

心靈環保與心理治療的移情工作

李維倫

國立政治大學哲學系教授

摘要

本文的目的在於討論心靈環保可以貢獻到心理治療師移情工作的可能作用。「心靈環保」是聖嚴法師提出的理念，倡議社會大眾在紛亂的塵世中保持心靈的平靜與靈明，從而得以採取適切的行動來福利眾生，建設人間淨土。然而，人的心境與外境相觸而起情緒的波動，不但是生活日常，有時更是行動上的必然，如心理治療工作。心理治療活動包括了治療師與求助者，而前者採取的行動稱之為心理治療，是以協助後者脫離困局為方向的兩人互動。在這過程中治療師必須承受求助者種種的移情投射。榮格就指出，這將會對治療師造成身心健康的影響。佛教的基本教義要宣揚與喚起的是自覺覺他、自利利人的實踐，必然也涉及人與人之間的助人度化行動。如此看來，佛教與心理治療在實踐上應有相似之處；移情應該也是佛教修行者所會遭遇到的現象。本文因此將先以榮格的論述來呈現移情及其相關的心理治療現象，再以聖嚴法師所稱之，心靈環保思想源頭之一的《心經》總標三句「行觀自在菩薩，行深般若波羅蜜多時，照見五蘊皆空，度一切苦厄」來討論佛教的自覺覺人，自度度人的實踐行動。最後則顯示佛教修行所成就的心靈環保得以協助心理治療師之移情工作的可能性。

關鍵詞：心靈環保、心理治療、移情、投射、榮格