

太虛大師論潛意識與夢

顏石

「潛意識」今天已經是普及又生活化的用詞了，有時指人們自己說不出，或看不清的動機和心態，有時是面對事物時，當下那一刻的心理反應。根據教育部辭典的解釋，潛意識是：「心理學用詞，指潛在意識之下，不為個人所覺知，且他人也不能直接觀察的心理狀態。」又稱為「下意識」。潛意識與佛教的八識有何關聯呢？太虛大師認為，潛意識與佛教唯識有相通的地方，在潛意識最深處，我們可以見到少部分的第七、八意識。

太虛大師評現代心理學

太虛大師這樣子評論現代的心理學：

西洋傳統心理學，尠有能攻究及第七末那識、第八藏識者，唯近時之潛意識說，及生機派的隱德來希說¹，稍稍涉及，誤謬不少。而藏識執受身根為自體，安危與共，行為派力從生命有機體全身觀察實驗，漸能窺及深

細，以察見身肉與藏識隱秘的流行活動之變化，其有裨益者二。故行為學雖非心理學，然從生命物之有機體全身活動的行為，觀察實驗，以為研究心理學之一方法，於心理學實多裨益，但不應執著此為唯一之方法。應知用內省法，群眾意思測驗法——社會的、民族的、人種的群眾等——，他人語言忖度法，各人內心經驗分析法，修奢麼它禪定以澄靜觀察法，發得定通、慧通之他心智以觀察考驗法，兩人以上聯心作用——催眠術——之試驗法，皆可取為研究心理之一塗術。最靈妙深廣之心理，幸勿執一以求，亦勿一得自封，斯則吾有厚望於今之攻究心理學者！²

太虛大師並不否定西方心理學的貢獻，只是心理學所能探討的意識，還是很浮面的。佛教的意識探討是物

質、心理兼具，所以色不異空、空不異色。而心理學只有當時的少數學派，主張要和人的身體結合，一併探討。即使如此，太虛大師主張考察人類的意識時，「不應執著此為唯一之方法」，更要從多方面探討研究，包括社會、文化等方面著手。其中「群眾意思測驗法」，也就是我們現在很熟悉的問卷調查。「他人語言忖度法」則有多層面的意義，可包括語言學、修辭學等等。不論如何，「幸勿執一以求」，也就是我們要洞達八識的真髓，不可執著於單一的方法。

夢與潛意識

現在我們所謂的潛意識，原意是「無意識」。如果將整個意識世界比作冰山，平時我們的想法就是冰山一角，潛意識就是冰山一角以外的一切。換句話說，潛意識遠比我們知道的意識世界更廣大、更深。關於心理學的潛意識理論，以佛洛伊德的貢獻為卓著，爭議也最多，甚至最後心理學幾乎捨棄佛洛伊德理論，認為它不是科學。太虛大師如此理解佛洛伊德的理論內涵：

弗洛特「佛洛伊德」是近代一個特殊的心理學家，他對夢中說明最多，所以講到夢特別要提到他。弗氏以為精神作用有三部份：

一、現意識之下，還有潛意識，潛意識都是從許多被壓迫的欲望所構成；現意識彷彿是統一的政府，潛意識如有許多被壓服的叛民。但是這被壓迫的潛意識欲望，雖為現意識所壓迫，但是還有機會，還是勃勃欲試。在睡眠中現意識一經鬆懈，隱意識乘隙表現出來，就成各種的夢。這是弗氏夢為隱意識表現的說明。二、是欲望的滿足：弗氏分兩重的我，一種社會我，一種自我。人類因為社會、風俗、法律等關係，各種欲望不能隨各人而得滿足，這是無可如何的，因此就有許多欲望壓伏；可是這些欲望的潛勢完全沒有失掉，遇有機會還要出來活動，所以在睡眠中各種的夢，就為給被壓伏的各種欲望得到滿足。三、是檢察與遏抑：弗氏既發見夢就是表現一種不曾滿足的自我中心的欲望，這些欲望因為被壓伏在潛意識之中，所以在夢中表演出來。可是現意識遇見潛意識這樣的表現，是一定要加以檢察與遏抑的。在夢中現意識雖比較來得忽略，可是潛意識還不敢公然大膽的呈現出來，有許多和現代風俗習慣相合的，雖不妨表現出來，但有許多違

背倫俗的便不敢公然現出來。於是就利用化裝的方式現出來：在化裝的分析中，就有隱義（Latent Content）和顯義（Manifest Content）。顯義乃夢的化裝，隱義乃夢的真意，所以要研究夢的真意，非探索其隱義不行。但這派有多種的基本欲望說：弗洛特主性欲說：弗氏說夢乃潛意識所含欲望的求得滿足，但是這些欲望最基本的是屬於那一種呢？在弗氏則以為都是屬於性欲的。以性欲是人類最基本的欲望，一切道德文化他都用性欲來說明，所以他用象徵符號來解釋一切夢，亦不外就是以象徵化的性欲來解釋。³

換句話說，按照佛洛伊德的理論，潛意識的力量來自欲望，它是人類積極壓抑的，夢正是潛意識的化裝舞會，在人的壓抑力量失去作用時，浮現出來。佛洛伊德認為人類的一切欲望都是男女。太虛大師並不認同，他認為在現實生活裡，人類的欲求包括著許多層面，除了男女，還有權力、求生存的欲望。但是，如果我們同意夢是潛意識的顯現或變型，按照八識的理論，它還是落在六識的範圍內。「夢既不是前五識，也不是末那及阿賴耶兩識，乃是第六意識在睡眠時的心心所相應活動，

這種活動就是夢。」⁴

在唯識裡，與夢相關的專有名詞是：獨頭意識或獨行意識。獨頭或獨行的意思是指它離開眼、耳、鼻、舌、身等五官感覺，是單獨構成的。太虛大師指出，獨行意識有三個作用範圍：

- 一、清醒的時候，心力分散而非集中統一的為散位獨行意識；
- 二、經過修定工夫而增加許多超越的力量，為定位獨行意識；
- 三、夢時前五識不起現行，唯是第六意識之分別現憶，為夢位獨行意識。⁵

按照唯識，夢雖然是心理的狀態，它的成因卻是身心理兼具的。太虛大師指出毗婆娑論裡，關於夢的成因有五種分類：第一種、由「諸病」；也就是身體上四大不調發生出來的病態，如身體受寒夢水，感到暖則夢火。這是因為生理的關係。第二種、是由「思惟」；也就是心理有所希冀，感情和思想的不安而生夢。這類和心理學理論的欲望說類似。第三種、「曾更」；也就是之前經歷過、留下來的習氣，在夢中重演。我們的人生經驗，都可稱為「曾更」。第四種、「當有」；當有就是將來要實現的事情，先在睡眠的夢中發現出來。這類經

驗我們會稱作「似曾相識」，有時我們到了一處全然陌生的情境，卻覺得它曾經在夢境中出現過。這種夢的性質，雖然時有發現，卻不是常有的。第五種、「他引」：這是人心力相牽引的關係引生的夢。泛圍也很廣。例如因為母親愛子，心理有一種像磁石相引的力一樣，子女遠別，會常常夢見母親。⁶

根據以上關於夢境的成因分析，夢境還會顯示出意識作用的複雜程度。例如人在睡眠中，可能會把春米聲當作是鼓聲或鐘聲，這說明身體雖然睡著了，耳識的作用卻沒有消失，但第六意識是和其他對境作用，產生了不同的結果，所以夢中的春米聲就成了鼓聲或鐘聲。此外，可以更進一步發現，夢的確會觸及第七、八意識，這類夢境的顯現，與七、八意識被熏習的習氣有關。像是「曾更」和「思惟」的夢，都是很好的例子，它們與七識或八識所受熏的習氣有關係。換句話說，夢和潛意識說明了意識世界的複雜程度，卻不是修行的唯一下手處。

太虛大師指出，人們平時醒著的身心世界，是共業所感所變的，它們固然如幻、如化，是沒有實體的，佛教也常常比喻人生就是一場大夢，但是從唯識的觀點，睡著和醒著的意識作用範圍明顯是不一樣的，醒著

的世界是八識全部作用著的，睡夢中卻是獨行意識的作用。雖然常常有人生是「業識所現的夢」這樣的比喻，有大夢然後大覺。但這是指我們把無明業力空掉了，成為大覺。佛教修行是在破無明的盲動，完成大覺，這和與睡眠後的清醒是不一樣的。⁷也就是說，我們切不可落入以夢譬喻生命的想法裡，就輕忽了實際生活中修行的落實。換句話說，夢和潛意識是許多修行的助緣之一，卻不是全部。以夢作為修行的觀念、對境、方法，都是需要我們深思和再探討的。

註：

1. 「隱德來希說」，指的是德國學者杜里舒（Hans Reisch, 一八六七—一九四一）的理論，隱德來希指生物發展的內在動因。

2. 太虛大師，〈行為學與心理學〉，《太虛大師全書》，第二十二冊，頁七六九。

3. 太虛大師，〈夢〉，《太虛大師全書》第二十二冊，頁七九五～七。

4. 同前註。

5. 《太虛大師全書》第二十二冊，頁七九八。

6. 《太虛大師全書》第二十二冊，頁七九〇—八〇〇。

7. 同前註。