

# 21 世纪重大话题

灵魂自然死亡

宗教与科学的接点

(日) 河合隼雄著 公克 晓华编译



\*A0444808\*

B92  
1-126

(辽) 第 9 号

**灵魂 自然 死亡**

——宗教与科学的接点

〔日〕河合隼雄 著

公克 晓华 编译

---

辽宁大学出版社出版 (沈阳市崇山中路66号)

辽宁省新华书店发行 朝阳新华印刷厂分厂印刷

---

开本: 787×890 1/32 印张: 6 字数: 120千

1991年11月第1版 1991年11月第1次印刷

印数: 1—7000

---

责任编辑: 刘雪枫 封面设计: 吴光前

责任校对: 东 雪

---

ISBN 7-5610-1452-X

---

Z·028 定价: 3.20元

## 前言

科学发达了，人们能透过一滴晶明的水珠看到分子，原子，乃至瞬息即逝的微粒子；又能飞离地球，进入太阳系，并正向银河系，以及更广昊的宇宙发出挑战……

近二百年来人类所创造的自然科学几乎光顾了实存世界所有引起疑问的角落，唯独留下了人“自己”这一块相比之下几乎是无知的荒漠——

人类经过数十万年漫长的岁月，在形成自己和进化自己的同时，创造了宗教和科学。虽然多数人认为科学是与宗教对立而生，却至今不能彼此否定。如果说现代科学的进步给人以差不多解明了世界上（人以外）百分之九十的问题的印象的话，那么它对人的内在世界却可以说差不多百分之九十没有解明。而被现代科学排斥为“荒谬的”宗教，则以另一种代替语言说明的“修行”手法处理着人的内在世界的问题。

无论是宗教还是科学，都是我们的祖先留给我们的。作为今天的人是否应该把这祖先数万年积蓄下来的遗产毫无偏见地承接下来而继续思考和发展下去呢？

作者河合隼雄并不是一位信教者，他是日本著名的心理疗法专家。既受过完整而专门的西方心理治疗训练，又对东方人特别是日本人的意识结构有过独到的研究。他的著作多从自己的临床实际体验出发，有很强的可读性和参考价值。

## 灵 魂

### ○话从这里说起

近来，一种新提法频频出现在日本的新闻界，这就是“新科学（New Science）”。它原指70年代初期发起于美国和英国的新世纪科学（New Age Science）运动。这个运动正在扩展到整个欧洲，并且大有越燃越烈之势。新世纪科学运动有这样一些特征，首先，它不象以往科学运动那样只属于尖端领域里的专家、科学家，而是把文化界的各种学者，以至普通老百姓也卷入其中；其次，它把迄今为止始终被视为绝对对立的宗教和科学，以思维以外的形态联系了起来。“宗教与科学”这一课题，对于思考“二十一世纪的人类”的人们来说是至关重要的，也是生存于今天的任何一个人都不得不认真地正视的问题。

笔者是数学专业出身，后来转向临床心理学。从此我便一直置身于和有生命的人打交道的研究领域。或许正因为如此，我始终对以人为研究对象的方法论和科学论抱有极大的关注。可以说，对心理

疗法的经验积累得越多，就越会不得不考虑人类的宗教性问题，越会被置身于科学与宗教的接点。我之所以试以“宗教与科学的接点”为议题写作此书，正是基于我的这种切身体验的激励。不过，现今的新世纪科学运动不仅涉及深层心理学，还触及许多其他专业领域，诸如理论物理学、大脑生理学、生物学、生态学、文化人类学、宗教学等等。对于这些浩瀚领域里的新学科，要想全部概括理解是不可能的。所以，笔者只能限于自己的能力所及，即从一个心理疗法家的专业立场出发论说宗教和科学的接点问题。倘使这一冒举碰巧成了“抛砖引玉”的机缘——引起各专业领域对“宗教与科学”问题的共同大讨论——笔者感到无比荣幸。

1985年4月23日至29日，第九届“超越自我”国际会议在日本京都国际会场召开。“超越自我”这个词儿也译为“超常体验”，是日本人不大熟识的。超越自我的国际会议最早的一次是由国际超越自我心理学会发起于1972年，召开于冰岛，而后，引起多方关注，非心理学专业的与会者不断增多。至1978年第四届学会召开起，正式定名为国际超越自我学会（International Transpersonal Association）。所谓“超越自我”这个名词来自于Transpersonal，原义是“超越个人”，它的创义基于这样一种认识：即在人的最根本的基层上存在着一种共通的、超越迄今为止西方人所一直高度

肯定的“个人”的“超越自我”的欲求。那种把“个人”或“自我”看成是过于脱离“他界”的存在，传统观念过分地助长了“割裂离散”的思想方法。例如在考虑诸多相关事物的联系，象考虑物与心，本国与他国等等问题时，都过分偏于割离的认识态度。而立足于“超越自我”、“超越个人”的这种新心理学的思想方法则是要超越上述那些传统观念认为是天经地义的众多界限的束缚。始终被视为对立物的宗教和科学问题就是这众多界限中的一个。可以说本书的论述即是一次超越古老传统界限的尝试<sup>①</sup>。

笔者曾作为日本国的组织委员出席了在京都举行的那次国际会议，并发表了研究论文。这次会议莫若说就是一次关于“宗教与科学的接点”问题的专题讨论会。它对我深入探讨这个问题给予了大量的启发和帮助。

---

① 关于Transpersonal心理学，有解为“超越个人或自我（意识）的心理学”，有解为“超常体验心理学”。这是一种与传统心理学相区别的新心理学思潮。传统心理学所研究的行动学或精神分析学都是以“个人”为人的基本存在单位，即以欧美的传统个人主义为当然前提的。而新心理学则突破这个前题，以超越个人存在的体验为研究对象。所以也可以说，这是心理学内部的一次革新运动。这个运动着眼于通过坐禅、冥想、瑜伽等气功手段获得的“显灵体验”、“催眠体验”、“宇宙体验”等等“超自然”体验的机理研究。所以带有着向传统的“宗教与科学相对立”的观念的挑战意味。——译者注。

## ○超越自我学会

也许是由于瑞士的著名心理学家、精神病理学家C·G·荣格（Carl Gustav Jung）派的精神分析家们大多投入了对它的研究，笔者较早便对超常体验心理学有所了解。但是真正涉足这个领域却是在1983年我应邀在瑞士召开的第八届国际超越自我学会上发表论文的时候，那时我以为能在会上发表论文的必是一些著名的精神分析专家、学者，所以怀着十分荣幸的心情前去赴会。结果令我大失所望——直率地说，那似乎是个名不副实的会议，也许因为我当时刚刚出席过也是在瑞士召开的另一次会议，两次会议的气氛形成鲜明对照，所以格外令我失望。刚刚开完的那个专题会议不仅是一次学术性会议，而且整个会议程序都是古典式的。因为我是初次参加，深受感动。相形之下，超越自我的国际会议就象是个吵吵嚷嚷的庙会，参加者不少是举止古怪、形迹可疑的人，在我的印象里留下了很深的疑虑和阴影。

但是，当听了几个大会发言以后，我发现竟有一些令人刮目相看的论点。围绕着“宗教与科学的接点”这个议题，似乎一种新的思路正在被开掘，探索的热情令人感奋。渐渐地，我也不知不觉地走了进去。然而，有两点我是无论如何难以容忍的——



一是对东方的注目走到了极端，以至有人发言说“唯有东方国家才是拥有深奥智慧的国家”；另一个是那些对“科学与宗教”议题的关注简直可谓达到狂热程度的人物。虽然在正式的大会发言者中还不至于出现这种人物，但是在各种自由讨论的场合，几乎只要涉及“科学与宗教”的问题，他们就必定露面亮相。最后我终于按捺不住心里的不满，站起来讥讽说：“诸位能否告诉我所谓的‘东方国家’究竟在哪里呢？我便是个东方人，但我没有见过诸位所说的那样的‘东方国家’。”

还有一点也曾令我不解，那就是为什么在世界上负有盛名的例如 C·G·荣格派的精神分析家们竟然不惜自筹高昂的旅费和会费，长时间请假中止手头的工作，专程前去倾听会议的发言？这对于一个习惯于日本式的忙碌工作的人来说，实在是不可思议。但是，当我与他们深入交谈以后，我明白了他们的行动是出于一种追求真知的强烈热情。他们对“宗教与科学”，对会议中频频谈及的“魂的世界”（Spirit 这个词儿，无论译成“魂”，还是“灵”，或是“精神”，我都觉得有不尽意的地方，在此权以“魂”为代译），对这些超越常规“个人”的现象抱有极强的问题意识。同时，他们对现代欧美文化的危机意识也相当强烈。所以他们不愿丧失任何一次深入思索与探讨的机会。

或许日本人对这些难以理解。首先，他们的那

种强烈的危机感就很难传达给日本人。比如这次会议上多次提到的对核武器的危机感，日本人就远比欧美薄弱得多。一方面，出席会议的多数日本人恐怕都为各国对核武器的危机感如此之强感到惊讶；而另一方面，其他各国人则可能反过来，对有过亲身受害于原子弹爆炸经历的日本人竟然如此缺乏对核武器的危机感而感到惊讶。最近来日本访问的宇航员 R·舒威卡特曾经这样评论过日本人的这种特点——“日本人自恃自我平衡感觉好，稍有摇动，瞬间便会恢复原态，所以很多人抱有安心感。这就好象一只在海上航行的船左右摇摆着前进一样。但是，当摇动的幅度超出一定限度的时候，船就会进水，以至于无可挽救地沉没下去。现代核威胁对于整个地球来说，不就是这样吗？”R·舒威卡特的这番话，与其说是形容了日本人特有的乐观性，不如说是巧妙地表现了“听天由命”、“听其自然”式的安心感的可怕性。欧美人则恰恰相反，他们不仅对核武器具有强烈的危机感，还进而把它归为西方近代文明普遍危机的一例来抵制，并且具有一种“务必从此找出突破口”的紧迫感。

在言及“西方近代文明”的时候，日本人往往多有误解，其中一点就是把西方的近代科学与基督教过分对立起来。实际上，近代科学与基督教并非是象日本人所想象的那样简单的对立物。甚至不如说它们是相辅相成的。对于这一点，在科学哲学家

村上阳一郎先生的一系列著作中曾有相当详尽的论述，笔者甚为赞同。在这些著作中，村上先生列举了大量史实例证，说明历史上17、18世纪的那些所谓“科学天才”，当时研究自然现象的态度和方式并不是象我们今天所想象的那样富于“科学性”和“合理性”。哥白尼、伽里略、牛顿这些举世共知的科学家，“他们毕生矢志不渝追寻探索的关于大自然的知识，归根结底都是为了一个目的——他们要知道圣书里所描写的那些上帝创造世界的各种故事背后隐含着的造物主的计划，他们要发现这个计划，赞美制造了这些计划的上帝的光荣。”

（引自村上阳一郎先生著作《科学能评判人吗？》）换句话说，他们创造自己的科学体系的高度热情全部来自一个唯一的动力，那就是希望知道“上帝的意志”的强烈欲望。

的确，经过18世纪自由思想家们的努力，特别是进入19世纪以后，知识（Scientia）不再被认为是表现上帝的意志和赞美上帝的光荣的标志了，而成了能够带给人类现实的幸福的能力的营养而被普遍地追寻。但是，即使这样，唯一的绝对的“上帝”屹立于一切之上的思维倾向也仍然留于人们的潜意识之中。这就是我们今天所司空见惯的思维方式——“具有严密逻辑性的完整思想体系是唯一的，用它可以解释一切自然现象（也包括人类社会现象）”，或者“非如此干不可”的强烈意图性。

这其中共同的潜在观念是——强烈地确信“真理只有一个”，“正确的东西是唯一的”。从这个意义上说，尽管我们始终把进化论、弗洛伊德的精神分析学等等视为基督教的对立物，但是如果我们能够站在一个视野更广阔的高度上统观它们的话，就不难看出，它们之间有着更突出的共同点，即都是早年犹太——基督教的“一神教”思想的延续，理解这一点是很有必要的。

“超越自我”学会的参加者们，当他们感觉到西方近代文化的危机，试图重新看待它的时候，他们不是仅仅针对自然科学而言的，对基督教的重新审视也在他们的探讨课题之中，他们从这种自觉的审视中强烈预感到欧美文化中心地位的动摇和丧失，预感到一种新的思路被开拓的可能性。正因为如此，一旦有象超常体验国际会议那样的寻找新思路的机会，他们是不惜高昂旅费和会费的，如果把这种机会看成是与自身生存与否的根本问题相关连，那么这点支出实在谈不上昂贵，在他们看来，倒是对这样重大的议题竟然显不出多大兴趣的日本人真正才令人不可理解。

在日本召开的第九届超越自我国际学会如约进行。会议没有出现熙熙攘攘的庙会场面，也没有“古里古怪，形迹可疑”的发言人，可以说十分成功。付费参会并申请发言的出席者达200余人，但是除了事先邀请的发言人外一律拒绝。或许正是由于

这种过分严格的会议规程，这次会议较之瑞士召开的那次会议参加者减少了许多。不过，超越自我国际研讨会似乎很肯定这次会议的做法，今后似乎仍打算继续这样做。看来，一个新兴运动的初期各种各样的稀奇古怪、令人不易理解和接受的成分掺进来是难以避免的。

尽管我在事前已向巴尼会长介绍过日本学术界对“超越自我”研究的态度，但是一些到会的外国学者似乎仍然为此感到惊奇。例如宇航员舒威卡特曾说：“实际上日本的科学家们相当僵固(vigid)。”日本的学者、科学家们只要一听到“宗教”或者“魂灵”之类的词儿，其他的什么也不听，就会立即判断“这是非科学”，甚至于更进一步断定：“这是欺骗！”

有一位学会的干部，听我述说为这次会议征求参加者如何如何费尽辛劳后，不以为然地说：“日本是最应具有‘超越自我’的土壤的国家，怎么会是这样？！”于是，我不得不耐心地向他说明日本的现况——虽然可以说日本远比欧美具有“超越自我”的传统，但是进入近代以后，日本的知识人始终以西方近代文化为楷模，不遗余力地追赶西方，结果反而比欧美的现代人对西方近代文化更尊崇更忠实。我的这些说明幸得那位干部的理解。关于这一点，我还将在后面“东方和西方”一节中进一步论述。

当然，这只是日本学术界的一部分倾向，事实上，即使是在日本最尖端的知名学者中间——尽管有些是毫不声张的——对于超越自我相当有见地的也不乏其人。杂志撰稿人增永俊一于1948年曾撰写了一本叫《生命的最前线》的书，这本书就是采用和日本学者对话的方式论述了“宗教与科学的接点”问题。

近来的新闻界不断介绍日本的传统艺术和技能，这是一件好事。但是，人们在说明日本传统时，常常习惯于这样一种表现方式：“与西方的物质文明相对应，日本是精神的……”云云。这时，有位西方人针锋相对地问道：“那么，为什么现代的日本人成了可以说是世界上最先进的物质文明的享受者呢？”这个质问的背后似乎还藏着更深的含义，而提问者没有直说。我想他的真正意思是否是说“这样‘尊重精神性’的日本人怎么会成为一心追求经济实利的买卖人呢？”要回答这个问题，实在不是一件易事。

“西方是物质文明，而东方（日本）是精神文明”之类的看法是日本人的—种偏见。西方之所以发展了有关物质方面的科学学问，是因为原有的基督教的精神支柱。而当日本引入西方文明的时候，是把基督教与物质科学分离，排斥基督教引入西方近代文化的。因此他们对西方文明的理解往往给人或则“误解”，或则“经济实用主义”的印象。倘

使追问一句“所谓‘日本精神’是什么呢？日本的宗教性特点是什么？”，日本人实在无言以答，

## ○个人之存在

Transpersonal即本书所使用的“超越自我”的词语的英文原义是“超越个人”，也有译为“超常体验”的。但是这种原义的意思决不是指“不重视每个人的个别的存在”。相反，它的含义恰是强调重视“个人的存在”。笔者通过参加超越自我大会得到的最切实的体会便是——一个人“在那里存在”是个多么重要的事情！约翰·威·伯利是一位相当著名的分裂病心理疗法专家。但是他在大会上的发言只字未提自己最有研究的有关分裂病的话题，却谈起了中国古代关于“王”的观念。我一面听他谈中国古代人心目中理想的“王”的形象是“无为而治（即“圣人之德高不在道德说教，而是自然而然地感化人民”之意——译者注）”，一面想：“他的真实旨意不正是在谈有关分裂病的心理疗法的根本问题吗？”尽管他又谈了古代王“获得权力后就堕落”，变得“贪得无厌，欲支配一切”之类的话，但是他所主要陈述的关于古代王的形象实际上是和心理疗法医生的姿态相关的。

精神分裂病的治疗是一件相当困难的工作，伯利以他长年不懈出类拔萃的工作赢得了我的注目和

敬重，我借会议的机会向他请教了关于治疗分裂病的许多问题。他对我谈了很多，但其中最重要的还是他在会上发言中提到的关于中国古代王的那些议论的中心思想，他说，对于分裂病患者，无论他怎样被妄想和幻觉所折磨，怎样发狂躁乱，也不要采取千方百计令其镇静下来的治疗办法，即不能以医者为主导使患者镇静，“我们的工作不是让患者从自我中心中脱离出来，而是一直守在患者身旁”，这样患者就会渐渐平静下来，这种医疗经验在某些人听来很可能是愚蠢得可笑。但是，如果联想到伯利曾经谈到的“中国道士那样的安祥宁静之中显出的严肃气氛”，恐怕也就可以悟其一二了。不过，一直守在分裂病人身旁，而且是任其所为，听其“自我中心”所然的“守在身旁”的这种做法，谈之轻松，行之甚难。对此我深有体会，莫怪乎在我与伯利谈话近尾声时，他说：“治疗分裂病需要投入非常大的精力，我老了，不行了。最近已经不再直接诊治病人了。”的确，“无须做任何事情地守在身旁”，这是一件不知需要投入多少精力的艰苦工作。

“超越自我”心理学，正如前述，是诞生于从事心理学研究，特别是从事心理疗法研究的人们中间的。对于这个过程，我想做几句说明。心理学最初的起步是以19世纪的“自然科学”为规范，从实验心理学发展起来的，当时，人们感到，每当处



理人的“意识”之类的问题时，就陷入了方法论的混乱，无以自拔。于是为了追求纯客观地观察解释人的“意识现象”的可能性，一些学者以人的“行动”为研究对象，构建了所谓“行动主义心理学”。那时候的理论心理学受条件局限，过于依赖方法论的确认，但是行动主义心理直到现在还在发展进步。然而，当心理疗法产生以后，仅仅解释人的“行动心理”就不够了，还不可避免地必须处理人的意识问题。一个人患了神经衰弱症，他害怕见人，总是躲在家里不敢外出。对这种患者，心理疗法首要的问题就是弄清楚“他的‘怕见人’的意识究竟是什么”。

开创了精神分析学的弗洛伊德曾以“无意识”为研究课题。但是，归根结底，还是以“意识”为问题追索“无意识”、尽管弗洛伊德以“无意识”来表述他所分析的对象，而实际上经过分析而取得结论的过程还是由“无意识”到“意识”的意识化过程。所以，弗洛伊德的精神分析学，也可以说还是以“意识”为研究课题，以“意识”为问题的。但是，弗洛伊德的研究“意识”的重点与行动主义心理学不同，他的理论表现出尽可能沿袭19世纪的科学模式的特征。就是说，他的理论是基于“因果决定论”来展开的。关于这一点，后面还将论述到——就是说这里面隐含着方法论的问题。总之，弗洛伊德的理论具有明显的“科学”色彩，是它之

所以特别能在美国受到广泛欢迎的主要原因之一。神经衰弱患者的病愈，常常是通过追溯个人生活史中引起神经衰弱的病因，使这种病因在意识上显在化的过程来实现的。因此，治疗者必须依靠自己掌握的寻找这种病因的各种技法和理论来给病人医治。对这种治疗思想，如果不怀疑它的最初的前提，是很容易理解和接受的。

但是，瑞士的著名心理学家 C·G·荣格的观点则与此针锋相对。也许因为他从事精神分裂病治疗的经验相当丰富——他感到难以全面推行弗洛伊德的理论。对于分裂病人，要想从他的过去的生活史中找出病因来，实在是太难太难了。况且，即使找出似乎是“病因”的东西来，那究竟是不是根本原因也极难判断。在和精神分裂病一类的重病患者的长期接触中，荣格渐渐不得不考虑“人究竟有没有灵魂”、“灵魂是什么”之类的问题。所谓“灵魂”，自然不是一个实体概念，用时间和空间无法为它定位，然而，人类却体验着“灵魂”的作用，或者说效应。对分裂病人的大部分症状似乎都不能追溯出个人生活史，或者其他的什么物质原因。或许说，较此妥当的看法是“分裂病的大部分症状都是灵魂效应”。

如果根据这种观点观察人，就不仅仅适用于分裂病，而可以发现即使“正常的”人也是在“灵魂”的作用下行动的，或者说被“灵魂”驱动着。

譬如，有些人们自己所完全无法理解的恋爱，如果把它看成是“灵魂”的驱使，不是就可解了吗？还有那些经常到精神分析专家荣格那里求医的病人中的相当多数，据说都是在社会上功名赫赫、丰衣足食的人，他们完全失去活下去的勇气和力量的原因，是不是也可以认为是“停止了与‘灵魂’的接触”的缘故呢？

人类为了接触这种被荣格称为“灵魂”的东西，千方百计，想方设法，不断追索，而这些都以宗教的形式扩大传播。可以说，自古以来的宗教，虽然始终有着各种各样的特定的宗派，但是，它们在“如何接触灵魂”、“怎样认识灵魂”等等问题上都具有自己独特的严格的理论和方法。然而，荣格并非从宗教学出发研究“灵魂”，他始终是想把“灵魂”当做心理学问题去研究的。象一般研究所有心理学问题一样，不是去确定固定的方法和理论，或者说仪式和教义，而是仔细观察一个又一个因时因地因人而异的“灵魂效应现象”，把它们记述下来——荣格做了长期而大量的工作。当然这中间也大量参照利用了古往今来的各种有关的宗教知识，不过无法一一判明他的每一点论据的确切出处。

在“灵魂”现象中充满着不可思议不可解释的谜团。荣格长期认真观察和记录的那些事实现象资料中，有很多离奇得令人无法相信。为此荣格躊躇

了很久不肯公布自己的那些观察记录，他认为发表后多半难以取得同行们的理解。事实果如其然，他后来公布于世的那些真实的记录直至他去世也没能得到人们的理解。当然，这其中也有荣格本人的过失，他自己对那些现象的理解也不甚确切，他把这些尚不确切的想法和记录资料一并发表，对观察记录方法论的介绍笼统模糊，强调直观而对理论上的难点处理草率，一带而过等等难免含糊不清，令人狐疑。或许可以说，荣格的不幸不是因为别的，而是因为他的想法相对当时的时代突进得太快了。

在荣格所观察到的那些“灵魂”现象中，有一点可能是最重要的，即“共时性”或称“同步性”

(Synchronicity) 现象。对此我想在下一章里专题论述。所谓“共时性”，简言之指的是在“灵魂现象”中的那些不符合因果决定论的规律的部分，即以前我们通常认为是“具有某种意义的偶然的一致”的，在时间上不是“断时性”的而是“共时性”的现象。荣格曾把自己有关这个问题的尚不成熟的想法的一部分告诉给爱因斯坦。据说爱因斯坦听后说，“这个想法太重要了，一定要不懈地把你的想法发展下去。”（参照prohoff, I., Jung, 《Synchronicity and Human Destiny》, Dell Publishing Co., Inc. 1973.）

对人的灵魂的研究使心理疗法的方式发生了根本的变化。按照弗洛伊德的学说，心理治疗者需要

依据明确的理论和技法，寻找患者症状的“病因”，从而找出对付病因的相应办法来。但是，随着对灵魂现象的追索，心理治疗者们渐渐不再试图从“原因——结果”的因果连锁关系中寻找病因而缓解病症了，他们开始注重有意识地和“灵魂”打交道，注重对“灵魂”的不可思议作用的忘我探求。精神失常的患者很可能是把自己的“灵魂”作用在某个部位弄失衡了。所以，治疗者的最重要的任务应该是为患者的“灵魂”提供它可以自然活动的场所，并密切注视那里所发生的种种现象，就是说“任其所为地守在身旁”。这种注视的焦点，不是人的心啊，身体啊，心的某一部分啊等等，而是所谓的“灵魂”。这种注视需要以一种敞开的态度与人的整个存在或称全存在相接触。如果借用伯利的比喻的话，那就是象中国古代理想的王君对人民那样，只是敞开心扉，“无为”地守在人民旁边，“无为而治”，即治疗者应该面对包括自己在内的全部身边的存在，敞开心扉，无所做为地静处。

按照这样一种思考方法治疗是和那种依靠治疗者“个人”的力量给患者治疗的方式截然不同的。

“灵魂”是既超越治疗者这个“个人”，也超越被治疗者的患者这个“个人”而发生效应和作用的东西。超越自我心理学，超越自我心理疗法（这里或许应将 Transpersonal 译成“超越个人”）等等

新心理学分野，便是从这里应运而生的。这个新心理学的分野吸引了物理学、生物学等等相当广泛的各科学领域里的学者们。这种现象一方面说明新心理学承认人的全存在的态度和其他领域里的学者们对旧有方法论的反思是相联系的，另一方面的回答“究竟应该怎样认识人”，“怎样认识包围着人的世界”这些基本问题上，新心理学有着唤起其他学科里的人们的共鸣，使大家为探求新的规范携手共进的魅力。

### ○“灵魂”究竟是什么？

在上述的议论中我一直采用了“灵魂”这个用语。我想读者从这些字里行间很可能并未得到一个对“‘灵魂’究竟是什么”的概念，或许自始至终感到云山雾罩，似是而非。所以在这一节里我想稍谈谈“灵魂”到底是什么东西。其实，古往今来对灵魂的看法多种多样，这些看法由于文化与时代的局限，存在着相当大的差别。这里不想对这些不同的看法进行综合的介绍，而只想叙述一下荣格派的精神分析专家赫尔曼的观点。他在关于灵魂（Soul）问题方面有不少论著，这一节将根据他的《原型心理学》（Hillman, J., 《Archetypal Psychology》, Spring Publications Inc. 1983,）一书简要地介绍一下他的想法。

赫尔曼说，“灵魂”这个用语的概念在意图上是模糊的。由于这种模糊性使“灵魂”的概念无法严格地定义。它的概念本身排斥明确的定义。它是人类的一个未知的要素，它使“意思”成为可能，“现象”变成人们的“经验”，它在爱中被传递。但是，我们无法以一种明确的方法来使用“灵魂”这个词儿。为什么会是这样的呢？为什么它是模糊的呢？为什么人类要特意使用这样模糊不清的用语呢？要回答这些问题，可以参考法国哲学家笛卡尔的学说。根据笛卡尔的论说，物与心，物质与精神是明确割断的。所以按笛卡尔理论看世界，一切都是明确的。但是，这样一来作为人的存在的某一至关重要的部分不是被抹煞了吗？这个至关重要的“某一部分”不是别的，正是“灵魂”。为了与笛卡尔的物心分割的明确性相一致，灵魂就不得不变得模糊起来了。如果赋予灵魂一个明确的定义，那么它就可能被物心分割的顽固传统观念要么还原成物，要么还原成心。所以，赫尔曼说：“我认为灵魂这个词儿的含义，首先不是一个实体，其次它意味着某种展望，即意味着不是事物本身而是对事物的看法。”这是一种对抗笛卡尔世界观的告白。纵使物与心、物质与精神、自与他的明晰分割式的世界观给近代人带来了诸多利益，但是毕竟这种分割法中存在着无可否定的遗漏。使用概念模糊的“灵魂”这个词儿，是使强调这个被遗漏部分的态度更

明确化的表现。

笛卡尔重视“思考”，而“灵魂”则重视“想象”。“想象”就是“灵魂”的作用。对此最直接的体验大概就是梦。梦的最重要的特征就是不受人的意识性的自我的支配。把我们的梦展开看究竟是什么呢？或者全然不解，或者是出现了意想不到的人物。梦的内容最好地证明了梦不是自我创造出的东西。换句话说即创造梦的主体不是自我。可以认为，这个创造梦的主体就是灵魂。

这里有一点很重要，即灵魂所涉及的“想象”不是那种我们日常生活中所做出的带有愿望色彩的空想。真正的想象是一种与创造相联系的东西。就是说提出某种“自我”存在中的未知部分的东西。灵魂与一整套心的作用具有密切关联，这些心的作用通常称为“想象”、“隐喻”、“幻想”等等。人们向来把灵魂当成对“自我”的神话，带着神秘色彩谈及灵魂。由灵魂传递出来的那些活灵活现的神话似的情景，不是外界模象的投影，而是具有自律性的灵魂自己独立产生的。前一节提到的伯利所使用的“不要使其从自我中心中脱离出来”的表达方式，实质也是基于这种认识。关于这一点，只要把患者的那些“狂想”看成是从他的灵魂传递出来的幻想，就很容易理解了。当然，这是靠概念性思考方法不能理解的。

一个年轻姑娘，嘴角边稍有一点松弛，恋人就



会立即看在眼里，并且立即认为是向自己表达爱情的信号。这样的幻想是我们在人生中为了结成与周围的人际关系所不可少的。这就是赫尔曼所说的“让现象上升到自己的经验”的意思。即把“现象”与“自我”这个存在脱离开，当成普遍的事实来看待。一个姑娘嘴角边微有松动，只要是当时在场的人，就都可能发现。但是，把这变成“我的经验”，却需要由灵魂传送出来的“幻想”。

正是由于灵魂是人们把“物”与“心”分割开时遗漏下来的存在，长久以来，它和人的身体与精神的终结——“死”结下了不解之缘。并因此也和宗教连结了起来。对于如何接受自己的死，灵魂经常不断地送出种种幻想。身体和精神对于自己的死是不可能“展望”的。而与死有如此深缘，又具有模糊性的灵魂，对于不管任何表面上看起来多么明确了然的事物，它都将透视到其未表现出来的阴影部分。所以，灵魂，有时甚至是非常黑暗和破坏性的。

笔者对自我心理学和人性心理学常常感到某种缺憾，其原因就是因为这两种心理学的思路太局限于一个人生活中的自我，对“个人”的“展望”或说“眺望”太狭窄了。超越自我心理学正是在这一点上要超越，即超越“通常”的“个人”。其实，对超常体验心理学，我也感到不满。至少，它的对于灵魂的光明面的过分强调是令人遗憾的。这个缺

憾也表现在人性心理学中，二者都过分乐观了。其次，超越自我心理学还存在着动辄使用过于明确的语言论述灵魂问题的倾向。在第四章里我将要介绍的国际超越自我学会创始人美国的心理学家斯塔尼斯拉夫·戈罗夫就给我留下了这方面的强烈印象，至今令我遗憾不已。为什么会给我这样的印象，我也说不清楚，总之他那一连串过分明快地谈及灵魂的形象使我难以忘却。我在本书的开头就已经论述过，持“明快”的态度就会要么抹煞掉灵魂的重要部分，要么只看到灵魂的一小部分。

正如前述，使用一个难以定义的“灵魂”这个用语这件事，表明一种面对世界的根本姿态。正是由于“灵魂”无以定义，所以要想了解灵魂就须靠我们的幻想，或曰神话。对自己来说，接受关于灵魂的那些“神话”，从而创造这种“神话”的过程，按照荣格的说法，就是个性化的过程（process of individuation），这个过程将一直持续到死。那些与近代明确的思考方法有着密切关联的人，谈了我上述的那些观点，很可能认为是“无稽之谈”。但是，只有耐下心来，坚持不间断地观察与“灵魂”关连密切的世界，我们才能找回那个被近代人失去的世界，恢复起和这个世界的密切关系。

哲学家中村雄二郎在论说与“科学的智能”相对立的“神话的智能”的重要性的时候，虽然没有

采用“灵魂”这个词，但是其主张基本上是和上述观点一致的。中村雄二郎说：“在神话的智能的基础上，存在着一种根源性的欲求，这种欲求表现在要把我们周围的事物和由这些事物构成的世界当成含有宇宙论的深切意味的东西来看待。”这句话中的“根源性”一词下面的重点符号是中村先生本人特意加上的。是否可以说，这个所谓的“根源性的欲求”，换成我们的表述方法，正是由“灵魂”发出来的东西。接着，中村先生又非常成功地阐述了神话的智能的特征。他说：“神话的智能，就是象这样通过借助语言把限于既存的具体的各种各样的形象形形色色地组合起来，从而掌握和表现隐含的宇宙秩序。由此产生的诸多古代神话，之所以具有超越漫长的人类历史间隔，相传至今的力量，或许是出于我们人类对现实生活中难以看到也难以感受到的东西，而引起的对宇宙秩序的一种乡愁。”

### ○近代西方的“自我（ego）”

如果追究人的全存在，就要把包括灵魂在内的人的全部存在都放在思考的范围之内，这样就会产生和宗教的必然关连。并且，如果因此而随时随地都要追究灵魂现象，也是一种科学的态度。于是科学与宗教的结合点也就在此产生了。当然，即使这

样阐明，仍然还可能有人反驳说：“把灵魂当做研究对象本身就已经是反科学的，何言其他？”言外之意，“灵魂”这种东西是无法测定和度量的，怎能成为科学的对象，为了便于思考这个问题，似乎有必要稍微考察一下近代西方确立起来的“自我”这个问题。在最近一次超越自我国际讨论会上大量议论了灵魂、死、狂、身体性等等问题，认真思索一下这些问题后就会产生一个念头——这些问题不正是被西方近代确定起来的“自我”从“自己”的体系中排除出去的东西吗？这样追索之后就会对重新研究自我的必要性有所理解了。

近代西方所确立的“自我”的特征主要是——把“自”看成是与“他”相割离的独立的存在，使“自”相对于“他”而自立。这样确立起来的个人用英语表达即是individual（个体的）的。换句话说，这是不能再继续分割的存在，为了使这个“个人”的存在成立，分割和割断事物的功能具有相当重要的作用。有机物与无机物的分割，有机物的再分割，人与其他生物的分割，等等，无论怎样分割人，“个人”都将作为不能再分割的个体而保留下来。反言之，则可以说“个人”的存在是在与“他”的割离过程中明确起来的。

荣格派的精神分析家艾里赫·诺曼曾经说过：“如果用象征性的表现方法认识人的意识的起源，西方近代的自我意识具有极特异的特征，它可以用

一个壮年男子的英雄形象来象征，而自我的确立是在完成象征性的‘杀母之举’的过程中实现的”。这种说法或许过于极端，不过这里的象征性的“杀母”似乎可以解释为把自己周围的一切，包括母亲都与自己割断分离。

这样与“他”割离而确立自我是确立自然科学的重要条件，从这一点考虑，这也是可以理解的。也就是说，只有确立了这样的自我，才可能客观地观察外部世界。这种依靠“割离”而获得的对外部世界的认识，与一个个的具体人物没有直接关连。从这个意义上说，这种认识具有“普遍性”，可以提供给人类极有力的智慧。这就是迄今为止的自然科学。但是，使这种情况能够成为可能的背景里存在着基督教这个因素，对这一点我们不能忽视。我在前面已经谈过，确信“科学的智慧定能创造出逻辑严密的统一整体体系”，“这是理所当然的”，这种信念的背后的支柱就是一神教的世界观。同样的，如上述那样的与他割离而存在的“自我”的精神支柱是确信自己是与上帝相通的，即使看到“自我”将死去，将一度从这个世上消失，也照样确信“必有一天还会复活”。科学中的“知道的东西”是靠这种“相信的东西”为支柱而存在的。东方是相信“今世如幻”的。西方则不然，他们在今世竭尽全力确立自我是因为相信自己死后还可以复活，相信死后会受到对自己生前所为的最终审判和评

价，否则岂不是一切皆空了吗？为了赋予“自我的确立”更高的价值，相信人会复活一次是很有必要的。不然的话，好不容易把“自我”确立起来，一旦死去便毫无意义了。

如此确立起来的“自我”，在19世纪后半到20世纪期间曾经极度膨胀，甚至抢夺了上帝的宝座。“自我”成了世界的中心。这种现象或许也是必然的。西方近代的“自我”，以自然科学为武器，越来越对现今世界发挥着越来越重要的支配作用，由此不难看出它与基督教教义之间的矛盾。一神教是不容忍在自己的系统之内出现矛盾的。必须毫不含糊地强调“这是真”而“那是伪”。沿着这种思路伸展下去，不得不把自然科学认做“真”，把基督教义认做“伪”的情况自然多起来。在这个反反复复的认识过程中，基督教会自然也持续地做了很多努力，以图缓解这些矛盾。在这方面似乎很应该引起非基督教人士的重视和尊敬。然而这种努力是徒劳的，大多数的欧美人还是越来越不相信基督教的教义了。

这样一来，西方近代“自我”又是靠什么来支撑而存续的呢？这里我不想多加评论，但是，当美国的神经病学家艾利克森强调精神分析中的自我同一性（ego identity）对“自我确立”的重要意义时，那么多的美国人为此而倾倒，这个事实对上述问题做了一定的解释。相当一段时间里，看起来似

乎是“同一性”这个词救了西方人，但是，归根结底所谓“自我的同一性”，还是考虑自我与他人的关系，考虑自我和自我所能胜任的工作之间的关连，所以成不了真正的救星。西方近代的“自我”正坐在上帝的位子上，继承着一神教的模式，所以他们不能容许“自我”的系统中有矛盾存在。为了维持自己的一致性，西方近代“自我”只有把无法共存的东西从自己的系统中驱赶出去而别无他途。

“自我”所排斥的内容，如果用前述的诺曼的象征式表现手法来说的话，它包括死（老）、狂、妇、幼等等。在欧美社会，对死（老）、狂、妇、幼的评价是极低的。所以，孩子们都希望尽可能地早日成人，妇女们则竭力证明自己能够与男人同等地存在。在这方面确实取得了一定的成功。但是，有一点是实在无可奈何的，这就是死。对于死，唯一的对付办法就是拒绝死。桥本峰雄在他的著作《宗教的现状与价值观》中写到美国曾经盛行过的给死者化妆兼防腐处理的行业。他认为这种现象集中暴露了美国文化中的问题。这种行业的任务就是对遗体进行防腐处理和化妆，使它在举行葬礼的时候能够象活着时一模一样。这样，参加葬礼的人就不用面对死的现实了。无怪乎有人叹曰“以自然科学武装起来的殡葬服务业竟然令神圣的牧师们也俯首相求”，“虽然与遗体接触不太愉快，但是在美

国，殡葬业可能是最稳定的职业之一了。”然而，无论怎样巧夺天工的先进技术，死终归还是存在的。这是否定不了的事实。至于被西方近代“自我”所排斥的“狂”，则只和心理疗法有关系，而从心理疗法的氛围出发产生的对“自我”的反省也是可以理解的。

### ○东方与西方

与西方的“自我”相反，在东方意识中，并不明确地把“知道的”东西和“相信的”东西分别开来。用荣格的话说，就是“或者是认识的宗教，或者是宗教的认识，非此则彼”。其意是说东方人的意识并不把“自”与“他”过分割离开来考虑。如果说“观”这个词，最初的意思是“观世界”，不如说从最初开始东方人就始终没有十分区别内界和外界。佛教是一个庞大的体系。这里有一点应该引起足够重视的，那就是发现这个佛教体系的僧侣们，肯定是在与西方“自我”截然不同的意识状态下完成这种发现的。

把西方的近代“自我”，当成唯一正确的意识方式，那么反其道而行之的东西就必然是“狂”、“疯”或“讹”。但是，现在的欧美人通过不断地进行超越自我的努力，他们已经开始察觉到世界上还存在着与他们的自我不同的意识方式，这个事实



有着深远的意义。在最近一次国际超越自我大会上发言的出生于捷克的精神科医生斯塔尼斯拉夫·戈罗夫曾经专事在心理疗法中使用LSD25这种麻醉剂的研究。他发现，尽管现在已经发明了不使用LSD也同样可以达到治疗效果的方法，所以不再使用药物，但是，在他使用药物治疗期间，积累了很多借助LSD的药力达到变性意识状态的经验，而这些经验对理解东方宗教所记录的那些现象极有帮助。对于戈罗夫的研究，本书的后面还将再次从“意识”问题的角度进行考察。总之，戈罗夫清醒地知道，从西方的“自我”出发而被认为是“彻头彻尾的谬论”的佛教世界，实际上都是基于“事实”的。当然，这里所说的“事实”并不是西方“自我”所看到的事实。

我曾向戈罗夫当面提过下述问题：“您认为您所发现的认识与宗教有什么关连吗？”他回答说：

“至少与世界宗教的主流没有关系。”这是一种极有隐喻性的说法。宗教之所以能够成为宗教，多半都是以某种关于“灵魂”的体验为基础。但是，在它进行组织化，为成为人类社会的“主流”而存续下去的过程中，总要向日常的方向过渡发展。而且似乎越是组织严整化，这种日常化的倾向就越强。这也是宗教自身的一种矛盾。于是，随着宗教组织的日常化，它的吸引力也淡化了，尽管人们要求“相信”的欲求仍然如旧，但是越来越难以轻易地相信

了。

因此，现代的欧美人，比之“相信”而更加注重致力于“知道”了。但是，这种“知道”，是出于超越西方近代“自我”的意识的一种求知欲。正如我在前面指出的，死是被“自我”所排除的。女学者劳斯则采取了正面接受的态度。她强调说，对于死不是相信死后的生命的问题，而是“知道”的问题。这里所说的“知道”究竟是什么含义，在后面章节中论述关于死的问题时我将进一步探讨。总之，当我和她谈到死，听她讲述死后的生命的时候，我感到“相信”死后生命的人的热情和“知道”死后生命的人的冷漠之间的明显差别。但是，这一例也可以说明东方对死后的生命一类的问题是很早就“知道”了的。

那么，是否因此就可以说，“超常体验也好，超越自我也好，新世纪运动也好，总之是从西方向东方的转移”呢？我以为不妥，这全然是种误解。的确，在探索新的思维规范的时候，东方宗教对填补西方近代“自我”的盲点是很有帮助的。但是，超越自我只是“超越”“个人”，而不是否定“个人”，更不是赞赏虚弱的“个人”。超越自我的倡导者之一弗兰西斯·沃恩甚至直率地说：“应该把‘前个人（Pre-personal）’和‘超个人（Transpersonal）’，严格区别开来。”沃恩的本意或许并不是针对东方人讲的，即不能简单地由此推论东

方人并不是“超个人”，而不过是“个人”以前的状态。但是沃恩所提出的问题是东方人非常值得思考的。

譬如，在日本，对超越自我的话题感兴趣，立即蜂拥而至的往往多是“自我”较弱的人。在梦的分析方面，也有这种值得思考的倾向。事实上有的人有时梦见了充满根源性想象的梦，但是由于面对梦的世界的“个人”的伦理性或责任性极为薄弱，所以不能把这种难得的梦境当成与“活着的本质”相关的东西来接受。

正如一位超越自我学会的干部所说的“尽管日本有着超越自我的肥沃土壤——这的确是事实，但是一旦接触日本的现况，就会发现并不象人们想象的那样，东方或日本有着令人羡慕的优越地位——这也是事实”。哲学家藤泽令夫曾警告说：“现代哲学的现实课题正在尝试着对现代科技的肥大症的批判。由这一批判运动应运而生的新世纪科学运动，在其发展过程中将会与神秘主义和东方智慧短兵相接”。事实上，藤泽令夫的这句话更是对重新回到纪元前哲学家柏拉图以来哲学的基本课题并对之进行重新探讨的运动的鼓励。

我是在对日本现况的反思基础上写出了我对超越自我国际会议发表的论文纲要的。前文介绍的分裂病心理疗法专家约翰·伯利的家族其实与日本的开国有着密切关系。众所周知，当年日本被迫实行

由锁国到开国的国策的是由于美国的一条所谓“黑船”强行驶入日本港湾。那个事件的主角便是伯利提督，即约翰·伯利曾祖父的弟弟。据说至今约翰·伯利的家里还挂着这位叔祖父提督的画像。当年的第一个伯利面对着锁国的日本，驾驶着以当时先进技术武装的“黑船”驶入日本港湾，强迫日本开国，而今天的第二个伯利似乎是带着古代中国的智慧来迫使日本第二次开国。

日本的第一次开国赢得了巨大的成功，使日本成为走在世界科学技术最前列的繁荣发达国家。但是，可以说这种科技的繁荣和进步是在仍然坚持对精神世界“锁国”的心态下达到的。对于今天的日本人来说，是否有必要认真地考虑一下在精神世界方面也来一次“开国”，不仅在科学技术上继续走在世界前列，对人的“灵魂”，也展开研究和思索呢？不错，日本在这方面有不少传统性的智慧。但是，并不能因此而处处以“东方（日本）比西方先进”而自居，相反，我感到正象第一次开国的经历一样，西方已经在敦促我们“开国”，向我们指明“开国”的重要意义了。

## 共 时 性

### ○何谓“共时性”

要研究宗教与科学的接点问题，就有必要推敲一下荣格所提出的共时性（Synchronicity）问题。最近小野泰博先生有篇题为《宗教受到的质疑》的论文，其中就共时性问题进行了论述。在此以前，日本很少有人正面论说这个问题。这当然和这个问题的复杂性有关，即使是荣格本人也曾经有过一面想发表，一面又担心不能被理解和接受的长期过程，用他自己的话说，“犹犹豫豫很多年，拿不出行动的勇气”。荣格很早就产生了关于共时性的一些想法，但是正式的发表却拖延到1951年，在一次心理学国际会议上才第一次做关于“共时性”的演讲。

这里先简要地介绍一下，荣格的共时性理论。在长期从事心理疗法研究的过程中，荣格发现“有意义的偶然一致”现象的出现有着极深刻的意味，这对心理疗法也同样有意义。他从1925年以后就开

始思考共时性问题了。那时他碰到许多生动的实例，下面就是其中之一。有一位接受荣格治疗的年轻妇女，曾经在一个特定的时机做了一个梦，梦见自己得了一只用黄金构成的神圣的甲虫。当她正在向荣格描绘自己梦中的情景时，突然有一只金甲虫——和她梦中见到的“神圣甲虫”几乎一模一样——在窗外“扑嗒扑嗒”地拍打玻璃。这种偶然的一致抓住了那位妇女的心，使当时关于梦的分析进展得非常顺利。据荣格说，他经常在心理疗法的治疗过程中碰到这样奇妙的偶合。

大凡人们听到这一类的故事，都会想“这不过是偶然的巧合”，“说它有什么特殊的意义，未免大惊小怪了，不必要，不必要”等等。但是，其中有些内容确实过于戏剧性了，令人不能不深思。笔者也是从事梦分析研究的，我便常常碰到梦与外部的现象极其一致的情景。例如，有的人梦中梦到某相识者死去，翌晨果然接到那人家属打来的报丧电话。这种巧合得令人惊讶不止的实例很多。象与人的死有关的这种巧合现象似乎比较容易发生，不仅荣格派学者，非荣格派的研究梦的学者们的梦分析报告中也都列举有这种现象的事实梦例。例如心理学家麦达卢特·鲍斯的作品中就发表了不少这一类的梦例，有兴趣的读者可以参见麦达卢特·鲍斯的著作《梦的现存在分析》。

这里引用一个鲍斯介绍的例子，我们在后面的

阐述中将使用这个梦例。有一位叫香姆斯莱的演员梦见了自已的亡母和亡妻。而且还梦见自己在梦中与死去的妻子商议了如何到妻子现在的地方去。这个梦给他留下了深刻的印象，于是他把梦里的情景讲给自己的朋友们听。朋友们都劝他不要再说了，

“忘记那个梦吧”，但是无济于事。做梦的第二天，他来到教堂，递给教士30个苏的铜币（苏：法国旧铜币单位，相当于0.05法郎——译者注），请求教堂给自己故去的母亲和妻子做弥撒。教士退给他10个苏，因为教堂里做一个人的弥撒只要10个苏。但是香姆斯莱说：“这第三份弥撒是为我自已做的，非有不可。”不肯收回那10个苏。当天晚上，他在和朋友们吃晚饭时，突然谈着话倒地身亡。

象这种“预告死亡的梦”，并非仅此独有，就笔者周围的人中就有亲身经历过或耳闻目睹过的人，在鲍斯的著作中也指出“自古以来就有很多这方面的记载”。但是，这里有个关键的问题，那就是自古以来始终想否定这种现象的客观存在，理由是“难道所有将死的人都会做这样的梦吗！”况且绝大部分梦都是与外部的事物和现象不一致的，这也是不可忘记的重要情况。我是做梦分析研究工作的，所以每天都要听到很多梦中的故事。我是从这些大量又大量的梦到的故事中切身体会到的，梦的内容一方面有时会和生活中的事极其戏剧性地偶

合，而更多的还是和外部事象不一致。所以，如果因为存在一致的情况就断言梦都是因果性的，是不合适的；但另一方面，倘因为它的一致是“极偶然的”，就弃之不顾，也是不公平的。

多少年来，人类对超感觉的知觉现象（Extra-Sensory Perception，略称ESP）可以依靠“以太”或者某种特殊电磁波进行传播的可能性，进行了许许多多的用因果律进行解释的尝试。荣格则与此截然相反，他的特点是恰恰拒绝这种因果律的解释思路。于是，在这种思路下认识含有某种意义的事象（事物与现象）就需要认识建立“非因果秩序（acausal constellation）”的必然性。也就是说，因果律和共时性对研究事象起着相辅相成的作用的同时，二者又是性质完全对立的两种原理。

事实上，无可否定，对我上述所谈到的那些事象，仅仅听一听就按捺不住反感的人肯定存在的。对人类来说，根据因果律来认识世界是极其重要的。特别是牛顿、伽里略的力学原理被发现以来，人类将世界上的一切事物和现象都用因果律来认识的信念日趋强化，所以，自然而然地对正视非因果律的存在产生着强烈的抵触情绪。因为如果不把这一部分存在视为单纯的“偶然”，从而轻易地忽略掉，就会动摇好不容易营建起来的因果律的思维体系，甚至使之崩溃。最典型地反映出这种情绪的例子之一是弗洛伊德对鲍斯所举出的那些极其巧



合的梦的解释。前面举了一个鲍斯记录的演员詹姆斯莱的“死的预告”的梦例。对这个思念传达式的梦弗洛伊德非常强硬地断言“那不是梦！”他说：“当我们做这种纯粹是心灵感应式的‘梦’的时候，其实不如说是处于睡眠状态下的‘心灵感应体验’。压缩、移动、戏剧化，特别是欲求没有充分满足的‘梦’，不能叫做梦，和‘梦’这个名词词义不相符。”就是说，凡是不符合弗洛伊德的梦的理论的梦就不能叫做梦\*。

听到这个例子的人可能都会感到弗洛伊德太武断了，但是，荣格所一直遭受到的那些披头盖脸的“非科学”的指责都是和上述事例十分相似的思想方法。荣格所感兴趣的问题，例如象超感觉的知觉现象，即ESP、易、炼金术等等，都是浸泡在“非科学的”非难中和荣格相处的。那些人根本不想知道荣格是以什么态度来研究这些问题的，就横加批判和指责。对于炼金术，他研究的理由并非出于相信炼金术可以炼出金来。至于对ESP，他也不承认那些经常可以听到的关于ESP的非科学的因果关系的解释。他之所以在一片反对声中坚持把这些问题当做研究对象，只是因为他所从事的心理疗法研

---

\* 弗洛伊德的晚年，一反常态，开始注意到心灵感应现象，并且成了英美心灵学会的会员。那时据说有人担心弗洛伊德的这一举动会使精神分析的声誉下降，所以建议他不要公布自己对心灵感应现象的研究成果。

究是与人的全部存在相关连的，无疑人的无意识状态也是人的一个存在——尽管它是一个非合理的存在。ESP、易和炼金术之类的课题都是研究人的无意识的非合理的存在的重要线索。苏联对超常现象的研究极其盛行。苏联的被称为宇宙火箭之父的切洛柯夫斯基就是一位研究心灵感应现象的科学家。他说，“归根结底这种现象是自然的存在，所以那种以这是‘非科学的超自然的现象’的口实为理由，将它排挤在科学领域之外的做法才真正是非科学的。”某种现象，如果与自己眼前所坚持的理论不相符，就斥之为“偶然性”或“非科学”，这才是应该引起警惕的问题。一件事情只要存在，我们就应该进行研究和推敲。但是抱什么样的态度去研究是个十分重要的问题。

## ○易

关于共时性，前面举了一个极简单的例子。荣格的共时性理论实际上是把前人早已存在的类似的想法明确化了。这里虽不能详细论述，但有一点必须指出，即在这方面对东方和西方进行比较也同样是很重要的。荣格曾就这一点论述说：“我们必须记住，西方的合理主义思想并不是唯一的选择，它并没有概括一切，在很多方面还失之偏颇，很可能需要修正。”

荣格使共时性理论得以发展的基础之一就是“易”。他在1920年前后，亲自尝试过在实际中建立“易”。这也是荣格一向的研究作风，他不是把《易经》当成一部单纯的文献来谈，而是亲自去实践。他说：“我决心在伯明翰用一个夏天的时间全力以赴解明这本书中的那些谜。为了代替古典方法惯用的竹签，我自己削了一些苇束。我把《易经》放在旁边，坐在有百年树龄的梨树下，用问和答相互作用的结果查对卜卦的解释，这样反反复复地练习，几个小时地坐在地上。”（引自《荣格自传》）应该承认，象这样亲身实践尝试“易”，这本身的意义就很深远。他一面实践看易，一面想，为什么建立易的这种行为的结果能够与人所处的状况以某种意味联系起来呢？在思考这个问题的过程中，前述的关于共时性的想法渐渐浮现到他的眼前。

当然，易并不是那种在小巷里帮助算命先生回答“我丢失的东西到哪里去了”的极具体的问题的“卜卦解”。读过《易经》的人都很清楚，应该说，它是提供某种“印象”的东西。而如何接受这种“印象”，则全凭个人的理解。它的那些隐语有着这样一种意义，即当单纯用合理主义的思想方法解决不了的问题的时候，就从另一个角度，或者说用辅助性的其他原理尝试一下，即把由某个“偶然”产生的事象从“含有某种意味”的角度来接受。似乎是含有“赌一局试试”的意思。所以，荣

格警告说，顽固坚持主观主义和合理主义的人当然不适于卜易，那些精神上尚未成熟的人，或者半开玩笑的人也不适于卜易。

笔者1964年在美国留学期间，曾接受过荣格派的精神分析。那时候我是个优柔寡断的人。精神分析医生对我说“你不想试试I ching吗？”当时我不明白什么是I ching，当我听说“I ching”就是“易”时，大吃了一惊。在当时的笔者心中，易就等于迷信，这种合理主义的观念被我认为至是无上的。由于只想用合理的办法解决自己的问题，我拒绝了试验“易”。精神分析医生尊重了我的意见，结果我当时没能去做实践易这件事。后来我又到瑞士的荣格研究所留学，在那里做过多次精神分析。渐渐对易的理解越来越深，象以前那样的对易的抵触情绪也渐渐消失了。

在荣格研究所经过一年半以上的精神分析实践后，我取得了八个科目的预考合格成绩，开始在导师指导下一面给患者分析，一面继续学习研究。这叫“统制分析”。必须积累够250小时以上的统制分析经验才能取得精神分析医的资格。当时这对我来说，是最大的难关。首先是有谁愿意找一个东方人替自己分析呢？再者，我的语言极贫乏。正当我苦恼的时候，意想不到的情况发生了——5名患者接连找上门来。这在当时的其他西方研究生中也是少有的。我于是高兴地开始了分析工作。但是，想

象不到的意外都赶到了一起，4个人依次停止了治疗。我以为这下自己大概拿不到资格文凭了，情绪十分消沉，简直不知如何是好。就在这种时候，为了得到一点“该怎么办”的启发，我开始试着算“易卦”。但是，实际上那时候我并不知道易的正式方法，只是按听说的投掷6枚硬币的方法去做，这样得到的卦在《易经》中叫“地雷复”。这卦的特征是最下面的硬币是“阳”，其余都是“阴”。当时我还没有读《易经》，但是使我心里为之一动的是，这卦当时给了我“阳（男子气）”不足的印象，而这简直可以说是一语道破了我那时候的主要内在缺陷。日本人与西方人相比，普遍地显得男子气太弱。

这个易卦的结果使我更加悲观了。于是我来到精神分析学家那里，女专家佛莱博士看到我满脸沮丧的样子，就劝我当场再做一次“易卜”。我立即坚决反对：“不行，易是不能做第二次的。”但是佛莱博士说，“关于你自己的情况，你已经建立起了一个新的状况，现在我在你的这个新的状况下再做一次易，这是允许的。”我们争论了好久以后，我终于被她的热情所感动，我同意再卜一卦。这一次由她来掷硬币——结果，和我做的是同样的卦——地雷复。看了这个结果，佛莱博士只说了一句简短的话：“让我们尊重这个现实吧。”

所谓“复”还有一个把一切复原的意思。面对

最后一位患者，由于自己的不成熟，我打算重新给他治疗。我想要能治好患者，必须先请两个月假集中对自己进行分析，等对自己的分析有了成果以后再开始对患者的分析。我的想法得到了理解和批准。我完全返回初学者的状态，集中对自己进行分析。两个月的经历给我带来了巨大的收获，我满怀信心地再次向“统制分析”提出了挑战。不仅先前那位一直等着我的患者，甚至原来已经停止了分析的两位患者也都回到了我这里。回想这一经历的前前后后，简直和“地雷复”留给我的印象完全吻合。

但是，我希望读到这里的读者不要有一种误解，以为我是为了患者而算易卦，或者是为了预知未来而卜易。我是把易所提出的印象，当做对认识自己的状况具有一定意思的东西来接受的。

我的这一段经历，也是因为它是功罪各半，犹豫了20多年才公布出来。之所以公布出来，也是由于考虑到读者们会希望听到我本人的关于共时性的经历，所以权当一个一般的例子举出来供读者参考。谈了这么多非合理性的内容，恐怕我已经在读者心中成了一个“败者”的形象了，下面还是把话题向“科学性”方面转一转吧。

### ○共时性与科学

中国自古以来拥有着高度的文明，同时又对

“易”这样的共时性现象给予了相当的重视，或许正因如此，没有使自己的科学技术发达到西方近代那样的程度。但是，实际上，因果律也好，共时性也好，都是同样重要的。西方近代过于强调和依赖因果关系的思考方式，成了倒向一边的片面状态，所以很必要补上不足的另一面——这就是荣格的观点。

中国人能够从整体出发把握现象的态度，这从它的历史观上也可以看出来。正如研究中国的学者弗兰兹（V. Franz）所指出的，中国人认为写历史的最好的方法是把某一时期的所有可以一致起来的现象都集中起来，由此得到当时真实的全面貌。正因为如此，从西方历史观来看中国时，就会觉得中国的历史书上记载的东西甚至是杂乱无章，随心所欲的。中国学家吉川幸次郎先生曾经慨叹：“在美国教授中国历史的时候，学生们都只想知道所谓的‘最本质的’部分，而把一些细微具体的记载丢弃不顾，这就意味着美国人根本不了解中国人的历史观。”这里所说的美国人所追求的“本质的”，就是事象内部的因果关系的脉承和按这种因果关系的脉承线索去谈中国历史。而真正的中国历史的本质，是在谈了包括被美国人认为无关大局而丢弃的部分在内的全部事象之后，呈现出来的一个整体的全面历史面貌。

如果把整体都按共时性的连承关系来谈，这又

可能陷入“伪因果律”的谬误。例如，慧星与帝王的驾崩同时出现的现象在一些史书上不乏记载。读到这种历史事实，如果把它和当时同时出现的其他事象一起当做当时“共时性的宇宙秩序”的整体布置来看待，就是笔者所赞同的。但是如果由此得出“因为慧星出现了，所以帝王驾崩”的结论，于是就认为下次再出现慧星的时候，还会发生帝王死亡等等事件的话，这就是陷入了“伪因果律”的新谬误。这样的思考方式如果泛滥起来，就会产生大量的伪科学，这必将大大地妨碍真正的科学的发展。仔细地考察一下中国的文明史，就会发现那是一部关于共时性的深远智慧和上述那样伪科学，以及追求因果律的科学萌芽混合在一起的历史。不过，也有的人不是把“慧星出现则近期将有帝王死亡”之类的推理当科学，而是当“游戏”，从“游戏”之中得到含有某种意味的结果。但是，这个所谓的“游戏”并不是真正的游戏，必须是全然和真的一样真正地去实行。做这种“游戏”相当困难，因为靠这种“游戏”的意识要产生超常规的创造性活动。心理疗法的许多思路是被通常的思维方法所接受不了的，所以在心理疗法中，象这样的高度的“游戏”意识就是很有必要的。

即使在西方，近代科学的诞生也不是一件轻而易举的事情。正如前一章所介绍的，当年的那些所谓“近代科学创始人”，今天称为“科学家”的人



们，就连牛顿和伽里略也不是全凭“科学的思想方法”看待事物和现象的。荣格所十分推崇的创造了共时性概念的先驱者是莱布尼兹（公元1646~1716年，德国哲学家，数学家，政治家）。莱布尼兹在哲学上创立了“单子（Monad）论”，认为世界由单子构成，而一个一个的单子都是反映全宇宙的“微观宇宙”，单子相互之间不发生直接作用，它们按照“预定的协调秩序”相互“对应”或“共振”。可以认为他的所谓的“对应”和“共振”现象和荣格的“共时现象”是等价的。

把微观世界与宏观世界对应起来的观点实际上就是把作为“微观世界”的人与作为“宏观世界”的宇宙联系起来的观点。到了近代出现的西方近代“自我”，是把“自我”从现存世界中割离出去，从而才使人类有可能把自我所处的世界当成客观对象来看待。从此，人类所观察到的事物才开始有了脱离“个人”的普遍意义，使自然科学得到飞速的进步。然而，这种追求普遍性的自然科学越来越发挥其威力，以至发展到似乎人类要支配整个世界的趋势，这样就失去了和宇宙相“对应”的一面。在这方面，根本的问题在于如何使自己在宇宙中定位。

如何在宇宙中为自己定位的问题在后面将进一步阐述。这里有个富有深刻含意的现象，那就是这样一个促使人们对迄今为止的方法论进行根本反思

的问题，竟然产生于如此发达的自然科学的最尖端处。首先是1906年，英国物理学家，诺贝尔奖金获得者卢瑟福（Rutherford）等人发现了裂变现象，这表明，某些自然现象是受着具有本质性的偶然性支配的，而这些本质性的偶然是不单纯来自人类的无知的。接着，在量子力学领域中，德国物理学家，诺贝尔奖金获得者海森堡（Hei Senberg）推出了不确定性原理，瑞典物理学家鲍尔发现了相辅性概念，这些都是站在否定古典机械论的世界观的角度看待和研究事物的。海森堡的不确定性原理论说了事物的决定性可能性问题，这个问题是论说事物的因果性的前题。他证明了不可能同时正确地测定电子的位置和运动量。鲍尔的理论认为，光子和电子有时是以粒子的形态运动，有时则是波动。这两种互相矛盾的运动状态是相辅相成的。这一学说打破了正式机械论的旧模式。

当荣格正式发表关于共时性的理论时，当时的反应是褒贬各半。譬如，当时曾为荣格心理学写了一本很好的介绍读物，但本人却不是荣格派的安索尼·斯托曾说：“我不能不声明，我认为荣格关于共时性的著作，思路混乱，几乎没有什么实际价值。”但是，另一方面还有一个非常有趣的现象，就是象海森堡这样的理论物理学家却表示“理解”荣格的理论，“并有同感”。特别是瑞士的物理学家，诺贝尔奖金获得者鲍利（Pauli）竟然和荣格共同出版

了关于共时性的书籍。

在日本，各大学里的纯学术派紧追西方近代的风气被强烈地保持下来，这也是日本学术界近代合理主义的势力非常之强，以至于比西方甚至还要顽固僵化的原因之一。所以日本关于超常现象、特异现象的学术研究远比欧美落后得多。还有一个助长我国在这方面的研究落后的原因，这便是我国存在着一个不可否定的具体事实，即“自我”的弱者大量被卷入这种超常现象的探求活动中来，而这些人不言而喻地是不适于进行学术性研究的。关于这一点，我在后面还将详述。

这里只想简单地提几句，欧美诸国对超常现象和特异功能的研究是极其盛行的。特别是苏联，1960年以来，随着斯大林主义禁锢的解除，超常现象的研究事业迅猛地发展起来。有关报告上说：“到1967年为止估计每年耗费国家预算资金1200万到2000万卢布的超常现象研究中心就至少有20个，还有的研究中心的规模比这更大。”

### ○共时性与宗教

荣格认为共时性现象的背景里存在着一个原始模型(Archetypus)。这个原始模型比较复杂，容易引起误解。这里试打一个比方。清晨天蒙蒙亮的时候，送牛奶的来了，小鸟开始歌唱，接着送早

报的邮差到了……。当这个顺序习以为常形成一种秩序以后，我们就产生了“小鸟唱起来了，所以牛奶该送到了”，“小鸟唱了，所以马上送早报的邮差就要到了”等等想法。但是，实际上这些事象之间并不存在什么因果关系。在这些事象的背后，只存在着一个对人的生活中的“早晨”这一期间关于从黑到亮的过程的总的布局。而我们对“早晨”这个事象，既不能用眼睛看见，也不能用手触到。但是，人们从天渐渐亮起来后的各种事象的归纳中，能够意识到“早晨”的存在。当然，文化各自不同的异地，早晨的一个个事象也不一样。有的地方或许是“送报纸的来了，所以小鸟就要叫起来了”；有的地方或许送牛奶、送早报的事情根本就不存在。但是，尽管文化有差异，“早晨”对于人类意味着什么，任何地方的人都可以有一定程度的概括能力，譬如“某种活动就要开始了”等等。

荣格认为，不仅在外界，即使在人的内心也存在着超越我们的意识的某种客观世界。荣格称其为“类心领域”。他认为，当外界发生上述的关于“早晨”的各种现象的时候，内心与此相呼应的“早晨”的模型就活动起来，于是人的意识就把外界的现象识别为“早晨”。一个人当他（她）降生于世的时候，并不是内心一片空白地来到外界的，而是仿佛已经做好了各种各样的准备以后才生下来的一样，在他（她）的内心里已经形成了这样一种状

态，即存在着构成各种各样的模型的可能性的状态。正是因此，人类才能够作为人去行动。换句话说，人刚刚出世的时候并不是一张绝对的白纸，而是携带着关于他（她）的一切行动的一种潜在的模型降生的。这就是荣格的基本想法，他将这种潜在的基本模型称为“原始模型”。

“早晨到了”这种想法是些相互没有因果关连的事象归纳概括后产生的。这是把某个原始模型调动运转起来的过程。也就是说，可以认为象这样把某种原始模型调动起来的时候，就会产生带有概括归纳性的非因果关连的事象。例如，当死的原始模型被调动起来的时候，可能不仅是死者本人的关于死的直接事象，还可能是本人所心爱的钟表突然停了，或者他的朋友梦见他死了，等等，不能用因果关系加以说明的事象就可能关连起来发生。荣格就是想通过上述这些阐述来解释非因果性的关连事象的。

实际上，上述的那些观点，也可以说是从另一个角度解释事物。从事物的起始来说，本来是发生“一个人的死”、“钟表停了”、“梦见了死”等等各个的现象。对这些现象，一种态度是认为“它们都是互不关连，‘偶然’发生的”，所以毫不理会。而另一种态度就是荣格所考虑的，认为这些事象的背景里存在着一个原始模型。不过虽然荣格这样推论，毕竟还是属于“假说”阶段，还没有取得有说

服力的实际证据。但是，当这样的一些非因果性关联事象连续不断地发生时，随着接受和整理这些事物的思维活动，就会产生一种坚信“必定存在着某种超越的存在”的信念，这就成了宗教。

在这种情况下，如果简单地在这些事象中引入“上帝”，认为是“上帝托梦”预告死亡，是“上帝停止了钟表，所以出现了死亡，”等等，那么也就自然地通向了所谓“迷信”的世界。走得更极端的一些人，甚至于会发出一些类似于“钟表停了，某人将被杀死”等等极低级的咒语，坠入伪科学的泥塘。这是把非因果关系当伪因果关系来接受。前面举的那个“早晨”的例子，伪科学的认识就会把“小鸟如歌唱，送报纸的就会到”当成一个伪因果关联事象。这一类的伪科学、伪宗教，无论在日本，还是美国都很多。而且，还会常见到这种情景——通常看来是极合理的一些人，仅就某一点，或某一时，相信起这一类伪科学和伪宗教的事情来。也许，这种现象的出现实际上是对过分坚持合理主义的生活方式的人起了某种补充的作用也未可知。

我在第四章里将详细论述有关意识的一些问题，那时将说明“在掌握共时性现象时，最好处于一种与日常的意识状态不同的意识状态中”的道理。事实上，的确有些人或者是天生的，或者是后来修炼的，总之比较容易进入这种意识状态。这些人在现实中，常常成了“巫师”或“预言家”之类

的人物。当他们把这种特异功能当成“职业”以后，出于职业的需要，日常性的意识必然会被强化，能否保持自己的特异功能就成了疑问。随着他们作为“预言者”的能力的下降，他们就会变得不得不行骗和玩伎俩。很多人调查了一些象“做媒”等以自己的超常功能、特异功能为业的人的情况，发现了很多蒙骗人的小把戏。但是，可以想象他们并非始终如此，当初他们可能的确有过真正掌握了共时性现象的事情，并因此才享有名望。但与此同时事情也就发生了变化，变得不得不玩弄骗术了。

### ○全息摄影模型

为了进一步理解共时性，很有必要考虑一下卡尔·普列布拉姆和底比德·鲍姆的全息摄影式意识模型问题。普利布拉姆是当代第一流的脑研究专家。1940年到1950年，他是一个所谓“固执的行动主义者”，后来他差不多每隔10年一个周期地变换着研究对象，先是认知心理学家，后来变成人道主义心理学家，70年代后期成了超越自我心理学家。在1982年举行的第八届超越自我国际学术会议上发表了“关于脑机能的全息摄影式构造假说”的论文演说。底比德·鲍姆是理论物理学家。他受普列布拉姆的影响，提出了不仅对人的意识，对宇宙也同样应以全息摄影模式来看待和认识的观点。鲍姆虽然

没有参加在瑞士召开的第八届越超自我国际会议，但是这次会议放映了他与德国哲学家克利修纳鲁底对话的电影。他在思想上接受了这位德国大哲学家的很大影响。

普利布拉姆在研究脑的记忆现象的过程中，逐渐产生了一种想法，即认为通常把脑的记忆活动看成是象往照片底片上显影一样，“凡是记忆下来的事情都可以和脑这张底片上的某个部分相对应”的观点是不合适的，更妥当的认识应该是“所有的记忆事物的记忆状态都是延展到脑全体的”。这种想法的基础就是他的关于全息摄影模式的理论，即“脑是一个解释全息摄影式的宇宙的全息摄影记录”。

这里所说的“全息摄影”就是一种不用镜头拍摄的三维立体照片的意思。最早是由英国物理学家丹尼斯·戈波尔在1947年提出构想的。后来随着激光科学研究的发展，在1963年第一次正式得到全息摄影的图象。戈波尔曾因此而获得诺贝尔奖金。普通照片是用镜头对准被摄物拍出的二维平面的投影象。被摄物与二维平面的摄象上的各部分一一对应。全息摄影则不同，它是把被所摄物扰乱的光波域作为光干涉模型记录在感光板上。这就是“全息摄影记录”。把这种“全息记录”再放置到象激光这样的可干涉性光线中，原来的光波模型就会再现，恢复原物的三维空间下的立体形象。这里有一个特别需



要提示的地方，即由于不使用镜头，实际上的全息记录的是被所摄物扰乱的光的干涉模型，取出这个记录中任何一小部分，都可以再现出原物的全体象。

理论物理学家底比德·鲍姆还进而产生了一种划时代性的思想方法，认为通常我们感受到的世界是一种显在世界，而在其背后，存在着一种超越时空的全一性的世界。鲍姆把它称为“暗在系（implicate order）”。

我们通过自己的五官感知的世界，是一个与暗在系相对应的“明在系（explicate order）”，即被各种各样的事物分割，部分化的世界。在这个明在系里，外表上个别化，或者无关系地存在着的各种事物，实际上在暗在系里都是作为全存在，全一而且运动地存在着的。鲍姆把这称为“全息运动”。暗在系的全息运动是五官所不能掌握的。尽管脑是一个全息记录，有记录全息运动的功能，但是人在感知事物的时候，要进行对全息记录的大量淘汰处理，然后才把这种事物当成显在系里存在的事物来感知。鲍姆曾指出：人是“通过用镜头眺望自然而将自然对象物化的”，他还肯定了认为“思考是一个过滤超越思考的东西的过滤器”的观点。这里所说的“超越思考的东西”指的就是暗在系的东西。

有了上述思路，共时性现象就比较容易解释了。对此以普利布拉姆为代表的关心全息摄影模型

假说的学者们都有同感。但是，按这种思路就没有必要再考虑一种事物的发生会依据能量的传播而波及其他事物的现象了。借用鲍姆的话说，就是“物质也好，意识也好，都共用暗在系”，所以所有的事物现象都可以通往人的意识。问题在于为什么感知这些事象的可能性仅限于某一时，或某个人。对这个问题我们暂且不深究，先看看鲍姆的理论。他的关于暗在系的显现的观点没有解释清这个问题。但是荣格的“原始模型布置”的观点却令人感到在这一点上有相当份量。就是说，当无法知道的这种作为终极存在的原始模型显现出来，原始模型的布置现象被认识的时候，共时性现象就会发生。

### ○心身相关性

对自古以来，人们不断评说不一的心身相关性问题，也应该考虑一下它与共时性是否有某种关连。人类从很早开始就发现心身之间存在着一定关系，而且我们也在日常生活中经常体验这种关系的存在。当感到恐怖的时候，身上就会出冷汗；悲伤的时候，眼泪就流出。最简单也是最普遍的想法是认为这是因为当时自己感情的变化引起了身体的变化。但是还有一种众所周知的以詹姆斯·兰凯为代表的观点，即认为是先有身体的变化而后才以此为根据出现感情的变化。从这里也可以看出，即使是

日常生活中发生的很单纯的事象，原因——结果的思考模式也很容易把对事象的认识引入简单化的歧路。实际上，心身相关性问题远不是如此简单的问题。

进入19世纪末期以后，弗洛伊德用精神分析法成功地治疗了歇斯底里神经症。从此人们骤然开始关注起由心理原因造成的身体障碍来。在此期间，弗洛伊德的关于重视构成心理要素的“性”的一系列观点引起了人们极大的兴趣。他认为人类的“性”与“心”和“体”都有着密切的关连。总之，自弗洛伊德之后，从心的一侧观察心身相关问题的倾向加强了，对“心身症”也开始尝试追究其“心理原因”了。但是，1939年，弗洛伊德派精神分析家、美国精神病理学家弗兰兹·阿历山达尔（Fanz Alexander）提出了一个新主张。他认为应该把自由运动系统以及知觉系统发生的障碍和自律神经系统机能失调区别开来。前者可以称歇斯底里精神病，后者应叫植物神经症，因为它们的病因是不同的。这就是说，不能把突然性失明、手脚不能动之类的症状与偏头痛、心脏神经症、高血压等等症状并列作为“心因性疾病”来处理。虽然阿历山达尔仍然是从原因——结果的连锁思路上考虑上述那些问题，但是他改变了把由心身相关性引起的疾病，全部作为歇斯底里神经症的同等物来考虑，单纯寻找心理原因的倾向，从这一点说，他的主

张是有很大大意义的。当然，在临床上，这两者常常重合在一起，不是可以那么简单地分别处理的。但是植物性神经症一般不是心的外伤的反映，而是更长期的精神压抑的原因造成的，所以往往不是简单可以处置的。

我1957年在美国留学的时候，导师是库劳帕教授。他曾经从事过关于癌的心理学研究。根据他的研究，在患者的心理状态和癌的发展之间存在着一定程度的关连。简言之，对癌抱有强烈的“抵抗”情绪的人，以及非常沮丧的人，他们的癌发展迅速，而且既不抵抗也不沮丧，抱着听其自然的态度的人，则癌发展缓慢。在他的研究报告中有这么一个病例，有个患癌症的病人，认为“好了，反正快要死了，让我在死前来一次环球一周的旅行吧”。于是夫妇二人忘记一切，愉快地渡过了一段日子。而从此他的癌也消失了。当时，我第一次听到这种事例，深受感动，心里想：“看来癌症也是深受心理因素的影响的”，但是库劳帕教授却做了这样一个总结——“注意，不要从这个病例中得出关于心身相关性的简单因果对应式的公式”，“不能得出‘因为他轻松地环球旅行了一周，所以癌病变消失了’的结论！”我说：“您的话的确言之有理，但是究竟那是为什么呢？”教授回答说：“我本人对此还无可言告，但我想，荣格的弟子马伊亚教授最近有个观点可以最恰当地回答你的问题，他说对心身相

关性问题应该与荣格提出的共时性理论联系起来考虑。”当时我对共时性尚全然无知，回去后赶紧查阅有关书籍，但是终未能尽解其意。

三年后，在库劳帕教授的推荐下，我来到瑞士的荣格研究所继续留学，并接受了马伊亚教授的心理分析。当时，正值1963年马伊亚教授发表“从荣格派观点看心身医学”的论文期间，他在文中主张应把心身症问题做为共时现象来看待，既不是“心是原因，身是结果”，也不是“身是原因，心是结果”，而是共时地或说同步地产生的。因此用弄清心理原因，然后据此治疗心身症的思路，从本质上说是毫无意义的。马伊亚教授开始把心身相关性与共时性联系起来考虑时，曾引起荣格的勃然大怒，他说：“共时现象是罕见的，决不是那么显而易见的东西！”但是经过长时间的辩论，荣格暂时服从了马伊亚的观点。不过，在那以后马伊亚说荣格常常对这个观点发生动摇，总是习惯于共时现象只发生在特殊场合的老想法。从笔者的角度看，我还是赞成马伊亚关于心身相关现象的观点的。

那么，下面就是应该如何治疗心身症的问题了。在此，我想先强调一点，把心身症单纯理解为由心的问题引起的，所以认为患心身症的人“必然存在某种烦恼”，或者“害怕精神压抑”，有时甚至误解为患心身症的人“品行不端”，这实在是一件太可悲的事情。因为这样的短识而令患者苦恼完全

没有意义。日本心身医学会对心身症有个很慎重的定义，“心身症是以身体症状为主，而在诊断和治疗上对心理因素的考虑具有特别重要的意义的病态。”由此可见，心身症并不是仅偏重心理问题就可以全部治愈的疾病。在治疗上，必须既从心的一面，又从体的一面，两面同时去接近它的实质。但是从单方面接近治愈的可能性也是存在的。不过，如果有人追问“治愈”的意味究竟是什么的话，实难确切说明。我想在最后一章里，再稍微接触一下这个问题。

迄今为止的阐述都是认为在心的现象和体的现象里存在着某种相关关系，但是这里要声明的是这种关系决不是直接的因果关系。而且值得注意的是底比德·鲍姆在这一点上也持相似的见解。鲍姆明确指出，认为“心与身体是否相分离地存在的，它们之间以某种相互作用为维系而相互关连”的观点与他的理论不能共存。鲍姆这样阐述他在心身相关性方面的观点：“应该说，在暗在系里，心把全部物质牵连进去，尤其是把身体牵连了进去。同样的，身体也不仅把心，在某种意义上甚至好象把物质的宇宙世界都牵连了进去。因此，身体与心更应该称做是一个‘宏大的亚总体因子’，这个亚总体构成心身双方的存在基础。”他还进而更明确地说：“心身之间不是相互影响，而是同心协力地形成一个相对独立的总体。”这里所说的“相对独立

的总体”指的就是一个人的存在。

这里略介绍一下鲍姆在解释“亚总体”和“因子”概念时所使用的一个巧妙的比喻。在一个四周透明的水缸里游着一条鱼。假设分别从这个鱼缸的相互成直角关系的两个侧面来给这条鱼拍照。然后把拍出来的两张底片用幻灯机同时打到屏幕上，于是就会发现，这两张照片构成某种“相关的关系”。一张的内容与另一张的内容互相关连。但是，这两张照片并不能说明原物是各自独立存在的，而只是分别摄出了同一实体的一个活动面。这个活动实体是比平面屏幕上的两个内容更高一层次上的存在。这个“高层次的存在”，就好比人的存在这个“亚总体”，而两个屏幕上投影的内容就可以分别看成是“心”和“体”因子。

这里之所以只把心与体叫因子是因为还存在着一个构成心与体的存在基础的更高的实在，这个高层次的实在是超越心身二者的物质的东西。也可以说，在这个高层次的实在的次层次里心身归根结底是统一的。心身症是高层次的实在的异常状态在心 and 身两方面的反映。但是，我们人类不能直接与这个高层次的实在的本身接触，而只能通过心这个因子，或体这个因子进行接近。而且，即使是接近的时候，也不能用因果律来掌握其中的关系，不能得出下面这样的结论：“对于心因子，我们可以进行什么程度的操作，就可以怎么样地作用到高层次实

在的本身上”，同样地，“这些在对待体因子上又可以如何如何兑现”等等。“高层次实在”有它本身的自律性，它是不遵从人类的机械性操作的指挥的。当然，比喻终归是比喻，如果生硬地套用一切，就会陷入谬误。只是上述的比喻实在是一个妙极了的比喻。心身相关性问题很可能成为21世纪的一个重大科学研究课题。它含有科学、宗教、哲学的结合点的意义，很难只用一条线贯穿起来。

### ○实际价值

前面提到有一种对共时性理论的指责，即认为它没有实际价值。乍听起来，这种指责并不牵强，而且笔者也曾有过类似的想法。在因果律的世界，原因查明后，通过对其施加一定的作用就可以改变结果。但是，面对“共时性现象”，人们却只能说“啊，原来如此”，却无从找到有效地施加作用的办法。然而，随着后来作为心理疗法专家的经验积累，笔者开始意识到了共时性理论的实际价值。

来求治于心理疗法的患者，除了轻症以外，多数病人的矛盾是无法用合理的、一般性的方法解决的。可以说是绞尽脑汁也想不出好的解决办法来。恰如鲍姆所说的那样，人的思考的作用就相当于一个对超越思考的东西的过滤器，思考得越多越深，



解决问题的突破口就变得越小以至消失。就在这一般性合理思考无可奈何的时候，倘使向共时性现象敞开心怀，某些被一般性思考所丢弃的偶然事物会意想不到地把我們引到豁然洞开的新天地里——这种现象不是我们经常体会到的吗？前面曾经举到一个荣格的例子，那只黄金甲虫的出现不是就成了改变那位患者以往的想法的契机吗？

这里最关键的是共时性现象绝对需要体验其主体的参与。比如，“对黄金甲虫的闯入”是可以当“偶然”来处理的。但是，如果把这个事象当共时性现象来接受，那么就能由此产生一种主体的参与感。被近代合理主义坚硬地武装起来的自我，尽管具有某种程度的稳定性，但是丧失对世界的主体性参与的危险性很大。荣格记录了很多病例中的患者，他们看起来一切都很美满，就是总是精神不安，或者感到孤独得受不了。这种病例就适于上述情况。可以说，通过接受共时性现象将恢复被我们失去的宏观世界与微观世界的对应关系。换句话说，就是为自己在宇宙中定位。

但是，对黄金甲虫，以及对笔者前面言及的关于易的例子，很多人会回以冷笑。这也毫不奇怪，因为它们都是极其缺乏代表性的事象。然而，那种只依靠普遍的“正确的”事物而活着的人，能够说他是作为“个人”活着的吗？由因果律确立起来的法则和定律对于解释脱离个人的普遍现象的确是有力

武器。但是，对于“个人”这种只有一次的现象，在解决对于“个人”来说“个人”是什么“意思”的问题上，共时性现象的观点则发挥着有效的作用。而在心理疗法上，后者才更重要。

在这一方面，有个与同一性的关连问题，对此我赞成这样的观点——一般真理或者普遍命题不能给担心失去自己的同一性的人任何宽慰。对于具有某种社会性的心理障碍，并因此而苦恼的人，学问性的、一般性的解释和说明不过是空诵经文而已。所以，那些特别个别的事象就只有从基于日常的显示于外部的普遍原理的逻辑性说明的思路中脱离出去。同一性的表征之所以常常不符合一般性，并带有神秘性和背理性，其原因很可能即在此。

可以认为，时而具有神秘性和违背理性的事物，即是共时性现象的存在所致。很多宗教所宣传的“奇迹”也即是它。现在，即使不相信某个特定的宗教团体的教义的人，也很有必要在一定意义上探索自己的同一性。因为同一性问题常常以神经症或人际关系障碍等形式表现出来，苦恼着现代人。而在解决具体问题的过程中，往往本性问题自然而然地浮现出来。而在心理说法的过程中，病人通过体验共时性现象，以共时性现象为支持，可以深化同一性。

读到这里，读者很可能要产生一个疑问——这样会不会有人把一切事象都当成共时性现象来看待

呢？的确有这种危险性。而最危险的则是这有可能成为助长迷信的根据。荣格曾经说过：“与思考机能相对应的是感情机能，二者是相反的机能，但又具有相辅的性质。”V·佛兰兹曾指出判断共时性现象的时候，感情机能很重要，他强调说“在这种时候与其说是用‘思考’不如说是用‘感情’来做判断”。而现代人显示着思考机能过剩而感情机能衰弱的明显倾向。要想参与共时性现象，就有必要让自己的感情机能发达起来。

现代人在考虑家庭或人际关系的时候，多数是单纯依赖因果关系的思考，匆匆忙忙地找出“原因”，然后断定谁好、谁坏。比如有的时候就会得出“家庭纠葛的根源都在母亲身上”之类的结论。但是，如果把全体现象当成原始模型的布置来看，那么谁都不是“原因”，而是整个事物互相关连的一种形态的表现。心理疗法医生掌握这样一种意识，并加入到全体现象的原始模型布置中来，事态就有可能变化。就是说不去考虑谁好谁坏的问题，而是每个人都考虑今后怎么办好，通过这种态度的转变找出解决问题的途径来。实际上，我们在进行心理治疗中遇见的那些抱有难以解决的困难问题的求治者，无论是本人也好，家人也好，大多是由于不愿自己被当成恶人，或者是想在自己以外造出一个恶人来而拚命地想方设法做工作，结果使人际或家庭关系分崩离析，十分紧张。此外，还有很多

“教育者”，甚至“心理医生”在言谈话语之间助长这种情绪。对于这种情况，只要让所有的有关者从因果主义的思考中摆脱出来，家庭关系就会转变，心胸和视野就会变宽变远，恢复精神健康的道路也很容易展现眼前。从这一类的事物中，我们就能感受到重视共时性的态度是有一定的实际价值的。

## 死 亡

### ○死的恐怖

1959年，我曾作为交换留学生在加利福尼亚洛衫矶大学研究生院学习，那段时间我兼做一种不寻常的短工——帮助精神病院的那些行动不便的住院病人到户外活动，作日光浴，并和他们聊天。起初，我以为这种临时工对于我这种临床心理专业的学生来说是再合适不过了，何况病人都在住院治疗中，不怕发生意外。既然是精神病院，看来大部分患者可能都是精神分裂症，和这种病人谈话可能很有收获，于是我欣然前往。

但是，去了几次之后，我发现他们并非都患的分裂症，而是患了一种莫名其妙的病，随着我们的多次接触，双方渐渐亲近起来。有一次，一位病人非常严肃地告诉我，他对自己究竟患的什么病一直蒙在鼓里，家里人和医生从未和他提起来。他只是在一个偶然的时机里偷看了自己的病历，才知道是一种叫“多发性硬化症”的精神病，他说：“看来这病说不定会要了我的命。”当时我还不知道“多

发性硬化症”是种什么病，回到宿舍后我急忙翻查资料，原来这真是一种不治之症。面对着一大堆介绍这种疾病的详细资料，越读心情越沉重，我已经没有勇气再去看我的病人朋友了。

由于我正在攻读荣格的精神分析学，于是我请教了分析专家，他反问我：“既然如此，你不想帮助病人做好死的准备吗？”“既然是不治之症，那么告诉他真相，让他对死有心理准备，把每天的交谈继续下去。”他这样告诉我，据说荣格派的精神分析专家，又兼任神父职务的艾尔瓦德先生就是专为使人们做好死的心理准备而进行精神分析的，他的工作很有意义。然而，当时的我太没有这样的精神准备，不知道自己究竟能够做些什么。我如实地把自己缺乏信心的状况告诉了精神分析专家，他说：“如果自己没有把握，那就决不要再去做了。”这件事就这样不了了之了。

这次半途而废的失败给了我很大打击，它使我感到自己的软弱无力。但是，另一方面我又为自己无意中选中攻读荣格学派的精神分析学而庆幸，因为我感到自己的内在素质中存在着对荣格学派的必然的倾向性。事实上，“死”这个问题是我自幼以来一直探求的课题。虽然不能明确地说出是从何时何事开始的，但是似乎至少是从五、六岁开始我就对死怀有恐怖和疑问了。我总是想：“我要是死了，那将是怎么一回事呢？”“为什么人非死不可

呢？”这些疑问即使在后来的专门制造死的战争中也并没有离开过我的脑海。倘若能够受助于荣格学派的教诲，站到“死”的正面解开“死”之谜，对我来说，真是件意义深远的幸事。

因为我一向对“死”十分留意，所以经常注意观察各种有关现象。我发现，一般的孩子，特别是五岁前后的孩子都很关心“死”这个问题。这是通过对到我的心理咨询诊察室里来求诊的孩子们的调查得出的结论。我由此而推想到一般而论，一个人在一生中会有某些特定的时期对“死”的问题特别关心。例如这里列举的五岁前后，还有青年期等等，可以认为，象这样的一些人生重大变化的时期里，特别留意“死”也是一个特征。

作家森崎和江记述过这样一件难忘的事情。在自己的孩子三、四岁的时候，曾经向她提出过关于死和死的恐怖的问题。那是一个夜晚，两个孩子流着泪问自己的妈妈。森崎和江感到无法用“上帝”啊，“佛祖”啊，“天堂”之类的话来向孩子解释，只好说：“那是件非常可怕的事，大家都害怕。不过，大家又都起劲地活着。”一边也情不自禁地落下了泪。一个孩子哑然了。他把自己的小手伸到母亲的背后，轻轻地抚摸着，小声地说：“别哭了，妈妈，我再不说这种可怕的事了。”当母子共同讨论死这件可怕的事情的时候，竟然是幼小的孩子去安慰自己的母亲。森崎和江回忆道：“当时

孩子温暖的小手给了我很大的安慰，我轻轻地自语说‘谢谢你，我的孩子’。”这令人感动的场面所表现出的母子间情深意长的感情交流，不是也告诉我们“没有任何生是可以回避死的”吗？问题并不在于“死是恐怖”的。正相反，问题恰恰产生在想要掩盖这种死的恐怖的时候。

为了缓和这种死的恐怖，近代医学做了很多卓越的贡献。众所周知，由于近代医学的进步，以往的许多不治之症、难治之症都有了一定的预防办法和治疗措施，人类的平均寿命以相当快的速度逐年提高。从平均而论的角度来说，我们已经可以不必担心早年夭折而可以健康地享受长寿的人生了，但是，正如哲学家村上阳一郎教授所尖锐指出的：

“象这样的近代医学的进步反而有可能引起人们对无法预料的死的恐怖。”他以“脑坏死”为例，

“一般人都认为，脑坏死后，原来起着生命维持作用的装置——大脑的死亡在整个人的全面死亡之前到来，它成了一部宣判人的全面死亡的‘死促进’装置。”对这种死，人们无比畏惧，对那些千方百计延缓人们死亡的医生丧失了信任，说得极端一些，近代科学似乎给了人们对死的新的恐怖，它一直为使我们避开死而奋斗，其结果在某种意义上却使我们感到它在促进着我们的死，



## ○死的位置

无论如何，近代科学的进步毕竟还是使我们离“死”远了一些，然而，归根结底，死是要到来的。最极端地迎合了人们拒绝死的心情的“近代科学”的进步，莫过于我在第一章里所提到的美国的“死化妆兼防腐处理”事业的发达昌隆，让死者“宛如活着”一样，躺在美丽的花丛中，加之殡仪馆的巧妙安排，使参加葬礼的人感觉不到他们必须正视的“死”，或者干脆忘记了“死”。然而，无论怎样下功夫，人们也是无法否定“死”的。

美国人千方百计排斥拒绝“死”的做法，甚至让人感到象在排演喜剧。他们之所以如此，正是因为他们的世界观里没有“死”的位置。我在前面已经讲到了，西方的近代“自我”始终是以“自我可以复活一次”的信仰为支柱的。但是，让接受了近代科学知识的西方人献身于“可以复活一次”的信仰，那是太难了。

“死”，究竟在自己的人生中占有什么样的位置？对于这种只要是活着的人谁都没有经验的“死”，应该怎样在自己的“生”中给它做适当的定位？——对于这个问题，人类所创造的不同文化的产物——各种宗教分别给以了相应的回答，正是由于宗教帮助人们为死安放了适当的位置，人们才

能够安心地活下去。在和西方人交谈的时候，有时会听到“我真羡慕你们日本人信奉‘轮迴’。”当我告诉他们：“错了，差不多没有几个日本人是相信轮迴的。”他们立即显出大惑不解的神色，接着问：“那为什么日本人在临死的时候会那么平静呢？”他们举出战争中日本神风特工队成员视死如归的例子，又摆出和自己交往的日本朋友平静地接受死的事实。有的人还讲到发生劫机事件，所有的乘客都感到危在燃眉之间的时候，日本乘客却令人难以置信地沉着和冷静的经历。在他们看来，日本人的安定感肯定是来自于对轮迴的信仰。所以，当他们听说大多数日本人并不信仰那种具有严格意义的特定宗教，例如佛教的轮迴教义的时候，他们感到不可思议。

在现代日本，和过去一样，存在着将死在生活中确切定位的文化。女作家森崎和江曾记述道：

“在冲绳，我感到死者时时陪伴着生者，而且天天都在生者身边，……这种感觉与其说是来自于观念，不如说是来自于日常生活中的行动和言谈。”最近出版的藤村久和写的《和神仙们生活在一起的蝦夷人》书中详细地描述了生活在北海道一带的蝦夷族人的生活情况。正如书名所恰如其分地归纳的那样，蝦夷人是和神仙们一同生活着的。他们在自己的生活中将“老”和“死”放在了极适当的位置上，从这种意义上说，表面看来，日本现代人的佛

教仪式多是流于形式，而不象是欧美西方人那样有意识地去“信仰”的笃诚状况，但是实际上，佛教作为一种日本人的固有信仰自古至今被继承下来，它已经成了日本人无意识状态下秉承流传的一种宗教性。或许正是这种无意识下的宗教性支持了日本人的遇事不慌、临危不乱的安定感吧。

那么，欧美和西方的情况是怎样呢？随着近代科学的发展，不再接受基督教的教义的人们从科学和观念进步所带来的社会发展中找到了希望。他们确信，这种来自科学的进步才是真正的“现实”，而不象宗教不过是骗局。但是，正是这样的“进步发展”，被最近的研究成果明确证实，它也不是正确完整的现实。这些进步发展归根结底只能适应青年、壮年的想象，在这样的世界观里很难再装入“老”和“死”的课题。西方近期所兴起的新科学运动，正是基于这种反思，试图抛弃以往拒绝和回避死的立场，而开始虚心地从正面探索死的问题了。此刻最重要的莫过于尽可能无前提地研究死的现象，而不能基于某个特定的宗教观念去看待死。

### ○濒死体验

从这一节开始我们将从正面叙述“死”，不带任何前提，从正面研究某种现象的做法可以说是“科学的”。但是，在研究中，不是把对方当成客

观对象来对待，而是尽量与对方共鸣，与对方分享体验的做法又可以说不同于传统的自然科学的研究方式。

秋布拉·劳斯女士长年和癌症患者聊天交谈的故事在日本传为佳话。她和那些已被告知患了不治之症、余时不多的病人们一起讨论通往死的道路，体验他们的心情和想法。劳斯女士在最近一次“国际超越自我学会”会议上发表了论文，我也有幸和她交谈，受益非浅。现在，她又在从事和濒死的孩子交谈的长期研究工作。有关的经验已经收入她的著作中，他在这部书以及在学会会议的发言中都强调了死后生（life after death）的存在。而且，她还坚定地指出：她不是相信死后生，而是知道死后生。

在介绍劳斯女士强调“死后生”的存在的有关内容以前，有必要先说明一下关于濒死体验（near death experience）的研究。美国精神病医生莱蒙托·姆蒂曾于1975年发表了一部名为《life after life》（意为“生后生”）的著作，在日本译为《窥视死后的世界》，姆蒂最初是研究哲学的，后来转向医学。他在课堂上讲授哲学的有关“灵魂不灭”的论述时，有一个学生讲了自己祖母的濒死体验。从此，姆蒂便积极地展开了对濒死体验的探讨。所谓“濒死体验”是指被医生从医学上判断已经死了的人，后来又奇迹般地复活了的体验，以及

由于事故或者疾病而濒临死亡的人的体验，姆蒂搜集了包括间接资料在内的约 150 多个研究事例，从中得出了下面的结论。

不同的人的濒死体验是不尽相同的，但是它们却有着惊人相似的共同特点。根据这些共同特点，姆蒂归纳总结出了一个理论“典型”。这是个非常重要的理论模型，所以我把有关叙述直接引用到本文里。

姆蒂这样写道——

“我曾处于濒死状态，当我的物理肉体的危机达到顶峰的时候，我听见了主治大夫宣告我‘已经死亡’的声音。耳边开始轰轰作响，那声音压倒了一切声响，好象大型机器旋转时的乱糟糟的轰鸣。同时，我又觉得自己好象正以飞一般的速度穿过一个又长又黑的通道。接着，突然间从自己的物理肉体中脱离了出来，但是，脱离了肉体的我还是和原来的‘我’处于同一个物理世界里，只是和我的物理肉体间保持着一定的距离，完全如同一个旁观者一样凝视着自己的物理肉体，我就这样处于一种奇妙的异常状态下观察着自己刚刚从那里摆脱出来的物理肉体，看医生怎样施展‘复活术’抢救自己已被宣告死去了的物理肉体。当时我的精神非常混乱。”

“过了一会儿，我渐渐平静下来，开始习惯我所处于的奇妙的状态。我觉得自己即使现在也仍具

备着一定的‘体’，只是这个‘体’与我刚刚摆脱出来的物理肉体有着本质上的区别，这是一种拥有极特异的能力的‘体’。接着，新的事情出现了。不知是谁来到我的面前，要把力量借给我。究竟是已经去世的亲人的灵魂还是朋友的灵魂呢？虽然说不清楚，但是的确感到他（她）就在我的面前。于是，一种似乎我从未体验过的充满爱和温暖的灵魂——发光的生命——出现在我眼前。这个发散着光辉的生命向我发出了让我总结自己一生的问题。这些发问并非通过具体的语言交谈，但是我能领悟这些投向我的发问的内容。于是，我把自己一生的主要经历事件，一个接一个地，在转瞬间重现出来展示给他（她），随后，他（她）帮我做了总结。一时间，我觉得自己稍许接近了某种可以称为‘障壁’，或‘境界’的东西。毫无疑问，它实际上就是现世与来世的交接点。但是，我认为我还是必须回到现世去，现在还不是我该死的时候。就在这时出现了一个矛盾——我为此刻所体验到的死后的世界扣住了心弦，尽管我觉得自己应该回去但从心情上说我已不愿意再返回现世去了。我已被对来世的强烈的欢喜，爱和无苦无忧的安乐所倾倒。然而，不知为什么，我却违反了自己的心愿，重新和自己的物理肉体相结合——复活了。”

这里记载的只是一个典型例子，而实际上各个人的体验的细节当然是千差万别的。姆蒂指出，在

上述典型例子中含有约15个内容要点，大多数体验者所追述出来的经过都有8个或8个以上的内容可以和这些要点吻合，有些人的体验可以有12个以上的内容与典型例中的内容要点吻合。另外，在要点出现的顺序上也因人而异。例如有的人的体验是先遇见“发光的生命”，然后才从自己的肉体脱离开。还有的人也经历了被宣告临床死亡，后又复生的过程，但是复活后他说自己丝毫也没有经历过典型例中的那些奇特场面。

凡是有过类似体验的人都再三表示自己无法找到描述当时情景的确切语言。他们说，当时的场面实在太出乎意料，无论怎样向没有经历过的人讲述，也很难让人理解和接受。所以，很多曾经有过这种体验的人始终保持沉默，只是当他们看到姆蒂非常诚恳而认真地了解这种经历的时候，才第一次向别人追述。这种有关“身体外的意识”的体验，在荣格的论说中也曾有记载，他把它作为共时性的现象之一，不过，那时候没有得到人们的理解和信赖。一位在交通事故中腿被压得粉碎而失去知觉的人，曾追溯他当时脱离了自己的肉体，在自己的上方眺望人们处理事故的情景，这难免令人感到“那是濒死者的幻觉”。但是，他所追述出来的情景和当时的事实毫无出入，这不得不令人信服。更有趣的是秋布拉·劳斯女士所做的对全盲人的濒死体验的调查报告。被调查人都是全盲者，但是他们在回

顾自己的濒死体验的时候，竟然能够把在场人的穿着、服饰，甚至携带物品都描写得淋漓尽致。

在日本，也常听到有人谈到自己临死时，“已经过世的亲人来迎接自己”的经历，我也亲自接触过这样的人。在上一章里曾经介绍了鲍斯所记载的“预告死亡的梦”，内容也无非是已死去的母亲或妻子来接自己之类。看来，临死前梦见过已故者来迎接自己的人不在少数。特别是鲍斯搜集的例子中还有本人完全健康，谁也没有料到会死的时候做了“预告死的梦”，并且果真兑现的戏剧性的内容。秋布拉·劳斯还观察了大量临死的孩子，有关报告中的一些例子也不容忽视。她指出孩子们在临死前有一段特殊的时间，她称其为“透明瞬间”。劳斯询问孩子们在这时的体验：“如果可以的话，你能告诉我你现在的感受和你看到了什么吗？”有个孩子回答说：“我很好，因为妈妈和皮特正在等着我。”这个孩子是由于交通事故而住进了医院，母亲在事故现场就死去了，而他和皮特分别住进了不同的医院，孩子接着就死了，后来得知皮特的死就发生在孩子死前几分钟，劳斯调查到了很多象这样的例子。她写道：“当临死的孩子说谁在等着他的时候，那是真实的。实际上，那个人是就在这孩子死前不久死去的，即使只是早死了一小会儿。但是，又不是所有的孩子都能预知自己亲族的死。那么，这仅是偶然的一致吗？”



关于姆蒂的调查报告中的那些非常生动有趣的事例，由于内容太多，不能一一介绍，有兴趣者可以阅读他的原书。这里有二三点需要强调一下，或许对你阅读他的著作有一定的参考价值。首先是关于姆蒂以“发光的生命”来命名的存在。姆蒂是这样说明这一存在的：“在我所研究的各种事例的共同内容要点中，最令人难以置信的，同时也是无一例外地给予体验者巨大影响的，就是他们遇到的非常明亮的发光体。”濒死者能感到这种发光体是有人格、有生命的，“从他（她）那生命中发散出来的爱和温情是任何语言也描绘不了的，他们完全被这发光的生命笼罩了起来。”同时，这种发光体还有这样一种特征，即对他（她）是谁的解释“受体验者本人的信仰、教育及信念的极大左右。”有解释这发光体是“基督”的，也有解释为“天使”的，也有与任何宗教无关，只称为“发光生命”的。令人遗憾的是姆蒂的事例中的体验者似乎没有佛教徒，如果日本也开展这样的研究，那么搜集到的事例可能很有趣。

在著名的宗教书《西藏死者的书》中曾提有“光明”一物。姆蒂觉得，这和“发光体”有很大相似性。《西藏死者的书》是西藏密宗教派的经典教义，1927年由伊文斯·本兹译为英文。1935年译为德文出版时，荣格曾受本兹之托为文中内容做了心理学注解。当时，这本书并没有引起广泛的注

意，但现在却成了一部相当畅销的书，而且成了美国“嬉皮士”们的指南书之一。神学家帕乌尔·蒂里对荣格学派很感兴趣，我曾在荣格研究所听过蒂里讲学。蒂里曾说过：“希望临死的时候，人们都能谈谈《西藏死者的书》。”这里受篇幅所限，不可能过多触及该书的具体内容及荣格所做的注释，但是我想强调一点，即这本书里记载的有关死者的体验与姆蒂的调查报告中的内容极其惊人的相似。这本书实际上是僧侣在濒死者枕边诵读的一部“枕经”。它给死者的灵魂指出脱离“轮回”、获得不死性的方向，其中描写了死者的灵魂徘徊中阴（中阴——佛教用语，也称“中有”，指众生死后，接受下一次生之间的时间。由7天至无限长。在日本时兴49天。轮回——佛教用语。意指“如同车轮无穷尽地旋转一样，众生徘徊于三界六道，重复着生与死。”——译者注）的情景。这些情景和姆蒂的记载中的内容的相似处之一就是书中描写的“中阴的光明”非常类似于姆蒂所说的“发光的生命”。

在荣格为《西藏死者的书》所做的注释中也指出了该书与斯威底伯瑞的著作有相似处。当然这二者之间是不可能有什么关连的，所以这种不期之合就愈显得意义深长。斯威底伯瑞（公元1688年——1772年）是生于瑞典的伟大科学家，哲学家，他是一个反对把事物简单分割的伟大人物。他曾说过自己亲自探索了死后的世界，掌握了一种他称之为

“死的技术”的方法。他留下的巨著《灵界著述》十分闻名。看来荣格曾经仔细阅读了斯威底伯瑞的不少著作，所以才发现《西藏死者的书》所描写的死后世界和斯威底伯瑞的灵界体验多有相似。在斯威底伯瑞的书中也记述了“主的光”，说那是一种普照灵界的光亮，无法形容，无法比喻地发散着明亮的光辉。

总之，姆蒂的研究向我们指明了一个非常有趣而意味深长的事实，即现代关于濒死体验的各种人的记录和自古以来关于“死后世界”的记载有很多的相似处。

### ○《银河铁道之夜》

读了《西藏死者的书》，或者《灵界著述》之后，不由得令人想到：“也许一些宗教天才并不是因为疾病或意外事故而达到濒死状态的，而是通过修行达到相类似意识状态的。”宫泽贤治的著名作品《银河铁道之夜》生动地描写了濒死体验，如果用上面的推想来推论的话，宫泽的那些栩栩如生的素材是不是就来自于他自己的体验呢？之所以使人会这样推断，一个主要原因就是《银河铁道之夜》中的描述与姆蒂所记载的濒死体验的事例一致或类似的地方实在太多了。

几年前，我接受了日本儿童图书评议会关于介

绍宫泽贤治的邀请。当时我便是以以上的假想为基础讲演了《银河铁道之夜》。也许我是临时斗胆说了那么多未经慎重考虑的话，我没有讲稿，只是看着听众们的面孔讲了自己的推想。我在讲台上感到听众的反应似乎都是赞同的，所以非常欣慰。后来我和儿童图书评议会的负责人们谈话的时候，得知我的话的确深深打动了他们，这给了我更强的信心。在此我复述一下当时讲话的内容重点。

很多人猜想《银河铁道之夜》的故事取材于作者死去的妹妹的真实事情，我也这样认为。如果读过贤治的诗“永诀的早晨”和“无声的痛苦”，就会知道失去妹妹给贤治带来了多么深的痛苦。不过，贤治没有停留在一般人那样的仅仅悲哀和慨叹的阶段，由于他本身的罕有的宗教特质使他获得了和姆蒂的记述极相似的濒死体验。或者也可以这样认为，即因为他与妹妹的极强的共鸣性，使他曾经在妹妹走上死的旅途时能够与她同过路。

我想以后有机会一定详细分析一下《银河铁道之夜》，这里仅就故事中的描述，与濒死体验的明显相似处做一点探讨。

首先，让我们来看看作者是怎样描写列车开出“银河站”的情景的——

“一发车就有一种奇怪的声音在耳边响起，我想那声音是‘银河站’、‘银河站’……。突然，眼前猛地一片光亮，就好象亿万只放光的乌贼般的耀眼光团

一下子凝固成一块巨石落到面前，又仿佛是钻石商人为了囤积居奇而隐藏在宝石箱里的无数的金刚石不知被什么人不小心弄翻了，千万块闪烁眩目光芒的宝石，奇迹般地突然展现在眼前。杰邦尼情不自禁地一遍又一遍地擦着自己的眼睛。”

接下来的一段是描写列车走行时的轰隆声，这又和姆蒂所记录的濒死体验最初阶段的“震耳的轰鸣”，“飞快地通过一个暗道或山洞似的“感觉恰相呼应。至于前面引用的“好象亿万只放光的乌贼般的耀眼光团一下子凝固成一块巨石……”的描写显然是人间社会中的任何自然现象的发光场面都体现不出来的，这和姆蒂所强调的“有生命的发光体”简直是无比地相似。对银河铁道沿途的景色，贤治先生是这样描写的：“遥望辉映在蓝白色的光芒中的银河的岸边，茂盛的马尾草形成一条银带在天际随风摇曳，此起彼伏，飒飒作响，如波浪翻卷。”人世间绝无仅有的这种奇特的透明光辉在贤治的笔下栩栩如生，跃然纸上。

故事中和杰邦尼同行的是一位少年而不是少女，这和我们推断主人公取材于作者贤治先生本人和他妹妹的故事似乎有些矛盾。不过，少年的名字是“坎帕奈拉”，光看这名字不象男孩，倒更象是女孩。而且，把《银河铁道之夜》继续读下去的话，似乎越谈越会对坎帕奈拉的性别糊涂起来。对于这一点，我们应该更深入地设身处地地思考一

下，当贤治和妹妹一同到死后的国度去旅行的时候，对贤治来说，妹妹的存在不是已经超越了性别意义吗？<sup>6</sup>

贤治的描写中有一点是姆蒂的“典型”记录中没有的，那就是他还描写了体外意识体验，即“近于绝望的孤独感。”对杰邦尼的银河铁道旅途期间的孤独感的描写非常生动。例如“周围这么静，这么美，但是我为什么快活不起来？为什么反而感到如此的孤独？”后来又有一位女孩子中途上了车，坎帕奈拉只管和她聊个没完，杰邦尼越发感到心酸起来。而且，就连坎帕奈拉也“寂寞地吹着口哨”。

在关于濒死体验的记载中，还有些调查报告记录有听到“奇怪的说话声”的事例。譬如“我听到一种声音，但那决不是人的声音。而且我好象不是通过五官听到这声音的，但又确实是感到听到了一种说话声，这声音在告诉我该干什么——‘该回去了’——这声音对我说。”真是奇不胜奇——《银河铁道之夜》中也有类似的情节：杰邦尼时而听到一阵阵“仿佛是大提琴发出的柔和的声音。”这种“似乎大提琴的倾诉般的声音”对杰邦尼低语着，抚慰着，并把高深的智慧赐给他。这“声音”告诉他，“最重要的是学习和实验”，“只要你诚心去学，再通过实验把想法中的真伪确切地分辨出来，只要你毫不含糊地遵循这样的实验方法，那么信仰就

会变成与化学同类的东西了。”(重点记号是笔者加的)贤治先生的这些极其重大的发现实在令人深思。

《银河铁路之夜》与濒死体验的各种情节的巧合不仅仅是上述那些细部的描写，而且通篇作品使读者明显地感到作品中的世界具有着现世界所无有的透明性，那个世界确确实实不是眼前人们所处的人世，同时，它还使读者感到作品不是一部幻想的图画的描绘，而是真实的存在着的世界的旅行纪实。那些评述濒死体验的人曾强调说：“濒死体验是既象幻觉又不象幻觉的体验”，这句话的言外之意，恐怕就是想说：那不是幻觉而是“现实”。然而，究竟它是不是名副其实的现实呢？让我们在下一节里专门讨论一下这个问题。

### ○所谓“知道”

秋布拉·劳斯女士就在最近还一再强调，她不是相信有死后生(life after death)，而是作为一个科学工作者知道(know)死后生的存在。就“相信”而言，意为“死后生存在与否，在于判断者主观的判断，而不能成其客观判断的对象。”但是，“知道”则相反，它意味着“死后生的存在是客观的真实。”对于这一点，将秋布拉·劳斯的著作《新死的瞬间》译为日文的两位译者秋山刚和早川东作在“译者后记”里记述了这样一个有趣的事

实。

“秋山认为死后生属信仰问题而不能构成科学的认识对象，早川则认为虽然秋山的观点代表了一种一般性的认识，但是，从近年超心理学的观念来看，劳斯所强调的死后生是个概然性的科学事实的可能性是无法否定的。然而，我们两人都很理解确信‘死后生’的存在是安乐死的精神支柱。我们认为，两位译者在立场观点上的差异，恰恰对劳斯所从事的工作的理解起了一种相辅相成互相补足的作用，保持了译文的比较中立的不偏不倚的立场，而劳斯所从事的研究可以说就是宗教与科学的接点。”

劳斯之所以强调她不是“相信”而是“知道”，这是因为她想明确地告诉大家所有的记载的故事都是以事实为基础，而不是出于她本人的什么“信念”，或者“想象”；同时，正因为它们都是事实的存在，所以是无法改变的。她在这里所指的“事实”，就是我在前面已经多次引用的，和濒死体验的调查记录高度一致的，从临死前的人们那里听到的事实。在这些事实中，包括“体外意识”，也包括知道某个人刚刚死去，而没有任何人向这位临死者转告那个消息等等的事例。她在向我们报告这些事例的时候，显得那么坚定镇静和自信，她让我们感到她只是希望我们了解尚不为大家所知的事实，而不是向我们传达自己的信念，鼓起大家共同崇尚



那个信念。

1959年，即荣格去世前两年，BBC 电台 曾经采访过他。这个采访被摄成电影胶片保留在荣格研究所。笔者在那里留学时，曾经观看过。当时采访者曾问：“请问您相信上帝吗？”荣格沉默了一会儿之后非常坚定地回答说：“我知道（I know）。”我至今清楚地记得听到荣格的这一回答后听众席中爆发出一阵骚乱的议论声。这对于一般的基督教徒来说，大概是个相当意想不到的答复。所以，荣格收到了大量来信。为了解除误会，荣格特意给《听众》杂志发了一封信明确地解释自己的想法。荣格研究所在给我们放映采访记录影片的时候，大概担心我们也会发生同样的误解，所以特意把荣格给《听众》杂志写的这封信的复印件分发给们，还有人把谈话的内容也整理成书面资料。从荣格的这封信和其他著作出发推论，对于荣格对采访者的那种答复是否可以做如下的解释。

荣格自幼年起就存在着一种秉性，即讨厌不究缘故地相信事物。他的父亲是一位牧师，所以荣格具有很深的宗教性的传统。他常常和父亲谈论宗教。但是每逢此时，父亲就显出很不耐烦的样子，动不动就说：“你总是在想这想那，用不着去想什么道理，只要相信就行了。”然而，这对荣格来说是做不到的。父亲为了让荣格坚信起来，特意给他一个人讲授上帝的教义。荣格对基督教的“三位一

体”很感兴趣，一直盼望听听父亲如何解释。但是父亲却说：“今天该轮到讲‘三位一体’这一段了，不过我打算略过此段。实话说，我对这一部分也是糊里糊涂的。”荣格虽然对父亲的诚实非常钦佩，但是他绝望了。从此，荣格通过自己一生的探索，始终不渝地努力于设法知道“三位一体”，而不只是相信“三位一体。”可以说，通过他的努力，给后人留下了大量的宝贵财富。

至于荣格之所以用斩钉截铁般的“我知道”来回答“你相信上帝吗”的问题，他的主要意图很可能首先是为了反驳“只须相信而勿须思考”的态度。他主张更多地思考，更多地知道，只有以这样的态度才能加深宗教性。正因为如此，荣格的宗教观建立于自身经验的事实基础之上，而不是脱离事实的所谓“相信”。不过，这里所说的“事实”不仅是外界的事实，还包括内界的事实，而且这种内界对于他来说，正如前章所述，也是一定的客观世界。所以，他所说的“知道”，是指知道“我们本身是与一种未知的要因对峙而存。”这个“未知的要因”按一般的见解和一般的称呼就是“上帝”。可以认为，与这种“未知的要因”对峙，慎重地观察所有的现象，这才是宗教的本质。荣格所要强调的是他的世界观的基础就在于亲自经验，从经验中得知事物。

秋布拉·劳斯女士可以说也是这样。同荣格一样，她对所谓的“死”这个对人类来说的未知要因

之一，不是采取形而上学的思考方法，也不是束缚在某个特定宗教教义的思维牢笼里，当然更不是只须相信就可以了的态度，而是与“死”对峙，慎重地观察那里所发生的一切现象。由于她通过观察知道了那里所发生的现象，她才产生了自己所独有的对死的认识和态度。这和荣格所定义的含义上的“宗教性”是一致的，不过和一般人所理解的“宗教”毫无相干。可以认为，劳斯使用“知道”这个动词而不是“相信”这个动词，同样也是为了强调这个道理。那么，就她所强调的“我知道死后生”这一点来说，又该如何理解呢？

### ○关于“死后生”

关于死后生，荣格也有自己的看法，它们收录在荣格去世后出版的荣格《自传》中。其中有这样一段：“可以说，人在粉饰关于死后的想法，或者在创造关于死后的各种想象上——即使是不得不承认那是一种失败——简直达到了尽善尽美的地步。”的确，活在现在的这个世界上对我们来说是最重要的，为此我们要做的事情已经很多很多了。但是，仅此还是不够的。我们还要想到“死后生”，这样，我们的人生才会更丰富，也更具有完整性。尽管谈起这样的道理来似乎无可非议，但是正如荣格所明确指出的：人们对死后的世界“尽管不免言

及，不过至多只能是当成神话说说而已。”就是说，不是在谈论现今世界上存在的某种事实，而是在讲述一个“神话”故事。

若论“故事”或者“神话”，可能有的人一听到这种名词就轻蔑地拒之门外。但是荣格则不然，他强调说，“故事”或者“神话”和外界的现实具有完全同等的重要性。要认识关于死后生的“理知”需要认识神话中的“理知”，而且还要认识到神话中的理知是和所谓科学的理知同等重要的，这是一件很难的事情。强调死后生的重要意义的人，其意在主张把它当做所谓科学的理知来接受。而把所谓科学的理知看成是囊括一切的唯一理知的人，大概不会把“死后生”之类的问题看在眼里。

这其中存在着某种矛盾性。但是，我们正是从这种矛盾性中找到了理解劳斯和荣格喜欢用“知道”而不是“相信”的表述方法的钥匙。而且，从心情上我们也就能够理解了劳斯通过研究濒死体验，通过和临死者谈话，搜集他们最后的遗言，得出“死后生是存在的”结论的合理性。但是，对劳斯所说的“死后生的存在”还需要进一步地严格探讨。她在陈述“死后生的存在”的时候，谈到这样一种解释，即这种“存在”是超时空的存在，是和现今世界中的现实完全异质的存在，这令人感到一种认识单薄的担忧。荣格在强调神话的理知的重要性的同时，就反复警告过“要警惕用神话的理知偷换现今世界

的现实的危险性。”

斯威底伯瑞所叙述的死后世界，《西藏死者的书》所描绘的死后世界，它们与现代人濒死体验的调查报告何其相似，真令人惊叹不已。这种惊人的相似性的存在超越了时代和文化的差异。但是，相似毕竟是相似，而不是相同。很明确，所有的记述都与当事人所具有的意识方式密切相关。例如斯威底伯瑞所说的灵界，充满了基督教的色彩。不错，他在陈述这些的时候不是当成幻想来描绘的，他是依靠自己的“死的技术”，访问了死后的世界，而把所见所闻复述出来。如果这一切如他本人所述毫无虚构，那么假使我以同样的方法出行那个世界，也去体验一番，我的所见所闻很可能和斯威底伯瑞大相径庭。那里的“实在”是超越时空的“灵魂的实在”，所以我们在这里谈论它的时候，只能按我们生存在这个世界上的自己的意识来说明，也是无可奈何。这里不免令人想到——正因为如此，人的“意识”的存在方式实在是极为重要的问题。关于意识问题，我在下一章里专述。

能够接触到灵魂的实在是件非常美好的事情。不过，这种事情经历得太多，危险性也会多起来。正如秋布拉·劳斯女士所说：“死的确是美好的。但是，死还有另一个侧面——恐怖、残酷——不也是事实吗？可以说，正是时时不忘死的可怕的一面，我们的宗教性才能得以不断地深化。

## 意 识

### ○ “无意识状态”的发现

本章将探讨有关“意识”的一些问题。若论“意识”，首先必须接触一下“无意识”这个深层心理学领域中的课题。在第一章里，我曾稍许议论过与这个课题有关的内容，即在西方近代所公认的自然科学中，一切结论都是以把观察对象与观察者的人类相分离，从而求得观察的客观性为前提的。所以按这种方法构成的心理学无论如何必须避开处理人的“意识”问题。这样的心理学就成了一个以客观地观察到的人们的行动为研究对象的学问体系。然而，当实际生活中接触到例如治疗神经衰弱患者之类的问题时，是没有办法不与人的意识打交道的。于是，在这种不同于一般心理学的参与临床性工作的研究中，人的意识被提为研究对象。对这些“意识”问题的研究又进而带来了不得不引入“无意识”这个概念的结果。关于这个发展过程也可以从早期的深层心理学奠基人的代表人物的出身得到证实——弗洛伊德、让内（Pierre Janet, 1859

——1947，法国心理学家——译者注），荣格、阿德勒（Alfer Adler 1870——1937，奥地利精神病学家和个性心理学理论的创始人——译者注）等等都曾<sup>是</sup>医生。他们在把自己的研究成果应用于对神经衰弱的临床治疗实践中逐步认识和创建了深层心理学学说。

弗洛伊德主要是从对歇斯底里症患者的治疗中悟出“无意识”的存在的。歇斯底里这种病常会出现这样一种症状，身体器官什么异常都没有，却会出现例如完全正常的眼睛会突然什么也看不见的情形。治疗这种病人，弗洛伊德采取的办法是运用自由联想法诱导病人，把原来未形成意识状态的东西意识化，使原处于无意识的复合心理中的病因呈现到表面上来，从而对症治疗。

按一般的认识，都以为弗洛伊德通过引入“无意识”这个概念，以因果规律解释了歇斯底里症的病理，从而开拓了以“科学的”方法治疗神经衰弱的道路。在此，受篇幅所限无法详尽地讨论弗洛伊德的学说。总之，正是由于他的学说的“科学性”被承认了，所以1930年以来，弗洛伊德的理论在西方，尤其在美国蓬勃发展起来。他和所有精神分析学家们在这里所考虑的“无意识”，归根结底是相对于“意识”而论的东西。而且，其中所处理的这个“意识”也是西方近代所特有的东西，而上述的“无意识”还具有着一种特征，即人们对“无意

识”的认识中总是包含着病态的阴影。对于这些弗洛伊德学说的局限性，当时是没有一个人进行过反思的。

起初，荣格和弗洛伊德是协调一致地走过一段同样的道路。所不同的只是弗洛伊德以治疗神经衰弱为主，而荣格则是更多地和精神分裂病人打交道。然而，恰由于这种接触的患者的不同，荣格从亲自与深深的无意识打交道的经验中产生了与弗洛伊德不同的对“无意识”的认识。他认为“无意识”有着无限广阔的领域，它是自我所接受不了的，远远超越自我所压抑和排除的心理内容，同时，它又可以分为两类：个人的无意识和普遍的（集团的）无意识。此外，无意识的内容并非都是否定性的、反动性的东西，相反，它甚至还包含相当的可以成为新创造的源泉的因素。

荣格所说的“个人的无意识”，是指在某个人的自我形成过程中难以接受的，因而受自我压抑，或者被排除在个人经历的记忆之外的那些内容的总体。这部分与弗洛伊德所说的无意识有密切关连。在治疗歇斯底里症时，对这一部分的无意识的分析是最重要的。而普遍的无意识则与个人经历无关，是人类的一般存在的东西，它是不被意识所控制的。当它显现在意识领域内的时候，会给人神话般的印象。荣格的这些认识，是从分裂症病人的妄想和幻觉现象中的内容，联想到自古以来大量的神话



或者宗教的形象也是类似的内容，进而又与普通人深夜作梦时看到的某些情景具有的惊人相似性联系起来，从而做出的经验性的总结。

尽管荣格的上述经验越积越多，但是他对发表自己总结的结论却踌躇了很久。这是因为他的想法与当时欧洲学术界的潮流，与人们一般性的看法背离得太远了。然而，随着他大量阅读那些优秀学者翻译的东方著作，他接触了东方思想，这使他开始确信自己的想法有着相当的普遍意义。他所考虑的问题，他所认为是自己的新发现的观点，原来在东方是早已发表过的，并且是已被接受了的东西。

### ○各种各样的意识

无论是内在的东西，还是外在的东西，要想把它们描述出来，以便传述给别人，就只有通过人的意识充分地理解掌握它们，别无它途。因此，尽管面对同一件事物或现象，由于接触者的意识的存在方式不同，被理解和掌握的内容却会大相径庭。荣格在研究东方古典的过程中发觉了这样一种现象——在他看来传达给西方人非常困难的自己的那些见闻，却以非常直言不讳的形式出现在东方的著作中。就是说，西方人与东方人的意识的存在方式是不同的。一般的人总认为自己意识的存在方式是“正确的”，所以对其他的不同见解很容易下出

“简直是疯子”、“愚蠢”之类的判断。我在前面已经谈过荣格对《易经》和《西藏死者的书》等东方著作给以高度评价的事实，但是，当时的西方人对这些作品一般都是持不屑一顾的态度的。因为在他们看来，这都是些“非科学的”、毫无价值的东西。

这样的想法在当时来说，可以认为有它必然的一面。因为当时的西方完成了“自我”的确立，即在观察事象的时候把自己从研究对象中完全脱离出来，从而使得西方，而且唯独西方取得了自然科学的突飞猛进，并把其成果迅速地推广到全世界，给人以西方的进步改变了世界之感。依靠从观察对象中脱离出来的“自我”意识所认识的事象是具有普遍性的。譬如，看见一朵花，如果说“这花有五瓣”，这显然具有普遍性。但是，如果花与自己的距离太近，于是说“这花真美丽”，或者“这花显得很孤寂”，这就不一定具有普遍性了。只有通过那些对任何人都具有普遍性的知识的积累，才使自然科学得到发展。借助这些科学的成果，人们可以自由纵横于海阔天空，人类文明获得了巨大进步。正是近代科学的这些有目共睹的实际威力使人们的思想方法形成了一种观念——只有按上述那样的思考方式认识的事物和现象才是“现实”，凡是和这样的说法和想法不一致的就是“非现实的”。说太阳是“驾着四轮马车的英雄”，说月亮里“住一

只大兔子”，这样一些说法都是非现实的，或者完全是谎言，自当全盘否定，毫无价值。

象这样的一种以西方近代所确立的“自我”来控制的意识所认识的“现实”是唯一的，而其他的认识都是虚伪不真实的——这种信念在持续了相当一段时间之后，在1970年前后开始急速衰弱。这个急剧变化的开端之一，在美国可谓越南战争的经历。美国人原以为那是一场正义的参战，确信“正义必胜”。结果完全相反，美国人简直举步维艰。于是他们开始产生从根本上修正自己的判断的思想趋势。接着又产生了公害问题，人们开始对“自然科学的发展始终给人类带来直线进步”的看法产生了疑问。他们开始思考：是不是迄今所认识的那种“现实”并不是唯一正确的现实呢？

对这样的一种重新审视原有观念的倾向起了推波助澜作用的还有优秀的文化人类学家们的辛勤劳动，这也是不容忽视的。以往也曾经有人调查过所谓“未开化人”的风俗习惯，但他们仅满足于了解这些未开化人如何“原始不开化”，如何“非合理”。而那些富于才能的文化人类学家们则不然，他们不是作为一个旁观者“从外部”观察另一个民族的生存方式，而是亲自“进入内部”，从内部亲身体验，于是，他们发现这其中存在着一个相当优秀的体系。例如在未开化人的原始部落内部实行着很多礼仪，俗称“通过礼节”，即对人的一生中经

历过的重大事件如出生、成年、结婚、死亡等等都要举行重大的仪式礼节的习俗。这些习俗有些看起来简直是残酷而毫无意义。但是，人类学者们都从中发现了它的深远意义。近代社会正因为丧失了“通过礼节”，才出现了那么多的新问题。歧视“未开化人”的现代人的意识的存在方式视所谓“未开化人”为异端，“愚蠢透顶”。而反之，从“未开化人”的意识出发看现代人的话，现代人也是极蠢的（所以才会得什么“神经衰弱症”！）。

如果再向前推一步说，就要属幻觉剂、麻醉剂所造成的药物体验了。美国人长久以来形成的意识实在太顽固不化了，他们即使知道还存在着和自己不同的另外的意识状态，也不能丝毫改变自己的意识方式。但是，当他们求助于药物的时候，情况就不同了，药物可以帮助他们体验到另外的意识状态的滋味。依靠药物他们可以从近代自我所带来的闭塞状态和难以忍受的疏外感中逃离出来。总而言之，虽然不能一概而论美国人大量吸毒的原因，但他们中确实确实有很多人是不离开吗啡等等幻觉剂和麻醉剂的。他们如此持续地服用药物，体验药物作用下的不可思议的意识状态，久而久之，不禁感到无法解释其中的奥妙。于是开始阅读荣格的心理学和与其有关的一些东方宗教著作，从中得知，原来对他们所不解的疑问，荣格和东方宗教著作中早就做过解释和说明。或许还可以这样说：很多美国人通过

药物作用甚至清楚地了解了荣格和东方人未曾提及过的单纯的虚幻境况。关于幻觉药物体验，我在后面还将进一步谈及。

正是由于如上这样一些一般动向的刺激，在心理学领域中，研究不同意识状态的趋势开始渐渐兴起。在这样的趋势下，不再是只把自己通常的意识状态定为正常，而其他状态则是异常了。研究工作以抛弃旧价值观，忠实地观察现象本来面目的态度展开。塔特（C. Tart）原是一位活跃于学术心理学领域的学者，后来他致力于上述的意识状态的研究，写了一部著名的书《意识的变性状态（Altered states of consciousness）》，书中有力地例证了不容忽视的普通现代人的意识状态以外的意识的存在。后来塔特还为超越自我心理学的创设做出了贡献。

### ○东方的智慧

目前，欧美出现了一股越来越强的新思想倾向。一方面认为西方近代意识的确是强有力的，但另一方面又感到它在对“现实”的认识上似乎是不尽正确的，这种意识状态很可能妨碍人类接近真正的现实。而相对西方意识的不足之处，东方智慧好象深刻得多。正因为如此，众所周知，近年来日本的禅和西藏的佛教在欧美各国突然迅速流行起来。

笔者1984年10月访美的时候，曾经和自称佛教徒的美国人谈过话。我甚至感到佛教正生气勃勃地“活”在美国。在西方或许会有人考虑这些宗教和“意识”问题有什么关连呢？然而在东方人的意识下是不象西方人这样明确地把“这个”和“那个”相区别的，在宗教和心理学之间的界限是极模糊的。佛教中的唯识论明显地具有很强的属于深层心理学的一面。

东方智慧虽然在接近“现实”方面很强有力，但是它却极难语言化。例如，禅提倡“不立文字”虽然有很多有关的书，但是外行人即使读了又读也难真正理解。在这方面，能够把东方的智慧用西方人也可以理解的方式叙述出来的，恐怕莫过于以井筒俊彦为代表的翻译家了。他常常在超越自我心理学国际学会上发表论文，后来又用英文著书写作，他在让西方人理解东方思想方面所做出的功绩实在太大了。最近又有幸读到了他以日本语发表的多篇论文，受益匪浅。这里想依据井筒俊彦的论文讨论一下意识问题。

关于意识问题，井筒俊彦的名著《意识与本质》可以让我们学到很多东西。这里受篇幅所限，只能摘要讨论了。最需要在此提及的就是他的《伊斯兰哲学的本象》一书。正如他本人所说，这本书的叙述形式“并不单是构成伊斯兰哲学史的一章，而更主要的是为东方哲学整体的新结构、解释

学的重新建立做准备”。这部著作在最近的超越自我学会的人士们中间也形成很大影响，人们纷纷议论伊斯兰的神秘主义。

伊斯兰神秘主义中值得一提的首先是对“现实或者说真实的多层结构”的想法。从这个多层结构的观点出发，我们普通所说的“现实”，所考虑的经验世界，其实不过是真正的现实的一个表层，而在其下面还有好几个别的层。那么，认识这个现实的多层结构的“人们，就其主体意识来说，也具有同样的多层结构。”所以，浅表层的意识只能看见现实的浅表面，而只有在意识的深层才能看见现实的深层。

这之中有一个微妙的用词令人深思，那就是没有使用深层心理学所采用的“无意识”这个词儿，而使用了“深层意识”。我们在前面已经论述了西方近代所确立的“意识”概念是“意识是唯一的”（所以才认为现实也是唯一的），不存在什么“表层”、“深层”的问题。而对深层心理学感兴趣的人发觉以这样的意识很难把握心的全部活动，于是他们把自己觉察到的这部分深层的“意识”，相对意识而称为“无意识”，但在伊斯兰神秘主义和佛教之类的东方思想看来，它们都是“意识”，不过处于不同层次。

伊斯兰神秘主义还有如下最重要的一点，即“它曾一度将意识与现实，即主体与客体，相区别相

对立地考虑。这样区分的目的完全是为了理论说明的方便，仅仅借用一下常识性的主体与客体的相互区别的关系而已。如果从神秘主义本来的立场来看，是根本不会这样去区别意识和现实的。”这和西方的意识方式完全相反。伊斯兰神秘主义认为：“现存的所谓‘客观的现实’，和所谓‘主观的意识’，只是互相混合交融成为浑然一体的东西。而它们所表现出来的形式只是因观点的不同，也就是说根据不同观点的着力点的不同，这个互相混融的浑然一体或者表现‘为客体的现实’，或者表现‘为主体的现实’”然而，想到达这样的深层意识是非常困难的，以人的普通状态是无法达到的。这需要“借助有组织的讲究方法的修行，改变原有的意识方式”。修行的方法多种多样，例如“禅宗的坐禅，印度教的瑜伽，中国宋代儒者的静坐，庄子的张目坐忘等等”，这些方法都是为了获得深层意识。本章最后一节要专议修行。这里所列举的东方的一些修行方法值得重视的另一特点是：它们在某方面还是身体修行法。通过深层意识的道路也是达到存在本身的道路，这里既有从心的方面，也有从体的方面接近这个存在的方法，似乎可以说，东方比西方具有更重视从身体的方面去接近的倾向。但是，西方的深层心理学也有不少接近法，例如弗洛伊德采用睡眠椅使患者进入放松的身体姿势，荣格在分析梦的时候，很注意作梦时的特殊的身体状态等等。所以西方也并不



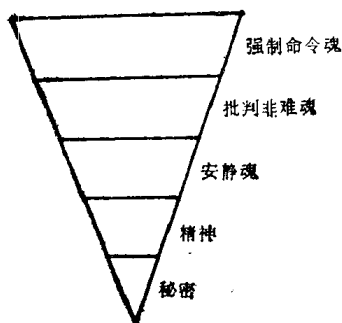
是完全不问身体地追求深层意识状态。只是西方总是强调语言所能表达的内容。

## ○伊斯兰神秘主义的意识结构

经得作者井筒俊彦先生的同意，我想参照《伊斯兰哲学的本象》一书进一步谈谈伊斯兰神秘主义是如何理解意识的结构的。因为这个问题和本书主要议题有较大的关连。

伊斯兰神秘主义非常重视“魂”，认为它是意识结构模型的基体。井筒先生说：伊斯兰神秘主义“将形成形象的根源性机能称为‘魂’，以这种精神实体为理论探讨的基础，研究其机能和作用。”本书的第一章的“灵魂”一节所论述的有关灵魂的诸点，实际上与伊斯兰神秘主义极其一致。或许还可以换一种说法，即伊斯兰神秘主义所说的“魂”是将心与灵魂合而为一的东西。这里采取的区分法虽然或是三分法（心，灵魂，体），或是二分法（心与体，魂与体），提法上似有不同，但是本质的出发点看来并没有什么太大的差异。但是笛卡尔的二分法和我们的观点却是完全不同的。

伊斯兰神秘主义者通过修行的方法达到意识的深层，他们把意识分为五个阶段，如下图所示，它们“可谓五个各自独立存在的魂”。最上一阶段是随意下强制命令的魂——强制命令魂（nafs amm-



伊斯兰神秘主义的意识结构

(引自井筒俊彦著作)

ōrah)， “去干这个！  
去干那个！”地肆意下命令。实际上就是所谓的欲望和欲情场。它相当于意识的感觉和知觉领域。第二阶段也即第二层是批判非难魂 (nafs lawwāmah)， 顾名思义

即任意批判和非难的魂。这一层相当于我们已习惯的分类方法中的意识的理性领域。这里非常有趣的是第一层的ammārah (任意命令欲) 和第二层的 lawwāmah (任意非难) 这两个阿拉伯语词汇实际上都带有一定的贬意。按照一般的认识方法，都是愿意先让感觉和知觉发挥作用，然后再做理性的判断。而伊斯兰神秘主义则不然，它赞成从魂的深层出发的观点，结果上层的魂反而成了不受嘉许的阶段，连名称都含有受贬之意。

第三层是安定下来了了的安静魂(nafs mutma'innah)。伊斯兰神秘主义一般认为一到这个第三层，就是进入了和普通的通常意识层有质的差异的层，“认为这是一个进入了观想集中、完全安祥静谧状态下的意识，也可谓特殊的魂，总之是一个意识层。并设想这是在动摇着的意识表面之下敞开了一个寂静得没有一点声响的领域。” 所以井筒先生

说：“魂的第三层就相当于深层意识的世界以及存在的神的世界的门槛。”

第四层是阿拉伯语的ruh，其含义基本上相当于“精神”，它表示的是含有极特殊意味的在心的深处敞开的的一个幽远的领域。“根据伊斯兰神秘主义的体验，这个领域宛如照亮整个宇宙的太阳，是一个闪烁着无边无际的宇宙之光的世界，它的无限光辉照耀着全世界，给出全存在感。”

最后是第五层，即阿拉伯语的sirr，“秘密”之意。这是说，以普通的状态而言，是绝对不会浮现到表面上来的秘密的一层。井筒先生认为这一层从意识论的角度说则是意识的最深层，而按普通的说法的话，它是完全超越意识的无意识的深层。借用伊斯兰神秘主义的形象说法，“即在这个神圣的领域里，魂宛如一滴水绝对实在地溶于大海一样消融了。”

在这个最后的一层极其重要的是必须把自我意识完全清除掉。借用井筒先生的话，就是“达到这一层次的修行者的自我意识将完全被清除干净。以往构成他这个人实实在在存在的核心意识的‘我’将消失得一无所余，重新返归无。这个经历体验用一个术语表示就是fanā，即阿拉伯语的‘消灭’、‘消失’之意，总之是变为‘无’。既然‘我’消失了，那么‘他’也就没有了。所以这是绝对的‘无’。”

如果自我消灭了，自我的意识尚未随之立即消

灭而仍然残留的话，这时的“无”也还是一种“他者”。只要消灭的自我的意识本身尚未无化，就不能说消灭已经完成。这实际上意味着要求一种极致的“消灭的消灭”。不过，在消灭阶段无化了的意识必须突然转化为无的意识。“是否可以说意识的‘无’的复苏即‘无’的自觉。这样的新的超越的主体，即无意识，就是消灭的下一个阶段‘残余（baqā）’。”这里又导入了一个“消灭”的下阶段“残余”。“baqā”这个阿拉伯语的原义是‘剩余’。而这里的作为术语来采用的‘残余’，就是来自自我存续后一度无化的意识，重新有化而成立的主体。”伊斯兰神秘主义对修行的道路上达到“消灭”阶段的意识改变过程称为“上坡路”，而把从“消灭”到“残余”的意识改变过程称为“下坡路”。如上介绍的一些简略情况和东方很多其他宗教的基本构造有密切关连。如果读者还想了解更多的情况，请看井筒先生的原著，这里不再赘述。

我之所以这样不厌其烦地介绍伊斯兰神秘主义，主要是想说明“东方所认识的才是真正的真实（现实）”的，东方智慧的形成是与宗教有关的。西方则恰恰相反，它是完全从另一个极端出发营造出近代的自我意识的。这种西方自我意识所看到的事物实际上是虚构的。虽然是虚构的，却正因此而促成了自然科学这个强大武器的形成。自然科学的

威力是太大了。以致于它使人们甚至错以为人类已经支配了自然。当人们觉察到他们迄今所看到过的世界是与真正的真实不能相抵的时候，人们开始关心起东方宗教来，因为东方宗教是把目光投向真正的真实的。一时间欧美诸国急速兴起了一股东方宗教热。于是，科学的最尖端出现了这样一种现状——开始接触古代东方宗教的思想方法，追求以现实的本来面目看待现实。

### ○意识谱

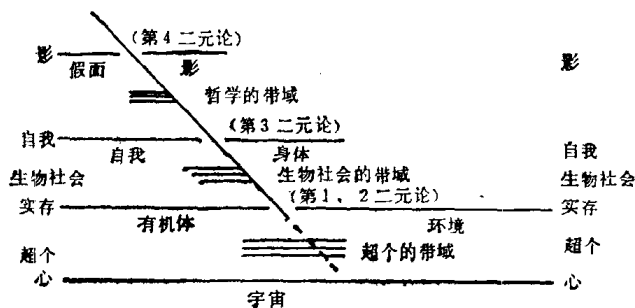
我在上面列举了东方宗教所认识的意识的存在方式，又指出了最近西方人突然开始关心东方宗教的风潮。在这样的情况下，处于理论物理学研究最尖端的科学家们以他们自身的体验也开始发表同样的论述了。例如量子力学之父的施洛丁格（Erwin Schrödinger, 1887~1961年，奥地利物理学家，诺贝尔奖金获得者——译者注）就曾说过：“主体和客体是一体的。不能说用最近的物质科学的成果已将二者的界限打破，因为这种界限本来就不存在。”

在这样一些最新物理学成果的基础上，加之上节所介绍的，又接受了东方宗教的思想方法，简·威尔帕提出了一个“意识谱”的构想。威尔帕堪称超越自我国际学会的理论支柱之一。面对美国很多实

用心理法技巧和理论的诞生，出现了说明它们各自的正确性和有效性的现实需要。对现有心理法技法和理论进行整理的动机，可以说从另一个角度促成了威尔帕的构想。我在最后一章将专述有关心理法问题，这里暂且割爱，仅就简·威尔帕的意识谱略加介绍。他有一部题为《意识谱》的专著，如果能结合井筒俊彦的《意识与本质》及《伊斯兰哲学的本象》一起读，读者定会感到津津有味。

简·威尔帕关于意识谱的图示见下图。他在用语上略显特别，希望读者能注意不要与其他一般用法相混淆。

我们从图中最下面的“心层”开始讨论。荣格



### 意识谱

也曾说过：“‘在最深的底层’是心的唯一‘世界’。”图中的心原文特意采用英文的大写单词 MIND，以示与我们日常所使用的“心”的意思相

区别。在这一层里，和我在上节所说的一样，是不区分主体和客体的意识，即现实的一层。对于这一层的说明是最难让西方人理解的。不过，威尔帕十分巧妙地利用了理论物理学和佛教的成果，做了千方百计的说明，效果相当不错。他说：“我们要强调的是——所谓现实既不是观念性的东西，也不是物质的，不是有灵的，也不是具体的；不是机械论的事物，也不是生机论的东西。所谓现实或曰真实是意识的一个层，只有这个意识层才是现实的（或曰真实的）。”不知读者是否已经觉察到，威尔帕在这里否定了一切二元论的观点，实际上，这个所谓的“心层”是非二元的意识层。

接下来的层便进入了人的二元论性的思考，“人们导入了二元论性乃至‘区分’这种幻想……受这些东西的蒙蔽和欺骗，人们执着于最初的原始二元论，把世界区分为‘主体与客体’，‘自己与非自己’，或者‘单纯的有机体与环境’”。而在最低层的“心层”里，意识和现实是合一的，所以没有所谓“语言”或“思考”之类的东西。但是，在心层而后的阶段，“我们有了最初的‘分割空间’的动向，从原有的一个世界里创出了两个世界，并使我们自己落脚在现象的世界里。我们把这个最初的分割行为称为原始二元论。”进一步又把主体与客体的分离称为“第一二元论”；把接下来的生与死的分离称“第二二元论”。当把“自己”这一有机

的存在与环境分离开考虑的时候，把这种有机体的存在与非存在，也就是生与死相区分的二元论自然就成了重大问题被摆到面前。在“心”的一层里，由于意识和现实是一致而融为一体的，生死之类的事情是不会成为问题的。

如图所示，对人的意识继续分割下去，则进入第三二元论，这是把有机体的意识又分为“自我”和“身体”的二元论，而只把“自我”意识为“自己”。就是说在我们的意识中认为自己只是“拥有自己的身体”，而只有“自我”才是自己。在有机体的一层里，即实存层里“自己”这个意识对“身体”和“自我（大约相当于一般所理解的“精神”）”是未加区分的，即不分割的。心层与实存层之间有一个用“超个的带域”表示的区域。在这个区域中还未完全达到心层的程度，时间和空间的区别，以及自与他的区别还是模糊的。所谓的超常体验（即第一章所说的“显灵体验”、“幻觉体验”、“宇宙体验”，等等）多发生在这一带域。虽然威尔帕没有具体一一列述，但是可以认为我在上一章所谈到的濒死体验，那些各种各样稀奇古怪不可思议的现象就发生在这个区域。还可以认为这个带域和荣格理论中称为“普遍的无意识”的层相重合。

将一个有机体的意识再分割，把它本身的一体性压抑排斥掉，精神与肉体的二元区分就自然生成。威尔帕用“自我层”的意识表述自我与身体的



这一分割阶段。对现代人来说，要想明确地拥有自我层以前的实存层的意识，似乎已经是相当困难了。虽然在一定程度上现代人也有所谓的“身体意识”，但是威尔帕认为“那只是实存层的临别纪念罢了。”

对于“人拥有自我层的意识”这一点，威尔帕的想法非常有趣，他说：“当人不能接受死的时候，就把自己将要死去的有机体舍弃，躲进决不会受到损伤的‘观念’中去。”“为了逃避死人们从死去的身体里逃出来，而和乍看起来似乎不死的‘观念上的自己’同一起来。”如果不涉及威尔帕的“意识谱”的有关理论，就这种自我层的同一性而言，或许可以说基督教就是作为给予这种同一性以强有力支持的宗教之一而生存过来的。

在自我层，人是不具有关于现实本来面貌的直接知识的。但是，恰恰又正是因为这个缘故，人们的思考在这一层里得到了极大发达，近代科学也从而取得了突飞猛进的发展。

意识中还有第四二元论阶段，这是把自我又分成“假面”和“影”。就是说在自我的“自己”与包围自己的“环境（即自己可以感受到的事象）”之间，可以区分成“感到符合心愿的部分”和“感到不符合心愿的部分”，前者用“假面”一词表述。不符合心愿的部分是丢弃的部分，所以只能残留一点“影子”，故威尔帕将后者用“影”一词表

述。

如上的意识谱的描述方法把意识的诸层明朗地分割出来。但是有两点读者必须明确，即“这些层并非是一个个界限分明的，而是分别无限重迭的，”而且“人也基本上不被限定在一个层里，甚至常常可能某一天二十四小时之间，把整个意识谱‘游历’了一遍”。当然话虽这么说，对于大多数的人来说，当醒着的时候，基本上还是只限定在整个意识谱最上面的两层之间的。

我们可以从两个角度来理解这个意识谱，这将显得更有趣，一方面可以把它看成人类从混沌状态渐渐进化到确立起自我意识的过程，另一方面又可以把它看成是人类渐渐失去自己深层本性的过程。或许可以认为威尔帕本人的意图也是从这样两个角度出发来归纳整理的。所以，了解这个意识谱的意义并不在于“哪一层好”，“哪一层不好”，而在于对整个意识谱历程的了解。由于我的介绍太简单化，很可能没有完全传达出原著的本意。但愿有兴趣的读者务必以原著为据理解本书的转述。

### ○药物体验

无论是井筒俊彦的对伊斯兰神秘主义的解释也好，还是简·威尔帕对意识谱结构的构想也好，都说明了意识存在着阶层式结构。人们在通常情况下是

与威尔帕所指出的“假面层”的意识同一化的，所以很自然地对“意识是分阶层的、有层次”的观点持极怀疑的态度。为此，正如井筒指出的，要想体验这种意识的阶层结构的存在就需要相当功夫的修行和技法。也有一些人考虑过借助于药物来达到上述目的。这就是一种叫做LSD的强烈药物的作用。他们认为这种药的强烈药物反应所带来的症状并不是所谓的“精神异常”状态，它的作用是使人从日常性意识迅速地跨入深层意识。美国加利福尼亚州的艾斯林研究所的出生于捷克的斯塔尼斯拉夫·戈罗夫曾经一直用这种想法来推动心理疗法的发展。他是国际超越自我心理学学会创始人，第一任会长，学会的重要支柱之一。

很久以前我对戈罗夫的研究工作就很感兴趣，借他来日本参加最近一次的超越自我国际会议的机会，我专程访问了他，又邀请他为京都大学临床心理学专业的研究生做了一次特别讲演，所以对他的研究得以深入的探讨，这里略加介绍。

起初，戈罗夫曾对精神分析很有兴趣。但是采用精神分析的治疗方法疗程太长，于是他开始研究缩短疗程的方法。采用LSD的最初动机就是出于这种考虑。在捷克和美国，这种将LSD用于心理疗法的研究已经持续30多年了。但是最近一些人对LSD的危险性提出质疑，所以没有一定的法律手续，使用LSD已经受到禁止。这使戈罗夫开始考虑不使用

LSD药物又能产生同样的效果的新方案。新方案是一种综合疗法，包括采用呼吸控制、音乐疗法，以及一些身体部位的一定运动等等措施，综合起来调动深层心理。这里把一定程度的身体的活动与调动深层心理的目的联系起来的想法也是很有趣的。

戈罗夫使用LSD达到的效果，即服药者所体验的意识变化过程一般来说可以归纳为如下的三个阶段，即1. 个人自传层，2. 周产期层，3. 超个层。

在个人自传层中的个人以他以往所经历的经验表现着他的“个人”。这个经验的个人在人格上可能尚未统一，也可能带有许多未解决的问题而受到压抑。精神分析等一般的心理疗法都是和这一层打交道，这是比较容易理解的一层。

在周产期层可以说是个人体验诞生的过程。有时候在这里会产生非常明确的死和再生的过程。如果用上一节威尔帕的图示法来说明的，可以认为这一层的体验相当于实存层一带的意识状态。正如威尔帕所指出的，在实存层里起重大作用的是生死二元论，在这里产生的那些死与再生的实际体验也是非常有趣的。

这一层里的个人体验和出生前后的体验极其接近，譬如：仿佛被禁闭在一个没有出口的洞窟里，不知所措，感到一种强烈的恐惧和死将临近的痛苦。接着出现了幻觉体验——经过种种挣扎终于发

现了出口，于是通过一个细窄的穴道，突然来到了一个广阔的空间。由于在这一层里身体和自我是合为一体的，所以有时还会伴随异常的体感或切实的痛感，还有的人体验到无法忍受的“死”的痛苦。

戈罗夫强调指出，在这一层的围绕着出生过程的体验实际上是超越生物学的诞生的再体验的，这是一种心理学的、灵的体验。但是他又指出，在和体验者交谈中了解到的那些实例中，很多服用LSD后得到的周产期体验是很容易让人感到那是该人在现实中所经历过的出生过程的再体验。例如，有不少服用了LSD以后的人在复述他们的药物体验的时候，有的说自己象是经历了一次难产的过程，还有的甚至说自己“在产道中卡住了”等等，而查阅他们在产科医院的出生记录时，竟发现这些体验和实际上他们的出生情况相当一致。如果这些的确是真实的，这将是一个关于人的记忆能力的极有趣的发现。不过，笔者目前还不想立即弄清这件事。

其次是超个层，相当于威尔帕所说的“超个的带域”，以及荣格的“普遍的无意识”的领域。据说在这一层的LSD体验中出现了许多神话式的情景，同时还伴随着超越时间和空间限定的共时性现象。戈罗夫指出，这时，很多人会有超感觉的体验，无论那体验看起来多么不合情理，一般还是让体验者做一些实际的验证为好。这一层是趋向于威

尔帕所说的“心”层的，据说也有的人感到个人的意识和宇宙意识，宇宙的心同化到了一起。甚至有人体验到在意识上相对动物、植物，以及非生物也都实现了同一化。

戈罗夫介绍的情况中更有趣的是下面这样的事实。有些人在LSD体验中看到了神、上帝、恶魔等等各种各样宗教的，或者神话的景象，但是他们说，他们并不感到这些是“至高的存在”，他们所见到的“至高的存在”是极难用语言表达的，如果一定要用语言形容的话，只能用一种“至高的无（Supreme nothingness）”来表现。这令人联想到井筒俊彦所叙述的伊斯兰神秘主义意识构造中的“消灭”阶段，二者非常相似。

是否所有服用LSD的人都有这样的体验呢？——当然不是。首先，要获得这样体验的条件是必须有象戈罗夫这样有丰富经验的人陪伴在身旁。也可以说这是一个绝对条件。即使这样，不同的人还是会有不同的体验。如果参照威尔帕的意识谱图来说明的话，有的人可能不是从上向下越沉越深，而是钻入影的世界就出不来了。总而言之，这的确是一种非常危险的工作，正因为如此，法律不能等待科学论证的结论出来就将这种研究工作置于几乎是被禁止的状况。

由于欧美西方人在“假面性”和“自我性”上极其顽固，所以荣格所主张的，以及东方的宗教曾

经很容易被西方人视为骗人的东西。在这样的情况下，LDS药物提供了强有力的手段，让人们通过服药后的体验知道了东方宗教也好，荣格理论也好，都是与现实有关的。从这个意义上说，必须肯定戈罗夫的巨大功绩。那么，是不是因此就可以说，现代人都应该服用LSD，或者参加戈罗夫发明的代替LSD的综合疗法的活动呢？我在下节就此进行专述。

### ○修行的过程

井筒曾指出，在意识由表层向深层逐步变化的过程中，“方法得当的，以及有组织的修行”是很必要的。自古以来东方开发出来的修行法很多，坐禅、静坐、瑜伽等等。它们的共同特征是涉及到身体的存在方式。正如威尔帕曾指出的，越深层的意识，与身体的关连越紧密，所以可以认为在修行过程中，身体的存在方式是很重要的。

实际上这里所说的“意识的变化，”并不是说即使没有任何由表层到深层的各阶层上的体验“经历”也无妨。这是一个和个人的生活方式本身的特点有关系的问题，作为一种单纯的理论问题来探讨是无意义的。井筒俊彦曾经说，他对“以与主体、实存毫不相干的态度去研究他人的思想，即所谓客观地研究他人的思想，从一开始就毫不感兴趣”。

这话也许有些太尖锐。但是佛教学家玉城康四郎在佛教领域中提倡“全人格的思维”，认为“戒·定·慧”三学才是佛教所固有的，“只有这三学成为一体地统一发挥作用的思维才能显出佛教思维的特征”。这话听起来不是也令人感到很严峻吗？既不亲自去“守戒”，又不实行“禅定”，只是靠读那么几本关于佛教的书就大论特论起佛教来，这样的评论被指责为“毫无价值、毫无意义”也是当然。我尚未提到关于佛教的唯识论的基本内容，这并不是说我认为它不必要研究，我只是感到对佛教的唯识论，如果不通过亲身经历“戒·定”的生活方式，几乎是无法真正理解的。

在这方面笔者也感到很惭愧，我也没有亲身体验过“戒”和“定”。不过，我日常坚持对自己做梦分析，而目由于我的工作特点所决定，我必须经常在进行心理治疗的时候和持各种各样的生活方式、生活态度的人打交道。梦分析可以说是西方的“修行”，而心理治疗进程也可以构成某种“修行”。这使我经常要面对“改变意识”的问题。但是就笔者亲历的体验而言，尚缺乏对井筒先生所说的“消灭的消灭”境界的实际感受。也许有人会问：“既然如此，为什么还要搞什么心理疗法呢？”因为进行心理疗法这一工作是允许有水平上的差异的，我认为自己只要能处理我本身水平可能达到的工作就行了。在最后一章，我将专论心理疗法的有关问



题。如果用威尔帕的意识谱图式来说的话，我是尚未获得达到“心层”时的体验和感受，但是我想自己是在日常工作中保持了一种把一切事象都看成“心”的显露的态度的。人们的“修行”道路，似乎根据各种各样人的不同个性有着不同的路线。

如果再进一步些说，正如我在第一章中关于“灵魂”的论述中所指出的，心理疗法学家的本质就在于时时刻刻只把“灵魂”留在一种朦朦胧胧的状态中，而不去追究明确的状态阶段，或者什么最高（最终）的境界，永远只选择在摸索的过程中前进的道路。所以，笔者认为自己既不是神秘主义者，也不是宗教主义者。

但是，威尔帕的意识谱图示毕竟还是西方人的图解。如果是日本人，或许会说他对表达二元论的那些分割线的画法未必尽然。前面说过，威尔帕图式中包含有上升运动（上坡路）的含义，要达到确立图中所示的“假面”阶段是需要付出相应的努力的。对于日本人来说，应该反思“是否做了这些必要的努力”。不能说，一个人对图示中下部的意识比较熟练，所以就不必加强上部的意识了。这也许正说明了人类意识问题的特殊复杂性。井筒俊彦曾与另一学者今道友信对话的形式发表了一篇题为《东西方哲学》的论文，文中有这样一段。今道友信说：“似乎受禅的影响，容易失去思想上的责任感，想起来有些担忧。”井筒俊彦回答说，如果把

禅的修行过程只当成是一种方法论表述出来，这是难办的，“如果有了悟性，却又用语言表述不出来，这也很难办。二者兼而有之，在方法论上沉默，在悟性上也沉默，那就更难办了。”这些话不仅是针对下层意识体验的，也应该包括上层的意识体验。

可见“修行”的问题是如此之重要。不过，“既然LSD可以那么方便地使人的意识下降到深层，何乐而不为呢？”这个问题该如何认识呢？我曾经也在这个问题上有过各种各样的想法。1985年夏季我去瑞士时，专门就这个问题访问过有LSD服用经历的人和曾参加过戈罗夫的研究工作的人，相当深入地了解过他们的经验体会，同时又和一些著名的精神分析学家一起探讨过对戈罗夫的研究工作如何看待。当我接触了一个又一个各式各样的极为有趣的实例以后，我渐渐有了一个不限于一个个具体实例的基本的想法，下面我想介绍一下我的结论。首先，可以用一个比方来说，这就好象一个人是靠自己的两条腿一步步地从山脚下爬到山顶的，而另一个人则是乘直升飞机上去的。虽然两个人都看到了同样的景色，但是其意义的深度，显而易见是远不可比的。

而且，后者如果得了“高山病”什么的，说不定再好的景色也全然不顾了。当然，虽然话是这么说，世界上的事情却是无法如此简单概括的，有的

人可能根本就不相信世上还有这样一座高山，而乘直升飞机上山顶的人还可能因此而庆幸自己的运气，比起那些还在山跟底下就遇了难的爬山者，自己毕竟是达到了山顶呀。在这个比方中，读者们可想而知，是用“乘直升飞机达到山顶”比喻LSD药物体验。

我曾访问过经戈罗夫的治疗，靠LSD体验的帮助而痊愈的患过心身症的人，以及在戈罗夫的帮助下获得了非常丰富的LSD体验的人，也会见过认为LSD体验基本上可以说“没有意义”的人。但是，认真地想一想，正如释伽牟尼也说过的，不论是哪一种“修行”，单纯地只是积累“苦行”、

“难行”，是毫无意义的。并不是修行的苦行越多越难，就越有意义。也不能认为，“只要吃上一点LSD，就一定能获得意义深远的体验”。

“自我的消灭”是不容忽视的。但是以威尔帕的图解来说，如果不是下降到下位的层达到“消灭”，而是不慎坠入上部右方的“影”的区域不能自拔的话，那就只有毫无意义地忍受痛苦。所以修行的方法是很复杂的。

以“自我的消灭”为目的的东方修行，采用身体修行法的甚多，这使人常常会把它们和日本的某些体育运动的训练法混淆起来。体育运动显然是体力的竞赛，但是其中也有与“心”的微妙关连。在西方，一方面锻炼提高体力，但同时又注意如何通

过强化自我来适宜地控制身体，并且进行自我的强化和体力的强化。所以他们能以极“合理的”练习和训练培养优秀运动员。

而在日本，由于早有身体训练和灵魂修行并举的传统，所以事情反而麻烦起来。简·威尔帕在论述“意识谱”的时候，曾提到过一种非常有趣的“跳返”现象。当处于意识谱的最上层的“影”的界线的极接近处，被逼得越来越接近限度却又深入不下去的时候，可能会出现突然降到“超个”层的“跳返”现象。这时的体验是，在无限的痛苦中煎熬得濒于死亡的人，突然感到进入了一个无比静寂的世界；另外还有突然有了超常体验、特异功能之类的例子。因为这种情况的体验已经是很多人的经验，作为一种“经验知”人们并不生疏，所以日本的修行以给自己的肉体以彻底的苦劳，即所谓的“酷行”的情况很多。然而，关键的是“跳返”现象并非经常发生的（说不定只发生在死的那个瞬间）。这种单纯的“苦其肌骨”的施苦于自己，有时会使自己长期徘徊于“影”的世界，到头来只能塑造出一个畸型的自我。或者，只获得瞬息即逝的“跳返”体验，而长期苦行所形成的不协调的畸型自我却成了“后遗症”，它的效果很可能远远超过“跳返”体验的作用。

总之，试图用“酷行”的修行法使自我消灭，就会出现“训练越苦越好”的倾向。用这样的思想

指导体育训练，不免令人心生疑虑。就体育运动来说，不必要什么特殊的“悟性”，受自我控制的体力上的强者必然优胜；而另一方面日本选手中也有一些人，他们不管受过多么痛苦的“苦行”训练，一旦出现在国际比赛场上，虚弱的自我就开始发挥不可思议的作用，使他们平常的实力发挥不出来，一败涂地。如果听听日本的体育新闻，有时会听到那些播音员们盲目地强调“精神力量”的讲话。究竟什么是“精神力量”？应该好好考虑一下。在塑造自我的时候，有很多人感到比“消灭自我”轻松愉快得多，所以那些愉快地进行训练的人，往往会比采取不必要的苦练方式训练出来的人拥有坚强的“精神力量”。看来从事体育工作的人有必要对这方面的问题进一步探讨一下。

但是，似乎在实际的体育训练教练们之中，仍然有些人不理解这方面的道理，还在采取“为了苦而苦”、“越苦越好”的训练方法，造成运动员自我的畸型。当然，也有些人通过体育训练找到了“求道的”生活方式，他们成了很优秀的人。但是，这些人不一定在体育上也取得了优秀成果。

和体育相关连，增强体力，增强健康，也是一般现代人平常非常关心的问题。一般认为，以近代心与体的二分法而论，曾经被忽视的“心”方面的“灵魂”，无意识地与“体”方面相连结，而重视“体”，实际上就是为了无意识地通向重视“灵

魂”。所以，很多人毫无道理地在重视“身体”上倾泻热情，大把大把地花钱，什么健康食品、维持健康的药物、慢跑运动等等，漫天皆是。而那些给人以强烈的强迫性举动的印象的人，使人联想到他们无意识中正在推行一种宗教的仪式。曾被近代人否定过的“灵魂”正在以各种各样的方式显示着它的作用。作为一个现代人，我很想在这些问题上能够自觉，能够更深入地思考一下如何适当地磨练自己的意识。

## 自然

### ○人与自然

1984年3月19日至22日，在日本东京和箱根召开了“生命科学与人”国际会议。我和文学评论家桑原武夫、生物物理学家江桥节郎一起出席了这次会议。参加会议的主要是国际首脑会议的七国代表。会议的宗旨是在最近生命科学取得显著进展的背景下，共同检讨这些新成果对人的生命和人的尊严的影响。通过这次会议，我强烈地感到在认识上述问题上，宗教背景不同，想法的差别是如此之大。譬如，在考虑“人的尊严”这个重大问题的时候，除了日本以外的各国代表在发表自己的观点的时候，都是在强调以下面这句话为绝对前题之后才展开自己的说明的——“人与其他生物——细菌、植物、动物——之间有着根本区别。”而日本人却无论如何不能完全接受这个前题。就是说，其他国家都是基督教国家，他们的圣经就是这样教导他们的，所以他们理所当然这样认识。而日本人却感到从人到动物，甚至植物之间存在着一种生命的连续

性。我在会议上千方百计想把日本人的这种感受传达给到会的西方代表，但是究竟被理解了多少，心里很没把握。只是在休息的时候，有两三位学者主动来对我说：“你的看法很有趣”、“我很同意”，如此而已。可以说在这次会议上对我的努力没有多大反应。究其原因，是否是因为对于基督教国的代表来说对非基督教的观点公开表示赞同是难以做到的？

1985年夏天，我在出席瑞典的超越自我国际会议之后曾顺路去意大利旅行了两三天。我参观了著名的西恩那市的广场。这个比普通棒球场大两三倍左右的广场，整个被石筑的建筑物包围着，到处铺盖着石和土，看不见一棵植物。这给我留下了极深的印象。这个印象如果表述出来的话，那就是完全看不到一点儿“自然”。这个西恩那城建于14世纪前后。人所居住和集聚的场所，由人来建设，也因此渐渐将这个场所用不断增加的人的建筑物包围了起来，而将自然排除在外。

可以说日本人是经常考虑如何在人所集中的地方安置“自然”的。当然，很多时候，这样的“自然”已经不是真正的“自然”了。关于这一点，我在后面将谈到。我曾站在西恩那广场当中，观看夜色。当月亮和星星出现在夜空上的时候，我仿佛这才有了—种心里踏实的感觉。但是，不久，就又产生了新的错觉——包含着月亮和星星的天空，由于



四周建筑物的关系，仿佛是在人的支配之下运行着。

我是通过分析梦的经验开始逐步注意到日本人对“自然”有着特别的亲切感的。在我所分析过的大量梦例中，可以明显地看出在日本人的梦中“自然”所具有的意义远远大于西方人的梦的一般情况。例如，荣格对“影”十分重视。人在塑造自我的时候，不被自我所接受的半面就成了“影”。而这个“影”常常在梦中以和自己的性格不同的人物形象出现。通过和这样的“影”的形象互相对话，可以加深对自己的“影”部分的认识。这种规律自然也适用于日本人。但是，有的时候，日本人所观察到的自己的“影的世界”是某种景色，例如月光下的大山拖着一个长长的黑影的尾巴……

下面介绍一个典型的例子。有一位接受我的分析治疗的年轻姑娘，她感到强烈的“性压抑”，甚至连恋爱都觉得是罪恶。下面是她在接受了相当一段分析治疗后作的梦。“两只梧木的箱子里分别放着红色和白色的纸。那些纸上用毛笔写着一些歌词。每个箱子里有四张，上面分别写着春夏秋冬四季的歌。‘春天啊……’、‘夏天啊……’、‘秋天啊……’、‘冬天啊……’等等。”她说，随着她回顾梦中一个个场面和一个个细节，她感到“正如这个世界上有春夏秋冬一样，恋爱也是应该存在的”，所以不知不觉也就安然了。对这个梦不必去解释。它使我得到了一个很深的印象，即通过四季

的存在使姑娘接受了以往所忌违的恋爱和性的合理性，有了更整体的更统一协调的认识。如果是西方人的话，很可能将是某种人物登场，借此表达同样的含义。

这虽然仅是一例，但是，在对大量的日本人进行梦分析的过程中，我一直感到“自然”对日本人是十分重要的。后面我将分析的日本的古代传说也给人以这种感受。但是，到此为止我都是有意将自然用引号围起来表述的，这是为了强调它的顾名思义的名词含义。但是究竟何谓“自然”？看来有必要深究一下。实际上这正是一个宗教与科学、东方与西方的交接面上的问题。

### ○“何谓自然”？

或许说，今天日本人所说的“自然”大致相当于英语的 *nature* 的意思。大多数日本人都这样认为。这是相对于人类的、人工的事物而言。山、川、草、木，以及人以外的动物，还包括各种矿物，甚至可以扩展到宇宙，都可总括起来称为自然。但是，事实上，在日本象上述的这样的作为客观对象来定义的“自然”的概念，甚至“自然”这个词，原来都是没有的。柳父章写过一部叫《翻译的思想，“自然”与NATURE》的书，书中介绍了由于当初把英语的 *nature* 译为“自然”所引起的

大量思想混乱的一些事实，他的详尽分析已为众所周知，这里不再赘述。那么，现代日本人是如何对待自然的呢？古代又是何种情况呢？这是一个众所关心的问题。很多人探讨过、辩论过这个问题，过于重复意义不大。这里只想把与前面所论述的诸章中的内容相关连的问题明确一下。

“自然”一语毫无疑问是源自中国的。据研究中国哲学史的日本学者福永光司教授的考证，这个词最早出现在“道家，即认为‘道’是世界与人生的本性真理的老庄学派的古典文献上”。福永光司引用了《老子》的“功成事遂，百姓皆谓吾自然”，“（圣人）辅万物之自然而不敢为”，以及《庄子》的“顺物自然而无容私”（应帝王篇），指出：“自然”一词的意思是“本来就是如此（固有的东西），或者说未被施加任何人的作为（既未人为地被扭曲，也未受人为的污染），保有自来本色的存在方式，而并不意味着一定是外界的自然世界，是与人类界相对存在的自然界”。

这种“本来即如此”的想法和认为“天地万物，以及人类都是同等的、自生自灭的”观点有关联，也和“物与我是一体的，即万物与自己同出一源”的态度有关连。福永光司还引用了《庄子》里的“天地与吾并生而万物与我为一”（齐物论篇），“天地一体也”（天下篇），“以道观之物无贵贱”（秋水篇），指出这种想法意味着“人（自己）和

自然界的万物都是具有本源性的一体性的存在者，所以他们本来就是平等的，不存在关于价值优劣的绝对标准。”

中国对“自然”的这种态度，后来又影响了从印度传入的佛教。福永光司说：“将公历7～10世纪，即唐代的中国佛教与印度的佛教相比较，可以发现一个非常醒目的特点，即中国佛教肯定草木土石这些自然物也有佛性，即存在成佛的可能性。”就是说，认为不仅是生物，非生物也同样，总之天地间的万物都具有佛性。

这种看法原样不动地传到了日本。“自然”这一词仍旧意味“本来即如此”，甚至连发音都沿用了中国的南方音。所以，象西方人那样把“自然”当作相对于“自我”的一种客观对象的态度是不存在的。当英语的nature一语进入日本时，在日本语中是找不到相当于nature意思的词的。所有的只是一个个作为具体的认识对象的东西，譬如“山川草木”之类的表述。这与近代人的“认识”可能是不一样的。对从前的日本人来说，对“对象”与“自己”的区别，是不去考虑的，所以很模糊。

关于西方“自然”一词起源的考证，也许要追溯到古希腊，甚至更早的时代。笔者有些力不从心，不敢妄论，还是退一步讨论一下在西方发生的自然科学，这是本书一直涉及的议题。把“自然”做为客观对象的背后，存在着基督教的顽强人间观

和世界观。圣经的《创世记》里写道，上帝在创造世界、创造人间的时候，“按照自己的形状，仿造出人，并且让人去治理海里的鱼、天上的鸟、地上的家畜和野兽、所有的爬行动物”，这就把人与人以外的存在物截然区别开来了，就是在这样的宗教背景之上，明确地把“他”与“自”区分开，以“他”为客观对象，西方人建立起了近代“自我”。于是，这样的“自我”把“自然”当做观察对象来研究，从而发展了自然科学。所以，西方的“自然（nature）”是科学的研究对象，而东方的“自然”却是与东方宗教的最终本质相关的。

不过，发展到近代以后，日本人开始接触西方nature的概念，并用“自然”这个汉字词表述它。这尽管引起了一段柳父章所说的“混乱”，但毕竟还是有一定道理的。因为在当时的日本，有相当一些人抱着沿用中国传入的“老庄”的“自然”的意思来看待由nature译过来的“自然”的态度，从山川草木、日月星辰中发现“本来即如此”的存在，又将这种存在看成是超越山川草木、日月星辰之类的自然物的——这样的思想方法在日本是很普遍的。所以山川草木之类也可以被看成神。

### ○自然·自我·自己

关于中国老庄思想所主张的“自然”是“物我的

一体性，即万物与自己从根源上的统一性”，我们按上章关于意识的简·威尔帕图解来理解的话，它相当于图中最下段的“心层”。正如前章所述，在这一层里不存在“自”与“他”的二元论，而是“自己即世界”、“心即世界”。所以这一层也就是老庄的“自然”。而相对而言西方的“自然(nature)”就相当于简·威尔帕图解中的“自我层”，自我将“自然”与自己分离，并将其做为人类行动的对象而对象化。而正由于这种明确的自我的确立，才产生了近代以来自然科学的飞速发展。

从人类进入近代社会以来在自然科学进步上所取得的有目共睹的辉煌业绩来看，高度地评价近代自我的确立和强化是必然的，也是理所应当的。在下一章里我将谈到，正是出于这种意义，很多心理疗法就是立足于确立和强化自我的目标而发展起来的。

在日本语中所说的“自己”、“自我”的“自”字和“自然”同用一个“自”字。如果说自然的原义出于“本来即如此”，那么“自”就是“本来”的意思。不过“自”不仅有“本来”的意思，还有“本身”的意思。“本来”意味着事物的产生和主体的经营毫无关系，是独立而生的，而“本身”则表示有主体的自主的、能动的参与。如果用英语表述的话，这两层意思是用完全不同的两个单词来对应的。而日本人却分别使用“本来”和“本身”。

当汉字引入以后。这两个意思的表述都变成用同一汉字“自”来对应了。就是说，“本来”和“本身”虽然有一定的现象上的区别，但是从根本上还是指同一事物。即所谓“现象学”的认识在其中起了作用。为什么会出现这种情况呢？要说明这一点，可以参考荣格关于“自我”和“自己”的观点。荣格所说的“自己”，和一般心理学的“自己”的定义是有区别的，它有特殊的意义。

荣格是在37岁，即1912年前后和弗洛伊德分道扬镳的。那以后，正象他自己所形容的，处于一种“丧失方向的状态”不能自拔，充分体验了剧烈不安的内在世界。时常产生幻觉和幻听，梦见充满世上从未有过的情景的世界。单以这些症状而言，可以说和一般的精神分裂症非常相似。但是，后来专门研究荣格的学者将其巧妙地称为“创造病”。这的确是一种“病态”，但是以后来荣格的经验而论，这种“病”同时又是他后来的创造性活动的源泉。

在这些稀奇古怪的体验中，荣格学到了很多東西。首先，他了解到“存在着比自我的意志更高的某种存在，人对这种存在必须低头拜服”，并且体会到“如果我们按内在人格所欲求的，和所说的去做，痛苦就会消灭”。换言之，可以说荣格虽然做为当时的西方人之一也是始终重视自我的意志，自

我的判断的，但是还是不能不认识到自己的内在世界里存在着超越自我的存在。

这里不打算过多地介绍荣格的那些猛烈的内在体验，总之，用前一章对意识的认识方法来看，可以说荣格所经历的是从西方近代自我的意识急速下降到非近代自我的下层意识的意识变化过程。上章没有过多涉及这种“急速下降”的具体状况。实际上，我们必须知道，这种“下降”，在一般情况下是非常容易被视为“异常”、“病态”的状况的。至少在“下降”之后尚未“上升”的阶段，还是须要称为“病态”。荣格在经历了这样的过程之后，渐渐又有了作为自己的整体的综合性又恢复起来的感觉。这个全部过程似乎用语言无论如何不能全部表现出来，而需要借助图形表示方能尽意。自1916年至1919年，荣格在自己也半信半疑的状态下画了许多内容类似的图形。这些图形主要以圆形和正方形为基调，表示出一种整体的协调均衡的意境。这些图形实际上是荣格的“全存在”的作用的体现，是超越自我的产物。通过这样的画图过程，自我发挥了和这种“全存在”相互协调的机能，从而才使荣格开始感到心渐渐恢复了平静。荣格以自己的这些亲身体验为基础试行了对精神障碍者的治疗，结果他发现了一种非常不可思议的现象——这些病人在恢复过程中所画的图形和荣格的那些图形一样，而荣格并没有事先和他们谈到任何有关图形的事情。



荣格对这一发现十分重视，但是却没有在任何学会上发表，而且对在其他场合发表这一事实的记录也犹豫了很久——因为这毕竟真是太离奇了。但是后来，通过了解中国的宗教、西藏的佛教，荣格才知道，原来他所经历的那些情景早在2000多年前的东方就已经有过记载了。他发现他和他的患者所画的那种图形和西藏佛教所运用的叫做“曼荼罗”的东西极其相似；他所实际感受到的“超越自我的崇高存在”，在中国叫做“道”。

于是，荣格开始确信自己的想法并非只适于特殊的个别的场合，而是具有普遍性的。1929年他在为译成德文的关于中国道教的炼丹术的《太乙金宗华旨》一书写的评论中公布了关于“自己”的观点。荣格在文中主张“应该知道，自我虽然是意识的中心，但是如果站在既考虑到‘意识’，又考虑到‘无意识’的出发点上，那么全人格的力量的中心就不是自我了，而是处于‘意识’与‘无意识’之间的应该称为‘自己（self, selbst）’的潜在中心”。更有趣的是在这篇评论中荣格还发表了“欧洲的‘曼荼罗’例”，其中描绘了自己和患者们画的那些“曼荼罗”的实例。荣格去世后，他画的那些图形大量被发表。

荣格在自己的《自传》中这样写道——“1918年至1920年期间，我开始明白‘心发展的终点是自己’。这种发展不是直线式的，而是围绕着‘自己’”

巡回行进。虽然也存在均一性的发展，但这即使有也仅限于最初的阶段。随后，所有的进展都面向中心。”这里的“围绕着‘自己’巡回行进”，意为我们对“自己”这个存在不是直接感知的，而只是在其周围巡回。也就是说，我们可以在意识上掌握各种各样由“自己”显现出来的现象，却不能直接感知“自己”本身。但是，可以想到，通过这样来假定“自己”的存在，很多意识现象变得容易理解多了。

我们以荣格对“自然”与“自己”的认识为基础，再回到前面关于“本身”和“本来”的讨论。可以想象得到，“本身”是从荣格所考虑的意义上的“自我”出发的，而“本来”则相应地是从“自己”出发的。而日本人的“自我”与“自己”似乎向来界限不清，他们多体验到的是二者融合而一形式上的情景，所以就常常产生“它们从根本上是一回事”的理解。在日本的“艺道”里，“自然”是非常受尊重的。常言道：“各种各样的行为都应该自然地进行”，这里所包含的意思就是指把行为的主体由“自我”转让给“自己”。如果从西方意识的“能动的主体只能是自我”的观点来看，未免令人感到这种想法是充满着矛盾的言论。

著名板画家栋方志功曾说过：“我对自己的工作不负任何责任”，这是个说明日本人的意识特征的有力实例。哲学家兼美术评论家的柳宗悦这样评

论栋方志功：“在栋方的工作中，‘产生’的意味要比‘创作’的意味强烈得多。”如果采用荣格的说的话，是否可以认为，栋方不是依靠“自我”而是依靠“自己”的作用达到绘画的意境的。作家夏目漱石也说过“自己本位”的话，这里的“自己”似乎也就是荣格所说含义上的“自己”，而不是“自我”。看来用荣格关于“自我”与“自己”区别的想法来解释日本的艺术是非常有效的。在日本这种“自己”，还大量地反映在山川草木的自然里。

### ○东西方进化论

这节话题稍变，谈谈进化论问题。进步论一直被认为是科学地认识自然的理论。那么进化论问题如何与宗教与科学，东方与西方交结点有关系呢？下面我们来讨论这一问题。在日本，一般提到进化论，总是立即反应为“科学”，“和基督教的宗教世界观背道而驰”之类的观念，实际并不是如此简单而绝对的。1985年每日新闻社出版过大河内了义以其生活在欧洲的体会所著的《自然的复权》一书。书中强调“基督教的上帝并没有死”。大河内先生强烈主张，尽管大多数日本人把基督教看成是自然科学的对立物，肤浅地认为自然科学的发展使“上帝已经死了。”但是实际上，自然科学和基督教的关系绝非如此简单，我们必须认识到即使是那

些看起来是反基督教的观念也具有支持基督教的上帝的一面。笔者很同意这种观点。对弗洛伊德的精神分析、进化论等等，都有必要从这一观点出发去考虑考虑。这里以与“自然”有直接关连的进化论为例来讨论。

我的研究工作不涉及关于进化论的具体研究，这里主要以著名动物学家、生态学家今西锦司的论述为据。我之所以选中自己并非研究特长的进化论为例，因为我认为它与我们前面所讨论的诸问题有着极密切的关系。今西先生在进化论上有着独特的见解，他所做出的业绩曾被赞赏为“是日本文化的必然产物”，他本人“是同时代日本人的骄傲”。在他的著作中反映了与西方人不同的日本人独特的“自然观”，这种自然观构成了他的论说的核心。

今西锦司最近发表了一篇可以做为进化论研究的总结的论文，这里引用其中重要的一段。“这里的所谓达尔文主义，不仅仅是纯理论的问题，是否还有前面所提到的我所担心的另一个问题，即其中包含着欧洲人内心里存在的某种要求呢？我怀疑在漫长的过程中培养起来的彼此不同的自然观，或者说不同的生物观之类的东西是否也影响和反映到彼此在进化论观点上的不同呢？如果真是这样的话，那么也许与其说达尔文主义是一种生物学理论，莫如说那是一种神话的例子更贴切。”这里的“前面所提到的我所担心的”问题，今西曾这样说明达尔

文主义关于“适者生存”的观点是基于竞争原理的，而这个理论是把上帝做为通常起支配作用的“我方”来处理的，“是否正是因为这一点，进化论才对西方基督教徒们那么有魅力，以至于在达尔文去世101年的今天，他还拥有那么多共鸣者呢？换句话说，进化论理论上几乎很难经得住科学的验证，但是它却被西方接受为正确的理论，其原因就在于它符合西方人所拥有的基督教的自然观，而今西明确地指出了进化论的这一缺陷。正如今西所说的：“这是从西方人的角度看无法理解的，但从东方人的眼光看或许就明白了。”

今西的进化论与达尔文的基于物种竞争理论的进化论相反，它是基于“同类共栖”的共存理论的，这是二者之间首要的重大区别。此外，今西进化论的最独特的地方是关于“种社会”的概念的建立方法。西方学者在讨论生物的“种”问题时，今西却在考虑一个整体的“种社会”的构筑。种社会的一个个成员却有助于这个种社会的维持。而这样的种社会又共同构成更大的生物整体社会(holosp-ecia)。从这个构想出发，今西认为“我们所见到的生物界的自然并不是生物的角逐场，而是种社会的和平共处的场所。如果这样来看待自然，就自然会产生我所说的‘所谓进化实际上是种社会的共栖的密度的进化’的结论。”

迄今为止的普遍观点是“个体的发生是重复系

统的发生”，而今西则做了反其道而行之的大胆新推论——“系统的发生（进化）是重复个体的发生”。达尔文认为进化的机制是由突然发生的遗传，变异产生的新个体成为生存竞争中的优胜者的过程即“适者生存”的规律构成的。而今西则认为一个个体从受精卵起就开始分化发展，需要变化就变化，也就是说，进化也是同样，“需要变就变”。

那么，今西的理论和我们这本书讨论过的那些问题有什么关系呢？是否可以这样说——今西所论述的并非自然的进化，而是接近自然的现象。从达尔文主义的角度看，进化的本质在于凭借突然变异产生的个体依靠“本身”的力量成为“适者”而存续。今西则相反，他要从各种“存在”的“本来”的变化里找出进化的本质。从这种想法出发，对今西的“需要变就变”的论点就很好理解了。

可以认为今西的自然观是承继了东方的关于“自然”的理解的。今西曾经说自己的自然观是“和自然融合为一，返回自然，或者重新被自然拥抱，”他还讲了一个很有趣的故事，那是促使他树立起这样的自然观的一次重要的经历。

今西20岁左右时曾去攀登过一次悬崖。他冒冒失失地爬到半山腰才发现上面的峭壁太陡峻，根本没有办法再爬上去。这时候，他上也上不去，下也下不去，进退维谷，做了千方百计的尝试也未济于事。就在他感到已经绝望了的时候，突然，他感到

自己被一股非常温柔的心境包围了起来。今西曾这样描述道：“当时的心境就好象从前在山中修炼的人在岩洞里整整静修了一星期以后，突然看见坐在紫色的云端上的如来大佛姗姗而至一样。我曾经读过描写这种情景的书，但是并没有紫色的云和如来出现之类的事情，这是否可以说是‘大慈大悲’的自然本质呢？总之，我感触到了这样的心境。于是我忘记了自己正处于进退无路的绝境，再次抬头望去——我竟然发现了一条路！”今西所说的“温柔的心境”的状态，如果按上一章伊斯兰神秘主义的意识结构来说，就相当于第三层的“安静魂”阶段的“完全静谧的状态”。

也许正是这样的亲身经历使今西学会了“自然”地看待生物世界。不过，为了把这种态度运用于对生物社会理论的研究以获得成果，大学毕业后，今西花了10年多的时间，专心致志地观察蜉蝣幼虫的生活状态。这种必要的努力是不能忽视的。

顺便说一下，以今西先生为核心的关于灵长类学的研究小组在日本十分闻名，他们极为独特的研究成果受到国际上的重视和好评。他们取得这些成就的原因之一可以说和他们与西方学者不相同的研究态度有极大关系。在西方学者介绍和评论他们的成果的论文中曾指出：“在研究自然和动物时，日本人在放置自己的位置上显然远比西方人离自然和动物近得多，而且抱有对它们的亲切感。另外，日

本人的思维方法也不同。”在看了日本人给猩猩喂食的电视记录片后，又说：“他们似乎和猩猩有着特殊的关系，好象他们已经溶入了猩猩的生活。”

“从未看到过这样的（人与动物在一起的亲密）场面，简单无法用语言来形容。”总之，日本的灵长类研究小组的学者们，不是象西方那样用近代的自我意识去“观察”灵长类动物，而是使自己下降到不同的意识的下层去，记述在那里自然产生的现象。

以这种意识状态的变化为基础，探索与西方学者的论点不同的独特学说——日本的一些卓有成就的科学家，例如汤川秀树（诺贝尔物理奖金获得者——译者注）、福井谦一（诺贝尔化学奖金获得者——译者注）等是否便是吸收了这样的日本土壤中的营养而成长起来的呢？福井谦一就曾说过：今后凡是想成为科学家的人需要先培养一种预见能力、先见能力，即要能够预见自己的研究和“与自然并存的科学”、“与自然结合在一起的科学”，以及“尊重自然的科学”之间有着什么关连。总之，笔者在此只想明确一点，即在考虑日本人的特点的基础上，研究科学与自然的关系，这是一个极重要的课题。

### ○传说中的“自然”

日本有很多传说，它们与欧洲的传说有很大不



同。例如有一个日本传说叫“猴子女婿”的很典型的故事在全日本都有大同小异的流传。主要的内容大致如下：一位老大爷有三个女儿。他看到农田里灌水浇地的活儿太累就想找个帮手，于是就说，谁帮他把田浇了，他就把其中一个女儿嫁给谁。一只猴子探听到了这一消息，它把田里的地都浇灌了。老大爷很为难，但他还是信守诺言去说服女儿。大女儿二女儿一口拒绝，只剩下了小女儿。为了不让父亲为难，她答应和猴子结了婚。到这里的情节还没有什么特别，西方也有例似的传说，例如“美女和野兽”之类的故事，内容相近。但是后半段的内容就大不相同了。长话短说，当小女儿带着猴子回娘家的途中，她向猴子要求采一只樱花作为礼物。她让猴子一个劲儿地往树枝的顶端爬，结果树枝折断，猴子跌到河里淹死了。小女儿于是一个人回到了家。老大爷非常高兴。后来两个姐姐都出嫁了，小女儿就和老大爷一起生活下去。

故事就这样结束了。读者可能已经感觉到与西方“美女与野兽”之类的传说在结束方法上显然不一样了。西方的故事，大概都是野兽变成了王子，和美女幸福地结了婚，然后才结尾。人与人以外的动物结婚之类的传说，我们把它分类为“异类婚”故事。这里受篇幅之限只能举一个例子了，但是由此推广而论，也可以了解到日本与欧洲异类婚传说的明显差异。小沢俊夫的《世界民间故事》一书曾

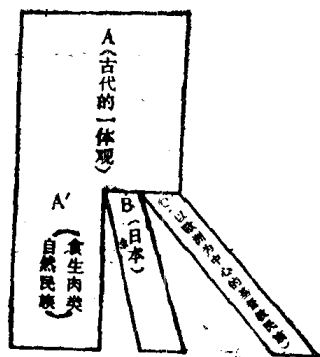
对此做过明确分析。其主要观点如下。

首先可以说，按欧洲观念，人本来就是不能和动物结婚的，和人结婚的动物原来必定是人，只是被魔法作用暂时变成了动物。所以应该说在西方，即使是传说童话的世界里人与动物也有明确的区别。与此相反，象“猴子女婿”这样的传说，猴与人结婚之类的情节，不会让日本人感到有任何不可思议。还比如众所周知的著名的日本童话《仙鹤》，其中对仙鹤变成人的情节描写得非常平淡，没有通过任何特殊的魔法，就象是介绍一个普遍的事实一样。

但是，如果把目光转向欧洲以外的地方，就又有了解人与动物结婚不成任何问题的传说。而且有趣的是，甚至人与动物完全等同，在故事里二者没有任何区别。在这方面，日本多少还是有所差别的，譬如《猴子女婿》的故事虽说人与猴子可以结婚，但是姑娘们还是都嫌恶这件事，以至于施用计谋害死了猴女婿。《仙鹤》传说中由鹤变成的姑娘，在被小伙子得知真相之后，立即离去了。总之，可以认为在日本还是没有把人与动物等同处理的。

上面的这些叙述可以参看下图来理解。图中的A表示把人与动物做为一件事来接受的古代，接下来是A'，这从一些食生肉类的自然民族，如印地安民族，某些蒙古民族等等的传说中可以感到人与动

物结婚就如同“同类婚”一样被接受的。与此针峰相对的是C，即以欧洲为中心的基督教民族的传说中反映出来的异类婚观——即使人与动物结婚，实际上那动物归根结底还是人，只不过被“魔法”起作用变



世界异类婚观

成了动物的外形罢了。总之，人与动物根本上是不能结婚的，二者是截然不同的。在A'和C之间存在着B，这就是日本传说中反映出来的异类婚观。它恰好处于中间地带，在人与动物可以结婚的观点上与A'相同，但是归根结底并不愿意让这种婚姻持续下去，或者一旦被人得知动物的本性便立即离去，等等，在这种倾向上又接近C的情况。

如果把这些传说故事中的人与动物之间的关系看成可以反映人与自然的关系的一个侧面，将是很有趣的。在AA'的世界里人是完全被包围在自然之中，成为自然中的一部分。在与此相反的C的世界里，人将自己与自然分离开，正如我一再重复说明的，把自然当成一个客观的对象来观察和认识。而B的日本则处于二者的中间点上，或是认为自然与人难以分离，或是认为二者有所区别，总之，可以认为是将取一种“两价”态度。而这种日本特征

通过对日本传说特点的分析可以很容易看出来。

以上的论述是很初步的。在日本的传说故事中，象《猴子女婿》那样男性代表的动物后来被害死的情节很多，但是代表女性的动物却常常只是“突然离去”，而很少被害死。这个现象有很深的含义。在日本人的观念中是否含有对自然所具有的男性要素特有强烈的排斥态度呢？这是一个很值得研究的问题。

### ○“自然”的死

前面已经阐述了中国的老庄思想赋予“自然”的重要意义。日本的宗教同样也是很重视“自然”的，著名僧人亲鸾（即见真大师，公元1173年～1262年——译者注）所主张的“自然法尔（意思是说一切存在都不是在外界力量作用下的，存在本身就是顺应真理的——译者注）”也可以看做是在老庄思想基础上的发展。基本上可以这样认为——日本的“自己=自然存在”的观念，反映在对山川草木的感情上，也影响到日本人自我意识的模糊，而这种对“自然（中国古代的物我一体的概念下的自然）”和“自然（Nature）”不加区别的模糊的“自然”正符合宗教的意义。

在日本，尊重这样的“自然”的态度是特别明显的。中国也可以认为大致上和日本相同。《论语》

中有句名言“子曰：“知者乐水，仁者乐山……”。

日本评论家桑原武夫在为此做的注释中这样写道：

“用谈论山水的象征方法分析人，在哪个其他的文化传统中有这种情况呢？从西方文化里多半是找不到的。早在公元七世纪的古代，中国的山水画就很发达了（例如最近发掘出来的壹德太子墓穴中的山岳画），而欧洲最早的描绘自然山岳的画，能够回想起来的据说是达·芬奇在著名《蒙娜丽莎》油画的背景上画出的山脉，这幅画诞生于16世纪初。”可见中国自古就有尊重自然的态度。但是，在这方面，日本在接受中国文化影响之外又有着自己进一步的发展。前面提到过“曼荼罗”，印度的“曼荼罗”，是完全不承认自然的，而日本的“曼荼罗”却有很多是描绘自然的。正如《日本人的心情》一书中所说的，以“山”为代表的自然，自古以来就深深地抓住了日本人的“魂”和“心”。

但是，我在这一节想要着重讨论的却是另一个问题，即这个对日本来说的是个模糊的宗教对象的“自然”，是不是已经死了？我对这个问题的痛切感触最早产生于出席关于“日本人的宗教心”的专题讨论会的时候，在这次会上我听到了关于水俣（日本地名，位于熊本县境内的工业城市。1953～1959年期间，由于工业废液中所含有机水银的污染，在水俣出现了水银中毒引起的神经疾患，称为“水俣病”。大批人受害，成为举国瞩目的“水俣

问题”——译者注)的一些情况。学者宗象认真地研究了水俣问题，他没有把水俣病和水俣人当做“客观对象”来研究，而是深入到水俣人们中间，和他们一起生活。结果，他接触到一个新问题——水俣问题的核心是宗教性问题。宗象认为在水俣人的心目中，存在着一个比“有制度的宗教世界”更为重要的“看不见的宗教世界”；在这个世界里起作用的自然，特别是海的作用之大是无法预测的。他说：“我加入了他们的日常生活，我发现‘自然的存在’在渔民们的心里具有极其重要的意义。……实际上，自然深深地感动着水俣人的心，扣住了他们的魂，是一种对他们来说含有宗教意义的对象。……象画一般的美丽风景，长年累月地依偎着大海的生活，使渔民的心灵深处形成了一个充满不可思议的安定感和永恒信念的世界。”对于不知道世上还有火海的渔民们来说，海“是一种‘圣物’的存在，它有着让人感到神是无处不在的象征意义。”

但是，就是这个海，被污染了。它给那么多的人带来了病变和死。“自然”死去了。

这不仅是水俣一个地方的问题。说得极端一点的话，在我们日本人期望依靠接受西方的自然科学获得“进步发展”的那一天起，日本人的“自然”——一种模糊的上帝形象的代表——就已经死了。我们对欧洲人“上帝已经死了”的慨叹实在不能因为与己无关而听而不闻。

文学家石牟礼道子还是一个反公害活动家，她有很多关于水俣的记述。她把水俣悲剧看成是“不需要文字的世界与文字世界的冲突”，她记载了水俣病的被害者们和造成污染的一方的交涉是怎样切不中要害的。双方在交涉中之所以长期各述其理，无法沟通，原因就在于把“海”看成自然的表现的人和把“海”当成自然的一部分的人，他们在谈判桌上只能重复“马路上的行人擦肩而过”的过程，而无法面对面碰在一起。但是，在大多数日本现代人的心中，是否始终重复着水俣悲剧那样的对“自然”的误解和亵渎呢？如果说“日本教”的基础就是和这样的模糊的“自然”之间的共存关系的话，那么我们日本人很有必要再次严肃地审视一下这一宗教。

日本的“自然”之死，表现在许多我们意识不到的地方。其中之一就是日本家庭的“自然”问题。在西方文化大量涌入日本以前，日本家庭是大家族式的。孩子们在这样的“自然”中被养育成身心健全的人。当然这个所谓的“健全”是很难达到的。可以说其中也应包含自然地经历一些恶的体验。就是说，父母无论怎样努力把孩子培养成好人，由于子女多，父母又忙，孩子还是要体验“自然地”生活下去所必要的恶的经验，并且通过自己去克服和战胜它们取得成长。但是现代孩子们不同了，很难把他们养育在“自然”之中。而大多是管

理过剩，人工地塑造好孩子。那些自然养成的孩子，即使在青春反抗期也知道自己的行动要在自然的容许范围之内，而人工塑造的好孩子却常常冲破自然容许的范围。这里无暇详述，总之，很多现象可以表明在现代孩子的诸多问题背后，存在着在育儿领域里“自然”正在消亡的问题。但是，在我们日本人模仿西方人，沿着选择小家庭的家庭组成模式，营造小窝，充实个人欲求的方向确定自己的生活道路的今天，叫喊什么“返回自然”，“大家族好”的口号是无济于事的。正是因为大家族有大家族的相当多的缺点，我们才改变了它。

生活在现代的我们，并不需要死抱住与模糊型的“自然”的一体感不放。我们所需要的是只要能够把“自然”对象化，就要努力试图这样去做，在这之上，认清“自然”还具有另一个不可思议的性质——它是在科学与宗教的结合处的存在，从而不断地在这方面深入地探讨下去。无论人们怎样感慨，又怎样思虑，上帝，或者说自然都不是那么轻而易举就会死去的。正象欧洲对“上帝已经死去”的自我觉醒反而带来了和上帝的进一步接近一样，日本人对“自然”之死的反思也必将带来对自然的更深刻的理解。



## 心 理 疗 法

### ○何谓“心理疗法”

到这一章为止，我们的讨论都是围绕着科学与宗教的接点上的诸问题的。而引起我关注这些问题的不是别的，正是我所研究的专向和从事的工作——心理治疗。如果从单纯的实际的心理学的具体事例中跳出来，就不能不考虑我在前面阐述过的那些问题。况且，即使是为了回答自己所从事的这些心理疗法“究竟是不是科学”的疑问，或者只为了把心理疗法的治疗对象——“人”这个存在彻底搞清楚，也有必要探讨那些问题。对于心理治疗法的议论向来五花八门。我在这里想从“科学与宗教接点”的问题意识出发阐述一下心理疗法。

心理疗法是从19世纪末叶开始兴起的，如今已经成了现代欧美国家的一项不可缺少的事，大量的心理疗法专家兴办了自己的个人治疗所，心理治疗业成了近代以来飞速发展兴盛起来的职业之一。但是，如果对这种职业做一点寻根问源的话，就会发现它实际上可以说是自古就有的，在宗教、

教育、医学领域中都可以找出属于心理治疗的内容。进入近代以后，由于对“宗教”的反抗情绪强化，心理疗法也不例外，成了宗教的对立物，所以人们多认为它只是从教育和医学领域中派生出来的。或许有人会感到奇怪——为什么心理疗法不是产生于心理学？这就要归咎于当时“心理学”自身所坚持的研究态度了——即差不多是以物理学的研究方法为规范，追求对“客观观察到的现象”的研究。这样的心理学是把“人的意识”之类的问题排除在研究对象之外的，所以从这样的心理学里无法产生有临床意义的学问。换句话说，按近代自然科学的研究方法和态度，是无论如何不会把人类的“心”、“魂”之类的问题摆在研究对象的位置上的。

在教育领域上最早出现的是一种叫“学习指导”的事物。即不是教给学生知识和学问，而是对学生的生活提供指导和忠告。这种做法持续至今，现在叫做“个人指导”、“生活咨询”之类的机构就属此类，从事这种工作的人基本上仍保持早期的做法。有些指导和忠告也确实起了一定的作用。但是事情并非如此简单。对那些吸毒的少年，只是告诉他“那东西很坏”、“赶快停止吸毒”，这样的“指导”和“忠告”多半是没有什么效果的。这就意味着心理治疗必须跨出“指导”和“忠告”的范围。

在另一方面，在医学领域里发现了有些“疾

病”的症状，即某些病人所表现出来的身体机能障碍并不是相应身体器官的病变引起的，医学开始尝试“治疗”这样的疾病。这就是从19世纪末叶发展起来的精神分析的分科。关于这一点，我已经在“意识”一章里谈到了。这里想换一个角度来讨论。我们以一位女患者的病例来说明，她的听觉器官没有任何异常，耳朵却什么也听不见了。我们来看看这样一种歇斯底里症的治愈过程。她的病症在于“什么也听不见”。精神分析法，就是要通过谈话、自由联想，或者梦分析等等手法找到形成那个症状的原因，用弗洛伊德的话说就是进行对无意识的探索。分析的结果得知，女患者在从别人那里听到丈夫对己不忠的事情以后，产生了“再也不想听到他的声音”的想法，从此她的耳朵就变聋了，而且还把这件事情忘得一干二净。得到了对病因的了解以后，采取了让她对那件事情的意识重新明确起来的引导措施，并使她对丈夫的不满感情完全发泄出来，于是她的听觉恢复了正常。

从这个病例中可以看出这样一个过程：症状——>发现引起症状的原因（存在于无意识中）——>使原因意识化——>治愈。这可以说和治疗身体疾病的流程——症状——>发现引起症状的原因（病理）——>消除原因（借助药物或手术）——>治愈——是同等。弗洛伊德正是注意到了这一类同点，借此向世人表明自己的治疗法是“科学的”，所以他的

学说在包括美国在内的西方风行起来。

对这种处理过程我们称之为“医学模式”。但是根据我们心理疗法工作者最近的实际经验，这样的医学模式开始显得不怎么有效了。当然事实上这种医学模式确实在现代的有些场合还是有效的，就和上面说的教育模式一样。但是，由于这种简单的模式的作用，使得多少人吃了苦头——这也是必须引起重视的。应该指出，人是一种充满了未解之谜的即广涵又深远的存在，仅仅依据一种简单模式去“指导”，或者去追究原因是不会有成果的。

对那些因为患有“惧人症”而拒绝到学校去的孩子，你怎么指导他“应该到学校去”、“不学习是要受损的”也不会有什么效果。或许你会追问“为什么不到学校去？有什么原因吗？告诉我什么原因！”而多半你是得不到答案的。有时孩子屈于质问者的威严也可能会答出一些真实原因来——

“我怕见老师”、“妈妈太啰嗦”等等。象这样的单刀直入的寻求原因的人，往往听到了这样的在穷追质问下得到的答案后，立即就会锋芒急转，指向这些成为原因的老师或母亲，把他们批判一通。还有一些热心人，当自己所预想的结果达不到的时候，他们的热情很容易转变成憎恶或攻击的情绪。很多人会感到“自己如此热心地指导他，可是他母亲却太糟糕了，”或者“这孩子的意志太薄弱了”

……等等，所以才效果不佳。依靠教育模式、医学模式的时候，即使效果不理想，也会做出“自己是热心负责的，是正确的，但是肯定还有一个坏人在起作用，所以才如此”的结论，所以可以说采用这些模式去治疗或者指导是相当方便轻松的。也许正因为它们这一特点才使得这些效果不佳的模式至今仍被相当多地采用着。

### ○自己痊愈的力量

如果指导和忠告没有效果，寻找病因的办法也不见效，这种情况下再使用什么方法好呢？这时最好的方法不是治疗者的治疗，而是利用患者的自己治愈自己的能力。而这种自愈的过程是心理疗法中一个非常关键的过程。对这一点很多人不能理解，下面略加说明。

有这样一个例子。有一个高中学生来找我咨询，他说他虽然很想去学校但却不能去。如果我对他说：“我并不打算让你尽早到学校去”，或者“我一点也不想知道你要到学校去的原因”之类的，那当然要被当成谎言。但是，如果把这些心情暂时象放在括弧里一样搁在一边，而先尽可能地容许他自由地表现，同时采取一个全力倾听的态度之后会怎样呢？根据不同的场合，有时我请他谈谈最近作的梦，或者请他给我画张画儿，做个盆景什么

的。大多数的患者往往都盼望我快些给他们什么“指导”或“忠告”，甚至还常有人急不可耐地问我“告诉我，什么原因使我变成这样的？”。总之他们希望早些知道病因，越快越好。而他们却看到我一副几乎不关心病因的样子，他们对我的态度感到奇怪，但是却在这种态度的支持下，自由地表现着自己的本色。

可以这样说，这种态度是看重由病人的“魂”做出的发言，而不是由病人本人的，或者是与病人有关的那些人的意志或思考做出的发言。梦也好，盆景和绘画也好，利用这些“魂”的“语言”，正是因为重视由“魂”发出的这些形象语言的意义。

很多人有这样的感受，当他们事后回顾过去某时说的话时，完全不能理解自己当时为什么会说出那样的话。本来是想讨论学校里的情况，但是任意“自由地”聊着聊着，不知不觉全是关于母亲的“这个那个”的事情，或者回想出完全意想不到的往事说个没完。心理治疗者对所有这些内容都按摆脱开通常意识层下的“原因——结果”逻辑的态度来接受，于是患者渐渐不知不觉地开始在感情的驱使下谈话，这就是说，开始向“心”的深层下降。所谓“自由地”、“感情的驱使下”，是说“自我”将主导权让给了“魂”。

还回到前面那个高中生的病例话题吧。当我仔细倾听那个实际上是患有“恐惧学校症”的高中生

的谈话后发现，他把学校的事情完全丢在了脑后，不厌其详地谈到自己的母亲是个如何如何的热心于子女教育的妈妈，并且开始发牢骚。听到这些而不加思索的人，很可能会断定这个学生的“恐惧学校症”的病因就在他母亲身上，于是试图给母亲以忠告或劝导。但如果这样做没有效果的话——大多数是这种情况——就设法让孩子“自立”，让孩子离开母亲住到宿舍去等等。

如果“自立”对这个高中生是如此重要，那么你对按照自己的臆断去左右他的行动的态度又怎样看待呢？恐怕是全无自我反省。大体上那种在这里确信自己是“在为他人效力”的人基本上是不会做自我批评的。所以一旦他们的努力失败了，首先产生的是一种对他人的不满情绪——“我是这样地竭尽全力的努力，你们母子却丝毫不与我配合，真没办法！”

我们的做法则不同。我们几乎不去会见那个高中生的母亲，而是持续不断地专心致志于听高中生自己自由地谈话。当然这种谈话不是一次，而是每周一至两次在约定的时间里见面聊天。渐渐地出现了非常有趣的现象。总是发母亲的牢骚的高中生一时会情不自禁地谈起母亲的好处来，或者一面说母亲的坏话，一面又说母亲如何疼爱自己。有时还伴有一点带戏剧性的行动。孩子的父亲原来一直回避对经常逃学的儿子的管教，一天以孩子又一次离家

出走为导火线，父亲也被激怒了，父、母、子三人发生了激烈的正面冲突，这件事情促成孩子迈出了自立的第一步。

这里一个最重要的特点是——整个过程都是在孩子本人的心意驱使下自然发生的。确切些说，就是全部问题的解决都是依靠患者本人的自我治愈能力。在可以自我治愈以前，大抵上的患者的心底里都存在着想要依靠一个什么人的倾向，患者的亲人也想寻找些外界的帮助。这些心理作用都是对自我治愈能力的障碍。可以说，心理治疗者的任务就是让患者的自我治愈能力能够较容易地发挥出来。

人所具有的自我治愈能力是一种非常奇特的力量。有时，仅仅靠让患者制作盆景就能够达到治疗的效果。“盆景疗法”最早创始于西方，而我在最初接触这种疗法时就感到它非常适宜于日本人，于是我在1965年把盆景疗法介绍到日本。由于我在第五章论述的日本人对“自然”的那样的态度，以象盆景这样的非语言的手段表现自己的内在面，可以使治疗者比较容易了解患者的内在世界，有助于治疗的顺利发展。我以这样的动机在日本推行这种疗法，结果如愿以偿——现在，盆景疗法在日本广泛发展起来，甚至可以说日本成了全世界盆景疗法最盛行的国家。

当把一个盆景的材料摆在患者面前，让他随心所欲地摆个盆景的时候，有的人开始时只在角落里



做一点小小的装饰，后来才渐渐地摆满整个盆子。在表现手法上也越来越丰富。随着这样的过程，患者的症状也渐渐消失，治疗也因此而完成。如果把这样的患者痊愈过程中制作的盆景拍成照片的话，即使是外行人见了也会对整个过程的变化一目了然，也会承认患者的内心世界确实发生了变化，疾病已经得到了治疗。前面介绍的“曼荼罗法”的方法也有同样的效果和特点。当然，“曼荼罗法”也是一样，不是只要画上几张“曼荼罗”病就好了的，不言而喻地也是需要有一个逐步自我治愈的过程的。

不过，很多见过这样的盆景的人提出了这样的问题：“先生，您在其中起了哪些指导作用呢？”为什么总是要想到“指导”呢？为什么大多数人总想得到别人的“指导”啊、“帮助”啊什么的呢？盆景疗法的本质就在于治疗者完全放弃“指导”“帮助”的尝试，而仅仅守在患者身旁，什么事情也不做地单单呆在患者身旁，这就是治疗者的作用。很可能有些人对这样的解释感到难以理解，下一节我们专题讨论一下这个问题。

### ○治疗者的作用

虽然我在前面说过教育模式和医学模式效果都不尽理想，但是并不是说它们是完全没有效果的。治疗者的作用首先是要判断这些模式是不是有效，在

有必要按这样的模式去治疗的时候必须遵之去行。我们心理疗法医生也是这样，感到有必要的时候，也可能给病人指导和忠告，也可能在和病人的谈话接触中了解病因。对于治疗者来说，首先需要的就是这种判断能力和随机应变的态度。

当上面的方法无效的时候——到我们这里来求诊的病人多数是这种情况——我们的态度是不把来访者当做客观“对象”来看，而在接触中尽可能排除自与他的界线。治疗者要放弃靠自己的自我的判断来帮助患者的打算，而决心和患者一起踏入“魂”的世界。在这一点上和所谓的自然科学的研究方法是截然不同的。

只有在这样的治疗者态度的支持下，患者的自我治愈能力才会被活化起来，通往痊愈的大门才会敞开。所以，虽然同样是“什么事情也不做”，但是治疗者以什么样的态度呆在患者身旁，拿制作盆景为例来说，患者们的表现状态将会完全不同。如果治疗者的态度不适当，任凭病人随意地画画儿，或随意地制盆景，这样做，连看起来最适于这种治疗的神经衰弱病人也不能如愿痊愈。这样的态度说起来简单，做起来难，不经过相当的训练是担当不起这种工作的。

在这里，我虽然强调了自我治愈能力的作用，但是还必须强调它的另一方面，即实际上其中还存在着严重的危险性和非常的痛苦阶段。例如前面所

举的那个患“恐惧学校症”的高中生的例子，在对  
他进行心理治疗时，他说出：“我要离家出  
走。”这时候治疗者该怎么办呢？“离家出走”是  
因为他的自立能力提高了，所以才会有这种打算。  
简单地制止他就等于阻止他向自立发展的志向。  
但是立即支持他离开家也太荒唐，同样也是失败。  
这种情况下，治疗者怎么办才好呢？以上我都是论  
述的“自我治愈能力”，实际上，更确切的说法应  
该叫做“自我实现能力”。这种自我实现能力有时  
对人的自我会起破坏性的作用——对此我们应该事  
先有思想准备。

我们再来考虑一下最早的那个歇斯底里病例。  
按常识说她的耳朵听不到声音，确实应该是很苦恼  
的。但是正因为她听不见，所以给丈夫带来各种各  
样的麻烦，说起来这又是无意识地报复了丈夫的不  
忠，所以她反而并不痛苦地生活着。在治疗的过程  
中，她回顾起了自己的病因，不得不反反复复地思  
考“对这样轻浮的丈夫自己怎么看？”、“今后该怎  
样生活？”这就不能不痛苦了。大多数的心理治疗  
都是痛苦也随治愈而来。或者更确切地说正是靠正  
面来的痛苦才治愈了心病。

那些以为心理疗法可以减轻痛苦和不安的人往  
往结果会感到心理疗法反而增加了自己的痛苦和不  
安。治疗者使患者正视这些痛苦和不安，只是靠和  
患者共同分担痛苦的态度一起渡过难关。

举一个容易理解的例子。有一位公司职员，因为自己死心上班前来求诊。在交谈中了解到他所在公司的上司有渎职行为，同一科的同事因为得到过上司的好处，所以对一切都视而不见，装做不知道。而只有他不想成为同谋。但是，他又讨厌告密的行为，所以每天心情抑郁，十分沉重。当时听取这个患者陈述的心理咨询工作人员完全是个外行，把事情想象得极为简单，他把这件事背着患者透露给公司的干部。不久，上司被贬职调走，患者也愉快地上班了。然而这个工作人员庆祝自己的成功还不到10天，那位患者就开始旷工，陷入了更深的抑郁状态，后来终于辞去了公司工作。

这是20年前的故事了，现在从事心理咨询工作的都是受过专门训练的，他们决不会做出这样愚蠢的事情。就是说，前来咨询的公司职员无论怎样谈论上司的事情，攻击上司，为不知自己该如何做而苦恼，也只能是自己使自己从那种窘况中解脱出来才有意义。心理咨询工作人员瞒着求诊者本人去处理事态的做法，等于去剥夺那个人生存的意义，所以使患者陷入更深的忧郁中也是理所当然的结果。没有受过专门训练的外行人动辄想给人以指导帮助，发挥自己的作用，结果反而是事与愿违。

如果把这种治疗者的态度和“自然”一章陈述的思想联系起来，可以说，就是尽可能排除人为的作用，而听任于自然。这样就产生了对心理疗法来

说的宗教问题。这里虽采用了“宗教”一词，但并不是指相信某种特定的神或上帝，信守某种教义那样的宗教。而是委身于超越自己的自我的自然的力量。但是，另一方面还需要时刻掌握治疗中发生的每一个现象，尽量去理解它们。所以这不是一般想象的在宗教的作用下达达到安然状态的情况，而是一种正面接触无限不可解的意识世界的态度，而在这样的领域中充满了危险。

最近“自我实现”成了一种常用语，人们频繁地引用它，却在大多数场合下忽略了它还存在着危险性和不可解的另一面。据说著名作家夏目漱石晚年时曾说过下面一段话，这段话是针对“危险的自己”显露出来的时候，他人如何能得到客观看法而言的，他举了这样一个假设的例子。假定女儿瞎了一只眼睛，父亲却不知道，这一天一只眼的女儿突然出现在面前。一般的父母肯定会大惊失色，而夏目先生却说：“如果是现在的我，我想我可能会说，噢，是这样，然后平静地望着她。”夏目先生的弟子们对先生的话非常吃惊，“这不是太残酷了吗？”“大致上，凡是真理都是残酷的。”夏目漱石回答说。

也许，夏目漱石的话可以换一种说法，变成“大致上，凡是自我实现都是残酷的。”而心理疗法家对于这些残酷的现象不仅用象夏目所说的那样的“平静的”目光眺望着，而且还使自己也置身于

这个现象之中，并想从这个自我实现的残酷性中尽快逃离出去——从事心理疗法治疗工作的人没有这样的态度是不行的。在又要“置身”又要“逃身”之间，治疗者本身也将被逼入不知如何是好的境地，如果向一个方向倾向得太过份，就要失败。但是通过失败可以修正轨道再尝试，就在这样反复的过程中，开辟出一条新的道路。

但是，即使以为道路已经敞开了的时候，仍有可能立即出现又行不通了的情况。这种重复的反复很可能长久持续下去，甚至长达十数年也是有的。摆在心理疗法家面前的道路没有平坦的。

### ○解“星象”

对于“排除人为作用任其自然”，甚至可以简言之“什么也不用做。”前面讲了在心理疗法的失败例中，因为采取了某种行动的比什么也不做的比例高。但是，治疗者又不是冷冰冰的旁观者，而必须亲自参与治疗过程中发生的各种现象。“什么也不做”的态度过份时，患者就不会再继续正常地接受这种治疗过程了。什么也不做，参与治疗过程中的“全存在”，这是件极困难的事情。那么应该如何做才好呢？

让我们先考虑一下刚才那个公司职员例子。那个不称职的治疗者把来访者讨厌到公司去的原因

归结为行为不轨的上司，以为只要把这个原因排除了，问题也就解决了。这是一个说明依靠浅性的因果规律认识意识现象的思想方法难免失败的好例子。一个经验丰富的治疗者是不会这样做的，他会反反复复地倾听来访者的谈话。在这样的反复过程中，患者本人将从自己的过去谈到今后，成为一个出类拔萃的人的未来，在这个长远的构想中他如何为和不正派的上司之间的关系而苦恼，但同时，又从克服这种困难的努力中看到自己人生的意义。这之中最重要的是不仅要考虑到过去，还要看到未来，看到全体。

从这一切都需要患者自己去实现的意义上说，治疗者真是什么也不做的。但是在“魂”的意识层上，治疗者是能够参与患者的那些现象的。他不是把原因和结果直接地连结在一起，而是掌握各种事物的全体面貌。这种做法可以称为解“星象”。

“星象”这一词来自英语（Constellation），即“星座”之意。在有些场合也译为“布局”。如果不采用原因——结果的思考模式，就可以认为在治疗中归根结底可以产生一个新的“布局”，也就是说象“星象”一样的“布局”。

为了能够解这个“星象”，我们必须采取一种“开放”的态度。那种过于急着排除邪恶和不轨的人是掌握不了“星象”的。一般人总是希望立即就能排除病症、邪恶或事故，而我们却把它们放在一

个整体的“布局”里面，正是通过这样的全体的构图看出存在的意义来。用这样的极其“开放”的态度和发生的种种现象接触，就有可能意外地产生我在第二章中所说的共时性现象，而这种情况是可以发挥极有效的治疗作用的。

对这一点我并不是从一开始就清醒地认识到的。我在进行心理治疗的时候，那种所谓“偶然”的特别顺利和成功情况很多。当时我因为没有上升到“那是‘共时性现象’的作用”的认识，以为完全是“偶然的”，所以曾经对那些病例的发表犹豫过。觉得偶然的成功对一般是没有什么指导意义的。有一次，我带点自嘲味道地说：“那不过是我治疗中的一个意外的奇迹罢了。”而我的一位朋友却说：

“你的治疗奇迹未免太多了，是不是该认真地考虑考虑了？”于是我也感到的确如此，应该认真思索一下。结果我认识到“共时性现象”是经常发生的，但是如果不以开放的态度面对它，就很难利用它。

一个长期旷课的孩子终于决心明天重新上学去了。但是第二天却患了感冒起不来床了。这时候会有两种态度——一种是以以为“又来了！”于是父母和治疗者都泄了气，另一种是把这一段能上学前的看病过程当做再次增强母子间一体感的好机会，完全地接受眼前的事实。两种态度两种结局。孩子在生病的时候异常直率地娇乖，母亲也会自然地接触孩



子的肌肤，这是最宜于体会一体感的机会了。有些人把“奇迹会发生”挂在嘴边，结果“奇迹”却总是以相反的形式出现。而具有解“星象”的能力的人正面出现奇迹的时候占多数，所以解“星象”的能力对于治疗者是非常重要的。

那些在绝境下发生的属于“共时性现象”的一种关联现象，即所谓神秘主义的超自然的东西也和我们的工作有相当关系。我曾说过“自我实现”是残酷的，很多人忍受不了这种残酷性而求救于神秘的、超自然的东西。就如同溺水者抓住一根救命稻草一样的心情。在这里我用“神秘的”、“超自然的”来概括这时患者所求助的所有东西，并不是要说那必定是骗人的、应该根绝的东西。在这些从事神秘活动的人当中也有一些人是具有解读“星象”的特异功能的。此外，还有可能发生超越本人意图的、极有意思的共时性现象，出现意想不到的好结局。但是，必须指出一般来说这里面还是存在着很大问题的。

有一些具有相当知识与学问的人，也拜倒在显而易见的公认为迷信的事情上，在上面大把大把地抛钱，很多人感到不可思议。但是，认真想一想就可能明白，这实际上，是想讨一个免罪符——逃避正面接受“自我实现”的残酷性的免罪符。为了解决自己的问题，甚至明知是迷信也敢去碰碰运气。但是一旦碰了壁，就会说：“全完了！”于是更加

躲避正面接触那些痛苦的本质性问题。因为具有“免罪符”的意义，所以价格越高就越显得意义重大，越受欢迎。个别人正是看透了这一点，利用人们的这种心理赚了大钱。

关于解“星象”只举了些很简单的例子，也许有人会认为解“星象”很简单，其实是相当困难的。如果联系下一节将论述的“意识的世界”来说的话，这种解“星象”的所谓“掌握全体的面貌”，不下降到相当深的意识层里是做不到的。有的人确有这样的特异才能，但是，如果他们总是想着：“把自己的特异功能当成职业，该多么赚钱啊，”当他们全心全意地考虑这样的问题的时候，因为这种思考始终是发生在意识世界的表层的，随着他们对这类事情的过份关心，他们解读“星象”的能力就会自然减退。于是他们就只能依靠诈骗和戏法维持局面了。尽管如此，由于他们利用了人们的弱点，又在行骗赚钱上摸索到了一些有效的方法，所以实际上仍然在顺利地行骗的情况还是很多。也正因此，其害处就更大了。

也许因为我的工作的特点，接触的来访者中背着极大的痛苦的重负的人很多，他们向我谈到上面那样的事例特别多，他们说自己上了伪宗教、伪心理疗法的当，白白损失了很多钱，或者轻信过于简单的因果逻辑而和坏人去打交道，等等。当前的这些问题的确令人感到遗憾。

要成为一个心理疗法学家是要接受相当的训练的。日本已经有相当数量的受过专门训练的心理疗法学家，是不是应该考虑由一个公认的机关专门负责授予符合条件的人以正式的心理疗法学家的资格？当然找什么人去咨询，接受什么样的治疗，那是每个人的自由。但是为了防止不知不觉地陷入骗局，还是需要去找那些获得国家授予的专门人员资格的人去治疗的。如果没有这样的措施，而大多数人又都并不了解当一个人有苦恼的时候该去找谁更合适，这样就会使被带入危险境地的人越来越多了。顺便说一句，在欧美一些国家，大多数治疗者都须有国家级的公认机关认可的资格证书才能开业。

### ○意识的世界

综上所述的诸问题，我想都归结为意识世界的问题来综合归纳一下。心理疗法所运用的理论和技法多得数不胜数，在各种不同的学派之间，关于“哪一种正确”、“哪一种有效”的重复争论一直延续至今。毕竟是学派不同，所坚持的理论也不同，甚至还有的人批判说他能证实心理疗法是不“科学的”东西。但是，这里的“科学”“不科学”只是在认为唯独西方近代意识才是正确的观念之上的议论。当治疗者不把患者当成客观对象来看待，持重视治疗者与患者之间的关连的态度的时

候，这样简单的议论就通不过了。治疗理论在某种意义上是和治疗者的姿态有关的。此外，以第四章的“意识谱”的构想为参考来说，从患者的哪一个意识层上的问题着眼，显然相应的理论和技法也必然不一样。可以认为，不同学派的理论和技法都对不同的特定意识层上的问题具有特别的有效性。

以“意识谱”的图解为参考的话，可以说当只限于图的上部层的时候，“科学的”方法是可行的，而越往下部的层，宗教性就越强。但是，当结合实际例子来看的时候，这些层常常是组合在一起的，有的时候，表现为意识性的问题，并非一定是真正的问题所在，实际上不能简单处理的问题占多数。例如，一位到“学生心理指导所”来访的学生，本来是来咨询一个非常实际的问题的——比如“对人来说究竟什么是死？”但是，一旦他有了一位女朋友，原来的问题立即被忘到爪哇国里去了。还有的人是说自己酒瘾太厉害，想戒酒而来求助的，而结果实际面对的竟是宗教性的问题。有的是为性问题苦恼而来咨询的人，后来却达到了很深的宗教性的体验的境界。还有的是为宗教问题而苦恼的人而结果却是必须正视现实中的性问题。

这里所说的“宗教性的”，并不是很简单的问题。有的人又读经，又写经，时而还向报纸的“宗教园地”投稿，并且还曾被采用，但就是不能和自己坚持不执行为不改的儿子正面交锋。我并不

是要指责这种人信奉的“宗教”是假的，只是感到本是有用的经典却成了他回避儿子的工具，实在遗憾。或者换一个角度甚至可以说，正是为了帮助父亲深化难能可贵的宗教心，儿子才让自己的不轨行为持续下去。

可以认为在不同的意识谱的层次里，人们各自有自己相应的“自如”与“不自如”的领域。有的治疗者最擅长分析人所具有的“影”，强化求诊者的自我，当然这样的治疗者就不一定具备宗教方面的深度。反之，具有深层意识经验的人也不必非要在解决表层意识问题上特别擅长。有位欧洲朋友听了日本一位著名宗教家的讲话，我问他有何感想，他说：“这样一位与宇宙为一体，理解宇宙之心的伟大宗教家为什么感受不到听众的心情呢？”于是我向他重复了上面谈到的那种认识，即了解宇宙之心的宗教家对听众不理解自己的讲话，感到乏味之类的事情是不介意的。或许谈的内容过于深奥，听众反而感到无聊。只是有一点是可以肯定的——这位宗教家的经验和体会无论如何之深，对那些来咨询家庭纠纷或者神经衰弱之类问题的患者也是没有意义的。

从事心理疗法以及类似工作的人，有必要清醒地知道哪些是自己能够解决的，哪些是自己不能解决的。当然，对于自己的能力限度不可能了解得一清二楚，但是基本上心里有数，并且注意对自己的

擅长和自如范围以外的事情尽量不插手还是必要的。

从意识谱构图说，必要的时候患者是必须“下降”到下层去的。但是，这里单纯地称为“下降”的过程，以本人主观的体会来说，是令人感到可怕的，因为对这个过程人们只能想象成破坏现有系统的过程。似乎不是在既知的某些部分之上（或之下）增加上未知的部分，而是把迄今为止我们所依靠为支柱的东西破坏掉。只有克服了这样的恐怖感和危险性，才能真正的“下降”，而且才能把下降后得到的体验当做“我的事情”来接受。对这样的有成效的“下降”，指导者是绝对必要的。这个指导者既可以是教授“禅道”的老师，也可以是心理疗法的专家。

要教授“禅”，自己先要有禅的体验，否则成其不了老师。心理疗法专家也同样，自己没有接受心理治疗的亲身经验，就没有资格从事心理治疗。关于这一点，深层心理学的各个学派都很明确，称之为不可缺少的教育分析。不是基于自己的亲身体验，而只靠书本知识从事心理治疗的人认识不到“自我实现”的残酷性，所以他们中很多人往往会把过酷的事情强加于患者，或者以某种简单模式为根据把患者或患者家属中的某些人——总之是自己以外的人——当成“坏人”，当成问题的根源，而自我满足。

## ○宗教与科学的接点

综上所述，不知读者是否已对“心理疗法处在宗教与科学的接点上”的论点有所理解？西方医学把人体当成“客观对象”来观察，这使得科学的医学获得了巨大的发展。但是，按同样的思想方法把人的“心”也当“客观对象”来观察就得不到预期的效果了，因为观察者本身也有“心”。当然，只要不发生“心”的问题，在治疗者可能的范围内，依靠“客观的”态度也可能实现科学的治疗。只要限定在确定的问题范围内，相当科学的治疗是可行的——这是事实。但是，倘若问题涉及到“魂”的一层，科学的方法就行不通了。正如已述的那样，治疗者只要是持所谓“客观的”态度，患者的自我治愈功能就不会被重视，治疗就无法顺利进展。

反之，治疗者若能以“开放”的敞开心扉的态度与患者接触，一些从未想象到的现象就会频频发生，其中常常会出现共时性现象。这是用因果规律无法解释的现象。但是，其中发生的一致现象中含有某种意义却是事实。也许可以说把这些现象如实地记述下来，这便是“科学的”，也有人会把这叫做“广义的科学”。但是，从另一个角度不也可以说这是“广义的宗教”吗？就是说，尽管这里不承认

什么“教义”和“信条”，但是从它超越自我的理解，却又原原本本地接受了这些现象的存在中含有着某种意义这一点来说，不正是宗教性的吗？

从宗教的起源来看，可以说它是从“如何阻止（接受）人的死亡”的课题发展起来的。虽然说它是从“如何阻止（接受）死亡”这一点发展起来的体系，但是却不是单纯的知识体系。譬如佛教中的戒·定·慧，关于它们的重要意义的说教，如果不去亲身守戒，亲自体验禅定是无法理解的，所以也就毫无意义。

但是，正如前面阐述的，近代人的自我过于发达了，加之只从知识体系出发去看待过去的宗教，所以很难接受宗教。虽然近代人变得不能再相信既存的宗教了，而且信也好，不信也好，死的问题对人来说却是必然存在的。就连最初诞生的焦点是为了解决“如何活着”的问题的心理疗法学也不得不考虑“如何接受死”的问题。荣格说他的患者中约三分之一是适应现存人世的。但是不管如何适应活着的世界，终归还会有死的问题。可以说这些来求助荣格的三分之一的人不是要解决如何活着的问题，而是为了求问如何死的问题。

在第三章中我已经谈到，无论用哪一个特定的教义都不能完全说明死，但是当你虚心地看待死的现象时，各种各样不可思议的现象——共时性现象——就可能发生。关于这方面我特别阐述了秋布



拉·劳斯关于“不是相信死后的世界而是知道死后的世界”的说法。但是，我想她似乎把意识世界的层次搞错了。她可能是把在深意识层里“知道了”的事情当成了浅意识层的事实。如果借用简·威尔帕的图解来说的话，与其说“在‘心’层里可能存在着死后的世界”不如说“在‘心’层里甚至不存在对生与死的区别”。然而，秋布拉·劳斯似乎是从“自我”层出发谈论死后的世界的。换句话也可以说，她选择了一种容易引起误解的表述方法。

为了能够与“死”这个可怕的事物对峙，必须有相当牢固的基盘。看来秋布拉·劳斯无疑是具备这种牢固的基盘的。仅仅是在如何表达“知”的方式上似乎有点问题。如何把用语言不能表现的领域里的现象用语言表现出来，这之中充满了问题。

在这一点上，处于宗教与科学接点上的心理疗法也同样存在着难处。所谓的“任其自然”的语言表达并不意味着文面上所包含的治疗者是无所作为的意思。治疗者需要投入许多智慧，要考虑治疗中可能发生的危险性，要感到作为治疗者参与这种“听任自然”的治疗过程的重要性。正是由于长期从事这样的心理治疗，我才就宗教与科学的接点的各种各样的问题进行了反反复复的思考，得出了本书前面陈述的那些想法。为了进行各种各样思考是需要具备丰富的知识的。但是，对于我的那些想法来说，如果离开了心理疗法的实际。光靠知识是不可能成

立的。如果我只是一味地读书、思考，而放弃心理治疗的极实际的体验，恐怕我只能双脚离地去构筑毫无意义的空中楼阁了。

对于本书的那些论点本应进行更多的文献研究和思索，但由于我对用心理治疗投入了过多的时间和精力，所以常常对此感到很遗憾。但是每个人都有各自的作用，所以我还是想继续从事自己所做的工作。不久前我担当了一个必须和学生们“打交道”的职务，有时候被一些血气方刚、求知心切的年轻学生们包围起来，象被封在罐头里一样简直脱不开身。即使如此，一旦我发现已经到了约定好的心理治疗工作时间，我必定向学生们乞求理解，求他们给我一个小时，或者两个小时的假去会见约好的患者。会见结束后我再返回那个“罐头筒”里。虽说象一个罐头筒。但是很奇怪，只要是说会见患者，学生们就立即显出极富绅士风的礼貌，让出一条路放我走出“罐头筒”，而从未表示过异议。当然只限于这一件事，大多数情况都是令我十分难堪的。但是他们能对我作为一个心理治疗学家所必须从事的工作特殊相看，真令我由衷地高兴。

心理治疗家有替患者保守秘密的义务。象前面谈到的那些由于很深的治疗者与患者间的关系而产生的现象本身也很难都公开发表，而且就总的论题来说，过多地罗织临床经验并不见得对论述的展开

都有必要，况且也不可能。如果本书的说服力因此而显得有些薄弱，请读者容谅。这也是当前无力改变的情况。也许不久之后的某一天，即使对一般人也可以谈论我的大部分的临床体验了，但也许这一天在我的有生之年永远不会到来。但是总而言之，我希望读者能够了解——本书言及的所有内容都是我通过心理疗法工作的极实际的经验得到的体会的概括。

揭示成为东方宗教基础的“自然”，和成为西方近代科学对象的“自然”，在现代意想不到的重合，将是今后的新科学、新宗教的持续课题。荣格说过“人类从本质上具有背叛自然的倾向”。心理疗法这个领域，从它们的宗旨出发是必然以“人的自然”为课题的，所以它呈现出新科学与宗教的接点的特征也是必然。今后人的“意识”将远远超越心理学领域，成为越来越重要的课题。

## 后 记

宗教与科学的对话，很可能成为21世纪的极其重要的课题。笔者对于这样一个重大问题的论述，既不具备宗教学者和自然科学家的渊博知识背景，本人又不是适于确切论证这种问题的哲学家，正如我在文中反复提到的——它仅是一个心理疗法学者的实际经验的总结发言，这个心理疗法学者不得不在宗教和科学的接点上过来往去。所以，笔者对这个问题的论述缺乏系统性和概括性，只是以自己通过实际经验学到的和想到的问题为基础做了一次发言而已。譬如对于宗教与科学问题具有极重要意义的生命科学，本文就没有涉及，因为自己在这方面自信不足，很难妄谈。这也说明自己钻研学习不足，深感惭愧。关于本文中“灵魂”问题的论述，基本上是大量实际体验积累的材料总结。

现代人要想认真地活着，宗教与科学的接点问题是不应该回避的。笔者正是在和现代人生活的现实直接接触的过程中，经历了各种体验，从中悟出了宗教与科学的问题，并尽了最大可能去思考这个问题。所以，我想我的这些结论很可能没有给那些从求知识的角度对这个问题抱有好奇心的读者以满

意的答复，不过是提出了实际生活中司空见惯频频发生的各种问题，并提起今后还将和这些问题纠缠不休的大多数人们的注意。倘使本书能够唤起这样的问题意识，并因而对新发现、新理论的诞生起到抛砖引玉的作用，笔者将由衷地感到荣幸。

由于问题本身的特点，涉及了笔者专业以外的大量领域，为此很可能有许多错误和肤浅之处，如果能有幸得到读者的指正，我将立即予以修正，并诚恳致谢。

本文的许多“发言”内容跳出了传统的学术研究概念下的模式框框。如果这一小作能为新研究领域的开拓提供一石一土的话，作者将无比庆幸。

河合隼雄

# 对未来二十一世纪的思考

## 代序

“公元2001年1月1日，即21世纪第一年的元旦，恰逢星期一，这是一个推行新历法的千载难逢（真正的千载）的好机会。从现在到那一天还有十年，我们可以从容不迫地通过研究、讨论、试行，做好种种准备。”

“共有一个地球，共有一个世界”的人类就要在公元2001年1月1日星期一进入新的世纪了。如果说一个仅仅以百年为计的单元，竟然要用十年时间提前议论它的曲直长短，是不是也太超前、太过份了？那么不妨稍稍翻一翻关于本世纪的一些记录：

1901年 俄国巴甫洛夫开始研究条件反射。

1903年 美国莱特兄弟发明第一架飞机。

- 1905年 德国爱因斯坦发表特殊相对论。
- 1907年 发现人的血液有四种类型。
- 1909年 美国人发明塑料（电木塑料）。
- 1920年 世界上开始第一次无线广播（美国）。
- 1928年 第一部有声电影在美国诞生。
- 1940年 世界上开始第一次放送电视（美国）。
- 1946年 第一台真空管计算机在美国诞生。
- 1948年 发明晶体管。
- 1957年 第一颗人造卫星上天（苏联）。
- 1966年 第一只宇宙飞船到达金星（苏联）。
- 1969年 人类第一次登上月球（美国）。
- 1975年 日本生产出第一台家庭用录像机。
- 1982年 日本生产出第一台液晶电视机。
- 1990年 日本研制出第一台使用超导元件的计算机，其运算速度是晶体管的10倍。

.....

从这张可以一直开列下去的表中，你一定已经注意到，在20世纪，人类有着太多的“第一次”，而这些“第一次”，似乎越到本世纪后叶，越不容易列下去了。然而，即便你环顾科技并不领先于世界的我们国家的四周，也同样感到深处于“科学爆炸”、“技术爆炸”的氛围中。之所以感到不太容易再往下列这张表了，不是因为新的内容在减少，恰恰相反，是因为多得比比皆是——小至国内、

国际通用的磁性信用卡，大至宇航员可以在宇宙中停留数月的空间航天站，普通到运用模拟人脑的模糊思维的自动电饭锅、自动蛋糕烘烤机，特殊到帮助人战胜心脏病的可以植入皮下的心脏跳动调节器，几乎每时每刻都有新产品、新发明推出。每天沉浸在新发明的海洋中，难免熟视无睹。

尽管在定量上是不可比的，但是对科学家们做出的如下结论大概不会有人感到不可思议——20世纪人类在科学技术上的发明之多、进步之大，超过以前人类有史以来一切发明与进步的总和。难怪各方有识之人异口同声地称本世纪为“科学技术的世纪”。

站在本世纪之末，面对这日新月异的世界，是该喜，还是该忧？是该为现代科学技术拍手，还是该为之反思？

站在本世纪之末，如数家珍地开出上面一张人类功绩表之后，不难发现构成这些“爆炸性”进步的主要支柱的数学、物理、化学等基本理论，即现代科技理论却并非诞生于本世纪。要查阅构成本世纪发明与进步的理论基础都是在何时建立起来的，必须追溯到上一个世纪，而且主要是上世纪后半叶。

站在本世纪之末，顾后瞻前，人类将迎来一个什么样的新世纪？将把什么带入这个新世纪？如果可以贸然说20世纪的进步差不多标志了人类有史以来的90%的进步（是否都是真正的进步，另当别



论)，那么2001年就真有可能象本文最初的引文所隐含的意义那样——它不仅仅是一个百年世纪的开始，还是一个结束人类2000年有公历记载的现秩序时代，跨入一个以“千载”为单位的新纪元的起点。所以我们太有必要思索这个新的纪元了，十年不是太多，反而似乎太少了。

“共有一个地球，共有一个世界”的我们，将对这个我们共有的新纪元有许多共同的话题。其中有乐观的，也有悲观的；有可能的，也有必然的；有主动的，也有被动的。但有一个共同主题已被太多的科学家、政治家、哲学家们所认识，这就是——地球的自然资源是有极限的，科学技术的发展也是有极限的。在这样的大前提下，人们开始反身自问：

如此消耗地球上的自然资源所换来的科技进步，如果长此下去，人类还会延续多久（参看《地球的去向》）？

在重视高效益，重视大生产的20世纪，人类榨取自然、换得科技发达和生活现代化的同时，也脱离了自然，远离了自然。不论是因为受到物极必反自然规律的惩罚后的醒悟，还是因为人类尚未丧失殆尽的本能的欲求，本世纪70、80年代以来，研究自然人，研究人本身，返朴归真，返回自然的呼声，已由最初的涓水细流，汇成了一股宏大潮流。这是一股逆20世纪的科学技术潮流而动的新潮流，它

以重新看待和反思近代与现代科学技术为主流，所以相对于20世纪的“科学技术的世纪”，有人称下一个世纪为“科学技术的反思世纪”。

在这个在反思中争取真正意义的进步的新世纪，人们将思考——

人类以全部历史创造出来的科学与宗教这两个对立物为什么能与人类长期共存（参看《灵魂 自然 死亡》）？

与自然科学几乎同时诞生的哲学，在把人当客体来议论上走了一段漫长的道路之后，突然发现自己好象只活在哲学家的书架上，已经不再被大多数人，特别是年轻人需要了。这种状态将继续下去吗？在新的世纪里哲学也不回到普通人的生活中来吗？如果回来，那将是什么样的新哲学呢（参看《活着 思考 知识》）？

人类第一部解释生物界的存在规律的书《物种起源》，1859年发表后，犹如一锤定音，一个多世纪无反驳，无辩论，异乎寻常。生物界的进化，人之所以成为人，果真如达尔文所创立的进化论规律那样吗？如果有新的学说，它能增加人的聪明吗（参看《人为什么成为人》）？

20世纪人类的科技发明和进步，从总体上说，不外乎以消耗能源为代价来代替人的机械性动作和机械思维。如果说下个世纪还要让科技继续发展的话，那是不是该在突破机械思维，以智能机械（运

用模糊思维)代替人的自然思维的道路上开拓下去呢(参看《模糊工程学》)?

在科技进步、文明发展的20世纪渡过自己峥嵘岁月的中青年人,将随21世纪一起步入老年。在人类前所未有的65岁以上老年人可能占五分之一以上的未来世纪(据日本人口问题研究所预测,2018年的日本65岁以上老年人比例将达22.2%),银色可能成为世纪的标志。这样的银色世纪将给现有状态的经济、社会、文化以及家庭生活带来些什么变化呢(参看《高龄化社会》)?

.....

人类进入21世纪必然碰到许多新问题,正如入冬前准备棉衣,看到烧红的晚霞就忙去筹划第二天春游的路线一样,我们需要了解这个已经不远的未来世界的一些重大话题。这些话题必然直接关系到如何构筑21世纪的世界新秩序。这里向您介绍的几本书也可能会为您提供一点这方面的启示。由于我们的水平所限,难免在编译制作中有疏误。倘若它们能得到读者的喜爱和原谅,我们将由衷地感激。

《二十一世纪重大话题译丛》编委会

1991年春