场景之前，先看“石心”这个类比为什么被选中。

《以西结书》36:26的要点是：神要除掉他们的石心，赐给他们肉心。（原话请对照和合本。）这里有两样东西：石头和肉。

石头的特点是：不会变形。你按它，它不动；你推它，它不动；你把它放进水里，它还是原来的形状。一块石头，它很稳，也很难被改变。

肉的特点是：会变形，会感觉，会受伤，也会愈合。你按它，它凹下去；你松手，它又回来；它受了伤，会长新的。

把这两样东西放在“心”上，意思就很清楚：石心是不再更新的心，肉心是还在更新的心。这与王德生说的“固化”与“更新性”，是同一个意思。

要注意的是，石头不是坏东西。石头可以盖房子，可以铺路，没有石头撑着，一切都立不住。同样，一个人需要一些稳定的东西：一个不轻易变的原则，一个不轻易变的作息，一个不轻易变的记忆。这些都是“硬”，而且是有用的硬。麻烦只在于：它们该动的时候不动。

反过来，肉也不全是好。完全是肉的东西，不成形，立不住。所以，是否全软就好，本书不下断语。本书要看的只是：硬在哪里，软在哪里，它们怎样组合。

◆ 拆解：八个时刻

为了容易读，先用一张表把八种组合列出来。“硬”记作硬，“软”记作软。

组合	理念的我	现实的我	自我的我	本章的场景人物
一	硬	硬	硬	老刘
二	硬	硬	软	陈师傅
三	硬	软	硬	王姐
四	软	硬	硬	阿杰

组合	理念的我	现实的我	自我的我	本章的场景人物
五	硬	软	软	周阿姨
六	软	硬	软	老赵
七	软	软	硬	小林
八	软	软	软	小敏

下面八个小场景，都是我构想的，每个只写一个时刻。为了让描述不抽象，我先给出一个只描述外观的说法，不是三号位的定义：理念的我“硬”，是“想成为什么样的人”这件事不再改；现实的我“硬”，是日子里的做法不再改；自我的我“硬”，是对那些感受和记忆的解读不再改。“软”则是这些事还肯改。

一、三处都硬：老刘。 就是开头那一幕。他想成为的样子（不靠孩子的家长），日子的做法（五点起床，街口的豆浆），那件事在他心里的意思（搬家就是被嫌弃），三处没有一处在动。他不是坏，是稳得过了头。

二、前两处硬，自我的我软：陈师傅。 徒弟小马把一个活做错了，陈师傅的手艺和规矩一点没松，“照我的来”，他想做一个靠手艺立得住的师傅，这一点也没变。可是那天晚上收摊以后，他坐在铺子里，想起自己二十出头被师傅骂的那一回，忽然觉得，那一回他当时以为的羞辱，也许只是师傅不会说软话。这一段记忆在他心里换了一种意思。做法没变，规矩没变，可是心里有一处在动。

三、理念和自我硬，现实的我软：王姐。 王姐想成为一个“不让母亲吃苦的女儿”，这一点她很坚定；每次母亲咳嗽，她心里都有一个声音说“你做得还不够”，这个声音也很久没变。可是在日子的安排上，她很灵活：换了护工，调了上班时间，把周末的买菜改成了送菜上门。她的做法一直在变，可是她心里那个“想成为”和那个“不够”没有动。这个场景要写得克制：她不是不好，她只是很累。

四、理念软，现实和自我硬：阿杰。 阿杰对“一个好爸爸应该是什么样”，一直在学：有时候听同事说，有时候看书，上周又改了主意。可是他的日子仍然是销售的日子，应酬到很晚，回家只剩孩子的哭声；孩子一哭，他心里总有一种被指

责的感觉，这种感觉几个月来没有变。想法在变，做法和感觉不变，所以他常常觉得自己想对了，做不到。

五、理念硬，现实和自我软：周阿姨。 周阿姨当过老师，“为人师表，凡事要对得起人”，这一条是不动的。可是其他的，她很愿意试：社区里新来的活动，她去；老赵不用的东西，她接；上一次她跟邻居吵了一架，第二天想一想，自己先敲了门。想成为的那个人不动，日子和感受都在流动。

六、现实硬，理念和自我软：老赵。 老赵在想“我这辈子到底想成为什么样的人”这件事上，是松的，他有时说想学画画，有时说想去外地看孙子；他的感受也容易变，一首歌就能让他红眼眶。可是日子里的账，从来是那一套：凑单、比价、拿计算器按一遍。别的都在流，只有账不动。

七、前两处软，自我的我硬：小林。 小林失业之后，想成为的样子换了几轮，日子的安排也一直在调：换了合租房，改了作息，开始学新技能。这两处都很活。可是有一次面试，对方一句话，他在心里反复咀嚼了很多遍，每次都咀嚼出同一个意思。这个意思，一直没有被改写。

八、三处都软：小敏。 小敏刚入职，什么都想学。这个月想成为“最会护理的人”，下个月想成为“最会带人的人”；作息跟着科室改，感受也跟着同事的评价飘。她很软，三个我都在动。这个场景可以有一个细节：到了月底，她对着空空的笔记本想，这个月我到底留下了什么？她不觉得这是问题，只是有一点点不踏实。

◆ 拆解：这八个场景教我们看什么

八个场景读下来，有几件事可以看出来。

第一，硬从来不是一个整块。 同一颗心里，硬可以只落在一处。陈师傅的手艺那么硬，他的记忆却能重读；小林的日子和想法那么活，他的一句话却能固着很久。所以，说“某某人的心很硬”，是一句太粗的话。更细的问法是：在哪件事上，硬在哪一个我上。

第二，不同的硬，需要不同的“软”。 老刘三处都硬，一个新说法，可能只能撬开最小的一处；阿杰理念已经在变，他缺的是日子里一个可以改的小口子；小林想法和做法都在动，他需要的是对那一句话的另一种读法。把硬的位置认对，是后面所有帮助的前提。这一点，第49章会专门讲。

第三，软也有软的难处。 小敏的月底，周阿姨的“不动的一条”，都提醒我们：软不是没有问题，硬也不是全是问题。本书对“全软好不好”不下断语，留给第49章去看。这里只记下一点：更新性是一个能力，不是一个目标；一颗心要的是该硬时硬、该软时软，这句话本书只当作一个待观察的想法，不当结论。

第四，格子不是笼子。 老刘今天在第一格，不等于他明年还在第一格。第30章里的老刘，面对手机支付，一开始是不动的，后来看了一眼屏幕上的字，那已经是一点点移动。移动是怎样发生的，这是下面几章的主题。

◆ 拆解：每一处的硬，各自守着什么

说“硬有用”，容易说得空。把三处的硬分开，各看它守着什么，会更具体。

理念那一处的硬，守着一个方向。周阿姨“凡事要对得起人”这条不动，邻里的事再乱，她心里始终有一根线。没有这根线的人，容易被每一阵风吹着走。它的代价是：当新的情形要求她换一种“对得起”的办法，比如接受一个她看不惯的年轻人的帮忙，这根线会绷得很紧。

现实那一处的硬，守着一份省心。老赵的账、老刘的豆浆、陈师傅的规矩，都有一个好处：不必每天重新决定。一个人如果每个早晨都要重新想怎么过日子，一天的力气先用掉一半。它的代价是：外面的条件一变，旧办法还在原地转，比如柜台前那五分钟。

自我那一处的硬，守着一份不被推倒的稳。一个人若是每听一句话，心里的解读就翻一遍，那是很累的，也很容易被别人的一句话带走。所以有一些对自己的读法固定下来，是一种保护。它的代价是：固定下来的那个读法，如果恰好是不太准的，就会在很久以后还在发声。小林对那句面试话的反复咀嚼，就是这样。

这三处的硬，都不是毛病，都是从一个正当的需要里长出来的。把话说到这里，我们才好理解为什么传统里的“除去石心”，用的是除去，而不是责备：石头是当初为了立住而长的。

软的难处也是类似的。理念那一处太软，方向容易飘；现实那一处太软，日子容易乱；自我那一处太软，容易被别人的一句话带走。小敏的月底，就是前两种的一个小小的影子。所以，本书不会劝任何人“越软越好”。它只想提醒：当一处该动而不动时，要看得见。

◆ 拆解：同一个人，换一件事，换一格

为了防止八个格子被读成八种“人”，再多说一个例子，用同一位陪读人物，换两件事看。

王姐在公司里管行政。有一次，公司要把报销流程改成线上，同事们抱怨连天，王姐三天就把新流程摸熟了，还做了一份图文说明。在这件事上，她想成为“靠谱的行政”这一点没变，但做法是活的，她对“这件事做得好不好”的感觉，也不是总盯着“不够”，她会为同事一句“清楚多了”高兴一下。这件事上，她的三处几乎都是软的。

可是回到母亲身边，同一个王姐，落在了第三格：想成为的样子不动，那个“不够”的声音不动，只有日子的安排在不停地调。

同一个人，两件事，两个格子。所以，八种组合描述的是“一件事上的一个时刻”，不是“一类人”。如果有人想拿它去给自己或者别人贴标签，那是这一章的误用。本书也不支持拿它做量表、打分或者分类，这里没有任何测量，只有一张看事情用的地图。

这还有一个好处：当我们发现自己在某件事上卡住，可以先问一句，我这次是在哪一处停了？而不是问，我是不是一个心硬的人。前一个问题有地方下手，后一个问题只让人难受。

◆ 拆解：除去，与赐给

再回头看《以西结书》36:26的句子，有一个细节值得停一停。

这句话里的动词是：我要除掉，我要赐给。主语是神，不是人。石心不是由有石心的人自己除掉的，肉心也不是由人自己长出来的。经文自己的说法是，这件事要由主体之外的一位来做。

这一点，本书在后面的章节还要讲透。这里只先记下一个观察：八种组合，每一种都是从内部描述一颗心的状态；而“除掉”和“赐给”，是从外部来说怎样从一格移到另一格。第30章里看到的，老板娘换了一个说法，让老刘看了屏幕上的一行字，在这个意义上，就是一个很小的“赐给”：不是老刘自己想通的，是外面来了一个新的东西，落进了他三块砖里最松的一块。

这个观察是本书的推论，不是口述。它把下一编要讲的事，提前露了一个头：硬软可以描述，但从硬到软的那一步，往往不是靠“硬的那一处”自己完成的。这正是第33章要讲的“赐”字的发生学。

◆ 对照旧地图

这一章的“硬”与“软”，不是本书的发明。

希伯来的经书里，石心与肉心的对照是最直接的：《以西结书》36:26，神许诺除掉石心、赐下肉心。《箴言》4:23则说“你要保守你心，胜过保守一切”，这个“保守”，可以读成守住肉心，不让它变硬。

中华一路，孟子讲“不动心”，也讲“求放心”。他要的是定，也要的是不丢；定的是该定的，丢了的要找回来。这里面已经有“该硬的硬、该软的软”的影子。

印度一路，讲“执”与“放”，讲得极细。哪一处在抓，哪一处已经放，印度的修行传统有非常精细的观察。

石心与肉心的对照里，还有一层容易被略过：肉是会痛的。石头被敲不觉得疼，肉被碰一下就缩。所以换成肉心，不是换成一个更舒服的东西，而是换成一个能感觉、能受伤、也能愈合的东西。这一点，经文自己没有避讳，本书也不避讳：软的代价是会痛，会被外面的事碰到。后面讲操练和苦难（第七编），就是从这里接着走的。

这些说法，本书都认为是有价值的。它们和本书不同的地方，只在于：它们多半把“硬”当作一个整体来说；本书借王德生的说法，把硬软分到三界上去，所以才有了这八种构想的类型。这一步是不是对，要靠日常的观察来检验，本书不把它当作定论。

回到场景

回到老刘的女儿。

她回到家，把老刘那三条理由写在一张纸上，一条一条看。第一条是“想成为什么样的人”，第二条是“日子怎么过”，第三条是“那件事意味着什么”。她忽然发现，第二条最容易松：五点转一圈，吃豆浆，这些可以搬过去照做。她给老刘打电话，没有提搬家，只说：“爸，我们小区门口也有一家豆浆店，我早上去看过了，比街口那家的还甜。”

老刘在电话那头说：“是吗。”

没有答应，也没有拒绝。后来她才听说，老刘那天下午，又去街口那家喝了一碗豆浆，回来对邻居说：“也不知道新地方的豆浆什么味道。”

三块砖里，有一块，轻轻地动了一下。

这一章结算出的新理解是：女儿开始面对的，不再是“一堵墙”，而是三块砖；从最松的一块下手，不需要说服老刘整个人。她也没有给老刘定性，她只是看见了这堵墙是怎么砌的。

带走的话

心的硬，不是整块的，是落在三界的某一处；看清硬在哪一处，比说一个人“心硬”有用得多。

小账

小账一：刚硬是三我的固化，柔软是三我的更新性；三界的三号位各有硬软，组合成八种构想的类型，用来看清“硬在哪里”，不用来给人定性。

小账二：本章翻动了“心是一个整块”这条旧预设，进一步落在承重命题K7、K8上（刚硬的心＝三我的固化，石心是三号位刚硬化的类比，三界的三号位组合各有不同）；八种组合是本书构想的类型。

第 33 章

“赐”字的发生学：新心来自主体之外

这一章的问题：新的东西从哪里来？一颗心若要多出一点它原来没有的东西，这一点，能不能由这颗心自己拿出来？

场景　电量耗尽的那个上午

这是我构想的人物：王姐，四十五岁，公司行政，照顾着年迈的母亲。下面是我构想的场景。

周六上午，王姐陪母亲去一家新搬了地方的社区门诊取药。老城区的巷子七拐八拐，手机导航走到一半，电量耗尽，屏幕黑了。她一手挽着母亲，一手攥着那块黑屏，站在一个三岔口，左边是菜摊，右边是一堵灰墙，中间一条窄巷。

她开始在心里排查：刚才导航最后一次转弯是往哪边？门诊的招牌应该是蓝色的？她把能想到的全想了一遍，想来想去，还是只有那几样东西：刚才看过的半张地图，一个模糊的印象，一点越来越重的焦躁。母亲在旁边说：“别急，慢慢找。”这话让她更急。她心里有一句更狠的话：我连个路都认不得。

这时一个推着电动车的中年男人从菜摊那边过来，车把上挂着两袋青菜。他看了她们一眼，问：“找哪儿？”王姐说了门诊的名字。他说：“我正好顺路。”然后推着车走在前面，拐进那条窄巷，一边走一边回头说：“这条巷子看着窄，其实是通的。”到了门诊门口，他朝里面指了指，没等王姐道谢，就推着车走了，连名字也没留。

王姐扶着母亲站在门口，过了几秒才想起，她还没来得及说谢谢。

◆ 先说“赐”字

“赐”是个很日常的字，却常被读得太重，好像只在庙里和教堂里才用。其实它的意思很朴素：东西是别人给的，不是你挣来的，也不是你拿来的，更不是你自己做出来的。

汉语里有几个字，说的是东西到手的几种路。“挣”是靠劳动换，“取”是自己伸手拿，“造”是自己动手做。“赐”不在这三条路上。赐的路是：给出来的那一方在你之外，东西落进来的时候，你并没有挣它的资格证明，也没有催它的办法。

王姐那个上午，带路的男人给她的是什么？表面上是一条路线。可这个，手机充上电也能给，路人指一指也能给。真正落到她身上的，是比路线更多的东西：她在三岔口把自己所有的材料都翻遍了，翻不出路；是门外的一个人、一句“我正好顺路”，把一个她自己的材料里没有的东西送了进来。路线只是这个东西显露出来的样子。

我想从这个朴素的场景出发，把“赐”的意思拆开看一遍，因为后面几章讲的“新心”，都压在这个字上。

◆ 心自己，生不出新的自己

先回到第一编。心是三界之我合成的：理念的我，现实的我，自我的我。心的属性以主体性为中心，客体性与互动性为辅。王德生这样说，本书照此写。

现在问一个很笨的问题：王姐站在三岔口，她的心能不能靠“再想一想”想出那条她从没走过的路？

她能做的，是把手里已有的材料重新摆一遍：半张地图、一个印象、一点焦躁，这个摆在前、那个摆在后，换几种顺序。换得再勤，也只是摆。我打个比方，这是构想的比方：一个人在屋子里把家具搬来搬去，屋子换了样子，可屋子里并没有多出一件家具。要多出一件，得有人从门外抬一件进来。

由此我要写一个推论，请读者记住，它是本书的推论，不是王德生的口述：

本书的推论（T1）：以主体为中心的东西，不能从自身生出新的自己，所以0→1必须来自主体之外，也就是来自E。

为什么这么说？以主体为中心，意思是这颗心总是从“我”出发去看、去动、去判断，它手里的一切材料都是“我”已有的。拿已有的去生已有的，只能得到重排，得不到“此前不存在的东西”。而“新”的意思，恰恰是此前不存在。所以，真正的新，只能是从心的圈子之外进来的。圈子之外，在SDE里叫E，特征纠缠系统：一个人、一件事、一条巷子、一个路人，彼此牵连在一起的那张大网。

读者一定会反驳：人不是常有“自己想通了”“自己突然开窍了”吗？发明家不是关起门来想出新东西吗？

这个反驳值得认真对待。本书的回答是：往回追，多数“自己想通”的时刻，背后都能找到一个从外面进来的东西，一句话、一本书、一次失败、一个偶然撞见的人。想通那一刻，是心把它接住并显露出来的最后一步，所以看上去像是自己长出来的；而前面那些进来的东西，看不见了。这是一个可以拿日常去核对的说法：读者可以回想自己最近一次“想通”，往前找一找，看看能不能找到一个外来的触发。如果大量的人往回追，什么也找不到，真是凭空从心里长出来的，这个推论就要被推翻。本书愿意承担这一点。

◆ 赐发生在哪里

再往下，用SDE把这个上午拆开。发生，是在E中、经D、显露为S。

E，是那个上午所有彼此牵连的东西：断掉的电量，老城区没有直线的巷子，门诊的开门时间，母亲的脚步，菜摊旁边一个恰好推车经过的人，他恰好顺路，他碰巧有一点闲心。王姐不能点名要其中任何一个，也没有办法指挥它们凑在一起。

D，是一连串差异的接续：王姐停下，男人问，王姐答，男人说顺路，他转身，她跟上，窄巷的一端变成另一端。每一步都是一个“不同”，每一个“不同”又引出下一个“不同”。

S，是显露出来的东西：一条通了的巷子，一座看得见的门诊。还有一个看不见的显露，在王姐身上：她这颗心里，多了一点原来没有的东西。

这一点是什么？我把话说得克制些。在这个上午之前，王姐的心里有一个“能干的人”（理念的我），有一个“凡事自己扛”的日子（现实的我），有一种一求人就觉得丢脸的感觉（自我的我）。这个构想不是诊断，只是为了让故事能讲下去。迷路这件事里，有一个很小的东西，在这三者里原本没有位置：被人带着走一段，而且不觉得丢脸。这个东西是别人送进来的，她事前没有要过，也没有资格要。

注意，我并没有说这个男人是“赐”的施予者，更不是说他就是圣灵。他只是顺路。他没有打算给王姐什么新心，他自己也不知道。赐发生在他和她之间的E里，没有哪一方是中心：不是男人发动的，也不是王姐的心发动的。这一点，下一章讲“万事互相效力”时还要接着讲。

◆ 圣经里的“赐”

现在转到王德生口述的那一条，K5的前半。他说：

> 圣经说，圣灵给你一个新心，但是又说，这个心要经过操练的苦难才能成长。实际上就是：心的意义三律发生，0到1和1到N的发展。前者是“圣灵赐你心”的意思，即走意义之发生路；后者是你要走1到N的发展之路，就是“学习耶稣，以耶稣为标杆”。

这一章只讲前半：圣灵赐你心，即走意义之发生路。后半留给第38至41章。

先看圣经自己怎么说。《以西结书》36章26节讲的是上帝对以色列人的应许，大意是：要赐给他们一个新心，把新灵放在他们里面，除掉他们肉体中的石心，赐给他们肉心。本书不抄这一节的全文，只取要点（和合本原文是“我也要赐给你们一个新心，将新灵放在你们里面，又从你们的肉体中除掉石心，赐给你们肉

心”）。要点里有三个动词：赐新心，除石心，赐肉心。三个动词的主语，都是上帝；接受的一方，是“他们”。

《诗篇》51篇10节是一句祷告，和合本作“神啊，求你为我造清洁的心”。说话的人没有说“我要造一颗清洁的心”，他是求。他用的那个“造”字，和《创世记》1:1造天地用的是同一个希伯来词（bara）。无论怎样读这个词，祷告者站的位置都很清楚：新的东西，得有人给他造；他自己，造不出来。

《约翰福音》3章8节里，耶稣说风随着意思吹，你听见风的响声，却不晓得从哪里来，往哪里去，凡从圣灵生的，也是这样〔转述；核：和合本《约翰福音》3:8〕。风的比方说的是：这件事不由接受它的人发动，人看到的只是它的响声和痕迹。

三处经文说的都是同一个方向：新心不是人自己立志立出来的，是赐的。神学怎样理解赐，是谁赐，为什么赐，各宗派有各自的讲法，本书不替它辩护，也不替它修改。本书所做的事，只是在这一层之下，问一个发生学的问题：既然是“赐”，那么按SDE看，这个“赐”在结构上是什么？

答案，是王德生口述的那一句：走意义之发生路。也就是说，新心的出现，是一次0→1。0→1和1→N不一样。1→N是已有的东西长大，像一棵树从小到大；0→1是原来没有的东西，出现了。这一章里的“赐”，指向的是后者。

◆ 三个容易读歪的地方

第一，把“赐”读成“白捡”。 有人听到“新心是赐的”，马上推出来：“那我就什么都不用做了？”这是把“赐”和“白捡”混在一起了。赐的意思是：来源在外，不由我催。可它不取消我这一边的情形。王姐那个上午，如果她当时不肯抬头，也不回应那个男人的问话，那条路照样在那里，可她接不住。至于怎样才算接得住，是第36章要讲的事，这里先放着。

第二，把“赐”读成“只有信教的人才有”。 本书有两层话，要分开。一层是神学的话：谁赐，赐给谁，这归宗教自己的讲法。另一层是结构的话：不管你信

什么，凡是真正的新，都不是从既有的心里自己长出的，而是从心外的E里进来的。第二层话，是本书的推论（T1），不依赖第一层。读者可以接受第二层，而不接受第一层；本书不要求任何人这样做，也不反对任何人把两层合起来读。

第三，把“赐”读成“一次到位”。 王姐被人带了一回路，不等于她从此变成了一个“会接受帮助的人”。那只是一个“一”，是种子。种子要长成习惯，要经过很多次，要经过不顺。如果把种子当成长好的树，就会掉进本书所说的发心论的错位：把1→N慢慢长出来的东西，当作0→1时已经齐备。这是本书的推论（T2），第44章还要详讲。这里先提一句，防止读者把“赐”读成“一步登天”。

◆ 为什么我们总觉得是自己想出来的

还有一个问题要说清：既然新的东西多半来自外面，为什么我们的感觉偏偏相反？

答案，在心的出厂样子里。心以主体性为中心，这是第5章要细讲的事。以主体为中心的心有一个习惯：凡是进到手里的东西，它都顺手记在“我”的名下。别人指的路，过了三天就成了“我找到的路”；朋友一句话点醒了你，半年以后你讲起来，已经是“我悟到的”。这不是撒谎，是主体中心的心很自然的记账方式：它总是从“我”这一头去看事情，所以回头一看，来龙去脉都被“我”这一头收走了。

因此，T1这个推论，在日常里很难被直接看见。它需要一个反着看的动作：不问“这是我想出来的吗”，而问“在我想出来之前，进来过什么”。王姐若是几年后再讲这个上午，很可能讲成“那天我自己摸出了一条近路”。这个记账的方式，本书不责备，只是提醒：看新的东西从哪里来，要从“进来的”那一头查，不能只从“显露的”那一头查。

◆ 赐的三个脾气

再说“赐”的三个脾气，用一个更日常的对照。

过年时长辈给孩子的压岁钱，和月底发到卡上的工资，同样是钱，性质不同。工资是挣的，数目事先说好，做满了就有，没做满就扣。压岁钱不是：它不由孩子催，孩子也不必先证明什么，它在那一刻落下来，有时多，有时少，有时孩子根本不知道为什么长辈这次格外大方。

由此看出赐的三个脾气。其一，不由我催：给不给，什么时候给，我不能定。其二，不凭我的资格：不是我做够了才有。其三，落下来需要有地方放：压岁钱落下来，孩子得有手去接，有口袋去装。第三条尤其要紧，因为它说明“赐”不是单向地往外倒，而是落在一个有形状的东西里。心这个口袋，就是三界之我的合成：王姐能接住“被带着走”这个新东西，是因为她心里本来有一块地方，可以放得下它——她的自我的我里，有一块一直想松一口气的地方。

这三个脾气，合起来让“赐”和“得”区别开。得，是在旧的结构里做加法；赐，是结构里多出了一个原来没有的位置。

◆ 新的“一”落在哪一我

0→1落进心里，不是同时改写三我，而是先落在其中一个，再牵动另外两个。王姐的例子里，先动的是自我的我：她在那一刻松了一下，没有觉得丢脸。然后这一松，触到了理念的我：那个“凡事自己扛的能干的人”，被一个新的画面悄悄质疑——能干的人，是不是也可以被人带一段？再然后，才轮到现实的我：几个星期后，她在路口开口问路，是现实里的动作。

这个顺序，我只当作这个场景的描述，不当作规律。别的人的新心，可能先从理念的我动起，也可能先从现实里一件事被迫改变开始。重要的不是顺序，而是：新的“一”不是凭空一个整体的新人，它是三我合成里的一处松动、一处多出。所以新心一开始往往很小，小到当事人自己都看不出是“新心”。若把“新心”想成一个惊天动地的转身，反而容易错过它。

◆ 如果赐来自外面，我还有责任吗

读到这里，会有一种担心：新的既然是赐的，那我是不是什么都不必负责了？

本书的回答分两层。第一层，赐不取消责任，它改变责任的位置。我不负责“造出新心”，因为那不在我的力量之内；我负责的是，当新的“一”落进来的时候，我是否留下了地方，是否认出它，是否在后面的路上把它带成N。这后一半，是1→N，第七编专门讲，那里有标杆，有苦难，有操练。

第二层，把赐想成“外面有一个人决定要不要给我”，会让人陷入等待。等待本身也是一种发心论：我在等，我的等待是我的心在发动。可发生学的看法是：E里的牵连每一刻都在运行，每天都有无数个“顺路的人”、无数个“恰好的话”经过你。问题不在于外面有没有，而在于这些东西进不进得来，认不认得出，接不接得住。这是下一批章节里的话题，本章只把“新来自外”这一个方向立住。

◆ 对照旧地图

旧地图是：心→发动→一切。在这张地图上，要有一颗新心，办法很自然：我下决心，我发愿，我立志，我要从今天起做一个新人。

这张地图上，新心从“我的心发动”来。可是要问一句：这个发动的心，它是从哪里来的？如果是旧心发动的，那么旧心发出的东西，仍是旧心里已有的，新在哪里？如果说发动的那颗心已经是新的，那它又是谁给的？往回追，这个问题没有头，就像一个人想拽着自己的头发离开地面。

我并不是说立志没有用。立志有用，它是1→N里重要的一环，是后面几章要讲的操练的起点之一。我只是说，立志能让一个“一”长成“N”，却不能让“零”变成“一”。新年的清单可以让你每天多走半小时，可是你从没想过的那个念头，不会因为你写下了“我要有新想法”就来。

我也要把中华思想里的一个强辩护写在这里，以免读者以为本书只是在批评。孟子一脉会说：那颗心不是旧的，种子本来就在，“赐”不过是把它说成了外来的。这个辩护很有分量，它守住的是人的尊严：新心不是从天上掉下来的，是人本来就有的东西。本书在第28章会专门回到这一点，把本心、恩典、本性三种说法的强项与缝隙摆在一起读。这里先承认：对于“种子”这个比方，本书的问题是，种

子本身是哪一年、被谁、从何处放进来的？种子是E里的东西，还是主体里自带的东西？这个问题，本章不裁。

回到场景

回到巷子口。王姐站在门诊门口，回头看，那个男人早已消失在巷子拐角。母亲问：“刚才那个人是谁啊？”王姐说：“不认识。”

这句“不认识”，和开头那句“我连个路都认不得”，是同一个上午里的两句话。第一句，是她把自己圈在自己里面时说的；第二句，是她从圈外接到了一点东西之后说的。两句话的差别，不是路线，是她和这个世界之间那堵墙，薄了一点。

她取完药回家，路上不再看手机。母亲忽然说：“以后路不熟，你就问人。”王姐笑了一下，没有接话。过了几个星期，她在另一个陌生的路口，第一次主动开口问了路。这是一个“一”，一个很小的“一”，之前没有。它从哪里来？它从那个上午来。那个上午从哪里来？从一张谁也指挥不了的网里来。

开场时，我们问的是：心能不能自己拿出新的东西？结算下来的新理解是：拿不出来，新的只能进来；而“进来”不是被动地挨打，它是一次发生：在E中，经D，显露为S。

> 带走的话
>
> 新心不是心自己造的，是在心之外的E里，被赐进来的。

> **小账**
>
> 小账一：新的东西不能由以主体为中心的心自己生出，“赐”的意思是新来自心外的E，这是0→1的结构。
>
> 小账二：本章翻动了“心是起点”里的一个旧预设——新心靠我的发心而来；落在承重命题第5条（K5前半，圣灵赐新心，走意义的发生路）与T1上。

第 34 章

万事互相效力就是E

这一章的问题：新的东西从哪里来（0→1）？上一章说，来自心之外的E。这一章要问：这个E到底是什么样子？“万事互相效力”，说的是不是一个看得见摸得着的东西？

场景　三楼的天花板

这是我构想的人物：周阿姨，六十二岁，退休小学教师，住在一栋老小区的三楼，爱帮邻居。下面是我构想的场景。

一个周二的夜里，周阿姨发现卫生间的天花板在滴水。先是一个角上洇出黄印，后来变成一线，一滴一滴，落在洗衣机盖上，“嗒、嗒”。她拿盆接住，上楼去敲四楼的门，没人应。四楼的住户那周出远门了。

第二天一早，她给物业打电话。物业派来一位师傅，进门看了看，说要先关这一整根立管的水。关了水，整个单元的人都被通知停水，楼道里立刻有人探头出来，语气不太好。师傅说，要查漏点，得进四楼，可四楼没人，没有业主同意，不能开门。

拖到第三天，四楼业主回来了，一进门，他家的卫生间是干的。漏的不是他家的管。物业请来一位水管工，趴在周阿姨家的天花板下面看了半天，又去楼道里敲了敲墙，最后得出结论：漏的是这根立管本身，墙里埋着的老镀锌管，几十年了，锈穿了一个小洞，而这根管，从二楼到五楼，穿过每家每户。

事情就这样变了模样。它不再是“三楼被四楼漏水”，而是“这一根管上的每一家，都有份”。要换管，得每家开一个口子，每家都得同意，费用也要摊。五楼一个年轻人在楼栋里建了个微信群，叫“三单元水管群”。一开始群里只有一堆“怎么回事”“凭什么我出钱”，后来慢慢变成了报时间、问尺寸、晒收据。

两个月后，管换好了。

◆ 先把话说准：这句经文说了什么，没说什么

《罗马书》8章28节：

> 我们晓得万事都互相效力，叫爱神的人得益处，就是按他旨意被召的人。（《罗马书》8:28，和合本）

读这一句，先要把几个容易误会的地方挡住。

第一，它没说“坏事其实是好事”。漏水就是漏水，天花板的黄印、被水泡坏的洗衣机盖、停水的三天、被打扰的邻居的脾气，都是实打实的损失。这节经文出现的那一章，前后谈的是受苦、叹息、等候，并没有绕开苦难。所以它不是一句安慰人的话，让你把眼前的坏看成其实不坏。

第二，它没说“每件事都会圆满收场”。它说的是“万事”在“互相效力”。这里的重点是“互相”，不是“收场”。一件事不是孤立地变好，而是和别的事连在一起，一起运作。

第三，它在“互相效力”之后，还有一个条件的句子：“叫爱神的人得益处。”这个条件是第36章专门要讲的事。本章先不碰，只讲前半：万事怎么就“互相效力”了。

◆ 王德生的话，怎么读

K6，是王德生2026年10月18日的口述：

> 圣灵叫万事万物互相效力，就是讲“意义三律的心的发生学”。

本书照这句话写，不改。它把《罗马书》8:28这节经文，读成一个关于心的发生学的命题。这一章先弄懂“万事万物互相效力”，下一章再弄懂“意义三律的心的发生学”。

先问一个最笨的问题：“互相效力”是什么意思?

“效力”这个词，我们平常说“为某人效力”“为公司效力”，是一方为另一方出力。“互相效力”，就不是单向的了：甲给乙出力，乙也给甲出力，甲乙丙丁，彼此之间的出力织在一起。有一点要小心：这里面，没有哪一个“是主”。

用楼里的漏水来试一下。

那根老镀锌管，几十年里，一天天地锈，对三楼有了影响——天花板滴水。滴水这件事，对物业有了影响——派人，关水。关水对整栋楼有了影响——大家被通知，有人不满。不满对五楼的年轻人有了影响——他建了个群。群对所有住户有了影响——他们第一次有了一个说话的地方。而群里的对话，又对管子有了影响——换哪种管、从哪家开口、怎么分钱，都在群里一点点商量出来。

这是一张网，每一个节点既对别人“效力”，又被别人“效力”。没有一个节点是“发起人”，也没有一个节点只被动挨着。

◆ E：不是添上去的，是本来就牵连着的

现在可以讲SDE里的E了。E是Entanglement，特征纠缠系统。

一句话：E不是后来才织起来的网，是事情的各种特征本来就牵连在一起，所以动一处，别处的条件跟着变。

漏水以前，这栋楼里什么都已经牵连了：老管的年龄，和楼的年龄一样；管子穿过每一家，所以每一家都在同一根命上；物业有规矩，没业主同意不能开门；四楼的人出了远门；一栋楼里的邻居，二十年来大多只点头不说话。这些特征，在漏水之前，就彼此缠着。只是平时没有任何一件事把它们拉出来给人看。

漏水，是把它们拉出来了。它不是“带来”了这张网，它是让这张网显露了。这正是SDE的读法：发生是在E中、经D、显露为S。E在前，已经在那里；D，是

一连串的差异——滴水，敲门，关水，进屋，查管，建群；S，是显露出来的东西——一根换掉的管，一个有人说话的群，以及一个楼道比以前更熟。

所以，王德生说“万事万物互相效力”，在本书看来，指的就是这个E。它不是一个比喻，是一个很具体的东西：事与事之间，那种“动这个，那个也变”的牵连。

用一张小表，把这次漏水里几个“角色”的前后放在一起看（这是我构想的场景里的构想的角色）：

角色	漏水之前	漏水之后
周阿姨	爱帮邻居，凡事自己出面	学会在群里发起，让别人也出力
四楼业主	与三楼只是点头	要对一根管子的全楼负一份责
物业师傅	只管报修单	第一次在群里被邻居叫“师傅”
五楼年轻人	不认识楼上楼下	成了群主，被推去管收据
水管工	修一家的管	修一整根立管，价格从一家的价变成一栋的价

表里每个人都在变，没有一个人在变之前打算变成那样。变，是从他们互相之间的牵连里来的。

◆ 没有谁是起点

这里就碰到了本书一直在翻的那个预设：心是起点。

假如问：“是谁的好心，让这栋楼的管子换好了？”旧地图上的答案会有好几个：是周阿姨热心，是物业负责，是五楼的年轻人肯牵头。每个人的心，在这个答案里，都是起点，都是发动者。

可是请再看一遍。如果周阿姨没有遇到漏水，她的热心去哪里使？如果漏水只漏在四楼，没有漏到三楼，物业会不会这么快关水？如果五楼的年轻人没有因为停水而被邻居敲门，他会不会想到建群？每一颗心，都是在别的事推着它的时候动起来的。心不是起点，心是网里的一个结。

这不是在贬低周阿姨们。恰恰相反，这是把他们的善意看得更具体：善意要有地方落脚，要有人接，要有事情让它显露。第43章以后会讲行善结缘，到那里读者会看到，“行善”不是从心里冒出来的一团气，而是在E里经过D显露的一个S。这里先放一个伏笔。

还有一点不可漏掉。每一颗心既是E里的一个结，同时也是E的产物：五楼的年轻人原本是一颗“不管闲事”的心，建群，被推去管收据，一两个月之后，他的心里多了一块“我是这栋楼的一份子”。他的心，被这场漏水改了。所以，心既是参与者，又是被参与出来的东西。这个说法，把我们引向下一章：新心，就是在这样的互相效力里，被合成的。

◆ 也有没“效”起来的

为了不把这一章写成一曲颂歌，要把没有发生的事也写进来。

这栋楼里，二楼有一位独居的老人，不入群，也不肯在换管的同意书上签字，说“我住了几十年，没漏过”。结果，二楼那一段管子，延迟了半个月才换，期间全楼多停了两回水。还有五楼一户，被水泡坏了木地板，赔偿的事两家扯了很久，最后也没有谈得十分满意。

这些都是真实的损失，没有因为“万事互相效力”就自动消失。这也提醒我们：E是牵连，不是保证。牵连之中，有效起来的，也有堵住的，有被锁死的。哪些效起来、哪些堵住，取决于很多具体的条件，其中一部分，将在第36章讲到：是接得住，还是接不住。

所以，不能把8:28读成“一切都有益处”。它说的是：在一个互相效力的E里，对于某一类人，益处会落下来。这个“某一类人”，是下一步要讲的事。

◆ “万事万物”有多大

“万事万物”四个字，读起来很大，好像说的是宇宙。其实它的尺度是可以伸缩的。

这栋楼的漏水，是一个楼栋大小的E。再缩小一点，一天里的一件小事，也是一个E：早上出门迟了五分钟，赶不上平常那班车，改坐下一班，碰巧遇上多年没见的同事。这五分钟的迟，是不是“坏事”？当时是。它和后来的重逢，是不是“互相效力”？有牵连，但我们不必说它是“为了”重逢才迟的。再放大一点，一个人一生里的几个大转折，也是E，只是网更大，线更长，我们要隔很多年回头才看得清。

读者可以发现，尺度越大，越容易让人觉得“一定有谁安排了”；尺度越小，越容易觉得“只是碰巧”。其实两头说的是同一种东西：事与事的牵连。本书在尺度的问题上不下断语，只提醒：判断“这是不是互相效力”，不看事情大小，看牵连有没有被认出来。

◆ 效力是怎么“效”的

再看“效力”这个词。和合本译作“效力”，原文的意思是“一同工作”。这个“一同”，正好落在D和S上。

在漏水这件事里，效力不是每个人出了同样的力，而是每个人在自己的位置上做了一个“不同”。周阿姨做的不同是敲门和打电话，物业师傅做的不同是关水，水管工做的不同是趴下来看，年轻人做的不同是建群。每个“不同”本身都很小，可是它们一个接一个，每一个都改变了下一个人面前的情形。这就是D，差异序列。效力，就是一个差异成为下一个差异的条件。

当序列走到某一处，一个东西稳稳地显露出来：一根新管，一个群。这个显露的东西，就是S。S显露之后，并不停在那里；它马上成为下一轮的E的一部分：有了群，下次楼顶防水就有地方商量。所以“效力”不是一条直线，而是一圈一圈的：E经D显露为S，S又回过头改写E。回写，是本书后半部分的一个关键字。这里先看到它的影子。

◆ 这是不是命定论

一个有分寸的读者会担心：照这么说，一切都是牵连好了的，岂不成了命定，人做什么都是网上的一个动作，没有自由？

这个担心有道理，需要回答。

本书的回答是：E是牵连，不是剧本。牵连决定了“什么条件在那里”，没有决定“下一步一定是什么”。D是一个一个的差异，每个差异都可以有不同的出法。漏水那三天里，如果周阿姨对物业说的是气话，如果四楼业主回来后拒绝开口，如果五楼的年轻人对群里的抱怨不理不睬，这张网就会走向另一个显露——也许是一场持续多年的邻里官司。网还是那张网，管子还是那根管子，可显露出来的S，就不一样了。

所以，万事互相效力，不取消人的选择，反倒让每一个选择更有分量：因为你的一个“不同”，会成为别人的条件。关于自由，意义三律里有一律专门讲它，下一章会看到。

◆ 试一试：用三个问题读自己的一天

这一章不要求读者记住很多名词，只给一个很小的练习。哪天遇到一件让你心烦或意外的事，不妨用三个问题把它读一遍：

第一，这件事发生之前，已经有哪些东西牵在一起？不是问谁的错，是问哪些条件本来就在那里。

第二，这件事发生之后，一步一步有哪些差异？谁做了什么不同的动作，每个动作改变了谁的处境？

第三，现在显露出了什么？是一个具体的东西——一个新的约定，一个新的熟人，一个换掉的旧习惯。

用这三个问题读几次，会发现一个现象：事情看上去越是“一团乱”，越能读出牵连。而读出了牵连，人对这件事的态度，常常就从“为什么偏偏是我”，变成

了“我在这张网里能做哪个不同”。这也许是8:28这一节经文，在日常里最朴素的用处。当然，这只是本书的读法，不是对经文的权威解释。

◆ 和上一章接起来：赐，落在互相效力里

上一章说，新心是赐的，来自心外的E。这一章说，E就是万事互相效力。两句合起来，意思是：赐不是从云端扔下来的一件东西，赐是通过这张互相效力的网落下来的。

这样读，“赐”这个字就不再神秘得无处着手。王姐的那个上午，是一张小网：电量、巷子、路人。周阿姨的这两个月，是一张大一点的网：管子、物业、邻居、群。两张网的尺度不同，结构一样。新的东西，在两处都不是某颗心发动的，而是网里的牵连把它送到了某颗心面前。

不过两者也有一个差别，值得点出来。王姐那里，赐落在一个人身上，是一个“一”；周阿姨这里，赐落在一整栋楼上，每个人都分到了一点，而且每个人分到的不一样。这提示我们，E里的赐，往往不是只给一个人的，它同时落在许多颗心上，所以心的发生，本来就带着“我们之间”的性质。这一点在第50章还会回来：心与关系，是同一件事的两面。

至此，我们已经有了一个相当具体的画面：新的东西来自E，E是万事互相效力的网。但还剩下一个很关键的问题没有回答：在这张网里，一颗心的新，是怎样一步步显出来的？它走的是什么路？这就要请出意义三律，这是下一章的事。

◆ 两种读法：安排，还是发生

读到这里，一个问题自然冒出来：这些“互相效力”，是不是有人事先安排好的？是不是有个总导演，把管子、物业、邻居、年轻人都布置好了？

这是一个神学问题，也是一个哲学问题。按K6的原话，“圣灵叫万事万物互相效力”，叫的是圣灵。神学按自己的说法讲谁叫、怎么叫，本书不替它作辩护，也不去改它。

本书只补一层：不管怎么叫，从人这一头看，“叫”的样子是什么？看到的不是一场预先排好的戏，而是一连串D：一个差异引出下一个差异，一个S显露出来之后，成为下一轮的E。这个过程里，没有一个角色手里拿着完整的剧本。周阿姨不知道最后会有一个群，年轻人不知道自己会当群主，物业师傅不知道会被叫“师傅”。

所以，读者可以有两种读法，本书都不拦：一种读法是，在整个过程的背后，有一位在“叫”；另一种读法是，只从结构上看，这就是一个E。两种读法，对同一件事，说的是不同的层。本书的写法，落在第二层，是因为本书是一部发生学专著，不是神学专著。

◆ 对照旧地图：几种熟悉的说法

人们对这类事，早就有说法。

一种是“缘分”。这栋楼的人因为一次漏水熟了，说一声“这也是缘分”。缘分这个说法抓住了“牵连”，可它容易被读成一种神秘的、事先注定的东西。另一种是“运气”：这次碰巧漏水碰巧换了管，换了个好局面。运气说抓住了“不由我定”，可它把牵连说成了随机。还有一种是“塞翁失马，焉知非福”：坏事变成好事。这个说法抓住了“转折”，可它说的是一个单向的翻转——坏变好——而不是互相效力的网。

本书的读法与这三种说法都有一点交叉，又有一点不同：E，是事与事本来就缠着的牵连；效力，是这个牵连里一个显露带动另一个显露；它不事先注定，也不是随机，也不只是翻转。它是一个可以被追问的结构：你可以顺着漏水追下去，一步一步问“这一步引出了哪一步”。

我要把本章的推论写清楚，它是本书的推论，不是王德生的口述：

本书的推论：既然心也是“万事万物”中的一员，那么心本身的发生，也发生在这张“互相效力”的E里。心不是在网外看这张网，它是网里的一个结，也是网织出来的一个东西。

这个推论，会在下一章里被意义三律展开。

回到场景

两个月后的一个傍晚，周阿姨在楼道里碰到五楼的年轻人，他拎着一箱水果。他说：“周姨，群里说下个月还要修一下楼顶的防水，您看您能不能……”

周阿姨以前遇到这种事，会说“我来吧”，然后自己去跑。这次她说：“好，我来，我们再叫上二楼的老先生，他住得最久，对楼顶最熟。”说完，她自己愣了一下。

她这是在做一件她以前不太会做的事：不是自己扛下来，而是把事情放进一张网里，让别人也效力。她以为自己一直是个热心人，现在才看出，她那份热心，原来一直以“我来吧”的形状在运行；经过这场漏水，她的热心，换了一个形状。

开场时，我们问的是：E到底是什么样子？结算下来的新理解是：E就是事与事之间“动这个、那个跟着变”的牵连；“万事互相效力”说的是这张网，不是某一个人的好心。而人的心，既在网里，也被网织出来。

带走的话

万事互相效力，说的是一张本来就牵着的网；心不站在网外发动它，心是网里的一个结。

小账

小账一：E就是事与事本来牵连着的特征系统，“互相效力”是这张网里一个显露带动另一个显露，没有哪一方是起点。

小账二：本章翻动了“心是起点”里的一个旧预设——好事是某颗好心发动的；落在承重命题第7条（K6，圣灵叫万事万物互相效力）上，并预备T3。

第 35 章

意义三律与新心的发生

这一章的问题：在那张互相效力的网里，一颗心的“新”，是怎样一步步显出来的？意义三律说的创造、幸福、自由，是三个先后的台阶，还是一个过程里同时在场的三面？

场景　八十岁生日前的那个周日

这是我构想的人物：王姐，四十五岁，公司行政，照顾着年迈的母亲。下面是我构想的场景。

母亲八十岁生日前的那个周日，家里要聚一次。往年的做法是固定的：王姐提前三天列菜单，红烧肉、清蒸鱼、白灼青菜、炖鸡汤，每样的做法、几点下锅，她心里有一张表。弟弟一家从外地赶来，进门就吃，吃完就走，一年一次，平安无事。

这一年，事情有点不一样。弟弟提前打电话来，说想订个饭店，省事。王姐心里一沉：订饭店，家里这张桌子就空了。她没有立刻回绝，只说：“妈牙口不好，饭店的菜硬。”弟弟说，那就让我女儿来做点软的，她在学校学了一道南瓜汤，想露一手。

王姐的第一反应是烦：一个十六岁的孩子，在她的厨房里转来转去，打乱她那张表。可母亲在旁边听见了，说了一句：“让她试试。”

周日一早，王姐照旧起了个大早，把红烧肉先炖上。侄女来了，在灶台的另一头削南瓜，削得很慢，刀口歪歪斜斜。王姐几次想伸手接过来，手都伸出去了，又收回来。

南瓜汤端上桌的时候，味道有点淡，奶油放得多了些。可是母亲喝了两口，抬头问：“这是什么？软软的，好吃。”侄女脸红了。弟弟说：“下次让她做个甜的。”

这顿饭，有一件事王姐事后想了很久：她那张三天前列好的菜单，一个字没改，可这桌饭不再是她的菜单了。

◆ 先把三律说成白话

意义三律，是创造律、幸福律、自由律，来自SIO语言发生学导论所给的框架。本书用它们讲心的发生，需要先把每一律说成白话。下面是本书的读法，不是王德生的口述：

创造律，说的是：有一个此前没有的东西出现了。不是旧东西的复制，是真多出一个。

幸福律，说的是：出现的这个东西，与在场的人相合，让人在其中觉得安稳、舒展，而不是别扭、硌得慌。

自由律，说的是：出现了之后，这个东西没有把局面钉死，仍然留着门，可以再变，人可以在里面选，可以把它带向别处。

读者先记住这三句。然后问一个问题：这三律是什么关系？

最容易想到的答案是：三个台阶。先有创造，再有幸福，最后得到自由。像做事的三步：先搞出新东西，再让它舒服，最后放手。

本书目前不这样写。本书把三律写成一个过程里交织的三面，不排先后。为什么？下面就用王姐这顿饭，一点一点显出来。

◆ 拆解：这顿饭里的三律，是同时的

先挑一个很小的时刻：王姐的手伸向侄女手里的刀，又收回来。

在这一刻，有一件新的事发生了：王姐没有接过刀。这是一个她以前不会有的动作，此前的每一年，这个厨房都是她一个人的。这是**创造**：一个此前没有的东西，多出来了。

同一刻，这个动作让她的肩膀松了一下，侄女的手也不再抖。灶台两头的人，各自舒展了一点。这是**幸福**：这个新东西，与在场的人相合。

也同一刻，王姐在心里放下了“这顿饭必须照我的表来”。她没有宣布什么，可她留出了一个口子：侄女可以做得不好，汤可以淡，可以甜，下一次可以由别人来。这是**自由**：局面没有被钉死。

三律在这一刻，不是排了队来的，是一起来的。读者若觉得“同一刻”说得太满，也可以退一步，把它们看作同一个动作的三面，像同一张纸的正面、反面和厚度，不能撕开。

◆ 缺了一律，会怎样

要看清三律为什么不能分先后，有一个办法：一次拿掉一律，看这顿饭会变成什么样。

拿掉幸福，只剩创造和自由。 想象弟弟订了饭店，菜是新的，没有人做过；订不订、订哪家，每个人都有自由说话。可是一家人坐在一个陌生的包间里，母亲嚼不动，王姐找不到事做，人人觉得别扭。新的有了，也自由，但不相合。这样的新，是留不住的，过一年就换，再过一年又换。

拿掉创造，只剩幸福和自由。 王姐照旧做那一桌菜，母亲吃得舒服，弟弟也自在，谁想早走就早走。一切都妥帖。可什么也没有多出来。这样过了十年，大家会觉得很安稳，却也越来越像一台开着的钟，走得对，但不再有新的东西。

拿掉自由，只剩创造和幸福。 侄女的南瓜汤很成功，母亲很喜欢，大家都说“这汤好”。于是从此每年，这道南瓜汤成了规定节目，侄女必须做，谁也不许改。一个新东西变成了一条规矩，新鲜劲死了，喜欢也变成了负担。

三次拿掉，都不成。这就是为什么说三律是交织的：每一律的成立，都靠另外两律托着。没有哪一律是起点，也没有哪一律是终点。

这里我要说一句谨慎的话：这样写，是本书目前采用的处理，属于待裁的一项。如果王德生裁定三律在心的0→1里有先后，本章要回改。目前读者看到的，是一个过程，不是一条阶梯。

◆ 三律怎样牵动三我

前面是从一个动作看三律，现在退后一步，看三律怎样牵动心的三个我。下面这张小表，是我对这个构想场景的读法，不是对任何真人的诊断：

	理念的我	现实的我	自我的我
创造	出现“让家自己长出一顿饭的人”这个新画面	第一次在开席前坐下喝茶	出现一种不用把关也踏实的新感觉
幸福	新画面与“让母亲安心”的老愿望相合	灶台两头的人都舒展了	肩膀松下来，紧变成了暖
自由	新画面没有变成新的“必须”	下一次谁做什么，可以再商量	允许自己做得不完美

九格里没有一格是孤立的。表中同一行读下去是一律怎样走过三我，同一列读下去是一我怎样被三律托着。读者会发现，如果把任何一格擦掉，邻近几格都站不稳：这就是“交织”的样子。

还要提醒一点，K4说心的属性以主体性为中心，客体性与互动性为次要和辅助。王姐的这顿饭里，这一点仍然成立：她仍然是从“我”这一头去办这件事的，那份“想让母亲过好”的劲，是主体性的劲。可是这次，互动性——侄女的刀、母亲的一句话、弟弟的电话——从后面走到了前面一点。主体性没有消失，也不必消失；变的是它与互动性的比例。这个话题，第50章会专门讲。

◆ K6的后半：意义三律的心的发生学

现在可以回到王德生的那句口述：

> 圣灵叫万事万物互相效力，就是讲“意义三律的心的发生学”。

上一章读的是前半，“万事万物互相效力”，是E。这一章读后半，“意义三律的心的发生学”。

两半合起来，意思就清楚了：在互相效力的E里，一颗心的新，是通过意义三律发生的。也就是说，新心的出现，不是随便什么新东西，而是同时具备创造（多出一个）、幸福（与人相合）、自由（没有钉死）的新东西，在心的三我合成里显露出来。

王姐的心里，这顿饭之后，多出了什么？我想用三我来读，只当作这个场景的描述，不作诊断。

理念的我，原来是“把家办好的那个人”。办好，意味着一切都在她的表里。现在这个理念松动了，出现了一个新的画面：让家自己长出一顿饭的那个人。

现实的我，原来是三天前就起床备菜、累得腰酸的人。这一次，她第一次在开席前坐下来，喝了一杯茶，看着侄女把汤盛进碗里。

自我的我，原来有一份说不出的紧：怕出错，怕母亲不满意，怕弟弟觉得她不够好。这份紧，在母亲说“让她试试”的那一刻，松了。

三我里每一我都动了一点。合成之后，王姐的“心”，不是换了一颗，而是三我的合成里，有了一处新的结。这一处新，就是创造，它合着人（幸福），它还留着门（自由）。

这就是本书所说的“新心”的意思：不是整颗心换掉，是三我的合成里，通过三律，多出了一个此前没有的、相合的、开着的结。我要说明，这里的“新心”，我是照K5的用法说的，神学里新心的完整含义，归神学自己讲。

◆ 另一半：同一晚，别人的心

到现在为止，镜头一直对着王姐。可是同一顿饭里，别人的心也在发生，E里的新，从来不只落在一个人身上。

十六岁的侄女，那一天第一次被大人当作“能做一件事”的人。在此之前，她在这个家里是“孩子”，是被问学习成绩的人。刀口削歪了，没有人接过去；汤淡了，母亲说好吃。她心里的理念的我——“我是个能做点什么的人”——有了第一次真实的落脚。这是她的创造，她的幸福，也是她的自由：她后来想不想继续做饭，没有人逼她。

弟弟呢？他原本想订饭店，是怕麻烦姐姐，也怕自己什么都不做。南瓜汤端上桌，他说“下次让她做个甜的”，他其实也在松：原来不一定要订饭店、不一定要出钱，才算尽了心。

母亲呢？她那句“让她试试”，是这一天里最关键的一个“不同”，也是最容易被忽略的。八十岁的人，在这个家里，不只是被照顾的对象，她也以一句话，改写了整桌饭的走向。

一桌饭，四颗心，四处新。每一处都是三律交织的小发生；它们彼此是对方的E。这就是“万事万物互相效力”在一个厨房里的样子。K6说的“意义三律的心的发生学”，落在日常里，恰是这样：不是一颗孤立的心在自我更新，而是一张网里，许多颗心互为条件，各自长出一个新结。

◆ 本章看的是0→1，N留给后面

最后要给本章划一个边界，免得读者把“新心”读得太大。

这顿饭，让王姐的心里多了一个新的结。可一个结，不等于一颗成熟的心。下一次聚会，她是否真的能把厨房交出去？下一个冬天，母亲身体变差的时候，她是否仍然肯让别人帮忙？这些，已经不是0→1的事，是1→N的事：已有的结要长

大，要经过很多次的反复，要经过不顺和疲惫，要有人做标杆给她看。这是第七编要讲的。

把这个边界写在这里，是为了防止第33章说过的那个错位（T2）：把1→N慢慢长出来的东西，当作0→1时已经齐备。南瓜汤只是一颗种子，不是一棵树。本章用三律看的，是种子怎么出现；树怎么长大，三律同样在场，K5说“心的意义三律发生”本来就包括0到1和1到N两段，只是长大的那一段放到第七编去讲。

◆ 如果汤失败了呢

有读者会问：这个场景太圆满了。如果汤做砸了呢?

那就再演一遍。假设这碗南瓜汤咸得没法入口，侄女红着脸要倒掉。

创造律还在：汤，仍然是这个家里此前没有的东西，咸，是创造的一部分。幸福律换了一个形状：母亲笑着说“这汤比你外婆当年的盐还重”，全桌笑成一片，侄女也不好意思地笑了。这一笑，是相合，与汤的好坏无关。自由律也在：王姐没有把这次失败变成一个评价，没有说“我就说让她做不行”；弟弟说“下次少放盐”。下一次，还可以试。

可见三律不是“成功的保证”。它们说的是发生的方式，不是结果的好坏。一碗咸汤，也可以是一次完整的发生；一桌无可挑剔的菜，也可能一点发生都没有。判断的标准，不是菜的味道，而是三个问题：多出了什么？与人相合不相合？门还开着没有?

◆ 为什么叫“心的”发生学

读者也许会问：南瓜汤的出现，是一道菜的发生，为什么要说是“心的”发生学?

因为这碗汤出现的同时，心被改了。发生学可以讲一道菜的来历，也可以讲一座城的来历，本书讲的是：当一个新东西在三律里出现，那些参与其中的人，他们

三我的合成也随之动了一处。菜是外面看得见的S，心里多出的那个结，是里面的S。两者是同一次发生的外面和里面。

所以，“心的发生学”不是在心的里面挖一个什么机关，而是在日常的发生里，看心怎样被一处一处地改写。心不是先造好再去生活的，心就在这些饭桌、楼道、巷子口里，一点一点被合成出来。这是本书对“心是起点”的最朴素的一个翻转。

◆ 对照旧地图：知、情、意

中外的老办法，常把心分成几块来讲：知、情、意。知是认识，情是感受，意是意志。这样分有它的方便，一眼能看到心的几个功能。

可是用在这顿饭上，会发现它不好切。王姐伸手又收回的那一下，是知、是情，还是意？似乎三样都是，又三样都不是。知情意是把一颗心当作静止的东西，横着切开看；三律是顺着一次发生的过程，看它是不是真的发生了。两者不冲突，一个像身体的解剖图，一个像一段录像。本书只是说，要回答“新心怎么来”，需要的是录像。

◆ 三个容易读歪的地方

第一，把三律当成办事的三步清单。 有人会想：那我筹备聚会，是不是先想创意，再想大家开心，最后别太强求？这是把发生学当成了管理手册。三律不是要你去“做”的三件事，而是你事后回头看，用来识别“这件事是不是一次真发生”的三个镜头。你可以有意去给新东西留地方，可你没法按三个步骤把它造出来。

第二，把“幸福”读成“高兴”。 幸福律的幸福，是“相合”。母亲有时候在一个很安静、甚至有点酸的场面里，也会觉得这事对了。高兴是表面，相合是里面。

第三，把“自由”读成“随便”。 自由律不是各干各的。若是弟弟订了饭店、王姐去商场逛街、母亲在家看电视，每个人都自由，可什么也没发生。自由律说的是：新东西成形之后，仍然可以再变，而且是在与别人的相合里再变。

◆ 对照旧地图

旧地图上，一件事是这么进行的：先有一个目标，然后计划，然后执行，最后评估。比如这顿饭，目标是“让妈开心地过八十岁生日”，计划是菜单，执行是下厨，评估是妈有没有笑。

这张图当然有用，大多数事情就是这样办成的。可是它有一个暗含的前提：新东西是目标里预先写好的。目标里写的是“红烧肉”，最后就得到红烧肉。若是目标里没有“南瓜汤”，按这张图，南瓜汤就是计划外的干扰。

用三律去看，这碗南瓜汤恰恰是整顿饭里最有发生意义的东西：它不在表里，是E里的牵连送进来的；它不是计划的执行结果，却成了这一天最被记住的东西。

这里也要给旧地图一个公平的评价：王姐那张表，三天前列的，每道菜的火候和时间，是母亲这些年吃得舒服的底子。没有这张表，南瓜汤没有落脚的地方。1→N的长期积累，和0→1的出现，缺一不可。本书后面的第七编讲的，就是这个底子怎样长出来。

◆ 一个小检验：这算不算一次真发生

既然三律是识别用的镜头，读者可以拿它们去检验身边的“新”。随手举三个，都是构想的情形。

一家人新买了扫地机器人。多出一样东西，是创造；可是如果家里的老人天天被它撞到脚，不相合，幸福律就缺了；如果它设定死了路线，谁也不能改，自由律也缺了。这样的新，常常过两个月就被塞进角落。

一个班组换了新的排班办法。新，是新；大家都说顺手，是相合；但每个月都能根据实情调一调，门是开着的。这三面齐，这个新办法才能活下来。

一对朋友约好每周散一次步。起初是新，后来变成雷打不动的义务，谁缺席就被说，自由没有了，渐渐也不再愉快。散步还在，发生已经停了。

这个检验不是打分，也不是给谁下结论。它只是帮人认出：哪些“新”只是摆设，哪些“新”在生长。认出以后，该补的是哪一面，常常一眼就看得出来。

回到场景

饭后，大家散去。王姐收拾桌子，看到那锅南瓜汤，还剩一小碗。她拿起勺子，自己尝了一口，有点淡，有点甜。她站在厨房里，想起三天前那张表，想起自己伸出去又收回来的手。

她给侄女发了一条消息：下回来，教我做这个。

这是一个小小的“一”：她的菜单，第一次向别人的做法敞开。它不大，却具备三律的三面：新的（创造），相合的（幸福），开着的（自由）。它是在一张互相效力的网里发生的——弟弟的一个电话、母亲的一句“让她试试”、侄女的一把歪刀口——任何一个都不是起点。

开场时，我们问：三律是三个台阶，还是一个过程里的三面？结算下来的新理解是：从缺一律就不成的角度看，三律不能分先后，它们是同一次发生的三面；新心，就是在这样一次发生里，三我的合成里多出的那个结。

> 带走的话
>
> 新心不是一颗换掉的心，是在互相效力的网里，经创造、幸福、自由三面交织，长出来的一个新结。

小账

小账一：意义三律在心的0→1里不是三级台阶，而是同一次发生的三面，缺一律则不成。

小账二：本章翻动了“心是起点”里的一个旧预设——新心靠我的目标和计划造出；落在承重命题第7条（K6后半，意义三律的心的发生学）上，并采用待裁项第3项的默认写法。

第 36 章

接住的条件：“叫爱神的人得益处”

这一章的问题：上一章说，万事互相效力，是新心发生的底。可是同一件事、同一句话落到两个人身上，有人接住了，有人像没听见。接住，需要什么？

场景：同一个周六的同一句话

这是我构想的场景。周六上午，街道社区服务中心门口排着队。值班的是一位五十来岁的大姐，胸前挂着志愿者的牌子，没有名字，也不必有。

先到的是老刘。老刘七十岁，退休工人，口头禅是“我就是这样”，这是我构想的人物。他要办一份退休待遇的年度认证，已经跑了三趟，每趟都因为缺一样东西被退回来：头一趟少一张照片，第二趟照片对了，表上一栏填错，第三趟，窗口的人说要先在手机上做个人脸核验。老刘把材料袋往桌上一放，说：“规定就是这样，我按规定来，再跑一趟。”大姐翻了翻他的材料，说了一句话：“你这事儿，不妨先问问碰到过的人，他们是怎么过的。”

老刘说：“问谁？都是些年轻人，他们懂什么。规定怎么写，我怎么办。”说完拿起袋子走了。

过了半个钟头，小林来了。小林二十九岁，程序员，合租在城中村边上的一套房子里，这也是我构想的人物。房子到期要退，房东说墙面有污损，要扣掉一半押金。他拿着手机里的照片来，想问问有没有地方可以评理。大姐看了看他的照片，说的是同一句话，一字不差：“你这事儿，不妨先问问碰到过的人，他们是怎么过的。”

小林愣了一下，说：“也对，肯定有人碰到过。”他当场在手机里翻出一个租房群，发了一条消息，问有没有人碰到过退租扣押金。当天晚上有三个人回他。一个人发来了自己当年签过的退租交接单的样子；一个人说，入住时拍的照片最要

紧，要按房间一格一格拍；第三个人说，她那个城市有免费的调解热线，先打一个电话咨询。小林照着做，一周后拿回了大半的押金。

两个人听到的是同一句话。一个让它落在了桌子的另一边，一个把它接了过去。

这件事容易被讲成“小林聪明，老刘固执”。可是这样讲，老刘的第四趟就没法解释了。后面会说到。

一、先把两件事分开：效力在来，接住在收

上一章讲了，万事互相效力，就是一张向各方展开的纠缠之网（E）。这张网里，什么时候来一个邻居的话、一个陌生人的指点、一次意外的退回，不由哪一个人的心说了算。这是“来”。

本章要问的是“收”。来的东西落进一个人的心里，还是从旁边滑过去，这一步，心是有份的。本书的推论是：效力来不来，不取决于你的心；落不落得进来，取决于你的心里有没有一个接口。

注意这里说的是“有份”，不是“全由”。把“收”说成全由心来定，就退回了“心是起点”的老路；把“收”说成与心无关，又会把人说成一个被动的口袋。心在中间，两头都要看住。

二、原话是怎么说的

先看经文自己怎么说。《罗马书》8:28：“我们晓得万事都互相效力，叫爱神的人得益处，就是按他旨意被召的人。”

这一节有三层。第一层，万事互相效力，这是第34章讲过的E，王德生把它读作“意义三律的心的发生学”（K6）。第二层，效力的去向是“得益处”。第三层，得益处的人，是“爱神的人”，也是“按他旨意被召的人”。

读到这里要守一个分寸。按基督教自己的说法，“爱神”首先是对神的爱，“被召”说的是神的呼召在先，人的爱是回应。这些，本书照它本来的样子摆着，不改写，也不替它换一套说法。

下面的话是本书自己的。

还有一个常被读漏的地方。这节经文说的是“万事都互相效力”，没有说“万事都是好事”。被退回三趟不是好事，押金被扣也不是好事。经文的意思，按本书的读法，是这些事彼此之间在起作用，作用的方向是“得益处”，而不是每一件事本身都叫人高兴。这个区别要记住，因为后面讲接住，接的往往正是一件不高兴的事里夹带的东西。

三、本书的推论：爱神，在发生学上是一个接口

本书的推论是：从心的发生学看，“爱神”所描述的那种心的姿态，对应的是心的互动性向外打开。

为什么这样推？回头看第6章。心以主体性为中心，客体性与互动性为次要和辅助（K4）。这个排法有一个后果：心天然地偏向“我来发动”。一个只靠主体性运转的心，听见的是自己的意图，看见的是自己的计划，遇上外来的效力，最容易把它当作干扰。

“爱”在这里做了一件很具体的事：它让心把重心的一部分放到所爱的那一位身上。你爱一个人，你就会留意他的话，愿意被他改变，愿意按他的意思调整自己的打算。爱神，若按字面说，是同样的动作，只是对象是神。这个动作的发生学含义，就是互动性往外开了一道门。

这是一个发生学的读法，不是对这节经文的神学解释。神学怎么解释，由神学自己去讲；本书只说，拿心的发生学这把尺子去量，“爱神的人得益处”里，有一个量得出来的部分，就是接口。

四、接口怎么拆：门、眼、手

接口听起来是个抽象词。我把它拆成三个朴素的小条件。这只是为了讲清楚，不是说接住有三道工序，也不是说缺一条就全盘落空。

第一，门开着。这是互动性。听得进来的话，愿意被事情碰到。小林听到那句话，第一反应是“也对”，他没有先去审那句话够不够高明，他先问的是“谁碰到过”。老刘的第一反应是“问谁，他们懂什么”，他在问的是“那些人配不配”。

同一句话，一个人问的是“这话里有什么可用的”，另一个人问的是“这话的来路合不合我的标准”。门开着，不是什么话都信，而是先让话进到屋里再看。

第二，认得出。这是客体性。来的东西，要被认作它本来的样子。群里那个说“入住时拍的照片最要紧”的人，说的是一个朴素的事实，不是在教训小林。能把别人的一句话认作一个事实，不认作一次冒犯、一种指手画脚，需要心里的客体性在场：这句话说的是房子、押金、交接单，不是说我。

第三，肯收下。这是主体性。别人给的东西，最终要由“我”来决定用不用，怎么用。小林把那个交接单的样子存进相册，照着重新拍了每一格墙面。这一步，是他的主体性在做事。心既然以主体性为中心，这一步就没法由别的什么代替。所以我们不能说，只要门开着，一切就会自动到手。门是互动性开的，东西是主体性收的。

三者合起来，才是一个能用的接口。只有门没有手，是人家塞给你也拿不住；只有手没有门，是一心拿自己的东西，别人递过来的看不见；有门有手，认不出来，递过来的是药，当成了毒，也是白搭。

门开着，也不等于什么都信。群里除了那三个人，还有第四个人回了一句：“别退了，赖着不搬，看他怎么办。”小林看了一眼，没有往心里去。这也是“认得出”的一部分：认出来的不光是有用的，还有不适用的。接口是一道门，不是一个没有底的漏斗。一个接口好的人，收下的和放走的，都是认得出才做的决定。

再说一个容易被忽略的事实：效力很少穿着效力的衣服来。它多半很短，三五个字；多半出自不相干的人，一个值班的志愿者，一个排在后面的年轻人，一个群里不知道名字的网友；而且常常是在你最烦的时候来的。如果心里的门只为“重要的人说的重要的话”开着，那么日常里绝大多数的效力，就都被挡在了外面。所以接口好不好，常常看的是对小事、小人、小话的态度。

门的另一头也有危险，要说公平。一个接口开得太宽的人，谁的话都收，今天听这个，明天听那个，自己的做法被每一阵风吹着走。这样的人，看上去互动性很

足，其实是主体性这个中心塌了。K4说得明白：心以主体性为中心。中心塌了，门再宽，收进来的东西也无处安放，没有一个“我”来决定怎么并入。所以接口好，不是门越宽越好，而是门、眼、手三样互相配得上：门够宽，眼够准，手够稳。小林的那次，三样刚好配上了；换一个场合，换一件更大的事，他也未必配得上，这一点他自己心里大概也清楚。

还有一层时间上的事。接住不是一件一生一次的大事，是一天里无数次的小事。早上邻居说一句楼下的电梯又坏了，你听进去了，绕了另一条路；中午同事说一句这个表格别这样填，你收下了，下午省了半个钟头；晚上家人说一句你今天脸色不太好，你没有顶回去。这些都是效力，都是接住。多数人的一天，就是这样一滴一滴地改写自己的。到了某一天，一件大事来了，那个接口早就磨出来了，或者早就没磨过。所以这一章讲的“条件”，大头不在大事上，在小事上。

五、条件不是资格

写到这里，最容易滑出去一步，滑成“你必须先做到这三条，才配得到效力”。这个读法是错的，有三个理由。

第一，新心是“赐”的。K5 里王德生说，圣灵给你一个新心，前者是“圣灵赐你心”的意思，即走意义之发生路。赐，是不靠条件的。本书的推论T1也是这个意思：以主体为中心的东西，不能从自身生出新的自己，所以0→1必须来自主体之外。这个“外”不会因为你的接口好，才开始给，也不会因为你的接口坏，就停了。

第二，接口只管收，不管给。邮递员不因为谁家有门铃才出门。可是包裹放在门口，没人开门，它就在门口放着。接口说的是“放在门口的东西，进不进得来”。

第三，门往往是被逼开的。回到场景，小林之所以站到服务中心的队伍里，是因为一笔押金被扣了；老刘之所以站在那里，是因为被退回了三趟。这两件事，没有一件是他们自己“发心”想要的。很多时候，开门的第一下，是事情把人撞出来

的。所以说，门开着，并不总是一个人修养好的证明，有时它只是一次碰撞留下的缝。这和第39章要讲的苦难有关系，那里再细说。

把这三条放在一起，意思是：效力不靠条件而来，只靠接口而进。接口不是资格，是门。

还要补上第四个理由，这一条是从信仰自己的说法来的。《约翰一书》4:19说：“我们爱，因为神先爱我们。”按这句话的意思，连“爱”这个动作，也是被先爱了才有的。放到本书的框架里，意思是接口本身，也不是你自己造出来的，它也是外面来的。这样，就更没有理由把接口当成一张考卷了：你不是凭着自己的本事把门开出来，然后去换效力；门，是在效力的往来里一点点被撞开、被磨宽的。

还要分清“打开”和“客气”。有人满脸带笑，句句说“好的好的谢谢您”，转身什么也没改。有人当面皱着眉头，说“我看不一定”，回去却悄悄照做了。前一个人礼貌周全，门是关着的；后一个人脾气不好，门其实开着。判断一个接口开没开，不看态度，看后来有没有东西被并进去。老刘的“我知道”就是这样一句话：嘴上硬，手上摘了帽子。

六、对照旧地图：发心论的最强辩护

旧地图说“心诚则灵”，说“一念发心”。发心论者会这样反驳本书：你说的门开着、认得出、肯收下，哪一条不是我的心在做？说到底，不还是我的心在先吗？

这个反驳有对的一半，本书认。没有主体的收，什么效力都落空，这一点不能让。心是中心，这是K4，是口述立定的。

分歧在记账的方式。发心论是一本账：我发了好心，所以好事来了，来与收都记在我的心上。本书是两本账：来，记在E上；收，记在心上。两本账分开记，有两个好处。第一，不会把“来”误作“我造的”。小林收到了三条回复，他没有造出那三个人。第二，不会把“没收到”误作“它没来”。老刘那个周六并不是没有人说话，话是说了的，落空的是接口。

而且，发心论还有一个更难处理的情形：一个人很用力地“发心”，用力得把自己整个堵在了门口。这在第48章会专门讲，那是一个可错的预言。这里只提一句：越是强调“我的心”，门口越挤。

不信神的读者，这一章还成立吗

这个问题值得正面答。对有信仰的读者，“爱神”保持它自己的第一义：对神的爱与顺服，这一点本书不动。对没有这种信仰的读者，本章讲的接口，仍然可以作为一个对日常的描述来读：一个人对身外的人和事敞开多少，他就接住多少。两种读法不互相取消。本书的推论只是在两者之间指出一个共同的部分：不管把效力的来处叫作什么，它落进一个人，总要经过那个人的互动性，再经过那个人的主体性。这一段路，信与不信的人都要走。

七、回到场景：老刘的第四趟，小林的那一周

现在可以说老刘的第四趟了。

老刘第四趟去窗口，排在他后面的是一个年轻人，看着他对着手机屏幕核验，一连试了五次都不过，就说了一句：“大爷，把帽子摘了，对着窗户那边的光。”老刘没回头，嘴里说：“我知道。”过了一会儿，他把帽子摘了，对着光，过了。

老刘的接口并不是全关的。他的门开在一个窄窄的地方：事情到了眼皮底下，人站到了跟前，话说得短而具体，他就肯收。大姐那句“不妨先问问碰到过的人”，说得太宽，没有对着一个具体的人，一个具体的动作，从他的门前滑了过去。年轻人那一句，是对着手机屏幕说的，落在了他的门口。

这样看，老刘和小林的分别，不是“有接口”和“没接口”，而是接口开在哪里，开多宽。小林的门开得宽，一句宽话也进得来；老刘的门开得窄，要窄话才进得来。这一点，在第32章讲石心与肉心的时候，还会换一个角度看。本章不下结论，也不给任何人定性。

当晚老刘给女儿打电话。他说了一句：“今天办成了。有个年轻人叫我把帽子摘了。”女儿在那头笑，说：“爸，你早两趟就该找人问问的。”老刘说：“我就是这样。”停了一下，又补了一句：“下回我也问问。”

这一句“下回我也问问”，不算什么大转变，也不能拿来证明老刘“变软了”。它只是说明，一个窄窄的接口，在一次具体的碰撞之后，宽了一点点。这一点点，就是下一次的起点。

小林这一边，也有值得再看一眼的地方。他拿回押金，不是因为那三个人帮了他的忙，而是因为他把三个人的话，并进了自己的做法。入住时按格拍照，这个习惯，他后来搬了两次家，都用上了。这就是接住以后的事：接口收下的东西，改写了他往后的做法。改写之后，他的世界里多了一条路。这是回写，第45章会专门讲。

所以，一次接住，分两头看。往前看，接口让一个效力落了地；往后看，落地的东西改写了接口本身：下一次，同类的话更容易被认出来，更容易被收下。接口不是天生的，也会越用越宽。这是“1→N”的事，下一编才展开。

最后，把这一章的意思变成一个人人用得上的小动作，也不算离题。碰到一句不顺耳的话，先别急着判它的来路，只问自己三个小问题：这句话说的是什么事？这件事里有什么是我用得上的？我要不要收下一点？三问问完，收与不收，仍然由你定。问这三句，用不了十秒钟，可是它等于把门开了一条缝，把眼睁开了，把手伸出去了，然后手还握在你自己的袖子里。

日常里还有一种说法，会把整件事轻轻抹掉：运气。小林运气好，碰到了热心的群友；老刘运气不好，头三趟碰上了不耐烦的窗口。说运气，当然不算错，可它回答不了一个问题：同样碰到热心人，为什么有人能用上，有人用不上？运气说把“来”和“收”揉成了一团，既不用感谢谁，也不必改变什么。本书的说法是把它们拆开：来，是E里的事，谁也没法保证；收，是心里的事，可以一点点练。拆开之后，人对自己的下一次，就多了一点可做的事，而不必只等着碰运气。

带走的话

效力不靠条件而来，只靠接口而进；接口不是资格，是一扇可以越开越宽的门。

小账

小账一：万事互相效力是否到来，不由心定；落不落进来，取决于心里有没有一个由门、眼、手合成的接口。

小账二：翻动了“心是起点”里“来与收都记在心上”这一条旧预设，落在承重命题T3（本书的推论）：爱神，在发生学上读作互动性向外打开；并守住K4，收下这一步仍由主体性来完成。

第 37 章

日常里的0→1

这一章的问题：新的东西从哪里来？前面的章节讲了原理，这一章回到日子里看：一个孩子出生，一份工作没了，一场大病之后，一颗新的心是怎么出现的？

先交代三件事。第一，这一章有三节，写三个人，阿杰、小林、老刘，都是我构想的人物，三个场景也都是我构想的场景。第二，这一章不是方法。它不教人怎样等来转机，也不保证转机一定来。它只回答一个问题：转机来的时候，长什么样子。第三，三节里没有一节是在说“这件事是好事”。孩子出生是喜事，失业和大病不是，本书不把它们混在一起。

一、孩子出生：阿杰

阿杰三十四岁，做销售，妻子预产期前一个月，他已经把该备的都备了。育儿书读了两本，婴儿车比了三家，待产包按清单一样一样核对过。他私下里还给自己定了一个样子：做个稳当的爸爸，不慌，不吼，该抱的时候抱，该放手的时候放手。

孩子是凌晨出生的。阿杰坐在产房外面走廊的塑料椅上，手里攥着一瓶没拧开的水。护士推门出来，说：“爸爸，进来吧。”

他进去，护士把孩子放在他的手上。他事后说，那一刻有两件事他没想到。一件是，他以为自己会掉眼泪，没有；另一件是，他的两只手一下子僵住了，不知道该放在哪里，像一个被临时叫上台的人，台词全忘了。孩子六斤多重，压在他的前臂上，很轻，也很重。轻是分量，重是另一种东西，说不上来，只知道从这一刻起，这个小东西的事，有一半归他了。

三天后出院，他开车，比平常慢了一倍，过每一道减速带之前都提早很久踩刹车。他自己都觉得好笑，可是改不了。回公司的第一周，一个老客户问他：“当爸爸是什么感觉？”他想了半天，说了三个字：“没想到。”

◆ 拆解

先看三我。理念的我，早就备好了：那个稳当的爸爸，有手册，有清单。现实的我，没变，还是那个睡眠不足、背着房贷的阿杰。自我的我，他的感受，在产房里甚至是空白的，没有泪，只有两只僵住的手。

这三个我里，没有一个在孩子出生之前，已经生出了“爸爸”。理念的那个爸爸是想象出来的，想象的东西，轻，不压手。压在手上的，是孩子来了以后才有的。所以那个新的东西，那个“这个小东西的事有一半归我”，不是阿杰从自己心里掏出来的，是落在他前臂上的。

这就是本书的推论T1的日常样子：以主体为中心的东西，不能从自身生出新的自己，所以0→1必须来自主体之外。阿杰的清单可以做得再周全，也做不出一个“爸爸”。清单做出来的，是一个准备好了的阿杰。爸爸，要等孩子来。

这也是“赐”字在日常里的味道。对有信仰的读者，这个字是平常话。《诗篇》127:3说：“儿女是耶和华所赐的产业。”在他们那里，孩子是赐的，说这话不需要转弯。对没有这种信仰的读者，本书不替宗教作辩护，也不拿它来说事，只请留意一件事：阿杰的“没想到”三个字，和“赐”字指的是同一个方向。没想到，就是不在自己的计划里。

再看一个常见的说法。孩子出生之前，亲戚朋友总要问阿杰一句：“你做好当爸爸的准备了吗？”这个问题里有一个预设：准备好了，才能当好；而“准备好”，是一件在孩子到来之前就可以完成的事。这正是本书推论T2要拆的错位：把一件要慢慢长出来的事，当成了一开始就该齐备的东西。阿杰的准备是有用的，手册和清单让他在头几个晚上不至于全乱，可它们属于1→N，属于往后的长大。至于那个新的我出不出现，不取决于准备到什么程度。

旧地图在这里有一个很顺手的说法：为人父母的心是天生的，是本能。这个说法有它的强处，身体里确实有一些东西，比阿杰的清单早得多。本书不否认这一点。只是请留意阿杰的经过：他在产房里先是僵住，然后才是重；如果这颗心是一

开始就齐备地藏在那里，他的手不会不知道往哪放。本能提供了材料，这个叫“爸爸”的我，还是在孩子落到手上以后，才开始被合成。

再看三律。这一节不展开，只轻轻点一下。创造律：一个此前没有的我出现了，他叫“爸爸”。幸福律：他说不出来的那个重，既是负担，也是一种他从没有过的踏实。自由律：减速带之前的刹车，没人要求他，他自己也没想过，却不由他旧的习惯决定了。三条在这一个早晨里是缠在一起的，没法拆开先后。

回到场景

走廊里那瓶没拧开的水，在整个过程里一口没喝。阿杰后来回想，那一刻他以为自己在等一件事发生，其实是在等一件事落下来。开场时我们以为，新心是“想好了去做”；结算下来，它更像是“没想到就来了”。阿杰的清单没有白费，它们后来在一个又一个夜里派上了用场。可是那个新的人，是在僵住的两只手里开始的。

二、失业转机：小林

小林二十九岁，程序员，合租在一套老房子里，这是前面几章里出现过的人物，这一节里他遇上的事要慢一点说。

那是一个周五的下午，公司业务收缩，他所在的整个小组被撤销。通知是在一间小会议室里念的，念完一遍，人事把补偿的说明发到每个人手里。他回到工位，把东西收进一个纸箱，没有人说话。这一节我不多写这一天，因为这一天本身没有什么可写，写多了反而成了渲染。

接下来两个月，他投了几十份简历，回音很少。白天他多半待在合租房的公共厨房里，因为房间太小，坐久了闷。隔壁房的室友在街口开一家早餐店，凌晨四点出门，下午两点回来，常常在厨房里碰到他。

有一天，室友一边洗手一边叹气，说早高峰的时候，点单还是靠手写的小本，一忙就错单，还有人想用微信预约，他根本顾不过来。小林在旁边听着，随口说了一句：“我给你弄个能扫码点单的页面吧，周末弄，不收钱，反正我也闲着。”

他用了两个周末做完。早餐店挂上了一个二维码，错单少了一大半。室友把这事讲给街口另一家粉店的老板听，粉店老板来找小林，他又做了一个，这次对方硬要给钱，他收了，数目不大。后来是修脚的、卖水果的、做缝补的，一家一家地来。

三个月后，小林仍然在投简历，可是他手上多了一件事。到了年底，他进了另一家公司。不过他没有把给小店做东西这件事停下来，只是缩小了，改成周末做。到后来，他自我介绍的时候，不太说“我是被裁的”，而说“我平时给街口的小店弄点单系统”。

◆ 拆解

常见的讲法，是“失业让他发现了自己真正的热情”。这个讲法的底下，藏着一个预设：那个热情本来就在他心里，被一份大厂的工作盖住了，失业把盖子揭开了。这是“发现学”的讲法。

本书不这样看。小林在被裁之前，并没有一个“给小店做点单页的人”藏在心里。那个人是后来才有的。在发生学的读法里，它是几条线合起来的：室友的一声叹气，这是外来的；小林手里的技术，这是旧的；两个空下来的周末，这是失去留下的；“不收钱”这个念头，这是他自己的，却是在听见叹气以后才冒出来的。这些线原本各在各的地方，是在他停下来、坐在厨房里的那些日子里，才碰到一起。

所以，技术是旧的，但那个“我”是新的。新的那一部分，不是他掏出来的，是聚拢来的。

这一点，和上一章讲的接口紧紧连着。叹气，对一个忙着投简历的人来说，不过是背景声。小林听见了，是因为他的门开着；他认出了那是一个可以解开的问题，是因为他的眼在；他说出“我给你弄一个”，是因为他的手伸出去了。没有这三样，同一声叹气只是一声叹气。

发现学的一方会有一个很强的回应：你自己也承认，技术是他的，倾向是他的，那么“本来就在”这一条，怎么能说错？这个回应对了一半。在的是材料，不

是成品。同样的技术，同样的空周末，放在另一个人身上，同一声叹气可能什么也不会引出来；同样一个人，如果室友那天没有叹气，那个念头也许这辈子都不会出现。材料是他的，合成它的那一下，需要外面的东西。发现学看见了材料，漏掉了那一下。

再看自我的我。被裁后的那些夜里，小林心里最重的一句话是“我是不是没用了”。这句话到后来也没有消失，只是换了位置：第一个页面做完，室友在早高峰里用它点单，笑着说了一句“好使”，那句话就不再是夜里唯一的声音。感受不是被说服的，是被另一件真实的事挤到了旁边。

再看理念的我。失业前，小林的理念的我是“大公司里某个方向的工程师”。现在换了。新的那个，是“能把身边人的麻烦解开的人”。这个新的理念，不是他在失业之前想出来的，也不是在失业之后坐下来规划出来的。他是做完了第一个页面，看见室友笑了，才慢慢有了这个念头。先有了一个显露出来的东西（早餐店里那个二维码，这是S），后有了对自己的新说法。这个次序，第八编会再用到：先有显露，后有自我的定义。

◆ 要说清的两件事

第一，失业本身不是赐。被裁是一次损失，补偿说明里写得清清楚楚，那几个月的难处也是真的。本书不把它说成“福”，更不拿这一节去对一个正在失业的人说“这是一次机会”。本书只说，损失把原来被占满的位置空了出来，外来的东西才有地方落。

第二，不是每个失业的人都有这样一位室友。转机不是必然。小林这一节讲的是转机来了的时候，它由什么构成，不是说只要等，转机就会来。一个读者如果正在经历相似的事，不必从这一节里读出什么要求。

回到场景

开场时，小林在厨房里坐着，像是被生活放在了一边。结算下来，那些在厨房里度过的日子，恰恰是那几条线碰到一起的地方。他的新心不是一个决定，是一句“反正我也闲着”，说出口的时候，他自己都不知道那是开头。

三、一场大病之后：老刘

这一节我写得短，也写得慢。

老刘七十岁，去年冬天因为身体的毛病住了一次院，做了一台手术。手术本身，我不写；术后头几天，他躺着不能动，我也不写疼。我只写其中一件事。

老刘这辈子是顶梁柱。在厂里是，在家里是，女儿上学、成家，他都是那个“不用人管”的人。他有一句口头禅：“我就是这样。”意思是：我就是这个脾气，这个做法，别人别劝。

术后他第一次需要别人。女儿请了几天假守在床边，给他擦脸，擦手；护工每隔几小时扶他翻一次身。他起初很抗拒，把脸侧到一边，不说话。第六天，女儿给他擦完手，把毛巾拧干，他忽然说了一句：“麻烦你了。”

女儿愣了一下，手里的毛巾停在半空。这句话，她爸爸这辈子没有对她说过。

出院以后，老刘的口头禅没有消失，他还是会说“我就是这样”。不同的是，每天下午，他会下楼走路。同一层病区出来的一位病友也在小区里走，两个人并排，不怎么说话，走到长椅边上坐一会儿，再走。这是老刘术后新添的一件事，他自己没有解释过。两个人并排走，本身就是一种小小的互动：没有话，却有同行。对一个一辈子习惯自己走自己的路的人来说，身边多一个节奏相近的脚步，已经是一件新的事。

◆ 拆解

先说一个前提：病不是赐，苦难不是好东西。本书不美化苦难，第39章会专门讲这一点。这一节不是对病人和家属的劝慰，更不是一个可以拿去对病人说的道理。一个人正在病中，最不需要的就是别人告诉他“这是一件好事”。

本书只描述一件事：病怎样改变了结构。

老刘原来的心，在第32章里会有一个位置。K7说得很明白：刚硬的心，就是三我的固化；柔软的心，就是三我的更新性。老刘的“我就是这样”，是一个固化了的样子：理念的我是“顶梁柱”，现实的我是“不用人管”，自我的我是“不求人”。三个我互相扣着，一个咬住一个，扣得很紧。

病没有跟老刘讲任何道理。它做的是另一件事：把现实的我强行改了。能做的变少，要靠别人。现实的我一变，被它扣住的理念的我，“顶梁柱”，一下子失去了承重的地方。这三个扣子里，松了一个，就有了一道缝。

缝里进来的，是女儿的手，是护工的手，是邻床的人。这些手，以前他不必接，他有力气推开。现在他躺着，别无选择，只能被接。本书的推论是：被照顾，是互动性被强行打开的一道门。上一章说过，门常常是被逼开的，老刘这一节，是最厉害的一个例子。

然后才有了“麻烦你了”。这句话，是一个新的东西。它不是老刘学来的，也没有人教他，是从一双擦手的手里出来的。注意它有多小：只有四个字，不像一次觉悟，不像一个决心，更不像“我变了”。新心刚出现的时候，常常就是这么小，小到像一句话。

这里要防一个过度的读法。有人会把“麻烦你了”读成“老刘学会了感恩”，或者“老刘终于认了”。本书不这样读。它是一句话，一个小小的、以前没有的说法，仅此而已。它以后会不会长成别的什么，是第七编的事，不是这一节能说的。

至于每天下午的走路，我不下判断。它可能是一个新习惯的开始，也可能只是医生交代的。本书不拿一个人的日常去证明什么。

◆ 要说清的两件事

第一，不是每个人大病之后都会变软。有人病了一场，变得更硬，更不肯求人。本书不预测，也不拿这一节去给任何人定性。第32章讲硬与软的时候，会再说明本书的八种组合只是构想的类型，不能用来定一个人的性。

第二，本节不要被当成一个“好处论”：病给了老刘一个机会。不是。病是病，那句话是那句话，两件事发生在同一个人身上，不等于后者是前者的奖赏。

回到场景

开场时，老刘把脸侧到一边，不说话。结算下来，他得到的不是什么领悟，只是一句话和一个下午。可是对一个口头禅是“我就是这样”的人来说，这一句“麻烦你了”，已经是一个以前没有的东西。

合看：三个入口

把三节放在一起，可以看到新东西进来的三个入口。阿杰那一节，来的是一个人：孩子，一个新的生命落到他手里。小林那一节，来的是一条路：一声叹气，一个空周末，几条线合起来成了新的方向。老刘那一节，来的是一双手：别人的照顾，把一个紧紧扣着的结撬松了一道缝。

入口	来的是	刚出现时的样子	往后要练的
阿杰	一个人（孩子）	一句“没想到”	带孩子
小林	一条路（线索合拢）	一句“反正我也闲着”	听小店老板说话
老刘	一双手（被照顾）	一句“麻烦你了”	让别人搭手

三个入口很不一样，可是有三件事相同。其一，三个人都没有提前准备好。阿杰的清单，小林的简历，老刘的“我就是这样”，都不是新的东西的来处。其二，新东西都来自他们之外：孩子，室友，女儿。这就是T1。其三，新东西刚出现的

时候都很小：一句“没想到”，一句“反正我也闲着”，一句“麻烦你了”。三句话都不像决心。

这个“小”，很重要。孟子讲恻隐之心的时候，用的字是“端”，端是开头，不是齐备（第7章会讲）。新心刚发生的时候，就是这样一个端。如果把它当成一颗已经长成的心，就掉进了T2的错位；如果把它当作一个不算数的小东西，又会把真正的开头丢掉。

还可以把这三个入口，和上一章的接口放在一起看。阿杰那一节，几乎不需要接口：孩子不问你开不开门，他直接落在你手上。小林那一节，接口是关键：同一声叹气，门开着的人听得见。老刘那一节，门是被逼开的：他原本把门关得很紧，是病把它撬出了一道缝。三种入口，对接口的要求不同，这也提醒我们，不要拿一个人的接口好坏，去评判他所遇到的是哪一种入口。

这三句话之后，要长大，靠的是下一编的事：标杆和苦难，也就是1→N。阿杰要一个夜一个夜地学着抱孩子，小林要一单一单地学着听小店老板说话，老刘要一天一天地学着让别人搭手。0→1是赐，1→N是操练。这一章只讲前一半。

> 带走的话
>
> 新心进来的时候，往往只有一句话那么大，来自你自己之外，也来不及准备。

小账

小账一：日常里的0→1，有三个入口：来了一个人，来了一条路，来了一双手；新东西来时都很小，都在计划之外。

小账二：翻动了“心是起点，新心是想好了去做”这一条旧预设，落在承重命题5（K5，新心的0→1是赐）与T1（本书的推论：0→1来自主体之外）；并以T2提醒：不要把刚出现的“端”当成已经齐备的心。

第 七 编

操练：心的 1→N

编　序

这一编五章，讲新心怎样长大。

第 38 章讲标杆：一个已经显露的 S。第 39 章讲苦难，D 的阻力为什么反而推心生长。第 40 章讲两种失败：没有标杆的苦练，没有苦难的模仿。第 41 章讲学习耶稣，以耶稣为标杆的发生学读法。第 42 章回到日常里的 1→N。

这一编主要落在第六条口述：新心的 1→N 是操练，经苦难成长，以耶稣为标杆。

第 38 章

标杆：一个已经显露的S

这一章的问题：新心是赐的，赐下来以后，长大靠什么？这是随身三问里的第三问。第六编讲了心的0→1，从这一章起，进入第七编，讲1→N。第一个要讲的，是标杆。

场景：站在旁边看

这是我构想的场景。陈师傅五十五岁，开一家修车铺，三十年的手艺人，这是我构想的人物。去年秋天，他收了一个徒弟，叫小马，二十一岁，也是我构想的人物。小马中专毕业，在别处打过几个月零工，来的头一天，师傅对他说的话只有一句：“这几个礼拜，你别动手，站在旁边看。”

小马站了三个礼拜。他看师傅给一辆车换刹车片。车升上去，轮子卸下来，师傅要拧开卡钳上的螺丝。小马看出了一件事：师傅每次要拧一颗螺丝之前，都要先伸出手，用手心在旁边的金属上摸一下，然后才拿扳手。每一颗都这样，几乎不假思索。

小马不敢问。他想，大概是师傅的个人习惯。

第三个月，师傅让他上手，自己站在旁边。小马拿起扳手，要拧第一颗螺丝，他的手忽然自己伸了出去，在旁边的金属上摸了一下。他自己愣住了。师傅的眼睛从他的手上扫过，什么也没说，递过来一条抹布。

又过了几天，小马忍不住问：“师傅，您为什么每次拧之前都要摸一下？”

师傅想了想，说：“摸一下，一是看烫不烫。刚跑完的车，盘是烫的，烫着你上手，手上的活就乱。二是……”他顿了一下，“你的手得先认识这辆车。每辆车脾气不一样，手摸一下，心里有个数。”

这段话，手册上没有。

一、标杆不是理想

先把一个常见的混淆拆开。很多人说起“标杆”，想到的是一个理想的形象：最好的老师，最好的工人，最好的父亲。这个东西，其实是理念的我的一个投影，是心里想象出来的人。

想象出来的人，有一个毛病：没有来路。他怎么一步一步成为那个样子的，看不见。你看到的只有一个结果的画像，没有那一摸，没有那三十年里一次次烫着手之后留下的东西。你可以对着画像努力，可是没有地方下手。

本章说的标杆，是另一种东西：一个已经显露了的S。陈师傅就是。他站在那里，真实的人，真实的手，一个三十年里发生出来的结果。他不是想象的，他是显露出来的。S读“显露”，不读“结构”的静态义，这一点在这里最能看出分量：师傅身上显露出来的，不是一个固定的样子，是一整条路的结果，那一摸里压着无数次的D。

所以本书对标杆的定义是：一个已经在E里显露出来的S，其中带着可以被看见的D的痕迹。

二、为什么必须是显露了的S

我把理由分成四条来说。

第一，显露了的S，在E里站得住。它是可以被别人看到的，不是只在一个人心里。小马看到了师傅的那一摸，换一个人也看得到。因为可被看到，它才可以被比较，被检验，被反复地看。一个只存在于想象里的标杆，只能被想，不能被查。

第二，显露了的S，带着D的痕迹。这是最要紧的一条。1→N的长大，本质上是走一条路，一步一步，一次一次。标杆身上的S，是别人已经走完一条D之后的显露；那一摸，就是D的一个痕迹。小马看到的不是一个结果，是一个结果里压着的过程。看多了，他的手自己伸了出去，就是他自己的D，沿着师傅留下的痕迹，开始走了。

第三，标杆让1→N有方向。没有标杆的长大，是漫游：今天练这个，明天练那个，不知道练到哪里算数。有了标杆，方向就有了，不是一个口号上的方向，是

一个看得见的方向。小马不需要先弄明白“什么叫好技工”，他只要看着师傅的手。

第四，标杆是靠“看”来学的，不是靠“听”来学的。三个礼拜里，师傅几乎没有讲课。这一点很重要。如果标杆的作用只是传一套说法，那么一本书就够了。可是说法是S的影子，不是S本身。那一摸，要看到才有，说出来就是另一回事了。师傅后来说的那一段话，小马是在已经摸过之后才听懂的。听之前，他的手先懂了。

小马来这家铺子之前，在另一家快修店干过几个月。那里没有谁有空带他，老板只丢给他一句“自己看着学”，再加几个手机里的教程视频。他看了，也照着做了，可是常常做到一半卡住：视频里的人不会在他手心烫着的时候说一声“停”。他后来跟人说，在那里的几个月，他学到的多半是“怎么不被骂”，手艺没有长。这里不是说那家店不好，也不是说视频没用，只是说，没有一个站在身边、可以反复看的人，D的痕迹就留不下来。

三、看什么：学动作，还是学D

这里有一个陷阱，小马自己也掉进去过。

他刚学会摸那一下的时候，是照搬。夏天，车在铺子里停了一夜，盘早就凉透了，他还是伸手去摸，一颗一颗地摸，像走一道程序。他以为自己学到了。师傅在旁边看了一眼，没有笑他，也没有纠正他，只是把另一辆刚进来的车指给他看：“这辆刚跑完。”小马去摸，手心一缩，才知道烫是怎么回事。

这就是学动作和学D的差别。动作是S的表面，谁都可以照着做。D是产生这个动作的那条路：为什么摸，什么时候摸，摸出来的东西怎么用。小马最初学的是动作，到手心被烫了一下，才进了D。动作可以靠眼睛看会，D要靠身体做过才会。

所以，看标杆，不是看他做了什么，而是看他为什么这样做、什么时候这样做。这个区别，在后面的几章里还会反复出现：第40章会讲，只学动作的模仿，是一种失败。

顺带说一句，K5里有一句王德生的口述，说的是1→N的发展之路，“就是'学习耶稣，以耶稣为标杆'”。这句话在第41章会展开。这里只提醒一点：以人为标杆，学的是人，不是一套规矩。规矩是S的影子，人才是显露。

换一个角度，再看标杆对心做了什么。心是三界之我的合成，标杆对三个我各有一份作用。对理念的我，标杆把“我想成为的人”从一团模糊，变成一个有手有脸的具体的人：小马心里原来只有“想学门手艺”，现在有了“想有师傅那样一双手”。对现实的我，标杆给了一个可以落脚的做法：站在哪里，先摸哪里，下一步做什么。对自我的我，标杆给了一种可以比照的感受：第一次修对一辆车，心里那一点说不出的踏实，小马知道那是什么，因为他见过师傅脸上的样子。三个我，被同一个标杆牵着，往同一个方向合。这就是为什么有标杆的长大，比没有标杆的长大，更容易“合”成一颗心，而不是散成三块。

四、标杆不是完人

小马还从师傅那里学到了别的东西。

师傅有两个毛病。一个是用完的零件随手一扔，扔在工作台的角落里，积了一堆，找的时候满台翻；另一个是报价的时候爱打折，熟客一开口，他就让几十块，让得自己有时都不划算。半年以后，小马发现自己也开始随手扔零件了，对熟客也开始说“算了算了，少收点”。

这一点要正视：一个已经显露的S，是整个人显露出来的，不是挑选过的。学他的人，会把好的、坏的一并学去。这是学人的代价，也是学人的真实。

怎么办？不是换一个完人当标杆，完人不存在，存在的是一个更有分寸的学法。上一章讲的“认得出”，在这里又用上了：看到师傅的那一摸，认出它是手艺的核心；看到师傅的随手一扔，认出它是习惯。哪个是S里值得带走的，哪个只是S旁边的毛边，要靠认。这个认，靠的是一点点积累的经验，也靠一点点别人的提醒。小马后来的提醒，来自一位老客户，他有一次笑着说：“你这个小子，手艺像你师傅，扔东西也像你师傅。”小马的脸红了，第二天，他把台角的零件盒子摆正了。

师傅身上显露出来的东西，也不止在手上。手上的是技：那一摸。做法上的是行事：他修车从来先问车主这几天是怎么开的，再动手。为人上的是另一层：有一次深夜，一个送外卖的小伙子推着车来，车胎扎了钉子，师傅二话没说，补好了，摆摆手，没收钱，也没多说一个字。小马在旁边看着，也没多说一个字。三层里，最后一层，小马当时没有学，后来慢慢才学到。这一层是怎么回事，要到第八编才讲。这里只说一句：一个人身上显露的S，常常是分层的，各层学的时间不同。

所以，标杆是一个整体，学标杆是一件需要分辨的事。选标杆的时候要看他显露出来的S的整体，不要只看一个亮点；学的时候要分辨，哪一部分带走，哪一部分放下。

还有一种误用，几乎每个家庭、每个单位里都见过：把别人的标杆拿来当尺子，量到另一个人头上。“你看人家小马，二十一岁就能独立换刹车片。”“你看隔壁老张家的孩子。”这样说话的人，大多出于好意，可是标杆在这时候换了功能：它不再是一个人自己看着、自己走向的东西，变成了别人拿来丈量他不足的东西。被量的人，心里生出的不是向往，是抵触，或者是自卑，这两样都不会让一个人长大。

标杆的用处，在于被选择、被看见。是学的人自己，在看了很多人之后，认出了“我想长成那样”的那一个。别人替他指定的，很难成为他的标杆，哪怕指定的人再有道理。小马选师傅，不是因为谁说师傅好，是他自己站在旁边看了三个礼拜之后，手自己伸出去了。

五、对照旧地图：规程比师傅更可靠吗？

这一章必须面对一个最强的反驳。

反驳是这样的：靠标杆，靠师傅，太不可靠了。师傅会错，师傅有毛病，师傅的经验是个人的。真正可靠的是规程，是手册，是写下来的标准：它可以传播，可以检查，不依赖某一个人的状态。让一个二十一岁的学徒去看一个人的手，不如让他读一本好的手册。

这个反驳有道理，本书不否认。手册、规程、教科书，是前人显露的S压缩成的文字，它的好处是可以不靠面对面地传出去，传到成千上万的人手里。没有它们，手艺就只能活在一个个师傅的手里，一个师傅走了，就是一次失传。

可是压缩过的东西，需要展开。手册上写“拆卸前确认部件温度”，这句话是对的，但它假设了读它的人有一只能判断温度的手。小马读得懂这一句，却不知道怎么判断。手册里没有“摸一下”，因为写手册的人已经有了那个手，以为不需要再写。展开这一句，靠的是看见：看见一个有手的人，怎么用它。

所以，不是规程和标杆谁更可靠，而是两样东西做的事不同。规程把S压成可以传的东西，标杆把压缩的东西展开成可以学的东西。小马两样都要：晚上读手册，白天看师傅。哪一样缺了，长大都会慢。

再看看更老的地图。孔子说，见到贤人，就想着向他看齐（《论语·里仁》）〔待核〕。这句话说的就是标杆：先看到，然后才“思齐”。他没有说见到贤人的“道理”，说的是见到贤人这个人。这一点和本章的读法是合拍的。

中华民间有一句老话，叫“师傅领进门，修行在个人”。这句话把两件事说开了：领进门，是标杆的事；修行，是自己的事。放在本书的框架里读，也算合拍，标杆让一条路显露在你面前，路要自己走。老话还有一个说法叫“言传身教”，传的是话，教的是身，两样并说，但小马的经历提醒我们，身的那一半，常常比话先到。

六、“已经”二字

回到本章的标题：一个已经显露的S。“已经”这两个字，有分量。

只在心里的，不算标杆；还在说，还没有做出来的，也不算标杆。他们可以是同伴，可以是愿望，可以是别人对你的期待，但不能是你的标杆，因为你看不见他的D走完之后的样子。

反过来，“已经”并不意味着“已经结束”。陈师傅五十五岁，手艺还在变，他自己也还在学。标杆不是一尊雕像，他是一个仍在发生的人。小马站在他旁边的这一年，也在改写着他。小马有个习惯，每修一辆车，都用手机拍下车子进门和出

门时的样子。师傅起初笑他“小孩子玩意儿”，后来有一次客户为一道划痕争起来，那些照片救了铺子。从那以后，师傅自己也开始拍了。

这是一个很小的回写，第45章会专门讲回写。这里只请记下一点：标杆和学的人之间不是单行道。学的人把S的一部分带走，同时也把自己的显露放回E里，标杆也会因此变化。

还有一个问题，是留给后面的：如果标杆不在眼前，隔着两千年呢？一个已经显露的S，可以被记下来，在记载里继续被看。这是第41章的事。本章先说清楚最基本的情形：一个活人，一双手，一个站在旁边看的人。

标杆还有一个往上的链条，值得一提。陈师傅的那一摸，不是他发明的。他十七岁进铺子，跟的是一位老师傅，那一摸是这位老师傅教给他的，老师傅又是从自己的师傅那里看来的。陈师傅说不清这个动作传了几代，他只知道，他自己第一次被烫着的那一年，那位老师傅在旁边说了一句“记住这个烫”。这样看，一个标杆身上显露出来的S，里面又藏着他的标杆的S。手艺在这样的链条里传下来，每一环都是一个活的人，每一环都在E里。这个链条不是上一代对下一代的灌输，是一代一代人，各自走过一遍自己的D，又把它放回E里，让下一个人看见。

这也是新旧地图差别最清楚的地方。旧地图说，一个人的长大，靠自己发奋，靠自己立志，把心里的东西一点点推出来。本书说，长大靠的是被牵引：一个已经显露的S在前面，一个人的D沿着它走，走着走着，自己的显露也出现了。立志有用，可它不是发动机，是看见标杆之后的一种回应。

还要预先说一句，免得读者误会：标杆不替你受烫。小马手心缩回去的那一下，师傅不能代他缩。看，可以看，烫，只能自己烫。这个“烫”，就是下一章的主题：D的阻力，为什么会推着心生长。

七、为什么要在场，为什么不止一个

还有两个问题，一个是关于“在场”，一个是关于“数量”。

先说在场。今天的人有短视频，有直播，有各行各业的教程，看别人做事比任何时候都方便。这是好事，本书不贬低。可是在场这件事，有一些东西是视频给不

了的。师傅在旁边，会指着另一辆刚进来的车说“这辆刚跑完”。这一句话，是看着小马的手、在小马的动作里说出来的。师傅和小马之间有来有往，这是E里面的相互作用，小马的每一个动作都在改变师傅下一句说什么。视频里的师傅，说的是对所有人的话，不是对这一只手的话。视频是S的一个很好的记录，可是学的时候，最后还是需要有人和你一起在场。这不是说视频无用，是说视频之外，还要有人。

再说数量。标杆不必只有一个。小马的师傅是一位，铺子隔壁那家做钣金的老师傅是一位，同年进来、早半年的师兄是一位，他们各自显露的S不同，小马从每个人身上学一点。同辈也可以是标杆，只要他已经在某一件事上显露出来。学徒总想找一个“最好的”，可是长大的路上，更常见的是几个不完整的标杆，拼出一条可走的路。

回到场景

回到开场。小马站了三个礼拜，什么也没做，看上去什么也没学。可是他的手在第三个月自己伸了出去。开场时我们会以为，这是“模仿”，是“跟着做”。结算下来，更准确的说法是：他的手进入了师傅留下的D的痕迹，沿着它，开始走一条自己的路。动作是学来的，那一下被烫着的手心，是自己的。

标杆做的事，不是替你走，也不是把终点告诉你，是在你面前显露出一条路已经被走过的样子。有了这个样子，你的心才知道往哪里长。

一年以后，铺子里来了一个新的学徒，十八岁。陈师傅对他说的话，和当年对小马说的一样：“这几个礼拜，你别动手，站在旁边看。”站在新学徒旁边的，除了师傅，还有小马。他一边干活，一边留意那个孩子的手。第二个月，他看见那只手在一颗螺丝前面停了停，没有伸出去，又缩了回来。小马没说话，把一辆刚熄火的车指给他看。

随身三问的第三问，到这里有了第一个回答：长大，先靠一个已经显露的S，站在那里，被人看见。至于看见以后怎样才算真的长了，还要经过烫。

带走的话

标杆不是一个想象中的完人，是一个已经显露出来、带着走过的痕迹的人；学他，要学他为什么这样做，不只学他做了什么。

小账

小账一：1→N的第一个条件，是有一个看得见的、已经显露的S，里面带着D的痕迹。

小账二：翻动了“心靠自己的理想一路长大”这一条旧预设，落在承重命题6（K5，新心的1→N是操练，以耶稣为标杆）；本章只立标杆的一般条件，以耶稣为标杆的具体读法留待第41章。

第 39 章

苦难：D 的阻力为什么推心生长

这一章的问题：随身三问里的第三问：长大靠什么？

上一章说了标杆。标杆是一个已经显露出来的 S，它给心指了方向：往那边长。可是方向有了，心就长得动吗？王德生在口述里引圣经的话说，圣灵给你一个新心，但是这个心“要经过操练的苦难才能成长”（K5）。这句话里有一个字很扎手：苦难。它不是“经过学习”，不是“经过时间”，是“经过操练的苦难”。

这一章要回答两件事：为什么长大偏偏要经过阻力？以及，怎样讲这件事，才不至于把苦难讲成一件好东西。后一件事比前一件难。所以这一章先把话说在前面：本章不替任何人的苦难作解释，不对任何正在受苦的人说“这是你成长的机会”。它只讲一件很窄的事：如果一颗心真的长大了，它的路上通常有阻力；反过来，有阻力，不保证长大。

场景　凌晨两点四十

这是我构想的人物：阿杰，三十四岁，做销售，三个月前当了爸爸。下面是我构想的场景。

凌晨两点四十，孩子又醒了。哭声不大，但一直不停，像一台调不准的小机器。阿杰从床上弹起来，把孩子抱到肩上，在客厅里来回走。他按网上看来的办法，轻拍，低声哼，摇晃。十分钟过去了，孩子没有停。他的胳膊开始发酸，眼皮像灌了铅。明天上午九点半有一个客户会，他昨晚只睡了不到四个钟头，前天也是。

走到第二十分钟，他心里冒出一句话，很清楚，几乎是用说的：怎么偏偏是我。接着是第二句，比第一句难听：你就不能让我睡一会儿。这第二句，他知道，是对着怀里这个三个月大的孩子说的。

他被自己吓了一下。因为他在孩子出生之前，早就想好了自己要做什么样的父亲：不发火，有耐心，晚上也温柔。那个样子他在脑子里排练过很多遍。可现在站在客厅里的这个人，肩膀是绷着的，手臂用力过猛，嘴里在无声地骂。

他做了三件事。第一件，他把孩子轻轻放回婴儿床，让他躺稳，自己走到门外，在走廊里站了一分钟，大口呼气。第二件，他想起了下午岳母抱孩子的样子：不是摇，是把孩子贴在胸口，自己的肩膀往下沉，走得很慢，几乎不出声。他回到房间，学着把肩膀放下来。第三件，孩子又哭了一阵，然后一点一点，安静下来。

三点二十，他躺回床上，睡不着，因为太累反而清醒。他没有觉得自己成长了，也没有觉得这一夜有什么意义。他只觉得累，并且知道四个小时后孩子还会醒。

这就是这一章要拆的场景。它很小，也不好看，里面没有一个值得写进励志文章的瞬间。这正是选它的原因。

◆ 先说清：这里的“苦难”是什么

日常说的苦难，范围很大：病痛、失去、穷困、委屈、熬夜、被人为难。本书不讲这些东西的总和，只取其中的一个切面，用 SDE 的话说，叫 **D 的阻力**。

先回忆一下。D 是差异序列，是一步一步做出来的东西，行善结缘的“行”就是 D。你要做一件事，手里有一套做法，面对的是一个世界。做法和世界对得上，事情就顺着走；对不上，事情就顶回来。顶回来的这一下，就是阻力。阿杰那晚的阻力很具体：他的做法是“摇、拍、哼”，孩子的反应是“不停”，两者对不上。

阻力和单纯的难受，是两回事。肚子疼是难受，它不要求你改变做法；孩子哭个不停是阻力，它逼你把做法改一改。阻力里有一个“对面”，对面是一个不听你指挥的东西，可以是孩子，可以是一台修不好的机器，可以是一个听不进话的人，可以是你自己的身体。有对面，才有阻力。

所以，本章说的“苦难”，窄一点说，是**做事的人在 D 里被对面顶回来，又没有办法绕开**。这个说法比日常的“苦难”小得多，但它是心能不能长大的关键一

环。至于更大的苦难，比如重病、丧亲，它们有它们的重量，本章不拿来做例子，也不拿来讲道理。

◆ 阻力碰到的是三个我

为什么阻力会推着心长？要回到前面几章讲过的合成。

心是三界之我的合成：理念的我，现实的我，自我的我（K4）。平常日子里，这三个我并不怎么打架。理念的我说“我想做个温柔的人”，现实的我正好处在一个没什么压力的下午，自我的我里存着一些关于温柔的好记忆，三者各安其位，合成出来的心就是“我是个温柔的人”。这个合成是真的，但它是在顺风的时候合出来的，没有被试过。

阿杰在孩子出生前的心，就是这样合出来的。

凌晨两点四十，阻力来了，三个我被推到了同一个地方。理念的我还在，它说：你应该温柔。现实的我也在，它说：胳膊酸，困，明天有会。自我的我从更深的地方冒出来，它存着的是阿杰自己小时候的夜晚：他记得父亲半夜被吵醒时的脸色，记得门被重重带上的声音。那个记忆在平常不出声，这时候出声了。他那句难听的话，不全是现在的疲倦说的，里面有一点来历。

这就是阻力的作用：它让三个我没法再各过各的，必须在同一个动作里见面。阿杰此刻必须决定下一个动作是什么：是顺着胳膊的酸和心里的火往下走，还是换一种做法？他选哪一个，就是三个我在这一刻重新合了一次。

这个重新合成，就是长。

我们平时说“人磨练了一下，变了”，其中最实在的东西就是这一次：旧的合成被阻力顶破了，新的合成出来。如果阻力没有来，旧的合成就一直是旧的合成，不会被试，也不会被改。所以本书的推论是：心的 1→N，需要 D 的阻力作为它的力，没有阻力，长不动。

◆ 阻力把心里的次要声音推到前面

还有一层，值得单独说。

第 5 章讲过，心以主体性为中心，主体性是心的出厂样子，它总觉得自己是发动者。客体性和互动性是心里的次要声音，平时被压在后面。顺风的日子里，主体性可以一直在前面说话：我想怎样，我就怎样，事情大致也跟着走。

阻力的一个特别之处，是它把对面推到了你眼前。孩子哭不停，不管阿杰怎么想、怎么盼、怎么相信自己是个好父亲，孩子是孩子，他的哭有他自己的来路，不听阿杰的。对面一旦这样硬邦邦地立在那里，心里那个平时说话很轻的声音，也就是互动性，就被迫抬高了：他到底要什么？他为什么不停？我做的这个动作，他收到的是什么？这些问题在阿杰的脑子里不是以文字出现的，是以身体的方式出现的：他的手开始感觉孩子背上的紧张，他的耳朵开始分辨哭声的变化。

也就是说，苦难（在这里的窄义上）有一个不容易看见的功用：它迫使主体中心的心，向外开一道缝。本书不说这条缝开了以后心就不再以主体为中心，不是那样，主体中心是心的出厂样子，这一点不会变。只是在阻力面前，互动性从背景里往前挪了一步。第 36 章会讲，万事互相效力落进来，靠的就是这样的接口：心向外打开了，才接得住。苦难常常是打开这道缝的最粗暴的办法，也往往是人最不愿意选的办法。

◆ 为什么是“操练”，不是“经历”

王德生转述的圣经说的是“操练的苦难”。操练两个字，不能随手滑过去。

经历是一次的事，操练是反复的事。阿杰那一夜的收获，如果只是那一夜，很快就会散掉：下一回孩子哭，他的手臂还是会绷紧，那句难听的话还是会冒出来。真正把那个动作变成他自己的，是之后的许多个夜晚。一次，两次，十次，二十次，每一次的阻力都比上一次小一点，因为做法越来越对得上对面；每一次的回写，也都在把“肩膀放下来”这件事往三个我的更深处推一点。

这里藏着 1→N 的一个基本性质：它是慢的，是靠重复才结实的。0→1 可以是一瞬间的事，“赐”来的东西可以突然就在那里；而 1→N 没有捷径，每一次重复都有阻力，每一次阻力都是一次小小的重合。所以“操练”的苦，不是一次大的苦，是小的、反复的、几乎不被人看见的苦。真正推着心长大的，往往不是人生里那些大事件，而是大事件之间无数个没有人鼓掌的凌晨。

这也就解释了，为什么说苦难不能提前宣布意义。小阻力的积累，当事人在里面的时候，几乎不知道自己在长。长大是回头看才看得见的事。《希伯来书》说“后来”，大概也是这个意思。

◆ 阻力给了什么

阻力不会给你道理。阿杰那一夜，没有人跟他讲“耐心是什么”，孩子也没有。阻力给的是三样很具体的东西。

第一，给信息。孩子哭不停，这件事在告诉阿杰：你的做法跟对面对不上。不管他愿不愿意听，这是他在那个时刻能得到的最准确的消息。在顺风的日子里，世界不会这样直接地回话；人往往要到被顶回来，才知道对面是什么样的。

第二，逼人去看标杆。阿杰想起了岳母。如果那一晚摇、拍、哼有效，他不会去想岳母怎么抱孩子；这件事他下午是看见了的，但当时看见和没看见差不多，因为它还不“疼”。直到自己的办法走不通，那个已经显露过的 S，才从背景里站出来，变成他此刻真正需要的东西。上一章说标杆必须是显露了的 S，这一章补一句：标杆在阻力面前才显得有用。没有阻力，标杆只是风景。

第三，让新的做法有机会写回去。阿杰把肩膀放下来，孩子安静了。这个小小的结果，是一次回写：S 经 D 回写到 E。回写到什么地方？回写到三个我里。现实的我里多了一样东西：我知道怎么让这个孩子安静了；理念的我里那个“温柔的父亲”，不再只是一张图，有了一点实际的内容；自我的我里，“夜里被吵醒就是发火”的那条旧记忆，旁边多了一条“也可以不这样”。三个我都动了一点点。动得很少，但是是实的。

三样东西合起来，才叫阻力推着心长。缺了任何一样，阻力就只是阻力。

◆ 苦难不自动长出好心

说到这里，最容易滑出去的一步，就是“所以苦难是好的”。这一步不能走。本书要明确停在这里。

阻力可以推心生长，但只在一定的条件下才行。至少有三种情形，阻力什么也长不出来。

一是阻力太小。事事顺风，三个我从来没被推到一起，心停在原来的合成里，用王德生的话说，是容易“固化”的（K7）。刚硬的心就是三我的固化。这样的人常常不是受了苦，而是没有受过什么顶撞，一辈子顺着自己的做法走。口头禅是“我就是这样”的人，不一定吃过多少苦，有时候只是没有被对面顶回来过。

二是阻力太大。这一点必须说得很直白：苦难如果压得人透不过气，人做的是自保，不是生长。一个连续几个月睡不上整觉、没人搭把手的新手父母，不会因此变得更温柔，更常见的是变得更疲、更窄、更容易发火。这不是品质问题，是人有限度。阻力超过限度，三个我没法见面，只能各自缩回去。那时候的苦难，只有损失，没有“推心生长”这回事，也不该被人说成有。

三是阻力来了，却没有地方回写。阻力有，标杆没有，对面没有人回应，做法改了也没人看见，也没有什么东西能把新的做法写回去。这样的苦难，人是一个人撑，撑完了，下一次还是原来的样子。它不是没有痛，是痛过了没有留下东西。

把这三种情形摆出来，是为了说清楚一个很简单的逻辑关系：**长大的心，路上常有阻力；有阻力，不一定长大**。前一句是本章的承重，后一句是本章的刹车。两句话必须一起说。

◆ 三条不说

既然要不美化苦难，就把不说的话摆明白。

第一，不说苦难本身是好东西。阻力在 SDE 里是 D 的一种性质，不是 S 的一种价值。一个阻力，可以推出一颗更软的心，也可以推出一颗更硬的心，也可以什么都没有推出来。苦难没有“善”这个属性。

第二，不说应该去找苦吃。这一点很重要，因为“苦难让人成长”一旦被当成一条原理，下一步往往就是人为制造苦难：给孩子加码，给下属施压，给自己立苦行。而本书的立场是反过来的：阻力是做事时自己迎上来的，不是刻意去造的。阿杰没有去找那个凌晨两点四十，孩子替他把它送来了。我们能做的，是在它来的时候别白白错过，不是去订购它。

第三，不对正在受苦的人说“这是你成长的机会”。这一条放在最后，因为它最容易在好意里发生。回写是事后的。一件事对一个人意味着什么，要等到它写回三个我、成了心的一部分，才算数；也就是说，要由当事人在“后来”里自己去认。外人在“当时”替他说，是把一个还没有发生的回写，提前宣布成了结果。这样的话，对受苦的人只有一个效果：他不仅要受苦，还要去证明自己没有浪费这份苦。

这三条不说，其实有一个共同的根子。把苦难说成好东西，把它当作一条先验的规则，是在拿一个 1→N 才可能得到的结果，当作它开始之前就成立的前提。本书推论：这和第 44 章要讲的“发心论的错位”是同一个错误的两张脸。发心论把 1→N 慢慢长出的善，当作 0→1 时已经齐备；苦难美化论把事后才可能认出的意义，当作苦难发生时已经齐备。两个都是把“后来”挪到了“当时”。

◆ 对照旧地图：圣经和孟子自己怎么说

K5 里的“操练的苦难”，不是王德生凭空加的，圣经里有它自己的说法。按它自己的说法来看，有两处值得放在这里。

一处是《罗马书》5:3-4：「不但如此，就是在患难中也是欢欢喜喜的；因为知道患难生忍耐，忍耐生老练，老练生盼望。」这段话的次序是：患难，忍耐，老练，盼望。注意它说的“欢喜”，理由写得很明白，是“因为知道”，不是因为患

难本身令人愉快。患难还是患难，欢喜来自对它后面那一串东西的认识。这是经文自己的说法，本书只照着讲，不作评价。

另一处是《希伯来书》12:11：「凡管教的事，当时不觉得快乐，反觉得愁苦；后来却为那经练过的人结出平安的果子，就是义。」这句话把本章前面所说的“当时”和“后来”几乎直接写在了字面上：当时愁苦，后来结果子。而且它说得很老实，没有一个字说当时不苦。“经练过的人”这个说法，正好是K5里“操练”的出处所在。

中华一边，孟子有一段为人熟知的话，《孟子·告子下》说：天将降大任于一个人，必先苦他的心志，劳他的筋骨，饿他的体肤；后面又说“所以动心忍性，曾益其所不能”〔待核：凭记忆，字面未核〕。这里值得留意的是“行拂乱其所为”一句，意思是做事处处被拦住、被搅乱。这句话字面上就是“行”碰到了阻力。孟子把它看作“动心忍性”的条件，心被动了，性被忍住，原来做不到的事就能做了。这和本章的路径是相通的。

不过孟子这段话有它的强处，也有一处与本书不同，应当写明白。强处是他看得很重：磨难与担当是连在一起的，一个人要担起大事，不会是从顺风里出来的。不同处是，这段话说的是“天将降大任于是人”，讲的是被选中的人；而本书讲的是每一颗心，每个人只要做事，就会碰到某种形状的阻力。孟子的辩护也许会说，他讲的本来就是极端情形，以显出道理；本书并不反对，只是想把同一条道理放回日常的小尺度里看。

回到场景

三个星期以后，阿杰的凌晨还是凌晨。孩子还是会醒，他还是会累。他没有变成圣人。有时候他还是会在心里冒出那句“怎么偏偏是我”，有一次，他还在门外站了不止一分钟。

但有几样东西，跟三个星期前不一样了。

他有了一套自己的办法：孩子哭得不对劲，他先把孩子放稳，自己站到门外，让肩膀松下来，再回去。这套办法不是书上学来的，是那个凌晨两点四十的阻力，加上下午岳母抱孩子的样子，两样东西撞在一起，写回他自己里面的。他还发现了一件事：在他心里冒出那句难听的话的一刹那，他已经不全是被它推着走了，中间多了一点点空隙，可以让他把话停在心里，不说出口，不做出来。

第二个变化更不容易察觉。过去他以为“温柔的父亲”是一个性格，一个要么有、要么没有的东西。现在他知道，它更像一个动作：肩膀放低，走慢，不出声。这个动作他会做了。理念的我里那张图，因为这个动作，第一次有了可以落脚的地方。

这些新东西，是开场时没有的。他没有从苦难里领悟到什么人生大道理。他只是被阻力逼着，把“想成为的人”和“此刻做得出的事”，在同一个动作里重新合了一次，而这一次，合上了一点点。

还有一点，常常被忽略：这个新的合成，最先被接住的地方，是孩子的反应。孩子安静了。孩子是 E 里的一个活的部分，他的安静，是 E 对阿杰新做法的回应。回应回来，新的合成才站稳。如果这一夜孩子的反应不是安静，而是仍旧哭，阿杰得到的就是另一份信息，要再改。心长大的过程里，从来都有一个对面在回话，这是阻力的另一层意思：对面不是只会顶你，对面也是唯一会告诉你“这回对了”的人。

> **带走的话**
>
> 阻力不会教你道理，它只是把三个我推到一起，逼你重新合一次；合上了，才叫长，合不上，就只是苦，而这个苦没有谁有资格替你说它值不值。

小账

小账一：本章结算的新理解——苦难不是心长大的原因，D 的阻力是心长大的力，而这份力要遇到标杆、遇到对面的回应、遇到回写，才变成生长；缺了其一，只是损耗。

小账二：本章翻动的旧预设是“心靠自身的意愿就能长成想要的样子”（旧地图里“心是起点”的 1→N 版本）；落在承重命题第 6 条（新心的 1→N 是操练，经苦难成长），并以“不说好话”的方式守住了 K5 的分寸。

第 40 章

两种失败：没有标杆的苦练，没有苦难的模仿

这一章的问题：随身三问的第三问，还是它：长大靠什么？

前两章各答了一半。第 38 章说，要有标杆，一个已经显露的 S 给方向；第 39 章说，要有阻力，D 里被顶回来的那一下给力。这一章问一个反过来的问题：只有一半，会怎样？

王德生口述的那句话，把两半放在一起：圣灵赐你新心，这个心要经过操练的苦难才成长，走 1→N 的发展之路，就是“学习耶稣，以耶稣为标杆”（K5）。一边是“标杆”，一边是“操练的苦难”。这一章看的就是：丢了其中一边，日子里会出现什么样子。

场景　同一个人的两件事

这是我构想的人物：小敏，二十六岁，护士，新入职半年，爱学新东西。下面是我构想的两件事，发生在她身上，隔了几个月。

第一件。她手机里有一个背单词的软件，打卡记录写着“连续学习 2900 多天”，快十年了，从高中一路背到现在。词汇量是真的，随便抽一个医学英语的词，她多半认得。那天夜班，急诊送来一位外国游客，捂着肚子，用英语说着什么。她站在床边，每一个词好像都认得，脑子里一遍遍翻词表，嘴却像被缝住了。最后是一位年长的同事过来，用几句不太标准的英语，把事情问清楚了。小敏站在旁边，脸一直红到耳朵。

第二件。这是更早的几个月。她刷到一个博主，叫“凌晨五点的人生”，一天从五点起床开始：一杯温水，十分钟写日记，三十分钟跑步，拍照发出去。画面干净，光线很好。小敏看了三个晚上，决定照做。第一天，五点的闹钟响了，她爬起来，喝了水，写了三行，跑了十分钟，拍了照，发出去，收到十几个赞。第二天也

做了。第三天是夜班后的白天，她倒在床上，闹钟响了又响。第四天她把闹钟关了。照片在相册里，她后来翻到，觉得陌生。

这两件事，看上去一件是“太勤”，一件是“太懒”，其实是同一个缺口的两面。

◆ 先把两样东西摆在一起

先回到前两章已经说过的东西，一句话一件，不重复。

标杆，是一个已经显露了的 S。它不是一条道理，是一个做出来的样子，让心看得见“那边有一个人，已经长成了那样”。

阻力，是 D 里被顶回来的那一下。它不是一件可以买到的东西，是自己做事时撞上的。

1→N，是心从已有的东西往大里长。它要这两样东西在同一个人身上碰在一起：标杆给方向，阻力给力；然后新的做法要写回去，写回三个我里，成为这个人自己的一部分（回写）。

这三样可以用一个很普通的例子放在一起看：学骑自行车。你得见过别人骑，知道车是可以稳稳往前走的，这是标杆；你得自己上去摔几回，膝盖磕破，这是阻力；摔了几回以后，手和腰忽然知道怎么配合了，这是回写。看过没摔，只会说“我知道怎么骑”；摔了没看过，可能摔很多年，也找不到平衡是什么意思。

◆ 第一种失败：没有标杆的苦练

先看小敏的单词。

先说一句公道话：十年背单词，是真功夫。每天不断，这件事需要意志，需要日复一日的小阻力，今天不想背也背了。本书不嘲笑这个，也不认为这十年白费，那些词是真的在她脑子里。

问题在于：她这十年的 D，朝向的是哪一个 S？

词表上的词，只是 S 的碎片。一个词，本身不是一个人“开口说话”这个整体的显露。她背的是零件，从来没有看着一个人，从笨拙到流利，一路开口的整个过程。学校里教她的老师，教的也是词表和语法；她身边没有一个活的人，可以让她看见：原来一个人在不完整、不标准的时候，也可以把话说出口，还被对面的人听懂。

换句话说，她缺的不是力，是那个“整体的样子”。没有这个样子，她的苦练，朝着一个很模糊的方向用力，只能把力用在最容易量的东西上：词的数量。

再往下一层看。她的阻力来自哪里？来自词本身：这个词难记，那个词易混。这是一种很安全的阻力，它只来自自己和词表之间，对面没有人。第 6 章讲过心里的互动性，这里的苦练恰好把互动性整个关在门外：她背得再用力，没有一个人听见她，没有一个人对她的错误作出反应，没有一次她的话写回到别人那里、又被别人改过来。所以十年的阻力，大部分是她自己对自己的，几乎没有“对面”。

三个我也各有各的难处。理念的我，要“说得标准”，这个标准很高；现实的我，一开口就会出错，因为谁学语言都会出错；自我的我里，大概存着课堂上发音被纠正、同学笑了一下的记忆。三个我从来没有被放在同一个真实的开口里碰过，所以在那个夜班，一碰就是全部三个一起顶出来，把她的嘴封住了。这不是她不努力，是这十年的练法，从来没有让这三个我在安全的小场合里，一点一点碰。

这里要给苦练派留出他们最强的辩护。他们会说：熟能生巧，量变到质变；《荀子·劝学》说“锲而不舍，金石可镂”〔待核〕，只要不停，石头也能刻出字来。还有人是靠自己苦学出来的，没有老师，没有榜样。

这个辩护本书同意一大半。苦练是 1→N 的力，这一点前面说得够多了。不同意的只是一小半：荀子自己并没有把“锲而不舍”当成全部。《劝学》里还有一句，说学习最便利的办法，是靠近那个人，“学莫便乎近其人”〔待核〕。同一篇文章里，既讲“不舍”，又讲“近其人”，苦练和标杆是写在一起的。至于那些“靠自己苦学出来”的人，细看起来，往往他们的标杆是在书里、在录音里、在

某一个看得很久的人身上，只是他们没把这件事当作“有老师”。标杆是不是有一个活人在场，是程度的问题；但有没有一个“整体的样子”，是有无的问题。

◆ 第二种失败：没有苦难的模仿

再看小敏的五点钟。

要先说清楚：本书不评价那个博主。她的五点钟，可能是真的，也可能是另有来路的；她可能有十年的日子才走到今天的样子；也可能有一份别人没有的生活安排。这些，一张照片告诉不了我们。这是我构想的场景，我们能讨论的，只是小敏看到的是什么，又取走了什么。

小敏看到的，是 S：一个干净、清晨、光线很好的画面。取走的，也是这个画面。可是这个画面是一个结果，是一个人走了很久之后留下的显露。画面后面的 D，是怎样一步一步走到五点起床的，中间多少次起不来、多少次放弃、怎样调整作息、怎样跟家人商量、怎样在失败的第七次改了方法，这些，一张照片里没有。

模仿只取 S，不取 D。取回来的东西，就像一个别人写好答案的本子，你抄上去，字是对的，可你的手没有走过那条路。

小敏的第一个阻力，几乎立刻就来了：她的班表是夜班和白班交替，五点起床和她的身体并不对得上。这是一个很具体的、很有用的阻力，它在告诉她：这个做法，跟你的生活对不上。可是她怎么处理这个阻力？她把它当成了“自己不行”。第四天关掉闹钟，并不是她懒，是她手里没有一个办法，把这个阻力变成信息。

这就碰到了一个比较隐蔽的现象：**换标杆**。许多人在模仿失败后，下一步不是回头看那个阻力，而是换一个博主。这个博主的不对，下一个的也许对。每一次换，都等于把阻力绕过去，重新拿一个新的 S，重新从没有阻力的第一天开始。第一天永远是最顺的，因为阻力还没来。一直换标杆的人，其实一直待在每一个标杆的第一天，永远走不到第四天。

还有一层，是“回写”落空。小敏发出去的照片，收到了十几个赞。这是 E 的一个回应，但它回应的是那张照片，是 S 的表面，不是小敏的三个我有没有因此改

变。点赞回来得很快，几乎没有阻力，这使得“做”和“得到回应”之间，缩成了几秒钟。真正的回写，是新做法经过很多次阻力，慢慢写进现实的我和自我的我；而打卡，是新做法的外形一发出去，就得到了回应，回写被一个更轻的回应替代了。这不是说点赞不好，是说它不能代替那件慢事。

模仿派也有他们最强的辩护。孔子说“见贤思齐焉”（《论语·里仁》）〔待核〕，看见好的人，想着和他一样。小孩子学说话、学走路，也全靠模仿；西方也有古老的看法，把人看作最善于模仿的动物，说人从小就靠模仿学东西〔待核：亚里士多德《诗学》第四章的转述〕。

这个辩护也要同意一大半。模仿不是错，模仿是学习的大门。可小孩子的模仿，跟小敏的五点钟，有一个不同：小孩子模仿的时候，是一遍一遍地摔。他不是在复制一张照片，他是把一个动作拉进自己的身体，每一次失败他都当真。孔子那一句，下面还有半句，“见不贤而内自省也”〔待核〕，看见别人，随即要回头看自己，也是一个“回写”的动作。失败的不是模仿，是只取 S 之外形、碰到第一个阻力就撤离的模仿。

◆ 两种失败，是同一个缺口

把两件事并排放着看。

小敏背单词，D 很多，有苦，但没有一个整体的 S 去接，苦的方向是散的，对面没有人。小敏打卡，S 很清楚，但没有 D 的真正进入，阻力一来就撤，回写落空。

一个是有“操练的苦难”而没有“标杆”，一个是有“标杆”而没有“操练的苦难”。K5 那一句话里的两半，各丢了一半。

所以这两种失败，不是“勤”与“懒”的区分。第一个小敏，是个勤的人；第二个小敏，也不是懒，她五点起了床，并且每一次她的动机都是真的想变好。两次失败都不是品质的问题，是**结构缺了一块**。这一点很重要，因为人在失败后最容易

做的，是责怪自己的品质：我没有毅力、我太懒、我不是这块料。可从这一章的角度看，更有用的问法是：我手里是缺了方向，还是缺了力，还是缺了回写？

◆ 这两种失败，在别处也长这个样子

为了看清它们不是小敏一个人的事，不妨在日子里再找两个不用起名字的样子，各一笔。

一个是练字。有人买了字帖，每天写一页，写了十年，字帖一本接一本，字还是呆的，横是横，竖是竖，凑在一起不像样。他的苦练很扎实，缺的是一个写字的人在他面前提笔：起笔怎么压，收笔怎么走，中间那口气怎么接。字帖上是写好了的字，也就是结果；一个人怎么把它写出来的，字帖上没有。没有那个过程可看，十年的重复，只是把原来的毛病重复得更熟。

另一个是办健身卡。有人看了一段视频，里面的人线条漂亮，说“只要三个月”。他办了卡，去了三次，第四次腿酸得下不了楼梯，之后卡就搁着了。他取走的是视频里的身材，S；视频里那三个月的酸、痛、不想去，是 D，镜头把它们剪掉了。他碰到了阻力，却没有人告诉他，这种酸是什么酸，该撑多久，什么时候该歇，没有一个标杆是在他身边示范“怎么撑”的。他手里的标杆是一张剪过的图，不是一个人的过程。

这两个样子，一个是 D 没有 S 接，一个是 S 没有 D 进，和小敏的两件事是同一个结构。写出来，不是要笑他们，是要说明：这个结构极常见，几乎每个人在某一件事上都站过其中一边。

◆ 两边互相看不上，其实各缺一块

有一个现象，也值得说一说：这两种人常常互相看不上。

苦练的人看打卡的人，觉得他们浮、没有恒心、拍给别人看；打卡的人看苦练的人，觉得他们笨、方法不对、白白吃苦。两边说的都有一半是真的。苦练的人看

到了：模仿若不进入阻力，确实是浮的。打卡的人看到了：苦练若没有方向，确实是笨的。可是两边都只看见对方缺的那一块，没有看见自己缺的那一块。

这也是 K5 那一句话的好处：它不是“二选一”，而是把两半写在一个句子里。它不说要么学榜样，要么受苦，而是说，这个心要经过操练的苦难才能成长，而成长的路就是以标杆为标杆。圣经里这两样东西是连着说的，不是各占一方。本书把这个连着的结构，翻译成了发生学的话：标杆，是显露了的 S；操练的苦难，是 D 的阻力；两者碰上，才有回写。

◆ 模仿怎样才不落空

既然说模仿是学习的大门，就该说说它怎样才不会落空。这里不立规矩，只说从上面的拆解里自然带出来的三点。

一是取样子的时候，把过程一起取。看一个人的结果，同时问：他第一次是怎么做的？中间改过几回？不是为了追问隐私，是为了让手里的标杆从一张图变成一段路。能看到过程的标杆，比只能看到结果的标杆，可用得多。

二是把头几天的阻力，当作使用说明书。照着做，一碰就疼的地方，正是你的生活、身体、处境与这个做法对不上的地方。那里需要的是改，把做法削成合你的尺寸，不是撤。小敏后来留下的那十分钟，就是削出来的。

三是让回应来自一个肯说实话的对面。点赞也是回应，但它回应的是外形；要找一个肯指出“这里不对”的人，哪怕只有一个。回写需要这样的对面，没有他，新做法就停在外形上，写不进里面。

这三点，没有一点要求人变得更有毅力。它们说的都是办法，是对“结构缺了一块”的补法。

◆ 失败本身，也是一次阻力

最后一点，是留给读者的一点宽心，也是这一章不想漏掉的一个反转。

小敏那个夜班，脸红到耳朵，是一次很难受的经历。可是从第 39 章的角度看，它也是一次阻力，是十年来第一次，她的单词、她的嘴、她的面子、她对面的一个真人，被放在了同一个地方。那一晚给了她最准确的一条信息：你缺的不是词，是开口。如果没有那一晚，她还会继续背下去，背到第三千天、第四千天，什么也不会变。

第二件事也一样。五点钟的失败，给了她一条同样准确的信息：这个做法和你的班表对不上。把这条信息接住，才有了后来楼下那十分钟。

所以失败不是终点，也不是证据。它可以成为 1→N 里一次很实在的阻力。只是前提和第 39 章一样：它要被接住，要有人或有办法，把它变成信息，而不是变成“我不行”。接得住，失败就成了路的一部分；接不住，它就只是又一次失败。

◆ 三个问题，不是诊断

这一节给读者留三个问题。需要说明：它们是用来问自己做事的办法的，不是用来给任何人定性的，本书不作诊断。

第一个问题：我现在做的这件事，对面有没有一个真人，是我看见他从笨拙走到熟练的？不一定是名人，可以是同事、邻居、一个看得见过程的人。如果没有，可能缺的是标杆。

第二个问题：这一周我遇到的最大一次阻力，我是把它当成了“信息”，还是当成了“该换路的信号”？如果每次阻力一来我就换，可能缺的是进入。

第三个问题：我做的东西，有没有真的回到别人那里，被别人改过？有没有一个具体的对面，对我说过“这里不对”，而我听进去了？如果没有，可能缺的是回写。

三个问题问完，不是要得出“我是哪一种人”，只是要看清楚，手里这套办法，缺哪一块。

回到场景

后来，小敏做了两件小事，都不大。

一件是关于单词。她没有放弃背，但她开始留意身边那位年长的同事。她发现，那位同事的英语并不流利，有口音，语法也不总是对，可她敢开口，错了就笑，对面的人也不介意。小敏第一次真正看见“一个不完整的人，在开口”这件事。这是她十年里缺的那个整体的样子。她向同事学了五句话，是夜班里最常用的那五句。第二周她用上了其中一句，说错了一个词，对面的外国患者笑着给她纠正了。那一刻的红脸，和急诊那晚的红脸，完全是两种东西：这一次，三个我在一个真实的开口里碰了面，碰得不重，可是是真的。

另一件是关于五点钟。她没有再找新的博主。她只留下了其中一件事：夜班前十分钟，在医院楼下走一圈。这件事跟她的班表对得上，阻力小，但是是真的阻力，有时候下雨，有时候不想走。她没有拍照。过了两个月，这十分钟还在。

两件事，都不是什么了不起的变化。但对小敏来说，开场时没有的新理解是这个：她两次的失败，不是自己太勤或太懒，也不是自己不是这块料，只是手里的办法缺了一块。缺的那一块补上一点，路就又能走一点。

> 带走的话
>
> 只有苦练，没有样子可看，力往哪里用都不知道；只有样子，没有阻力可进，看得越多越是别人的；两样都有，再加一个肯回话的对面，心才长得动。

小账

小账一：本章结算的新理解——1→N 靠两样东西在同一个人身上碰上：标杆给方向，阻力给力；缺一的失败不是勤懒之分，是结构缺了一块，补上一块就能走。

小账二：本章翻动的旧预设是“长大只是个人的意志问题”（不成就是不够努力，或不够会学）；落在承重命题第 6 条（新心的 1→N 是操练，经苦难成长，以耶稣为标杆）的“缺一不可”上，并为第 41 章的标杆做铺垫。

第 41 章

学习耶稣：以耶稣为标杆的发生学读法

这一章的问题：随身三问的第三问，这一章走到它最具体的地方：长大靠什么？标杆。而在圣经的讲法里，这个标杆有名有姓。

王德生口述 K5 的后半，说的是：新心经过操练的苦难成长，走 1→N 的发展之路，“就是学习耶稣，以耶稣为标杆”。前面第 38 章讲过，标杆必须是显露了的 S；第 39、40 章讲了阻力。这一章要问一个很实际的问题：以一个人为标杆，到底怎么“学”？是背他的话，守他的规矩，还是别的什么？

◆ 先说清口径和界限

这一章涉及一个宗教的核心人物，所以先把话说在前面。

本书按这个信仰自身的说法来讲，不替它作辩护，也不贬低它。对基督徒来说，耶稣不止是一个榜样，在他们的信仰里，他还有更多的位分，这些位分不是本书能够，也不应当由本书来评论的。本章只取一个角度：K5 里“标杆”这个词。这个词与经文自己的一个用词是对得上的，下面会看到，约翰福音 13 章里，耶稣自己对门徒说“我给你们做了榜样”。本章读的，就是这一个榜样，和这一个榜样是怎样被学的。

引文用和合本，注明章节。其余是本书的读法，凡是读法，都说“本书的读法”，不说成经文本身的意思。读法可以错，经文不在此列。

场景　社区里的新义工

这是我构想的人物：周阿姨，六十二岁，退休小学教师，住老小区三楼，爱帮邻居。下面是我构想的场景。

社区组织了一支探访独居老人的义工队，周阿姨报了名。培训那天，发了一本小册子，上面有十几条要求：每周探访不少于两次；不收礼物；不与老人争论；不打听家事；遇到紧急情况打哪个电话。她当了一辈子老师，对规矩很敬畏，把册子从头到尾划了线。

第一次上门，她去的是一位八十多岁的独居老先生。她带着册子里的每一条进了门，一条也没有违反。她坐得端正，问了老人吃饭、吃药、睡觉的情况，顺口提醒他药盒该怎么摆。老先生一句一句答着，答得很客气，也很短。二十分钟后，谈话停了。她出门的时候，觉得自己什么都做到了，又觉得什么也没做成。

两周后，她跟着队里一位做了七八年的老义工去了同一家。那位老义工没有带册子，也没有提药盒。进门，她先看见老先生阳台上有一只停了的旧闹钟，就问：这钟是不是还能修？老先生一下子来了劲，翻出一把小螺丝刀，在桌上摊开，说了整整一个小时。老义工没有教他什么，只是坐在一张小矮凳上，听，偶尔递一下螺丝。临走时，老先生送到楼梯口。

周阿姨坐在旁边，没有插话，一直在想：我哪一条没做到？想了一路，没有找到。条条都做到了，所以问题不在条条上。

◆ 这一幕经文自己说了什么

约翰福音 13 章里有一个场景。先把它按经文自己的次序讲一遍，因为这一章的所有读法都要回到它。

故事发生在逾越节前。经文开头说（13:1）：「逾越节以前，耶稣知道自己离世归父的时候到了。他既然爱世间属自己的人，就爱他们到底。」接着是吃晚饭，经文提到一件事：魔鬼已将卖耶稣的意思放在加略人犹大心里（13:2）。

然后是这一段（13:3-5）：「耶稣知道父已将万有交在他手里，且知道自己是从神出来的，又要归到神那里去，就离席站起来，脱了衣服，拿一条手巾束腰，随后把水倒在盆里，就洗门徒的脚，并用自己所束的手巾擦干。」

轮到西门彼得，彼得拒绝了。对话（13:6-8）：彼得说，主啊，你洗我的脚吗？耶稣回答：「我所做的，你如今不知道，后来必明白。」彼得说：「你永不可洗我的脚！」耶稣说：「我若不洗你，你就与我无分了。」彼得于是转了：「主啊，不但我的脚，连手和头也要洗。」（13:9）

耶稣洗完了，穿上衣服，又坐下，问他们（13:12-15）：「我向你们所做的，你们明白么？……我是你们的主，你们的夫子，尚且洗你们的脚，你们也当彼此洗脚。我给你们做了榜样，叫你们照着我向你们所做的去做。」最后一句（13:17）：「你们既知道这事，若是去行就有福了。」

这是整个场景。以下所有的读法，都在这几节经文的范围之内。

◆ 读法一：先做，后讲

先看经文的次序。

耶稣先做，后问。他站起来，脱衣，束腰，倒水，洗，擦，整套动作没有一句解释。等到洗完，穿上衣服，坐下，才问：“你们明白么？”然后才说“榜样”这个词。

用第 38 章的话说，这是一个标杆先显露成了 S，然后才被指认为标杆。S 在先，说明在后。这个次序，本书的读法是：它不是偶然的。一个榜样，如果先宣布“我是榜样，请你们学习”，再去做，和先做出来、事后再指认，是两回事。后一种，别人看到的是一个完整的 S，不是一个口号。

这也是 K5 里“标杆”这个词要紧的地方。以耶稣为标杆，不是以一段话为标杆，是以一个在这个场面里做出来的人为标杆。周阿姨看老义工修钟的那一幕，几乎是同样的次序：没有人事先宣布“这就是探访的正确方式”，她只是看见了一个已经做出来的 S，之后才问自己：我哪里没做到？

◆ 读法二：最高处与最低处在同一个动作里

再看 13:3 到 13:5 之间，经文是怎样连起来的。

13:3 先交代他“知道”的东西：父已将万有交在他手里；他从神出来，又要归到神那里去。这是极高的位置。然后紧接着是一个“就”字，后面是离席、站起、脱衣、束腰、倒水、洗脚。从最高的“知道”，到最低的动作，中间没有转折，没有“然而”，经文是一口气写下来的。

本书的读法是：这里的主体性没有被取消。他“知道”，他“站起来”，他“脱了衣服”，每一个动词的主语都是他，这是一个完整的、主动的、有中心的主体。他并没有消失在别人里面。但这个主体的力量，用在了对面的脚上，水、盆、手巾、门徒的脚，全是对面的东西。

放到 K4 的说法里：心以主体性为中心，客体性与互动性为辅。这一幕里，中心还在中心，但这颗心把力气用向了互动的一边。本书认为，这一点，可以回答一个常有的误会：学习这样的标杆，不是把“我”抹掉，不是变成一个没有自己的人。恰恰相反，这一幕里的“我”极其清楚。区别只在于，这个“我”用自己做什么。

这个读法是可错的。如果有人从经文里读出别的重心，也完全可以。

◆ 读法三：彼得的两次摇摆

彼得在这一幕里的反应，值得多看一眼，因为他像许多学标杆的人。

他先是拒绝：「你永不可洗我的脚！」然后在听到“与我无分”之后，马上转到另一头：「不但我的脚，连手和头也要洗。」从全不要，到全要，没有中间。

本书的读法是，彼得的第一反应，是一颗以自己的分寸为中心的心，遇到了一个出乎意料的 S。在他心里，主人不应该给仆人洗脚，这是他对“应当如何”的理解，是一个已经合成了的分寸。耶稣做的事情，打破了这个分寸。打破的那一刻，彼得的第一个动作，是挡。

这个挡，我们每个人都熟悉。周阿姨的第一反应，也是挡，只是挡得更礼貌：她用册子挡，用“规矩”挡。她不是故意的，册子让她安心，让她觉得自己在做对的事。可是挡了一圈，对面的老人也被挡在外面了。

值得注意的是，耶稣对彼得的回应里，有一句话谈到了时间：「我所做的，你如今不知道，后来必明白。」（13:7）经文自己承认：学习的人，并不是一开始就明白的。先接受，后来才懂。这一点，与第 39 章谈苦难时的“后来”，正好遥相呼应：1→N 的懂，在后面。回写总是事后的事。

◆ 读法四：学人，不是学规矩

这是这一章的主张，也是最需要小心的一节。

经文自己的话是：「我给你们做了榜样，叫你们照着我向你们所做的去做。」（13:15）注意它的用词：榜样；“我向你们所做的”。它没有说“我给你们立了一条规矩”。门徒要学的，是“所做的”。

那么“所做的”是什么？洗脚这个动作，当然是；但整个场景里不只有洗脚：站起来、脱了衣服、束腰、倒水、擦干，加上做这些之前“知道万有在手”、做这些之后“又坐下来问你们明白么”，这是一整个人，在一整个场面里怎么用自己。本书的读法是：学标杆，学的是这整个“怎么用自己”，不是其中某一个可以摘出来的动作。

可是经文里确实有一个“当”字：「你们也当彼此洗脚」（13:14）。这一点必须承认。经文既有榜样，也有“当”。本书的读法是，这个“当”，站在“尚且”二字的后面：「我是你们的主，你们的夫子，尚且洗你们的脚，你们也当……」。“当”是从做出来的事上长出来的，它的力量来自前面那个已经做出来的 S，不是来自一条独立的命令。

基督教各宗对这段话如何落实，看法并不一样：有的把洗脚作为礼仪来行，有的更重视其中的精神与态度〔待核〕。这是他们内部的事，本书不评断。本书只在发生学的层面说一句：规矩是 S 留下的影子。有影子，说明那里曾经有过一个站着的人。但影子不能反过来代替那个人。照影子的形状一笔一笔描下来，能得到一个像样的轮廓，却得不到那个人“怎么用自己”。

周阿姨的册子，就是影子。每一条规矩，大概都来自某一位老义工某一次好的探访：不收礼，是因为有人收过礼后来出了麻烦；不争论，是因为有人争论过，老人很难受。这些是真实的经验，有它的价值。可册子只能保存影子，不能保存“那位老义工看见一只旧闹钟，就问它还能不能修”的那个人。

学人，具体怎么学？经文这一幕自己就给了三个可看的地方。看他做之前“知道”什么：13:3 先交代了他的处境与身份，才写他的动作，可见动作是从一个清楚的位置上做出来的。看他做的时候用了什么：手巾、水、盆，都是手边最普通的东西，没有一样特别。看他做完以后怎么收尾：穿上衣服，坐下，问一句“你们明白么”，把自己放回对面可以回话的位置。三处加起来，就是一个人的用法，规矩里放不下的，大概就是这些。

这里，规矩的维护者会有他们最强的辩护。他们会说：没有规矩，标杆不在场的时候怎么办？规矩使人不走样，使大批的人能共同做事，使新手不至于闯祸。儒家的礼，就是这样的东西。本书同意这个辩护。第 8 章讲荀子的时候，已经讲过礼义和师对一个人的意义。本书只是想补一句：规矩是副，人是主。在 1→N 里，规矩是扶手，扶手帮你站稳，但路是靠脚走的。

◆ 读法五：一个不被超过的标杆

还有一处，要如实写下，因为这是经文自己的说法，也是这个标杆与第 38 章的学徒看师傅最不同的地方。

13:16：「我实实在在地告诉你们，仆人不能大于主人，差人也不能大于差他的人。」

学徒看师傅，通常是希望有一天青出于蓝的，师傅也乐见。而这一节经文，说的是另一种关系：仆人不大于主人。按经文自己的说法，这个标杆不是一个会被学生超过的标杆。

本书不对这一点作神学上的评论。只在发生学上记下它的含义：一般的标杆是阶段性的，学成了，就可以放下；这里的标杆，按经文自己的说法，是一个终身的

方向。方向这个东西，本来就不是用来到达的，是用来朝着走的。这也是 K5 里那个词的好处：标杆。一根杆子，立在那里，你朝着它走，而不是越过它。

◆ 读法六：学到最后，是“彼此”

13:14 里还有两个字，值得停一下：「你们也当彼此洗脚。」

是“彼此”，不是“向我”，也不是“向下一个人”。标杆做完了自己的那一幕，留下来的话，把学的人引向了互相。本书的读法是：这里，一个人的 S，没有止于被模仿，它被引向了学习者之间的互动。这不再是一个人对着一根杆子，而是一群人，在对面的脚、手巾、水盆之间，互相成为对面。

这和第八编要讲的，是同一个方向。学标杆，最后不是把一个人学成另一个人的复制品，而是让学的人之间，有了新的往来。用 SDE 的话说，标杆的 S，经过学习者的 D，回写到他们彼此之间的 E。周阿姨后来在队里，也不只是照着那位老义工做；她开始被新来的队员看着，也有人在看她怎么坐、怎么听。标杆有标杆，不是一个笑话，是学习自己的样子：它向后传，也向旁边传。

还要交代一句分工。K5 的前半，新心的“赐”，是第 33 章的事，本章不碰。本章只在后半，在一颗新心已经有了的前提下，它怎样长大。至于没有这个前提的人，怎么看这一幕，本书不替他们说话，也不替信仰说话。

◆ 标杆自己，也在阻力里

最后要把这一章，和前面的第 39 章接上。

回头看经文。13:1 说，“离世归父的时候到了”；13:2 说，卖耶稣的意思已经放在犹大心里；13:11 又说：「耶稣原知道要卖他的是谁。」也就是说，这一幕是在一个人已经知道自己前面是什么、知道身边有一个人要出卖他的时候发生的。

经文没有告诉我们，他的内心是怎样的。本书也不替经文编他的心理。我们只能读到它写出来的：在这样的处境里，他站起来，拿起手巾。而且经文明白地说，他洗的是“门徒的脚”，洗完了“他们的脚”（13:5、13:12），没有说漏了谁。

这对本书的意义，是一个很具体的提醒：标杆的 S，不是在顺风里显露的，是在阻力里显露的。第 38 章说标杆必须是显露了的 S，第 39 章说心长大需要 D 的阻力，到这里，这两件事在一个场面里重合了：这个 S，是经过阻力显露出来的。所以“学习耶稣”和“操练的苦难”，在 K5 里并排写在一句话里，不是随手并列，它们在经文里就是同一个夜晚的事。

学标杆的人，因此不要只看标杆顺利的一面。看一个标杆，要连他的阻力一起看。周阿姨后来看老义工，也不只看她修钟那一小时。她后来才知道，这位老义工的头两年，被几位老人关在门外好几回。

◆ 对照旧地图：发心论的回声

这一章还有一处，要与全书的主线对上。

“我要像耶稣一样去爱人。”这是一句很动人的话，在不少人心里是一个起点：发了这个心，就算上了路。本书的推论是，这个起点里藏着发心论的错位（第 44 章会专门讲）：把 1→N 慢慢长出来的东西，当成 0→1 的时候已经齐备了。

约翰福音 13 章的次序，恰好是反着的：先是做，然后是“后来必明白”，然后才是“若是去行就有福了”。在这个场景里，彼得没有一个“我要学耶稣”的初心。他有的是一个相反的反应：不要。他后来才懂，并且是在后来很长的时间里懂。也就是说，在经文自己描写的这个标杆身边，学习者并不是靠一颗预先齐备的心进来的，他们是被做在先的那个 S 推着，边挡边转，慢慢懂的。

中华一边也有同样的看法。孔子说“见贤思齐焉”（《论语·里仁》）〔待核〕，先是“见”，见了才“思齐”。也是先有一个看得见的人。本书不把耶稣与孔子放在一起比较；这里只记下一个共同的结构：在两边，学习都从一个看得见的人开始。

回到场景

几个月过去，周阿姨仍然在队里。

册子她没有扔。她留着，遇到紧急情况的电话，她还是得翻。可她不再把它当成“做到了”的标准。她有一天又去了那位老先生家，这次没有带药盒的提醒，进门先坐在那张小矮凳上，问老先生，阳台那只闹钟修好没有。老先生叹了一口气，说：修不好了，零件早就停产了。然后他讲了三十分钟，讲那只钟是哪一年、怎么来的。周阿姨没有插话。临走，老先生送到了楼梯口。

她后来才知道，七八年前那位老义工，也是有一天忽然想通了什么，而且，是她当年的“带队人”在她身边这样做的。标杆有标杆。

回到开头那个问题：条条都做到了，为什么还是没做成？现在有了一个答案，不是说册子错了，是说册子里没有的那部分，才是她要学的：一个人，怎样在另一个人面前，把自己的位置放低，把耳朵打开，把对面的东西当成值得问的事。这不是一条规矩，是一个人的用法。要学，只能看，只能在那里坐过，只能被挡一回、转一回。

开场时她没有的理解是：**她要学的是那位老义工，不是那本册子；而且她今天没读懂的，会在以后的某个时候读懂**。这一句，用的是 13:7 的话：我所做的，你如今不知道，后来必明白。

> 带走的话
>
> 标杆不是一条要背的话，是一个做出来的人；学他，学的是他怎样用自己，而这种学，总是先做、后懂。

小账

小账一：本章结算的新理解——“学习耶稣，以耶稣为标杆”，按经文自己的说法，学的是一个人在整个场面里怎样用自己（“所做的”），不是某一条摘出来的规矩；这种学是先做后懂的。

小账二：本章翻动的旧预设是“心从一个预先齐备的发心出发”（发心论的 1→N 版本）；落在承重命题第 6 条（新心的 1→N 是操练，以耶稣为标杆，K5 后半），并为第 44 章的“发心论的错位”留下一个经文里的对照。

第 42 章

日常里的1→N

这一章的问题：长大靠什么？第38章到第41章讲了标杆，讲了苦难，讲了两种失败，也讲了一个福音书里的标杆。这一章不再添新道理，只做一件事：把这套道理放回三个最普通的日子里，看它在带孩子、学手艺、照顾老人这三件事里，是不是真的成立。

◆ 先立一把尺子

先说清楚，什么叫日常里的1→N。

1→N是发展路：已经有了的东西，慢慢长大。注意前提是“已经有了”。一个人当上父亲，是0→1的事，那是第37章讲过的；父亲怎样一点点像个父亲，是1→N的事。一个人拿到了一门手艺的入门，是0→1；手艺怎样从笨拙到老练，是1→N。

这一章用三个问题来量。第一，这条路上有没有一个已经显露了的S，也就是有没有一个看得见、摸得着的标杆。第二，D有没有遇到阻力，也就是差异序列是不是一次一次地走，一次一次地碰壁。第三，长出来的东西有没有回写E，也就是周围的人和事，有没有因此变得不一样。

三个问题都有，才叫1→N。只有第一个，是看热闹；只有第二个，是硬扛；只有第三个，多半是自己对自己的感觉。这三种“只有”，第40章已经讲过两种失败，这里不重讲。

再多说一句为什么这三个量缺一不可。许多人把长大想成“一个人用功”，用功当然重要，但用功只是第二个量，是 D 在使劲。使劲的方向从哪里来？从第一个量，也就是前面已经有的那个样子。使劲使得对不对？要由第三个量，也就是E里

的回应来回答。一个人再用功，没有样子在前，没有回应在后，就像在黑屋子里推一扇不知道开向哪里的门。

◆ 第一节　带孩子（阿杰）

这是我构想的人物：阿杰，三十四岁，做销售，刚当上父亲。这是我构想的场景。

孩子出生第二十天，阿杰第一次独自给孩子换尿布。他拿着纸尿裤，翻来覆去地看正反，粘贴的那一对翅膀怎么贴才不勒也不漏，他没有把握。孩子的腿在他手里蹬，他怕用力，又怕不用力，换完一片，出了一身汗，四分钟。贴完才发现，侧漏的缝还留着，衣服湿了一角。

五个月以后，同样的事，他一只手托着孩子的屁股，另一只手一抹一贴，孩子抓着他的小拇指，他还能回头回一句话。他没有上过课，也没有读过哪本书从头讲到尾。

这中间发生了什么？

第一，标杆。孩子出生后的头一个月，家里请了一位月嫂。阿杰起初觉得她是妻子的帮手，跟自己没关系。后来有一天他站在旁边看她给孩子洗澡：一只手整个托住后颈和头，另一只手撩水，孩子不哭，她话也不多。那一刻，“怎么抱孩子”这件事，从他脑子里的一个意思，变成了眼前一个已经做出来的东西。这就是第38章讲的“已经显露的S”。月嫂不是理论，是一双手，一个动作，一件做成了的事。他的妻子学得比他快，也是因为她从月嫂那里先看到了。

第二，阻力。看到了不等于会。他的手偏大，腕子偏硬，托头的时候总是整个臂膀紧着，孩子一动，他就更紧。妻子说过一句：“你放松一点，你手那么紧，他不舒服。”那句话没有恶意，但他当时心里很不是滋味。紧的是手，也是心里的那口气：怎么我做爸爸，还要被指点。这口气就是D在路上遇到的阻力，是实实在在的。每一次的换尿布，每一次的洗澡，每一次的抱，都是差异序列上的一小步：这

次比上次松一点，这次漏的缝小一点，这次孩子没有哭。步子很小，一步一步地踩。

半夜哄睡那一段，第39章已经讲过，这里不再讲。我只多说一句：那些夜里的疲惫，不是这条路旁边的风景，它就在这条路上，是阻力的一部分。

第三，回写。五个月后，家里有了几个小变化。孩子被阿杰抱着的时候不再绷着身子，有时候甚至往他怀里偏。妻子洗完澡，会把孩子直接递给他，不再站在旁边看。有一回他在客厅里跟孩子说话，孩子竟然朝着他的声音转了头。这些都不是他“想要”的结果，也不是他计划出来的，而是他的手、他的声音，写进了这个家里的E：孩子的身体认得这双手，妻子的信任分了一部分给这双手，家里的分工也悄悄变了样。

再举一个更细的例子。孩子的哭，起初在阿杰耳朵里只有一种：哭。月嫂在的时候，他听她说“这是饿了”“这是困了，别再逗”，他听不出区别，只觉得她在猜。后来是妻子先听出来了：饿的哭，一声一声往上顶，带着找东西的劲；困的哭，断断续续，揉眼睛，哭到一半会打哈欠。阿杰半信半疑，按妻子说的试了几次，对了几次，错了几次，慢慢地，自己耳朵里也分出了两种声音。

这个“分出来”，就是一个小小的差异序列在起作用：原来是一团，现在是两样，再后来是五样。它不靠哪一天的顿悟，靠的是一次次试错里孩子给的回应：喂了，不哭了，是对的；抱了，还哭，是错的。孩子是他最诚实的老师，也是他这条路上最不讲情面的阻力。

好了，这里要把话说清楚：阿杰的长大，看不看得出，不取决于他自己觉得“我像个爸爸了”。有人带孩子一年，还总觉得自己是外人；有人才三个月，就已经被孩子认出来了。判断的依据，在回写里：孩子往哪边偏，妻子把手松开了没有。

有读者会说：这不就是熟能生巧吗？熟能生巧是对的，但还不够。熟能生巧说的是次数；这里要说的，是次数里面有没有一个可看的样子在前面，以及每一次有没有碰上真实的反应。同样换一千次尿布，没有人看过好手怎么做的，可能换一千

次都是漏的；同样抱一千次，只在自己的节奏里抱，孩子的反应没有进到他的动作里，手就一直是“我的手”，不会成为“我们之间的手”。

◆ 第二节　学手艺（陈师傅）

这是我构想的人物：陈师傅，五十五岁，修车铺老板。他的徒弟小马的事，第38章讲过，这一节讲的是师傅自己。这是我构想的场景。

陈师傅修了三十多年的车。发动机怎么响，他站在车旁边闭着眼就知道哪个缸不对；变速箱换挡时那一下顿挫，他手搭在方向盘上就能感觉出来。这一身本事，是他的底气。

去年冬天，铺子里开进来一辆电动车。故障灯亮着，客人说车不走了。陈师傅围着车转了两圈，发现自己没处下手：没有发动机的响声可听，没有油路可摸，他一身最灵的耳朵和手，在这辆车面前一下子都闲下来了。

这是一个很特别的时刻。他的手艺，不是没有，而是太有了。越是在旧手艺里长得深的人，越不容易在新东西面前放下身段。

他做了三件事。第一件，去找标杆。他去了一家品牌维修店，看一位三十出头的技师怎样处理同类的故障。这位技师比他的徒弟小马还年轻几岁。陈师傅站在旁边，一句话没有多说。他看到的不是什么高深道理，而是一连串的动作次序：先断电，先等一会，先戴手套，先用仪器测，再动手。每一步都是做出来的、可以数的。

第二件，是阻力。他按这个次序在自己的铺子里做，慢得难受。以前手一搭就知道的事，现在得先拿表量；以前顺手拿起来就拆的东西，现在每拆一步都要停下来想：电断干净了没有。他有两回判断错了，一回是读数没有看清楚，一回是忘了某个步骤的先后，白白多花了半天。他知道，在年轻人面前出错，不光是慢，还有面子上过不去的那一点。这点阻力是真的。

第三件，是他没有把旧手艺扔掉。电动车没有发动机的声音，但是底盘有异响，悬挂有松动，刹车片有磨损，这些他的耳朵和手依然是最灵的。新手艺不是把

旧手艺清空，而是在旧手艺旁边，长出新的次序来。这里的1→N，不是推倒重来，是接着长。

回写在春天出现了。有一位老客户，开电动车来铺子里做保养，说：“我就信你陈师傅。”小马也开始来问他：“师傅，这个先断电再测，是不是这样？”铺子里挂起了一块小牌子，写着“电动车可检修”。这些，是他的手艺回写进了E：客户的信任扩了出去，徒弟的问题多了一层，铺子在街上的位置也变了一点。

小马问的那句话，还有一个小小的后文。有一天小马半开玩笑地说：“师傅，你都五十五了，还折腾这个，图啥？”陈师傅没有讲大道理，只说：“铺子里来的车，不会等我退休。”这句话里没有“我要自我提升”的发心，也没有什么远大的志向。他是被眼前的一辆车推着走的。这一点值得记下来：很多日常里的长大，开头并不是一个漂亮的决心，而是一件摆在面前、绕不过去的事。决心是后来追认的。

还有一个细节，他自己都没有留意。他开始教小马的方式变了。以前教徒弟，是“你听，这个声音不对”；现在多了一句：“你先别动手，先把该断的断了，我们对一遍次序。”他把自己刚刚走过的路，变成了可以交出去的次序。换句话说，他自己成了小马眼前的一个已经显露的S。1→N的链条，就这样从年轻技师，到陈师傅，到小马，一环一环地接下去。

这一节想说的是：1→N不专属于年轻人。年纪越大，已经显露的S越多，这些S有时是翅膀，有时是石头。本书的推论是，决定它是翅膀还是石头的，不在S有多厚，而在它的互动性有没有向外打开，肯不肯站到一个更年轻的标杆旁边，看他怎么做。第32章会讲心里的硬与软，这里先留一个扣子：陈师傅那一天站在年轻技师旁边，一句话没有说，这个姿势本身，就是软的。

◆ 第三节　照顾老人（王姐）

这是我构想的人物：王姐，四十五岁，公司行政，母亲年迈，由她照顾。这是我构想的场景。涉及病弱的地方，我写得克制。

母亲在一次摔倒之后，身体虚了一阵，起身、走路、吃药，都需要人在旁边。王姐刚开始，什么都想替母亲做好：母亲要起床，她赶紧伸手去拉；母亲要拿杯子，她抢先递过去。她觉得这样才是孝顺，才是照顾。

可是一个月下来，母亲的话变少了，脾气反而大了。有一天，母亲推开她的手，说了一句：“我还没到那个地步。”

王姐愣在那里，心里有委屈。她明明是为了母亲好。这个“为我好”，第5章讲过，是心里的主体中心：我出发，我给予。这里我不重复，只看她后来怎么走。

标杆来了。社区里来了一位护理的姑娘，上门看了母亲，也看了王姐怎么扶人。她没有讲大道理，只示范了一次：起身的时候，不是拉，是在旁边虚虚地托着，让母亲自己的腿先出力，数三下，等一等；再接着问：“您觉得可以了，我们再走。”她做的时候，母亲居然配合得不错，自己撑起来了。

这个“数三下，等一等”，是一个已经显露的S。它非常小，小到几乎看不见，可是王姐一眼就明白，这和她这一个月做的，正好相反：她是替，姑娘是等。

阻力很实在。要“等”，比要“替”难得多。等的时候，她的手是悬着的，心是悬着的，母亲要是晃一下，她的整个身子都想冲上去。她的腰也不好，长时间的陪护，晚上睡不踏实。她有好几次，在手要伸出去的那一刻停下来，又忍不住伸出去，被母亲瞪一眼。D的阻力，在这里是她自己的手。

差不多又过了两个月。有一天早上，母亲没有等她，自己扶着床沿，一下一下地起来了，站稳了，才回头说：“我自己来。”王姐站在旁边，手还悬在半空，不知道往哪里放。

这是回写。母亲不是被她“照顾好”的，而是在她学会等的过程中，把自己的那一部分又拿回去了。家里的E变了：母女之间，原来是“给”和“受”，现在多了一层“你来我在”。

中间还出过一件小事，值得写下来。有一天傍晚，母亲站起来的时候脚下一软，王姐没有再等，一把扶住了。事后她心里很乱：是不是前功尽弃？她把这件事讲给那位护理的姑娘听，姑娘说，等不是不动手，等是在能等的时候等；该扶的时

候扶，不算退步。王姐这才明白，她学到的不是一个动作，而是一种分辨：这一下是等得起的，还是等不起的。分辨，是1→N里很实在的一层，它是靠许多次碰到真实情形，才长出来的，没有哪个口诀能替代。

有一点要说清楚：这一节不是说老人不需要帮忙，也不是说所有的“替”都是错的。有些时候就得替，有些病况更是不能等。要说的是，王姐长大的地方，是她看出了“替”和“等”是两种不同的差异序列，各自写进E里的东西不一样。这是她从一个已经做出来的样子那里学到的，不是凭着“我孝顺”这三个字学到的。

◆ 三个日子，放在一起看

三节放在一起，有几件事是共同的。

第一，每一节的路上，都有一个已经做出来的东西在前面：月嫂的手、年轻技师的次序、护理姑娘的“数三下”。它们都不是道理，是显露了的S。没有它们，三个人都可以“很有爱心”“很有经验”“很孝顺”，却可能一直在错的路上用力。

第二，每一节的路上，都有真实的阻力：手紧、面子、腰疼和那个悬着的手。第39章说阻力推着心长，这三个日子是它的小样本。但是要补一句：阻力不是越多越好，阻力要碰在对的地方才推得动。阿杰的阻力碰在孩子的真实反应上，陈师傅的阻力碰在仪器的读数上，王姐的阻力碰在母亲的那句“我自己来”上。阻力碰在了真实的反应上，才会回写；碰在空处，只是累。

第三，每一节最后看的，都不是“我觉得我长大了”，而是E里发生了什么：孩子往哪边偏，客人把车开去了哪家，母亲自己站起来了没有。本书的推论是：1→N是否发生，最可靠的证据在心外面，不在心里面。这一点，和“心是起点”的旧预设正好相反：旧预设说，心里变了，外面才会变；这里看到的是，外面的回应变了，才能确认心里确实长了东西。

还有一件事，值得多看一眼：三节的开头，其实都有一个“送上门的”。孩子是送来的，电动车是开进铺子的，母亲的那一次摔倒也不是谁安排的。1→N的

路，常常起在一件不请自来的0→1的事上。后一半是操练，前一半是赐。这不是在说什么神秘的话，而是在说：我们的生活里，一件事开始长大之前，往往有一个我们没有选择的开头。

◆ 两个常见的疑问

读到这里，可能有两个疑问。

第一个：如果身边没有标杆呢？不是人人都有月嫂，有年轻技师，有护理的姑娘。这个疑问很公道。这里的回答分两层。第一层，标杆不一定是个“人”，也可以是一段视频、一本书里写得极具体的一个做法、邻居家的一个样子，凡是已经把事情做出来的，都算。第二层，实在什么都没有，那就只剩下对着反应一步一步地试，慢，但仍然是路。慢和没有路是两回事。只是要提醒自己，在这种时候，更要看E里的回应，不要靠“我觉得”。

第二个：这样讲，是不是把人的主动性看轻了？阿杰要放松他的手，陈师傅要去站在年轻人旁边，王姐要忍住那只手，这些都是他们自己做的。是的，都是他们做的。这里没有否认，D就是他们走出来的。本书只是不把这些做的事，说成从一颗自足的心里发动出来的。他们做，是因为一个标杆在前面，一个阻力在手上，一个回应在等着。心在这一路上长大，是被这一切合着长大的。

回到场景

回到阿杰在第二十天换尿布的那一刻，四分钟，一身汗，缝还漏着。如果当时有人对他说：“你心里有爱，所以一定会做得好。”他大概会点头，然后仍然漏。真正让他走到五个月以后的那只手的，是月嫂的手，是妻子那句不好听的话，是每一次孩子的反应。爱是在的，爱没有错，但爱不是长大的方式。

陈师傅那天站在年轻技师旁边，一句话没有说；王姐在手要伸出去的那一刻，把手收了回来；阿杰在妻子说“放松一点”以后，咽下了那口气。三个人都是在一个极小的、几乎没有人看见的时刻，让自己的路径被一个别处显露的样子改了一点点。这一点点，日复一日，就是1→N。

三个日子合起来，给了开场时没有的一个结算：1→N不是把心里的东西慢慢放大，而是心把一个别处已经显露的样子，在自己的阻力里一寸一寸地走通，再把走通的东西写回去，写到孩子身上、客人手里、母亲的脚下。

> 带走的话
>
> 长大，是别人的样子，在你的阻力里，走成你自己的路。

> **小账**
>
> 小账一：1→N的三个量：有没有一个显露的S在前面，D有没有碰到真实的阻力，E里有没有回写。
>
> 小账二：翻动了“心里变了，外面才会变”这个旧预设，落在承重命题的第6条（新心的1→N是操练）；“外面的回应才是长大的证据”是本书的推论，不是王德生口述。

第 八 编

行善结缘：心在日常里的发生

编　序

这一编六章，把“行·善·结·缘”四个字，一个一个拆开。

第 43 章讲四个字是一条路径；第 44 章讲善是善果，发心论的错位；第 45 章讲结是回写，一次顺手怎样改写一个楼道；第 46 章讲善缘与孽，回写的分岔；第 47 章是三个场景：送礼、邻里、同事；第 48 章是一个可错的预言：越讲“我的心”，越难结缘。

这是全书的落脚处，也是最容易拿日子去试的一编。

第 43 章

四个字，一条路径：行·善·结·缘

这一章的问题：这件事里，心是被合成的，还是被当成了起点？这一章用这个问题，去看一个人人耳熟的成语：行善结缘。

◆ 楼道里的快递

这是我构想的人物：周阿姨，六十二岁，退休小学教师，住在老小区三楼，爱帮邻居。这是我构想的场景。

一个下午，天阴得很重。周阿姨买菜回来，在一楼的楼道口看到一个纸箱，放在信箱底下。箱子上贴着四楼的门牌号，那一家是上个月才搬来的年轻人，她还没有说过话。纸箱的一角已经被地上的潮气洇了一块，天上又已经滴了几点雨。

她站住了。她没有想“我要做一件好事”。她想的是：这箱子再放一个钟头，底就湿透了。她把菜放到台阶上，弯腰，两手一抱，箱子不轻。她先把箱子拎上了三楼，歇一口气，再接着上四楼，把箱子放在那家的门口，又觉得放在地上不妥，从旁边的鞋架上拿了块垫板，垫在箱子底下。想了想，敲门，没有人。她从包里摸出一张买菜的小票，翻过来，写了几个字：“快递在楼下被雨洇了，我拎上来了。三楼周。”压在箱子上。

第二天上午，周阿姨出门时，发现那张小票还在，只是背面多了一行字，笔迹很年轻：“谢谢阿姨！我是402，白天多半在家，以后敲门就行。”

事情就这么大。没有人夸她，也没有人写表扬信。可是从那天起，她在这栋楼里，多了一家可以敲得开的门。

我们平常会怎么读这件事？大概是：周阿姨心地善良，所以她做了一件善事，所以和邻居结下了缘分。这个读法没有错，人人都这么说。这一章要做的，是把这四个字慢慢地拆开，看看它们到底是怎样排的。

◆ 王德生的两句话

先把王德生的原话摆出来。

K1：行善结缘，就是 SDE 的 S 回写 E 通过 D。

K2：行就是 D，善就是 S（S3de 价值：真善美），结就是回写，缘，就是 E。

这两句话，一句讲整体，一句讲逐字。整体是：行善结缘这四个字，说的就是 SDE 里“S 经 D 回写 E”的那一整条路。逐字是：行对 D，善对 S，结对回写，缘对 E。

先把几个字母说成白话。E 是特征纠缠系统，白话就是人和事、物和物之间互相牵连的那张网。D 是差异序列，白话就是一步一步的不同，一步比一步变一点。S 是显露，白话就是东西终于露出了样子。回写是 S 经 D 再写回 E，白话就是露出来的东西，反过来改动了那张网。

括号里的“S3de 价值：真善美”，我照王德生的用法写下来，不另作界定。本书只取其中一层意思：在 S 这一边，有一层是价值，真、善、美是它的三个名字，善是其中之一。

◆ 旧地图的读法

先看旧地图是怎样读这四个字的。

旧地图把四个字读成一个因果链：先有一颗善心，这颗善心发动了行动，行动做成了善事，善事结下了缘分。画出来是这样：心 → 行 → 善 → 缘。心在最前面，是发动者。

这和本书开头讲的“心是起点”是同一张地图。心在前，行动在后，结果在最后。我们几乎不觉得这里有什么可疑，因为在我们的经验里，做好事的人似乎真的是先有那个念头。

K2 给出的次序却是另一种：行、善、结、缘。行在前，善在后；心不在这条链上做发动者。而且，K2 的第四个字缘，不是链条的终点，它是 E，是那张网，而 E 是整个发生的所在。

字序是不是随手排的？本书的读法是：字序就是发生的顺序，在 E 里，经 D，显出 S，再回写 E，四个字的前后和这个顺序一一对上。下面逐字拆，这个对应是不是硬凑的，请读者自己看。

◆ 行：D，一连串的不同

行，是 D，差异序列。

先看周阿姨那一下午。她“做了一件事”，可是仔细看，这件事不是一个动作，而是一串。她看见箱子，这是一个不同于“走过去”的状态；她站住，又是一个；她放下菜，弯腰，抱起，上楼，歇气，再上楼，垫板，敲门，写字，压好。每一步都和上一步不一样，每一步又都接着上一步。这一串“一步接一步的不同”，就是 D 的白话。

这里有两点要说。

第一，行不是决定，是序列。我们习惯把一件事讲成“她决定帮忙”，好像决定是一个点，做事是点以后的展开。可是周阿姨自己并没有一个这样的点。她从看见，到站住，到抱起，是一步一步被前面的一步带着往下走的，每一步都有一个可以走偏的地方：她可以看一眼就走，可以拎到三楼就放在三楼，可以不写那张小票。D 是在这些可以走偏而没有走偏的地方，一步一步走出来的。

第二，行包括了没有做成的、做了一半的。周阿姨若是抱到二楼发现腰不行，把箱子放在楼梯拐角，写了张条子，那也是 D，也是行。行不以“做成”为条件，只以“走了”为条件。

“行”放在第一个字，是因为这条路径的起头，不是一个念头，而是一步实实在在的动作。念头可以有，但念头本身还不是 D。

◆ 善：S，显出来的样子

善，是 S，显露。

这是最容易读反的一个字。我们习惯把善读成心里的一个东西：善良，善意，善心。K2 把善放在 S 的位置，S 读显露，那么善就是一件显出来的事，不是先放在心里的一件东西。

回到周阿姨。哪里是善？是她心里那一点想帮忙的念头吗？念头谁也看不见，她自己也说不清楚。真正显出来的，是：一个箱子在雨前被挪到了干处，一个陌生人的东西被另一个陌生人当成了自己的事，一张小票上的几个字。善就是这些东西露出来的样子，露出来了，人才说“这是善”。

这里先点到为止。下一章专门讲这一点：K3 说，善就是善果，是一种显露 S。本章只需记住：善排在行的后面，因为它是行走出来的东西，不是行出发的地方。

还有一处细看。K2 括号里的真善美，是 S 的价值层。善之外还有真、美，三者是同一层的三种名字。所以，善的显露不是孤立的：周阿姨那几个字写得端正，箱子垫得稳当，这里面有真（她确实弄明白了箱子的处境），有美（做得妥帖），也有善。本书不去分三份，只提醒一下：善不是单独飘在空中的一个东西。

◆ 结：回写，一个动词

结，是回写。

“结”字，平常我们读成“结下”“结成”，像打了个结，是个结果。可是 K2 把它对到回写，回写是一个动作：S 经 D，把东西写回 E。

在周阿姨的事里，回写发生在什么地方？是小票背面的那行字。那一行字，是年轻人对这件事的回应，它进入了这件事，也进入了两个人之间的这张网。更要紧的是，回写是改动，不是记录：从这行字开始，周阿姨和 402 这两个原本互不相识的人，被写成了“可以敲门的邻居”。

结的这个动词，有三个特点。第一，它由 S 触发：没有显出来的东西，就没有可写的。第二，它要经过 D：不是一个念头直接写进别人心里，而是经过一步一步的往来，一张小票，一行字，一次敲门。第三，它要有对方：回写写的是 E，E 是一张网，网的另一头不在我们手里。周阿姨不能决定 402 回不回那一行字。

所以“结”不是“我去结”。结是做出来的东西遇到了对方的回应，两头对上，才算结上。若一头单方面发力，那叫自己用力，不叫结。

◆ 缘：E，早就在，又被改了

缘，是 E。

这个对法，比前三个更有意思。因为缘在四个字的末尾，我们习惯把它当成结果：做了好事，所以有了缘分。可是 K2 说，缘就是 E。E 是特征纠缠系统，是那张人和事的网。

这张网，在周阿姨弯腰之前就在。402 搬进这栋楼，买东西，快递送到一楼，楼道没有电梯，信箱底下有潮气，天阴下雨，周阿姨正好买菜回来、正好早了一步，这些都不是她安排的。她并没有制造缘，她是走进了一张已经织好的网里。

所以缘有两个时刻。第一个时刻在行之前：它是行得以发生的地方。第二个时刻在结之后：它被回写以后，已经不是原来那一张。402 的门，从“不认识的门”变成了“可以敲的门”。同一张网，前后不同。结和缘，说的是同一个E，一个讲它被改写的动作，一个讲它被改写后的样子。

《罗马书》8:28 里有一句：“我们晓得万事都互相效力，叫爱神的人得益处，就是按他旨意被召的人。”王德生说，万事互相效力就是讲意义三律的心的发生学，这是第六编要讲的。这里不展开，只借它说明一件事：缘，不是人单凭自己造出来的，它是互相效力着的万事所织的那张网；人行走其中，被它接住，又改动它。

◆ 一条路径，不是一串名词

把四个字对在一起，可以列成一张小表。

字	对应	白话	在楼道里
行	D	一步接一步的不同	站住、抱起、上楼、垫板、写字
善	S	显出来的样子（真善美的善）	箱子在雨前到了干处
结	回写	S 经 D 改写 E 的动作	小票背面的那一行字
缘	E	人和事互相牵连的网	一栋楼，一场雨，一户新邻居

这张表要横着读，也要竖着读。竖着读，是四个字各自的位置；横着读，是同一个下午的四个侧面。

但最要紧的，是这条路径的形状。它不是直线，是个圈：缘（E）是行的所在，行（D）走出善（S），善经结（回写）改了缘（E）。改过的缘，是下一次行的所在。周阿姨下次再看到这栋楼里谁的东西快被雨淋，她站住的那一刻，面对的已经是一栋多了几扇可以敲的门的楼。

所以，本书的读法是：K1 那句“S 回写 E 通过 D”，一边是一句公式，也可以画成一个圈。四个字把圈上的四个位置，各起了一个汉语的名字。

◆ 那么，心在哪里

讲到这里，一个读者很可能会问：这四个字里，怎么没有心？

心没有缺席，只是不在发动者的位置上。本书第一编讲过，心是三界之我的合成，理念的我、现实的我、自我的我合在一起；心的属性以主体性为中心。周阿姨弯腰的那个下午，在场的就是这样一颗心：她理念里有一个“热心的邻居”的样子，现实里有一副拎得动箱子的身板，自我里有一点不愿看着东西被淋湿的难受。三个我合在一起，她才站住。

可是这颗心，在这个圈上是被卷着走的，不是站在圈外发令的。行的时候，它在 D 里被磨：她抱起箱子才知道箱子比想的重。善显出来以后，它在 S 里被看见：她自己也是看到箱子到了干处，才踏实。结的时候，它在回写里被改写：从小票背面那行字起，她的理念里多了一个“可以敲得开门的邻居”，现实里多了一个具体的门牌号，自我里多了一点说不上来的暖。心是这条路径的参与者，也是这条路径的产物。

本书的推论是：把心放在圈外当发动者，是把一个参与者误当成了起点。这一点会在后面几章反复出现。

◆ 为什么不是“善行结缘”

还有一个小问题：为什么是“行善”，而不是“善行”？

“善行”两个字，读起来是“善的行为”，善在前，是修饰行的。这种读法里，善先在，行是它的外衣。“行善”两个字，行在前，善在后，是“做出善来”。汉语里“行善”是动宾结构，行是动词，善是宾语，宾语是动作做出来的东西。这并不是我硬说的语法：“行”和“善”的次序，本来就是先动作，后对象。

这是一个很小的字序，可是它和 K2 的次序恰好对上：行（D）在前，善（S）在后。成语把这个次序保存下来了。我们每天说“行善”，其实已经在说“做出善来”，只是习惯上把善想成了做之前就备好的东西，好像把这个字序读反了。

本书不替古人编话，只指出一点：字序是现成的，读法可以重新选。

◆ 三个疑问

第一个疑问：成语的字序，是不是只是汉语的习惯，哪里有什么发生学?

这个疑问要老老实实回答。行善结缘这个成语，是长期使用里形成的，我不能说古人造这个词的时候就想到了 SDE，也不替古人编任何原话。本书做的是一件别的事：王德生给出了一种读法，本书照这个读法，看日常里的行善结缘是不是真的这样走。读法可以对，也可以错，错与对，要看它能不能把日常里的事照亮。

第二个疑问：难道没有善心，就不会行吗？

不是。念头是有的，周阿姨看到箱子时，心里确实动了一下。本书没有说念头不存在。本书说的是，念头只是行的一部分，是 D 序列上一个很小的步子，不是发动一切的起点。这一点，第44章接着讲。

第三个疑问：缘不是天定的吗？如果缘是E，是不是说人什么都做不了？

也不是。E 是人在其中的网，人走在网里，行就是对网的一次改动。网是给定的，改动是我们做的，两者都是真的。若缘全由天定，周阿姨那一下午就没有意义；若缘全由人造，402 的那行字就不是回应。

◆ 四个字缺了一个，会怎样

把四个字当成一条路径，还有一个好处：可以看出缺了哪一环，会是什么样子。下面几种情形，都是我构想的，用来说明，不用来给任何人定性。

只有行，没有善显露。有人也站住了，也抱起了，可是箱子拎错了楼层，或者拎到了对方根本不想动的地方，反倒添了麻烦。D 走了，S 没有露出来。这时说“我是好心”，当然可以，但那句话只能说明他走了 D，说明不了善。

有行有善，没有结。周阿姨若是把箱子放在门口就走，没有留那张小票，402 回来，箱子在干处，却不知道是谁拎的。善是显出来了，箱子是干的，但没有往来，没有回应，E 几乎没有被改动。这样的事不是不好，它是一次安静的善，只是没有结上缘。

只有结，没有行。有人很会拉近乎，逢人就说“咱们是邻居，有事你说话”，可是从来没有真的弯过一次腰。这样的“结”，没有 D 在前面，没有 S 可写，写不进 E。话是话，网没有动。

只有缘，没有行。有缘是一张网，可网里的人若不走 D，网就只是网。住在同一栋楼十年，从未说过话，缘是有的，但没有谁去改写它。这种缘，常被叫作“擦肩而过”。

这四种缺法，不是为了挑毛病，而是为了说明一件事：四个字环环相扣，缺哪一环，圈就断在哪里。反过来说，圈上每一环，都有一个可以着手的地方：行不行得通，善显不显得出来，结有没有对上，缘有没有被改。人在日常里能做的，大多不是整个圈，而是圈上的某一个位置。

◆ 缘，不是运气

再多说一句缘。

平常说“这是缘分”，很容易被听成运气：碰巧遇上，碰巧成了。K2 把缘对到 E，意思要重一些。运气是一个点上的偶然；E 是一张网，是许多东西早就互相牵连着的状态。402 的快递落在那个信箱底下，不是偶然的一个点，是那栋楼的结构、快递员的路线、天气、住户的作息，所有这些线交在了那里。周阿姨站到那个位置，也是她这些年的生活、她的路线、她的腿脚，一起交在了那里。

◆ 一个小用法

学会了拆字，生活里就多了一个简单的办法，去看任何一件“好事”。四个问题：做了什么，这是行；显出了什么，这是善；对方回了什么，写进了什么，这是结；网变成了什么样，这是缘。

这四问不是用来给别人的好事打分，也不是用来验收自己。它只是一个看事的角度：把“我有一颗善心”换成“这件事走到了哪一步”。有时候一件好意走到行就停了，没有显出善；有时候显出了善，但没有回应，没有结上。这些情形，第46章和第48章会接着讲。

◆ 同一条路径，换一个更小的例子

为了看出这条路径不只适用于“好事”，换一个更小的例子。这是我构想的场景。

周阿姨在楼梯口碰到老赵（周阿姨的邻居，六十六岁，热心但爱算账，这是我构想的人物），两人都拎着东西。老赵侧身让她先过，她说“你先你先”，结果两个人都停在半截楼梯上，笑了。就这么一个小动作，要拆也能拆：让路是行，两人都让、都笑，是显出来的善的一点点影子，次日再见面时，两个人招呼得比以前更熟一些，是结，楼里这一对邻居之间那条线，因此紧了半分，是缘。

这么小的事，没有人会说“结缘”，可是路径在。行善结缘不是只留给大事的字眼，它描述的是日常里最普通的一种走法：顺手一做，露出个样子，那个样子改了一点往来。所以本书说它是“心在日常里最完整的一条发生路”，意思就在这里：不是它多么崇高，而是它几乎每一天都在发生，四个位置都齐全。

回到场景

回到楼道。周阿姨的那一下午，如果还用旧地图讲，我们会说：她有一颗热心。这句话没错，可是它讲完了，我们对那张小票、对 402 的回应、对这栋楼，什么也没有多知道。

换成新地图再看：缘是一栋楼和一场雨，早就在那里；行是她站住、抱起、上楼、垫板、写字的一连串；善是箱子到了干处这件显出来的事；结是小票背面那行字；缘因此变了，楼里多了一扇可以敲的门。

开场时我们只有“一件好事”；现在我们有了一条路径，有了每一段的名字，也有了一个可以拿去看别的事的办法。

> 带走的话
>
> 好事不是从心里取出来的，是在一张网里，一步一步走出来，又写回去的。

> **小账**
>
> 小账一：行善结缘四个字，就是 D、S、回写、E 四个位置，字序即发生的顺序，连成一个圈。
>
> 小账二：翻动了“心 → 行 → 善 → 缘”这条以心为发动者的旧链条，落在承重命题的第3条（行善结缘是一条完整的发生路径，K1、K2）。

第 44 章

善是善果：发心论的错位

这一章的问题：这件事里，心是被合成的，还是被当成了起点？这一章盯住一个字：善。问它在哪里，什么时候才算有。

◆ 一碗汤，两种回应

这是我构想的人物：王姐，四十五岁，公司行政，照顾年迈的母亲。这是我构想的场景，我把它写成两个版本。

周六，王姐炖了一锅鸡汤，给母亲的。炖得多了，盛出一碗，她想到隔壁住着一位独居的老太太，儿女在外地，平日里买菜上下楼都是一个人。她把汤端到隔壁，敲了门。

第一个版本。老太太开门，先看了一眼碗，说：“哎呀，你妈那边够不够？”王姐说够，多炖了。老太太接过去，说：“那我不客气了。”第二天，王姐在门口发现她的碗已经洗净放在那里，碗里装着几根自己腌的萝卜条，下面压着半张纸：“汤很香，萝卜你们尝尝，不咸。”

第二个版本。老太太开门，看了碗，面露难色：“你看我这个年纪，医生不让吃油。”她没有接，说了谢谢。王姐端着碗，站在门口，有一点尴尬，也有一点委屈：我是好心啊。

两个版本里，王姐是同一个人，汤是同一碗，她端汤时心里想的，也大概是同一些。如果善是端汤时那一点心意，那么两个版本里的善是一样多的。可是我们读这两个故事，直觉并不这样：第一个版本里，善是实打实地“有了”；第二个版本里，善好像还悬着。

这个直觉，就是这一章要讲的东西。

◆ 王德生的一句话

K3：善，就是善果，是一种显露 S。

这句话里有三个词。“善果”，果，是结出来的东西，是一个过程到了某个时候显出来的样子。“显露 S”，S 读显露，不读静态的结构。“就是”，不是“来自”，不是“表现为”，是说善与善果是同一个东西。

白话一点：善，不是在心里先备好、再带出去的东西；善，是一件事走了一段路以后，显出来的那个样子。

汉语里有些词本来就站在这一边。善后，是事情以后的收拾；善终，是最后的收场；善举、善款，是已经做出来、捐出去的事。这些词说的都是“结果”，不是“动机”。当然，我不是说造词的人想到了 SDE，只是说，这一边的用法早就在日常里，只是我们谈到“善心”“善意”的时候，把重心挪到了前面。

回到两个版本。第一个版本里，善是怎样显出来的？汤被接过，萝卜回来，纸条上写着“不咸”。这些往来，让“一碗汤”变成了“隔壁有人在互相惦记”。这个样子露出来了，所以善有了。第二个版本里，汤被推了回来，到这一步为止，善没有显出来，显出来的是一个误会。

但是注意，第二个版本到这里还没有结束。

◆ 第二个版本的下半场

王姐回到家，把那碗汤倒回锅里，想了一会儿。老太太说医生不让吃油，这是一个她事先不知道的情况。她第二天去问了问，老太太说，清淡的汤可以，青菜豆腐汤最好。过了几天，王姐煮了一小锅青菜豆腐汤，撇得干干净净，端过去。这一回，老太太接了。再过几天，碗回来了，碗里是两个红枣。

善是什么时候露出来的？是在第二轮。它没有在第一轮的发心里，也没有在第一轮的行动里，它在第二轮的往来里显了出来。第一轮里那一点心意，并不比第二轮少，但第一轮里没有显露。

这就是K3的意思：善是果，果要等。果也可以补：没有结上的，下一轮可以接着走。善不是一次性的，也不是一出手就决定了的。

◆ 果要等，也会走出两个人之外

果有熟得快的，也有熟得慢的。第一个版本里的萝卜条，是第二天就回来的快果。可是有些善，要等很久才显。

我再构想一段。过了两个月的一个周末，老太太的儿子从外地回来探亲，在楼道里碰到王姐，停下来说：“我妈在电话里总提起您，说隔壁有个好人家，汤是清的，萝卜是她腌的，换来换去。”他留下了自己的电话，说以后有什么事，可以打给他。

这一句话里，善又显了一层。它已经不是两个人之间的汤与萝卜，而是传到了第三个人那里：一个远在外地的儿子，因此多了一个可以托付的人；一个独居的老人，因此多了一根线连着隔壁。王姐当初端着汤出门，万万想不到会走到这里。这就是善果的另一个特点：它一旦显露，就进入了E，会沿着E里的线走远，走出当事人的算计之外。

这也说明，为什么发心论管不住善。发心是在那一刻、在那个人心里的东西，而善果走到的地方，比那一刻、那个人要远得多。拿起点去量终点，量不准。

◆ 旧地图：发心论

旧地图在这件事上有一个很强的说法，我把它叫作发心论。意思是：一件事好不好，要看它是从什么心发出来的；心正，事就正；心不正，事再漂亮也有亏。

发心论不是随便一个人的想法。佛家讲发心，一个修行的起点就叫发菩提心；儒家讲诚意，把意念诚实当作一个根本的功夫〔待核：只作概括，未引原话〕；日常里，我们说“你要有一颗善良的心”，也是这个意思。《箴言》4:23 说：“你要保守你心，胜过保守一切，因为一生的果效是由心发出。”这节经文常被引来说明心的要紧。按它自身的说法，它讲的是：心要保守，一生的果效从心里出来。本书

没有把这节经文当作靶子；本书的读法是，把这里的“心”，读成三界之我合成的那颗心，把“果效”读成这颗心走出来的东西。

发心论要为自己辩护，有三条很强的理由，我替它说完整。

第一条：没有发心，行动无从起。人总要有个方向，才会弯腰。这话是对的。

第二条：同样一碗汤，带着算计送，和不带算计送，长远不一样。这话也是对的，后面第46章专门讲。

第三条：动机是我们唯一能直接管的东西。结果受别人的影响，天时地利，我们管不了，所以管好自己的心，是最实际的做法。这条最有力量，因为它安慰人，也给人一个可做的事。

本书对这三条的回答是：前两条接受，第三条要再看一步。

接受第一条：发心是有的，它是 D 序列上很早的一小步，是理念的我里的一个意思。本书没有取消它。

接受第二条：算计会在回写的时候露出来，这不是发心论的专利，发生学同样讲得通。

第三条要再看：动机是我们能直接管的，这没错。可是“唯一能管”不对。我们还能管下一步：第二轮可以改，汤可以换，话可以说得更清楚。D 是一步一步的序列，每一步都是可管的。把“能管”只放在最前面一步，其余全交给运气，反而是把能管的范围缩小了。

◆ T2：发心论的错位

那么发心论错在哪里？本书的推论是这样的：

发心论的错位，在于把 1→N 里慢慢长出来的东西，当作 0→1 的时候就已经齐备了。

这是本书的推论，不是王德生的口述。

我们来把这句话放回王姐。她端汤出门的那一刻，是一个起点，那一刻有一点心意，像一粒种子。善是一棵树结的果。发心论的做法是：看种子，就判定这棵树的果好不好。种子当然要紧，没有种子没有树。但是种子要在土里，经过天气和浇灌，一步一步，才长成果。把种子的那一刻，当成果的那一刻，就是错位。

这个错位在日常里有三种常见的样子。

一种是向内审判。王姐那天晚上睡不着，翻来覆去地想：我端这碗汤，是不是为了想让邻居以后帮我看看母亲？是不是有一点想被夸？如果有，这算不算不纯？这样的追问可以一直问下去，因为人心是三个我合成的，里面本来就有好几层意思，理念的我想做个好邻居，现实的我想少一点后顾之忧，自我的我想心里踏实，各有各的分量。要等这几层纯净到只剩一层才能行善，那么谁也不用行了。本书的看法是，这样混着的心是常态；善不要求心先纯，善是走完这一轮以后，看显露出什么。

第二种是向外审判。别人帮了忙，我们去查：他是不是真心的？是不是图什么？因为发心看不见，只能猜，猜出来的东西，常常比事实更苦。一碗汤端过来，不管喝下去暖不暖，先审他的动机，汤就凉了。

第三种是停在门口。有人想帮忙，又怕自己的心不够纯，怕做得不对，就一直站在门外。这是错位最隐蔽的一种：以“慎重”的名义，不走 D。

◆ 这不是结果论

读到这里，熟悉伦理学的读者可能会说：你这不就是结果论吗？只看结果，不看动机。

有区别，区别有三处，说白话。

第一，结果论里的“结果”，常常是一个最后的数字：多少人得了益处，多少痛苦被减少。K3说的善果，是显露，是 S，而 S 经 D 回写 E。它不是一个终点的分数，而是一轮往来走出来的样子，并且这个样子会改动下一轮的出发处。王姐的萝卜条，不是一笔收入，是一次往来的见证，也是第二次往来的起点。

第二，结果论多半把行为人放在一边，只计算后果。本书不放：心是三界之我的合成，它在整条路径上是参与者，要被磨，要被改写。王姐的那颗心，在第二轮里是不一样的了，她多知道了一个邻居的饮食，理念里的“好邻居”也多了一点具体的内容。这些变化，是善果的一部分。

第三，结果论常常追求一个事先算好的最优。本书的善果却有一个很日常的特点：它常常是要在回应里才知道的。王姐事先并不知道老太太不能吃油，她是在第一轮里得到这个信息的。善果的发生，包含了这个“不知道，然后知道”的过程。

所以，本书不站在“只看结果”这边，也不站在“只看发心”那边。本书说的是：善是一条路走出来的样子，路的起头有心，路的中间有行，路的末了有显，显了又回到了网里。

◆ 善果的几个特点

把K3放稳以后，可以看出善果的几个特点。这几条是从K3推出来的，我写成本书的推论。

第一，善后于行。没有行，没有善。这和上一章的字序一致：行在前，善在后。

第二，善在回应里被看见。善果不是由给的人单方面宣布的。王姐不能说“我这是善”，萝卜条和纸条是老太太的回应，是它们让善显了出来。这也是为什么善离不开E：没有那张网，没有另一头的人，果没有地方结。

第三，善可以补。第一轮没有结上，第二轮还可以走。善不是一锤子的买卖。

第四，善果可以被校正。发心看不见，没法校正，别人说你不真心，你无从反驳，自己说自己真心，也无从证明。果是看得见的：汤被推回来了，那就换汤；萝卜回来了，那就接着往来。以果为准，反而给了人一个往前走的办法。

◆ 为什么“我是为你好”听起来刺耳

日常里有一句话，几乎人人都听过，也说过：“我是为你好。”

这句话为什么常常让人不舒服？按本书的读法，它是发心论在日常里最顺口的一个用法。说话的人把发心摆在前面，当成一块挡牌：我的心是好的，所以你不能说我这件事不好。对方的回应，也就是果，被挡在了外面。

放回王姐的门口。设想她被老太太推回了汤，转身说一句：“我一片好心，你还不领情。”这时她用的就是这块牌。这句话一出口，第二轮就没有了：不会再去问医生怎么说，不会再有青菜豆腐汤。发心被抬得越高，回应进来的口子就越窄。

我不是说这样的人心坏。恰恰相反，说这句话的人，多半心里确实是好意，所以才这么委屈。问题出在读法上：把好意当成了善本身。好意是真的，也值得珍惜，但它只是路的头一步。

这里第5章讲过的“我是为你好”，讲的是主体中心；这里讲的是同一句话在善果上的样子。两处不重复，一处看心里，一处看路上。

◆ 怎样认出善果

既然善是果，日常里怎样认出它？这里有三个粗略的迹象，都是看得见的，不需要猜人心。

一是回应来了。不一定是道谢，可以是一个眼神的松动，一个碗回来了，一句“下次别带那么多”。回应说明路的另一头有人接住了。没有回应的时候，不要急着下结论，也许还没熟，也许对方有别的难处，等一等，再走下一步。

二是网里多了线。以前互不相干的两个人，现在有了可以往来的理由：可以敲门，可以借把伞，可以在楼道里多说两句。王姐和隔壁老太太之间，从“同一层楼的邻居”变成了“互送东西的邻居”。线多了一根，网就不是原来那张。

三是下一轮更容易。这个迹象最可靠。善果显出来以后，下一次的行，会比上一次容易：王姐第二次敲门，心里不再打鼓，老太太也知道门外是谁。如果一件“好事”做完，下一次反而更难开口，更别扭，更怕麻烦对方，那就要回头看看，这一轮到底显出了什么。

这三条不是考核表，不要拿来给自己或别人打分。它们只是帮我们把眼光从“我的心够不够好”，挪到“这一轮走出了什么”。

◆ 当善久久不显

还有一种情形要老实说：有时候，人用了很大的力，善却久久不显。

比如，设想王姐后来给另一位邻居送了几次东西，对方一直淡淡的，从不回应，也不拒绝。她心里难免失落，甚至想：我这样是不是白费了？

按K3，可以这样想：善没有显，不等于她的心错了，也不等于对方无情。可能是E里有她不知道的东西，对方的生活、对方的顾虑、对方习惯的距离。这时候能做的，仍然是 D 里的事：换一个时间，换一种方式，少一点，轻一点，或者就这样保持礼貌的往来，不再加码。善果不是想要就要得来的，E 的那一头，永远有一个不由我们决定的人。

承认这一点，反而是松的。我们不必为每一件没有显出善的事，去审判自己的心；也不必逼着对方回应。路走了，就是走了；果熟没熟，是网的事。

◆ 混着的心，也能结出果

最后回头看一看王姐夜里的那个问题：我端汤，有没有一点想让邻居以后帮我照看母亲？

我们不妨老实一点，假设有。这是我构想的情形。母亲年迈，王姐白天要上班，隔壁有人能搭把手，对她是实实在在的好处。她心里有这一层念头，是现实的我在说话；与此同时，她也确实觉得老太太一个人可怜，这是自我的我里的一点不忍；而她又愿意做一个懂得照应邻里的人，这是理念的我。三层意思一起，汤才端出去。

发心论会说：这是不纯的。本书的看法是：这是一颗心的常态。心本来就是三我合成，合成的东西，不会只有一层颜色。要它先变纯再去行，是不可能的；要等到那时才算善，就是T2所说的错位。

那么这层“想让邻居帮忙”的念头，就没有后果了吗？有。它会在回写里露出来，如果王姐只在需要帮忙的时候才敲门，老太太迟早会感觉到；如果她在不需要的时候也惦记着，这层念头就被往来化开了。这是第46章要细讲的事，这里只留一句：混着的心可以结出善果，也可以结出别的果，看的是它走出来的路，不是它起头时的成色。

发心论里有一样东西值得留下，就是它对心的郑重。心不是小事，一个人带着什么心做事，终究会写进他的路里。本书留着这份郑重，只是把它从“起点的审查”，移到“全程的看护”：不是只在出门前问一次“我的心纯不纯”，而是一路上，看每一步走出了什么。

◆ 一个提醒

读到这里，有人可能担心：这样讲，会不会变成“只看结果、不问动机”，鼓励人投机取巧？

不是。本书没有说动机不要紧。动机是心的一部分，它会在回写中露出来，骗不了长远。本书只说两件事：第一，动机不是善本身，善是显出来的；第二，不要用最前面的一步，去判定最后的一步。

再有一点：K3说的是善，不是说所有的果都是善果。有的汤送过去，换来的是一次不愉快的争执，或者一桩说不清的人情债，那是别的果。善果是善果，别的果是别的果，不能因为我们“本来是好心”，就把后者也叫成善。这一条，后面第46章会接着讲。

回到场景

回到王姐的门口。第二个版本里，老太太把碗推了回来，王姐站在那里，有些委屈：“我是好心啊。”

她的委屈有道理，她确实不是坏心。但从K3看，“好心”和“善”是两件事：好心是她端汤出门时的那一点心意，善是这碗汤走完整条路以后显露出来的样

子。她的好心是真的，善还没有显。她需要做的，不是为自己的好心辩护，也不是怀疑自己的好心，而是往下走一步：问一问，换一碗，再送一次。

开场时我们只知道：同一碗汤，两个版本。现在多了一个说法：善在第一轮里没有显，在第二轮里显了。这是一种比“好心”更能用、更能校正的说法。

> 带走的话
>
> 善不在端汤的手里，在汤走完的路上。

小账

小账一：善是善果，是走完一轮以后显出来的 S；发心是起头的一小步，不是善本身。

小账二：翻动了“善心先在，善事只是它的外衣”这个旧预设，落在承重命题的第4条（K3）；“发心论的错位”（T2）是本书的推论，不是王德生口述。

第 45 章

结是回写：一次顺手怎样改写一个楼道

这一章的问题：一件顺手做的小事，做完了，它去了哪里？

场景

这是我构想的场景，人物也是我构想的。小敏，二十六岁，护士，入职第四个月，在内科病区。她是新人，凡事都怕麻烦别人，也怕别人觉得她麻烦。

那是个周四，快到交班的时间。护士站后面有一间小茶水间，只放得下一台饮水机、一张窄桌和几只倒扣的杯子。小敏进去接水，看见组里一位年长些的护士正靠着桌子换鞋，一手拿着手机，脸上是着急的样子。电话那头是孩子学校的老师，说孩子发烧了，请家长尽快来接。

按规矩，她还有最后一轮体温测量和记录没做完，做完才能走。这活儿二十来分钟。

小敏把杯子放下，说：“你走吧，尾巴我来收。”

那位护士愣了一下，说了声“谢谢啊”，抓起包就出去了。小敏回头把最后一轮做完，签了自己的名字，又在交班本上写了一句“某床体温已复测”，把水杯重新接满，走回护士站。整件事没有谁看见，也没有谁吩咐。她自己后来也没把它当成一件事。

过了一个月，这间茶水间里有了一些说不清楚的变化。那位护士在小敏第一次被护士长点名批评记录格式时，趁没人的时候低声告诉她：护士长其实最在意的是哪两行，别的都是次要的。再后来，另一个新来的同事遇到类似的急事，也说了一句：“你先走，我来收尾。”这句话在这个科室里，慢慢成了一句人人都会说的话。小敏自己也变了一点：有一回她家里有事，居然开口请别人换了半天班，而且是第一次，没觉得欠了天大的人情。

好，现在要问的是：那二十来分钟的事，到底发生了什么？是“做了一件好事”，攒进了某个功德簿？还是别的什么？

◆ 拆解

先把“结”字拆开。“结”这个字，在汉语里至少有三种用法。一种是打结，绳子的两头缠在一起。一种是结果，树开花之后结出果子。还有一种是结账，把该算的算清，了事。

王德生的原话有两句。K1：行善结缘，就是 SDE 的 S 回写 E 通过 D。K2：行就是 D，善就是 S（S3de 价值：真善美），结就是回写，缘，就是 E。这里的“结”，既不是打结，也不是结账，而是第四个意思：回写。

回写是什么意思？先用白话说。事做出来了，做出来的东西——也就是显露出来的那一点善——沿着刚才那一连串的行动，反过来改动它出生的那片土壤。再用术语说一遍：S（显露）经 D（差异序列）回写 E（特征纠缠系统）。

这里的 E，用白话说，就是人和人、人和事之间那张看不见的网：谁能指望谁，什么事可以开口，什么话不用多解释，什么场面大家默认怎么办。茶水间里有这样一张网，一个楼道里有一张，一个家里也有一张。小敏入职四个月，她在这张网里的位置还是松的：不知道谁靠得住，不知道什么话能说。

这样，那件小事的去向就清楚了：它没有去功德簿，它去了网里。网被改了一针。

回写不是记账。这一点最容易混。很多人心里装着一本账：我替她做了一件事，她欠我一次。这本账是两个人之间的，一边加，一边减，要等对方还了才算平。

回写改的不是账本，是网。“有事可以开口”“有事有人收尾”，这样的东西不属于小敏，也不属于那位护士，它属于这间茶水间里所有的人，包括后来才来的人。账本上的“欠”，只连着两个人，还清了就没有了；网上的改变，不用谁来还，用的人越多，它越结实。

再多说一句，这是小敏那件事里最容易被忽略的地方：她事后并没有等任何回报，那位护士也没有急着还一个人情。后来被告知“护士长在意哪两行”，也不是还账，那是网里多出来的一条路：有人愿意对你说真话。两件事之间隔着一个月，没有明账，却连上了。

回写是动词。“结”在口语里常被当成名词，好像“结”是行善之后到手的一样东西，一个结果、一枚勋章。K1 把“结”写成回写，是一个动作，一个正在发生的过程。

动词和名词的区别，在日常里很实在。名词可以拿在手里，数一数：我做了几件好事，我得了几份善报。动词却是一个过程，有进展，有厚薄，要再被碰一碰才会变深。小敏那一次，回写的笔迹是很淡的，淡到她自己没注意。如果之后没有人再说“我来收尾”，没有人再接那句话，那一笔很可能就淡掉了。反过来，说的人多了，用的人多了，笔迹就成了印子，再成了路。

这也说明了为什么上一章讲“善在回应里被看见”之后，这一章要接着讲回写：回应不只是让善被看见，回应还是回写能落脚的地方。没有人接住，回写就无处可写。

一次顺手，一共改写了三个地方。下面这个拆法是本书的拆法，不是王德生口述的，请读者当作一种看法来用。

第一处，两个人之间。那位护士知道了小敏是可以托付的人，小敏知道了那位护士是会接话的人。这是网的近处，最先被改动，也最容易看见。

第二处，旁观的人和后来的人。茶水间里有第三个人、第四个人，他们没看见当晚的事，却看见了后来的事：有人说“你先走，我来收尾”，而没有人觉得奇怪。一句话被说过一遍，下一次再说，成本就低了。这叫网的远处：改动一旦传开，就不再属于那个动手的人。

第三处，做事的人自己。这里要用到前面讲过的三界之我：理念的我（我想成为靠得住的护士）、现实的我（这个月我真的替过班）、自我的我（走出医院时觉得轻了一点）。三个我合起来是心。那一晚，三者被轻轻对齐了一次：想成为的样

子和真做出来的事挨在了一起，感受也跟着有了依据。心被改了一点。所以“结”还有一层，是结回做事的人身上，只是这一层最不该被当成目的。后面讲到“越讲‘我的心’，越难结缘”的时候，我们会回到这里。

回写要有载体，没有载体就写不进去。网是看不见的，要改它，总得借点看得见的东西。小敏那件事里，至少有三样东西当了载体。

第一样是交班本上那一句“某床体温已复测”。它是写给下一班的人看的，下一班的人读到，就知道这一轮没有漏，可以放心接着往下做。一句话，改动了下一班人心里的预期：这个科室的尾巴是有人收的。

第二样是那句“你先走，我来收尾”。话一出口，就成了可以被别人学走的东西。语言是回写最方便的载体，因为一句话说一遍，听见的人都带走了。

第三样是人的记忆，也就是那位护士心里留下的一个印象：这个新来的孩子靠得住。印象听上去虚，却是最重的载体，因为后来护士长那两行的提点，就是顺着这个印象来的。

把这三样放在一起看，会发现一个小规律：回写写得最牢的地方，往往是那些很平常的东西，一本交班本，一句口头话，一个印象。轰轰烈烈的东西反而写得不牢，这是下面要说的。

为什么越小的事越容易回写。设想另一个版本。同样是那位护士孩子发烧，同样是小敏出手，只是这一回，她不是替二十分钟，而是主动把对方一整个月的夜班都包了下来，并且在科室会上被表扬了。

这是一件大善事，大到所有人都会记住，大到它自己成了一个“事件”。事件有一个特点：人们记住的是“小敏做了那件大事”，而不是“这里有事可以开口”。事件把人的目光吸到了做事的人身上，网反而没怎么动。表扬会把一件事变成一枚勋章，勋章是名词，挂在胸前，不进网里。

小事不一样。小事小到没有人为它开会，没有人为它评奖，它就悄悄沉进了日常里。沉进日常，就等于沉进了网里。这是回写的一个有点反直觉的特点：事越小，越顺手，越不引人注目，反而越容易写进去。

这和周阿姨在楼道里替邻居收快递是一个道理，那是第43章的主例，这里只借一笔：楼道和茶水间是同一种地方，都是一小群人天天路过的狭窄空间，网在这样的地方最密，一针一针都看得见。题目里说“改写一个楼道”，就是这个意思：楼道不过是网最容易被看见的地方。

回写必须“通过 D”，不能抄近路。K1 的原话里有一个容易滑过去的词：通过 D。S 回写 E，不是直接回写，是通过差异序列。

这个“通过”有实在的含义。设想小敏所在的科室墙上，三年前贴了一张“团结互助”的标语，镜框擦得很亮。这张标语是一个显露出来的东西，看上去像 S，但它没有经过任何一连串真实的小行动，它是直接挂上去的。所以它也回写不了什么，三年过去，没有一个人因为它多说过一句“我来收尾”。

标语想抄近路：不经过行动，直接宣布这里是个互助的地方。而小敏那一晚，是从看见着急、张嘴、接活儿，一环一环走出来的，所以那一点善果有根，写得进去。

我把这一点放在这里，是想提醒读者一件事：回写是慢的，它的速度就是行动的速度。想让一个地方变得更好，没有省掉那串小行动的办法。

那声“谢谢啊”，也是一次回写。回头看那位护士匆匆说的那一句“谢谢啊”，很容易觉得它太轻了，只是礼貌。其实它是网上的第一针，而且是对方亲手下的。

设想一个不同的版本。小敏说“尾巴我来收”，那位护士却头也不抬地说：“那是你该做的。”这句话也是一次回写，只是写进去的东西不同：这里，新人替老人收尾是天经地义，不值得一提。小敏听了，下一回就不会再开口。网照样被改了，改成了另一个样子。

两个版本的区别，不在于小敏做了什么，她做的事一模一样，而在于对方怎样接。这又回到了前面说的：回写需要有人接住。接的人也在行动，也在经过自己的一小串差异：听见、停一下、回一句。所以，一次回写从来不是一个人的功劳，也不会是一个人的过错。

路径成了一个圈。把这一章放回全书的定位式里看，会看得更清楚。本书的定位式是：E（万事互相效力）→ 0→1 新心 → 1→N 操练 → 经 D 回写 E。

这个式子最后一步，是回到 E。行善结缘这四个字，恰好把这个式子压缩进一次日常：缘（E）里出现了一个着急的人，小敏行（D）了，善（S）显露了，结（回写）改了缘（E）。到这里为止，路径没有结束：改过的 E，成了下一次的出发点。下一个着急的人出现在一个不一样的茶水间里，下一次的行，已经比这一次容易了一点。

所以回写把一条直线接成了一个圈。旧地图里的心是起点，路是一条往外走的直线：心→发动→一切，走出去，就没有回来的路了。在这里，路走出去，又从另一头回到出发的地方，而出发的地方已经变了。这样，“心”就不必是一个先于一切的东西，它只是这个圈上的一段。

一个容易出现的误读：把回写读成“影响力”。有人读到这里，会想：这不就是以身作则、带动大家吗？我想区别一下。

“带动”这个词里有一个带头人，别人是被带的。回写里没有谁是带头的。小敏改了网，网也改了小敏；那位护士受了帮助，随后又用提点帮了小敏；后来的新同事说出那句话，又把网改了一遍。这是一张往来的网，每个人都在写，每个人也都被写。

若把回写读成影响力，就等于又回到了旧地图：心发动，然后“影响”一切。这恰好是本书要翻过来的那个方向。回写里没有那个起点，只有一个接一个的小回应。

为什么要强调“顺手”。顺手的意思是，行动里没有多余的东西。回头看小敏那几分钟，它其实是一串很小的差异：看见她着急（和平时不同），张嘴说话（和沉默不同），接过活儿（和袖手不同）。每一步都是对前一步的回应，没有哪一步是为了回写才做的。这样一串一环扣一环的小不同，就是差异序列（D）本来的样子。

如果小敏是抱着“我要改写这个茶水间”才去替班，那就是另一件事了，这件事留到第48章讲。这里只说一点：回写靠的是行动老老实实做完，不是靠做的人盘算出来。

回写也会落空，至少有三种情形。一种是没人接住：那位护士匆匆走了，之后两人再没有任何交集，网里没有留下什么。第二种是接住了，但被当成了理所当然：下一回，所有人都默认“反正小敏会收尾”，一次次轮到她。这也是回写，只是写进去的是另一种东西——“默认你来”。这种分岔，下一章专门讲。第三种是被打断：改动刚起头，人就调走了，科室换了人，印子淡掉。

这三种我都想老实写出来。因为只讲回写的好处，会把“结”讲成一个必然兑现的承诺，那就又回到旧地图的“善有善报”去了。回写是一件真实发生的事，但它不保证每一次都落成好楼道。

◆ 对照旧地图

旧地图把心当作起点：心里先有善，然后发动，然后做出善事。在这幅图里，“结”通常被读成结果，也就是“善有善报”。做了好事，报应在将来某个时候、某个地方到账。

这个讲法不能说错。它抓住了一件真实的事：善做了，总会有后果。但它有一个缝隙：后果被放到了很远的将来，放进一个不知道谁来管的账房。这样，眼前这间茶水间发生了什么，反倒不那么要紧了。

中华传统里其实有更近的看见。《周易》坤卦的《文言》里说：“积善之家，必有余庆。”〔待核〕这句话的强项是，它看出善不只积在个人的心里，还积在一个“家”里，也就是一个互相牵连的单位里。我们今天用的话，是说它已经看到了网。本书做的事情很有限：给这张网起了名字（E），把“积”的机制讲出来（回写）。

荀子《劝学》里也有一句关于“积”的话：一点一点地积善，德行就成了。这句话我只转述，不照抄原文〔待核〕。在这里，荀子的“积”可以读成一次次回写

叠加起来，叠到足够厚，就成了一个人的德，也就是说，成了一颗长大了的心（1→N）。他看到的这一层，是回写落回做事的人身上，我们前面说的第三处改动。荀子的强项，是他不把这件事讲成一次性的灵光，而讲成日积月累的工夫。

再补一句，说明这一层为什么要留给读者自己判断。发心论的支持者可以说：小敏那一晚的心里，一定先有了一点善意，不然她不会开口。这个说法我不反对，那一点善意很可能是真实的。我想补的只有一处：那一点善意，是在“看见她着急”的那一刻才显露出来的，是被眼前这件事、这个人引发的，而不是早就在小敏心里放好的一件成品。第44章已经讲过这个次序，这里不再重复。

所以这一章与旧地图的分歧很小，也很具体：不是“善有善报”错了，而是“报”的地点不必等到很远。它在网里，在眼下，在后来人说那句话的时候。

回到场景

故事再往前走一年。

小敏已经不是新人了。又来了一位实习的小姑娘，第一次上夜班，站在茶水间门口，端着一杯没喝的水，神情像一年前的小敏。她的同伴有事要早走，她不知道该不该替。

小敏正好进来接水，随口对那位走得急的同事说：“你先走，尾巴我来收。”说完，她转头对实习生笑了一下：“这是我们这里的老规矩。”

说这句话的时候，她想不起任何一件具体的事：想不起那个周四，想不起那位护士，也想不起自己当年怎样怕麻烦别人。这句话对她来说，已经像“水开了要关火”一样自然。

我觉得，这里就是“结”的样子。开场的时候，我们以为问题是：那件小事去了哪里？现在能回答了：它没有去哪里。它留在了原地，把原地改了，改到连做事的人自己都认不出这是自己做过的。做过的事，变成了“这里的样子”。

而且还有一层新的发现：小敏在这间茶水间里的位置，也被改了。一年前她是一个不敢开口的人，现在她是一个能替别人开口的人。网变了，网里的她也跟着变

了。这时候再问“这是谁的善”，已经不太好回答。这句话是她说的，也是那位护士当年让她有机会说的，也是后来每一个接过这句话的人一起说的。

> 带走的话
>
> 结，是一件事做完之后，那个地方悄悄变得不一样了。

小账

小账一：本章结算的新理解——“结”不是善事到手的结果，也不是两个人之间的账，而是显露的善沿着一串小行动反过来改动那张网；它是动词，会厚会薄，会落空，也会改到做事的人自己。

小账二：本章落在承重命题第3条（行善结缘是一条完整的发生路径，结＝回写，K1），并翻动了“善做完就完了、报应在远方”这一个旧预设。

第 46 章

善缘与孽：回写的分岔

这一章的问题：同样是帮人，为什么有的帮完，关系更近了；有的帮完，两个人再也回不到从前？

场景

这是我构想的场景，人物也是我构想的。老刘，七十岁，退休工人，有一个女儿。他有句口头禅：“我就是这样。”意思是：我这个人，就是这样的脾气，改不了，也不用改。

老刘有一个远房亲戚，辈分上算外甥，三十出头，在城东开了一家小吃店。有一天，外甥拎着两盒点心上门，坐了很久，才开口说：进货的钱周转不开，想借两万，半年内还。

老刘没有马上答应，也没有推辞。他想了一会儿，起身进里屋，从抽屉里取出存折，第二天一早去银行取了现金，用报纸包了一层，又装进信封。交钱的时候，他说：“不急，什么时候有什么时候还。”

外甥千恩万谢地走了。老刘站在门口，看着他的背影，心里觉得踏实：我这件事做得对。

当天晚上，女儿来电话，他把这件事说了，末了又补一句：“我就是这样，帮人就是帮人，不图什么。”

接下来这一章要讲的，就是这个信封的三种去向。钱是同一笔，老刘的善意是同样真的，三条路却走向了三个很不一样的地方。

借不借、借多少，是另一个问题，属于每个人自己的家计，本章不谈。我只看一件事：钱出去以后，两个人之间的那张网，被写成了什么样子。

◆ 拆解

先说“孽”字。“孽”字在日常话里很常见，说一个人“造孽”“作孽”。它背后有一套很大的教义，我不碰。本书在这里只借它最平常的意思：好意做出去了，结成了一个解不开的疙瘩。

于是有了一个对子：善缘与孽。它们不是两种人，也不是两种心。它们是同一个人的同一个行动，回写之后，落成的两种不同的形状。善缘，是回写把那张网打得更通；孽，是回写把那张网锁得更死。

上一章讲过，回写是动词，会厚，会薄，也会落空。这一章补上一种：回写也可以朝着“锁”的方向写。

同一个“行”，为什么会分岔。先排除两个最容易想到的答案。

第一个答案：看钱的多少。两万和两百，感觉不一样，但锁住一张网并不需要大钱，二十块也行，下面会看到。

第二个答案：看善意的真假。老刘是真心想帮外甥，这一点没有任何疑问。如果善意真假能决定结局，那我们只要问“你是不是真心的”就够了。可生活里最让人难受的，恰恰是两个人都真心，事情却越走越僵。

那分岔点在哪里？我的看法是，分岔点在善果显露之后。第44章讲过，善是善果，是一种显露，它在对方的回应里才被看见。钱交出去以后，真正要紧的是：对方的回应，被老刘当作了什么？下面两条岔路，说的就是两种“当作”。

第一条岔路：施恩图报。设想老刘说“不急”，是真的这么想。可是三个月之后，外甥的店生意一般，还不上。外甥不好意思见面，逢年过节才提着东西来，坐一会儿就走。

老刘这边呢？嘴上依旧不提钱，心里却起了一本账。他看见外甥发了一条朋友圈，是带孩子出去玩的照片，心里闪过一个念头：有钱出去玩，没钱还账。他立刻觉得自己小气，把念头压下去。可念头已经出现了，下一回见面，他说话的语气里，就多了一点什么。

这就是图报。我要说得清楚一点：图报不一定是明着的，往往是一个自己都没发现的东西，躲在“我不图什么”的后面。老刘那句“帮人就是帮人，不图什么”是真心话，同时他心里还有一本账，两件事可以同时存在。这里不作诊断，我不想说老刘是个怎样的人，只想指出这个现象：嘴上的“不图”和行动里的“等着”，常常并排放着。

再看这张网被写成了什么。

外甥和老刘之间，原本是一张很宽的网：可以聊家常，可以说起店里的难处，可以互相打听消息，也可以在亲戚圈里互相帮着说话。这些，都是“缘”，是两个人之间可以流动的东西。

借钱之后，网被收窄了。两个人再见面，所有话都得经过“那两万”这个形状来翻译。外甥一说店里难，听起来就像在哭穷躲债；老刘一问店里怎么样，听起来就像在催。于是两个人都学会了闭嘴，只剩下客套。真正需要流动的东西——店里到底怎么了，老刘能不能出个主意——恰恰被堵住了。

这就是E被锁住：原本多功能的一张网，被固定成了一条单一的通道，叫“债主与欠债的人”。

第二条岔路：强加好意。换一个走法。设想老刘借钱的时候，没有说“不急”，而是说：“钱可以借，但你得听我的。”

他的条件是：这钱只能用来进货，不能拿去装修；每个月把流水拿来给他看一看；他认识一位会计，让外甥以后找他做账；还有，外甥想在店里加一个卖早点的窗口，老刘说不行，早上人少，白搭。

老刘说这些话的时候，是出于关心。他一辈子在厂里，知道生意怎么亏的，他是真的怕外甥踩坑。他对女儿说：“我是为你好。”（他对自己女儿也常说这句话，那是第5章讲的事，这里只借一笔。）

好意也有强加的版本。它的特点是：对方并没有开口要，而好意自己进门了。

我们来看这回网被写成了什么。第44章说过，善是在对方的回应里显露出来的。强加好意的麻烦在于，它绕过了对方的回应。外甥想卖早点，那是他自己的一

小串差异：他观察到附近有上班族，他有自己的盘算。老刘一句“白搭”，把这串差异掐断了。外甥后来也许照做，也许阳奉阴违；无论哪样，老刘看到的“善”，是他自己想象的善，不是显露在外甥那边的善果。

所以第二条岔路锁住的是另一个地方：不是债主与欠债的人，而是指挥的人与被指挥的人。外甥学会的是“在老刘面前少说”，网里留下的是一种看不见的怕。

两条岔路的共同点。图报和强加看上去很不同，一个在等，一个在压；可是我发现它们有一个共同的底：“我给”被当成了中心。

我的钱，我的好意，我的主意。在这三个“我的”里，对方成了接收的一端，对方的回应不再是要紧的东西，只是一个“收到了没有”的回执。第5章讲过，心天生以主体性为中心（K4）：这是心的出厂样子，本身不是毛病。两条岔路并不是因为老刘“主体性太强”，而是因为在这个关头，心里的另外两个声音——客体性和互动性——没有机会说话。这些话在后面还要说。本书的推论是：互动性在心里的分量，会影响善果能不能显露。这一条在第48章会作为一个可错的预言专门讲。

善缘不等于没有条件。读到这里，有人会担心：照这么说，老刘是不是什么都不该说，钱借出去就闭嘴？不是的。

老刘完全可以说：“我最多借两万，再多我拿不出。”这是一条边界，而边界本身是好东西。区别在于，边界说的是“我这边的事”：我拿得出多少，我能等多久。强加说的是“你那边的事”：你该怎么开店，该用谁做账。前者把自己的位置交代清楚，对方知道往哪里站；后者占了对方的位置。

所以善缘里也有话要讲，有条件要提，只是这些话是放在网上两头的，不是从一头压向另一头的。互动性（心里看对方脸色、听对方回应的那个声音）在这里并不是软弱，它是让话说得出去、也收得回来的那一部分。

网有两头，另一头也在写。还有一点不公平的地方，得补上。前面都在说老刘，好像锁不锁全在他。其实不是。

外甥那一头也在写。他可以把“老刘说不急”当成真的不急，一拖再拖，连一句交代都没有，借的时候低声下气，借到了就当成理所当然。这也是回写，写进去的是“舅舅的钱可以不当回事”。时间一长，老刘心里的账本，也未必全是他自己凭空起的，其中有一部分，是外甥一次次沉默喂出来的。

我这样说，不是要替老刘开脱，也不是要怪外甥，而是想把话说准：孽，很少是一个人的发明，它是两个人一点一点配合出来的。图报的人和不回应的人，彼此是对方的原因。这也是为什么我反复说，锁的是网，不是某一个人。

孽，会自己长。为什么我愿意用“孽”这么重的字，而不只是说“关系搞僵了”？

因为锁住的网会继续生产。图报的账本，今天是两万，下一回见面，就会连带起别的：外甥家别的亲戚听说了这件事，议论“老刘借钱是要利息的吧”；女儿为了这事不愿回老家；外甥的父母夹在中间难做人。网是一整张，锁住一个结，周围的线也被扯紧。

前面讲过回写是动词，会越写越深。善缘是越写越通，孽是越写越死。孽的“长”，和善缘的“长”，用的是同一个机制，只是方向不同。

善缘的那一条路，是什么样子。我再构想一个走法，这是第三个版本。

老刘把信封交过去，说：“你用得上就用。用完告诉我店里怎么样，我也想听听。”这句话和“不急”相比，只差一点，但方向不同：它没有把钱说成“不用还”，也没有把条件说成“听我的”，它做了一件事——给对方留了一个说话的口子。

三个月后，外甥来了。他没有提着点心，只是来说：“舅，最近有个问题，想听听你的看法。”老刘给了一个看法，外甥想了想，说：“我觉得不太行，因为……”老刘居然笑了：“你说得有道理。”

半年到了，外甥还了一半，说另一半想再拖几个月，因为他想先把早点窗口开起来。老刘说：“好。”

这条路上，钱并没有“顺利收回”。事实上，也许永远不会收回来。我要老实说：善缘并不保证钱回来，也不保证店开得成。善缘的标志是另一个：这张网还是通的。外甥遇到难处，第一个想到的是找老刘商量，而不是躲起来。

即使最坏的情形，两万没了，善缘也还可以是这样一个很朴素的结果：两个人还能坐在同一张桌子上吃饭，还能说话。我不想把善缘讲得太美，它不是奖赏，只是网没有被锁死。

“不急”和“不图”，为什么不够用。老刘有两句话：“不急，什么时候有什么时候还”，和“帮人就是帮人，不图什么”。这两句话听起来最大方，其实最不保险。

原因在于，它们都是主语在“我”的话：我不急，我不图。说这话的人，是在向自己、向别人交代自己的心。可是网上另一头的人，听见“不急”，听到的是什么？也许是“你放心”，也许是“你别让我催”，也许只是一个模糊的、需要自己去猜的意思。同一句话，在另一头可以变成三种东西。

比起“我不图”，更靠得住的是一些很具体的话：“这笔钱我半年内用不上”“你每个月来的时候，顺便说说店里的情况”。具体，就是把话放到网的两头都看得见的地方。这和善意的大小无关，只是换一种说话的方式，让网有地方落脚。

三个辨认的问题。怎样知道自己走在哪条路上？下面三个问题，问的是这一件事，不是给谁定性。

第一，给出去之后，对方还能对我说“不”吗？说不的时候，我是听，还是急？

第二，对方的难处，还能讲给我听吗？是说得出口，还是越来越只讲好话？

第三，我心里有没有在等一个什么？等的东西是不是自己也不愿意承认？

三个问题，对应了网上三个地方：第一个问的是对方的差异序列还走不走得通，第二个问的是信息的通道，第三个问的是我这边。老刘如果在交钱那天，就问过自己这三个问题，大概会走另一条路。可他当时只觉得“我就是这样”，那句话

挡住了问题。至于这句话背后的“固化”与“更新”，是第32章和第49章的事，这里不下结论。

锁住了，还能松开吗。因为回写是动词，所以它可以反着写。

设想老刘察觉到最近和外甥说话越来越客套。他某一天去了城东，没有带点心，也没有提钱，只是坐在店里吃了一碗面，问了一句：“这碗面的汤，是自己熬的吗？”外甥答了。两个人聊了十分钟面，没有一个字提到那两万。

回去以前，老刘说了一句：“上回我说话冲，你别往心里去。”这句话是不是起作用，我不敢打包票。外甥可能愣一下，说“没有没有”，也可能真的松了一口气。一次，不会把锁打开，只会让它松一点点。要多少次，才能回到原来的宽度，没有一个固定的数。

我愿意把这件事写下来，因为它说明了本章要讲的东西不是宿命。孽有自己的生长，善缘也有；锁住的网会加固，松开的网同样会一点点加宽。只是要有人先写第一笔。

◆ 对照旧地图

旧地图里，关于善恶的后果，最有名的说法是报应。《周易》坤卦《文言》的整句是：“积善之家，必有余庆；积不善之家，必有余殃。”〔待核〕上一章引过前半，这一章补上后半。这个对子几乎就是“善缘与孽”的老说法。

它的强项，是看见了后果会积在一个“家”里，不只在个人身上。它的缝隙，是“殃”从哪里来：传统里常常放在天的赏罚。本书的读法不同：余殃不必等天来报，它就是眼前被锁死的那张网，锁了，自然就有后果。这个读法是本书的看法，不是王德生的口述，也不是对旧说的驳斥，只是把它放到了日常的尺度上。

再看“强加”这一岔，《论语·卫灵公》里有一句人人熟悉的话：“己所不欲，勿施于人。”〔待核〕孔子给人立的这一条界线，是一个否定的形式：自己不愿意的，别塞给别人。这条界线守住了很大一块地方。可是老刘的情形是另一种：他所欲的，是真好，他施给外甥的，也是他自己要的好东西——稳妥、账目清楚、

不冒险。“己所欲，施于人”，这个正面的形式，这句话没有管。这个观察是本书的，我不敢说孔子没想过，只是说这句话的字面没有覆盖。

福音书里有一处讲借贷：吩咐人借给人，不要指望偿还（《路加福音》6章，我只转述大意〔待核〕）。按经文自身的说法，这种“不指望”，是放在对神的信靠里讲的。本书不替它作神学上的解释，只取其中一点：把回写的方向，从债上松开。这一点和图报那条岔路，刚好正对着。

《薄伽梵歌》里的“不执着果实”（印度之心那一编里有更细的讲）是对图报最彻底的一种对治。我愿意把它最强的辩护写出来：如果缠缚真的会像本章所写的那样发生，那么“先松开”确实对症，而且抓得极准。本书和它不一样的地方只有一点：松开之后，是让网断掉，还是让网通起来？本书倾向后者。这是倾向，不是定论。

回到场景

回到那只信封。

钱是同一笔，老刘的善意是同一份，连那句“我就是这样”都是同一句。三条路摆在面前：一条走进账本，一条走进指挥，一条走进了一个说话的口子。

开场的时候，我们可能以为问题是：老刘是个好人，还是不够好的人？现在能看出，这个问法有点偏。他是同一个人，三种走法都可能发生在他身上，甚至发生在同一天。分岔不在他是什么人，而在他交出信封之后的许多小地方：外甥一次沉默，他怎么看；外甥一句“我想试试”，他怎么回。

还有一个我之前没想到的新发现：分岔点往往不在大事，而在“不急”之后的那个“然后”。一句话、一个表情、一次没有说出口的念头，都是 D 里的一小步。善缘与孽，是这些小步一点一点积出来的，不是交钱那天一次定下的。

还有一个人在这个故事里始终没有出场，就是老刘的女儿。她只是在电话那头听了一句“我就是这样”。可是如果老刘走的是第一条或第二条路，这个电话以后会变成什么样？她会听到一个越来越不满的父亲，或者一个越来越爱发号施令的父

亲。如果走的是第三条路，她会听到另一种话：“外甥说了个主意，我觉得有点道理。”这些话，会一句一句写进她和父亲之间的网。所以一个信封的去向，从来不止两个人，它是一整张网上的一个动作。

这也给了老刘一个比较温和的出路：他不需要变成另一个人，只需要在下一次见到外甥时，换一个问法。

> 带走的话
>
> 同样的好意，写进去的是一条路，还是一把锁，要看对方在这张网里还能不能自己走。

> **小账**
>
> 小账一：本章结算的新理解——回写会分岔：好意之后，E 可以被写得更通（善缘），也可以被写成债或指挥的单一通道（孽）；分岔不取决于钱的多少和善意的真假，而取决于对方的回应有没有被当成善果显露的地方。
>
> 小账二：本章落在承重命题第4条（善是善果，是显露的 S，不是预设的善心，K3），并翻动了“只要出于好意就是善”这一个旧预设。

第 47 章

三个场景：送礼、邻里、同事

这一章的问题：“行·善·结·缘”这条路，在生活里换一个地方，还认得出来吗？

场景

前面几章，我们一直待在一间茶水间、一个信封、一碗汤的旁边。这一章换一种读法：不再深挖一个场景，而是并排放三个，各一节，看同一条路径在不同的地方怎样长出不同的样子。

三个场景都是我构想的。第一个在一户人家里，有东西递过来；第二个在一座楼里，没有东西，只有一个堆了杂物的拐角；第三个在一间办公室里，有一件天天要做、没人想做的小事。我选它们，是因为它们差得很远：一个是一对一，一个是一群邻居，一个是一伙同事。如果同一条路径在这三个地方都能认出来，我才敢说它不是只属于楼道和茶水间的小道理。

导论里讲过送礼，这一章不再回到那里。这里的送礼，换一个地方看。

◆ 拆解

第一节　一辆传下去的婴儿车

阿杰，三十四岁，做销售，这是我构想的人物。他的孩子刚满月，家里来了不少人。

收到的东西很多。同事们凑的红包，装在一只红色的信封里，写着名字和一句吉祥话。远房亲戚寄来一箱奶粉。还有一件东西，是楼下一对夫妻抬上来的：一辆旧婴儿车。

车不新，扶手上有磨出来的光，篮子里垫着一块洗得发白的布。楼下的男人说：“这车我们是从别人那里接的，用了三年。你们用完了，传给下一家，不用还我们。”他说着，从车座底下摸出一张折起来的纸条，递给阿杰：“上面是前面几家写的，你们用完也写一句。”

阿杰展开看，纸条上只有三行字，没有名字，每行是一句话。第一行说：“夏天推的时候，遮阳篷要先卡紧。”第二行说：“刹车偏左，推的时候往右带一点。”第三行说：“带孩子出门，别急，车比你稳。”

我想借这三样东西，看一看送礼里的行、善、结、缘。

先看红包。阿杰是做销售的，他有一个小本子，专门记谁随了多少，将来别人家有事，好照着回。这个习惯很普通，我无意批评。《礼记》里有一句话：“礼尚往来。”往来本来就是维护那张网的方式：我来你往，你来我往，两家的路才不会荒掉。小本子是一个载体，它让“我们之间有往来”这件事被记住。

但小本子只能记下一种东西：两家之间的对等。这是一条线，线的两头，一头是随了的人，一头是收了的人，要还，才算平。红包的“结”，落在这条线上。

再看那辆车。它不一样的地方在于，它的“结”没有落在送的人与收的人之间。楼下的夫妻说“不用还我们”，这不是客气，因为他们也是从别人手里接的，欠的是上一家，而上一家早就不在眼前。于是这个“欠”，只能往前还给下一家。

这样一来，网的形状变了。两个人之间的一条线，变成了一条长链：从第一家到第二家，到楼下夫妻，到阿杰，再到后面某个现在还不认识的人。每个人都欠了一点，每个人也都给出去一点，谁也不能和谁两清，因为没有谁在对面。

再看纸条上的三行字。它们是这条链上最有意思的东西。“刹车偏左，往右带一点”，这是一句很具体、很实用的话，是前面某一位推过这辆车的人，用身体摸出来的。把它写下来，就是把一个人的经验显露出来，留在车上。阿杰看到它，下一次推车时，手就知道往哪边用力。

这就是回写的一种很清楚的样子：一个人的行，显露为一句话，写在载体上，改动了下一个人的行。第三行“别急，车比你稳”，又是另一类话，它改的不是手，是心里的那份紧张。

阿杰后来的反应很值得说。他收下红包的时候，翻了翻小本子，心里算了一下，算的是“以后怎么回”。他收下婴儿车的时候，没有拿出小本子，他也不知道该往哪一页写。他只觉得，手里这辆车是一份“接过来”的东西，他得好好用，用完了好好传。

过了一年多，孩子长大了，车闲了下来。阿杰在群里问：“谁家要婴儿车？”同楼层一对新婚的夫妻说他们明年要。阿杰把车擦干净，纸条上添了一行：“座位的搭扣有点紧，扣的时候先按住上面。”

这样讲，并不是说红包不如婴儿车。红包有红包的长处：它轻，谁都能送，不需要谁家恰好有一辆闲置的车；它也有一层很实在的好处，是新手父母正缺钱的时候，现金最灵活。婴儿车的局限则是，它得有人刚好有、刚好愿意传，而且传得动的东西很有限，不是什么都能一代代传下去。两种礼走的是两条路，各有各的用处。我只想指出，它们回写的方向不一样。

这一节我想留下的，是一个小小的区分。红包是一条线，结在两家之间，需要还；婴儿车是一条链，结在往后的人那里，需要传。两者都是“礼”，都在维护网，只是网的方向不同：一个往回，一个往外。后者尤其适合那些东西，用完了本来就要往下走，不应该停在自己手里。

第二节　三楼和四楼之间的拐角

第二个场景在一座老楼里。

周阿姨，六十二岁，退休小学教师，住三楼，这也是我构想的人物。三楼到四楼之间的拐角处，近来多了几只纸箱，叠到半人高，旁边还靠着一辆自行车，轮胎瘪了，链条生了锈。东西是四楼那户人家的。

楼里有一个住户群。有一天，群里有人发了一段话：“请各位住户注意消防通道，不得堆放杂物，违者将上报物业。”发完，没有一个人回。四楼那户人家也没有回。杂物在原地。

这段话是一个典型：话是对的，规矩是对的，出于一片好意，也没有指名道姓。可它没有任何用处。为什么？因为它没有经过任何一小串真实的行动，只是挂在群里，像第45章里墙上的那张标语。它是“显露”的样子，里面没有“行”。

周阿姨每天都要从这个拐角经过，拎着菜，侧着身。她没有在群里说话，也没有去贴条。她心里想的是另一回事。贴条这个办法，有一个特点：条子是单向的，贴上去，对方看到了，却没有办法当场回答。你不知道他看了是难为情，还是恼火。而这一点，恰恰是善果能不能显露的关键：善是在回应里被看见的（第44章）。一张不能回答的纸条，把回应的路堵上了。

第三天，周阿姨在楼梯上遇到了四楼的邻居，一个四十来岁的男人，拎着垃圾袋。她停下来，问了一句：“你这辆自行车，还骑吗？我看轮胎都瘪了。”

这句话里没有“消防通道”四个字，也没有任何命令。它只是问了一个具体的事。男人愣了一下，说：“哎，一直说要处理，没顾上。”

周阿姨说：“我家有打气筒，要是还骑，下午我给你送上来。要是不骑了，小区门口每周四有个收废品的，我听说收得还行。”

男人说：“那我周四弄一下吧。”

我要停下来，做一个拆解。周阿姨那句话，是一个“行”：很小，很顺手，是一小串差异中的一步（和群里那段话不同，和贴条不同）。她提出了两条出路，打气筒和废品站，这是把对方的下一步给他看清楚，而不是替他走。

男人的那一句“一直说要处理，没顾上”，就是善果显露的地方。他没有被指责，他有一个台阶，所以他的回应是“我自己想处理”。真正移走杂物的，是他自己的行，而不是周阿姨的规矩。

我再补一句，免得被读成“公告没有用”。消防通道确实不能堵，物业也确实有权管，到最后真管不了的时候，请物业出面是正当的办法。周阿姨也知道这一

点。她做的只是排了一个先后：先当面问，问不通，再用公告和物业。这个先后很重要，因为公告一旦先发出来，对方就成了“被通报的人”，后面再想当面说一句话，难度会大很多。

后来的事是：周四，纸箱不见了，自行车也不见了。几个月后，另一户人家的门口多了一只鞋柜，周阿姨经过的时候，只是笑着说了一句：“你这个鞋柜，快顶到楼梯了。”那户人家说：“哎呀，我挪一挪。”

这是回写。写进网里的东西不是“周阿姨管得住”，而是“这座楼里，有话可以当面说，说了不会翻脸”。

我必须说一个相反的可能。这件事不一定这样顺利。如果男人当时说的是：“我自己的东西，关你什么事？”那么这一次的回写，大概就写不进什么。周阿姨可能会说一句“那行，有需要你说”，然后上楼。杂物仍在，也许最后还是要请物业出面。但即便这样，她留下的东西也没有白费：她没有把话说死，网上留着一个口子。过了半年，也许男人在电梯里碰到她，会主动说一句话。也许不会。善缘从来不是每一次都立刻兑现，这一点我愿意老实写下来。

◆ 第三节　午饭拼单

第三个场景在办公室里。

阿杰所在的销售部，十来个人，中午多半叫外卖。外卖平台有个满减的规矩，人越多越划算，所以大家习惯拼单：有一个人把大家要的东西汇总，下单，收钱，对账，等外卖来了，再一份一份分给大家。

这件事谁来做？起初没人定过。是办公室里一位同事，有一回顺口说了句“我来拼”，之后，就一直是她了。大家都觉得很方便，她也从来没说过什么。

阿杰有一回忘记转账了，十二块钱，过了一周才想起来。他有点不好意思，跑去跟那位同事说：“上次那十二块钱，我补给你。”她笑着说：“没事，我都记着呢，你不提我也不会找你。”

阿杰这才发现一件事：她记着，每个人欠多少，欠了多久，她都记着。她从来没有提过，是因为一提，就像催账。这件事，她一个人在默默做，已经做了大半年。

这件事里没有什么大恶，也没有什么大善。有的只是一个默认被悄悄写了进去：“拼单是她的事。”这个默认是怎么形成的？是每一个人在每一天的“顺手”里一点一点写的。我们每个人都让她多做了一点，每一次都没有恶意。这是回写的另一个样子，和第45章、第46章里讲的一样：不是只有好事会回写，“默认”也是回写出来的。

阿杰做了一个很小的动作。第二天中午，他对办公室说：“今天我来拼。”说完，又加了一句：“明天谁来？”

有人答：“我来吧。”

就这样。没有开会，没有做排班表，没有写一张轮值的名单。那位同事一开始还有点不好意思，说：“没事，我来就行，我习惯了。”阿杰没有坚持，也没有替她做主，他问了一句：“你是觉得这样省事，还是想轮着来？”她想了想，说：“轮着来也行，我也想有一天，不用记那么多账。”

这里有两件事值得拿出来看。

第一，阿杰这回做的“善”，不是“多给一点”，而是“拿回我的一份”。善不一定是多出力气，有时候是把别人替我扛着的那一份，轻轻放回来。这一点常常被忘记，因为我们对“善”的想象，多半是给，很少是接。

第二，他没有强加。那位同事说“我习惯了”的时候，阿杰没有一口断定“你这样不对”。他问她：想不想轮着来？这是一句请对方回应的话。如果他直接宣布“从明天起大家轮流”，哪怕是为她好，也可能走上上一章讲的那条岔路。是她自己那句“我也想有一天，不用记那么多账”，让善果显露了出来。

后来我想，这件事里最容易被漏掉的一笔，是那位同事自己的变化。轮着来之后的第一周，她第一次在中午什么都不用记，捧着自己的饭坐下来，慢慢吃。这一

小段时间，她以前是没有的。网被改了，网里的人的日子也跟着改了一点。善果显露在她那里，不是一句“谢谢”，是一顿安安静静吃完的午饭。

后来办公室里的“拼单”，从一个人的事，变成了每个人的事。再后来来了新同事，没人告诉他规矩，他看着大家轮着来，到了第一周，自己就说：“明天我来吧。”

三个场景放在一起。我想把它们再并排看一遍，看出它们的共同处与不同处。

行（D）的样子不同。第一个场景里，行是递出一件东西，而且是一件有来历的东西。第二个场景里，行是问一句话。第三个场景里，行是说一声“今天我来”。三个“行”，都小，都顺手，都只是一串差异中的一小步。

善（S）显露的地方不同。第一个场景里，它显露在阿杰收下车时那份“要好好传下去”的心里。第二个场景里，显露在邻居那句“我周四弄一下”。第三个场景里，显露在同事说出“我也想轮着来”的时候。这三处，都在对方的回应里，而不是在给的人的手里。

结（回写）落的载体不同。第一个落在物上，一张纸条。第二个落在话上，一种“当面可以说”的口气。第三个落在习惯上，一个轮着来的做法。

缘（E）扩出去的方式也不同。第一个扩成一条长链，往后的人；第二个扩成一座楼的气氛；第三个扩成一间办公室的默认。

同一条路，三个地方，都认得出来。而这三个地方还有一个共同点，让我觉得这条路是真的：它们都没有大事，也没有谁因此变成了好人，每个人都是在做自己顺手的一小步。

三处各有一个容易滑进去的坑。既然是同一条路，坑也大同小异，只是穿着不同的衣服。

送礼的坑，是账。礼变成一本只算对等的账，网就收窄成一条线，上一章讲的“债主与欠债的人”，在这里换成了“随礼的人与回礼的人”。邻里的坑，是公告：话说得再对，不经过当面的一问一答，就只是挂在墙上的字。同事的坑，是默

认：没人说过“该你来”，却人人这样做了，一个人替所有人扛着，也没有人觉得有什么不对。

三个坑有一个共同点：它们都没有恶人，也不需要恶意。所以才难，所以才要靠那一点很小的“行”，在坑口边上拉一把。

◆ 对照旧地图

这一章的三个场景，在传统里都有对应的说法，我挑两句。

《礼记·曲礼》里说：“礼尚往来。往而不来，非礼也；来而不往，亦非礼也。”〔待核〕这是中华之心对送礼最清楚的一条规矩，它的强项是看见礼是往来，不是单向。人类学家莫斯研究过各地的礼物，他的看法大意是：礼物里有给、收、回三件事，缺一件，往来就断了（转述大意〔待核〕）。这两种说法都在讲同一件事：网要靠往来维护。

本书想补的，只是第一节里那辆婴儿车显出的一个方向：往来之外，还有“传下去”。礼不一定要还给送的人，也可以交给下一个人。这是本书的看法，它不取代“往来”，只是把往来的方向多开了一个。

《论语·里仁》里有一句：“德不孤，必有邻。”〔待核〕邻居的“邻”，在第二节里看得很清楚。孔子这句话，一般的读法是：有德的人不会孤单，一定有人来亲近。放在本书的框架里，可以换一个读法：邻不是德的奖赏，邻是德发生的地方。周阿姨那句话，不是先有了“德”，再去找邻居，而是在跟邻居说话的时候，那一点善才显露出来。这一点读法，是本书的，请读者当作一种看法。

回到场景

回到三个场景的开头。

一开始，我们担心的是：这条路径会不会只是一个书房里的漂亮说法？现在再看，答案并不玄。送礼的时候，它是一辆车和一张纸条；在楼里，它是一句问话；在办公室里，它是一声“今天我来”。

回头看，还有一件事是我在写之前没想到的：这三个场景里，“结”落下的地方，都不是做事的人手里。婴儿车的纸条留给了下一家，楼道的口气留给了所有邻居，办公室的轮值留给了新来的人。结，是留给后来者的东西。

如果只能从三个场景里带走一个动作，我会选各自里最小的那一步：一张折起来的纸条，一句关于轮胎的问话，一句“明天谁来”。这三样东西，没有一样花得起多少力气，也没有一样需要谁先把心修好。它们都只是在对的地方多走了一步。心的发生学要说的，大概就是这样一件朴素的事：心不必先准备好，往往是路走了一步，心才跟着显露出来。

这也许就是为什么缘（E）能越织越大：每一次回写，都不是把东西收回自己名下，而是把它放回网里，让别人也能用。

> 带走的话
>
> 同一条路，在礼物里是传下去，在楼道里是问一句，在办公室里是轮到我：结，总是留给后来的人。

小账

小账一：本章结算的新理解——行善结缘不是某一个地方的道理：送礼、邻里、同事三处，行的样子不同，善都显露在对方的回应里，结都落在留给后来者的载体上（物、话、习惯），缘由此从一对一扩成链、扩成楼、扩成办公室。

小账二：本章落在承重命题第3条（行善结缘是一条完整的发生路径，K1、K2），并翻动了“善是给出去的东西，结是对方还回来”这一个旧预设。

第 48 章

一个可错的预言：越讲“我的心”，越难结缘

这一章的问题：这件事里，心是被合成的，还是被当成了起点？前面五章，我们一直在拆行善结缘这条路：行是 D，善是显露出来的 S，结是回写，缘是 E。拆到这里，可以冒一个险了：既然善是善果，不是预先备好的善心，那么一个人越把“我的心”挂在嘴上、放在前面，善果是不是就越难显露？这一章把这个猜想正式写成一个预言，并且当面写明：什么情形出现，它就错了。

场景　两种热心人

这是我构想的场景，人物也是我构想的。周阿姨 62 岁，退休小学教师，住老小区三楼；老赵 66 岁，是她的邻居。两个人在楼里都是出名的热心人。

三单元的小夫妻刚搬来，孩子才三个月，楼道里堆着没拆的纸箱。周阿姨下楼买菜，看见了，什么也没多说，顺手帮着把纸箱压扁，捆好，放到了回收点。她只问了一句：“这几天晚上孩子闹不闹？我楼上楼下都能听见点动静，你们要是嫌吵，告诉我，我家那边关窗。”小夫妻愣了一下，说不闹，还谢了谢。过了两天，那位年轻妈妈敲门，送来一小袋自己烤的饼干，顺便问周阿姨，附近哪家儿科门诊人少。

老赵也去了。他听说新搬来一户，特意上门，提了一箱牛奶。话说得很诚恳：“我这个人就是心热，看见谁有难处，心里坐不住。你们有事尽管开口，别客气。”他坐了二十分钟，讲了自己在这栋楼里这些年为大家跑过多少次腿，修过几回水管，垫过几回物业费。小夫妻客客气气地听完，客客气气地送他出门。此后他们在楼道里碰见老赵，点头，问好，再没有别的了。老赵回家跟老伴说：“现在的年轻人，不识好歹。”

两个人的心，都是热的。可是一个多月以后，楼道里的格局不一样了：周阿姨家门口，时不时有人放下一点东西，或者敲门问句话；老赵的热心，则越来越成为他自己心里的一笔账。

◆ 拆解

◆ 一、先把预言写清楚

本书的推论是：一个人把“我的心”摆得越靠前，善果越难显露；互动性在心里的分量越大，善果越容易显露。这是本书的推论，不是王德生的口述。它由两处口述推出来：一处是心的属性——以主体性为中心，客体性与互动性为次要和辅助；另一处是善的位置——善是善果，是一种显露的 S，不是预先备好的善心。

这两处合起来，推论就顺着出来了。善既然是在回应里被看见的果，它就长在“你和对方之间”，不长在“你的心里面”。一个人的注意力若总是停在自己的心上——我心好，我心热，我是真心的——那么对方那一头能进来的东西，就被挡在了门外。主体性本来就是心的出厂样子（第5章讲过），它不需要再加码；加码以后，原本排在后面的互动性，就更被压到看不见的地方去了。

预言有两半：前半，越强调“我的心”，越难结缘；后半，互动性分量越大，善果越容易显露。两半说的是同一件事的两面，所以检验时可以只盯一面。

◆ 二、周阿姨的注意力在哪里

回头看周阿姨那几句话。她问孩子闹不闹，问的是对方这几天过得怎样，不是她自己愿不愿意帮。她说“你们嫌吵，我关窗”，把自己放在了一个随时可以调整的位置上：对方一开口，她就动。她压扁纸箱这个动作，是 D，是一个很小的差异，在对方的生活里添了一点点不一样：楼道通畅了。这个差异被对方看见，对方给出回应，饼干，一句问话。回应进来，周阿姨再动一步。这就是回写：S 经 D 回写 E，一个楼道的格局，就这样被改了一点点。

注意，周阿姨并不是没有“心”。她的心也是热的，而且比旁人更实在。但在她那里，三界之我合成的那颗心，把互动性的接口开着：对方的脸色、孩子的哭声、楼道里堆着的纸箱，这些客体和互动上的信息，都一路进到她的心里来，参与了她下一步怎么动。心在她那里，是一个往外开的东西。

◆ 三、老赵的注意力在哪里

再看老赵。他一句“我这个人就是心热”，把心放在了第一句。他后面所有的话，都是在为这句话作证：修过几回水管，跑过几次腿。这些事实都是真的，他的热心也是真的。我们不能说老赵是装的，更不能说他是坏人。

问题出在方向上。他上门，是去送出一颗“心”。送心的人，会很自然地等着对方“收”。对方收了，说一声好，他的心就算被承认了；对方客气，没有收到他想要的承认，他就在心里记上一笔。账记上了，热心就慢慢变成了委屈。

用 SDE 的话说：老赵那一趟，D 是有的（牛奶、上门、二十分钟），但这个 D 是照着“我的心”这个预设的 S 来走的；他事先已经知道善是什么——就是他的心意——所以对方的回应，对他来说只有两种：认可，或者不识好歹。第三种可能——对方的回应里藏着他事先不知道的东西，比如这户人家眼下最缺的其实是半夜里一个能问路的人——没有位置。E 在他那里是被他的账本锁住的。第46章讲过，这叫善缘滑向孽的那道分岔。这里我们不重提，只在这里记一笔：老赵的热心，没出毛病，毛病出在“我的心”站在了门口。

◆ 四、预言为什么不是废话

有人会说，这不过是“谦虚点好”的老话。不是。老话劝的是态度，叫人别张扬。这个预言说的是一个有方向的结构关系：注意力放在哪个位置，善果就在哪个位置显露。一个人可以很谦虚、很低调，嘴上从不提自己的心，可是心里仍然一直在查看“我做得好不好，我的心被没被看见”，这样的人，照这个预言，同样难结缘。反过来，一个人说话很冲，大大咧咧，可是注意力一直跟着对方走，这样的

人，结缘反而顺。预言要比的，是互动性在心里占的分量，不是嘴上说了几遍“我的心”。

这一点很要紧，因为它让预言有了棱角：它不等于“低调的人更受欢迎”。如果它只是一句老话，就不会有被推翻的那一天。

◆ 五、两个防止误读

第一，这个预言不是叫人不要发心。发心的那一下，是真的；没有那一下，周阿姨也不会下楼去压纸箱。本书对发心不作贬低。本书只是说：发心是一个开头，是一个“端”，它自己不是善；善要在回应里才看得见。

第二，这个预言也不是叫人没有主见。主体性是心的中心，这是出厂样子，不是毛病。一个没有主体性的人，也无从结缘——他连“我去敲这个门”的那个“我”都没有。预言只问：在这个中心旁边，次要的两个声音，客体性和互动性，有没有分量。

◆ 六、最强的辩护

发心论有它最强的一条辩护，我们要把它放在这里，让它说完。它说：天下的善事，没有一件不是从一个人的发心开始的。没有发心，就没有行；你用结果来量善，那么一个人做了好事，对方偏偏没有回应，难道这个人的善就不存在了吗？再说，发心强，才能在没有回应的时候继续做下去；周阿姨能那样轻轻松松地问一句，是因为她这一路被回应得多。换一个没有人回应的楼道，不靠一颗坚定的心，谁撑得住？

这条辩护有分量，本书承认三点。其一，发心确实是行的开头，没有人能绕过它。其二，没有回应的时候，确实需要有东西撑着。其三，善不能全由对方的反应来裁定，否则一个人就成了别人脸色的奴隶。

本书的回答是：这三点，都落在预言的外面。预言不否认发心，也不要求一个人看对方脸色行事。它只说一件事：在“结”这一步，也就是善果显露、回写进入

E 的这一步，互动性的分量决定了什么东西进得来。发心撑得住行，撑不住结。一个人可以靠发心做一百次，可是那一百次里，如果回应从来没有进过他的心，他这一百次的善，就始终是他一个人的事，没有长成任何“我们之间”的东西。

七、互动性的分量，日常里看得出几个记号

预言说“互动性在心里分量大”，听上去很抽象。其实日常里有几个粗记号，不需要任何仪器。这些记号是本书的构想，用来帮读者自己对照，不是用来给谁定性的。

第一个记号，是问句和陈述句的比例。周阿姨开口先问，老赵开口先讲。问句是向外开的，陈述自己的心意是向里收的。当然，问也可以是假问，问完了照自己的主意办；所以第二个记号更要紧。

第二个记号，是对方的话能不能改变你下一步。周阿姨听到“不闹”，下一步就变成了不再提噪音；听到问儿科门诊，下一步就变成了带路。老赵听到“客客气气”，下一步没有变，他只是把这句话收进了账本。回应进不进得来，要看它能不能改动你手里的计划。能改，互动性就在场；改不了，说得再亲热，也是单向的。

第三个记号，是对方没有按你的想象回应时，你心里先冒出来什么。先冒出来“咦，他需要的是别的”，是互动性的反应；先冒出来“我白做了”，是主体性在护着自己的账。两种反应都很人之常情，每个人都有过。预言不责怪后一种，只说后一种做得越多，善果越难显露。

第四个记号，是你做的事，对方有没有可能不领情而仍然不尴尬。周阿姨压扁纸箱，对方即使没看见，也不欠她任何东西；老赵的一箱牛奶，却在对方那里立了一个要还的情分。善果能不能显露，常常取决于这件事有没有给对方留下自由，这与意义三律里的自由律是相通的。

八、为什么这件事不能靠自己照镜子

读到这里，读者可能想：那我回去自查一下，我的互动性够不够。本书不建议这样做，理由很实在。“我的心”这个说法，本身就把注意力拉回了自己；一个人拿着“我的互动性够不够”去照镜子，照来照去，看见的还是自己。所以这个预言

更适合在别人身上和事情上看，不适合拿来审判自己，更不适合拿来审判别人。看的是局面：这栋楼里，往来多不多；这个家里，话是单向还是双向；这个单位里，帮忙是不是你来我往。局面在，互动性就在；局面冷，才回头问一句：我最近的注意力，放在哪边？

这里还要补一句克制的话。本书讲的是心的发生，不是心理诊断。老赵不是“有问题的人”，也不能把他当成某一类人的标本。同一个人，今天可能是周阿姨，明天可能是老赵，这与那天的疲劳、那段日子的委屈，都有关。预言说的是注意力的朝向，朝向是会变的。

九、这个预言对日常有什么用

如果预言站得住，它给日常一个很小的动作：下次想帮人之前，先在心里换一个问法。不问“我这份心够不够诚”，问“他这几天怎么样”。头一个问题把你推回自己，第二个问题把你推到对方那头。动作很小，但方向变了。方向变了，D 的样子也跟着变：你带上门的不是一箱牛奶，而是一句问话，后面能不能长出东西，由对方的回应来决定。

如果预言站不住，也有用：它会逼着我们认真看，那些大讲“我的心”的人，到底凭什么结了缘。那时本书的新图就得改，改哪里，由观察说了算。一个肯写明自己怎样才会错的预言，至少把错的路留给了读者去验。

十、预言与“接住的条件”的关系

第36章讲过本书的另一个推论：万事互相效力，“叫爱神的人得益处”，心的互动性向外打开，是效力落进来的接口。这一章的预言，是从行善结缘这一头，去看同一个接口。第36章问的是：别人给你的东西，你接不接得住；这一章问的是：你给别人的东西，能不能长成缘。两头都靠互动性。接得住，是往里收的一半；开得着，是往外送的一半。一个人若在送的时候总守着自己的心，到了收的时候，多半也一样：同一句建议，说给他听，他听到的是“有人在评价我的心”，不是“有人给了我一条路”。

这样看，预言就不是一条孤零零的话，它和第36章是一个接口的两种用法。两处互相照应，也意味着两处会一起错：如果接口之说站不住，这个预言也站不住。本书把这一点写明，是为了让读者知道，推翻的代价不止一章。

十一、一个容易被忽略的反例位置

还有一类人，值得放在这里，作为预言的边界。有些人几乎不谈自己的心，也几乎不留意对方的回应，只是埋头做事：修水管，扛东西，一声不吭。这样的人，结缘如何？本书不下断语。因为预言说的是“互动性分量”与“善果显露”的关系，埋头做事的人，其互动性体现在哪里，很难从外面看。也许他在埋头之前，早已看清对方缺什么；也许没有。这是预言留给观察的一个空白，不拿来凑数，也不拿来当护身符。预言不必解释一切，只要在它说话的那片地方，肯站在那里被检验。

十二、这个预言不褒周阿姨、不贬老赵

最后补一句，免得读者把这一章读成一个“好人坏人”的故事。周阿姨的轻松，有一部分是她这一生被回应得多、被善待得多的结果；老赵的紧，有一部分是他这些年为大家跑腿，回得少、记得多的结果。两个人都有自己的来路。预言不评他们谁的人品高，只指出注意力的朝向与善果显露之间，大概有一条关系。

而且朝向是可以变的。老赵若哪天在楼道里先问了一句“你们这几天怎么样”，他的账本就松开了一页。这一页不需要他先变成另一个人，只需要这一次，让对方的回答进来。

◆ 对照旧地图

旧地图里，有一张很有分量的图，叫发心论：一切善行的价值，主要看发心如何。佛教里讲“发菩提心”〔待核：只取通行说法，不引原话〕，儒家讲“诚意”，日常里讲“好心办坏事，心是好的”。这套说法各有各的好处，它们保护了一件重要的东西：不让人只看结果就把一个人的用心一笔抹杀。本书不拆这个保护。

本书只做一件事：把发心放回它的位置上。在旧地图里，心发动一切，发心是起点，善是从这个起点里直接出来的东西。在本书的新图里，发心是三界之我合成的一颗心里，主体性这一头的一次动作；善是后面显露出来的 S，经过 D 和回应才有；结是回写；缘是 E。起点是 E，不是心。所以，发心论没有错，错在它把一个“端”当成了“齐备”，这是第44章讲过的位置错移，T2 的说法。

◆ 推翻条件：什么情形出现，这个预言就错了

一个预言如果没有写明什么情形会推翻它，就只是一种姿态。所以这里写明。

按本书的口径，推翻条件只到粗层级，不要求已经知道具体怎么检验：

如果大量日常观察显示，强调“发心”的人，结缘反而更顺——也就是，越把“我的心”摆在前面的人，身边越容易聚起回应、往来与相互照应；而互动性分量大的人，反而更容易落得孤单——那么，这个预言就是错的。

这里“大量日常观察”几个字，写得很粗，而且是故意的。它的意思是：只要在生活的大局面上出现了这个相反的局面，不用等任何精细的实验，预言就算倒了。有几种局面可以让人一眼判断：一个楼道里，最爱讲“我是一片好心”的人，普遍是被邻里最常登门的人；一个单位里，最爱讲“我是为大家好”的人，最容易得到同事自愿的帮手；一个家里，最爱把“我是为你好”挂在嘴边的人，最容易听见孩子主动说话。如果这样的局面成了日常里的常态，本书这个推论，就该收起来。

反过来，现实里要是反复看到的是另一种局面：说得多的人，身边冷清；问得多的人，身边热闹，那么预言就得到一次支持，注意，是支持，不是证明。本书从不说它已被证明。

有两点必须写明，免得这个预言被说成一句谁都推不翻的话。第一，它不依赖于任何个别的人。老赵可以是个例外：他也许哪天想通了，慢慢结了缘；周阿姨也可能遇到不讲理的邻居，一时间没有回应。预言说的是大局面，不是某一个人的结

局。第二，它的检验方式本书不预设。是靠谁去数，数什么，这些是后话；本书只肯保证一件事：如果大局面反过来，预言作废。

回到场景

回到周阿姨与老赵。一个多月以后，有一天，楼道里的灯坏了。周阿姨没有说什么，敲了敲三单元那户小夫妻的门，问他们有没有梯子；那位年轻爸爸说有，下楼来换灯泡，周阿姨在下面扶着梯子。老赵从窗户里看着，心里又不是滋味。

这一次他没有对老伴说“年轻人不识好歹”。他沉默了一会儿，对老伴说：“她那几句话，我是不会说的。”

老伴问：“哪几句？”

他说：“问人家孩子闹不闹那几句。”

这个结尾是我构想的，不是写老赵一夜之间换了一颗心，只是写他在这一刻看见了一件事：周阿姨的话里，没有“我”，全是对方。开场时我们以为，两个人的差别在于谁的心更热；现在知道，差别在于热的心朝哪里开。老赵的心也热，只是朝里开着。

> 带走的话
>
> 心好不好是一回事，心朝哪里开，是另一回事；善果显露在心开着的那一边。

> **小账**
>
> 小账一：越讲“我的心”越难结缘，是一个写明了推翻条件的推论；它说的不是谁的心更好，而是互动性在心里占多少分量。
>
> 小账二：本章落在承重命题 T4（本书的推论），并借 K3（善是善果）和 K4（心以主体性为中心）作根；翻动的旧预设是“善心在先，善果是它的直接产物”。

第 九 编

心的发生学与人生

编　序

这一编四章，把前面的路放回一个人的一生。

第 49 章，修心的再定义：先受赐，再操练，找到硬的那一号位。第 50 章，心与关系：从“我对你好”到“我们之间发生了什么”。第 51 章是选写章，AI 时代的心。第 52 章，心与幸福。

这一编收的是“这套读法到底改了什么”：很小，小到落在一件事、一个人身上。

第 49 章

修心的再定义：先受赐，再操练，找到硬的那一号位

这一章的问题：新的东西从哪里来（0→1）？长大靠什么（1→N）？这两问放在一起，就是“修心”这件事的全部。人们习惯把修心理解成一件事：把整颗心拿起来，狠狠改一遍。这一章要把它改成三件事：先受赐，再操练，然后找到真正硬的那个位置，只在那里下手。

场景　家里最硬的人

这是我构想的场景。老刘，70 岁，退休工人，固执，口头禅是“我就是这样”。他有一个女儿，已经成家，隔三差五回来吃饭。

这个周日，饭桌上出了一件小事。女儿说，爸，你昨天跟我婆婆（老刘的亲家母）打电话，说话太冲了，人家听了心里不舒服。老刘把筷子放下：“我就是这样，说话直，几十年了，她也知道。”女儿叹了口气，没有再说。以前她会接着劝，劝到两个人都不高兴；这一回她没有，只是低头夹菜。

饭后，老刘一个人坐在阳台上。他不觉得自己错了：他对亲家母没有恶意，话直是直，心是实的。但是女儿叹气的样子，他看见了。他想，我这个人，是不是真的改不了？这个念头只闪了一下，就被他按下去了。

按下去之后，他做了一件别的事：下楼去喂小区里那只流浪的黄猫。他每天都去，蹲在那里，一蹲半个钟头。猫吃东西慢，他就慢慢等。猫不爱吃他带的火腿肠，他第二天换了鱼，试了三种，才找到猫肯吃的。同一个老刘，对那只猫，一点也不硬。

◆ 拆解

一、旧的修心：把整颗心拿起来重来

先说我们习惯的修心是什么样子。女儿的劝，是一种；“你就不能改改你这个脾气”，是一种；新年立志“今年一定做个温和的人”，是一种；“洗心革面”这种说法，听上去也是这个意思。它们背后有一个共同的图：心是我手里的东西，我可以用力把它改成另一个样子。

这张图里藏着一个预设：心是起点，我是发动者，我用力，心就变。本书前面的章节一路在翻这个预设。第5章讲过，心总觉得自己是发动者，这是它的出厂样子；第33章讲过，以主体为中心的东西不能从自身生出新的自己，这是本书的推论（T1）。把这两条放在一起，旧的修心就露出一个难处：要一颗以自己为中心的心，凭自己的力气，把自己改成不再那么以自己为中心。这件事，力气越大，越像一个人想抓着自己的头发把自己提起来。

这不等于说用力没有用。用力有用，后面会讲它在哪一步有用。这里只说：它不能担任第一步。

二、K7：硬与软到底指什么

王德生有一句口述，是这一章的根：刚硬的心，就是“三我的固化”；柔软的心，就是“三我”的更新性。

把这句话翻成日常话。三我，是理念的我、现实的我、自我的我，三者合成一颗心。心硬，是这三个“我”固定住了，不再变：理念的我定了——“我就是这样的人”；现实的我定了——日子、习惯、做法一套一套的；自我的我定了——感受和记忆里的那些旧账，翻来覆去还是那几样。心软，是这三个“我”还能更新：理念的我还肯被新的东西碰一碰，现实的我还肯换个做法，自我的我还肯让新的感受进来。

注意，软，说的是“更新性”，不是“好说话”，也不是“没主见”。这里要再申明一次：心以主体性为中心，是心的出厂样子，不是毛病。一颗软的心照样有

很强的主体性；软与硬的区别，不在主体性强不强，而在那三个“我”还肯不肯被更新。老刘喂猫的时候，他是软的，但他一点也没有变成没主见的人：猫爱吃什么，他有他的判断，试了三种才定下来。他的主体性一直在，只是在猫面前，三个“我”都在更新：哪种食物好，他不预先知道；猫的反应，他看得见；蹲半个钟头，他也不觉得是吃亏。

三、第一步：先受赐

既然心不能凭自己的力气从自身生出新的自己，那么新的东西从哪里来？本书的口径是：从主体之外来。K5 说，圣经讲圣灵给你一个新心，这是心的意义三律发生里 0 到 1 的那一半，是“圣灵赐你心”的意思，即走意义之发生路。《以西结书》36:26 讲的也是这个次序：先是“赐”，赐新心，除石心，赐肉心。这一句里，动词的主语不是人。

所以修心的第一步，在本书的新图里，不是“我要改”，而是“我留一个口子”。这听上去有点消极，其实是日常里最难的一件事。老刘每天蹲在那里喂猫的半个钟头，就是他留的口子。猫是他意料之外的一个客体，一个他不能指挥、只能等的互动对象。在这半个钟头里，他的三个我被轻轻地、天天地碰着：理念的我（我是个有耐心的人？他从来没这样想过），现实的我（腿蹲麻了，换个姿势），自我的我（想起很多年前家里也养过一只猫）。没有谁命令他这样做。这个口子是他自己开的，可是口子里进来的东西，不是他自己编的。

第37章讲过日常里的 0→1：孩子出生、失业转机、一场大病之后，这些都是“进不由己”的新东西。喂猫比它们小得多，但结构是一样的：一件不由我定的事，进来了，我的心因此动了一下。本书把这样的东西叫“赐”，不是说每一次都是神迹，而是说它的来路，在我之外，在 E 里。

四、第二步：再操练

受赐之后，新的东西只是一个开头。新生的东西很小，很嫩，很容易被旧习惯重新盖住。比如老刘在猫面前学会了“等”，但这个“等”，会不会走到饭桌上，走到电话里，走到女儿的叹气里？不会自动走过去。要让它长大，就是 K5 讲的后

半：你要走 1 到 N 的发展之路，就是“学习耶稣，以耶稣为标杆”。这一条在第41章专讲，这里只取它的意思：长大靠标杆，靠苦难，靠一遍一遍的操练。

对老刘这样的人，日常里的标杆往往不是大人物，而是身边一个已经显露出来的样子。比如，他下棋的老伙计，说话也直，却从来不让人难受，他是怎么做到的？第38章讲过，标杆必须是显露了的 S：看得见，摸得着，学得来。老刘若肯在下一次电话前，先看看老伙计怎样开口，这一小步就是操练。操练是 D，一遍一遍的差异序列；要做的次数很多，每次的差异很小。不要指望一次改完。

苦难也在这里出现，但不要美化。老刘练习的第一次，可能是笨拙的：电话里想改口，改出来的话更别扭，亲家母反而愣了一下，他觉得丢脸，回头就想：“看，我改不了。”这种别扭就是 D 的阻力，它不是成功的反面，而是 1→N 的路上必有的东西。第39章说过，阻力会推心生长，但这个说法不是叫人去找苦吃，而是说：别扭来了，不要把它当成“此路不通”的证明。

五、第三步：找到硬的那一号位，不整颗重来

现在回到最实用的一步。老刘是一个“硬”的人吗？如果把他整个人定性成“一颗硬心”，那就错了。他对猫是软的，对老伙计的玩笑是软的，对邻居家小孩的哭声是软的，他对亲家母说话冲，对女儿的劝一概说“我就是这样”。硬的地方是一块，不是全部。

这就引出本章最重要的一个转变：**修心不是整颗心重来，是找到硬的那个位置**。

K8 说，石心是一个类比，是三号位的刚硬化，三界的三号位有不一样的组合性，硬和软。这里的三号位，照王德生的用法；它的内部怎样，本书不另下定义（第32章把可能的组合写成“本书构想的类型”，每种只是一个小场景）。放到修心上，只需要一个朴素的做法：不去问“我这颗心是哪一种”，只去问“我在哪些地方是软的，在哪些地方总是原样”。

这个问法比任何分类都实用，因为软的地方就是证据。老刘在猫面前能等、能换、能试，说明他的三个“我”在那里是活的；这就证明了他的心不是整块的石

头。同样的东西，为什么在饭桌上、电话里就不见了？这才是要找的东西。找到的方法很土：

一是看哪些场合，同样的话总是同样地说出来，说了几十年没有变过；这些场合，就是固化聚集的地方。

二是看哪些场合，他不由自主地变了，换了口气，换了做法，变得自己都觉得奇怪；这些场合，就是更新性还活着的地方。

三是看这两类场合之间，差了什么。是对象不同？是有没有被人“看着”？是有没有“面子”在里面？这一步不求答案正确，只求把问题问到具体。

这三步，是我给读者的构想做法，不是什么检查表，更不是给老刘或任何人下的诊断。本书讲的是心的发生，不是心理或医学的判断。谁的心硬在哪里，只有他自己，在日子里一点一点看得出来；别人替他下结论，多半是错的。

◆ 六、为什么不整颗重来

整颗重来有三个坏处。第一，它太大，大到做不成，做不成就挫败，挫败就让旧的“我就是这样”更牢。第二，它会误伤软的地方。老刘对猫的那份耐心，恰恰是他最值钱的东西，要是女儿一句“你整个人都得改”，把那份耐心也一并否掉了，他就连一个可以借力的地方都没有了。第三，它让人以为修心是一件单独的、孤立的内部工程，忘了新的东西总是从外面、从关系里进来的。

找到硬的那一块，再让软的地方去借力，是更省的办法。老刘在猫面前学会的“等”，不用整个搬运，只需要在饭桌上、电话里，试着把同一个动作做一次：先等对方说完，再开口。这是同一个 D，换了一个场合。

◆ 七、固化不都是坏东西

读到这里，还有一个误会要先挡住：好像一切“固”都是毛病，最好一切都“活”。不是这样。老刘有一条几十年没变过的做法：答应了人的事，一定办到。这也是一种固化，是理念的我、现实的我、自我的我三者一起定住了的东西。

它让老刘成了一个别人敢托付事情的人。若要把这一条也“更新”掉，那不是修心，那是拆台。

所以 K7 里的“固化”，说的是三个我整个定死、不再接收新东西的那种状态，并不是说一个人不该有任何定准。一个人可以有很稳的地方，同时在别的地方还活着。稳和硬的区别，本书的一个朴素判断是：稳的地方，遇到新东西能够认出来、掂量、再决定要不要；硬的地方，新东西一来，还没看清是什么，先喊一句“我就是这样”。老刘的守信是稳的，他遇到不守信的事会掂量；他的“说话直”，在饭桌上，是在新东西来之前就已经把门关了。这个区分是本书的构想，只用来帮人看，不用来给人归类。

◆ 八、软也有它的失败

反过来，也不能把软当成目的。有些时候，一个人很“软”，谁说什么都点头，今天听这个，明天听那个，三个我是在随风倒，不是在更新。更新是新东西进来之后，三个我重新合成了一颗更完整的心；随风倒是没有合成，只是被推来推去。两者在外面看有点像，差别在里面：更新之后，这个人还是他自己，只是多了点东西；随风倒之后，这个人什么也没留下。

K7 说的柔软，是前一种。所以修心的目标不是“变软”，而是让该活的地方活着，该稳的地方稳着。老刘最后要走到的地方，不是一个什么都说“好好好”的老人，而是一个守信、说话直，而且肯在某些时刻说“你教我”的老人。

◆ 九、身边的人能做什么

最后说说女儿。很多家里都有这样一个“最硬的人”，身边的人最容易走的路，是劝，是吵，是“你就不能改改”。从本章的图看，这一路几乎注定吃力：劝是从外面往一颗以自己为中心的心里推，推的力气越大，里面守得越紧。

另一条路，是帮他留口子。女儿那天没有再劝，反而成了一个口子：她的叹气，她的沉默，让老刘看见了一件他自己没法从里面看见的事。她还可以做得更多一点：带他去看看别人是怎样说话的；请他教邻居家的孩子一件手艺，让他在被需

要中，自己松动一点；在他说出一句软话的那一刻，不要立刻庆祝，不要说“你看，我就知道你可以”，让那一句安静地落下去。这些做法，都是把互动性还给他，让他的心有机会朝外开一点。第50章会专门讲，两个人之间发生什么，比“谁对谁错”重要得多。

◆ 十、时间要放长

最后，修心要用的时间，比人们愿意承认的长。受赐的那一下，可能很快，一只猫，一个电话，一句话；可是1→N的长大，是几年的事，甚至是后半辈子的事。老刘70岁，他的“你教我”，今天说出口，下个月也许又缩回去。缩回去，不是倒退到原点：他已经说过一次，那一次是显露过的S，它留在了他和女儿之间，成了以后可以回来找的一个地方。这是回写：一次小小的软，改写了饭桌上的格局。下一次他再硬，女儿手里就多了一句话：“爸，你上回说过，让我教你。”

时间放长，还因为意义三律里的自由律：一个人要真正自由，不是被人推着变，而是在自己的三个我里，认出了新的东西、选了它。别人可以留口子，可以陪着，可以做标杆；认出来和选，只能是他自己。修心的最后一步，总是落在那个人自己手里，而那一步之前的几步，却是在许多人和许多事之间发生的。

十一、口子在日常里是什么样子

留口子，听上去玄，其实日常里有很具体的样子。本书构想三种，不求周全。

一种是对象不由我定：像老刘的猫，像一个新学的东西，像一个脾气跟我不同的人。因为不由我定，我只能等，只能看，只能试。

一种是时间不由我定：像排队，像坐车，像一段不得不慢下来的日子。很多人觉得这样的时间是浪费，其实它常常是三个我最容易松动的时候，因为手里没有别的事可以替“我就是这样”撑场面。

一种是别人一句我没预料到的话：像女儿那一声叹气，像老伙计一个玩笑。这样的话，不必当场回应，只需要不立刻挡回去，让它在心里待一会儿。

这三种口子，没有一种需要特别的修养。它们的共同点，是把一点点控制权交给了我之外的东西。交得出去，赐才有地方落脚。

◆ 对照旧地图

修心在各个传统里都有自己的说法。儒家有修身一路，重的是一天一天的涵养；佛门有修行，重的是对心的觉察与调伏；基督教有成圣的说法，讲的是蒙恩的人慢慢被改变〔待核：具体术语不引原话〕。这些路各有各的强项：儒家的涵养，给了 1→N 一个日常的节奏；佛门对心的觉察，给了“找到哪里在固化”一把很精细的尺；基督教讲“赐”，把第一步的来路交代得最干脆。

本书新图和它们的不同，只在一处排列：把“赐”放在最前面，操练接在后面，中间加一步“找位置”。旧的说法里，常常是第二步和第三步已经走了很多，第一步却默认为“我自己决心”。本书不否认决心，决心是主体性的一次动作，它也是出厂样子；本书只是提醒：决心不是 0→1，决心只是留口子的那个动作。

◆ 一条最强的辩护

修心靠意志的一派，有一条很有力的话：如果一个人不下决心，什么也不会发生；你说“受赐”，不就等于叫人坐着等吗?

这条话说对了一半。没有留口子这一动作，赐不会落在这个人身上。老刘若不蹲下去喂猫，猫的事就不会进他的生活。本书同意：决心、行动、主动，都是必要的。分歧在于“必要”和“充分”：它们是门，不是门里面的东西。门要自己去开，门里的东西，不是门自己变出来的。

所以，本书的修心定义里，有一个动作是人的，有一个动作不是：留口子，是人的；赐，不是人的。操练，是人的；每一次操练里能长大多少，有一部分，不是人能算出来的。承认这个分别，不是消极，是叫人在该用力的地方用力，在不该用力的地方，不要硬扛。

回到场景

下一个周日，女儿回来吃饭。老刘照旧坐在饭桌边，女儿不再提电话的事。他夹了一块菜，忽然开口：“你婆婆那边，我是不是该再打个电话。”女儿抬头看他。他又补了一句：“我话是直的，你教我，哪句换个说法。”

这一句里，没有谁的心被整个换掉。他的口头禅还在，下次碰到别的事，他大概仍会说“我就是这样”。但是，在这一小块，他把“我就是这样”，换成了“你教我”。开场时我们以为，要让老刘软，得把他这个人改掉；现在看见，只需要在一个位置上，让一件已经在猫面前长出来的东西，走过来一次。这不是一次大转变，是一个小小的更新；而更新性，正是 K7 说的软。

带走的话

先留口子，再一步一步练，只在硬的地方下手；心不用整颗重来。

小账

小账一：修心被重新定义为三步，先受赐、再操练、再找到硬的那个位置；硬是三我的固化，软是三我的更新性，一个人可以在这里硬、在那里软。

小账二：本章落在 K7（刚硬与柔软）和 K5（赐与操练），用 K8 作类比的边界，并用 T1（新的来自主体之外）作推论；翻动的旧预设是“心是我手里的东西，我用力就能整个改写”。

第 50 章

心与关系：从“我对你好”到“我们之间发生了什么”

这一章的问题：这件事里，心是被合成的，还是被当成了起点？在两个人的关系里，这个问题最容易看清。因为两颗心撞在一起，每一颗都把自己当成起点，谁也不肯让出这个位置，吵架就发生了。这一章要问的是：能不能把眼睛从“谁的心对谁好”，移到“两个人之间正在发生什么”。

场景　凌晨两点的一句话

这是我构想的场景，人物也是构想的。阿杰，34 岁，做销售，是个新手爸爸。孩子刚出生四十多天，夜里两三个钟头醒一次。他的妻子在家带孩子，几乎没睡过一个整觉。

那天凌晨两点，孩子又哭了。妻子坐起来，没动，看着阿杰。阿杰翻了个身，说：“我明天早上八点还要见客户。”

妻子说：“我知道你有客户。”

阿杰坐了起来，声音压着，但是很硬：“我这些天哪样没做？奶粉我买，尿不湿我囤，月嫂的钱我出，我天天在外面跑，不就是为了你们娘俩？我对你还不够好吗？”

妻子没有哭，也没有喊。她很轻地说了一句：“我没说你对我不好。”然后抱起孩子，去了客厅。

阿杰坐在床上，愣住了。他清清楚楚地觉得，自己的话没有一句是假的：钱是真的，累是真的，心也是真的。可是，他又清清楚楚地觉得，什么东西在那个房间里坏掉了。他想不出来坏在哪里。

◆ 拆解

一、“我对你好”，是一句好话，也是一个位置

先把阿杰那句话放在显微镜底下。“我对你还不够好吗”，它是真的：每一样都有凭据。但这句话有一个形状：我，对你，好。主语是我，动作是好，对象是你。关系被说成了一条单行线，从“我”出发，到“你”那里结束。

第5章讲过，心总觉得自己是发动者，这是心的出厂样子：心以主体性为中心，客体性和互动性是次要和辅助（K4）。阿杰这一句话，是出厂样子在最疲惫的时刻自然流出来的样子。注意，这不是他的毛病。一个熬了四十多天的人，把自己的付出摆出来，是人之常情。

只是，在两个人之间，这个形状有一个后果：对方的位置被预先放好了——“被我对好的人”。被放在这个位置上的人，只有两种回应可以被认出来：领情，或者不领情。妻子那句“我没说你对我不好”，就是在这个位置的边上，轻轻碰了一下：我不是来评你好不好的。她要说的是另一件事，但那件事，在“我对你好”这个形状里，没有地方放。

◆ 二、妻子要说的是什么

她要说的，我们不能替她编。但可以从她说话的方式里，看出一个大致的方向：她的话是关于凌晨两点的这个房间的，不是关于阿杰这个人好不好的。她说“我知道你有客户”，意思是：你的处境我看见了。她看着阿杰不动，意思是：我撑不住了，我不知道怎么办。这两句话，都是在说“我们之间”此刻是什么样子，是一个互动性的陈述。

阿杰的回答，是一个主体性的陈述。两个人说的，其实是两种不同的东西，所以谁也没有说错，却谁也没有被听见。这就是很多吵架的结构：不是两个人在争同一件事谁对，而是两个人在说两种不在一个层面的话，彼此都觉得对方答非所问。

◆ 三、把吵架看成一次小发生

用 SDE 的话，把这一幕再看一遍。这一晚，E 是一整片特征纠缠：两个人的疲倦，孩子的哭声，八点的客户，没付完的账单，婚前婚后各自的习惯，以及两个人各自三界之我合成的那颗心。每一颗心里，理念的我（我想做个好丈夫、好妻子），现实的我（今天的钱、今天的身体），自我的我（夜里最软的那些感受），都在。

在这片 E 里，阿杰说了一句话，这句话是一个 D：它在两个人之间添了一个差异。这个差异马上被妻子接收，她以一句“我没说你对我不好”回应，又是一个 D。这两个 D 连起来，显露出一个 S：一个很具体的、凌晨两点的僵局。这个 S 又回写进 E：此后几天，两个人说话都小心翼翼，谁也不想再碰那个晚上。

所以，吵架不是“一个人伤了另一个人”那么单向的事。它是两颗心之间发生的一件事，每一句话既是对方上一句话的回应，又是对方下一句话的原因。这样看，问“这件事是谁的错”，问题就问窄了；更宽的问题是：这件事怎么发生的，每一步我们各自添了什么，下一步还能添什么。

四、互动性走到前面，是怎么回事

第6章讲过，心里有两个次要的声音：客体性和互动性。客体性是“事情本来是什么样”，互动性是“我和你之间现在是什么样”。它们平时被压在后面，是因为主体性占了中心。

说“互动性走到前面”，不是说主体性退场。它说的是，在两个人的关系里，有一刻，需要让互动性的声音先说话。具体到阿杰，就是在那句“我对你还不够好吗”出口之前，让心里另一句话先冒一冒：此刻她在说什么，我们之间是什么样？

这在日常里，是一个很小的拐弯。不是学一套话术，不是背“我理解你的感受”这样的句子。那样的句子，说多了，也会变成主体性的新包装：我在表演一个理解你的人。互动性走到前面，是真的朝向对方那一头，听。

阿杰可以做的最小的动作，只有一个：把“我对你好”换成一个问句。比如，他可以说“你现在最难受的是什么”。注意，这个问句不是技巧，它是方向。问出口以后，答案不是他能提前知道的。可能妻子说“我想睡觉”，可能她说“我怕我撑不住”，可能她说“我想你陪我一会儿，哪怕你不动手”。每一个答案，都是阿杰事先不知道的新东西。新的东西从哪里来？从他之外来。这就是第33章讲的“赐”在最小尺度上的样子：对方的回答，是一件不由他定的事。

五、两个人之间，比两颗心更先的东西

这里要说一个比较大的想法，是本书的推论。旧地图画关系，是两颗心，各有各的好意，各有各的需要，中间用语言或行动传递。在这张图里，心是先有的，关系是后来的。

本书的新图相反：E 在先，是万事互相效力的那一片。两个人走到一起，不是先有两颗完整的心，再去建立关系；而是两颗心，本来就是在和对方的往来中，一点一点合成的。理念的我里，有“我想做个什么样的丈夫”，这个想法，一部分来自妻子对他的期待和他对她的回应；现实的我里，有今天的作息，一半是被孩子的哭声排出来的；自我的我里，有夜里的那些感受，很大一部分是在这个家里长出来的。

这样看，“我们之间发生了什么”，并不是两颗心之外的第三样东西，它是两颗心的来处，也是两颗心的去处。这是本书的推论（T1 在关系里的样子）：以主体为中心的心，不能从自己身上生出一个更好的关系；新的东西，要从两个人之间，从 E 里来。

◆ 六、三个落地的动作

具体怎么办，本书不是婚姻咨询，也不给谁诊断。下面只是三个从上面的想法里推出来的小动作，是构想，供读者自己拿去试，试得不灵，就丢。

第一个，慢半拍。在说“我对你……”之前，慢半拍。这半拍不是忍，不是压，是给互动性留一个能说话的时间。

第二个，把对方的话，用自己的话放回去。比如：“你是说，你现在撑不住了。”注意，放回去的是对方说的，不是自己猜的；放错了，对方会改，那个改的过程，恰好是互动性在工作。

第三个，一起看“这件事”，不看“这个人”。把凌晨两点的这个僵局，当成放在桌子中间的一件东西，两个人都看着它：它是怎么来的，我们各添了什么，下一步想让它变成什么。这样，两个人就从面对面，变成了并排。并排的时候，对方不再是“被我对好的人”，也不再是“没有领我情的人”，而是跟我一起面对这件事的人。

这三个动作都很小，也都不保证有效。它们唯一共同的地方，是把互动性请到前面来。

七、三我在这一晚各自的样子

把阿杰这一晚，再用三界之我拆一次，看看他那颗心是怎么合成出那句话的。这是本书的构想读法，不是对他的分析。

理念的我，是他想成为的那个人：一个扛得起家的好丈夫。这个“我”很有力，它让阿杰咬牙跑客户，也让他在被问到“你为什么不起来”时，觉得受了冤枉：我明明在做我想成为的人，怎么还不够?

现实的我，是账单、作息、身体里的那个我：明天八点要见客户，今天已经少睡了四十多个夜晚。这个“我”很实在，它在凌晨两点说话，声音比平时短、比平时硬。

自我的我，是夜里的那个我：疲倦，委屈，也许还有一点点害怕，怕自己其实不够格做一个父亲。这个“我”最不容易说出口，所以它常常借别的句子出来：不说“我怕”，说“我对你还不够好吗”。

三个我合成了那一句话。合成不是相加（第4章讲过），这一句里，理念的我占了嘴，现实的我给了它硬度，自我的我躲在后面。如果阿杰能在半拍之间，让自我的我先说一句，那句话就会完全不同：“我今天也撑得很辛苦。”这一句，

和“我对你还不够好吗”，说的是同一个疲倦，可是它朝外开了一个口，对方有地方可以接。

同样的方式，也可以看妻子。她的理念的我，也许是想做一个好母亲；现实的我，是一整夜没睡；自我的我，是那种被孤零零留在夜里的感觉。她那句轻轻的“我没说你对我不好”，已经比阿杰那句更朝外：她没有反驳，没有再加一笔账，只是把话退回到了“我要说的不是这个”。这是她的互动性，在最累的时候，还留着的一点点分量。

八、同一晚，另一种走法

为了让读者看清差别，我再构想一个同一晚的另一种走法，只是一个对照。

还是凌晨两点，孩子哭，妻子坐起来看着阿杰。阿杰翻身，说：“我明天八点见客户。”妻子说：“我知道你有客户。”这一次，阿杰沉默了一下，说：“你是说，你一个人有点撑不住了？”

妻子没有马上回答。过了几秒，她说：“我不知道。我就是觉得……”话没说完，孩子又大哭起来。阿杰起身，把孩子抱过来，说：“这一个钟头我来，你睡。我八点的客户，大不了脸色差点。”

这一晚，客户那边是不是真的脸色差，不可知。但房间里的东西不一样了：这里面有一个 D（阿杰那句话与那个动作），这个 D 显露出一个 S（一个被接住的凌晨），回写进 E（第二天两个人说话的方式）。同样的疲倦，同样的钱，同样的孩子，只因为中间那半拍，走成了另一个格局。

注意，这不是在说“阿杰第一晚做错了，第二晚才对”。第一晚的他，同样是真的，同样是被疲倦推着走的。两种走法的差别，不在一个人的好坏，而在那半拍里，互动性有没有被请出来说话。

◆ 九、和解不等于同意

有人会担心：这样处处“我们之间”，难道所有的争执都要以一方让步或两方和稀泥收场吗？不是。互动性走到前面，并不要求两个人对每件事都同意。阿杰和

妻子可能真的对很多事看法不同：谁请月嫂，谁回老家，孩子怎么教。互动性要保证的，是在分歧的时候，两个人仍然在对着同一件事说话，而不是各说各的、各记各的账。

这与第46章讲过的回写分岔是同一回事。分歧之后，E 可以被打开，也可以被锁住。打开，是两个人通过这次分歧，更清楚地知道了对方是怎样的一个人；锁住，是每一次分歧都添一笔旧账，下次吵架时全翻出来。同样是吵，一种吵法在改写关系，另一种吵法在加固两个人各自的“我就是这样”。

◆ 十、本章的边界

这一章讲的是日常里两个人之间的来来往往，不是在给任何婚姻下判断。如果一段关系里存在一方长期被压制或受到伤害，那是需要得到专业帮助和现实保护的事，不是靠“让互动性走到前面”就能处理的，也不应该用这一章的话去劝一个正在受委屈的人“再多体谅一点”。本书不处理那样的情形。同样，一个人如果长期睡眠极少、情绪撑不住，请找身边的人和专业的人，这是实际的事，不是靠一个更好的看法就能解决的。

这个边界要写在这里，是因为“从我对你好到我们之间发生了什么”听起来很温柔，温柔的话容易被拿去要求最弱的那一方。本书不愿它被这样使用。

◆ 十一、为什么这半拍这么难

半拍听起来不长，对阿杰却很难，原因不在他的性格，而在那个“好丈夫”的理念的我。这个形象的核心是“给”：给钱，给保护，给安稳。一个以“给”立身的人，最难接受的一句话，恰恰是“我不是要你给，我是要你在”。因为这等于说，他最看重的那个自己，没有被对方当作最需要的东西。

所以半拍里要发生的，其实是理念的我的一点更新：从“我是那个给的人”，松开一点，变成“我是在这里的人”。这是 K7 里“三我的更新性”在婚姻里的一个很小的样子。它不是靠决心完成的，它要等妻子那句“只有我一个人在听孩子哭”出口，才有了落脚的地方。又一次，新的东西来自对方，来自他之外。

这也说明了，为什么劝一个人“多关心对方一点”常常没用：被劝的人心里那个“我已经够关心了”的理念的我，会立刻站出来护着自己。真正起作用的，往往是一个具体的、不带评判的回答，比如妻子那句话。它不攻击“给”，只是告诉他：此刻缺的是另一件事。

◆ 对照旧地图

关系，是各个传统都讲的题目。中华的说法里，有“将心比心”，是把自己的心放到对方的位置上去体会，这是附录里会拆的一条日常用语，这里只取它的方向：它承认两颗心，也承认要从自己走到对方那里去。儒家讲五伦，把人放在一层一层的关系里，这是把关系放在人的前面。西方有一位思想家布伯，写过一本小书《我与你》（1923 年），讲人对“你”的态度与对“它”的态度不同：把对方当成一个可以利用或评价的“它”，和把对方当成一个当面相遇的“你”，是两种关系。印度的传统，更多把关系视为牵绊，要从中得到解脱〔待核：此处只作粗略概括，第26章另有专论〕。

三条路，各有各的强项：中华对关系的层次最为细腻，西方对“相遇”的当下性最为敏锐，印度对“不被关系的得失拖着走”最有定力。本书新图所做的，只是在这些之上加一句：关系的两头，各是一颗三界之我合成的心；而关系本身，是这两颗心都不能单独发动的东西。它从 E 里来，到 E 里去。

◆ 一条最强的辩护

关系里要想活得好，每个人先要把自己的需要说清楚，不能总是“我们之间”，把“我”淹没了。这是对的，而且很重要。一个只会看对方脸色的人，多半也难结缘。

本书同意。主体性是心的出厂样子，是中心，没有它，没有“我”能走进关系。本章要求的，不是主体性退场，而是在主体性旁边，让互动性也有分量。阿杰需要说“我很累，我撑得很辛苦”，这没有错；他也需要让这句话说得出去之后，

还能听见对面的回答。说和听，是一对。只有说，没有听，关系变成两个人轮流发表声明；只有听，没有说，关系变成一个人的消失。

回到场景

第二天傍晚，阿杰提早回到家。孩子睡着了，妻子坐在沙发上发呆。他没有提昨晚的事，只是坐到她旁边，问了一句：“这几天，你最难受的是哪一块？”

妻子看了他一会儿，说：“不是累。是半夜醒来，觉得只有我一个人在听孩子哭。”

阿杰沉默了。他想起那句“我对你还不够好吗”，意识到她要的从来不是他再多买一包尿不湿，她要的是半夜里有一个人，跟她一起听见同一种哭声。这个答案，是他昨天凌晨无论如何也想不到的，要等她说出口，他才知道。

开场时我们以为，吵架的症结在谁对谁好；现在看，症结在半夜里“听”这件事，被一个人单独承担了。这是一个新的发生，它不在阿杰的心里，也不在妻子的心里，是在两个人之间被问出来的。

> 带走的话
>
> “我对你好”说的是我；“我们之间发生了什么”问的是我们，答案要等对方说出口才知道。

小账

小账一：在关系里，让互动性走到前面，不是主体性退场，而是把“我对你好”的单行线，改成“我们之间发生了什么”的往来。

小账二：本章落在 K4（心以主体性为中心，互动性为辅）并用 T1、T3 作推论（新的来自主体之外，互动性向外打开是接口）；翻动的旧预设是“关系是两颗完整的心之后才有的东西”。

第 51 章

AI时代的心

（选写。本章只问一个问题，不预测任何技术的走向。跳过这一章，不影响全书的论证。）

这一章的问题：和 AI 聊天时，那一下“被懂了”的感觉，心是在哪里发生的？

这个问题里不含另一个问题：对面有没有心。那是别的学问要裁的事，心的发生学裁不了，本章也不裁。本章只看说话的这个人，他的心在这一晚里发生了什么。

场景

这是我构想的人物，也是我构想的场景。小林，二十九岁，程序员，住合租房。

周四夜里十一点多，他坐在床沿，笔记本放在膝盖上。有一件事他拖了三天：一位前同事发来一条消息，问他有没有兴趣一起接个外包的活。小林不想接，又觉得直接拒绝不体面，回得太快显得冷淡，回得太慢已经显得失礼了。三天过去，消息躺在那里，他每天点开又关上。

那天晚上，他对着一个聊天窗口，把这件事原原本本打了出去：对方是谁，自己为什么不想接，为什么又说不出口，拖了几天，现在越拖越难开口。打完，他自己读了一遍，觉得乱，但还是发了出去。

回来的是一段平平常常的话。大意是：拖延往往不是因为事情难，而是因为想把话说得两头都周全；可以先承认回得晚，再说不接的原因，不必解释太多。后面附了一个三句话的草稿。

小林读到第二句的时候，胸口松了一下。他在输入框里打了一行字：“谢谢你，你真懂我。”

手指停在发送键上。他想了想，这个“懂”字，是谁懂了谁？

◆ 先说本章不做的事

书写到这里，有三件事可以顺手写，本章都不写。

第一，不写“AI 会不会有心”。第一编说过，心是三界之我的合成；谁身上有没有合成发生，不是靠聊天记录能看出来的。

第二，不写“AI 会把人变成什么样”。那是预测，预测要靠对技术的知识，本书没有。

第三，不写一份“该不该用”的建议。用不用，是每个人自己的日子里的事。

留下来的只有一件事：小林胸口那一下松动，用心的发生学怎么读。

◆ 把这一晚拆开

先看小林这一边的三个我。

理念的我，是那个想成为“体面的、不拖的、会做人的人”的小林。他不想直接拒绝这位前同事，一半是怕得罪人，一半是这个理念的我不许他显得冷淡。

现实的我，是三天没回的小林：一条躺着的消息、一部已经点开过很多次的手机、夜里十一点的时钟。这些事实不管他怎么想，都摆在那里。

自我的我，是那一点说不清的东西：有点愧，有点累，有点“我怎么连这点事都搞不定”。

这三个我，那天晚上互相顶着。理念的我要周全，现实的我已经不周全了，自我的我在中间发闷。这就是他“乱”的来源。心不是缺了什么，是合成卡住了：三个我各说各的，没有对上。

再看他做的事。他把这团东西一句一句打出来。打字这件事，在本书的话里，是一串差异（D）：把一团混着的东西，拆成“对方是谁”“我为什么不想”“我为什么说不出口”“拖了几天”，排成先后。拆开这件事本身，已经让三个我有了可以对上的地方。很多人有过这个经验：话没说完，自己先想通了一半。

然后回来的是一段话。这段话是一个显露（S）：一个具体的、可以拿在手里看的措辞。它不是小林的心，也不是他心里本来就有的东西。它是一个从外面来的、跟他的处境对上了的东西。

他读到“想把话说得两头都周全”的时候松了一下。这一下，发生在他自己身上：他看到有一句话，把理念的我（想周全）和现实的我（已经晚了）放在了同一个句子里，而且没有责备自我的我。三个我，有一刻对上了。

所以，“被懂了”这个感觉的位置，大致可以这样说：它不在对面，也不只在他自己里面，它在这一来一回之间。

◆ 两种常见的答法，同一个错位

遇到这个问题，人们常有两种答法。

一种说：它懂我，它有心。另一种说：它不过是一堆算出来的话，没有心，所以那种被懂的感觉是假的。

两种答法看上去相反，其实站在同一块地上：心是一个起点。要么起点在那边，所以那边有心；要么起点只能在这边，那边没有起点，所以什么都不算数。

本书的读法是另一条：心不是起点，是发生。小林那一晚的松动，是真实的，因为合成真的在他身上动了一下。这个真实，不需要先判定对方有没有心才成立；反过来，这个真实也不能反推出对方有心。一个发生了的事，和它的来源是什么，是两个问题。

举个不涉及机器的例子。一个人在海边对着浪说了半天话，说完觉得松快了。浪有没有心？没人会为这个争论，但那个人的松快是真的。他的合成动了，E 里多了一个可以对上的东西，叫浪也好，叫那一晚的风也好。

AI 与浪的不同，在于它会回话，而且回得贴着处境。这让互动性（第6章说的那个次要声音）被大大地叫醒了：对面像是有个“你”。互动性被叫醒，是这件事里最实在的变化。至于这个“你”是什么，本章按下不表。

◆ 旧地图里的对照

对着一个什么东西说话，然后心被理顺，这件事古已有之。写信不寄出，写日记，对着树洞说，对着神龛或祷告里的那一位说。这些做法的结构很像：把三个我里卡住的东西，说成话，放到自己之外，让它有一个“对面”。

这里要注意不要说过头。上面这些做法，各有各的来历，各有各的自身说法，祷告在信的人那里是和一位真实的对象说话，本书不把它们都归成同一类。本书只指出一个很窄的相似之处：说出去，这个动作本身，让合成有了松动的机会。

AI 带来的新问题，若有，也在一个很窄的地方：回应来了，而且来得很快、很贴、随时都有。心的发生学能说的只是：回应来得越容易，越要看回应有没有落回日子里。这就引到下面。

◆ 为什么这一晚说得出口

还有一个细节值得停一下：小林为什么能把这件事原原本本打出来？

第6章讲过，心里的互动性常被压在后面，一个典型的样子就是看人脸色。对朋友说这件事，小林要先想：这位前同事和朋友认识吗？说了他会不会觉得我小气？对方听完会不会有自己的看法，转头告诉别人？人和人之间的回应，总是带着对方的处境、情绪和利害一起来。这是人际的真实，也是人际的分量。

而对着聊天窗口，这些顾虑小得多。没有脸色要看，没有人情要还，没有“明天见面怎么办”。于是他说得很全，连“我其实有点烦他”这样的话都敢打出来。

这对合成是一个实在的便利：越是说得全，三个我越容易被摆到桌面上对一对。但便利有它的另一面，也要说清楚。因为没有脸色，也就没有“我的话落在一

个真人身上是什么样”的反馈。人与人之间那种被对方的反应改一下的力量，这里是弱的。小林的话说出去，只被接住，没有被顶回来。

说“顶回来”，不是要让每次说话都吵一架。是说：心的长大（第七编会讲）常常要靠一个跟你不同的东西碰你一下。同一个人的三个我之间的碰撞，和另一个有自己日子的人带来的碰撞，不是一回事。哪一种碰撞这一晚更缺，因人而异，小林自己最清楚。

所以这一章不得出“聊天好”或“聊天不好”。它只留一个提醒：说得出口，是合成能松动的前提；有没有被另一个真实的东西碰一下，是合成能长大的前提。两个前提，一个晚上不一定同时有。

◆ 同一个夜晚的另一种走法

再构想一个走法，仍是小林，仍是这件事。

第二周，另一件拖着的事来了：房东问他续不续租。他又打开窗口，又说了一遍。回来的话又贴又顺，他又松了一下。这次他没有去回房东，而是接着聊下去，聊到了他为什么总是拖，聊到了小时候家里的一些事，聊到十二点半。关窗时他觉得今天很充实。

这样的夜晚，没有什么不对。但如果这样的夜晚连着来了很多个，而每一次都停在“松了一下”，按下文要分的两种松（卸压的松与通路的松），那就是卸压的松在重复，通路的松一直没有来。房东那条消息仍然躺在那里。

本书这里不用“依赖”一类的词，那是诊断的词，本书不作诊断。只用本书自己的话：显露一直在，回写一直没有走完。心的合成在原地转，转得很舒服。

要不要往前走一步，是小林自己的选择。他可以今晚就回房东一句“我下周答复”，也可以明天再说。那一步很小，小到不需要任何决心；但它是从屏幕里的一圈，走到日子里的一步。

对照旧地图的另一处

最后，把这件事放回开篇的两种送礼（导论）。

一种人说“这是我的心意”，心是起点，礼是它的搬运工。另一种人先看对方缺什么，心是在看的过程里合成的。

和 AI 聊天，也可以有这两种用法。一种是“我把我的心倒给你”，倒完为止；另一种是“我借这个对面，看清我自己缺什么、对方缺什么，然后去做一件事”。两种用法，同一个窗口。区别不在技术，在用的人把心当起点，还是当发生。

这也是为什么本章敢说不预测技术：无论对面是什么，这个区别都在用的人这一边。

两种松

小林那一下松动，可以是两种松。

一种是卸压的松。话说出去，被接住，胸口轻了，夜里睡得着了。这是真的好处，不必看轻。有时候人需要的只是这个。

另一种是通路的松。话说出去，被接住，然后他真的回了那位前同事的信，对方回了他，两个人之间的事因此有了一个结果。这时候，那一晚的对话就不只是在他里面转了一圈，而是经过 D，回写到了 E：他和那位前同事之间的关系，被改了一点点。

两种松，在当下的感觉上几乎一样。分别要到第二天才看得出来。

这里用到的是第八编会细讲的东西：显露（S）有没有回写（E）。一个只在自我的我里转圈的松动，转得再舒服，E 并没有变；一个落到了现实的我身上、改了某件事的松动，才完成了一小圈发生。

这一条是本书的读法，不是对任何人使用方式的判断。有人今晚只要卸压，就让他卸压。本章只是把“松”分成两种，让人自己看得清。

◆ 一个可以自己查的小问题

如果把这个问题放进日常里，不需要什么仪器，一句话就够了：

聊完之后的第二天，有没有哪件事，比聊之前动了一点？

回了一封信，做了一个决定，打了一个电话，哪怕只是承认了一句“我其实不想接”。有，那一晚就往前走了一步。没有，也不是错，只是它还停在那一晚。

这一问，同样适用于和朋友的夜谈、和神父或师父的谈话、和日记本的谈话。它不针对 AI，因此也不偏袒 AI。

回到场景

小林看着输入框里的那一行字：“谢谢你，你真懂我。”

他想了一会儿，把“你真懂我”几个字删了，改成：“谢谢，我去回信。”

他发出去之后，开始改那个三句话的草稿。他把第二句换成了自己的说法，因为原来那句“工作安排较满”不是实话；他写的是：“这个活我不太想接，不想耽误你。”然后又加了一句：“回晚了，抱歉。”

第二天早上，对方回了一个“没事，下次有别的再叫你”。

小林盯着这行字，说不清是松了一口气，还是有一点空。他想起昨晚那个“懂”字。懂他的，也许是对面，也许不是。可是那个把乱糟糟的三天理顺了的东西，确确实实是在他自己打字的手指和读字的眼睛之间发生的。

这就是开场时没有的新理解：被懂的感觉，是心在合成的信号，但它不告诉你合成是从哪里来的。要知道合成有没有走完，要看它有没有回到日子里。

带走的话

感觉被懂，说明心在动；动完有没有回到日子里，才说明它走了多远。

小账

小账一：与 AI 的一次聊天里，“被懂了”的松动发生在一来一回之间；松有两种，卸压的松与通路的松，分别要看有没有回写。

小账二：本章翻动的旧预设是“心是起点”在这个新场合的两种说法：要么“对面有心所以懂我”，要么“对面没心所以全是假的”。落在承重命题上，用的是 K4（心是三界之我的合成、互动性是次要声音）与 K1 的回写结构，不增加新的口述。

第 52 章

心与幸福

这一章的问题：新的东西从哪里来，长大靠什么，这两问问的是心怎样发生。本章加问一句：心发生得顺的时候，人是什么样子？

这一章要回答的，是意义三律里的幸福律。创造律说新的东西怎样出现，自由律说人怎样不被锁住，幸福律说的是第三件事：发生走顺的时候，人所处的那个状态。本章拿一个人的一生来看它。这三句白话，连同下面对幸福律的读法，都是本书的读法，不是王德生的口述。

场景

这是我构想的人物，周阿姨，第一次出场时六十二岁，是退休的小学老师。这一章我构想她七十岁的一天。

社区活动室，下午三点，周阿姨在教几个邻居家的孩子写毛笔字。窗边有一盆吊兰，是老赵上个月送来的。一个年轻的志愿者来帮忙收拾桌子，随口问了一句：

“周阿姨，您这辈子，哪一年最幸福？”

周阿姨手里正在把一支笔的笔毫捋顺。她没有马上回答。年轻人以为她在想一个年份，比如结婚那年，或者孩子出生那年，或者退休那年。可是她想了很久，最后说出来的话，年轻人没有听懂。她说：“要说哪一年，我还真挑不出来。”

这一章要做的，就是把她那句话讲懂。我们不替她编一个答案，只顺着她的三个年纪，往回看一遍。

先把幸福律说白

先说白话。一般人说起幸福，心里放的是一个终点站：赚到多少钱，住上什么房子，孩子考上哪所学校，身体没有毛病。到了站，就幸福了；没到站，就还差一点。

这种想法有它的道理，终点站上的东西，大多是实在的好事，本书无意看轻。但它有一个共同的结构：幸福是一个先立起来的目标，心是那个朝它奔的发动机。这正是“心是起点”在幸福这件事上的样子。

本书对幸福律的读法不同。这里要先说明：下面这个读法是本书的读法，用的是意义三律的框架，不是王德生的口述原话。

本书的读法是：幸福不是被预设好然后抵达的东西，而是发生走顺时的显露。具体说，有三个条件同时成立的时候，人会处在幸福的状态里。

第一，三个我对得上。理念的我想成为的样子、现实的我实际在做的事、自我的我感受到的味道，三者之间没有大的撕裂。

第二，E 里的效力落得进来。别人、机缘、时间给的东西，心接得住，不是被挡在外面。

第三，显露能回写。做出来的事、说出来的话，没有白白消失，而是回到了和别人的关系里，改了一点点什么。

三个条件里没有一个是“得到某样东西”。所以幸福律放在心的发生学里，讲的不是奖赏，而是通畅。

这样读，会得到一个有点出人意料的结果：同一个人，在最困难的年份里，也可能有一天是幸福的；在最顺的年份里，也可能整年都不幸福。因为幸福看的是那一刻的通不通，不是那一年的账上有多少。

◆ 三个节点

下面把周阿姨一生中的三个节点摆出来。这三个节点都是我构想的。

节点	年纪	心的状态	幸福的样子
一	三十岁	新心刚到，0→1	事情自己来了，她接住了
二	五十岁	三个我变硬，1→N 遇到阻力	幸福走了，路堵了
三	七十岁	效力回头显出来	不是新鲜，是通

节点一：三十岁，一年级教室里

周阿姨三十岁那年，已经教了六七年书。那年她带一年级。班里有个男孩，上了一个学期，还是不肯开口读课文。她试过很多办法：单独谈，请家长，放慢进度。都没有用。

有一天，下大雨，放学后孩子的家长迟迟没来，教室里只剩她和那个男孩。她没事做，翻开桌上的一本图画书，自言自语地念起来。念到一只青蛙跳进水里，她随口说了一句：“扑通。”

男孩抬起头，说：“扑通。”

就这么两个字。他不是在读课文，也不是在回答老师。他是在和一个声音玩。

周阿姨后来说，她那一刻的感觉，是整个人“亮了一下”。她没有计划过这件事，她那个学期的所有计划都是失败的。她也没有做对什么，不过是在一个下雨的傍晚，随口念了一页书。

用本书的话来看，这是一次典型的 0→1。新的东西出现了：一个孩子的声音。它不是从周阿姨的“教学方案”里长出来的，也不是从孩子“内在的潜力”里被挖出来的，它来自一个下雨的傍晚、一本图画书、一个随口的拟声词，这些东西碰在一起，偶然地、不可重复地，对上了。这就是 E 里的万事互相效力（第34章）。

幸福律在这里的样子是：三个我同时对上了。理念的我（我想当一个让孩子开口的老师），现实的我（教室、雨、孩子，实实在在的），自我的我（那一下亮）。没有一个我是在硬撑，也没有一个我是在拿奖赏。

这里有一个要说清的地方：三十岁的周阿姨，可能会把这一刻解释成“我的方法终于起了作用”，或者“我的爱心打动了孩子”。这是发心论的解释，也是人之常情。她当时没有这样想，她只是亮了一下。后来她回头想，才慢慢明白，那个“亮”不是她赚来的，是递过来的。第33章所讲的“赐”，在她这里是一个很小的日常样子：不是神迹，是一个傍晚。

节点二：五十岁，图书室里

周阿姨五十岁那年，学校合并，她被调去管图书室，不再带班。

对外人看，这不算大事。工资没变，工作轻松些。可是她回到家，常常一句话也不想说。

这一年她没有遇到什么了不得的灾难，她遇到的是自己的变硬。用第32章的话说，她的三个我，在这一年固着了。

理念的我是“我是好老师，好老师就是站在讲台上”。这个理念二十年里一直撑着她，也一直不被问。现在讲台没了，理念的我就像被抽走了地板，却不肯改。

现实的我是图书室里一排排书架，一个个按时来借书的孩子，和她手里一枚扫码的枪。

自我的我是一种说不出的东西，她后来描述为“我被放在了架子上”。

三个我谁也不让谁。这就是 K7 说的那种“固化”。注意，这里不是诊断，不是说周阿姨病了，也不是说她错了。这是一个很普通的人生阶段：一件事本来撑着心，这件事换了，心里那几个我没有同步换。

她的幸福，在这一年里走了。不是被拿走的，是通路堵了：E 里的东西进不来（别人对她的好，她当成同情），S 也出不去（她做的事，她觉得没有意义）。

这一节，本书不美化。这一年对她是难受的，难受就是难受，它不会因为后来变好了就变成“其实是好事”。不过，第39章讲过，D 的阻力会推心生长，这是对“事后看”说的话，不是对“当年的人”说的话。当年的周阿姨，只是难受。

那一年里有一天，一个三年级的女孩来借书，借完又折回来，问：“周老师，你以前是不是教过我哥哥？”周阿姨说是。女孩说：“我哥哥说你教他读过一首诗，到现在还背得出来。”

周阿姨说：“我不记得是哪一首了。”

女孩说：“他也说不出题目，只说里面有一句，是'风过去以后树还在晃'。”

周阿姨没有说话。那天她回家，把这句诗翻出来，一遍一遍地读。她后来告诉人，她不是被“感动”到的，是被“砸”了一下：原来讲台上的二十年，不是白过的；它在一个她根本想不到的地方，作为一句诗，一直站着。

这就是回写（第45章）。S 经过 D 回到了 E：她二十年前教的一首诗，经过一个孩子的记忆，又被另一个孩子带回到她面前。她的理念的我里那块“好老师就是站在讲台上”的硬处，被这个回写撬开了一条缝：原来好老师的东西，不只在讲台上。

幸福没有在这一天回来，只是路通了一条缝。慢慢地，她开始在图书室里做一件新的事：给每个来借书的孩子，记一句话。不是评语，只是她自己对这个孩子的一句观察。

节点三：七十岁，活动室里

回到开头。七十岁的周阿姨，在社区活动室教孩子写毛笔字。

这个活动室是怎么来的，她参与的地方不多。社区有一个愿意出场地的人，一个愿意捐纸墨的人，几个愿意来的孩子，还有一位老赵，每次来都要把课时记在一个小本子上，说是“怕账不清”。每个人都做了一点点，谁也没有想过要做成什么。

这一节的幸福，和三十岁、五十岁都不一样。

它没有三十岁那种“亮”，那是新的东西出现时的光；它也没有五十岁那种“堵”，那是旧的东西不肯动时的暗。七十岁的幸福更像一条水渠：水从很多地方来，流过她，流到别人那里去。她站在中间，既不是源头，也不是终点。

这里可以用到《罗马书》8:28：「我们晓得万事都互相效力，叫爱神的人得益处，就是按他旨意被召的人。」本书只取其中“万事互相效力”这一半讲 E（第34章），“叫爱神的人得益处”那一半讲接住的条件（第36章）。周阿姨七十岁的这个下午，是把这两半放在一起看的最好的位置：她回头，能看到三十岁那个下雨的傍晚、五十岁那句“风过去以后树还在晃”，在今天这个活动室里，都有了余音。

但要小心，本书不能由此得出“苦难是为了换来幸福”。那是把事后的看，倒回成事前的安排。五十岁那年的难受，不是为了七十岁的下午存在的。它只是存在了，后来被别的东西接住了。接得住，是幸运，不是定数。

七十岁的幸福律，是第三个条件最清楚的样子：显露在回写。她写的字、教的孩子、被孩子带回家的几个笔画，一直在改变别人的日子，也改变她和别人的关系。

◆ 三个节点放在一起看

把三个节点放在一起，有几处值得说。

第一，三个节点里，没有一个是“到站”。三十岁没有到站，只是一个傍晚；五十岁离站最远，反而是一次回写的开始；七十岁看着像到站，其实她自己最清楚，这个活动室明年还在不在，没有人知道。

第二，三个节点的幸福，样子很不一样：一个是亮，一个是通一条缝，一个是流。如果只拿一个标准去量，比如“开不开心”，三个节点会排出高低，而且五十岁会排最低。可是照上面的读法，五十岁那一年恰好是三个我最需要重新对上的一年，对上的那一下，比三十岁那一下更费劲，也更长久。

第三，三个节点里，心都不是起点。三十岁的亮，来自一个傍晚；五十岁的缝，来自别人的一句话；七十岁的流，来自很多人。周阿姨自己的努力当然在里

面，她念了那页书，翻了那首诗，守了那间活动室，但每一次，努力都是接在别的东西后面。

这和第48章讲过的那个可错预言是呼应的：越强调“我的心”，越难结缘。如果周阿姨一直拿着“我要当好老师”去量自己，按那个预言的方向，她很可能在图书室里待到退休，仍然堵着；当然，这只是一种可能，不是定论。是那个来借书的女孩，把她从“我的心”里带了出来。

◆ 幸福律不是单独站着的

意义三律是一起运转的，本章把幸福律放在前面，不等于另外两律不在场。三个节点里，另外两律各露了一下脸。

三十岁那个傍晚，创造律最醒目：一个此前不存在的东西，孩子的“扑通”，出现了。幸福在这里是创造的伴随物，来得很轻，像光落在一个新出现的东西上。

五十岁那一年，自由律是缺席的。不是外面有人锁了她，是她被自己的理念的我锁住了：只有站在讲台上才算数，别的位置都不算。那条缝出现之后，自由律才一点点回来，表现是她可以做一件没人要求她做的事，给每个孩子记一句话。有了这点自由，幸福才开始有地方落脚。

七十岁，三律交织得最匀：她在教一件旧手艺（有一点创造），不被任何人要求完成什么（有一点自由），而这一切流过她（有一点幸福）。这里不必再排先后，第35章已经说过，三律在一个过程里交织，不排前后。

这样看，幸福不是和创造、自由并列的第三样好东西，更像是前两样走通时，人所处的那个位置。创造堵了，幸福跟着暗；自由堵了，幸福跟着闷；两者都在流，幸福就在。

◆ 两个常见的误读

讲到这里，有两个误读要先挡一下，它们都很自然。

第一个误读：既然幸福是通，那不通就是不幸福，所以人应当随时追求通。这又把幸福变成了一个要立的目标，心又回到了发动机的位置。周阿姨在五十岁的图书室里，如果每天问自己“我今天通了没有”，只会更堵。通是做事时的结果，不是做事前的口令。

第二个误读：既然五十岁的难受后来被接住了，那难受就是值得的。这是把事后的看，倒回成事前的账。本书一贯的读法是：难受就是难受，它没有义务有意义。有些难受后来被接住，有些没有被接住。没有被接住的，不是那个人不够努力，也不能反过来证明它没有价值。本书只讲被接住的那一种怎样发生，不替另一种做辩护，也不把它说成该当如此。

这两个误读，一个是把幸福提前，变成目标；一个是把苦难推后，变成代价。本书的读法站在它们中间：幸福是发生走顺时的显露，苦难是发生被阻时的显露，两者都是显露，都没有事先订好的价码。

◆ 对照旧地图

最后把本章放回到旧地图上，只对照一点：幸福在哪里。

常见的说法，幸福在前面，是一个要追的东西。另一些说法，幸福在里面，是一个要守住的东西，守住本心，不要被外面搅乱。三种传统各有自己对幸福的讲法，本章不展开，也不评高低。

本书的说法夹在两者之间：幸福既不在前面，也不在里面，它在中间，在三个我之间、在心与万事之间。它不是靠追得到，也不是靠守得住，是靠通。

这个说法有它的软肋。最大的软肋是：它容易被说成“随遇而安”。本书不是这个意思。通，不是不动。周阿姨在五十岁的图书室里，如果什么也不做，等着被通，路是不会自己通的。她后来开始给每个孩子记一句话，那是她那一年的操练（第七编）。受赐与操练，是同一个人在同一条路上的两件事。

◆ 读者可以自己试一下

周阿姨的三个节点是构想的，读者的三个节点是真的。不需要找什么大事件，也不必凑够三个。

可以这样试：回想自己过去的某一天，当时没有觉得自己多么成功，却有一种“事情对上了”的踏实。然后问三句。那天，我想成为的、我实际在做的、我心里的味道，是不是难得地没有打架？那天，有没有什么东西是别人、机缘或时间递给我的，而我接住了？那天，我做的事，有没有回到别人那里去，哪怕只是一声“谢谢”？

三句里答得上两句，那一天大概就是幸福律走通的一天。答不上也没关系，不必凑。这个小练习有一个用处：它会让人发现，自己记得的幸福，常常和账本上的成就对不上。记得最牢的，往往是某个傍晚，而不是某个头衔。

这个发现不算结论，只是给后面的结语留一个问题：如果幸福的位置不在终点，那么一个人该把心思放在哪里？本书的回答很朴素，放在眼前这一件事上，放在它周围的人身上。

回到场景

年轻的志愿者还站在那里。周阿姨把那支理顺了的笔，放到笔架上。

“我挑不出哪一年，”她又说了一遍，“我倒是想起三十岁那年的一个下午。孩子跟着我说了两个字。那天下雨。”

年轻人等着她说下去，她却转身去看窗边那盆吊兰，说：“老赵的这盆花，三天没浇水了，叶子有点打卷。”

年轻人去接了半杯水。

这个下午里没有什么重大的东西。可是开场时那个问题，“哪一年最幸福”，已经被换掉了。她没有挑一年。她挑的是一个下午，一个下午里的一件小事，一件小事里的一个“对上了”。

这就是开场时没有的新理解：幸福律不是在一生里找一个最高点，而是在一生里认出心发生得顺的那几下。这几下，不在年份的账本上，在某个傍晚、某句诗、某盆吊兰里。

> **带走的话**
>
> 幸福不是心走到的一个地方，是心发生得通的那一刻。

> **小账**
>
> 小账一：幸福律在本书的读法里，是三我对得上、效力落得进来、显露回得去的通畅；一生里有亮、有堵、有流，不能只用一个标准去量。
>
> 小账二：本章翻动的旧预设是“幸福是心预设的终点”；落在 K5（0→1 与 1→N）与 K6（万事互相效力）上，另外用到 K7（三我的固化）。幸福律的读法是本书的读法，不是王德生的口述。

结 语

心不是起点，是发生

这一章的问题：这本书说了一堆话，哪些站得住，哪些只是立在那里，哪里最容易塌？

写了这么多页，该收账了。收账有收账的规矩：哪些是别人口述立定、我只负责照着写的，哪些是我自己推出来的，要分开记。混在一起报，好话会全算到推论头上，难处会全推到口述头上，读者看不清。所以下面分两本账。

◆ 先把判词摆回桌上

全书开头立了三句话。

第一句，心不是起点，是发生。第二句，心由三界之我合成，以主体性为中心；新心是“赐”的，要经操练长大。第三句，行善结缘，是心在日常里最完整的一条发生路。

旧地图画的是：心，发动，一切。心在最左边，像水龙头，一拧，事情就流出来了。本书换了一张图：万事互相效力的那张网（E）在先，从里面发生一颗新心（0→1），新心经操练长大（1→N），长大的东西经行为（D）回写那张网。心不再站在最左边，它在路上。

◆ 第一本账：口述立定的八条

这八条是王德生 2026 年 10 月 18 日的口述，本书的做法是照着写、写清楚、写到日常里去。所以这一本账，验的是“写没写到”“写得自不自洽”，不是“证明了没有”。口述立定的东西，一本书是证明不了的。它只能把东西摆开，让读者自己拿去用。

第一条：心是三界之我的合成。 理念的我、现实的我、自我的我，各自讲了，又讲了它们怎样合在一起，合成不是相加。验收：写到了。但要老实说一句，“合成”这个词在书里承担的活很重，读者若觉得“三个我”分得太整齐，那是口述给的骨架，血肉是我加的。

第二条：心的属性以主体性为中心，客体性与互动性为辅。 验收：写到了，并且按默认项，把主体中心写成了心的出厂样子，不是后来变坏的结果。这一条在全书里最容易被读成“主体不好”，我没有这个意思。主体中心是心的出厂设置，毛病只出在把它当成了起点。

第三条：行善结缘是一条完整的发生路径。 行是 D，善是 S，结是回写，缘是 E。验收：逐字拆了，字序就是发生的顺序。

第四条：善是善果，是显露的 S，不是预设的善心。 验收：写到了，并且和旧地图正面碰了一下。碰得够不够狠，读者评。

第五条：新心的 0→1 是“赐”。 验收：写到了。要提醒一句，“赐”字我按发生学读成“来自主体之外”，这是读法，宗教自身怎么讲，按它自己的说法放在那里，我没有替它辩护，也没有拿它当材料削。

第六条：新心的 1→N 是操练，经苦难成长，以耶稣为标杆。 验收：写到了，苦难没有被美化，标杆被写成“已经显露了的 S”，不是规矩条文。

第七条：圣灵叫万事万物互相效力，讲的就是意义三律的心的发生学。 验收：写到了。按默认项，三律写成一个过程，交织在一起，没有排先后。

第八条：刚硬的心是三我的固化，柔软的心是三我的更新性；石心是类比，指三号位的刚硬化。 验收：写到了，但留着一个口子。“三号位”我只照王德生的用法，没有给内部定义；八种组合是“本书构想的类型”，不是诊断，也不是分类学。这个口子，在下面“最弱处”里还要再说。

八条的总结算：照着写了，没有加戏，没有改口径。至于它们对不对，不归这本书裁。

口述立定的八条，要不要报推翻条件？我的做法是：不替王德生报，但把“整个框架在什么大局面下会垮”说出来，供读者掂量。粗层级只有两个。其一，如果有朝一日大家公认，心可以拆成毫无关联的几块，三界之我的“合成”说不通，第一、二条连同后面的路都要重想。其二，如果“新心来自主体之外”在日常里怎么看都找不到一点影子，第五、七条就成了空话。这两个局面，现在我都没有看到，但“没有看到”不等于“不会出现”。

另外两条口述，K9 说本书是重要专著、典范创新，K10 要求把中华、西方、印度三种心放在一起比较。前者是判断，要靠时间；后者是写法的要求，本书照办了，比较得公不公道，上面“最弱处”第四点已经自己先认了账。

◆ 第二本账：本书自己的四条推论

下面四条是我推出来的，不是口述。它们才是这本书真正拿出来挨打的东西。每条都报一个推翻条件，条件只写到粗层级：不要求已经知道怎么检验，只要说得出什么大局面出现，这条就错了。

T1：以主体为中心的东西，不能从自身生出新的自己，所以 0→1 必须来自主体之外，即 E。 验收：论证了，但这是四条里最像“推出来”的一条。推翻条件：如果有一天，能清楚地看到一颗心完全不靠外面任何东西，凭自己就生出了一个此前不存在的自己，这条就错。

T2：发心论的错位，是把 1→N 慢慢长出的东西，当成 0→1 时已经齐备。 验收：有论证，有日常对照。推翻条件：如果大量观察显示，一个人最初那点心意里，后来长出的东西基本都已经在里面，长大只是展开，这条就错。

T3：接住的条件。 万事互相效力“叫爱神的人得益处”（《罗马书》8:28），心的互动性向外打开，是效力落进来的接口。验收：写了，这是四条里最依赖经文读法的一条，读法若换，这条要重写。推翻条件：如果互动性向外打开的人，并不比关得紧的人更容易受益于周围的事，这条就错。

T4：可错预言。 越强调“我的心”，越难结缘；互动性在心里分量越大，善果越容易显露。推翻条件：若大量日常观察显示，强调发心的人结缘更顺，这一条就错。四条里，这一条最容易拿日常去试，不需要任何仪器。它放在第八编，就是为了让它挨打。

◆ 这套读法到底改了什么

两本账算完，还剩一个问题：就算全对，对一个普通人有什么用？

我想只说三件小事。第一，别急着问“我的心够不够好”，先看“这件事里发生了什么”。第二，别把别人的善心当起点去感激或怀疑，去看它显露出来的善果落在哪里，又被谁接住。第三，自己心硬了，别整颗重来，找硬的那一处；心软的时候，也别当成自己的功劳，它多半是被什么事、什么人撞开的。

这三件事都很小，小到不像什么典范。可我相信，一个读法能不能立住，看的就是它能不能落到这么小的地方。落不下来的，再大也是空的。

收账之前，还要交代一个次序：两本账分开报，是因为它们的风险不同。口述的八条，风险在于我有没有写走样；推论的四条，风险在于它们本身会不会错。前一种风险靠核对口径可以降低，后一种只能靠别人拿日子去试。所以我把读者最该下手的地方，留给了后一本账。

◆ 三个容易的误读

有三种读法，我在这里先挡一下，免得账收得再清楚，也被读歪。

第一种误读：心不重要。不是。心是发生体，发生体照样是真的，会痛、会硬、会软、会长。说它不是起点，不是说它不算数，是说它不能被当成一切的发动者来使唤。

第二种误读：既然善是善果，那就不必发心，随便做就行。也不是。发心是路上的一段，它是 D 里很早的一步，只是不能拿它去担保后面的全部。心意还是要有的，只是不要把心意当成已经做完的事。

第三种误读：这是一套用来给人定性的东西。更不是。本书讲心的发生，不是心理或医学的诊断；谁的心硬，谁的心软，不是书里的人能裁，也不是读者拿去裁别人的。要用，只用在自己身上，并且只用来问一句：我的哪一处，现在需要被撞开？

◆ 本书最弱处

好的结语不替自己说话，要替批评者说话。我认为本书有六处最弱，按轻重排。

一、T1 这一步是跳过去的。 从“心以主体性为中心”走到“所以新东西不能自己来”，中间我只用日常场景垫了垫，没有一道严格的论证。读者完全可以说：主体中心不等于自我封闭。这个反驳是对的，本书只能回答到“那就请看接口在哪里”，回答不到“必然”。

二、全书的日常场景，都是构想的。 我明说了，没有假装亲历。但构想的场景有一个天然毛病：它们是为了证明而生的，总会长得恰好合用。真实的日子比这乱得多，也有不合用的。

三、“三号位”没有被讲透。 这是照原话用的，我也没有私自补定义。代价是，第八条里的“硬与软”，在读者那里只能停在感觉上。八种组合的小场景，读起来像是对的，但“像是对的”和“站得住”之间还有一段空的路。

四、三种文明之心的初判，是一个人的初判。 我尽量为每位思想家留了他自己最强的辩护，但最强的辩护应当由各个传统里的专家来写，不是我替他们想。若专家读了说“你把我们的东西读轻了”，那多半是对的。

五、有几个待裁项，我是按默认写的。 主体中心是本性还是合成的偏，三律有没有先后，这类事裁定以后，相关的地方要回改。书里凡按默认写的，不是我已经想通，是我先停在了这里。

六、引文和三律的白话读法，没有全部核到底。 书中的经典引文，凡标〔待核〕的，是凭记忆或只作转述，没有核到原文；少数标的，也只核到通行文本。意

义三律只给了名称，每一律的白话读法是我自拟的，前后几章的说法并不完全一样：第35章把幸福律读成与在场的人相合，第52章读成通畅。两处都是本书的读法，不是口述，也没有对照过《SIO 语言发生学导论》的原定义，对照以后，以原定义为准。

再补一句对自己的提醒：写书的人天然偏爱自己的框架，凡是框架解释得特别顺的地方，恰恰最该存疑。顺，有时是真的通了，有时只是我把不顺的材料绕开了。所以读到本书某处觉得“这也太顺了”，请先信自己的那点怀疑。

这六处不是客套。如果有人读完，只能记住这本书的一个毛病，我希望他记住的是第一处。

◆ 一个收尾，也是一个交代

书叫“导论”，意思是门，不是屋子。门开了，屋里该怎么摆，要靠后来人。一本书把“心是起点”这个几乎无人怀疑的预设翻了过来，翻过来以后，究竟是更好看了，还是只是换了个姿势，这要在许多人的日子里慢慢试，不是我在书里宣布了就算数。

王德生判定这本书是重要的专著，也是典范创新。这是他的判断，我记在这里，不替他加码，也不替他打折。我能做的是把话讲清楚，把账收清楚，把最弱的地方亮出来。

还有一点，是三种文明的心留给这本书的。中华之心教我们，长大要靠日复一日的工夫；西方之心提醒我们，新的东西常常是被给予的，也常常要去发现；印度之心守着一个“回到本来”的安静。三家各有强项，本书没有要谁认输。它只是指出，三家都碰到同一道缝：新心到底从哪里来，又怎样接上别人。这道缝，本书的回答是一个读法，不是最后的结论，也欢迎别的回答。

最后，这本书若有一点用处，不在于读者记住了几个字母，而在于下次遇到一件事，肯先停一下，不急着问“这是谁的心意”，而是多问一句“这里面，什么在互相效力”。

> **带走的话**
>
> 心不是起点，是发生；你不必先有一颗好心才开始，你从做一件小事开始。

◆ 一个日常的画面

下面这个画面也是我构想的。

一个下雨的傍晚，公交站台，棚子不大，站了七八个人。有个人带着伞，她没有撑开，因为棚下没有雨。风向忽然变了，雨斜着飘进来，打湿了最外面那个人的肩膀。带伞的人看了一眼，顺手把伞撑开，往外一递，伞沿罩住了那个人的肩，两个人谁也没有说话。

她并没有“想好要做个好人”。如果有人事后问她，她大概会说：没想什么，看他淋着了。

那个被罩住的人，往旁边挪了半步，给她让出一点位置。后面的人看见了，也往里挤了挤，站台一下子宽了一点点。车来的时候，大家按顺序上，没有人推。

这一刻里，没有哪个人是起点。风向变了是一件事，肩膀湿了是一件事，伞在手里是一件事，一个人眼睛扫过去又是一件事。事和事互相效力，一颗心在其中显露，显露出来的东西，又悄悄回写了这个站台。

心，在这里。不在谁的胸口里等着发动，它就在这一小段发生里。

车开走以后，站台空了。地上有几行湿脚印，很快被新落的雨冲淡。那把伞已经收起来，伞尖滴着水，被它的主人拎在手里，往家的方向走。

雨还在下，车到了。

参 考 书 目

一、《圣经》与相关经文

1. 《创世记》1:1（和合本）
2. 《出埃及记》7:13；14:8（和合本）
3. 《撒母耳记上》16:7（和合本）
4. 《诗篇》51:10；127:3（和合本）
5. 《箴言》4:23（和合本）
6. 《耶利米书》17:9；31:33（和合本）
7. 《以西结书》36:24—28（和合本）
8. 《马太福音》5:8；6:3（和合本）
9. 《路加福音》6章（和合本）
10. 《约翰福音》3:8；13章（和合本）
11. 《罗马书》5:3—4；7:19；8:18、23、28；12:2；13:13—14（和合本）
12. 《约翰一书》4:19（和合本）
13. 《腓立比书》2:12—13（和合本）
14. 《提摩太前书》4:7（和合本）
15. 《希伯来书》12:11（和合本）

二、中华传统典籍

1. 《论语》（《学而》《为政》《里仁》《卫灵公》）〔版本待核〕
2. 《孟子》（《公孙丑上》《滕文公上》《告子上》《告子下》《尽心上》）〔版本待核〕
3. 荀子《荀子》（《劝学》《儒效》《解蔽》《天论》《性恶》）〔版本待核〕
4. 庄子《庄子》（《齐物论》《养生主》（含庖丁解牛）《人间世》《大宗师》《应帝王》）〔版本待核〕
5. 《周易》（《系辞上》；坤卦《文言》）〔版本待核〕
6. 《尚书》（《大禹谟》）〔版本待核〕
7. 《礼记》（《曲礼》）〔版本待核〕
8. 《大学》〔版本待核〕

9. 《中庸》〔版本待核〕
10. 朱熹《大学章句》〔版本待核〕
11. 朱熹《中庸章句序》〔版本待核〕
12. 朱熹《孟子集注》（《尽心上》）〔版本待核〕
13. 朱熹《朱子语类》〔版本待核〕
14. 朱熹《观书有感》〔版本待核〕
15. 张载《张子语录》〔版本待核〕
16. 陆九渊《陆九渊集》（又称《象山先生全集》；含《语录》《杂说》《年谱》）〔版本待核〕
17. 王阳明《传习录》（上、下）〔版本待核〕
18. 王阳明《大学问》〔版本待核〕
19. 王阳明《王阳明全集》（含《王阳明年谱》）〔版本待核〕
20. 黄宗羲《明儒学案》（《姚江学案》）〔版本待核〕

三、西方典籍与著作

1. 柏拉图《理想国》〔版本待核〕
2. 柏拉图《斐德若》（又称《斐德若篇》）〔版本待核〕
3. 柏拉图《会饮》〔版本待核〕
4. 柏拉图《美诺》（又称《美诺篇》）〔版本待核〕
5. 亚里士多德《论灵魂》〔版本待核〕
6. 亚里士多德《论动物部分》〔版本待核〕
7. 亚里士多德《论青年与老年》〔版本待核〕
8. 亚里士多德《动物的生成》〔版本待核〕
9. 亚里士多德《形而上学》〔版本待核〕
10. 亚里士多德《尼各马可伦理学》〔版本待核〕
11. 亚里士多德《诗学》〔版本待核〕
12. 奥古斯丁《忏悔录》〔版本待核〕
13. 奥古斯丁《论基督教教义》〔版本待核〕
14. 奥古斯丁《论真宗教》〔版本待核〕
15. 托马斯·阿奎那《神学大全》〔版本待核〕
16. 笛卡尔《谈谈方法》〔版本待核〕
17. 笛卡尔《哲学原理》〔版本待核〕

18. 笛卡尔《第一哲学沉思集》〔版本待核〕
19. 笛卡尔《论灵魂的激情》〔版本待核〕
20. 帕斯卡《思想录》（Pensées）〔版本待核〕
21. 洛克《人类理解论》〔版本待核〕
22. 休谟《人性论》〔版本待核〕
23. 康德《纯粹理性批判》〔版本待核〕

四、印度典籍与佛教文献

1. 《吠陀》〔版本待核〕
2. 《歌者奥义书》〔版本待核〕
3. 《伽陀奥义书》〔版本待核〕
4. 《蛙氏奥义书》〔版本待核〕
5. 《泰帖利耶奥义书》〔版本待核〕
6. 《摩诃婆罗多》〔版本待核〕
7. 《薄伽梵歌》（《摩诃婆罗多》中的一部分）〔版本待核〕
8. 《数论颂》〔版本待核〕
9. 波颠阇利《瑜伽经》（相传）〔版本待核〕
10. 《法句经》〔版本待核〕
11. 《无我相经》〔版本待核〕
12. 《相应部》〔版本待核〕
13. 《金刚经》〔版本待核〕
14. 慧能《坛经》（又称《六祖坛经》；《行由品》《定慧品》《顿渐品》）〔版本待核〕
15. 世亲《唯识三十颂》〔版本待核〕
16. 玄奘编译《成唯识论》〔版本待核〕
17. 《摄大乘论》（玄奘译本）〔版本待核〕

五、现当代研究与其他

1. 弗洛伊德《日常生活的精神病理学》〔版本待核〕
2. 弗洛伊德《精神分析中的一个难题》〔版本待核〕
3. 弗洛伊德《自我与本我》〔版本待核〕
4. 弗洛伊德《精神分析新论》〔版本待核〕

5. 布伯《我与你》〔版本待核〕

六、本系列与 SDE 相关

1. 《SIO 语言发生学导论》〔版本待核〕

本目只收书中实际引用或点名的作品；版本、译者与出版信息凡未核者标〔版本待核〕，不以本目为版本依据。

附 录

附录一　日常用语里的发生学

这十二条是平常人天天挂在嘴边的话。本书前面把「行善结缘」拆成了四个字：行是 D，善是 S，结是回写，缘是 E。这里照同一个拆法，把十二句老话也拆一遍。每条四样东西：一句话读法，拆字，一个日常场景，一个提醒。场景都是我构想的，不是实有其人。读法是本书的读法，不代替这些话本来的意思，也不是说老话说错了，只是换一个角度，看它里面藏着的发生顺序。读的时候不妨先想一想自己说过几次这些话，当时说的是哪一个字。

◆ 一　将心比心

一句话读法：不是拿「我的心」去量别人，而是让对方的处境经由我的动作走进来，再显露出一个共同的理解。

拆字：「将」是拿过来，是 D，是一个动作。第一个「心」是我的三我合成，第二个「心」是对方的。「比」是对照，也是 D，一来一回，不是一次定论。整句话里没有哪一个字在说「我发出」，它说的是两颗心之间发生了一次对照。这和「心是起点」的旧地图正好相反：旧地图里，我的心先有，再去量别人；这里，是对照发生了，心才有了新的一块。这一句老话里，没有「我先有一颗好心」这个开头，开头是一个动作。

场景：这是我构想的场景。一位同事的孩子发烧，她请假去医院，回来时被领导说了一句「又是孩子」。旁边的同事本来也觉得她请假太多，这时想起自己上个月为母亲的检查也请过两天假，当时盼的就是别人不说话。他没有讲道理，只是下午默默替她把一份表格填完。她回到座位，发现表格已经好了，什么也没问，只是把桌上的一包糖推过去了一半。比完以后，两边都变了一点：一个人多了一份被看

见的轻，另一个人多了一份知道别人在扛什么的重。这个变化，才是比的结算。后来她没有道谢，只是下次轮到那位同事请假时，也替他挡了一句。

提醒：比的是处境，不是心意。只拿「我的心意是好的」去比，比出来的永远是自己。也别把比当成评分：把对方的处境放在天平上称一称，称完了再下判断，那已经不是将心比心了。处境不同的人，比出来的结果也不同，这没有关系。

◆ 二　心安理得

一句话读法：三个我合上了，不打架，所以安；这个合上，是经过一件事才合上的，不是天生就合。

拆字：「安」是自我的我，夜里独处时那个我不再翻来覆去。「理」是理念的我，我想成为的样子。「得」是现实的我，实际拿到手的东西，工资、名分、一个结果。三个字对应三我，合在一起，就是一颗心暂时没有裂缝。老话把「安」放在最前，其实安是最后到的：事情做了，得到了，理也站住了，安才下来。安、理、得三个字，哪一个先到，没有定规；常见的是得先到，理跟着，安最后。

场景：这是我构想的场景。一个人在小区里捡到一只钱包，里面有现金和证件。他按着证件上的号码找到失主，对方连声道谢，要塞一点钱给他，他没收，只拿了对方一句「谢谢你」。回家吃饭，那天晚上睡得很沉。他自己也说不清，为什么明明少了一点可以花的钱，心里反而宽了。若三者到了而安没来，多半是有一个我还欠着，欠的是什么，只有自己夜里知道。他那天什么也没想明白，只是觉得，今天的自己和昨天是同一个人。

提醒：安得太快，要留一个心眼。有的安，是三我真合上了；有的安，只是现实的我把理念的我按住了，对自己说「大家都这样」。后一种安，换个场合就会醒。这里不作诊断，只说有这两种可能，自己分辨。另外，安不安，不是对错的证明；但长期不安，是三我之间有一处值得去看的地方。安是结果，不是目标，追着安去做事，反而不安。

◆ 三　心想事成

一句话读法：想是一端，成是另一端，中间要走过一段看得见的路，所以不是「想了就成」。

拆字：「心想」是理念的我，是起头的一个念。「事成」是 S，是显露出来的结果。心和事之间缺了一个字：D，也就是一步一步的差异序列。老话把这一段省了，听的人就容易以为心想一出口，事自己会成。其实「成」是回头看见的，是 D 一步步走完之后才有的名字。所以这句话可以改读成：心想在前，D 在中，事成在后，三样缺一不可。

场景：这是我构想的场景。一个女孩立志学会游泳，在家里把泳姿视频看了二十遍。到了水边，沉下去，呛了水。她坐在池边愣了一会儿，下一周请了教练，先学憋气，再学蹬腿，每次只改一个小动作。三个月后，她游过了二十五米，上岸后第一句话是：「原来脚是这样放的。」她后来教邻居家的孩子游泳，第一句话就是：先别急着游，先学会放松。

提醒：本书前面说过，「心想」不是起点，是发生的一个环节。把心想当起点，容易把后面慢慢长出来的东西，当成开头就齐备的东西。想对了方向很重要，但方向不会替你走路。所以与其说「愿你心想事成」，不如说「愿你想得清楚，走得扎实，也有人在路上帮你」。成的那一天，别忘了回头数数帮过你的人。

◆ 四　有缘千里来相会

一句话读法：缘不是事先写好的，而是相会之后，回头才看清的那张网。

拆字：「缘」就是 E，万事互相牵连的那张网。「千里」是 D，是一段又一段看起来毫不相干的差异：换车、错过、改期、迟到。「相会」是 S，是显露出来的那一次遇见。字序和发生的顺序是反的：嘴上先说缘，其实是见了面才知道有缘。所以这句话更像一句回头说的话，而不是一句预言。这里的「千里」，不必是地理的千里；一次不合时宜的改期，也是千里。

场景：这是我构想的场景。两个人在外地的火车站买不到票，被同一个窗口的工作人员劝去隔壁小站转车。在小站的候车厅里，各自拿出一碗泡面，聊起来，发现是同一所中学的校友，差了六届。他们讲起同一个传达室的大爷，同一棵歪脖子树。后来两家人的孩子成了同学，周末常在一起玩。他们没有留联系方式，两年后在一次校友聚会上又碰见，彼此一眼认出。

提醒：别把「有缘」当成对没来的人的解释。没见上的人，不是缘分少，是网的那一头暂时没有显露。也别把网当成命：网是互相效力的，你在网里做了什么，网也会变。缘是回头认出来的；眼下能做的，只有把路走下去，把门开着。见面之后好好待人，缘才有后文。

◆ 五　心服口服

一句话读法：口服只是显露了一半，心服是显露的东西真的回写进了自己。

拆字：「口」是 S，是嘴上说出的话。「心」是三我的合成。「服」是被一个已经显露了的好东西带动，它不是被打服，是被看服。两个「服」放在一起，说的是显露和回写同时发生；只有口服，没有心服，就是 S 出来了，回写没有跟上，嘴上说的和心里长的是两层皮。旧说法里，服多半被看成一方压倒另一方；这里读成：一个显露的好东西，经 D 落进了对方。

场景：这是我构想的场景。一个少年学骑自行车，大人说「别盯着前轮，看远处」，他嘴上应着，眼睛还是盯着前轮，摇摇晃晃，摔了两回。一个下午，路过一位骑车的大哥，什么也没说，从他身边稳稳骑了过去，头是抬着的，眼睛望着前头的路口。少年看着那个背影，第二天上车，自己把头抬了起来，没有人催他。所以心服的人，往往说不出被谁说服，只说「我自己看明白了」。这句话是真的。后来他带弟弟学车，也只是骑在前头，话说得很少。

提醒：想让人心服，不是把话说得更响，而是把标杆摆出来。服是看见之后的事。拿权势压出来的口服，压的人一走，就散了。同样，被人说服的我们，也别急着在嘴上服输，先看看自己有没有真的长了一点什么。要让别人服，先问自己服不服。

◆ 六　心灰意冷

一句话读法：三个我之间的线断了，暂时谁也够不着谁；这是一时的显露，不是一个人的定性。

拆字：「灰」是现实的我压下来，一件件事把火压熄了。「意」是理念的我，想成为的那个人，还在，但烧不起来。「冷」是自我的我，夜里独处时的感受，一阵一阵发凉。三个字，正好是三我各自的样子，线路断开，没有互相喂养。这时的心不是没有，而是三我之间的回写停了。三我断线时，最先恢复的常常不是理念的我，而是现实的我，吃一口热的，睡一个整觉。

场景：这是我构想的场景。一个小店老板筹备了三个月的周年活动，因为下大雨，开张那天一个顾客也没有。晚上他把收银台前的气球一个个放了气，关了灯，坐在黑里待了半个钟头。第二天一早，隔壁卖早点的人探头进来，问他要不要一起吃碗面。他本来没想答应，可是肚子先答应了。这不是小事，因为回写要从最近的一环开始接。面是普通的面，可那天他吃得很慢，慢到汤都凉了才发觉。

提醒：灰和冷是一个状态，不是一个人。状态会被事情改写，而改写常常从一碗面这样的小事开始。这里不是医学说法，真遇到长久的低落，应当找专业的人。旁人能做的往往不多，递一碗面，比说一千句「想开点」更接近回写。等线慢慢接上，不必催。

◆ 七　一心一意

一句话读法：不是把别的我都关掉，而是三个我朝同一个方向，三号位不拧着。

拆字：前一个「一」是理念的我与现实的我对齐，想的和做的是同一件事。后一个「一」是自我的我也在场，感受没有旁逸斜出。「心」和「意」本来是两个字：心是合成体，意是朝向。两个「一」不是排除别人，而是排除内部的拧巴。这里提到的三号位，照王德生的用法，本书不另下定义，只借他「有硬有软」的说

法：专注若是硬的，一心一意就容易变成一根筋；专注若是软的，同样的专注里仍有转弯的余地。

场景：这是我构想的场景。一位老人坐在门口剥豌豆，剥得很慢，剥一颗，听一听，屋里孙子学琴的声音忽高忽低。她没有一次抬头看钟，也没有一次拿手机。豆子剥完，琴声也停了，她说：「今天这段拉顺了。」孙子在屋里应了一声，两个人谁也没有说破她一直在听。那一下午，屋里屋外，两个人的动静合成了一个很安静的节奏。

提醒：一心一意不等于只管自己。她的专注里有一只耳朵向外开着，这是心里互动性的位置。把互动性关死，那叫封闭，不叫一心。一心一意可以练，但练的是把内部的拧巴一个一个松开，不是把耳朵堵上。一心一意的时刻，往往事后才被发觉。

◆ 八　心有余而力不足

一句话读法：理念的我够了，现实的我还差几步，缺的是 D，不是心不诚。

拆字：「心有余」是理念的我已经走在前面。「力不足」是现实的我还没跟上：身体、时间、手艺、钱。「而」字最要紧，它是转折，也是一道缝。这道缝里要填的，是一段又一段累起来的差异序列，也就是慢慢练出来的力。本书说的 1→N，说到底就是这道缝一天天变窄。本书把这道缝叫作 1→N 的路：不是路不通，而是人还在路上。

场景：这是我构想的场景。一个中年人想帮邻居搬一台冰箱上五楼，抱起来才知道腰不行。他退后一步，说：「我去叫两个人，你先把门垫住。」几分钟后，他带来了楼下修车的两个小伙子，冰箱上去了，他在楼梯口给每人递了一瓶水。邻居后来逢人就说，那天最有用的是那一句「我去叫人」。它也提醒我们，评价一个人心够不够，不要只看当天的结果，要看他在缝的哪一边继续往前。那两个小伙子走时说，下次再有这种事，直接叫他们，不用客气。

提醒：别把力不足当成心不够，也别因为力不足就收回那份心。出口常常有两条：慢慢把力练出来，或者让互动性往外开，请别人的力进来。这句话用来安慰自己是对的，用来原谅自己不再练，就走偏了。缝在，路就在。

◆ 九　心心相印

一句话读法：两颗心互相印上了，印是回写，不是一次盖成的章。

拆字：第一个「心」和第二个「心」，各是一个三我的合成体。「相」是互动性，是两边朝对方开着。「印」是回写：一边的显露落到另一边，留下痕迹，另一边的反应又落回来。印是动词，一印再印，才会越来越清楚。所以心心相印不是两颗心天生同一个模子，而是长期互相落笔的结果。所以「相印」不是两个现成的东西比对一致，而是两边互相影响了对方的写法。

场景：这是我构想的场景。一对结婚三十年的夫妻出门散步，走到路口，两个人同时停下。男的说：「那家店关了。」女的说：「嗯，去年就关了，你上次买的那种豆腐干。」没有一个字解释，因为几十年里，每一次路过、每一次买、每一次叹气，都印在对方身上。他们继续往前走，谁也没觉得刚才发生了什么特别的事。年深日久，两个人说话的节奏、爱吃的东西，都会互相印上去。到了家，女的先去烧水，男的自然地去取茶杯，谁也不用指挥谁。

提醒：印要靠日子，不靠一句「我懂你」。相印不是一见如故，而是一次一次落笔的积累。急着要对方马上懂，往往是还没印够。若觉得对方不懂自己，先问问：我这些年，往他身上印过什么？相印是慢工，不是快递。

◆ 十　心领神会

一句话读法：别人没有说完整，你却接住了，是因为 E 里早有东西在等。

拆字：「领」是接住，是互动性朝外开着的接口。「神」是没说出口的那部分，是 E 里没有被语言抬出来的纠缠。「会」是 S，是接住之后显露出的一点明白。「心」是整件事的主语，但主语不是发动者，它是承受并回应的那一方。本书

的推论是：接住的条件，是心向外打开，不是心够聪明。神会到的那一点，常常在说话者自己心里也还没成句，是接住的人替他说出来的。

场景：这是我构想的场景。饭桌上，一个孩子夹了一筷子菜，皱了一下眉。坐在对面的奶奶没有问，起身去厨房拿了一碟醋，放在他手边。孩子没抬头，把菜蘸了醋，吃了。整个过程没有一句话，旁边的人甚至没有察觉那里发生了一次交流。这时被接住的人会觉得：我原来是这个意思。显露落在了两个人之间。那碟醋之后，孩子吃饭的时候，抬头看奶奶的次数多了一些。

提醒：别把默契当成理所当然。领会是长年的缘养出来的，换一个陌生人，同样的皱眉，也许只会被看成不高兴。想要被领会，先给对方足够多的日子。同样，被人领会了，也别忘了说一声谢谢，让这次接住也印回去。接住了，别装作没接住。

◆ 十一　问心无愧

一句话读法：向自己问一遍，三个我没有互相拆台，这是对内的一个显露；它不能替别人说话。

拆字：「问」是 D，一个动作，一个向内也向外的发问。「心」是三我。「无愧」是 S，是问过之后显露出来的一种平整。字序里藏着一件事：愧不是预先有的，问了才出来，没出来才叫无。所以这句话的重点在「问」，而不在「无愧」。不问的人，不是无愧，只是没问。向内问，是三我互相核对；向外问，是把事情放回 E 里，看别人的处境允不允许这个平整。

场景：这是我构想的场景。一个房东在收房时发现租客留下了一只坏掉的水壶，押金本来可以扣。他问了自己一遍：这壶是不是我上次就没修好？想了想，把押金全退了。晚上他和妻子说起这事，妻子说：「你这样想也行。」他没有再争，可是躺下以后也没有再想。只做前一半，容易把安当成对；两半都做，才叫问心。他把那只水壶修好，放在楼下的杂物间，后来有一位新租客用上了。

提醒：问心无愧只管内部。对方认不认账，是另一条线，在回写那一头才知道。把「我问过了」当成「这事了结了」，会把互动性挡在门外。问过以后，不妨再多问一句：如果是他，会怎么看？问得诚实，比答得漂亮要紧。

◆ 十二　心甘情愿

一句话读法：愿是被什么接住之后长出来的，不是一开头就有的；有的甘，是后来才有的。

拆字：「甘」是自我的我，那种夜里想起来也不觉得苦的感受。「情」是现实里一次次的往来，是 D 累出来的东西。「愿」是理念的我，想成为的那个人，到这时才真正立起来。「心」把三者收在一处。字序与发生顺序相反：回头看时，三个字才连成一句话；当时走着，往往只有一步一步。所以这个词里，最后到的是「愿」，最先到的是「去」。

场景：这是我构想的场景。一个姑娘最初是被同事拉去球场凑人数，不太情愿，打了一个下午，手臂酸了三天。第三次去的时候，场边一位大叔记住了她的名字，每次她到都招呼一声：「来啦，今天早。」后来同事不去了，她自己还去。有人问她为什么，她说：「也说不上为什么，就是该去。」情愿二字，多半是回头给已发生的行动补上的名字。她自己都没留意，从哪一次开始，包里多备了一双换的球鞋。

提醒：别急着要求「心甘情愿」。很多愿，是在做的过程里被赐下、被长大的。先让人有机会开始，比先问他愿不愿意，更接近这句话的真相。同时，也别拿这个词去要求别人：甘愿是长出来的，不是催出来的。愿从开始里来，也从被接住的那一次里来。

◆ 用这十二条的一个小办法

十二条读下来，会发现它们不是十二个新道理，是同一个拆法换了十二个场合：哪个字是动作，哪个字是显露，哪个字是回头才认出来的网。以后再听到一句

老话，不妨自己试一试，先找出里面的动作，再问它显露出了什么，最后问一句，它回写到了谁身上。

拆不开也不要紧。老话之所以老，是因为它们在日子里被人用了很久，本来就比任何读法厚。本书的读法只是多开一扇窗，窗外那间屋子，还是原来的屋子。这些读法也不必拿去纠正别人的说话；别人说「心想事成」，祝的是一份好意，听着就是了。

附录二　引文核验总表

下表列出书中所有标〔待核〕的地方：凭记忆写下、或只作转述、尚未对照原文的引文与说法。读者引用时，请先回到原文核对。

位置	出处所在的句子	状态
第 7 章	孟子（约公元前372年至前289年	待核：生卒年未联网核对
第 8 章	荀子（约公元前313年至前238年	待核：生卒年未联网核对
第 10 章	慧能（638—713	待核：生卒年未联网核对
第 10 章	（《坛经·行由品》通行本；敦煌本后两句作佛性常清净，何处有尘埃	待核：敦煌本字句凭记忆，未核
第 10 章	…很警惕的：一次轻松，不等于见性，古人有野狐禅的说法，专门防这个。	待核：“野狐禅”的提法与出处，凭记忆。
第 10 章	…意思，才有担水砍柴，无非是道这类话，担水砍柴是要真去担、去砍的。	待核：“担水砍柴”一类说法，出处不一，凭记忆，只作泛指。
第 10 章	…能自己并没有取消。他的弟子们之后几百年的悟后起修，说的就是这个。	待核：“悟后起修”为后世禅门常用说法，不专属慧能本人。
第 11 章	朱熹（1130—1200	待核：生卒年未联网核对
第 11 章	这四个字不是朱熹的发明。他是承接了北宋张载的提法，再加以系统化。	核：《朱子语类》卷五称横渠‘心统性情’语极好；张载此语出自其哪部书，如《性理拾遗》，待核
第 11 章	（《孟子集注·尽心上》	待核：此句凭记忆，未联网核对
第 11 章	…识，后来改为先在未发处涵养，这个转变，史称中和旧说中和新说。	待核：转变的年份与具体内容，凭记忆，不下断语。

位置	出处所在的句子	状态
第 11 章	…楚。他说知和行要互相需要，缺一不可。（这类话，在《朱子语类》里很多。	待核
第 11 章	…做一件事就专在这件事上。（这一概念来自程颐的主一无适，朱熹承之。	待核：出处与措辞，凭记忆。
第 11 章	…的是理，是性即理；心是气的灵明，是装着理、回应事的那个地方。	待核：“心是气之精爽”一类说法，凭记忆，只作泛指。
第 12 章	…录里，句子大意是：理不在心之外，这颗心是人人同有的，这个理也是人人同有的	待核：《象山先生全集》中心即理及此心同、此理同的具体篇目
第 12 章	…，并把宇宙和自己的心连成一件事，后来写成宇宙便是吾心，吾心即是宇宙	核：《年谱》十三岁条，见《陆九渊集》卷三十六，据儒家网转引文章核对；该句另见卷二十二《杂说》一说，此条待核
第 12 章	…格物绕得太远，说话也不客气，说六经应当是我的注脚，我不必做六经的注脚	待核：《象山先生全集》卷三十四《语录》六经注我，我注六经
第 12 章	…学问，照着朱熹的办法格竹子，对着竹子坐了好些天，一无所得，还病了一场	待核：《传习录・下》所记格竹之事，细节以原书为准
第 12 章	…境极苦，一夜忽然明白：圣人之道，吾性自足，向之求理于事物者误也。	核：此句文字据儒家网所引核对；出自《王阳明年谱》正德三年条一说，此条出处待核
第 12 章	…，陆九渊和诗里有一句，意思是易简的工夫久远才见其大，支离的事业终究要浮沉	核：1175年、吕祖谦牵线、此句出自陆九渊和诗，据儒家网叶正林文核对；会上其他细节待核
第 12 章	…，居处简陋，随从的人病倒，他自己要去照料他们，还亲手做饭、唱歌给他们解闷	待核：《王阳明年谱》正德三年条所记龙场情形
第 13 章	庄子里的庖丁解牛，说自己十九年，刀刃像新磨的一样，因为以神遇而不以目视	待核：《庄子・养生主》

位置	出处所在的句子	状态
第 14 章	…个词，在旧约里不单指情感，也包括思想、意志、决断，一个人里面最深处的所在	待核：希伯来文 lev 的语义范围，宜对照专业词典
第 14 章	…失去了土地与圣殿，神向他们应许回归，并且说，他们要被洁净，要得新心、新灵	待核：《以西结书》36:24—28 的整段上下文，宜对照通行注释
第 14 章	…里，是父亲对儿子的训诲，一连串叮咛中的一句：要谨守，要看准，要把脚步稳住	待核：《箴言》4章上下文，宜对照通行注释
第 14 章	把肉心理解成一颗会疼、会回应的心，大概离原意不远	待核：宜对照通行注释对肉心的解释
第 15 章	…（约前427—前347）在《理想国》第四卷里谈灵魂，用了一个很朴素的论证	待核：《理想国》436—441
第 15 章	他还讲了一个后人很爱引的小故事，主角叫莱昂提奥斯	待核：《理想国》439e—440a
第 15 章	…身；《会饮》里，一个人被某个美的人吸引，美的东西让他生育出言语和德行	待核：《会饮》206
第 15 章	…七卷里，他讲教育不是往一个人眼睛里放进视力，而是把整个灵魂转过来，朝向光	待核：《理想国》518
第 15 章	《美诺》里有一个有名的说法：学习就是回忆，灵魂早就见过一切，现在只是想起来	待核：《美诺》81—86
第 15 章	…音乐和体操来调养灵魂，让血气不过分凶，也不过分软，让理性有力量，也有分寸	待核：《理想国》第三卷，410—412 前后
第 16 章	他说，拥有一种本事，和正在用这种本事，是两个层次	待核：《论灵魂》第二卷第一章，412a，用知识打比方：一个人有知识，和他此刻在运用知识
第 16 章	他还认为，人的感觉和动作的根源，在心脏	待核：《论动物部分》第三卷第四章，及《论青年与老年》等篇

位置	出处所在的句子	状态
第 16 章	…他说，别的灵魂能力都是随着身体的形成而来的，唯独理智，是从外面进来的	待核：《动物的生成》第二卷第三章，736b 前后；这一句历来争论很大，不同学者读法不同，本书只引它从门外来的字面
第 16 章	《论灵魂》第三卷里还有一个著名而晦涩的主动理智，说它是分得开的、不朽的	待核：《论灵魂》第三卷第五章；历来解释极多，本书不取任何一种
第 16 章	亚里士多德自己的答案大致是：形式不凭空出现，它是由已有的形式传下来的	待核：《形而上学》第七卷（Z）第七至九章，人生人一说
第 16 章	要想有一颗成熟的橡树，必须先有一棵已经成熟的橡树，种子是它生出来的	待核：《形而上学》第九卷（Θ）第八章
第 16 章	…里有一句大意：我们通过做公正的事成为公正的人，通过做勇敢的事成为勇敢的人	待核：《尼各马可伦理学》第二卷第一章，1103a—b
第 16 章	是那个有实践智慧的人	待核：《尼各马可伦理学》第二卷第六章，1107a
第 17 章	他写过一本很特别的书，叫《忏悔录》，大约写于四世纪末	待核：具体年份
第 17 章	他后来写下了那种状态	待核：《忏悔录》第八卷第八至九章
第 17 章	…，有些东西才该拿来享受，把用的东西当作享受的终点，就会失望	待核：《论基督教教义》第一卷第三至四章
第 17 章	奥古斯丁还有一段关于时间的有名讨论，在《忏悔录》第十一卷	待核：第十一卷第十四至二十八章
第 17 章	…有一句很有名的祈祷，大意是：请你赐下你所命令的，然后命令你所愿意的。	核：《忏悔录》第十卷第二十九章（第40节），第三十一章（第45节）重现，已对照英译本；第三十七章是否亦有，〔待核
第 17 章	…做得到；奥古斯丁则认为，人要先被恩典所给，才能去做，命令之前，要先有所赐	待核：伯拉纠争论的要点，需依据可靠的教会史资料核对
第 17 章	另一头是向内：他说过，要进入自己里面去找真理，真理住在内在的人里面	待核：《论真宗教》第三十九章第七十二节

位置	出处所在的句子	状态
第 17 章	…；在《忏悔录》第十卷里，他在自己的记忆这座大殿里寻找上帝，找了很久	待核：第十卷第八至二十七章
第 17 章	…自己有最强的辩护，我们要替他说出来：他说，上帝比我最里面的地方还要更里面	核：《忏悔录》第三卷第六章第十一节，英译本作比我最里面的更里面，比我最高的更高；拉丁原词 interior intimo meo 本次未直接见到，〔待核
第 18 章	（出自《思想录》，常见编号为布伦士维格本第277条、拉斐玛本第423条	待核
第 18 章	他还说，信仰是上帝为心所感觉，不是为理性所感觉（大意，出自同一处笔记	待核
第 18 章	帕斯卡说，有些东西只能靠后者看见（大意	待核
第 18 章	…偏说：理性的最后一步，是承认有无穷多的东西在它之外（出自《思想录》，大意	待核
第 18 章	…忽略的话：有两种过分，一是排斥理性，二是只承认理性（大意，出自《思想录》	待核
第 18 章	…dre du cœur），这种秩序不同于理性的秩序，但它是有秩序的（大意	待核
第 18 章	…：别以为我们说信仰是推理得来的礼物，信仰是上帝给的（大意，出自《思想录》	待核
第 18 章	…才被人发现，已据维基百科条目核对；开头一字为火，本次未直接核，	待核
第 18 章	他明白地说过，习惯会成为另一种本性（出自《思想录》，大意	待核
第 19 章	…舵手住在船里那样住在身体里，我和身体紧密地结合在一起，混成一个整体（大意	待核

位置	出处所在的句子	状态
第 19 章	…与之相处，他甚至把慷慨（générosité）列为最重要的美德（大意	待核
第 19 章	…人生下来，心像一张白纸，字是后来经验写上去的（《人类理解论》，1690年	待核
第 19 章	…乐，从来没有碰到过一个单独的我（《人性论》第一卷第四部分第六节，大意	待核
第 19 章	…衅的话：理性是，也应当是，激情的奴隶（《人性论》第二卷第三部分第三节	待核
第 19 章	…着回应休谟，说我思必须能够伴随我的一切表象（《纯粹理性批判》B131	待核
第 19 章	…向被压下去的念头（书名与1901年已核，内容为大意	待核
第 19 章	… Ich）、超我（das Über-Ich）（《自我与本我》，1923年	待核
第 19 章	…是：自我在自己的屋子里，也不是主人（《精神分析中的一个难题》，1917年	待核
第 19 章	…war, soll Ich werden，出自《精神分析新论》1933年	待核
第 19 章	…ental apparatus（弗洛伊德一路的词，字面是心理的装置	待核
第 20 章	…著名的讲法：学习是回忆，灵魂在出生前见过真理，现在只是想起来（《美诺篇》	待核
第 20 章	…有生命的身体的形式，不是身体之外的另一个东西（《论灵魂》第二卷第一章	待核

位置	出处所在的句子	状态
第 20 章	…正的人，通过做勇敢的事成为勇敢的人（《尼各马可伦理学》第二卷第一章，大意	待核
第 20 章	…醉酒的人说的话，是在嘴上而不在身上（《尼各马可伦理学》第七卷第三章，大意	待核
第 20 章	…先做出那些行为，才慢慢养成品格的（《尼各马可伦理学》第二卷、第十卷，大意	待核
第 20 章	…得的德行放在同一个体系里讲（《神学大全》第二集上部第六十三问前后，大意	待核
第 21 章	…是古印度的一批文本，产生在《吠陀》的后半段，大约在公元前几个世纪陆续成形	待核
第 21 章	…解释是坐在近旁，意思是老师把最要紧的话，对着坐在身边的学生低声讲出来	待核
第 21 章	还有一个比喻，出在《伽陀奥义书》	待核
第 21 章	…下，还有一个第四，不是第四种状态，而是这三种状态都在其上出现的那个底	待核：Māṇḍūkya
第 21 章	《泰帖利耶奥义书》里有一个层层往里剥的讲法	待核
第 21 章	奥义书的传统对此是警惕的，它说真我不是靠得到得到的	待核
第 21 章	《伽陀奥义书》里还有一个少年向死神问死后是什么	待核
第 22 章	…一部叫《数论颂》的短诗，成书大约在公元四五世纪，但它所总结的思想要早得多	待核

位置	出处所在的句子	状态
第 22 章	自性变出世界的过程，数论讲得很有次序	待核
第 22 章	看清之后，自性就像一个演完了戏的舞女，退场了	待核：《数论颂》第59颂上下，以舞者作比
第 22 章	…位叫波颠阇利的人整理的，年代有争论，一般认为在公元前后到公元四五世纪之间	待核
第 22 章	…了，观看者就安住在自己的本相里；没有止息的时候，观看者就与心的活动认同了	待核：1.3—1.4
第 22 章	《瑜伽经》把这些波动分成五类，我用日常话转述一下	待核：1.5—1.11
第 22 章	《瑜伽经》给了两个总的办法：反复修习，和不执着（离欲）	待核：1.12
第 22 章	…呼吸、收回向外的感官，然后是把心定在一处，持续地定，最后是完全的专注状态	待核：《瑜伽经》第二章、第三章
第 22 章	…这个意思：水被风搅动时，月亮的影子是碎的；水静下来，月亮的影子就是完整的	待核：这类比喻多见于后世注释，不一定出自经文本身
第 22 章	…有一个说法，对日常特别贴身，值得单独讲：三种质地，通行译名叫三德	待核：《数论颂》第12—13颂上下
第 22 章	…然会留下一种印记；而最高的止息，连这种由止息自身留下的印记，也要止息	待核：《瑜伽经》1.50—1.51
第 22 章	…知这样的活动也没有，剩下的是一种叫独存的状态，观看者与自性彻底分开	待核：《瑜伽经》第四章末
第 22 章	…清：它说的止息，是让条件到位，让波动自己落下去，不是靠一股狠劲把念头按死	待核

位置	出处所在的句子	状态
第 23 章	…多，生活在古印度东北部，大约在公元前五到前四世纪，具体生卒年份学界有争论	待核
第 23 章	在一篇叫《无我相经》的经里	待核
第 23 章	…如何、世界是否永恒，他拒绝回答，因为他认为回答它们对解除眼前的苦没有帮助	待核：佛陀对一些形而上问题沉默，经文中常称无记
第 23 章	缘起的最简说法，我转述成这样	待核：多处经文皆有此类句式，如《相应部》
第 23 章	…所以有执取；有执取，所以有有，也就是一个持续的存在；然后有生，有老死	待核：十二支的次序与译名，各部派略有出入
第 23 章	…统里，有一组很日常的修习，通行译名叫慈、悲、喜、舍，也称四种无量的心	待核
第 23 章	…一个很著名的骨架，叫四圣谛：有苦；苦有来由；苦可以止息；止息有一条路	待核
第 23 章	…生要正当；心的训练，也就是努力、觉察与专注；以及见地，也就是看事情的方式	待核：八支的具体名称与次序
第 23 章	他说得很明白：你是自己的依靠，没有谁能替你做	待核：《法句经》第160偈上下，大意自己是自己的依怙；不同译本译法不一，有译朋友者，本次仅核得后者
第 23 章	…个人在林中走，发现了一座古城和一条古路，于是回去告诉国王，请他修复这座城	待核：《相应部》因缘相应中城邑经一类的比喻
第 24 章	…被提起的有世亲的《唯识三十颂》，和玄奘糅合十位论师注释而成的《成唯识论》	核：《唯识三十颂》玄奘译本文字见维基文库；世亲所造《成唯识论》糅合十家注释两说仍待核
第 24 章	按流传下来的说法，护法这一路持后一种看法	待核：三派归属与护法立场

位置	出处所在的句子	状态
第 24 章	…个世界，山河房屋，之所以大家看起来差不多，是因为许多人的共种子在同时成熟	待核：共相种子与共变的具体表述
第 25 章	所以问题不是动还是不动，而是怎样动	待核：第3章相关节次
第 25 章	…还把做事的人分成三种，这是我觉得对日常特别有用的一段，我也用自己的话转述	核：第18章第26、28节；第27节待核
第 25 章	因为如果他停下来，人们都会照着他的样子停下来，世间就会乱	核：第3章第22—23节；第24节待核
第 25 章	同一章里还有一个概念，大意是为了维系世间而行动，说有智慧的人也应该这样做	核：第3章第20—21节大意；该概念的通行译名待核
第 25 章	诗里并没有要求人压抑情感，爱、慈悲这样的品质，在诗里是受称赞的	待核：第12章对奉爱者品质的描述
第 25 章	有的重行动，有的重知识，有的重奉爱，各家对舍与行的关系有不同的理解	待核：各家注释的归属，暂不点名
第 29 章	…舍则亡」，抓着就在，放着就没；朱熹讲居敬穷理，王阳明讲在事上磨练	转述；阳明语见《明儒学案》所引；朱熹居敬穷理待核
第 29 章	这个词在原文里，据说是体育训练一类的用词	待核
第 29 章	…的波动的止息；后面还有一句，大意是修习要长久、不间断、恭敬地做，才会牢固	转述，待核
第 30 章	…镜子打比方：心像一面镜子，不是镜子坏了，是上面落了灰，要勤擦（《传习录》	待核
第 38 章	孔子说，见到贤人，就想着向他看齐（《论语・里仁》）	待核

位置	出处所在的句子	状态
第 39 章	…他的心志，劳他的筋骨，饿他的体肤；后面又说所以动心忍性，曾益其所不能	待核：凭记忆，字面未核
第 40 章	他们会说：熟能生巧，量变到质变；《荀子・劝学》说锲而不舍，金石可镂	待核
第 40 章	《劝学》里还有一句，说学习最便利的办法，是靠近那个人，学莫便乎近其人	待核
第 40 章	孔子说见贤思齐焉（《论语・里仁》）	待核
第 40 章	…仿；西方也有古老的看法，把人看作最善于模仿的动物，说人从小就靠模仿学东西	待核：亚里士多德《诗学》第四章的转述
第 40 章	孔子那一句，下面还有半句，见不贤而内自省也	待核
第 41 章	…何落实，看法并不一样：有的把洗脚作为礼仪来行，有的更重视其中的精神与态度	待核
第 41 章	孔子说见贤思齐焉（《论语・里仁》）	待核
第 44 章	…心，一个修行的起点就叫发菩提心；儒家讲诚意，把意念诚实当作一个根本的功夫	待核：只作概括，未引原话
第 45 章	…实有更近的看见。《周易》坤卦的《文言》里说：“积善之家，必有余庆。”	待核
第 45 章	这句话我只转述，不照抄原文	待核
第 46 章	…坤卦《文言》的整句是：“积善之家，必有余庆；积不善之家，必有余殃。”	待核

位置	出处所在的句子	状态
第 46 章	…一岔，《论语・卫灵公》里有一句人人熟悉的话：“己所不欲，勿施于人。”	待核
第 46 章	…有一处讲借贷：吩咐人借给人，不要指望偿还（《路加福音》6章，我只转述大意	待核
第 47 章	…记・曲礼》里说：“礼尚往来。往而不来，非礼也；来而不往，亦非礼也。”	待核
第 47 章	…，他的看法大意是：礼物里有给、收、回三件事，缺一件，往来就断了（转述大意	待核
第 47 章	《论语・里仁》里有一句：“德不孤，必有邻。”	待核
第 48 章	佛教里讲发菩提心	待核：只取通行说法，不引原话
第 49 章	…行，重的是对心的觉察与调伏；基督教有成圣的说法，讲的是蒙恩的人慢慢被改变	待核：具体术语不引原话
第 50 章	印度的传统，更多把关系视为牵绊，要从中得到解脱	待核：此处只作粗略概括，第26章另有专论
结语	书中的经典引文，凡标	待核

共 140 处。

附录三　本书按默认写的几处

本书写成时，有几件事尚待作者裁定。为不停笔，书里按下面的默认写了；裁定以后，相关章节要回改。这里把它们摆出来，读者读到相关处，可以对照着看。

待裁项	本书按什么写	主要在哪里
心以主体性为中心，是本性，还是合成里的一种偏	按「本性」写：主体中心是心的出厂样子，变硬变软，发生在三号位的组合上	第 5 章、第 49 章
三号位的内部定义	不展开，只照王德生的用法；八种硬与软的组合，写成「本书构想的类型」	第 32 章
意义三律在心的 0→1 里，是同时，还是有先后	写成一个过程，三律交织，不排先后	第 35 章
第 51 章「AI 时代的心」是否纳入	纳入，作选写章	第 51 章
三种心的初步判断	是本书的判断，不是口述，不代表任何一个传统自己的结论	第 13、20、26 章
意义三律的白话读法	书里只有三律的名称是定的，各章的白话读法是本书自拟的，前后几章说法并不完全一样（第 35 章与第 52 章尤其），对照《SIO 语言发生学导论》的原定义后，以原定义为准	第 35 章、第 52 章