

佛教心識學 與

心的

腦神經科學的對話

密碼

Christopher deCharmis

克里斯多福·德查姆斯 著

鄭清榮／王惠雯 譯

佛教的「心」與科學的「心」，有何異同？

這兩種心的觀點，是否能互相學習、彼此互補，

藉由一位腦神經科學家與**達賴喇嘛**等大修行者的對話，

揭開一幅更完整的心之全貌。

TWO VIEWS OF MIND

Abhidharma and Brain Science

國家圖書館出版品預行編目資料

心的密碼：佛教心識學與腦神經科學的對話 / 克里斯多福·德查姆斯(Christopher deCharms)著；鄭清榮、王惠雯，譯。-- 初版。-- 臺北市：法鼓文化，2010.11
面；公分

譯自：Two views of mind: Abhidharma and brain science

ISBN 978-957-598-540-0(平裝)

1. 佛教心理學 2. 生理心理學 3. 神經學 4. 知覺

220.14

99019217

心的密碼：佛教心識學與腦神經科學的對話

TWO VIEWS OF MIND: Abhidharma and Brain Science

著者	克里斯多福·德查姆斯 (Christopher deCharms)
譯者	鄭清榮、王惠雯
出版者	法鼓文化事業股份有限公司
編輯總監	釋果賢
主編	陳重光
編輯	蔡孟璇
封面設計	化外設計
地址	台北市北投區11244公館路186號5樓
電話	(02)2893-4646
傳真	(02)2896-0731
網址	http://www.ddc.com.tw
E-mail	market@ddc.com.tw
讀者服務專線	(02)2896-1600
初版一刷	2010年11月
建議售價	新台幣420元
郵撥帳號	50013371
戶名	財團法人法鼓山文教基金會—法鼓文化
北美經銷處	紐約東初禪寺 Chan Meditation Center (New York, USA) Tel: (718)592-6593 Fax: (718)592-0717

TWO VIEWS OF MIND: Abhidharma and Brain Science

By Christopher deCharms

Copyright © 1998 R. Christopher deCharms

Published by arrangement with Snow Lion Publications, Inc., Ithaca, NY 14851 USA

Chinese translation copyright © 2010 by Dharma Drum Publishing Corporation

ALL RIGHTS RESERVED

本書如有缺頁、破損、裝訂錯誤，請寄回本社調換。版權所有·請勿翻印。

 法鼓文化

¥141.75

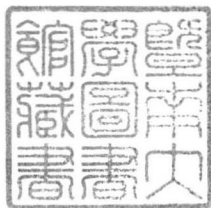
港台書

B946.6

20113

佛教心識學 與 腦神經科學的對話

心的密碼



Christopher deCharms

克里斯多福·德查姆斯 著

鄭清榮 / 王惠雯 譯

目錄

第一篇 本書目的

導論 7

第一章 交流的好處：與達賴喇嘛對談 11

第二篇 初探西藏的心識觀

第二章 貼近西藏佛教的心識觀 17

第三章 心之隱喻大不同：達賴喇嘛的觀點 23

第四章 與洛桑嘉措法師對談：心識與心智因素 25

第三篇 佛教與科學

第五章 佛教是科學的？非也 41

第六章 與康楚仁波切對談：不同的權威性基礎 55

第四篇 感知真實

第七章 西藏的阿毘達磨和西方神經科學中的感知 61

第八章 與達賴喇嘛對談：感知的境相 99

第九章 與拉諦仁波切對談：感知和心的明了性 109

第五篇 對於真實性的想法

第十章 西藏的阿毘達磨和西方神經科學中的概念 121

第十一章 與唐卻法師對談：思維的對象 183

第十二章 與拉諦仁波切對談：觀念、概念和名言 205

第六篇 經驗的記憶

第十三章 與康楚仁波切對談：回憶以及心的自由 231

第十四章 與拉諦仁波切對談：記憶和心的精微氣脈 239

第十五章 與唐卻法師對談：心識與記憶的客體 249

第七篇 結論：我們能夠學些什麼？

第十六章 透徹了解裡裡外外的心 259

致謝辭 267

全書註釋 269

第一篇

本書目的

對於許多人來說，身體內的變化，會產生心的認知。同樣地，你知道，也有另一種「心」能夠控制身體。要如何證明上述所說？我認為還有許多要做的事。要有更多的討論，也需要更多的實驗。

～達賴喇嘛

我要說的對我們來說可能是一樣的事——無論方式有多大的不同，是科學或是佛教——當我們在研學、沉思，甚或是禪修時，我們會見到我們的探索本性。即使在禪修中，我們也在探索著。我們分析，以及嘗試用正確的看法去了解事物。我相信，科學家們也一樣是在分析事物、檢驗事物、觀察事物，他們在做研究。我非常地重視這點。事實上，他們有著共通的見解。我覺得這樣一來，我們便可以彼此互補。我們的聖典係由一位證悟的覺者所宣示，和你們的想法相契合……

～拉諦仁波切

導論

西藏哲學與腦神經科學？

有許多的書明白指出，亞洲某些思想部分與西方的某些思想相當類似，這大概是錯不了的。聲明中多次提及，包括佛教的密法傳承等，在本性上終究是科學的，而現代的物理學則變得和過去的密乘教法愈來愈有一致性。本書希望採取極為不同的看法，想要追問：藉由這兩種思想系統的比較，我們可以學到什麼？而不是要探問其是否能夠支持另一方的信念。本書最初的著重點並不在於兩種思想系統是否可藉其一致性地贊同，而證成雙方彼此的結論，因為沒有任何思想系統是需要被證明的。每種思想系統在其自身所處的範圍中皆已被完整地建立。重點應當是在於：藉這兩種看待「心」的不同觀點中，我們所能學到的究竟是什麼？在本書中，我嘗試以簡單的方式分享一些有關於「心」的觀念，來源是從以下這兩個可能是有史以來對該主題談得最多的人類文化貢獻者：自古以來的佛教與當代經驗科學。

為什麼要學習有別於您自己本身的思想傳統呢？對於來自本身傳統之外的一些探究「心」的觀點，人們通常有著兩種極端的態度，若不是站在懷疑論立場，不然就是採取狂熱主義。我個人的看法是：多樣性會產生創造性；學習某種不一樣的外來方式去面對熟悉的難題，會有助於自己重新釐清問題。

另一方面，不切實際的期待常會希望落空。西方讀者並不熟悉亞洲思想，可能會認為西藏的心靈哲學只是另一種心靈哲學體系，如同傳統中所教授的西方哲學，本身有其不同看法和難題、方法和答案，一旦觸及那些與經驗和精神生活有關的基本問題時，往往稍微加上新的洞見而已。同樣地，讀者並不熟悉當代科學的發現，可能會找到一堆流行的關於大腦的事實，對於心靈的本性以及身心關係所做的令人乾著急、前所未聞的洞見，卻又引來比答案多更多的問題。我發現要讓兩種傳統同時變得更為有趣並發揮用處，必須對於「心」的思考提出新方法，而不是提出決定性的、定義性的新答案。

從花時間研讀經典、和西藏佛教老師討論心靈意識，以及在腦神經科學的實驗室中，我總覺得由於不易理解之故，往往使外圍者（非圈內人士）對這兩種系統敬而遠之。根據我本身的經驗，我發現絕大多數情況是，困難並非來自於觀念本身，而是源自於想要完成（get through）異質性的（外部式、無關的）論述系統。本書的基本目的則是想要看看，西藏佛教對於意識（consciousness）方面的了解（以簡單的語詞說明），能否有助於一般研究心靈問題的學習者，同樣地，也看看西方科學的見解是否能夠有所互補。本書也是我對於西方心靈科學家與佛教學者正開始形成對話的獻禮，希望到目前為止，對話能夠觸及其最初的原點。●過去這樣的對話主要在於考量佛教和西方物理學在理解「心」方面的關連性，但其研究領域並不是以佛教的核心目的為主。最近幾年，認知科學有幸開始投入這個課題。依個人所見，西方思想領域會與佛教思想形成更密切的結盟體即在於認知神經學（cognitive neuroscience）——其訓練的成果可以在此書中展現出來。

本書題材的呈現方式

西藏的心學論述是個活的傳承，其傳承被保存在錯綜複雜的典籍中，而且現存於一套教育體系中，包括對這些典籍的各種研究，伴隨著研討、辯論，以及來自於教學者的論述。爲了嘗試傳達此一系統的重要特性，以及我的西藏上師們所傳授的智慧，我將過去與一些西藏喇嘛談論西藏佛教「心識觀」的部分，和從認知神經學所獲知的觀點一起含括進來。希望我的努力奮戰——經由言談、翻譯所提的問題，以及努力理解上述這些名師們的（通常很難懂的）見解，能令人稍微感受到：西藏佛教生動活潑的教法，和西方的科學文化之間有著相容並存的一致性。

另外，我呈現了經過高度濃縮、簡化的一些類似主題的陳述，是取材自西藏佛教已有的英譯版著作，還有西方科學的研究論文（我試著將其譯爲較易理解的英文）。當然，本書不應被當成是西藏佛教或認知神經學中具決定性之典據資料，只能做爲簡單概論式的作品。②

最後，我將提出許多觀念，包括源於那些在此提出的，從兩種傳統的交界點中所浮現的討論，以及容許將這些各式各樣的想法暫時地安放在一起。如果有人對本文所含括的某個單一論題感到興趣，則本書的目次將可助其直接探討該領域。而對於只想要閱讀某位師長言教的人來說，其內容在內文中會被單獨引述出來。

本書有四個主要論題：佛教與立基在科學的西方心靈觀點彼此間的相融性；我們如何理解真實；我們如何思考真實；我們如何記得我們的想法和經驗。上述每一個主題都以嚴謹的方式呈現，大致包括了西藏原文的資料、西方神經科學觀點的主題介紹、西藏師長對這些觀點的種種討論。

本書的取材來源

爲了將上述龐大的論題縮小範圍，各篇章中所述的西藏佛教觀點，主要僅限於：格魯派經院對於佛教史中「經量部」的論述觀點。經量部是佛教眾多宗義之一，佛教各宗派多有自己一套關於「心」的教學。我在此所呈現的經量部觀點，特別是概念形成的相關議題，被西藏佛教的師長們認爲是十分重要的入門起點。在傳統西藏佛教教育中，印度佛教的四部宗義是根據論述見解的精微度而判分的，上述這套經量部教學是屬於第二部，學僧們經過這套訓練之後，才會進入較「上乘（上部）」的宗義。

西藏佛教的師長分屬四大派（或僧院教團），每一派在論述印度佛教四部宗義的教法時，多少有些不同的見解來源依據。本書的題材資料取自「格魯派」，它是十四世紀時由宗喀巴大師所創立的教派，現今由西藏人的政教合一領袖——達賴喇嘛所領導。在某些基於比較觀點的情況下，我會選取不同的見解予以表述，這些資料都有充分適當的引註。

本書大部分的題材是在 1992 年整年期間^①，於印度達蘭莎拉由多位西藏上師對我進行一系列的教學、討論所歸結的內容。這些討論通常建立在藏傳僧院教材中，傳統辯經主題的基礎上，也同時建立在當代神經學共通的論辯主題之基礎上。必須再次強調，本書所呈現的重點，特別在佛教哲學方面，是從二手資料及口傳教授中翻譯出來的，因此，這些資料應被視爲對上述重點的對照式概說，而非權威式、學術內容豐富的論述。

至於此處所呈現的科學知識，則被限定在當代的認知神經學——西方自然科學的領域，其在處理「心」的自然科學之基礎議題方面相當精深，也是我個人接受研究訓練的本科（譯註：本書中對於 mind 的譯文，依思想系統的特色、前後文脈絡的不同，分別譯為「心」、「心識」、「心靈」等）。

第一章

交流的好處：與達賴喇嘛對談

十四世達賴喇嘛備受西藏人民尊崇和愛戴，他曾獲頒諾貝爾和平獎，或許是當今世上最具影響力和聲名的佛門典範人物。多年來，達賴喇嘛對於學習西方的一般科學深表興趣，對於神經科學更是情有獨鍾。他也一再指出科學對於西藏佛教的重要性。毫無疑問，他對於西方神經科學的理解之深，可說是所有西藏上師中知識領域最豐富的一位。

我和達賴喇嘛的討論主要以英語進行，交談時，洛桑卓登法師（Ven. Lobsang Jordan）以流暢的口譯，在現場協助我們進行交談。我在整理錄音帶進行本書的文字修訂時，盡量小心謹慎地貼近當時對談的用字遣詞，特別是達賴喇嘛所用的言詞；不過，為了使文字更具有可讀性，在語法上做了些小小的更動。至於我所做的詞義延伸和加入個人意見部分，整本書我都以〔括弧夾註的楷體字〕來表示。

對於修行者和學術研究者的交流好處

作者：我從新年〔藏曆〕即來此地做研究，研究的主题是西方神經科學與西藏佛教兩者中，對於「心」的理解之相符性與相關性。我非常重視西藏佛教中有關經量部（Sautrantika）宗義所

論述的「心」部分。我一直希望把佛教對於「心」的理解，拿來與西方神經科學對心靈的理解做一個比較。您知道，在佛教與神經科學間有著許多令人感興趣的關連性，而這正是我想探究的領域。

我知道您過去曾評論過佛學與神經科學這兩個學門之間學術交流的重要性。因此，現在可否請您談談，當您了解西方科學關於腦部（大腦）的理論之後，西方的神經科學是否會對於西藏佛教、佛教修行者、西藏哲學產生一些良好的作用？

達賴喇嘛：是否會對佛教修行者產生好處，我並不清楚。我的興趣是關於「心」問題的學術研究，以及神經科學對於心靈、身體關係的解釋。目前，有關心、身之間的運作情形，似乎已經有了一些粗略的、含糊的解釋，但尚未看到很詳盡的解釋。

有時會有一些很明顯的例子，譬如像情緒影響「心」的狀況。當情緒發生變化時，整個身體的各部位便立即發生變化。以一個人生氣為例，身體馬上就會產生變化。此外，當人們有了欲望、有了依戀時，他的身體各部位也會跟著發生變化。在顯乘教法（*sutrayana*）中，只有少許內容談到這一部分，而在密乘教法（*tantrayana*）中則有較多的討論。^①

不過，科學對於身心關係的解釋較為詳細。我認為〔從科學觀點來看〕這個關係主要是有些東西對身體的某些部位發生了作用，由於有些事情發生了，所以，這些情緒便跟著逐一展開。科學家們接受大腦的組成〔即構成物質的一部分〕是身體的一部分。因此，首先是身體內部出現一些流轉變動，然後，他們接收反應，所以，產生了「心識」（或是情緒）。無論如何，西方科學所做的解釋是一種比較詳細的詮釋。由於身體有了某些變化，也由於有了這樣的變化，所以有心境變化和情緒的產生〔此時，達賴喇嘛的身體語言，做出了一個思考問題和情緒發生變化的姿勢〕，這

是非常有趣的。因此，這是西方科學激發我產生興趣的主要理由。對我們西藏佛教而言，關於大腦這個領域的科學研究成果，非常值得我們學習。

對於佛教修行者來說，不必知道這些科學的事情，他們還是照樣修行，所以，也無關緊要〔開懷大笑〕。佛教修行者最關心的，主要在於人「是否產生了變化」，他們不在意變化究竟如何產生，他們在意的是「如何轉變」，這才是他們修行的要務。

從科學觀點看西藏佛教的傳統辯論

作者：那麼，您認為格魯派的某些論點，像是概念化意識（conceptual consciousness）如何形成，或是在感知（perception）某個客體對象（object）的過程中，意識如何從「被感知的客體」的特質掌握到它的「樣子」（aspect，或譯作「境相」）等，對於上述這些問題的討論和論辯，是否能藉由對神經科學的理解，進而加以解答？此外，您認為神經科學是否有可能對於西藏佛教傳統中所辯論的那些問題，在理解方面產生一些重大的影響？

達賴喇嘛：是的，我完全相信神經科學的發現，的確，那可以解答一些西藏佛教傳統上經常辯論的問題。

譬如，在不同層次的佛教教義中⑤，看待一件客體對象可分成兩種模式。其中，有一派的看法是採取「看到客體的境相」（with the aspect of a object）的方法，也就是，當你看一件客體時，首先是由內心看到該客體的境相。⑥而另一派的看法則是，你不必藉由該客體的境相看它，而是直接看該客體本身。佛教教義的第一種看法，看一個客體是從看它的境相著手，那是一種客體的反映，這種方法很接近西方的科學解釋。舉例來說，當我們兩個人看一張桌子時，我們兩人都看到了一張桌子，我們可以同時接觸

到它。但是，就真正的實情而言，它是某種形式的反射，也就是在我們的心中，會出現桌子的某些「境相」（樣子）。我們的心看到了桌子的那個「境相」，而不是桌子。〔此時，達賴喇嘛將手放在那張實體的桌子上〕所以，有些人會看到這張桌子的顏色較暗淡，有些人則會看到這張桌子顏色較光亮等不同現象。因此，人類有五種感官，對於不同的境相顯現會有五種不同的感知。這是科學的解釋。那麼，根據佛教經量部和更上層的學派觀點（上部宗義）來說，也是用同樣的方法。所以，進行比較時，這是相當有用的。

因此，假設今天如果還有相信「說一切有部」（Vaibashika）者〔這一派在佛教四部宗義中屬最底層，此派主張感官知覺並不需要憑藉著境相的形成〕，則我們將不只能夠運用邏輯的推理，還能夠運用科學的辯詰方式，推演出更上層的佛教宗義之超勝理解。

〔後面章節中，我將對於產生感官知覺的機制，做更詳細的探討。在較上層的佛教學派認為，一個被感知的客體對象之境相，是心（mind）處在感知過程中所形成的，這方面可以和科學觀察中，大腦內神經活動呈顯物質性空間（physically manifest spatial）的模式，做一個直接比較。〕

第二篇

初探西藏佛教的心識觀

身體像是一面牆壁，而意識或心靈則像是一幅圖畫。

～達賴喇嘛