

壹、緒論

「我完完全全是肉體，此外無有，靈魂不過是肉體上的某物的稱呼」（梵澄譯，1997：27），「我的身體確實也是世界的樞紐，……我通過我的身體意識到世界。」（姜志輝譯，2001：116）這是對身體重視的呼籲，代表西方文明對身心關係重新考察的開始。於是在西方的學術界，「身體」的研究逐漸興起，頗有爭取生命「主體」的地位。因為曾幾何時，對「心靈」的重視，慢慢演變成對「身體」的忽視，西方哲學的一元論、二元論等各種不同的學術流派所形成的許多說法，支配著人類對身心問題的思考，以為心靈是根本的主宰，身體是被支配的附庸，對心靈的歌頌大於對身體的讚美，有時候，甚至是防範身體的墮落，以免帶來心靈的腐化，然而這都是基於心靈的立場，對身體設下的種種規範。總之，身體給人的感覺，就是容易犯錯，必須認真對待。因此，身心問題究竟孰是孰非？自古以來，雖然眾說紛紜，但重心輕身之身心觀，是有它的歷史與思想上的因素存在。

正當西方的學術界對身體的研究儼然成為一門顯學，蔚為潮流時（湯平，2008），受到西方的影響，東方的日本與臺灣學界也逐漸興起一股研究的風氣，而且頗有成果（楊儒賓，1993）；此一學術趨勢，也激起中國大陸的重視，加入研究的行列，開始從思想史的角度探索中國的身體觀，並且反思中國當代身體觀的建設問題（周與沈，2005）。佛教方面，也有類似的研究，試圖從佛教的觀點切入佛教對身心問題的看法（曾錦坤，2001；陳兵，2002；蔡宏，2006；蔡耀明，2009），並且落實於臨終關懷、安寧療護等現實問題（釋惠敏，2004，2005），換言之，身心問題的探討，一直都是中西哲學的重要課題，也是宗教思想關注的對象，近代以來，更成為心理學研究的領域，它的重要性，將不只是一項哲學的命題，更是能夠落實的生命學問，具有嚴肅的意義。基於這是一個當代熱門的課題，便需要我們能夠從不同的領域用心探討身心的關係，重建我們對心靈與身體的應有態度，因此，筆者選擇《楞嚴經》作為研究的觀點；換言之，是以佛教的經典，依如來藏的思想來考察佛教對身心關係的看法，它的特點是依「真心」的系統建立我們肯定身心、放下身心，以及超越

身心的「自我」真正認識，身體與心靈在《楞嚴經》的觀照下，不斷被提升，以至於被轉化，成為真正的生命存在。

貳、中西哲學「身心問題」之思考與《楞嚴經》「捨妄歸真」的觀點

一、中西哲學「身心問題」之思考

身心問題的探討，是西方哲學研究的主要課題之一。歷史上曾經出現過各種說法，引起無數哲人和科學家的探索興趣，並且一直孜孜以求。但基於身心問題的特殊性格、人類思維能力之限制及科技水平的侷限性，人類現今仍是無法完全揭示身心問題的全部奧秘；而針對這一問題的研究出現的各種說法，似乎都能各執一端而又各有所欠缺。在西方，精神與物質代表不同的屬性；換言之，物質不等於精神，精神也不同於物質，二者無法等同並論，二者的關係，不是精神支配物質，就是物質改變了精神，二者形成一種「互動」的關係。身心互動的結果是：身體上的作用會影響心靈，而心靈上的作用也會影響身體。Plato曾經有個比喻：「心靈是船長，身體是船。」指出心靈是身體的主宰；近代哲學之父Descartes也是有名的互動論者，他認為物質的本質屬性是廣延（Extension），心靈的本質屬性是思維，他用二元論的觀點解釋這兩個實體之間的矛盾關係，認為靈魂或心靈、精神、自我是一種實體，其本質是能思而無廣延；物質實體包括人的軀體，本質是有廣延性而不能思維，故其「心身交感論」認為有一個自由的靈魂和一個機械操作的身體，並且假定腦中有一部分稱為「松果腺」（glandula pinealis），專門負責心物兩者的交互影響，是唯一媒介的作用（湯平，2008；周與沈，2005）。然而，這畢竟沒有徹底解決心物二元論的內在困難，因為這種二元的絕對劃分，讓身心的關係處於一種敵對的狀態。

二元論有它的困境；一元論也有它的說法。一元論包括「唯物論」和「唯心論」。前者否定心靈的實在性，主張物質是唯一的實體，世界統一於物質；後者否定物質的實在性，主張精神是唯一的實體，不存在非精神的物質。前者認為，心靈是物質運動的產物，是某種組合起來的物質所具有的功能，它並不獨立存在；後者認為，