

佛教未來發展方向芻議

「四門出遊」是一個經常用來說明釋迦牟尼佛出家動機的故事；釋迦太子因為在四城門見到了老、病、死以及修道人，從而感悟生命的無常，產生出家覓道的念頭，開始了一切以解決生老病死為問題核心的佛法思惟與行動。他在菩提樹下證悟了「緣起性空」的真理，正是解決此一問題之不二法門。

由於佛教「緣起性空」極富彈性的思想特質，在各種不同的時空流布中都能做到最好的方便與適應，因此佛教歷史的發展，都有其多元的拓展及特色。從地域的流布看，南傳佛教繼承了上座部的保守風格，保存較多佛教原始的風貌。北傳的佛教，則接受了大眾部的菩薩道思想，開展出多樣創新的大乘佛教思想。而佛教發展到今天，流傳的地域已不再侷限於亞洲，而是遍布五大洲，而且在思想上，不管是南傳或北傳，都能普遍的為社會大眾所接受。這個時候，我們不禁要好奇與思索的是，我們這個時代的佛教特色究竟是什麼？佛教的發展在今天最好的適應樣態為何？

近幾百年來，歷經工業革命和資訊革命的二次衝擊，整個人類的思想與社會生活型態隨之產生劇烈的變動；物質的高度發展與人際的相對疏離，導致了人類精神生活的空虛與迷惘，人類的精神疾病如傳染病般的在世界各地蔓延開來，而作為一種治療精神疾病的心理學就順勢產生了。心理學建立以來，距今不過百餘年，已有長足的進展，而心理學流派也從精神分析學派、行為學派、人本主義學派，發展到超個人心理學派；從早期精神分析學派將宗教超體驗的心理現

象視為是一種精神疾病，到超個人心理學派肯定其為人類心靈的「高峰經驗」，並加以研究發展來看，心理學與宗教的關係可謂越來越密切了。

其實，心理學所處理人類心理疾病的範疇是佛教開發心智所面臨煩惱課題的一部份。心理學醫治心理疾病的方法，除了用藥之外，有透過治療師的催眠、引導、對話等「介入」方式，幫助釐清病患心理問題，藉由思想、行為的「改變」達到醫治的療效。而佛教的禪修方法，其實也是一種「對話」：一種與「所緣」境界及「自我」的對話。禪修者藉由「止」、「觀」的工具性「介入」，深入觀見自內心的知性與感性煩惱障礙，並用「緣起性空」的佛法思惟打破這些障礙。在佛教經典，如《雜阿含經》、禪師語錄或藏傳佛教的辯經活動，師父與弟子的對話當中，我們彷彿見到治療師與病患的醫患關係身影。

目前在歐美地區，已有不少心理學家或心理治療師，有感於當前心理治療方法的有限性，紛紛在宗教，尤其佛教領域尋找支援與突破。有不少人研讀佛教經典，有些人甚至有禪修體驗，希望透過佛教的修持方法增加心理治療的療效。也有人，將佛教的禪修方法應用在臨終關懷上面，獲得了不錯的效果。佛教當然有遠大的目標，希望眾生都能早日成佛，而佛陀是大醫王，他所教導的方法當然也能夠救度有情的生老病死苦。但畢竟每一個人的根性不同，有的人甚至處理日常生活上的情緒困擾都應接不暇，遑論其他。因此，如何將佛教修持方法與心理治療結合，救濟當前人類普遍流行的精神疾病與臨終的恐慌，怕也是不容刻緩的事情。佛教未來發展的方向，我們希望能在這個世俗的基礎上，邁向徹底解決有情眾生生死苦患的遠大目標。