

唯識學認知理論的現代心理學解析

林國良

上海大學副教授

唯識學包含著豐富的心理學內容，但唯識心理學的基本範疇，既有與現代心理學的範疇同義的一面，也有與後者不盡相同之處。且有些唯識心理學的範疇，其涵義十分隱晦，十分費解，故而本文擬將唯識心理學的認知範疇與現代心理學的相應範疇作一比較研究，從而指出這些範疇的現代心理學意義。

一、六識想心所認知功能論

唯識學將心理範疇分為二大類，即心與心所。心包括八識，其中前六識大體與現代心理學的五種感覺以及意識相仿。心所的全稱是心所有法，指依託心而生起、與心相應、係屬於心的各種心理功能。傳統唯識學的研究，雖也說明了心所的各種功能，但似乎對之重視不夠，而更多地偏重於心識的功能，例如說前五識相當於五種感覺，而第六識相當於意識。但上述說法如果真能完全成立，那心所就成為可有可無乃至完全多餘的東西了。而事實上，心所的作用並非如此無足輕重，尤其是遍行心所，它們永遠伴隨著各種心識的生起而生起，與心識共同發揮作用，形成了各種心理功能。例如，自康德始，近現代西方心理學關於心理活動範疇的流行看法一直是知、情、意的三分法；而在唯識學中，正是遍行心所中的想、受、思三種心所與六識的結合，形成了唯識學的知、情、意三分說。因此可以說，離開了各種心所，心識並不能獨立成為現代心理學意義上的心理範疇。

在認知範疇中，想心所是唯識學認知理論中一個最基本最重要的範疇，須仔細分析。

(一)前五識相應想心所的功能

想心所，《成唯識論》對其的定義是：「想，謂於境取像為性，施設種種名言為業。」即「於境取像」是此心所的特性，進而用語言進行表達是此心所的作用。所謂「於境取像」，就是對認識對象形成影像，換言之，就是完成對認識對象的認知活動。但認知活動是一個非常複雜的過程，想心所究竟在其中起何種作用呢？我們先來看一些對想心所的現代詮釋。台灣佛光山的《佛光大辭典》認為，想心所相當於概念及知覺。吳汝鈞先生的《佛教大辭典》釋想心所為想像、表象（該辭典釋「想錯亂」為「表象、想像作用的錯誤」）。方立天先生

的《佛教哲學》釋想心所為思惟活動，其作用是形成種種名言概念。上海辭書出版社的《宗教詞典》認為「想心所相當於感覺、知覺、表象、概念等」。但上述認知範疇在現代心理學中都有其特定的內涵，是互不相同的概念。故而對想心所的理解不應停留在籠統的說法上，而應作更為細緻的分析。

先看看現代心理學中上述認知範疇的含義。「知覺是人對客觀環境和主體狀態的感覺和解釋過程。這個過程不僅與某一種感覺相聯繫，而且往往是視覺、聽覺、膚覺、動覺等協同活動的結果。」[註 1]感覺與知覺的區別主要表現為以下兩方面：一、「感覺是人對客觀事物基本屬性的反映，知覺是人對事物整體的反映。看到一個物體的紅顏色是感覺，而看到一個紅色的蘋果則是知覺。」二、「感覺的產生取決於客觀刺激的物理特性，相同的客觀刺激會引起相同的感覺，而知覺在很大程度上依賴於主體的態度、知識和經驗。」[註 2]

上述現代心理學的研究，如用唯識學的術語來分析，大體可得出這樣的結論：感覺屬現量認識；而知覺是在感覺的基礎上進行的綜合，且具有主觀特徵，所以是比量的認識。此外還可補充一點：認知心理學家的試驗表明，假如讓一個人看螢幕上投射的字母 E，如果投射時間很短，比如一毫秒，那麼這個人就不會看到什麼，這說明知覺不是暫態的；投射時間長一點，比如五毫秒，那麼這個人就會看到某種東西，但不知是什麼，這說明知覺產生了，但辨別尚未產生；如果投射時間長度足以使人看出這個字母不是 O 或 Q，但看不出是 E 還是 F 或 K，那麼這個人就產生了部分的辨別。[註 3]上述試驗足以證明，知覺是比量的認識。

根據上述結論，我們可以對想心所進行分析。首先，想心所是遍行心所，八識都有想心所與之相應，這裡我們只討論六識的想心所。其中，與前五識相應的想心所，由於五識只是現量活動，所以其想心所也應只是現量活動。這樣，與五識相應的想心所就不可能形成知覺、表象、概念等認知功能，而只能形成感覺這一認知功能。一般把感覺籠統地看作是五識的功能，而本文對此說法想作如下補充：一、五識不可能獨立地形成感覺，因為八種識的基本功能都是「了別」，在這一基本功能上八種識是沒有區別的（除了粗了別與細了別的區別），所以五識只有與想心所一起，才能形成五種感覺。二、想心所是遍行心所，五識生起時，必定有想心所與之伴隨，想心所在此的作用正是與五識共同形成五種感覺，否則的話，想心所就成為多餘之物。想心所的作用是構成各種感覺的圖象，知覺等認知範疇正是對這種感覺圖象進行進一步認識的產物。

(二)第六識相應想心所的功能

與第六識相應的想心所，可以形成知覺、表象、概念等認知功能。

先看看上述心理學範疇。表象，也稱意象，指物體並沒有呈現在前時頭腦中出現的該物體的形象，可分為記憶意象與創造意象。知覺則為物體呈現在前時頭腦中出現的該物體的形

象。而概念是在感覺與知覺基礎上產生的對事物的概括性認識，是對事物本質屬性的反映，概念是以詞來表示的。

再分析一下想心所。關於想心所的種類，《集異門足論》卷十一指出：「云何想蘊？答：諸所有想，若過去、若未來、若現在……，如是一切，略為一聚，說名想蘊。」這裡，過去想與未來想，顯然不屬現量，故而不可能與前五識形成感覺，而是與第六識形成表象。其中的過去想相當於記憶意象，未來想可以是創造意象；而現在想，籠統地說，可與第六識形成知覺，但下文對此還要再作分析。

再者，《成唯識論》說想心所的作用就是對事物進行語言表達，這也只是與第六識共起的想心所的作用，與前五識共起的想心所並無此功能，這一作用就是形成概念。《瑜伽師地論》卷五十五曾將想心所分為二類：「一隨覺想，二言說隨眠想。隨覺想者，謂善言說人天等想。言說隨眠想者，謂不善言說嬰兒等類，乃至禽獸等想。」這裡，「隨覺想」相當於能形成概念的想心所，這是一般的人與天（六道眾生中的天道眾生）等的想，因為他們能用語言來表達想法。而「言說隨眠想」相當於能形成知覺與表象的想心所，嬰兒與動物等不能用語言來表達想法，所以不能形成概念，只能形成知覺與表象。當然，這裡所說的形成概念或形成知覺、表象，都是想心所與第六識共同作用的結果，理由如上所述，想心所不可能獨立活動，而第六識產生時也不可能沒有想心所伴隨。

但關於知覺在唯識學中對應範疇的確定，則非易事。如前所述，知覺是物體呈現在前時頭腦中出現的該物體的形象；因此，或許可以籠統地說，當第六意識對當前事物進行思惟活動時，與之相應的想心所就是知覺。但仔細地分析唯識學的意識學說可以看到，唯識學將意識分為四種：五俱意識（也稱明瞭意識）、定中意識、獨散意識、夢中意識。那麼，是否四種意識及其想心所都形成了知覺？這須對四種意識進行分析。四種意識中，夢中意識可歸入獨散意識，獨散意識指對事理或過去、未來現象的思惟，所以獨散意識及其想心所的活動，不符合現代心理學的知覺定義。

定中意識是對禪定境界的意識，是現量活動，所以定中意識及其想心所也不可能形成知覺。最後還有五俱意識。五俱意識是指與五識共同產生的意識，所以當五識面對當前事物時，五俱意識也面對當前事物，故而與其相應的想心所大體符合知覺的定義。但進一步分析，五俱意識又可分為五同緣意識與不同緣意識，前者是指與五識共同產生並認取共同對象的意識，是現量的；後者是指與五識共同產生但認取不同對象的意識，是比量的或非量的。五同緣意識及其想心所，因為是現量的認識，故而只屬於感覺範疇。（此處附帶說明一個問題，即真正的感覺活動實際上已經由五識及其想心所完成，那麼，五同緣意識及其想心所的感覺活動在範疇設置上是否顯得重覆？這裡，唯識學對五俱意識與五識的關係，作出過說明，指出五俱意識有幫助引導五識產生、使五識的感覺功能加強等作用。）而真正符合知覺定義的，應是五俱意識中的不同緣意識及其相應的想心所，它們是以感覺為基礎進行的更為深入的認知活動。

二、唯識學認知過程論

(一) 認識的引發

在唯識學的認知理論中，認識的引發依賴於兩個遍行心所：作意心所與觸心所。這兩個心所中，作意心所雖有與現代心理學的「注意」概念相仿的一面，但也有其唯識學的特定含義；而觸心所則完全是一種唯識學意義上的心理範疇。

作意，即警覺的心理，其一般含義是提起注意，同時此心所也有特定的唯識學含義。唯識學認為：識（包括心所，下同）都是從自己的種子生起。作意心所的作用就是使識從種子狀態警覺而起，將識引向認識對象，使識最終從種子（潛在功能）轉變為現行（現實活動）。唯識學認為識的生起必定有作意先行，所以作意是遍行心所。

觸心所是唯識學特定的一種心理範疇。唯識學認為：識的生起，其因（主要條件）是自己的種子，其緣（輔助條件）是根與境。在識（認識主體）、根（認識機制）、境（認識對象）三者會合時，有觸心所產生，此種觸的心理作用同時也對上述三者的會合給予了力量。其餘的遍行心所（受、想、思）也能依之而產生。現以聽覺為例來說明此認識過程：當聲音傳到耳根（聽覺機制）時，如有作意心所活動，即引起注意，此時第八識中的耳識種子就能產生現行活動，即聽覺功能能產生聽覺活動；同時作意心所引導聽覺趨向耳根，並與耳根、聲音會合，當三者會合時，有觸心所產生，同時這觸心所又反過來加強了三者的和合，此時就有耳識（即明顯的聽覺）產生。但此時的聽覺是一種直覺，要對其分辨、思惟，則有待於第六意識的介入。

所以，觸與作意都是具有唯識學特定含義的心理範疇，在唯識學的認知理論中，這兩個心所是認知活動的開端。感覺由這兩個心所引發，獨散意識也同樣由這兩個心所引發。

(二) 感覺的內容

五識及其作意與觸心所引發了感覺，五識及其想心所形成了感覺，這就是唯識學的感覺形成過程理論。但五識及其想心所究竟認識到了什麼？或者說，感覺的內容究竟是什麼呢？這涉及到其後知覺、表象、概念等一系列唯識學認知過程的形成理論，所以首先須辨明。

首先可以說明這樣的一個結論：五識只能認識實法。那麼，什麼是實法呢？這是唯識學的一個特定概念。即唯識學如按勝義諦來說，是將一切事物都看作假而非真；但如按世俗諦來說，則將事物分為實法、假法與非實非假之法。

首先，如果按勝義諦來看，則世間一切事物都屬假而非真，此時的依據是永恆不變性或獨立存在性。按唯識學的說法，一切事物都是依他起性，並無永恆不變性，即使唯識學所說

的八識也是如此，也不能執著為實有。如《成唯識論》卷二指出：「諸心、心所，依他起故，亦如幻事，非真實有。為遣妄執心、心所外實有境故，說唯有識；若執唯識真實有者，如執外境，亦是法執。」所以，如果將識執為「真實有」，那也是法執。這是法相唯識宗與大乘其他宗的觀點相一致之處，即一切事物都是假有，如《金剛經》所云：「一切有為法，如夢幻泡影，如露亦如電，應作如是觀。」所以世間一切事物都是假有，而與一切事物之「假」相對的「真」，指真如，只有真如具有永恆不變性。至於真如僅是理，還是萬物的本體，則法相唯識宗與大乘其他宗又有分歧。即法相唯識宗僅將其視為理，而禪宗等其他中國大乘佛教宗派則更將其視為能生萬物的本體。

其次，如按世俗諦來說，唯識學的基本觀點是：識外法（即外境）無，識內法（即內境）可有。如《成唯識論述記》所說的：「識內可有，有似法故，但識外無。」但識內法雖可有，卻並非都是實有。在「外境無，內境可有」的前提下，唯識學又對內境諸法的假實作了區分，《成唯識論》將其分為三種形態，即實法、假法、非實非假之法。此時區分的依據是事物的成分和作用。所謂實法，是指具有單一、獨立的成分，能起現實作用的事物。實法是由第八識中的種子生起。種子是指第八識具有的、能生起一切物質現象和精神現象的功能，這些功能被唯識學形象地比喻為種子。但由於種子沒有形相，作為第八識的相分，只能為第八識現量認識，不能為其他識所認識；所以，種子生實法的說法只是作為一種理論依據。就實而論，判斷實法的主要依據是看該事物是否能獨立地產生作用。如果一事物是單一成分（不是複合成分）、能獨立存在（不是依附性地存在）、能起現實作用（不是錯覺、幻覺等不能起真實作用）的事物，就說它是實法。就類別而言，實法包括心法（八識）、心所法和色法（精確地說，心所法與色法中也有假法，詳見下文）。當然，色法的實有，並非是離心實有，而是不離心的實有。

所謂假法，指非獨立存在，但有現實作用的事物。這類事物是一種假象性的存在。它們或是實法的集合（可稱為聚集假），如由色、聲、香、味、觸等基本物質現象聚合而成的世間各種物體；或僅是實法的部分表現或不同狀態，這稱為分位假。分位假是指依附於某一類或幾類事物的不同表現狀態而存在的現象，如水與波，波這種現象只是依附於水而存在，是水的翻動狀態，因此可說波是水的分位。唯識學在對百法（即基本的物質和精神現象）分析其假即時，假一般指分位假，不是集合假。如瞋有實體（即是獨立存在的現象），是實法，而忿、恨、嫉等都是瞋的不同表現，各以瞋的一部分為自體，所以都是假法。

所謂非實非假之法，指根本不存在，因而沒有現實作用的現象，即幻覺、錯覺、想像等所顯的事物，如由幻覺而見的空中第二個月亮等。這類事物可以說是假，但據唯識學的分類來說則是非假非實之法（參見《成唯識論》卷八，此處的非假，指非集合假、分位假等依託實法的假法，而純屬虛妄之法）。

具體而言，唯識學所說的實法，如地、水、火、風四大種；又如色（視覺對象）中青、黃、赤、白四種色（但據現代知識，白色實際上是混合色，不同於青、黃、赤等基本色，所

以白色不應是實法，而應是假法，這可以看作是古人知識上的局限），而其餘色，如長短等形色、取捨屈伸等表色，都屬假法。此外，香（嗅覺對象）中的好香（香味）、惡香（臭味）等六種香，味（味覺對象）中的苦、醋（酸）、甘（甜）、辛（辣）、鹹、淡等十二種味等，都屬實法。

而五識的特點是只認取各自感覺對象中的實法。

(三)從感覺到概念的認知過程

由五識及其想心所形成的感覺，對五境（五類感覺對象）中的實法產生了認識，但這種認識又是如何深入下去的呢？唯識學的「五心論」可以對此作出回答。所謂五心，就是在認識對象過程中依次而生起的五種心。《瑜伽師地論》卷一指出：「由眼識生，三心可得，如其次第，謂率爾心、尋求心、決定心。初是眼識，二在意識，決定心後，方有染淨。此後乃有等流眼識，善不善轉，而彼不由自分別力。乃至此意不趣餘境，經爾所時，眼意二識，或善或染，相續而轉。如眼識生，乃至身識，應知亦爾。」

上述五心，具體闡釋如下：

1.率爾心，又稱率爾墮心，指心識與對象接觸的一剎那間生起的心，由於是突然而自然地生起的心，所以沒有善惡之分。

2.尋求心，指要想瞭解對象而進行觀察思考之心。

3.決定心，指對於對象產生明確認識之心。

4.染淨心，指對於對象產生好惡等感受之心。

5.等流心，指染淨心持續不斷地生起。

窺基大師的《大乘法苑義林章》對五心作了詳盡的闡述，其中，關於六識與五心的關係，該文指出：第六識具有五心，前五識以因果合說也有五心。也就是說，第六意識可以完全具備五心；而前五識是現量的，所以實際上並沒有尋求等心，但如果與同時存在的意識五心合說，也可說五識具有五心。

根據上述「五心論」，我們可以對六識從感覺到概念的認知過程作一描述。以視覺現象為例，當眼睛看到一樣東西的一剎那，生起的應是率爾眼識；此時作為遍行心所的思想心所也應同時生起，輔助眼識形成視覺。與此同時，一般也有五俱意識生起，而此時的意識也應是率爾意識。但在第二剎那，意識已變成尋求意識，它要搞清楚所看到的究竟是何物；相應的第二剎那的眼識也變成尋求眼識。雖然此時的意識已是比量（即已是五不同緣意識），而眼識

仍為現量。這也就是說，尋求心應是比量的，而現量的眼識只是依據同時存在的尋求意識而稱為尋求眼識。再從心理學的角度分析，此時的尋求意識的心理功能是要形成知覺。而知覺的真正形成，是在決定意識生起之時，也就是說，決定意識及其想心所最終形成了知覺。當然，此時的眼識也相應變成了決定眼識。決定意識未必是一剎那間的事，在決定意識持續的期間，意識進一步對知覺進行分析歸納，並用語言加以表述，從而形成了概念，當然這一過程是意識與想心所（即隨覺想）共同完成的。決定意識之後，意識就有可能對該物產生或喜歡或厭惡的感受和情緒（在前二心中，意識對此物只是無喜無厭的捨受），此一剎那的意識稱為染淨意識，相應的眼識也成為染淨眼識。而染淨意識與眼識的持續，就稱為等流意識與等流眼識。

再從前述五識只認識實法的結論來看，率爾眼識及其想心所形成的感覺，只是認取了青、黃、赤等顏色的影像，形成了感覺的圖象。在尋求意識階段，意識進一步對上述感覺圖象分辨長短方圓等形色；而到決定意識階段，意識將上述感覺圖象，結合長短方圓等形色要素，乃至結合由念心所喚起的以往經驗中的圖象（表象），形成對當前事物的知覺。進而，由對知覺的分析、歸納等邏輯思惟活動，形成相應的概念。

(四)意識的判斷推理活動

想心所輔助第六識形成了概念，概念是意識思惟活動的基礎，除此之外，意識最為重要的思惟活動是判斷與推理，而判斷推理活動是由尋、伺心所以及慧心所輔助第六識而形成的。

尋、伺心所的定義，《成唯識論》指出：「尋謂尋求」，「伺謂伺察」。二心所的差別，按《成唯識論》的說法是：尋屬「不深推度」，而伺屬「深推度」。此處，「尋求」與「伺察」都是觀察、思索的意思，而「推度」則是推斷、推理的意思。所以，此二心所的功能是判斷、推理。由此可見，唯識學並沒有將判斷與推理的概念分化。此外，此二心所都只是與第六意識相應，所以實際上是與第六識共同形成了判斷、推理等思惟活動。而二心所的區別，如上所述，「尋」心所只是作淺層次的粗略判斷和推理，而「伺」心所作深層次的細微判斷和推理。

慧心所的功能也是判斷、推理，但慧心所的判断、推理功能與尋伺心所的判断、推理功能有所不同。小乘的《俱舍論》卷二指出：「傳說分別，略有三種：一、自性分別，二、計度分別，三、隨念分別。……自性分別，體唯是尋。……餘二分別，如其次第，意地散慧，諸念為體。散謂非定，意識相應散慧，名為計度分別。若定若散意識相應諸念，名為隨念分別。」這就是說，自性分別是以尋心所（還有伺心所）為主體，計度分別是以與獨散意識相應的慧心所為主體，而隨念計度是以念心所（相當於現代心理學所說的記憶、回憶等心理範疇，詳見下文）為主體。關於這三種分別，《俱舍論》認為：五識只有自性分別，沒有其他二種分別，所以不稱為「有分別」，而第六識具有三種分別，所以稱為「有分別」。但大乘不同意五識有尋伺心所，而認為尋伺心所只為第六識所具有。故而《大乘阿毘達磨雜集論》

指出：三種分別都是意識的作用，但三者的區別在於：自性分別屬現在，隨念分別屬過去，計度分別則指過去和未來。這樣可以認為：在「三分別」中，尋伺心所與第六識共同形成了自性分別，即對現前事物的判斷和推理；慧心所與第六識共同形成了計度分別，即對非現前事物的判斷和推理；而念心所與第六識共同形成了隨念分別，即對過去曾經歷感受過的事物的記憶。

雖然尋伺心所與慧心所都具有判斷推理功能，但進而探討尋伺心所與慧心所的關係，則可明白判斷推理功能仍以慧心所為主體。《瑜伽師地論》卷五十八指出：「當知尋伺，慧、思為性。」即尋伺心所是以慧心所與思心所為主體。《成唯識論述記》卷七指出：「不深推度是尋，深推度是伺。……又不深推度名思，深名惠（即慧——作者註）者。」所以更精確地說，尋心所是以思為主體，伺心所是以慧為主體。但前文指出，思的主要功能是意志活動，所以判斷推理活動的主體應是慧心所。這一點也可從《成唯識論述記》中找到根據。《成唯識論述記》卷七指出：「此有二義：一者謂思全不推度，名不深推度。……《對法論》言不推度故。二云思雖不如惠有深推度，亦淺推度故。」由此可見，思心所雖然某種意義上也可說具有「推度」（即判斷推理）功能，但主要功能不是「推度」。能進行「推度」，尤其是「深推度」的是慧心所。

三、唯識學認知理論的特點

(一) 認知範疇形成了較為完整的體系

除上述認知範疇外，唯識學重要的認知範疇或與認知相關的範疇還有欲心所、勝解心所與念心所。

欲心所就是希求期望的心理。據《成唯識論》，欲心所的對象是希望觀察的事物，不是指喜歡的事物或追求的事物，因為對於希望觀察的事物，即使是不喜歡的或無意追求的，仍會產生欲心所。欲心所大體相當於現代心理學的「興趣」。「興趣」是指「人們力求認識某種事物和從事某項活動的意識傾向。它表現為人們對某件事物、某項活動的選擇性態度和積極的情緒反應」[註 4]。這正符合《成唯識論》對欲所下的定義：「於所樂境，希望為性，勤依為業。」即對於「所樂境」產生希求期望是其特性，勤奮依之而生是其作用。這裡「所樂境」的正確解釋，據《成唯識論》就是「欲觀境」，也就是希望觀察、力求認識的對象；「希望」即選擇性的態度；「勤」即積極的情緒反應。所以此定義基本符合現代心理學的興趣定義。此外，現代心理學認為「興趣」是意識的一種心理活動，唯識學看法也大體相同，即欲心所主要與第六識相應；但唯識學同時也認為，除意識外，五識也有微弱的欲。

勝解心所就是對認識對象進行確認和把握而獲得明確理解的心理。由於獲得明確理解，所以不會受其他因素的影響而重新產生疑惑。而心在猶豫不決時或不在進行判斷時，是沒有

勝解心所的。勝解心所大體相當於現代心理學所說的「理解」。但現代心理學的「理解」，專指意識對事物本質的認識；而唯識學認為，除意識外，五識也可有微弱的勝解。

念心所大體相當於現代心理學的「記憶」。現代心理學的「記憶」，指人對過去經驗的反應，包括識記、保持、再認、再現四個基本過程。而《成唯識論》對念下的定義是：「云何為念？於曾習境，令心明記不忘為性，定依為業。」此定義中，「明記」相當於識記，「不忘」相當於保持，由於「明記不忘」，所以能再認、再現，即生起念心所。

這樣，前文所說的諸認知範疇就形成了一個較為完整的體系，從而較為完整地說明了認知的過程，現將認知的主要過程作如下描述。

首先，認識的起點，可以是無意（如率爾眼識），也可以是欲心所（興趣）。繼而，在根境當前存在的條件下，作意心所將五識從種子狀態喚醒，觸心所使識、根、境三者結合，從而使五識生起。與五識同時產生的想心所，輔助五識形成了感覺。與五識同時產生的五俱意識，進一步強化了上述感覺。後起的意識（尋求、決定意識），與當前想以及言說隨眠想，形成了知覺。形成知覺的過程，往往還有以往的知識與經驗參與，即由念心所喚起的以往的知識與經驗（表象）與當前的各種感覺要素進行對照比較，從而最終形成知覺。其後的意識與隨覺想結合，形成了概念。意識進而與尋、伺心所與慧心所結合，形成了判斷與推理。在意識進行了一系列的思惟活動後，有可能對事物產生了明確的認識或確定的見解，這就是勝解心所的生起。以上是從感覺開始進行分析，如果是獨散意識，也可參照上述過程進行分析。

(二)為修行服務

唯識學作為一種佛教理論，與其他佛教理論一樣，有其明確的宗旨，那就是為修行服務。唯識學的認知理論也同樣承襲了這種特點，有著為修行服務的明確的傾向性。分析一下唯識學的五十一心所就可看出這種明顯的傾向性。

一般認為唯識學的五十一心所，都具有心理學的功能。而仔細地分析一下，五十一心所中，只有五遍行心所是較純粹的心理範疇（包括唯識學特定的心理範疇），其餘的心所與修行都有聯繫乃至密切相關。

在欲、勝解、念、定、慧五別境心所中，定心所與慧心所與修行密切相關。定心所在普通心理學中，相當於注意力高度集中的狀態；而在佛教修行中，是指五識乃至六識以及它們的相應心所完全停止活動、沒有昏沈、散亂的狀態，此種狀態能引生智慧。慧心所在普通心理學中，如上所述，其作用是進行判斷與推理；而在佛教修行中，相當於以智慧進行觀察。定與慧在佛教修行方法中，相當於止與觀。念心所與佛教修行也有密切的關係。念心所在普通心理學中，是對於過去曾經歷過感受過的事保持記憶；而在佛教修行中，是指對曾修習過的方法牢記不忘，所以能引導進入禪定。勝解心所也與佛教修行有著某種聯繫。勝解心所在

普通心理學中相當於理解，而佛教修行也須首先對佛教理論與修行方法有明確的理解，形成確定的見解後，方能進行。最後是欲心所。欲心所在普通心理學中相當於興趣，而對於佛教修行來說，沒有濃厚的興趣，就不會孜孜不倦地修學；沒有精勤不怠的修學，也就不可能形成堅定不移的見解，也不可能保持牢固的記憶；而沒有對修習牢固的記憶，也就不可能被引導進入禪定，進而生起智慧。再從引生欲心所與引生定、慧心所的「別境」（即具體條件）來看，欲心所是在「所樂境」上生起，據《成唯識論》，此處的「所樂境」應是「欲觀境」；而定、慧心所是在「所觀境」上生起。顯然，沒有在先的「欲觀境」，就不會有其後的「所觀境」。

再看善心所與煩惱心所。善與煩惱心所作為心理範疇，其功能是作為健康高尚人格的道德基礎，即保持善的心理，克服煩惱心理。同時善惡（煩惱）心所也與修行有著密切的關係。佛教修行在某種意義上說，就是要去惡增善，造成一種心理的轉變，所謂「未生之惡令不生，已生之惡令去除，未生之善令生起，已生之善令增長」。而善惡心所為此種修行提供了依據與標準；同時，能否去惡增善也成了修行成敗的關鍵。

再看不定心所。不定心所中的尋、伺心所，其一般的心理功能如上所述，是判斷與推理。同時此二心所與修行也密切相關。例如，最初的定境一般是由尋伺引導而進入，而禪定的境界也由尋伺的存在與否而被區分為有尋有伺地、無尋唯伺地、無尋無伺地三地。此外，悔心所的一般心理功能是懊悔，而從佛教修行來看，懺悔改過是一種重要的乃至基本的方法。甚至眠心所也與佛教修行有著聯繫，嗜睡貪眠肯定是一種劣行，須加以呵斥；乃至一般的睡眠也被認為是懈怠，須加以克服，修行者所須的只是最低限度的必要睡眠；而「不倒單」（長夜不睡地打坐，終日不眠）被一般佛教徒普遍視為高深的道行。

所以在五十一心所中，除五遍行心所，其餘心所都與修行有著聯繫，並且絕大部分心所與修行密切相關。而這一特點頗為意味深長。由於這一重心的傾斜，唯識學的認知理論雖具備了較為完整的範疇體系，卻缺乏對一般心理學問題進行更為深入研究的興趣與動機，故而唯識學的認知理論從現代心理學的角度來看，總體上說，還停留在較籠而統之的層次上。

(三)唯識學認知理論有其特色

雖然唯識學的認知理論從總體上說，還較為籠統，但在某些領域卻頗具特色。此處且舉唯識學的心識結構「四分說」為例。

所謂「四分」，是指相分、見分、自證分和證自證分。「四分說」就是把每一種識以及每一種心所分為四部分，實際上就是識（包括心所，下同，不一一指出）在認識活動、精神活動中的四種作用。其中，相分是指由識變現的認識對象；見分是指識的認識作用，它是一切正確認識或錯誤認識的根源；自證分是對見分的證知，即對識的認識作用的自行證明（但不是對認識是否正確進行判斷），自證分是相分與見分所依託的內在主體；證自證分是對自

證分的證知，同時自證分也可對證自證分進行證知，這樣就無須在四分之外再無窮設置其他部分。由於證自證分與自證分可相互證知，所以確切的看法應是此二分都是內在主體的不同表現，稱為內二分。而相分和見分則稱為外二分。此外，證自證分不能證知見分，所以它與自證分的作用也不會混淆。

「四分說」涉及到「唯識無境」等唯識學的本體論內容，但此類論題不屬本文範圍，故本文不作討論，本文只就「四分說」涉及到的心理學內容作一分析。

在「四分說」中，識有主體（自證分等），這不難理解；識有認識作用（見分），這也順理成章；唯獨識是在認識識內的對象（相分），這一觀點會引起一些人的疑問以至責難。但恰恰是在相分這一概念上，唯識學似乎與現代生理學、心理學不謀而合。

以視覺（眼識）為例，現代科學認為，人看物體，並非是像照相機、攝影機拍攝鏡頭那樣純客觀地攝取有關對象的全部的視覺資訊，實際上，人總是受注意力的支配，攝取對象的部分資訊。人在街上走，眼睛看著周圍的環境，實際上只看到了他感興趣的那些資訊，要是問他許多細節，他可能根本說不上來。對一個一晃而過的對象也是如此，人們或許注意到了對象的髮飾，或是服飾，或是面容，但要是問他對象的衣服是什麼顏色或腳上穿的是什麼鞋子，他可能就答不上來了。這充分表明了人們的感覺具有主觀性。

從視覺生理學來說，人看到物體，實際上是經過了一系列的轉換過程。首先是視覺器官接受刺激，通過加工把刺激的物理能量轉換為神經衝動；然後，此神經衝動經神經通道傳輸到大腦皮層的視覺中樞；最後，在中樞部分，刺激資訊被加工為人們實際體驗到的具有各種不同維量（性質、強度等）的視覺。這一過程如用唯識學的「四分說」來說明，是相當吻合的。簡略地說，當眼根（視覺機制）與境（認識對象）相接觸後，眼識就從種子狀態被激發，開始現行活動。眼識的主體（在「三分說」中是自證分，在「四分說」中還要再加上證自證分）變現出與對象相似的影像（即形成相分），同時對此影像進行識別（即形成見分），並在同時生起的想心所的協助下完成認識過程（即形成視覺）。這些活動本是同一過程，但唯識學為了說明問題，所以將它們作了區分。這裡說的變現出的相分相當於刺激物的物理能量最終在大腦皮層中樞形成的資訊；（但大腦皮層是色法，是色根的一部分；而此處的資訊是心法，即依託根而生起的識的相分。這裡，唯識學的觀點與認為資訊是物質的觀點有所不同。）見分相當於對此資訊分析辨識的作用；自證分和證自證作為識的主體，是與相分和見分同時生起，共同活動的。實際的感覺過程似乎只要「三分」就可以了，而證自證分的提出，一方面體現了「四分說」的邏輯嚴密性，即自證分仍需要有能證者；另一方面則似乎提出了這樣一種模式，即對大腦皮層感覺中樞形成的資訊的識別，須經過一個回路的震盪（即自證分與證自證分的相互證知）才最終形成認識。這不妨留待今後的科學研究來解決。但無論如何，即使僅就這一體系的邏輯自洽性而言，「四分說」也應說是極具特色的。

【註釋】

[註 1] 《中國大百科全書·心理學》，第五四九頁。

[註 2] 同[註 1]。

[註 3] 同[註 1]，第三〇一頁。

[註 4] 同[註 1]，第四六八頁。

【參考文獻】

1. 《成唯識論》。
2. 《成唯識論述記》。
3. 《瑜伽師地論》。
4. 《集異門足論》。
5. 《俱舍論》。
6. 《大乘法苑義林章》。
7. 《大乘阿毘達磨雜集論》。
8. 慈怡主編，《佛光大辭典》（台灣：佛光出版社，一九八九年）。
9. 朱芾煌，《法相辭典》（上海佛學書局，一九九五年）。
10. 吳汝鈞編著，《佛教大辭典》（商務印書館國際有限公司，一九九四年）。
11. 任繼愈主編，《宗教詞典》（上海：辭書出版社，一九八一年）。
12. 《中國大百科全書·心理學》（中國大百科全書出版社，一九九一年）。
13. 美·克雷奇等著，《心理學綱要》（文化教育出版社，一九八〇年）。