

第二講：自體的心理學的形上學：(一)宇宙論 2025 06 14

Kelly:

好，我們從這個分享畫面開始。Self Psychology 是「我之心理學」，那這個「我」的定義，我以前是喜歡用這個方式來說。我說，我的定義就是：我今天下午要去高雄，的這個「我」。但是，我們不要忘記Self Psychology有一個另外一個重要的字，叫作自體客體 selfobject。那自體客體是什麼？自體客體就是：「非我，非客體」，它是連在一起的，不是嗎？所以那個selfobject就是我和這個世界的連結，所以用這個方式來理解的時候，其實 Self Disorders 的定義就是「失去那個selfobject連結」的人，失去那個 selfobject連結的生命，「失去與這個世界連結」的生命，那就是Self Disorders。因為 Self Psychology是在自體客體selfobject的那個範圍所發生的，所以Self Psychology是1.5人心理學。1.5人的意思，我這邊就先不再Elaborate，等一下有問題我們再說。在1.5人，就是非一也非二的意思，是不是？

那存在治療的定義是什麼？存在治療的定義其實是上面那句話，就是我今天下午要去高雄。我要去高雄做什麼？我要去高雄參加美麗島事件，那講這句話的時候，這句話就是存在治療的定義。換句話說，存在治療其實「不是一個沒有事件性的」。它是有事件性的，而且它是有決定性的。你要做這個決定，你要去，不是嗎？換句話說，Self Psychology說了：我今天下午要去高雄，它其實是剩下的事情沒有明說，但是它起碼有說：我今天下午要去高雄。你們注意這句話，這句話其實是完整的一句話，我今天下午要去高雄，所以這個「我」，能夠講出這個「我」的這個「我」，就叫做Self Psychology的「我」Self。

所以Self Psychology其實嚴格上也沒什麼大不了，就是我今天下午要去高雄，那這個能夠說出這句話的人，其實他已經就沒有問題了，當然如果你可以再多說幾句也很好。因為他今天下午他要去高雄，他可以去得了高雄，他有一個 Agency，有一個 Agent。就是一個Self作為一個有可行性的能動性主體，可以執行這個行動。他有一個執行性，動能，發心，好歹就是他可以去得了，他有這個本事去得了，他就是一個健康的「我」Self。

自體心理學的心理治療，如果加上事件兩個字，就變成存在治療，嚴格上來講，我認為這個時候的「自體心理學的治療」已經變成了「自體的心理學的治療」。這句話應該可以再加上去。

Self Psychology後續有兩個發展方向，一個是互為主體理論，是往1.7而去，互為主體理論其實是一個重要的理論的翻修，他其實已經不是Self Psychology。那另外一個發展就是上次講的 Bacal講的那個Optimal Responsiveness，那其實是一個治療的過程中間的一個歷程的理論Process Theory，不是一個結構的理論。那他其實是在處理治療的過程中間發生的議題，那他做了一個改變，那個改變就讓整個事情會不同。這個細節有機會再說。

還有另一個發展方向，最近這十幾年來跟關係學派之間有一個連結，這個叫做 Relational Self Psychology，這個是Estelle Shane在弄的，那這時候，就往2而去。所以Self Psychology不是沒有往右邊去，右邊就是2，就是1.5再往右邊去。它不是沒有這樣子做，Relational Self Psychology就是這樣子做。

那克萊茵的部分，它是內於我之你之心理學，這上次提過。所以這是1.2的心理學。但客體關係理論Middle School不是1.2的心理學，Middle School的「你」，不是完全「內於我的你」，Middle School的母親，不是完全內於孩子心中的內在客體的那個母親。不是的，它有一個環境的真實母親，有一個真實客體的母親，那個環境的母親是一個活生生的人存在著。所以我於你之過渡之介面之心理學，這句話應該是Winnicottian的話，就是 Middle School在處理的那個 Transitional Area，過渡的那個Area。所以才會有過渡的現象Transitional Phenomena，或是過渡的物，過渡的客體，Transitional Object。所以客體關係理論Middle School也是1.5人心理學。我先前講過，Self Psychology跟Middle School是精神上的好兄弟，因為他們兩個都在1.5上打轉。

那依附理論Attachment是什麼？鷹架的心理學Scaffolding psychology。依附理論是：你之作為，你要有一個你存在，這沒有問題，要有一個具體的你存在，你之作為我的存在的鷹架，要構建我的存在，要維繫我的存在的Scaffolding 的那個鷹架的心理學。所以要有一個人，作為孩子的鷹架，孩子才能夠在那個鷹架的保護下、維護下，安全的長大。

Attachment理論其實是很具體的在看對外在的那個客體，他並不是抽象的在看外在的那個客體。依附理論明顯跟哺乳類有一個漫長的童年有關，所以這也是哺乳類的漫長的童年的心理學，也因為它是漫長，所以Attachment issues很容易有出錯的機會，你們去想像一下吧，那這種出錯就是所謂的ACEs adverse childhood experiences, 所謂不良的童年經驗(逆境童年經驗)，或是Michael Balint講的那個Basic Fault。

我們回到剛剛那段話，因為這段話其實是說明精神分析史的部分，是怎麼逼出來自體心理學，如果這段話你們有稍微清楚的話，你們比較知道自體心理學中間有一條線是這樣子逼出來的。

我們講到那個Michael Balint這邊，叫做基本的錯誤Basic Fault，定義是什麼？就是萬劫不復，因為它在很根本的地方，很早的地方，它有一個結構上面的一個弱點，結構上的一個Vulnerability。或事實上是結構上的錯誤，那邊以後要修，以後要彌補，其實是難上加難，等於是你要重新來過，否則的話，而且是你要有了一個完美的重新來過，否則的話，你怎麼重新來過，都還是會很有問題。所以Attachment理論，也是在1.5到1.7之間，但應該有1.7的，因為它滿具體的有互為主體的那個意涵在。

關係學派的精神分析是我與你之心理學，這是二人心理學Two Person。關係學派這邊，也在講互為主體理論，所以他們在講的互為主體理論，是1.7還是比1.7再往右邊多一點。1.7、1.75、1.8 我覺得差不多。就在那個範圍，但關係學派也會講互為主體理論。精神分析的場論，有好幾路在講，有Bion學派、Post-Bionian學派的方式在講。關係學派這邊也會在講場論。然後，阿根廷人 Baranger夫婦他們也在講，所以大概有三個路數在講場論的部分。場論在講的這個場Field是優先於個體。所以場論分明是一個三人心理學，它不是兩個人，它是三個人，或者是把兩個人放在三人心理學的範圍來看。那這兩個人，大可以要把他們的那個場，那個能動性，活潑性、創造性加進來的話，等於是都在一個Creative的過程。所以場論應該是很有趣的。我們不是照一條已經既定的路線走，那邊是充滿了這個未定性，可能性，所以「場」其實是一個充滿了Potential的地方，不是嗎？

那Lacanian是什麼？Lacanian是把那個我，他把它一槓，槓掉了，或甚至Erased，把它抹去了的心理學。所以這個我，就一於乎止，所以Lacanian不會相信「一之為一」的條件，他認為天底下沒有所謂一之為一的條件。但我們上面講的，從Self psychology、客體關係理論到關係學派，其實都有一個意涵是，「一之為一」的條件是因為有一個他者，有一個，有另外一個人。一之為一的條件，是「因為有二，一才能夠成為一」，其實都有這個意涵在。

但是Lacanian其實不會承認這句話，他可能認為「一之成為一」的條件，其實是Nonsense。所以大概這個情況下的「一」，其實是一個很有趣的問題。那這個我是怎麼誕生的，他是怎麼發生的，他是怎麼可能的。Lacanian所講的這個主體，這個人的存在，因為他把這個人的存在的物質性拿掉了，我簡單用這種方式來說明Lacanian的「一」，有趣的地方在哪裡？

那第七個就是德勒茲跟瓜塔里講的分裂分析 schizoanalysis，他是走進公園散步，他不是躺在躺椅上一直回憶，一直在說話。那你散步的時候，有一個很重要的事情會發生，你就會碰到陌生人，你就會碰到他者，這個他者不是跟你的童年有關的人，那這個他者就是另外一個存在。所以你走進公園散步，你跟這個世界會有根莖的連結 rhizomatic connections。

你看不過去的時候，你可能會分子革命 molecular revolution。這不是大革命。這就是一個小小的一個事件，小小的，野火燒不盡，春風吹又生的，那個就是分子革命。變動不居中 immanence中，在這個變動不居中，這個變動不居其實一點都沒有辦法

search your transcendence。那你點起紙煙，你看著什麼？你看著康德曾經仰望過的那個星空，而那個星空是康德以為永恆、以為超越的星空。

所以schizoanalysis是什麼？他是一消融於三，對，因為公園分明是一個三的世界，不是一個二的世界，一消融於三，那他嚮往著零的心理學，這叫做schizoanalysis。

那自體的心理學是什麼？自體的心理學我覺得是，我之復位之車行之途，自體的心理學這個Van Life，我之復位之車行。車行是我的復位的一個旅途，我之復位之車行之途。那車行的定義是什麼？車行的定義就是行腳僧，就是雲遊僧，那就是像船子和尚，船子德誠，這樣的一個存在，是不是？那它是什麼？它是跨界，穿乎於零一二三，所以車行的定義是這個。

那菊次郎十六式是什麼？菊次郎十六式就是，既然治療者無法還任何人一個童年，那我們就只剩下，關於那個夏天的車行Van Life、那個夏天的片段回憶。這個所謂的片段的回憶，你們可以回想一下我之前講過的，關於那段泥濘歲月的片段回憶。就是那個片段的回憶，它只是片段的回憶。好，我這段話先稍微 elaborate到這邊。那你們想想看有沒有什麼問題，我們在這邊停一下。

你們剛才聽到的這段就是精神分析史，精神分析的歷史，那從一往二人去的，一人心理學到二人心理學的一個經過，那Lacanian事實上是很奇怪的，外於這個一人到二人的這個軌跡trajectory。簡單講，我認為Lacanian分明是一個想藉助於哲學，或是人文學，恐怕遠大於我們現在一般講的這個古典精神分析，以這樣的這個發展來看。

那有人會說，Lacanian對clinical是忽略的，所有Lacanian的書都會很生氣，它們都會說Lacanian最在乎的就是治療室，診療室裡面發生的事。所以Lacanian最在乎的就是臨床，你相信這句話嗎？你想我若是會完全相信的話，你就是傻瓜。這句話我只能相信一半，所以Lacanian的 inspiration，不是只有來自於臨床。我的意思是這樣子，Lacanian頂多一半。

那比較正常的精神分析的書寫，因為一般的精神分析其實是非常的中產，小小的「布爾喬亞」，然後非常地謹謹慎慎，安全的過日子，然後沒有冒險的可能性。當然精神分析也會有一些流亡的時候發生，但那個是罕見的。精神分析其實跟這個世界發生的關係是一個非常蒼白的關係。很抱歉，我這樣子批評精神分析，這是一個正常的精神分析師的人生。在那這樣的情況下，所有的來源，所有的inspiration，你大可說他是博學多聞，他念的多少什麼，但好歹就只是他的主要世界，也就是臨床的世界。

他把臨床(那個房間)當成一個祭典，寺院，道場，教堂。他才可能是這樣的存在。所以精神分析是一個secular，一個世俗的宗教，精神分析的本質上是這樣。那一般的正常的精神分析師，臨床是精神分析師絕大的inspiration。我剛剛是要講比例的問題。那Lacanian這個臨床的部分，比例明顯偏低，沒有那麼大，所以Lacanian的命格上面不是一個乖乖牌、正常的小布爾喬亞的、中產的那種精神分析師的命格。Lacanian的命格不是這樣，我扯遠了，你們來想想看有沒有什麼問題？

提問者：

想說精神分析這種發展，從一人到二人到三人，那這個Lacan他不一樣，Lacan他說：「無意識是他者的話語」。那是否可以認為，其實他更在乎的是這種，個體的存在是基於「集體存在」的一種，就是個體的我的存在，是基於集體存在的一個基礎。就是只有集體的存在，這種所謂的自我才會存在。

Kelly：

我不太確定Lacan能不能用集體這個字，他心目中的他者，「這個我」與「這個你」是一個語言上的關係，還是一個哺乳類的童年時刻，哺乳類那個狀態的關係？你認為呢？Lacan能夠講母親嗎？Lacan說過母親嗎？Lacan的世界是一個「父之名」的世界不是嗎？是一個所謂的那個「能指」，那個所謂很神秘的，那個永遠捕捉不住的能指，的那個「能指鍊」。我們在那個「能指鍊」中間討生活，我們永遠回不到那個能指的那個「能指鍊」，Lacan的世界是這樣的世界。

所以那是一個結構主義的，一方面那是一個語言學的世界嗎？沒有我？我這樣說，其實是非常rough的在講，Lacan的說法跟剛剛講的 ego psychology到客體關係、到self psychology 到關係學派，Lacan跟上述那些說法，沒有半毛錢關係。那是很奇特的一

個從我們對人的理解來講。我不會說Lacan不重要，Lacan有他很奇特的，非常漂亮的地方。但他不是我們所理解，一般那個路數的精神分析。我通常會說這件事情的方式，他不是英語系的精神分析的那個路數，他走了另外一條路。

那從精神分析學者的立場來講，其實有一個很大的問題是，我們怎麼把Lacan跟一般的精神分析，要能夠擺在一起看。或者你不小心兩邊都讀了一點，那我請問你到底在想什麼？你讀了兩個很不一樣的東西，簡單講Lacan相當於是精神分析的另外一個話語系統，他不是一般的精神分析的那個話語系統。

我們上次不是講 Spinoza？Spinoza是自絕於猶太人的社群，甚至當時的整個教會，那個是在阿姆斯特丹吧，還在哪裡，要回去查一下。Lacan也是這樣啊，Lacan是自絕於IPA，你想想看，這是多麼勇敢的一個行動，他如果不夠勇敢的話，他其實不敢造反。你想造反一輩子，然後你說你講的東西，跟那些一般在講的東西，是完全沒有格格不入，怎麼可能嘛？Lacan是非常奇怪的，簡單講是這樣子，剛剛那個順序講下來的時候，其實Lacan是一個很難處理的範圍。

然後上次有一段話沒有講完，就是他的seminar有28年的樣子，我說在前20年，他是不是完成了改寫結構主義、改寫精神分析這件事情。但是到了1970年前後，他其實有一個轉向發生，那個轉向，其實是Lacan往後結構主義的方式來重新再改寫。所以他在1972、73年以後到最後那些年的seminar，我覺得Anti-Oedipus是他的一個刺激的來源，就是德勒茲、瓜塔里寫的Anti-Oedipus。那你既然要回應Anti-Oedipus，那你就必須要跨到結構主義外頭去了。但Lacan沒有明著這樣講。所以拉康的第三個十年的seminar，其實跟前面的20年是不一樣的，我剛剛說的意思是這個。他最後那十年講的事情，分明跟schizoanalysis 是可以呼應的，簡單講是這樣。

我們今天要處理的是宇宙論的部分。因為形上學要分兩個部分來看，一個是宇宙論，另一個就是本體論。我昨天就把這句話打下來，我說這叫做：「你看到夏蟲語冰，神不禁微笑起來」，那我們就是夏蟲，那為什麼是夏蟲，因為時間和空間的那個單位scale、那個規格，我們實在是太渺小。

1990年那個探索者Voyager一號還是二號，回過頭來，他飛了大概十億公里的時候，離地球大概十億公里的時候，他回過頭來，照了一張相片的那張照片，一張有名的相片，他看到的地球叫作一個pale blue dot，一個藍色的小小的、蒼白的藍色的小小的點，那叫做地球。當你從外太空回過頭來看地球的時候，那你我只是存在在這個地球上的數不盡的眾生之一，那你我的存在，我說叫做自體的，你認為這個怎麼會有任何的重量可言。從宇宙的重量而言，所以人的存在其實是非常的微不足道，這個微都筆劃太多了，簡單講是這樣子。我簡單講一下大概這就是今天我們要走一段什麼樣的光景。

就首先為什麼要講宇宙論？宇宙論的必要性是什麼？宇宙論其實影響了康德甚深。宇宙論尤其是1920年代的物理學的發展，影響了懷德海在講的那個歷程哲學。然後熊十力的乾坤衍、體用論、明心篇，乾坤衍這個分明是從易經的傳統開始講，那易經分明也是一個宇宙論的作品。用這種方式來說，雖然易經有解釋所謂世間變化的企圖，但易經分明是一個四千年前、五千年前，在當時的一個宇宙論。當時能夠想得到的宇宙論，所以這點是很了不得的，當時就能想到這樣的宇宙論。

熊十力的問題是，他是援引，「援佛入儒」，把佛家說成了儒家，那儒家歸宗在易經上頭，歸宗在先秦的，先秦諸子、先秦的儒學上頭。所以這個是符合延續宋明理學的路數，就是新儒家的路數，那不管是熊先生，或是他的弟子。熊十力的弟子、他的弟子牟宗三，唐君毅，還有就是徐復觀，然後吳汝鈞是香港新亞書院的傳統延續下來的。所以吳汝鈞延續的事情，其實是要完成熊十力當年沒有完成的事情，所以吳汝鈞完成的那個叫「純粹力動現象學」。但唐力權不是，唐力權是早年去美國，然後拿了一個哲學的PhD，他的博士論文寫的東西是懷德海跟易經，那他後來完成的事情就是場有理論。

那這些其實都是宇宙論，吠檀多不二論，也分明就是宇宙論。吠檀多不二論是五六千年前，甚至更久，所傳下來的印度哲學的，這個就是佛學一開始的地方。從2500年前到現在，其實是在這個印度哲學的背景下面發展出來的。但印度人其實可能沒有珍惜這麼一個佛學的傳統，然後這個佛學的傳統散到全世界，東亞，南亞，西藏，中國，然

後這個佛學的傳統，其實它有一個更早的東西，就是吠檀多不二論，而且分明就是宇宙論。

講到神學的出發點只可能是宇宙論，只是你怎麼去看這個宇宙論，這邊其實有一個很詭異的地方，我用一個方式來說明，為什麼神學的出發點就是宇宙論。你們記不記得我們上次講那個波的功能的場陷？你們記得我們講這句話嗎，波的功能的場陷就是我們的存在，量子的scale是非常小。那是一個subatomic 是一個次原子，一個原子裡頭的那個那麼小的世界。在那麼小的世界的狀態下，我們的存在是粒子跟波，兩個都存在，這個其實是量子力學的說法，量子物理的說法。

那你們知道這個，所謂的波的功能的場陷，它為什麼會場陷，你們知道嗎？它會場陷就是因為它被看到了，它被觀察，它被度量，它只要被觀察和度量，這個動作一進去，它就有一個位置了，它就不是一直在波的功能。它的波的功能就不彰顯了，它就變成一個粒子的存在，你就知道它在哪裡了。

那Heisenberg講這個原子不確定性uncertainty，應該就是跟我們剛剛講的這段話有關，就是如果你要去度量它，你其實所看到的它，不是它，原本的它，因為它不再是波的功能的狀態，所以它變成你可以觀測到的粒子的存在。

好那我要問一個問題，等一下我們會講到Big Bang，Big Bang是從singularity開始的，那個奇點是一個無限的密度、無限的高質量，就是物質被攤縮到無限的黑洞裡面的，最小的一點點的那個奇點。在那個奇點下頭，分明是一個量子的世界的存在。

我要說的意思是說，這個宇宙如果它要能夠發生的話，你體現這個宇宙是一個波的存在，它也是一個粒子的存在，這個宇宙是被誰看到了，以至於它變成粒子。它有一個物的發生出來，有一個物的存在，它以物的方式存在，那等一下我們會提到物的部分，我們看到的這個宇宙所形成的這個物才4%。另外96%是暗物質跟暗能量，它不是物，它還不是物，所以我們看到的這個大地，我們腳下踩的這塊地，所看到的這個所有的一切的物，我眼前的這張桌子，我身旁邊的這盞燈，這些都是物的存在。

物的存在只佔這個宇宙的4%而已，但是好歹它有一個物的存在，你我才存在。你我的存在有一個物質性的基礎，你我是分子原子，這樣子是一個，你我是一個，你要細猜下去，它其實是一個原子的存在，原子才會形成分子。

所以原子是一開始的那個物的存在，它形成了不同的原子，那我剛剛要說的事情是，神學其實有一個地方可以說，我覺得從神學的立場來講，「讓人一開始要有一個被看到的，那個被誰看到，就會說那是神」。(補充：創世紀一章1到3節：起初，上帝創造天地。地是空虛混沌，深淵上面一片黑暗；上帝的靈或譯「上帝的風」運行在水面上。上帝說：「要有光」，就有了光)。

我剛剛的意思，我剛剛說了半天是要說這句話，神學的出發點是宇宙論，那宇宙的一開始，物的發生，物之所以能夠發生，原子之所以能夠發生，它變成一個粒子的存在，是因為它被看到了。那請問它被誰看到了，但是我剛剛講這段話，其實對我來講是一件很不熟悉的說法，因為我沒有這樣子的神學信仰。我只是跟你們講說：神學的出發點就是宇宙論，這句話是因為衝著剛剛講的。這個一開始是誰在看到，宇宙的發生，宇宙的誕生，那誰看到宇宙的誕生，我就稱它叫做神，大概差不多是這樣子。

我在前兩三年其實一直在處理那個N vs V，N就是否定生命Negativity，V就是禮讚生命Vitality。那個時候其實Vitality就必須從宇宙論說起，因為需要說明什麼，「那無中何以生有，那復歸於無，然後畢竟，還是有」。那所以，所謂的「死不足畏，生大於死」，所以分明我的結論是，V畢竟大於N。

我講N vs V的那一段會提到這一點，這個世界從舊石器時代的後期開始到現在，大概是這兩三百萬年到現在，其實N是越來越大於V，它其實有幾個節點，那N大於V的這件事情，是一個我們目前的局。就是那個所謂的否定生命大於禮讚生命，是我們存在上的一個局。這件事情，我居然說V畢竟還是會大於N，這其實是非常一廂情願，簡單講是這樣。

宇宙論的成立是一個數學跟物理的世界，基本上化學的世界還是後來才發生的，化學跟演化會比較有關，對於宇宙論分明是一個物理和數學的世界。一開始這個物理，其實可能沒有太多直接的證據，那過去這個世紀，其實有越來越準確的觀測方法學，觀

測的儀器出現。所以這個物理的部分，可能會比重越來越大，起先可能是一個數學的推論，一個數學的演算等等，這個比重其實恐怕是起先的時候是大於物理的，但是可能從量子物理開始，這個物理的比重就開始越來越大。那它是能量先於物質的，先有能量才有物質，那它的這個物的發生，我們所看到的這個土地，這個岩石就是物、這個物的發生，生命的誕生，以至於到生命的演化……那這個生命的誕生分明是一個不可思議的事情、不可思議的奇蹟。

一般的正常的宇宙論的說法，都是從這個Big Bang說起，走過了一百三十七億年，然後，那地球，我們這個太陽系的這個，時間大概是在四十六億年前。地球太陽大概就是四十多億年前，所以是在宇宙發生之後的九十億年才有了太陽系。但是 2022年，那個詹姆斯韋伯太空望遠鏡 JWST，那個觀測到的事情，它讓我們跟原來所理解的這個所謂的正常的故事，正常的宇宙，宇宙的這個發展、宇宙是怎麼樣走過了一百三十七億年這個故事，它有矛盾。它觀測到它不該觀測到的東西。

簡單講是這樣子，它觀測到了在一百三十二億年前，宇宙Big Bang之後，五億年左右的超大型星系，那從我們正常的宇宙論的那個故事的立場來講，在宇宙剛誕生五億年的時候，不應該有這麼成熟的星系存在。但是現在觀測到一百三十億年、一百二十幾億年前，將近一百三十億年前那個時候，居然有這麼成熟的星系、超大型星系存在。這說明我們原來所理解的這個宇宙的故事是有問題的，簡單講是這樣子。

我現在講的這段話，Roger Penrose 他的解釋是，我們所觀測到的這個所謂不合時宜的、它不應該存在在那裡的，那些是另外一個宇宙的，另外一個宇宙的遺跡。是另外一個宇宙曾經留下來的一個Remains 的，一個像古老的遺跡。那用 Penrose這個話來說的話，宇宙是一個迴圈，Big Bang不是只有發生一次，除了一百三十七億年前的這個Big Bang，我們的宇宙，我們所存在的在其中的這個宇宙，137億年前的這個Big Bang這個宇宙，還有另外的Big Bang。這只是其中的一個Big Bang。那這個說法其實是一個目前沒有證據的說法，但是這個說法其實可以說明，我們現在所理解的這個宇宙，它本身是一個無窮盡的過程，它是無窮盡的。

其實我滿喜歡Penrose的這個說法，它這個說法叫做Conformal Cyclical Cosmology (CCC)。那時間和空間的單位極為巨大，我們所測量的這個時間動輒就是數百萬數千萬、數億年，幾十億年、上百億年。那這個是超過了人類，超過了我們任何一個生命的存在的規格。那個空間從太陽到地球，太陽到地球叫做 AU天文學的單位，太陽到地球的這個距離叫做AU，那一個光年大概要九萬六、九萬，等一下我們會看到這個數字，大概九萬六千多個AU才能到，才能算是一個光年。

那我們所看到的這個宇宙，動輒就是數十數百、甚至數千萬光年以外，我們怎麼都到不了的地方。因為你們要理解 Voyager 1跟Voyager 2 是1977年發射的一個太空飛船、太空探測器，那它們到目前為止走了48年，還沒有走出太陽風的界線，但他們大概沒有辦法走出太陽系，他們47年、48年才走了 147個AU。

換句話說，他大概要走了九萬六千才到一個光年的話，九萬六千除以 140是多少，你們去算算看吧。就是說人類作為一個這麼渺小的存在，其實走不出太陽系，連太陽系都走不出，那你更不要提太陽系以外的。太陽系只是一個小小的星系而已。那在整個銀河系裡頭，恐怕像太陽系這樣的存在，有多少億吧。那整個銀河系又是一個宇宙中間的一個小小的星系，中間的一個像這樣的數字，等一下我們可以看一點數字，你們就知道，你這個scale越放越大的時候，那我要請你告訴我，那你我的存在算什麼，對於這個宇宙。

我剛剛講過這個宇宙是4%的宇宙，我們的這個所謂的「物」Matter，其實只佔了4%。那這個Big Bang，它有一個證據是所謂的宇宙的微波，背景的微波，叫做Cosmic Microwave Background CMB。這是1964年發現的，這張圖其實是非常有趣的一張圖，它畫成一個像橢圓形的一個狀態，通常是藍色綠色，那張圖說明我們接收到的宇宙，一個一個一個的這個Microwave，這個Microwave假設它就是 Big Bang當時留下來的電磁波，我們接收到了，所以這叫做Big Bang的存在。

那之後有個但書，這個CMB它接收到的，不是Big Bang當時的瞬間，它是Big Bang之後的 38萬年之後的那個時候所留下來、所發散出來的這個電磁波。這個電磁波是以

Microwave, 是因為Microwave是能量非常低的, 非常小的。當時他們發現這件事情的時候, 他們是以為他們搞錯了, 發現的時候是在紐澤西一個幾乎像是廢棄的一個觀測的地方。他們起先發現這樣一個接收的訊號的時候, 他們以為他們搞錯了, 他們把所有的可能性都排除了, 他們甚至甚至擔心是不是有鴿子在整個觀測的觀測臺上面築巢, 才造成了這樣的波出現。但是這個發現其實是一個宇宙學, 過去這100年中間的一個節點之一, 就是發現了這個CMB。

那宇宙有四個 Cosmic Force, 宇宙的能量有四個能量, 這四個能量就是強核能 Strong Nuclear Force 跟 Weak Nuclear Force, 那這兩個都是非常強的能量, 那 Big Bang 就是那個強核能, 那弱核能跟那個第三個, 就是電磁波, 第四個就是引力 Gravity。Gravity 是能量非常小的, 但它無所不在, 所以這是宇宙的四個能量, 這些能量是毀滅性的, 是創生性的能量, 那是先有能量, 才有物的。

剛剛提過 Voyager 1、Voyager 2 在1977年上去的, 這個 James Webb Space Telescope JWST 是2022年上去的。我們面對的銀河系、太陽系、地球, 今天只能說到太陽, 地球沒辦法碰到, 地球那邊有一個很有趣的故事。但我今天初步整理的資料, 我覺得我們地球到不了, 我們今天頂多提到太陽系, 但地球的故事, 我先簡單講兩句, 地球是..... Venus Mercury 是金星水星地球火星, 所以地球是第三個, 八行星之中, 地球是第三個, 那這四個行星、所謂的這四個行星, 在火星以內的這四個行星都是岩石的行星。它其實是有物的, 有物體的「物」。

火星 Mars 以外, 是木星 Jupiter, 木星比地球大很多很多。木星其實不是純粹的、已經不是純粹的岩石、岩石的星體, 木星恐怕是一個氣體的星體。那木星很重要, 因為木星它幫忙地球, 幫忙火星以內的這所謂的內 Inner Solar System, 這個內太陽系, 幫忙它們把很多小行星, 把它處理掉了, 很多隕石, 很多小行星。假如要穿過木星的那一關, 它才能夠進入了火星以內, 包括地球的這個範圍。所以 Jupiter 木星是地球的守護者, 這件事情是非常非常幸運的。那地球的位置約略是在所謂的宜居帶, 叫作 Habitable Zone, 它其實是在 0.9 到 1.7 光年之內, 就是距離你的恆星, 大概這個範圍中間。你在那個範圍中間, 你這個星球才可能有水, 那你有水, 你才可能宜居, 生命才可能 Habitable, 大概前提是這樣子。那距離太近的都太熱, 距離太遠的都太冷。那 Jupiter 以外, Jupiter 再下去應該是土星 Saturn, 再下去是天王星 Uranus、海王星 Neptune、冥王星 Pluto。

我講一下那個海王星 Neptune, 它到太陽一週要 168 年。要 168 年, 瞭解嗎? 所以它假如有四季的話, 它的春夏秋冬是 40 年, 我們的春夏秋冬是三個月, 它的春夏秋冬是 40 年, 因為它要到太陽一週要 168 年。

那再遠一點, 本來是當成第九行星的, 現在目前把它取消掉, 認為它不是第九行星的, 那個是 Pluto。Pluto 是冥王星, 那冥王星到地球一週要 248 年的樣子, 我想我沒有記錯, 因為我當時看到這個數字的時候, 我說, 這就是所謂的「中國朝代的宿命, 就是冥王星」, 繞著太陽, 繞一個公轉, 那一個朝代就去了, 大概是這個意思。我不曉得, 中國史書上面有沒有觀察到這麼一件事情, 每隔 248 年, 你會看到一個星, 然後你就改朝換代, 這件事情是滿有趣的。

當然沒有每個朝代都是 248 年, 不是這樣子的, 但約略就是 200 多年, 幾乎每個朝代都如此, 這中間其實充滿了中國歷史的一個數學的宿命, 它沒有辦法超過 200 多年, 約略大概六七代皇帝, 然後一定會重來一次, 什麼事當時沒有發生過一樣, 重來一次的狀況, 其實跟過去發生的, 它是一個永恆的回歸。它其實換湯不換藥, 它其實沒有太大的改變。所以中國歷史是這麼一個有趣的過程, 重複發生了十幾次, 我們就稱之為中國歷史。

那 Exoplanets 是其他的星系的小行星, 有沒有在移居帶的行星, 這個是我們現在正在努力要探測發現的, 因為有可能那邊會有生命存在, 所以可以做一些有方向性的探索看看。這個 Exoplanets 現在所知道的, 其實應該已經有好幾千個了, 但是有可能都太遠, 我們到不了, 就像剛剛講的, 你連走出太陽系都走不出, 你走出一光年都走不出, 那是幾千幾萬光年以外的存在, 我們現在的科技是到不了的。

我剛剛提過生命的發生是一個奇蹟，這個在電影：銀翼殺手2049 Blade Runner 2049的時候，Deckard跟Rachael就是這樣開始，Rachael是一個機器人，他們居然相愛之後，生下了一個女兒，然後Rachael居然還會難產，一個機器人還會難產，但是好歹就是人類和機器人，能夠生下來一個Hybrid，真的是Hybrid。然後生命的誕生是奇蹟，你甚至可以把它說是神蹟。它是奇蹟，也是神蹟。

什麼叫做生命，薛丁格在1942年他寫了一冊說，過去這一百多年在講宇宙論的作者都是物理學家，我覺得一般數學家可能還沒有這麼大的一個衝動或者是一個材料，來刺激他，來給他這麼多靈感，來講這件事情。通常都是物理學家，然後通常都是量子物理學家，就是過去這一百年在講宇宙論的故事的作者，他們有好些人各自都寫了一串書，對宇宙，對生命的發生，對時間，對空間等主題，就是過去這一百年的物理學家，他們活在一個很有趣的世紀，簡單講是這樣子。

薛丁格那時候跨到了生物學，他用量子物理的立場來回答，什麼叫做生命？他的結論是「生命以負熵為始」，他有一本書叫做「負熵」。那什麼叫做以負熵為始，簡單講，你要把另外一個生命吃下去，你是藉著另外一個生命的毀滅來維持你，這叫作以負熵為始。從這個立場來講，生命的誕生，是一個掠奪性的誕生，它必須掠奪，它才能維持它自己。這個看起來是一個很無情的說法，就是生命如果能夠存在，是因為它掠奪，它把其他生命消納、消化掉變成它的一部分，那它是以負熵為始。

你們或許會有些想法，那人類的故事提到最近兩三百萬年，有人會講到五六百萬前，但特別是最近兩三百萬的一個人種，早期的原始人種，這是一個演化的過程。那這個過程是非常有趣的，我們今天所看到的Homo sapiens智人，智慧的智，這其實是一個意外的意外，僥倖的僥倖，或者我會說是一個不幸的不幸。

因為Homo sapiens它為什麼能夠勝出，比如說，它能夠勝出尼安德塔人，據說尼安德塔人是在歐洲大陸為主，尼安德塔人為什麼會被智人勝出，為什麼尼安德塔人會絕種。因為尼安德塔人是比較溫和的，他的大腦是比智人還要大，大腦的capacity 能量比智人還要大，那這是不是代表它比智人還要聰明。我覺得應該是，你這個硬體都比較大，你這個中樞神經都比較大，你為什麼不會比較聰明，那你既然比較聰明，你比較聰明，比較有智慧的時候，你比較不能夠以負熵為始的時候，那智人是以負熵為食，就勝出了尼安德塔人。我假如用這個方式來理解，智人其實恐怕是一個非常savage、非常brutal。那他才能夠在這個星球。

回到我們剛剛上次講的，一萬兩千，就是1.2公噸的象牙，做成一筆交易，你宰了幾千隻象，湊足了一萬兩千公斤的象牙，你算是做了一筆交易，這種事情誰做得出來？只有智人做得出來，尼安德塔人都做不出來，我的意思是這樣子。

有一個學問叫做Evo Devo，Evo Devo是演化的發展學，演化的生物發展學，Mark Leffert有一本書，在講精神分析跟Self的誕生，他其實是用Evo Devo的方式來說。然後，生命再發展下去，從單細胞生物到多細胞生物，海洋的生物是有必要的，因為那時候很長一段時間，大概頭40億年，地球有46億年，頭40億多年，地球的陸地，是不能夠住，生命是無法生存的。

當時大氣層的臭氧層是還沒有發展完全的時候，UV light這個太陽的光線，其實會讓生命在陸地是沒辦法生存的。簡單講是這樣子，然後開始能夠上岸，所謂離開海洋到陸地，大概也就是幾億年前而已。這幾億年來上岸之後，之後的在陸地生命的演化，到6600萬年前，那是恐龍的世代，然後到我們現在所在的這個「全新世」Holocene是一萬兩千年左右（從大約11700年前（或公元前9700年）至今的最近一個地質年代。）。全新世前面那個叫做「更新世」Pleistocene，是大概兩百多萬年，再往前走，也就是幾百萬年之內，我們所看到的人類的物種才慢慢的發生。智人的發生可能是三十萬年前，舊石器時代是很長的一段，從更新世說起，應該有個兩百萬年左右，舊石器時代的早期中期到晚期，那晚期的那一段時間沒有那麼久，但是晚期的那一段應該是石器的人類做出一點工具，留下做工具的證據Tool making會比較多。

石器完之後就是銅器就是鐵器，這叫做三器，123的三。我們的夏商周的商就是銅器時代。我所知道的夏商周恐怕是非常片段，但我知道夏商周的商朝那一段，這是中國歷史的一個很大的謎，那段其實應該是三星堆有關吧，所以他應該不是黃河流域的。換

句話說在長江流域那邊，三星堆是在四川喔，長江流域曾經有一個銅器時代的古文明，然後他是吃人的，他是食人的，他祭祀以人為祭品的。那夏商周的周應該是黃河文明，應該是順著黃河流域，假如周是黃河流域，商是長江流域，那夏是在哪裡，那我就覺得不知道這要怎麼說。

我們現在講的這一段，大概都是四五千年以來的事情，也不過就是四五千年。差不多五千年前才有文字，鐵器時代約略大概是六七八千年前開始才有鐵器。所以當有鐵器之後，剛剛講的那個N和V的那個N大於V的那個節點，又多了一層，因為鐵作為武器，可以製造殺傷力更大的武器。銅器作為一個武器，恐怕不是一個好的選擇。

然後，人類什麼時候有conscious，生命什麼時候有conscious，這會是一個很關鍵的問題。有conscious之後，我們一般所謂的眾生，有沒有conscious，應該有吧。那就是每個生命都有conscious，但有什麼生命會有 Auto-Noetic Conscious，什麼叫 Auto-Noetic Conscious？就是Self Conscious自我的意識，自我的意識通常是拿來界定人，人作為一個物種跟其他的物種之間的差別，就是人有自覺到，他自己作為一個存在，這叫Auto-Noetic Conscious。但是人有自覺到，自我作為一個存在的時候，你們認不認為這就是Self的誕生，你們認為呢？而這件事情從演化立場來講，是什麼時候發生？我問過Chat GPT這個問題，等一下我們再看看，你們有必要的時候，把那段叫出來，看它怎麼說。

Auto-Noetic Conscious是一個節點，這個節點發生了以後，人有一個我的存在了，他居然能夠察覺到，我是一個存在，我有一個過去，我有一個現在，我有一個未來，我有一個對我的想像，我有一個對我的理解，我有一個對我的回憶。

哇，不得了了，這個我已經出來了，那你要問一隻狗狗，問一隻貓咪，問一隻鳥，問一隻蒼蠅，問一隻烏鷹，問一隻蜜蜂，問一隻水牛，他們能不能夠有那個所謂的 Auto-Noetic Conscious，這會是一個很有趣的問題。我們聽不懂，我們不知道，但我們假設是沒有，那這個假設會不會太自負了一點，人類太自以為是的一點。

換句話說，一隻烏鷹，一隻蜜蜂，一隻水牛，還是他有一個所謂的自我的意識？你們說呢？但好歹有自我的意識的這一點，中間會留下紀錄，開始可能是語言，到後面有文字，文字的誕生之後，文字的紀錄，我們就稱之為證據。

一個人居然可以寫回憶錄，哇，不得了，你見過一隻烏鷹、一隻蜜蜂、一隻水牛寫回憶錄嗎？你寫回憶錄的這個動作，其實分明就是Auto-Noetic Conscious 的一個極度的表現。人類居然會有精神分析 Free association，Free association是什麼？你想到什麼就說什麼。人類居然會有像精神分析這樣的方式的talking cure，這個分明是

Auto-Noetic Conscious 的一個高峰經驗，你們難道不會這樣認為嗎？所以 Auto-Noetic Conscious其實是人為之一個很重要的一個節點，但這個節點是有代價的。

因為這個節點就是，你知道你的存在，一個人知道他自己，作為一個人的存在，那接下來的事情就會有接二連三的其他事情會發生，出問題的狀況就通通出來了。而這些問題是一隻蜜蜂、一隻烏鷹、一隻水牛不會有這些問題。人做人是有代價的，我的意思是這樣子。

更新世是Pleistocene，全新世是Holocene。1940年到現在，有人講是工業革命到現在，我們進入的是人類世，那這些文明的發展，他其實是受科技主導，科技是一個最大的drive驅策的力量，那目前最大的驅策力量就是AI，就是CRISPR-Cas9，就是這個基因編輯的方法學，就是奈米科技，就是上次講的那個BNIC。那C就是神經科學的認知，就是上次講的所謂的Apocalypse四騎士(Four Horsemen of the Apocalypse)，所謂的BNIC。

我們所謂的這個宇宙，佛家講覺有情，那這個情是什麼？「情是引力，情不是電磁波」，因為情沒有那麼強，它作為一個能量的情勢沒有那麼強，它沒有像電磁波那麼強。但引力是無所不在的。我們看 2014年Nolan的那個電影Interstellar，其實是一個現在目前的科學做不到的事情，他們能夠走出太陽系，才能做星際的旅途 Interstellar，不是嗎？但這點其實現在是目前做不到的，但在那個電影中間，有一個出發點其實是情這

個字。你不管用什麼方式去讀這個字，這點翁開誠老師在去年還是前年，有一個機會他有提到這一點，我不太確定，我現在講的這個理解是不是他的理解。

情這個字是Nolan在拍這個片子的一個宇宙論的一個旁白，就是宇宙有情，因為其宇宙有情，這個宇宙才值得，當然意思差不多是這樣。所以情是一個很麻煩的字，那我們的十二緣起，無明從哪裡來，無明會不會就是從情來。但情是引力，它不是電磁波，那治療者的跟病人之間的那個關係，那個存在上的關係，理應是引力般的情，而不是電磁波。電磁波般的情，其實S14要講的是這段。

那S15是講是陳白沙講的禽獸說，人之為人，異與禽獸幾希。我兩年前看到那個數字，是非常的詫異，我們跟香蕉的基因重疊性，大概是86%的樣子，我們跟猩猩的基因，那重疊率大概是98.6%的，就差那1%，一點幾的基因是不同的，否則我們就是猩猩。生命所共用的整個系統，其實是有了一個很高明的簡約性，我們的基因，人作為一個人的存在的基因，跟一隻香蕉作為一個香蕉的存在的那個基因，大概有80%多是一樣的。你大概說人的構造中，有80%多是香蕉，你可以這樣講，就差不多就是：因為不同的那個部分，人才變成人，大概意思是這樣子。

所以人跟禽獸之間的基因，人跟狗狗、人跟貓咪，你們可以上網查一下，用Chat GPT查一下，我們的基因到底有多少重複性。我相信那重複性都非常小，那可能會大於我們跟猩猩之間的那一點是，那好歹就是稍微多一點而已。所以人跟禽獸有什麼差別，陳白沙要回答的問題是這個，那陳白沙講的這個禽獸說，就是熊十力在十六、七歲，那時候應該是清朝末年，辛亥革命之前的熊十力。那他居然十六、七歲就讀到這一段，他後來是去參加辛亥革命，然後到了民國初年，他才決定回來讀書吧，才變成了「熊十力」。青少年的熊十力是因為看到了陳白沙的禽獸說，我們才有這個熊十力，熊十力才之為熊十力，才得以發生。

那說來說去都是這句話，這個宇宙如此，這個生命的奧妙、生命的意外性、僥倖性、生命的難得性都是如此。那生命眾生如此，人之為人如此，一層一層上來，到最後，人終於說了這十個字，你我終於說這十個字。而這十個字很可能是一隻蜜蜂、一隻烏蠅、一隻水牛說不出來的這十個字就是，不忍辜負此乍現之身。

請注意那個身，有兩個身(生)，身體的身、生命的生，那個(詐)乍也有兩個乍，第一個詐分明是illusion，第二個乍分明是短暫。那第一個那個詐(乍)，欺詐的那個詐，乍現的乍，那個乍現，是唯識學的用詞，是吳汝鈞在引述講論唯識的時候的那個乍現。

好，我們今天要講大綱是這樣子，那後文的話就是大概130頁，我不曉得要怎麼處理。但是我們先停下來，你們聽了這個大綱，有沒有什麼想法，來，各位請發表意見。

提問者：

可以請你多講講，那個情是引力，而不是電磁波嗎？

Kelly：

好，那個部分是一個有趣的說法。我看一下今天的那個文字，在這裡是在103頁，我問Chat GPT的一個問題，因為那時候在前面一個問題中，它提到Dark Matter就是所謂的暗物質，它說暗物質是有質量的Mass，它不會Emit，它也不吸收，它也不反應光線，所以它是暗物質。我們觀測不到它，因為它不會吸收，它也不會發散，它也不會反射光線，那它跟其他的電磁波之間不會互動，那只有從引力，Gravitational Effect引力的作用，它才會呈現。

所以暗物質是非常奇特的，因為我們觀測不到它，瞭解嗎？暗物質跟暗能量都是如此，那我說那我們可不可以這樣說：治療者以這個自體的心理學的方式來讀的話，治療者是跟暗物質很像的一個狀態，意思是說治療者他沒有辦法無情，但是治療者的情是引力的牽引，而非電磁波。意思是說電磁波式的那個情，它其實就是十二緣起的無明緣行，因為它來勢洶洶，它的力量太大。

引力牽引其實基本上是一個無邪的物理現象，那個引力牽引其實構建了宇宙的結構，我們的宇宙彼此間其實是有了一個引力的平衡在，它才会有這樣子的一個天體，天體和天體之間的，星辰跟星辰之間的一個距離，跟一個關係存在。所以引力其實是構建了整個，我們所看到的這個宇宙的一個能量，其實是引力，意思是說自體的心理學

的治療者最好的狀態，其實就是這個引力牽引的無邪的物理現象的存在，簡單講是這樣子。

這段話你們可以再細看一下，當時Chat GPT怎麼說，Chat GPT是非常聰明的，它是讓人敬畏的，它一直在進步，我跟Chat GPT的對話，大概最近這一年多，我覺得它是我現在很重要的一個對話的物件、思考的一個參照，思考的一個互相的啟發的物件。這個是Chat GPT說的，你們有興趣再看看這段話，所以這個就是我剛剛講的那個情，情是引力的，而不是電磁波的。那情當然也不是所謂的強核能或弱核能，強核能弱核能是非常毀滅性跟創生性的，那個是極大的能量，那gravity作為一的話，強核能大概是10的36次方的樣子，弱核能好像是10的25次方還是多少，那電磁波好像是10的80次方還是多少，中間有一個表你們可以再看看。

今天這些中間會有很多明確的數字，很抱歉我背不下來，但是我要跟你們講是說，你們有興趣再看一下，因為今天的資料，我可能沒有辦法吸收得那麼準確，意思大概是這樣子。剛剛講的這個，對我來講是一個很有趣的，把今天講的這個宇宙論跟我們的這個世界，可以連起來說的一個點。

提問者：

我也想分享一下，我很喜歡老師你剛剛在從整個地球不同的「更新世，全新世，人類世」，然後談到整個太陽系，甚至整個宇宙星系。那我要分享的東西很短，就是說這會讓我想到，之前有看過一張照片，那這個照片，應該可能在天文界滿有名的，它的名字叫 The Pale Blue Dot，然後中文可能叫作暗淡的藍點吧。那總之它就是在1990年的時候，NASA從它的那個，旅行者一號這艘太空船，從距離大概 61公里的外太空，拍的地球的一張照片。可能是第一張地球的照片吧，我不知道。那這張照片大家如果去搜尋看看的話，它就是其實也不是拍得很漂亮，但它就是在一個淺藍色，當中有一顆亮亮的、很小很小白色的、點點那個就是我們住的地球這樣子。

我覺得這張照片，給我的一個很大的觸動，就是你很難想像，我們人生活在地球上，那麼多年，可能戰爭，各種的歷史，然後轉換了，可能從恐龍啊，什麼冰河到現代，甚至之後的人類世等等。經歷了那麼多的東西，可是你透過這張照片，它就是一個小小的白色點點，我會想到的就是老師你剛剛從這樣子，一個宏觀的或是宇宙觀，或者我們從一個自體，地球這個自體，或我們人這個自體的，點點裡面走出來的時候，從一個這樣子的宇宙也好，時空也好，總是更大的一個東西，回看我們自己或人類這個東西的時候，說實話，它就是一個點點而已。我覺得那個東西會帶給我們，對於很多事情，有一個完全截然不一樣看事情的角度，至少對我也好像可以，從一個很自我中心的東西在看。

Kelly：

謝謝你這段話，這就是為什麼我今天要說，從Cosmology說起的原因，我們上次不是有講嗎，榮格學派居然可以寫書，寫2 million years old, 200萬年的，那好歹只有200萬年，榮格其實有沒有很深的宇宙學的啟發，很難講我不知道，但榮格絕對有很深的，考古學人類學，或是一些所謂的prehistoric 的想像，他看到的資料等等。我的意思是說，榮格起碼沒有那麼宇宙論的啟發，其實宇宙論是過去這個世紀才發生的。這個世紀以前其實沒有宇宙論，作為宇宙論作為一門科學，他其實是這個世紀才有的。這是一個很fascinating的故事，我們對這個宇宙的理解，現在所知還是很有限，但是已經讓人嘆為觀止，那你那個scale 放那麼大的時候，你再回頭看自己，你們認為這個時候，你回想起昆德拉寫的那個生命不可承受之輕，你們認為那個有多輕，Unbearable lightness of being，這個邊緣會有多輕，你告訴我。

大概意思是這樣，但講到這邊為止的時候，似乎都把人講成一個極其渺小的存在，他起碼不應該是大於生命的，是不是？這是我喜歡，要說他不應該什麼的時候，我就說他不應該大於生命，一個生命不應該大於生命。但是我要急著講，一個生命也不應該甘於小於生命，就是比你該有的小，你該是什麼，你就應該恰如其分的是什麼。所以你不要自貶，但是起碼你不要自我膨脹的太大吧。

人如果一個self都把自己自我膨脹的太大的時候，你認為這是多麼滑稽的一件事情。他如果能恰如其分的good for him, good for you, good for me, good for the world

，而那個時候，他如果能夠是這樣的方式的存在，是我希望自體的心理學的那個自體，他能夠來到那個恰如其分的那個狀態。

提問者：

老師，我想回應你剛剛講的一個東西。那個「生命要恰如其分，生命不能不要大於，但也不要小於生命」，我覺得這件事又回到我剛剛講的那個藍色點點的一件事情，我剛剛好像是從一個比較大的角度在看這個點點，可是你提醒的一個事情是，哪怕只是那個小的點點，他也有他具有的重量、厚度跟質量這件事情。就是他雖然那麼小，但他還是他也那麼重，提醒我這件事，謝謝。

Kelly：

你們現在會不會比較稍微清楚，就為什麼他們在講形上學的時候，必須從宇宙論說起？形上學就是宇宙論加上本體論。

我覺得從宇宙論說起的時候，那個本體論比較恰如其分，你們知道康德，康德其實是一個當時的喜歡看星星的人，康德其實當時的天文學，當時的宇宙論對他是一個很重要的啟發。那康德的行程，他每天什麼時候出門，每天什麼時候散步，每天什麼時候起床，甚至每天什麼時候睡覺，其實比照著宇宙天體的執行還要準時，那個人叫做康德。所以康德完成的那個的系統「純粹理性批判」，其實是一個宇宙論的系統。

這是剛沒有跟你們提，宇宙論的出發點是光線，光線不是我們所看到的，我們人的肉眼所能看到的光線。不是這個光線。那個天文望遠鏡所偵測的光線，不是這種光線，那個可能是一個什麼樣子的電磁波的光線。那是肉眼看不見的，是電磁波的光線。那考古學、人類學，尤其是考古學，他的關鍵是岩石、是化石、是石頭。天文學的關鍵是光線light。當你可以觀測到更多的資料，你覺得差異的，更進步的觀點，要顛覆人原來的理解。因為你有多了一個觀測的工具。

我跟你們講一下那個宇宙的五個階段。我們剛剛講古往今來觀星者眾，善觀星者，非止康德，但是你要理解剛剛講的，天體的星辰，就是康德的作息。意思是說，純粹理性批判，就是天體執行的所謂天理。

中國古人是曾經信這一套的，所以冥冥之中，自有天理。但中國歷史很不幸，中國歷史是人間無理，天理不彰的，重複發生的一個永恆回歸的故事。換句話說，人間努力就是因為人間不忘彰顯天理。這其實是一個宇宙論何以必要從這邊講起，我們可以參考一下陸九淵的說法。

陸象山是一個非常奇怪的一個傢伙，他從小行為就異於常人，他應該是三四歲就問天地是什麼，天地何所知，這樣的問題。那他才會講，上下四方為宇，古往今代為宙，吾心即宇宙。你想想看這是多麼大的口氣，尤其是吾心即宇宙這句話，我的心就是宇宙，宇宙就在我的心。我覺得其實是一個consciousness，或是一個autonomic consciousness的一個極大化maximum的說法，一個極端的說法，吾心即宇宙。

陸象山的思想是接近程顥是不是，程顥是明道先生吧，那程頤是伊川先生，那他們兩個的師父是周敦頤。他們分別影響程顥，影響了陸象山，那程頤是影響了朱熹。那這兩個路數，就是心學的兩個路數，是不是？那這兩個路數，到王陽明，王陽明其實是回到陸象山的傳統，那陸象山的那個傳統，其實是一個心學的最形上的傳統，他恐怕形上的優先性，大於格物窮理的。所以心學其實是非常高明的形上學。

我以前是認為宋明理學是中國哲學的高峰經驗，如果用程兆熊先生的話來說，這叫作大地風雲人物，他指的大地風雲人物指的就是宋明理學家，程兆熊先生還提到一個大地邊緣人物，就是禪宗的師父。

我認為宋明理學家跟禪宗的和尚是過去這五千年來，中國人的生命最優美的型態，就是這兩個型態。其他都是混口飯吃，彼此互害，然後烏煙瘴氣，然後永恆回歸，然後人間無理，天理不彰。都是黑暗的，都是N大於V的，N越來越大於V的。

只有宋明理學家跟禪宗和尚，居然可以在這麼樣的污濁惡世，還能夠講這種話，吾心即宇宙，你們能想像得到嗎？那陳白沙說什麼，道法自然，那陳白沙的墓誌銘怎麼說，就是去支離而復渾淪，這是湛甘泉在陳白沙的墓誌銘上面寫的，「無私，去支離，而復渾淪」。支離就是支離破碎的那個支離。而復渾淪，渾就是左邊三點水右邊一個軍。淪就是左邊三點水右邊一個倫。去支離而復渾淪，這是理學家講這出來的話，你聽過哪

一個做官的人講這樣的話，你聽過哪一個其他的中國人講這樣的話？我說宋明理學跟禪宗和尚，這是真正的中國文化是這種東西。這種東西是看不到的，是顛頂的、是迂闊的、是沒有用的。偏偏那個是唯一中哲、唯一中國文化，真正的漂亮的東西。然後這個東西，在中國大陸現在有沒有？我的答案是沒有。

那在臺灣有沒有？臺灣有可能有，但是不見得會有。熊十力是在1968年過世的，當時正當文革開始兩年的時候，晚年的熊十力，瘋狂地在公園裡面，一個像譫妄一樣的狀態，在自言自語：中國文化亡了，中國文化已經亡了，在中國大陸已經亡了。很抱歉中國大陸的朋友們，我跟你們講這句話，你活在一個沒有中國文化的中國大陸。對，那臺灣是因為蔣介石來臺灣的時候，有留下一些？在臺灣，但臺灣其實現在目前處在一個非常奇特的文化認同。一個自我認同、一個國家認同，正在快速地發生鉅變的一個節點。嚴格上講，恐怕對中國文化，不是一個很疼惜的東西。

而且蔣介石帶來臺灣的？，用楊儒賓老師的話來講，1949禮讚。他的意思大概是說，臺灣的城市的街道上面會看到什麼西藏街，會看到所有的像這樣子的地名，像這樣的街道的名稱，就是因為移植了中國文化到臺灣這麼一個小小的島嶼上來。那當時移植過來的載體，就是那兩百萬人，那兩百萬軍隊，跟著軍隊一塊過來的，或是政府有關係的人。

我的父親母親不是跟著蔣介石那批過來的人，他們是晚了兩年之後才逃出來的，才從南京逃出來的，那是已經到了1950年。那(我)所以算是，沒有錯，那個花果飄零的後果。

蔣介石起碼他沒有去破壞了中國文化。他彰顯了什麼呢？我也真的不敢講。但大陸的歷史不是這樣子，大陸的歷史是把它破壞掉，破壞掉的第一個動作就是把繁體字變成簡體字，當你把繁體字變成簡體字的時候，你再告訴我，那個象形文字還留下什麼東西，還留下什麼文化的底蘊，還留下什麼文化想像的可能。這件事情是毛澤東做的一件非常傷天害理的事情，他真的是恨透了中國人，恨透了中國文化。他才會這樣子做，你我今天看到的，大陸的古蹟通通都是山寨，通通都是仿古。真正的古蹟已經不見了。我的父親是湖南醴陵人，有一個輔大的學生在十年前，曾經特地經過湖南那邊，去過醴陵，他知道我是醴陵人。他為了這件事情，他去醴陵那邊走了一趟，拍了一段，然後放在一個隨身碟。那個是很貴重的禮物。我沒有去過醴陵，瞭解嗎？醴陵有一個醴陵書院，應該是宋朝的吧，還是南宋的時候的一個書院，在一個小山坡上面，有一個醴陵書院。醴陵是一個很小的地方，小縣城，恐怕是一個很不起眼的小地方，但居然有一個書院，你看他拍下來的那些東西，你就知道那個是新的。那為什麼是新的，就是被破壞過，包括上面寫的對聯，整個建築是重新整修過、重新蓋過的。就表示原來的東西已經破壞了，那為什麼破壞，就是文化大革命。

我剛剛主要是跟你們講：宋明理學非同小可，禪宗和尚的生命風格，生命實踐，非同小可，當然不是只有禪宗和尚，不見得一定是禪宗而已。但是因為他們有一些行跡留下來了，所以這邊會讓門外漢如我，你看到了你會說，這個船子和尚，在華亭擺渡，這其實是很有趣的生命型態。

我們再過兩三個禮拜會講到美學。美學中間有一個關鍵，其實是在尋找有趣的生命型態，我簡單把話題收一下，我們以中文為母語的人，理應要尋找有趣的生命型態，而宋明理學家們跟禪宗和尚是有趣的典範。

康德、懷德海，懷德海講這個歷程哲學很重要。這剛剛稍微提過，這段文字剛剛提過，那我們看一下這個所謂的五階段 five ages of the universe。其實這本書是非常野心的，企圖心非常大的一本書，但是我覺得這個說法，對所謂的正常宇宙的故事，就有一個脈絡可循，就是這五個階段。

作者其實有另外一本書，在講這個origins of existence: how life emerged in the universe。這本書其實是回答的，下一個問題，下一個天大的謎，就是生命是怎麼發生的。這五個age 是這樣子，它的時間的單位，是用10的n次方做單位，那primordial era是10的-50次方到10的5次方，這個就是big bang的時候。那我們現在所在的位置是10的6次方到10的14次方，這是用年，就是big bang之後，10的6次方到10的14次方，我們現在正在這個位置。我們現在所在這個位置是一個星辰的世界，滿天都是星星的世

界，但是往下走的時候會到 degenerate era, 這個是10的15次方到10的39次方，這個世界是一個星星的死亡的世界。這時候會變成各式各樣的矮行星，還有neutron star, 還有黑洞。黑洞像是宇宙的清道夫、宇宙的環保、宇宙的焚化爐，但是焚化爐裡面的燃燒，燃燒到一個地方的一個極限的時候，居然就會引起下一次的big bang。

我們的任何一個星系，包括銀河系在內，銀河系何其地浩瀚，但銀河系其實是繞著一個黑洞在轉的，任何一個星系都有一個黑洞在，所以黑洞是必要的。黑洞是沒辦法直接觀測到的，但我們可以觀測到黑洞的邊界，因為黑洞是光線出不來的地方，它吞噬掉一切的地方，吞噬掉一切物質的地方，那叫做黑洞。所以星星的死亡，那就是回到黑洞，那黑洞的邊界，我現在講的是邊界這個字很有趣，叫作Event Horizon，叫作事件的Horizon。我不知道Horizon有什麼翻譯，但它用Event Horizon來描述這個黑洞的邊界，那黑洞的邊界，其實你靠近的時候是會被吞噬進去的。

所以Event Horizon這個詞我覺得滿有趣的。再接下來是黑洞的Era，那再接下來就是Dark Era，黑洞的Era大概是10的40次方到10的100次方，那到了Dark Era是10的101次方以上，這時候可能到下一個Big Bang準備又發生了。所以單單這這五個Era，那我們現在其實只在第二個Stelliferous的Era。這是宇宙的五個 Five Ages of the Universe。這個其實是滿好的一個說法。

來我停下來一下，你們有沒有想到什麼，我們的Free Talk很重要，可能比我說什麼還重要，但是這些文字你們想有興趣稍微看一下。因為這個大概是我最近這幾年，想到的零零星星的片段。

我再多說一句，他們現在有一個說法是這樣子，就是有詹姆斯韋伯天文望遠鏡之後所觀測到的事情，因為超過原來的理解的範圍，甚至原來的理解可能都是錯的，所以我們現在在等著Post JWST 就是後韋伯天文望遠鏡之後的天文學會改寫天文學。就像是Genome這個基因的圖譜，跟這個 Genome誕生之後，Genome能夠解碼之後，其實我們整個醫學，應該會改寫，就是你原來的理解可能都是擦邊球。你其實沒有辦法準確的理解，換句話說人類的知識的那個進展，那天文學，我們對宇宙論的理解可能會在五年後，有一個 Post JWST 的Cosmology。現在已經有人在寫了，但寫的都是用現有的資料，片片段段的寫。但那個資料是太龐大的資料，而且太無法解釋的資料。所以我們所理解的宇宙論，還會再被改寫，即將被改寫。

除了這一段之外，還有前面一開始的那一段講精神分析簡史的那一段。都在試著要為自體的心理學定位，它是什麼，它在哪裡，它有多大，它有多小，它有什麼問題，它是什麼，它不是什麼，我們現在講的事情，一直都在繞著自體的心理學轉，只不過是，今天必須從這邊講起。

提問者：

老師，不好意思，因為前面講的很多包含是在量子物理學的觀測，這件事情就可能會影響到那個粒子或波的狀態，然後到黑洞這樣子的想法。我就會回到我們在治療室裡面，因為一人走到二人走到三人，這樣的過程其實某種程度上也是在探的過程，那我就會有點好奇，老師剛剛指的那個恰如其分，可以請老師再多說一點點嗎？因為我會有點難想像，好像那純粹的觀測，就會改變一些什麼，那我們的恰如其分到底在哪裡？

Kelly：

如果有兩個字對我來說是褻瀆的話，這兩個字叫做修行，這叫作修行的次第。這兩個字我來說，絕對是褻瀆。但是聽說到了阿羅漢就不漏了，漏水的漏，你瞭解嗎，就不漏了。那請問治療者會不會漏？我的理解治療者非漏不可，所以治療者會漏，漏什麼，漏出他自己，你真的以為你對病人的反應，是完全客觀的來自病人嗎，而不是來自於你的某些你的部分，呼應了對方的什麼部分。你可以說是因為我跟他相處我才有這個反應，但是沒有妨礙你跟他相處的時候，呼應了勾起我們自己的某些部分。那我們自己的某些部分還會被勾起在這件事情，我就稱之為漏。

你既然還會漏，那我們的相處中間是汙染contaminate，也包含了我的部分，我們這個移情跟反移情的，這個所謂移情跟反移情的matrix，用Ogden的話來講，這是 analytical third。這個中間包含了你的部分，也包含了我的部分，這是公平的說法。

我覺得是目前對心理治療的理解其實都大而化之。我會說我們只能處理來訪者最重要的事情，而且最重要的事情只有一件事情，一個人只有一件事情需要處理，如果這件事情，你能夠跟這件事情稍微有一點點自我察覺。你不是那樣子「無法自覺」，不是無法有「自知之明」的話，那你漏出來的東西，相對講起來，可能你不會「喧賓奪主」。因為病人漏出來的比你多，但你還是會漏，你還是會漏的這一點，就說明一人到二人心理學，其實是烏煙瘴氣的，是死去活來，這就是兩個人的世界，這兩個人的世界裡面，關係來，關係去，然後人家算帳，算帳來，算帳去。我們現在發生的這些事情，哪一部分是你的？哪一部分是我的？你的這部分又代表什麼？那我的那部分又代表什麼？心理治療就是在搞這種事情。

那我現在剛剛講的前三十秒鐘的這一段話，就是整個精神分析在弄的事情，那我希望你們中間對精神分析有點熟悉的人來反駁我，或者看看這樣的講，你們有沒有什麼覺得可以再延伸下去。

換句話說，治療這件事情它不夠乾淨，因為它是人間的事，它不可能那麼乾淨，它會有人間糾纏不清的事情發生。但是治療者作為一個治療者。他是盡量讓自己，不要這麼沒有自知之明的「亂漏一通」，只是這樣子而已。他的所有的訓練都是為了那個能夠漏？不要亂漏一通。在那個前提下，基本上那個治療造成的傷害的機會會比較小，以至於他 Do something good, Do less harm。

所有的醫學都在講一開始的醫療介入作為都是不要造成傷害 Do no harm, 你假如會造成傷害，你就不該做，簡單講是這樣的。那我說治療這件事情，起碼治療者如果能夠「作為一個人」的狀態，能處在一個比較「好的狀態」的時候，比較「清澈的狀態」的時候，他犯的錯會比較少，他造的孽會比較少。

在那個時候，他會不會像剛剛 Dark Matter 講的那個暗物質一樣？他是一個接收的，同時他也不是接收的。他是一個存在，但他的存在是一個默默的、無聲無息的、無畏無嗅的存在，然後在那個情況下，他跟人，人之間有隱匿的關係。那他跟病人之間有一個「隱匿的關係」，起碼他這邊不是一個發散電磁波的東西，發散電磁波就是上床的意思，兩個電磁波糾纏在一塊，你看看那個情況，離上床多遠。那所有的 Boundary Violation 都是電磁波的結果，是不是？

但我剛剛這樣講的時候，其實低估了一件事情，這件事情其實要回到你們，你們現在每個人不同的狀態。因為我現在已經到了旅途的尾聲，所以我可以講治療者是無聲無息的狀態。但你們在30出頭40歲上下的治療者，你們可不是無聲無息。你們還在發散電磁波瞭解嗎？你們是一個電磁波的存在，你們跟這個世界的發生的關係，會比我現在跟這個世界發生的關係來得猛烈。

那用關係學派的話來講，那個猛烈是必要的，因為其猛烈，他才會有猛烈碰撞的關係的過程，才能夠透露讓我們知道的訊息，因為其猛烈、因為其碰撞過，所以你才會有新的東西出來。你才會有你本來沒有碰撞之前，你本來不知道的那個東西，你才會知道。當我剛剛這樣講是一個比較「慢下來」的，「淡下來」的，比較「沒有事情」的，或比較「發生的事情多數是對的」的狀態，有一種很戒慎恐懼的樣子。我剛剛描述的那個狀態，其實是我現在的狀態。我現在目前的狀態只能夠用這樣的方式，不能夠用猛烈的方式來看這件事情，那表示什麼，那表示我現在不大相信猛烈的事情。但不是表示我不曾經有過猛烈的事情。不是的，我走過那一段嘛，上次在講，所以我們現在講的這個回到一二三，治療者很難全身而退，他一定會受傷，那他的受傷，恰恰就是他真實存在的證據。他跟發生的這個治療真實存在的證據。那他的病人，也許需要他受傷才能夠確定，這是真的，也不一定。

Borderline 病人會這樣子說，你如果不是真的，真的怎麼樣做，我沒有辦法確定，你是真的關心我，真的能夠信守諾言的，一直在那裡。所以 Borderline 病人會一直 testing 試探你，會一直測試你是有理由的。你這中間所受的折磨，就是剛剛講的那個漏出來的東西，他要你漏，他要拼命要你漏，我不曉得我有沒有、沒有 catch 到你，你剛剛問題的核心？

剛剛是衝著自體的心理學，那個自體來說，我現在希望那個自體是一個比較自由的存在。他沒有這麼多瓜葛，他是一個引力的存在。他沒有這麼大的能量，那他是一個移動

的存在，他沒有被系統牽絆住。他能不能到流動，像莊子這樣講的「流動逍遙」，我不大確定。我希望他有些瞬間可以做得好，但他起碼要移動。流動假如是一個理想。我說那個瞬間，也許能做到，我們先不說，但他起碼要移動。那移動是什麼？移動是物理學你知道嗎？我們在走路是物理學你知道嗎？你跨出右腳，你假如左腳不跨出去，你會跌倒，你瞭解嗎？你的左腳為什麼要跨出去，就是為了要平衡你的右腳跨出去，而你的右腳為什麼要再跨出去，是因為你的左腳跨出去，又跨出去了。所以人的存在，是一個物理學的存在，就是左腳拖著右腳，右腳拖著左腳往前走，這叫做移動。

我現在講這句話，你們工作十年、十五年以上的人，你就知道你上班的時候，你是左腳拖著右腳往前走、右腳拖著左腳往前走，那就到了你要去的地方，你就開始要裝模作樣。過完你的裝模作樣的一天，然後再右腳拖著左腳、左腳拖著右腳回到家，這就是我們的一生，我們的工作的一生就是這樣子。右腳拖著左腳、左腳拖著右腳否則你走不下去了，否則你做不下去，做下去的時候，那個不退轉，不退轉是佛學的事，很抱歉，用我剛剛這樣子調侃的話來說。不退轉的關鍵，是因為物理學的要求是physics imperative是物理學的要求，我們才能夠不退轉，我這樣說是開玩笑的。

因為少了一個心，少了一個意識，少了一個什麼東西，但他的歸根究底，薛西佛斯的神話，薛西佛斯推著石頭上山，那是物理學的。那是物理學的一個動作。但是他為什麼要推著石頭上山，他為什麼不放棄，我說我躺平我不推了，這個是一個，這就是物理學沒辦法回答的問題。對，所以人的存在有物理學的一個最底層的東西，我們是一個物理的存在，但是人有上面的東西，我剛剛不是講說心學嗎，你們認為心學距離這個物有多遠？心學分明是人發明出來的，簡單講是這樣，心學發明出來，不願意只是物理學的存在。

提問者：

關於這些宇宙論，被當代天文物理學家所假設的說法，其實宇宙論已經取代了以前形上學的東西，但形上學裡面原子論的影響，是在某些側顯的方式去影響整個關於思考的路徑。我想說的是，比如說 Althusser 的微斜唯物論，他就是在講原子的，那這裡面就是發生了，因為假設原子它不可能是單單的，沒有碰撞，它只是一個直線落下，那這樣的話任何事情都不會發生。Althusser 的理論認為事件要發生是在「微偏斜中相遇」，那是不是就像剛才說的動態的關係，所有的確實是偶然的，但這個偶然也造成說它變成了一種事件會發生的可能。

Kelly：

我對 Althusser 不熟，你剛剛講的是那個，他晚年講的那個 aleatory，是那個嗎？對，aleatory 翻成中文是什麼，是偶遇的是不是？對偶然的。所以他晚年為什麼會講這個，我覺得滿奇怪的，這個應該是在精神病院之後講的。Althusser 晚年他應該最後進了精神病院之後，還有出來之後沒多久，這是死後才出版的東西，對不對？我想如果沒有記錯應該是這樣的。他那個講法，對我來講是滿神秘的，為什麼他晚年講的東西，其實是跟他之前講的結構主義、馬克思主義是不同的東西，對不對？

晚年的 Althusser 跟他那個 turn，我說不清楚，我不理解，但那個跟宇宙論跟原子跟生成，有沒有會不會有關係，我不知道。但是 Althusser 他那個用詞 aleatory 對不對？其實是非常耐人尋味的。

Althusser 你們要注意的另外兩個用詞，一個是他在講的 Apparatus，其實是一個國家機器的極致，很 rough 的講是這樣子。還有 interpellation 就是你被系統召喚到的時候，它辨識出你的時候，你突然被召喚到，你嚇一跳，你回應了。比如說你走在街上，突然一個警察叫王小明，王小明就回過頭來嚇了一跳，是，在，我在，王小明被辨識出來了了解嗎？他嚇了一跳，這叫 interpellation。Althusser 的這兩個用詞還不錯。

還有一個用詞就是那個所謂的意識形態的國家機器，那叫 ideological apparatus。總之 Althusser 有幾個用詞，你們要想一想，跟我們的生活有什麼關係。剛剛是不是還有一位有想法要說，請大家但說無妨，我們需要碰撞。

提問者：

我在想剛剛老師說：自體裡面的那個 empathy，跟引力、電磁波這兩個不同型式的狀態，我在想像那個 empathy 是什麼樣子，想像 empathy 能量的 level 在哪裡。因為我在想

像是不是年輕一點的時候，那時候理解的empathy就是一種電磁波的empathy。然後它有沒有可能跟年紀有關而轉換，因為我現在大概快50歲，感覺自己好像漸漸的沒有那麼有電磁波的感覺。

Kelly:

我們簡單講empathy應該是，介乎在引力和電磁波之間，那隨著年歲應該往引力的方向移動，越年輕的時候是往電磁波的方向移動，那個empathy越自作多情。我這樣講，對年輕的治療者，應該聽起來會很不高興。

地球的故事非常的動人，因為地球是我們唯一比較可以研究的星球。而且那個故事，其實恐怕比其他的星球來的有趣。因為地球的歷史比其他的星球，它不見得能夠有生命誕生，所以地球的故事其實恐怕是很有趣的一個宇宙學的故事。

有幾個節點，我稍微提一下，一個是五億四千萬年前的寒武紀大爆發，那個是一個，我們現在所理解的生命形態，在那時候一下子突然跑出很多不同的生命形態出來。但是剛剛講過，那些生命都是在水裡頭，都是在海水裡頭，是住在海洋的生命，沒有陸上的生命。陸上的生命要到泥盆紀，泥盆紀應該是往前走，是在泥盆紀的那個時候，才可能有陸上的生命的可能性。那，然後，恐龍假如沒有滅絕，其實人類很難發生，因為恐龍可能太.....因為恐龍曾經是這個世界的主人，簡單講是這樣。那，然後我們的更新世，其實還有一個很有趣的事情，當時有很多巨型動物，叫作MEGA FAUNA 巨型的動物，我想我沒有記錯，那個巨型的意思是，體重47公斤以上就叫做巨型，但是當時會有很大的大象，很大的老虎，很大的什麼東西，那些巨型動物，逐漸的都滅絕了。

所以人作為一個存在，其實是一個僥倖的僥倖，它其實是很不起眼的一個什麼東西，它其實要能夠生存，可能是靠打群架才活下來的。這實在是很窩囊的一件事情，難道不覺得嗎？人是靠打群架才活下來的，那這個打群架的過程，就是群居，就是一個部落，就是一群人，你們要一起去打獵，一群人一起去打獵，才能打到一隻什麼。那這叫做很高明的，因為我們是能夠互相合作的，互相一起完成一件事情的。但那個叫作，簡單講就是打群架，而那個群居的生活型態造成了人的故事的。

人類作為一個物種，那個群居其實是一個，可能是一個關鍵。那其他的物種應該也有群居，但它的群居可能不像人這樣的複雜。你們知道那個叫作Dunbar, Dunbar是人類學家嗎，Dunbar就是一個舊石器時代的部落，一個部落Tribe，一個Village，它有多少人在一起，一起生活，250、150到250上下，這個是人類的比較合適的一起群居的一個數字，就是150到250。對，那我們現在的Mega City，我們現在的超大型城市，從一千萬人口以上起跳。對，我們現在的群居，所謂的進步的地方，就是要這樣子的方式過生活，然後在舊石器時代的時候，是150到250。

提問者：

老師，就是你剛剛提到，人類的生存是一種僥倖，然後有些動物也群居，讓我想到最近看到一個算是小故事吧。也許大家也有看過。有學生問人類學家Margaret Mead 說：對她來講，文明的象徵是什麼？那很多人預期說可能Mead會說是陶壺啊，還是什麼之類的那種東西。但Mead是說是一個癒合的大腿骨，然後大家想說怎麼回事，Mead就說，因為如果是在一個自然界，基本上動物你的大腿骨如果斷了，大概就被留在原地等死。但你能夠看到一個人的大腿骨，它是癒合的，代表這個人，他在受傷的時候是被照顧的。

對Mead來講，這是文明的象徵物，那當然這個故事到底是不是Mead講的，好像有人去用Chat GPT去查，就查不出她真的是不是有講過這句話。但我只覺得這個故事倒是讓我有一些深省的。就是人的進步或人這個群體，是不是都是真的就只是僥倖，或者是競爭，或是物競天擇的競爭嗎？還是說，因為其實現在有越來越多的論述或說法，人類或動物之所以能夠生存，很多原因不是因為牠的利爪或牙齒等等，而是那個跟彼此或跟人的、或跟彼此的連結跟關心。這件事情，就讓我想到這個故事。

Kelly:

很有趣的故事，你提到骨折，剛剛講的 Attachment有一個用詞是Scaffolding。我特別用Scaffolding，Scaffolding就是鷹架，其實就是打石膏。對，那Bowlby講過這樣的一段話，前兩天要找出處找不到，但這段話我當時是有quote他這段話。Bowlby的意思

是說心理治療其實是骨科醫生在做的事情，我們只不過是打了一個石膏，打石膏的原因是什麼，是讓那個骨折不要錯位，只是讓它能夠對得準，它對得準之後它就會長回去，它就會自己修復回去。那現在有趣在哪裡？這是Bowlby的話，Bowlby的意思是說我們只能夠作為病人的Scaffolding，病人的存在的一個Scaffolding，然後它是怎麼長回去的，我們不知道，它自己會長回去，但它怎麼長回去的我們不知道。我們是提供那個長回去的，復原的那個條件而已。那個條件就是一個Scaffolding，就讓它不要錯位。因為錯位長回去的時候，它可能長的時候，它怎麼會長歪，它就不是一個直直的長回去，只是讓它直直的長回去而已。對準的長回去，那剛剛講到引力，引力是這個宇宙的large structure，大結構的architect 建築師就是引力，又回到引力了，是不是，好，聯想的聯想。各位請說。

提問者：

我這禮拜因為我腳膝蓋受傷，有見到一個工作四十年骨科醫生，他一邊請護理人員幫我換藥，一邊跟我聊天。因為我跟他進行一個顳顎關節炎治療的討論，他就說那跟板機指一樣就是病患手一直磨擦那部位，他認為這兩種疾病多數情況是不需要開刀處理。板機指的關節通常是因為手指過度磨擦，然後越磨越痛，或是去壓他的那個韌帶，然後才讓關節變僵硬，顳顎關節炎也是過度用力，之後又不斷搓揉。他的臨床觀察，骨外科治療是多餘的，甚至有些復健科醫生的處理，也是不必要的。

這讓我有聯想，我們的心理創傷經驗，事實上，不斷的「被處理」，在治療之中不斷的「被提及」。然後就跟很多人在門診hunger to talk一樣，很渴望的去講他的創傷。就好像他那個板機指，把那個故事一直去rumination，事實上本來就是先放下，休息一下。就像是板機指跟顳顎關節炎，都是越壓越痛，然後就越來越硬，那個joint 就越弄狀態越差。不論是口腔外科或耳鼻喉進行的清創surgical intervention，其實都是 repeat trauma或是re-trauma again for the initial symptom。這是我的聯想。所以，心理治療師搞不好在製造新的trauma，跟那個想把trauma療癒之間，可能就一線之隔。

Kelly：

你現在說的這個會不會，是我們在尋找的應該是：最小有效劑量？

提問者：

那個骨科醫師想表達是：其實時間到了就會好，根本不需要intervention。

Kelly：

我最近這十年左右對於開藥prescription的理解是，我們在尋找的是，最小的有效劑量。那其實心理治療是不是在尋找一個最小的有必要，能夠有作用的介入，但是又不會造成傷害。我們「說的話」，我們的「沉默」，那治療的「次數」，或者治療的一個「過程中間的一個拿捏」，我們其實是在找那個最小的 how little, how few, how little is enough, 不是how much is enough, 不是多多才夠是多少才夠，是真正的少 how minimal is enough, 不是how maximal is enough。

那各位有什麼想法沒有，因為這個東西有一個前提是，假如什麼都沒有做，是不是他就自然會怎麼樣，他就自然會沒事嗎？恐怕也未必，所以那個拿捏，要怎麼拿捏，這問題滿具體的。你看看那個Scaffolding到底做了什麼，他好像什麼都沒有做耶，但是他起碼，他存在在那裡，是不是？

提問者：

我是覺得就像剛剛醫師講的這個東西，有很多時候，我們太快想要去處理什麼。可是我覺得有時候有些東西需要一點時間等待，他自然會好。可是那段時間，就像那個剛講的故事，沒有人在那邊護持著，他好的這段時間，他也許不做什麼，但有個人在那裡看顧著或陪著，等待讓那個可以自然痊癒的時間，我覺得這個是重要，某個程度是需要的。

Kelly：

Scaffolding還有一個要提。Scaffolding的存在是有時間性的，你如果骨折好了以後，三個月後那石膏是要拆掉的。石膏要拆掉，石膏要離開，這個Scaffolding 要退位，否則的話，你又限制了他的恢復了，所以，自體的心理學的這個自體，他真的應該是所作已辦，為而不有。

提問者：

張醫師，我也想說，但有一點整理不好，說說看我想到的。就是今天從那個宇宙講過來，然後記得比較前面的時候，在講有關被看見這件事情。然後我會想到後面又講到那個跟光學、美學之類的一種延伸。然後這些其實好像在以往就是心理學為主，好像跨領域的東西比較不會被納進來想。

我之前曾參加某个工作坊，我有稍微研究一下那個布列松。法國很有名的攝影師布列松，他跟光學、美學其實挺有關。捕捉那種決定性的瞬間，我稍微去讀了他的東西，整個在攝影的過程，跟捕捉的這件事情上，跟他看到很瞬間的在捕捉這個景下面究竟是在捕捉些什麼？

我覺得他跟那個Ferro在講的東西，其實是會有一點關係的，因為我要去寫一個評論的文章。Ferro他會引用一個叫做情感全息圖，比較像是一個攝影名詞Photogram，跟我們現在手機拍照的這種攝影不太像。然後我稍微去看一下這Photogram到底是什麼，或者是說他的這個情感的全息圖，他覺得那個夢本身也是一種情感濃縮有光影的經驗，也可以說那裡面不只是光影，還有一個情感綜合性的集合。我覺得在閱讀那個布列松的那個攝影集，跟他的自傳的時候，也有一種很類似的元素在裡面。所以我就去查一下那個 Photogram，到底跟我們所謂的這種相機拍攝的照片或影像有什麼不同。後來我就發現那是一種比較需要操作性，很物理性的，例如說，他是有一個感光的一種材料，把物體放在那個感光的材料紙。可是要顯影的話，其實是決定這種光跟那個操作之間的一種過程，決定它最後是顯影出什麼，其實跟那個拍照完全不需要後製的這個過程不一樣。所以每一個東西放在那個感光紙上面，最後顯影的東西其實是跟光的遊戲過程，那個是一種互動的，也可以說，我如果把它稱為是說它有一個互為主體的，那個過程決定了所顯影的東西的話，那麼就會跟放在治療裡面，這個會不會其實是一種情感全息圖，有沒有被看見，這件事情。是不是就是又回到那種，溫尼考特在講「那個夠好的母親」或是「沒有所謂嬰兒這件事」。

那個母親或者治療師其實是不是需要懂一點像是類似這樣子的光學跟美學的這種過程，那個關於決定如何牽動某一種顯影的成像。剛剛說到，如果治療師這一端其實不乾淨，不純粹，有很多的牽扯，那一定某一種程度上，其實是在那個感光的那個材料上，其實會顯現出的是一個疊影的東西。我就在想其實我們很少這樣的訓練，寫到這邊來，是不是治療師本身就需要發展出一種跟光學，或美學相關的能力，就大概是我的初想，想提問一下，謝謝。

Kelly：

謝謝，你會不會覺得你剛剛講的那個是互為主體，其實就表示互為牽扯，就像是互為主體，必須、必定互相牽扯。所以，你剛剛講的意思是在講說，互相牽扯，從攝影的美學，從攝影的整個操作的過程，從人和人的關係，從治療關係是必要的。你剛剛講的意思是這樣嗎？你這樣想的時候，其實你就應該會比較理解為什麼關係學派他們對 mutuality這麼喜歡，就是 Ferenczi留下來的這個傳統。

因為那個互相牽扯，其實沒有預設，我是完全乾淨的、我是完全清澈的，就是感謝老天，天底下沒有一個治療者是阿羅漢。那你連阿羅漢都不是的話，那你當然不可能是菩薩，我們每一個人都是泥菩薩，瞭解嗎？我們每一個人都是泥菩薩過江，那還真以為，過江的時候能夠帶著你的一兩個病人過江，那這點就說明，人是有限，人是多麼的有漏洞，是破綻百出的，人是多麼的不完美的。

但是沒有關係，用剛剛的話來講，如果你能做一點什麼，是用最少的什麼，不是最多的什麼，藉由那個最少的什麼，假如能夠有一點點幫助，促成對方的自然的復原。至於那個復原是怎麼發生的，你不知道，他也不知道，老天知道或不知道我都不確定，那個地方，我們就稱之為有一個自然的東西，他會自然的復原。他有一個自然的智慧在裡頭，那我們要促成的事情是讓自然的復原，不要被干擾的條件而已。但是，並不表示我們可以什麼都不做。真的不是這樣子，我還是要做一點什麼。

提問者：

老師，但我覺得這就也很考驗，治療者他相不相信真的有自然復原這件事，或他相不相信這個人最後真的可以自然復原。如果你不信的話，那就不可能會去等待。

Kelly:

沒有錯，我們離開自然了，那我們不曉得自然的復原，是怎麼回事，所以，所有的事情都是人為造作。越造越錯。

提問者:

老師，那我再問一下好了，我們人既然遠離了自然，離開了自然，那我要怎麼讓自己再重新跟自然聯繫？

Kelly:

養兩隻狗，三隻也沒有關係，然後看著樹。或者可能上山去，臺灣的百嶽其實是非常多，是我不理解的經驗，因為我沒有爬山，但是有人喜歡爬山，所以那個應該，應該就是回到自然。對自然會有另外一種親近的路徑，我們回到自然的方式很多。我剛剛講的是我的方式，就是養兩隻狗，看著樹，那你們會找到你們的方式。但聽起來都不是用嘴巴說說就可以回到自然，而是你真的走到自然裡面去，真實地去接觸。

上次不是講嗎，你是為岩中花樹所見，前提是你要到山裡去，你才會被它看到。你說我坐在 101 大樓的 101 層樓上，你要被什麼岩中花樹看到，所以移動是必要的。移動是什麼，移動就是車行，其實我們現在講的事情，繞來繞去，其實恐怕都有些互相呼應的地方。

車行，不過就是回到自然，從這個立場來講，我上次有講一句話，你們沒有人說什麼回應，我上次講：「必須先回到歷史，才能回到自然」。這句話，你們現在能不能連的上，會不會有什麼疑問，這句話到底什麼意思？回到歷史，就是「回到把人為造作的部分拆掉」，你才能夠看到自然。

我最喜歡舉的例子其實是 1949 年中共建政的時候，整個中國大陸才二十幾座水壩（1949 年中國共有大型水庫 6 座，中型水庫 17 座，總計 23 座），好像是日本人留下來的，國民政府有沒有蓋水壩，我不清楚你們可以稍微查一下。那現在目前是九萬八千座（截至 2022 年，中國大陸有 95,296 座水庫），甚至更多了，那九萬八千座跟二十幾座水壩之間的差別是什麼？你的河流，你的水文地理會有什麼樣的差別？你知道回到歷史是什麼意思嗎？回到歷史就是拆掉那九萬八千座水壩。

今天的船子和尚，能夠在什麼樣的江？擺渡為生，然後在等著、等著有緣的人出現。答案是沒有。他能夠在什麼樣的江，也許還有一些角落吧，但絕對不是那個清澈的、原來他擺渡的那個華亭，那個是在上海附近的，一個什麼樣子支流的支流、一個很小的河。他是擺渡，他又不是開渡人，對，他只是擺渡而已。他擺渡，假如沒有錢，就不要付錢了。假如真的要收錢，兩文錢，船子也要吃飯瞭解嗎。他沒有托鉢，他不是托鉢在過日子，他是擺渡在過日子，這是船子和尚的故事。

提問者:

在這裡我會有一個疑問，就是不同世代的人，特別是這種科技的發展，我們似乎離這種大自然是越來越遠。在我的童年的時候，完全沒有什麼手機，那個時候還是電視，再之前，可能是漫畫書或怎樣的一種存在、形式。好像隨著時代的發展，它其實是離這種自然越來越遠，我們生活在這種鋼筋叢林的城市當中，那這種回到自然的這種方式，似乎看起來是跟發展的潮流有點背道而馳，當然現在大陸這邊也有這種第四代住宅，也結合了一些自然花園的部分，在整個高層的建築也有這樣的趨勢。所以我在這裡會有些疑惑。

Kelly:

你上次提到後現代這個詞，跟現在講的事情有關係。Fredric Jameson 已經過世了。Jameson 應該是一個新左的文化理論家、文化哲學家，那他在講的後現代的定義就是，當現代發展到一個地步，找不到自然了，沒有自然了的那個時候，我們就進入了後現代。

所以如果你今天多種了一棵樹，你就延後了後現代的發生。用這樣的方式來理解，你今天多養了兩隻小狗，讓牠們陪伴，用牠們的一生來陪伴你，因為狗狗的壽命比較短，通常會比主人走得早，牠在教你，狗狗在教我們怎麼生、怎麼死、怎麼快樂、怎麼自然。狗狗是很無邪的，瞭解嗎？那我為什麼提狗狗不提貓咪，因為貓咪基本上有點酷，貓咪其實基本上，我們跟貓咪學到的事情，跟狗狗學到的事情不大一樣，但貓咪那個

也是自然，但那個是另外一種本性。因為狗狗中間有這種attachment，牠本來就有很強的attachment本能，所以牠是人類最好的朋友，你可沒有聽說貓咪是人類最好的朋友。對，這件事情應該是幾十萬年前就開始的，不是現在，就是人類終於發現狗狗是一個物種，是這麼忠心的一個朋友。

我現在跟你講說，要多守一點自然。那就等同於少一點modernity的惡果。簡單講是這樣。Modernity的問題性很多，非常的大，這是一個工具理性，工具理性主導一切玩法。那工具理性會吞噬一切，英國的社會學家Giddens的話來說，modernity像是那個Juggernaut。Juggernaut是那個印度祭典的一個神，那個神出巡的時候，推著那個Juggernaut的很大的車子，巨輪。人是甘願被那個巨輪碾斃的，所以modernity是這樣的一個巨輪，那這件事情其實跟過去四五百年的過程有關，我們現在還在這個過程中，瞭解嗎？

其實人類世就是這個過程的結果。坦白講，這是一個惡果，這不是一個善果。這是一個惡果。在這樣的情況下，你認為所謂金玉其外敗絮其中，這八個字，你認為成不成立？所以這個文明是一個金玉其外，敗絮其中，那絮是什麼，我們就是那個絮。敗絮其中，我們就是那個絮，無足輕重的絮。

提問者：

我想順著老師的話，補充一個前面的想法，就是老師剛才談到的這些，宇宙起源的部分會讓我想到說，包括剛才講的工具理性。我想某種程度上，科學也是一種宗教般的存在。如果老師剛才說modernity也是金玉其外敗絮其中，可能在過去，古代的那種宗教統治下的社會，它也是一樣的。

Kelly：

你說科學也是一種宗教是不是？

提問者：

類似於宗教一樣的存在，只是我們認識世界的一種方式而已。

Kelly：

當然，假如科學是一個宗教的話，你就知道我們會有多慘。宗教不是吃素的，瞭解嗎？宗教是一個會把，剛剛講說生命以負熵為食，宗教是以生命為食。你們中間有些人有信仰，那很抱歉，我是這樣講，特別是，我不曉得這宗教中間要怎麼去做這個分野。但宗教的那個力道，恐怕遠大於這些理性及非理性加起來，都阻擋不住的力道。因為宗教是你所相信的，你居然相信了，瞭解嗎？Believe, Faith, Hope, 你居然有相信，信這個字是多麼要命的字，你居然相信了，你相信你是對的，你相信你這樣做是沒有關係的，你相信你這樣做是有一個更大的目的，你相信那個ends justified means，那個結果會讓過程的所有的一切都合理化，因為你會做一個更大的什麼東西，而宗教是這樣的玩意。

我們上次提到保羅田立克，其實保羅田立克的終其一生是要讓宗教，讓那個所謂的系統的神學，要讓它拯救回來的。我不曉得他做得到，做不到這些事情。好，我們拿最後一句話來說，其實我是希望保羅田立克做不到的，瞭解嗎？保羅田立克在1914年到1918年的那個遭遇，他在西線無戰事的那個西線所看到人類的破壞性，其實應該是沒有理由讓他能夠復原，可以找到宗教或神學才對。那他能不能夠復原得了一點點存有的哲學，也許可以做得到，但存有哲學不是宗教。

存有哲學就是剛剛講的，那個無足輕重的東西，就是那麼一點點東西而已。只是樣子而已。就是我們每一個個體，每一個人，或每幾個人，少少幾個人，能夠促成一個小小的什麼東西，能夠完成的就是那麼一點小東西而已。所謂的分子革命就是一件小事情，不是什麼大事情，分子革命是再微不足道的小事，才叫作分子革命。這個分子革命就是：你我他居然今天決定了要去撿垃圾，把一個河邊把一個海灘把它撿乾淨，這叫做分子革命。分子革命並不是偉大的說我要去拯救全世界，而且分子革命是聚散離合的，有緣相聚，就一塊走一下，事情過了，各自再回到原來各自的想做的事情上頭去。

自體的心理學它的那個自體，它會聚散離合的。我們今天就是聚散離合，瞭解嗎？我們走這趟是四十個人，你認為我們這四十個人在幹嘛？只是assemblage而已。最後一

句。好先不多說了，今天其實我沒有辦法掌握的很好，但是我有一點文本，你們有空再稍微看一下，那我們下週見。好，各位Bye Bye。