

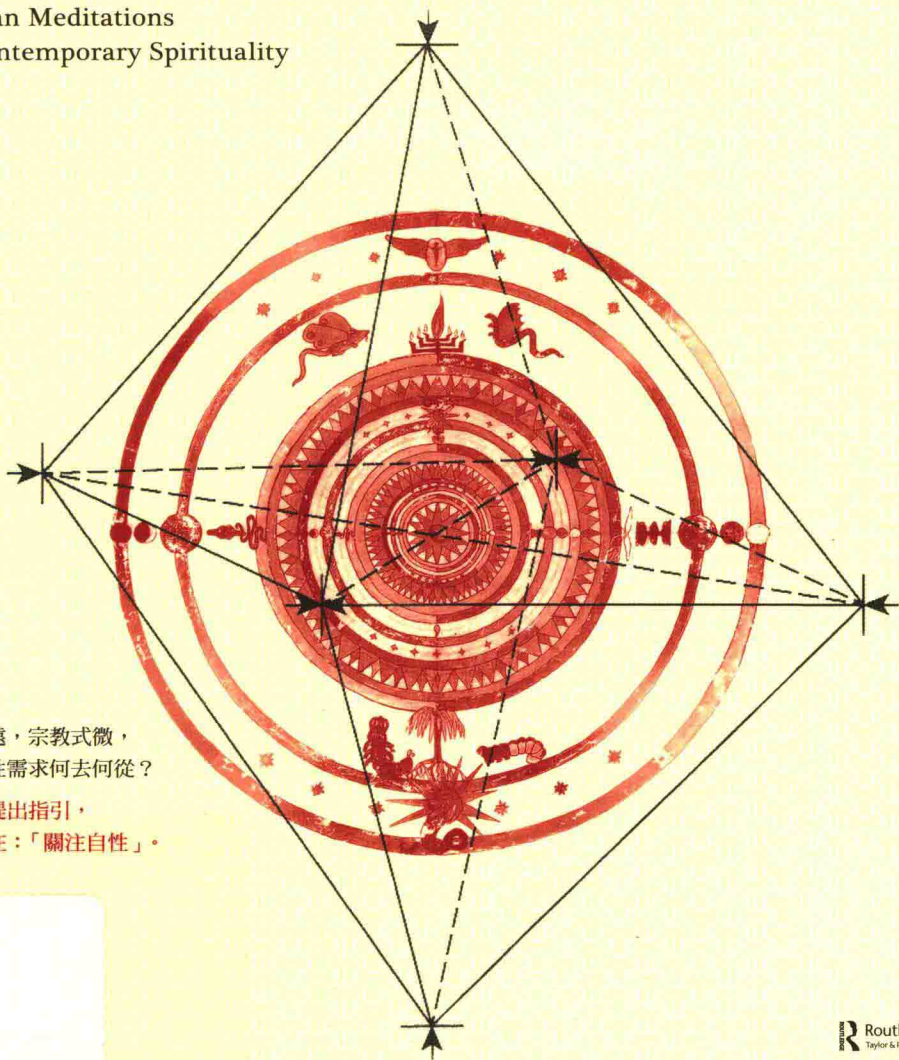
靈性之旅

追尋失落的靈魂

莫瑞·史丹——著

Minding the Self • Murray Stein

Jungian Meditations
on Contemporary Spirituality



神話已遠，宗教式微，
人的靈性需求何去何從？
榮格已提出指引，
關鍵就在：「關注自性」。

Minding the Self •———— Murray Stein

Jungian Meditations on Contemporary Spirituality

靈性之旅

追尋失落的靈魂

莫瑞·史丹————著

吳菲菲————譯



PsychoAlchemy 011

靈性之旅：追尋失落的靈魂

Minding the Self: Jungian Meditations on Contemporary Spirituality

作者——莫瑞·史丹 Murray Stein 譯者——吳菲菲

出版者——心靈工坊文化事業股份有限公司

發行人——王浩威 總編輯——王桂花

執行編輯——趙士尊 封面設計——羅文岑 內頁排版——李宜芝

通訊地址——10684台北市大安區信義路四段53巷8號2樓

郵政劃撥——19546215 戶名——心靈工坊文化事業股份有限公司

電話——(02) 2702-9186 傳真——(02) 2702-9286

Email——service@psygarden.com.tw 網址——www.psygarden.com.tw

製版·印刷——彩峰造藝股份有限公司

總經銷——大和書報圖書股份有限公司

電話——(02) 8990-2588 傳真——(02) 2990-1658

通訊地址——248新北市新莊區五工五路二號

初版一刷——2015年5月 ISBN——978-986-357-042-4 定價——400元

Minding the Self: Jungian Meditations on Contemporary Spirituality

By Murray Stein / ISBN——978-986-357-042-4

Copyright © 2010 by Routledge

Authorized translation from English language edition published by Routledge, part of Taylor & Francis Group LLC; All right reserved;
本書原版由Taylor & Francis出版集團旗下Routledge出版公司出版，並經其授權翻譯出版。版權所有，侵權必究。

PsyGarden Publishing Company is authorized to publish and distribute exclusively the Chinese (Complex Chinese) language edition. No part of the publication may be reproduced or distributed by any means, or stored in a database or retrieval system, without the prior written permission of publisher..

本書繁體中文翻譯版授權由心靈工坊文化事業股份有限公司獨家出版，未經出版者書面許可，不得以任何方式複製或發行本書的任何部分。

Copies of this book sold without a Taylor & Francis sticker on the cover are unauthorized and illegal.

本書封面貼有Taylor & Francis公司防偽標籤，無標籤者不得銷售。

版權所有·翻印必究。如有缺頁、破損或裝訂錯誤，請寄回更換。

國家圖書館出版品預行編目資料

靈性之旅：追尋失落的靈魂 / 莫瑞·史丹(Murray Stein)著；吳菲菲譯。-- 初版。-- 臺北市：心靈工坊文化，2015.10
面；公分

譯自：Minding the Self: Jungian meditations on contemporary spirituality

ISBN 978-986-357-042-4(平裝)

1.榮格(Jung, C. G.(Carl Gustav), 1875-1961) 2.精神分析 3.宗教心理

170.189

104020569

目次

推薦序 現代心靈的再神聖化之道／洪素珍	6
中文版序 超越文化界線的靈性追求／莫瑞·史丹	10
致 謝 	15
緒 論 	19
第一章 「新酒需要新皮袋」	26
第二章 為神騰出空位	39
第三章 改變與新成形中的上帝意象	49
第四章 象徵之道	57
第五章 關注月亮心	64
第六章 指向超越	72
第七章 開啟超越功能	79
第八章 不僅是蝴蝶	86
第九章 靈性與心理分析	94
第十章 心靈宇宙圖	109

第十一章	與深處性靈相遇的轉化經歷.....	125
第十二章	人性中的暗影怪獸.....	135
第十三章	倫理問題.....	149
第十四章	文化對話的贈禮.....	163
第十五章	關注自性.....	178
延伸閱讀		198
參考資料		201

{ PsychoAlchemy }

啓程，踏上屬於自己的英雄之旅
外在風景的迷離，內在視野的印記
回眸之間，哲學與心理學迎面碰撞
一次自我與心靈的深層交鋒

Minding the Self •———— Murray Stein

Jungian Meditations on Contemporary Spirituality

靈性之旅

追尋失落的靈魂

莫瑞·史丹——著

吳菲菲——譯

目次

推 薦 序 現代心靈的再神聖化之道／洪素珍	6
中文版序 超越文化界線的靈性追求／莫瑞·史丹	10
致 謝 	15
緒 論 	19
第一章 「新酒需要新皮袋」	26
第二章 為神騰出空位	39
第三章 改變與新成形中的上帝意象	49
第四章 象徵之道	57
第五章 關注月亮心	64
第六章 指向超越	72
第七章 開啟超越功能	79
第八章 不僅是蝴蝶	86
第九章 靈性與心理分析	94
第十章 心靈宇宙圖	109

第十一章	與深處性靈相遇的轉化經歷.....	125
第十二章	人性中的暗影怪獸.....	135
第十三章	倫理問題.....	149
第十四章	文化對話的贈禮.....	163
第十五章	關注自性.....	178
延伸閱讀		198
參考資料		201

【推薦序】 現代心靈的再神聖化之道

洪素珍／臺北教育大學心理與諮商學系副教授

我們正處於一個「活在當下」的時代，努力追求立即的慾望滿足。月薪三萬元的年輕人，漏夜排隊搶購二萬五千元的新款手機；情侶復合不成，立即拔刀相向，快意恩仇；捷運車廂裡，人人盯著手機，生怕遺漏任何一條即時的聊天訊息……。這些過去偶爾發生的「奇聞異事」，如今屢見不鮮。克己復禮已非道德，恣心縱慾方是英雄。這種心靈扭曲現象，與所謂的「現代化」脫不了關係。

十七世紀工業革命釋放出大自然驚人的能量，讓人類物質享受水準不斷攀升，到達史上僅見的高度，且尚未知雲頂伊於何處。甚至到了六〇年代時，當大量生產的工業商品似乎已經達到物質效應的頂端時，人心一轉，硬是將商品價值擴大解釋，使之與身分、地位、成就、權力等慾望加以連結，從此心靈被物質侵凌更深，成了一個黑洞、一個空虛永恆的無底深淵。科技確實始於人性，也因為善於利用人性，而將人心掏空到涓滴不剩。人們不斷用物質填塞心靈，卻無法真正滿足。無盡的空虛感，讓現代人無從想像與思索永恆，只能停留在當下，追逐那短暫及時的小確幸，自滿於「剎那即永恆」。

甚至，配合著工業革命而產生的資本主義，為了合理化一切，以現代化理論步步進逼，不僅使科學力壓宗教，也與政治、

經濟、社會、法律，甚至包括倫理道德等層面通力合作，建構出一張嚴密的羅網，緊緊地綑綁現代人的心靈，令眾人更難以逾資本主義現代化之雷池一步。迅速、確實、效率、回饋等，成為評估幸福與成功與否的終極指標。

現代人的幸福感短暫且虛浮，迥異於受盡我們嘲笑與奚落的歐洲中世紀古人。對於時間，現代人只能努力掌握片片斷斷的當下，中世紀的人們則仰望著永恆。莫論中世紀普羅大眾過著一簞食、一瓢飲的清苦日子了，就算王公貴族的生活，以現代標準而言也談不上享受。國王出入策馬，也比不上現在小上班族搭地鐵舒服吧！對於時間的認知感受不同，對苦樂的覺受也因而翻轉。中世紀人們物質生活很清苦，但卻與上帝、天國、永恆同在，在更高的時間向度上，擁有著更多的希望與神聖感。

然而，現代化進程不可避免地對宗教加以「除魅」（disenchantment），讓人從愚昧、受壓迫中解放，順勢也將「神聖性」去除。這讓我們的心靈空缺了一塊，物質主義雖趁虛而入，但顯然難以取而代之。

從歷史的發展來看，傳統宗教因為死守那些已經被除魅的內容，無法回應人們內在對神聖性的需求，因而沒落，儘管如此，人類心靈對宗教的渴求卻依然存在。現代人並不因宗教被除魅而失去對神聖性的需求，這時候，就需要一個適當的「新宗教」來取而代之。這正是榮格面對「相不相信神」的問題時，回答「我相信神，但不是大家所說的那一位神」的原因。而其中蘊涵的深意不外是：神聖性被現代化去除後所造成的空虛焦慮，需要透過再神聖化（re-sanctification）的過程來幫助修復。

什麼是「再神聖化」呢？簡單說，就是把還餘留個人心靈中

的神聖性，重新長養到除魅後公眾領域的世俗性上。當我們已經對宗教、社會、政治、經濟等公共領域的世俗化失去信心與耐心時，我們不應該只退卻到私領域空間去保有個人的神聖性，反而更應該主動、積極參與公領域，在世俗化的基礎上重建神聖性，不放任公領域持續墮落與媚俗。

然而，「新宗教」毋寧是個敏感話題，在這裡所指稱的，絕不是許多當今流行、沒有歷史傳承、拼湊教義、自創邏輯或者妄稱天啟的「新興宗教」。絕大多數新興宗教都犯了已被除魅的傳統宗教的錯誤，它們無力使用科學的「歸納」（induction）方法論，反而濫用形而上前提的「演繹」（deduction）邏輯。它們沒有說出新東西，只是改一套話術再愚弄世人罷了。現在人需要的是符合科學典範的心靈理論。

榮格心理學的重大特色之一，是強調心靈（spirit）的作用，認為其重要性甚至超過心智（mind）。生命的意義無非是在自性（self）的召喚下，朝著內在神聖努力的過程，榮格稱此為人類的宗教性。榮格在世之時就明瞭人性的脆弱——現代人棄捨傳統宗教的愚昧，卻又渴求宗教的召喚；他深知當代任何稍具「神祕感」、「智慧性」的隻字片語都會被無限延伸，甚至被拿來膜拜。也因此，他早就給那些他根本不認識、後來卻會視他為「先知」、「教主」的「信徒」們警告：他自己是「榮格」，而非「榮格學派」。言下之意，宗教是個人的經驗，無以言傳；個體化之路只能獨行，無從結伴。那些緊抱《紅書》，以為擷取當中片段參詳，就可以證悟、得道者，回想起榮格的逆耳忠言時，實應謹慎以對。

史丹博士在這本《靈性之旅：追尋失落的靈魂》中試圖以榮

格心理學，科學地論述與重建合乎現代人靈性需求的宗教性。他主張，傳統宗教沒落，然靈性猶在人心，最適合人們的新宗教就是科學的現代心理學。他關注自性的發展，以榮格心理學做為宗教再神聖化的基礎，為現代靈性追求建議了一條可行出路，卓然樹立，成一家言，實可成風雨名山之業，因以為推薦。

【中文版序】 超越文化界線的靈性追求

莫瑞·史丹

東方靈修在今天的西方世界裡是相當受人重視的時尚。有位上了年紀、來自亞洲的著名學者最近告訴我：他認為當美國人和歐洲人正在替東方挽救佛教之際，他的國人也正在替西方世界挽救基督教。雖有點誇大，但他確實說出了某種真相。在古老靈性傳統已建立並運作達數個世紀的國家中，這些傳統的教誨和作法因為過度為人所熟悉，變成了文化中缺乏活力的陳腔爛調，其靈啟元素也因而失去了原有的光采。太為人所熟悉、知識化，且被後人不假思索地熟記而傳承的象徵事物，必會失去其動人力量。

同樣的傳統故事和教誨一旦在別的文化中成為新穎事物，卻有可能具有較強大的靈啟能量，因為它們既新奇，又似乎使人精神一振（至少在最初被人發現時是如此），但靈性傳統的說服力及其在心靈烙印的能力，則會隨時間的遞移而經歷興衰起伏。例如，基督教在現代西方許多地區都已成為過氣信仰，再也無力吸引宗教想像力。一般而言，現代文化都有個傾向：在與靈性世界愈行愈遠的同時，去極度擁抱物質發展所帶來的舒適和各種可能性。人的心靈在今天別有寄託——寄託在娛樂界和消費主義上——而對陳舊老套的宗教意象不再有強烈的感受。老套的傳統在人心引起有如禁閉恐懼症的反應，因為它們在人類的感覺中代表了侷限、狹隘和隔絕。人希望自己能在傳統社會外找到更多空間，但卻因為原來位居中央的宗教情感及思想已不在其位，造成

了一個真空。許多人開始感到一種模糊但揮之不去的需要，渴望找回那不見了的、但能賦予重心和意義的靈性生命。

在回應這問題時，榮格在他寫給維克多·懷特（Victor White）神父的信中疾呼：「新酒需要新皮袋。」新皮袋指的是一種形式或容器，用來盛裝那些會從自性深處流入心靈的真實靈性事物。深度心理學（depth psychology）就提供了這樣的容器，它是用洞見和現代經驗鍛造出來的。我們需要這種容器，以捕捉和盛納人類在其靈魂深處可以觸摸到的固有靈性。

如今，在我們越來越置身其中的全球文化當中，人人都有機會——至少在某種程度上——去研究和體驗所有自最古（印度和中國）到較新（歐洲和北美洲）的宗教及靈性傳統。這些傳統的酒漿可以被倒入現代意識的新皮袋中，但這也很可能造成一種錯覺，使我們誤以為現代人在隨意選擇任何靈性傳統後就能精曉該信仰及其靈修方式。造成問題的原因是：酒可能是舊酒而皮袋是新的，因而兩者間的差異很可能導致心理抽離（psychological dissociation）狀態，卻無法提供一條邁向完整的穩定靈性途徑。靈性必須被整合到現代生活中，而非與之切割或隔離。從心理學角度來看，心理隔間化（compartmentalization）是心理問題之一。

換句話說，單靠學習和模仿異國及外來宗教傳統中的祈禱、儀式和其信仰的神話故事，現代人是無法獲致心靈完整的。榮格就常警告人不要嘗試這種模仿性的靈修方式。相反地，他建議我們要以自己先人的傳統為出發點，從那裡前行，並走入個人專有、適合自己並基於個人經驗的靈性形式中。這條路徑應會更適合我們個人及所屬文化的心靈結構，而不致讓我們最後疏離於自己先人留下的文化基礎。另一個問題是，由於文化盲點和缺乏語

言能力，其他文化的人很可能無法真正「了解」某一特別傳統最初所意圖傳達的意義。

但我們還是可以透過翻譯和文化意象，對另一個世界取得若干了解。當然，在沒有足夠文化背景和語言能力的情況下，一個人能取得多深入的了解將一直難有答案。現代意識之所以覺得靈性難以捉摸，正是因為沒有現成的靈性傳統。採用外來傳統並非不尋常；而且，如能視個人經驗而將之整合到個人心理模式中，這些外來傳統很可能會豐富靈性並增加其深度。這無疑就是我們在《榮格自傳：回憶·夢·省思》中讀到的故事，也是筆者親身的體驗。

不待言的是，榮格心理學本身顯然以《聖經》的宗教傳統（尤其基督教）和希臘哲學為其基礎。榮格屬於他的時代，並潛浸於他的文化傳統——也就是瑞士的改革派基督教和更早信仰基督教的歐洲中古世紀。然而他的興趣範疇不止於此，他的心理學也因此超越了狹隘的地域性起源，而能在今天為全世界提供有用的資源。這點不僅可從全世界心理分析師的實際工作看得出來，也可從深度心理學博大的學說及其探討方法獲得證明。析夢法和積極想像法、洞察個人及集體心靈的深層面向、重視文化差異的同時也重視普世共有的象徵——這一切都遠遠超越明顯的文化界線，而為各地的人們提供了寶貴的資源。人們可用這些素材為現代收成所釀出的靈性酒液創造適當的容器。

榮格本人借用了與其文化大異其趣的其他文化——其中包含中國文化與哲學——而從中受益良多。大家都知道，他對中國煉丹術長期保持深刻的興趣並受惠於衛禮賢（Richard Wilhelm）譯成德文的《易經》，而他與衛禮賢的友誼深深影響了他的思想。