

「但有假言說」與安頓自心 ——從《華嚴經·菩薩問明品》談後現代敘事治療的推展

輔仁大學宗教系 博士生
鍾立權

摘 要

《華嚴經·菩薩問明品》中文殊菩薩的第一問所關注的核心是緣起性空，心性是一，而對話過程也提及萬法唯心所見，妄心分別形成種種各個不同的現象，該問答最後結束的偈頌則停留在：說實、不實、妄、非妄、世間、出世間，而這一切都是假言的方便說而已，筆者試圖將此品所承許「但有假言說」的立場與現代所重視的心理療癒做連結，世間的敘事治療言語有其重要性，對形成觀念產生作用，因此假言說有其存在必要性以及本文嘗試提供不同角度一緣起即轉變，敘說在生活中因苦的緣境現前的另一種詮釋，透過言語去意識到緣起的觀念，從而轉念讓當事人有不同的視角和空間去理解自己身處的困境及因應，以期達到轉化內心的苦。

關鍵詞：菩薩問明品、假言、敘事、緣起

一、前言

我們生活在苦多樂少複雜且災禍不斷的社會，看待生命經驗及對苦的覺受也不盡相同，但苦確實對我們產生不可忽視的影響，無明也讓我們不斷重複受苦，而這正是佛法強調需要關心的部分，因此如何處理它也儼然成為一個課題。即是說，當事人感受到苦需要被理解或幫助而催生出心理的治療及運用，其目的無非是安頓自己的心，找到擺脫受苦的方式。近年來佛教與心理學的交涉逐步趨深，心理諮商開始在佛法的實踐應用上多有研究與嘗試，如較廣為人知的正念¹、心靈療癒等方面，筆者並非以標新立異去創造新理論，而是留意到華嚴其實與這面向有相應的連結，如相關研究發現「華嚴四法界的思想有助於我們釐清現代心理學有關意識與無意識的區分」²，此外以不同佛法理論基礎展開的心理治療在現代已經形成一個趨勢³，華嚴的重要性及影響理應在這部分可以有更多的論述，因此本文以《華嚴經·菩薩問明品》針對緣起的對話為何會以「但有假言說」作為結束的基礎展開解釋。

無論是心理治療或佛法都有不同的方式對症下藥來達到解除受苦的狀態，然而佛法的高深讓世人經常無法直接窺探其中奧妙，如何以佛法運用在心理療癒的面向有許多可探討之處以及現實生活中可實際運用操作及推展的空間仍然很大。心理療癒的發展也是因應人的需求：而現實是社會建構，現實是經由語言構成，現實是藉著故事來組成及維持。社會的發展過程必然會有共同的語言，後現代主義會把焦點放在語言如何組成我們的世界和信念，認為社會是在語言中建構現實觀⁴。即是說，我們必然需要語言，以語言建立規範，形成觀念；相對地也可以作為一個主體意識到這些固化的觀念也有被解構打破的可能性，因此筆者試圖在敘事治療（運用語言言說解構概念）的基礎上，以《華嚴經·菩薩問明品》⁵——「但有假言說」的立場去嘗試釐清以及這一品如何解構觀念上的執著？藉由言語敘事去發現我們認知想法存在的同時，卻也可以不執著名相；雖承許「假名安立」，但不以此為真的論述展開。

¹ 其中一種運用概念的轉變來達到療癒的方式。

² 陳一標，〈談華嚴與榮格心理學的連接點——以河合隼雄的詮釋為起點〉，收入《2023 華嚴專宗國際學術研討會論文集（下冊）》（臺北：華嚴蓮社，2023 年），頁 471。作者也表示河合隼雄曾將華嚴思想運用在榮格心理學的詮釋上並對現代產生影響。

³ K. C. Lee, *The Guide to Buddhist Counseling* (Routledge, 2023). 李堅翔臨床心理師嘗試以佛法教義為基礎實際運用在心理諮商，建立一個可實際操作之理論方法。

⁴ 吉兒·佛瑞德門、金恩·康姆斯，《敘事治療解構並重寫生命的故事》（臺北：張老師文化，2000 年），頁 57。

⁵ 本文以下簡稱作〈問明品〉。

本文將以敘事治療實際個案為例，並加入了因意識到緣起從而達到觀念轉變，特別是因苦的緣境現前，透過言語去意識到緣起觀可以讓當事人有不同的視角去理解自身的困境及面對方式，從而轉化內心的苦。

二、概念形成的基本觀

（一）《華嚴經·菩薩問明品》——「但有假言說」的立場

這一品最初文殊菩薩提問關於業力的問題，為何有苦，有樂，大家所受的情況卻不一是為何？覺首菩薩回應的大意是，這些是我們六根所造作，眾生的煩惱妄心分別產生的現象，我們以為這些現象是真實實有的，這種顛倒妄想，其實需要「如理而觀察，一切皆無性」，而此偈頌的總結：

若實若不實，若妄若非妄，世間出世間，但有假言說。⁶

唐代華嚴學者澄觀（737-838）於《大方廣佛華嚴經疏》言：「先問答顯理，後示相結通。前中以十菩薩各主一門，顯十甚深，即為十段：一、緣起甚深……」⁷，陳琪瑛表示此品之中文殊菩薩和九位菩薩相互問難的十問在古德的判分為「十種甚深」，而第一位回應者為覺首菩薩及其談的緣起被視為最甚深難知⁸。筆者以〈問明品〉中覺首菩薩的回答為主要探討，這兩位聖者談話的關鍵也如澄觀大師所言：「若實若非實，若妄若非妄皆是假說。實即圓成非妄，即契圓成之智成於出世並是假名實尚不實，何況非實，舉況總結故云非實妄及世間一時總遣」⁹，及「又勝鬘經云若如來隨彼所欲而方便說，即是一乘無有二乘，二乘入於一乘一乘者即第一義乘」¹⁰。

依釋願諦文章所言，此問難所表達的意涵可總結成「心性是一，緣起甚深心性是一，會有報類差別不同，乃是熏識變現，不關心性，形成種種是隨緣生滅。種種個體雖彼此相依，但是各無自性，所以互不相知。又，雖不相知，卻隨緣生起種種不同。眼耳鼻舌身意等八識互為能所熏染，展轉為因，以此流轉之緣，妄心分別形成種種，說實、不實、妄、非妄、世間、出世間，這一切都是假言的方

⁶ 《大方廣佛華嚴經》，CBETA 2024.R1, T10, no. 279, p. 66b24-25。

⁷ 《新修華嚴經疏鈔》冊5，卷21，頁438。

⁸ 陳琪瑛，《信解行證入華嚴：華嚴經法要》（法鼓文化，2022年），頁117。

⁹ 《大方廣佛華嚴經疏鈔會本》，CBETA 2024.R1, L130, no. 1557, p. 638a8-10。

¹⁰ 《華嚴經疏鈔玄談》，CBETA 2024.R1, X05, no. 232, p. 762a3-4。

便說而已」¹¹，筆者認為在此「緣起甚深」的智慧是幫助我們看清楚，唯有如此才能發現言語造作形成的概念無法幫助自己解脫看破實相。

此外，「是以物不即名以就『實』，名不即物而履真。然則『實』理獨靜於『言』教之外，豈文『言』之能辯哉？故『但』『假』『說』」¹²，「故曉公云：『如言而取，所說皆非；得意而談，所說皆是。』，《十地論》云：『如言取義，有五過失。』」¹³，又如「因緣所生法，我說即是空，亦名為假名，亦名中道義」¹⁴，凡是從因緣所生的法，都沒有自性，也沒有實體，所以說是空寂。它也有個假名（諸法）而已¹⁵；「一切名言由假名所成，故其所指非實有；既然無實有物可得、或可壞，故假名本來不礙於諸法實相」¹⁶。

關於假言說，月稱對世俗的意義解釋其中之一即世間言說，是指世間的習俗或慣例，也就是支配一般世人日常行為的風俗習慣¹⁷，劉嘉誠指出此「世俗」言說義是在強調語言的世俗功能¹⁸。月稱的世俗諦分三種類：一，障真實性（無明），二，相互依存（緣起），三，世間言說（世俗，假名安立），而這三類並非各自獨立存在，而是相互依存，「世俗」言說義是在強調語言的世俗功能¹⁹。按照釋見澂的整理，在語法上《中論》中「世俗諦」或「世諦」、「俗諦」者，都是表示「世俗諦」的重要語詞：第一，「世俗」用法較為廣泛，常與「言說」同義，指的是名言或言說；第二，相當於漢譯「言說」，有行為，活動、實踐等意涵；第三，「假名」，有知識、意見的一致等意思；常被漢譯為「施設」、「假名」、「假

¹¹ 釋願諦，〈《華嚴經·菩薩問明品》十甚深法之研究〉（華嚴專宗學院研究所第七屆畢業論文，2002年），頁9。

¹² 《新修華嚴經疏鈔》冊5，卷21，頁598。

¹³ 《新修華嚴經疏鈔》冊5，卷21，頁599。

¹⁴ 此名言澄觀法師亦在引證中用過《大方廣佛華嚴經隨疏演義鈔》卷62〈26十地品〉，參考自陳士濱，〈《華嚴經》與《中論》「緣起性空」哲學思想研究——以〈十定品〉及〈如來隨好光明功德品〉經文為例〉，收入《2015華嚴專宗國際學術研討會論文集（下冊）》（臺北：華嚴蓮社，2018年），頁392。

¹⁵ 宣化上人另有解說這部分的内容，表示在中論的「一切法真實，一切法非實。亦實亦非實，非實非非實，是名諸佛法。」，世間法和出世間法，都是假名而已。只有個說法，而沒有實際的本體，凡是能說出來，皆不是第一義諦。第一義諦是說不出來的，沒有言語可說出來，也沒有文字可寫出來，所以說但有假言說。宣化老和尚講述，〈菩薩問名品第十〉，《大方廣佛華嚴經淺釋》，「法界佛教總會中文網」網站，https://www.drbachinese.org/online_reading/sutra_explanation/Ava/Ava_Vol10.htm (2025/05/22)。

¹⁶ 康特撰，王一奇編，〈漢譯佛典二諦思想〉，《華文哲學百科》（2019版本），https://mephiology.ccu.edu.tw/entry.php?entry_name=漢譯佛典二諦思想 (2025/05/22)。

¹⁷ 釋見澂，〈月稱《入中論》中的「世俗」淺探〉，收入《全國佛學論文聯合發表會論文集（第33屆）》（桃園：圓光佛學研究所，2022年），頁3。段落轉引自文中釋見弘就月稱《明句論》譯文：「世俗」意味；社會的協定，人們習慣上所接受的多半是世諦。

¹⁸ 劉嘉誠，〈月稱的「緣起」義〉，《佛學研究中心學報》第十期（2005年），頁17。

¹⁹ 劉嘉誠，〈月稱的「緣起」義〉，頁18。

立」等。「即便是空性也只是假托施設，僅是一個名言被假立而已，沒有可執著的對象」²⁰。

一般上我們在世間的遣詞用字與溝通用語都是基於常識並且是有效可行，而這些都是「我們常識信念的基礎，可等同與世俗諦，基於緣起關係中的諸蘊等建構而成的虛構物」²¹，諸蘊本身就是概念上的建構，釋見澂表示，月稱對世俗的態度如「以世俗諦，是悟入勝義諦之方便故，不應觀察自生他生，應如世間規律而許」²²。由此可知假名在佛教常識中是十分普遍的觀念，吳汝鈞表示一般都以之指緣生幻有的世俗法。一切諸法都無自性，但就諸法之從因緣和合而生起言這些諸法都呈現為現象，存在於我們的時空當中，因此我們即施設地以名字來指述和分別它們，這即是假名²³，可以這麼理解，在世間的語言運用讓我們彼此可以溝通，沒有語言就無法產生有意義的對話，意即我們很難不透過語言去理解到其它高層次思維的存在。

以上論述旨在說明，釋見澂所指出體證空性需要經歷依賴世俗的過程，均不離「言說」的功能，讓凡夫有了約定俗成的普遍認識²⁴，因此就不難理解為何在覺首菩薩的回應中承許「假言說」的意涵，而這部分與月稱在《明句論》中將「世俗」解釋為「世間言說」是相似的，我們需要有橋樑與知識來溝通以達到認知上的理解。

（二）敘事治療的立場——後現代諮商：以語言為主軸

敘事治療的言語是重要的核心，而筆者認為這與〈問明品〉中承許「但有假言說」的立場是不衝突的，因此在試圖解決和面對苦難的立場而言，這兩者的交涉與推進是具義並對世人有所幫助。敘事治療是一種讓個案重新述說並重新生活的故事²⁵。語言本身和故事中所使用的語言會創造出意義，對於說故事的人而言，他們所說的故事都是「真實」的。此外，柯瑞表示社會建構論（後現代世界觀中的一種治療觀點）認為，我們平常所用來了解這個世界的語言和概念具有歷史文化特性，知識被特定的歷史和文化束縛²⁶。

²⁰ 釋見澂，〈月稱《入中論》中的「世俗」淺探〉，頁 4-5。

²¹ 桂紹隆、馬克·西德里茨（編撰），方怡蓉譯，《中觀：解讀龍樹菩薩《中論》27 道題》（臺北：橡實文化，2015 年），頁 271。

²² 釋見澂，〈月稱《入中論》中的「世俗」淺探〉，頁 16。原文轉引自釋見弘，《月稱思想論集》（嘉義：香光書鄉，2010 年）。

²³ 吳汝鈞，〈龍樹之論空、假、中〉，《華崗佛學學報》第 7 期（1984 年 9 月），頁 105。

²⁴ 釋見澂，〈月稱《入中論》中的「世俗」淺探〉，頁 20。

²⁵ 吉兒·佛瑞德門、金恩·康姆斯，《敘事治療解構並重寫生命的故事》，頁 70。

²⁶ Gerald Corey 著，鄭玄藏、余振民、王淳弘譯，修慧蘭校訂，《諮商與心理治療：理論與實務》（臺北：新加坡商聖智學習亞洲私人公司臺灣分公司，2013 年），頁 466。

至少在這一點上可以確認，透過語言的敘說對個人的內心可以達到某種程度的安頓。敘事治療兩位創始人麥克·懷特及大衛·艾普斯頓，相信「人沒有問題，問題才是問題」，提出的「問題的外化」(externalizing the problem)，只要能把人和問題清楚分開，就能夠細心見識人與問題之間相互作用的動力與方向。我們對於自己的了解和對自己個人的描述構成自我認同，但這大部分都由文化習慣、評價標籤分類排外等界定，身為語言表達的人類，事實上都收到預設性的語言習慣和看不見的社會文化協調模式等社會性「控制」²⁷。

(三) 言語 / 故事在敘事諮商中的位置

語言並不是僅僅代表我們對世界的想法和感覺，人們如何表達以及表達時所用的字詞也會影響其對世界的感覺和想法²⁸。人們訴說人生故事的範式和所使用的字眼也會影響其意識景觀裡對人生意義的定位²⁹。

人會自己詮釋的能力，也是自己人生意義的主導者與創造者，而人們在形塑意識景觀時常根據自己可理解的框架來解釋自己的經驗，「故事提供一個框架讓我們能解釋自己的經驗」，每個人生活在自己意識景觀形塑的故事裡，用這些故事來定位自己，架構自己的人生，語言在此治療中是個重要的方法，此理論的諮商方式策略包括；策略一，外化對話、策略二，解構對話、策略三，凸顯獨特結果、策略四，重新創作對話³⁰。

摩根認為人們對於欲尋求治療的問題時假設：一，自身經驗的敘說或別人對自己的敘說都不足以代表真實的生活經驗，二，自己的真實生活經驗中都有一些非常重要的地方和主流敘事互相矛盾。主流故事塑造了人的生活 and 關係，解構主流故事，從不同角度觀點來看待故事，它們如何形成（主流故事被置入文化和歷史中），對話常使人更能脫離罪惡和責難，問題被發現，被討論和被揭露，若對個人有重大意義就是獨特結果³¹；問題的外化可以讓人和主流故事分開，與故事情節相左時就是所謂的獨特結果³²。辨識獨特結果，實行新的意義（可以消除或減弱原來的問題），可以幫助人認識自己對問題影響力及其生存必要條件的反

²⁷ 麥克·懷特、大衛·艾普斯頓著，廖世德譯，《故事·知識·權力：敘事治療的力量》（臺北：心靈工坊，2001年），前言 VI。

²⁸ 駱芳美、郭國禎，《諮商理論與實務：從後現代與家族系統的觀點著手》（新北：心理，2023年），頁 304。

²⁹ 駱美芬、郭國禎，《諮商理論與實務：從後現代與家族系統的觀點著手》，頁 306。

³⁰ 駱美芬、郭國禎，《諮商理論與實務：從後現代與家族系統的觀點著手》，頁 304。

³¹ 艾莉絲·摩根著，陳阿月譯，《從故事到療癒：敘事治療入門》（臺北：心靈工坊，2008年），頁 70。

³² 麥克·懷特、大衛·艾普斯頓著，廖世德譯，《故事·知識·權力：敘事治療的力量》，頁 46。

制，只要人拒絕問題的影響，會使問題的影響力降低，人會修正自己與問題的關係³³。

麥克·懷特也表示在遇到各種困境的人對談時是走上一個沒有特定目的的旅程³⁴，而自己就像旅途的指引者去陪伴遭遇生命困境的人。本文所關注的部分在於最後的重新創作對話，在治療過程會透過言語協助個案對「自我認同藍圖」（意即對自我認同的重新評價）建立脈絡，讓自己意識到自己的選項，為許多從前忽視但很重要的事件賦予意義，將它們納入故事線，引導出自己的新結論。³⁵

三、〈問明品〉為體，語言為輔

本文嘗試以〈問明品〉為體，語言為輔去理解語言的作用。

眼耳鼻舌身，心意諸情根，一切空無性，妄心分別有³⁶。

以上偈頌為覺首菩薩在此處的答辯，這裡意指緣起無用自性，緣起聚散根本而言都是我們自己的念頭而生起，以此為本文討論的立場。新概念的形在治療上會對個案有許多正向幫助，隨著對話與引導去意識到生命之中重大挫折傷害未必是主要的故事線，其實從不同的視角切入去解構原先自己對待同樣一件事的觀念，有可能產生另一種新的觀念從而轉化變得有意義。但本文重點並非藉此帶入聖者境界（空性），而關鍵在於意識到「言說」，「假名」本質上就不是真實，人之所以會受苦的其中原因之一，就是以假為真而不自知，當這個所謂「真」因無常而變化時，變成並非自己內心中原有模樣而產生苦（或說問題，撕裂），這種衝擊可能造成內心不知所措，若處理不當會在心裡留下痕跡，日後某個相同情景下從無意識中引發不舒服卻又說不清楚的感受，只能尋求化解這種情緒；或者在同樣的種情景之下，這份感覺會引領自己去意識到生命無常而改變思維方式追求解脫的可能性。若然迴避置之不理，放縱繼續盲目追求，以妄想試圖創造符合自己內心認知的那份「真」，反而可能會失衡走向偏頗的死胡同。

一個人對苦的感受足夠深刻產生想脫離時，是否可藉由此緣起，在「重新創作對話」時多了一個發現和選項，透過言語所創造的「故事」/「概念」其實本

³³ 麥克·懷特、大衛·艾普斯頓著，廖世德譯，《故事·知識·權力：敘事治療的力量》，頁 71。

³⁴ 麥克·懷特著，黃孟嬌譯，《敘事治療的工作地圖》（臺北：張老師文化，2008年），頁 9。

³⁵ 麥克·懷特著，黃孟嬌譯，《敘事治療的工作地圖》，頁 72。

³⁶ 《大方廣佛華嚴經》，CBETA 2024.R2, T10, no. 279, p. 66b20-21。

身是種幻象？「法」是抽象或概念的存在，指一般被把握的事物，從認識論的立場而言，它是被客觀化的存在，共同認識的對象；它是概念也是語言³⁷。對空性的誤解源於自己的分別（思維）所致，而分別是虛妄的。此外，空性的用（功用）是指止滅一些戲論（分別的語言）³⁸業與煩惱的生起是因為歪曲真實的種種概念分別（「我」所生起的念頭），那些概念分別則是源於戲論，但於空性中，戲論止息，所謂戲論，是將事實上只是有用的言說具體化的傾向³⁹，總的來說，劉嘉誠表示「戲論」是指我們因虛妄分別心的作祟，對語言及概念世界做無限的擴大，而於不真實的現象界產生種種分別⁴⁰。

釋見激認為雖說「世俗」的本質是遍覆、障真實，但名言、言說是世俗諦很重要的特點，欲認識勝義諦，也是要透過名言（意即假言說）而開始修持⁴¹，筆者認為運用月稱重要的概念：相互依存（緣起），世間言說（世俗，假名安立），讓我們理解必定經過這個過程去意識到勝義諦，否則我們將不斷在世俗裡尋找答案，如緣木求魚終不得解。

我們在世間是需要學習、經歷，因此也必然遭遇苦難，例如我感受到了痛苦，有某種東西在影響自己感到擔心焦慮等負面的感受，那就是情緒正在作用讓我們有感受，所以處理情緒成為一種重要的議題。「情緒（Emotion）是情緒（emotion）指一個人受到某種刺激後，所表達喜怒哀樂等的心理狀況」⁴²。身而為人的這些生命經歷一定會讓自己心情，情緒上的有很大的影響，有開心的正向的也必定也有難過負向的，例如憂鬱症成因的原因之一是心理社會因素「生活壓力、病前人格、早期失親、失落、無價值、學習來的無助感、錯誤認知……」⁴³。生命中發生的真實事件都在影響我們，世俗之事無可避免，因此世俗到勝義，釋見激表示契機在於對世俗諦機制（方法、功能）——「名言」的掌握，凡夫藉由「名言」得以學習世間的道理，有辨別是非、善惡的能力，才不至於落入倒世俗而不自知⁴⁴。克里斯蒂娃認為若語言沒有賦予意義符號，那我們的聲音就是胡言

³⁷ 瓜生津隆真等著，許洋主等譯，《中觀與空義》（臺北縣：華宇出版社，1986年），頁34。

³⁸ 瓜生津隆真等著，許洋主等譯，《中觀與空義》，頁39。

³⁹ 桂紹隆、馬克·西德里茨編撰，方怡蓉譯，《中觀：解讀龍樹菩薩《中論》27道題》，頁197。

⁴⁰ 劉嘉誠，〈月稱的「緣起」義〉，頁32。

⁴¹ 釋見激，〈月稱《入中論》中的「世俗」淺探〉，摘要。

⁴² 轉引自：曹翠英，〈表達情緒〉，「教育部家庭教育資源網」網站，<https://familyedu.moe.gov.tw/docDetail.aspx?uid=8862&pid=8853&docid=263602> (2025/05/22)。

⁴³ 科學家研究憂鬱症的成因，發現它是一個多重因素所導致的一種疾病。〈關於憂鬱症〉，「社團法人臺灣憂鬱症防治協會」網站，<https://www.depression.org.tw/knowledge/info.asp?/68.html> (2025/05/22)。

⁴⁴ 釋見激，〈月稱《入中論》中的「世俗」淺探〉，頁21。

亂語，無法去理解背後意涵，語言並非是某個固定結構的對立的兩極，而是意義生成過程中的一個連續體⁴⁵。

敘事治療強調在對話過程需要知道當事人所建構出的故事，理解對方在自己故事中問題的特徵，接著進入對方的故事之中解構它，而這整個過程要如何達到最好的溝通，那就是語言的作用。即是說，人很難自外於他所處的社會脈絡，又必須活出他自己，就必須有離社會脈絡的過程，因為離的發生，才重新聚合自己，建構貼近自己偏好的替代故事⁴⁶。舉例，人生都在追求幸福，而讓自己幸福的因素，事業，金錢，愛情等無非就是這些自古以來大家都在做的事，即便自己稍微意識到或許還有其它更高層次的選擇（脫離世俗）但那畢竟是少數，絕大多數還是很容易進入這個世俗脈絡之中。如華人社會文化是強調家庭倫理與婚姻，父母輩的婚姻關係態度都是受到長輩影響，是基於自己的意願走入這段關係或是受到制約？現代開放自由的時代，情況不同以往，近年年輕一代對待婚姻的態度與長輩的觀念都有變化，其中之一便是出現折衷選擇不結婚卻在一起的方式，這種某種程度上避免承擔責任的行為其實也只不過是另一種模式而已。（筆者以此為例不外乎婚姻是現今的重要課題之一，甚至直接影響到教養問題）

對於此婚姻的思考本質多以要或不要的思維看待，也即是故事劇本大多如此，我「離」開了婚姻的傷害，然後選擇了另一個更好的對象；或者我不做選擇，成為一個獨立自主的人，但不變的，我是從原生家庭，建立了另一個新的家，離開了這個家，最後還是進入「家」的系統裡，無論屋子里最終只有自己一個人或是兩個人。諮商處理的是世俗，倫理觀不會把自己的價值觀傳遞給對方去影響對法達到某種目的，把自己主觀意識投射給對方是不恰當的，因此諮商處理方式是離開讓當事人受苦的故事之中，就各個不同條件之下讓個案恢復成一種理想狀態，除非當事人自己的脈絡里出現過「出家」的觀念，否則對話可以達成最好的結果可能性，那就是他脫離了前一個故事的困境，後腳重新進入自己理想/想像的另一個新情景，但對於「家」的框架依然存在。

舉例，麥克·懷特諮商過一對母子的故事，父親家暴恐嚇，後來雖脫離環境，不過孩子的情況並沒有改善，越來越孤僻及孤立，所以才會見諮商輔導，經過對話，麥克引導他們去聯想小朋友小時候遭遇家暴時的那段時間之中，是否有經歷過其它故事？後來媽媽回憶起小朋友曾經有過一段時間一直把家裡的食物帶

⁴⁵ 筆者在此處借用了作者所引用的克里斯蒂娃（Kristeva）觀點，並作補充解釋：我們認知的意義並非固定，而是在語言符號之間不斷流動，而由於語言本身是動態的，所以意義也隨之不斷生成與瓦解。既然主體是由語言構成的，那主體也不是靜態固定不變，而是持續變化的，總是在生成與崩潰的過程中。林雅雯，《拉岡之主體理論》（輔仁大學碩士論文哲學系，1996年）。

⁴⁶ 黃素菲，《敘事治療的精神與實踐》（臺北：心靈工坊，2018年），頁208。

去學校，經過了解才知道原來是拿去和同學分享，而他的同學來自單親家庭，之所以這麼做是為了讓對方可以開心一點，麥克就以這舉動詢問母子是否可以創造出一個新的名詞？媽媽想了想就說「解救」，孩子也附和這概念。話題接下去就被引導另一個類似的故事，在母子離開這混亂的家時，小朋友告訴了他年齡相仿的堂姐家暴這件事，意外發現對方也正在經歷著同樣的事，所以連帶的讓保護兒童協會開始介入，而這緣起都是因小朋友的關心舉動，緊接著麥克的對話讓小朋友對這些事件的概念從「解救」形成「搶救人生」，再往後的對話開始帶入了人生意義，創造可能性的話題⁴⁷。筆者需澄清這樣的對話讓小朋友從原有的框架之中脫離，進入另一個相對好的情況是具有正向意義的，而本文主題想要探討層面是藉由言語敘事去理解這種積極意義，卻也必須清楚意識到這種名相的存在也是種「假名安立」，透過言語讓自己離開當時的處境（就像是故事中小朋友意識到可以從原有困境的概念離開，進入另一個相對好的處境），但必須認知到此時此刻的新處境也並非真實存在，意即應保持覺知知道這是創造了新的故事，然後很可能產生新的執著。

黃素菲表示人的狀態很難單獨地抽離互動關係的脈絡，人與人彼此間的互動都會遵循和符合過去的交往歷史否則就會怪異，也因為要符合而創造了規則形成結構，形成運作規則⁴⁸。這些世間運作的方式也是標準的世俗諦，然而在圈子之內要尋求突破是異常困難的，如經典電影《楚門的世界》The Truman Show 的展現，電影被設定好的故事情節在男主角生命中，卻也如同我們人生同樣不斷在上演相同情節，與楚門相同被禁錮著直到意識到自己想要離開，佛陀也舉了很多類似的劇情譬喻與故事，為的就是要一再強調提醒我們這種假象的存在。

柯瑞認為敘事治療者在建構和解構並進，人們可以積極改寫他們的人生⁴⁹，如果在重新創造的過程中，我們清楚意識到並非要創造一個新的概念讓自己去執著，是否可以走出另一條路？如〈問明品〉中覺首菩薩所言：「眼耳鼻舌身，心意諸情根，一切空無性，妄心分別有」⁵⁰的思考邏輯就較容易並清楚指出我們思維輪廓，亦能突顯出這樣的思維方式才不那麼容易進入因妄想而生發的新故事（意即新幻象），敘事會談的轉捩點是當事人是否決定要停留在一個充滿問題的故事中，或者把焦點轉移到未來，讓對方反思下一步⁵¹，例如，我們必須是個好

⁴⁷ 麥克·懷特著，黃孟嬌譯，《敘事治療的工作地圖》，頁 56-66。

⁴⁸ 黃素菲，《敘事治療的精神與實踐》，頁 216。

⁴⁹ Gerald Corey 著，鄭玄藏、余振民、王淳弘譯，修慧蘭校訂，《諮商與心理治療：理論與實務》，頁 489。

⁵⁰ 《大方廣佛華嚴經》，CBETA 2024.R1, T10, no. 279, p. 66b20-21。

⁵¹ Gerald Corey 著，鄭玄藏、余振民、王淳弘譯，修慧蘭校訂，《諮商與心理治療：理論與實務》，頁 489。

人，成為他人眼中期待的樣子，我們應該從為他人而活的樣子拉回到自己身上，所以當受傷害與自身經驗發生斷裂，理解到自己與好人之間的關係位置，這種重新看待與建構，可經由敘說重構，這種社會脈絡下的規範影響，在敘說中凸顯社會脈絡對主體建構，以及「主體現身與渴望故事浮現」的重構，因此，我們的不安來自長期責備自己去符合社會建構的自我認同-成為大家認為的「好人」，卻不見得是符合自身的自我認同，從「社會建構的自我認同」轉變到「敘說建構的敘說認同」，敘事治療本身就是將生命經驗意義化的過程⁵²，但這裡較肯定的是，在世間上我們的不安與問題是確立的，會因不符合社會體制主流價值的模樣，無法建構一個相對健康的自我認同。然而在言語概念皆是虛妄的角度看待，這其實來源於「我執」。

黃素菲表示敘事治療認為現實是基於互動與語言所建構⁵³，所以我們在社會上不可避免的受制約，有意無意的被建構出思想感受，自我認同也常常會受影響，所以從「自我認同」邁向「敘說認同」的轉變過程中，意識到「言說」「假立」就如戲論般的存在，除了將生命意義化（意即仍在框架之中，脫離了原先受苦的事，框架轉移至另一個渴望未來的旅程）之外，其實可以意識到另一種可能性存在，那就是去概念化，我不進入一個新的框架。〈問明品〉中覺首菩薩的對答重心在於緣起，可藉由此概念補足這一部分，意識到遭遇的現象都只是一種緣起，並非實相。

四、緣起即轉變——敘說與不可言說的新詮釋

佛陀的行住坐臥一舉一動所示都有意涵，就如佛陀不會去說不具意義的語言，如十四無記這類無法回答也沒有真實解答的問題就予以回應。林朝成、郭朝順認為佛陀回答與否其實隱含兩層意思，其一，不可能用語言回答根本無法回答的問題，語言有著可說之處也有其不可說之處，因此只能默然；其二，語言的教導、表達溝通是有其限制，在極限之處必須停止作用，當然這並非佛陀不知而不言，是因「佛陀對人類有限的知性能力之透徹了解以及對語言的效能與界限的清楚認知」⁵⁴。當我們指出一件事物的名稱時，它並非靜態永恆不變，而是成立後就開始成住壞空，即使我們盡可能用語言去指稱這件事物的特性相貌等，都不是它存在的真實性，何況語言也並非具有實在性⁵⁵，凡緣起即無自性，名稱所指涉的都不具固有本性，其實都是我們主觀上建構，也是言語所安立，約定俗成的存

⁵² 黃素菲，《敘事治療的精神與實踐》，頁 204-208。

⁵³ 黃素菲，《敘事治療的精神與實踐》，頁 206。

⁵⁴ 林朝成、郭朝順，《佛學概論》（修訂二版）（臺北：三民書局，2012年），頁 256。

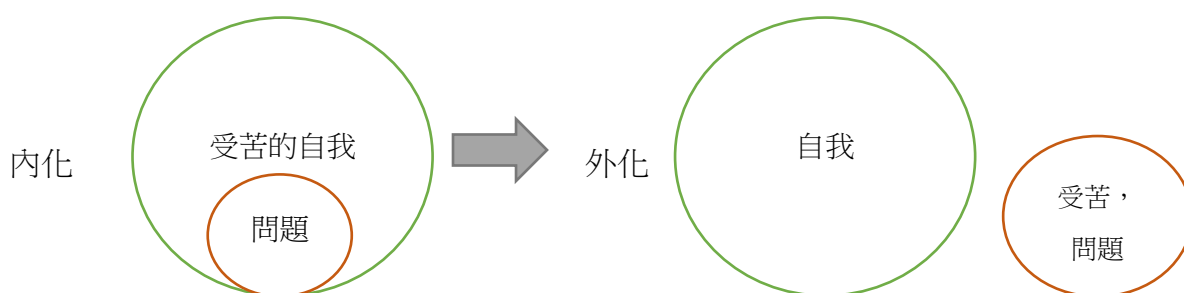
⁵⁵ 林朝成、郭朝順，《佛學概論》（修訂二版），頁 256。

在⁵⁶。面對這種情形，我們可以作出什麼改變？那就是在敘說過程所從創造新故事的同時，發現沒有故事真的需要被創造。我們都活在現實生活之中，無論如何都有自己的意識，而當事人焦點是在「敘說前」、「敘說」以及「敘說後」的生命時間流轉，同時映照著「指出之前的世界」，「共指的世界」和「轉指的世界」的心理空間流轉⁵⁷。

從原先的「離」開被建構的問題故事，穿梭在共寫與重構故事的歷程，「建」立貼近自己渴望或偏好的替代故事⁵⁸。我們可以選擇停留在前面一部分，保有過去的想像而不做任何處理；或者重新建立新的敘說，意即我們離開了原本的故事情節，然後趁利用語言對話過程的同時，去發現裂縫的存在，讓身處在裂縫之中有著轉變想法的契機及機會，從中發現自己正在經歷所謂「苦」的本質其實是虛假，苦在哪裡？其實都不存在，讓當事人認取這樣的關鍵，才有機會破除這種觀念。舉例，上一代長輩是很難接受離婚這件事，因為「離」了自己的家，打破了原有認知（包含顧全整個家庭的完整、責任、親屬社會造成壓力等各方面因素），若然真的結束了一段婚姻，正常情況下我們會想要回到秩序之內，因為分崩離析的狀態往往不會更好，但調整自己的時候去發現這個契機卻也是我「離」家的機會，這裡指的並非鼓勵離婚或一定要出家，更是想表達從意識上，感受上跳出框架的因緣，去覺察到所謂「家」這個名稱所指的意義及其所安立的存在其實根本而言就是變化無常，我們不一定要接受人生有「家」才能維持身為人的完整性，所以透過語言作用可以在這裡得到發揮。

1. 解構式概念

敘事治療是協助來訪者在自己所處的現實中，體驗「觀點移動而產生的選擇歷程」，而不是去尋找「確定的事實」，鬆動與開啟一個空間。

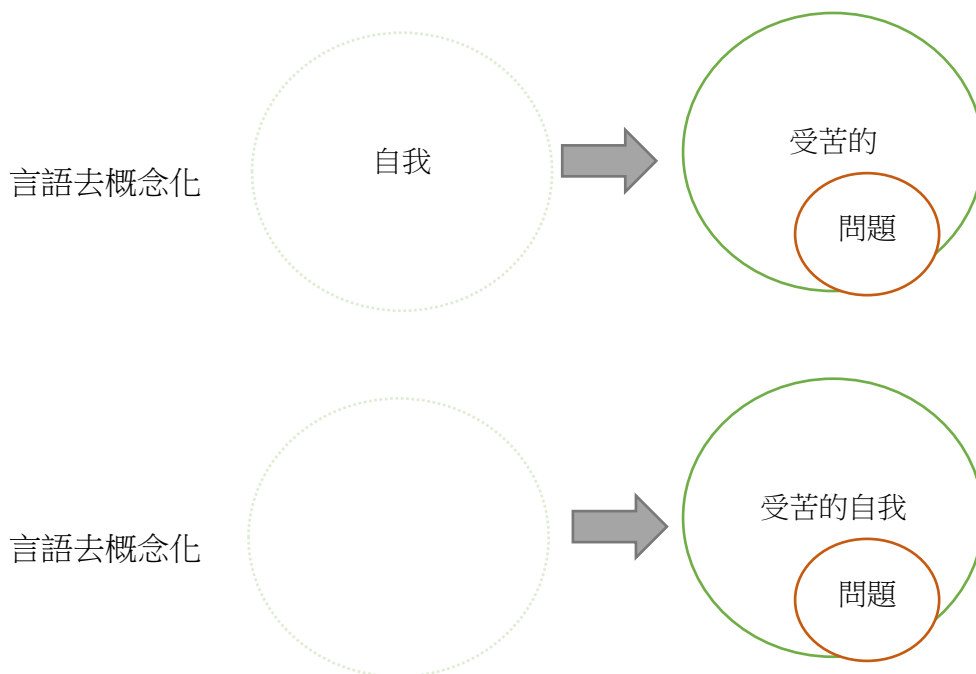


⁵⁶ 林朝成、郭朝順，《佛學概論》（修訂二版），頁 266。

⁵⁷ 黃素菲，《敘事治療的精神與實踐》，頁 225。

⁵⁸ 黃素菲，《敘事治療的精神與實踐》，頁 225。

上述是根據黃素菲敘事治療的外化問題概念圖⁵⁹，下列是筆者加入透過言語去概念化的概念圖。



五、小結

本文舉了婚姻的作為比較顯著的案例，因當事人會感受到情緒存在，是它從我執那裡出現動搖，因為他／她們建構了一個自我，在感情之中你是屬於我的一部分，現在他／她離開了，從「我」的生命裡缺失，感覺少了一塊東西，而正是這個裂痕造成痛苦，即是自我存有的概念轉化了，分歧了，因此當事人有意去面對，在嘗試尋找這份奇怪的感覺（痛苦不一定是可承受的，或者可能選擇逃避），那才有機會讓它從敘事故事的裂縫中離開，也因為這個裂縫的存在才可能讓自己在準備重建一個自我的過程中意識到，這種苦其實本來就不存在，或者說苦的流動，它可以從你的生命故事消失，因苦的產生源於我執，其實兩者（我以為自我是真實的，然後這個真實的我去創造了苦）都應被發現，當你把情緒，事件說出來後，去「覺知」它其實並不真實存在，當你認為它不存在，它自然就無法影響你自己。它的本性在哪裡？它的本質在哪裡？其實都沒有。筆者認為這部分反映了一個事實，透過語言工具來說明，語言的介入來意識到裂縫的存在。

⁵⁹ 黃素菲，《敘事治療的精神與實踐》，頁 274-289。

「譬如河中水」、「亦如大火聚」、「又如長風起」、「又如眾地界」⁶⁰，經文中這四大的自然現象的流動做譬喻，一切諸法實相就如水的流動本來就互不相知，也沒有前後之分，可是我們凡夫的分別見去起分別妄想。因和緣有機會聚合，種種千差萬別的現象都可能產生，而這些緣起就如地水火風一般，說來就來說走就走，世間現象的真實樣貌⁶¹，如覺首菩薩的回應，強調的是什麼？停止製造新的故事，勿以虛為實，以為因緣聚合的現象是真實的而看不透其實什麼都沒有的本質。

語言治療目的在安頓人心，〈問明品〉覺首菩薩對話中提的「但有假言說」，則在提醒眾生誤以此為真。觀念的轉變是離苦的方式之一，在現今生活中因苦的緣境現前，透過言語去意識到緣起的觀念，從而轉念讓當事人有不同的視角和空間去理解自己身處的困境及面對的方式，以期達到轉化內心的苦。

參考文獻

（一）佛教典籍

- 〔唐〕實叉難陀譯，《大方廣佛華嚴經》。CBETA 2024.R1, T10, no. 279。
 〔唐〕澄觀疏義，《華嚴綱要》。CBETA 2024.R1, X08, no. 240。
 〔唐〕實叉難陀譯，《大方廣佛華嚴經疏鈔會本》。CBETA 2024.R1, L130, no. 1557。
 〔唐〕澄觀撰述，《華嚴經疏鈔玄談》。CBETA 2024.R1, X05, no. 232。
 〔唐〕澄觀撰，華嚴編藏會主編，《新修華嚴經疏鈔》，臺北：華嚴蓮社，2004年。

（二）專書、論文

- Gerald Corey 著，鄭玄藏、余振民、王淳弘譯，修慧蘭校訂，《諮商與心理治療：理論與實務》，臺北：新加坡商聖智學習亞洲私人公司臺灣分公司，2013年。
 瓜生津隆真等著，許洋主等譯，《中觀與空義》，臺北縣：華宇出版社，1986年。
 吉兒·佛瑞德門、金恩·康姆斯著，易之新譯，《敘事治療：解構並重寫生命的故事》，臺北：張老師文化，2000年。
 艾莉絲·摩根著，陳阿月譯，《從故事到療癒：敘事治療入門》，臺北：心靈工坊，2008年。
 吳汝鈞，〈龍樹之論空、假、中〉，《華崗佛學學報》第7期，1984年9月，頁101-111。
 林朝成、郭朝順，《佛教概論》（修訂二版），臺北：三民書局，2012年。

⁶⁰ 《大方廣佛華嚴經》，CBETA 2024.R1, T10, no. 279, p. 66b8-9。

⁶¹ 陳琪瑛，《信解行證入華嚴：華嚴經法要》，頁118。

- 林雅雯，《拉岡之主體理論》。新北：輔仁大學哲學系碩士論文，1996年。
- 桂紹隆、馬克·西德里茨編撰，方怡蓉譯，《中觀：解讀龍樹菩薩《中論》27道題》，臺北：橡實文化，2015年。
- 陳一標，〈談華嚴與榮格心理學的連接點——以河合隼雄的詮釋為起點〉，《華嚴專宗國際學術研討會論文集》下冊，臺北：華嚴蓮社，2023年，頁471-488。
- 陳士濱，〈《華嚴經》與《中論》「緣起性空」哲學思想研究——以〈十定品〉及〈如來隨好光明功德品〉經文為例〉，《2015華嚴專宗國際學術研討會論文集》下冊，臺北：華嚴蓮社，2018年，頁353-398。
- 陳琪瑛，《信解行證入華嚴：華嚴經法要》，臺北：法鼓文化，2022年。
- 麥克·懷特、大衛·艾普斯頓著，廖世德譯，《故事·知識·權力：敘事治療的力量》，臺北：心靈工坊，2001年。
- 麥克·懷特著，黃孟嬌譯，《敘事治療的工作地圖》，臺北：張老師文化，2008年。
- 黃素菲，《敘事治療的精神與實踐》，臺北：心靈工坊，2018年。
- 廖本富，〈敘說治療的問句技巧〉，《諮商與輔導》第176期，2000年8月，頁15-22。
- 劉嘉誠，〈月稱的「緣起」義〉，《佛學研究中心學報》第10期，2005年7月，頁1、3-39。
- 駱芳美、郭國禎，《諮商理論與實務：從後現代與家族系統的觀點著手》，新北：心理，2023年。
- 釋見澈，〈月稱《入中論》中的「世俗」淺探〉，《全國佛學論文聯合發表會論文集（第33屆）》，桃園：圓光佛學研究所，2022年，頁1-27。
- Lee, K. C. *The Guide to Buddhist Counseling*. Routledge, 2023.

（三）網路資源

- 〈關於憂鬱症〉，「社團法人臺灣憂鬱症防治協會」網站，<https://www.depression.org.tw/knowledge/info.asp?/68.html> (2025/05/22)。
- 宣化老和尚講述，〈菩薩問名品第十〉，《大方廣佛華嚴經淺釋》，「法界佛教總會中文網」網站，https://www.drbachinese.org/online_reading/sutra_explanation/Ava/Ava_Vol10.htm (2025/05/22)。
- 康特撰，王一奇編，〈漢譯佛典二諦思想〉，《華文哲學百科》（2019版本），https://mephilosophy.ccu.edu.tw/entry.php?entry_name=漢譯佛典二諦思想 (2025/05/22)。
- 曹翠英，〈表達情緒〉，「教育部家庭教育資源網」網站，<https://familyedu.moe.gov.tw/docDetail.aspx?uid=8862&pid=8853&docid=263602> (2025/05/22)。

釋願諦，〈《華嚴經·菩薩問明品》十甚深法之研究〉，臺北：華嚴專宗學院研究所第七屆畢業論文，2002年，https://www.huayencollege.org/files/paper/grad_thesis/06-10/第7屆-05-釋願諦-《華嚴經·菩薩問明品》十甚深法之研究.pdf (2025/05/22)。