

王振圍、王智弘(2014年9月)。從菩薩道精神探究專業助人者的自我修為。論文發表於 亞洲本土及文化心理學會舉辦第三屆海峽心理論壇，台北市：國立台灣大學。

從菩薩道精神探究專業助人者的自我修為

摘要

本研究採建構實在論為研究典範，藉佛教菩薩道精神，試圖探討佛家如何看待專業助人工作者的自我修為，以開展含攝佛家文化的助人專業倫理。

實踐菩薩道精神的專業助人者，以「自覺覺人、自利利人、清淨空性」為目標，發揮「慈悲」與「智慧」的影響力，以「十善業」為基礎，融會「佈施、同事、愛語、利行」四攝法，於助人歷程中修習「慈、悲、喜、捨」四無量心，自然而然於助人過程中，「盡己」且能「推己」，同時為專業助人者自身及當事人解除煩惱，獲得安樂，保障當事人自主權、受益權、免受傷害權、公平待遇權、要求忠誠權。

關鍵詞：菩薩道、含攝文化心理學、助人專業倫理、助人倫理雙元模型

王振圍、王智弘(2014年9月)。從菩薩道精神探究專業助人者的自我修為。論文發表於 亞洲本土及文化心理學會舉辦第三屆海峽心理論壇，台北市：國立台灣大學。

一、建構含攝文化的助人專業倫理知識

本研究採建構實在論為研究典範，藉佛教菩薩道精神，試圖探討佛家如何看待專業助人工作者的自我修為，以開展含攝佛家文化的助人專業倫理。

建構實在論主張，知識建構為科學家針對「實在」建構出無數的「微世界」，知識為無數「微世界」的總合，總合為「建構的實在」。運用一個微世界的語言，運用到其他微世界的理解過程稱為「外推」，若可進一步運用，代表能普遍化，與別的微世界共享普遍化的真理。沈清松提出「文化外推」的概念，理論應於不同文化運用時，特別注意是否具有實踐或文化的外推性。外推需透過實在本身的接觸與討論，比較可能了解另一微世界，外推既是知識的接觸，亦是理解知識建構的途徑（黃光國，2013）。

西方主流心理學論述生產自歐美文化地區，在未適當處理文化連結議題的情況下，直接輸出至非西方國家，非西方國家學者與實務工作者發現西方主流心理學產生的知識，用於理解同胞顯得不相容，亦難以解決日常生活問題（黃光國，2011）。在助人專業學術及實務領域中，助人專業倫理亦有相同困境，助人工作者習慣於翻譯以美國為中心的助人專業倫理，雖能為學術與實務工作帶來一些啟發，但終究缺乏符合華人文化的觀點，運用時感到生疏而難以貼近文化經驗。

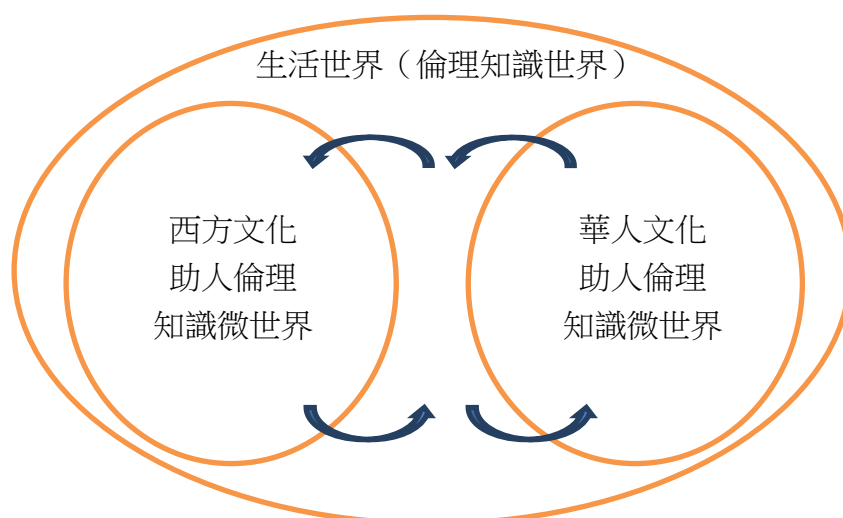


圖 1：助人倫理知識建構文化外推示意圖

在助人專業倫理知識世界中，主流心理學論述產生的助人專業倫理知識為特定西方學術工作者建構，尤以北美、西歐、英文語系國家為主，其內容含攝以西方為主的文化。王智弘（2013b）提出「助人專業倫理雙元模型」，以整合含攝西方文化與含攝華人文化的專業倫理觀，該模型中有「當事人權利」、「助人者責任」兩大核心概念。西方文化倫理觀以外在客觀理性規範出發，重視當事人權利，包含自主權、受益權、免受傷害權、公平待遇權、要求忠誠權等；華人文化倫理觀重視專業人士自我修為，認為倫理先於專業，重視助人者責任包含專業責任、

王振圍、王智弘(2014年9月)。從菩薩道精神探究專業助人者的自我修為。論文發表於 亞洲本土及文化心理學會舉辦第三屆海峽心理論壇，台北市：國立台灣大學。

倫理責任及法律責任，先「盡己」方得以「推己」。

西方國家學者建構的主流心理學論述，屬西方文化助人倫理微世界，以西方語言及文化，其核心概念為保護當事人權益；華人觀點的助人倫理知識微世界，則以助人者的自我修為為核心。兩種觀點相輔相成，而不可偏廢。含納保護當事人權益，並且重視助人者自我修為的助人倫理知識，更能貼近倫理知識世界的豐富內涵，並有利於發展含攝華人文化的倫理教育。

佛家思想於華人文化中佔有重要的地位。佛家思想自西元前5世紀由印度悉達多（釋迦牟尼）所發展，後因戒律上的分歧於西元3世紀分裂為上座部與大眾部，大眾部往北方傳教，又稱為北傳佛教，北傳佛教於漢朝時（約西元1世紀）傳入中國（林朝成及郭朝順，2003），於魏晉南北朝後（約西元3世紀）佛教中國化，逐步於漢地各家思想融合對話，進一步發展為漢傳佛教，同時具有華人及佛家思想的特色。

菩薩道為北傳佛教重要特色，菩薩為佛家中的聖人境界。依丁福保（1922）解釋菩薩道為「圓滿自利利他二利而成佛」。菩薩道為自己發願成為無上的覺悟者為目標，成就自己也成就眾生，菩薩道是利益自己也利益他人的方法。助人專業工作正是自利利人的工作，菩薩道精神正適合作為助人專業倫理的參考。

本文藉主流助人專業倫理與佛家菩薩道精神交互辯證與對話，以詮釋學方法進一步分析，以發展更具文化在地性、特殊性的助人專業倫理觀點，同時尋找較具共識的助人專業倫理科學知識。

二、慈悲與智慧：華人佛家文化助人倫理

文化富含於日常人際互動之中，人際互動的規範即為「倫理」。在日常生活文化中本即有助人倫理的觀點，比如佛教文化鼓勵助人的行為，但是助人行為也是有法則、有規矩、有方法的（王智弘，2013a）。尤其是漢傳佛教重視「菩薩行」，只要有發願要生生世世幫助他人的人，就可以稱為「初發心菩薩」，菩薩作為是在家人「自利利人」的學習典範，無論做什麼事都是要為人好，做善事同時也有利於自己品德養成及社會關係。

菩薩的身份，自最初的初發心開始，以無上正等正覺菩提為目標，菩薩戒既非形式的條文，而在於能以清淨的身心，增長慈悲與智慧的功德（釋聖嚴，1999）。意即助人者在佛家文化中，凡能立定自利利人的遠大目標，皆稱為菩薩，菩薩戒為菩薩待人處理的自我規範，在促使助人者能以清淨的、平穩自在的身心狀態，提昇慈悲與智慧的影響力。

無論「慈悲觀」、「智慧觀」、「自利利人」的倫理觀，含攝佛家文化的華人文化倫理無不環繞「行善助人」、「大慈大悲」的核心概念。大慈是廣大的關懷，大悲是廣大的同理。因此，華人佛家文化的倫理觀，是成就他人，同時也能成就自己的倫理觀，就是助人的倫理觀。

釋聖嚴指出：「慈悲沒有敵人，智慧不起煩惱」，具足慈悲與智慧，自然處世

王振圍、王智弘(2014年9月)。從菩薩道精神探究專業助人者的自我修為。論文發表於 亞洲本土及文化心理學會舉辦第三屆海峽心理論壇，台北市：國立台灣大學。

圓融。佛教以「緣起」為基本要理，具有「因果律」及「護生觀」倫理根源理論（釋昭慧，2003）。具有智慧的人通達因果律的是智慧，具有慈悲的人則有護生觀，菩薩精神的實踐能同時具有智慧及慈悲。漢傳佛教的「吃素」文化始於「不殺生」的戒律，佛家並無要求吃素，但鼓勵減少對生命的殺害，展現積極愛護生命、對待一切生命平等的「護生觀」、「慈悲觀」。但狹義的「不殺生」指的是不殺人，「避免傷害」是普世倫理，就算倫理不如此規範，法律也不允許我們無緣無故殺害任何人的生命。在臺灣日常生活中，常透過為家中長輩的健康祈福而吃素，藉由對生命的慈悲，展現長輩行孝、關愛的倫理觀。

佛家重視「出家」，指的便是「出煩惱家」，而不是形式上離開自己的原生家庭。對佛家而言，承諾對自己與他人產生幫助，減少煩惱，減少傷害，能有智慧地生活，是能持守戒律的生活，就是過著懂得倫理的生活。舉凡能遠離煩惱的方法與觀點，正是佛家「智慧觀」。

佛教的信徒分為在家與出家兩類，出家人的工作是修行與傳道，在家人的角色是佛教的維護者，在家人在佛教中通常稱為「居士」，在家居士特別能接觸到人群，利益眾生最為方便，經典中的菩薩也都以在家居士的形相出現，而不是出家人的形象，因此菩薩道的修持最適合在家人（釋聖嚴，1997）。在家居士學習如何助人，就是在修習菩薩道，菩薩戒律最適合作為助人倫理的參考。

菩薩戒不屬於聲聞¹戒律，而是在家居士受持的戒律，菩薩戒以發無上菩提心為基礎（釋聖嚴，1993）。無上菩提心結合「慈悲觀」與「智慧觀」，指的是一個人有為眾生解除痛苦，遠離自我執著的心。助人專業工作者正以助人為志業，志在為眾人解除痛苦，同時也在幫助自身遠離煩惱，因此，願意成為如此「自利利人」，成為真正專業的助人工作者，同時願意從助人的過程中幫助自己遠離煩惱的人，都可以稱為菩薩。大眾部、北傳佛教所涉及的概念，無不是助人倫理的內容，含攝佛家文化的助人專業倫理應參考佛教菩薩戒的精神與內容。

三、四無量心：專業助人者的自我修為

助人專業工作者更應依《大智度論》（龍樹，？）修習「慈、悲、喜、捨」四無量心。慈、悲、喜、捨四種意念，代表四種不同層次的助人境界。學習菩薩行為者常誦念四無量心偈語：「願一切眾生具於樂及樂因（慈），願一切眾生遠離苦及苦因（悲），願一切眾生不離無苦之樂（喜），願一切眾生遠離愛憎安住安平捨（捨）」。

「慈」為「使人快樂」，「悲」為「減少痛苦」，「喜」為「獲法益而喜樂」，「捨」為「安住平等」。專業助人者若能修習慈無量心，使受服務的當事人能獲得真正、符合基本需求的安樂；修習悲無量心，使當事人遠離各種煩惱遭致的痛苦；修習喜無量心，需要相當的禪定修養，見當事人及其他助人者獲得安樂時，能發自內心的喜悅，而不產生嫉妒之心，使當事人能獲得充份「自覺」、「自主」，便是偕

¹ 聲聞：為佛教四種聖人境界之一，指聽聞佛法，進而持戒修行證果的修行人。緣覺、聲聞、菩薩、佛合稱四聖。

王振圍、王智弘(2014年9月)。從菩薩道精神探究專業助人者的自我修為。論文發表於 亞洲本土及文化心理學會舉辦第三屆海峽心理論壇，台北市：國立台灣大學。

大的喜樂；修習捨無量心，不因為當事人的各種身心、文化背景、親疏遠近，也不因為自身的各種偏好及厭惡，不因為個人價值觀及信仰，能公平地提供助人專業服務。

四無量心正與 Kitchener (1984) 提出「自主權、受益權、免受傷害權、公平待遇權、要求忠誠權」的五項倫理原則具有相似性。Kitchener 於王智弘(2013b) 倫理雙元互動模型中，較偏重「當事人權益」，佛家四無量心較關注「助人者責任」，重視助人者的自我修為。

表 1 四無量心與倫理原則倫理雙元性對照表

助人者責任：四無量心	當事人權益：倫理原則
慈	受益權
悲	免於傷害權、要求忠誠權
喜	自主權
捨	公平待遇權

助人者修習慈無量心，有利於保障當事人受益權，關注當事人如何充份獲得較無副作用的安樂，符合受益權的倫理原則；助人者修習悲無量心，具有同理心，便能避免傷害當事人，能體會保密的重要性，協助當事人從痛苦的處境中離開，符合免於傷害權、要求忠誠權的倫理原則；助人者修習喜無量心，敏感於助人關係中彼此的控制感，能節制自己的權力，不因當事人能自主決定而生嫉妒，不因當事人成長而心有不滿，樂見當事人因助人歷程獲得成長，積極面能鼓勵當事人知情後充份自主決定，消極面能減少自我膨脹、嫉妒及操弄，符合自主權的倫理原則；助人者修捨無量心，能平等無私，符合公平正義地服務當事人，不因當事人生理、心理、社會階級、文化因素等而有任何差別待遇，能一視同仁，符合公平待遇權的倫理原則。

惟倫理原則是較具有限制性的原則列舉，四無量心則有利於助人者「盡己」，重視自身專業責任，無限地關注自身每一個行為、語言、思考，較能使「推己」的倫理判斷更為圓滿。重視當事人權益，提供助人專業倫理原則的具體指導，亦有助於四無量心的學習。助人專業倫理應重視的倫理修為，而非倫理的形式化，倫理體制化固然重要，但倫理的自我實踐、實證更為重要。

四、解脫煩惱：比較菩薩道精神與倫理原則

助人專業人員倫理規範助人專業人員在執行專業角色時，表現合乎專業團體與社會大眾期待的行為；專業能力及專業倫理有如助人專業人員兩邊的翅膀，兼具才能展翼飛翔，專業的實務判斷必須兼具專業能力與專業倫理的考慮才能周延，相輔相成、缺一不可（王智弘，2013a）。菩薩道精神的實踐，有利於專業助人者表現出合乎社會期待的倫理行為，提昇助人者的自我修為。菩薩道的助人主要方

王振圍、王智弘(2014年9月)。從菩薩道精神探究專業助人者的自我修為。論文發表於 亞洲本土及文化心理學會舉辦第三屆海峽心理論壇，台北市：國立台灣大學。

法包括「六度²、四攝」，持守「十善業戒」為基礎、「三聚淨戒」為準則的倫理規範。以下就菩薩道精神、十善業、四攝法與 Kitchener (1984)「自主權、受益權、免受傷害權、公平待遇權、要求忠誠權」等倫理原則對照比較。

菩薩道的根本精神即助人專業倫理的基本精神，即「自利利他、自覺覺他、自觀空性」。在助人歷程中，正確的倫理判斷、實踐不但有利於當事人，同時也利於助人者，能促進助人者的覺察，同時也能促進當事人自覺，並且符合佛家《金剛經》(?)「無我相、無人相、無眾生相、無壽者相」的空性精神，符合空性精神時，便能維護當事人的自主權。助人工作為菩薩六度「佈施³」中，身佈施、法佈施、無畏佈施的具體實踐，佛家思想追求助人者能「應無所住而生其心」，能在無助人者、無受助者、無協助之事的空性精神下，自然而然地生起助人的心，如此一來，減少助人歷程中的得失心，不致於自惱惱人，才能真正有益於當事人。落實菩薩道精神方能使當事人充份自主而獲益。

助人者能行四攝法「佈施、愛語、利行」，運用柔軟的話語，提供有益的知識、媒合必要的財物、幫助當事人的實踐目標，在助人過程不生起傷害、貪心的慾望，便能使當事人受益。

助人者能行十善業中的「不殺、不貪、不偷盜、不邪淫、不惡口」，即在行動與語言上不傷害當事人，行動與語言上不貪圖當事人的財物、利益，不去竊取當事人的財物資源，避免和當事人有性行為，造成不當的雙重關係，不出口傷害當事人與相關人等，便是維護當事人的免於傷害權。

助人者能行四攝法之「同事」，十善業之「不瞋恚」，便能對於當事人處境將心比心，不會看不起當事人，有同理心，便不易產生生氣、憤怒、不理解的煩惱，積極提供公平待遇。

最後，助人者能實踐十善業的「不綺語、不兩舌、不妄語、不邪見」，不說華而不實的話，不撥弄當事人與相關人的是否，不說不真實、未經查證、缺乏實證的話語及知識，也不對當事人作不適切的懷疑，積極地信任當事人，建立良好的信任關係，方能保障當事人的要求忠誠權。

關於十善業及六度四攝的菩薩精神，如同四無量心，都在強調助人者自身的責任，節制自身的不當行為，在善行上積極作為，作有利於當事人的事，同時也能在倫理上維護了當事人權益。

表 2 菩薩精神、四攝、十善業與倫理原則倫理雙元性對照表

當事人權益：倫理原則	助人者責任：菩薩精神、四攝、十善業
自主權	自利利他、自覺覺他、自觀空性
受益權	佈施、愛語、利行、意不殺、意不貪

² 六度為六種菩薩度人超越生死煩惱的修行方法，包含布施、持戒、忍辱、精進、禪定、智慧。

³ 佈施可分為身佈施、財佈施、法佈施及無畏佈施。身佈施指的是藉身體、體力助人，例如體力服務、捐血、捐器官；財佈施是物質資源上的分享，例如捐錢、造橋、提供空間設備；法佈施為利用道理、知識幫助人獲得快樂；無畏佈施則指使人遠離恐懼的助人行為。

王振圍、王智弘(2014年9月)。從菩薩道精神探究專業助人者的自我修為。論文發表於 亞洲本土及文化心理學會舉辦第三屆海峽心理論壇，台北市：國立台灣大學。

免於傷害權	身口不殺、身口不貪、不偷盜、不邪淫、不惡口
公平待遇權	同事、不瞋恚
要求忠誠權	不綺語、不兩舌、不妄語、不邪見

之所以以西方文化為中心的倫理較偏重當事人權益，而華人佛家文化為中心的倫理較偏重助人者盡己修為的責任，可能源自於佛家重視「解脫煩惱」的出世間「空性」觀點，在佛家思想與文化中，道德與倫理的終極目標在幫助個人處世自在，不受自身與他人的互動而煩惱，因此藉助人行為的歷程提昇個人修為，化火焰為紅蓮，化煩惱為菩提。以菩薩道精神實踐專業助人工作，既助人，又自助，提昇自我修為，同時能照顧當事人權益。

五、小結：專業助人者菩薩道精神的自我修為

綜觀華人佛家文化菩薩道精神的助人專業倫理，於王智弘（2013b）「助人專業倫理雙元模型」中，側重於專業助人者的自我修為，同時能保護當事人權益。實踐菩薩道精神的專業助人者，以「自覺覺人、自利利人、清淨空性」為目標，發揮「慈悲」與「智慧」的影響力，以「十善業」為基礎，融會「佈施、同事、愛語、利行」四攝法，於助人歷程中修習「慈、悲、喜、捨」四無量心，同時為專業助人者自身及當事人解除煩惱，獲得安樂。

專業助人者藉自我助人專業責任的重視，提昇自我修為，關注自身每一個行為、語言、思考，「盡己」而能「推己」，減少自身在助人中的困擾，自然而然在助人過程中保障當事人自主權、受益權、免受傷害權、公平待遇權、要求忠誠權等，實踐助人專業倫理。

華人文化佛家思想以菩薩道精神，與專業助人工作最為貼近，佛教戒律學、倫理學，尤其是菩薩戒法，仍待進一步與助人專業倫理探討，可應用作為助人倫理教育的參考。

參考文獻

Kitchener, K. S. (1984). Intuition, critical evaluation and ethical principles: The foundation for ethical decision in Counseling psychology. *The Counseling Psychologist*, 12(3), 43-55.

丁福保（1922）。*佛學大辭典*。北京圖書館。

王智弘（2013a）。朝向含攝文化的諮商研究：開展含攝華人文化的助人專業倫理觀。*台灣心理諮商季刊*，5（2），vi-x。

王智弘（2013b）。積極投入含攝文化理論建構：以助人專業倫理雙元模型為例。*台灣心理諮商季刊*，5（2），vi-x。

林朝成及郭朝順（2003）。*佛學概論*。台北市：三民。

黃光國（2011）。論「含攝文化的心理學」。 *本土心理學研究*，36，79-110。

王振圍、王智弘(2014年9月)。從菩薩道精神探究專業助人者的自我修為。論文發表於 亞洲本土及文化心理學會舉辦第三屆海峽心理論壇，台北市：國立台灣大學。

黃光國（2013）。*社會科學的理路*。台北市：心理。

釋昭慧（2003）。*佛教規範倫理學*。台北市：法界。

釋聖嚴（1993）。從三聚淨戒論菩薩戒的時空效應。*中華佛學學報*，6，1-30。

釋聖嚴（1997）。*學佛知津*。台北市：法鼓。

釋聖嚴（1999）。*菩薩戒指要*。台北：法鼓。

古代文獻：

金剛般若波羅蜜經（鳩摩羅什譯，無日期）。

大智度論（龍樹，無日期）