

Froma  
Walsh

芙若瑪·華許 博士 | 編著  
劉淑瓊 | 譯

張老師文化

# 家族治療 的 靈性療癒

Spiritual Resources in Family Therapy  
Second Edition

賦能、復原與希望  
(下冊)

「愛無法流通時會讓我們生病。」

這是智利生物學家馬圖拉納的智慧之言。  
雖然我有病，但並沒有抗拒生病的感覺。  
對一個病人來說，我並沒有覺得不舒服；  
我認為這是因為我有健康的人際關係。

我盡力在生活的各個層面創造可以讓愛流通的機會。  
這也是一種靈性修練。

調查顯示大多數美國人希望醫師、治療師處理他們靈性方面的困擾，但靈性向來被視為臨床訓練與實務的「禁區」，導致多數臨床工作者對這個議題不知所措……

本書集合美國28位靈性治療學者和專業工作者  
雜與混亂，將其視為上帝進行創造與轉化的舞  
人類經驗，就成了得以窺見神性的窗口。

險的複  
的平凡

人是不可切割的！近年來，心理治療界發現靈  
靈性的全人觀點，以身心靈整合的人性觀來看

社會—  
。

教授)

願有機會接觸本書之家族治療者能有勇氣拓展我們專業整合靈性與臨床實務，讓我們在文化  
時代變遷的挑戰中成為受助家族的靈性資源。

——楊瑞珠（美國伊利諾州立州長大學諮商與心理學研究所教授）

本書涉及靈性議題多元而豐富，關心家庭的諮商師、宗教師、社工師、護理師等都能在其中  
擴充靈性眼光，省思自身的靈性信念。家族治療師更能在原本的會談優勢上考慮靈性處遇方  
針，以擴大服務疆域。

——鄭玉英（懷仁全人發展中心主任）

本書不同於學院派教科書，其特色為：理論與實務兼具，宗教、靈性之多元信仰並陳，饒恕  
元素之強化，復原力之聚焦及弱勢關懷等。由於本書具備諸多特色，並由向具聲譽的張老師  
文化公司出版，本人樂於具名推薦，共饗讀者。

——潘正德（中原大學人文與教育學院院長）

身為一位教牧關懷的牧者，在面對生老病死的議題，本書猶如一面鏡子，讓每位專業助人工  
作者檢視自己的靈性立場，本書內容豐富，探索的範圍廣泛，可以幫助實務工作者形成靈性  
的多重觀點，提供寶貴的知識與實際方法。

——潘美惠（馬偕紀念醫院院牧部牧關教育牧師）

國立台灣師範大學  
教育心理與輔導學系教授

**陳秉華**

輔仁大學醫學院  
臨床心理學系副教授

**陳美琴**

美國伊利諾州立州長大學  
諮商與心理學研究所教授

**楊瑞珠**

懷仁全人發展中心主任

**鄭玉英**

中原大學人文與教育學院院長

**潘正德**

馬偕紀念醫院院牧部牧關教育牧師

**潘美惠**

聯合推薦

謹依姓名筆劃排序

ISBN 978-957-693-776-7



9 789576 937767

00320





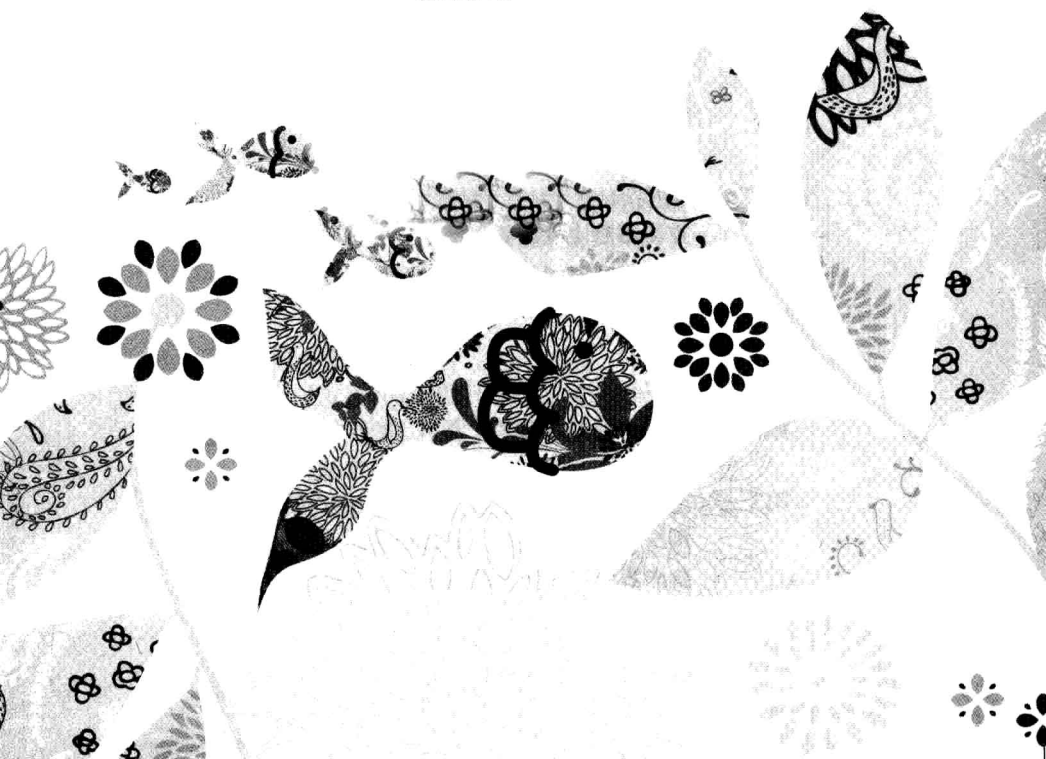
# 家族治療 的 靈性療癒

Spiritual Resources in Family Therapy  
Second Edition

賦能、復原與希望  
(下冊)

Froma Walsh

芙若瑪·華許 博士 | 編著  
劉淑瓊 | 譯



家族治療的靈性療癒／芙若瑪·華許 (Froma Walsh)

編著：劉淑瓊譯——初版。——臺北市：張老師，2011.09

冊：公分。——（教育輔導系列；N100-N101）

上冊，永不枯竭的泉源；下冊，賦能、復原與希望

譯自：Spiritual resources in family therapy, 2nd ed.

ISBN 978-957-693-775-0（上冊：平裝）。--

ISBN 978-957-693-776-7（下冊：平裝）。

1. 家族治療 2. 靈修 3. 宗教心理

178.8

100017048



教育輔導系列 N101

## 家族治療的靈性療癒（下）——賦能、復原與希望

編者→芙若瑪·華許 (Froma Walsh)

譯者→劉淑瓊

責任編輯→苗天蕙

封面設計→李東記

版型設計→楊玉瑩

發行人→李鍾柱

總經理→廖翰聲

出版者→張老師文化事業股份有限公司 Living Psychology Publishers

郵撥帳號：18395080

10647 台北市大安區羅斯福路三段 325 號地下一樓

電話：(02)2369-7959 傳真：(02)2363-7110

E-mail：service@lppc.com.tw

讀者服務：23141 新北市新店區中正路 538 巷 5 號 2 樓

電話：(02)2218-8811 傳真：(02)2218-0805

E-mail：sales@lppc.com.tw

網址：http://www.lppc.com.tw（讀家心聞）

登記證→局版北市業字第 1514 號

初版 1 刷→2011 年 9 月

I S B N→978-957-693-776-7

定價→320 元

法律顧問→林廷隆律師

排版→菩薩蠻電腦科技有限公司

印刷→永光彩色印刷股份有限公司

Spiritual Resources in Family Therapy, Second Edition

Edited by Froma Walsh

Copyright © 2009 The Guilford Press

Complex Chinese translation copyright © 2011 by Living Psychology Publishers

All rights reserved.

\* 如有缺頁、破損、倒裝，請寄回更換 \* 版權所有 · 翻印必究 Printed in Taiwan



## 家族治療的靈性療癒 目錄

### 上冊

編者簡介 008

作者群簡介 010

推薦序一：治療師的屬靈眼光 鄭玉英 014

推薦序二：愛：家族治療的靈性整合 楊瑞珠 018

前言：人際關係最能深入表達靈性 022

致謝 029

### 第一部 概論

第一章 宗教、靈性與家庭：多元信仰觀 032

變動世界中的靈性 | 「宗教」與「靈性」的定義

宗教信仰與靈性觀日益多元

宗教與文化的交互連結 | 普遍的宗教信仰與慣例

靈性觀之於家庭生活的重要性

第二章 家族治療的靈性整合：健康、療癒與復原的泉源 074

克服限制 | 療癒與治療 | 臨床實務中的靈性整合

汲取療癒與復原力的靈性資源 | 結語

### 第二部 家族中的靈性資源：永不枯竭的泉源

第三章 靈性、痛苦與信念：家庭療癒的精髓 122

靈性、痛苦與信念：三合一模式

臨床案例：「死後的歸處？」 | 最後的反思

- 第四章 死亡與失落：運用於家庭調適的靈性資源 146  
宗教與文化的互相糾纏 | 有關死亡、失落與來世的信仰觀  
汲取靈性資源：協助家庭處理死亡與失落  
調適與復原所需之靈性資源
- 第五章 從宗教的觀點看復原力：  
佛教、基督宗教、猶太教、印度教、伊斯蘭教 180  
佛教 | 基督宗教 | 猶太教 | 開放討論 | 其他宗教觀點 ·  
印度教 | 伊斯蘭教 | 結語
- 第六章 貧窮的痛苦與靈性的安慰 214  
貧窮的挑戰 | 靈性的運作 | 實例 | 誰的靈性觀？ | 結語
- 第七章 靈性與宗教：心理治療對美國黑人家庭的意義 238  
靈性在協助美國黑人案主與家庭的角色  
美國黑人社群對治療的反應  
黑人教會與「教會家庭」的功能 | 死亡與臨終的靈性議題  
與美國黑人案主與家庭工作的要點 | 專業訓練的考量  
結語
- 第八章 移民家庭的宗教與靈性傳統：  
對拉丁美洲族群健康和心理衛生的重要性 260  
移民的矛盾處境 | 健康與疾病的認知  
宗教信仰 | 移民的宗教、靈性與心理治療 | 結語
- 第九章 「當孝敬父母」：  
世代之間的價值觀與猶太人的傳統 286  
古典文獻，現代考量 | 傳統與敘事 | 多世代的傳承  
「要殷勤教訓你的兒女」 | 家庭中上帝的同在  
「當孝敬父母」 | 當代挑戰：信念系統的衝突  
臨床意涵：世代之間的衝突、忠誠與和解

## 第十章 家庭生活的靈性觀 316

家庭是群體的靈魂 | 接受矛盾：經歷衝突

尋求公平：男性與女性的互助關係

家庭是有限與偶然的的存在 | 家庭的待客之道 | 結語

## ❧ 下冊 ❧

## 第三部 治療實務中的靈性面向

### 第十一章 治療中的道德觀與靈性觀 352

我個人的宗教背景 | 靈性與心理治療相關文獻的缺失

語言與意義的三個領域 | 三種領域模式的臨床應用

治療中靈性諮商的強弱程度 | 結語

### 第十二章 家族治療中的儀式與靈性 374

儀式的元素 | 在治療中開啟儀式的靈性面向

在治療中引導出儀式的靈性面向

純正與虛假的儀式：九一一事件的儀式

當物質主義凌駕與生命週期儀式相關的靈性背景

運用儀式連結家庭與社群

甜蜜的感激之情：慶祝生命、超越死亡 | 尾聲

### 第十三章 冥想與人際關係：夫妻與家族治療的應用 402

冥想與人際關係 | 與夫妻和家庭相關的主題和互動練習

結語

### 第十四章 人際創傷的復原：靈性的追尋 430

愛與知識 | 在治療中融入靈性意義與價值 | 靈性意識



- 第十五章 難民的創傷與復原：靈性信仰、  
信仰團體與宗教服務機構的重要性 458  
諮商與治療背景中的信仰 | 難民的經驗：瑪特的故事  
信心的運作 | 以信仰團體做為延伸家庭與靈性的歸屬  
以祈禱做為交流與療癒的形式 | 以隱喻做為復原的管道  
運用宗教社服管道 | 希望的呼求  
與古代靈性傳統和祖先的連結 | 忠實的陪伴
- 第十六章 饒恕與靈性：人際關係中的療癒元素 480  
饒恕的價值與概念 | 饒恕的宗教觀點 | 饒恕的臨床觀點  
饒恕的工作：哈爾格瑞佛的關係模式 | 結語
- 第十七章 透過治療與上帝對話 512  
「自滿」的陷阱 | 從自滿到好奇 | 結語
- 第十八章 傾注全力迎接現實：操練靈性的機會 540  
第一部分 | 第二部分
- 第十九章 心與靈：提供治療師與案主的體驗練習 572  
信念：你的，我的，還有我們的  
打開天窗說亮話：開放式句子  
站上前線：觀點與聲音 | 生活慣例：溫和的切入點  
穿越時空：宗教、靈性及家系圖  
疑問，疑問：誰有疑問？ | 角色扮演：全然投入  
方法的延伸
- 第二十章 追求正義的靈性觀對治療的益處：  
賦能、復原與希望 600  
缺失：尋求改變與追求正義的動力來源  
靈性：發現人類相互依賴的深奧特性  
透過治療對話探討追求正義的靈性觀 | 結語

### 第三部

## 治療實務中的靈性面向





## 第十一章

# 治療中的道德觀與靈性觀

威廉·鐸賀堤

既然大家都有共識，認為心理治療必定會涉及靈性與道德領域，如何將它們整合到每個人的臨床實務中就變得極為重要。由於心理治療基本上是一種對話的形式，我將焦點放在如何用一種整合的方式，將臨床、道德及靈性的語言結合於心理治療中。我會提出明確的臨床綱要，說明如何在治療中使用靈性的語言，包括尊重案主的世界觀、運用治療師本身的內在資源，以及敏銳地辨別心理衛生背景下的一般心理治療，和宗教背景下的靈性輔導之間所存在的各種區分與界限。

### ✧ 我個人的宗教背景 ✧

閱讀和靈性、心理治療有關的文獻時，我很訝異地發現，多數作者對於他們個人的宗教背景與現今的環境大多不置一語。在一些大部頭的書冊中，例如《心理學臨床實務中的宗教元素》（*Religion in the Clinical Practice of Psychology*, Shafranske, 1996）和《宗教心理學》（*The Psychology of Religion*, Spilka, Hood, Hunsberger, & Gorsch, 2003），沒有任何一位作者表明自己的宗教

或靈性信仰，也沒有人表明他們歸屬於哪一個宗教團體。討論這項議題的期刊文獻也鮮少提到作者的宗教或靈性背景。然而，也有一些值得一提的例外：貝克華（Dorothy Becvar, 1996）在其著作《靈魂的療癒》（Soul Healing）中，就詳盡描述了她個人的靈性歷程。省略自傳性質的資訊實在可惜，因為讀者難免會想知道作者的宗教背景，還有作者目前的宗教取向如何影響他們的研究或寫作內容。對於充滿著價值理念的宗教與靈性範疇，沒有人會百分之百中立或客觀。

因此，以下就是我的信仰背景。我是生長在五〇年代和六〇年代早期的愛爾蘭天主教徒，於一所天主教保祿修會的神學院度過了七年時間，在一九七〇年那個動盪不安的年代離開了神學院，一直保持著天主教信仰直到一九七五年，有大約兩年時間我脫離教會，然後在一九七七年成為一神論普救派（Unitarian Universalist）信徒。沿著這條靈性與宗教信仰的道路，我從一個傳統的基督宗教徒，變成一個虔誠的人道主義者和一個自然主義有神論者。我的生活從遵行傳統基督教的禱告，變成不禱告，又變成採用中國的氣功冥想。身為一個虔誠的人道主義者，我很明白宗教與靈性方面的困擾和疑惑所具備的力量與重要性。宗教信仰與靈性的常規對個人、家庭與群體都有正面與提升生命的效果，但也具有壓制與破壞的作用。對我而言，宗教、靈性與道德都是在較為寬廣的大自然宇宙背景之下，人類所創造出來的事物，反而不是來自一位超自然的上帝的啟示。身為一名自然主義有神論者，上帝在我眼中是宇宙中

的一股力量，是創造力的最終源頭，吸引我們想要去過正直與有愛的生活。對我的神學觀影響最巨的是自然主義神學家魏曼（Henry Nelson Wieman）和考夫曼（Gordon Kaufman）。在考夫曼眼中，上帝是「透過宇宙顯現出來的創造力。」（Kaufman, 2004）對於魏曼而言，人們所謂的「上帝」就是用我們無法改變自己的方式改變著我們的那一股啟發性的力量（Wieman, 1964/1995）。在歷史上，這股改變的力量最明確顯現它自己是藉由像耶穌和佛祖這樣的個人，並藉由從他們周遭興起的人群。這些理念和心理治療的關聯之一就呈現在魏曼的見解中，他認為，對於神性的體驗，最為強烈的時候是發生在具有創意的人際交流中，是在我們全然展現自己並全然接納他人的時候（Wieman, 1958）。根據這個思維，心理治療在最理想的狀況下，就是一項轉化生命的靈性專業。

## 靈性與心理治療相關文獻的缺失

當我受邀為本書初版撰文時，雖然已寫過關於道德與心理治療之間的關係，但還未曾寫過關於靈性與心理治療的議題（Doherty, 1995）。於是我開始著手閱讀愈來愈盛行的靈性與心理治療方面的專業文獻。跟隨著心理學先鋒博根（Allen Bergin, 1980）的引導，我發現，幾乎每位作者對於心理治療領域不願意處理靈性與宗教議題的現象都有所批評（至少在某種程度上）。幾乎每位作者都會在宗教與靈性之間做一區分：宗教是一套有組織的理念、結構

與做法；靈性則是一組較為個人的認知，是關於生命的意義以及個人和超越宇宙存在真相之間的關係（Becvar, 1996; Stander, Piercy, MacKinnon, & Helmeke, 1994）。多數作者都強調，必須讓案主在靈性議題上扮演主導者的角色，不可強迫案主討論靈性或宗教方面的議題（Tan, 1996）。近日的文獻似乎也反映出相同的共識（例如，Carlson & Erickson, 2002; Onedera, 2008）。雖然這些文獻有很大部分是極為寶貴且極具啟發性，然而針對現代專業文獻對於靈性的處理，我還是發現了五個一直存在的問題。

首先，靈性的定義有時會變得太過廣泛，其中一口氣涵蓋了心理衛生的大部分領域，就像艾爾金（Elkins, 1990）給予靈性的定義就使用了現實主義、理想主義、最終的滿足感和利他主義等用語。意義太過豐富的用語很快就會變得沒有意義，而且會落入失去焦點的風險。（請參考 Spilka et al. [2003] 對於靈性一詞之模糊性所做的評論，以及華許在本書第一章較為平衡與明確的定義。）

第二，心理治療文獻中強調的重點主要都偏向利己主義的觀點。宗教本身具有統一與集體的特性，靈性從根本上則屬於一種個人的經歷，相對於靈性，宗教由於其特性，很多時候是受到貶抑的。這些文獻給我的印象是：每個人各自在尋找意義，而每個人也都可以隨意挑選或放棄任何當下對他而言具有意義的理念，不必堅持在特定的信仰傳統中。文道（Wendell, 2003）在心理治療與神學兩方面都受過訓練，他主張，靈性不可脫離集體的宗教傳統，因為它在本質上是與這些傳統相連的。沒有人是一座靈性的孤島。

第三，對於家庭方面的靈性信仰與常規所給予的關照太少。儘管有很多文獻討論到異教婚姻，相較之下，關於家族內部靈性差異的討論還是很少。如果夫妻中有一方開始專心投入新世紀靈性觀，而另一方仍舊是傳統的基督教長老教會信徒，這樣對他們會有何影響？或者，如果父母與子女的宗教與靈性觀出現分歧呢？同樣的，以靈性做為夫妻與家庭的資源而言，在這方面的關照還是不夠，雖然已經有人開始正視這項缺失（例如，Marks, 2004; Lambert & Dollahite, 2006）。

第四，很多時候，靈性與道德領域中人際關係的責任與義務是脫節的。在最糟糕的情況下，文獻本身會將個人視為一個不受約束的靈性個體，可以自行成長並探索意義，不太注意個人在整體脈絡下對家庭、朋友與群體的責任。有些作者似乎是在暗示，靈性一旦受到啟蒙，保證一定自動出現明辨是非的行為，這個立場等於是忘了一項歷史的事實，那就是歷史上多數宗教領袖都是支持（或至少並未反對）奴隸制的。幸虧有像華許（Walsh, 2008）這樣的作者，在其近日發表的文章中，他們非常明確地將靈性與道德做一連結。

第五，還是很少人討論到如何在臨床實務中使用靈性的語言。心理治療是一種對話式的治療媒介，在治療中，我們如何與案主展開靈性的對話？雖然情況已有所改善（例如，Griffith & Griffith, 2002），但有太多文獻的內容仍然太過抽象，而且對於如何在治療會談中談論這些議題仍然缺乏指導原則。

本章接下來會處理一部分議題，在靈性範疇的語言以及道德與

臨床領域的語言之間做一明確區分。本章還會提到，如何在治療中使用靈性的對話，並且討論當處理靈性問題時，如何加入家庭系統的觀點。

## 語言與意義的三個領域

《心理治療的道德責任：面對案主的專業倫理》一書的誕生，緣於我先前在道德與心理治療方面的研究。在這本書中，我刻意將焦點放在道德的範疇，而非宗教或靈性的領域。我相信每個人都可以在心理治療的過程中處理靈性與宗教的問題。請注意，道德領域在這裡的定義，和專業倫理是有區別的，專業倫理指的是和專業行為有關的原理、價值和規則，通常都是以規範條例的方式加以詳述，並且受到專業協會與執照核發單位的採用。本章焦點在於臨床實務中的道德與靈性議題，而不是專業倫理。

為了說明道德與靈性在心理治療中的區別，請思考一下這個例子：一位剛離婚的父親正考慮是否應該與子女切斷關係，離開難以相處的前妻，以便開始新的生活。我們可以從臨床的層次（案主對父親這個角色的身分認同；與應付前妻有關的焦慮；他和原生家庭關係的斷裂），並從道德層次（他對子女的責任感，相對於他對自身福利的考量）來處理這個問題，而避免涉入靈性的範疇（例如，感受到一種更高力量的召喚，要他去做對的事情）。道德與倫理之間的區別可以用相同的例子呈現出來：我們可以說，這位男性案主



的治療師是從倫理的角度進行治療（尊重自主權與界限、保密……等），而且並未明確處理這個男子道德層面的問題。和靈性議題相較，的確有很多治療師更不敢在治療過程中處理道德議題。

由於心理治療是一種對話性質的治療模式，我會將重點放在語言與意義上，以便顯示臨床實務的道德與靈性範圍。在圖 11.1 中，我畫出了治療過程中語言與意義的三個領域：心理衛生的臨床世界；責任的道德範疇；超越宇宙或物質存在之意義的靈性領域。我主張，應該清楚區分這些領域，不僅是為了達到明確的目的，而且也是為了避免一個領域「蓋過」另一個領域。之所以會發生「蓋過」的情形，是因為某個領域的顯著意義被另一個領域所占用，就像佛洛伊德將宗教歸入精神分析理論，或電視佈道家吉米·史華格（Jimmy Swaggart）表示他只會用禱告的方式處理他的性衝動問題，因為他的問題是來自於魔鬼，而不用心理治療的方式處理問題。再次重申，這三個領域擁有不同的語言模式與知識形成的模式，有不同的知識論和論證的標準。它們所代表的是不同的傳統與文化，不可以被納入彼此的範疇，而且不可侵犯彼此的領域。

圖 11.1 說明了每個領域的特定語言。檢視這個圖時，請先檢視三個圓圈代表三個主要的領域：臨床、道德與靈性領域，其中反映出每個領域會使用的特定語言。臨床專屬的用語包括人格特質、精神病、自我分化及界限——這些用語反映出心理衛生專業人員的語言及學術傳統。道德專屬的用語包括對與錯、應該與責任——這些是多數人每天用來形容人類行為的用語，但過去一直都沒有被包