

辽宁教育出版社



CHANZONG YU JINGSHEN FENXI

禅宗与精神

分析

〔日〕铃木大拙

〔美〕E·弗洛姆

R·德马蒂诺

著

当代大师风采

哲学书系

CHANZONGYUJINGSHENFENXI

禅宗与精神分析

[日] 铃木大拙

[美] E·弗洛姆

洪修平 译

R·德马蒂诺 著
褚平 校



辽宁教育出版社

ZEN BUDDHISM & PSYCHOANALYSIS

by

D.T. Suzuki, Erich Fromm, AND Richard De Martino

First HARPER COLOPHON edition

Published 1970 by Harper & Row, Publishers.

根据哈帕—罗出版公司1970年版译出

当代大学书林

禅宗与精神分析

〔日〕铃木大拙

〔美〕E·弗洛姆 著

R·德马蒂诺

洪修平 译

诸平 校

辽宁教育出版社出版 辽宁省新华书店发行
(沈阳市南京街6段1里2号) 朝阳新华印刷厂印刷

字数:140,000 开本:850×1168 1/32 印张:7 插页:4

印数:1—11,100

1988年6月第1版

1988年6月第1次印刷

责任编辑:王之江

责任校对:马慧

封面设计:安今生 安迪

ISBN 7-5382-0401-6/B·5

定价:2.30元

编辑序语

近年来，出版界丛书热风吹遍大江南北，面向现代化、面向世界、面向未来的一套套丛书接踵而至，这种趋势已成为引人瞩目的当代意识流。《当代大学书林》，也是在这块文化温床上破土而出，并将以自己的特色，跻身于丛书之林。

当今世界，科学技术的发展异常迅速，现代通讯设备已将信息的传播推向崭新的阶段。由此，地球变得狭小了。如果说在古代，闭关锁国还可以生存，那么在今天，一个国家如果断绝同外界的一切联系，那将成为神话了。

我国的封建时代，曾有几个王朝对外开放，使中华民族的文明传向世界，对人类的进步作出伟大的贡献。本世纪初，五四运动的先哲们，打破了近百年的沉寂，把西方的先进思想引入中国。中国共产党以马克思主义为指导，经过几十年的艰苦奋斗，建立了面貌一新的社会主义的新中国。中国人民掌握了先进的世界观和优越的社会制度，我们本可以发扬五四精神，保持同世界的联系，以新的物质文明和精神文明去赢得世界。非常遗憾，“左”的错误和各种历史因素使我们自己关上了门。当党的十一届三中全会重新打开国门之后，世界在我们面前展现了五光十色的图景。在改革、开放的十

年来，我们在政治、经济、科学文化、教育等各个领域，取得了举世公认的巨大成就。在这样令人鼓舞的背景下，以传播新思想、积累科学文化成果为已任的我国出版界，也取得了长足的进步。

今天，我们有更加成熟的马克思主义的思想武器，有悠久的历史历史传统，有丰富的正反两方面的经验教训，有十年的卓有成效的实践，我们完全有理由说：建立社会主义的、中华民族的、富有生命力的新的文化体系的时候来到了！

党的十三大报告中指出：“从根本上说，科技的发展，经济的振兴，乃至整个社会的进步，都取决于劳动者素质的提高和大量合格人才的培养。百年大计，教育为本。”我们认为，一个国家，一个民族的兴旺发达，都与其教育事业的发展状况密切相关。其中，高等教育的规模、水平、面貌，常常反映着一个国家和民族的科学文化的发展轨迹。

作为一个地方教育出版社，我们首先要为基础教育和普及教育服务。同时，我们愿意为高等教育事业的发展奉献一点绵薄之力。正是出于这种职业责任心，我们确定了《当代大学书林》的出版计划。

《当代大学书林》，以马克思主义为指导思想，以“百花齐放”、“古为今用”、“洋为中用”为方针，有选择地介绍当代中外思想文化领域里的新知识、新学科、新观点、新信息，力图在介绍世界文化发展新趋势的基础上，通过比较、鉴别，融入中华民族的优秀文化传统，继而逐步建立有中国特色的社会主义现代文化体

系。我们愿意为此而竭诚努力。

《当代大学书林》，要把那些卓有见地、敢于创新的思想文化研究成果纳入“书林”之中，并真诚地推荐给高等院校广大师生，以期在大学的“选修课”、“专题课”、“系列讲座”的教学中留下“书林”的踪迹，这将是我們极感欣慰的憧憬。

《当代大学书林》，是一套综合性丛书，涉及政治、经济、哲学、美学、法学、史学、文化、社会学、心理学、伦理学、文化史、宗教哲学、科学哲学、艺术规律研究等广泛领域。以大专学生、研究生及广大自学青年为主要对象，同时也面向广大社会读者。

《当代大学书林》，以学术研究著作作为主体，也适当选入部分译著。对于西方文化的各种思潮、各种流派、各种观点，我们的态度是：有益的、借鉴；有害的，批判。五光十色的世界，并不都是金子在闪光，西方文化中的糟粕是我们要坚决剔除的。所谓“西方文化热”，不过是历史的暂时现象，我们感兴趣的是，要以科学的态度，求实的精神，不懈的努力，重建东方文明，振兴中华民族的文化事业。只有这样我们才无愧于当今时代，无愧于我们的祖先。

随着社会主义现代化事业的蓬勃发展，我国的教育事业必将同步前进。《当代大学书林》愿作教育大军中的一个士卒，贡献我们应尽的力量。

不树桃李树书林，辛勤耕耘也成荫。愿我们的作者、编辑和广大读者互相支持、通力合作。同时，热切盼望来自各方面的批评和指正。

译者序

禅宗这一以印度佛教为本位而又与中国儒、道思想水乳交融般地合为一体的典型东方宗教，近年来日益引起了西方学者的重视与兴趣，特别是在精神分析学家中间，这种兴趣更为浓厚而明显。其原因何在？意义为何？本书从一个侧面解答了这些问题。

本书的作者在这一点上获得了比较一致的看法：西方现代科学技术与理性主义的高度发展，在给西方带来丰富物质财富的同时，也使西方经历着一场精神危机。人把自己变成了物，机器成为一切，人却几乎降到了奴隶的地位，不但失去了生活的目标，而且失去了生活本身，生活成为财产的附属物，理性主义发展到了完全非理性的地步。人们由此而经受着巨大的心理紧张，遭受着种种精神痛苦，甚至导致了各种精神病的产生。正是在这样的时代背景下，各种拯世救人的理论学说应运而生。目光敏锐、善于思考的人们追寻着时代病的根源，探究着人类自我拯救的途径。

弗洛伊德首创的精神分析，按照本书作者之一弗洛姆的说法，“是西方人的精神危机以及寻找解决方法的尝试之独特的表达方式”，它“已经超越了‘疾病’与‘治疗’的概念，它关心的是人的‘拯救’而不仅是精神病患者的治疗”。如果这样来理解精神分析，那么，禅宗引起精神分析学家的极大兴趣，就是很自然的了。

2 禅宗与精神分析

我们知道，禅宗的主要特征之一在于它强调自心是佛，识心见性，便能顿悟成佛。它主张自我拯救、自我解脱，反对依靠他力。它把老庄道家的自然无为和道无所不在等思想融会到佛教的修行实践中，认为“运水搬柴无非妙道”，主张在“饥来吃饭，困来即眠”这种“随缘任运”的自然生活中，体悟与宇宙自然浑然一体的自我实现之境界，努力寻求人与生活之本然。由于禅宗标榜“教外别传，不立文字”，所谓灵山会上，世尊拈花，迦叶微笑，即是以心传心的传法，只可意会而不可言传，“说似一物即不中”。特别是后期禅宗，把本来是“思维修”、“静虑”之义的“禅”，敷衍为深奥莫测、包罗万象的代名词——它是遍在的道，它是自然的生活，它是宇宙人生的总源泉，它是佛教的第一义谛，它是修行的方法与大彻大悟的境界……，同时，它又什么也不是。因此，禅与禅宗又给人留下了广阔的阐释、思索与体悟的余地。当西方文化面临危机之际，一些学者把目光投向了东方，希冀从古老的东方文明中找到出路。孔子的“仁”、老庄的“道”、佛陀的“悟”，都成为他们关注的对象，禅也成了他们热门的话题之一。同时，禅宗以禅命宗，禅作为佛教修习方法之一的禅定，有其独特之处。据说在修习禅定的过程中，坐禅者会获得一种在理智与逻辑的层面上无法解说的体验，并相应地在心理与生理上引起一系列的变化，其特有的带有神秘色彩的心理机制与思维方式也是引起西方学者注意的一个重要原因。还有许多西方人则把禅宗视为是一种古老的修心养身之术而加以信奉与实践。

本书的主要作者铃木大拙博士（1870~1966）是日本禅学大师，世界著名学者，西方世界主要就是通过他才了解禅与禅宗的。中国禅宗于公元十二世纪末正式传入日本，并先后形成宗派，临济与曹洞两宗至今仍兴盛不衰。本世纪初，铃木大拙又把禅宗由日本介绍到了美国，他先后用英文写下了数十部关于禅与禅宗的著作，把禅宗作为东方文明与精神的代表，极力推介给西方世界，使欧美人士逐渐了解了禅宗，在西方思想界产生了一定的影响，本书是其中影响较大的一本。

本书共由三个部分组成。它的缘起是在墨西哥召开的一次“禅宗与精神分析”的专题讨论会，这次会议有来自美国和墨西哥的五十来位精神病学家与心理学家参加，其中大多数是精神分析学家。对此，弗洛姆在本书前言中作了说明。本书的第一部分即是铃木大拙应邀在这次会议上所作的禅宗讲座，由于他的听众是一些心理学家与精神分析学家，因此，他在深入浅出地介绍了禅宗的生活与思想的同时，特别谈到了禅宗中的无意识、禅宗中的自我概念等心理学问题。他的讲座分五讲。在第一讲中，他谈到了东西方不同的文化传统所表现出来的不同心理特征和不同的劳动态度与生活态度等。在第二讲中，他主要谈到了禅宗探究实在的方法与科学方法的不同。他认为，活生生的事物本身不可能为理智与逻辑概念编织的科学之网所捕获，只有用禅的探究法，即直接进入事物本身，与事物合而为一，超越主—客二元的对立，才能真正把握实在。他把宇宙人生的创造之源称之为宇宙无意识，当个体把有限的自身融化于其中时，便

4 禅宗与精神分析

能摆脱一切精神困扰，成为生活的艺术家。第三讲主要讲了如何寻找人的生活本身而不是那种被概念或科学定义的生活，如何从自身内部去把握自我——主体与客体合而为一的绝对主体。第四讲介绍了禅宗如何运用它特有的公案形式来帮助学禅者开悟。第五讲则通过曹洞五位介绍了禅宗的生活与教义。

本书的第二部分为弗洛姆所作。E. 弗洛姆（1900～1980）是当代美国著名的精神分析学家和哲学家，他的著作与思想近年来已陆续介绍到了我国，逐渐为人们所熟悉。在本书中，他主要对“人道主义的精神分析”与禅宗这两者作了比较研究。他首先概述了弗洛伊德的精神分析及其后来发展出来的所谓“人道主义的”精神分析的一些基本观点，探讨了意识与无意识的本性、无意识向意识的转化、人的精神的进化、人的生存及其根本问题以及家庭、社会与文化对人个性形成的影响等等，然后将精神分析的目标与方法等同禅宗进行比较，认为尽管一个是科学的治疗精神病的方法，一个是神秘的宗教，两者在许多方面有很大的不同，但它们在人的拯救方面却有许多相似之处。最后，他得出结论：禅宗对今日西方有着重要的意义，因为禅宗能帮助人去找到他生存问题的答案，帮助人克服与自身、他人、社会及自然的分离与异化，充分地把握世界，实现自身，从而彻底摆脱精神危机。

本书第三部分的作者为 R. 德马蒂诺博士，他主要从哲学上论述了人之为人的完全实现。他认为，自我意识中的自我陷于主—客二元的结构中，无法克服其自身被分裂的矛盾，这构成了自我固有的困境，也是造成人的

精神痛苦与不安的根本原因。他认为，对实现自身的渴望及追求构成了自我意识中的自我之主要的和最终关心的事，而这种对人生根本问题的探求与自我的实现也就构成了佛教禅宗的起源与最终目标。禅宗通过公案、坐禅等方法可以帮助人克服内外分裂、摆脱自我的困境，获得人的充分实现，这也就是禅宗的悟。

毫无疑问，作为对人类历史和文化发生了重大影响的东方的禅宗与西方的精神分析，我们都应该很好地加以研究。本书尽管有许多不足之处，一些观点我们也无法表示赞同，例如作者对禅宗及其作用的评价未免太高，把社会问题的解决最终归结为个人的自我体验等等。但它可以帮助我们对禅宗与精神分析及其不同的文化背景有一个大致的了解。由于本书的主要作者分别是这两个领域的大师，因此本书写得深入浅出，同时又不乏发人深思、给人启迪的独到见解，它既适合于一般读者阅读，也可供专业研究人员参考。

本书引用了禅宗的许多公案和语录，为方便读者，现一般都注明了出处，并尽可能标明在现有通行本《五灯会元》中的出处。

本书在翻译过程中得到了博士研究生张汝伦、黄勇，特别是瞿铁鹏等学友的大力帮助，并承褚平同志对照原文作了认真校对，特在此表示衷心的感谢。由于译者水平有限，如有错误之处，敬请读者指正。

译者

1987年9月于复旦大学

前 言

本书之缘起为“禅宗与精神分析”的专题讨论会。这次为期一周的会议在墨西哥国立自治大学医学院精神分析系的赞助下，于1957年8月初在墨西哥的库埃纳瓦卡举行。^①

任何心理学家，即使是在二十年以前，当他发现他的同事们对诸如佛教禅宗这样的“神秘”宗教体系感兴趣时，他也会感到大为惊讶或愕然。而当他发现参加会议的大多数人不仅感兴趣，而且深为关注，当他发现这

① 参加这次会议的有来自墨西哥与美国的大约五十来位精神病学家与心理学家，其中大多数是精神分析学家。除了这里发表的之外，会议还收到并讨论了其它一些论文：

M. 格林博士：《萨利文自我概念的来源》

J. 柯斯克博士：《荣格心理疗法中分析者的角色》

I. 普罗戈夫博士：《禅的心理推动力》

《荣格的神经病与治疗概念》

C. 塞尔弗小姐：《感觉意识与身体机能》

A. 斯顿卡德博士：《治疗的动机》

E. 陶伯博士：《萨利文的治疗概念》

P. 威尔茨博士：《乔治·W·格罗德克的贡献》

本书仅收录了与佛教禅宗最直接有关的文章。其它一些文章未收录，这一方面是因为限于篇幅，另一方面也是因为如果不同时把我们的讨论发表出来，那些文章就会显得缺乏有机联系。

2 禅宗与精神分析

些参加会议者都认为与铃木大拙博士及其思想相处的那一个星期，至少可以说，已在自己身上产生了最为振奋、最令人耳目一新的影响时，他将会感到更为惊讶。

对于这种变化的原因，本书，特别是在我的文章中，将要进行讨论。概括地说，这些原因可以从精神分析理论的发展中，从西方世界理智的与精神的风气已经出现的变化中以及铃木大拙博士所做的工作中找到。铃木博士通过他的著作、他的讲座以及他的人格，使西方世界了解了佛教禅宗。

参加这次讨论会的每一位成员，与本书的每一位读者一样，对铃木大拙博士的著作多少都有某些了解。这里发表的禅宗讲座与铃木博士其他著作的不同之处在于，这个讲座特别对无意识、自我等心理学问题作了论述。同时，这个讲座的听众是一小批精神分析学家与心理学家，他们在一个星期的共同讨论和对话中，使铃木博士了解了他们的问题以及他们所关心的事情。我相信，作为其结果的这个讲座，对于精神病学家、心理学家以及其他许多对人的问题感兴趣的善于思考的人们，都会有特殊的价值。因为这个讲座尽管读起来不太容易，但它却能帮助人们对禅宗有所认识，从而能依靠自己去进一步了解禅宗。

本书中的另外两篇文章几乎无需作任何评论。唯一需要提一下的是，铃木博士与德马蒂诺先生的文章几乎完全是他们讲话的记录（铃木博士的文章只是将口语变为文字），而我的文章却无论是在篇幅上还是在内容上，都作了彻底的修改。修改的主要原因在于这次会议

本身。虽然我以前对有关禅宗的文献就有所了解，但这次会议的启发以及随之而来的一些想法，却使我对文章的内容作了相当的扩充，并修正了自己的观点。这不仅涉及到我对禅宗的理解，也涉及到了一些精神分析的概念，例如无意识的构成、无意识向意识的转化以及精神分析疗法的目的等问题。

E. 弗洛姆

《当代大学书林》编辑委员会

主任委员：贾非贤

首批丛书执行编委（按姓氏笔画为序）

王之江 王越男 安今生 刘顺德

刘瑞武 陈 毅 俞晓群 贾非贤

特约编委：

王 前 朱水林 刘大基 周 山

张志孚 张相轮 张鸿雁 孟宪忠

胡守钧 陆杰荣 魏中军

目 录

译者序	(1)
前 言	E. 弗洛姆 (1)
禅宗讲座	铃木大拙 (1)
一、东方与西方	(1)
二、禅宗中的无意识	(12)
三、禅宗中的自我概念	(29)
四、公案	(51)
五、五个步骤 (五位)	(70)
精神分析与禅宗	E. 弗洛姆 (92)
一、今日的精神危机与精神分析的 作用	(93)
二、弗洛伊德精神分析概念中的价值 与目标	(96)
三、康乐的本性——人的精神的进化	(103)
四、意识、压抑与压抑之解除的本性	(113)
五、禅宗的原理	(134)
六、压抑之解除与悟	(144)
人类的处境与禅宗	R. 德马蒂诺 (168)

禅宗讲座

——铃木大拙

一、东方与西方

许多西方有才能的思想家都分别从他们各自特定的观点出发，讨论过“东方与西方”这个古老的课题。但据我所知，相对来说很少有远东作者以东方人的身份来表达他们自己的观点。这一事实使我选择了这个题目作为我这次讲座的第一讲。

芭蕉（1644～1694），十七世纪一位伟大的日本诗人，曾经创作了一首十七音节的诗（这种体裁的诗被称为“俳句”），诗中写道：

よく見れば
薺花咲く
垣根かな。

将它译成英文是这样的：

When I look carefully （当我细细看）
I see the nazuna blooming（芥花正吐艳盛开）
By the hedge! （倚在篱笆旁！）