

靈性與安身立命：從四大存有問題建構貫串靈性與生涯的本土化理論

夏允中^{1*} 劉淑慧² 王智弘² 孫頌賢³

國立高雄師範大學諮商心理與復健諮商研究所¹

國立彰化師範大學輔導與諮商學系² 國立台北教育大學心理與諮商學系³

針對四大存有問題：我是誰？我的人生處境是什麼？我為什麼會受苦？我如何得到救贖與解救？本文綜合先前研究和本期論文發現：（1）靈性成長導引離苦：不論有無宗教信仰或信奉哪種宗教，靈性學習或在諮商中探討靈性議題，均有助於超越困頓、獲得靈性成長；（2）宗教給出世界觀和生涯觀：西方一神文化形成了個人主義的世界觀，華人的儒釋道文化強調自性的覺醒，形成了重視個人修煉及人境和諧的世界觀，本期論文研發的果報信念量表，可用以評量佛教與道教的累世因果觀念，期望後續研究可揭開另類身心健康與生活調適之道；（3）人在世間活出靈性：生命信念、生活目標之選擇（立命），是一再重複的螺旋狀的視框轉移歷程，如何籌備本事以便在生活世界中實際活出所選角色劇本（安身），則可透過有效的培訓模式加以輔助。綜合上述評析，本文建議：（1）在既有的靈性與諮商論述和實徵研究基礎上，進一步發展出理論；（2）開啟更多的「生涯」與「靈性」之關連與對話，以期建立貫串靈性與生涯的理論，讓兩個領域相互補足，開展出更有助全人發展的助人專業；（3）透過華人文化儒釋道智慧的自性覺醒模式之研發，建構含攝華人文化的、貫串靈性與生涯的本土化理論，藉由中西會通後的創新思惟發展出嶄新與現代化的華人本土諮商心理學，並持續與西方學術界交流與對話。

關鍵詞：本土諮商心理學、生涯、自性覺醒、儒釋道、靈性。

人生在世，不論是生活在哪種文化或生活世界中，大抵都得面對四大存有問題：我是誰？我的人生處境是什麼？我為什麼會受苦？我如何得到救贖與解救（Walsh & Middleton, 1984）？這四大問題雖是普世皆然的大哉問，但不同的文化傳統與生活經驗卻有不同的觀照與解讀，本期文章正好從靈性與生涯的角度提出對以上四大存有問題的啟發，因此本文將逐一探討：（1）靈性成長導引離苦：我為什麼會受苦？我如何得到救贖與解救？（2）宗教給出世界觀和生涯觀：我的人生處境是什麼？我如何活在人生處境中？（3）人在世間活出靈性：我是誰？我的人生處境是什麼？我如何安身立命？（4）台灣諮商專業的未來：建構貫串靈性與生涯的本土化理論。

一、靈性成長導引離苦：我為什麼會受苦？我如何得到救贖與解救？

人們對超自然事物的看法不僅說明了宇宙的本質，也說明了人生在世的本質與生命意義，給出人們如何在人世間活出神聖本質之道（Johnston, 2016）。根據 Park（2007）提出的「信念意義系統影響身體健康之假設路徑模式」，意義系統最主要的源頭是宗教（R, religiousness）和靈性（S, spirituality）。從西方一神教（包括基督教、天主教、伊斯蘭教與猶太教等）的角度來看，靈性是指個人與主觀的宗教經驗（Hill & Pargament, 2003），靈性常等同於靈性經驗，靈性經驗常被定義是感覺與神是相連的或親近神（Kass, Friedman, Leserman, Zuttermeister, & Benson, 1991）；而宗教是指固定的意義系統或意識形態（Hill & Pargament, 2003），並且與他人連結形成一個團體或社區，是個人自我認同重要來源（Schlehofer, Omoto, & Adelman, 2008）。由上述宗教和靈性的定義還可以看出參加宗教活動會有靈性經驗，但有靈性經驗不一定要參加宗教。意義系統會影響信念、動機與目標，進而影響遠端健康指標，如：生命的意義、健康控制信念及正向特質與態度，再影響近端的健康行為與生活型態，或是影響對疾病的因應方式，最後影響健康。根據許多實徵研究的結果，個體對在面對重大逆境時，如：911 恐怖攻擊事件（Updegraff, Silver, & Holman, 2008）、癌症（Greenstein & Breitbart, 1999）與喪失親人（Currier, Holland, & Neimeyer, 2006）等，個體的信念意義會正向影響個體後續復原適應。

儘管靈性在輔導與諮商領域的應用仍未普遍（Adams, Puig, Baggs, & Wolf, 2015; Brown, Elkonin, & Naicker, 2011），但當前的關鍵議題已經不是要不要或不該運用靈性資源，而是如何有效運用。畢竟，Hooker、Masters 和 Park（2017）的文獻回顧，已經發現大量的研究支持：具有意義與信念會增進身體健康、長壽

與降低死亡率；還有不少量化後設分析提出實徵支持，顯示宗教與靈性和人們的生理健康（e.g., Jim, et al., 2015）和心理健康（e.g., Salsman, et al., 2015）均有顯著連結，融入宗教與靈性的心理治療也呈現出顯著療效（e.g., Hook, et al., 2010）。本期有兩篇廣泛涉及多元宗教信仰的文章，可為靈性在輔導與諮商領域的應用之道提供啟發。

台灣學術期刊上發表的靈性與諮商之實徵研究，最受矚目的當推陳秉華及其研究團隊的成果，他們近兩年所發表的專文包括：直接與諮商實務相關的〈當靈性與心理諮商相遇：諮商師的觀點〉（陳秉華、范嵐欣、詹杏如、范馨云，2017）、靈性融入諮商培育相關的〈融入宗教／靈性的基督徒諮商員教育課程之成果評估〉（陳秉華、范嵐欣、詹杏如，2016）、靈性關懷能力相關的〈基督宗教靈性關懷者對臨終病人靈性照顧能力之質性研究〉（陳秉華、邱仲峯、范嵐欣、趙冉、吳森棋，2016）。他們這一期發表的是〈當靈性與心理諮商相遇：案主的經驗〉（陳秉華、范嵐欣、朱美娟，2018），探討案主接受融入靈性的諮商經驗，包括案主對接受融入靈性諮商的期待與態度、在諮商中提出的宗教或靈性話題、接受融入靈性的諮商介入處理、經驗到的諮商結果等。研究中 10 位研究參與者都有接受融入宗教／靈性諮商的經驗，其中三位為基督徒、三位為佛教徒、兩位認同兩種宗教／靈性背景（佛教與統一教、佛教與新世紀）、兩位認為自己沒有特定信仰宗教／靈性；10 人中 1 位男性、9 位女性。研究者透過半結構個別訪談收集資料，以主題分析法分析資料。研究結果發現七個主題：有宗教／靈性背景的案主都對接受融入宗教／靈性的諮商有動機、有期待，但也有部分有顧慮；在諮商中出現多樣化的宗教／靈性議題；諮商師對宗教／靈性議題的探討與介入是多元的；宗教／靈性話題在諮商中能否展開與持續同時受到案主與諮商師雙方的影響；接受融入宗教／靈性的諮商為案主帶來自我與宗教／靈性上的成長轉變；有宗教／靈性背景的案主對接受融入宗教／靈性之諮商持正向態度；以及融入宗教／靈性之諮商須符合專業諮商倫理。雖然研究受訪的案主所信仰的宗教各有不同，但是在諮商過程中，宗教與靈性內容的共融特質，卻是共通的特點。

此等宗教與靈性經驗的共融特質也展現在本期另一篇靈性研究上。由長期關切高齡族群學習的葉俊廷和李雅慧（2018）共同撰寫的〈從懷疑到信任：中高齡者的靈性學習歷程〉，探討中高齡者投入宗教信仰的靈性學習歷程。以半結構式訪談 6 位中高齡者，包含 3 位男性、3 位女性，他們的年齡介於 49~67 歲，平均 58.2 歲；宗教類型包含 1 位基督徒、1 位天主教徒、3 位佛教徒以及 1 位回教

徒。以持續比較法進行訪談資料分析發現：中高齡者靈性學習的經驗歷程歸納為四個階段，每個階段均有其在意識、行動、反思、感受、經驗上的特色。在嘗試接觸期，中高齡者開始接觸宗教信仰；在疑惑衝突期，產生學習上的心理疑惑及衝突；在學習反思期，出現對宗教與靈性的具體學習與反思行為；在靈性體驗期，開始感受到靈性學習意義，包括感受到內心的平靜、具備克服困境與心靈沐浴的內在力量、對生命的體悟，以及能夠為生活改變、貢獻影響與充實當下的生命意義與價值。

二、宗教給出世界觀和生涯觀：我的人生處境是什麼？我如何活在人生處境中？

儘管靈性不一定涉及宗教，但宗教確實針對靈性議題，給出有系統的概念建構與實際運作模式，因而導引成員的世界觀和生涯觀，影響他們對自己的人生處境的看法與因應之道（Johnston, 2016）。Worthington、Hook、Davis 與 McDaniel（2011）的後設分析甚至指出，融入特定宗教的心理治療比單純融入靈性的心理治療的療效更好，而且在靈性指標和心理指標上都表現出較佳的療效。要探討靈性議題背後的宗教論述，本文有必要先就東西方宗教在靈性、世界觀、和生涯觀上的差異加以探究，再就本期刊載的兩篇東方宗教研究加以分析。

從西方一神教的角度來看，西方的一神文明中強調與一神相連或親近一神，因而形成了個人主義的世界觀（Cohen & Hill, 2007; Overmyer et al., 1995），也造成了西方心理學致力於從個人主義的觀點（Triandis, 2001）來了解自我的心理運作，非常強調滿足、維持與強化自我（Burke, Martens, & Faucher, 2010）。例如：西方心理學有非常多有關自我的理論，都是以自我為基礎來建立（Shonin, Van Gordon, & Griffiths, 2014），因此有很多以自我為開始的心理學名詞或其衍生的相關理論（Klein, 2014）。在 Janoff-Bulman（1989）的研究認為，最被廣為使用的八個世界觀向度中，西方宗教文化影響之下的世界觀傾向於相信：冷漠世界中的仁慈、人們是仁慈的、隨機、公平正義、控制感、自我價值、自我控制和運氣等。比對之下，不難看出這些世界觀跟西方一神文明有很大的關係，例如：一神是仁慈的，祂也希望人要仁慈的；在一神的世界裡都是公平正義與有安排的（控制）；強調個體自我價值等等。簡單的說，西方的世界觀中不難發現一神的絕對無上存在就是回答上述四大人生問題的關鍵，個人是唯一真神所創造與主宰的萬物之一，與一神相連或親近一神就是人們終生努力與學習的終極目標。

華人的儒釋道宗教文化形成一個與西方一神文明不同的靈性與世界觀，為前述四大人生問題提供迥然不同的方向。儒釋道的內涵與實踐強調自我修養，所以

可以說儒釋道的心理學就是修養心理學（黃光國、夏允中、越建東，2016；Hwang, Shiah, & Yit, 2017）。所謂自我修養的過程是由個人內在心理狀態出發，透過不斷學習調節面對外界變動時的自我狀態，以「自我修養」走出人生之道，最終達到個人與環境之間的和諧關係，使得個人即便身處困境仍能保持良好的心理社會平衡狀態（黃光國、夏允中、越建東，2016）。相對於西方心理學強調維護、滿足與強化自我，儒釋道不僅不走維護、滿足與強化自我的路，反而教導人們要透過修養來解構自我，透過修煉以脫離自己的慾望、斷除自我中心的想法與行為（Hwang & Chang, 2009; MacKenzie, 2010; Shiah, 2016）。這樣的自我修養就是要達到自性覺醒，其中自性是指我們原來的本性，例如儒家修養到至善（the good）（夏允中、張峻嘉，2017）、佛家修養到無我（nonself）（Hwang & Chang, 2009; Shiah, 2016）與道家修養到真我（authentic self）（Hwang & Chang, 2009）。

由於全球化帶動的文化交流，已經使得這兩大宗教文化不再專屬於東方或西方。不論東西方，以儒釋道來做為諮商心理治療理論與技術的研究，均有增加的趨勢，（Shonin et al., 2014），尤其是過去三十年來，西方學術界已經有愈來愈多嘗試將佛法融入諮商與心理治療的論述、運作或理論模式（Shonin et al., 2014; Wallace & Shapiro, 2006）。例如：有以佛法為基礎的心理治療法與技術（Kelly, 2008; Michalon, 2001; Murguia & Diaz, 2015）、以慈悲心為基礎（compassion-based）的療法（Galante, Galante, Bekkers, & Gallacher, 2014; Shonin, Van Gordon, Compare, Zangeneh, & Griffiths, 2015）、以佛法為基礎（Buddhism-based）的悲傷治療（Wada & Park, 2009）、以正念為基礎（mindfulness-based）的心理治療技術（Khoury, Sharma, Rush, & Fournier, 2015）。其中，最為風行的即是正念療法，源自 Kabat-Zinn 於 70 年代末期，將佛教禪修靜坐的概念融入心理治療，將佛教世俗化，發展出正念減壓課程（Mindfulness-Based Stress Reduction, MBSR）（Kabat-Zinn, 1982）、正念認知治療（Mindfulness-based Cognitive Therapy; Fennell & Segal, 2011）、辯證行為治療（Dialectical Behavior Therapy; Lynch, Chapman, Rosenthal, Kuo, & Linehan, 2006）、接納與承諾治療（Acceptance and Commitment Therapy; Hayes, Luoma, Bond, Masuda, & Lillis, 2006），可見與其相關之實務與研究日益增加。截至目前為止，已經有不少小型的、針對特定族群或議題的量化後設分析研究，用以檢視正念介入的療效，單是 2018 年 1 至 3 月之間，就有好幾篇研究，發現正念介入帶來的正向影響（e.g., Chu, et al., 2018; Goldberg et al., 2018; Louise, Fitzpatrick, Strauss, Rossell, & Thomas, 2018; Wang et al., 2018）。

相較之下，儘管台灣有大量的佛教或道教信眾，在輔導與諮商專業期刊上也不乏肯定正念、佛法的文章，其中正念是比較屬於靈性經驗，但針對正念或佛法在諮商中的運作機制或療效進行實徵研究的並不多，例如近三年在華藝線上圖書館中僅有〈正念培育歷程初探〉（鄭雅之、黃淑玲，2016）、〈正念、自我療癒力與心理適應：自我悲愍與自我貶抑的中介效果〉（賴志超、蘇倫慧，2015）、〈流轉在正念減壓療法的苦與醒：一位負傷諮商師的敘說研究〉（羅家玲、曾昭兒，2015）等幾篇，本期刊載的陳景花、余民寧（2018）之大作：〈正念在臺灣學校的影響：系統性回顧及後設分析〉，更是台灣第一篇系統性的文獻回顧及量化後設分析。該研究梳理 1991 年至 2016 年的學位論文和期刊論文，篩選出 26 篇研究，樣本數合計 2279 名從幼稚園至大學的學生，實驗組 1029 人、控制組 1250 人。研究結果發現，正念整體效果量達中度以上正向效果，介入時程以 1~8 週效果最佳；在壓力管理的效果最佳，其次是認知表現、情緒智力及人際技巧。由於這篇後設分析所採用的 26 篇研究之中僅有 5 篇發表在學術期刊，其他是未發表的 1 篇博士論文與 20 篇碩士論文，而且各篇的介入處理方式差異頗大。可知，台灣的正念與佛法在諮商上的應用之相關研究，顯然更需要考慮 Aleman 等人（2017）對提升研究方法嚴謹性的呼籲。

反觀本期蔡明昌（2018）所撰寫的〈大學生果報信念量表的建構與發展之研究〉，果報信念較屬於宗教信仰，可視為借助嚴謹實徵研究方法以進行宗教觀點在諮商上的應用之良好範例。該研究指出，源自佛教與道教的果報信念，是國人在進行倫理抉擇與面對生命困境時的重要思考模式之一。該研究建構大學生果報信念的主要內涵，並發展出一套測量工具。該研究以大學生為研究對象，透過傳統文化果報觀點的探討、相關實徵研究的歸納以及針對大學生的實地訪談，建構出大學生果報信念的主要內涵，據以編擬量表初稿。在進行專家審核、預試等程序進行題目的修正與刪減之後，形成 28 題之正式量表，並以分層多階段抽樣法進行抽樣，抽取 1158 位大學生進行調查。研究結果發現，大學生果報信念量表具有良好的信、效度；台灣大學生對於果報信念中的現世報應、死後報應、子孫承負及創造命運的說法，傾向相信；而對於功過相抵、宗教救贖及接受命運的說法，則傾向不相信；此外，台灣大學生的果報信念具有性別和宗教上的差異。這個量表的發展將有助於探究台灣人的果報信念與其身心健康、生活調適之關連，並據以發展出適切的輔導與諮商介入方法。

三、人在世間活出靈性：我是誰？我的人生處境是什麼？我如何安身立命？

前述靈性論述和宗教文化給出的是「大敘事 (grand narrative)」，指向社會文化所給出的「應然」，為生活其中的人們勾勒出圓滿人生的境界。然而，每個人必須為自己的生涯做出抉擇：要選擇怎樣的靈性信念？要如何將靈性信念落實在生活世界？亦即，究竟要如何為自己的在世存有選擇生命信念、生活目標，作為個人之意義建構（立命）？每個人又要如何籌備本事，以便在生活世界中實際活出所選角色劇本（安身）。本期所刊登的另兩篇關於生涯發展研究，可說是靈性議題落入人間，探討個人在生命歷程中如何安身立命。想要什麼（得）以及能要什麼（給），是影響生涯發展的兩大軸心 (Liu, Hung, Peng, Chang, & Lu, 2016)，本期刊登的兩篇生涯文章正好分別探討這兩個向度。

儘管敘事諮商相當風行，在輔導與諮商專業期刊上，也有若干文章探討敘事生涯諮商，但近三年深入探究其機制的實證研究，在華藝線上圖書館中並沒有搜尋到。然國內學者黃素菲長期投入敘事取向的生涯諮商，在 2006 年翻譯了《敘事取向的生涯諮商》一書，在 2016 年翻譯了《敘事治療三幕劇：結合實務、訓練與研究》一書，以及在 2018 年剛出版個人深耕敘事心理學研究、教學及實務的著作：《敘事治療的精神與實踐》。黃素菲（2018）在本期發表的〈敘事諮商歷程與敘事結構特徵中生活目標改變之詮釋分析〉，是一篇敘事生涯諮商歷程研究，細細描述出敘事生涯諮商中的歷程性變化。

黃素菲（2018）這篇研究偏重的是生涯發展中的「想要什麼（得）」，說明敘事諮商如何協助當事人，離開被主流故事框限住的「沒有自己」的生涯敘事，與諮商師共寫與重構出「為自己而活」的生涯敘事。在此過程中，透過鬆動主流故事、轉變敘事視框的歷程，當事人建構出具有主體性的生活目標。該研究針對一位研究參與者接受 25 次敘事諮商的逐字稿，進行 Van Kamm 的現象學取向七步驟文本分析。黃素菲（2018）以細膩的階段性圖像，展現出前述解構與再建構歷程：當事人敘事視框轉變從「指出之前」到「共指的世界」再到「轉指的世界」，經歷了一再重複的螺旋狀視框轉移現象，其中涉及三個敘事結構：（1）被建構的敘事：受制狀態的敘事結構特徵；（2）解構的敘事：鬆動狀態的敘事結構特徵；（3）重構的敘事：重寫狀態的敘事結構特徵。這三個敘事狀態都經歷了一再重複「前置經驗」與「接續選項」組成的螺旋狀視框轉移現象，生活目標就在此敘說循環過程中生成，並在最後提出敘事結構特徵與敘事視框轉變的心智循環空間模型，此一論文可說是生涯敘事單一個案研究的精心傑作。

另一篇偏重的是生涯發展中的「能想要什麼(得)」，探討專業生涯能力之養成，是由宋宥賢、李佩珊、張聖杰(2018)所撰寫，透過實徵研究探討輔導人員的角色職責定位與職前培訓機制。在本期發表的〈初任學校輔導人員職前培訓方案之初探研究〉，依據「中小學專輔教師之參與經驗與需求評估學生輔導法」之規定，於2015年起，全國中小學的初任輔導人員皆需完成的40小時職前基礎培訓課程，該研究則評估其辦理狀況與效益。該研究同時採用量化研究與質性訪談，共有113位受訓者(國中小初任專輔教師)參與量化調查與訪談。文中以四層次教育訓練評估模式(Four Level Evaluation Model)中的反應層次內容作為架構，探究受訓者對此培訓的滿意狀況、參與經驗、相關需求與期待等。整體而言，參與此培訓之國中小初任專輔教師，大抵肯定此培訓可滿足其部分專業需求，如：能協助其瞭解工作內涵、角色定位、培育基礎專業知能，有助於做好職前準備並提升專業認同，進而促進對外專業形象建構。而他們對培訓比較不滿意之處，則有時程安排、培訓規劃方式、教學內涵與形式、部分課程主題與講師背景等。作者並據此提出雙軌式訓練模式，以及課程架構優化方向。

四、台灣諮商專業的未來：建構貫串靈性與生涯的本土化理論

回首過去，國內外學術期刊上已經累積一定數量的靈性與諮商論述和實徵研究，若能進一步發展出理論，將有助於該領域之躍進。例如，李維倫(2004)運用現象學視框，綜合文獻與實徵資料所提出的「心理治療中之療癒行動模式」，Oxhandler(2017)依循扎根理論統整自己的三個研究發現並進一步綜合既有文獻提出Namaste(印度教字眼，表示在我之中的神聖認出在你之中的神聖)理論，都有助於我們穿透表面現象而發現核心本質。以本期〈當靈性與心理諮商相遇—案主的經驗〉和〈從懷疑到信任：中高齡者的靈性學習歷程〉這兩篇為例，它們分別細描了靈性在心理健康和諮商上的正面功效。不過，事物往往都存在辯證發展現象(劉淑慧、孫頌賢，2016)，這兩個研究也同時顯示出，投入宗教信仰以及在諮商中應用宗教信仰來處理個人身心靈事務，都具有擺盪前進的本質。包括：在開始接受宗教信仰之後，學習者會因為對宗教闡述的道理懵懂不解、懷疑及誤解宗教教義、因家人反對質疑而發生人際衝突、因生活事務干擾而中斷宗教活動等等，因而產生疑惑遲疑(葉俊廷、李雅慧，2018)。在接受融入靈性的諮商經驗中，案主對這樣的諮商有所期待但也有所顧慮，宗教／靈性話題的展開與持續是由多元促進和阻礙因素構成的進進退退歷程，案主與諮商師都可能主動嘗試邀請，也都可能得到跟隨或拒絕(陳秉華等，2018)。這些發現可能反映出宗教靈

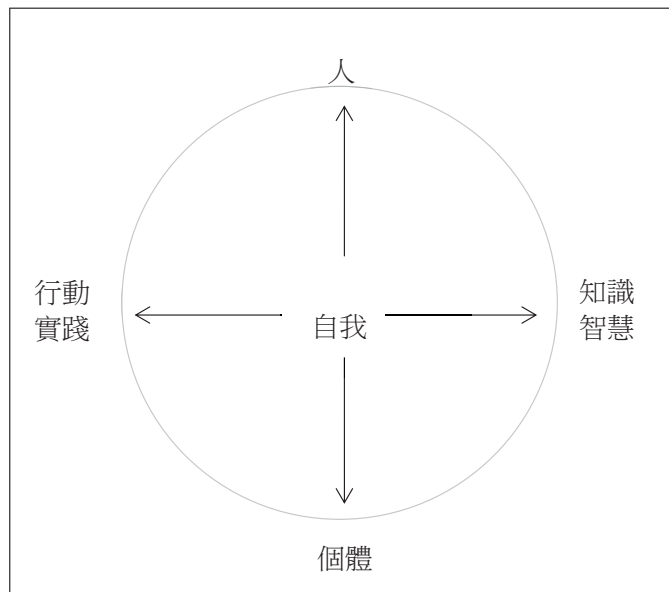
性掙扎 (religious/spiritual struggles) 現象之存在，所謂宗教靈性掙扎，有些定義強調「為某些宗教或靈性生活層面而感到受苦或衝突 (Exline, Krause, & Broer, 2016, p.1730)」，另一些強調「反映出宗教或靈性系統正面臨緊張壓力或動盪不安的各種宗教或靈性表達 (Ano & Pargament, 2013, p.419)」，通常呈現在憂慮超自然的至善與至惡力量、在意他人質疑、質疑自己的道德和終極意義 (Abu-Raiya, Pargament, Krause, & Ironson, 2015)，是一種「保存或轉化遭受威脅或傷害的靈性之努力 (Pargament, Murray-Swank, Magyar, & Ano, 2005, Currier, McDermott, Hawkins, Greer, & Carpenter, 2018)」。若能綜合這些研究發現，梳理出投入宗教信仰或在諮商中應用宗教信仰來處理個人身心靈事務過程中的正反辯證歷程，據以提出統整性的理論論述，將能幫助助人專業工作者洞悉協助當事人運用宗教或靈性資源以及將宗教或靈性融入諮商的核心原則。本期六篇論文呈現不同的角度與多樣方法論包含文獻回顧、量表編製、敘事研究、教育訓練評估模式等，來帶出多元方法論探討生涯與靈性的論述，確實具有重要學術貢獻，若能進一步統整出理論雛形，相信更能發揮影響力。

其次，建議建立貫串靈性與生涯的理論。宗教／靈性的重要功能之一，就是回答本文提到的四大存有問題，但本期六篇論文與相關研究，並沒有「充分」回答這四大存有問題，期待未來的研究可以直接談論這些問題來開啟更多的「生涯」與「靈性」之關連與對話，以期建立貫串靈性與生涯的理論。畢竟，靈性需要在腳踏實地的生活中落實，生涯需要在安身與立命相互呼應中開展 (Liu, Hung, Peng, Chang, & Lu, 2016)。其實，靈性與宗教領域，確實長期關注靈性與宗教信念如何落實在各種在世生活層面 (Hooker, Masters, & Park, 2017; Jim et al., 2015; Salsman et al., 2015)，生涯領域也不乏天命召喚 (王玉珍、吳清麟, 2017; Dik & Duffy, 2009; Dik, Duffy, & Eldridge, 2009) 或靈性在工作上的應用 (張火燦、劉嘉雯、黃名揚, 2010; 劉和楨、柯慧青、洪淑貞、蘇文凱, 2014; Daniel, 2010; Rego, Pina, Cunha, & Souto, 2007) 之探究，若能建立貫串靈性及生涯兩個領域的理論，不但可以讓兩個領域相互補足，更可以開展出有助全人發展的助人專業。目前已經有劉淑慧及其研究團隊所提出的德性存在生涯模式 (Liu, Lu, Deng, Wang, Keh, & Tsai, 2015; Liu, Wang, Deng, Keh, Lu, & Tsai, 2014)，說明了安身 (工作與生活安頓) 與立命 (生命意義實踐與天人合德的身心靈修養) 的相互關連模式與實務運作方法。不過，該模式還在初始發展階段，還需要更多更細緻的理論來幫助助人專業瞭解靈性與生涯之貫串本質與實務運作方法。

最後，呼應本學報 50 期的本土化諮商呼籲（王智弘、劉淑慧、孫頌賢、夏允中，2017），建議應用華人傳統的儒釋道文化，來建構兼具普世性與特定性的靈性與生涯理論。目前心理諮商治療的理論大都是西方提出來的，最近已經有西方學者（Henrich, Heine, & Norenzayan, 2010）公開承認：當前西方的心理學理論，為來自西方（**W**estern）、高教育水準（**E**ducated）、工業化（**I**ndustrialized）、富裕（**R**ich）和民主（**D**emocratic）社會的「怪異」（**WEIRD**）樣本作為基礎，而建構出來的，可以很明顯得知個人主義作為預設的西方心理學理論過於怪異，可能會不適用於非西方國家。因此台灣的心理學家可以我們的文化遺產與智慧來建構一系列的理論，不只能夠呈現人類普遍的心智，而且可以呈現某一社會中人們的特殊心態。黃光國（2013）並具體說明，建立含攝文化之社會科學理論的三個步驟：（1）要先整理儒釋道文化中自性覺醒的原貌，此一步驟為構成研究者的視域，要能夠涵蓋整個儒釋道文化的全貌。（2）以此原貌為想像的來源來建構理論，以科學微世界的語言，也就是以學術的語言來撰寫心理治療理論與技術。（3）將此理論投稿到西方主要的心理學研討會與期刊，進行討論與精煉此模型。此三個步驟也是將儒釋道文化現代化的有意義工程。

由於華人文化特別強調天人關連，儒釋道文化中自性覺醒原貌之整理，不但能夠提出融入華人文化的「我是誰？我的人生處境是什麼？我為什麼會受苦？我如何得到救贖與解救？」四大存有問題論述，也特別有助於貫串靈性與生涯的本土化理論之發展。這部分目前已經有若干進展。最初始，有黃光國根據多重哲學典範與含攝文化理論（黃光國，2013），以及榮格（1875-1961）晚年提出之「自性」（the Self）理論，建構了普世性的「自我曼陀羅模型（Hwang, 2011）」（見圖一），可用來分析各種文化（Hwang, Shiah, & Yit, 2017），以及開啟儒、釋、道三教合一的修養心理學。圖一中圓的象徵是指向生命的終極圓滿或至善，而方形則是世俗事物、肉體與現實的象徵。該模型中央的「自我」是一種心理學層次的概念，以「自性」為本體，是行動主體於某一特定時間與事件作決策之心理力場，包含「經驗匯聚之中樞」與「修養匯聚之中樞」，「自我」在各種不同的情境脈絡中，能夠作出不同的行動，並可能對自己的行動進行反思。「自我」處於兩個雙向箭頭之中心，橫向雙箭頭之右端指向「行動」或「實踐」，左指向「知識」或「智慧」；縱向箭頭上端為「人」，下端指向「個體」。從文化心理學的角度來看，這五個概念都有特殊的涵義，都必須作進一步的分疏：「人」、「自我」和「個體」的區分，「個體」是一種生物學層次的概念，是把人當作是人類

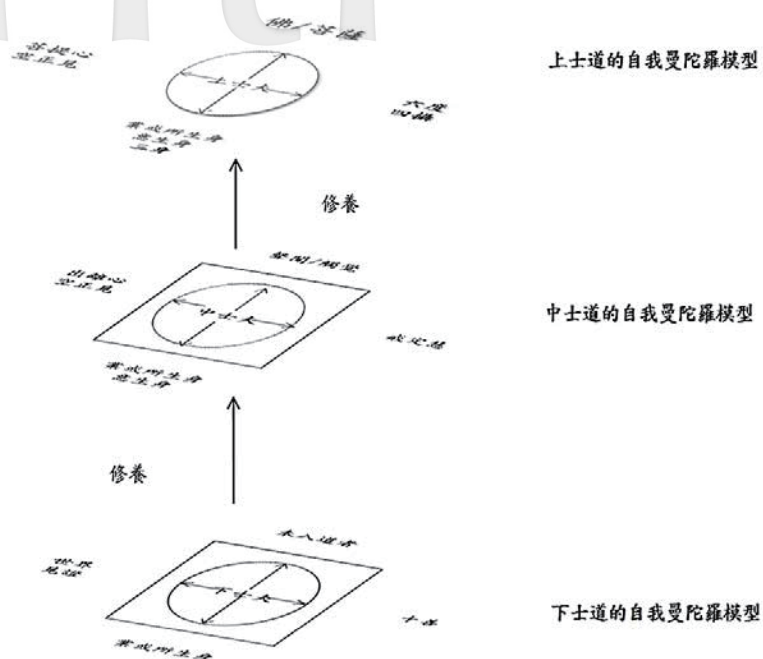
中的一個個體，和宇宙中許多有生命的個體並沒有兩樣。「人」是一種社會學層次或文化層次的概念，這是把人看作是「社會中的施為者」，他在社會秩序中會採取一定的立場，並策劃一系列的行動，以達成某種特定的目標。每一個文化，對於個體該怎麼做才算扮演好各種不同的角色，都會作出不同的界定，並賦予一定的意義和價值，藉由各種社會化管道，傳遞給個人。各個文化傳統為了幫助個人處理「生、老、病、死」的問題，也會發展出各種生命的「智慧」，其中有一部份會代代相傳，成為所謂的「文化遺產」。在《內聖與外王：儒家思想的開展與完成》（付印中）一書中，黃光國更以立體的「曼陀羅模型」說明「自我」與「自性」之間的關係，可以對禪家與儒家的「心性之說」重作解釋。



圖一 自我曼陀羅模型 (Hwang, 2011)

後續有兩個以「自我曼陀羅模型」為基礎，來分析儒家與佛家所衍生的三層次修養曼陀羅模型，一個是夏允中與張峻嘉（2017）依據《大學》修養之道與《中庸》《孟子》自性之說，而提出的「儒家三層次修養曼陀羅模型」，定義出「自性」與「修養」之次第，來說明儒家如何修養到至善的原貌。另一個是夏允中、張蘭石、張峻嘉、陳泰璿（付印中）依據《中觀理聚六論》、《現觀莊嚴論》、《菩提道炬論》與《菩提道次第廣論》而提出的「佛家之自性覺醒與修養曼陀羅自我模型」（圖二），包含三個層次：下士或共下士道、中士或共中士道、上士

道，來說明佛家如何修養至佛與菩薩的原貌。



圖二 佛家三層次修養曼陀羅模型（夏允中、張蘭石、張峻嘉、陳泰璿，付印中）

下士道修養之曼陀羅模型中，以「下士夫」取代「自性」，縱向箭頭上端指「未入道者」，下端指「業惑所生身」，橫向箭頭左端為「世間正見」右端為「十善」。中士道修養之曼陀羅模型中，以「中士夫」取代「自性」，縱向箭頭上端指「聲聞／獨覺」，下端指「業惑所生身／意生身」，橫向箭頭左端為「出離心／空正見」右端為「戒定慧」。上士道修養之曼陀羅模型中，以「上士夫」取代「自性」，縱向箭頭上端指「佛／菩薩」，下端指「三身／意生身／業惑所生身」，橫向箭頭左端為「菩提心／空正見」，右端為「六度／四攝」。依據《廣論》：「一切皆悉攝入中士，或共中士所有法類」之意（夏允中、張蘭石、張峻嘉、陳泰璿，付印中），「中士夫」應該具備「下士夫一下之上者」的「智慧」、「實踐」，「上士夫」亦應具備「中士夫」的「智慧」與「實踐」。以上兩個儒、釋文化中自性覺醒原貌整理的範例，可以提供研究者以為想像的來源來建構含攝華人文化的靈性與生涯諮商理論與內涵，以科學微世界的語言，也就是以學術的語言來撰寫心理治療理論與技術。

本專題的六篇論文，並沒有直接談論到這樣的自性醒覺議題，因此上述融合華人文化儒、釋、道智慧的自性覺醒模式之研發，可用來發展貫串靈性與生涯的本土化理論之關鍵核心，也可作為台灣諮商專業未來的文化意識的方案。

在心理諮商本土化與推動本土諮商心理學發展過程中，如何將本源於西方文化的現代心理諮商理論與文化傳統以及在地生活經驗相結合，確實是值得努力的方向（王智弘等，2017），同時我們也應取法當年王大閎建築師在殫精竭慮的構思現代中國建築之珍貴心法，他闡述設計國父紀念館的立意：「我們現代建築有三個方向可走。我們可以追隨現代西方建築，也可以抄仿我國古代宮殿式建築，或者創造有革命性的新中國建築。國父紀念館是我國現代最有意義的建築物之一，我們應走向那一條路！」（引自徐明松、倪安宇，2012，p.26）。也就是說，華人心理諮商本土化是要建構一個現代化的華人諮商心理學，固然不宜全然追隨西方諮商心理學的理論技術，但也不宜全心抄仿文化傳統中具助人意涵的經典語彙，我們宜善用西方心理諮商專業知識與華人文化傳統的助人意涵經典智慧，才能開創出有革命性的、嶄新的、有華人智慧與西方知識的華人本土諮商心理學，猶如國父紀念館所展現的新中國建築思維，不是仿西、也不是復古，而是中西會通後的創新才是我們應走的路。我們可以誠心學習「從文化的根、建立自己的生活方式，發展出新的中國建築」（王鎮華，2017，p.30）的王大閎精神，華人學者也要能「修己以安人」，從文化的根，建立自己的生活方式，以中西會通後的創新思惟，發展出嶄新與現代化的華人本土諮商心理學，並持續與西方學術界交流與對話。

參考文獻

- 王玉珍、吳清麟（2017）：成人生涯召喚量表之編製及其信效度分析。**教育心理學報**，**49**（1），1-21。DOI:10.6251/BEP.20160905 [Wang, Y. C., & We, C. L. (2017). Development and validation of a Career Calling Scale for Working Adults in Taiwan. *Bulletin of Educational Psychology*, 49(1), 1-21. doi:10.6251/BEP.20160905]
- 王智弘、劉淑慧、孫頌賢、夏允中（2017）：文化脈絡中的危機、轉機與復原力：本土諮商心理學研究的方向、目標與策略。**中華輔導與諮商學報**，**50**，1-28。DOI:10.3966/172851862017120050001 [Wang, C. H., Liu, S. H., Sun, S. H., & Shiah, Y. J. (2017). Crisis, chance, resilience and culture context: Probing into the direction, goal and strategy of indigenous counseling psych

- hology. *Chinese Journal of Guidance and Counseling*, 50, 1-28. doi:10.3966/172851862017120050001]
- 王鎮華 (2017)：王大閔作品中的傳統意識。載於徐明松 (主編)，**論述與回憶：王大閔** (10-30 頁)。台北：誠品。[Wang, C. H. (2017). The consciousness of tradition in the works of Wang Da-Hong. In M. S. Shyu (Ed.), *Discourse and memorie: Da-Hong Wang* (pp.10-30). Taipei, Taiwan: The Eslite Bookstore.]
- 宋宥賢、李佩珊、張聖杰 (2018)：初任國民中小學專任輔導教師職前培訓方案的參與經驗與需求評估之初探研究。**中華輔導與諮商學報**，51。DOI: 10.3966/172851862018040051007 [Sung, Y. H., Lee, P. S., & Chang, S. C. (2018). The Perspective of novice school counselors in Taiwan elementary and secondary schools for pre-service training programs. *Chinese Journal of Guidance and Counseling*, 51. doi: 10.3966/172851862018040051007]
- 李維倫 (2004)：作為倫理行動的心理治療。**本土心理學研究**，22，359-420。DOI:10.6254/2004.22.359 [Lee, W. L. (2004). Psychotherapy as an ethical act. *Indigenous Psychological Research in Chinese Societies*, 22, 359-420. doi:10.6254/2004.22.359]
- 徐明松、倪安宇 (2012)：靜默的光、低吟的風：王大閔先生。新北市：遠景。[Shyu, M. S., & Ni, A. Y. (2012). *Silent light, whispering wind: Mr. Da-Hong Wang*. New Taipei, Taiwan: Vista Publishing.]
- 夏允中、張峻嘉 (2017)：以濂溪學說談起來朝向建構華人自主的修養心理學理論：儒家自性與修養曼陀羅自我模型。「周敦頤誕辰 1000 週年學術研討會」發表之論文，湖南省，道縣，中國。[Shiah, Y. J., & Chang, C. C. (2017). *From the Lian-Xi school towards to construct Chinese autonomous social science of self-cultivation psychology: Confucian self and self-cultivation Mandala Model of Self*. Paper presented at the Zhou Dun-Yi's 1000 anniversary conference, Tao county, Hunan province, China.]
- 夏允中、張蘭石、張峻嘉、陳泰璿 (付印中)：黃光國難題正面臨的迷陣與突破再四問：自性的有無？何謂自性？自性如何修養達成？如何進行社會科學研究？**本土心理學研究**。[Shiah, Y. J., Chang, C. C., Chang, L. S., & Chen, T. S. (in press). Another four questions for the max and breakthrough Hwang Kwang-Kuo's dilemma: Is there a self? What is a self? How to achieve a Self?

How to conduct social science research? *Indigenous Psychological Research in Chinese.*]

張火燦、劉嘉雯、黃名揚（2010）：職場靈性影響工作家庭平衡之研究：整合模式的驗證。《*台灣管理學刊*》，**10**（1），79-101。DOI:10.6295/TAMJ.2010.1001.04

[Chang, H. T., Liou, J. W., & Huang, M. Y. (2010). The effects of workplace spirituality on work family balance: The integrating model. *Taiwan Academy of Management Journal*, *10*(1), 79-101. doi:10.6295/TAMJ.2010.1001.04]

黃光國（2013）：《*社會科學的理路*（第三版）》。臺北：心理。[Hwang, K. K. (2013).

The road to social sciences (3rd ed.). Taipei, Taiwan: Psychological Publishing.]

黃光國（付印中）：《*內聖與外王：儒家思想的開展與完成*》。臺北：心理。[Hwang,

K. K. (in press). Inner sageliness and outer kingliness: The beginning and accomplishment of Confucianism. Taipei, Taiwan: Psychological Publishing.]

黃光國、夏允中、越建東（2016）：從本土心理學到修養心理學。《*本土心理學研究*》，**46**，3-23。[Hwang, K. K., Shiah, Y. J., & Yit, K. T. (2016). From indigenous

psychology to self-cultivation psychology, *Indigenous Psychological Research in Chinese*, *46*, 3-23.]

陳秉華、邱仲峯、范嵐欣、趙冉、吳森棋（2016）：基督宗教靈性關懷者對臨終

病人靈性照顧能力之質性研究。《*安寧療護雜誌*》，**21**（2），166-179。DOI:

10.6537/TJHPC.2016.21(2).4 [Chen, P. H., Chiou, J. F., Fan, L. H., Chao, J., & Sen, C. W. (2016). Identifying spiritual care competencies for providers in hospice palliative care from a Christian perspective. *Taiwan Journal of Hospice Palliative Care*, *21*(2), 166-179. doi:10.6537/TJHPC.2016.21(2).4]

陳秉華、范嵐欣、朱美娟（2018）：當靈性與心理諮商相遇：案主的經驗。《*中華*

輔導與諮商學報》，**51**。DOI: 10.3966/172851862018040051002 [Chen, P. H., Fan,

L. H., & Chu, M. C. (2018). When spirituality meets counseling: The clients' experiences. *Chinese Journal of Guidance and Counseling*, *51*. doi: 10.3966/172851862018040051002]

陳秉華、范嵐欣、詹杏如（2016）：融入宗教／靈性的基督徒諮商員教育課程之

成果評估。《*教育心理學報*》，**47**（4），501-523。DOI: 10.6251/BEP.2015040

7 [Chen, P. H., Fan, L. H., & Chan, S. R. (2017). *Teaching a Course on Integrating Religion/Spirituality into Counseling for Christian Counselors.*

Bulletin of Educational Psychology, 47(4), 501-523. doi: 10.6251/BEP.20150407]

陳秉華、范嵐欣、詹杏如、范馨云（2017）：當靈性與心理諮商相遇：諮商師的觀點。《中華輔導與諮商學報》，48（1），5-36。DOI:10.3966/172851862017040048001 [Chen, P. H., Fan, L. H., Chan, S. R., & Fan, H. Y. (2017).

Whenspirituality meets counseling: The counselor's perspective. *Chinese Journal of Guidance and Counseling*, 48(1), 5-36. doi:10.3966/172851862017040048001]

陳景花、余民寧（2018）：正念在臺灣學校的影響：系統性回顧及後設分析。《中華輔導與諮商學報》，51。DOI: 10.3966/172851862018040051003 [Chen, J. H., & Yu, M. N. (2018). The impact of mindfulness in school at Taiwan: A systematic review and meta-analysis. *Chinese Journal of Guidance and Counseling*, 51. doi: 10.3966/172851862018040051003]

黃素菲（2018）：敘事諮商歷程與敘事結構特徵中生活目標改變之詮釋分析。《中華輔導與諮商學報》，51。DOI: 10.3966/172851862018040051005 [Huang, S. F. (2018). Hermeneutics analysis of life goals change within narrative therapy process and narrative structure feature. *Chinese Journal of Guidance and Counseling*, 51. doi: 10.3966/172851862018040051005]

葉俊廷、李雅慧（2018）：從懷疑到信任：中高齡宗教信仰者的靈性學習歷程。《中華輔導與諮商學報》，51。DOI: 10.3966/172851862018040051004 [Yeh, C. T., & Lee, Y. H. (2018). From suspicion to trust: The middle-aged and older adult religious believers' spiritual learning process, *Chinese Journal of Guidance and Counseling*, 51. doi: 10.3966/172851862018040051004]

蔡明昌（2018）：大學生果報信念量表的建構與發展之研究。《中華輔導與諮商學報》，51。DOI: 10.3966/172851862018040051006 [Tsai, M. C. (2018). A study on the construction and development of Karma belief scale for undergraduate in Taiwan. *Chinese Journal of Guidance and Counseling*, 51. doi: 10.3966/172851862018040051006]

劉和楨、柯慧青、洪淑貞、蘇文凱（2014）：護理人員知覺職場靈性程度對離職意圖與退卻行為之研究－幸福感的中介效果。《管理實務與理論研究》，8（2），105-119。[Liu, H. C., Ko, H. C., Hung, S. C., & Su, W. K. (2014). Research of

- relationship between nurse's workplace spirituality and turnover intention and withdrawal behavior-exploring the mediating roles of well-being. *Journal of Management Practices and Principles*, 8(2), 105-119.]
- 劉淑慧、孫頌賢（2016）：主編室的話：細描關係中的辯證發展。中華輔導與諮商學報，47，1-2。[Liu, S. H., & Sun, S. H. (2016). Editor's note: Describing dialectical development in relationship. *Chinese Journal of Guidance and Counseling*, 47, 1-2.]
- 鄭雅之、黃淑玲（2016）：正念培育歷程初探。中華輔導與諮商學報，46（3），63-91。[Cheng, Y. C., & Huang, S. L. (2016). A pilot study on the process of cultivating mindfulness. *Chinese Journal of Guidance and Counseling*, 46(3), 63-91.]
- 賴志超、蘇倫慧（2015）：正念、自我療癒力與心理適應：自我悲愍與自我貶抑的中介效果。中華輔導與諮商學報，42（4），63-91。[Lai, C. C., & Su, L. H. (2015). Mindfulness, self-healing and psychological adaptation: The mediating effects of self-compassion and self-disparagement. *Chinese Journal of Guidance and Counseling*, 46(3), 63-91.]
- 羅家玲、曾昭兒（2015）：流轉在正念減壓療法的苦與醒：一位負傷諮商師的敘說研究。生死學研究，18，33-64。[Luo, J. L., & Tseng, C. E. (2015). Circulation between suffering and waking in mindfulness-based stress reduction program: A wounded counselor's narrative study. *Journal of Life and Death Studies*, 18, 33-64.]
- Abu-Raiya, H., Pargament, K. I., Krause, N., & Ironson, G. (2015). Robust links between religious/spiritual struggles, psychological distress, and well-being in a national sample of American adults. *American Journal of Orthopsychiatry*, 85(6), 565-575. doi:10.1037/ort0000084
- Adams, C. M., Puig, A., Baggs, A., & Wolf, C. P. (2015). Integrating religion and spirituality into counselor education: Barriers and strategies. *Counselor Education and Supervision*, 54(1), 44-56. doi:10.1002/j.1556-6978.2015.00069.x
- Aleman, A., Goldberg, S. B., Tucker, R. P., Greene, P. A., Simpson, T. L., Kearney, D. J., & Davidson, R. J. (2017). Is mindfulness research methodology improving over time? A systematic review. *Plos One*, 12(10), e0187298.

doi:10.1371/journal.pone.0187298

Ano, G. G., & Pargament, K. I. (2013). Predictors of spiritual struggles: An exploratory study. *Mental Health, Religion & Culture, 16*(4), 419-434. doi:10.1080/13674676.2012.680434

Brown, K. W., & Ryan, R. M. (2003). The benefits of being present: Mindfulness and its role in psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology, 84*(4), 822-848. doi:10.1037/0022-3514.84.4.822

Brown, O., Elkonin, D., & Naicker, S. (2011). The use of religion and spirituality in psychotherapy: Enablers and barriers. *Journal of Religion and Health, 52*(4), 1131-1146. doi:10.1007/s10943-011-9551-z

Burke, B. L., Martens, A., & Faucher, E. H. (2010). Two decades of terror management theory: A meta-analysis of mortality salience research. *Personality and Social Psychology Review, 14*(2), 155-195. doi:10.1177/1088868309352321

Chu, C.-S., Stubbs, B., Chen, T.-Y., Tang, C.-H., Li, D.-J., Yang, W.-C., ... Lin, P.-Y. (2018). The effectiveness of adjunct mindfulness-based intervention in treatment of bipolar disorder: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Affective Disorders, 225*, 234-245. doi:10.1016/j.jad.2017.08.025

Cohen, A. B., & Hill, P. C. (2007). Religion as culture: Religious individualism and collectivism among American Catholics, Jews, and Protestants. *Journal of Personality, 75*, 709-742. doi:10.1111/j.1467-6494.2007.00454.x

Currier, J. M., Holland, J. M., & Neimeyer, R. A. (2006). Sense-making, grief, and the experience of violent loss: Toward a mediational model. *Death Studies, 30*(5), 403-428. doi:10.1080/0748118060014351

Currier, J. M., McDermott, R. C., Hawkins, D. E., Greer, C. L., & Carpenter, R. (2018). Seeking help for religious and spiritual struggles: Exploring the role of mental health literacy. *Professional Psychology: Research and Practice, 49*(1), 90-97. doi: 10.1037/pro0000151

Daniel, J. L. (2010). The effect of workplace spirituality on team effectiveness. *Journal of Management Development, 29*(5), 442-456.

Dik, B. J., & Duffy, R. D. (2009). Calling and vocation at work: Definitions and

- prospects for research and practice. *The Counseling Psychologist*, 37(3), 424-450. doi:10.1177/0011000008316430
- Dik, B. J., Duffy, R. D., & Eldridge, B. M. (2009). Calling and vocation in career counseling: Recommendations for promoting meaningful work. *Professional Psychology: Research and Practice*, 40(6), 625-632. doi:10.1037/a0015547
- Exline, J. J., Krause, S. J., & Broer, K. A. (2016). Spiritual struggle among patients seeking treatment for chronic headaches: Anger and protest behaviors toward God. *Journal of Religion and Health*, 55(5), 1729-1747. doi:10.1007/s10943-016-0259-y
- Fennell, M., & Segal, Z. (2011). Mindfulness-based cognitive therapy: Culture clash or creative fusion? *Contemporary Buddhism*, 12(1), 125-142. doi:10.1080/14639947.2011.564828
- Galante, J., Galante, I., Bekkers, M. J., & Gallacher, J. (2014). Effect of kindness-based Meditation on health and well-being: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 82(6), 1101-1114. doi:10.1037/a0037249
- Goldberg, S. B., Tucker, R. P., Greene, P. A., Davidson, R. J., Wampold, B. E., Kearney, D. J., & Simpson, T. L. (2018). Mindfulness-based interventions for psychiatric disorders: A systematic review and meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 59, 52-60. doi:10.1016/j.cpr.2017.10.011
- Greenstein, M., & Breitbart, W. (1999). Cancer and the experience of meaning: A group psychotherapy program for people with cancer. *American Journal of Psychotherapy*, 54(4), 486-500.
- Hayes, S. C., Luoma, J. B., Bond, F. W., Masuda, A., & Lillis, J. (2006). Acceptance and Commitment Therapy: Model, processes and outcomes. *Behaviour Research and Therapy*, 44(1), 1-25. doi:10.1016/j.brat.2005.06.006
- Henrich, J., Heine, S. J., & Norenzayan, A. (2010). Most people are not WEIRD. *Nature*, 466(7302), 29-29. doi:10.1038/466029a
- Hill, P. C., & Pargament, K. I. (2003). Advances in the conceptualization and measurement of religion and spirituality. Implications for physical and mental health research. *American Psychologist*, 58(1), 64-74.

- Hook, J. N., Worthington, E. L., Davis, D. E., Jennings, D. J., Gartner, A. L., & Hook, J. P. (2010). Empirically supported religious and spiritual therapies. *Journal of Clinical Psychology, 66*(1), 46-72. doi:10.1002/jclp.20626
- Hooker, S. A., Masters, K. S., & Park, C. L. (2017). A meaningful life is a healthy life: A conceptual model linking meaning and meaning salience to health. *Review of General Psychology, No* Pagination Specified. doi:10.1037/gpr0000115
- Hwang, K. K. (2011). The Mandala Model of Self. *Psychological Studies, 56*(4), 329-334. doi:10.1007/s12646-011-0110-1
- Hwang, K. K., & Chang, J. (2009). Self-cultivation culturally sensitive psychotherapies in Confucian societies. *Counseling Psychologist, 37*(7), 1010-1032. doi:10.1177/0011000009339976
- Hwang, K. K., Shiah, Y. J., & Yit, K. T. (2017). Editorial: Eastern philosophies and psychology: Towards psychology of self-cultivation. *Frontiers in Psychology, 8*(1083). doi:10.3389/fpsyg.2017.01083
- Janoff-Bulman, R. (1989). Assumptive worlds and the stress of traumatic events: Applications of the schema construct. *Social cognition, 7*(2), 113-136. doi:10.1521/soco.1989.7.2.113
- Jim, H. S., Pustejovsky, J. E., Park, C. L., Danhauer, S. C., Sherman, A. C., Fitchett, G., ... Salsman, J. M. (2015). Religion, spirituality, and physical health in cancer patients: A meta-analysis. *Cancer, 121*(21), 3760-3768. doi:10.1002/cncr.29353
- Johnston, E. (2016). The enlightened self: Identity and aspiration in two communities of practice. *Religions, 7*(12), 92. doi:10.3390/rel7070092
- Kabat-Zinn, J. (1982). An outpatient program in behavioral medicine for chronic pain patients based on the practice of mindfulness meditation: Theoretical considerations and preliminary results. *General Hospital Psychiatry, 4*(1), 33-47.
- Kass, J. D., Friedman, R., Leserman, J., Zuttermeister, P. C., & Benson, H. (1991). Health outcomes and a new index of spiritual experience. *Journal for the Scientific Study of Religion, 30*(2), 203-211. doi:10.2307/1387214
- Kelly, B. D. (2008). Buddhist psychology, psychotherapy and the brain: A critical introduction. *Transcultural Psychiatry, 45*(1), 5-30.

doi:10.1177/1363461507087996

- Khoury, B., Sharma, M., Rush, S. E., & Fournier, C. (2015). Mindfulness-based stress reduction: A meta-analysis. *Journal of Psychosomatic Research, 78*(6), 519-528. doi:10.1016/j.jpsychores.2015.03.009
- Klein, S. B. (2014). Sameness and the self: Philosophical and psychological considerations. *Frontiers in Psychology, 5*. doi:10.3389/fpsyg.2014.00029
- Liu, S., Hung, J., Peng, H., Chang, C., & Lu, Y. (2016). Virtue Existential Career Model: A dialectic and integrative approach echoing eastern philosophy. *Frontiers in Psychology, 7*, 1761. doi:10.3389/fpsyg.2016.01761
- Liu, S., Lu, Y., Deng, C., Wang, C., Keh, F. B., & Tsai, Y. (2015). Social practice of a career guidance project: Based on the wisdom of Classic of Changes. *Journal of Pacific Rim Psychology, 9*(2), 50-64. doi:10.1017/prp.2015.13
- Liu, S., Wang, C., Deng, C., Keh, F. B., Lu, Y., & Tsai, Y. (2014). Action research using a Chinese Career Model of the wisdom of Classic of Changes and its applications. *Journal of Pacific Rim Psychology, 8*(2), 83-94. doi:10.1017/prp.2014.11
- Louise, S., Fitzpatrick, M., Strauss, C., Rossell, S. L., & Thomas, N. (2018). Mindfulness- and acceptance-based interventions for psychosis: Our current understanding and a meta-analysis. *Schizophrenia Research, 192*, 57-63. doi:10.1016/j.schres.2017.05.023
- Lynch, T. R., Chapman, A. L., Rosenthal, M. Z., Kuo, J. R., & Linehan, M. M. (2006). Mechanisms of change in dialectical behavior therapy: Theoretical and empirical observations. *Journal of Clinical Psychology, 62*(4), 459-480. doi:10.1002/jclp.20243
- MacKenzie, M. (2010). Enacting the self: Buddhist and enactivist approaches to the emergence of the self. *Phenomenology and the Cognitive Sciences, 9*(1), 75-99. doi:10.1007/s11097-009-9132-8
- Michalon, M. (2001). "Selflessness" in the service of the ego: Contributions, limitations and dangers of Buddhist psychology for western psychotherapy. *American Journal of Psychotherapy, 55*(2), 202-218.
- Murguia, E., & Diaz, K. (2015). The philosophical foundations of cognitive

- behavioral therapy: Stoicism, Buddhism, Taoism, and Existentialism. *Journal of Evidence-Based Psychotherapies*, 15(1), 37-50.
- Oxhandler, H. (2017). Namaste Theory: A quantitative grounded theory on religion and spirituality in mental health treatment. *Religions*, 8(12), 168. doi:10.3390/rel8090168
- Overmyer, D. L., Arbuckle, G., Gladney, D. C., McRae, J. R., Taylor, R. L., Teiser, S. F., & Verellen, F. (1995). Chinese religions-the state of the field part II living religious traditions: Taoism, Confucianism, Buddhism, Islam and popular religion. *Journal of Asian Studies*, 54, 314-321.
- Pargament, K. I., Murray-Swank, N. A., Magyar, G. M., & Ano, G. G. (2005). Spiritual struggle: A phenomenon of interest to psychology and religion. In W. R. Miller & H. D. Delaney (Eds.), *Judeo-Christian perspectives on psychology: Human nature, motivation, and change* (pp. 245-268). Washington, DC: American Psychological Association. <http://dx.doi.org/10.1037/10859-013>
- Park, C. L. (2007). Religiousness/spirituality and health: A meaning systems perspective. *Journal of Behavioral Medicine*, 30(4), 319-328.
- Rego, A., Pina, E., Cunha, M., & Souto, S. (2007). Workplace spirituality, commitment, and self-reported individual performance: An empirical study. *Management Research: Journal of the Iberoamerican Academy of Management*, 5(3), 163-183.
- Salsman, J. M., Pustejovsky, J. E., Jim, H. S. L., Munoz, A. R., Merluzzi, T. V., George, L., ... Fitchett, G. (2015). A meta-analytic approach to examining the correlation between religion/spirituality and mental health in cancer. *Cancer*, 121(21), 3769-3778. doi:10.1002/cncr.29350
- Shiah, Y.-J. (2016). From self to nonself: The Nonself Theory. *Frontiers in Psychology*, 7, 12. doi:10.3389/fpsyg.2016.00124
- Schlehofer, M. M., Omoto, A. M., & Adelman, J. R. (2008). How do "religion" and "spirituality" differ? Lay definitions among older adults. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 47, 411-425. doi:10.1111/j.1468-5906.2008.00418.x
- Shonin, E., Van Gordon, W., Compare, A., Zangeneh, M., & Griffiths, M. D. (2015).

- Buddhist-derived loving-kindness and compassion meditation for the treatment of psychopathology: A systematic review. *Mindfulness*, 6(5), 1161-1180. doi:10.1007/s12671-014-0368-1
- Shonin, E., Van Gordon, W., & Griffiths, M. D. (2014). The emerging role of Buddhism in clinical psychology: Toward effective integration. *Psychology of Religion and Spirituality*, 6(2), 123-137. doi:10.1037/a0035859
- Triandis, H. C. (2001). Individualism-collectivism and personality. *Journal of Personality*, 69(6), 907-924. doi:10.1111/1467-6494.696169
- Updegraff, J. A., Silver, R. C., & Holman, E. A. (2008). Searching for and finding meaning in collective trauma: Results from a national longitudinal study of the 9/11 terrorist attacks. *Journal of Personality and Social Psychology*, 95(3), 709-722. doi:10.1037/0022-3514.95.3.709
- Wada, K., & Park, J. (2009). Integrating Buddhist psychology into grief counseling. *Death Studies*, 33(7), 657-683. doi:10.1080/07481180903012006
- Wallace, B. A., & Shapiro, S. L. (2006). Mental balance and well-being: Building bridges between Buddhism and western psychology. *American Psychologist*, 61(7), 690-701. doi:10.1037/0003-066x.61.7.690
- Walsh, B. J. & Middleton, J. R. (1984). *The transforming vision: Shaping a Christian world view*. Downers Grove, IL: Inter-Varsity Press.
- Wang, Y. Y., Li, X. H., Zheng, W., Xu, Z. Y., Ng, C. H., Ungvari, G. S., ... Xiang, Y. T. (2018). Mindfulness-based interventions for major depressive disorder: A comprehensive meta-analysis of randomized controlled trials. *Journal of Affective Disorders*, 229, 429-436. doi:10.1016/j.jad.2017.12.093
- Worthington, E. L., Hook, J. N., Davis, D. E., & McDaniel, M. A. (2011). Religion and spirituality. *Journal of Clinical Psychology*, 67(2), 204-214. doi:10.1002/jclp.20760

收件日期：107年03月15日

複審一日期：107年03月18日

複審二日期：107年03月22日

通過日期：107年03月24日

Spirituality and Living with One's Spirit: From Four Big Questions of Human Existence to Construct Indigenous Theories for Spirituality and Career

Yung-Jong Shiah^{1*} Shu-Hui Liu² Chih-Hung Wang² Sung-Hsien Sun³

National Kaohsiung Normal University¹

National Changhua University of Education²

National Taipei University of Education³

No matter where you live and what cultures you belong to. You may encountered four big questions of human existence. Where do I come from? Why I am in this life situation? Why do I suffer? How do I find salvation? The current issue focuses on spirituality and career along with six accepted papers to echo for these four big questions of human existence. We combined previous research and the six accepted papers to provide the conclusion as follows: (1) The spiritual growth leads to overcome the pain. No matter what religions you belong to or not. Spiritual learning and exploring spiritual issues during counseling would help to overcome suffering and gain spiritual growth. (2) The religions provide worldviews and career views. The western monotheism stresses on the connection or close to the God leading to the individualistic worldview. The cultures of Confucianism, Buddhism and Taoism aim at the cultivating self-enlightenment process to transform the self or one's spirit to the good, nonself and authentic self. The self-enlightenment process leads to self-cultivation and the harmony worldview. There are emerging counseling studies and models to utilize the ideas of Buddhism. For example, the mindfulness originated from the Buddhism have been supported its benefits by many empirical studies. The study of the Karma Belief Scale development in our current issue could be used to assess the karma belief among the Buddhist and Taoism believers, with an aim to reveal another possible perspective to enhance mental and body health, and life

* Corresponding author: Yung-Jong Shiah, e-mail: shiah@nknku.edu.tw

adjustment. (3) We live in spiritual ways. One needs to make his or her career choice, select spiritual beliefs to apply them in the life world and understand one's life situation to live with one's spirit. Choosing to live with one's spirit between life beliefs and goals is a repeated spiral and transforming process. Obtaining necessary abilities to live one's own script in the life word could be enhanced by certain training models. Accordingly, we provide following suggestion for future research. (1) Based on the current spiritual and counseling empirical studies, we could develop related theories. (2) To open more dialogues and connection between career and spirituality could develop related theories linking spirituality to career. Then spirituality and career could be complementary to develop a helping professionalism with a more holistic development. (3) That the development of self-enlightenment models derived from the wisdom of Chinese cultures of Confucianism, Buddhism and Taoism is the core to construct indigenous theories for spirituality and career. The wisdom of Chinese cultures of Confucianism, Buddhism and Taoism could be the sources for the cultural consciousness program of Taiwan counseling professionalism. During the developing process of indigenous counseling and indigenous counseling psychology, it is worth to combine Modern western counseling theories and our cultural heritage with local living experiences. The article urges that we could draw on the Professor Kwan-Kuo Hwang's multiple philosophical paradigms to analyze Chinese cultures of Confucianism, Buddhism and Taoism as the basis to construct indigenous theories for spirituality and career. Accordingly, the indigenous theories for spirituality and career employing the Chinese cultures will be transformed to microworlds of scientific knowledge. Two analyzed examples of self-enlightenment models based on the Chinese cultures are presented. Specifically, the Buddhist self-enlightenment model suggests that we apply the self-cultivation principle by obeying certain precepts, practicing compassion, and absorbing wisdom. The aim of all this is to see through and overcome the delusion of the self, transforming self to nonself. The nonself state is authentic and durable happiness. Finally, we are calling for Chinese scholars to cultivate themselves towards to self-enlightenment then to comfort the others and construct new and modern Chinese indigenous counseling psychology based on merging our cultural roots and the western scientific knowledge, along with ongoing

communications and dialogues with the Western academic societies.

Keywords: Career, Confucianism/Buddhism/Taoism, indigenous counseling psychology, self-enlightenment, spirituality.