

## 快樂主義下的道德價值

于席正、江莉莉<sup>1</sup>

### 摘要

廣義快樂是個體追求的終極目標。本文探討道德觀存在於個體快樂感受的情況下，經由社會互動與內在機制的引導，個人體驗快樂的整體歷程。根據心理學觀點，快樂源自於內在動機的滿足。其中，除了原生的成就動機之外，尚包含受道德觀高度影響的社會從眾與我世界實現動機。個人的自由意志除了內化道德觀，讓個人從消極的服從轉而積極的遵守，進而從自我尊重中享受到更大的快樂。尤其甚者，自由意志尚能創造我世界動機，追求自我與非我一體的和諧狀態，進而體驗高峯經驗，並藉由不斷增生我世界的價值而持續維持滿足感。本文引用心理學、神經生物學與經濟學的理论基礎建構快樂函數，並推論道德觀的內生性與快樂的關係。本文強調個人意志的影響力，並論述倫理善惡趨向及其影響因子的致果性。

---

<sup>1</sup> 于席正是中央大學產業經濟研究所碩士，江莉莉是淡江大學經濟學系教授。



## 前言

無關乎個人立場，作者深感「快樂」是人生意義之首重。它是我們性靈中最誠懇的獎勵、最貼心的支持與最溫暖的歸宿。不僅如此，它也攸關我們存在的意義。當快樂降臨的時候，讓人精力充沛，充滿活力。面對生活中的大小瑣事，都能輕鬆以對，迎刃而解。在與人相處的過程中，即使傾聽別人小小的讚美與祝福，都能使人發笑而深懷感謝。快樂，可以讓人專注，充分發揮創造力與想像力。一個擁有快樂的人進入畫室，將有如無師自通的品味者，淋漓盡致地感受色彩與構圖的意想。當無意間聆聽到悠揚的旋律，彷彿回歸最歡愉的時刻，灑脫自在地手足舞蹈。快樂有如妙藥，平息了壓力與煩躁等惱人的負面情緒。快樂讓生活變得美好，俯拾皆是生命的感動。

正值春秋之際，當你在品嚐週末下午茶饗宴的時候，你可能不曾想過，就你生活周圍，有一群人正爲了「憂鬱」而爭扎於生命的漩渦。就作者所知，當人們罹患嚴重憂鬱情緒的時候，他們所能感受到的生命價值幾乎幻滅，那種感覺或許可以「痛徹心扉」來形容。他們對生活缺乏關注，失去正常的記憶能力，對人際關係感到不安，甚至會連早上起床都提不起勁。他們難以克制焦慮，但又隨時感到焦慮。他們偶時哭得昏天暗地，身體不自主的顫抖，就像是用著吃奶力氣嘶吼的嬰兒，訴說著無助。最常聽見他們問的是：我到底爲什麼活著？我們到底爲什麼活著？

對於「快樂」的詮釋，相信每個人都有屬於自己的一番見解。然而，作者以爲，快樂仍然可以歸納出幾個一致的面向。諸如：飢餓得到滿足的飽足感、免於日曬雨淋的安定感、愛與被愛的愉悅感、獲得尊重的自信感等。狹隘的快樂可能意味著缺乏之處獲得滿足，但那是一種出自於被動等待而消極抵禦的型態。而廣義的快樂可能尚包含主動的追求理想實現等高層次的需要；這方面就牽涉到倫理的價值。

談到道德倫理，我們第一個聯想到的往往是社會規範的相關議題。社會規範引導我們形成與其他社會成員互動的共識，藉此取得人際互動的需求。即使如此，個體依循的態度將決定規範運行的效果。當個體面臨個人與社會利益衝突的情況時，若其態度只是消極的服從，規範價值僅僅形之於個體在社會利益與個人私利上的取捨。如此一來，將大大削弱利社會的誘因。相對地，若依循的態度來自個體對善惡分辨的自主認定，積極尊重的態度將使規範價值提升至判斷的準則，進而大幅增進社會從善的目標。此外，社會規範的形成往往與諸多社會因素（如：歷史、文化、環境、宗教、種族、性別、經濟等等）齊頭並進。然而，在形成的過程中並不意味著社會因素能全然引領規範往至善的方向前進，盲從的代價可能致使整體福祉趨於惡化。

倫理道德之善惡分辨的本質在社會規範的影響上只是其初步價值的表現。我

們更關切倫理道德在知識運用上的意涵。亦即利用意識經驗配合自由意志的作用，使道德內化形成更卓越的知識價值。無獨有偶，自由意志與知識體的參與，創造出更高的快樂評價，同時藉由社會實踐，真正體現更高層次的快樂滿足與存在感的提升。這是本文所要特別彰顯的倫理價值。這個隱而不顯的特質，在現象學理著實不易被提及。有鑑於此，本文嘗試以初步心理學研究，整建一套可用於量化分析的的心理快樂架構—精神力場行為假說，強調倫理進階價值，並充實人文科學之現象理論更深層的探索。這個部分我們將於第三節作完整的描述。

作者另一層面期許藉由本文對快樂的描述能夠提供一套索引，作為讀者思索自身存在價值時的參考。因此，根據前段之簡述，快樂之提升仰賴道德內化與自由意志的充分發揮，同時為求更精確瞭解內在快樂的形成，我們將於第二節淺談心靈 (mind) 與物理之間的關係。這個探討將有助於讀者理解現實層面與內在感受兩者之差異與呼應，並利於其解釋與體悟自身存在的價值。我們並非要引導讀者在這千古難解的議題上選擇特定立場，而是當我們知悉各觀點的看法後，能更感知自己於存在議題上的體悟。當然，基於第三節對快樂架構探討的完整性，作者必須提出一個主觀的論點來支持後續推論。然而這無損於讀者建立自己的看法與思考自身存在的意義。

精神力場假說的構思涵蓋諸多學術領域累積的成果。作者的原始發想著眼於快樂，期更精實經濟學領域效用函數的內在意涵。於此之中，偶然地匯集神經生物學對中樞神經興奮與快樂感受程度的關連性解釋、心理學中認知學派探索認知與腦部運作的關係、精神分析學派對快樂追求的動機論說明、以及人本心理學派側重以質性的人文意涵對快樂的詮釋。為求能讓讀者初步接觸現代科學對快樂研究的相關整合概念，同時滿足後續推論所需，我們將在第一節內文中針對快樂於各領域上的見解作描述。

或許基於一種超然的關切、同理心以及人本的關懷，本文的出現並非偶然。早些時日，作者從公共經濟學領域轉向內心快樂議題的探究，無非期許經濟學能更貼近人文價值的詮釋，進而發揮解釋人類心理決策至外顯行為完整歷程之分析價值，藉以回歸本於崇尚「經世濟民」的用學之理。文中所及之內容，並不是詭辯或揚起衛道的旗幟來刻意巧立倫理道德的高貴信仰。我們所想的，只是發自內心帶有一種苦樂交至的情緒，願無所求的敬獻給我們所愛、所珍惜、所關懷的社會群眾。提出一個看似不切實際卻有真理可循的價值論點，來提升我們的生活品質、創造更高的社會福祉、以及踏實感受生命的意義。當然，對於那些錯誤的引導、不合時宜的規範、乖舛的社會心理：對立、歧視與霸凌（日本詞稱為「いじめ」的從眾傾向），我們表達強烈的憤怒。在此殷殷盼望著每一個人都能多一些快樂、少一些痛苦。我們也相信內文中提出的道德價值，能當作品格教育的部分參考。<sup>2</sup>

<sup>2</sup> 文中常見的詞彙請參閱「附錄一」。

## 壹、什麼是快樂？

### 一、名人對快樂的看法

「快樂」(happiness) 一詞屢見於生活的溝通互動之中，然而對於其定義，目前尚無一統的看法，不過多數針對快樂的探討，往往涉及個體的心理活動。希臘哲學家亞里斯多德如是說：快樂是心靈的良善行動 (Aristotle, 1915)；印度政治改革家甘地的見解：快樂是當你處於和諧情況下，你所想的、你所說的與你所做的 (Colander, 2007)。除此之外，有些學者引入效用概念對快樂進行解釋：快樂是瞬間的體驗型效用之暫時組成 (Edgeworth, 1881)；快樂是一個較決策效用 (decision utility) 更為廣義的概念，它包含體驗型效用與程序型效用 (procedural utility) 兩者 (Frey and Stutzer, 2000)。至於心理與神經科學界的看法則認為，快樂是一種以廣義物質與消費為基礎，又超然於此種物質消費之上的一種主觀精神感受。當個體於外部接收到良性刺激後，會引起神經中樞的興奮過程；而腦中樞的興奮一般都能反映為不同程度的精神興奮和快樂 (薛求知等, 2005)。此外，Kahneman et al. (1997) 指出快樂感受並非單一的。

那麼現今科學對快樂的看法是什麼？我們有沒有辦法更具體的刻畫「快樂」的意涵？

### 二、泛物論點：神經生物學與認知心理學—快樂是腦中樞的興奮過程

顯微鏡的發明成為生理學一項重要的工具，它使我們可以藉由肉眼來窺探人體的奧秘。直至 20 世紀，腦神經科學顯著地出現進展。科學家將腦部與脊髓這兩個具有主控角色的地方統稱為中樞神經系統。並根據肉眼可觀察的形狀與位置等特徵，將腦部區分成許多部位，如：大腦、中腦、橋腦等等。如同其他器官一樣，中樞神經系統也是由許許多多的細胞組成，其中包含神經細胞（神經元，neuron）與神經膠質細胞 (gliocyte) 兩種。膠質細胞主要用作神經細胞運作的支持；而神經元則是專司信號的輸入與輸出，藉由神經元間的信號傳遞，形成神經反應並構成可觀察的具體行為。

一個典型的神經元藉由樹狀突 (dendrite) 與細胞體來接收信號，經過轉變後

通過細胞核、軸突 (axon)，最後送至突觸 (synapses) 的接觸點與其他神經元進行聯繫 (參考圖 1)。而信號主要是依賴神經元內的膜電位 (membrane potential) 進行傳遞。它是由於細胞膜內外帶電離子所帶的正電荷與負電荷總量有所差異，而形成膜內外的電位差。例如原先細胞 A 區因膜內外維持穩定的電位差而處於靜止，若前區發生電位反應，將造成 A 區膜內外電位差擴大，一旦超過某一限度，細胞膜上的離子通道會自動開啓，使帶電離子在膜內外流通，致使 A 區恢復靜止。然而這個過程又將使下一區發生類似的電位擴大。這一連串的反应就構成了電位感受型的 (voltage-dependent) 神經興奮。此外，當神經元間經由突觸傳導化學神經傳導物質 (neuro-transmitter) 到下一個神經元的樹狀突，並轉化成電位反應，則構成受體作用型的 (recaptor-mediated) 神經興奮。

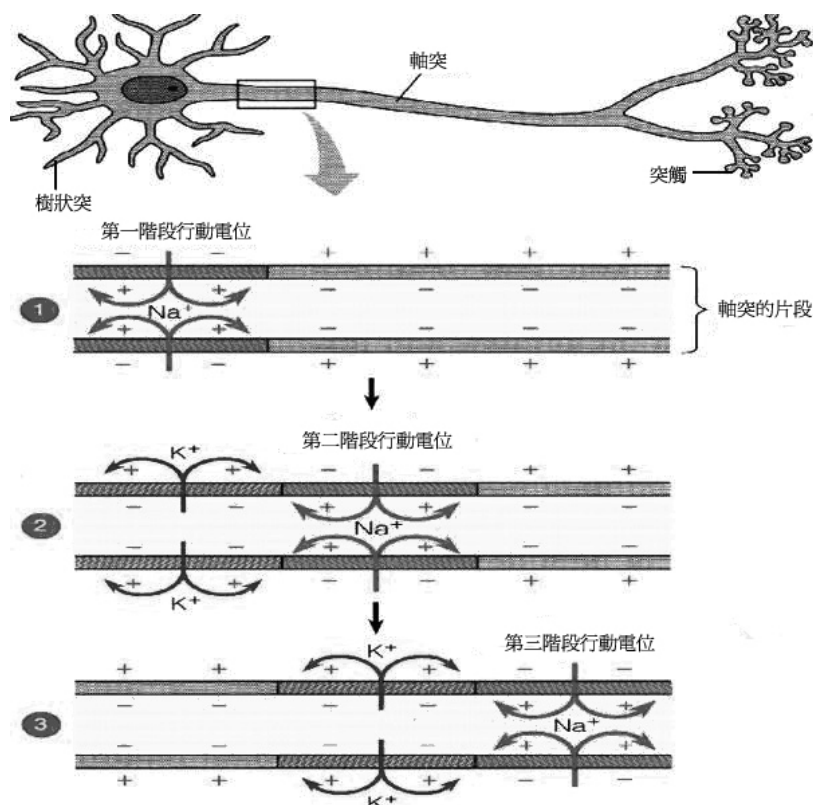


圖 1

膜電位 (電衝動、神經衝動) 的傳遞方式<sup>3</sup>

<sup>3</sup> 引用 [www.lmbe.seu.edu.cn/.../chapt15/15-3-2.htm](http://www.lmbe.seu.edu.cn/.../chapt15/15-3-2.htm)。

然而神經興奮跟快樂有什麼關係呢？腦神經學家是這樣解釋的：在研究有關快樂的實驗當中，發現到當受試者腦部某些部位發生神經興奮時，在當下（更精確的說，在數毫秒後）便會觀察到受試者出現快樂反應或表述，據此可認定快樂來自於神經興奮。雖說快樂來自神經興奮，但並不能代表所有的神經興奮都可以詮釋成快樂。因此，科學家問下一個問題：在腦中什麼部位發生神經興奮時，會使得受試者出現快樂反應？這個問題在許多腦損研究中拼湊出答案，有關快樂（情緒的一部份）的徵兆皆指向與中腦區、大腦前額葉以及神經傳導物質有著密切的關連。

廣義的快樂除了是正向取得歡愉感外，驅避痛苦也是一環。在大腦內側之邊緣系統 (limbic system) 中的杏仁核 (amygdala) 即是掌管焦慮、恐懼等痛苦情緒。<sup>4</sup> 當周圍感覺皮質接收危險的刺激，杏仁核會立即啟動神經反應，觸動橋腦的藍斑核 (locus coeruleus) 分泌正腎上腺素，刺激興奮性皮質神經元的作用，放鬆壓力並傳導至海馬回 (hippocampus)。當掌管記憶的海馬回被激發後，使人面對危險時能加深印象，利於後續傳導至前額葉皮質區 (prefrontal cortex area) 進行決策處理 (參考圖 2)。<sup>5</sup> 另一方面，晚近研究亦發現有關神經傳導物質—多巴胺的傳導路徑，包含腹側被蓋區 (ventral tegmental area) 與伏隔核 (nucleus accumbens)，最後投射至前額葉皮質區。前兩部分與大腦的「酬賞機制」與「安慰」有關；前額葉皮質區則涉及記憶、思考、決策與情緒控制等諸多高階認知功能，憂鬱症患者往往顯示該區域活化程度低於一般人。因此多巴胺傳導路徑也被視為重要的快樂神經路徑。

---

<sup>4</sup> 邊緣系統當今的解釋包含邊緣皮質以及相關的皮質下神經核 (subcortical nuclei)。邊緣皮質意指三層異皮質的海馬結構和中隔區以及海馬旁回、扣帶回和島腦的過渡型中皮質 (mesocortex)。其主要的皮質下神經核群是杏仁核，它融入顳葉的內側皮質。具密切關係的皮質下神經核群是下丘腦、往狀結構以及積核。摘錄至「圖解臨床神經解剖學及神經科學」p.276。

<sup>5</sup> 參見「腦中有情」, p.240~242。此外，早在 1937 年，康乃爾大學解剖學家詹姆士·巴貝茲 (James Papez) 即提出「巴貝茲迴路」(Papez circuit) 的研究報告，這是快樂研究在神經生物學上的重要里程碑。

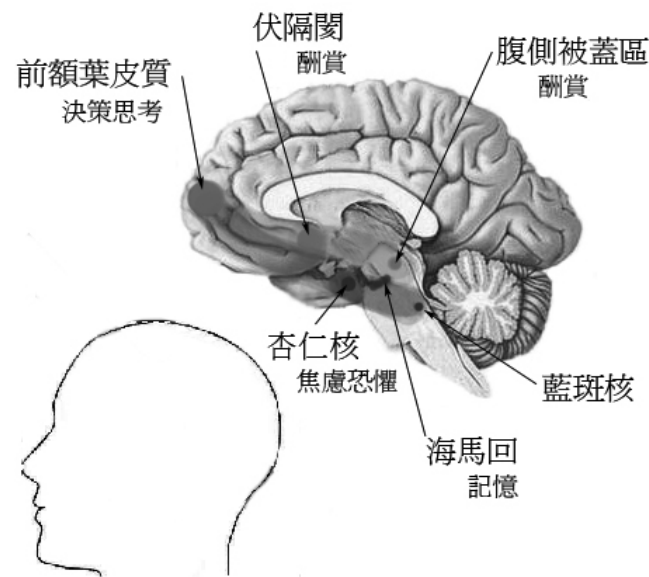


圖 2  
腦部構造圖<sup>6</sup>

認知心理學兼併神經生物學的觀點，更側重記憶與認知的關係，認為人類本身即有如一台精密複雜的電腦。經由外在刺激傳導至內在心理框架，歷經編碼、儲存、提取、解碼、輸出等內在歷程，再做出行為反應。認知心理學者相信「心靈」的存在，而前額葉皮質釋出的「意識」(consciousness) 功能恰是「心靈」與腦神經「物質」的仲介。另一方面，我們回顧邊緣系統對於記憶的重要性可知：快樂與認知有著密不可分的關連。

### 三、經濟學：效用——一個刻劃理性偏好的函數

現在讓我們想像一個熟知的簡單兩財貨消費模型。首先，假設偏好滿足理性公理，設定一個效用函數 (utility function) 用來代表人對財貨消費的效用計數。

<sup>7</sup> 為求簡化，我們通常會設定效用函數是兩消費財貨的單調遞增但邊際遞減的函數。隨後，考量物質世界的財富限制與財貨價格，我們將能導出兩財貨的最適消

<sup>6</sup> 編修自

<http://zh.wikipedia.org/wiki/%E9%98%BF%E8%82%AF%E4%BC%AF%E6%B0%8F%E6%A0%B8>

<sup>7</sup> 理性的偏好係指任意兩個財貨的二元排序 (binary ordering) 具有完整性、反身性與遞移性。



費條件，並利用隱函數定理，將效用表示成財富與財貨價格的關係。並進一步探討財富或價格變動對財貨數量與效用的影響。這樣的架構與分析能夠很實際地協助我們在面對現實環境做出適當的消費選擇。不過，快樂在那裡？答案是快樂被化約為效用（一個穩定的函數），它被忽略了，我們終究只關注外顯的消費行為。效用始終是財貨價格與財富這些外生變數的隱函數；快樂別無其他意涵。

蔚為人文科學之后的經濟學，其最大的優勢在於分析方法的嚴謹。但是這或許也限制其對人的內在世界之理解。針對這個批判，傳統經濟學者提出的解釋是：由於人類的內在價值無法直接探視，基於數理化的嚴謹，我們有必要避開這個困境。況且，即使我們不直接正視內在價值，根據物質條件的線索，我們依然能對人類行為做出許多符合經濟直覺的推理與詮釋。

身為經濟學出生的本文作者當然瞭解傳統經濟學博大精深之處，同時也認同它對人類行為絕對的貢獻。但是，如果經濟學的演進之始是來自於功利主義對人類「避苦求樂」的宏大關懷，那麼現今的我們還能用經濟學為人類做些什麼？針對這個問題，我們必須檢視傳統經濟學在這方面的缺陷，或許對其稍作補強，經濟學將能為人類福祉提供更進一步的貢獻。

以下我們探討消費理論中的幾個疑慮，並提出個人的看法：其一，效用函數的設定太過武斷，不經檢驗就將效用視為一個穩定函數。如此一來，經濟模型表現的人類內心層面有如機器人般的冷峻，這樣的理性太過理性；人類有如一個個完美的個體。我們看不到人性的衝動、掙扎與感動。雖然將快樂化約為效用函數來處理不失為一個好的科學作法，畢竟面對世界如此複雜的現象，模型簡化是必要的。然而，就因為重視科學嚴謹，我們更應該將效用函數的設定視為一個實是性議題進行探討，找尋更貼近人性並具有科學依據的效用函數。

其二，當財貨價格設定為一元，預算限制式可視為純所得限制。這個時候一旦所得越高，個人將可獲得越大的快樂。知名經濟學家 Richard Easterlin 在 1974 年卻提出這樣的矛盾：在已開發國家，所得增加無法顯著提升快樂；落後國家民眾的快樂程度不見得低於已開發國家 (Easterlin paradox)。這凸顯出傳統經濟模

型純粹考量物質的成本—利益法則似乎已經不能解釋真實現象。這個問題可能來自於技術上的申論方式忽略質化因子對心理決策的內生價值。雖然經濟學本身即是一個探討道德議題的嚴謹學科，但研究重心偏重運用前述的理性架構探討「如何做」的方向，如此一來「道德」概念仍依附在「酬賞論罰」的成本利益觀點上，忽略其直接牽動個體喜樂感受的事實，實為可惜！

其三，傳統經濟模型所建構的嚴謹分析最終仍倚靠多數觀察者本身經濟直覺的交集。然而「經濟直覺」在本體論上卻是一個曖昧不明的說法。它嚴重危及到模型架構整體的真實性。至少，我們應該釐清經濟學在人文科學中主張的定位為何。

傳統經濟模型探討的議題通常相當具體，然而快樂價值卻顯得抽象而不可得。在仍維持原先的架構下，本文作者將於 2-7 節與第三節探討效用函數之心理意涵的補強，並說明作者的快樂觀點。

#### 四、精神分析學派—快樂是潛意識下的驅力滿足

20 世紀初奧地利精神病理學家佛洛伊德 (Sigmund Freud)，提供了一套對人類整體內心活動有相當詳盡的系統性描述，因此對於後近的心理學有著深遠的影響。其理論的整體看法憑藉四個主張所貫穿：(1) 個體的行爲受心靈內在驅力所誘發；(2) 人格中存在一股精神能量的動力流；(3) 人格結構的主體由數個功能所組織；(4) 心靈具有數個知覺層次。

佛氏認為心理活動受到一種普遍力量所驅策，即所謂驅力 (drive)。<sup>5</sup> 驅力是植基於心靈的天生力量，是造成心理歷程的本源，其被假定形成我們思想、情感與行動的動機。若個體未能藉著某種形式消除驅力（或稱滿足驅力），則其內心將存在一股持續的緊張感，直到前述過程完成為止。佛氏認為原始驅力有三種：自我存續、性與死亡。當驅力形成後，將藉由某個媒介使整體精神系統運作，發揮各種心理功能。

該媒介就是指精神能量 (psychic energy)。佛氏認為精神能量系統是一封閉

---

<sup>5</sup> 佛氏對驅力的假定，受到當代物理學界發現自然引力（地心引力、電磁力）影響。

系統，精神能量無法新增，既有者亦無從憑空消逝。在心理層面上，精神能量可投注於思考、想像等諸多心理表徵；該表徵被投注的強度則取決於能量投入的多寡。在封閉系統的假定下，該能量的投入對於心理表徵具有排他性。

驅力是誘使一切心理與行為表徵的起源，當存在著驅力的個體，需藉決策來因應生理與心理的反應，進而消除這股緊張感，執行決策的部門則是「人格結構的功能」。佛氏將人格分成三種不同的功能：本我 (id)、自我 (ego) 與超我 (superego)。其中，本我受愉悅原則 (pleasure principle) 所支配，愉悅原則要求立即消除緊張，立即地舒坦而沒有痛苦。因此，本我無法忍受任何滿足的延遲。舉例來說，當幼兒飢餓時，他需要實體食物來滿足這個需要；若食物無法立即取得，則精神能量將立即投注於自我，形成食物的心像 (mental image)，<sup>8</sup> 使本我得到（暫時性）滿足。然而，飢餓感需要實體物品方能真正消除，因此幼兒將逐步發展能延緩滿足的機制。

當幼兒知覺到存在「非我」的世界時，將發展人格的第二層面：自我。因其被現實原則 (reality principle) 所支配。現實原則延宕滿足的時間，直到現實世界出現適當的情境或現象。當幼兒形成自我後，每當飢餓時，除了優先滿足本我的需要，它將進一步藉由自我發展出策略或行動，取得真正的食物（如：對父母表達吃的需求）。因此，自我的特色即是：面對現實世界的限制之下，將內心需要轉換成現實行動的仲介者。

當個體知覺到社會的存在，它將逐步學習遵循（或妥協於）道德規範、社會評價與紀律。此時，最後的人格功能「超我」形成。超我受自我理想原則 (ego-ideal principle) 所支配，一方面遵循道德規範，約束自我恣意成全本我的衝動；另一方面，追求理想實現，驅使自我往超凡的具體行動邁進。因此，超我並非服膺現實，而是體驗現實並創造理想實現的代表。

從訊息傳遞的思考角度出發，人格結構中形成驅力的前涉因子即為知覺

---

<sup>6</sup> 心像：意識中形成的一個圖像，該圖像代表某個人，也可以代表某種事物。張氏心理學辭典（張春興，2007 重訂二版，p.49）。

(perception)，其係指個體根據感覺器官對環境中刺激所形成的訊息產生感覺後，經腦的統合作用，將感覺傳來的訊息加以選擇、組織並做出主觀解釋的歷程。<sup>9</sup> 佛氏將精神分為三個知覺層次：意識 (conscious)、前意識 (preconscious) 與潛意識 (unconscious)。意識是一種覺醒的精神狀態，在此狀態下，個體不僅對自己所處的環境中的一切刺激，經由感覺與知覺而有所覺知 (apprehension)，<sup>10</sup> 而且對自己心理上所記憶、理解、思維、憂慮以及計畫或進行中的行為活動等，也有所瞭解。簡單地說，意識可表達成：在某一片刻，個體所能察覺自己所作所為、內心慾望以及主觀感知狀態的一切。它有以下幾個特點：(1) 意識是由感覺與知覺對環境中刺激的瞭解所引起的；(2) 其主要成分為認知，個體不但知道環境中刺激代表的意義，而且也知道自已當時在刺激情境下所想的與所做的一切；(3) 意識中除認知成分外也含有情緒與動機。

前意識在精神分析論中，指的是介於意識與潛意識的一種意識層面；一些平常無法立即知覺，但若回憶即能容易提取至意識層的思想就存在於此層面之中。而潛意識則是指存在於個體心靈層面的最深處，不為個體所自知的意識層面。不自知的主因在於個體刻意壓抑使之無法被提取自意識層面。潛意識內的一切，有些是社會規範的不許可而被壓抑，有些則是原始的本能自始就存留其中。人格結構中的超我與自我皆觸及意識、前意識與潛意識層面；只有本我是完整地包含於潛意識。<sup>11</sup>

佛洛伊德儘管承認有前意識與意識的存在，但深信所有可觀察的人類行為皆源自於潛意識。快樂的意涵付諸於潛意識下近乎本能（自我存續、性與死亡）的驅力滿足，這點似乎與現實觀察有些不符。當心中出現意念時，我們時常能體驗到自身內省與判斷思考的影響力，藉由內省的方式評量，相信這是大多數人皆能認同的看法。因此，儘管我們不能認知快樂的全貌，但意識下的知覺仍有機會捕

---

<sup>9</sup> 摘要自張氏心理學辭典（張春興，2007 重訂二版，p.554）。

<sup>10</sup> 覺知：參閱「附錄一」。

<sup>11</sup> 本節部分內容改寫自《張氏心理學辭典》（張春興，2007 重訂二版，p.773）與《人格心理學—策略與議題》（張鳳燕等譯，2002）。

捉到快樂感受及其富涵人本價值的存在。

#### 五、人本心理學—快樂來自於動機的滿足

如果將「中樞神經反應」與「意識」兩者之間劃上一條物質與心靈的分界線，大致可以說人本心理學談論的是從意識上行知識體的心理科學。它探討的核心在健康人類的心智。凡涉及經驗、價值、慾望甚至於生命的意義皆是其所重視的題材。或許可以這麼說：人本心理學的目標即是成就人的完整人格，使之成為能充分發揮作用的人。

與精神分析學派皆持動機觀點來解釋人的生命歷程，但最大的差異在於人本心理學並不認同人的行為全然被解釋成潛意識下對害怕與恐懼的壓抑。他們更相信人性存在著近乎本能的慾望逐步邁向善的境界。誠如創始者馬斯洛 (Abraham Maslow) 所言：「人的內部存在著一種朝向一定方向成長的趨勢或需要，這個方向一般可以概括為心理的健康成長……也就是說，他有一種內部的壓力，指向人格的統一和自發的表現，完全的個別化和同一性，指向探索真理的、成為有創造力的、成長美好的人等等。」他根據個人自省觀察臨床經驗指出，人在邁向盡善的過程當中會階段性地經歷不同的需要，一旦達成當時需要的滿足（可能是全部的滿足，或者是足夠的滿足）後必將受到下一個需要的驅策。這個需要層次 (need-hierarchy) 依序有：

- (1) 生理需要 (the physiological needs)：促使個體體內平衡的生理需要，如食物與性。
- (2) 安全需要 (the safety needs)：在社會上所追求的是免於野獸、失溫、犯罪、襲擊、謀殺的威脅。另一種是免於不確定的不安感，如一種信仰或世界觀，它趨向把世界上的人們組成一種令人滿意的、和諧的、有意義的世界。同時也可以看成是緊急狀態（如戰爭、疾病、天然災害）下積極支配的動員力量。
- (3) 愛的需要 (the love needs)：渴望在團體中與同事間有著深情而親密的關係，免於孤獨、陌生、寂寞與疏離的襲擊。
- (4) 尊重的需要 (the esteem needs)：可分為兩類。其一，在身處的環境中，希望

有實力、有成就、能勝任和有信心。其二，要求有名譽或威望（可看成別人對自己的尊重）、賞識、關心、重視和高度評價。

(5) 認知與瞭解的需要 (the needs of knowing, understanding and exploring)：期許瞭解事情的真相，對真理與智慧的渴望。

(6) 美感的需要 (the aesthetic needs)：感受大自然與藝術之美、追求美感經驗，使生活更生動並富有情趣。

(7) 自我實現的需要 (the needs for self-actualization)：是一種促使個體的潛在能力得以實現的趨勢。這種趨勢可以說是希望自己越來越成為所期望的人物，完成與自己能力相稱的一切事情。<sup>12</sup>

馬斯洛稱前四項為「匱乏的需要」(the deficiency needs)，是一種來自本能，並各自佔有不同社會化程度的需要。而後三者則是為了追求個人存在的價值或者達成存在價值的前提，故稱為「存在的需要」(the being needs)。隨著基本需要一一被滿足，心靈的富足也隨之累積，快樂亦將隨著更高階層的需要被達成而擴大，因此，就人本主義而言，快樂可以說是邁向善境界下的副產品。除此之外，我們也可以從需要階層理論中發現，人的需要存在著許多知識與期望的產物，同時伴隨著「選擇」方能達成滿足。因此人本心理學根本上全然認定人具有智慧、能自主，這也是人與其他億萬生物最大的不同。

## 貳、淺談心物論爭——「自由意志」存在？

### 一、心物論爭

或許是基於某種表現不安感的神經功能性作祟，或許是人類始終有著求知的本能，又或者出自於自己想知的念頭。一直以來，人類始終追尋著自己物種的源頭，試圖解釋自己的存在，這就是心物議題探討的重點。

讓我們試著想想，當有人問你「什麼是紅色？」這個問題時，你會怎麼回應？現在列舉出兩種可能的回應，再讓我們想一想這些回應背後所持的觀點：(1) 紅色，它就是一種令人感到刺激的顏色，會令人感到積極進取、努力不懈的意念。

---

<sup>12</sup> 本段部分內容摘錄自《人的潛能和價值》，p.40。

(2) 紅色，它是一種具有 650 毫微米波長的可見光。即如你所知，這兩個答案顯然在觀察的角度上大有不同。第一個答案似乎牽涉到個體主觀的感受，如：刺激的、積極與不懈等。而第二個答案則清爽多了，它明顯是根據物理定義來詮釋。這兩種描述方式凸顯「從心」或「從物」兩個觀點的明顯不同。這個不同也發生在「人之存在」的議題上。

至少本文作者經由自己的五感（視、聽、嗅、觸與味覺等）來感知，確定從來沒見過「心靈」這種東西。但是作者知道自己正在「想」心靈這件事，而且也知道，別人絕對見不著我的「想」。弔詭的地方在於：如果「想」這件事等同「存在心靈」，並且「真實」純粹屬五感所感知的現象。那麼，難不成我認知別人沒「心靈」、認知自己有「心靈」以及我認知別人認知我沒「心靈」？這裡有兩個疑點：其一，我明明只有一個，怎麼會同一時空存在「有心靈」與「無心靈」兩種狀態？其二，沒心靈的「別人」，怎麼認知我沒「心靈」？那麼，我見到的「別人」難不成是幻覺？

這樣的問題早是個大疑惑，從文獻的記載可以溯及古希臘時代。然而，第一個嚴肅以「心物關係」為主題的理論，出自十七世紀笛卡兒的「心物二元論」。他認為有兩個平行卻都真實存在的領域：一個是主觀心靈的思想體，其本質是思維；另一個是物質界的展延體。兩兩絕不相同，也互不相干。他這樣的宣示，實際上幫助了當時科學的發展，避免科學挑戰神學而殃及池魚；但也同時帶給崇尚客觀研究的科學一個主觀信仰：物質與非物質（隱含心靈）之間有著不可跨越的鴻溝。

隨者神經科學的發展，反對最力的「唯物主義」(Materialism) 逐漸抬頭。即如在第壹節第二小節所做的描述，刺激—感覺—神經機制間的因果關係越來越明確，加上古典物理學完美的純物質因果封閉性 (causally closed) 以及現象可驗證性，使得「唯物主義」逐漸蔚為主流，即使在現代依然影響深遠。其在心腦議題上典型的代表即是「功能主義」(Functionalism)。這派觀點認為心靈不過是大腦的狀態，是腦部活動的副產物甚至於是幻象。只要瞭解大腦活動的過程與運作方

式，就能對心靈有充分瞭解。同時他們不認同意識的存在；如果有人堅稱經驗的實在 (experiential reality)、意識、感質之類的奇怪概念，那必然純粹出於無知與幻想。<sup>13</sup> 代表人物有神經外科專家伯根 (Joe Bogen)、哲學家佛萊尼根 (Owen Flanagan) 等。

隨著歷史的演進，許多不同的心物觀點陸續問世。為了方便讀者進行比較以建立個人的觀點，以下摘錄「重塑大腦」一書中第一章「身心爭辯的重要理論」的內容。下文的排序方式是依照該主義傾向唯物主義的程度由強而弱進行排列：

- (1) 功能主義：請參考上一段的內容。
- (2) 副象論 (Epiphenomenalism)：承認心靈與物質同是真實的現象，但認為心靈不能對物理世界有任何影響。其意思僅限於感質與意識不能真正化約為神經的活動。從這個觀點來看，意識是神經活動的副象。同時，他們認為物理界具有因果的封閉性，因此物理事件只來自於物理的因，心靈本身不具有致果性。
- (3) 突現唯物主義 (Emergent Materialism)：認為心靈源自大腦，但不能完全根據大腦的活動加以預測或將心靈化約為大腦的活動。亦即心靈的特質不能完全以大腦的物理活動來解釋，且心靈可能可以影響心理與身體的改變。代表人物為諾貝爾獎得主、以研究「裂腦」病人聞名的神經科學家史培利 (Sperry, Roger)。他認為各種意識經驗不能脫離大腦而存在，但確實有一股「心理力量」可以引導神經元在細胞層次的電化學傳輸（可以想像為受體作用型的神經興奮）。因此，突現的心理特質可由上而下控制神經活動。然而，他仍強烈否定量子物理學對心腦關係的重要性，堅稱部分決定整體的性質仍為主要，突現的過程原則上是可被預測的（我們將於後說明）。
- (4) 不可知的物理主義 (Agnostic Physicalism)：也認為心靈完全源自大腦的物質。與唯物觀有所不同的是，心腦之間有「不可知」的部分，亦即不否定非物質力量的存在。但這股力量需先影響可觀察的腦部狀態，才影響心理狀態。

---

<sup>13</sup> 感質：因經驗或感覺而產生之質性的、純粹的、個人的主觀感受。摘錄自「重塑大腦」p.38。



然而，因為不可知，故對其所謂非物質的力量抱持著不重視的態度。

(5) 歷程哲學 (Process Philosophy) 認為心靈與大腦都是不斷變動的同一實在的表現。這種觀點與古佛教哲學頗為相符，也與晚近量子力學的發展明顯相契（有關量子力學的敘述將於 2-4 節說明）。

(6) 二元互動主義 (Dualistic Interactionism) 認為意識與心靈的其他特質可獨立於大腦而發生，心理狀態可形塑腦部狀態，甚至認為心靈絕對無法化約為大腦活動。大腦的物質性使其不足以完全解釋心靈，甚至主張心靈具非物質的基礎。

現在我們應該有初步索引對自己的心靈觀提出見解。試問自己：其一，心靈是否真實存在？其二，如果存在，其存在的表現為何？其三，心靈與物質的因果關係為何？特別是心靈能否影響物質？這將是本文主張倫理之於快樂價值的起始條件。

## 二、不存在自由意志的恐慌

現在我們要討論一個極為重要的概念，它攸關倫理的存廢、快樂的意涵，特別是人文價值亦然取決於其中。我們的認定將決定我們生存的意義、一切社會規範、你與群眾的關係以及我們活著的目的。它被觀察者稱之為「自由意志」(free will)。

根據《張氏心理學辭典》的說明，「意志」(will) 指個人目標追求時的自主意識；即個人自知他的所作所為是出自於自己的意願。「自由意志」是哲學上解釋人性特質的一種觀念，認為人的行為是根據自己的自由意志所決定的，而非受制於個人以外的其他因素。基於此義，人的一切作為是基於他個人自己需要、智慧和希望所做的選擇。<sup>14</sup>

只要我們根據上面的說明，在心中假定自由意志不存在，同時意想我們日常生活中的所見所聞。你將發現，這些現象跟你自己過去的理解會有許多不同。即使是堅持心靈存在觀點立場的主義，依然對自由意志存在與否有所分立。如同認

<sup>14</sup> 摘錄自《張氏心理學辭典》，pp.302,798。

知神經心理學採取還原論 (reductionism) 的觀點，企圖以神經生物的運作來解釋人類複雜的高階心理歷程。正如你所瞭解的，如果一個全然採納典型認知神經心理立場的人，他將是一個認同心靈存在，但只相信眼前一切有關感質的認知，皆來自於神經生物系統這種下而上的因果關係。是以，人仍然沒有任何決定權，他不是自己身心的主人翁。人像極了一台會說話的超級電腦，它可以根據你給它的訊息，經過極為精密的計算，彙整出結果，以任何你可以感覺的方式回應你的答案。如果它讓你感到親近、似曾相識。請不要懷疑，那是拜科技所賜！

回顧第一節第四小節，你會察覺到另一個持心靈觀的主張。古典精神分析學派認為人格功能中雖有理想實現的超我、本能滿足的自我與服從現實的本我之分立，但是將一切的心理歷程的成因完全回歸於潛意識下對衝動、恐懼、不安等負意向的壓抑，甚至不重視對超我層面的探討。儘管它認為人類行為來自於心靈上而下的因果鏈，但是其過程當中仍不見「自由意志」的蹤影，是一種潛意識決定論立場。

泛唯物論的觀點更忽視自由意志的探討。十九世中葉，聞名遐邇的達爾文 (Charles Robert Darwin) 提出天擇說演化論，對生物演化以及性選擇的作用提供嚴謹、證據明確的因果論。其原本旨在探討物種延續與消滅的觀察，伴隨後進融入遺傳學基礎，演化論也能廣泛地解釋生物行為與遺傳特徵。所有演進的目的或多或少皆能被解釋為「利於生存目的下的機制」。也就是說，若不利於物種生存的行為與特徵將逐步被淘汰。但是這個觀點並不意味具有人文意涵的行為皆不存在。<sup>15</sup>然而，這個觀點似乎被誤導成：「只有生存目的才能解釋所有生物行為」。使得科學研究方向與人文觀點產生分立。於是乎「男歡女愛」僅僅是大自然演化基礎下，提供或保證最適基因繁衍存在，以企圖保存物種不滅。過程中的愛慕、好感、傾心與情愫等等複雜的念頭要不是被忽略了，就是被解釋成繁衍機制—吸引繁衍伙伴性衝動，而達成生育目標。真的是這樣嗎？我們的意念毫無自由意志

---

<sup>15</sup> 從推論的角度來看，具有人文意涵的行為也可能同時利於物種（人類）生存。若此，該行為特徵也可能藉由遺傳延續給後代。另一方面，即使不具利於生存但具人文意涵的行為，我們也不能倚仗演化論否定其存在的可能。

的痕跡？如果真的純粹這樣，何以人類世界還需要探討婚姻義務、禮法，乃至法律明訂的限制與責任？本文作者並非要表達對現行所有形式規範善惡的評斷，僅強調存在規範確實是一個具體現象。但這個現象卻又無法全然歸因於演化機制！

如果一切看似情感的反應只是神經化合物的運作，那麼生物外顯於客觀環境的表象，即如同看到植物的「開枝散葉」反映著「作繁殖」的機轉。此時，「開」枝與「散」葉只是觀察者觀察到的意向，對植物本身並無其特殊意義。

所以，我們該如何詮釋「母愛」？純粹是母體爲了增加「後代存續」機率的表象？或出自「養兒防老」的自利動機？那麼打從幼兒呱呱墜地，費盡心神的養育，無怨無悔的付出，最後的期待只是一段向上天祈求子女平安與幸福的祝禱。這樣的精神又作何解釋？我們寧可相信，母愛是一種同時兼具人文意涵與利於物種延續的行爲特徵，因此它明顯的表現於演化當中。當然，這仍然不排除自由意志存在的可能。

假若藝術家淋漓盡致地發揮創造力，並不存有自由意志的展現。那麼，充其量只能說「藝術家」這個有機體相較於其他有機體，在感知的運用上較敏感，這也純粹只是自然賦予的天賦。又或許是記憶與認知的錯亂，造就一個看起來有象徵意味的物質，物質的價值又是藉由其他有機體的五感接收形成另一個認知錯亂，進而造成另一個感動的假象。如此一來，從演化角度來說，藝術似乎無絕對存在的必要，甚至會造成危害。因此，「藝術家」這種社會角色無須存在。綜觀之，整體社會架構將被解釋成單一物種專屬的特殊生存技巧。實言之，人類只是大自然創造各式演化技巧下的結果。而「人」，只是付諸該特殊技巧下的代名詞？

我們所觀察到的世界真的是這樣嗎？一個全然不受我們所宰制的世界？一個完全無需我們投入，就能如同規律機器一般運行的世界？這個世界難道沒有千萬分之一的成因是源自於我們的決定？一個影響因果的自主決定？如果自由意志真的不存在，那麼知識體下的一切運行之道理終將付諸流水，一切人文與倫理的意涵終將被歸納爲演化的高階技巧，善惡的分辨終將類比成演化的優劣。甚至，我們引以爲傲的研究之超然價值亦然消滅。但何以「研究」存在？爲什麼這

世界上總有一群人類「超然」地思索這世界上一切的爲什麼？

早些時日，本文作者站在芝加哥市最高建築物的觀景台，俯瞰著地面上熙熙攘攘的人群。那樣的景象真是像極了年幼時腳下成群結隊的螞蟻。當時想著：難不成人類真有如那群無知的螞蟻，只爲存在而存在著？針對這個問題，作者對自己做兩個解釋。首先，若只對生物行爲做粗略的觀察，只能將結果歸因於有限的論點。於此所能聯想的成因往往只能以世界全物種共通的原則（演化）做解釋。其二，假若人類具有自由意志，那表示高樓的觀察必然忽略某些更細微的探索。最後，承前可知以現代科學研究自由意志的難處，同時也點出充分觀察以及嚴謹與繁複的因果鏈推論是找出其證據的必要條件。

### 三、當代助人行爲的常見解釋

傳統經濟學利用理性自利假設，已經可以解釋多數經濟市場上的運作與個體經濟行爲，甚至能延伸探討有關家庭與教育等人文議題。然而在我們所能觀察的現象中，仍然多有高度犧牲個人利益而幫助他人的行爲發生，諸如 2001 年美國發生 911 恐怖攻擊事件，在大樓嚴重傾倒的當下，有許多消防隊員不顧自身危險，進入危樓奮勇救人而葬送生命。2011 年三月發生於日本的大地震造成福島核災，當地人紛紛避退 20 公里，卻仍有一群核安人員冒著高計量核輻射的風險，接受被隔離的善後工作。1992 年台灣桃園發生健康幼稚園火燒車意外，林靖娟老師以犧牲個人生命爲代價，換取多名學生寶貴的性命。這些有違常理的行爲背後動機到底是什麼？值得發人省思，做爲借鏡。因此，我們有必要尋找助人行爲現實存在的原因。

第一個解釋助人的因素，你我都不陌生，它就是演化觀點。其強調的不是最適合生存的個體，而是做適合生存的個體基因。從演化的觀點來看，如果一個特定的社會行爲有助繁殖成功，導致此基因較有可能被留下來給後代，這種行爲在最後就變成某物種的常見遺傳。當然，爲了繁衍，個體必須生存夠久。而「被他人幫助」就會提供生存機率。但是，這要如何解釋助人行爲呢？既然助人行爲會花費精力與時間，有時候甚至要冒生命危險，且減低助人者的生存機會。果真如

此，遺傳早該讓此基因給淘汰掉了。然而事實上，這之中有個生存的替代方法，當你幫助了那些與你分享基因構造的個體（如具血親關係的親人）時，即使犧牲生命來幫助他們，你仍然可以保留你的基因。藉由這種間接的方式使基因生存下來，稱為親屬選擇（kinship selection），它的發展並非始自學習、文化和其他因素。親屬選擇在許多的生物中都有。就像人們經常冒險去救那些較近親的親屬。松鼠在發現敵人後，會發出聲響去警告鄰近的親屬，這種行為幫助了親屬，但卻會讓自己容易受到攻擊。

除了親屬選擇，我們仍能觀察到現實生活中有許多助人者幫助與本身血親無關的受助者，這樣的幫助對助人者有何好處？最常見的答案就是互惠。互惠原則使助人者幫助其他人，也能從他人的回報得到益處。如果某 A 幫助某 B，而某 B 也會幫助某 A。此時，某 A 與某 B 同時都提高了生存機會和繁殖成功率。遵從互惠原則的個體，在生存和繁衍的機率都會比其他個體還要多。在田野實驗中，研究者把一隻母猴在求救時發出的聲音錄起來，在其他時間播放給其他母猴聽。結果發現，在近期曾接受過那隻母猴（被錄音的母猴）理毛的猴子，顯然表現出勝過未接受理毛的猴子更高、更聚焦的回應。此外，若是那隻母猴的親屬，無論近期是否曾經接受過牠的理毛，都一致顯現高度的反應。<sup>16</sup>

當然，互惠原則在人類頻繁的社會互動下，可能體現為各種更複雜的交換關係。這也成為一種規範形成的主因。一旦規範形成後，偏離規範得到的苦樂感受（如懲罰、風險）將維持規範的運作；甚至反過來成為原因，主導規範的調整。

然而，在現實生活當中仍不乏許多與親屬無關、也沒有直接互惠關係的行為發生。譬如，一般來說，在美國的華人往往最能跟其他華僑親近與相互幫助。然而相對來說，與泰國、印尼、馬來西亞人親近程度又高於原生於美國的白人。所以，利他主義能否脫離演化觀點、互惠關係，被其他的原因解釋呢？有些演化學者相信，自然選擇（天擇）操作著所有的生物階層，從基因到個體、團體、物種。團體選擇可能解釋了人類心理的演化過程：人類藉由在團體中保護自己團體的利

<sup>16</sup> 本段與前一段摘錄改寫自「社會心理學」，pp.456-460。

益，有時候能夠提高繁衍的成功率。故廣義來說，親屬選擇也是一種血緣關係的團體選擇，但是團體選擇也能夠在非親屬的團體中存在。人類對團體的強烈歸屬感與維持社會認同，也許有一部份是從演化發展出來的。

「利他」與「自利」在定義上本身就具有道德規範性，亦即區辨何者為善、獨善與眾善。然而，臨床研究結果多傾向將助人行為歸因於演化因素，於是乎談論知識體存在的證據力又更顯薄弱，從而使道德意涵不得彰顯。難不成人類數千年來的努力終將完全回歸自然天擇下的衍生？關於這一點我們無需悲觀，很可能基於人文的多元與自由意志本身特性，無法歸納出一致性的規則，造成現有科學方法難以從現象中粹取出顯著而直接的證據，如此而已。這也是我們更要進一步努力的地方。

本文作者認為自由意志、快樂與道德間的關係在於：自由意志的存在意味擁有自由意志的生物在訊息上能夠自由篩選、組織與規劃。藉由自由意志提取既有訊息方能形成主觀經驗，其中夾雜客觀概念與主觀情緒。自由意志運用主觀經驗針對外在的刺激主動進行提問與判斷，形成知識。知識除了理性推論的客觀理解，也包含對主觀情緒的覺知。當外在環境要求個體做出反應，自由意志可倚仗知識，權衡內在的苦樂感受（天賦的賞罰功能），對外在環境提供含有自由選擇的回應（行為）。另一方面，倘若個人的世界觀含跨著非我的存在，且具有我與非我相互依存的前提，個人的苦樂感受必然受非我的影響。我與非我苦樂感受的相互呼應自然形塑善與惡的比較基礎，於是乎道德的整體應蘊而生。

面對現代無科學證據不足採信的教條，以及科學事實無需必然存在自由意志立場的背景下，儘管困難，本文仍希冀提出自由意志的科學論證，並提出道德在個體苦樂感受下的意義。付諸快樂主義的思想，避苦求樂是個體一切行為表現的內在本源。儘管當代唯物主義與演化觀點大興其道，只要肯定自由意志的存在不可動搖，我們想關注的重點在於：即使背負著自然天擇的沈重巨業，是否仍能窺見自由意志牽動主觀快樂感受的超然價值。

#### 四、唯物主義的悖論與「自由意志」存在的可能證明

西元 1801 年英國物理學家楊格 (Thomas Young) 爲了求證光具粒子性還是波動性的研究前提下，做了一個稱之爲雙狹縫實驗的物理研究。隨著時間演進，當物理學家做更精密的設計後，卻揭開一個令古典物理學界爲之震撼的結果。這個結果嚴重危及古典物理學對宇宙觀完全服從物質因果封閉性的絕對看法。這也正是相距一百年後德國物理學家蒲朗克 (Max Planck) 提出量子物理學的開端。量子物理學之價值除了可以談論所有古典物理學能探討的議題之外，其精確性更是超前。同時它也能解釋更多古典理論所不能解釋的現象，如：恆星的燃燒、基本粒子的結構、週期表元素的順序、宇宙的誕生等。時至今日，許多我們所熟知的現代高精密儀器，也都拜量子物理學所賜，如：電晶體、雷射、半導體、發光二極體、正子斷層掃描、核磁共振儀等。<sup>17</sup> 也正因爲對傳統宇宙觀的突破，這項研究爲非唯物主義者的觀點打了一劑重重的強心針。以下我們將粗淺的描述該實驗的過程，隨後依據幾位知名物理學家所做的解釋，探討其哲學意涵。

該實驗器材相當簡單，想像我們位在一個漆黑的實驗室中，觀察者在桌子的左端放上一個尚未開啓的微弱光源、在右端放置一個立面感光底片，隨後在桌子中間放上一個立面的不透光阻隔板。實驗目的在於測試光的特性，因此觀察者需在阻隔板上割出細縫，讓微弱光源穿越細縫後被底片給接收。隨後再觀測光的分佈狀態。(參考圖 3)

---

<sup>17</sup> 本段落摘錄並修改自「重塑大腦」，pp.234-235。

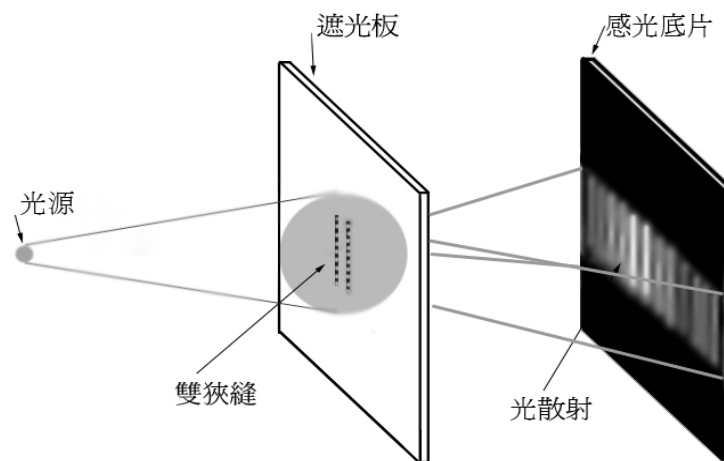


圖 3  
雙狹縫實驗（同時開啓兩狹縫）

「實驗一」：觀察者在阻隔板上劃上兩條相近的平行細縫。先打開左細縫並關閉右細縫。隨後開啓光源，待底片感光後關閉光源，對底片進行檢查。其結果顯示，光呈現粒子狀散佈於底片上，並概略呈現單峰分配（密集集中於光源直射處）。類似地，若將左細縫關閉並開啓右細縫，其結果也呈現單峰分配（參考圖 4a）。理論上，若光是粒子性，則根據粒子可加性，如果同時開啓兩細縫，出現的結果應該呈現雙峰分配。（參考圖 4b）

然而在「實驗二」中，一旦同時開啓左右兩條細縫，底片上呈現的結果卻變成像是明暗相間的垂直斑馬線一般（多峰分配，圖 4c）。這個情況只有在物質本身具有波動性質才做得到。當光子同時通過左右兩狹縫後，分開後的兩群光子因為本身具有波動性彼此干擾，因此在底片上形成「干擾圖樣」(interference pattern)。

根據「實驗一」與「實驗二」，楊格因此得出光具波動性質（參考圖 4c）。到目前為止已經出現了一個疑點。光到底是具粒子性還是波動性？在當時尚未具有二象性概念的年代，這項實驗的確使得古典粒子性觀點消極了一陣子。然而，到了 1934 年愛因斯坦 (Albert Einstein) 又提出光具粒子性的實驗結果。



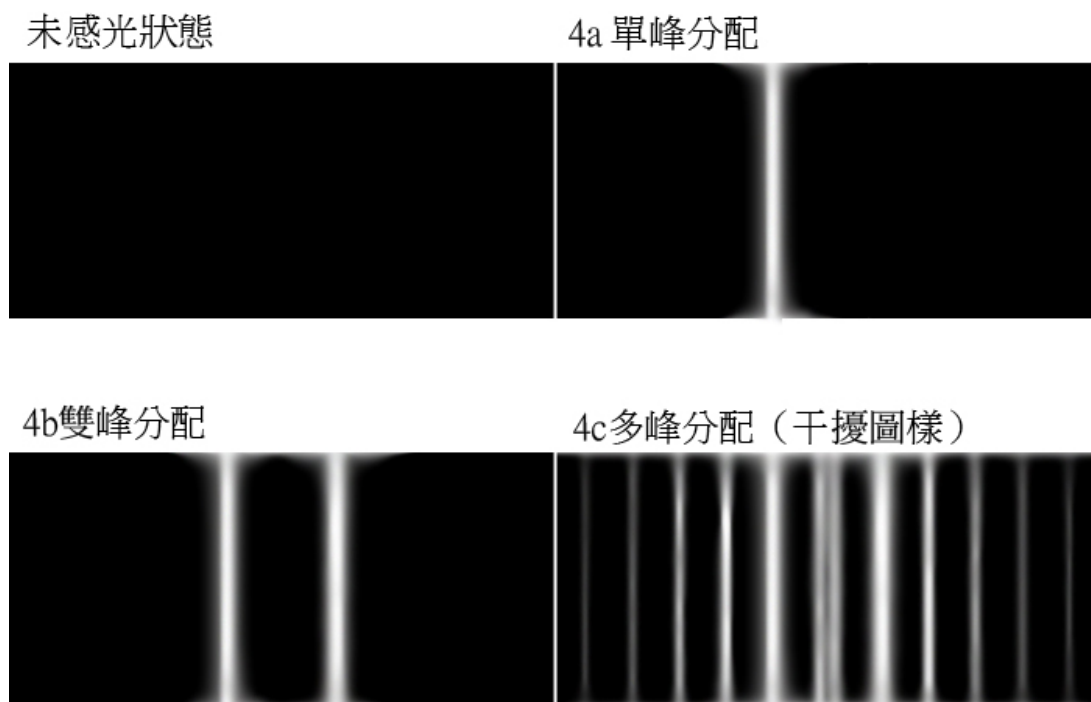


圖 4  
光子底片<sup>18</sup>

「實驗三」到了 1980 年代，一群物理學家再次做類似的雙狹縫實驗，但這次不同的是：觀察者利用儀器將光子一顆一顆釋放出來。也就是說，當前一顆光子到達底片並感光後，才讓下一顆光子從光源釋出。從推論可知，當光子在穿過狹縫時只能選擇左狹縫或右狹縫，因此理論上，看到的實驗結果應該有如兩個「實驗一」的加總，呈現雙峰分配（圖 4b）。但令人驚訝的結果出現了！底片上仍然出現「干擾圖樣」。但在雙狹縫實驗中唯一可能發生波動的位置，只有在光子穿出狹縫時，兩狹縫的光子彼此干擾。也就是說，這意味著單顆光子在跑動的過程中有如同時穿越兩狹縫，兩分身彼此干擾。這一個弔詭的情況，在古典物理學當中是不可能發生的。

許多物理學家在想：在「實驗三」中，只是觀測光子出發（光源）與抵達（底片）的時刻，因此無法窺視光子到底穿過左狹縫還是右狹縫。因此「實驗四」就

<sup>18</sup> 本圖為模擬結果，並非實際照片。

是針對這個疑點，利用各種方法偷偷觀察每顆光子的完整路徑並加以紀錄（如：惠勒 (John Wheeler) 的延遲選擇實驗、史卡利 (Marlan Scully) 的量子橡皮擦）。另一種奇妙的結果發生了：只要觀察者在光子尚未落到底片之前，已經事先觀察到光子穿過哪一個狹縫，則最終的結果將回到有如沒有波動性的雙峰分配散佈狀態。<sup>19</sup> 在不干擾物質的情況下，竟然會出現兩個截然不同的結果！這一反常理的驚人結果到底怎麼發生的？事實上，這就是量子物理學的真諦。

從「實驗三」已經可以表現量子物理學的理論意涵：在觀察者觀測底片前（未進行跟蹤），光子以一個機率波的方式通過雙狹縫（此即薛丁格 (Erwin Schrodinger) 於 1926 年提出之「波函數」），一旦被觀測者觀測到後（底片上的分佈）光子機率立即塌縮成唯一實在。而「實驗四」則有兩個意義：其一，輔證前述，無論觀察方式為何（完整追蹤或只看底片分佈），只要一經觀察，機率立即塌縮成確定狀態。其二，光子所表現的確定狀態決定於觀察者的觀察方式（除非你認為光子有自由意志並且巧妙地與觀察者的觀察方式形成絕對的因果關係），這與古典物理學所持的論點（觀察方式對實驗系統不具干擾性）相違，因此形成悖論。最後，根據「實驗三」與「實驗四」可知，在未進行觀察前，光子存在於機率當中；一旦經過觀察後，光子的運作規則卻又完全落入古典物理學的範疇。

量子物理學的概念提供了哲學一項重要意涵：在未觀察前，大自然提供所有可能實現的結果（波動性或粒子性）。對其做任何猜測是無用的，因為它持續保持著「可能」的形態（波函數）。然而，大自然如何表現確切的結果，取決於觀察者如何對大自然提問（只觀察底片或全程追蹤）。由此可知，在量子宇宙觀中，物質因果封閉性只提供確切結果的部分教旨；必然經過知識體（觀察者的提問）的運用，方能使確切結果得以顯現。

然而，物理學界對這個奇妙的實驗結果所做的解釋仍頗富爭議，當然也具有其各自的心物觀點。以下列舉幾個常見觀點：

---

<sup>19</sup> 也有需多物理學家對具有靜止質量的較大物質做相似研究，其結果皆與光子的研究相同。

- (1) 忠實愛戴古典物理學的愛因斯坦仍認為，之所以有機率的產生來自於「隱藏的變數」(hidden variables)。也就是說，波函數的存在並非可詮釋為知識體的運用，它仍然完全依附在古典物理學的範疇之下。只是由於現有科學的侷限，尚未找到「機率」與「實在」的聯繫。然而，自 60 年代後，這個觀點已不受青睞，原因出自太技術性。同時，物理學家貝爾 (John Bell) 已證實隱藏變數需要遠距離同步動作才成立—亦即影響的力量需超越光速。
- (2) 第二種解釋是「多重的世界觀」(many-worlds view)。愛佛瑞三世 (Hugh Everett III) 認為，波函數從未塌縮，它在每個下一刻來臨時，分裂成兩種情況。一種情況仍處於機率形態，而另一個則自然塌縮。當我們向大自然提問時，只是剛好處於波函數某一個自然塌縮的情況。另外，在同一時刻的任何情況下，也都存在著觀察者。也就是說，我們的心靈同時有兩個平行實在，並且隨著時刻不停地分裂。在波函數塌縮時，大自然也同時決定觀察者的提問方式。亦即觀察者的提問仍是來自大自然巧妙的安排。顯而易見，這個觀點保住了古典物理學的超然立場，同時也免除對心靈議題的解釋。
- (3) 「哥本哈根解釋」或許可以稱為目前最主流的觀點。其認為量子物理學是關於我們對一個系統的知識及根據此知識所做的預測，而不是關於「客觀存在」的真實。觀察者全然決定自然界哪個部分被探索，以及自然給的答案應如何解讀。觀察者的心靈決定無數種可能裡何者成真。你可能會這樣問：在雙狹縫實驗中除了觀察者自由決定了如何觀察，除此之外，似乎其他都沒牽涉自由意志（如實驗器材與實驗設計）？「哥本哈根解釋」可能會這樣回答：你以為這些因素與自由意志無關，其實這些因素早就藉由潛意識的影射交代給自由意志去執行了。然而，這樣的解釋有其風險存在。一旦宇宙觀全數交由心靈去解釋，如同唯物主義的結果，道德價值依然不具意義。因為，我們的存在將全然被化約為日復一日的白日夢。就如同早期精神分析學派的觀點，一切皆源自潛意識的夢魘。
- (4) 諾伊曼 (John Von Neumann)／威格納 (Eugene Wigner) 則從腦議題著手。與

「哥本哈根解釋」的差異在於：「哥本哈根解釋」的敘述，仍然將觀察者當作獨立的系統。也就是說，量子物理學的影響力僅侷限於實驗本身，並無損觀察者的超然性。事實上，他們認為自由意志所依附在觀察者的腦，同樣也處於量子物理學的範疇之下。亦即當光子處於機率狀態時，觀察者的大腦中的電化學同樣也處於激發與不激發神經衝動的機率狀態。一旦波函數瞬間塌縮成確切結果時，該知識也促使觀察者腦中的電化學同時激發對應確切結果意識的相關衝動（腦部的波函數塌縮）。這個觀點頗具中庸意味，他們認為在腦中藉由意識經驗取得的知識仍然可歸因於大自然所決定（波動性與粒子性）。每增加一次對實驗的觀察，將對應使觀察者腦中剔除掉不切實的知識。因此，在對大自然提問時自由意志有其意義，量子理論則描述大自然結果的機率狀態，而其他大自然的結果仍然可界定為古典物理學的範疇。本文作者傾向認同這個觀點。

「哥本哈根解釋」與諾伊曼／威格納的腦理論到底哪一個才是真相？本文作者直覺上認為，這點似乎得探索觀察者的第一個意識與第一個刺激，何者先形成才能作判斷，但這也是現今科學所不能及。但是，至少量子物理學的發現已經帶給研究人文思想、崇尚自由論的人一盞明燈。至少我們可以積極的相信：這個宇宙可能存在著自由意志的影響。

前面我們花了一些篇幅介紹量子物理學的發現及其解釋，說明了唯物主義論點的矛盾與自由意志存在的可能性。現在我們將焦點轉移至當今精神醫學上的案例，來找尋自由意志影響行為結果的可能證據。

第一個案例是由洛杉磯加大醫學院精神醫學教授史瓦茲 (Jeffrey M. Schwartz) 提出關於強迫症患者的臨床治療紀錄。所謂強迫症是一種神經性精神病。其特徵在於患者腦中時常出現侵入性的痛苦念頭，使患者出現強烈衝動，表現出儀式性的行為。例如：總覺得手洗不乾淨而反覆洗手、一直認為門沒鎖好而反覆地開關門鎖、認定某些數字代表死亡意涵，而在生活中刻意跳過具有該數字意涵的事物。強迫症最特殊的特性是患者能夠清楚的知道這些反覆有如儀式性的

行爲與自己想法相違，但又無法拒絕它。

過去臨床常用有關抑制神經傳導物質血清素再回收的用藥，但效果有限。除此之外，尚有一種行爲治療方式稱作「暴露與不反應治療法」。治療師會在診療時間阻止患者做出一切強迫性行爲，從溫和到激進的方式都有。然而，在這過程中，患者出現極度焦慮。另外，傳統的認知治療側重教導患者認清並矯正心理病態思維特有的「認知扭曲」，但其成效仍然有限。

史瓦茲認爲強迫症並非全部可被「認知扭曲」所解釋。他更相信強迫症的發生很可能與腦部機轉失調有關，於是他著手進行腦神經醫學的研究。經過分析二十四位患者的正子斷層掃描結果發現，強迫症患者的前扣帶回 (anterior cingulate, 激勵) — 額眶部皮質 (orbital cortex, 偵錯機制) 路徑會異常興奮，不停傳送訊息 (如：手不乾淨) 給紋狀體 (striatum, 理智與情緒的交界處)，使紋狀體反覆選擇激發的路徑，將訊號 (如：去洗手) 下行傳遞至前額葉皮質，不斷要求它主導重複行爲。這個過程也會激發杏仁核 (恐懼、焦慮) 的反應而強化強迫行爲的機轉。

史瓦茲相信，患者運用個人的意志力可以恢復正常的腦部機轉。他提出一個新的四步驟認知行爲療法。第一步，以腦部攝影資料向病患解釋強迫症是腦部生化失衡所致，並教導做患者連續即時的心理記錄，強化患者理性觀點的認知。如此一來，患者不安感發生改變，轉而因瞭解而形成控制感與自由感。第二步，每當患者抱怨受制於某種強迫觀念時，史瓦茲會再用科學證據，不斷提醒並告知病患，將造成強迫症的因素正確的歸因於腦神經機轉失調，使病患更堅定地知道這不是真正的「自己」。第三步，也是最重要的一步，引導患者的注意力轉移到其他地方。重新聚焦的目的不是驅除或消滅強迫思想，而是開始將思緒專注於一項與該思想無關的行爲。這一步確實不容易，但也正是真正發揮意志力改變行爲的地方。最後一步是重新評價。任何人只要有現實感，都可以學會將其症狀歸諸生理問題。而重新評價，強調的是每當患者泛起症狀的衝動時，都能即時專注覺察生病的事實，而提升前一步驟執行的機會。十八位未使用藥物的中、重度患者進

行十週的四步驟療法後，有十二位顯著進步。正子斷層掃描的結果發現，紋狀體的新陳代謝活動明顯降低，與原先的強迫症路徑也不再有病態的一致性活動，甚至轉換為前額葉皮質背部（認知）連結基底核（紋狀體的所在處）的路徑。如此看來，意志力的發揮似乎刺激了前額葉皮質主動提供新路徑，有助於壓制強迫症路徑。

強迫症以四步驟療法成功的治療對心腦關係有重大的意義。史瓦茲認為：這個結果可以證實患者專注地認知與實踐四步驟療法足以改變腦部功能。這種自我引導的治療，更發揮自我引導的「神經可塑性」。

另一個例證是發生在 1997 年，強尼因腦幹中風後一直處於閉鎖狀態。<sup>20</sup> 隔年 3 月醫生將電極植入強尼腦部左手的運動皮質區，因包在玻璃管內的電極有促進生長的物質，使皮質細胞生長到管內。當皮質產生的電衝動通過管內細胞的軸突時，電擊會將訊號傳至電腦，使螢幕上的游標移動。剛開始強尼盯著螢幕，專心的想像移動左手，一次選一個字母，慢慢的將字拼出來。幾個月後，他已經進步到一分鐘可以拼出三個字。之後他乾脆跳過想像左手運動這個步驟，直接盯著螢幕，專注想像移動游標。結果，游標真的動了！原先掌管左手運動的皮質神經，因強尼個人專注的意志力，讓游標移動的意念「直接」與電極產生聯繫。<sup>21</sup>

前兩個案例的重要價值在於「**認知與實踐**四步驟療法」與「**自主想像移動游標**」會造成不受意念控制的神經路徑發生改變。至於是否為自由意志的影響，端看讀者能否認同其成因為自由意志的表現。然而作者認為，上述兩成因難以再用其他非自由意志的論點做進一步推論。故我們相信在此自由意志堪稱最根本的解釋，因此我支持「自由意志」存在的論點。

## 參、本文的快樂觀點——精神力場概說

### 一、本文的心物觀點

回顧第一與第二節的內容可知，目前現有的直接證據大多傾向以演化論廣泛

<sup>20</sup> 「閉鎖症候群」：患者認知與情緒功能基本上完好，但整個人陷入癱瘓。無法移動手指、點頭、說話或做任何自主的運動。

<sup>21</sup> 本小節部分內容摘錄與改寫自「**重塑大腦**」。

地解釋人類行爲。關於這一點，本文作者絕不排斥。但是我們想談論的是：除了演化基礎外，在自由意志存在的情況下，倫理價值如何影響個人快樂，從而引導人類走向健康、自主的人生。當然，這也暗示倫理價值之於社會並不是純粹與法律限制、懲罰劃上等號的功能用品。在科學與教育可立足的範疇之下，倫理能以追求代替滿足、以價值實現取代約束，進而使社會福祉自然提升。本節以「苦樂感受存在的演化論推論」作為開頭，隨後將討論核心轉移至快樂議題上。

這個推論是由知名澳洲經濟學院士黃有光所提出。首先，他指出從進化生物學的觀點，下述公理是可以成立的：

公理 1：不對「生存能力」有貢獻的「主要機能」，不能保存。

公理 2：「意識」本身對「生存能力」不具直接貢獻，它需藉由影響個體「行動」才能有所貢獻。

公理 3：「意識」通過個體的「賞罰系統」來影響個體的「選擇」，從而影響其「行動」。

公理 4：「意識」是一個「主要機能」，該機能是神經系統的一種進化。

針對上述四個公理，我們可以推論：如果「意識」是進化而來的「主要機能」（公理 4），它必須對生存能力有貢獻才能在大自然天擇的競爭下生存（公理 1）。但是「意識」不能對「生存能力」有直接的貢獻（公理 2），因此它必須通過影響個體「選擇」來影響其「行動」（公理 3）。因此，必然存在一「賞罰系統」，作為指導選擇決策的依歸。

如果「進化」讓個體擁有「意識」與「選擇能力」，又如何確保它在使用這能力時，是選擇對生存有利的方案？答案是：「進化」用一個絕妙的辦法來解決這個問題，讓個體擁有符合生存行爲的苦樂感受。對生存有利的行爲（如：飢餓而食、繁衍後代）得到快感，對生存不利的（如：軀體被傷害）得到痛苦。同時對於人類來說，這個賞罰機制已經可以從神經生物學的研究獲得證實（回顧 1-2 節的說明）。這個推論確實提供了心物兩者間一個聯繫的橋樑。然而更具體的快樂與生理及心理的關係到底是什麼？爲了清楚解釋這個問題，我們有必要先闡述

本文的宇宙觀，而後論及心物關係。

通盤的說，本文認為整體宇宙由大自然這個實在所構成，大自然本體有內部自然生成能力。它自然生成有機體與無機體兩者（也就是生物與非生物），而有機體則經由演化（專指有機體的自然生成）分立為意識體與無意識體兩者。無機體可完成稱作細小粒子的合成；而獨具生命的有機體，本身除了具有粒子合成的特徵之外，獨具「動作」的功能則完整被神經生化反應所解釋。也就是說，在意識體尚未出現以前，大自然中一切的實在，因果關係封閉地被決定於物理之中。另一方面，一切實在在物理上可以被完整顯示在兩個擬化的維度之上。其一稱作「空間」（如：形）；其二稱作「時間」（如：動）。因此，實在的現象也就是形象與動象兩者的合成。即使連被風吹的石頭也有動象，只是慢到令我們沒有感覺；又或者說，「不動」也是一種動象。

當大自然的自然生成能力不斷的衍生，演化不斷發展新成的創造物。直到某一刻，特殊的創成「意識」產生了。本文作者認為，當意識出現的意義，代表心靈形成。這時候個體不再單純是有機體，它將被個體的意識稱為「自己」。也就是說，意識體不再單純的被物理所顯示，本文認為心靈如同物理一般，同樣將實在表現成表徵，只不過在心靈時，稱做「心理表徵」，也就是意識體的意念。相似地，同樣有兩個擬化維度將實在表現在心靈上：其一是時間（時間可能以間接形式出現在心靈上），另一個是「未被觀察到」的維度（請容許這樣稱呼它）。因為未被觀察到，所以在該維度出現的象就暫時被稱呼為「心象」。突然提出一個未被觀察到維度的概念，讀者可能覺得很不可思議，或者是離譜，但是若從以下心物觀點出發，其實尚算合理。

宇宙中只存在唯一實在，任一主體無法直觀本體情況下（粗略地說：自己看不到自己），意識體經由感覺器官可對實在投射至物理面的象進行感覺 (sensation)；同時，經由有關意識的覺察力，可對實在投射至心靈面的象進行覺察 (awareness)。真實的因果，只有在實在發生，但會同時投射在物理面與心靈面的象之中。換言之，實在是一體兩面。



一個有意識的意識體並非就代表具有知覺，人之於實在必有其異於他物的特質。即使有如黃有光所說，任何意識體的心理必定存在賞罰系統（苦樂感受），並且根據其系統進行選擇。若僅僅如此，苦樂感受的意義只是實在多出在心靈面的物理神經反射之對應罷了。這樣依然不能區分出「人」與其他意識體的差別。

本文以為，人之所以為「人」是因為相對於其他生物，人之於實在多出了一種特質。這個特質投射在心靈面的表現在於：突顯出意識感的強化。亦即相較於其他意識體，人類的心靈面上，人類相對於其他物種，因意識感的程度較高（被強化），一旦超過某個臨界點，該物種將形成一個清晰的本位—「我」。呼應精神分析學派的說法，這個本位就是意識（conscious）層面下的「我」（self）。<sup>22</sup>「我」的出現意味著當發生感覺時，心靈有特定的比較基礎。構成基礎的成分就是知識，故唯有在「我」的存在之下，感覺與覺察才會轉化為主觀知覺。同時，人類知覺到的苦樂感受就必然受到這個比較基礎所評價，因此對它的服從也可能不再是全然的被動。這就是人類有別於其他生物之處。

現在我們來回顧各學派的研究與這個心物觀點的關係。之前曾說過，真實的因果只有在實在發生。因此，觀察者的系統所觀察到的物理現象中出現的因果關係，並非真實因果，但它與真實因果有很大的相依性，因為它是真實因果的物理投射。相對地，在心靈面的現象上出現的因果，也是真實因果的心靈投射。這麼說來，在這個心物觀之中，物理現象與心理現象並不會發生直接的因果關係。本文提出的答案是：確實沒有直接性。然而，不可否認，或許有許多部分相互呼應，故仍可能存在許多的相依性，因為它們都是真實因果的投射。故此，超然的觀察者所做出的研究成果必然需經過一個歸納的歷程，無從直接以演繹法作結。因為觀察者只能觀察到真實因果的投射，從這也可看出統計學的重要性。<sup>23</sup>

<sup>22</sup> 現今心理學中對於「我」（self）一詞尚無統一性的定義。佛洛伊德的定義是包括意識與潛意識下的本我、自我、超我的整體。羅杰斯（Carl Rogers）則稱「我」為個體在物質世界中對「我是誰」問題的主觀知覺經驗的總體。參見《張氏心理學辭典》，p.663。然而，本文中的「我」的概念，純粹隸屬於意識層次，因此，從人格結構來看，屬自我與超我的一部份。此外，參考羅杰斯的說明也可以作些許釐清。

<sup>23</sup> 除非特別說明，後文提及心理影響生理的因果關係（心理的致果性），即是表達雖然真實因果

實務上常論及到的物理現象與心靈層面關係，在此根據本文的心物觀點加以整合（僅以人類作代表）：物理面的部分可以拆分成神經生物與物質兩個面向。神經生化機轉構成腦的功能，帶動身體發生行為反應；物質的投入可提供物理能量，支持腦部與身體運作。心靈分析中（科學界通常稱之為心理分析），精神分析學派本我、自我、超我的「整體我」的觀點可以被視為心靈面之整體，「整體我」必須對應物理面中腦部功能運作，歷經人本心理學所謂需要層次的數個需要後達到較高階需要時，仍不會改變等價於「個體」的本位。然而，文中「我」的概念則涉及意識層次中自我與超我的功能。當「我」歷經不同需要層次，其本體將隨之超越「個體」的本位，進而改變苦樂感受的判定。詳細內容於後續說明。在這裡讀者有必要將「整體我」與「我」的概念區分清楚。

## 二、快樂程度與精神狀態

快樂主義者相信，追求避苦求樂是一切有意識的生物體追求的最終目標。那麼快樂是怎麼進行指導呢？本文認為快樂即是透過心靈面的「精神存在」與物理面的「神經狀態」來指導，而神經狀態與精神存在也必然透過某一規律的原則相互對應。圖 5 概略表達物質、精神狀態與快樂程度間的關係。

首先，我們先談三條軸線代表的意義。物質財貨數量的軸線代表的是，個體在物質面進行的消費活動。我們將個體複雜的選擇行為簡化為對單一財貨消費數量上的選擇。精神存續狀態則代表個體在心靈面的一種對當下情況的整體感知，它是相對於瀕臨死亡（接近原點）而來，是一種精神層面上踏實感的表現。從「我」的角度來看，對精神存續狀態是以「存在感」的語意來表達。快樂程度軸線同時代表物質面腦神經中樞的興奮程度，以及心靈面的精神愉悅感。我們相信每個精神愉悅的程度皆可直接對應在腦中樞特定的一種興奮狀態。因此，基本上快樂程度構成了物質與心靈面的交匯處，同時也是個體在兩層面進行決策時的最高指導準則。

---

關係僅存於實在，但根據現象角度觀察可歸因於心理因素（特別指的是「自由意志」）且可找出心物間相互對應的結果（自由意志的決定對應行為選擇）。

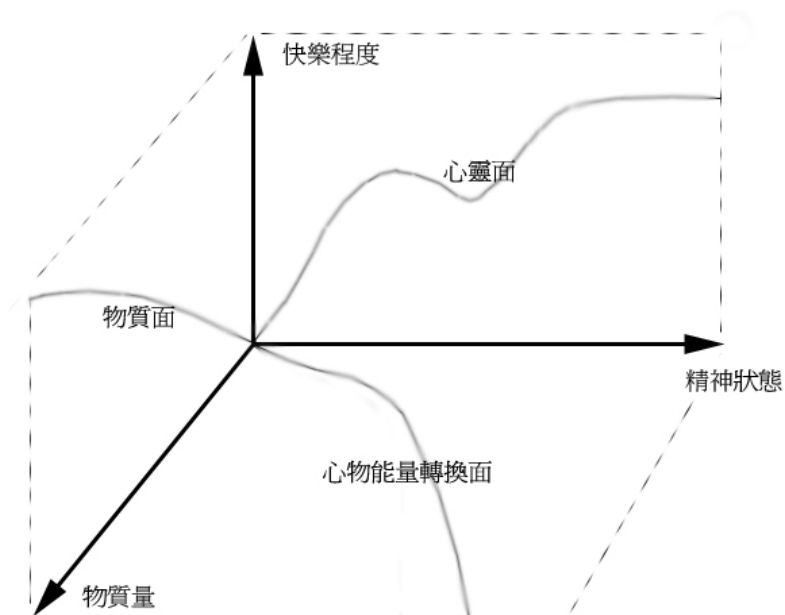


圖 5  
物質、精神狀態與快樂程度關係概觀

圖中物理面化約整個物質消費、物理能量轉換、腦中樞機轉與腦興奮這個下而上的整體物理過程。心靈面則描述個體精神存續狀態與快樂程度的對應關係，這也就是本文提出精神力場假說的背景。有別於主流心理學側重以心理質化因素解釋個體違常的行為，我們關心的是健康個體在其人生歷程中心理決策與物質選擇的關係。精神存續狀態與快樂程度兩者間的關係由快樂動機 (happiness motivation) 所表述，這與人本學派提出的需要概念高度相關但不同。需要層次論所描述的需要，強調人格養成的歷程中階段性的需求特徵(如：代表食物、水、安全、愛、自尊、知識、美感、自我實現的需要)。讀者可以回顧第壹節第四小節三個人格功能的養成，你將可以看到這兩種動力學說高度的呼應)。雖然馬斯洛曾指出：逐步達成這些需要將使個體的快樂滿足逐步提升，但本文所謂快樂動機是代表個人整體精神狀態與快樂程度的直接對應，同時快樂體現必須直接涉及價值系統的評價 (value system)，如：個人本能觀點、社會觀點、知識道德觀點

等。而快樂之所以成爲最高指導原則的理由即在於：快樂提供個體找出綜合各個價值觀點的最適選擇。因此，我們需要對快樂動機與人本需要兩者進行區分。人本需要層次論中定義的需要，在這個架構下更似心靈面的特徵要素需求。當個體在物質界消費財貨，對應在心靈面形成並投入特徵要素，這些要素經由轉換形成精神能量支持精神狀態的運作。這個部分被表現在能量轉換的面向上。

上述談到的快樂與精神狀態的關係即是本文所謂精神力場假說之雛形，它描述的是「整體我」的心理歷程，當然，其中也包括「我」的影響。然而，「我」在整體心靈觀中獨具什麼價值？我想這個問題又必須回歸到自由意志。

「我」是在意識層之下的產物，因此「我」所掌握的特點就是知覺。現在讓我們來觀察自己：目前正在閱讀這篇文章的讀者，你一定可以明確知覺到「自己正在閱讀」，其中包含了眼睛正在看文章、對上下文的理解、對文章內容的評價以及這些內容是不是你所認同的等等。但是，在還沒有提醒你以前，你是否察覺到除了這些知覺以外，其實你還有許多不自覺的動作發生，如：不時的抓抓頭、偶而抖動一下大腿、活動手腳關節、移動一下身軀、仰仰頭、偶時提動顏面神經等等。這些並不由讀者自覺的行動正是「整體我」當中除了「我」以外的部分決定的！讀者現在應該可以感覺到兩者的差別。

回顧第貳節第三小末，我們提到自由意志運用主觀經驗，針對刺激進行提問與判斷，形成知識。能夠提問必然表示自由意志存在於「我」之下。提問的動作是準備進行思考的前奏，本身就具有「主動」的意涵。因此，當個體接收到刺激時，不再是純粹被動的回應，而是具有積極的作爲。如果「我」之中不存在自由意志，那麼與「整體我」的判斷幾乎近似無意識體的神經反射動作，多的只是增添具有心靈意象的感受，如此而已。若自由意志只具有提問的功能，那麼同樣不能發生價值。「提問」必須配合「判斷」進而影響「選擇」。在自主的情形下，個體因自由意志產生提問，並利用意志經驗與外在情境蒐集資料，提出判斷。歷經提問、蒐集、判斷的歷程所影響的選擇不再是一個單純的被動結果，它是一個自主的決定。事實上，也因完整歷程之達成在專注的耗用上累進的，因此常使人

心生膽怯、怠惰（注意：「完全達成」與「流於意念，不加以實踐」也是自由的一部份），所以在現實生活中並不顯見自由意志的展現。這也是為什麼過去的研究多是低階演化的結論，而少有自由意志致果性的證據。<sup>24</sup>

### 三、成就與社會從眾動機

上一節已經簡單說明精神力場旨在探討個體整體精神狀態與快樂感受，而兩者的關係則被快樂動機所聯繫。不同快樂動機之間的差異除了有著不同的價值意涵外，其形成的原因也大有不同。我們認為現實生活中大多數的個人通常受到兩種快樂動機影響：成就與社會從眾動機。而僅有極少部分的人在其精神力場中出現第三個快樂動機：我世界（we-world）動機。在談論動機之前必須先確認健康的個人對精神存續狀態的傾向，傾向指的是越多越好？還是越少越好？基本上，如果「整體我」與「我」的本位皆不劣於單一「個體」的情況下，我相信有如馬斯洛所言，健康的人皆有來自本能地期待自己存在踏實（精神存續越高越好）。參考圖 6，我們用位於橫軸上的精神粒子代表個體當下的精神存續狀態，圖中的曲線代表各動機對應的快樂函數。粒子位置對應各動機的函數值，代表該動機帶來的苦樂感受。如此一來，粒子的位移將對應形成苦樂感受調整的動態歷程。

第一個動機是最基本的動機，它被稱作成就動機（achievement motivation），該動機在個體形成意識後立刻形成。由於完全從生物本能衍生而來，並未有太多人文意涵。它在精神力場中表現的快樂觀點是：有利於個體存續。因此，苦樂感受程度純粹來自於個體在精神存續上的變動量。相對於當下，若個體朝向更高的存續程度邁進，他將感到快樂；若朝向更低的存續程度，則會出現痛苦。成就動機稍縱即逝，一旦粒子停止位移，將不會出現成就動機的苦樂感受。此外，基於演化特性，其苦樂感受皆服從大自然常見的邊際遞減的生物法則：生物機能為避免刺激源無限擴大，造成過度興奮而導致系統錯亂，故自然形成所謂「抑制作用」來回收化合物（多巴胺）對神經元的刺激。另一方面，當其他動機尚未成形以前，

<sup>24</sup> 本節已說明心理面與物理面皆是唯一實在的投射，因此有許多彼此對應的語意，我們粗略將其表達於「附表一」。

精神存續狀態的提升純粹爲了滿足成就動機的快樂感受。因此，轉換成精神能量的特徵要素需求，最早來自生理（食物、水與性）與安全等低階需要。成就動機與本我的唯樂原則相呼應，從社會化角度來看，似乎也可以被形容成「自利」的象徵。

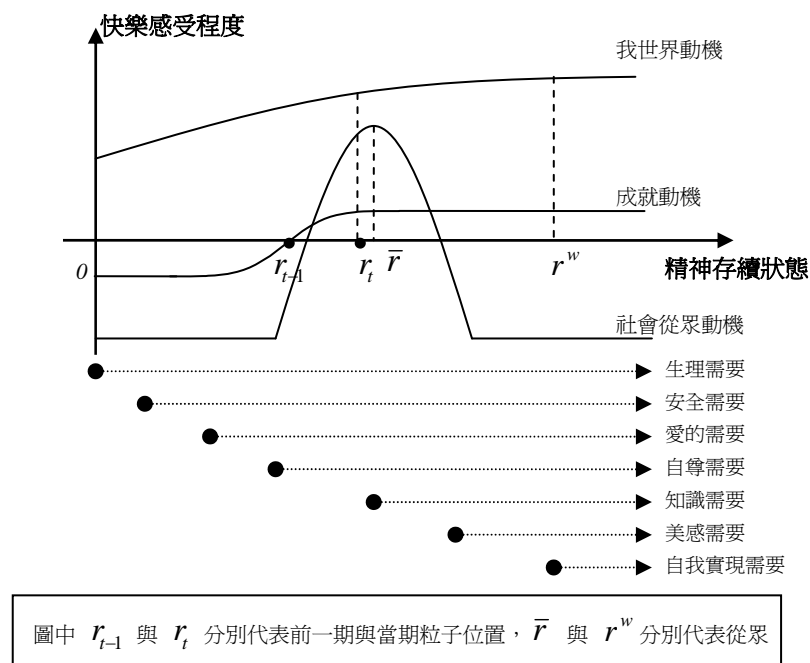


圖 6  
精神力場與快樂動機

第二個動機是社會從眾動機 (social conformity motivation)，緣起於個體對外在世界的知覺，因此它是原始驅力—自我在快樂感受上的代表。社會從眾動機所表現的價值觀點是：重視自己在人際關係中的角色。此價值觀的形成與生物本能依然脫離不了關係，即物種逐步演化成需要群聚的動物。這樣的觀點不難在許多物種中發現。在生物演化歷史中「食物鏈」扮演重要天擇的角色，各物種在天敵環伺的環境下，衍生各種不同的生存策略。低階的物種在基因階段形成「大量繁殖」的競爭策略；高階物種則採用個體間合作互助的方式（讀者可以參考 2-3 節的內容），因此人類逐步演化成群居的動物。於是演化因素表現在社會從眾動機，

利用現實原則要求個體服從社會規範。人們因為害怕表現異於常人，於是展現出從眾行爲。團體中較不遵守規範的人往往會比較不受歡迎、被拒絕、或被嘲笑，這些負面的社會反應是令人難以忍受的。<sup>25</sup>

演化的解釋確實有道理，但若純粹將社會從眾動機歸納於其下，意味社會價值對個體來說，僅僅在於消極的服從。事實上，這樣的歸因又過於極端。我們認為尚有一論點值得考量：積極遵守倫理道德。這個概念的形成有賴自由意志的發揮。前節末我們曾提及，議案發生時自由意志可以在「提問—思考—判斷」的歷程中發生主動的影響。例如：當個體面臨到「亂丟垃圾」議題時（公共負外部性），消極的思維是：如果我亂丟垃圾會被群眾斥以責難的眼光。但如果自由意志發揮作用，思維將可能轉變成：隨處亂丟垃圾將會造成環境污染，對居住品質不利，我應該遵守道德規範，不亂丟垃圾（積極的遵守）。或許讀者會想，無論「消極的服從」與「積極的遵守」反正結果就是「沒丟垃圾」，因此兩者之間沒有太大的差異。

然而，如果議案一旦涉及利益比較時，結果可能就大有不同。對於利益享有者來說，若持消極服從的思維，做出違反的行爲可能性變大。理由在於：因利益換取個人快樂大於遭受斥責的痛苦；反之，持積極遵守思維，將因道德觀本身內化於個人快樂當中，一旦違反，除遭受群眾壓力外，自身道德責難也會增加痛苦，所以違反的可能會較低。這也點出兩者約束力的不同。此外，我們也相信持有積極作為看法的個體，將因自己做出遵守道德規範而提升其「自我尊重」的觀感，因而在不違反的前提下，相對於消極服從思維者，有更高的快樂體驗。

現在，我們將議案的概念抽象化爲個體的精神存續狀態，對應需求層次的階段性，社會從眾動機發生於安全、愛與自尊需要等特徵需求出現的部位（回顧圖6）。給定一個象徵社會規範的特定精神存續位置，太過與不及皆會減損個體的快樂感受，因為太過容易讓群眾認爲嚴肅、矯情與驕傲；不及則會有鬆散、冷漠與

---

<sup>25</sup> 社會心理學提出另一個觀點，訊息性影響 (informational influence)：人們希望自己的判斷正確，而他們相信只要和大多數人做一樣的決定就會是正確的。摘錄自「社會心理學」, p.298。

卑微的外在評價。此外，相對於持消極服從者，持積極遵守的個體，其動機函數邊際遞減速度較快（自我道德責難效果）、峰點較高（自我尊重效果）。

在此不得不再次提醒讀者，根據上述的說明，我們知道，即使是個體對社會規範的理解，也有分為消極與積極兩種層次，這凸顯個體心中社會規範是純粹的規範性亦或存有道德自覺。這兩者的差別，不但攸關個人快樂，莫甚者更影響社會整體福利。而個體取決何者，僅僅在於自由意志的決定。人的優異之處即在於，我們有能力評斷善惡之別，同時付諸於行。

#### 四、我世界動機

在社會從眾動機中，自由意志表現在對議案「提問—思考—判斷」歷程的運用上，然而這個歷程並未超脫議案內本身的價值評斷。現在我們所要強調的是：如果再考量它具有對訊息進行自由篩選、組織與規劃的功能後，自由意志將能為個體發展出另一個難能可貴的快樂動機。

具有對訊息自由篩選、組織與規劃的功能的個體，意味他擁有發揮創造力的可能。當對某議案進行提問（疑惑與刺激可能出現在當下的議題，又或者儲存於心靈內過去的記憶），個體能藉由創造力延伸議案範疇，利用既有經驗擴大議題的引伸。在這個時候，個體思想所及已經不再是原先議題的具體內容，它超越具體內容，提升至更抽象的領域，更宏觀的境界。例如：物理學家能經由一個簡單的光子研究而衍生出心物本體論的哲學觀點、牛頓 (Isaac Newton) 從蘋果的掉落發現當時前所未有的引力概念、佛洛伊德從生物學與神經學的知識創出至今影響甚巨的精神動力與人格功能等心理學說、莎士比亞 (William Shakespeare) 依據生活經驗創作出多部不朽的劇本。

就需要層次看來，個體有較高機率發揮這種潛能的時間點，往往在他已經完成較低階的需要，而進入知識與美感的追求階段（可以被解釋成：當個體已經滿足低階的需要，將會有更多餘力投注精神能量於知識上）。超然的題材觸碰到知識的渴望將引領個體不停的鑽研與探索，於是乎抽象的領域逐步被雕琢的更具體、深刻、豐富與多元。以原先狹隘的知識去探索更廣闊的知識領域，必然無法



完全利用原先舊知識下的範疇推演，而需要引入大量新知做超然的歸納。在這個過程之中，個體將伴隨因思考不通所形成的次級痛苦（無法通解的焦慮、錯誤引導形成的恐懼、專注疲勞的虛弱感等）。<sup>26</sup> 然而一旦開悟，個體的知識架構將變得更清晰、宏觀。當回過頭運用新知識解讀原議題中的疑惑時，伴隨疑惑的解除，焦慮以及思考的次級痛苦將瞬間被釋放，其先苦後樂的差異感引領個體進入一種超然而曼妙的意識境界。我想這種感知或許與馬斯洛提出的高峰經驗（peak experience）相去不遠。同時也預示個體進入下一階段的追求—自我實現。

有鑑於這種體驗並不多見，這裡引用馬斯洛於《動機與人格》一書中的一段描述，以及《張氏心理學辭典》的詮釋，提供給讀者一些想像。<sup>27</sup> 高峰經驗是指在精神上體驗到的一種完美、幸福的欣喜感受。它是在努力後的成功、困思後的創作、信仰後的領悟、以及愛與被愛的真情表露中獲致的心靈震動。亦即，在自我追尋中臻於自我實現的地步時，它就會產生。它不僅使人有快樂感，而更使人有幸福感與價值感。在這些神秘體驗中都有視野無垠的感覺，從未有過的更加有力但同時又更孤立無助的感覺，巨大的狂喜、驚奇、敬畏以及失去時空感的感覺。在高峰經驗時，個體最能展露個性、最能率真自然、最能自由自在；無異是察覺到宇宙本質，渾然處於天人合一的統整的真善美境界。

從事後觀點看，高峰經驗出現短暫，但又影響深遠。這種出入混沌的境遇，確實可能與之伴隨淋漓盡致的超然感受。事過境遷之後，個體將同時出現兩個相互呼應的特徵。其一，「我」與「非我」一體化。其二，或許受到本能的影響，迫切需要高峰經驗的再發生而持續超越。知與美已不足以滿足現有需要，必須憑藉「實現」來安撫追求的渴望。

首先，經過超然歸納的歷程，個體的知識體已經超越既有「社會規範」與「個人」的框架。「我」與新知的聯繫，造成「我」所認知的世界已將逐步超脫「個人」，轉向新的知識體中所覺察到的本位（可能的例子：全體印度人之於甘地、

<sup>26</sup> 「次級痛苦」一詞是相對於精神力場下的苦樂感受所做的描述。次級痛苦並未表現在精神力場的初級感受之中。

<sup>27</sup> 摘錄與編修自《動機與人格》，p.232 及《張氏心理學辭典》，p.552

靈長類之於珍古德、子女之於母親、物理世界之於愛因斯坦、繪畫藝術之於梵谷)。本文作者稱這樣的情況為「我」與「非我」的一體化，於是乎「我世界」的本位誕生。<sup>28</sup> 然而，「整體我」與「我世界」的本位形成差異，因此兩者所形塑的精神力場也不盡相同。當「我世界」本位所感知的快樂感受投射至「整體我」的精神力場，則形成所謂「我世界」的快樂動機（基於快樂感受必須對應物理面的中樞神經興奮，作者的著眼點依然是放在「整體我」的精神力場）。（參考附表一）

與此同時，「我世界」感悟於新知識體中完美、和諧、一致、圓滿之真善美的境界。基於思考的知識與美感已不足所欲，他必須藉由在現實世界中的實踐，實踐現實相對於認知世界真善美之差距的彌補來滿足我世界動機。而此時精神存續所需的特徵要素需求，也由知識與美感需求轉變為自我實現需求。富蘭克林 (Benjamin Franklin)、林肯 (Abraham Lincoln)、貝多芬 (Ludwig van Beethoven)、愛因斯坦等人，皆是馬斯洛提出的名人範例，他同時根據臨床觀察歸納出自我實現者具備的特質：

- (1) 他們接受自我、他人和大自然；
- (2) 他們具自發性、坦率、自然；
- (3) 他們不以自我為中心，以問題為中心；
- (4) 他們有超然獨立的品質與離群獨處的需要；
- (5) 他們是具自主性、對文化與環境的獨立性、意志、積極的行動者；
- (6) 他們具欣賞的常保新奇性；
- (7) 他們曾感受過高峰體驗；
- (8) 他們具社會情感；他們有深刻且深厚的人際關係；
- (9) 他們有顯著的民主性格結構；

---

<sup>28</sup> 「我世界」指的是：當個體位於意識層面的「我」之立場，完全由「個人」轉向為其所關切之「整體」時稱之。「整體」的範疇包含個體。「整體」對外在的認知無法對內部成員作任何切割。例如：當一位母親將「母親」的角色提升成「家」之整體時，「我世界」所認知或關切的外在世界全然是以「家」的角度出發，無法區隔成丈夫或子女的個別觀點。

- (10) 他們能區分手段與目的、善與惡；
- (11) 他們富哲理，常懷非敵意的幽默感；
- (12) 他們富有創造力；
- (13) 他們抗拒文化適應。

現在我們回顧到我世界動機在精神力場中的呈現（參考圖 6）。根據上述說明可知，我世界動機對應發生於自我實現需要出現的時刻，我們很難確認當下精神粒子的所在位置，但是可以確定其必然發生於美感需要首現的位置以後（因為在需要層次理論中自我實現動機較晚出現）。基於我世界本位超越整體我，又包含整體我的特質，在任何精神存續狀態下，其快樂感受必將高於另外兩個動機，甚至超過許多。然而，「我世界」下仍包含「整體我」的感受，因此在精神存續狀態很低的況下，我世界動機的快樂感受會較低，但隨存續狀態的提升而遞增，直到到達極限為止（整體我的快樂感受必須服從中樞神經興奮的極限）。至於在什麼位置會到達極限，難以判定，端看「整體我」與「世界我」本位上的質性差異而定。

本小節最後，我們特別要讚頌自由意志在這裡的超越價值；同時呼籲，我們絕不能忽略與漠視它的存在！總結上述的內容，「我世界」本位之所以形成、個體之所以付諸理想於現實，莫過於當初超然歸納行之於心靈。其成因無疑是自由意志再次主導「提問—思考—判斷」的歷程。此外，當「整體我」與「我」在本位上分立後，藉由「我世界」對「整體我」的內生刺激，不斷繁衍出新的歷程與新的實踐，這不但形成個體快樂感受的全面提升，同時藉由個體在現實生活中的實踐影響他人，社會整體福祉提升將不在話下。人文意涵獨具價值之所在。

## 五、倫理與快樂

如果宏觀宇宙的唯一真實即是物理，一切的因果皆封閉繞行其中，心靈的界定最多只被稱為副象。那麼，無關乎道德，心靈如同幻象，人類的意義只是大自然絕妙的工藝。人際互動唯一奧密是生存競爭的技巧，於是乎當物種外的宿敵退居劣勢，物種內將再次上演恃強凌弱的生存競爭。無關乎知識，存在方式多涉侵

略、食物與性。

如果宏觀宇宙的唯一真實即是心靈，一個沒有知識的心靈，只是潛意識操弄的配角，一切意識有如投射的夢境。人際互動只是深層驅力的影子戲。真的不用太在意，你對這世界所不滿的，也許有一天潛意識會把它驅逐出境。也許要在意，因為有一天或許你也會被驅離。

如果相信宇宙存有唯一實在，物理與心靈皆為實在的投射。真正的因果，僅存於實在中，那麼於生物、心靈所見的因果，也就有跡可尋。它們皆可被歸納為實在的投射。儘管我們所觀的一切，只能稱之為偽真理。但或許可以不用太過悲觀，因為物理與心靈仍存在諸多的相依性。努力的追尋真理的過程，儘管所握證據不全為真，但想必也相距不遠。也就是心物間有這樣的模糊地帶，我們才能臆測，心靈中確實存有一意識體獨立於大自然，能自由地憑藉意志主宰著一些形於物的結果。

知識體的運作，必然藉由意志經提問—思考—判斷之歷程方能顯現，這個自由選擇下的結果，隨知識體形成道德意涵（粗略的說，若非自由意志選擇下的結果，表示非個體自主決定，故個體行於外的一切所作所為皆無法歸屬責任，也就沒有所謂的道德倫理），形於外的道德價值藉本能（從眾渴望）而約束個體，內化個體的快樂感受。使個體由消極服從轉為積極尊重，同時間快樂也隨道德浸潤而提升。然而，這僅僅是道德淺薄的價值。伴隨知識的渴望與創造力的共構，自由意志再次促成道德的第二個價值：由內而內的道德昇華，這股超然的價值創造出另一個內化的超然快樂感受（我世界動機）。此時，個體已由被動的道德接受者脫胎為主動的道德創造者。這股嚮往美滿與和諧的意志，再次驅使個體將其價值揮灑於物外（實踐），於是乎形成內而外的道德價值。故此，三個價值在人類社會中不時運轉，互為因果，生生不息。

最後，經由本文的推論可知，道德倫理、自由意志與知識，三者高度相依。因此，如欲提升社會福祉與充實個人的存在價值，我們必然需著重於品格的養成教育。然而，品格教育無需固著於刻板知識與教義，我們所強調的是育成個體使

用與發揮自由意志的能力。直覺告訴我們一旦輕推自由意志，即能激發道德倫理的轉動。

#### 肆、結語

1974 年經濟學者 Easterlin 披露「所得增加，快樂未必跟著提升」。這個悖論，學界稱之為“Easterlin paradox”，掀起世人的關注與討論。究竟金錢能否買到快樂？何以高所得未必帶來快樂？又何以某些低所得國家的民眾普遍感到快樂？

誠如亞里思多德所說：「追尋快樂是生命唯一的目的。」快樂透過心靈面的「精神存在」與物理面的「神經狀態」指導人的行為，而神經狀態與精神存在又相互對應。本文以精神力場，描繪精神存續狀態與快樂程度的關係。個人為了追求快樂，藉由物質消費獲取能量，從而提升精神存續狀態，於是腦神經中樞呈現興奮，精神則是愉悅的。

基於存在的目的與意義，本文企圖溯本追源，探索快樂的來源。根據人本心理學，快樂來自於動機的滿足。個人自形成意識後，即從生物本能衍生成就動機。對照人本主義大師馬斯洛的需要層次，這個階段心靈面的特徵需求來自於生理與安全需要。待個人對外在世界有了知覺，社會從眾動機形成，個人開始重視人際關係。對應需要層次，社會從眾動機下對安全、愛與自尊等需要形成心靈的特徵需求。給定一個象徵社會規範的特定精神存續狀態，太過與不及皆會減損個體的快樂感受。

隨著人格功能的逐漸養成，個人進入知識與美感的追求階段，企求實現自己的潛能。個體的知識領域愈來愈開闊與多元，所認知的世界逐漸超脫個人，甚而將我與非我融合一體，形成我世界。此時，利他的價值觀已渾然天成，快樂的賞罰意味淡化。個人終其一身力求臻於完美、和諧、一致、圓滿之真善美的境界，體驗有如馬斯洛的高峰經驗之幸福感。更值得頌揚的是，在「我世界」動機下，個體藉由超然歸納、實踐與感受，不斷內生繁衍出新的歷程與新的實踐。這不但使得個體的快樂感受全面提升，同時形成一股良善的感染力，增進人類福祉；深信這是人類異於其他物種的最明顯特徵。

在人格養成的過程中，道德倫理內化，影響個人的行為與快樂感受。為滿足社會從眾動機，個人消極服從道德倫理。然而，在自由意志的支使下，個人得以發揮「提問—思考—判斷」的能力，積極遵守倫理道德，並從自我尊重中獲得更大的快樂。不惟如此，自由意志彌足珍貴的價值在於對訊息進行自由篩選、組織與規劃的超歸納能力。經過超然歸納的歷程，個體超越既有的社會規範，創造道德倫理，將個人存在的價值發揮得淋漓盡致。

綜括之，本文提出精神力場假說，詮釋快樂與存在的關係。同時，本於人格動機，本文闡述快樂的真諦。再者，在追求快樂的歷程中，道德倫理、知識與自由意志，三者高度相依。當人類耽於感官刺激的享樂，或惑於快樂的不可得，人類應該思考如何善用知識體系與自由意志，激發道德倫理的力量，真正的避苦求樂。Easterlin Paradox 的根由已然浮現，讓我們內觀找尋答案。

最後，期望讀者能感受到本文殷切的信念：敬天愛人。

參考文獻

- 于席正、江莉莉 (民 99), 試論消費決策與快樂：驅力—精神力場—行為假說，手稿。
- 張春興 (民 96), 《張氏心理學辭典》，重訂 1 版，台北市：東華書局。
- 黃有光 (民 88), 《經濟與快樂》，台北市：茂昌。
- 薛求知、黃佩燕、魯直、張曉蓉 (民 94), 郭敏華 (審), 《行為經濟學理論與應用》，1 版，台北市：智勝文化事業。
- Brehm, S. S., S Kassin, and S. Fein (2006), 王慶福、洪光遠、程淑華、王郁茗 (譯), 《社會心理學》，台北市：雙葉書廊。
- FitzGerald, M. J. T., and F-C Jean (2007), 簡基憲、黃步敏、李世雄、楊正峰、周明加、柯妙華 (譯), 《圖解臨床神經解剖學及神經科學》，Elsevier (Singapore) Pte Ltd., 台北縣：藝軒圖書。
- LeDoux, J. (2001), 洪蘭 (譯), 《腦中有情》，台北市：遠流。
- Liebert, R. M. and L. L. Libert (2002), 張鳳燕、楊妙芬、邱珍婉、蔡素紋 (譯), 《人格心理學—策略與議題》，1 版，台北市：五南圖書。
- Maslow, A. H., and E. Fromm (1990), 孫大川 (譯), 《人的潛能與價值》，台北市：結構群文化。
- Maslow, A. H., 結構群 (譯), 《動機與人格》，台北市：結構群文化。
- Schwartz J. M., and S. Begley (2003), 張美惠 (譯), 《重塑大腦》，台北市：時報文化。
- Aristotle (1915), W. D. Ross (trans), *Nicomachean Ethics*, Oxford: Oxford University Press.
- Colander, D. (2007), “Economics and Happiness: Framing the Analysis,” *Journal of Economic Literature* 45(1), 192-95.
- Edgeworth, F. Y., (1881)[1961], *Mathematical Psychics: An Essay on the Application of Mathematics to the Moral Sciences*, N.Y. : Augustus, M. Kelly.
- Einstein, A. (1934), *Essays in Science* (trans. A. Harris), New York: Philosophical Library, p. 100.
- Esterlian, R. A., (1974), “Does Economic Growth Improve the Human Lot?” *Some Empirical Evidence, Nations and Households in Economic Growth: Essays in Honor of Moses Abramovitz* (ed. P.A. David and M.W. Reder), New York: Academic Press, Inc.
- Frey, B. S. and A. Stutzer, (2000), “Maximizing Happiness?” *German Economic Review* 1(2), 145-67.
- Inhelder, B. and J. Piaget (1958), *The Growth of Logical Thinking from Childhood to Adolescence*, New York: Basic Books. (originally published, 1955).

- Kahneman, D., P. P. Wakker, and R. Sarin, (1997), "Back to Bentham? Exploration of Experienced Utility," *The Quarterly Journal of Economics*, 112(2), 375-405.
- Kerbs, D. (1978), "A Cognitive-Developmental Approach to Altruism," *Altruism, Sympathy and helping* (ed. L. Wispe ), New York: Academic Press, pp. 141-64.
- Maslow, A. H. (1943), "A Theory of Human Motivation," *Psychological Review*, 50(4), 370-396.
- Piaget J. and R. Garcia (1974), *Understanding Causality*, New York : W.W. Norton & Company. (originally published, 1971).
- Schrödinger, E. (1926), "An Undulatory Theory of the Mechanics of Atoms and Molecules," *Psychological Review*, 28 (6): 1049–1070.
- Schwartz, J. M. (1999), "A Role for Volition and Attention in the Generation of New Brain Circuitry," *Journal of Consciousness Studies*, 6, No. 8–9, pp. 115-42
- Young T. (1804), *Experimental Demonstration of the General Law of the Interference of Light*, 94, Philosophical Transactions of the Royal Society of London.



**附錄一：詞彙定義**（摘錄自《張氏心理學辭典》）

(1) 意識 (consciousness)：當形容詞用時譯為「意識的」，用以表示個體的心理狀態具有以下特徵：1. 對某種刺激情境產生了感覺和知覺的反應；2. 對某刺激情境反應時在心理上帶有情緒和感情；3. 由對該刺激的知覺而形成自己的觀念與意見。當名詞時譯為「意識」，這是精神分析論的特別用法。佛洛伊德將整個意識分為三個層次，請參考正文。

(2) 意志 (will)：意同「自由意志」。

(3) 覺察 (awareness)：意識歷程中的一種意識境界。此一境界只意識到周圍的世界，覺察到事物的存在，但並未集中注意或細加分析。

(4) 覺知 (apprehension)：經由感官對事物獲得初步認識的心理歷程。

(5) 感覺 (sensation)：只靠身體感覺器官（耳、目、口、鼻、皮膚）與環境中的刺激接觸時所收集到的訊息，進而辨別出該刺激特徵的心理歷程。感覺器官的運作雖以客觀的生理變化為基礎，但由感覺器官引起的感覺轉化成的知覺，卻是主觀經驗。

(6) 知覺 (preception)：個體根據感覺器官對環境中刺激所收集到的訊息產生感覺後，經腦的統合作用，將感覺傳來的訊息加以選擇、組織並做出主觀解釋的歷程。

(7) 認知 (cognition)：個體經由意識活動對事物認識與理解的心理歷程。認知一詞含意廣泛，舉凡知覺、想向、辨認、推理、判斷等複雜的心理活動，均屬認知。

(8) 知識 (knowledge)：經由直接或間接學習而獲得的經驗總體。

(9) 心靈 (mind)：個體一切精神活動的整體。（意同「心」、「心理」、「精神」）

附表一：不同立場對應之語意對照

立場	物理	個人心理	我的主觀感受： 我=個體=個人	我世界的主觀感受： 我世界=我與他物
	大自然	大自然（個人也包含於內）	萬物（我也包含於內）	同前
	個體	個人	我	我的一部份
	他物	非個人之物	非我	我的一部份
	他物與個體	非個人之物與個人	非我之物與我	我
	個體選擇	個人決策	我想要	我的一部份想要
	個體選擇	自由意志決策	超越的我想要	我想要
	個體執行	自由意志做	超越的我做	我做
	個體神經興奮	我世界的精神愉悅	超越的我快樂	我快樂
	物理粒子	精神粒子	存在	
	物理能量	精神能量	專注力	
	神經興奮	精神愉悅	快樂	
	物理運動	精神運動	成長或退步	
	腦運作	意識體	感知	
	物理	個人心靈	我的主觀感受 我=個體=個人	我的主觀感受 我=個體與他物
	大自然	大自然（個人也包含於內）	萬物（我也包含於內）	同前
	個體	個人	我	我的一部份
	他物	非個人之物	非我	我的一部份
	他物與個體	非個人之物與個人	非我之物與我	我
	個體選擇	個人決策	我想要	我的一部份想要
	團選擇	自由意志決策	超越的我想要	我想要
	團執行	自由意志做	超越的我做	我做
	團神經興奮 （個體執行）	圓滿的精神愉悅	超越的我快樂	我快樂
	物理粒子	精神粒子	存在	
	物理能量	精神能量	專注力	
	神經興奮	精神愉悅	快樂	
	物理運動	精神運動	成長或退步	
	腦運作	意識體	感知	