

治心：王阳明心学的主要实践环节

董甲河

(南京大学哲学系, 江苏南京, 210023)

摘要: 王阳明心学不仅是哲学的建构, 而且是实践的学问。由王阳明心学主要思想中“心即理”、“知行合一”、“致良知”三个方面表明, 王阳明心学在实践中主要解决知行关系问题, 并着重于个体内心的逆觉体证, 转化人心从而安顿生命, 因此可以说治心是王阳明心学的主要实践环节。在治心中, 王阳明提出四句教的治心方法, 针对三种品级采取相应进路, 循循渐进, 实践可以体会良知的妙用, 体验心体之乐, 提升与天地万物为一体的境界, 人人可以成圣。王阳明治心方法圆融, 但有走向情欲横流的危险, 而且这种觉民行道的路线理想化, 在现实中有较大局限。

关键词: 王阳明; 知行合一; 良知; 治心; 私欲; 四句教; 圆融

中图分类号: B248.2

文献标识码: A

文章编号: 1672-3104(2014)02-0062-05

王阳明心学, 向来是学界研究的重点, 并且较多关注王阳明“心即理”、“知行合一”、“致良知”等心学体系的建构。然而, 很少有学者注意到王阳明心学不仅是哲学的建构, 而且是实践的学问。由于王阳明心学在实践中着重于个体, 转化人心, 可以说治心是王阳明心学的主要实践环节, “所谓治心, 就是通过对人心的治理, 使人心成为‘道心’以达到治理社会的目的。”^{[1](5)}因此本文拟从王阳明关于知行与治心、治心的方法、效应等论说加以考察, 力求对王阳明治心思想做一较为系统的探讨。

一、治心与知行

王阳明创立心学, 并非仅仅是知识的学问, 而是生命的学问, 亦是实践的学问, 主要解决知行关系问题。他一生思想大致经历了“心即理”、“知行合一”、“致良知”三个过程变化。他不断从现实中根据自己的体悟和教授学生的情况总结经验, 在每个阶段提出具体的实践方法, 最终完成了心学或良知学体系的建构和实践。从“心即理”、“知行合一”、“致良知”这三个方面来看, 虽然各个阶段都有具体的实践环节, 比如说王阳明有时教人静坐, 有时教人事上磨炼, 但他主要解决知行关系问题, 并且以治心为主要实践环节。

第一, 王阳明在龙场觉悟“圣人之道, 吾性自足, 向之求理于事物者误也”^{[2](1228)}, 确证心性本源, 提出心即理主要命题, 终于解决了朱子析心与理为二的难题, 把知与行归结于自身, 并且把实践的方向落实于人的内心。

王阳明认为, 朱子的顺取之路行不通。他说:

晦庵谓: “人之所以为学者, 心与理而已。”心虽主乎一身, 而实管乎天下之理, 理虽散在万事, 而实不外乎一人之心。是其一分一合之间, 而未免已启学者心理为二之弊。此后世所以有专求本心, 遂遗物理之患, 正由不知心即理耳。夫外心以求物理, 是以有暗而不达之处; 此告子‘义外’之说, 孟子所以谓之不知义也。心, 一而已。^{[2](42-43)}

朱子认为, 心统性情, 性即理, 心具理, 此心不是心之本体, 而是认识心。王阳明通过切身的生命体验确证心性本源, 发现与朱子的重要区别在于, 离开心求理, 造成心在内, 理在外, 就是义袭。王阳明不赞成朱子此说, 认为心即理, 他说:

心即理也。天下又有心外之事, 心外之理乎? ……都只在此心, 心即理也。此心无私欲之蔽, 即是天理, 不须外面添一分。以此纯乎天理之心, 发之事父便是孝, 发之事君便是忠, 发之交友治民便是信与仁。^{2}

简单地分判, 王阳明与朱子的最重要区别是, 一个是心即理, 一个是心具理。因此, 王阳明在心即理上与朱子分道扬镳。

王阳明由心即理出发，进一步指出人迷失本心的现象是道心失其正为人心。他说：心一也，未杂于人谓之道心，杂以人伪谓之心。人心之得其正者即道心；道心之失其正者即人心：初非有二心也。……道心为主而人心听命，是二心也。天理人欲不并立，安有天理为主，人欲又从而听命者？^{[2](7)}

王阳明不取朱熹等前贤天理人欲二分的理路，而是认为天理与人欲并不对立，进一步把“天理与人欲的矛盾，最终化归为本心与习心的对立”^{[3](30)}。本心就是道心，习心就是人心。两者的区别在于有没有人伪。

道心与人心都是一心的显现，那么何谓心呢？王阳明说：

所谓汝心，却是那能视听言动的，这个便是性，便是天理。有这性才能生。这性之生理便谓之仁。这性之生理，发在目便会视，发在耳便会听，发在口便会言，发在四肢便会动，都只是那天理发生，以其主宰一身，故谓之心。^{[2](36)}

至灵至明、能作能知者是心，是性，亦是天理。性是客观地说，心是主观地说，两者是个体生命的一体两面。躯壳的变化，耳目四肢的视听言动，都是由真心本性支配。

心体是生命的真己，亦是人性或天理，揭示了王阳明心性一以贯之的模式，就是：

性一而已：自其形体也谓之天，主宰也谓之帝，流行也谓之命，赋于人也谓之性，主于身也谓之心；心之发也，遇父便谓之教，遇君便谓之忠，自此以往，名至于无穷，只一性而已。……人只要在性上用功，看得一性字分明，即万理灿然。^{[2](15)}

人的心性与天道一脉相承，无有区分。理论上讲，人人皆具足本性，但从王阳明百死千难的经历来看，若要体证本性，并非易事，因为道心与人心容易发生转换，并且现实中大部分情况是“我们被习气或习性所控制了，真心被妄心所染污覆盖了，或者说大我被小我所操纵了。”^{[4](99)}

第二，王阳明主张知行合一，最终落实于个体仍在于心上下工夫。王阳明强调心即理，就是看到分心与理为二的弊端。比如说，人人皆可以言说即物穷理，按照儒家义理做事，但关键看一个人是否按理做事，不是看言说，而是看他内心的态度或动机，就是知行合一。朱子分心与理为二，这样外在的标准很容易造成假道学和乡愿，就是知行分离。因此王阳明说：

知之真切笃实处，即是行；行之明觉精察处，即是知，知行工夫本不可离。只为后世学者分作两截用功，失却知行本体，故有合一并进之说。^{[2](42)}

他强调知要“真切笃实”，行要“明觉精察”，着

重在于人做事时知与行的动机和态度，这些都是从心上用功，这里的知就是知善知恶的良知。如果知而不行，实际上还是未知。朱子析心与理为二，容易造成人理智上知善知恶，或知是知非，在行为不一定自觉做到为善去恶，这样就把知与行打成两截，因此心口不一。王阳明主张知行合一，关键在于看个人是否从内心出发，重点从心上做工夫。

第三，王阳明晚年在知行合一细化下提出致良知说，成为他最成熟的心学思想，其主要实践环节依然是治心。他说：

良知即是天植灵根，自生生不息；但着了私累，把此根戕贼蔽塞，不得发生耳。^{[2](101)}

人迷失本心的原因在于，良知原本具足，因被私欲遮隔而不能发显。由此可见，私欲是人迷失的重要根源。存天理，灭人欲是宋明理学家的主要课题。到了王阳明的时代，私欲问题尤其严重。王阳明有感于“天下之人用其私智以相比轧，是以人各有心，而偏琐僻陋之见，狡伪阴邪之术，至于不可胜数；……恣情纵欲而犹自以为同好恶，相陵相贼”^{[2](80)}大力倡导致良知，以对治世人的膨胀私欲。由此可见，王阳明把私欲问题的根源归结于人的内心，主张从人心下手致良知。

王阳明认为，人昏陷于私欲，为欲所累，迷失本心，亦迷失良知。然而，“破山中贼易，破心中贼难”^{[2](168)}，怎么克服私欲，发显良知呢？王阳明认为，只有分析私欲的根源，才能真正对治私欲。他说：

七情顺其自然之流行，皆是良知之用，不可分别善恶，但不可有所着；七情有着，俱谓之欲，俱为良知之蔽。^{[2](111)}

人的七情本是良知的作用，但由于人会执著七情，私欲作主宰，良知会被昏蔽，造成“在日常世俗化、平均化的生活中，正是由于种种私欲的主观障蔽，种种固执成见的思虑缠绕，才使人失落了纯然本善的心体，疏离了真实的存在或存在的真实，忘记了由现实通向美好乃是人性的真正向往，从而生活在主观妄执的非本然异化境地中”^{[5](3)}。

王阳明进一步指出，人迷失本心的出路是求得其心。他说：

君子之学以明其心。其心本无味也，而欲为之蔽，习为之害。故去蔽与害而明复，匪自外得也。^{[2](233)}

由于私欲的遮蔽，以致于本心无法显现，因此从内在去除私欲，恢复本心，即可走出迷失。

在现实中恢复本心，就是为善去恶。王阳明认同孔孟性善说，认为人之初都是至善，后因习气熏染有了善恶之分。他认为，“至善者，心之本体。本体上才

过当些子,便是恶了。不是有一个善,却又有一个恶来相对也。故善恶只是一物。”^{[2](97)}善人与恶人并没有实质的差别,恶人迷失了心之本体,而善人保持了心之本体。儒家的使命在于,教化世人去恶为善,这种价值取向显示了“迫切地朝向日益完美之存有者而发展,迫切地要将其人性实现得更加完美”^{[6](312)}。

虽然王阳明思想一直变化,并最终确立了良知学,但由他的“心即理”、“知行合一”、“致良知”三个方面表明,王阳明心学在实践中主要解决知行关系问题,并着重于个体内心的逆觉体证,转化人心从而安顿生命,因此可以说治心是王阳明心学的主要实践环节。他立足于治心的基点,在现实人生中为对治人心提供了一系列的解答。

二、治心的方法

王阳明认为,因人的种种私欲阻碍了良知,因此主张恢复真心本性。然而,由于世人根器与见地皆不同,迫使他不断提炼整合出治理人心的方法。

第一,四句教法。王阳明说:

无善无恶是心之体,有善有恶是意之动,知善知恶是良知,为善去恶是格物,只依我这话头随人指点,自没病痛。此原是彻上彻下功夫。^{[2](117-118)}

此四句教法乃王阳明在天泉桥上对弟子王龙溪和钱德洪提出,成为王阳明晚年最圆融的治心方法。

王阳明认为,此教法三根普被,利钝全收。上根之人可以一悟本体即功夫,一齐尽透,中下根之人在意念上为善去恶,就是正念头,“静时念念去人欲、存天理,动时念念去人欲、存天理”^{[2](13)},由此渐修,一旦机缘成熟就会悟入心之本体。无论利根,还是钝根,都可以修习四句教法,互资取用,殊途同归。

第二,为学循循渐进。王阳明说:

初学时心猿意马,拴缚不定,其所思虑多是人欲一边,故且教之静坐、息思虑。^{[2](16)}

儒家静坐的目的在于安定人的活跃思维,由动入静,但功夫日久,易喜静厌动,甚至沉浸于四禅八定禅悦之中。此时宜省察克治,由静转动:

无事时将好色好货好名等私逐一追究,搜寻出来,定要拔去病根,永不复起,方始为快。常如猫之捕鼠,一眼看着,一耳听着,才有一念萌动,即与克去,斩钉截铁,不可姑容与他方便,不可窝藏,不可放他出路,方是真实用功,方能扫除廓清。^{[2](16)}

省察克治时,须观照心念,有善念发出,有恶念更正。待私欲渐渐退减,心体日益显露。正念日久,

就会“到得无私可克,自有端拱时在”^{[2](16)}。王阳明治人心,讲究做功夫层层递进,并且不固执一法,随机变化用法,对症下药。

第三,三种品级不同进路,不可躐等。王阳明考虑到人的品级差别,区分了三种品级回归心性本源的进路。其一,学者之事:“夭寿不贰,修身以俟者,困知勉行。”^{[2](43)}个人初学立心之始,选择艰苦努力之路,不管寿命长短,修养身心等待天命安排。其二,贤人之事:“存心、养性、事天者,学知利行。”^{[2](43)}个人虽然与天命没有合一,但存养心性,涵养德性而不丧失,不断学修恭敬地顺应天命。其三,圣人之事:“尽心、知性、知天者,生知安行。”^{[2](43)}个人知道天命所在,尽力体知心性,按照本性做事,已经处处与天为一了。王阳明认为,此三种品级是递进关系,不可以躐等,譬如人行路,修身以俟者犹如襁褓之中的婴儿,扶墙才可以渐学起立走路;存心事天者犹如年幼的稚童,使之学习可以在庭院间走路;尽心知天者犹如年力壮健的人,可以在数千百里之间奔走。王阳明龙场确证本性具足,不假外慕,认为人虽有上智与下愚之分,只要能在心性用功,经历上述三种不同进路,由学者、贤人到圣人渐渐递增,可以达到天人合一的境界。

三、治心的效应

王阳明采取相应的方法治理人心,那么有何效应呢?

第一,可以体会良知的妙用,变得聪明睿智。王阳明历经濠、忠、泰之变,更加体会到致良知的妙用无穷,可以出离生死,曾对弟子邹守益说:

近来信得致信得致良知三字,真圣门正法眼藏。往年尚疑未尽,今自多事以来,只此良知无不具足。譬之操舟得舵,平澜浅濑,无不如意,虽遇颠风逆浪,舵柄在手,可免没溺之患矣。^{[2](1278-1279)}

由此可见,王阳明治理己心,在事上磨砺,体认良知更加得心应手。

王阳明于军旅中,不得懈怠,时时正念,提撕精神,真正体认到良知的精透之处。他说:

平时执持怠缓,无甚查考,及其军旅酬酢,呼吸存亡,宗社安危,所系全体精神,只从一念入微处,自照自察,一些著不得防检,一毫容不得放纵,勿欺勿忘,触机神应,乃是良知妙用,以顺万物之自然,而我无与焉。^{[2](1600)}

到临终时,留下“此心光明,亦复何言”^{[2](1324)}的遗言,更加显示出王阳明终生治心的境界,以活泼

泼的精神超越生死。

第二，可以体验心体之乐。王阳明说：

良知是造化的精灵。这些精灵，生天生地，成鬼成帝，皆从此出，真是与物无对。人若复得他完完全全，无少亏欠，自不觉手舞足蹈，不知天地间更有何乐可代。^{[2](104)}

人一旦致得良知，恢复本心，不由地手舞足蹈，自然体验到本体之乐。这种本体之乐圣贤与常人本来都有，常人因为忧苦迷弃了本体之乐，只要一念回照自己，亦可以与圣贤一样体认到乐。

第三，可以体认到天地万物为一体的境界。王阳明说：

大人者，以天地万物为一体者也，其视天下犹一家，中国犹一人焉。……是故见孺子之入井，而必有怵惕惻隐之心焉，是其仁之与孺子而为一体也；孺子犹同类者也，见鸟兽之哀鸣觴觮，而必有不忍之心焉，是其仁之与鸟兽而为一体也；鸟兽犹有知觉者也，见草木之摧折而必有悯恤之心焉，是其仁之与草木而为一体也；草木犹有生意者也，见瓦石之毁坏而必有顾惜之心焉，是其仁之与瓦石而为一体也。^{[2](968)}

人皆有不忍之心，与天地万物接触即会显现，此证明人与天地万物为一体。在现实中，由于人因为私欲遮蔽，无法显现良知，因此王阳明提出相应的治心方法对治，去除私欲，就可以显现不忍之心，与天地万物为一体。王阳明遵循儒家亲亲而仁民、仁民而爱物的思维模式，认为人是天地之心，万物之灵，全由心性上的一点灵明。他说：

我的灵明，便是天地鬼神的主宰。天没有我的灵明，谁去仰他高？地没有我的灵明，谁去俯他深？鬼神没有我的灵明，谁去辨他吉凶灾祥？天地鬼神万物离去我的灵明，便没有天地鬼神万物了。我的灵明离却天地鬼神万物，亦没有我的灵明。如此，便是一气流通的，如何与他间隔得！^{[2](124)}

按照王阳明的理路，只要找到那一点灵明，就可以处处体知天下万物。

第四，人人可以皆成圣。王阳明说：

虽凡人而肯为学，使此心纯乎天理，则亦可为圣人；犹一两之金比之万镒，分两虽悬绝，而其到足色处可以无愧。^{[2](28)}

金子之所以能炼成精金，在于其成色足，而分两轻重并不重要；凡人之所以能成为圣人，在于其心纯乎天理，而才力大小并不重要。王阳明认为，只要人人治心，使此心纯乎天理，皆可以成为圣人。王阳明“遵循孟子的传统，他相信每一个人只要他愿意，都可以成为圣人，因为圣人可以经由自我学习而实现”^{[7](131)}。

四、简要的评论

王阳明立足于心性本源，建立了一种治心思想体系。今日观之，其治心体系有特点，也有不足。

第一，方法圆融。王阳明治心方法，尤其四句教法，囊括了种种根器之人。人皆可以根据具体情况治理身心。王阳明治心思想的圆融之处还表现在他考察了人生成长阶段不同，用心力度亦不同。他说：

人方少时，精神意气既足鼓舞，而身家之累尚未切心，故用力颇易。迨其渐长，世累日深，而精神意气亦日渐以减，然能汲汲奋志于学，则犹尚可有为。至于四五十，即如下山之日，渐以微灭，不复可挽矣。^{[2](172)}

王阳明的圆融教法影响了明代思想发展，尤其阳明后学大放异彩，从中可窥王阳明教法的高超之处。王阳明真正恢复了孔子因材施教的精神，承接了古圣先贤的真血脉。

第二，万化根源在乎一心，有情欲横流的危险。虽然王阳明治心方法圆融，囊括上中下三种根器之人，但他把人迷失心灵问题归究于道心转变为人心，判断一个人迷失的标准在于内倾之心，固然他一再强调心即理，外倾之天理亦取决于内心，但容易造成“‘心本体’（‘良知’）作为道德标准，即是理性标准，又是感性标准，它使得感性与理性、自然与道德、人心与道心、人欲与天理纠结为一，难以区分”^{[9](3)}，有走向情欲横流的危险，阳明后学中良知现成派走向狂禅即可说明。日本学者冈田武彦把阳明后学良知说分成三种：一是以王龙溪、王心斋为中心的左派或现成派，二是以邹东廓、欧阳南野为中心的正统派或修证派，三是聂双江、罗念庵为中心的归寂派。^{[9](103-104)}其中良知现成派代表王龙溪主张良知当下现成，不用修证，但王龙溪没有考虑到，人内在不仅有良知，也有情识，如果只强调当下现成，就容易把情识误认为良知，把人心误认为道心，毕竟都在于人的内心。另外，良知现成派代表王心斋主张满街都是圣人，这样圣人与常人没有区别，把人欲与天理、人心与道心纠结在一起，分不清楚。后来颜山农、何心隐、李卓吾皆具狂者人格，放任自然，蔑视天理，从而造成阳明后学走向衰微。另外，王阳明的治心实践完全取决于自律，而不是他律，特别重视人的动机。在具体修习中，并不是每个人都能像王阳明念兹在兹，处处致良知。一切从内心出发，不仅会有道心光明，亦会有情欲横流。阳明后学走向狂禅，显示了人心与道心转变不易把握，

因此王阳明治心思想中有极大的危险,容易走入情欲横流的迷途。

第三,实施理想化,在现实中有较大局限。王阳明由龙场悟道,体认吾性自足,从身心转化就可安顿生命。他意图以此觉民行道,让世人皆可以发显良知,从而实现儒家齐家、治国、平天下的大同理想。王阳明的立志固然不可谓不宏大,然而通过他一生的悲惨遭遇来看,他这种治心模式在当时显得理想化。明代政治生态黑暗,皇帝多不理朝政,宦官当权,几乎致王阳明于死地。王阳明虽然以心学名声大振,但在这样的环境觉民行道困难重重。儒家治心的终极目的在于治理社会,安顿每个人的秩序,如果仅仅转向内倾之心,难免外倾之天理就忽略了。世人品级不同,不是每个人都能通过内在探索就可以安顿身心。从阳明后学发展来看,王阳明的弟子们都一直为如何致良知争论不已,更遑论一般世人了。对于一般人,遵循儒家之礼,虽然日用而不知,却也可以达到整治人间秩序的目的。王阳明心学之所以影响巨大,最重要的原因在于,他从内心发现了儒家的秩序,但世人更为热心于王阳明彰显情欲的合理性。王阳明彰显情欲的合理性,影响了明代文学、艺术众多方面,但在世态发展中导致人的情欲渐渐扩大,与王阳明的初衷已经渐行渐远了。王阳明治心体系从现实应用来看,实际上只适合知识人,如阳明后学等,对于一般人难以适用。

总而言之,作为王阳明心学的主要实践环节,王阳明针对人迷失心灵的问题,提出四句教的治心方法,针对三种品级采取相应进路,循循渐进,实践可以体会良知的妙用,体验心体之乐,提升与天地万物为一体的境界,人人可以成圣。王阳明治心方法圆融,但有走向情欲横流的危险,而且这种觉民行道的路线理想化,在现实中有较大局限。

参考文献:

- [1] 李承贵. 儒学治理社会的三个环节[J]. 华南师范大学学报, 2011(6): 5-8.
- [2] 王阳明. 王阳明全集[M]. 上海: 上海古籍出版社, 2006.
- [3] 张再林, 马新锋. 本心与习心[J]. 人文杂志, 2010(2): 25-31.
- [4] 彭鹏. 从觉察到觉醒: 对心灵开悟的现代诠释[J]. 江汉学术, 2013(2): 98-102.
- [5] 张新民. 探寻真实的存在与存在的真实[J]. 贵州大学学报, 2003(5): 1-10.
- [6] 马斯洛. 马斯洛谈自我超越[M]. 天津: 天津社会科学院出版社, 2011.
- [7] 杜维明. 杜维明文集·第四卷[M]. 武汉: 武汉出版社, 2002.
- [8] 赵士林. 心学与美学[M]. 北京: 中国社会科学出版社, 1992.
- [9] 冈田武彦. 王阳明与明末儒学[M]. 上海: 上海古籍出版社, 2000.

Rectifying the mind: the main practice of Wang Yangming's mind

DONG Jiahe

(Department of Philosophy, Nanjing University, Nanjing 210023, China)

Abstract: Wang Yangming's mind is not only the construction of philosophy, but the practice of learning. By Wang Yangming main idea of "mind is Li" "Knowledge and Action" "Conscience" three aspects that Wang Yangming was in practice mainly to solve the problem of the relationship between knowing and he focused on the individual inner perception physical evidence against, thereby transforming people's settled life, and rectifying the mind is the main practice of Wang Yangming's mind. Wang Yangming thought that people spiritually got lost because their conscience was blinded by selfishness. He advocated that only by seeking and finding their Mind could people find their way out. He prescribed four teachings methods, taking appropriate devices for three different makings who would progress through different ways. As a result of this rectification, people could experience the magical effect of conscience, the joy of Mind and the mental state of the universe as a whole, and all become saints. Wang Yangming's the methods of the rectification of the mind is complete and interfused, but there is also the danger of the overflow of selfishness. And this route of making people conscious is idealistic, which has great limitations in the reality.

Key Words: Wang Yangming; integration of knowledge and practice; good sense; the rectification of the mind; selfishness; four teaching; complete and interfused

[编辑: 颜关明]