

南華大學人文學院生死學系碩士班

碩士論文

Department of Life-and-Death Studies

College of Humanities

Nanhua University

Master Thesis

以榮格「個體化」概念詮釋莊子的生命實踐之道—

以《齊物論》為例

Interpreting Zhuangzi's Life Practice with Jung's
“Individualization” Concept--with *Discussion of the Equality of
Things* as an Example

賴威達

Wei-Da Lai

指導教授：蔡昌雄 博士

Advisor: Chang-Hsiung Tsai, Ph.D.

中華民國 108 年 6 月

June 2019

南 華 大 學

生 死 學 系 碩 士 班

碩 士 學 位 論 文

以榮格「個體化」概念詮釋莊子的生命實踐之道—
以《齊物論》為例

Interpreting Zhuangzi's Life Practice with Jung's
"Individualization" Concept--with *Discussion of the
Equality of Things* as an Example

研究生：賴威達

經考試合格特此證明

口試委員：_____

劉煥玲

陳士誠

蔡品雄

指導教授：蔡品雄

系主任(所長)：廖敏怡

口試日期：中華民國 108 年 6 月 20 日

謝誌

南華是我的第二個碩士學位，在亦步亦趨的學習道路上遇到了很多的曲折，有時路途太過崎嶇難行，常常在午夜夢迴時懷疑自己求學的初衷與完成的決心，但謝謝在這段道路上相互扶持的大家，才讓我有機會把這趟路程走完，成就自己。回首過程，想要感謝的人真的太多了，僅能以此謝誌來向這一路上幫助我、陪伴我的人表達我由衷的感謝。

謝謝我的父母，為了這次的碩士進修我放棄了我努力爭取來的公職工作，放棄的穩定的公職生活一切從新來過，讓你們要繼續為我的未來了擔心了，對此感到抱歉，但謝謝您們仍願意支持我繼續把學業完成。謝謝我的妹妹們，我知道我是一個愛專牛角尖的人，學習諮商的過程很多的自我覺察是令我不開心或不舒服的，但謝謝你們願意聽我發牢騷抱怨這些瑣事並給予真誠的回饋。

謝謝昌雄師，謝謝您對我的照顧跟鼓勵，沒有您鼎力相助我無法順利畢業。感謝您讓我對於學術研究有更深入的理解與進步，也謝謝您的畢業贈言，我會把這些教誨謹記，謝謝您的叮嚀讓我生活的方式能得以有機會修正。謝謝瑜芳，我真的很不會電腦的文書作業，謝謝你的貼心幫我處理了在南華遇到的學習問題，讓我覺得被支持，我的論文可以完成你實在功不可沒。謝謝孟潔，最後一哩路沒有妳陪我，我可能沒辦法把我的論文順利產出。謝謝你在我狀況最差的時候支撐我，讓我感受到被照顧的溫暖。謝謝于萱，謝謝妳幫我照顧樂樂及一路上給力的支持與陪伴，讓我可以安心的求學追夢而沒有後顧之憂。謝謝樂樂，謝謝你默默的陪著我過了 12 個寒暑，陪我經歷了人生這麼多人、事、物的起承轉合，陪我度過了人生許多的難關。

其實要謝謝的人還是太多了，可惜無法一一唱名感謝，但不論您是一直陪伴我左右的親友，或是在我這生命中匆匆一現的貴人們，我在此向您道聲感謝，謝謝您們的提攜牽成，沒有您們沒有今天能從南華大學畢業的我，謝謝。

摘要

本研究旨在以榮格心理學個體化的概念，來分析《莊子》內篇的寓言文本，企圖挖掘出其中可能蘊含的榮格心理學個體化概念的詮釋。《莊子》一書博大精深，蘊藏豐富的生命哲理，在中國哲學領域歷來已有許多不同角度的詮釋成果。然而，在眾多的詮釋角度中，心理學角度的詮釋似乎是較欠缺的。為了補充這個欠缺，本研究嘗試採取心理學家榮格的個體化概念之視角，來進行《莊子》內篇《齊物論》中涉及生命發展歷程的寓言的詮釋。

研究過程涉及以下幾個層次的辯證工作：(一)《莊子》文本詮釋的方法論考量；(二)針對〈齊物論〉篇中故事與榮格個體化相關概念之義理哲思探究；(三)以榮格心理學之詮釋，探索〈齊物論〉寓言生命故事的價值與意義；(四)以榮格心理學視角詮釋建構《齊物論》寓言故事的生命成長之道。本研究的此一嘗試，藉由揭露《齊物論》生命哲理寓言之心理意涵，從而豐富《莊子》的詮釋光譜。

本研究首先敘述研究背景與動機，其次為研究目的、及研究範圍與材料，再針對本研究所使用到的方法與論文結構做討論，最後就本研究的研究執行步驟、進度及成果重要性提出說明。

關鍵詞：莊子、榮格、個體化歷程、詮釋

Abstract

The purpose of the study was to analyse the allegorical texts of the inner chapters of Zhuangzi with the concept of Jungian psychology; also, attempted to unearth the notion of Zhuangzi contains the concepts of Jung's individuation. Zhuangzi is broad and profound which contains a wealth of life wisdom in the field of Chinese philosophy. There have been many interpretations of different angles; however, far too little attention has been paid to the interpretation with the psychological perspective. Therefore, the researcher tried to take the approach of the Jung's Individuation to interpret the fables involved in the development of life in the inner chapter named "Discussion of the Equality of Things" of Zhuangzi.

The process of the current study involves three levels of dialectics: 1. The consideration of the methodological interpretation of the text of Zhuangzi. 2. The philosophical exploration of the correlation between stories in "Discussion of the Equality of Things" and Jung's Individuation. 3. The perspective of Jungian psychology and individuation to interpret the meaning and value of inspired fables in "Discussion of the Equality of Things." 4. With Jungian psychology approach, to construct the growth pathway of life upon the fables in Zhuangzi.

This study attempted to bring to light the abundant psychological and philosophical meaning of life in Zhuangzi; furthermore, to enrich the spectrum of the interpretation of Zhuangzi. Firstly, the research background and motivation are followed by the research purpose, research scope and materials. Second, illustrating the methodology and structure of the present study. Lastly, the implementation and significant findings of this research.

Keywords: Zhuangzi, Jung, Individualization, Interpretation

目錄

| | |
|----------------------------------|-----|
| 謝誌 | I |
| 摘要 | II |
| Abstract | III |
| 目錄 | IV |
| 第一章、緒論..... | 1 |
| 第一節、研究背景與動機..... | 2 |
| 第二節、研究目的..... | 5 |
| 第三節、詮釋主題的設定與反思..... | 7 |
| 第四節、研究方法—詮釋學及其在本研究的應用說明..... | 14 |
| 第二章、莊子的生命實踐之道..... | 21 |
| 第一節、莊子的「寓言」..... | 21 |
| 第二節、指向超越的莊子寓言..... | 26 |
| 第三節、〈齊物論〉的二元雙極的消解之道..... | 28 |
| 第四節、〈齊物論〉的生命實踐工夫..... | 31 |
| 第三章、榮格心理學的個體化概念..... | 45 |
| 第一節、榮格的個體化概念..... | 45 |
| 第二節、榮格心靈地圖解析..... | 50 |
| 第三節、個體化歷程中的雙極對偶之融合..... | 67 |
| 第四章、《莊子·齊物論》的榮格心理學詮釋..... | 71 |
| 第一節、《齊物論》中所蘊含的榮格「個體化」實踐..... | 71 |
| 第二節、「吾喪我」義理的個體化歷程中自我意識界限的化除..... | 74 |
| 第三節、「三籟」義理的榮格心理學意識與無意識的融合..... | 79 |
| 第四節、「真宰」義理與個體化歷程「自性」的呼應..... | 83 |
| 第五節、「莫若以明」義理對榮格個體化歷程的實踐工夫..... | 86 |
| 第六節、「天地一馬」義理的榮格心理學詮釋..... | 90 |
| 第七節、「物化」義理與榮格心理學對「夢」詮釋..... | 93 |

| | |
|--------------------------|-----|
| 第五章、結論..... | 98 |
| 第一節、〈齊物論〉與榮格心理學的呼應..... | 98 |
| 第二節、〈齊物論〉與榮格個體化心靈成長..... | 100 |
| 第三節、〈齊物論〉中的個體化實踐工夫..... | 102 |
| 參考文獻..... | 106 |



第一章、緒論

生命的真實，要從心靈的自由生發出來。物我的整體和諧，需從自我人格的平等建立起來。莊子用〈齊物論〉來展現雙極二元對偶的超越與平等。莊子在齊物論的義理中，認為探問物我之間是否能平等，顯然並非以生命主體的事實觀點，而是出於實用價值觀點，因為站在生命主體的觀點，不必有萬物當該平等的思考。而價值觀中的實用與否則根自各大教的義理系統，文中舉出如儒墨兩家的思想體系，各有其獨立自主的判斷標準。是故，以墨觀儒或以儒觀墨，各自有自己的本位立場，都很難認同對方的立場。莊子認為要齊「物」，先得齊「物論」。由生命的角度來看本來物我並沒有區別，但有了「物論」之後，人才有高下判別，才有價值。是以齊「物論」，才可以從根本上消除偏見，化解抗爭，達到超越。物論「齊一」，才能超越二元對偶的衝突，才能使「物」達至平等。齊「物論」要由超越對偶的平等做起，對於「物論」一者不能取消，二者不能統一，要在不可齊之中，尋求可齊之道，惟有超越一途。莊子之道，本質上是作用層的空靈智慧，而並非實有層的實事論理，故不會捲入你是我非的對偶衝突中，僅給出一照明的妙用，來化解儒墨的是非。

而榮格心理分析的主要目的便是要促進吾人進行個人的「個體化歷程」，也就是幫助吾人在面對生活環境時內心能將康的成為獨立、自由、真實的人，而要讓吾人有能力脫離一連串的社會化制約，不要被社會文化的集體性給吞噬。在這樣的觀點下，個人應該走屬於自己的道路。榮格對心靈世界中的個人與集體潛意識的原型象徵特別看重，所以榮格心理分析對於「夢」中可能傳遞的原型訊息特別著力。榮格的研究中發現夢不僅來自個人潛意識，也是個人與人類集體意識的連接點。他觀察到當吾人生活遭遇瓶頸、生命的意義遭到顛覆時，現實世界的原有的生存原則已無法派上用場，吾人需要到心靈內中的深處去探尋人活著的意義與方向。榮格的心理治療成為了因遭遇生命困境翻轉成心靈廣闊天地古往今來相遇的一個轉機。現代心理治療奠基於西方科學的典範中，榮格雖努力將其學說建築在科學與理性的架構範疇中，但其對心理分析卻堅持具有靈性的治

療目的及能力，他認為人的心靈發展的歷程有方向性的，是極力往完成自我的方向邁進，而心理治療是需要幫助每個人去發掘內在這一個潛藏的動力，不受阻礙地流動，已完成每個人自我存在的終極價值。

本研究主要研究目的在於使榮格「個體化」的心理學概念視域來對應〈齊物論〉中超越二元對偶的生命之道，使〈齊物論〉中的生命實踐思想藉由榮格心理學的概念進行詮釋與整合。

第一節、研究背景與動機

在中國傳統哲學中，是否有相容於榮格心理學中心靈整合的困惑與探討，而能在面對解決心靈整合在個體化歷程問題時，適度地擴充其內涵及資源的論述呢？研究者相信以莊子的哲學思想能提供相當信實的正面回應。莊子內篇第二章〈齊物論〉廣泛被認為是哲學性最強的一篇¹。莊子在〈齊物論〉中對於人的心理總是處在翻覆不止的變動狀態，做了細微的描述：

大知閑閑，小知閒閒；大言炎炎，小言詹詹。其寐也魂交，其覺也形開，與接為構，日以心鬪。縵者，窖者，密者。小恐惴惴，大恐縵縵。其發若機括，其司是非之謂也；其留如詛盟，其守勝之謂也；其殺如秋冬，以言其日消也；其溺之所為之，不可使復之也；其厭也如緘，以言其老洫也；近死之心，莫使復陽也。喜怒哀樂，慮嘆變熱，姚佚啟態；樂出虛，蒸成菌。日夜相代乎前，而莫知其所萌。已乎已乎！旦暮得此，其所由以生乎！²

在此段的文意中寫出了吾人的心靈反應，即使是睡覺的時候，我們的心靈未有真正休息，仍然在意識層次接收著外在刺激（魂交）；當吾人醒著時，就換成由身體來向外

¹ Georg Northoff，洪瑞璘，審定：鄭凱元等譯：《留心你的大腦》（臺北市：台大出版中心，2016），頁 380-384。

² 清 郭慶藩 編，王孝魚 整理：《莊子集釋（上卷）》，（台北：萬卷樓，2007.08），頁 58。

打開來接收。主體與外在客體的接觸、接收其訊息與刺激，就進入我們的心理中，逐漸的和我們的心靈合在一起(構)。因而隨時隨地，我們的心理都如同在鬥爭般的混亂般。³而心理的混亂也有各種不同的型態。有時讓吾人如同被遮蔽在大布幔之後，有時則讓吾人如同墮入了黑暗的地窖中，有時好比讓吾人被關起來般找不著出路。因而使精神時常處於恐懼不安狀態裡，小的恐懼使人坐立難安；大的恐懼則使人失去活力，整個人像是鬆開散開了，心靈沒有辦法收拾拼合，則心理亦將無法正常運作。莊子顯然對身體行為、心理狀態，與自我間的關係，有著高度敏銳的觀察與反思，莊子在罔兩問景的故事中述及：

罔兩問景曰：「曩子行，今子止，曩子坐，今子起，何其無特操與？」景曰：「吾有待而然者邪！吾所待又有待而然者邪！吾待蛇蚺、蜩翼邪！惡識所以然？惡識所以不然？」⁴

其所用「蛇有待於腹下鱗皮」以及「蟬有待於翅膀」的例子，也想當程度顯示莊子對於物質性的身體在關於心靈與自我的探討上具有核心的重要性的看法。西方的心理學與東方的哲學各有其不同的方法學框架及解釋模型，作為對吾人在心靈世界中的引導和探索。本研究希冀能由初步的跨文化對話，借重莊子的哲學思想來對於榮格心理之個體化歷程心理學個念作適度地擴充其內涵及資源的論述。以《莊子》寓言中的內在心理動力，藉此發掘、化消人心靈中的對偶衝突、陰影及情結，將人類心靈破碎不完全的一面，藉由自性追尋的轉化與與整合，達至身心靈的一致圓融，為吾人在面對個體化歷程做一個有用的引導。

心理學家榮格在其演講及著作中提出了「個體化」的概念，目的是為吾人走在漆黑的心靈整合歷程中帶來一線希望的曙光，並且整合在生命歷程中所經驗的各種對立與張力。易而言之，個體化的過程是一種意識的提升與發展計畫，它需要與各個人格面向建

³ 楊照：《莊子—開闢混同的精神世界》(台北市，聯經出版事業股份有限公司，2014)，頁 103-105。

⁴ 清 郭慶藩 編，王孝魚 整理：《莊子集釋(上卷)》，(台北：萬卷樓，2007.08)，頁 122。

立有意識的連結，在意識層面盡可能涵融所有的特質。而個體化的計畫必須被視為一輩子的整合創作。事實上，個體化是基於人天生的心理驅迫，不管願意與否，人們都將尋求意識的擴展。榮格提出成人的個體化歷程有兩個主要的運動推展方向。第一種運動主要和透過分析和拆解無意識有關，在榮格鍊金術中稱此為「分離」（*separatio*），也就是把混合的不同物質分開。透過這樣的分離工作內容包括二部分，其一是分解個人對心靈之外的現實角色或內容所仿製的認同；其二是分解奠基於心靈本身最原初及最重要的人物與對其內涵的認同。這種解除認同的過程將創造出較為清明的意識，也就是一面較為澄淨清澈的鏡子。第二種運動著重於持續地注意來自集體無意識的原型（*archetypal*）意象，這些原型意象將會出現在個人的夢中、積極想像（*active imagination*）以及在周遭環境出現的共時性事件當中，而且幾乎是同時發生的。個體化運動意謂著把這些心靈中出現的新題材帶到意識功能中以及將每日生活的模式當中這是一種合成的運動（*coniunctio*），可以說是讓吾人仔細地去關照自己無意識的精神，並且有意識地整合其內涵。這兩種運動都很重要，個體化歷程需要解開由動機及部分自我所糾結構成的心靈網絡，把每一部分更清楚地區分出來，換而言之，個體化過程就是使個人掙扎著去了解個人的內在特質，並和他們保持一種距離。另一方面，個體化過程需要將自己由心靈湧現出新素材浮到意識層面，並加以整併融合為一個全新的整體。總之，個體化意謂著對自我內在帶著某種程度的接納與尊重，盡其可能擁抱自性（*Self*）的所有面向。

人與生活中客體的互動就是一場場的投射與移情，免不了活在自己主觀的幻想與執念中，人的意識在主體與客體的角色中來回切換，客體的刺激不斷的強化主體的幻想與執念，生活之中人與客體之間充滿了複雜的關係，而這些關係不只是靜止的形像（*static images*）而已，而是主體對客體來回投射或移情的動態互動模式，這樣的投射與移情不論是在與別人的關係或是對自身的感受而言，它們都有很強大的影響力。人之感觀將客體刺激所造成感受情緒內化為自身的信念與價值觀，造就了個人的主觀世界，與客體的連結刺激效應圍繞在我們身邊的人也影響了我們的內在。大多數的人沒辦法感知道自己真實的存在（*very existence*），而需依賴外在客體給與。但無法接受真實的自己，而與自己內心的聲音背道而馳將導致人在生活中易因外在客體而煩惱叢集，心靈的匱乏與枯

竭。而心理疾病的產生總發生在就是在一連串的自我選擇中得到或失去甚麼，就如同蝴蝶效應一般，當下的每個選擇都終將深深影響未來的發展和變化。

故此，榮格所提出的個體化歷程概念，一方面需要解開由動機及部分自我所糾結構成的心靈網絡，把心靈中的每一部分更清楚地區分出來（包含了意識、潛意識），換句話說，就是在生命歷程中去感受各種的正向與負向經驗，從中掙扎著去了解個人的特質，並和他們保持一種距離。另一方面，需要使由心靈湧現的新特質浮現到意識層面，並加以整合為全新的整體。總之，吾人的個體化意謂帶著某種程度的接納與尊重，盡其可能擁抱自性（Self）的所有面向。榮格心理學提供的是一種方法，幫助我們在意識上容納心靈的矛盾，並接受它的複雜性⁵，使我們的心靈能有機會變的「更完整」。

研究者在學習諮商助人的學程中，對於心理學大師榮格對人類心靈、心理動力分析的獨到見解十分嚮往。榮格認為每個人都深受自己的陰影、情結及集體潛意識的影響，須經歷個體化的歷程踏上追尋自性的英雄之旅，才能有機會將自己的心靈坑洞撫平填滿，達到自我救贖。個體化歷程是一種自性提升與發展的過程，它需要與各個人格面向建立有意識的關係，在意識層面盡可能含容所有的特質。而依榮格對心靈發展所提出的主張，若吾人無法透過具有「轉化作用」的意象來整合各種本能欲求與驅力時，吾人將在無覺察的情狀之下朝向精神病理的狀態而發展，而精神病理將妨礙人類由轉化意象周圍產生心理管理的整合。如果吾人無法將內心的欲求與衝突整合時，心靈將處於不完全的、破碎的、分裂的狀態。如果人的心靈無法將圍繞在轉化意象周圍來進行整合時，對人的生命完整性將可能造成難以恢復的悲劇。

第二節、研究目的

本文之研究目的在於使《莊子》內含的生命實踐哲學與榮格心理學對心靈個體化概念上進行融合與對話，莊子的「道」是在傳達化消的工夫來泯除世俗的枷鎖，使「道」能融入生活，並藉由「坐忘」使心靈安定，體驗自性即「道」的無為和虛靜。〈齊物論〉

⁵ Murray Stein，黃壁惠、魏宏晉等譯：《英雄之旅-個體化原則概論》（臺北市：心靈工坊，2012年），頁32。

之精華哲理在於將那慣性向外紛馳的心靈，收斂凝聚回來；能凝聚回來，則心靈始可以保持其自身的完整性、統一性，這就是所謂的「一」的境界，也就是「止止」。心靈紛動必然是二。「二」者對待之意，我與物對，我與欲望對，我與煩惱對，此皆是二元對偶的關係。而就心靈慣性向外耗散而已無為的工夫收攝回來，及泯除此向外取、向前逐的紛動而無所住。所以莊子的生命哲學是從現實生命的坎陷，深度的去感觸到生命的無明性並進而提出「無為」的生命實踐概念。所謂「無為」是「無」至乾乾淨淨的本來生命。生命追求真實化，首先掏洗自己在現實世界所牽連的一切，當化消一切羈絆與牽連後，生命對其自身的「無」，由此種無而感受存在的怖慄感及良心的呼喚，決定一新的可能；從掏空那一切而轉到真實一面方得以見生命的實有（Being）⁶。而榮格認為最極致的心靈工作是踏上自性整合的個體化歷程，使自性成為心靈中的強大及優勢力量。榮格所提出的「一元世界」（*unus mundis*）假說認為心與外物並非截然二分，只是兩個層面的顯現而已。但是對於侷限在心智自我意識的人而言，這並不是經驗的事實，只是一種理論假設罷了。要讓假說成為經驗上的事實，就必須通過煉金的修通過程，反覆翻攪，多次體驗到「心中有物」、「物中有心」的真實，在世俗與神聖、意識與潛意識以及身體與心靈之間掙扎的分裂靈魂，才可能修復，還原生命本然的實在。榮格對人類心靈（*psyche*）的認識，人格意識的系統中包括了許多異質的元素，彼此之間會以對偶的方式不斷產生矛盾與衝突，並因此造成了心靈的失衡與動盪。而個體化歷程中因為將邁入生命想像能量流動的領域，要了解其意義，就必得熟悉象徵語言的類比思考模式，這是深入靈魂冶煉之旅者不可或缺的修養。⁷而在〈莊子齊物論〉對於這樣的身、心背離的二元對偶的衝突，也有深刻地描繪：

如求得其情與不得，無益損乎其真。一受其成形，不亡以待盡。與物相刃相靡，其行盡如馳，而莫之能止，不亦悲乎！終身役役而不見其成功，荼然疲役而不知

⁶ 牟宗三講述、陶國璋整理：《莊子齊物論義理演析》（台北市：書林出版有限公司，1999.04），頁 4-5。

⁷ Jeffrey Raff 著，廖世德譯：《榮格與鍊金術》（新北市：人本自然文化，2007 年），頁 15-16。

其所歸，可不哀邪！人謂之不死，奚益？其形化，其心與之然，可不謂大哀乎？
人之生也，固若是芒乎！其我獨芒，而人亦有不芒者乎！⁸

內心的「分別作用」，不但造成了主觀中扭曲自我的意象，也遮蔽了客觀的真實。這將造成生命陷入了困局，不得不斷在對偶的衝突中與世界相刃相靡。與自性的背道而馳，吾人之生命便不可避免地和世界產生衝突，而在過程中漸漸消殞⁹。

現今國內大部份對於莊書的研究大多集中於《莊子》文本之考證、對《莊子》文中義理之註解，與《莊子》哲理實踐工夫之發展與應用《莊子》與諸子百家學說之比較、對話這四大區塊。至於對於跨科目的結合研究則少有人探究，尤其是與心理學派理論做直接交互對談更是為數不多。故本研究之目的是希望能用榮格個體化概念的心理學的角度來為莊書在當代的學術探究中提出一新的思考切入點。以榮格「個體化」概念來詮釋莊子的生命實踐之道，讓二者能做對話與探討。研究方向將以〈齊物論〉的哲學思路為主軸，除對原典義理之探究與詮釋外，更欲重新以榮格個體化角度來詮釋〈齊物論〉中的寓言故事中的心靈整合概念，讓《莊子》寓言中所蘊含對生命實踐之道的力量使榮格個體化概念能找出更具體可實踐的道路。

第三節、詮釋主題的設定與反思

一、莊子哲學的取用範圍：

莊子其人生平不詳，其遺留之文章著作經歷代學者考據刪編後版本眾多，而後為《莊子》註釋者更不勝枚舉，其中又以郭象所注之莊子為眾人所推崇，依據郭象的版本《莊子》一書包含了內篇七篇、外篇十五篇及雜篇十一篇共有三十三篇。現今所見之通行本以郭象所刪定的《莊子》版本為眾多研究者所使用，故本次研究乃依據郭象版本的《莊子》一書進行探究。根據《史記》所載：「莊子者，蒙人也，名周。嘗為蒙漆園吏，與

⁸ 清 郭慶藩 編，王孝魚 整理：《莊子集釋（上卷）》，（台北：萬卷樓，2007.08），頁 63。

⁹ 吳肇嘉：《莊子應世思想之研究》（台北世：台灣學生書局有限公司，2011），頁 90。

梁惠王、齊宣王同時。其學無所不闢，然其要本規於老子之言。故其著書十餘萬言，大抵寓言也。」。由此可知，進行對莊子思想研究中最令人感到棘手的問題，莫過於文獻上的限制。由於有關於《莊子》一書的文本流傳的年代久遠，《莊子》書中的篇章已經分合改易，於是內容便漸失純粹，難以全然信據。而《莊子》原典版本眾多，為其註釋者更不勝枚舉，黃錦宏先生在其專出書《莊子》一書的考證有詳細的說明：

莊子的書，《漢書·藝文志》記錄《莊子》有五十二篇，其中包含內篇七，外篇二十八、雜篇十四、解說三。依據經典釋文序錄說是由淮南王的門下客所編定。晉司馬彪及孟氏都替其作注，就是那個本子。以後其他諸家，像崔譔注釋十卷二十七篇，內篇八，外篇二十。向秀注釋二十六篇，都沒有雜篇，這許多本子都已經失傳了。無法了解其中篇章的次第，現在所傳的，只有郭象的本子，共十卷三十三篇，其中內篇七，外篇十五，雜篇十一，日本高山寺卷子本有郭象的後序，說是經過刪節，合併篇章，因此比藝文志所著錄的少了十九篇。¹⁰

篇章分合改易的情形，其實早自郭象注《莊》之前便已開始；由「五十二篇」變成「三十三篇」，《莊》書成書時至史遷之間之變化內文篇章大幅刪減，從「十萬餘言」佚失至於「不足七萬字」，由此可見今日所見之通行本絕非《莊》書原貌是可以確定的，關於此，陸德明在《經典釋文·序錄》中提到：

然莊生弘才命世，辭趣華深，正言若反，故莫能暢其弘致；後人增足，漸失其真。故郭子玄云：「一曲之才，妄竄奇說，若闕弈、意脩之首，危言、游鳧、子胥之篇，凡諸巧雜，十分有三。」漢書藝文志「莊子五十二篇」，即司馬彪、孟氏所注是也。言多詭誕，或似山海經，或類占夢書，故注者以意去取。其內篇眾家並

¹⁰ 崔大華：《莊學研究》（北京：人民出版社，1992），頁 68-71。

同，自餘或有外而無雜。惟子玄所注，特會莊生之旨，故為世所貴。徐仙民、李弘範作音，皆依郭本。今以郭為主。¹¹

可見在郭象之前，學者就多有增足之舉，妄竄奇說，言多詭誕，因此郭象在撰寫才有「以意去取」的刪定之舉，將那些不符莊學只去的篇章剔除，此外由陸德明〈序錄〉之言亦可得知，當時注本分篇時除內篇獲得眾家並同外，外雜篇之分判見解並不具一致性，可見歷代以來各家對於內篇之內容早有共識，而外雜篇則直至晉代並無定說，因此相對於外雜篇而言，內篇是以較為可信的。自宋代蘇軾於其所著之〈莊子祠堂繼〉中明確提出對〈讓王〉等四篇的懷疑之後，研究者辨偽之說如雨後春筍般陸續而起¹²；至清初王船山，更在《莊子解》中直指外、雜篇皆出於莊子之手，而是莊子後學引伸之作。其言曰：

外篇非莊子之書，蓋為莊子之學者，欲引申之而見之弗逮，求肖而不能也。以內篇參觀之，則灼然辨矣。……故其可與內篇相發明者，十之二三，而淺薄虛囂之說，雜出而厭觀；蓋非出一人之手，乃學莊者雜輯以成書¹³。

其以為內篇首尾一致而脈絡相因，最具有可信據；雜篇言雖不純，仍有微至之與，其之可信度叫內篇為次之；而外篇則淺薄虛囂，可與內篇相發明者十之二三，最屬浮蔓。此說雖不肯定外雜篇，但亦非全然的將之反對，而是帶有批判地色彩接受了全書的價值。直至民國初期，疑古之風大盛，當時學者身受此股風潮影響，傳統的經典皆因而見疑於

¹¹ 吳肇嘉：《莊子的應世思想研究》（台北市：台灣學生書局，2011），頁23。

¹² 謝祥皓、李思樂：《莊子序跋論評輯要》，蘇軾〈莊子祠堂記〉云：「余嘗疑《盜跖》、《漁父》，則若真誣孔子者。至於《讓王》、《說劍》，皆淺陋不入於道。反復觀之，得其《寓言》之意，終曰：「陽子居西遊於秦，遇老子。老子曰：『而睢睢，而盱盱，而誰與居。太白若辱，盛德若不足。』陽子居蹴然變容。其往也，舍者將迎其家，公執席，妻執巾櫛，舍者避席，煬者避竈。其反也，舍者與之爭席矣。」去其《讓王》、《說劍》、《漁父》、《盜跖》四篇，以合於《列禦寇》之篇，曰：「列禦寇之齊，中道而反，曰：『吾驚焉，吾食於十漿，而五漿先饋。』」然後悟而笑曰：「是固一章也。」莊子之言未終，而昧者剽之以入其言。余不可以不辨。凡分章名篇，皆出於世俗，非莊子本意。（武漢：湖北教育出版社，2001年），頁250-251。

¹³ 王夫之：《莊子解》，（香港：中華書局，1976年），頁76。

諸學者。在不慎體貼原典脈絡的區解下，典籍之價值往往遭到過度貶抑，《莊子》亦無例外。如胡適先生便因此對《莊》書外雜篇發表了篇評論：

其中內篇七篇，大致都可信。但也有後人加入的話。外篇和雜篇便更靠不住了。即如《胠篋篇》說'田成子十二世有齊國'。自田成子到齊亡時，僅得十二世。可見此篇決不是莊子自己做的。至於《讓王》、《說劍》、《盜跖》、《漁父》諸篇，文筆極劣，全是假託。這二十六篇之中，至少有十分之九是假造的。大抵《秋水》、《庚桑楚》、《寓言》三篇最多可靠的材料。《天下篇》是一篇絕妙的後序，卻決不是莊子自作的。其餘的許多篇，大概都是後人雜湊和假造的了。¹⁴

只因「田成子十二世」之說與「讓王」諸篇文筆之劣，變斥外雜篇十分之九皆為「假造」，未免太過苛刻。事實上，外雜篇亦有一些不錯的篇章，以張默生先生所評，如外篇的〈秋水〉、〈至樂〉，雜篇的〈寓言〉、〈天下〉等，和內篇並無多大分別¹⁵。對此唐君毅先生之評價就較為精細，其言道：

觀莊子之外雜篇，則其言明叫駁雜不純，不如內七篇所言者之一貫。……今觀外雜篇與內篇大不同者，則就文體裁論，外篇多直接論說義理，雜篇多雜記故事，以說義理，而不相連署。內篇則既非直接論說義理，而世藉故事以說義理；然自有次序，已連署成篇。就文章內容而論，則外篇之論理析義，設問答問，多不見逐步深入之層次，又恒偏尚一義，逕情發揮，不見節度；而於其所偏尚之義之說明，亦恒不足以答人之疑難。外篇著者益多意在求文之暢達，故多浮泛之語，不能深閱。王船山謂「外篇文義雖相屬，而多浮蔓、卑隘之說」是也。雜篇則時有

¹⁴ 胡適：《中國古代哲學史》（合肥：安徽教育出版社，1999年），頁252。

¹⁵ 張默生：《莊子新譯》（濟南：齊魯書社，1996年），頁9。

精義，王船山所謂有「微至之語較能發內篇未發之旨」（皆見王船山莊子解雜篇之序文中）是也，然多含義未伸，其理不暢。¹⁶

其見解大體仍依王船山之判斷，但對於雜篇則指出其亦有「含義未伸，其理不暢」的問題。是則唐氏對於外、雜兩篇的評價並無太大差距，而認為皆具有一定參考價值；但儘管如此，也無法與內篇的可靠性相提並論。王邦雄先生於其著作曾述：「內篇義理精純而全篇貫通，內七篇以逍遙遊為首篇，依次為齊物論、養生主、人間世、德充符、大宗師及應帝王。各篇所述可自成一獨立體系但彼此間又能相互呼應，蘊含之哲理為一整體的思想，卻又能巧妙的用不同論述方式來相互交織成¹⁷」。

以上諸家的分析評判，雖然結論並未全然相同，但基本上對於內篇肯定的見解是一致的；依此些對於《莊》書之考據，研究者認為內七篇當是莊子研究的文獻基礎。事實上，若沒有內七篇，則一般對於「莊學」所理解之名根本無所依託，所謂「莊子思想」將會變成歷代道家諸子的創作雜集；唯有依靠較具系統性的內篇文獻作為中心基礎，莊子哲學的理論研究方有發展的空間。在以此態度觀視之下，有些學者提出「外雜篇代表莊子思想」之判斷時有商榷與辯證的必要；以外雜篇定義莊子，則莊子即不成其所以為「莊子」。故此，在處理外雜篇的態度上，首先本研究大體上是同意外雜篇的哲學價值層次是次於內篇的，但這並不表示研究者認為外雜篇毫無價值，而只是認為其思想系統或脈絡的嚴整程度較不如內篇而已。儘管外雜兩篇或者立論卑隘，或者含意未伸，但仍不能完盤否認其與內篇思想具有相當呼應的關聯性，就算其中有許多的篇章無法肯定、相信其為莊子所親作，至少亦可認為其具有「內篇最早的詮釋作品」之價值意義，而將之當作重要的參考材料。在這樣的脈絡意義下，外雜篇應該被定位為一種輔助性文獻，作為內篇思想的延伸或例證，以幫助理解莊子思想的深邃內涵。而本次的研究範圍以《莊子》的內七篇的〈齊物論〉為作探討主軸。主要探究內容與方向是針對〈齊物論〉文中

¹⁶ 唐君毅：《中國哲學原論—原道篇一》（台北市：臺灣學生書局，1992），頁404。

¹⁷ 王邦雄：《道家思想經典文論：當代新道家的生命進路》（台北市：立緒出版社，2013），頁90。

所蘊涵二元對偶超越、化消的義理。故主要的研究材料以〈齊物論〉原典為主、各家學者對〈齊物論〉義理詮釋、專書與期刊為輔。

二、以《齊物論》為主與榮格心理學對話的可能性：

本研究之所以選擇了莊子與榮格兩位哲人的思想來作為對話，是因為發現在面對於生命、心靈療癒的實踐工夫議題上，二者雖因中西方文化影響而造成發展出哲理脈絡各有差異，但其心靈整合的實在概念上卻多有異曲同工之妙。莊子對於生命主張「順性」，認為世俗框架所外加的干涉只是徒增人心的紛擾，所謂「性長非所斷，性短非所續」，莊子認為吾人之「心」要各安於性之自然而已。心靈的生活在人的一生中往往佔著極重要的地位，從日常行事中實踐安時而處順，哀樂不能入，忘憂忘樂的莫若以明的實踐工夫工夫，直至「外死生」的境界。因此，凡是傷心殘性的作為，不論其動機和手段如何，莊子一律難以苟同。莊子認為對生命理想的實現必經心的認知、體驗與實踐。「心」積聚了生命諸多可能性，發揚人性需由人心的覺醒開始，生命境界的提昇需以心為動能。唐君毅先生認為莊子由復心以言性，欲「反其性情而復其初」（〈繕性〉），須先復心救新，以發揮心的生機大能，而絕不可「文滅質，博溺心」（〈繕性〉），使心陷溺，毀了生命樸實的本質。對於心靈的主觀性並不因此取消心靈的客觀性，心靈的「虛」是將其實質內涵藉由一般的生命經驗、活動向上提升，以融入於統合經驗活動的精神主宰，莊子的「真君」及其精神主宰則經由需將心靈的虛與外界客觀事物的實不斷統合並加以把握。

榮格主張許多故事是集體無意識心靈歷程中，最純粹且精簡的表現方式，童話、神話、故事等皆以最簡要、坦誠開放且最簡練的形式代表原型。在此一純粹的形式中，原型意象提供我們最佳的線索，以了解集體心靈所經歷的歷程。在神話、傳說或是其他敘事清晰的故事題材中，吾人將能透過與文化素材的重疊，而得到人類心靈最基本的樣板。從榮格學派的概念而言，每個原型本質上都是未知的心靈因素，因此不可能將其內容轉譯為智性的詞彙。吾人對於故事中原型素材的詮釋能做到的就是，根據自己的心理經驗

以及從比較學習中描繪其輪廓，盡可能地將糾結的原型意象網路正確揭開。¹⁸而《莊子》的寓言將生命的原型象徵交織成天羅地網，從《齊物論》的「吾喪我」之喻開始的自我框架的消除，以大塊噫氣隱喻了意識與無意識的作用造成心的波動，直致「莊周夢蝶」的物化意境。比喻中所欲表達的變現自在是莊子心靈自由最具體的明證，比喻的象徵意義使莊子的哲學念由抽象而具體，以至於充滿生命內涵，而各種比喻彼此相連，相互對待，則展現了莊子哲學中自性追尋的生命實踐之道。因此，本研究將研究範圍鎖定為〈齊物論〉的原因則是篇中各篇所述寓言故事的世界架構觀可自成一獨立體系但彼此間又能相互呼應，蘊含之哲理為一整體的思想，卻又能巧妙的用不同論述方式來相互交織成輝本。

本研究主要榮格心理學概念的視域來詮釋〈齊物論〉中所蘊含超越對偶衝突，個體化能找出具體實踐之道為主要研究方向，在研究詮釋的過程中將依照原典的文理脈絡萃取適切的參考引述，以榮格心理學概念與原典文中所蘊含之生命實踐義理進行詮釋，並採取榮格心理學概念的角度與概念來重新詮釋《莊子》。期望能使榮格心靈整合的個體化歷程與《莊子》萬物齊「一」的哲思做跨學科的整合對話，以莊子的齊「物論」的哲思內涵來化解意識與無意識的二元衝突，並用不同的角度來探索心靈統整合一的可能性，而本論文研究題目如下：

- (一) 榮格心理學的「自我意識」的消除如何詮釋〈齊物論〉中「吾喪我」所蘊含的個體化概念？
- (二) 榮格心理學中「心靈」、「無意識」、「意識」的相關概念如何應用詮釋〈齊物論〉中「天籟」所蘊含的個體化概念？
- (三) 榮格心理學中「自性」的相關概念如何詮釋〈齊物論〉中「真宰」所蘊含的個體化概念？
- (四) 榮格心理學中意識與無意識「二元對偶衝突融合」如何詮釋〈齊物論〉中「莫若以明」所蘊含的個體化概念？

¹⁸ Marie-Louise von Franz 著，徐碧貞譯：《解讀童話 從榮格觀點探索童話世界》(臺北市：心靈工坊文化，2016年)，頁22。

(五) 榮格心理學中「原型意涵」之相關概念如何詮釋〈齊物論〉中「天地一馬」所蘊含的個體化概念？

(六) 榮格心理學「夢」的相關概念如何詮釋〈齊物論〉中「物化」所蘊含的個體化概念？

第四節、研究方法—詮釋學及其在本研究的應用說明

本研究主要目的是希望能以榮格心理學派的角度來詮釋《莊子》一書中的寓言故事之內含個體化實踐工夫，重新詮釋故事角色互動中各自的心理動力，並企圖從中找到化消人主觀對偶立場的可能，將因世俗所打擊及分割而破碎心靈碎片，藉由感受《莊子》的寓言世界的美感與哲理，開通主觀上的束縛讓自性能夠有進一步的統合與完整，以故事的美感讓心靈的翅膀可以從新張開，振翅飛翔。詮釋的研究是基於研究者的視域而來，詮釋研究範圍無法超越詮釋者本身視域，無論是榮格心理學或是莊子的哲學世界都是與人相關的，因此沒有視域就無法打開世界及世界中的事物¹⁹，基於對哲學詮釋研究脈絡的反思，故本研究先採取詮釋學與榮格的視域對文本進行詮釋及分析，詮釋活動的本身是在說出語言、事物及世界的整體中去理解各部份，再由各部分返回去理解整體。故此將不遺漏任何部分，也不遺漏整體。並且在整體中，研究者將不被限制在世界的某處中，而可以聆聽世界不同面向的種種意義，理解它們，使一切的存在皆存在整體之內。故為能達到將二者對話的目的，本次研究詮釋脈絡將採取「Gadamer 詮釋學」的詮釋邏輯脈絡，及傅偉勳先生的「層面分析法」並輔以馮·法蘭茲的「榮格學派的童話分析」作為詮釋《莊子》的步驟與方法，其內涵分述如下：

Gadamer 詮釋邏輯脈絡²⁰：

¹⁹ 陳榮華：海德格瑜《存有與時間》一書中指出，之所以可能有科學研究，是原於人對於各種科學研究的基本概念已有理解，才能由存有者的領域中，畫分出他要研究的對象。所以科學研究對向基於人對其之理解，而並非完全與人無關的。《高達美詮釋學：〈真理與方法〉導讀》(台北市，三民出版社，2011年)，頁 296-29

²⁰ 陳榮華：《高達美詮釋學：〈真理與方法〉導讀》(台北市，三民出版社，2011年)，頁 213-217。

視域的融合：在詮釋學中，語言的本性是隱退以使事物呈現自身，使詮釋者得以理解。沒有語言則事物無法呈現，詮釋者將對事物一無所知。語言讓事物通達到詮釋者，促成詮釋者理解事物。哲學家高達美曾說：「語言總是對話的語言」，語言的原初意義在對話裡，要真正理解語言需是對話裡的於言，而非分析在別的脈絡下的語言。詮釋學經驗是開放的，開放了自己的前見，但卻不固執己見；不預先限定文本的意義，使其自由呈現。但僅是具有開放性仍是不夠的，詮釋學的開放性必須有一個讓詮釋者與文本意義相關的結構，也就是提問。

- (一) 提問與開放性：詮釋學經驗的開放性必然蘊含提問，不向課題提問則無法理解課題，更無法得到課題的意義，故詮釋者必須在提問中探索，直至得到答案，至此，經驗方是完成。而提問並非單純將問題提出，提問必是向著特定的課題，詢問它的意義。
- (二) 提問的本性：提問的目的是為了得到文本的意義。提出問題，就是提出一個方向，提問建立方向，讓文本在方向下呈現意義，在這方向的限制下來追求答案，因此文本的意義一定是方向意義，亦即意義都是相應問題的方向。而提問能打開文本的封閉，讓其呈現出值得探索的領域，其中有多個可能的意義或答案，每個意義都具有可能性，也似乎並不具有可能性。真正的提問必須能打開一個開放的領域，以來開放種種可能的意義或答案。
- (三) 提問與思考：詮釋學於提問中探索文本，故此，像文本提問就是對其進行思考。由上述觀點可知，詮釋者建立明確的提問方向，並循此打開文本的開放領域。於此領域中，將有可能有多個的答案，有些答案像提問者顯示出強烈的證據，但有些只是薄弱或偏頗的、片面的。詮釋者將針對各個答案，在問題方向的指導下來找尋它們的證據，檢討答案的得失，修正自己的前見，決定所發現的答案是否適當回答問題。高達美認為詮釋學思考是一對話的過程。
- (四) 提問與回答的邏輯：由對話說明詮釋經驗，則詮釋的過程是在提問與答案的邏輯上。由於全是文本，是由於文本向詮釋者訴說，此時文本中的語言意義尚未清楚，因此欲回應提問，就要建立一個方向去探討它，使它的意義成為明朗的。詮釋者在問題視域的限制下探索文本，才能理解它的意義，且所探索出之意義須相應詮釋者的問

題。因此人文學的邏輯是提問的邏輯，由提問來探索文本的意義。

「層面分析法」對文本的分析步驟：

《莊子》大量採用寓言的手法暗指世人總是因襲慣思，故用隱喻謬說的方式從後暗諷刺謗世間所謂的框架與常識。因此，欲了解《莊子》的含義，不能直打直的用學術的角度來探究，應再加上充分的了悟敏感才可，無論是對書中哲理的了悟，或對文句上的感觸。對於《莊子》應有五個面向可查問分別是，「《莊子》在說什麼？」、「歷代研究者對《莊子》的解讀是什麼？」、「《莊子》的說法如何？」、「《莊子》的本意何在？」、「《莊子》何以這樣的說？又何以說這樣的內容？」²¹，學者傅偉勳稱此研究方法為「創造的詮釋學」。且因本研究是以榮格心理學角度來詮釋《莊子》，是以，本研究詮釋《莊子》之方式採「層面分析法」來撰寫，對於內文義理將著重於「蘊謂」、「當謂」及「創謂」此三類辯證層次來探究，其內涵如下²²：

- (一) 「實謂」層次：此層次在於探問「原作者或（原典）實際上說了什麼？」，此層次涉及到原典校勘、版本考證與比較等校差學課題。正因為「實謂」屬於純粹客觀而不可推翻的原初資料，文本的考據乃成為經典詮釋的重要課題。是以，本研究對於所要探究的《莊子》的原典，將使用最原始或至少幾近於原本的版本。
- (二) 「意謂」層次：對於原典本文的詮釋必須假定原典本文具有原作者真正「意謂」著的「客觀意思」存在，詮釋者隊原典詮釋的學術責任即在發現理解所謂「客觀意思」或「真正意思」，且以「依文解意」的方式來表達詮釋者對於原典的客觀理解。本研究在此層次則須盡可能的「客觀」分析文本中的語意，依文解意盡可能的莊子本來真正的意思。
- (三) 「蘊謂」層次：此時詮釋者必須繼續探究：「原作者（或原典）」可能表達什麼？」或「他所說過的可能蘊涵什麼？」在此層次的首要任務在於通過思想史上已經有過的對於原典詮釋進路的許多探討，對於幾個較有詮釋學份量的進路或觀點歸納出來，

²¹ 吳光明：《莊子》（台北，東大圖書公司，2015年），頁16-17。

²² 傅偉勳：《學問的生命與生命的學問》（臺北，正中書局，1994年），頁228-239。

期能發現原典思想所欲表達的深層義理，以及依此義理可能重新安排出高低多層的詮釋學蘊涵。本研究在「蘊謂」的層次中將盡可能的引述各家詮釋莊學義理的不同見解，並進行義理上的探究，更深一層的去探索強度最強或最具說服力的原典詮釋，才可避免無謂的主觀與武斷的謬誤，才能活化原點或原作者所欲表達的思想。

(四)「當謂」與「創謂」層次：由此層次開始在探究：「原作者或原典應當（本來）表達什麼？」或「創造」的詮釋學家為原作者的思想或原典應當如何重新表達，以利用活化原來的思想？」在此層次則著重於詮釋者應該替原思想家在現在的時空背景下必須說出什麼？或創造的詮釋學者現在必須踐行什麼？，在此二層次本研究將以榮格心理學童話分析的角度來重新詮釋《莊子》文本中所蘊含的個體化概念。

榮格學派童話故事分析

榮格認為童話與神話都是集體無意識中最純粹且精簡的表現方式，也是最初的結構。神話故事受到起源地文化脈絡與生存環境的影響，會明顯地反映出族群於所在地創造發展的文化軌跡與歷史脈絡。在神話與傳說或是其他敘事清晰故事題材中，文本的探索過程將能透過與文化素材的重疊，而得到人類心靈最基本的樣板。「榮格學派童話故事分析」的方式，著重於分析拆解故事內容中人物角色的心理動力，以此方式來與榮格心理學派中心理、心靈的概念來作為互動及對話，而這樣的拆解立意與利益是雙向的。閱讀這些古老的故事將對故事中所蘊含的原型力量的象徵增加熟悉、並豐富對象徵的感受、打開對象徵意涵的不同思考角度。如此一來，將能藉由象徵的力量，跳脫出既是個別性又是集體性的侷限。是以，本研究在處理「當謂」及「創謂」三個詮釋層面將採取「榮格學派童話故事分析」的方式來詮釋《莊子》內的寓言故事。而童話故事的分析步驟馮·法蘭茲傳承了榮格的觀點後發展出童話分析的三步驟，分別為分析故事脈絡、擴大與比較，以及把象徵語言轉換成心理語言，其概念如下²³：

²³ 呂旭亞：《公主走進黑森林：榮格取向的童話分析》（臺北市出版社：心靈工坊文化，2017年），頁27-33。

(一) 步驟一：分析故事脈絡。不論童話、神話或者寓言的分析，故事的內容都是從文學領域借來的，要釐清脈絡、理解意涵，可用以下四個步驟逐一檢視。

1. 名稱、場景：這個故事的名字是什麼？任何一個故事，其名字十分重要，為故事命名，定有其道理。故事發生的時間、地點，對於開始情境有個熟悉的架構後，就比較容易辨認原型。
2. 角色、人物：誰是主角？其他角色有誰？內裡共幾個人？以及，誰出現卻沒有出現？其次，也可以從主角的「性別」來辨認特定的故事想要處理的心理問題，判斷這是一個陽性或是陰性的能量受阻礙和發展的故事。故，拿到一個童話故事之後，必須先確定主角是誰，因為之後的分析會緊緊跟隨著這個決定。
3. 劇情脈絡：故事怎如何進行？挑戰是什麼？如何被解決？關鍵重點在哪？有哪些重要和重複出現的意象？場景重複出現在不同的故事中，當意象重複出現時，意味著它所代表的集體的象徵意義很重要。相近文化對於象徵可能有類似的理解，但有些理解可能無法跨越文化的疆界，進行故事分析時，這件事也需要被納入考量。

(二) 步驟二：擴大與比較。擴大法 (amplification) 是透過搜集大量平行對應的素材來擴展解讀的範圍。類似的故事情節、人物，是否也出現在其他的地區或文化？類似的情節，是否也出現在其他的故事中？找出故事與故事之間的共通與連結，就是擴大。但也不只是尋找不同文化的相似故事，確認集體心靈的共享特質，若可以再更進一步比較類似故事之間的差異與不同，則會帶出對於象徵更豐富的理解。把故事中的場景、故事內容、人物抽取出來，進行「聯想」(association)，這將是故事分析的重要工作。這種「聯想」與「擴大」的研究方式，可協助人類來理解自己的潛意識內容，我們將夢與幻想的意象藉由聯想法衍繹、擴大，藉此理解其中的心理訊息，讓我們對自己所處的生命景況有更豐富、寬廣的看法。在此可以對人類心靈預設了一個假說，假定人的內在有一個核心真我 (Self，或作「自性」)，它對任一個獨特生命

的發展有獨特的意圖，而藉由潛意識的意象和象徵的語言與自我對話，自性的出現是有目的性、有意義的。不論是童話、神話、寓言是集體無意識與人類意識的對話，將故事的內容抽取出來，並將故事中意象擴大、聯想，這個動作看似拆散故事的整體，其實不然，因為我們仍須從心再將之放回故事的情節脈絡中，與情境相連。童話分析，就是把故事看成人的夢來分析，細看其中的每個意象及其背後的象徵，透過擴大與其他類似故事的連結、對照和比較，即可辨認人類共通的原型，走向集體無意識的繁複與豐富。

(三) 步驟三：象徵語言轉換成心理語言。第三階段，就是把象徵轉換成心理知識，把故事中的古老神秘意象帶入當代自身生活，讓童話引出我們對於此刻自身內在的深刻理解，這將是心理學與傳統詮釋文學方式看待文本不同之處，童話分析在此與文學分道揚鑣。榮格童話分析主張，依隨著時代環境的不同，對於同一個故事的解釋也可能大異其趣，但若故事的詮釋無法回應當代社會的集體心靈，將無法留存在我們心裡，也就會消失無蹤。所以，回看《莊子》內中的故事之所以能歷久彌新，代代相傳，其中必然存在當代人心靈仍然能夠相應的內涵。

綜上所述，個體化的歷程是吾人終其一生的功課，而《莊子》認為回歸自性須與「以道為生命歷程之根本原則」相互配合，而由此方能展開生命有機體之整體性及系統性。個體化的歷程觀賦予生命系統真實之意義，且對生命體之自我保存，能具有超乎表面現象的引導職能。若從「目的性」來觀察生命的個體化歷程，吾人可以發現：生命之目的就在生命所經歷的各個生命經驗當中，亦即在生命出機入機中不斷循環往復。是故生命目的之講論，不可被吾人之心理取向及思想模式而有所牽制，反而應該保持吾人理性之主動性，以就生命自身來論生命，就自然本身而論自然，如此，方能在達到個體化歷程整合自性的目的前後，仍能保持生命系統的一貫性及生命體之完整性²⁴。故本研究將把

²⁴ 葉海煙：《莊子的生命哲學》（臺北市：東大圖書股份有限公司，2015年），頁228-229。

榮格學派對於童話故事詮釋的概念嘗試來對《莊子》進行詮釋方法上的應用，使吾人能藉《莊子》寓言洞察與體悟如何回應自己的生命與共同的環境，如此一來，《莊子》內的生命實踐之道就會繼續被傳述與延續，成為人類共同的文化資產，也為心理、心靈療癒創造出了新的可能。²⁵



²⁵ 呂旭亞：《公主走進黑森林：榮格取向的童話分析》（台北市：心靈工坊文化，2017年），頁33。

第二章、莊子的生命實踐之道

第一節、莊子的「寓言」

先秦時期的文明脈絡、原始思想並不如現代工商社會這般的狹隘。古人看待世界的眼界是擴張的、且具多面向的。生命真實的樣貌是個體生活之外圍繞著太多吾人不熟悉、甚至沒碰觸過的現象。一花一世界，世界（本體）之外還有世界（客體）。個體能感受到的世界之外有許多其他世界同時並存並在。多面向、多層次地組構成多元性的存在，熟悉與陌生、真實與幻象、傳說與經驗等不斷錯雜混同，分不出彼此，然而也不必區分彼此。亦因有這樣的文化累積，其時的莊子才會選擇使用這樣的寓言形式來表達的特殊生命選擇。莊子對生命精神的洞見與智慧，顯然和那時代的一個連續性、多層次、擴張衍伸的世界觀，有著相當密切的關聯。《莊子》書中沒有所謂正統唯一、也沒有千古不易的真理，但莊書有幾個相近似的世界觀相疊互滲，由是乎產出各色各樣的解釋，而這也《齊物論》中「三籟」的哲理反思與應用，「地籟」是展出不同的實然發生的人、物現象，反映著吾人感受、覺察後產生的各種各類經驗（此即是「人籟」）。人籟與地籟二者襯出那不可言喻的玄遠玄妙的「天籟」。地籟由它成立，是萬物的自然常然，人籟與之交互反應，使吾人們能自創層出無窮的眼界及解釋。

當吾人的實踐生命使之不斷趨近「道」，內在心靈與外在形體的身心合一之間的距離將逐漸縮短；反之，當生命背離了「道」，二者融合之間的距離變愈來愈遠，終於自性與本體之分裂，以及生命自身之崩解，而現象與本體在吾人生命中的意義便再難以融合為一。「道」建立生命之本體，同時賦予生命現象無窮的意義，其目的為使吾人能藉外而內，並由內而外的交互整合，使身心一致，物我同一。故，「知道」「體道」、「悟道」即為了「行道」，「道」乃一切生命活動之準則，知與行在「道」的引導之下，相即相應，一齊朝生命之整合前進。莊子以「道」為思想與行動之唯一指標，因此他屢以「道通為一」的原則運用來解決生命二元分裂、對立的問題。莊子將「道」的統合意義賦予、實踐在各種人為活動，使人不因造而不害自然，不害生命之純真之本質，並化

消人為造作所可能創造的問題。於道之中，有即為無，無即為有；行即無行，無行即行；知即無知，無知即知，夢與覺之間也毋需誰來強作解人²⁶。

莊書各篇形容天地、人我、內外、有無等內容萬千、用詞優美且饒富深意，值得細細品味，能有這樣的逸趣主因《莊子》一書不僅傳遞信息而能激發閱讀者的共鳴，傳達的結果不在認知層面知識的增加，乃在激蕩起內在心靈反思與覺察。莊書的文字在間接的喚起的傳達裏的成功，喚起的生命情態本身，激起自由天放的共鳴，就等同點燃了與全宇宙萬物的互應互和的開始。具體來說，莊書裏的藉由故事暗諷內涵的反語性，似非而是，似是而非，文字所述不一定是莊子原意所意指的，這就面對一件事題卻有諸多方面的切入可能，並沒有特定判斷，不定何種見解為是，也不定何種觀點為非。這種「擁多方卻無定斷」的文思哲理使吾人在沈浸在莊書的世界中時能切合自己的生命經驗，激起讀者對於自我生命實踐的思考。在這裏，吾人不得不靠自己的力量盡其所能去親身熟思某事題諸多的方面。這種反復細思的過程，將引領吾更接近心靈與世界的實相，慢慢地使自己的覺察力成長，成長自己，培養胸襟與提升眼光的高度，讓閱讀者各盡各的力去實踐自己的生命價值與意義。

研究莊學是門藝術。《莊子》一書是枯乾的古經文，需要歷史科學來校詁與詮釋，可是《莊子》的生命實踐是門活生生的藝術，不應只侷限在枯燥的說文解字，這就是把《莊子》讀死了。為了論道的需要，莊子有時便直接運用三言，但是莊子雖使用三言卻不受三言所拘束，其認為言語與文字只是用來表達「道」的工具，希望閱讀者不要受文字的框架而有所侷限，《莊子·外物》中有這樣一個概念：

荃者所以在魚，得魚而忘荃；蹄者所以在兔，得兔而忘蹄；言者所以在意，得意而忘言。吾安得忘言之人而與之言哉？²⁷

²⁶ 吳光明：《莊子》（台北：東大圖書股份有限公司，1988.02），頁212-213。

²⁷ 清 郭慶藩 編，王孝魚 整理：《莊子集釋（下卷）》，（台北：萬卷樓，2007.08），頁1034。

「荃」是捕魚的工具，「蹄」是捕兔的工具，故使用荃與蹄的目的是為了能捕魚，既然已經將魚和兔捕到，就不需再太拘泥於工具，因為工具只是吾人為了達到目的的手段，工具是「為了」使吾人能將工作完成。這兩個比喻，只是要說明語言或文字只是工具，言說是我們使用語言或文字如同使用工具一樣，主要是為了傳達內中的「意」，「意」要是能傳達，就應該要「忘言」。

要活讀《莊子》，首先須了解莊書的文句表達有主要的三種方式，也就是所謂的三言—卮言、重言、寓言。對於活讀莊子三言吳光明先生提出了饒富意味的三項觀點：

- (一) 我們可以顛倒先知以西結（第三十七章）的故事而說，莊子空枯的頭骨一直站在我們面前，喊叫要我們活活地站起立起來。這呼召就是卮言，一直向我們卮傾，警惕我們要回到自己，呼召我們復生而好好地活於世上。很奇怪的就是要復生須要成為枯如槁木空骨—要喪我虛己而參與與參籟互響。
- (二) 莊書空髑枯髓的經文，我們愈學習就愈了悟它在放射出古賢及世智的雙重線—它是「重言」。莊子的空頭骨成為我們的了。我們以我們自己的腦髓血肉來充實它，正如我們的骨骼穿著每日生活的血肉一般。
- (三) 這樣一來，我們就了悟現在活生生地站在莊書經文，我們自己，及現實世界的裡面。他的枯空頭骨現在在我們裡面像我們談話了。這種交談就是他的「寓言」，是真正名符其實的「莊學」。這莊學親切織合古文校詁於現世了解之中，使我們切身體會原文真意，直到我們不知道我們的了解莊書，了解自己，及了解現世，到底是莊子的還是我們的。²⁸

是以，本研究認為研究《莊子》，必須切合當下生命脈動，活生生地察悟莊子的原意，活在其中。也因此，莊子於〈齊物論〉中藉「坐忘」的「喪我」由「自我」的概念具體形容，到修養工夫上破除「自我」。破除自我概念，排除掉我框架，超越意識與無

²⁸ 吳光明：《莊子》（台北：東大圖書股份有限公司，1988.02），頁 30-31。

意識的衝突，甚至達到心靈的整合，這是〈齊物論〉帶給吾人具體個體化的啟示。沉浸在詮釋《莊子》一書的章句的世界中對吾人的心靈邁向整合有何助益？此一問題將是本研究的探究核心。

本研究採取榮格心理學派對於象徵意涵的詮釋觀點來對《莊子》寓言進行探究，故事中所拆解分析出的圖像、意象以及它所象徵的意涵，可以回饋並豐富吾人所處的現實世界。在一個純然物質與理性為首的世界裡，象徵的意象很難存活，在刻板的認知框架下，人、物就是人、物，而不是他們所代表的象徵意涵。然而，象徵對人的心靈是重要的，除了生物或物質性，一定還代表了其他意義。《莊子》內裡之寓言故事人物角色與互動更有其象徵意涵，藉由靠近故事、分析故事，會讓我們熟悉寓言內圖像與意象象徵的意義。對於莊子的寓言中人物角色、場景環境、自然現象及抽象象徵可以分為四類：

- (一) 虛擬人物：《莊子》寓言中撰寫了大量的虛構人物，如《德充符》全篇中塑造了六位形象外表殘疾怪異的人物。莊子這樣的用心是為了藉著虛構的這些外表殘畸而內德充實的角色，說明只要一個人德行完備，心智完善，縱使其形體有所缺陷，仍無礙於他成為一個「完整」的人。
- (二) 動植物：《齊物論》：「天地與我並生，而萬物與我為一」點出了莊子的哲學主張，強調「萬物與我合一」，這就使得動植物在莊子的筆下亦有擬人化的特點，故動植物所構成的寓言成為了莊子一書中的重要組成部分。
- (三) 自然現象：在《莊子》中自然現象及其他具體事物都可成為寓言的主角。例如：《齊物論》「夫大塊噫氣，其名為風。……大木百圍之竅穴，似鼻，似口，似耳，似枅，似圈，似臼，似洼者，似污者內中」的風聲與大木，二者之間的互動帶出了後面的三籟的寓言核心概念。
- (四) 抽象事物：除上述三種以外，莊子還賦予抽象、玄想的事物生命，並使之開口說話，充分體現出他的神奇想像。例如於《齊物論》中將「渾沌」擬人化，寓言的核心闡述了莊子個十分重要的思想，即「自然」是一無可分割之整體，若強加人為的造作，儘管其主觀的期待是希望往好的方向發展但仍可能會帶來災難性的後果。

莊子將故事中的比喻交織成天羅地網，相互輝映，而此比喻的變現自在則是莊子心靈自由最具體的明證。寓言中的心靈象徵意義使莊子對生命的哲學概念由抽象而具體，以至於充滿生命意味，而各種比喻彼此相連，相互交織呼應，則展現了莊子哲學的平等精神。²⁹閱讀《莊子》需要無拘束地進出諸多比喻中的世界，嘗試用內在心靈來融入比喻，不斷的以新觀點來運用於舊比喻，在某一情況下活入某一比喻中，而在另一情況下又活入另一比喻中，進而使諸喻相聯，形成心靈世界的網絡為要如此自由出入於很多比喻，反覆浸淫在《莊子》的世界中，對於比喻有不斷更新的體悟與覺察將舊有的比喻徙移出來。莊書就是這種比喻的比喻。

為了融貫能將實相與表象，莊子於是使用了高超的象徵手法，不論是將實相融入在表象之中或表象融入在實相之內，全轉為曼妙生動的象徵，把這些象徵共同組合成一大意義系統。故對莊子來說，人不僅僅是理性的動物，更是「象徵的動物」。吾人藉象徵照見生命之意義，人以象徵挾取心靈與自然融合之機趣。象徵乃意義的結晶，莊子運用象徵，一方面是為了避免產生雙極二分的謬誤，不使思維落入邏輯的陷阱中；而另一方面，則是為了保持心靈的完整性及活動性，以展現生命之實相。在象徵相互交織之際，實相與表象二者相互滲透。可以說，一大生命體中，無處不是象徵，無不可據之以做吾人心靈完整之詮釋，故以象徵的手法來做比喻使莊子生命哲學展現了獨特風貌。「道」之有象有物有精有信，乃莊子對生命哲思裡較特別關注的，透過道之象、物、精、信等實存之義涵，莊子發現心靈轉化之內涵是無比豐富，而心靈轉化內涵之所以無比豐富，乃在於生命之內在精神與外在物質元素可做全面而深廣的整合，這就是象徵手法的高度運用，已超越實相與表象之雙極二分，已超於精神與物質之雙極二分，而終將助成生命一體之超生及一貫之完成³⁰。

沒有象徵人無法可活在世間的。莊子暗示著這世界遠比我們自己的任何「有限」比喻還要大得多了，這是種無比喻的比喻。易言之，這樣象徵手法的比喻既是個比喻也不是個比喻，它是個比喻因其反對其他各種比喻，例如反對以機械來比喻世界。但是它也

²⁹ 葉海煙：《莊子的生命哲學》（台北：東大圖書股份有限公司，2015.08），頁9。

³⁰ 葉海煙：《莊子的生命哲學》（台北：東大圖書股份有限公司，2015.08），頁57-58。

不是個比喻，因為在這比喻中沒有特定的體系及內容去指示或引導吾人。莊子要吾人用自己的生命經驗來創造屬於自己的比喻，自由地活在其中，有時修改它，有時棄絕它，不斷的切合當下經驗去創造新的比喻。莊子象徵比喻的自由體系呈示於諸多故事、神話的混合，每一故事並與其他的故事互有呼應，再以深刻意義反映過來。這種故事象徵互纏織成一框子，一世界，能使我們悠然地徘徊其中³¹。

研究者認為吾人的生命脈動永遠是在動態，對於《莊子》的詮釋一直在吐故納新，日新又新，並不會有完全固定不變的真理。如果詮釋的邏輯本身不動，吾人只永遠老調重彈的重複相同的言說，則《莊子》一書的生命力就死了。對於生命實踐的哲思，沒有一套能適乎萬變的。若果固執於某套特定的思想，將造成與具體事勢割離不相干，終於在思惟上崩塌毀滅。是以，吾人應順應時代脈絡的變遷，自由、貼合的使用更多的思想去應付當前現下的生命脈動。擁有各種各類的概念思想，激盪使之交互共鳴生輝，日日增進於這種思辨與實踐的能力就是進步。

第二節、指向超越的莊子寓言

《莊子》一書的主要內涵主要是以寓言形式呈現之，所謂「寓言十九」。也由於莊書中寓言的大量使用，難免造成閱讀過程中文字意義的混淆及思維脈絡的分歧。但這也似乎是莊子特意如此，且具不得不然的苦衷。全因心靈的象徵是流變不定的，而生命的意義亦是錯雜綜貫，而面對吾人內在心靈進而表詮心靈象徵的語言又有其自身之限制。對於莊子用寓言來破除吾人因知識所產生的框架，學者楊照說：「對於吾人易用自己主觀的觀念來面對、區分生命實相的真偽，莊子於〈齊物論〉中使用了精彩的寓言來顯示一般知識的限制。吾人總依隨自我主觀感受、來理解這個世界，然而每個人的主觀卻總處於變動不止的狀態都，又要如何來確定什麼時間、什麼狀態下的主觀才是『真的』真實、可信的呢？更何況這個世界上有那麼多不同的生物、不同的主觀，吾人又憑什麼覺得自己主觀的感受與理解是真實、可信的呢？」³²，故此，對於找出莊子思想的二元雙

³¹ 吳光明：《莊子》（台北：東大圖書股份有限公司，1988.02），頁 169。

³² 楊照：《莊子—開闢混同的精神世界》（台北：聯經出版事業股份有限公司，2014.03），頁 147。

極的消解之道，可藉由理解莊子齊物的平等精神，齊物論對此齊物平等精神內容繁富且具有多種層次及向度，但其最根本的立足點是莊子的道作為出發，「道」的內容無限寬廣，莊子對於實相界的雙極對偶評等包容了無數的差異，多中有一，一中有多，平等的概念是兼容並蓄、同異並容，一多互融，而不是將世間一切萬物之差異以人為造作的定義壓縮為侷限的平整面或把變化多端的生命廣袤積聚成一點的評等。「平等」作為消解雙極二元對立之原理，將有助於吾人擺脫思想框架的困境。萬物之齊是平等的客觀基礎，而物論知齊，則為化消框架侷限的基礎，主客合一，平等之精神自然朗現。吾人可以界定「莊周式的自由」是一種不爭自由的自由，「莊周式的平等」是一種一不求平等的平等，經由這兩項基礎原理的交互運用，吾人面對心靈中的二元雙極所生之種種問題自可迎刃而解。

莊子所述之「心齋」、「坐忘」乃至「喪我」、「虛室生白」，都是一種入道工夫。在吾人能達「虛而待物」的入道工夫之後，吾人才能與萬物真實的一面相遇。當物能將顯現其真實，萬物始展現了道、德、命、物、理、形的結構，也能見證到萬物物化的發生。物化即是萬物在時間中所發生的變化，在每一瞬間都在遷徙變動，它的變化發自於自身的自然變化。其所來始於無形無跡，最終也不知將何所歸。而一切變化，由「道」的角度來看，道生化萬物只是天機乍現；而由「物」的角度來看，物化的發生乃由於機遇、機緣。莊子通過心齋，把主體的自我意識泯沒，物才能以適己的方式安立。入道的技藝合著預先對物性的了解。「心」猶如巧匠的手有其具體的知覺，隨著物形而變化，心不因激盪而外滑，就可指與物化，讓物自隱蔽的，不現的狀態中將自我顯露出來，而達到神遇的層次，這是由技入道。「道」不可言傳，只有在超出語言封限的二元概念之外，讓物出現在道的震動當中。道的澈底變化，就摧破了語言所呈現的穩定概念，是以莊子以寓言作為基本言語的呈現方式，是為把哲思寄於言外。生死存亡之一體，莊子「入道」的實踐工夫，肯定由現象的不真實性可以「跳躍」至真實性，莊子在此所謂的真實性已並非在日常中與不真實性對列的真實性，而是具有更積極的意義。莊子的心齋、坐忘、喪我，可以使吾人自日常生活中「超越」出來，中止心靈繼續功利的態度或社會世俗的日常生活框架，把握住自己的可能性，甚至達到真實的超越性。

第三節、〈齊物論〉的二元雙極的消解之道

莊子明白了人一生中所經驗到主客體相互認識過程，對於生命現象的種種否定皆因認識的「有限性」而起，在知道、行道的歷程中，所經驗到的各式各樣思慮及各種語言皆具有有限性，須一一的將認識的框架化解消除之，人生的困窘在此，生命超脫解放的契機亦在此。如何經由對認知層面「有限」框架的解構以重新邁向「無限」的道，擁有無止息的生命超越能力，是吾人實踐生命的基本課題，吾人「生活世界」的總相與意義即在此。而因認知所造成的雙極對立將造成生命拓展的有限性，吾人有限的心名「成心」，如合由成心轉為「道心」，即為本研究想探究的生命個體化的實踐歷程，透過體悟生命之有限性以達消解一切生命桎梏的無限之境——「無何有之鄉」，於莊子的眼中，客觀現實中的一事一物皆是相互對立而又相互依存的，並無絕對的自由，若想達到無所依憑的自然無束，就得先無己。因此莊子希望一切順乎「自然」，不執著於物物表象，超脫於現實之外，否定社會活動中人為造作的一切作用，把人類的生活與萬物的生存融合成一體，故提倡人心應不滯於物，追求無條件的精神自由。故，「無何有之鄉」乃莊子最強烈的存在體驗。因此，吾人雖生存於有限世界，卻不必有過度的悲憐，反而此一有限之世界實為成就吾人修道、體道、悟道之場所，所謂「借假修真」，即以有限作為邁向無限的轉折，生命因剝除了「有限性」而能成就「無限性」。莊子之所以能入世而不溺世，出世而不厭世，皆因其體悟了解了「有限」與「無限」之間存在著無數足以轉化成生命內涵的精神元素。是以，生命之由有限道無限的實踐歷程，即吾人是個體化實踐的歷程。陳鼓應先生曾於其著對〈齊物論〉所蘊之莊子指向超越二元對偶的生命義理做如下說明：

齊物論篇，主旨是肯定一切人與物的獨特意義內容及其價值。齊物論，包括齊、物論（即人物之論平等觀）與齊物、論（即申論萬物平等觀）。全篇共分七章：第一章，劈頭提示「吾喪我」的境界，「喪我」即去除「成心」（成見）、揚棄我執、打破自我中心。接著寫「三籟」，述自然的音響。第二章，評「百家爭鳴」

—— 學派間的爭論，以至眾人役役，迷失自我。第三章，指出學派論辯、人物爭論，乃由「成心」作祟，因此產生種種主觀的是非爭執、意氣之見，因而提出「以明」的認識方法。並申論事務的相對性與流變性，以及價值判斷的相對性與流變性，因而提出「照之於天」的認識態度。第四章，歸結到「道通為一」；各家各派所見，不是宇宙之全，不是物如之真，只是主觀給予外界的偏見。再提出「以明」的認識方法。第五章，再度申說：「天地與我並生，而萬物與我為一。」。第六章，例舉三個寓言故事，引申前義。第一故事「堯問舜」一段，寫自我中心之排他性與開放心靈之涵融性的不同。第二個故事「齧缺問王倪」一段，提出「萬物有沒有共同的標準」，申說價值標準不定於一處，並指出人群習於「人類自我中心」之非。第三個故事「瞿鵲子問乎長梧子」一段，描述體道之士的死生一如觀及其精神境界篇末第七章，例舉二則寓言「罔兩問景」一段，喻「無待」之旨。「莊周夢蝴蝶」一段，寫「物化」之旨。³³

依上所述，吾人「心」之認知層面活動表現出兩個面相。其一面它既為自然的天真本性的破壞者（知），而另一方面它卻也是本性在個體化歷程中的通竅（自覺）。心知的有為造作固然將造成德性的蕩喪，但若沒有心的自覺，吾人之生活也無法將德性實現。以這樣的理解做為基礎，吾人須時時覺察、反思，將心知當作「破壞價值者」的角色，也必須意識到「心」作為「實現價值者」這方面的意義。否則，將很難解釋莊子生命實踐之主觀依據，而使一切關於莊子「無為」消化工夫的論述，終將因無所立基而盡告落空。莊子無為工夫之作用起於廓清心知的偏蔽渣滓，令心的「自性」通竅出來。吳肇嘉先生提到「心是德性的通竅」之義，心知顯然不宜輕易地判定為負面意義的觀覺，它對心靈而言確有其不可抹滅的意義在。人的存在是心透過意識活動，透過對萬物的「知」，主體既開展了世界，與客體有所連動，藉此同時也證實了自己的存在。若一個人沒有「知」，也就是說心的活動沒有展開，那麼一切的存在都將無法獲得證實。³⁴而對於〈齊物論〉

³³ 陳鼓應：《莊子今註今釋，上冊》（台北：台灣商務出版社，2011.09），頁 38-39

³⁴ 吳肇嘉：《莊子應世思想研究》（臺北：臺灣學生書局，2011.10），頁 51。

中蘊含化消二元雙極的工夫意涵：「天地與我並生，而萬物與我為一。既已為一矣，且得有言乎？既已謂之一矣，且得無言乎？一與言為二，二與一為三，自此以往，巧曆不能得，而況其凡乎！」³⁵，在如此「滑疑之耀」的邏輯推演下，莊子得到了「天地與我並生，而萬物與我為一」的觀點，一層層融合化消的集合中，正與負的雙極對偶被混同取消了，物與物之間的區別無從建立，時間沒有了絕對的長短區別，於是我與天地同等長久；而物體間沒有了彼此的區別，於是所有的我與萬物混和在一起³⁶。

消解掉「成心」所引發的矯情造作，即為「自然」，也就是使事、物根據內在本具的力量和方向而活動，不受它物干擾影響，故而它不能在現象界中所「呈現」。現象界是由因果網絡所連結起來的世界，其中一切的存在都是依待於特定條件、都是待他而然，於此理而言因果脈絡將不能不受到外力的牽扯，而那便不是「不為而自然者」。所以學者吳肇嘉認為「自然」作為事物的存有根據，一來其既為發生於心理內在的（根據內在於個體自身），二來又是超越認知的（不以作為現象來認識）；於是儘管它具有被主體把握的可能性，但這絕對不是透過「心知」（認知功能）的認識能力來達成的。³⁷

而依此消解的修養實踐進行，面對世界所產生的「觀看」或「知見」即為「境界」。境界一詞所意涵的是對世界的「理解」方式，如同牟宗三先生所提之「主觀境界說」，是指對世界的看法或說明，吾人透過這個知見的系統脈絡把握世界、定位對象，讓主觀中的萬物各歸其位，井然有序。但如若吾人沒有建立這樣的知見，則萬物之存在對主體而言將毫無「意義」³⁸。由此可知，這是由價值層次來談論知見，而非就知識論的現象層次來談。所以在主觀中，依著個體化實踐工夫的不同（方法不同或層次不同），心靈整合的境界將有不同差異的呈現，自性的整合歷程不具備知識性認識的那種普遍性。而學者吳肇嘉對於《莊子》化消心知以達心靈的統合分為四個境界層次：「主觀的境界由低至高共分成四個層次。最高層次的『知』，在主觀中物我渾融為『一』，無有做為對

³⁵ 清 郭慶藩 編，王孝魚 整理：《莊子集釋（上卷）》，（台北：萬卷樓，2007.08），頁 88。

³⁶ 楊照：《莊子—開闢混同的精神世界》（台北：聯經出版事業股份有限公司，2014.03），頁 143-144。

³⁷ 吳肇嘉：《莊子應世思想研究》（臺北：臺灣學生書局，2011.10），頁 74-75。

³⁸ 牟宗三：《才性與玄理》（臺北：臺灣學生書局，1997），頁 178。

象之「物」的存在。」³⁹，〈齊物論〉中指出吾人以成心將物定義出價值高低的區別，指涉萬物存在上的重要性，這種區別的建立。在莊子的角度來看，這實屬世人的妄見，是心知的造作。在真實無妄的觀照下，世界是「一」的連續有機整體，萬物間能由互相成全致自我成全，因此每個物的存在都是有其意義，沒有哪一物能比另一物更「有價值」。

由此可知，吾人之「心知」造成客觀世界的和諧的破壞，心的認知機能，不能離開「對待關係」來把握客體，所以凡在心知的造作所為皆不免是「相待而成」；簡而言之，也就是主體與客體不能擺脫相對性的表象形式。相對性作用的認識能力，將萬物形塑出二元對偶的衝突立場，美或醜、善或惡、是或非、有或無，無形中喻示著個體存在上的該或不該。但這並非事物本來的面貌，而只是吾人以「心知」作為認識對象的方式，以此方式看待世界，事物遭受扭曲是無可避免的。事實上，心知僅能通過觀者的角度來評價事物，它首先以己為是，主觀將自身所處之處謂之「是」，而將相對較遠一方的立足處謂為「彼」，二者形成相對的認識架構。接著則是將「己方」的「是」執著為是非價值的「是」，以此而論，相對的「彼方」則成為負面意義的「非」，如此便構成一個是非價值判斷。由這樣的過程可以料想到，若吾人主觀上的立足處稍有移轉，則作為「是」的那一方也將有所變化，價值之所在將隨著評價者的立場游移，而終無定準。所以成玄英解「因是因非，因非因是」句云：「故知因是而非，因非而是。因非而是，則無是矣；因是而非，則無非矣。是以無是無非，非生無死，無可無不可，和彼此之論乎！」⁴⁰其用意在破除吾人以相對認知的架構作為認識事物的虛幻性，指出「彼此之論」的不足與局限。若以這樣的心知來理解生命、認識萬物，由於主體與客體雙方皆遭受扭曲，心靈主體無法與萬物相諧融合的局面便不得不然。

第四節、〈齊物論〉的生命實踐工夫

一、吾喪我

³⁹ 吳肇嘉：《莊子應世思想研究》（臺北：臺灣學生書局，2011.10），頁 84-85。

⁴⁰ 清 郭慶藩注：《莊子集釋》（台北：商周出版社，2018），頁 67。

南郭子綦隱几而坐，仰天而噓，嗒焉似喪其耦。顏成子游立侍乎前，曰：「何居乎？形固可使如槁木，而心固可使如死灰乎？今之隱几者，非昔之隱几者也。」子綦曰：「偃，不亦善乎而問之也！今者吾喪我，汝知之乎？女聞人籟而未聞地籟，女聞地籟而未聞天籟夫！」⁴¹

《莊子》一書常以師徒間的對話來展示生命修養的境界。師者，乃已得道者；徒者，尚未達道，屬一般通俗之見識。藉由師徒的對話中，反應出各自在生命修持的高下分別。如於《齊物論》中子游通俗識見，只見老師子綦頹然枯坐的外表，無法體會老師精神修養的深度，是以對老師這樣的狀態產生疑惑。而由此帶出兩重觀念「喪其耦」及「吾喪我」，做為全篇的故事的開端，一者「喪其耦」，一者「吾喪我」。「喪其耦」是由子游的角度所見的現象，他依自己眼睛所見臆測其師如枯瘦的槁木般沒精打采地坐著，認為子綦不具以往的神采。於是，莊子藉由通過子游的通俗眼光，對開展出「吾喪我」的主題。牟宗三先生對此做出剖析：「『吾喪我』是一種修養境界，吾是主動詞，相當於英文中的「I」，而『我』則是被動詞，相當於英文中的「me」。在此則點出〈齊物論〉的基礎觀點：放下對比差別，將我相泯除。『我』在此可意指生理、心理自我，乃至道德自我；而一旦有自我的置定，必然將引生自我與非自我間的對立。是以「吾喪我」即指現今「我」已經打開了自我的框架，灑脫自在，而與真實的自然印合。」⁴²

心的平靜恬淡合乎「喪我」的無為的，使心雖順應事件的變化但超越在萬物之上。從自我意識去對世界秩序做自我所定位是沒有意義的，面對永遠的變化之流，我執只會徒然使意識自我矛盾與受苦，一切的活動將脫離「真實」而沒有意義和目標。但若吾人能守住本真（德全），即能明白憂患和邪氣將只是人的意識自我的期待和糾葛所產生的心靈困境，不使其襲入人的「靈府」，得道者的生命活著的時候順著天然而行，離世死去則是物的變化。當吾人之心靈能虛靜下來，對萬物的變化才能先有所

⁴¹ 清 郭慶藩 編，王孝魚 整理：《莊子集釋（上卷）》，（台北：萬卷樓，2007.08），頁 49-51。

⁴² 牟宗三述，陶國璋整理：《莊子齊物論義理演析》（台北：書林出版有限公司 1999.04），頁 15-16。

感，然後才有所順應，是萬物的變化所需要才有所動，故其動是被動而動。外不因事之變，命之行而蕩，內能固守住「德」而不失，所以「德全而神不虧」。去除掉人的成心之知與世故，只是貼合自然的道理，這就回復了人的本真。莊子說明「喪我」而能守住道內所包含的「德」，這樣的工夫正是當吾人面對一切事之變的憂患與邪氣消解掉人的主體意識，自我消失到自我遺忘。「吾喪我」使自我超越於自我之上，正視自身生命的流變，讓德與形能兩不相傷安時順處而走出自己，是面對存有一混沌的開放性。⁴³

二、天籟

子游曰：「地籟則眾竅是已，人籟則比竹是已。敢問天籟。」子綦曰：「夫吹萬不同，而使其自己也，咸其自取，怒者其誰邪！」⁴⁴

牟宗三先生認為「天籟」的意涵即「自然」義，也就是明白「物」的一切自生、自在，自己如此，並無所謂的「生之」者、也並無「使之如此」者。此「自然」是莊子思想嚮往的境界，由渾化一切依待對待而達至的⁴⁵，心靈須由橫面的因果關係中來看，需理解「物」現象的變化，認知活動總是他然，依待於主體與客體間對立的結構關係。至於萬物「價值上」的他然，則屬自我與物的運用關係。人之意識其對象，乃在於心靈有所要求，價值建立在期待能獲得某物的功用來完成其內心的冀望。由於此種種冀望，主體才意識到對象，才覺得對象於自身具有價值。所以心靈一陷落入世間的現實中時，即對外物有所欲求冀望，進而將事、物區分價值層級，心靈起了分別心將對象分別為可用與不可用，重要與不重要，此即為「他然」。故，莊子的《齊物論》正是要衝破此種對於「他然」的依待，化一切有待為「無待」。此無待即為「自然」義。牟宗三先生認為此自然的意境：「自然必由主體中提升上來，從渾化消解一切因依待所綑綁的鍊索而進入心靈

⁴³ 趙衛民：《莊子的道》（台北：里仁出版社，2011.03），頁 182-183。

⁴⁴ 清 郭慶藩 編，王孝魚 整理：《莊子集釋（上卷）》，（台北：萬卷樓，2007.08），頁 56。

⁴⁵ 牟宗三述，陶國璋整理：《莊子齊物論義理演析》（台北：書林出版有限公司 1999.04），頁 18-19。

的境界。」⁴⁶。由客觀方面來探討，此自然為一觀照的境界，其根源不落在對象上，而消解一切他然的牽連，獨體而化。絕對的「無待」，即為所謂「自生、自在、自然」。

至於只著重在思辨哲思玄想卻不將生命實踐之道用於品味生活欣趣的人，莊子將之評為「勞神明而為一」，枉花精力於思索、空談宇宙最後統一的真理，卻偏離生命的本質，此亦人籟、地籟層次的「自限相」。吾人一旦落入意識的機巧分解活動，必然寄望於反省事物總體間的本體，期待能往完整化思維的方向邁進。於是。自以為理智者冀求索得一切事物的第一因（first cause），從事物的因果關係網路中，不斷貫連網絡內前因後果，是以因中有因，果中還有果。莊子此處借子綦的應答寄寓來破除這樣思考迷失的見解：「咸其自取，怒者其誰邪」，咸其字取意指敞開而無所著落，由外馳的因果對偶關係中回歸，就讓世界事物存在其各自的不同，又何須去求索事物間最後的本源本體呢？生命著落的終極關懷，根本不是去究竟是否有發動者還是沒有發動者，而是讓吾人的心靈能真正敞開，無所偏執，而復歸於自然。自然就是自然而然，不被他然所牽連。⁴⁷

《齊物論》全文意在齊是非、超生死，經玄思辯正由有待的經驗世界，將吾人的心思從芒味蔽塞，開覺至「無待」的天籟逍遙。所以，子綦與子游對談中的哲思深意是全文之始，同時亦是全文之終結，此中有辯乎？無辯乎？若能明白通透天籟之主要精義，下文議辯即可有可無；若未上明達，則應知成心所造成意識上的爭辯並無助於真正的體道，明此不明，自然明白莊子此文的本懷。心知的所起的分別作用，不但造成主觀中自我圖像的扭曲，也遮蔽了世界的真相，使吾人的生命陷入困局，不得不斷在對立的關係中與物相認相靡。只要心知活動持續，心靈便不可避免地和世界產生衝突，而在其中漸漸的相互磨損。《莊子·齊物論》藉對此困境的刻劃令人悚然心驚，其云：「其寐也魂交，其覺也形開，與接為構，日以心鬪……」⁴⁸，心知活動不論是大知亦或小知，都將導致「發」、「留」、「殺」、「厭」等一連串過程，一但吾人身陷其中，心靈的沉淪將

⁴⁶ 牟宗三述，陶國璋整理：《莊子齊物論義理演析》（台北：書林出版有限公司 1999.04），頁 19。

⁴⁷ 牟宗三述，陶國璋整理：《莊子齊物論義理演析》（台北：書林出版有限公司 1999.04），頁 39。

⁴⁸ 清 郭慶藩 編，王孝魚 整理：《莊子集釋（上卷）》，（台北：萬卷樓，2007.08），頁 58。

是難以自拔。「其寐也魂交，其覺也形開，與接為構，日以心鬪。」或醒或夢，心知將和客體對象不斷糾纏，為幻象而爭鬥不已。到最後，則是「近死之心，莫始復陽也」的結局，生命在相互的爭鬥中消好殆盡，再也無法恢復原貌，這真是一場可怕的夢魘。儘管如此，這還不是心知所造成傷害的全部。「發」、「留」、「殺」、「厭」的各種過程，並不僅影響心靈的內在活動而已，它的作用還將會牽涉到客觀世界的存在。主體偏離天真自然，勢必與客體發生連動，而受到負面的影響；這便是主觀世界的病痛向外蔓延造成為客觀世界的災難。

莊子對於吾人因「心知」活動所造成心靈的分裂可謂真知灼見，對於眾人日以心鬪，恐懼、機心漫漫不斷，日以繼夜相互征伐，造成心靈的桎梏，只為追逐虛幻短暫的快樂，而使心靈如同槁木死灰。莊子指出天下因一個「我是」，而成是非之根源。吾人為堅持成就一己之「是」，不斷地在心靈與外物間圍出一道道捍衛的疆界和城牆，以言語和框架的「成心」定義，割裂了「自然」之道，也造成了主體與客體之間，層層的隔閡，而所有的起因全於一個「我是」。

莊子指出其寐、其覺、其心、其發、其言、其溺等心知活動將使心靈有層層陷落之狀，並點出一切的根源都在「彼、是」的向外有待，和「非我無所取」之自我中心和向外追求客體的馳騁擴張之患。若吾人能一念返樸歸真，不再執迷向外緣馳，心靈能面對生命真實的樣貌而收斂、積聚生命的能量，將能使心靈有向上超越昇華的契機和動能，而能擁有不同境界之人生。所以「如何放下」物欲、心知之分別執著，使心靈內的二元雙極具有消解之道，是吾人超越昇華生命境界的重要議題。

三、真宰

非彼無我，非我無所取。是亦近矣，而不知其所為使。若有真宰，而特不得其朕。

可行已信，而不見其形，有情而無形。百骸、九竅、六藏，賅而存焉，吾誰與為

親？汝皆說之乎？其有私焉？如是皆有，為臣妾乎，其臣妾不足以相治乎。其遞相為君臣乎，其有真君存焉。如求得其情與不得，無益損乎其真。⁴⁹

覺察出自我的存在，並不代表已經發見存在於生命的真宰，因為此自我覺察是起源經驗的，或是形式的。所謂形式的，可以笛卡兒經抽象思考推演出來的「我思故我在」，這是經驗中反思出的自我。經驗中的自我，也可稱為心理我、情意我。此「自我」並非一真實存在，而是一束束的情緒於其間流動所產生，此一時、彼一時地不斷依待外物變化遷流。莊子於《齊物論》對於吾人各種情緒的偏執有著深切的體會：「喜怒哀樂，慮嘆變慙，姚佚啟態」，自然明白世俗之人不能從此心理我、情意我的層次覺察反思到生命的真宰。莊子認為此心理我、情意我是一種特別狀況的存在，是「非彼無我，非我無所取」的。所以莊子於《齊物論》預設了一個存有觀念，即為「成心」。此成心即是所謂機心、習心。此成心亦是是非、得失等種種比對衍生的根源，成心是生命坎陷所凸現的自我意識。莊子感觸生命偏執的依他對立；人因沈溺在機心的計算而使生命下陷，始衍生種種情態意氣；是故情態意氣並非獨立而生，乃是與機心相依相待而生，各各戶倚。「非彼無我，非我無所取」表示無「喜怒哀樂，慮嘆變慙，姚佚啟態」以上的情態則不顯此成心，而沒有成心亦對種種情態無以顯出執著。在此的「我」可釋為「成心之我」，「取」釋為執取，執著。成心與情態意氣二者是相互倚持地有，缺一不可。「是亦近矣，而不知所為使」則表示情態與自我二者是如此密切，但吾人卻無法得知是怎樣的力量在推動驅使，致使現實生命坎陷至此。

《齊物論》：「若有真宰，而特不得其朕。可行己信，而不見其形，有情而無形。」細細的觀察吾人情意的背後，彷彿能捉摸到生命的真實主宰，可是卻無法實實在在地掌握其端倪；只能在情態的發動中來感受其蹤跡，卻無法在此追尋中得見真宰的形體，它總是惟恍惟惚地有。莊子並非是虛無主義，但「真宰」的實存無法落於經驗層面作思考，

⁴⁹ 清 郭慶藩 編，王孝魚 整理：《莊子集釋（上卷）》，（台北：萬卷樓，2007.08），頁 63。

否則必迷失其真宰，下陷於情態中盲目的追逐真宰的形迹，誤以為經驗中的心理我就是真宰。這也就是人的芒昧性，對於吾人的芒昧性，莊子有更深入的解釋：

一受其成形，不亡以待盡。與物相刃相靡，其行盡如馳，而莫之能止，不亦悲乎！
終身役役而不見其成功，荼然疲役而不知其所歸，可不哀邪！人謂之不死，奚益？
其形化，其心與之然，可不謂大哀乎？人之生也，固若是芒乎！其我獨芒，而人
亦有不芒者乎！⁵⁰

此段承先所述貫徹了解整幅生命坎限的顛倒相。切合吾人於生命現象中往往因為捉摸不著真實的形迹，遂認為超越的境界是無法達到的，因此永遠陷落在世間的對偶關係中打轉。吾人受成心固著的影響，認為生命一秉受了這具體的形軀，便應該永遠不忘地固守它，期待這形軀生命如機括般輪轉，以至於消盡而不會止息。致使內在心靈不斷和環境與外物相違逆順爭鬥，轉輪不惜，就如同馬在奔馳一般，一發而不可收拾。這樣將心靈的能量隨著生命的坎陷耗散，不是最可悲的嗎？吾人之心靈就是如此，終身汲汲役役不斷的向外追逐對象，掉落於計較得失的循環中，終究使心靈益發空虛，無法達至任何成就；心靈能量耗盡，因疲累而漸消之，卻不知其終極的旨歸，莫可安心立命，豈不可哀嗎！心靈如此的消磨下去，縱使能長生不死，又有什麼值得可喜的呢！吾人的形體總是要待至耗散殆盡，心靈也隨之一起消蝕。這難道不能說是生命至深的悲哀嗎？人生的途程難道就只能如此芒昧嗎？是否眾人皆醒而我獨醉呢？⁵¹

莊子以現時生命皆已積習於慾望已久，已因此失其靈明，是以其顯豁而透脫的感觸，勾勒出「機心」計較得失的迹相，藉此對比出成心的存在。將成心的消解是整篇《齊物論》的核心，莊子剖示吾人因成心可能產生的種種生命執相，必由其個體生命身繫於

⁵⁰ 清 郭慶藩 編，王孝魚 整理：《莊子集釋（上卷）》，（台北：萬卷樓，2007.08），頁 63。

⁵¹ 牟宗三述，陶國璋整理：《莊子齊物論義理演析》（台北：書林出版有限公司 1999.04），頁 40-41。

人生的閱歷完成個體化的歷程，並使個人不因情緒意氣而使心靈的根本受影響，始能如實觀照生命的坎現相。⁵²

四、未始有封

夫道未始有封，言未始有常，為是而有畛也。請言其畛：有左，有右，有倫，有義，有分，有辯，有競，有爭，此之謂八德。六合之外，聖人存而不論；六合之內，聖人論而不議。春秋經世，先王之志，聖人議而不辯。故分也者，有不分也；辯也者，有不辯也。曰：何也？聖人懷之，眾人辯之以相示也。故曰：辯也者，有不見也。夫大道不稱，大辯不言，大仁不仁，大廉不嗛，大勇不忮。道昭而不道，言辯而不及，仁常而不成，廉清而不信，勇忮而不成。五者園而幾向方矣。故知止其所不知，至矣。孰知不言之辯，不道之道？若有能知，此之謂天府。注焉而不滿，酌焉而不竭，而不知其所由來，此之謂葆光。⁵³

「未始有物」其實是無法達到的，人與萬物同時存在這世界上，但「以為」就是從人的瞭解上而言，是能夠達到萬物以上的道，這就能超出、超過萬物，了解的只是道達到「至矣、盡矣」極點了。其次是了解「有物」，但萬物之間並沒有所謂「封限」的侷限（未始有封），代表萬物的通流，萬物皆物化並在道間通流。物與物不在形象上做出區分，這是「物之精」層次的「意會，也就是了解到物之回到自己。其次是「物之粗」的層次，這是可以「言論」的，物與物在可見的形象上有其封限，在此言說的層次上，「道」可說是沒有是非分別的。是非是語言概念化所產生的對立概念，在這層次上是將「道」有所遮蔽。此相應於道→意→言→辯的層次，道起於「未始有物」，意則為「未始有封」，而言是「未始有是非」，辯是指「是非」的開始。

道是沒有「封限」的，「道」不封限於任何物中，在此表示道與物是存在著所謂存有論差異的。「常言」表示言語的封限、僵固、道因語言的限制而形成了概念最後都形

⁵² 牟宗三述，陶國璋整理：《莊子齊物論義理演析》（台北：書林出版有限公司 1999.04），頁 40-41。

⁵³ 清 郭慶藩 編，王孝魚 整理：《莊子集釋（上卷）》，（台北：萬卷樓，2007.08），頁 93。

成了區域。「左」與「右」二者雖是並列，但也造成了差別。有前後次序（倫）、有等第差異（義）。有區別區分（分），有言詞辯論（辯）。有心競（競），有據理力爭（爭）。「八德」是四組差別。當道被封限於物，語言亦封限於物中來表現，而使語言成為「概念」表達的工具，就形成了對立概念的區分。有「左」和「右」，已經無形中包含了價值意味；就形成了次序（倫）和差等（義）。在對立概念的一方，形成高下分別的概念。概念的二元化對立是一種區分（分），而這就使語言成為辯論的工具。語言一成為辯論的工具，就成了心競（競）與力爭（爭）的是非開端。在此，學者趙衛民提出莊子是將「道」（意之所隨）→意（意象）→言（形象）→辯（概念）的結構中言的層次，再細緻的區分出論與議的層次的觀點。所謂「論」是言在於意，而「議」則是辯在於言，是還未概念化，辯是言的概念化。「渾沌」即為沒有二元對偶的概念，而此不區分存在於概念化的活動以前。「不分」與「不辯」是相應於存有的隱蔽；如若落入對偶的區分概念，則有「不見」了。⁵⁴莊子雖希望能從道家修養工夫上破除「自我」。心齋正是心的齋戒，其作用是齋戒等同於「自我概念」的「心」。「坐忘」中的「喪我」也是要將自我概念破除，排除掉我們自己，甚至於自我概念。「心齋」的「心止於符」，意謂讓心不侷限於符號性的思考，所以莊子從「彼」與「是」的對立差別，而強調對立的兩方是相依互待的存在，「彼」與「是」的不見與見是相依互補的。否則自「是」的自我同一的立場去看待「彼」，或二者相對而言將形成對立。彼是的對立相因自我概念的形成是源自於「對中心的渴望」，心理將會產生「權威化的壓迫」，總已預設了同一的呈現中心，也就是莊子所謂的「成心」。如果從莊子欲破除二元雙極對偶的立場，在「是」與「彼」的對立關係中，總預設了同一的呈現中心，互相認為對方為較低級的概念，這也就有是非的產生，而後有是非、對錯、好壞、貴賤、生死等一切對立概念。

五、莫若以明

⁵⁴ 趙衛民：《莊子的道》（台北：里仁出版社，2011.03），頁 134-135。

物無非彼，物無非是。自彼則不見，自知則知之。故曰：彼出於是，是亦因彼。彼是，方生之說也。雖然，方生方死，方死方生；方可方不可，方不可方可；因是因非，因非因是。是以聖人不由，而照之于天，亦因是也。是亦彼也，彼亦是也。彼亦一是非，此亦一是非。果且有彼是乎哉？果且無彼是乎哉？彼是莫得其偶，謂之道樞。樞始得其環中，以應無窮。是亦一無窮，非亦一無窮也。故曰「莫若以明」。⁵⁵

萬物的立場不是「彼」就是「是」，從自己的立場出發去看就是「是」，從別人的立場出發去看那就是「彼」。從「彼」的立場就無法看見「是」，從自己的觀點來看只能知道自己。「彼」與「是」是他者與自己相互透視立場問題，從主觀來說，客體是沒辦法觀察到本體的主觀，只有本體才能看得到自己。所以說客體之所以是客體，也是因為來自於有主體的觀點與立場（彼出於是），而有主體的觀點與立場也正因為有他者才能產生（是亦因彼）。因為「彼」和「是」是相互依待的，只有將「彼」與「是」融合為一，才有生成變化（彼是方生）。融合為一的歷程是在澈底的變化當中所成就，所以「彼是」才生成就死滅，才死滅又生成，主體與客體的透視都同時在變化當中，方說可時以不可，才說不可時卻又可了。所以聖人不以自己與他人做區分，而由天來照明他者與自己（照之於天），就是因為他人與自身都處在這變化的環境當中，「生」與「死」、「可」與「不可」的對立概念都用不上。這也就是說明對立概念其實來自於首先區分自己與他人。主體與客體的區分，或當客體與主體陷入相互評價的循環時，就會因見與不見得問題陷入無窮的追逐中。一切都在變化的動態歷程中，是非是同時成立的（因是因非，因非因是）。如果由道的角度來看，主體就是客體，客體也就是主體——「是亦彼也，彼亦是」，見與不見將也是同時成立的。

「彼」可以成立一個來評斷是非的標準，「此」也可以成立一個評斷是非的標準。那果然有「彼」和「是」嗎？或者果然沒有「彼」和「是」嗎？若存有「彼」有「是」

⁵⁵ 清 郭慶藩 編，王孝魚 整理：《莊子集釋（上卷）》，（台北：萬卷樓，2007.08），頁 74。

的概念在，就會產生評斷對立的是非標準，進而也就產生了對立的概念。所以沒有「彼」、「是」的對偶，二者互不以自我概念為中心而來排斥對方，就不會產生對立的是非標準，和對立的概念，這便是道的樞要（道樞）。莊子辯破「彼」與「是」的相依而待，正因「彼」和「是」是相依互代，因此莊子認為從「天」的角度來看，則「彼」和「是」各有其見與不見之處，就消解了由「彼」或是由「此」的概念所成立的是非標準，否則「彼亦一是非，此亦一是非」了。由「天」的角度看見「彼」或是由「此」從見與不見得相依互代，破除二者間的雙極對偶的是非標準，也就化除了對立的概念。對立的立場與概念是相依而待，是以破除對立立場與對立概念莊子稱之為「道樞」，莊子以「道樞」的概念作為破除「彼」和「是」雙極對偶的對立立場的基礎，再去破除對偶概念。以「道樞」的概念摧毀二元概念的邏輯，摧毀邏輯的對偶性。⁵⁶

以上所述，表示出二元雙極對立立場的不同，起因為每個事物以自我為中心，並將自我框架中的標準作為衡量其他事物的標準。莊子意欲摧破這種二元雙極的對偶概念邏輯，能把握道樞才能進入環（道）的空虛中（始得其環中），以此來應付各種不同立場的對立、衝突。環中的空虛正是因為沒有自我的立場，故能在一切的對立概念「之間」呈現「以明」的境界。

六、天地一馬

以指喻指之非指，不若以非指喻指之非指也；以馬喻馬之非馬，不若以非馬喻馬之非馬也。天地，一指也；萬物，一馬也。可乎可，不可乎不可。道行之而成，物謂之而然。惡乎然？然於然。惡乎不然？不然於不然。物固有所然，物固有所可。無物不然，無物不可。故為是舉莛與楹，厲與西施，恢恠憭怪，道通為一。其分也，成也；其成也，毀也。凡物無成與毀，復通為一。唯達者知通為一，為是不用而寓諸庸。庸也者，用也；用也者，通也；通也者，得也。適得而幾矣。

57

⁵⁶ 趙衛民：《莊子的道》（台北：里仁出版社，2011.03），頁142。

⁵⁷ 清 郭慶藩 編，王孝魚 整理：《莊子集釋（上卷）》，（台北：萬卷樓，2007.08），頁74-78。

文中提到「非指」與「非馬」，「指」是稱謂的名稱，可簡稱「概念」或「所指」，莊子認為若以概念來比喻概念的不是概念將會有遮蔽而不周全的表述，既然如此，不若以非概念來比喻概念的不是概念。文中的「天地一指」與「萬物一馬」是在闡述「概念域」。意在表達，凡是概念，總是吾人用以稱謂「萬物」的；在稱謂之後，萬物才「如是」。但萬物仍有其非概念域的部分，亦即存有域，是「道行之而成」；在此存有域中，一切是非、對錯、好壞、美醜等對立區分乃對立概念，將可「通為一」。所以「非指」與「非馬」中的「非」所指的就是這存有域，由於有「非指」和「非馬」的存有域，將造成「指」與「馬」的意義不穩定。所指的概念既然無法穩定，只能在「道行之而成」裏「通為一」。萬物就在「道行之而成，物謂之而然。」中，這也意指了萬物的物化。道之分化（其分也）是為成就萬物（成也）；而道成就萬物的同時，萬物也趨向毀滅（其成也，毀也）。從道的角度來看，「凡物無成與毀」，也是「通為一」。物之成與毀均是在道的運行中，因此莊子認為所謂齊物即為不以成心來區分萬物的價值而寄託於其用（為是不用而寓諸庸），這是不用之用。庸也是用，然而此用是通於道，通於道就是得於道。調適到「得」幾乎接近於道的境界（適得而幾矣）。已經身處於「道」中而不知為什麼（已而不知其然）⁵⁸。將萬物從概念域的遮蔽開顯到存有域，就「無成與毀」。莊子使用非概念的存有域，使雙極對偶概念的二元性泯滅而「復通為一」。

七、莊周夢蝶

莊子藉夢來說「物化」，心靈進行個體化歷程是了解「道」與「自然」的契機，「入道」正是超越於自我意識層面之上，在夢的意象世界，不依賴主觀意識的理智態度，在夢與清醒之間，意象的象徵和現實環境不再有這麼明顯的區分，物化正是達「一」的境界。莊子由夢走入個體化的歷程，蝴蝶隨風而翩翩起舞，心靈既順應著萬物的變化（機遇）而遊戲於天地間，也升起、超越於萬物之上。風是道運行的形跡，是道本身的開放性的顯現（天機自啟），使心靈得以具超越性，而能順應外界的變化而隨機而作。

⁵⁸ 趙衛民：《莊子的道》（台北：里仁出版社，2011.03），頁 155。

是以接受「道」的開放性，也就是開啟吾人心靈的內在可能性，莊子視道為萬物的變化，《大宗師》：「以生為脊，以死為尻，孰知生死存亡之一體者」，是以「死亡」也只是回歸到萬物的變化。不僅生與死是物化，吾人個體化的歷程使自我完整化，莊子也視同物化。了解「道」的超越性，持守住「德」而回復本真，才使生命的變化得以發生，這也稱為物化；莊子由「莊周夢蝶」來講物化：

昔者莊周夢為胡蝶，栩栩然胡蝶也，自喻適志與！不知周也。俄然覺，則蘧蘧然周也。不知周之夢為胡蝶與，胡蝶之夢為周與？周與胡蝶，則必有分矣。此之謂物化。⁵⁹

當人離開自我的主體意識，人是達到與道相合為「一」的融合，此「一」在道中變化中的一，因為達「一」的境界方能保住萬物的差異性，所以「周與蝶必有分矣」。但物化，則回歸到道的運行當中，所以莊周的物化，是真正的人化（心靈的完整化），只不過此時人泯沒了主體意識，不以人的角色而固著，成為在道中變化的萬物之一，離開了個體執著於形軀的狀態。物化是超越人的客觀形軀，將自我與道接合，持守住德而勿失，順應自然而有的運行，正視生命的流變中，在流變中自我成長（個體化歷程），而悠遊在自我轉變的歡愉。莊周夢蝶，是道的真理的詩化。心靈的超越性總是走出自己的意識框架之外，超越道意識層面之外，方能升起至萬物之上，在此心靈超越的過程對「道」對吾人是解蔽的，萬物對其也是解蔽的；萬物的變化，只是道的變化。

不論莊周做夢變為蝴蝶，還是蝴蝶做夢成為莊周，人生畢竟不能在此依止停靠，因為夢境縱使在如何的灑脫適意，總還是虛幻不實，不論莊周抑或蝴蝶終究要各自醒覺，而回到各自的真實世界中。是以，莊周與蝴蝶，必有其自己的本分。易言之，莊周仍是要回頭做莊周，蝴蝶仍也得回頭做蝴蝶。此等蛻變轉化，莊子稱之為「物化」。在莊周夢蝶的寓言中，心靈的進程有三段：初始為「周是周，蝶是蝶」；進而達至「周不是周，

⁵⁹ 清 郭慶藩 編，王孝魚 整理：《莊子集釋（上卷）》，（台北：萬卷樓，2007.08），頁 124-125。

蝶不是蝶」，此一境中「周可以化蝶，蝶可以做周」；最終是「周仍是周、蝶仍是蝶」。王邦雄先生認為莊周夢蝶此中的蛻變轉化，關鍵在於「物」。物乃是形氣物欲的顯現，第一層的狀態是「覺」，心靈被形氣所拘限，為物欲所障隔；第二層的狀態是「夢」，心靈能擺脫形氣的拘限，與物欲的障隔，故莊周能如蝴蝶般翩翩飛舞，想蝶夢周亦當如是；第三層的狀態是「大覺」，心靈超脫於形物之上，又還歸於形物之中。此時心靈所受的侷限框架已徹底解放，形物不再是拘限障隔，而直與萬物冥合。由此可知，「物化」具有兩重意思，一為化解消除形氣物欲所產生的拘限障隔，二是在釋放心靈的過程中，能融入天地達至一氣之化。此時，形氣物欲已能全然消解且融入萬化之中，使本德天真自在，故莊周仍是莊周，蝴蝶仍是蝴蝶⁶⁰。

綜上所述，〈齊物論〉中的生命實踐是吾人「入道」的工夫，經由「喪我」至「物化」等生命完整化工夫的實踐，而與大道相通，進能達至「齊物」的層次，以「廣德」的型態來明白萬物在道中的變化，故意能包容萬物，使萬物回歸到其根源中。喪我所以不以「自我」為執著，是因順應萬物的變動，而放下自己，故「民弗恃」。不與物名，使物能適於己、安於己，故能物自化，這是「使物自喜」。「無為」而能「入道」使吾人能回歸到自己的根源中，順時安處於道的變動無法測度，只是游心於無有之中。

⁶⁰ 王邦雄：《莊子道》（台北：里仁出版社，2011.09），頁9-10。

第三章、榮格心理學的個體化概念

第一節、榮格的個體化概念

在榮格對於心靈的論述中，「自我」(ego)是「意識」的中心，但是在此之上還有一個中心負責整合人類的「意識」與「無意識」，榮格稱此中心為「自性」(self)。當我們心靈中的「意識」或「無意識」不協調時，作為整合的中心的「自性」便會啟動協調兩者使之趨於一種平衡的狀態，而這樣的一種過程便稱之為「個體化歷程」(individuation)。而「個體化」是一種歷程也是一種目的，因為透過這樣的歷程可以讓個體的人格更加完整。榮格認為個體化的歷程對吾人是重要的，因為人須經由個體化的整合才可能愈來愈趨向一個「完整」的人。榮格在其著作《紅書》中曾提述：

他想從外在找到他所需要的。那多重意義你卻只能在你內在找到，而不是在事物裡，因為意義的多面性並不同時存在，而是接踵而至。這些接踵而來的意義不在於事物，而在於你。當你參與生命，他們也就因你而變化。事物會變化，但你果不改變，就注意不到它們。但當你改變，世界的面貌也會改變。事物各種不同的意義也就是你的，想要從事物裡揣摩它是沒用的。故此，孤獨者實際上走進了沙漠，但他卻沒有探索自我，而是探索事物。⁶¹

榮格在其「心靈整合」的哲學中認為吾人所經驗到的生命事件能做為「自我」觀察的一種方式。面對生命的議題的過程能使「自我」在經驗中面對及進入對於「心理現象的認識」，吾人可以藉此釐清或整理自己的心靈。然後，吾人可以選擇改變「任何涵養心靈」經驗的態度。是故，個體化歷程對吾人的心靈整合是重要的，若個體未能進行個體化，將導致吾人可能因內在衝突而產生心理疾患。就榮格的立場來看，若吾人無法透

⁶¹ Carl G. Jung 著，林子鈞、張濤譯：《紅書》（北京：中信出版集團股份有限公司，2016.07），頁 130。

過具有轉化作用的象徵意象來整合自身的各種本能與驅力時，則可能造成在未覺察的情狀下發展出精神病裡的狀態，而精神病理將會阻礙吾人由轉化象徵意象周圍產生身、心、靈的整合。若吾人無法進行整合時，將使自己的心靈與心理處於一個不完全的、破碎的、的狀態。⁶²

故此，榮格心理學家莫瑞史丹（Murray Stein）對於個體化的：「轉化是領悟、是天啟、是突現，而不是自我改善，也不是變得更好或者變成更理想的人。轉化的人是將與生俱來的自性（Self），實現至最大可能，並轉而使其他人受其影響，也如此為之。」⁶³而如何進行個體化，首先須對於榮格所提出的「心靈」的進行不同層次認識及了解。榮格對於「心靈」的架構主要包含了「意識」與「無意識」兩大區塊。針對「意識」，榮格將意識與外部關係的連結區分成四種方式：「意識在生活經驗中的取向便有較明顯的四種方式。感覺（sensation）（即感官知覺）告訴你某些東西存在；思考（thinking）告訴你它是什麼；感受（feeling）告訴你你是否同意它；直覺（intuition）告訴你它何時來，何時離開。」⁶⁴。而對於「無意識」的部分則將之區分為「集體無意識」及「個人無意識」，「個人無意識」又包含了「情結」（complex）、「人格面具」（persona）的形成。除此之外，還有另一種與一般社會「價值觀」相對立的「陰影」（shadow）三個大部分。

榮格認為個體化的過程，心靈就好比是塊堅韌的鐵，在鐵錘和鐵砧之間被鍛鑄為一個完整成形的整體，一個「個體」。當個體要開始進入所謂「個體化」的歷程時，必須先理解，何以吾人需要「個體化」？榮格認為這是吾人生命本所該然的進化歷程：

在意識和無意識中的一方受到另一方的抑制和傷害的時候，它們就不會構成一個整體。……兩者都是生命的面向。意識應該捍衛其理性和保護自己，無意識的

⁶² Murray Stein，黃壁惠、魏宏晉等譯：《英雄之旅-個體化原則概論》（臺北市：心靈工坊，2012年），頁105。

⁶³ Murray Stein，黃壁惠、魏宏晉等譯：《英雄之旅-個體化原則概論》（臺北市：心靈工坊，2012年），頁33。

⁶⁴ Carl G.Jung 主編，龔卓軍譯：《人及其象徵》（台北：立緒文化 2010.11），頁 53-54

混亂生活也應該被賦予機會走自己的路——在我們承受範圍內的 盡可能多的機會。這就意味著同時進行公開的衝突和公開的合作。很顯然，這就是人類生命應該的方式。⁶⁵

榮格認為「個體化」的召喚是為了整合「個體」內在的對立面，因此，召喚的會從「無意識」中的對立面現身並開展開來。吾人個體化的實際歷程通常發生在自我會感到其意願或欲望受到阻礙，意識人格受到傷害時，並以隨之而來的痛苦作為「召喚」的開端，促使意識與個人本身內在的中心（心靈核心）或自性（Self）達成協調。⁶⁶榮格使用「個體化」這一詞彙，主要是為凸顯出一個人變成心理學上的「個人」過程，即始個體變成一個分離、又不可分割的「一體」或「整體」。⁶⁷

由此可知，榮格所謂的個體化概念意謂著將使個體變成一個單一、同質，由於「個體」要和吾人心裡最深層、最內部、不可比較的獨特處相結合，這包含了這些獨特處變成個人的自體。因此，我們可以把個體化理解成是一個「走向自己」或者「實現自己」的過程。⁶⁸榮格也在其著作中曾一再指出個體化與自我走進意識的區別：

個體化與自我走進意識常被混淆，因而自我常被誤認是自體，很自然地產生令人無法澄清的混亂概念。除了自我中心論和自體性慾（autoeroticism）之外，個體化什麼也不是。但是自體比自我包含的東西要多得多……自體不僅是一個人的自我……是指個人的自體，也是其他所有人的自體（selves）；個體化並不是讓自己與世界隔絕，而是收集整個世界成為他自己。⁶⁹

⁶⁵ Carl G.Jung 著，徐德林譯，《原型與集體無意識》（北京：國際文化，2011.05），頁 229。

⁶⁶ Carl G.Jung 主編，龔卓軍譯：《人及其象徵》（台北：立緒文化，2010.11）頁 197。

⁶⁷ 《原型與集體潛意識》，榮格全集，第 9 卷，第一部，第 275 頁。

⁶⁸ 《論分析心理學的兩篇論文》，榮格全集，第 7 卷，第 266 段。

⁶⁹ 《精神的結構與動力》，榮格全集，第 8 卷，第 226 頁。

由上述可知，個體化能達到一種「身心合一」的境界，在個體化的過程中，使得個人與他人或個人與環境有相融合的可能，是一種由小我轉成大我的過程。但這不是一件簡單的歷程，由前節所述可知，無意識層面的許多區塊，是我們平常難以感知的，甚至既使吾人有機會接觸到無意識所發出來的訊息，仍可能被意識給忽略過去。我們很難在一般的狀態之下了解無意識到底要傳達什麼訊息給我們，而這些訊息又對我們自身代表了什麼意義？對此榮格認為：

它們深藏於意識的門檻之下，它們已經發生了，卻被下意識所吸收，而沒有浮現在我們意識的認知當中。只有在直覺的當下和經過一連串苦思冥想後恍悟它們，我們才能覺察類似的事件，本來我們雖可能忽視他們對情緒和生命力的重大影響，但這種重大意卻會再後來從意識中湧昇出來，形成後見之明。⁷⁰

對於潛藏在心裡深處中的無意識因素，由於無法掌握了解。故對於了解無意識所傳達的訊息對吾人來說並不是一件簡單的事，並不一定是可以馬上就可以經由意識給轉譯出來的，但如若能對認識無意識的方法有更深入的了解，把所得到的訊息對自身的生命經驗好好的進行覺察、反思，終有機會可以了解其所帶來對吾人自身生命的重要意涵。即便，吾人選擇忽視它對我們的情緒和生命力的影響，無意識的作用仍會持續不改變，直到有一天吾人能理解。而能使無意識能更自然的浮上意識並與之結合的方法，即為榮格所強調的「個體化」。而如何進行？榮格提出更具體的概念：

當個人釋放過去而得到自由，並且更徹底的生活在當下，此人就可以更關注到無意識，因為它與此時此刻有關。⁷¹

⁷⁰ Carl G.Jung 主編，龔卓軍譯：《人及其象徵》（台北：立緒文化，2010.11）頁 2-4。

⁷¹ Murray Stein，黃壁惠、魏宏晉等譯：《英雄之旅-個體化原則概論》（臺北市：心靈工坊，2012 年），頁 48。

榮格對意識與無意識之間的相互關係與弗洛伊德有不同的洞見，他認為無意識不只是舊有的情結、創傷、或嬰兒性慾等等已受壓抑的材料形式存在。無意識也影響心理動力活躍地存在於當下的一個活生生、不斷演進的方向。掌握這種領悟，將有助於吾人確立現在與未來的方向。生命的無常性，才是人生的常態。面對生命歷程中各種突如其來的負面事件，通常會造成當事人的心理危機，但負面事件仍具有其正面意義，有時負面經驗反而能造成一個有利的態勢，讓潛意識中的黑暗面和理想面都現身出來。如果當事人能將之加以適當地整合，反而能藉著崩潰和重新整合的機會，展現生命的創意，打開意識和生活的新局面。榮格學者莫瑞·史丹認為：「這樣的影響是個結構體，牽扯到個人與集體悠久而複雜的過去歷史，若不加思索的黏付在這些認同上，將阻礙新的人格成長，而更寬廣的生命經驗也將沒有發生的可能。」⁷²，這意謂著我們願意誠實面對自己性格的限制，並能承認自身的缺陷，同時也能欣賞不時脫穎而出的可愛特質。當個人可以由從人格面具及期望會和所有發的認同中解放的同事，也將能夠擺脫過去受潛意識影響所導致的強迫性重複模式。

榮格之所以提出個體化概念其實是在讓吾人了解心靈生活越豐富、象徵生活越寬廣的人，越有能力感受自己的生命及熱愛自己的與命運。吾人需要學習的就是如何來面對那些突如其來的意象、形象和景象，如何去提煉其中象徵意涵。榮格視個體化為一段終其一生不斷的剝離大量無意識素材，並加以意識化的歷程——這些無意識素材所指的是個體經由學習而產生的對人物與客體內射和認同作用，而進入無意識中所累積畢生對人物與客體的認同。因此，個體化的要求永遠不會有一個「完成了」的終點境界，個體化是生命的持續創作，永遠不會有終點也不會完成。⁷³榮格學者莫瑞·史丹即認為：「個體化是與生俱來的一種心理動力（dynamic force），可稱它為一種驅力、衝動，或者是人生階段的一種強迫性的命令。是為了讓存活的個體能完全體現自己，在

⁷² Murray Stein，黃壁惠、魏宏晉等譯：《英雄之旅-個體化原則概論》（臺北市：心靈工坊，2012年），頁47-48。

⁷³ Murray Stein，黃壁惠、魏宏晉等譯：《英雄之旅-個體化原則概論》（臺北市：心靈工坊，2012年），頁42頁。

所經驗世界的時空環境當中蛻變成真實的自己。」⁷⁴而個體化是屬於個人的，每個人所遭遇的生命經驗各不相同，所以個體化並沒有有一定的公式可遵循，每個人在受到不同的情結、人格面具、陰影、原型等因素影響之下，而個體化的內涵也是因人而異，對此榮格提出個體化具有個人專屬性：

由於每個人都有與生俱來的生命法則，因此從理論上講任何人都有可能遵循這一法則並獲得人格，即獲得完善。然而，由於生命只能以單位（個人）的形式存在，因而生命的法則往往表現為個人所經歷的生活。因此，儘管客觀的心理是普遍的、一模一樣的，也就是說，所有的人都具有同樣的最初的心理條件。然而，如果這種客觀的心理想要成為現實只能變得個體化。因為他只能通過個體的人表現出來，此外別無他法。⁷⁵

榮格認為個體化歷程是為了調合自我與本我的衝突所產生的舉動，換而言之，也是讓自我意識和人格做有意義的擴展。以最嚴格和明確的意義上來看，內心召喚是個「墮落天使」。它使吾人得以看到最後的道德抉擇，沒有經歷這個整合過程，吾人將永遠不可能融合意識和人格。高尚與低劣、善良與邪惡、真實與虛偽總是在內心的召喚中混為一體，令人難以分辨，並使人感到困惑無比。而內心的召喚也為我們打開了一個混沌、虛假和絕望的空間。」⁷⁶。下一章節將繼續探討榮格心理學中的雙極思考與化消的概念。

第二節、榮格心靈地圖解析

一、意識（awareness）

⁷⁴ Murray Stein，黃壁惠、魏宏晉等譯：《英雄之旅-個體化原則概論》（臺北市：心靈工坊，2012年），頁22。

⁷⁵ Carl G. Jung 著，陳俊松、程心、胡文輝等譯：《人格的發展》（北京：國際文化出版公司，2011.05），頁175（CW17，§307）。

⁷⁶ Thomas B. Kirsch 著，李開敏等譯：《給追求靈魂的現代人》（台北：心靈工坊，2013.10）頁160。

對於「意識」的意涵，榮格認為「當一個人思考意識是什麼時，某種令人讚嘆的事實令他留下深刻印象：宇宙的一個事件同時在內心產生一種形象，亦即變成意識。」⁷⁷而意識的產生榮格認為是由潛意識所誕生出來的：

因為我們的意識不是自己創造的，它來自不知的深層。童年時，它緩緩地醒過來，走過生命，每天早晨，它從潛意識狀態的深度睡眠中醒來，猶如一個逐日從潛意識原始子宮出生的孩子。⁷⁸

榮格並在其學說中將「意識」區分為應對「內部」及「外部」兩大區塊，而「自我」則為意識的核心。透過將內部意識及外部意識做出區分，將有助於我們釐清內在「心理活動」在運作時，到底是受到「意識」或是「無意識」在作用。易言之，透過對「自我」的認識可以知道自己的感知作用被啟動，將有助於我們整理自己的思緒，除了可以認識自己外，也可以為失序的心靈找到整合的方法。而意識在榮格的學說中有四種功能，分別是「感覺、思考、情感及直覺」：

首先我們有感覺，即我們的感官機能。我把感覺理解為法國心理學家所謂的「實體的機能」，即通過我的感官機能所給予我的、被我意識到的外部事實的總體。

79

吾人與外界的連結的主要來自於各種感知（觸覺、聽覺、視覺、嗅覺、味覺）讓吾人置身於「感知鎖鏈」（sensory chain）之中。而感知鎖鏈也同時限制了我們對於這個世界可能的認識。由於吾人的知識形成是根據我們的感知，而且無法超越感知，因此感知也成為吾人探索表象世界主要的障蔽⁸⁰。而意識第二個功能為「思考」：

⁷⁷ 「巴塞爾討論會」，私人出版，1934年，第1頁。

⁷⁸ 《心理學與宗教：西方與東方》，榮格全集，第11卷，第569頁以下。

⁷⁹ CG. Jung 著，儲昭華、王世鵬等譯：《象徵生活》（北京：國際文化，2011.05），頁14。

⁸⁰ Georg Northoff 著，洪瑞璘譯，鄭凱元審定：《留心你的大腦》（台北：台大出版社，2016.10），頁203-205。

第二種能夠識別出來的機能是思考。……思考以其最簡單的形式告訴你——事物是甚麼，賦予該事物一個名稱。它增加了一個概念，因為思考就是知覺和判斷（德國哲學家稱它為統覺）⁸¹

思考的意涵即為：「我透過反思和反思關於我正在做、所相信的事情等，來取用我的自我」。易而言之，「我」透過語言和命題綁在一起，並且用語言和命題來表達的我的知覺、信念和知識，而間接取用我的自我。「我」是透過概念來取用我的「自我」。在笛卡兒知名的主張「我思故我在」的描述裡，吾人自己的思想是取用自我本身的直接渠道；簡單來說，我們的思想就是我們的自我。⁸²而接下來意識的第三個功能為「情感」：

第三種你能夠識別的機能在日常語言中有一個詞語叫情感。……情感通過 它對事物價值的情感體驗把情況告知於你。⁸³

榮格認為「情感」具有「意識」辨別性，是一種理性的機能，其具有價值的判斷，而這樣的意識判斷是屬於理性的範疇。因此也可以合理地推斷，「情感」是可以受到「意識」控制的。在榮格的論述中，其認為使用「情感」可正確表示個體現正處於「理性」的狀態，並受到「意識」所控制的；但如若使用「情緒」時，則明白的表示個體的「理性意識」正處於失控狀態中。意識最後一個的第四個功能為「直覺」：

最後一種被定義的機能——直覺——似乎非常神秘。而且大家知道，我也像人們所說的那樣「非常神秘」。那麼，這就是我的一種神秘主義！直覺是一種機能，通過

⁸¹ CG. Jung 著，儲昭華、王世鵬等譯：《象徵生活》（北京：國際文化，2011.05），頁 14。

⁸² Georg Northoff 著，洪瑞璘譯，鄭凱元審定：《留心你的大腦》（台北：台大出版社，2016.10），頁 750-751。

⁸³ CG. Jung 著，儲昭華、王世鵬等譯：《象徵生活》（北京：國際文化，2011.05），頁 14。

它你會發現即將來臨的東西，而這是你實際上不能做到的。但是直覺會為你做到這一點，並且你還會相信它。⁸⁴

綜合上面榮格對於「意識」的功能所做的敘述，我們可以發現意識是我們的心靈和存在的標竿特質之一。心靈性狀態就是吾人所經驗到的狀態。他人沒有辦法可以經驗到除了自子的心靈性狀態。換句話說，心靈性狀態是各自獨立的。最重要的是，自己的經驗和心靈性狀態，都只特定針對自己，以及由自己出發的特別的視角。簡單來說，心靈性狀態是透過第一人稱視角經驗的。讓我們將意識與身體做出比較。意識和他的心靈性狀態，是主觀且私有的：心靈性狀態只能透過個人的第一人稱視角來經驗和取用，無法被別人以及透過他人的第三人稱視角的觀察來取用。⁸⁵也由此可知，每個人都是其自我意志的化身、而意志的本性是力求生活——意志即是生活意志。故從根本上來看，每個人都是一個以自己為中心的自我。而「自我」與外部世界的互動，整個實際世界都是由於意識的內在活動所促成的；簡而言之，離開主體就無法想像客體，否則便會產生矛盾。

除了主體之外，整個客體世界都只是表象，也永遠只是表象而已，因此，完全為主體決定。換而言之，客體世界具有超越的觀念性，但並不因此而成為幻想或純粹外相。它表現為自身本來相狀，即表象，其實是一系列的表象，這些表象間的共同聯繫便是充足的理由原則。⁸⁶而了解「意識」的功能才能對個體化歷程的意義做進一步地探究，榮格學者莫瑞·史丹認為「意識」與「個體化」間的相互關係，必需從兩方面同時進行，一方面由對人格面具的無意識認同中給抽離出來，而另一面則從阿尼瑪/阿尼姆斯的原型當中抽離出來。吾人對於這些心理內在結構和對其內容物的依附及認同，必須透過有意識地反思和分析才能將框架或界限有所鬆動。經過這樣的歷程，自我意識和其他心靈結構間的距離就可以變得更為寬闊，這也構成了個體化歷程中的分析運動。若把心靈看作是一動態的歷程，將能明白認同某些心理結構（如：人格面具、個人情結與陰影、原

⁸⁴ CG. Jung 著，儲昭華、王世鵬等譯：《象徵生活》（北京：國際文化，2011.05），頁 16。

⁸⁵ Georg Northoff 著，洪瑞璘譯，鄭凱元審定：《留心你的大腦》（台北：台大出版社，2016.10），頁 563。

⁸⁶ 叔本華著，劉大悲譯：《意志與表象的世界》（台北：志文出版社，2000.6），頁 38。

型模式或集體潛意識)將使自我膠著在經由無意識所獲得的客體當中，而這將對個體化運動更上一層樓造成阻礙，若要了解自己的獨特性 (uniqueness) 進行個體話，意識便必須從這膠著所造成的阻礙當中解放出來。⁸⁷

綜上所述，可知當「自我」的意識發展成為心靈的重心後，「自我」即成為心靈的主體，而「無意識」則成為客體。因此，當「無意識」浮現被自我「意識化」時，「無意識」若受到「意識」的壓抑則造成二者的對立；換言之，這種分裂代表著榮格提出的「自性」的「不完整性」。故下節將進行意識與無意識的對立造成個體化歷程阻礙的探討。

二、個人無意識 (unconscious)

在「自我」的形成過程中會受到「個人無意識」及「集體無意識」的影響或干擾。「個人的無意識」包含了「情結」(complex)、「人格面具」(persona)及「陰影」(shadow)三大區塊。而這三大區塊則和教育與社會文化息息相關。若將以榮格提出的「中年危機」為轉點，將人的一生分為上、下半場，從「人生下半場」的角度往前回溯來對「個人無意識」進行覺察、反思，則可發現個人無意識的形成過程。在此人生轉折處的「自我」承載了在「上半場」中因受到生命經驗造成心理創傷所壓抑的「情結」，以及為適應社會化歷程所形成的「人格面具」等因素影響所造成在「人格」發展的不健全，除此之外，另外也包含了與一般社會「價值觀」相對立的「陰影」也因世俗禮教而需將「陰影」在人格面具下給潛藏起來。造成了「意識」與「無意識」的分裂與對立。雖然因社會化歷程造成了二者的「分裂」或呈現「對立」的狀態，但榮格卻認為「意識」與「無意識」是完整心靈整體缺一不可的要素。如上節所述，榮格認為在「意識」與「無意識」的之上還有一個中心，而此「中心」即為「自性」，其具有調和「意識」與「無意識」使之整合的功能。而將「意識」與「無意識」整合的過程，榮格即稱之為「個體化歷程」，意即將二者成為內在不可分割的整體。

⁸⁷ Murray Stein, 黃壁惠、魏宏晉等譯：《英雄之旅-個體化原則概論》(臺北市：心靈工坊，2012年)，頁61-62。

對於榮格所提出的「個人無意識」的在此進行說明，榮格將「個人無意識」劃分出四種機能。第一種機能為「記憶」：

內部心理層面的第一種機能就是記憶。記憶或者再生的機能，把我們已經淡出意識的事物、變成下意識的事物、被拋棄或者被抑制的事物連接起來。所謂的記憶，就是再生潛意識內容的那種能力。它是我們能清晰地在其關係中---即在我們的意識與實際上尚不可見的那些內容之間的關係中---識別出的第一種機能。⁸⁸

由上述可知，個人所遭遇的生命事件在「意識」的層次中所形成的經驗也會因為某些因素而進入「無意識」的層次，意識為了能有效面對生活環境，會使某些記憶進入「無意識」中。所以吾人對於所遺忘得某件事，而在某些時刻「無意識」地想起。而第二種第二種內部心理機能則是「主觀偏見」：

意識機能的主觀構成。……。無論客體可能是甚麼，有意識機能的每一次應用，都始終伴隨著或多或少難以接受的、不正當的或者不應有的主觀反應。⁸⁹

榮格認為這是個體的一種主觀偏見，也只有當我們能夠認識到這一點時，才有機會開始自我檢視關於這種「想像」是否具有修正的空間。榮格發現「意識」會隨著外在環境的進行而進行所謂的「想像」，而此「想像」通常都是很主觀在進行或建立在「自我」的價值觀上並對外在環境與事物進行投射。而這樣的投射這對吾人面對生活環境而言有利也有弊。第三種內在心理機能是「情結」：

因為這正是情緒和感情參予其中的地方。它們明顯的不再是機能，而只是 事件。

因為在情緒中，.....你正當的自我被撇開了，一些別的東西佔有了你的位置。我

⁸⁸ CG. Jung 著，儲昭華、王世鵬等譯：《象徵生活》（北京：國際文化，2011.05），頁 21。

⁸⁹ CG. Jung 著，儲昭華、王世鵬等譯：《象徵生活》（北京：國際文化，2011.05），頁 21。

們說，“他瘋癲了”，或者“魔鬼在控制他”，.....類似於此的東西發生在情緒上。你完全被支配了，你不再是你自己，你的控制力幾乎為零。這正是一個人被他的內層所掌握的那種狀態。⁹⁰

某個層面來說榮格認為第三種內部心理構成已不再是一種機能。「情結」代表著意識受到「情緒」所掌控，而上一節中針對「情緒」與「情感」對於意識的影響亦做過討論，故對於二者之差異在此不再贅述。在「情緒」的背後所隱含的是「情結」，而「情結」的產生大多是個人在生命歷程所遭遇的負向經驗，是屬於個人在「意識中」所不願面對並進而壓抑進入「無意識」。不過就個人在面對生命負向事件時所經歷的「條件性」與「時間性」歷程來說，此一「負向事件」構成的「條件」消失或減弱時，「情緒」會因時間因素而漸趨平靜，而在「意識」的控制層面下，「情結」也會因事件的消失或緩解而暫時不再對「意識」造成支配。相對的，但也正因如此，在這樣的生命脈絡下，「情結」就是吾人所必須去面對和整合的。這也是一種自我認識的途徑，藉由覺察在面對甚麼樣的「事件」會讓自己的「情緒」失控，反思在失控的內裡隱含著甚麼樣的「情結」，是自己無法去面對的。唯有能發現自己問題的時候，才能為解決問題往下邁進。換言之，此是一種內在的轉化，而經由這種轉化可以讓「個體」進行蛻變，並創造更自在的心靈空間。接下來榮格提出了第四種內在心理機能「侵襲」：

第四種重要的內部心理要素就是我所說的侵襲（invasion）。在這裡，陰影層面、無意識層面取得了完全的支配地位，以至于它可以侵佔有意識領域。實際上，它是一種特殊狀態，在這種狀態下，一個人被他的潛意識所控制，任何東西都可能從他那裏產生。一個人會以或多或少正常的方式失去自我控制。⁹¹

⁹⁰ CG. Jung 著，儲昭華、王世鵬等譯：《象徵生活》（北京：國際文化，2011.05），頁 22。

⁹¹ CG. Jung 著，儲昭華、王世鵬等譯：《象徵生活》（北京：國際文化，2011.05），頁 22。。

就個人陰影層面而言，可將之區分為個性上的陰影及人格上對立面的陰影。前者屬於個人意識已知的部分，例如，對於自身條件的自卑或其他心理上及身體上的缺陷……等，而在榮格的論述中，他也將個性上的陰影歸類為「情結」的一種，理由是其發現當個體在對陰影時，往往會受「情緒」的影響而產生波動；而後者所指涉的陰影，則是屬於個體人格的對立面，例如：與社會道德觀或價值觀所相排斥的想法與慾求等，此「陰影」則不易被「意識」所察覺。而榮格使用「侵襲（invasion）」這個字彙是因為其認為「意識」受到比「無意識」更強烈的控制；而就時間性而言，「侵襲（invasion）」所受到控制的時間會比「情結」更長。在榮格的學說中將這種「意識」受到控制的情況中分為兩種，一種是屬於受到外在靈魂因素所控制的「意識」的現象，這一類通常會在宗教經驗中發生；而另一種則是屬於個體在「無意識」中的自發行爲所產生的現象。榮格認為在吾人的「無意識中」蘊藏著許多不同的「原型（archetypes）」，而這些「原型」會在某些時刻中從「無意識」浮現，進而取代「自我」的位置對個體進行控制。而榮格學者莫瑞·史丹吉提出「原型是心靈能量與模式的主要來源」⁹²的論述。其認為「原型」在個體中將因個體的「自我」態度、成長、或所面臨的生命事件或問題，而呈現其作為修正或補償「自我意識」的暗示。但是，這樣的暗示通常不為「意識」所採納，更甚可能會受到「意識」的壓抑，故結果也通常造成「意識」與「無意識」的對立。因此，意識與無意識對立的範疇中，則必須透過「自性（Self）」的整合才能讓「自我」獲得成長，讓個體化的歷程更趨向「完整」。接下來將針對「情結」、「人格面具」、「陰影」、「原型」與個體化歷程的影響做更詳下的論述，以期能對於榮格所架構出來的心靈世界有更完整的圖像。

三、情結（complex）：

榮格認為情結的產生是吾人在經歷生命創傷事件之後壓抑所產生的負面情緒遭到意識的壓抑所形成的精神碎片。是心理內容的一種混合物，它可能是痛苦的情感沉澱，

⁹² Murray Stein 著，朱侃如譯：《榮格心靈地圖》（台北：立緒文化，2007.04），頁 110。

而且通常是吾人不願公開的部分。它穿過厚厚的人格面具，直到內心的黑暗層面。⁹³榮格反思其生命經驗並在其自傳中亦曾對情結可能造成的影響作出論述：

情結干擾意志的意向，攪亂意識過程：它們會製造騷擾記憶、阻礙一連串的聯想，他們能自由決定出現或消失，在短時間內困住意識，或用潛意識影響言談與行動。簡言之，情結的行為有如獨立體，是非正常心理狀態下非常明顯事實。精神病患聽到的聲音，甚至能攫住一個人的自我性格（ego-character），就像神靈的自我性格透過自動書寫和類似的技巧來顯現自己。⁹⁴

榮格認為「情結」的作用會影響「自我」的活動，對人格的發展、個體意識造成影響，甚至導致精神疾病的產生。而「情結」對於「自我」具有有正、負向的影響。負向的一面將造成「個體意識」可能受到「情結」的控制，榮格提出：

因此，「情結」除了造成生理上的變化外，同時也直接干擾個體「自我意識」的控制能力；換言之，這一種情結會形成另一個自我。⁹⁵

榮格認為情結具有意志力，可以把它歸為「自我」的東西，所以在其研究中發現，在精神分裂的情境下，情結會從有意識控制中解放出來，直至顯而易見的程度。而除可能會控制或干擾意識外，「情結」的影響範圍深廣也不一，它也可能對身體的機能造成強弱不同的影響。榮格對於具有特定壓力和能量的情結，認為有形成其自身的一些人格傾向。這樣的情結能量將使腸胃不適，使呼吸不舒暢，或使心臟活動受干擾。⁹⁶是故，當負向情結的能量反噬，造成干擾或控制個體自我意識時，此時個體即須透過分析來將情結做出整合，此即為吾人個體化歷程的一種開始。

⁹³ CG. Jung 著，儲昭華、王世鵬等譯：《象徵生活》（北京：國際文化，2011.05），頁 41。

⁹⁴ 《精神的結構與動力》，榮格全集，第 8 卷，第 121 頁。

⁹⁵ CG. Jung 著，儲昭華、王世鵬等譯：《象徵生活》（北京：國際文化，2011.05），頁 59。

⁹⁶ CG. Jung 著，儲昭華、王世鵬等譯：《象徵生活》（北京：國際文化，2011.05），頁 59。

四、人格面具 (persona)

何謂「人格面具」？榮格認為，個體為了能夠增進個人對周遭社會的適應，將由自我認同之集體中的片段所建構出人格面具來的。換而言之。人格面具其實是「集體心靈的片段」(segment of the collective psyche)，但「人格面具」會模仿個體性(individuality)。因此，如若沒意識到這是「面具」而並非真實的人格的話，它的存在將變成個體化隱微的敵人，榮格認為：「人類有種模仿的心理能力，雖然它對集體的目的有最大的效用，但對個體化來說卻最具破壞性。」⁹⁷。

而又是什麼原因造成吾人慣以人格面來與環境互動？部分的原因是由於對「人格面具」的認同感及熟悉感。在吾人面對社會化的過程中，它提供了一個心理與社會層面的認同，不過羞恥感也是一個主要的形成因素。人格面具保護吾人免於羞恥，避免羞恥可能是發展和緊握人格面具最強大的動機。榮格學者莫瑞·史丹認為：「吾人的行事若與所採用的人格面具相互抵觸，將會感覺罪惡或是深感羞恥心。」⁹⁸，人格面具是吾人用來生存於所處環境，也希望能獲得他人喜愛。是以，常常吾人不希望自己與他人有太多的不相同，而個體間的本就存有差異性，由人格面具終結處連接陰影開始處，將令使吾人感到羞恥。

榮格發現人格面具的主要來源有二：主要是為了符合社會條件與要求的社會性角色，其一是受到社會期待與要求的引導，另一為受到個人的社會目標與抱負影響。⁹⁹由此可知，「人格面具」的主要發展方式，主要是經由「教育」，經由教育使個體能學習怎樣在所處的文化脈絡環境生存下來。榮格提出由出生至青春期結束的這段期間，是自我意識發展的穩固期，這段期間主要學習來源包括家庭教育、學校教育。對於人個面具的產生方式，榮格提出以下見解：

⁹⁷ Murray Stein, 黃壁惠、魏宏晉等譯：《英雄之旅-個體化原則概論》(臺北市：心靈工坊，2012年)，頁37-38。

⁹⁸ Murray Stein 著，朱侃如譯：《榮格心靈地圖》(台北：立緒文化，2007.04)，頁148-158。

⁹⁹ 吳光遠著：《讀懂榮格》(台北：海鴿出版社，2017.03)，頁93。

在出生和心理青春期結束之間這個階段，意識得到了最為重要和廣泛的發展，……這種發展在自我和以前的無意識心理過程之間建立了牢固的聯繫，從而將這些過程與它們在無意識中的來源分離開來。通過這種方式，意識從無意識中產生了，就如一座剛剛從海洋中升起的島嶼一樣。我們通過教育和文化來鞏固這個過程。實際上，學校教育就是一種有目的地加強意識的形成手段。¹⁰⁰

上述的加強意識的形成手段，即為「人格面具」的發展。藉由家庭教育、學校教育的社會化過程，使吾人學習到面對周圍環境的有效應對方式。例如對於自己本能慾望的隱惡揚善、追求共同的社會價值、塑造自己的良好的社會形象等，都是「人格面具」的形成歷程。「人格面具」的優點可以使吾人更是於社會生活，但也可能使有些人會因為習慣這種面具的人格而讓個體原本的自我消失，當吾人愈盲目的追求、接受社會制度所塑造出來的價值或形象，愈容易使「自我意識」被人格面具取而代之。

榮格使用「人格面具」這個詞彙是認為這個面具的人格是吾人為了符合週遭環境的期待，在此期待發展下的人格，而這通常不會是個體真正的人格。人格面具是我們面對生活環境的保護層，但太過認同「人格面具」將造成吾人對於真實人格認同的混淆，而如何解析出「人格面具」所造成的影響是幫助個體化歷程的重要因素。而為使能順利將人格面具由人格剝離開來，榮格將剝離的過程分別敘述出來：

有識者也許認識自己本身，這是他的界限。

我痛苦地消去自己假裝了解的外在於我的。

我把自己從意義的狡猾圈套裡拉出，那是我給予外在於我的。

我的刀切得更深，把我從我給自己的意義中分離開去。

我切進骨髓，直到意切有意義的從我身上掉下，直到我不再是我眼中的自己，直

到我只知道自己存在而不知道自己是什麼。¹⁰¹

¹⁰⁰ Carl G. Jung 著，陳俊松、程心、胡文輝等譯，《人格的發展》（北京：國際文化，2010.05），頁 53-54。

¹⁰¹ Carl G. Jung 著，林子鈞、張濤譯：《紅書》（北京：中信出版集團股份有限公司，2016.07），頁 298。

一開始需藉由覺察、反思目前個人經年累月所追求及塑造出的社會形象，繼而知道外在賦予我的形象與價值，並不是真正的「我」。我將我學習到並進而行使加諸在自己身上的外在意義從我的真實人格驅離開來。我不再用社會的價值來看待我自己，我開始進入我的內心發現我的真實人格，而不在被外在變化的幻象所蒙蔽。這樣明心見性的工夫將在第四章有更深入的探討。

五、陰影（shadow）：

榮格對於「陰影」認為是人格中的下生部分，所有個人與集體潛意識因素的總量，由於這些因素無法與被選擇的意識態度共存，所以這些因素便在生活中被隱藏起來而拒絕表現出來。因此，陰影在潛意識中便被整合成具有相對自主、但又倒行逆施的「破碎般的人格」（splinter personality）。陰影成為意識的補償，所以它的影響既可以很消極，也可以積極。榮格提出：

陰影將與主題相關但又不願承認的東西都人格化，也將他直接或間接地強加在自己身上，例如，性格中的下生特性，和其他不相容的傾向。¹⁰²

榮格認為吾人應當聆聽「無意識」所發出的訊號，因為當「意識」陷入某種混亂或偏執而無法自覺的時候，「無意識」將會在適時的透過「夢」或其他方式來警告個體，「夢」是無意識發出訊號的特別形式，透過夢，吾人將有機會熟悉自己性格的各個層面，而由於各式各樣的原因，吾人對於「夢」通常並不太注重，就如同吾人寧願不要太仔細注意自己的性格。對此榮格認為：

當我研究幻想時我才知道，無意識會經歷或引發變化。在我自己熟悉煉金術後，我才認識到，潛意識是一個過程，精神的轉形或發展，乃是藉著自我與無意識的

¹⁰² 《原型與集體潛意識》，榮格全集，第9卷，第一部，第284頁。

內容搭建起某些關係。在個人方面，這種轉變可以從夢和幻想中推斷出來；在集體生活中，主要殘留在各種宗教體制及變化的象徵裡。透過研究這些集體轉變過程即透過了解煉金術的象徵，我得到我的心理學的關鍵概念：個體化過程。¹⁰³

對「夢」的解析即為是榮格所說的「對陰影的認識」(the realization of the shadow)。榮格以「陰影」(shadow)這個詞彙來表示性格中潛意識部分，因為這個部分經常以人格化的形式在夢中出現。當接收到無意識的警訊時，需要針對心靈因意識與無意識相互衝突所造成混亂或偏執的作出修正及調整，而這個過程也就是榮格所謂的「個體化」(individuation)過程。此過程的意義在於整合「意識」與「無意識」二者的對立關係，進而促使個體的人格更臻圓滿完整。榮格對此用圓球作了一個比喻：

心理是由兩個不相稱的半球組成的，二者一起構成一個整體。人們往往認為自我意識能夠吸收無意識，至少希望這一個解決的辦法是可行的。¹⁰⁴

但實際上，這樣的思考方向是有誤的。若稱意識為「善」，而陰影為「惡」，吾人堅持意識的立場，就無法消融你的形象，因為善只是你整體的一部分，無法以善來消融善，只能以惡來與善互相消融。因為善與惡互相交融吾人將感受到力量結合，最終通往死亡。沒有惡，心只是個有缺陷的半球。是故，當吾人開始「意識」到「陰影」時，應該採取甚麼樣的態度面對之呢？是應該消滅「陰影」或是與之共存呢？對此問題榮格認為：

如果我們能夠看見陰影(Shadow)。並且能夠容忍有陰影存在這一事實，那麼問題的一小部分就已經得到了解決：至少我們已經把個人無意識挖掘了出來。陰影

¹⁰³ C.G Jung 著，劉國彬、楊德友合譯：《榮格自傳—回憶·夢·省思》(台北：張老師文化，2008.03)，頁 273。

¹⁰⁴ Carl G. Jung 著，徐德林譯，《原型與集體無意識》(北京：國際文化，2011.05)，頁 228。

是個性的有機部份，因此它希望以某種形式與個性聚合一體。它的存在是不會因為人們對它有所爭辯就加以排除的，它的危害也不會因把它理性化就可以消滅掉。這是一個異常困難的問題，它不僅向整個的人提出挑戰，同時還使人意識到自己的無能為力。¹⁰⁵

陰影並非無意識性格的全部，它代表的是未知或所知甚少的自我屬性與特質，而這些屬性與特質都是屬於個人的範圍並且是能夠被意識到的。在某些層面來說，陰影也包含了個體人格生活之外的來源所延伸出來的集體部分。當吾人企圖了解自身的陰影時，便會開始覺察到那些自己否認、別人卻能一清二楚的看見及了解的性格特質和衝動。陰影經常在衝動和不經意的行為中顯現出來。在吾人還未能即時思考之前，陰影所驅動的邪惡的念頭已經蹦出來，策動陰謀，使人做出錯誤的決定，面對不願見到的意外結果。除此以外，陰影所受到的集體無意識的影響，遠較受有意識性格的影響大得多。¹⁰⁶

無意識中的「陰影」最後會成為吾人個體化歷程的助力或是阻力，端看我們怎麼面對它。只有當陰影的聲音被吾人忽視或被誤解時，它才會展露出敵意。使得在某些特定狀況下，吾人必須以其本性中較惡劣的一面來面對外在生活環境，而壓抑其較良善的一面。在這樣的情況下，陰影可能會用冷靜且消極的知識份子形象出現，消極的陰影是被意識給壓抑的，是有害事情判斷和消極思想的化身。因此，不論採取何種形式，陰影的作用總是與自我呈現的對立面，使自我在別人身上最不樂見的種種特質得以具體化。若吾人努力保持誠摯，並運用洞察力，或許會比較容易使陰影統整到意識人格內。但不幸的是，這樣的嘗試不見得能奏效。在一個人的陰影中，含有某種強大的驅力，即使連理性也無法克服。是以，面對自己內心的陰暗面是將陰影的整合到意識人格內的重要歷程，榮格對此整合的歷程有一象徵性的敘述：

¹⁰⁵ Carl G. Jung 著，鴻鈞譯：《分析心理學—集體無意識》（台北：結構群文化事業，1990.09），頁 48-49。

¹⁰⁶ Carl G. Jung 主編，龔卓軍譯：《人及其象徵》（台北：立緒文化，2010.11）頁 201。

在這個時刻你需要邪惡。當你注意到你的力量走到終結而渴求開始的時候，你必須把他從你的形象扯回虛空裡去，而通過對虛空的連接你就能把在你之內的形象消融。這樣你就贏回了自由，由此你就任壓迫的連接裡已事物拯救你的力量。¹⁰⁷

若如前述將個人心靈分成意識（自我層面）與無意識（本我層面），意識的陰暗面可能是屬於一種內心糾纏的情結，雖然表面外部的自我層面好好的，但內裡的本我層面卻已生瘡長膿。但並非所有的自我陰暗面都會有可怕的情結，同理，在任何自我的正面，也都可能有其本我的陰暗面。這種本我的陰影根植在人類的心靈中，長久以來構成人類的文化母題，而有榮格著名的「原型」之說。例如，男人具有其女性化的陰暗面（或叫陰影），榮格稱為「安尼瑪」；女人也有著男性化的陰影，榮格稱之為「安尼姆斯」。¹⁰⁸而陰影及隱藏、受壓抑的部分，絕大部份可以回溯到我們動物祖先時期，因此整個無意識歷史方面都被包涵進去，陰影深受集體無意識的影響。如果因此相信人類陰影是萬惡之淵，便可以對其做更進一步的觀察研究來加以肯定；個人無意識中的陰影層，不僅由道德上應受指責的傾向構成，也顯現出大量的好品質，如適應的反應、正常本能、具有創造性的衝動、實際的頓悟力等等。¹⁰⁹

六、集體潛意識（Collective unconscious）

榮格經由對神話與童話的研究中發現人類文化中的集體潛意識原型：

原型的概念……是從多次觀察研究中得來，例如世界各國文學中的神話和童話都有明確的動機，這種動機到處可見。今天，我們活著的個人幻象、夢境、極度興奮和錯覺中都會發現相同的動機。我把這些典型形象和聯想稱作原型。¹¹⁰

¹⁰⁷ Carl G.Jung 著，林子鈞、張濤譯：《紅書》（北京：中信出版集團股份有限公司，2016.07），頁 206-207。

¹⁰⁸ Carl G.Jung 主編，龔卓軍譯：《人及其象徵》（台北：立緒文化，2010.11）頁 15。

¹⁰⁹ 《基督教時代》，榮格全集，第 9 卷，第二部，第 266 頁。

¹¹⁰ 《過渡的文明》，榮格全集，第 10 卷，第 847 段。

榮格所提出的心理原型中指出人類本我的普遍性質，一直以象徵的表現像人類自己顯現，包括神話與巫術的現象及宗教儀式。榮格認為，吾人用自我創建文明，而文明卻不斷遮掩本我的心裡原型，造成吾人只看到文明，卻看不到自性。¹¹¹許多的自然象徵源自於心靈的潛意識內容，因而彰顯了基本原型形象的種種變體，許多狀況下，還能經由溯源的方式，返歸其原初的根系——意即吾人在原始社會與最古老的紀事中所接觸到的觀念和形象。在此榮格表達出文化象徵通常是用來表達「永恆真理」，許多宗教至今仍然使用文化象徵。這樣的文化象徵是歷經了多次變形，甚至是或多或少的經有意識的發展過程，最後才演變成現今文明社會所接受的集體形象（集體潛意識）。

我們也在潛意識中發現了許多不是個人後天才有、而是遺傳下來的性質，比如，沒有意識的動機而必須採取行動的本能（衝動）。在這「更深」的層次中，我們也發現了……原型……本能與原型一起形成集體潛意識。¹¹²

榮格認為「集體潛意識」是具有普遍意義的，而且是由吾人生活環境中的日常習慣中所構成的，而集體潛意識與個人潛意識的區別差異，榮格也做出以下的的詮釋：

我之所以稱為「集體」，是因為他不像個人潛意識。它不是由個體和特殊的內容所構成，而是具有普遍意義的東西，由那些習慣發生的事物所構成。¹¹³

這些文化象徵乃是關鍵性的組成要素，一但將它們連根拔除，使其轉入潛意識中將釀成無法想像的後果。榮格認為在表面上消失的心靈能量將會轉化成鼓動與強化潛意識中的力量，振奮起種種內在運作的心理動力，或許，這些動力不曾有機會完整的在我們的意識之中來表現自己，在他的研究中發現：

¹¹¹ Carl G.Jung 主編，龔卓軍譯：《人及其象徵》（台北：立緒文化，2010.11）頁 15。

¹¹² 《過渡的文明》，榮格全集，第 10 卷，第 847 段。

¹¹³ 《精神的結構與動力》，榮格全集，第 8 卷，第 133 頁。

這樣的傾象形構出一道「陰影」，如影隨行，悄悄伴隨著意識的心智，而具有潛在的毀滅性。即使在某些環境條件下，這類傾向可能努力做出好的影響，但只要它們被壓制，就會轉變為邪靈。¹¹⁴

在榮格的觀點來看，原型的真正本質很有可能是無法被意識到的。因為原型是超驗的，因此也可以稱類精神狀態（psychoid）¹¹⁵。榮格雖然提出原型可能對於意識造成的負面影響，但其實原型也對自我的成長具有正面意義，榮格在此也對原型的內涵也做出描述：

原型本身是虛空、純粹的形式，中間別無他物，除了特權再現的可能性。再現本身並非遺傳而來，它們只是形式而已，從這個角度來看，它們在各個方面都與本能一致，而本能也只能被形式決定。當它們都不能以具體的形式出現時，原型的存在和本能的存在一樣不能被證實。¹¹⁶

綜上所述，個體化的過程是將意識與無意識的整合過程，所以整合的目的並不在於「消滅」或「忽視」；而是為了要清楚的對「自我」進行認識，並理解這些承載於「自我」身上的「分離物」對於「個體」的意義為何？如果能對它們清楚「認識」時，即表示保持了一種區別的距離；換言之，即是「整合」完成。而接下來的工作則是要進行「合體」，也就是將「分離物」整合的過程。然而，這些「整合」的過程總是會附帶「情緒」的產生，因為情緒的來源可能是來自「情結」；也有可能是來自「個體」所不願面對的「陰影」。

¹¹⁴ Carl G.Jung 主編，龔卓軍譯：《人及其象徵》（台北：立緒文化，2010.11）頁 96。

¹¹⁵ 《精神的結構與動力》，榮格全集，第 8 卷，第 213 頁。

¹¹⁶ 《原型與集體潛意識》榮格全集，第 9 卷，第一部分，第 79 頁以下。

第三節、個體化歷程中的雙極對偶之融合

根據前面所提及榮格對於個體化的說法，其認為「個體化」是將分別呈現對立的「意識」與「無意識」融合為一個統整的整體。「意識」與「無意識」的分裂會造成人格的「不完整性」，相對的；「意識」與「無意識」的整合，是否代表能使人格更臻至圓滿與完整？然而心靈的起點是處於「分裂狀態」或是「完整的狀態」？是本來分裂我們在使其統合？抑或是本來為一體我們經由後天的學習使之分裂而再使之統合？對此榮格提出他的見解：

在長時的過往中，原初心靈就等於人類性格的整體，當人類擴展了意識，他的意識心智也跟某些原始的心靈能量失去了接觸，甚至還渾然不知有那原初心靈的存在。¹¹⁷

這段論述顯示了人類心靈本來為一混沌的狀態，並無所謂的意識與無意識的區分，是經由後天的學習方才造成二者的對立。然而發展此一融合整體，是因存有一個作為彼此調和的中心即「自性」。然而這樣的分裂又而由何來？雙極是如何產生？當定義之後，即開始產生分裂，意識的形成其實就是造成分裂的開端。我們經由社會化的學習過程中，不斷的去定義世界也定義了自己，而這也造成了個體開始面臨意識與無意識的衝突過程，對此榮格提出了以下的見解：

你把區別忘掉，直到它成為唯一的方向，這也屬於你的救贖。這樣你就從對好與壞的認識那老舊的詛咒理解放出來。因為你能以自己最好的判斷來把好與壞區分開，只追求良好而拒絕邪惡，哪怕是你自己做出的。你不接受你的根，不再吸取

¹¹⁷ Carl G.Jung 著，龔卓軍譯：《人及其象徵》（台北：立緒文化，2010.10），頁 102-103。

深處的黑暗養分，你的樹就會生病枯萎。所以古人說，亞當吃下了蘋果後，天堂的樹就枯萎了。¹¹⁸

亞當吃下了蘋果後，可以理解是社會化的開始，而當意識與無意識開始作出分隔後，意識即開始作用，吾人即開始以世俗所定義的善惡來面對自己，並以此概念來衡量自己的良善與邪惡，善惡的認識是無法征服的詛咒，但生命的完整需要黑暗。當區分出善惡時，吾人就無法再接納惡，吾人將為追求善而摒棄惡，心靈會因此無法完整受苦。而這也造成將逐漸愈來愈遠離真實的自我。吾人必須對自己的人格面具產生質疑，並試著去感受潛藏在人格面具背後的陰影與情結，才有機會使自己往前邁進朝向「真我」，而個體化的歷程也就是為了能化消雙極思想所造成的衝突困境。因此，「自性」透過個體化的歷程將有助於個體的「意識」與「無意識」的對立衝突，進而轉化成另一種「互補」的關係性質，達到一種相互「平衡」的狀態。

當吾人藉由個體化歷程進行整合後，人格雖未回復到原初的「完整性狀態」，但對於心靈來說卻創造了一種「意識」與「無意識」的平衡關係。也只有當吾人使雙極限聯結時，才能感知到完整狀態的無限。其實，吾人最大限制就是「自體」，也只有意識到「真我」受困於狹隘地自體之中，才能和潛意識的無限性有效的產生聯繫。有了這層的認識，吾人將感受到自己同時是有限的也是永恆的，既是此又是彼，化消了雙極的衝突與對立。¹¹⁹榮格認為想像是具有積極的、有目的的創造，積極想像意謂著意象有自身固有的生命，若意識層面不加以干預，生命經驗的各種象徵性事件的發展將按照其固有的邏輯而發展。是以，積極想像是了解無意識心靈的一種途徑，關於破壞性和創造性心靈經驗之間的差別榮格提出如下的見解：

創意歷程要有活躍的原型無意識，要讓它發展成形，最後竟其功。要賦予原始意象形式，如同將它翻譯為現代語彙，透過這個翻譯每個人都可以重新找到進入生

¹¹⁸ Carl G.Jung 著，林子鈞、張濤譯：《紅書》（北京：中信出版集團股份有限公司，2016.07），頁 275。

¹¹⁹ C.G.Jung 著，劉國彬、楊德友合譯《榮格自傳—回憶·夢·省思》（台北：張老師文化，2008.03），頁 403。

命深層之源的入口，而這個入口是直到那一刻為止都被禁止進入的。這就是藝術的社會意義：藝術持續教育每一個時代的心靈，讓缺乏的形式一一浮現。(……)跟原始意象說話，彷彿是跟一千個聲音說話，它也抓住、掌控，同時高舉它在不卻定、脆弱狀態下所描畫的外在是物；他在人類命運面前高舉個人命運，同時將所有救援力量在我們之中釋放，讓人類可以逃離所有危險，甚至在最長的黑夜裡存活下來。¹²⁰

榮格學者 Marta Tibaldi 將「積極想像」具體區分為四個階段，於階段一的過程中，吾人將面對無意識中浮現的訊息，將可能看見心中的風景、植物、動物和人物，自性的呈現往往是以某種動物為象徵以代表我們的本能，以及本能與外在環境間的連結樣態或關係（所以在神話和童話中，常會看見許多良善的動物）¹²¹。這個與週遭還境和宇宙的自性關係，也很可能是源自於吾人的心靈世界與整體世界有某種內在連結，與外在世界是如此，與內在世界亦然如此¹²²。榮格認為自性在此可以被描述為一種內在與外在衝突的補償，因為自性是一個結果，是被個體化後所成就的目標。¹²³個體化與同一性狀態的意識發展同步，因此個體化的歷程是意識範疇及心理意識生命的擴大。¹²⁴

此時，個體與集體動力並不呈現對立狀態，而是同步發展以實現心靈的完整。經由個體實證確認，在開始進行任何差異化過程之前，必須先適應所屬文化的集體規範，唯有此條件狀況下，「集體」才能成為顯現個體人格的背景，而不會產生社會適應不良的問題：

¹²⁰ 榮格著，〈心裡學和詩意的藝術〉(Psicologia e aret poetica)，《榮格全集》，第 10 卷，p.353

¹²¹ Marta Tibaldi 著，倪安宇譯：《積極想像：與無意識對話，活得更自在》，(台北：心靈工坊文化事業股份有限公司，2017.06)，頁 181-183。

¹²² Marta Tibaldi 著，倪安宇譯：《積極想像：與無意識對話，活得更自在》，(台北：心靈工坊文化事業股份有限公司，2017.06)，頁 84。

¹²³ Carl G.Jung：《我與無意識的關係》，(收錄於第 7 卷，Boringhieri 出版社，都靈，1983 年)，頁 235-236。

¹²⁴ Carl G.Jung：《我與無意識的關係》，(收錄於第 7 卷，Boringhieri 出版社，都靈，1983 年)，頁 464-465。

個體化為目標之前，必須先達到為了生存而適應必要之集體規範這個教育目的：
一株植物要能培育到它特性所能的最茂盛狀態，首先得讓他在土裡扎根。¹²⁵

個體化有效的引導性概念，可讓人看清所有進化的過程、深層的心靈需求以及各種潛在的阻礙，同時往實踐「自性」方向邁進。榮格歷史學者索努·山達薩尼(Sonu Shamdasani)針對《紅書》中探討「我」與自性的關係，有如是論述：「榮格認為，每個人都有能力與自己對話。而積極想樣不外乎是一種內在對話形式，一種戲劇化思考，重要的是不去認同所產生的思想，擺脫那些思想是自己產生的幻覺。」¹²⁶所以積極想像的重點並不在於對這些幻想進行詮釋或了解，而是體驗與感受它們。積極想像方法是一個工具，讓吾人能有方法覺察意識與無意識的對話方式，對話的過程中如若投入幻想，應以字面意義看待之，而在面對詮釋幻想時，則應從象徵角度對待之。在吾人能了解心靈內在生存、運作及與集體意識的互動，因此積極想像方法實務與個體化歷程不可分離，運用連結外在與內在事件、個體與集體、意識與無意識、自我與本我、小我與自性等等之間的互相連結和補償關係，吾人將能實踐心靈整合和完整人格建構歷程的積極部分，啟蒙主義哲學家稱之為「幸福論」(eudemonism)：人有好的代蒙(daimon)，用心理學的術語來說，人跟「自性」成了好朋友。¹²⁷這個歷程將通往幸福。

¹²⁵ Carl G.Jung:《我與無意識的關係》，(收錄於第7卷，Boringhieri 出版社，都靈，1983年)，頁 pp.464。

¹²⁶ Carl G.Jung 著，林子鈞、張濤譯：《紅書》(北京：中信出版集團股份有限公司，2016.07)，頁 310-311。

¹²⁷ Marta Tibaldi 著，倪安宇譯：《積極想像：與無意識對話，活得更自在》，(台北：心靈工坊文化事業股份有限公司，2017.06)，頁 145。

第四章、《莊子·齊物論》的榮格心理學詮釋

第一節、《齊物論》中所蘊含的榮格「個體化」實踐

榮格於對十六世紀鍊金術士 Gerard Dorn 的著述深感興趣，相信唯有當個人與「一元世界」(unus mundus) 達到象徵式的結合，鍊金的傑作才算完成。而「一元世界」是上帝創造萬物第一天時的潛在宇宙，此時一切都未分開，全部皆為一體。榮格認為，一元世界是「一切經驗存在的永恆根據地，正如個人人格中的『本我』，是人格過去、現在、未來的起源與發展基礎」榮格認為 Gerard Dorn 洞察了「個人與超個人的『宇宙魂』(Atman) 的關係或同一，也是個人『道』與普世『道』的同一」。¹²⁸榮格的心靈鍊金術概念正如莊子所欲表達的天人合一境界，《莊子》所為「自然」即是在提高生命的知覺悟性，已見識存在之本質、萬物之一體性、生命存在的巨鏈。此一生命實踐之道深深與榮格個體化概念契合。榮格認為要使吾人破碎的心靈達到整合圓融須追尋自性合一，踏上屬於個人的個體化歷程，榮格對於個體化歷程提出一套精闢的見解，其發現人的意識及行為深受內心陰影、情結、集體潛意識的影響不斷追尋外在事物希望能填補心靈的空洞，殊不知卻也因這樣捨本逐末的慾望追逐造成心靈不斷耗能終致自身心靈枯竭。但其實吾人在忙碌、快速的現實生活中實難覺察自性的追尋應反求諸己，向內探尋，把自己破碎的心靈碎片藉由個體化的歷程一步步將之融合統整。因此，所謂的「個體化」歷程就是不斷的指認出個體需與之共處的異己元素然後再進行吸納及整合。而當「個體化」的工作愈加成功時，個人的人格也會相對變得更加成熟圓融。在整個「個體化」過程中至關鍵點，厥為對原型象徵語言解讀能力的培養，而這個部分正好可以透過對鍊金術士語言的解析來練習。榮格認為心靈鍊金術歷程的趣味之處則在於藉由透過外在物質元素的融合冶煉，而鍊金術士個人也得到了內在靈魂的整合。這個現象要能夠發生，必然要

¹²⁸ 安東尼·史蒂芬斯 (Anthony Stevens)，薛絢譯：《夢，私我之神話》，初版 (台北縣新店市：立緒文化事業有限公司，2000 年)，頁 406-407。

肯定上述所提及榮格主張的「一元世界」(unus mundis)假說才行¹²⁹，《莊子》書中蘊藏了對生命的熱忱與關懷的哲理，細膩的詮釋人因五感六慾外求成就與刺激造成內心的枷鎖與耗竭，並以豐富的寓言和神話來諷刺及隱喻人-我之間對偶的矛盾與衝突，而莊子對於返璞歸真的朝徹見獨工夫正也是榮格心靈鍊金術的具體實踐方式。

榮格深受道家《太乙金華宗旨》一書的影響而領悟出了「個體化」的概念，榮格的觀念中善以一種二元對立的關係來對現象進行詮釋，而這種對二元對立的狀態的詮釋目的是為使要此狀態保持著動態上的平衡關係。而莊子在《齊物論》的世界觀中，希望能建立一個對「自然運行原理」本身的超越性的論點，而所謂的「超越性」點明了「道」的原理是難以把捉的，因為「道」是一般社會議論的層次無法掌握，是超過言語與文字的，只是一個「自然、逍遙、自適、巧妙、無目的的造化安排」，莊子希望吾人要善於體會這個「道」，而且著眼於對「道」的理解才是人間智慧的極致。杜保瑞先生認為《齊物論》主要欲建立的觀點為「追求逍遙自適」，而達至逍遙字適的主要精髓便在於「卸下人類繁重的心理包袱」，進而打開心裡空間追求至人境界。當心理空間被打開時，吾人在面對命運與需求時，將能自然而然的採取「安時順處」、「隨順命運」的態度，任何的生活框架與界限都將不再有適用上的絕對性：

「吾喪我的工夫」就是要讓「天籟之聲」出現，「天籟之聲」的出現，就是要引出「超越性的道」的出現，認識「超越性的道」就是認識人類生存要追求的最高境界的根本原理。「道」有超越性，所以不易認識，之所以不易認識，因為人類心靈有執著、有糾結，所以要先在心理上做功夫，就是這個「吾喪我的功夫」，然後才能領會這個「天籟」，然後才能認識這個「道」。¹³⁰

「吾喪我」的實踐工夫就是把主觀框架中的一切觀念、概念、想法、情緒、感受都與以化解摒棄，讓「我」不出現，若能化消我的執著，那麼自然的天籟便能靈活自在的

¹²⁹ Jeffrey Raff 著，廖世德譯：《榮格與鍊金術》(新北市：人本自然文化，2007年)，頁15-16。

¹³⁰ 杜保瑞：《莊周夢蝶》(台北市：書泉出版社，1995.02)，頁38-40。

呈現，當「喪我」的功夫實踐至極致，體悟「天籟」的呈現將之把握就能進入了「道的超越性」之中¹³¹。由「道」的超越的境界中便理解了「地籟、人籟」的來去與不根本性。葉海煙先生也認為《齊物論》具有超越對立使生命的和諧與統一的功用：

莊子對待如此繁複多變的生命情境，是出以包容的心態，而不斷以齊是非一是非的「辯證的統一」，跳脫吾人困於主客對立的各種價值判斷，如此已超越一切相對價值的手法解決價值問題，於是發現真正的價值乃以「物物自然」為基礎，終以「道」為價值的最高標準。就「自然」而論，物物的價值是平等的；莊子是在「自然」的立足點上，讓每一種生命自由地表現自己，所謂的「自己」包括了有生之物與生俱來的各種限度。¹³²

生命有限性的存在意義正足以彰顯出生命內涵的豐富與生命現象的多元，是以莊子化解二元對偶的方式便是以絕對之「無」來化除相對之「有」，以道包融海納的普遍性來消解有限定義的框架，化而後解，解而後化，心理、心靈於是上下交應，左右旁通，終能達成生命的和諧與統一。而莊子〈齊物論〉中兩極對立而又互補的概念和榮格的想法十分契合。榮格受〈太乙金華經〉的觀點影響，認為靈性的宗旨在於心靈的整合（psychic integration）的概念。易言之，心靈中意識與無意識得以完美融合以臻達均衡和諧的整體。他認為道家的陽/陰二元論更貼近進行個體化歷程的事實，更充分且恰當地表達出人格中的豐富完整性。

本研究對於此二元對偶的範疇：包含了心理的「意識」與心靈的「無意識」，內在的「自我」與外在的「物質世界」。以榮格藉由「道家」的思想脈絡的延伸，可以清楚指出「個體化」概念從「分離」至「合體」的歷程，都是關於相對性的概念在進行整合的概念進行延續探討。易言之，個體化即為一種二元對立的整合過程。而整合的最終目

¹³¹ 杜保瑞：《莊周夢蝶》（台北市：書泉出版社，1995.02），頁 38-42。

¹³² 葉海煙：《莊子的生命哲學》（台北：東大圖書股份有限公司，2015.08），頁 184-185。

的是為使自我走向心靈的中心的「自性」。事實上，在榮格的神話與童話故事的詮釋中，這些「轉化」歷程是在心理上的「自我」發生的；而透過神話與童話故事，「自我」也隨著故事發展進入另一個世界，除了經驗「原型」並隨著感受到故事內裡人物的各種情緒感受，而能接觸到「自我」的情結及陰影。對此榮格學者湯馬士·克許提出榮格與道家兩者之間明顯的相似處¹³³：

- 一、重現原初的內在經驗和心靈世界的真實性。
- 二、對於神話中的神聖經驗堅持遠勝於對教義和教條的盲目信奉。
- 三、相信實踐個體化的歷程能夠獲致自我轉化的可能性。
- 四、對於內外在全的完整性追求，是以心靈中互補的對偶兩極的創造性互動為基礎。

發展過程初始，個體於嬰兒階段「自我意識」即是呈顯一種混沌的狀態，這一種狀態來自於「原初意象」和「自我意識」無有區分的「同一（identity）」。換言之，「同一」意即個體的「自我意識（主體）」和「原初的意象（客體）」相融合在一起，還未產生分化的一種狀態。但個體隨著成長經歷個階段的發展，也開始分別向外及向內投射發展個體的意識。榮格使用曼陀羅來類比循環的意象。這代表了轉化的歷程並不是線性的而是反覆循環的。這種循環式的轉化「在於引發人性本質中光與暗的兩股能量，本身具有道德上的重要性」而在這所說的「光明」與「黑暗」與榮格所說的「自我（意識）」與「陰影（無意識）」是具一致性的，然而莊子的「中道」能超脫於雙極對偶，達到榮格所說的「自性（Self）」的整合個體化歷程，由此可知東、西方的思想與實踐在這裡有了相連之處。¹³⁴

第二節、「吾喪我」義理的個體化歷程中自我意識界限的化除

¹³³ Thomas B. Kirsch 著，李開敏等譯：《給追求靈魂的現代人》（台北：心靈工坊，2013.10），頁 171-172。

¹³⁴ Thomas B. Kirsch 著，李開敏等譯《給追求靈魂的現代人》，（台北：心靈工坊，2013.10）頁 173。

莊子內篇每篇篇名各有其意涵，《齊物論》中「齊」字代表了「齊一」之意涵，「物」代表了萬物的含義，所謂「齊一」是要達到「物我不分」沒有高下、沒有好壞、沒有優劣等對偶衝突的境界。但如何將參差不齊、各具屬性的萬物能夠齊「一」，莊子的生命哲學是以心來齊物，讓心靈寬闊開展海容天地，這也正是《齊物論》一文由「心」的去執化開始的原因，莊子在篇首的第一篇寓言中以這樣的故事來述明「喪我」的工夫。

南郭子綦隱几而坐，仰天而噓，嗒焉似喪其耦。顏成子游立侍乎前，曰：「何居乎？形固可使如槁木，而心固可使如死灰乎？今之隱几者，非昔之隱几者也。」

135

〈齊物論〉的故事是由南郭子綦與顏成子游師徒二人的對話開始。王博先生認為：「這是在莊子藉由「南郭子綦」的人物角色設計來探討形體與心靈，由北而南象徵著由形體深入至心靈之路，或許也可以推論莊子在一開始設計南郭的名字時，就考慮到了要突出形與心之間的區別。在二人的問話中所顯示的，南郭子綦的特別點正在於心如死灰，而並非形如槁木。就這兩種心理狀態來論，前者非常人所能為，但後者卻是相對比較容易達成的。」¹³⁶心如死灰意味著意識層次的所有活動的喪失，也意味著外物將無法對於心發生任何影響。在此狀態中，「心」當然仍存在著，卻如不存在一般，這般「無心」的狀態，子綦稱之為「吾喪我」的狀態。

榮格認為：「心靈不能單純的被化約成身體的表現。換言之，心靈不只是大腦化學作用或某種類似生理過程的結果。因為心靈同時牽涉到吾人心理及精神層面，正因為如此心靈有時卻能超越其物理位置。……心靈與身體不是同一的，也不是彼此從對方衍生出來。」¹³⁷，是以，榮格認為「自我」是全然的心靈客體，也具備部分的肉體感官機能的基礎。而「自我」只有在它經驗到與身體合一的情況下，以身體為基礎的說法才有意

¹³⁵ 清 郭慶藩 編，王孝魚 整理：《莊子集釋（上卷）》，（台北：萬卷樓，2007.08），頁 49。

¹³⁶ 王博：《莊子哲學》（北京：北京大學出版社，2015）頁 102-103。

¹³⁷ Murray Stein，朱侃如譯：《榮格心靈地圖》（臺北：立旭文化，2017.03），頁 31。

義，但是自我所能經驗到的身體感受卻是來自心靈的。那是身體機能感受到外在事物的意象而不是發自身體本身。身體的經驗是「肉體藉由感官所得知覺的總和」，意即吾人能以意識感覺的身體。而「喪我」的工夫正是要由肉體的對外在感官意識回到內在心靈層次，是以《齊物論》故事場景始於顏成子游看到南郭子綦呆坐的樣子作為南郭子綦為顏成子游解釋「坐忘」的開端。「南郭子綦隱机而坐，仰天而噓，荅焉似喪其耦。」。南郭子綦靠坐在矮几邊，仰起頭來呼了一大口氣，由外人的眼光來看，南郭子綦整個人像是失去了靈魂而解體，彷彿空洞一般。楊照先生認為「荅」是解體貌，「耦」則特別指人之所以能活著，不可或缺的另一半是個人的「心靈」，當身體與靈魂對偶結合才構成了完整的人¹³⁸。

「吾喪我」，其中的「吾」可以理解為榮格心理學的「心靈」，「喪」則代表了化消與融合，也就是「個體化」工夫的開端，而「我」則代表了吾人的「意識」，「喪」使意識與無意識能夠相融合成一渾沌樣態，才能成就一完整的「心靈」。榮格學者莫瑞·史丹提出個體化歷程主要有兩個向前推展的運動：「透過分析的分離工作包括兩部分，其一為分解心理對社會現實角色或社會期許內容所仿製的認同；其二為分解奠基於心靈本身最原初及最重要的人物與內涵的投射或移情所產生的認同。這種解除認同框架的心靈運動會創造出較為清明的意識，讓心靈有如較澄澈的鏡子。」¹³⁹

根據榮格對人類心靈（psyche）的研究所得的體悟中，其認為「人格意識」的系統雖不必然會走向分裂的方向，但是意識中確實包括了許多異質的元素，而彼此之間甚至會以對偶的方式不斷產生矛盾衝突，這樣的矛盾衝突將造成了心靈的失衡與動盪。而吾人的意識系統的架構中最基本的雙極對偶就是：個人認知層面的「意識」與生命中心的「潛意識」之間的矛盾衝突。意識與潛意識兩者之間所以會產生扞格不入而無法融合的現象，起因在於吾人常以意識狀態來面對生活環境與處理日常事務。意識狀態下偏向以「理性認知」為中心，引導規範生命心理能量的流動及形塑，致使生命更基礎的超個人

¹³⁸ 楊照：《莊子—開闢混同的精神世界》（台北：聯經出版事業股份有限公司，2014.03），頁 92。

¹³⁹ Murray Stein，黃壁惠、魏宏晉等譯：《英雄之旅-個體化原則概論》（臺北市：心靈工坊，2012年），頁 31。

「原型世界」經驗，卻往往遭到忽略和漠視，於是造成了對生命態度的「偏頗」（one-sided）「本我」無法持續吸納來自心靈底層的能量及意涵，進行吸納及整合的工作，導致個體化歷程無法進行。故「喪」的化消工夫將有助於打開理性認知的框架，使意識與無意識的對立衝突能量得以有效融合為一完整心靈「本我」。葉海煙先生說：「喪其耦」乃在解除物我間的對立，內外間的對立，是化消工夫的描述，亦是合一境界的描述，乃齊物的工夫達致圓熟之後自然所現的境界。因此，喪其耦，乃去掉認知和理性結構雙極對偶的模式，去除物我對立、內外對立，去除二元雙極對立的思維，去除意識上的知性和理性之障礙後所自然呈現之樣貌¹⁴⁰。如果「意識」所採取的態度是與個體化的需求背道而馳的，人格的撕裂將會是可以預期的後果。

「吾喪我」的工夫作為個體化歷程的開端，藉由「喪」將由動機及部分自我所糾結構成的心靈網絡解開，把意識與無意識中每一部分更細緻、清楚地區分出來，並讓由無意識所湧現的新特質浮到意識層面，並加以整合為全新的心靈整體。總之，個體化意謂帶著某種程度的接納與尊重，盡其可能擁抱自性（Self）的所有面向。牟宗三先生：「〈齊物論〉中提到人的情緒狀態喜怒哀樂，慮嘆變熱，姚佚啟態是心理因為期望得到或落空所引動的各種反覆情緒。憂慮，感嘆，反覆猶豫，怖懼；輕浮躁動，縱放不羈，外露不收斂，裝模作樣。以上所述的情緒狀態在形容大知、小知者與人對辯爭鋒的內心反應。」¹⁴¹，心既然隨境遷流，情緒必受外在條件所對比反射；用盡心機的窺伺別人的錯漏與失誤，一但期待滿足，自然喜形於色，而得意則忘形。一旦為期待落空，內心則憂慮不安。心靈莫得安穩合一，終於真性消亡殆盡，枯竭閉塞，不能恢復生命本真的性情。大知與小知在這裡可以理解為，個體化的整合程度。個體化歷程不完整的人，將抗拒與無意識中的情結整合，使「本我」無法更為完整，而因與外界事物、環境糾纏不清，無法自我覺察進行整合，使心裡糾結纏繞、勾動內心情結而引發情緒反應使身心受到波動。心理狀態如同發動攻勢時一般，莊子形容這樣的內心情緒糾結將造成心靈的枯竭與死亡：「其發若機括，其司是非之謂也；其留如詛盟，其守勝之謂也；其殺如秋冬，以言其日消也；

¹⁴⁰ 葉海煙：《莊子的生活哲學》（台北：東大出版社，1990年），頁127-129

¹⁴¹ 牟宗三講述、陶國璋整理：《莊子齊物論義理演析》（台北市：書林出版有限公司，1999年），頁31。

其溺之所為之，不可使復之也；其厭也如緘，以言其老血也；近死之心，莫使復陽也。」

所以，榮格認為個體化的歷程即為：

因此，「個體化」的工作就是不斷的指認出個體需與之共處的異己元素然後再進行吸納及整合。當「個體化」的工作愈加成功時，個人的人格也會相對變得更加圓熟。¹⁴²

「異己元素」有不同的呈現樣態，如陰影、情結與人格面具，在「無意識」層面中最容易顯現的為「情結」。榮格發現只有在分析狀態裡、在夢裡，或處在非常感動的情緒中。情結間的互相衝突抵觸，有如射出利箭，認知的是非、對錯是非都是由個人感受好惡而生；情結的能量未被勾動時，好像詛咒發誓般靜待反噬「意識」的機會；心靈將因情結的作用好像季節步向暮秋嚴冬般的生機衰頹，日復一日的衰退；當意識沉溺於情結中將沒有無法使心靈回復本性，若無個體化的整合歷程將使情結能量不段累積衝突，造成心靈幾乎僵死，無法恢復原有的活潑。而情結引發情緒的波動，莊子對此做出具體的描述：「喜怒哀樂，慮嘆變熱，姚佚啟態；樂出虛，蒸成菌。日夜相代乎前，而莫知其所萌。已乎已乎！旦暮得此，其所由以生乎！」¹⁴³當情結能量將造成意識層面的糾結與困境，而使情緒造成行為的影響。這些外顯行為看起來好像都是無根無據的、是突發形成的，猶如音樂之從中空的樂器發出聲音，朝菌之因地氣升騰而形成，但其實都是情結作用下的產物，榮格學者莫瑞·史丹認為人類的行為是深受情結所影響的，並不總是做出理性的行動，也很常不依照個人利益的清楚計算來生活。吾人的行為是被心靈動力所驅使，是被情境所激發，然而這些都不是奠基於理性的過程，許多思考活動是被感情所蒙蔽和形塑的。吾人的理性計算大都出於激情與恐懼，是受制於意象和影響力等超越

¹⁴² Jeffrey Raff 著，廖世德譯：《榮格與鍊金術》（新北市：人本自然文化，2007年），頁16。

¹⁴³ 清 郭慶藩 編，王孝魚 整理：《莊子集釋（上卷）》，（台北：萬卷樓，2007.08），頁58。

可觀察環境中能被測度的事物。簡言之，我們是感情與受意象所驅使的動物。我們處於感覺的時刻比處在思考的時刻還要多更多。¹⁴⁴

榮格提出當吾人之情結受到某種情境或事件的刺激時，將併發出能量並逐級躍升，直到觸及意識為止。情結的能量將貫穿自我意識的保護外殼，並有如洪水般侵入，因此促使他朝同一方向旋轉，並發散出某些由此一碰撞釋出的情緒能量。意識遂受制於非自我所能控制的能量之中。當情結能量過於強大控制意識時，吾人將無法對自己的所言所行完全的負責。

第三節、「三籟」義理的榮格心理學意識與無意識的融合

承上一節所探討的「吾喪我」，接下來由南郭子綦為顏成子游來解說三籟的奧妙，莊子的「三籟」包含了，人籟、地籟與天籟。以榮格個體化的概念來看，可將「人籟」是從竹管裡所發出的聲音，可作為「意識」下人為的操作行為「人格面具」。而「地籟」眾多孔竅所發出的聲音則可看作「無意識」的影響作用，這則包含了「陰影」與「情結」，而天籟則為「自性」（心靈）的顯現，猶如自然而生的「風」，風的形成並不為了聲音的形成，其為自然而然，聲音的產生只是風與外物交互作用的顯現，本來有之並非刻意而為。

子綦曰：「偃，不亦善乎而問之也！今者吾喪我，汝知之乎？女聞人籟而未聞地籟，女聞地籟而未聞天籟夫！」子游曰：「敢問其方。」子綦曰：「夫大塊噫氣，其名為風。是唯无作，作則萬竅怒呿。而獨不聞之寥寥乎？山林之畏佳，大木百圍之竅穴，似鼻，似口，似耳，似枅，似圈，似臼，似洼者，似污者；激者，謫者，叱者，吸者，叫者，譟者，突者，咬者，前者唱于而隨者唱喁。泠風則小和，飄風則大和，厲風濟則眾竅為虛。而獨不見之調調、之刁刁乎？」子游曰：「地籟則眾竅是已，人籟則比竹是已。敢問天籟。」子綦曰：「夫吹萬不同，而使其自己也，咸其自取，怒者其誰邪！」¹⁴⁵

¹⁴⁴ Murray Stein, 朱侃如譯：《榮格心靈地圖》（臺北：立旭文化，2017.03），頁 46-47。

¹⁴⁵ 清 郭慶藩 編，王孝魚 整理：《莊子集釋（上卷）》，（台北：萬卷樓，2007.08），頁 51-56。

三籟的層次分別代表了了個體化進行整合的三個階段，以榮格心理學的角度來詮釋莊子的三籟交響，可以知道個體化歷程是在心靈的統整中進行，從將「人格面具」重新反思覺察，進於對意識與無意識融合的肯定，三籟是完整心靈的具體表徵。物我之所以能互通，因生命體中各種關係皆是可以互相通達的；人格面具的虛偽扭曲之所以能勘破，意識與無意識間的雙極對偶之所以能泯除，亦因心靈中各種能量與關係皆是有機會可以達致平衡齊一的。三籟即暗示此一個體化實踐的歷程，認知主體就在其中，且自超拔於其上，而不斷地回視自己，反思自己，進而覺察自己，瞭解自己，批判自己，整合自己，這是主體的自由，由意識的自由開始，以迄於對世間萬物的欣趣玩賞。而此一個體化歷程第一方向為對「人格面具」勘破，從榮格心理學的角度可以了解人格面具對於吾人面對生活環境具有正、反兩面作用，正面作用為：

自我必須被激勵去接受社會要求提供的人格面具特質與角色，否則它們就會被避免掉。那麼就完全沒有認同可言，個人與社會間的某種協議必須產生，以便使人格面具能成形落實。否則個人便在文化邊緣過著固力的生活，永遠是成人世界中某類不安的青少年。¹⁴⁶

但也因為這樣的角色扮演，榮格對於人格面具產生質疑並提出人格面具的反面效應，其認為：「人格面具是自己為了自己和別人所形塑出來的形象，讓自己以為自己是的那樣的樣貌，但實際上並不是。」。由此可知，陰影通常都藏在人格面具後，將自己的不符合社會期待之處隱藏起來，避免自己的地位貶低或遭到排斥，在陰影這樣影響下所形成人格是一副社會適應的「面具」，當吾人愈用它來面對世人，將愈對於陰影感到的內疚不安，使人格遭到扭曲，愈會製造一副更壓抑的人格面具來掩飾、偽裝、欺騙。莊子三籟的「人籟」意涵則帶領吾人看清楚「人格面具」的矯情造作，使吾人有機會將陰影

¹⁴⁶ Murray Stein, 朱侃如譯：《榮格心靈地圖》（臺北：立旭文化，2017.03），頁 148-149。

整合，重組一個不那麼緊張戒備的，也比較誠實的人格面具。「人籟」與「天籟」最大的差別，就在「怒者」。「怒」字的意思同「努」，人為的聲音是努力的結果，就好比「人格面具」是刻意的、是造作的，是為了符合社會期待，壓抑陰影所「努力」出來的結果。這並不是心靈原本的樣貌，心靈是個完整的個體，就有如天籟那樣天然的聲音沒有什麼好努力的，是順其自然而產生的。而「人格面具」也將是造成物我對立的開始，也是莊子所謂的「成心」之始。成心是有我之知，有我就會產生分別，就會產生對立，就有是非、對錯、好壞、美醜、優劣之分，有了分別就會有鬥爭。為了「隱惡揚善」吾人將無法接受自己的陰影面，而在無休止的爭鬥、算計、衝突和焦慮中，將心靈被淹沒了。在人格面具背後，意識與無意識激烈地活動著，雙方相互衝突造成心靈的受損。成心的活躍意味著心靈的死亡。當無人把面具當成是自己主要的人格並信以為真，一切就都將籠罩在扭曲假象中。與此同時，真實的心靈世界卻被隱藏起來。莊子認為要學會清醒明白看待「心」、要明白框架、侷限、成見、是非只會讓人滯留在「人格面具」上，進一步使得「人格面具」拖累心靈的發展，使得心靈能量消耗得更快。而要重整「人格面具」需回到「自性」意即「心靈」的自身，也就是回到僵化固定的「成心」出現之前，」。此時心靈能量仍然處於流蕩的狀況。而對於成心（人格面具）的化除，接近「天」（個體化歷程）與「天籟」（心靈），將有助於人回歸「心自取者」。心靈的問題，在於心靈能量附隨在意識與無意識中，形體交接外物，受到各種外界刺激、產生各種情緒，而使得心靈能量連帶被拖累衰耗。而「陰影」及「情結」所帶來的意識與無意識的衝突，是眾多情緒的根源，因此該想辦法復歸「心自取者」，使意識與無意識能進行統整。榮格認為人格面具是由無意識中的陰影與情結作用下所產生，所以要復歸「心自取者」，則需更進一步的了解何謂「地籟」。

無意識中的「情結」與「陰影」就如同莊子的「地籟」，無意識遭外界事件的刺激所引發對意識衝的反應與連結，猶如地籟是因風（無意識的能量）經由是藉由眾多地勢高低不平的山陵，樹的孔竅（生命經歷）所發出的聲音；而衝突所產生的反應行為猶如莊子形容地籟的聲音：「激者，謫者，叱者，吸者，叫者，譟者，突者，咬者，前者唱于而隨者唱喁」不段的消耗著心靈能量。榮格所說的陰影情結，便是被「本我」（心靈）

排斥的部分組成的。若想將這些成分由無意識中尋回，將經歷內疚、羞愧、失望、無慮，等負向感受。但這卻是走向人格完整化的起步。

榮格曾說：「對於本性而言，能有自覺理解顯然比避免受苦重要」¹⁴⁷。吾人在面對處理自己的陰影與情結的過程雖然令人感到沮喪及不舒適，但若不處理它的話，後果將更糟得多。沮喪的原因來自於處理過程將面對自己人格中不可取的面向而感到被「貶低」所致。但榮格認為其實這是補償心靈缺陷的良機，愈是令人感到不舒適的，愈有必要予以接納。陰影具有的特質正是超我（內化了的父母權威）厭惡鄙夷的。當陰影可以被承認而由衷地被「接受」，人格整體變可產生中要的轉變，吾人從此不再逃避或壓抑人格中的攻擊傾向，而是擁有它並為它負責，且有機會將陰影的能量用到正途上。陰影、情結具有「敵人」的原型。是以，吾人學會與「內在的敵人」保持良好關係，能和平共處，將比較不會把這股能量往別人身上投射，榮格認為這樣的和睦共處的過程是一種將心靈內的原型能量整合的個體化途徑。

當進行個體化歷程，使意識與無意識間的能量開始整合，將能進入天籟的層次，心靈內的關係不在這樣的衝突，能量間的流動也將愈來愈自然，子綦曰：「夫吹萬不同，而使其自己也。咸其自取，怒者其誰邪？」，風（心靈能量）吹動所有各種不同的孔竅（生命經歷），讓孔竅發出各自不同的聲音的（物我的交互的個體化作用），那就是「天籟」（本我）。是以，莊子的「未聞地籟」和「未聞天籟」的意思其實並不一樣。「未聞地籟」，無意識的能量與運作還未被意識給經驗到，「大塊噫氣」只是被能量影響但卻無所覺察與體悟；「未聞天籟」卻是天籟是沒有辦法聽到的，就如同個體化歷程是受到「自性」的驅使而產生的終生不斷的生命創作過程。這樣的歷程是這麼的自然，就如同這些聲音都像是由生命自身所發出來的一樣，這麼的自然。

¹⁴⁷ Carl G.Jung 主編，龔卓軍譯：《人及其象徵》（台北：立緒文化 2010.11），頁 259。

第四節、「真宰」義理與個體化歷程「自性」的呼應

由榮格心理學的角度來詮釋「真宰」可以明白為何「自性」無法定義，發揮作用卻不著痕跡，自我是意識的中心，而自性是全人格的中心，所以帶有一種全人格感。全人格的「全」指的是人格當中意識及潛意識的統合，統合兩對立物的過程，是在自性（真宰）模型的維護下，依循該模型的發生：

若有真宰，而特不得其朕。可行已信，而不見其形，有情而無形。百骸、九竅、六藏，賅而存焉，吾誰與為親？汝皆說之乎？其有私焉？如是皆有，為臣妾乎，其臣妾不足以相治乎。其遞相為君臣乎，其有真君存焉。如求得其情與不得，無益損乎其真。一受其成形，不亡以待盡。與物相刃相靡，其行盡如馳，而莫之能止，不亦悲乎！終身役役而不見其成功，茶然疲役而不知其所歸，可不哀邪！人謂之不死，奚益？其形化，其心與之然，可不謂大哀乎？人之生也，固若是芒乎！其我獨芒，而人亦有不芒者乎！¹⁴⁸

上個章節，最後談到了「本我」（自性），是驅動心靈統合的主要推手，榮格曾對「本我」（自性）做出形容：「自體是我們生活的目標，是最完整地表達預言般的組合——榮格稱為個體化。」¹⁴⁹，而這個「自性」特性也與是莊子在《齊物論》中所提到的「真宰」相互符合：「若有真宰，而特不得其朕。可行已信，而不見其形，有情而無形。百骸、九竅、六藏，賅而存焉，吾誰與為親？汝皆說之乎？其有私焉？如是皆有，為臣妾乎，其臣妾不足以相治乎。其遞相為君臣乎，其有真君存焉。」，榮格解釋這一點說：

自性是一個超過意識自我（the conscious ego）的總量，不僅包含意識，也包含潛意識精神，可以說是一種我們也中的人格……我們幾乎不可能達至自體意識的邊

¹⁴⁸ 清 郭慶藩 編，王孝魚 整理：《莊子集釋（上卷）》，（台北：萬卷樓，2007.08），頁 63。

¹⁴⁹ 《論分析心理學的兩篇論文》，榮格全集，第 7 卷，第 404 段。

緣，因為不管我們如何去意識，沒有限定也無法限定潛意識材料的量，這些材料皆屬於自體的整體中。¹⁵⁰

將自性從「內隱」轉化為「外顯」，這便是榮格靈性模型的焦點，「百骸、九竅、六臟」仿如心靈整體內的各個區塊，吾人能了解跟體悟這些事情，好像是因為生命有所謂「真宰」的緣故吧？自性（真宰）在哪邊作用呢？是身體形軀的感官感受嗎？還是意識層面的思想認知呢？抑或是無意識能量的作用？可是又找不到它的出現彷彿沒有徵兆一樣。它的影響是可以得到驗證的，只是它的作用卻看不見痕跡。因為有「真宰」，身體形軀、意識與無意識能各有其位，並各司其職，彼此之間就像是「真宰」的大臣，各有各的功能般的運作下去，雖然沒法確定真宰在哪，它不像有限的物像，也沒辦法確切知道何謂「真宰」的意義，但這都不影響了它是真實的存在。吾人只能在個體化的歷程逐步得向它靠近。榮格認為自性會為了讓這些大臣們感知到它的存在而發揮各種作用：

每一個人身上都有一個中心，包含該人獨特的存在性。這個中心會很努力自我表達，但是情結、原型至於自我的聲音會和這個中心競爭，也往往掩蓋了他的聲音。藉著某些程序，我們可以加強這個中心的力量，進而消滅那些對抗的聲音，把中心四週的內在世界組織起來。¹⁵¹

個體化的行程（**formation**）永遠不會結束，因為心靈永遠都有新的素材需要整合到全人格中（或說與中心取得協合），但而自性（真宰）的能量將愈來愈強，使其之聲音和組織力能站上優勢地位。自我必須學會組織自性，設法給予自性所需的能量、力量。但吾人實際的生活現況卻是「一受其成形，不亡以待盡。與物相刃相靡，其行盡如馳，而莫之能止，不亦悲乎！」，只執著在感官上的刺激，意識層面的思考卻忽略了與無意識和心靈本我的接觸，而忘及本真，一直到身命的盡頭。心靈成長需求無法被滿足，不

¹⁵⁰ 《論分析心理學的兩篇論文》，榮格全集，第7卷，第274段。

¹⁵¹ Jeffrey Raff 著，廖世德譯：《榮格與鍊金術》（新北市：人本自然文化，2007年），頁56-57。

斷的受外物互相摩擦、折騰的刺激，將心靈推向物欲的浪逐奔競中而無法停止，終吾人一生碌碌勞苦無法解脫，看不見自己的心靈需求，無法使自己的心靈成長完整，汲汲營營於外物的追求而使心靈極度疲憊困頓，卻不知道自己的歸宿，將是人生的一場憾事！所以，莊子認為「終身役役，而不見其成功，茶然疲役，而不知其所歸，可不哀邪！」「茶」是困頓的意思。人一輩子辛苦，像是不斷在服勞役般，卻無法讓心靈（自性）有所添增成功，忙忙碌碌追求外物、符合社會的價值的期許，卻不懂得心靈真正的需求、和自性背道而馳而無法真正的安居歸宿，多麼悲哀啊！「人謂不知死，奚益！其形化，其心與之然，可不謂大哀乎！」如此消耗心靈能量，如同行屍走肉一般，吾人就稱這樣「活著」，但這樣有意義嗎？有用嗎？不斷快速耗掉心靈能量趕往生命的終點，如此真的算「活著」，真的和死去有根本的差別嗎？人的心，人的「真君」，那根本的自性，被外在形體拖著，跟隨著形軀如何變化，心就隨而變化，那可是最悲哀的事了啊！而如何使「真君」能發揮其作用，榮格學者傑佛利·瑞夫認為當吾人能釋放過去經驗所製造的框架便能得到自由，並且讓身心貼合更徹底的生活在當下。榮格對無意識和意識之間的關係認為無意識不僅僅是如佛洛伊德所認為的那樣，僅是舊有的情結、創傷、性慾等等已受壓抑的材料形式存在，而是過去潛藏於無意識之內也屬於存在於當下的一個活生生、不斷演進的心靈部分。掌握這種個體化的實踐領悟，將有助於個人確立心靈現在與未來發展的方向。¹⁵²

榮格針對無意識的問題進行思考時，認為開顯無意識的遮蔽面是通往心靈融合的關鍵。吾人的無意識不僅是包含過去、也能預見未來。它是具有創造性的，但也是保守的。這種力量間的平衡或張力，也顯現出個體化最關鍵的複雜性。「真宰」（自性）是通往與道（完整個體化）的境界的途徑。個體化的要求不僅是創造出一個不受過去經驗所獲之框架束縛的意識鏡面，這是個人的天命，個體化是種心靈的運動，需使心靈要朝更完整的方向邁進。自性的作用其實是遍在形軀與心靈的交互連結的，與外界萬物是它能量投射的具體展現，但自性並不以物的形象存在，反而是萬物的存在原理。以《齊物論》

¹⁵² Murray Stein，黃壁惠、魏宏晉等譯：《英雄之旅-個體化原則概論》（臺北市：心靈工坊，2012年），頁48-49。

「真宰」此段為例，若以身整體來做比喻的話，身體是心靈整體（自性），器官是意識與無意識。身體和器官的關係就像自性和意識與無意識的關係。吾人通常因為掌握不住整體與單一的關係，所以常常發生內在衝突。內在的衝突其實只是心理情緒在遷流不息，本身沒有定性。處在一種情結所引發的情緒狀態當中；或悲、或喜、或哀，或愁等等，心緒是隨境遷流，而要體會「真宰」，而不在受意識與無意識擺佈，即要從明瞭變化內在道理來著手，關鍵其實在心靈本身所直覺體會自性的作用並與之呼應、應對的，那才是能讓人擺脫蒙昧不明的訊息，也是下一章節要探討「莫若以明」的工夫。

第五節、「莫若以明」義理對榮格個體化歷程的實踐工夫

杜保瑞先生認為「以明」是種態度，是以「觀念的透徹」及「心境的寬廣」兩方面來著手，「透徹」意指理解概念成立的始末、適用性及限制性，使其恰當其用，而「寬廣」在於心境上對於自己與他人提出的觀念，都能予以肯定及尊重。所以「以明」是一個「智慧的透徹及胸襟的開闊」，以這樣的態度來生活及面對衝突，不僅可以消解論爭的衝突，也是通向絕對智慧的根本途徑。當意識活動能在「以明」的狀態下進行，便可以使意識活動能以客觀的角度在環境下自然運行，進而進入下一個階段「因是」。主體的心靈便不因彼此間的差異而有所區隔，因為那只是意識層面對事物之沾滯而已，當明白此理，事務對象的存在活動便得以自由且自然的運行，對於任何事物都能肆應無窮，終能臻至於「道」，也就是天人合一的狀態，也就是莊子「道樞」的觀念。當自由的心靈本身能不受拘限的自由開展，則將近於道的表徵，心靈能順「道」而行，展現出不受拘限的絕對自由性，便能在面對知識所建立的概念上永遠保持開放，它突破一切知識的侷限性，使封限予以撤銷，通達而能包容萬物，在「道樞」的肆應中環環相連自然的存在。¹⁵³

¹⁵³ 杜保瑞：《莊周夢蝶》（台北市：書泉出版社，1995.02），頁 59-60。

物無非彼，物無非是。自彼則不見，自知則知之。故曰：彼出於是，是亦因彼。彼是，方生之說也。雖然，方生方死，方死方生；方可方不可，方不可方可；因是因非，因非因是。是以聖人不由，而照之于天，亦因是也。是亦彼也，彼亦是也。彼亦一是非，此亦一是非。果且有彼是乎哉？果且無彼是乎哉？彼是莫得其偶，謂之道樞。樞始得其環中，以應無窮。是亦一無窮，非亦一無窮也。故曰「莫若以明」。¹⁵⁴

吾人所構作的觀念與框架，因為受意識與無意識的心理糾結而產生，所以都是自性的遮蔽之物，而使個體化歷程無法順利進行。人格面具或生物需求所彰顯的東西，都是吾人意識形態的堅持而已，所以在個人的防衛機轉下才会有「因意識型態的差異而產生的觀念的差異」之事情的發生，個人意識、個人無意識與集體無意識間的區分，〈齊物論〉：「故有儒、墨之是非，以是其所非，而非其所是。欲是其所非而非其所是，則莫若以明。」，意識層面社會化的道德規範與無意識中本能的需求，如同儒、墨二家一般，這家肯定了那家剛好反對的論點，而否定了對方剛好贊成的想法，這樣的內在衝突將造成個人心靈能量的虛耗。榮格認為我們應該看清楚生命的實相，不要被社會化過程的框架給綁架了心靈，使心靈中不同的層次造成分裂：

事物本身不具意義，它們只是對我們才有意義。事物的意義是我們創造的。意義自古至今都是人為的，是我們所創造的。所以我們從自身找尋事物的意義，發現來者之路，讓我們的生命繼續流動。你們所需的是從自身而來的，也就是事物的意義。事物的意義不在於其特定的意思。那意思載於深奧的書本裡。事物不具意義。事物的意義就是你們創造的救贖之路，事物的意義就是你們在這世上創造的生命，它就在於掌握這世界——你們的靈魂對這世界的論斷。事物的意義也就是

¹⁵⁴ 清 郭慶藩 編，王孝魚 整理：《莊子集釋（上卷）》，（台北：萬卷樓，2007.08），頁 70-74。

超理，它不在事物之中，也不在靈魂中，而在站在事物與靈魂中間的神那裡，它是生命的道路、橋樑和跨越。¹⁵⁵

莊子以：「故有儒、墨之是非，以是其所非，而非其所是。欲是其所非而非其所是」來形容這樣的衝突，彼此間從相對的立場出發，則萬物之間就有彼與此的對立的二元立場。於是，在內在心理動力間只願意從自己的立場把自己看清楚，如同儒、墨二家的是非之爭，彼此都是拿自己的需求做標準去衡量別人的對與不對，自性則在這三者的相互衝突中逐漸被遮蔽起來。牟宗三先生認為：「由於吾人對事物總要求有名位的確立，將造成在思考物的存在時有定然問題與價值取向。是以〈齊物論〉的前文是以衝破雙極對偶性來消解現實是非之二元性，而消解化除對偶性後，即描述該如何對物有包容性，故曰『是亦無所謂是，非亦無所謂非，是非混而為一』，故順之而說：「物無非彼，物無非是」。莊子慨嘆人生因成心所造成之芒昧，社會化的過程已使生命因成心而起執著，其「執」的動作是依分化性活動而進行，而所謂分化就是彼與是的對立，將對象區分為相對的對偶關係。所以成心就是知識的對偶判斷的根據；成心是根源，對偶判斷是技術的使用。於是，可由分化活動，倒溯地推出有一位分化的生命存在狀態，即為本原生命。

156

由上述可知，彼和此是相對立而生的。如果想要扭轉這種偏見，讓三者之間能夠不相排斥而同時成立，那麼最好的做法是「以明」——使心靈清澈朗然而無隱蔽。所以使心靈清澈應不去區分而造成分別，而依循自性的作用往個體化的方向邁進，順著生命經歷而向內整合，不因個人意識的防衛而做出造作的行為，也就是「因是」。以榮格心理學的角度來說，要達到「以明」的層次首先必須對自己的內在需求誠實。何謂誠實之意？榮格有認為應該承認自己的渴望，真實的面對自己的需求與生命的價值，也就是活出自己的生命才能達到「以明」：

¹⁵⁵ Carl G.Jung 著，林子鈞、張濤譯：《紅書》（北京：中信出版集團股份有限公司，2016.07），頁 33-34。

¹⁵⁶ 《牟宗三講述、陶國璋整理：《莊子齊物論義理演析》（台北市：書林出版有限公司，1999年），頁 91

承認自己的渴望可不是小事，很多人需要特別努力才能誠實。太多人不想知道自己的渴求，因為那看來沒有可能，或者讓人太苦惱。但渴求正是生命的道路。若你不承認自己的渴求，你就不是跟隨自己，而是走上了別人指引你的陌生道路。你也就不會活著自己的，而是一個陌生的生命。但如果你自己也不活自己的生命，又該是誰去活呢？用自己的生命交互陌生的不單是愚蠢，而且是一場虛偽的遊戲，因為你永遠不能真正的活出別的生命。你只能偽裝交換自己和其他的生命，因為你活得只能是自己的生命。若你放棄你的自我，你就在別人裡生活，這樣你會變得自私，所以你就是欺騙別人¹⁵⁷

莊子刺諷爭逐於社會競爭場所中而忽略心靈需求的人，讓世人警醒到自己以為珍貴的社會地位與形象原來是如此悖離心靈完整性，讓世人能直視自己的悲憐命運，讓追求真正的生活意義的吾人能將方向轉變，重新尋求生命的意義，重新定位知識的用途，重新評價社會倫理的意義與物我間的關係。所以莊子認為掌握著「道」的樞紐，就像掌握著圓環的中心，即可以因應此與彼、是與非等二元對立的無窮的變化。而這個「道樞」就是榮格心理學中的「融合」，而「以明」則是由自性驅動的個體化過程的歷程。如果有彼、是二元對立概念，就會造成心靈層次的區分而無法融合。所以沒有「彼」、「是」的雙極對偶，互不以自己為中心來排斥對方，這是道的樞要（道樞）。《齊物論》辯破「彼」與「是」的相依待，是由「彼」與「是」透視的限制，從見與不見的相依互代，破除雙極對立的衝突立場，也就破除心靈層次內相互對立的概念。莊子說這是「道樞」，這是以先破除對利的立場為基礎，再去破除對立概念。趙衛明先生認為莊子以對立立場的相依互待，摧毀二元概念的邏輯的對偶性。對立立場的不同，是吾人都以自己的成心為中心來對物的存在做思考跟評價，作為衡量的標準。而《齊物論》意在摧破二元對偶概念的邏輯，而需能把握道樞才能進入環中的空虛如同突破意識的框架到達潛意識的世界（始得其環中），來應付不同因意識與潛意識不同立場的而產生的種種對立、衝突。

¹⁵⁷ Carl G. Jung 著，林子鈞、張濤譯：《紅書》（北京：中信出版集團股份有限公司，2016.07），頁 65-66。

環中的空虛（自性）正是沒有堅持自己的立場，方能在一切的對立概念「之間」，這便為「以明」。¹⁵⁸是以，莊子在《齊物論》中說：「無物不然，無物不可」，融合的過程，需消融經驗事物的固相，復歸為空靈致遠的渾化境界，此消融即是個體化的實踐歷程；話是一句話，但實踐起來卻是整生的奮鬥。

第六節、「天地一馬」義理的榮格心理學詮釋

吾人的社會化學習歷程是意識發展的開始，而意識認知思考也是建立文明的基地，但是這樣的「認知心」也是毀滅「原型意象」的殺手，所以在處理吾人之認知心時，要以一種「回歸自性」的向內探求胸懷來對待，使意識的認知層面能得與無意識內的「原型」意象相互融合，使心靈「原型」在被認知的活動中仍然保持它在自然中的狀態，要讓它仍是一個自然齊一中的存在，讓它能永保活生生的生命力，能夠不斷地創造自己，而不是在人類的意識認知的約束之下，成了一個僵死之物。〈齊物論〉中對於知識的框架造成心靈的侷限有以下的敘述：

以指喻指之非指，不若以非指喻指之非指也；以馬喻馬之非馬，不若以非馬喻馬之非馬也。天地，一指也；萬物，一馬也。可乎可，不可乎不可。道行之而成，物謂之而然。惡乎然？然於然。惡乎不然？不然於不然。物固有所然，物固有所可。無物不然，無物不可。故為是舉莛與楹，厲與西施，恢恠憭怪，道通為一。其分也，成也；其成也，毀也。凡物無成與毀，復通為一。¹⁵⁹

榮格認為一切使吾人能有別於其他動物的心理特徵都是來自先天的。這些典型為人類特有的屬性，他稱之為「原始意象」（*primordial images*），也就是後來所稱的「原型」。以榮格的觀點看來，「原型」是人類生存的一切慣常現象的基礎。這種固有的結構模組能夠引發、控制、以及中介人類共同的行為特徵與典型經驗。不論吾人所處之階

¹⁵⁸ 趙衛民：《莊子的道》（台北：里仁出版社，2011.03），頁 142-143。

¹⁵⁹ 清 郭慶藩 編，王孝魚 整理：《莊子集釋（上卷）》，（台北：萬卷樓，2007.08），頁 74-78。

級、信仰、種族、地域環境、時代背景，當時機相符，都將被原型引發類似的感受、念頭或意象。¹⁶⁰

莊子在「以指喻指之非指，不若以非指喻指之非指也；以馬喻馬之非馬，不若以非馬喻馬之非馬也。」的意寓中認為其實所有在意識的認知活動都是藉由事物把原型精神從渾樸中著色出來，使它成為了一個特定的認知，但是也從此使它離開了完整心靈自然的齊一狀態，使它割裂於它與所有的事物的平等關係網之中，但也就因此原型精神就失去了活潑的生命力而消亡了。當原型被定型時，它再也不能夠不是這個樣子了，它再也不能夠成為別的樣子了。這是一種自我與本我的分化，是一種「墮落」的向下的沉淪，榮格認為早期人類未「墮落」之前，憑藉「本我」的良好功能比現代人用更直接的態度來適應現實面對生存環境，在相當平衡的狀態下群居生活，也與自然環境相依共存。當進入農業時代，人類開始耕作，原本狩獵採集的生存方式便被放棄。進行了上千年的與時間無涉的從容的社會型態便逐漸消失，取而代之的是與時間環環相扣的緊迫社會。這時候，自我的地位也竄升，原始思維轉變成為現代思維的同時，自我也逐漸從「本我」之中分畫出來：

自我漸漸與「本我」分離後，喪失了原有的純真，變得崇拜英雄，不再固著於大地而想學飛。自我學會飛以來就愈飛愈高。我們憑直覺看出來「學飛是極端危險的舉動」。¹⁶¹

原型的意象其實可以是任何樣子的，因為它成為什麼樣子都取決於我們的心靈狀態之所需。所以其實原型精神的生存與死亡的根本意義在於我們的內心，只要我們的內心能保持開放，事物的認知及使用的意義便無從封限，便能重新恢復生機，重新取得它的

¹⁶⁰ Anthony Stevens，薛綸譯：《夢，私我之神話》（台北縣新店市：立緒文化事業有限公司，2000.04），頁 65。

¹⁶¹ Anthony Stevens，薛綸譯：《夢，私我之神話》（台北縣新店市：立緒文化事業有限公司，2000.04），頁 65。397-399

自由，使它重回自然齊一的心靈整全狀態中。所以莊子的「天地，一指也；萬物，一馬也。」這好可以用來詮釋心靈融容合一的境界，如果吾人能把知識的框架給泯除，降低任何堅持僵化的觀念的影響，使原型精神的存在意義充分發散發展，讓自我與心靈間彼此溝通毫不相礙阻攔，使心靈能自由的運作，泯滅在與原型精神接觸與感受上的對立性差距，使原型角色或意義的調換中皆個有無窮的發展性，這就是莊子「道通為一」的作用，在自由的智慧運作下，原型精神與意識認知在使用與感受上的意義差別，被心靈的調動與轉換而解消其差異，全部置入自性個體化歷程的運作中，使全體都是「自然齊一」般的整全。榮格認為深植人類心靈的最深層的部分之為「集體無意識」，這是一種普遍存在的模式與力量，分別稱為「原型」與「本能」。本能與原型卻是我們每個人的自然稟賦。每個人不論貧富、膚色、古今他的稟賦都是平等的。而個體化是個人長期在心靈有意識努力的結果。真正的個體性是個人為追求意識而掙扎的產物，這即為個體化過程。

162

牟宗三先生說：「莊子由成心執起的情態，洞悉對偶心是成心的內部結構，遂為衝破此二元對偶而奮鬥。」¹⁶³，這讓吾人了解不能限於認知領域來說知識判斷。因為知識並非創造天地系統的核心，其作用是使意識認知向外伸展所纏起的對象領域，換句話說此認知過程表示知識所界定的原型精神意象，只是意識認知的「再創造」，使之成為某某可被理解的概念。所以康德稱知識只是現象，而非物自身。莊子雖無知識的超越分解的概念，但他以存在的悲感，直下體證心理意識的盲昧性，由此而洞悉現時意識層次僅為一成心結構。榮格認為原型意象對生命的影響不只有表面事物表現的那麼單純：

因此，當一個字或一個形象所隱含的東西，超過其顯而易見的直接意義時，就有了象徵性。象徵擁有更廣闊的潛意識層面，未曾被明確定義和充分解釋過，也沒有什麼人能做到這一點。一旦心靈致力於探索象徵，便會發現超過理性範圍的觀念。

¹⁶² Murray Stein，朱侃如譯：《榮格心靈地圖》（臺北：立旭文化，2017.03），頁 113。

¹⁶³ 牟宗三講述、陶國璋整理：《莊子齊物論義理演析》（台北市：書林出版有限公司，1999 年），頁 81。

由於有太多事情超越了人類理解範圍，我們便經常用象徵語言來表述我們無法界定或完全理解的概念，這也是為何所有的宗教都使用象徵語言或形象的理由之一，但是，像這樣有意識地運用象徵，只是一項極度重要的心理事實的一面，其實，人類也會以潛意識、自發做夢的形式創造象徵。¹⁶⁴

因此，吾人對某些存在的原型精神沒有有意識地注意到，易言之，它深藏於意識的門檻之下，既使已經發生了，卻被無意識給吸收，而沒有浮現在吾人意識的認知當中。只有在直覺的當下和經過一連串苦思冥想後或有機會領悟它們，我們才能覺察類似的於原型經驗，本來我們雖可能忽視他們對情緒和生命力的重大影響，但這種重大意卻會在後來意識的覺察、反思中湧昇出來，形成後見之明。原型其實可以成為任何一個狀態的，心靈的統整可以朝向任何一個方向發展的，所以個體化的過程會成為了什麼狀態或是發展到了什麼樣的情況，其實都是很自然很平常的事情，吾人本就應該平和坦然地接受它。是以接下來將以「莊周夢蝶」來敘述這個超越了歷程。

第七節、「物化」義理與榮格心理學對「夢」詮釋

〈齊物論〉的終了是以「莊周夢蝶」這則寓言做為結尾：

昔者莊周夢為胡蝶，栩栩然胡蝶也，自喻適志與！不知周也。俄然覺，則蘧蘧然周也。不知周之夢為胡蝶與，胡蝶之夢為周與？周與胡蝶，則必有分矣。此之謂物化。¹⁶⁵

故事的過程是莊子有一天做了一場夢，在夢中化成了一隻蝴蝶，生靈活現，一切就像真的蝴蝶一樣，內心覺得很得意、快活極了，根本就不知道還有個莊周這個人。不一會兒夢醒了，居然發現自己原來不是蝴蝶，而是莊周，就在此一瞬間，根本無法了解自己是

¹⁶⁴ Carl G.Jung 主編，龔卓軍譯：《人及其象徵》（台北：立緒文化 2010.11），頁 2-4。

¹⁶⁵ 清 郭慶藩 編，王孝魚 整理：《莊子集釋（上卷）》，（台北：萬卷樓，2007.08），頁 124-125。

蝴蝶還是莊周，究竟是莊周作夢成了蝴蝶？還是蝴蝶作夢成了莊周？莊周和蝴蝶一定是兩種東西彼此不同的區分，可是在這時刻莊周和蝴蝶卻分不清彼此，莊子在那時幾乎把自己就當成了蝴蝶，與物無分，這就是「物化」。「物化」是一種境界，是一種不獨立堅持自我的心態，是一種不把自我隔絕於「心靈」自然齊一的整全之中的心境，是為「物化」，杜保瑞先生認為：「這是『與物冥合』、是『身與物一』、是『道通為一』、是『逍遙齊物』，這即為全篇的要點是為『齊物之論』」。¹⁶⁶榮格心理學把夢視為自然且具調節性的心靈歷程，類似一種互補機制。意識上的覺察，是自我指導自身的依歸，但難免停留在意識的表面而無法深入心靈，因為很多現象落在自我意識的領域之外而無法被覺察。潛意識內中包含了被記憶遺忘的內容，以及原型等素材，原則上這些素材難以被提取到意識層面，雖然有時意識上的變化能讓吾人覺察這些素材的存在。但即便如此，自我人格為了維持意識焦點的集中，有些內容將遭到冷落，但那其實是不可或缺的內容。對此，榮格學者詹姆斯·霍爾針對「夢」具有的補償功能做出敘述：

神秘的第三種補償功能：然而，我愈來愈清楚地看到，夢還有更為神秘而微妙的第三種補償功能。自我的原型核心是「我」(I)的恆久根基，這原型核心和很多人格面具以及自我認同是融合在一起的。我們可以把夢看成是直接改變情結結構的一種努力，而情結結構則是原型層次的自我在意識上所賴以認同的。比方說，許多夢似乎對夢境自我設下了任務，任務一旦達成，清醒自我的結構也隨之改變，之所以如此，是因為夢境自我的認同往往是清醒自我認同的一部分。

夢境自我以為在夢的框架內所經歷的事，是自身與「外部」情境的互動；不過，夢中這些外部事件可能直接會反映的是，和清醒自我的日常運作與結構有關的情結。夢境自我與這些夢中情境的關係改變，清醒自我會感覺到自身態度或心情有所變化。¹⁶⁷

¹⁶⁶ 杜保瑞：《莊周夢蝶》（台北市：書泉出版社，1995.02），頁108。

¹⁶⁷ James A. Hall 著，廖婉如譯：《榮格解夢書》（台北：心靈工坊，2011.07），頁39-40。

而莊周夢蝶的物化歷程就如夢的第三種補償功能一般「夢境自我的認同往往是清醒自我認同的一部分」。心靈的開放性，在就是人的內在個體化的可能性，夢正是投射出空無與混沌無意識世界的呈現。在夢中，人得以超越意識的束縛，守住德而回復本真，才使意識與無意識的融合得以發生，莊子藉夢走入心靈世界，「適志」正是超越於意識的自我之上，在夢的意象世界，不依賴意識的理智態度，在夢與清醒之間，分不清意象和現實的區別，物化正是「如一」的神秘感覺。人藉夢走出自己，成為蝴蝶迎風而舞，正是脫離意識框架，順應著無意識的牽引而遊戲於心靈的世界，也超越了意識與無意識的區分之上。夢中的風是自性的跡，也即是自性的冥，是心靈本身的開放性（天機自啟），也是心靈的超越性，能順應夢境的變化而隨機而作。當吾人能離開「自我」的主體意識，是達到與自性相合的個體化融合「合一」的過程，但此一是在皆於自性中變化中的一，而保住本我與自我的差異性，所以「周與蝴蝶必有分矣」。但物化，就回歸到個體化的運行當中，所以莊周的物化，是真正的人化，只不過此時人泯沒了主體意識而成為在道中變化的萬物之一，離開了自我固化的狀態。物化是超越意識認知的框架，超越了人的自我，守住本心而勿失，正是天然而有的，也可以說夢是個體化本身的能力，在正是心靈能量的流變，在流變中自我成長，而享有自我轉變的歡愉。榮格學者莫瑞·使丹尼認為自我蛻變的轉化過程是將心靈能量與意志引導進入特定的態度、活動與目標的意象：「轉化的夢境意象是原型的意象，將可以抓住使生命達到圓滿性的所有要素，並賦予吾人的生命特定的形狀與方向。」¹⁶⁸而榮格也認為夢能反映出個人潛意識裡的心理情結結構，夢將潛意識象徵的意涵給擬人化，包括將沒有生命的物體或場景給擬人化，反映出個人潛意識中的心理情結結構，而這些潛藏的或被壓抑的情結全都以心靈裡的原型意象給發展出來的，也全都臣服於本我或核心原型所具有的統攝力量之下。而本我作為心靈整體的調節中心，是比自我還大的整體，是驅動個體化歷程之所在。本我是整個心靈的樞紐，而自我是意識的樞

¹⁶⁸ Murray Stein 著，陳世勳、伍如婷等譯：《轉化之旅－自性的追尋》（台北：心靈工坊文化，2012.11），頁 124。

紐。所以當說到夢中的本我時，實際上所指的為心靈作為一個整體的原型形象，而本我對於情結所起的作用。¹⁶⁹

夢中本我的任一個原型形象，都是由某個夢境自我的眼光所看見的此一整體的形象。隨著自我的內容轉變，本我的形象也隨而不同，但兩者的關係，一為意識的核心（自我），一為心靈的核心（本我），是永遠不變的。¹⁷⁰

在夢境中的協調之下，清醒自我與無意識之進行的對話，是自我與本我之間更大型的對話的一環。「本我」不常化為形象在夢中出現，既使有，起碼它不會被辨識出來。無意識更常以超乎意識想像的夢之建構者出現，是心靈的一道力量，它不僅安排場景與情節，並指派夢境中的自我擔任某個角色來參與其中。不過，這並不代表夢在被夢者經驗到之前就已經事先編排好了，因為在夢境中自我的參與行動對於夢境隨後的變化與發展，有決定性的作用。對此榮格學者詹姆斯·霍爾認為：

個體化當中的自我終究會了解到，夢境自我或清醒自我皆不是自我。自我的中樞——「我」的知覺——不過是個體化歷程裡主觀上當前的參照點，而是個體化歷程會把清醒自我隨著時間相對化，就如同夢境自我每夜所經驗到的小型相對化一般。

171

〈齊物論〉後段，莊子用了莊周夢蝶這個精彩的寓言，顯示一般意識框架的限制。我們只能依隨意識層面的主觀感受、來理解所處的世界，然而吾人的主觀是變動不息的，要如何來確定什麼時候、什麼狀態下的主觀才是真實、可信的呢？莊子藉由夢蝶來表達出心靈的原型意象與自我的互動，而榮格亦認為做夢有助於心靈的整合，在夢境和積極想

¹⁶⁹ James A. Hall 著，廖婉如譯：《榮格解夢書》（台北：心靈工坊，2011.07），頁 42。

¹⁷⁰ James A. Hall 著，廖婉如譯：《榮格解夢書》（台北：心靈工坊，2011.07），頁 127-128。

¹⁷¹ James A. Hall 著，廖婉如譯：《榮格解夢書》（台北：心靈工坊，2011.07），頁 184。

像中浮現的人物和場景，都是來自吾人現實生活中某些真實部分，它們的存在與力量都是自主的。在夢境的過程中，面對這些角色人物應該當它們是外在世界中真實人物一般對待，但互動的程度應該比與真實的人互動來得更深入、更坦白。心靈世界的內在探索不必顧及禮貌和情面，唯有全心全意沉浸與投入，才能真正參與「本我」的動力。

綜上所述，心靈世界的虛無的本性決定了它可以擺脫意識認知的框架，也應該擺脫這種限制，包括形體的限制、知識的侷限等。但是心靈的解脫是以承認知識的有限性以及形體屬於命運的世界為前提的。在這種承認中，心由於部分地讓渡出對形驅的執著，再進行個體化過程中心靈因而獲得了某種限度的自由。意識與無意識的衝突不足以成為對心靈的限制，換言之，心靈能由物化中超越出來。物物而不物於物。是以，個體化歷程需要重新檢視一個人最重視的文化成見與執著信念開始，這意味著需先放下先前的認同，開放地探索經常令人排斥甚至厭惡的未知領域（內在層次的分離）。一個人也必須對「異己」元素抱持開放的態度，願意與各種象徵意象展開對話（合體）。在此過程中，也需要整合自己內在的陌生元素，包括潛藏的、壓抑的、陰影的、恐懼的與遺忘的。在個體化模式必須磨合物我的差異，而不是僅因為對方和我們不同，就將其妖魔化或直斥其非。獨特性與整合皆是個體化的目標，也就是保留現有的和重新看待已經界定的，並融入差異的元素，在新的象徵旗幟下鍛造出新的統一體。

第五章、結論

第一節、〈齊物論〉與榮格心理學的呼應

莊子要用人間語言來表達超越常理思考的範疇，自然的象徵與心靈的世界通常不在一般人認知與感受之內的現象，莊子不斷突破文字的侷限，挑戰語言表達的可能性，去碰觸那碰觸不到的抽象象徵，去表現出無法在人世裡能清楚表達的衝擊與震撼。莊子的語言，是開闊也是開拓的。如同榮格認為心理學這門學問的基礎乃是真實發生的心理體驗，而這類心理體驗的基本存在模式並不是以言語的方式呈現，而是藉由「象徵」(image)——「心靈即象徵」(psyche is image)。心靈的象徵內涵不僅只是被表現在諸種抽象的形象中，而是心靈就活在形象或心理經驗模式當中，而榮格心理學派最重要的成就，就是發掘出這些自我形象、陰影形象、情結形象和「心理經驗模式」，是以本研究希望藉由榮格心理學與〈齊物論〉進行對話，以詮釋出更豐富的象徵意涵來提升心靈蛻變。由〈齊物論〉「萬竅怒號」的寓言中「吾喪我」的生命哲思，找尋吾人如何能從社會化過程中所建立的意識的認知框架中的束縛限定中給解脫出來的方法，社會世俗的框架使吾人的生命如同乾枯的槁木一般，但經由個體化的歷程，使意識與無意識的雙極對偶能得以融合為一，讓心靈可以自由運作內藏有無限的生機靈感。

吾是精神（本我）的我，我是形體（自我）的我，心靈的世界擺脫了形體的拘束，而能感受到自然抽象的象徵才能回到它本身的自由。心靈是無形的，形體是有形的，天籟是無為的無聲之聲，地籟，人籟是有為的有聲之聲。只著重在意識認知上的方展，卻看不到無形的心靈的作用，就如同只聽到有聲之聲的地籟人籟，卻聽不到無聲之聲的天籟一樣。「大塊噫氣」代表了宇宙長風的吹起，就如同吾人的生命歷程一樣，而生命的經驗就如同風本無聲，這一無聲之聲即為天籟。風吹向大地萬竅，引起萬竅怒號，這便為地籟的產生。人亦為萬竅之一，是以人人吹奏的生命樂章也各有不同，這即是人籟。地籟、人籟各有不同，物我有異，很難平齊。藉由這樣的寓意象徵可以了解吾人的心靈就如同天籟一般，地籟、人籟，都從天籟來，它本身的顯現與作用無聲無跡，但意識與

無意識作用所產生的聲響卻都從它來，假如心靈枯竭，萬竅即歸於死寂。所以，三籟的寓言對個體化的歷程來說，可以使吾人更具體的看見心靈、意識與無意識三者之間的作用與相互依待的關係。莊子肯定萬竅「咸其自取」的獨特風貌，二者又突顯「怒者其誰」的天籟根源。沒有天籟（心靈）的作用，萬竅（意識與無意識）之間是發不出聲音來的，但天籟卻不干涉萬竅的怒號，使其能以自己的存在方式發聲。如是，雖各有不同，卻同時都是真的，此包容自然的觀念也是萬物平齊的理論基礎，就此建立。

莊子認為人在清醒的意識狀態下有著各式個樣的「心機」算計、思考和擔憂，甚至在夢裡的無意識狀態下也往往沒有停歇下來，情結與陰影發動所勾起的恐慌與想望也在夢裡紛擾不已，日夜交替，年復一年，彷彿永無止境一般。莊子對於吾人內心中這些千翻萬轉交替出現的心理狀態究竟是從何處萌發，表示深切的困惑，並引領世人做進一步的認識，了解到在百感交集的心理狀態後面還有一個心靈的層次存在。

〈齊物論〉中百骸、九竅、六臟，如同心靈中的意識與無意識，有如三籟中的地籟兩人籟，是有為的世界；而真君是無形的心靈，有如天籟是無為的運轉。天籟無聲，卻為一切聲響的發動者；心靈無形，卻是一切行為的決定者。心靈是虛的，所以可滲入萬有，卻也包容萬有，進而主導萬有，並實現萬有。人籟之真是自我的真實，地籟之全是意識與無意識的和諧。天籟齊物之論，在此包融整合的觀念下都有了存有的根據。

莊子指出在經驗著意識與無意識相互衝突與融合的種種心理狀態時，有個名為「真宰」或「真君」的本我也被吾人給經驗到。心理與心靈的關繫密切到無以復加，沒有這些複雜心理狀態的呈現，沒有辦法覺察到在無意識背後還有一個真我的存在。然而，自我或無意識不同於心理狀態，後者也是本研究欲更加清楚了解的目標，例如感官對於冷、熱的刺激在接受或愛、恨、怒、怨等情緒感受覺察均有其明朗的性質，呈現在吾人的意識中，並可被進一步陳述。但心靈雖被清楚地意識到，卻沒有任何類似的運作軌跡與特徵可供捕捉與描述。但莊子認為真宰的存在是一件真確可信之事，雖然它無跡可循，而在百骸、九竅、六藏遍尋不到、無法確認的狀況下，莊子亦覺得這似乎不妨礙真宰的真實性。

莊子的想像力將意識與無意識的衝突給消融，正確知覺、實際進行的認識並使之相結合，也進而超越現實的、實在的事物，為吾人開闢可能的世界。經由自由的解構某事物或現實，再加以重組開闢出新的可能性世界。由此可知，莊子的寓言藉由想像力可以自由重組吾人的知覺，把現實中惰性的知覺，及再惰性的表象或意象，自由加以重組。榮格在其積極想像的概念中亦認為想像力就是種可能性知覺，但依據共同感覺的看法，想像力被認為是重現集體無意識所接受之原型意象的作用。換言之，依據集體無意識的概念，原型意象之所以會以象徵的方式活在吾人的心中，這是因為在意識作用之外，原型意象仍會把象徵繼續與無意識發生作用，以讓原型精神之形式活動停留在心靈中。

榮格認為這個時代的思維只著重實用和價值，理性的思維卻迫使吾人無法跳脫證明、實用和意義的框架，因為知識的發展過程充斥著人類對理性的驕傲、混雜了這個時代錙銖必較思維，使吾人的心靈世界深受禁錮。而為使心靈世界能再重新與吾人的生活再起連結，則需要進行個體化的歷程，使心靈的能量得以統整。是以本研究希望藉由以榮格心理學的概念與莊子哲學的對談，使東、西的心靈的哲學概念有所交流，也讓個體化的歷程找到可以具體實踐的方向及可能性。

第二節、〈齊物論〉與榮格個體化心靈成長

現代人的生活人總是要勞費心神的去追逐社會的期許或價值，莊子以「朝三暮四」的寓言來諷刺吾人盲目地追求外在社會價值，就好比像是猴子的模仿卻忽略自己的個體性與價值所在。吾人屈從了於自己猶如猴子般的慾望，且相互影響與渲染，因為猴子會激勵像猴子一般的人。吾人把自己跟別人都變成了猴子。每個人都互相模仿，追逐著平庸的社會期望、滿足社會的道德與期許的生活在這個世界上。雖在不同的時代，但吾人仍一直依照模仿的慾望而樹立出這些慾望的英雄的形象並追隨之，朝三暮四而勞神傷心，心情起伏而不能自己。個體化歷程之所以不能順利進行，是因為吾人將自己與他人全都讓他變成猴子，如同猴子般的生活在現代的都市叢林。何以不能脫離猴性？榮格認為這是因為吾人對孤寂和失敗的恐懼。活出自我是成為自己的任務，而不是追逐社會價值與

期許所產生的慾望。而這樣的歷程通常不會有什麼歡樂，而且常伴隨著的是漫長的痛苦，因為吾人必須成為「自己」的創造者。莊子認為聖人之所以能調和是非，是因為讓是非依止在原有的平衡內，這樣的概念就稱為「兩行」，也是〈齊物論〉想述說的對於存在的價值可是、可非，是非並行而不衝突。

心靈的本體是十分有智慧的，它會在生命過程中丟出一些衝突，讓吾人有機會觀察這些衝突，藉由一些事件的發生與經歷讓自己能更貼近心靈的真實樣貌。這些事件的苦痛並不是單純的只是要讓生命產生糾結與掙扎，如果只單純視為一種生命困境，只會讓自己感到很難過、很痛苦。若能看見自己會跌倒和受苦，是因為被路上的某些東西絆倒了，那麼就有機會認清障礙是什麼。而莊子認為阻礙吾人認清的障礙的即為「心知」（成心），生命真實的實相是活生生的存在，自有其所然，未必都能剛好符合吾人名言概念思考的框架。而生命在成心的造作之下運行，世界的真貌將不斷地遭到扭曲，而心中的圖像將和自然的真實越離越遠，結果當然是大謬於實情。在此狀態下，若還仍要強行心之所見，那麼對於心靈的個體化而言就是災難。

心靈本體非常具有智慧且非常的巧妙，它會藉由生命事件丟出一些衝突，讓吾人有機會觀察這些衝突背後的含義，然後吾人才能認清必須認清的生命實相。個體化的歷程會在最恰當的時間、地點，碰到最恰當的人，然後發生生命事件，以此激發出個人的潛力以及週遭人的潛力。如果能貼近心靈的脈動由衷的嚐試著去理解這些狀況，將會對心靈本體有所領會，可以明白這些生命事件發生的狀況並不是要為難自己。但若只從某種人格身分的面向來看待這些事件的表面現象或視其為一種困境，則一定會感到很難過與痛苦，而且會延續這份痛苦。假設能看見自己會跌倒和受苦背後的含義，是因為被生命道路上的某些心理議題給絆倒了，那麼就能認清障礙了。

〈齊物論〉：「謂和之以天倪？曰：是不是，然不然。是若果是也，則是之異乎不是也亦無辯；然若果然也，則然之異乎不然也亦無辯。忘年忘義，振於無竟，故寓諸無竟。」¹⁷²，「齊物」需使物的存在回到無價值評判，放棄有用、無用的價值標舉，

¹⁷² 清 郭慶藩 編，王孝魚 整理：《莊子集釋（上卷）》，（台北：萬卷樓，2007.08），頁 120。

使一切物的存在能如其然而然的呈現其自身價值。放棄物物間仍然有「彼」、「此」的分別，讓「彼」、「此」的分別無法成立。將界限自心知中化除，打破一切名言概念所造成的區別與分隔，讓物的存在於主觀中回歸道的混融一體性。吾人想由外在生命事件找的參與到心靈個體化所需要的，但生命內裡的重意義卻只能在心靈內在才能找到，而不是在事物表層可以體悟出來，因為意義的多面性並不一定會同時存在，而是經由生命的歷練淬煉而成。當吾人參與生命，則意義也就因此而發生變化。事物會變化，但心靈的改變跟不上，就注意不到它們。但當心靈能經由個體化而有所改變，世界的面貌也會改變。事物各種不同的意義也將隨其然而然，與生命融合為一。

第三節、〈齊物論〉中的個體化實踐工夫

初生兒一旦開始成長，在社會化的互動過程中他的人格（personality）就會藉由與環境，尤其是跟父母親的互動而逐漸拓展開來。但因為大部分的父母認同的都是人格養成的部分而非本體（自性），所他們無法認出或鼓勵孩子活出自己的樣子。隨著年紀漸增，個體的本體部分逐漸被遺忘、隱藏，於是人格便成為主要的生存樣態取代了本體。昭文擅長撫琴，師曠拄策精於音律，惠施靠著梧桐茶几滔滔雄辯，這三個人的技藝與才智，都可以算是數一數二的成就，所以修身從事自己的行業。正因為他們各有各的擅長與愛好，各自皆在自己的領域皆自命不凡，所以想要讓別人明白自己的愛好但終究是無法達成的。惠施終其一生抱著無人能懂的堅白論，飲恨而終。而昭文的兒子雖勉力繼承父親的衣鉢始，但卻終身都沒有成就。每個人去找自己的路，這才是通往個體化的道路。吾人將能看到、感受到彼此之間道路的相似與共通之處。榮格認為：「統一的社會規則和教育方式把人逼向孤獨的道路，才可以使人類逃避集體無意的壓迫。但這樣的孤獨卻使人變得具有敵意、也更為惡毒。」¹⁷³。要給人氣度，讓他獨處，他才會自己找到屬於自己的生命歷程。要相信進入個體化將使吾人生命找到更美好的路。

¹⁷³ Carl G.Jung 著，林子鈞、張濤譯：《紅書》（北京：中信出版集團股份有限公司，2016.07），頁 9-10

在社會化的過程中，本體被不同的身份所取代。孩子開始向父母學習並感到認同也期待被認同，在此種經驗、彼種經驗的學習過程中，以及各種攸關他自己的概念。這些身分、經驗和概念會將變得愈來愈堅固，因而逐漸形成了人格（包括人格面具）。待長大成人之後，便自然而然地相信這個人格就是真正的自我。一開始，本我就已經存在了，即便看不見它，認不出它，甚至以許多方式拒絕它、抗拒它、妨礙它、傷害它，但是它仍然存在著。為了自保它只好隱藏起來，而掩蓋於其上的便是形塑出來的人格與人格面具。真實人格因而遭到了扭曲，並且對心靈本體造成了痛苦。對此王邦雄先生：「標榜正道的社會的價值將會逼出畸變的回應，執著善德，會逆轉為妖惡，造成生命的不完整。」¹⁷⁴。如同〈齊物論〉文：「是故滑疑之耀，聖人之所圖也。為是不用而寓諸庸，此之謂以明。」¹⁷⁵「標榜正道」就是迷亂人心的炫耀行為，正道善德來自心知的執著，標準的設定都是由自己的主觀所出發，硬要把這樣的「善」應用於他人，讓他人認同，這是聖人認為該鄙視、摒棄的。用自己的主觀偏見去責求他人希望他人可以遵從，這樣的行為無異迫使他人委屈自我生命的真實，為了迎合世俗名利的標準而扭曲變形。因此不固執己見與社會的道德框架，而寄託於平庸且自然的道理，這樣的境界就叫做「以明」。這番話明白指出了存在異化的根本原因，而正可為心知的罪性做出個具體的述明。

人格發展的階段，吾不斷想人證明自己是獨立的、茁壯的、成功的、有地位的。這是發展過程中最令人在意、最關心的議題，幾乎每個人都會設定這個目標。這個目標可能源自於本體的需求，但也可能源自於人格的需求，其中的差異非常巨大。立足於世上和獨立自主，意味著建立起本體的個人面向，這其實是一份內在的成就，也是一份很深的想要實現自己的慾望。榮格的個體化概念可以幫助吾人活出真正的自己，這意味著擺脫過往建構出的所有錯誤身份；這與吾人辛苦經營的外在成就並無關係。吾人在世上的作為與成就或許能顯示出自己的社會價值，但是它無法定義你這個人，也不代表個人的本體。一旦活出個人性的本體，也就是真正的生命樣態，那麼將感到身、心合一，無論

¹⁷⁴ 王邦雄：《中國哲學論集》（臺北：臺灣學生書局，2004年），頁382。

¹⁷⁵ 清 郭慶藩 編，王孝魚 整理：《莊子集釋（上卷）》，（台北：萬卷樓，2007.08），頁83。

做什麼都是定位於本體的。但通常吾人只認同的世俗的價值與期許部分，這也意味著生命的實相遭到了扭曲。

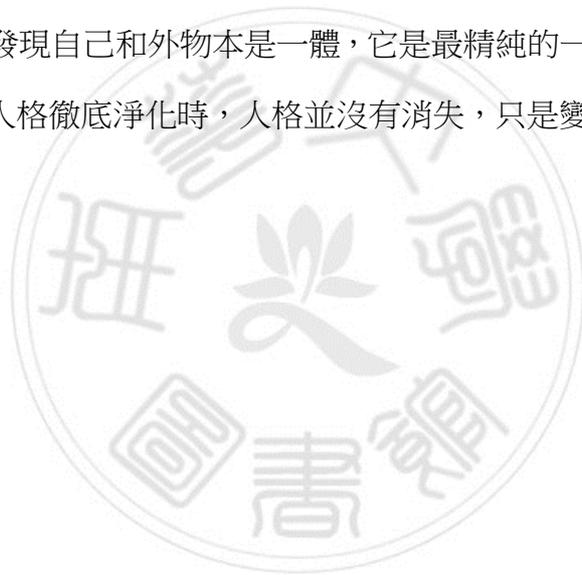
榮格提出的個體化概念是為了讓心靈內的一切元素都和諧圓滿，個體化的過程將帶來了圓滿和滿足感，這會令人覺得人生的事件與經驗是有深刻意義的。它會為你的心靈、心理、情感、人格及形軀都帶來意義。除非將這份體悟統合到自己的每個面向裡面，讓心靈的一切元素都變得和諧，並且認清眼前事件與經驗的各種涵義，否則人生將永遠是不完整的。如果有一部分的陰影或情結被排拒在外或仍然分裂，本我將無法徹底統合。

〈齊物論〉的個體化詮釋中，研究者認為人格必須徹底淨化了，個體化才能充分體現，但對人格進行淨化是個令人困惑的概念，當對人格下工夫時，將不斷地會看到自我的痛苦和問題，例如：愚昧、癡迷、怨恨、憤怒、害怕等等。其實人格的淨化並不意味打敗人格，個體化的主要目的是為了使意識與無意識得以統整，最後帶來完整的心靈本體。吾人經歷的這場無意識與意識的衝突掙扎，是一件很奇特的事。

莊子於〈齊物論〉中提出了心靈（真宰）本體就是存在本身的觀點，而存在是完全的寂靜，裡面沒有任何活動。當意識有所造作時，那些意識的思維活動或慾望將使吾人脫離本體，於是你就不再「存在」了。若是能察覺自己的意識的動向將有利於個體化的進行。對人格淨化的歷程主要有兩種方式，一是觀察人格在意識下的活動，也就是所謂的後設思考，奠基於後設思考的了悟狀態，本質上是跟自我分離的，因此人格並沒有完全與本體進行整合，它並沒有被徹底認清，只是被擱置一旁而沒有真正轉化；另外一種方式則是徹底潛入於人格之中，這意味著必須清晰而完整地經驗人格的內涵，且不帶有任何抗拒，也不試圖逃避或超越人格。在這個過程中必須成為人格本身，這並不是一種反省或反思，而是與它結為一體。這種體驗必須是直覺的、感性的，而且是在身體上發生的。如果過程中仍然認同人格的某個部份，而這部分是卡在無意識的某些心理衝突之中的，將很難完整地看到自我的活動。在這種情況下，吾人可能被無意識裡的議題給掌控，而持續卡在自我的活動中，無法認清它。如果覺察到人格防衛機制的惡性循環，將會清楚地看見吾人一直在抗拒的原來是自己，一旦對這種惡性循環活動有了洞見，就能

夠停止心理的糾結與掙扎，人格也自然會被清明的覺知消溶掉，這就是個體化工夫的實踐。

要完成個體化必須下很大的工夫，必須花很長的時間才能看見自我活動的全貌。若想直接體驗自性的活動就必須深入探索人格涉及的所有領域。吾人必須了解無意識中的各種議題，同時要發展出對心靈存在的體認，才能真的體悟到心靈的存在。當在處理某個特定的人格議題時，也可能看見這至上實相某個部份，但若是能在所有的心理議題上下工夫，就更有可能進行更完整的個體化。只有徹底認清這一切，內在的活動——使本體和外物產生連結的活動才會靜止。當它靜止時，心靈就會變得純淨、清明，成為一個沒有意識框架的整合體，而這會療癒與心靈本體分隔的傷痕。其實分隔本就是不存在的。個體化了悟的瞬間將發現自己和外物本是一體，它是最精純的一種存在形式，但卻能示現成一個人，因此當人格徹底淨化時，人格並沒有消失，只是變成了「最真實的人」。



參考文獻

一、專書

A.H.Almaas，胡因夢譯：《鑽石途徑-現代心理學與靈修的整合》（臺北市：心靈工坊文化事業股份有限公司，2005年）。

Ann Casement 著，廖世德譯，《榮格（Jung）》（台北：生命潛能文化，2004.01）

Anthony Stevens，薛絢譯：《夢，私我之神話》（台北縣新店市：立緒文化事業有限公司，2000.04）

C.G Jung 著，吳康、丁傳林、趙善華合譯：《心理類型（下）》（台北：桂冠圖書，2007.02）

C.G Jung 著，劉國彬、楊德友合譯：《榮格自傳—回憶.夢.省思》（台北：張老師文化，2008.03），

Carl G. Jung 著，徐德林譯，《原型與集體無意識》（北京：國際文化，2011.05），頁

Carl G. Jung 著，陳俊松、程心、胡文輝等譯：《人格的發展》（北京：國際文化出版公司，2011.05）

Carl G. Jung 著，鴻鈞譯：《分析心理學—集體無意識》（台北：結構群文化事業，1990.09）

Carl G.Jung 主編，龔卓軍譯：《人及其象徵》（台北：立緒文化 2010.11）

Carl G.Jung 著，林子鈞、張濤譯：《紅書》（北京：中信出版集團股份有限公司，2016.07）

CG. Jung 著，儲昭華、王世鵬等譯：《象徵生活》（北京：國際文化，2011.05）

Georg Northoff 著，洪瑞璘譯，鄭凱元審定：《留心你的大腦》（台北：台大出版社，2016.10）

James A. Hall 著，廖婉如譯：《榮格解夢書》（台北：心靈工坊，2011.07），頁

Jeffrey Raff 著，廖世德譯：《榮格與鍊金術》（新北：人本自然文化，2007年）

Jens Bergmann：《失控的心理學》（台北：商周出版社，2016.06）

Marie-Louise von Franz 著，徐碧貞譯：《解讀童話 從榮格觀點探索童話世界》（臺北市：心靈工坊文化，2016年）

- Marta Tibaldi 著，倪安宇譯：《積極想像：與無意識對話，活得更自在》，（台北：心靈工坊文化事業股份有限公司，2017.06）
- Murray Stein，朱侃如譯：《榮格心靈地圖》（臺北：立旭文化，2017.03）
- Murray Stein，黃壁惠、魏宏晉等譯：《英雄之旅-個體化原則概論》（臺北：心靈工坊，2012年）
- Murray Stein 著，陳世勳、伍如婷等譯：《轉化之旅—自性的追尋》（台北：心靈工坊文化，2012.11）
- Thomas B. Kirsch 著，李開敏等譯：《給追求靈魂的現代人》（台北：心靈工坊，2013.10）
- 王夫之：《莊子解》，（香港：中華書局，1976年）
- 王邦雄：《中國哲學論集》（臺北：臺灣學生書局，2004年）
- 王邦雄：《道家思想經典文論：當代新道家的生命進路》（台北市：立緒出版社，2013）
- 王博：《莊子哲學》（北京：北京大學出版社，2015）
- 牟宗三：《才性與玄理》（臺北：臺灣學生書局，1997）
- 牟宗三：《中國哲學十九講》（臺北：臺灣學生書局，1997）
- 牟宗三講述、陶國璋整理：《莊子齊物論義理演析》（台北市：書林出版有限公司，1999年）
- 吳光明：《莊子》（台北：東大圖書股份有限公司，1988.02）
- 吳肇嘉：《莊子應世思想之研究》（台北世：台灣學生書局有限公司，2011）
- 呂旭亞：《公主走進黑森林：榮格取向的童話分析》（臺北市出版社：心靈工坊文化，2017年）
- 杜保瑞：《莊周夢蝶》（台北市：書泉出版社，1995.02）
- 叔本華著，劉大悲譯：《意志與表象的世界》（台北：志文出版社，2000.6）
- 胡適：《中國古代哲學史》（合肥：安徽教育出版社，1999年）
- 唐君毅：《中國哲學原論—原道篇一》（台北市：臺灣學生書局，1992）
- 徐復觀：《中國人性論史—先秦篇》（臺北：臺灣學生書局，1993）
- 崔大華：《莊學研究》（北京：人民出版社，1992）

- 張默生：《莊子新譯》（濟南：齊魯書社，1996年）
- 清 郭慶藩注：《莊子集釋》（台北：商周出版社，2018）
- 陳鼓應：《莊子今註今釋，上冊》（台北：台灣商務出版社，2011.09）
- 陳壽昌：《南華真經正義·內篇》（臺北：新天地書局，1972）
- 陳榮華：《高達美詮釋學：〈真理與方法〉導讀》（台北市，三民出版社，2011年）
- 傅偉勳：《學問的生命與生命的學問》（臺北，正中書局，1994年）
- 勞思光：《新編中國哲學史（一）》（臺北：三民書局，1995）
- 黃明堅：《莊子（解讀）》（臺北：立旭文化，2000）
- 楊照：《莊子—開闊混同的精神世界》（台北：聯經出版事業股份有限公司，2014.03）
- 葉海煙：《莊子的生命哲學》（台北：東大圖書股份有限公司，2015.08）
- 趙衛民：《莊子的道》（台北：里仁出版社，2011.03）
- 關鋒：《莊子內篇譯解和批判》（北京：中華書局，1961）
- 鐘泰：《莊子發微》（上海：古籍出版社，2002.04）

二、期刊

- 方金奇：《〈莊子·內篇〉之“情”新釋》（華東師範大學上饒師範學院學報，2005）。
- 王邦雄：《從修養工夫論莊子「道」的性格》（鵝湖，21（6），1995）。
- 王邦雄：《莊子思想及其修養工夫》（鵝湖，17（1），1991）。
- 王邦雄：《道家思想的倫理空間--論莊子「命」「義」的觀念》（哲學與文化，23，1996）
- 王季香：《莊子理想人格的超個人心理學分析》（人文與社會研究學報，第43卷第2期，2009：25-46）。
- 何儒育：《論〈莊子·德充符〉之創傷療癒》，（清華學報46卷1期，2016）。
- 吳建明，〈莊子道論之義理性格探究〉（宗教哲學48期，2009）。
- 林安梧：《「新道家」與「治療學」：論「根源的回歸」與「存有的照亮」》（宗教哲學44期，2008）。

林妙真：《莊子齊物論—解消言語論辯與物我對立的平等觀》（鵝湖月刊；314期，2001），頁55-63。

林秀珍莊子：《「逍遙遊」的超個人心理學分析》（鵝湖月刊，249期，1996；38-40）。

林明照：《無我而無物非我：呂惠卿《莊子義》中的無我論》（中國學術年刊，2013）。

林明照：《觀看、反思與專凝—〈莊子〉哲學中的觀視性》（漢學研究，2012）。

洪嘉琳：《論〈莊子〉之自我觀-以「吾喪我」為探討中心》（哲學與文化，2007）。

莊錦章：《莊子與惠施論「情」》（國立清華大學，清華學報，2010）。

黃俊峰：《〈莊子〉的功夫修養論及其教育意涵》（臺灣師範大學教育學系學位論文，2002）。

黃國清：《成玄英〈莊子注疏〉的中道觀》，（鵝湖月刊314期，2001）。

楊儒賓：《遊之主體》（中國文哲研究所集刊，2014）。

葉海煙：《莊子〈齊物論〉的對話倫理》（哲學與文化，2002）。

葉海煙：《莊子齊物論與當代交談倫理》（哲學與文化，2001）。

詹康，〈《爭論中的莊子主體論》〉（台北：臺灣學生書局，2014）。

劉笑敢，〈《莊子哲學及其演變》〉，（北京：中國人民大學出版社，2012）。

賴錫三，〈《道家型知識分子論：〈莊子〉的權力批判與文化更新》〉，（台北：臺灣大學，2013）。

賴錫三：《道家的自然體驗與冥契主義—神秘·悖論·自然·倫理》（臺大文史哲學報，2011）。

三、學位論文

周翊雯：《從〈莊子〉到〈莊子注〉的身體觀研究---以「身體工夫」為研究核心》（成功大學中國文學系學位論文，2009）。

陳康寧：《〈莊子〉「以與世俗處」的倫理關懷》（中正大學中國文學系學位論文，2015）。

黃俊峰：《〈莊子〉的功夫修養論及其教育意涵》（臺灣師範大學教育學系學位論文，2002）。

楊鳳燕：《莊子〈逍遙遊〉篇中的寓言本旨和現代意義》（中央大學中國文學系碩士在職專班學位論文，2007）。

廖昱璋：《〈莊子•內篇〉的認知與實踐研究》（台灣大學哲學系碩士學位論文，2016）。

薛瑞慶：《明代《莊子》注本中的「應帝王」思想：以〈南華真經副墨〉、〈莊子內篇注〉及〈莊子通〉為核心》（臺灣大學政治學研究所學位論，2014）。

四、外文文獻

C. Lynne Hong. "Clearing up Obstructions: An Image Schema Approach on the Concept of Datong 大通 in Chapter 6 of the Zhuangzi." *Asian Philosophy: An International Journal of the Philosophical Traditions of the East*. Vol. 23 No. 3 (2013) :pp. 275-290.

Alan, Fox. "Reflex and reflectivity: wuwei in the Zhuangzi." *Asian philosophy* 6.1 (1996) : 59-72.

Kai-Yuan, Cheng. "Self and the Dream of the Butterfly in the Zhuangzi." *Philosophy East and West*, 64 (3) (2014) : 563-597.

Kim-Chong, Chong. "Zhuangzi's Cheng Xin and its Implications for Virtue and Perspectives." *Dao* 10.4 (2011) : 427-443.