

# 宗教哲學

李玉階題

期八十五第

行政院新聞局出版事業登記局版台特字第一九五八號  
 中華郵政特准掛號認爲新聞紙類  
 中華民國二十七年五月三十日(星期日)下午三時  
 主講人：洪有義教授(國立師範大學心理學系)  
 主持人：李理學(國立師範大學)  
 地點：淡江大學城區部二樓中正紀念堂

## 宗教與心理輔導

洪有義

——但求心安

宗教與心理輔導，有時自己本身也有困難。就像回生也會生病一樣。這使我們知道不單人很脆弱，很渺小，自己無法解決問題只得求助於人。便想到宗教問題，宗教也是幫助人的，信者一個宗教便可解除自己苦惱，能使人心理平衡，一個人受到壓力，便會脾氣暴躁，這樣便易發怒，或受過度的心理輔導，而宗教對教友亦可使其情緒發洩，以發揮自己能力。

宗教之感化力和孔子之「有教無類」近似，但師長、父母自幼教導小孩如何做人，和宗教家使人爲善目的相同，有人因爲觀念上有偏差，青春虛而苦惱，有人因失敗而煩惱，有人因富貴而煩惱，有人因窮困而快樂，這些都是主觀的感受，只有佛教之「心算感」無煩惱，更不「人比人」，以免「一死入」，所以做心理輔導用「技巧」用「技巧」也要「經驗」，比如有人在向你請教，有時候你

行政院新聞局出版事業登記局版台特字第一九五八號  
 中華民國二十七年五月三十日(星期日)下午三時  
 主講人：洪有義教授(國立師範大學心理學系)  
 主持人：李理學(國立師範大學)  
 地點：淡江大學城區部二樓中正紀念堂

## 人性與和平

(續上期)

達賴喇嘛 著  
黃天才 譯

人類研究心理學常用動物作實驗，爲什麼不用「人」？因人有好生之德，不能說對人作實驗，是人道主義者，況以動物如老鼠之類也可代替，我們也知道現代科技進步，尤以工業化國家人民之精神非常痛苦，這和其生活理想有關，這是以試驗動物。一個老鼠地獄後，很快的發現其痛苦，而一個人生活忙碌後，胃也會發痛的。

我們再進而研究所謂「心理輔導」？是將心理學之原理，用利利行爲改變方面，這原是簡單定義，也可說是一種助人過程。在了解人的問題，使其能以愉快成長爲目的，因輔導即是助人，幫助別人了解自己的問題，面對自己的問題，解決問題，進一步發展自己的潛能，達到其「自我實現」。人門生活中常受壓力，產生某些困難與問題。任何一個人也不放說自己各方面都很正常，因一個人常有困難、苦惱、焦慮，但不可說人都不正常，所以一個人有大病要動手術，一個人也會有小病如感冒之類，有之自己不能解決問題，便求助於人。

博愛是世界和平的支柱

依據佛家心理學，我們的煩惱大多來自我們對某些事物的熱執慾望與依戀，而這些事皆皆被認爲永久性的實體。爲了謀取我們所企望與依戀的目標，難免使用暴力及破壞等等有效的手段。這當

思想程序很容易就轉變爲行動，因而發生戰爭。這個過程，在人類中心中很早以前就已存在，但在現代環境下，執行起來就更有威力了，對於這些「毒藥」——幻覺、貪婪、侵略等，我們應該如何控制及約束呢？當今世界上許多煩惱，幾乎都是這些毒藥在作怪。

我在大乘佛法教義傳統中長大，我認爲佛家博愛世界和平的這種精神，首先，讓對博愛下個定義：當你對一個非常苦惱的人，感到同情或同情時，你會表現同情之情，因爲他或她很痛苦；你的博愛之心基於利他主義的考慮。另一方面，你對妻子、丈夫、兒女或好友的愛心，通常基於感情。當你感情發生變化的時候，你的慈悲也隨之而變了；甚至會完全消失。這不正是博愛之心的愛心不是基於感情，而是基於利他主義。在這種情形下，祇要有人受苦受難，你的博愛之心就會繼續存在，而這對博愛之心的反應。

這一種博愛博愛之心，是我們應該盡力培養的，我們必須使它從有限的發展到無限的博愛，對所有生物，發生無限的、自動自發的、無限的博愛之心；這顯而易見一般人對朋友或家人的博愛之心不同；博愛之心之中，融合慈悲、慈愛與同情，我們所愛他的愛心，是廣義的愛心，甚至於對那些曾經傷害過你的人；你的敵人，也一樣有愛心。

不可不直說，先問他爲何有此問題？如此反復詢問說明，會使其心理平衡少痛苦。另外「觀念」也會使人苦惱或解決，比如宗教有教義，可用教義說明，也有教友，可利用教友疏導，而且也有宗教人員如牧師、神父，他們也會幫助解決問題。

在做心理輔導時，更要「尊重對方」，宗教家對人類是一律平等看待，輔導者不是萬能博士，必須「傾聽」，要有宗教家之愛心，聽他傾訴，不要對事他批評或否決，但尊重其意見，並不一定要贊同他的意見，另外要尊重他的隱私，所以神職人員都爲教友「保密」，另外還要「回讚」，聽了他們的傾訴，必須加以疏導、解說，雖不贊成他的說法，也先接納他的情緒，所以輔導別人要「三心二意」，三心是愛心、熱心、耐心，二是尊重、誠意，同時在輔導時，必有「同理心」(Empathy)。因在了解對方後，始可輔導他人，我們必須設身處地爲對方着想，才可產生同理心。比如乘公車，在車上的人和車下的人，心理不同，車下人希望車停才可上去，車上的人怕就時間不願停車，而在車中的人怕車停又更願開，這同是一人，因在車上，車下，和車內，心理不一，說明處境不同，心情就不同，而「同理心」(Empathy)和「同情心」(Sympathy)是在不同立場、平等的地位看問題，同情心的過度使用便是憐憫，對人反造成傷害，使對方喪失自尊心，也不能不注意，比如殘障人只是求人幫助，不一定要人憐憫，同理心也不是同情，也不能過於熱心而陷入對方的困難中，所以有人好心幫助人，反而造成自己困擾。

一個人先要自我開放，要擴大自己領域，有些事自己知道，別人也知道這就是「公開」，有些自己不知道，別人不知道這就是「秘密」，自己不知別人也不知道，即是「未知」，我們可以分這四個層次說明人與關係，一個人若是「秘密」太多，因怕人知道反而痛苦，他就不能輔導他人，一些凡事公開的，成了「無遮無掩」，所以輔導人只尊重他人更愛接受他人。有時有些人也會犧牲自我而完成他人，輔導人時要客觀，不可輕下判斷，同時輔導人時只可就事論事，絕不能做人身攻擊。在輔導他人時，要冷靜而且也要有幽默感，一個輔導者更要有彈性，對別人誠實，但對人不能誠實，要因時、因地而制宜。這些也都是輔導人員的人格特質，一個優秀的輔導者應以這些自許。

我們再看宗教，是一門哲學，是一種信仰，才發出一種力量，也是心靈的寄託，能使人前途有希望，也可統一思想，更能解除煩惱，還可使人心安定，又可使生活美化，生命有靠，有這六種功能，所以大家都信宗教，是正信，不是迷信和邪信，不信，這正是宗教的意義，自有道理，人類有了愛心，便可愛家、愛國，由於心地良善，自然是仁愛、和平，這也是我們之輔導目標，所以宗教對社會有很大影響，也有安定力量。

個人不是不信教，但願引用聖經上的話作一結束，新約加拉太書(第五章二十二至二十三節)：「聖靈所結的果子(祇在人心裡所完成的工作)是：仁愛、喜樂、和平、忍耐、恩慈、善良、信實、溫柔、和順、謙恭(節制、克制、自制)，個人報告完畢，歡迎各位提出問題指教。

附答觀察者問：  
 問：「自己不知道，別人知道」，我們如何處理？  
 答：「自己不知道，別人知道」，這是「當局者迷，旁觀者清」，我們期望適當的時候，別人給予我們回饋，使我們更了解自己。

問：精神治療與心理輔導有何不同？  
 答：「一個人有了困難，其程度各有不同，心理輔導是面對困難較輕微者，進而與其諮詢，其次是心理治療，最後才是精神醫療，是處理困難較嚴重者。

## 佛道之間

王邦雄

佛家的哲學我們什麼好的，道家告我們如何成全我們的好，倘若沒有道家的滋養，人生諸多美好，可能便會在人間的行程中變質沉淪，而轉成不好的，試看人間相愛的人彼此傷害最深，就可以得到佛道以儒家的美善，有待於道家的空靈來成全的道理。儒家支持我們肯定人生正面的價值，道家讓我們離開人生正面的價值，人擁有保護自己的能力，有放開的智慧，才能真正的投入人間，去擔當人的人生苦痛，實現人生的美好。是以中國人的人生智慧，就在佛道之間。(取材自：「佛道之間」序文)

博愛的理論基礎是每一個人都應逃避苦惱，求取快樂。佛道來說，這是基於「自我」的明確觀念上，它決定了人類的共同願望是謀求快樂。的確，所有生物都有與生俱來的共同願望，而且，越享有越成自己願望的人人平等的權利。譬如，將我自己去和別人相比較，別人的數量多得難以計算，因此，我會覺得別人比我更重要，我祇有一個人，而別人則有許多許多。百歲佛教徒說教義告訴我們，對所有生物看我們愛護的母親，要我們愛所有有生命以表達我們的感謝。因爲，依據佛教教義，人人都是前世投胎了無數次的，可以想像得到，每一生靈都或先或後做過我們的父母。如此說來，宇宙間一切生靈都有家族關係。

任何人，不管他信教與否，不能不體驗愛心與同情。我們從呱呱落地開始，就得到父母的慈愛照顧；以後在日常生活、遇到疾病及衰老的病痛時，再得到別人的好心扶持。假如我們在生命開始及結局時，都俯首對別人的好心照顧，爲什麼不痛在中間一段也以好心對待別人呢？

博愛之心(一種對全人類的親近感)並不與我們通常所從事的一般宗教活動有關。不論信佛或不信佛的人應該如此，每一個人，不管他的種族、宗教信仰或政治關係為何，都應該如此。每一個人，不管男女老幼，祇要自己認同是人類的一員，而且具有高級思維的器官，就應該如此。這是我們所應發展的——但往往往往忽略了——一種強烈感情；也是我們在盛年時，最易於一種不實在的安全感中，所應該盡力培養的一種強烈感情。(文藝版四版)

問：龍說堂不是科學方法治療，而是一種管理方法，不知先生以爲如何？  
 答：的確如此，他們辦法不一定好，但只能給病人照顧。

問：佛光山發行類似愛國獎券之彩券，用來擴建佛寺，是否正當？  
 答：星雲法師是入世的，我們要看其發行彩券之動機，有人批評佛光山是佛教企業化也有道理。問：你對愛國獎券看法如何？  
 答：我贊成發行愛國獎券，因爲花錢少，但可給人一個希望，而「大家樂」的動機，成了「賭博」則不好，不能因想發財而傾家蕩產，比如「打麻將」也可促進和諧，但有賭博性質便使取銷。(完)

減少他們對西方集團的仇視，因爲西方集團也是人類組合而成的——因爲男女老少、同樣的，西方集團的人應該減少他們對東方集團的仇視，因爲東方集團也同樣爲人類。兩大集團的領袖們在消除相互仇視這件事情上，有極大作用。但是，首先而且最重要的，是雙方領袖必須仰上帝，這是相信因果，倫理是在每種宗教的基礎。

更多友愛，更多和諧，更多幸福，對所有不喜歡苦惱的人，對所有珍惜持久幸福的人，這是我心願的呼喚。(全文完)

人性與和平

(接自一版)

當我們從長遠去看問題，並設想所有的人都得到歡樂，這將是一項偉大的成就。這將是比任何個人或團體所能做到的更偉大的成就。...

各派宗教都是追求和平

到現在為止，我們所討論的理論，與世界上所有宗教的教義都符合。我要強調：世界上的任何主要宗教——佛教、基督教、印度教、伊斯蘭教、耆那教、錫克教、道教、藏教、印度教、...

眾志成城的共識

當今世界紛紜，如中東、東南亞、南北問題紛爭等等，憤怒實為一個不小的禍源。這些紛爭，都是由於彼此不瞭解對方的人類本性而引起。...

我們所討論的理論，與世界上所有宗教的教義都符合。我要強調：世界上的任何主要宗教——佛教、基督教、印度教、伊斯蘭教、耆那教、錫克教、道教、藏教、印度教、...

我們必須從長遠去看問題，並設想所有的人都得到歡樂，這將是一項偉大的成就。這將是比任何個人或團體所能做到的更偉大的成就。...

我們所討論的理論，與世界上所有宗教的教義都符合。我要強調：世界上的任何主要宗教——佛教、基督教、印度教、伊斯蘭教、耆那教、錫克教、道教、藏教、印度教、...

我們所討論的理論，與世界上所有宗教的教義都符合。我要強調：世界上的任何主要宗教——佛教、基督教、印度教、伊斯蘭教、耆那教、錫克教、道教、藏教、印度教、...

我們所討論的理論，與世界上所有宗教的教義都符合。我要強調：世界上的任何主要宗教——佛教、基督教、印度教、伊斯蘭教、耆那教、錫克教、道教、藏教、印度教、...

在社會生活中，我們應該分清大義的善惡，以博愛及寬容去待人，不僅對我們所愛的人如此，對我們的敵人也是如此。這正是我們道德力量最偉大的考驗。...

我們所討論的理論，與世界上所有宗教的教義都符合。我要強調：世界上的任何主要宗教——佛教、基督教、印度教、伊斯蘭教、耆那教、錫克教、道教、藏教、印度教、...

我們所討論的理論，與世界上所有宗教的教義都符合。我要強調：世界上的任何主要宗教——佛教、基督教、印度教、伊斯蘭教、耆那教、錫克教、道教、藏教、印度教、...

我們所討論的理論，與世界上所有宗教的教義都符合。我要強調：世界上的任何主要宗教——佛教、基督教、印度教、伊斯蘭教、耆那教、錫克教、道教、藏教、印度教、...

行政院新聞局出版事業登記證局台特字第一九五八號  
宗教學 第五期

現象界的說明

西洋哲學不離宇宙論、本體論、認識論

中西哲學之異同

鄒昆如

中西哲學近年來由於文化交流，亦走向互相衝擊，互相接受的情況...

歷史發展

一、中國哲學部份：如果界定哲學是「研究宇宙人生問題，從各方面着手，謀求種種可能的解答的學問」...

其次，這隻狗在某一種狀況下，雖保不變為一瘋狗，雖保不咬死狗的主人...

事物性空

以上所說都是個重於事物來說「空」，其實佛性性也包含一切名色在內...

緣起性空哲學的應用

甲是無法單獨被稱為「大」的，甲被稱大，只因有乙的對比...

破什麼迷執

以上所言，側重於理論，從此以下，將細說其妙用...

執着事物的煩惱

就第一點說，對於人生中的一切，如財物、親情、愛情、權力、名譽、禮貌...

破執並非放棄一切

佛家基於性空的智慧，要人破執，但破執不等於放棄一切...

長

這可不是自然界正常現象，怎會投若反置失與呢？原來從佛理而有兩種生命...

（接自二版）

「夫子之吾性與天道，不可得而間也。」以及「子不語怪力亂神」...

仁之端也

仁之端也；羞惡之心，義之端也；辭讓之心，禮之端也...

（完）

緣起性空哲學的應用

侯秋東

前言

佛門所謂「空門」，譯名尼佛德者，「空」字，世界上所有的宗教與哲學，無一不...

緣起的宇宙萬象

佛教認為宇宙萬象都要依各種因緣條件才能生起，若因緣條件離散，所謂「緣起」...

法喜充滿

筆者於民國五十二年，亦即大學一年級時，由於朋友的引薦，加入佛學社研習佛學...

現象界的說明

西洋哲學不離宇宙論、本體論、認識論...

天國特律

李順長

主耶穌開始出來傳道，口出怨言，第一句話便是：「天國近了，你們當悔改信福音。」...

深一層觀察，事物的生起散滅，有其直接原因，更有其間接原因。比如說，某種學生退學了...

「諸行無常」與「諸法無我」。諸行無常的意義是：一切現象都是變化不已的。諸法無我的意義是：一切現象都不是自主的、獨立的、固定的...

「說空」不礙說「有」。前面說過，「空」並非百分之百的否定一切事物的存在...

一、「不均」律。路加福音十九章廿六節：「凡有的，還要加給他；沒有的，連他所有的，也要奪過來。」...

二、「不平」律。路加福音十二章五十一節：「你們以為我來，是叫地上太平麼？我告訴你們，不是，乃是叫人爭鬥。」...

三、「不測」律。馬太福音十三章廿一節：「耶穌回答（門徒）說：『因為天國的奧秘，只叫你們知道，不叫他人知道。』」...

中西哲學之異同

鄒昆如

孔子的教義所針對的，就是人類關係的改善；他要用哲學來振興的，也是人類關係的改善。他的「正名」，也就是在人類關係的各種節目中呈現出來。