

宗教——心靈的體驗

宗教心理學

哈佛大學神學博士蔡彥仁 主講

編輯組 整理

宗教是非理性的情緒領域？

宗教是受壓抑後的非正常心理？

人在遇到危機時，最容易觸動宗教情緒？

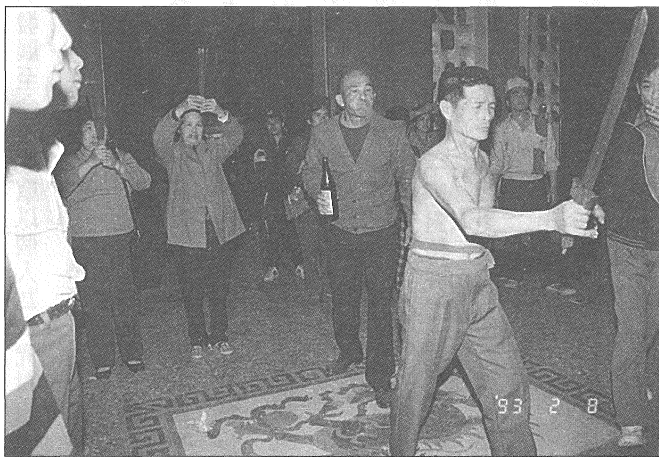
宗教心理學的背景

宗教心理學的興起與十九世紀盛行的「比較宗教」關係密切，當時流行探索宗教的起源與性質，而心理學正可以提供一個歸約性的合理解釋。因此，對於鬼、神、靈魂等問題，都可以從心理層次加以了解，而將其歸源於人類感性、情緒、欲求等因素。施萊爾馬赫認為宗教的生



成，源於人對「他物」所發出的「絕對倚靠之情」，此種論調就是明顯的心理學說詞。費爾巴哈的主要興趣不在心理學本身，但他一旦提到宗教，就認為是出自人心理的投射結果，目的是使未實現的願望與需求，能在假想的世界裡得到滿足。奧托的理論前提則肯定人與生俱來有「不是理性」(non-rational)的機能，以此可感受出一個「超然神秘」的他物存在。這些理論家或多或少都可視為宗教心理學的先趨人物。

早期以心理學看待宗教，有兩種負面的看法：(一)宗教是屬於情緒領域，是非理性，甚至是一種「前邏輯階段」——邏輯以外的一個領域，很難用邏輯來推斷得到結論。這與研究原始宗教或部落宗教有關，而認為它是演化的最初階段，宗教自然被視為是低等的。(二)宗教是人類反常的心理狀況，因為在十九世紀末初期，一般認為人是理性的、邏輯的，若違反這項原則，便被視為不正常。



◎早期以心理學看待宗教，認為宗教屬於情緒領域，是「前邏輯階段」。
(本刊資料照片)

宗教心理學的特徵

宗教心理學的一般特徵有以下幾點：

一、偏重以個人為研究對象：宗教心理學研究發展至今，偏重以個人為研究對象。不過這並不表示宗教團體就不能用宗教心理學研究。現在有人在研究「基本教義派」，如巴基斯坦的印度教徒與回教徒、斯里蘭卡的佛教徒及印度教徒，勢不兩立、絕不妥協，認為自己的宗教是唯一的，其他都是不對的，若有人侵犯到自己的宗教領域，只會用暴力來解決，提倡這類主張的就叫做「基本教義派」。前一陣子以芝加哥大學為主召集多位學者，歷經三年，有些學者從宗教心理學的角度來研究為什麼會產生這種勢不兩立的情形，類似這類以宗教心理學來研究團體的也有，我現在所說的是偏重以個人作為研究的對象。

二、不重視崇拜對象之有無，以崇拜者之心理為客觀事實：如果說眾多宗教現象皆環繞在以「超越」為人生存的指標的話（此「超越」可以名為「神」、「絕對精神」、「法力」等等），宗教心理學不在證實這個超越體的有無，而是把這現象當作客觀的事實，並從心理學給予合理的解釋。

三、方法上有兩條線路並進：一是倚靠較為理論性的心理分析，將個人心理的狀態以各種不同的理論來分析，譬如弗洛伊德的心理學，另一個方法則是靠實驗性（實驗室中的儀器或問

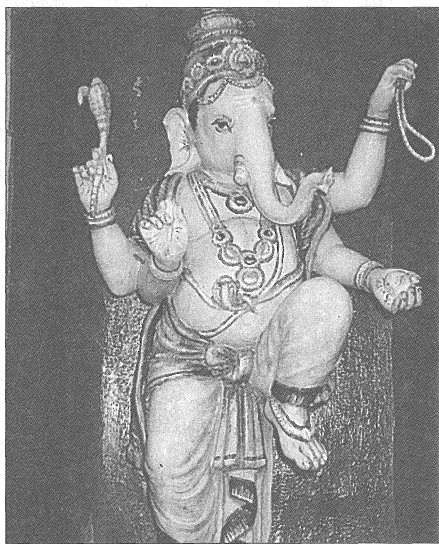


宗教與個人體驗

「詹姆士——宗教是個人立即式的經驗及感受」

詹姆士（W. James）被推為是真正的宗教心理學家，他以心理學家的身分認真地看待宗教，於一九二〇年出版《宗教體驗的多面向》，可謂宗教心理學的先聲經典之作。

卷調查）的統計結果。例如設計一套實驗的程序，以問卷調查的方式來調查某一宗教團體有多少比例的人會有那些傾向？那一種文化傳統的人比較傾向喜歡什麼？喜歡到什麼程度？會有怎樣的反應？再將所得結果統計分析，像這種是量化式、實驗式的研究。兩者各有長處，而短處則是前者流於主觀、臆斷，後者則失於行為科學式的定量化弊病。



◎宗教心理學可用量化式研究，調查那一種文化傳統的人傾向喜歡什麼。

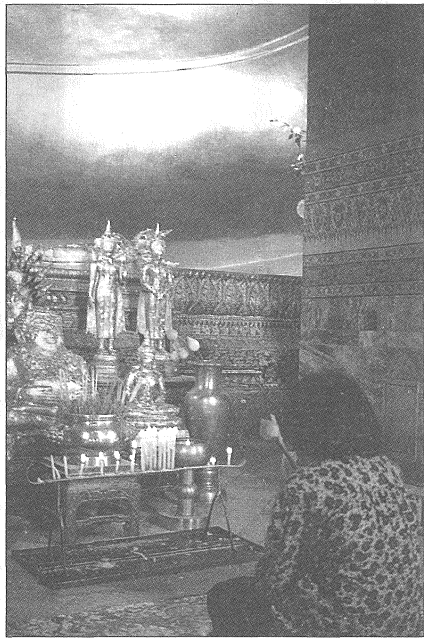
（圖為印度教徒崇拜的象頭神。本刊資料照片）

他反對當時流行的達爾文進化論所說「宗教是人類在原始階段時所遺留下的，所以人愈演進，最後宗教會消失」的說法，

他也反對以實證主義「可看到、可證明的才能相信，可觀察到的才是可採用的材料」的觀點，來研究宗教，詹姆士認為宗教絕對是個人的一種感覺，不能跳脫出

人的經驗來談宗教，他著重在個人的心理感受，而非宗教團體。他從個體經驗為立論出發，認為宗教是一普遍現象，並非因人的心理異常而產生。既然人的經驗是多樣性，人的宗教生活也具有繁複或相互矛盾牴觸之處。所謂「宗教」是在孤獨情境裡，人的情感、行為、經驗對一神聖的超越體（隨個人主觀認定）的關係反應，而所有的宗教必定指向一個超越的世界。這個超越體發自人的下意識，對一個信仰經驗者來說，它就在「彼處」，並對超越體生出強烈的情懷或崇拜心理。所以，這超越體是什麼並不重要，比較重要的是經驗者本身主觀的反應。

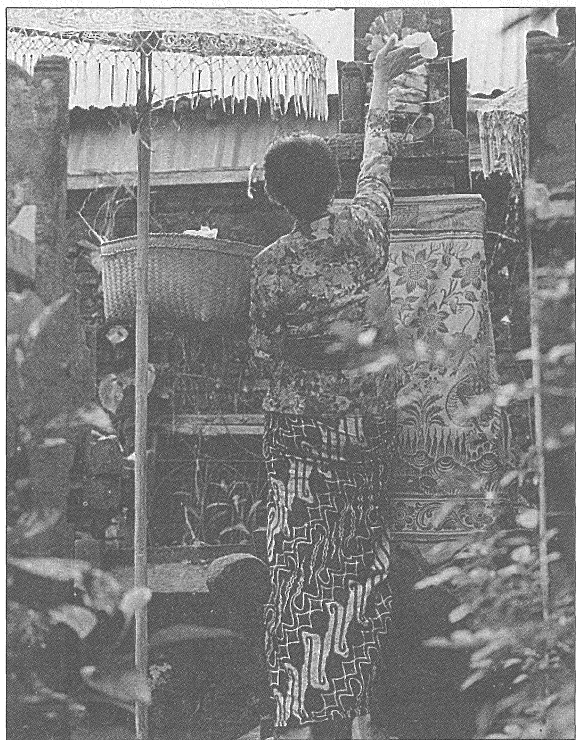
他的宗教研究傾向與個人背景有關。他的家庭源於蘇格蘭基督教長老會，此教會對教徒規



◎宗教是人在孤獨情境裡，與一神聖超越體情感、行為、經驗的互動。（本刊資料照片）



範非常嚴謹，但由於他們居住於美國東北部新英格蘭地區，受到當地盛行的超越主義影響，以大自然作依歸，重視個人性靈的解放。因此，他反對團體的制約，追求個人的心理空間。他認為宗教是個人立即式的經驗及感受，是下意識的主觀認定。以個人經驗為主，傾向多元主義，因為每個人的感受不一，唯有把大的框框打破，將焦點集中在各個人身上時，才會有多元的傾向，否則就成為一群一群的教派。從心理出發，推到個人再到多元，這是一系列的邏輯結果。所以有人認為，就詹姆士個人而言，宗教是「我感覺，所以我存在」，相對於笛卡兒所說的「我思故我在」，這是較感性的層次，是宗教理論的創見。



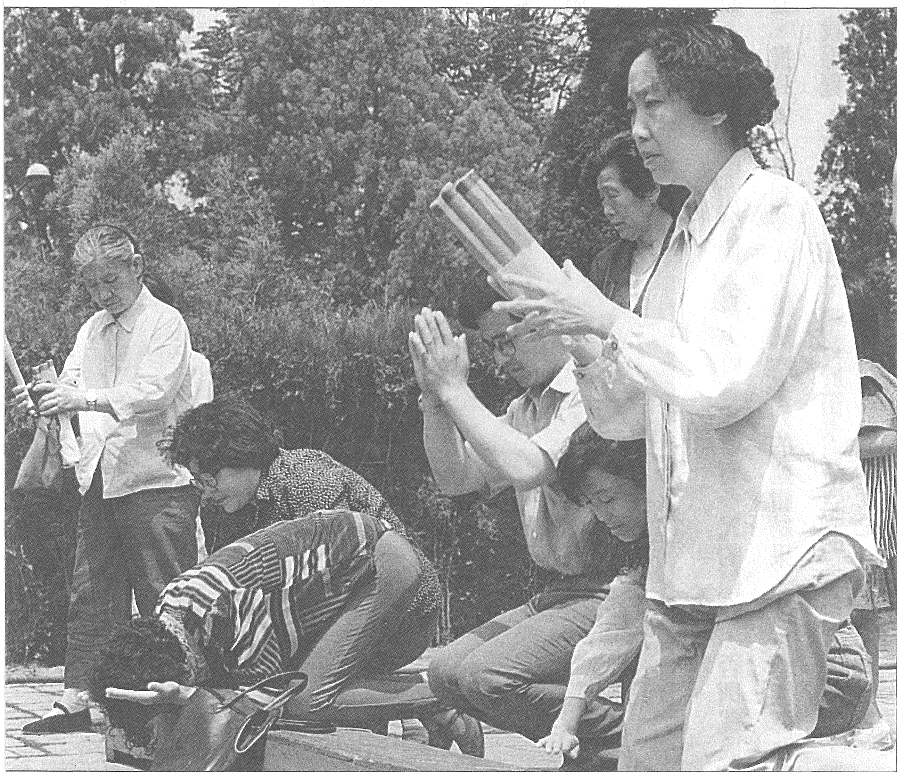
◎宗教是個人立即式的經驗和感受。

（圖為印尼一女孩向住家附近的神廟供花。攝影：林介嶽）

此外，他也是個實用主義者，實用不是實證，而是說一切以經驗者為主，這經驗是指當下和諧的經驗，具有哲學上的合理性、道德性的正面作用，所以，他提出自然主義式的宗教客觀事實，不著重宗教的真假問題，而注重個人的經驗心理層次。

「弗洛伊德——宗教是受壓抑後的非正常心理狀態」

弗洛伊德（S.



◎每個人對宗教的感受不一，因此研究宗教心理應以個人經驗為主，才會有多元的傾向。

（攝影：林介鐵）



Freud) 的「深度心理學」，對宗教的看法與

詹姆士大異其趣，他以病理學的角度來看宗教，認為宗教是一個人或一群人，受到社會壓抑後，內心產生反抗所昇華出來的一種結果。它沒有實體，是虛幻的。看來頗類似費爾巴哈及馬克斯的理論，只不過觀點解釋不同，一是從心理學，一是從經濟、階級來解釋，但結果類似，都是認為宗教是人受到壓抑時，所引起的一種普遍的、非正常的心理狀態。

就如同每一個男子自幼就存著「戀母情結」，他以古希臘伊迪帕斯神話，來說明男人從小內心便對母親有種暗戀的情結，所以無形當中對父親有一種排斥感，但是因受教育與習俗的規範而潛藏於下意識；宗教也是如此，它的底層也隱藏了人類受壓抑、反社會的原始欲望。所以宗教本身不是一個實體，反而是一個「虛幻集結」，是人們自我不得紓解下昇華的結果。弗氏以這種心理病態的觀點，將人的精神生活化約成或歸因於心理生成。

「容格——宗教是人「集體潛意識」的反應」

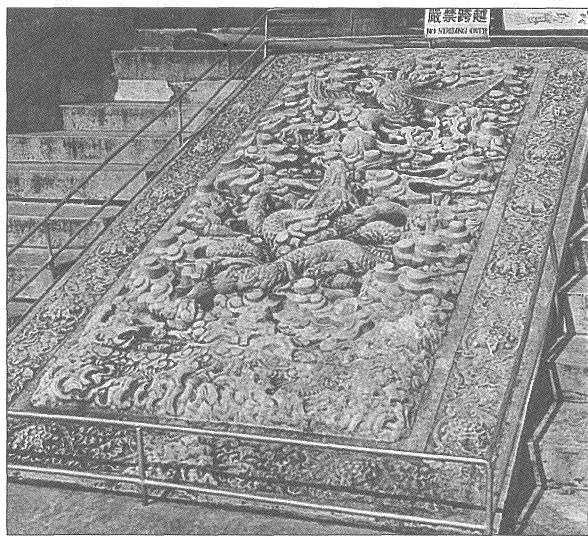
在宗教心理學研究領域，影響非常大的是容格(C.G.Jung)，他原是弗洛伊德的學生，但他對宗教的態度與看法和弗洛伊德不同，較為積極而正面。他認為每一個人的意識裡皆潛伏著一個「集體潛意識」，而宗教是人集體的一種潛意識的反應。他用神話裡許多的主題與象徵，來



表達宗教是個隱而未現的、群體下意識所共享的東西，這是非常重要的心理基礎，稱為「原基型」，有人稱為「原型」。如日本人，認為他們大和民族共同的祖先是日照大神，而天皇就是日照大神的化身，儘管已快到了廿一世紀，這種「集體潛意識」潛伏在他們民族性中，仍根深蒂固，使得他們可以為天皇而死。所以「集體潛意識」對群體的精神具有奠基、穩固的作用，使社會正常運作。反過來說，如果壓制宗教，也會間接地對人心靈產生傷害。容格這種原型的觀念不只應用在宗教學界，在文學理論批判也引用。

「艾利克遜——以階段性人格發展看宗教人物」

弗洛伊德與容格兩位心理學巨擘以下，發展出許多流派分歧。艾利克遜（E.Erikson）融合兩位的理論，提出階段性人格發展說，他把人生分成幾個階段，每個階段有他要完成的任務，



◎中國人自認為是龍的傳人，是種「集體潛意識」作用。

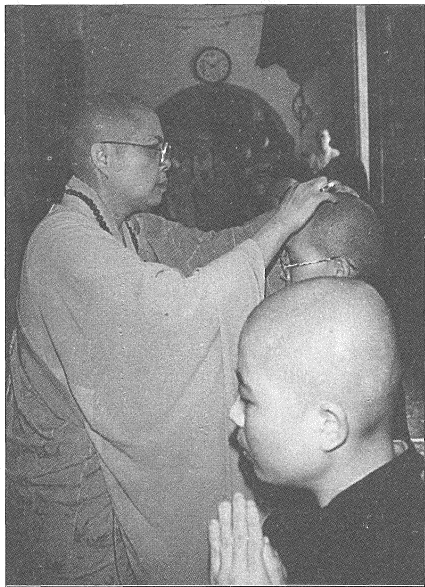
（攝影：林介嶽）



結論評述

這任務能達成，將有什麼發展上的特徵？或產生什麼對未來更有利的情况？如果任務不成功，危機無法渡過，又會如何？用這樣的假設來研究著名宗教人物的青少年期，看他們如何在成長階段中經歷自我人格的完成。如研究馬丁路德（M. Luther）年輕時心理狀況如何？到了決定著手改革時，內心的狀況又如何？從這轉折可看出他整個心理的變化，逐漸趨向獨立人格的成熟。這是屬於較動態的研究，像弗氏及容格所作族群結構性的研究是屬於較靜態的。海外知名學者杜威明先生因受到艾利克遜的影響，也研究年輕時代的王陽明先生。

現在宗教學家在宗教心理學投入的心力不如宗教社會學、宗教現象學，個人以為一方面是因為心理學是非常特殊的專業，研究者必須有心理學的背景，才容易作研究，而要成為一個合格的心理學家過程是相當長的；另一方面，宗教心理學大多被用



◎出家是人「整個根基的動搖」，可從宗教心理學的角度切入研究。（本刊資料照片）

在實際的心理輔導，在歐美宗教呈現世俗化傾向後，很多傳統宗教可以解決的問題，現在已慢慢失去力量，社會產生了很多問題。例如以前傳統屬個人懺悔的宗教活動，具有相當大的心理治療作用，工業社會以後，教會組織愈來愈式微，心理分析學家成為心理輔導及精神的治療師，但價錢相當昂貴，有人戲稱在美國心理最有問題的就是心理分析家。所以傳統教會神職人員的任務還是很重大，他們時常要作心理輔導、家庭輔導。若宗教心理學也包括這方面，是一個很大的領域。但純粹探討宗教心理學理論的人，比起其他宗教理論學家是較少的。

但宗教心理學還是有它獨特的研究之處，例如佛陀或馬丁路德、王陽明等歷史上赫赫有名的宗教人物，要成就偉大的宗教事業，一定有心理的轉折、掙扎，並觸及到生命的最根本，出家也是如此，面臨生命最大的抉擇，如田立克所說的「整個根基的動搖」，在西方稱為「皈依的經驗」，



◎人遇到危機時，最易接受宗教，或與心理有關。

（圖為一法師為前來祈求平安的一家人加持。本刊資料照片）



等於是整個人的大翻轉、大轉折，可從心理學的角度切入研究，這在宗教史上是非常重要的，目前已成為一大主題。

再者，從宗教史上，我們可以發現宗教與暴力是分不開的。宗教追求和平、和諧，可是往往另一面就是暴力流血，如在伊斯蘭教的世界裡，許多教徒的單純、好客及愛好和平超過很多其他教徒，可是另一方面，也有少數極端教徒，存在著以從事恐怖活動來達到消滅對方的目的，這種兩極化現象並存的情況，除了教義的解釋，或受政治、經濟等的因素影響外，是否從心理的角度可得到合理的解釋？另外，很多人認為最容易接受宗教的時刻是在遇到危機，如生老病死等門檻階段，最容易觸動人的宗教情緒，這是否也和心理有關？

【書訊】

香光尼眾佛學院刊《青松萌芽》出版

由香光尼眾佛學院出版的《青松萌芽》創刊號已於九月出版。

香光尼眾佛學院自八十五年度擴大招生，並出版院刊《青松萌芽》，其中呈現了僧青年修學的足跡，本期探討的主題是「那先比丘經」。歡迎助印、索取，來函請附回郵十元，寄：嘉義縣竹崎鄉內埔村溪州四十九之一號，香光尼眾佛學院收。