

靈魂、意識與輪迴(1)

姜西淋

靈魂或者意識

(一)宗教--先從宗教的觀點，簡要地來分析佛教與基督教對靈魂的看法和說法。

首先要提醒讀者，佛教與基督教有所不同。嚴格地說，基督教是純宗教而佛教是哲學；不過因為佛教也有些宗教的形式，也被稱為宗教。基督教信奉神(上帝)的存在；而佛教是無神論者，主張人人可自修成佛。另外，我們要瞭解基督教義有永存的靈魂，佛教不講「靈魂」而講「意識」。在此，兩者卻有共通點；也就是大乘佛教的所謂「第八意識」就相當於基督教的「靈魂」。兩者皆主張，人死時精神(靈魂/意識)會脫離暫時的肉體返回那永在的故鄉。所以可以說「靈魂」即是「意識」。

雖然兩種宗教有上述的共通點，對靈魂/意識的歸宿的說法卻有天壤之別。基督教認為人死時，靈魂經審判之後，或上天堂與上帝同在；不然，就下地獄接受懲罰。沒有輪迴之說。佛教則主張人死時，根據各人過去與今世修來的「業」，自應有「六道輪迴」的報應。

靈魂存在的說法有幾個難題，比如：它為何存在？有形狀嗎？何時進入肉體？如何進入？寄居人體何處？何時脫離人體？植物人是否還有靈魂？還有最常被質疑的是靈魂數目與生命數量平衡的問題。假如靈魂總數

固定，那麼世界人類繼續生育而增加出來的新人口靈魂如何補充。

針對這最後問題，有些基督教牧師相信上帝創造人的同時也創造人的靈魂，這似乎解決了問題。可是上帝只創造亞當與夏娃而已，之後的人類都是生出來的，怎麼自圓其說呢？佛教認為所有動物都有意識，從單細胞的動物到人類生命的數目何其多呀，生物壽命長短差別巨大，如何平衡這一大批的流水帳呢！就這一點，似乎尚沒有任何宗教大師能做令人滿意可信的解釋。

上述基督教靈魂與佛教第八意識歸宿論理的炯異，以及靈魂與人體數目平衡與否說法的不同，大大地減低了靈魂存在的可信度。

Gary Zukav 對佛教的哲理有研究也有心得。在1990年暢銷書 *Seat of the Soul*，他發表具有創意性的靈魂觀。在開宗明義第一章，演化，Zukav 認為人類的過去以五官的感覺造成的個性(Personality)在社會中生活。在這生存競爭的世界，五識(官)性質的人類，無論在社會、經濟、政治各方面，都以爭權奪利的手段取得自私的物質生活和生存。長此以往，人類族群自會走向自取滅亡的道路。

好佳哉，近代人類已開始，也應該由五官感覺的人類演化為超五官的人類社會，因為人類天生具有一種能力叫做

真實的權力(Authentic Power)。它是人類愛、慈悲、智慧的泉源。過去的聖人君子都具有這種特性。這種超五官的力量就是認知(Awareness)、意識(Consciousness)，它就是靈魂的所在地(Seat of Soul)。在靈魂的意識生活裡，生命圓滿、幸福又有意義。Zukav 的立論與Deepak Chopra 的講述由身體(Body)、腦力(Mind)、靈魂(Soul)至精神(Spirit)的直上關係頗為相似。

(二)科學--再從科學方面探討靈魂和意識吧，下面介紹三位科學家的看法。

David Darling 是位物理學家、天文學家兼作家。他在 *Equations of Eternity* 書中先從考古學、進化

論的角度分析動物腦部的演化；從魚、蛇、鳥、狗說到最先進複雜的人腦。從原生動物沒腦(只有反射作用)、沒感官，進化到有腦有感官又有意識的人類的過程，顯然地，動物腦也由腦幹和小腦進化，逐步疊加上面大腦的體積；人的大腦很大又很發達，智能和技能也最高。可要知道，人腦中存在著下級動物的腦，這點有助我們對人性本質的瞭解。

從軟體動物演化出脊椎動物，由靠陽光暖身後才能活動的冷血動物演化到能自保體溫的溫血動物，自卵生演化出胎生，這些過程都不是超自然的有意設計；而是由無數次的突變，歷經環境的考驗通過成功的。所以，「或然」而不是「必然」在生物演化的過程已扮演了非常重要的角色。

由沒感官的低等動物逐漸演化到有五官的高級動物的過程也一樣地歷經突變、適者生存而來。無疑的，「生存競爭、適者生存」是生物演化(或進化)的原則和原動力。有些動物類在夜間看見食物，避免在白天與其他動物競爭覓食的困難；甚至有哺乳動物如鯨魚，從陸地返回海中過魚的生活而生存。

感官形成的同時，資訊要靠神經系統傳達到腦，由腦或自動反射或分析決定下令傳到身體適當部位行動。所以人腦有一兆之多的腦神經細胞及其錯綜複雜的構造是必然的。它們的形成也不是預先設計，而是自然地循著最小阻力的原理完成的。

Darling 再從近代天文宇宙大爆炸、黑洞、蟲洞的存在猜測那很久的將來，人類會運用更發達的智慧和意識，以超光速去探索那廣大的宇宙傳播信息。這位物理學家更進一步地以近代量子物理現象說明，量子不僅具有「測不準原理」(Uncertainty Principle)，而且在觀察者觀測之下，會從無形的波變成有形的粒子。他認為這現象與人類的認知和意識的作用有關。雖然Darling 沒使用「靈魂」一詞，我相信可以把「意識」與「靈魂」當作同源的非物質吧。

另外一位物理學者兼哲學家的沃爾夫，在他的著作「靈魂與物理」(29)中提出他的新靈魂觀。作者從古代哲學的分析、比較，到愛因斯坦相對論的引用，宇宙學及電腦科學的引証，將天堂、地獄、不朽、輪迴和業力，都有詳細的討論。依他的想法，宇宙中只有獨一的靈魂。它的初始就在空間、時間、物質的宇宙形成之剎那，而終結於宇宙歸零的時候。

沃爾夫認為「測不準原理」即是宇宙靈魂。它與世上無數的「自我」一直在溝通，關係密切。儘管「自我」消失於死亡降臨之際，靈魂將永遠存在。因為宇宙靈魂只有一條，所以就沒有宗教上人體與靈魂數目平衡的問題。(待續)



靈魂、意識與輪迴(2)

姜西淋

沃爾夫的看法與佛教不謀而合，即自我與自我一切的利益，不管它們看上去有多重要，其實都是幻象，靈魂才是真實的、永久的、而且無處不在。

所以，這裡有個比靈魂存在與否更根本的問題。究竟〈靈魂〉是什麼東西？這問題至今尚無標準的定義。不過，不管〈靈魂〉定義為何，在實用上我們可以把〈靈魂〉與〈意識〉之間劃上等號吧。

Carl Sagan是美國近代傑出的科學家，在天文、太空和生物學方面的造詣無比的高深。他於1997年患血癌不治過世。他的遺作不僅是文章、書本，還有許多電視節目、CD、DVD和學術演講。對美國太空方面研究的貢獻是可圈可點，令人敬佩不已。

Sagan的作品都能以深入淺出的技巧表達，生動有趣又大眾化。比如在Billions & Billions (10) 書中解釋十億(Billion)這數字，他以一秒數一數目，自1,2,3開始，日夜不斷地數也要花32年才能數到十億。這樣讓讀者瞭解Billion這數字的大小。

在書中的最後一章，In the Valley of the Shadow，作者自述過去六次臨近死亡，勇敢面對生命就快結束的經驗。其間有無數的親友、知名的社會人士來信慰問，更有世界各地不同宗教的領袖為他祈禱求神保佑康復。

Sagan由衷地感謝他們的愛心、善意的同時說：即使神是存在的，祂也不會因祈禱而改變祂給我的計劃。Sagan博士深信宇宙的演化，不相信是神的創造。他不相信靈魂的存在，當然也不相信輪迴。他崇尚科學，一生享受他印證、求真求實的科學生涯。對於後世的問題，他說這從來就不是問題。

西藏的流亡政治和宗教領袖達賴喇嘛在最新近的大作"THE UNIVERSE IN A SINGLE ATOM -- The Convergence of Science and Spirituality" 發表他的〈意識科學觀〉。全書九章中有三章專事研討意識：意識問題、邁進科學的意識及意識的範圍。他很尊崇科學，肯定科技的偉大成就。但是，科學無法解答藝術的美、精神的善，尤其是〈意識〉的本質，更不能回答生命的意義與人生的價值。他寄望科技基於道德的考

量繼續進展，並與宗教協調合作，結合智慧(科學)與愛或慈悲(宗教)，共同來增進人類社會全體的快樂和幸福。

達賴喇嘛認為思維與感情是〈意識〉的來源。他肯定近代科學對人腦研究的成果對瞭解〈意識〉本質的貢獻，嘉許近代科技儀器如EEG和MRI對腦波、腦像測量調查的精確與精確度。

他認為近代腦科學的研究均以第三者客觀地運用生物化學與神經、精神科學的方法進行。他鄭重建議科學家同時與當事的個人作主觀的研究。後者針灸靜坐(Meditation)者由內省的觀想修養逐漸導致正面感情如愛、慈悲、利他等的提昇而付之行動。靜坐內省可減小個人負面感情如憎恨、敵對、生氣、恐懼等，提高上述的正面感情，從而表現善行。如此照作，有益個人的快樂也有助社會的協和與福祉。

(三)腦的作用--近代科學家對人腦的研究有驚人的發現。這些科學家和醫師證明意識、心靈或精神就是人腦的作用，所以否定靈魂/意識與肉體可以分開的論法。也就是說腦死人就死，而一切的精神或意識也就不存在。腦部受傷變成植物人時，雖然人還活著，腦部失靈，所以已沒有意識或精神的作用。患癡呆症的人失掉腦的記憶，較輕者看起來失魂落魄，嚴重者六親不認而且會失去〈自我〉的意識；那，絕不是宗教所謂達到〈無我〉的境界。下面要為讀者介紹三本關於腦的大作的重要內容。

第一本叫Mapping the Mind，即為腦力繪圖，由科學的寫作家Joel Davis執筆。本書係集美國Human Brain Project大成的大作。

在1989年美國國會宣佈1990年代是腦研究的年代(Decade of Brain)。這期間和之前在腦方面研究的醫師、學者不下幾十人。Davis把最近十幾位有名的研究成果綜合納入本書。

早期對腦的研究只能以死人腦的解剖著手。近十幾十年間科技儀器的發展，供給研究人員新的、精密的光、電、磁等新儀器如CT、MRI、PET、SPECT和較早的EEG和X光等。研究人員可使用這些儀器對活人的腦的活動進行研究。經過數年對活人腦直接測重、檢驗、分析的結果，喜獲嶄新的知識，揭開了許多傷腦筋的腦筋神祕與猜測。

這些研究包括對胎中人腦的演變成熟的過程，腦構造及腦與身體各部位相互關係的棧清；進一步詳細研究腦與語言，腦與肢體動作，腦與感官，腦與思維，腦與感情及腦與意識的關係。尤其對於人語言、表情對感情的表達以及此間腦記憶所扮演的角色作深入淺出的報告和解說。就以視聽的作用來說，要聽到、聽懂聲音的意義，再連想起過去的相關事物，就要動用到腦的好幾部門；再說要看得到、看得懂影像動靜的意義，再由腦連想起與這有類似電影的一節半段的故事，從而生起某些感情，這時腦必須同步動用更多的部門。

腦內各部分雖分別有其特殊的功能和作用，但要快速地、自動地、無間地協合作才能達到目的。我們的左腦和右腦是相聯的，訊息暢通，互助互輔，並不是兩個腦。人的認知和意識就是這樣造成的。

人是感情豐富的動物。不論是由視、聽等感官得來的感覺或由內在回憶、冥想引起的情感，這些內心(其實是腦)的感覺包括接受、生氣、期待、厭惡、害怕、悲傷、幸福與快樂、憂愁、驚訝等會在腦部某些部位顯示腦力的活動。雖然學者專家多少會有不同的解釋，對互動的機制尚未清楚，但是感情與腦作用的密切關聯不可否認。

本書最後一章，The Territory of the Mind，作者有下列的結語，值得提示：

- (1) 腦力(Mind)是腦(Brain)的作用，人性(Personality)是腦力整體的一部分。
- (2) 腦是人靈魂的主宰。
- (3) 腦力(Mind)等於意識(Consciousness)。
- (4) 以舞蹈和舞者比喻，舞者(Dancer)像腦，舞蹈(Dance)像腦力。舞蹈不能離開舞者而單獨存在。兩者為一。

第二本書，A General Theory of Love，由三位現代醫師合著。本書專於談〈情〉說〈愛〉，這就是Zukav所謂超五官人類社會生活的憧憬，也是佛教說的〈慈悲心〉和基督教講的〈愛心〉。它是種高尚的感情，它很可能是人類社會賴以永久生存最重要的力量。馬斯洛(Maslow)提出人類需要的階梯中，〈合群〉、〈愛〉和〈權力〉被列為高層次的需要。

這三位醫師認為早期心理學家對感情--尤其是〈愛〉的研究，全靠行為的觀察、驗證和病人對藥物反應的情況推斷、結論；Freud和Maslow都用這種方法建立他們的理論。現代的科學家利用高科技儀器對活腦活動的觀測，促成了感情方面研究的大躍進。

靈魂、意識與輪迴 (4)

姜西淋

然而，新法尚有限制和弱點，所以三位醫師認為在此階段，對於「愛」的研究必須以可證明的科學和無法證明的直覺同時進行，雙管齊下。

本書開始把魚、鳥、狗、猴到人類的腦的演變、進化，作詳細的比較說明。從原始靠反射反應的鱈魚的原腦(沒有感情)，逐步演化發展到有感情的哺乳動物的大腦，作者指出大腦占皮質或叫做邊緣系統(Limbic System)的部門，就是動物的感情中樞，也是人作夢的本營。接著，講解人腦的結構裡各部分的特殊機能和作用以及各部相互輔助、協調合作的關係。

對人腦內一兆腦神經細胞傳遞訊息和其貯藏和取出記憶神速的功能和其機制，作者也不厭其煩地重點說明。他們以為記憶就是靈魂(意識)的藍圖。記憶和感情、語言一樣，都是由腦而生的非物質。記憶本身是個小世界，但是它卻概括了人整個的世界！

由書名可知本書注重「愛」的研究。「愛」的需要是哺乳動物與生俱來的本性，尤其是母子之間的愛。實驗證明，一隻幼猴在與母親隔離的情況下，會失望、不進食、不活動、沒有安全感，甚至很快死亡。人類母親對孩子的親蜜、關心、愛護和教養，對將來子女感情的健康有莫大的影響。一個感情不健康的人，在社會上很難甚至無法適應。

作者相信，幾千萬年來人類社會的進化，由於人際關係愈趨密切，大與人之間存在感情的吸引素(Attractors)。它會經由邊緣系統的共鳴(Limbic Resonance)相互影響導致邊緣系統的修正(Limbic Revision)的效果。這種效應在親近的親人好友最為強烈，所以他們之間時兒會有「心電感應」，應不足為奇吧。以電腦作比喻：每人的腦一起構成一個地方性的聯絡網，相互以吸引素交換感情的資訊，相互影響感情。在社會的生活中沒有比良好的人際關係更重要的。無論是待人或處事，只要順應人類邊緣系統的需要去做，我們會快活。

對於人類感情……特別是「愛」研究的方法，作者認為要科學與藝術並重才會更成功。神密的愛並不那麼容易瞭解的。科學會隨時打開門，讓我們偵察而層層地揭開那長久閉鎖的神密。

第三本書，腦內革命，是日本醫學博士春山茂雄的大作。他以科學的方式揭開了自古以來哲學家、心理學家與生理學家難解的心靈與肉體關係之謎。

他一再強調人腦內荷爾蒙的分泌情形可以決定一個人的健康與否。當一個人往正面思考，克服困難，有成就感，作公益行為或幫助別人而感到精神的喜悅時，腦中分泌B內啡太(Endorphin)的荷爾蒙。它對人的健康長壽很有裨益。相反地，如一個人緊張、發怒、恐懼或沒有自信時，腦內會分泌出一種去甲腎上腺素(Noradrenalin)的荷爾蒙。它具有很強的毒性，會傷害健康。

靈魂、意識與輪迴 (5)

姜西淋

春山博士鼓勵大家凡事往好的方面著想，保持樂觀、愉快的心情，對自己有信心，樂於助人、有愛心。這樣，對個人和社會都有益處。腦內荷爾蒙創造不同的人生；我們對人生觀的抉擇該很清楚。

腦內啡不僅會影響內心的領域，也和身體的反應息息相關。作者說，腦內啡乃是結合身心的一種化學物質。「意識是腦的作用」由此再得到科學上的明証。

從上面三本書的立論與解釋，我們可以進一步地瞭解，腦作用與意識或靈魂的統一觀念。佛教把五官(眼、耳、鼻、舌、身)的識與腦作用的意識並列為肉體的感識，全是被「我」利用的工具而已。但是根據近代科學對腦的研究結果顯示，不能把五官與腦並列處理。五官雖是感覺的器具，但是所有五官的感覺都要經神經系統傳達到腦。腦不但辨認、儲藏這資訊，還要瞬間綜合、分析、比較，並作決定，下達命令給應對的器官作必要的行動，完成生存應變的使命。這過程都由大腦執行。腦的作用是人意識、精神的來源，也就是靈魂的表徵。

「靈魂」存在與否的辯論一直是信者引用一些「見証」，不信者也無法直接「証明」它的不存在。「見証」不是「証據」。所以都以「信不信由你」了事。最近十幾、二十年來對腦的結構和作用研究的成果已可証明「靈魂」或「意識」的確是「腦的作用」。相信不久的將來對腦作用的機制進一步的研究之後，可以回答腦中的運作究竟如何導致意識的形成。

總而言之，起始討論靈魂是否與肉體可分別存在的問題，到此反而變成「什麼是靈魂」這問題。我的想法是：靈魂(精神)= 意識= 腦的作用。

輪迴

先要相信靈魂可以脫離肉體而永遠存在，才能夠繼續探討「輪迴」。前已述及，基督教認為人有靈魂但是並不輪迴，佛教認為意識存在而且有六道輪迴之說。

根據佛教的說法，所有動物都得服從「因果」律。以人為例，前世的因造成今世果，今世的因造成後世果。有因必有果，有果必有因。人的第八識就是「業」的記錄儲藏室。「業」是動態的，它就像是一本個人的銀行收支記帳簿，隨那永不止息的意識去轉世輪迴。「業力」自會決定投胎之處。

佛教輪迴的說法，在僧侶與哲學家中有僧侶，Richard的見証。他親眼看到與他在西藏時相處15年的老師，欽哲仁波切的轉世。這位轉世童子兩歲半時被另一位老師楚西克仁波切找到的。在為這位老師祝壽儀式中，包括Richard在內的許多欽哲仁波切的弟子都來參加。儀式進行中，這童子自願製造甘露給了他前天才認識的好幾位，並能說出他們的名字。

Richard的父親確讚賞這童子非常的記憶力。這位號稱欽哲仁波切的轉世童，在一群來自不丹走路三天到尼泊爾參加此盛會的人堆中，物色到一位原是欽哲仁波切前世在生時的老傭人，並給甘露加持。在此我要順便提一提現世達賴喇嘛的話，他說：西藏過去尋找喇嘛轉世的事情，卻有不少的錯誤。再說，見証並不是科學的証據。

靈魂、意識與輪迴 (6)

姜西淋

美國有位現代知名的通靈女士名叫 Sylvia Browne，我看過她一本暢銷書“*The Other Side and Back*”。這位在天主教、猶太教家庭長大又有特異功能的人，涉獵世界各種宗教，時常見証靈魂的存在。她認為靈魂存在於第四度空間，有別於人類生活、生存的三度空間。由於生存空間的差異，人無法看見靈魂。雖然靈魂可以看到活人，但是無法彼此溝通。所以要借助通靈的人，才能成事。

她相信輪迴，她說，靈魂為達到完美的境地，會隨時隨意地選擇投胎的對象，來世間吸取那些有益的經驗後，再回去那永遠的故鄉。

她承認遺傳因子的存在。她有個通靈的祖母即是明証。不過，她認為遺傳因子所影響的個體是靈魂自動轉世時，作選擇偏好的因素。

Browne 承認具有特異功能的人也不可能不犯錯誤。她認為特異功能是上帝的贈予，用它來世間助人，絕不能去幫人投機取巧，像報「明牌」這回事，誤用上帝的贈予會導致特異功能的消失。她很善良，在協助偵探或心理治療方面，她一向是無償助人。

讀者當中很可能有不少讀過布萊恩魏斯(Weiss)的著作，前世今生。他是現代著名的心理醫師，不信鬼神，絕不相信任何不能以傳統科學方法証明的事物。在遇到這位名為凱瑟琳病人以前，他已在心理精神領域著作等身。

經過一段漫長的催眠治療中，不料凱瑟琳卻越過「今生」跑到「前世」去了，而且經歷好幾代栩栩如生的前世回憶。驚訝之餘魏斯鼓足勇氣，花四年的工夫寫下這本靈魂輪迴的故事。他希望讀者能由書中內容得到幫助，減輕對死亡的恐懼，籍此訊息所揭示的生命真義，把自己的生活發揮到極致，尋求和諧與內在平靜，並對人類同胞伸出愛的援手。他寫作本書的目的不在於証明輪迴的存在。

臺灣大學心理學教授余德慧在本書序言裡說：魏斯醫師希望為人類的心靈創造一個更寬廣的空間，至於我們相信不相信輪迴則是另一件事情。「眼界」與「相信」並不相同，「眼界」是我們思維自身存在的視框，「相信」是我們投身於世界的承諾；前者是心靈的開放狀態，後者是對生活實踐的凝聚世界。

我對「輪迴」的看法如何？假如它指的是人體死後，所有物質、能量返回大自然的循環作用，因為這合乎質能不滅定律，我會相信這種「輪迴」。但是我們討論的是傳統永存的靈魂之輪迴。因為我相信靈魂是意識、是腦的作用，靈魂並不單獨存在，所以也不會有輪迴的現象。