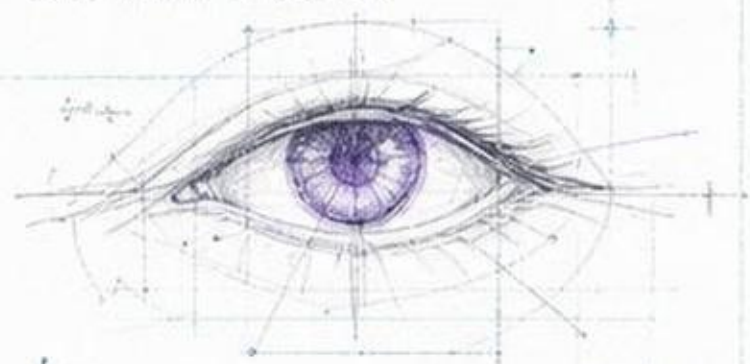
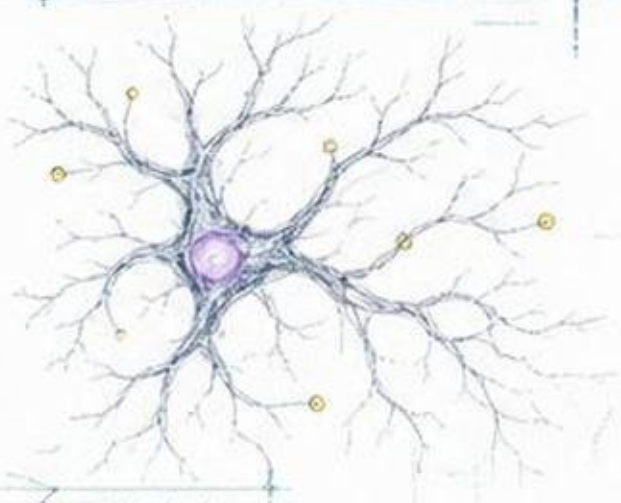


意识的本质，是八识协同编织的虚妄相见相非相，即见如来



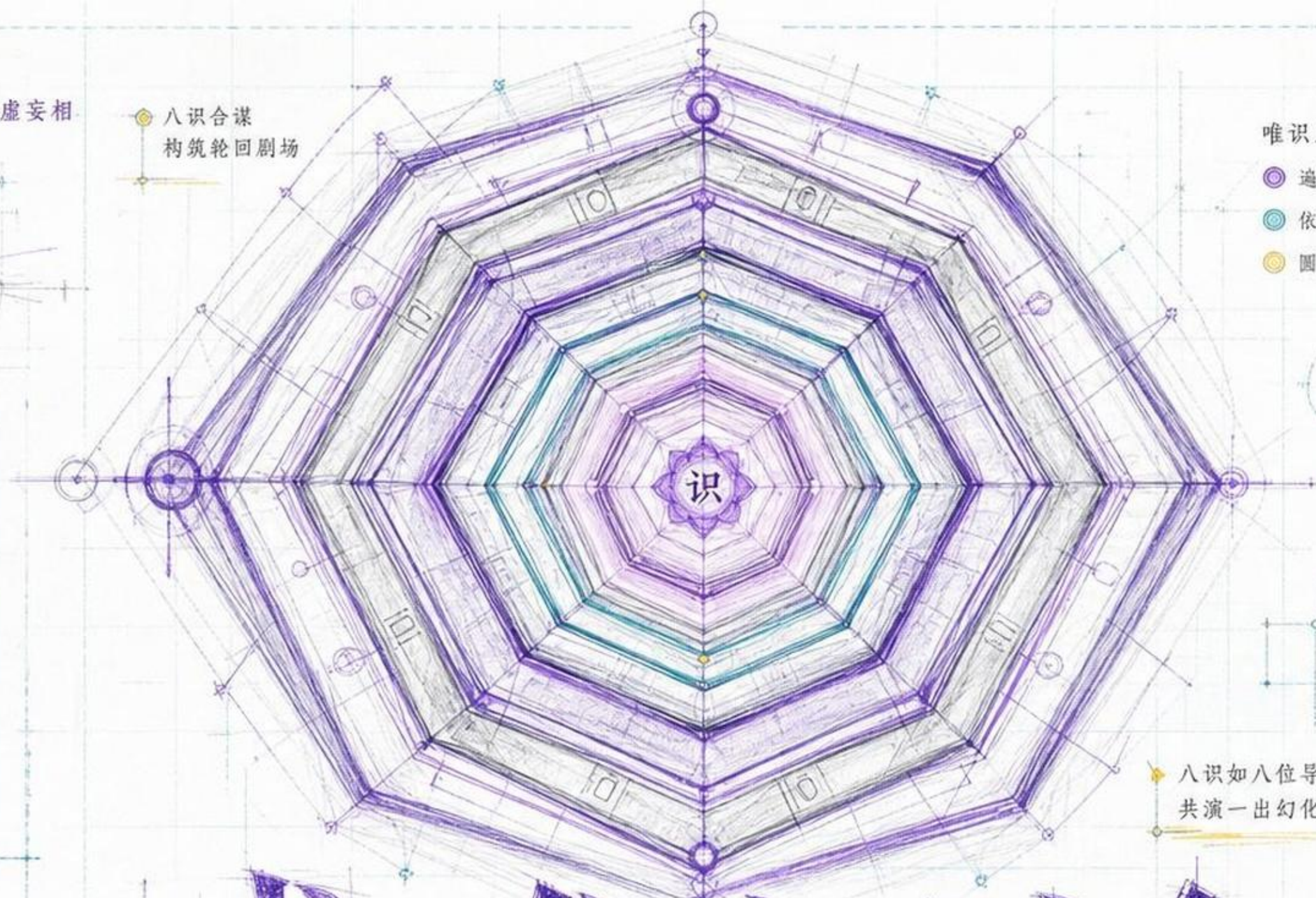
#### 八识层级结构图

- ① 眼识 —— 色尘分别
- ② 耳识 —— 声尘分别
- ③ 鼻识 —— 香尘分别
- ④ 舌识 —— 味尘分别
- ⑤ 身识 —— 触尘分别
- ⑥ 意识 —— 法尘分别
- ⑦ 末那识 —— 我执根本
- ⑧ 阿赖耶识 —— 藏识种子



万法唯识  
识变则一切皆变

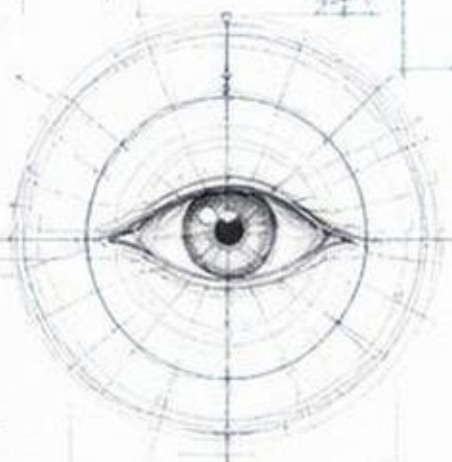
八识合谋  
构筑轮回剧场



唯识三性

- ◎ 遍计所执性 —— 妄执分别
- ◎ 依他起性 —— 缘起生灭
- ◎ 圆成实性 —— 离妄即真

相由心生  
境随识转



八识如八位导演  
共演一出幻化大戏

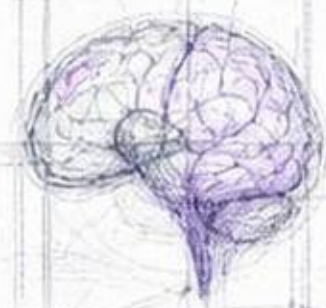


# 成唯识论

八识合谋的终极虚构

从心识解构世界 于幻相中见真如

识为能缘  
境为所缘  
能所相依  
如影随形



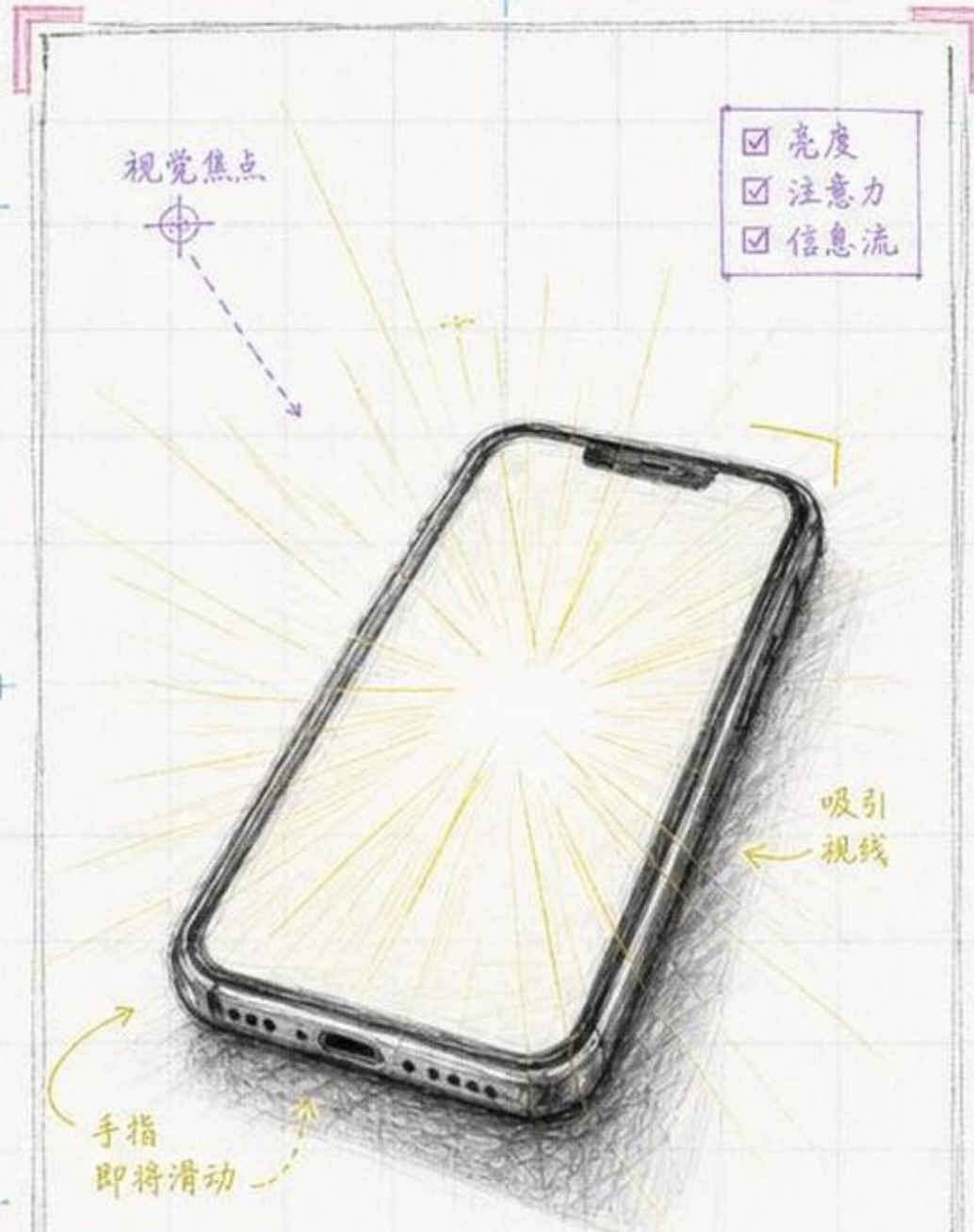
+ — 不到一秒钟 — +



- ☑ 形状
- ☑ 质感
- ☑ 温度

一只杯子

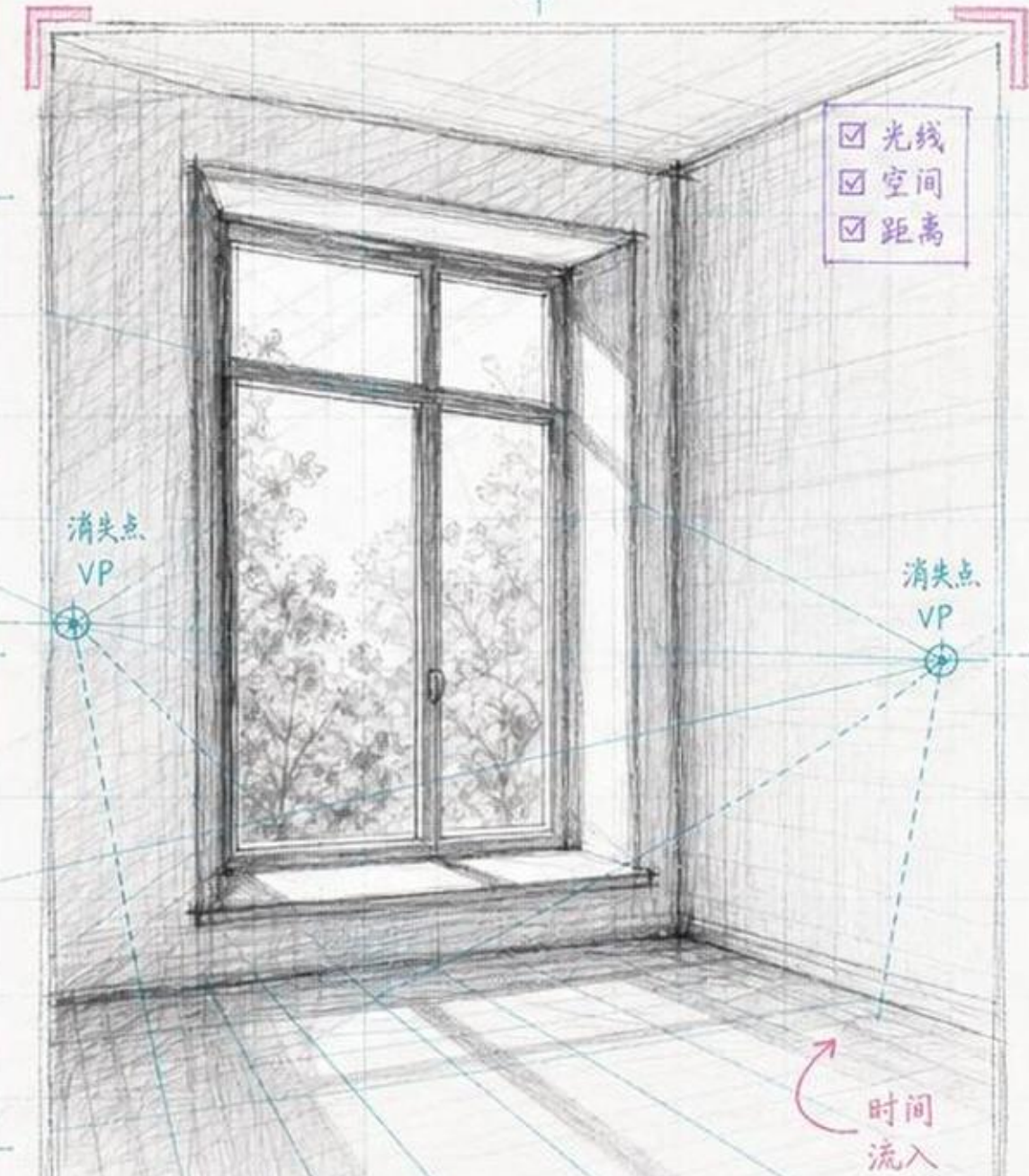
#01  
静物研究  
|||||



- ☑ 亮度
- ☑ 注意力
- ☑ 信息流

一部手机

#02  
瞬时捕捉  
|||||



- ☑ 光线
- ☑ 空间
- ☑ 距离

一扇窗

#03  
空间研究  
|||||

||||| 你以为这是一个完整的动作 |||||

# 你以为的一眼，背后的八套程序



输入：一眼所见

色、形、光、影  
动、静、远、近

角膜  
瞳孔  
晶状体

视网膜  
感光细胞

处理流程（内部视图）

- ① 接收信号
- ② 编码转换
- ③ 分类判断
- ④ 记忆比对
- ⑤ 情绪染色
- ⑥ 意图生成
- ⑦ 存储备案
- ⑧ 输出反应



成唯识论云：

“一切法唯识所现，  
八识互为因果，  
显现流转不息。”



## 八识同时开机

### 1 眼识

接收色尘，分辨形相  
视觉信息处理系统



### 2 耳识

接收声尘，分辨音声  
听觉信息处理系统



### 3 鼻识

接收香尘，分辨气息  
嗅觉信息处理系统



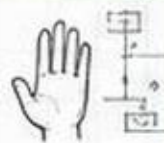
### 4 舌识

接收味尘，分辨滋味  
味觉信息处理系统



### 5 身识

接收触尘，分辨冷热  
触觉信息处理系统



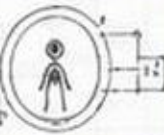
### 6 意识

接收法尘，分别善恶  
思维判断处理系统



### 7 末那识

我执恒审，执藏我法  
自我认同监控系统

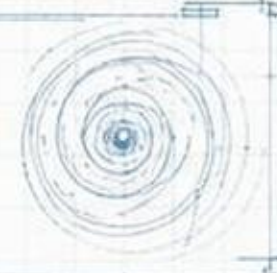


### 8 阿赖耶识

藏诸种子，含识无尽  
根本存储数据库

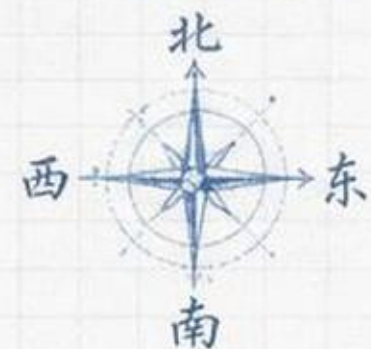


主 因果循环示意



# 《成唯识论》的诞生

以识为本  
万法唯识  
识成解脱  
智证菩提



那烂陀寺

## 十位大论师注释

### 世亲三十颂

《三十颂》为根本  
一切注释皆由此生

① 无著注

建立  
唯识纲要

② 世亲释

广明  
识体相用

③ 安慧注

辨明  
三性与转依

④ 觉贤释

显发  
细相差别

⑤ 法救注

开示  
随缘起用

⑥ 护法释

护持  
唯识正义

⑦ 难陀注

详明  
五位百法

⑧ 善慧释

阐说  
染净相治

⑨ 世友注

融通  
诸师要义

⑩ 功德铠释

会通  
义理精要

## 玄奘糅成 《成唯识论》

集十师注释之大成  
成就唯识学体系之典范

诸法唯识，识尽无余，识无自性，随缘起灭。

——《成唯识论》卷末

✓ 以识观照  
✓ 明心见性  
✓ 趋入涅槃

# 理论框架 VS 实际感受



# 八识心法

⊕ 如筏如指，渡河指月

彼岸在此岸之远  
非筏之所止

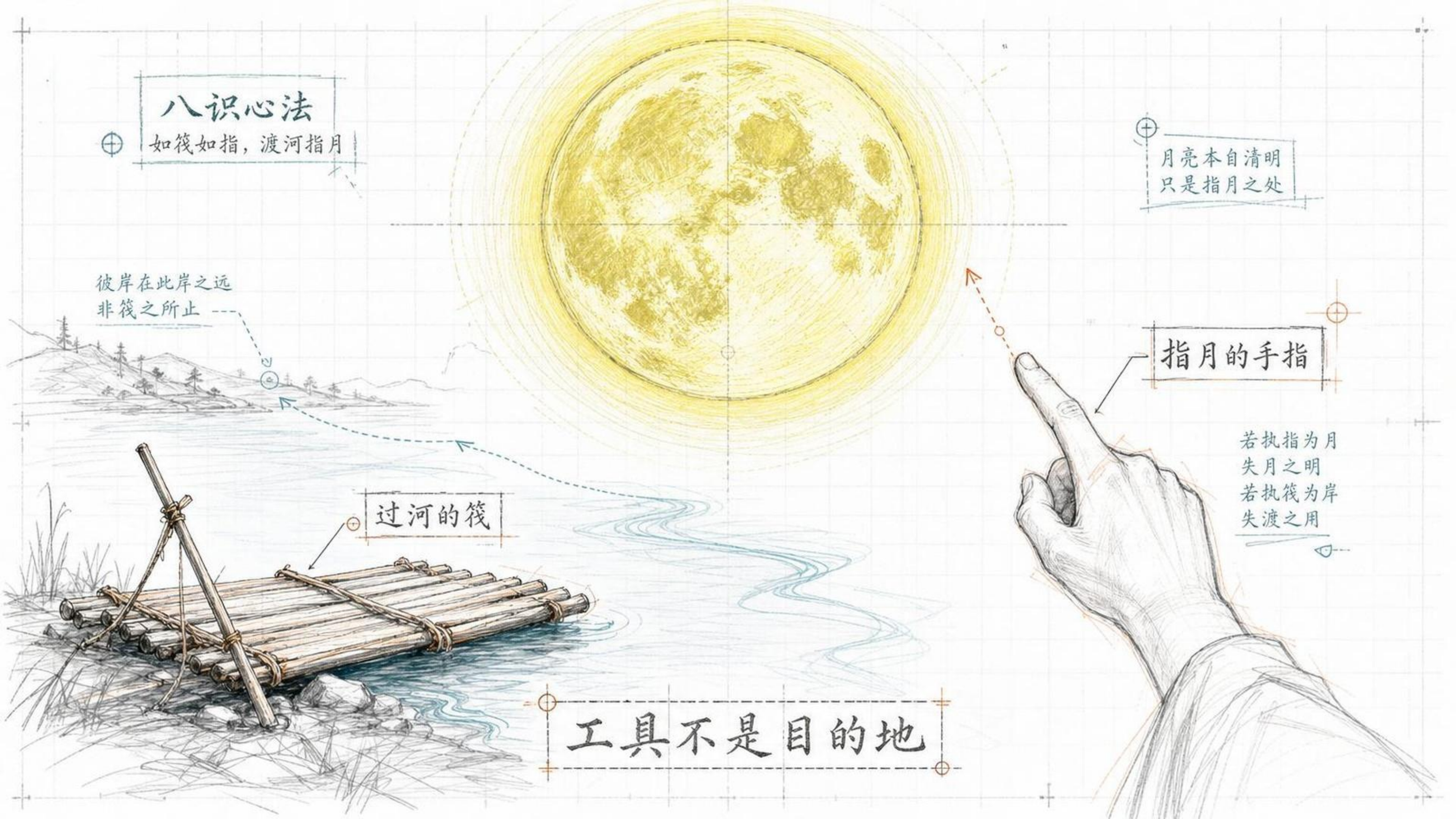
⊕ 过河的筏

工具不是目的地

⊕ 月亮本自清明  
只是指月之处

指月的手指

若执指为月  
失月之明  
若执筏为岸  
失渡之用



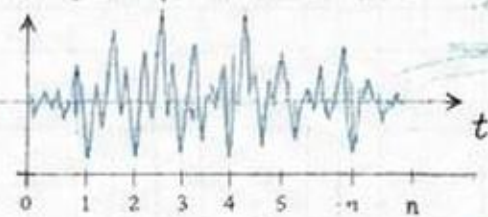
# 刹那拼凑的幻象



## 五蘊暫聚

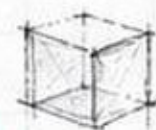
- 色 (物質)
- 受 (感受)
- 想 (認知)
- 行 (意志)
- 識 (分別)

心念生滅曲線 (極微秒級)



每一念皆生滅不住

微粒單位：念頭



我從何來？  
又往何去？



法尚應舍，何況八个名词。



「下一刹那，  
已非同一个“我”」

不住·不斷·不實·不可得

刹那速滅

念念相續，如波如幻

靠取即苦

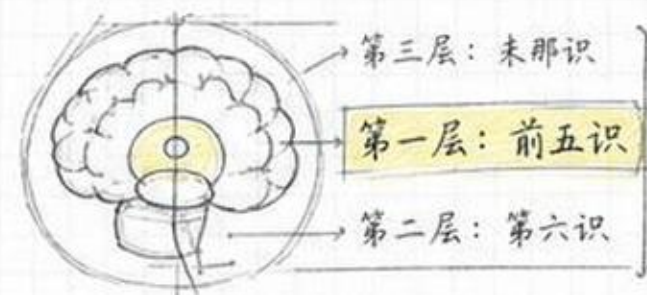


笔记:

前五识是感知系统的第一层,只接收信号,不做判断与处理。

# 第一层:前五识

★ 只负责接收最原始的信号



眼 — 镜头

鼻 — 气味传感器

耳 — 声波接收器

舌 — 化学分析仪

身 — 触觉反馈器

原始信号汇聚处

未加工 · 未过滤 · 未判断

检测空气分子  
(气味信号)

接收声波信号  
(振动波)

分析化学分子  
(味觉信号)

接收触觉信号  
(压力/温度等)

接收光信号  
(光子流)

信号类型图例

- 光信号
- 声波信号
- 气味分子信号
- 化学分子信号
- 触觉信号

要点:

- 五识各自接收信号
- 只负责接收,不处理
- 将原始信号汇聚于内在

未翻译的原始信号

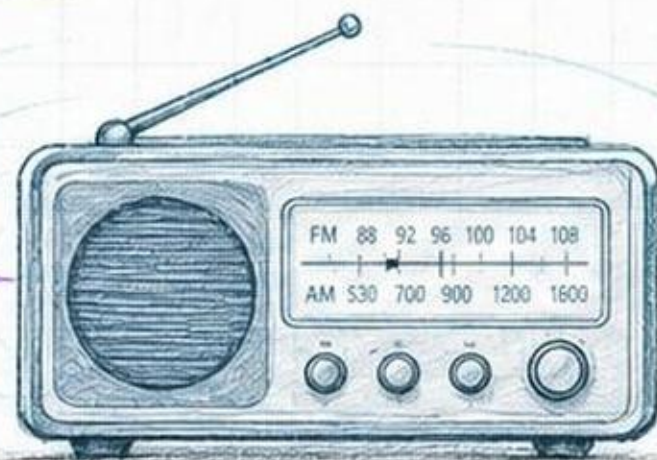
眼识：光变成数据

没有“杯子”，只有原始信号

# 耳识接收的是一样的



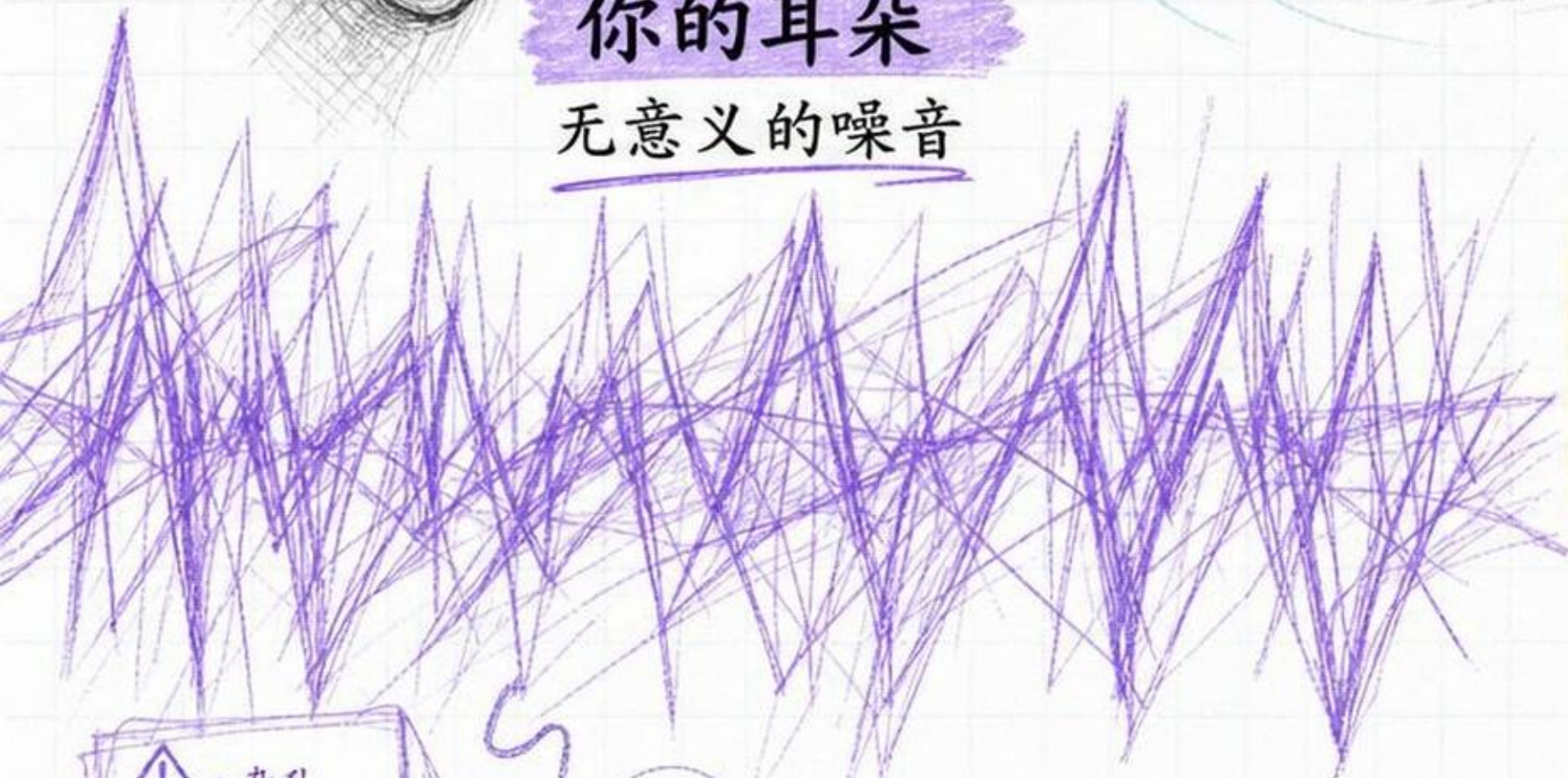
你的耳朵  
无意义的噪音



阿拉伯人的耳朵  
清晰的话语

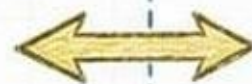


同一段声波

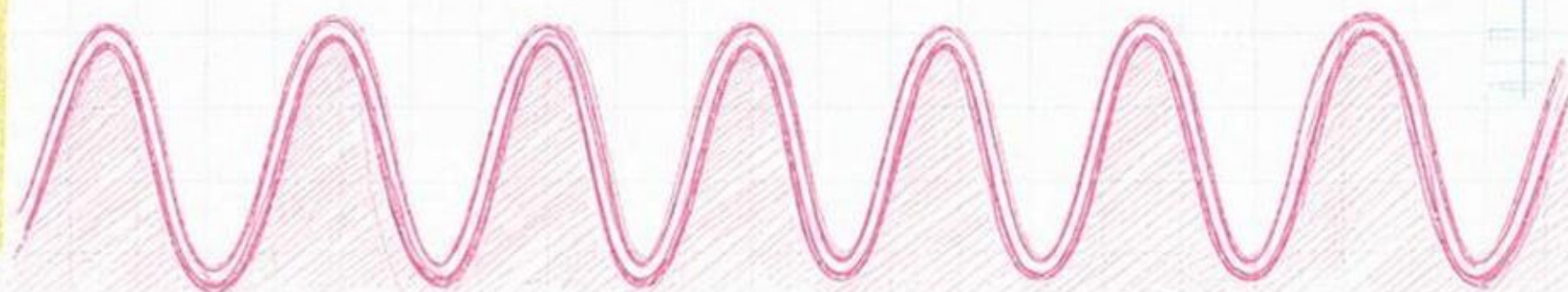


- ⚠ 杂乱
- 无规律
- 难以理解

✗ 大脑无法识别  
因此听到的是噪音



✓ 大脑能够识别  
因此听到的是语言



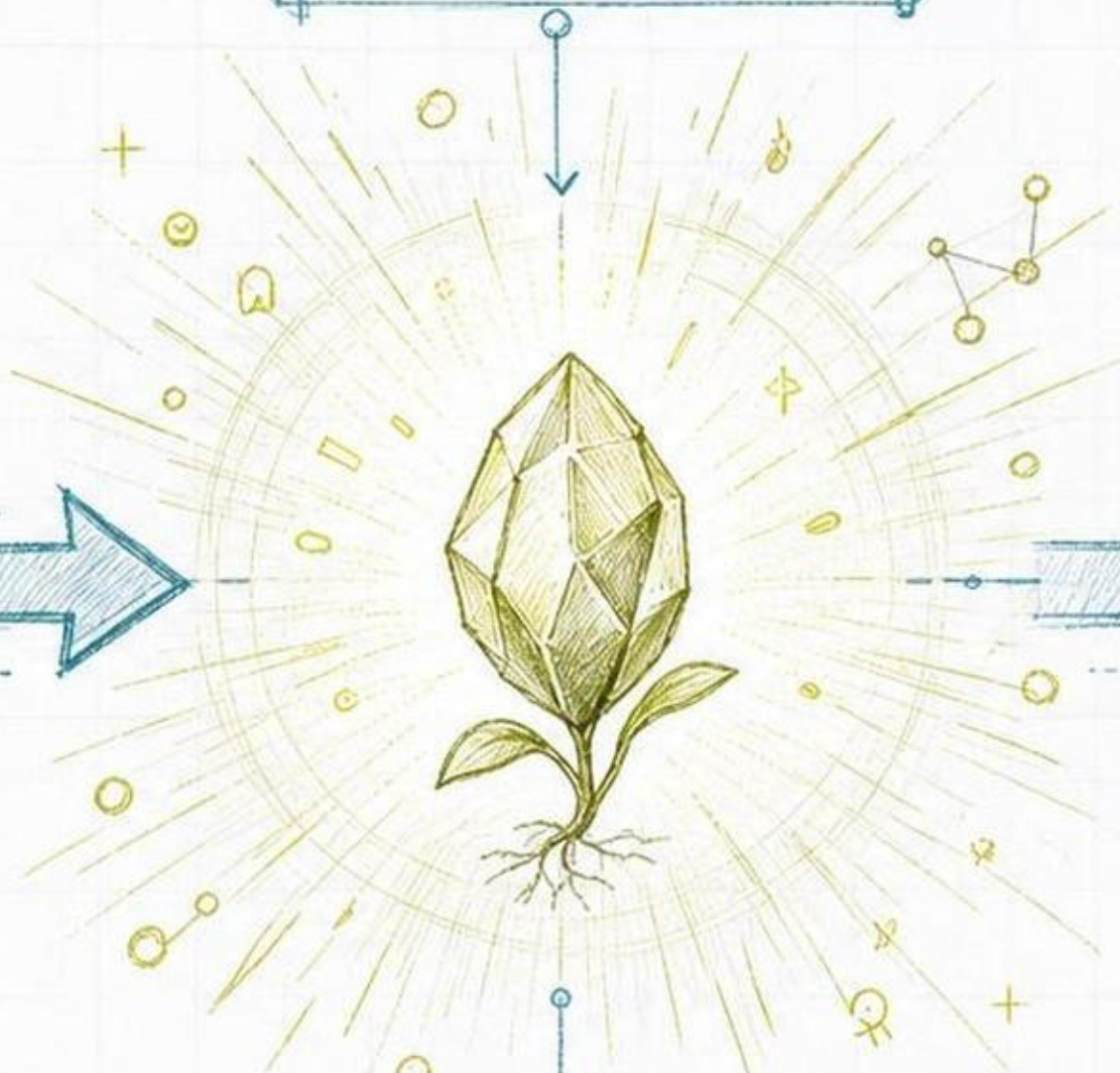
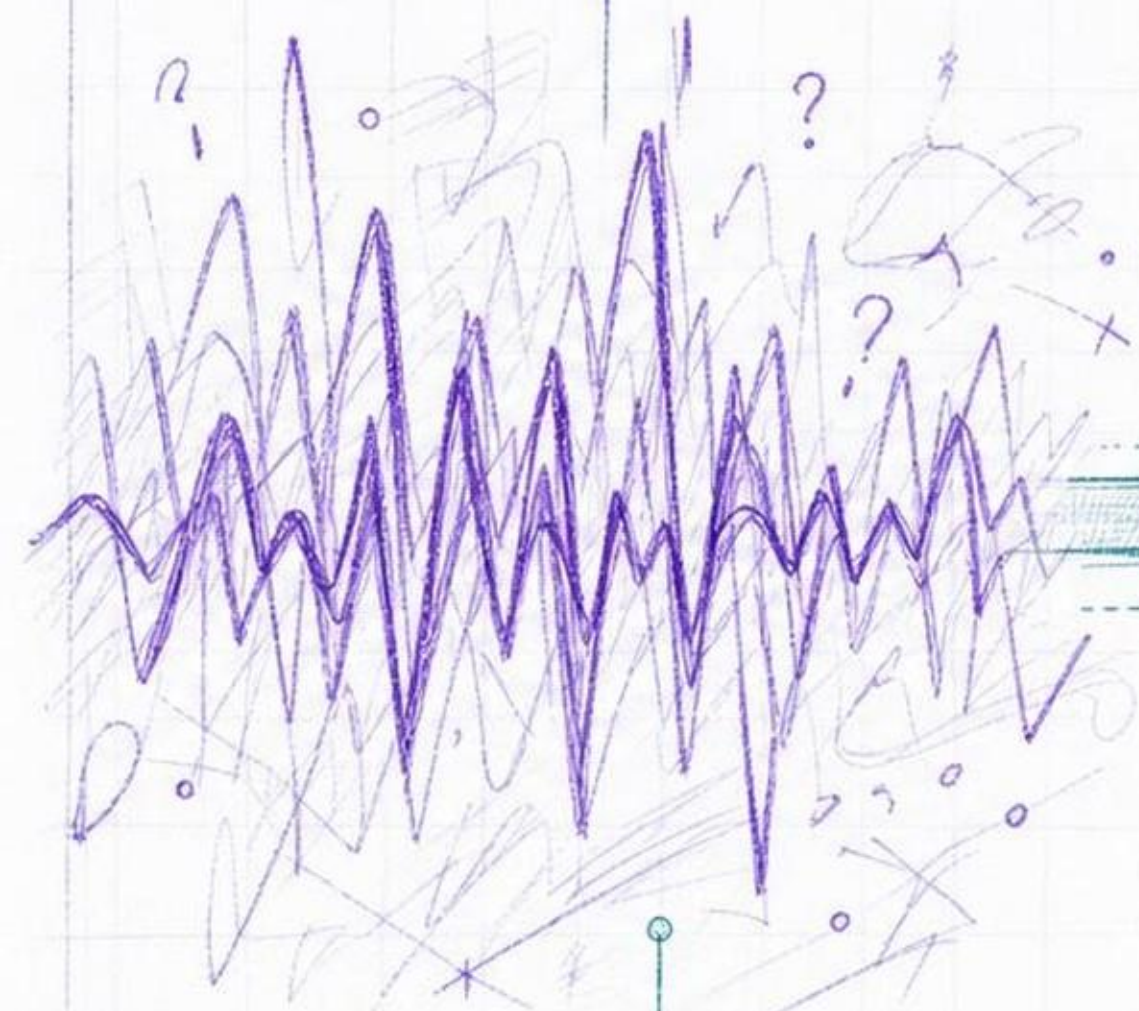
السلام عليكم

- 有序
- 有规律
- 易于理解

原始声波

语言种子

翻译出意义



- 噪声干扰
- 无规律
- 难以理解

匹配  
解码  
映射

内部系统中  
自带的语言模式  
与经验知识

- 结构清晰
- 具有意义
- 可交流 / 可行动

同一信号，不同系统，完全不同的结果

## 五识原始信号输入



眼识

视觉信号



耳识

听觉信号



鼻识

嗅觉信号



舌识

味觉信号



身识

触觉信号

碎片化·未定义·待识别

## 第六识·意识

调取深层记忆库



## 渲染输出·物品标签



这是杯子

类别：杯子  
用途：盛水  
材质：陶瓷  
...



这是树木

类别：植物  
种类：松树  
特征：常绿  
...



这是对话

类别：语言  
情感：友好  
语境：交流  
...



这是人脸

类别：人脸  
性别：男性  
情绪：微笑  
...

已识别·已标注·可理解

五识收集信息  
如摄像头、麦克风等感应器

# 动身发语独为最

第六识整合加工  
如操作系统中央处理器



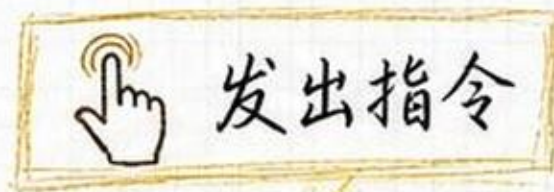
感知



贴标签

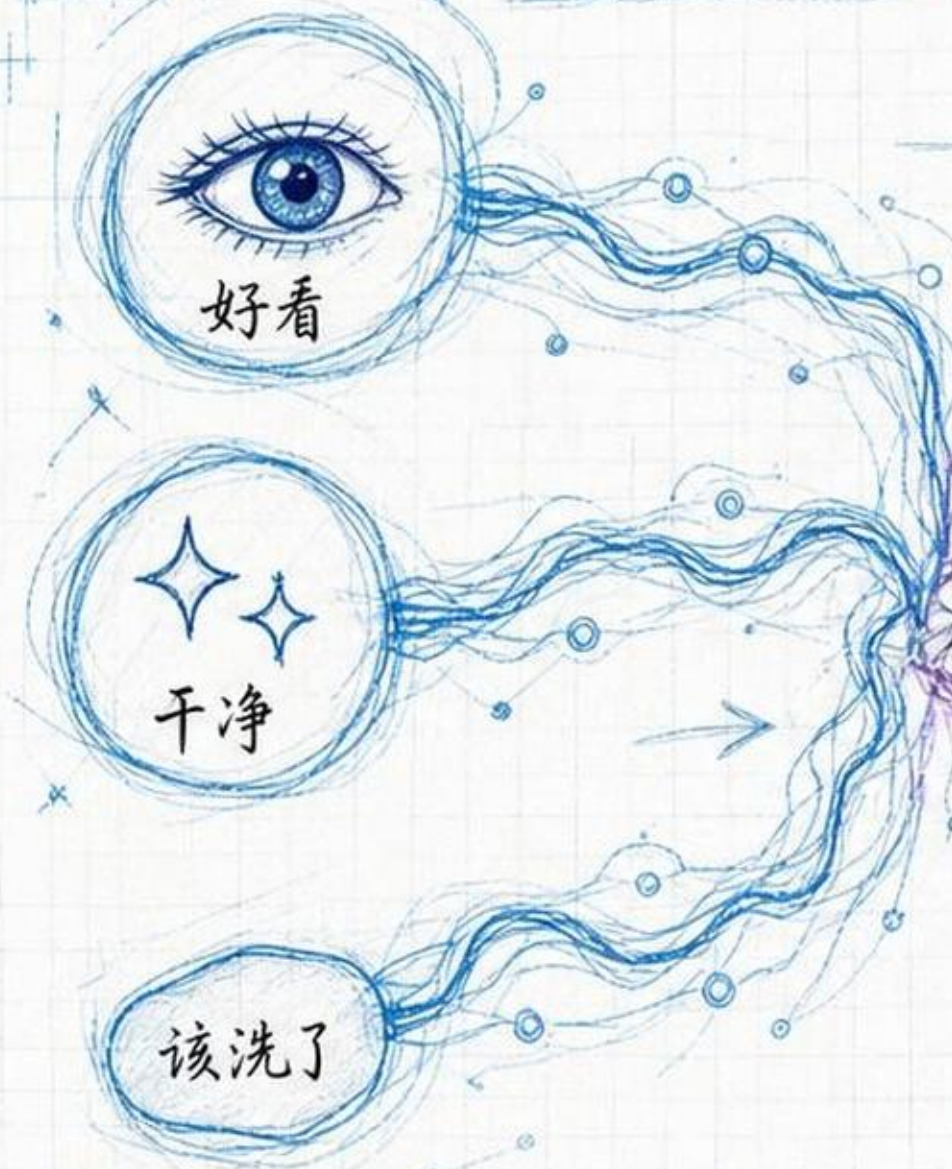


判断

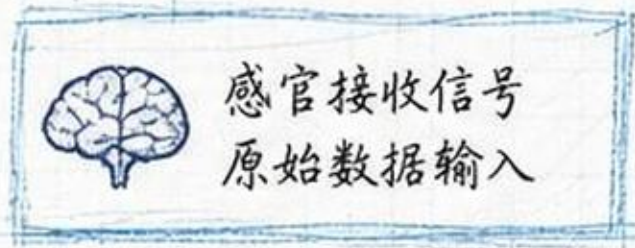


发出指令

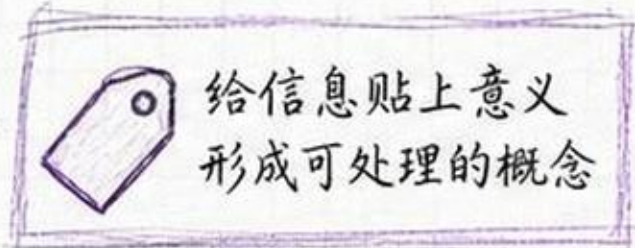
动身发语独为最



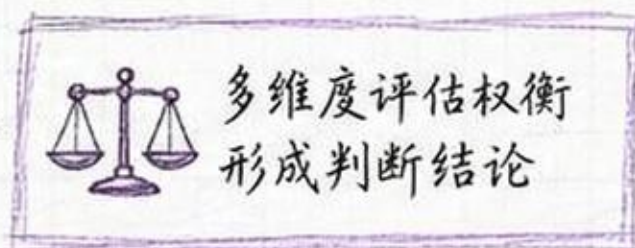
输入来自五根  
信息如电流般涌入



感官接收信号  
原始数据输入



给信息贴上意义  
形成可处理的概念



多维度评估权衡  
形成判断结论



生成指令并执行  
转化为实际行动



行动启动  
能量释放

- ☒ 身体动
- ☒ 语言发
- ☒ 心念起

# 还差两件最要命的东西

现有部分：  
传感器阵列 + 超强处理器

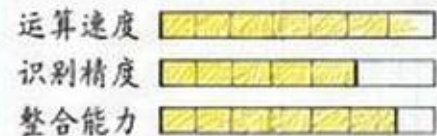
传感器阵列  
六种感官输入  
(眼、耳、鼻、舌、身、意)

超强处理器

超强处理器

- ✓ 极速运算
- ✓ 模式识别
- ✓ 决策输出
- ✓ 数据整合

性能指标



缺失①：  
“我”的持续感



- 缺少稳定的自我中心
- 无法形成连续体验
- 体验随缘生灭

缺失②：  
底层所有记忆



- 缺少深层存储基础
- 无法积累经验与知识
- 每刻皆从零开始

只有六种感官 + 强大运算能力  
仍不足以支撑完整的意识运作

输入

处理器

输出

意识的完整  
需要更多要素

# 深层系统



无明所覆  
隐而不显



执我为主  
微细坚固



谁在执着？  
我从何来？

恒审思量

恒审思量

恒审思量

## 末那识

—— 第七识 ——

恒审思量



不断分别  
循环执持



恒审思量  
不休不止



深层系统·底层架构

未知模块：第七识

状态：隐匿 / 恒常 / 坚固



No.007

# 恒审思量

末那识的四大特性

## 恒 — 日夜不休

如聚光灯，恒常照射  
从未停歇。

如聚光灯般  
恒常照射  
向下分别

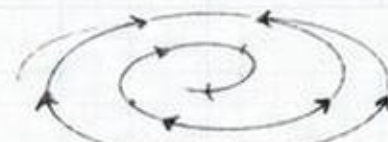
末那识



时时追问：  
这是谁？

## 审 — 反复确认

反复审查，层层比对  
追问不止。



确认 → 否定 →  
再确认……

## 量 — 将底层仓库 误算为“我”

错误测量，将第八识的  
全部内容，误认、执著  
为“我”。

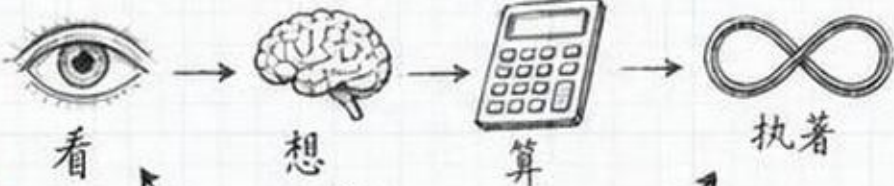


# 我

## 思 — 永远计算

不断思惟，计算利害  
得失，永不间断。

第八识仓库



表面信息  
深层记忆  
种子习气  
业力潜藏

# 末那识：永不退出的后台进程

念头碎片



这是我，这是我的，这是我……

后台缝合

- 默默运作
- 永不间断
- 将碎片缝成“我”

第六识 vs 末那识



看见、分辨、分析 | 缝合、执取、我执

核心功能：

- ☒ 执我为中心
- ☒ 执我所拥有
- ☒ 执我之延续



### 分镜一：随口一句

你这人  
也太玻璃心了吧~  
开个玩笑而已!

随口一句



表面：没事~  
听到了，放过去~

小剧场旁白：

一句看似无意的话，穿透表象，直击末那识，  
引发瞬间的自我防御与情绪爆发。

### 分镜二：内心暴击

刺

末那识  
("我"的核心)



一句无心话，  
精准戳中"我"的认同感!

末那识

= 执着于"我"的认知核心



### 分镜三：防御全开

警报!!!

不被  
认同!

攻击!

愤怒!

防御!

我

砍在「我」上

末那识突然现形



自我防御系统  
瞬间启动!

# 表层：愤怒

# 深处：末那识



看见愤怒，  
探向深处

解读放大器  
扭曲解读事件

比较引擎  
总有人比我好

防御机制  
合理化、指责、逃避  
保护“自我模型”

末那识

第七识  
(自我执持者)

自我

威胁探测器  
扫描外界信号

警报触发

- 被否定！
- 被忽视！
- 被比较！
- 失去控制！
- .....

记忆数据库  
储存旧伤痛

觉察时刻

那半秒的停顿，  
看见运作，  
不被卷入。

那半秒，看清：是模型被触碰，不是真实的我受伤

# 第八识·阿赖耶识

——一切经验的总库藏 万法种子的根本依止——



阿赖耶识  
(Ālayavijñāna)

别名：藏识  
含藏一切种子

状态：  
永远不断电的硬盘



- 无始以来，恒常运行
- 无昼无夜，永不关机
- 自性清静，寂照不动

内容：  
情绪、伤害、回忆的种子



情绪



伤害



回忆

- 一切善恶、乐苦、记忆
- 皆以种子形式含藏其中
- 因缘成熟，现行受报

深海矩阵·无限延伸



- 如深海般深邃无边
- 如虚空般广大无际
- 空间无尽，时间无尽
- 延伸至无限维度

如深海 如虚空  
无始无终，周遍含藏

含藏一切种子 成就一切现行

# 第八识

• 底层数据库

## 种子生现行

(脾气、习气向外释放)

### 阿赖耶识循环

现行→种子

## 现行熏种子

(每个念头存回底层)

种子→现行



拿起手机，刷短视频



第一天



第二天



第三天



第四天



第五天



第六天



第七天

深度  
(Level)

微弱的神经通路

又宽又深的习惯干道

重复行为不断强化，通路越来越宽，越来越深

- 行为：刷短视频 
- 反馈：即时快感 
- 结果：强化回路 



# 习惯的浇灌



每一次选择，  
都是在为未来的自己  
铺路。



# ① 眼识

见色之识  
分别形相



现行如滴  
汇入藏海

# ② 耳识

闻声之识  
取境为相



念念不忘  
积累成相

# ③ 鼻识

嗅香之识  
了别气息



无数过去  
沉淀为山

# ④ 舌识

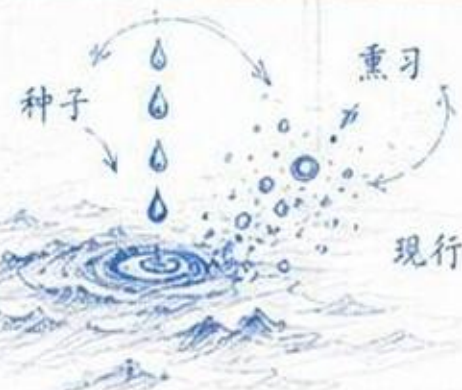
尝味之识  
分别甘苦



业力如火  
推动生命

## 阿赖耶识 (藏识)

一切现行的根本储藏处，  
如大海藏水，能藏能生。  
由无始以来的熏习种子，  
不断生起，现行成相。



无常流转  
因缘和合

# 命运可塑性

过去的现行，一点一滴熏出来的

熏习  
循环



循环无尽，唯有觉知，方能转化

# ⑤ 身识

触之觉知  
苦乐冷暖



熏习不断  
塑造形相

# ⑥ 意识

分别计度  
执取分别



感受与执著  
熏成我相

# ⑦ 末那识

我执为本  
执藏为我



习气如风  
吹动身心

# ⑧ 阿赖耶识

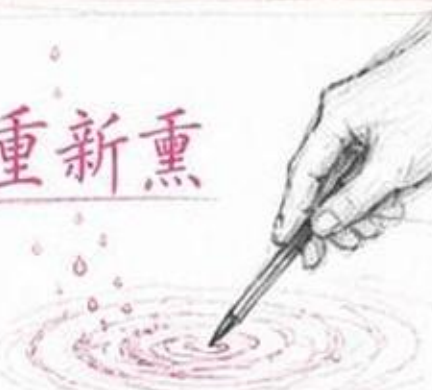
藏一切种子  
为一切根本



## 关键洞见

既然是熏出来的，就能重新熏

改变当下的思维，言语，行为  
就能种下新的种子，熏成新的习气  
命运，不是注定，而是可塑的

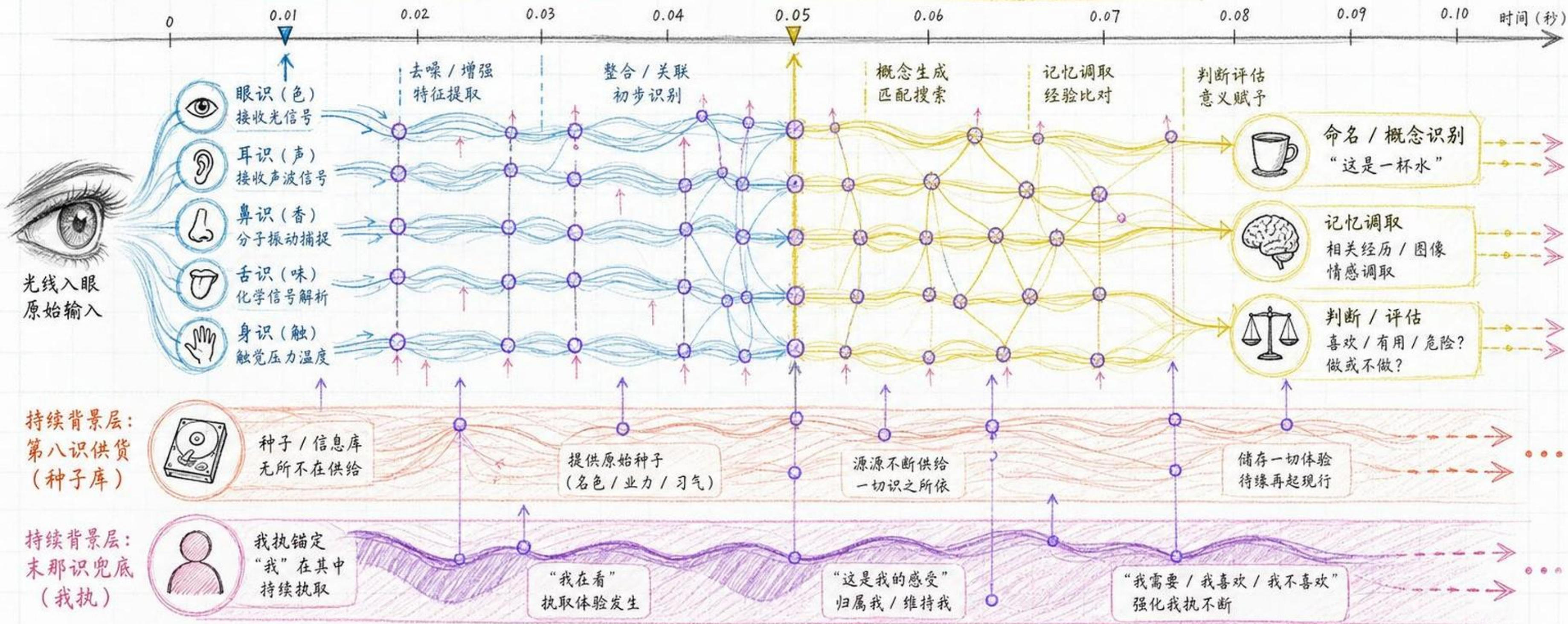


# 一瞥的慢动作：八识并行运算

八识不是排队，  
是层层叠叠同时转

T+0.01秒：前五识——原始数据处理

T+0.05秒：第六识——命名 / 记忆调取 / 判断

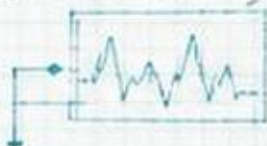


感官信号流 概念处理流(第六识) 种子供给流(第八识) 我执锚定流(末那识) 并行节点(同时发生) 信息流向(多向并行)

# 这台机器，谁在指挥？

精密运转中

系统稳定运行  
无人工干预



数据流向

信息持续流动  
决策自动执行



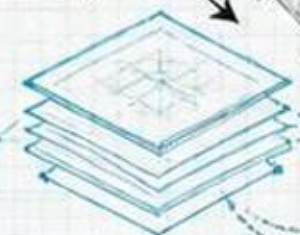
齿轮隐藏于此

复杂结构内部化  
外部无法窥见



多层嵌套系统

层层封装  
环环相扣



自循环机制

能源输入  
驱动不息



决策引擎

算法驱动  
自动判断



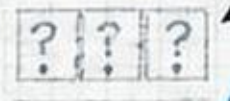
监控层级

全面感知  
实时反馈



未知变量

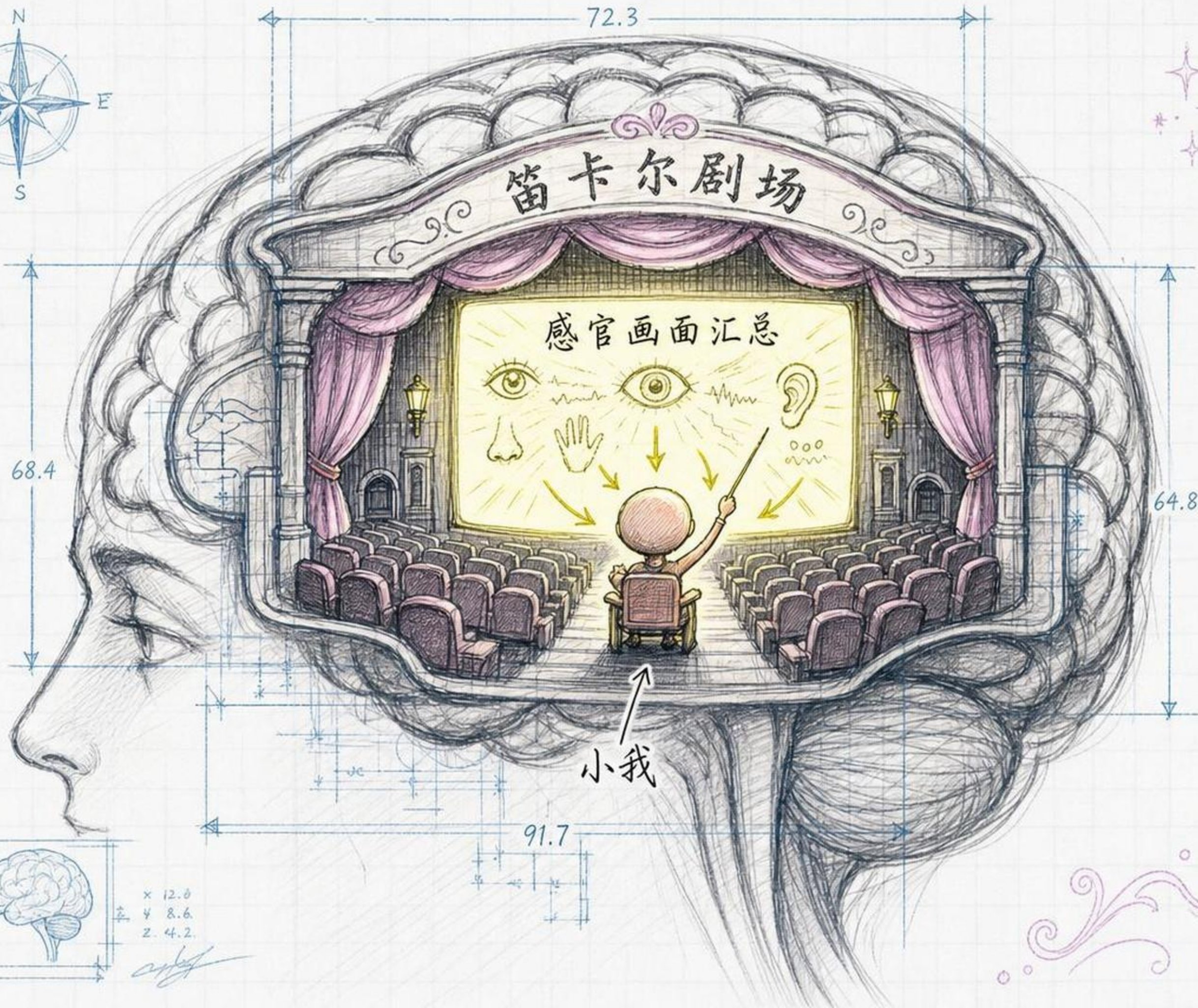
潜在风险  
不可预知



## 谁是老板？

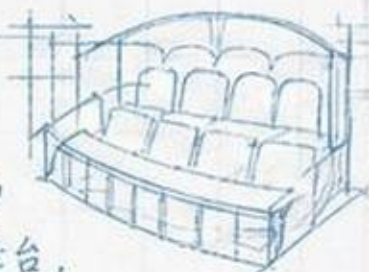


中央指挥座——空置



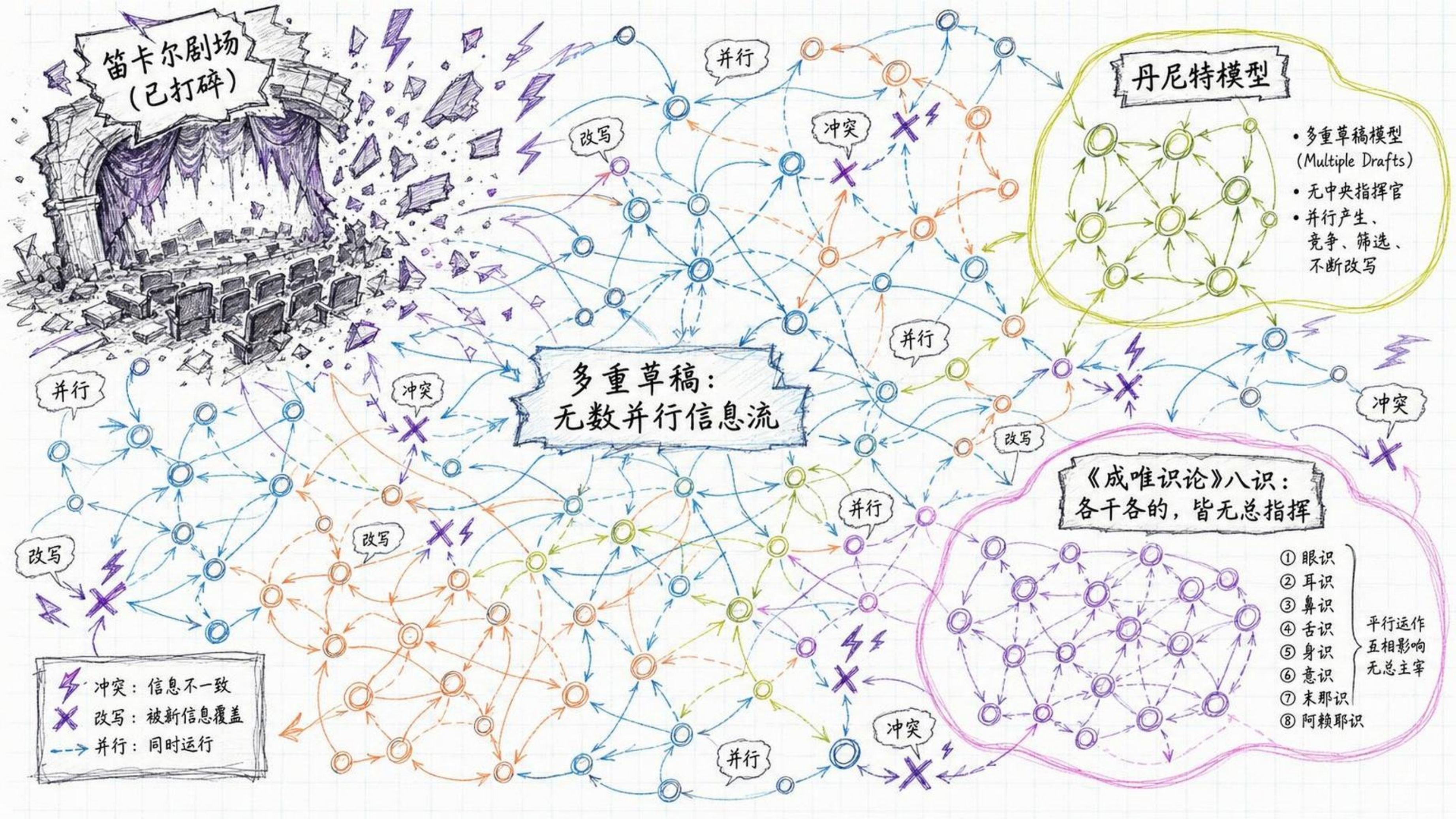
### 结构说明:

大脑内的微型剧场  
由感官输入构成舞台,  
小我作为指挥者,产生  
掌控的错觉。



中央指挥的错觉





笛卡尔剧场  
(已打碎)

丹尼特模型

多重草稿：  
无数并行信息流

《成唯识论》八识：  
各干各的，皆无总指挥

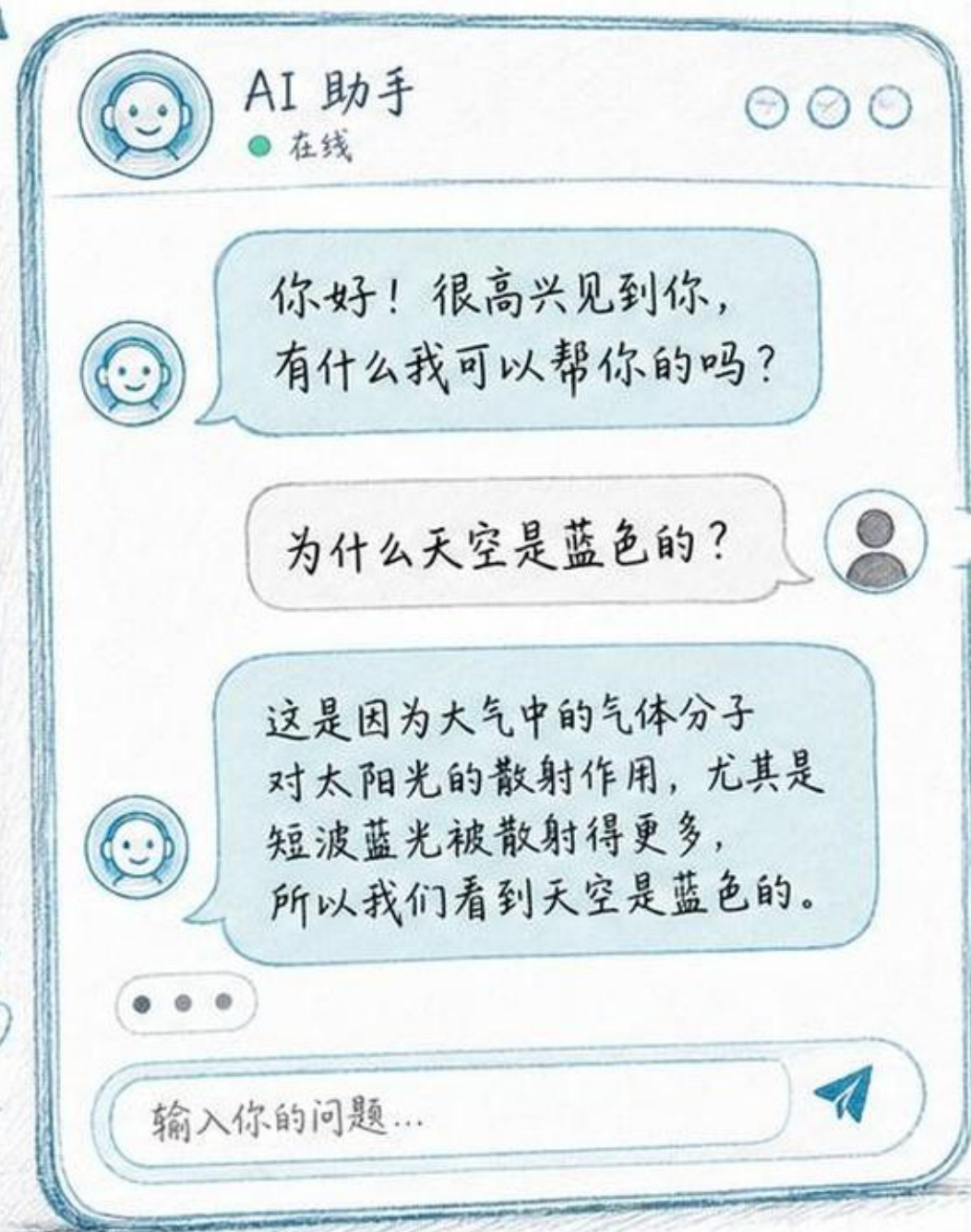
- 多重草稿模型 (Multiple Drafts)
- 无中央指挥官
- 并行产生、竞争、筛选、不断改写

- ① 眼识
- ② 耳识
- ③ 鼻识
- ④ 舌识
- ⑤ 身识
- ⑥ 意识
- ⑦ 末那识
- ⑧ 阿赖耶识

平行运作  
互相影响  
无总主宰

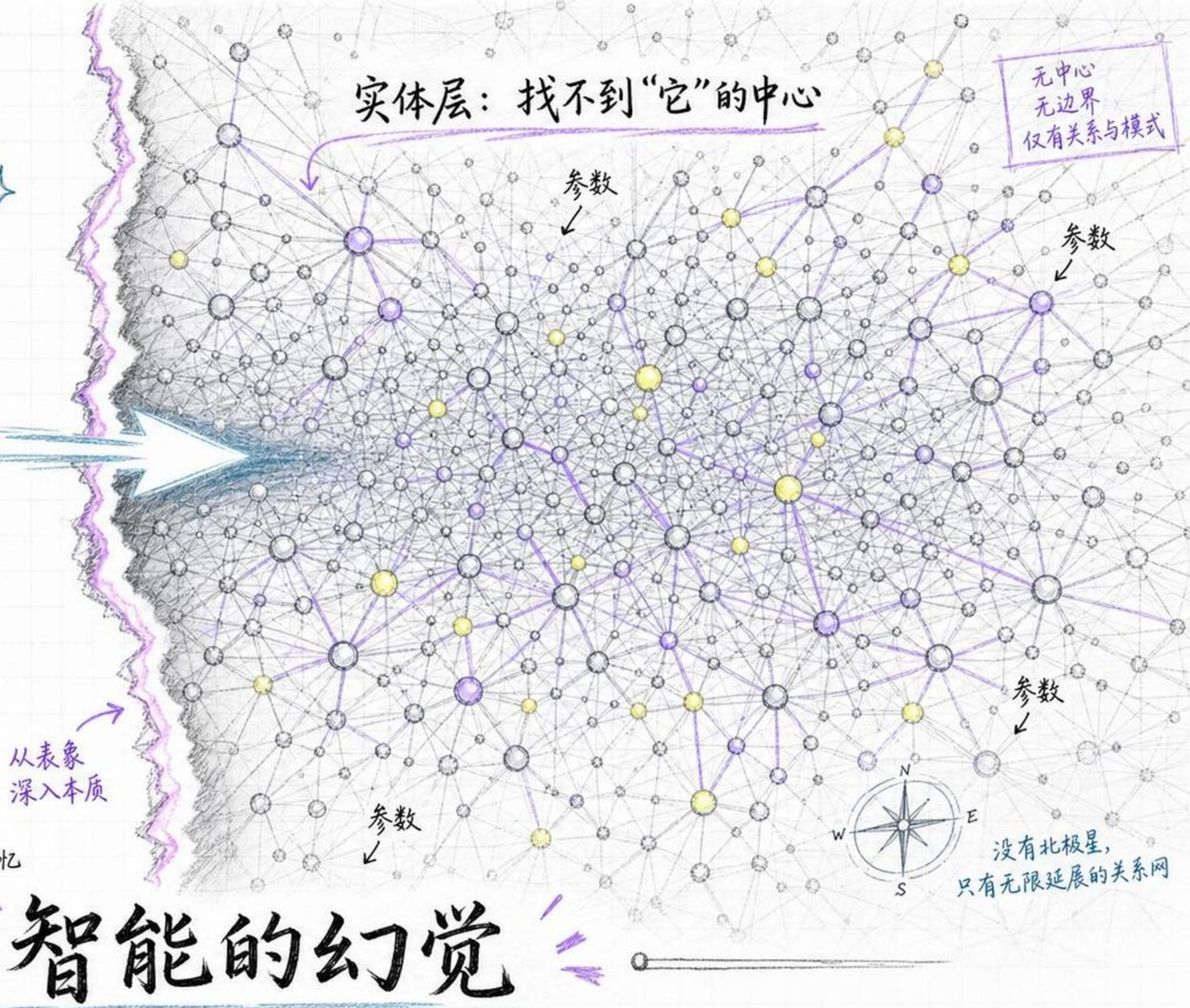
⚡ 冲突：信息不一致  
✕ 改写：被新信息覆盖  
--- 并行：同时运行

## 表现层：连贯的虚拟人格



✓ 流畅对话    ♥ 理解与你共情    ☆ 个性化与记忆

## 实体层：找不到“它”的中心



# 智能的幻觉

# 硅基：参数矩阵，无中心

权重矩阵  $W$   
(无中心)

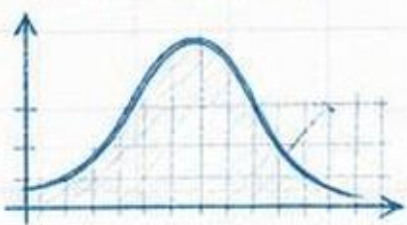
$$\begin{bmatrix} W_{11} & W_{12} & \dots & W_{1n} \\ W_{21} & W_{22} & \dots & W_{2n} \\ \vdots & \vdots & \dots & \vdots \\ W_{n1} & W_{n2} & \dots & W_{nn} \end{bmatrix}$$

节点 = 参数  
连接 = 权重



分布式表征  
全局涌现  
无固定中心

没有中心节点  
只有相互作用



概率分布 (非中心)

删除任一节点  
系统仍可运行

# 碳基：八识体系，无中心

八识体系

- ① 眼识  
了别色尘
- ② 耳识  
了别声尘
- ③ 鼻识  
了别香尘
- ④ 舌识  
了别味尘
- ⑤ 身识  
了别触尘
- ⑥ 意识  
了别法尘
- ⑦ 末那识  
执我为实
- ⑧ 阿赖耶识  
藏一切种子

识识相互依存，  
无主宰、无中心、无自性

观照  
一切皆无自性  
亦无中心

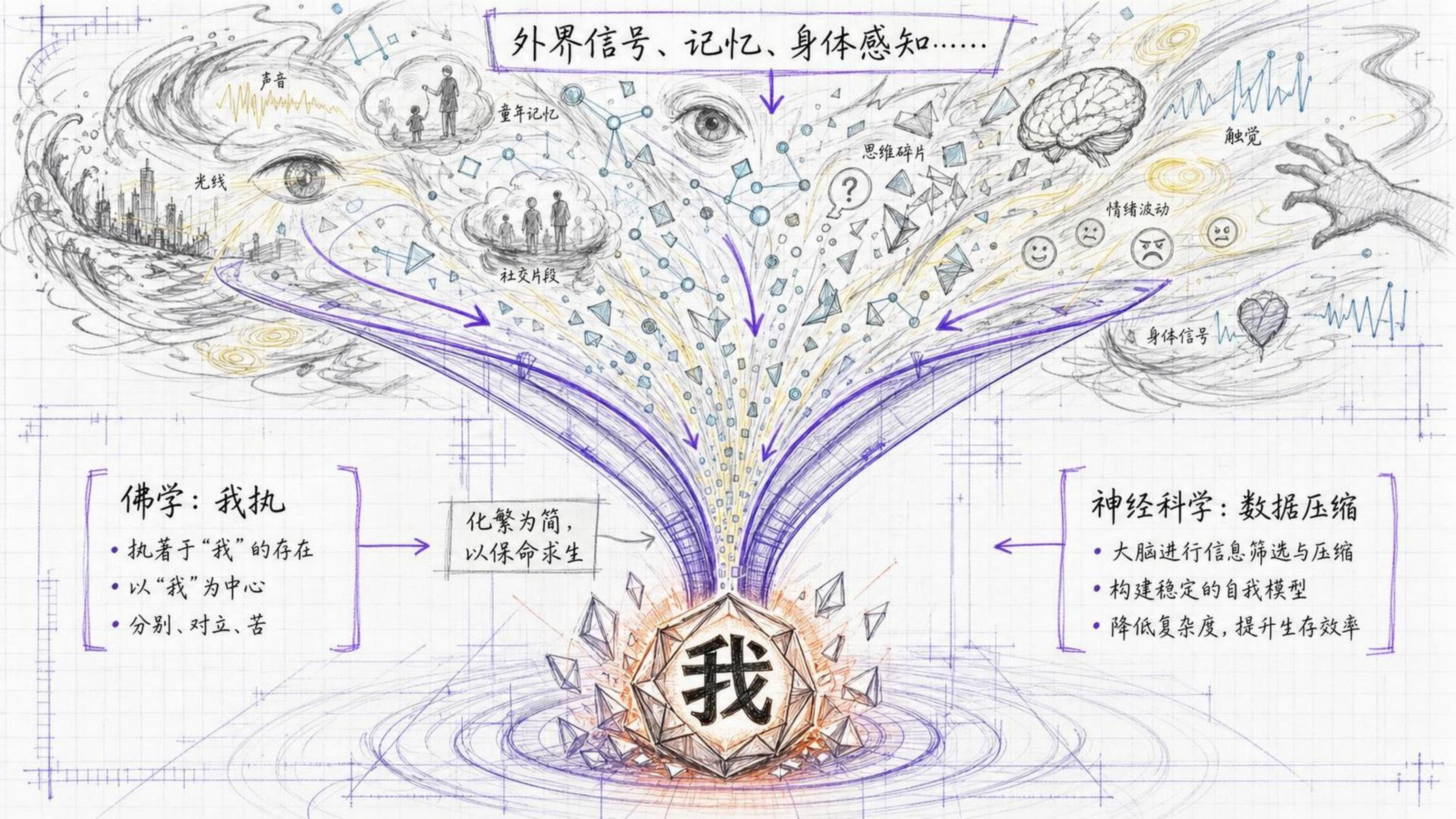
## 跨越千年的向内观察

### 无论硅基还是碳基，底层逻辑绝对统一

脊背发凉的  
顿悟



# 外界信号、记忆、身体感知.....



## 佛学：我执

- 执著于“我”的存在
- 以“我”为中心
- 分别、对立、苦

化繁为简，  
以保求生

我

## 神经科学：数据压缩

- 大脑进行信息筛选与压缩
- 构建稳定的自我模型
- 降低复杂度，提升生存效率

# 心王与心所

心王：统领全局  
心所：各司其职  
协力成就心的运作



## 触

接触外境内境，  
建立连接，  
如使者通报。

## 作意

专注于所缘，  
引心前行，  
如侦察搜寻。

## 想

分别识别，  
构成概念，  
如画师描绘。

## 受

领受苦乐等感受，  
如法官评判，  
感受好坏。

## 心王

统领心的运作，  
如王治国，明而不乱。

## 思

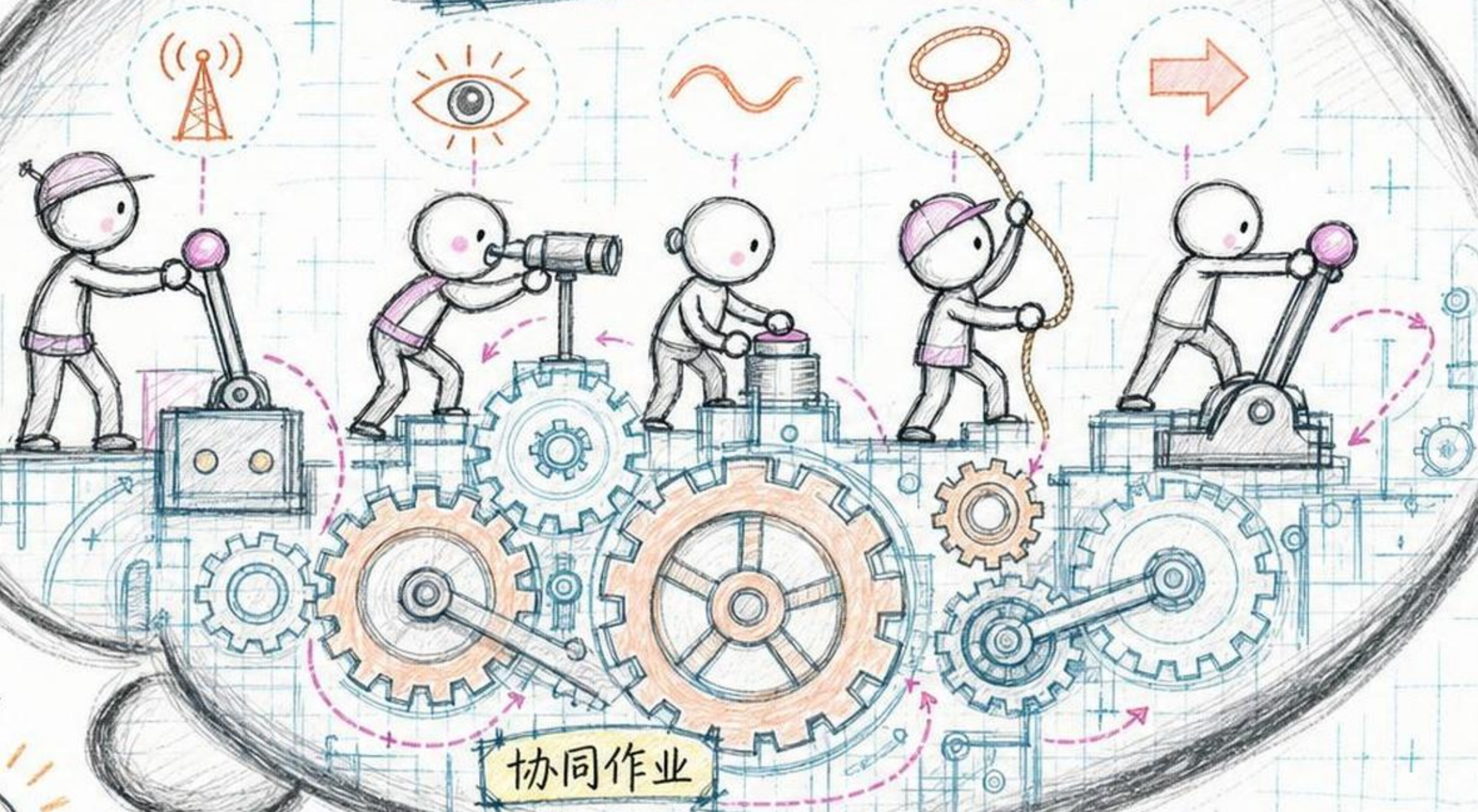
策划推动，  
发起行动，  
如工匠操作。

要点小结：

- ☑ 心王为主，心所为辅
- ☑ 各司其职，协同运作
- ☑ 缘起无我，和合成心

一个王，一整队随从

## 一个念头的内部



起心动念，从不孤立

1 触 | 接上头

2 作意 | 聚焦

3 受 | 感受

4 想 | 抓取形态

5 思 | 推动行动

无实体  
只因协同  
而显现。



我

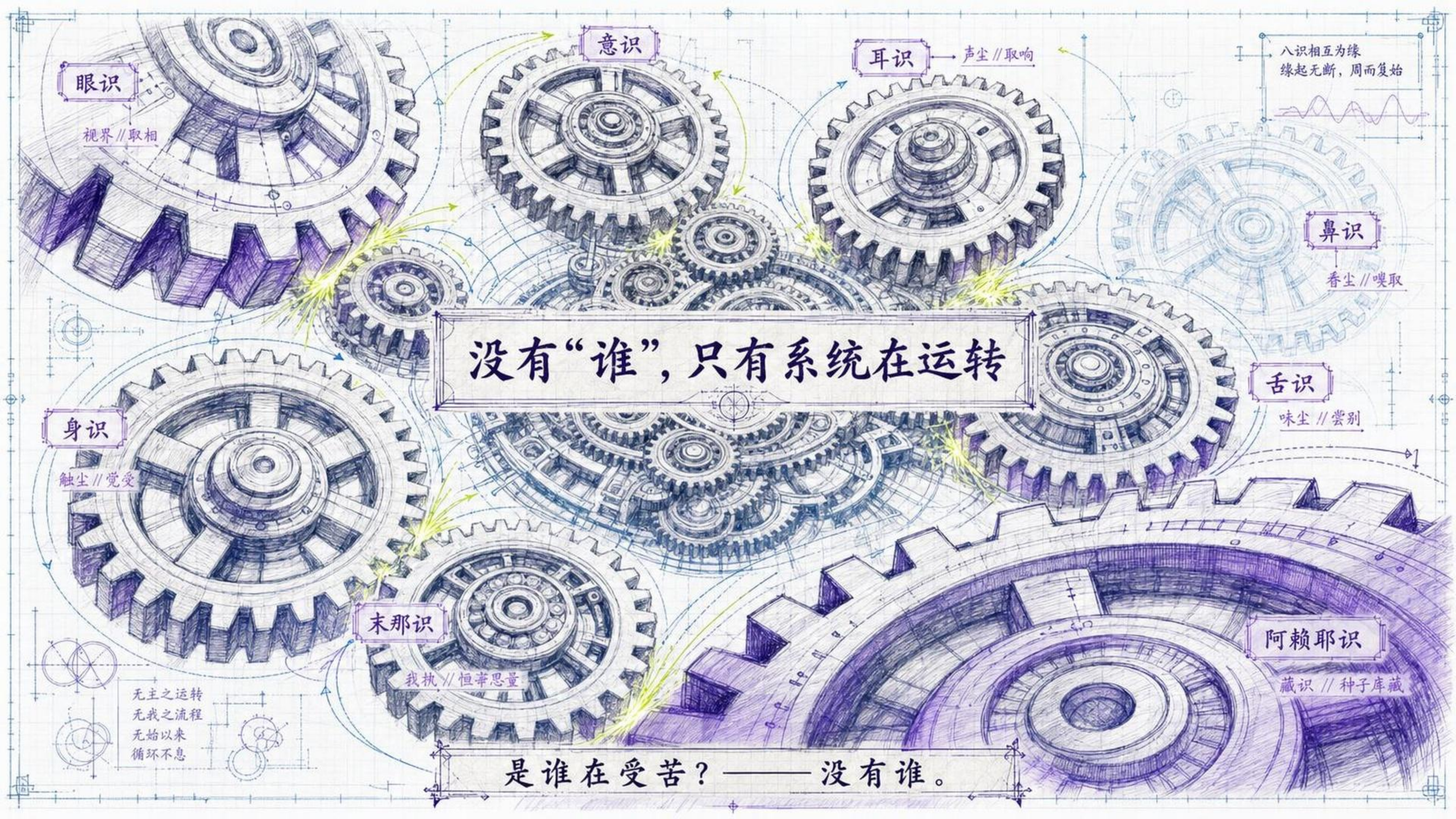
“我”不在任何  
一个意识里，  
而在协同之间。

彩虹不在任何一滴水珠里

只在水珠协同的  
“之间”显现

不是某一滴在发光，  
而是无数滴的协同，  
让光在“之间”起舞。

你伸手去抓，永远抓空。



眼识

视界 // 取相

意识

耳识

声尘 // 取响

鼻识

香尘 // 嗅取

舌识

味尘 // 尝别

身识

触尘 // 觉受

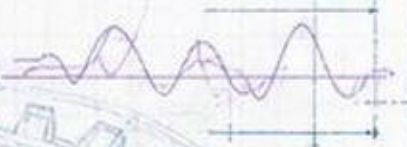
末那识

我执 // 恒审思量

阿赖耶识

藏识 // 种子库藏

八识相互为缘  
缘起无断，周而复始



没有“谁”，只有系统在运转

无主之运转  
无我之流程  
无始以来  
循环不息

是谁在受苦？——没有谁。

# 整理仓库的管理员

末那识：不停归纳分类

被标签  
定义的一天

- ✓ 接收
- ✓ 标记
- ✓ 归类
- ✓ 存档
- ✓ 复查...

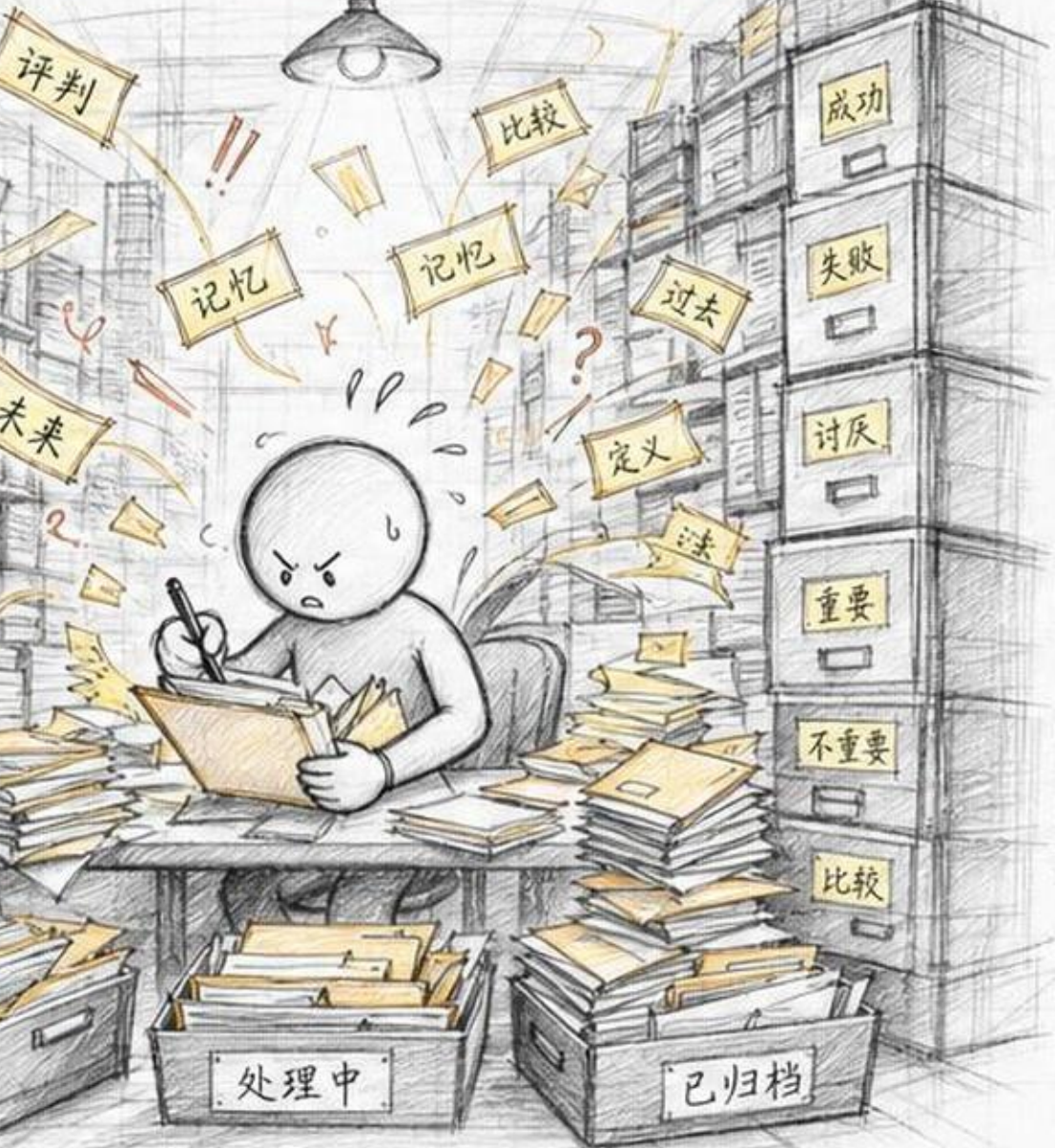
太多了！  
要更快！



时间不够  
工作不完

今日KPI：  
已分类：632  
待处理：417  
未归档：289

提醒：  
标签是工具，  
不是我。



管理员的心声：  
只有我在，仓库才不会乱。  
停不下来，也放不下……



## 修行的下半场

# 放下管理员

观察者本身，也可放下

看见，  
但不执着

自然发生：  
• 感受来  
• 感受去  
• 无需管理  
• 一切如是

清明  
自在  
安然



不是消灭仓库，  
而是看到它如梦幻泡影。

回归本然：  
安住当下，  
开放、清明、自由。



日常练习：

- ♥ 觉察标签的出现
- ♥ 微笑并放手
- ♥ 回到呼吸，回到当下



看到执着



觉察分别心



松开执着



安住在觉知





你找到的是个实体？  
还是那个“正在找”的动词本身？

---

主讲：王利杰  
下期见