

# 惠能的“心”之本体论思想及其心理学理论价值

李炳全 张旭东

〔摘要〕 禅宗六祖惠能提出了“心”的本体论思想。该思想可概括为两个方面:“心”造人自己所生活的世界;“心”即空。“心造世界”是指“人所生活的世界及其中万物是由人心创造的”。其义并不是说“心”造了宇宙万物,应该说是“心”造自己所生活的宇宙,或自己心中的宇宙万物。“心即空”是指“心”不是任何实体,如同虚空那样无形无边、不生不灭。惠能的这种心之本体论思想具有非常重要的心理学理论价值:为人们审视或反思心理实质等心理学基本理论问题提供了独特的视界,通过审视和反思,可以提出极具价值的思想理论;为心理学研究提供新的视界和方法论。

〔关键词〕 六祖惠能;本体论;心;自性;心理学;元理论

## 一、引言

“心”是什么?既是一个哲学的基本理论问题,也是一个心理学的基本理论问题,是心理学中的哲学本体论问题。对这一问题的回答,既关乎着哲学的理论建构和发展,也制约着心理学的理论建构与研究。由于人之所以为人主要在于其心,因此该问题成为人们思考其存在所不得不思考的问题,古今中外的思想家都不可避免地为之给予回答,惠能当然也不例外。他把“心”置于其禅宗思想的核心,置于人之存在的本体、根源和前在的地位,建构出独具中国文化特色的“心”之本体论思想。

惠能是中国禅宗的真正开创者(贾题韬,2011,iv;蒋坚松,2014;余利苹,2017),其《坛经》是禅宗的奠基之作(贾题韬,2011,xi)。“禅”字源自印度语“禅那”的音译,中文意思为“静虑”、“思维修”、“定慧”等。在印度,禅原本是古印度众多宗教派别的修炼心灵的方法,后人们在修行的过程中逐渐对禅修加以总结概括,形成指导禅修的理论。由此可以说,禅既是一种修心理论,也是一种修心方法,是理论和方法的统一。无论哪宗哪门哪派的禅修,都有一定的理念指导,指导禅修的理念不同,就形成了不同宗、门、派的各具特色的禅修方法。比如,以佛教理念指导,就形成了佛教的禅修方法;以瑜伽派的理念指导,就形成了瑜伽的修行方法;以超个人心理学的理念为指导,就形成了超个人心理学的禅修方法;以其他理念指导,就形成了其他的禅修方法。指导禅修的理念不断多样化、完善和发展,使得禅修理论不断多样化、丰富与完善。禅修理论的多样化、发展与完善又会促进修行方法的多样化、

---

李炳全,心理学博士,肇庆学院教育科学学院教授(肇庆 526061);张旭东,心理学博士,肇庆学院教育科学学院教授(肇庆 526061)。本文系教育部人文社会科学课题“基于文化心理学视界的六祖心学研究”(15YJAZH029)阶段性研究成果。

发展与完善。由于禅修主要是修心,用现在的话说就是修炼心理品质或精神素养,因此可以说,禅既是一种心理学理论,也是一种实践心理学,是心理学理论和实践的统一。

从理论上讲,禅是一种培养和修炼心灵或心理素养的理论体系,即指导人们如何修炼和完善心灵以及如何培养自己良好心理素养的理论。从实践上讲,禅是在禅理论指导下的系统的心理修炼的方法,是通过集中注意力(奢摩他,又译为止、定、禅定、心一境性)使心理活动进入有层次冥想(即毗婆舍那)的过程或方法,是让人思想安定专一的思维修炼法(李炳全、叶枝青、张旭东,2018)。同时,它又是人们禅修到一定的层次或程度而证悟到自己的本性或心性即自性的状态或水平。从禅修的目的上看,其根本目的是开启生命智慧,培养积极心态。其实质是通过思维修炼,获得心灵感悟,体悟人生真谛,解脱生活中的种种烦恼,提升精神境界即心境。

禅随佛教传入中国后,一开始有许多禅修理念和方法,但后来随着其在中国的发展,许多人开始执著于禅的外相,如静坐等,逐渐偏离了禅的实质。六祖惠能为纠正这种偏向,把握禅的根本内涵,把禅修指向人的自心即自己的心灵或心理或精神,建立起具有独特的中国式的人文精神和人道精神的非宗教式的佛教——禅宗。他指出:“道由心悟,岂在坐也?经云:若言如来若坐若卧,是行邪道。何故?无所从来,亦无所去,无生无灭。是如来清净禅。诸法空寂,是如来清净坐。究竟无证,岂况坐耶。”(《坛经·护法品》;黄栢权,1996,第171页;贾题韬,2011,第223页)明确了禅修就是心灵修炼。由此可以说,惠能所开创的禅宗实际上是一种心理学理论和心灵修炼的理念和方法,他对“心”的界定是一种心理哲学的本体论,可作为心理学元理论,对心理学的理论建构和研究具有极其重要的指导价值。

## 二、惠能的“心”之本体论

本体论是关于世界的本源或基质的哲学学说或理论。通俗地讲,就是世界到底是什么或由什么构成即构成世界及其中的客观事物的最原初的东西是什么,即关于普遍的东西即存在及其本质和规律的学说,它实际上是人类对事物不变的本质或世界的本原的追问或探求。在西方,赫西奥多斯(Hesiodos)在其神谱(诸神世系:Theogonia)中对最原初的神的探寻或追问,亚里斯多德用属加种差的方法寻找在它之上没有更高的属和不存在任何种差的世界的存在形式(注:这就是亚里斯多德所确立的形而上学问题。形而上是指超越任何物质形态的最原初的本原或本质,形而上学是超越物理学或在物理学之上的一系列本质尤其是原初本质的学说)等都是对本体的探求。

与赫西奥多斯对最原初的神的追问和亚里斯多德对世界万物的本原追问一样,惠能对人所存在的世界的本原也进行了追问,并做出了独具中国文化特色的解释。其思想可归结为如下两个方面:

### (一)“心”造人自己所生活的世界

惠能作为东方三圣人(注:中国的思想家老子、孔子、惠能被世界公誉为东方三圣人)之一,提出了具有中国文化特色的本体论思想,其本体论是“心”之本体论,即把“心”作为世界的本体或根源,把“心”置于先于世界的本原性地位。换言之,“心”是人及其所生活于其中的世界的本原,人及其所生活于其中的世界是由“心”造的;人的存在是一种“心”的存在,人存在的方式、好坏等由其“心”决定的。这一观点与当今西方心智哲学的观点极为类似。心智哲学确立了“心智-语言-世界”新的三元结构(李炳全、张旭东,2015),把心智置于语言、世界之前的本体性、根本性和前(先)在位置。本体性是说,“心”处于人之存在的本体地位,“心”是人的存在的核心(Dant,2015)。根本性是说,“心”具有对人及其存在世界的根本性。前在性是说,“心”是先于人及其存在于其中的世界而存在的(李炳全、张旭东、叶枝青,2018)。

这实际上既是对精神和物质究竟何为第一性的哲学第一问题的回答,也是对心理的本质及其作用的问题的回答。这是因为,惠能所说的“心”,实际上是现今人们所说的心理活动,包括需要、欲望、认知、智

慧、念想或思维等；他所说的“心”造世界，实际上是人的心理创造或建造世界。该思想明确指出，人及其所生活于其中的世界以及世界中的各种事物都是由“心”造出来的，即它们生于“心”，是“心”造或生的观念、想法、相等，人所生活的世界及其中万物莫不具有心性，莫不留下心之作用的痕迹。当然，从惠能的论述中看，他所说的“世界由心造”，并不是说“心”造了宇宙万物，应该说是“心”造了每个人自己所生活的宇宙，每个人自己心中的宇宙万物。换言之，虽然外部的客观世界及其中的一切事物显现给所有人的都一样，但由于人“心”不同，所以人对它们的认识、感受、体验、欲求等也就有所不同，由此在每个人心中的世界及其中万物因其心的作用而存在差异。在这一意义上可以说，人心中的世界及其中万物是心造的，“心”对于人的存在及其所生活的世界具有本体性、根源性、前在性（李炳全、张旭东、叶枝青，2018）。

对于思维与存在的关系这一本体论问题，按照惠能的思想，尽管存在在先，在人“心”作用之前，但倘若没有“心”的作用，人并不知包括自己在内的世界及其中的客观事物是否存在，怎样存在，如何存在，只有在“心”作用之后，才真正知道它们的存在及其状态和过程。从这一意义上讲，“心”之作用在存在之前，存在是“心”的作用之结果；所有的存在，都是“心”作用下的存在；“心”对存在的作用如何，又反过来影响存在。换言之，对人而言，不存在独立于“心”之外的世界之本原，人生活在自己的“心”所造的世界之中。正因为如此，“心”创造什么样的世界，人就是什么样的存在；“心”有多大，人所生活的世界就有多大；人的存在的质量、状况等受制于其“心”。这充分说明了人的心对于其存在的重要性和决定性。正因为如此，人们要提升自己的存在质量，那就需要修心育心，提升自己的精神层次或境界。

惠能的这一思想与当今西方建构主义思想有些类似，或许是建构主义受到了惠能禅宗的影响（注：有研究表明，建构主义受德国哲学家海德格尔的影响比较大（安维复，2002；夏永庚，崔波，2011），而海德格尔的思想受到了禅宗思想的影响（宋茜茜，2017）。海德格尔对日本禅宗大师和禅宗的西方传播者铃木大拙的思想非常赞赏。他阅读铃木大拙的著作之后对人说道：“如果我对此人的理解没看错的话，这正是我在我的全部著作中一直想说的。”（赖贤宗，2007；宋茜茜，2017）这说明，建构主义应该受到了禅宗的影响。建构主义认为，知识和人都是建构的结果，知识并非反映事物的本质或规律，而是把人的经验合理化，是人对世界及其中万物包括人自身的建构，是人主动地建构并生成意义的过程，人所生活于其中的世界是由人建构出来的，由人所建构的意义构成的（李炳全，2007）。不过，与建构主义相比，惠能的思想更为彻底，直切人心之本源，更加强调每个人对于自己存在和发展的责任，更加突出人的心理对人们生活世界及人的生命活动的决定作用。依据其思想：（1）“心”确定了事物包括人自身是否存在；（2）事物或事情对人的作用或影响受“心”之作用的制约；（3）许多事物或事情虽然存在，但却因未被“心”作用而在主体心中不存在；许多事物或事情虽然不存在，但在“心”（主要是想象、幻觉等）的作用下则存在；也有一些东西由“心”创造出来而存在；（4）有许多东西是否存在、真假谬误，只能由“心”来决定，“心”有可能把一些虚幻或虚拟的东西视为真实存在，而把一些真实存在视为虚幻；（5）“心”会被各种虚假现象蒙蔽、欺骗或误导，也会制造一些自以为真的东西来自欺欺人（李炳全、张旭东、叶枝青，2018）。

惠能的这一思想，体现出中西两种思想尤其是惠能开创的中国禅宗与西方基督教的差异。西方的基督教，无论是天主教、新教还是东正教，都依据西方的本体论思想确立了一个造物主——上帝，念求上帝豁免自己，使自己上天堂。惠能则不然，他告诉人们求助于自己，自己要对自己负责。惠能禅宗的根本和核心是“明心见性”，即让人认识自己的心或自性，“自修，自行，自成佛道”。这与中国传统的儒家、道家所强调的修身养性的自我修养思想是一致的。他认为，佛者觉也，即觉悟了就成了佛了，因此自己首先必须觉（悟），否则谁也度不了你。明确告诉人们应把自己交给自心，求佛要向自己的心去求（刘慧妹，2015）。其实质是人们自己认识自己，自己提升自己的心境界。这明显是一种自控思想，人的心理和行为受自心或自性的控制，人的心理和行为的原因必须到其内心去寻找。他指出：“迷人念佛求生于彼，悟人自净其心。所以佛言：随其心净即佛土净。使君东方人，但心净即无罪。虽西方人，心不净亦有愆。东方人造罪，念佛求生西方。西方人造罪，念佛求生何国？凡愚



不了自性,不识身中净土,愿东愿西,悟人在处一般。”(黄柏权,1996,第60页;贾题韬,2011,第95页)

这一思想实际上是对佛教的“四不度”思想的发展。“四不度”是:(1)因果不可改:自因自果,别人是代替不了的;(2)智慧不可赐:任何人要开智慧,离不开自身的磨练;(3)真法不可说:宇宙真相用语言讲不明白,只能靠实证;(4)无缘不能度:无缘之人,他是听不进你的话的。天雨虽大,不润无根之草;爱力再广,难救无缘之人!”(释妙音,2015)其中心思想就是自己对自己负责,自己要承受自己所做事情的结果。第一句“因果不可改:自因自果,别人是代替不了的”是说:人自己种下什么因,他就要承担由这个因导致的结果。种了善因,就有善报;造了恶业、孽缘,就应吞下相应的苦果。自己的人生结局如何,取决于自己所造的业,都是自己的行为或生命活动的结果。造善业,就会有善果;造恶业,就会有恶果。每个人造什么业,全凭他自己做主。佛改变不了每个人自己所种的因和所结的果。这就是中国人常说的“善有善报,恶有恶报。不是不报,时候未到。”第二句“智慧不可赐:任何人要开智慧,离不开自身的磨练”是说:每个人的生命智慧都是自己磨练出来的,是在自己的生命活动中解决困难,解脱烦恼中修炼出来的,不是他人能够给予的。修炼到了,在生活中磨练够了,自然就有智慧了;修炼不够,智慧当然难以生成。按照惠能的想法,每个人的智慧都是他本身所具有的,佛的作用不是给予人智慧,而是通过引导让人们开发出其智慧。那些无智慧的贪痴之人,别人是无法度他的。第三句“真法不可说:宇宙真相用语言讲不明白,只能靠实证”是说:人生的真谛要靠自己领悟,去证得,光靠他人讲解不能够真正弄通弄懂,只有自己领悟了,才能真正变成自己的智慧。换言之,道理只有靠自己领悟,而不是别人的讲解。别人的讲解其实起到诱导或启发作用。第四句“无缘不能度:无缘之人,他是听不进你的话的”是说:听不进甚至根本不听别人话的人,是无法教诲的。你给他说得再细致,再正确,再生动形象,但他根本听不进去,不想听,不愿听,抵触听,反感听,那你说的对他也毫无用处。这里所说的“缘”,是与自己有缘或投缘,而与自己有缘,就是两人的心灵相同,愿意接受自己教诲。这个“缘”在人的心中,所以,修身须修心养心,做事应先学会做人,自觉、自省、自悟。否则,不想改变、不想超越、不愿拼搏,颓废、怨天尤人、偏执妄想,做白日梦,永远无法得到解脱,活得洒脱。概言之,人逃脱不出自己的心所造的世界。在很多情况下,许多人之所以烦恼、苦闷,主要是因为其心为自己造了一个牢笼把自己给囚禁起来,束缚了自己的手脚。

## (二)心即空

惠能以“心即佛,佛即空”“万法皆空”为核心和根基,把心归结为空。由于他把世界的本原归结为“心”,而“心”是空,所以世界的本原最终归结为空。惠能衣钵偈(注:这是惠能开悟时所作的第一首偈,由于作了这首偈而获得了五祖弘忍的认可,把禅宗衣钵传授给他,使他成为中国禅宗史上的六祖,故也可以称为衣钵偈、开悟偈或成祖偈)讲到:“菩提本无树,明镜亦非台,本来无一物,何处惹尘埃。”其主要意思是:心与佛本来就是空的,因此,用心来看世间万物,无一不是空。既然心本来就是空,就无所谓抗拒外界的各种诱惑,任何东西、观念从心上经过,都不会在空着的心上留下任何痕迹。因为心空,由心所生成的各种各样的对外物如功名利禄情等的追求也是空。既然空,就无须追求它们,它们只不过是身外之物,生不带来,死不带走。若这样想开了,就不会为它们所困扰,就能够保持心灵的宁静、空灵,直接生成心地无非、无乱、无痴的戒定慧(李炳全、叶枝青、张旭东,2018)。

惠能认为,正因为心空,心才大,才能够容(纳)和生一切事物。他指出:“何名摩诃?摩诃是大。心量广大,犹如虚空。……世界虚空,能含万物色像……世人性空,亦复如是。……自性能含万法是大。……心如虚空,名之为大。”(黄柏权,1996,第34-35页;贾题韬,2011,第60页)在这段话中,惠能明确指出“心”是空,正因为空,心量才广大无边。这与《般若波罗密多心经》中说的“五蕴皆空”是一个道理。依据惠能的见解,人的心有多大,他生活的世界或宇宙就有多大,而心的大小,取决于人对心空的体认和领悟。人的心如何,他所生活的世界就如何,人所生活的世界是由其心生或创造出来的。心是空,空生有,有生万物。这一思想与老庄

的虚无思想和道家的思想一脉相承,只不过惠能沿用了佛教的“空”,而在老庄和道家那里是“无”。按照老子和道家思想,“无中生有,有生万物”,“无极生太极,太极生两仪,两仪生四象,四象生八卦,八卦化万物”。

惠能的这一本体论思想比西方的本体论思想更进一步。西方的本体论,无论是唯物主义还是唯心主义,无论是经验主义还是理性主义,都要寻找一个世界的本原。奠定西方本体论基础的巴门尼德,为了避免因对本体无知而把本体看成什么就是什么,对本体即世界的本原做出规定:(1)本体是不生不灭的。若能生,就必然有一个生出它的东西,那这个东西就比它还本原。若可灭,那它就会成为无(什么也没有),也就无法想象“无”如何构成实体的事物,人们也无从认识或把握它。(2)本体只有一而没有二。若有二,就必然有一个产生二的更为根本的来源,所以说“二”是派生的,只有“一”才是本原的。(3)本体是完美无缺的。若有缺,它只是个别事物的本原,而不是所有事物的本原。正是基于巴门尼德的规定,西方哲学一直在寻找一个构成世界的独一无二的本原。基督教中的上帝、莱布尼兹的单子等都具有这种规定性。

与之不同,惠能从“空”或“无”和“有”的对立统一出发,把世界的本原归结为“空”。他虽然像巴门尼德那样认为本体的“心”不增不减、不生不灭,但他说的本体是“空”或“无”。本来没有,何来增减生灭。在惠能看来,一切皆空,不存在一种永恒不变的“实在”‘本原’或‘真存在’,唯有“空”才是真正的存在,“无常”才是真正的“常”。正因为“空”是源头、本原,人们才无法追问下去,再分下去。否则,若有一个东西,人们一定可以继续追问这个东西从哪里来,它又可以分解成什么。比如,赫西奥多斯确立一个第一个神,人们又可追问这第一个神来自于哪里;人们最终把物质的构成归结为原子,人们又会追问原子又可以分为什么。

法国思想家笛卡尔认为,任何追问、推理都必须有个前提,而最终的前提是无需证明、毋庸置疑的。他最终找到的这个前提是正在存在的“我”。他提出“我思故我在”,这个正在思考的“我”是存在的,毋庸置疑的(李炳全、张旭东、叶枝青,2018)。他说道:“正当我企图相信这一切都是虚假的同时,我发现:有些东西(对于我的怀疑来说)是必不可少的,这就是‘那个正在思维的我!’由于‘我思,故我在’这个事实超越了一切怀疑论者的怀疑,我将把它作为我所追求的哲学第一条原理。”(笛卡尔,2015;李炳全、张旭东、叶枝青,2018)笛卡尔之后的西方哲学都受其影响,都把笛卡尔的这一论断作为重要前提。与之不同,惠能更为彻底,把这个前提也否定了,他认为“我”也是“空”,也可以否定。所以惠能所开创的禅宗才不执我。惠能认为,名色法都是无常、苦、无我的,包括身心在内的世间所有东西都不是永恒的,一切都在刹那瞬间生灭变易,这就是“无常”。万物都在经受生灭的过程,所以是“苦”。因为无常、苦,其中根本不可能有一个所谓的“自我”、“灵魂”、“实体”、“本体”存在,这就是“无我”。明白了这个道理,就会用智慧来观照世间一切,就可以想得开,看得开。这样就能够断除烦恼、解脱一切苦厄。

佛教认为,人是由色、受、想、行、识五蕴构成。其中色是人们所看到的世界中的各种物质的东西,包括自己的身体,是构成我的物质部分,相当于美国哲学家、心理学家威廉·詹姆士(William James)所说的客体自我中的物质自我。受、想、行、识是我中的非物质部分,即精神的部分,属于詹姆士所说的客体自我中的社会自我和精神自我。惠能认为,构成“我”的“五蕴”是由“心”造的(生于“心”),而“心”是空的,所以“五蕴皆空”。“五蕴空”,当然由它们构成的“我”也是空的。因此,在惠能禅宗里是“无我”的。这是人们做好事情的重要前提。一旦有“我”,人做事情就总会为“我”考虑,由此就会产生贪心、私心、名利心、嗔心、痴心等,进而就会受这些“心”的困扰与污染。

### 三、惠能的“心”之本体论思想的心理学理论价值

如前所述,禅是一种心理学,惠能又是禅宗的实际创始人,因而可以说,惠能所开创的禅宗实际上是一种心理学,既是一种心理学理论,是指导人们心理修炼和培养的心理学理论思想,又是一种心理修炼和培养的方法。惠能的“心”之本体论实际上是一种心理学理论。由于该理论具有独特的特点,且在长期的历史发

展中形成了系统的行之有效的修炼心理的理念和方法,因此可以说它对心理学来说具有理论和实践价值。

### (一)为理解心理实质提供了独特的视界

心理是什么?是心理学中的基本理论问题,无论哪门哪派的心理学家都必然要对此问题进行回答。对这一问题的回答如何,直接制约着心理学的研究与理论建构。每一位心理学家,每一心理学派别或取向,都以他们对心理的界定为核心开展研究和构建理论。

冯特把心理界定为直接经验,即人在具体的心理过程中可以直接体验到的,如感觉、知觉、情感等内容。由此,他既把心理学与自然科学(冯特把自然科学的研究对象视为间接经验)统一起来,为把心理学建立成自然科学提出了理论依据。同时,又把它们的研究对象区别开来,为把心理学建成不同于物理学、化学等自然科学的学科提供了理论依据。詹姆斯把心理界定为是指感觉、愿望、情绪、认识、推理、决心、意志以及诸如此类的事件,其实质是把心理的原因归结于思想本身,归结到思想的各种官能上,为研究心理的机能奠定了坚实理论基础,促成了机能主义心理学和行为主义的诞生。认知心理学奉行认知可计算主义,认为认知的实质就是计算,从而为计算机模拟研究铺平了道路。建构主义心理学认为,心理即建构,把人的心理视为人建构知识、自我等过程,突出了主体的主动性、能动性,强调了人的中心性。在中国,通常把心理实质理解为:心理是客观现实的反映;心理是脑的机能,脑是心理的器官。中国的心理学研究和理论建构大都以此为基础或前提。惠能也是如此,他的禅宗心学也是以他对“心”的界定为出发点和中心。

与已有心理学的看法不同,惠能从禅宗的角度对心理作出了独特的诠释。上述他的“心”之本体论思想实质上就是他对心理的理解或界定。从上述惠能对“心”所做的界定来看,它与已有的心理学中对心理的界定或诠释有很大的不同。依据惠能的诠释和界定,我们可以对心理实质做出别具一格的理解,并据此可以建构出不一样的禅宗心理学体系。因此可以说,惠能的“心”之本体论思想为我们理解心理实质提供了一个独特的视界。

心造世界观把人的心理置于人的存在本原地位,实际上是说人的存在是心理的存在。人的心理如何,其存在就如何。人的心的高度和宽度,决定了其思想和对问题认识的高度与宽度,进而决定了人的事业的成败与大小,人的生活的幸福与痛苦与否及其程度。正如心学大师陆九渊和王阳明所认为的那样,“我心即宇宙,宇宙即我心”,把“心”置于人的存在的高度。这使得我们对人的心理与其存在的关系、心理与人生的关系、心理与生命质量和意义的关系等,有一个不一样的认识。

“心即空”的思想类似于英格兰经院哲学家、唯名论者约翰·邓·斯各特(John Duns Scotus, 1270-1308)和英国哲学家、思想家约翰·洛克(John Locke, 1632-1704)的白板说,但又超越白板说。类似于白板说是指,两种思想都认为,人的心理原本什么也没有,都是在后天的生活中“涂写上”的,是后天生活打下的印记或烙上的痕迹。超越白板说之处在于,邓·斯各特和约翰·洛克的白板说是一种经验主义学说,强调主体自身以外的因素对心灵的锻造作用,而六祖惠能则突出主体自身因素,强调人的主动性、能动性;白板说强调感觉经验的作用,而惠能则强调人的理性因素和非理性因素的综合作用;白板说认为有实体的存在,而惠能的心空思想否定实体的存在,它们都只不过是“空”而已。邓·斯各特认为,一切知识产生于感觉,人的灵魂好像一块“白板”,根本没有天赋观念(李炳全,2017,第22页)。约翰·洛克认为,人类所有的思想和观念都来自或反映了人类的感官经验;人的心灵开始时就像一张白纸,而向它提供精神内容或在这张“白纸”上书写的是经验即洛克所说的观念(李炳全,2017,第28页)。惠能认为,人的心理或精神活动是人“动念”本身及其结果。这说明,惠能的“心即空”思想提供了一种对心理实质的别样的理解与视界。

### (二)为心理学提供了新的世界观

六祖惠能将“心”置于人的存在及其所生活的世界的本原性地位,提出了“心造世界”的世界观。依据惠能的思想,从本质上讲,佛教尤其是禅宗是一种世界观,应以人的存在和生命质量为出发点和归宿对



人所生活的世界做根本性思考,给人指出生活幸福、精神充实、心灵解脱的方向或路径。正因为如此,可以说,惠能所开创的禅宗是一种人文主义的思想体系,是充满人文精神,体现出对人的终极人文关怀的理论。之所以这样说,是因为:惠能把神佛天佛拉到人间交给人的自心或自性,要求人求诸己而不求助于外在的神佛或他人,自己要对自己负责。在他看来,烦恼由自己的心生,束缚自己的是自己的心,因此解脱烦恼,获得智慧和心灵的宁静或快乐,仍然要靠自己。这是一种地地道道的人文思想。人文思想是以人为本的思想,肯定人性和人的价值,推崇个性解放和自由平等,强调人获得现世的快乐或幸福。

正是确立了以人的存在为出发点和归宿,而人的存在是一种心的存在,因而惠能确立了以心为中心的世界观。该世界观可表述为:心(动念)→出(六)门→认知→追求→烦恼→入(六)门→观心→智慧(心)。它可分为如下阶段:从需求到动念,由动念到认知,由认知到分别,由分别到追求,由追求到欲到烦恼,由烦恼到智慧。详言之,人作为生命体,因缘而聚而生成;生命体生成以后,要存活和发展,就会产生各种需要,需要就导致人动念,即产生各种想法或念头;所动的念出六门(六种感官:眼耳鼻舌身意),产生对外界事物的认知;认知实际上就是区分或辨别,把事物区分为好坏、优劣、主次、喜恶等,由此建构出属于自己的或自己生活于其中的世界;在此基础上,人在趋利避害的心理倾向驱使下,追求并想获得自己喜欢的好、优等的东西,避开那些自己认为会危害自己的坏、劣、恶等的东西;有了追求,就有了担心获得不了,或获得了又怕失去,想回避却回避不了等烦恼,生出贪嗔痴之毒;有了烦恼就要解脱烦恼,中了毒就要解毒,这样就入六门,观自心,识自性,领悟到中毒和烦恼的根源,心生智慧,解脱烦恼。惠能认为,心是一个对立统一的奇怪的东西,烦恼邪念由它生,愉悦善念也由它生。邪是它,正也是它,邪正都是它;烦恼是它,解脱烦恼的菩提也是它,烦恼菩提都是它。心所产生的对立的两个方面是对立统一的,有了邪,就和才需要正去祛邪;有了恶,就和才需要善去抑恶;有了烦恼,就和才需要菩提智慧去解脱。他以“心即佛,佛即空”“万法皆空”为核心和根基,直彻本源,直指人心。他指出:“吾所说法,不离自性,离体说法,名为相说,自性常迷。须知一切万法,皆从自性起用,是真戒定慧法。……心地无非自性戒,心地无痴自性慧,心地无乱自性定。”(黄栌权,1996,第153-154页;贾题韬,2011,第205页)其意是说:心里没有邪念妄念就是自性的戒,心里没有痴念贪念就是自性的慧,心没有被扰乱,不慌乱、不烦恼就是自性的定。这实际上是说,邪念妄念、痴念贪念、烦恼或扰乱人心的东西,都是由心产生的,心不造它们,就自然定慧了。但倘若心中生出邪念妄念、痴念贪念、烦恼或扰乱人心的东西,并在它们的作用下表现出恶行、贪污腐败行为、烦躁冲动行为等,那就会逐渐成为恶人、贪婪吝啬之人、莽撞易冲动之人等。概言之,一个人究竟成为什么样的人,是由其心决定的。

由此看来,六祖惠能的世界观是以心为本体的论,兼顾主体的内外要素,强调整体系统地考察主体的心的建构活动。这就为心理学提供了新的世界观和新思想。它告诉我们,心理学应采用交互隐喻,重点探讨主体的动念、认知、建构和智慧。按照惠能的这一思想,心理是外部世界的建构者和内在的心理表征,而外部世界是内部心理活动的外化或建构,“行为通常不仅由内部的心理结构和认知过程来支持,而且也由基于外部环境中的创建模式的过程来支持,其中外部环境作为外部心理结构起作用。”(Bosse, Schut & Treur, 2009)

上述分析表明,六祖惠能的世界观极大改变了心理学的基本假设,如身心关系、心物关系等,拓展了心理学的研究思路或视界,触发对心理实质的别样认识。

### (三)为审视心物、心身、主客、人我关系提供了新视角

依据惠能的“心”之本体论思想,主体所生活的世界及主体眼中的事物都是自己用“心”造出来的,它们都是外相。心与物、心与身、主体与客体、人我等关系也是由心造出来的,是心动念的结果。如前所述,心动念就产生对事物的认知,而认知是对事物及其属性的分别或辨别,即分二或二分,由此造出了上述对立统一的两个方面及其关系。这就为我们重新审视和明晰这些关系提供了新的视角。从这一视角出发,我们可以看到与通常的心理学尤其是西方科学心理学不同的看法或见解,对这些关系有新的理解。

六祖指出：“外无一物而能建立，皆是本心生万种法。故经云：心生种种法生，心灭种种法灭。”（黄栢权，1996，第196页；贾题韬，2011，第251页）明确道出，外物生于心，人自身也生于心即由心造。他在《真假动静偈》中指出：“一切无有真，不以见于真；若见于真者，是见尽非真。若能自有真，离假即心真。自心不离假，无真何处真？”（黄栢权，1996，第182页；贾题韬，2011，第241-242页）在这里，他把真与假统一起来，强调二者的相互依存关系。其义是说：万法和感受到的世间万物都是由“心造的（出于心）”，由于“心”在变，所以它们也在变，因而没有有常不变的真实，唯有无常是真的。若把看见（感受到）的当作真实的，就会固着于它们，受眼见（感受到）的色、利、名等迷惑，不能开悟。要知道凡是见到的都不是真的。如果能够悟到自性的真，那就要离开一切所见到（感受到）的假的幻象即假象。自己的心离不开心生出来的幻象，固着于虚假的幻象，那就不真即假。六祖认为：“成（注：生成、造成）一切相”的是“心”，“离一切相”的也是“心”；产生一切念的是“心”，离开即不执著于一切念的也是“心”。因此，在不断变化的一切相即所见的事物和不断产生又逝去的观念中，都能领悟到产生它们的不变的心。事物和观念虽然在动，在变化，但产生它们的心却是不动不变的。这就是心定。明白“心”生一切念、相，而又不住（执著于）任何变化运动的念、相，就成了佛；不明白这个道理而住（执著于）念、相，就成为凡人（贾题韬，2011，第170-171页）。在这里，惠能既指明了“心”在关系成立中的作用，又指出“心”之作用的过程及其阶段。就心在关系确立中的作用而言：人所见到的外物是心所见到的外物，离不开心的作用；客体是主体所认识的客体，是主体的心把自己确立为主体，把自身以外的要认识的事物视为客体；我与他人是心所区别出的两个方面，人的心把自己确认为“我”，把我之外的人确立为与“我”相对应的他人。就心的作用的过程及其阶段而言：原初阶段，心与物、心与身、主与客、人与我一体不分的；第二个阶段，人通过认识进行辨别二分，由此形成了对立统一的两个方面；第三阶段，人又把二者统一起来，达到人我两忘、心物合一、主客体统一的心理境界。这实际上是“无念→有念→不著念”辩证发展过程。比如“我”，经历了“无我→我→忘我或超越自我”的过程。详言之，一开始人是我无我的，随着人的认知发展，逐渐形成了“我”，把我与他人、外部世界区别开，开始为我着想；到第三个阶段，人开始超越自我，与他人或外物融为一体，达到中国文化所讲的天人合一、人我合一的境界。

#### （四）为确立心理学的目标和实现目标的途径提供借鉴

惠能禅宗的终极目标是找到心灵的净土，到达快乐彼岸，其实质是实现心灵的宁静祥和。它包括如下几个相互联系的目标：解脱烦恼；获得并增长生命智慧；提升心境界。这些都可以作为心理学的目标，使心理学的目标体系充实完善。

解脱烦恼是惠能禅宗的根本性目标（王冬，2014），也是人们对心理学的要求。这是因为，人们在现实生活中有诸多烦恼，这些烦恼实际上就是心理困扰。佛教说的烦恼中的“烦”即扰，就是搅扰、骚扰；“恼”是乱，即心乱。这即是说，烦恼之义是扰乱人的内心平静，使人心烦意乱的见、思、惑，实际上就是当今人们所遭遇到的心理困扰或心理问题，主要是人的情绪困扰，特别是恐、忧和怒之类的情绪困扰。恐是指恐慌、害怕、恐惧、焦虑等，它通常是在人的自我保护的目标受到威胁时产生的情绪困扰。忧是指担忧、忧愁、担心等。忧与恐密切相关，是个体感到目标可能难以实现时而产生的情绪困扰。怒是生气、愤怒、嗔、恚、气愤、不满、怨恨、遗憾等之义，它通常是在人的目标实现进程受挫或遇到障碍时产生的情绪困扰。惠能认为，产生烦恼的根源是恶（包括身三恶即杀、盗、淫，口四恶即妄言、两舌、恶口、绮语，意三恶即贪、嗔、痴）邪（邪语、邪见、邪思、邪业、邪命、邪精进又叫邪方便、邪念、邪定）。而产生恶邪的根源是动念。因此，要解脱烦恼，就应清除恶邪，而要清除恶邪，就应无念、无住、无相。实际上就是上述惠能的“心”之本体论思想中的“心空”。

获得并增长生命智慧也是禅宗所要实现的目标。修禅的重要且主要目标之一就是获得菩提般若之智。而培养和提升人的生命智慧应该是心理学的目标。由于惠能的“心”之本体论思想中蕴含着智



慧思想,其智慧是生命智慧,它能慰藉人的心灵,使人心理宁静,体味生命本真的意趣,获得内心的幸福快乐(江海燕,2017),因此能够给予心理学的目标确立以及目标的实现以启迪。

心境界又可称为心理境界、精神境界,是指人的心理或精神修为程度或水平。心境界的高低,既直接决定着烦恼的化解与解脱,更制约着人的为人处世的质量和效果。因此,心理学应当把之作为重要目标之一。

### (五)为理解心理活动及各种心理活动之间的关系提供了新思路

六祖所说的起心动念是一种心理活动,它是导致认知活动的起点和根源。认知又会导致人的欲望和追求,欲望和追求又会导致烦恼,解脱烦恼又可以增长智慧,明心见性。这一关于心理活动的思想,为人们恰当地理解心理活动以及各种心理活动之间的关系,提供了一个独特的思路。

六祖把佛教的“六出六入”(注:“六出”是指心中的藏识通过转识形成六识,从眼、耳、鼻、舌、身、意等六根或六门出来,形成人所感受到的外部世界的相;“六入”是指外界事物经由眼、耳、鼻、舌、身、意等六根或六门的感受,进入到心中,形成心中的识即观念、思想、看法等。也有人把“接受外部事物的官能”称为“六入”)尽归于“心”,万相由心出和由心入,由此构成了人所生活于其中的世界。概言之,尘(注:“尘”是指人所生活的尘世及其中的一切事物)由识生,识由心生。这即是说,无论是“出的”还是“入的”,都是“心造”的,即“心”作用的结果。他说道:“自性能含万法,名含藏识。若起思量,即是转识。生六识,出六门,见六尘,如是一十八界,皆从自性起用。自性若邪,起十八邪;自性若正,起十八正。若恶用即众生用,善用即佛用;用由何等,由自性有。”(黄栌权,1996,第179页;贾题韬,2011,第232页)这段话的大致意思是:自性中包含着一切法门的种子,由于它正处于孕育之中,就像未出生的胎儿,处于未显现或蛰伏状态,就像被隐藏起来一样,故称为藏识。倘若人开始思量即动念,就开始显现出来,转变为六识(注:眼、耳、鼻、舌、身、意之识,即它们的感受或认识),这六识从六根或六门(注:眼、耳、鼻、舌、身、意六种感官或感受认识之官能)出来,就见到六尘(注:色、声、香、味、触、法,实质上是人对外部刺激的感受或意识)。这三个方面依次生成相互联系的六识、六门、六尘所构成的十八界都出自于自性,是自性作用的结果。若自性产生邪念,就会生出十八种邪恶;若自性端庄,就会生出十八种正行。若自性产生恶的作用,那就是俗世众生的用;若生成善的作用,那就是佛的用。无论产生什么用,那都是由自性产生。

在这段话中,惠能明确地指出人的心理活动如何发生、如何演变以及各种心理活动的因果关系。这种理解与现有的科学心理学理解不同,对我们理解心理活动以及各种心理活动之间的关系有启迪作用。

综上所述可以看出,六祖的本体论思想是体现中国传统文化特征的哲学思想,该思想具有十分重要的学术价值和现实应用价值。其学术价值主要表现在:对于哲学和心理学研究及理论建构具有十分重要的意义,可以作为哲学和心理学的元理论或方法论,指导哲学、心理学研究。其实践价值主要表现在:对于当代人净化心灵,提升人生境界,增进积极心理品质和维护心理健康,很有帮助。因此,有必要对其进行挖掘和研究。

### 参考文献:

- 安维复,2002:《走向社会建构主义:海德格尔、哈贝马斯和芬伯格的技术理念》,《科学技术与辩证法》第6期。
- [法]笛卡尔,1996:《方法论》,沈阳:辽宁人民出版社。
- 黄栌权,1996:《六祖坛经注译》,广州:广东高等教育出版社。
- 贾题韬,2011:《贾题韬讲坛经》,上海:上海古籍出版社。
- 江海燕,2017:《禅宗六祖文化与当代社会》,《岭南文史》第3期。
- 蒋坚松,2014:《〈坛经〉与中国禅文化的国外传播》,《燕山大学学报》(哲学社会科学版)第4期。
- 君冈、九嵩,1992:《诸恶莫作,众善奉行;自净其意,是诸佛教》,《佛教文化》第21期。
- 赖贤宗,2007:《海德格尔与禅道的跨文化沟通》,北京:宗教文化出版社。
- 李炳全,2005:《主流心理学的困境与文化心理学的兴起》,《西北师大学报》(社会科学版)第1期。

- 李炳全, 2007:《当代认知心理学新取向之比较》,《南京师大学报》(社会科学版)第5期。
- 李炳全, 2008:《中医学传统心理治疗思想与理念探析》,《医学与哲学》(人文社会医学版)第6期。
- 李炳全, 2016a:《积极心理学——打开成功与幸福之门的金钥匙》,北京:科学出版社。
- 李炳全, 2016b:《中国人的心理和行为解密——中国文化心理学研究与构建》,广州:广东教育出版社。
- 李炳全, 2017:《西方心理学史》,武汉:武汉大学出版社。
- 李炳全、叶枝青、张旭东, 2018a:《六祖惠能偈语中的心学思想探究》,《心理学探新》第4期。
- 李炳全、张旭东, 2015:《西方哲学心智转向对心理学的影响》,《心理与行为研究》第1期。
- 李炳全、张旭东、叶枝青, 2018b:《“心”的本体性、根本性与前在性》,《苏州大学学报教育科学版》第2期。
- 刘慧姝, 2015:《试论《坛经》世出世法的不二》,《世界宗教研究》第5期。
- 陆琴, 2015:《谈论王阳明今天应谈论什么》,《北京日报》2015年9月28日。
- 南怀瑾, 2009:《禅与生命的认知》,上海:东方出版社。
- 释妙音, 2015:《四不度》, [http://blog.sina.com.cn/s/blog\\_48a3eed0102vqoj.html](http://blog.sina.com.cn/s/blog_48a3eed0102vqoj.html).
- 宋茜茜, 2017:《从铃木大拙看禅宗与西方哲学非理性思潮的交汇》,《职大学报》第5期。
- 王冬, 2014:《《坛经》的般若中道思想及其禅法特色》,《中华文化论坛》第1期。
- 习近平, 2016:《我用王阳明唤醒世人的良知!》, <http://www.zhljs.com/read.php?page=e&tid=10375>.
- 夏永庚、崔波, 2011:《透视教学生成:海德格尔“建构生成”的视角》,《当代教育科学》第3期。
- 余利苹, 2017:《南禅在“武宗灭佛”中屹立不倒的原因探析》,《哈尔滨学院学报》第9期。
- Bosse, T., M. C. Schut & J. Treur, 2009, “Formal analysis of dynamics within philosophy of mind by computer simulation”, *Minds & Machines*, vol.19, pp.543-555.
- Dant, T., 2015, “In two minds: Theory of mind, intersubjectivity, and autism”, *Theory & Psychology*, vol.25, pp.45-62.
- Sharf, R. H., 2016, “Is Yogācāra Phenomenology? Some Evidence from the Cheng weishi lun”, *Journal of Indian Philosophy*, vol.44, pp.777-807.

(责任编辑:蒋永华)

## Huineng's Ontology of *Xin* and Its Theoretical Value for Psychology

LI Bingquan, ZHANG Xudong

**Abstract:** Huineng, the sixth patriarch of Chinese Chan (aka Zen), proposed the thought of *Xin*'s (literally heart) ontology, which is able to be summed up as two theses: that *Xin* creates the world where people live, and that *Xin* is empty. The former statement means that “the world where people live and everything in it are created by their own *Xin*.” It does not mean that people's *Xin* creates the universe, but produces the world in which they live or the universe in their mind. The second thesis means that *Xin* is not any entity and instead it is just like the void that is formless and boundless, not born and unable to be destroyed. Huineng's thought of *Xin*'s ontology has very important theoretical value for psychological studies, which provides a unique horizon for people to examine or reflect on the psychological essence and other basic theoretical issues of psychology, and brings about a new horizon and methodology for psychological research.

**Key words:** Sixth Patriarch Huineng; ontology; *xin*; self-nature; psychology; meta-theory

**About the authors:** LI Bingquan, PhD in Psychology, is Professor at School of Education, Zhaoqing University (Zhaoqing 526061); ZHANG Xudong, PhD in Psychology, is Professor at School of Education, Zhaoqing University (Zhaoqing 526061).