

中国古代儒道思想中的具身认知观^{*}

黎晓丹¹ 叶浩生^{1,2}

(¹广州大学教育学院; ²广州大学心理与脑科学研究中心, 广州 510006)

摘要 身心合一论是中国古代思想的基本观念。身是以“气”为根基, 并通过“修身-修心”与“修心-修身”可至天人合一的身体。本文选取中国古代思想中最有代表性的儒道两家思想, 融合现象学视角来诠释中国古代儒道思想中的身体观对身体主体性的生动凸显, 以及从“身-心-世界”三者互为交涉的层次上所建构的特有的认知观。随着国内外学者对具身认知观的日益关注, 结合中国古代思想视角开展的具身认知研究可在促进中国心理学发展的同时促进具身认知研究范式的成熟。

关键词 具身认知; 中国古代儒道思想; 身体主体; 现象学; 体知

分类号 B84-069; B842

具身心智(embodied mind)是当代认知科学的热门话题之一(Davis & Markman, 2012; Krishna & Schwarz, 2014; Spackman & Yanchar, 2014)。具身心智的中心思想是:“心理过程受到身体, 包括身体的形态、感觉系统和运动系统的影响”(Glenberg, 2010)。传统上, 身体在心理学中要么被视为一种心理过程的“载体”, 或者是一种“生理机制”。心智或认知是可以离身的(disembodied)。心理学家极少考虑身体对心智的塑造作用。具身心智观针对离身认知的缺陷, 倡导人类认知过程建立在身体及身体与情境互动的基础上。人类通过“体认”的方式了解世界。

然而, 在中国古代思想史中, 身心合一观一直处于核心的地位。中国古代思想历经几千年的沉淀, 从春秋时期开始孕育, 在各朝代均得到中国所特有的优良传承, 从而形成一个以“气”为根基的庞大思想体系。在中国古人看来, “气”是自然界中真实存在的物质。“气”自古便无准确的统一定义, 但是其理论价值与人文教化作用深深地根植于中国古代思想之中, 成为中国古代思想极其重要的理论预设。当代的中医学理论依然保留着“气”的学说, 同时使用现代科学的研究手段探讨“气”的存在与实质(王九龙, 2008)。“气”最初引申为天地之“气”、阴

阳之“气”。“气”逐渐被深化与内化, 既为天地万物之本, 亦为人的身体之本。“气”也被引申为既可长寿, 还可长心长德的血气(杨儒宾, 1993)。中国古人的身体与环境之间以流动的“气”为介质、以修身为根本渠道而追求天人合一的本质统一。中国人充分发挥身体的主体性, 通过“体知”来认识人自身与世界。这种融合了人与宇宙的本体观起源于春秋前, 此时儒、道两家思想也处于萌发期(梁启超, 1901)。纵然先秦时期百家争鸣, 中国古代历史上也曾分别出现过儒、墨、道和儒、道、佛三家鼎立时期, 但纵观整个中国古代思想史和历代史书可得知, 儒、道思想是中国古代思想史中影响力最深远的两家(冯友兰, 2009)。本文将要阐述的中国古代儒、道思想观点属于中国古代思想所特有的范畴和学说, 而且大部分内容在先秦时期已大致定型。

要真正理解中国古代思想, 需要现象学的还原与诠释。若过多地去追究中国古代思想成分的各个概念与细节是否具有科学性, 无疑相当于用现代科学文明的框架强硬地套在古代思想上, 中国古人的思想价值也无法被真正理解。本文选取现象学描述与诠释的方法论, 旨在从思想内涵层面去梳理中国古代思想的具身认知观, 因此暂且不考究中国古代思想中某些概念如“气”、“心”的科学性与实质性。

收稿日期: 2014-08-04

^{*} 打造“理论粤军”2013 年度重大资助项目(LLYJ1323)。

通讯作者: 叶浩生, E-mail: yehaosheng0817@163.com

1 中国古代儒道思想中的身体观

与西方古代身心二元论迥然不同, 中国古代身体观中的身体并未曾脱离大脑, 甚至, 也未曾脱离环境。在中国古代思想中, 身体既有着生理器官的机体层面, 又有着与天地相贯通的精神层面。具有多重属性的身体, 其角色也是多样化的。其中, 最重要的莫过于其作为实践主体的角色了。日本学者汤浅泰雄在研究东方身心观时说: “身心问题不是一个简单的理论推测, 而是一个实践的、生存体验的、涉及整个身心的问题”(汤浅泰雄, 1990)。换言之, 身体在实践, 心智也随着在实践, 身与心无法分离。身心实践的目的在于修身至圣人境界, 圣人才可达到的境界是天人合一。然而人与天又如何能合一呢? 因为在中国古人看来, 人与天之间的相通之处乃“气”。

1.1 贯通身体与天地: 宇宙本源之“气”

“气”是中国古代身体观的根基。《难经·八难》说: “气者, 人之根本也。”“气”构成万物并遍布于天地之间, 是万物演化的动力和世界多样性的根据, 是宇宙的本源(刘长林, 1993)。《内经》说: “自古通天者, 生之本, 本于阴阳。天地之间, 六合之内, 其气九州, 九窍, 五藏, 十二节, 皆通乎天气。”人体被古人视为小宇宙, 与大宇宙同为“气”的容器。此处, 所谓的容器不仅是一种机械论上的物质性工具, 更是实践论上的功能性主体。气功是古人从战国时期便开始形成的一种身心修炼方法, 通过呼吸训练来探索宇宙真理以及达到身心皆与自然宇宙同一的境界。

诸子百家之前, “气”化的身体观主要集中在宗教与传统医学领域。“人助宣气、人助天时、宣养六气”的意义正是中国古人通过礼乐祭奠等仪式与天地相通, 以促进自然的丰沃能力, 而使农作成长丰收(杨儒宾, 1993)。从传统医学来看, 人的身体除了由脏腑经络、血等器官和津液组成, 最为重要的是贯穿体内体外、有着升降出入的平衡运动的“气”。“气”在人体内起着推动、温煦、防御、固摄作用。传统医学的阴阳五行学说、发病学、辩证法等皆是建立在“气”学说的基础之上。《吕氏春秋·尽数》说: “天生阴阳寒暑燥湿, 四时之化, 万物之变, 莫不为利, 莫不为害。圣人察阴阳之宜, 辨万物之利, 以便生。故精神安乎形, 而年寿得长焉。”中国古代医学思想对人的认识是: 人是精神和形体的统一体, “气”贯通于其中(舘野正美, 1993)。

1.2 先秦儒家: 仁礼合一的身体

杨儒宾认为儒家身体观有三种原型: 一是礼仪的身体观, 也就是社会化的身体观; 二是心“气”化的身体观, 强调心性论与身体论的有机关系; 三是自然“气”化的身体观, 强调自然与人身均是“气”所形成(杨儒宾, 1996)。孔子“仁礼合一”的践仁观在继承周礼的同时融入身体的道德修养之道以及身体政治论思想。到了孟子才有对身体明确的定义, 孟子提出“心(志)-气-形”三相合一的身体观, 并把人区分为“小体大体”。他将“气”与道德心、良知结合。孟子说: “夫志, 气之帅也; 气, 体之充也”; “志一则动气, 气一则动志”。(《公孙丑上》)孟子认为身体是道德心、良知的体现, 君子的道德光辉可通过躯体而得到展现。躯体不仅是生理机体, 还有着精神化的向度, 与性、天相通。孟子说: “君子所性, 仁义礼智根于心。其生色也, 晬然见于面, 盎于背, 施于四体, 四体不言而喻。”(《孟子·尽心上》)孟子的小体大体实为一体。人的形体是小体, 与性、天相通的心则为大体。随着德行之深化, 小体向大体转化。孟子的养心与养气之间的互通, 是建立在“气”为身心互相转化的中介的基础上的。荀子则从社会性维度来定义身体, 他极其重视礼对身体的塑造。礼要求某种社会阶级的人在相对固定的空间进行相对固定的动作, 以强烈的文化符号意蕴与丰富的隐喻向度对身体进行塑造的同时, 也塑造心智, 所谓“治气养心, 莫经由礼”(《荀子·修身》)。荀子说: “礼, 体也”(《荀子·礼论》), 身体通过礼仪得到展现, 要认识人的身体必须通过社会群体来认识。孟子在《尽心上》提出践形说: “形色, 天性也, 唯圣人然后可以践形。”“践形”是指充分实现学者的身体(杨儒宾, 1996)。荀子在《劝学》中提出美身说: “君子之学也, 入乎耳, 箸乎心, 布乎四体, 形乎动静, 端而言, 蠕而动, 一可以为法则。小人之学也, 入乎耳, 出乎口, 口耳之间则四寸耳, 曷足以美七尺之躯哉! 古之学者为己, 今之学者为人。君子之学也, 以美其身; 小人之学也, 以为禽犊。”孟子的践形说与荀子的美身说都有着同一个理论预设: 身体之形态与心性 is 相通的, 准确来说, 是同一且互为塑造的。

儒家的身体政治论认为治国与治身是相通的。修身有道的国君有治理好国家的能力, 民众修养身心的同时则有利于国治民安。《大学》说: “物格而后知至; 知至而后意诚, 意诚而后心正, 心正而后身修, 身修而后家齐, 家齐而后国治, 国治而后天

下平。自天子以至于庶人，壹是皆以修身为本。”此外，儒家将身体各器官等同于政治系统中之官职，以器官模拟官职以论证官职重要性不同比重(黄俊杰, 2008)。孟子说：“君之视臣如手足，则臣视君主如腹心。”(《孟子·离娄下》)《春秋繁露·天地之行》说：“一国之君，其犹一体之心也。隐居深宫，若心之藏于胸，至贵无与敌，若心之神无与双也。其官人上士，高清明而下重浊，若身之贵目而贱足也。任群臣无所亲，若四肢之各有职也。内有四辅，若心之有肝肺脾肾也；外有百官，若心之有形体孔窍也。亲圣近贤，若神明皆聚于心也。上下相承顺，若肢体相为使也。”

1.3 先秦道家：与道合一的身体

道是道家思想中最为基本与核心的范畴。道既是世界的本原和万物的依据，也代表了最高的认识和真理。尽管道是无法穷尽和至高无上的，但通往道的境界却必须直接体认的方式。庄子体道的主要方法“心斋”、“坐忘”和“见独”的要旨便是通过超越感官的直觉和体认来达到身心与道合一(刘笑敢, 2010)。可见，道家的身体在道家思想中承担着十分关键的角色，有着与道结合的本质上的重要意义。

道家极其重视“气”，认为“气”是天下万物，包括人自身的本原。《庄子·知北游》说：“人之生，气之聚也。聚则为生，散则为死。若死生为徒，吾有何患？故万物一也。是其所美者为神奇，其所恶者为臭腐，臭腐复化为神奇，神奇复化为臭腐，故曰：通天下之一‘气’耳。”道家早在老子时期便提出了关于“气”化身体观的学说，《老子》中提出“神”、“气”、“精”的概念，随后道家建立了由“形”、“气”、“神”三个相互关联的层次组成的身体观，提出以“气”为本、形神相卫的养生学思想(胡孚琛, 1993)。《淮南子·原道训》说：“形者，生之舍也；气者，生之充也；神者，生之制也。一失位则三者伤矣。”因此，道家通过练“气”以达到形神不离，人道合一。事实上，道家的养生学思想是通过改变心性来使“气”的结构发生转变。庄子在《人间世篇》中论心斋一说：“若一志，无听之以耳，而听之于心；无听之于心，而听之于气。”此处的听并非是指耳朵的感官作用，而是一种对事物亲身体会的隐喻。人体内的“气”的结构改变，也就相当于人的生理结构改变。《老子》说：“载营魄抱一，能无离乎？专气致柔，能如婴儿乎？”庄子在《养生主》说：“缘督以为经，可以保身，可以全身，可以养亲，可以尽年。”将以上的“营魄抱一”、“专气致柔”、“缘督以

为经”还原至当时的古代医学思想环境中来看，便是圣人修炼精气后的打通奇经八脉后气通天地的生理结构状态(杨儒宾, 1988)。

通过养气来使身体的生理结构发生质的改变，这种改变不经外物而正是身体的自主性改变。庄子的《逍遥游》中“鲲化而为鹏，搏扶摇而上九万里”充满了一种对身体的大胆想象，《齐物论》中庄周与蝴蝶之间的身份转换体现了身体的泛化。梅洛-庞蒂强调身体的情境性(situatedness)为思想的必要成分，而庄子通过对身体的“关注、泛化、虚己”被吴光明视为一种身体思维的情境性格(吴光明, 1993)。

1.4 宋明理学：身体修养的工夫论

先秦时期建立的身体观原型是先秦时期之后各思想家创立理论体系的理论预设。汉朝道家 and 儒家思想均曾被统治者选为立政之本，当时的道家、儒家思想某种程度上变成统治工具且无比较突出的系统学说发展。而唐代则是佛教中国化的主要时期，形成儒、佛、道三家鼎足而立的局面。直到宋明时期，中国古代思想的发展有新的高峰。

以儒学为主，吸取佛道两家精华的宋明理学深刻而系统地创立了新儒家的宇宙本体论和心性修养论。宋明理学对身体修养的重视体现在各思想家建立了各自的身心修养的工夫论。张载提出了“太虚即气”、“天地之性”的宇宙本体论以及“知礼成性”、“变化气质”的工夫论，他说：“太虚无形，气之本体，其聚其散，变化之客形尔”(《正蒙·太和》)；“大其心则能体天下之物，物有未体，则心为有外。世人心，止于闻见之狭。圣人尽性，不以见闻梏其心，其视天下无一物非我，孟子谓‘尽心则知性知天’以此。天大无外，故有外之心不足以合天心”(《正蒙·大心》)。二程认为“人伦之礼即天理”，仁心化身而成为大身体，与天地万物同一。程颢说：“若夫至仁，则天地为一身，而天地之间，品物万形为四肢百体。”(《宋元学案·明道学案》)继承和发展了二程学说的朱熹提出“性即理”的宇宙本体论和“格物致知”的工夫论，他说：“万物皆有此理，理皆同出一原，但所居之位不同，则其理之用不一，如为君须仁，为臣须敬，为子须孝，为父须慈。”(《语类》卷十八)总的来说，宋明理学对于身体修养的工夫论大多继承了孟子的心性论和践形身体观，但也吸收了部分道家思想，在此不做进一步论述。

儒、道两家的身体观各有特色，但都在探索修身之道的过程中让身体得以成为真正的身体。在中

中国古代思想中,身体因“气”提供了与天地万物通感的理路,通过修养而得以与宇宙存在的一切属性同感相联,而人也成为了宇宙的创造者、参与者、护卫者(杜维明,2000)。身体的属性和功能不断地多元化,其中最为本质的就是身体对世界的感知与回应。身体是有心智的身体,心智是有身体的心智。梅洛-庞蒂认为人是物体中的一个物体,意识是一种体验,而体验就是内在地与世界、身体和他人建立本质的融合(梅洛-庞蒂,2005),这不就是“天地万物与我同一”的思维方式吗?修身之道,是因为从内在的心智到与外在的世界之间有着身体主体的动力因作用。后期的梅洛-庞蒂逐渐偏离在《知觉现象学》中的身体意识化,他提出了身体与世界有着同样质料形成的命题。中国古代身体观的身体比西方具身认知观的身体多出的“气”的概念就是与世界同一的质料因。现今的西方具身认知观已基本达成大脑、身体、环境三者所构成的动力系统产生并塑造认知的共识,但大脑、身体、环境三者之间的关系与内部机制是备受争议与有待考究的问题。西方具身认知研究始终带着主客体二分的视角看待身体与环境之间的关系,这也许就是导致目前西方具身认知观处于困境的原因。纵然西方学者认为认知资源包含了大脑、身体、环境(Wilson & Golonka, 2013),只是更深一层来思考的话,若是这三者本身就有着本质上的同一成分呢?而认知恰恰就是证明三者合一的有力证据。

2 中国古代儒道思想中的“心”与“知”

2.1 “心”能知能思

“心”在中国古代思想中的定义就如“身”的定义般具有多重而复杂的属性。中国古代并无“大脑”的概念,他们认为心脏就是产生认知、思维等功能的器官。“心”在中国古代思想史中的定义除了是生理器官的心脏之外,更多地是从“心”的精神性功能层面去进行阐释。若是在纵观中国古代思想始末的基础上,整理出各家对“心”的精神性功能定义,“心”既为主体意识和心理活动,有思、虑、智的多种功能,亦为道德伦理观念,是情也是意(张立文,1993)。在中国古代思想体系中,对“心”的认知功能各家各派有着共同的认可(张岱年,1982)。本文中的“心”主要是指中国古人所理解的有着“大脑”认知功能的“心”,也即是从“心”的精神功能层面去进行阐述。

心在儒家思想中的确切地位是孟子给予的。孟子明确提出“心之官则思”(《孟子·告子》)、“仁义

礼智根于心”(《尽心上》)。荀子说:“心者,形之君也,而神明之主也。”(《荀子·解蔽》)荀子同样体现了对心的重视,但荀子更注重心的主体意识功能,认为人经过心的思考、判断的功能才可以明辨是非、善恶。同时,荀子认为心要能明辨是非,就要经过修行,最终达到虚一而静的大清明心(杨儒宾,1996)。荀子的大清明心与道家的虚者心斋可说是异曲同工。相对儒家来说,道家追求的心更为纯粹,是与道合一的虚静自然之心。《天道》说:“圣人之心静乎!天地之鉴也,万物之镜也。”心要虚静,便要无心,无心去掉人心的智与欲,才能与道合一(张立文,1993)。

2.2 “心”之知在于行:知的身体基础

可见,心的认知功能自古便受到儒、道两家的重视,而心之知的过程与机制,儒、道两家又是如何看待的呢?儒家的心是仁义礼智之心,知则更多的是良知、道德意识,儒家思想始终高度融合了认识论与伦理学而成一体系。提出“知行合一”说的王阳明说:“知之真切笃实处便是行,行之明觉精察处便是知。”(《王文成全书·文录·答友人问》)他认为知与行同时产生,且不分先后。王阳明在《传习录》说:“真知即所以为行,不行不足谓之知。”如果不身体力行,就无法得到真知(汤一介,2009),身体实践对认知产生着关键的影响。荀子的知是建立在感官经验的客观基础上的,他说:“心有征知。征知,则缘耳而知声可也,缘目而知形可也。”(《正名》)荀子说:“不闻不若闻之,闻之不若见之,见之不若知之,知之不若行之。学至于行之而止矣。行之,明也。”(《儒效》)既然知是依赖感官经验的,行是感官经验获得的重要渠道,知也就离不开行。王阳明的知行合一与孔子的知仁与行仁合一有相通之处(王晓昕,1997)。儒家从孔子起便有重行的传统,然而儒家重行的前提是因为有心对身的控制,重行的目的在于用仁心压制人的私欲,通过身体力行的道德修养至圣。知在道家思想中的定义也是认识论上的涵义为主。道家反知,认为人只有从感官及理智活动中全面撤退,撤退到人的“神明”,以让心灵至虚守静,才能真正与道结合。对于知,道家追求的是无知之知。庄子的知永远都是相对的,《大宗师》说:“夫知有所待而后当,其所待者特未定也”,认识活动依赖着人无法决定的条件,人无法认识事物的全相,因此庄子的真知便是无知,也就是以体道为真知(刘笑敢,2010)。身体在王阳明看来也是良知的体现,他说:“这视听言动,皆是汝心。汝心之

视发窍于目,汝心之听发窍于耳,汝心之言发窍于口,汝心之动发窍于四肢。”(《传习录》)知与行合一的根源是因为心身合一。而这种合一,不止是主体上的合一,也是功能上的互相塑造与影响,身体的行在影响着心知。

“认知”在西方心理学发展历史中是逐渐被建构起来的。传统认知心理学中的“认知”是心理表征(mental representations),是由大脑产生并控制的符号和概念系统。具身认知心理学中的“认知”是知觉(perception),由大脑、身体、环境三者构成的非线性动力系统所产生和控制。认知的知觉性转向使西方认知心理学产生了重大的转变,甚至令西方具身认知心理学的提倡者们认为具身认知具备了整合心理学的潜力(Glenberg, Witt, & Metcalfe, 2013)。认知心理学经历近三十年的发展才有了这种看起来振奋人心的研究取向的转变结果。然而,在中国古代思想中并无“认知”,只有“知”。“知”为“体知”,是无法脱离身体的“知”,即是通过身体感受世界的知觉。

3 中国古代儒道思想中的身心互动

3.1 身体的主体性

中国古代思想是“身、心、世界”为一,其中身处于一种关键的能动性角色。古人并非否认心智对身体的控制作用,只是更多的是强调身心之间的互相影响,并将修身之道处于一种绝对的地位。人要成为一个完整的人,必先要修身。以“气”论为根基的中国古代思想体系中,古人极力追求的是人体与自然、宇宙的融合,这也奠定了中国古人用身体感知世界的认知方式。古人追求的境界固然是超越的,是一种超出躯体之外的道。道在儒家看来是道德实践所获取的道,而在道家看来是不可言说、只可亲身体会的道。儒家的身体纵然有着多个面相,既是社会化的身体,也是精神化的身体,既是气化的身体,也是受心控制主宰的身体。中国古代思想中的“心”也有着多重的定义,既是生理上的心脏,也是精神性的功能。再用整合的视角去看“心”的器官性质和精神性质,“心”被肯定为身体器官的部分,也是心智得到产生与调节的身体部分。换言之,“心”是有心智的身体中的心。而心智得到产生与调节的过程离不开身体的修养。

梅洛-庞蒂将身体视为不可被还原的本原,身体的属性被指向为一种非人称或前人称的主体性。在梅洛-庞蒂这里,身体变成某种无意识的东西。对

于梅洛-庞蒂的“身体主体”,杨儒宾认为“身体既然不是和万物并列的 being,而是可以体现其精神作用的交感体,因此理解此词最好的方式,恐怕还是经由东方的体验之心性形上学”(杨儒宾,1996)。何为“本原的身体”?在胡塞尔看来,身体所熟悉的触摸具有可逆性的特征:我用右手触摸左手,感知左手,突然右手成为被感知被触摸的对象。身体不是一个纯粹的客体,也不是一个纯粹的主体,而是一种自我扩展的感受性(雷诺·巴尔巴拉,2009)。这种观念,在中国古代思想的修身论早已有了:在“气”化身体观的理论预设下,儒家的德之“气”于体内使身体与天地通感,道家的练“气”使生理结构改变从而产生转化感官功能的过程。

3.2 身体与认知的互相塑造

西方现代具身认知心理学强调身体对心理过程的影响,身体则包含了身体的形态和感知运动系统。宋明理学后期的大思想家刘宗周说:“人合天地万物为一体,尤之心合耳目口鼻四肢以为心。”(《刘子全书》)也就是天人合一,身心合一,知行合一。身心之间如何产生影响呢?修身的主旨是为了修心,从身体的修行出发,让人的心灵与人格得到塑造,是一种由外向内的转变。修行时身体的所知、所感、所行均可产生一种形体主体向意识主体的逆觉的过程。古人对心性修养也不仅仅是为了获得良知或得道,在良知和得道的背后有着更强大和深邃的动机,那就是从“气”这一根源上与宇宙合一。当心得到一定程度的修养,人的躯体外表也会随着产生一种由内向外的变化。前文对儒道身体观的论述中已提及心性修养可使身体形态发生转变,也就是孟子的“生色说”、荀子的“美身说”、道家的“养生说”。身体的修养使心成为道德心或是获得真知,而心美则身美,儒家认为君子之心会通过身体美态得到展现,在孟子的理论中被称为“生色”,而特别注重感官经验的荀子则称“君子之学以美其身”(《劝学篇》)。孟子和荀子认为人的躯体会随着治心养“气”而发生转变,荀子在《不苟篇》说:“诚心守仁则形,形则神,神则能化。”道家无心无为的体道方式最终通往无我、物我同一的体验,庄子在《大宗师》说:“堕肢体,黜聪明,离形去知,同于大通。”最终,身心相映之本源在于“气”,身心真正修至得道,乃得以与天地相通,万物与我同一。在中国古代思想中,身心之间的影响是互涉型的。身与心互相嵌入,互相融合。或者说,中国古代思想的“身、心、世界”体系是三者始终互为贯穿。

3.3 社会情境中的身体与认知

中国古人对身体的超越可视为一种与世界彻底成为一体的境界。然而,这种毕竟是得道成为圣人的境界,普通百姓始终难及,只能不断实践修身之道,此时身体是与具体的社会政治情境密切互动而发生功能性之关系的“身体”。自从孔子继承并改造了周礼文化,儒家的历代思想家均十分重视礼仪文化的传承,荀子更是从社会性的礼仪角度来重新认识与定义人。礼对于儒家来说,不止是一种行为,更是一种展现与沟通,如《论语》说:“礼仪三百,威仪三千。”儒家的“修身”是在社会国家中修的身,而在社会国家这一环境如何修身,儒家则遵守着一种严明的家国一体的伦理制度(李伟民,1996)。《中庸》说,“仁者,人也;亲亲为大。义者,宜也;尊贤为大。亲亲之杀,尊贤之等,礼所由生也。”儒家对于人际关系是从“亲疏”和“尊卑”两个认知向度来衡量人与人之间的角色关系的(黄光国,2006)。只有遵循这些原则,人才可以“修身治国平天下”。然而,道家认为这种伦理制度只会造成对人的自然天性的残害,让人人都有了争名夺利的野心,从而导致社会动乱。道家认为,圣人应该实行“无为而治”,退居“辅万物之自然”的位置,人民就可发挥自主性、能动性与创造性来享受自由发展的空间及和谐的社会氛围(刘笑敢,2008)。因此,道家的无为学说并非是不注重人的社会性,相反,道家正是深感人的社会性的弊端才提出无为学说。《老子》说,“圣人之言曰:我无事而民自富,我亡为而民自化,我好静而民自正,我欲不欲而民自朴”。中国古代思想对人身处的社会环境如此注重,未曾脱离环境去谈人以及修身之道。

梅洛-庞蒂在知觉现象学中说:“拥有一个身体,这对于一个活的生命来说就是参与到一个规定的环境中,与某些筹划融为一体,并持续地介入到其中去”(梅洛-庞蒂,2005)。可见,梅洛-庞蒂也主张身体是实践的,是参与到环境中去的。从身体与环境互动的关系中认识身体,环境属于认知的一部分,这被称为身体情境性。中国古代思想中身体情境性也不仅仅是考虑到人与环境的关系对人的影响,更是出于一种身体与世界有着本源上的同一的思维方式和基本理路。

4 小结

“体知”这一名词在汉代便有古代学者提出,《后汉书·律历志上·律准》说:“光等不知,归阅旧

藏,乃得其器,形制如房书,犹不能定其弦缓急,音不可书以晓人,知之者欲教而无从,心达者体知而无师,故史官能辨清浊者遂绝。”也已有现代学者关注到中国古代的体知观与现代西方的具身认知观是十分近似的,黄俊杰认为“体知”深深地浸润在社会文化传统之中,而中国古代思想中认知活动的身体基础也是得到了汤浅泰雄、杨儒宾等学者的认可(黄俊杰,2009)。因此,说中国古代思想的体知观乃中国古代心理学思想的具身认知观并非空穴来风,而是有根有据的。

西方具身认知观的兴起是与第一代认知心理学的衰落紧紧相关的。中国古代思想体系并无“认知”这一概念,却从最本原的起点来构建人如何认识世界。从理论与实践的整合程度上来说,中国古代具身认知观比西方具身认知观更加成熟与体系化。这不仅体现在前文所述的中国古代思想的“身心-世界”互动合一的理论预设,也体现在中国古人在悠久的历史中所传承的身心实践。也即是说,对中国古人而言,有着具身认知观理论基础的身心实践不只是思想、理论,更是成为真正的人、君子和生活上的身心指引。在建立与发展中国具身认知理论的过程中,这种中西具身认知观的本质差异是需要理清的。如在研究范式的选取上,就需要注意到中国具身认知观的身心实践与现实生活的结合。有效结合身心实践与现实生活不仅是生态效度上的问题,而是是否抓住了中国具身认知观的本质的问题。中国古代思想体系不如西方思想体系的逻辑严谨、推理清晰,对概念的定义更偏向于功能性导向,从而导致大部分概念有着多重的定义。以现代科学的标准来看,这种表面上看似缺点的特征却某种程度上造就中国古代具身认知观的优势。如在“气”论的理论背景下,中国古代的身体较之西方具身认知观的身体更显深层次与多元化。西方具身认知研究者反思具身认知为心理学带来的改变不仅仅是认知的定义、对象和可利用的资源,更是为整合心理学带来了新的理论视角和研究范式。

中国心理学发展至今,到底该如何建立中国心理学是学者们关切的问题。西方心理学在发展了两个世纪才兴起了具身认知观,倡导对身体的关注,反对身心分裂,而中国在几千年前便是如具身认知观般认识人的身体。结合中国传统文化,使用中国具身认知范式开展心理学研究,不管是理论层面还是实证研究层面都将会是一种富含价值的促进。目前的问题是,对于现代心理学来说,中国古代思想

中的“气”化身体观有着多大的科学探究价值?若是从理论探析上来说,“气”论所带来的神秘色彩和主观感情色彩并不应该是使心理学家拒绝中国古代具身认知思想的原因。中国古代思想存在着许多如“气”、“心”之类在现代科学中并无足够科学证据来证明其客观准确性或者已被现代科学研究证实是错误的概念。逻辑实证论的创始人施利克说,概念是需要放置在一个判断体系中才可凸显意义。然而,一个古代思想体系的概念真的适合将其放置在现代科学的判断体系去理解与批判吗?当今的具身认知研究也踏入了探索效应机制的阶段,若不考虑社会文化对人认知的影响,机制还真正存在吗?本文主要使用现象学方法论的阐述的意义在于从本质上理解与认识中国古代具身认知思想。但是,要真正起到促进中国心理学和具身认知研究的发展,依然需要现代科学的实证研究手段。而这涉及的又是如何考虑历史、文化、现代化等处于不断变化中的复杂因素对中国社会与人的影响,以及中国社会现代化转换与中国具身认知理论构念之间的关系。从中国传统文化中选取影响力广泛且深远至今、足够彰显出具身认知思想中心身互塑的部分来作为中国具身认知研究的探索开端会是一个可行的方案,例如礼文化便是传承至现代中国社会、通过规范人的空间环境、身体动作等来塑造人的身心以符合君子形象。在对中国古代具身认知思想有全面而深刻的理解与认识的基础上,其传统文化价值的现代转换程度是需要研究者不断地进行理论辨析与实证考究的。

参 考 文 献

- Davis, J. I., & Markman, A. B. (2012). Embodied cognition as a practical paradigm: Introduction to the topic, the future of embodied cognition. *Topics in Cognitive Science*, 4, 685–691.
- Du, W. M. (2000). *Taoism governance (Confucian intellectuals)* (W. Z. Qian, & Q. Sheng, Trans.). Shanghai: Shanghai People's Publishing House.
- [杜维明. (2000). *道学政(论儒家知识分子)* (钱文忠, 盛勤译). 上海: 上海人民出版社.]
- Feng, Y. L. (2009). *A brief history of Chinese philosophy*. Beijing: SDX Joint Publishing.
- [冯友兰. (2009). *中国哲学简史*. 北京: 生活·读书·新知三联书店.]
- Glenberg, A. M. (2010). Embodiment as a unifying perspective for psychology. *Wiley Interdisciplinary Reviews: Cognitive Science*, 1, 586–596.
- Glenberg, A. M., Witt, J. K., & Metcalfe, J. (2013). From the revolution to embodiment: 25 years of cognitive psychology. *Perspectives on Psychological Science*, 8(5), 573–585.
- Guan, R. Y., & Fan, F. M. (2002). On “Body-mind Inter-promotion” theory in traditional Chinese medicine. *Journal of Nanjing TCM University (Social Science)*, 3(1), 13–16.
- [官锐园, 樊富珉. (2002). 试述中国传统医学中的“身心互动”理论. *南京中医药大学学报(社会科学版)*, 3(1), 13–16.]
- Hu, F. C. (1993). The Taoists and Taoism's view of human body of triple structure of form, qi, spirit. In Yang Rubin (Ed.), *The “Qi” and concept of body of ancient Chinese thought* (pp. 171–176). Taipei: Sage Book Company.
- [胡孚琛. (1993). 道家 and 道教形、“气”、神三重结构的人体观. 见 杨儒宾(编). *中国古代思想中的“气”论及身体观* (pp. 171–176). 台北: 巨流图书公司.]
- Hwang, G. G. (2006). *Confucian Relationalism--cultural reflection and theoretical construction*. Beijing: Peking University Press.
- [黄光国. (2006). *儒家关系主义--文化反思与典范重建*. 北京: 北京大学出版社.]
- Huang, J. J. (2008). *New vision of East Asian confucianism history*. Shanghai: East China Normal University Press.
- [黄俊杰. (2008). *东亚儒学史的新视野*. 上海: 华东师范大学出版社.]
- Huang, J. J. (2009). The two functional concepts of Qin Confucian concept of body. *Journal of Literature, History and Philosophy*, (4), 40–48.
- [黄俊杰. (2009). 先秦儒家身体观中的两个功能性概念. *文哲史*, (4), 40–48.]
- Spackman, J. S., & Yanchar, S. C. (2014). Embodied cognition, representationalism, and mechanism: A review and analysis. *Journal for the Theory of Social Behaviour*, 44(1), 46–79.
- Krishna, A., & Schwarz, N. (2014). Sensory marketing, embodiment, and grounded cognition: A review and introduction. *Journal of Consumer Psychology*, 24(2), 159–168.
- Li, W. M. (1996). On conferring favor: An analysis of social interaction among Chinese people. *Journal of Sun Yat-sen (Social Science)*, (2), 57–64.
- [李伟民. (1996). 论人情-关于中国人社会交往的分析和探讨. *中山大学学报*, (2), 57–64.]
- Liang, Q. C. (1901). The Changes of Chinese academic thought trend. In T. Y. Feng., C. Peng., & J. H. Deng (Eds.), *Chinese academic transformation* (pp. 3–14). Wuhan: Hubei People's Publishing House.
- [梁启超. (1901). 论中国学术思想变迁之大势. 见 冯天瑜, 彭池, 邓建华(编). *中国学术流变* (pp. 3–14). 武汉: 湖北人民出版社.]
- Liu, C. L. (1993). Theory of “Qi”. In R. B. Yang (Ed.), *The “Qi” and concept of body of Ancient Chinese thought* (pp. 101–140). Taipei: Sage Book Company.
- [刘长林. (1993). 说“气”. 见 杨儒宾(编). *中国古代思想中的“气”论及身体观* (pp. 101–140). 台北: 巨流图书公司.]
- Liu, X. G. (2008). Responsibility and interpersonal harmony of the Taoists. *Journal of Literature, History and Philosophy*, (6), 5–17.
- [刘笑敢. (2008). 道家责任感与人际和谐. *文史哲*, (6), 5–17.]
- Liu, X. G. (2010). *Zhuangzi philosophy and its evolution*. Beijing: Renmin University of China Press.
- [刘笑敢. (2010). *庄子哲学及其演变*. 北京: 中国人民大学出版社.]
- Merleau-Ponty, M. (2005). *Phenomenology of perception* (Z. H. Jiang, Trans.). Beijing: Edition Gallimard. (Original work published 1945)
- [梅洛-庞蒂. (2005). *知觉现象学* (姜志辉译). 北京: 商务印

- 书馆.]
- Renaud, B.(2009). Merleau Ponty: Consciousness and body. *Tongji University Journal Social Science Section*, 20(1), 1-5.
- [雷诺·巴尔巴拉. (2009). 梅洛-庞蒂: 意识与身体. *同济大学学报(社会科学版)*, 20(1), 1-5.]
- Tang, Y. J. (2009). The unity of knowledge and action of Confucianist. *Research of the Confucian Classics and Thoughts*, 9, 139-148.
- [汤一介. (2009). 论儒家的“知行合一”. *儒家典籍与思想研究*, 9, 139-148.]
- Tateno, M. (1993). Ancient Chinese psychosomatic medicine thought by the “Lü's spring and autumn”--the overview of medical thought of “Qi”. In R. B. Yang (Ed.), *The “Qi” and concept of body of ancient Chinese thought* (pp. 171-176). Taipei: Sage Book Company.
- [舘野正美. (1993). 由《吕氏春秋》看中国古代身心相关医学思想--“气”的医学思想概观. 见 杨儒宾 (编). *中国古代思想中的“气”论及身体观* (pp. 171-176). 台北: 巨流图书公司.]
- Wang, J. L.(2008). “Qi” theory of traditional Chinese medicine research. *Traditional Chinese Medicine in Jiangsu*, 40(7), 88-89.
- [王九龙. (2008). 中医“气”学说研究概况. *江苏中医药*, 40(7), 88-89.]
- Wang, X. X.(1997). The unity between humanity and knowledge of Confucius and Unity between Knowing and Practicing of Wang Yangming. *Journal of Guiyang-Teacher Social Science (Quarterly)*, (1), 19-24.
- [王晓昕. (1997). 孔子的仁智统一与王阳明的“知行合一”. *贵阳师专学报(社会科学版)*, (1), 19-24.]
- Wilson, A. D., & Golonka, S. (2013). Embodied cognition is not what you think it is. *Frontiers in Psychology*, 4, 58. doi: 10.3389/fpsyg.2013.00058.
- Wu, G. M. (1993). Zhuang-zi's Body thinking. In R. B. Yang (Ed.), *The “Qi” and concept of body of ancient Chinese thought* (pp. 370-392). Taipei: Sage Book Company.
- [吴光明. (1993). 庄子的身体思维. 见 杨儒宾 (编). *中国古代思想中的“气”论及身体观* (pp. 370-392). 台北: 巨流图书公司.]
- Yang, R. B. (1993). Introduction. In R. B. Yang (Ed.), *The “Qi” and concept of body of ancient Chinese thought* (pp. 3-59). Taipei: Sage Book Company.
- [杨儒宾. (1993). 导论. 见 杨儒宾 (编). *中国古代思想中的“气”论及身体观* (pp. 3-59). 台北: 巨流图书公司.]
- Yang, R. B. (1996). *Body concept of confucianism*. Taipei: Academia Sinica Institute of Chinese Literature and Philosophy Preparatory Office.
- [杨儒宾. (1996). *儒家身体观*. 台北: 中央研究院中国文哲研究所筹备处.]
- Yang, R. B. (1988). *The development of Taoism theory of Qin's Taoist*. Taipei: Taiwan University Publications Committee.
- [杨儒宾. (1988). 先秦道家“道”的观念的发展. 台北: 台湾大学出版委员会.]
- Yuasa, Y. (1990). *Analysis of body and soul*. Beijing: China Friendship Publishing Company.
- [汤浅泰雄. (1990). *灵肉探析*. 北京: 友谊出版公司.]
- Zhang, D. N. (1982). *Outline of Chinese philosophy*. Beijing: China Social Sciences Press.
- [张岱年. (1982). *中国哲学大纲*. 北京: 中国社会科学出版社.]
- Zhang, L. W. (Eds). (1993). *Heart*. Beijing: China Renmin University Press.
- [张立文. (主编). (1993). *心*. 北京: 中国人民大学出版社.]

Embodied Cognition in Ancient Chinese Confucianism and Taoism

LI Xiaodan¹; YE Haosheng^{1,2}

(¹ Education School of Guangzhou University, Guangzhou 510006, China)

(² The Center for the Psychology and Brain Science, Guangzhou University, Guangzhou 510006, China)

Abstract

Ancient Chinese thought reflected the ontology idea of body and had a construction of mixer of the “body-mind-world” system. The syncretism of body-mind was an essential preset in ancient Chinese thought. “Qi” was regarded as a basic material of universe as well as human being. Ancient Chinese controlled the “Qi” by the practice of self-cultivation. The balanced flow of in and out of “Qi” in the body of human being could make an effort of body figure, physical structure and mind. The body concept of ancient Chinese thought was more propound and diversified than the body concept of modern western embodied cognitive theory.

Ancient Chinese reached the state of syncretism between nature and man by approach of cultivating from body to mind and cultivating from mind to body. In Confucianism, Confucius established the traditional practice of kernel. The self-cultivation of practice of kernel which was constituted of ritual studies mainly focused on the transformation of body and mind. In Taoism, Zhuangzi was opposed to the constraint of man's body and mind so that he put forward a view that human being should use their body subject and kenotic body to make perception of the world and taoism. But Confucianism and Taoism had a common body subject. The perception of body subject was the most important cognitive factor to cognition of self and world.

With the bidirectional shape of body and mind, the body-mind experience of taoism was the common ideal of Confucianism and Taoism. Meanwhile, Confucianism and Taoism reflected and practiced cultivation in social

situation. The body was situational. The ritual of Confucianism was a interpersonal communication system included spatial and comport metaphor. Taoism advocated inaction of all things. They thought human being should concentrate on their body and body knowing of the nature.

The embodied thought of ancient Chinese thought was a complexity theory which suffuses strong traditional culture. As Merleau-Ponty's proposition, ancient Chinese body had the same basic material as the world. In ancient Chinese thought, "Qi" was the basic material of body and so as the world. With the concern of embodied cognition, study integrating the perspective of the view of body-mind of ancient Chinese thought can promote the development of Chinese psychology and the paradigm of embodied cognition.

Key words embodied cognition; Ancient Chinese Confucianism and Taoism; body subject; phenomenology; embodiedment