

道教文化与心理健康研究刍议^{*}

郭硕知

(大理大学民族文化研究院, 大理 671003)

摘要:心理学领域已经越来越多地关注道教的理念与实践对个体心理健康的影响。道教经典中蕴含了对人类心性的解读,以及试图恢复身心健康的方法。荣格等心理学家从中提取可发掘的心理学要素,并对之做出了相应的诠释。人本主义心理学、超个人主义心理学、社会心理学以及认知神经科学等流派与方法都已经或正在为认识道教与心理健康关系发挥着积极作用。然而现阶段相关研究尚未充分,若深入理解道教生命中心主义的特殊追求与信仰认同模式,并以此视角更精确地分析心理测量与实验生成的各项指标,则生出具有本土特色的宗教心理学范式可期。

关键词:心理学;心理健康;道教;研究

中图分类号:B8409

文献标识码:A

文章编号:1003-5184(2018)05-0397-07

探索宗教心理作用的研究作为心理学的课题之一在此学科大辘椎轮之时已经受到了关注。詹姆斯(William James)的“二度降生”(twice-born)理论将宗教的视作拥有“病态的灵魂”的人在封闭痛苦的经验中释放的需要(James, 1902)。精神分析、人本主义等心理学派都或多或少地承认宗教的作用。相关研究显示了宗教或灵性(religiosity/spirituality)与心理健康存在相关,其中大部分的结论表明更高的宗教或灵性水平通常伴随着更好的心理健康状态(Wong, 2009; Ganga & Kutty, 2013)。但也有研究指出具有明确宗教归属的老年人会更少去治疗自身心理健康问题(Tze Pin Ng et al., 2011)。可见在心理健康的视域下,宗教常是一把双刃剑,宗教心理学研究可以寻找宗教中促进心理健康的方式与抑制不良效果的措施。道教心理学研究理应成为其中的组成部分。无论历史还是现状,道教的皈依人数与世界性的影响均有限,但不可否认其内蕴了中国人的文化底色,具有本土性的鲜明特点。它作为精神生活的深层与中国人的心理相互塑造。心理分析、人本主义、超个人主义心理学、认知神经科学等领域都关注了道教文化与心理健康的关联。

1 分析心理学的诠释

研究道教心理学,首先需要跨文化的概念诠释。无论对个人还是社会,道教的基本概念“道”与心理的幸福和疗愈息息相关,因此需要在心理学语境中得到恰当的解读(Justin, 2016)。长期以来,“道”被西方心理学界诠释为道路或途径,然而中国古人将

之视作贯穿宇宙和生命的力量,与此最为接近的西方概念为“上帝”或“实在”。实质上,“道”既无法定义又永恒变化,是一种至大无外又至小无内的力量(Tong & Benjamin, 2016)。道教由“道”这一最高实体和终极追求衍生出诸多修行、仪式、伦理等理念与实践,同时汲取中国传统中如阴阳等重要观念,形成了特色鲜明的概念体系。其中蕴含着道教对超越性身心健康理解的内丹学说较早得到了心理学家的关注。

分析心理学的开创者荣格(Carl Gustav Jung)是以心理学解读道教的先行者。他曾研读过《道德经》、《易经》、《慧命经》等经典。1928年,汉学家卫礼贤(Richard Wilhelm)送给他道教内丹经典《太乙金华宗旨》的德文译本《金花的秘密》让他写作书评。荣格则以心理学径路对此经典进行了评述。《太乙金华宗旨》系托名吕洞宾,的清前道教内丹经典,或为扶乩所成(丁培仁, 2006)。这部经典让荣格体会到了一种共鸣,此事被他认为是“打破隔离状态的第一个事件”(Jung, 1979)。

荣格察觉到了道教内丹学说中所涉及的阴阳、魂魄和回光诸元素,并将之容纳到分析心理学的框架之中。内丹经典为他的集体无意识原型提供了思想上的支持。他将“魄”定义为“无意识的人格化身”,其与人的解剖结构有着超越种族的共性相同。并认为人的心灵也拥有超越文化和意识的共同基底,这被他称之为集体无意识。此外,借鉴“道”的整合性中阴阳和合的整体观念,荣格的评述在心理

^{*} 基金项目:国家社科基金重点项目(13AJJ002)阶段性成果。

通讯作者:郭硕知, E-mail: Teicada@hotmail.com。

整合的层面可以被认为具有意识与无意识相互和解的理想。并且荣格受到《易经》中问卦与回卦之间关联的启发,提出了他的“共时性”(synchronicity)原则,认为因果原则在解释无意识心理活动时不够充分,需要需求另一种解释原则,即共时性,它不受制于时间和空间的法则(高岚,申荷永,1998)。

卫礼贤在翻译这部内丹道经时已经应用了荣格的心理学概念,将魂译为 animus,魄译为 anima。荣格取用这两词的目的在于使情感特征人格化。他认为这是可感知的心理对象,男性的无意识中存在着一个女性形象,因此会有 anima 这样的阴性*名词,它是无意识的人格化身。而魂则在需要表达向道回归的理性时,“logos”是更恰当的译法。animus 则是与男性的 anima 相对应的女性的人格化情感特征(荣格,1998)。这实质上关照了完整的人格与情绪,试图在东方文化中寻求意识的无意识根源,避免片面地依赖意识所造成的过度紧张。

道教文化对荣格之后的分析心理学亦有深刻影响,如黑尔曼(James Hillman)的“原型心理学”中取用太极图作为重要的原型意象。“爱诺斯基金会”主席利策玛(Rudolf Ritsma)对《易经》亦有所评述等(申荷永,1996)。

荣格对道教文化的心理学关照获得了后世学者的关注。他们对荣格道教心理学的切入点大多是相关概念的进一步诠释。

他的学生托马斯·科施(Thomas Kirsch)曾于1994年夏季在北京同仁医院做关于荣格与道教的学术报告,将卫礼贤与弗洛伊德(Sigmund Freud)对荣格的影响相提并论。他指出卫礼贤最主要的工作在于与劳乃萱合作翻译《易经》。当荣格看到此译本后,放弃了列奇(James Legge)的译本,转而在卫礼贤本这里发现了《易经》对于心理工作的意义。尤其问卦与回卦之间的一致性被荣格认为与其心理学模式相吻合,这种阴阳平衡意味着分析心理学中意识与潜意识的和解。他认为:“中国人的思维不在于搜集细节,而是把细节视为整体的一部分。……因而细节被置于宇宙的背景——阴阳的相互作用之中。”(Kirsch,1994)

随着对荣格关注度的进一步提高,相关研究通过心理学与道教的概念比较,对荣格的理论提出批评。有学者认为荣格对元神作为“人的意志和理智明辨秋毫的灵光”的理解不恰当,而应该更多地作无意识的解读(郭建,杨玉辉,2002)。或指出荣格将西方的“无意识”状态与东方的冥想中的更高意

识等同是错误的,并需要新的概念取而代之(Jeremy,2009)。此外,荣格决定将魂、魄分别翻译为 logos 和 anima,这在当代学者的眼中也可能是错的。因为来自荣格的文本分析的术语可以看出这里隐含着相对的先验推理。换言之,如果荣格所做的是基于文本的定性分析,那么他的方法就是在文本中强加某种限制的标准,而不是根据文本自身的含义来翻译如魂、魄等术语(Cott & Rock,2009)。

荣格对于道教丹道实践概念的心理学解读旨在分析和表达其中的心理状态。然而对其道教心理学的研究更多集中在文本层面。所谓内丹的概念的在道教的话语体系中原本就存在着各种派别之间的争议。对道教实践是否能影响无意识或意识层面的心理健康状态则进展有限,学者们对荣格的回应也从侧面证明这一古老的心理学问题依旧方兴未艾。

2 人本主义与超个人心理学

罗杰斯(Rogers)和马斯洛(Maslow)在上世纪50年代促成了人本主义心理学(humanistic psychology)的兴起。他们认为自我实现是了解自我所具有的巨大潜能的过程。而当无法实现这种潜能时,就会导致心理的痛苦,以及自我和世界的压迫感。潜能的实现,以及在此过程中获得的满足感是人本主义者所追求的心理健康状态。这需要软化身心的盔甲,使人们能够承受和支持更大的心理能量(Cortright,2011)。

超个人心理学(transpersonal psychology)希望将自我实现的范围扩大。它被定义为灵性传统与现代心理学知识的结合(Cortright,2011)。这使它很容易成为宗教的盟友。它主张超出人本主义对个体自我的关注,并进一步延伸至超越性的精神领域,向更高的生命层面成长。因此超个人心理学也被称为“精神心理学”(mental psychology)。而人类文化传统中超越性的理念通常由宗教文化所塑造,如禅定、正念、苏菲等。

二者或多或少地受到了存在主义哲学的启发。20世纪50至60年代,存在主义思潮盛行,存在主义哲学家在经历对二战等苦难历史的反思后希望直面人的生存状态。现象学主张“回到事物本身”,存在主义则将现象学“先验自我”的领域转到了“人的存在”。海德格尔(Martin Heidegger)区分了“存在”(Being)与“存在物”(beings)的观念,并提炼了此在(Dasein)的状态“烦”或“操心”(Sorge)。萨特(Jean Paul Sartre)则对意识与自我意识作出区分,指出自

* 拉丁文词缀中常以“us”表示阳性,“a”表示阴性。

我意识并非指向某物,而是通过反思把意识变成完整的对象,即自我。反思中人们所经历的战争和意义缺失的处境无疑与恐惧和焦虑相伴,迷茫与琐碎成为了常态。由此为基础生出了人本主义和去病理化的心理学思路。同时孕育了超个人心理学这样的超越处境限制的心理学运动。它在存在论的哲学思潮之中希望重新发掘神秘的灵性文化资源,并整合行为主义、精神分析和人本主义的三种心理学势力,试图形成一整套的治疗技术。

人本主义的道教心理健康学说通常将道家道教的概念与自身的理论相对比,并且注重通过道教实践对普通人心理健康状态的影响。学者将道家哲学的七项原则(无为、自然、上善若水、柔弱、节制、小国寡民以及不争)与人本主义心理学作为比较(Lee, 2003)。或将荣格、埃里克森(Erikson)以及马斯洛的基础理论同道教的基本观念如“返璞归真”等对比。事实上,他们每个观点都在强调人成为一个完整的、平衡之个体的重要性(Rosen & Crouse, 2000)。然而这更多是心理学理论对道教的诠释,实质上道教信仰目标的本质和达到它的过程不同于西方理论。道教认为通过修炼的方式,人们可以逆转某些心理发展过程,达到最初的、先天的纯净状态。它与人本主义的理论的区别不仅在阶段划分,更在于逆转的观念(Cott & Rock, 2009)。

然而,道教依然被认为可以在当下境遇中更好地服务于人本主义和自然主义的心理健康研究与临床实践。如果心理学在求真的同时关注人类福祉,那么作为文化资源的道家道教便与之相关。其中有两个主要问题值得关注,其一为人类如何与他和者和平相处;其二在于人们与世界中除人之外其他部分的关系。近年来关于《道德经》的心理学分析以及对道家大五人格(the Daoist Big Five)或若水人格(the Water-like Personality)的讨论就是道家道教面对这些问题所可能采纳的心理学径路(Lee, 2014, 2015, 2016)。

超个人心理学更重视宗教与神秘传统,根据丹尼尔斯(Daniels)的超个人心理学定义*,在道教中可以发现大量超个人现象,如司马承祯的《坐忘论》中记载的上清教法。同样,这些现象也可以被置于格罗夫(Grof, 1975, 1988)的超个人图谱(transpersonal map)之中(Cott & Rock, 2009)。曾有一项针对自1968年到2002年间的超个人心理学定义的专

题分析,汇聚了来自于公开出版的文献和该领域内的心理学家所提出的定义。将这些定义综合起来包括了“超我”、“整合”以及“变化”三个概念(Hartelius, Caplan, & Rardin, 2007)。道士刘一明所著《悟道录》等经典正可对应其中超越自我之外的特性,《易经》、《悟真篇》、《参同契》等则诠释了超个人心理学中的整体性与变化性(Cott & Rock, 2009)。

道家理念,如庄子“心斋”、“坐忘”同超个人心理学都论述了如何破除自我中心从而达到自我超越的内容,但仍包含一定的差异。超个人心理学中的自我超越是没有“自我意识”的“自我”,当它与宇宙合为一体,“自我”即为“宇宙我”。而庄子中的“自我超越”还是以“自我”为出发点,要达到顺其自然的“自我”(李树军,张鲁宁,2011)。学者亦将白玉蟾等人传习的南宋钟吕金丹派的修行理念与超个人心理学进行对比。认为南宗(相对于北方全真道)修行是一种超个人水平上的自我实现,这种修行的体验呈现出“转换的意识状态”(altered states of consciousness)。其立论的旨归则是促进当代社会大众的心理健康(张海滨,2012)。

超个人的心理研究思路的局限在于将灵性传统与现代心理学对应,从而可能走向神秘主义,模糊了超验与经验的界限。心理健康研究并不局限于哲学世界观的争论,而更需要将超越性的文化或实践视作变量观察它对心理健康或正或负的作用。作为科学的心理学属于经验世界,须通过各种方法测量人的心理状态和心理能力。所谓超个人或许只能被视作一种追求或人格的属性。在这样的心理过程中,人的认知能力、情绪效价等心理相关指标会有发生与之相关变化的可能。

3 具身性研究与测量

理论与概念的讨论使得道家道教与心理学各流派所宣称的心理健康之间的关联日渐明朗。进一步的实证研究则观察了其可能存在的具身性影响,明确了道家道教的变量在多大程度上导致了心理参数的变化,以及制定了相关的干预手段。

将身体、心理与世界相互合一的理念(body-mind-world)古已有之,维持这一系统使之相互勾连的元素被认为是“气”,且可以通过炼养达到对气的控制。庄子曾主张释放自己的身体用来知觉世界与道(笔者按:《庄子·人间世》载:“乘物以游心”)。通过身体认识自我和世界在中国古代是非

* 他提出了两种超个人心理学的定义方式。第一种——或者说是一种冗长的描述方式,它列举了各种超个人的现象,允许世俗常态中的个体逐步转变为他所理解的超个人的对象。第二种——或者说是一种简洁的表述方式,它使用了一系列被丹尼尔斯称为“s”的词(例如,spiritual,就是s开头词)。参阅:Daniels, M. S. (2005). *Self, spirit; Essays in transpersonal psychology*. Exeter, UK: Imprint Academic.

常重要的认知观念,身心完整性的共同塑造也是儒道二家的共同追求(Li & Ye,2015)。

道家的阴阳学说能够对应积极和消极的心理过程。孔丽维(Livia Kohn)、施舟人(Kristofer Schipper)等学者对道教理论的研究表明,它具有积极的心理取向,其目标是生活的长寿与健康。但道教实现这一目的的手段则包含了积极与消极两个方面的心理体验。道教所追求的心理健康为对身心以及消极和积极心理的平衡与整合,这需要接受相关练习。在道教中,心性修炼的目的是以不同的方式汇聚积极的心理资源,这类似于西方的“认知—行为”疗法。对道教而言,这只是一个开始,更大的健康产生于走出个人内在的独白(monologue)的时刻。这种注意力训练是从外在客体思维开始的,通过呼吸、内观等多种方法,最终得到注意的积极转化(Reggie Pawle,2011)。

在西方心理健康学科的实践中,道教炼养与其他心理疗法可以融汇。Rhee Dongshick 教授结束了在美国的研究生涯后回到韩国,沉浸在祖先的古老的道、释、儒与禅的传统中,并在此获得了很大成就。他在1974年发展创立了“道心理治疗”(Tao Psychotherapy)方法。这既是心理学与心理治疗的方法,也是日常生活中寻求连接东西方心理疗法要素的重要见解与实践(Erik Craig,2014)。

并且,道家道教被视作一种可测量的人格成分。近期的一项研究指出“辩证应对”(Dialectical Coping)是道家道教的人格特点,与之相对的是儒家的“和谐关系”与释家的“不执著”。此研究测量了262名台湾大学生,结果显示三种CIWB(Chinese indigenous well-being)构造的不同与心理健康相关。儒教的和谐关系与消极的心理痛苦和积极的人生意义或幸福相关;道家道教的辩证应对追求更高层次上的积极情感与生命意义;而佛教的不执著则是唯一或最强的应对负面情感与心理痛苦的保护机制。针对道家的辩证性,作者开发了《辩证应对量表》(Dialectical Coping Scale,DCS),测量个体应对挑战性环境时利用辩证思维的程度。(Wang, Wong, & Yeh,2016)。内地学者较早设计出《道家人格量表》作为相应地测量工具(涂阳君,2012)。

上述研究大多从文化理念出发,然而如同佛教徒不一定舍弃执着,现实上看,道教信仰者也不一定接受甚至接触过道家的辩证思维。在中国的文化场域之中,道教认同者更多追求行为的有效性。虽然“道”作为终极实体与神学合法性的保障,但直接受到敬拜的却是功能神。大部分仪式与修炼更多为达到所求的目的,其直接的指向是效果的灵验。“自

宋代以来普通人不甚刻意分别何为道教,何为佛教,何为传统祭祀宗教。此类例子不少,有的祈祝‘合家清吉,人眷平安,寿命延长,万事如意,福有攸归’等等。”(丁培仁,2010)民众以“灵验”作为心理底色接受佛道二教,而非追求终极的超越性真理,具有本土文化的突出特点。因此理念与心理指标相关性的测量固然重要,但这种指标尚缺乏有实践维度。

已经有学者在研究气功、太极拳等与缓解焦虑、情绪效价等指标的相关性(Lee et al.,2001)。事件相关电位(ERP)的研究表明,太极拳练习使精神分裂症患者的P300与AEP潜伏期缩短,波幅增加,其信息加工速度、记忆力及思维逻辑性等均有所改善(甘景梨等,2010)。对普通人而言,太极拳的训练也取得了类似的ERP波相关效应,促进了其心理健康程度的提高(李焕玲,2014;张晓斐,2015)。

道教之于心理健康的研究不仅存在于观测个体直接受到道家文化与道教实践的影响之后心理指标的相应变化,也须考虑到能够对个体施加影响的相关群体认同与文化浸润的因素。

4 群体心理与认同

宗教的群体形式既表示作为一个有组织的宗教自身,也意味着群体之中的个体心理健康受到群体的心理、结构和文化的影响。根据社会认同论(SIT),人以其所属的社会群体资格(social group memberships)来定义自身,且依群体而界定的自我感知会对其社会行为产生独特的心理影响。群体被自我归类的范畴所认定,其过程并非个体组成群体,而是群体存在于个体之中(Hogg & Abrams,1988)。相应地,整体的社会文化心理也影响着其中的宗教群体与个人,并且被这些群体的自我归类所塑造。有研究发现,个体对不同种类群体的认同,以及群体认同的数量与其心理健康水平显著相关。其中宗教具有相应的作用,它能够在短期帮助人们更好地应对恐惧、焦虑等负面情绪。并且宗教认同所增强的支持感,也是信仰者长期幸福感的重要来源。但当宗教团体认同受到挑战时,个体会表现出悲伤、对抗等负面情绪与行为倾向(王勍,俞国良,2016)。

历史表明,组织化宗教通常会对精神病人首先提供富有同情心的照料,但数百年来某些宗教机构也在迫害着他们。尽管如此,出现在西欧和美国的第一种精神治疗的形式被称之为“道德疗法”(moral treatment),宗教在其中起了关键作用(Koenig & Larson,2009)。国内也有如王凤仪的痛悔疗法等与之类似。它既借鉴了宗教组织为了保全自身和适应社会所构建的伦理与戒律体系,也秉承了一些宗教将心理乃至身体健康伦理化的思路。

道教早在组织化初期,已经具备了三官手书等思过仪式。《三国志·张鲁传》注引鱼豢《典略》曰:“为鬼吏,主为病者请祷。请祷之法,书病人姓名,说服罪之意。作三通,其一上之天,著山上,其一埋之地,其一沉之水,谓之三官手书。”*此意在将个体与社群的异常状态一同重新归入正轨。此种伦理性科仪实践试图统合身心健康,以近似于道德疗法或性理疗病的机制对人的心理施加影响。

伦理在社会结构和文化内造就了个体的处境与规范。个体对于所处文化与社群的认同对其心理健康的作用早已得到了心理学的关注。埃里克森于20世纪40年代在青少年心理分析中发明了“自我认同”(ego identity)一词,并将之与群体心理现象挂钩。其著作《青年路德》(Young Man Luther)开篇提出了“认同危机”(identity crisis)的概念,认为青年时代最大的危机即认同危机,而宗教是寻找认同的主要意识来源(Erikson,1958)。这种认同主要向自我内部发生,与个人的生命史以及个体宗教心理的发展息息相关。在《同一性:青少年与危机》(Identity: Youth and Crisis)一书中埃里克森将认同危机与其人格发展八阶段理论(Eight Stages of Development)相结合,认为每一个阶段就是一次危机,而认同的作用在于“有活力的人格能经受住任何内外冲突,在每一次危机之后再次出现且逐次增强统一感”(Erikson,1968)。在这里出现的是转换与统一的张力,既是个体发展的过程,也表现了个体的社会身份与认同的分裂与回归。道教作为宗教群体,同样存在着心理发展的过程。它不但呈现出从在文化史中由边缘朝向中心的归属趋势,而且具有独立性自觉,二者形成了认同的心理张力(郭硕知,2016)。

上世纪末,认同在社会心理学领域中成为了一个范式。泰弗尔的“社会认同论”(SIT)可以为道教与心理健康研究在社会心理学的领域内提供新的思路。该理论区分了人际与群际范畴,指出认同产生于群际关系之中,并创造“最简群体范式”(minimal group paradigm,1970)实验程序(得出内群最大化的结论)。并试图通过范畴化、社会比较、认同建构、以及解构与重构等理论建造,超越了还原主义和个体微观的解释路径。特纳及其后学豪格和阿布拉姆斯等人丰富并改进了社会认同的理论范式。尤其以特纳的“自我归类论”(self-categorization theory,1987)及“元对比原则”(meta-contrast principle)最具影响。这些思路的基本假设在于人以其群体资格

定义自身(Hogg & Abrams,1988)。人对群体文化的认同成为了人的自我诠释,一旦其所获得的群体资格(身份),与认同发生冲突,其自我与自我实现之间的鸿沟会变得难以逾越,这势必会对心理健康产生影响。

宗教在其中起到了关键作用。蒂利希指出:“宗教是人类精神生活所有机能的基础,它居于人类精神整体中的深层”(蒂利希,1988)。宗教认同即个人或群体如何理解、经验和塑造自己宗教身份的过程,或被心理、社会、政治等因素塑造的虔诚的宗教归属或从属。这种认同通过神圣化构筑了超越的稳定性,并与世俗身份共构了多重身份的样态,跨宗教的认同有着更为丰富的理解和实践维度。

历史上的道教是各个道派和信仰形态的统名,并非匀质的共同体,存在着明确的中心、松散的外延以及模糊的边界,教外看待道教同样亦难免产生相应的刻板印象。依据自我归类论及元对比原则能够对松散的道教信仰群体进行了多重的层次划分,即居于核心的“与道合真”,中间层的“伦理追求”,直至最外层的“生活技术”层面,更外扩则存在着道教广泛的文化影响。其核心的位置显示为道教群体的部分刻板印象,通常的行为表现则是另一部分。外部的松散形态意味着具有更多容纳多元宗教身份的可能。这就解释了道教历史上“杂而多端”**的群体表现形态(郭硕知,2016)。

与此相对应的心理状态与对自身的身份认同感与稳定性的获得在一定程度上可发现相关。并且认同的层次越接近中心,道教的教义、伦理等因素对个人心理因素的影响越大,这时整个道教群体的心理健康水平就会在更大的程度上决定个人的心理健康程度。

5 小结

道教中蕴含着丰富的心理资源,既塑造了自身的文化样态,也影响着信众乃至更多人的心理结构。尽管它在心理学中的影响力尚未完全展现,但自荣格起,道家道教的各种理念与实践引起了心理学界的关注。人本主义、存在主义、超个人心理学等流派都或多或少地自觉与道教文化的诸多因素对应。作为文化群体的道教也已经成为了社会心理学的研究对象。近年来,伴随着认知神经科学等领域的发展,道教实践对人脑等具身性成分的塑造已经越来越多地得到研究。道教作为一种中国本土生长的信仰与文化体系,既受到心理学普遍规律的制约,又具有一定的本土特性。道教心理学研究需要学习和借鉴对

* 陈寿《三国志》,卷八《魏书·张鲁传》,中华书局1964年,第264页。

** 马端临:《文献通考》卷二五,北京,中华书局1986年,第1810页。

西方宗教心理研究的理论与方法,但并不一定囿于其文化架构之内,而是在追求普遍规律的基础上注重特殊文化因素的作用。道教内蕴的道家精神,对于信仰效果的追求,及生命中心主义等特性都构成了它对心理的独到理解。道教的认同形式亦多样而松散,这会形成不同的心理预期,结果与预期的吻合程度,解释体系以及信仰动机自身都会成为心理健康的相关变量。总体而言,道教心理学可以丰富本土心理的研究,并在一般与特殊之中探索道教对个体、群体乃至整个中国文化心理的塑造机制。

参考文献

- 保罗·蒂利希著.(1988).文化神学(陈新权,王平译).北京:工人出版社.
- 布兰特·寇特莱特著.(2014).超个人心理学(易之新译).上海社会科学院出版社.
- 丁培仁.(2006).增注新编道藏目录.成都:巴蜀书社.
- 甘景梨,段慧峰,高存有,张东卫,张伟红,祝希泉.(2010).太极拳训练对慢性精神分裂症患者事件相关电位 P300 和听觉诱发电位的影响.中国精神疾病杂志,36(2),83, 87,99.
- 高岚,申荷永.(1998).荣格心理学与中国文化.心理学报,30(2),219-223.
- 郭建,杨玉辉.(2002).误解与契合——析荣格对道教内丹学的心理学阐释.四川大学学报,(05),140-144.
- 郭硕知.(2016).边缘与归属:道教认同的文化史考察(博士学位论文).中央民族大学.
- 郭永玉.(2002).荣格及其学派与超个人心理学.武汉大学学报(人文科学版),(09),535-539.
- 韩世辉,张逸凡.(2012).自我概念与心理表征的文化神经科学研究.心理科学进展,(05),633-640.
- 李焕玲.(2014).太极拳和北欧健步走对事件相关电位 P50 和 P300 的影响(硕士学位论文).山东师范大学.
- 李树军,张鲁宁.(2011).庄子‘心斋’、‘坐忘’思想与超个人心理学比较研究.河南社会科学,(01),198-201.
- 荣格,卫礼贤著.(2016).金花的秘密(张卜天译).北京:商务印书馆.
- 申荷永.(1996).荣格与中国文化.学术研究,(07),12-16.
- 涂阳军.(2012).道家人格:概念、测量、功能与反思.北京:中国社会科学出版社.
- 托马斯·科施著.(1996).荣格与道教(朱治华译,李亦雄校).中国文化研究,(秋),133-135.
- 王劼,俞国良.(2016).群体认同与个体心理健康的关系:调节变量与作用机制.心理科学进展,24(8),1300-1308.
- 张海滨.(2012).从超个人心理学看到就南宗内丹修行.宗教教学研究,(03).
- 张晓斐.(2015).步行和太极拳对老年人情绪认知影响的 ERP 研究(硕士学位论文).苏州大学.
- Cleary, M., & Thomas, S. P. (2017). Addiction and mental health across the lifespan: An overview of some contemporary issues. *Issues in Mental Health Nursing*, 38(1), 2-8.
- Cott, C., & Rock, A. (2009). Toward a Transpersonal Psychology of Daoism: Definitions, Past Research, and Future Directions. *International Journal of Transpersonal Studies*, 1(28), 119-133.
- Daniels, M. (2005). *Shadow, self, spirit: Essays in transpersonal psychology*. London: Imprint Academic.
- Erik, C. (2014). Tao Psychotherapy: Awakening to Common Essentials from East and West. American Psychological Association 2014 Convention Presentation, Washington.
- Erikson, E. H. (1958). *Young Man Luther: A Study in Psychoanalysis and History*. New York: W. W. Norton & Company.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. New York: W. W. Norton & Company.
- Ganga, N. S., & Kutty, V. R. (2013). Influence of religion, religiosity and spirituality on positive mental health of young people. *Mental Health Religion & Culture*, 16(4), 435-443.
- Hogg, M. A., & Abrams, D. (1988). *Social identifications: A social psychology of intergroup relations and group processes*. New York: Routledge.
- Jung, G. G. (1979). *Memories Dreams Reflections*. New York: Random House.
- Jung, C. G. (1989). *Memories, Dreams, Reflections*. New York: Vintage Books.
- Koenig, H. G., & Larson, D. B. (2001). Religion and mental health: Evidence for an association. *International Review of Psychiatry*, 13(2), 67-78.
- Lee, M. S., Huh, H. J., Hong, S., Jang, H., Ryu, H., Lee, H., et al. (2015). Psychoneuroimmunological effects of qi-therapy: Preliminary study on the changes of level of anxiety, mood, cortisol and melatonin and cellular function of neutrophil and natural killer cells. *Stress & Health*, 17(1), 17-24.
- Lee, Y. T. (2003). Daoistic humanism in ancient china: Broadening personality and counseling theories in the 21st century. *Journal of Humanistic Psychology*, 43(1), 64-85.
- Lee, Y. T. (2014). *Dao and Daoism: Humanistic - Naturalistic Approach to Science and Clinical Practice*. American Psychological Association 2014 Convention Presentation, Washington.
- Lee, Y. T., Norasakkunkit, V., Liu, L., Zhang, J. X., & Zhou, M. J. (2008). Daoist/taoist altruism and wateristic personality: East and west. *World Cultures Journal*, 16(2), 27-48.
- Lee, Y. T., Yang, H., & Wang, M. (2009). Daoist harmony as a Chinese philosophy and psychology. *Peace and Conflict Studies*, 16(1), 68-81.
- Li, X., & Ye, H. (2015). Embodied Cognition in Ancient Chinese Confucianism and Taoism. *Acta Psychologica Sinica*, 47(5), 702-710.
- Mol, H. (1976). *Identity and the Sacred: A sketch for a new social - scientific theory of religion*. New York: The Free Press.

- Ng, T. P., Nyunt, M. S. Z., Chiam, P. C., & Kua, E. H. (2011). Religion, health beliefs and the use of mental health services by the elderly. *Aging & Mental Health*, 15(2), 143 – 149.
- Reggie, P. (2011). *Attention Training: A Daoist Positive Psychology*. American Psychological Association 2011 Convention Presentation, Washington.
- Tiwald, J. (2016). Well – being and Daoism. In G. Fletcher (Ed.), *The Routledge handbook of philosophy of well – being* (pp. 56 – 69). New York: Routledge/Taylor & Francis Group.
- Tong, B. R. (2016). Taoist mind – body resources for psychological health and healing. In S. G. Mijares (Ed.), *Modern psychology and ancient wisdom: Psychological healing practices from the world's religious traditions* (2nd ed., pp. 138 – 159). New York: Routledge/Taylor & Francis Group.
- Wang, S. Y., Wong, Y. J., & Yeh, K. H. (2016). Relationship harmony, dialectical coping, and nonattachment: Chinese indigenous well – being and mental health. *Counseling Psychologist*, 44(1), 78 – 108.
- Wong, Y. J., Rew, L., & Slaikau, K. D. (2006). A systematic review of recent research on adolescent religiosity/spirituality and mental health. *Issues in Mental Health Nursing*, 27(2), 161 – 183.
- Zhu, C. J. (2009). Analytical psychology and daoist inner alchemy: A response to c. g. Jung's 'commentary on the secret of the golden flower'. *Journal of Analytical Psychology*, 54(4), 493 – 511.

The Attempting Discussion of the Research about Taoism and Mental Health

Guo Shuozhi

(National Culture Research Institute, Dali University, Dali 671003)

Abstract: In the field of psychology, Taoism's ideas and practices has been paid more and more attention to the influence of individual mental health. The Taoist classics contain an interpretation of the human psychology, and many ways to restore the physical and mental health. Psychologists, such as Jung, have extracted the elements of psychology that can be explored and interpreted in their theories. Psychological schools such as humanistic psychology, transpersonal psychology, social psychology, and cognitive neuroscience have been or are playing an active role in understanding the relationship between Taoism and mental health. However, relevant research at this stage is not yet sufficient. Only by deeply understanding the special pursuit and belief identification model of Taoist life – centrism, and using this perspective to more accurately analyze the indicators of psychometrics and experimentation, it is possible to produce a Taoist psychology paradigm with indigenous characteristics.

Key words: Psychology; Mental health; Taoism; Research

(上接第396页)

The Interpretation of the Paradigm of Tian – human Integration in Psychology

Wang Wei^{1,2}, Lee Chao – Hsü²

(1. Department of Philosophy, East China Normal University, Shanghai 200241;

2. Department of Psychology, Qufu Normal University, Qufu 273165)

Abstract: Reexamining psychology in the noumenon of subject. On methodology, it is “Category Mistakes” that the psychological object was regarded as equal to natural matter in research method. On the scientificity, psychology is not a science of positivism, it is a science of falsificationism instead, and it is impossible that psychology will become a natural science, while it is possible to be a strict science of Husserl. On epistemology, there is a “double – barrier of subject – object – indirection” in the paradigm of the subject – object dichotomy. As a new paradigm, Tian – human integration can not only solve the “double – barrier of subject – object – indirection”, but also obtain universal theorem in the form of intuition and introspection. So it is necessary to construct Tian – human integration psychological paradigm in the base of the method of “Images from viewing”, the principle of “epoche – identity – calm”, Chinese introspection and phenomenological thought.

Key words: Chinese introspection; images from viewing; double – barrier of subject – object – indirection; subject – object dichotomy; indigenization of psychology