

南華大學人文學院宗教學研究所

碩士論文

Graduate Institute of Religious Studies

College of Humanities

Nanhua University

Master Thesis

《與神對話》之「神」及所蘊涵之生命關懷研究
A Study of the “God” and the Life Care Contained in

“Conversations with God”

張明慈

Ming-Tzu Chang

指導教授：李芝瑩 博士

Advisor: Chih-Ying Lee, Ph.D.

中華民國 111 年 6 月

June 2022

南 華 大 學

宗 教 學 研 究 所

碩 士 學 位 論 文

《與神對話》之「神」及所蘊涵之生命關懷研究

A Study of the "God" and the Life Care Contained in

"Conversations with God"

研究生：張明蓉

經考試合格特此證明

口試委員：林仁昱

呂凱文

李芝瑩

指導教授：李芝瑩

所 長：釋覺明

口試日期：中華民國 111 年 06 月 23 日

摘要

本論文將從新時代運動後所出版之相關書籍中的《與神對話》探究，在研究中釐清與作者對話之「神」所象徵的意涵，並將其所傳遞如何關懷生命的內涵做一耙梳。

在第二章中探究西方心靈學(超心理學)之發展脈絡，循著時代的不同梳理新時代運動之演進，窺探當時的人們，看待這新一波的類宗教運動之視角。再藉由當時台灣社會學者之研究，梳理新時代運動傳入前之宗教變化，以及傳入台灣後，帶給宗教團體的變化，與對於宗教結構的影響。

其次，在理解《與神對話》系列書籍之成立背景與其開展後，運用新時代運動之信仰視角，重新詮釋對於「神」的理解。最後，用《與神對話》中所蘊涵之生命關懷精神，經由「神」融合於愛之中，並在自己了解到個體所具之力量後，將此能量與其他生命和萬事萬物融合為一。並於這包含所有的生命的宇宙之輪裡，理解到人與自己、社會和宇宙之間的連結。

關鍵字：與神對話、新時代運動、神、愛、生命關懷

ABSTRACT

This research will be explored by a related book called “*Conversations with God*”, which was published after the New Age Movement. In the research, we will clarify the meaning of "God" in the dialogue with the author and unravel the connotation of how to concern for life delivered from the book.

Chapter 2 explores the developmental context of Western Psychology (Parapsychology). Following the different eras to sort out the evolution of the New Age Movement, we can observe on the perspective of the new religion-like movement from people at that time. Additionally, by the research of Taiwanese sociologists at that time, we can sort out the religious changing before the New Age movement introduction and also sort out the change in religious groups and the influence of religious structure after the introduction of the New Age Movement.

Besides, after understanding the establishment background and development of the series of the book “*Conversations with God*”, we can reinterpret the understanding of “God” by using the new belief perspective of the New Age Movement. Finally, using the spirit of life concern which is contained in “*Conversations with God*” to merge into love through “God”. After realizing the power of the individual, we can merge the energy with other life, and with everything to understand the connection between humans and themselves, society, and the universe in this cosmic wheel that contains all life.

Keywords: Conversations with God, New Age Movement, God, Love, Life Care

目錄

摘要	I
ABSTRACT	II
目錄	III
第一章 緒論	1
第一節 研究動機與目的	2
第二節 文獻探討	4
第三節 研究方法	8
第二章 《與神對話》的成立背景與開展	13
第一節 西方超心理學的發展脈絡	15
第二節 新時代運動在台灣	21
第三節 《與神對話》的創作緣由	28
第三章 《與神對話》中「神」的意涵	34
第一節 關於「神」的概念探討	34
第二節 「神」就是愛	38
第三節 「神」就是自己	46
第四節 「神」即合一	54

第四章 《與神對話》之生命關懷面向	62
第一節 生命關懷的基礎與開展	62
第二節 人與自己的關係	66
第三節 人與社會的關係	73
第四節 人與宇宙的關係	81
第五章 結論	89
引用文獻	93



第一章 緒論

關於生命的起源，在不同的民族以及不同的地區，皆因個別文化背景之相異，而產生出對於各區起源之多種異同說法，以及許許多多世代流傳的古老傳說。這些用口述的傳言和故事，雖世世代代相傳，但卻大多沒有留下確切的文字記載，可供後代追溯其源頭自何而來。

自然界之所有生命，皆會經歷生、老、病、死的狀態，如此生生不息，從未停歇地循環，是否真有什麼人類目前未能知曉之力量，在人類無法觸、見、聞到之處，默默地運作、操控這一切，使得我們生活的地球，這擁有生命的三十八億年、人類祖先出現後的兩百萬年的星球，皆能一貫不停地規律運作。

世界上所發生的，是否真如世界各個宗教，或是各地區的古老傳說所言，有一股神祕的力量持續不斷地默默運行，時刻分秒從未歇息、毫無休止的推動與維持著我們目前所見到的一切現象，使得自然界不同種類的生命，得以世世代代延續至今。

倘若，真有一個目前人類科學無法驗證的、不知名的力量。那麼，在這巨大神祕的力量運作中，地球上每一個生命，皆能獲得如此多，奧妙且不同的體驗週期，各個生命也都以不一樣的方式呈現，並盡其所能地展現其完整的面向。如此寬廣的生命體驗，應是擁有獨特思考能力的人類需要好好去探尋的。

每當人類欲尋求生命真諦，或是欲探求這一切神秘推動的真相過程中，宗教是否是那唯一給人安定力量的來源，亦或僅僅是為使人平靜的選項，這當中的其中一種。人們想要尋求生命的真相、起源，必定需要進入某一特殊團體，或是一定需要遵循哪些固定的宗教儀式，以及自古以來既定，流傳至今的傳統模式呢。

生處在這資訊快速流通，看似非常容易取得各種知識與物質的時代中，人們對於生活應感到富足而無匱乏，但仔細觀察周遭，事實情況似乎並非如此。許多人依舊如無現代化設備的前人一般，對於如何生？如何死？有著對於未來的諸多

未知與恐懼，科技與現代化帶給人們日常生活方便的同時，似乎並未順帶引領人類心靈昇華，且連帶給予眾人身心滿滿的富足感，以及隨心所欲、唾手可取之便利性。

在此現況之中，要如何運用自身的力量，在使自心充滿富足，並於內在感受到安定平靜後，將關懷之力量傳遞於外，無論是由親及疏，甚或是不知名的遠方、各界，將之分享給周遭的每一個需要理解自我之生命體，使所有生命更加堅韌完整後，得以延伸出自己之一份能量，再藉此力量延伸擴展，以豐富更多自體以外的其他不同之生命。

第一節 研究動機與目的

由信仰所開展的生命關懷倫理與實踐，可見諸於不同宗教派別的經典書籍，關於宗教典籍中所記載的神界、靈界、以及那些人類未知的神秘世界，有著相似又相異的描述。那些記載在不同宗教派別中的經典或是論說，雖表現方式不同，卻彷彿又有其共通之處；如此多分散於不同地區的神諭、先知、大師、先賢、導師等等，都用不同的方式在分享著相似的論述；而這小部分得到引領方式的人，有許多的智慧語彙與處世之道，據他們自述，這些無法言喻的，大都是來自於多數人無法感知並且證實的神秘經驗。

而對於那些認定「神」，即為最高真理的宗教而言，如果不去反思「神」是甚麼？也不去探究信仰當中的核心要義與經典、抑或是去追尋所謂生命的真相與宇宙的真理奧義，這樣是否會因對於信仰的誤解，或理解得不夠深入完整，甚或因所知過於片段，導致落入於信仰的迷思當中；爾後，又因這些被誤置的迷思，致使各個宗教間，循著各自信奉與各個理解的不同理念，而引發各種激烈對立與衝突、或是假藉神之名，行真閥之實，啟不生活名釣譽之虞。

如此的行為，反而會造成對宗教極大的迫害與誤解，就如同愛爾蘭裔的英國

宗教學者凱倫·阿姆斯壯¹所寫之《神的歷史》(A HISTORY OF GOD)一書中提到：

我們不應羞於從各種可得的來源中認知和吸收真理，即使它是由前人或異國人士提供也一樣。對於追求真理的人而言，沒有任何事物比真理本身的價值更高；它從來不會降低或減輕接觸到它的人的價值，只會使它高貴而榮耀。²

美國心理學之父威廉·詹姆士³亦於他的經典著作《宗教經驗之種種》(The Varieties of Religious Experience)一書中寫到：「分析到最後，宗教的目的並不是神，而是生活，更多的生活，更廣大、更豐富、更令人滿意的生活。」⁴倘若大眾之所需，是如威廉·詹姆士所述，僅是想過著自己認為的滿意生活，而非追尋一個既定的宗教人物或團體；那麼，宗教所需的各項特徵，是否已在二十世紀後被打破。

而人們當前所追尋的，是否就僅如威廉·詹姆士所述，當可滿足人類之生活，亦或是使人生更加豐富的條件之中，即能被大眾認定與信仰有著相同的功能。

那麼，當面對宗教或信仰，是否將其視之，僅為滿足人類生活所需即可，亦或是如羅馬尼亞宗教史學家米爾洽·伊利亞德⁵所闡述的，乃至我們對於神聖的、超越性的追求。或者，我們可用另一個角度來審視這些並非人人皆能見得的，而是因為人類需要而創造出一個「全知全能」的，或是因人們需要一個強大的倚靠力量而生。⁶在這當中，對於靈性的討論，甚或切入的視角，都會影響著如何安定身心之法。

本文將從台灣在西元一九八〇年代後，所興起由西方傳入新時代運動(New Age Movement)，作為本研究之背景的探索與研究；並探討當時台灣解嚴於中華

¹ Karen Armstrong，生於1944年。

² 凱倫·阿姆斯壯，《神的歷史》，新北市：立緒，2019，頁294-295。

³ William James, 1842-1910。

⁴ 朱迺欣，《腦與宗教》，(新北市：立緒，民105.6)，頁10-11。

⁵ Mircea Eliade, 1907-1986。

⁶ 張開基，《廣義靈魂學》，(台北市：宇河，2013)，頁382。

民國七十六年（西元一九八七年）的時空環境下，對於單一威權瓦解，解構後所發展出的多元聲音。

台灣在解嚴之後，關於宗教信仰方面，大眾逐漸開始循此時代之趨勢，陸續出現許多不同於傳統宗教信仰的個人靈性成長模式。順此變化開啟了人們對於外在的靈性、與個人內在心靈層面之追尋，且不再僅僅是單方面的追隨原有的傳統宗教模式。這些多元的聲音經由西方國家傳入台灣之後，對於台灣某些原有傳統宗教信仰模式，開啟了些許轉化之樞紐。

就此，本研究將擬以新時代運動後所出版之相關書籍中的《與神對話》系列書籍為研究對象，望藉由對《與神對話》的耙梳，分別釐清以下三個問題；一、《與神對話》的成立背景與其開展為何；二、《與神對話》中所謂的「神」其意為何；三、由對「神」的重新詮釋後所開展的生命關懷面向為何。

第二節 文獻探討

一、《與神對話》系列書籍出版簡介

《與神對話》系列書籍，自一九九三年尼爾·唐納·沃許⁷第一次的與神對話，直到二〇一六年的八月共有九部；尼爾·唐納·沃許，將其與神的問答對話之信息紀錄書寫下，出版了共九套組的書籍。

第一部：《與神對話 I》（*Conversations with God, Book I*），由王季慶翻譯，並於一九九八年，由方智出版社出版；後於二〇一二年，改為上、下兩冊《與神對話 I（上、下）》（*The Complete Conversations with God I, Vol.1 and 2*）。

在第一部書籍中，主要討論的是關於個人的問題，談論之議題大多集中焦點於個人的人生挑戰，以及個人的機會這幾個面向。

第二部：《與神對話 II》（*Conversations with God, Book II*），由孟祥森翻譯，並

⁷ Neale Donald Walsch，生於 1943 年，美國作家。

於一九九八年，由方智出版社出版；後於二〇一二年，改版為上、下兩冊《與神對話 II (上、下)》(*The Complete Conversations with God II, Vol.1 and 2*)。

第二本書討論的，則是較為全球性的主題，例如：地球上的地緣政治學及形而上學，還有目前世界面對的挑戰可能有哪些，這一類在地球生活中可能會遇到的問題。

第三部：《與神對話 III》(*Conversations with God, Book III*)，由孟祥森翻譯，並於一九九九年，由方智出版社出版；後於二〇一二年，調整並改版為上、中、下三冊《與神對話 III (上、中、下)》(*The Complete Conversations with God III, Vol.1 2 and 3*)。

在第三部的套書中，紀錄了作者與神所討論與講述的部分，內容則為最高階的宇宙性真理，以及靈魂可能面臨的挑戰與機會，這幾個方向的議題。

第四部：《與神為友》(*Friendship with God: An Uncommon Dialogue*)，由王季慶翻譯，並於二〇〇〇年，由方智出版社出版；後於二〇一五年，由 Jimmy Chen 翻譯，商周出版社出版，並將中文書名調整為《與神為友：如何建立一份與神的友誼》。

這一部書的目的，是神說明如何與他為友，並幫助人類有意識地運用以下這幾個步驟：認識神、信任神、愛神、親近神、擁抱神、利用神、善用神、幫助神、感謝神，來發展、建立出與神之間的友誼。

第五部：《與神合一》(*Communion with God*)，由王季慶翻譯，並於二〇〇一年，由方智出版社出版；後於二〇一五年，由 Jimmy Chen 翻譯，商周出版社出版，重新翻譯再版後，將中文書名調整為《與神合一：建立與神融洽一體的關係，通達永恆智慧》。

本書主要的內容是在與神對話之後，理解到神與我們未曾分開，即能建立與神的融洽之一體關係，和神合而為一。

第六部：《新啟示錄》(*The New Revelations*)，由許司烈翻譯，並於二〇〇五

年，由遠流出版社出版；後於二〇一三年，由 Jimmy Chen 翻譯，淳鳴國際有限公司出版，並將中文書名調整為《與神對話之新啟示〔全二冊〕》。

這冊書籍是聽神暢談改變世界的建言，內容是關於國家憲政危機、世界的政治問題、經濟問題、以及各種社會問題的根源議題等，這些世界未來所趨之最根源的新觀念。

第七部：《明日之神》(*Tomorrow's God*)，由王季慶翻譯，於二〇〇六年，由方智出版社出版；後於二〇一四年，由 Jimmy Chen 翻譯，淳鳴國際有限公司出版，將之改為兩冊，並調整中文書名為《一、重新定義神：2014 今日之神 Part One 以及二、走出靈性文盲：2014 今日之神 Part Two》。

這兩冊的套書，是在理解改變世界之建言的新啟示後，接續進一步解說拯救世界的關鍵，並幫助人類走出靈性文盲，看見生命及生命的運作方式之真相的兩本書。

第八部：《與神談生死》(*Home with God: In a Life That Never Ends*)，由 Jimmy Chen 翻譯，於二〇一二年，方智出版社出版。

在此書中，作者與神討論的主題是關於生死的疑惑；經由神的回答理解生命是永不止息的，死亡並非是結束，而是另一個開始。理解死亡後，便不會再生活在恐懼當中，而是進入到一種全然的和平、愛、喜悅當中。如此，才能活出這一生來到這裡的生命藍圖。

第九部：《與神對話 完結篇：全面進化》(*Conversations with God Book IV: Awaken the Species*) 由 Jimmy Chen 翻譯，於二〇一八年，一中心出版社出版。

這一部書主要討論的議題在揭露你我之所是，以及生命旅途的終極意義。並且解析人類與高度演化生命的差異，藉以幫助人類踏上覺醒之路。

《與神對話》系列書籍的作者尼爾·唐納·沃許，除了上述之九部書籍外，尚有其他靈性的作品出版；如：《神說了什麼：《與神對話》的 25 則核心訊息，改變你的生命與這個世界》(*What God Said*)、《與

神對話問答錄》(*Questions and answers on conversations with God*)、《創造豐足》(*Neale Donald Walsch on Abundance & Right Livelihood*)、《小靈魂與太陽》(*The Little Soul and the Sun*)、《與改變對話》(*When Everything Changes, Change Everything*) 等書籍出版，但由於本文主要以《與神對話》系列書籍之《與神對話全集：隨身典藏版》為主要研究對象，其他書籍則不在此做詳述與介紹。

二、主要選用《與神對話》系列書籍文本

本研究所探究之《與神對話》系列書籍文本，主要版本為二〇一二年三月初版之二〇一二年八版十刷之《與神對話全集：隨身典藏版》(*The Complete Conversations with God*)。

這最初的三部《與神對話 I, II 和 III》(*Conversations with God, Book I, II and III*)，前後分別於一九九八及一九九九年，由王季慶與孟祥森翻譯，且皆由方智出版社所出版。從原本的一、二、三冊的三本書，改版並將原本的 I、II、III，三冊編輯為 I 上、I 下；II 上、II 下；III 上、III 中、III 下，總共分為七本書，再另加上一本六十四頁的隨身典藏版，並更名為《與神對話全集：隨身典藏版》(*The Complete Conversations with God*)。

本論文以此三部書為主要探究文本，而以其他系列書籍為輔的原因，是由於作者與神對話的第一本書將形成的後期（一九九三年二月），作者尼爾·唐納·沃許，已經被明確告知，連續三年會出三部書，⁸並確定了他與神即將對談的內容。

第一部講述的是基本真理，主要討論個人的問題，集中焦點在個人的人生挑戰與機會上。⁹

第二部講述的是影響更深遠的真理，討論較為全球性的題目，

⁸ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 I(上)》，台北市：方智，2012，頁 009。

⁹ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話全集：隨身典藏版》，台北市：方智，2012，頁 34。

如地球上的地緣政治學及形而上學，以及目前世界面對的挑戰。¹⁰

第三部講述的是人類目前所能理解的最大真理，討論最高階的宇宙性真理，以及靈魂的挑戰和機會。¹¹

以上最初的尼爾·唐納·沃許，與神對談之三部書，即已涵蓋目前人類對於個人、社會、宇宙乃至於形而上的種種議題；探討的內容由個人所可能會遭遇到的出發，至更加深遠的提問，在這三部書的內文中皆有討論，因此以這三部書為探究之主體。

第四部《與神為友：如何建立一份與神的友誼》，至第九部《與神對話 完結篇：全面進化》，這後面的六部《與神對話》系列書籍，較似為由最初三部所延伸出，如何達成、操作以及理解原三部書所述之內容，就此，研究者以最早出版之三部書為探究基底，其他系列書籍為本研究之參照探討、比對研究之版本。

第三節 研究方法

欲深入探究任何一門學科，都需要閱讀大量相關書籍及文獻，或是搜尋前人之研究成果；然而，人們在閱讀時會因閱讀者之前見與目前現況，用自身過往的經歷，與目前欲吸取經驗之心境，對當下所閱讀之文字產生出不同的看法與評斷，這樣對於文字的觀察，經由閱讀者再闡述時，加上自我的想法而生成的，不論是用文字或是言語的方式來表達，此將原有所見，後與他人分享皆能稱其為詮釋。

因此，本研究將運用詮釋學中的「創造的詮釋學」，經由探究相關書籍及文獻後，以文字將所彙整與統整之資料呈現於研究中。

一、詮釋學

¹⁰ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話全集：隨身典藏版》，台北市：方智，2012，頁 43。

¹¹ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話全集：隨身典藏版》，台北市：方智，2012，頁 48。

根據國家教育學院中的名詞釋義，詮釋學（德語 Hermeneutik、英語 Hermeneutics）¹²一詞，源自赫爾默斯（Hermes）¹³。赫爾默斯在希臘神話中，是最高統治者，掌管雷、電及雨的天空之神宙斯（Zeus）¹⁴與女神瑪依亞（Maia）所生的兒子¹⁵。而赫爾默斯相對應羅馬神話中的墨丘利（Mercury），即以大眾較為熟知，以在天上運行較快的水星（Mercury）為其命名。

據說赫爾默斯是宙斯的信使之神，可以自由進出神界、人間與冥界，是一位精明、狡猾、優雅而迅速的神。由於神、人、冥界所使用的語言不同，三界之間無法直接用語言來作為溝通的媒介，因此，需借助赫爾默斯的翻譯與解釋的能力，來幫助這三個不同的世界之資訊的交流與傳達。

就目前的研究所知，「詮釋學」一詞最早出現在一六二九年，德裔路德教派神學家約翰·丹豪爾¹⁶，創造以拉丁語「Hermeneutica」一字，來稱此研究領域之人。由於當時詮釋學的研究理論，大多用來詮釋基督宗教¹⁷的《聖經》，因此中譯名因其強調的面向之不同，而常被狹義地將此一字詞，翻譯成「釋經學」、「解經學」、「解釋學」、「釋義學」等等，¹⁸而詮釋學此一學問，即作為詮釋、理解、翻譯，用以傳遞與解釋的一門學科。

本研究將藉由詮釋學的方法，用以詮釋、解釋以及理解文本，並將其作為研究的基礎型態，期以此來理解文本中所想表達之內涵。並將神性與靈性的研究，以詮釋的方法導入《與神對話》的書文之中，用以切入書本內容的話語之內。

在余德慧所著之《詮釋現象心理學》一書中有云：「理解文本，並不是字義的拆解或堆疊，而是文本的「立身處世」；文本的詮釋是在世界之中的話語

¹² 潘德榮，《西方詮釋學史》，台北市：五南，2015，頁 14。

¹³ <http://terms.naer.edu.tw/detail/1678710/>（檢索日期：Dec/11/2020） 詮釋學 圖書館學與資訊科學大辭典

¹⁴ 羅馬神話的朱彼特（Jupiter）

¹⁵ 伊迪絲·漢彌敦，《希臘羅馬神話：永恆的諸神、英雄、愛情與冒險故事》，台北市：漫遊者，2015，頁 35-36

¹⁶ Johann C. Dannhauer, 1606-1666。

¹⁷ 基督宗教，亦稱為基督教（Christianity），廣義的來說，基督教包含有天主教、希臘正教、基督新教、以及一些較小的派別。

¹⁸ http://mephiology.ccu.edu.tw/entry.php?entry_name=詮釋學。（檢索日期： Dec/11/2020）

行動，在處境脈絡之中實現。」¹⁹當人們在運用詮釋學的方法，來解釋所閱讀的文本時，研究者是否能夠以非常客觀的面向，並站在一個全新的視野，看待每一個文字、並用新的視角來審視每一個句子，而非以先前所學、所知的既有方向來做詮釋。想要跳離既有的框架中，用全新的方式來閱讀和詮釋，這將會需要研究者用一個嚴謹客觀的態度來處理與斟酌。

因為文字本就是屬於藝術的一種，而藝術的呈現，原即出自於創作者當下主觀的展示；然而，解讀者能否如實地揣摩，每一文本內所有字句中之真義與當中的內涵，接著又如原創作者般，將所有文字中，外在與內在面向，如電腦文書處理複製貼上般的完整重現，分毫無差呢？

詮釋者的知識來源與建立，亦能成為詮釋當下的根基；可根基建立的正確與否、穩固力量能否堅實，豈是一時半刻即能有所成，若非受過長時間的內化與傳遞訓練，對於文本與文字不慎後的誤解，爾後所產生出巨大的蝴蝶效應，應是作為一位學術研究者應當時刻提醒自己的。此外，每每受到新的發現、增加的知識量、重新閱讀文本後的新感受，皆可能影響爾後的理解和詮釋。

詮釋前對於作者的背景理解，是否有助於增加研究者的詮釋能力呢？我想答案應是肯定的。但關於背景的理解，又大多是從文字與影音的紀錄而來，這些紀錄的方法、得到的管道，是否又是另一位紀錄者的理解？作為一位研究者，若期許自己能夠是一位好的詮釋者，必定要能夠站在堅定的角度、並以客觀的能力、與主軸的判別力、清楚的思維力、以及分析梳理脈絡的腦力。具備有種種足夠的研究基本條件後，才不致落入一層又一層的文字陷阱中。

然而，在解讀詮釋文本之前，對於相關部分的前理解，範圍應越加寬廣，且小心仔細的核實所讀、所寫。倘若能在詮釋文本之前，對於文獻與相關專書，有足夠地通透能力、與全面地知悉度，則會更有助於對文本視域理解，如此加以重整後的分析探究，方能夠有較全面的詮釋能力。就此將在對於《與神對話》之內

¹⁹ 余德慧，《詮釋現象心理學》，台北：心靈工坊，2001，頁 173。

容逐一客觀分析及理解後，透過靈學與新時代的相關背景耙梳《與神對話》的作者，欲於書中表達之文字的意涵。

二、創造的詮釋

「創造性的詮釋學」是由學者傅偉勳²⁰所創；他期許自己能夠融通現代西方哲學，因此他認為日常語言分析，是必要的西方哲學方法論之一。在他接受王讚源訪問時說明他自創「創造的詮釋學」之緣由，是：「日常語言分析幫助我們發現，語言表達在各種不同的脈絡或語境，就有各種不同的意義。即一個字辭或語境所具意義的形成，端看它受那一種的語言使用條件或規定而定」²¹因此在閱讀書籍或是他人話語時，運用此法是為了讓我們得以理解作者，或是演說者其原有構思的根本原理。

詮釋學所代表的意義是對談與溝通，而傅偉勳的「創造性的詮釋」應用「層面分析法」將之分為五大辯證層次，有「實謂、意謂、蘊謂、當謂和創謂」。²²就此，本研究擬透過創造性的詮釋學方法，進行生命關懷與《與神對話》之探討，研究如下：

一、「實謂」層次：要探問「原作者（或原典）實際上怎麼說？」在此一層次中所涉及的是版本考證、比較與原典校勘等等的課題；²³因此，本文擬將尼爾·唐納·沃許，所寫之《與神對話》系列書籍，不同時期所記錄出版之內容，與生命關懷概念中之意涵，做一客觀分析比對其異同之處。

二、「意謂」層次：要探索「原思想家想要表達甚麼？或是他所『實謂』的究竟是甚麼？」這一層次關係到原典文字的訓詁與語意分析；目的在解釋字詞義、句義甚至段義，是屬於訓詁學的一門功夫；²⁴基於此，本文擬就尼爾·唐納·沃許，所寫之《與神對話》系列書籍，梳理各個文本中生命關懷之象徵意義。

²⁰ 傅偉勳，台灣省新竹市人。生於1933年10月7日，1996年10月15日病逝於美國。

²¹ 王讚源，〈創造性詮釋學家-傅偉勳教授訪問錄〉，《哲學與文化》，(第24(12)期，1997)，頁1196。

²² 王讚源，〈創造性詮釋學家-傅偉勳教授訪問錄〉，《哲學與文化》，(第24(12)期，1997)，頁1202。

²³ 王讚源，〈創造性詮釋學家-傅偉勳教授訪問錄〉，《哲學與文化》，(第24(12)期，1997)，頁1202。

²⁴ 王讚源，〈創造性詮釋學家-傅偉勳教授訪問錄〉，《哲學與文化》，(第24(12)期，1997)，頁1202。

三、「蘊謂」層次：目的是為了繼續探問「原思想家可能表達什麼？或是他所言可能蘊涵的是甚麼？」此一層次所要做的工作是，透過現已存在之種種詮釋的比較研究，歸納出較有理據的詮釋，以便發現原有思想之深層義理；²⁵承上所述，本文擬就尼爾·唐納·沃許，所寫之《與神對話》系列書籍，與其他學者研究之生命關懷概念，釐清文本當中更深層之關懷意涵。

四、「當謂」層次：在這一層次當中，我們必須探問「原思想家原本應當說出什麼？或創造的詮釋者為原思想家應當如何重新表達，以便講活原來的思想？」這一層次即是要進一步將「蘊謂」層次的詮釋進路之個別深層意涵，挖出更深層的義理結構；²⁶就此層面，本論文擬就尼爾·唐納·沃許，所寫之《與神對話》系列書籍，逐一深入比較，試圖探討其深層意涵如何透過生命之關懷來展現。

五、「創謂」層次：此層次裡，要探問的是「原思想家現在必須說出什麼？或為了解決原思想家未能完成的思想課題，我現在必須創新說出甚麼？」此時，創造的詮釋家必須要有自我轉化的能力，從原本的批判繼承者，轉而成為創造的發展者；²⁷在此層面，本論文將透過前面的四個層次之歸納分析，藉以理解尼爾·唐納·沃許，所寫之《與神對話》系列書籍中是如何呈現關懷於其所述之文字，並經由五個層次之探究，運用於生命關懷之各個面向的實踐當中。

²⁵ 王讚源，〈創造性詮釋學家-傅偉勳教授訪問錄〉，《哲學與文化》，(第 24(12)期，1997)，頁 1202。

²⁶ 王讚源，〈創造性詮釋學家-傅偉勳教授訪問錄〉，《哲學與文化》，(第 24(12)期，1997)，頁 1203。

²⁷ 王讚源，〈創造性詮釋學家-傅偉勳教授訪問錄〉，《哲學與文化》，(第 24(12)期，1997)，頁 1203。

第二章 《與神對話》的成立背景與開展

宗教 (Religion) 一詞，若從語言學中找尋其詞意，此字是源於拉丁文。re 有再次 (again)、強調 (intense) 之意，lig 有聯結 (to tie)、綑綁 (to bind) 之意，ion 表示動作 (act)、狀態 (state) 的意思。而 Religion 則指的是相信一個擁有特殊能力，能夠控制人類的超能力者，特別指的是人們所信奉的神。這些將天地之間與人類再次聯結的狀態，即是宗教一詞的來源。¹依照前述之詞意解釋來看，似乎只需擁有與一般人不同之特殊能力，並且具有能夠連結天地與人類者，即可將其稱為宗教。

但由於幾千年以來，人們判定宗教之所以能成為一個宗教，應必定需要具有某些特徵，才會被人們稱之為宗教。因此，在美國宗教研究學者邁克爾·莫洛伊²所寫《體驗宗教》中，特別提到宗教必需體現出某些特徵，我們方可將此團體稱之為宗教。這八要素分別為：信仰體系 (belief system)、團契 (community)、核心神話 (central myths)、禮儀 (ritual)、倫理 (ethics)、獨特的情感體驗 (characteristic emotional experiences)、器物表達 (material expression)、神聖性 (sacredness)。³ 以上這些被眾人稱為宗教的八要素，然而，在此新時代運動中，似乎無法找到完整符合宗教之所有特徵。

此外在每一個不同的宗教之中，或多或少都會有其神聖性，或是帶有神秘的色彩。況且這些宗教的信仰體系裡，也會有其各自神聖名稱，用來稱呼人們所體驗到的神；例如：上帝、尊者、佛、神、造物者、聖母、帝君、祖靈、神靈等等⁴。在前述有著特定神聖名稱的不同宗教團體中，亦可能出現屬於該宗教的人生哲學，或是關於人的一生活，自出生到死亡的一套邏輯與理論。並且會有教團內需

¹ 邁克爾·莫洛伊，《體驗宗教》，北京：北京聯合，2018，頁3。

² Michael Molloy，生於1940年。

³ 邁克爾·莫洛伊，《體驗宗教》，北京：北京聯合，2018，頁4。

⁴ 邁克爾·莫洛伊，《體驗宗教》，北京：北京聯合，2018，頁5。

要遵循的特定模式；如：齋戒、禱告、追思、彌撒、祭拜、誦經等等。還會有固定的宗教聚集場域，如：佛堂、寺廟、教堂、神社、道場、教會等等，用以提供有著共同信念的人們一個或數個聚集場所。

上述之宗教條件與神祕性，相對之下與本研究之系列套書的作者尼爾·唐納·沃許對話的神，在其神聖性的各項條件中的相符之處，似乎不容易見到前述之研究宗教所需的必要條件。

換言之，應著新的思潮出現在新的世代中，新時代運動的浪潮持續至今已有一半世紀之久；在地球上的人們極盡所能，大量強化硬體進步的同時，亦將心靈的進步帶入了這股改進的思潮之中。由於人類期望生活便捷改造的同時，給地球在環境上、與地球上的生物，帶來許多無法挽回、改變與回覆的破壞。有幸的是，在尚未破壞殆盡之前，這股新時代運動的思潮，開始引領著人們，去觀察內心真正需求、以及感受自然、生命和宇宙之間所需的平衡。

人們在許多時刻中，常因為未知的事務而感到恐懼，還有許多的人，對於未來的無法掌控而焦慮。新時代運動將「整體性」(holistic)與「合一性」(oneness)的概念⁵，置於人們的面前。將原本自覺渺小平凡的人類，與高高在上的神靈，畫上等號。

亦將自認高於其他生物的人類，和其他在地球上的所有生物，連結在一起。並且將人們對於未來與未知的害怕，理解為自己所造，將生命所蘊含之不確定性、與未來的規劃者，都放置在自己手中。

新時代運動所主張的心靈解方，提醒著深陷於心煩意亂的人們，應當時時刻刻皆專注於當下、隨時都能提醒自己；在關注呼吸、活在當下、享受每分每秒的快樂的情境下，使身、心、靈分秒皆處在平靜的狀態中，以此心境來體驗與萬事萬物的結合，爾後再運用自己的心，帶領與創造自身的富足。並感受與萬物連結合一，讓生命歷程有不同的體驗。

⁵ 王季慶，《心內革命：邁入愛與光的新時代》，新北市：賽斯文化，2020，頁 46。

由於新時代並非具有宗教中的權威與強迫性；且不以偶像崇拜為其主軸，亦無自立或他立偶像；也不會期待有外在之大師、聖賢或是神明來拯救人類；更沒有戒律規範、與教條限制。⁶在《與神對話》系列書籍中與作者對話之神，即是在此不具宗教特性的新時代中所生。

即便是作者本人也常會疑惑地反問自己，與之對話的，是否真有其神。但在新時代運動中所衍生出的，不論其是否為宗教中所具神聖性的神；亦不考證尼爾·唐納·沃許，口述、紀錄的與神對話是否為真；新時代運動所帶給人類的，是一個全新看待生命與萬物的視野，一個改變對於權威與自我看法之全然不同視角。

因此，關於《與神對話》系列書籍，雖是新時代運動發展後出現的著作；但對於西方心靈學的討論，則是自古即被人們探究。就此，本章節，將從西方超心理學發展脈絡，接著是新時代運動在台灣之發展，最後則是《與神對話》之創作緣由，這三個部分，逐一研究與探討。

第一節 西方超心理學的發展脈絡

自古以來，關於心靈研究的分界線並非是輪廓鮮明的，且包含許多非正統之邊緣區域的論述，因此並不被正統科學視作一門正式的學科。⁷雖然在東西方皆有許多超自然現象的說法與記載，但這些紀錄與討論並未獲得主流學術與專家們的認同。因此，這一類的超自然的心靈學，常會被視為怪力亂神、無稽之談、沒有科學證據、只為安撫人類心靈的信仰之一。

欲探究心靈學相關，必定也會接觸到神祕學、密契、冥契、開悟等之研究，或是詞彙，以上這些探究、字詞、議題、註解、及詮釋上可能會有字上的不同處，但或多或少都與信仰有所關連。然而，信仰所可能表現或是呈現出這許許多

⁶ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話完結篇：全面進化》，台中市：一中心，2018。頁8。

⁷ 艾弗·格拉頓·吉尼斯 主編，《心靈學：現代西方超心理學》，遼寧：遼寧人民，1988，頁6。

多的象徵，這些象徵大多並非是被刻意營造出來的，而是經過世世代代的接收、替換；並因應時代、文化的變遷，使之順應民情而變化至今。

這許多超心靈學的研究，除了不被主流學術認同外，對於此門研究的專業術語亦有許多種不同的稱呼方式；如：“心靈研究”（psychical research）一詞雖曾於十九世紀流行，但近幾十年來，這一術語已逐漸被本杰明·B·沃爾曼，於一九七七年所編輯出版的《超心理學手冊》（*Handbook of parapsychology*）一書的書名“超心理學”（parapsychology）⁸一詞所取代。⁹就此，本節將就發展心靈學發展歷史脈絡、現象與研究逐一分析探究。

一、心靈學（西方超心理學）史概述

根據楊惠宇在《生命學報》期刊〈心靈學發展史研究〉中，將西方心靈學的發展史，分成以下幾個重要階段：從古代至西元一七五〇年代左右；此時期是人類的心靈力量與宗教之存在一直持續的發展。接著在西元一七五〇到西元一八五〇年；這長達一世紀的期間，是梅斯麥術（Mesmerism）最興盛的時期；梅斯麥術在爾後被稱之為催眠術（Hypnosis）。到了一八五〇年後的三十年間，直到一八八二年；是歐美社會通靈術（Spiritualism）最風行的一段期間。爾後，至一九三〇年；這段期間開始，人們逐漸重視及關注精神力量與通靈的現象，因此開始有了許多研究心靈狀態機構的設置與開展。到了一九三〇之後，至一九六〇年代；美國超心理學家喬瑟夫·班克斯·萊恩¹⁰，將「超心理學」（Parapsychology）¹¹帶入了正式的科學研究階段。¹²

歷史上第一個心靈研究組織之起源，則大約開展於一八八一年十二月；由英

⁸ Parapsychology 一詞可譯為「超心理學」或是「心靈學」，亦有人將 Parapsychology 稱之為「靈魂學」。此一學問，主要是在研究人類的意念、輪迴、預言、瀕死經驗、潛意識等等的超自然現象。

⁹ 艾弗·格拉頓·吉尼斯 主編，《心靈學：現代西方超心理學》，遼寧：遼寧人民，1988，頁 8。

¹⁰ Joseph Banks Rhine, 1895-1980。

¹¹ 超心理學研究的四大類內容：超感應力(Extra-sensory Perception, ESP)、心靈制動(Psycho Kineses, PK)、非肉體存在(Discarnate Entity, DE)、意識狀態改變(Altered States of Consciousness, ASC)。

¹² 楊惠宇，〈心靈學發展史研究〉，《生命學報》，(2 期，2007)，頁 99。

國唯靈論¹³的一位國家通訊社首腦，亦為新聞記者的埃德蒙·道森·羅杰斯¹⁴對其同伴提出創立一個學會，目的是讓那些對於超自然現象感興趣的人來參加。並由當時是聖三一學院的研究員亨利·西奇威克¹⁵出任第一屆主席。自那時起，直至現在，心靈研究會始終與英國聖三一學院保持著密切的關係。爾後，在幾次與有關人員會議討論下，最終於一八八二年二月二十日，在聖威新街 23 號，公告正式成立歷史第一個心靈研究組織。¹⁶

這個專為研究心靈現象的「心靈學研究會」(The Society for Psychical Research, SPR)，會內的初始創立學者們認為，人類應該以科學的方法、及科學的精神來研究此一現象，且應以客觀的科學論證來加以解釋與詮釋，這些目前科學亦尚未知曉的心靈學現象，不應對這些超自然現象，因未知而有著先入為主的偏見。¹⁷

創建的初期開始了許多關於此的實驗；有催眠、自動心靈體驗等等。心靈研究會成立的時間是在理性運動的年代中，當時的物理學正產生的巨大的進步；當英國生物學家查爾斯·羅伯特·達爾文(Charles Robert Darwin 1809-1882)將人簡化為一個機械化的物體時，人類的心靈就僅被認定為一個運轉的物質。¹⁸

在英國成立心靈研究組織之後的幾年，陸陸續續有許多的國家，也紛紛開始跟進，做超自然與心靈的研究，並於各地區成立專門的研究機構；美國於一八八五年時，成立了「美國心靈學研究會」(American Society for Psychical Research, ASPR)。法國則是在一九一九年，才成立了「形上心靈學國際學會」(Institut Métapsychique International, IMI)。而德國成立的「超心理學學會」(Institut für Neuropsychologie)，則是在一九二八年。在此之後，代表研究心靈超自然現象的

¹³ 唯靈論：其宗旨為“世界萬物都是有靈魂的”；而世界靈魂，則是一個包括一切的大靈魂，即為上帝；其它的一切靈魂，僅是包括在這個大靈魂中的小靈魂；而世界的存在不過是靈魂的外化；世界的統一，就統一則需在上帝這個大靈魂當中。。

¹⁴ Edmund Dawson Rogers, 1823-1910。

¹⁵ Henry Sidgwick, 1838-190。亨利·西奇威克亦是當時聲名卓著的哲學家。

¹⁶ 艾弗·格拉頓·吉尼斯 主編，《心靈學：現代西方超心理學》，遼寧：遼寧人民，1988，頁 13-14。

¹⁷ 楊惠宇，〈心靈學發展史研究〉，《生命學報》，(2 期，2007)，頁 101。

¹⁸ 艾弗·格拉頓·吉尼斯 主編，《心靈學：現代西方超心理學》，遼寧：遼寧人民，1988，頁 12。

學問，即被稱為「心靈學」及「超心理學」。¹⁹

到了一九三四年，美國一位在杜克大學²⁰的萊因博士²¹創立了第一個正式鑽研超心理學的研究所；但是由與此思想在當時仍屬於非主流的，因此，很難普遍被正規學府所接受，直到一九七〇年代，才在加州大學洛杉磯分校開始有了同一類的研究。²²

爾後，更由於美國廢止了排除亞洲人法案，使得許多來自東方各國的宗教大師，得以逐漸於美國開展，並設立各個據點；例如：禪師、蘇菲主教、印度的上師等等。²³從此便開啟了新時代運動之萌芽意識另一篇章。

美國的媒體開始注意新時代運動是自一九八〇年代起，但此時期的媒體大多關注在怪力亂神的面向，如此的報導使得學術界和科學界更加不屑此運動。因此，許多有心之士，便轉而用另一種不同的名稱來傳遞此運動，以避開被各界貼上的標籤，如：形而上學、新心靈、東方宗教、玄學、新科學、自助生活等。²⁴但實際深入探究便可理解到，這一切所傳遞的或多或少，都與新時代運動有著些許的相關性。

二、歐美新時代運動介紹

英國在一九六〇年代便已經出現過少數「光」的團體，²⁵其理論是源自於神智學²⁶，此團體主要是以「通靈」為主，用冥想、修行、簡樸公社等方式生活，在此概念當中的「尋找號角社區」(Findhorn Community) 為其最負盛名之基礎理念；以開闢出一片花園，用愛、能量、氣的方式，栽培出花卉果蔬；爾後，由栽

¹⁹ 楊惠宇，〈心靈學發展史研究〉，《生命學報》，(2期，2007)，頁102。

²⁰ Duke University。

²¹ Joseph Bannks Rhine, 1895-1980。

²² 王季慶，《心內革命：邁入愛與光的新時代》，新北市：賽斯文化，2020，頁31。

²³ 王季慶，《心內革命：邁入愛與光的新時代》，新北市：賽斯文化，2020，頁32。

²⁴ 王季慶，《心內革命：邁入愛與光的新時代》，新北市：賽斯文化，2020，頁42。

²⁵ 王季慶，《心內革命：邁入愛與光的新時代》，新北市：賽斯文化，2020，頁33。

²⁶ 神智學(Theosophy)，亦有將其譯作「證道學」或是“通神學”；此一詞來自希臘語“theos(神聖)”及“sophia(智慧)”兩字的結合，即是“神聖的智慧”之意。神智學並非為宗教信仰之一，泛指各種神秘主義學說；證道學一詞，還可以將之理解為「道的證悟」或是「求證自然法則與天人關係」。

培花果轉為栽培人靈。這些方式之後亦渡海到了美國，對美國產生了某種程度的影響，因而成為新時代運動開始的影響力之一。²⁷

另外，在美國也有一位對於新時代運動具有影響力的人艾德加·凱西²⁸，他生於一個虔誠又保守的基督教環境中，自幼便擁有超能力，能夠看見他人無法見到的影像，並且與之交談。在二十一歲時突發眼疾，無法治癒。後來，他不知為何進入了自我催眠的狀態，找到的病根及治療的方法。在他去世後，關於這些部分的敘述都被完整保存於維吉尼亞州的「研究和啟發協會」，也就是「艾德加·凱西基金會」的檔案中；當時還被譽為「催眠的先知」，因為他會幫群醫束手無策的病人，用非醫學的不同的方式來發掘病因，甚至還會開藥方治癒他們。²⁹

原本凱西做這些事的用意，僅是想經由催眠幫人療病，但卻在催眠的狀態中，見到了人們轉世（reincarnation）的過去與未來，使得基督教背景的他，對於這些狀況感受到諸多的困擾。爾後通過他在聖經中，找到些與此相符的說法，才讓他得以繼續。³⁰

艾德加·凱西過世之後，經由「研究和啟發協會」會員的研究整理出書，其書內容有談論到關於「夢、心態和情緒、飲食和健康、超感官知覺、宇宙的秘密、預言等。」他所描述的與神祕主義和玄學傳統不謀而合，但由於他是一位美國基督徒，具有高尚的道德與質樸的標準的教徒，由於此雙重身分，而非基督宗教所講的異教徒，因此對於有基督信仰的教徒衝擊之大可想而知。³¹

爾後，在一位美國女演員莎莉·麥克琳³²將其自身經歷，自編自導自演成名之後，美國社會便開始察覺此運動之存在與影響力；因此到了八〇年代中期，美國的媒體才因此風潮注意到新時代運動的出現。³³

²⁷ 王季慶，《心內革命：邁入愛與光的新時代》，新北市：賽斯文化，2020，頁 34-35。

²⁸ Edgar Cayce, 1877-1945。

²⁹ 王季慶，《心內革命：邁入愛與光的新時代》，新北市：賽斯文化，2020，頁 35。

³⁰ 王季慶，《心內革命：邁入愛與光的新時代》，新北市：賽斯文化，2020，頁 36。

³¹ 王季慶，《心內革命：邁入愛與光的新時代》，新北市：賽斯文化，2020，頁 36。

³² Shirley Maclaine，生於 1934 年，曾經獲得奧斯卡最佳女主角獎，陸續將自身接觸形而上學的過程，寫成《邊緣外》(Out on a Limb)等書。

³³ 王季慶，《心內革命：邁入愛與光的新時代》，新北市：賽斯文化，2020，頁 37。

三、心靈現象的範圍（鬼怪、精神病等等）

心靈學研究會的第一屆理事會，由十三名唯靈論者和六名非唯靈論者所組成，在成立後，指定了六個委員會，分別從事不同方向的調查；第一、思維閱讀；後稱思維傳感（Thought-Transference）。第二、催眠術。第三、賴肯巴赫現象（Reichenbach Phenomena）。³⁴第四、魂、靈以及鬧鬼的房子。第五、物理的現象。第六、文獻委員會。這些委員會，在當時由於進展迅速，都對這些調查做了非常詳盡的報告。並於此委員會時期發明了「傳心術」一詞，在一八八二年十二月九日公開使用。³⁵

對於當時的超心理學研究者來說，心靈研究會所提供的事證，具有高度批評精神及一定程度上的可信度，因此聞名於英國與海外。美國心理學兼哲學家威廉·詹姆士，即曾於一八九七年寫到：「假如要我指出一份科學雜誌，從中能充分看到對錯誤來源的固執而無止息的懷疑，我想我一定會重提心靈研究會的《會議錄》。」³⁶足見心靈研究會，在當時所傳遞出的訊息，在一定程度上是受到大家所信任的。

心靈研究發展，至十九世紀末期時，在英國的社會名流間掀起了一陣研究心靈現象（psychic phenomenon）的熱潮，在此熱潮當中，還包括了創造福爾摩斯探案的名作家柯南道爾博士。博士組織了「靈魂學會」，此學會主要是邀請一些相關人士來進行一連串的實驗，有靈媒、特異功能人士等。當時所流行的降神會（séance）是以與亡者建立溝通管道為首要之務，目的是為了證明靈魂的存在，有點類似我們的牽亡魂的概念。³⁷

另外，在瑞典有位身兼數種身分的科學家、哲學家和作家伊曼紐·斯威登堡³⁸，他宣稱自己親眼見到死後的世界以及天堂，並且具有能夠與自然界的精靈溝通的能力。在他提倡的「和諧」（harmony）的教義中，描繪的是一個和諧的宇宙，

³⁴ 據稱可在稍微接通電流時，於一個大磁體上之磁極上看到光。

³⁵ 艾弗·格拉頓·吉尼斯 主編，《心靈學：現代西方超心理學》，遼寧：遼寧人民，1988，頁 15-16。

³⁶ 艾弗·格拉頓·吉尼斯 主編，《心靈學：現代西方超心理學》，遼寧：遼寧人民，1988，頁 20。

³⁷ 王季慶，《心內革命：邁入愛與光的新時代》，新北市：賽斯文化，2020，頁 30。

³⁸ Emanuel Swedenborg, 1688-1772。

在這個狀態中的「物質」與「非物質」之間的界線是流動的；此學說影響了神智學。³⁹這個將東西方宗教傳統融為其教義的神智學會，教義當中特別強調的是宇宙中的一個階層組織(hierarchy)，如基督、活菩薩和一些大師們，都是大眾的「老師」。⁴⁰

第二節 新時代運動在台灣

自一八五〇年代起，歐美國家的專家與學者，開始投注了心力與關注於研究心靈的力量、及超心理學的探討；⁴¹進而使得往後的某些宗教模式有了新的開展，因此在一九六〇年之後，「新時代運動」(New Age Movement)思潮團體得以藉此順勢興起。

在台灣的新時代運動被引進之前，許多的社會學者，如瞿海源、林本炫等人，已著手研究「新興宗教運動」(New Religious movements, NRM)在台灣的發展情況；特別是在一九六〇年代後期，直至一九八〇年代這一段時間內，部分宗教在世俗化過程當中的轉變、衰退、乃至於消失等等的議題。⁴²這波以宗教為主的新興運動，更在一九八七年解嚴之後，以中產階級、非特定群體為主，因社會中呈現出多元價值觀，使得宗教概念亦在此時期有著些許的轉變。

瞿海源的研究中，即說明在這段時間的信仰變化，他說：

不同的變動時代會有不同的新興宗教現象。1970年代，台灣經濟和社會快速變遷，本土新舊宗教都經歷了很大的變化，有些宗教越來越興盛。1987年解嚴帶動了多種新宗教的興起。在這中間，社會變遷和宗教變遷之間有著必然的重要關係。⁴³

由此潮流引起的改變，除了在既有之宗教團體與信仰狀態的有所不同之外，生活

³⁹ 王季慶，《心內革命：邁入愛與光的新時代》，新北市：賽斯文化，2020，頁33。

⁴⁰ 王季慶，《心內革命：邁入愛與光的新時代》，新北市：賽斯文化，2020，頁33-34。

⁴¹ 楊惠宇，〈心靈學發展史研究〉，《生命學報》，(2期，2007)，頁101。

⁴² 林本炫，〈「新興宗教運動」的意義及其社會學意涵〉，《世界宗教學刊》，(第三期，2004)，頁3。

⁴³ 瞿海源，〈台灣的新興宗教〉，《二十一世紀雙月刊》，(第73期，2002)，頁103。

與行為型態，也隨之呈現出自由與多元的現象。由此開放與變化，外來文化得以進入台灣，使得原有既定的宗教團體及形式發生不同之改變與轉化。

順著此波運動而引進的新時代運動，在王季慶的《心內革命：邁入愛與光的新時代》一書中說明到，新時代並非代表某一種宗教，其原由是因新時代：

缺乏統一的教義，更沒有教條、戒律或階級組織。但他關心的主題遍及於宇宙、自然、人間、生死、關係等所有宗教關切的問題，可以說極富於「宗教情懷」。而其反對權威，避免僵化的形式，卻又時時乎應「解構主義」。它堅信宇宙萬物都是來自「一切萬有」。但「一切萬有」並非人格化的神，並非力量大我們萬萬倍、集合我們所有理想特質於一身、來管理和賞罰我們的審判者；這一切不過是由我們想像和投射出來的。當我們觀察「上帝」概念的演變時，其實正可看出人對「自己」看法的演變。⁴⁴

由於當時的社會環境、及與國外文化交流上變得較之前更容易便捷，使得人們因生活富足，致使心之欲求，由外轉由向自身內部的探詢，與觀察自我，以及不假外求。

台灣的新時代運動，最初是由王季慶，自一九八〇年起，開始翻譯「賽斯書」⁴⁵，爾後又逐步翻譯了《與神對話》此一一系列的套書。新時代運動出版之書籍，與所傳達出的理念，融合了神聖與世俗的生活。這些理念可使人們在思想上得以自我提升。新時代運動並非用自古以來傳統宗教的方式來傳遞其概念，雖非屬宗教，但卻在提升心靈方面有其不同面向之內涵。

在台灣，新時代運動開展之後，社會與文化的議題，隨著西方世界發展與變化理念之傳導，致使個人主義的色彩的增強，讓人們對於靈性的追尋，不再僅有依附於某一個宗教之內的選項。到了一九八〇年之後，更由於王季慶將新時代運

⁴⁴ 王季慶，《心內革命：邁入愛與光的新時代》，新北市：賽斯文化，2020，頁 37。

⁴⁵ 一九六三年開始，一位美國通靈作家，珍·羅伯茲(Jane Roberts, 1929-1984)在每週兩次的出神狀態中，代替一位不具形體的靈性導師「賽斯」，傳達「塞斯資料」，並由她的先生紀錄。目前資料皆存於耶魯大學圖書館。其傳達的內容包含心理學、醫學、物理學等。

動之多部著作引入台灣，使得台灣信仰或是宗教的發展脈絡，亦因為此一新時代運動，讓人們對於信仰、或是宗教之態度、制度、形式與規範，起了些不同的新轉變。

但是，在原有的某些宗教體系中，如此悖神的運動觀念，是不被允諾認可的。在周國祥譯，由 Fr. Aidan Nichols, O.P.⁴⁶所寫之〈新時代運動〉中有云：

「新時代運動」是今日西方世界最重要的宗教（或許偽宗教）運動，目前正方興未艾，蒸蒸日上。在目前的階段是個外圍運動集團、群體、個人的大集合，更似一群關係鬆弛、雜亂無章的烏合之眾。就思維、做事、情緒來說，卻具有「形如家庭」的模式。新時代運動雖富有印象派的色彩，但並不表示是一件虛幻玄妙、捉摸不定的東西，因而一無切實的內涵，也產生不了什麼效果。⁴⁷

這些不被接受、以及反彈的聲音，是因為對於那神聖性的崩塌？亦或只是單純地無法接受新的多元宗教呈現方式呢？

無論哪一個的宗教或是團體，是否願意認可、同意這樣的改變，到最後還是得要適應這一新的信仰模式，如此才能夠因應環境變化，得以讓既有的宗教，繼續保持對社會與人們的影響力。⁴⁸宗教的團體較需要仰賴民眾，因此需要視信眾之需求而變化，才可能得以將之延續，否則就只能等待時間將其吞噬、消失，成為歷史的一部分。

雖在舊有的宗教體系中，並不那麼受到支持的新時代運動，卻真真實實地受到另一派群眾的接納。如：劉易齋在《國防大學學報》中所發表的〈靈性禪修的

⁴⁶ Fr. Aidan Nichols, O.P. (born in 1948, English academic and Catholic priest)

⁴⁷ 周國祥譯，〈新時代運動〉，《神思》，（第十九期，1993），頁 124-136。

⁴⁸ 邁克爾·莫洛伊，《體驗宗教》，北京：北京聯合，2018，頁 497。

生命教育》期刊裡，即因對新時代運動產生共鳴後，將新時代對於物質文明的反思，融入於生命教育之中。並試圖探究靈性教育對於生命關懷，乃至於生活價值、人格養成、智慧啟發、與社會和諧等等，可促進人類整體發展的關連性、及如何反璞歸真之道做出討論。⁴⁹新時代運動中所夾帶對於的信仰上的改變，即便是不被原本的主流宗教所接受，但對於欲使自己成為更好的人們，應當確實可能有其正面的影響。

在每一個世代的轉換時，從事轉化的運動，總是會有著正反兩方的不同意見；在這新興宗教出現後，西方社會即用 Cult 一詞來稱呼「新興宗教」；然而 Cult 是一個非正面的用字，會讓人聯想到一些非正規的意涵。⁵⁰除了宗教運動之外，如藝術領域中的巴洛克風格的初期，也是因為文藝復興時代人們，對於過多裝飾風格的接受度較低，因此用代表腐敗的珍珠、或是貝類的巴洛克（Baroque）一詞，來形容一個新興多裝飾的藝術風格。

但在研究歷史演進的脈絡中，我們不難發現一種狀況，那即是，不論在什麼領域中，這些看似變化頗大的全新領域的出現，並不意味著前代的完全消逝；很多的想法、風格、概念等等，在許久後亦能夠接受著時間的考驗，有些融合延續，有些則是完整地保留。這些難題皆非當世代能及時給予評斷；這所有的好與壞、是與非、對與錯，在變化之後的歷史，即能當作最佳的見證者，屆時再給出評判，或能用較客觀的角度，來審視後面出現不同時代的新產物，所給予前人的究竟是衝擊、或是助益。

由於新時代運動非發跡於台灣，因此，我們必須先去理解，新時代運動引進台灣之前，此新興風潮為何得以在北美洲興起一股風潮之成因；在學者董芳苑所寫之《“前世今生”的宗教背景：新時代運動》中，有提到發起此運動與興起旋風的實際狀況，文中寫到：

「新時代運動」（New Age Movement）源自於七〇年代的美國。

⁴⁹ 劉易齋，〈靈性禪修的生命教育〉，《國防大學通識教育學報》，（第 8 期，2018），頁 21-36。

⁵⁰ 林本炫，〈「新興宗教運動」的意義及其社會學意涵〉，《世界宗教學刊》，（第三期，2004），頁 3。

在這個受基督教文化深刻影響的國度，人人因為戰爭（韓戰與越戰）所引發的不滿，以及對高科技現代化社會生活之失望，為此而極端的嚮往東方神秘主義與自然主義，只要是東方的經驗都加以接納與學習。⁵¹

因為美國人民普遍對於當時所處之大環境的現有狀況有所不滿，致使有一群人急欲改變，並將這些充滿神秘色彩，能夠由心、內在改變的風潮引進，逐步地影響美國。

這些東方風格的神秘與自然主義，在北美洲得到認同且大為流行的有：禪定、冥想靜坐、占星術、通靈術、輪迴說、日本柔道、韓國跆拳道及中國功夫（拳術）等等。⁵²這些部份的擴散傳遞，使得一個新的信仰運動得以形成，並逐漸擴展至全球。

此外學者董芳苑所寫之《“前世今生”的宗教背景：新時代運動》中，亦提及當時候引領改變的組織與書籍：

學者 J. G. Melton⁵³編輯的 *Encyclopedic Handbook of Cults in America* (1986)，認為始於 1971 年。因為是一群「新時代」運動之人士，在那年成立了「新時代組織機構」(New age Organization Form)，其推動者 Barbra Ram Dass⁵⁴，也出了一本「斯提斯地」(Be Here Now) 的暢銷書，在波士頓地區也創辦了「東西期刊」(East West Journal)，這一運動從而發展開來。⁵⁵

從歷史的角度端看，在演進中，所有的變化皆有其社會背景之成因，許多的變化讓人無法在短時間內接受，但變化終會因其適應當代的能力，讓那些不願意，轉而成為真實的存在。

⁵¹ 董芳苑，〈“前世今生”的宗教背景：新時代運動〉，《新使者》，(27 期，1995)，頁 64。

⁵² 董芳苑，〈“前世今生”的宗教背景：新時代運動〉，《新使者》，(27 期，1995)，頁 64。

⁵³ 約翰·高登·梅爾敦，生於 1942 年，美國宗教學者。

⁵⁴ 拉姆·達斯，1931-2019。出生時名為 Richard Alpert，追隨者稱他為 Baba Ram Dass。是一位美國籍的心靈導師、心理學家，以及作者，

⁵⁵ 董芳苑，〈“前世今生”的宗教背景：新時代運動〉，《新使者》，(27 期，1995)，頁 64。

在台灣方面，即於社會認可與引入新時代運動之前，許多台灣社會學者們注意到了宗教結構與組織上，逐漸轉變的情況；更由於台灣在一九八七年國民政府解嚴之後，使得宗教信仰不再受到過度約束，因此信仰團體的結構改變、宗教信仰的自由度增加，帶起了一波全新的宗教現況。⁵⁶信仰會受到在世俗化過程裡，為因應其社會之轉變，致使原有之團體被迫改變或衰退、甚至消失解散。⁵⁷台灣社會則是在這許多開放與改變的衝擊之下，順勢引進了這新時代運動。

此「新時代」運動的最主要目的，是期望能夠開拓一個人類與宇宙融合為一體的，得以在自然又和諧的狀態中共同生存。且人類的心靈狀態亦將改變為「神的意識」；⁵⁸在台灣新時代運動先驅，王季慶的《與神同心：王季慶的最後八堂課》書中便提到，新時代應具有以下七個要素⁵⁹：

第一、我們皆為神的一部分：

因此神在我的裡面，神即是我、我即為神。這“一即一切”的說法及概念，皆與當代的靈修大師、開悟者、賽斯、與《與神對話》的作者尼爾·唐納·沃許的說法相同，即為這一新時代的大師們所認同的顯化概念。

第二、是自己創造了自己的實相：

由上述的第一點說法可知，神即是我、我即是神的概念，所有發生在自己身上的，皆是自己的言、思、行所造成。當你自己即是創造者時，你就必須時常對內思考一切發生在自己身上的事，而非向外尋求答案，抱怨他人與外在的聲音，即會隨著向內探尋而自然消逝。

第三、需要肯定人生所賦予你的每一項意義：

因為人生的所有體驗，皆是自己所創造，因此，每一次之遇見，每一件發生，都是自己所希望在此生學習到的。有些人因為現在，即憶起了自己原即具有的神性，因此成為開悟者與大師，能夠先帶領大家找到原有的智慧。而那些尚未達到

⁵⁶ 瞿海源，〈台灣的新興宗教〉，《二十一世紀雙月刊》，(第 73 期，2002)，頁 103。

⁵⁷ 林本炫，〈「新興宗教運動」的意義及其社會學意涵〉，《世界宗教學刊》，(第三期，2004)，頁 3。

⁵⁸ 董芳苑，〈“前世今生”的宗教背景：新時代運動〉，《新使者》，(27 期，1995)，頁 64。

⁵⁹ 本文中，關於「新時代」應具有以下七個要點的整理，是改寫自：王季慶，《與神同心：王季慶的最後八堂課》，三河市：華夏，2013，頁 11-15。

開悟境界的人，則須繼續學習，憶起應如何找回自己原有的神性。

第四、道德的內在性：

因為當你能夠感受到自己的內心，與感知他人內心的狀態，並經由心的理解來待人處事，則無須有外在的法律，或是師長、宗教等等約束力，即能夠真正地發自內心的達到善念，心中升起了善，即便沒有外在的約束，也會自然而然地生成道德之心。

第五、身心健康是種自然的狀態：

體悟到自己的身體，每一次的不適，即為對自己的一種警示。那麼便可經由身體的不適感知到此次的一個轉機。因此，當心中有不愉快、不滿足、負面能量時，身體便會明確地用不適來告知使用者，此時，應多加注意這使得身體發出訊號的成因，而非僅是將疾病解決。

第六、環境的保護：

目前我們所居住的地方，提供了所有生物長成時的必需物，大家應時時刻刻抱著感謝的心，多加珍惜與愛護，這個供應、給予我們滋養物的地球，才不致使地球上所有的生物、土地、資源消失殆盡、加速毀滅。

第七、無條件的愛：

因為神一直在每一個人的心中，神的愛是無條件，不求回報的。倘若能找到心中的神性，必定能夠經由提取那永遠不竭的愛，並且將這用不盡地愛，分享給每一個需要的人。

依照上述所述，在書中所歸納的「新時代運動」七個要點來看，新時代運動中所主張的是從心做起的，從全面環保概念、與內心狀態的提升，在此運動潮流當中，順應著新時代的七個要點，產生出的許多關於，言、思、行、以及生活方式的理念與書籍，《與神對話》之系列套書籍，即為此時所產出及引進台灣的一系列著作。

在新時代運動的同時期，亦有由女性所發起，以母子間之自然關懷為出發點

之關懷倫理學 (Ethics of Care)；此學，前後共經歷了三波的發展，自十九世紀末到二十世紀九十年代，約一百年間的演進，並從西方白人菁英女性的生活經驗為準則，轉由政治、多元、弱勢族群等，強調各身份皆應是平等尊重，而非以容忍的方式來看待多元文化與不同。⁶⁰就此，本文將從生命關懷之視角，藉以審視《與神對話》中所描述與神合一當中的愛與關懷。

第三節 《與神對話》的創作緣由

《與神對話》系列書籍，就是在此新時代運動時期中，所產出的作品之一。此系列書籍，是由一位美國作家尼爾·唐納·沃許所寫，作者在文中提到，這是在他感到人生中最失意時所寫，全文內容皆是他與神之間的問答。

尼爾·唐納·沃許，原本並非一位文字工作者，這套系列書籍當中的所有與神對話之內容，皆是作者在中年時，遭逢失去工作、婚姻、身體狀況不佳、生活陷入困頓，在歷經這諸多人生種種不順遂時，用沮喪與憤怒的情緒對神說話後，將之一問一答記錄下來的。

作者沒有預料到的是，當他面對這些人生的種種，在情緒上感到絕望、無助、痛苦、崩塌的同時，原本僅是想寫一封對神發洩其憤怒的信件，卻意外地出現了一股神祕的力量，讓他一寫再寫，無法停下筆來，這問答的紀錄，一開始寫，就是持續了有三年之久。

此系列書籍共分為三大部分，第一部分是從探討關於個人的問題為起始，最初的討論焦點集中於人生的挑戰、與機會的開啟。接著，由原本與個人之間的相關問題，延伸至探討較廣的社會、與全球性的問題。例如：地球上的地緣政治學、以及形而上等等的學問、還有目前世界所面臨的各種不同面相的挑戰。在最末的部分，則是進入到討論更高層次的宇宙性真理、和靈魂將遇見的挑戰與機會。

⁶⁰ http://mephilosophy.ccu.edu.tw/entry.php?entry_name=關懷倫理學。(檢索日期：Dec/11/2021)

在這一系列的書籍當中，作者尼爾·唐納·沃許，將自己與神的對談逐字記錄，寫下人在這充滿挑戰與未知的一生之中，可能會面臨及遇見的各種大小問題，逐一仔細詢問神，並在獲得神的解答後，將對話紀錄下並與大眾分享。例如：十誡並非十項戒律，而是十種承諾；此生是為了憶起你是誰，進而重新創造與體驗自己的一生；以及神一直都在每一個人的身邊，並且透過各種方式與每一個人對話等等，這一些對於人生疑惑的問與答。

但這些由作者自己記錄下的對話，會令旁人不解，因而對此產生許多的懷疑；例如：為何獨獨是此書作者尼爾·唐納·沃許，被應允與神產生對話的關係，而非是其他的人類、或是其他的動、植物、甚或是遠在其他星球的物種呢？正在閱讀此系列著作的人或會對於此產生疑惑。

然而，關於上述的這一點，對於作者本人來說，他並非是唯一與神產生對話之人；他不認為自己有何神通，亦非是有何特殊性的被揀選者；作者在書中所表達的是，即便他記錄寫下與神的對話，也未曾認為自己是唯一跟神有接觸的人類；這件事也不具任何的獨特性。

《與神對話》作者尼爾·唐納·沃許，在他與神的對話中的神提到：「神是觀察者，不是創造者。神隨時都準備幫助你們過你們的人生。⁶¹」因此，每一個生命都可以照自己所想的方式，過著神給我們幫助的生活，而作者會得到神的回應，是因為他對此有所要求，因此得到與神對話的機會。

在尼爾·唐納·沃許的個人認知中，他記錄下這些與神的對談，僅是代表人們詢問一些，可能即將發生、或是已經發生，那許許多多讓人無法理解的，對於人一生中的種種疑惑。他說到：「我代表你與神的第一次談話發生於一九九二年至九三年。」當時他因人生所遇，寫了一封憤怒的信給神；詢問他人生中所經歷的掙扎與失敗，希望能夠得到神的回答與說明。爾後因此用聆聽的方式得到了回答，他僅是一位作紀錄者。⁶²因此，他不認為這整部、一系列的作品是出自於他

⁶¹ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 I (上)》，台北市：方智，2012，頁 027。

⁶² 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 II (上)》，台北市：方智，2012，頁 010。

自己之手，書中所有的文字，僅僅是作者將他聽見、以及他與「神」之間的對話做了完整的紀錄。

在系列書籍當中的《與神為友》一書中，作者將他自己如何開始的過程記錄下來，這一連串在他提問前、獲得解答後所發生的所有狀況，他回憶到：

那過程在一九九二年二月的一個夜晚開始，當時我正身陷憂鬱症的邊緣。我的人生中事事不順。我與「具重要意義的伴侶」之間的關係決裂了，我的事業陷入了死胡同，甚至我的健康也亮起了紅燈。

那並非我第一次無助地站在一邊，看著我以為會是永久的一個關係在我眼前瓦解。

那也不是第二次、第三次或第四次。

對於我無法維持住一個關係的無能，對於「那情況我能做什麼」我顯然完全缺乏了解，並對於「我試過的一切似乎都歸於枉然」我變得非常生氣。

我開始覺得對於「自己根本沒有玩這人生遊戲的本事」，感到非常憤怒。

我的事業也沒好到哪裡去。我幾乎快無事可做了，我在廣播界和新聞界之間搖擺不定已超過三十年，只收到可憐的微薄報酬。我已四十八歲，是個活在這地球已半個世紀卻一事無成的人。

可想而知，我的健康也在走下坡。幾年前在一場車禍中我頭椎受傷，一直都沒有完全康復。在那之前，我曾有過肺萎陷(collapsed lung)，並且患過胃潰瘍、關節炎及嚴重的過敏。我感覺一個四十八歲的身體好像要垮了。因此在那個一九九二年二月的晚上，我心懷忿怒地從睡夢中醒來。

當我輾轉難眠試著入睡時，我的挫折感卻巨大如山。最後，我掀起被子，衝出了臥房。我走去當我半夜準備尋找智慧時一定會去的地方——但冰箱裡沒有像樣的食物，我只好坐在沙發上。

我坐在那裡，自作自受地生悶氣。

後來，在月光滲入的窗下，我看見面前的咖啡桌上有一本黃色的橫格便箋本。我拿起了它，找到一隻筆，打開了檯燈，並開始寫一封對神表達憤怒的信。⁶³

在不停地與神的對談、紀錄、書寫的同時，作者尼爾·唐納·沃許，似乎也對自己所為有著不確定感，甚至懷疑自己是否是因患病，而導致產生出這些不停地書寫的行為。

因此，在與神對談的幾年當中，雖然作者不停地得到神的答覆，從而解決了許多心中的疑惑；他得到的答案有：關於錢，關於愛，關於性，關於神，關於健康和疾病，關於飲食、人與人的關係、正當的工作，和許多我們日常經驗中的事物。⁶⁴然而，在作者尼爾·唐納·沃許寫下這一系列文字的第五年，他也曾經質疑過自己、擔心自己是否得了妄想症這一類的精神疾患，亦非常懼怕人們因為看過書本，在相信這些由他記錄下的神的話語之後，一一的在生活中去實行這些連他自己也都無法確定，到底是如何產生出的文字紀錄。⁶⁵

對於這些發生的狀況，可能是來自於他人，或是作者自己本人的懷疑，美國哈佛大學教授「行為神經學之父」諾曼·葛斯文⁶⁶，即將與宗教和藝術相關性極高的「顛葉性」臨床上所表現出的症狀，稱為「葛斯文症候群」(Geschwind syndrome)。在他的研究中發現，有葛斯文症候群的病人通常會有強迫書寫症、對宗教有高度的興趣、性趣減低、講話喋喋不休、較難纏或具攻擊性，前述的這五個特徵。此外，在歷史上亦有其他被認為是典型的「葛斯文症候群」的名人有：

⁶³ 尼爾·唐納·沃許，《與神為友》，台北：商周，2015，頁95-96。

⁶⁴ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話II(上)》，台北市：方智，2012，頁010。

⁶⁵ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話II(上)》，台北市：方智，2012，頁004。

⁶⁶ Norman Geschwind, 1926-1984。

俄國作家費奧多爾·米哈伊洛維奇·杜斯妥也夫斯基、和荷蘭印象派畫家文森·威廉·梵谷等。⁶⁷

而《與神對話》系列書籍的作者尼爾·唐納·沃許，有著不停地書寫，並且對宗教高度熱情的狀態，這些條件似乎符合了「葛斯文症候群」中所需呈現的症狀。雖說作者尼爾·唐納·沃許，亦懷疑過自己所書寫出的文字，但由於《與神對話》系列書籍出版之後，得到許多讀者的回響與反饋。在作者得知此部書籍讓許多人的生命因此有了改變之後，他又再度相信自己，就是那一位能夠真實地得到真理的使者。

但地球上如此多的生命，在每日、每時、每分、每一秒，隨時都有不幸與苦痛會發生。根據聯合國經濟和社會事務部統計，目前世界上超過七十億的人口⁶⁸，無論有固定宗教信仰與否，必定有許多人想尋得那神秘力量的幫助，但為何僅有此系列書籍的作者尼爾·唐納·沃許，能夠得到神的應允呢？

在二十世紀對於宗教有著眾多個案研究的心理學家威廉·詹姆斯所寫《宗教經驗之種種》一書當中，即是從心理學的角度，來看待這些有宗教經驗的人，並且蒐集了許多與宗教人士往來的書信，其中不乏得到神秘經驗者。

因威廉·詹姆斯對於宗教上的研究，其目的與方向主要是以人的特殊經驗為出發點，並非是從宗教歷史的角度從事觀察活動；希望經由書中的分享，讓更多人得以理解，那些經由個案自己身體而得到的特殊宗教經驗。此外除了西方社會對於宗教經驗有許多研究與討論之外，在東方亦有許多降乩的體驗，見到神佛顯像的傳說與故事比比皆是。

這些得到神佛啟發、或是有著神秘經驗的人，他們為何能夠得到神佛的青睞？如何才能獲得這樣的經歷？具有那些條件，才會是被撿選之人呢？以上的條件說，抑或是辨別其所講之神的真偽，並非是本研究想深入探討的部分。

本文擬探究方向乃是，人們能否經由這樣的經驗，得到對於人的生命歷程改

⁶⁷ 朱迺欣，《腦與宗教》，新北市：立緒，2016，頁 141-143。

⁶⁸ <https://www.ifreesite.com/population/> (世界人口統計) 檢索日期：Apr / 19 / 2022。

善的相關訊息；且在人們得到這樣以書籍方式傳遞的訊息後，能帶給人們多深的，關於心靈層面、生活豐富、甚至是生命歷程上的影響，進而達到由個人出發，擴散到社會、自然、與宇宙中的生命關懷。

基於此，以下將就《與神對話》書中「神」之意涵探究。



第三章 《與神對話》中「神」的意涵

在討論《與神對話》文本中，對於「神」的概念之前，應當先理解書中所描述之「神」所指涉的意涵；在《與神對話》系列書籍《神說了甚麼》一書當中有提到作者尼爾·唐納·沃許，對於研究「神學」或是「神的研究」的見解，他認為：

定典上對神學的定義是：「對於神的研究與分析，以及對於神的屬性及其和這個宇宙的關係的研究與分析。」若從比較廣義且更加接近原始用法的角度來看，我們從 www.eHow.com 這個網頁上得知，「神學」一詞可以溯及古法文及拉丁文到希臘文的 *theologes* 這個字，由神（*theos*；God）和語言（*loges*；words）兩字組成，意指「對神社進行論述的人」。¹

作者依據他自己所閱讀之定典，並基於他個人對於記錄寫下《與神對話》系列書籍內容的認定；在這段時間與他對話之神，與定典當中所提及之定義：關於神、神的屬性、以及神和宇宙關係之研究和分析，在這些部分是符合的，應當可將其理解為書中所指之意涵，因此本書作者將《與神對話》認定為是一部研究神的學問的書籍。

第一節 關於「神」的概念探討

於上述文本段落中的文字我們或可理解，《與神對話》系列書籍中所提及的「神」，雖不屬任何宗教體系範疇所言之「神」，但根據前段所提及，作者自己根據定典與文字意涵的角度，認定研究神之學問的象徵意義。基於此，給了讀者一

¹ 尼爾·唐納·沃許，《神說了甚麼：「與神對話」25 則和新訊息，改變你的生命與這個世界》，台北市：商周，2015，頁 119。

個方向，因此，我們或可將《與神對話》系列書籍中每每提到「神」的概念，視其為一種關於「神」的研究。

在對於研究宗教之定義這個部分，一位橫跨於神學，以及哲學的思想家保羅·約翰尼斯·田立克²，在思考基督教徒認為聖經是神所說的話時，曾提出過需要用「信仰象徵」來看待聖經是否為神所說的話；保羅·約翰尼斯·田立克，即有說明關於「信仰象徵」之特性標誌有三：第一、是「非究竟/真實性（Uneigentlichkeit）」；其所指的是，信仰象徵，並不全然等同其所象徵之對象。第二、為「可觀性（Anschaulichkeit）」；此可觀性，是用以表現超越；其目的，則是為了表達那，在本質上不可見到的，經由象徵將其帶入。第三、則是「自有力性（Selbstmächtigkeit）」；即指象徵所要傳達的，並不會受到字義所限，除了本身具有其生動性，且會自帶著一定的影響力。³倘若如本段所述之，信仰所代表的，我們將其視作是一種象徵；那麼，象徵之範圍，或可擴為任何一種深具力量之所有。

這些關於信仰上，抑或是宗教方面的討論，倘若如羅軍《止學：揭示信仰的奧秘》中所討論的，我們從宗教的歷史脈絡端看，信仰的象徵無論在東西方，並非僅為單一指涉之概念，而是視其所發展的歷程，致使終極本體隨著人類的認識而有所差異。⁴這些隨時代變化，使得信仰或是象徵對象改變的例子時有所聞。

此外，在《宗教學概論》（*Introduction to Religious Studies*）書中有提到關於信仰的議題，倘若我們以該群體所認定的神聖事物，或是以所信仰的對象、崇拜的神靈，來界定是否為宗教，似乎並不適用於所有信仰狀態。書中亦提出，若以對於較高於人的力量之俯首祈求、尊崇等等，彷彿與世間俗事有所隔閡之信仰，亦非目前對於信仰體系中之新世代傾向。⁵同樣說明了信仰與那未知力量，對於信仰在現代的用詞與意義上之轉變。

² Paul Johannes Tillich, 1886-1965，生於德國，後於 1940 年入籍美國。

³ 李麗娟，〈田立克的宗教哲學對基督教神學的理解〉，《輔仁宗教研究》，（第 37 期，2018），頁 54。

⁴ 羅軍，《止學：揭示信仰的奧秘》，台北：五南，2021，頁 98-99。

⁵ 輔仁大學宗教學系 編著：《宗教學概論》（台北：五南圖書，2021 年，二版），頁 9-10。（第一章「宗教學導論」由簡鴻模老師主筆，陳怡同學協助撰寫）。

倘若我們從心理學方面來探討宗教，在究竟認可，或是否定這兩者之間，則被區分成兩種不同的聲音；如奧地利心理學家、精神分析的創始人，西格蒙德·佛洛伊德⁶即認為「宗教是集體的精神病」；那是因為當人們感受到畏懼時，會有一種需要被給予力量時所產生的情結，佛洛伊德將之稱為伊底帕斯情結（Oedipus complex）⁷。雖然佛洛伊德用這樣的方式去批判宗教經驗，但並非所有宗教團體與信徒皆有出現此現象，這種用以偏概全的方式，來普遍說明全部具有信仰之人，應難以服眾。⁸足見在不同領域的研究中；如：社會學或是心理學家之探討，雖皆有對於是否真有宗教、或是神聖之代表多所探究，但直至今日，仍舊無法有一個確定性與一致性的結論。

關於如何定義宗教，不只關乎是否真有一位至高無上之神，更應該專注於揭示那未知的特殊「力量」。而對於使人們形成崇拜與信仰的助力，無須僅將宗教定位侷限於神聖、崇高的地位。⁹但是否能有對於因信仰而致「力量」的不同觀點呢？例如：在中國的儒家，其實是中國社會，在數千年的自然文化傳承中的信仰觀念與實踐，人們集體精神上的共同體驗，因此而得到的文化結晶。經由人們對於神聖的情感與經驗，來體驗這廣大宇宙裡，那些形而上與超自然的力量，藉以意識到這些精神上，並從而實現合一之境界；往後便能以此精神力量，引領著人們的行為，淨化人們的心靈，確立人存在之價值，以及在存有上的特殊意義。¹⁰對於如此多方的討論，我們或可說，僅需給予人們心靈帶來力量者，即可將之定義是那未知的「神」的力量。

這樣的不可言說、無法經由眾人驗證之共同經驗，要那些未曾經歷過的人全然相信，確有其困難之處；在二十世紀心理學大師威廉·詹姆斯《宗教經驗之種

⁶ Sigmund Freud, 1856-1939。

⁷ 伊底帕斯情結(Oedipus complex)，亦譯為「俄狄浦斯情結」；在心理學派中，是屬於西格蒙德·佛洛伊德所創之精神分析學派的用語；此詞源自於希臘神話中的人物伊底帕斯（Oedipus）在無意中弑父娶母的神話故事。此情節我們較常見到的俗稱，即為「戀母情結」。

⁸ 輔仁大學宗教學系 編著，《宗教學概論》（台北：五南圖書，2021 年，二版），頁 11。（第一章「宗教學導論」由簡鴻模老師主筆，陳怡同學協助撰寫）。

⁹ 輔仁大學宗教學系 編著，《宗教學概論》（台北：五南圖書，2021 年，二版），頁 12。（第一章「宗教學導論」由簡鴻模老師主筆，陳怡同學協助撰寫）。

¹⁰ 鄭志明，〈民間傳統宗教天人合一的神聖實現〉，《宗教哲學》，（第 76 期，2016），頁 2。

種》密契主義（Mysticism¹¹）篇章中寫到：密契狀態比較接近感覺狀態，能夠感知到的生命體，很難將實際體悟到的，或是知曉所發生的情境或是狀況，確切地傳達給他者，使未曾經驗過之人，能夠全盤皆明瞭。書中有寫到，如此之感覺正如：「人必須有鑑賞的耳朵，才能懂得交響樂的價值；人也必須嘗過戀愛的滋味，才能知道戀人的感受。缺乏心靈或耳朵，我們就無法給予音樂家或戀人一個公正的解釋。」¹²對於感受，要如何用適切的言語或文字來闡述，能否使他人理解？或是可以讓未曾經歷過的人，知曉到多深的程度，則需取決於接收方是否曾有過類似的經歷。

張春申神父在《宗教與人生》書中所定義的宗教，他說：「宗教是對終極世界的信仰，包含經驗神聖、覺悟真理與遵守誠命，因而對於暫留世界，具有認知、生存與整合功能。」此種用終極世界來說明是否有神的爭議，對於宗教之討論，似乎更有其廣度，考慮與可適用到的部分彷彿更多。¹³換言之，討論與證實在信仰中是否應有一個人們實際可見到的「神」，對於信仰這件事應非為首要條件。

雖說要確認是否為宗教的爭議與其標準，有不同的論證與相異的說法，但仍有許多學者認為，應以目前世界對於宗教認定的現況，作為研判宗教之準則；傅偉勳在接受訪問時，即曾對於是否能夠被稱為是一位宗教家，提出他的觀點，云：「宗教家可以憑著直覺或體驗，然後建立一個真理。」¹⁴就此論述，我們是否能夠將可以描述出他個人直覺或是神秘經驗者，皆視其為一位宗教家。

在由呂大吉所主編的《宗教學通論》一書中，則是用具有對於此力量之情感、觀念、行為等等之要素來說明；基於前述的幾項條件，即能發展為一個宗教。¹⁵因此，本文後面的章節，將承上述概念來討論與說明《與神對話》文本中之「神」的力量，將此超越性的力量之概念，貫注於「神就是愛、神就是自己、以及神與

¹¹ Mysticism：譯為「神祕主義」或「密契主義」；指的是在宗教信仰當中，屬於內心部分，他人無法觸及之神秘經驗。

¹² 威廉·詹姆士，《宗教經驗之種種》，新北市：立緒文化，2019，頁 458。

¹³ 輔仁大學宗教學系 編著，《宗教學概論》（台北：五南圖書，2021 年，二版），頁 12。（第一章「宗教學導論」由簡鴻模老師主筆，陳怡同學協助撰寫）。

¹⁴ 王讚源，〈創造性詮釋學家-傅偉勳教授訪問錄〉，《哲學與文化》，（第 24(12)期，1997），頁 1197。

¹⁵ 呂大吉主編，《宗教學通論》（北京市：中國社會科學出版社，1989 年），頁 69。

萬物合一」當中。

第二節 「神」就是愛

新時代運動中所提及的「愛」，指的是人內在的動力；在生活、做事、待人的態度之中，無一不以內在的愛來驅動，爾後並表現於外，且以實際行動加以呈現、落實此概念。

在《與神對話 完結篇：全面進化》（*Conversations with God Book IV: Awaken the Species*）一書中，有寫到作者與神之間的一段對話：「宇宙的一致性是：神以所有的生命的形式，為所有生命表達「神性之愛」。」¹⁶但又如何詮釋「愛」，並以此做為對「神」的詮釋，以下將以「無條件的愛、因愛而無懼、始於自己的愛」分述之。

一、無條件地愛

「無條件地愛」，這是台灣新時代運動先驅王季慶，在她研究新時代運動之意涵後，陶煉之「新時代運動」七要素¹⁷中的最後一點。¹⁸此外，在《與神對話 完結篇：全面進化》中，神亦有對作者尼爾·唐納·沃許，說明高度演化生命的生活方式，說：

他們生活在知曉中，明白自己只要在所有情況和情境的每一刻、每一瞬間，都以良善、親切、關懷、同情、無私、奉獻、接納，以及無條件的愛去面對一切，就沒有什麼可失去的。¹⁹

因此，當人們先於內在，使之充滿著愛的驅力，後將自體以外所發生的一切，由

¹⁶ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 完結篇：全面進化》，台中市：一中心，2018，頁 129。

¹⁷ 新時代運動七要素：一、我們皆為神的一部分；二、是自己創造了自己的實相；三、需要肯定人生所賦予你的每一項意義；四、道德的內在性；五、身心健康是種自然的狀態；六、環境的保護；七、無條件的愛。

¹⁸ 王季慶，《與神同心：王季慶的最後八堂課》，三河市：華夏，2013，頁 73。

¹⁹ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 完結篇：全面進化》，台中市：一中心，2018，頁 096。

內而外，漸進地看待外在之所有，並用愛，去體驗與感受所觸及之生命中的每一刻，由內至外皆能感受到豐富的溫暖之愛，且從每一個生命的內部自然地向外擴展，在彼與此之間，無限地循環與流動，讓世界各處都包覆於此氛圍之中，使每一個生命皆能舒適自在，展現自我。

如此之生命狀態，一個隨時充滿著愛的環境，即體現本研究之文本作者與神之對談中所提及：當關係中並非只是自私地爭奪、控制，自利地比較、交換；即展現了對人的一體大愛。²⁰大愛與無私地彼此關心與同理，亦真實地體現了最早提出關懷倫理學的美國女性主義哲學家莎拉·魯迪克²¹母性思考（maternal thinking）²²概念中，母親撫育下一代時的態度；會以其母親的立場與角度，以最自然之關懷者的角色，用全神關注與全然的愛，來造就孩子的最大福祉，使孩子得以獲得對大自由空間，與寬廣的發展天地，盡到母親應有之養育、以及栽培之責。

由於文本中由作者所描述、紀錄的神，對於人們有著無條件的愛，這使得人們能夠擁有高度的自由意志，可以無限制地做自己想做的事。而因著書中所提及之神對於人們的愛，神會無條件地接受所有生命，在思想上與行動上的意願，且於《與神對話》的對談內文當中，指出所有由生命所產生的想法，引導出的意願即為神的意願。²³如此之給予絕對想法上之自由，與接受其所有意願之概念，有如父母對於子女之愛，自始至終毫無保留的關愛。

雙親們亦不可能、也不會對那曾經被付出和給予的孩子，帶著任何需要附加的條件，要求孩子需給予曾經無私付出的父母一點點的回饋。且雙親會在給予下一代自然地關懷付出之後，全然地放手，使得孩子能夠自由地展現其飛翔之能力，讓下一代有勇去闖蕩世界各地，並在背後做其強有力之支撐後盾。

但有時，在人類社會中會有缺乏的概念，因此可能會錯將擁有等同於愛，導

²⁰ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 完結篇：全面進化》，台中市：一中心，2018，頁 008。

²¹ Sara Ruddick, 1935-2011。

²² 俞彥娟，〈女性主義對母親角色研究的影響：以美國婦女為例〉，《女學學誌：婦女與性別研究》，（第 20 期，2005），頁 10。

²³ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 II (上)》，台北市：方智，2012，頁 015。

致某些錯誤的發生，例如《與神對話》書中神對作者說明時所舉的例子，說：人類的天性就是去愛，然後毀滅，然後再去愛他們珍視的東西。²⁴會導致此誤謬之成因，皆是源於誤會了關係中的狀態，而導致錯誤思想產生；經由錯誤的思想，影響了「愛」的本質，最後引起了並不全然無私地愛的事件發生。

因此我們需要給予自己多一些覺察能力，無論是對自己、對他人、對事件、對所有發生之，隨時注意，並且經常保持覺察。

二、因愛而無懼

為避免錯誤的缺乏思想產生，因而導致及影響了原有無私的愛；在《與神對話》書中，有一段提高自覺能力的方法，神在與作者的對話中，說明我們應該如何增強、提高自我之覺察力，云：

當我盡我所能的充分覺察的時候，以及當我願意去體會我自己最高層次的責任，為一切曾經發生，正在發生與即將發生的事情負責的時候，我感覺自己比以往更自由、更快樂、更有力量並且對於活著感到更加的興奮。所以這些元素不是負擔。他們是一份禮物與絕妙的工具。²⁵

在提升自我的覺察力之後，我們才能夠自然地，由內而外，產生出如同父母對於孩子一般的責任感，與對自我覺察力，並藉以理解自己身邊的每一件所遇之人、事、物。

提高自我覺察能力，不讓彼此陷於關係的傷害中，因此在彼此的關係中並非出於控制或自己的慾望；而應是期望藉由在關係當中，能夠更加理解自己。在《與神對話》中有段對於關係的描述：「關係的目的並不是有一個能令你完整的人；而是有一個你可以與他分享你的完整的人。²⁶」能夠自在無任何約束地使自己在

²⁴ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 I(上)》，台北市：方智，2012，頁 030。

²⁵ 尼爾·唐納·沃許，《神說了甚麼：「與神對話」25 則和新訊息，改變你的生命與這個世界》，台北市：商周，2015，頁 159。

²⁶ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 I(下)》，台北市：方智，2012，頁 167。

關係中長成，並經由彼此在交流相處當中相互理解，使自己能夠在生命中，得以自在地開展屬於自己的個人潛力，活出自在之完整自我。

但是，欲於彼此關係中得到自我及理解他人之前，我們應先多花心思在瞭解自己。因為一個有能力在自己生命歷程中給予他人愛的關懷者，必定有一顆堅強、堅定且開放的心胸。一位生於越南，曾被提名諾貝爾和平獎的一行禪師²⁷曾提出他對於在彼此分享內心之前之觀點；一行禪師認為，首先之要務是，在分享之前，先要使自己內心保持在溫暖的狀態之中，如此才能夠產生自我療癒的功能，爾後才可因自我療癒後，得以使彼此處於自在快樂之中，便可真實地分享彼此。²⁸如此之自在與真實，好似父母對於子女那無限開放與溫暖之心，在長輩與親屬的無私關懷，使得無論在外遇到什麼困難、挫折的孩子，皆能有一個強而有力的靠山，讓孩子們皆能夠無懼地面對外界的所有挑戰。

心中無懼、並懷著一顆開放的心，才能夠使自己有一顆熱愛原有自我與他人生命之心，《與神對話》中的神告訴作者尼爾：「無懼的人是有福的，因為他們將認識神。」²⁹又說：「你必須無懼到足以跳開別人所說的有關神的種種。你必須敢於走入你自己對神的親身體驗中。」³⁰當可以無懼地，走進身邊所有發生的事，那些出現在生活和生命中的，才可能因全然無懼之後，產生對於生命中之所遇，以一顆全然地愛之心對待。

當全然地去愛，即可能如同《與神對話》文本中神對作者所講的，當選擇了熱愛與渴望生命中所發生的，即是在此同時，對生命宣告，自己選擇了自我生命中所能提供的一切美好事物。³¹不論是在關係中，或是對於自己生命中所發生的，無論遇見任何一種生命挑戰，皆是視其為，能使自我成長的經歷與體驗。

如此，才能在生命當中，有著挑戰歷程出現時，如文本中所討論，有能力全然接受，並面對所有發生在自己生命中的，那即會出現，如同父母能夠全然地接

²⁷ Thích Nhất Hạnh, 1926-2022。

²⁸ 一行禪師，《跟一行禪師過日常：怎麼愛-How to love》，台北市：大塊文化，2016，頁 70。

²⁹ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 III (上)》，台北市：方智，2012，頁 016。

³⁰ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 III (上)》，台北市：方智，2012，頁 016。

³¹ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 II (上)》，台北市：方智，2012，頁 104。

受孩子之所有的胸襟與大愛。

三、始於自己的愛

呈上所述，我們在接收愛之前，更加應該愛自己，讓自己的生命有著滿滿地豐富與滿足，如此，才能給予身邊之人，他們所需要的；那即如美國心理學家亞伯拉罕·哈羅德·馬斯洛³²所說之人類需求層次理論(Need Hierarchy Theory)³³中“隸屬與愛”³⁴的需求。當人人都先滿足了自己、愛自己之後，才有能力發展向外關懷的能力；當有餘力由內而外給予他者關懷，才有可能體現，並由自己的內心擴散出如神一般的大愛。

在文本中，作者與神之對話記錄中，有若上段所述之對話，神對他說：「給予自己豐富的享受，你將會有豐富的享受給予他人。」³⁵又說：「我們不可能把你沒有的東西給予他人。」³⁶基於此，我們應當先建立好與自己內在的關係，並給予自己滿滿，如神所給予的自由、關注與愛；當自心堅強、富足，並充滿能量時，才有可能給予他者，如同文本中所講的關懷與愛。

但個人之愛，要如何才能將其等同且稱之為如神一般的「愛」呢？

泛神論哲學家邁可·P·萊文(Michael P. Levine)提出：「沒有任何東西可以在本質上獨立於神之外，因為除了神，沒有任何事物。」換句話說，我們所說的世界和我們所說的神不是彼此獨立和分離的。毋寧說，這個世界是神的自我表達，祂是神本質的體現與體驗。³⁷

³² Abraham Harold Maslow, 1908-1970。

³³ 馬斯洛基本需求層次理論：一、生理需求；二、安全需求；三、社交需求(愛與隸屬)；四、尊嚴需求(尊重需求、自尊需求)；五、自我實現需求；六、求知需求；七、審美需求。

³⁴ 馬斯洛相信人類所有的行為皆因需求而生。在人們得到第一、二種需求之後，因社會動物之本能，便會開始關心是否能被他人所接納、喜愛或是被認為有吸引力。在這個“愛與隸屬”的部分，包含了有親子之愛、異性之愛、手足之愛；並以此愛擴大至親友、鄰里之間的關懷，能否被團體所接納、讚許等等。

³⁵ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 II (上)》，台北市：方智，2012，頁 105。

³⁶ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 II (上)》，台北市：方智，2012，頁 105。

³⁷ 雷薩·阿斯蘭，《造神：人類探索信仰與宗教的歷史》，新北市：衛城，2020，頁 193。

基於前段泛神論哲學家之所述，因為我們與神並沒有分離，亦無可能單獨存在於神之外，因此，當自己在表達對於他人的愛與關懷，或是愛自己的表現時，皆可將其視為一種神所給予、包含在神之中的狀態。

倘若「愛」即是神之展現，那麼究竟該用什麼心態或是行動表現，才能將其自然地融入於平時的待人處事中，並去實踐呢？在《與神對話》書中，作者提到神對此狀況之說明；那即是，每當出現一個新的情境或是遇到需要抉擇的人、事、物之時，應於決定前先詢問自己：「現在，愛會怎麼做？」；以及如何去「愛自己，愛一切參與者和受影響者。」；因為「如果你愛別人，你就不會去做你認為對那人有傷害的任何事情」。³⁸這樣的思考似乎意謂，我們將被自己所限制；那源於對對方的愛，因此控制自己不做出傷害彼此之情事，由於愛，而產生限制自我之意願。

因為心中有愛，生活中隨時保持對所有發生在自己身上，或是其他生命的覺察與關愛，便不會產生如某些宗教所說，被那無法見到的神秘力量懲罰之情況。因為生活的目的不是為了取悅神。生活的目的是去認知、去重新創造你是誰。³⁹在人短暫的一生，自呱呱墜地開始，便啟動了不斷探索與學習的能力，經由不停地探索、修正錯誤中，倘若我們可意識到自己所擁有的能力，便可藉以做出有益於周遭之事。

活出自我、探索生命，並隨著自己的內心強大的力量，延伸擴展幫助與關懷周遭之生命。在新時代運動中，即討論到宗教中所具有的真、善、美，這個部分是讓人們能夠喜愛它的原因；但相對的，那宗教組織、傳統信仰中，亦包涵著畏懼、害怕、及恐懼那無法見得、觸及的神威；且將人類視為有瑕疵的產品，並將人的不完美視為原罪，還須受到審判。⁴⁰倘若如此，我們由心所散發出來便不會是愛，而是擔憂；心境如此，則無法亦無力給予身邊的生命關懷與愛，如此之心

³⁸ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 II (上)》，台北市：方智，2012，頁 128。

³⁹ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 II (上)》，台北市：方智，2012，頁 061。

⁴⁰ 王季慶，《與神同心：王季慶的最後八堂課》，三河市：華夏，2013，頁 76。

境，所散發出的是生活處處困難，致使自我無法前行與助人。

《與神對話》中另有一段作者與神之對話，說：「如果你以愛而行，你就是自然而行。如果你以懼而行、憤而行、怒而行、恨而行，你可能是正常而行，絕不是自然而行。」⁴¹依自然而行、展現自我，可以展現屬於自己的生命歷程，需要多種不同的元素於各方面配合。恐懼會使人退縮，愛能助人長成；堅強的自我狀態，才能夠給予其他生命更多的關懷與愛。

屏除那些傳統中讓人恐懼、害怕的元素後，便可展現壯大之自我，即能有多餘的力量分予旁人。身體欲強健，應從平時鍛鍊做起，心靈狀態想要堅強，也必須保持經常性的練習，練習才能見到自我的內心茁壯，就如一行禪師所說：

你越是練習，就越是看到自己的愛無限增長。你越是練習悲，悲心就越大。你越是培養喜，就會感受到越多的喜悅而能與人分享。你越是善解人意，愛就會越強大；你的愛越強大，了解就會越深刻。

就一行禪師的言談中得知，我們的慈、悲、喜、捨皆會不斷增長，且無法度量；這四者被形容是「沒有極限的心理狀態」。⁴²因此，當我們時時保持覺察，加以用心練習，待心中之力量增強、壯大後，才能由內心擴散出愛與關懷，並將之給予其他生命。

在王季慶所寫的《與神同心：王季慶的最後八堂課》，亦提出對於心之覺察、神即是愛之相似的觀點，他在書中寫到：

你能夠有足夠的信心，放掉所有負面的認定、想法，你就會發現他一直都在。他的愛是一個禮物、恩寵，他不是要你去求才能得到，不是非要什麼條件才能達到那一點，而是信念十足、時機成熟、你的心完全打開了，你就會發現，他原來在那裡。⁴³

⁴¹ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 II (上)》，台北市：方智，2012，頁 031。

⁴² 一行禪師，《跟一行禪師過日常：怎麼愛-How to love》，台北市：大塊文化，2016，頁 81。

⁴³ 王季慶，《與神同心：王季慶的最後八堂課》，三河市：華夏，2013，頁 75-76。

只要能夠感受到自己的心，便能感受到神一直都在，如同父母一般，無需孩子提出特殊要求；因為父母隨時都在。

對於父母之愛是否一直都在，古希臘哲學家亞里斯多德⁴⁴對於愛亦有其觀點，在《尼各馬可倫理學》之第八、九卷及是討論「友愛」的專屬篇章中云：

友愛似乎更在於去愛而不是被愛。這可由以下事實得證：母親總是以愛為喜悅。有些母親把孩子送出去哺育⁴⁵，雖然他們愛著自己的孩子，也認得他們，但如果不可能被孩子愛，他們也並不期望被愛。他們只要看到孩子好就心滿意足；即使孩子由於不認識他們而不能回報因屬於一個母親的愛，他們也仍然愛自己的孩子。⁴⁶

猶太人有句諺語說：「上帝無法到每一個角落照顧每一個人，所以創造母親。」雙親對於下一代之愛的付出，是如神一般無私，且從不要求回饋；因此，我們應更可理解到愛無處不在，隨時都能夠在自己的身旁輕易觸及。

雖然有許多生命能夠感受到身邊的愛，但仍有些人無法感知到生命中的愛，因而會覺得有不足，便因此改由向外尋求；才會有人在生命中不停地尋覓，向外尋求愛，常會導致心中充滿著不安定，或是對於能否得到而困惑不安、搖擺不定。⁴⁷因此，向外尋求並非是看待處事的一個好的方式，有時認真地覺察，或是感受心中所收到的愛，並將那源於父母，甚至更高層次的愛，認真用心去體會感受，會更有其理解力。

基於此，我們需要加強的是，自我內在的覺察與堅定的信念；只要隨時用心去感受神的愛，就在自己的心中，並依照這樣的愛的感受去愛自己，順著心去覺察，那因循著愛而發自內心的喜悅，當感受覺察到，並以此喜悅體悟生活，那即是一種帶有感恩與甜蜜幸福的生命歷程。「人間的愛沒有那麼甜蜜，只有這樣的

⁴⁴ Aristotle, 384~322 B.C.，是柏拉圖的學生，亞歷山大大帝的老師。。

⁴⁵ 當時由於希臘城邦之間的戰爭、海難、搶劫等狀況，會致使子女與父母分離，因此孩子由其他人扶養長成的狀況，在當時是非常的普遍的。

⁴⁶ 亞里斯多德，《尼各馬可倫理學》，北京：商務印書館，2003。頁 244 (1159a 28-34)。

⁴⁷ 王季慶，《與神同心：王季慶的最後八堂課》，三河市：華夏，2013，頁 74。

愛才會那樣的甜蜜，因為他不會離開，它一直在那裡。」⁴⁸亦如前段亞里斯多德所述，不論生命當中發生甚麼樣的狀況，那愛會一直都在，不會因彼此經歷了不同，而愛會有所改變。

綜上所述，「神就是愛」的意涵，在《與神對話》中可從三個面向來做為愛的詮釋，也就是「無條件」、「自覺及無懼」、「從愛自己開始」。或可說，神乃具一無條件、自覺且無懼及能由愛自己到愛他人之象徵。

第三節 「神」就是自己

在《與神合一》中有段文字提到：神並不比你們更偉大，因為神即「你之為你」，你即「神之為神」(For God is That Which Is You, and you are That Which Is God.)。⁴⁹倘若人們能夠意識到，自己內在原就存有的神性，並經由進化個體之位格，在擺脫原有對於身、心、靈之限制後，即可達成自我提升及能力之實現。

對於神即「你之為你」、你即「神之為神」的進一步詮釋，在以下將分從「與神無分離」、「實相的創造者」、「自己即具神性」等三面向說明之。

一、與神無分離

生命從出生的源頭，乃至於結尾的死亡，不論是在外在形體、亦或是內在的心境，隨時隨地、分分秒秒都在不斷地改變，從未有過稍稍地停滯，或是短暫片刻的休息。在這不停地，無法被預測的變動之中，我們創造了自己的每一個當下，進而產生了演化的進程；當演化到一個真正高的層面之後，即能預知與掌握，並影響自己的生活方式與生命的呈現，那時便能夠成為真正的主宰者。⁵⁰在 2007 年，

⁴⁸ 王季慶，《與神同心：王季慶的最後八堂課》，三河市：華夏，2013，頁 74。

⁴⁹ 尼爾·唐納·沃許，《與神合一》，台北市：商周出版，2015，頁 053-055。

⁵⁰ 尼爾·唐納·沃許，《重新定義神：2014 今日之神.Part One》，台北市：淳鳴國際，2014，頁 127。

有一部告訴世人，能夠藉由心想而改變宇宙運行法則的著作《秘密》⁵¹問世；書中所分享給世人的，是作者在無意中，發現的巨大秘密；倘若知道此秘密者，必能得到心中所願，且如神助一般，能夠得到你所想要的任何所有。《秘密》的作者朗達·拜恩⁵²和《與神對話》作者尼爾·唐納·沃許，有著相同的創作背景；兩位作者皆是在人生遇到巨大困頓時，得到掌控未來人生的啟發；一位是發現一本有著巨大秘密的古書、一位則是開啟了與神的對話之路。這兩組著作之揭示，是否暗示著人與神之間的關係是平等的？而人就是神的朋友、亦或是人即是神的可能性。

在《與神對話》作者尼爾·唐納·沃許，與神的談話之中，神告訴作者，道：「你吸引生活中的人、事與環境，做為工具，藉此來締造你對自己最偉大的意象之最恢弘的版本。⁵³這樣的說法，與基督宗教的神，對每個人皆有考驗與規劃、或是東方的神佛，前世、今生的業、果之說，大相逕庭。但卻與朗達·拜恩秘密之說，那自助即為神助，不無相似之處。

神與尼爾的對話中有段話，說：「神沒有和任何東西分離，也沒有東西是與神分離的。」⁵⁴人類與神沒有分離的狀況下，上述的吸引力法則便與此系列書中之說法相符。另外，在伊朗裔美國宗教社會學學者雷薩·阿斯蘭⁵⁵所寫《造神：人類探索信仰與宗教的歷史》(*God, A Human History*) 一書之結論也寫到：「神並未以祂的形象創造我們；我們也沒有以自身的形象造神。我們是神在世界中的形象：不是形式或外觀上形似，而是在本質上。」⁵⁶在雷薩·阿斯蘭比對研究後，亦提出神與所有生命之本質上，跟神並無分離或是有著不同的形象。

此外東方亦有與前述之西方書籍相應的說法，在星雲大師所著《與佛菩薩感應記》中談到：佛教禪宗有云：「不著佛求，不著法求，不著僧求。」亦說：「自

⁵¹ 朗達·拜恩，《秘密》，台北市：方智，2007。

⁵² Rhonda Byrne，生於1945年，澳大利亞作家。

⁵³ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 II (上)》，台北市：方智，2012，頁093。

⁵⁴ 尼爾·唐納·沃許，《與神合一》，台北市：商周出版，2015，頁032。

⁵⁵ Reza Aslan，生於1972年。

⁵⁶ 雷薩·阿斯蘭，《造神：人類探索信仰與宗教的歷史》，新北市：衛城，2020，頁192。

己做自己的教主!自己做自己的貴人!」⁵⁷當我們可以將心放在自己身上，即能夠見到本性；見到本性，即能破除外境所給予人們的煩惱；而煩惱心之所以升起，很多時候是因為自己太過關注於外。

二、實相的創造者

當注意力放在自己的身上，則無心於外，自然能夠專注於提升自己，提升自己後，貴人即能見到自己，好運自然就隨之而來。那麼，貴人即自己、或是神即自己之說，能否與雷薩·阿斯蘭所述，我們是神在世界中的形象，且本質上是形似的。

承上，在本研究之《與神對話全集》系列書籍中，作者尼爾紀錄神的話語之內容中有提及：

人們在創造（你的實相）之前便應對它感到感激。

又說：

享受並慶祝所有你已創造的一切，排斥任何一部分，就是排斥你自己的一部分。如果你發現不喜歡創造物的某些面，就祝福它，然後改變它。再選擇一次，召來一個新的實相，思考一個新的想法。⁵⁸

當理解了所有發生在生命中的，皆為自己所造，那麼，應可去除生命中，給予人們無形壓力的那部分，即是人們時常能聽聞到的業力或是因果之說。

爾後，我們是否應正視，並對於自己生命中所召喚而來，以及周遭所發生的一切負完全的責任。當身邊所有發生的一切，皆是經由自己的言、思、行而來。那麼，當人們經歷著任何想法、行為、或是自我之不如意、不順遂時，該負責任的應當是自己，而非將罪責歸因於其他人、事、物、甚至是看不見的神、靈，甚或究責於祖先。

⁵⁷ 星雲大師，《與佛菩薩感應記》，新北市：香海文化，2017，頁3。

⁵⁸ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話全集 I(上)》，台北市：方智，2012，頁118。

在王季慶女士所提之「新時代運動七要素」的第二、三、四點；「你創造你的實相、肯定人生的意義、道德的內在性」；以上的這三個要點，揭示著人們應追尋著心中的那盞明燈，且不應盲從，亦不要抱著悲觀的想法、須對所有發生之事負完全的責任，並應當展現清明的覺知、與慈悲。⁵⁹以上之論述，顯示著人們對於自身過去、現在、及未來的掌控權。

當理解到周遭所有發生的事件、情境、狀況，這種種之所遇，皆是源自於自己，並對此握有掌控的權利。在這一同時，應將所有人視為如自己一般；對於發生在他人身上的痛苦與災難之事，有著同理與同情之心，並將之視為是自己的痛苦與災禍，即可避免許多不必要發生之事。在我們的周遭，有許多發生之事，是由於缺乏對於他人，或其他生命的關懷，因此導致產生不幸的結局。就此，我們應將自己認定為全人類大家庭當中的一份子，舉凡出現在這人類大家庭中的任何狀況，我們都應視為是自己身上所出現的問題。⁶⁰因為唯有感同身受，我們才能夠有一顆同情理之心，去體認發生在他人身上的，如同自己碰到的一般。

因此，神應當並不具備是否創造人生情況、或是能否不去創造周遭環境，這一切發生之是與非的功能性。在個人的生命本身、以及生命的歷程當中，神給了每一個生命自由權與選擇權；每一個生命皆能夠隨心所欲地，去過著自己所想經驗的生活方式與歷程，不會受到任何限制或規範。⁶¹若身邊之所遇，皆由自心或是個人思想所召喚，那麼更應該注意自己心裏所想、所思，避免思想之錯誤，導致發生讓自己不愉快的事發生。

呈上述，關於自身能否具有製造之強大力量之狀態，作者尼爾和他所感應到的神，亦對於此事有多所討論；神對尼爾說：「你召什麼，我製造什麼！你怎麼想、怎麼感覺、怎麼說，就怎麼召！其實就是這麼簡單。」⁶²就此，我們或可說，周邊之所遇、所生，是自己、也是神所樂見的。除此之外，神還對尼爾說：「不管你

⁵⁹ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 完結篇：全面進化》，台中市：一中心，2018，頁 007。

⁶⁰ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 II (下)》，台北市：方智，2012，頁 186。

⁶¹ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 I (上)》，台北市：方智，2012，頁 028。

⁶² 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 II (上)》，台北市：方智，2012，頁 024。

把甚麼放在「我」字後面，都會變成你具有創造力的命令。」⁶³因此，自己所遇之任何人、事、物、境，應體認到，這一切除了是神所允諾贊同的，亦是自己、也是經由神所發出的指令。

三、自己即具神性

但要如何才能得知自己即是「神」，或是體認到自己即具有那神性，而非原本以為的自己；因為人類一直被教育、被告知，我們與神，是分離的，且有不同之位階；並由於人類對此的無知，致使自己不知道自己就是神。要擺脫分離、位階不同，這樣的無知狀態，新時代運動提出需先經由冥想、靜坐、禪定、催眠、通靈等等的方法，使人類得以在「意識」(consciousness)上做出徹底的改變。⁶⁴當內在之潛能被激發後，即可意識到自己深具神秘的力量，人類才會理解到自己與神從未分離過。

在新時代運動中亦有提到，人類有發展自己潛能之能力，並可透過自己獲得心靈成長與解脫，因為「新時代運動」強調人具有神的本性，僅需運用靜坐、冥想、催眠、通靈、占星、及超心靈宗教療法，⁶⁵即可達成自我提升，並感受到與神合而為一體，成為主宰自己生命的主人。

但既然「神即為人、人即為神」，為何神需要透過上述的方法才能感受到？而神為何要與人分離，如此做的目的又是為了什麼呢？對於這人神分離的疑惑，作者亦有將此部分與神之間的對話做一紀錄，寫到：「個別表達的目的，是為了讓我能經由「體驗我之個別部分」來「體驗我自己為整體」。⁶⁶」因那許多的不同體驗與概念是相對的，需要對照才能夠見著那相對的另一個面相，才能夠體驗到由「一」分出的「多」。

即便是在古代的宋明儒家思想裡，也蘊含著對於天的實體之論述；他們相信

⁶³ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 II (上)》，台北市：方智，2012，頁 023。

⁶⁴ 董芳苑，〈“前世今生”的宗教背景：新時代運動〉，《新使者》，(27 期，1995)，頁 66。

⁶⁵ 董芳苑，〈“前世今生”的宗教背景：新時代運動〉，《新使者》，(27 期，1995)，頁 65。

⁶⁶ 尼爾·唐納·沃許，《與神合一》，台北市：商周出版，2015，頁 028。

透過天命所賜，人得以有包容萬物之神性；如此之天性需要透過有意識的心，以及充滿良知的活動，才能夠得以「覺」（即為：感受性）。⁶⁷依此說明即可明瞭，時時保持覺察便能使心更加安定，即能發現自己具有之神性。

《與神對話》系列書籍之作者，亦曾詢過神，他對於這個部分的疑惑，神回答作者尼爾，說：「要想發現我們跟神不是分開的，第一步就是要發現我們各自不是分開的，除非我們知道並體現我們全是一體，我們便不能知道和體現我們跟神是一體。⁶⁸」因此，我們必須先感知到身邊所有生命，爾後才能覺知，神與我們是一體、神即是自己、所有的皆為神之顯現。

但若非自己親身經歷，要與自身以外之生命產生連結，實屬困難；在《與神同心：王季慶的最後八堂課》一書中，即寫到關於人們應如何去覺察，書中有段話說明如何才能得知開悟：

所謂秘器者的參悟、開悟，就是瞬間縱向跟神連接，不用聽任何道理、文字，甚至超過文字，而是直接瞭然於胸的那種感覺，就是無條件的愛。當你感到無條件的愛以後，你就會有完全的喜悅跟自由，因為你知道你是被疼愛的、有神恩的。你不會覺得非要有某種建樹、非要改造自己成為聖人，才能得到這份恩典、這份愛；⁶⁹

唯有自己在用心覺察、感悟後，才能夠體證到這股神秘力量，以及那無法感知的狀態；即便是最親近之人有此經驗，亦無法與任何人，用任何方式，說明或是分享，內心中所得之感受。

這全是因為，在人類生命中所有的經驗，都只是一個體驗的過程，許多時候都無法用言語或是文字，確切地表達出心中真實感受到的。在尼爾所記錄的系列書籍當中《重新定義神：2014 今日之神 第一部》裡，即提到關於生命的狀態；

⁶⁷ 杜維明，《儒家思想：以創造轉化為自我認同》，台北市：東大，2020，頁 169。

⁶⁸ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 II (上)》，台北市：方智，2012，頁 011。

⁶⁹ 王季慶，《與神同心：王季慶的最後八堂課》，三河市：華夏，2013，頁 81。

神對作者的解釋是：那生命當中所經歷到的，皆為經歷，且就僅僅為經歷而已。神亦為人類生命中的一種特殊經歷，而非是超級的存在；神所經歷的，並未與我們或是其他生命有何相異之處；神所經歷的，如我們所經歷的相同，皆為生命、僅是歷程。⁷⁰因為人類與神並未分開，因此我們與神所處的環境、狀態、經驗、經歷皆同；就文本中所說，神是透過每一生命去經歷每一個生命，彼此皆是處於相通的状态之中。

那麼，當我們關注在自己生命中，為何就能夠理解自己即是、或稱具有神性；《與神對話》系列書籍中，記錄著神對作者說：「生命即「稱為神的那東西」(LIFE is the stuff that God is)。生命即每樣東西。生命在每樣東西內，做為每樣東西，並通過每樣東西在運作。」⁷¹亦說：「神為知其自身為一切，他必須知其自身為不是一切。⁷²」因為與神、與彼此皆相通，因此透過自己的用心，可以在生命中覺察到，神並未與我們分開；且我們也應明白神之所以這樣做，是因為神希望我們能夠透過自己的生命，靠著仔細向內觀察理解到自己之所是。

呈上所述，要認識真實的自己，新時代運動有部分開悟之追隨者，為了讓大眾皆能理解自己，因此他們希望將自己，已經理解自己具有神性的部分，將之分享給更多的人知曉；在這些新時代人們的理解下，他們認為「人是創造世界的主人，人至終都將成為神。」⁷³於是他們自成一套淨化與健康的觀念；期望能夠經由「冥思靜坐、瑜珈術、占星術，以及按摩與針灸等等非西方傳統方法來協助人進化到「神格」之目標。」⁷⁴新時代的人們認為用這些方法，除了讓自己能夠與心靈結合之外，身體亦能因此而得到健康。

但即便是傳統認定的宗教，從其過往之歷史便可得知，新與舊不停地轉換，不論是信仰團體、信奉遵從的至高者、或是追隨的人類，皆會因為時代之轉變，為因應每一個時期，而有所不同。

⁷⁰ 尼爾·唐納·沃許，《重新定義神：2014 今日之神.Part One》，台北市：淳鳴國際，2014，頁 101。

⁷¹ 尼爾·唐納·沃許，《重新定義神：2014 今日之神.Part One》，台北市：淳鳴國際，2014，頁 101。

⁷² 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 II (上)》，台北市：方智，2012，頁 121。

⁷³ 董芳苑，〈“前世今生”的宗教背景：新時代運動〉，《新使者》，(27 期，1995)，頁 66。

⁷⁴ 董芳苑，〈“前世今生”的宗教背景：新時代運動〉，《新使者》，(27 期，1995)，頁 66。

在《神的歷史》一書的研究中，我們可以經由其內容理解到：「每一代人必須創造適於他們自己的神意象⁷⁵」；因為「如果我們看看三大一神宗教⁷⁶，就可以清楚地了解到，客觀的「神」觀點並不存在。」⁷⁷由此研究我們得以理解，因著時代的改變，人們對於每一件原本所知之知識的定義，會隨著時間，與知識的洪流，致使大眾對於看待神的態度有所不同。

信仰狀態與崇拜對象的轉變，對於沒有信仰的人類，是否也有著不同的進程。在凱倫·阿姆斯壯的研究中提到：「同樣的情況也適用於無神論。「我不相信神」一語，在不同歷史階段的意義皆略有不同。」⁷⁸很明顯地「無神論往往是一個轉型的過程：猶太教徒、基督徒和伊斯蘭教徒都被他們同時代的異教徒稱作「無神論者」，因為他們接受了一套對神聖與神的超然存在的嶄新概念。」⁷⁹由此觀點可知，在成為是否是一個被大眾所接受的宗教之前，有許多目前視為理所當然的宗教，在最初出現的年代，也是經歷過不被接受，與轉變成為人們認為信仰的一段時間及歷程。

《與神對話》書中的神與作者談話時說：「時時刻刻，神在你們之內，以你們之身，並透過你們表現他自己。⁸⁰」用最直接的方式展現自我，無須帶著畏懼的心，在理解心中最原始的想法後，以不自欺的方式誠實面對每一刻的想法與意念，才可找出屬於自我內在之神性。

呈上所述，「神就是自己」之意境，可經由理解到自己與神從未分離，並將注意力由外轉而向內覺察自我，感悟到自身之內原有之神性；從以明瞭如何與神合而為一。

⁷⁵ 凱倫·阿姆斯壯，《神的歷史》，新北市：立緒，2019，頁7。

⁷⁶ 三大一神宗教：猶太教、基督教、伊斯蘭教。

⁷⁷ 凱倫·阿姆斯壯，《神的歷史》，新北市：立緒，2019，頁7。

⁷⁸ 凱倫·阿姆斯壯，《神的歷史》，新北市：立緒，2019，頁7。

⁷⁹ 凱倫·阿姆斯壯，《神的歷史》，新北市：立緒，2019，頁7。

⁸⁰ 厄爾·唐納·沃許，《與神對話全集：隨身典藏版》，台北市：方智，2012，頁49。

第四節 「神」即合一

「與神合一」、「佛在心中」、「我即是神」、「佛即是我」、「神即萬物」。這些身、心、靈與萬物合一的說法，在許多不同的宗教皆曾出現。但即便是自古至今皆有著如此多對於神的不同解釋，也無法詮釋或替代本系列書籍的作者尼爾·唐納·沃許筆下所寫的，那與他對話的神。

在《與神對話》書中，有對於神如何與生命合一加以說明，神說：「我想要的是以親自體驗的方式認識我自己。我藉著你這樣做，也藉一切存在之物。我藉著我所做的選擇，體驗自己的莊嚴華美。」⁸¹「神」經由每一件事物來體驗自己，創造自己；當我們創造的同時，亦是神在創造，這一切皆是與神的共同體驗，與萬事萬物的共同感受。

根據新時代運動台灣推動先驅王季慶所列之七要素之一「我們皆為神的一部分」所給予與神合一的說明為：在此所提及之神，並非一位高高在上不可與人親近的偶像，亦無如同一般宗教結構的宗教組織狀態。但神確實是我們所知、未知的，而這一切的根源，是這全部的源場，即宇宙的意識。透過每一個由其分出的不同部分來體驗這物質世界，始完成整個拼圖。⁸²因此，在目前這個紛擾多變的時代中，能否在經由與神合一後達到終極的平靜，著實是個需要仔細探究的課題。

一、萬物皆同

在學者董芳苑所提出與新時代運動相關的文獻中，亦提到關於一體的說法：

萬物一體的信仰是東方思想之特色，也即「一元論」（神、人、世界一體）之基礎。對「新時代」運動信仰者言，萬物個體都在宇宙中融合為一，神、人、自然也有宇宙終極之因所分化，而且彼

⁸¹ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 III (上)》，台北市：方智，2012，頁 022。

⁸² 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 完結篇：全面進化》，台中市：一中心，2018，頁 007。

此互相關聯。⁸³

在新時代的運動中，人們試圖將生命的掌控權，由早期原有依賴著一個未知的神，來決定其生命由生至死之歷程，轉變為對於自我的負全責之心，並將此負責任的態度，延伸至其他生命；且嘗試著，經由各種新時代運動中所提倡的靜心、冥想、感受與同理其他生命的狀態之時，以達到與萬物合一的不同生命。

本文所研究的《與神對話》系列書籍文本，亦於書中特別強調：「神並非與我們分開，從不曾；我們只是以為我們跟神是分開的。」⁸⁴因為我們時時皆能遇見生命所給予大眾的奇蹟，不論是生物性或是非生物性的。無論書中論述的是與否，在生命當中隨處可見到不停止的新生與死亡，即便一個局外人，都能夠因其他生命的異動有所觸動。

新時代運動中的一個新的基礎性的原則，是在新靈性中，認為萬事萬物皆是一體的，包括所有人類已知與目前尚未知曉的，亦包括那些形而上的神、靈等等，皆與人類是一體的。⁸⁵目前全球化的狀態中，人們雖被鎖在自己的小小空間中，但所見、所及之物，無一是單一人、單一工廠或是單一國家所為；眼前能取之物，無一非由眾志成城。由於現代化的鉅著環境，使得被鎖在自己獨立空間中的我們，最常自以為的謬誤，即是認定眾人是分開的，且互相之間是毫無關聯性的。

鄭志明也曾提出對於合一的看法，在《民間傳統宗教天人合一的神聖實現》中寫到；中國民間信仰中的生命關懷，體現的方式，是立基於五位一體之天地人鬼神；而其主要的內涵，是透過合一的自然與超自然秩序，並經由修持自我的靈性之後，與終極實體相通，最後達成與終極實體合一；藉此使得生命境界得以圓滿與充實。⁸⁶但合一之境界，在目前並非人皆有之，需要在多重練習後，當自我心靈昇華，才有可能去同感其他生命之能量流動，並經此達到與萬事萬物合一之境界。

⁸³ 董芳苑，〈“前世今生”的宗教背景：新時代運動〉，《新使者》，(27期，1995)，頁66。

⁸⁴ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 II (上)》，台北市：方智，2012，頁012。

⁸⁵ 尼爾·唐納·沃許，《走出靈性文盲：2014 今日之神 Part Two》，台北市：淳鳴國際，2014，頁72。

⁸⁶ 鄭志明，〈民間傳統宗教天人合一的神聖實現〉，《宗教哲學》，(第76期，2016)，頁1。

因此，倘若我們能夠跳出原有僅考慮到自己的思考方式，選擇站在他者的角度，在互換視角後，用關懷同理的心，即能因為立基於對方的觀點，達成與之合一的狀態。

在約翰·哈伍德·希克⁸⁷所寫《宗教之詮釋：人對超越的回應》一書中，亦提出因人類生存狀態之轉化，會使得我們對於其他人或是宗教的觀點受到影響，並得以有著多元之理解；而這樣的改變會遍佈全世界，且不會僅侷限於屬於自己的團體內。⁸⁸因為對其他生命的理解，讓不同的生命之位階相等，使得萬物皆同之觀點擴及各個角落，凡所觸及之生命皆是美好之所遇，並能與之因同情、理解而合為一。

二、與神和諧的同一

在討論與神合一之前，需要特別注意的是；當人們將自己視為神時，應注意是否可能發生之誤區；並將合一認定自己可創造出任何狂喜與恐怖，且可給予自己一種展示各種道德權威之名。亦有可能將以神之名，去愛、去恨；或可以神之名，去創造、毀滅；更能以神之名，接受與拒絕、獎賞與懲罰。⁸⁹這些可能自認為的狀態，應多加注意與警惕自我，盡可能的避之。

威廉·詹姆斯所寫之《宗教經驗之種種》結論篇中提到，我們應如何以最寬廣的方式來看待宗教生活的特徵；威廉·詹姆斯以心理學的角度來總結，並在總結的第二點中提到：「與這更高之精神世界的合一或是和諧的關係是我們真正活著的目的。」⁹⁰因為人其實是需要與他人產生關聯，才能夠更加深刻體悟到自己的存在；在與其他生命連結中，又以和諧狀態始能為眾生命之平衡點，相互依靠與幫助，使之能夠點亮身邊的其他生命，讓自己的生命得以感知到更高遠層面的不同意義。

⁸⁷ John Harwood Hick, 1922-2012。

⁸⁸ 約翰·哈伍德·希克，《宗教之詮釋：人對超越的回應》，新北市：聯經，2013，頁 511。

⁸⁹ 厄爾·唐納·沃許，《重新定義神：2014 今日之神第一部》，台北市：淳鳴國際，2014。頁 182。

⁹⁰ 威廉·詹姆斯，《宗教經驗之種種》，新北市：立緒文化，2019，頁 589。

當所有的生命，皆能視所有的萬事萬物為一體時，我們較能夠對那自己以外的生命體全然地真實，並會讓自己時刻都是處在誠實的狀態之中；且開誠佈公地對其他的人說出真實的話語、亦不會對自己以外的人有所隱藏、或是暗地裡想要私自隱藏些什麼。⁹¹誠實與不隱藏，應是最佳處世之道，但人的心與腦複雜的程度，似乎遠超過人們自己所能想像，因為人除了會對他者隱藏之外，有時甚至還會對自己有所欺瞞。

關於能否誠實，與是否隱藏的疑惑，《與神對話》系列書籍中想表述的觀點則是：「不可以對自己隱藏」；想要「發現神」的最快速徑就是互相發現，不再互相隱藏。最重要的是，在任何時間對每一個人講真話。把握住這樣的真理，即能通向自由的道路。⁹²說實話，不造假，即無須再想更多的理由，做更多對其他生命的隱藏；沒有了隱藏與謊言，即能面對真實的自我，他人也能夠因自己的毫無隱藏與保留，增加彼此間心境之開放的交流。

《造神：人類探索信仰與宗教的歷史》的作者雷薩·阿斯蘭認為「神即萬物」、或「萬物即神」的概念，有一個現代的術語能夠加以詮釋，那即是「泛神論」；對於泛神論來說，這樣的概念即為一種信念；「認為神和宇宙是一體且相同的：在神必然的存在之外，不存在任何事物。」⁹³對此，或可將之理解為世界萬物皆存在於神之中，而神也在萬物之中。

另外，古希臘哲學家亞里士多德⁹⁴對於合一的狀態也有其說明方式；在他所提到的第一因⁹⁵，由他自己給出的解釋是：「實體以外的範疇都是表述實體，因為實體是第一存在。」⁹⁶在亞里士多德的討論中，我們或可理解到他的認知即是：

存在的所有其他的範疇都是與他相關的：那就是實體。因為根據實體的概念，所有其他的存在方式才被說成是存在。由於存在一方面

⁹¹ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 II (下)》，台北市：方智，2012，頁 304。

⁹² 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 II (上)》，台北市：方智，2012，頁 012。

⁹³ 雷薩·阿斯蘭，《造神：人類探索信仰與宗教的歷史》，新北市：衛城，2020，頁 192-193。亦譯為亞里斯多德。

⁹⁵ 亦稱之為第一哲學；指的是研究「作為存在的存在」的科學，爾後稱之為「形而上學」。

⁹⁶ 黃頌杰主編，《西方宗教學名著提要》，南昌市：江西人民，2002。頁 45。

被說成為個別事物、質和量，另一方面又可就潛能和完全的現實以及就功能來加以述說。⁹⁷

因為自己是最可能理解自己的人，所以個體對自我，須先以最真實的表述來理解自己，才有可能與他者產生連結，進而同理他者達到合一的狀態。

三、與神同心

根據王季慶所寫《與神同心：王季慶的最後八堂課》書中提出，新時代的主張認為：「神既是自有的，是內在的，也是超越的；他在我們之內，可是他也是超越人間的，他是所有一切的源頭，同時又化身在我們每一個人裡面。」⁹⁸因此，在新時代的認知中，「神」是無所不在；神的狀態不僅僅是超越的，亦是蘊含於內在的。

但要人們要如何才得以理解，那被眾人稱之為「神」的呢？在尼爾與神的對話中，神透過作者之手，分享給人類應如何看待神，說：「神就是生命，生命就是神。神和生命這兩個詞是可以互換的。」⁹⁹就此，當我們看到每一個生命，皆能將其視為神的另一種表徵；且與作者對話之神還對尼爾解釋，說：

生命創造的東西，沒有一樣不是生命本身。你在周遭所見的一切，都是正在表達的「生命」。生命即是每樣東西。生命在每樣東西內，做為每樣東西，並通過每樣東西在運作。你即那「正在表達的生命」。生命及你表達著它自己為「你」。¹⁰⁰

這樣的說明即如新時代運動中，新靈性源頭之說法相似。生命在表達自我，我即是生命，而神也在生命當中，故此，生命與神，即是合一的狀態。

呈上所述，當我們見到每一個生命，即能將其認定為是神之另一種形式的表現，因為「生命」和「神」兩者是可以互換的。當你了解這層道理時，你將了

⁹⁷ 黃頌杰主編，《西方宗教學名著提要》，南昌市：江西人民，2002。頁 47。

⁹⁸ 王季慶，《與神同心：王季慶的最後八堂課》，三河市：華夏，2013，頁 77。

⁹⁹ 尼爾·唐納·沃許，《神說了甚麼：「與神對話」25 則和新訊息，改變你的生命與這個世界》，台北市：商周，2015。頁 123。

¹⁰⁰ 尼爾·唐納·沃許，《重新定義神：2014 今日之神.Part One》，台北市：淳鳴國際，2014。頁 103。

解新靈性的基礎。」¹⁰¹看待所有的生命皆一視同仁，便能感同身受而達成與之合一的狀態。

在與萬物合一後，即能感受到與神並未分開，而是始終保持在跟神合而為一的狀態，因為：

祂不是將生命氣息灌入人類裡，而是做為人類(Breathes Life not into humans, but AS humans)，因人類可以表達和體驗他們自己是「具體顯現的神」，並可以知道，他們觸摸、看見、感覺到的每樣東西，也是同樣是「以具體行是顯現的神」。¹⁰²

正是合一的狀態，神才能夠經由生命去實踐原有的生命狀態，因為真實地呈現出生命之原有狀態，即為神之展現。

實踐合一狀態，即與前述泛神論之自然中所有生命皆為神之體現相符；因為就「新時代」運動的擁護者，電影明星沙麗麥克琳的話：「神結合了正面與負面（陰陽）兩極，如同今日科學家屬指的正負電流的交互作用一樣」。¹⁰³因為「神」能夠展現所有；那麼便可說「神」是一切萬物之源頭，或可說「神」是所有之總和。

但這合一之狀態常會被人們自己所限制，因為對自己的不信任，認定人類無法達到與神的位格，無法與之有著等高之位階；因此我們需要先解決心理認知上，對於無法達成之恐懼；在大衛·戴西所寫《榮格與新時代》即提到：「從心理學上來說，我們有可能結束這種自我的分離狀態，通過修復與神性的關係來開始新生活。這是靈性在新時代的末世夢想，也是保羅異象中的新的靈性生活。」¹⁰⁴新時代中有許多方法能夠達成內觀與自我覺察，因此可以運用冥想、靜坐等等的方式，結束分離的狀態，達成修復、喚起內在神性，而與之合而為一。

當你見到了一體，或是感受到「一」所呈現出的整體性，即能意識到與神的

¹⁰¹ 尼爾·唐納·沃許，《重新定義神：2014 今日之神.Part One》，台北市：淳鳴國際，2014。頁 103。

¹⁰² 尼爾·唐納·沃許，《重新定義神：2014 今日之神.Part One》，台北市：淳鳴國際，2014。頁 147。

¹⁰³ 董芳苑，〈“前世今生”的宗教背景：新時代運動〉，《新使者》，(27 期，1995)，頁 66。

¹⁰⁴ 大衛·戴西，《榮格與新時代》，北京市：世界圖書，2014。頁 211。

意識合而為一，「在這種狀態中，不論他召喚什麼，都會在那神聖時刻呈現在他的神聖真相中。」¹⁰⁵這一說法與前一章節所討論到的，神即是自己是吻合的；當自己意識到所有周遭發生的，皆是自己所想、所思，便可知曉明瞭，自己已經與「神」合為一體了。

在這樣的狀態中，人類便可以理解到如同《與神對話》書中，作者與神對話後所記錄下的話語：「你為自己做了什麼，你便是為別人做了什麼；你為別人做了什麼，你就是為自己做了什麼。這是因為，你和別人是一體的。」¹⁰⁶在得知與其他生命是一體的，才會對其他生命有著同情理的感受，使得每一個生命心境彼此交流與關懷，讓各界各處皆可充滿信任與慈悲。

不過，由於人類已經忘記萬物皆一，以致長期處於各個生命彼此不信任的氛圍之中，舉凡能夠與他者合一的，人們自然就會退避與害怕；而那些彼此分別的，讓生命之間有差距與有區分性質的，人們反而加以推崇；加上長久以來產生的分歧及不同位階，導致彼此之間很難和諧。¹⁰⁷因此，我們應將注意力回歸自己的內心，在專注於對自我的覺知、覺察後，才能用平等之心對待其他生命，並且在同理後給予應有的關懷。

對於他者有了一體的感受，才不至因與其他生命有分離感，而有差別待遇，因為對自己所做的，即是對他人所做；而對其他生命所做的，即是對自己所為。要明白這所有意願皆出自於自己，也是出自於神，因為神對尼爾說：「因為你的希望就是我的命令。要記得，我親愛的，你的欲望就是我的欲望。你的意願就是我的意願。」¹⁰⁸所以，當我們對任何人、事、物，下了指令，即是神對此下了指令；因為我們不會決定對自己做出不好、不情願的，因此也不會對其他生命做出違背自己意願的。

在理解了萬物一元後，應體認到世界萬物皆是神，神也就是世界萬物；神、

¹⁰⁵ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 II (上)》，台北市：方智，2012，頁 031。

¹⁰⁶ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 I (下)》，台北市：方智，2012，頁 175。

¹⁰⁷ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 II (上)》，台北市：方智，2012，頁 076。

¹⁰⁸ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 II (上)》，台北市：方智，2012，頁 020。

人、世界之所有，皆是一體；換言之，我們也可說；「神」就是一切萬物之總和。

「神」若是生命的話，「真我」就是神，「良知」也是人內在地神。可是當人追求外在的神時，神就遠離了人。」¹⁰⁹以上的說明在在顯示出，尋找那合一的神，無須拼命地往外追尋，僅需用新時代運動所提供的方法，藉由冥想、靜坐、禪坐，使自己平靜下來，並可用，內觀、星座、瑜珈等，這些可以加速理解自己的方法，往自我的內在找尋，那原有存在於內的神性。

當理解到神就是愛、自己與合一；將以此為本，用在關懷生命之法探究。



¹⁰⁹ 董芳苑，〈“前世今生”的宗教背景：新時代運動〉，《新使者》，(27期，1995)，頁66。

第四章 《與神對話》之生命關懷面向

《與神對話》系列書籍，作者初始與神之對話三部書籍的程序是：「個人的真理、全球的真理、宇宙的真理。」¹就此，本章將依照書中內容，從個人、社會、宇宙三個面向所蘊含之生命關懷逐一探究。

討論《與神對話》系列書籍中所言之對生命的關懷之前，需要先理解關懷的涵義為何？關懷所指涉的是哪些部分，或是須從哪一個方向，應從哪一些角度來觀察與說明之呢。

第一節 生命關懷的基礎與開展

在找到如何達到關懷的方法之前，我們必須注意到關懷者與被關懷者之立基點；提出立基點，是因關懷者與被關懷者因角色之不同，會有視角相異的狀況產生，因此，在討論關懷時，我們必需要注意到，當我們決定要給予他者幫助或是關懷的同時，助人者必定要隨時留心於關懷者與被關懷者間，如何保持人與人之間的互動平等性。時時留意，並將注意力放在對方的視角去理解其真正之所需，才能夠在角色互換下，達成理解後的真正關懷。

當與旁人或是其他生命互換角色，為避免因關懷角色互換後的變化，致使原有之同理初衷被不經意地遺忘；在《與神對話》書中，有一段神提醒作者尼爾的話語，神說：「在關係裡，絕不要出於一種義務感而做任何事。不論你做的任何事，都要出於是你的關係所提供給你的了不起的機會去做決定，並且做「你真正是誰」。」²因此，當與他者建立起關係後，定會與那建立關係者，在產生關係後，致使緊密程度有所變化，緊密程度定會與尚未建立關係之前有所不同，導致改變

¹ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 III (上)》，台北市：方智，2012，頁 009。

² 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 I (下)》，台北市：方智，2012，頁 183。

原有的互動角色；因與其關係之互動深淺變化，而改變自己原本面對被關懷者的心理狀態，恐又落入另一種關係中的迷思狀態，無法保持客觀的態度，處理原有欲解決之事件，使自己有了另一層次的想法與作為；這是在當關懷者因事件深入另一個人的所處的狀態時，應該要隨時保持注意與警惕的。

承上，當面對關懷對象時，我們需將角色互換後的平衡，與深入的層次做好絕對的把關，避免過度關懷而變成越權干涉。這過度干涉的成因，大多是因為人們常會帶著自己主觀立場的視角，看待與處理和自己不同的，有時甚至會認為那與自己所認定的不同之處即是「錯」的。不論是在宗教、社會、經濟、文化上的相異，皆可能會有這樣的情況出現。³基於此，對於關懷的切入深度與輔助程度，應盡己所能地同理對方之真正需求，才有可能達成原本預想中，欲給與他者的關懷與幫助。

關懷所散發出的，應是出於一種自然的情感狀態，那源自於母親對自己孩子的自然關懷，是處在一種無所求的付出狀態。在一九八二年，卡羅爾·吉利根⁴《不同的聲音》（*In a different voice: Psychological theory and women's development*）的研究發現，女性傾向於透過照護他人來定義自己；並認為女性會在看到身邊有麻煩狀況的同時，立即發揮其母性，並認為自己的責任，即是盡可能迅速地解決身旁人所遇之難題，且會盡量地去幫助，那些需要被幫忙的。⁵但倘若過度關切，導致關懷變為干涉，則是關懷者在給予關懷時，需要特別注意到避免跨越界線的一件事。

若是換個角度來審視關懷是否太過於強勢，有時會因為要避免過度干涉，導致無法保持客觀性，因而刻意去建構一種特別的規範，或是將其加以制度化，那也是應該要捨去的選項；如關係被制度或規格化後，那自然散發出的母性關懷狀

³ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 II (上)》，台北市：方智，2012，頁 075。

⁴ Carol Gilligan, 1936 年生於美國的心理學、倫理學家。他提出男性的道德判斷是以私利為主要考量，而女性則會在他人與自我利益中尋求平衡。依此提出了女性發展之；個人生存的道德、自我犧牲的道德、均等的道德，這三個階段。

⁵ 俞彥娟，〈女性主義對母親角色研究的影響：以美國婦女為例〉，《女學學誌：婦女與性別研究》，（第 20 期，2005），頁 11z。

態便會消失。因此關懷的面向，不應該預設可能的過度干涉前提，而將之建構在制度與形式之上，如此便會失去原有之母親自然對孩子的關懷態度，轉而成為強制性有壓迫感的狀態，因流於制度化，導致失去那原有父母對子女由內心自然呈現出的關懷狀態。

但究竟要如何，才能夠付出適切的關懷呢？在《與神對話》書中，神總是對作者尼爾說：「在重要關頭時，只有一個問題：「現在愛會做什麼？」⁶」因為唯有保持那最為單純之愛的心，才有可能達成如父母對於子女一般，自然流出的無私關懷。

自然地關懷周遭，讓眾人皆用愛打造出一個和諧社會，最終還是需要回歸到自我的修練；古希臘哲學家亞里斯多德亦曾提出過關於德行之培養，需要仰賴於教導，且培育任何德行都需要時間與經驗，並養成對於好的德性的習慣。⁷因此若需要每一個人皆能夠自然地，對於自己以外的生命，自在地給出，不預設任何立場、如父母所付出于子女之自然關懷，則需要如前所述；由身邊最親近之人的小範圍做起，平時即養成良好的內心品質，才可能在最適切的時間，自然地給出其他生命恰如其分之關懷。

由心發出最自然之關懷，爾後才有可能，順其自然地表現出自己心中所想呈現出的行為；關懷其他生命，許多時候並非僅僅是對於他者帶來好處；在神與尼爾的對話中，神對尼爾解釋發展「關係」的重要性，說：「要祝福每個關係，將每個關係都視為特殊，並且都形塑了你是誰，以及現在選擇作誰。」⁸接觸、幫助、關懷其他生命，往往在許多助人的時刻中，反而因此發現了自我的存在價值，並於此建立對於自我的信心；那麼，關懷的受益者不僅是被關懷者，那給予關懷的，在許多時候反倒是這一關係狀態中的最大受益者。

關係的課題，無論在古代或現代、東方亦或是西方，皆有多所討論。因此，

⁶ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 I(下)》，台北市：方智，2012，頁 174。

⁷ 亞里斯多德，《尼各馬可倫理學》，北京：商務印書館，2003。頁 35 (1103a 11-16)。

⁸ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 I(下)》，台北市：方智，2012，頁 166。

如何實踐彼此關係之和諧性，能夠讓自己保持在一視同仁地狀態中，時時關懷身邊所遇之生命，我們需要的作法可如亞里斯多德所講，在平時的生活，多練習對於其他生命之同情、同理，便可於最適切的時間，自然地做出那些幫助自己、以及自己以外的其他生命之最佳選擇。

當我們視周邊之所遇，皆為生命中的不同經歷，或是一些變化的過程，那歷程，都僅是為了在生命中創造各種不同之經驗，或是給予這些經歷一個轉化的機會。因為這一切事件皆是我們認為它們如何，為它們做了甚麼，對它們產生什麼反應，而給了它們意義。殊不知這所有的事件，所有的經驗，都以創造機會為目的。⁹倘若賦予其意義的根源皆是自己，且僅是自己在生命當中，給予自己的人生經驗與機會；那麼，對於即便是會使心情起了波瀾，抑或是不覺愉快的任何狀況，皆可如閱讀故事一般地，恍若置身於外而不起任何心境。

能夠保持自我，並使內心穩固若磐石，對於關懷其他生命是至關重要的；因為人們在很多時候，有關懷助人的行動，但卻不是發於內心，亦非出於自然。那是因為平時並未養成關懷與助人的習慣，因此未能在適切的時機做出正確的行動；未能給予被關懷者所需要之同理心，可能是因為自我的思想上，並未真正理解到自己所欲付出的關懷行動；倘若身心在此種情況之下決定的行動方式，不僅無法真正地助人，而那需要被關懷者，也無法真正被幫助。

在許多狀況中，正是因為自己對於事物理解得不夠全面，導致無法真正深入他心來同理；因此我們需要自己找到無法同情之處，便可自然達成給予他人所需之助力。助人與被幫助、關心與被關懷，程度上若可拿捏得宜，在不逾矩、不強勢、沒有強迫性的以上對下之狀態中，讓關懷者得以給出適切的關心，而需要被幫助者，能得到最恰到好處的適切同情理之關懷與幫助。

接著，本文將運用《與神對話》系列套書中所講，亦即上一章中的三節所討論到的；神就是愛、自己、及與神合而為一，探討如何將之落實於助人與關懷。

⁹ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 II (上)》，台北市：方智，2012，頁 073。

第二節 人與自己的關係

人們要了解自己，需要經歷不斷地嘗試長成、練習的過程；自嬰兒呱呱墜地開始，生命便開啟了不斷地適應自己與外界的模式，且經由無止息地選擇與學習，才能達成認識自己與世界的狀態。在這日日充滿選擇、與分秒皆是挑戰的一生中，許多人在生命中，勇於接受各種的挑戰，有些人則是選擇在生命的過程中，盡可能的保護自己。

因此，要了解人與自己的關係，應可從理解自己、愛自己並助己脫離苦難與認同自己開始。

一、從理解自己開始

在人生的道路上，雖日日充滿挑戰，但增進理解自己的能力並非不無可能，在《與神對話》書中就有段對話討論到：「減低損失或是最大利益的觀點來過生活時，人生真正的利益就喪失了，機會就失去了。因為這樣的人生是在恐懼中度過的，而那種人生是個謊言。」¹⁰生命歷程中，倘若我們僅用是否失去、或是能否得利的方式度過這短暫的一生時，那麼，在時刻權衡之下，可能因凡事考慮過於細膩，導致產生裹足不前，僅是虛度光陰的狀況；因個性之膽怯，導致自己無法讓生命多些歷練，致使生命歷程無法得到使其完整的機會。而那謊言之說，應是因為人的短暫一生，倘若無法依照自己的內心與實際的想法，去決定和成就每一件事，在連自己面對自己都無法誠實的狀況之下生活，那麼，就一直生活在欺瞞自己的狀態中，如此，生命即是處於由外在所控的方式，並非是讓自己去度過屬於這個生命個體的每一日。

倘若我們從關懷個人或是所有生命的面相來探討；在關懷情境中，非常強調關懷者與被關懷者之間的關係；而人出現的第一個關係，必定是自己與自己的關

¹⁰ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 I(下)》，台北市：方智，2012，頁 174。

係。因此在發展與他人的關係之前，必須先學會面對自己；首先，應學會珍愛、尊重、以及珍惜自己，並且在你能看見自己的價值之前，即先視自己是最有價值的那一位。¹¹因為有許多人會認為自己沒有資格得到這一切，因此常常將自己認為最好的，分享給他人，但卻未曾對自己有著如尊重他人一般的方式，對等的來看待自己；甚至有時候，會對自己非常的嚴苛，以至於大多數的時間都在批判自己，並未善待過自己。

加上人類以為的自己，就是我們所能觸及到的「身」，認為照顧到「身」，就能夠滿足到全部的自己，但卻忽略了自己的「心」；然而「身」僅是生命中的第三層次，那個人類稱之為「心」的，並非是人類原本所知的「心」；「心」是一種能量，即是意念（思想），並非是物體，且就在每一個細胞之中。¹²這是許多自人類出生之後所習得的知識，這些學習到的，可能並非是那全然的知，倘若可以更加專注在自己的心，即是善待自己、照顧自己。

因此，我們必須以自己為中心來思考，並在每時每刻，都專注於自己的思、言、行當中，而非不停地關注他人擁有哪些金錢、物質或是頭銜。若是我們可以肯定自己、不再懷疑自己，內在自然會產生一股平靜；有了穩定的心境，才可能去感受喜悅；當內心如同佛陀或是耶穌一般的淡然，雖然人們無法了解你，如同不理解聖人的遭遇一樣，自己卻因此而能尋得，並且過著如同佛陀或是耶穌一樣的自在生活。¹³因為當我們將注意力皆放在他人身上時，便會對自己產生負面評價；負面的狀態出現，失敗感亦會隨之而起，在這樣的狀態中是無法做到珍惜自己，更加無法做到理解自己。

二、脫離苦難愛自己

人類自詡為高等動物，而動物的本能應是求生存、趨吉避凶的。然而，在許

¹¹ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 I(下)》，台北市：方智，2012，頁 171。

¹² 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 III(中)》，台北市：方智，2012，頁 229-230。

¹³ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 I(上)》，台北市：方智，2012，頁 029。

多人生命中，常會對自己有不好的想法，因此而發生有自己認為不可承受的痛苦時，非但不尋求解決之道，讓自己盡快度過那苦痛的階段，進入快樂自若的狀態中；然解決方法在旁人看來卻是給予自己更大的傷害，如：用自殘、自傷、自殺的方式來表達或是發洩心中的情緒，以達到使痛苦短暫的緩解。

人在生命的歷程當中，可以感受到的喜、苦從不間斷，但歡快總是易被遺忘，而苦的感受卻往往長留於心中，反差的狀態甚多。對於這些情緒的波動、不定，不論在甚麼領域中皆有多所討論；佛家有這麼一說：「眾生皆有生、老、病、死、求不得、愛別離、怨憎恨、五取蘊，這八苦」；在基督宗教中，亦有「原罪與苦難」之說；一位出生於德國，外在條件富裕家庭的悲觀哲學家亞瑟·叔本華¹⁴也曾講過：「人生本就是痛苦的。」

欲尋得使痛苦削減、緩解的方式應有許多種，例如：運動、心理諮商、藥物等等。但為何還是有許多人，選擇用更痛苦的方式，來解決眼前的苦痛，且在很多時候，都會用一些不恰當的方式、或是產生些自我傷害的行為；如此，是否真能達到解決問題的效果？亦或是如許多研究顯示，用自我傷害的方式來解決問題，其原因是與其曾經受到的挫折，研究中指出，這些挫折特別指的是生命中的早年經驗，與之有著高度的關聯性。¹⁵但生命歷程中所會遭遇到的，對許多人來講，常是不可控的，特別是在我們出生後，無法自立，且需要被撫育才得以長成的那一個階段。

因為自被生出後，人生中的不確定性和痛苦，使得許多選擇走入信仰，以為如此便可讓人生的不順遂與難忍，尋得了一個巨大的倚靠。在濟群所寫的《當代宗教信仰問題的思考》一書中，即從佛教的角度來看待人生的歷程，他認為人生有種種苦難，且因生命是脆弱的，於是我們會在心中，自然會生成一種離苦得樂的想法。但倘若因苦難或是挫折而引發的信仰，並非是一個健康的信仰，如此之

¹⁴ Arthur Schopenhauer, 1788-1860。

¹⁵ 林憲，〈自傷的動機〉，《健康世界》，(80期，1982)，頁 45-47。

信仰投入，非但無法如佛教所講的發心¹⁶，亦對於人們探索真理不會有任何實際上的幫助。佛陀即是因有感於世間的生老病死之不可控，而發心求道。¹⁷因此期望用信仰的方式來解決，或是望能藉由信仰來逃離生命中所遇的痛苦，應非為最佳處理方式。

信仰的目的在很多時候，是為了改進我們對於人生的實踐力，以及增進人類探索真理的驅動力，信仰的目的，並非是為給人們一個逃避世俗的區域，或是為了提供躲藏不順遂而出現。¹⁸無法面對自我，欲用各種躲避手段，或是逃離的方式來安慰自己，是許多人，在遇到人生狀況的當下，常會用來自我麻醉的方法之一。

閃躲或是逃避問題，無法完全杜絕苦痛，真實的原因是，因為我們無法直面生活中出現的問題，倘若無法面對生命中之所遇，便不可能如實地去體驗生命中的種種發生。逃脫實際狀況對自己不誠實，便會產生錯誤或是矛盾的觀點，更有可能致使人我之間的關係破滅。¹⁹假裝沒有發生，或是盡量閃躲，並無法解決任何事情，因此我們應盡量處於平靜的狀態，並時時往自我的內心探索，真實地觀察與思考。

當人們能夠理解到，這許多顯現於內心中的種種不平，皆是因自己在而起，我們便可以有意識地轉換思維模式，讓影響自己情緒中的不舒服感受得以被消弭。這些內心自覺的苦痛，皆是自己給出的定義；因為自己的決定，給予苦痛一個位置，並定義它的存在，使自己不悅。²⁰因此，應多給予自己關注，並時常保持一顆關愛自己的心，才能夠解決因自己所產生的心理狀態。

在《與神對話 完結篇：全面進化》一書裡，神對作者尼爾，說明了一個解決痛苦的方法，神說：「人們可以藉由決定去愛正在發生的事，來減少或消除痛

¹⁶ 發心：是學佛的根本；是指發自內心的意念。發心，又可稱其為初發意、新發意、新發心、初心、發意。

¹⁷ 濟群，《當代宗教信仰問題的思考》，上海：古籍出版社，2006，頁 55。

¹⁸ 濟群，《當代宗教信仰問題的思考》，上海：古籍出版社，2006，頁 55。

¹⁹ 楊克平，〈靈性關懷之源在關懷自己〉，《哲學與文化》，(第 36 期，2009)，頁 18。

²⁰ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 完結篇：全面進化》，台中市：一中心，2018，頁 328。

苦。」因為，當「人們知道這份痛苦終將帶來最高的利益，因此消除了悲痛的觀點（例如：女人面臨分娩，或牙痛患者拔牙時。）²¹」所以當我們能夠理解到痛苦事件的背後可能帶有的價值，即便是讓人最擔心的變化，也不至影響人們願意往後去看，甚至會去等待那能使自己喜悅的結果。

就此，我們要多練習如何關注自己、愛自己，不將痛苦視為最重要的，無論那不愉快是來自於他人，或是源於自己的內心。關於這一點的討論，神曾對作者尼爾說明，人們應當如何去做，才能夠轉而以自己為主。在此，神認為我們應永遠將自己放在選擇的第一順位，對於這一點，人們常會誤認，有著重視自己就是自私的錯誤想法。但相反的是，當人類可正視自己為最主要的，才有可能產生自覺；有自覺才能不受外界影響；當不受到自身以外之事波動，才可使自己的心得到最大的自由；唯有使自己自由，才能有空間讓自己成長。²²自我成長後才不會不停地批判自己、不斷地否定自我，並可因自心之茁壯長成後，得到肯定真實自我的每一種狀態。

三、認同自己

唯有認可自己，才不需要得到自己以外的他者或是其他團體的認同；當理解自己就是自己的主宰者時，便無需外求與找尋那除了自己以外的更高力量，因為自己即具有如神一般的能力，有可掌控自我之意涵；在新時代的自我靈性認同中，提出之觀點即為，人們需要的是對自我的信心；倘若自己可以認同自己，因對自我的信心而認定自己具有靈性，即是與神合一的狀態，那麼自己便可有使自己成長的更高力量，無須參加或是得到他者或是自己以外的團體認同。²³基於此，我們可知當自己往內看，決知道自己所具有的力量，並肯定自己後，才會有那如前所述，具有掌控自己的能力，得到真正的自由。

²¹ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 完結篇：全面進化》，台中市：一中心，2018，頁 328。

²² 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 II (上)》，台北市：方智，2012，頁 130。

²³ 陳秉華等合著：《融入宗教與靈性的心理諮商》台北市：心靈工坊，2019，頁 223。

能否感到自由，乃是源於自己的心，因此人們應該理解到，無論是哪一個個體皆是孤獨的，即便是費盡心力不停地外求，亦無法填補這真實的獨立狀態，當自己能夠擁有良好的身心、健全的人格，才會有被自己以外的個體接納的條件。²⁴預先平靜處理好自己，不受外界牽引而活，才可能享受到內心的自在，有了自在，才能得到自我掌控的自由和肯定與認可。

有了對於自己的肯定與自由，才不致被他人的言語或行為所傷；在許多時候，我們在欲得到他人的尊重之前，應先懂得如何尊重自己；看重自己的任何感受，並用誠實的態度面對自我與其他生命，真切地描述出自己的內心中深層感受；因為若是自己都無法接受，或是毫不重視自己的任何想法，但卻期望得到自己以外的人或團體的尊重，難度應該更高。²⁵因此在需要做任何決定時，我們都應先以對自己最佳的方式來選擇，如此便可因自己的尊重自我，擴展至外得到更多的尊重。

當自己理解到自己擁有的力量越多，便能夠有能力給自己之外的生命更多的能量；同樣地，當自己心中所感知的歡樂越多，能夠分享自己的快樂給予自身以外的生命亦可更多。²⁶認同自己所想，就可能從所言、所行將之留出，並將這樣的狀態自然地散發、擴展至自己以外的生命。

然而，對待自我的方式，要如何才能得以向外擴展，而這樣的能量究竟是從何而來的；在《與神對話》書中有段話，給了對此之說明：「我們要為我們的人生帶給我們的一切以及從我們這邊傳遞給他人的一切負責。²⁷」向外散發出的訊息之傳遞很重要，當你自己可以同理自己、重視自我時，旁人收到這樣的尊重能量的訊息傳遞，才會如同鏡面般，將之反射回到你自己的身上。

對於自己所散發出的言語、思想以及行為須要特別謹慎注意，因為「你每改變心意，都要把整個宇宙的方向做了改變。」基於此能量，「當你對某件事「下

²⁴ 劉建娥，〈論人文關懷〉，《玉溪師範學院學報》，(第 19 卷，第 1 期，2003)，頁 29。

²⁵ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 I (下)》，台北市：方智，2012，頁 172。

²⁶ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 II (上)》，台北市：方智，2012，頁 108。

²⁷ 尼爾·唐納·沃許，《神說了甚麼：「與神對話」25 則和新訊息，改變你的生命與這個世界》，台北市：商周，2015。頁 159。

定決心」，你就推動了宇宙。」²⁸這一切由自己內心所發出的訊息或是意念，那複雜的網絡訊息，所附帶的「微妙與複雜遠超過你的想像。這些力量與這種過程都是向互作用的能量之超凡網路的一部分，這網路組成存在之全體，你們稱之為生命與生活。」²⁹如此看似複雜，但卻具單純性質的網絡狀態，深深影響著所有生命。就此，我們需要先堅定自己對於自己所認定的是否為正向能量，才有將之傳遞、給予他人正面反饋的可能性。

在將心中所思、所想之能量傳遞於己身之外以前，應先確定自己之思想是否與身心有不調和的狀態產生，在「新時代運動七要素」之第五點，身心健康是種自然狀態：心理有問題，鬱悶不快樂，自憐或自恨，能量堵塞不覺知時，才會不適。³⁰心中所感受到的倘為淤塞不快，傳遞給周邊之生命的能量不可能是正向的，放送出的會是如實的心中所感；此時當對方收到是負面的狀態，呈現出的回饋，即會是你自己最真實的內在思維。

既若如此，理解自己所思之意念是極其重要的，英國戲劇詩人莎士比亞就曾說過：「只要你們的意念不使之邪惡，就沒有任何是「邪惡」的。」³¹因此，當我們有意識地做每一件事，選擇出對自己最有利的行為，那麼傳遞出來給外界的便會是對自己有益的訊息，他者所給予的即會是優化的反饋。

但我們要如何確認那思想之傳遞確有其能量，維也納精神治療法第三學派創始者、存在主義學家維克多·弗蘭克³²，他在其所寫的自傳式著作《活出意義來》一書中，亦曾提到人類生存的意義與目的、又說生命的意義不是詢問而是許諾。並強調沒有一樣東西可以被毀滅，曾經存在過的，就會是最真實的存在。³³這樣的說法，是否代表著無論是屬於物質、或是屬於非物質的，只要是不會被毀滅、凡存在過的，即為是真實存在的。那麼，思想的傳遞說，我們或可認定那意念即

²⁸ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 II (上)》，台北市：方智，2012，頁 021。

²⁹ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 II (上)》，台北市：方智，2012，頁 021。

³⁰ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 完結篇：全面進化》，台中市：一中心，2018，頁 007。

³¹ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 II (上)》，台北市：方智，2012，頁 134-135。

³² Viktor E. Frankl, 1905-1997。

³³ 弗蘭克，《活出意義來》，台北：光啟，2008，頁 146-147。

具真實地傳達之能量。

在《與神對話》中，神對作者尼爾說：「提供一個你在其中可找到自己、定義自己，並且繼續不斷的重新創造你是誰的經驗領域。」³⁴要先確定自己的身心狀態，我們才可以給外界，一個對於自己這個個體的看法，並因此而可能會創造出一個良好的自我、他我、人我的關係。

當我們可以有意識地過著每一刻，並且理解到如《與神對話》中所寫：「一切生命的用意，生命是一個持續進行的、永不終止的再創造過程。你依自己所訂下的一個最高的理念來創造你自己。」³⁵那生命之意義，是由自己不斷地對外發出訊息，不停地創造自己的實相，我們就僅需做到先理解自己後，經由認可自己的想法，便能傳遞出內在最真實的思想。

思想之傳遞的這個議題，又會涉及到之前所討論到的，必須對自己完全的誠實，因為真誠地面對自己，我們才能傳達出真誠的能量，他人與世界便可更加理解我們，藉此，便可因自我之認同、與自己的關係良好，散出穩定的循環給予所有遇之生命。

從理解自己後，脫離苦難，並感受到愛自己、認同自己，爾後經此培養出良好性格，建立與社會間之相互理解的關懷連結。

第三節 人與社會的關係

由於我們身處於一個資訊傳播大量、快速、且發達的社會中，人與人之間的關係，因建築等物質使之看似非常之疏離，實質卻因電子產品、網路傳遞，讓人與人之間的聯繫又極度相近；使得人們在尚未來得及分辨所聽聞之好壞、是非、優劣、善惡時，資訊已深深被植入於大眾的心中。加上每一個人對於資訊進入心、或進入腦時的篩選，亦或是處理速度不一，致使現代人常常心腦亂成一團，不知

³⁴ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 I(下)》，台北市：方智，2012，頁 178。

³⁵ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 II(上)》，台北市：方智，2012，頁 031。

該如何梳理自己混亂的心腦狀態。

因此，以下將藉由消弭對立、待人如己、並盡己之力去擔負社會責任，探討如何理解人與社會之關聯性。

一、消弭彼此之對立

處理事務要迅速的方法，即是簡易、單純、單一，因此可將此法對應，並用以處理自己與他人之間的關係；那麼，對於如何處理人與人之間各種困頓與紛擾，在本文研究之套書的作者尼爾·唐納·沃許，與書中所述之神的對話當中，有一段是這樣被寫下的：「通往愛與對全人類的關懷，最快的途徑是把所有人類視為你的家人。」³⁶正是因為人們或多或少，總會有些許的私心，很自然地，會有內外之對立區分法；在對待家人與非家人常常是會有不同的分別之心。因此，將所有的人視為自己家中的一份子，在同為一體的思維模式下，應能給予較多的愛與關懷、同理之心。

要消弭彼與此之間的隔閡的方法，可於平時多練習對他人的同情、同理之心，若可真切地去除與他者的分別之心，並時時期望自己以外的生命也能夠脫離所有苦難，那麼就如冀劍制在《哲學家的學佛筆記—關於「離苦得樂」的思索與修行》一書中所寫：「從人與人之間的關係來說，慈悲心是對他人痛苦感同身受的一種心理狀態。」³⁷真心感受他人，給予需要被關懷者，用如對待自己或近親般關懷之心，並用開放不設限的心態，真誠地進入彼此的情境當中，拉近人我之間的距離。

若是人們始終僅立基於自己的角度，用主觀的視角來看待世界，那麼距離感便會始終都存在，讓人們有著隔閡而無法真實地感受彼此所處的狀態；在《與神對話》裡提到：「分別使人冷漠，使人產生虛假的優越感。合一產生憐憫與同情，

³⁶ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 II (下)》，台北市：方智，2012，頁 189。

³⁷ 冀劍制，《哲學家的學佛筆記—關於「離苦得樂」的思索與修行》台北市：啟動文化，2020，頁 159。

產生真實的平等。」³⁸這分離的鴻溝，會帶給人們的一種虛假優越感，亦如關懷倫理中所提及之，應避免產生的上對下的給予，當人人皆可自然地給出其他生命，如同父母所給予子女那無私不求回報之愛，便可自然的脫離彼與此之間對立與競爭的關係。

因為「愛能產生寬容，寬容能產生和平，不寬容製造戰爭，並對不可忍受的狀況漠然視之。」³⁹當用愛使得彼與此之對立與針鋒消失，在所有人類中自然生成一種普世價值，人們普遍接受了與他者的合一狀態，沒有分離對立，競爭亦會自然的消失；大家無須花費氣力在比較之上，便可使得人類同心齊力的朝向創造生活中的共同文明與進步。

二、如己般的對待

在威廉·詹姆斯所寫之《宗教經驗之種種》中所提及，關於宗教所含之心理特徵，會是在一種提供安全與平安的狀態中，保持與他人的情感高度連結關係。⁴⁰如此之情感連結如同關懷倫理中，母與子的至親關係之自然連結；我們在先鞏固最親近的、家中之親密關係後，才得以延伸至與各種互助團體之相依合作，最終就能逐步建構出以群體的力量助人，並得以擴展至非親屬、非親密關係之人；在集合眾人之力，類似為同一家人的緊密親屬關係，才能集眾人之力與社會幫助，將非家人視為家人，並以他人之難為己任的責任心，幫助所有陷於危難的每一個人。

然而，要對所有人皆以待己、或是對待至親的人一般，若非有如聖者一般的寬大胸襟，否則在實際執行時確有執行上的難度。在本研究的主要文本《與神對話》中有段話，倘若能夠做到，或許就能夠實踐關懷之廣度，書中寫到：「不用對任何人抱有「不想對自己抱持」的想法，不說「不想對自己說」的話，不做「不

³⁸ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 II (上)》，台北市：方智，2012，頁 076。

³⁹ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 II (下)》，台北市：方智，2012，頁 189。

⁴⁰ 威廉·詹姆斯，《宗教經驗之種種》，新北市：立緒文化，2019，頁 589。

想對自己做」的事。」⁴¹理解自己後寬容以對，通常較理解他人容易得多。因此，無須嘗試著如何仁慈地待人，僅將每一個所遇到之人的每一事件，都視為是發生在自己身上，在換位同理後，以對方之心加以同情、同理，在實行面上應較為簡易。

要做到對待自己以外的生命，如同自己或是至親，平時就需要多培養同情理的關懷之心，並且用愛來換為思考，因為《與神對話》中神對作者說過時時都要想著，此時此刻愛會怎麼做⁴²。其最佳的方式便是關注在他人的痛苦，將之不舒服、不愉快的痛苦感受，視為是正發生在自己身上的。

當能夠用愛來看待處理每一件發生的，及可理解到「愛，不可能漠然。它不知道如何能夠漠然。⁴³」當深入理解他人，站在對方的視角去感受那被關懷者的經驗，才會對其不愉悅之感受，有著最真實的理解力。

但以愛待人並不必然表示允許他人隨心所欲。⁴⁴彼此之間在給予愛的同時，也應當注意到應有的尊重。美國教育哲學家諾丁⁴⁵肯定「對話是關懷模式（care model）最基本的因素」。他認為真正的對話應是採全然開放的態度，在雙方都未設定結論的前提之下，彼此傾聽、對談。⁴⁶未預設彼此的立場，並立基於對方的視角，運用對方說出來的話語感受其心境，讓自己真實地處在對方的狀態中，如同自己身歷其境般地同理。

但當你不停地站在對方立場時，須提醒自己是否會只將注意方在別人身上而又忽略了自己，因為「關係得以有最佳運作方式時，是當你為自己做最好的事情（而非把重心放在別人身上）。」⁴⁷忘記應該先對自己好，僅關注外界或是他人，恐又會將那不好的心境、狀態保留在自己身上，導致流出負面能量。

⁴¹ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 完結篇：全面進化》，台中市：一中心，2018，頁 141。

⁴² 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 II (上)》，台北市：方智，2012，頁 128。

⁴³ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 II (下)》，台北市：方智，2012，頁 189。

⁴⁴ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 I (下)》，台北市：方智，2012，頁 177。

⁴⁵ Nel Noddings, 生於 1929。

⁴⁶ 莊慶信，〈宗教倫理與關懷倫理：基督宗教的愛與關懷倫理的關懷之對話〉，《哲學與文化》，(第 36(2)期，2009)，頁 39-40。

⁴⁷ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 完結篇：全面進化》，台中市：一中心，2018，頁 328。

此外關懷倫理學家與品格教育家都相信，道德的動機存在於行動者(agent)或互動中。⁴⁸基於此，除了站在對方立場、角度思考外，首要須察覺到的是，不能忘記先照顧好自己，才不至非但無法給出他人所需要的關懷與同理，反導致造成他人的麻煩與混亂。

這樣如己般的待人方式，應時常練習，使其成為自己德行的一部份；當這樣的關懷與同理自然地存在於你我之間，對與下一代亦會有深刻的影響；因為「孩子在那些真誠的社會及倫理德行典範者的適當關懷之下，有可能去發展他們自己的德行。」⁴⁹且須接受到對與不同生命的尊重教育，因為「凡是涉及他人的行為，都必須獲得其同意或允許，才可實行。」⁵⁰如此，在這樣的長期訓練下，便可以自然的給予其他人同理的關懷，又不致越矩或是過度，時時注意即能避免關懷時，在不經意中給與被關懷或被幫助者一種壓迫的上對下感受。

因此，當有任何想法出現時，都應注意到這所有不同的生命經驗，都可能會是一個不同經驗所帶來的禮物，在做任何事時，都應改避免對發生與所遇分類或是貼上標籤，並用自己心中的個人準則來判斷。⁵¹在這複雜、彼此信任度低的社會裡，人與我之間有許多的框架，將大家區隔開來，因此應停止價值判斷，如同文本中所述，宇宙中沒有「好」或是「壞」的，⁵²倘若將生命中所遇，皆認定為是生命中的另一個經驗。那麼我們便可以感知到，自我就如同是自然界中的小水滴一般，雖與其他水滴是分開獨立的個體，卻又可以自若地融合為一體，並且在合而為一後，朝向眾人之共同的目標齊心向前行。

當可對待每一個人如同自己一般，又可自若的理解對方之需求，在真實地理解後，給予其絕對自由的關懷，當關懷與需求皆能處於滿足的狀態中，即可呈現出共融、不干預的社會和諧氛圍。

⁴⁸ Nel Noddings,《教育道德人：品格教育的關懷取向》，台北市：國立編譯館，2008，頁1。

⁴⁹ Nel Noddings,《教育道德人：品格教育的關懷取向》，台北市：國立編譯館，2008，頁1-2。

⁵⁰ 尼爾·唐納·沃許,《與神對話II(上)》，台北市：方智，2012，頁135。

⁵¹ 尼爾·唐納·沃許,《與神對話II(上)》，台北市：方智，2012，頁143。

⁵² 尼爾·唐納·沃許,《與神對話I(上)》，台北市：方智，2012，頁102。

三、社會之責

綜上所述，我們應該給予社會中所有人如至親般的關懷，但現實中要自然地付出關懷、擔負責任並非容易的事。況且這是需要每一個人都能夠對於所有人、事、物負起完全責任，即便是對待自己亦復如此。

因此，在幫助他人之前，我們應先做自我全然負責的訓練，並且是有意識地、完整地、絕對地，對於每一件發生在自己生命中的大小事，負起完全的責任；如此才能夠先助己後助人，並在助人後，引導他人對自己所有發生負責，便可使得人人皆在生活中，保持著助人助己的思維。⁵³接著，培養自身的同情心與同理之能力，藉由平時的訓練，使之能夠很自然地換位思考，便能夠培養時時保持在關懷他人的狀態之中。

倘若在生命中，對於目前所處的群體意識、目標有所質疑、或是有感到不滿的部分，則應該要盡力對此做出改變，而改變的最佳方法即是自己以身作則。若是覺得勢單力薄，個人的力量太小，那麼就自己組成一個群體，⁵⁴讓現狀得以獲得解決與改善。

目前許多的關係中顯示，在這個彼與此、對立的社會關係中，生命過程裡的挑戰是非常艱辛且具複雜性的；因此人們需要提高自己的能力來應付這繁多且複雜的社會關係；在用關懷同理時，需注意到之前所提會有過度干涉的狀況產生；基於此，我們應讓每一個個體皆能夠在保持自我，又得到應有的關懷與照顧，並且在換位同理後，將別人的利益視為自己的利益，在進入到對方的位置後，在對待他人以對待自己的角度來決定如何處事，盡力避免過度干涉越權，給予被助者一種壓迫感。「在供給所需時，一定要小心，不要剝奪他們最高的尊嚴。⁵⁵」如此的觀點與關懷倫理中所擔心的，避免用以上對下的方式給予，使得被給予的，心中會產生不愉快之狀態是相符的，應盡力避免之。

⁵³ 尼爾·唐納·沃許，《神說了甚麼：「與神對話」25 則和新訊息，改變你的生命與這個世界》，台北市：商周，2015，頁 157。

⁵⁴ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 II (上)》，台北市：方智，2012，頁 078。

⁵⁵ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 II (下)》，台北市：方智，2012，頁 179。

處在社會運作狀態中生活，我們必須理解到，所有人類所歷經之道路，絕非由單一、或是個人，即能成就眼前所見的一切，在這世界上有許多的人透過關懷與同理，無論是原本就已熟識，或是完全不認識之人，只要將之掛在心上，便可完成當代德國哲學家海德格所提之「牽掛系統」這一概念；運行於此一牽掛結構之中的人們，使得社會中每一個人的命運，都被有意無意地結合在了一起，因而形成了一座命運共同體，在彼此的牽引中，成就每一生命之「運」的各種可能性。⁵⁶在理解命運共同或是牽掛概念後，人類更應擔負起關懷理解其他生命之責任，讓所有人皆得到應有的照顧，每一個生命，皆得以時時刻刻處在被保護與關懷當中。

從另一個角度來看責任的定義可知，責任即是創始的根源，想要了解什麼是責任，就需理解到眼前所見皆是源於自己所創；人類創造了自我、命運、生活中的所有感受、歡樂、困境與苦難。⁵⁷由自己創造了身邊之所遇、所見，想當然耳，我們就不能毫無責任心地，將發生在這社會中的狀況，究責於他人，非但如此，我們還必須承擔起，對於發生在自己身上或是見到之事負起完全責任，並用同理的關懷之心，來看待所遇之萬事萬物。

因此，消弭社會中的二元對立、人我間之分別與歧見，應當視他人如己，或是待人如親，如此才能建立一個新的社會價值觀，在這當中，讓人人都得其利、盡其責；當每一個人都能夠接受此群體價值概念後，即能夠消除更多人類的苦與痛。⁵⁸不讓自己受苦，也同理地，不再無視他人痛苦，並用一顆負責的心，面對與處理每件自己或他人之所遇，人我之間即可形成更加緊密的社會價值體系。

社會價值觀要建立在可以為所有人帶來利益之上，這樣龐大的群體力量，需要的是彼此並肩合作的能力；因此我們在面對所有群體利益時，不可以自己的名譽為優先考量，亦不要以降低他人的利益為選項之一，⁵⁹需以大多數人可得知利

⁵⁶ 鈕則誠，〈建構華人關懷倫理學〉，《宗博季刊》，(第 66 期，2008)，頁 8。

⁵⁷ 歐文·亞隆，《存在心理治療(下)》，台北市：張老師，2003，頁 315。

⁵⁸ 厄爾·唐納·沃許，《與神對話 II(下)》，台北市：方智，2012，頁 186。

⁵⁹ 厄爾·唐納·沃許，《與神對話 II(上)》，台北市：方智，2012，頁 105。

益為前提，用最自然如父母親的關懷之心，來看待所有要做出選擇的部分，視自己為所有生命的大家長，自然地給出自己那不經權衡考慮，從心地發出的那純然地關懷力量。

這樣的純然力量，需要由內而外，從心中自然地發散出來，就如同能夠與自己或是至親分享，那即是一種關懷的概念，與平時父母親對於孩子自然給予付出的相同，因此當我們對待身邊所有生命，皆可將其視為是自己的子女、親人一般，在給出關懷時便不會有過多的考量，即可視關懷付出自在如常。

在古代中國亦有此說法；墨子說：「視人之國若是其國，視人之家若視其家，視人之身若是其身。」⁶⁰當我們能夠做到每一次所遇，皆以同理、同情站在對方的立場，如常地做到愛人如己，且深入他心給予其適切的同理關懷，有意識地選擇每一次的行動，即能盡到自己那份對社會應有的責任。

但事實的情況是，有時候當我們處在一個群體之中，似乎感覺到無法融入，且無法將我們原本所設想的目標，表達在正確的時間或是位置，反倒是被拉著走去一個你所不願意去的地方；此時，應該要意識到，需當機立斷找一個能夠彼此皆有著共同願景與目標的群體，因為意識相似的會自然地彼此吸引。⁶¹當群體中的人們無法以關懷之心，讓彼此與社會中的任何一份子，用對大眾皆有利的方式前行。此時，應靜下心來停下腳步，用同理的心找到一個最合適的團體，一個能夠給予彼此自在舒適的地方，才有機會得以讓自己盡一份可能的力量，給予其他生命應有的自然關懷。

關懷的概念是來自於「關懷的關係」，透過關懷，將關懷者與被關懷者連在一起。⁶²因為連結的關係，使得彼此的網絡得以結合為同一；合而為一以團結之力量，使社會中的每一個人人都如願成為自己，且又能夠理解大家的方向，相互配合著，齊心朝著共同目標前行。

⁶⁰ 《墨子，卷四，兼愛中》。

⁶¹ 厄爾·唐納·沃許，《與神對話 II (上)》，台北市：方智，2012，頁 074。

⁶² 莊慶信，〈宗教倫理與關懷倫理：基督宗教的愛與關懷倫理的關懷之對話〉，《哲學與文化》，(第 36(2)期，2009)，頁 40。

第四節 人與宇宙的關係

在《與神對話》中所講宇宙的概念，指的是我們（生命）皆是處於「宇宙之輪」，那即是所謂的「生命之環」；生命之環，從一體走向分別，再走向一體；從存在走向不存在，再走向存在；永無止境的循環與體驗所有。⁶³萬事萬物皆為一體，生命都是從一體的存在中不斷的被創造出來的。因此對於所有的，應皆理解到是與自己的生命合一，無論是處在哪個空間、活動範圍是哪個地域、抑或是生存在哪個的星球。

一、從萬物一體中體驗宇宙之輪

人類將自己與其他物種視為不同之個體，因而產生了彼此、對立、競爭與衝突；在與除了人類之外的生命對立之後，對於自己能夠擁有更多自身以外的東西之需求增加，導致與其他物種的分離。倘若能如《與神對話》中所提到，神並未有任何需求；一旦人們能夠去理解既為神，便不可能會有任何的需求；當意識到神不會有任何需求；就不可能感覺到自己會是一個什麼都沒有的、無能的、貧窮的生命體。如此，那需要去祈求被賜予的思想即會被消除。⁶⁴因為在新時代運動所講的新靈性之基本真理，即是「一體」。⁶⁵在自己無所需求，且與其他物種皆為一體的狀況之中，面對所有生命體的平衡考量，即是對自己的考量。

倘若每個人都能由自己先發出對於周遭的一體認同，對所有的他者，都不做出不會對自己所作的要求，所有接觸到的，都以同情理的方式來處理，才能感知到他者之真實所需，並給予最適切的回應與助力。因為當「每個人都知道他們全是「一體」，而攻擊、冒犯另一個生命體，即是在攻擊、冒犯自己。⁶⁶」便不可能做出完全無體諒、無同理、沒有同情心，這一些不合理的回應或是應對的方式。

⁶³ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 III (上)》，台北市：方智，2012，頁 133。

⁶⁴ 尼爾·唐納·沃許，《重新定義神：2014 今日之神.Part One》，台北市：淳鳴國際，2014。頁 236。

⁶⁵ 尼爾·唐納·沃許，《重新定義神：2014 今日之神.Part One》，台北市：淳鳴國際，2014。頁 234。

⁶⁶ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 完結篇：全面進化》，台中市：一中心，2018，頁 129。

瑞士心理學家卡爾·古斯塔夫·榮格⁶⁷亦提出他對於，人與他者、乃至於延伸至整個自然界與宇宙的看法，他說：

一個在靈性上成熟的人是成長為具有“他性”感覺的人，他能意識到他人的重要性，將社會需要放在自我需要之上，尊崇自然和環境的中心地位，能夠看到一切事物都有神性。那種以自我為中心的文化讓我們遺忘了自然生活以及環境中微妙的生態平衡，讓我們無視社會責任，輕視成熟，鄙視衰老。我們並沒有學會古代部落文化的基礎課程：私我只是幻象在運作，在我們內心深處，我們與社會集體、祖先，甚至宇宙自身緊密相連。⁶⁸

體悟到不能無視他人，且時時提醒自己，需換一個視角以他人之心來思考，才有可能締造出一個深具彼此關懷的共同生命狀態。

在《與神對話》書中，有一段神對作者尼爾所說，應如何才能夠處理好所有發生在自己身邊的，書中寫到：

你對別人所做的，就是你對自己所做的；你對別人未能做的，就是你對自己未能做的；別人的痛苦就是你的痛苦，別人的歡悅便是你的歡悅，當你否定其中的任何一部分你就是否定你自己的一部分。⁶⁹

因此，若能隨時秉持待人如己的人生態度，面對所有遇見之生命；那麼，在看待其他生命時，便能夠以關懷他人之心的方向，用愛、自己及與之合一的方式，來同情理生活中碰到之所有發生。

對於萬物究竟為何物？如何呈現在我們所處的世界中？書中的神給了作者一個思考的方向，他說：

生命如是(Life IS,)。生命即「如是」的東西。他沒有形狀、沒

⁶⁷ Carl Gustav Jung, 1875-1961。

⁶⁸ 大衛·戴西，《榮格與新時代》，北京市：世界圖書，2014。頁 208。

⁶⁹ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 II (下)》，台北市：方智，2012，頁 305。

有形式、沒有性別；他沒有顏色、沒有香味、沒有大小。它是所有的形狀、所有的形式、所有的顏色、所有味道、所有大小。它是兩個性別，也是無性別的東西。⁷⁰

在這看似答案的無確定回答中，需如何理解並體驗，則需要讓自己時時處於覺察的狀態中，覺知自己之所是，並感知與其他生命之連結關係。

二、從自我覺察中覺知宇宙之輪

在與所有生命相處時，要時時關注對方所思，用立基於對方的角度來同理。在《與神對話》書中，神與作者的對話中談論到；在我們所處的這宇宙當中，沒有一個來到身邊的人，是偶然出現的，不會有一件發生的事，是隨機產生的；許多與自己產生各種關係的夥伴，皆為相互吸引後出現。有的是短暫相遇，有些則會在我們的生命中停留較長的時間。⁷¹當我們保持在關注與覺知中，便能因站在對方的角度明白他出現在此的緣由，並經由這所有的出現與發生，讓自己的生命得以完整。

隨時保持一顆覺察的心，體認到其他生命的所有感受，因為倘若「不能像自己的痛苦般體驗別人的痛苦，是使痛苦繼續下去的原因。⁷²」當理解到生命中應該學習到的，這些會顯現在生命歷程中的各個層面，因此關注在不同方向，讓自己的覺醒狀態不僅止於形而上的境界，人們應當知曉，覺醒可以由對方面的，從心理、物質、靈性這幾個不同的方向進入，使自己與宇宙萬物得以連結。⁷³連結關係，使得自己對於個體與各界的互助、互惠有著更深層的理解，讓彼此皆可對宇宙自然有著一定程度的付出，讓所有生命之生存的環境與條件皆合宜。

但這形而上的靈性狀態，似乎是大多數的人們所無法感知到的，但就目前可行的研究得到的結論，人們對於所有所知，不論是觀念或是理解的概念，都是通

⁷⁰ 尼爾·唐納·沃許，《重新定義神:2014 今日之神.Part One》，台北市:淳鳴國際，2014，頁 103。

⁷¹ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 II (上)》，台北市：方智，2012，頁 073。

⁷² 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 II (上)》，台北市：方智，2012，頁 076。

⁷³ 楊克平，〈靈性關懷之源在關懷自己〉，《哲學與文化》，(第 36 期，2009)，頁 19。

過自己的身體所接收至內心，爾後引起的印象或是情感而來；⁷⁴因為是從自己得知所有，因此只須將專注的方向朝著自己，便能夠經由內心的覺醒，而得到連結的體悟；體悟後，得以釐清人們與自然和宇宙之間的連結關係。

依據關懷倫理學家卡羅爾·吉利根在對於道德兩難的研究中，對一位名叫 Sarah 的研究結論顯示；她在複雜的情境與關係中，會歷經一段非常謹慎且仔細的考慮，考慮後的結果，即是在能以滿足最小傷害為原則下，做出的選擇。⁷⁵即便是人與人的同類互動交流，都會出現複雜難解的狀況，更何況是與自然或是宇宙的連結互動，但只要記得，無論是何種互動，用同理的關懷來做出行動的抉擇，即能給予彼此最適切的互助。

不論在人與人之間，或是人與自然界、宇宙的關係，那良好的互動與連結，皆需要用同情理的心來感知；因為那關係的改變與失敗，常常是因為人們對於進入一個關係時，注意到的重點，多為能從關係中得到些什麼，而非自己能夠給出什麼。⁷⁶倘若只著眼於得到，無法用內心去感受，僅用身體的過去印象與經驗來體驗彼此的關係，體悟與覺知到彼此之需求平衡點的機率自然會變低。

無論是與自己的關係，或是與社會的關係，乃至於與大自然界的關係，都需要經過練習，倘若解能做到練習往內看，便可做到隨時提醒自己關注內心的同理、體悟。《與神對話》中所講的關注內心是做到覺察，而非恐懼；「因為恐懼使人癱瘓，而覺察則會讓人有行動力。」⁷⁷因為當我們需要加強自己的關懷能力時，有行動才會跨出心中的那道門檻，當能夠自在地感知到一切，珍愛與珍惜所有，體悟到與他者的連結時，關係便可自然而然地開展。

在許多史學的研究中，無論是那創造歷史者，抑或是在歷史留名的掌權者，似乎皆非大眾所謂的神秘力量，人類反倒是這一切所為的操縱者。⁷⁸倘若去除掉那些必須一定要存在的堅定信仰成分，在地球上生活的人類，對於身邊所見、所

⁷⁴ 康德，《宇宙發展史概論》，北京：北京大學，2016，頁 128。

⁷⁵ http://mephilosophy.ccu.edu.tw/entry.php?entry_name=關懷倫理學。(檢索日期：Dec/11/2021)

⁷⁶ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 I(下)》，台北市：方智，2012，頁 166。

⁷⁷ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 III(上)》，台北市：方智，2012，頁 015。

⁷⁸ 林瑞隆，〈啟示錄的歷史神學〉，《台灣神學論刊》，(第 34 期，2012)，頁 135-137。

聞、所聽到的，應負更大的責任，因為人，才是能夠掌握這一切的主宰者；最主要的主導者，若能以眾人之事為己任，以眾生命之依存為己之存亡，凡事皆站在對方之視角，給予最適切的關懷，並付出同理的愛，與之融合為一。

能否為一個具有神秘力量之掌控者，這是許多人在許多狀態中，常會對自己感到疑惑的部分，在人的一生中，有許多時間，是處在一種無法確定自己的存在與定位的模糊狀態裡。

在《與神對話》中的神即有提到：人類常常將事情反過來思考，認為自己需要「有」某些東西，才能去「做」某些事，最後才能夠「是」處在某一種狀態中。但實際上應為相反的狀態，我們應該「是」什麼樣的人，然後才能夠「做」那些事，最後就會發現自己一直想要「有」的東西。⁷⁹此外，神還對作者尼爾說：「由於我的意願是讓你們知道和體驗你們是誰，我乃允許你們把你們所選擇去創造的任何事件或經驗拉向你們，以便這樣做。⁸⁰」然而，這一切的問題就在於，自己是否認可自己之所是，認同自己就是那一位給予關懷者，知道自己與其他的生命有著高度的連結。

當理解到與所有生命的連結關係後，人們才能夠明瞭自我存在的深層基礎，其價值是來自於心中那一份對於所有生命之責任的體悟及關懷，並經由這樣的感悟，得以理解所有生命、萬事萬物與天地之間密不可分的關係。因此，當我們與動物、植物、人類，或是其它物種不同之生命體，共同體現相似、或是全然不同的生活時，人們能夠保持自我存在感與存在價值的成因，大多會是經由他人的認可或是被其他生命體所需求所產生。

因此，倘若我們知曉自己的生命價值以及存在之責任，才有可能理解到個體的生命是如何影響周邊所有生命，體悟到自己之於其他生命的連動關係。

三、在關懷生命中體認宇宙之輪

⁷⁹ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 III(上)》，台北市：方智，2012，頁 027。

⁸⁰ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 II(上)》，台北市：方智，2012，頁 073。

對於其他生命無所要求，感受彼此之間的相互連結，給予他者同理的關懷，這便是對於自然與宇宙的新感受；在新時代運動出現之前，人們對於那未知或是充滿神秘的，必定會需要找尋一個超越的造物者，但由於現代的科學對此神秘未知的部分，無論是在時間、空間、宇宙皆有不同看法與新的詮釋方式。⁸¹因此，在與其他生命或是物種的連結上，就無需倚靠那神秘的未知力量或是宗教、信仰，往內觀看自己使之覺醒後與萬物連結，更可對於我們所處的環境有著較深一層的理解。

自然除了為許多生命提供生存的環境，還是人類獲得撫慰和精神支柱的可靠來源，因此與人類形成一種獨特帶有宗教原始本質的關係，並因而對於自然產生了強烈的敬畏之心。⁸²這樣對於自然有著深層的敬意之思維模式，仍然存在於許多依靠天地生存的住民。

對於天地所賜，需時時保持感恩的心，因為人與自然生態的關係是相輔相成，倘若無法使自然生態保持在良好狀況裡，人類也可能會因此受害；反之亦然。⁸³人類生活在這空間之中，除了對於同為人類的生命，有著同理的關懷，大自然界中的所有生命，我們也應該要用同樣的關懷之心，來理解所有生命的生活空間及其生存方式，彼此互助讓自然界中所有生命皆能永續於此。

但在人類俗化⁸⁴到了近代時，我思故我在的自主意識逐漸抬頭後，開始區分聖界與凡界，由原本的尊天地，轉而將人視為宇宙的中心，並將科學、藝術、哲學、道德等，從宗教源頭解放出來；⁸⁵由於自認超越各種神聖與界限，因而無法感知到其他生命之所需，僅將自我需求擺放於其他生命之前，因為自利的想法逐漸擴張，會危害到其他生命之生存空間，這些匱乏終會反噬人類。

⁸¹ 輔仁大學宗教學系 編著：《宗教學概論》(台北：五南圖書，2021年，二版)，頁4。(第一章「宗教學導論」由簡鴻模老師主筆，陳怡同學協助撰寫)。

⁸² 呂宗霖，〈宗教關懷與現代生活-生命的價值及人的尊嚴〉，《哲學與文化》，(第35期，2006)，頁5。

⁸³ 莊慶信，〈天主教社會思想中的生態關懷〉，《哲學與文化》，(第39(9)期，2012)，頁101。

⁸⁴ 俗化；亦有將之詮釋為「世俗化」或是「去神聖化」。

⁸⁵ 輔仁大學宗教學系 編著：《宗教學概論》(台北：五南圖書，2021年，二版)，頁3。(第一章「宗教學導論」由簡鴻模老師主筆，陳怡同學協助撰寫)。

因此，當覺知並且理解到，一切萬物都被注入了能量，在每一個人、動物、植物、石頭等，所有的有形或是無形的，都給予自己或是其他生命送出能量，讓能量中充滿著關懷的力量，那麼這一切所散發出去的，都將影響著接收到的所有生命。⁸⁶因此，要時時覺知道自己所傳遞出的，因為即便是自以為毫無關聯的，也可能會受到自我散發出的意念所影響。

現今的所有關係紛亂狀態，皆因這些以人類自我為中心之現代化設備，這些非屬自然生成的設施，將我們與自然和其他生命皆隔離、分開。因為分離感致使自己的內心無法平靜，在這樣的狀況中，會讓自己與自然宇宙的關係被切斷；因此，需要做的是讓心中的矛盾、衝突、不安與焦躁遠離，安定內在使自己回復與自然和宇宙之間的原有關係。⁸⁷找回平靜的自我，並回溯及理解所有的皆為一體，因為世界太複雜，導致人們忘記了與自然界的緊密互助，以及與各個生命之間的相互依存關係，經由理解與關懷，讓自己回憶原有之神性。

倘若人們僅將自己定位在身體的物質層面，僅是利用與操控自己的身體，那源於自然界的神性，與我們之間的互動與關聯，似乎都被隔離分開；原存於自然界中所有生命的奇蹟與感知能力，都因科技發達而變得可操控而毫無尊嚴。⁸⁸人們若欲恢復原有之神性，及與萬物連結的力量，必要回歸到簡單的心與自我，不再將注意力關注於外，才能夠找到自己，與自己和所有生命的連結，並用同理的關懷與自然、萬物融合為一，真切地感受彼此之間的緊密連結與流動的交織關係。

當我們可以不論親疏遠近，皆用關懷同理之心來看待，這樣的思維方式的展現，亦如佛學中常提到的大慈大悲；不論是否為同種或為近親，皆以一顆慈悲的關懷之心來看待萬事萬物，那麼我們所在的環境，就如《與神對話》中所描述之神所處的世界中，「只有整體的一切，一體的萬有，以及對此一體之覺醒、覺察

⁸⁶ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 II (上)》，台北市:方智，2012，頁 112。

⁸⁷ 楊克平，〈靈性關懷之源在關懷自己〉，《哲學與文化》，(第 36 期，2009)，頁 19。

⁸⁸ 呂宗霖，〈宗教關懷與現代生活-生命的價值及人的尊嚴〉，《哲學與文化》，(第 35 期，2006)，頁 6-7。

與體驗。」⁸⁹因此，倘若我們與神是合一的、神即是愛、是自己，那麼在我們所處的世界中，應當如同書中所講：「界域是絕對的界域；在那裡，一切所有皆是愛。」⁹⁰「在那界域中，唯有和平、喜悅與愛。」⁹¹因視萬物為自己，對於每一物種或是生命，皆以關懷為最優先的同理準則，將所有的責任視為自己的責任，待萬物如己，使消除彼此之間對立感。

每一個人學習用，待己、愛己、視他人為自己的親人方式，來處理每一個當下之所遇，感同身受與面對所有狀況，跨越你我、分別、二元對立的狀態，便不會再以狹隘的方式面對旁人；而是愛護所有人，視所有生命如自己一般，才有可達到能促進所有生命之間的和諧與共榮、共生。

當處世之道成為超世俗的，強調在心性體認意義上的，並將此情懷帶入到精神之中，使成為終極關懷層次；⁹²如此超脫於真實的狀態中，個人隨時處在一種跳躍於身體規則之外的高端上，使自己能不再以人類的高度，而是用一種宏觀的視野給予自然界愛與關懷。

⁸⁹ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 II (上)》，台北市：方智，2012，頁 059。

⁹⁰ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 II (上)》，台北市：方智，2012，頁 059。

⁹¹ 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 II (上)》，台北市：方智，2012，頁 060。

⁹² 王讚源，〈創造性詮釋學家-傅偉勳教授訪問錄〉，《哲學與文化》，(第 24(12)期，1997)，頁 1200。

第五章 結論

綜觀本研究對於《與神對話》之「神」及所蘊含之生命關懷結果如下：

一、《與神對話》之「神」的概念轉化

在新時代運動發展之前，西方心靈學自古代，即對於宗教與超自然力量之間有著兩種極端的態度；會視其所呈現出的能力，並以是否為宗教所認可之準則而定。直到一八八一年，英國唯靈論創立一個學會，始有一正式組織，讓那些對於超自然現象感興趣的研究者，在此探究，並用不帶偏見、客觀的科學論證解釋與詮釋這些現象。英國成立心靈研究組織之後的幾年，美國、法國與德國也紛紛開始跟進，做超自然與心靈的研究，紛紛成立專門的研究機構。

正式開啟了新時代運動之萌芽意識，是自一九八〇年代，美國的媒體開始注意並報導新時代運動，但此時的媒體關注面向多為怪力亂神，因此多是從事負面報導，致使學術界仍將研究心靈學屏除於學術圈之外。爾後，因一位美國女演員莎莉·麥克琳，將其自身經歷，自編自導自演成名後，美國社會便開始察覺此運動之存在與影響力。因此，到了八〇年代中期，美國的媒體才因此風潮注意到新時代運動的出現。

在台灣方面，許多社會學者在新時代運動被引進之前，便開始著手研究一九六〇年代後期，直至一九八〇年代宗教世俗化過程中，「新興宗教運動」在台灣的發展情況；到了一九八七年解嚴之後，這波以宗教為主的新興運動，使得台灣社會中呈現出多元價值觀，連帶讓宗教觀有了不同的轉變。加上當時的外來文化開放、引入，讓原有既定的宗教團體及形式產生變化。本研究之《與神對話》套書籍，即是於此時期所產出，及引進台灣的一系列著作。

在此新思潮的引領之下，《與神對話》系列書籍之作者尼爾·唐納·沃許，將他與神的對話紀錄寫下。起初，作者自己也曾對於這樣的對話有所懷疑，爾後依據他自己所讀到的定典，認定在這段時間與他對話之神，與定典裡所提之定

義：關於神、神的屬性、以及神和宇宙關係之研究和分析是符合，因此將系列書籍認定為是一步研究神的學問。

二、《與神對話》中之位格釐清

依照新時代運動先驅，王季慶所提出之新時代運動七要素¹：一、我們皆為神的一部分；二、是自己創造了自己的實相；三、需要肯定人生所賦予你的每一項意義；四、道德的內在性；五、身心健康是種自然的狀態；六、環境的保護；七、無條件的愛。當人們的意識用不同的方式，從不一樣的方向擴展，自然會覺察更多之前所沒發現到的更大領域，覺知從前所無法理解的各種人生困惑。當可由自身產生對於萬事萬物之責任心，並將所有生命皆視為視自己。那麼，人們的生活，不論是在個人或社會群體，將可能不再需要倚靠各種法令和約束，道德感與關懷心的增強，自然會使所有生命變得更和諧。

神給予生命完全的自由，讓生命得以以自己原有的狀態生長與開展，這便是神給予與愛，書中提到人們產生恐懼的原因，是缺乏的概念導致的，一旦人們能夠經由體驗愛、傳遞愛與關懷，就不可能會有恐懼的心；當心中無懼，才有可能從自己的內在生成一股力量，站在不同的位格看待萬事萬物。當我們能夠成為經由自己所選擇而成為的人，所見到的，便會如同神所見到的；所做出的，亦會如神所做出的；能給予的，也就是神所會給予的。

但要讓自己理解到自己的位格等同於神性，就必須明白個人所具有的力量；人類其實有著如神一般之位格，是因所有發生的創造者即是自己；自己需要對每一個、每一次之所現，負完全的責任。不要有著對於所示負面的想法，因為，那所有發生和遇見，皆是由自己所創，若有認為不妥或不適，隨時都能夠自由地更換與變動；況且理解到每一次的發生與所遇，皆是使生命更加完整的一個事件，若是不對發生的產生負面的想法，即可以從發生中生成一個，使自己更加完整的

¹ 王季慶所提出之新時代運動七要素，詳述於本文第二章，第二節。

經驗，並理解生命到此，即為體驗所遇之概念；那麼，每一次之所遇的人、事、物，便是使個體生命有著更加完整體驗的一生。

在新時代運動中所提及之神，並非是一位高高在上的狀態，亦非是一位讓人無法親近的偶像；也不會有如同一般宗教組織之結構。這一切皆是源於同一宇宙意識，由此意識分出不同的物質來體驗世界。就此，所有的皆為一，而又從這個一分出所有。人們可以透過冥想、靜坐、禪修、靜心等等，喚起原就存在於人類內在之神性，體驗與所有合一，又具有個人意識的生命。

三、《與神對話》中所體現的生命關懷

《與神對話》中，神與作者對話的範圍，包括個人、社會、宇宙三個面向。其所要強調的關係，是在關係中無需勉強自己，亦不要有委屈的關係；無論是對於自己、他人、社會、自然界甚或是宇宙。

倘若如同文本中所言：「地球上和宇宙中的每一個人、每一物，都在向每一個方向發射能量。此能量與所有其他能量互融、互織、互動。²」在生命的歷程中，會出現各種不同的關係，待關係確立後，隨之出現的，是屬於自己需要扮演的角色。與前段所述連結，倘若能夠理解到所有皆是一，在關係當中雖有屬於自己需分飾的一角，這一角色卻與其他的具有高度的關聯性，有著不可分割的連結與同一性，那麼便可體悟到更多的生命所需要之關懷或是被關懷。

首先，需站穩自己的腳步，讓自己先能夠認同自己所為，並且知道自己內在所具有的力量，在自己身心健康的狀態下，才有能力傳遞自己的愛與關懷，並將之分享給其他生命，就如同神所賜予所有生命的愛和關懷一般。

其次，要知道所有生命皆是處在「宇宙之輪」，亦稱之為「生命之環」；環的概念，是從合一走向個體，再從個體走向合而為一；永無止境的存在與不存在、有或無、全體為一、還是單一的循環與體驗所有當中，進進出出、分分合合，永

² 尼爾·唐納·沃許，《與神對話 II 上》，台北市：方智，2012，頁 117-118。

不止息地創造與發生，循環不止歇。

因此，當理解到與其他生命站在同一位置時，看待的視角才有可能與他者合而為一；在與此生命同感並合一後，經由理解的視野之轉換，同情理的狀態才會因換位而即刻生成，並給予他者所需之關懷與愛。

當關懷、關心、關切與支持，都以對生命最高的愛來處理時，就不可能將這一切規格化與分類。所有相遇皆以愛給予其關懷，無論碰觸到的皆為不同之人、時、地，能夠同理地具體感受對方目前的情境，用如同神、父母呵護孩子一般的同情、同理之態度與心境，看待身邊之萬事萬物。

最後，本論文對於《與神對話》中「神」所蘊涵之生命關懷探究，在這所有生命的連結關係，雖可理解，但能有其確切的感知力，仍需要更多的覺醒與體悟。對於萬事萬物、所有生命當中之關懷程度與實際做法，因地域之限制而無法全然達成，未來在這議題上仍可持續關注與研究。

引用文獻

一、引用期刊

- 王讚源，〈創造性詮釋學家-傅偉勳教授訪問錄〉，《哲學與文化》，（第 24-12 期，1997），頁 1194-1204。
- 呂宗霖，〈宗教關懷與現代生活-生命的價值及人的尊嚴〉，《哲學與文化》，（第 35 期，2006），頁 1-11。
- 李麗娟，〈田立克的宗教哲學對基督教神學的理解〉，《輔仁宗教研究》，（第 37 期，2018），頁 43-64。
- 周國祥譯，〈新時代運動〉，《神思》，（第十九期，1993），頁 124-136。
- 林本炫，〈「新興宗教運動」的意義及其社會學意涵〉，《世界宗教學刊》，（第三期，2004），頁 1-26。
- 林瑞隆，〈啟示錄的歷史神學〉，《台灣神學論刊》，（第 34 期，2012），頁 131-147。
- 林憲，〈自傷的動機〉，《健康世界》，（80 期，1982），頁 45-47。
- 俞彥娟，〈女性主義對母親角色研究的影響：以美國婦女為例〉，《女學學誌：婦女與性別研究》，（第 20 期，2005）。頁 1-40。
- 莊慶信，〈天主教社會思想中的生態關懷〉，《哲學與文化》，（第 39-9 期，2012），頁 87-112。
- 莊慶信，〈宗教倫理與關懷倫理：基督宗教的愛與關懷倫理的關懷之對話〉，《哲學與文化》，（第 36-2 期，2009），頁 23-46。
- 莫特曼演講，〈神學的未來〉，《台灣神學論刊》，（第 44 期，2017），頁 161-171。
- 鈕則誠，〈建構華人關懷倫理學〉，《宗博季刊》，（第 66 期，2008）。頁 8-9。
- 楊克平，〈靈性關懷之源在關懷自己〉，《哲學與文化》，（第 36 期，2009），頁 15-22。
- 楊惠宇，〈心靈學發展史研究〉，《生命學報》，（2 期，2007），頁 99-166。
- 董芳苑，〈“前世今生”的宗教背景：新時代運動〉，《新使者》，（27 期，1995），頁 63-66。
- 劉易齋，〈靈性禪修的生命教育〉，《國防大學通識教育學報》，（第 8 期，2018），

頁 21-36。

劉建娥，〈論人文關懷〉，《玉溪師範學院學報》，(第 19 卷，第 1 期，2003)，頁 27-31。

鄭志明，〈民間傳統宗教天人合一的神聖實現〉，《宗教哲學》，(第 76 期，2016)，
頁 1-28。

瞿海源，〈台灣的新興宗教〉，《二十一世紀雙月刊》，(第 73 期，2002)，頁 103-113。

二、引用書籍

Nel Noddings，《教育道德人：品格教育的關懷取向》，台北市：國立編譯館，2008。

一行禪師，《跟一行禪師過日常：怎麼愛-How to love》，台北市：大塊文化，2016。

大衛·戴西，《榮格與新時代》，北京市：世界圖書，2014。

王季慶，《心內革命：邁入愛與光的新時代》，新北市：賽斯文化，2020。

王季慶，《與神同心：王季慶的最後八堂課》，三河市：華夏，2013。

尼爾·唐納·沃許，《走出靈性文盲：2014 今日之神 Part Two》，台北市：淳鳴
國際，2014。

尼爾·唐納·沃許，《重新定義神：2014 今日之神 Part One》，台北市：淳鳴國際，
2014。

尼爾·唐納·沃許，《神說了甚麼：「與神對話」25 則和新訊息，改變你的生命
與這個世界》，台北市：商周，2015。

尼爾·唐納·沃許，《與神合一》，台北市：商周，2015。

尼爾·唐納·沃許，《與神為友》，台北：商周，2015。

尼爾·唐納·沃許，《與神對話 I (上)》，台北市：方智，2012。

尼爾·唐納·沃許，《與神對話 I (下)》，台北市：方智，2012。

尼爾·唐納·沃許，《與神對話 II (上)》，台北市：方智，2012。

尼爾·唐納·沃許，《與神對話 II (下)》，台北市：方智，2012。

尼爾·唐納·沃許，《與神對話 III (上)》，台北市：方智，2012。

尼爾·唐納·沃許，《與神對話 III (中)》，台北市：方智，2012。

尼爾·唐納·沃許，《與神對話全集：隨身典藏版》，台北市：方智，2012。

尼爾·唐納·沃許，《與神對話完結篇：全面進化》，台中市：一中心，2018。

弗蘭克，《活出意義來》，台北：光啟，2008。

伊迪絲·漢彌敦，《希臘羅馬神話：永恆的諸神、英雄、愛情與冒險故事》，台北市：漫遊者，2015。

朱迺欣，《腦與宗教》，新北市：立緒，2016。

艾弗·格拉頓·吉尼斯 主編，《心靈學：現代西方超心理學》，遼寧：遼寧人民，1988。

余德慧，《詮釋現象心理學》，台北：心靈工坊，2001。

呂大吉主編，《宗教學通論》，北京市：中國社會科學出版社，1989年。

杜維明，《儒家思想：以創造轉化為自我認同》，台北市：東大，2020。

亞里斯多德，《尼各馬可倫理學》，北京：商務印書館，2003。

威廉·詹姆士，《宗教經驗之種種》，新北市：立緒文化，2019。

星雲大師，《與佛菩薩感應記》，新北市：香海文化，2017。

約翰·哈伍德·希克，《宗教之詮釋：人對超越的回應》，新北市：聯經，2013。

朗達·拜恩，《秘密》，台北市：方智，2007。

康德，《宇宙發展史概論》，北京：北京大學，2016。

張開基，《廣義靈魂學》，台北市：宇河，2013。

陳秉華等合著：《融入宗教與靈性的心理諮商》，台北市：心靈工坊文化，2019。

麥克爾·莫洛伊：《體驗宗教：傳統、挑戰與嬗變》。（北京市：北京聯合，2018）。

凱倫·阿姆斯壯，《神的歷史》，新北市：立緒，2019。

黃頌杰主編，《西方宗教學名著提要》，南昌市：江西人民，2002。

雷薩·阿斯蘭，《造神：人類探索信仰與宗教的歷史》，新北市：衛城，2020。

輔仁大學宗教學系 編著：《宗教學概論》，台北：五南圖書，2021年，二版一刷。

歐文·亞隆，《存在心理治療（上、下）》，台北市：張老師，2003。

潘德榮，《西方詮釋學史》，台北市：五南，2015。

冀劍制，《哲學家的學佛筆記—關於「離苦得樂」的思索與修行》台北市：啟動文化，2020。

濟群，《當代宗教信仰問題的思考》，上海：古籍出版社，2006。

羅軍，《止學 揭示信仰的奧秘》，台北：五南，2021。

三、引用網路資料

http://mephilosophy.ccu.edu.tw/entry.php?entry_name=詮釋學（檢索日期：Dec/11/2020）

http://mephilosophy.ccu.edu.tw/entry.php?entry_name=關懷倫理學（檢索日期：Dec/11/2021）吳秀瑾（2018）。〈關懷倫理學〉，王一奇（編），《華文哲學百科》（2019 版本）。

<http://terms.naer.edu.tw/detail/1678710/>（檢索日期：Dec/11/2020）詮釋學 圖書館學與資訊科學大辭典

<https://www.ifreesite.com/population/>（檢索日期：Apr/19/2022）世界人口統計