

南 華 大 學
生 死 學 系
碩 士 學 位 論 文

學習《廣論》經驗與生命意義關係之研究
—以福智團體廣論研討班雲林縣學員經驗為例

The Study Related to the Meaning of Life
through Learning Guanglun : Refer to the Yunlin
Guanglun Class Members' Experiences as Examples

研究生：李孟委

指導教授：何長珠 博士

中華民國 103 年 5 月 27 日

南 華 大 學

生死學系

碩 士 學 位 論 文

學習《廣論》經驗與生命意義關係之研究

—以福智團體廣論研討班雲林縣學員經驗為例

The Study Related to the Meaning of Life
through Learning Guanglun : Refer to the Yunlin
Guanglun Class Members' Experiences as Examples

研究生：李益菱

經考試合格特此證明

口試委員：王枝燦
何志珠
岑明昌

指導教授：何志珠

系主任(所長)：蔡品雄

口試日期：中華民國

103 年 5 月 27 日

謝 誌

我要畢業了!

終於可以說出這句話，以前常聽學長姐分享寫論文的過程有多辛苦、有多累、如何的不簡單等等，我覺得那有甚麼困難啊！只要認真努力一定可以完成的，沒甚麼吧！但是輪到我寫論文時才知道，沒有我想得那麼單純簡單啊！

回顧一開始動手寫論文時，很有衝勁，但是在過程中卻遇到很多磨難，一關一關的在考驗著我，一直想放棄，然後安慰自己說有沒有畢業又沒那麼重要，何必一定要完成論文呢？真是阿Q的想法呀！

首先要感謝的是我的指導教授何長珠教授，若沒有老師在前面教導和指定進度，我還在妄想可以不要動論文嗎？感恩老師了解我這學生的惰性而且能體諒學生的性格且不跟學生計較的寬宏大量！另一位要感恩的老師是王枝燦老師，每次都在王老師紅著眼睛的關懷神情之下指導我的論文，真的很不忍心不努力把論文完成，以報答老師的不計較回報認真指導的敬業態度；還有要感謝瀟慧學姊在前面引導示範與陪伴，再加上嘉凌等師姐的幫忙與鼓勵；還有朋友們和生死所的同學及學弟妹們的關心和支持打氣，讓我產生信心與能量，才能繼續完成這篇論文。

更要感謝的是我的家人，能夠讓我自由選擇在這樣老大不小的年紀，可以全職專心地完成論文與學業，只希望我順利完成這階段該做的事情。真的很感謝家人的支持、幫忙和諒解！

讓我寫下去的動力之一是福智團體的師兄姐們的大力護持與協助，尤其是感謝雲林地區支苑長劉俊輝師兄、增上 52 班班長蔡榮慧師姐以及各研討班班長的協助發放問卷，還有福智團體學員的師兄姐們不計回報的幫忙填問卷，因有他們的護持、鼓勵與協助，才能讓這篇論文順利的完成，也因此讓我了解必須要盡最大的努力完成大家的期望，更要努力回報師長和福智團體對我的栽培與教導。

另對此篇論文的完成而功不可沒的是佛菩薩的攝授與加持，寫論文的同時一直陪伴我的除了佛菩薩之外，還有懺悔偈：「往昔所造諸惡業，皆由無始貪瞋癡，從身語意之所生，一切我今皆懺悔。」尤其是在構思因果業報文獻探討時，一定要有它的陪伴。在讀生死所這段期間，讓我明瞭所不知的自己，以前總認為人只要心地向善，為何會做錯事呢？為何要懺悔呢？因這篇論文的緣故，讓我徹徹底底地相信所有一切的造作如同懺悔偈所言，以前所造的惡業(這裡的以前，不只

是單指這一世的前半輩子，還包括前幾世的我!)，皆由自己無知無明的貪瞋癡而造成，唯有自己誠心誠意的虔心懺悔，才能消除那些惡業，不再造作惡業，進而為善，才能增上生道，這是論文帶給我最大的收穫!

另一支持攝授我的力量是文殊菩薩心咒：「喻 阿惹巴札那地」和般若波羅蜜多心經。自覺劣根的我，必須有佛菩薩的加持才能讓我生信心，相信自己可以完成論文；再加上心中最想念的「南無本師釋迦牟尼佛」，也因有福智讚頌團的演唱「南無本師釋迦牟尼佛」一直陪伴著我，讓我能定下心來繼續完成論文。

在我的心中，這篇論文不是我的，只是藉由我的身語意盡力將佛法的內涵呈現出來，沒有大家的幫忙是不可能完成，雖還有許多進步空間，但希望能對佛法有興趣的人提供一個方向，除了能夠在理論和正知見的學習之外，也能夠如理的應用在生活中，讓自己可以離苦得樂，可以利益一切有情，成就無上菩提。所有的言語說明都無法表達我心中真正的感激之情，感恩所有一切的人事物！感恩佛菩薩的加持與攝授！沒有您們的幫忙，不會有今天的我！感恩！感恩！再感恩~~~

學習《廣論》經驗與生命意義關係之研究

—以福智團體廣論研討班雲林縣學員經驗為例

摘要

本研究旨在探討雲林地區福智《廣論》研討班學員不同背景變項及參與程度與生命意義之相關情形，採用問卷調查法，以「華人生命意義量表」為研究工具，研究對象為雲林地區福智廣論學員，正式樣本採取配額抽樣，共發出799份，有效問卷為478份，回收率為60%。問卷資料以SPSS for 12.0 套裝軟體進行描述性統計、 t 檢定、單因子變異數分析、卡方檢定及多元迴歸分析等統計方法分析資料，研究結論如下：

- 一、不同背景變項之《廣論》學員在生命意義上都有顯著差異。
- 二、不同參與程度變項之《廣論》學員在生命意義上都有顯著差異。
- 三、不同研討班班別之《廣論》學員與參與程度變項呈顯著相關。
- 四、《廣論》學員之背景變項與參與程度變項對生命意義具有顯著的預測力。

根據本研究發現與結論，對福智團體、《廣論》研討班學員及未來研究者分別提出參考建議，以作為後續研究之參考。

關鍵字：福智團體、廣論、生命意義、因果業報

The Study Related to the Meaning of Life through Learning Guanglun - Refer to the Yunlin Guanglun Class Members' Experiences as Examples

Abstract

This study aims to recognize the meaning of the life and the effect of variable background in Yunlin county area , which is located in central part of Taiwan. A revised questionnaire of “Chinese Meaning of life” which includes a new subscale of Karma is conducted to the Guanglun Class located in Yunlin area. With quota sampling technique, 779 questionnaires were sent out with a return rate of 60%. Through SPSS, T-Test, ANOVA, test of independence and multiple regression analysis, the following conclusions being found.

1. A significant difference was found in the life meaning among on the backgrounds difference.
2. A significant difference was found in the life meaning among on the different levels of participation.
3. A significant correlation was found between different class and different levels of participation variables.
4. High predictability of the life meaning and background characteristics of the different backgrounds and levels of participation variables was found.

Recommendations was made accordingly.

Keywords : Blisswisdom organization 、Guanglun 、the meaning of life 、Karma

目 次

摘要.....	I
Abstract.....	II
目 次.....	III
表 目 次.....	V
圖 目 次.....	VII
第一章 緒論.....	1
第一節 研究動機與背景.....	1
第二節 研究目的與問題.....	2
第三節 重要名詞界定與解釋.....	2
第四節 研究範圍與限制.....	4
第二章 文獻探討.....	6
第一節 菩提道次第廣論意涵.....	6
第二節 生命意義理論與相關研究.....	16
第三節 華人業因果報內涵.....	30
第三章 研究方法.....	38
第一節 研究架構.....	38
第二節 研究假設.....	39
第三節 研究對象.....	40
第四節 研究工具.....	41
第五節 實施程序.....	46
第六節 資料處理.....	47
第四章 研究結果與分析.....	48
第一節 背景變項和參與程度變項之福智《廣論》學員基本資料分析.....	48
第二節 不同背景變項之福智《廣論》學員生命意義關聯分析.....	54
第三節 不同參與程度變項之福智《廣論》學員生命意義關聯分析.....	75
第四節 不同研討班班別之學員與參與程度變項正相關分析.....	100
第五節 福智《廣論》研討班學員對生命意義之迴歸分析.....	106
第五章 結論與討論.....	118
第一節 福智學員學習《廣論》經驗與生命意義關係研究之結論.....	118
第二節 本研究之貢獻.....	124
第三節 相關建議.....	124
參考書目.....	128
附錄.....	137
附錄一 因果量表試題出處與所引據的概念來源.....	137

附錄二	專家檢核修訂試題前後對照表.....	139
附錄三	華人生命意義量表(正式問卷).....	140
附錄四	專家背景介紹(依姓氏筆畫順序排列).....	144



表 目 次

表 2-1-1 斷器三過與依六種想之內涵	6
表 2-1-2 三士道修學比較表	7
表 2-1-3 三世因果和十二因緣及特性	11
表 2-4-1 生命意義相關研究摘要表	28
表 2-4-2 福智團體的相關研究	29
表 3-3-1 福智《廣論》研討班各班人數	40
表 3-3-2 依《廣論》研討班班別立意抽取人數一覽表	41
表 3-4-1 「華人生命意義量表」正式量表之信度分析表	45
表 4-1-1 個人背景變項次數分配表(N=478)	50
表 4-1-2 個人參與程度變項次數分配表(N=478)	53
表 4-2-1 福智《廣論》學員生命意義之平均數分析摘要表(N=478)	55
表 4-2-2 不同性別之福智《廣論》學員在華人生命意義量表上之 t 考驗分析表(N=478)	55
表 4-2-3 不同年齡變項之《廣論》學員在生命意義上之單因子變異數分析表(N=478)	56
表 4-2-4 不同教育程度變項之《廣論》學員在生命意義上之單因子變異數分析表.. (N=478)	58
表 4-2-5 不同職業變項之《廣論》學員在生命意義上之單因子變異數分析表(N=478)	59
表 4-2-6 不同婚姻變項之《廣論》學員在生命意義上之單因子變異數分析表(N=478)	62
表 4-2-7 不同經濟狀況變項之《廣論》學員在生命意義上之單因子變異數分析表.. (N=478)	64
表 4-2-8 不同健康狀況變項之《廣論》學員在生命意義上之單因子變異數分析表.. (N=478)	66
表 4-2-9 不同家庭關係變項之《廣論》學員在生命意義上之單因子變異數分析表.. (N=478)	68
表 4-2-10 不同虔誠度變項之《廣論》學員在生命意義上之單因子變異數分析表... (N=478)	71
表 4-2-11 不同生活經驗變項之《廣論》學員在生命意義上 t 考驗分析表(N=478)..	73
表 4-3-1 不同研討班班別之學員在生命意義上之單因子變異數分析表(N=478).....	76
表 4-3-2 是否為全職義工之學員在華人生命意義量表上之 t 考驗分析表(N=478)...	78
表 4-3-3 是否固定護持義工之學員在華人生命意義量表上之 t 考驗分析表(N=478).	80
表 4-3-4 每個月護持義工次數變項之學員在生命意義上之單因子變異數分析表.... (N=478)	82
表 4-3-5 每週聽聞《廣論》天數之學員在生命意義上之單因子變異數分析表(N=478)	85
表 4-3-6 經典讀誦頻率變項之《廣論》學員在生命意義上之單因子變異數分析表.. (N=478)	87
表 4-3-7 讀誦經典類別變項之《廣論》學員在生命意義上 t 考驗分析表(N=478)...	90

表 4-3-8 讀誦佛號變項之《廣論》學員在生命意義上 t 考驗分析表(N=478).....	94
表 4-3-9 參加研討班家屬變項之《廣論》學員在生命意義上 t 考驗分析表(N=478).	97
表 4-4-1 不同班別與參與程度之學員之卡方檢定 (N=478)	104
表 4-4-2 生命意義各構面的交互關係數矩陣分析表 (N=478)	106
表 4-5-1 福智《廣論》研討班學員之背景變項對生命意義各子構面之迴歸分析摘要表	110
(N=478).....	110
表 4-5-2 福智《廣論》研討班學員參與程度對生命意義各子構面之迴歸分析摘要表	116
(N=478).....	116



圖目次

圖 3-1-1 研究架構圖.....	38
圖 3-5-1 研究流程圖.....	46



第一章 緒論

本研究的主旨在於探討以福智團體《廣論》研討班雲林縣學員經驗為例，學習《廣論》對生命意義改變。本章共分為四節，第一節為研究動機與背景，第二節為研究目的與問題，第三節為名詞釋義，第四節為研究範圍與限制，茲分別敘述如下。

第一節 研究動機與背景

研究者本身是一位國小教師，從 2003 年開始擔任國小教育工作。在剛擔任教職的前幾年間，因為學生的行為偏差問題、學生學業成績低落問題及來自學生家長給予的教學工作壓力等各方面的窘境，產生很多教學的無力感。後經由尋求宗教信仰的途徑，在透過佛教教義及修行觀念和方法的學習和練習後，才讓研究者慢慢拾回對教育工作的熱誠和信心，並對教育的神聖使命給予極高的評價。研究者又有幸到南華大學生死學研究所進修，在其間接觸並認識了更多不同宗教的教義和思想理念，同時也結交了許多信仰各種不同宗教的好朋友；發現雖然彼此的宗教教義和信仰對象或許不同，但是卻有極多的共通點，諸如慈悲與愛的教導、勸人努力向善、勉勵人助人為樂、甚至於宣揚四海一家、宇宙一體的理念，凡此種種都有不謀而合之處。

研究者長期參與菩提道次第廣論的研討，逐漸了解到佛法是一種深邃而具次第的教化課程與相關體驗活動之實施。長年來，研究者亦在福智團體中擔任志工的教團成員、幹部、信眾與學員等角色，深刻領受將佛法教義與教化化現於實際生活中之重要性。《廣論》之教授包括對「佛法傳授」的正知見，以及平時「生活的實踐」與「行持」兩大部分之重視。亦即於學習到佛法的正確知見後，更強調要經過思惟觀察，使得佛法在身心相續上受用，並實踐於生活中，才是知行互通的修持法門。

在生死所兩年研讀過程中，研究者發現到諸多課程都與生命意義之探討與生命價值之澄清密切相關；在某種程度與福智系統教化內涵有些相通，在福智團體中除了佛法意義之探討與學習外，在生活實踐方面日常老和尚開創了法人事業-里仁、斗南福智中小學園區等，讓學員們能將所學之佛法概念應用在其中，藉以提升生命意義之精神與內涵。由於福智學員絕大多數為教師，本研究者期望透過本研究，對佛教團體教化課程的實施、學員的學習經驗及生命意義的改變有更具體的了解，以作為日後生死學與佛教系統兩者之間，對於生命意義及生命教育相關機構之教學內容或課程規畫之參考。

第二節 研究目的與問題

壹、研究目的

經由以上研究背景及研究動機之後，本研究以福智《廣論》學員為研究對象，研究的主要目的在探討參加福智《廣論》研討班學員之個人背景、參與程度與生命意義關係之研究。希望能夠由此研究發現，而提供對於在生命意義之探索或是想要學習佛法之個人及推廣生命教育相關機構予以參考。茲將研究目的分述如下：

- (一) 探討福智《廣論》研討班學員之個人背景與生命意義兩者之間的相關性。
- (二) 探討福智《廣論》研討班學員之參與程度與生命意義兩者之間的相關性。
- (三) 瞭解福智《廣論》研討班學員之個人背景、參與程度與生命意義之關係。
- (四) 根據研究結果提出建議，以供相關機構做為推廣生命教育之參考。

貳、研究問題

根據研究目的，本研究之待答問題如下：

- (一) 不同背景變項之《廣論》研討班學員在生命意義上是否有顯著差異？
- (二) 不同參與程度變項之《廣論》研討班學員在生命意義上是否有顯著差異？
- (三) 《廣論》研討班學員之班別與參與程度變項是否有相關性？
- (四) 《廣論》研討班學員之背景變項與參與程度變項在生命意義上是否具有預測力？

第三節 重要名詞界定與解釋

壹、菩提道次第廣論

《菩提道次第廣論》(Lam Rim Chen Mo) 簡稱《廣論》，是從釋迦牟尼佛經彌勒菩薩、文殊菩薩一路傳承下來，由宗喀巴 (Tsong Kha Pa, 1357-1419) 大師依阿底峽大師《菩提道燈論》(又譯為《菩提道炬論》) 及其三傳弟子霞惹瓦的註釋要旨，總攝佛經三藏十二部要義，按「三士道」(下士道、中士道、上士道) 標準，由淺入深編寫而成的重要論典，是格魯派根本論書之一。此論強調圓成佛道前，修行者必須按照道前基礎、下士道、中士道、上士道的次第步驟，由低處向高處走(陳淑梨，2010)。日常老和尚 (2002a) 解釋：「菩提」是我們祈求的果—佛果，佛是覺行圓滿的人，為梵文，翻成中文是覺者，覺悟世間的真理，證得究竟圓滿的果。我們祈求徹

底的離苦得樂，而達到的目標就是成佛。「道」指趣進佛果所必須經歷的修學過程，「次第」就是說明修學過程必須經歷之階段，自下而上，由淺入深，循序漸進，不可缺略、紊亂或臘等，故名「菩提道次第」(黃琦歲，2005)。因此，《菩提道次第廣論》可說是一本學佛者的入門經典，詳細說明從凡夫到成佛這一條路，所必須學習與經歷的各種內涵與法類，了解後還必須照著次第親自實踐，方能圓成佛道。

貳、《廣論》研討班

日常老和尚成立《廣論》研討班，透過文言譯本、錄音帶及釋文內容，以團體研討方式加上實際參與各種義工的躬行實踐過程，引導修學者在正法的認識中藉事練心、積集資糧、漸次增上(陳淑梨，2010)。《廣論》研討班以團體的方式進行，其班別與學習年資分為「一輪班」：一年至四年；「增上班」：四年至八年；「善行班」：八年至十一年；「備覽班」：十一年至十四年；「宗旨行持班」：十四年以上；(《廣論》研討性質類似成人讀書會，每週固定一個晚上(7:15-9:30)聚集在班上研讀《廣論》。)且學員一旦進入一個班別學習之後通常不會再換班，以便同一批學員彼此互相切磋砥礪，長期相處共同成長(徐秀慧，2008)。《廣論》之教授則包括對「佛法傳授」的正知見，以及平時「生活的實踐」與行持兩大部分。研討班教導學員學習佛法正確的知見後，更強調要經過思惟觀察，使得佛法在自己的身心相續上受用，將領悟到的佛法概念著實地實踐於生活中。因此學習《廣論》的福智團體學員在遇到境界時，需要時時刻刻自我反省：「理論上教導我這樣的內容，面對境界時我的心境要如何去對治？」如此才能將在《廣論》研討班裡所學到的佛法理論內容，作為日常生活中行持的依據，可說是非常注重知行並重的一種佛法修持法門。

參、生命意義

生命意義是指個體所賦予自己生命之獨特的使命，依據個體這個獨特的使命，它將會用來引導個體對生活的態度、生涯的方向、以及生命的價值產生立場與看法，並且進而督促自己負起責任去面對與達成這個使命(吳淑華，2006)。本研究所指之生命意義係整合國內外學者對生命意義觀點而成之全人生命意義量表(李盈瑩，2010)中之生命目標、生命價值、生命倫理、生命態度、開放接納、生命熱忱、靈性成長等七個因素，並更增加與佛教因果信仰有關之因果業報等共八個向度，建構而成為「華人的生命意義量表」，以期能更完整的反映本土文化與宗教薰習下之華人的生命意義觀。

肆、因果業報

為佛教用來說明世界一切關係之基本理論。又作因果應報、因果業報、善惡業報。謂一切事物皆有因果法則支配之，善因必產生善果，稱為善因善果；惡因必產生惡果，稱為惡因惡果。『無量壽經卷下』（大一二·二七七上）：「天地之間，五道分明，恢廓窈冥，浩浩茫茫，善惡報應，禍福相承。」即是此例(引自佛光大辭典)。眾生的苦來自不善業，眾生的樂來自諸善業。業是因，苦、樂是果。佛教依據這個緣起法則建立教義，告訴人們造惡業得惡報、造善業得善報的因果道理（陳兵，1995）。

伍、觀功念恩

「觀功念恩」是日常老和尚融會貫通《菩提道次第廣論》內容所宣揚出來，作為日常生活實踐善行的下手處(紀淑萍，2002、吳清華，2009)。「觀」就是觀察，「功」就是功德、優點，「念」是感念，「恩」是恩惠，合起來即是看到別人的功德、優點，自然會生起珍惜對方、想要效學的心，感念別人對我的恩惠(紀淑萍，2002；吳清華，2009)。由此看出「觀功念恩」包含兩個部分，一是欣賞別人美德，二是感恩別人對我的恩惠。「觀功念恩」有助於在逆境中學習代他人著想，形成創新思惟或新的生活方式(紀淑萍，2002)。可以克服困境，創造生命存在的價值。觀功念恩、代人著想是內在信念與思惟力的改變，變得更會體會別人的感受，提昇自省的能力(林文章，2008)。

第四節 研究範圍與限制

為使研究推論與結果獲得合理與適當的解釋，將研究範圍與限制分述如下：

壹、研究範圍

一、研究區域

本研究基於時間、人力與團體規範之限制，僅以雲林地區全部之《廣論》研討班學員為研究調查範圍。

二、研究對象

本研究調查的對象為針對雲林地區之《廣論》研討班學員中實際在團體中繼續學習《廣論》學員1,720位為母群體，原始分配母群體狀態請詳見第三章，表3-1-1。

三、研究變項

(一)個人背景變項

本研究僅針對雲林地區《廣論》研討班學員之性別、年齡、健康狀況、經濟狀況、教育程度、宗教信仰之虔誠度、婚姻狀況、對現有家庭之滿意度、職業類別、重大生活經驗等進行探討。

(二)主要研究變項-自變項

本研究之自變項為福智《廣論》學員中個人參與程度變項，其參與程度變項包括：研討班班別(年資)、是否為全職義工、是否固定護持義工、參與志工次數、聽聞《廣論》天數、經典讀誦頻率、最常讀誦之經典和佛號與有無參加研討班之家屬等構面。

(三)主要研究變項-依變項

本研究之依變項為生命意義。包含「生命目標」、「生命態度」、「生命倫理」、「靈性成長」、「生命價值」、「開放接納」、「生命熱忱」及「因果概念」等八個構面。

四、研究方法

本研究使用問卷調查法進行研究，針對雲林地區《廣論》研討班學員1,720位為母群體，依學員所屬之研討班班別按立意抽樣方法進行。

貳、研究限制

一、研究地區限制

本研究因人力、時間、經費上之限制，僅以雲林地區《廣論》研討班學員為調查範圍。因此，在研究結果推論上，無法推論到其他地區。

二、研究對象的限制

本研究僅以雲林地區參加《廣論》研討班學員為調查對象。因此，在研究結果推論上，無法推論到其他地區之《廣論》學員。

三、研究變項的限制

本研究探討《廣論》研討班學員參與程度與生命意義等二變項間之現況、差異與相關。因此，僅能針對此二變項之各層面與整體進行統計與分析，不包含其他變項。

第二章 文獻探討

本章主旨在於探討福智財團法人之《廣論》研討班學員學習《廣論》的歷程與生命意義相關研究，因此，本章就變項的相關理論與實證研究之國內外文獻進行探討，作為本研究概念與架構形成之理論基礎依據。本章共分為三節，第一節為菩提道次第廣論意涵、第二節為生命意義理論與相關研究、第三節為華人業因果報內涵。

第一節 菩提道次第廣論意涵

這本書的結構分為五個部分：道前基礎、下士道、中士道、上士道與止觀，下面就每一個部分，分別敘述說明之。

壹、道前基礎—入道前的前行準備

一、道前基礎

道前基礎就是「心理上的行前準備」。即先陳述造論者的殊勝和法源的清靜，引發修學者的好樂心；後提醒聞法者要先去除內心的染污和雜見，專心至誠的聽聞佛法，才能從中真實獲益。

第一部分是「道前基礎」。道前基礎的內涵分十部分：1、歸敬頌，2、造者殊勝，3、教授殊勝，4、聽聞軌理，5、說法軌理，6、完結軌理，7、親近善士，8、修習軌理，9、暇滿，10、道次引導。

亦即是要先了解學習菩提道次第廣論對我們有殊勝的利益，了解此教授殊勝法源的傳承，進而產生歡喜心並接受它；對於修學者而言，應建立正確的觀念，放下內心的執著和偏見，以恭敬的態度學習，領受善知識的諄諄教誨。此中說明斷器三過與依六種想來教導學習者應具備的心理行相；

表2-1-1 斷器三過與依六種想之內涵

斷器三過→若器倒覆及縱向上然不淨潔並雖淨潔若底穿漏。

依六種想→對於自己的煩惱應如病想，於說法的善知識應如醫想，所學的教誡起藥品想，聽聞之後如法行持起療病想，視善知識如佛般恭敬承事，並祈願正法能夠長久住世。

而《廣論》所指的善知識條件，不只是「經師」，還是以身作則的「人師」，更是帶領我們離苦得樂的「恩師」。上師除了傳承自己修行的經驗，也讓弟子在潛移默化中，達到人格的提升、心境的轉化。有時上師喝斥弟子，是為了幫助他改變惡習，去除貢高我慢之心，如果被指正而懷恨在心，因此不願意學習，將是弟子最大的損失，故對上師修信念恩是修行下手最重要的第一步。《廣論》內涵中善知識應具足十德，即一、戒，二、定，三、慧，四、德勝，五、精進，六、教授富饒，七、通達真實，八、說法善巧，九、具悲憫，十、斷疲厭等十種。

再者說明暇滿人身難得，如《入行論》云：「人極難得如龜頂趣入，海漂軛木孔」（廣論，63頁）能投生為人的機率，就像一隻瞎眼的烏龜在大海裏，海面上有一塊有孔的漂流木，烏龜一百年才從海底浮起來一次，浮出水面時頭剛好穿過木頭的孔，這樣的機會微乎其微。道前基礎引導我們：親近善知識才能趣入佛法，要思惟人身難得易失，才會策勵自己修學佛法。藉由聽聞佛法而了解五戒之開遮持犯，然後進入學習的主題，加上不斷地聽聞、修持與省思，這是理性分析和研究教義的方法，透過不斷的修證最後才能達到佛境。

道前基礎教導學習者的心理準備後，接著進入菩提道次第依下、中、上士的次序修行，彼此相互關連。三士所修的法類雖不相同，但共同目標都是為了成佛，如同讀小學但立志將來要讀大學一般，中、下士是上士的前行或支分。

表2-1-2 三士道修學比較表

次第		內心意樂	果位	所緣法類
下士道	普通下士	感受到現世的苦，希求現世	安樂現世福報	1. 念死無常 2. 三惡趣苦
	殊勝下士	脫離三惡趣苦，希求後世圓滿	人天果報	3. 皈依三寶 4. 深信業果 5. 行十善業
中士道		希求解脫生死輪迴，斷煩惱證涅槃	聲聞緣覺	2. 苦集滅道 2. 十二緣起 3. 戒定慧三學
上士道		不忍眾生苦，救度一切有情，發無上菩提心，修菩薩行，成就佛果	菩薩佛	1. 發大菩提心 2. 修菩薩行〈六度、四攝、止觀〉

參考資料：(徐秀慧，2008；林士倚，2003)

二、下士道—希求來世善趣安樂

下士道的內涵分為四大段：1、念死無常，2、三惡趣苦，3、皈依三寶，4、深信業果。其中「念死無常」要引導修學者認識死亡的面貌；而「思惡趣苦」是探究死後去處的問題；「皈依三寶」及「深信業果」則是如何為死亡作準備、如何利益後世的方法。〈廣論，科判表六〉從「念死」到「思惟後世」到「為後世利益而修法」，宗喀巴大師井然地規劃課程，除了對治「今日不死」這個常執外，更有進一步修法、提升生命層次的積極意義。

(一)念死無常

《廣論》云：「如是於其有暇身時，取心藏中有四顛倒」（廣論，74頁），宗喀巴大師說凡夫雖然擁有暇身，卻執持於四種顛倒想：常倒、樂倒、我倒、淨倒，其中常顛倒最嚴重，也就是無常執常，認為自己會一直活下去，汲汲營營於追求名利，貪戀慾望的享受，無法體認若明天就死了，一切皆化為烏有。一旦撒手人寰即便親友圍繞無人相隨，唯一帶走的是一生所造的業和修行的心識。《大般涅槃經》云：「一切想中，無常死想是為第一，由是諸想能除三界一切貪欲無明我慢」（廣論，76頁），以此來破除執持生命是恆常延續的謬見，斷除對此生的貪著，使其能確認生死的無常，因而能產生出離心，而願意接受精神的教導和修行，轉向尋求內心的安定，積極地修行。

(二)三惡趣苦

宗喀巴大師在此教第二層思墮三惡趣苦，其目的正是「思惡趣苦是探究死後去處的問題」。在此讓學習者先預覽來世可能面臨的處境，產生出離心及培養菩提心。貪圖安樂乃人之本性，追求個人慾望的滿足，發起的業自然不善，即使行善也常受到不善的念頭影響（如捐錢助人為求好名聲），順應習性只會造更多的惡業，惡因結果後悔莫及，故佛陀將感果的苦相先描繪出來，警惕我們放逸的結果。《入行論》云：「無苦無出離，故心汝堅忍」又云「復次苦功德，厭離、除憍傲、悲憫生死者、羞惡、樂善行。」（廣論，86頁）當我們對惡趣的苦能切身感受產生驚恐怖畏時，就能生出苦的五種功德，產生厭離心及對他人的悲憫心。

(三)皈依三寶—入聖教之門

達賴十四世解釋：「皈依三寶，首先應該想到三寶個別的特質與能力。廣義的皈依佛，意味我們應該思考佛陀身語意的特質、智慧和能力。皈依法，表示我們想到通往中止痛苦的所有真理道路、修行或超俗的清靜。皈依僧，代表我們願意瞭解僧伽的二十種善行軌範。」所以皈依佛，即是效法佛的身語意特質、智慧與能力。皈依法，主要學習

佛所留下的教誨，此能帶領我們通往解脫之門。而皈依僧，因僧是傳承實踐佛的思想者，唯有皈依僧得以學習解脫的方法。

為什麼我們要皈依佛而不皈依其它外道天神呢？宗喀巴大師引《瑜伽師地論》〈攝抉擇分〉告訴修學者，皈依的對象必須具足四個條件：初者，謂自即是極調善性，已能證得無畏位故，即是他必須已證得無畏的果位。第二者，謂於一切種度所化機善方便故，即是他必須有救拔眾生出惡趣的善巧方便。第三者，謂具大悲故，亦即他的大悲心必須遍及眾生。第四者，謂以一切財而興供養，未將為喜，要以正行而修供養乃生喜故，即為他必須平等對待眾生不為名聞利養而度眾。（廣論，99頁）這四個條件，「唯佛方有」，其他外道天神皆不具備，因此佛是眾生的皈依處。

皈依時的心態最重要的是懺悔，先把自己的罪惡懺悔乾淨，佛菩薩授皈依給我們才能接受下來，現在至誠懇切的走皈依這條路，才是真正究竟離苦得樂的道路。皈依後不管任何情況都要照著佛告訴我們的道理如法行持，並且發願生生世世修學圓滿教法，弘揚圓滿教法（日常法師，2002a）。

菩薩乘中說：「信為能入，智為能度」，真實的進入佛門，要推「信心」為唯一要著。想依佛法而得真實利益，就不能不修習信心，唯有信心具足，才能領受修學。這可見佛法的無邊功德，都從信心的根源中來，所以說：「信為道源功德母」。信心，是何等重要！

藉著對佛的信心進入佛法，趣入後聽聞佛說的道理，以智慧去體認苦樂之因，跳出生死輪迴。佛是經過無量阿僧祇劫修證的結果，而覺悟是最後的一剎那。我們如果能對「共下士道」所闡明的業果法則生起定解，就能常造善業少造惡業，終至止惡行善，而求得人天果報。

（四）深信業果 — 一切安樂之果

皈依三寶之後，眾生的心總算可以安頓下來。從現在起，要開始修法了，要修何種「法」才能遠離惡趣呢？宗喀巴大師說：「業果」法門。因為生惡趣、生善趣由業決定，眾生想要遠離惡趣，就要了解墮入惡趣的因，從因對治，這樣才有跳脫惡趣的可能。因此下士道的第四個課程－「深信業果」，引導修學者趣入思惟，從業果道理的深信中修十善業、斷十惡業，實現來生善趣的希願處。

宗喀巴引《寶鬘論》云：「諸苦從不善，如是諸惡趣，從善諸善趣，一切生安樂。」（廣論，117頁）。眾生的苦來自不善業，眾生的樂來自諸善業。業是因，苦樂是果。因此，來世若想生善趣得樂果，今生定要修善除惡。這是佛教教義當中最重要概念，

也是一切白法的根本。

宗喀巴引《本生論》云：「由修善不善諸業，諸人即成慣習性，如是雖不特策勵，他世現行猶如夢。」（廣論，119頁）。人很容易被習慣所制約，當我們習慣於某種造業型態時，我們的生命就會被這個已成的習性所牽引，一世又一世，沈淪於六道之中，無法拔出。因此，眾生應時時警惕，不可因善小而不為，更不可因惡小而為之。

俗話說：「種瓜得瓜，種豆得豆」，種什麼因就得什麼果。佛教依據這個緣起法則建立教義，告訴人們造惡業得惡報、造善業得善報的因果道理，不只現世如此，生生世世都如此。因此，若能了解這個道理，從身口意三門下功夫，斷除一切惡行，那麼便能積聚善業資糧，為自己的來生準備幸福。關於因果道理的認識，宗喀巴大師從業的總體特性到黑白業的各別因果一一介紹，引導修學者認識業，了解業的形成與果報，思惟自己的過去、現在與未來，對已造之惡業懺悔、修正，對將造或未造之惡業小心防範，讓自己成為一個止惡修善的行者。

三、中士道—希求解脫生死輪迴

《廣論》中云：「中士夫者，謂發厭患一切諸有，為求自利，欲得度出三有解脫，以趣解脫方便之道三種學故。」（廣論，66頁）。將中士道的修道目標為「希求解脫」，解脫是要從三有中出離，其修行方法為戒、定、慧三學與一切下士道的法門，而其目標為解脫輪迴。

《廣論》第三部份「中士道」包括：1. 思惟苦諦，2. 思惟集諦，3. 思惟十二有支，4. 思惟解脫生死正道。此為引導修學者認識善趣諸苦、觀輪迴生死所有過患，從苦的覺知與覺受中生起脫苦的決心。傳統佛教認為「諸受是苦」，即使是善趣諸安樂，亦充滿變化與幻滅之苦。

中士道說明的就是四諦：苦集滅道。集諦為因，苦諦是果，道諦是因，滅諦是果。世尊先說「苦諦」後說「集諦」的原因，就是眾生為無明所暗覆，把痛苦執為安樂，生不起求解脫的心，就如世間人，為生活重擔所逼迫時，才會心甘情願耐苦耐勞，學習技藝，求職就業。所以佛為眾生說明總別苦相令起厭離，進而研求苦因。

這些苦總的來說，包括八苦、六苦、和三苦。其中「八苦」指：生、老、病、死、怨憎會、愛別離、求不得、以及五取蘊苦等。這八苦當中，以「生苦」與「五取蘊苦」最為重要；「生苦」是生死苦的源頭，「五取蘊苦」是煩惱的根源。這二苦是諸苦的根本，若能截斷它們，也就等於滅除了輪迴無量支分之苦。「六苦」指無定、無飽足、數數捨身、數數結生、數數高下、無伴等六種苦。「三苦」指的是苦苦、壞苦與行苦。

遇到苦的事當然苦，這是「苦苦」；遇到快樂的事耽溺於樂受中，但這種感受既不真實又不長久，當樂受變壞時便痛苦無比，這是「壞苦」；遇到不苦不樂的捨受中，因為遷流變動，無常所隨逐，感到不安穩，這是「行苦」。

如《略論》云：「如是念死及思惟死後墮惡趣之理，反此世心而生起希求後世之樂趣；次從共同皈依，及觀黑白業果決定門中，勵力斷罪修善。」所以，「中士道」是依著念死與思三惡趣苦來產生出離心。並且同樣要依止三寶的力量，及進一步觀照黑白業果來勉勵行者斷惡修善，由共下士道引生共中士道。。因此在此「階段目標」：是解脫輪迴苦海。

所以思苦功德有三，一能生厭離心，二能摧傲慢心，三能發大悲心。又第七世達賴格桑降錯說：「不論高卑賢愚，外形雖殊，內苦則一。」因為生為人就是苦，讓行者認清自身的八苦、六道苦等，以此求出離。而希求解脫之心的發起，除了思惟苦集二諦之外，《廣論》中更加入十二因緣教法的思惟，是一套描述眾生如何被煩惱及業所控制，因而在六道中經歷無數生死的教義，知生死緣於無明，更能從根本處破除，十二因緣諸支，皆互為因果，彼此環環相扣，一支引發另一支，週而復始。明白十二因緣後，我們會瞭解生死流轉的運作方式，及懂得如何切斷這種循環。

十二因緣每一支相互影響而衍生出下一支，並且造作一業的全部緣起無法在一世中圓滿，如果業未經愛、取觸發，則整個循環至少三世才能完成。如下表：

表2-1-3 三世因果和十二因緣及特性

三世因果	十二因緣及特性	二重
過去因	無明：貪瞋癡等煩惱 行：造作諸業。	過去→現在 一重
現在果	識：業識投胎 名色：但有胎形六根未具 六入：長成眼等六根人形 觸：出胎與外境接觸 受：與外境接觸生苦樂感受。	
現在因	愛：對境生愛欲 取：追求造作 有：成業因能招未來果報	現在→未來 一重
未來果	生：再受未來五蘊身 老死：未來之身又漸老而死	

資料參考來源：(許鶴滯，2011)

十二因緣包含過去、現在、未來三世，有兩重因果，稱為三世兩重因果。其中識、名色、六入、觸、受是過去的無明、行二因所感招的現在五果，愛、取、有是現在的三因，將招感未來的生和老死二果。從這兩重因果的關係加以思惟，若想脫離輪迴的繫縛，要切斷現在三因：愛、取、有，要徹底的厭離三有，唯有從財、色、名、食、睡等五欲的沈溺中拔出，徹底實踐不貪即是「不取」，就能不生「後有」，無「後有」就能斷除延續來生的種子，即能解脫輪迴。

思惟「苦集二諦」以及「十二緣起」之後，人們了知生死輪迴之一切安樂，終究是苦、是空，於是開始對這些安樂生起厭離之心，想從此中跳脫。輪迴的原因是業與煩惱，其中主因為煩惱；而煩惱來自無明我執。因此，想要解脫輪迴，必須根除輪迴的根本－真實義愚無明俱生我執。馳散的心須以戒學治之；昏沈的心須定學治之；纏縛的心則須以慧學治之。因此戒、定、慧三學是調心、斷惑以及證果不可或缺的法門。故欲求解脫者，必須於此三學，依次完整的修學。

雖然論中說修解脫之道在於戒、定、慧三學，但在中士道中，卻只教導「戒學」的修法，其餘「定」、「慧」二學則說到上士道中再廣說。

四、上士道－希求無上菩提、廣度一切有情

第四部分「上士道」包括：1. 發大菩提心，2. 修菩薩行(六度、四攝、止觀)。

了解下士道希求後世安樂與中士道解脫生死輪迴之苦後，要有更高遠的理想目標，不只是自己得到這些利益而已，更要將此殊勝利益廣度一切眾生有情。「菩提心」即是不忍見眾生受苦而發願成佛以利益眾生，所以唯有自己成就無上菩提才能拔一切眾生苦。由此發大菩提心，受菩薩戒，透過學習「六度」成熟自己的道業及修「四攝法」圓滿利他之行，此為上世道內涵。

下士道希求後世安樂，中士道希求解脫生死輪迴，上世道希求無上菩提、廣度一切有情。佛教理論的三個核心命題，三士道實際上已經統攝了一切佛法的精要。而《廣論》已統攝所有佛法的精要，下、中、上世道為所有法類當學應學，講求修心的過程要有完整的次第，其脈絡是一貫相成的，逐步引導的過程，是成就無上菩提與成就佛果救渡眾生必經的過程。(林士琦，2004；徐秀慧，2008；陳淑梨，2010；許鶴瀨，2012；鄭吟雀，2012；黃怡婷，2013；何清蓉，2013)

貳、《廣論》內涵的生命意義

現代人的生活，在物質上進步非常的神速，但是我們的精神與心靈卻是退步的更加快速，以至於形成大家生活在無憂的物質環境中，但內心卻相對的匱乏，無形中產生了一些心理疾病，如何去看待這心理狀況，必須藉由正知見的見解慢慢轉化與調整。以下將根據《廣論》下士道的「暇滿」與「思惟苦諦」；中士道的「思惟集諦」與「十二緣起」；上士道的「菩提心」的內容，來探討宗喀巴大師如何從傳統佛教觀點，開展其特殊見地的生命觀點及如何提升生命境界。

一、生命存在的意義—人身暇滿難得

《廣論》之內涵是應眾生不同的根機，依次第引導眾人調整心性，透由實踐漸次展開生命的意義與價值，在「道前基礎—暇滿」，說明人身暇滿難得，才能激勵我們專心修法與體認生命意義之價值。

(一)人身八有暇

《親友書》云：「執邪倒見、生傍生、餓鬼、地獄、無佛教、及生邊地、慳戾車性為駸啞、長壽夭。於隨一中受生已，名為八無暇過患，離此諸過得閒暇，故當策勵斷生死。」(廣論，59 頁)

八無暇 { 非人的四種無暇：傍生、餓鬼、地獄、長壽夭
人的四種無暇：執邪倒、無佛教、生邊地、無佛出世

其中心懷邪見是入道最大障礙，所以《親友書》將其列為無暇之首。而這八種是無法聽聞佛法的狀況，反之，即是具足條件，可見八有暇是說明獲得人身意義之重大。

(二)十圓滿

圓滿共有十種：五種屬於自己；五種屬於他人。五自圓滿，即《聲聞地》所說：「人、生中、根具、業未倒、信處」。五他圓滿，即：「佛降、說正法、教住、隨教轉、有他具悲愍。」(廣論，60 頁)其中「人」指在成就後世利益方面要勝過其他世俗的利益追求，更要具備人的價值。(林士琦，2004；林文章，2008；仁欽曲札譯，2007；陳淑梨，2010；許鶴瀨，2012；鄭吟雀，2012；黃怡婷，2013；何清蓉，2013)

我們僥倖一次獲得的有暇身，如同湊集了十八種無價的珍寶，最重要的是不可「入寶洲空手而回」。《入行論》云：「得如是暇已，我若不修善，無餘欺過此，亦無過此愚。」(廣論，61 頁)我們在眾多生之中難得獲此暇滿身，唯有珍惜此「身」善加運用，理應修法求離苦得樂，修習佛法以獲取心要，努力在修行上實踐，用一生的時間

去追求有意義的生活，不可白白浪費此難得之人身，努力確保來生不墮三惡趣苦。（掌中解脫，391頁）

二、生命意義之法則—業果

一般佛教的看法，說明出生為人的意義之後，死後有兩種去處：一種是死後再墮入惡趣或善趣繼續接受輪迴苦；一種是得到輪迴解脫的涅槃樂。但是宗喀巴大師卻特別強調墮落到三惡道的可能性很大，在人身義大難得中依因果來決定生善趣或惡趣。

（一）業果分為四大綱：

1. 業決定理：

一切的苦樂都有它的原因，造什麼業，就感什麼果。善業所感的絕對是好的果，惡業所感的絕對是壞的果。《寶鬘論》云：「諸苦從不善，如是諸惡趣，從善諸善趣，一切生安樂。」（廣論，117頁）一切的苦都是因造了不善業而來，乃至於到惡趣去；反之，造善業即到善趣去。

2. 業增長廣大：

造了一點點的善業，卻能夠感發大的樂果；反之，從小小的不善業，亦能感發絕大的苦果。如《集法句》云：「雖造微少惡，他世大怖畏，當作大苦惱，猶如入腹毒。雖造微少福，他世引大樂，亦作諸大義，如諸穀豐熟。」（廣論，118頁）

3. 所未造不會遇：

《廣論》云：「謂若未集能感苦樂正因之業，則定不受業苦樂果。」（廣論，120頁）感得苦樂的這個業因沒有造，決不會感這個苦樂的果。

4. 已造之業不失壞：

《廣論》云：「謂諸已作善不善業，定能出生愛非愛果。」（廣論，120頁）已經造了的因，一定會生出果，造的是善業會生出可愛的果；若所造是不善的惡果，所產生的一定是不可愛的惡果。已造的業，沒有因緣來改變它或者是消滅它，這個影響後者的能力是一直會存在著的，它絕對會生果，只是遲早的問題。

我們現在的快樂和痛苦，絕對不是無因而生，或是由造物主所創造，而是由它自己的一個相同性質的主因而形成的，痛苦絕對是由惡因而生，快樂絕對是由善因而生，這是決定的。宗喀巴大師說：“心善，道地則善；心惡，道地則惡。”由善因感得善果，由惡因感得惡果，這種因緣或者業果法則是決定的。能夠了解業果的智慧，確實是一切白法的根本。

(二)四力懺悔：

從無始以來我們已積集許多不善業，業力是不可改變的，罪業是可以懺淨的。只要通過有效的懺淨修持，我們便能令果報改變。於是宗喀巴大師在此教授四種懺悔法。《開示四法經》云：「慈氏若諸菩薩摩訶薩，成就四法，則能映覆諸惡已作增長。何等為四？謂能破壞現行，對治現行，遮止罪惡及依止力。」（廣論，144頁）

1. 破壞現行力：

也就是所謂的厭患對治力，透過對惡業所感異熟果、等流果還有增上果過患的反覆思惟，對以往所造惡業生起極大的後悔，通過《勝金光明懺》及《三十五佛懺》來做懺悔。

2. 對治現行力：

生起了後悔心之後，直接地去消除現行，就是直接地去消滅已造的惡業。包括誦經、修空性、誦百字明咒、造佛像、供養及誦佛名號等。

3. 遮止罪惡：

也叫防護力。後悔以前所造的罪障，決心再也不犯同樣的錯誤，努力防護或說遮止將來的罪惡造作。

4. 所依對治力：

也就是依止力。依止力的意思，謂修皈依及菩提心。用依止力，可以斷除異熟業果。

透過四力，一切的罪障都能夠淨除。“能映覆諸惡已作增長”，已作又增長的是定罪，定業都能夠被懺除，只要努力斷惡懺悔還是可以改變已造的惡業。我們應當精進地通過四力懺悔方式來懺悔自己所作的惡業。

三、生命意義的指標—親近善士、皈依三寶

生命無常，要及時修行；了解三惡趣苦，要希求後世安樂，不墮三惡趣；思惟暇滿人身之難得，珍惜此身，必須修行；明瞭業果之法則，發四力懺悔之心。了解生命意義之真相，對墮入三惡趣心中恐懼，想要後世生於安樂處，必須要依止可以救渡我者之善知識，即是依止可以指引我們達到此理想境界的對象。鐸八所集《博朵瓦語錄》中云：「總攝一切教授首，是不捨離善知識。」（廣論，23頁）把所有佛陀的教戒精要聚集起來，綱要裡的綱要，即是不離善知識。

要依止怎樣的善知識呢？如《經莊嚴論》云：「知識調伏靜近靜，德增具勤教富饒，善達實性具巧說，悲體離厭應依止。」（廣論，24頁）《廣論》所釋的是三士道的修心法門，一個能逐漸引導弟子入大乘佛道的善知識的十種功德：其中「調伏」是指以戒律

調伏身心相續；「靜」即是定學，以三摩地熄滅散亂；「近靜」是指以智慧徹底消滅我執；「德增」像一塊普通木頭放在供香盒中會沾染香氣一樣，我們也會薰染上師所具有的功德或過失，因此所依止的上師功德一定要勝過自己；「具勤」即是要大精進的力量，在利他當中勇、悍、剛、決。「教富饒」是指博通三藏，對經律論成就多聞，即是對教法豐富的認識。「善達實性」是指以聞所成慧獲得正見。「具巧說」即是懂了佛法，引導學習者的次第要懂得善巧。「悲體」即是悲憫，說法的目的即是為了幫助別人，不是為了名聞利養去說法。「離厭」即是遠離厭患。這十個條件中“調伏”為首，宗喀巴大師在此說明“自未調伏而調伏他，無有是處”，自己的內心還沒有獲得改變，根本就沒有資格去調伏他人的內心，所以上師必須首先調伏自己的內心相續才是。

宗喀巴大師引《瑜伽師地論》〈攝抉擇分〉告訴修學者，皈依的對象必須具足四個條件：一、自即是極調善性，已能證得無畏位故；他必須已證得無畏的果位（圓滿解決自己苦樂、解脫生死），二、於一切種度所化機善方便故；他必須有救拔眾生出惡趣的善巧方便（善巧方法引導），三、具大悲故；他的大悲心必須遍及眾生（大菩提心），四、以一切財而興供養未將為喜，要以正行而修供養乃生喜故；他必須平等對待眾生不為名聞利養而度眾（平等心）。（廣論，99頁）這四個條件，「唯佛方有」，其他外道天神皆不具備，因此佛是眾生的皈依處。（林士琦，2004；柯淵福，2005；陳淑梨，2012；許鶴瀨，2012；黃怡婷，2013；何清蓉，2013）

第二節 生命意義理論與相關研究

本節共分為三個部分，第一部分為生命意義之意涵，第二部分為生命意義的理論基礎，第三部份為生命意義相關因素之探討，第四部分為生命意義相關之研究工具，以下便依此四部分分別敘述。

壹、生命意義之意涵

「人活著的目的是什麼？人到底為什麼而活？生命存在的意義又是甚麼？」這樣的問題總是在人們心中繚繞與深思，從古至今許許多多國內外學者都有對生命意義做了相關的研究。盧梭曾說：「生命本身沒有任何意義，你必須賦予它意義；而其價值也透過你所選擇的意義而彰顯出來。」（傅佩榮，2005）。

生命意義是一個抽象的概念，國內外學者們提出生命意義之意涵並不相同，本研究者將各家不同的生命意義統整分為生命意義的本質、生命意義價值和生命意義之超越：

一、生命意義的本質(存在感、獨特性、使命感)

(一)生命意義的本質—存在感

Crumbaugh與Maholic(1964)將生命意義界定為「生命存在的重要性(ontological significance of life)」。而Hedlund(1977)認為生命意義是個人的意義，也就是「個人存在的理由」。個人如果能意識到自己存在的理由，則會感到有活力、有力量，並覺得自己生命是有價值的，且因知道自己生命的方向，而有動機認真做事。另Howden(1992)認為生命意義在於讓人們重視生命、期盼未來、追尋目標，並展現個體存在的理由。意義治療學大師Frankl認為生命意義是每個人每一時刻都有其存在的意義。追求生命意義是人的本能，而生命的目的在尋找存在的意義，只要是人都自由與責任，去實現其獨特的生命意義。個體對生命之存在與肯定，讓生活本身充滿意義，只有通過積極正面的人生態度與行為表現，才能體認我們對於生命真實的自我肯定，進而真正地完成人生中的自我責任(傅偉勳，2004)。國內學者何慧慈(2008)認為生命意義是個人探尋自我存在的意義，並對自我生命目的及生命控制的滿意程度。而鄭麗慧(2008)也指出生命意義本身並沒有固定的模式與答案，凡是肯定自我存在的價值和認可存在的理由就是意義之所在，因此生命本身的體驗即是其生命意義。

(二)生命意義的本質—獨特性

Frankl(1978)認為生命意義包含每個人都擁有自由，所以每個人都有責任實現個人生命獨特的意義，而這種獨一無二的特性，使得每個人都與眾不同，也使得每個人的存在有其意義，一個人一旦瞭解他的地位無可替代，自然容易盡最大心力，為自己的存在負起最大責任。如同尼采所說：「懂得為何而活的人，幾乎『任何』痛苦都可以忍受」。

國內學者認為生命的意義就是對人的生命所做之詮釋，具有主觀性和獨特性，會受到整個環境、文化的影響，而產生不同的生命態度。但個體賦予自己生命獨特的使命，個體依據這個獨特的使命，來引導個體對生活的態度、生涯的方向、以及生命的價值，因而熱愛生命、為自我生命負責，進而超越挫折，發展潛能，活出有價值的人生。個體因而能體認自己獨特的生命意義及個人獨特使命、獨特生命價值及生命目標以及達到自我實現，個體為求自我實現而努力，其努力過程賦予個體生命不凡的價值及存在感。(曾煥棠，2003；吳淑華，2006；紀玉足，2002；黃同展，2006；郭懿慧，2006；鄭麗慧，2008；楊麗蓉，2009。)

(三)生命意義的本質—使命感

Frankl(1978)認為每個人都有他自己的特殊天職或使命，需要具體去實現。只有個人具特殊的機遇去完成其獨特的天賦使命，而這些使命，因人、因時、因地而異，構成了人的命運，每個人的命運都是獨一無二且各有不同，無法同別人互作比較。同樣的境遇不會重複出現，而每個境遇需要當事人給予不同的反應。Fabry(1980)認為生命中每一刻都有一個使命等待個人去實現，個體在面對這個使命時是無法逃避的，只能以負責的態度回應來實現個人獨特的使命。

國內學者指出生命意義乃個體的獨特使命，生命具有絕對意義，沒有意義的生命是不可思議的，是不可能的，所以個體所賦予自己生命的獨特使命，藉以用來指引個體生活的方向與目標、生命的態度與責任，屬於人存在的靈性層面，個體需督促自己為生命負起責任，面對此獨特使命與實現自己的使命，生命才有意義。因每一個人都是獨特的，也只有特殊的他具特殊的機遇去完成其獨特的天賦使命。(陸娟，2002；羅素蘭，2006；黃慧秋，2002；紀玉足，2002；呂佳芬，2010。)

二、生命意義的價值—自我實現、創造性

May於1953首先提出生命意義的定義，表示生命意義是以個體為中心而創造出自我的最高價值，並且能夠體認到自己生命的意向，以及感受到自己有自由意志去做抉擇與愛的力量。而Crumbaugh(1973)認為能給予個體存在有方向感與價值感的目標；藉由實現此目標的過程，個體可獲得「成為一個有價值的人」的認同感。如同Yalom(1980)認為個人有個待實現的目標，在這過程中，個人可體驗到自己的生命是有價值的。另Frankl(1986)提出生命意義的具體意涵分三個側面，亦即生命意義具有三種價值：創造意義的價值、體驗意義的價值、態度意義的價值(傅偉勳，2010)。而Baumeister(1991)更進一步指出人要覺得生命有意義必須要滿足四個條件，即目標、正當化、效能以及自我價值；當人們對自己的生活有目標、認可自己的行為是正當的，且肯定自我的價值、相信有能力去追求個人獨特的使命及目標時，個人才會感覺到自己的生命是有意義的。

國內學者也提出個體擁有方向感與個人的價值感，透過積極的人生態度及自我實現來體驗人生的意義，並藉此可獲得一種身為有價值的人的認同感。其中包含生命創新、生命喜樂、生命超越三個組成構面的正向心理特質，表彰一種個體追求美好生活品質與積極生命價值的心理能量。從生活、工作的實際活動中去體驗，探求個人生命中的意義，實踐個人的使命與目的，達到自我實現的價值感。也即是而經由付出大愛、關懷等造福人群的行為能讓生命有意義。(宋秋蓉，1992；張海倫，2008；石宜家，2009；呂佳芬，2010。)

三、生命意義之超越-終極意義

(一)生命意義之超越-苦難、死亡、愛與關懷

Frankl (1986) 認為生命中的苦難與死亡，有助於追求生命意義，因為人在任何處境中，都應保有意志的自由。人生意義的涵蓋不止於積極創造某種有價值的東西或是實現某個目標，它包含生存與死亡、臨終與痛苦。人類的生命無論處在任何情況下，仍都有其意義。這種無限的人生意義，涵蓋了痛苦和瀕死、困頓和死亡。如尼采所說：「打不垮我的，將使我更形堅強」，個體會在境遇、經驗、空虛及死亡等情境下，改變與重組個人的內在價值，並且學習和挫折共處，建構自己的生命意義。而 Eagleton(2009)認為生命意義並不是一個問題的解答，而是以某種方式活著的問題，它不是形上的，而是倫理道德的，是讓生命更有價值的活下去，詳言之，是某種生命的品質、深度、豐饒、強度。生命意義的答案：愛與幸福。

國內學者指出認為生命意義不能只是停留於靜態的理論中，尚必須寓於動態的實踐過程中；生命的意義在於不斷、深入地探索生命的意義，面對深刻的人生問題，如生老病死、悲歡離合、安身立命等，都是生命深層經驗的探索，人生的意義就在自我承擔與自我負責實踐歷程中逐漸彰顯出來，而經由付出大愛、寬恕、關懷等造福人群的行為能讓生命有意義。此外個人探尋自我存在的意義，並對自我生命目的及生命控制的滿意程度，包含面對苦難降臨和死亡接納的程度。生命之內涵是人在生命中「不斷求知與學習愛」的過程中建構出來，在生命的挫折與苦難經歷中累積並統整經驗，並賦予生命意義，也在經歷中感覺體驗情感，學習與人互動、愛與關懷，這包含自己和他人。(釋慧開，2003；呂佳芬，2010；吳靜誼，2008；何慧慈，2008。)

(二)生命意義之超越-宗教信仰(靈性、宇宙)、多層面開展生命意義

Frankl (1963) 認為生命的意義是展現在回應現實生活中隨處所見的狀況，並且尋找與實踐自己所獨一無二的生活使命，進而藉此讓自我生命達到其終極意義。人生乃是一種任務的體認，如就更深一層予以透視，則必須建立在超越諸般現實生活意義的所謂「終極意義」上面。肯定人生的終極意義，等於承認在人的生命高層次，有超越的精神性或宗教性(傅偉勳，2007)。Battistam與Almond (1973) 對生命意義也抱持著類似的看法，認為生命意義是指個人肯定並信仰某事的價值，且積極投入其中，而對個人的生命有所了解，知道自己是在往某一目標前進。台灣大學哲學系教授林火旺提出生命真正的智慧在於：不要執著於自己，當一個人熱情的投入於一個大於自我、超越個人的目標時，他的生命才會變得更加精采，具有意義的存在(引自周家麒譯，2008)。個人對其

生命所感受之程度，其具有主觀的特性，也不只是個體實值存在的問題，它包含身體、心理和心靈三個部份的統合，個人內心靈性的層次，其層面涵蓋宗教、信仰與哲學。(藍乙琳，2006；吳靜誼，2008。)

Yalom(1980)認為生命意義區分成兩個層面：一、宇宙的意義，係指宇宙中有一不變的規律，而這規律是超越於個人之上或之外，非人類所能理解。二、世俗的意義，即個人有個待實現的目標，在這過程中，個人可體驗到自己的生命是有價值的。

Fabry(1980)認為生命意義區分成兩個層面：一、終極意義，指宇宙中有超越人類且無法被驗證的律則，有人稱之為「神」，或「自然」或「道」。二、此刻意義，是指生命中每一刻都有一個使命等待個人去實現，個體在面對這個使命時是無法逃避的，只能以負責的態度回應來實現個人獨特的使命。

Frankl認為人類的生命意義共有三大層面，身體層面、心理層面與精神性或意義探索層面(傅偉勳，1993)。呂應鐘(2001)認為人生意義，不外乎二類：一、在現實人間，將人生的意義寄存於家族的延續，所以人雖死了，而有永久的意義存在。二、在未來天國。

張海倫(2008)認為生命意義包括三個層面：1. 生命創新，是指「健康的身」：透由身體力行，實踐美好人生目標。2. 生命喜樂，指「喜樂的心」：能活在當下，過著心智圓融的喜樂人生。3. 生命超越，指「身、心、靈」三部份，在宇宙間透由靈修實現人生使命，乃至於永續的終極關懷。

綜合以上國內外學者對生命意義的意涵，可知學者們對生命意義的意涵在個人探尋生命存在的意義，對自己生命擁有自由的意志。生命具有主觀性與獨特性，因人、時、地而改變。獨特的天賦使命指引個人生活方向、態度、目標與責任，促使個體完成自己的獨特使命。生命之苦難、挫折與死亡，都是生命深層經驗的探索，從中體會個人生命意義和人身之難得，進而能幫助他人，肯定自我存在的價值。

馬斯洛認為的生理需求滿足後才能追求個體的自我實現，而超越生命的價值。研究者認為生命意義在於個人追求存在意義，瞭解自己生命有其獨特性與自由選擇，唯有在人生旅程中不斷的遭遇到挫折與苦難，才能體驗到自己獨特使命，進而產生愛與關懷他人，使自己的生命有幸福感與價值感，而達到自我實現，進一步建構自己身、心、靈三方面的成長，透由宗教信仰達到生命的終極意義。

貳、生命意義之相關理論

本研究的生命意義理論基礎主要係以 Frankl 的意義治療法(Logotherapy)理論為基礎。人的存在或是每個人的「生命意義」有其對象性與客觀性，每個人都有它自己特殊的人生天職，要求自己完成賦予他自己的具體責任。

一、生命意義的哲學

Frankl 之中心思想在探討個體面對生命的態度，目的在教人尋求個人生命意義，使個體能夠具有方向感與價值感，其理論基礎可以說是一種生命的哲學，主要包括三個信念，分述如下：

(一)意志的自由(freedom of the will)

人受限於本能、遺傳與社會環境中並不自由，但人能夠感受意志的自由，進入精神層次。在精神層次上，人的意志是完全自由的，可以超越外在的生理、心理與社會的限制，即使在惡劣的情境下，人們仍可自由決定以何種態度面對自由。人所擁有的任何東西，都可以被剝奪，惟獨人性最後的自由——也就是在任何境遇中選擇一己態度和生活方式的自由——不能被剝奪。Frankl 將人存在的本質，自由與責任視為一體兩面，人一旦有選擇的自由，就必然需承擔這選擇後的責任，而責任重於自由，為了個人獨特的生命意義，人有責任必須去實現（何英奇1987）。

(二)意義的意志(the will to meaning)

Viktor Frankl 認為人類的基本動力是求意義的意志，非追求享樂、權利與自我實現。當一個人追求意義的意志受挫後，才會轉向追求快樂、權力作為補償；若人愈追求快樂與權力，愈會遭受挫敗（何英奇，1987）。個體具備努力尋求意義的意志，因為人類會去發現生命中的意義與目標，藉此產生對生命的一種認同（黃國城，2003）。

(三)生命的意義(meaning of life)

每個人的生命在世上都是獨一無二的個體，任何人都不能加以取代，上天賦予每個人獨特的使命與天職，個人要以負責的態度面對生命中所做的抉擇，並努力完成任務。指個體應該去了解生命對自己有什麼期待，透過個體不同的生命意義呈現自我的生命答案。Frankl 認為人生的意義因時、因人、因情境而隨時變化，因此，我們不是問生命的一般意義為何，而是問在一個人存在的某一時刻中，其特殊的生命意義為何（趙可式、沈錦惠合譯，2010）。

二、生命意義存在的本質

意義治療法強調生命的自由選擇、負責態度和價值意義，假設生命已重來，而你的生活又即將重蹈覆轍，這時最能激發思考生命意義何在，想像當下已成過去，接著又想像如能改變、彌補過去，不再認為生命是有限的，是可以改變人生、自己創造不同生命的結局。生命的意義是會改變的，但永遠不失其為意義。據意義治療學，我們能以三種不同途徑去發現這意義（趙可式、沈錦惠合譯，2010）。

（一）藉著創造、工作

透由個體的實踐賦於生命的意義，亦即由功績或成就體悟生命意義。工作是屬於創造性價值經驗，也是成就感的獲得，代表著個體與社會連接的疆域。Frankl 認為一個人從事任何職業不是重點，重要的是工作態度。也就是說可以選擇如何面對的態度；可以積極或冷漠，充滿希望或是失望，你可以掌握你想擁有的意義（郭懿慧，2006）。

（二）愛的意義

愛是進入他人最深人格核心之內的唯一方法；亦即是唯有透過愛，我們才能理解他人的人格核心。藉著心靈的愛，才能看到所愛者的最根本的真髓特性，而且還能看出所愛者潛藏著尚未實現，但應該實現的潛力。除此之外，藉由這樣的愛，所愛者可以幫助被愛者實現這些潛力，藉由幫助他人而意識到自己能成為、該成為什麼樣的人，使自己原有的潛能發掘出來。（引自李雪媛等，2009）。

（三）受苦的意義

當人遇到一種無可避免的，不能逃脫的情境，必須面對一個無法改變的命運—如罹患絕症，他因此獲得了能夠實現最高價值與最深意義的機會，即能體認苦難的意義。亦可激發出生命的意義感與使命感，人主要的關心並不在於獲得快樂或避免痛苦，而是要了解生命中的意義。痛苦是在發現其背後的意義時，就不成為痛苦了；「為什麼有人在某些情況下，寧願受苦，只要他確定自己的苦難具有意義即可」（趙可式、沈錦惠合譯，2010）。

三、生命意義的具體意涵義蘊

Frankl 認為生命的意義，可透過實現三種價值而發現生命意義，分三個側面，亦即三種人生價值分述如下：

（一）創造意義的價值(creative value)

個體生命所能給予他人與世界的諸多大小不等的真善美價值，其價值在創造中實

現，可彰顯工作的意義。諸如藝術創造、工業發明、房屋建築乃至各種勞心勞力的日常工作等是（傅偉勳，2007）。每個人在不同的工作領域尋找自己的創造價值，創造價值的存在可以是一項工作，「工作的意義」即屬於存在價值其中之一，其創造價值重要的是對工作的態度，例如身體殘缺的人能盡力展現自己的優點，口足畫家、盲人音樂家、輪椅運動員等等，都可藉由實現創造價值來賦予自己的生命意義（黃文玲，2007）。

（二）經驗意義的價值(experiential value)

就人生意義言，體驗價值常比創造性價值更有深度。一個失去本有功能的人，仍能體會各種真善美價值的意義。人生對個人仍負有意義，一切端看個人如何重新發現體驗意義的生命價值。沒有任何創造性價值可言的地方，我們仍能保有體驗價值，據此仍然肯定自己的人生（傅偉勳，2007）。不論處於什麼優劣的環境，由生活中體驗生命美好的事物，深化生命經驗，實現愛的意義。每個人透過自己人生的體驗，而找到自己的人生價值，是終其一生最有意義的事。

（三）態度意義的價值(attitudinal value)

Frankl認為從高度精神性或宗教性觀點去看，態度價值還要高於體驗價值。透過個體不可改變的命運，其所採取的態度藉此獲得意義，即是個體生命歷程中所實現的態度價值(Fabry, 1980)。藉由個體面對不靠逃避的受苦所實現的價值，即是「態度的價值」，這種價值也就是Frankl所提的苦難的意義（石宜家，2009）。

當個體處於一種挫折的情境中，將創造性價值及經驗性價值加以應用時，可利用其態度價值來幫助個體展現自己的生命意義，而藉由此種承受不可避免的痛苦或挫折所實現的價值，正是人類精神生命存在的最高價值所在（周招香，2006）。

綜上所述，Frankl認為：「人生是一種課題任務或使命」的實存意義觀，這與中國以孔孟思想為主的儒家思想所體認的天命或正命十分契合，人生是天命所賦予的善性所不得不宏顯的道德使命。人生之樂不是人生意義的原由，而是人生意義的道理發現之後，自然帶來的歸結（傅偉勳，2010）。而人的生命是階段性與短暫的，每一個個體都是獨一無二，別人無法取代的，因此，每一個生命透過對世界不同的感受，肯定人生，選擇積極的生活態度，慢慢的形塑出人生意義與價值。本研究所使用之華人生命意義量表則將Frankl（1986）所提之創造的價值、體驗的價值、態度的價值納入量表的編製理論基礎中。

參、生命意義之相關因素

本研究的對象為雲林縣福智《廣論》學員，研究者在分析相關文獻時發現，最常被討論的背景變項為性別、年齡、教育程度、職業、婚姻狀況、經濟狀況、健康狀況、家庭關係、宗教信仰虔誠度、重大生活經驗等，以下就本研究欲探討之相關背景因素敘述如後：

一、性別

國內研究文獻結果，不同性別與生命意義之相關性有不同結果。張國治（2005）針對雲林縣高齡學習參與者為對象之結果，女性生命意義認知感低於男性。吳銘祥（2008）的研究中，女性靈修者在整體生命意義感顯著高於男性修行者。呂佳芬（2010）研究慈濟志工發現：高雄區女性慈濟志工在生命意義感的「靈性」層面上的平均得分，高於男性。吳秋芬（2011）研究國小教師發現不同性別的高雄市國小教師在生命意義感上，在「生命目的」層面上達到顯著差異，男性國小教師在生命意義感的「生命目的」層面上的平均得分略高於女性。

男性與女性對生命意義並無差異性的看法者（張明麗，2000；黃國城，2003；莊錫欽，2004；郭懿慧，2006；蔡坤良，2004；藍乙琳，2006；何慧慈，2008；江穎盈，2009；賴品仔，2010；）。

綜合以上研究，性別與生命意義各方研究顯示並沒有一致性的結論，然而福智《廣論》學員不同性別其生命意義的結果是否不同，是有必要列為進一步探討。

二、年齡

不同年齡與生命意義的相關研究並無一致性的結果。大部分研究顯示生命意義因年齡不同而有所差異。謝曼盈（2003）研究指出生命意義涉及到目標、責任、成長、愛、認知、情感等方面和年齡表現有顯著差異。戴玉錦（2004）均指出年齡較大之教師其生命意義高於年齡較小之教師。劉唯玉（2005）針對師資班學生進行的生命態度調查研究結果顯示年齡會影響師資生的生命意義。賴品仔（2010）的研究結果亦提出不同年齡的國小教師在生命意義整體上有顯著差異。吳秋芬（2011）研究結果指出 45 歲以上的國小教師在生命意義感的「求意義的意志」、「生命目的」、「生命控制」、「苦難接納」、「整體生命意義感」層面的平均得分，均高於其他年齡層的教師。黃怡婷（2011）針對福智《廣論》學員為研究對象，顯示年齡對生命態度有積極正向的影響力，年齡愈大，生命態度愈正向。

部分研究學者認為年齡之不同與生命意義並無顯著差異。孫郁荃(2005)的研究亦顯示國中教師年齡與生命意義感之間未達顯著差異。張家禎(2007)研究發現不同年齡的高雄市國小教師在生命意義整體與分層面上，均無明顯差異。因此年齡對生命意義的影響仍可進一步研究。

三、教育程度

多數研究結果顯示教育程度對生命意義方面存在差異性。黃國城(2003)發現不同教育程度之醫院志工，在生命意義層面上並無顯著差異。賴昆宏(2006)針對台中地區長青學苑老人為對象，結果發現長青學苑老人之生命意義與教育程度彼此之間是有顯著性差異。蔡政文(2007)針對國小教師所做的生命意義調查研究發現，愈高學歷教師之得分愈高。陳怡伶(2010)研究結果指出，教育程度在高中職學歷的教保人員在「宗教寄託」構面上顯著高於研究所者。

綜合上述研究顯示，教育程度與生命意義之相關情形，並無一致性的定論。所以，本研究將進一步探討教育程度對生命意義是否有明顯差異。

四、職業

透過研究顯示不同的工作職業與生命意義之關係存在著差異性。鄭惟謙(2008)以高屏兩縣國中教師為對象，探討高屏兩縣國中教師生命意義感與自我效能關係之研究，其中個人變項包括有年齡、婚姻狀況、服務年資、擔任職務、宗教信仰等項目，所獲得之結果為不同現任職務對生命意義存在差異性看法。個人變項與生命意義之彼此關係的相關研究較少見，但根據Reker(1994)的研究則指出，個人生命意義是健康最有力的正向指標，推估不同背景變項與生命意義存在差異性看法(王惠玲，2011)。

因此本研究想要以職業類別為背景變項來探討福智《廣論》學員對華人生命意義做進一步研究。

五、婚姻狀況

婚姻狀況與生命意義的相關研究並無一致性的結果。黎筱圓(2007)研究指出婚姻狀況不同並不影響護理人員的生命意義。何妙芬(2006)主張不同婚姻狀況之消防人員離婚、喪偶者的生命意義感在苦難接納與生命目的兩個層面，顯著高於未婚者；鄭惟謙(2008)指出不同婚姻狀況之教師在生命意義感均有顯著差異，其中已婚教師顯著高於未婚者；石宜家(2009)研究發現已婚教師的生命意義感在「求意義的意志」與「生命目的」層面大於未婚及其他的教師；楊麗蓉(2009)指出不同婚姻狀況的國小教師在「生

命意義感」整體與「意志與目標」、「身心」及「自我實現」層面上均有顯著差異。

吳秋芬(2011)研究發現國小教師在生命意義量表中「生命目的」層面上的平均得分,已婚有偶的得分高於未婚的教師。因此婚姻狀況對生命意義的影響仍可進一步研究。

六、經濟狀況

透過研究顯示不同經濟狀況與生命意義之關係存在著差異性。Crumbaugh(1973)發現社經地位高的受試者,生命意義的分數也高,兩者有顯著相關存在。黃國城(2003)以醫院志工為研究對象,指出不同經濟狀況之志工在「生命意義感」整體上有顯著差異,且在其「求意義的意志」、「生命目的」及「生命控制」層面上有顯著差異;蔡坤良(2004)研究指出,月收入較高者在生命意義感整體顯著高於月收入較低者;呂佳芬(2010)研究慈濟志工結果顯示,不同經濟狀況的慈濟志工在生命意義感上有顯著差異,但屬微弱關係。

綜上所述,經濟狀況在生命意義感有顯著差異,且經濟狀況較佳者,其生命意義感相對也較高。而本研究想要以經濟狀況為背景變項來探討福智《廣論》學員收入的滿意度,對華人生命意義做初探性研究。

七、自覺健康狀況

相關研究發現不同健康狀況之研究對象,其生命意義有顯著差異。謝曼盈(2003)研究發現,生命態度和健康情形兩者的關係呈線性相關,自覺健康的情形越良好的人,其生命態度越傾向正向。侯冬芬(2004)指出自覺健康狀況良好者,其生命意義感愈正向。李昱平(2006)則發現,曾有「個人健康問題」經驗的高中學生在生命意義層面上優於無此項經驗者。曾郁榆(2009)自覺身體健康之青少年在生命態度之生命意義均高於自覺身體健康狀況普通或不健康之青少年。吳秋芬(2011)研究指出自覺健康狀況好的教師在整體生命意義感高於自覺健康狀況普通和差的教師。

綜上所述,健康狀況在生命意義感有顯著差異,且健康狀況較佳者,其生命意義感相對也較高。而本研究想要以健康狀況為背景變項來探討福智《廣論》學員對華人生命意義感初探性研究。

八、家庭關係

相關研究發現不同家庭氣氛之研究對象,其生命意義有顯著差異。謝曼盈(2003)研究發現,生命態度與家庭氣氛有正相關,自覺家庭氣氛愈融洽的人,愈傾向積極正向地看待生命。許美蓮(2007)研究均發現,家庭氣氛較融洽的高中學生,其生命態度或

生命意義感亦較高。曾郁榆(2009)發現家庭氣氛融洽之青少年在整體生命意義均高於家庭氣氛普通之青少年。楊曉惠(2010)研究發現家庭氣氛為「融洽」者其生命意義感較自覺家庭氣氛為「不太融洽」、「非常不融洽」者趨向正向積極。

綜上所述，不同家庭氣氛在生命意義感有顯著差異。而本研究想要以家庭氣氛為背景變項來探討福智《廣論》學員對華人生命意義做初探性研究。

九、宗教信仰虔誠度

何英奇(1990)與何郁玲(1999)研究發現宗教信仰愈虔誠，生命意義感愈高。林柳吟(2002)針對308位雲林縣老人研究發現，宗教信仰愈虔誠，其生命意義感得分較高。毛紀如(2003)、黃國城(2003)、陳黃秀蓮(2005)、郭懿慧(2006)、藍乙琳(2007)研究發現生命意義感比無宗教信仰者高，且信仰越虔誠，生命意義越高。江穎盈(2008)探究大學生生命意義感亦發現，有宗教信仰的大學生，其生命意義感較無宗教信仰者高，且信仰越虔誠則生命意義越高。吳秋芬(2011)研究發現宗教信仰虔誠度高的教師在生命意義各層面也越高。

多數與生命意義之相關研究皆顯示宗教信仰與生命意義的感受程度有密切關聯，針對宗教信仰虔誠度與生命意義之影響所做的研究不多，本研究欲了解福智《廣論》學員的生命意義是否受宗教信仰虔誠度之影響，故將宗教信仰虔誠度列入背景變項，對此一變項做進一步的研究驗證分析。

十、重大生活經驗

關於個人重大生活經驗是否影響生命意義差異的相關研究不多。多數學者以親友死亡經驗是否影響生命意義差異為相關研究為主，且均發現有顯著差異。李昱平(2006)發現，曾有親友死亡經驗之高中學生在整體生命意義層面顯著高於無親友死亡經驗者。張文琪(2007)則發現，是否接觸過死亡經驗的高年級學童在整體生命意義層面達顯著水準，且有經驗高於無經驗。曾郁榆(2009)發現曾有親友死亡經驗之青少年，其在生命意義各層面，顯著高於無親友死亡經驗之青少年。楊曉惠(2010)研究發現養護機構老人之整體生命意義在「親人死亡的經驗」上有顯著差異。

關於個人重大生活經驗是否影響生命意義差異的相關研究相對較少。本研究欲以了解福智《廣論》學員生命意義是否會受重大生活經驗之影響，故將重大生活經驗列入背景變項，對此一變項做進一步的研究驗證分析。

綜合上述各家學者之研究，與生命意義相關的因素甚多，本研究將針對雲林縣福智

《廣論》學員之性別、年齡、教育程度、職業、婚姻狀況、經濟狀況、健康狀況、家庭關係、宗教信仰虔誠度、重大生活經驗等十個背景變項與生命意義之關係，進行探討與驗證。

肆、生命意義之相關研究

Reker 與 Wong (1988) 認為生命意義的描述需探究其來源、廣度及深度三部分，並包括認知、動機和情感三個重要元素，其中各表現出不同的結構成分。另外，根據 Baumeister (1991) 歸納出生命意義包括四個來源：目的、正當性、效能、自我價值（引至戴玉錦，2005）。Yalom (1980) 則認為生命意義會隨著生命發展而改變，指出個人能在生活中藉由利他、為理想奉獻、創造力、快樂主義、自我實現及自我超越中來獲得生命意義（引自易之新譯，2003：583-594）。

生命意義來源很多且是獨一無二的，許多研究者針對生命意義的各層面做過許多分析，取出最能確定生命意義的指標項目，以下是研究者依學者所討論生命意義相關研究所做之統整。

一、國內學者生命意義之相關研究

為了瞭解生命意義之內涵，茲將部分國內學者對於生命意義的相關論文研究，根據年代整理和生命意義之各個層面分析歸納如下表 2-2 所示，以統整與確立本研究之生命意義之層面內涵。

表2-4-1生命意義相關研究摘要表

研究者	年代	生命目標	生命價值	生命自由	自我概念	死亡接受	宗教信仰	靈性成長	因果業報
紀玉足	2003	✓	✓	✓		✓			
許秀霞	2003	✓	✓			✓			
蔡坤良	2004	✓			✓				
邱哲宜	2005	✓	✓	✓		✓			
郭懿慧	2006		✓	✓		✓			
藍乙琳	2006	✓		✓	✓				
何妙芬	2007	✓	✓	✓		✓			
鄭惟謙	2008				✓		✓	✓	
何慧慈	2008	✓	✓	✓		✓			
鄭麗慧	2008	✓	✓					✓	
楊麗蓉	2009	✓	✓					✓	
吳銘祥	2009					✓	✓	✓	✓
石宜家	2009	✓	✓	✓		✓			
劉純如	2009	✓		✓		✓			

呂佳芬	2010	✓	✓					✓	
吳秋芬	2011	✓	✓	✓		✓			
鄭吟雀	2012	✓			✓		✓	✓	✓
洪萍如	2012		✓	✓		✓	✓	✓	
黃怡婷	2013	✓		✓		✓	✓	✓	✓
總計		15	12	11	4	12	5	8	3

資料來源：研究者參考整理(洪萍如，2012)

綜合上述，有關「生命意義」的研究，研究者對生命意義各個的探討，主要有生命目標(15篇)、死亡接受(12篇)、生命價值(12篇)、生命自由(11篇)、靈性成長(8篇)、宗教信仰(5篇)、自我概念(4篇)、因果業報(3篇)。由以上資料得知以研究生命目標和生命價值、死亡接受、生命自由居多，而近年來有愈來愈多學者研究靈性成長、宗教信仰與因果業報概念，本研究之「華人意義量表」即增加因果業報概念，與之前研究學者研究使用之生命意義量表較為不同之處。

二、福智團體的相關研究

福智《廣論》研討班學員國內外人數已達六萬多人，有關福智團體的相關研究也日漸增多，以下論述相關研究的研究方法，與研究對象在參加《廣論》研討班後，生命意義的改變，在綜觀生命意義的相關研究，彙整與生命意義有關之因素，加以闡述說明。

福智團體相關研究的主要研究範圍，包括福智教育園區、福智教師信念、福智參與志工的原因、福智的教育理念、福智青年的養成、福智團體的凝聚力、福智讚頌合唱團、福智慈心有機農業發展基金會、兒童讀經等，整理如下表：

表2-4-2 福智團體的相關研究

研究者	論文名稱	研究方法
紀淑萍(2002)	在國小實施觀功念恩教學之行動研究	參與觀察
陳敏惠(2002)	兒童讀經實施策略之研究—以福智文教基金會為例	觀察、訪談、問卷調查及文件分析
吳界月(2004)	生命的軌跡與脈動—福智教育園區全職志工觀點轉換歷程	半結構式深度訪談5位學員
黃琦歲(2005)	佛教團體辦學的成效探究--以福智教育園區為例	訪談法、觀察法及文件分析
王勝枝(2005)	創新佛曲與生命教育關係之個案研究—以福智讚頌為例	質性研究
徐福君(2006)	宗教非營利組織運作環境事業的觀察：以慈心有機農業發展基金會進行個案研究	個案研究
黃素數(2007)	國小三年級福智教師生命教育實踐之個案研究	個案研究
楊蕙如(2008)	宗教型非營利組織推廣生命教育初探：以財團法人福智文教基金會為例	質性研究、半結構深度訪談

徐秀慧(2008)	《廣論》教授用於改善心理困擾之經驗探討—以福智團體學員為例	敘事研究訪談五位學員
林文章(2008)	高雄地區國小教師參加《廣論》研討班的學習與教學改變之研究	敘事研究、文件分析深度訪談 16 位學員
尤姿云(2009)	福智教育理念對國中生人際關係影響之研究	準實驗研究法
黃美華(2009)	朝陽中的禮讚-國小福智教師生命態度與班級經營之個案研究	個案研究
洪櫻純(2009)	佛教徒學習佛法對靈性健康之影響歷程研究	半結構訪談 11 位學員
黃淑惠(2009)	影響志工參與原因-以福智佛教團體為例	深度訪談與參與觀察
林長青(2009)	高高屏區福智團體成員參與休閒運動與團體凝聚力之個案研究	問卷調查方法
張麗俐(2009)	在家佛教信徒皈依歷程之研究--以福智團體《廣論》研討班中區學員為例	深度訪談
吳勢方(2010)	傳承在愛與關懷之間—國小福智教師生命意義感與關懷實踐之個案研究	個案研究
陳光明(2011)	志工社會支持、參與動機與投入程度關係之研究—以福智文教基金會為例	問卷調查方法
徐富珊(2011)	福智教師生命教育理念與實踐之個案研究	個案研究
鄭吟雀(2012)	福智《廣論》研討班學員之生命實踐	深度訪談四位學員
黃怡婷(2013)	福智《廣論》研討班學員的生命態度及其有關因素之調查研究	問卷調查方法

資料來源：研究者參考整理(黃怡婷，2012:48-49)

綜合以上的相關研究所得之結果可知，有關福智《廣論》研討班學員之研究大都偏重在資深學員改變之歷程、福智教師教學上的改變、全職志工、中小學學生或是質性研究-個案深度訪談方法，缺乏對一般福智《廣論》學員普遍性的研究。除了以上少數《廣論》研討班的學員個案或是資深學員與福智教師之外，本研究想探討與了解福智《廣論》研討班學員普遍的生命意義，以及對生命意義有關因素的影響，希望透過本研究可以提供福智《廣論》研討班學員、福智團體以及相關行政機構做為未來推廣生命(死)教育之參考。

第三節 華人業因果報內涵

本研究以「全人生命意義量表」而做修改，加上華人文化背景之業因果報概念成為「華人的生命意義量表」，本章節分為：華人儒、道業因果報內涵及佛教業因果報概念，分別敘述如下：

壹、華人儒、道業因果報之內涵

“業因果報”觀念是華人文化道德倫理與生命關係的理論內涵之一，儒家、佛教

和道教在長期的華人文化歷史發展過程中，均有其各自的業因果報思想及其業因果報思想互相影響下的社會文化活動。

一、儒家果報觀

儒家的果報觀是以世俗的善惡倫理道德為價值取向，強調現世報應，報應的主體不是行為者本人，而是他的家庭和子孫後代，追求報應的終極目的是達到滿足人生心理平衡和實現現實生活平等。(張樹卿、張洋，2010)。亦即是儒家的報應觀念為強調現世報應，而且受報應的主體不只是行為者本身，還會牽連其家庭與子孫後代。如《周易·坤·文言》¹有云：「積善之家，必有餘慶；積不善之家，必有餘殃。」說明積累善行的人家，必然給後世子孫帶來福澤；積累惡行的人家，必然給後世子孫帶來禍殃。又如《尚書·商書》²云：「天道福善禍淫。」即是天道勸善懲惡，凡人為善得福，為惡則得禍。《尚書·伊訓》云：「作善降之百祥，作不善降之百殃。」做好事，上天會賜予眾多福祿；相反的，做壞事，上天會降下許多災禍。天理是懲惡揚善的。(阮元，1991)《國語·週語》記載：“天道賞善而罰淫”。形容做善事有好報，做壞事有惡報。反映出社會現實力量不足只能寄於在思想和精神領域達到預期報應效果的報應心理，以上天作為人事禍福的評判者。常言道：「生死有命，富貴在天」，給予人一種天威難測的感覺，似乎人就只能盡人事，而後聽天命。總體來說，主要是要傳達作善事，可以得善終；作惡事，便會遭天譴的觀念。在在都說明「善有善報，惡有惡報」的觀念。

《周易大傳·繫辭傳下》引孔子的話說：「善不積，不足以成名。惡不積，不足以滅身。」意味著一個人要成名，必須累積善行，若遭滅身則因其不斷累積惡所導致的結果(方立天，1995)。孟子在〈離婁上·八〉說：「夫人必自侮，然後人侮之；家必自毀，而後人毀之；國必自伐，而後人伐之。」又在〈離婁下·二八〉提出：「愛人者，人恆愛之；敬人者，人恆敬之」此即說明禍福自招，善惡必然報應之理(劉滌凡，1999)。

綜括前者描述，孔孟以禮義道德為主體，只要義之所當為則為，便能無愧無心，強調禍福全由人主體行為來決定的。儒家對業因果報觀點為德福罪報是個人所招致。若能順應自然之天，不違背自然法則，則能得福免禍。韓非所言法天、荀子「生物在天，成物在人」，即說明此理。人生在世，遇到不如意的事十之八九，世人只有盡人事爾後聽天命，強調的並非消極的命定思維，而是指在人可努力的範圍盡力而為，超越人能掌控範圍的禍福則由命來安排。儒者既源於修齊治平的使命，在傳播道德教化時，自然與此

¹ 《周易·坤·文言》，收入(清)阮元校刻《十三經注疏》(北京：中華書局，1991年6月)，卷一，頁19。

² 《尚書·商書·湯誥》，收入(清)阮元校刻《十三經注疏》(北京：中華書局，1991年6月)，卷八，頁162。

價值觀結合，以強化其勸善止惡的說服力。（劉滌凡，2001）

二、道家果報觀

道家的報應觀念，張樹卿與張洋(2010)指出道教是根據老子「道設生以賞善，設死以威惡」的教義思想，提出「承負」說作為自己的報應觀，並用以解釋自然和社會上的各種因果報應現象。有關善惡報應問題的理論——「承負」說，是³《太平經》中的一個重要論題。意指祖先積德行善，則可蔭及子孫；若先人屢屢犯過作惡，後人將無辜蒙受災禍。即人們常說的“前人種樹，後人乘涼；前人惹禍，後人遭殃”；其特點是前輩後輩相承負；即是先人做惡，後人來當，先人行善，後來得福；自己做惡，子孫來當，自己行善，子孫得福。

天道承負說，即相信天道有循環，善惡有承負。其核心主體則還是圍繞生死問題，依據“天道循環說”的哲學基礎上，承揚於《老子想爾注》中“道設生以賞善，設死以威惡”即是行善，道隨之；行惡，害隨之也。老子認為吉凶禍福和生死都是隨人善惡行為來報應的教義思想。（張樹卿、張洋，2010）

所謂的「承負」，依據太平經的解釋為：

承者為前，負者為後；承者，迺謂先人本承天心而行，小小失之，不自如，用日積久，相聚為多，今後生人反無辜蒙其過謫，連傳被其災，故前為承，後為負也。負者，流災亦不由一人之治，比連不平，前後更相負，故名之為負。負者，迺先人負於後生者也。

意指前人有過失，由後人來承受其過錯，稱為承負。同樣地，若先人行善積功德，則後人則會報應受福，都是承受先人的行為所致。

道教明確指出執行賞罰的是「道」，亦即萬事萬物所應遵守的「天道」循環。人道效法天道，可以得到好的結果，是指善人之所以有好的結果，是他「法天」自為的善果（鄭基良，2008）；也可說，惡人之所以有惡的結果，是未從天道而得的惡果。而認為遭受惡報的不應只限於行為者本身，行為者的家庭與子孫都會受到牽連的這個觀點，主要是由道教的「承負」說而來。道教的「承負」說則是依循《易經》產生的：如《周易·坤·文言》說：「積善之家，必有餘慶；積不善之家，必有餘殃。」道教發展了這一思想，提出「承負」說。（余沛翹，2010）

因為解決善惡報應的問題，進而建構其神學思想、修道理論，承負說可以說是道教

³ 《太平經》原有一百七十卷，但現存之《道藏》本《太平經》僅殘存五十七卷，此外又有《太平經鈔》，乃唐人節錄《太平經》而成。因今本《太平經》的殘缺不全，故前輩學者在文獻考訂上花費極大工夫，本文在前人研究的基礎上探討《太平經》之思想，在版本上，選採用王明之《太平經合校》（北京：中華書局，1997年10月1版第5刷），引用時並標明篇目及頁碼，以備參照。

立教的理論依據。具體善惡方面來講，道教「承負」說之意義是強調—先人做惡，後人來當，先人行善，後來得福，自己做惡，子孫來當，自己行善，子孫得福。此與儒家之果報有相同的論點。即相信天道有循環，善惡有承負。“承負”說作為道家的因果報應觀，用以解釋自然和社會上的各種因果報應現象。(袁光儀，2002；余沛翊，2010)

貳、 佛教之業因果報觀

《佛光大辭典》指出「因果」一詞，梵語 *hetu-phala*。指原因與結果。亦即指因果律。為佛教教義體系中，用來說明世界一切關係之基本理論。又作因果應報、因果業報、善惡業報。謂一切事物皆有因果法則支配之，善因必產生善果，稱為善因善果；惡因必產生惡果，稱為惡因惡果。蓋一切諸法之形成，「因」為能生，「果」為所生；亦即能引生結果者為因，由因而生者為果。根據陳義孝的《佛學常見詞彙》所下的定義：「因是種因，果是結果，由此因而得此果，是因果義。又因是所作者，果是所受者，種善因必得善果，種惡因必得惡果。」謂一切事物皆有因果法則支配之，善因必產生善果，稱為善因善果；惡因必產生惡果，稱為惡因惡果。

一、業因果報的定義

「業」的思想，最早源於印度，「業」(*karma*)有三種含義：一者造作；二者行動；三者做事。佛教用語中的「業」特別有「造作」之意，即是我們的起心動念，對於外境與煩惱，起種種動機去做種種行為，用口去講或心裏在想，這些都是行動，稱為造作，也稱為業。(廣超法師，2010) 凡是眾生，用身、口、意，所造作善惡之行為，統名為業，亦名業種子，或名業因，潛伏在「八識」心田中，或今生、後世、或久遠世中，一遇因緣，便起現行，名為業報。(淨良法師，1999)

《佛光大辭典》指出「果報」一詞，梵語為 *vipka*，由過去業因所招感之結果。又作異熟、果熟、報果、應報、異熟果。即是我們過去造業，因緣成熟，就形成果報，稱為業報。有了業因，就形成業力，但未必既有果報，要依賴外在的因緣來引發，業力才會形成果報；所謂因緣成熟，既是業力（業因）與眾緣配合，形成果報；如果沒有眾緣，不可能形成果報。(廣超法師，2010)

二、業的分類

一般佛教的看法，說明出生為人的意義之後，死後有兩種去處：一種是死後再墮入惡趣或善趣繼續接受輪迴苦；一種是得到輪迴解脫的涅槃樂。在人身義大難得中依因果來決定生善趣或惡趣。

(一)十惡業

何謂惡業？佛告訴我們，會招致惡報的不良行為有十種：1. 殺生。2. 偷盜（只要不是自己的東西，拿來使用或佔為己有都屬偷盜）。3. 淫邪（違背倫理道德，在正式夫婦之外，貪圖淫樂，亂搞男女關係等都屬之）。4. 妄語（說謊、偽證、不守信）。5. 惡口（以兇暴或惡毒的話罵人）。6. 兩舌（挑播離間、搬弄是非）。7. 綺語（說黃色淫穢的話使人想入非非）。8. 貪（貪求名利財色各種享受，迷戀不捨）。9. 瞋（稍不如意就生氣怨恨）。10. 癡（邪見、不信因果）。（何清蓉，2013）

(二)十善業

何謂善業？能獲得善報的好行為有十種：1. 不殺生。2. 不偷盜。3. 不淫邪。4. 不妄語。5. 不惡口。6. 不兩舌。7. 不綺語。8. 不貪。9. 不瞋。10. 不癡（煮雲法師、陳慧昶等，1998）。我們都有三個造業的門徑：意念（意）、言語（口）、和行為（身）。業是藉由這三道門徑造作的，我們也是藉由這三道門徑來接觸這世界的（艾雅，1999）。所以不光是作出來的行為會造業，起心動念間，都有可能造業。十善業即為消業並脫離六道輪迴，達到涅槃的境界。（陳俐伶，2010）

三、業的特質

業果分為四大綱：

(一)業決定理：

一切的苦樂都有它的原因，造什麼業，就感什麼果。善業所感的絕對是好的果，惡業所感的絕對是壞的果，這是總原則。《寶鬘論》云：「諸苦從不善，如是諸惡趣，從善諸善趣，一切生安樂。」（廣論，117頁）種種苦受，是從不善業生，而遭受種種惡趣的果報。造善業，能投生種種善趣，而生出一切的安樂。所以第一個業的特質，是一切的苦樂，都是善惡業所感召的。如此在順境跟逆境中都不會繼續造惡業。

(二)業增長廣大：

造了一點點的善業，卻能夠感發大的樂果；反之，從小小的不善業，感發絕大的苦果。如《集法句》云：「雖造微少惡，他世大怖畏，當作大苦惱，猶如入腹毒。雖造微少福，他世引大樂，亦作諸大義，如諸穀豐熟。」（廣論，118頁）雖然造下的是微少的惡業，卻能產生怕他世墮惡趣的怖畏，以及大苦惱，就如同吞入腹內的毒物，只要一點點，便能喪命。雖然造下的是微少的福業，他世卻能引生大樂果，這其中的義利，正如同五穀豐收般的喜悅。

第二個業的特質，闡述行善的時，如何讓思心所繼續增長廣大。行惡時，不再繼續

增長廣大，趕快懺悔，然後摧毀惡業力種子的力量、習氣力量，因能懺悔一次，惡業力量就微弱一分，懺一次，就少一點，越少、越少、越少……習氣、煩惱的力量變得越來越小，要改就容易多了。

(三)所未造不會遇：感得苦樂的這個業因沒有造，決不會感這個苦樂的果。

《廣論》云：「謂若未集能感苦樂正因之業，則定不受業苦樂果。」(廣論，120頁)若是沒有積集能感苦樂的業因，一定不會感得苦樂的果報。佛在因地當中所修集的無數福德資糧，悉皆迴向給未來一切眾生，現世能受用佛的種種功德，然還不能累積一切成佛的善業之因，至少要能積集一分的功德，才能和佛的功德相應。因此，沒有積聚成佛的善業、功德，是不可能成就佛果的。

(四)已造之業不失壞：說明已經造的善惡業，絕對不會失壞。

大寶積經：「假使經百劫，所作業不亡，因緣會遇時，果報還自受。」我們所做的行為(業因)，形成了業力，它需要眾緣來引發，才會形成果報。如果業因沒有形成果報，即使是經過百劫這麼長的時間，曾經所造的業，也不會失壞，若是時間因緣成熟，我們必定要承受那個果報。已造的業，沒有因緣來改變它或者是消滅它，這個影響後者的能力是一直會存在著的，它絕對會生果，只是遲早的問題。

我們現在的快樂和痛苦，絕對不是無因而生，或是由造物主所創造，而是由它自己的一個相同性質的主因而形成的，痛苦絕對是由惡因而生，快樂絕對是由善因而生，這是決定的。宗喀巴大師說：“心善，道地則善；心惡，道地則惡。”由善因感得善果，由惡因感得惡果，這種因緣或者業果法則是決定的。

四、業因之果報：

果報按成熟時間分為三種報應形式：一是現報(現世報)：果報在現前、今生便會成熟。二是生報：今生造業，來生受報。而今生所受果報的因，要追溯於前世。佛經說「欲知前世因，今生受者是；欲知來世果，今生作者是。」三是果報：謂今生或宿世所造的業，由於諸緣未具，在多生後世，乃至極為久遠的未來，才會諸緣齊備，果報成熟。如『法句經』偈云：「行惡得惡，如種苦種；惡自受罪，善自受福。」(陳兵，1995)。只要有已種之業因，便會生出果報，將來都會有結果的。

一個人做了善的行為，或者不善的行為，將來都會有結果的。所謂「善惡到頭終有報，只爭來早與來遲！」至於結果什麼時候產生呢？只是時間的問題，有可能是現生受報，有可能是來生，乃至要經過更多次的受生。什麼時候條件成熟了，什麼時候就會產生結果。從報應的發生時間來看，佛教有‘三世因果說’，即是說明現世的境況由前世

的行為所決定，現世的行為又決定後世的命運，其內涵長期深入中國民間，成為許多人的倫理信條，促進人們行善修德、平衡社會心理，起了不可估量的作用。

五、業的止息(業力可轉)--四力懺悔

業的止息並非把它完全滅除，而是斷滅見；亦非把所有的業果受完後，業才止息。正確的說法是當業沒有煩惱為緣時，將來的業果就不會生起。阿含經：「此有故彼有，此生故彼生；此無故彼無，此滅故彼滅。」此話之意是：我們現在的煩惱不生起，將來的業有也沒有機會生。一個人沒有煩惱，就不會受果報，過去所做的一切就不能稱為業因。所以煩惱的止息，就是業的止息，並非斷盡業因來止息業，也不是承受完所有業果來止息它。

有情在無始以來生死中流轉已積集許多不善業，業力是不可改變的，而罪業是可以懺悔乾淨的。只要通過有效的懺淨修持，便能使果報得以改變。『普賢行願品』偈語：「往昔所造諸惡業，皆由無始貪嗔癡，從身語意之所生，一切我今皆懺悔。」此外宗喀巴大師在《廣論》內涵中也教授四種懺悔法，如下說明：

《開示四法經》云：「慈氏若諸菩薩摩訶薩，成就四法，則能映覆諸惡已作增長。何等為四？謂能破壞現行，對治現行，遮止罪惡及依止力。」（廣論，144頁）

(一)破壞現行力：

也就是所謂的厭患對治力，透過對惡業所感異熟果、等流果還有增上果過患的反覆思惟，對以往所造惡業生起極大的後悔，通過《勝金光明懺》及《三十五佛懺》來做懺悔。

(二)對治現行力：

生起了後悔心之後，直接地去消除現行，就是直接地去消滅已造的惡業。包括誦經、修空性、誦百字明咒、造佛像、供養及誦佛名號等。

(三)遮止罪惡：

也叫防護力。後悔以前所造的罪障，決心再也不犯同樣的錯誤，努力防護或說遮止將來的罪惡造作。

(四)所依對治力：

也就是依止力。依止力的意思，謂修皈依及菩提心。用依止力，可以斷除異熟業果。透過四力，一切的罪障都能夠淨除。“能映覆諸惡已作增長”，已作又增長的是定罪，定業都能夠被懺除，只要努力斷惡懺悔還是可以改變已造的惡業。我們應當精進地通過四力懺悔方式來懺悔自己所作的惡業，止惡修善，由此才能遠離惡趣。（林士琦，2004；

林文章，2008；陳淑梨，2010)

俗話說：「種瓜得瓜，種豆得豆」，種什麼因就得什麼果。佛教依據這個緣起法則建立教義，告訴人們造惡業得惡報、造善業得善報的因果道理，不只現世如此，生生世世都如此。因此，若能了解業的形成與果報，思惟自己的過去、現在與未來，對已造之惡業懺悔、修正，對將造或未造之惡業小心防範，從身口意三門下功夫，斷除一切惡行，那麼便能積聚善業資糧，讓自己成為一個止惡修善的行者，為自己的來生準備幸福。

綜合以上所知，業報觀自印度傳入中國後，加入中國傳統善惡報應思想和本土道教的「承負說」，成為中國重要的思想。儒家、道教的報應主體是受報者的後代子孫；而佛教報應主體是自身，自作自受。另儒家、道教報應觀則主張一世報應，而佛教報應觀則主張“三世”（即前世、現世、來世）報應。可見儒、釋、道三家之共同點均有止惡勸善，揚善懲惡的倫理、道德與教化上之功效。



第三章 研究方法

本研究旨在探討福智《廣論》研討班學員修習《廣論》後對生命意義之改變，並分析不同背景變項、參與程度變項及其生命意義之間的關係及內涵。根據文獻探討的結果，本章共分為六節，第一節為研究架構，第二節為研究假設，第三節為研究對象，第四節為研究工具，第五節為研究實施流程，第六節為資料處理與分析。

第一節 研究架構

依據研究動機、目的及文獻探討結果，形成本研究之研究架構圖，如圖3-1-1所示。

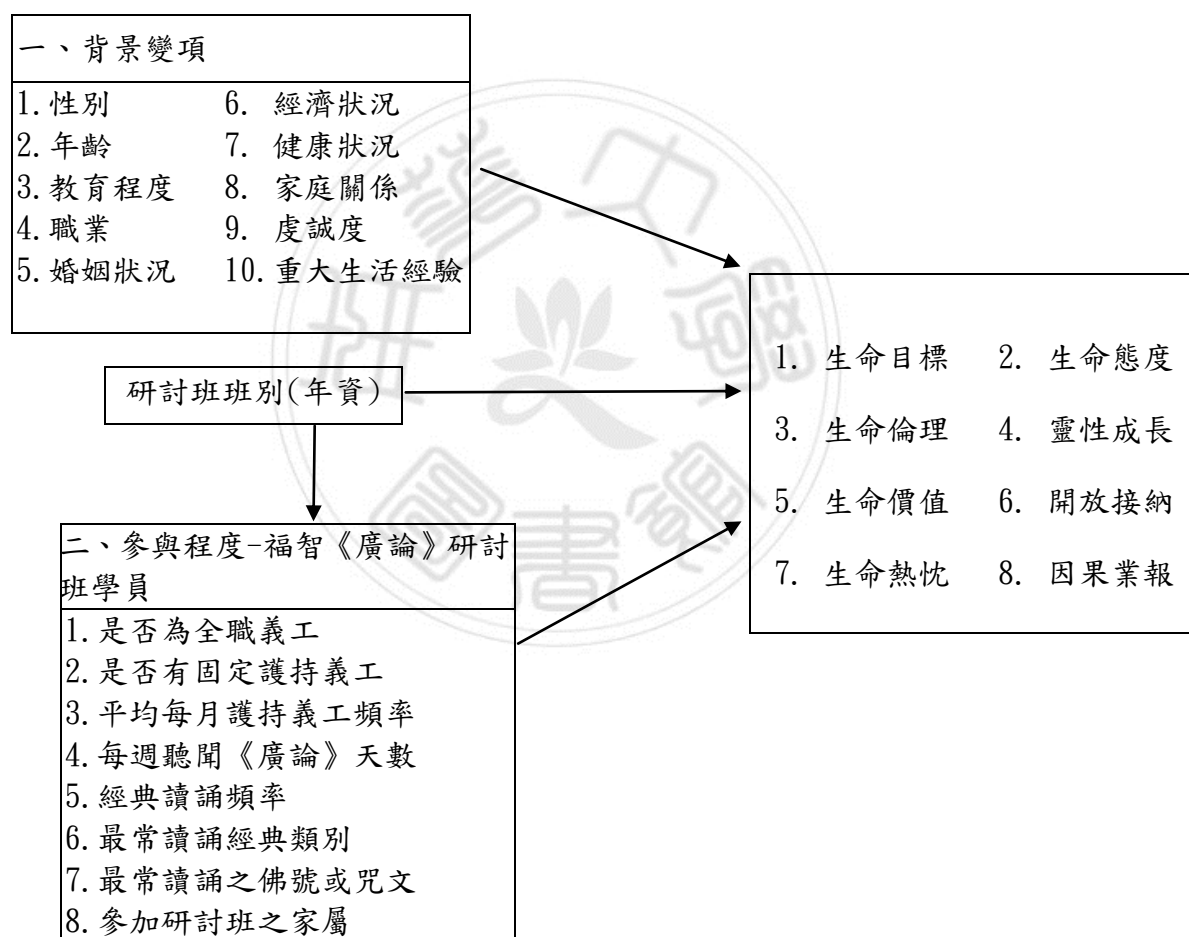


圖3-1-1 研究架構圖

第二節 研究假設

根據本研究所述之研究目的、文獻探討及以上之研究設計與架構，本研究之研究假設如下所示：

假設1：不同背景變項之《廣論》研討班學員在生命意義上有顯著差異

假設1-1：不同性別的《廣論》研討班學員在生命意義上有顯著差異。

假設1-2：不同年齡的《廣論》研討班學員在生命意義上有顯著差異。

假設1-3：不同教育程度的《廣論》研討班學員在生命意義上有顯著差異。

假設1-4：不同職業類別的《廣論》研討班學員在生命意義上有顯著差異。

假設1-5：不同婚姻狀況的《廣論》研討班學員在生命意義上有顯著差異。

假設1-6：不同經濟狀況的《廣論》研討班學員在生命意義上有顯著差異。

假設1-7：不同健康狀況的《廣論》研討班學員在生命意義上有顯著差異。

假設1-8：不同家庭關係的《廣論》研討班學員在生命意義上有顯著差異。

假設1-9：不同虔誠度的《廣論》研討班學員在生命意義上有顯著差異。

假設1-10：有重大生活經驗的《廣論》研討班學員在生命意義上有顯著差異。

假設2：不同參與程度變項之《廣論》研討班學員在生命意義上有顯著差異

假設2-1：《廣論》研討班學員研討年資(班別)越資深在生命意義上得分愈高。

假設2-2：《廣論》研討班學員為全職義工在生命意義上得分愈高。

假設2-3：《廣論》研討班學員固定護持義工在生命意義上有顯著差異。

假設2-4：《廣論》研討班學員護持義工次數在生命意義上有顯著差異。

假設2-5：《廣論》研討班學員聽聞《廣論》天數在生命意義上有顯著差異。

假設2-6：《廣論》研討班學員經典讀誦頻率在生命意義上有顯著差異。

假設2-7：《廣論》研討班學員最常讀誦經典類別在生命意義上有顯著差異。

假設2-8：《廣論》研討班學員最常讀誦佛號或咒文在生命意義上有顯著差異。

假設2-9：《廣論》研討班學員有參加研討班之家屬在生命意義上有顯著差異。

假設3：《廣論》不同研討班班別之學員與參與程度變項有顯著正相關

假設4：《廣論》研討班學員之背景變項與參與程度變項在生命意義有顯著預測力

第三節 研究對象

本研究母群體之福智《廣論》研討班學員，遍佈美國、加拿大、紐約、新加坡、馬來西亞、中國大陸及香港等地。目前學員人數約六萬人左右，因本研究考量時間、經費與人力的因素，僅以2013年9月至2014年2月雲嘉地區—雲林縣(雲林支苑)福智《廣論》研討班學員為研究對象，以瞭解研究對象生命意義之現況及其相關影響因素。

本節針對研究對象和抽樣方式說明如下：

壹、研究母群體

本研究以2013年8月在雲林縣福智《廣論》研討班學員—以成人學員為研究的母群體，研究者於2013年8月徵詢並取得雲林支苑長⁴同意，實施本研究之問卷調查。依雲林支苑淨智組⁵所提供的資料顯示，雲林支苑《廣論》研討班學員，一輪班，人數共1,121人；增上班，人數共440人；善行班，人數共87人；備覽班，人數共65人；宗旨行持班，人數共7人。設籍於雲林縣宗旨行持班之學員共有七位，而雲林縣宗旨行持班之學員隸屬於雲嘉分苑，本研究將宗旨行持班併於備覽班共72位。

表3-3-1 福智《廣論》研討班各班人數

班 別	人 數
一輪班(4年內)	1,121
增上班(4年-8年)	440
善行班(8年-11年)	87
備覽班(11年-14年)	72
總計	1,720

註：一輪班(學習《廣論》4年內)、增上班(學習《廣論》4年-8年)、善行班(學習《廣論》8年-11年)、備覽班(學習《廣論》11年-14年)、宗行班(學習《廣論》14年以上)

貳、抽樣及實際回收狀況

本研究在確定研究母群體之後，採用紙本親自填寫方式，委請各班幹部員，轉交該班學員填答，本研究共計發出799份問卷，經正式施測問卷回收541份問卷，經剔除填答不完整、填答方式錯誤等無效問卷63份，共得有效問卷478份問卷，有效問卷之回收率為60%。

⁴ 為雲林地區福智廣論團體負責人之一名稱。

⁵ 負責廣論學習的開班作業與法會事宜之全職工作人員。

表3-3-2 依《廣論》研討班班別立意抽取人數一覽表

班 別	人 數	立意抽取人數	有效問卷
一輪班(4年內)	1,121	470	251
增上班(4年-8年)	440	170	103
善行班(8年-11年)	87	87	73
備覽班(11年-14年)	72	72	51
總計	1,720	799 ⁶	478 ⁷

第四節 研究工具

本研究採用量化問卷調查方式進行資料蒐集，本節旨在說明本研究所使用之研究工具的設計，內容包括個人基本資料表、個人參與程度、華人生命意義量表，本節就研究工具的編製過程與內容說明如下：

壹、研究工具編製過程

本研究擬訂的福智《廣論》研討班學員學習《廣論》經驗對生命意義改變之問卷，其問卷共分為三個部份：第一部分題組為「個人基本資料」、第二部分題組為「個人參與程度」、第三部分題組為「華人生命意義量表」，其編制的內涵建構參考何長珠與李盈瑩（2010）所編「全人生命意義量表」39題為基礎，加入華人文化之因果概念(附錄一、附錄二)12題成為「華人生命意義量表」，共編51題做為量表之題目(附錄三)，其中之因果12題由於是新增項目，為使研究工具更具嚴謹，敦請相關領域之學者專家針對問卷內容與題型設計加以指正，以建構問卷之內容效度。

特別邀請相關領域之專家學者進行內容表面效度檢定：嘉義大學師資培育中心副教授—蔡明昌教授、南華大學哲學系所主任—呂凱文教授、南華大學哲學與生命教育系所主任—尤惠貞教授、雲林科技大學工業工程與管理系教授兼主任秘書—古東源教授及雲林科技大學文化資產維護系教師—陳三郎教師。共計五名專家，以上五位專家學者背景介紹如附錄四，經專家審閱初步問卷並回覆意見後，研究者彙整專家之意見並與指導教授討論，將問卷題目依專家之意見修正成為正式問卷，如附錄表3-4-1所示。

⁶ 本研究樣本回收率參考資料，因問卷請各研討班幹部代為發放於各班學員，所以無法做催繳回問卷，僅以有效樣本直接進行分析。

⁷ 本研究研究者考量善行班與備覽班學員之實際人數較少，所以此兩班問卷發放方式採普查之進行。

貳、研究工具說明

一、個人基本資料：

根據文獻探討的結果，將與「華人生命意義量表」有關之背景變項編為量表之第一部分「個人背景資料」，以進行後續之研究結果分析。基本內容包含：

- (一)性別：男性、女性。
- (二)年齡：分為30歲以下、31-40歲、41-50歲、51-59歲、60-69歲、70歲以上，共六類。
- (三)教育程度：國小、國中、高中職、大專院校或大學、研究所，共五類。
- (四)職業別：教師、公務人員、農工、商、醫護人員、家管、學生、服務業、法務人員、退休人員、其他，共十一類。
- (五)婚姻狀況：未婚、已婚、喪偶、離婚、分居、其他，共六類。
- (六)經濟狀況：優、良、尚可、差。
- (七)健康狀況：優、良、尚可、差。
- (八)家庭關係：非常和諧、和諧、普通、不和諧。
- (九)虔誠度：深信/虔誠、相信(規律修行)、普通(有事則信)、初信(慕道)。
- (十)近五年發生重大生活經驗(可複選)：無、喪親、疾病(含親人)、失業、情感、訴訟案件、其他，共七類。

二、個人參與程度：

此部分內容乃依文獻及研究者欲探討之題項組成，其內容在於雲林縣福智《廣論》研討班學員為主要研究對象做探討，項目包括福智《廣論》學員之研討班班別(學習《廣論》之資歷和年資)、是否為全職義工、是否固定時間護持義工、護持志工次數、聽聞《廣論》天數、經典讀誦頻率、常讀誦之經典、佛號或咒文以及家屬有無參加研討班。

(黃怡婷，2013；鄭吟雀，2012)

- (一)目前參與《廣論》研討班班別：一輪班、增上班、善行班、備覽班、宗行班，共五類。
- (二)是否為全職義工：否、是。
- (三)是否有固定護持義工：否、是。
- (四)平均每個月護持福智法人義工的頻率：幾乎沒有參加、每月1-2次、3-4次、5-6次、7-8次、9次以上，共六類。
- (五)每週聽聞《廣論》的天數：幾乎沒有、1-2天、3-4天、5-6天、天天聽聞。

(六)經典讀誦：幾乎沒有、偶而、時常、天天。

(七)最常讀頌經典(可複選)：無、心經、大般若波羅蜜多經、觀世音菩薩普門品、六臂怙主讚、入菩薩行論、金剛經、其他，共八類。

(八)最常讀頌之佛號或咒文(可複選)：無、六字大明咒、大悲咒、南無觀世音菩薩、南無本師釋迦牟尼佛、南無阿彌陀佛、南無地藏王菩薩、其他，共八類。

(九)參加研討班的家屬：無、有，共兩類。答有者，家屬再細分為父母親、配偶、子女、兄弟姐妹、其他，共五類。

三、華人生命意義量表：

(一)量表編製歷程及內容

本研究參考何長珠與李盈瑩(2010)所編「全人生命意義量表」39題進行修編，加入華人文化之因果概念12題成為「華人生命意義量表」，共編51題做為量表之題目，將其與原先全人生命意義量表中之生命目標、生命態度、生命倫理、生命價值、開放接納、生命熱忱、靈性成長七個向度和華人文化之因果概念結合，成為量表最後內涵。

「全人生命意義量表」為何長珠研究團隊(吳文淑,2010;姜秀惠,2010;梁寅鈞,2010;楊事娥,2010;賴品仔,2010;戴玉婷,2010;簡月珠,2010)根據Carl Rogers、Erikson、Viktor Frankl、Rollo May 及 Irvin Yalom 五位學者的理論，並參酌東方的佛道信仰，融合道家以「自然」觀照人，肯定生命的價值。同時加上何長珠教授整理歸納各家重要的論點及參考其他文獻，包括Ewa(2009)之自我接受(self-acceptance)、生命確認(affirmation)、對目標的意義(goal awareness)、對未來的價值性(valuation of future)、對未來的自由感(sense of freedom)、對死亡之態度(attitude towards death)；何英奇(1990)之求意義的意志、存在盈實(無挫折)、生命目的、生命控制、苦難接納以及死亡接納；宋秋蓉(1992)之對生活目標、生命的熱忱、自主感、逃避以及對未來期待；吳秀碧、賀孝銘、羅崇誠(2002)指出四個生命意義之面向為生存層面、生活層面、存在層面以及死亡層面；董文香(2003)之生活目標、生活熱忱、生活自主以及生命價值；謝曼盈(2003)看待生命態度之存在感、理想、生命自主、死亡態度、生命經驗以及愛與關懷；戴玉婷(2010)之生命目標、生命價值、生命自由、自我概念、宗教支持、死亡接受以及靈性提升等構面，做為編製「全人生命意義量表」之理論基礎。

為使量表有更良好的穩定性，研究者與指導教授群討論後將李盈瑩所使用「全人生命意義量表」中之八個構面為生命目標、生命態度、生命倫理、生命信念、靈性成

長、生命價值、開放接納以及生命熱忱，其中「生命信念」兩個題數合併到「生命倫理」的構面中，因每個構面的題目最少需三題以上，若是題數不足會影響到信度的品質；另外將第 33 題和第 34 題兩題正向態度的題目移到「生命態度」中做分析。因此本研究的「華人生命意義量表」在調整後共包含八個構面，分別為「生命目標」、「生命態度」、「生命倫理」、「靈性成長」、「生命價值」、「開放接納」、「生命熱忱」及「因果概念」。量表中「生命目標」層面 7 題、「生命態度」層面 6 題、「生命倫理」層面 6 題、「靈性成長」層面 6 題、「生命價值」層面 4 題、「開放接納」層面 4 題、「生命熱忱」層面 6 題、「因果概念」層面 12 題之填答，共計八個構面 51 題。

(二) 填答與計分方式

「華人生命意義量表」內容主要針對生命意義涵蓋的概念與認知，採 Likert 五點計分，勾選「非常同意」者計五分、勾選「同意」者計四分、勾選「普通」者計三分、勾選「不同意」者計二分、勾選「非常不同意」者計一分、勾選「題意不清」者計零分；其中，第 18、23、25 題為反向題，採反向計分。分量表的得分愈高，表示受測者所知覺該因素層面的程度愈高，而總分愈高表示受試者所知覺的生命意義愈好；相反的，得分愈低者代表其生命意義愈差。

(三) 量表信度分析

本研究採用 Cronbach α 係數進行信度考驗，求其內部一致性係數，以檢定本量表之穩定性。於正試問卷回收後，研究者剔除無效問卷後，即進行問卷編碼，輸入所得資料後，以 SPSS for Window 12.0 套裝軟體統計程式進行信度分析，以下就將本量表的信度分析，茲說明如下：

正式問卷結果經信度考驗，如表 3-4-1 所示「華人生命意義量表」總量表 Cronbach α 係數 .938，在「生命目標」層面上， α 係數為 .798；在「生命態度」層面上， α 係數為 .660；在「生命倫理」層面上， α 係數為 .640；在「靈性成長」層面上， α 係數為 .748；在「生命價值」層面上， α 係數為 .606；在「開放接納」層面上， α 係數為 .680；在「生命熱忱」層面上， α 係數為 .678；在「因果業報」層面上， α 係數為 .791；且總量表整體的 α 係數為 .938。

以上可知，在整體華人生命意義量表信度達 .938 以上，顯示本量表內部一致性甚高，代表此量表的信度良好；分量表 Cronbach α 係數介於 .606 至 .798 之間，皆達 0.6 以上，代表此量表具有可信度(林師模、陳苑欽，2013)。

表3-4-1 「華人生命意義量表」正式量表之信度分析表

分量表名稱	預試量表題號	預試問卷 Cronbach α	正式問卷 Cronbach α
1. 生命目標	1、5、17、19、21、46、47	.722	.798
2. 生命態度	18、23、25、43、44、50	.717	.660
3. 生命倫理	10、31、32、39、40、42	.640	.640
4. 靈性成長	9、11、15、28、38、51	.697	.748
5. 生命價值	22、27、34、49	.535	.606
6. 開放接納	14、30、35、36	.624	.680
7. 生命熱忱	2、3、6、7、13、26	.599	.678
8. 因果業報	4、8、12、16、20、24、29、 33、37、41、45、48	.779	.791
	全部51題	.939	.938

資料來源：研究者自行整理



第五節 實施程序

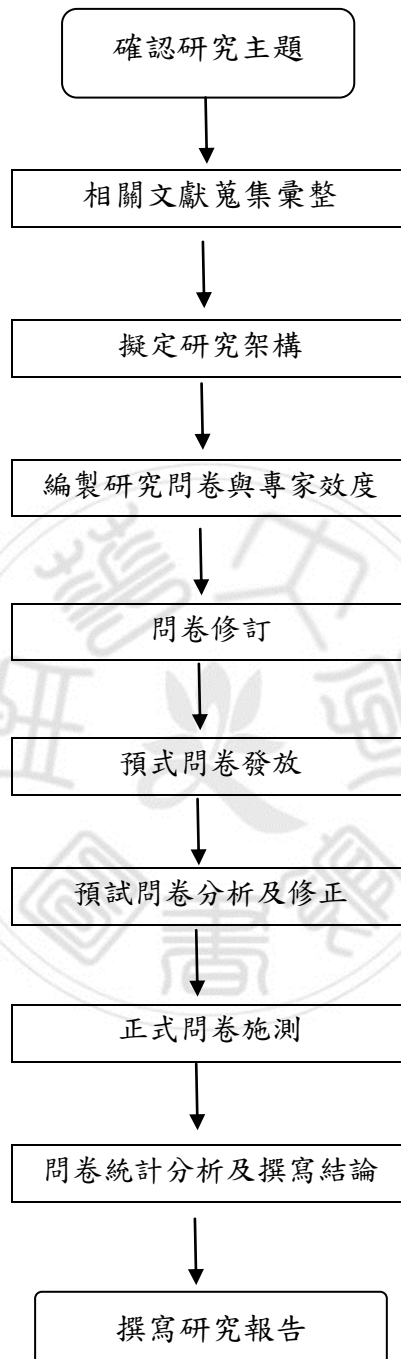


圖3-5-1 研究流程圖

第六節 資料處理

本研究採用問卷調查法來蒐集資料，資料回收整理後，先行編碼、登錄後以SPSSfor Window 12.0套裝軟體統計進行資料的處理與分析。統計分析使用的方式如下：

壹、 樣本資料之敘述性分析

以描述統計分析各變項的平均數及標準差，以了解福智《廣論》研討班學員修習《廣論》後對生命意義之改變。

貳、 t檢定

以t檢定來探討不同背景變項與參與程度之不同，探討福智《廣論》研討班學員修習《廣論》後對生命意義之改變是否有差異。

參、 信度考驗

在信度的驗證上，以內部一致性係數（Cronbach α 值）為總量表及各分量表進行信度考驗。

肆、 卡方檢定

獨立性檢定(test of independence)又為關聯性考驗(test of association)，為檢驗自母體樣本中的兩類別變項有無關聯性存在。

伍、 單因子變異數分析(One-way ANOVA)

以單因子變異數分析不同背景變項與參與程度之不同，探討福智《廣論》研討班學員修習《廣論》後對生命意義之改變是否有顯著差異，若有顯著差異則進行Schaffer法事後檢定。

陸、 多元迴歸分析

本研究採用多元迴歸分析，來預測不同背景變項和不同參與程度變項對華人生命意義量表之預測力。

第四章 研究結果與分析

本研究旨在探討福智《廣論》研討班學員修習《廣論》後對生命意義之改變。本章根據所回收的478份有效問卷，進行統計分析與討論，再依據研究假設，呈現研究結果。本章共計分為四節來說明，第一節不同背景變項和個人參與程度變項之福智《廣論》學員基本資料分析；第二節不同背景變項之福智《廣論》學員對生命意義關聯分析；第三節不同參與程度變項之福智《廣論》研討班學員對生命意義關聯分析；第四節不同研討班班別之學員與參與程度變項正相關分析，第五節福智《廣論》研討班學員對生命意義之迴歸分析，茲分別敘述如下：

第一節 背景變項和參與程度變項之福智《廣論》學員基本資料分析

本研究正式問卷調查雲林地區福智《廣論》研討班學員，共發出799份問卷，總計回收541份，並扣除遺漏值之無效問卷63份，有效問卷共計478份，有效樣本占回收樣本之60%。

壹、個人背景變項之福智《廣論》學員資料分析

本研究有效樣本之個人背景變項中福智《廣論》研討班學員之性別、年齡、健康狀況、經濟狀況、教育程度、宗教信仰之虔誠度、婚姻狀況、家庭關係、職業類別、重大生活經驗之有無情形，茲將研究樣本之個人基本資料分析如下表4-1-1：

一、研究對象基本資料

(一)性別

本研究之調查對象，《廣論》學員的性別以「女性」人數最高有316人，占66.1%，「男性」的學員計有162人，占33.9%。

(二)年齡

《廣論》學員的年齡以「51-59歲」最多，共計有176位，占36.8%；其次「41-50歲」，共計有158位，占33.1%；而占比例最少是「70歲以上」共計有11位，占2.3%。

(三)教育程度

在《廣論》學員中的教育程度以「大專院校或大學」最多，共計有270位，佔56.5%；其次「高中職」，共計有108位，佔22.6%；「研究所以上」共計有70位，佔14.6%；而占比例最少是「國小(含以下)」共計12位，2.5%。

(四)職業別

依樣本回收之職業別進行分析，以「教師」最多，共計有 82 位，佔 17.2%；其次「家管」，共計有 73 位，佔 15.3%；在其次是「退休人員」，共計有 71 位，佔 14.9%；「服務業」和「公務人員」，分別為有 65 位，佔 13.6%及有 64 位，佔 13.4%；而占比例最少是「學生」共計 7 位，1.5%。

(五)婚姻狀況

依樣本回收之職業別進行分析，以「已婚」最多，共計有 373 位，佔 78.0%；其次「未婚」共計有 75 位，佔 15.7%；而占比例最少「分居」佔.2%。

(六)經濟狀況

本研究之《廣論》學員以自覺經濟狀況「尚可」最多共計有 332 位，佔 69.5%，其次是「良」共計有 128 位，佔 26.8%。

(七)健康狀況

本研究之《廣論》學員以自覺健康狀況「尚可」最多，共計有 258 位，佔 54.0%，其次是「良」共計有 193 位，佔 40.4%。

(八)家庭關係

本研究以家庭關係「和諧」最多，共計有 316 位，佔 66.1%，其次是「非常和諧」，共計有 85 位，佔 17.8%，「普通」，共計有 73 位，為 15.3%。

(九)虔誠度

本研究以「相信(規律修行)」最多，共計有 260 位，佔 54.4%，其次是「深信/虔誠」共計有 173 位，佔 36.2%，「普通(有事則信)」，共計有 25 位，為 5.2%，「初信(慕道)」，共計有 20 位，為 4.2%。

(十)近五年發生重大生活經驗

本研究以發生重大生活經驗中「有」最多，共計有 281 位，佔 58.8%，而有經歷重大事件中以「疾病」最多佔 34.7%，「喪親」佔 29.3%。

綜合上述，從受訪者背景資料得知，《廣論》研討班學員以已婚女性比例最高，年齡多在 51-59 歲，以中年以上的學員最多，年輕的《廣論》學員大都參加大專班或是福青社；職業為教師居多，教育程度大專院校或大學占 56.5%，福智《廣論》學員較多為高知識分子，日常老和尚認為「教育是人類升沉的樞紐」，所以非常的注重教育，尤以老師的教育為重，早期福智團體即已舉辦教師營(包含主任、校長以及大學教授)，所以福智《廣論》學員大部分為教師；經濟狀況與健康狀況多為尚可；家庭關係以和諧最多；

對於宗教之虔誠度中相信(規律修行)佔54.4%居大多數，此外大部份學員在五年內有生活重大經驗者，以疾病占多數。

表4-1-1：個人背景變項次數分配表(N=478)

變項	項目	次數	百分比(%)
性別	男	162	33.9
	女	316	66.1
年齡	30歲以下	27	5.6
	31-40歲	47	9.8
	41-50歲	158	33.1
	51-59歲	176	36.8
	60-69歲	59	12.3
	70歲以上	11	2.3
教育程度	國小(含以下)	12	2.5
	國中	18	3.8
	高中職	108	22.6
	大專院校或大學	270	56.5
	研究所(含以上)	70	14.6
職業別	教師	82	17.2
	公務人員	64	13.4
	農工	43	9.0
	商	31	6.5
	醫護人員	16	3.3
	家管	73	15.3
	學生	7	1.5
	服務業	65	13.6
	退休人員	71	14.9
	其他	26	5.4
婚姻狀況	未婚	75	15.7
	已婚	373	78.0
	喪偶	15	3.1
	離婚	12	2.5
	分居	1	.2
	其他	2	.4
經濟狀況	優	10	2.1
	良	128	26.8
	尚可	332	69.5
	差	8	1.7
健康狀況	優	17	3.6
	良	193	40.4
	尚可	258	54.0
	差	10	2.1
家庭關係	非常和諧	85	17.8
	和諧	316	66.1
	普通	73	15.3
	不和諧	4	.8
虔誠度	深信/虔誠	173	36.2

	相信(規律修行)	260	54.4
	普通(有事則信)	25	5.2
	初信(慕道)	20	4.2
	無	197	41.2
	有	281	58.8
	喪親	140	29.3
重大生活經驗	疾病	166	34.7
	失業	22	4.6
	情感	17	3.6
	訴訟	18	3.8
	其他	17	3.6

資料來源：研究者自行整理

貳、個人參與程度變項之福智《廣論》學員資料分析

本研究有效樣本之福智《廣論》學員中個人參與程度變項，其參與程度變項包括：研討班班別(年資)、是否為全職義工、是否固定護持義工、護持志工次數、聽聞天數、經典讀誦頻率、最常讀誦之經典和佛號或咒文與有無參加研討班之家屬，茲將研究樣本之個人基本資料分析如下表 4-1-2：

一、個人參與程度之變項

(一)目前參與《廣論》研討班班別

本研究以「一輪班」佔 52.5% 最多，其他「增上班」佔 21.5%，「善行班」為 15.3%，「備覽班」為 10.7%。

(二)為全職義工的學員在本研究中共計有 44 位，佔有 9.2%；不是全職義工共計有 434 位，為 90.8%，所以本研究之對象平時為上班族，大多利用自己休閒時間來學習《廣論》和參與義工。

(三)在本研究是否固定護持義工中以「沒有固定時間護持」為最多，共計有 253 位，佔 52.9% 多於「有固定時間護持」，共計有 188 位固定時間護持，佔 39.3%；另全職人員共 37 人，佔 7.7%。

(四)平均每個月護持福智法人義工的頻率

本研究平均每個月護持義工的頻率中以「幾乎沒有參加」為大多數，共計有 157 位，佔 32.8%；其次為「1-2 次」，共計有 118 位，佔 24.7%；其中「3-4 次」為 14.4%；「九次以上」為 7.9%；其餘「5-6 次」和「7-8 次」各為 7.1% 和 5.9%。

(五)每週聽聞《廣論》的天數

以「1-2天」最多，共計有190位，佔39.7%；其次為「3-4天」，共計有100位，為20.9%；「5-6天」佔15.7%，其餘「天天聽聞」、「幾乎沒有聽聞」各為14.4%、9.2%，本研究之學員大多有聽聞《廣論》的習慣。

(六)經典讀誦

在本研究中以經典讀誦「偶爾」為最多，共計有207位，佔43.3%，其次為「時常」，共計有164位，為34.3%，其餘「天天」和「幾乎沒有」各為15.5%和6.9%。

(七)最常讀誦經典

以有常讀誦經典習慣的學員為最多，共計有462人，占有96.7%，而最常讀誦經典中以「心經」為大多數佔79.3%，其次為「大般若波羅蜜多經」為57.1%，「觀世音菩薩普門品」為34.7%，其餘「六臂怙主讚」和「入菩薩行論」各為24.7%、19.5%；「金剛經」和「其他」各為7.5%、7.3%。

(八)最常讀誦之佛號或咒文

本研究中有常讀誦佛號學員最多，共計有464人，占有97.1%；而最常讀誦之咒文以「六字大明咒」為最多，共計有321人，佔67.2%，其次為「南無觀世音菩薩」為56.5%，「南無釋迦牟尼佛」為52.9%，其餘「南無阿彌陀佛」為46.2%；其餘「大悲咒」和「南無地藏王菩薩」各為17.8%、6.1%；「其他」為5.4%。

(九)參加研討班的家屬

本研究中有家屬共同參與《廣論》研討班的學員為最多，共計有293人，佔61.3%，其中家屬的類別最多為「配偶」佔37.9%，其次為「兄弟姊妹」與「子女」各為18.4%、17.6%。其餘「父母親」和「其他親屬」各為14.4%、3.8%。

綜合上述，從受訪者背景資料得知，《廣論》研討班學員以「一輪班」學員比例最高，「不是全職義工」居多，大都為「沒有固定時間護持」義工；有固定護持義工當中「每月1-2次」最多；一星期聽聞《廣論》中以「1-2次」居大多數；經典讀誦之習慣以「偶而」最多；有「經典讀誦」之學員佔96.7%，其中以「心經」居多；對於有常「讀誦之佛號或咒文」習慣之學員佔97.1%，其中以「六字大明咒」最多，其次為「南無觀世音菩薩」、「南無本師釋迦牟尼佛」和「南無阿彌陀佛」；此外大部份學員的「家屬」亦有參加研討班佔有61.3%，以「配偶」占多數。

表4-1-2：個人參與程度變項次數分配表(N=478)

變項	項目	次數	百分比 (%)
《廣論》研討班班別	一輪班	251	52.5
	增上班	103	21.5
	善行班	73	15.3
	備覽班	44	9.2
	宗行班	7	1.5
是否為全職義工	否	434	90.8
	是	44	9.2
固定護持義工	否	253	52.9
	是	188	39.3
	免填(全職人員)	37	7.7
平均每個月護持福智法人義工的頻率	幾乎沒有參加	157	32.8
	每月 1-2 次	118	24.7
	3-4 次	69	14.4
	5-6 次	34	7.1
	7-8 次	28	5.9
	9 次以上	38	7.9
	免填	34	7.1
聽聞《廣論》的天數	幾乎沒有	44	9.2
	1-2 天	190	39.7
	3-4 天	100	20.9
	5-6 天	75	15.7
	天天聽聞	69	14.4
	免填	34	7.1
經典讀誦	幾乎沒有	33	6.9
	偶而	207	43.3
	時常	164	34.3
	天天	74	15.4
最常讀頌經典	無	16	3.3
	有	462	96.7
	心經	379	79.3
	大般若波羅蜜多經	273	57.1
	觀世音菩薩普門品	166	34.7
	怙主讚	118	24.7
	入菩薩行論	99	19.5
	金剛經	36	7.5
	其他(地藏經、藥師經等)	35	7.3
	常讀頌之佛號或咒文	無	14
有		464	97.1
六字大明咒		321	67.2
大悲咒		85	17.8
南無觀世音菩薩		270	56.5
南無本師釋迦牟尼佛		253	52.9
南無阿彌陀佛		221	46.2

	南無地藏王菩薩	29	6.1
	其他(四皈依、藥師佛等)	26	5.4
參加研討班的家屬	無	185	38.7
	有	293	61.3
	父母親	69	14.4
	配偶	181	37.9
	子女	84	17.6
	兄弟姐妹	88	18.4
	其他(嫂嫂、婆婆等)	18	3.8

資料來源：研究者自行整理

第二節 不同背景變項之福智《廣論》學員生命意義關聯分析

本節主要探討不同背景變項福智《廣論》學員生命意義各構面之差異情形。考驗方式採獨立樣本 t 考驗、單因子變異數分析，如有顯著差異 ($p < .05$)，再以 Scheffé 法進行事後比較，並就分析結果檢驗假設 1：不同背景變項之《廣論》研討班學員在生命意義上有顯著差異是否成立。本研究單項次數百分比未達 5% 以上會將其選項進行合併，以利後續統計分析之穩定性。

壹、福智《廣論》學員生命意義之平均數分析

本節依據雲林地區福智《廣論》學員樣本 478 名在研究工具之實際填答情形，進行生命意義現況分析與討論，並以福智《廣論》學員填答每題得分之平均數做為現況之依據。本研究之「華人的生命意義量表」採用 Likert 5 點量表，共計 51 題，答題選項從「非常不同意」至「非常同意」，依據受試之福智《廣論》學員的實際狀況填答情形，分別給予 1 分至 5 分，以每題平均數反映受試福智《廣論》研討班學員生命意義的現況。

華人的生命意義量表可分為八個構面分別為「生命目標」、「生命態度」、「生命倫理」、「靈性成長」、「生命價值」、「開放接納」、「生命熱忱」及「因果概念」，共計 51 題，茲以表 4-2-1 呈現福智《廣論》學員生命意義的現況，八個構面每題平均得分依序為 3.84、3.63、4.00、4.40、4.25、3.96、4.26、4.25。「靈性成長」分量表得分最高，其次為「生命熱忱」、「生命價值」及「因果概念」。

在整體華人的生命意義量表總分之平均數為 209.61，每題平均得分為 4.11，介於「同意」與「非常同意」之間，其中「靈性成長」、「生命熱忱」、「生命價值」及「因果概念」構面各題目之平均得分高於整體華人的生命意義量表每題平均得分。「生命態度」分量表之標準差較其他分量表高，表示此構面中研究樣本有較高的差異性。

表4-2-1 福智《廣論》學員生命意義之平均數分析摘要表(N=478)

變項構面	平均數	標準差	題數	每題平均得分
生命目標	26.88	0.49	7	3.84
生命態度	18.15	0.55	5	3.63
生命倫理	24.00	0.43	6	4.00
靈性成長	26.40	0.39	6	4.40
生命價值	17.00	0.45	4	4.25
開放接納	15.84	0.49	4	3.96
生命熱忱	25.56	0.42	6	4.26
因果概念	51.00	0.36	12	4.25
整體生命意義	209.61	0.34	51	4.11

貳、生命意義獨立樣本 *t* 檢定相關比較

一、不同性別變項福智《廣論》學員在生命意義差異比較

為了解不同性別福智《廣論》學員在生命意義之差異，以性別為背景變項，生命意義為目標變項，進行 *t* 考驗分析，所得結果如表4-2-2，得知不同性別的《廣論》學員在生命意義整體及各構面皆無達顯著差異，故假設1-1不成立。

表4-2-2 不同性別之福智《廣論》學員在華人的生命意義量表上之 *t* 考驗分析表(N=478)

構面	性別	人數	平均數	標準差	<i>t</i> 值
生命目標	男	162	3.82	0.55	-0.41
	女	316	3.84	0.46	
生命態度	男	162	3.66	0.54	-0.67
	女	316	3.62	0.55	
生命倫理	男	162	3.99	0.45	-0.61
	女	316	4.01	0.43	
靈性成長	男	162	4.40	0.41	-0.22
	女	316	4.40	0.38	
生命價值	男	162	4.23	0.46	-0.52
	女	316	4.26	0.44	
開放接納	男	162	4.00	0.50	-0.91
	女	316	3.95	0.48	
生命熱忱	男	162	4.21	0.42	-1.90
	女	316	4.29	0.42	
因果概念	男	162	4.24	0.37	-0.16
	女	316	4.25	0.35	
整體生命意義	男	162	4.10	0.36	-0.37
	女	316	4.11	0.33	

註：**p*<.05

參、生命意義單因子變異數之相關比較

一、不同年齡變項之《廣論》學員在生命意義上的差異比較

以不同年齡為背景變項，生命意義為目標變項，進行單因子變異數分析，若達顯著差異水準，則以Scheffè法進行事後比較，了解差異情形，所得結果如表4-2-3，得知不同年齡變項之《廣論》學員在生命意義整體及各構面部分有達顯著差異，故假設1-2獲得部分支持，分析結果如下：

- (一)不同年齡變項之《廣論》學員在「生命態度」、「生命倫理」、「靈性成長」、「生命價值」、「生命熱忱」、「因果概念」及「整體生命意義」等構面，均未達.05顯著水準。
- (二)不同年齡變項之《廣論》學員在「生命目標」變項中有顯著差異存在，其F值=4.51($p < .01$)，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知年齡在「60-69歲」《廣論》學員平均值為3.98顯著高於「30歲以下」《廣論》學員，其平均值為3.58。
- (三)不同年齡變項之《廣論》學員在「開放接納」變項中有顯著差異存在，其F值=5.06($p < .001$)，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知年齡在「60-69歲」《廣論》學員平均值為4.14顯著高於「30歲以下」、「31-40歲」《廣論》學員，其平均值皆為3.74。

表4-2-3 不同年齡變項之《廣論》學員在生命意義上之單因子變異數分析表(N=478)

構面	年齡變項	平均數	標準差	F 值	Post Hoc
生命目標	1. 30歲以下	3.58	0.54	4.51**	5 >1
	2. 31-40歲	3.66	0.41		
	3. 41-50歲	3.81	0.51		
	4. 51-59歲	3.90	0.48		
	5. 60-69歲	3.98	0.46		
	6. 70歲以上	3.95	0.35		
生命態度	1. 30歲以下	3.44	0.52	1.55	n. s.
	2. 31-40歲	3.54	0.51		
	3. 41-50歲	3.69	0.58		
	4. 51-59歲	3.64	0.55		
	5. 60-69歲	3.68	0.50		
	6. 70歲以上	3.45	0.36		
生命倫理	1. 30歲以下	3.77	0.48	2.10	n. s.
	2. 31-40歲	3.94	0.39		
	3. 41-50歲	4.03	0.45		
	4. 51-59歲	4.03	0.43		
	5. 60-69歲	4.04	0.39		
	6. 70歲以上	3.95	0.44		

靈性成長	1. 30歲以下	4.31	0.36	0.81	n. s.
	2. 31-40歲	4.35	0.41		
	3. 41-50歲	4.38	0.41		
	4. 51-59歲	4.44	0.38		
	5. 60-69歲	4.40	0.39		
	6. 70歲以上	4.41	0.38		
生命價值	1. 30歲以下	4.30	0.47	0.91	n. s.
	2. 31-40歲	4.13	0.43		
	3. 41-50歲	4.25	0.44		
	4. 51-59歲	4.26	0.47		
	5. 60-69歲	4.30	0.42		
	6. 70歲以上	4.16	0.38		
開放接納	1. 30歲以下	3.74	0.42	5.06***	5>1 5>2
	2. 31-40歲	3.74	0.47		
	3. 41-50歲	3.97	0.48		
	4. 51-59歲	3.99	0.49		
	5. 60-69歲	4.14	0.45		
	6. 70歲以上	3.89	0.36		
生命熱忱	1. 30歲以下	4.20	0.35	0.58	n. s.
	2. 31-40歲	4.21	0.42		
	3. 41-50歲	4.27	0.42		
	4. 51-59歲	4.27	0.43		
	5. 60-69歲	4.29	0.40		
	6. 70歲以上	4.15	0.44		
因果概念	1. 30歲以下	4.19	0.39	1.07	n. s.
	2. 31-40歲	4.17	0.35		
	3. 41-50歲	4.23	0.36		
	4. 51-59歲	4.28	0.35		
	5. 60-69歲	4.27	0.38		
	6. 70歲以上	4.20	0.21		
整體生命意義	1. 30歲以下	3.98	0.34	2.12	n. s.
	2. 31-40歲	4.01	0.32		
	3. 41-50歲	4.11	0.36		
	4. 51-59歲	4.14	0.34		
	5. 60-69歲	4.16	0.32		
	6. 70歲以上	4.10	0.23		

註：1. 30歲以下(n=27)、2. 31-40歲(n=47)、3. 41-50歲(n=158)、4. 51-59歲(n=176)、5. 60-69歲(n=59)、6. 70歲以上(n=11)、

註：*p<.05 **p<.01 ***p<.001 n. s.：表示無顯著差異

二、不同教育程度的《廣論》學員在生命意義上的差異比較

以不同教育程度為背景變項，生命意義為目標變項，進行單因子變異數分析，若達顯著差異水準，則以Scheffè法進行事後比較，了解差異情形，所得結果如表4-2-4，得知不同教育程度變項之《廣論》學員在生命意義整體及各構面部分有達顯著差異，故假設1-3獲得部分支持，分析結果如下：

(一)不同教育程度變項之《廣論》學員在「生命目標」、「生命倫理」、「靈性成長」、「生命價值」、「開放接納」、「生命熱忱」、「因果概念」及「整體生命意義」等構

面，均未達.05顯著水準。

(二)不同教育程度變項之《廣論》學員在「生命態度」變項中有顯著差異存在，其F值=4.90(p<.01)，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知教育程度在「研究所(含以上)」「《廣論》學員平均值為3.77顯著高於「高中職」、「大專院校或大學」《廣論》學員，其平均值依序為3.50、3.67。

(三)不同教育程度變項之學員在「生命熱忱」變項中有顯著差異存在，其F值=2.61(p<.05)，達到顯著水準，經Scheffè法檢驗各分組距之差異，無明顯差異。

表4-2-4 不同教育程度變項之《廣論》學員在生命意義上之單因子變異數分析表(N=478)

構面	教育程度變項	平均數	標準差	F 值	Post Hoc
生命目標	1. 國小(含以下)	4.06	0.38	0.89	n. s.
	2. 國中	3.93	0.46		
	3. 高中職	3.81	0.48		
	4. 大專院校或大學	3.83	0.49		
	5. 研究所(含以上)	3.85	0.55		
生命態度	1. 國小(含以下)	3.65	0.34	4.90**	5>3 5>4
	2. 國中	3.31	0.35		
	3. 高中職	3.50	0.57		
	4. 大專院校或大學	3.67	0.56		
	5. 研究所(含以上)	3.77	0.48		
生命倫理	1. 國小(含以下)	4.04	0.46	0.84	n. s.
	2. 國中	3.87	0.46		
	3. 高中職	3.96	0.41		
	4. 大專院校或大學	4.02	0.44		
	5. 研究所(含以上)	4.02	0.43		
靈性成長	1. 國小(含以下)	4.43	0.34	3.06	n. s.
	2. 國中	4.25	0.35		
	3. 高中職	4.30	0.41		
	4. 大專院校或大學	4.44	0.38		
	5. 研究所(含以上)	4.41	0.39		
生命價值	1. 國小(含以下)	4.31	0.49	2.24	n. s.
	2. 國中	4.11	0.38		
	3. 高中職	4.17	0.39		
	4. 大專院校或大學	4.26	0.46		
	5. 研究所(含以上)	4.35	0.49		
開放接納	1. 國小(含以下)	4.19	0.34	1.93	n. s.
	2. 國中	3.90	0.38		
	3. 高中職	3.88	0.48		
	4. 大專院校或大學	3.98	0.48		
	5. 研究所(含以上)	4.02	0.53		
生命熱忱	1. 國小(含以下)	4.36	0.43	2.61*	n. s.
	2. 國中	4.26	0.38		
	3. 高中職	4.16	0.40		
	4. 大專院校或大學	4.28	0.43		
	5. 研究所(含以上)	4.34	0.41		
因果概念	1. 國小(含以下)	4.21	0.31	1.68	n. s.

	2. 國中	4.20	0.34		
	3. 高中職	4.18	0.38		
	4. 大專院校或大學	4.26	0.34		
	5. 研究所(含以上)	4.31	0.41		
整體生命意義	1. 國小(含以下)	4.17	0.30		
	2. 國中	4.03	0.29		
	3. 高中職	4.03	0.34	2.43	n. s.
	4. 大專院校或大學	4.12	0.33		
	5. 研究所(含以上)	4.16	0.38		

註：1. 國小(含以下)(n=12)、2. 國中(n=18)、3. 高中職(n=108)、4. 大專院校或大學(n=270)、5. 研究所(含以上)(n=70)

註：*p<.05 **p<.01 ***p<.001 n. s.：表示無顯著差異

三、不同職業的《廣論》學員在生命意義上的差異比較

經回收有效問卷分析，醫護人員3.3%、學生1.5%及其他5.4%合併為「其他」，合併後以職業為背景變項，生命意義為目標變項，進行單因子變異數分析，若達顯著差異水準，則以Scheffè法進行事後比較，了解差異情形，所得結果如表4-2-5，得知不同職業的《廣論》學員在生命意義整體及各構面部分有達顯著差異，故假設1-4獲得部分支持，分析結果如下：

- (一)不同職業變項之《廣論》學員在「生命目標」、「生命倫理」、「生命價值」、「開放接納」、「生命熱忱」、「因果概念」及「整體生命意義」子構面，均未達.05顯著水準。
- (二)不同職業變項之《廣論》學員在「生命態度」變項中有顯著差異存在，其F值=4.29(p<.001)，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知職業為「教師」《廣論》學員平均值為3.82顯著高於「農工」、「家管」《廣論》學員，其平均值依序為3.41、3.49。
- (三)不同職業變項之學員在「靈性成長」變項中有顯著差異存在，其F值=2.14(p<.05)，達到顯著水準，經Scheffè法檢驗各分組距之差異，無明顯差異。

表4-2-5 不同職業變項之《廣論》學員在生命意義上之單因子變異數分析表(N=478)

構面	職業變項	平均數	標準差	F 值	Post Hoc
生命目標	1. 教師	3.85	0.53	0.61	n. s.
	2. 公務人員	3.85	0.49		
	3. 農工	3.70	0.53		
	4. 商	3.88	0.58		
	5. 家管	3.83	0.42		
	6. 服務業	3.84	0.50		
	7. 退休人員	3.87	0.44		
	8. 其他	3.86	0.51		

生命態度	1. 教師	3.82	0.52	4.29***	1 > 3 1 > 5
	2. 公務人員	3.79	0.47		
	3. 農工	3.41	0.49		
	4. 商	3.54	0.56		
	5. 家管	3.49	0.57		
	6. 服務業	3.65	0.54		
	7. 退休人員	3.63	0.54		
	8. 其他	3.56	0.58		
生命倫理	1. 教師	4.03	0.46	1.47	n. s.
	2. 公務人員	4.08	0.45		
	3. 農工	3.93	0.46		
	4. 商	4.03	0.50		
	5. 家管	3.96	0.43		
	6. 服務業	3.90	0.40		
	7. 退休人員	4.01	0.38		
	8. 其他	4.01	0.43		
靈性成長	1. 教師	4.42	0.40	2.14*	n. s.
	2. 公務人員	4.46	0.40		
	3. 農工	4.29	0.39		
	4. 商	4.39	0.42		
	5. 家管	4.27	0.38		
	6. 服務業	4.42	0.41		
	7. 退休人員	4.47	0.36		
	8. 其他	4.43	0.34		
生命價值	1. 教師	4.30	0.48	0.92	n. s.
	2. 公務人員	4.24	0.43		
	3. 農工	4.16	0.43		
	4. 商	4.27	0.51		
	5. 家管	4.18	0.41		
	6. 服務業	4.22	0.46		
	7. 退休人員	4.30	0.41		
	8. 其他	4.29	0.49		
開放接納	1. 教師	4.04	0.53	1.63	n. s.
	2. 公務人員	3.95	0.52		
	3. 農工	3.91	0.48		
	4. 商	3.94	0.52		
	5. 家管	3.90	0.47		
	6. 服務業	3.88	0.48		
	7. 退休人員	4.10	0.43		
	8. 其他	3.93	0.45		
生命熱忱	1. 教師	4.29	0.44	1.04	n. s.
	2. 公務人員	4.29	0.38		
	3. 農工	4.12	0.38		
	4. 商	4.28	0.48		
	5. 家管	4.23	0.38		
	6. 服務業	4.30	0.43		
	7. 退休人員	4.29	0.40		
	8. 其他	4.27	0.45		
因果概念	1. 教師	4.29	0.35	1.43	n. s.
	2. 公務人員	4.27	0.35		
	3. 農工	4.17	0.35		
	4. 商	4.30	0.39		
	5. 家管	4.16	0.35		

	6. 服務業	4.23	0.35		
	7. 退休人員	4.30	0.35		
	8. 其他	4.25	0.38		
整體生命意義	1. 教師	4.16	0.37	1.80	n. s.
	2. 公務人員	4.14	0.33		
	3. 農工	3.99	0.35		
	4. 商	4.12	0.39		
	5. 家管	4.03	0.32		
	6. 服務業	4.09	0.32		
	7. 退休人員	4.15	0.31		
	8. 其他	4.11	0.35		

註：1. 教師(n=82)、2. 公務人員(n=64)、3. 農工(n=43)、4. 商(n=31)、5. 家管(n=73)、6. 服務業(n=65)、7. 退休人員(n=71)、8. 其他(n=49)

註：*p<.05 **p<.01 ***p<.001 n. s.：表示無顯著差異

四、不同婚姻變項的《廣論》學員在生命意義上的差異比較

經回收有效問卷分析，分居0.2%及其他0.5%合併為「其他」，合併後以婚姻為背景變項，生命意義為目標變項，進行單因子變異數分析，若達顯著差異水準，則以Scheffè法進行事後比較，了解差異情形，所得結果如表4-2-6，得知不同婚姻變項之《廣論》學員在生命意義整體及各構面部分有達顯著差異，故假設1-5獲得部分支持，分析結果如下：

- (一)不同婚姻變項之《廣論》學員在「生命態度」、「生命倫理」、「靈性成長」、「生命價值」、「開放接納」、「生命熱忱」、「因果概念」等構面，均未達.05顯著水準。
- (二)不同婚姻變項之《廣論》學員在「生命目標」變項中有顯著差異存在，其F值=5.50(p<.05)，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知婚姻在「已婚」、「離婚」《廣論》學員平均值分別為3.87、4.24顯著高於「未婚」《廣論》學員，其平均值為3.66。
- (三)不同婚姻變項之《廣論》學員在「整體生命意義」變項中有顯著差異存在，其F值=3.83(p<.05)，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知婚姻在「離婚」《廣論》學員平均值分別為4.38顯著高於「未婚」《廣論》學員，其平均值為4.02。

表4-2-6 不同婚姻變項之《廣論》學員在生命意義上之單因子變異數分析表(N=478)

構面	婚姻變項	平均數	標準差	F 值	Post Hoc
生命目標	1. 未婚	3.66	0.50	5.50*	2>1 4>1
	2. 已婚	3.87	0.48		
	3. 喪偶	3.76	0.43		
	4. 離婚	4.24	0.62		
	5. 其他	3.52	0.30		
生命態度	1. 未婚	3.55	0.57	2.55	n. s.
	2. 已婚	3.65	0.54		
	3. 喪偶	3.41	0.42		
	4. 離婚	3.95	0.56		
	5. 其他	3.27	0.64		
生命倫理	1. 未婚	3.88	0.43	3.25	n. s.
	2. 已婚	4.02	0.42		
	3. 喪偶	4.10	0.51		
	4. 離婚	4.29	0.47		
	5. 其他	3.89	0.35		
靈性成長	1. 未婚	4.33	0.40	1.97	n. s.
	2. 已婚	4.41	0.39		
	3. 喪偶	4.33	0.39		
	4. 離婚	4.64	0.39		
	5. 其他	4.22	0.69		
生命價值	1. 未婚	4.28	0.45	2.23	n. s.
	2. 已婚	4.24	0.44		
	3. 喪偶	4.10	0.54		
	4. 離婚	4.54	0.44		
	5. 其他	3.92	0.38		
開放接納	1. 未婚	3.88	0.50	2.88	n. s.
	2. 已婚	3.97	0.48		
	3. 喪偶	3.95	0.47		
	4. 離婚	4.33	0.44		
	5. 其他	3.58	0.38		
生命熱忱	1. 未婚	4.23	0.42	2.47	n. s.
	2. 已婚	4.27	0.41		
	3. 喪偶	4.22	0.42		
	4. 離婚	4.56	0.44		
	5. 其他	3.83	0.60		
因果概念	1. 未婚	4.17	0.38	1.93	n. s.
	2. 已婚	4.26	0.35		
	3. 喪偶	4.27	0.35		
	4. 離婚	4.40	0.39		
	5. 其他	3.97	0.29		
整體生命意義	1. 未婚	4.02	0.34	3.83*	4>1
	2. 已婚	4.12	0.33		
	3. 喪偶	4.07	0.34		
	4. 離婚	4.38	0.40		
	5. 其他	3.81	0.38		

註：1. 未婚(n=75)、2. 已婚(n=373)、3. 喪偶(n=15)、4. 離婚(n=12)、5. 其他(n=3)

註：*p<.05 **p<.01 ***p<.001 n. s.：表示無顯著差異

五、不同經濟狀況的《廣論》學員在生命意義上的差異比較

以經濟狀況為背景變項，生命意義為目標變項，進行單因子變異數分析，若達顯著差異水準，則以Scheffè法進行事後比較，了解差異情形，所得結果如表4-2-7，得知不同經濟狀況變項之《廣論》學員在生命意義整體及各構面皆達顯著差異，故假設1-6獲得支持，分析結果如下：

- (一)不同經濟狀況變項之《廣論》學員在「生命目標」變項中有顯著差異存在，其F值 $=7.79(p<.001)$ ，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知經濟在「優」《廣論》學員平均值為4.46顯著高於「良」、「尚可」、「差」《廣論》學員，其平均值分別為3.91、3.80、3.64。
- (二)不同經濟狀況變項之《廣論》學員在「生命態度」變項中有顯著差異存在，其F值 $=5.04(p<.01)$ ，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知經濟在「優」《廣論》學員平均值為4.20顯著高於「良」、「尚可」、「差」《廣論》學員，其平均值分別為3.69、3.60、3.40。
- (三)不同經濟狀況變項之《廣論》學員在「生命倫理」變項中有顯著差異存在，其F值 $=7.12(p<.001)$ ，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知經濟在「優」《廣論》學員平均值為4.58顯著高於「良」、「尚可」、「差」《廣論》學員，其平均值分別為4.03、3.98、3.83。
- (四)不同經濟狀況變項之《廣論》學員在「靈性成長」變項中有顯著差異存在，其F值 $=4.63(p<.01)$ ，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知經濟在「優」《廣論》學員平均值為4.83顯著高於「良」、「尚可」、「差」《廣論》學員，其平均值分別為4.41、4.39、4.31。
- (五)不同經濟狀況變項之《廣論》學員在「生命價值」變項中有顯著差異存在，其F值 $=5.89(p<.01)$ ，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知經濟在「優」《廣論》學員平均值為4.80顯著高於「良」、「尚可」、「差」《廣論》學員，其平均值分別為4.28、4.22、4.16。
- (六)不同經濟狀況變項之《廣論》學員在「開放接納」變項中有顯著差異存在，其F值 $=6.95(p<.001)$ ，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知經濟在「優」《廣論》學員平均值為4.58顯著高於「良」、「尚可」、「差」《廣論》學員，其平均值分別為4.02、3.93、3.81。
- (七)不同經濟狀況變項之《廣論》學員在「生命熱忱」變項中有顯著差異存在，其F值

=7.86(p<.001)，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知經濟在「優」《廣論》學員平均值為4.85顯著高於「良」、「尚可」、「差」《廣論》學員，其平均值分別為4.28、4.24、4.06。

(八)不同經濟狀況變項之《廣論》學員在「因果概念」變項中有顯著差異存在，其F值=4.67(p<.01)，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知經濟在「優」《廣論》學員平均值為4.66顯著高於「良」、「尚可」《廣論》學員，其平均值分別為4.25、4.23。

(九)不同經濟狀況變項之《廣論》學員在「整體生命意義」變項中有顯著差異存在，其F值=9.52(p<.001)，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知經濟在「優」《廣論》學員平均值為4.63顯著高於「良」、「尚可」、「差」《廣論》學員，其平均值分別為4.14、4.08、3.99。

表4-2-7 不同經濟狀況變項之《廣論》學員在生命意義上之單因子變異數分析表 (N=478)

構面	經濟變項	平均數	標準差	F 值	Post Hoc
生命目標	1. 優	4.46	0.25	7.79***	1>2
	2. 良	3.91	0.44		1>3
	3. 尚可	3.80	0.50		1>4
	4. 差	3.64	0.37		
生命態度	1. 優	4.20	0.47	5.04**	1>2
	2. 良	3.69	0.50		1>3
	3. 尚可	3.60	0.56		1>4
	4. 差	3.40	0.35		
生命倫理	1. 優	4.58	0.36	7.12***	1>2
	2. 良	4.03	0.42		1>3
	3. 尚可	3.98	0.43		1>4
	4. 差	3.83	0.63		
靈性成長	1. 優	4.83	0.16	4.63**	1>2
	2. 良	4.41	0.37		1>3
	3. 尚可	4.39	0.40		1>4
	4. 差	4.31	0.37		
生命價值	1. 優	4.80	0.26	5.89**	1>2
	2. 良	4.28	0.44		1>3
	3. 尚可	4.22	0.44		1>4
	4. 差	4.16	0.79		
開放接納	1. 優	4.58	0.43	6.95***	1>2
	2. 良	4.02	0.46		1>3
	3. 尚可	3.93	0.49		1>4
	4. 差	3.81	0.42		
生命熱忱	1. 優	4.85	0.18	7.86***	1>2
	2. 良	4.28	0.40		1>3
	3. 尚可	4.24	0.41		1>4
	4. 差	4.06	0.56		

因果概念	1. 優	4.66	0.21	4.67**	1>2 1>3
	2. 良	4.25	0.34		
	3. 尚可	4.23	0.36		
	4. 差	4.25	0.36		
整體生命意義	1. 優	4.63	0.17	9.52***	1>2 1>3 1>4
	2. 良	4.14	0.32		
	3. 尚可	4.08	0.34		
	4. 差	3.99	0.32		
註：1. 優(n=10)、2. 良(n=128)、3. 尚可(n=332)、4. 差(n=8)					
註：*p<.05 **p<.01 ***p<.001 n. s. : 表示無顯著差異					

六、不同健康狀況的《廣論》學員在生命意義上的差異比較

以健康狀況為背景變項，生命意義為目標變項，進行單因子變異數分析，若達顯著差異水準，則以Scheffè法進行事後比較，了解差異情形，所得結果如表4-2-8，得知不同健康狀況變項之《廣論》學員在生命意義整體及各構面部分達顯著差異，故假設1-7獲得部分支持，分析結果如下：

- (一)不同健康狀況變項之學員在「生命價值」變項中有顯著差異存在，其F值=4.39(p<.01)，達到顯著水準，經Scheffè法檢驗各分組距之差異，無明顯差異。
- (二)不同健康狀況變項之《廣論》學員在「生命目標」變項中有顯著差異存在，其F值=6.67(p<.001)，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知健康在「優」、「良」《廣論》學員平均值分別為4.21、3.90顯著高於「尚可」《廣論》學員，其平均值為3.77。
- (三)不同健康狀況變項之《廣論》學員在「生命態度」變項中有顯著差異存在，其F值=8.91(p<.001)，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知健康在「優」、「良」《廣論》學員平均值分別為4.02、3.73顯著高於「尚可」、「差」《廣論》學員，其平均值分別為3.55、3.28。
- (四)不同健康狀況變項之《廣論》學員在「生命倫理」變項中有顯著差異存在，其F值=8.66(p<.001)，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知健康在「優」、「良」《廣論》學員平均值為4.36、4.07顯著高於「尚可」、「差」《廣論》學員，其平均值分別為3.94、3.74。
- (五)不同健康狀況變項之《廣論》學員在「靈性成長」變項中有顯著差異存在，其F值=4.99(p<.01)，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知健康在「優」《廣論》學員平均值為4.46顯著高於「尚可」《廣論》學員，其平均值為4.34。
- (六)不同健康狀況變項之《廣論》學員在「開放接納」變項中有顯著差異存在，其F值=9.84(p<.001)，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知健康在「優」、

「良」《廣論》學員平均值為4.29、4.07顯著高於「尚可」《廣論》學員，其平均值分別為3.87。

(七)不同健康狀況變項之《廣論》學員在「生命熱忱」變項中有顯著差異存在，其F值=5.47(p<.01)，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知健康在「優」、「良」《廣論》學員平均值為4.51、4.33顯著高於「尚可」《廣論》學員，其平均值分別為4.20。

(八)不同健康狀況變項之《廣論》學員在「因果概念」變項中有顯著差異存在，其F值=5.19(p<.01)，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知健康在「優」、「良」《廣論》學員平均值為4.51顯著高於「尚可」《廣論》學員，其平均值分別為4.21。

(九)不同健康狀況變項之《廣論》學員在「整體生命意義」變項中有顯著差異存在，其F值=10.39(p<.001)，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知健康在「優」《廣論》學員平均值為4.40顯著高於「尚可」、「差」《廣論》學員，其平均值分別為4.04、3.95。

表4-2-8 不同健康狀況變項之《廣論》學員在生命意義上之單因子變異數分析表(N=478)

構面	健康變項	平均數	標準差	F 值	Post Hoc
生命目標	1. 優	4.21	0.51	6.67***	1>3 2>3
	2. 良	3.90	0.47		
	3. 尚可	3.77	0.50		
	4. 差	3.67	0.39		
生命態度	1. 優	4.02	0.50	8.91***	1>3 1>4 2>3
	2. 良	3.73	0.53		
	3. 尚可	3.55	0.54		
	4. 差	3.28	0.38		
生命倫理	1. 優	4.36	0.43	8.66***	1>3 1>4 2>3
	2. 良	4.07	0.45		
	3. 尚可	3.94	0.40		
	4. 差	3.73	0.47		
靈性成長	1. 優	4.60	0.39	4.99**	1>3
	2. 良	4.46	0.37		
	3. 尚可	4.34	0.40		
	4. 差	4.32	0.40		
生命價值	1. 優	4.50	0.46	4.39**	n. s.
	2. 良	4.30	0.47		
	3. 尚可	4.20	0.42		
	4. 差	4.01	0.51		
開放接納	1. 優	4.29	0.51	9.84***	1>3 2>3
	2. 良	4.07	0.44		
	3. 尚可	3.87	0.47		
	4. 差	3.80	0.41		

生命熱忱	1. 優	4.51	0.50	5.47**	1>3 2>3
	2. 良	4.33	0.40		
	3. 尚可	4.20	0.41		
	4. 差	4.17	0.45		
因果概念	1. 優	4.51	0.34	5.19**	1>3
	2. 良	4.28	0.34		
	3. 尚可	4.21	0.36		
	4. 差	4.17	0.43		
整體生命意義	1. 優	4.40	0.35	10.39***	1>3 1>4
	2. 良	4.17	0.33		
	3. 尚可	4.04	0.33		
	4. 差	3.95	0.32		

註：1. 優(n=17)、2. 良(n=193)、3. 尚可(n=258)、4. 差(n=10)

註：*p<.05 **p<.01 ***p<.001 n. s.：表示無顯著差異

七、不同家庭關係的《廣論》學員在生命意義上的差異比較

以家庭關係為背景變項，生命意義為目標變項，進行單因子變異數分析，若達顯著差異水準，則以Scheffè法進行事後比較，了解差異情形，所得結果如表4-2-9，得知不同家庭關係變項之《廣論》學員在生命意義整體及各構面皆達顯著差異，故假設1-8獲得支持，分析結果如下：

- (一)不同家庭關係變項之《廣論》學員在「生命目標」變項中有顯著差異存在，其F值=10.55(p<.001)，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知家庭關係在「非常和諧」該組別之平均值為4.04顯著高於「和諧」、「普通」家庭關係，其平均值分別為3.83、3.62。另家庭關係在「和諧」之平均值為3.83顯著高於「普通」家庭關係，其平均值分別為3.62。
- (二)不同家庭關係變項之《廣論》學員在「生命態度」變項中有顯著差異存在，其F值=7.72(p<.001)，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知家庭關係在「非常和諧」該組別之平均值為3.84顯著高於「和諧」、「普通」家庭關係，其平均值分別為3.62、3.46。
- (三)不同家庭關係變項之《廣論》學員在「生命倫理」變項中有顯著差異存在，其F值=7.25(p<.001)，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知家庭關係在「非常和諧」該組別之平均值為4.16顯著高於「和諧」、「普通」家庭關係，其平均值分別為3.99、3.85。
- (四)不同家庭關係變項之《廣論》學員在「靈性成長」變項中有顯著差異存在，其F值=8.46(p<.001)，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知家庭關係在「非常和諧」、「和諧」該組別之平均值分別為4.52、4.40顯著高於「普通」家庭關係，

其平均值為4.22。

(五)不同家庭關係變項之《廣論》學員在「生命價值」變項中有顯著差異存在，其F值=5.21(p<.01)，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知家庭關係在「非常和諧」該組之平均值為4.40顯著高於「和諧」、「普通」家庭關係，其平均值分別為4.23、4.14。

(六)不同家庭關係變項之《廣論》學員在「開放接納」變項中有顯著差異存在，其F值=5.16(p<.01)，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知家庭關係在「非常和諧」該組之平均值為4.13顯著高於「和諧」、「普通」《廣論》學員，其平均值分別為3.94、3.85。

(七)不同家庭關係變項之《廣論》學員在「生命熱忱」變項中有顯著差異存在，其F值=7.45(p<.001)，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知家庭關係在「非常和諧」該組之平均值為4.42顯著高於「和諧」、「普通」家庭關係，其平均值分別為4.25、4.12。

(八)不同家庭關係變項之《廣論》學員在「因果概念」變項中有顯著差異存在，其F值=10.37(p<.001)，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知家庭關係在「非常和諧」該組之平均值為4.39顯著高於「和諧」、「普通」家庭關係，其平均值分別為4.24、4.09；另得知家庭關係在「和諧」該組之平均值為4.24顯著高於「普通」家庭關係，其平均值為4.09。

(九)不同家庭關係變項之《廣論》學員在「整體生命意義」變項中有顯著差異存在，其F值=12.74(p<.001)，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知家庭關係在「非常和諧」該組之平均值為4.27顯著高於「和諧」、「普通」家庭關係，其平均值分別為4.10、3.95；另得知家庭關係在「和諧」該組之平均值為4.10顯著高於「普通」家庭關係，其平均值為3.95。

表4-2-9 不同家庭關係變項之《廣論》學員在生命意義上之單因子變異數分析表(N=478)

構面	家庭關係變項	平均數	標準差	F 值	Post Hoc
生命目標	1. 非常和諧	4.04	0.49	10.55***	1>2 1>3 2>3
	2. 和諧	3.83	0.45		
	3. 普通	3.62	0.55		
	4. 不和諧	3.86	0.48		
生命態度	1. 非常和諧	3.84	0.55	7.72***	1>2 1>3
	2. 和諧	3.62	0.54		
	3. 普通	3.46	0.52		
	4. 不和諧	3.20	0.28		

生命倫理	1. 非常和諧	4.16	0.47	7.25***	1>2 1>3
	2. 和諧	3.99	0.41		
	3. 普通	3.85	0.42		
	4. 不和諧	4.21	0.42		
靈性成長	1. 非常和諧	4.52	0.35	8.46***	1>3 2>3
	2. 和諧	4.40	0.37		
	3. 普通	4.22	0.45		
	4. 不和諧	4.54	0.25		
生命價值	1. 非常和諧	4.40	0.43	5.21**	1>2 1>3
	2. 和諧	4.23	0.44		
	3. 普通	4.14	0.45		
	4. 不和諧	4.38	0.43		
開放接納	1. 非常和諧	4.13	0.51	5.16**	1>2 1>3
	2. 和諧	3.94	0.47		
	3. 普通	3.85	0.48		
	4. 不和諧	4.13	0.48		
生命熱忱	1. 非常和諧	4.42	0.40	7.45***	1>2 1>3
	2. 和諧	4.25	0.41		
	3. 普通	4.12	0.42		
	4. 不和諧	4.46	0.28		
因果概念	1. 非常和諧	4.39	0.35	10.37***	1>2 1>3 2>3
	2. 和諧	4.24	0.34		
	3. 普通	4.09	0.38		
	4. 不和諧	4.56	0.16		
整體生命意義	1. 非常和諧	4.27	0.33	12.74***	1>2 1>3 2>3
	2. 和諧	4.10	0.32		
	3. 普通	3.95	0.36		
	4. 不和諧	4.23	0.17		

註：1. 非常和諧(n=85)、2. 和諧(n=316)、3. 普通(n=73)、4. 不和諧(n=4)

註：*p<.05 **p<.01 ***p<.001 n.s.：表示無顯著差異

八、不同虔誠度變項之《廣論》學員在生命意義上的差異比較

以虔誠度為背景變項，生命意義為目標變項，進行單因子變異數分析，若達顯著差異水準，則以Scheffè法進行事後比較，了解差異情形，所得結果如表4-2-10，得知不同虔誠度變項之《廣論》學員在生命意義整體及各構面皆達顯著差異，故假設1-9獲得支持，分析結果如下：

(一)不同虔誠度變項之《廣論》學員在「生命目標」變項中有顯著差異存在，其F值=34.85(p<.001)，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知虔誠度在「深信」該組別之平均值為4.06顯著高於「相信」、「普通」、「初信」虔誠度，其平均值分別為3.77、3.38、3.31；另虔誠度在「相信」之平均值為3.77顯著高於「普通」、「初信」虔誠度，其平均值分別為3.38、3.31。

(二)不同虔誠度變項之《廣論》學員在「生命態度」變項中有顯著差異存在，其F值=21.25(p<.001)，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知虔誠度在「深

信」該組別之平均值為3.86顯著高於「相信」、「普通」、「初信」虔誠度，其平均值分別為3.54、3.24、3.32。

(三)不同虔誠度變項之《廣論》學員在「生命倫理」變項中有顯著差異存在，其F值=12.68($p < .001$)，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知虔誠度在「深信」該組別之平均值為4.13顯著高於「相信」、「普通」、「初信」虔誠度，其平均值分別為3.97、3.83、3.63；另虔誠度在「相信」之平均值為3.97顯著高於「初信」虔誠度，其平均值為3.63。

(四)不同虔誠度變項之《廣論》學員在「靈性成長」變項中有顯著差異存在，其F值=35.37($p < .001$)，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知虔誠度在「深信」該組別之平均值為4.58顯著高於「相信」、「普通」、「初信」虔誠度，其平均值分別為4.34、4.11、3.92；另虔誠度在「相信」之平均值為4.34顯著高於「普通」、「初信」虔誠度，其平均值分別為4.11、3.92。

(五)不同虔誠度變項之《廣論》學員在「生命價值」變項中有顯著差異存在，其F值=7.32($p < .001$)，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知虔誠度在「深信」該組別之平均值為4.36顯著高於「相信」、「普通」、「初信」虔誠度，其平均值分別為4.21、4.01、4.01。

(六)不同虔誠度變項之《廣論》學員在「開放接納」變項中有顯著差異存在，其F值=20.89($p < .001$)，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知虔誠度在「深信」該組別之平均值為4.16顯著高於「相信」、「普通」、「初信」虔誠度，其平均值分別為3.89、3.71、3.55。另虔誠度在「相信」之平均值為3.89顯著高於「初信」虔誠度，其平均值為3.55。

(七)不同虔誠度變項之《廣論》學員在「生命熱忱」變項中有顯著差異存在，其F值=24.59($p < .001$)，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知虔誠度在「深信」該組別之平均值為4.45顯著高於「相信」、「普通」、「初信」虔誠度，其平均值分別為4.18、4.00、3.96。

(八)不同虔誠度變項之《廣論》學員在「因果概念」變項中有顯著差異存在，其F值=27.76($p < .001$)，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知虔誠度在「深信」該組別之平均值為4.40顯著高於「相信」、「普通」、「初信」虔誠度，其平均值分別為4.19、4.00、3.88；另虔誠度在「相信」之平均值為4.19顯著高於「普通」、「初信」虔誠度，其平均值分別為4.00、3.88。

(九)不同虔誠度變項之《廣論》學員在「整體生命意義」變項中有顯著差異存在，其F值=39.49(p<.001)，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知虔誠度在「深信」該組別之平均值為4.28顯著高於「相信」、「普通」、「初信」虔誠度，其平均值分別為4.05、3.83、3.72；另虔誠度在「相信」之平均值為4.05顯著高於「普通」、「初信」虔誠度，其平均值分別為3.83、3.72。

表4-2-10 不同虔誠度變項之《廣論》學員在生命意義上之單因子變異數分析表 (N=478)

構面	虔誠度變項	平均數	標準差	F 值	Post Hoc
生命目標	1. 深信/虔誠	4.06	0.49	34.85***	1>2
	2. 相信(規律修行)	3.77	0.45		1>3
	3. 普通(有事則信)	3.38	0.39		1>4
	4. 初信(慕道)	3.31	0.56		2>3 2>4
生命態度	1. 深信/虔誠	3.86	0.51	21.25***	1>2
	2. 相信(規律修行)	3.54	0.51		1>3
	3. 普通(有事則信)	3.24	0.46		1>4
	4. 初信(慕道)	3.32	0.64		
生命倫理	1. 深信/虔誠	4.13	0.46	12.68***	1>2
	2. 相信(規律修行)	3.97	0.40		1>3
	3. 普通(有事則信)	3.83	0.39		1>4
	4. 初信(慕道)	3.63	0.34		2>4
靈性成長	1. 深信/虔誠	4.58	0.33	35.37***	1>2
	2. 相信(規律修行)	4.34	0.36		1>3
	3. 普通(有事則信)	4.11	0.39		1>4
	4. 初信(慕道)	3.92	0.40		2>3 2>4
生命價值	1. 深信/虔誠	4.36	0.47	7.32***	1>2
	2. 相信(規律修行)	4.21	0.43		1>3
	3. 普通(有事則信)	4.01	0.43		1>4
	4. 初信(慕道)	4.01	0.30		
開放接納	1. 深信/虔誠	4.16	0.47	20.89***	1>2
	2. 相信(規律修行)	3.89	0.47		1>3
	3. 普通(有事則信)	3.71	0.35		1>4
	4. 初信(慕道)	3.55	0.35		2>4
生命熱忱	1. 深信/虔誠	4.45	0.38	24.59***	1>2
	2. 相信(規律修行)	4.18	0.39		1>3
	3. 普通(有事則信)	4.00	0.41		1>4
	4. 初信(慕道)	3.96	0.39		
因果概念	1. 深信/虔誠	4.40	0.31	27.76***	1>2
	2. 相信(規律修行)	4.19	0.34		1>3
	3. 普通(有事則信)	4.00	0.39		1>4
	4. 初信(慕道)	3.88	0.27		2>3 2>4
整體生命意義	1. 深信/虔誠	4.28	0.30	39.49***	1>2
	2. 相信(規律修行)	4.05	0.31		1>3
	3. 普通(有事則信)	3.83	0.31		1>4
	4. 初信(慕道)	3.72	0.27		2>3 2>4

註：1. 深信/虔誠(n=173)、2. 相信(規律修行)(n=260)、3. 普通(有事則信)(n=25)、4. 初信(慕道)(n=20)

註：*p<.05 **p<.01 ***p<.001 n. s.：表示無顯著差異

九、近五年有無重大生活經驗的《廣論》學員在生命意義上的差異比較

為了解近五年有無重大生活經驗的福智《廣論》學員在生命意義之差異，以重大生活經驗為背景變項，生命意義為目標變項，進行 t 考驗分析，所得結果如表4-2-11，得知近五年有無重大生活經驗的《廣論》學員在生命意義整體及各構面部分有達顯著差異，故假設1-10部分獲得支持，分析結果如下：

- (一)近五年有無重大生活經驗的《廣論》學員在「生命態度」、「靈性成長」、「因果概念」等子構面，均未達.05顯著水準。
- (二)近五年有無重大生活經驗的《廣論》學員則在「生命目標」變項中，其中「無失業問題」(M=3.85)與「有失業問題」(M=3.64)， $t=1.97$ ($p<.05$)達到顯著差異性；另「無情感問題」(M=3.85)與「有情感問題」(M=3.59)， $t=2.13$ ($p<.05$)達到顯著差異性。
- (三)近五年有無重大生活經驗的《廣論》學員則在「生命倫理」變項中，其中「無親人疾病經驗」(M=4.04)與「有親人疾病經驗」(M=3.94)， $t=2.59$ ($p<.05$)達到顯著差異性；另「無訴訟案件」(M=4.00)與「有訴訟案件」(M=4.20)， $t=-2.00$ ($p<.05$)達到顯著差異性。
- (四)近五年有無重大生活經驗的《廣論》學員則在「生命價值」變項中，其中「無親人疾病經驗」(M=4.29)與「有親人疾病經驗」(M=4.17)， $t=2.84$ ($p<.01$)達到顯著差異性；另「無失業問題」(M=4.26)與「有失業問題」(M=4.05)， $t=2.18$ ($p<.05$)達到顯著差異性。
- (五)近五年有無重大生活經驗的《廣論》學員則在「開放接納」變項中，其中「無喪親經驗」(M=3.93)與「有喪親經驗」(M=4.05)， $t=-2.45$ ($p<.05$)達到顯著差異性；另「無親人疾病經驗」(M=4.00)與「有親人疾病經驗」(M=3.90)， $t=2.14$ ($p<.05$)達到顯著差異性；另「無情感問題」(M=3.97)與「有情感問題」(M=3.74)， $t=1.98$ ($p<.05$)達到顯著差異性。
- (六)近五年有無重大生活經驗的《廣論》學員則在「生命熱忱」變項中，其中「無親人疾病經驗」(M=4.29)與「有親人疾病經驗」(M=4.21)， $t=1.97$ ($p<.05$)達到顯著差異性。
- (七)近五年有無重大生活經驗的《廣論》學員則在「整體生命意義」變項中，其中「無親人疾病經驗」(M=4.13)與「有親人疾病經驗」(M=4.06)， $t=2.00$ ($p<.05$)達到顯著差異性。

表4-2-11 不同生活經驗變項之《廣論》學員在生命意義上t考驗分析表(N=478)

構面	生活經驗變項	人數	平均數	標準差	t 值
生命目標	1. 無重大生活經驗	197	3.87	0.48	1.04
	2. 有重大生活經驗	581	3.82	0.50	
	1. 無喪親經驗	338	3.81	0.49	-1.93
	2. 有喪親經驗	140	3.90	0.48	
	1. 無親人疾病經驗	312	3.87	0.48	1.87
	2. 有親人疾病經驗	166	3.78	0.51	
	1. 無失業問題	456	3.85	0.49	1.97*
	2. 有失業問題	22	3.64	0.56	
	1. 無情感問題	461	3.85	0.49	2.13*
	2. 有情感問題	17	3.59	0.51	
	1. 無訴訟案件	460	3.83	0.49	-1.09
	2. 有訴訟案件	18	3.96	0.11	
生命態度	1. 無重大生活經驗	197	3.65	0.53	0.66
	2. 有重大生活經驗	581	3.62	0.56	
	1. 無喪親經驗	338	3.63	0.53	-0.13
	2. 有喪親經驗	140	3.64	0.58	
	1. 無親人疾病經驗	312	3.65	0.54	0.98
	2. 有親人疾病經驗	166	3.60	0.56	
	1. 無失業問題	456	3.64	0.54	0.60
	2. 有失業問題	22	3.56	0.64	
	1. 無情感問題	461	3.64	0.55	1.33
	2. 有情感問題	17	3.46	0.49	
	1. 無訴訟案件	460	3.63	0.54	-1.24
	2. 有訴訟案件	18	3.79	0.63	
生命倫理	1. 無重大生活經驗	197	4.01	0.41	0.20
	2. 有重大生活經驗	581	4.00	0.45	
	1. 無喪親經驗	338	3.98	0.43	-1.56
	2. 有喪親經驗	140	4.05	0.45	
	1. 無親人疾病經驗	312	4.04	0.42	2.59*
	2. 有親人疾病經驗	166	3.94	0.46	
	1. 無失業問題	456	4.01	0.42	1.25
	2. 有失業問題	22	3.84	0.64	
	1. 無情感問題	461	4.01	0.43	1.57
	2. 有情感問題	17	3.84	0.51	
	1. 無訴訟案件	460	4.00	0.44	-2.00*
	2. 有訴訟案件	18	4.20	0.37	
靈性成長	1. 無重大生活經驗	197	4.38	0.39	-0.91
	2. 有重大生活經驗	581	4.41	0.39	
	1. 無喪親經驗	338	4.38	0.40	-1.55
	2. 有喪親經驗	140	4.44	0.37	
	1. 無親人疾病經驗	312	4.40	0.38	0.12
	2. 有親人疾病經驗	166	4.39	0.41	
	1. 無失業問題	456	4.40	0.39	1.35
	2. 有失業問題	22	4.29	0.42	
	1. 無情感問題	461	4.40	0.39	1.22
	2. 有情感問題	17	4.28	0.35	
	1. 無訴訟案件	460	4.39	0.39	-1.14
	2. 有訴訟案件	18	4.50	0.37	

生命價值	1. 無重大生活經驗	197	4.44	0.31	0.97	
	2. 有重大生活經驗	581	4.45	0.27		
	1. 無喪親經驗	338	4.23	0.46	-1.64	
	2. 有喪親經驗	140	4.30	0.42		
	1. 無親人疾病經驗	312	4.29	0.43	2.84**	
	2. 有親人疾病經驗	166	4.17	0.47		
	1. 無失業問題	456	4.26	0.44	2.18*	
	2. 有失業問題	22	4.05	0.50		
	1. 無情感問題	461	4.25	0.45	1.50	
	2. 有情感問題	17	4.09	0.33		
	1. 無訴訟案件	460	4.25	0.45	-0.42	
	2. 有訴訟案件	18	4.30	0.45		
	開放接納	1. 無重大生活經驗	197	3.98	0.48	0.50
		2. 有重大生活經驗	581	3.95	0.49	
1. 無喪親經驗		338	3.93	0.48	-2.45*	
2. 有喪親經驗		140	4.05	0.50		
1. 無親人疾病經驗		312	4.00	0.49	2.14*	
2. 有親人疾病經驗		166	3.90	0.48		
1. 無失業問題		456	3.97	0.49	1.22	
2. 有失業問題		22	3.84	0.46		
1. 無情感問題		461	3.97	0.49	1.98*	
2. 有情感問題		17	3.74	0.46		
1. 無訴訟案件		460	3.96	0.48	-1.56	
2. 有訴訟案件		18	4.14	0.52		
生命熱忱		1. 無重大生活經驗	197	4.29	0.41	1.37
		2. 有重大生活經驗	581	4.24	0.42	
	1. 無喪親經驗	338	4.25	0.42	-0.84	
	2. 有喪親經驗	140	4.29	0.40		
	1. 無親人疾病經驗	312	4.29	0.41	1.97*	
	2. 有親人疾病經驗	166	4.21	0.44		
	1. 無失業問題	456	4.27	0.36	1.90	
	2. 有失業問題	22	4.10	0.33		
	1. 無情感問題	461	4.25	0.36	1.67	
	2. 有情感問題	17	4.16	0.37		
	1. 無訴訟案件	460	4.26	0.42	-0.25	
	2. 有訴訟案件	18	4.29	0.39		
	因果概念	1. 無重大生活經驗	197	4.23	0.36	-0.69
		2. 有重大生活經驗	581	4.26	0.36	
1. 無喪親經驗		338	4.23	0.35	-1.15	
2. 有喪親經驗		140	4.28	0.36		
1. 無親人疾病經驗		312	4.26	0.36	0.92	
2. 有親人疾病經驗		166	4.23	0.35		
1. 無失業問題		456	4.25	0.36	0.46	
2. 有失業問題		22	4.21	0.30		
1. 無情感問題		461	4.11	0.34	1.05	
2. 有情感問題		17	3.95	0.31		
1. 無訴訟案件		460	4.24	0.36	-1.22	
2. 有訴訟案件		18	4.35	0.32		
整體生命意義		1. 無重大生活經驗	197	4.11	0.33	0.40
		2. 有重大生活經驗	581	4.10	0.35	
	1. 無喪親經驗	338	4.09	0.34	-1.73	
	2. 有喪親經驗	140	4.15	0.35		

1. 無親人疾病經驗	312	4.13	0.33	2.00*
2. 有親人疾病經驗	166	4.06	0.35	
1. 無失業問題	456	4.11	0.34	1.65
2. 有失業問題	22	3.99	0.35	
1. 無情感問題	461	4.11	0.34	1.92
2. 有情感問題	17	3.96	0.35	
1. 無訴訟案件	460	4.10	0.34	
2. 有訴訟案件	18	4.22	0.32	-1.45

註：* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

第三節不同參與程度變項之福智《廣論》學員生命意義關聯分析

本節主要探討不同參與程度變項福智《廣論》學員生命意義各構面之差異情形。考驗方式採獨立樣本 t 考驗、單因子變異數分析，如有顯著差異 ($p < .05$)，再以 Scheffé 法進行事後比較，並就分析結果檢驗假設 2：不同參與程度變項之《廣論》研討班學員在生命意義上有顯著差異是否成立。本研究單項次數百分比未達 5% 以上會將其選項進行合併，以利後續統計分析之穩定性。

壹、生命意義單因子變異數之相關比較

一、不同研討班班別之學員在生命意義上的差異比較

經回收有效問卷分析，宗行班 1.5% 及備覽班 9.2% 合併為「備覽班」，合併後以研討班班別為背景變項，生命意義為目標變項，進行單因子變異數分析，若達顯著差異水準，則以 Scheffé 法進行事後比較，了解差異情形，所得結果如表 4-3-1，分析結果如下：

(一) 不同班別變項之《廣論》學員在「生命態度」、「生命倫理」及「生命價值」構面，均未達 .05 顯著水準。

(二) 不同班別變項之《廣論》學員在「生命目標」變項中有顯著差異存在，其 F 值 = 11.01 ($p < .001$)，達到顯著水準，更進一步進行 Scheffé 法檢驗，得知班別在「備覽班」該組別之平均值為 4.13 顯著高於「增上班」、「一輪班」，其平均值分別為 3.86、3.74；另班別在「善行班」之平均值為 3.93 顯著高於「一輪班」，其平均值為 3.74。

(三) 不同班別變項之《廣論》學員在「靈性成長」變項中有顯著差異存在，其 F 值 = 9.30 ($p < .001$)，達到顯著水準，更進一步進行 Scheffé 法檢驗，得知班別在「備覽班」、「善行班」、「增上班」組別之平均值分別為 4.55、4.50、4.45 顯著高於「一輪班」，其平均值為 4.31。

(四)不同班別變項之《廣論》學員在「開放接納」變項中有顯著差異存在，其F值=5.47(p<.01)，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知班別在「備覽班」該組別之平均值為4.18顯著高「一輪班」，其平均值為3.89。

(五)不同班別變項之《廣論》學員在「生命熱忱」變項中有顯著差異存在，其F值=3.60(p<.05)，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知班別在「備覽班」該組別之平均值為4.39顯著高「一輪班」，其平均值為4.21。

(六)不同班別變項之《廣論》學員在「因果概念」變項中有顯著差異存在，其F值=5.97(p<.01)，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知班別在「備覽班」該組別之平均值為4.39顯著高「一輪班」，其平均值為4.19。

(七)不同班別變項之《廣論》學員在「整體生命意義」變項中有顯著差異存在，其F值=7.60(p<.001)，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知班別在「備覽班」該組別之平均值為4.26顯著高「一輪班」，其平均值為4.04。

由以上資料得知不同班別變項之《廣論》學員在生命意義整體及各構面部分有達顯著差異，故假設2-1獲得部分支持。

表4-3-1 不同研討班班別之學員在生命意義上之單因子變異數分析表(N=478)

構面	研討班班別	平均數	標準差	F 值	Post Hoc
生命目標	1. 一輪班	3.74	0.51	11.01***	4>2 4>1 3>1
	2. 增上班	3.86	0.46		
	3. 善行班	3.93	0.39		
	4. 備覽班	4.13	0.45		
生命態度	1. 一輪班	3.57	0.56	2.48	n. s.
	2. 增上班	3.69	0.54		
	3. 善行班	3.69	0.49		
	4. 備覽班	3.74	0.58		
生命倫理	1. 一輪班	3.97	0.45	0.31	n. s.
	2. 增上班	4.04	0.41		
	3. 善行班	4.05	0.38		
	4. 備覽班	4.05	0.44		
靈性成長	1. 一輪班	4.31	0.41	9.30***	4>1 3>1 2>1
	2. 增上班	4.45	0.36		
	3. 善行班	4.50	0.32		
	4. 備覽班	4.55	0.37		
生命價值	1. 一輪班	4.22	0.44	1.74	n. s.
	2. 增上班	4.24	0.47		
	3. 善行班	4.28	0.41		
	4. 備覽班	4.37	0.49		
開放接納	1. 一輪班	3.89	0.49	5.47**	4>1
	2. 增上班	3.40	0.50		
	3. 善行班	4.01	0.44		
	4. 備覽班	4.18	0.22		

生命熱忱	1. 一輪班	4.21	0.43	3.60*	4>1
	2. 增上班	4.32	0.39		
	3. 善行班	4.28	0.37		
	4. 備覽班	4.39	0.44		
因果概念	1. 一輪班	4.19	0.37	5.97**	4>1
	2. 增上班	4.28	0.36		
	3. 善行班	4.30	0.31		
	4. 備覽班	4.39	0.29		
整體生命意義	1. 一輪班	4.04	0.36	7.60***	4>1
	2. 增上班	4.14	0.33		
	3. 善行班	4.17	0.26		
	4. 備覽班	4.26	0.32		

註：1. 一輪班(n=251)、2. 增上班(n=103)、3. 善行班(n=73)、4. 備覽班(n=51)

註：*p<.05 **p<.01 ***p<.001 n. s.：表示無顯著差異

貳、生命意義獨立樣本 t 檢定相關比較

一、是否為全職義工之《廣論》學員在生命意義上的差異比較

為了解是否為全職義工之福智《廣論》學員在生命意義之差異，以是否為全職義工之為參與變項，生命意義為目標變項，進行 t 考驗分析，所得結果如表 4-3-2，分析結果如下：

- (一)是否為全職義工之《廣論》學員在「生命倫理」、「開放接納」子構面，均未達.05 顯著水準。
- (二)是否為全職義工之《廣論》學員則在「生命目標」變項中，為 $t=-3.17$ ($p<.05$) 達到顯著差異性，然「生命目標」變項中「否」平均得分 ($M=3.81$) 低於「是」 ($M=4.06$)，顯示在生命意義中「生命目標」變項，為全職義工之《廣論》學員優於不是全職義工之《廣論》學員。
- (三)是否為全職義工之《廣論》學員則在「生命態度」變項中，為 $t=-2.03$ ($p<.05$) 達到顯著差異性，然「生命態度」變項中「否」平均得分 ($M=3.62$) 低於「是」 ($M=3.79$)，顯示在生命意義中「生命態度」變項，為全職義工之《廣論》學員優於不是全職義工之《廣論》學員。
- (四)是否為全職義工之《廣論》學員則在「靈性成長」變項中，為 $t=-2.45$ ($p<.05$) 達到顯著差異性，然「靈性成長」變項中「否」平均得分 ($M=4.38$) 低於「是」 ($M=4.53$)，顯示在生命意義中「靈性成長」變項，為全職義工之《廣論》學員優於不是全職義工之《廣論》學員。
- (五)是否為全職義工之《廣論》學員則在「生命價值」變項中，為 $t=-2.25$ ($p<.05$) 達到顯著差異性，然「生命價值」變項中「否」平均得分 ($M=4.23$) 低於「是」 ($M=4.39$)，

顯示在生命意義中「生命價值」變項，為全職義工之《廣論》學員優於不是全職義工之《廣論》學員。

(六)是否為全職義工之《廣論》學員則在「生命熱忱」變項中，為 $t=-3.55(p<.001)$ 達到顯著差異性，然「生命熱忱」變項中「否」平均得分(M=4.21)低於「是」(M=4.47)，顯示在生命意義中「生命熱忱」變項，為全職義工之《廣論》學員優於不是全職義工之《廣論》學員。

(七)是否為全職義工之《廣論》學員則在「因果概念」變項中，為 $t=-1.99(p<.05)$ 達到顯著差異性，然「因果概念」變項中「否」平均得分(M=4.24)低於「是」(M=4.35)，顯示在生命意義中「因果概念」變項，為全職義工之《廣論》學員優於不是全職義工之《廣論》學員。

(八)是否為全職義工之《廣論》學員則在「整體生命意義」變項中，為 $t=-3.03(p<.01)$ 達到顯著差異性，然「整體生命意義」變項中「否」平均得分(M=4.09)低於「是」(M=4.25)，顯示在生命意義中「整體生命意義」變項，為全職義工之《廣論》學員優於不是全職義工之《廣論》學員。

綜合以上結果得知是否為全職義工之《廣論》學員在華人生命意義整體及各構面部分有達顯著差異，故假設2-2部分獲得支持。

表4-3-2 是否為全職義工之學員在華人生命意義量表上之t考驗分析表(N=478)

構面	全職義工	人數	平均數	標準差	t值
生命目標	否	434	3.81	0.48	-3.17*
	是	44	4.06	0.53	
生命態度	否	434	3.62	0.54	-2.03*
	是	44	3.79	0.57	
生命倫理	否	434	4.00	0.42	-1.36
	是	44	4.10	0.51	
靈性成長	否	434	4.38	0.39	-2.45*
	是	44	4.53	0.37	
生命價值	否	434	4.23	0.44	-2.25*
	是	44	4.39	0.47	
開放接納	否	434	3.95	0.48	-1.91
	是	44	4.10	0.53	
生命熱忱	否	434	4.21	0.41	-3.55***
	是	44	4.47	0.44	
因果概念	否	434	4.24	0.36	-1.99*
	是	44	4.35	0.35	
整體生命意義	否	434	4.09	0.34	-3.03**
	是	44	4.25	0.36	

註：*p<.05 **p<.01 ***p<.001

二、是否固定護持義工之學員在生命意義上的差異比較

為了解是否為固定護持義工之福智《廣論》學員在生命意義之差異，以是否為固定護持義工為參與變項，生命意義為目標變項，進行 t 考驗分析，結果如表4-3-3所示，分析結果如下：

- (一)是否為固定護持義工之《廣論》學員則在「生命目標」變項中，為 $t=-6.32$ ($p<.001$) 達到顯著差異性，然「生命目標」變項中「否」平均得分($M=3.70$)低於「是」($M=3.98$)，顯示在生命意義中「生命目標」變項，為固定護持義工之《廣論》學員優於不是固定護持義工之《廣論》學員。
- (二)是否為固定護持義工之《廣論》學員則在「生命態度」變項中，為 $t=-3.40$ ($p<.01$) 達到顯著差異性，然「生命態度」變項中「否」平均得分($M=3.54$)低於「是」($M=3.72$)，顯示在生命意義中「生命態度」變項，為固定護持義工之《廣論》學員優於不是固定護持義工之《廣論》學員。
- (三)是否為固定護持義工之《廣論》學員則在「生命倫理」變項中，為 $t=-4.70$ ($p<.001$) 達到顯著差異性，然「生命倫理」變項中「否」平均得分($M=3.92$)低於「是」($M=4.11$)，顯示在生命意義中「生命倫理」變項，為固定護持義工之《廣論》學員優於不是固定護持義工之《廣論》學員。
- (四)是否為固定護持義工之《廣論》學員則在「靈性成長」變項中，為 $t=-6.12$ ($p<.001$) 達到顯著差異性，然「靈性成長」變項中「否」平均得分($M=4.29$)低於「是」($M=4.51$)，顯示在生命意義中「靈性成長」變項，為固定護持義工之《廣論》學員優於不是固定護持義工之《廣論》學員。
- (五)是否為固定護持義工之《廣論》學員則在「生命價值」變項中，為 $t=-3.21$ ($p<.01$) 達到顯著差異性，然「生命價值」變項中「否」平均得分($M=4.17$)低於「是」($M=4.31$)，顯示在生命意義中「生命價值」變項，為固定護持義工之《廣論》學員優於不是固定護持義工之《廣論》學員。
- (六)是否為固定護持義工之《廣論》學員則在「開放接納」變項中，為 $t=-5.30$ ($p<.001$) 達到顯著差異性，然「開放接納」變項中「否」平均得分($M=3.85$)低於「是」($M=4.09$)，顯示在生命意義中「開放接納」變項，為固定護持義工之《廣論》學員優於不是固定護持義工之《廣論》學員。
- (七)是否為固定護持義工之《廣論》學員則在「生命熱忱」變項中，為 $t=-3.90$ ($p<.001$) 達到顯著差異性，然「生命熱忱」變項中「否」平均得分($M=4.18$)低於「是」($M=4.33$)，

顯示在生命意義中「生命熱忱」變項，為固定護持義工之《廣論》學員優於不是固定護持義工之《廣論》學員。

(八)是否為固定護持義工之《廣論》學員則在「因果概念」變項中，為 $t=-4.53$ ($p<.001$) 達到顯著差異性，然「因果概念」變項中「否」平均得分($M=4.17$)低於「是」($M=4.32$)，顯示在生命意義中「因果概念」變項，為固定護持義工之《廣論》學員優於不是固定護持義工之《廣論》學員。

(九)是否為固定護持義工之《廣論》學員則在「整體生命意義」變項中，為 $t=-6.08$ ($p<.001$) 達到顯著差異性，然「整體生命意義」變項中「否」平均得分($M=4.01$)低於「是」($M=4.20$)，顯示在生命意義中「整體生命意義」變項，為固定護持義工之《廣論》學員優於不是固定護持義工之《廣論》學員。

綜合上述結果得知是否為固定護持義工之福智《廣論》學員在生命意義整體及各構面皆達顯著差異，故假設2-3皆成立。

表4-3-3 是否固定護持義工之學員在華人的生命意義量表上之t考驗分析表(N=478)

構面	固定護持義工	人數	平均數	標準差	t值
生命目標	否	253	3.70	0.49	-6.32***
	是	188	3.98	0.42	
生命態度	否	253	3.54	0.56	-3.40**
	是	188	3.72	0.50	
生命倫理	否	253	3.92	0.42	-4.70***
	是	188	4.11	0.41	
靈性成長	否	253	4.29	0.39	-6.12***
	是	188	4.51	0.35	
生命價值	否	253	4.17	0.44	-3.21**
	是	188	4.31	0.44	
開放接納	否	253	3.85	0.47	-5.30***
	是	188	4.09	0.45	
生命熱忱	否	253	4.18	0.42	-3.90***
	是	188	4.33	0.38	
因果概念	否	253	4.17	0.35	-4.53***
	是	188	4.32	0.34	
整體生命意義	否	253	4.01	0.33	-6.08***
	是	188	4.20	0.31	

註：* $p<.05$ ** $p<.01$ *** $p<.001$

參、生命意義單因子變異數之相關比較

一、平均每個月護持義工次數變項之學員在生命意義上的差異比較

以不同護持義工次數為背景變項，生命意義為目標變項，進行單因子變異數分析，若達顯著差異水準，則以Scheffè法進行事後比較，了解差異情形，所得結果如表4-3-4，得知不同護持義工次數變項之學員在生命意義整體及各構面部分達顯著差異，故假設2-4獲得部分支持，分析結果如下：

- (一)不同護持義工次數變項之學員在「生命態度」、「生命倫理」、「生命價值」變項中有顯著差異存在，其F值分別為4.54($p < .001$)、3.93($p < .01$)、3.30($p < .01$)，達到顯著水準，經Scheffè法檢驗各分組距之差異，無明顯差異。
- (二)不同護持義工次數變項之學員在「生命目標」變項中有顯著差異存在，其F值=10.85($p < .001$)，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知護持次數在每月「3-4次」、「5-6次」、「7-8次」、「9次以上」、「免填(全職義工)」之平均值分別為3.92、3.99、4.09、4.13、4.04顯著高於「幾乎沒有」護持之學員，其平均值為3.64；另護持次數在「9次以上」之平均值為4.13顯著高於每月「1-2次」護持，其平均值為3.79。
- (三)不同護持義工次數變項之學員在「靈性成長」變項中有顯著差異存在，其F值=10.27($p < .001$)，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知護持次數在每月「3-4次」、「5-6次」、「7-8次」、「9次以上」、「免填(全職義工)」之平均值分別為4.49、4.56、4.57、4.58、4.54顯著高於「幾乎沒有」護持之學員，其平均值為4.24。
- (四)不同護持義工次數變項之學員在「開放接納」變項中有顯著差異存在，其F值=7.22($p < .001$)，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知護持次數在每月「5-6次」、「7-8次」、「9次以上」之平均值分別為4.19、4.16、4.20顯著高於「幾乎沒有」護持之學員，其平均值為3.81。
- (五)不同護持義工次數變項之學員在「生命熱忱」變項中有顯著差異存在，其F值=6.28($p < .001$)，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知護持次數在每月「免填(全職義工)」之平均值分別為4.50顯著高於「幾乎沒有」、「每月1-2次」護持之學員，其平均值為4.16、4.20。
- (六)不同護持義工次數變項之學員在「因果概念」變項中有顯著差異存在，其F值

=5.88(p<.001)，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知護持次數在每月「5-6次」、「7-8次」之平均值分別為4.42、4.42顯著高於「幾乎沒有」護持之學員，其平均值為4.15。

(七)不同護持義工次數變項之學員在「整體生命意義」變項中有顯著差異存在，其F值=9.84(p<.001)，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知護持次數在每月「3-4次」、「5-6次」、「7-8次」、「9次以上」、「免填(全職義工)」之平均值分別為4.15、4.25、4.29、4.27、4.25顯著高於「幾乎沒有」護持之學員，其平均值為3.98。

表4-3-4 每個月護持義工次數變項之學員在生命意義上之單因子變異數分析表(N=478)

構面	護持義工頻率	平均數	標準差	F 值	Post Hoc
生命目標	1. 幾乎沒有參加	3.64	0.50	10.85***	3>1 4>1 5>1 6>1 7>1 6>2
	2. 每月1-2次	3.79	0.45		
	3. 每月3-4次	3.92	0.41		
	4. 每月5-6次	3.99	0.43		
	5. 每月7-8次	4.09	0.48		
	6. 每月9次以上	4.13	0.33		
	7. 免填(全職義工)	4.04	0.57		
生命態度	1. 幾乎沒有參加	3.47	0.54	4.54***	n. s.
	2. 每月1-2次	3.63	0.56		
	3. 每月3-4次	3.70	0.50		
	4. 每月5-6次	3.73	0.50		
	5. 每月7-8次	3.85	0.48		
	6. 每月9次以上	3.76	0.56		
	7. 免填(全職義工)	3.82	0.57		
生命倫理	1. 幾乎沒有參加	3.90	0.43	3.93**	n. s.
	2. 每月1-2次	4.03	0.44		
	3. 每月3-4次	3.97	0.43		
	4. 每月5-6次	4.13	0.41		
	5. 每月7-8次	4.18	0.38		
	6. 每月9次以上	4.15	0.33		
	7. 免填(全職義工)	4.05	0.51		
靈性成長	1. 幾乎沒有參加	4.24	0.41	10.27***	3>1 4>1 5>1 6>1 7>1
	2. 每月1-2次	4.37	0.35		
	3. 每月3-4次	4.49	0.35		
	4. 每月5-6次	4.56	0.31		
	5. 每月7-8次	4.57	0.35		
	6. 每月9次以上	4.58	0.34		
	7. 免填(全職義工)	4.54	0.37		
生命價值	1. 幾乎沒有參加	4.17	0.43	3.30**	n. s.
	2. 每月1-2次	4.19	0.44		
	3. 每月3-4次	4.32	0.44		
	4. 每月5-6次	4.36	0.46		
	5. 每月7-8次	4.30	0.46		
	6. 每月9次以上	4.30	0.44		
	7. 免填(全職義工)	4.46	0.47		

開放接納	1. 幾乎沒有參加	3.81	0.47	7.22***	4>1 5>1 6>1
	2. 每月1-2次	3.94	0.45		
	3. 每月3-4次	3.98	0.47		
	4. 每月5-6次	4.19	0.51		
	5. 每月7-8次	4.16	0.45		
	6. 每月9次以上	4.20	0.37		
	7. 免填(全職義工)	4.08	0.56		
生命熱忱	1. 幾乎沒有參加	4.16	0.44	6.28***	7>1 7>2
	2. 每月1-2次	4.20	0.37		
	3. 每月3-4次	4.31	0.37		
	4. 每月5-6次	4.37	0.41		
	5. 每月7-8次	4.43	0.39		
	6. 每月9次以上	4.40	0.37		
	7. 免填(全職義工)	4.50	0.45		
因果概念	1. 幾乎沒有參加	4.15	0.36	5.88***	4>1 5>1
	2. 每月1-2次	4.22	0.33		
	3. 每月3-4次	4.25	0.35		
	4. 每月5-6次	4.42	0.29		
	5. 每月7-8次	4.42	0.35		
	6. 每月9次以上	4.36	0.33		
	7. 免填(全職義工)	4.34	0.38		
整體生命意義	1. 幾乎沒有參加	3.98	0.34	9.84***	3>1 4>1 5>1 6>1 7>1
	2. 每月1-2次	4.08	0.32		
	3. 每月3-4次	4.15	0.31		
	4. 每月5-6次	4.25	0.29		
	5. 每月7-8次	4.29	0.31		
	6. 每月9次以上	4.27	0.28		
	7. 免填(全職義工)	4.25	0.38		

註：1. 幾乎沒有參加(n=157)、2. 每月1-2次(n=118)、3. 每月3-4次(n=69)、4. 每月5-6次(n=34)、5. 每月7-8次(n=28)、6. 每月9次以上(n=38)、7. 免填(n=34)

註：*p<.05 **p<.01 ***p<.001 n. s. : 表示無顯著差異

二、每週聽聞《廣論》天數之學員在生命意義上的差異比較

以每週聽聞《廣論》天數為背景變項，生命意義為目標變項，進行單因子變異數分析，若達顯著差異水準，則以Scheffè法進行事後比較，了解差異情形，所得結果如表4-3-5，分析結果如下：

(一)每週聽聞《廣論》天數變項之學員在「生命倫理」、「生命價值」變項中有顯著差異存在，其F值分別為3.61(p<.01)、2.51(p<.05)，達到顯著水準，經Scheffè法檢驗各分組距之差異，無明顯差異。

(二)每週聽聞《廣論》天數變項之學員在「生命目標」變項中有顯著差異存在，其F值=8.58(p<.001)，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知聽聞天數在「天天聽聞」、「5-6天」、「3-4天」該組別之平均值分別為4.03、3.93、3.91顯著高於「幾乎沒有」聽聞《廣論》之學員，其平均值為3.61；另聽聞天數在「天天聽聞」

之平均值為4.03顯著高於「1-2天」聽聞，其平均值為3.74。

- (三)每週聽聞《廣論》天數變項之學員在「生命態度」變項中有顯著差異存在，其F值=5.85($p < .001$)，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知聽聞天數在「天天聽聞」該組別之平均值為3.83顯著高於「1-2天」、「幾乎沒有」聽聞《廣論》之學員，其平均值分別為3.56、3.40。
- (四)每週聽聞《廣論》天數變項之學員在「靈性成長」變項中有顯著差異存在，其F值=10.29($p < .001$)，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知聽聞天數在「天天聽聞」、「5-6天」、「3-4天」該組別之平均值分別為4.56、4.52、4.45顯著高於「1-2天」聽聞《廣論》之學員，其平均值為4.29；另聽聞天數在「天天聽聞」、「5-6天」之平均值分別為4.56、4.52顯著高於「幾乎沒有」聽聞，其平均值為4.29。
- (五)每週聽聞《廣論》天數變項之學員在「開放接納」變項中有顯著差異存在，其F值=4.87($p < .01$)，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知聽聞天數在「天天聽聞」該組別之平均值為4.09顯著高於「幾乎沒有」聽聞《廣論》之學員，其平均值分別為3.76。
- (六)每週聽聞《廣論》天數變項之學員在「生命熱忱」變項中有顯著差異存在，其F值=6.66($p < .001$)，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知聽聞天數在「天天聽聞」、「5-6天」聽聞之平均值分別為4.42、4.37顯著高於「1-2天」、「幾乎沒有」聽聞之學員，其平均值為4.19、4.12。
- (七)每週聽聞《廣論》天數變項之學員在「因果概念」變項中有顯著差異存在，其F值=6.64($p < .001$)，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知聽聞天數在「天天聽聞」該組別之平均值為4.38顯著高於「1-2天」、「幾乎沒有」聽聞《廣論》之學員，其平均值分別為4.17、4.15。
- (八)每週聽聞《廣論》天數變項之學員在「整體生命意義」變項中有顯著差異存在，其F值=9.34($p < .001$)，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知聽聞天數在「天天聽聞」、「5-6天」、「3-4天」各組別之平均值分別為4.25、4.19、4.15顯著高於「幾乎沒有」聽聞《廣論》之學員，其平均值為3.96；另聽聞天數在「天天聽聞」、「5-6天」之平均值分別為4.25、4.19顯著高於「1-2天」聽聞，其平均值為4.03。

綜合以上資料得知每週聽聞《廣論》天數變項之學員在生命意義整體及各構面

部分有達顯著差異，故假設2-5獲得部分支持。

表4-3-5 每週聽聞《廣論》天數之學員在生命意義上之單因子變異數分析表(N=478)

構面	每周聽聞天數變項	平均數	標準差	F 值	Post Hoc
生命目標	1. 幾乎沒有	3.61	0.45	8.58***	3>1
	2. 1-2 天	3.74	0.51		4>1
	3. 3-4 天	3.91	0.45		5>1
	4. 5-6 天	3.93	0.45		5>2
	5. 天天聽聞	4.03	0.47		
生命態度	1. 幾乎沒有	3.40	0.58	5.85***	5>1
	2. 1-2 天	3.56	0.56		5>2
	3. 3-4 天	3.68	0.53		
	4. 5-6 天	3.70	0.47		
	5. 天天聽聞	3.83	0.51		
生命倫理	1. 幾乎沒有	3.91	0.45	3.61**	n. s.
	2. 1-2 天	3.96	0.44		
	3. 3-4 天	3.98	0.43		
	4. 5-6 天	4.14	0.43		
	5. 天天聽聞	4.09	0.38		
靈性成長	1. 幾乎沒有	4.29	0.37	10.29***	4>1
	2. 1-2 天	4.29	0.41		5>1
	3. 3-4 天	4.45	0.37		3>2
	4. 5-6 天	4.52	0.34		4>2
	5. 天天聽聞	4.56	0.33		5>2
生命價值	1. 幾乎沒有	4.13	0.51	2.51*	n. s.
	2. 1-2 天	4.22	0.42		
	3. 3-4 天	4.27	0.47		
	4. 5-6 天	4.24	0.40		
	5. 天天聽聞	4.38	0.47		
開放接納	1. 幾乎沒有	3.76	0.50	4.87**	5>1
	2. 1-2 天	3.90	0.48		
	3. 3-4 天	4.03	0.48		
	4. 5-6 天	4.04	0.46		
	5. 天天聽聞	4.09	0.50		
生命熱忱	1. 幾乎沒有	4.12	0.38	6.66***	4>1
	2. 1-2 天	4.19	0.42		5>1
	3. 3-4 天	4.27	0.43		4>2
	4. 5-6 天	4.37	0.37		5>2
	5. 天天聽聞	4.42	0.39		
因果概念	1. 幾乎沒有	4.15	0.30	6.64***	5>1
	2. 1-2 天	4.17	0.38		5>2
	3. 3-4 天	4.30	0.35		
	4. 5-6 天	4.30	0.36		
	5. 天天聽聞	4.38	0.31		
整體生命意義	1. 幾乎沒有	3.96	0.30	9.34***	3>1
	2. 1-2 天	4.03	0.36		4>1
	3. 3-4 天	4.15	0.33		5>1
	4. 5-6 天	4.19	0.30		4>2
	5. 天天聽聞	4.25	0.29		5>2

註：1. 幾乎沒有(n=44)、2. 1-2天(n=190)、3. 3-4天(n=100)、4. 5-6天(n=75)、5. 天天聽聞(n=69)

註：*p<.05 **p<.01 ***p<.001 n. s. : 表示無顯著差異

三、經典讀誦頻率變項之《廣論》學員在生命意義上的差異比較

以經典讀誦頻率變項為背景變項，生命意義為目標變項，進行單因子變異數分析，若達顯著差異水準，則以Scheffè法進行事後比較，了解差異情形，所得結果如表4-3-6，分析結果如下：

- (一)不同經典讀誦頻率變項之學員在「生命價值」變項中有顯著差異存在，其F值=3.79($p < .05$)，達到顯著水準，經Scheffè法檢驗各分組距之差異，無明顯差異。
- (二)不同經典讀誦頻率變項之學員在「生命目標」變項中有顯著差異存在，其F值=15.33($p < .001$)，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知經典讀誦頻率在「天天」、「時常」讀誦之平均值分別為4.07、3.93顯著高於「偶爾」、「幾乎沒有」讀誦之學員，其平均值分別為3.72、3.59。
- (三)不同經典讀誦頻率變項之學員在「生命態度」變項中有顯著差異存在，其F值=10.34($p < .001$)，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知經典讀誦頻率在「天天」、「時常」讀誦之平均值分別為3.84、3.72顯著高於「偶爾」、「幾乎沒有」讀誦之學員，其平均值為3.52、3.40。
- (四)不同經典讀誦頻率變項之學員在「生命倫理」變項中有顯著差異存在，其F值=6.40($p < .001$)，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知經典讀誦頻率在「天天」讀誦之平均值為4.15顯著高於「偶爾」、「幾乎沒有」讀誦之學員，其平均值為3.94、3.85。
- (五)不同經典讀誦頻率變項之學員在「靈性成長」變項中有顯著差異存在，其F值=15.78($p < .001$)，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知經典讀誦頻率在「天天」、「時常」讀誦之平均值分別為4.57、4.48顯著高於「偶爾」、「幾乎沒有」讀誦之學員，其平均值為4.30、4.20。
- (六)不同經典讀誦頻率變項之學員在「開放接納」變項中有顯著差異存在，其F值=7.60($p < .001$)，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知經典讀誦頻率在「天天」、「時常」讀誦之平均值分別為4.10、4.05顯著高於「偶爾」讀誦之學員，其平均值為3.87；另經典讀誦頻率在「天天」讀誦之平均值為4.10顯著高於「幾乎沒有」讀誦之學員，其平均值為3.80。
- (七)不同經典讀誦頻率變項之學員在「生命熱忱」變項中有顯著差異存在，其F值=10.83($p < .001$)，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知經典讀誦頻率在「天天」、「時常」讀誦之平均值分別為4.43、4.33顯著高於「偶爾」、「幾

乎沒有」讀誦之學員，其平均值為4.18、4.10。

(八)不同經典讀誦頻率變項之學員在「因果概念」變項中有顯著差異存在，其F值=10.71(p<.001)，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知經典讀誦頻率在「天天」、「時常」讀誦之平均值分別為4.40、4.30顯著高於「偶爾」讀誦之學員，其平均值為4.16；另經典讀誦頻率在「天天」讀誦之平均值為4.40顯著高於「幾乎沒有」讀誦之學員，其平均值為4.16。

(九)不同經典讀誦頻率變項之學員在「生命熱忱」變項中有顯著差異存在，其F值=16.65(p<.001)，達到顯著水準，更進一步進行Scheffè法檢驗，得知經典讀誦頻率在「天天」、「時常」讀誦之平均值分別為4.28、4.17顯著高於「偶爾」、「幾乎沒有」讀誦之學員，其平均值為4.02、3.94。

綜合以上資料得知不同經典讀誦頻率變項之學員在生命意義整體及各構面部分有達顯著差異，故假設2-6獲得部分支持。

表4-3-6 經典讀誦頻率變項之《廣論》學員在生命意義上之單因子變異數分析表(N=478)

構面	經典讀誦變項	平均數	標準差	F 值	Post Hoc
生命目標	1. 幾乎沒有	3.59	0.49	15.33***	3>1
	2. 偶而	3.72	0.48		4>1
	3. 時常	3.93	0.45		3>2
	4. 天天	4.07	0.48		4>2
生命態度	1. 幾乎沒有	3.40	0.57	10.34***	3>1
	2. 偶而	3.52	0.53		4>1
	3. 時常	3.72	0.52		3>2
	4. 天天	3.84	0.54		4>2
生命倫理	1. 幾乎沒有	3.85	0.43	6.40***	4>1
	2. 偶而	3.94	0.44		4>2
	3. 時常	4.05	0.42		
	4. 天天	4.15	0.41		
靈性成長	1. 幾乎沒有	4.20	0.39	15.78***	3>1
	2. 偶而	4.30	0.40		4>1
	3. 時常	4.48	0.36		3>2
	4. 天天	4.57	0.35		4>2
生命價值	1. 幾乎沒有	4.13	0.41	3.79*	n. s.
	2. 偶而	4.19	0.44		
	3. 時常	4.29	0.47		
	4. 天天	4.36	0.42		
開放接納	1. 幾乎沒有	3.80	0.45	7.60***	4>1
	2. 偶而	3.87	0.47		3>2
	3. 時常	4.05	0.46		4>2
	4. 天天	4.10	0.53		
生命熱忱	1. 幾乎沒有	4.10	0.35	10.83***	3>1
	2. 偶而	4.18	0.40		4>1
	3. 時常	4.33	0.40		3>2
	4. 天天	4.43	0.42		4>2

因果概念	1. 幾乎沒有	4.16	0.39	10.71***	4>1
	2. 偶而	4.16	0.37		3>2
	3. 時常	4.30	0.33		4>2
	4. 天天	4.40	0.32		
整體生命意義	1. 幾乎沒有	3.94	0.33	16.65***	3>1
	2. 偶而	4.02	0.33		4>1
	3. 時常	4.17	0.32		3>2
	4. 天天	4.28	0.32		4>2

註：1. 幾乎沒有(n=44)、2. 偶而(n=190)、3. 時常(n=100)、4. 天天(n=75)
 註：*p<.05 **p<.01 ***p<.001 n. s. : 表示無顯著差異

四、讀誦經典類別變項之《廣論》學員在生命意義上的差異比較

為了解有無經典讀誦的福智《廣論》學員在生命意義之差異，以最常讀誦經典類別為背景變項，生命意義為目標變項，進行t考驗分析，所得結果如表4-3-7，分析結果如下：

- (一)最常讀誦經典的《廣論》學員在「生命目標」變項中，其中「無讀誦大般若經」(M=3.78)與「有讀誦大般若經」(M=3.89)， $t=-2.50$ ($p<.05$)達到顯著差異性；另「無讀誦普門品」(M=3.79)與「有讀誦普門品」(M=3.92)， $t=-2.80$ ($p<.01$)達到顯著差異性；另「無讀誦怙主讚」(M=3.79)與「有讀誦怙主讚」(M=3.97)， $t=-3.32$ ($p<.01$)達到顯著差異性；另「無讀誦入行論」(M=3.81)與「有讀誦入行論」(M=3.94)， $t=-2.26$ ($p<.05$)達到顯著差異性。
- (二)最常讀誦經典的《廣論》學員在「生命態度」變項中，其中「無讀誦經典習慣」(M=3.34)與「有讀誦經典習慣」(M=3.64)， $t=-2.20$ ($p<.05$)達到顯著差異性；另「無讀誦普門品」(M=3.60)與「有讀誦普門品」(M=3.70)， $t=-1.98$ ($p<.05$)達到顯著差異性；另「無讀誦入行論」(M=3.59)與「有讀誦入行論」(M=3.79)， $t=-3.20$ ($p<.01$)達到顯著差異性；另「無讀誦其他經典」(M=3.61)與「有讀誦其他經典」(M=3.76)， $t=-1.97$ ($p<.05$)達到顯著差異性。
- (三)最常讀誦經典的《廣論》學員在「生命倫理」變項中，其中「無讀誦大般若經」(M=4.00)與「有讀誦大般若經」(M=3.96)， $t=-2.13$ ($p<.05$)達到顯著差異性；另「無讀誦普門品」(M=4.04)與「有讀誦普門品」(M=3.96)， $t=-2.89$ ($p<.01$)達到顯著差異性；另「無讀誦入行論」(M=4.06)與「有讀誦入行論」(M=3.98)， $t=-2.71$ ($p<.01$)達到顯著差異性。
- (四)最常讀誦經典的《廣論》學員在「靈性成長」變項中，其中「無讀誦經典習慣」(M=4.18)與「有讀誦經典習慣」(M=4.41)， $t=-2.31$ ($p<.05$)達到顯著差異性；另「無讀誦

大般若經」(M=4.35)與「有讀誦大般若經」(M=4.44), $t=-2.49$ ($p<.05$)達到顯著差異性;另「無讀誦普門品」(M=4.36)與「有讀誦普門品」(M=4.46), $t=-2.64$ ($p<.01$)達到顯著差異性;另「無讀誦怙主讚」(M=4.36)與「有讀誦怙主讚」(M=4.52), $t=-4.07$ ($p<.001$)達到顯著差異性;另「無讀誦入行論」(M=4.37)與「有讀誦入行論」(M=4.52), $t=-3.30$ ($p<.01$)達到顯著差異性。

(五)最常讀誦經典的《廣論》學員在「生命價值」變項中,其中「無讀誦入行論」(M=4.23)與「有讀誦入行論」(M=4.34), $t=-2.19$ ($p<.05$)達到顯著差異性。

(六)最常讀誦經典的《廣論》學員在「開放接納」變項中,其中「無讀誦大般若經」(M=3.91)與「有讀誦大般若經」(M=4.00), $t=-1.97$ ($p<.05$)達到顯著差異性;另「無讀誦怙主讚」(M=3.93)與「有讀誦怙主讚」(M=4.06), $t=-2.53$ ($p<.05$)達到顯著差異性;另「無讀誦入行論」(M=3.94)與「有讀誦入行論」(M=4.08), $t=-2.66$ ($p<.01$)達到顯著差異性;另「無讀誦其他經典」(M=3.94)與「有讀誦其他經典」(M=4.09), $t=-2.18$ ($p<.05$)達到顯著差異性。

(七)最常讀誦經典的《廣論》學員在「生命熱忱」變項中,其中「無讀誦經典習慣」(M=4.04)與「有讀誦經典習慣」(M=4.27), $t=-2.17$ ($p<.05$)達到顯著差異性;另「無讀誦大般若經」(M=4.22)與「有讀誦大般若經」(M=4.30), $t=-2.10$ ($p<.05$)達到顯著差異性;另「無讀誦普門品」(M=4.22)與「有讀誦普門品」(M=4.34), $t=-3.13$ ($p<.01$)達到顯著差異性;另「無讀誦怙主讚」(M=4.23)與「有讀誦怙主讚」(M=4.37), $t=-3.24$ ($p<.01$)達到顯著差異性;另「無讀誦入行論」(M=4.24)與「有讀誦入行論」(M=4.37), $t=-2.84$ ($p<.01$)達到顯著差異性。

(八)最常讀誦經典的《廣論》學員在「因果概念」變項中,其中「無讀誦普門品」(M=4.21)與「有讀誦普門品」(M=4.31), $t=-2.73$ ($p<.01$)達到顯著差異性;另「無讀誦怙主讚」(M=4.22)與「有讀誦怙主讚」(M=4.33), $t=-2.94$ ($p<.01$)達到顯著差異性;另「無讀誦入行論」(M=4.23)與「有讀誦入行論」(M=4.32), $t=-2.22$ ($p<.05$)達到顯著差異性。

(九)最常讀誦經典的《廣論》學員在「整體生命意義」變項中,其中「無讀誦經典習慣」(M=3.94)與「有讀誦經典習慣」(M=4.11), $t=-2.00$ ($p<.05$)達到顯著差異性;另「無讀誦大般若經」(M=4.07)與「有讀誦大般若經」(M=4.14), $t=-2.22$ ($p<.05$)達到顯著差異性;另「無讀誦普門品」(M=4.07)與「有讀誦普門品」(M=4.17), $t=-2.97$ ($p<.01$)達到顯著差異性;另「無讀誦怙主讚」(M=4.08)與「有讀誦怙主

讚」(M=4.19)， $t=-3.13$ ($p<.01$)達到顯著差異性；另「無讀誦入行論」(M=4.08)與「有讀誦入行論」(M=4.21)， $t=-3.35$ ($p<.01$)達到顯著差異性。

綜合上述資料得知最常讀誦經典的《廣論》學員在生命意義整體及各構面部分達顯著差異，故假設2-7獲得部分支持。

表4-3-7 讀誦經典類別變項之《廣論》學員在生命意義上t考驗分析表(N=478)

構面	讀誦經典類別變項	平均數	標準差	t 值
生命目標	1. 無讀誦經典習慣	3.66	0.49	-1.46
	2. 有讀誦經典習慣	3.84	0.49	
	1. 無讀誦心經	3.80	0.46	-0.79
	2. 有讀誦心經	3.85	0.50	
	1. 無讀誦大般若經	3.78	0.50	-2.50*
	2. 有讀誦大般若經	3.89	0.48	
	1. 無讀誦普門品	3.79	0.49	-2.80**
	2. 有讀誦普門品	3.92	0.48	
	1. 無讀誦怙主讚	3.79	0.49	-3.32**
	2. 有讀誦怙主讚	3.97	0.48	
	1. 無讀誦入行論	3.81	0.50	-2.26*
	2. 有讀誦入行論	3.94	0.44	
	1. 無讀誦其他經典	3.83	0.48	-1.10
	2. 有讀誦其他經典	3.90	0.58	
生命態度	1. 無讀誦經典習慣	3.34	0.71	-2.20*
	2. 有讀誦經典習慣	3.64	0.54	
	1. 無讀誦心經	3.59	0.54	-0.91
	2. 有讀誦心經	3.64	0.55	
	1. 無讀誦大般若經	3.60	0.60	-0.96
	2. 有讀誦大般若經	3.65	0.51	
	1. 無讀誦普門品	3.60	0.55	-1.98*
	2. 有讀誦普門品	3.70	0.54	
	1. 無讀誦怙主讚	3.63	0.56	-0.23
	2. 有讀誦怙主讚	3.64	0.49	
	1. 無讀誦入行論	3.59	0.55	-3.20**
	2. 有讀誦入行論	3.79	0.49	
	1. 無讀誦其他經典	3.61	0.54	-1.97*
	2. 有讀誦其他經典	3.76	0.58	
生命倫理	1. 無讀誦經典習慣	3.90	0.36	-1.02
	2. 有讀誦經典習慣	4.01	0.44	
	1. 無讀誦心經	4.02	0.43	0.49
	2. 有讀誦心經	4.02	0.44	
	1. 無讀誦大般若經	4.00	0.46	-2.13*
	2. 有讀誦大般若經	3.96	0.41	
	1. 無讀誦普門品	4.04	0.43	-2.89**
	2. 有讀誦普門品	3.96	0.43	
	1. 無讀誦怙主讚	4.08	0.43	-1.63
	2. 有讀誦怙主讚	3.98	0.44	
	1. 無讀誦入行論	4.06	0.42	-2.71**
	2. 有讀誦入行論	3.98	0.44	
	1. 無讀誦其他經典	4.00	0.43	-0.76
	2. 有讀誦其他經典	4.04	0.47	
靈性成長	1. 無讀誦經典習慣	4.18	0.37	-2.31*

	2. 有讀誦經典習慣	4.41	0.39	
	1. 無讀誦心經	4.37	0.38	-0.87
	2. 有讀誦心經	4.41	0.39	
	1. 無讀誦大般若經	4.35	0.40	-2.49*
	2. 有讀誦大般若經	4.44	0.38	
	1. 無讀誦普門品	4.36	0.40	-2.64**
	2. 有讀誦普門品	4.46	0.37	
	1. 無讀誦怙主讚	4.36	0.40	-4.07***
	2. 有讀誦怙主讚	4.52	0.34	
	1. 無讀誦入行論	4.37	0.39	-3.30**
	2. 有讀誦入行論	4.52	0.36	
	1. 無讀誦其他經典	4.39	0.39	-1.08
	2. 有讀誦其他經典	4.45	0.39	
生命價值	1. 無讀誦經典習慣	4.22	0.48	-0.26
	2. 有讀誦經典習慣	4.25	0.45	
	1. 無讀誦心經	4.26	0.44	0.37
	2. 有讀誦心經	4.24	0.45	
	1. 無讀誦大般若經	4.25	0.44	-0.02
	2. 有讀誦大般若經	4.25	0.46	
	1. 無讀誦普門品	4.25	0.46	-0.07
	2. 有讀誦普門品	4.25	0.42	
	1. 無讀誦怙主讚	4.24	0.45	-1.01
	2. 有讀誦怙主讚	4.28	0.44	
	1. 無讀誦入行論	4.23	0.45	-2.19*
	2. 有讀誦入行論	4.34	0.43	
	1. 無讀誦其他經典	4.24	0.45	-1.42
	2. 有讀誦其他經典	4.32	0.42	
開放接納	1. 無讀誦經典習慣	3.86	0.51	-0.88
	2. 有讀誦經典習慣	3.97	0.49	
	1. 無讀誦心經	3.95	0.47	-0.22
	2. 有讀誦心經	3.97	0.49	
	1. 無讀誦大般若經	3.91	0.48	-1.97*
	2. 有讀誦大般若經	4.00	0.48	
	1. 無讀誦普門品	3.94	0.48	-1.43
	2. 有讀誦普門品	4.00	0.49	
	1. 無讀誦怙主讚	3.93	0.49	-2.53*
	2. 有讀誦怙主讚	4.06	0.47	
	1. 無讀誦入行論	3.94	0.48	-2.66**
	2. 有讀誦入行論	4.08	0.49	
	1. 無讀誦其他經典	3.94	0.47	-2.18*
	2. 有讀誦其他經典	4.09	0.54	
生命熱忱	1. 無讀誦經典習慣	4.04	0.38	-2.17*
	2. 有讀誦經典習慣	4.27	0.42	
	1. 無讀誦心經	4.22	0.41	-1.23
	2. 有讀誦心經	4.28	0.42	
	1. 無讀誦大般若經	4.22	0.44	-2.10*
	2. 有讀誦大般若經	4.30	0.40	
	1. 無讀誦普門品	4.22	0.40	-3.13**
	2. 有讀誦普門品	4.34	0.43	
	1. 無讀誦怙主讚	4.23	0.42	-3.24**
	2. 有讀誦怙主讚	4.37	0.39	
	1. 無讀誦入行論	4.24	0.36	-2.84**
	2. 有讀誦入行論	4.37	0.34	

	1. 無讀誦其他經典	4.25	0.41	-1.74	
	2. 有讀誦其他經典	4.35	0.47		
	1. 無讀誦經典習慣	4.08	0.38	-1.86	
	2. 有讀誦經典習慣	4.25	0.36		
	1. 無讀誦心經	4.21	0.36	-1.10	
	2. 有讀誦心經	4.26	0.36		
	1. 無讀誦大般若經	4.22	0.37	-1.39	
	2. 有讀誦大般若經	4.27	0.35		
因果概念	1. 無讀誦普門品	4.21	0.35	-2.73**	
	2. 有讀誦普門品	4.31	0.36		
	1. 無讀誦怙主讚	4.22	0.36	-2.94**	
	2. 有讀誦怙主讚	4.33	0.33		
	1. 無讀誦入行論	4.23	0.36	-2.22*	
	2. 有讀誦入行論	4.32	0.34		
	1. 無讀誦其他經典	4.24	0.35	-1.23	
	2. 有讀誦其他經典	4.30	0.39		
		1. 無讀誦經典習慣	3.94	0.35	-2.00*
		2. 有讀誦經典習慣	4.11	0.34	
	1. 無讀誦心經	4.08	0.34	-0.83	
	2. 有讀誦心經	4.11	0.34		
	1. 無讀誦大般若經	4.07	0.36	-2.22*	
	2. 有讀誦大般若經	4.14	0.33		
整體生命意義	1. 無讀誦普門品	4.07	0.34	-2.97**	
	2. 有讀誦普門品	4.17	0.34		
	1. 無讀誦怙主讚	4.08	0.35	-3.13**	
	2. 有讀誦怙主讚	4.19	0.30		
	1. 無讀誦入行論	4.08	0.34	-3.35**	
	2. 有讀誦入行論	4.21	0.32		
	1. 無讀誦其他經典	4.10	0.33	-1.73	
	2. 有讀誦其他經典	4.18	0.39		

註：* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

五、唸誦佛號類別變項之《廣論》學員在生命意義上的差異比較

以最常唸誦佛號或咒文類別為背景變項，生命意義為目標變項，進行 t 考驗分析，所得結果如表4-3-8，分析結果如下：

- (一)最常唸誦佛號或咒文的《廣論》學員在「生命目標」變項中，其中「無唸誦大悲咒」(M=3.80)與「有唸誦大悲咒」(M=4.01)， $t=-3.37(p < .001)$ 達到顯著差異性；另「無唸誦釋迦牟尼佛」(M=3.77)與「有唸誦釋迦牟尼佛」(M=3.90)， $t=-2.94(p < .01)$ 達到顯著差異性。
- (二)最常唸誦佛號或咒文的《廣論》學員則在「生命態度」變項中，其中「無唸誦佛號」(M=3.31)與「有唸誦佛號」(M=3.64)， $t=-2.22(p < .05)$ 達到顯著差異性。
- (三)最常唸誦佛號或咒文的《廣論》學員在「生命倫理」變項中，其中「無唸誦大悲咒」(M=3.98)與「有唸誦大悲咒」(M=4.11)， $t=-2.48(p < .05)$ 達到顯著差異性；另「無唸誦釋迦牟尼佛」(M=3.96)與「有唸誦釋迦牟尼佛」(M=4.05)， $t=-2.27(p < .05)$

達到顯著差異性。

(四)最常唸誦佛號或咒文的《廣論》學員在「靈性成長」變項中，其中「無唸誦六字大明咒」(M=4.35)與「有唸誦六字大明咒」(M=4.42)， $t=-2.02(p<.05)$ 達到顯著差異性；另「無唸誦大悲咒」(M=4.38)與「有唸誦大悲咒」(M=4.48)， $t=-2.22(p<.05)$ 達到顯著差異性；另「無唸誦釋迦牟尼佛」(M=4.35)與「有唸誦釋迦牟尼佛」(M=4.44)， $t=-2.38(p<.05)$ 達到顯著差異性。

(五)最常唸誦佛號或咒文的《廣論》學員在「生命價值」變項中，其中「無唸誦大悲咒」(M=4.23)與「有唸誦大悲咒」(M=4.35)， $t=-2.39(p<.05)$ 達到顯著差異性；另「無唸誦釋迦牟尼佛」(M=4.20)與「有唸誦釋迦牟尼佛」(M=4.29)， $t=-2.42(p<.05)$ 達到顯著差異性；另「無唸誦地藏王菩薩」(M=4.26)與「有唸誦地藏王菩薩」(M=4.09)， $t=2.01(p<.05)$ 達到顯著差異性。

(六)最常唸誦佛號或咒文的《廣論》學員在「開放接納」變項中，其中「無唸誦大悲咒」(M=3.93)與「有唸誦大悲咒」(M=4.10)， $t=-2.88(p<.01)$ 達到顯著差異性；另「無唸誦釋迦牟尼佛」(M=3.90)與「有唸誦釋迦牟尼佛」(M=4.02)， $t=-2.92(p<.01)$ 達到顯著差異性。

(七)最常唸誦佛號或咒文的《廣論》學員在「生命熱忱」變項中，其中「無唸誦大悲咒」(M=4.24)與「有唸誦大悲咒」(M=4.36)， $t=-2.29(p<.05)$ 達到顯著差異性；另「無唸誦觀世音菩薩」(M=4.22)與「有唸誦觀世音菩薩」(M=4.30)， $t=-2.09(p<.05)$ 達到顯著差異性；另「無唸誦釋迦牟尼佛」(M=4.20)與「有唸誦釋迦牟尼佛」(M=4.32)， $t=-3.08(p<.01)$ 達到顯著差異性。

(八)最常唸誦佛號或咒文的《廣論》學員在「因果概念」變項中，其中「無唸誦大悲咒」(M=4.22)與「有唸誦大悲咒」(M=4.36)， $t=-3.31(p<.01)$ 達到顯著差異性；另「無唸誦其他佛號」(M=4.24)與「有唸誦其他佛號」(M=4.40)， $t=-2.27(p<.05)$ 達到顯著差異性。

(九)最常唸誦佛號或咒文的《廣論》學員在「整體生命意義」變項中，其中「無唸誦大悲咒」(M=4.08)與「有唸誦大悲咒」(M=4.22)， $t=-3.40(p<.01)$ 達到顯著差異性；另「無唸誦釋迦牟尼佛」(M=4.06)與「有唸誦釋迦牟尼佛」(M=4.15)， $t=-2.98(p<.01)$ 達到顯著差異性。

綜合以上資料得知讀誦佛號的《廣論》學員在生命意義整體及各構面部分達顯著差異，故假設2-8獲得部分支持。

表4-3-8 讀誦佛號變項之《廣論》學員在生命意義上t考驗分析表(N=478)

構面	讀誦佛號變項	平均數	標準差	t 值
生命目標	1. 無讀誦佛號習慣	3.70	0.39	-1.11
	2. 有讀誦佛號習慣	3.84	0.49	
	1. 無讀誦六字大明咒	3.80	0.49	-1.13
	2. 有讀誦六字大明咒	3.85	0.49	
	1. 無讀誦大悲咒	3.80	0.48	-3.37***
	2. 有讀誦大悲咒	4.01	0.51	
	1. 無讀誦觀世音菩薩	3.82	0.51	-0.64
	2. 有讀誦觀世音菩薩	3.85	0.48	
	1. 無讀誦釋迦牟尼佛	3.77	0.46	-2.94**
	2. 有讀誦釋迦牟尼佛	3.90	0.51	
	1. 無讀誦阿彌陀佛	3.82	0.51	-0.72
	2. 有讀誦阿彌陀佛	3.85	0.47	
	1. 無讀誦地藏王菩薩	3.83	0.48	-0.45
	2. 有讀誦地藏王菩薩	3.88	0.59	
	1. 無讀誦其他佛號	3.83	0.49	-1.04
	2. 有讀誦其他佛號	3.93	0.44	
生命態度	1. 無讀誦佛號習慣	3.31	0.67	-2.22*
	2. 有讀誦佛號習慣	3.64	0.54	
	1. 無讀誦六字大明咒	3.64	0.58	0.13
	2. 有讀誦六字大明咒	3.63	0.53	
	1. 無讀誦大悲咒	3.62	0.55	-1.42
	2. 有讀誦大悲咒	3.71	0.54	
	1. 無讀誦觀世音菩薩	3.64	0.57	0.35
	2. 有讀誦觀世音菩薩	3.62	0.53	
	1. 無讀誦釋迦牟尼佛	3.59	0.54	-1.62
	2. 有讀誦釋迦牟尼佛	3.67	0.55	
	1. 無讀誦阿彌陀佛	3.64	0.56	0.12
	2. 有讀誦阿彌陀佛	3.63	0.53	
	1. 無讀誦地藏王菩薩	3.64	0.55	0.82
	2. 有讀誦地藏王菩薩	3.55	0.54	
	1. 無讀誦其他佛號	3.62	0.55	-1.32
	2. 有讀誦其他佛號	3.77	0.49	
生命倫理	1. 無讀誦佛號習慣	3.98	0.41	-0.25
	2. 有讀誦佛號習慣	4.01	0.43	
	1. 無讀誦六字大明咒	4.03	0.43	0.78
	2. 有讀誦六字大明咒	3.99	0.44	
	1. 無讀誦大悲咒	3.98	0.43	-2.48*
	2. 有讀誦大悲咒	4.11	0.45	
	1. 無讀誦觀世音菩薩	4.00	0.46	-0.06
	2. 有讀誦觀世音菩薩	4.00	0.42	
	1. 無讀誦釋迦牟尼佛	3.96	0.43	-2.27*
	2. 有讀誦釋迦牟尼佛	4.05	4.30	
	1. 無讀誦阿彌陀佛	3.99	0.45	0.60
	2. 有讀誦阿彌陀佛	4.01	0.41	
	1. 無讀誦地藏王菩薩	4.01	0.43	1.39
	2. 有讀誦地藏王菩薩	3.90	0.46	
	1. 無讀誦其他佛號	4.01	0.43	0.29
	2. 有讀誦其他佛號	3.98	0.50	
靈性成長	1. 無讀誦佛號習慣	4.21	0.38	-1.78
	2. 有讀誦佛號習慣	4.40	0.39	

	1. 無讀誦六字大明咒	4.35	0.37	-2.02*
	2. 有讀誦六字大明咒	4.42	0.40	
	1. 無讀誦大悲咒	4.38	0.39	-2.22*
	2. 有讀誦大悲咒	4.48	0.38	
	1. 無讀誦觀世音菩薩	4.37	0.41	-1.26
	2. 有讀誦觀世音菩薩	4.42	0.38	
	1. 無讀誦釋迦牟尼佛	4.35	0.39	-2.38*
	2. 有讀誦釋迦牟尼佛	4.44	0.39	
	1. 無讀誦阿彌陀佛	4.38	0.40	-1.25
	2. 有讀誦阿彌陀佛	4.42	0.38	
	1. 無讀誦地藏王菩薩	4.40	0.39	0.51
	2. 有讀誦地藏王菩薩	4.36	0.46	
	1. 無讀誦其他佛號	4.39	0.39	-0.69
	2. 有讀誦其他佛號	4.45	0.35	
	1. 無讀誦佛號習慣	4.05	0.47	-1.65
	2. 有讀誦佛號習慣	4.25	0.45	
	1. 無讀誦六字大明咒	4.25	0.44	-0.04
	2. 有讀誦六字大明咒	4.25	0.45	
	1. 無讀誦大悲咒	4.23	0.46	-2.39*
	2. 有讀誦大悲咒	4.35	0.40	
	1. 無讀誦觀世音菩薩	4.24	0.47	-0.17
	2. 有讀誦觀世音菩薩	4.25	0.44	
生命價值	1. 無讀誦釋迦牟尼佛	4.20	0.44	-2.42*
	2. 有讀誦釋迦牟尼佛	4.29	0.45	
	1. 無讀誦阿彌陀佛	4.23	0.47	-0.96
	2. 有讀誦阿彌陀佛	4.27	0.42	
	1. 無讀誦地藏王菩薩	4.26	0.44	2.01*
	2. 有讀誦地藏王菩薩	4.09	0.48	
	1. 無讀誦其他佛號	4.25	0.45	0.31
	2. 有讀誦其他佛號	4.22	0.49	
	1. 無讀誦佛號習慣	3.71	0.40	-1.95
	2. 有讀誦佛號習慣	3.97	0.49	
	1. 無讀誦六字大明咒	3.91	0.48	-1.72
	2. 有讀誦六字大明咒	3.99	0.49	
	1. 無讀誦大悲咒	3.93	0.47	-2.88**
	2. 有讀誦大悲咒	4.10	0.53	
	1. 無讀誦觀世音菩薩	3.93	0.48	-1.38
	2. 有讀誦觀世音菩薩	3.99	0.49	
開放接納	1. 無讀誦釋迦牟尼佛	3.90	0.45	-2.92**
	2. 有讀誦釋迦牟尼佛	4.02	0.51	
	1. 無讀誦阿彌陀佛	3.95	0.49	-0.80
	2. 有讀誦阿彌陀佛	3.98	0.48	
	1. 無讀誦地藏王菩薩	3.96	0.48	-0.31
	2. 有讀誦地藏王菩薩	3.99	0.52	
	1. 無讀誦其他佛號	3.96	0.49	-1.32
	2. 有讀誦其他佛號	4.09	0.47	
	1. 無讀誦佛號習慣	4.17	0.48	-0.88
	2. 有讀誦佛號習慣	4.27	0.42	
	1. 無讀誦六字大明咒	4.24	0.40	-0.93
	2. 有讀誦六字大明咒	4.28	0.42	
	1. 無讀誦大悲咒	4.24	0.41	-2.29*
	2. 有讀誦大悲咒	4.36	0.46	
生命熱忱	1. 無讀誦觀世音菩薩	4.22	0.42	-2.09*

	2. 有讀誦觀世音菩薩	4.30	0.41	
	1. 無讀誦釋迦牟尼佛	4.20	0.41	-3.08**
	2. 有讀誦釋迦牟尼佛	4.32	0.42	
	1. 無讀誦阿彌陀佛	4.25	0.42	-0.91
	2. 有讀誦阿彌陀佛	4.28	0.41	
	1. 無讀誦地藏王菩薩	4.26	0.41	0.29
	2. 有讀誦地藏王菩薩	4.24	0.54	
	1. 無讀誦其他佛號	4.26	0.41	0.09
	2. 有讀誦其他佛號	4.26	0.53	
因果概念	1. 無讀誦佛號習慣	4.12	0.29	-1.36
	2. 有讀誦佛號習慣	4.25	0.36	
	1. 無讀誦六字大明咒	4.22	0.37	-1.10
	2. 有讀誦六字大明咒	4.26	0.35	
	1. 無讀誦大悲咒	4.22	0.36	-3.31**
	2. 有讀誦大悲咒	4.36	0.35	
	1. 無讀誦觀世音菩薩	4.23	0.36	-0.97
	2. 有讀誦觀世音菩薩	4.26	0.35	
	1. 無讀誦釋迦牟尼佛	4.21	0.36	-1.83
	2. 有讀誦釋迦牟尼佛	4.27	0.36	
	1. 無讀誦阿彌陀佛	4.23	0.34	-1.18
	2. 有讀誦阿彌陀佛	4.27	0.37	
	1. 無讀誦地藏王菩薩	4.24	0.36	-0.41
	2. 有讀誦地藏王菩薩	4.27	0.39	
	1. 無讀誦其他佛號	4.24	0.36	-2.27*
	2. 有讀誦其他佛號	4.40	0.30	
整體生命意義	1. 無讀誦佛號習慣	3.95	0.34	-1.74
	2. 有讀誦佛號習慣	4.11	0.34	
	1. 無讀誦六字大明咒	4.08	0.34	-0.98
	2. 有讀誦六字大明咒	4.12	0.34	
	1. 無讀誦大悲咒	4.08	0.33	-3.40**
	2. 有讀誦大悲咒	4.22	0.36	
	1. 無讀誦觀世音菩薩	4.01	0.36	-0.97
	2. 有讀誦觀世音菩薩	4.12	0.33	
	1. 無讀誦釋迦牟尼佛	4.06	0.33	-2.98**
	2. 有讀誦釋迦牟尼佛	4.15	0.34	
	1. 無讀誦阿彌陀佛	4.09	0.35	-1.02
	2. 有讀誦阿彌陀佛	4.12	0.33	
	1. 無讀誦地藏王菩薩	4.11	0.34	-0.48
	2. 有讀誦地藏王菩薩	4.08	0.39	
	1. 無讀誦其他佛號	4.10	0.34	-1.14
	2. 有讀誦其他佛號	4.18	0.32	

註：*p<.05 **p<.01 ***p<.001

六、有無參加研討班家屬變項之《廣論》學員在生命意義上的差異比較

以有無參加研討班家屬為背景變項，生命意義為目標變項，進行t考驗分析，所得結果如表4-3-9，分析結果如下：

(一)有無參加研討班家屬的《廣論》學員在「生命態度」、「生命倫理」、「生命價值」、「生命熱忱」子構面，均未達.05顯著水準。

(二)有無參加研討班家屬的《廣論》學員則在「生命目標」變項中，其中「無配偶參加」

(M=3.80)與「有配偶參加」(M=3.90)， $t=-2.24$ ($p<.05$)達到顯著差異性。

(三)有無參加研討班家屬的《廣論》學員則在「靈性成長」變項中，其中「無參加研討班家屬」(M=4.31)與「有參加研討班家屬」(M=4.45)， $t=-3.72$ ($p<.001$)達到顯著差異性；另「無配偶參加」(M=4.35)與「有配偶參加」(M=4.47)， $t=-3.28$ ($p<.01$)達到顯著差異性；另「無子女參加」(M=4.37)與「有子女參加」(M=4.52)， $t=-3.45$ ($p<.01$)達到顯著差異性。

(四)有無參加研討班家屬的《廣論》學員則在「開放接納」變項中，其中「無配偶參加」(M=3.93)與「有配偶參加」(M=4.02)， $t=-2.00$ ($p<.05$)達到顯著差異性。

(五)有無參加研討班家屬的《廣論》學員則在「因果概念」變項中，其中「無參加研討班家屬」(M=4.20)與「有參加研討班家屬」(M=4.27)， $t=-2.05$ ($p<.05$)達到顯著差異性；另「無配偶參加」(M=4.22)與「有配偶參加」(M=4.29)， $t=-2.22$ ($p<.05$)達到顯著差異性；另「無子女參加」(M=4.23)與「有子女參加」(M=4.34)， $t=-2.72$ ($p<.01$)達到顯著差異性。

(六)有無參加研討班家屬的《廣論》學員則在「整體生命意義」變項中，其中「無參加研討班家屬」(M=4.01)與「有參加研討班家屬」(M=4.14)， $t=-2.49$ ($p<.05$)達到顯著差異性；另「無配偶參加」(M=4.08)與「有配偶參加」(M=4.16)， $t=-2.50$ ($p<.05$)達到顯著差異性；另「無子女參加」(M=4.09)與「有子女參加」(M=4.19)， $t=-2.37$ ($p<.05$)達到顯著差異性。

由以上資料可知，有參加研討班的家屬之《廣論》學員在華人生命意義料表八個構面中，在「生命目標」、「靈性成長」、「開放接納」、「因果概念」與「整體生命意義」五個構面達到顯著性，得知有無參加研討班家屬的《廣論》學員在生命意義整體及各構面部分有達顯著差異，故假設2-9部分獲得支持。

表4-3-9 參加研討班家屬變項之《廣論》學員在生命意義上t考驗分析表(N=478)

構面	研討班家屬變項	平均數	標準差	t 值
生命目標	1. 無	3.78	0.52	-1.92
	2. 有	3.87	0.47	
	1. 無父母親	3.83	0.50	-1.01
	2. 有父母親	3.89	0.45	
	1. 無配偶	3.80	0.50	-2.24*
	2. 有配偶	3.90	0.47	
	1. 無子女	3.82	0.50	-1.75
	2. 有子女	3.92	0.46	
	1. 無兄弟姐妹	3.84	0.49	-0.40
	2. 有兄弟姐妹	3.82	0.50	

	1. 無其他家屬	3.83	0.49	-0.53	
	2. 有其他家屬	3.90	0.46		
	1. 無	3.57	0.57	-1.92	
	2. 有	3.67	0.53		
生命態度	1. 無父母親	3.61	0.55	-1.86	
	2. 有父母親	3.74	0.51		
	1. 無配偶	3.60	0.56	-1.90	
	2. 有配偶	3.70	0.52		
	1. 無子女	3.62	0.56	-1.25	
	2. 有子女	3.70	0.50		
	1. 無兄弟姐妹	3.63	0.55	-0.12	
	2. 有兄弟姐妹	3.64	0.53		
	1. 無其他家屬	3.64	0.55	0.69	
	2. 有其他家屬	3.54	0.52		
	生命倫理	1. 無	3.97	0.42	-1.56
		2. 有	4.03	0.44	
1. 無父母親		4.00	0.43	-0.71	
2. 有父母親		4.03	0.45		
1. 無配偶		3.98	0.44	-1.82	
2. 有配偶		4.05	0.42		
1. 無子女		4.00	0.43	-1.00	
2. 有子女		4.05	0.46		
1. 無兄弟姐妹		4.00	0.43	-0.73	
2. 有兄弟姐妹		4.00	0.44		
1. 無其他家屬		4.01	0.43	0.42	
2. 有其他家屬		3.96	0.40		
靈性成長	1. 無	4.31	0.41	-3.72***	
	2. 有	4.45	0.37		
	1. 無父母親	4.39	0.40	-1.53	
	2. 有父母親	4.46	0.34		
	1. 無配偶	4.35	0.40	-3.28**	
	2. 有配偶	4.47	0.36		
	1. 無子女	4.37	0.40	-3.45**	
	2. 有子女	4.52	0.33		
	1. 無兄弟姐妹	4.40	0.39	-0.21	
	2. 有兄弟姐妹	4.41	4.04		
	1. 無其他家屬	4.39	0.39	-1.24	
	2. 有其他家屬	4.51	0.32		
生命價值	1. 無	4.23	0.43	-0.86	
	2. 有	4.26	0.46		
	1. 無父母親	4.24	0.44	-1.28	
	2. 有父母親	4.31	0.49		
	1. 無配偶	4.24	0.45	-0.34	
	2. 有配偶	4.26	0.45		
	1. 無子女	4.24	0.44	-0.99	
	2. 有子女	4.29	0.48		
	1. 無兄弟姐妹	4.26	0.44	0.94	
	2. 有兄弟姐妹	4.21	0.47		
	1. 無其他家屬	4.25	0.45	0.52	
	2. 有其他家屬	4.19	0.52		
開放接納	1. 無	3.91	0.49	-1.85	
	2. 有	4.00	0.48		
	1. 無父母親	0.97	0.49	-0.14	

	2. 有父母親	0.96	0.48		
	1. 無配偶	3.93	0.49	-2.00*	
	2. 有配偶	4.02	0.48		
	1. 無子女	3.95	0.49	-1.62	
	2. 有子女	4.04	0.48		
	1. 無兄弟姐妹	3.96	0.48	-0.10	
	2. 有兄弟姐妹	3.97	0.50		
	1. 無其他家屬	3.96	0.49	-0.94	
	2. 有其他家屬	4.07	0.48		
生命熱忱	1. 無	4.23	0.41	-1.51	
	2. 有	4.29	0.42		
	1. 無父母親	4.26	0.42	-1.09	
	2. 有父母親	4.31	0.40		
	1. 無配偶	4.24	0.42	-1.51	
	2. 有配偶	4.30	0.42		
	1. 無子女	4.25	0.42	-1.80	
	2. 有子女	4.34	0.43		
	1. 無兄弟姐妹	4.27	0.42	-0.61	
	2. 有兄弟姐妹	4.24	0.43		
	1. 無其他家屬	4.26	4.16	0.43	
	2. 有其他家屬	4.22	0.46		
	因果概念	1. 無	4.20	0.38	-2.05*
		2. 有	4.27	0.34	
1. 無父母親		4.24	0.36	-1.61	
2. 有父母親		4.31	0.35		
1. 無配偶		4.22	0.37	-2.22*	
2. 有配偶		4.29	0.33		
1. 無子女		4.23	0.36	-2.72**	
2. 有子女		4.34	0.31		
1. 無兄弟姐妹		4.25	0.36	1.05	
2. 有兄弟姐妹		4.21	0.36		
1. 無其他家屬		4.25	0.36	-0.10	
2. 有其他家屬		4.25	0.30		
整體生命意義		1. 無	4.01	0.35	-2.49*
		2. 有	4.14	0.33	
	1. 無父母親	4.10	0.34	-1.56	
	2. 有父母親	4.17	0.33		
	1. 無配偶	4.08	0.35	-2.50*	
	2. 有配偶	4.16	0.32		
	1. 無子女	4.09	0.35	-2.37*	
	2. 有子女	4.19	0.30		
	1. 無兄弟姐妹	4.11	0.34	0.43	
	2. 有兄弟姐妹	4.09	0.35		
	1. 無其他家屬	4.11	0.34	-0.08	
	2. 有其他家屬	4.11	0.31		

註：*p<.05 **p<.01 ***p<.001

第四節 不同研討班班別之學員與參與程度變項正相關分析

本節主要探討福智《廣論》學員研討班班別變項對學員參與程度變項是否有顯著正相關，在參與程度中包含「是否為全職義工」、「是否有固定護持義工」、「平均每個月護持福智法人義工的頻率」、「每週聽聞《廣論》的天數」、「經典讀誦頻率」、「常讀頌經典」、「常讀頌之佛號或咒文」及「有無家屬參加研討班」。

壹、研討班班別變項對學員參與程度變項在生命意義上之相關分析

以卡方檢定交叉表檢驗假設3：不同研討班班別之《廣論》學員與參與程度變項有顯著正相關，如表4-4-1所示，分析如下：

一、不同班別之學員與是否為全職義工之卡方檢定

478位學員中，備覽班為全職義工之比例遠高於資淺的三班學員，卡方值為33.89，自由度為3，P值為 $<.001$ ，達顯著，表示不同班別之學員與是否為全職義工兩變項間確實有相關性，互相影響。由其百分比狀況得知，兩變項之間似乎有某種變化，為全職義工的百分比隨著年資的增加有往上升的趨勢。

二、不同班別的學員與是否為固定護持義工之卡方檢定

表4-4-1所示，學員為固定護持義工之比例隨班別之資深而呈現遞增現象，比例依序為22.7、62.1、80.8、88.2，卡方值為137.24，自由度為3，P值為 $<.001$ ，達顯著，表示不同班別之學員與是否為固定護持義工兩變項間確實有相關性，互相影響。從百分比分配可知，兩變項之間有相關的變化，固定護持義工百分比隨著年資的增加有往上升的現象。

三、不同班別的學員與有無常讀誦經典之卡方檢定

表4-4-1所示，學員有無常讀誦經典之比例隨班別之資深而呈現遞增現象，比例依序為94.4、98.1、100、100，卡方值為8.78，自由度為3，P值為 $.032 < .05$ ，達顯著，表示不同班別之學員與有無常讀誦經典兩變項間確實有相關性，且互相影響。由其百分比狀況得知，兩變項間似乎存在某種關係，常讀誦經典之百分比隨著班別(年資)愈資深愈有往上升的趨勢。

四、不同班別的學員與有無讀誦心經之卡方檢定

表4-4-1所示，學員有無常讀誦心經之比例隨班別之資深而呈現遞增現象，比例依序為73.7、83.5、86.3、88.2，卡方值為10.55，自由度為3，P值為 $.014 < .05$ ，達顯著，

表示不同班別之學員與有無常讀誦心經兩變項間確實有相關性，互相影響。從其百分比分配可知，兩變項之間似乎存有某相關的變化，讀誦心經之百分比隨著年資的增加有往上升的現象。

五、不同班別的學員與有無讀誦大般若經之卡方檢定

表4-4-1所示，學員有無常讀誦大般若經之比例隨班別之資深而呈現遞增現象，比例依序為42.2、69.9、75.3、78.4，卡方值為48.94，自由度為3，P值為 $<.001$ ，達顯著，表示不同班別之學員與有無常讀誦大般若經兩變項間確實有相關性，且互相影響。由其百分比狀況得知，兩變項之間似乎存有某種變化，讀誦大般若經的百分比隨著班別(年資)愈資深愈往上升的趨勢。

六、不同班別的學員與有無讀誦六臂怙主讚之卡方檢定

表4-4-1所示，學員有無常讀誦六臂怙主讚之比例隨班別之資深而呈現遞增現象，比例依序為11.6、37.9、38.4、43.1，卡方值為49.58，自由度為3，P值為 $<.001$ ，達顯著，表示不同班別之學員與有無常讀誦六臂怙主讚兩變項間確實有相關性，互相影響。從其百分比分配得知，兩變項之間似乎在某相關的變化，常讀誦六臂怙主讚的百分比隨著年資的增加有往上升的現象。

七、不同班別的學員與有無讀誦入菩薩行論之卡方檢定

表4-4-1所示，學員有無常讀誦入菩薩行論之比例隨班別之資深而呈現遞增現象，比例依序為10.0、22.3、35.6、37.3，卡方值為37.46，自由度為3，P值為 $<.001$ ，達顯著，表示不同班別之學員與有無常讀誦入菩薩行論兩變項間確實有相關性，互相影響。由其百分比狀況得知，兩變項之間似乎有某種關係，讀誦入菩薩行論的百分比隨著年資愈資深愈往上升的趨勢。

八、不同班別的學員與有無讀誦六字大明咒之卡方檢定

表4-4-1所示，備覽班在有無讀誦六字大明咒之比例高於資淺的其他三班學員，卡方值為24.46，自由度為3，P值為 $<.001$ ，達顯著，表示不同班別之學員與有無常讀誦六字大明咒兩變項間確實有相關性，互相影響。由其百分比分配可知，兩變項間似乎有某相關聯，讀誦六字大明咒的百分比隨著年資的增加有往上升的現象。

九、不同班別的學員與有無讀誦阿彌陀佛之卡方檢定

表4-4-1所示，學員有無讀誦阿彌陀佛變項之間存在某種關聯，從差異上來看備覽班之比例有異於其他班級的比例，備覽班有讀誦阿彌陀佛之比例為27.5，其他班級有讀

誦阿彌陀佛的比例50左右，可見班別不同之學員與有無讀誦阿彌陀佛兩變項間確實有相關性，互相影響。從其百分比狀況得知，兩變項間似乎有某種變化，有讀誦阿彌陀佛的百分比隨著年資愈資淺愈往上升的現象。

十、不同班別的學員與有無參加研討班家屬之卡方檢定

表4-4-1所示，學員有無參加研討班家屬之比例隨班別之資深而呈現遞增現象，比例依序為51.0、67.0、71.2、86.3，卡方值為29.08，自由度為3，P值為 $<.001$ ，達顯著，表示不同班別之學員與有無參加研討班家屬兩變項間確實有相關性，互相影響。由其百分比分配可知，兩變項之間似乎有某種關聯，有參加研討班的家屬百分比隨著年資的增加有往上升的現象。

十一、不同班別的學員與配偶有無參加研討班之卡方檢定

表4-4-1所示，學員配偶有無參加研討班之比例隨班別之資深而呈現遞增現象，比例依序為27.5、41.7、43.8、72.5，卡方值為39.33，自由度為3，P值為 $<.001$ ，達顯著，表示不同班別之學員與配偶有無參加研討班兩變項間確實有相關性，互相影響。從其百分比狀況得知，兩變項之間似乎有某種的變化，配偶有參加研討班之百分比隨著年資愈資深愈有往上升的趨勢。

十二、不同班別的學員與子女有無參加研討班之卡方檢定

表4-4-1所示，學員子女有無參加研討班之比例隨班別之資深而呈現遞增現象，比例依序為9.6、23.3、24.7、35.3，卡方值為27.04，自由度為3，P值為 $<.001$ ，達顯著，表示不同班別之學員與子女有無參加研討班兩變項間確實有相關性，互相影響。由其百分比分配可知，兩變項之間似乎有某種相關，子女有參加研討班的百分比隨著年資的增加有往上升現象。

十三、不同班別的學員與兄弟姊妹有無參加研討班之卡方檢定

表4-4-1所示，學員兄弟姊妹有無參加研討班之比例隨班別之資深而呈現遞增現象，比例依序為9.6、23.3、24.7、35.3，卡方值為27.04，自由度為3，P值為 $<.001$ ，達顯著，表示不同班別之學員與兄弟姊妹有無參加研討班兩變項間確實有相關性，互相影響。由其百分比狀況得知，兩變項之間似乎有相關的變化，兄弟姊妹有參加研討班的百分比隨著年資愈資深愈有往上升的趨勢。

十四、不同班別的學員與平均每個月護持福智法人義工的頻率之卡方檢定

學員平均每個月護持義工的頻率6次以上之比例隨班別之資深而呈現明顯遞增現

象，比例依序為9.2、21.4、32.9、60.8，卡方值為76.28，自由度為3，P值為 $<.001$ ，達顯著，表示不同班別之學員與平均每個月護持福智法人義工的頻率兩變項間確實有相關性，互相影響。由其百分比分配可知，兩變項間似乎存有某種變化，平均每個月護持福智法人義工頻率的百分比隨著年資的增加有往上升的趨勢。

十五、不同班別的學員與每週聽聞《廣論》的天數之卡方檢定

學員每週聽聞《廣論》的天數4次以上之比例隨班別之資深而呈現明顯遞增現象，比例依序為12.7、32.0、54.8、76.5，卡方值為109.33，自由度為3，P值為 $<.001$ ，達顯著，表示不同班別之學員與每週聽聞《廣論》的天數兩變項間確實有相關性，互相影響。由其百分比狀況得知，兩變項之間似乎有某種相關變化，每週聽聞廣論的天數之百分比隨著年資愈資深愈有往上升的現象。

十六、不同班別的學員與經典讀誦頻率之卡方檢定

學員經典讀誦頻率中以「時常」和「天天」之比例隨班別之資深而呈現遞增現象，卡方值為55.80，自由度為9，P值為 $<.001$ ，達顯著，表示不同班別之學員與經典讀誦頻率兩變項間確實有相關性，互相影響。由其百分比分配狀況可知，兩變項間似乎有某種變化，經典讀誦頻率的百分比隨著年資的增加有往上升的趨勢。

綜合以上資料得知，不同研討班班別之《廣論》學員與部分參與程度變項卡方值達到顯著；部分參與程度變項包括是否為全職義工、是否為固定護持義工、有無常讀誦經典、有無讀誦心經、有無讀誦大般若經、有無讀誦六臂怙主讚、有無讀誦入菩薩行論、有無讀誦六字大明咒、有無讀誦阿彌陀佛、有無參加研討班家屬、配偶有無參加研討班，子女有無參加研討班、兄弟姊妹有無參加研討班、平均每個月護持福智法人義工的頻率、每週聽聞《廣論》的天數、經典讀誦頻率各面向在卡方值達到顯著差異，表示各面向間非獨立存在，存在某種關聯。

表4-4-1 不同班別與參與程度之學員之卡方檢定 (N=478)

班別	是否為全職義工		是否固定護持義工		有無常讀誦經典	
	是	否	是	否	有	無
一輪班	16(6.4%)	235(93.6%)	57(22.7%)	194(77.3%)	237(94.4%)	14(5.6%)
增上班	6(5.8%)	97(94.2%)	64(62.1%)	39(37.9%)	101(98.1%)	2(1.9%)
善行班	6(8.2%)	67(91.8%)	59(80.8%)	14(19.2%)	73(100%)	0(0%)
備覽班	16(31.4%)	35(68.6%)	45(88.2%)	6(11.8%)	51(100%)	0(0%)
總和	44(9.2%)	434(90.8%)	225(47.1%)	253(52.9%)	462(96.7%)	16(3.3%)
卡方值=33.89(3)***		卡方值=137.24(3)***		卡方值=8.78(3)*		
班別	有無讀誦心經		有無讀誦大般若經		有無讀誦六臂怙主讚	
	有	無	有	無	有	無
一輪班	185(73.7%)	66(26.3%)	106(42.2%)	145(57.8%)	29(11.6%)	222(88.4%)
增上班	86(83.5%)	17(16.5%)	72(69.9%)	31(30.1%)	39(37.9%)	64(62.1%)
善行班	63(86.3%)	10(13.7%)	55(75.3%)	18(24.7%)	28(38.4%)	45(61.6%)
備覽班	45(88.2%)	6(11.8%)	40(78.4%)	11(21.6%)	22(43.1%)	29(56.9%)
總和	379(79.3%)	99(20.7%)	273(57.1%)	205(42.9%)	118(24.7%)	360(75.3%)
卡方值=10.55(3)*		卡方值=48.94(3)***		卡方值=49.58(3)***		
班別	有無讀誦入菩薩行論		有無讀誦六字大明咒		有無讀誦阿彌陀佛	
	有	無	有	無	有	無
一輪班	25(10.0%)	226(90.0%)	144(57.4%)	107(42.6%)	120(47.8%)	131(52.2%)
增上班	23(22.3%)	80(77.7%)	82(79.6%)	21(20.4%)	52(50.5%)	51(49.5%)
善行班	26(35.6%)	47(64.4%)	53(72.6%)	20(27.4%)	35(47.9%)	38(52.1%)
備覽班	19(37.3%)	32(62.7%)	42(82.4%)	9(17.6%)	14(27.5%)	37(72.5%)
總和	93(19.5%)	385(80.5%)	321(67.2%)	157(32.8%)	221(46.2%)	257(53.8%)
卡方值=37.46(3)***		卡方值=24.46(3)***		卡方值=8.32(3)*		
班別	有無參加研討班家屬		配偶有無參加研討班		子女有無參加研討班	
	有	無	有	無	有	無
一輪班	128(51.0%)	123(49.0%)	69(27.5%)	182(72.5%)	24(9.6%)	227(90.4%)
增上班	69(67.0%)	34(33.0%)	43(41.7%)	60(58.3%)	24(23.3%)	79(76.7%)
善行班	52(71.2%)	21(28.8%)	32(43.8%)	41(56.2%)	18(24.7%)	55(75.3%)
備覽班	44(86.3%)	7(13.7%)	37(72.5%)	14(27.5%)	18(35.3%)	33(64.7%)
總和	293(61.3%)	185(38.7%)	181(37.9%)	297(62.1%)	84(17.6%)	394(82.4%)
卡方值=29.08(3)***		卡方值=39.33(3)***		卡方值=27.04(3)***		
班別	兄弟姊妹有無參加研討班		平均每個月護持福智法人義工的頻率		每週聽聞《廣論》的天數	
	有	無	6次以下	6次以上	4次以下	4次以上
一輪班	34(13.5%)	217(86.5%)	228(90.8%)	23(9.2%)	219(87.3%)	32(12.7%)
增上班	23(22.3%)	80(77.7%)	81(78.6%)	22(21.4%)	70(68.0%)	23(32.0%)
善行班	18(24.7%)	55(75.3%)	49(67.1%)	24(32.9%)	33(45.2%)	40(54.8%)
備覽班	13(25.5%)	38(74.5%)	20(39.2%)	31(60.8%)	12(23.5%)	39(76.5%)
總和	88(18.4%)	390(81.6%)	378(79.1%)	100(20.9%)	378(79.1%)	144(30.1%)
卡方值=卡方值=8.61(3)*		卡方值=76.28(3)***		卡方值=109.33(3)***		
班別	經典讀誦頻率					
	幾乎沒有	偶爾	時常	天天		
一輪班	24(9.6%)	133(53.0%)	66(26.3%)	28(11.2%)		
增上班	7(6.8%)	46(44.7%)	38(36.9%)	12(11.7%)		
善行班	1(1.4%)	20(27.4%)	35(47.9%)	17(23.3%)		
備覽班	1(2.0%)	8(15.7%)	25(49.0%)	17(33.3%)		
總和	33(6.9%)	207(43.3%)	164(34.3%)	74(15.5%)		

註：()為百分比 卡方值=55.80(9)***

貳、福智《廣論》研討班學員生命意義之相關分析

本章節探討生命意義八個構面與整體生命意義之間的相關程度，當變數與變數之間相關係數愈高，其相關性愈高。在生命意義各構面進行相關程度分析結果見表4-4-2所示，分析如下：

生命目標對生命態度、生命倫理、靈性成長、生命價值、開放接納、生命熱忱、因果概念構面相關係數為.46、.56、.65、.51、.69、.61、.60呈中度相關；生命態度對生命倫理、靈性成長、生命價值、開放接納、生命熱忱、因果概念構面相關係數為.39、.42、.36、.45、.37、.35中度相關；生命倫理對靈性成長、生命價值、開放接納、生命熱忱、因果概念構面相關係數為.63、.54、.60、.56、.60呈中度相關；靈性成長對生命價值、開放接納構面相關係數為.60、.65呈中度相關；靈性成長對生命熱忱、因果概念構面相關係數為.71、.79呈高度相關；生命價值對開放接納、生命熱忱、因果概念構面相關係數為.61、.63、.61呈中度相關；開放接納對生命熱忱、因果概念構面相關係數為.67、.63呈中度相關；生命熱忱對因果概念構面相關係數為.69呈中度相關。整體生命意義對生命目標、生命態度、生命倫理、靈性成長、生命價值、開放接納、生命熱忱構面相關係數為.82、.77、.87、.74、.81、.81、.86呈高度相關；另整體生命意義對因果概念構面相關係數為.61呈中度相關。

由以上資料可知，生命意義八個構面與整體生命意義之間的相關程度，變數與變數之間相關係數高，可知其相關性高。

表4-4-2 生命意義各構面的交互關係數矩陣分析表 (N=478)

	生命 目標	生命 態度	生命 倫理	靈性 成長	生命 價值	開放 接納	生命 熱忱	因果 概念	整體 生命 意義
生命目標	1								
生命態度	.46***	1							
生命倫理	.56***	.39***	1						
靈性成長	.65***	.42***	.63***	1					
生命價值	.51***	.36***	.54***	.60***	1				
開放接納	.69***	.45***	.60***	.65***	.61***	1			
生命熱忱	.61***	.37***	.56***	.71***	.63***	.67***	1		
因果概念	.60***	.35***	.60***	.79***	.61***	.63***	.69***	1	
整體生命 意義	.82***	.77***	.87***	.74***	.81***	.81***	.86***	.61***	1

*P<.05 **p<.01 *** p<.001

第五節 福智《廣論》研討班學員對生命意義之迴歸分析

本節旨在以迴歸分析考驗假設4：《廣論》研討班學員之背景變項與參與程度變項在生命意義有顯著預測力。

壹、背景變項對生命意義各構面之間的迴歸分析

以下對背景變項對生命意義各構面之間的迴歸分析，以「性別」、「年齡」、「教育程度」、「職業」、「婚姻狀況」、「經濟狀況」、「健康狀況」、「家庭關係」、「虔誠度」及「重大生活經驗」為預測變項，而以生命意義八個子構面和整體生命意義為效標變項進行迴歸分析。在進行多元迴歸分析前，研究者將「性別」、「年齡」、「教育程度」、「職業」、「婚姻狀況」、「經濟狀況」、「健康狀況」、「家庭關係」、「虔誠度」及「重大生活經驗」類別變項轉換為虛擬變項 (dummy variable)，而生命意義八個子構面和整體生命意義，則以其原始分數投入進行統計分析。結果見表4-5-1，分別敘述如下：

一、不同背景變項對生命意義之「生命目標」之迴歸分析

(一)生命目標其迴歸模型解釋依變項之總變異量為30.2%，其中婚姻狀況變項中的「離婚」($p < .01$)；虔誠度變項中「深信/虔誠」($p < .001$)與「相信(規律修行)」($p < .01$)；重大生活經驗變項中「其他(車禍、被倒債等)」($p < .05$)，達顯著水準，故獲得支持。

(二)從標準化迴歸係數來看，「離婚」、「深信/虔誠」、「相信(規律修行)」、「其他」的 β 係數分別為.15、.59、.36、.10，表示對生命目標呈現正向，從結果顯示，婚姻狀況變項中以未婚為參照組得知在離婚的《廣論》學員對生命目標有較高的分數；虔誠度變項中以初信(慕道)為參照組得知在深信/虔誠、相信(規律修行)的《廣論》學員在生命目標得較高分數；重大生活經驗變項中以無為參照組得知在「其他(車禍、被倒債等)」生活經驗的《廣論》學員在生命目標構面得較高分數。

二、不同背景變項對生命意義之「生命態度」之迴歸分析

(一)生命態度其迴歸模型解釋依變項之總變異量為26.5%，其中職業變項中的「教師」($p < .05$)與「公務人員」($p < .05$)；健康狀況變項中「優」($p < .05$)與「良」($p < .05$)；家庭關係變項中「非常和諧」($p < .01$)、「和諧」($p < .05$)與「普通」($p < .05$)；虔誠度變項中「深信/虔誠」($p < .01$)，達顯著水準，故獲得支持。

(二)從標準化迴歸係數來看，「教師」、「公務人員」、「優」、「良」、「非常和諧」、「和諧」、「普通」、「深信/虔誠」的 β 係數分別為.18、.15、.18、.41、.53、.55、.35、.38，表示對生命態度皆呈現正向，從研究結果顯示，職業變項中得知為教師和公務人員的《廣論》學員較從商的學員在生命態度得分較高；健康狀況變項中優與良之學員在此構面高於健康狀況差之學員；而家庭關係變項中非常和諧、和諧與普通在此構面高於家庭關係不和諧之學員；虔誠度變項中為深信/虔誠的《廣論》學員在生命態度分數高於初信(慕道)之學員。

三、不同背景變項對生命意義之「生命倫理」之迴歸分析

(一)生命倫理其迴歸模型解釋依變項之總變異量為22.2%，其中婚姻狀況變項中的「離婚」($p < .05$)；健康狀況變項中「優」($p < .01$)與「良」($p < .05$)；虔誠度變項中「深信/虔誠」($p < .001$)與「相信(規律修行)」($p < .01$)，達顯著水準，故獲得支持。

(二)從標準化迴歸係數來看，「離婚」、「優」、「良」、「深信/虔誠」、「相信(規律修行)」的 β 係數分別為.10、.21、.42、.40、.28，表示對生命倫理呈現正向，

從結果顯示，婚姻狀況變項中以未婚為參照組得知為離婚狀況的《廣論》學員在生命倫理有較高的分數；健康狀況變項中優與良之學員在此構面高於健康狀況差之學員；虔誠度變項中在深信/虔誠和相信(規律修行)的《廣論》學員在此構面上較初信(慕道)之學員生命意義高。

四、不同背景變項對生命意義之「靈性成長」之迴歸分析

(一)靈性成長其迴歸模型解釋依變項之總變異量為28.9%，其中虔誠度變項中「深信/虔誠」($p < .001$)與「相信(規律修行)」($p < .001$)，達顯著水準，故獲得支持。

(二)從標準化迴歸係數來看，「深信/虔誠」、「相信(規律修行)」的 β 係數分別為.70、.44，表示對靈性成長呈現正向，從研究結果顯示，虔誠度變項中為深信/虔誠和相信(規律修行)的《廣論》學員在生命意義中靈性成長構面上得分高於初信(慕道)之《廣論》學員。

五、不同背景變項對生命意義之「生命價值」之迴歸分析

(一)生命價值其迴歸模型解釋依變項之總變異量為16.6%，其中婚姻狀況變項中的「離婚」($p < .01$)；重大生活經驗變項中「失業」($p < .01$)，達顯著水準，故獲得支持。

(二)從標準化迴歸係數來看，「離婚」的 β 係數為.10，表示對生命價值呈現正向；而在「失業」的 β 係數為-.12，表示對生命價值呈現負向影響，從研究結果顯示，婚姻狀況變項中為離婚狀況的《廣論》學員在此構面高於未婚的《廣論》學員；而重大生活經驗變項中「失業」狀況的《廣論》學員在此構面低於其他無失業的學員。

六、不同背景變項對生命意義之「開放接納」之迴歸分析

(一)開放接納其迴歸模型解釋依變項之總變異量為25.8%，其中年齡變項中的「41-50歲」($p < .05$)、「51-59歲」($p < .05$)、「60-69歲」($p < .05$)；婚姻狀況變項中的「離婚」($p < .05$)；虔誠度變項中「深信/虔誠」($p < .001$)與「相信(規律修行)」($p < .05$)，達顯著水準，故獲得支持。

(二)從標準化迴歸係數來看，「41-50歲」、「51-59歲」、「60-69歲」、「離婚」、「深信/虔誠」和「相信(規律修行)」的 β 係數分別為.24、.25、.22、.10、.46、.25，表示對開放接納呈現正向，從以上研究結果顯示，年齡變項中41-50歲、51-59歲及60-69歲的《廣論》學員在開放接納構面高於30歲以下《廣論》學員；婚姻狀況變項中離婚狀況的《廣論》學員對在該構面較未婚的《廣論》學員高；虔誠度變項中深信/虔誠和相信(規律修行)的《廣論》學員在此構面得分較初信(慕道)之學員開

放接納高。

七、不同背景變項對生命意義之「生命熱忱」之迴歸分析

(一)生命熱忱其迴歸模型解釋依變項之總變異量為25.7%，其中性別中的男性($p < .01$)；婚姻狀況變項中的「離婚」($p < .05$)；經濟狀況變項中的「優」($p < .05$)；虔誠度變項中「深信/虔誠」($p < .001$)；重大生活經驗變項中「其他」($p < .05$)達顯著水準，故獲得支持。

(二)從標準化迴歸係數來看，「男性」、「離婚」、「優」、「深信/虔誠」、「其他」的 β 係數分別為.13、.10、.18、.41、.10，表示對生命熱忱呈現正向，從研究結果顯示，男性在此構面表現上較女性高；婚姻狀況變項中為離婚狀況的《廣論》學員對生命熱忱得分高於未婚的《廣論》學員；健康狀況優之學員在此構面高於健康狀況差之學員；虔誠度變項中在深信/虔誠的《廣論》學員在此構面上高於初信(慕道)之學員；重大生活經驗中有「其他(車禍、被倒債等)」生活經驗的《廣論》學員在生命熱忱高於無重大生活經驗的學員。

八、不同背景變項對生命意義之「因果概念」之迴歸分析

(一)因果概念其迴歸模型解釋依變項之總變異量為24.3%，其中虔誠度變項中「深信/虔誠」($p < .001$)及「相信(規律修行)」($p < .01$)，達顯著水準，故獲得支持。

(二)從標準化迴歸係數來看，「深信/虔誠」、「相信(規律修行)」的 β 係數分別為.57、.33，表示對因果概念呈現正向看法，從研究結果顯示，虔誠度變項中為深信/虔誠及相信(規律修行)的《廣論》學員較初信(慕道)之學員在此構面上高。

九、不同背景變項對生命意義之「整體生命意義」之迴歸分析

(一)整體生命意義其迴歸模型解釋依變項之總變異量為34.0%，其中婚姻狀況變項中的「離婚」($p < .01$)；虔誠度變項中「深信/虔誠」($p < .001$)及「相信(規律修行)」($p < .01$)，達顯著水準，故獲得支持。

(二)從標準化迴歸係數來看，「離婚」、「深信/虔誠」、「相信(規律修行)」的 β 係數分別為.12、.61、.34，表示對整體生命意義呈現正向看法，從研究結果顯示，婚姻狀況變項中為離婚狀況的《廣論》學員在整體生命意義構面高於未婚的《廣論》學員；虔誠度變項中為深信/虔誠及相信(規律修行)的《廣論》學員在此構面上高於初信(慕道)之學員。

綜合以上資料得知《廣論》研討班學員之背景變項在生命意義整體及各構面部份有達顯著預測力，故假設4部份獲得支持。

表4-5-1 福智《廣論》研討班學員之背景變項對生命意義各子構面之迴歸分析摘要表(N=478)

變項	L1	L2	L3	L4	L5
	β	β	β	β	β
1. 性別(以男為參照組)	.05	-.01	.07	.06	.08
2. 年齡(以30歲以下為參照組)					
31-40歲	.12	.01	.10	-.01	-.11
41-50歲	.11	.16	.22	.21	-.04
51-59歲	.21	.17	.21	.09	.01
60-69歲	.17	.12	.13	-.02	-.01
70歲以上	.09	-.00	.04	.01	-.02
3. 教育程度((以國小以下為參照組)					
國中	-.07	-.11	-.08	-.11	-.08
高中職	.00	-.02	-.03	-.12	-.06
大專院校或大學	-.01	.05	-.00	-.02	-.02
研究所(含以上)	.02	.08	-.03	-.05	.05
4. 職業(以商為參照組)					
教師	.00	.18*	.01	.04	.00
公務人員	.01	.15*	.06	.07	-.01
農工	.00	-.01	-.00	.02	-.01
家管	-.02	.07	.04	.11	.04
服務業	.03	.05	-.02	-.02	-.01
退休人員	.07	.06	.05	.09	-.00
其他(醫護人員和學生)	.03	.12	-.08	.07	-.01
5. 婚姻狀況(以未婚為參照組)					
已婚	.04	.01	.04	.02	-.07
喪偶	-.03	-.01	.08	-.01	-.08
離婚	.15**	.08	.10*	.09	.10*
其他(含分居)	-.04	-.03	.02	-.01	-.06
6. 經濟狀況(以差為參照組)					
優	.10	-.01	.10	.07	.11
良	.07	-.10	.00	-.09	-.06
尚可	.08	-.02	.07	.00	-.02
7. 健康狀況(以差為參照組)					
優	.10	.18*	.21**	.05	.04
良	.15	.41*	.42*	.17	.13
尚可	.08	.25	.29	.05	.07
8. 家庭關係(以不和諧為參照組)					
非常和諧	.20	.53**	-.01	.12	.08
和諧	.16	.55*	-.12	.09	-.00
普通	.02	.35*	-.20	-.05	-.07
9. 虔誠度：(以初信(慕道)為參照組)					
深信/虔誠	.59***	.38**	.40***	.70***	.21
相信(規律修行)	.36**	.13	.28*	.44***	.10
普通(有事則信)	.03	-.01	.10	.11	-.00
10. 重大生活經驗(以無為參照組)	-.14	.02	.05	.02	-.02
11. 喪親(以無為參照組)	.12	-.05	.01	.02	.09
12. 疾病(以無為參照組)	.05	.01	-.09	.05	-.07
13. 失業(以無為參照組)	-.06	-.05	-.08	-.09	-.12*
14. 情感(以無為參照組)	-.07	-.08	-.06	-.05	-.06
15. 訴訟案件(以無為參照組)	.05	.05	.08	.05	.02
16. 其他(以無為參照組)	.10*	.03	.07	.07	.09
F檢定	4.74***	3.94***	3.13***	4.45***	2.18***
R ²	.302	.265	.222	.289	.166
變項	L6	L7	L8	LL	
	β	β	β	β	
1. 性別(以男為參照組)	-.01	.13**	.06	.07	
2. 年齡(以30歲以下為參照組)					

31-40歲	.01	-.04	-.06	-.01
41-50歲	.24*	.03	-.02	.11
51-59歲	.25*	.06	.04	.17
60-69歲	.22*	.00	-.01	.09
70歲以上	.02	-.03	-.05	.01
3. 教育程度((以國小以下為參照組)				
國中	-.08	-.05	.00	-.07
高中職	-.13	-.14	.02	-.06
大專院校或大學	-.10	-.03	.11	.02
研究所(含以上)	-.04	.03	.13	.05
4. 職業(以商為參照組)				
教師	.08	-.03	-.04	.03
公務人員	.02	.00	-.04	.03
農工	.05	-.02	-.05	-.01
家管	.12	.04	.01	.05
服務業	.05	.02	-.09	-.01
退休人員	.04	.03	-.01	.05
其他(醫護人員和學生)	.02	.04	-.04	.02
5. 婚姻狀況(以未婚為參照組)				
已婚	-.05	-.01	.08	.02
喪偶	-.01	-.02	.06	.01
離婚	.10*	.10*	.07	.12**
其他(含分居)	-.60	-.07	-.02	-.04
6. 經濟狀況(以差為參照組)				
優	.07	.18*	.01	.09
良	-.07	.09	-.15	-.06
尚可	-.02	.20	-.05	.03
7. 健康狀況(以差為參照組)				
優	.11	.03	.12	.14
良	.30	.11	.17	.29
尚可	.11	-.01	.10	.15
8. 家庭關係(以不和諧為參照組)				
非常和諧	.08	-.04	-.10	.12
和諧	.04	-.12	-.24	.04
普通	-.01	-.18	-.28	-.08
9. 虔誠度：(以初信(慕道)為參照組)				
深信/虔誠	.46***	.41***	.57***	.61***
相信(規律修行)	.25*	.14	.33**	.34**
普通(有事則信)	.08	-.02	.06	.06
10. 重大生活經驗(以無為參照組)	-.02	-.11	.07	-.02
11. 喪親(以無為參照組)	.09	.08	-.02	.05
12. 疾病(以無為參照組)	-.01	.03	-.02	-.01
13. 失業(以無為參照組)	-.07	-.08	-.05	-.09
14. 情感(以無為參照組)	-.07	-.06	-.04	-.07
15. 訴訟案件(以無為參照組)	.05	.03	.03	.06
16. 其他(以無為參照組)	.01	.10*	.08	.09
F檢定	3.81***	3.77***	3.50***	5.62***
R ²	.258	.257	.243	.340

註：生命目標(L1)、生命態度(L2)、生命倫理(L3)、靈性成長(L4)、生命價值(L5)、
開放接納(L6)、生命熱忱(L7)、因果概念(L8)、整體生命意義(LL)

貳、參與程度變項對生命意義各構面之間的迴歸分析

以下對參與程度變項對生命意義各構面之間的迴歸分析，以「班別(年資)」、「是否全職義工」、「是否為固定護持義工」、「每月護持義工次數」、「每周聽聞《廣論》天數」、「經典讀誦之頻率」、「最常讀頌經典類別」、「最常讀頌之佛號或咒文」及「有無家屬參加研討班」為預測變項，而以生命意義八個子構面和整體生命意義為效標變項進行迴歸分析。在進行多元迴歸分析前，研究者將「班別(年資)」、「是否全職義工」、「是否為固定護持義工」、「每月護持義工次數」、「每周聽聞《廣論》天數」、「經典讀誦之頻率」、「最常讀頌經典類別」、「最常讀頌之佛號或咒文」及「有無家屬參加研討班」類別變項轉換為虛擬變項(dummy variable)，而生命意義八個子構面和整體生命意義，則以其原始分數投入進行統計分析。結果見表4-5-2，分別敘述如下：

一、不同參與變項對生命意義之「生命目標」之迴歸分析

(一)生命目標其迴歸模型解釋依變項之總變異量為21.8%，其中班別(年資)變項中「備覽班」($p < .05$)；每月護持義工次數變項中「1-2次」($p < .05$)、「3-4次」($p < .05$)、「5-6次」($p < .05$)、「7-8次」($p < .01$)與「9次以上」($p < .01$)；經典讀誦頻率變項中「時常」($p < .05$)與「天天」($p < .01$)；讀誦佛號咒文變項中「讀誦大悲咒」($p < .05$)，達顯著水準，故獲得支持。

(二)從標準化迴歸係數來看，「備覽班」、「1-2次」、「3-4次」、「5-6次」、「7-8次」、「9次以上」、「時常」、「天天」與「讀誦大悲咒」的 β 係數分別為.12、.12、.13、.15、.17、.24、.21、.23、.12，表示對生命目標的影響呈現正向，從研究結果顯示，班別(年資)變項中以備覽班的《廣論》學員在此構面上高於一輪班《廣論》學員；每月護持義工次數變項中以每月護持1-2次、3-4次、5-6次、7-8次與9次以上之《廣論》學員在該構面上高於幾乎沒有護持的學員；經典讀誦變項中以時常與天天讀誦之《廣論》學員在此構面高於幾乎沒有讀誦經典的學員；讀誦佛號咒文變項中以讀誦大悲咒之《廣論》學員在此構面高於沒有讀誦大悲咒之《廣論》學員。

二、不同參與變項對生命意義之「生命態度」之迴歸分析

(一)生命態度其迴歸模型解釋依變項之總變異量為15.1%，其中每月護持義工次數變項中「7-8次」($p < .01$)與「9次以上」($p < .05$)；經典讀誦頻率變項中「時常」($p < .05$)與「天天」($p < .05$)；經典讀誦類別變項中「讀誦怙主讚」($p < .05$)；讀誦佛號咒文

變項中「有讀誦佛號咒文」($p < .05$)與「讀誦六字大明咒」($p < .05$)，達顯著水準，故獲得支持。

(二)從標準化迴歸係數來看，「7-8次」、「9次以上」、「時常」、「天天」與「有讀誦佛號咒文」的 β 係數分別為.17、.18、.21、.20、.10，表示對生命態度的影響呈現正向；而在「讀誦怙主讚」與「讀誦六字大明咒」的 β 係數分別為-.12、-.11，表示對生命態度有負面的影響，綜合上述結果得知，每月護持義工次數7-8次、9次以上的《廣論》學員在此構面上高於幾乎沒有護持的《廣論》學員；經典讀誦變項中以時常與天天讀誦之《廣論》學員在此構面高於幾乎沒有讀誦經典的學員；讀誦佛號咒文變項中以有讀誦佛號咒文之《廣論》學員在此構面高於沒有有讀誦佛號咒文之《廣論》學員；但有讀誦怙主讚與六字大明咒的《廣論》學員在生命態度構面較無讀誦此二種經典與咒文之學員來得低。

三、不同參與變項對生命意義之「生命倫理」之迴歸分析

(一)生命倫理其迴歸模型解釋依變項之總變異量為15.9%，其中「固定護持義工」($p < .01$)；經典讀誦頻率變項中「天天」($p < .05$)；經典讀誦類別變項中「讀誦心經」($p < .05$)；讀誦佛號咒文變項中「讀誦六字大明咒」($p < .05$)、「讀誦大悲咒」($p < .05$)與「讀誦地藏王菩薩」($p < .05$)，達顯著水準，故獲得支持。

(二)從標準化迴歸係數來看，「固定護持義工」、「天天」、「讀誦大悲咒」的 β 係數分別為.22、.17、.10，表示對生命倫理的影響呈現正向；而在「讀誦心經」、「讀誦六字大明咒」與「讀誦地藏王菩薩」的 β 係數分別為-.13、-.13、-.10，表示對生命倫理有負面的影響，綜合上述結果得知，有固定護持義工在此構面表現較高；經典讀誦變項中以天天讀誦之學員在此構面高於幾乎沒有讀誦經典的學員；讀誦佛號咒文變項中以讀誦大悲咒之《廣論》學員在此構面高於沒有讀誦大悲咒之《廣論》學員；但有讀誦心經、六字大明咒與唸誦地藏王菩薩的《廣論》學員在生命倫理構面較無讀誦此三種經典和佛號之學員來得低。

四、不同參與變項對生命意義之「靈性成長」之迴歸分析

(一)靈性成長其迴歸模型解釋依變項之總變異量為20.6%，其中每月護持義工次數變項中「5-6次」($p < .05$)、「7-8次」($p < .05$)與「9次以上」($p < .05$)；經典讀誦頻率變項中「時常」($p < .05$)與「天天」($p < .05$)；經典讀誦類別變項中「讀誦心經」($p < .05$)，達顯著水準，故獲得支持。

(二)從標準化迴歸係數來看，「5-6次」、「7-8次」、「9次以上」、「時常」和「天天」的 β 係數分別為.14、.14、.19、.21、.22，表示對靈性成長的影響呈現正向；而在「讀誦心經」的 β 係數為-.12，表示對靈性成長有負面的影響，綜合上述結果得知，每月護持義工次數5-6次、7-8次與9次以上的《廣論》學員在此構面上高於幾乎沒有護持義工的《廣論》學員；經典讀誦頻率變項中以時常與天天讀誦之《廣論》學員在此構面高於幾乎沒有讀誦經典的學員；但有讀誦心經之《廣論》學員在此構面較無讀誦心經之《廣論》學員來得低。

五、不同參與變項對生命意義之「生命價值」之迴歸分析

(一)生命價值其迴歸模型解釋依變項之總變異量為12.8%，其中每月護持義工次數變項中「5-6次」($p < .05$)；經典讀誦頻率變項中「天天」($p < .05$)；讀誦佛號咒文變項中「讀誦大悲咒」($p < .05$)與「讀誦地藏王菩薩」($p < .05$)；有參加研討班家屬變項中「兄弟姊妹參加研討班」($p < .05$)，達顯著水準，故獲得支持。

(二)從標準化迴歸係數來看，「5-6次」、「天天」與「讀誦大悲咒」的 β 係數分別為.13、.17、.10，表示對生命價值的影響呈現正向；而在「讀誦地藏王菩薩」與「兄弟姊妹參加研討班」的 β 係數為-.14、-.12，表示對生命價值有負面的影響，綜合上述結果得知，每月護持義工次數5-6次《廣論》學員在此構面上高於幾乎沒有護持義工的《廣論》學員；經典讀誦頻率變項中以天天讀誦之《廣論》學員在此構面高於幾乎沒有讀誦經典的學員；讀誦佛號咒文變項中以讀誦大悲咒之《廣論》學員在此構面高於沒有讀誦大悲咒之《廣論》學員；但有讀誦地藏王菩薩之《廣論》學員在此構面較沒有讀誦地藏王菩薩之《廣論》學員來得低；另有兄弟姊妹參加《廣論》研討班之學員在此構面得分較沒有兄弟姊妹參加《廣論》研討班之學員低。

六、不同參與變項對生命意義之「開放接納」之迴歸分析

(一)開放接納其迴歸模型解釋依變項之總變異量為16.0%，其中每月護持義工次數變項中「5-6次」($p < .01$)、「7-8次」($p < .05$)與「9次以上」($p < .05$)，達顯著水準，故獲得支持。

(二)從標準化迴歸係數來看，「5-6次」、「7-8次」與「9次以上」的 β 係數分別為.17、.14、.18，表示對開放接納的影響呈現正向，綜合上述結果得知，每月護持義工次數5-6次、7-8次與9次以上的《廣論》學員在此構面上高於幾乎沒有護持義工的《廣論》學員。

七、不同參與變項對生命意義之「生命熱忱」之迴歸分析

(一)生命熱忱其迴歸模型解釋依變項之總變異量為16.1%，其中每月護持義工次數變項中「7-8次」($p < .05$)；經典讀誦頻率變項中「天天」($p < .05$)，達顯著水準，故獲得支持。

(二)從標準化迴歸係數來看，「7-8次」、「天天」的 β 係數分別為.15、.21，表示對生命熱忱的影響呈現正向，綜合上述結果得知，每月護持義工次數7-8次的《廣論》學員在生命熱忱構面得分高於幾乎沒有護持義工的學員；經典讀誦頻率為天天的學員在生命熱忱構面得分高於幾乎沒有經典讀誦的學員。

八、不同參與變項對生命意義之「因果概念」之迴歸分析

(一)因果概念其迴歸模型解釋依變項之總變異量為16.4%，其中每月護持義工次數變項中「5-6次」($p < .05$)；讀誦佛號咒文變項中「讀誦大悲咒」($p < .05$)；有參加研討班家屬變項中「兄弟姐妹參加研討班」($p < .05$)，達顯著水準，故獲得支持。

(二)從標準化迴歸係數來看，「5-6次」與「讀誦大悲咒」的 β 係數分別為.13、.12，表示對因果概念的影響呈現正向；而在「兄弟姐妹參加研討班」的 β 係數為-.12，表示對因果概念有負面的影響，綜合上述結果得知，每月護持義工次數5-6次《廣論》學員在因果概念構面上得分高於幾乎沒有護持義工的《廣論》學員；讀誦佛號咒文變項中以讀誦大悲咒之《廣論》學員在因果概念構面得分高於沒有讀誦大悲咒之《廣論》學員；但有兄弟姐妹參加《廣論》研討班之學員在因果概念構面得分較沒有兄弟姐妹參加《廣論》研討班之學員來得低。

九、不同參與變項對生命意義之「整體生命意義」之迴歸分析

(一)整體生命意義其迴歸模型解釋依變項之總變異量為21.8%，其中每月護持義工次數變項中「5-6次」($p < .01$)、「7-8次」($p < .01$)與「9次以上」($p < .05$)；經典讀誦頻率變項中「時常」($p < .05$)與「天天」($p < .01$)；讀誦佛號咒文變項中「讀誦大悲咒」($p < .05$)，達顯著水準，故獲得支持。

(二)從標準化迴歸係數來看，「5-6次」、「7-8次」、「9次以上」、「時常」「天天」與「讀誦大悲咒」的 β 係數分別為.15、.16、.18、.21、.22、.11，表示對整體生命意義的影響呈現正向，綜合上述結果得知，每月護持義工次數5-6次、7-8次與9次以上的《廣論》學員在整體生命意義構面上高於幾乎沒有護持義工的《廣論》學員；經典讀誦頻率變項中以時常與天天讀誦之《廣論》學員在此構面得分高於幾乎

沒有讀誦經典的學員；讀誦佛號咒文變項中以讀誦大悲咒之《廣論》學員在整體生命意義構面得分高於沒有讀誦大悲咒之《廣論》學員。

綜合以上資料得知《廣論》研討班學員之背景變項在生命意義整體及各構面部份有達顯著預測力，故假設4部份獲得支持。

表4-5-2 福智《廣論》研討班學員參與程度對生命意義各子構面之迴歸分析摘要表(N=478)

變項	L1	L2	L3	L4	L5
	β	β	β	β	β
1.班別(以一輪班為參照組)					
增上班	.02	.08	-.01	.04	-.00
善行班	.02	-.00	-.08	.01	-.01
備覽班	.12*	.01	-.08	.03	.06
2.全職義工(以是為參照組)	-0.3	.02	-.09	-.00	-.06
3.固定護持義工(以否為參照組)	.08	-.06	.22**	.06	.06
4.每月護持義工次數(以幾乎沒有參加為參照組)					
1-2次	.12*	.11	.07	.11	.01
3-4次	.13*	.11	-.07	.11	.08
5-6次	.15*	.11	.05	.14*	.13*
7-8次	.17**	.17**	.08	.14*	.08
9次以上	.24**	.18*	.02	.19*	.11
5.聽聞《廣論》天數(以幾乎沒有為參照組)					
1-2天	.07	.10	.01	-.05	.08
3-4天	.08	.11	-.04	-.00	.04
5-6天	-.00	.06	.08	-.01	-.06
天天聽聞	.02	.14	-.01	-.01	.03
6.經典讀誦(以幾乎沒有為參照組)					
偶而	.10	.05	.06	.09	.10
時常	.21*	.21*	.15	.21*	.18
天天	.23**	.20*	.17*	.22*	.17*
7.讀誦經典(以無為參照組)	-.01	.03	.02	.04	-.01
8.讀誦心經(以無為參照組)	-.10	-.04	-.13*	-.12*	-.10
9.讀誦大般若經(以無為參照組)	-.06	-.06	.00	-.08	-.10
10.讀誦普門品(以無為參照組)	.07	.06	.10	.05	-.05
11.讀誦怙主讚(以無為參照組)	.04	-.12*	.03	.08	.02
12.讀誦入行論(以無為參照組)	-.07	.03	.02	-.02	.02
13.讀誦其他經典(以無為參照組)	.12	.07	.01	.02	.06
14.讀誦佛號咒文(以無為參照組)	.02	.10*	.00	.03	.07
15.讀誦六字大明咒(以無為參照組)	-.07	-.11*	-.13*	-.02	-.05
16.讀誦大悲咒(以無為參照組)	.12*	.04	.10*	.06	.10*
17.讀誦觀世音菩薩(以無為參照組)	-.01	-.04	.00	.03	-.01
18.讀誦釋迦牟尼佛(以無為參照組)	.08	.03	.08	.04	.07
19.讀誦阿彌陀佛(以無為參照組)	.03	-.03	.03	.07	.05
20.讀誦地藏王菩薩(以無為參照組)	-.03	-.06	-.10*	-.08	-.14**
21.讀誦其他佛號(以無為參照組)	-.04	-.01	-.08	-.04	-.08
22.研討班家屬(以無為參照組)	.33	.00	.02	.12	.14
23.父母參加研討班(以無為參照組)	.01	.05	.02	.03	.01
24.配偶參加研討班(以無為參照組)	.00	.05	.05	-.01	-.10
25.子女參加研討班(以無為參照組)	-.02	-.02	-.01	.02	-.01
26.兄弟姊妹參加研討班(以無為參照組)	-.49	-.03	-.03	-.08	-.12*
27.其他親屬參加研討班(以無為參照組)	-.01	-.04	-.03	.01	-.08
F 檢定	3.21***	2.06***	2.18***	3.00***	1.70**
R ²	.218	.151	.159	.206	.128
變項	L6	L7	L8	LL	

	β	β	β	β
1.班別(以一輪班為參照組)				
增上班	.01	.04	.06	.05
善行班	-.04	-.07	.02	-.02
備覽班	.07	-.01	.06	.04
2.全職義工(以是為參照組)	-.03	-.06	-.02	-.04
3.固定護持義工(以否為參照組)	.11	.02	.06	.08
4.每月護持義工次數(以幾乎沒有參加為參照組)				
1-2次	.10	.03	.05	.10
3-4次	.06	.08	-.01	.07
5-6次	.17**	.11	.13*	.15**
7-8次	.14*	.15*	.11	.16**
9次以上	.18*	.15	.08	.18*
5.聽聞《廣論》天數(以幾乎沒有為參照組)				
1-2天	.10	.04	-.02	.05
3-4天	.08	-.00	.04	.06
5-6天	.01	.05	-.01	.02
天天聽聞	.02	.04	.03	.04
6.經典讀誦(以幾乎沒有為參照組)				
偶而	.03	.07	-.02	.06
時常	.14	.19	.10	.21*
天天	.09	.21*	.13	.22**
7.讀誦經典(以無為參照組)	-.03	.04	.04	.02
8.讀誦心經(以無為參照組)	-.10	-.07	-.06	-.11
9.讀誦大般若經(以無為參照組)	-.04	-.02	-.08	-.07
10.讀誦普門品(以無為參照組)	.00	.06	.06	.06
11.讀誦怙主讚(以無為參照組)	.04	.05	.03	.03
12.讀誦入行論(以無為參照組)	.01	-.01	-.03	-.01
13.讀誦其他經典(以無為參照組)	.09	.06	-.00	.04
14.讀誦佛號咒文(以無為參照組)	.07	-.01	.04	.05
15.讀誦六字大明咒(以無為參照組)	-.02	-.06	-.05	-.08
16.讀誦大悲咒(以無為參照組)	.09	.04	.12*	.11*
17.讀誦觀世音菩薩(以無為參照組)	.06	.07	.01	.02
18.讀誦釋迦牟尼佛(以無為參照組)	.07	.08	.02	.07
19.讀誦阿彌陀佛(以無為參照組)	.01	.03	.06	.04
20.讀誦地藏王菩薩(以無為參照組)	-.05	-.06	-.04	-.08
21.讀誦其他佛號(以無為參照組)	-.01	-.08	.04	.03
22.研討班家屬(以無為參照組)	.03	.09	.06	.07
23.父母參加研討班(以無為參照組)	-.05	.01	.07	.03
24.配偶參加研討班(以無為參照組)	.03	-.05	-.02	-.01
25.子女參加研討班(以無為參照組)	-.00	.01	.06	.01
26.兄弟姊妹參加研討班(以無為參照組)	-.01	-.09	-.12*	-.09
27.其他親屬參加研討班(以無為參照組)	.02	-.07	-.01	-.03
F 檢定	2.21***	2.22***	2.27***	3.22***
R ²	.160	.161	.164	.218

註：生命目標(L1)、生命態度(L2)、生命倫理(L3)、靈性成長(L4)、生命價值(L5)、開放接納(L6)、生命熱忱(L7)、因果概念(L8)、整體生命意義(LL)

第五章 結論與討論

本章主要內容為提出研究發現、歸納結論，並依據研究結果提出建議。第一節為福智《廣論》研討班學員學習《廣論》經驗對生命意義關係研究之結論、第二節為本研究之貢獻與限制和第三節為相關建議。

第一節 福智學員學習《廣論》經驗與生命意義關係研究之結論

壹、《廣論》研討班學員背景變項對生命意義差異結果

一、《廣論》研討班學員之生命意義在年齡、教育程度、職業、婚姻、經濟狀況、健康狀況、家庭關係、虔誠度、重大生活經驗均有顯著差異

(一)不同年齡的《廣論》研討班學員在生命意義上有顯著差異

本研究結果顯示，在「生命目標」及「開放接納」層面均達到顯著差異，在「生命目標」上年齡為「60-69歲」《廣論》學員顯著高於「30歲以下」，在「開放接納」上年齡為「60-69歲」《廣論》學員顯著高於「30歲以下」、「31-40歲」學員，顯示年齡為「60-69歲」《廣論》學員較「30歲以下」、「31-40歲」學員更為正向，即年齡愈大對生命意義愈正向。

此研究結果與黃怡婷(2013)針對福智《廣論》學員為研究對象，顯示年齡對生命態度有積極正向的影響力，年齡愈大，生命態度愈正向。吳秋芬(2011)研究結果指出45歲以上的國小教師在生命意義感的「求意義的意志」、「生命目的」、「生命控制」、「苦難接納」、「整體生命意義感」層面的平均得分，均高於其他年齡層的教師之研究結果相同。

(二)不同教育程度的《廣論》研討班學員在生命意義上有顯著差異

本研究結果發現在「生命態度」層面達到顯著差異，教育程度在「研究所(含以上)」《廣論》學員顯著高於「高中職」、「大專院校或大學」《廣論》學員，顯示教育程度在「研究所(含以上)」《廣論》學員在「生命態度」層面較「高中職」、「大專院校或大學」《廣論》學員更為正向，即學歷愈高之學員，其生命意義愈正向。

此研究結果與賴昆宏(2006)針對台中地區長青學苑老人為對象，結果發現長青學苑老人之生命意義與教育程度彼此之間是有顯著性差異。蔡政文(2007)針對國小教師所做的生命意義調查研究發現，愈高學歷教師之得分愈高之研究結果相同。

(三)不同職業的《廣論》研討班學員在生命意義上有顯著差異

本研究結果發現在「生命態度」層面達到顯著差異，職業為「教師」《廣論》學員顯著高於其他職業的《廣論》學員，顯示職業為「教師」之《廣論》學員在「生命態度」層面較其他職業的《廣論》學員更為正向。

此研究結果與鄭惟謙(2008)以高屏兩縣國中教師為對象，探討高屏兩縣國中教師生命意義感與自我效能關係之研究，所獲得之結果為不同現任職務對生命意義存在差異性看法之研究結果相同。

(四)不同婚姻狀況的《廣論》研討班學員在生命意義上有顯著差異

本研究結果發現在「生命目標」、「整體生命意義」層面達到顯著差異，在「生命目標」層面上，婚姻為「已婚」和「離婚」之《廣論》學員顯著高於「未婚」《廣論》學員；另在「整體生命意義」層面上，婚姻為「離婚」之《廣論》學員顯著高於「未婚」《廣論》學員。

此研究結果與吳秋芬(2011)研究發現國小教師在生命意義量表中「生命目的」層面上的平均得分，已婚有偶的得分高於未婚的教師；石宜家(2009)研究發現已婚教師的生命意義感在「求意義的意志」與「生命目的」層面大於未婚及其他的教師之研究結果相同。

(五)不同經濟狀況的《廣論》研討班學員在生命意義上有顯著差異

本研究結果發現不同經濟狀況的《廣論》研討班學員在生命意義整體層面都有達到顯著差異，且都是經濟狀況在「優」者顯著高於「良」、「尚可」、「差」《廣論》學員，即自覺經濟狀況較優的學員在生命意義得分較其他學員高。

上述資料可知不同經濟狀況的《廣論》研討班學員在生命意義整體層面上都有達到顯著差異，此研究結果與蔡坤良(2004)研究指出，月收入較高者在生命意義感整體顯著高於月收入較低者；呂佳芬(2010)研究慈濟志工結果顯示，不同經濟狀況的慈濟志工在生命意義感上有顯著差異之研究結果相同。綜上所述，經濟狀況在生命意義層面上有顯著差異，且自覺經濟狀況較佳者，其生命意義感相對也較高。

(六)不同健康狀況的《廣論》研討班學員在生命意義上有顯著差異

本研究結果發現不同健康狀況的《廣論》研討班學員在生命意義除了在「生命價值」層面沒有達到顯著，其餘生命意義層向都有達到顯著差異，且大都是自覺健康狀況在「優」及「良」的狀態顯著高於「尚可」和「差」《廣論》學員。

此研究結果與曾郁榆(2009)自覺身體健康之青少年在生命態度之生命意義均高於

自覺身體健康狀況普通或不健康之青少年；吳秋芬(2011)研究指出自覺健康狀況好的教師在整體生命意義感高於自覺健康狀況普通和差的教師；黃怡婷(2013)顯示健康為良好狀況在生命態度得分上高於尚可或差的研究對象之研究結果相同。

綜上所述，健康狀況在生命意義感有顯著差異，且自覺健康狀況較佳者，其生命意義感相對也較高。

(七)不同家庭關係的《廣論》研討班學員在生命意義上有顯著差異

本研究結果發現不同家庭關係的《廣論》研討班學員在生命意義整體層面上都有達到顯著差異，且都是自覺家庭關係為「非常和諧」者顯著高於「和諧」及「普通」家庭關係；自覺家庭關係為「和諧」者顯著高於「普通」家庭關係之學員，即自覺家庭關係較佳之學員，其生命意義也相對較高。

上述資料可知不同家庭關係的《廣論》研討班學員在生命意義整體層面上都有達到顯著差異，此研究結果與曾郁榆(2009)發現家庭氣氛融洽之青少年在整體生命意義均高於家庭氣氛普通之青少年。楊曉惠(2010)研究發現家庭氣氛為「融洽」者其生命意義感較自覺家庭氣氛為「不太融洽」和「非常不融洽」者趨向正向積極之研究結果相同。

(八)不同虔誠度的《廣論》研討班學員在生命意義上有顯著差異

本研究結果發現不同虔誠度的《廣論》研討班學員在生命意義整體層面上都有達到顯著差異，且都是自覺虔誠度為「深信」之學員顯著高於「相信」、「普通」及「初信」學員；另在「生命目標」、「靈性成長」、「因果概念」、「整體生命意義」層面上，虔誠度在「相信」之學員顯著高於「普通」、「初信」之學員；而在「生命倫理」、「開放接納」層面上，虔誠度在「相信」之學員顯著高於「初信」之學員，即對宗教信仰之虔誠度愈高之學員，其生命意義也愈高。

上述資料可知不同虔誠度的《廣論》研討班學員在生命意義整體層面上都有達到顯著差異，此研究結果與吳秋芬(2011)研究發現宗教信仰虔誠度高的教師在生命意義各層面也越高之研究結果相同。

(九)近五年發生重大生活經驗的《廣論》研討班學員在生命意義上有顯著差異

本研究結果發現近五年發生重大生活經驗的《廣論》研討班學員在「生命目標」、「生命倫理」、「生命價值」、「開放接納」、「生命熱忱」、「整體生命意義」層面達到顯著差異。此研究結果與曾郁榆(2009)發現曾有親友死亡經驗之青少年，其在生命意義各層面，顯著高於無親友死亡經驗之青少年。楊曉惠(2010)研究發現養護機構老人之整體生命意義在「親人死亡的經驗」上有顯著差異之研究結果相同。

綜合以上資料得知，本研究顯示年齡對生命意義有積極正向之顯著關係，即是年齡愈大其生命意義愈正向；學歷愈高之研究對象，其生命意義也愈正向；職業為「教師」之學員，在生命態度層面較其他職業的學員更為正向；在整體生命意義構面上，婚姻為「離婚」之學員顯著高於「未婚」《廣論》學員；自覺經濟、健康狀況、家庭關係較佳者，其生命意義得分也相對較高；對宗教信仰之虔誠度愈高之學員，其生命意義顯著愈正向；而重大生活經驗對生命意義的影響也是呈現顯著的相關。

貳、《廣論》研討班學員參與程度變項對生命意義有顯著差異

一、不同班別的《廣論》學員在生命意義上有顯著差異

本研究結果發現不同班別的《廣論》研討班學員在「生命目標」、「靈性成長」、「開放接納」、「生命熱忱」、「因果概念」及「整體生命意義」層面達到顯著差異，得知在「生命目標」層面班別為「備覽班」之學員得分顯著高於「增上班」、「一輪班」；另班別在「善行班」之學員得分顯著高於「一輪班」。

在「靈性成長」層面上、為「備覽班」、「善行班」、「增上班」之學員得分顯著高於「一輪班」學員；在「開放接納」、「生命熱忱」、「因果概念」、「整體生命意義」得知班別為「備覽班」之學員得分顯著高「一輪班」學員。

綜合上述，得知《廣論》學員在參加研討班之年資，隨著學習年資越資深，在生命意義上的得分越高。可知目前福智《廣論》研討班的學習模式，對於生命意義的學習是有幫助的，而薰習時間之長短，則更影響其生命意義表現上之高低。

二、是否為全職義工的《廣論》學員在生命意義上有顯著差異

本研究結果發現為全職義工的《廣論》研討班學員在「生命目標」、「生命態度」、「靈性成長」、「生命價值」、「生命熱忱」、「因果概念」及「整體生命意義」層面達到顯著差異，得知為全職義工之《廣論》學員優於不是全職義工之《廣論》學員，全職義工學員工作的場合，是沉浸在佛教團體裡，所接受佛法之薰習更是全面，生命意義亦顯著正向。

三、是否為固定護持義工的《廣論》學員在生命意義上有顯著差異

本研究結果發現為全職義工的《廣論》研討班學員在生命意義及整體生命意義層面皆達到顯著差異，即為固定護持義工之《廣論》學員優於不是固定護持義工者。

四、平均每個月護持義工次數變項之《廣論》學員在生命意義上有顯著差異

本研究結果發現平均每個月護持義工次數變項之《廣論》學員在「生命目標」、「靈性成長」、「開放接納」、「生命熱忱」、「因果概念」及「整體生命意義」層面皆達到顯著

差異。綜合上述資料，每月護持義工次數越多之學員在生命意義上的得分顯著高於幾乎沒有護持的義工，由此研究可知福智《廣論》研討班學員除了要固定研讀《廣論》之外，更須將所學的理论和信念應用於生活中實踐之，才能讓生命意義更加提升。

五、每週聽聞《廣論》天數之《廣論》學員在生命意義上有顯著差異

本研究結果發現每週聽聞《廣論》天數之《廣論》學員在「生命目標」、「生命態度」、「靈性成長」、「開放接納」、「生命熱忱」、「因果概念」及「整體生命意義」層面皆達到顯著差異，大都是「天天聽聞」、「5-6天」、「3-4天」《廣論》之學員得分顯著高於「幾乎沒有」聽聞《廣論》之學員。

綜合上述資料，每週聽聞《廣論》天數次數越多之學員在生命意義上的得分顯著高於幾乎沒有聽聞的學員，聽聞《廣論》天數越多，其影響生命意義面向是更加顯著。

六、經典讀誦頻率之《廣論》學員在生命意義上有顯著差異

本研究結果發現不同經典讀誦頻率之《廣論》學員在「生命目標」、「生命態度」、「生命倫理」、「靈性成長」、「開放接納」、「生命熱忱」、「因果概念」及「整體生命意義」層面皆達到顯著差異，大都是「天天」、「時常」經典讀誦之學員得分顯著高於「偶爾」、「幾乎沒有」之學員。

綜合上述資料，經典讀誦頻率次數越多之學員在生命意義上的得分顯著高於幾乎沒有讀誦之學員，經典讀誦除了了解經典內涵之外，練習自己的專注力以及更重要的是要學習聖賢的精神與智慧，有助於在人生境遇中面對挫折或是困難時，採取正向的思維與作法。具有宗教信仰的人因為擁有較佳的生活習慣，和沒有宗教信仰的人比起來較不容易罹患憂鬱症（易之新譯，2001）。

本研究之華人的生命意義量表與黃怡婷(2013)之生命態度量表內容迥異，但所研究的對象皆為《廣論》學員，顯示不同班別、是否有固定護持、護持義工次數、每週聽聞《廣論》天數等變項，在生命意義上均達顯著差異之研究結果是相同的，可見福智團體在全球推廣的《廣論》研討班之模式、方法及內涵，都具有提升生命意義的效能。

七、常讀頌經典之《廣論》學員在生命意義上有顯著差異

本研究結果發現最常讀頌經典之《廣論》學員在生命意義及整體生命意義層面皆達到顯著差異，「有常讀頌經典」之學員生命意義及整體生命意義層面得分較「無常讀頌經典」之學員高。可知讀誦經典對於生命意義的正向意義是有顯著相關。

八、最常讀頌佛號或咒文之《廣論》學員在生命意義上有顯著差異

本研究結果發現最常讀頌之佛號或咒文之《廣論》學員在生命意義及整體生命意義

層面皆達到顯著差異，「有常讀頌佛號或咒文」之學員生命意義及整體生命意義層面得分較「無常讀頌佛號或咒文」之學員高。可知常讀頌佛號或咒文對於生命意義的正向意義是有顯著相關。

九、參加研討班的家屬之《廣論》學員在生命意義上有顯著差異

本研究結果發現參加研討班的家屬之《廣論》學員在「生命目標」、「靈性成長」、「開放接納」、「因果概念」及整體生命意義層面皆達到顯著差異，「有家屬參加研討班」之上述生命意義層面得分較「無家屬參加研討班」之學員高。

上述資料可知有配偶及子女參加研討班之學員在上述生命意義層面上得分高於無配偶及子女參加研討班之學員。學習《廣論》除了在信念和理論上的學習很重要之外，也強調要實踐於生活中，而生活中跟我們最密切關係的就是我們的家人，在生活裡能夠常常有家人在旁提攜和討論，對於生命意義自然更有正向的影響。此研究結果與黃怡婷(2013)不同參與研討班家屬人數在生命態度上無顯著差異之研究的結果相異。

由上資料得知，本研究顯示隨著學習《廣論》年資愈資深，在生命意義上的得分是愈高；為全職義工、有固定護持義工、每月護持義工次數越多之學員，其生命意義的得分愈正向；聽聞《廣論》天數愈多，其影響生命意義面向是更加顯著；經典讀誦頻率次數越多、讀誦經典、佛號或咒文以及有家屬參加研討班之學員，對生命意義的正向意義是有顯著相關；而傅齡德(2008)大學生個人宗教性對助人行為與真實的快樂之研究顯示，大學新生個人宗教性與助人行為有正向相關。以上資料可知助人與信仰之重要性。

參、雲林地地區福智《廣論》研討班學員生命意義之相關結果

生命意義八個構面與整體生命意義之間各子構面之間呈現顯著正相關。生命意義八個構面與整體生命意義之間的相關程度，變數與變數之間相關係數亦高，可知整體之相關性高。

肆、部份背景變項與部份參與程度在生命意義有顯著預測力

背景變項為「職業」、「婚姻狀況」、「健康狀況」、「家庭關係」、「虔誠度」及「重大生活經驗」在生命意義有顯著預測力；參與程度變項為「班別」、「固定護持義工」、「每月護持義工次數」、「讀誦經典頻率」、「讀誦心經」、「讀誦怙主讚」、「讀誦大悲咒」、「讀誦地藏王菩薩」、「讀誦佛號咒文」、「讀誦六字大明咒」及「參加研討班的家屬」在生命意義上有顯著預測力。

第二節 本研究之貢獻

本研究旨在探討雲林地區福智《廣論》研討班學員與生命意義之相關問題，茲依據前述研究發現，提出建議，供後續研究之參考。

- 一、本研究所修訂之華人生命意義量表，經驗證發現具有良好信效度。尤其增加之因果分量表，更提供未來華人生命意義研究上，一個有意義的新向度。
- 二、研究發現福智《廣論》研討班學員之背景和參與程度諸變項，在生命意義各層面都呈現正向差異性，顯示信仰(佛法)之薰習與生命意義之間有相當的相關。
- 三、本研究之量表與結果，可提供福智《廣論》班等宗教團體及相關行政機構做為未來推廣生命(死)教育之參考。

第三節 相關建議

本研究以問卷調查法探究雲林地區福智《廣論》研討班學員與生命意義之相關，依據本研究發現及結論，給福智《廣論》學員、福智團體若干建議，供之參考。此外，研究者也提出一些建議，以供後續研究者參考。

壹、對福智《廣論》學員的建議

一、《廣論》的學習需要毅力與同行善友之提攜

《廣論》是一本文言文內容之書籍，不同於坊間書籍淺顯易懂容易閱讀，但是在長時間的學習環境中薰習與師長的教導之下，在個人的生命意義上都會獲得利益，由研究結果得知班別越資深的學員其對生命意義得分高於一輪班之新進人員，所以在遇到學習困難時，要了解日積月累的薰習才能夠增上獲益，再加上同行善友的支持與鼓勵，互相提攜是繼續學習成長的重要動力。

二、多利用休閒時間參與團體的活動(如擔任義工、參加法會等)

日常老和尚為了讓學員除了在學習《廣論》的內涵之外，能應用在實際生活中實踐，所以建置福智中小學員區、慈心有機農場及法人基金會等等，此外還定期舉辦法會，這些都是為了使學員們能有更多的機會，將所學的正知見應用在生活中的善巧方便，亦含有讓學員集聚資糧、歷事練心、隨心轉念以及正向思惟之培養。研究中也顯示固定護持義工的《廣論》學員在生命意義得分高於沒有固定護持義工的《廣論》學員；平均每個月護持義工次數在九次以上之《廣論》學員在生命意義高於幾乎沒有護持的義工學員，可見參加義工次數越多，對生命意義的正向影響愈高。

三、多聽聞《廣論》和經典讀誦

研究結果顯示，每週聽聞《廣論》天數之《廣論》學員其生命意義有顯著差異，聽聞《廣論》天數越多其影響生命意義正向更加顯著；另經典讀誦頻率、常讀頌經典及常讀頌佛號或咒文之《廣論》學員在生命意義上也有顯著差異。可見多多接觸、常常串習《廣論》經典和佛號咒文之內涵，使之成為自己的信念與想法，是有助於在生命意義上的正向培養。

四、應鼓勵家庭成員加入《廣論》研討班共學成長

綜合研究結果顯示，有參加研討班家屬之學員在生命意義上呈現顯著性，尤其是親密的配偶、子女和兄弟姐妹更加顯著。《廣論》的學習，極需要家人的體諒與支持，且在家庭生活中若是家人有共同理念，可以互相扶持、學習成為《廣論》家庭，家人一起學習成長，共造和諧家庭。

貳、對福智團體的建議

一、由資深學員帶領新進人員認識福智團體、參加義工和法會以增加認同感

新進學員剛到一個陌生團體，需要資深學員關懷之外，更須由他們帶領參訪與瞭解團體的運作、引導加入義工行列以及告知法會的相關事宜，使得新進學員較易熟悉團體的其他學員和環境，增加新進學員的認同感與歸屬感，這樣也可解決新進學員容易流失的問題。

二、外圍地區研討班人才的養成與培訓

外圍地區研討班資源與人力無法如同支苑人力可以充足調配，以致外圍班的學員必須常常護持許多的班級或是義工，少數的人力卻要承擔一區所有事物，學員們雖認真的在護持，但終究是時間與體力有限，無法再有更多的心力去關懷新進學員，這也是外圍班學員流失的原因之一。

三、應促進學員之間的認識與了解

每週一次研討課程，研討時間大約為2小時，都是在非常匆促的情況下研討《廣論》，比較沒有多餘的時間可以互相了解和關懷，彼此之間的關係較無法親密或是互相扶持，應可多舉辦參訪或是聯誼活動，讓學員彼此之間可以更加熟悉，關係更加緊密，在生活中遇到困難或煩惱時，同行善友的扶持和提攜，亦可互相勉勵，克服障礙，長久學習佛法，一起成就無上菩提。

四、適時宣導與教化，使《廣論》成為佛法入世顯學

福智團體學員一直以來都是默默在行善、自行修行，不為眾人所知，而現今因團體漸漸茁壯，師長與同修努力之下，學員人數在世界各地慢慢的日益增加，而外界越來越多人有耳聞福智《廣論》團體，但亦有不少民眾對福智團體之誤解，認為不同於一般的佛教團體，高不可攀或需層層關卡才能成為學員，福智團體應該在這傳播媒體興盛的時代，多多宣導與行銷，開辦廣播和電視弘法或是刊物文宣，增進大眾對團體的認識，讓更多的社會大眾了解福智團體與《廣論》之內涵，提升團體的形象，促進佛教團體間的學術交流與學術研究，使正法住世更普及化。

參、對相關行政機構做為推廣生命教育之建議

宗教之功能在淨化人心安定社會，而經由佛法的內涵更能洗滌人心，創造和善與祥和的社會環境，所以從學校甚至成人的終身教育，都極適合推廣生命教育。建議教育當局考慮將靈性薰習與因果教育等目前尚未受到足夠重視的心靈與倫理教育之觀點，納入正規課程成為生命教育的重點，才能應付目前日趨嚴苛的生存物理與人文心理環境。

肆、對未來研究之建議

一、研究範圍與對象

本研究因受限於時間、人力及物力，故僅以雲林地區福智《廣論》學員為研究對象，所以研究結果無法全面推論到雲林地區以外之福智《廣論》學員。因此，建議未來研究範圍可擴及其他地區的福智《廣論》學員或是其他佛教團體為研究對象，進行比較分析，以增加研究結果的推論性。

二、研究方法

本研究設計為問卷調查法，係屬量化研究，建議在未來研究法上，可考慮輔以深入訪談等質性研究方法，以獲得更深入的瞭解並使研究結果更趨完整。

另外，本研究問卷是研究者委託各研討班班長進行發送請學員們填答，故回收率較低，建議未來研究者可以親自到現場說明問卷內容及填答方式，以提高問卷回收率。

三、未來研究設計

本研究問卷中不同背景變項「近五年重大生活經驗」，遇到人生重大生活經驗之經歷過程與處理個人心理問題是因人而異，較無法以五年或是一定的年限來界定；另外此問卷以量表為主，較無法得知《廣論》學員除了在此團體無私付出貢獻之外，是否有加

入其他社區或是在其他團體奉獻一己之力，所以建議未來研究者可在此輔以質性研究做深入訪談與探究，或可另獨立此研究變項做更深入之研究探討。

四、未來研究背景資料

本研究問卷之背景變項與參與程度變項之內容分割太細，以至比較部分過於繁複而失去焦點；對於與華人生命意義量表的探討就比較無法深入。建議未來的研究者可針對本研究所蒐集的資料中較有顯著性的變項，再加以探討與研究。

五、未來研究方向

本研究以福智團體學習佛法為對象，其同質性較高，對於建構效度部分較無法有確定性，建議未來研究的對象可對一般學佛者的群體，做此量表的評估。

六、未來研究題目

本研究量表八個面向與佛法生命意義內涵相近之處為：1. 生命目標：今生追求離苦得樂、來世為生生增上以及最終的生命意義為解脫生死、成就佛果。2. 生命態度：儒家五倫、悲憫心利益一切有情以及精進心。3. 生命倫理：孔孟儒家思想中倫理道德性、守戒以及恭敬心。4. 靈性成長：追求定和慧。5. 生命價值：輕物質重精神、念死無常和人生是苦。6. 開放接納-說法善巧以及斷疲厭。7. 生命熱忱：佛法之十善業。8. 因果業報：求善果。

因本研究主要目的在探討學習佛法經驗對生命意義關係之研究，對於其兩者之比較無法詳細論述，未來研究者可對此做深入之探討。

參考書目

中文部份

- 仁欽曲札譯(2007)。**掌中解脫：菩提道次第第二十四天教授**。第一士帕繃喀仁波切開示，臺北市：白法螺。
- 王惠玲(2011)。**地方稅務人員工作壓力、生命意義與工作倦怠之相關研究—以南部五縣市為例**(未出版碩士論文)。南華大學，嘉義縣。
- 王勝枝(2005)。**創新佛曲與生命教育關係之個案研究—以福智讚頌為例**(未出版碩士論文)。台北市立教育大學，台北市。
- 王惠雯(2001)。**宗喀巴大師的生命教育思想—道次第教授的現代詮釋**。公元二千年兩岸藏學學術會議論文集。
- 王立文，孫長祥(2005)。**祭祖儀式意涵之探索**。**佛教與科學**，6卷2期，P52-58。
- 王惠雯(1998)。**宗喀巴菩薩戒思想之研究**(未出版碩士論文)。輔仁大學，台北市。
- 尤姿云(2009)。**福智教育理念對國中生人際關係影響之研究**(未出版碩士論文)。高雄師範大學，高雄。
- 方佳俊譯(2009)。**Terry Eagleton原著。生命的意義是爵士樂團**。台北：商周。
- 方立天(1995)。**中國古代哲學問題發展史(上冊)**。台北：紅葉。
- 毛紀如(2003)。**完整家庭國中生與單親家庭國中生生命意義之比較分析**(未出版碩士論文)。南華大學，嘉義縣。
- 石宜家(2009)。**高雄縣市國小教師的工作壓力、工作滿意度與生命意義感之關係研究**(未出版碩士論文)。國立高雄師範大學，高雄市。
- 艾雅·珂瑪(1999)。**業與輪迴**。香光莊嚴，58，78-89。
- 江穎盈(2009)。**大學生的生活壓力、社會支持與生命意義之研究**(未出版碩士論文)。國立政治大學，臺北市。
- 朱貞惠(2011)。**從家族治療的觀點來探討家族系統排列之內涵—以華人家族心靈排列為例**(未出版碩士論文)。國立嘉義大學，嘉義縣。
- 李盈瑩(2010)。**大學生生命意義與傷慟因應智能之研究**(未出版碩士論文)。國立嘉義大學，嘉義市。
- 李雪媛等譯(2009)。**Frank, Viktor E.(維克多·弗蘭克)著。《向生命說Yes!：一位心理醫師在集中營的歷劫記》**。台北：啟示。

- 李昱平(2006)。高雄縣高級中等學校學生靈性健康與生命態度之相關研究(未出版碩士論文)。國立高雄師範大學，高雄市。
- 余沛翹(2010)。《太平廣記》報應故事的果報觀。文學前瞻，10，39-52。
- 阮元(清)校刻《十三經注疏》(1991)。北京：中華書局。
- 何清蓉(2013)。由業果論佛家解脫論迴之道(未出版碩士論文)。私立華梵大學，新竹縣。
- 何慧慈(2008)。高雄縣市國小特殊教育教師信念、生命意義感與生命教育態度之關係研究(未出版碩士論文)。國立高雄師範大學，高雄市。
- 何妙芬(2007)。消防人員生命意義感與死亡態度之研究——以高雄縣、市為例(未出版碩士論文)。南華大學，嘉義縣。
- 何英奇(1987)。大專學生之生命意義感及其相關；意義治療法基本概念之實徵性研究。教育心理學報，20，87-106。
- 何郁玲(1999)。中小學教師職業倦怠、教師效能感與生命意義感關係之研究(未出版碩士論文)。國立彰化師範大學，彰化。
- 何英奇(1990)。生命態度剖面圖之編製：信度與效度之研究。師大學報，35，71-94。
- 呂應鐘(2001)。現代生死學。台北：新文京。
- 呂佳芬(2010)。高雄區慈濟志工生命意義感與死亡態度之相關研究(未出版碩士論文)。國立高雄師範大學，高雄市。
- 吳秋芬(2011)。高雄市國小教師生命意義感、死亡態度與立遺囑態度之間的關係情形(未出版碩士論文)。高雄師範大學，高雄市。
- 吳勢方(2010)。傳承在愛與關懷之間——國小福智教師生命意義感與關懷實踐之個案研究(未出版碩士論文)。高雄師範大學，高雄市。
- 吳淑華(2006)。青少年生命意義感之研究(未出版碩士論文)。國立嘉義大學，嘉義市。
- 吳清華(2009)。國中運動代表隊實施觀功念恩之行動研究——以台北縣立蘆洲國中男子籃球隊為例(未出版碩士論文)。國立臺灣師範大學，台北市。
- 吳靜誼(2008)。高雄縣國小教師生命態度、靈性健康與幸福感之相關研究(未出版碩士論文)。國立高雄師範大學，高雄市。
- 吳銘祥(2008)。靈性修持者生命意義感與生命實踐力之相關研究(未出版碩士論文)。國立高雄師範大學，高雄市。
- 吳界月(2004)。生命的軌跡與脈動——福智教育園區全職志工觀點轉換歷程(未出版碩士論文)。私立南華大學，嘉義縣。

- 吳明隆 (2003)。SPSS統計應用實務。臺北市：松崗。
- 吳明隆 (2007)。SPSS操作與應用-問卷統計分析實務。臺北市：五南。
- 吳秀碧、賀孝銘、羅崇誠 (2002)。大學生生命意義相關研究報告。全人發展取向之輔導與諮商專業人力培育之模式探討之分項計畫二：師範院校生死學教育課程、教材、教法之研究九十年年度報告。
- 董文香 (2003)。生死教育課程對職校護生生命意義影響之研究(未出版碩士論文)。私立南華大學，嘉義縣。
- 宋秋蓉(1992)。青少年生命意義之研究 (未出版碩士論文)。國立彰化師範大學，彰化市。
- 法尊法師譯 (2007)。菩提道次第廣論(宗喀巴著)。臺北市：福智之聲。
- 林長青(2009)。高高屏區福智團體成員參與休閒運動與團體凝聚力之個案研究(未出版碩士論文)。高雄師範大學，高雄市。
- 林文章(2008)。高雄地區國小教師參加《廣論》研討班的學習與教學改變之研究(未出版碩士論文)。高雄師範大學，高雄市。
- 林士琦 (2004)。宗喀巴三士道思想中的生死觀-以菩提道次第廣論為主之探討(未出版碩士論文)。私立南華大學，嘉義縣。
- 林師模、陳苑欽(2003)。多變量分析/管理上的應用。臺北市：雙葉。
- 林柳吟(2002)。社區老人生命意義、死亡態度與生活品質之相關性探討(未出版碩士論文)。長庚大學，新北市。
- 周招香(2006)。高雄市國小高年級學童生命意義感、生活壓力與生活適應之關係研究(未出版碩士論文)。國立高雄師範大學，高雄市。
- 周家麒 (譯)(2008)。生命如何作答？利己年代的倫理(原作者：Peter Singer) 原著。台北市：御書房出版。(原著出版年：1993)。
- 易之新 (譯)(2003)。存在心理治療。(原作著：Yalom, I. D.)。台北市：張老師。
- 易之新(譯)(2001)。打破心理治療與靈性的藩籬。(原作者：R. Shorto)。台北：張老師文化。
- 紀淑萍(2002)。在國小實施觀功念恩動研究(未出版碩士論文)。屏東師範學院，屏東縣。
- 紀玉足(2002)。生死教育對某技職校院學生生命意義感教學成效之探討----以商業設計系為例(未出版碩士論文)。私立南華大學，嘉義縣。
- 邱哲宜(2005)。青少年生命意義感、死亡態度與自我傷害關係的研究 (未出版碩士論

- 文)。國立台灣師範大學，台北。
- 柯淵福(2005)。成人參與佛教團體教化課程的學習經驗及其生活改變影響之研究(未出版碩士論文)。國立中正大學，嘉義縣。
- 洪淑慧(2012)。嘉義縣國小教師來生信念與生命態度之探討(未出版碩士論文)。私立南華大學，嘉義縣。
- 洪萍如(2012)。和氣大愛傳光人服務學習與生命意義感關係之研究(未出版碩士論文)。高雄師範大學，高雄市。
- 洪櫻純(2009)。佛教徒學習佛法對靈性健康之影響歷程研究。中華心理衛生學刊，22(3)，269-298。
- 胡祖櫻(2005)。出離因果、幫因與循因。佛教與科學，6(2)，88-96。
- 袁光儀(2002)。《太平經》承負報應思想探析。成大宗教與文化學報，2，167-209。
- 侯冬芬(2004)。雲嘉地區資深榮民，生命意義，死亡態度與生活品質之相關性探討(未出版碩士論文)。南華大學，嘉義縣。
- 孫郁荃(2005)。國民中學教師生命價值觀與工作投入、教學效能關係之研究(未出版碩士論文)。國立高雄師範大學，高雄市。
- 徐秀慧(2008)。《廣論》教授用於改善心理困擾之經驗探討—以福智團體學員為例(未出版碩士論文)。高雄師範大學，高雄市。
- 徐福君(2006)。宗教非營利組織運作環境事業的觀察：以慈心有機農業發展基金會進行個案研究(未出版碩士論文)。台灣大學，台北市。
- 徐富珊(2011)。福智教師生命教育理念與實踐之個案研究(未出版碩士論文)。國立彰化師範大學，彰化市。
- 曾煥棠(2003)。生死學之實務探討。台北：師大書苑。
- 煮雲法師、陳慧昶等(1998)。因果輪迴與報應。台北：大乘精舍印經會。
- 許鶴瀨(2012)。《菩提道次第略論》之生命教育(未出版碩士論文)。私立輔仁大學，台北市。
- 許美蓮(2007)。高雄縣高中生情緒智力、生命意義感與問題解決態度之關係研究(未出版碩士論文)。國立高雄師範大學，高雄。
- 許秀霞(2003)。生命教育對高職學生生命意義感教學成效之探討—以服制生命教育理念為主軸(未出版碩士論文)。南華大學，嘉義縣。
- 郭和卿譯(2009)。《菩提道次第略論釋》(宗喀巴著)。台北：佛陀教育基金會。

- 郭懿慧(2006)。台南縣市國小教師生命意義感、生命教育態度與生命教育實施狀況之調查研究(未出版碩士論文)。國立中山大學，高雄縣。
- 陳光明(2011)。志工社會支持、參與動機與投入程度關係之研究—以福智文教基金會為例(未出版碩士論文)。國立高雄應用科技大學，高雄。
- 陳俐伶(2010)。國小學童因果報應觀量表的建構與發展之研究—以中部地區為例(未出版碩士論文)。私立南華大學，嘉義縣。
- 陳怡伶(2010)。教保人員靈性健康與生命態度之探討—以台中、彰化、雲嘉及台南縣市為例(未出版碩士論文)。私立南華大學，嘉義縣。
- 陳淑梨(2010)。宗喀巴《菩提道次第廣論》三士道教學研究(未出版碩士論文)。國立臺北教育大學，臺北市。
- 陳義孝(2002)。《佛學常見詞彙》。臺北：財團法人佛陀教育基金會出版。
- 陳兵(1995)。生與死的超越—佛教對生死輪迴的詮釋。臺北縣：圓神。
- 陳黃秀蓮(2005)。技職校院學生生活壓力、生命意義與自殺意念之研究(未出版碩士論文)。國立高雄師範大學，高雄。
- 陳敏惠(2002)。兒童讀經實施策略之研究—以福智文教基金會為例(未出版碩士論文)。屏東師範學院，屏東市。
- 陸娟(2002)。生死教育對綜合高中學生生命意義感教學成效之探討(未出版碩士論文)。私立南華大學，嘉義縣。
- 翁淳儀(2008)。台灣家族系統排列團體之心理效果初探(未出版碩士論文)。私立南華大學，嘉義縣。
- 莊錫欽(2004)。高級職校教師心靈特質、生命意義感與生命教育態度之關係(未出版碩士論文)。國立彰化師範大學，彰化市。
- 邱皓政(2011)。量化研究與統計分析(5版)。臺北市：五南。
- 黃琦歲(2005)。佛教團體辦學的成效探究—以福智教育園區為例(未出版碩士論文)。國立新竹師範學院，新竹市。
- 黃文玲(2007)。屏東縣國小高年級學童生命意義感與利社會行為之關係研究(未出版碩士論文)。高雄師範大學，高雄市。
- 黃怡婷(2013)。福智《廣論》研討班學員的生命態度及其有關因素之調查研究(未出版碩士論文)。國立臺北教育大學，臺北市。
- 黃國城(2009)。成人參與一貫道活動對其智慧與靈性健康影響之研究—以發一崇德道

- 場為例(未出版博士論文)。國立中正大學，嘉義縣。
- 黃美華(2009)。朝陽中的禮讚-國小福智教師生命態度與班級經營之個案研究(未出版碩士論文)。國立高雄師範大學，高雄市。
- 黃淑惠(2009)。影響志工參與原因-以福智佛教團體為例(未出版碩士論文)。東海大學，台中市。
- 張麗俐(2009)。在家佛教信徒皈依歷程之研究--以福智團體《廣論》研討班中區學員為例(未出版碩士論文)。玄奘大學，新竹市。
- 傅齡德(2008)。大學生個人宗教性對助人行為與真實的快樂之研究(未出版碩士論文)。東海大學，台中。
- 黃素數(2007)。國小三年級福智教師生命教育實踐之個案研究(未出版碩士論文)。台北市立教育大學，台北市。
- 黃同展(2006)。高雄縣市高中學生生命意義感、生活壓力與憂鬱情緒之相關研究(未出版碩士論文)。高雄師範大學，高雄市。
- 黃國城(2003)。高雄市醫院志工幸福感、死亡態度與生命意義感之相關研究(未出版碩士論文)。國立高雄師範大學，高雄市。
- 曾郁榆(2009)-青少年生命態度與生命教育課程需求之研究(未出版碩士論文)。高雄師範大學，高雄市。
- 張樹卿與張洋(2010)。儒、釋、道的報應觀比較研究。中國世界古代史研究網。
- 張海倫(2008)。生命意義感評量與相關因素之研究-以幼兒教師為例(未出版碩士論文)。樹德科技大學，高雄市。
- 張文琪(2007)。高雄市國小高年級學童情緒智力、生命態度與問題解決能力之相關研究(未出版碩士論文)。國立高雄師範大學，高雄市。
- 張家禎(2007)。雲林縣國小兼任行政職務級任教師角色壓力、組織承諾與工作滿意之研究(未出版碩士論文)。雲林科技大學，雲林縣。
- 張國治(2005)。雲林縣高齡學習參與者、非參與者生命意義感之比較研究(未出版碩士論文)。國立中正大學，嘉義縣。
- 傅偉勳(1993, 2007)。死亡的尊嚴與生命的尊嚴——從臨終精神醫學到現代生死學。台北市：正中。
- 傅佩榮(2005)。生活有哲學。臺北市：健行文化。
- 楊麗蓉(2009)。高雄市國小教師宗教心理知覺與生命意義感、死亡態度之關係研究(未出版碩士論文)。國立高雄師範大學，高雄市。

- 出版碩士論文)。高雄師範大學，高雄市。
- 楊曉惠(2010)。養護機構老人生命意義與死亡焦慮相關性之研究—以高高屏地區為例(未出版碩士論文)。南華大學，嘉義縣。
- 達賴十四世傳法，彌勒若巴喇嘛譯撰，蔡東照監修(2000)。《菩提道次第簡明釋論》(達賴喇嘛三世原著)。台北：唵阿吽。
- 趙可式、沈錦惠譯(2010)。Victor E. Frankl原著。活出意義來：從集中營說到存在主義。臺北市：光啟。
- 鄭麗慧(2008)。高雄市國民小學教師生命意義感與生活滿意度關係之研究(未出版碩士論文)。國立高雄師範大學，高雄市。
- 鄭吟雀(2012)。福智《廣論》研討班學員之生命實踐(未出版碩士論文)。國立臺北教育大學，臺北市。
- 楊蕙如(2008)。宗教型非營利組織推廣生命教育初探：以財團法人福智文教基金會為例(未出版碩士論文)。元智大學，桃園。
- 鄭惟謙(2008)。國中教師生命意義感與生活效能之研究(未出版碩士論文)。高雄師範大學，高雄市。
- 鄭基良(2008)。善惡報應論(二)。空大人文學報，17，113-147。
- 黎筱圓(2007)。高雄市醫院護理人員生命態度、幸福感與生命教育需求之調查研究(未出版碩士論文)。高雄師範大學，高雄市。
- 廣超法師(2010)。佛學基礎知識-業力與輪迴。中華電子佛典協會。
- 淨良法師(1999)。佛說業報差別經淺說。淨心文教基金會，高雄。
- 蔡淳慧(2012)。華人家族心靈排列團體靈性健康改變經驗研究(未出版碩士論文)。私立南華大學，嘉義縣。
- 蔡坤良(2004)。小琉球漁村生命意義感、死亡態度與幸福感知研究(未出版碩士論文)。南華大學生死所，嘉義市。
- 蔡政文(2007)。高雄縣國民小學教師生命態度與生命教育需求相關之研究(未出版碩士論文)。國立高雄師範大學，高雄市。
- 賴品仔(2010)。原鄉地區國小教師的生命意義與工作壓力(未出版碩士論文)。南華大學，嘉義縣。
- 賴昆宏(2006)。社會支持、孤寂感與休閒活動參與對老人生命意義影響之研究—以台中地區長青學苑為例(未出版碩士論文)。朝陽科技大學，台中市。

- 劉唯玉(2005)。師資生生命態度及其對師資培育之啟示。國立花蓮師範學院初等教育學系論文集，46-406。
- 劉純如(2009)。高雄縣國小教師生命意義感、教師信念與班級經營效能關係之研究(未出版碩士論文)。高雄師範大學，高雄市。
- 劉滌凡(1999)。唐前果報系統的建構與融合。台北：台灣學生書局。
- 劉滌凡(2001)。儒家德報通俗化轉折面向的考查。高雄餐旅學報，4，185-197。
- 謝曼盈(2003)。生命態度量表之發展與建構(未出版碩士論文)。慈濟大學，花蓮。
- 戴玉錦(2005)。高中職輔導教師生命意義感與輔導自我效能關係之研究(未出版碩士論文)。國立高雄師範大學，高雄市。
- 戴玉婷(2010)。國中學生全人生命意義量表之建構研究(未出版碩士論文)。南華大學生死所，嘉義市。
- 藍乙琳(2006)。屏東縣國民小學退休教師生命意義感與死亡態度之相關研究(未出版碩士論文)。國立高雄師範大學，高雄市。
- 羅素蘭(2006)。台灣地區護專學生生命意義感、實習壓力與憂鬱傾向之關係研究(未出版碩士論文)。高雄師範大學，高雄市。
- 釋道世(2003)。《法苑珠林》卷七十，《無量壽經》。北京：中華書局，頁2065。
- 釋日常(2002a)。佛法要義(一)。臺北市：福智之聲。
- 釋日常法師(2004)。《菩提道次第廣論淺釋》，台北：圓音。
- 釋如性譯(2010)。《菩提道次第略論》(宗喀巴著)。台北：福智之聲。
- 釋慧開(2004)。儒佛生死學與哲學論文集。台北：紅葉。

佛學網站

- 《菩提道次第略論》(第15-2講)，<http://tw.myblog.yahoo.com/>
- 《菩提道次第廣論》，日常法師釋，<http://www.gelsociety.org/Lamrim/>
- 《學佛三要》，印順法師著作，<http://www.yinshun.org.tw>
- 佛光大辭典 https://www.fgs.org.tw/fgs_book/fgs_drser.aspx
- 教育部國語辭典 <https://www.moedict.tw/%E7%A6%8F%E5%96%84%E7%A6%8D%E6%B7%AB>
- 中華電子佛典協會 <http://www.book853.com/show.aspx?id=48&cid=8>

英文部分

- Battista m ,J,& Almond,R.(1973).The development of meaning in life. *Psychiatry*, 36, 409-427.

- Baumeister, R. F. (1991). *Meanings of life*. New York: The Guilford Press.
- Crumbaugh, J. C. (1973). Everything to gain: A guide to self-fulfillment through logotherapy. Chicago: Nelson-Hall Company.
- Crumbaugh, J. C., & Maholick, L. T. (1964). An experimental study in existentialism: The Psychometric Approach to Frankl's Concept of Noogenic Neurosis. *Journal of Clinical Psychology*, 20, 200-207.
- Ewa Ryś (2009). The sense of life as a subjective spiritual human experience. *Existential analysis*. 20, 1. Jan., 2009.
- Fabry, J. B. (1980). Use of the transpersonal in logotherapy. In S. Boorstein (Ed.). *Transpersonal psychology*. Palo Alto, CA: Science and Behavior Books.
- Frankl, V. E. (1963). *Man's search for meaning*. New York: Pocket Book.
- Frankl, V. E. (1969). *The doctor and the soul: From psychotherapy to logotherapy*. New York, NY: Bantam Books.
- Frankl, V. E. (1978-1981). *The unheard cry for meaning: Psychotherapy and humanism*. New York: Simon and Schuster.
- Frankl, V. E. (1986). *The doctor and the soul: From psychotherapy to logotherapy*. New York: Vintage Books.
- Frankl, Viktor, Viktor Frankl-Recollection, New York: Souvenir Press, 1997.
- Hedlund (1977) Personal meaning: The problem of education for wisdom. *Personnel and guidance journal*, 55 (10), 602-604.
- Reker, G. T. (1994). Logo theory and logo therapy: Challenges, opportunities, and some empirical findings. *The International Forum for Logotherapy*. 17, 47-55.
- Reker, G. T. & Wong, P. T. P. (1988). Aging as an individual process: Toward a theory of personal meaning. In J. E. Birren & V. L. Bengtson (Eds.), *Emergent theories of aging* (pp. 214 - 246). New York, NY: Springer.
- Yalom, I. D. (1980) *Existential psychotherapy*. New York: Basic Books.

附錄

附錄一 因果量表試題出處與所引據的概念來源

題號	題目	來源說明
1	有需要時我會祭拜祖先或神祇，以求趨吉避凶。	儒家認為祭祖有教化作用，重點放在飲水思源的道德教育。祭祖儀式可看華人家族集體潛意識之內涵。王立文，孫長祥(2005)。
2	只要努力斷惡、懺悔行善，還是可以改變已造的惡業。	『涅槃經·獅子吼品』云：「修習道故，決定重業可使輕受。」
3	因果業報指的是善惡各自有果報，業報成熟的時間主要依因緣而定。	《俱舍釋》所引頌云：「諸業於生死，隨重近串習，隨先作其中，即前前成熟。」
4	「萬般帶不走、只有業隨身」，說明生命的輪迴是以靈魂-意念-業之形式運作的。	『泥犁經』：「父作不善，子不待受；子作不善，父不待受。善自獲福，惡自受殃。」
5	我相信因果業報的輪迴，生命是無限的，是多世而非一世的。	『無量壽佛經』說：「天地之間，五道分明，善惡報應，禍福相承，身自當之，無誰代者。」
6	我相信與祖先的共業其實會影響到今生之個業。	蔡淳慧(2012)。朱貞惠(2011)。翁淳儀(2008)。
7	我相信因果與業報會影響人生的禍福吉凶。	『法句經』偈云：「行惡得惡，如種苦種；惡自受罪，善自受福。」
8	我認為努力懺悔有助於心靈恢復平安。	出離因果輪迴，做法是：1. 勇敢承擔果報。2. 觀看心念—日常生活中，時時觀看自己的心，念頭起時，「知而勿隨」。3. 懺悔。4. 問為什
9	我認為積極行善能讓人產生幸福感。	
10	與神/佛間的親密相應及溝通(禱告祈求-念經)，有助於內心長保平安。	

11	我相信靜坐有助於內心寧靜與靈性成長。	麼。5. 多靜坐增加定力。6. 對「因」的未來果報不要有得失心。7. 勤種善因。8. 多持咒或念聖號迴向給怨親債主。胡祖櫻（2005）。
12	我常自我覺察起心動念是否生善念或惡念（貪瞋癡）。	
13	觀功念恩（感恩逆境對人生的提醒）的態度，有助於寬恕和靈性成長。	紀淑萍（2002）；吳清華（2009）；林文章，（2008）。

附錄二 專家檢核修訂試題前後對照表

題號	修訂後題目	修訂原因說明
1	有需要時我會祭拜祖先或神祇，以求趨吉避凶。(蔡、陳)	祈應改為祇。
2	只要努力斷惡、懺悔行善，還是可以改變已造的惡業。	有較高的贊同率，因為 social desirability，且已經是一般性的信念。
3	因果業報指的是善惡各自有果報，業報成熟的時間主要依因緣而定。	增加報、果字。(呂、陳)
4	刪除(尤)	
5	我相信因果業報的輪迴，生命是無限的，是多世而非一世的。	加入生命是無限的。(陳) 加入業報(呂、尤) 加入多生多世。(呂、蔡)
6	我相信與祖先的共業其實會影響到今生之個業。	何長珠教授家排 1000 人次之經驗
7	我相信因果與業報會影響人生的禍福吉凶。	有較高的贊同率，因為 social desirability，且已經是一般性的信念。
8	我認為努力懺悔有助於心靈恢復平安。	加入努力懺悔。(陳)
9	我認為積極行善能讓人產生幸福感。	加入積極行善。(陳)
10	與神/佛間的親密相應及溝通(禱告祈求-念經)，有助於內心長保平安。	加入親密相應及溝通(禱告祈求)。(陳)
11	我相信靜坐有助於內心寧靜與靈性成長。	加入內心寧靜。(陳)
12	我常自我覺察起心動念是否生善念或惡念(貪瞋癡)。	加入生善念或惡念(貪瞋癡)。(陳)
13	觀功念恩(感恩逆境對人生的提醒)的態度，有助於寬恕和靈性成長。	加入感恩逆境對人生的提醒。(呂)

附錄三

華人生命意義量表(正式問卷)

您好：

這是一份探討「華人生命意義」之問卷，題目取材自靈性-心理-教育-社會-倫理等範疇，目的是要了解福智《廣論》研討班學員對生命意義的狀況，您所填答的資料皆匿名並予以保密。本量表共分成兩個部分，第一部分為「個人基本資料」，第二部分為「參與程度」，第三部分為「華人生命意義量表」，請以個人當下之立即感受為依據圈選答案—請注意不要遺漏任何一題。

衷心感謝您的協助！

南華大學生死學研究所

指導教授：何長珠 教授

研究生：李孟委 敬上

第一部分：個人基本資料(請您依據個人實際情況在適合的中打√。感謝您！)

(一)性別：男 女

(二)年齡：30歲以下 31-40歲 41-50歲 51-59歲 60-69歲 70歲以上

(三)教育程度：國小(含以下) 國中 高中職 大專院校或大學

研究所(含以上)

(四)職業別(可複選)：教師 公務人員 工程(技術)人員 商 農 家管

學生 服務業 其他(退休人員)，請說明_____

(五)婚姻狀況：未婚 已婚 喪偶 離婚 分居 其他，請說明_____

(六)經濟狀況：優 良 尚可 差

(七)健康狀況：優 良 尚可 差

(八)家庭關係：非常和諧 和諧 普通 不和諧

(九)虔誠度：深信/虔誠 相信(規律修行) 普通(有事則信)

初信(慕道)

(十)近五年發生重大生活經驗(可複選)：無 喪親 疾病 失業 情感

其他，請說明_____

第二部分：參與程度

(一)目前參與《廣論》研討班班別：一輪班增上班善行班備覽班宗行班

(二)是否為全職義工：否 是 (答是者，請直接跳答第5題)

(三)是否有固定護持義工：否 是

(四)平均每個月護持福智法人義工的頻率：

幾乎沒有參加 每月1-2次 3-4次 5-6次 7-8次 9次以上

(五)每週聽聞《廣論》天數：

幾乎沒有 1-2天 3-4天 5-6天 天天聽聞

(六)經典讀誦頻率：幾乎沒有 偶而 時常 天天

(七)最常讀頌經典(可複選)：無 心經 大般若波羅蜜多經 觀世音菩薩

普門品 六臂怙主讚 入菩薩行論 金剛經 其他_____

(八)最常讀頌之佛號或咒文(可複選)：無六字大明咒大悲咒南無觀世音菩薩

南無本師釋迦牟尼佛南無阿彌陀佛南無地藏王菩薩其他_____

(九)參加研討班的家屬：無 有 (答是者，請繼續√選，可複選)

父母親 配偶 子女 兄弟姐妹 其他:_____

第三部分：華人生命意義量表

請您依據實際的情況圈選最符合您當下感受的選項。請依據您對「題項文字內容」的「同意狀況」進行填答，若您「非常同意」題項的敘述請圈選「5」，「同意」請圈選「4」，「普通」請圈選「3」，「不同意」請圈選「2」，覺得「非常不同意」請圈選「1」。本量表共 51 題，感謝您的協助！

	非常不同意	不同意	普通	同意	非常同意
1. 我常心懷感恩過每一天。	1	2	3	4	5
2. 我覺得困境能讓我更了解生命的意義並增長靈性。	1	2	3	4	5
3. 我覺得有意義的人生，比幸福的人生更重要。	1	2	3	4	5
4. 有時我會祭拜祖先或神祇，以求趨吉避凶。	1	2	3	4	5
5. 如果今天我就要死了，我會覺得不虛此生。	1	2	3	4	5
6. 在生活中追求心靈成長是理想的人生。	1	2	3	4	5
7. 生命的意義取決於個人自我實現的程度。	1	2	3	4	5
8. 我認為積極行善能讓人產生幸福感。	1	2	3	4	5
9. 我相信凡事有因必有果。	1	2	3	4	5
10. 我相信人的本性是良善的。	1	2	3	4	5
11. 我認為宗教信仰，有助於心靈之成長。	1	2	3	4	5
12. 我常自我覺察起心動念是否生善念或惡念（貪瞋癡）。	1	2	3	4	5
13. 我認為人生無常所以要積極向上。	1	2	3	4	5
14. 我認為自己能夠正向看待死亡。	1	2	3	4	5
15. 我認為從事有益於心靈平靜之活動，有助於快樂及幸福感之獲得。	1	2	3	4	5
16. 我相信因果與業報會影響人生的禍福吉凶。	1	2	3	4	5
17. 我認為自己是個有價值的人。	1	2	3	4	5
18. 我不明白自己為什麼要活著。	1	2	3	4	5
19. 在達成個人目標上，我能設定清楚的計畫和步驟。	1	2	3	4	5
20. 我認為努力懺悔有助於心靈恢復平安。	1	2	3	4	5
21. 我很清楚我人生的目標。	1	2	3	4	5
22. 生命最終極的意義，就是生而無悔、死而無憾。	1	2	3	4	5
23. 我容易有負面情緒。	1	2	3	4	5
24. 觀功念恩(感恩逆境對人生的提醒)的態度，有助於寬恕和靈性成長。	1	2	3	4	5
25. 我習慣以逃避來解決問題。	1	2	3	4	5

	非常不同意	不同意	普通	同意	非常同意
26. 只要我肯努力就可以發揮我的潛能。	1	2	3	4	5
27. 我肯定社會中默默行善的小人物。	1	2	3	4	5
28. 我常隨緣行善，幫助別人。	1	2	3	4	5
29. 與神/佛間的親密相應及溝通(禱告祈求-念經)，有助於內心平安。	1	2	3	4	5
30. 我能接納他人的缺點或限制。	1	2	3	4	5
31. 我是個負責的人。	1	2	3	4	5
32. 我相信人生大部分是公平的。	1	2	3	4	5
33. 我相信靜坐有助於內心寧靜與靈性成長。	1	2	3	4	5
34. 我肯定每個人的存在，都有其獨特的意義與價值。	1	2	3	4	5
35. 我知道如何接納自己。	1	2	3	4	5
36. 我認為每個人都可以從錯誤中學習成長。	1	2	3	4	5
37. 只要努力斷惡、懺悔行善，還是可以改變已造的惡業。	1	2	3	4	5
38. 我願意擔任志工參與社會服務，幫助弱勢。	1	2	3	4	5
39. 我認為做壞事的人，一定不會有好下場。	1	2	3	4	5
40. 我有清楚的家庭觀念，懂得為家人負責。	1	2	3	4	5
41. 我相信因果業報的輪迴，生命是無限的，是多世而非一世的。	1	2	3	4	5
42. 我相信我有比別人更高的道德操守。	1	2	3	4	5
43. 我習慣性地會把困難當成是挑戰的機會。	1	2	3	4	5
44. 我覺得自己算是個幸運的人。	1	2	3	4	5
45. 我相信與祖先的共業其實會影響到今生之個業。	1	2	3	4	5
46. 我能夠讓自己的生活過得多采多姿。	1	2	3	4	5
47. 回顧過往，我深深地感受到自己的生命有意義。	1	2	3	4	5
48. 因果指的是善惡各自有報，業報成熟的時間主要依因緣而定。	1	2	3	4	5
49. 不論命運好壞，我認為人都還有選擇的自由。	1	2	3	4	5
50. 我不會用自殺來解決問題。	1	2	3	4	5
51. 在大自然中，我更能體會宇宙萬物合一之感。	1	2	3	4	5

感謝您的協助!煩請確認是否有缺漏。謝謝!

若您願意幫忙進一步接受訪談(一小時內)，請留下電話或Email，以利方便與您連絡!

謝謝您!

電話：_____ Email：_____

附錄四 專家背景介紹（依姓氏筆畫順序排列）

專家姓名	現 職	專長領域
尤惠貞	南華大學教授	生命教育(宗教與哲學)
古東源	雲林科技大學	生命教育(宗教學)
呂凱文	南華大學教授	生命教育(宗教與哲學)
陳三郎	雲林科技大學	生命教育(宗教學與社會學)
蔡明昌	嘉義大學教授	生命教育(教育學)