

DAOXUEJIANXINZHUI
DAOXUEYUXIFANGXINLIZHILIAOXUEDEHUDONGYANJIU



道学健心智慧

——道学与西方心理治疗学的互动研究

吕锡琛 等/著

中国社会科学出版社

DAOXUEJIANXINZHUI
DAOXUEYUXIFANGXINLIJIZHILIAOXUEDEHUODONGYANJIU

道学健心智慧

——道学与西方心理治疗学的互动研究

吕锡琛 等/著



中国社会科学出版社

图书在版编目(CIP)数据

道学健心智慧:道学与西方心理治疗学的互动研究/吕锡琛等著.
—北京:中国社会科学出版社,2008.12

ISBN 978-7-5004-7254-4

I. 道… II. 吕… III. 道家—心理保健 IV. R161.1

中国版本图书馆CIP数据核字(2008)第150376号

选题策划 雁 声
责任编辑 广 之 周慧敏
责任校对 韩 聪
封面设计 大鹏工作室
版式设计 戴 宽

出版发行 **中国社会科学出版社**

社 址 北京鼓楼西大街甲158号 邮 编 100720

电 话 010-84029450(邮购)

网 址 <http://www.csspw.cn>

经 销 新华书店

印 刷 华审印刷厂 装 订 广增装订厂

版 次 2008年12月第1版 印 次 2008年12月第1次印刷

开 本 710×1000 1/16

印 张 20 插 页 2

字 数 300千字

定 价 32.00元

凡购买中国社会科学出版社图书,如有质量问题请与本社发行部联系调换
版权所有 侵权必究

目 录

引言	(1)
----	-----

上篇 西方心理学与道学互动的 文化背景及哲学基础

第一章 现象学和存在主义的兴起及其与道学的相契	(17)
第一节 西方哲学的危机与现代转向	(19)
第二节 现象学运动	(23)
第三节 存在主义思潮	(28)
第四节 现象学和存在主义与道学的契合	(32)
第二章 现象学对心理学的影响	(48)
第一节 现代西方心理学的转型	(49)
第二节 现象学和存在主义对西方心理治疗学的影响	(52)
第三章 道学与西方心理治疗学的相契	(60)
第一节 人性论的相契	(60)
第二节 整体观的相契	(64)
第三节 整合式思维的相契	(66)
第四节 调治思路的相契	(70)

中篇 道学与西方心理治疗学

第四章 道学与分析心理学	(83)
第一节 对立统一思想对荣格的启示	(85)
第二节 个体与社会之关系问题上的相契	(95)
第三节 《金华宗旨》对荣格的启示	(100)
第四节 无为思想对荣格的启示	(105)
第五章 道学与意义治疗学	(114)
第一节 意义治疗的主旨	(115)
第二节 因性而为与承担责任	(117)
第三节 “为人与人”与自我超越	(122)
第四节 “不与物迁”与选择的自由	(125)
第五节 不为物累与追寻意义	(127)
第六章 道学与人本心理学	(133)
第一节 人性本朴与人性非恶	(134)
第二节 顺应自然与接纳、开放	(139)
第三节 致虚守静与“存在认知”	(143)
第四节 少私寡欲与“高级需要”	(145)
第七章 道学与认知疗法	(151)
第一节 自然无为与摒弃偏执	(153)
第二节 宽容大度与力戒苛求	(155)
第三节 祸福相倚与去绝对化	(160)
第四节 常搜己过与自我反省	(162)

下篇 道学心理调治智慧的应用研究

第八章 道学对于调治焦虑/抑郁心理的启示	(173)
第一节 顺应自然以解郁虑	(175)
第二节 “穷反终始”以奋精神	(180)
第三节 安时处顺以调情绪	(183)
第四节 致虚守静以安心志	(192)
第九章 道学对调治浮躁心理的启示	(201)
第一节 浮躁心理的表现及其思想成因	(201)
第二节 不与物迁以守志操	(205)
第三节 宠辱不惊以拓胸襟	(211)
第四节 各当其分以发潜能	(218)
第五节 厚积薄发以成大业	(220)
第十章 道学对调治自卑心理的启示	(227)
第一节 自卑心理的表现及其形成机制	(227)
第二节 “物各有宜”以成俊才	(229)
第三节 “不位乎形”以超俗见	(234)
第四节 重德轻形以励心志	(237)
第五节 “有以自得”以存高远	(243)
第十一章 道家认知疗法及其操作与实例	(251)
第一节 道家认知疗法及其理论基础	(251)
第二节 道家认知疗法的操作程序	(256)
第三节 道家认知疗法的适应症	(259)
第四节 治疗案例及其疗效	(260)

结语 走向精神超越和人格完善·····	(267)
第一节 率真质朴:奠定为人之本·····	(272)
第二节 慈爱宽容:和洽立身之境·····	(277)
第三节 自作主宰:趋往自由之域·····	(283)
第四节 为人与人:接通人己之壑·····	(289)
第五节 与道合一:超越小我之限·····	(295)
主要参考文献·····	(303)
后记·····	(311)

引 言

伴随着经济全球化的汹涌浪潮，文化全球化的趋势亦不期而至。人们对于文化全球化的问题虽然见仁见智，一时还难有共识，^①但强调东西方文化各有其普遍性价值，相互取长补短才能促进文化全球化的健康发展，却已成为东西方有识之士的共同信念。^②

如何让中华文化所蕴涵的普遍性价值得以充分彰显，以积极的态度参与文化全球化，从而成为文化全球化的受益者，更成为全球文化的创造者。这是中华民族需要认真面对的现实课题。

有意思的是，在中国学者对自己的传统文化是否具有普适价值和现代意义等问题各抒己见甚至各执己见的时候，另一个文化传统中的有识之士却不仅体认出中华文化的普适性和独特性价值，并且

^① 例如，有的学者就认为，“文化全球化”是国际垄断资产阶级关于全球化意识形态的理论表现之一。其实质是通过建立以美国文化为主导的所谓文化的“全球化”，从文化上进而从整体上肢解独立的民族国家，是典型的“文化帝国主义”。（见于沛：《经济全球化不会导致文化全球化》，《史学理论研究》2004年第4期）有的学者则认为，文化全球化一方面拓宽了文化的视角，凸显了文化精神中的人类整体意识，另一方面也会引起传统文化的危机和失落，但文化全球化正是人类各种文化、文明发展要达到的一个目标，是未来文明存在的方式。它不仅表明世界是统一的，而且表明这种统一不是简单的单质，而是异质或多样性共存。然而文化全球化是全球化中十分重要但又一时难以攻克的“堡垒”。（参见文军：《西方多学科视域中的全球化概念考评》，《国外社会科学》2001年第3期）

^② 美国学者麦克卢汉指出，全球文化和文明不怀偏见，它吸收一切具有市场价值的东西；费舍斯通亦指出，全球化包含了特殊主义的普遍化，而不只是普遍主义的特殊化。（参见文军：《西方多学科视域中的全球化概念考评》，《国外社会科学》2001年第3期）陈来先生进而提出，东西方文化各有其普遍性，例如，儒家、佛教文化就已经超出了地方，在东亚和更多的地方取得了世界性，故提出多元普遍性的观点。（参见陈来：《全球化时代的多元普遍性》，载于《文史哲》2006年第2期）

以自己深受其惠的实践活动对上述问题作出了肯定的回答。

继 18、19 世纪儒学对欧洲历史进程发生影响之后,^①在新的历史条件下,道学^②又在异国他乡吸引着人们的眼光。自 20 世纪上半叶以来,丹麦的波尔、日本的汤川秀树等一批世界著名科学家就受道家思想的滋润而在物理学等领域作出杰出贡献;美国音乐家梅纽因称《道德经》为“最值得经常拿出来看看的著作”;美国学者蒲克明预言,它将成为“未来大同世界家喻户晓的一本书”;据 2007 年 3 月 22 日《环球时报》所载,《道德经》的思想曾影响唯意志主义哲学大师叔本华、尼采等人,而托尔斯泰也曾说,自己良好精神状态的保持应当归功于阅读《道德经》。“一战”以后,经历战争惨痛的欧洲人在痛定思痛之余,开始将目光投向东方,寻求救世之方,欧洲大地上兴起了一股东方文化热特别是道家文化热。西方人发现,对于西方文化来说,最好的拯救良方莫过于老子和他的《道德经》,老子“天人合一”的思想理念、“道法自然”的处事原则、“无为而治”等行为方式,对弥补西方文明中的精神失落和强权意志都具有非常积极的作用。尤其是遭受战争失败的德国民众对西方文化的弊病更有着切肤之痛,老子成为他们反省西方文化之弊病的清醒剂,一些以老子哲学为依归,追求道家境界的组织应运而生,《道德经》取代了尼采的《查拉图斯特拉》而为不少德国人所携带。^③德国的现象学大师海德格尔

^① 据西方著名汉学家和儒学专家顾立雅(H. G. Creel)和中国老一辈著名学者朱谦之先生的研究,孔子思想曾对 18、19 世纪欧洲产生重要影响,顾立雅在《孔子与中国之道》的开头就指出,莱布尼茨、沃尔夫、伏尔泰以及一些政治家和文人,都用孔子的名字和思想来推动他们的主张。“在以法国大革命为背景的民主理想的发展中,孔子哲学起了相当重要的作用。通过法国思想,它又间接地影响了美国民主的发展。”他甚至认为,儒家思想成为启蒙思想家“自由、平等、博爱”等民主思想的一个重要来源和依据,“孔子成了 18 世纪启蒙学者们的守护神”(顾立雅著:《孔子与中国之道》,高专诚译,山西人民出版社 1993 年版,第 368 页。)朱谦之先生则分别考察了儒家思想对启蒙运动和法国革命、德国革命的影响。(见朱谦之:《中国哲学对欧洲的影响》第二、三、四章,河北人民出版社 1999 年版。)

^② 本书中的道学指以老子的“道”的学说为理论支柱,包括道家、道教和丹道的整个文化系统,不同于宋代程朱理学的“道学”,参见胡孚琛、吕锡琛著《道学通论》,社会科学文献出版社 2004 年版,第 3—4 页。

^③ 见金点强:《〈道德经〉曾风靡欧洲》,载《环球时报》2007 年 3 月 22 日第 13 版。

亦从老子那里获取精神营养^①……

在心理学领域，更是有日本的森田以及瑞士的荣格、美国的韦特海默、马斯洛、罗杰斯等著名专家慧眼识珠，发现了道学和禅宗在心理治疗中的独特价值，并取得了令人瞩目的实际效果。

20世纪30、40年代以来，针对盲目照搬自然科学方法的机械主义心理学的种种弊端，西方心理学界的一些有识之士重新回到哲学当中寻求智慧，他们不仅接受现象学等西方哲学理论，而且将目光投向了东方。道家以及融合了道家精髓的禅宗思想受到荣格、罗杰斯、马斯洛、弗洛姆等心理学家的青睐并加以运用。罗杰斯吸收老子思想而创立“以人为中心疗法”；荣格在其自传结语中称“老子是有着与众不同的洞察力的一个代表性人物，他看到并体验到了价值与无价值性，而且在其生命行将结束之际，希望复归其本来的存在，复归到永恒的意义中去。见多识广的这位老者的原型是永恒地正确的。”^②荣格在为维尔海姆翻译并注释《太乙金华宗旨》所作的评论中提出，尽管西方有科学和逻辑，但是东方教给了我们另一种更为广泛、更为深刻以及更高层次的理解，那就是通过或者说是透过生活的理解。^③被誉为“人本心理学之父”的马斯洛，更是对道家思想表现出特殊的喜好。早在1942年前后，马斯洛就深为格式塔心理学家惠特海默（M. Wertheimer）关于老子和禅宗的演讲所震动，对他“正在形成中的人格理论产生了极大的影响”，^④而惠特海默能够通过演讲老子思想而深深地打动马斯洛等听众，其对道家思想研究和造诣之深厚亦可见一斑。到了晚年，马斯洛甚至主张作为科学家、医师、教师、父母，“必须把我们的形象转换为更符合

① 关于海德格尔与《老子》思想的深刻联系，我们在本书的第一章中将详细论述。

② 《荣格自传》，刘国彬、杨德友译，国际文化出版公司2005年版，第338页。

③ 参见荣格：《分析心理学与中国瑜伽》，载《金华养生秘旨与分析心理学》，东方出版社1993年版。

④ 见霍夫曼：《马斯洛传：做人的权利》，许金声译，改革出版社1998年版，第107页。

道家追求的形象”；^①并将人本心理学发展为更具道家色彩的超个人心理学。近年来，超个人心理学从美国发展到世界各地，成为一个不可忽略的心理学流派，拯救着世界上千千万万处于心理困境中的人们。以上事例充分彰显出道学中所蕴涵的普遍性价值。

荣格、马斯洛、罗杰斯等人是在对西方现代文明和世俗生活中人的存在困境进行深入思考的基础上，吸收和运用道学思想的，中国学者更应该义不容辞地将西方心理学家已经开展的这一工作深入下去。因为中国传统哲学以阐发安身立命、安顿心灵的智慧而见长，有着十分丰富的心理保健和心理调治智慧，而缓解负面心理、保持心理健康已成为现代人类所面临的普遍性问题，将中国哲学所特有的关于安顿心灵等具有内在普遍性的智慧实现出来，从而在“全球文明”中贡献出中华民族的智慧，这是炎黄子孙必须认真思考并且能够大有作为的课题。

在这方面，学术界同仁先后作过有意义的探索：本课题组的杨德森教授从1995年以来，就从《老子》中概括出“利而不害，为而不争；少私寡欲、知足知止；知和处下，以柔胜刚；返朴归真，顺其自然”的32字心理保健口诀，并吸收西方认知疗法，结合心理治疗的临床体会创立道家认知疗法；中美精神心理研究所所长、美籍华人李绍昆教授与夫人张宝蕊教授将道家哲学与罗杰斯、马斯洛的人本心理学、超个人心理学（精神心理学）等西方心理治疗理论和方法相结合，开展心理治疗和心理咨询实践；唐君毅、傅伟勋、林安梧等台湾学者受弗兰克意义治疗学的启发，从意义治疗学的思路阐发儒释道的人生哲学；申荷永、刘固秋、景海峰、王宗昱等学者曾撰文论述荣格与道教内丹著作《太乙金华宗旨》的联系；郭永玉、任亚辉、杨广学等学者在其超个人心理学的专著中亦谈到了道家思想的心理治疗价值。

不过，由于学科和研究角度等因素，上述成果对道家道教典籍

^① 马斯洛：《人性能达的境界》，林方译，云南人民出版社1987年版，第8—20页。

的涉猎主要限于《老子》、《太乙金华宗旨》等少数作品，大量道家道教典籍中的心理治疗智慧有待发掘；系统深入地探索上述西方心理学家与道学思想的内在联系，进而运用这些现代心理学理论诠释道学的人生智慧，从而有针对性地对现实生活中的焦虑、抑郁、自卑、浮躁等心理问题进行调治，这却是一个富有理论价值和现实意义的崭新课题，有待哲学和心理学工作者通力合作，共同攻关。

因此，本书试图将富有时代性、应用性而又具有浓厚哲学意味的西方人文主义心理治疗学^①与道家道教思想作进一步的联系与相互诠释。我们之所以这样做，绝不是沉醉于国粹派那种“古已有之”的盲目自大，而是试图通过这种贯通古今中西的工作，促进道家道教思想乃至中国传统哲学的现代转换，深化关于中国哲学之现代出路的思考，找到它们在现代社会和现代文明中的生长点，探索走向世界、参与文化全球化的通道，其理论价值和现实意义都是显而易见的。

中国自步入近代以来，由于欧风美雨的吹打和军事、经济方面的劣势，致使国人的文化自信心备受摧残，西方文化优越或中国文化落后甚至低劣的看法似成为不少人心目中根深蒂固的成见，中国本土文化百花园中的不少花色品种被视为毒草腐苗而受到普遍的冷落甚至摧残，“墙内开花墙外香”似乎成为一种司空见惯的文化现象；甚至“居然要通过西方哲学的概念语言，才能使传统的智慧稍稍为本国人理解”。^②这不仅限制了中国人正常地品评自家文化花园中姹紫嫣红的胜景、耕耘自家的文化沃土、培植自家的花果草木以滋养心灵，更延缓着中华民族开拓和构建中华现代文化的进程。在这种情况下，从中国的墙外飘回来的“香”似乎更有着特殊的意义，它促使我们反思：西方文化果真绝对地优于中国文化吗？如果

^① 西方心理治疗学是心理学理论的具体应用，而西方心理学可划分为实证主义心理学和现象学心理学两大阵营，它们分别代表着心理学研究中的科学取向与人文取向，科学主义以实证主义为发端，人文主义以现象学为基础（参见冯建军：《西方心理学研究中现象学方法论述评》，《南京师大学报》〈社科版〉，1998年第3期）。在这两大阵营中，以实证主义为基础的实证主义心理学显然不可能与道家思想发生联系，故我们的研究视角主要对准西方人文主义心理学。

^② 袁保新：《再论老子之道的义理定位》，见刘笑敢：《老子古今》第68页脚注2。

是这样的话，为何马斯洛强调“必须把我们的形象转换为更符合道家追求的形象”？^①为何荣格宣称在《太乙金华宗旨》等道经中找到了一条能够“从对立面的对立中解脱出来的道路”，^②认为东方“富有哲理性的相对论”“具有无比贡献”，“对我们产生深远的影响力”，^③因而“毫不迟疑地暴露我们西方思想的错幻和渺小”？^④西方心理学家对道学的概念和思维方式及其心理治疗价值推崇备至并借鉴吸收这一现象的背后有着什么样的深刻动因和文化背景？对于上述问题的思考，无疑有益于启迪中国人全面地认识中国传统哲学和文化的现代价值和普适意义，强化文化自觉意识，提高振兴中国文化的自信心，而这正是一个民族进行自我文化重建时所必不可少的。

同时，我们也要承认，西方人文主义心理学是经过了现代科学洗礼和哺育的现代心理学流派，它具有很多合理的、先进的思想和研究方法，吸收和运用这些思想、理论和方法对道学健心思想进行现代诠释，有助于我们从现代科学的新视角审视道学这一落满了历史尘埃的古老学术形态，拨开笼罩在道学修炼活动中的神秘迷雾，重新理解和评价这些思想和修炼活动的心理治疗和心理健康价值，促使道学健心理论与方法与当代心理学知识体系有机地结合起来，纠正长期以来相当普遍地存在着的对道学的偏见、误会和轻蔑。同时，心理调适和心理治疗是对人的心理和行为进行再塑造的过程，而这一切是通过可操作的步骤和方式来完成。而缺乏严密的操作程序或只可意会、不可言传、难以操作正是道学这一古老学术形态的特点或缺陷，故研究和吸收、运用西方心理治疗学的思想、理论和方法，这也有助于我们更深刻地认识和弥补道学的局限性和不足之处，使古老的道学焕发出新的生机。

① 马斯洛：《人性能达的境界》，林方译，云南人民出版社1987年版，第8—20页。

② 参见荣格：《分析心理学与中国瑜伽》，载《金华养生秘旨与分析心理学》，通山译，东方出版社1993年版。

③ 荣格：《现代灵魂的自我拯救》，黄奇铭译，工人出版社1987年版，第325页。

④ 同上书，第74页。

然而，无论是荣格的精神分析法、罗杰斯的来访者中心治疗法，还是马斯洛等人本心理学家的治疗法，乃至超个人心理治疗法，皆是西方文化背景下的产物，相对于生长在道学故乡的中国人来说，他们对于道学的理解和诠释毕竟存在诸多难以逾越的障碍和局限性。而通过这种中西方互动的研究，我们既可以发现西方心理治疗学的上述局限，同时也将促使我们更进一步深入地体悟道学思想中蕴涵的独特的心理保健和心理治疗智慧，为建立中国特色的心理保健和心理治疗学提供文化资源。

心理治疗模式是受本民族特定的文化传统所影响的，建立适合中国人性格的心理治疗模式是当代精神医学和心理治疗的重要发展方向。心理学界的学者看到，我国主流心理学研究中忽略中国文化对中国人心理与行为的影响的倾向，已经制约了中国的心理学研究的深度与价值。^①目前，越来越多的心理学工作者正在试图改变这种状况，这是十分可喜的。而将中国传统文化中所蕴涵的安身立命的智慧和心理健康、心理治疗智慧发掘出来，并与现代心理治疗方法相结合，不仅有助于建立中国特色的心理治疗和调节模式，更能为全人类的健心疗心、安身立命提供营养；不仅将促进中国的精神文明建设，而且将为全人类的精神文明建设作出中华民族的贡献。而且，中国的心理学也只有与实现了转型的西方现代人文主义心理学进行深入的对话和融通，才可能真正认识到自家文化中所蕴涵的宝贵资源及其重要价值，从而更自觉地摆脱长期存在的唯西方马首是瞻的状态，将中国的心理学研究建立在自家深厚的文化根基之上，建立起中国特色的心理学体系。

当然，我们必须清醒地认识到，西方的分析心理学、意义治疗学、人本心理学、超个人心理学等流派是在科学心理学和科学技术高度发展的基础上进一步发展的产物，是在科学心理学充分发育之后而再对其缺陷进行反思的结果，是一个否定之否定的发展过程，

^① 汪凤炎、郑勇军：《当前中国心理学研究中宜警惕的四种倾向》，《心理学研究》2005年第1期。

这种经过科学洗礼了的心理学是心理学发展史的链条上新的一环，它们对于道学的借鉴和吸收是在更高层面上博采众长，融会东西，而绝不是要简单地回到道家、道教。

现象学大师海德格尔在 20 世纪 60 年代曾预言，东西方哲学将出现“不可避免的对话”，而“转变了的欧洲思维与东亚‘思想’（主要指道家和禅宗的思想）进行富有成果的联姻不仅是可能的，而且是极为必要的”，“这一联姻有助于将人类的本质特性从因技术的统治而极度萎缩的威胁中拯救出来，有助于人的此在的解放。”^①海德格尔的这番话对于我们理解西方心理治疗家何以注重从道学中寻求药方也是有帮助的。

现代西方心理学家将目光投向古老的中华文化，不是一时的心血来潮或猎奇，而有着深刻的文化背景和哲学基础。

在《上篇》中，我们分析了西方心理治疗学与道家哲学互动的文化背景和哲学基础：实证主义心理学方法论给心理学带来的危机、现代西方哲学的转型、现象学和存在主义的兴起等因素，导致了心理学研究方法的转型。

在这一过程中，现象学发挥了沟通东西的桥梁作用。它一头连接东方古老的道家并受惠于道家，另一头则直接深刻地影响着一些西方心理学家，促使西方心理学界的有识之士对中国文化所特有的思维方式产生了认同和理解，给他们带来了实现心理治疗转型和创新的思想资源。在这一基础上，作者从方法论的高度考察了西方人文主义心理治疗学与道家哲学在人性论、整体观和调治思路等方面的相契。

我们看到，西方心理治疗学与道家的千年对话已经拉开了序幕，西方与东方不再各说各话，西方心理学家从道学中吸收营养而推动着他们在理论和实践的层面实现突破和创新，而源远流长的中国道家道教哲学也获得了新的诠释和发展的生机。

^① 引自王为理：《论海德格尔哲学和禅宗相互诠释的可能性及其意义》，《华南师范大学学报》1996 年第 5 期。

在《中篇》的各章中，我们具体探讨了荣格、马斯洛、罗杰斯等西方心理学家与道家的深刻联系，分别探讨了荣格的分析心理学和马斯洛为代表的人本心理学对道学的吸收、运用及其对中国心理治疗和文化研究方面的启示。

上述西方心理学家在对西方现代文明的弊病和现代生活中人的存在困境进行深入反思的基础上，对西方主流心理学进行了挑战和超越，而道家哲学则是支撑他们实现超越的重要文化资源。在这一系列中西文化互补的创造性活动中，道家哲学既凸显出其独特性，又通过弥补西方文明之片面性带来的弊病而展现出普遍性价值。在文化全球化的趋势下，如何将荣格等西方心理学家已经开展的工作深入下去，如何让道家哲学乃至中国哲学中的普遍性价值充分彰显出来，从而在文化全球化进程中贡献出中华民族的智慧，这是当代中国学者所面临的重要课题。

在《道学与分析心理学》一章中，我们论述了荣格所带头发展出来的分析心理学与道学思想的深刻联系。荣格看到了道学无为思想的心理治疗意义，进而将其吸收到他的治疗思想中。他试图借鉴道学“自然无为”的思想，避免西方文化中理性和意识片面发展所带来的危害，这对于现代中国人重新认识中华民族的这一心理保健智慧是有积极启示意义的。自近代以来，在西方文化的冲击和影响下，中国人对理性的盲目崇拜和对非理性的粗暴排斥，是否也有可能在中国再现荣格曾指斥过的西方文化意识过度发达的弊病呢？防患于未然才是明智的态度，“夫唯病病，是以不病”^①。理性和非理性、意识和潜意识皆是人类精神心理健康发展不可或缺的方面，我们当然需要吸收西方的理性和科学精神，但也绝不可对中国先贤的无为、直觉、顿悟等非理性智慧妄自菲薄。

道家的朴素辩证法思想受到荣格的高度重视和赞扬，“这一东方人的真理”“具有无比贡献”，运用这一原则，荣格提出了整合意识与潜意识、阴影与光明、阿尼玛（Anima）与阿尼玛斯（Ani-

^① 《老子》第七十一章。

mas), 兼顾个体需要与社会需要等一系列理论, 在西方心理学领域内创建了独树一帜的宏大体系。

荣格的理论也启示我们进一步体悟道家哲学的心理治疗价值, 由此诠释出新的意义。而荣格从潜意识层论来解读道教内丹修炼, 沟通了内丹修炼与现代西方心理学, 这也启示我们通过内丹修炼而进入潜意识领域, 调治现代人类的心理问题, 开发人类未知的潜能。

《道学与意义治疗学》一章则从在西方社会产生广泛影响的弗兰克意义治疗学的视阈来发掘道家的意义治疗思想和心理健康智慧。道家注重养德调心、心德互养。其意义治疗思想体现在以下几方面: 返朴归真, 因性而为; “为人”、“与人”, 超越自我; 不与物迁, 宠辱不惊; 清心寡欲, 不为物累。这一宝贵的文化资源启示人们自觉地追寻人生的意义, 将心理治疗与精神层面的意义治疗和道德修养紧密结合, 建立中国特色的道德培育、心理保健和心理治疗学。

《道学与人本心理学》一章探讨了道家自然无为的行为原则、致虚守静的认知方式、少私寡欲的人生境界对马斯洛、罗杰斯等人本心理学家的深刻影响。马斯洛基于对西方心理学界一味模仿自然科学而将人当成“物”来研究等弊病的深刻反思, 吸收并发展了道家的自然无为思想, 主张以“道家的客观”来弥补传统科学的客观的不足。而且, 马斯洛在晚年发展了需求层次论, 在自我实现层次上增添了自我超越层次。他从老子的“道”的概念及人类道德是以“自然的道”为摹本的观点中, 还看到了弥补人本主义之狭隘性的途径。

在《道学与认知疗法》一章中, 我们结合认知疗法的主要代表人物埃利斯(A. Ellis)所创立的理性情绪疗法(又称合理情绪疗法), 深入发掘道学文献中的相关资源, 阐发道学顺应自然、安时处顺、宽容不苛、祸福相倚等思想所具有的心理治疗意义。

在探究道学与西方心理辅导、心理治疗学的互动及其启示的基础上, 《下篇》各章主要探讨道学对调治一些具体心理问题的启示