

宗教心理学 第五辑

PSYCHOLOGY
OF
RELIGION (VOL.5)

金 泽 梁恒豪 / 主编

非 外 借



社会科学文献出版社
SOCIAL SCIENCES ACADEMIC PRESS CHINA

宗教心理学

PSYCHOLOGY
OF RELIGION

第五辑

(VOL.5)

金 泽 梁恒豪 / 主编



社会科学文献出版社
SOCIAL SCIENCES ACADEMIC PRESS (CHINA)

图书在版编目(CIP)数据

宗教心理学. 第五辑 / 金泽, 梁恒豪主编. -- 北京:
社会科学文献出版社, 2020.3

ISBN 978-7-5201-5715-5

I. ①宗… II. ①金… ②梁… III. ①宗教心理学-
文集 IV. ①B920-53

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2019)第 212038 号

宗教心理学(第五辑)

主 编 / 金 泽 梁恒豪

出 版 人 / 谢寿光

组稿编辑 / 宋月华 范 迎

责任编辑 / 孙美子

出 版 / 社会科学文献出版社·人文分社 (010) 59367215

地址: 北京市北三环中路甲 29 号院华龙大厦 邮编: 100029

网址: www.ssap.com.cn

发 行 / 市场营销中心 (010) 59367081 59367083

印 装 / 三河市龙林印务有限公司

规 格 / 开 本: 787mm × 1092mm 1/16

印 张: 15.5 字 数: 240 千字

版 次 / 2020 年 3 月第 1 版 2020 年 3 月第 1 次印刷

书 号 / ISBN 978-7-5201-5715-5

定 价 / 128.00 元

本书如有印装质量问题, 请与读者服务中心 (010-59367028) 联系

 版权所有 翻印必究

《宗教心理学》编辑委员会

主 任 金 泽 梁恒豪

编 委 (按姓氏笔划排序)

刘 昌	李建欣	何其敏	陈心洁	陈永胜	陈进国
陈青萍	陈 彪	卓新平	金 泽	周伟驰	周 齐
赵广明	郭斯萍	梁恒豪	韩布新	谭德贵	薛云珍

目 录

历史展望

- 威廉·詹姆斯：从宗教经验到信仰的效果 董山氏 / 3
- 弗洛姆宗教观发展嬗变初探 周 文 / 17
- 存在主义精神分析学宗教心理治疗的双重 X 模型 周普元 / 29

理论前沿

- 从社区心理学视角看宗教与心理健康研究主题 陈永胜 / 61
- 释读宗教对话：理论、机制与功效 郭硕知 / 67
- 关于宗教心理学的概念和方法问题的思考 魏 莉 / 75

思想交谈

- 试析佛教放生实践对心理治疗的影响 王 春 / 85
- 佛教忏悔思想的认知治疗功能 景满华 / 95
- 佛教般若的内涵及其对现代人心理健康的启示 胡奇强 / 103
- 唯识宗“五位百法”的主要内容及其在宗教心理学上的
意义 杨 健 / 109
- 基于“正念”的心理治疗
——从佛教到认知行为治疗第三次浪潮 廖乐根 / 120

道家道教“道-气”理论在心理学应用技术中的应用 刘 恒 / 136

从修验道的作法仪式看求道者的精神构造 乔 磊 / 142

儒道佛三家“修心”法对当代心理健康建设之启示 刘玉明 / 149

实证研究

宗教信仰、宗教参与和精神健康
——基于 CFPS 2012 微观数据的实证研究 浦 杰 / 159

中国少数民族宗教心理研究评述
与学科建设 张可佳 陈心洁 罗元珊 / 183

正念冥想缓解膜拜成员焦虑并提升自我
和谐水平的研究 刘 瑶 陈青萍 肖利锋 / 199

祈祷与心理治疗的个案探讨 朱丽晓 / 209

域外视野

宗教皈依的情境 [美] 刘易斯·兰博 著 陈 纳 译 / 221

历史展望

威廉·詹姆斯：从宗教经验到信仰的效果

董山民*

摘要：威廉·詹姆斯从他个人的边缘经验出发对信仰的基础提出了发人深省的追问。在他看来，存在一种实在的宗教经验，它们处在科学捕捉之外。然而，科学对实证方法的喜爱已经使得科学过分相信给定证据的知识及其行为，结果导致人类在面临一些技术装置之外的身心体验时陷入精神危机。正确的做法应该是，回到纯粹经验，融合理智和情感，给予人们在没有充分证据下的信仰的权利，让宗教经验帮助个体实现与非人格化的对象的沟通，从而缓解或消弭身心危机。

关键词：威廉·詹姆斯 信仰 情感 宗教经验

引言

威廉·詹姆斯是美国古典实用主义三杰之一，然而，詹姆斯走向哲学生活之前历经了曲折的人生选择，有一段时间詹姆斯甚至陷入了严重的精神危机——较为严重的抑郁症，而且有过几次自杀倾向。这些表现在他青年时期的绘画作品和通信中，后来，他甚至在《宗教经验种种》里用隐晦的语言描述了自己的“精神危机”，这一点也曾经被写在《就这样，他成了威廉·詹姆斯》中。这种精神危机长时间困扰着他，甚至

* 董山民，中南大学哲学系副教授。

折磨着他，让他几次徘徊在自杀边缘。在清醒的时候，詹姆斯极力想要从这种精神危机中摆脱出来。这种努力让詹姆斯从生理解剖学走向实验心理学，从实验心理学转换到哲学，再从哲学转向宗教科学，最后才艰难地跨越有缺陷的宗教科学，转向具有实用主义的宗教信仰。本文将捕捉詹姆斯的精神历程，重点抓住詹姆斯对宗教经验的独特看法，在批判理性主义宗教学说的基础上，为非神圣化的信仰开辟出地盘，从而在实践上解决自己的心理危机。

一 威廉·詹姆斯的“宗教经验”

由于从小体弱多病，又生活在一个具有浓厚宗教氛围的家庭中^①，詹姆斯对宗教的感知具有切身性。

詹姆斯主要从两个方面试图缓解或消弭自己的精神危机：一是积极地参与社会活动，寻求他人的帮助。在这个方面，詹姆斯与法国神秘主义者雷诺维叶的通信，从一定程度上缓解了他内心的激烈冲突。二是调整自己的职业路线，并在不断调整中找到了从根本上解决危机的方法。詹姆斯曾经在给他的“救命恩人”雷诺维叶的信中这样说：“感谢您使我第一次有了一种明白合理的自由概念。我几乎完全接受您的这一概念。由于您的其他一些哲学观点，我体验到了一种精神生命的重生。先生，我向您保证，这不是一件小事。”^② 陈亚军这样评价雷诺维叶对詹姆斯的影响：“雷诺维叶的哲学则像一副治病的良药，将詹姆斯从身心危机中解救了出来。雷诺维叶有关信仰意志的学说对于詹姆斯战胜病魔树立乐观的人生态度起到了十分积极的作用。他从中领悟到一种行动哲学，领悟到生命不过是达到某

① 据万俊人的研究，威廉·詹姆斯出身于美国纽约一个充满神学氛围的家庭。其父有很高的宗教哲学和伦理学造诣，对詹姆斯的早年生活和性格影响甚深。这一点同样得到了我国实用主义专家陈亚军的佐证：“其父（亨利·詹姆斯）笃信宗教并崇尚学术……詹姆斯的父亲是一位有着相当学术素养的人”（陈亚军：《实用主义——从皮尔士到普特南》，湖南教育出版社，1999，第54~55页）。

② Ralph Perry, *The Thought and Character of William James*, Harvard University Press, 1948, p. 152.

一个目标的中介，它的意义在于创造。”^① 根据他的传记作家范斯坦的记载，詹姆斯曾经陷入了几次精神危机。范斯坦说：“威廉是在一本论述宗教经验的著作中公布自己的精神危机的，但它充其量也只是他父亲皈依宗教的苍白阴影。”^② 其实，詹姆斯在他的名著《宗教经验种种》中直接告诉读者那就是自己的宗教经验，但是，后来詹姆斯曲折地承认了自己的“宗教经验”或“精神危机”。

我们知道《宗教经验种种》一书中写了一些健全人格的人或病态人格的人讲述自己的宗教体验的故事，詹姆斯对这些故事做出了现象学式的描述，基本不加任何理论预制，也不做一般性的评论，更不做概念化的提炼。他的目的无非是，通过直接的描述，让宗教经验自己发声说话。而任何以实验的方法予以捕捉的动作，根本就抓不住这些稍纵即逝的宗教经验。科学，甚至是心理学都对此无可奈何，也无法从神经科学或生理解剖学对此进行实证化的处理。换句话说，它们无法成为“科学事实”。詹姆斯后来用一个专门的词来言说，即经验的毛边，或者“边缘经验”，它不固定是什么，而总是要成为什么，而成为什么的状态也并不稳定。实验装置无法捕捉这种边缘经验，却不能忽视它们对人类生活所产生的影响。我们一般都希望以科学的方法来处理“自然事实”，但对于那些意识、意图、情感等非量化的渗透进来的东西却束手无策。詹姆斯发现，无法运用一般的自然因果范畴从源头上把控它们，却可以从 X 生成的后果上感受到其影响，我们甚至无法确定无疑地判断后果都是来自 XXX。由于宗教经验的这种特征——即时性、被动性、个体性、不可接近性，人们很难从神经科学那里，或者精神分析那里定位它们的机制和原理，因此，这一领域陷入黑箱之中。也就是说，人类目前所有先进的检验和测量工具都无法处理这些“边缘经验”。

① 陈亚军：《实用主义——从皮尔士到普特南》，第 57 页。

② 范斯坦提到的著作就是詹姆斯的《宗教经验种种》，在该书中詹姆斯并没有说明那是他自己的经验，他假借一位通信者给他提供的材料（参看威廉·詹姆斯《宗教经验种种》，尚新建译，华夏出版社，2008，第 116 页）。在这一页的注脚②中，尚新建做了一个译者注，1904 年 6 月 1 日在给阿鲍兹特的信中，詹姆斯解释说，这里叙述的是他自己：“由病态的恐惧带来严重的神经衰弱。我很自然地隐瞒了出处。”

一般来说，这些被研究的对象无法成为“物理事实”，也没有办法被当作“社会实在”来处理，但是，它们发生在独特的个人经验中，那些具有这类经验的人，其意识之流或意识的各种表现确实在“经验之流”中刺激他们，在他们的生活中占据着重要的地位，有时我们的正常生活根本无法摆脱它们的纠缠，所以，回避对这种神秘经验的研究，在实际上肯定会带来相当的不便。人们甚至都无法简单地拒之为幻影，或者无法把他们当作无常的命运。詹姆斯通过自己的切身经验认识到一个道理，要么我们尽量从宗教科学上排除它们的合法存在，即掩耳盗铃，要么我们以另一种非常规科学的方式来研究它们，给它们合法存在的权利，也相信那些有过这些经验的人的叙述。但是，詹姆斯不相信传统神学家诉诸上帝或任何其他人格神的做法，即不能通往上帝。看起来相互冲突和矛盾的两点恰好成为詹姆斯宗教学说的思考的起点。詹姆斯对这些问题的学术研究从如下两个方面展开：一是挑战传统的知识论哲学，二是从彻底的经验主义立场出发为宗教信仰找到非人格化的基础。为此，他留下两个重要的文献——《信仰的意志》和《宗教经验种种》。

二 因何而信

当然，詹姆斯所写的《信仰的意志》（*The Will to Believe*）原本主要是用来解决宗教领域中的信仰问题的，他同时考虑了普通生活中的信仰意志问题。在文章发表之后，他一度觉得自己的标题不够好，于是想把它换成《信仰的权利》，旨在强调人们有权利相信。詹姆斯又是如何论证这个惊世骇俗的观点的呢？下面我打算简要地勾画詹姆斯的主要论点，然后进行详细的论证和剖析。

在很多持科学主义立场的哲学家看来，科学让人信服的基本理由是，它提供的是“硬事实”，即可观察的陈述，陈述的对象是经验事实。詹姆斯对此喟叹：“当人们转向自然科学的雄伟大厦，看看它是如何被建造起来的时候，他们会发现，仅仅它的基础就埋葬了成千上万的道德上公正无私的人；忍耐、延缓、压抑个人偏爱、屈从于外在事实的冷冰冰的法则，所有这些构成了它的柱石和灰浆；它绝对不带个人色彩地矗立在它那巨大

的威严中。”^① 这句话暗示了自然科学的根基在于把知识建立在非情感因素的事实之上。启蒙运动以来，科学占据了文化的中心位置。宗教在与科学的争斗中节节败退。达尔文进化论的提出掀起了轩然大波。后来达尔文理论的发挥者赫胥黎赢得了与主教的论辩。相信科学权威的赫胥黎认为必须相信有理由的东西，否则将会陷入最不道德的境地。在詹姆斯引证的克利福德的观点中，任何人如果相信了未经证明和审查的陈述，那就是对信仰的亵渎；倘若一个信仰在没有根据的情况下就被接受下来，而且人们还很快乐，这种快乐就是偷来的。^② 那么，有理由相信的东西是什么呢？逻辑实证主义会毫不犹豫地回答此类问题：观察性语句。根据逻辑实证主义的意义证实理论公式，道德判断、宗教语言等都是没有意义的空洞的能指。道德判断表达的是行为者的情感，说话人做出道德判断时是在进行一种情感的诉求。而宗教信徒们说上帝存在，但是他们拿不出上帝存在的直接的经验证据。在科学家看来，所谓的“神迹”只是未得到解释的科学事实。由于宗教信徒的宗教经验在逻辑实证主义看来达不到科学经验的标准，于是被斥为虚假的，没有意义的。

逻辑原子论的创立者罗素在科学和宗教的论证中站在科学一边。他通过很多摹状词理论划界了虚构话语的问题，宗教话语在他看来就是此类话语。罗素这样强调科学的优越性：“科学是依靠观察和基于观测的推理，试图首先发现关于世界的各种特殊事实，然后发现把各种事实互相联系起来的规律，这种规律（在幸运的情况下）使人们能够预言将来发生的事情。”^③ 可是，詹姆斯的问题是，观测是如何可能的？观测到的特殊经验事实是如何来的呢？天上的北斗星原本就是北斗星，还是人类语言加工的结果。詹姆斯在《真理的意义》一书中详细地讨论了这个问题。

詹姆斯模仿论敌写道：“就拿天际的‘大熊’或‘勺’这个星座为例，我们称它为‘大熊’或‘勺’，又算一算，就说它们有七颗。我们说在我们数它们之前，它们就已经是七颗，而且我们又说，无论我们过去有

① 万俊人、陈亚军编著《詹姆斯集》，上海远东出版社，2004，第353页。

② 万俊人、陈亚军编著《詹姆斯集》，第354页。

③ [英] 罗素：《宗教与科学》，徐奕春、林国夫译，商务印书馆，1982，第5页。

没有人注意到这星座像不像长尾的动物，这相似的事实是一向存在的。”^①有什么理由恰好计算了七颗，而不是八颗呢，虽然“七”这个数字在数学中是客观的中性的。有什么理由把它们比较为大熊呢？詹姆斯指出这个活动中其实存在人类有意识的投射。他问道：“难道绝对的思想者真的曾经数过这星星数，记过这星星数，并愚蠢地与熊做过比较吗？难道说在我们人看到它们以前，他们就明白的是七颗、明白是像熊吗？”^②

我们把詹姆斯的思路理一下：

- ① 存在一个星座。
- ② 存在一个由七颗星组成的星座。
- ③ 存在一个由七颗星组成的星座，它被命名为“大熊”。
- ④ 存在一个由七颗星组成的星座，它被命名为“勺”。

从①到④存在一个计数，从①到④存在作比较的活动。整个活动中，人类的投射使得那些星星构成了星座，星座由七颗星构成，而且星座像大熊（勺）。在詹姆斯那里一个没有言明的意思是，“投射”一词反映了人类的兴趣和实践目的上的需要，那些看起来像大熊又像勺子还像北斗的星座是在人的生活活动和审美活动中呈现出来的。无论你说星星还是说大熊星座，其实都是在你的文化结构中为对象命名的。因此，詹姆斯说：“一方面，我们的计数不可否认地带来某种东西，是原来所没有的，另一方面，这东西又一向是真的。在某种意义上你创造了它，在另一种意义上，你发现了它。”^③一般而言，存在XX东西，在那里，是真的（real）。但是XX东西对人而言是无意义的。当人们说：“XX东西是真的！”这个人是把经验之流截成了两个部分：一部分是认知者，另一部分是认知对象。在《彻底经验主义》中詹姆斯把两者当作“纯粹经验”，只是某种目的（这里是认知目的），他们分别变成了认知活动的条件。他说：“对可感觉的实在之知识就是这样的在经验之网的内部产生的。它是被做成的……其结果就是：它们（中介的东西）的起点从而变成了一个知者（能知的主体），它们的终点就变成了一个所指或所知的客体。这就是任何认知所能够被知为

① [美] 威廉·詹姆斯：《真理的意义》，刘宏信译，广西师范大学出版社，2007，第50页。

② [美] 威廉·詹姆斯：《真理的意义》，刘宏信译，第50页。

③ [美] 威廉·詹姆斯：《真理的意义》，刘宏信译，第51页。

如何 (can be known-as) 的一切，用经验的术语表示出来，这就是认知的全部性质。”^① 区分出“知者”和“所知客体”，那是因为经验之流在某种东西的牵引下把中介变成了认知活动中对立的双方。其实两者之间存在非常复杂的关系，而不纯粹是认知关系。认知关系在詹姆斯看来是二级概念。其实最初用知觉来界定人类的活动可能更加恰当。知觉是一种非分化的状态，可以随着活动的方向和目的体现为各种关系，譬如认知关系和审美关系，甚至伦理上的判断。

严格的科学主义要求区分价值判断和事实判断，其实事实和价值的区分没有一般性的原则，而很多判断往往既包含事实也蕴含价值。譬如：

- ① 湖面水域 100 亩。
- ② 湖面与天际相连。
- ③ 湖面烟波浩渺。
- ④ 湖面如同仙境。

可能针对如上句子，人们会做出区分。一般人认为，①是纯粹的事实判断，它表明水域的具体面积是 100 亩。想想“亩”这个单位是不是人类发明出来的？人类为什么发明这个词？亩与公顷该如何被准确地使用？人们还会认为从①到④价值判断的分量越来越多。“烟波浩渺”具有审美意蕴，因为人们往往经此想起孟浩然的“气蒸云梦泽，波撼岳阳城”，而人们往往还会对④的描述有很大异议，这句中既包含审美意味，又蕴藏善恶（伦理判断）成分。因为在很多人看来，“仙”都是善良的。我们选择的词都在人类迄今为止构造出来的概念空间中。当我们用这些词去描述对象的时候，其实受到了我们词汇库存的制约。譬如，有一次我和太太对话：

太太：记得提醒你外甥女洗澡的时候拔掉插头，切断电源。

笔者：她要搬凳子才够得着！

太太：你怎么这样说你外甥女？

笔者：我说的是事实啊！

① [美] 威廉·詹姆斯：《彻底的经验主义》，庞景仁译，上海人民出版社，2006，第 39 页。

太太：你这是什么事实啊，明明是说人家矮嘛！

.....

我一句简单的“她要搬凳子才够得着”引起了我太太的强烈不满。按照常理说，这是一句典型的事实判断，我描述的是事实。但是就是这样的“事实”，在我太太眼中就是严重的“看不起人家”。其实我知道，当我用“搬凳子”“够着”等词语的时候，给人家呈现的画面是笨拙的、矮小的；而这样的形象显然不能产生美感。长短相形，高下相倾……这些概念及其各种组合构成了我们的概念空间，这种概念空间按照人类的兴趣和目的不断地优化，渗透了不同的爱恨情愁。譬如，我说：

① 我绕湖走了10圈。

② 我在湖边走了8000米。

读者一定辨别得了我在两个句子中所表达的不同情感。从句子本身看，它们都是“客观”的描述。“绕湖走了10圈”意味着对这个湖的喜爱，而沿湖走8000米，只不过是赶路而已。同样地，“圈”和“米”这两个量词包含的内容也不一样，它们反映了人类在长期的生活情景中积累起来的经验和情感投射。

写到这里，人们或许会反驳，“是的，情感和兴趣会影响认知”，但是，真正的认知恰好要排除这些因素的干扰。在是否相信这个问题上，理智提供的仿佛是可以相信的，而情感和兴趣牵引的似乎不被信任。但是难点在于，我们怎么能够把属于理智的部分和属于情感的部分干净地剥离开？柏格森在研究宗教的过程中发现本能的因素和理智的因素经常混杂在一起：“我们必须时刻牢记，生存领域本质上是本能的领域，在进化的某一途程中，本能在一定程度上给理智留下了空间，而这样就可能导致生活的混乱；在这种情况下，自然别无他法，只有使理智之间发生对抗。那种以有利的方式带来平衡的理智表现形式，便具有宗教的性质。”^① 柏格森进一步认为，理智只是后发因素，是本能发展不足的补充形式。他强调理智发生的机制及其不足：“人的理智是用于有条不紊的行动的，因而

① [法] 亨利·柏格森：《道德与宗教的两个来源》，王作虹、成穷译，贵州人民出版社，2000，第80页。

它认定普遍的规律，并构思了一套完整的科学以预见未来，行动未始便已知将来，并把途中可能发生之事设想周全。但人类的这一理想从未实现，不过那样却成为一种激励，刺激着理智的发展。事实上就人类还知之甚少的东西而言，人的理智只有非常有限的活动范围，但是生命冲动还在，就容不得耽搁和拖延，就不承认阻拦和障碍。”^①

我们可以把以上叙述归纳为以下四点：

- ① 直接经验证据只是次级的，经验都是经过了概念化的。
- ② 人类生活中，兴趣和实践目的经常会投射到“客观”的对象上。
- ③ 实际生活中，没有泾渭分明的事实和价值判断，两者融合无间。
- ④ 人们经常在某种情绪和需要的牵引下做出判断并采取行动，包括信仰行动。

如果以上论证没有大谬，那么可以说，人们确实存在一种信仰的权利，即在不具备根据的情况下可以采取信仰的行动。在皮尔士看来，“直接经验既不是确定的，也不是不确定的，因为它没有确定任何东西——它只不过存在着，存在着各种幻象、幻觉和梦想”^②。根据这样的对直接经验的界定，他进一步推论：“整体来说，我们无论如何不能达到完全的确定性和精确性。我们绝不能绝对地确定地知道任何事物，我们也不能通过任何概率弄清楚任何测度或者一般比率的精确性。”^③

因此，赫胥黎和克利福德的观点在詹姆斯看来就是不足的。他们所要求的证据其实都是在一定条件下，或者一定的生活图式中被挑选出来的。詹姆斯说：“通常，我们对于所有那些自己从未用过的事实和理论是不相信的。克利福德的对于宇宙的情绪，对基督教徒的感情来说就毫无用处。赫胥黎痛斥主教是因为在他的生活图式中，祭司制度是无用的。相反，纽曼投向罗马天主教并发现了皈依它的所有美妙的理由，这是因为牧师制度对于他是一种有机体的需要和快乐。”^④ 在詹姆斯看来，科学家与其说是因为看到了客观的经验事实而相信，还不如说是由于他们的意志上达成了一

① [法]亨利·柏格森：《道德与宗教的两个来源》，王作虹、成穷译，第80页。

② 涂纪亮编《皮尔斯文选》，涂纪亮、周兆平译，社会科学文献出版社，2006，第331页。

③ 涂纪亮编《皮尔斯文选》，涂纪亮、周兆平译，第331页。

④ 万俊人、陈亚军编著《詹姆斯集》，第356页。