

# 自我、自我意识与自我同一性

贾 婕<sup>1</sup>, 曾思蓉<sup>2</sup>

<sup>1</sup>云南师范大学马克思主义学院, 云南 昆明

<sup>2</sup>昆明理工大学马克思主义学院, 云南 昆明

收稿日期: 2026年4月6日; 录用日期: 2026年4月26日; 发布日期: 2026年5月12日

## 摘 要

自我问题一直是西方心灵哲学的核心问题, 它涉及自我、自我意识与自我同一性这几个概念。它主要是关于个体如何认识自己、如何理解自己以及如何达到自我的同一性这几个问题的解答。本文旨在探讨这三个概念在哲学方面的起源以及自我问题的发展路径, 针对自我问题发展的困境, 我们在维特根斯坦的语言游戏说和安迪·克拉克、大卫·查尔莫斯的《延展的心灵》的基础上对自我问题提出一个新的思考路径。

## 关键词

自我问题, 延展心灵, 语言游戏

# Self, Self-Consciousness, and Self-Identity

Jie Jia<sup>1</sup>, Sirong Zeng<sup>2</sup>

<sup>1</sup>School of Marxism, Yunnan Normal University, Kunming Yunnan

<sup>2</sup>School of Marxism, Kunming University of Science and Technology, Kunming Yunnan

Received: April 6, 2026; accepted: April 26, 2026; published: May 12, 2026

## Abstract

The problem of the self has long been a core issue in Western philosophy of mind, encompassing the concepts of the self, self-consciousness, and self-identity. It fundamentally concerns how individuals recognize themselves, understand themselves, and achieve personal continuity. This paper aims to Wittgenstein's language game theory and Andy Clark and David Chalmers' *The Extended Mind*.

文章引用: 贾婕, 曾思蓉. 自我、自我意识与自我同一性[J]. 哲学进展, 2026, 15(5): 74-80.

DOI: 10.12677/acpp.2026.155203

## Keywords

### Self-Problem, Extended Mind, Language Name

Copyright © 2026 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

## 1. 引言

自我问题作为西方心灵哲学的核心议题,始终围绕自我、自我意识与自我同一性等概念展开,关乎个体如何认识自身并实现人格的连续性。本文系统梳理了从柏拉图、亚里士多德到笛卡尔、休谟、康德及胡塞尔等哲学家关于自我问题的思想脉络,剖析了传统理论所面临的困境,并尝试结合维特根斯坦的语言游戏理论与克拉克、查尔莫斯的延展心灵论,为自我问题提供一种新的思考路径。

## 2. 自我问题的源流

自我问题一直都是心灵哲学的一个核心问题。在柏拉图这里,“自我”的定义还尚未出现,取而代之的是一个其他的名称,即灵魂学说。在《国家篇》和《斐德罗篇》中,柏拉图认为灵魂有三个组成部分,除了理性的部分,还包括非理性的部分,即灵魂包括:理性、意志和欲望三个组成部分:(1) 理性是灵魂中最高等的部分,负责思考、判断和决策,“是爱智慧和认识真理的部分,是最高贵的、不朽的。”它以追求真理、知识和智慧为目的,是灵魂中唯一能够直接接触理念世界的部分。(2) 意志是情感与激情的所在地,但是它有两面性,它既可以支持理性,也可以对抗理性,成为欲望的帮凶,可以说它是理性和欲望都极力拉拢的对象。(3) 欲望是灵魂中最低等的部分,它是“用来爱、渴、饿等等欲望之骚动的非理性部分或欲望,与各种满足和快乐相伴。”在《斐德罗篇》中柏拉图提出了一个著名的比喻,即灵魂马车,他认为一个理想的、和谐的人格应该是这三个部分处于良好的平衡状态,其中理性占主导地位,指导意志控制欲望。由此,从柏拉图的观点来看,自我的概念可以被看作是一个人如何管理、协调自己灵魂的各个部分。

亚里士多德关于自我问题讨论最多的在其伦理学思想中,亚里士多德的伦理学主要强调了美德的重要性,他在《尼各马科伦理学》中这样写道:“因此,如果我们所做的事有一个终极目的,我们为了它本身而渴望它(其他一切都为了这个目的而被渴望),而且我们并不是为了某个更高的目的而渴望一切(否则这个过程将无限进行下去,我们的渴望将是空洞和徒劳的),显然,这必须是善,是至高的善。”<sup>[1]</sup>亚里士多德认为个体的所有行为都有一个终极的目的,那就是追求至高的善,在追求过程中个体发现自我,运用实践智慧和美德来实现自我,如果没有这个终极目的,那自我问题也就没有意义,个体的生活与追求也就陷入虚无。

笛卡尔这样说过:“要想追求真理,我们必须在一生中尽可能地把所有的事物都来怀疑一次,凡可怀疑的,我们也都应当认为是虚妄的。思想本身就是思想的活动,当思想在怀疑时,思想可以怀疑外在的对象,也可以怀疑思想之内的对象,思想可以怀疑思想的一切对象和内容,而‘我’就是怀疑活动的主体。”<sup>[2]</sup>笛卡尔认为,身体的存在并不能用对事物的思考去证明,仅仅怀疑事物不能证明“我”的存在,因为即使“我”的肉体没有了,“我”的思想仍可以去思考,他为我们提供了一个理解自我和外部世界的崭新视角,由他开始自我问题的重要性再一次被人们重视。

笛卡尔之后, 休谟当属研究自我问题最重要的一个哲学家。他认为, 自我不过是一种幻想, 而知觉才是独立的存在, “所有那些知觉都是相互差异, 并且可以相互区别、相互分离的, 因而可以分别考虑, 可以分别存在, 而无需任何事物支持其存在的。” [3]因此他否定了自我作为一个固定实体的存在, 认为自我是由一系列感知组成的流动过程。

康德在自我问题上无疑也占据了极为重要的位置。他对莱布尼茨的“统觉”概念进行了“先验化”, 从而区分了经验自我与先验自我, 这为人们探索自我问题提供了极为重要的方法。在《纯粹理性批判》中康德提出了实体、单纯、人格性这三个概念, “它们对于理性的实践应用是充分的和必要的” [4]。在其所提出的二律背反中, 他首次使用“以两重观点”来看待自我问题, 在这两重观点当中, 其一是在宇宙论的意义上, 也就是先验意义上, 是“一种自行开始一种状态的能力”, 其二是在实践意义上, 是“任性对感性冲动的强迫的独立性”, 当然, 前者是后者的基础。总而言之, 尽管我们在先验统觉中对自我有一种先天的必然的意识, 但这种意识并未对自我的存在方式做出规定, 无法构成关于理论自我知识, 但是在第二版《纯粹理性批判》中他这样强调: “如果假定, 嗣后不是在经验中, 而是在纯粹理性使用的某些先天确定的、涉及我们实存的法则中发现理由, 来完全先天地预设我们就我们的本己存在而言是立法的, 而且是规定这种实存本身的, 那么由此就会有一种自发性展露出来, 通过它, 我们的现实性是无须以经验性直观为条件就可规定的。” [5]显而易见的, 康德在这里也提出了自我的本质规定——理智。

康德之后, 胡塞尔通过现象学的方法, 强调了自我的意向性和意识的构成作用。在《逻辑研究》中, 胡塞尔把现象学的精神概括为“回到事情本身”, 对于胡塞尔本人来说, “事情本身”就是“先验自我”及其关于世界的意向性构成作用。就自我问题来说, 胡塞尔最初在《逻辑研究》并不怎么关注“自我”问题, 到《观念I》中开始肯定“先验自我”, 到《笛卡尔式的沉思》和《经验与判断》中进一步追溯作为人格、习惯和单子的自我, 最后在《欧洲科学的危机与超越论的现象学》将“自我”的概念最终延伸至历史和文明的维度。在《逻辑研究》中, 胡塞尔对于自我问题的研究是一条暗线, 但是他明确提到了新康德主义者关于“经验自我”和“纯粹自我”的划分, 他对这种划分持怀疑态度, 他尤其批评了那托普的看法。在《心理学导论》中, 那托普用一个新造的术语“被意识状态”来表明自我是一切关系的原始核心, 它总是使对象显现, 但自身却从来不作为对象而显现, 因为它是纯粹的主体。胡塞尔批评说, 既然自我从来不会显现, 不会成为现象, 那就意味着我们无法对之进行描述[6]。因此, 胡塞尔在《逻辑研究》第二卷中的真正兴趣是对意识行为或心理体验的本质结构和法则进行描述。在他看来, 这种描述无需设定一个纯粹“自我”或某种先天的“自我原则”。

### 3. 自我意识与自我同一性

#### (1) 自我意识

笛卡尔在《第一哲学沉思集》中提出了普遍怀疑的观点, 试图通过怀疑一切可被怀疑的事物来寻找不可怀疑的真理基础。而在怀疑一切的过程当中, 笛卡尔发现即使是怀疑本身也需要一个怀疑的主体, 因此提出了一个著名的观点——“我思故我在”, 这里的“我”并非指身体或感官经验, 而是指纯粹思维的实体, 也就是笛卡尔所说的“一个在怀疑、理解、肯定、否定、意愿、拒绝, 同时也能够想象和感觉的东西”。这里的“我思”我认为就表示着自我意识的觉醒, 用笛卡尔的话说就是“在我们之内以致我们直接意识到的一切东西。” [7]思维活动是自我存在的直接证据, 笛卡尔认为只要他在思考, 他就在怀疑, 而思考就证明了他的存在。笛卡尔的自我概念还体现在他的心身二元论和心身关系理论上, 笛卡尔将世界分为两种实体: 其一是心灵, 也就是思维实体, 它是非物质的、不占据空间的、不可分割的, 并且其本质为思维; 其二是物质, 也就是广延实体, 它占据空间、可分割并且本质为广延, 在笛卡尔看来, 心灵和身体是两种完全不同的实体, 它们之间有本质的区别, 如果说笛卡尔的心身二元论的主要作用在于提出

问题,引起哲学的关注,那么他对心身结合与相互作用的研究则是在二元论框架下对心身关系的进一步反思[8]。笛卡尔还提出自由意志是自我本质的一部分,在《第一哲学沉思录》中他指出,意志的自由选择能力是无限的,即使面对不清晰观念仍可自由决断。最后笛卡尔通过“我思”确立自我之后,进一步论证了上帝的存在,即从“我”心中存在“无限完满”的观念,推出上帝作为这一观念的来源。

在《精神现象学》中,黑格尔主要讨论了自我意识是如何从意识发展而来的,在这本书的前半部分中,黑格尔分析了“意识”阶段的三种形态,即感性确定性、知觉、知性,意识始终以对象性为核心,试图通过对外部世界的直接感知或范畴化来把握真理,但最后陷入矛盾。黑格尔说:“自我意识是从感性世界和知觉世界的存在而来的反思,并且本质上是从他在中的回归。”[9]自我意识并不是和意识完全不同的另一种意识,而是当意识开始意识到自己作为一个独立主体的存在时,就进入了自我意识这个阶段。如何让意识意识到这一点,就必然离不开一个实践性的环节,黑格尔在其《精神现象学》中也这样说道:“在对普遍经验作这种援引时,可以不妨预先考虑一下实践的问题。”[10]自我意识若要真正成为自身,必须通过另一个自我意识的承认,他者不是障碍,而是自我意识实现自由的必要条件,黑格尔指出:“自我意识只有在另一个自我意识中才能获得满足。”同时黑格尔还提出了自我意识应该具有社会性,而不是单独的个体现象,在社会中与他人进行互动交流,从而塑造个人不同的自我意识形式。

要探讨萨特的自我意识方面的观点,笔者认为应该从其存在主义入手,而“存在”概念则是萨特存在主义的核心问题。萨特认为,人的存在无非分为两种形式,第一种是自在的存在,第二种是自为的存在,而人所追求的最终目标就是成为自为的存在。所谓自在的存在,就是物的存在,它本身就存在,是其所是的存在,没有可能性,自在存在是完满的、惰性的以及无意识的,例如石头、桌子的存在,正像萨特所说的那样:“自在的存在存在。这意味着存在既不能派生于可能,也不能派生于不可能,也不能归并到必然……存在存在。存在是自在的。存在是其所是。”[11]同时,自我意识又是一种不断虚无化的过程,人是存在的空缺,是虚无,而这种虚无使我们能够自由地选择和改变自己,我们能赋予自己存在的意义。所谓自为存在就是指人的意识,自为存在是自由的、否定的以及未完成的,它通过不断超越当下状态,例如计划、欲望等,构成自身,通过持续的行动来维持暂时的状态,但是随时可能会被新的选择打破。

## (2) 自我同一性

从唯理论视角来看自我同一性,其中的代表就是笛卡尔,笛卡尔的“我思故我在”这一命题确立了自我意识与自我存在的基础,他认为,“我思”与“我在”的“我”是同一个实体,我思是这个实体的本质,我在是这个实体的存在形式,因此想要成为一个完整的实体,就必须思考与存在同时满足,以此达到了个体的同一性。

在经验论视角来看,洛克在其《人类理解论》中对于自我同一性的阐述是哲学史上关于这一问题的经典理论之一。洛克从经验主义立场出发,将自我同一性与意识和记忆联系起来,提出了著名的“心理连续性”理论。洛克在其《人类理解论》中这样写道:“在不同实体的连续中,通过保持相同的连续意识,即使实体改变了,同一的思考事物被认为从一个转移到另一个,个人同一性仍然保持。”[12]首先他区分了人和人类,人类是指生物学意义上的个体,依赖身体的同一性,而人是指道德与法律意义上的主体,依赖意识的同一性。洛克提出自我同一性通过记忆得以维持,一个人如果能够回忆起过去的经验,那么这些经验就是属于同一个“自我”,他认为自我同一性是通过记忆和意识的连续性来维持的,一个人他如果记得过去发生了什么,那么这个人就具有自我同一性。

从现象学的视角来看,作为现象学代表的胡塞尔在《内时间意识现象学》中提出了“时间意识”这个概念,时间概念包括了原印象、滞留和预持。他这样写:“滞留在时间意识的构成中起着关键作用。正

是通过滞留, 我们保持了一种连续的去感, 这使我们能够将当前视为连续流的一部分。滞留确保过去不会丢失, 而是在我们的意识中保持存在, 从而有助于自我的一致性和连续性。” [13]自我同一性依赖于时间意识的统一性, 通过滞留与回忆, 过去的经验被整合到当下的意识中, 通过“前摄”, 未来的可能性被纳入当前的计划, 比如当我回忆童年时, 童年的经验通过滞留与回忆被重新激活, 组成了当下自我的一部分。胡塞尔将自我同一性视为一种先验的、时间性的结构, 并通过先验自我和时间意识的分析, 揭示了自我同一性的深层机制。胡塞尔认为自我同一性不是经验中的偶然现象, 而是先验意识中的必然结构, 比如当我回忆过去的经验时, 这些经验被统称为“我的经验”, 那么这种统一性就源于先验自我的统一性。胡塞尔还在《笛卡尔式沉思》中探讨了自我与他者之间的关系, 并提出了主体间性是自我同一性的重要维度这一论断。胡塞尔指出: “共主观性是每一个单子论-范围内的存在者都被预先给予的世界的存在论基础。” [14]通过“共情”我能够理解他者的意识, 并意识到他者也是一个先验自我。主体间性同时还解释了世界的客观性, 世界不仅是我的意识构造, 也是所有先验自我共同构造的, 这使得这种共同构造让世界具有超越个体的同一性。

#### 4. 自我问题的困境与出路

自我问题的困境有很多方面的原因。首先对于笛卡尔而言, 自我问题的困境在于心身二元论的矛盾。笛卡尔通过普遍怀疑, 最终找到了一个不可怀疑的基础, 这个基础就是“我思故我在”中所说的“我思”, 万事万物都是可以怀疑的, 但是唯一不能怀疑的就是正在怀疑的怀疑本身, 笛卡尔由此得出了心身二元论, 他认为心灵与身体是两种完全不同的实体, 心灵是非物质的、思考的实体, 而身体是物质的, 可感知的实体。但将心灵与物质割裂为两种实体, 导致了心身如何互动的问题, 这种二元论无法充分解释自我与身体和世界的统一性, 从而陷入了机械论和精神实体的对立。其次对于休谟而言, 自我问题的困境在于自我同一性的难题。休谟提出“自我不过是一束知觉”, [15], 否认存在固定不变自我实体, 但自我是由一系列感知组成的集合, 而感知通过习惯和联想形成一种连续性的感觉, 对于如何解释个人身份在时间中的连续性, 记忆、身体、心理状态的连续性是否足以定义同一性这两个问题就存在争议。最后对于康德而言, 他通过“先验自我”调和自由与必然性, 将自我分为现象界(受因果律支配)与本体界(自由意志领域), 但是康德的这种划分被尼采认为是“形而上学的虚构”。

面对当前的这种状况, 需要一个合理的路径来解决, 我认为维特根斯坦在论述自我问题时已经给出了可行路径。在这里, 可以把维特根斯坦对于自我问题的论述分为前期和后期。在前期所写的《逻辑哲学论》中, 维特根斯坦提出了“逻辑主体”的概念, 他说: “哲学的确能在一种意义上以非心理学的方式谈论自我。自我是通过‘世界是我的世界’这个事实进入哲学的。哲学的自我不是人, 不是人的身体, 也不是心理学所研究的人的灵魂, 而是形而上学-自我; 是世界的界限, 而不是世界的一部分。” [16]他认为, 自我是世界的界限, 是使世界成为可能的条件, 同时自我还是一个不可言说的主体, 因为它超越了任何语言和逻辑的范围, 自我只能被显示, 由此找到了自我一个可以发挥作用的地方。到了后期的《哲学研究》中, 维特根斯坦放弃了逻辑主体的概念, 把对自我问题的研究转向了语言游戏和生活形式, 他认为, 语言是一个复杂的系统, 语言的意义在于使用而不是指称。通过进行语言游戏, 维特根斯坦逐渐接触到了自我问题的核心, 即自我认知问题。维特根斯坦对自我问题的研究和思考与之前的哲学家完全不同, 他首先通过展示语言结构来剖析自我问题的内容, 其次, 他在《哲学研究》中将某些事实写出来, 但并不加以评述, 由此来说明自我是在生活形式中形成的, 并不是一个固定的、孤立的实体。

同时, 大卫·查尔莫斯和安迪·克拉克在其《延展的心灵》中也对传统自我问题进行了回应与解答。他们的核心主张是: 认知过程并非局限于大脑或者身体, 而是可以通过工具、技术、语言以及社会实践

等外部资源得到延展。他们提出了“认知整合”的理论,他们认为:自我是生物体与外部环境动态交互的涌现现象,首先就是具身性和环境的耦合,在本书中,他们指出,自我并非先验的独立实体,而是通过身体与环境的实时互动不断生成的,比如,盲人用手杖摸索前进时,手杖的触觉反馈会直接融入他的空间认知,成为“感知自我”的一部分[17]。这种具身性表明,自我是“行动中的存在”,而非静态的内在主体。其次是社会文化的嵌入性,他们指出,社会制度、文化实践以及技术系统构成了认知的“脚手架”(scaffolding),深刻影响了自我的形成,比如,法律体系中的“个人权利”概念塑造了个体对自主性的理解,教育系统通过标准化测试规范了自我评价的方式,因此,他们总结:自我是“社会技术的聚合体”,其同一性依赖于外部符号系统和集体实践的支撑。

《延展的心灵》为上文提到的自我问题的困境提供了崭新的视角。

首先是心身二元论的消解。延展心灵模型反对笛卡尔心灵——身体二分,主张认知(包括自我意识)是生物神经系统与外部资源协同工作的结果。比如,使用导航的行为中,大脑、手指和屏幕反馈共同构成了一个“分布式认知系统”,从而模糊了内外界限。

其次是自我同一性的重构。传统的同一性理论,例如洛克的记忆连续性,因为其依赖内心心理状态而面临很大的挑战。因此《延展的心灵》认为,同一性可以通过外部认知资源的稳定性得以维持。比如,个人社交媒体等外部记录成为自我叙事连续性的关键点。

最后是自由意志的再诠释。安迪·克拉克和大卫·查尔莫斯承认神经学的决定论倾向,但是明确指出,延展认知系统,例如法律、道德规范等,能够通过外部约束和激励机制为个体的“自由选择”提供结构性框架。因此自由意志在本书中被视为一种系统层面的涌现现象,并非纯粹的内在能力。

## 5. 结束语

针对自我问题的研究困境,我们从维特根斯坦的语言游戏在生活形式中去认识自我,在此基础上,我们结合安迪·克拉克和大卫·查尔莫斯(Andy Clark, David Chalmers)《延展的心灵》自我问题的观点,我们来看自我问题研究的发展趋势,我们可以有这样的思考:将自我从封闭的“颅内监狱”中解放出来,重新定义生物-技术-文化耦合的开放系统。这一视角不仅回应了传统哲学关于自我问题的困境,也为理解数字化时代的人类身份,例如虚拟化和人工智能,提供了新框架,新思路,其核心的观点是在于:自我并非拥有某些工具,而是通过某些工具而存在,从而达到延展的效果。

## 参考文献

- [1] 亚里士多德. 尼各马科伦理学[M]. 邓安庆, 译注. 北京: 人民出版社, 2010.
- [2] 笛卡尔. 哲学原理[M]. 关文运, 译. 北京: 商务印书馆, 1958.
- [3] 休谟. 人性论[M]. 关文运, 译. 北京: 商务印书馆, 1980.
- [4] 高秉江. 西方哲学史上人格同一性的三种形态[J]. 江苏社会科学, 2005(4): 32-37.
- [5] 康德. 纯粹理性批判[M]. 李秋零, 译. 北京: 中国人民大学出版社, 2011.
- [6] 吴增定. 回到事情本身?——略论胡塞尔“自我”概念的演进[J]. 中国现象学与哲学评论, 2009(0): 80-126.
- [7] 笛卡尔. 第一哲学沉思集[M]. 庞景仁, 译. 北京: 商务印书馆, 1986.
- [8] 周晓亮. 自我意识、心身关系、人与机器——试论笛卡尔的心灵哲学思想[J]. 自然辩证法通讯, 2005(4): 46-52, 111.
- [9] 邓晓芒. 黑格尔《精神现象学》中的自我意识溯源[J]. 哲学研究, 2011(8): 70-76, 103, 128.
- [10] 黑格尔. 精神现象学[M]. 贺麟, 王玖兴, 译. 北京: 商务印书馆, 1949.
- [11] 萨特. 存在与虚无[M]. 陈宣良, 等, 译. 北京: 生活·读书·新知三联书店, 2014.

- [12] 洛克. 人类理解论[M]. 关文运, 译. 北京: 商务印书馆, 2008.
- [13] 胡塞尔. 内时间意识现象学[M]. 倪梁康, 译. 北京: 商务印书馆, 2010.
- [14] 胡塞尔. 笛卡尔式沉思[M]. 王炳文, 译. 北京: 商务印书馆, 2005.
- [15] 休谟. 人性论[M]. 赵炎, 译. 北京: 商务印书馆, 2007.
- [16] 维特根斯坦. 逻辑哲学论[M]. 黄敏, 译. 北京: 中国华侨出版社, 2021.
- [17] Clark, A. and Chalmers, D. (1998) The Extended Mind. *Analysis*, 58, 7-19. <https://doi.org/10.1093/analys/58.1.7>