

儒學的當代詮釋與生命實踐的另類思考 ——王陽明心學與薩提爾理論之對話初探

袁光儀*

摘 要

薩提爾理論原為家族治療、心理諮商之用，然其主張人人之價值平等，人人有與生俱來的靈性根基與神聖性，可展現宇宙生命力等等，皆與孟子性善之旨相似，而陽明心學直承孟子，且更擴及於販夫走卒皆能樂學，與薩提爾的理論更有許多可供並觀比較之處，故本文嘗試作一對話交流。文中先將儒學本旨與薩提爾理論作一對照與印證，再藉由薩提爾素樸淺近的語言，將陽明心學之高深哲思作一轉譯與再詮釋：王陽明之良知天理，即薩提爾所稱之靈性自我及宇宙生命力，而儒者所論的人欲問題，與薩提爾所分析的各種「求生存」之姿態，亦可供對比討論。希望藉由本文之拋磚引玉，開啟更多跨領域對話的可能性；使傳統儒學更易為世人所理解，且更能落實於生命中實踐。

關鍵詞：王陽明心學、薩提爾理論、良知天理、靈性自我、宇宙生命力

* 國立臺北大學中國文學系教授。

Alternative Thoughts on Contemporary Interpretation and Life Practice of Confucianism: A Preliminary Exploration of a Dialogue between Yangmingism and Virginia Satir's Theory

Yuan, Guang-Yi
Professor, Department of Chinese Literature,
National Taipei University

Abstract

Satir's theories were initially being used for family therapy and psychological counseling, but She advocates the equal value of all people, that everyone has an inherent spiritual foundation and sanctity, and that it can show the vitality of the universe. Most of the ideas are similar to the purpose of Mencius' good-by-nature concept. Yang Ming's mind theory is directly inherited from Mencius's spirit and spread to the extent that even ordinary people could easily learn it. This article attempts to verify the essence of Confucianism with Satir's theories and then translate and reinterpret the profound philosophies of Yangmingism through Satir's simple and simple language. Wang's conscience and heavenly principles are what Satir calls the spiritual self and the universal life force. It is hoped that this paper can create more possibilities for future interdisciplinary research, facilitating people's understanding of traditional Confucianism and their practice and implementation of it in their lives.

Keywords: Yangmingism, Satir's theory, Conscience and Heavenly Principle, Spiritual Nature, Universal Life Force

儒學的當代詮釋與生命實踐的另類思考 ——王陽明心學與薩提爾理論之對話初探*

袁光儀

一、前言

本文的主題：王陽明心學與薩提爾理論，前者由明代大儒王陽明（名守仁，1472-1529）所開創，是宋明理學研究中早被反覆探討的重要論題，如牟宗三、勞思光等前輩學者，皆視陸王心學為直承孟子，而為宋明儒學發展最終完成之階段；¹至於後者則是指稱西方家族治療大師維琴尼亞·薩提爾（Virginia Satir, 1916-1988）所發展的理論模式，在心理學之理論與實務上，亦已有許多研究討論與運用實踐，在眾多輔導對象藉由薩提爾理論之引導而逐步改變成長的具體實證中，可充分感受到其說確實擁有啟迪人心、開發生命自覺的力量，與儒學同樣可以稱之為一種「生命的學問」。²雖然將二者並觀討論的研究至今罕見，但在其他中國文哲的相關領域中，薩提爾亦早有其推廣與實踐者，筆者因而獲得啟發，故希望以本文作一拋磚引玉，將儒學、陽明心學與薩提爾之說作一溝通交流，開啟更多跨領域對話的可能性。

筆者接觸薩提爾理論，起源於擔任師培中心國文教材教法之課程，由是關注到中山女高國文老師張輝誠所倡導的學思達教學法，以及李崇建推廣薩提爾、將其運用於談閱讀、作文教學，乃至談教養、心理勵志的諸多著作。張輝誠結合其學思達教學法與李崇建推廣之薩提爾理論，在教學現場的實踐，已具體證明薩提爾與國文

* 本論文為科技部補助專題研究計畫「陽明心學與薩提爾」（108-2410-H-305-032-）之部分成果。承蒙《成大中文學報》審查委員提供寶貴意見與修改建議，特此致謝。

¹ 牟宗三：《心體與性體（一）》（臺北：正中書局，1988），頁54；勞思光：《新編中國哲學史（三上）》（臺北：三民書局，1990），頁50。

² 牟宗三：《生命的學問》（臺北：三民書局，1971）。

教學之結合，確有相輔相成之效，使國文乃至各科教學的課堂討論、師生互動，更加溝通無礙，溫馨動人。³老師透過對話深入學生的內心，引發學生的自我覺察，從而願意嘗試為自我設定目標，改變原本令父母師長感到失望的言行。由此可見薩提爾之理論模式，確實能啟發生命自覺，並協助人與人之間創造美好的互動交流，如《薩提爾的家族治療模式》一書歸納薩提爾的治療信念，其中一條便是「人性本善。想與我們的自我價值感聯結並予以實現，就必須去發掘自身的內在寶藏。」⁴這與主張性善、強調人性之正向力量，並以惻隱不忍與孩提之愛親做為價值根源之儒者，實屬同道中人。然而，相較於李崇建等人教學之平易可親，在學術殿堂中的儒學與陽明心學，卻顯得離眾甚遠，且往往被青年學子與社會大眾認為枯燥乏味或艱深難懂，甚至被視為保守落伍的傳統包袱，避而遠之者多；能認識儒學本質、了解陽明心學精神，並能感受其同樣具有充沛的、喚醒人心的力量的人，卻顯得寥寥無幾，豈不令人浩歎！

因此，本文欲嘗試將儒學與薩提爾理論作一對話交流，並將重點放在對王陽明心學之轉譯與再詮釋，其所欲達到的目標，主要可分作兩點來說明：首先，闡明儒學與薩提爾理論二者之間的共通精神，得以共證真正透徹的生命智慧，確可貫通古今，不論中西，如陸象山（1139-1193）所謂：「東海有聖人出焉，此心同也，此理同也。西海有聖人出焉，此心同也，此理同也……千百世之下有聖人出焉，此心同也，此理同也。」⁵與新世紀廣受運用實踐之薩提爾理論作對話，更可印證儒學之亙古彌新。其次，陽明心學作為宋明儒學發展之最終階段，本已將原屬於「唯士為能」、⁶

³ 如張輝誠、李崇建：《教室裡的對話練習：當學思達遇見薩提爾》（臺北：親子天下股份有限公司，2019）；又如郭進成、馬琇芬：《學思達與師生對話：以學思達為外功、薩提爾為內力讓教室成為沒有邊界的舞台》（臺北：遠見天下文化出版股份有限公司，2020），即以「以學思達為外功，薩提爾為內力」概括其書大旨。

⁴ 〔美〕維琴尼亞·薩提爾（Virginia Satir）等著，林沈明瑩等譯：《薩提爾的家族治療模式》（臺北：張老師文化事業股份有限公司，1998），頁21。

⁵ 明·黃宗羲：《宋元學案·象山學案》，收入沈善洪主編：《黃宗羲全集》第5冊（杭州：浙江古籍出版社，2005），卷58，頁277。

⁶ 「無恆產而有恆心者，唯士為能。」宋·朱熹：《四書集註·孟子·梁惠王上》（臺北：學海出版社，1988），第7章，頁211。本文所引四書皆出自朱熹《四書集註》，為免繁瑣，後文僅標明原書篇章及

「教天下之君子」的儒學，拓展至可以「教天下之小人」，⁷使「庸夫小童，皆可反求以入道」，⁸落實孟子「人皆可以為堯舜」⁹之價值平等的精神。然而在晚明能使販夫走卒皆樂學的左派王學，卻因「王學流弊」之故，而受正統道學戒慎警惕而多所貶抑，¹⁰即使當代新儒家等前輩大師已重新闡發陽明心學在儒學發展上的意義與價值，但在哲理思辨上愈趨高明精微的同時，將如何使「庸夫小童，皆可反求以入道」的問題，無形中卻被忽略了。¹¹若借用薩提爾淺白易懂的理論，詮解王陽明之說，或許亦可使高居學術殿堂之上的陽明心學，以更親切的面貌重新為世人所知，而能將心學精神落實於自身生命中反思與實踐。此亦筆者欲以薩提爾與王陽明二家學說作對話之動機與目的所在。

筆者探討本題的動機，主要著眼於儒學如何落實於生命實踐之思考，而非學術理論之研析，但目前學界相關研究之概況，當然是筆者研究之基礎，故以下略作評述：

目前將薩提爾理論運用於中國文哲領域的研究雖仍罕見，但若擴大考察將心理

頁碼，特此說明。

⁷ 「余謂紫陽之學，所以教天下之君子；陽明之學，所以教天下之小人。」清·焦循：〈良知論〉，《雕菰集》（臺北：鼎文書局，1977），卷8，頁123。

⁸ 「自良知之說出，乃知人人固有之，即庸夫小童，皆可反求以入道。」清·李顥著，陳俊民點校：〈答張敦庵〉，《二曲集》（北京：中華書局，1996），卷16，頁139。

⁹ 《孟子·告子下》，第2章，頁339。

¹⁰ 如黃宗羲評曰：「（陽明心學）有泰州、龍溪而風行天下，亦因泰州、龍溪而漸失其傳。」明·黃宗羲：《明儒學案·泰州學案》，收入沈善洪主編：《黃宗羲全集》第7冊，卷32，頁820。

¹¹ 當然，目前各類以王陽明及其心學為主題的著作中，亦有許多學者將自身對陽明心學的體悟，用較淺易的文字介紹給一般讀者，此亦是承繼晚明儒學「教天下之小人」之具體實踐。不過，這類著作大多是作者以自身的體悟來解讀王陽明文獻，與筆者嘗試用另一套（較親切平易的）理論詮解陽明心學、論證二者之心同理同的方式，仍有所不同。筆者認為，通過與薩提爾理論的對話交流，亦有助於擴大對陽明心學內涵之思考與實踐，開啟更多不同研究的可能性。此外，關於泰州平民講學的風格，學界雖亦有所探討，然而在黃宗羲論王學「因泰州、龍溪而漸失其傳」的同時，其《明儒學案》對於陽明後學諸派，唯獨不將泰州學派冠以「王門」，故「教天下之小人」的王學發展，還是不是「王學」？而若陽明後學平民講學之發展，亦不能等於「王陽明心學」的發展，且其流弊問題亦尚待反省導正，故如何恰當詮解王陽明的心學而真能使「庸夫小童，皆可反求以入道」，仍是需要持續思考的問題，本篇論文亦是其中一種嘗試解答的方式而已。

學與中國文哲論題並觀的研究，則結合佛學與心理學的研究已有不少成果。¹²至於運用心理學理論來研究中國文化、傳統儒學之相關專題者，更早在 1990 年代前，便已有如楊國樞、黃光國等人的多部論著，¹³又如余德慧有〈心學——中國本我心理學的開展〉，¹⁴翁開誠亦有將陽明心學及儒學研究運用於心理諮商的論文多篇，¹⁵凡此，皆是社會科學、心理學領域的學者結合儒學、陽明心學與西方心理學研究的範例。相較之下，專研儒學與陽明心學的學者，若作東西文化的對話比較，則大多仍以西方哲學為對象，與心理學界的對話較少，¹⁶然而，如陳復則已有多篇論文，提出由陽明

¹² 如〔美〕拉德米拉·莫阿卡寧 (Radmila Moacanin) 著，江亦麗、羅照輝譯：《榮格心理學與西藏佛教：心理分析曼荼羅》(臺北：臺灣商務印書館，1992)；〔日〕河合隼雄著，鄭福明等譯：《佛教與心理治療藝術》(臺北：心靈工坊文化事業股份有限公司，2005)；王秀美：《陪伴——佛教諮商理論與技巧》(臺北：慧炬出版社，2005) 等。

¹³ 如楊國樞、黃光國編：《中國人的心理與行為》(臺北：桂冠圖書股份有限公司，1991) 等書。其後黃光國又陸續有多本專書與論文發表，如黃光國：《儒家關係主義——哲學反思、理論建構與實徵研究》(臺北：心理出版社股份有限公司，2009)，黃光國：《儒家文化系統的主體辯證》(臺北：五南圖書出版股份有限公司，2017) 等，對發展華人本土心理學之研究不遺餘力。

¹⁴ 余德慧：〈心學——中國本我心理學的開展〉，《本土心理學研究》15 (2001.6)，頁 271-303。

¹⁵ 翁開誠有論文多篇，僅舉一篇為例：翁開誠：〈當 Carl Rogers 遇上了王陽明：心學對人文心理與治療知行合一的啟發〉，《應用心理研究》23 (2004.9)，頁 157-200。此外，翁開誠亦在《應用心理研究》第 16 期 (2002.12) 策畫「主體性的探究與實踐」專題，廣邀中文、哲學等各領域的學者一同對話。

¹⁶ 如黃繼立：《「身體」與「工夫」：明代儒學身體觀類型研究》(臺北：臺灣大學中國文學研究所博士論文，2010)，其主題「身體觀」雖仍當歸屬於與西方哲學領域之對話，但梅洛·龐蒂本身亦跨足心理學；又如陳志強：《晚明王學原惡論》(臺北：國立臺灣大學出版中心，2018)，引菲利普·金巴多 (Philip Zimbardo) 著，孫佩玟等譯：《路西法效應：好人是如何變成惡魔的》(臺北：商周出版，2008) 之論點，與王陽明論惡之起源問題作一互參 (頁 120-121)，可見借重心理學，有助於傳統儒學較少正面論述的「惡」、「身體」等問題之探討。而若從正面就儒者「一體之仁」與西方心理學作對話，則如林安梧：《中國宗教與意義治療》(臺北：文海學術思想研究發展文教基金會，1996)，援弗蘭克 (Viktor E. Frankl) 之「意義治療」而論「儒家型意義治療學」之建立；又如張崑將：〈中日陽明學者對「真我」的體證比較〉，《哲學與文化》477 (2014.2)，頁 3-31，亦透過陽明學者對「真我」的討論，反思陽明心學與西方「超個人心理學」的交集與分野之處，而本文以薩提爾之靈性自我與王陽明之良知作對比討論，亦是與「超個人心理學」對話之一例。此外，「冥契主義」與傳統思想之對話，是許多研究者關注的論題，不論是探討儒、釋、道的主題，皆不乏與「冥契主義」並觀的研究，其中合併冥契主義與陽明學的研究，亦有陳復：〈陽明子的冥契主義〉，收入張新民主編：《陽明學刊》第 4 輯 (成都：巴蜀書社，2009)，頁 55-99，而薩提爾經由靜坐冥想探索靈性自我與宇宙生命力，其體悟之境界與冥契經驗亦相近似，與王陽明論良知天理相參對照，亦具有某些共通性。然因本文初步嘗試將王陽明與薩提爾並觀討論，若再納入冥契主義恐過於複雜，且其所涉精微

心學轉型發展為「心學心理學」的主張，¹⁷並積極與前輩學者之研究成果作對話，企圖解決「黃光國難題」，期使能夠「成熟發展出真正具有中華思想性質的華人本土社會科學，並讓儒家心理學獲得理論發展的脈絡」，¹⁸其多年研究成果近已結集為《轉道成知——華人本土社會科學的突圍》¹⁹一書，可見其用力之深。

陳復以陽明心學研究者而欲建構一套「心學心理學」，實已跨出中文研究之範疇，而與前述社會科學學者之研究目標更為接近，此一目標甚為遠大，非筆者所及，陳復之宏願，乃如其新書〈自序〉之副標題：「開啟社會科學本土化的里程碑」，²⁰而其所對話的對象，乃長年來亦致力於此一學術目標的學者，如前輩學者黃光國，乃至所有關懷「社會科學本土化」之論題的學界人士；而筆者本篇作為學術論文，對話的對象雖然也是學界人士，但想探討的則是另一個問題：高居學術殿堂的陽明心學，是否能以一種較淺顯的方式為世人所理解？若藉由親切可讀、易於理解實踐的薩提爾之說，將世人視為艱深難懂的陽明心學作一轉譯與再詮釋，當有助於一般人領會儒者之學，並將其落實於生命中實踐。相較於陳復欲藉陽明心學促進華人本土心理學之發展，是欲推廣陽明心學至心理學之研究發展之範疇，而筆者則是欲推介薩提爾理論於中文學界與儒學、陽明心學研究者，共同思考借用薩提爾理論（乃至其他任何足以印證儒學普遍性精神的中西理論）來推廣儒學與陽明心學的可能性。然而陳復學術之用心所在，亦有見於現代化歷程中往往引發心靈的漂泊失依，各類身心疾病的現象日漸嚴重，而心學作為儒學最前衛的思想，實為華人本土心理學的源頭，故期能將心學做出相應的思想轉化，以有效解決人類日益嚴重的精神問題。²¹此一對現代人心靈問題之關懷，亦筆者研究動機之所在，且其從對陽明弟子錢緒山（1496-

處，與本文欲以淺易方式詮解陽明心學之主旨亦有不合，故暫時不作深論，僅在此略記數語。

¹⁷ 陳復：〈智慧諮詢的理念與實作：陽明心學對心理諮詢的啟發〉，《貴陽學院學報（社會科學版）》14：3（2019.6），頁9-10，第二節「陽明心學如何轉型成心學心理學」。

¹⁸ 陳復：〈儒家心理學：黃光國難題正面臨的迷陣與突破〉，《本土心理學研究》49（2018.6），頁4。

¹⁹ 陳復：《轉道成知——華人本土社會科學的突圍》（臺北：時報出版股份有限公司，2021）。

²⁰ 陳復：《轉道成知——華人本土社會科學的突圍》，頁27，本句亦見於封底標題。

²¹ 陳復：〈心學心理學：心學如何在心理治療領域獲得突破與新生〉，《諮商心理與復健諮商學報》30（2017.6），頁7-32。

1574) 的研究中，亦觀察到錢緒山學術中著重「為愚夫愚婦立法」，而非以菁英的角度來傳播心學的精神，²²此與筆者關懷如何「教天下之小人」之論題亦相彷彿。故即使彼此之研究所關注之焦點、運用的方法與思考的方向不同，然而殊途亦可同歸，皆可開啟陽明學研究之多元發展的可能性，印證陽明心學既能極高明而盡精微，亦能致廣大而道中庸，²³確是宋明儒學發展最完熟的型態，且在未來仍能不斷日新又新，與新世紀的思想理論作交流溝通與相互印證。

而關於薩提爾理論的研究，在心理諮商、輔導與教育領域的論文已有多篇，從國家圖書館「臺灣博碩士論文加值系統」中，可蒐得將近三十筆資料，從論題中可見其運用之對象及其對應之問題與目標十分廣泛多元。除了學生學習階段，由國小至大學，不論學生、老師或家長，皆可依其需求運用薩提爾模式以為協助之外，其他如婚姻諮商，或親密關係失落、性侵等心理創傷或犯罪問題，亦可借助薩提爾模式作治療。然而，若欲考察結合薩提爾與中國文哲相關領域的研究，以目前筆者所掌握到的大約只有以下數種：中文領域方面，釋見曄有一篇將薩提爾與佛性、如來藏心作對話的專題論文，²⁴另有兩篇碩士論文結合薩提爾於中文相關之研究，則皆受李崇建推廣薩提爾之啟發。²⁵此外，在心理諮商領域的論著中亦有兩種，其一是張包意琴與陳麗雲合著之〈和諧中變革：易經與華人的心理輔導〉²⁶一文，乃援引《易經》之思想概念作一輔助，使其運用薩提爾理論於華人心理輔導時，可調和中西文化的

²² 陳正凡：〈錢緒山心學的生命教育：死亡經驗對其思想的反省與啟發〉，《本土心理學研究》34（2010.12），頁 285-327。

²³ 「故君子尊德性而道問學，致廣大而盡精微，極高明而道中庸。」《中庸》，第 27 章，頁 35。

²⁴ 釋見曄：〈東西方心理學對話之可能——以佛性、如來藏心與薩提爾模式之對話為例〉，《成大宗教與文化學報》11（2008.12），頁 125-155。

²⁵ 洪幼玲：《薩提爾模式應用於作文教學之歷程研究》（臺中：靜宜大學教育研究所碩士論文，2014）；張意孜：《阮籍及其〈詠懷詩〉之心理研究——以薩提爾理論為中心》（臺中：東海大學中國文學系碩士論文，2017）。前者是以李崇建之作文教學作一個案研究，而後者亦明言其研究乃受李崇建之影響。（頁 5）前者雖以其主題為「作文教學」可以列入中文領域，實則作為教育研究所的論文，與中文研究之切入角度、研究方法皆有所不同；而後者的論文屬於文學領域、文人專題研究，與本文重點亦不相同，故不多作評述。

²⁶ 張包意琴、陳麗雲：〈和諧中變革：易經與華人的心理輔導〉，《本土心理學研究》14（2000.12），頁 199-235。

差異而更能有效引導案主作出改變。其二則是王行《修身與齊家——以儒家心學為助人知識的家族治療》，其書第二章為「從薩提爾到心性之學」，文中作者除了自述其研讀儒學及接觸薩提爾團體治療之因緣與自我成長之外，主要以薩提爾提出的「一致性溝通」與「儒家心法」（以《中庸》為主，兼及《四書》）²⁷作對話，且曰：「薩提爾的『靈性渴求』、『一致性溝通』與儒家思想中的『內向超越』、『誠』等確實可以相應，但並不相同」，而提出儒家思想的「誠」可以對薩提爾之說有所補充，「透過『中庸』、『誠』提升至本體意義的境界，而不只是生活的態度，或人格內涵與溝通方式（如薩提爾的『一致性』）」，²⁸由此可見，透過儒學與薩提爾之對話，亦有助於薩氏之理論更加完足。

總之，以上雖僅寥寥數篇，但已可見將薩提爾與中國文哲相關專題作並觀討論的可能性及其意義與價值所在：心理諮商領域援引儒學經典智慧的論著，已可提供筆者並觀薩提爾與陽明心學的一個論證基礎，而釋見曄將薩提爾與佛學作對話，其主要關懷亦是希望借用薩提爾理論賦予傳統智慧以時代意義，其宗旨目標與筆者頗有相似之處，然前輩學者既以之論佛，筆者又借以論儒，是否有混漫儒佛分際之疑慮，則將在後文再作討論，以下僅針對筆者之研究動機作一補述：

經由五四破除僵化禮教以來轉眼亦已逾百年，但處於不再強調禮教規範的後現代社會中，人際互動卻依然擺脫不了莊子所謂「與物相刃相靡」²⁹的摩擦衝突與傷害痛苦，再加以「吾生也有涯，而知也无涯」，³⁰各種物質欲望充斥與資訊爆炸，帶來的壓力與焦慮早已遠遠超越個人身心之負載量，以至憂鬱症亦成為 21 世紀的三大文明病之一。然而，儒者積極正向、自強不息的精神，對新世紀的人心困苦，又能提

²⁷ 王行：《修身與齊家——以儒家心學為助人知識的家族治療》（新北：心理出版社股份有限公司，2016），頁 47。

²⁸ 王行：《修身與齊家——以儒家心學為助人知識的家族治療》，頁 54、57。不過，在《薩提爾的家族治療模式》中，論及一致性的三個層次，王行所論「一致性溝通」只是第一層次，筆者以為其中第二、三層次亦可視為是提升至本體意義的境界，只是相較於儒者之道德形上學，薩提爾的本體境界確實較為籠統模糊而已。

²⁹ 清·郭慶藩輯：《莊子集釋·齊物論》（臺北：國家出版社，1982），頁 56。

³⁰ 清·郭慶藩輯：《莊子集釋·養生主》，頁 115。

供什麼資源呢？誠如曾昭旭〈從生命升沉的辨證歷程論儒道佛耶四教異同〉一文中所言：

儒家在生命之學中的首要關懷，不是病痛的救治、生命的扶持，而是充分自由、自主、自律的道德創造。……這可見儒家是最充分的理想主義者。而這必須是生命在最正常、最暢旺的狀況中（在這狀況中的生命便稱為仁）才可能有的情調。³¹

實則各大思想文化哲學宗教的表詮方式雖有不同，但就其內涵而言，「充分自由、自主、自律的道德創造」之精神，實亦不只是儒者的理想，而可以說是人類所共同追求的理想人格目標（所謂「人類」，當然是以在現世的理想標準而言，暫不涉及死後世界的歸宿）。然而落在現實來看，現代人心能常處於「最正常、最暢旺的狀況中」的恐怕已是少數，多數人首先要處理的，是「病痛的救治、生命的扶持」，差別只在於病況之或隱或顯、或輕或重而已。然而，誠如曾昭旭所言，儒家在生命之學中的首要關懷，是充分自由、自主、自律的道德創造，故歷代儒者大多展現一「天行健，君子以自強不息」³²的氣魄，其學術多強調自律自修，至於如何正視病苦人心且能善誘善導，即使儒者自身所行能如此，但正面申述相關理論方法的，確實是不多，因此，面對當今時代人心之病苦，發展一套有助於「病痛的救治、生命的扶持」的儒學理論，亦屬刻不容緩，如曾昭旭近年來的許多演講與文章，亦率皆關懷當代人心之困苦的問題。³³若藉由薩提爾之說，而對陽明心學的內涵作一更貼近當代人心的詮解，則亦有助於社會大眾更親近儒學，能夠汲取儒學本有的智慧，開發自我的生命，使生命回到最正常、最暢旺的狀況中。

就筆者來看，薩提爾理論雖出於西方心理治療之說，但其精神確與儒者性善之旨心同理同，其作為一種「治療」理論，卻不強調「病態」，而將心理治療擴大為成

³¹ 曾昭旭：〈從生命升沉的辨證歷程論儒道佛耶四教異同〉，收入牟宗三等著：《當代新儒學論文集·總論篇》（臺北：文津出版社，1991），頁133-134。

³² 語出《易·乾卦·大象傳》。徐志銳：《周易大傳新注》（臺北：里仁書局，2003），頁4。

³³ 可參曾昭旭臉書：<https://www.facebook.com/profile.php?id=100063924151256>。如〈不要用目標計劃來迫害自己〉（2021年7月4日）等篇，皆在解答現代人的生命壓力與困惑。

長取向的學習歷程，³⁴即使不健康的應對姿態，亦皆指出其中擁有正向的內在資源（將於後文再作介紹），實與儒家同是一「最充分的理想主義者」；而除了有堅實的理論與信念外，在實務上亦有具體的操作模式，且更早已經由大量的實證，證明其理論模式之善誘善導，確實得以有效救治當代人心的病苦，故儒學若欲落實對當代人心問題的關懷，實可借鏡其理論主張與具體做法。前文已述及，陽明心學已將「唯士為能」的儒學擴及於一般大眾，今日吾人面對 21 世紀的社會現況，亦應承繼其已有的規模，更進一步發展一套貼近當代人心的詮釋方式。藉由薩提爾素樸的語言詮解陽明心學，可使高深的哲思轉為平易可讀，實不失為承繼晚明儒學再進一步發展的方法之一；而陽明心學之精微，亦可對薩提爾提出的所謂「靈性自我」再作深化補充。這一跨領域的溝通對話，不論是對於儒學自身之發展，或是對於推介陽明心學於社會大眾，皆當有其積極的意義。故即使本文之撰作動機並不在學術理論而在於生命實踐的問題，但在儒學的發展上，此一論題實亦有其學術意義。

總之，本文嘗試以王陽明心學與薩提爾理論作一對話，一方面是推介此一西方之家族治療理論於中文學界、儒學研究者，使學者得以認識其說與儒學思想的共通精神，值得彼此作一對照與交流，由此促進更多的比較研究，或以薩提爾之理論，提供另一種看待、詮釋傳統文哲經典與人物的不同角度；另一方面則是藉由薩提爾平易可讀、已有推廣實證的理論模式，詮解對於一般大眾而言較為艱深的陽明心學，由二者之相互參證，使陽明心學的內涵較易為大眾所認知與了解，而進一步擴大陽明心學對提昇當代人類心靈智慧的影響與貢獻。

以下先將薩提爾學說在西方心理學派之定位略作說明，對其理論重點，尤其是其得與儒學精神相互對照、相互呼應之主張的具體內涵作一介紹，並將一般大眾對於彼此異同易有誤解之處作一澄清，再進一步闡明本文將王陽明與薩提爾二者並觀對話的意義與價值。

³⁴ 楊蓓：〈導讀〉，收入《薩提爾的家族治療模式》，頁 8。

二、薩提爾理論簡介

回溯西方心理學之發展，在 19 世紀末時，乃欲建立一門科學的心理學，然而將自然科學的研究原則和方法，強行套用在人類身上，導致一種去人性化的觀點，而流於一種唯物論、化約論的心理學，故 1940 年代以來，越來越多的美國心理學家開始努力修正，而有人本心理學之興起。到了 60 年代末期，馬斯洛（1908-1970）又逐漸發現其人本心理學的限制，而將其著名的「需求層次」再加修訂，增加了「超越性需求」，並將之界定為「靈性需求」，此後又有「超個人心理學」之發展。其發展目標，乃試圖以更整合、更全面的觀點來理解人在關係、世界及宇宙的位置，而其發展過程亦有相當大部分受到東方思想與修行的影響，是一嘗試「結合東西方思想與實踐的身心靈願景」。³⁵

若以上述美國心理學界的發展大勢來看薩提爾的家族治療理論，如 Irene Goldenberg 等著，翁樹澍等譯《家族治療：理論與技術》，乃將其歸入「人本的模式」作重點介紹，並稱她為「最值得敬佩的人本家族治療師」。³⁶王行則將薩提爾模式的治療，歸於強調人本與存在主義的經驗學派，並且推崇曰：「『薩提爾』這三個字，對助人專業來說，不只是知名大師的姓，更有著其他不同的意義，例如：家族治療、心理輔導、家庭系統、人際溝通的專業學派。不只如此，還有人性的、自由的、感動的、愛與真誠的代名詞。」³⁷雖然，在諸多家族治療理論中，她也綜合了其他學派的特色，故楊蓓指出其說「是一個難以歸類的類別，有的將其列為溝通學派，有的將之納入人本學派」，而究其原因，乃「在於薩提爾模式不強調病態，而將心理治療擴大為成長取向的學習歷程，只要是關心自我成長與潛能開發的人，都可在這個模

³⁵ 以上詳見〔澳〕羅傑·渥許（Roger Walsh）、法蘭西絲·方恩（Frances Vaughan）編，易之新等譯：〈推薦序〉、〈譯序〉，《超越自我之道：超個人心理學的大趨勢》（臺北：心靈工坊文化事業股份有限公司，2003），頁 4-13。

³⁶ 〔美〕Irene Goldenberg 等著，翁樹澍等譯：《家族治療：理論與技術》（臺北：揚智文化事業股份有限公司，1999），頁 235。

³⁷ 〔美〕維琴尼亞·薩提爾（Virginia Satir）、蜜雪兒·鮑德溫（Michele Baldwin）著，李瑞玲等譯：〈推薦序〉，《薩提爾治療實錄》（臺北：張老師文化事業股份有限公司，2001），頁 10。

式的學習過程中有所收穫。」任何一個治療學派都各有其不同的專注面，或重行為，或重認知，或重感覺，然而薩提爾模式除了非常靈活而有次第地涵蓋上述三個層面之外，同時也深刻地去輕觸人類的精神面，在以『全人』為基礎的看待過程中，發展出對改變歷程的整體感。」³⁸由上評述中，可知其對於人性觀點的正向態度，而其對靈性自我的看重，相信人有與生俱來的神聖性的信念，實已進入超個人心理學的範疇。

以上僅就薩提爾在西方心理學界之定位作一簡單評述，以下則針對薩提爾之理論內容再作具體介紹。首先對薩提爾之所謂「家族治療」理論作一概說，如薩提爾在其所著《家庭如何塑造人》書前自序所言：

我的基本信念始終相信個人與家庭之間，有著一股強烈的關聯。既然社會是由個人所組成的，因此，儘量使每個人都成長為最堅強、心智最健全的人，就是件很重要的事情了，而這一切都從家庭開始。日後若能由心智健全的人來領導大家，社會風氣將隨之改觀。³⁹

這樣一種相信家庭對每個人的成長十分重要，且期待由家庭培養出心智健全的領導人，來改善整個社會風氣的信念，與儒者「身脩而后家齊，家齊而后治」、⁴⁰「人人親其親，長其長而天下平」⁴¹的理想豈有異同？然而，相較於儒者是正面展示「父子有親，君臣有義，夫婦有別，長幼有序，朋友有信」⁴²的理想的人倫互動模式，薩提爾則正視許多家庭的痛苦而思有以救治之，且其強調「家族治療的出發點必須把家庭視為一個整體」，而不似其他許多治療方法傾向於以家庭成員個人為主，⁴³此一信念較之其他治療學派，無疑亦與重視五倫關係的儒者更相契合。

³⁸ 楊蓓：〈導讀〉，收入《薩提爾的家族治療模式》，頁 8。

³⁹ 〔美〕維琴尼亞·薩提爾著，吳就君譯：〈序〉，《家庭如何塑造人》（臺北：張老師文化事業股份有限公司，1994），頁 2。

⁴⁰ 《大學·經一章》，頁 4。

⁴¹ 《孟子·離婁上》，第 11 章，頁 281。

⁴² 《孟子·滕文公上》，第 4 章，頁 259。

⁴³ 〔美〕維琴尼亞·薩提爾著，吳就君譯：《聯合家族治療》（臺北：張老師文化事業股份有限公司，2006），頁 20。

薩提爾根據她多年的諮商經驗，為家庭狀況歸納了四種分析的面向：

- 1、有關對自己的感覺和想法，我稱做自我價值。
- 2、有關人如何與人和人們來往得有意義，我稱做溝通。
- 3、有關人們決定應該如何感覺、如何行動的規則，我稱做家庭系統。
- 4、有關人們連接別的人、組織，及家庭以外的對象，我稱做社會聯繫。⁴⁴

若從上述四個面向來對比前來求助的、有痛苦的家庭，以及她稱為有活力和滋潤的家庭，可以看到兩種家庭的狀態有所不同：前者的自我價值感低，後者則自我價值感高；前者的溝通是間接、曖昧不清、不真實、不坦誠的，後者則是直接、清晰、精確的及坦誠的；前者的規則是僵硬、非人性，且不能協調、一成不變的，後者則是彈性的、人性的、合適的、依情境改變的；前者與社會的聯繫是懼怕的、討好的和責備的，後者則是開放的、有期許的。⁴⁵因此，針對上述四項每個家庭、每個人都共同具有的特點，薩提爾發展出各項理論模式，協助人們覺察上述因素如何在自己的家庭運作，並引導人們思考應該如何改變，減少問題，以增加家庭的活力與歡欣。

雖然上述比較兩種家庭的特點之說明頗為簡略，但強調「所謂誠其意者，毋自欺也」⁴⁶的儒者，無疑是擁有「滋潤的家庭」的特點：自我價值感高，與人溝通時是真實坦誠的；其主張「道之以德，齊之以禮」，⁴⁷「殷因於夏禮，所損益，可知也」，⁴⁸故對於規則當然是有彈性而人性的；而以「親親而仁民，仁民而愛物」⁴⁹的精神面對社會人群，其社會聯繫自然亦是開放的、有期許的。總之，薩提爾的基本信念與儒學精神實相彷彿，然而，二者關注的重點與主要訴說的對象既不相同，其所建構之理論及與其相應的問題自亦有所差別，以下只提出筆者自身在認識薩提爾理論的過程中，時感與儒學精神得以相互印證、彼此補充的部分作一推介，不夠周延之處，期待日後再加深研。

⁴⁴ 維琴尼亞·薩提爾：〈開場白〉，《家庭如何塑造人》，頁3。

⁴⁵ 維琴尼亞·薩提爾：〈開場白〉，《家庭如何塑造人》，頁4。

⁴⁶ 《大學·誠意章》，頁7。

⁴⁷ 《論語·為政》，第3章，頁54。

⁴⁸ 《論語·為政》，第23章，頁59。

⁴⁹ 《孟子·盡心上》，第46章，頁363。

以下先說明所謂「冰山理論」：⁵⁰此理論將人類個體從內而外比喻成一座冰山，人的外顯行為僅是水面上浮出的冰山一小角，整座冰山底下則有六種經驗的分層，由最上層至最下層分別是：應對方式、感受、感受的感受、觀點、期待、渴望，而隱藏在六種經驗下最底層的，才是真正的自我。在薩提爾自著或與人合著、乃至由他人推廣發揮的各種著作中，關於冰山理論之解說或有詳略異同，其異處或有薩提爾自身不同時期思想之推進，亦有後繼者之感悟與補充。其中多有將冰山理論以圖示說明者，除了最上一層的「行為」是外顯的冰山一角之外，其他都是隱藏在水平線下的部分，以隱喻每人的內在冰山。以下借用李崇建《麥田裡的老師》的圖示，但逕改為表格呈現，原書的冰山圖中附有英文原文及簡要說明，可幫助讀者更加了解這些名詞背後的意涵，故亦皆照樣附於括號中：⁵¹

行為 (behavior) (行動、故事內容)
應對方式 (copings) (姿態)
感受 (feelings) (喜悅、興奮、著迷、憤怒、傷害、恐懼、悲傷)
感受的感受 (feelings about feelings) (感受的決定)
觀點 (perceptions) (信念、假設、預設立場、主觀現實、認知)
期待 (expectations) (對自己的、對他人的、來自他人的)
渴望 (人類共有的) (yearnings) (被愛、可愛的、接納的、被認可、有意義的、有價值的、自由)
自我：我是 (self: I am) (生命力、精神、靈性、核心、本質)

其次，對於上述所謂的「應對方式」(或說應對姿態)，薩提爾亦有更細緻的觀

⁵⁰ 由於筆者原本是由李崇建之書認識薩提爾，而如張輝誠所述：「崇建常說，他浸潤薩提爾近二十年，究心最深、體會最豐、獲益最多，就是約翰·貝曼整理自其師薩提爾的『冰山圖』。」見學思達團隊著：〈序文〉，《薩提爾縱深對話：李崇建與學思達夥伴的提問與實踐》(臺北：親子天下股份有限公司，2021)，頁3。因此，筆者在研讀過程中，首先有所感發的亦是冰山理論。

⁵¹ 李崇建：《麥田裡的老師》(臺北：寶瓶文化事業有限公司，2012)，頁47。不過，在薩提爾等著：《薩提爾的家族治療模式》，頁174-175，只提出由內而外的六個層次為「渴望、期待、觀點、感受、應對模式、行為」作說明，「對感受的感受」在該段說明略而未見，但頁198的圖示中仍置於「感受」與「觀點」之間，與《麥田裡的老師》排序相同。至於〔匈〕瑪莉亞·葛莫莉(Maria Gomori)等著，易之新譯：《心靈的淬鍊：薩提爾家庭重塑的藝術》(臺北：張老師文化事業股份有限公司，2009)，頁63，則將「關於感受的感受」置於「感受」之上層而非下層，並將「自我」直接稱為「靈性自我」。雖各書說明或小有異同，對照閱讀，亦能讓讀者對冰山理論的內涵有更多角度的理解與思考。

察與分析，而將不同應對姿態分為五種，分別是：指責型、討好型、超理智型、打岔型、一致性。溝通的目的原本是為了與人連結，但前四種的溝通姿態，目的並非與人連結，而是自保，故又稱為「求生存姿態」。在這些狀態下與人溝通時，或只在乎（或忽略）自己，或更在乎（或忽略）情境或他人，卻不能真正的表達自己。唯有第五種一致性的溝通，才是最健康的姿態，能夠同時在乎自己、在乎情境、在乎他人，內在和諧寧靜，外表專注放鬆，懂得表達自己。⁵²不過，薩提爾指出，即使是在求生存的壓力下所採取的溝通姿態，也都含有統整性的種子，因此也是我們所擁有的內在資源。⁵³

簡而言之，薩提爾的冰山理論，協助人們覺察自我的內在冰山，能夠連結自身真正的渴望，便能夠真誠的表達自己，真誠的面對問題，做一致性的溝通，也能夠透過核對溝通雙方的觀點與期待，連結對方內心的渴望，使人我之間的情感交流更加順暢，互動更加和諧，而達到真正的、有效的溝通，與真誠的情感交流。

除了覺察人際互動中彼此的應對姿態，當然更重要而根本的，是覺察自我與發展自我，而這一切應從「自由表達」開始，薩提爾提出「五種自由」：

看見／聽見當下發生了什麼的自由，而非應該、曾經或即將看見／聽見什麼。

說出自己真實想法和感覺的自由，而非應該怎麼想及怎麼感覺。

感受自己真實感受的自由，而非一定得怎麼感受才可以。

主動提出自己需要的自由，而非等待他人核准。

視自己的能耐承擔風險的自由，而非只求安全就好。⁵⁴

以上所謂的「自由」，簡而言之是引導人們能夠「真誠的表達自我」，不是因為情境或他人的影響，甚至是自己的偏執，因此才希望、需要或規定、勉強自己應該要怎

⁵² 以上參見李崇建：《薩提爾的對話練習：以好奇的姿態，理解你的內在冰山，探索自己，連結他人》（臺北：親子天下股份有限公司，2017），頁 45-52。又，各書對以上前四種求生存的應對姿態的順序與翻譯亦有小異，林沈明瑩等譯《薩提爾的家族治療模式》的順序是討好、指責、超理智、打岔（第三章，頁 44-57），吳就君譯《家庭如何塑造人》則譯作討好型、責備型、電腦型、打岔型（第六章，頁 77-83）。

⁵³ 薩提爾等著：《薩提爾的家族治療模式》，頁 48、53、57、61、63。

⁵⁴ 各書對此五種自由的詮釋文字亦有詳簡之別，此處引用維琴尼亞·薩提爾等著，陳文玲譯：《跟薩提爾學溝通》（臺北：張老師文化事業股份有限公司，2006），頁 158。

麼看、怎麼想、怎麼說、怎麼做，而能夠完全發自內心的真誠，如實面對所看所聽的真相，面對當下自己真實的感受與心中真正的渴望，由此而能說出自己真正想說的話，且更願意承擔風險，為自己真正想做的事付出與負責。

然而，不可否認的是，現實社會中的人們往往並不能夠真正擁有這些自由，或者說，在求生存的壓力下，多數人也並沒有足夠勇氣追求並落實這些自由，甚至不能意識到自己能夠擁有這些自由。薩提爾分析，一般人認識世界的方式，往往是採用「階級模式」，但薩提爾則提出還有另一種「成長模式」，這兩種看待世界的不同觀點，在對人際關係、乃至對人、對事件的界定，態度皆有不同，對於「改變」一事，也有不同的觀點與看法。在《薩提爾的家族治療模式》中，將兩種不同觀點與態度，皆以表列的方式做出清楚對照，簡而言之，以階級模式的眼光看待世界，人人的價值是不平等的，人們彼此之間相互支配或順服，被期待彼此間應同樣地思考、感受與行動，為了生存或被接納，否認自身的感受與經驗，而遵循「應該」如此的外在規範，服從權威者的支配，認為事情非對即錯，人們彼此控制，但感到孤立、恐懼、憤怒、怨懟、及不信任，認為人生而具有成為邪惡的潛能；為了安全，需要維持現狀，對未知感到恐懼，並且害怕改變。而成長模式的觀點則不同，它看待世界，認為人人的價值是平等的，人們能感受到愛，能擁有自我，並且尊重他人，人們可以明確表達他們的感受，並接納彼此的差異。它認為每個人都是獨特的，能從自己內在韌力的根源與自我認可來界定自己，人們有與生俱來的靈性根基與神聖性，因此展現出宇宙生命力。它看待事件並不是非對即錯，而是有很多方式可行，我們可以用自己的準則選擇其一；人們會看透事件的表相，以瞭解其情境及其中各種形成因素，故不會畏懼改變；安全源自改變與成長過程中的自信，故能樂於發現新的選擇與資源，願意冒險並製造機會去邁向未知，在面臨改變時，覺得興奮、有聯結和愛。⁵⁵

從上述薩提爾之各項理論內涵來看，熟習儒學者應能感受其人本主義精神與儒學宗旨確有諸多相應之處，但在大多數人的成長環境與社會經驗中，「階級模式」仍

⁵⁵ 以上詳參薩提爾等著：《薩提爾的家族治療模式》，頁 18-19。

是習以為常的思維觀念，「成長模式」往往只是一種道理上的認可，實際上未必能在生命中充分感受與體驗，以致一般大眾看待作為傳統社會主流的儒家，大約仍較合乎一種「階級模式」的印象，甚且視為是對個體發展的壓迫性結構而批判排斥之。⁵⁶此外不可否認的是，薩提爾的主張與儒者的觀點確有異同之處，其差異是否代表矛盾衝突，或應如何作一辯證溝通，亦當再作釐清。以下先正面申述儒學與薩提爾精神之相似相應之處，其後再針對疑義部分作一討論。

三、儒學精神與薩提爾理論之對應與辯證

(一) 儒學精神與薩提爾理論之對照與呼應

前文已談及薩提爾的理論精神與儒者性善之旨相類似，如主張人人之價值平等，人人有與生俱來的靈性根基與神聖性，可展現宇宙生命力等等，在《孟子》原文，即所謂「人皆可以為堯舜」，「仁義禮智，非由外鑠我也，我固有之也」，⁵⁷「仁義忠信，樂善不倦，此天爵也」，⁵⁸「盡其心者，知其性也；知其性，則知天矣」，⁵⁹而孟子之盡心知性知天，對照《中庸》所說「唯天下至誠，為能盡其性；能盡其性，則能盡人之性；能盡人之性，則能盡物之性；能盡物之性，則可以贊天地之化育；可以贊天地之化育，則可以與天地參矣」，⁶⁰更可充分看出儒者道德形上學所展現之所謂「宇宙生命力」，確實是人與生俱來，而能藉由盡心成性以上通天道的。此外，孟子論證仁義內在，乃以「孩提之童，無不知愛其親者，及其長也，無不知敬其兄也」⁶¹為其根源，擴而充之，則能「老吾老，以及人之老；幼吾幼，以及人之幼」，⁶²「君

⁵⁶ 王行：《修身與齊家——以儒家心學為助人知識的家族治療》，頁1。

⁵⁷ 《孟子·告子上》，第6章，頁328。

⁵⁸ 《孟子·告子上》，第16章，頁336。

⁵⁹ 《孟子·盡心上》，第1章，頁349。

⁶⁰ 《中庸》，第22章，頁33。

⁶¹ 《孟子·盡心上》，第15章，頁353。

⁶² 《孟子·梁惠王上》，第7章，頁209。

子以仁存心，以禮存心。仁者愛人，有禮者敬人。愛人者人恆愛之；敬人者人恆敬之」，⁶³凡此立身處世之道，皆與薩提爾對成長模式的界定——「人們感受到愛、擁有自我、尊重他人」⁶⁴的態度相符。

雖然，所謂態度精神之相似相符，亦未必能等於具體內涵之相同一致，如薩提爾所謂「靈性自我」的內涵，若直接以儒者之天道性命相貫通之道德主體作詮釋，或仍將引人質疑，如釋見曄亦將薩提爾與佛性、如來藏心作對話，若「靈性自我」說為儒者之道德本心亦可、說為佛氏之如來藏心亦可，則亦將有混漫儒釋異同之嫌。然而，綜觀西方自人本心理學進而發展為超個人心理學，其願景乃欲結合東西方之思想與實踐，追求身心靈之合一，其汲取東方思想中有助於達致身心靈合一之智慧，初亦無分於儒釋道，只因佛教與心理學之交流較早，相關論著亦較多，故釋見曄亦率先將薩提爾與佛性、如來藏心作對話，然其作為開先之作，乃開啟一多元思考與對話交流的可能性，亦非限制往後溝通與詮釋之方向。實則西方超個人心理學的發展時日尚短，未臻成熟，而儒釋道三教在漫長的發展歷程中，雖有不得不辨之異，亦有可以涵融互通之共法，⁶⁵且其本質更皆是所謂「生命的學問」，故不論儒、佛，皆可藉由與薩提爾之對話交流，思考有關如何使自家學術更貼近當代人心的論題。

當然，儒者道德心與佛家真如心之本質實有不同，故二者如何皆能與薩提爾之靈性自我作對話？對此問題，本文亦須有所說明：首先，就薩提爾的「靈性自我」之實質內涵而言，其本身仍是一素樸的概念，在其生前並未作太多闡釋，如釋見曄歸納薩提爾所定義的靈性是：「指我們和宇宙之間的連結，以及生命存在的根本意義」，然而「若再追問：何謂『靈性』？薩提爾的解說就不多了。」⁶⁶「『薩提爾家族治療理論模式』之本體論述仍闕如，而……佛性或如來藏性正可補白。」⁶⁶由於薩提爾本體論之闕如，要追問此「靈性自我」是近於儒家道德心，還是佛教真如心，確實

⁶³ 《孟子·離婁下》，第 28 章，頁 298。

⁶⁴ 薩提爾等著：《薩提爾的家族治療模式》，頁 18。

⁶⁵ 如牟宗三：《中國哲學十九講：中國哲學之簡述及其所涵蘊之問題》（臺北：臺灣學生書局，1983），頁 151，即申論道家之「無」實為三教之共法。

⁶⁶ 以上參釋見曄：〈東西方心理學對話之可能——以佛性、如來藏心與薩提爾模式之對話為例〉，頁 146、151。

難以論定，但正因如此，釋見曄的「補白」只可說為一種嘗試，卻亦不能作為對薩提爾「靈性自我」之定位。而儒者天道性命相貫通的內涵與精神，對其所謂「我們與宇宙之間的連結」，及「生命存在的根本意義」，同樣可以作一「補白」，且有一具體而真切的闡釋，如前引王行之論著，便認為《中庸》的「誠」，可將薩提爾的「一致性」提升至本體意義的境界。此外，薩提爾作為一種治療理論，卻不強調病態，其對於人性的觀點，是強調正向的愛與真誠，更重視人與人之間的溝通與交流，薩提爾認為，不論在「求生存」的壓力下，人們外在表現為不同的應對姿態，但其內在仍有正向的統整性的種子，此即其內在資源，若其能展現內外一致的溝通，則一方面能自我覺察，亦同時能關懷自己與他人。以上所述觀點，即使無儒者「良知」之名，但具體內涵則是十分相似的，其所謂「愛」，即《孟子》所謂「孩提之童無不知愛其親」，其所謂「真誠」亦《中庸》所謂「至誠無息」。⁶⁷此外，薩提爾對人性的分析，乃以「自我環」作為「全人類共同的資源」，包括生理的、理智的、情緒的、感官的、互動的、營養的、情境的、靈性的，其中「靈性」可對應於儒者的「天地之性」，而其他除可涵括於「氣質之性」⁶⁸外，亦包含儒者重視的人倫關係（互動的）。⁶⁹然則其當視「自我」為「有」，而非佛教之緣起性空。若如勞思光以「肯定世界」與「否定（捨離）世界」來分判儒佛，⁷⁰則較之佛教，薩提爾無疑更接近於儒者的入世精神，以及與天道性命相貫通的性善論。

再者，薩提爾所重與所長既不在於本體論之建構，而在於「如何」救助人心病苦的方法，則亦如道家之「無」可為三教之共法一般，不論儒、佛實皆可以相資為用，而兩不相妨，重點只在於，儒者除了正面挺立道德自我以立教之外，是否亦需要正視病苦的人心，而思有以救治而已。若是，則任何有助此一問題之思考與解決

⁶⁷ 《中庸》，第 26 章，頁 34。

⁶⁸ 借張載（1020-1077）之說。明·黃宗羲等：《宋元學案·橫渠學案上》，卷 17，頁 833。

⁶⁹ 薩提爾等著：《薩提爾的家族治療模式》，頁 316-319。此外薩提爾所謂「情境的」，是包括聲音、光線和空間，以及時間、動作、顏色和溫度，是永遠屬於「當下」，是我們唯一可以直接經驗「現在」的單位。其他的部分，就只是過去的回憶或對未來的幻想。（頁 319）這部分則佛學闡析較詳，儒者於此較少論釋。

⁷⁰ 勞思光：《新編中國哲學史（三上）》，頁 52。

之中西學說，皆可參考援用，又何止薩提爾？而以儒者側隱之仁，面對這個憂鬱症已成為三大文明病之一的 21 世紀，答案當亦不可能是「否」，只是國家社會人群之諸事繁難，所須關切者多，儒者各盡其心，亦未必皆要著力於「救治病苦人心」一事而已。因此，儒學與薩提爾之對話是可能的，也是有意義的，但歷代儒者之學術，是否皆有許多適合與薩提爾作對話的資源，則亦未必皆然，而陽明心學便是筆者以為儒學中擁有最多可以與薩提爾相互對話與印證的共通精神者，故在關懷「儒學之當代詮釋與生命實踐」一題中，首先嘗試以王陽明心學與薩提爾理論作對話。其中原因，並非貶抑其他諸儒之意，以下僅分兩點說明：

其一，如牟宗三所言五峰戴山系，乃自《中庸》、《易傳》之天道下貫言性，與孟子一路本可相通，至於伊川朱子雖牟宗三視之為別子為宗，⁷¹勞思光則視朱子為其「一系三階段說」中綜合天道觀、本性論兩階段之思想家，⁷²故陸王之外的二系與心學一派在儒學發展中之地位固皆無分軒輊，然此二系皆自客觀天道說起，晚近學者所關注之明清氣學一路的儒者亦然，皆非直承孟子之即心言性，因此他們所論孟子，雖然亦合於儒學之大本達道，卻非正宗的孟子學。然而，正如前所申述，薩提爾之靈性自我仍只是一素樸的概念，其本體論尚屬闕如，若以儒者的語言來詮釋，或許可以這麼說：薩提爾對人性之愛與真誠的體悟，乃自「盡其心」始，再進而知性、知天，然直至晚年，其天道論的具體內涵仍是模糊的，因此筆者認為，薩提爾的理論應較為相應於孟子即心言性的觀點。

至於筆者之所以不直接以孟子性善論來作比較，而將重點放在王陽明之心學，則又基於第二個理由：以陽明學為宋明儒學發展的最終階段。而此所謂「最終」之意旨，亦即前已引述的兩位清儒之說：如焦循（1763-1820）以朱子之學「所以教天下之君子」，而陽明之學則乃「教天下之小人」；李顥（1627-1705）則曰：「自良知之說出，乃知人人固有之，即庸夫小童，皆可反求以入道……由斯以觀，陽明之學，徹上徹下，上中下根，俱有所入。」⁷³由此對比朱、王異同，則知朱子之儒學，是一

⁷¹ 牟宗三：《心體與性體（一）》，頁 45。

⁷² 勞思光：《新編中國哲學史（三上）》，頁 51。

⁷³ 清·李顥：〈答張敦庵〉，《二曲集》，卷 16，頁 139。

「唯士為能」的儒學，這當然是儒學之正宗，但陽明學則是真承孟子論性善之「人皆可以為堯舜」的價值平等之精神，使無論君子小人、即使庸夫小童，皆可有其成聖之道。若說「唯士為能」的儒學可以極高明而盡精微，陽明心學則更進一步而能致廣大而道中庸，其說無疑為儒學更為圓滿的發展，且更有超越時代的意義。然而，在目前學界有關陽明心學的主題研究中，仍以闡釋其高明精微的哲思為多，而較少申揚其所謂「庸夫小童，皆可反求以入道」的平易精神，故藉由與薩提爾之對話，彰明陽明心學中廣大而中庸的一面，亦是開拓此一論題更多研究面向的方式之一。

就筆者來看，薩提爾之本體論雖似闕如，但落實在實踐中，其面對徬徨無助的脆弱生命，能夠以不預設立場、不帶任何批判眼光的態度，肯定人人擁有「五種自由」，讓對方自由表達內心真正的聲音，接納對方真實的感受與想法，從而拉近彼此距離而後善加引導，逐步探索發掘其內在之靈性自我。其精神所在，正可用以詮釋王陽明所謂「心無體，以天地萬物感應之是非為體」⁷⁴的虛中善應之精神，唯有「無」掉所有主觀的意、必、固、我，⁷⁵與現象中是非善惡的二元分判，方能展現出對所有生命的同體尊重與大愛關懷，由此平等相待的態度，方可能看到所有生命的良知內在，並真正點亮其生命之光，故唯有「無善無惡」之大愛包容，方能臻於至善的境界。王陽明四句教首句言「無善無惡心之體」，而王龍溪（1498-1583）順其說進一步推導出心、意、知、物皆「無善無惡」，⁷⁶其說本為王陽明所認可，但在晚明諸儒間卻引發各種爭議與所謂「王學流弊」，即使當代新儒家大師牟宗三給予王龍溪高度評價，認為是順陽明學之發展而能「調適而上遂」者，⁷⁷然四無說之精微理境對一般人而言確實抽象玄遠，且亦難以澄清其易受誤解之處及其末流之弊。但若嘗試以薩提

⁷⁴ 明·王守仁著，陳榮捷編：《傳習錄下·黃省曾錄》，《王陽明傳習錄詳註集評》（臺北：臺灣學生書局，1983），頁333。按：本條見明·王守仁著，吳光等編校：《王陽明全集》（上海：上海古籍出版社，2011），頁123。但吳光等編校作〈錢德洪錄〉，陳榮捷本則無〈錢德洪錄〉，一律作〈黃省曾錄〉，未詳孰是。此外吳光等編校之《王陽明全集·傳習錄》中未收錄〈傳習錄拾遺〉。以下引用《傳習錄》之版本頁碼仍統一依據陳榮捷本。

⁷⁵ 「子絕四：毋意，毋必，毋固，毋我。」《論語·子罕》，第4章，頁109。

⁷⁶ 明·王守仁著，陳榮捷編：《傳習錄下·黃省曾錄》，《王陽明傳習錄詳註集評》，頁359-360。

⁷⁷ 牟宗三：《從陸象山到劉戡山》（臺北：臺灣學生書局，1980），頁297。

爾之說作詮解，則其面對所有不健康的應對姿態，皆能肯定其中隱含正向資源，便是一種「無」掉是非善惡二元分判的同體肯定與大愛精神，由此王陽明的「無善無惡心之體」乃至王龍溪之「四無」，便從精微抽象轉成易懂易行，而其他論良知天理之說，亦可借助薩提爾之說作一淺易詮釋，將在後文再作析論。

然而，如前文已論及薩提爾分析「階級模式」與「成長模式」之異，而儒學長期以來每被視為封建專制的幫兇，似與薩提爾所論的「成長模式」相斥相反，故以下先就儒學與薩提爾理論較有分歧之處，作一辯證討論與澄清。

（二）疑義辯證與澄清：成長模式或階級模式？應然與實然？

薩提爾分析「階級模式」與「成長模式」之異，而主張「五種自由」：「看見／聽見當下發生了什麼的自由，而非應該、曾經或即將看見／聽見什麼」、「說出自己真實想法和感覺的自由，而非應該怎麼想及怎麼感覺」、「主動提出自己需要的自由，而非等待他人核准」等等，然而眾所周知，儒學最重倫理秩序，所謂「君君，臣臣，父父，子子」，⁷⁸難道不是固守上下尊卑的「階級模式」嗎？子路問「聞斯行諸？」子曰：「有父兄在，如之何其聞斯行之？」⁷⁹表示凡事應請示父兄，而不應自作主張，與薩提爾強調「主動提出自己需要的自由，而非等待他人核准」的態度，是否亦全然相反呢？此外，論道德哲學，每每分辨「應然」與「實然」之別，由此概念來分析薩提爾的論點：所謂「當下發生了什麼」、「自己真實想法和感覺」當屬「實然」，而「應該看見／聽見什麼」、「應該怎麼想及怎麼感覺」當屬「應然」，薩提爾強調人們要真誠地面對「實然」，而儒者的價值判準則在於「應然」，二者的態度是否有所矛盾衝突呢？依薩提爾之理論，「人們為了身體與情緒的存活與被接納，必須順從並屈服於『應該』之下」，⁸⁰乃一階級模式的思維，然則儒者「存天理而去人欲」之說，是否是以「天理」之「應該」而使「人欲」（身體與情緒）屈從於其下，亦即為一「階級模式」的思維呢？雖然儒者之道德哲學重視自律，但亦強調意志之自由，而此與

⁷⁸ 《論語·顏淵》，第 11 章，頁 136。

⁷⁹ 《論語·先進》，第 21 章，頁 128。

⁸⁰ 薩提爾等著：《薩提爾的家族治療模式》，頁 18。

薩提爾所謂的「自由」之內涵，是否亦有異同，又當如何作一辯證與溝通呢？由於前此未嘗有將儒學與薩提爾並列討論者，故以下筆者只能就自身所見嘗試論之。

實則上述問題，對深知儒家道德精神的學者而言，是不難澄清的，誠如前已申言薩提爾的人本主義精神與儒學宗旨之許多相應之處，可知真正的孔孟儒學，決然是一價值平等、重視愛與真誠，得以展現「宇宙生命力」之「成長模式」思維，故儒者所謂的「天理」與「人欲」之別，前者是以「宇宙生命力」為價值根源，因而是不可移易之最高判準；後者則是現實生命在「求生存」的壓力下，愛與真誠的本心受到蒙蔽扭曲的表現，然「人欲」本身其實是虛妄無根的。因此儒者探討的「應然」，即上述之「天理」（宇宙生命力）之為價值根源，而不與薩提爾論階級模式之所謂「應該」作對應；且儒者亦不反對薩提爾所欲保障的「說出自己真實想法和感覺」等五種自由，其說與道德哲學論意志之自由亦無矛盾不合。相反地，儒者所欲批判反省的「實然」及其所謂「人欲」，並不是身體與情緒及求生存的需求本身，而正是指階級模式中為了存活而屈從之「應該」，亦即為了「求生存」的欲望而扭曲壓抑了自身的真實感受，喪失了「意志之自由」。總之，薩提爾所批判的「應該」，是人們迫於「求生存」的壓力下屈從於階級模式的思維，而她所強調的自由，則是找回生命的主體性，由此方能喚醒內在本有的「宇宙生命力」，其精神宗旨，與儒者「存天理去人欲」的主張，其實正是殊途而同歸。

此外，如〈和諧中變革：易經與華人的心理輔導〉一文中，作者用「平等個人主義」來概括描述西方文化，而以「權威集體主義」描述中國文化的特色，而薩提爾的「成長模式」思維，顯然是源於西方的「平等個人主義」，但文中借用《易經》的陰陽互動、共存共生的智慧來調合中西差異，使人們能在肯定集體利益的前提下促進個人的發展，則可見在中國傳統智慧中，「個人」和「集體」原非截然對立，而可取得和諧與平衡。黃光國在其《儒家關係主義——哲學反思、理論建構與實徵研究》一書中，亦引用相關研究批評「個人主義／集體主義」的研究取向，指出個人主義是美國人界定其文化特徵的總合，集體主義則是美國人從他人的意識型態的表

徵中抽象並形構出來的，⁸¹故作者反對這種「個人／集體」的二分法思維，而建構其「儒家關係主義」之理論。總之，人類本是群體的動物，故「個人／集體」亦相互依存，雖然薩提爾所提出的「成長模式」，所揭示的意志自由與價值平等的精神，不論對人對己確實是個值得努力的目標方向，但現實中絕大多數的人們皆仍無法擺脫「求生存」的壓力，故亦不能免於「階級模式」的慣性思維；且客觀而言，「階級模式」亦非全然負面，其與「成長模式」之間，亦如「個人／集體」之間的關係，在儒者的概念中，並非一正一反的對立，而有彼此和諧平衡之道。

就筆者來看，孔子在兩千多年前所開創的儒學，即在階級模式（禮）的現實中，找到其背後內在的「仁」，才是人們得以衝破現實框架而成長日新，契接宇宙天道的根源所在。在人類社會的成王敗寇，依然服膺著大自然弱肉強食的叢林法則之現實下，儒者欲以仁義內在論證人人之價值平等，皆可上通天道，而打破階級模式之上下尊卑，固然有所不能，故孔子亦有「知我者其天乎」⁸²之嘆；而儒者之入世精神，亦不可能如佛道二家超然於現實的階級社會之外，故必在承認現實的前提下，喚醒人們的道德自覺。因此孔子說「君君，臣臣，父父，子子」，雖立足於階級社會的價值觀，但重點不在於鞏固君臣父子上下尊卑之關係，而在於啟發群體社會中的每一個體當如何自盡其心的思考。而「聞斯行諸」的解答更是因材施教而無定論，相較於莽撞的子路，孔子提醒他要先徵詢父兄，但面對個性謹慎退縮的冉有，孔子則直接了當地教他「聞斯行之」，完全不需「等待他人核准」，擁有充分自主自立的自由。總之，儒家面對世俗社會，是本於惻隱之仁而對每一生命抱持尊重與愛惜，深知一旦社會動亂，犧牲的總是無辜百姓，故強調禮教倫常之要，其目的在於保障社會秩序的穩定和諧，使人人皆能安居樂業，故其能正視階級秩序在現實社會中的正面意義，卻非以僵化的階級模式思維，維護上位者的利益。雖然在人類歷史的長流中，至今無法避免在「求生存」的壓力下互相爭鬥、彼此傷害，而無法自覺其內在的「宇宙生命力」，使真正的儒者寥若晨星，而儒家的智慧亦每被扭曲誤解，但只要展讀歷

⁸¹ 黃光國：《儒家關係主義——哲學反思、理論建構與實徵研究》，頁7。

⁸² 《論語·憲問》，第37章，頁157。

代大儒的著作典籍，便能體會其學問智慧之亙古彌新。

歷代儒者的苦心孤詣，或許可以藉程明道(1032-1085)的一段話重新作一詮釋：

愚者指東為東，指西為西，隨象所見而已。智者知東不必為東，西不必為西。
惟聖人明于定分，須以東為東，以西為西。⁸³

所謂「愚者」，可說是缺乏道德自覺或說是固守「階級模式」之僵化思維的人，因此會盲從社會既定的上下尊卑等二元價值觀；「智者」則可以認知到世俗社會的僵固框架並非真理，而能破除執著，擁有超越的思考，上者即如佛道二家高遠精微之思想境界，但下者亦可能如亂世之梟雄，藉由破壞既有秩序來謀奪私利。唯有儒者聖人，充分掌握其道德主體之本心，故心繫民命之所安，了解群體社會的和平穩定，有賴於每一個人之自盡其分，擁有規範秩序，方能保障個人自由。故其既能尊重既有體制，在自身職分上克盡其責，而亦能契接天道之超越精神，不被階級模式之二元價值觀所囿。⁸⁴

總之，綜觀孔孟以下歷代大儒之教，雖有許多看似擁護封建專制的言論，但愚者之「指東為東」與聖人（儒者）之「以東為東」，實有千里之別。雖然不可否認的是，並不是所有儒者都能達到聖人的高度，而仍受限於生存壓力與時代環境，或亦不免有僵化的階級思維與不健康的應對姿態，但此一生命的有限性，不獨儒者，世人皆然，然而只有取法乎上的儒者，才會以聖人為標準，深刻反省自身的不足。以上藉由程明道之說對世人易有之誤解略作澄清，以下將再以王陽明之言行事蹟及思想主張，與薩提爾之理論作一對照與印證。

⁸³ 明·黃宗羲：《宋元學案·明道學案上》，卷13，頁671。

⁸⁴ 張德勝：《儒家倫理與秩序情結——中國思想的社會學詮釋》（臺北：巨流圖書股份有限公司，1989），「第五章」，從春秋戰國的動亂，談「動亂創傷與秩序情結」，使儒家「對和諧、安定和團結的渴求，蓋過了對人際利益衝突的認定，以及對社會平等的關注」（頁160），並認為孔子「只關心人倫秩序，個人修養，至於其他問題，都成為次要」（頁69）。前輩學者之觀察與論斷固皆有理據，筆者只是從另一角度點出儒者之重視和諧秩序與個人修養，實出於其惻隱之仁之不安不忍，故其重視秩序乃為保障民命，避免無辜生命在動亂中犧牲。

四、王陽明之學說與薩提爾理論之相互詮釋

(一) 良知天理與靈性自我及宇宙生命力

王陽明之良知即天理，⁸⁵亦即孟子之即心善說性善，盡心知性即知天。前文已將孟子之說與薩提爾之理念作一對照，若藉薩提爾的語言來詮釋陽明心學，或可這麼說：良知即薩提爾所指之「靈性自我」，所謂「心即理」，便是指良知本心即人人與生俱來的靈性根基，即可展現宇宙生命力，因此我們應當覺察自我本心而「致良知」，順著良知本有之愛與真誠，而有內外一致的行為表現，即所謂「知行合一」。——以上說明雖有簡化陽明心學之嫌，無法展現其更精微的哲思，然如王陽明面對平民百姓時，亦只是指點於父母盡孝、兄長盡敬等，⁸⁶順其愛親敬長的良知本心行動，便是其所謂致良知與知行合一了。

王陽明論良知天理，有許多論道之言，每令人感到精深玄遠，難以掌握其旨，而薩提爾靈性自我之所謂「宇宙生命力」，雖然對一般人而言或許仍不免是一種抽象的概念，但確實較為簡單親切而易於理解。若以薩提爾的理論來對王陽明的「知行合一」作一淺易的詮解，可以說即前文已介紹過的「一致性」。薩提爾將應對姿態分為五種，前四種是在求生存的压力下應對環境而發展的生存姿態，旨在自保，而無法與人連結、達成溝通的目標，唯有第五種一致性的溝通，才是最健康的姿態，能夠同時在乎自己、在乎情境、在乎他人。用王陽明的語言，則可說前四種不健康的姿態都是因為私欲障蔽，若能充分自覺良知之真誠惻怛，則其所行自然皆合於良知，「一致性」的溝通姿態，正是知行合一的自然表現。以下僅舉一段文句作一說明：

愛問：「如今人儘有知得父當孝、兄當弟者，卻不能孝、不能弟，便是知與行分明是兩件。」先生曰：「此已被私欲隔斷，不是知行的本體了。未有知而不

⁸⁵ 「良知即是天理。」明·王守仁著，陳榮捷編：《傳習錄中·答歐陽崇一》，《王陽明傳習錄詳註集評》，頁 241。

⁸⁶ 「你如今於父母，但盡你心的孝；於兄長，但盡你心的敬；於鄉黨鄰里、宗族親戚，但盡你心的謙和恭順。」明·王守仁著，吳光等編校：《論泰和楊茂》，《王陽明全集》，卷 23，頁 1013。

行者。知而不行，只是未知。聖賢教人知行，正是要復那本體。」⁸⁷

薩提爾的家族治療，可以說便在於解決為什麼原本「父當孝、兄當弟」（滋潤的家庭），卻成為「不能孝、不能弟」（痛苦的家庭）的問題，但面對這些人倫困境，薩提爾更細緻地分析這些「私欲」的由來及其不同表現，然相較於「私欲」一詞之負面性，其「求生存」之說，讓人更能同理同情與接納自我，這是換了一個更和緩的說法，告訴人們「知而不行，只是未知」；從而亦能夠肯定自我的內在，仍存有正向的統整性種子，其目的亦是教人「復那本體」：唯有自我覺察，喚醒內心的靈性自我，達到內外和諧的一致性表現，則家人之間亦能重作聯結，有效溝通，其孝弟本心方能自然表現，不再因障蔽扭曲，而自傷傷人。

此外，在薩提爾的理論中，「一致性」「不只是另一種姿態，而是讓人更趨於統整且富有人性的另一種選擇」，⁸⁸其所謂「一致性」包含三個層次：從感受、自我到生命力的一致，薩提爾晚年更專注於建構第三個層次的概念，其去世前新版的《家庭如何塑造人》亦以一章的篇幅來闡述靈性探索的重要性。⁸⁹其所提出「一致性」的三個層次，或可與孟子所謂的盡心、知性、知天作一對應，與王陽明的心學主張亦可相互詮解，以下簡單申明之：

層次一是能覺察自我的感受，亦即能夠梳理並安頓冰山理論中包括「感受」、「觀點」、「期待」、「渴望」各層面的真正想法，能夠深刻認知內在心靈的真正渴望（即愛與被愛、心靈之真正自由等價值追求，參見前引冰山理論之括號說明），此可對應於孟子所謂的「盡其心」。⁹⁰至於層次二之覺察自我與層次三之覺察生命力，皆屬於冰山理論中最深層的靈性自我，其中的差別恰可對應儒者的「性」與「天道」：層次

⁸⁷ 明·王守仁著，陳榮捷編：《傳習錄上·徐愛錄》，《王陽明傳習錄詳註集評》，頁 33。

⁸⁸ 薩提爾等著：《薩提爾的家族治療模式》，頁 79。

⁸⁹ 以上參薩提爾等著：《薩提爾的家族治療模式》，頁 81-83。又：書中述及新版《家庭如何塑造人》之論靈性探索，吳就君則譯為「精神」（第 17 章）。

⁹⁰ 當然，就孟子「心」之內涵而言，可以即心即性即天，通於以下所論之層次二、三；且其心乃道德本心，而非感受之「情」的層面。然薩提爾所謂的感受之一致，乃包含從「感受」到「渴望」的各個層面，而其「渴望」一層之所謂「愛與被愛」，亦非只限於「情」的層面，實已包括孟子所言愛親敬長及惻隱羞惡之內涵，與人類共有的價值追求。總之，層次一是自我內在主體之安頓，故筆者以孟子之「盡心」作一對應，並非誤以孟子之心僅是「感受」層面之意。

二的所謂「自我」即是人人具有的靈性根基，即普遍內在於人之「性」，由知此性進而能夠契接天道之宇宙生命力，則是層次三，當然是更高明圓滿之境界。層次一的一致，是自我內在的和諧，層次二的一致，是與周遭人事與情境的和諧，層次三的一致，則是與宇宙萬物的和諧，亦完全可與《中庸》所言的盡己之性、盡人之性、盡物之性進而參贊天地化育之進程相符應，而層次三的最高境界，用儒者之說，便是所謂「以天地萬物為一體」。王陽明曰：

良知之在人心，無間於聖愚，天下古今之所同也。世之君子惟務致其良知，則自能公是非，同好惡，視人猶己，視國猶家，而以天地萬物為一體。⁹¹

儒者此說在一般人看來或許皆感玄遠難信，但薩提爾從家族治療的過程中體認到人人皆有靈性自我，難道不亦證明以上引文所說的「良知之在人心，無間於聖愚，天下古今之所同」嗎？只因王陽明之講學對象大多數亦皆為同樣「志於道」⁹²之儒者，往往略過個人百死千難的歷程，⁹³而直接以深層內在之「靈性自我」的層面強調「惟務致其良知」，但一般世俗大眾猶在種種內在私欲與外在誘惑及壓力下掙扎求生，實在無法以「公是非，同好惡，視人猶己，視國猶家，而以天地萬物為一體」的崇高境界作為努力的目標，對儒者之說便難有共鳴；相較之下，薩提爾以安頓個人自我內在的一致性開始，逐步梳理自身由外而內各層的冰山，對自身及他人各種應對姿態背後的感受與期待有所覺察，才能慢慢碰觸到內心真正的渴望，進而發掘內在的靈性自我，其善誘善導，無疑也是使「上中下根，俱有所入」的良方。

總之，仔細對照王陽明之論學與薩提爾的理論，實有諸多可供相互詮釋與彼此補充印證之處，雖然相較於朱子等正統道學之「唯士為能」，陽明之說已是「庸夫小童，皆可反求以入道」的簡易教法，但當時大部分講學對象仍是儒者本身，在現今社會與傳統儒學多有隔閡，而價值觀已趨於多元乃至混亂不清的狀況下，難以了解

⁹¹ 明·王守仁著，陳榮捷編：《傳習錄中·答聶文蔚》，《王陽明傳習錄詳註集評》，頁 258。

⁹² 《論語·述而》，第 6 章，頁 94。

⁹³ 「某于良知之說，從百死千難中得來……此本是學者究竟話頭，可惜此理淪埋已久，學者苦於聞見障蔽，無入頭處，不得已與人一口說盡。」明·王守仁著，陳榮捷編：《傳習錄拾遺》，《王陽明傳習錄詳註集評》，頁 396。

儒者所謂「公是非，同好惡……」的真諦，反而易以階級社會的觀點誤解，以為其說乃如薩提爾所分析的階級模式：「人們被期待彼此間同樣地思考……來遵循外在規範」、「人們不重視或否認他們的感受與彼此的差異」，⁹⁴是要人們屈服於「應該」之下，然儒者實是站在洞澈靈性自我與宇宙生命力的高度，體現薩提爾所展現的一致性：與自我、他人乃至與宇宙萬物，皆能相互感通與和諧共處。其所謂的「公是非，同好惡」與「萬物一體」，用薩提爾的話來詮釋則是：

當我能接觸到另一個人的精神能量，而對方也和我的精神能量相遇時，意識狀態將會產生改變。我們每一個人的內在都擁有一個世界，同時，我們每一個人都有特殊的功能。我們並不只是彼此依存，同時也是藉由存在於彼此之間的空間相互聯結。我們是宇宙整體的一部分，同時也是整體本身。⁹⁵

即使借用薩提爾這樣簡單白話的文字，亦能感受到此一與宇宙生命力為一體的境界，是生命不斷超越昇進方能達致的高遠目標，常人難以企及，更何況是千古以來儒者代代傳承累積的精微哲思，確實無法強求世人皆可理解，只希望透過薩提爾淺近語言之轉譯，能夠略略拉近儒學與世人的距離罷了。

除了境界的描述之外，對於如何契入靈性自我的方式，薩提爾提出的靜坐與冥想，與儒者的修養工夫亦有近似之處，薩提爾曰：

相信透過我們的直覺，我們會有管道通往宇宙的智慧泉源，比如靜坐、祈禱、覺察、提昇自尊與崇拜生命，都是使我達到靈性的方法。……

我常常學習如何無條件地去愛精神和靈性，同時去認識、導引和轉換行為來合乎倫理和道德的想法。……我的靈性等於我對生命力以及對所有生命萬物的尊重。……

請你舒服地坐在椅子上，雙腳接觸地面。輕輕地閉上眼睛，自然地注意到自己的呼吸。……

記住，你既然是這個宇宙的一個生命體，你就是來自地球中心的能量的接受者，它帶給你能力去接受磨鍊並賦予意義……提醒你自己去自由地看，自由

⁹⁴ 薩提爾等著：《薩提爾的家族治療模式》，頁 18。

⁹⁵ 薩提爾等著：《薩提爾的家族治療模式》，頁 98。

地聽……你就能清晰地對適合你的事物說「是」，對不適合你的說「不」。你能為自己 and 他人做正向的事，而不做負向的事。⁹⁶

以上引文，雖然只說「適合」、「不適合」，「正向」、「負向」，而不作善惡是非的論斷，然所謂「我常常學習如何無條件地去愛精神和靈性，同時去認識、導引和轉換行為來合乎倫理和道德的想法」，「能清晰地對適合你的事物說『是』，對不適合你的說『不』。你能為自己 and 他人做正向的事，而不做負向的事」，此所展現的精神，難道不就是孔子的「從心所欲，不踰矩」⁹⁷嗎？總之，薩提爾的靜坐冥想，不論是形式或內涵，與儒者的工夫與境界皆可相互印證，而其引導則更親切平易，如《薩提爾的家族治療模式》中所言：「薩提爾的冥想啟發了每個人的靈性：內在且珍貴的『我是』。她將我們思考和瞭解的神秘智能與直覺、情感的部分相聯結，這有助於創造一個統整而整合的自我。」⁹⁸

靜坐是許多宋明儒者皆重視的工夫，如「伊川見人靜坐，便歎其善學。」⁹⁹王陽明講學之初亦多教人靜坐，其後則不拘於動靜，自言：「吾昔居滌時，見諸生多務知解，無益於得，姑教之靜坐，一時窺見光景，頗收近效。久之，漸有喜靜厭動流入枯槁之病，故邇來只說致良知。良知明白，隨你去靜處體悟也好，隨你去事上磨鍊也好。」¹⁰⁰可見在王陽明而言，靜坐固有助於掌握良知心體，然亦可能因此耽溺光景，而有喜靜厭動之弊，故其論靜坐工夫，更強調在人欲的省察與掃除廓清，在薩提爾而言，則是在覺察自我的內在冰山與「自我環」的不同層面，此在下文再加引述說明。

（二）「人欲」與「求生存」

前文已辨析儒者之「存天理去人欲」，要之，其所謂「天理」即薩提爾所說的靈性自我與宇宙生命力，而「人欲」則可涵括所有在求生存的壓力下，因缺乏自我覺

⁹⁶ 薩提爾著：《家庭如何塑造人》，頁 308-309。

⁹⁷ 《論語·為政》，第 4 章，頁 54。

⁹⁸ 薩提爾等著：《薩提爾的家族治療模式》，頁 346。

⁹⁹ 明·黃宗羲等：《宋元學案·伊川學案下》，卷 16，頁 778。

¹⁰⁰ 明·黃宗羲：《明儒學案·姚江學案》，卷 10，頁 236。

察而來的種種內在不一致的表現。而相較於薩提爾將不健康的生存姿態分為四種類型，對於冰山下的感受、期待、渴望等各層亦有細緻分析，對其中種種不一致的問題要如何自我覺察並往「一致性」的目標努力，亦有具體而循序漸進的引導方法，儒者則將各種不健康的姿態表現以及與靈性自我（良知）不一致的感受想法，皆歸於「人欲」而未多加析論，只強調「惟務致其良知」的工夫，似乎顯得粗略。此外，薩提爾雖提出「求生存」與「一致性」之姿態的不同，而說前者的四種應對姿態是不健康的，但「求生存」一說仍是較為中性而可令人同理同情的表現，且薩提爾更肯定四種病態的應對方式背後仍具備正向的統整性的種子；而其論「自我環」的各個不同層面，薩提爾亦皆以「全人類共同的資源」正面肯定之，相較之下，儒者的「氣質之性」雖在歷代學術思想發展下有漸受正視的趨勢，但自張橫渠提出其說，即以「變化氣質」為先，¹⁰¹而「存天理去人欲」中的「人欲」更幾乎完全是負面的。然而，感官欲望是否皆應或皆可去除？此一問題亦每受世人質疑，且更以儒者為不近人情，因此除了闡釋良知天理即薩提爾之靈性自我外，藉由薩提爾之說，將儒者論人欲的問題再加辨析，亦當是一項重要而有意義的工作。

首先要辨明的，是儒者所謂的「去人欲」，並非對感官欲望的全然否定，如《傳習錄》所載：

問：「聲色貨利，恐良知亦不能無。」先生曰：「固然。但初學用功，卻須掃除蕩滌，勿使留積，則適然來遇，始不為累，自然順而應之。良知只在聲色貨利上用功，能致得良知精精明明，毫髮無蔽，則聲色貨利之交，無非天則流行矣。」¹⁰²

由以上問答可知，聲色貨利（欲望）可以是內含於良知之中的存在，只要以良知為欲望的主導者，「則聲色貨利之交，無非天則流行」，用薩提爾之語言來解釋，就是

¹⁰¹ 明·黃宗羲等：《宋元學案·橫渠學案下》，卷 18，頁 908：「學者先須變化氣質。」實則薩提爾協助人們覺察他們相互矛盾的訊息，使他們可以開始走向一致（薩提爾等著：《薩提爾的家族治療模式》，頁 87），其內涵同樣是儒者所謂的變化氣質的工夫——使遠離天地之性的氣質之性，重新回歸本心性體。然同樣的意思，儒者說來剛健不阿，薩提爾則柔軟寬和許多。

¹⁰² 明·王守仁著，陳榮捷編：《傳習錄下·黃以方錄》，《王陽明傳習錄詳註集評》，頁 376。

內心的感受、期待及渴望，皆能與靈性自我達到「一致性」，則人欲即天理，聲色貨利亦有其正面意義，無須否定。儒者所要「去」的「人欲」，是指缺乏良知主體自覺之盲動，亦即薩提爾所論四種求生存姿態與靈性自我缺乏聯結的表現，因此，在初學者挺立道德自覺的階段，陽明強調靜坐，即要學者確立良知才是唯一最高的價值判準，而排除所有欲望干擾（掃除蕩滌，勿使留積），其後面對各種壓力與誘惑時，才能夠有充分的自我覺察而不再迷失（適然來遇，始不為累）。

以下再舉蕭惠之問學¹⁰³為例作進一步說明：蕭惠問：「己私難克，奈何？」王陽明首先反詰：「將汝己私來替汝克。」其次則又曰：「人須有為己之心，方能克己。能克己，方能成己。」蕭惠請問如何克除一己私欲？——相信不只是他，對絕大多數的人來說，都會覺得私欲難以克除。而王陽明的第一句回答，一方面是暗示蕭惠反思什麼是「己私」？這是要他梳理自我內在的真正感受與看法；另一方面則是反詰「己私」是否是個具體的存在，可以拿得出、除得掉？由此引出對所謂的「己」更深一層的思考：「須有為己之心，方能克己」。「己私」的己，並不是真正的己，未能認清真正的自我，便無法真正為己，也無從作克己、成己的工夫。其後蕭惠再問：「惠亦頗有為己之心，不知緣何不能克己？」王陽明便再反問他所謂的「為己之心」是什麼？蕭惠思考良久才回答：「惠亦一心要做好人，便自謂頗有為己之心。今思之，看來亦只是為得箇軀殼的己，不曾為箇真己。」也就是意識到有「軀殼的己」（人欲）與「真己」（天理良知）的區別。然而，接下來王陽明的回答，並不是肯定蕭惠的辨析，而是一方面反問：「真己何曾離著軀殼？」另一方面質疑：「恐汝連那軀殼的己也不曾為。」所謂「軀殼的己」，便是耳目口鼻四肢等感官需求，蕭惠承認自己「目便要色，耳便要聲，口便要味，四肢便要逸樂，所以不能克。」而王陽明先藉老子之說澄清曰：「『美色令人目盲，美聲令人耳聾，美味令人口爽，馳騁田獵令人發狂』，這都是害汝耳目口鼻四肢的，豈得是為汝耳目口鼻四肢？」也就是說，外在物欲的追求是盲目的，感官欲望的過度放縱只會傷害自身；此外，「汝今終日向外馳求，為

¹⁰³ 明·王守仁著，陳榮捷編：《傳習錄上·薛侃錄》，《王陽明傳習錄詳註集評》，頁145-146。以下引文出於此者不另加註。

名為利，這都是為著軀殼外面的物事」，為了滿足感官欲望而來的名利追逐，早已超過「軀殼的己」本身的需求，徒增身心靈的負擔，又何來的「為己」可言？因此，即使是為了軀殼的己，也該「思量耳如何聽，目如何視，口如何言，四肢如何動」，亦即能夠「思量」的「心」才是真正的「己」，懂得自律節制（禮）的行為，才是真正的「為己」。由此，再進一步申述「心」（即良知天理、靈性自我）的內涵：

所謂汝心，卻是那能視聽言動的，這箇便是性，便是天理。有這箇性，才能生這性之生理，便謂之仁。這性之生理，發在目便會視，發在耳便會聽，發在口便會言，發在四肢便會動，都只是那天理發生。以其主宰一身，故謂之心。這心之本體，原只是箇天理，原無非禮，這箇便是汝之真己。這箇真己是軀殼的主宰，若無真己，便無軀殼。真是有之即生，無之即死。汝若真為那箇軀殼的己，必須用著這箇真己。便須常常保守這箇真己的本體，戒慎不睹，恐懼不聞，惟恐虧損了他一些。才有一毫非禮萌動，便如刀割，如針刺，忍耐不過；必須去了刀，拔了針，這才是有為己之心，方能克己。汝今正是認賊作子，緣何卻說有為己之心，不能克己？

以上乃申明真己（心之本體）才是軀殼的主宰，能上通天理、下達人事，使視聽言動合禮，而所有的言行，皆須透過軀殼來表現，故並不存在兩種不同的「己」。合禮的視聽言動便是天理，非禮的言行表現則謂之「己私」（人欲），但只要掌握真己作主宰，則軀殼的己便會順著天理良知的精神來表現，「己私」自然消弭於無形；相反地，若不能掌握真己，自然不免時時為外在物質欲望所誘而偏離天理，此便是認賊作子，不能真正為己，當然不能克己，盲目追逐，最終只會喪失自我而已，故偏離天理的人欲，便是儒者所要反省克除的對象。

藉由上段文句，可再次看出王陽明講學只以良知天理（靈性自我）為唯一最高判準的精神，關於「己私」的問題，只援用老子所謂令人目盲耳聾以為告誡，以及孔子非禮勿視聽言動之說以為提醒，而未對己私的內容與各種不同的表現再作分析，顯得十分簡略，但從中實可證明王陽明確能充分掌握並體現良知天理，故一方面對於良知天理能落實於身體感官而表現有充分的自信，無須區分「真己」與「軀殼」；另一方面更能夠洞知私欲之虛妄無根，只要在良知天理的朗照下，感官欲望亦能合

理表現，就無所謂「己私」，因為此時的人欲即是天理。所謂「真為那個軀殼的己」就是要「常常保守這個真己的本體」，用薩提爾的語言來解釋，也就是要保持內在自我的「一致性」，「才有一毫非禮萌動，便如刀割，如針刺，忍耐不過」，此所謂「非禮」，在薩提爾而言便是「討好」、「指責」等內外不一致的應對姿態，王陽明以「如刀割，如針刺」來比喻不能容忍任何偏離良知主體的行為，正是對「一致性」的絕對要求。自我能夠內外一致，亦自然能與周遭人事與情境和諧互動，此便是「禮」，這樣的「禮」，當然不是階級模式的上下尊卑，而是通於宇宙生命力的規律與和諧（如前引薩提爾曰：「……合乎倫理和道德的想法……我的靈性等於我對生命力以及對所有生命萬物的尊重」）。此外，王陽明批評「向外馳求，為名為利」的行為，看似違背世俗常情而過於嚴苛，實則所謂名利亦是薩提爾所謂階級模式的思維中追求「彼此間相互支配或順服」的資源罷了，故唯有擺脫這些外逐的假象，才能提昇自我並找回真己。

總之，儒者對現實人欲的分析看似較為簡略，但王陽明對名利等隱微私欲對於良知的障蔽，實有充分警醒，故對私欲的省察廓清，要求亦十分嚴格，如《傳習錄》載：

一友問：「欲於靜坐時，將好名、好色、好貨等根，逐一搜尋，掃除廓清，恐是剝肉做瘡否？」先生正色曰：「這是我醫人的方子，真是去得人病根，更有大本事人過了十數年，亦還用得著。」¹⁰⁴

要正視所有「好名、好貨」皆是病根，看似違反人情，然而其所嚴加分辨的天理與人欲，若用薩提爾的概念來解釋，便是嚴辨「階級模式」與「成長模式」之差異，嚴辨「求生存」與「一致性」的區別。只是就薩提爾而言，是立足在「階級模式」與「求生存」的現實中，逐步教人覺察自我擁有邁向「成長模式」與「一致性」的內在資源，因此會強調肯定自身所擁有的一切，不論是不健康的應對姿態，或是自我環的哪一層面，皆有正向的種子；但王陽明則是在透悟靈性自我與宇宙生命力為唯一最高價值的前提下，教所有志於道的學者必當取法乎上，而掃除所有障蔽靈性

¹⁰⁴ 明·王守仁著，陳榮捷編：《傳習錄·黃省曾錄》，《王陽明傳習錄詳註集評》，頁 334-335。

自我的思維模式，故旨在闡明自我靈性根基之內涵，而「階級模式」的思維與「求生存」之心態皆在掃除之列，故不多加著墨。然而，講學對象若非儒學同道而是一般大眾，則講學的態度和方法便當有所不同，此亦薩提爾之理論模式可以提供借鑑之處。

五、結語

本文的研究動機，首先在於思考當代儒學如何落實於生命實踐的問題，在這個憂鬱症泛濫的 21 世紀，最正常、最暢旺的儒者生命，雖有對世人的博愛關懷，但自孔孟以下「唯士為能」的儒學，兩千餘年來已發展為高明精微的學術思想，要如何以淺易教法而能入人之心，實非易事。薩提爾經由其自身及眾多追隨者之實踐與推廣，證明其說確有啟迪人心之自覺，使其勇於改變、走出困境的力量，值得儒者借鏡，而陽明心學在晚明當時既已能使販夫走卒亦能樂學，亦當可作為溝通儒學與薩提爾理論之橋樑。

其次，作為傳統文化主流的儒學，在世人的印象中，是恪守倫理秩序，鞏固既有體制的，若以薩提爾的理論來看，則恪守倫理秩序的儒學，似即一種「階級模式」的思維，對此前文亦已作一辯證，以下再簡要歸納之：就人類社會發展之現狀來看，維護階級秩序仍有其正面意義，然而真正的儒者實能擁有「成長模式」之思維，王陽明四句教首句所以申言「無善無惡心之體」，正因儒者良知的真正精神，本即超越專制禮教的善惡二元之上，亦同樣是欲打破世俗之所謂「應該」，而對現實人情抱以同體之尊重與關懷。實則王陽明所謂的「人欲」，便是所有固守「階級模式」之名利權位的價值觀，「天理」則是真知人人價值平等之靈性自我。因此，世俗之儒學或不免有囿於階級模式之思維者，但真正高明精微的儒學——如王陽明之心學，其所展現的超越時代的智慧，不但合於薩提爾之「成長模式」，且其圓融高妙的思想境界，更有薩提爾所未能言及者。若其智慧內涵不能為世所知，反使世人誤以為儒學之保

守落伍，豈非後學者無以彰明良知真諦之罪？總之，若確信儒學之生命學問是為真理，而薩提爾在實務上對人心確有諸多撫慰與引領之功，則欲使儒學精神亦能更為世俗大眾所認知，並更能對現實人心具體發揮其啟發與引導之效，則將儒者義理與薩提爾之主張作一溝通對話與相互參證，應是一件有意義的工作，故本文嘗試作一拋磚引玉。

簡而言之，若以薩提爾之主張來說明，孟子之性善，王陽明之「心即理」，便是以人人之價值為平等，深信「人們有與生俱來的靈性根基與神聖性」；透過薩提爾素樸親切的語言，亦當能使 21 世紀的世人，重新認知陽明心學與儒學貼近當代人心且亦亙古常新的內涵。本文篇幅所限，僅就王陽明論良知天理及人欲問題，與薩提爾之說作一對照參證，實有諸多未盡其言者；而就本題研究之初衷，希望能接續晚明王學已有之規模，思考如何以更貼近人心的方式，救治當代病苦人心之問題，亦尚未盡其功，故本文題為「初探」，期待日後仍能深化相關研究，闡發儒學、陽明心學與薩提爾理論更多得以互通互證之智慧。

徵引文獻

一、原典文獻

宋·朱熹：《四書集註》，臺北：學海出版社，1988。

*明·王守仁著，陳榮捷編：《王陽明傳習錄詳註集評》，臺北：臺灣學生書局，1983。

*明·王守仁著，吳光等編校：《王陽明全集》，上海：上海古籍出版社，2011。

明·黃宗羲著：《宋元學案》，收入沈善洪主編：《黃宗羲全集》第5冊，杭州：浙江古籍出版社，2005。

*明·黃宗羲著：《明儒學案》，收入沈善洪主編：《黃宗羲全集》第7冊，杭州：浙江古籍出版社，2005。

清·李顥著，陳俊民點校：《二曲集》，北京：中華書局，1996。

清·郭慶藩輯：《莊子集釋》，臺北：國家出版社，1982。

清·焦循：《雕菰集》，臺北：鼎文書局，1977。

二、近人論著

陳正凡：〈錢緒山心學的生命教育：死亡經驗對其思想的反省與啟發〉，《本土心理學研究》34（2010.12），頁285-327。

*王行：《修身與齊家——以儒家心學為助人知識的家族治療》，新北：心理出版社股份有限公司，2016。

王秀美：《陪伴——佛教諮商理論與技巧》，臺北：慧炬出版社，2005。

牟宗三：《生命的學問》，臺北：三民書局，1971。

牟宗三：《從陸象山到劉蕺山》，臺北：臺灣學生書局，1980。

牟宗三：《中國哲學十九講：中國哲學之簡述及其所涵蘊之問題》，臺北：臺灣學生書局，1983。

牟宗三：《心體與性體》，臺北：正中書局，1988。

余德慧：〈心學——中國本我心理學的開展〉，《本土心理學研究》15（2001.6），頁271-303。

* 李崇建：《麥田裡的老師》，臺北：寶瓶文化事業有限公司，2012。

李崇建：《薩提爾的對話練習：以好奇的姿態，理解你的內在冰山，探索自己，連結他人》，臺北：親子天下股份有限公司，2017。

林安梧：《中國宗教與意義治療》，臺北：文海學術思想研究發展文教基金會，1996。

洪幼玲：《薩提爾模式應用於作文教學之歷程研究》，臺中：靜宜大學教育研究所碩士論文，2014。

徐志銳：《周易大傳新注》，臺北：里仁書局，2003。

翁開誠：〈當 Carl Rogers 遇上了王陽明：心學對人文心理與治療知行合一的啟發〉，《應用心理研究》23（2004.9），頁 157-200。

張包意琴、陳麗雲：〈和諧中變革：易經與華人的心理輔導〉，《本土心理學研究》14（2000.12），頁 199-235。

張崑將：〈中日陽明學者對「真我」的體證比較〉，《哲學與文化》477（2014.2），頁 3-31。

張意孜：《阮籍及其〈詠懷詩〉之心理研究——以薩提爾理論為中心》，臺中：東海大學中國文學系碩士論文，2017。

張德勝：《儒家倫理與秩序情結——中國思想的社會學詮釋》，臺北：巨流圖書股份有限公司，1989。

張輝誠、李崇建：《教室裡的對話練習：當學思達遇見薩提爾》，臺北：親子天下股份有限公司，2019。

郭進成、馬琇芬：《學思達與師生對話：以學思達為外功、薩提爾為內力讓教室成為沒有邊界的舞台》，臺北：遠見天下文化出版股份有限公司，2020。

陳志強：《晚明王學原惡論》，臺北：國立臺灣大學出版中心，2018。

陳復：〈陽明子的冥契主義〉，收入張新民主編：《陽明學刊》第4輯，成都：巴蜀書社，2009，頁 55-99。

* 陳復：〈心學心理學：心學如何在心理治療領域獲得突破與新生〉，《諮商心理與復健諮商學報》30（2017.6），頁 7-32。

- 陳復：〈儒家心理學：黃光國難題正面臨的迷陣與突破〉，《本土心理學研究》49（2018.6），頁 3-36。
- 陳復：〈智慧諮詢的理念與實作：陽明心學對心理諮詢的啟發〉，《貴陽學院學報（社會科學版）》14：3（2019.6），頁 7-15。
- 陳復：《轉道成知：華人本土社會心理學的突圍》，臺北：時報出版股份有限公司，2021。
- 勞思光：《新編中國哲學史》，臺北：三民書局，1990。
- 曾昭旭：〈從生命升沉的辨證歷程論儒道佛耶四教異同〉，收入牟宗三等著：《當代新儒學論文集·總論篇》，臺北：文津出版社，1991，頁 127-146。
- 黃光國：《儒家關係主義——哲學反思、理論建構與實徵研究》，臺北：心理出版社股份有限公司，2009。
- 黃光國：《儒家文化系統的主體辯證》，臺北：五南圖書出版股份有限公司，2017。
- 黃繼立：《「身體」與「工夫」：明代儒學身體觀類型研究》，臺北：臺灣大學中國文學研究所博士論文，2010。
- 楊國樞、黃光國編：《中國人的心理與行為》，臺北：桂冠圖書股份有限公司，1991。
- 學思達團隊著：《薩提爾縱深對話：李崇建與學思達夥伴的提問與實踐》，臺北：親子天下股份有限公司，2021。
- * 釋見曄：〈東西方心理學對話之可能——以佛性、如來藏心與薩提爾模式之對話為例〉，《成大宗教與文化學報》11（2008.12），頁 125-155。
- 〔日〕河合隼雄著，鄭福明等譯：《佛教與心理治療藝術》，臺北：心靈工坊文化事業股份有限公司，2005。
- 〔匈〕瑪莉亞·葛莫莉（Maria Gomori）等著，易之新譯：《心靈的淬鍊：薩提爾家庭重塑的藝術》，臺北：張老師文化事業股份有限公司，2009。
- 〔美〕Irene Goldenberg 等著，翁樹澍等譯：《家族治療：理論與技術》，臺北：揚智文化事業股份有限公司，1999。
- 〔美〕拉德米拉·莫阿卡寧（Radmila Moacanin）著，江亦麗、羅照輝譯：《榮格

- 心理學與西藏佛教：心理分析曼荼羅》，臺北：臺灣商務印書館，1992。
- 〔美〕菲利普·金巴多（Philip Zimbardo）著，孫佩姣等譯：《路西法效應：好人是如何變成惡魔的》，臺北：商周出版，2008。
- * 〔美〕維琴尼亞·薩提爾（Virginia Satir）著，吳就君譯：《家庭如何塑造人》，臺北：張老師文化事業股份有限公司，1994。
- * 〔美〕維琴尼亞·薩提爾（Virginia Satir）等著，林沈明瑩等譯：《薩提爾的家族治療模式》，臺北：張老師文化事業股份有限公司，1998。
- 〔美〕維琴尼亞·薩提爾（Virginia Satir）著，蜜雪兒·鮑德溫（Michele Baldwin）著，李瑞玲等譯：《薩提爾治療實錄》，臺北：張老師文化事業股份有限公司，2001。
- 〔美〕維琴尼亞·薩提爾（Virginia Satir）等著，陳文玲譯：《跟薩提爾學溝通》，臺北：張老師文化事業股份有限公司，2006。
- * 〔美〕維琴尼亞·薩提爾著（Virginia Satir）著，吳就君譯：《聯合家族治療》，臺北：張老師文化事業股份有限公司，2006。
- 〔澳〕羅傑·渥許（Roger Walsh）、法蘭西絲·方恩（Frances Vaughan）編，易之新等譯：《超越自我之道：超個人心理學的大趨勢》，臺北：心靈工坊文化事業股份有限公司，2003。

（說明：書目前標示*號者，已列入 Selected Bibliography）

Selected Bibliography

- Chen Fu, "The Nousological Psychology: How does Nousology Gain Breakthrough and Rebirth in the Field of Psychotherapy" in *Journal of Counseling Psychology & Rehabilitation Counseling* 30 (Jun. 2017), pp. 7-32.
- [Ming] Huang Zong Xi, *Ming Ru Xue An* [Ming Confucians and Their Teachings] adpt. in Shen Shan Hong, *Huang Zong Xi Quan Ji* [Complete Works of Huang Zongxi] Vol. 7 (Hangzhou: Zhejiang Ancient Books Publishing House, 2005).
- Li Chong Jian, *Mai Tian Li De Lao Shi* [The Teacher in the Rye] (Taipei: Aquarius Publishing Co. Ltd., 2012).
- Shi Jian Yeh, "A Possible Dialogue Between the Eastern and Western: Example of the Dialogue between Buddhata, Tathagatarbhacita and the Satir Model" in *Journal of Religion and Culture of National Cheng Kung University* 11 (Dec. 2008), pp. 125-155.
- Virginia Satir, *Jia Ting Ru He Zhi Zao Ren* [The New People Making] trans. by Wu Jiu Jun (Taipei: Living Psychology Publishers Co., 1994).
- Virginia Satir, *Sa Ti Er De Jia Zu Zhi Liao Mo Shi* [The Satir Model: Family Therapy and Beyond] trans. by Lin Shen Ming Ying et.al. (Taipei: Living Psychology Publishers Co., 1998).
- Virginia Satir, *Lian He Jia Zu Zhi Liao* [Conjoint Family Therapy] trans. by Wu Jiu Jun (Taipei: Living Psychology Publishers Co., 2006).
- [Ming] Wang Shou Ren, *Wang Yang Ming Chuan Xi Lu Xiang Zhu Ji Ping* [Annotations of Wang Yang Ming's Instructions for Practical Living and Other Neo-Confucian Writings] ed. Chen Rong Jie (Taipei: Student Book Co. Ltd., 1983).
- [Ming] Wang Shou Ren, *Wang Yang Ming Quan Ji* [The Entire Collection of the Works of Wang Yangming] ed. Wu Guang et al. (Shanghai: Shanghai Classics Publishing House, 2011).
- Wang Xing, *Xiu Xing Yu Qi Jia: Yi Ru Jia Xin Xue Wei Zhu Ren Zhi Shi De Jia Zu Zhi Liao* [Self-cultivation and Regulating the Family: the Confucian Way of Family Therapy] (New Taipei: Psychological Publishing Co. Ltd., 2016).