

尹立著

精神分析与佛学的比较研究

儒道释
博士论文丛书



5

巴蜀书社

尹立著

精神分析与佛学的比较研究

儒道释博士论文丛书

巴蜀书社

图书在版编目(CIP)数据

精神分析与佛学的比较研究/尹立著. - 成都:
巴蜀书社, 2003. 10
(儒道释博士论文丛书)
ISBN 7-80659-532-5

I. 精... II. 尹... III. 精神分析-对比研究-
佛教 IV. ①B84-065②B948

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 65950 号

特约编辑 李卫红
责任编辑 杨宗义

精神分析与佛学的比较研究

尹立著

巴蜀书社出版发行
总编室电话(028)86656816
新华书店经销

(成都盐道街三号 邮编 610012)
发行科电话(028)86662019
西南冶金地质印刷厂印刷
电话(028)84122206

开本 850×1168 1/32 印张 7.5 字数 170 千
2003 年 10 月第一版 2003 年 10 月第一次印刷
印数: 1-2300 册

ISBN 7-80659-532-5/B·77 定价: 14.00 元

本书如有印装质量问题请与工厂调换

《儒道释博士论文丛书》编委会

主 编：汤伟侠(执行) 卿希泰(执行) 杨继瑞

副主编：唐大潮 李 刚 潘显一

编 委(以姓氏笔划为序)：

尤汉基	邓锦雄	汤伟侠	汤伟奇
余孝恒	汪启明	杨宗义	杨继瑞
吴景星	李 刚	李卫红	陈 兵
陈国超	罗中枢	周田青	赵志锜
赵镇东	赵耀年	姜 生	卿希泰
唐大潮	翁永汉	黄小石	梁赞荣
潘显一			

《儒道释博士论文丛书》由香港圆玄学院资助出版

《儒道释博士论文丛书》缘起

儒道释是中华民族传统文化的三大支柱，源远流长，内容丰富，影响深远，它对中华民族的共同心理、共同感情和强大凝聚力的形成与发展，均起了极其重要的作用，是我们几千年来战胜一切困难、经过无数险阻、始终立于不败之地的精神武器，在今天仍然显示着它的强大生命力，并在即将到来的新世纪里，焕发出更加灿烂的光彩。

自从1978年中国共产党十一届三中全会确立改革开放路线以来，我国对儒道释传统文化的研究工作，也有了很大的发展，在全国各地设立了许多博士点，使年轻的研究人才的培养工作走上了有计划有组织地进行的轨道，一批又一批的博士毕业生正在茁壮成长，他们是我国传统文化研究方面的一支强大的新生力量，是有关各学科未来的学术带头人。他们的博士学位论文有一部分在出版之后，已在国内外的同行学者中受到了关注，产生了很好的影响。但因种种原因，学术著作的出版甚难，尤其是中青年学者的学术著作出版更难。因此还有相当多的博士学位论文难以及时发表。不及时解决这一难题，不仅对中青年学者的成长

不利，且对弘扬中华传统文化，促进学术交流也不利。我们有志于解决此一难题久矣，始终均以各种原因未能如愿。近与香港圆玄学院商议，喜得该院慨然允诺捐资赞助出版《儒道释博士论文丛书》，这将是学术界的一大盛事，长期坚持下去，必然会产生它的深远影响。

本丛书面向全国（包括港澳台地区）征稿。凡是以研究儒、道、释为内容的博士学位论文，皆属本丛书的出版范围，均可向本丛书的编委会提出出版申请。

本丛书的编委会是由各有关专家组成，负责审定申请者的博士学位论文的入选工作。我们掌握的入选条件是：（1）对有关学科带前沿性的重大问题作出创造性研究的；（2）在前人研究的基础上有新的重大突破、得出新的科学结论从而推动了本学科向前发展的；（3）开拓了新的研究领域、对学科建设具有较大贡献的。凡具备其中的任何一条，均可入选。但我们对入选论文还有一个最基本的共同要求，这就是文章观点的取得和论证，都须有科学的依据，应在充分占有第一手原始资料的基础上进行，并详细注明这些资料的来源和出处，做到持之有故，言之成理，避免夸夸其谈，华而不实。我们提出这个最基本的共同要求，其目的乃是期望通过本丛书的出版工作，在年轻学者中倡导一种实事求是地、一步一个脚印地进行学术研究的严谨学风。

由于编委会学识水平有限和经验与人力的不足，难免会有这样或那样的失误，恳切希望能够得到全国各有关博士点和博士生导师以及博士研究生们的大力支持和帮助，对我们的工作提出批评和建议，加强联系和合作，给我们推荐和投寄好的书稿，让我们一道为搞好《儒道释博士论文丛书》的出版工作、为繁荣祖国的

学术文化事业而共同努力。

《儒道释博士论文丛书》编委会

1999年8月5日

序

自民国太虚大师以“契理契机”之般若智慧首倡人生佛教，20世纪中国佛教沿着适应时代，走向社会，走入人群的道路不断探索、创新，一扫明清以来山林佛教衰败颓废之局面，伴随工业文明与社会变迁，重新焕发出勃勃生机。人生佛教、人间佛教的理念如今已得到世界绝大多数佛教徒的普遍认同，并以各种方式将其付诸实践，中国大陆及港台、日韩、东南亚、欧洲、北美等地的佛教莫不呈现多姿多彩的人间化样态。

面对佛教目前欣欣向荣的表象，教界、学界有识之士亦不约而同地看到这一人间化过程背后的隐忧。佛教以解脱生死为根本，过分注重人间福祉，而忽略自净其心、自主其心的内在修行，便会失去佛教特质，人间佛教堕落而为“人天佛教”，佛教了生脱死的根本价值便无法体现，仅仅变成了一种社会福利与道德教化组织。而另一面，传统山林佛教净化自心、主宰自心的修行方法产生于自然经济、农耕社会，适应当时人们的社会生活方式、心理状态，与现代工业文明紧张的生活节奏多有不容，因而难以在社会广泛普及。表现在人间佛教中，就是缺少在现代社会

行之有效、普遍适用的净化心灵，进而解脱生死的修行方法，这已成为人间佛教发展的瓶颈，也是人间佛教成败与否的关键。这一点在汉传佛教中就更为突出。

自民国以来，大量汉地僧俗入藏求法兴起的密宗热，以及近年推崇原始佛教而兴起的南传热，可说都是汉传佛教僧俗为突破这一现代佛教发展的瓶颈而进行的努力和尝试。在佛教的新生一代中，无论教界、学界，大批有志于发展现代人间佛教的青年都积极投身到了这一探索的行列中。

尹立同学曾学习经济、哲学、医学，知识结构较为全面，1996年考入四川大学宗教所随我攻读中国佛教研究生，2002年博士毕业。期间除认真学习佛学理论外，亦多方求师问道，入藏区、山林、民间学习考察。并依自己因缘及宿愿，接受精神分析，尝试将现代心理学理论、技术与佛教相结合，摸索现代生活方式下可行而有效的身心净化方法。本书便是他进行探索的初步成果。

国际佛学研究中，佛学与心理学理论的对比、借鉴和互动亦为理论前沿和热门。美国著名精神分析学家弗洛姆在他与日本禅师铃木大拙合著的《禅宗与精神分析》一书中就曾指出，精神分析可以作为禅宗参禅开悟的准备阶段。但及至目前，国内外尚未出现就佛学与精神分析进行系统理论对比的研究，因此本书的出版，有填补理论空白的意义，并具备一定的实用价值。

是为序。

陈兵

2003年5月于川大竹林村

前 言

19世纪末 20世纪初，西方社会普遍陷入了空前的精神危机。上帝死亡，信仰失落，叔本华、尼采等文化精英遂转向古老的东方文明寻求精神支柱，深受佛教思想感染的非理性主义思潮在西方社会渐渐普及。在这样的文化背景下，精神分析诞生了。精神分析源起于古老的催眠术，经过弗洛伊德改造，产生了自己独特的治疗技术：自由联想。应用自由联想技术，西方人逐步感受到人类意识现象的复杂和深广，在个体经验层面证实了一个西方科学理性从未察觉到的心灵深处精神世界。随着精神分析理论和技术不断发展，分析学家们益发感到自己心灵经验与古老的东方佛教、道教、印度教有着越来越多的相似和一致，他们从佛教中吸取理论、方法和经验，有人甚至直接把佛教理想作为精神分析追求的最高境界。自弗洛伊德以后，大量著名的分析学家如荣格、霍妮、弗洛姆、拉康等人都沿着这一思路发展了下去。

弗洛姆与到西方宣传禅宗思想的日本禅师铃木大拙接触后，发现精神分析与禅宗都力图促进人们摆脱外取型心态，获得一种“泰然”的生存状态，精神分析治疗则为人们最终通过禅宗开悟

达到这一状态做了基础性的准备工作。^① 霍妮直接跟随铃木大拙到日本寺院参观学习，对禅宗修行异常感兴趣。^② 拉康向华人学者学习中文，自己阅读禅宗典籍和道家著作，并受其影响，大胆改革了精神分析传统的自由联想方式，在分析中应用禅宗“参话头”的原理，突破分析者固有心理习惯，不定时地结束分析，创立了争议颇多的拉康学派。他称自己是禅宗的风格。由于独特的个人体验，荣格更侧重于描述心灵意象的佛教密宗，对之感受尤深，自接触到《西藏度亡经》后，终生携带，称自己关于集体无意识的思想直接来源于《度亡经》的启示。而美国精神分析协会成立的一个佛教研究小组，进行禅定训练，感受佛教修行体验，至今已经持续二十多年。可见，从精神分析角度对东方传统文明尤其是佛教进行研究、解释、汲取，已成为西方关注心灵的人们的共同追求。

另一方面，在已经有了两千多年佛教发展史的中国，古老的佛教随着社会历经变迁，几度兴衰，至清末民初才又焕发出勃勃生机。近代高僧太虚顺应历史潮流，以“契理”“契机”的般若智慧，首倡人生佛教，开佛学现代化、人间化之先河。自兹以降，人间佛教成为中国佛教发展的主旋律，亦成为世界范围内佛教发展的主流。在东南亚泰国、缅甸、斯里兰卡等国家，上座部佛教一直是当地人们信仰的寄托，担负着稳定社会、教化社会的功能。阿姜·查、佛使比丘等高僧以现代简单、实用的语言向人们讲解佛法，指导人们禅修，获得对佛教的心灵体验。在中国台

^① 参见《弗洛姆文集》之《精神分析与禅宗》，冯川主编，改革出版社1997年8月。

^② 参见《一个精神分析学家的自我探索》，博纳德·派里斯著，方永德译，上海文艺出版社1997年2月。

湾、港澳及新加坡，汉传佛教多年来一直致力于将佛法与世俗生活相结合，继太虚大师后的一代高僧，星云、印顺、证严、圣严、净空等法师，著书立说，兴办慈善事业，积极参与社会活动，贴近百姓生活宣传佛法，颇为兴盛；居士团体亦非常活跃，提出了现代禅、安详禅等新的佛教修行理念。中国大陆，改革开放后人间佛教迅速展开，净慧法师等提出生活禅思想，以适应现代生活方式的需要。在西方，大量西藏佛教徒进入欧美后，以更能适应西方思想、生活的方式宣扬佛教理念，影响逐渐广泛。总之，佛法与现实人间生活日益贴近，以更为朴实、平易、实用的面貌展现出来。而这就要求佛教更多地与各种社会思想进行对话、沟通，达到彼此融入与契合。

佛法以心为要，“心为法本，心尊心使”，^① 探究人类心灵中的宇宙人生实相，与现代心理学之间有更多共识，因此在海外及港台，佛教与心理学、精神分析的对话蔚为流行，甚至彼此携手，共同促进当代人对心灵的认识，解除现代社会中普遍的心理空虚和困惑，引导人们获得自我升华。在台湾，著名心理学家郑石岩教授将佛学理论、修行方法用于心理咨商和辅导，同时又结合现代心理学观点认识、讲解佛法，深受欢迎。著名精神分析网站《蜉蝣论坛》的几位精神科医生积极开展佛教与心理治疗的对话，尖锐而深刻地从当代心理学角度指出了目前佛教信仰中存在的诸多问题，并提出了心理学的解决思路。同时，它们还大量介绍了西方佛教与精神分析、心理学进行交流对话的情况。在西方，来自藏传佛教的布达喇嘛与美国心身科学研究所进行对话，

^① 《大正藏》2册第825页。

并合作研究“拙火定”状态下的心身反应；来自越南的一行禅师在法国梅园建立佛教禅修中心，将传统佛教禅修与现代精神分析结合，指导人们学习佛法；美国内观禅大师康菲尔德在结合了个人禅定修行体验和现代心理学理论后发现，即使是最优秀的禅修者也会有深度的心理创伤，也需要心理治疗来帮忙，而无法单靠禅修来调伏，因此提出了修行阴影面的观照问题；精神科医师艾斯坦则系统地将现代心理学理论与佛教思想做了一一对应的比较，指出如果要理解佛教的六道轮回，最好不要把它当作是实体性的，而应该视为人类心理状态的比喻，即六种苦恼的神经质生存状态。其中，弗洛伊德所描述的性驱力可视为人类畜生道的生存状态，口腔期欲求则对应个人处于饿鬼道时的烦恼；客体关系论者克莱恩揭示的婴儿的侵略心和焦虑状态是人类地狱道的情況；自我心理学者柯胡特描述的自恋症则是人道的心态特点；行为主义和认知疗法描述的现代社会的竞争心和效率心，应属个人处于阿修罗道时的心态；人本主义心理学的罗杰斯和马斯洛发现的“高峰经验”则是天道的状况。在今日美国，很多佛教心理咨询和研究中心提供禅学咨询以及坐禅技术的同时，也与西方现代心理分析结合以促进心理健康。港台海外，佛教与精神分析、心理学之间的对比沟通研究已如火如荼，方兴未艾。而在中国大陆，佛教和心理学在文革中都受到严重摧残，二者的深入对比研究起步更晚，目前还未全面展开，只有极少研究成果，如著名佛教学者陈兵教授承担的国家教委课题《佛教心理学》，精神分析学家霍大同教授《关于禅定的一个心理学阐释》的单篇论文等，总的说来，进行该项深入研究的力量尚显薄弱，亟须加强。

而在当代中国，另一个更为现实的问题是，文革造成的心灵

创伤及其后遗症、社会转型带来的心灵动荡，使人们的道德认同、价值取向都产生了问题，社会价值体系出现断层，精神生活陷于危机。弥补心灵创伤，重塑民族魂魄，成为时代需要，也是建设精神文明的深刻内涵。但精神改变并不像有形的物质生产那么直接、简单。“十年树木，百年树人”，当个人降临到这个世间，面临着既定的自然、社会、家庭环境，他的个人际遇，外界人们的观念、行为一点一滴地慢慢铸就了其性格、思维方式和固定观念。这是一个非常具体的、物质化的过程。面对这样一个物质过程的精神结果，力图单纯凭借思想宣传、观念灌输来改变，结果可能会与希望大相径庭——即使人们头脑中的概念化思想已经转变，但底下涌动的依旧是过去创伤带来的烦躁不已的心态。

“人的本质是一切社会关系的总和。”^①在一个人还没有体会到自己思想、观念、性格是环境和社会关系的产物之前，他只能被动地为其所驱使，并以此为背景接受任何新事物，当然无法真正体会新思想的内涵。因此，创建精神文明不仅是宣传新思想新道德，批判旧观念，更需要使个人真切体会到自己成长的历史唯物主义过程，即他动态的、实践的个人生活史。在这个过程中，他慢慢为社会所同化，成为其中一员，被既定的观念深刻影响。理解到这些，他才会认识自己、发现自己，才会走出过去的束缚。当然，并不是每个人都有这种认识自我的愿望。即使对那些已经无法面对现实而不得不重新回到过去再塑自我的人和希望达到自我超越的人来说，能够最终实现这一目标也是一项艰巨漫长的任务，他需要不断从外界获得帮助和启发。为此，我们不能不

^① 参见《关于费尔巴哈的提纲》，《马克思全集》3册。

引入西方的精神分析与心理治疗的方法。精神分析或心理治疗的目的，便是帮助一个人充分地认识到自己社会性的成长过程，意识到自己作为“一切社会关系的总和”的本质，从而摆脱过去固有观念的深刻影响，真正以一个开放的、建设性的态度来面对社会、生活和未来，表现出生命固有的创造力和灵活性。从这个意义上说，精神分析或心理治疗的目的是使历史唯物主义原则在个体成长的微观层次获得主体认同和自觉。只有社会发展的历史唯物主义与个人发展的历史唯物主义相统一，物质文明和精神文明才能共同发展。而在社会精神进步过程中，公众性宣传教育与个体性的自我发现相结合，也才能在心灵深处有效推动前进的步伐。

新中国是一个具有思想教育传统的社会，但缺乏帮助个体实现自我发现和超越的有效手段。面对国内极度饥渴的个人心灵，如今刚刚起步的精神分析和心理治疗，其质量、数量远远无法满足社会要求，亟须大力发展。但及至目前，西方的现代心理治疗技术及理论还未能完整引入，也未能与东方传统文化相结合，更无法产生出适合中国人特点的本土化的心理治疗理论和手段。这是当前国内精神文明建设中突出存在的问题。

鉴于以上现实与理论需要，本书将精神分析基本概念与相应的佛学思想进行了比较与沟通，并在一定实践基础上，对二者的结合进行了初步探索。希望通过这种研究，一方面利用精神分析的成果，为深受西方观念影响的当代国人理解佛教及其它传统文化尝试一种新的实践手段，从现代深层心理学角度解释传统文化中一些现象，避免盲目信仰带来的危害；另一方面，也可利用传统佛教的精髓消化吸收西方精神分析，使之中国化、本土化，为

目前理论和方法都非常有限的中国心理治疗提供一种理论支持，使源于西方的心理治疗顺利健康地在中华本土上成长，并产生出适应中国人特点的心理治疗手段或方法。

佛教与精神分析自诞生后，其影响日益广泛，已经成为涉及人类生活诸多方面的广义的文化现象。本书的研究，只能挂一漏万，择其最核心的部分，分别对精神分析理论的四个基本方面：无意识、性、语言、自我与佛学中相应的思想进行介绍，然后结合其观点做进一步讨论。之所以选择以上概念，原因在于，作为精神分析基本理论，它们与佛学思想显示出极大的相似性，使彼此间的对比、沟通成为可能。下面试逐一说明。

首先，发掘人类深层意识结构，是佛教与精神分析最明显的相似之处。在西方，弗洛伊德首次以大量的经验材料证明了人类存在一个未被探知到的无意识世界，无意识观念从此进入西方思想中，为大众所接受；荣格又进一步将无意识分成个人无意识和集体无意识两个层次，提出了超越个人、地域、时代局限的集体无意识概念。这样，精神分析的心灵结构与佛教唯识学对人类心灵的认识越来越接近了。唯识学通过深度禅观，直接体验到在人类表面意识下还存在着更为广阔的心灵世界，包括恒常执着于有一个自我的末那识（七识）和含藏一切的阿赖耶识（八识）。阿赖耶识超越时空，是时空得以产生的原因。世间万象皆以阿赖耶识为根本、为归依，产生于阿赖耶识的种子。可以看到，阿赖耶识的确与集体无意识之间表现出更多的相似性，但就其作为世界本体而言，与心理范畴上的无意识概念还是有根本差别的。

其次，关于性的问题。1844年德国医生卡安第一次提出“性学”概念，1885年，奥地利医生克拉夫特·埃宾出版了《性

的心理病》一书，至此，世人公认的“性学”诞生了。在西方的性学研究中，精神分析功不可没。目前遍布世界的成千上万个“性诊所”，大多数都是运用与精神分析相关的理论与技术。佛教与精神分析都非常重视性欲问题，认为它在人生发展中起着特别重要的作用：精神分析认为它是个人成长的驱动力，佛教认为它是投胎轮回的动力系统。精神分析对性的定义和认识，在西方社会看来无异于一大叛逆，但对于佛教来说并不新奇，关于儿童期性欲，关于恋母妒父的俄底浦斯情绪，都是佛教早已认可的事实，只是没有一个用来表示的专有名词。佛教主要探讨出生前的性问题，精神分析则主要探讨出生后的性问题。按照弗洛伊德的观点，精神分析的目的就是要使性这种原始的生命能量得到升华；对佛教密乘来说，将未被认知的性能量通过具体的修行转化为救渡众生的大能，是它最重要的方便法门之一。因此，至今仍不时受到指责的弗洛伊德性学理论，在佛教中却可以找到更多理解。

再次，关于语言问题，一般认为，西方哲学经历了从古代本体论到近代认识论，再到现代语言论的两大转变。当今，从英美哲学到欧陆哲学，都普遍注重语言现象，是为哲学界一主流趋势。它也必然反映到精神分析当中。拉康从语言学角度全面构造了精神分析理论模式，将无意识定义为“他人的话语”，认为无意识的结构就是语言的结构，人们被语言所规定。拉康理解的语言不同于一般意义上的语言，他说语言只能能指，所指在语言之外，因此语言仅是在能指的链条上不断滑动，并没有人们所认为的实际的含义。如此一来，世界便成了一场语言的游戏。这一观念，与佛教所谓的“假名”之说，不谋而合。就像拉康认为人类的知是妄想狂一样，佛教一直认为世间万物其实只不过是人类假