

心理分析與宗教序

埃洛克·弗羅門(Erich Fromm)是當代極負盛名的作家及心理分析學家，他的著作雖以心理分析學為主，但內容已超出心理學之疆域，涉及社會學、倫理學、哲學和宗教學的範圍，現代的思想家們都深切的感到求真理決不能自囿於一門學問，必需打開疆域門戶，在衆多的學問領域中打一個滾，才能看出些道理來，弗羅門就是一個好例子，他的興趣及涉獵極為廣泛，對東方宗教，特別是佛學尤有深切的愛好，此書「心理分析與宗教」就引徵了許多佛學箴言，佛學的主題實際就是宗教心理學，近年來佛學在西方受到廣大的注意與歡迎，原因是佛學對人生各方面的重要問題，尤其在深度心理學(Depth Psychology)方面提供了極有價值的研討和推論，看了弗羅門的書，我們就會了解爲什麼許多思想家們會對佛學發生濃厚的興趣了。旁觀者清，從別人的身上發現自己，我們發起翻譯此書的目的是想藉此使吾人自己對佛學的了解和重視會因此更進一步。

佛學之目的在研求解脫之道，心理分析的目的亦是要使病者由心理的束縛和苦痛中解放出來，二者都

是研究「解脫之道」的學問，心理分析的目的是要把抑壓在病者心靈深處的矛盾、錯綜和罪業感發掘出來，使病者自覺的、清晰的認清其潛伏在無意識(Unconscious)中的病因，一旦意識覺察到無意識中的所含，解脫就能達成了，由此而清楚的認識那混濛的無意識之面目(To be conscious of the unconscious)實爲解脫的必需手段，在佛學上這不過換了另一個名詞及說法而已，此即所謂「明了自心即成佛道」。凡人未能洞識那穩藏在深處的自心或佛性，因而害了那難以治癒的三毒病，一旦明了自心——清楚的認識無意識(或阿賴耶識)之全部所含——則能達成圓滿及解脫，因此二者在本質上可說是一致的，但站在佛學的立場來看，近代的心理分析和心理治療都只能算是初步的啓蒙心理學而已，他們只摸索到那廣大的無意識(或阿賴耶識)的邊緣罷了。無意識的所含實是無盡的，與法界同體的，其廣大微妙實不可思議，無盡的自心華嚴法界近代心理學家實尚未夢見。話說回頭，佛學中所說的許多原理，心理分析學家經多年之努力亦能達成類似之結論，弗羅門的心理分析與宗教，

就是個很好的證明。第一點他指出：站在心理分析學的立場來看，宗教不是一種娛樂或嗜好，而是人生所必需的，「人不能沒有宗教，他只能在不同的宗教中選擇一個。」人必須有安身立命的信仰才能活得健康，活得有力及有意義，宗教乃是人生的最極關切 (Ultimate concern)，其他的關切皆以此最極關切為依歸而引伸其功能，最極關切如果出了毛病，則通身是病，毫無救藥，這不是宗教家們的訓諭或高調，而是許多心理分析家們的臨牀經驗所得到的結論。

第二點他指出「人文宗教 (Humanistic religions) 與極權宗教 (Authoritarian religions) 之不同處及二者對人類心理之種種不同的影響。

人文宗教是強調「以人為本位」的宗教。一切價值和取捨皆以深藏在人內心之「性則」為準繩，不似極權宗教以歸順於神、聽命於神為其基本教義及精神，佛教之淨土及密宗雖亦強調他力，但骨子裏還是以自力為主，因為無自身的努力則佛的他力亦不能發生作用，所以始終仍是「因緣和合法」。澈底的說，心佛象生，三無差別，實在分不出什麼自他來，佛法中有些宗派強調自力，有些強調他力，但歸根結底還是要開發那木具的佛性，強調自力或他力亦只是一種應機的方便而已，這是與耶猶正統一神論以非己的神為主教義絕不相同的。

在比較人文宗教與極權宗教之不同時，弗氏說：「極權宗教的定義是：『宗教是人類對一種不可見的

超人力量的承認，這力量控制着人類的命運；人類必須對它服從，敬畏與崇拜。』這兒着重在承認人類被一個外在更高的力量所控制，但這還不足以構成極權宗教，最重要的是，這力量由於對人的控制，就該受到人的順從，敬畏與崇拜，這表示人之所以對它崇拜順從，敬畏的理由，不在神的德性，愛和公義，而是因為它有控制力，神的力量高於人，而且這個高的力量有權力要人崇拜它；不順從或不敬畏，就構成一種罪惡，極權宗教的宗教體驗要素就是屈服於「超越人的力量」。在這種形式的宗教中，主要的德性就是順從，主要的罪過就是反抗，神是全能的，無所不知的；人是無能的，不重要的，只當人以完全的順從，從神那兒得到垂憐與幫助時，人才感覺到自己有力量。屈服於有力的權威乃是人逃避自己的無助與限極 (Limit) 的方法之一。人在屈服時失去了個人的獨立完整，他感到被全能的力量所保護，成為這力量的一部份。

「在喀爾文的神學中，我們可以清楚的看到絕對神權論者的思想。喀爾文說：『假使你認為我們還留有任何自己的東西，那我們就不能算是謙遜 (Humility) 了……若不完全低視我們所自認為好的一切東西，我們就不能適如其分地判斷自己。謙遜是一種充滿了不幸與窮困之感的全然順從，這也就是對「神」這個字的合理描述』，喀爾文所描述的宗教體驗，就是低視一切個人身上的東西。不管他是用世俗的或宗教的語言表示，心靈的整個屈順是所有神權宗教的本質，在

權宗教裏，神是一切權力與力量的象徵，他是至高無上的，正因為如此，人就成為全然無能的了。

「世俗的神權」「宗教」也依循同樣的原則，所謂「領袖」「人民之父」「政權」「民族」「社會主義者的祖國」等都成為敬仰崇拜的對象，個人的生活變得一點都不重要了，所謂個人的價值，就在否定他自己價值與力量。神權宗教為自己樹立了一個理想，它是那麼抽象，那麼遙遠，幾乎與真實人生完全脫節，為了「來生」，為了「人類未來」的理想，必須犧牲現世的生活與幸福，為達目的，不擇手段。目的成為一種偶像，在它的名義之下，宗教或世俗的特權階級，控制着信徒的生活。

「相反的，人文宗教則以人和人的力量為中心，人必須發展理性的力量以了解自己及人與人之間的關係，和自身在宇宙中的地位。他必須認清真理，一方面他要覺醒到自己的限極，另一方面他又能覺醒到自己的潛力。他必需發展慈愛，愛自己、愛別人以體驗物物之休戚相關。他必須有原則，循規範以達成此目標，此時的宗教體驗就是人與宇宙整體的合一；這合一以人與世界的關係為基礎，乃是用思想、用愛的了解所掙得的，人文宗教之目標就是要發揮人最高的力量，而不是強調人的無能與無助。人的美德就是實現人的理想，而不是盲目的順從。確定的信仰建立在思想與感情的體驗上，不在附和那些有聲威的倡議者，此時人的心境是快樂的。在神權宗教中，人是充滿了

悲傷和罪惡感的。人文宗教如果有神教，那麼它的神就是人本身的力量。人生之意義及目的亦無非是要充份發揮此潛力。神不再代表權力及支配，也不代表高高在上的力量……」

因為人文宗教的最後基石是在人自己，所以它的實踐，首重不盲從、不苟信，時時作嚴格的自我檢討訓練以判別宗教經驗之真偽，弗氏引證西藏白教岡布巴大師在寶壘集中發人深思的警句：

1. 慾念可能被誤認為信仰。
2. 戀着可能被誤認為慈悲。
3. 無思無慮可能被認為是無邊際的涅槃心。
4. 感官知覺（或現象）可能被誤認為真實的利那見道。

5. 一閃的見道可能被誤認為全體的證悟。

6. 假道學可能被誤認為眞行者。

7. 利己之行可能被認為是利他之行。

8. 騙子可能被認為聖者。

心理分析是要辨別那「眞的」和那「相似的」之不同處，因為二者極易混淆不清，所以是一個發隱抉微的學問。佛法的靜慮與內觀亦是一種心理分析和內省的抉微功夫。禪宗的參訪亦是為了找尋比自己更高的「心理分析家」來解決自己的困惑，不同的是，大手眼的宗匠們却不待分析和推理，一眼就能看透來人的境界，一語一喝即能達成殺活自在的目的，此誠佛法遠勝一切世間心理學之處也。

最後想說的是，人文宗教的最高哲學基礎，我想還是華嚴的「互入」和「互即」的哲學。基於互入的原理則一切相依而成，無獨立之自性，一切倫理、社會、哲學和科學的基本原則亦皆由此而樹立，基於互即的道理則自他一如，天人合一，悲智和生涅槃無二的妙境才能建立和展開。近代心理分析學於人心的深處窺出了「互入」的消息，精神病就是因為在「互入」上出了毛病，而需要予以新的調整，至於「互即」的道理與境界則心理分析學家似尚未能入門，因為這是屬於高度宗教經驗的境界，不是由比量分析而是直覺的無分別智才能達成的。心理分析的限度與高度的宗教經驗實有巨大的不同和距離，弗羅門於此點則未談及，所以順便指出，使讀此書者知弗氏的見解和佛法的關係。

此書英文原本大體上可謂流暢清晰，但有時亦常用囉嗦的長句子，加上不可避免各種專門名詞，讀起來有時仍感費力，所以要譯成流暢的中文，實在是一件極困難的事，尤其是心理學方面的許多術語，在歐美已成爲日常用字，但一旦譯成中文就覺得古怪生硬，這也是因爲未曾習慣而無可奈何之事，林錦先生在譯述及注解上都盡了最大的努力，實在是值得我們感謝稱道的。

中華民國
五十七年 張澄基於美國賓州州立大學



流行性感冒
頭痛咳嗽
發熱良藥

傷風克

強力

Grippetin-S