

從佛教的觀點談「心」和「物」

The mind and matter: from the Buddhist's point of view

壹、「唯物論」與「唯心論」的差異

如果我們把世界分成二元的話，一個是「心」，另一個是「物」，也就是說，所有的東西不是「心」，就是「物」。關於「心」與「物」一直是許多人討論的焦點，有的人主張「唯物論」，有的人主張「唯心論」，當然也有人主張「心物合一」。「唯物論」的勢力在我們現在這個時代是比較大的；「唯心論」雖然在過去也曾主導過人類的文化，但是現在是比較式微的。「唯物論」的主張並不否定有「心」，只不過認為「心」是「物」的附屬品，「心」是由「物」衍生出來的，「物」才是主體，「心」是附屬品；「唯心論」的主張是相反的，認為「心」才是主體，「物」是附屬品，「物」是由「心」衍生出來的；「心物合一」論者則認為心物各佔一半，是混合的。

貳、「物」是什麼？

「物」是什麼？指的就是物體、物質、物品，譬如麥克風、會議室、筆、書……等等。這些東西都非常地真實、非常地具體，對我們來講是非常清楚的。所以有關「物」這個觀念，用看得見、摸得到的具體物品來了解是沒有問題的。當然物理學家對於「物」的觀念就不是那麼簡單了，他們會用各種工具去研究、分析，了解物質是由許多分子所組成的，而分子又是由原子組成，原子則又由原子核、電子、中子等組成——總而言之，這些都是「物」。

參、「心」是什麼？

「心」是什麼？如果要講「心」的話，我們會說出一些語詞，譬如精神、思想、意識、愛心、怨恨、快樂、憂慮、信心、意志、願望、潛意識……等等。但是這些用來說明「心」的語詞和「物」是有差別的，它們有一個特點：全部都只是名詞。如果是物，我們就可以用手去拿，譬如手拿著麥克風，從口袋拿出筆、從書包拿出書，說：「這就是麥克風」、「這就是筆」、「這就是書」；但是我們無法用手拿出精神、思想、愛心、快樂來給人看，而說「這就是精神」、「這就是思想」、「這就是愛心」、「這就是快樂」。

比較之下，關於「心」，人們只能用一些名詞來描述；而「物」呢？我們不只能說出名詞來代表一件物品，像書、筆、麥克風，並且還能具體地拿出這些物品讓人看見。所以「心」和「物」不一樣，「物」很具體，可以拿得出來；「心」則比較抽象，無法具體拿出來給人看。但是大家又覺得確實有心，可以感覺得到心，所以就用一些名詞來代表心。也因為如此，在現在這個時代，「唯物論」的思想家認為「心」不是主體，「物」才是主體。

在「唯物論」的思想下，一些很吊詭的事情就出現了：主張「唯物論」最堅決的，就是提倡共產主義的這些人，他們是堅定的唯物論者。這些堅定的共產主義支持者，卻又非常強調意識形態，他們抓住意識形態不放——可是意識形態是

「心」。也就是主張「唯物論」愈堅定的人，反而愈堅持屬於「心」的意識形態，這是很吊詭的。

至於意識型態、精神、思想、愛心、嗔心……等等，我們能說是物嗎？沒有辦法！那能說是心嗎？可能有些人會反對，但是至少不是物，這點是很明顯的。如果這個世界只能二選一，不是心，就是物，那麼上面所提到的既然不是物，那只好是心。而唯物論者居然會堅持唯心的意識型態，這是很奇怪的事，我們必須了解。

肆、心由物生？物由心生？

「心」和「物」之間既然有這樣的關係，那麼就還有許多問題是釐不清楚的。譬如說醫學界都主張唯物，認為心是從大腦生出來的。他們的證據、理由都是從一些醫學的理論推演出來的，譬如說某人的大腦被子彈打穿而受傷，這個人雖沒死，但大腦語言神經部份壞了，原來很會講話的，腦傷後變得不會講話了；或者是本來很有感情、很感性的人，腦傷以後變成很理性、很邏輯。因此就有一種推論，認為思想、語言，以及剛才列舉屬於心的特質的部分和大腦有關係，而且和大腦其中某一個部份有關連。一旦某人大腦的愛心這部份受傷了，結果他的愛心就沒有了；或是大腦的邏輯推理這個部份受損了，此人的邏輯推理能力也就沒有了——由此就推論出這些心是從大腦生出來的，而且認為大腦不同的部位生出不同的心來。他們認為大腦是由原子、分子組成的，原子、分子是物質，那麼大腦就是物質，而從大腦生出心，所以推論而得：由物質生出了心。所以唯物論者就得到了這樣一個結論：根據大腦生出了心，而大腦是物質，所以心是從物質生出來的。

然而這樣的推論是錯誤的。為什麼這個推論是錯的呢？因為他們在做推論之前，已經假設心和大腦是合在一起的，不是分開獨立的。有了某種假設，那麼就一定會推論出合乎這種假設的結論。如果做出不同的假設，譬如假設大腦和心是分開的，那就會得到不同的結論。

這個情形就像什麼呢？我做個比喻，這裡有兩具電話，有人拿起甲電話打給乙電話那端的人，結果打不通。我可以下一個判斷，說這是因為乙電話壞了；我也可以下另外一個判斷，說是電話線斷了。如果有一個假設是電話和電話線屬於同一件物品，不是兩件東西，那麼只要電話打不通，就可以推論是因為乙電話壞了。如果有另一個假設：電話和電話線是分開的兩件東西，而不視為同一件物品，那麼電話打不通的時候，就不能夠立刻推論是因為乙電話壞了，此時也有可能是電話線斷了。

這個比喻就是用來說明以下的情形：如果大腦是電話線，而心是電話，當我們要和一個人溝通的時候，但又無法和他溝通，就好像電話打不通一樣。事實上是那個人大腦壞了，因為大腦受損，所以我們看不到他的心的表現，也就沒有辦法和他的心溝通，這就好像我們接不到電話一樣。我們如果一開始就認為心和大腦是分開的，那麼當我們看不到一個人心靈活動的時候，就不能夠說是因為他的心壞掉了，只能說是他的大腦壞了。如果我們因為沒有看見這個人表現出心理的活動(是他的大腦壞了)，無法和他溝通，就認定他的心也壞了，若有這樣的推論，就好像電話一打不通，我們就認定是對方的電話壞了，而不是電話線有問題——這個推論是不對的。如果這個推論要成立的話，有一個假設條件必須成立，就

是假設電話和電話線是同一個物件，是合在一起的，也就是假設大腦和心是合在一起的。這樣的話，就可以推論出大腦壞了就是心壞了。當大腦和心不是合在一起而是分開的時候，就不可以做這樣的推論。所以從這裡我們就可以了解「唯物論」的推論是錯誤的。

雖然上述例證說明「唯物論」是錯的，我們還是沒有辦法證明大腦和心是屬於分開的物件。心和大腦到底是合在一起或是分開的，我們都不能證明，因為這是一個假設。做了怎樣的假設，就得到怎樣的結論。假設是無須證明的，也沒有辦法證明。沒有辦法證明，我們就稱它是假設；假如可以證明，就不是假設。所以心和物到底是怎麼一個關係，到這個地方可以說沒有一個清楚的結果，不過這正反應了我們現實世界本身就是這個狀況。

伍、用「能知」與「被知」來觀察

前面用了一般的邏輯分析來說明「心」和「物」，但是得不到明確的結論。現在從另外一個角度來看「心」和「物」。這「心」和「物」的關係之中有一個特徵，也可以說在認知結構裡面有一個特徵：當我們注意看一枝筆，然後把這枝筆拿起來，這枝筆就被我們看見，也被我們拿在手上，抓在手裡。事實上，一切物都像這枝筆一樣，是被抓、被知道、被看見、被注意的——所有的物都是被知的，一定有這個特質。既然「物」全都是「被知」的，就表示一定有一個相對的「能知」在知道，不然怎麼曉得這些物品是被知的？所以一定有一個「能知」的主體存在，而這「能知」不是「物」，偏向於「心」。

我們可以說在這個世界上「凡物都是被知的」，這不是推理，而是事實。然而一旦有被知，必然要有能知，否則被知就不存在；如果有被知而沒有能知，是不可能的。所以當我們覺察到凡物都是被知的，那就已經告訴我們一定有能知。而能知是什麼呢？「能知」就是「心」。所以如果要把這個世界分成「心」和「物」，那還不夠，應更精確一點，定義成「能知」和「被知」，這樣才比較正確，也才比較清楚。

陸、「能知」與「被知」的結構關係

事實上，當我們睡覺醒來，生活中隨時隨地呈現了「能知」和「被知」這樣一個結構關係，這樣的關係是大家每天生活中就在用的，並不是被思考出來的，我們每個人根本時時刻刻就處在一個「能知」和「被知」相對應的狀況之中。

這種情形讀者自己可以馬上檢查就知道。各位現在讀這篇文章，您看見文字，文字就是被您看的。您是能看，文字是被看——「能看」和「被看」這個關係是無時無刻都在的。更精確地說，「能知」和「被知」這個相對的關係是隨時隨地都存在的。人只要睡醒，眼睛一睜開，就在這個關係裡，也可以說就在「心」和「物」的對照關係當中。

柒、「心」在「能知」這一邊

但在這個地方仍有一點模糊。像前述的精神、思想、意識、愛心、怨恨、意

志、願望、信心、快樂、憂慮、潛意識……等等，雖然都屬於心，可是心的內涵非常複雜，這些只不過是其中一小部份，用來代表心而已。

然而這些心還是被知的，怎麼說呢？假設有一個人，他有一個想法，當想法被他自己知道的時候，這個想法算不算能知？不算，這些想法是被知的。此時是不是另外還有能知？有的。能夠知道這些被知的想法的那個主體，就是能知。所以想法、思想、精神、意識、愛心、怨恨、意志、願望、信心、快樂、憂慮、潛意識……這些心還是屬於被知的，它們並不純粹，因為還包含有被知的成份。

所以可知「心」屬於「能知」這邊，但二者並不完全等同，因為這些心還可以被知。也可以說心有深淺：淺一點的心，還是被知的，被什麼知？被深一點的心所知。而知道這些心的那個能知是不是心？也是心，是更深層的心。這個更深層的心，如果深到不能夠被知，純粹只是能知，這個能知就是佛法講的「本來面目」。佛法很早就講能知與被知，尤其禪宗，特別強調能知與被知。在禪宗裡，能知就叫做「能」，被知就叫做「所」。但是如果用「能」「所」來講，許多現代人因為文字上的問題，可能無法了解；為了讓現代的人了解，我就用「能知」和「被知」來說明。

捌、主動權在哪裡？

「唯物論」的思想家認為物是這個宇宙的主體，因為物非常地具體，可以抓得到、看得見，很實在；而認為心是附屬於物的。「唯心論者」則相反，認為心才是主體，而物是附屬的。

現在跳開「唯物論」和「唯心論」的看法，我直接問各位讀者一個問題：您覺得自己是由被知所主導或是由能知所主導？您的主動權是在被知這裡？還是在能知這裡？就以現在您正在讀期刊這件事為例，期刊是被讀的、被看的、被拿著的，屬於被知這邊；您則是能讀的、能看的、能拿的，屬於能知這邊。在期刊和您之間，誰有主動權？我想只要您一想，就知道主動權當然是您在您這邊，也就是在能知這裡，不會在期刊那邊，也就是不在被知那邊。被知、被拿的東西，當然沒有主動權。

主張唯物的人，會認為主動權在物，不在心，在這種情況下，能知的主動權就會喪失。這個情形就像面對金錢時，有些人看得太重，認為金錢才是主體，而把全部的精神都放在追求金錢上，這個時候人就喪失了主動權。主動權在金錢上，人就變成錢財的奴隸。

一般人雖有能知，卻不曉得能知才是主人，主動權是在能知這裡，而常常把能知給忘掉。人一旦把能知忘掉了，也就把主動權放棄了，此時人根本不知道什麼是自己的主體，不知道自己的主動權在哪裡，這就是顛倒了。此時，人將整個精神放在物，也就是把所有的努力都投在被知的部分，結果一定是失望痛苦，這是必然的。因為所有的物，例如財物，都是身外之物，也可以說，能知以外的東西都不是真正的自己。那麼人去為那些不是真正的自己辛勞忙碌，受苦受罪，這就是愚痴！這就是笨！這也就是佛法所說的顛倒。為什麼？因為把被知的物當做是主體，錯就錯在這個地方。

而且任何被知的物不會說：「我有主動權」，只有本身就具有能知的人，才會說：「我有主動權」，或者說：「我沒有主動權」，甚至於說：「金錢鈔票才有主動權」。主動權在誰那裡都是人說的，即使人把自己否定，也是人主動把自

己否定，那些被知的東西是不會做這種事的。

當我們清楚了解「心」和「物」的關係，就是「能知」與「被知」的關係以後，「人不曉得能知才是主人」的這個問題就可以解除了，很多的困擾、苦惱也就沒有了。

玖、電腦及機器人無法超越人腦

人類發明了電腦和機器人，許多人擔心有一天電腦和機器人做得太好了，比人類還要厲害，會不會很危險？人類會不會被電腦和機器人打敗？會不會被它們所取代？有些科幻電影就在演這種情節的故事——人有這種擔心，就表示不了解「心」和「物」的關係。

其實電腦和機器人沒有真正的能知，那它們的能知在哪裡？能知在用電腦的人。如果沒有人去用電腦，電腦自己是沒有能知的。所以我們人不必怕電腦，它只是我們的工具而已，我們的能知不去用這些工具的時候，它們什麼用處都沒有，因為主動權還是在有能知的人。所以在萬物當中，最重要的就是我們的能知。電腦雖然有被知的部份，例如電腦會運算，有邏輯運算的心，但是它沒有我所列出的那些被知的心——如精神、思想、意識、愛心、怨恨、意志、願望、信心、快樂、憂慮、潛意識……等等，所以電腦對我們來講只是我們的工具，真正的主人還是在有能知的人！從這裡我們就可以知道，心比物更重要，心裡面那更深一層的心就更重要了。

總之，我們整個人的主體或宇宙的主體不是物，而是能知的心。這個心在佛法來講的話，就叫「本來面目」，也就是「佛性」，也就是「自性」，也叫「菩提心」，也叫「真如」。不管它叫什麼名字，指的都是能知。這個部份您如果了解清楚的話，就會贊同佛法的說法。佛法認為「悟本來面目」是修行成佛最重要的事情，一旦悟了本來面目，就是您能夠真正地體悟自己的能知是主宰，而不是那些被知的物，被知的物是我們使用的工具，是附屬品。

惟有當我們有這樣的認識時，才會幸福，也才能掌握自己的命運；不然的話，就會隨波逐流。隨什麼波？逐什麼流？會隨著物、隨著被知在那裡輪轉，在那裡漂流，自己的主體就喪失掉了。所以我們如果能夠深刻了解「心」和「物」，就可以清楚自己的問題，也可以把我們生活、工作，甚至整個生命當中所有的問題都有一個更清楚地釐清，而不會爲了被知的物煩惱痛苦。

拾、如何找能知？

如果想要修行體悟自己的能知，首先就要能夠接受自己是有能知能覺的，也就是接受「我的能知能覺就是我的主體」。人通常有一個很困難的問題，要想辦法解決。那是什麼問題？就是根本把自己的能知能覺忘記了，而把精神和注意力全部都放在被知的對象上。想要修行的話，就要把這個困難破除，怎麼破呢？就是面對外境要時時刻刻提醒自己：「這些都是被知的！」例如，我的衣服是被知的，我的房子是被知的，我的汽車是被知的，我的錢財是被知的，而被知的都不是主體。因爲把注意力放在被知的物體上，這個習性已經很重了，我們甚至根本不知道自己有了這個習性，所以要非常努力地提醒自己，然後才有可能體悟到能知。

現在各位讀到這裡，已經知道什麼是能知，但是這種知道是理解，不是體悟，體悟是要實踐的。而且只是靠讀一讀文章，就理解這些理念是不夠的，為什麼呢？因為當您碰到困難的時候，問題馬上就出來了。只有當您真正體悟到能知，碰到問題才不會覺得困擾和煩惱。所以光是理解是不夠的，理解以後還要去實踐。

說到要去實踐，我有一個簡便的方法，這個方法是我時時刻刻都在用的，那就是：「被知的都不是！」完整的一句話則是：「被知的都不是能知！」但是如果講得那麼長，會沒有力量。要讓它有力量，就只說：「被知的都不是！」這樣用久了，成為習慣以後，就可以漸漸地接近本來面目。這樣的辦法在中國禪宗也會用到，只是用得沒有我的方法俐落。禪宗的用法是問：「誰在唸佛？」這樣用實在太囉嗦了，會沒有力量。如果我要用這樣的方法，我什麼都不問，只問一個字：「誰？」當我看到任何東西，想到任何事物，我就問：「誰？」這樣的話才有力量。而這樣的方式我們佛法已經用得很多，我說成「能知」和「被知」，以及「被知的都不是」，只不過是把它們現代化而已。用現代的語言、現代的方式重新詮釋過去禪宗所用的佛法是有必要的，因為我們現代人已經受過科學的洗禮，所以很多想法和過去的人都不一樣，這些事情必須重新來詮釋，大家才能聽得懂。

修行是一件很快樂、很幸福的事情，一旦修成了，面對一切事物，就不會被綁被捆，這時我們的心才會真正地自由自在。這是修行者快樂的地方。

拾壹、問答

問：請問精神層次可不可以解釋物？

答：可以。共產主義很物化，科學也是很物化。我自己是做物理研究工作的，物理裡面有很多問題不能解，是因為科學不能接受有心，因為科學認為物才是主體，所以有物化的傾向。如果能夠接受人是有心的，心才是我們的主體，而且能夠接受能知是心中的主體，很多問題就可以解決了。

共產主義就是有這樣的問題，他們認為所有的主體都是物，財富也是物，所以要把財富做個公平的分配，因此叫做共產。其實說財富是物是錯的，財富有心在裡面。如果整個財富都是物而沒有心的話，那麼非洲最窮的人和美國最富有的人，他們所擁有的財富是一樣的，因為他們有的物質是一樣的。為什麼美國富有而非洲貧窮？就因為財富不完全是物。

就像我們現在講的半導體晶圓，它們只是物嗎？它們如果只是物，只是矽原子，那麼地上的砂就是矽原子，砂有什麼財富可言呢？半導體晶圓是財富，原因是有許多人用了很多的心思，在晶圓裡面做了很多結構，使它有很多功能，才變成財富的，而這些功能都屬於心。所以我才會認為財富是心物混合體，不純粹是物，如果純粹是物，人就不必努力了。

共產主義就是弄錯了這件事情，以為財富都是物。也可以說共產主義根本沒有把心和物弄清楚，所以才出了問題。共產主義如果實施下去，那個國家就會弄得一窮二白，這就是唯物的下場。

問：除了共產主義，我們每個人未成佛之前，心裡面有許多物化的東西，這些物化的東西是不是就是造成我們精神不自由的原因？

答：是的。

問：是否研究物理者很容易走到心物研究的領域或是佛法的領域？

答：我覺得並不容易。大家以為物理學是很物化的——您們想錯了，物理學是非常抽象的。各位想想看，物理學講的電子、中子、原子核，有誰真的看到過？真有物理學者看到嗎？沒有。都是推測，都是論證，這些是心不是物。人根本沒有辦法直接看到。所以物理學本身就非常抽象，非常非常接近心，而不是物。

我們再來看這些物體，譬如說筆，是由原子組成的。其實，原子是很不實在的、很空洞的。電子圍繞著原子核轉，圍繞的範圍就是一個原子的大小。電子很小，原子核也很小。如果原子核像一顆足球的大小，原子就像一個足球場，所以到處都是空的。天文學的中子星，裡面全部都是原子核集中在一起，沒有電子，沒有空的部份，重得不得了，中子星的物質放在我們地球這裡，馬上沉下去。所有地球的物質對中子星來講，都是空的。所以物理學是非常抽象的。也就是物質本來是很具體的，但追究下去，就變得很虛，不是那麼地實在。

梁乃崇
圓覺文教基金會
台北，台灣

圓覺文教基金會 出版
臺大佛學數位圖書館暨博物館 數位化