

《万物简史》

图书基本信息

书名：《万物简史》

13位ISBN编号：9787300071602

10位ISBN编号：7300071600

出版时间：2006-9

出版社：中国人民大学出版社

作者：[美] 肯·威尔伯

页数：336

译者：许金声

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《万物简史》

前言

6年以前，即1989年，我动身环游美国，开始了我的探求智慧之旅。在旅行中，我拜访了心理学家、哲学家、医学家、科学家和神秘体验论者等共200多位，我和他们共同探讨了问题，他们都声称自己知道我所追问的那些问题的答案。到我写《何者为重：寻求美国智慧》（What Really Matters: Searching for Wisdom in America）一书之前，我已确信：肯·威尔伯是独树一帜的。我认为，在新近出现的美国独有的智慧中，肯·威尔伯的思想毫无疑问是最令人信服、最具有穿透力的思想之一。

《万物简史》

内容概要

《万物简史》作者被誉为美国“最畅销的学术类著作作家”，是后人本心理学最重要的思想家，《万物简史》堪称后人本心理学的代表作之一。《万物简史》采用对话体的形式娓娓道来，对我们人生的重大问题。对我们面临的困惑和不安给予了富有创见的解释。这些问题包括男女地位和角色的变化、环境的持续破坏、差异性和多元化、受压抑的记忆以及互联网在信息时代的地位等等。

《万物简史》

作者简介

肯·威尔伯（1949 - ）目前被公认为是“后人文心理学”的最重要的思想家、理论家和发言人，其影响已经跨越了心理学领域，波及哲学和神学领域。

由于肯·威尔伯在意识领域的研究极富基础性和开创性，他甚至获得了“意识领域的爱因斯坦”的美誉。作为心理学家，有评论认为他在整合西方心理学和东方智慧方面已经超过了荣格。

肯·威尔伯23岁时发表《意识层次图》，此后著述不断，迄今已有20余部著作。他的作品被翻译到20个国家，名列美国同类作家之首，被称为美国“最畅销的学术类著作作家”。其主要著作有：《没有疆界》，《阿特曼计划》，《来自伊甸园》，《眼对眼》，《恩宠和勇气》，《性，生态和灵性》，《科学与宗教》，《一味》，《整合心理学》。

《万物简史》

书籍目录

前言

致读者

导言

第一编 演化中的大精神

第一章 联结的模式

第二章 神秘的冲动

第三章 人类社会的几个阶段

第四章 伟大的后现代革命

第五章 大宇宙的四隅

第六章 上帝的两只手

第七章 顺应大宇宙

第八章 善、真、美

第二编 演化中的大精神所达到的境界

第九章 意识的进化

第十章 走向全球意识（之一）

第十一章 走向全球意识（之二）

第十二章 超意识领域（之一）

第十三章 超意识领域（之二）

第三编 平地

第十四章 上行和下行

第十五章 “大宇宙”的崩溃

第十六章 私我和生态

第十七章 下行者的统治

第十八章 对上帝的解读

主题词中英文对照

人名中英文对照

译后记

章节摘录

第一章 联结的模式问：我们将从创世大爆炸本身开始论述，接着再描绘出从物质到生命，再从生命到心智（mind）的进化过程。然后，我们将考察随着心智或者说是人类意识的出现，人类进化的五个或六个主要时期。而且，所有这一切都是放置在一中灵性（spirituality）的背景之中的：也就是说，灵性的含义，它在历史上曾经采取的各种不同的形式，以及在今后可能采取的形式。是这样的吗？肯·威尔伯：是的，这是一种关于万事万物历史的简要的论述。这听起来有一点冠冕堂皇，但却是建立在我称之为“定位概括”（orienting generalizations）的基础之上的，这种“定位概括”极大地简化了所有事物。问：准确地说，“定位概括”是什么含义？肯·威尔伯：如果我们看一下人类知识的各个不同领域，从物理学到生物学再到心理学、社会学、神学和宗教，当某一个广泛的（broad）和普遍的主题出现时，事实上关于它的分歧是很小的。例如，在道德发展的范围之内，并不是每一个人都同意劳伦斯·科尔伯格（Lawrence Kohlberg）对道德阶段的叙述，也并不是每一个人都同意卡罗尔·吉利根对劳伦斯·科尔伯格的体系所做的修改。但是，大家却有一种普遍而广泛的共识，那就是人类道德的发展至少经历了以下“三个主要阶段”。最初，人类并未形成任何形式的道德体系：这是“前习俗”时期。在这之后，人类得到了一种普遍的道德体系，这种道德体系代表他们所处社会的基本价值：这是“传统”时期。随着进一步的发展，个人可以反思他（或她）所处的社会，与之拉开一定的适度的距离，有一种能力去批评或改革它：这种个人在一定程度上就是“后传统”的了。这样，尽管对于发展层次的事实叙述和准确含义的辩论仍旧在热烈地进行，但大家都承认三个主要阶段是确实存在的，而且是普遍发生的。这就是“定位概括”：很多人都能够就那些重要的森林坐落在什么位置达成共识，尽管大家并不能就森林有多少棵树达成一致意见。我的观点是，如果我们从知识的各分支：从物理学到生物学，从生物学再到心理学、神学：中采用那些获得广泛共识的“定位概括”，而且如果我们把这些“定位概括”（的结果）串在一起，我们会获得一些令人吃惊的而且通常是复杂的结论，这些结论卓越非凡，然而又不过体现了我们已经达成了共识的知识。这些珍珠般的知识早已经被我们接受了，但把它们串成一条项链还是必要的。问：这样，在这些讨论中，我们将要串好某一条项链？肯·威尔伯：是的，在某种意义上是如此。在致力于主要的定位概括时，我们可以使人们想象出与大宇宙、生命和大精神有关的，关于男人和女人位置的一幅广阔的定位地图。我们可以按我们的想象来勾勒这幅图画，但是其主要线条确实有着大量的支挣性证据，这些证据来自于定位性概括，简单然而完整，还来自于各种各样人类知识的分支。大宇宙问：进化过程通过各个领域（domains）展开，我们将跟随这一过程，从物质到生命再到心智。你把这三个主要的领域称为物质、生命以及心智。而这三个领域又被你统称为“大宇宙”（Kosmos）？肯·威尔伯：毕达哥拉斯引入了“大宇宙”（Kosmos）这个词，我们现在通常把它译为“宇宙”。但是“Kosmos”最初的意思是“有结构的自然”（patterned nature），或者是各种存在领域必经的过程，即从物质到心智再到上帝的过程。它并不是仅仅指“物质的”（physical）宇宙，即今天由“cosmos”和“universe”所表示的那种含义。因此，我愿意重新引入“大宇宙”（Kosmos）这个词。而且，正像你指出的那样，“大宇宙”包含了物质的宇宙（cosmos）（或物质世界）、生命（或生命世界）、精神（psyche，精神世界）和神（theos，神性世界）。例如，我们可能会喋喋不休地争论物质究竟在何处变成了生命：或物质世界变成了生命世界：但是，正如弗朗西斯科·瓦拉（Francisco Varela）所指出的，自动复制（或自我复制）只有在活的系统中才能发生。这种情况只在生命世界中发现过，在宇宙的其他任何地方都没有发现。它是一种重要而深奥的现象：新奇得令人吃惊：而且我还描述了大宇宙在进化过程中的几种复杂的、深奥的变形和现象。问：那么在这些讨论中，我们所感兴趣的就不仅仅是物质的“宇宙”（cosmos），而是“大宇宙”（Kosmos）。肯·威尔伯：是的。许多宇宙理论都有一种唯物论的偏见。不知为什么，物质的宇宙被认为是最真实的一维，万事万物都必须参照这种物质平面才能得到解释。那是一种蛮不讲理的方式！它以简化论的手段粉碎了整个大宇宙，除去物质之外的所有领域都在你面前慢慢流血而死。难道能够这样对待“大宇宙”吗？我认为，不能够这样。我们需要探讨的是大宇宙理论（Kosmology），而不是物质宇宙理论（cosmology）。20条原则：联结的模式问：我们可以通过回顾各个领域进化的特点开始这种大宇宙理论。你已经分离出20种模式，它们看起来对于无论在哪里发生的进化都是真实的，从物质到生命，从生命再到心智（mind）。肯·威尔伯：是的，是这样。问：让我们举例说明这20个原则所包含的内容。第一个原则是说，实在（reality）是由“整体/部分”（whole/parts）组成的，或者说是由“全子”（holons）组成的。那么，实在真的是由全子组成的吗？肯·威尔伯：难道那

《万物简史》

会有什么错吗？这还是令人困惑的事吗？阿瑟·凯斯特勒发明了“全子”这个词。它是指一个实体（entity），它本身既是“整体”，同时又是其他某一体的一部分”。如果你留意在实际上存在的事物和过程，你会明显地发现它们不仅是整体，同时也是其他事物的一部分。它们是“整体/部分”，是“全子”。例如，原子是整个分子的一部分，分子是整个细胞的一部分，而细胞又是整个器官的一部分，等等。每一个这样的实体既不仅仅是整体也不仅仅是部分，而是一种“整体/部分”，是全子。在这里，关键之处在于，每一个事物基本上都是另一种或另一个事物的一个全子。在原子论者和整体论者之间有一个已经有2000多年的哲学争论：究竟哪一个最终是真实的，是整体还是部分？答案是：“都不是”。或者，只要你愿意，你也可以说“都是”。在所有的方向和所有的途径上，只有“整体/部分”。有一个古老的笑话。一个国王去请教一位哲人：“是什么使地球不会坠落？”哲人回答说：“地球被一头狮子托着。”“那么，狮子被什么托着呢？”“狮子被一只大象托着。”“大象又被什么托着呢？”“大象被一只海龟托着。”“海龟又被什么托着呢？”“就在这儿停住吧，陛下，”哲人打断说，“海龟就是一切。”海龟就是一切，全子就是一切。无论我们走多远，我们都会发现全子依赖于全子。在一种无限的可能性的波浪中，即使是亚原子粒子（subatomic particle）也消失在一种泡沫内有泡沫与全子内有全子的云烟里。全子就是一切。问：正如你所说，全子就是一切。我们永不可能达到一种终极的整体。肯·威尔伯：对。任何整体同时也是另外某一体的一部分，这是相对的，无穷尽的。时光川流不息，今天的整体就会是明日的部分。相对而言，即使大宇宙的“整体”也仅仅是下一时刻整体的一部分。无论如何我们都不会拥有整体，因为根本就没有整体，这个世界上永远只有“整体/部分”。所以，第一条原则就是，实在既不是由物质或过程组成的，也不是由整体或部分组成的，它是由“整体/部分”或全子所组成的，自始至终都是如此。问：所以实在并不是由亚原子粒子之类的东西所组成的？肯·威尔伯：当然不是。这种说法是一种极度的删减，因为它是要给予物理宇宙以特权。按照这种说法，万事万物：包括从生命到心智再到灵性：都不得不起源于次原子微粒了，这是绝对讲不通的。但是请注意，亚原子粒子本身就是一种全子。细胞也是一样。同样，符号、意象和概念等都是一全子。所有这些实体在它们的其他东西之前，就是一种全子。因此世界不是由原子、符号、细胞、概念等组成的，而是由全子所组成的。由于大宇宙是由全子所组成的，如果我们能发现所有全子所具有的共同点，也就能发现在各个领域里的进化的共同点。发现在物质世界、生命世界、精神世界、神性世界中全子是如何展开的，以及它们所显示的共同的模式。问：所有全子所共同具有的特点——这就是你总结出20条原则的依据。肯·威尔伯：是的。自主性与共享性问：那么，原则1是说，大宇宙是由全子组成的。原则2是说，所有的全子都具有一定的特征。肯·威尔伯：是的。因为每一个全子是一个“整体/部分”，它有两种“倾向”或者“驱力”，我们可以说：它不得不既保持其“完整性”，又保持其“部分性”。

《万物简史》

后记

大概是2001年12月底一天的晚上，我坐在电脑前修改《万物简史》的译文第二章“神秘的冲动”。这一章主要是在论述一种进化观。肯·威尔伯的思想和论述方式，我以前很不熟悉，所以感到不大适应，有一些似懂非懂。我继续工作下去。在修改到第二章的结尾处时，我忽然有所悟，理解了他所讲的“进化”的含义，由于这一理解，以往所思考的不少问题也一下豁然贯通。我起身离开电脑，走到楼下的花园。那天天气较冷，我下楼时穿了羽绒服，并且把帽子戴上。当时已经是夜里11点。我在花园里绕着圈散步，消化肯·威尔伯的论述给我的启迪。

《万物简史》

媒体关注与评论

肯·威尔伯是独树一帜的。在新近出现的美国独有的智慧中，他的思想毫无疑问是最令人信服、最具有穿透力者之一。我没有见过任何人比他更详细和系统地描述过人类的发展以及意识的进化。

从整体上看，本书内容精练而且紧凑。题为“万物简史”，十分宏大，令人难以置信。然而，它恰恰陈述了它所承诺的内容，它有着宽广的历史跨度，从创世大爆炸直到枯竭的后现代的今天。沿着这条道路，肯·威尔伯采用一种简单的、让人容易接受的对话体娓娓道来，试图弄清楚人类在物质、感情、智力、道德、灵性上经常被困扰的一些矛盾的形式。——【美】托尼·舒瓦茨

《万物简史》

编辑推荐

《万物简史》气魄宏大，内容丰富，观点既融合了东西方在该领域该学科中研究的精华，又贯穿了作者独特的个性和不凡见解。

《万物简史》

精彩短评

1、最近一直在读这本书,里面的思想是我喜欢的,顺着他的思路:物质 生命 心智 灵魂 灵性,一步步地深入. 像万事万物那样微笑,像整个大宇宙一样歌唱.这不单是本后现代人本心理的思想书籍,也让我们把握了思想的美丽白天的美好,夜晚的崇高. 上帝与女神;左手和右手象限;全子的世界,万物简史

2、内外角度。特别看重四个象限模型。因为我以前的思考一直都在这样转圈,有时总觉得矛盾,但无法停止。这个模型彻底解决了这个问题。大多数人的意识只在一个象限视角偏执。这个才是应该的完整的世界观。成都,期待灵魂的实体结晶:QQ:89661680。一起做读书会,共同进化成长小组,共同把自我实现和集体实现一梯的使命完成,共同的文化精神事业。

3、书还没看完,自觉整体意思应该都把握了吧,肯的确给了我一些新的观点。一方面我觉得全子这个模型太简单粗糙了,那些法则也应该再提炼下;另外对于肯所说的人类的目的就是不断进化,最终和神性合一。看到这我狂笑了N久,人生就是一个笑话啊。上帝(宇宙,法界)为了认识自己,所以创造了生命,进化出了人类,然后意识经历了魔幻,神话,理性和存在等阶段,最终认识到我即上帝,上帝即我,这不简直是没事找事干啊。。不过这本书还是绝对值得一读,我挺喜欢肯的由空性出发而统摄所有知识的万法体系,但注意,要保持独立思考和怀疑精神,里面较多断言,甚至作者自己对某些观点也保持怀疑的态度。-----某天,上帝觉得世间真是太无聊了,于是玩了个游戏,但有趣的游戏总得有个不错的场景吧。第一日,上帝说:“要有光!”便有了光。上帝将光与暗分开,称光为昼,称暗为夜。第二日,上帝说:“诸水之向要有空气隔开。”上帝便造了空气,称它为天。第三日,上帝说:“普天之下的水要聚在一处,使旱地露出来。”

第四日,上帝说:“天上要有光体,可以分管昼夜,作记号,定节令、日子、年岁,并要发光普照全地。”第五日,上帝说,“水要多多滋生有生命之物,要有雀鸟在地面天空中飞翔。”第六日,上帝说:“地要生出活物来;牲畜、昆虫、野兽各从其类。”第七日,天地万物都造齐了,上帝终于成功搭建完舞台,游戏终于开始了,但上帝却早已累得不行,或许是太久没活动吧,便打了个瞌睡,期间生命却不断进化,终于诞生了伟大的灵长类。第八天,人类只能靠感觉活动,他们甚至无法分辨自己和世界,更不用说上帝了。第九天,人类在天空看到龙从天空飞过,心里极其恐惧,回家便扎了个稻草小龙,一边诅咒一边打,心想:“这个怪物肯定逃不出我的魔掌,哇哈哈。”第十天,人类万分忏悔,原来龙是伟大上帝的化身,于是他们便虔诚地结伴去教堂祈祷,幻想自己与神共在,希望死后可以进天堂。第十一天,人类开始理性分析上帝,发觉这只是一个幼稚的迷信崇拜,便不可一世地嚷嚷:“上帝死了。”第十二天,人类发现自己总是不断地陷入各种群体,地区,国家,种族和文化的局限,于是便相互斥责:“这些喜欢划地自限的低等动物,真是无可救药!”第十三天,人类重新觉察自己,发觉自我只不是一堆陈旧的记忆,感叹道:“活着太无趣了,人类便企图通过思想为无聊的人生制造快感和赋予意义,然而这一切只不过是幻象。”第十四天,人类突然开悟,“原来上帝无处不在,我即上帝,上帝即我。”上帝听了,苦笑了一下,“这真是个无聊的游戏啊!还不如睡个好觉。”

4、全子,有点晕眩人类发展的阶段采摘阶段,男女分工截然有别。男人捕猎,女人采集哺乳。由于没有财产,对男女价值空间没有特别强调。原始部落生态不稳定,自然破坏严重。“家庭观念”种植阶段。用木棍,怀孕妇女也可做,男女不分上下,地位相当。母系社会,实行平等主义,崇拜女神,倡导保护生态。农耕阶段,用犁,女性流产机会高,这时几乎所有食物都由男人生产。两性对立。男人是用的犁是生产力的代表,开始掌控政府,教育,宗教,政治等公共领域,女人则管理家务,炉灶,住宅。后来先进的农耕技术解放了一定的男人,女人还在束缚,因此男人可以进一步从事文化活动,有了专业化的分工阶层。数学,写作,冶金术。男人睾丸素:性和暴力。因此开始建立庞大的军事帝国。工业社会。不再强调男人的体力,代之的是没有性别的机器,出现了首次历史上的大规模妇女运动。妇女逐渐获得权力。其实很多妇女也从前面的阶段得到了好处,因此男人赞成平等法案,女人反对。破坏性的生态灾难。宇宙四隅左手道路:这意味着什么。深层次的疗法,谈话疗法。解释方法。右手道路:这是干什么的任何对话都要处在文化其所在的文化之中。共同空间共同语境。任何一种世界观都在主宰我们解释大宇宙的方法。真实 忠实 公正我:左上角,意识,主体性,自我,自我表达忠实,【真】我们:左下角,伦理道德,世界观,共同语境,文化,公正,想好理解【善】它:右边,科学技术,客观自然,经验形态,公认的真理【美】柏拉图三大区域的分裂:我,我们沦为它的殖民地。它既是启蒙主义的支架,也是激进主义的绝对温床。后现代任务:大三区域的整合。梯子,

攀登者，支点不同阶段有不同的精神病变。支点一：肉体自我孵化。：精神病会严重扭曲显示，幻觉，自我加工形象，意识不能置于肉体之内支点二：自我情绪的诞生。把世界看做自己的延伸，自恋。支点三：概念自我的诞生。分裂肉体的压抑，冲动方面，那些东西一伪装，痛苦的形式出现。解救是感觉情绪重新建立联系。左手限象疗法。支点四：生活的社会脚本。自我与国家，群体，社会等。支点五：世界中心的或者成熟的私我6：人首马身.....= =！！从多到一，智慧，上行从一到多，慈悲，下行整个世界的描述：上行淡出，下行进入

5、我很惊讶在如此缺乏思想与深度的时代，依然有这么一个深刻的对自性的理解和分析，执着于对内心世界思考而取得如此成就的大师。威尔伯通过对西方哲学思想和东方智慧的融合和超越和任何人通过静修与思考都可重复的心理实验，最终体验和达到声称的不二阶段。其实中国的读者对威尔伯的理论应该不会陌生，他的理论融入了很多的佛学和老庄的思想精华成分，而他所诠释的后人本主义理论，特别是世界中心阶段以上的意识阶段或着说神秘论，无论是与“一切有为法，如梦幻泡影，如露亦如电，应作如是观”还是“本来无一物，何处惹尘埃”都有着很大程度的契合。而威尔伯既主张思想上应做不断超越的努力（上行），也主张通过证悟发现而不是抛弃一切的空和它的表现形式，在“色和形式产生的浪花冲浪”，最终以空性拥抱一切色和形（下行）。思想的最终形态不应该仅仅局限于解脱，而更应该是解脱之上的对形色的慈悲与救赎。我想这也许是文中阐述意思之一吧。作者的表述能力了得，也要感谢译者能够比较贴切的翻译，书中时常会出现一些诗意的文字，阐述他对意识的理解，象：“在大心灵里，夫妻最终团圆了（上行和下行、上帝和女神），全部的游戏和进化的噩梦消失了，而你恰好处在全部节目的开始之前。有如醍醐灌顶，突然你认识了自己的原相，在宇宙大爆炸之前的你的面目，绝对虚空的面目，它的微笑就像全部创造物的微笑，它的歌声有如整个大宇宙的歌唱——在最初的一瞥后，这面目就消失解散了，留下的只有微笑，还有那清朗的深夜里，映射在宁静池水中的一轮明月。”；又比如“在那个发光的觉识中，每一个我都变成了上帝，每一个我们都体现为对上帝最真诚的崇拜，每一个它都成为上帝最荣耀的殿堂。”；再比如“以空性等候，拥抱一切色和形。解放孕育在空之中而非色之中，但空包含着所有色，就像一面镜子照着所有的客体。所以色和形式继续产生，就像一只手拍响的声音，你就是所有的色和形式。你就是所有的展现。你和宇宙是一味。你本来的面就是纯粹的空，所以每当你面对镜子，你出乎意料地看到了整个大宇宙。”这些句句珠玑的句子读出来都可以给人一种非常愉快的阅读体验，似有所悟又仿佛不解，只是机缘未到罢了。表征主义是个好东西也是个坏东西，现在是最好的时代，也是最坏的时代，关键这是我们无可选择的时代。我们享受的大多数物质条件、民主解放运动，都是现代社会的发展带给我们的，对自然的经验主义也摆脱了宗教时代强加给人类的枷锁，但正如威尔伯指出的那样，现代社会的救赎在且仅在各种实在、各种表象之中，把世界扩展成无限的广度，没有了心灵的纵深，没有超越、没有上行的趋势，没有更高的真理，这也在现代生活的狂欢中，在一切真知尽在自然实在中的狂妄下，传来空虚的叹息，这深深的叹息最终将崩溃整个人类社会，无论是在实在的还是心理的层面。人作为灵性的生物，应该有着更高的追求，应该有着更有荣耀的生活，这也是后人本主义要初步解决之意，在这个意义上说，威尔伯不局限与心理学领域，他还是一位相当出色的哲学家和宗教学者。

6、我将威尔伯的主要思想概括为三大主题，即“大宇宙”、“大精神”、“大自我”：——“大宇宙”不仅仅是我们印象中的物质宇宙，它包含了物质世界、生命世界、精神世界、神性世界。——“大精神”的真正内涵是：事物总是在不断超越以前的自己，事物总是努力确立新极限，然后努力打破并超越这种极限，把自己发展成为能力更强、机能更加全面的新事物。在进化过程中，创造性的自我超越就是宇宙中的“大精神”。——“大自我”是你体验过大宇宙意识，体验过包容万物的大精神的直觉，然后发现“小我”与行为的、文化的、社会的因素融合在一起的“大我”。

7、如题，感觉里面很多理论都太空了，很多时候只是断言而不是论证。属于“信则有，不信则无”的东西。虽然书名《万物简史》，可是作者的预设立场却很多。书里面很多东西都有了“好”与“不好”的判断。我认为既然是万物简史，就不应该有这种简单的“好”与“不好”的判断。

8、一直对心理学感兴趣，不过我个人喜欢的还是《stumbling on happiness》的那种路子，即任何论点都有逻辑和实际实验数据支持。这本书买回来专门抽了一个周末准备像以前看《stumbling on happiness》那样认真读的，结果发现很难读进去。谁要转让给谁了，基本暂新的。

9、A.这两天在看肯·威尔伯的《万法简史》（国内翻译为《万物简史》，与比尔布莱森的科普《万物简史》不是一回事），但脑子里总盘旋着一个疑问，就是这个世界真的会好吗？因为梁漱溟有本书《这个世界会好吗》，内容被我忘记的差不多了，可这书名却是实实在在的记在心上了。忧国忧民愈发

渐多时，其实也是外部安全感越来越少时，虽然自我的安全感越来越高，可是也许是能量的转移或者平衡作用，不得不施与外部更多的关注才能够让自身平衡。这个世界因为自我这个客体认知加快和加深的原因，已经变得越来越糟糕了似的，初期会有厌世情绪，而这种情绪中又包含了本能的求生欲望，于是开始不断求证和发掘更深处的运行法则，以便能够自我释然，因为与相信还是不相信已经无关，那是关乎事实和真相的一面，那一面才能更让人忠实的接纳这个世界。就像泰勒还是梦露说过的那句话，如果你不能接受我最糟糕的那一面，那么你也不值得拥有我最好的那一面。世界，在我们面前也是如此吧。B.温州铁路动车事故，民间和媒体声音大致是四种。一种是极其愤怒绝对惩恶扬善立场，一种是极其悲伤又觉毫无能力改善局面继续悲伤，一种是不关己不谈论不是绝对麻木但是过于冷静，一种是极力掩盖回避事实又转移注意力力图控制大众情绪。而这四种人之间，也会彼此攻击对方。愤怒的人怪无声的人没立场，无声的人怪悲伤的人没大脑，悲伤的人怪回避的人不作为……回避的人怪愤怒的人不顾大局。。。。。。每种人的立场和态度，都是一场事故认知的局限，就像高尔夫球上的每个切面，它们彼此无法独立成为一个事实或一个事件，但把它们综合起来，或者说整合起来才可以成为一个独立的事实或事件。C.我们理解愤怒，也理解悲伤，还理解冷静，也理解政府。因为必须理解。它们是阳性法则，也是阴性法则，它们各自都有局限，合起来才是现实和本来。只是，理解之后呢？这个世界会好吗？D.如果，进化法则是绝对成立的，那么这个世界会好的。可是这个宇宙是没有绝对法则的，因为还会有一种法则，叫退化。就算如肯·威尔伯所述的任何一个全子都有自我超越的内驱力，那我不明白的是，这个内驱力又来源于哪里？无论是物质、生物、心智、灵性的金字塔发展法则，还是个人意识的梯形进化法则，它们的法则本身就已经是单向逻辑了，就算是与其它维度比如文化的社会的进化法则联结成一个平面或者立体的大法则，但是，它依旧无法解释，进化的真正驱动力是什么？从无到有？还是这所有，不过是宇宙能量的一场无规则游戏？实证科学无法解释，人本心理学无法解释，整合学也无法解释。E.阳性法则支持扩张式循环，愤怒会促成压力，压力会促成改革，悲伤会促成人性化，冷静会促成更理性的改革。而扩张过度，其结果就会从良性循环转移到新一轮的阴性法则中。而阴性法则支持收缩式循环，愤怒会加速钳制，钳制会加速退缩，退缩会加速无声，无声会加速悲伤。。。而收缩过度，其结果就会从恶性循环转移到新一轮的阳性法则中。F.众生同谋。一个人，一个需求，一种表达方式，一个存在位置，一举一动，都会产生链条式影响。一个小善可能会促成大恶，而大恶未必不会生产小善。因果法则在个体层面能呈现的结果实在有限。在某科幻小说里探讨善与恶的极端个人呈现会对整个大的社会产生怎样的影响，那篇小说启发了我平等看待善恶的态度。全民皆善后，社会停顿不前，文明止步。而全民皆恶后，同样，社会停顿不前，文明止步。而只有在善恶不断博弈和优势转移的过程中，文明才不会停顿不前。善恶的角力和生死的角力一样，它们是可持续发展的驱动力。也许，在另外一个宇宙，可能他们的人民会认可退化法则，他们不需要可持续发展，他们拥有极端的善，或者极端的恶，他们的终点比起点离他们更近，因而他们不存在了。因为生命必然止于至善，或者至恶。G.基于此，可以推论肯·威尔伯的所有理论基础其实都必须建立在生命必须存在的法则上，因为只有这样，进化法则才得以成立。可是，我想问问他的是，在大宇宙中，生命必须存在吗？

10、那个四象性的图本人觉得很经典啊。大我 高我 不二性 盖亚。和一的法则一样么。这些东西不能全盘接收啊，否则就乱了。就算是这样，一个不二性的意志创造了物质世界，色的世界，他也让人类这个载体来体验生活的，一味想找到大我，找到本源也许只会适得其反。在生活中保持一颗清醒的心比较重要，克氏说的。

11、长篇大论我不会写，理论先进与否也不予评价。但这本书看着看着就越来越纳闷：这世上，那本经典哲学书是畅销书籍，或成为畅销书籍过？？？

12、断断续续的在读，终于在这次静心之旅将要结束时读完了本书。惊叹于Ken Wilber在95年之前就有如此深刻睿智的思考，以及Ken的阅读之广，心理学、东方西方宗教，尤其是源于印度的佛教以及古代、近现代各哲学名家思想的分析、概况、提炼。Ken的思想令人震撼，由全子进化导致的万物，或是Ken的大精神/大宇宙；大宇宙的四象限或者三领域；意识发展的9个阶段（意识的发展 >大精神显现）；右手象限对左手象限自作聪明且侵略性的压迫，所导致的平地，以及平地之上理性私我主义与浪漫生态主义的对抗（纯粹的下行v.s.貌似纯粹的上行）；最终，显然需要纯粹的下行与纯粹上行的整合，这似乎也是Ken一直在做的事。读完本书，至少有两个人需要记住，说至少是因为在书中，Ken提及并引用到的人实在太多，但对于Ken的思想影响甚大的两个人，德国哲学家Friedrich Schelling和古罗马帝国希腊哲学家Plotinus，应该要记住。今天突然感觉Ken的原创太少，也许是因为

对Ken的著作和文章看的还太少，对Ken的了解也不多，还可能是因为太期待Ken在书中一开始所给予的思想震撼能接连一个又一个进行至结尾。不过，能像Ken一样能站在如此之多的巨人肩膀上，已经很令人敬佩了。

13、摘录自《灵花灵火》第364页“古希腊有一个非常好的词，大写的‘宇宙’，意思是有模式的万有整体，包括物理的、情感的、心智的和灵性的所有领域……但我们可怜的现代人把大写的宇宙降低到小写的宇宙，把物质、肉体心智、灵魂以及灵性统统简约到物质。在这个简单乏味和令人厌恶的科学唯物主义世界中，我们受骗于这样的观点，即综合了所有的物理维度的理论其实就是万法的理论。“精要采纳一种既包括意识又包括物质的对宇宙的解释。异曲同工《宇宙意识》《物理学之道》《塞利斯廷预言》《灵魂所依》《动机与人格》《人的现象》〔美〕威尔伯我们常常听到，物理学的某些最新进展被视为我们的宇宙的完美说明又走近了一步。但威尔伯却惊讶于一个事实：这些理论仅仅能够处理物理世界。而实际上把意义融入生命和物质的心智、灵魂和灵性到哪里去了呢？难道我们不能欣赏一个将意识也纳入自身考虑的宇宙吗？威尔伯觉得，在人类发展着一关键点，我们的任务是要发展这样的宇宙论，它不仅涵盖物质，也包括心智、灵魂、自我和文化——了解艺术、物理学、社会学、政治、医学、商业、以及粒子运动和星球的运转。这样一个“万法理论”通常有难以表述虞，但他解释说，鉴于世界的支离破碎本质，“有点整全性比一点没有要好”。他的探索之旅中的一个要点是对古希腊“法界”（Kosmos）观念的发现，这是一种包括所有维度的宇宙观——物理的、情感的、心智的和灵性的。古希腊“法界”观与其说是一种理论，不如说是一种意识，即生活之内在的和外部的经验具有同样的重要性，这对我们现今如何看待世界显然很有意义：第一，个人发展是历史展开中的主要因素；第二，科学的世界观和灵性的世界观可以调和。意识的螺旋前进 在20实际60年代，马斯洛提出了“自我实现”的人这一观点，既，人们一旦满足了自己基本的身体和情感需要之后，便开始关注心理和灵性上的圆满。更近时的，像格拉伍兹和珍妮·韦德研究者提出新的模型，把人的发展看作一系列不断展开的波浪或阶段。在这些模型中，人类的发展经历确定的、心理的“全子”（ho-long），这些“全子”给我们一种确定的生活观，并且只有一个“全子”充分活出之后，我们才能进到下一个。一个人的伦理、价值观、动机以及教育程度等，应该按照其在发展中所处阶段来了解。我们不能跳过阶段，因为每一个阶段都被下一个阶段所包含。 威尔伯开始对这些发展波形感兴趣，因为它们为他的觉醒的人之意识的法界概念提供了科学支持。在这本书中，他用了相当篇幅来讨论一种叫做“螺旋动力学”的特殊理论，这个理论曾成功地运用在解除南非种族隔离问题上。这个理论由贝克（Don Beck）和科旺（Christopher Cowan）提出，主要内容是说个人和集体超出通常的种族、性别或者教育的范畴，更深地进入看待世界的根本方式。该理论中的每一种看法都用一种颜色表述：* 浅褐色（远古的——本能的）：存活模式；基本需求的满足。* 紫色（魔术的——万物有灵的）：部落的；仪式的；血缘；神灵信仰。* 红色（有力量的诸神）：神话的英雄主义；封建主义；“丛林世界”；强者为王。* 蓝色（神话次序）：因循守旧的社会等级制；只有一种对的或错的方法；法律和次序；强烈的爱国心；宗教上的基要主义。* 橙色（科学成就）：个人主义；理性的科学启蒙；着重经济发展。* 绿色（敏感的自我）：生态和情感的敏感性；构建关系；超越教条和传统的普世人道主义；政治正确性；人权。贝克称述于南非，他在书中写道：“没有黑人和白人；有的只是紫色人、蓝色人、橙色人、绿色人……”如果采用基于种族、性别或者其他陈旧的范畴来强制解决、是不可能解决社会和政治问题的——最重要的是人们处在的心理倾向。威尔伯自己的结论是：世界问题的困境不是由于所流行认为的那样，是文明冲突的结果，而是不同意识水平相冲突的结果。螺旋之健康关于螺旋的关键点在于，处于一种颜色的人根本不能真正欣赏另一种颜色的人。按威尔伯所述：“蓝色的次序于红色的冲突和橙色的个人主义非常合不来。橙色的个人主义者认为，蓝色次序适合婴儿，绿色平等主义则是软弱的，等等。绿色平等主义不容易接受卓越和价值等级，全局，等级制或任何显得是权威主义的东西。“绿色人认为自己的思想方式和存在方式是最高级的，并常常要将之强加于世界上其余的人。他们也许喜欢世界时多元主义的和多元文化主义的，不被传统所束缚。他们不承认等级制，因为他们想成为平等主义者，但由于否认蓝色和橙色的世界观，绿色人也否认了整个螺旋。所以，他们与那些认为自己的世界观一定正确的宗教原教旨主义者没有多大差别。然而，螺旋概念的整个要点是每一个发展阶段必须充分活出，一个人或者一种文化才有可能向下一个阶段发展。绿色人的态度本身必定会被“第二级”的思想所取代，后者能够客观看待整个人之发展的整体螺旋。在第二级，有两大视界：* 黄色（整合性的）：综合了第一级颜色的态度之精华部分，以创造更为灵活和发挥功能的人格和文化。* 绿宝石（整体论的）：真正整体性地统一情感和知识，意识到并欣赏生存之每个

方面，包括物质和精神。在黄色和蓝宝石色层面，我们能看见人格发展和人之演进的全局，在全局中，每一种颜色都有其位置。在这个层面，我们寻求的是发展之整个螺旋的健康，而不是推行某种计划。用第二级思想，我们不再有这样一个世界，在其中，某一种思想倾向压倒另一种思想倾向。威尔伯所举得第二级思想的例子包括：超个人心理学，德日进和他的“心智圈”，曼德拉和甘地——他们的哲学超越了各自的民族，寻求更大的整体和健康。事物的两面性威尔伯认为，看待科学和宗教的传统方式，可以比作一座代表是在的多层建筑。我们让科学告诉我们低层的事情，而把高层留给了宗教。然而，整体模型或者万法模型认为，可以有对于所有现象的同时是科学的和灵性的解释。威尔伯举得例子是，一个默想中的人与脑电图描记器相连接，在默想者本人报告医师的扩展和更强烈的爱与同情之际，及其则显示出脑电波模式的变化。两种实在都是真的。科学从不反驳灵性经验，威尔伯认为，“深层灵性很大一部分是人之潜能深层的广义科学”。也就是说，灵性越是高级，其科学性就越多（可以在佛教中发现对人的感情和发展的精致分类）。同样，抵达科学的边缘，你不得不处理形而上学问题。最后，科学和宗教都是真理的表现形式，它们都朝向对宇宙万事万物充分综合的理解。否认其中任何一个，就像婴儿开世界一样，不能超越之际的小小心智，并因此相信实在只是如他们所看到的那样。有了整合的或万法的世界观，双方的观点不仅仅是被宽容，二是被欣赏为真理的要素。最后点评威尔伯是杰出的当代思想者之一，尽管他的观念常常很复杂，而这本书是它的整合哲学的出色引论，因为该书涉及了他其他著作中的许多思想。本书篇幅不大，但充满思想，本篇只是尝试描述其中的一部分。这本书继续了贯穿威尔伯其他著作中的重要观点，即人的意识又三个基本层次，最高的是“超个人”层次，即不被自我或常规自我遮盖的对宇宙万事万物的意识。威尔伯吧人格发展定义为“自我中心主义的逐步降低”，也就是说，我们的未来取决于我们是否有能力出去障碍物，并对历史有更大视野。在这个概念中，一小部分人可以处于领先优势，去高举对世界之意识的重力核心。还没有达到这个阶段的大多数人，我们也是毫无所成。读威尔伯的东西就像在太空旅行。他是船长，带领我们俯视地球，试图理解人类心智和旅行发展的进程。此次令人振奋的旅行，让一些人眩晕，一些人跟不上步伐，但是对于这样的全局观，只有极少数优秀作家才能与之同行。

14、肯不重要，拥有什么能力也不重要，是否活着也不重要。世界是虚拟的，人心结构是自欺欺人，一切都是空的。他妻子说的过程你是否理解。不要把作者抓的死也不放。你问问自己是你在欺骗自己。还是作者是个谎言家。慢慢的看清楚自己。

15、《万物简史》

关于本书，译者许金声在后记中写道：

如果你仅仅是为了休闲，想轻松一下，随便翻一翻，浅尝辄止，读肯·威尔伯的著作恐怕不会是你最佳的选择。如果你想思想上有较大的启迪，那么认真读下去，肯定会有收获。

三年专业学习之后，我才差不多能理解一二，他的后现代心理学，波及哲学和神学领域，整合东西方智慧。他曾经这样写道：在杜克大学学习的第一年，我偶然碰到一本小书，开头几行是这样子的“道可道，非常道。名可名，非常名。”我过去从未接触过这样的观念，因此在阅读《道德经》第一章时，仿佛自己是平生第一次面对截然不同的世界——一个超出了科学，超出了我自己的世界。老子的古老思想完全使我感到意外，我的整个世界观开始了一种微妙的但却是剧烈的转变。——我过去一直所了解的我的生活的意义开始消失了。就像你在结婚20年后，一天早晨醒来，“突然”意识到你不再爱（甚至不再认识）你的配偶。就这样，这位老圣人触动了在我心底如此深的一根心弦。

曾经也有类似的体验。

去年夏天，阅读《疑惑》，瞬间波动心弦的感觉，让我对文字的理解产生了新的定义，另一个世界突然打开了——那种涉及到人的内心，涉及心理学，涉及诸多以前不会考虑的东西，用一般方法不能表达的微妙领域。小说再也不仅仅是扁霸酷炫拽的意淫品了，它多了一层意义，变成了整合自己，投射他人用的工具。

导论

威尔伯的思想体系不晦涩，但是需要自己去体会。构架宏大，融入西方心理学和东方宗教的精华，这也需要读者有相关方面的基础。他对物质圈，生物圈，灵魂圈，灵性圈进行了纵向和横向的解读，条理清晰，无论怎样复杂的命题，都能被这个系统包容进去，至于解答是否满意，那就见仁见智了。

演化中的大精神（构架理解）

许金声在翻译过程中遇到的诸多问题，以及他的理解，一并纳入。

首先对世界进行定位，对领域进行划分。威尔伯将世界演化的领域分成三部分，物质，生命以及心智（mind）。毕达哥拉斯引入大宇宙（Kosmos）这个词，区别于cosmos和universe，最初具有“有结构的自然”这层意思，在威尔伯的理论里，包含物质宇宙，生命，精神（psyche，精神世界）和神（theos，神性世界）。他后来经常会讲的“大精神”、“空”都具有包含灵性领域的意思。

然后是提出了领域间联结的模式，以及若干原则。此处引用凯斯特勒（匈牙利文学家）的“全子”一词。威尔伯定义为一种实体（entity），它的特点是：本身即是整体，同时又是其他整体的部分。所以称为“全子”，整体/部分。全子存在基本的四种驱力：自主，共享，超越，退化。前二者即整体部分的意思，后二者指大精神演化过程中的“拆散和聚合”的能力。

层次系统。同样凯斯特勒提出的名词，等级性（hierarchy）。为什么要提出这个，是因为部分人认为联结的概念优于分层的概念。“等级”这个词容易不受人待见，因为统治者的等级和自然系统的等级常被混淆。所以，很多女权主义者或生态哲学家（将下行网络简单回归自然的人）主张，任何形式的等级或者分层（ranking）都是压制性的。这类观点略显矛盾，因为分层无法避免，他们也有自己的等级和他们自己的分层。即：声称分层不好的分层体系。

深度和广度。某一层次包含的层次数是指深度，包含的全子数指的是广度。更大的深度，更小的广度，类似于金字塔模型。

人类社会的几个阶段。采摘阶段（foraging），种植阶段（horticultural），农耕阶段（agrarian），工业阶段（industrial），信息阶段（informational）。

人类社会的价值观阶段。上古世界观（archaic），魔幻世界观（magic），神话世界观（mythic），理性世界观（rational），存在主义世界观（existential）。

举个例子来帮助理解。论及男女平等或者女权主义十分关切的话题，本质上分清两个概念：1性生理特征。2性文化特征。

首先讨论两件事：1男女普遍存在的生理差异。2人类文化演化的五六个阶段，这些差异如何表现。

在特定社会和文化中（例如采摘阶段社会），捕猎工作由男人做，采集和抚育孩子工作由女人做。为什么这样呢？因为怀孕女人不能参加捕猎，这项工作只好由男人承担。但，在轮子都没发明的社会，捕猎并不是一件开玩笑的事，大部分男性实际并不愿意这样分工。

至于到了种植阶段，人靠锄和木棍来挖地。因为怀孕妇女也能轻松使用这类工具，所以此时80%的食物由妇女生产，男性则继续负责捕猎。由此，女神形象诞生（所以你看哪个文化中女神形象很突出的时，它肯定是处于发展的种植阶段），但这一时期男女地位仍然大致相当。

农耕阶段的巨大变革——从锄发展到犁——妇女对此工具无能无力，所以食物都由男人生产。对男性来说，耕作不是轻松的游戏，也不如捕猎有趣，这种变化因当时的技术条件而产生。男女也开始对立，权力取决于桌上的食物是谁提供的。因为如论放牧或是耕作，女性流产率都会很高，没人要求对妇女“压迫”作解释，女性也乐于接受这种社会安排。问题在于，先进的农耕技术带来大量剩余食物，使得大量的男人，可以不去从事生产和制造食物的工作，也就是说，技术解放了部分男性，但女性大体上还继续被束缚在再生产活动中。所以男人们开始了文化活动，数学被发明，写作开始，冶金和战争也出现。这时候也开始出现与上帝对话的思想家，如老子，巴门尼德，柏拉图等等。这一漫长时期过去之后，从笛卡尔到洛克到康德的启蒙运动所引发，现代与后现代主义发展，按威尔伯的话说，上行世界（ascending）和下行世界（descending）转换。

当工业化时代来临，不再强调男人的体力——1792年史上第一个女权主义宣言《为妇女权利辩护》诞生，生产力解放了女性，她们可以拥有自己的财产，可以参加选举，天平好像回旋了。但要记住，

性别的对立使每个人都遭殃，如果工业化让生理因素不再决定性别角色，那发展和超越应该在生理部分相互联系的规律上，让人类的行为适应生物圈。如何不对立才是男性和女性都会安心的解答，正如人们关心事物，他者对自己的忠实，而不是事物和他者的真实。

男女之间的对立，最后是被消融的，而不可能是被解决的。

伟大的后现代革命

启蒙运动被看做表征主义的范式，此范式的内容简单表示为：“我们人类拥有主体性，同时还有一个经验世界或感官世界”。知识的合法性取决于自我对经验世界描摹的准确性，即如何定义真理。但是反应和描绘忽略了绘图者，这又是后现代抨击反映论的重点。

举一个例子来帮助理解，为什么表征主义范式存在自身不能解决的矛盾。（例子摘自《读维特根斯坦的一点心得》）

1903年，罗素提出了他著名的“理发师悖论”——一个宣称只为不自己刮胡子的人刮胡子的理发师，该不该为自己刮胡子？如果他为自己刮，他就不该为自己刮，因为他只为不自己刮胡子的人刮胡子；如果他不为自己刮，那按照他的说法他又是该为自己刮的。

我们来仔细研究一下，用符号来表示罗素悖论，是这样的：“x是S的，如果x不是x的。而在定义S时，S本身又可以用它自己的定义来判定，即可以把定义中的x换成S，导致这样一个语句：S是S的，如果S不是S的。注意在定义中的两个语句互为充要条件，所以原来的定义中就蕴含了一个“P等价于非P”的结论，从而导致两难推理。这段推理的重大意义在于：康托尔之后的集合论体系崩塌了——集合竟然不能包含自己！维特根斯坦把这个语言学的逻辑悖论提升到数学及文字范畴以上（他一直认为语言不仅是表达思维的工具，也是思维的过程），推断出的结果是：理性不能证明自身！按心理学领域来理解，即是自我不包含在自我的现象场中！你看突然间，我们就从逻辑的基础问题跳跃到了形而上的高度了！哥德尔不完备定理的一条推论是这样的：任何相容的形式体系不能用于证明它本身的相容性。（“没有一个命题能够做出关于自身的陈述，因为命题标记不能包含在它自身当中。（3.332）”《逻辑哲学论》）也就是说，逻辑再严密、理性再无懈可击，有一点是它无法证明的，那就是它自身。威尔伯也说：与其说世界样式构建了思想，不如说思想样式创造了世界。

于是了解了启蒙范式的困境后，后现代的解答产生了两条路：

一，因世界观并不是事先给定，本质上是不断变化的文化口味构建起来——文化结构被人类的生物圈本身束缚，人类生物圈发展，文化就是进化。福柯走了这条极端建构主义的路，结果发现是死路。为什么呢？所有世界观都是独断的，所有真理都是相对的，而它们又受文化制约——世界上根本就没有普遍真理。但是，这一立场本身却宣称自己是普遍真理。这就是极端的多元化后现代运动中的隐藏矛盾。

二，另一种温和的构建主义，包括后期的福柯，马克思，海德格尔，皮亚杰，哈贝马斯等构成了繁多的理论样式。这种路径承认世界和世界观并不是全部事先“给定的”，而是历史发展而来的。只作为一种进化中或者发展中的模式，而且部分受到进化趋势的制约。威尔伯说，世界观就是大精神所体现的心智，当然它的基础是躯体。躯体和头脑的进化促使新世界的产生。所以在发展的各个阶段，世界看起来都不尽相同。这就是后现代革命的启示。

黑格尔说，我们必须意识到思想并不仅仅是对实在的反映，它也是实在本身的一种运动形式。思想是对它所要求知的事物的反映，也是实在本身的一种运动形式，而不是一个简单的对于思想无关的某些事物的反映。描摹图的绘制者——自我，思维的主体——是它索要求知和表征的事物的产物和表现。简言之，思想本身就是它所要求知的事物的运动过程。这就是笛卡尔二元论不能涉及的领域啊！！

威尔伯做的，就是整合大精神演化过程中的世界观（当然不仅如此），并且创造一个意识光谱，照亮未来。

心理学者欢呼的好戏来了。

大宇宙的四隅

《万物简史》

这里对现代性的解读，是特指“理性---工业化世界观”，它大致包括民主的兴起，奴隶制的废除，自由女权主义出现，艺术、科学与道德分离（这点太重要了），经验科学的广泛出现（心理学也中枪，从此走向不归路），平均寿命的增长，艺术、伦理和科学上的相对论和透视法的引进，从种族中心主义到世界中心主义的转变，社会等级支配力量的解体等等。

然而，现代性还不够，它将会进化和转型。这种即将到来的转型的一部分将涉及意识的改变和制度的改变。

威尔伯展开了他广阔的四象限理论。（威尔伯自述，光在研究四象限理论时，他就阅读了上千本书。）

他在研究层次性的时候，意识到了四种不同的整体顺序（即将命题放入这是个序列中，能完整的解答过程），称之为大宇宙的四隅。左上个体内在（心理的）；右上个体右上（行为的）；左下群体内在（文化的）；右下群体外在（社会的）。[图太复杂，不好表述]

举个例子来理解左上和右上象限。他们是一一对应的外部 and 内部结构，有着异曲同工之妙。

兴奋性	细胞（遗传的）
初等感觉	代谢机体（植物）
感觉	基质神经元机体（腔肠动物）
知觉	神经元机体（环节动物）
知觉/冲动	神经中枢（鱼类）
冲动/情绪	脑干（爬行动物）
情绪/意象，形象	边缘系统（原始哺乳动物）
象征，符号	新皮质（灵长目动物）
观念，概念	复杂新皮质（人类）

注意这些都是外在的描述，从外部观察全子的结果。客观科学的描述对于内在的意识状态完全不感兴趣，因为那种内在空间是无法用客观和实证的方法来达到的。你只能通过你的内心世界来感受这些情感。例如体验到愉悦之后，一个大脑生理学家，他也不会说：“啊，这是怎样的有关感情的皮下结构的一天啊！”而是肯定会说：“这是多么让人心情愉悦的一天。”所以左右是两种层次系统，意识的基本形式对应各种客观外在形式。威尔伯作为心理学家，将左半象限提升到了与科学系统相对应的地位，这点实在太重要了。

左下部分和右下部分的解读。

简单说，“文化的”指一种群体共享的世界观。而“社会的”指的是这种世界观的物质基础。换句话说，如果全子分享外部世界，则它们也分享内部世界。这点大家很熟悉，只是仔细想来，整个世界“社会的”趋同速度比“文化的”趋同速度要快太多了。起码地球上大部分国家的人都会说两句“自由，民主”（或者起码会拼写），这是右下象限社会的框架共享；但相信世界上只有中国人最极端的会认为，读书是赛高的，因为这是左下象限中国人（所特有的）文化共享：做官和读书的联结。

整体的解读。

举一个例子。假设我有去杂货店的念头。这是一种内在的思想以及含义，包括符号、意象、去杂货店的念头。属于左上象限。

当我有这个念头时，多巴胺运动加快，乙酰胆碱激活神经元突触，脑电波增加，诸如此类。属于右上象限。

如果我是上百万年前原始部落的一员，我是无论如何也不会有“去杂货店”这个念头。这一文化背景给我的思想提供了组织和意义，并可以解释其来龙去脉。属于左下象限。

文化具有实在的物质组成，文化事件有社会上的关联，这些具体的组成部分包括各种技术、生产力、具体的机构、书写文字和模式、地域政治场所等。这些物质的实际可见的社会体系对于决定文化世界观的类型举足轻重。比如在这个时代去杂货店买牛奶就和睡觉那么自然，但N年前牛奶因为生产

力有限，大部分人是喝不到的，所以杂货店或许只有火材棍。这属于右下象限。

上帝的两只手

左手道路和右手道路。（四隅的左右两边）

实际上，东西方对主要的知识探索的各种方法都可以归入这两大阵营：内部或外部，左手或右手。例如弗洛伊德和华生的对应，韦伯和孔德的对应，海德格尔和洛克的对应，泰勒和伦斯基的对应，奥古斯丁和阿奎那的对应。

单向逻辑（monological）的注视：通向右手道路的钥匙。

在右边象限，你看到的是原子的、细胞的、个体的、群体的、社会的、生态系统的行为。这意味着你不需要进入它们的内部或意识，你不需要对话，不需要深度交流。在这里你被当做了单向逻辑注视的客体，而不是能够交流的主体——举个不恰当的例子，沙游相比于普通咨询，更加把来访者当做客体，这种方法不能够很好的交流心智。更如，女性常抱怨自己成为男性注视的客体，而不是交流的主题，她们没有内部，没有意识和深度。

所以，后现代的反叛基于这种对主体关注的觉醒。

解析：通向左手道路的钥匙。

左边象限没有什么能被简单地看到，没有什么东西有这样明确的位置。你可以指出大脑，岩石，城镇，但却不能简单地指出嫉妒，骄傲，价值，欲望。两者分界在于，左手的表层被看到后，深层必须被解释。——比如你不是仅仅在看某个笑脸，你想问我为什么笑，你想知道我的内部在发生什么——我的感情，思想，意识在发生什么。但关键点也出现在这里，解析和诠释是非常艰巨的工作，尤其是当你要把注视点放在对方的内部时。

简单解释一下为什么这是艰巨的工作。（再次摘选部分自《读维特根斯坦的一点心得》，用他的体系来做一个例子，解释不一定完美，但具有相当的洞见性。这是诠释工作艰难的原因。）

首先我们要弄清楚几个重要的概念。

第一来谈谈“能指”与“所指”。“能指”是语言的声音与形象，“所指”则是语言所反映的概念与含义。打个比方来说，“爱”这个字的发音“ai，去声”和这个字的字形“爪字头加个盖子下面一个友”就是“能指”；然而，当我们谈论爱情的时候我们谈论什么？自然不是这个字怎么写怎么读，而是爱这种感情中所包含的甜蜜与痛苦，这就是“所指”。

然后谈一谈什么是“家族相似”与“完美理型”。曾经柏拉图有一个“完美理型”论：我们如何知道对面站的是一匹马，而不是一头牛或一台笔记本电脑呢？柏拉图说，这是因为我们生来脑袋里就有一匹“完美理型之马”，它拥有一切马的特征，比如脸很长、耳朵向上立着、拂尘似的尾巴、四只蹄子、站着睡觉……“完美理型之马”是马中之马，是具体马的“形式”，它属于“完美理型之世界”。

什么叫“家族相似”论。奥古斯丁同样主张语言本质论和图像论。他说，没有什么东西是本质的——看看那种四世同堂的照片吧，在奶奶法妮·维特根斯坦、爸爸卡尔·维特根斯坦、大儿子汉斯·维特根斯坦、二儿子库特·维特根斯坦、三儿子鲁道夫·维特根斯坦、四儿子保罗·维特根斯坦、小儿子路德维希·维特根斯坦、还有三个也叫维特根斯坦的女儿里，你能“形而上”出一个“完美理型之维特根斯坦”吗？当然不能了，因为他们之间并没有一个放之四海而皆准的共同特征。

然后是最重要的“私语言”概念。维特根斯坦是这样定义私人语言的：“我们是否也能想象这样一种语言，一个人可以用这种语言写下或者说出它的内在经验——他的感情、情绪以及其他——以供他个人使用……这种语言的词应当指只有说话者才能知道的东西；指他直接的私人感觉。因为，其他人不能理解这种语言”，“可以把那种无人理解而只有我‘好像理解’的声音，称为一种‘私人语言’”。

OK，当这三个概念串在一起的时候，我们可以开始解释这个复杂的问题有了。需要注意的是，“

能指”是一个词的“硬指标”，当一种语言环境（比如汉语）确定下来后，“能指”也就确定下来了；而“所指”则只有在使用中才产生，因此维特根斯坦把语言比作工具，说“意义即使用”，不同的人在不同的情况下都会对一个词提出不同的“所指”——这里的“所指”还不仅仅是简单意义上的“指称”，因为语言除了用来交流还有许多其他用途，而维特根斯坦要求我们关注的，正是这一“使用”。当你大叫一声“水！”，我并不知道你在说什么，而只有在具体的情况下我才能作出判断——你可能是在和我打招呼，可能是要我过去，可能是你渴了要我倒水给你，可能是地上有一滩水你提醒我注意，可能是你觉得我天天在网上灌水太堕落了……所指的复杂之处在于，“水”即使在具体情况中作了表达，大家脑中也没有一个“完美理型”，只有文化背景下的“家族相似”，更何况，还有一种神秘的根本只限于自我交流用的“私语言”，在某个人的私语言体系中，“水”与字典里的水的含义毫不相关，“水”只是一种表达内心感情的符号，可能它代表你失恋那天心里的复杂情绪。当没有这些公共语言做基础时，你无法完整地“水”这一文化背景的指称，也只有在公共语言中，你所私下定义的这个“水”才有家族相似的意义。但在个人自我理解时，“水”是什么，别人永远无法理解。

由此再次强调那句话，使我们获得自由的不是真实（truth）而是忠实（truthfulness）。正因为在心智圈内解析主体（不包括自己），是艰巨的任务，所以一个人获得灵性体验的途径，只能是对自己的忠实。想要解析别人，首先要对自己进行漫长的左手道路。威尔伯少有的在书中这样喷道：不知为什么总是有一些头脑简单的人只相信那些有着明确位置的东西，其实他们的这种信念本身就没有明确的位置。从书的后面部分可以大致体会到，威尔伯实际上主张一种个人修行的道路，“诠释”的意义不在于多准确的解答现象场中的问题，而是在不断接触体验问题的过程中，溶解问题和发展自我（灵性）。

三大区域

威尔伯将四象限划分为三个区域，以便于理论阐述。基本划分：右边的一切可以用“它”语言描述，左上的一切用“我”语言描述。左下的一切用“我们”语言描述。这已经体现在康德的三部曲中——《纯粹理性批判》（客观科学），《实践理性批判》（道德）以及《判断力批判》（美学和艺术）。

我：意识，主体性，自我，自我表达（包括艺术和美学）；忠实，真诚；
我们：道德和伦理，世界观，共同语境，文化；主体间的意义，相互理解，适合性，公正；
它：科学和技术，客观自然，经验形态（包括大脑和社会系统）；公认的真理（单独的和功能性的适合）。

好事情：三大区域的分化

启蒙时代以前，主体空间和客体空间区别甚微，一个发生变化，另外一个就会跟着变化。同样，主体空间和文化空间区别也很小。比如在中世纪，如果你对宗教教义，文化背景有异议，你不只是异教徒，而且还是政治犯。你可能会被教会审判为异端分子，同时还被定为叛国罪，因为上述这些都还没有分开。

所以现代化首次区分了三大区域。

自我和文化的分化直接导致民主的兴起，每一个自我都有投票权，再也不被教会或者国家的神话的统治阶级所代表。

心智和自然的分化导致解放运动，包括妇女解放和奴隶解放，生物学意义上的权力不再能决定精神上的公理。

文化和自然的分化导致了实证科学的兴起，例如医学，物理学等，因为真理也不再需要屈从于国家和宗教的神话。

坏事情：三大区域的分裂

《万物简史》

因为三大区域不再仅仅是局限于各自独立意义上的分化，它们走向了分离（dissociate）。

从文艺复兴到启蒙时期，实证科学取得了巨大的、无可辩驳的进步，无形中“它”语言也取得了这样的特权：所有的实在都可以用客观的科学术语以及单项逻辑的它语言来研究和描述。反之，任何事物如果不能以客观的，实证的方法来研究和描述，都不是“真正真实的”。

如何进行后现代的任务，三大区域的整合。如何认识及重视左半象限。威尔伯给出了精彩的心理学解答。

意识的进化

这里涉及左上象限的发展简图，内在阶段过程，而不涉及其他部分。

1感觉/身体——2幻想/情绪——3表征/心智——4规则/角色心智（具体运算）——5形成/反思（形式运算）——6洞察力/逻辑——7心灵——8奥妙——9原因

发展的高级阶段：从6至9

基本的结构：梯子

攀登者：自我

支点：支点是每一个发展阶段极重要的岔口。每个支点都有1-2-3结构。融合-分化-整合或者说安置-超越-涵括。

第一步，自我成长发展，攀登到了意识的新水平。

第二步，开始越过那一水平，与其分化，背离，或者将其超越。

第三步，与新的更高水平打成一片，并安身于那里。

如果支点的任何横档的1-2-3过程出了问题，都可能对当事者伤筋动骨，而伤疤的机理取决于当时的环境和事件。总的来说，横档越低，病情（心理和生理）越重。

意识发展模型例如马斯洛的需求模型，洛文格的自我感模型，科尔伯格的道德感模型，都广为人知。但这些模型大多只涵盖谱系图中1至6的阶段。科尔伯格在后期提出了普遍灵性阶段这一最高支点，将意识延伸至后人本的领域。

很重要的一点，自我绝不会只“存在”于一个阶段。何况还有各种回归，螺旋上升，暂时飞跃，高峰体验之类的情况。自我也可以细分成很多小模块，仅仅是智力，加德纳还分成了9个部分（后期添加的第9个实际上是支点6的存在观）。所以每个模块，每个小节都会分布在意识谱系图的各个位置，不会完依赖在一个支点上。

以道德阶段举一个例子。

道德发展的最初阶段是我是为中心的，自恋的，唯我倾向的，非常冲动，贪图享乐。这是所谓的前习俗阶段。中间之所以称作习俗阶段，因为人们倾向于非常顺从——我们的国家无论是对还是错。高级阶段叫做后习俗阶段，因为它们开始超越习俗或尊奉模式，而集中于普遍多元主义和个人权力上。

下面对9个支点进行一些梳理，每个支点的状态和可能遇到的危机。

支点1：属于物质圈和生物圈的融合。大约四个月时，婴儿开始区分身体的感觉和环境的感受。当他咬毯子感觉不到疼痛，咬手指会感到时，他明白毯子和拇指是不一样的。如果当事者在这个点出现问题，它就不能说出自己的身体在何处停留，椅子在何处出现。它对于所谓的离二元性（adualism）

是开放的，这是精神病的一个最初特征。支点问题严重时，不能建立自我的肉体界限，常常出现幻觉的原始加工形象和思想；意识不能置于肉体内等等。

支点2：人生最初的两三年里，在支点2上，情绪自我诞生，符号、形象诞生，魔幻世界观横行，泛灵论产生，自我的重心在前习俗的冲动阶段，如果遇到环境和事件剧烈影响，不同方面会被割开、分裂，如果情况严重，自我发展会骤然停止，这一横档的1-2-3过程将不能完成。幻想-情绪的扭曲投射，使停滞者发展成自恋—边缘人格。这会是早于概念自我诞生之前，就烙印在人格结构中的痛楚。将自己的情感理解成世界的情感，而不能超越和整合，支点2的崩塌封闭了整个现象场。（所以为什么弗洛伊德认为童年期经历最重要，因为意识大楼的基层，在生命最初构建。横档越低，病情越重。而支点2是人区别于其他生物的原始特征点，意义重大）

支点3：概念自我的诞生。符号仅代表一个单独的对象，而概念代表整一群对象。最初自我（心智）产生，进入心智圈。心智圈的发展能够压抑生物圈（即使大多情况下都是无意的），就个体而言，这会产生神经症，就集体而言，这会产生生态危机。由于能够想象不能真正感知到的事物，就能够预测未来，就会担忧和承受焦虑；由于能回顾过去，就会感到悔恨、内疚和遗憾——其结果就是神经症。概念自我能够压抑、分裂自己的身体内驱力和冲动（通常是性的和寻衅的），就会以伪装的、痛苦的形式即神经症状出现。压抑是第3支点上典型的防御机制，它最终会让位于最“健康”的防御：升华。

当发展到支点3时，儿童开始明白自己不能魔幻般地指挥世界，泛灵论不完全失效了。但儿童认为可能有人能够，于是便闯进了万神的舞台：各种神仙，魔鬼，仙女都能奇迹般地暂时取消自然法则。儿童会要求父母把讨厌的菠菜换成糖果，他们盼望已经快“失效”的“魔法”还能够任性的听自己一次。

支点4：角色自我的诞生。同一性自我（ego，书上译为“私我”，实际就是精神分析中的“自我”）即社会自我的诞生，也进入了科尔伯格所说的习俗阶段。这点至关重要——儿童终于学会接受他人的角色了。在第4支点上，关注和兴趣从我扩展到了群体，但没有更广。如果你是我的群体——我的部落，我的神话，我的思想——的一员，那么你就“获救”了，否则你就该下地狱。自我不再仅仅与它的身体和它的直接冲动有关，它也被引进了一个规则和角色的世界。自我将拥有各种脚本或者后天习得的角色和规则需要它履行。当我说自我的时候，不是以自己为中心，而已文化和社会为中心，存在于文化圈内。

大多数脚本是绝对必需的——它们是你把自身从自身中拉出，从而进入到主体之间的文化圈内，进入关注、兴趣、关联性和责任的途径中，在那里从别人身上看到扩展了的自我。但是，有些脚本会是歪曲的，残忍的或难以适应的。人会获得这些虚假和歪曲的社会面具——简而言之，就是谎言。假自我愿意相信这些谎言。这样由于否定自己的能力，主体会无法承担脚本中一些积极的角色。

这时候才轮到认知治疗出场。认知疗法发现：在沮丧的大部分情况下，人们都有一系列的虚假脚本，并不断重复这些“剧情”，好像它们是真实的。当我们沮丧时，就会以不真诚的方式与自己交谈。治疗师会要求病人监察自己内在的对话，然后把它们显露于理性与事实证据之前。如果有些强烈的感情、情绪或冲动，使得病人不能处理，治疗师就会采用“揭示技术”——“你对这件事有什么情感？你有什么样的情绪等等。”

支点5：世界中心/成熟的自我。即超越了种族和社会中性，开始具有全球意识。真正开始体会“层次”的关系，达到后习俗水平的标准。你开始仔细审视你的社会中心和种族中心，观念的正确性和恰当性，而以前你不会，也不能怀疑。你想知道什么是权利和公正，不仅是对你和你国家的人民，而是对整个人类。你思考思考本身，对于前阶段的角色和规则的重新定义。你采取了以世界为中心的立场。

但是，一旦你开始变成世界中心，一旦开始仔细审视你的文化——一旦做了这些，那你究竟是谁呢？失去了全部旧有的、令人惬意的角色之后，你又是谁？你以旧时的教养形成了现在独特的人格，而现在世界中心的你，本体是什么？你想从人生中得到什么？你想成为什么？

埃里克森称其之为“同一性危机”（此处不同于教科书中那种狭义概念）。文化多元主义者就处于巨大的本体危机中。他们从宣称任何人都应得到公正的评判，发展到认为任何人都完全不应受到批评，所有的道德立场都同等重要，当然除了他们的立场。在一个没有什么被看做优等的世界里，他们是优等的。所以他们拥有了一个否认自己的优越性的优越立场——他们在自己真实的本体上说谎。他们有一个假自我系统。——那就是本体危机。

支点6：人首马身者的身心整合（所谓人首马身，是指骑士本身是马，马也是骑士）。这是大部分研究专家所认为的最高阶段。洞察力——逻辑是把所有不同的观念综合起来，因此它不会自动地将某种观念凌驾于其他观念之上。但这并不能阻止某些观念一直在变得比其他观念相对要好。他们会形成这样的观点：每一种观念都比它较浅的前任有更多的深度。自我开始超越心智和身体，整合生物圈和心智圈的种种。

这个阶段的意义正如克尔凯郭尔所说，自我不再用琐碎事情来获得平静。有限的自我——魔法不能拯救它，上帝也不能，科学亦然。在一定意义上，够能面对这个令人心痛的事实，即是“存在”的水平。而这个水平的全部问题在于：你还没有达到超个人的领域，而你已不再存留于个人的领域，因此整个个人的领域变得没有意义。你品尝了个人领域又能提供的一切，但并不满足。这一刻，你已经站在了后人本领域的边缘了。

支点7：心灵水平。一个人可能会暂时融解孤立自我并发现与粗放世界、运动感觉世界的同步——所谓自然神秘体验论。这是一种“私我”暂时遗忘的状态，此时产生了“生态智力自我”（Eco-Noetic Self）（这个概念从多元智力理论的内省智力中衍生而来），逃脱了人类为中心的偏见，仿佛能溶于“世界灵魂”。威尔伯说：如果认知觉醒并发展到心灵这一层次，你就会感知到一些新事物，就像你感知一块石头或头脑中的意象。它们就是这样明显地存在着，你不用费很多时间去辨别它们是真的还是假的。所以心灵阶段实际上就是一个广阔空间，一个世界空间，其中可能发生许多不同的现象。

支点8：奥妙阶段。所谓“奥妙”是指那些比平时粗放的，常见的意识更加微妙的状态。威尔伯将这种体验成为神性神秘体验论。它涉及了你自己的原型样式。诸如荣格提到过的智慧老人，自我（Self），曼荼罗。但威尔伯强调，真正的原型，意思是“原始样式”。是一道亮光，一种极乐，一种意识，来源于微妙的直接体验。所以如果你不亲身进行这种实验你是不会理解这些原型的。它们是存在于微妙世界中的精修现象。这种感觉就是：你正在注视着这个整个外显世界的基本形式与基础。

支点9：原因（the causal）阶段。对于一种特定类型的静修来说，意识中不会产生任何客体。

威尔伯举了一个例子。

如果我问“你是谁？”，你就会开始描述自己——是一个父亲，母亲；律师；教师；喜欢什么，性格如何等等。你所知道的所有这些有关自己的东西都是你觉识中的客体，它们是意象，想法，欲望，概念，情感等等，它们都是觉识中的客体。这些只是能被看到的東西，它们并不是这些客体的真正观者。谁是真正的观者？罗摩纳上师把这个证悟者称为“我—我”（I-I），这是对个体我或者自己的察觉，但它本身无形无象。所以你继续追问“我是谁”？威尔伯说，我（这里的我不是指证悟者，而是我们平时说的自我）只是觉识中的另一个客体，而证悟者是装下这些“客体”的空间。证悟者，即佛语中的“空”，它没有加入“流”，没有来去的概念，没有时间与空间，反而时间和空间就是这期间进行。这种纯粹的观者先于生命和死亡，先于时间和混乱，先于空间和运动，先于外显世界。所以为什么叫“原因”——最原始的因素，创造的基础。

不二阶段（nondual，支点9的二三阶段）。当你探寻证悟者，并静止于证悟者，那种你“就在这儿”已经成为证悟者的感觉会突然完全消失，这个证悟者变成了你所看到的一切。换句简单的话说，那个作为客体的我，慢慢回到了主体，而证悟者从那个装客体的空间变为和客体相同。——所谓相同就是一，不二，一种唯一现实，称之为“一味”（one taste）。我理解成，本应作为主体的我，站到了证悟者的位置，而证悟者与客体融为一体，于是主观与客观合二为一，我没有了体验，我变成体验本身。（举个不恰当的例子，这种感觉类似于你在电影院观影时，在广阔漆黑的空间里，你正处于“窥淫者”的位置，在进入他人世界的同时，自我被遗忘了。我和电影里的人融合在了一起，不分我的体验和他的体验）

禅师说：当我听到铃铛响的时候，没有我，也没有铃铛，只有铃声。相对真实的是“我”与“铃声”，精神与身体，主观与客观。但它们有某种相对的现实，他们并不是最后的结论。而结论是：直接体验到了铃声。困境没有产生，不是因为被解决了，而是被融解了——不是通过从客观中减少主观，或主观中减少客观，而是通过承认这个原始的基础，这些都是基础的部分反映。《逻辑哲学论》中最有启发性的一句话是这样的：“人生问题的解答在于这个问题的消除。（6.521）”杜尚曾说：“这里没有解决，因为这里没有问题。”那些促使每个时代的人不断询问的问题，往往是没有答案的，因为问题本身就拒绝答案，你只能“以促使疑难问题消失的方式去生活”。小时候，你会问“人为什么一定要死”，再大一点你就不会问了。并不是你真的知道为什么人终有一死（科学给出的答案并不能

真正回答这个问题），而是问题本身已经被消除了——因为你已经懂的了更深刻的东西。——这种直接的体验是超越主客观，是证悟者参与的结果。

上行和下行 “大宇宙”的崩溃

前提：威尔伯称西方因灵性的失落而成为“平地”（flatland）世界。

柏拉图最早描述了两种运动——我们称之为“上行”和“下行”——关注理想世界和关注现实世界。上行是从“多”到“一”的运动，我们看见的飞逝的，虚无缥缈的显现形式后面存在着一个源头，一个没有基础的基础，即绝对（the Absolute）。下行则是从“一”到“多”，关注现实存在，以及研究各种形式。

18世纪末，“它”领域开始掩盖“我”与“我们”领域的光辉。从时代的心灵来看，成千上万的人在“也许我不赞成你说的话，但我至死都会捍卫你说话的权利”的口号下，为了世界中心论的宽容以及广泛的多元文化这种民主观点而战斗牺牲。这比希腊牺牲三分之一奴隶换来的“民主”更加“博爱”。当年苏格拉底选择了理性而非神话，他喝下了毒药。1500年后，整个世界都追随他，只不过这次是城邦强迫上帝喝下了毒药，民主在这些神灵的死亡中诞生。然而事实并不像马克思所说，经济基础决定上层建筑——而是：一个社会的技术和经济基础（右下部分）决定文化运动和它能够运行的具体形式。所以中心问题是，这个生产基础施加在人们意识中，对领域进行选择的压迫。“它”领域胜出之后，不仅用科学系统解决了“一切”问题，而且还决定了哪些东西是问题——它可以决定真和假，真理和公德。

就这个时代喜闻乐见的微博，微信而言，福柯概括出这种单项逻辑的疯狂状态：男人和女人，成了信息的客体而不是交流中的主体。所以后现代主义者的追求目标是：客观化的终结，人类单项逻辑表面过程的终结。

私我和生态

在理性启蒙运动（简称私我阵营）和自然浪漫主义（简称生态阵营）的斗争中，两者都被下行之网捕获了。区别在于：前者运用理性的、勤勉的分析思考抵达平地；后者通过感觉、情绪和感情到达平地。

私我阵营，从笛卡尔，洛克到费希特——普遍来说，都有控制、分析思考甚至制服自然界的欲望。他们想脱离自然是因为：在感觉到的自然中不存在自觉的道德价值。意思是，自然是非道德范畴的，或者说缺乏自觉的道德仲裁。

理性私我阵营在鼎盛时期代表了一种后习俗的、世界中心论的道德观。但这种姿态在意识谱系图中的位置，表明了只有较少的人能达到。康德认为只有通过超越我以私我为中心的冲动，以及种族中心视角——他称之为“他律”，才能解决滥觞。而这明显是他试图在挣脱生态阵营的下行之网。威尔伯说：康德是第一个与穴居人进行高贵而英勇斗争的重要的现代人。

然而，私我阵营的问题不仅如此。假设康德说的都是真理，如果自然范畴里没有世界中心的道德姿态，只有伦理和心智中才能寻觅，但接下来如何整合心智和自然呢？理性私我想整合自然与肉体冲动，但实际上却是在不停的压抑。所以那个时代，恰好有个叫弗洛伊德人出现了，他来解放性和肉体冲动。然而这也只能是插曲，私我在这个时代仍旧用客观和单项逻辑描绘世界。

这个时候，生态阵营说：要回归自然。

威尔伯定义了两种自然。1自然被认为是唯一的真实，包括所有有机体。这然包罗万象，包容一切。2文明被认为背离了自然，文明在葬送的自然。所以现在有了个两个自然，前者不能背离，后者可以背离。大写的自然（Nature）或者大精神能够将分化的心智和自然真正统一起来，然而生态阵营却只是简单的回归自然，回归了小写的自然（nature）。真正的解决方法是什么？威尔伯说，是在大精神上走向后习俗（支点7），而不是在自然中走向前习俗（支点2）。大精神超越并包含了文明和自然

，对两者进行整合统一。

但是现状是，私我和生态阵营出现了对峙。就像费希特和斯宾诺莎的对抗，你是想超越自然，寻觅道德自由和自律，还是要和自然融为一体，找到统一和完整？也就是说，是纯粹的上行还是纯粹的下行。这时候威尔伯提到了谢林。谢林是浪漫主义的奠基人，但他没有局限于此因为他拒绝倒退回自然。也就是说，他意识到无法通过向感情直接性的回归，向“人类的童年回归”来克服分离。他坚持我们不得不超越理性，以发现心智和自然都只是大精神的不同运动方式。大精神不是从“多”里分离出来的“一”，而是“一”通过“多”表达的过程。

于是，谢林也好，威尔伯也好，我也好（不害臊的排比进去了-.-），都认为发展或者进化仍然是一种灵性运动。

然而，谢林失败了。威尔伯说了两点：1无法在一个更深的群体中具体解释更深层的自我，表达更深刻的真理。2后人本领域的直觉和洞察力几乎完全是在想象逻辑之中进行的，这就使得理智负担了一个无法完成的使命。“真实即理性，理性即真实”——黑格尔通过理性来解释想象逻辑，这是行不通的。想象逻辑只是大精神中人生马首阶段的形式。

所以他们失败了，下行者变得所向披靡。左边维度的种种通过费尔巴哈和马克思转化为强烈的唯物主义和自然主义概念。他们把神话的彼岸性和更高的，内部超越个人的潜能混为一谈。

超越后现代心智

大精神作为一种伟大的自由精神是一回事，大精神实际地以政治民主展现自由则是另一回事。理性解放了束缚在神话下的智慧，并将它传播到受压迫者，最后打开了他们在地上的锁链，而不是仅仅是在许诺的天堂里得到解放。从这点上来看，社会的进步是必须的也是在所难免的，但是越是如此，压在这个时代人身上的担子也越重。

可怕的地方就在于，为达到一个新的，更高的世界空间，每个人却仍然要从第一阶段开始发展。一种文明发展的垂直层次越多，可能铸成大错的事情也就越多。一个社会越有深度，它加在公民教育和变革上的负担也越沉重。我们的社会在很多方面出的问题，早期的畜牧者简直不能直视。

对于个体公民而言，新的、更高的中心使得更高更深刻的社会结构成为可能。但社会的重心越来越有分量的时候，总是有越来越多的人被抛在后面。他们被边缘化，无缘自我实现，被最残酷的方式所损害，包括他们的内在意识，价值和生命意义。这在文化自身中制造了一种内在张力。而随着文化变革的加大，不同层次之间的需求和负担也变大，光是“贫富差距”，就已经让天朝子民叫爹娘了。

环境伦理和基本的道德直觉

这里的环境伦理事实上是一种价值论。威尔伯参照全子的概念，将价值分为基础价值，内在价值和外在价值。

在作为整体时，每一个全子都有其内在价值，即自身特有的完整，自身特有的深度的价值。因此越有深度，越有内在价值。所以，一只猴子和一个原子都是大精神的完美表达（它们有平等的基础价值），但猴子更具深度，更完整，因而更有内在价值。

在作为部分时，它作为一个部分对其他存在着价值——它是整体中的一部分，其他全子依靠它而存在，所以每个全子作为部分有其对外在的，即对其他全子的价值。它越是一个部分，就越有外在价值。一个原子比一只猴子更有外在价值，毁灭猴子，对宇宙没有影响，毁灭原子，就毁掉了一切。

威尔伯如此煞费苦心的说教，无非是告诫人类很简单的一点——有权利就有责任。人类吃鸡肉，是因为人比鸡有更大的深度，但也要承担更多的责任，不仅对自己的人类社会，也要对鸡——亚全子所属的群体负责。我们存在于物质圈，生物圈，心智圈里的全子形成的关系网中，相对较大的权利也要求我们在这些维度中的较大的责任。如果不能履行，也就意味着我们自己的自我破坏。

所谓基本道德直觉，就是克服自恋的文化，克服每个人都只想成为一个独立的整体！我们经常希望不承担责任地拥有权利。基本道德直觉就是：在最大的广度上保护和促进最大的深度。例如，吃萝卜比杀一头牛要道德。——不仅如此，人类也要下决心杜绝任何一个支配性等级的产生——在这种观

《万物简史》

点下，杀十几只猴子不如杀掉一个恶棍头头。因为人类做为全子和别的一切都一样，也没有什么不可神圣不可侵犯的道理。

简短小结

其实说简单了，威尔伯在书最后并没有直接给出解答，因为他知道没有什么道路上的明灯，他只是希望不要和谢林一样的下场。所以，整本书都透露了这样一个观点：在四隅中，左手现象都被普遍忽略了，而社会的进化，上行和下行的融合，大精神的展现，不二阶段的体验，都需要人们各自艰苦卓绝的修炼过程。他作为心理学家，落脚点还是人本身，从工业革命开始，人就由主体就渐渐沦为信息客体，对自己内心的关注还是太少了。

既然我们都是大宇宙中的全子，就算为了实现我们刁炸天的大精神，也要好好努力修行吧！（笑）

借用《心》中K的原话作共勉：在精神方面没有进取心的人，那是混蛋！

参考资料：

《读维特根斯坦的一点心得》

《意识光谱》

《万物简史》

《维特根斯坦与乔姆斯基的语言思想辨析》

各种百度百科

16、威尔伯鼓吹的大我，是所谓的灵修的核心概念，相当于宗教的最高境界。威尔伯的理论俘虏了他的妻子，也成了他妻子面对乳腺癌是内心挣扎的心理支柱。然而，在威尔伯和妻子合著的超越死亡一书的第331页，写有他妻子临终前的感悟，大意如下：在生命的种种追求中，所谓灵性只是摆弄概念，发展个人潜能实在有点自我中心，美和创造力也不是最重要的，而人和人的联结，生命温柔的爱才使最重要。多么坦诚又中肯的话语，那是用生命的代价体悟来的。所谓的大我，只是人类有组织有理论的自欺中的一脉而已。昆德拉说“人类一思考，上帝就发笑”，俨然以上帝自居，可见上帝的概念抑或大我，大奥，爱谁谁的种种，从某种角度看是包含了自恋，自欺，自虐的一种精神分裂状态。

17、这书的表述嘛，确实马马虎虎，但是说这理论不好的还是注意一下。这书前面确实比较无聊，整片的文字也不够精炼系统。但是理论是很有说服力的。说这书不好的童鞋，从第十一章开始肯定没好好看，这每一个层次都得自己慢慢弄懂，好好体会，不然这书基本白读了（后面的部分肯定也不能很好理解）。老肯的书不是扫一遍就能懂的，大略的扫一遍怎么可能带给人可观的成长呢？真正的成长肯定是需要大量的自省的。随便翻翻就给评论的人，如果你们仔细看看是个层次的话，多半会发现自己没有超过第五个层次吧。

章节试读

1、《万物简史》的笔记-第20页

一 大宇宙

作者首先引入了大宇宙的概念。即“大宇宙”（Kosmos）与物质宇宙(cosmos)的区别：“大宇宙”最早有毕达哥拉斯引入，其包含了物质的宇宙、生命世界、精神世界

和神性世界。许多宇宙理论有一种唯物论的偏见，物质的宇宙被认为是最真实的一维，它以简化的手段粉碎了整个大宇宙，所以作者首先引入了“大宇宙”概念，整书也基于这四大项来探讨，即物质，生命，精神，神性（超意识）。

这里作者引入了1000只猴子与莎士比亚的故事 猴子在打字机前任意地且不断地敲打下去，可以得到莎士比亚全集，前提是给出足够的时间。计算表明：猴子们打出沙剧的概率是10的40次幂分之一，所以可能会在100亿亿年中发生一次，但是宇宙并没有100亿亿年，它只有120亿年。是的，从Fred Hoyle到F.B. Salisbury等科学家所做的计算一致表明，按照概率，120亿年甚至不能产生一种催化剂。

换句话说，概率之外的别的东西推进了宇宙的发展。”

二 神秘的冲动

高级与低级亚里士多德最早采用了这种表述：即较高层次的组织涵盖所有较低层次的组织。但是较低层次的组织并没有涵盖所有较高层次的组织。正式这一原则构成了层次系统或者等级系统：细胞包含了分子，分子包含了原子...反之则不成立。“高级”与“低级”并不是相对的“价值判断”，如果你破坏了任何一种类型的全子，那么，处于更高层次的全子都将遭到破坏。整体依赖部分存在，“反之则不成立”是指一种层次性，一种完整性不断增长的秩序。深度和广度

(待续...)

2、《万物简史》的笔记-第279页

普羅提諾認識到，龍樹也教導過：理想世界永遠都是通過正確形式看到的現實世界。實際上“色不異空”，終極同一性最根本的秘密就是唯有上帝存在，就是唯有一味的大宇宙存在，它永遠已經充分呈現，永遠已經完美地完成，永遠已經非常整齊和諧。能夠讓我們背離這一切的信念是私我欺騙的驕傲自大，是對自身矛盾傾向冒煙的廢墟冷眼旁觀的，神聖的私我主義那縈回不去的面具。

3、《万物简史》的笔记-第300页

零散记录下看书过程中的随感。

1、作者说，进化是一种超越和涵括，这一点在《万物简史》中得到很好的体现。这本书试图将各种看似矛盾、对立的观点以某种方式联系起来，证明它们都是正确的，只是从不同的层次来解释这个世界。但这种观点的“进化”看起来有点生硬。（还是我无法接受意识的进化通向灵性的结论？）但这是很有趣的尝试。不过，书中的某些观点很有意思，全子的四象限（秩序出于混乱，四象限的视野，四种驱力）；我、我们、它的三大领域（艺术、道德、科学的区分）；进化的观点（虽然我无法理解为什么进化有目的）。特别是由全子的四象限特性导出秩序出于混乱这一性质让我联想到《失控》里的观点，把这看成是一种进化是很有意思的观点。另外，以层次观点看待事物，并以深度来区分事物的价值这个观点也是挺有意思的。

2、不二论有两种形式。一种是创建一个与有形世界分离的“空”，另一种是认为不二性完全呈现在每一种状态中，主观和客观是一体的，需要做的是去识别它。某禅师说在吃饭的时候吃饭，在睡觉的时候睡觉就是这个意思吧？。事物从“空”中产生，意识的进化又通向“空”，这看起来像是一种循环（不过婴儿阶段与大自然融为一体的空和证悟阶段的空好像不一样）。还是说这是因为人类被自然界抛弃而寻找的返回自然的道路？

《万物简史》

3、这本书激起了我对概率统计的兴趣，下一步准备看《统计与真理》。

4、《万物简史》的笔记-荣格与原型

典型的荣格原型是指心灵中的基本的、继承的意象或形态。这些基本的、原始的意象代表了全部人类所拥有的共同的、典型的体验，例如，对于出生、父母、父亲、阴影、骗子等等的体验。也就是说，历史上人们已经无数次地与这种典型的情景遭遇，并把这些基本的意象深深根植入人类的集体心灵。你会在全世界范围内发现这些基本的、原始的意象，它们尤其大量存在于这个世界的伟大神话中。

当你遇到一种意象比如你母亲形象的时候，你遇到的不仅仅是你自己母亲的形象，而是百万年以来形成的母亲原型，它根植于你的心灵。当你与母亲互动的时候，你不仅是在与你母亲互动，而是在与世界大母亲互动，这个原型意象会影响着你。

对于经典的荣格分析来说，你要解析的不仅仅是自己个体的意识，还必须分析在集体水平上的原型材料。当你想要分析集体原型水平的时候，最要做的就是研究世界伟大的神话，因为他们是早期的、典型的冲突。

所以荣格的原型是人类总体基本的，集体的，典型的遭遇的储蓄所。

但有一点很重要：集体的并不一定是后人本的。

荣格的神话原型是非常充分与重要的。但他一直没有能够仔细区分原型中的前个人、个人和后人本的成分。在今天，荣格的倾向代表一种在心理学中的退步运动。意识只被简单的分成两大领域：个人的与集体的。这种倾向随之就把任何集体的称为灵性的、神秘的、后人本的。而其实大多数只是前个人的、前理性的、前习俗的、倒退的。

5、《万物简史》的笔记-第151页

問：那麼假自我身上會發生什麼事情呢？

肯威爾伯：在個人蹣跚著走過虛偽的一生時，在任何水平上的假自我都可能在一生中起作用。但在更多的情況下，在某一點上，假自我會在自己過大的令人窒息的重量下瓦解，崩潰，然後自我就得面對嚴峻的選擇：休息，康復以重新回到原來的假自我軌道上來；讓意識對這種困境不管不問；加強行動以避免難題；或者對謊言下的生活進行調查，通常在一位能幫助你更真實地解釋內在意圖的治療專家指導下。

問：即所謂解析療法或者左手象限療法。

肯威爾伯：是的。在一個充滿同情，和諧和接受的安全環境裡，個人就會開始吐露內在真情，而不必懼怕懲罰。從而，任何層次上的假自我便失去了存在的理由。謊言——對真情的抵制——被闡釋了，被掩蓋的痛苦，恐懼，憤怒顯現出來，假自我就會被真實意識慢慢焚滅。

6、《万物简史》的笔记-第1页

7、《万物简史》的笔记-摘录

系统整理前先放一些零碎的摘录

1.没有哪个时代是历史的终结。2.我们都是明天的食物，过程在继续，大精神存在于过程之中而非存在于某个特殊时代或某个时刻与地方3.女权主义的要义应在于如何合理确定男性价值和女性价值之间确实存在的主要差异。如何找到一个恰当的方法来尽量公平合理地评价男性与女性各自价值。（注：主

《万物简史》

导男性的为睾丸激素，其特质为性交与暴力；而主导女性的为催产激素，特质为依恋，亲情，抚育。）

4.试图消灭分层本身就是一种分层。否认等级本身也是一种等级。5.进化是一个超越和包含的过程，既超越又包含。6.若破坏了任何一种类型的全子，那么所有更高层次的全子都会遭到破坏。但较低层次的全子却不会遭到破坏。（注：可以运用识别哪一层是较高层次，哪一层是较低层次。）

7.但必须要注意的是：“高级”与“低级”并不仅仅是一个相对的“价值判断”。（注：较高层次深度高，普遍性与兼容性较低。较低层次深度浅，普遍性与兼容性强。）

8.环境伦理学的要义：人类包含了物质，生命和心智等，它们是人类自身的组成部分，我们当然应该敬重这些全子。破坏它们无异于我们自取灭亡。（注：素食主义要义同理）

9.把所有全子都看成是大精神的显现，与此同时更重要的是在它们内在价值方面做出实际的区分，并意识到用脚踢一块石头要比踢一只流浪猫好得多，吃胡萝卜要比吃牛肉好，靠谷物维持生存要比靠哺乳动物血肉维持生存好。（注：只有当个体的内在从私我中心过度到社会中心，再从种族中心过度到全人类中心，最后走到世界中心时才能对此表示真心赞同。）

10.进化过程中是存在退化与分解的。进化的每一步都要付出代价，如果只是把这个时期的问题与前一时期的成就作比较，这是极不合理的。11.深层越浅，可分享的就越少。12.技术人员不关心你的内部，你被当成了单向逻辑注视的客体，而不是能够交流的主体-这种情况使医学技术脱离了人性。（注：女性也因此常成为男性注视的客体，变成了一团肉，一个没有深度的客体。）

13.大宇宙在每一阶段看起来都是不同的，因为每一阶段大宇宙本身就是不同的。

8、《万物简史》的笔记-第1页

翻译恐怕没有充分地表达原意，不过这也应该是艰巨的翻译任务。

9、《万物简史》的笔记-第1页

最终的答案为“42”的最终问题是：“一个人必须走多少条路？”

10、《万物简史》的笔记-第1页

聪明的综合之作。

11、《万物简史》的笔记-第132页

人們可以暫時達到高峰體驗，卻拒絕真正的生活在那些水平上，他們不願真正攀升到那裡。他們的重心依然很低，甚至還更低了.....

如果他們不想辜負自己的靈性體驗，就必須成熟發展。他們必須啟動發展，擴展層次，在意識到擴展中真正居留。他們的重心必須移動，轉變到更深或更高的意識範圍，僅僅在理論閒談和空談式的宗教中將它理想化並非好事。

一個人幾乎在自己成長的每一個階段都可以擁有靈性體驗——高峰體驗。從最低到最高的基本結構是個人存在的結構性潛力。在狂喜，性愛或緊張的時刻，在夢幻般的沉思中，在藥力的作用下甚至在精神病的發作中，你都可以進入更高的狀態

《万物简史》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:www.tushu000.com