

论音乐修养的心性层次：中西跨文化的视野*

王 玲

摘要：音乐既反映人心，又引领人心，音乐修养不止于娴熟的技艺，更直接地与心性修养层次相关联。从哲学角度观照，音乐修养心性的不同程度可以用“杂心”“一心”“无心”三个层次加以概括。初始阶段时人的心性颇为杂芜混乱，很难安住于音乐，或者偏好浮华鲜明的音乐。随着音乐修养的提高，心性渐渐由粗变细、由杂转一，通过音乐的浸润与演练，心性变得全然专注而优美流畅，亦具备了对多层次声响整体观照的能力。继而臻于无心之境，心灵更加自由而深邃，在音乐形态上自由灵活而不拘一格，同时表现出返朴、希静的特点，融化自我而领会有声世界以外的无穷天地。

关键词：音乐 音乐哲学 心性 乐教 一心 无心

一、导言：乐艺与心性

在中国传统艺术观念中，音乐等艺术活动被认为能够陶养性情、提升境界。然而，先秦以降，随着音乐教育从教育体系和正统学习中淡出，音乐并未在儒家修身实践中得到重视。经典中《乐经》不传，“乐教”信念及支持此信念的原理久已不彰。与此相关，心性修养由于离开了艺术而成为干瘪无力的说教，儒学未免“偏狭化、浅薄化、

* 本研究为中国国家社会科学基金教育学青年课题“艺术教育的道德人格培养原理研究：以音乐教育为中心”（CEA140171）阶段性成果。

孤独化”^①。近代音乐学家青主曾做出过这样的反思：

在古书上面我知道中国人向来是极重视音乐的。但是……只就现在来说，大多数人的心理，不过是要把音乐当作是一种娱乐品，对于音乐的全体大用，一些见地都没有。^②

人从音乐中享受到的听觉愉悦，是不证自明的。然而，音乐如何对心灵发生更深刻的影响？探究音乐的心性理谛，讲明音乐如何落实在身心受用上而令生命得到转化和改善，此既是音乐艺术得以发挥其应有价值的理论基础，也是艺术哲学重彰本旨、充实完善的需要。

本文特借鉴中国哲学对于心性的观察和相关理论来说明音乐陶养心灵的机制。西方哲学把人心主要区分为“理性、感性”或分隔“知、情、意”，若依据这种框架，音乐往往被扫入“理性、感性”中的“感性”部分，以及“知、情、意”中的“情”部分。这不仅对心灵未能善加把握，对音乐的认识存在片面化的误区，给本来相互关联的部分设置边界，在理论效果上也存在着割裂整体、碎片化的危险。因此，本文希望突破“知、情、意”三分或“感性、理性”二分的窠臼，从心灵的整合状态来看待音乐与人心的关系。与此同时，将援用习乐、赏乐的各种心得体验来配合说明，不拘泥于东方或西方，抑或某一种类的音乐。突破门户之见，反而会看到东西方对于音乐的心得体会有着惊人的共鸣，颇能互通互证。

二、从杂心到一心

人能够在音乐中体验到乐趣，现代一般观念中音乐就是用来放松

① 贺麟：《儒家思想的新开展》，收入《文化与人生》，北京：商务印书馆，1996年，第4—18页。贺麟认为，“儒学是合诗教、礼教、理学三者为一体的学养，也即艺术、宗教、哲学三者的谐合体。”因此，“今日新儒家的兴起，与新诗教、新乐教、新艺术的兴起，应该是联合并进而不分离的。”

② 青主：《乐话·音乐通论》，长春：吉林出版集团，2010年，第39页。

和享受的。然而在古人的眼中却没有那么简单。关于学乐的主旨，先儒朱熹曾简明扼要地说：“古人学乐，只是收敛身心，令人规矩，使心细而不粗，久久自然养得和乐出来。”^①在朱熹看来，放纵的快乐与自然的和乐是不同的，古人之所以重视“乐”、推崇“乐教”，是由于它能使身心有序化，而身心的有序化进一步带来自然的和悦快乐。当然，朱子这里所谓的“乐”秉承了周代以前的涵义，是诗、乐、舞等综合艺术形式的统称^②。不过，先秦以降，“乐”的用法还是以“音乐”为主，常常仅从听的官感来言“乐”，如《说文》称：“乐，五声八音总名。”因而此处以“音乐”来理解朱子的话也不成问题。

下面，本文将仔细推敲学乐、赏乐如何有“收敛身心”之效，一步步“使心细而不粗”。这种由粗变细、由杂转一的心理过程在东西方文化的音乐描述中都可以见得到，但彼此之间又有差异。

德国十八世纪评论家瓦肯罗德（Wilhelm Heinrich Wackenroder，1773—1798）将聆听音乐的两种体会描摹得极为细腻：

当我去听一场音乐会的时候，我发现我总是以两种不同的方式享受音乐。其中，只有一种享受是真正地享受：这种享受存在于我对音乐及其各种序列的注意观察之中，存在于灵魂对这种仅仅冲击我自己的感觉之流的彻底陶醉之中，存在于那离开每一种困扰人的思想的悠远和抽象，存在于每一种互不相干的感官印象之中。这种贪婪的对音响的陶醉是与某种无法一次坚持很长时间的 effort 密切联系在一起的。因此，我认为我可以断言，在欣赏音乐的情况下，人们顶多只能听一小时音乐，因此，那些音乐会、歌剧、乐曲都超过了人的自然极限。音乐使我快乐的另一种方式是，我并不是在真正地享受音乐本身，不是在被动地接受音响的印象，

① [宋]朱熹：《朱子语类》卷三十五，北京：中华书局，1986年。

② 《礼记·乐记》中对“乐”的定义为“比音而乐之，及于戚羽旄，谓之乐。”但另一方面，同样在《乐记》中有“乐者，音之所由生也”“乐之隆，非极音也”等，即是仅就音声而论乐。

而是与此相反，是由音乐激发起来并且使之持续发展的心灵的某种活动。我这时再也不听这部音乐作品的哪一部分正在被演奏了；与此相反，我的思绪和我的想象都随着乐曲旋律的潮水荡漾流淌，并且时常消失在那遥远而神秘的地方。^①

瓦肯罗德儿所说的第一种方式，是不断地排除杂念，灵魂完全与音符相合，沉醉在乐曲的旋律之中，或可以称之为“一心”。而在他所说的第二种方式中，音乐仅仅与思绪偶尔相遇，随即思绪又按照自己的轨迹飘走，音乐仅仅起到了时不时激发想象的作用，我们姑且称之为“杂心”。很显然，瓦肯罗德儿认为全神贯注的“一心”赏乐才是真正的享受。

由于音乐是一种波动，它会对思绪的波动起到带动作用，乐曲本身也呈现为某种组织结构，它会潜移默化地影响人的思维结构。欣赏音乐，需要“心-耳-音”三者相合，这其中既需要能与心灵产生共鸣的好乐曲，又需要一颗稳定而敏锐的心在场。在音乐聆听中，“杂心”可以被认为是最初始的状态，它体现为心灵无法安住于音乐。一方面，这与音乐的优劣有着直接关系，另一方面则与心灵质量密切相关。在乐曲差强人意的情况下，“杂心”反映的是心的无力、失控、被动和杂乱。诚如瓦肯罗德儿所指出的，杂心的一种情形是无法进入到音乐之中，而仅漂浮在乐音的波动之中，随着自己的思绪忽左忽右，或者在一种音乐的气氛中飘飘然进入梦境。然而还有一种情形其实也属于“杂心”：即追求在强烈的音乐中完全被席卷裹挟，心情只是受乐音的束缚，既是放纵又是被动，朦胧、迷恋、彷徨之中流荡，让自我全然迷失在乐音带来的感官刺激之中，结果只能带来心灵的愈加失序和疲弱。与之相应，“粗野的审美趣味首先抓住新奇、光怪陆离、稀奇古怪和激烈粗野的东西，唯独逃避开质朴和宁静。这种审美趣味创造出奇特怪异的形象，它喜爱迅速的转变、浮华的形式、鲜明的对照、耀眼的光亮、

^① 转引自〔德〕莫里茨·盖格尔：《艺术的意味》，艾彦译，北京：华夏出版社，1998年，第109页。

激情的歌唱。”^①庸俗或媚俗的音乐常常是充满了变化和激情，在感官的追逐中不断抓取新鲜的刺激。这两者究其实都是心灵失去观照能力，不是暗昧就是亢奋，听者以为自己在欣赏音乐、在陶醉，实际上还未进入艺术之门。可以说，不良的音乐反映的是某种混乱、过度的心灵状态，是某种情绪的一味偏激，心灵整体的平衡受到扭曲。这也许就是孔子批评“郑声”的缘故。

如果音乐波动是良性的而非“慢易以犯节”^②，对于人心有着良性的引领作用，随着它的流动，逐渐让人纷乱的思绪稳定下来，慢慢进入到音乐所展现的意境之中，心绪也变得有序而优美。英国哲学家亚当·斯密（Adam Smith，1723—1790）对音乐颇有心得，在他看来，成功的器乐曲能够实现“一心”的听赏状态——“可以完全占有我们的智慧和我们的注意力，而不致思想上开小差。由于静听和感受旋律声音的这种无限的多样化、旋律声音的组织、一贯连续性、规律性，智慧体验到的不只是巨大的感性快乐，而且体验到理性上的愉快，这种与静观和研究任何科学体系产生的愉快有很多共同点。”^③亚当·斯密所言的“理性愉快”已然超越了“悦耳”，是某种智慧的快乐，所谓的静观和研究科学之愉悦似乎是一种对“道”的深刻契合，好的音乐能够使人体验到与道冥契的深层愉悦。

三、东西方音乐达致“一心”的殊途

“一心”的聆听状态并不容易，特别当外在旋律有它的强烈性格和密集的节奏时。听者需要完全跟从它，听音乐变成了需要极端集中精神的努力，就像瓦肯罗德会抱怨一心听乐无法坚持太长时间，汉

① [德]席勒：《审美教育书简》第27封信，张玉能译，北京：译林出版社，2009年，第93页。

② “慢易以犯节”为《礼记·乐记》中对“淫声”的描述。

③ 转引自何干三选编：《西方哲学家、文学家、音乐家论音乐》，北京：人民音乐出版社，1983年，第89页。

斯立克（Eduard Hanslick，1825—1904）也说：

听众不能中途任意停留去观察作品，他必须极度清醒，不知倦怠地追随着作品。谛听复杂的作品时，这种追随能提高为一种脑力劳动。……但精神活动力薄弱的听众，他们对作品的欣赏也比较浅薄容易，这些音乐莽汉能吞食大量使艺术的精神望而却步的作品。^①

与此同时，因听觉感知的旋律应接不暇，内在的心理活动也容易同样活跃。外在音乐旋律与内在的思绪两者各行其是，所以瓦肯罗德才说“人们顶多只能听一小时音乐”。无怪乎很多人纷纷表示对西方古典音乐望而却步。要追随复杂音乐，若能掌握音乐结构和技术方面的知识，会有助于加强欣赏音乐时的专注，有助于我们形成一种对音乐的辨识度，因而音乐专业人士确实比普通人更能“听懂”音乐。可是“能够跟得上”并不能显示此人在乐曲中得到了真正的享受和共鸣。似乎只有对乐曲越熟悉，人们的精神才能放松下来，品味其中的美妙。

如果说同样以音乐来调整人心归于专一的话，相比而言，中国音乐走的是一条“自然”的道路，音响效果单纯不复杂，以最小的心理力量，让人从心念中解脱出来。外在的乐音越单纯，所激起的内心波动也就越单纯。节奏缓和，相应的心理活动就缓和。周敦颐论古乐之特点，曰：

乐声澹而不伤，和而不淫，入其耳，感其心，莫不澹且和焉。
澹则欲心平，和则躁心释，优柔平中，德之盛也。^②

① [奥]爱德华·汉斯立克：《论音乐的美——音乐美学的修改刍议》，杨业治译，北京：人民音乐出版社，1980年，第92—93页。

② [宋]卫湜：《礼记集说》引金华邵氏语，收入《文渊阁四库全书》卷九十三，上海：上海古籍出版社，1987年，第8页。

乐音之间常常有足够的空间，听者的心也领受到舒放之息而不受驱迫，心理活动可以参与到音乐乐思之中。它不需要很强的对抗的心理能量，外在音响与心理活动两者皆很松弛，在消歇中两方融合到了一起。这即所谓“易则易知，简则易从。易知则有亲，易从则有功。”（《周易·系辞上传》）

当代中国音乐家瞿小松对此有精妙的领悟：声音多空间就小，声音少空间就大，有空间就有呼吸，有呼吸就有生命。“一个不是很满的东西，你可以进去跟它融为一体。但如果很满，就变成它单向灌输，你无法融入。”^①西洋音乐以其丰富饱满而让意识纯化，紧紧地跟随之，而中国音乐以其疏朗让各种攀求当下歇息。中国音乐尚简约，留有余地，音有余韵，回味无穷。这与西方音乐喜欢饱满的织体、丰富的音响颇为不同。这一点可能是中国音乐殊长所在。“它不同于西洋音乐的强烈威猛、剑拔弩张，非常内在细腻，表达情感也在平和中见博大深沉。故听中国音乐不能持西洋音乐的审美价值和观念，要以平和宁静之心，咀嚼橄榄之态，静吸细吟，方得其妙。”^②

中国音乐的传统审美观向来不只关注于音乐本身的美感，其精神核心在于考虑到音乐对心灵是否产生有益的影响。春秋时吴国公子季札对各种音乐有一系列评论，论及郑国音乐时，他说：“美哉，其细已甚，民弗堪也！”（《左传·襄公二十九年》）一方面，他表示郑国音乐确实非常优美，但同时也指出它太过精致，听者之心会被带向一种过度细靡的状态，失去中正平和。似乎季札对音乐的体察比一般人敏锐得多，所谓“民弗堪也”，超出的承受度既不是指它有多么沉重，也不是指它有多么刺耳，他觉察到这种听起来美妙的音乐反而过犹不及，如果以心灵状态而论，它的美感不会让心神凝聚，而会造成心神分散浮动，故不可取。

① 瞿小松：《音乐闲话》，海口：海南出版社，2010年，第20页。

② 蒲亨强编著：《中国音乐通论》，南京：南京大学出版社，2005年，第244页。

四、乐艺水平与静心程度

从散心到一心，需要有一个静心定虑的过程。不仅欣赏者需要调整状态融入音乐，能否定心更是决定演奏者造诣高下之一大因素。《国语》中申叔时明确地点出了学乐之目的在于清心静心：“教之乐，以疏其秽而镇其浮。”（《国语·楚语上》）随着乐艺的习练，心中杂秽得以净化，飞扬浮躁之气也渐渐沉淀下来，此后才能算进入修身的门径。

清代有一则颇为传奇的学琴故事。太元和尚擅于弹琴，刘惟性对他十分仰慕，想跟从他学琴。

元曰：“学琴非难，静心耳。”

曰：“敢问静心之道。”

曰：“自静之，岂师所能为谋乎！”

刘曰：“善，我知之矣。”

乃退而屏万虑，昼夜枯坐禅榻，元时来弹琴，他无所闻。一夜，大于骤作，夹以风雷，寒猿悲号，山鬼长啸，灯小如豆，耿耿不能寐。启户视之，天无云雨，察声所自来，则出元室，知元弹琴也。潜至窗外窃听，久之，忽悲酸不可忍，失声号曰：“弟子愿归矣。”撞扉入。

明日授以琴，略授宫商之诀，随手而弹，成音。元曰：“可矣。”

刘惟性在默坐习静数日之后，心逐渐澄净下来，才能够感应到太元和尚微渺的琴音，心耳俱灵，以至于闻琴声如若雷雨之响，在感性世界中激起风暴。万虑止息，心琴合一，此是学琴的根本所在。在此根本的基础上再学些音律与指法，琴艺即可成就。此诚如《管子》所云，心如果被嗜欲杂念滞塞住了，则耳目对于外界就迟钝，因此，“去欲

则宣，宣则静矣，静则精。精则独立矣，独则明，明则神矣。”（《心术上》）通过静心，心灵恢复了精纯空阔，找回了主动性和独立性，不再受外物的左右，不再被动接受感官印象，反而对事物感知变得敏锐灵巧起来，从而展现出超乎常人的能力。虽然作为音乐研习者并不需要人人都达到“明则神矣”的状态，但静心是必需的前提，若无沉凝的底蕴难以担负起飞扬的旋律。

很巧的是，当代音乐教育家奥尔夫（Carl Orff，1895—1982）也表达了同样的理解，正是东西圣人此心同此理同：

音乐始自人自身，教学也应当如此。不是在乐器上，不是用第一个手指或第一个把位，或是用这个、那个和弦。首要的是自己的宁静，倾听自己，对音乐的准备就绪，倾听自己的心跳和呼吸——这是有根本性意义的。^①

倾听自己的心跳和呼吸，其实是初步的身心合一。身心统一之后，琴弦、键盘等乐器才可能得心应手，心与手合，手与琴合。

近代大儒马一浮爱好鼓琴，他对琴学之道见地颇深，曾言：

吾昔鼓琴，虽不能自制谱，而能知音。琴操虽有词，向不歌咏，但以微妙之思寄之十指，须是闻其声而知其意，故曰“志在高山，志在流水”，不待文字语言，自然会解。其或鼓琴者心意散乱，或意有所注，则不成曲调矣。^②

马一浮先生所推重的是在琴动音生之前，心神汇聚而不散乱不旁骛，体会静心之中一种微妙的神思，在这种神思的引领下以指下之丝弦为

① [德]奥尔夫：《关于对儿童及业余者进行音乐教育的想法》，转引自李姐娜、修海林、尹爱青编：《奥尔夫音乐教育思想与实践》，上海：上海教育出版社，2010年，第40页。

② 严晓星：《近世古琴逸话·马一浮鼓琴先解乐意》，北京：中华书局，2010年，第50—51页。

寄托，弹出的曲调韵味十足，可以令闻者听之即晓其志。而所谓“心意散乱”或“意有所注”，谓心意杂多而不能专一，或者心意别有所关注，则无从合一，音不达意。

不止器乐演奏是如此，歌唱亦然，能否领会并传递一种澄然凝定的状态体现了雅俗高下之分。袁宏道《虎丘记》记载明清时期苏州民间“虎丘曲会”中歌者的雅俗之别——“分曹部署，竞以歌喉相斗，雅俗既陈，妍媸自别。未几而摇头顿足者，得数十人而已。已而明月浮空，石光如练，一切瓦釜，寂然停声，属而和者，才三四辈。”^①所谓“俗”者，乃“摇头顿足者”；对“雅”的形容颇为值得推究，“明月浮空，石光如练，一切瓦釜，寂然停声”与其说是勾勒外景，不如说是描述音乐所引领进入的那种澄明清澈的静境。

五、无我之乐与超越本体

以上勾勒了人在心意散乱与心意精专时的不同听赏状态，以及音乐人本身需要凝心一处来创作、演奏音乐，可是“一心”还犹然有心、有主体，未若忘我而无心。“无心”是何种境界？其在音乐中是如何表现的呢？在音乐的欣赏和教学中又如何趋向此境界呢？

在西方音乐领域，“古典主义”以降的作曲家讲究激情，主体意识很强，而欧洲早期的宗教音乐如格里高利圣咏，专注安详、沉静单纯而不复杂，在寂静中倾听上帝、感悟上帝。^②格里高利圣咏的效果很大一部分是对宗教的深刻信仰和虔诚情感所带来的，音乐辅助这种信仰而超越于狭隘的自我，达到一种即理即情的同一感，上升到一个更普遍的主体——上帝。“真正的宗教音乐既没有太多花样，也没有太多激情，因为它的题材是超乎自然的。它的前提是深邃、平静、内省而纯洁的心情和态度，是足以奉行和发扬崇高、抵制尘世情欲的坚定

^① [明]袁宏道：《虎丘记》，收入《袁宏道集》，南京：凤凰出版集团，2009年，第158页。

^② 瞿小松：《音乐闲话》，第114—116页。

的道德力量。”^①深邃平静的音乐不反映过强的意欲，自我所据以活动的心理基础得到消融。

有神论的宗教信仰之外，音乐也能够带给人超越自我的体验。这可从当代思想家汉斯·昆（Hans Küng）聆听莫札特音乐的体验中得到说明：

……每当我受外界干扰独自在家或者在音乐厅试图全神贯注——也许双目紧闭——接受莫扎特音乐的时候，我便突然感到，我已经完全脱离了我所面对的音响实体，只听到浑然一体的声音，只是音乐而别无其他。这时，只有音乐完全萦绕着我、浸透着我，它突然从我内心响了起来。发生了什么事？我感觉到，我完全回归于自我之内，眼睛与耳朵、躯体与精神完全转向内在；自我陷于沉寂，一切外在者、一切对立者、一切主体和客体的分裂转瞬间全被克服了。音乐不再是对立者，而是萦绕者、浸透者、由内而外的祝愿者、充盈于我的整个身心者。突然，我脑海中浮现出一句话：“我们在其中生活着、行动着、存在着。”^②

在莫扎特的音乐中，尽管宗教虔诚的氛围也很强，但毕竟不是直抒对上帝之爱，而主要通过纯音乐本身来发生效果。无唱词的纯器乐中更容易得到无心的体会，因为唱词会将表意固定化，而意境本身是不落言筌的。

就中国哲学对世界本体和心灵本质的认识而言，先秦几家哲学都承许“静”为心之本体、宇宙造化之源^③，这里所说的“静”又与前几

① [德]尤斯图斯·蒂波：《论音乐之纯》，转引自〔美〕保罗·亨利·朗：《西方文明中的音乐》，杨燕迪等译，贵阳：贵州人民出版社，2000年，第149页。

② [瑞士]卡尔·巴特、〔瑞士〕汉斯·昆：《莫扎特：音乐的神性与超验的踪迹》，朱雁冰、李承言译，上海：三联书店，1996年，第64页。

③ 《庄子·天道》：“夫虚静恬淡，寂寞无为者，万物之本也。”《管子·内业》：“凡道无所，善心安处，心静气理，道乃可止。”《荀子·解蔽》：“人何知道？曰：心。心何以知？曰：虚壹而静。”《礼记·乐记》：“人生而静，天之性也。”

小节与“躁”相对的宁静、平静不同，这里的“静”是从究竟根源意义上对本体的一种描述，呈现它不同于多姿多样现象世界的那种唯一、绝对、超然及恒定。此义在后来儒释道三家鼎立的格局中发挥得更加充分，而表现寂寥虚静的音乐尤为中国审美观所偏爱。对于这种本体之绝对寂静，《溪山琴况》一书干脆另采“希”字来说明，诠释曰：“所谓希者，至静之极，通乎杳渺，出有人无，而游神于羲皇之上者也。”^①乃于极静中透出杳杳冥冥的无极本根之象。乐本是一种振动，以音符之变动而可成调。“静”非言其无声，而是从人的心理感受而论：听之感到平静有余裕，不急躁、不粗糙，心中无扰扰之物象，只是一片空阔，进而让人超越物我、时空的藩篱，回归到虚静的天地自然状态中。

白居易和孟郊的诗中写道：

心静即声淡，其闻无古今。（白居易《船夜援琴》）

一声来耳里，万事离心中。（白居易《好听琴》）

学道三十年，未免忧生死。闻弹一夜中，会尽天地情。（孟郊《听琴》）

“万事离心中”、“会尽天地情”即是由音乐带来的最直接感受，当下扫除外来的忧思烦恼，消歇掉内心的攀缘取舍，直契“性体”，融私我于天地大化之中。

要音乐展现“希声而静”的意境，乐人即要心静、神静，从“有我”臻于“无我”。王国维曾言：“无我之境，人惟于静中得之。有我之境，于由动之静时得之。故一优美一宏壮也。”王国维把康德的“美”与“崇高”表达为“优美”和“宏壮”，进一步用“无我之境”诠释“优美”，用“有我之境”诠释“宏壮”。对“动”与“静”思想的运用，

^① [明]徐上瀛：《溪山琴况》，收入《续修四库全书·子部·艺术类》，上海：上海古籍出版社，2002年，第475页。

王国维无疑沿袭了传统心性说。“静”，为一种无主客体对待时所感受到的一种松阔寥然之感，所以是“无我之境”，它“由一对象之形式不关吾人之利害之念，遂使吾人忘利害之念，而以精神之全力沉寂于此对象之形式中。”^① 马一浮谓“人心无私欲障蔽时，心体炯然，此理（天理）自然显现，如是方识仁，乃诗教之所流出也。”徐复观于此补充了一句——“此亦乐教之所从出”。而不无恳切地说：“今日要领取儒家真正地艺术精神，必须在这种根源之地领取”^②。

除此而外，不徒中国音乐崇尚于“静”中体悟心体湛然、天理粲然，印度音乐又何尝不是以寂静为宗的呢！在印度的观念中，音乐是由神创造的，并通过圣人带到人间，是神赐予人的礼物，使人类的身心都得到净化，音乐家们投身于音乐带着某种修行的意味。按照印度传统教授音乐的方式，古鲁（导师）会在每天早上和晚上与他的学生们在音乐中静坐，老生和新生都要参加^③。一位伟大的印度音乐家、萨鲁德琴大师阿里·阿克巴尔·汗萨赫博（Ali Akbar Khansahib）向他的学生讲道：

因为音乐不只是消遣，更是一条通向神灵的途径。一旦你真正找到灵魂和精神正确的歌曲时，你会得到一种宁静平和的感觉。这种宁静是你无法从其他地方获取的。^④

在印度的音乐文化世界里，音乐活泼而充满节奏感，但它的最深处是寂静空阔的。体会到它来源于神的辽远和静谧，所有的音符和节奏又是那么自在而美妙。

① 王国维：《古雅之在美学上之位置》，佛雏编：《王国维学术文化随笔》，北京：中国青年出版社，1996年，第171页。

② 徐复观：《中国艺术精神》，上海：华东师范大学出版社，2001年，第44页。

③ [美] 乔治·E. 拉克特：《印度北方音乐》，雷震、张玉榛译，南京：江苏凤凰教育出版社，2016年，第48页。

④ 同上书，第116页。

六、淡雅与生动之争

所谓“无心”之乐，是否一定指某种风格呢？在对希静的推崇上，也存在着不同的理解和诠释手法。有的是全然不求悦耳的“苦淡”，有的主张“和雅”。有一段古人听琴的评论，透露了其中的分别：

越僧元志……为余鼓《越溪》、《履霜》二操，坐者相与，肃然敛容而听之，余评之曰，此非三代之中声也。夫中声者，使人趋之而□（疑为“无”，笔者按）劳，故其道可以久。元志之琴，方务为凄切苦淡，听者如坐于深山长谷之间，寂然不与世接，其能久而不厌哉？然余犹喜其趋尚高远，出于尘垢之外也。^①

此段是宋人孔武仲听越州僧人释元志弹琴之后的感触。他敏锐地察觉到元志的琴风不仅不追求听觉美妙，甚至是苦淡无味的，会令人感到但却又有高远出尘的气象。孔武仲坚持认为儒家传统的君子之乐并不偏于此极，而以“中声”为尚。空寂寡淡的音乐虽然能得到出尘之士的共鸣，然而也常常被论者认为是落于片面，故而提出“中道”的主张，以为音乐当既不华丽取媚，又不淡然无味，这样方能久听而不厌倦。不过，孔武仲对所谓的“中声”诠释得稍嫌浅，似乎只是达到一种紧绷之后的放松调剂功能罢了。

苦澹的音乐，体现了心志不落入尘俗声色欲望的享乐之中，能够在寂寞清冷中体味出尘的澹泊兴味，这种音乐在听惯了繁华绮丽的耳朵中是难以忍受的，自然会得到寡然无味的指摘。不过另一方面，苦澹的音乐由于专注于表达空寂，生命力显得比较缺乏，生命深层的喜悦和幸福也无法传达，呈现出虚高孤绝的冷峻气象，倘若一味以此为尚，

^① [宋]孔武仲：《说琴僧元志》，文渊阁四库全书电子书《清江三孔集》卷十七，迪志文化公司，2003年。

则有偏狭之失。理想的“中声”毋宁是不住于有、亦不住于空，生动、自然而有妙趣。宋代琴家成玉磻指出：

夫弹琴不可苦意思，苦意思则缠缚，唯自在无碍，则有妙趣。设若有苦意思，得者终不及自然冲融尔。……虽贵简静，要须气韵生动，如寒松吹风，积雪映月是也。^①

所谓妙趣或气韵生动，即是要有生命流动，绝非死物。音乐之所以追求简静，正是要摆脱物欲缠缚之累，在通达升华中得到自由；但如果就此拘泥于所谓高雅的模式，则不过是另一种缠缚。有生命的音乐，首先需要作乐人或奏乐人真诚袒露，不故意迎合，亦不故作深沉。

明代高僧憨山大师对《庄子》“天籁”^②的理解是无心之乐的最好诠释：“将要齐物论而以三籁发端者，要人悟自己言之所出乃天机所发。果能忘机无心之言，如风吹窍号，又何是非之有哉！”^③憨山大师将庄子的“天籁”释为天机所发，若人类的音乐能无心忘机，则和同于天籁之玄远，回归天地自然之中。弃绝机巧聪智，进而离开物我之别，在静中“此心惺惺明明，天理无一息间断”^④，澄澈心怀，天地宇宙之道不期而直观于中。清明淡雅的音乐之所以可贵，正在于它超越了尘世的欲求和思虑，在不费安排中冥契于人心最深处的灵犀。若人未达此境而欲效仿，反而多了一重刻意，在形式上难免执着于某一种音声特点，失去生动灵活的气韵，求简求静却落得死气沉沉。如果这种不费安排、毫不造作的音乐变成了一种刻意追求的“风格”，或者是自视甚高的“水平”，甚至是僵化的“模式”，那么这所谓的淡雅难道

① [宋]成玉磻：《琴论》，收入[明]蒋克谦纂辑：《琴书大全》，文化部文学艺术研究院音乐研究所、北京古琴研究会编，《琴曲集成》，北京：中华书局，1980年，第5册，第204—206页。

② 出于《庄子·齐物论》，论其原意，天籁指万物因其各自的自然状态而自鸣之声，地籁是各种孔窍发出的声音，人籁是人吹箫管等音乐之声。

③ [明]憨山德清：《庄子内篇注·齐物论》，武汉：崇文书局，2015年。

④ [明]王阳明：《传习录》卷上第126条，郑州：中州古籍出版社，2008年。

不是另一种乔装改扮的媚俗么？！

真正达致无我之境，音乐的表现可以非常自由灵活，它会超越某一种固定的音乐审美，不一定要固定在淡雅上面，可以是欢快活泼，可以是磅礴震撼。但它的深层是镇定深邃的。

结 语

音乐既反映了人心，又引领着人心。音乐是人创作的，它缘自心灵的律动和状态，又借由口手以及金石丝竹演绎出来，又被听者所选择，与听者的心灵发生交互。听赏音乐不单单是审美，更是心性的一种操练。

若考察普通人的心性状态，会发现一般而言是颇为混沌的，贫乏而糙砾，虽然时不时会有一小段美妙的音符，但不多久就被杂乱湮没了。音乐犹如一条路径，人循着这条道反复徜徉，反复操练，心逐渐与音相合一，嘈杂逐渐消歇，音符在该有的地方出现，既不延迟也不急躁，既不拖沓也不慌张。旋律渐渐有序、明晰起来，心灵中的杂音也随之消磨下去，随着音乐的浸润及演练，心性变得凝聚、连贯、优美、流畅。在此基础上，可以有和声，有协奏，使整个肢体更加清晰而丰沛。从“杂心”到“一心”，正如一片混沌中净化了杂质，才能精准把握住音响，让所投注的音乐展现得淋漓尽致。

音乐所教人的“一心”，纠正了那种沉闷死寂的修心误区，心的稳定专注不应当死板或狭隘，而美好的音乐向人显现出的是一派生机的专注，与流畅和谐的稳定。所以在艺的研习中，会不知不觉培养其心的健康能量，以及手脑配合、通身连贯的生命素质。这也许就是孔子以六艺传弟子而旨在修身的道理了。无怪乎曾点“浴乎沂，风乎舞雩，咏而归”的意象获得了孔子的赞叹，那正是一派盎然生机的澄净。

需要说明的是，“一心”并非意味着旋律简单。一心一意能凝聚起涣散心识的力量，它犹如光束照进房间，把一切陈设和正在发生的都看得清楚分明，视线不会模糊，因此它反而能驾驭极其繁密复杂的

音乐。如巨幅长卷般的交响乐，是对意识状态的整体直观和呈现，如若没有集中一心的观照能力，难以创作这样的大作品，欣赏者如不具备相应的能力，也难以进入这样富丽堂皇的音乐大殿。另一方面，具备对多层次声响整体观照的能力，也并不一定要求音乐类型必须是和声丰富的交响乐，若能于音乐中同时品咂到寂静空旷的深味，则反而能满足于简单凝练的旋律，因为简单的乐音背后有着那么深远的层次。中国传统音乐审美更看重这样的面向。

同时不得不指出，音乐所达致的“一心”，也还有相当多的歧路，并很大程度上取决于作曲者的修养。例如，随着简单旋律而灌输教条歌词的音乐，虽也能取得类似于单纯无杂的效果，但对心性发展实际是一种剥夺及弱化，它所造成的单调的心智是在暗钝基础上的。另一方面，色彩浓烈的音乐所驱致的“一心”，带有强烈的放弃差别的统一性。恢宏激烈的交响乐好像一片洪流向人涌来，当下把那些心理围墙、小嫌小隙冲决掉，在震颤中人们的自我意识立刻服从于一种更大更强的意志。这是尼采早年崇拜瓦格纳的原因，也是尼采后期批判瓦格纳的原因。这类服从型的统一，由听觉传递给了心灵，很容易被导向一种集体性的偏执行动。不得不说，这些大概是“一心”犹有主体的缘故，对于主体性过强的弊端也难辞其咎。

因而，“一心”当继续臻于“无心”，心灵更加自由，在音乐形态上表现出返朴的特点，更少的安排布置，而悉听心灵中流淌出来的乐音，实际上能做到这样的心灵是何等丰富敏锐！如同一个炉火纯青的画师不再拘泥于形状，瞬间抓住事物的核心元素，而能用寥寥几笔勾勒出神韵来，一个音乐大师也擅于运用音声来传递意境。由繁返约的音乐不是刻意安排而得，实乃出于淳朴的性情，放下一切造作，生命归于松快的本真面目。“无心”的音声恰如谦卑的人格，它不再苦思冥想地构筑自己的音乐王国，而只是像一个若隐若现的指路人，让听者渐渐意识到可见可听的世界永远是那么有限，那个未知而无声的世界才是无穷。