

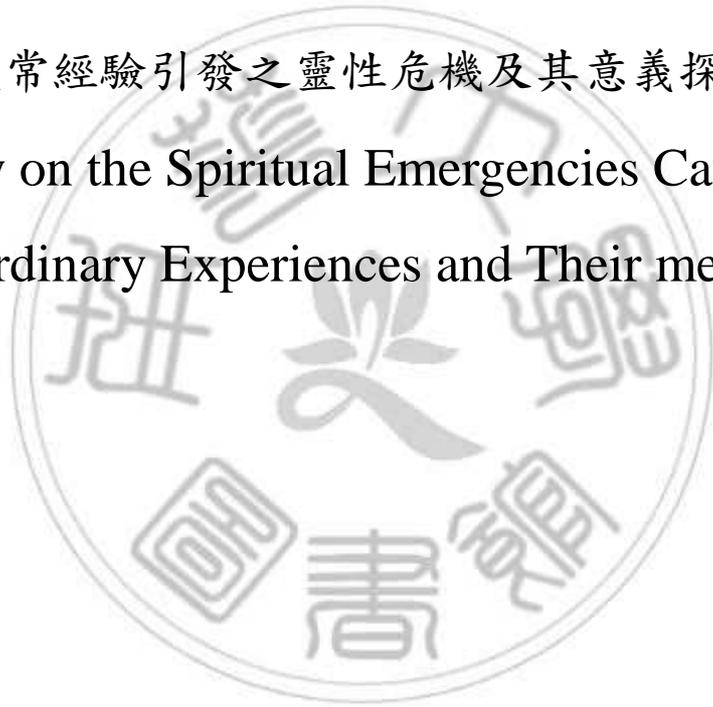
南 華 大 學

生死學系

碩士學位論文

超常經驗引發之靈性危機及其意義探討

A Study on the Spiritual Emergencies Caused by
Extraordinary Experiences and Their meanings



研 究 生：簡伊佐

指 導 教 授：蔡昌雄 博士

中 華 民 國 1 0 0 年 0 6 月 2 0 日

南 華 大 學

生死學系

碩士學位論文

超常經驗引發之靈性危機及其意義探討

A Study on the Spiritual Emergencies Caused by Extraordinary

Experiences and Their meanings

研究生：簡伊佐

經考試合格特此證明

口試委員：蔡品雄

張利中

游金萍

指導教授：蔡品雄

系主任(所長)：魏善娥

口試日期：中華民國 100 年 06 月 20 日

誌謝

南華是個特別的地方，我很早就知道它的存在了，卻從未想過有一天會來南華就讀。當初，小弟考大學時，南華大學剛成立。我看著它的簡介傳單時，投下了反對票，理由是它離我們家太遠了。誰會想到現在我要從這個學校畢業了！

會來生死學所就讀，起因於自己生了一場病。因為疾病而欲探究生死。但來到南華後，才發覺它的豐富內涵，因此有點後悔當初對小弟的建議。因為師長們的各有專精，讓我開了眼界也學到了不少。每週到南華上課的日子成了我最喜愛的活動，也在這邊認識與結交了許多朋友。

感謝南華所有老師的教誨：李燕蕙老師的「夢工作」課程，讓我學到了記夢及分析夢境是了解自我的好方法；在上何長珠老師的「心理諮商」理論課程時，由於「心理劇」的排演讓我解決了長期的困擾；永有法師課堂上的催眠是我不肯缺席的理由；而開師父的英文課，課堂上哲學英文的翻譯與討論，正對了我喜愛翻譯的胃口。「質性課程」上，高淑清老師親切而明白的講解，令人難忘。而對於宗教所阮中仁老師給予我的幫助更是感激。當初若沒有季潔芳老師的幫助與鼓勵，我可能就沒有這個機會進南華來唸書了所以十分感謝她。另外，很感謝蔡明昌老師、魏淑娥老師、游金潏老師與林原賢老師，雖然沒有機會上各位老師的課，但他們仍是時常的表達他們對學生的關心。

指導教授蔡昌雄老師的課，肯定在我生命過程中佔有很重要的地位。彷彿是生命的需求，讓我來這裡尋找答案般。「超個人心理學」點明了我的方向，對於當時我的處境適時提供了管道；雖然我的「詮釋現象學」及「存在課程」學的不好，但對於老師的包容與大力協助，真是十分感激。不知是因為南華和樂的校園氣氛影響還是老師們都太好了，我在這個學校常鬧出笑話，甚至把我的指導教授當成了我的老大，時常寫信或傳簡訊訴苦，簡直就是一種精神上的騷擾。幸虧他老人家不計較，大人有大量，最後積極的幫助我畢業，希望能早日脫離我的糾纏。很令人感動！但是，我發覺大蔡老師的課內容真是太豐富了，我應該還是要回來繼續聽課才好。所以，親愛的指導教授，以後還是要麻煩您多多照顧了！

在南華就讀的期間，我認識也結交了不少好朋友。最想感謝的是燕蕙老師，她對我是亦師亦友，我們倆與秀銀成了如姐妹淘般的好友關係，讓我初進校門就感受到了溫暖。勞勞與淑芳對我的真誠關心與幫助，是一定要感謝的。感謝惠蓮與昱海、玉茵、曾應鐘大哥、美德、玉芳、家梨、曾美玲、玄櫻等好友的鼓勵。尤其是蕭美慧更是三不五時的打電話來叮嚀與督促真是感恩啦！當然我身旁的死黨們更是在我力不從心，想打退堂鼓時推我一把的好幫手，尤其感謝湘鳳對我一直以來的鼓勵與傾聽。謝謝怡妙每在我緊急求助時，放下她手邊三個可愛的嬌兒，想著幫我解決難題。佳玲、可剛、緯甄、佩雯的耐心與支持是我需要的。還要感

謝我的個案們：Angel、小強、小青、小紅帽和 Red Corner 等對我的幫助。感謝黃美玲幫我紀錄口考老師的問題，美鈔幫我護持、韶文與我的互相鼓勵，柏君與普安師的幫忙校稿。

最後，我衷心感謝我的口試委員張利中老師與游金潏老師對我論文上的指導與指正。謝謝他們的手下留情，讓我能順利畢業。希望，他們不會因為我的「超常」論文而大受驚嚇才好。

真的要畢業了，心情有點複雜。在邁入人生的中年的階段，我的「中年危機」能夠順利度過，真誠的要感謝南華的一草一木、感謝星雲法師創辦了南華大學，更感謝我的諸佛菩薩們，送我來這裡學習，增長我的智慧。阿彌陀佛!

願宇宙星球能彼此和平共處！願世界大同！願大家都能稱心如意！

簡伊佐 謹誌
南華大學生死學研究所
100/07/18

摘要

本研究係以探討「超常經驗」及其後續引發「靈性危機」的過程及意義為主。經歷過生命中「超常事件」的人，一般來說很難回復到原來日常生活的狀態。因為隨著「超常經驗」而改變的是對生命及生活世界的認知及意義的探求。

對於本文所界定的「超常經驗」，鎖定在引發我們對於身處世界的不同認知狀態及對生命存在狀況的疑惑兩方面。無論是與生俱來的或後天才發展的「超感官知覺 ESP」能力對於個案們的影響，甚至引起了個案們的「靈性危機」。對於這個世界已不復原有所見面貌的個案們說，因怕被誤解的憂慮與恐懼，而有著無法敘說的尷尬處境。本研究的動機在於研究者因自身有過的「超常經驗」，而意欲探究背後產生原因。目的在探討「超常經驗」的過程，引此而引發之「靈性危機」及後續對個案產生的影響。

本論文共分六個章節。除序論說明研究動機及背景外、研究方法採用詮釋現象學。以超個人及超心理學的角度，來探討「超常經驗」的發生、經過及「靈性危機」所帶來的體悟。第四及第五章為本論文重點。第四章闡述超常經驗者的生命歷程、超常經驗面觀、靈性危機的發生與困難；第五章則探討靈性危機的矛盾本質、意義及超常經驗者的人生願景。第六章特別歸納整理「超感知覺 ESP」的幾個特徵、分類與比較。

針對本研究問題：瞭解超常經驗與靈性危機的發生及意義，本論文得出以下五點結論：壹、非自願式的超常經驗所引發的靈性危機本質是身份認同的矛盾；貳、靈性危機對個體的生活關係與人生意義產生全面性的影響；參、個體必須一定程度接納超常經驗才能進行意識整合；肆、對靈性危機的正確認識有助於拓展人們對生命的視野以及伍、對超常經驗的深入認識有助於超常經驗者的融入社會。

關鍵字： 超常經驗、超感官知覺、靈性危機

ABSTRACT

This study aims at discussing the impact of “Extraordinary Experiences” on the anticipants to a critical time of “Spiritual Emergency,” the process and significance thus aroused. Generally, it’s hard backing to a normal living state for individuals who have encountered with their unique “Extraordinary Experiences,” the request for the life meanings and the way of knowing the world will be the result.

The definition of “Extraordinary Experience” focuses on the multiple recognitions of our daily world and the doubts among the existential conditions in which people rely on. The abilities of extrasensory perception (ESP), the anticipants thus acquired whatever before or after their experiences, turn out to be the reason of their “Spiritual Emergencies.” To a world that is no more the same as usual, our anticipants here confront with an embarrassing situation that is hard to explain by words, owing to the fear of being misunderstood. Moreover, the researcher’s personal “Extraordinary Experience” is the origin of this study.

There are six chapters in total, aside from the Introduction section, the Hermeneutics Phenomenology will be adopted as the methodology. From the viewpoints of Transpersonal and Parapsychology, researcher here intends to figure out the whole process and the realization of and from these Experiences. The life backgrounds of our anticipants, the varies aspects of “Extraordinary Experience,” the occurrence and difficulties will be discussed in Chapter Four while we put attention on the essence of paradox, the meanings and prospect of our anticipants in Chapter Five. In Chapter Six, the classification of “ESP” and conclusions are included as well.

In order to answer the questions we have proposed about the origin and significance of the “Extraordinary Experience” and the “Spiritual Emergency” in Chapter One, five conclusions as a result are offered: Firstly, the crisis here represents the paradox of self identity recognition. Secondly, the crisis will have a synthesize influences both on the aspects of relationship and life meaning. Thirdly, individuals are expected to welcome their experiences so as to a consciousness integration. Fourthly, individuals should cultivate themselves for a better understanding and thus broaden their vision. And fifthly, the better knowing of their own condition, the sooner way of building up social relationships among people.

Key word: Extraordinary Experience, Extrasensory Perception(ESP), Spiritual Emergence

目錄

論文口試合格證明	I
誌謝	II
英文摘要	V
目錄	VI
第一章 緒 論	1
第一節 研究動機與背景	1
第二節 研究問題與目的	5
第三節 名詞釋義	7
第二章 文獻探討	9
第一節 民間信仰與超常經驗	9
第二節 靈性危機	17
第三節 超心理學	26
第四節 超個人心理學	34
第三章 研究方法	41
第一節 詮釋現象學研究法	41
第二節 研究者與研究對象	47
第三節 資料收集	49
第四節 資料分析	49
第五節 研究倫理與嚴謹度	51
第四章 超常經驗者的靈性危機	53
第一節 超常經驗者的生命歷程	53
第二節 超常經驗面面觀	59
第三節 靈性危機的發生與持續	78
第四節 靈性危機的困難與挑戰	84

第五章 靈性危機的意義.....	93
第一節 靈性危機的矛盾本質	93
第二節 超常經驗者的人生願景.....	107
第三節 矛盾衝撞下的靈性意義體認.....	109
第四節 未來的道路.....	117
第六章 綜合討論、結論與建議.....	120
第一節 綜合討論.....	120
第二節 結 論	126
第三節 研究限制.....	128
第四節 研究建議.....	129
參考文獻.....	131
附錄	138

第一章 緒 論

第一節 研究動機與背景

自二十世紀以來，媒體報導稱即將到來的世界為一「心靈世紀」的年代。在這個年代裡，人們將會因各種心靈上的衝擊與精神方面的困擾接踵而至，目不暇給，而不知所措。因應如此狀況，各學派的心理諮商論說與相關醫學理論，甚而各式傳統民俗療法亦紛紛出籠。現代的人們渴求的是另一種救贖——非物質性的，亦非純粹心靈方面，而是一種融合身心靈各方面的平衡狀態。因為，社會的急速發展，人們內心面臨的許多衝擊來不及化解舒緩，便又必須面對一波又一波的難關與問題——內心容易產生不平衡，身體也因此而有各式各樣的身心狀況產生。有些情況，對醫學或心理學方面而言是屬於無解或玄密的範圍。傳統的解釋或治療方式已不敷使用，該是另闢蹊徑，開創另一層面的時機了。國內各式傳統民俗療法——乩童、靈媒、易經、測字、卜卦、塔羅及催眠等，更是紛紛抬上門面。本研究針對超常經驗的研究，便是在這些心靈探索與療癒管道蓬勃發展的背景下，來進行探討的。

本論文探討的主題主要在超常現象所引發的經驗過程與隨之而來的「靈性危機」，此外並進一步探討經歷過此「不尋常現象」的人們對事件的看法、感受與解釋，以及這些事件對他們往後人生的影響及生命意義。研究動機的引發是因為研究者想探討自身有過的相關超常經驗。由於親身體驗過如此不可思議的狀況，才真正觸碰到研究者對這浩瀚蒼穹，宇宙、人間之不思議狀況感到好奇。期待藉由一邊探討相關理論與個案訪談，一邊能瞭解自身狀況之玄密處及合理解讀。

梅爾（Elizabeth Lloyd Mayer, 2008）由於親身經歷不尋常事件之後，談到她對此現象的想法與說法時，坦承她的人生因此改變了：我在這個世界上生活的方式從此改變：我看待世界的方式，以及設法理解世界的方式，也都從此改變。

（Elizabeth Lloyd Mayer, 2008）由於女兒的豎琴被偷了，在別無辦法的情況下，

伊莉莎白只得求助朋友轉介的手杖占卜人。憑著一份地圖及兩通電話，遠在阿肯色州的占卜人爲她找出被藏在奧克蘭地區的她女兒的豎琴。這件事撼動了她整個人生價值觀念，也改變了她之後的人生規劃與研究方向。

梅爾的經歷過程與本研究者有十分雷同之處。但研究者的經驗更偏向自身內在的改變與感受，還有如同榮格所宣稱的「同時性」面向。榮格（1997）於其自傳中提及曾發生在他身上的例子。當榮格與佛洛伊德因對事務看法不同彼此爭論之際，就在此時榮格書房內突然傳出的巨響彷彿正呼應他們二人內心的激盪不已。榮格更準確的預言了第二次巨響的發生。

研究者的經歷也是偏向有物質界的反應：三年前的一個夜晚，當研究者於深夜時分，無緣無故清醒，那種感覺彷彿是經過一夜充裕的睡眠，精神十分飽滿，但床旁的時鐘卻指著凌晨兩點。研究者了無睡意便起身準備梳洗，突然發覺臥室的門被打開。本以爲是研究者臨睡前未將門關好，便順手將門再次鎖上。誰知，研究者因此經歷了生命中的「**超常事件**」。就在研究者將門關上並轉身欲回到床邊的霎那，被關上並上鎖的房門，突然劇烈的晃動、砰砰作響，彷彿有人站在門外卻進不來，只得拼命轉動門把一般，門內的人與門外的人相互拔河。當聽到門鎖「跔」的一聲被轉開時，研究者正狐疑也不禁感到毛骨悚然。只因家中父母兩老出外遠遊，正好只剩下研究者一人獨居。在排除一切可能性後，研究者只能安慰自己，這是由於氣候潮濕或門把材質的問題，等到天亮後才想辦法解決。誰知，門把依然更劇烈的自行轉動，彷彿要證明什麼一般，門倏然被推開至四十五度的範圍。面對門外一片漆黑，研究者被驚嚇的只能呆坐在床邊，不知如何是好，生平最害怕的事，居然在毫無防備的狀況下遭逢，就在一聲聲佛號與臥室房門不斷的重複開關的動作中，深夜時分，求助無門，時間已將近三點，就在研究者筋疲力倦之際，突然感到一陣憤怒，於是在心中略下狠話—若是持續搗蛋下去，研究者一定找人處理，不管用何手段，也要搞清楚與問明白。當心中意念興起時，門嘎然而止，一切風平浪靜。

梅爾所經歷超乎尋常的經驗於是便不再是單一且罕見的現象。研究者經與週

遭人們分享自身經驗的同時，很多有過這種現象或經歷的人們紛紛敘說他們的故事，研究者才發覺，原來自己所碰觸的並非是唯一且無解的現象。很多超常現象的發生，如在瀕死狀況下與自己的守護神對話；看見窗邊的小天使以及被帶往他處旅遊或預先知道某人的家中將辦喪事等，這些日常生活中偶爾會聽到的奇異經驗或時有所聞的與靈界眾生的接觸，對身旁聽聞的人而言或許只是個「故事」或可解讀為對「怪力亂神」事蹟的道聽塗說；但對親身經歷此事的人而言，研究者相信意義一定大不相同。

就在研究者對這令人打從心底顫抖不已的經驗不解時，因與身旁朋友透漏而得知有人事先已知道研究者當天可能會有的經驗，只是她的提醒對研究者來說是模糊且不明其意的。再者，事情發生的隔天早上六點便有遠地的朋友因關心我的狀況而打電話來問候。此時的研究者正如伊莉莎白所經歷一般，震撼於自身週遭居然擁有這麼多位身懷絕技的朋友而不自知，也才相信自身身處的世界真的是「**大不相同**」了。身旁友人們的「超感之經驗」，更是大大提升了研究者對本論文的興趣與加強了研究的動機。

其實，嚴格說來，這次的「超常經驗」並非研究者的初體驗。研究者亦曾有過多次於半夢半醒間或白日窗邊見過另一他界的眾生。這次經歷對研究者的意義在於激起徹底探討此現象的決心與行動力。猶如從平面思想躍居至立體畫面般，以從事研究來增加研究者對發生在自己身上狀況的瞭解及尋求解套並希冀能因此免於對於未明狀況的恐懼。這是此研究的背景說明。

研究者自身的經歷及與週遭的人們的互動中，發現有過「超常經驗」的人們，多不勝枚舉，已經足以形成一種普遍的現象。這自然是因為現代的風氣已開，人們對此超乎尋常的經歷，較以往來的接受度高，且不以「怪力亂神」看待，但亦表示，這種現象是值得探討的。也因此，本論文意欲探討此種現象所引起的「身心靈」震盪及其對當事人所產生的影響與意義。

研究者認為一般人的看待這樣的超常經驗，只發生在少數人的身上，直到研究者親身經歷過許多常人所謂的「不可思議」、「無法預料」之超常經歷後，才體

認出如何看待存有或不存有的超常經驗是很重要的一件事，並不是旁人一句簡單的「不予理會」便可解決的。對研究者而言，這是攸關研究者對自身所處世界及空間實質感及穩定感覺的動搖，而打從心底冒起無可遏止的顫抖與冷汗，更非研究者的意識所能控制，對「日常生活世界」觀感的動搖，更是打破了研究者以往的信念，而有了對莫名的其他空間生起了探究意願。寇特萊特（Brant Cortright, 2005）於「超個人心理治療」一書中，曾提出「靈性危機」的觀念。言明個體在面對人生的各個層面所碰觸的任何關卡與難題，均會觸動心靈的某一層面而造成個體人生中最大的「危險時刻」。本論文之所以將題目引括「靈性危機」，主要的根據是寇特萊特的定義與分類完全符合研究者個人對這個議題的認知。

因為研究者的自身經驗，欲想尋求解釋與瞭解這其中之狀況，但在尚未就讀南華生死學研究所之前，研究者所能獲得的幫助只是透過宗教界及相關之醫學方面的協助，雖然市面上有相關書籍可研讀參考，但研究者自身亦可算是高學歷者，從未將自身狀況與之連結，現在亦透過自身友人的幫助與說明，研究者相信這些都是人們本自具有的能力展現，正如同榮格與佛洛伊德的狀況一般，研究者在某個特定的時刻聽到了那聲巨響，但是因為不知如何詮釋與理解其代表的意義，因此便想藉由身旁這些特定的對象做一徹底的探究與解構，期待經由「個案們」的分享歷程與經過，能對此「超常現象」有更精確的認知與賦予適當的說法。

由自身的經驗以及身旁的人們所展現出的能力，研究者認為所謂的「心靈能力/超常能力」是每個人與生俱來的，但是之後個人技巧與修行的磨鍊會是決定的關鍵。因為我們早期社會，民風淳樸，對各種超乎尋常的經驗，是保守又隱諱的。因此，當人們遭逢自身能力展現時，由於沒有任何的經驗傳承與應變措施，斷然的形成個體的「心靈危機」。榮格認為這是由於「個體化歷程」需求的關係，每個個體均朝向自體身心靈的融合與完整性，對照研究者身旁的研究參與者們的親身經歷，這也是值得探討的一個方向。

本論文的整體架構將沿著「超常現象／超感經驗」－「超常能力／超心理學」－「超個人理論」以致「超個人心理治療」等脈絡前進。文獻探討部分則因此延

伸探討相關理論：靈乩、乩童和薩滿巫師等屬於「民間宗教信仰」部分－解釋我們社會傳統上對這些「超常現象」的發生以及「超常能力」的施展的既成觀念與解決之道。除此，「超心理學」與「超個人意識」亦是其中重點。研究方法則鎖定「詮釋現象學」的方式，然而，私己的經驗需被解讀並用適當的語言呈現，在專注的描述現象的同時，若能同時建構一「詮釋架構」，對本論文而言是十分貼切的。

至於「研究參與者」的選擇與參與，主要是以身旁具有「超常經驗與超感能力」者為主。這些研究參與者與研究者均有長期的相處過程，而且也都經歷過一定的「靈性危機」的經歷。研究者將以訪談他們的經驗以及這些經歷對其日後的影響為主。

第二節 研究問題與目的

根據以上研究背景與動機的陳述，本研究將針對以下研究問題進行探究：

- 一、探討超常經驗者的置身處境為何？
- 二、探討超常經驗者所經歷的靈性危機的經驗脈絡為何？
- 三、探討超常經驗者對所經歷的靈性危機提供的意義解釋為何？
- 四、探討超常經驗者如何在常態意識與超常意識之間獲取平衡？

在回應以上研究問題之後，本研究欲達成以下的研究目的：

- 一、瞭解引發超常經驗者靈性危機發生的生活背景。
- 二、瞭解超常經驗者靈性危機的經驗脈絡。
- 三、瞭解超常經驗者對自身經歷的靈性危機所賦予的意義。
- 四、期待本研究所揭露的經驗內容與意義，能提供社會正確認識超常經驗者，同時有助於社會面對他們態度之正向轉變的參考。

整體而言，本研究的目的是欲瞭解，經由「超常經驗」所引發之「靈性危機」，並經由此找尋到之研究參與者，將如何看待整個事件及其過程，並期待本研究探討出各個不同層面中，能夠發掘有「超常經驗」相關聯的連結意義。

第三節 名詞釋義

本研究所運用之相關重要名詞，茲界定如下：

壹、超常經驗 (paranormal experience)

即是超感官知覺(extrasensory perception)。周建(1994)於其「超心理學探秘」一書中將其定義為未經由感官接觸而產生某些功效。超常現象是指與科學和常識相互矛盾的現象。

艾娃(2001)指出雖然最早「超心理學」一詞主要是用來專指對人體有關的超常現象的受控實驗(laboratory research)，但後來美國及多數國家學術界漸漸的引用這個詞彙來涵蓋對與人體有關的超常現象的全部研究內容。Irwin(H.J. Irwin, 1989)也指出所謂超心理學現象即是指那些不為正統科學所瞭解及界定的「超常經驗」(paranormal factors)。1942 英國心理學家索勒斯(Robert Henry Thouless, 1894-1984)則取用希臘文「psyche」(靈魂或心靈)的第一個字母 Ψ (英語發音為 Psi) 來總稱「超感官知覺」(Extrasensory Perception, 縮寫為 ESP) 和心靈致動「Psychokinesis, 縮寫為 PK」這兩種超心理學研究的內容。ESP 現象包含有心電感應 (telepath)、透視 (clairvoyance)、預知 (prediction) 及出竅體驗 (OBE) 和瀕死經驗 (NDE) 等。(引自艾娃, 2001); 而 PK 現象則如 Irwin(1989) 所界定的是由心靈或心意志所產生的動作現象; 也就是超常態的由心意志操控下, 物體產生可觀察到的移動狀態。

本文所指稱的超常經驗包括上述一切具超感官知覺屬性的經驗, 以及心靈致動各種超自然現象。

貳、靈性危機 (spiritual emergencies)

寇特萊特(2005)於「超個人心理治療」一書中, 曾提出「靈性危機」的觀

念，說明個體在面對人生的各個層面所碰觸的任何關卡與難題，均會觸動心靈的某一層面而造成個體人生中最大的「危險時刻」。

Grof (Stanislav, Grof, 2000) 引用 Spiritual Emergency 來總括「靈性危機」的狀況。Grof 指出，這想法出自中文字彙所代表的「雙重意涵」，基於中文「危機」二字的正向意義，Grof 表明可用來說明陷入「靈性危機」狀態既是「危機」也是「轉機」。雖然 Grof 書中仍然使用 Spiritual Crisis 來點明不同情況下，每個個案所遭遇的各個靈性上的「危機」。但他認為，Spiritual Emergency 在字面上呈現出更積極的意義。

本論文中「靈性危機」所指稱的是當研究參與者（個案）遭逢自身種種「超常經驗」時，所產生身心靈的各個層面的衝突或生活上、精神上的困境。針對個案的生活背景與不同的經驗，探討之前或之後，整個歷程相關的解讀。

第二章 文獻探討

依據本論文主題，研究者擬從以下四個範疇探討相關領域，並略述其發展歷史及其對本論文之重要性與可能性。這四個範疇分別為：一、民間信仰：包含有乩童、靈乩與巫師等靈媒傳統（identity）。二、靈性危機：主要是依據寇特萊特及其他相關理論之研究。三、超心理學：包含有對「psi」（賽）--超能力與超感知覺「ESP」的探討。四、超個人心理學。

第一節 民間信仰與超常經驗

遭逢「靈性危機」的當事人往往有著幾乎與傳統上認定的巫師、薩滿或乩童等類似或重疊的危急情況產生。Grof (Stanislav, Grof 2000) 指出，現代人無論是美國、歐洲、亞洲或非洲的人們，在經過禪修的練習或是其他探討身心靈等方面的工作坊後，常會產生類似「薩滿」的經驗。因此探討這類與乩童、靈乩相關經驗的資料有其必要性。

壹、巫宗教

傳統巫的宗教可分成三個方面：泛靈的認知與崇拜、代人感通的巫師以及巫（法）術的操作。這之中以巫師為主，因其能夠建構並詮釋靈的世界，且可以藉由儀式的執行，以超自然的方式來為民眾解決種種生活上所遭遇到的難題（鄭志明，2006）。

一、巫的功能、種類及現代注解

巫的功能一般分成四種，即通靈、占卜、醫療與祭祀（鄭志明，2006）。由於巫的照顧層面遍及民間生活的種種範圍，因此巫在早期社會中佔有一定的地位，這裡指稱的巫師，在台灣既有法師、符法師，紅姨及乩童等稱呼（鄭志明，

2006)。

古代的巫視同現在社會所慣稱的「乩童」。嚴格來說，乩的名詞可以二次大戰前後時間做一個分野：戰前以「乩童」稱呼，戰後到現代一般均以靈媒統稱。shaman（童乩）在進入狀況後，能與超自然界聯繫、溝通並傳達，因此成爲人與神明、精靈之間的媒介。而除了乩童外，靈乩亦是靈媒的一種。張珣（2004）指出，乩的傳承主要是來自東北亞的「薩滿（shaman）信仰系統」。

「乩」的種類一般來說分爲三種，第一爲童乩，源自古越語的「dang」，保存古老降神文化的模型，稱爲「著童」、「起童」、「退童」等（台語稱呼之）（鄭志明，2006）。第二爲鸞乩，最後有別於以上兩種者則統稱雜乩，以多樣的降神儀式，如觀手轎、觀攆轎、觀落陰、觀碟仙等；或是包含雜揉佛教、道教等法術的乩，如民間的紅頭法師（鄭志明，2006）。而中華民國靈乩協會（呂一中，2001）則將「乩」分成「乩童」、「靈乩」、「聖乩」三階段，靈乩仍然只是階段性過程，最高境界是聖乩，聖乩專心於神明之事，不受凡俗困擾，達到「神人一體」、「時時與神交通」的境界（許雅婷 2002）。以下將分別說明之。

（一）、乩童

「乩童」(dang-gi)意指一種能「降神」以替人祈福解禍的靈媒（林富士，2002）。黃有興(1992)於《澎湖的民間信仰》一書中指出，澎湖村民大多相信乩童是由神所選召，人在無法抗拒下才當乩童。相傳當乩童的人必須八字較輕，壽限較短，神選他爲乩童，是要他爲神和人服務，行善積德延長壽命。黃文博（1991）於其《台灣信仰傳奇》中描述乩童以文武兩種方式來展示神通，文的方面，主要是透過靈鬼先將當事者的個人資料報知乩童，以展示真神附身；武的方面，多在公眾廟宇或私宅神壇進行各種表演。乩童常用的巫器稱爲五寶，血的象徵是一種見誠與避邪行爲，流血性質的表演代表以鮮血做爲朝聖的真摯心情，同時也是驅邪除煞的祭祀儀式（引自許雅婷 2002）。

乩童與鸞乩的比較

一般而言，乩童起童時上身圍八卦兜，邀前為龍虎裙，手操弄著五寶法器與五方令旗；以神明附體的法力替人驅邪逐煞與抓妖治病。而鸞乩則不必操弄著身體與語言，以手執乩筆沙盤寫字，以優雅的文字藝術建構與靈交感的靈活形象；彰顯靈的神聖靈感外，也宣示神靈救渡世人的宏願。兩者的養成（訓乩）通常經由三個管道來完成：一是神受；二是人授；三則藉由宗教團體的參與來達成（鄭志明 2006）。如個案中的小紅帽菩薩經常藉由夢境帶他出遊或訓練 即屬於神授的部份。

（二）、靈乩

現在「靈乩」的稱謂，源自於內政部官員在登記有關的協會時所做的統一名稱的建議。那麼為何要有統一的名稱？因為現今社會上，尤其是宗教團體方面發現與靈交感的例子增多，因此，集結人力成立協會便於管理與互相交流成為彼此之間的共識。而為了要成立團體，需要有一個能達成共識的表彰團體的特色的稱謂，於是「靈乩」一詞便應運而生了。學會成立於 1988 年，先以「梅花聯盟同心會」的名稱召開會員大會，之後再改以現今的「靈乩學會」。（鄭志明 2006）。

通靈並不等於神通，王立人（2005）認為有天耳通、天眼通、他心通、宿命通等；若有借助和自己不同道的生靈時，才稱之為通靈者。通靈者的角色就像翻譯及詮釋者，可說為是跨道的收發。為何會有通靈的能力？人除了天生或者意外而有通靈能力外，亦可藉著修行、覺悟或練功來獲得這種能力（王立文，2005）。靈乩的通靈能力大都是天生，只有少部分是因意外而產生的（蔣季方 2007）。

乩童與靈乩的比較／分野

傳統上認定的乩童其實是有文武乩之分，武乩以動作、操弄五寶為主；文乩則以吟唱詩歌、代替詢問者感應並回答問題為主。傳統上乩童起靈或請靈需要時間，通常須先上香或擺卦金並靜候一段時間，等到乩童有一般常見的搖頭晃腦、

全身抖顫以外，最主要的還有噁心以及不停打呵欠等症狀時，表示是神明即將降臨的狀態，在退靈時有的十分激烈，會有大動作的往後倒地、昏倒、或全身癱軟無力的狀況產生，需要助手事先防備與幫助。退靈後往往對於剛剛進行的事情沒有記憶。

靈乩的狀況與文乩較相似；兩者不同處在於一清醒度，靈乩在整個辦事過程中一直都是保持清醒的，甚至還有可能於過程中表達自己的意見，一段時日之後對於自己所處理過的事情不會有記憶。靈乩起靈的準備動作較為短暫，甚至在沒由任何提示下立即有反應，請靈時大多可以隨請隨到，在起靈過程中意識是清醒的，語言的表達是通暢的，有時以歌唱的方式來傳達神意，或者朗誦無意義的天語來進行靈界的溝通，同時舞動著身體，動作似有一定程式，但沒有固定次序，可以隨意的排練或演化，整體上比乩童的動作更具藝術（鄭志明，2006）。退靈時不必有倒下的大動作，以低頭方式象徵靈體的退駕，抬頭時即可恢復平常身分。

乩童、靈乩簡易分類表

名稱	分類	起靈	請靈	意識狀態	退靈
乩童	文乩：以吟唱詩歌、代替詢問者感應、回答問題為主。	先上香→擺卦金→靜候一段時間。	搖頭晃腦、全身抖顫、噁心、不停打呵欠，表示神明即將降臨的狀態。	退靈後對於剛剛進行的事情沒有記憶。	會十分激烈大動作的往後倒地、昏倒、或全身軟趴無力，需要助手事先防備與幫助。
	武乩：以動作、操弄五寶為主。				
靈乩	似文乩。	準備動作較短暫，甚至在沒由任何提示下立即有反應。	大多可以隨請隨到。	過程中一直都是清醒，可表達自己的意見，一段時日之後對於自己所處理過的事情不會有記憶。	不必有倒下的大動作，以低頭方式象徵靈體的退駕，抬頭時即可恢復平常身分。

（表一研究者 整理製表）

(三)、薩滿

「薩滿」(shaman)一詞源於俄文，原指通古斯(Tungus)語中能通靈(master spirits)者，亦即靈媒(medium)藉神靈附體(spirit possession)進行占卜、治病及驅魔(exorcism)，人類學家稱為薩滿教(shamanism)，薩滿信仰是屬於巫術信仰的範圍，分佈於北亞、中亞、歐洲東北部及美洲大陸(愛斯基摩人與印地安人)(周建，1994)。

莊吉發(1996)認為薩滿(shaman)其實就是薩滿教(shamanism)的巫醫或巫師，是阿爾泰語系通古斯語族稱呼跳神巫人的音譯。在通古斯族的語言中，薩滿一詞是指能夠通靈的男女，他們在跳神作法儀式中，受到自我暗示或刺激後，就會產生習慣性的人格解離，這時薩滿自我人格呈現真空，然後將神靈引進自己的軀體，使神靈附體，而產生一種超自然的力量，於是具有一套和神靈溝通的法術(引自許雅婷，2002)。秦家懿、孔漢思(2003)指出「薩滿」在中文裡稱為「巫」或「巫祝」，要有入神狂迷的經歷，包括與某位神祇神秘的交合，而這決定了這位薩滿的「職能」(引自許雅婷，2002)。而信奉薩滿信仰的民族也跟民間信仰一樣，認為人生的禍福及各種宇宙現象都是神靈主宰，所以必須設法和神靈溝通。故透過占卜、祭祀和祈禱等方法，可以預先知道或征服自然界中某種神祕力量。薩滿屬於泛靈論，靈媒就是他們與神靈世界溝通的橋樑，在阿爾泰語系的各民族中，具有超自然能力的人就是薩滿，是具有神力的。薩滿的產生要有一定的徵兆，常見的情形有三種：出生時的異常現象、久病不癒及患有精神方面的疾病(莊吉發，1996)。

薩滿最重要特徵是與神或精靈直接接觸的方法，主要表現方式為脫魂與附體(possession)，或者是兩者混合的形式；這種特徵是薩滿區別於其他神職人員的主要標誌。「脫魂」方式類似於靈乩的表現型態，是指薩滿通過某種方式使其靈魂脫離肉體前往超自然界(天界或地下)去和神靈進行溝通，此時的薩滿處於一種失神狀態，當他從失神狀態中恢復的時候，可以敘述出在脫魂期間所經歷過的種

種經驗。脫魂薩滿有他獨立人格的一面，具有能動性以及主導性，脫魂的狀態顯示出身為人類的一種自豪感，更具有人性的象徵，反映出人類想要支配未知世界的慾望（許雅婷，2002）。

胡樹（2003）指出「附體」類似於乩童；是使神或神靈附在自己的身體上，由神或神靈支配自己的身體或行動來達成某種祈求的目的，在此狀態下的薩滿不具意識，當祂從失神狀態中清醒過來的時候，並不記得神附體期間所發生的事情，也不記得說過什麼話，這樣表現出薩滿非獨立人格的一面，也就是說在附體狀態下，經薩滿祈求降臨的神靈處於主導地位，薩滿處於被動及服從的地位上。許雅婷(2002)則認為附體的被動讓人感受到人類脆弱的一面。而這些靈乩或薩滿現象中曾提及的脫魂（trance）或是通靈的狀態與本論文中所談論的個案情況有著類似或相似的情形。

二、社會評價與觀感

人們對巫或靈媒這種有差別的認知結果，來自於統治階層刻意的汙名化，將巫視為非僧非道，假借降神問佛，濫說陰陽五行及神鬼妖怪來迷惑愚民（鄭志明，2006）。張珣（1999）指出一般對巫或靈媒的偏見來自延續著早期如儒家對道教長久以來的看法。他們評斷其以符祿術數來迷惑民眾，是一種迷信陋俗。而在早期，具有乩童或靈媒等特質者被視為有精神、生活困頓、疾病及意志力等方面問題等困擾的素質。台灣民間的「乩童」形象更是直指向低落的社經地位；且多因生活困頓或大病一場之後才走入這個方向。（張珣，2004）因為社會觀感不佳，身為靈媒者並不見得願意擁有這樣的身分，故有關「抓乩」「綁乩」等說詞便時有所聞。即使是身為「乩童」或「靈乩」，在一開始的時候也是得歷經困惑、掙扎的階段。而從相關論文、期刊中發現，除了早期因宗教儀式所需之各種巫或巫儀等因素外，少有乩童或靈乩是自願且樂意加入這個行業的。針對這些現象，這也是有類似經驗，但卻並非處於如此明確狀況的人們所忌諱談論話題的原因，由

於社會評價低的緣故，不僅在意他人的眼光，連個案們自己也很排斥這種情形。

三、醫學觀感—人格解離

張珣（2004）認為乩童或靈乩於問神時常會進入恍惚顫抖（trance）的狀態，是一種人格解離、自我意識減弱的作用。在精神醫學上來說，乩童作法時的精神現像是一種習慣性的人格解離（personality dissociation），在這種精神狀況下，乩童本人平常的人格暫時解離；或處於壓制不活動的狀態，被另一人格所取代，即是熟識的神之性格，亦即並非真正有神降附在童乩身上，而是先天的精神不穩定，且易受外界刺激或暗示而產生人格與精神的解離。張珣（2004）指出童乩作法時，其助手點香燒錢，擊鼓敲鑼，均是一種外在刺激，而童乩自己不停地呵欠、噁心、肢體顫動也是一種自我暗示，漸漸地，其本身意識減弱，自我活動緩慢，血糖降低，而至人格完全解離。一般乩童大都先天上精神不太穩定，或在早年的人生過程中有不幸事件或疾病纏身之困擾，在現實生活中沒有滿意的解決，而常有暫時失神、忘我的精神狀態以求逃避問題，自我滿足之現象（張珣 2004）。

張珣的論點雖然出自其對傳統「乩童」的現象調查，但是也因為如此卻也恐怕是社會上對「乩童」現象的「汙名化」的助力。以純粹「精神解離」的身體觀點來否定個體的精神狀態並指稱「逃避」為主要目的，斷然地忽略「乩童」在「辦事」過程中與求助者的社會互動現象。相形之下，李亦園（2010）的研究較具客觀性。

李亦園（2010）發現東、西方醫學上對精神異常狀況的定義不同，他認為即使某些精神異常者，因其容易興奮進入恍惚的狀態，可能呈現病態或非病態的，他認為有的人經過訓練能夠控制自己恍神的狀態，並與自己文化中的神明溝通。如東亞的薩滿或神媒的狀況，具有文化意義上的價值。他們不但不是精神病患，還可以宣示神意為人服務或治病，如果單純從西方精神醫學的角度來解釋是不能理解此狀況。

此外，李亦園(1999)在探討早期社會民俗信仰與醫療方面相關研究中，亦曾指出類似原始社會中，「巫」與「精神患者」之間的類似與重疊性。這是有關社會性與文化的議題，對於人們無法處理或解決的問題，以括號暫存的方式或置入社會某一角落以忽視的態度來應對（引自張珣，2004）。張珣（2004）還特別指出：

李先生運用「文化與人格」理論來分析。在社會生活中，人與人之間難免有磨擦與衝突；依個人的社會化過程，也難免有因挫折而引起的侵襲衝動。這些機動與衝動情緒若不外洩，轉入內折，會有人格解體的危險。

以「文化與人格」理論來說，李亦園對少數民族的精神心理甚感興趣。他認為這是與「文化症候群」有關。但李亦園(1999)注意到：

一些先天具有精神異常狀態，精神容易進入恍惚，或狂奮狀態的人，可能是病態的，因為當事人無法自行控制自己的精神與行為。也可能不是病態的，因為有的人是經過社會文化的訓練或學習，可以自行控制精神恍惚狀態，可以與該文化信仰的神靈溝通。在東亞很多社會稱之為神媒，或薩滿。因此，薩滿信仰在文化人類學上，便是一個很具文化意義的主題，薩滿不但不是精神病患，他還可宣示神意為人治病，完全不是西方精神醫學理論所能解釋。（引自張珣，2004）

這是因為東西方對精神異常的定義與治法不同的緣故。有些時候，人們將具有超常經驗的個體與薩滿或巫劃上等號，其實像這樣的情形是非常具有普遍性的。很多具有超常經驗的當事人，雖然曾試圖與大眾分享自己曾有過的經歷，最後獲得的回應卻是失望居多，大眾的反應要不當成故事佚聞對待，要不便認為是當事人的想像及誤解，這種對待方式正如李亦園指出的是要將其與精神醫療掛鉤。

當面臨人生的轉折處，不一樣的命運開展時，有時往往是由不得人做主的。在此更可表明，「乩童」經驗的被迫性與追求個體完整性的迫切性。Grof & Grof 認為這是一種「啓蒙」經驗的特質，當準巫師們能夠圓滿完成這趟旅程時，他們將會被徹底療癒。經由這樣的過程，橫梗眼前的所有有關情緒上的、身心症的 (Psychosomatic) 以及甚至身體各方面的疾病將能被統整及整合。(Grof, Stanislav, 2000)

第二節 靈性危機

壹、超常經驗與靈性危機

「靈性危機」與「超個人心理治療」相關，靈性危機代表個體「心靈」或「靈魂」上所受到的衝擊。一般都將「靈性經驗」等同「宗教經驗」，但李安德（1992）認為由於宗教用語常包含有「靈性」、「超越」以及「超越性」等字眼，容易引起誤解。事實上這三個詞語的使用範疇，依據李安德的看法是要比宗教來的更廣泛。他因此指出「宗教經驗」不過是各種超個人「靈性」經驗中的一種形式而已，宗教經驗屬於超個人「靈性」經驗，但並非所有超個人「靈性經驗」都屬於宗教經驗。事實上，在日常生活中一般人也會遭逢到「靈性」的衝突與矛盾，造成整個身心靈狀態的不平衡，故本文中所指稱之「靈性危機」或「靈性經驗」絕大部分並不僅指稱「宗教經驗」而已。

「神秘主義者在靈性大海中游泳，而精神分裂患者卻在其中溺水。」寇特萊特(Brant Cortright, 2003)指出正是這種內在經驗的混淆或重疊，造成大部分靈性危機的現象。他更進一步說明：許多人經歷到非比尋常的意識狀態，並不是罹患精神疾病，而是經歷進化的危機。如果自然發展過程的階段性困難得到適當的瞭解和治療，靈性急症的經驗，就能產生情緒和身心的療癒、富有創意的問題解決方式及人格的轉化，以及意識的演化。因此，靈性急症（spiritual emergency）雖然

代表一種危機，卻也可能是提升存在狀態的轉機（Grof, Stanislav, 2000）。

Grofs & Grof(Christina and Stanislav, 2003) 指出兩者狀況也可能發生在沒有任何誘發因素的情況下。通常當人們的情緒壓力過大、太過疲累、疾病因素、意外的發生、強烈的性經驗、生產、迷幻藥，或各種靜坐的不適作法，都可能產生超常意識狀態和強烈的知覺、認知與身心的改變，但並不是每一類的這種改變均屬於（靈性）相關的症狀所產生的；也有可能是大腦或其他器官功能失常或與身體系統的疾病直接相關。因此針對所有靈性急症的類型，基本上，我們可以將其視為深層潛意識和人類靈魂中超意識一整體意識連貫的外顯形式，無法分割也沒有明顯界限。Grof & Grof（2003）

對於經歷過類似瀕死、離體等超常經驗或見過小精靈、預知和心電感應等超感官知覺問題的人們（如個案們）而言，如何經過身心靈所產生之各個層面的衝突或生活上、精神上的困境並調適自己，從其中一連串的歷程中找到自己的定位與存在標的，是人生最重要的使命與任務。因此，當碰觸到「靈性」開展之際，個人面對著無論日常生活方面或心靈深處一連串幾近於「自我解構」等生命危機時刻，如何「重整自我」並因此發現「生命意義與完整」將會是很有意義的課題。針對這類生活上的劇變，有的歸之為與「靈界」或看不見的第三度空間的接觸；有的便視之為「意識的轉變」所產生的結果（寇特萊特，2003、葛羅夫，2000）。而一般的情況則將之視為是精神方面的疾病。諸如常被批判的：幻聽、幻視（vision）、躁鬱、精神分裂或多重人格等問題。

貳、超常經驗的分類

對許多有過「超常經驗」的人們而言，這個世界明顯的會與往常不同，但程度上的差別，則因個人的體驗不同而因人而異。李嗣涔（2004）在實驗多年的「手指識字」報告上也指出同一字對不同的人而言代表著不同的意境，有的只見發光但有的人則會看到叢山峻嶺。因此，傳統民俗上所稱的「境界」便有了實質的依

據。李嗣涔以不同等級的能力來指稱這種現象，他認為「能力」高低是影響其「功能人」的主要因素，也就是潛能發揮的「限度」。他最有名的個案是中日混血的 T 君，從小接受手指測字的測試與訓練，逐漸成長後便能從「天幕/目」中看到人影與動作甚至能與其交談。同一字由 T 君與其他小朋友相比較起來，T 君看出的範圍更廣更詳細，其他人則呈現要不模糊要不就只是線條的情況。這種情形，與林孝宗在其「自發功」(林孝宗，2003)一系列書籍中所提及的現象有類似的情況。差別在李嗣涔是以實驗室的儀器設備作例證，而林孝宗則是總匯練習「自發功」的人們身上所發生的現象與感覺。前者與國外行之已久的「超心理學」研究相關，後者則與坊間氣功、法輪功或其他民俗活動中所產生的現象相關。綜合來說，以不同的方式來詮釋相似的情況時，我們將發現人類潛能的無限與神秘。無論是透過宗教相關的禪修或靈修、心理學上的催眠或是觀想、醫學物理方面所做的「人體」實驗，殊途同歸的很多不可預知的「超感官」或「超個人」的體驗於焉而生。

超心理學將這類的經驗定義為 ESP (超感官知覺)，H. J. Irwin (1989)指出一般有以下幾種方式：

1.直覺印象 (Intuitive impression)

類似強烈的預感，說不上來但就是知道，是一種強烈且無法預期的情緒。但與所感知的人或情況有關。

2.幻覺 (Hallucinations)

以感官的形式接收到的幻覺；如感受到遠方親友的意外死亡等。

3. 成真的夢境 (Realistic Dreams)

有些會接收到清楚的、現實的心靈意象而非只是模糊不清的影子，通常之後會被証實為真。如，史維登伯格 (Emanuel Swedenborg, 1688~1722) 是有名的例子。

4.未成真的夢境(unrealistic Dreams)

有時候夢境未實現，甚至是以不同型式具象徵性的方式出現。

5.其他的現象特徵（Other Phenomenological Features）

還可分類為與當事人有密切關係的相關情況，還有事件對當事人的衝擊與影響等。

艾娃（2001）於「超心理學」中將「心靈力量」的歷史源流做了一翻深刻的探討；其中包含了遙感、遙視和能夠移動物體的特異功能者。寇特萊特則提出了被視為超個人心靈危機的困擾。「靈性危機」既然是人生某個片段的危險時刻展現，我們便不得不探討其對於個體精神方面所造成之種種的不便與誤解。因此，結合「超個人理論與心理治療」的方式，得相容並蓄，獲得一更完整的、更全面性的看法與解決之道。（寇特萊特，2003）

根據經驗的主要特徵，寇特萊特將其「靈性危機的種類」劃分為兩大類：一類牽涉到意識的改變，另一類則是向靈界開啓。拙火覺醒、瀕死經驗、合一意識、回歸核心而得到更新以及前世經驗是屬於第一類。有關本論文部分的内容則屬於第二類的經驗；分別有神通的危機、巫士的危機、通靈或與指導靈溝通、附身狀態以及遇見幽浮等狀況。但事實上，這兩者之間其實是息息相關的，無法清楚劃分的。

這些都有助於我們瞭解有關突破人體限制的「超常經驗」或 ESP（超感官知覺）。但事實上，就人類經驗歷程來說，無論是外在或內心各方面，其實是息息相關的，無法清楚劃分的。因為經驗會彼此融合並發展出多重面貌。

研究者經由個案身上發現許多類似或重疊的經驗，也因此更加確認本議題的可行性。心理學界將諸多原本被歸類為精神疾病的症狀，諸如常被批判的：幻聽、幻視（vision）、躁鬱、精神分裂或多重人格等問題，試著以不同的角度與視野來探究，便更能為那些介於靈性與疾病之間掙紮痛苦的人們多開了另一面向的可能。以下將詳述此兩類。

一、意識轉變

(一) 拙火覺醒 (拙火瑜珈)

寇特萊特 (2003) 指出「拙火覺醒」是指個體不論是經由靈修或自發的狀況，有身體脈輪被拓展，意識被重新的知覺面開啓。由於大部分人的意識受到相當的限制，脈輪的開啓會伴隨著意識的擴張，淨化相應於每一個脈輪的限制或雜質。因此，「拙火覺醒」主要是指「淨化」的過程。過程中猶如「燈火」被點亮；更如水流過大時，水管承受不住的亂轉亂跳的狀況，當一切的「抗阻」被疏通時，這些感覺便會停止。會突然出現的令人狂喜的視覺景像、意識的開展、喪失自我的階段、靈視等微妙的知覺，和感官的甦醒往往會使人迷惑，而會有不知身在何處以及不斷的疑惑。而此時對事物的敏銳，莫名的焦慮以及突如其來的劇烈肢體行爲，往往被視之爲精神方面的症狀。

葛羅夫 (Christina&Stanislav, 2003)、於「靈性急症：超個人危機的認識與治療」中詳述拙火覺醒可能伴隨劇烈的身體和心理表現，稱爲 *kriyas*，最特別的是強大的熱度和能量感，沿著脊椎向上流動，伴隨有震顫、抽蓄、激烈的抖動，以及複雜的扭轉動作。不自主的大笑、大哭、吟唱咒語箴言或歌曲，以舌音說話，喉頭發出噪音和動物的聲音，擺出自發性的瑜珈手勢 (結手印) 和體態 (體位法)，也都是很常見的情形。上述的情況通常可見於一般教會聚會場所，當教徒們因虔誠的信仰而十分融入時，某些人會有以上不由自主的反應。或是，如民間宗教所認定，某些「乩童」「靈乩」或「薩滿巫師」們於廟會或祭祀場所時，因「入神」(trance) 意識的轉換，會有類似的表現。研究者認爲此情況無法謹慎處理，則容易有身心方面的問題。正如寇特萊特 (2003) 所言，拙火覺醒最常被誤診爲躁症、焦慮疾患；而出現身體的抖動時，可能被視爲轉化症 (歇斯底里)。

(二)、瀕死經驗

這種經驗可能是非常值得肯定，使人覺醒的召喚，也可能是難以整合的經驗，使人產生極深的困擾。寇特萊特 (2003) 認爲這種經驗目前已很少被誤診，但仍常被視爲妄

想，特別是當事人在麻醉中出現瀕死經驗的情形。

(三)、合一意識

合一意識較接近宗教的經驗。個人的身分融入合一意識的神秘經驗雖然很少見，卻可能造成極大的迷惑，甚至使現世生活功能出現困難；或是難以為繼；無法與現世做連結，喪失日常行動或經驗。這種經驗好像自我喪失於「虛空之中」，同時喪失自我的生活功能；靈性傳統充斥許多聖徒或聖人的例子，在高等意識狀態失去日常功能。精神醫學體制常常把這種情形診斷為融合狀態、喪失界限、自我分裂或人格解離。(寇特萊特，2003、葛羅夫，2000)

(四)、回歸核心而得到更新(Renewal through Return to Center)

寇特萊特認為「靈性危機提」供一個較大的脈絡，認為精神病的歷程有可能具有療癒的作用。榮格式分析師派瑞，從超個人面向來解釋，歸因於這種情形為「核心原型的活化」。派瑞認為這種衝突原型形式「牽涉到光明與黑暗的力量，基督與敵基督或魔鬼，世界末日的善惡決戰，以及啓示錄」。最大的特點在於整個過程「充滿了倒轉過來的對立面」。Grof&Grof(Christina&Stanislav, 2003)認為派瑞的作法是瞭解在這種超個人／靈性危機中，「重演原型過程的意義」並以尊重的態度來面對當事人。寇特萊特(2003)則指出派瑞強調的觀點：精神病的療癒潛力是心靈藉著激發靈性我的原型、靈性能量，而企圖更新自己。

(五)、前世經驗

前世經驗可經由迷幻藥、催眠、呼吸工作等引發，導致當事人會產生經歷自己在不同時空、文化的另一種生活(寇特萊特，2003)。寇特萊特對這個過程的感受描述為：這些「記憶」的浮現本身可能使人擔心將要發瘋，而抗拒這些清楚的記憶可能又會創造更多的緊張。而這裡所提到的前世經驗造成的問題，研究者認為是指向現世與其他不同時期生命個體對當下生活的反應與感受，彼此之間的

混淆。有時候當事人會傾向保留在其嚮往的「前世」細節而忽略了或無法回歸到現實面（Grof&Grof，2003）。Grof&Grof(Christina&Stanislav, 2003)稱這種情形為受到「業力的干擾」。一般經歷這種過程的當事人對經驗的描述會認為「這些經驗非常真實，並會伴隨激烈的負向或正向情緒，以及強大的身體感覺」。雖然當事人也會認同事件本身仿若是從其記憶中擷取出來的。然而在經歷「前世事件」過程時，會使人突然瞭解現世生活中原本晦澀而難以理解的各種情緒、身心和人際關係而導致引發靈性的急症。依現代精神醫學來看，此類問題常被診斷為與精神分裂症或精神病相關的妄想或幻覺。（寇特萊特，2003）

綜觀以上的講法，研究者發覺所謂的超個人心理治療，企圖要將現有心理治療理論所無法包含的「靈性問題」作一整合，以現世存有的概念與疾病原型為依歸，找出各種徵狀的合理區分；並因此以相關資源來幫助擁有相對症狀的當事人。但研究者的疑惑卻是這樣的作法會不會是另一種「為賦新辭，強說愁」的作法。固然，由於喪失現世存有的概念，遭遇各種「靈性危機」的人們，會因為生活週遭種種不便而困擾，但這真的是需被治療的因素嗎？研究者疑惑為何社會上不能有專有名詞或派別專論此種現象，教導一般大眾認知、接納這種情形，以減少社會、文化或其他方面的潛在觀點與衝突，讓「靈性危機」不再是「危機」而是「過程」與「轉機」。

二、靈界

本文所探討的「超常經驗」大都與見到幽靈或於意識開展之際所見「非人類」有關。拜近日此類話題大開、無論是超心理學或超個體心理學皆有相關探究。

（一）、向靈界或微細界開啓

神通是能力的開啓，比如靈視、靈聽、心電感應、預知能力等等。Grof&Grof (Christina&Stanislav, 2003)認為這是一種（通靈的開啓）屬於超個人的特徵就是有許多超感官知覺（Extrasensory perception, 縮寫為 ESP）的呈現以及其他超心理

學表現。神通代表著可以聽見別人的思想或看見靈界的生命。神通能力是個人經驗的主要特徵，當無法整合這些能力，導致行為和情緒無調合時，就會造成問題。聽見別人的思想或看見靈界的生命，代表著平常的自我與他人界限的消失，會覺得自我好像四分五裂。神通能力在現代精神醫學最常被診斷為妄想或幻覺。

(二)、巫士的危機

許多文化和時代中巫士都起於一次旅程，被人類學家稱為「巫士之病」，一種進入超常意識的劇烈過程，代表著一趟心靈的旅程，準備開始進一步的學習。巫士的危機在現代精神醫學上被診斷為精神分裂症或憂鬱症。

(三)、通靈或與指導靈溝通

目前最受矚目的話題也是「超個人心理治療」意欲探討的話題。寇特萊特（2003）指出自一九八〇年代起，通靈突然受到傳播媒體的注意和炫耀。透過靈媒或通靈者與超越形體的生命接觸，透過心電感應，或陷入恍惚(事後通常都不記得發生什麼事情)，接收的訊息被大聲說出，或是被通靈者記錄下來。超越形體的生命被視為介於轉世之間的人類、更進化的生命、神祇或其他星系的外星人

根據上述，研究者認為這中間必須謹慎判別。因此，寇特萊特（2003）強調資訊的來源並不因為沒有形體，就必然是開悟、進化或擁有特殊知識的生命。也因此，這些經驗，不論是透過通靈或是接觸具有教導或保護功能的「指導靈」，如果當事人無法將之和日常生活整合的話，就會引發靈性危機。聽見聲音和看見靈體可能被解釋成發瘋的癥候。最常被診斷為精神分裂症或多重人格疾患。

(四)、附身狀態

與通靈最接近的經驗，屬於最怪異的靈性危機。有時我們會看到純屬精神病

的現象，有時會看到純屬附身的狀態，而有的時候可能看到兩者的混合，既是精神病又是附身（寇特萊特 2003）。這種現象，Grofs（Christina&Stanislav,2000）認為除了在生活中自然出現的情況外，也有可能發生在參與「體驗性心理治療，迷幻藥治療」的背景下產生。而大多數的宗教團體會有「驅魔」的儀式，藉此趕走入侵的靈體，並警告被附身的危險與不可行性。寇特萊特(2003)認為從現象學來描述附身的現象，將之詮釋為精神疾病的癥候。一般被診斷是多重人格疾患、轉化症和精神分裂症。

（五）、遇見幽浮

遇見幽浮或被綁架，這個主題在其他形式的神通能力都可被描述，比如巫士的危機、附身和通靈。遇見幽浮的經驗最常被診斷為妄想或幻覺。大部分靈界危機都有接觸超越形體的生命(有些友善，有些具有敵意)、受到攻擊、被帶到另一個領域、暴力的折磨、肢解、死亡、轉送到另一個更高的領域、回到地球。

以上這五種靈性危機，也許只是向靈界開啓的單一過程中的不同表現罷了。寇特萊特（2003）認為當意識向內在世界覺醒時，自然會有當下的現實經驗到底發生在哪個層面的困惑。靈修者要經過多年的努力訓練才得以找出貫通各種介面經驗的方式。在一般人自發的覺醒，如本文中將探討的個案們或是一些心理較脆弱的人，很容易產生內在經驗的困惑，覺得難以控制。當事人會以自己慣用的象徵系統來解釋自身的經驗，對於尚未發展內在生命，以及內在經驗突然強烈打開的人，實在難以區分到底是內在或外在的經驗（如 Angel 的疑惑）。

然而個人的創傷如何造成較脆弱的內心結構，以至於個體的界限較容易穿透，而向潛意識的力量或靈界經驗打開呢？什麼部分是純屬精神病理和潛意識的想像，什麼部分是沉浸到集體潛意識的原型世界呢？個人潛意識和集體潛意識有什麼關係，而這兩者又如何向微細的內在次元與靈性經驗開啓呢？以上皆是有待探討的問題。

第三節 超心理學

超心理學史中，除了最早可溯源自人類早期歷史中，可以見到各類的超自然經歷的描述外，對於現代社會裡，某些原始部落民族依然保有令人印象深刻的擁有現代人們所難以想像的超能力，如心靈感應、超視覺、預感、超自然治療等。也因此不難想像更早時期，在文字尚未普遍的各「文明」民族的早期，也有這樣超能力現象的存在可能。(楊惠宇，2007)

壹、早期知名人物

歷史上有以下三位人物最具知名度。這三位人物的代表性在於他們能力的展現是非關宗教性的靈修，屬於個體潛能的自發性發展與本論文主題相關。

首先是舉世轟動的法國預家諾查丹瑪斯(Nostradamus,1503~1566)，在 1555 年出版著名預言詩集 *Les Centuries Astrologiques*(英文本則名為諸世紀，*Centuries*) 成為歷史上有名的預言家。他的預言甚至跨越二十世紀。

十七世紀修士約瑟夫 (Joseph, 1603~1663)，來自義大利。在當時便以擁有超能力著稱。他最為人知的超能力為人體飄浮 (Levitation)。除此，據傳他具有心靈感應能力 (Telepathy)，往往能知懺悔者的內心想法；同時也具有遙視 (Remote Viewing) 能力，能找到遺失的東西。但真正撼動人心的是他多次的白日公開的飄浮現象。羅馬宗教法庭 (Inquisition) 因此公認他的事蹟並記載。

瑞典著名的異能者史維登伯格 (Emanuel Swedenborg, 1688~1722)，則是另一位傳奇人物。他本身學養豐富，無論天文、地理或哲學、宗教、物理化學、機械、礦物等，都難不倒他。但他另一方面的才能同樣出眾，他的透視能力

(Clairvoyance)，以及與往生者溝通的靈力 (psychic)，被譽為十九世紀中葉通靈運動的先驅，關於他的透視能力，1759 年 9 月底史維登伯格在哥德堡 (Gothenburg) 參加一個為他舉行的招待會時，突然進入出神狀態，並「看到」遠在 300 英哩外的斯德哥爾摩發生大火，事後證明發生大火情況與史維登伯格當時

描述的完全一致。由於當時有好幾位知名人士在場，此一透視力具有很高的公信力，此事件也引起德國哲學家康得（Immanuel Kant,1724~1804）的興趣並請一位朋友去調查，事後他對史維登伯格的天賦描述為「超出了一切懷疑的可能」。康得甚至為此書寫了一本相關著作：「通靈者之夢」。此書被譽為康得寫作觀點由非批判發展至批判觀點的一個轉捩點。

史維登伯格另一個特異功能，那就是來自靈界「直接聲音」（Direct Voice）的聽寫。史維登伯格晚年曾從心理學的角度對《聖經》提出重新解釋並有相關的神學著作，不過他卻自己承認：「我只是一個秘書，我所寫的是我靈魂所得到的口授。」換言之，這些作品有可能是，源自於靈界或他和靈界的交談所產生（楊惠宇，2007）。研究者認為，史維登伯格的現象指出人類天生的能力展現，未必須經由各宗教派別的訓練與啓發或其他的管道獲得，正如同本文中研究參與者的表現。

貳、梅斯麥術和通靈術

雖然由於理性主義的抬頭，科學界與學術界也因此不再熱中於心靈力量或超自然現象的研究。基於對心靈現象的熱衷，梅斯麥術（即催眠術）和通靈術興仍崛起於 18 世紀的歐洲啓蒙運動（The Enlightenment）和無神論(antitheism) 主流於科學界與學術界的時代。

一、梅斯麥術（催眠術 1750~1850）

梅斯麥術(Mesmerism)影響深遠與廣泛的人體功能現象研究，是今日催眠術的前身。他發現宇宙間存在著一股能量，這種能量瀰漫於全宇宙中，同時它也遍佈於人體身上，並與人體的健康息息相關。他將此能量稱為「動物磁力」（animal magnet），在 1778 他與德埃思隆醫生（Charles d' Eslon），建立了一套醫療方法用來治療病人。他們最初是使用實質的磁棒作為導引能量器具來替病人治療，後來

又發現不用磁棒而僅是利用雙手，徒手觸摸或滑過病人身體也同樣具有醫療效果。由於病人增多，他們創發了集體治療法，亦即在一個木桶中裝滿磁化水，讓病人們坐在木桶四周且手握著連結磁化水的磁棒，配合著柔美的音樂，治療師只要依次用手觸摸病人的患病部位就可達到療效。

由於有些患者在手術的過程中，會進入一種後來稱為「被催眠」的狀態，並能表現出令人驚奇的超能力。這些能力包括心靈感應、超感視覺，與偶發的心靈致動(PK)現象等。半個世紀後，英國醫生佈雷德(James Braid, 1795~1860)與，法國著名醫生也是科學院院士的夏爾科(Jean Martin Charcot, 1825~1893)兩人的研究，奠定了催眠術的理論基礎。

佈雷德將梅斯麥術更名為「催眠術」(Hypnosis)，他認為梅斯麥現象是治療者對患者給予暗示下所產生的一種被動睡眠狀態。而梅斯麥術所引發的超能力現象則被命名為「更高現象」(higher phenomena)。夏爾科運用催眠治療歇斯底里症，療效相當顯著，並且發現如果暗示本來健康的被催眠者有歇斯底裏症，則這本來健康的被催眠現象解釋為「心理被誘發的歇斯底一癲癇形式」。由於夏爾科的威望與嚴謹的研究成果，法國科學院於 1882 年正式認可催眠術是一有效的治療行為，隨後，各國科學界也紛紛認可了催眠術。(艾娃，2001，楊惠宇，2007)

(一) 埃瑪 (Emmal)現象

催眠術盛行時，人們發現因施行催眠術而產生的超常現象也十分引人注目。最著名案例當屬英國的哈多克 (J.W Haddock)醫生與其受試對象女家僕埃瑪 (Emmal) 因催眠引發超能力而受公眾注意的故事。1848 年 12 月哈多克的鄰居有一盒子被偷而請求協助。在哈多克為埃瑪催眠後，埃瑪正確描述了盒子原先放的位置、裡面裝的東西，並描繪拿走盒子的人，這位鄰居立刻知道是誰，為慎重起見，鄰居並要求埃瑪看一下那人住家門牌上的名字，雖然埃瑪不識字，卻也描繪出了那些字母(儘管畫出來的字母是反的)，後來那人承認偷了盒子。1849 年 9 月

則使哈多克與埃瑪更出名，甚至是登上泰晤士報。一家公司的出納員於該年 7 月將數張共計 650 磅(當時是一筆可觀數目)支票存入銀行，五周以後卻發現銀行帳戶中根本沒有紀錄，銀行經理堅決否認有收到這筆錢，於請求哈多克大夫協助。在第一次催眠中，埃瑪正確說出支票張數與每張票值；第二次催眠時，埃瑪說這些支票是在銀行的一個地方，被放在紅色皮夾子，並與其他紙包在一起。後來果然在銀行裡被找到，而放的地方也與埃瑪形容的完全一致（楊惠宇，2007）。

其實埃瑪現象證實了人類心靈能力的無遠弗屆，證諸本文個案們的現象得知，當意識狀態改變時，各種潛藏能力因此被發現。

二、通靈術 (1850~1882)

(一) 福克斯(Fox)姐妹

1850 年代開始興起的通靈術 (Spiritualism) 運動，起因出自福克斯 (Fox)家的兩位小女孩。姐姐 14 歲名瑪格麗特 (Margaretta)，妹妹 11 歲名凱特 (Kate，是凱薩琳 Catharine 的暱稱)。該年 3 月 31 日晚，兩姊妹突然聽到不明敲擊聲，由於聲音不規律，出聲也忽前忽後，於是姊妹給它取名為「快腳先生」(Mr. Splitfoot)，並開玩笑拍幾下手後，要求快腳先生一起這樣做，沒想到「聲音」立刻也敲擊出同樣數目的聲響，隨後姐姐也加入遊戲中，拍手並數一二三四下，「聲音」竟也照著節拍敲打回應，此時福克斯太太問「聲音」說：「你是人類嗎？」但並沒有回音，於是又問：「你是精靈 (spirit) 嗎？」響起了兩下敲擊聲，於是他們開始問問題，約定以兩敲擊聲代表「是」，沒有回音代表「否」。幾週之後，他們又改以唸字母的方式對應，當有敲擊反應時便記下該字母，於是拼出了一些具有意義的詞句，而得到所要問的問題答案。

後遺症

在此同時，歐美各地靈媒 (mediums / psychics)的通靈現象也相繼浮出檯面，其所顯示的超能力也越發的豐富，如物體飄浮、自動書寫、遙視、遙診、搬運、異語 (Xenoglossy)及顯形等，在眾多靈媒與所產生的現象中，肯定必有假冒、捏造的成分。不過，如果要說所有靈媒與其現象都是假冒與捏造，則似乎更加的困難。

(二) 靈鏡 VS 心靈力

此時期較值得注意的是「靈鏡」(spirit-scope)和「心靈力」(psychic force)的出現。「靈鏡」是由美國化學家海爾 (Robert Hare, 1781~1858) 所設計的，主要是用來觀察靈媒通靈現象的，這也可算是最早進行的心靈致動(PK)受控實驗。海爾的本意是爲了以科學名義公開譴責通靈術者，然而結果卻正好相反，海爾不僅相信靈性力量的存在，更令人意外是他發現自己也具有與死後續存者 (Survival of Death) 聯繫的通靈能力。當然批評譴責隨後而來，不過海爾對其堅持從未後悔過，1855年他將研究內容寫成《表明了神靈存在—祂們與人們交流的神靈現象之實驗調查》一書，作爲他對通靈術研究的肯定成果。海爾的現象與當今 Uri Geller 的狀況類似。這也可用來說明「超常能力」的特性。Geller 公開的表演曾因此啓發了無論是現場的觀眾或是透過電視銀幕觀賞表演的電視機前的觀眾；這當中居然有人因此而開發了他們的超常能力，同時也具備有彎曲湯匙的能力。而這能力本來是 Uri Geller 當下所展示的。當海爾契而不捨的探究通靈能力的真偽時，直到他自己也經歷了相同的事件時，自然對此現象信服。英國化學和物理學家克魯克斯(William Crookes, 1832~1919)，由於調查通靈事件，他對所看到的現象感到信服並認爲是自然界中一種尚未被認識的力量。他稱此力量爲「心靈力」(psychic force)。

三、佛洛伊德(Sigmund Freud)與榮格(Carl Gustav Jung)

心理學家佛洛伊德(Sigmund Freud, 1856~1939)，是精神分析學派(psychoanalysis)創始人。早年曾進行過催眠術的研究，對超心理學研究很有興趣。有兩篇文章可以證明他對超心理學的興趣與用心。一為《精神分析與心靈感應》專論心靈感應現象，另一篇則是《夢和心靈感應》。

而心理分析學派創始人榮格(Carl Gustav Jung, 1875~1961)對超心理學的貢獻和影響顯然要比佛洛伊德大許多。根據「榮格自傳」中的描述，他自小就有心靈感應、離體、預見、自動書寫等超自然經歷。對東方哲學十分感興趣，曾把中國的《易經》(I Ching)推廣至西方文化界。榮格推廣佛洛伊德的「無意識」概念而將之達到更深廣的領域。他的兩個概念對超心理學研究頗有建樹：一是「集體無意識」(collective unconscious)，存在於佛洛伊德「個人無意識」的更深層，此概念被用來解釋為人類全體普遍存在的共同先天屬性，(如明顯完全不同的個人之神秘或宗教經驗，卻是具有普遍的相同屬性特徵)；另一是「同步」(synchronicity)，指兩個同時正在進行的現象間的應該，存在某種相互之聯繫的概念，則被用來解釋超感知覺力和心靈致動現象。

榮格曾舉二例說，他與一位病人在林中散步，病人向他講述夢見一隻狐狸時，恰有一隻狐狸經過；另一次病人向他講述夢見金龜子時，一隻金龜子恰撞擊在窗玻璃上，榮格認為這絕不是巧合，他說：「我們在廣闊的世界中，並非是相互隔絕的存在，而是在一個深層的、有意義的水準上相互聯繫著。」(艾娃，2001)。

肆、心靈學 Vs 超心理學 Vs 超自然

大英百科全書將「超心理學」定義為「針對超自然的(心靈的)或超常現象所做相關的科學研究」；而「超心理學會」則認為本學科是從事「針對不尋常現象所從事之科學的或學術上的探討」。

「超心理學」(Parapsychology)一詞最早是德國學者德色爾(Max Dessoir 1867

—1947)提出來(艾娃, 2001, Encyclopedia of Occultism & Parapsychology, 2001)。而對於心靈現象的研究, 則引自德文 (Parapsychologie) 一詞的「超心理學」, 意思是指將「心靈研究」作為一門學問, 並指出其雖和心理學有關, 卻又超出了普通心理學的範疇的涵義。儘管「超心理學」一詞往往會使人誤解其同心理學相關, 甚至有可能誤認為其為心理學的支派, 而本身字詞上並未能顯出該學科本身所牽涉的廣泛與複雜性, 然而在沒有更合適的名詞代替以前, 超心理學一詞也就被研究者約定成俗的使用下來(楊惠宇, 2007)。然而也有些學者認為, 基於「超心理學」一詞可用來指稱與人體有關的超心理學現象的受控實驗研究(laboratory research), 而對與人體有關的超常現象的現場調查研究(field research), 則習慣上仍稱之為「心靈學」研究(艾娃, 2001)。而所謂「心靈學」, 源自 1850 年代靈媒、通靈會運動興起之際。人們慣以「靈」(spirit), 或「通靈」(spiritual) 兩字來稱呼。到了 1866 年, 法國著名的天文學家弗拉馬裏翁 (Nicolas Calmille Flammarion, 1842~1925) 首先引用了希臘文「psyche」(靈魂或心靈) 來表述現象, 而使「心靈學」(Psychic) 這一名詞漸為學界所認知及採用(楊惠宇, 2007; 艾娃, 2001)。Irwin 則是認為「超自然」並不一定等同超心理學; 雖然超心理學家研究一些超常的經驗, 但即使連 ESP 超感官經驗 都僅止於稱為「超越心理學的」的當下, 並無一定的明確關聯, 可將超心理學等同超常事件的研究。而在近年來超心理學研究中常出現的另一詞語「Psi」(音「賽」), 是曾任心靈學研究會主席的英國心理家索勒思(Robert Henry Thouless 1894—1984) 於 1942 年提出來的, 他用希臘文「Psyche」(意思是「靈魂」或「心靈」)一詞的第一個字母 ψ (英語發音為 psi) 來總稱「超感覺(ESP)」和「心靈致動(PK)」這兩種超心理學研究內容(艾娃, 2001)。

伍、超心理學的範圍

超心理學的研究範圍包含, 是針對人類自身無論是身體及意識乃至靈魂層面, 所產生的一切所謂「異能」(sensitive) 現象所進行的研究。歷代以來針對超

心理學研究的學者，幾乎無可避免的會面臨回答兩個基本問題的困難與挑戰，一是人類是否尚未被充分認識的可用於意識、資訊交流、行為的超常能力和潛能。二、這些能力是否能夠，甚至在肌肉和神經的機能停止後繼續發揮作用。也就是說，在人體死亡後，人類還有某些可能繼續存在的可能性嗎？因此，超心理學被界定為探討「人類功能」的各項研究。針對上述的兩大研究核心，超心理學以兩個不同層面的歸類作為回應。第一類「超感覺(Extrasensory Perception，縮寫為 ESP)」及「心靈致動(Psycho-kinesis，縮寫為 Pk)」的研究被用來說明人類未知的各種潛能與超常能力，而針對人類肉體死亡後，繼續存活可能性的研究則被稱為「非肉體存在(Discarnate Entity)(艾娃，2001)，除了超感官知覺(ESP)、心靈致動／念力(Psychokinesis)以外，其他相關如Psi、喧嘩鬼(poltergeist)、瀕死經驗(Near Death Experience)、離體(Out of Body experience)、幽靈(apparition)、輪迴轉世(reincarnation)等亦是超心理學探討的核心(Irwin: An Introduction to Parapsychology :Content Vii)。周建(1994)指出在國內習慣將超心理學譯為靈學(psychical research)或心靈學，認為這個學科較具有神秘色彩，其主要研究範圍環繞在靈異現象(psi phenomenon)方面，因此超感官知覺(ESP)、招魂術(spiritualism)、心電感應(telepathy)、千里眼(神眼通)(clairvoyance)、神耳通(clairaudience)、念力(psychokinesis)、先知(precognition)、喧嘩鬼(poltergeist)、鬧鬼(haunting)、幽靈(apparition)、自動書寫(扶乩、飛鸞)(automatic writing)、靈媒射體(ectoplasm)等均含括在內。

除了上述基本研究內容外，超心理學還無可避免地要對產生這些現象時的人類的意識狀態，即人體進入意識狀態改變如催眠時所產生的超常能力時的狀況加以瞭解，因此「被改變的意識狀態(Altered States of Consciousness，縮寫為ASC)」，自然也成為超心理學研究的內容之一(艾娃，2001)。但一些與人類能力無關的神秘或超常(paranormal)及超自然(supernatural)之現象，如不明飛行物(UFO)、百慕達三角等，一般被排除於研究範圍以外(艾娃 2001；楊惠宇 2007)。

陸、分類

綜合以上的研究，「超心理學」可概分為以下四大類型：

(一)「超感應力」(Extra-sensory Perception, ESP)

人類各種的超感知覺力，如心靈感應(Telepathy)、透視(Clairvoyance)、遙視(Remote Viewing)、預知(Precognition)、溯知(Retro-cognition)等均包含在內。

(二)「心靈致動」(Psycho Kinesis, PK)

包括各式各樣的念力展現，如思維成像 (Thoughtography)、飄浮 (Levitation)、顯形 (Materialization)、搬運 (Apport, Deport, Teleportation)、超自然治療 (Paranormal Healing)等。

(三)「非肉體存在」(Discarnate Entity, DE)

如瀕死經驗 (Near-Death Experience, NDE)、離體經驗 (Out-of-body Experience, OBE)、靈體投射 (Astral Projection 分身)、附身 (Possession 或 Obsession 中邪)、死後續存 (Survival of Death) 的訊息傳遞及顯影 (Apparition 幽靈)、轉世 (Reincarnation)等一切非物質性的精神力量或狀態。

(四)「意識狀態改變」(Altered States of Consciousness, ASC)

包括夢境 (Dream) 研究、精神病態 (Psychopathy)、致幻藥物 (Magical Drugs)、靜心 (Meditation)、催眠 (Hypnosis)等。(楊惠宇, 2007)

以上四種分類中，除了第二類的「心靈制動」不屬於於本論文探討的範圍外，其他三種分類項目，本論文中的個案或多或少均有類似或相同的經驗。

第四節 超個人心理學

「超個人心理學」(Transpersonal Psychology)的發展在人本心理學之後並被稱為心理學的第四勢力。馬斯洛於其「存有心理學探微」(Toward a Psychology of Being)再版時序言「超個人心理學」為「超人本」：

我認為第三勢力心理學的人本思潮只是過度性的，為更高的第四心理學，及

超個人或超人本心理學鋪路，它以宇宙為中心，不只注意人性需求或興趣，它超越人性、自我與自我實現的觀念...人若缺乏此超越的層面，就會生病、變得殘暴、空虛，無望，冷漠。(李安德，1992)

隨後，為考量並指出一個新的概念、新趨勢，可包容更高層次本性或潛能，同時也具有佛洛伊德的深度，他因此稱之為「高度心理學」、「第四勢力革命」或「第四心理學」。

蘇提渠(Anthony J. Stich, 1907-1976)也贊成以「超個人」一詞代替「超人本」。他逐漸發現人本心理學典範的限度，同時也認為人本取向的觀點不夠強調人在宇宙中的地位，而自我實現的觀念也不足以包含一切。他於是在1968年第一期的「人本心理學雜誌」上宣稱「心理學的第四勢力，及超個人心理學正在形成」。(引自林淑理，2007)

定 義

寇特萊特(2003)，引自韋伯大字典說明「超個人」(Transpersonal)中 trans 所具有的「超越個人」的特性與「跨越」雙重含意來解讀。寇特萊特(2003)將兩種意義結合之後，「超個人」的意義涵蓋了「個人」和「超個人」的兩個層面。所以超個人心理學不但研究靈性如何在個人身上表現，也研究自我的超越。因此「超越個人」的定義被擴大了，不再僅只是包括超個人的內容(如神祕經驗、超常意識狀態、拙火經驗)、各種超自然現象(如超感官知覺、靈視、通靈、心電感應)等經驗。

陳玉璽(2004)則由兩個面向來探討「超心理學」的背景與內涵：一、人格心理學，這是由馬斯洛(Abraham Maslow)、羅傑斯(Carl Rogers)等人所帶頭開拓的超越人本心理學的新領域。強調人具有「超個人」的精神需要；人需要超越狹隘的「自我」界限去追尋生命的價值與意義。二、向以著名思想家肯韋伯(ken

Welber) 爲首的「意識心理學」研究。超個人心理學經由三個次領域擴大意識研究(Consciousness Psychology)的領域：一、意識狀態(Alter State of Consciousnes)的多元性及可轉換性，這個概念是由美國心理學之父，威廉詹姆斯(William James)提出。二、意識系統結構的研究。在宇宙結構中，任何事物都具有全(整體)和子(部分)的兩種性質，合在一起稱作「全子」(holon)。而「全子結構」實際上是一種意識系統的結構。三、意識進化的研究。宇宙整體具有自我超越(self-trancendence)、目的性(telos)和方向性(directionality)等進化動力，非如達爾文所謂的隨機、偶然和盲目的勢力所促成。

歷史文化背景

李安德(1992)特別指出「超個人心理學」繼行爲學派(第一勢力)、心理分析學派(第二勢力)及人本心理學派(第三勢力)之後蓬勃發展的歷史文化背景，共有 1.一九六零年代自戀型文化，2.對於純物質以及科技發展不滿心理，3.存在主義，4.迷幻藥的文化，5.馬斯洛的高峰經驗，6.東方文化與傳統的出現。7.新物理學的出現等因素。

其中迷幻藥文化涉及到美國青年於六零年代以暴力反對越戰，選擇以反文化的嬉皮生活方式來表現，很多年輕人選擇迷幻藥，藉著進入「變異意識狀態」來逃避現狀並沉浸於類似高峰經驗與超個人經驗的幻境。李安德(1992)認爲迷幻藥的流行，不僅引發心理學家對各種意識狀態的研究，同時也因此對超個人或超越性意識境界大感興趣。

至於東方文化的傳統與魅力方面，李安德(1992)則認爲東方心理學最早由榮格(Carl Jung)引進，阿沙鳩裏(Assagioli)的心理學則融合了印度瑜珈的觀點。其他如 Carl Rogers、完形治療創辦人 Fritz Perls、Sutich 及馬斯洛等人也深受東方心理學的影響。由於亞洲心理學偏重於靈性的修持或超個人的心境，這新思潮帶給了西方文化很大的衝擊。這些開拓了西方心理學家的視野，認識到了不同評斷人

的價值體系，認識到自我為超個人整體的一部份並找到了心理學的新典範。其中，藥物、冥想、瑜珈、高峰經驗和各種靈性修持所帶給人們的經驗十分相似於「神祕經驗」，於是心理學又開始研究宗教的或是自然的神祕經驗，使得神祕經驗心理學也成爲一門學問，與宗教心理學有密切關聯。李安德本人特別欣賞孔子的一段話：「**吾十有五而致於學；三十而立；四十而不惑；五十而知天命；六十而耳順；七十而從心所欲、不踰矩。**」他認爲儒家在完成了前階段人本心理學家所關注的「自我實現」後，另一個超越生活層面的要求，將個體的關懷帶往超個人的境界。心理學家 Levinson 更在其著作” The Seasons of a Man’ s Life” 中以超個人的口吻重述這句話的精髓：「我與上天，也就是與生命和死亡，與個人價值的終極根源，與自我建立起一種新關係；由此我獲得了新的靈性自由，超越了慾望與倫理、社會與自我之間古老的對立。」（李安德，1992）

談到高峰經驗的影響，馬斯洛的學說是不可或缺的。馬斯洛認爲所謂的高峰經驗是一種「神入」或「忘我」的境界：在某一瞬間，時間、空間與自我感均消失的狀態下，人感到突破「小我」的限制，剎那間融入了美的本身或浩瀚的宇宙中與更大的存在融爲一體，似乎嘗到無限的滋味，以及隨之而來的解放、拓展、寧靜與喜悅。這種感覺與日常經驗截然不同，並不會隨著回到現實狀況而消失。相反的，因爲美好的感受經驗，促使人們能以永恆的角度來觀看自己與他人、世界並覺得生命充滿了意義的狀況是屬於超個人經驗的一種現象。高峰經驗在一般人的生活中也常發生，因此引發心理學家研究興趣。（李安德，1992）

代表人物

一般談論到超個人心理學的代表人物時，除了馬斯洛、羅吉斯（Carl Rogers, 1902-1987）外，不能不提及最早探討意識的詹姆斯（William James, 1842-1910）以及第一個使用超個人潛意識這個辭語的榮格還有之後的捷克醫生葛羅夫及威爾伯（Ken Wilber, 1949--）等人。

詹姆斯曾於其「心理學原理」(Principle of Psychology)提及「意識流理論」。更於其所著作的「宗教經驗之種種」(The Varieties of Religious Experience)中，提及許多超個人經驗。(林淑理，2007)

榮格心理學研究的對像是心靈（他將靈性、靈魂與心理視為同義詞），是由意識、個人潛意識與集體潛意識三層面所構成。他認為自我(Ego)是意識的中心，在個體化（Individualization）過程，成熟的自我繼續發展，表現出超個人傾向，自我超越的個人會傾聽真正自我(Self)的聲音。(Sundberg&Keutzer, 1984，引自林淑理，2007)

馬斯洛是人本心理學及人類潛能運動的首要推動者。早在六零年代末期，他便逐漸意識到人本主義典範的限度，開始探索起學院心理學一向忽略的靈性層面。而到了1969年更修正性的發表了「Z理論」（最高需求－超越性或靈性）只因爲他意識到人有超越的本性，是人存在本質的一部份，缺此即不再是完整的人性。因此他認為人需要超越自我、超越自我實現，需要「比我們更大的東西」。陳書凱（2004）肯定馬斯洛心理學思想的開放性，雖然他並未指出「比我們更大的東西」是什麼。但由於馬斯洛的態度，陳書凱認為其人本心理學是一種具有終極關懷的心理學，一種通向心理學的橋樑，也是通向信仰廣義上帝的橋樑。(引自林淑理，2007)

羅吉斯重視人的宇宙性，認為個體意識指是宇宙意識的一部份。他認為人的核心根本上是超越性的，因此他十分肯定人類的「靈性本質」。葛羅夫是以研究迷幻藥聞名。他在自己於1978年成立的國際超個人學會（ITA）中，以稱為回歸呼吸訓練（Holotropic breath-work）的心理治療方法，運用變異意識狀態（Altered State of Consciousness）來達到治療目的。威爾伯則認為，天地萬物本就息息相關、渾然一體，但人類有了意識後就在範疇間劃定界線而互相孤立或對立，個人的內在經驗也因此常支離破碎，各種經驗彼此否定，而生活於衝突中，種種界線造成的障礙是痛苦的根源。他因著作意識光譜（The Spectrum of Consciousness, 1977）及事事本無礙（No Boundary, 1979）被譽為「意識的愛因斯坦」。(林淑理，2007)

五個特點

林淑理(2007)認為超個人心理學的有以下幾個特點：1.人的本性主要是靈性的；2.人的意識是多元的；3.人的內在生命是智慧之源；4.探索生命意義是重要的；5.靈修之路是多樣的。而超個人心理學研究特色則包含有超個人經驗、人的成長、意識狀態、靈性探究、靜坐修練以及瀕死經驗等主題。其中最值得探討的是超個人經驗、意識狀態以及瀕死經驗等與本論文密切相關的研究。

超個人經驗很多，有些是生活中常發生的。高峰經驗、高原經驗、人為幻覺(Psychedelic experience)、宗教經驗、超越性靈感、轉變經驗(Conversion experience)、冥想經驗、蒙召經驗、神祕經驗與瀕死經驗皆是超個人心理學家感興趣的研究項目。雖然，費若奇(Piero Ferrucci)認為驚奇、確實、智慧、合一、普遍性與社會關連為這些經驗所具有的共同特色，但並不是每種超個人經驗都同時具有這些特徵。(引自林淑理，2007，費若奇, 1990)

超個人經驗常會打破原有心智結構，出現令人嘆為觀止的景象，在驚奇之虞，它會改變與其接觸的人，影響個體生命的每一層面。而人一但超越自我界線，就能看見事務的普遍性，這是真正的淨化。而超個人經驗會超越經驗者本身，向四周擴散，帶給予它接觸的人強烈而深刻的好影響。(李安德，2003a)

心理學之父詹姆斯強調，我們平時醒著的意識，只不過是意識中的一環而已。意識狀態(State of Consciousness, SOC) 包括神秘的、靜坐的、白日夢、引導式白日夢、晚上做夢、夢遊、喝醉、人為幻覺、瀕死經驗、靈魂出神、催眠與高峰經驗等等。李安德(1992)超個人心理學家不僅研究提昇意識狀態的技術，同時也關注正常生活中的神聖經驗。真正進入心靈領域的人不再使用迷幻藥，而是追求精神之路，因最終需要面對與改變的是我們日常的意識狀態。(林淑理，2007)

超越性需要的滿足，可以產生避免疾病，並達到最充分的人性或成長的作用，如果被剝奪，可能導致心靈失調，引起超越性疾病(Mtaphology，靈魂病)。(李安德，1992，劉燁，2006) 陳玉璽(2004)則認為更根本的原因是：「(超個

人)的心靈需求受挫，導致生命意義的失落、精神價值的淪喪以及異議治療學所謂的「存在空虛」(existential vacuum)。」而導致憂鬱症和焦慮症等各種精神官能症和情緒困擾。



第三章 研究方法

第一節 詮釋現象學研究法

壹、研究方法論的選擇

質性研究中所強調的是貼近現象或經驗的真實，所以能捕捉被研究者的觀點。私密的經驗一旦面臨被解讀的處境，研究者與研究對象彼此之間的信任感與瞭解是個重要的關鍵，而要如何能確實且詳盡的將內容呈現，以質性為主的研究方法中，詮釋現象學是其中的一種最為貼切並傳達本論文意旨的研究方法，因為，詮釋在某種意義上就是一種說話形式（Richard E. Palmer, 1992），也是一種表達方式。

身處於社會群體之中的人們，生活行為之間的重點乃是解釋與理解，因為每個人無時不在解釋和判斷自己與別人的行為、經驗，此種解釋研究的焦點是在於探討扭轉、塑造個體生命意義的深刻生命經驗（Denzin, 1999）。

然而，人與人之間的相互理解要如何實現呢？狄爾泰認為人文科學所研究的心靈（mind, Geist），最重要的便是那活生生的經驗，若要瞭解他人，則需藉從背後隱藏的東西來詮釋其外在表現，如此做是由「讀」他人，並在他人的「裡面」重新建構我們的內在經驗，因此所謂的瞭解，便是「在汝（Thou）裡頭去重新發現我」（舒茲，1991）。

舒茲則指出人在社會組織及文化歷史的自然環境中，能透過間接經驗（身體動作、身體事件、語言）的知識與他人進行理解、相互交流，並建立意義共用的世界。雖然交流者和闡釋者的解釋系統不可能真正達到完全一致的狀態，不過，成功的相互交流可藉由立場相互轉化的觀念化、相關系統耦合性的觀念化以及共同的抽象化概念、標準化用語，而能夠將直接生命支柱的傾圮，體驗的私人世界置於和他者共用的共有世界之中（圖姆斯，2000）。

因此，藉由與研究對象之間的互動與溝通，研究現象整體脈絡之背景及了解

其重要意義。因此，藉由與研究對象之間的互動與溝通，研究現象整體脈絡之背景及了解其重要意義。由於本研究探討主軸，符合詮釋現象學所關心的人類生活經驗中可能存在的深層意義，於是研究者選擇採用詮釋現象學中的尊重、開放性的對話以及互為主體關係之態度，運用質性研究中的深度訪談方式進行對個案超常經驗之敘說與詮釋，而理解及解釋其生活經驗的本質與本質背後所隱藏的深層意義。

貳、現象學、詮釋學與詮釋現象學的主要內涵

瞭解現象學與詮釋學的內涵，有助於對詮釋現象學的理解。以下分述此三種研究方法。

一、現象學

胡塞爾是現象學的創始者，他企圖將現象學方法發展成一個無任何先天形上學立場的哲學分析方法，以揭露「意義的經驗」之內在結構，經驗是現象學研究的主要對象，且現象學關心的是經驗和它的結構，欲揭露經驗的本質及隱藏於經驗中的理性（畢普塞維克，1997）。

赫伯特·施皮格伯格（1995）將現象學的本質特徵指為現象學方法，並將現象學方法總結為以下七點：一、考察個別現象；二、考察一般本質；三、理解本質聯繫；四、關注事物顯現方式；五、探究事物顯示的方式；六、懸置現實的信念；七、揭示背後隱藏的意義以還原事物真面目。

現象學的理論架構中有還原(phenomenological reduction)與描述(phenomenological description)兩個重點。現象學的還原或存而不論始於胡塞爾的方法設計，不把萬物視為是世界必然的結果，將自己所意識到的種種事物懸置不談，這種不談不論的態度乃是希望研究者可以更精確的掌控研究結果及其發現，有別於科學視萬物為理所當然的想法。

詮釋現象學者Van Manen（1990）指出現象學的描述分為兩種層次，第一種

是生活經驗品質之描述，是對存在的生活世界之直接描述，第二種是對生活經驗所傳達之意義的描述，此描述被視為一種以符號方式的表達。現象學研究的重點是要去從他人的經驗及其自身經驗的反省為起點，以能更加理解在全體人類經驗脈絡中，人的經驗層面中較為深層的意義與價值，且認為現象學是對這個世界最初含意的詮釋，所有的描述都包含著解釋的因素。（陳珮蒨 2004）

高淑清（2005）認為現象學的描述則是指對於萬事、萬物進行忠實且詳盡的描寫，描述意味著對於事物顯現的方式或是被給予的方式加以言語表達，透過言語的方式使的人們可以相互溝通，並自然呈現意識主體，讓事物回歸於本身，回到現象中。高淑清（2005）並指出以下幾點為現象學研究方法的重點：重視生活世界現象的本來樣貌及自身的開放態度（*openness*）；吸引受訪者侃侃而談其生活經驗，促發其談話動機與沈浸自我坦露的立即性（*immediacy*）；強調注重受訪者獨特觀點以及個別性，不去加以控制或推論其經驗的獨特性（*uniqueness*）；以及探索世界如何被人類經驗，澄清與探索經驗背後所隱含的意義，將其意義彰顯並描述出來的意義性（*meaning*）。

現象學方法的理論基礎中提到：現象學關心人們對各種現象的經驗，包含日常生活與周遭所接觸的人事物和每天持續發生的種種生活經驗，進而瞭解我們所存在的生活世界。為了掌握事物的本質，現象學的還原（*phenomenological reduction*）或是存而不論（*epoche*）是其核心概念，必須將平時視為理所當然的思維方式置入括弧（*brackets*）內，且不進行任何預設及判斷（穆佩芬，1996），並在此種態度與方法中尋找經驗現象的本質與意義。（陳珮蒨 2004）

二、 詮釋學

海德格曾說以現象學的描述作為一種方法，其意義就在於解釋，而現象學這個字原本的意義就是詮釋，而詮釋表現出帶來理解的狀態（Victoria W. Leonard，1994）。（蔣季芳 2006）

海德格認為現像是人的存在過程所顯現的一切，人是「在世存有」的，他將現象學轉變為基礎存在論，把詮釋學引入存在論領域，所謂的詮釋學是以發現文本的意義為起點，詮釋的文本包括藝術品、詩歌、訪談逐字稿等，包含的範圍很廣。研究者藉由理解、詮釋文本，融合過去及現在的視野以發現其整體的脈絡，並藉著研究者的詮釋將文本的意義展現出來。（趙敦華，2002；帕瑪，1992）

所以詮釋學的定義是，為對詮釋和解釋的方法論原則的研究（Richard E. Palmer，1992）。詮釋學描述個人如何解釋生活的「文本」，是一種對生活經驗的表達和脈絡（文本）描述的解釋性研究，它企圖決定及發現文本裡的意義（Joseph，1987）。表達文本的意義是一種判斷的過程，從中可以看到個人對意義解釋的習性，海德格對詮釋學了解的這觀點，目標不在於再次經驗別人的經驗，而是在於捕捉個人以某種方式存在這世界上的可能性。

而詮釋是一種方法學，目的是要來了解我們日常生活實際的重要意義，並揭露每天的生活情境，並使其被理解（Karen A. Plager，1994）。所以詮釋是對話也是理解，是與被研究者的對話，這些對話形成研究的文本，是被研究者對生活經驗敘說所形成的文本，文本（text）的詮釋起源於希臘的教育系統，目的在於直接呈現研究參與者生活體驗所構成的世界。許萊爾馬赫（Schleiermacher）認為理解乃是「再經驗」作者的心智過程，他提出兩種詮釋操作的方法形式：文法（grammatical）與心理（psychological）詮釋（畢恆達，1996）。文法詮釋是分析文本的語言，亦即其方言、語句結構、文學形式，以辯明其語言上的準確意義。而心理詮釋是文本被視為作者生命歷史的一部份，其目的在於找出當初驅動作者想要溝通的動機，想說的東西是投入（自我）與揭露（文本），所以詮釋的工作乃在於再經驗文本作者的心智經驗。

以詮釋學的方法進行研究時，有三個重要的概念：先前理解、詮釋循環及視域融合（管貴貞、連秀鸞，2005）；研究者的前理解是在作詮釋時的起始點，研究不只是對於「外在」現象的了解，它反映了我們的先前理解，我們不是只在白紙上加一些圖案而已，它可以讓我們理解其實原來我們是這樣看世界的。許萊爾

馬赫是首先使用「詮釋循環」概念的人，其實理解也是一種循環，在詮釋者與文本的互動過程中，經由第三個語言的形成，他們的視域得到融合與轉化，這時文本將變得更為豐富。

三、詮釋現象學

詮釋現象學解釋了個人的洞見與反思、覺察，並且整合了部分與整體、次要與本質、價值與渴望。現象學認為所謂的現象，是必須透過意識而加以把握其目的，但在現象還原的過程中不可避免的會有詮釋學的理解參雜於分析與解釋之中，亦即詮釋現象學是一種對意識內容進行系統性地探究、分析的研究方法（謝卓君，2002）。

高淑清（2001）認為詮釋現象學乃是對人類的經驗和人類所建構的意義作一種互為主體的瞭解，尋找經驗背後意義的組型，再對此經驗進行解釋，她提出七個主題分析方法的思考架構，落實以詮釋現象學為基礎之研究操作步驟，分別為：一、敘說文本的抄謄；二、文本的整體閱讀；三、發現事件與脈絡視框；四、再次閱讀文本；五、分析意義的結構與經驗重整；六、確認共同主題與反思；七、合作團隊的驗證。

將現象學的描述傳統與詮釋學的解釋傳統冶於一爐的質性研究方法論，事實上牽涉到從胡塞爾的超驗現象學到海德格的存在現象學或詮釋現象學的發展過程。而在實證經驗研究的領域中，龔卓軍（2003）由詮釋現象心理學出發，認為要由「現象學心理學」的研究傳統入手，分為「實徵現象學」（empirical phenomenology）和「詮釋現象學」（hermeneutic phenomenology）。蔡錚雲（2002a）認為兩種方法論的分野在於，實徵現象學企圖透過「如何是」（how）的步驟來說明「是什麼」（what）的內容，而詮釋現象學強調的則是，「是什麼」（existentialia）的顯現，才使「如何是」（how）成為可能。表現在研究方法上的意義就是，實徵現象學比較強調知識建構的嚴謹過程，而詮釋現象學則較重視研究場域可能性

或現實條件之建立；前者的普遍性客觀性較強，後者則經常更具有個人特質。實徵的基礎是詮釋的策略，詮釋的基礎在於實徵的訴求。超越認為現象學方法是將現實本來的面貌還原出來，詮釋則認為現實已經在語言之中，意義不再是方法的媒介，而就是真理自身。

龔卓軍（2003）指出詮釋現象心理學有四點方法特色：

一、視特定生活經驗為文本脈絡，經常更具有個人特質；二、放大某種特定的經驗或意象，直至視域融合；三、無固定明確的分析步驟，認為經驗的描述需要不斷重寫；四、研究時保持部分與整體間的平衡觀照。此外，現象學心理學方法中具有三個共同哲學原理：

一、以現象學的描述法直接面對生活經驗；二、在描述的結果方面，突顯意向性(intentionality)的結構與個別在世存有的置身處境；三、透過不斷的交互詮釋活動，讓不同語言論述與不同意向結構間得以對話，遙指出共同的生活世界。

余德慧（2001）在詮釋現象心理學一書中，說明詮釋現象學是在研究文本（text）存有的現象是以，碰觸（encounter）作為互動，且詮釋現象學不談課題、內容，所有的談皆為知識論，也就是說，我怎麼知道這個東西；在此強調的是研究者的「看見」，不同的研究者將有可能找到不同的東西，故做研究時時常反覆看受訪者的語詞，目的不在於分析句子，而是去看是什麼本事使他這麼說，而這個本事我們其實不知道，我們問的是在知識內如何去知道它，由於我們不曾深入任何受訪者的內心，詮釋現象心理學的目的不是要去找找到相同的答案，而是去揭露及發現敘說者（受訪者）在文本上的現身，讓文本的本身轉化為敘說者。（陳珮蒨 2004）

詮釋現象學是一種結合現象學與詮釋學的方法論，屬於一種特定類型的解釋研究。它是以特定的生活經驗為文本，目的在於直接呈現研究參與者生活體驗所構成的世界。它可以捕捉研究參與者所在的聲音、情緒與行動，解釋的焦點乃是深刻的生命經驗，而且這些經驗徹底改變或塑造了研究參與者的自我概念，以及他們對自身經驗所賦予的意義。根據Van Manen（2004）的觀點，詮釋現象學既

是描述性的(現象學的)方法論，也是解釋性的（詮釋學的）方法論，因為生活上的「事實」需要用語言去捕捉，因此這就不可避免的是解釋的過程，換言之，我們不可能在描述的過程裡跳過解釋的過程。

本土心理學強調詮釋學其真偽之辨不在於客觀結構的符應關係上，而在本文不斷的循環解釋之中。余德慧（2001）認為詮釋現象學是用語言的揭露與遮蔽去照顧人對存在的關切，詮釋現象學的提出就是要揭露這個語言隱而不彰的一面。其策略並不把意義當作解釋的對象，而是把意義當作有待體驗的東西，也並非為了解決什麼問題而來，而是不斷地追問問題，好讓困難自行解決（蔡錚雲，2002b 引自蔣季芳 2006）。

第二節 研究者與研究對象

壹、研究者

在研究中，文本資料的分析，除了是從研究參與者主要的生活脈絡加以理解與闡述，也從研究者的生活經驗、知識、信念與價值觀的視框，開展研究參與者的生命風貌。加上研究者與研究參與者們之間認識至少三年或長達十幾年之久的交情，與研究參與者關係良好且密切，對於研究場域中的語言及當中的一些行為並不感到陌生。雖然因此體會到研究者容易帶著個人的主觀經驗，去理解並解釋發生於週遭的所有事物。但因為研究者自身的經歷過程，是抱持著與研究參與者同等心態的作法，以同理的心情來進行論文的研究，期許能經由論文的完成，彼此之間對於整個事情的現象、過程與最終意義能獲有一清楚明晰的輪廓。

貳、研究對象

本論文中之研究參與者身分與研究者之環境有相當關聯，大致上以身旁相識多年的友人為主。研究參與者無論在自身遭逢意識或肢體的開展之際，於其人生過程中，曾經

歷種種困境與挫敗，但於本論文撰寫之際，有的歷程已過渡到人生的另一階段，有的尚在驚濤駭浪之中。本論文共有五位主要的研究參與者，將以其個別不同的能力顯現，對應至其生命中種種相異的挑戰與感受，進而理解與詮釋其對世界、生命的體會與看法。

在此，就其研究參與者背景資料做一簡易整理，如表二圖示

研究參與者資料

名稱	身分/職業	功能性	超常經歷
A: 小紅帽 (暱稱)	二十歲左右年輕人，男性，現役軍人。	直覺性強，擅長擲杯。	類似乩童受訓過程，濟公師父於夢中教導並帶其雲遊。能聽見廟會的喜慶仙樂（旁人聽不見）
B: Angel	中年婦人，再婚。現服務於教育界。	預知能力	曾有離體經驗、見過小天使。為菩薩所救大難不死。
C: Red Corner	二十幾歲年輕人，女性。有先天性糖尿病。	第一次見面或聽到名字，便知其人長相個性。	天生陰陽眼，但因分不清現實界與他界眾生，因此避免開車。
D: 小強	剛畢業、就業未滿三年的社會新鮮人。信仰佛教，長期茹素。	感同身受，會藉由身體反應承接當事人說不出的悲傷。	擅長捕捉情緒。亦曾蒙地藏菩薩幫忙，親眼見到他界眾生魚貫自其右肩走出，解決多年肩痛問題。
E: 小青	中年婦人，從事心理諮商相關領域的工作。	能感知「意念」，藉由夢境與死者溝通。	除了曾與無形相見之外，還深受人們意念纏繞之苦。

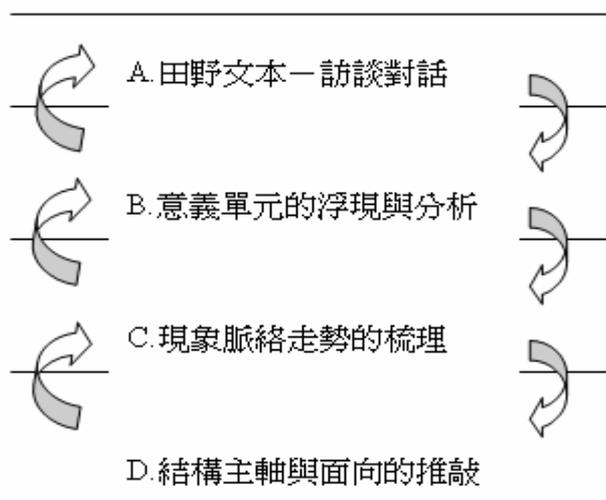
(表二 研究者整理)

第三節 資料收集

由於本研究性質較偏向經驗的傳遞，因此質性研究中的深度訪談是最適合的選擇。Neuman（1997）曾指出：「質性研究是一種避免數字、重視社會事實的權勢，最具代表性的質性研究方法就是深度訪談。」（引自 潘淑滿 2003 頁 017）本論文將採用半結構式的訪談方法，營造出自由且安心的氣氛，令研究受訪者能夠自由暢談。雖然研究者提出的問題相同，但藉由研究受訪者的自由敘說、詮釋的過程，將能徹底展露出個案彼此不同的生活經驗與對事件的不同認知觀點。除此，在詮釋現象學的研究中，研究參與者可以視受訪為自己個人生命經驗之整理，經由訪談，不僅研究參與者的主體性被揭露，研究者也得以自由發揮與自我揭露。詮釋現象學取向的訪談認為，現實中的敘說並非事實的再現，而是一種意義的建構，訪談是在共用的文化系統中以互動進行意義的建構。深度訪談有別於單純訪談，深度訪談目的在於透析訪談的真正內幕、真實意涵（萬文隆，2004）。訪談是說故事、了解他人狀況的認知、詮釋、感覺、經驗與文化意義追尋的過程，而非簡單的驗證假說、尋找答案（楊長苓，2000）所以訪談是在共用的文化系統中以互動來進行意義的建構及創新。（蔣季方，2006）

第四節 資料分析

本研究的資料分析與結果的呈現是依據蔡昌雄（2005）文本詮釋現象分析四個層次（圖一）：1.田野文本－訪談對話，2.意義單元的浮現與分析，3.現象脈絡走勢的梳理，4.結構主軸與面向的推敲。



圖一 文本詮釋現象分析四個層次

(引自蔡昌雄 2005)

1. 田野文本－訪談對話

對訪談文本、田野日誌及研究參與者文稿作反覆性的閱讀，以此初步閱讀界已接近研究參與者之主體經驗感受，為視域化過程作準備。

2. 意義單元的浮現與分析

此層次是找出每段文字中有意義詞句「視域化」過程，逐字逐句的詳細閱讀文本並反覆思考其內容，對所浮現的意義單元進行描述理解及詮釋。

3. 現象脈絡走勢的梳理

這個階段是文本橫向的現象脈絡走勢的爬梳過程。焦點放在文本區段與區段間的意義脈絡發展，針對矛盾和共鳴處進行對話，對文本作一橫切面的關照，而觀察焦點是落在前後段順序的意義發展。

4. 結構主軸與面向的推敲

接著是針對本研究的解釋觀點與理論，找出足以對應文本前三層次所隱含的概念，作為文本詮釋的結構主軸，然後對所發現出的結構主軸命名，最後是研究結果的鋪陳。

第五節 研究倫理與嚴謹度

壹、研究嚴謹度

在嚴謹度的考量，根據Denzin 和 Lincoln 提出符合研究確實性的標準（李選等，2001）：

（一）確實性

從不同的角度或方式獲取文本資料，例如訪談稿、田野日誌以及研究參與者文稿或者錄影帶，並用不同的資料來源算是三角交叉檢視法的運用。

（二）推廣性

研究者於蒐集資料時，將所得訪談資料作豐富且深入歸納分析使研究結果達到推廣性。

（三）信賴性

研究者將訪談過程中所使用的輔助工具如錄音光碟片及田野日誌等均妥善保存，建立所謂「審查管道」以提高信賴度。

（四）確認性

邀請與研究主題相關的資深研究者，針對研究的過程及內容做討論及分析，以其研究結果具可確認性。

本研究依據 Madison(1988)為詮釋現象學研究訂定的九項檢核標準進行評估：(1) 呈現連貫統整的文本(Coherence)，(2)提出反映研究參與者真實情境的解釋(Comprehensiveness)，(3)提供對核心問題的透視(Penetration)，(4)完整處理所提問題(Thoroughness)，(5)問題必須由文本產生(Appropriateness)，(6) 必須保留文本的脈絡性(Contextuality)，(7)解釋必須與文本取得一致(Agreement)，(8)可刺激未來的解釋研究(Suggestiveness)，(9)解釋具有延伸研究的潛力(Potential)。

以上兩項檢核標準，前者共通於一般的質性研究，後者則特別適用於詮釋現象學研究。在具體運作上，為回應 Denzin & Lincoln 的標準，本研究採用田野觀察、深度訪談及文獻資料蒐集來達到第一項確實性的要求，以訪談錄音、逐字稿、

訪談對象確認訪談內容及團隊檢核等方式，來提高第二項的資料信賴度，以諮詢指導老師及其他專家學者的方式來達成第四項的確認性要求。至於第三項的推廣性因與 Madison 第八與第九項重疊，操作說明併入以下的說明。

Madison 的九項檢核標準將依以下方式進行檢核操作：其中第一到第四項屬性相關，其品質由研究團隊及研究參與者共同把關，務必使文本與實際經驗之間儘可能保持連繫；第五到第七項的屬性相關，研究者將在研究解釋中提供文本的適切說明，以提供研究團隊及讀者檢核之用；第八與第九項可由文本與與現有文獻及理論的研究討論，以及附於研究結論之後的研究建議加以檢核。(蔡昌雄 2005)

貳、研究倫理

研究訪談進行前，充分的告知研究參與者本研究的目的是及研究進行的方式，待其充分了解後共同簽署同意書，以尊重及保護研究參與者的權益。在參與過程中未經研究參與者同意不錄影或照相，也不討論或批評事實真相，僅就現象作一忠實陳述及理解。受訪者若因碰觸個人困難私密經驗而無法繼續進行訪談時，可隨時停頓，甚至退出訪談，研究者並會為其找尋適當的諮商管道協助。此外，訪談稿必得研究參與者的同意，方能發表。

第四章 超常經驗者的靈性危機

具有超常經驗的人，他們最初對自己的經驗也十分驚嚇，不知如何面對；人是社會群居的動物，自己的經驗又常常被人質疑，這使得他們陷入人際的困境，會更進一步質疑自身的超常經驗，不知道它們發生在自己身上究竟有什麼意義，於是在他們靈性獲得開啓的同時，卻遭遇了自我身份認同與意義的危機。本章便是透過文本訪談資料的分析，針對五位訪談個案因超常經驗所引發的靈性危機，進行描寫與詮釋，共分以下四個主題進行：(1) 超常經驗者的生命歷程，(2) 超常經驗面面觀，(3)靈性危機的發生與持續，(4)靈性危機的困難與挑戰。

第一節 超常經驗者的生命歷程

一般人在注意到超常經驗者時，多半會注意到他們「超常」的部份，但卻往往忽略他們與我們多數人一樣的「平常」、「日常」或「正常」的部分。因此，探究個案們原來的生活背景與成長歷程，將有助於我們瞭解他們發生如此現象的家庭或社會狀況，可以在後續說明他們的超常經驗時，有一些背景的瞭解，比較能夠同理他們的意義危機和艱難處境。不過，我們也要對他們的經驗種類與性質先做說明，以備之後探討的需要。

因為五位個案的生活及成長歷程與其超常經驗的發生有密不可分的關係，因此本節將循著超常經驗的發生進程來探討個案的生命歷程。雖然個案年齡層不同，他們經歷超常經驗的時間點也不一樣，甚至因為有著不同的人生觀而對於發生在他們身上的事情有了不同的解讀與自我調適方式。正如寇特萊特(2003)於「超個人心理治療」一書中指出當事人會以自己慣用的象徵系統來解釋自身的經驗，也因此有宗教背景的小紅帽、小強和 Angel 與對宗教系統較不熟悉或不明顯的 Rred Corner 與小青，他們的處理方式與態度便大不相同。

超常經驗在五位案主身上的發生有與生俱來的先天者，也有是因特殊事件引

發的後天者。他們有些人有家族淵源，有些人則是屬於個別的現象。例如，Angel 並非天生的通靈人，但曾經歷過的特殊經歷卻非常人所及。她自小便有不斷的「超常經歷」，無論是「瀕死經驗」、「靈魂出竅」或「遇見小精靈」等事件，她一樣都沒少過。而且除了她之外，整個家族中，包括親朋好友，並無人有類似的情況產生。Angel 的母親雖曾因夢見菩薩告誡吃素而自此終生茹素，但是並不像 Angel 一般有著幾可說是綿延不斷的狀況產生。

她的特殊遭遇開始於大學時一次疑似瀕死經驗的遭遇；再加上曾有過的一次離魂經驗——也就是「靈魂出竅」。意外的車禍加上曾有過的疑似死亡過程，Angel 認為對於死亡她不再恐懼了。她生平最大的挫折，除了瀕死經驗外，中年離婚也是一件令心靈受到衝擊的大事件。當前夫為求離異不惜惡言相向，面目猙獰，極盡能事的欺壓時，她不僅早一步透過影像及聲音的預感與徵兆，預見了她未來生活的場景及未來幸福的自己。除了尋常的第六感外，她因為情緒的波濤而開啓了自我的潛能。

和 Angel 一樣，小青也不是天生的通靈人。或許是家教的關係，她說她的媽媽常要他們為人處事盡量去做，勿打擾別人。小青，一個舉止嬌柔說話婉約的女子，出身於小康之家。既不是天生的通靈人，也沒有所謂的家庭史，也因此，當研究者探尋這最初的「超常經驗」時，她第一個想到的是多年前曾見過面的 A 君。她因參加某次聚會，經朋友介紹認識，但後遺症卻蔓延至今，令其無可奈何。對照以往研究者所認知的小青來說，一個舉止嬌柔說話婉約的女子，這份外的情感糾纏並不令人意外，何來「超常」之意？或許是「打擾」的主題令其耿耿於懷吧！於是，研究者試圖轉移其焦點，談談譬如「夜半時分，大腿為人觸摸的怪異感覺或那位夜半坐在你床前梳頭的阿嬤吧！」這樣比較「超常些」！

小強的狀況則較特別。自小多災多難，每隔一陣子不是車禍便是受傷，傷筋斷骨實屬家常便飯，他能夠平安長大並且從事喜愛的工作，頗令家人意外。此外，他天馬行空、異想天開的語言，也令人抱以異樣眼光。整個家族中只有小強從小喜歡吃素，剛開始是少肉多蔬。直到有一次因為在市場裡邊聽聞哭聲，一回頭卻

見一頭牛對著他哭泣，從此不沾肉食。上了大學參加佛學營後，發覺自己很喜愛佛寺的環境便幾乎都待在寺裡，直到大學畢業。

小強家族中也有多人具有靈敏體質。他曾詢問過家族中的相關經驗，家中只有姐姐具有較敏感的體質。但卻以神經質的方式呈現；反倒是表兄姐家中有過類似這樣的經驗傳承，

「像我叔叔家的堂哥、我伯伯家的堂哥，大概比較像……據說……是乩童之類的；比如像我叔叔的那個堂哥，我阿嬤往生的時候，他可以感受到阿嬤什麼時候回來了，旁邊兩尊菩薩帶她回來的、還有菩薩長什麼樣子。」(B-1-16-15)

而且他甚至有家族算命的傳承，**「表的，遠親的阿姨。阿姨是在幫人家算命的那一種。但是，是她的先生比較能……人家所謂的跟神明對話。」(B-1-16-25)**

Red Corner 的經驗更勝小強一籌。她的家庭很單純，爸媽只生養兩姐妹—她及妹妹。由於從小與生俱來的「陰陽眼」，紅色角落的童年過的要比同年齡的小孩精采。家族中，據說媽媽也有一點這樣超常的能力，但只能見到模模糊糊的影子。也因此，Red Corner 同 Angel 一樣，擁有一些承襲自母親的力量。但青出於藍，她可是看的又清又楚的。小時候不懂事情不怕，但及長稍有社會經驗之後，多多少少也認知到自己「溝通對象的出處」，也曾害怕到半夜不敢一個人上廁所—只因爲得跟很多人打招呼

：「從小的經驗就是不敢一個人睡覺，因為晚上睡到一半，要上廁所的時候，會看到一些很可怕的臉，要不然就是我們家會有人走來走去，要不然就是會發出喃喃的怪音，所以就是不敢一個人上廁所。」(C-1-21-3)

小紅帽的情況雖未必算是與生俱來，但卻成長於宗教氛圍非常濃厚的家庭，家族中不乏靈異體質者。他是家中四個男孩的老大，從小便很有責任感。父母的

個性開朗而明理，調養出小紅帽活潑頑皮的生活態度。小紅帽與媽媽的感情深厚，雖然不是老麼，卻與母親無話不談。小紅帽的母親家族有著宗教上的傳承，也因此他從小耳濡目染之下，對於信仰依歸之事並不陌生。更甚而有之，對小紅帽來說，傳統民間信仰或是祭祀方面的活動是他日常生活中很重要的一部份。由於從小家學淵源，外祖母及小舅都從事傳統俗稱「乩童」的工作，對於「拜拜」這回事他可一點也不馬虎！在他的心中，「民雄媽祖」是他至親的「乾媽」，每逢初一十五，他一定是一整籃的鮮花、素果來拜拜。尤其最愛聽聞此時必定會舉行的「誦經吟唱聲」。爲了這件事，若逢上學日他一定會請假！是個十分虔誠的信徒。

小紅帽身爲家中四個兄弟的老大，自然較有責任感，家中很多事情他也認爲應該多多分擔才對。他也將同樣的生活態度帶入宗教禮儀之內－成爲外婆的好幫手。每次回到外婆家，除了探望及照顧外祖母之外，若遇到有人前來「問事」時－央請外祖母幫忙詢問菩薩如何解決各種疑難雜症時，他便理所當然的當起「翻譯」了。因外祖母年事已高，說話的口音有時很難聽懂，此時他是最佳的解說者：他懂得外婆的話，又知道如何代替求助者請求幫忙。因此，有他在，事情進行更順利。

因擁有特殊體質而產生超常經驗的他們，在各自成長環境中被接納或排斥的程度各自不同。例如，出身於小康之家的 Angel，是家中頗受寵愛的老麼，與其他的兄弟姐妹年齡上有些差距，因此她與母親的感情極好，即使離家外出工作或結婚，每日的請安電話幾乎未曾斷過。Angel 的家庭正如一般公務員的家庭，生活也很平順。但是她的婚姻之路略嫌坎坷－她的前夫因外遇問題而逼迫她辦理離婚手續，即使她爲了小孩百般忍耐仍然喚不回前夫的心意，這件事可算是她生命中的另一個難關。但也因此，之後當她遇見現任老公時，便能了無牽掛的再婚。由於 Angel 再婚後生活很平順，因此，她對於目前的狀況雖則感到新奇，卻也有著困惑的心態，因爲這樣的事件已經發生不只一次了。回顧她過往的歷程，雖然驚險卻也由不得她做主。

前面提到她經歷生死關頭的瀕死體驗，使她對靈魂離體時的一切瞭然明白，也因為經歷過這些遭遇，她為自己取了「天使」的代號用以展現她想成為人們生命中的助力的決心。而她本人一向對於自己的美貌與聲音很有自信，除了是位虔誠的佛教信仰者，她也是一位很有決心與毅力的女子。平常與她相處的人們，總見到她以優雅的姿態出現，甚少或幾乎沒見過她發過脾氣，頂多臉上的表情多了點變化罷了。她的直覺一向很敏銳，她前夫曾有一次試探她對那位她也認識的第三者的看法，她竟然直覺的認為她前夫與那第三者是相配的：

「可是他，我很奇怪，那時候他在跟我講這件事情的時候，我突然有一種感覺，然後他問我說，妳認為這位小姐適合怎麼樣的男朋友，我竟然說就是你啊，你啊，你適合當她男朋友。」(A-1-24-25)

而事實上，目前已再婚也過著幸福生活的 Angel，外表也正如她的夢境一般，變的更加年輕亮麗，整個人都亮了起來。因著這些不尋常的遭遇，Angel 成為一位能透過夢境、心眼以及耳朵來觀看及傾聽未來的女子。

小強因為自己本身有著相同的經驗，所以能夠知道家族方面有靈異體質的相關血統傳繼，但是他主要的生活困擾，卻是表現在他日常生活中因容易同情共感而造成的情感失控狀態。小強從小在都市中成長，父母經商有自己的公司。雖然家中兄姐與他情感深厚，但卻嚮往山中幽徑而有規律生活的環境。小強自認十分理性，對於「感動」二字有點陌生，但對身旁的氛圍相當敏銳，尤其在密閉的空間中。當他的精神狀態處於「失神」或「放鬆」時，他會接收週遭人們內心深處潛藏的哀傷或情緒，往往因此不由自主的掉下淚來或大聲哀泣。那鼻頭一酸，內心不禁「**唉！又來了**」的情緒經驗對他而言，不僅不陌生甚至還可說是家常便飯一般的熟悉滋味。介於說與不說之間的兩難：說了會令對方尷尬，不說強忍在心坎處，有時候是很辛苦的一如他自己說過的：**「會得內傷！」**

Red Corner 的家庭很單純，爸媽只生養兩姐妹—她及妹妹。但她所遭受的待遇並不如 Angel。Angel 的家人，尤其是母親，對於她本人或是她所具有的能力，

並不排斥；儘管有時候並不很認真對待，大體上還算接納。較不幸的是，由於說出自己所見所聞，Red Corner 吃的「苦頭」可多了。因為家人對這樣的情況不瞭解，雖也曾尋求「民間信仰」習俗的幫助，帶她去「收驚」或「驅邪」。但，不知是搞錯了方向或是法事無效，她依然故我。因此，在煩惱不堪的情形下，她的父親曾忍不住動手懲罰她，而更有時候則對她的求助視若未睹－不是不「疼愛」只是「無法忍受」：

「小時候還太小了沒什麼印象內，自小就這樣了。因為我爸是不信那個，因為我爸以前是職業軍人，對那種東西不迷信，所以我講這個他就會打我一個耳光，就說：『小孩子不要想那些有的沒有的！』然後之後就不敢講。」(C-1-22-3)

這樣的成長過程造成 Red Corner 對於有關自己的現象持保留狀態－不再對外敘說自己所見所聞。相信當時她幼小的心靈應該深受打擊，但人們的自我調適能力讓她在日後的生活逐漸與自己的狀況融合，形成自己對世界的理解與看法。

Red Corner 天生所擁有的能力對於她的日常生活並未造成太大的問題，甚而在她求學或就業方面多有幫助。生活中雖然容易出狀況，但功課頂尖－書本或電影預告片一出來，便知內容與結局。在就學時期，雖然她表現聰明伶俐，功課也名列前茅，但班上同學對她的印象卻是個十足愛瘋狂熱鬧卻又有點奇怪的女生。由於經驗豐富，紅色角落遇到任何狀況時，比較不會顯露出慌張狐疑的神情，相反的，真的有狀況時你從她臉上表情是看不出來的。只是，因為行為太常與現實脫節，家人也習慣了她的狀況，有時候被欺負了，卻是連回家告狀都沒人理。

小紅帽家中因有宗教氛圍，所以個人超常經驗被接受的程度相對較高，然而他在服兵役時的經驗，卻讓他產生極大的困惑。他很不能適應軍中一板一眼的軍隊訓練與規矩。而對於自己與「菩薩」相處的狀況也起了疑惑。雖然自己是個虔誠的宗教信仰者，家中獨特背景使然，他對菩薩十分尊敬。但對於無法與菩薩溝

通及夜間因「靈魂出遊」的狀況加劇，致使他白日受訓時因睡眠不足，身乏體困之下，當兵的日子並不好過。尤其是有時候甚至在白天出操時，讓他感到一陣天旋地轉。若是要強制自己不起來轉動身體的話，就必須忍受一波又一波的暈眩感及渾身發燙的狀態。也讓他當兵備感辛勞時常因此而受處罰。

小青的特異感應能力則讓她無法與男友相處，而使感情觸礁以分手收場。小青也是經歷感情挫折的女子，但對身為心理諮商師的她而言，「失戀」的打擊似乎不外顯—事實上是她主動提議「分手」的。只因為無法在容忍「前男友」的「味道」！她自己也覺得怪異，因為男友並沒有做些什麼事情令其難過。雖然分手的過程平和，甚至在離婚後的這幾年，她還是會去探望前夫並一同出遊。無奈，據其所言，時間不能長過三天，因為她無法忍受男友的「味道」。這道理誰也想不通，究竟什麼時候起，她變的如此敏銳？

身為諮商師的小青理應保持冷靜客觀的態度，無奈她卻是個敏銳且能通陰陽之人。曾經有過為人們傳遞逝去親人捎來的訊息，無論是透過夢境或是直接用意念溝通，對她而言都是種經驗，一種學習。但她卻未預料到，原來「意念」也是一種「思想」與「行動」而身受其困擾。

第二節 超常經驗面面觀

若是你在突然之間看到小精靈或是在夜歸的路上突然看到街燈下一個女子的白色身影打你頭上飄過，你會做何感想？又比如當你因突發性心臟疾病而坐上救護車往醫院前進時，突然看到車內除了醫護人員外，又多了兩位黑衣人，而他們卻是來與你商量是否就此了結此生，另外換一副健康的身體時，儘管神智不清你卻還記得討價還價的詢問此生的財運如何，並因此決定繼續你的人生。無預警的，在無人的深更半夜，就在自己因白天的過度勞累而昏睡在廟裡的大殿上，卻於迷濛之間看見一中年男子對著自己招手，正狐疑時，發覺眼前多了一群男女老少魚貫的自你的右肩走出並走向那人，最後那人看了你一眼，一群人便自眼前消

失，你！又該如何自處？或者你無論白天黑夜，任何時段，都能明顯感受到身旁有人、有體溫、有動作就是不見人影時，你又該如何是好？

以上所說的都不是出自於研究者的天馬行空，所有的現象都指出，研究者的訪談個案們經歷了一場人生中不可思議卻又真實存在的「超常經驗」。「超常經驗」的發生不僅原因很難得出結論，其發生也往往不可預測。但是由於某部份心靈的受到刺激或開啓，很多能力也伴隨著而來，成為個人新的體驗或觀看世界的方式：如他心通、預言或預感、接收別人的情緒或是用「意念」溝通等。這樣的經驗，或許人們會以怪譚或幻想作結。但對於真實經歷過的當事人而言，他們雖然想忠於自己當下的感受，但是外界對於此事的看法或學理上的觀點，當事人也非常在意。本研究採取超個人意識的觀點，來描述、解讀案主的經驗，希望一方面能夠貼近他們經驗發生的置身情境，另一方面也能夠從有別於日常意識觀點的角度，解讀出這些經驗對於他們個人，以及他們與週遭世界關係的意義。

「超常經驗」這一詞語一般得從兩個角度來探究：究竟是其人的「超乎尋常」之舉止或是其事的「超乎尋常」遭遇。李豐楙（2010）於「神化與變異：一個“常與非常”的文化思維」導論中指出：

干寶使用“非常”這一傳統語詞，在漢代史傳中僅用以專稱特異獨行傳主：非常人也，既可解為“非，常人也”，或是“非常之人也”，但都指涉其人具有“常人”所欠缺的人格特質。論斷人品乃是月旦人物的人物誌傳統，從外溢的行為乃至內在的性格，“非常”一語都是用以表示具有異於常人，超乎常人的特異性。

因此這裡，常人 / 非常人所形成的“常與超常”，即為相對的思維，點出因其人之特異特性而繁衍出特異 / 超常舉止行為並導致超常的經驗。依據這樣的邏輯，雖然與本論文中的個案經歷並不十分符合，但大體上仍然可形成一合乎邏輯之循環，即超常經驗導致超常能力或感應的產生而最終產生超常之舉止，產生超

常之經驗的結果。

依據本論文探討之過程中發現，即使身分平常之個案自身亦大多具有超常的個性與能力。如本論文中的個案小強與 Red Corner。他們超常經驗的發生乃是其特異能力所導致。但是，其他個案如小紅帽、Angel 與小青雖然或多或少具有特異的體質，但大部分則是因其「超常」歷經而有了不同於以往的能力。

依據超心理學分類項目中「超感應力」(ESP)，「非肉體存在」(DE)，以及「意識狀態改變」(ASC)等皆屬於超常能力的範圍。分別包含有心靈感應 (Telepathy)、透視 (Clairvoyance)、遙視 (Remote Viewing)、預知 (Precognition)、溯知 (Retro-cognition)等、瀕死經驗 (Near-Death Experience, NDE)、離體經驗 (Out-of-body Experience, OBE)、死後續存 (Survival of Death) 的訊息傳遞及顯影 (Apparition 幽靈) 以及夢境 (Dream) 研究、靜心 (Meditation)、催眠 (Hypnosis) 等能力。

我們可以將個案的經驗依此範疇來加以分類表述。其中以 Angel 的遭遇最符合以上三種項目：她既曾經歷瀕死又具有靈魂離體的經驗，而且也因為夢境而有預知的能力，見過幽靈而且也能心靈感應；小強則是具有心靈感應與溯知能力，而且也能經由夢境的管道搭構出他的前世；小紅帽則因承繼家族血統淵源，也具有心靈感應、預知以及於夢中靈魂出遊的經歷；Red Corner 與 Angel 一樣有過瀕死經驗、見過幽靈而且也有心靈感應的能力；小青除了心靈感應以外，較偏重於透過夢境與異世界的溝通。

五位研究參與者的超常經驗各有各的特色。雖然之後，歷經轉化而有了對人生不同的體會與觀感。但在事件發生之初，基本上都對當事人造成強烈的衝擊。其中經驗最豐富離奇的應屬 Angel。她歷經瀕死、意外、看見命案女主角、出體經驗及代人催繳債款等事件，故事可說精采異常，值得一一敘說。

Angel 自小便有「超常經歷」，無論是「瀕死經驗」、「靈魂出竅」或「遇見小精靈」等事件，她一樣都沒少過。但當她某一天突然一本正經的問你：「怎麼會這樣？我在幻想嗎？」(田野記錄) 你該如何回答呢？，仔細聽過她的敘述，你

也會發覺怎麼會這樣？同樣的疑問中，卻有著兩種截然不同的態度。對於問話的她而言，這件事只是她傳奇生命過程中的一個新開端，但對於身為聽眾的研究者而言，這是很不可思議的一件事；至少，發生在我身旁的友人身上便是新奇。

一、心物一元

Angel 在某個早上正當坐在沙發上休息時，突然腦海中浮現久未打招呼正在忙著讀博士班的某個女同事的身影。當接著她便與該位同事相遇，對方則正如其腦海影像中所見，穿著一模一樣的衣服。問題是，對方那件新衣服是最近剛買的，第一次穿著來亮相，Angel 從未見過。像這類的例子，對她而言也許是一時新鮮，因為日常生活中多的是新鮮事。Angel 常會在看到對方時突然開口說出對方尚未公佈的事情，譬如，某次因為研究者重感冒便央請鄰近同事友人為我熬粥。次日，Angel 一見到研究者便慰問我並說某人為你熬粥了。當時心想，現在是早上八點半才剛上班，怎麼我那位同事友人嘴吧這麼快呀！中午一見到那位友人同事，還未開口詢問，她便先開口了。整個事件，唯一知情的我倆都沒說，令人不知 Angel 是如何得知的。

Angel 對於目前的狀況雖則感到新奇，卻也有著困惑的心態，因為這樣的事件已經發生不只一次了。回顧她過往的歷程，雖然驚險卻也由不得她做主。但現在的狀況，則常在她晨起「念佛、聽佛樂」的狀況之下發生；因為受到婚變的打擊，她除了潛心於宗教的慰藉外並因此養成晨起念佛十聲，播放優美佛教音樂靜坐在客廳的沙發上休息，讓自己有足夠動力能起身去上班。如前面提到的，看見同事穿著第一次亮相的新衣便是在這中情況下見到的。

「啊就有一天，我就坐在我們家客廳，就坐就打就很…也不是打坐，就是坐一下而已，定一下子。因為那時候我都有聽佛樂的習慣，我怎麼在客廳就看到 B，那看到 B 是穿一件白色的洋裝，好像有那個不知道是灰黑色還是咖啡，深色的，

花瓣的，花紋的，很像蝴蝶那樣子的衣服，就是像這樣的點綴著衣服，啊就是，整件衣服都是白色，啊裡面是花瓣形狀，啊就是蝴蝶形狀深色的，廿～那我就覺得 B 如果穿這樣應該蠻好看的喔～」(A-1-25-14)

後來便驗證了她的預視：

「啊結果～結果後來就是，我就走到就是那一天早上嘛～啊我整理完衣服，我出門去上、上班的時候，門一打開，一打招呼，她就穿那件衣服，就是我看到的那件衣服，啊就是訊息可能，我在想會不會是訊息很接近，她剛好要去，要穿那件衣服剛好她也就感應，她也穿那件衣服我就感應到了，啊就真的是穿那件衣服。」(A-1-25-15)

事後，Angel 也急著與當事人分享她所感受到的。對方除了驚訝之外，與 Angel 兩人都覺得怎麼湊巧。這件事情在日常界中是難以解釋的，因為心與物兩個世界的事不可能同步發生，但榮格的「同時性」(synchronicity)的概念所預設的一元世界(*unus mundus*)便可以說得通(莫瑞，1998)。

二、死裡逃生

Angel 在就讀大學時，曾有過一次驚險的「死裡逃生」的經驗。當回憶起機車因撞擊到施工建地的柱子而飛彈起那一霎的心情，Angel 仍然很激動：

「那飛在半空中，我就發現下面就是鋼筋水泥呀～妳一定、下去一定萬箭穿心一定會死掉、沒有任何地方可以著著，著陸嘛，那我、車、摩托車飛出去我整個人想說，啊慘了，死啊死啊(台語)，死定了，心裡面想著死定了，下一次可能是下輩子再說。」(A-1-22-2-a)

這樣令人怵目驚心的場面，結局卻是不可思議的溫馨而動人；她不僅毫髮無傷，而且還沉溺於某種幸福的氛圍中：

「沒想到這個時候就看到一個，有人穿著白色，就是穿著白色的紗，我看到的是白色的裙子把我抱住放在他的身上，膝蓋上，但是，我沒有看到他的手跟人跟臉都沒看到只看到膝蓋是白色、裙子是白色，然後我就躺在那邊就因為，然後我就躺躺在白沙上很舒服好像是墾丁那個，墾丁的那個白色的沙灘很溫暖的沙灘、我根本都不會覺得痛啊~~直到我的家人出來，聽到車禍聲音出來才發現說，怎麼什麼是沙根本就是磚塊一塊一塊的好不好妳至少也會受傷可是我身上竟然都毫髮無傷對。」 (A-1-22-2-b)

這樣的結局對任何人來說真是不可思議，甚至會搞不清楚狀況，Angel 自己也覺得神奇：「那從這次我就覺得說很不可思議廿怎麼會，會是這個樣子。」

(A-1-22-2-c) 不只是Angel本人感到驚訝，連她的母親也感到她真是命大！據其母親描述：當天鄰居因強大碰撞聲趕來通風報信時，Angel的媽媽便號啕大哭的跑往巷口的車禍發生地點，只見Angel整個人臉朝下的躺在正在施工的佈滿玻璃碎片與鋼筋磚塊的工地上，圍觀的群眾沒人敢去碰觸她，只有勇敢的母親在救護車尚未到達前，將她身子整個翻轉過來。她母親告訴研究者其實當時已做了最壞的打算，不管Angel是斷手斷腳或是臉上佈滿鮮血都沒關係，只要她還活著就好。沒想到一翻轉過來，令眾人詫異的是Angel不僅毫髮無傷而且還狀似沉睡於甜美的夢鄉之中。直到被Angel媽媽喚醒的那一剎那，Angel 還怪她媽媽打斷了她的美夢。由於全身完好如初，在一旁待命的救護車也就徒勞無功的返回。或許一般人會猜測Angel的進入夢鄉與遇見菩薩搭救都是因為腦部缺氧的關係，但對於Angel全身無傷、臉上連一點刮痕都沒有的狀況，這就令人費解了。對於這次的「死裡逃生」，Angel 內心裡有著說不上來的感覺。她沒有像一般人依樣僅只是

慶幸自己的「大難不死」，反倒是這次的經驗令她對生命或幸運的看法有了很大的轉變與啓發。因為她相信自己留下來應該是有使命的，應該好好發揮自己的生命與能力，從而找出自己的人生意義。

三、遇見幽靈

Angel奇特的遭遇不只這一樁，至於看到疑似命案女主角的過程更是驚險。當時Angel 正就讀於中部某大學的研究所，在某命案發生後的某一個晚上她路過東海別墅附近，看到稻田邊的民房二樓有一女子，站在陽台邊，兩眼直視前方而當她抬頭望去時又覺得那個眼神是沖著她來的：

「她在陽台一直看著我，然後我就覺得她為什麼一直看我，然後、然後她甚至一動也不動，又是眼睛就一直看著我，」(A-1-23-1-a)

接下來的情節更不可思議，猶如武俠片般：

「我一下車、她飄到我面前來、就從房子的前面就飄過來就，待在，在另外一棟民房的那個那個的那個樹上，那我奇怪人怎麼會飄，而且那個女孩子一直看著我，啊可是她背後剛好有一盞路燈嘛，那我仔細看，我一直看她喔~~她背後就變成透明的是，她的身體就變成一個沙子白沙，然後她的背後是一盞路燈，妳看的到路燈。」(A-1-23-1-b)

這樣的詭譎情況她也並不害怕，其實通常人們處於情境之中，很少人會去思考箇中的合理性與否，自然也不知道害怕。Angel剛開始只是好奇位何那個女孩子一直瞪著她，直到那女孩有著不尋常的舉動時，Angel 才知道事情不對了：

「因為我很好奇啊~因為剛開始，第一個我在看我看到那個一個女生在看我覺得她是人，我不覺得，我真的害怕是我下來她飄到我面前我才開始害怕。」

(A-1-23-4)

現在回想起來，Angel深信她並不是看花了眼；除了當時男友在身旁以外，她還特別注意到對方的眼神：

「但是我看到她的眼神是很哀怨、那個女生看的眼神。甚至於我抓著男朋友說：你看，你你看看這樣的話你看看那是什麼東西，然後他就把我抱住不讓我看。」

(A-1-23-5)

即使事隔多年，從Angel的談話中仍然可以感受到她的印象深刻。事情發生後沒多久，報紙便登出發現某命案被害女子的處所，地點正是Angel與那女子相遇處。雖然經驗嚇人，但對於當時年輕的Angel來說，也只是一次奇特的事件，無從也不敢再探討起，只希望事情能儘快過去。但對於以下的經歷她可就無法忘懷了。

四、離體經驗

Angel的「離體經驗」也是「超常經驗」的另一個面向。Angel的靈魂不僅離開了她的身體，甚且經歷了「陰間」與「仙境」兩個不同的境界：

「離體經驗」是發生在她念研究所時，對於當時的情況，她最大的疑惑是「喪失時間感」！從早上六點多送同學出去搭公車準備參加考試到下午一點多同學回來按電鈴為止，她的身體好像一直處於昏睡狀況，卻是驚訝於見到自己「飄浮」在自己身體的上方：

「六個小時我都在做什麼，我都沒辦法醒過來，然後就是這樣我送他出去，我繼續睡回籠覺，結果我睡覺就發現，我的房間位置都還是一樣，可是我發現我靈魂我的身體是浮在我的身體上面，然後在看我睡覺，可是我的直覺是那時候我

已經死掉了，那我死掉之後，我就覺得說怎麼那麼可憐啊～」(A-1-24-1)

之後當Angel將這段經歷講述給她的母親時，卻換來悠悠的嘆息。只因爲，Angel 當時滿腦子想的是，若是她真的就這樣子死去，不但同學考完試後無法回來，同時也給房東添麻煩了。而當由上俯瞰自己的身軀時，自己也不禁感嘆自己的青春早逝，卻壓根也沒想到這之後她的父母會有多痛苦。也難怪她媽媽要感嘆了。

像這樣子的靈魂出體，漂浮在半空中的景況。即使在敘說的當下，雖然Angel認定是靈魂離開身體，但現在回溯時，卻有似夢似真的感覺。唯一肯定的是，靈魂一點都不眷念身體。儘管中國早期有倩女離魂的故事敘說或其他瀕死相關的研究書籍，卻都將重心放在當事人後續發展。而經驗開展之際有關身體感受的描繪，則較少提及。事實上，由於有身體經驗爲證，當事人較能肯定自己的經歷。

而這段時間，她也沒閒著；她感覺到綁著包包頭似花朵般大小的小仙子們從天而降，不僅爲她拍照同時還帶領著她到疑似陰間的地方去尋找她剛過世的親人：

「我的靈魂被兩個綁包包頭的女生給他帶走，給帶走了，因為那時候我阿公剛去世一年多，我想說到這個地方我應該可以找我阿公喔～結果好像到一個叫Nice的美食廣場結果很多人在吃鐵板燒類似，都沒看到我阿公我說奇怪這個地方怎麼沒有我阿公。」(A-1-24-2-a)

根據Angel的說法，幫她拍照的小精靈是坐著小花籃由天而降，旁邊那兩位梳著包包頭的「小仙女同學」還在旁大聲的舉證：

「我在睡覺的過程當中我看到我的陽台，我的房間擺設都沒有變，啊我是住五樓嘛，床又對著陽台嘛，啊我就看到那個綁包包頭的小仙女坐著那個小花籃，我們裝蘭花那個小花籃，一個小花籃裝著一個小仙女，一個小花籃裝著，然後從天上那個掉下來，一個花籃裝著小仙女這樣，然後那個兩都是用蘭花，

那個蘭花的花瓣這樣，玫瑰蘭、玫瑰什麼、蝴蝶蘭，一瓣一瓣這樣掉下來掉下來，然後每個人都是說，聽說就是她就是她就是她，講話很可愛，就是她就是她就是她（裝娃娃音），啊然後很可愛的小仙，好像小人國來的喔，啊是穿古裝很可愛，穿那個綁包包頭好像是我們古時候畫那種綁包包頭那個穿肚兜那種小女生。」(A-1-24-2-b)

Angel 直覺上與她們熟悉，而且認為可能是天上的仙女或不同星球上的人來造訪她：

「她一看就知道很有錢人家的小孩，就是好像是仙境的，就是那種就像我們古裝的鳳仙裝，我覺得她好像是粉紅色的，粉系的粉系列的很亮啊，然後甚至於是很可愛，就一看就是那種來的是一個仙人地方來的小仙女就是了，是中國的小仙女，不是西方的小天使，是中國的小仙女真的是，啊穿的很可愛，然後每個就是她、就是她、就是她。笑一笑就看著我，讓我直覺是她們在看，她們好像同一個星球來拜訪我這個好朋友，好像是我以前是它同學或類似來看我來這個星球看我，然後，更好玩的是還有一個員警，也是矮人國的員警，也是帶著那種員警帽穿著很可愛的員警衣服，啊就是，只是他身材很短，然後拿那個相機一直照喀嚓、喀嚓、喀嚓就照像，因為他好像要帶回那個，他的國家給我同學們看我現在這個樣子。」(A-1-24-4)

若這僅是Angel自己個人的幻想，為何她所描述的情節卻是如此逼真而且超乎一般人所能想像；Angel 發現小仙女與小員警在我們的世界中是呈現「縮小版」的，但身長卻會依不同的地方有所不同。這情形又似佛經上所書寫的，遠方佛國之地有長人居所般。只不過在Angel的事件中，人間的居所倒成了格列佛遊記中，他的祖國一般：

跟現在員警的一樣，只是，只是Q版的，Q版的員警你看多可愛，就是類似像這樣，然後之後我就真的就，一照完之後，我靈魂跟著，就被它們帶出去了，但是我帶出去的時候，那個小仙女的靈魂，那個小仙女是長高，是長高的小仙女，不是那種矮矮的小仙女，是那種像鳳仙，大概像我這樣身高有150、160的那種，啊穿鳳仙裝這樣，她們感覺穿褲子的，是穿褲子的，然後嗚嚕嚕嚕嚕，就把我帶出去，就帶我出去一個地方，然後就說啊妳要找誰，我說：我阿公不曉得有沒有在天上我要找看看，好像到最後我都沒找到我阿公，我也不曉得我阿公現在人在哪裡（A-1-24-7）

當Angel尋找她的祖父時，還特別強調有些地方是「灰濛濛的，裡面的情況看不大清楚。」因此，當小仙女詢問她還有什麼事情時，因為有太多牽掛，她決定要回來。也因此，她才發現「回魂」是一件很累人的事情：

「然後我就，我就回來了這樣子，靈魂回來就很累這樣子。很累，我覺得，我好像是，我也沒有辦法形容靈魂附體的感覺，我只是覺得說我好像，當我起床的時候，我是好像爬過好幾座山的那種累，我也不曉得是怎麼碰進來的。但是，我知道說當我醒過來的那時候，我是，我為什麼會醒過來，我同學在敲門了，我同學已經考試回來，敲門敲門，我才很痛苦的起來開門，可是那種累，是我無法說的很累的累，好像是妳去做南海岸健行或爬山爬一個禮拜的那種累是這樣子。」（A-1-24-8）

Angel的離體經驗中並不單純只是一個經驗，而是多種現象的複合方式。Angel的靈魂不僅離開了身體，同時被帶往「陰間」與「天界」兩個不同的地方。最後雖然因為生理反應而被迫清醒（室友敲門將她驚醒），但根據她的描述我們或可稱之為「遊記」亦無不可。

Angel的個性低調，很多狀況不會到處張揚、到處講。但是曾經有過一次 Angel

因為夢中的情況感受很深，促使她主動去關懷對方，甚至是把她的夢境與對方分享。最主要的因素是因為她夢見欠她債務的婦人會有因意外而發生不幸的事情，深怕耽誤對方，終於鼓起勇氣告訴對方她的夢境。

伍、夢境預言

Angel 本身具有「視覺影像」或「靈視」(vision) 的能力，有時候會看見未來要發生的事。當這名婦人向她借錢時，Angel 因為「看見」還錢日期與金額而決定幫她一把，沒想到當事人卻想賴帳：

「我為什麼告訴她，是因為我看到一張支票，她跟我借錢的支票，還有還錢的日期是什麼時候，而當時她沒有辦法還我，我心裡面都知道她沒有辦法還我，因為我都看到日期了嘛，那我想菩薩認為我能力夠，我可以借她週轉沒有關係，但那日期快要到了，她完全沒有要還我的意思，那我覺得菩薩背書就對了，在那個時間她會還錢，但是時間到她竟然毫無悔意!呵呵...不是毫無悔意，是毫無動靜!!，而且甚至說妳又沒欠錢，再拖一下、再拖一下，可是不能這樣，這對她不好，因為我是真的覺得那對她不好，因為我是看到菩薩顯現那支票給我看，很大張的，像個書桌那麼大張的支票，就幾年幾天會還錢，二十萬這樣子，菩薩都背書了。」(A-2-14-1-a)

對於約定的時間已到，尚未收到借款的 Angel 來說，雖然相信自己的感覺不會有誤，但其實還是有某部份的不安感隱約浮現。之後，她藉由夢境預見當事人的不幸狀況，雖然有些猶豫不定，但為了對方的安全，Angel 還是提出了善意的忠告：

「我真的不是威脅，後來我夢到她全身都是繃帶，只露出兩顆眼睛，連手、腳都是，就像我們看卡通版，全身都是繃帶，腳調高，在加護病房，後來我也猶

豫了一兩天，到底要不要跟她講，後來我還是去跟她講，說”我夢到你出車禍要小心喔”你騎摩托車要小心喔!”她說她那一段時間，無時無刻都在出車禍、擦撞，尤其是走在圓福寺的路上都會跌倒、都會受傷，連綠燈行駛也會跌倒、連紅燈停下來也會跌倒、連沒有人撞她也會跌倒，她就覺得很奇怪，那我就跟她說”你要小心!”，她就說”為什麼?”我跟她說，我夢到你受傷，她就很心虛的跟我講說”很嚴重嗎?”我說”應該蠻嚴重!已經住加護病房了，你覺得呢?”」

(A-2-14-1-b)

Angel 認為她的朋友是個聰明人，她自己會衡量得失。而對於說出夢中所見到的影像，Angel 真的無意用此要挾對方。就這樣，因為信賴菩薩的背書，Angel 真的在指定的日期時間內收回她借出的款項。Angel 藉由她的靈視能力並配合夢境的預警，印證了菩薩對她的承諾，可以說是「超心理學」中的最佳範例了。其實，人們都是宇宙大網路的一部份，與一個更大的整體密不可分。正如一口口水井，表面上各自分離，但井底的泉水卻匯成一個整體一般。(陳玉璽，2004)此外，「夢境實驗室」一書中的遠距實驗及超感心靈的互相傳送更是絕佳範例。

與超常經驗豐富多樣的 Angel 相比，其他幾位研究參與者雖然較為不如，但各自依然有十分奇特的超常經驗：像是小強的感性能力很強，有能力與三界人士來往，同時還遇上了地藏王菩薩並有所感應；Red Corner 有預知能力，被女鬼纏身過，還有與死神談判的經驗；小紅帽的靈力發展是漸進式的，他的夢靈驗無比，當靈乩也不含糊；小青也有遇到「壞東西」及與亡靈溝通的經驗。

首先是小強。他第一次正式與三界的人們接觸是在他上國中時：

「嗯……?去畢業旅行。然後在樹上看到有人在跳舞，呵呵……就是……晚上，在那墾丁青年活動中那裡。在樹上!剛開始不知道是在樹上，就想怎麼那麼晚還有人在散步? 還來才看到是在”樹林上”!那邊是樹林，他們走的不是地上，是樹上!……沒有，瞄一眼之後，會意過來我就不敢再看了!」(B-1-16-63)

那次的經驗，開始了她往後的與眾生界相處的日子。也是他超常能力開啓的時候。雖然，對他而言，他小時候有過類似的經驗，但當時由於年紀小不知道要害怕同時也不知道自己的與眾不同，兩種因素保障了他的童年，卻於此刻，一一瓦解了。他會因為這樣的困擾無法安眠：「直到什麼時候睡著自己都不知道。」(B-1-16-74)這樣的困擾並不只限於夜晚，連大白天眼睛只要一閉上，也看的見：

「有時候不一定要在家裡面阿，有時候可能在上體育課在旁邊休息，眼睛閉下來，一樣會這樣!對阿，到後來就不敢閉眼!」(B-1-16-76)

小強記得的最奇特的一次經驗是遇見了「地藏菩薩」並醫治好他長年疼痛的右肩膀。那是發生於他就讀大學時候去廟裡當義工時所發生的事情。由於工作勞累加上睡眠品質不佳，他便就近睡在廟裡的長廊上。沒想到依然能感受到無形的存在。在無可奈何之際，卻發生了不可思議的現象。他撞見一個中年男子站在菩薩雕像旁，似乎看向他的方向，但又似乎是看著那些魚貫自他右肩走出來的眾生：

「身體已經不行了，所以我就去找地藏王菩薩的腳下，我就自己睡在佛像的腳下，前面有一個佛桌，我睡在佛桌跟佛像的那個空間，一躺下去，心裡想說：“要死了，又來了!” … 但是我想說很久了，而且又睡在地藏王菩薩腳下呢!睡在菩薩腳下內怎麼可能?太誇張了!再來我感受到的是，手，我不是說我右邊快不行了嗎?我就看到我右邊的手臂怎麼會有一個人、一個人跑出來?… 沒有，當然是閉著眼睛，就是剛躺著的時候。一開始出來的時候小孩、老婦人、男眾? 印象沒有很深刻內，我只知道他是男眾，因為我說過他們沒有什麼”形象” 這個東西，我只知道他是男生站在前面，然後慢慢轉身過來，他是很嚴肅的那種臉，講兇嗎?就是很有 power 的那種臉，不笑，然後一直看著我，我後來思考，他應該不是看著我，他是看著出來的那些人吧?反正我知道就不只一個，老的、小的、女生、男生都有，後來他們就走了，他們走了之後，我的整個右邊突然好像，哇!整個

鬆掉，非常非常輕鬆，就覺得很舒服。第一次在那段時間內體會到什麼叫睡覺。」

(B-1-18-33)

此外，小強具有很強的感受力－尤其是對當事人的內在感受或情緒，具有一語點出癥結的能力。這種情況據小強瞭解是在他讀研究所時，情況更加明顯，他才真正意識到的。他因同情共感的心靈感應能力，在一開始接觸對方時，便能感知對方過往或最近的狀態。有時候看似普通的一句問候或疑問，卻能進而引發出當事人糾結的內在引爆點而至嚎啕大哭或頓時不發一語，怔怔而若有所失卻不明所以；可見得當時對當事人而言是一場心靈的悸動與洗禮；他曾在當事人一靠近時突然詢問對方為何事傷心因而令其鼻頭都痠了，當事人十分詫異因為雖然外表看不出來，同時當事人本身也因即將形成的悲傷與無奈未立即明顯化，正在鬱悶不明所以的階段，他的一句話猶如提壺灌頂，霎時明朗化，覺得有人真的能體會到他那還說不出口內心的苦痛。再有一次是研究者的親身經歷，當研究者與其分享研究者的夢境時，對於當時研究者於一場夢中不斷重複出現的場景與情節覺得不可思議時，他的一句問話卻令研究者霎時崩潰而終至嚎啕大哭不已。因為溯及做夢當時的深夜及日常生活中的波動－而終於大哭！

其次是 Red Corner。她能「預知」事情的發生，也能一眼看出「天生的姻緣」：她會從一堆名單中直指一對夫妻的名字，因為雙方不管今生的夫妻相處情況如何，據她所言：「有紅線綁著」。對於擁有這樣的能力，Red Corner 並不覺得興奮。因為天生的特殊體質加上她的「陰陽眼」，她也有著許多離奇的「超常經驗」。如「被女魂纏身」以及「與死神談判」等特殊狀況。這些是與「未來」相關的經驗，經由她的狀況，讀者當能體會「時空無區隔」的意思。

Red Corner 曾經因被女魂纏身前往收驚，而此事起因是因為她即將認識的男性友人的前世因緣惹起的。我們經由她才知道，對於「因果」關係造成的業報，是無「時空阻隔」的。而也正因有她的關係，發現民俗療法中，以紙紮人書寫上名字的「替身」儀式，是真的有療效。因她眼見女魂跟著有著她形狀的紙紮人一起進入火爐內。(儀式上只見到她捧著紙紮人及金紙丟入火爐中，但在其眼中，

她見到紙紮人化身為她的形狀引領對方走進爐內。)

她的身體狀況也不好，長大後才發作的疾病名稱是屬於「先天性幼年期」的症狀；就讀高中時，她曾於生死關頭之際(心臟喘不過氣一病危於救護車上) 與其兩位守護神磋商，選擇繼續生存而不願意轉換另一生一(此生設定身體不佳但有錢；另一個選擇是身體健康，但須煩惱金錢)，是另類的瀕死經驗：

「那天大概中午時，快到中午那，準備要去吃飯，我走到一半，突然沒有意識了。沒有倒。但是我不知道我做了什麼事!我的同學是跟我說，那時我一直說：「沒力、沒力，很餓很想吃東西」，就一夥人幫我叫了救護車，把我送到電梯的樓下一樓那，聽說救護車的人還被我揍了好幾拳……我一直覺得那個人很吵，一直叫我閉嘴，所以我就踢他、打他，所以我就被綁在擔架上面，在那面講說古英文的東西，就我也不懂的古英文的話。對對。就在跟人家對談，但我印象中他是講中文…印象中……對，聽得懂。他就問我要不要投胎轉世，他就說妳會沒有錢但是很健康，那若是繼續活下去的話，會身體很不好但有錢，我就說：「當然要有錢阿!」那我又說：「重點是，嫁的掉還是嫁不掉?」他說：「嫁的掉阿!」我說：「那這樣就好了啊!沒什麼關係」呵呵，就選擇留下來了。」(C-1-25-6)

也因為身體出了狀況，讓她感受到身體狀況是自己最大的難關：

「目前身體有第一型的糖尿病和先天的心律不整。嗯……很可怕。就身體很不好阿。身體最不好就是會莫名一直吐、頭暈眩之類的，然後就一直睡覺。」(C-1-23-22)

雖然如此，Red Corner 的父母才在整個就醫過程中真正相信她的能力—對於她預先告知的與醫生的診斷一致，她自己對整個狀況的瞭解及選擇，在在表明了她的成熟與成長。

接著是小紅帽，他的「超常經驗」是屬於「漸進式」的。小時後困擾不多，及長慢慢懂事後，也或多或少知道自己有些與人不同之處。譬如，他直覺上與「媽祖」最有緣分，連上大學後要就讀的科系都請「媽祖幫忙」—白天燒香向媽祖乞

求，當天晚上一定會「夢」到相關的「解答／指示」。會知道他家族的特殊性是因為研究者個人的奇特經驗而引起的。正如緒論裡提及的，在研究者遭遇了不可明說的狀況下，小紅帽適時的提供了援助。更熟識之後，才知道菩薩常會在夢中教導，還會帶他去各地雲遊；也可以算是另一種「靈魂出竅」。有時候菩薩則會出難題考驗他，透過清晰的夢境帶他到某處未明的小廟，在夢中那個地點是介於「是」與「不是」之間，既似外在的實境卻又像是內心深處未知的幽靜小路；其中意涵耐人詢問。對於夢境中的指示，小紅帽很清楚自己該做何回應。有時候，他在隔天跑來找研究者，卻什麼也不說。直到談話中，研究者會突然想起某個地點卻正好是他昨晚夢見的。原來菩薩早已於夢中指示要我帶他出遠門（因他還是學生，家長不放心）。就這樣，我倆也跑了不少地方。像這類的狀況，人們的解讀已無法再用「日有所思、夜有所夢」來解讀了。此時，榮格的「心物一元」說法再次得到印證。

畢業之後，他變的十分敏感，也開始展現如「靈乩」般的能力。例如，一進廟或一拿香便知菩薩的指示。有時候只是經過人家的屋簷，便知這戶人家何時會辦喪事（預知能力）。小紅帽的特殊狀況在於他的受訓期，當時他仍然就學中。據他告知因為他就讀夜校的緣故，學期時間每晚最遲他十點前必須回到家中，而寒暑假或是假日期間就更提早到晚上九點前必須回家，否則會全身不對勁，如坐針氈般片刻不寧。但是回到家中的小紅帽並不需要打坐或誦經之類的動作，反而是呼呼大睡進入夢鄉。小紅帽曾有過臨時起意，與友人相邀去唱歌，但忘了事先向媽祖告假的事件。當晚才不過半小時(晚上9點一到)，便全身軟弱發燙，臉上冒冷汗的躺在沙發上，因此友人只得緊急送其返家。期間，他雖想勉力支撐，不想掃興，無奈，當中有人發覺其歌聲似乎是被捏著喉嚨唱的，完全不似本人嗓音時，大家便決定送他回家。除此以外，他還能聽見（旁人聽不見的）廟會時的喜慶仙樂。這種特殊的身體現象與狀態是無法以心理作用或是單以「潛意識作用」來解讀。

最後是小青。她是在多年前很偶然的機緣下，發現自己的能力的。當時她已

經是社會人士。某晚，她因為加班的緣故獨自一人留在辦公室直至深夜，直到某種聲響擾亂了她上班的節奏。因為整個辦公室只有她一人，那種聽的到聲音卻見不到人影的情況嚇壞她了，當時她以為她遇到「壞東西」了。再來，便是某次接到同事簡訊時，發覺自己內心不斷有「影像」出現：

「主任的先生在生病時，主任傳簡訊希望我們可以為他禱告。當下閉眼時突然看到主任的先生坐著，雙手放在大腿上，然後伸出一隻手要牽主任。主任的表情有一點猶豫。之後她先生過世一段時間，我告訴她這個畫面，她說他的確常這樣坐，對她來說是滿重要的還謝謝我。」(D-3-1-8)

對於這樣的答案，小青自己也頗感詫異。雖然，有時候她自認為自己的「第六感」頗為靈驗，常常在電話響起前或待會會遇見的人，她會先在腦海中見到影像。但像這種例子倒是第一次得到驗證：

「同事的畫面插入我腦海中時，我感覺他有事要跟我說，後來打電話給他真的他剛好有事要跟我說。曾經許多時候有同事或學生的畫面插入腦中，有時隔天就有來找我，或是來電話。」(D-3-1-9)

此外，她也具有與亡靈溝通的能力，主要是以意念為主。據小青告知，她的感覺是不用透過語言的，有時候當下一個念頭，似乎就知道了對方的回應。她曾經因為一個學生自殺的案例而與當事人有過幾次的「溝通」，主要是「視覺」與「意念」：

「第一次感受到他是當天晚上約七點多我們正在討論他，他出現在玻璃窗外，似乎有點愧疚不好意思麻煩到我們的樣子。再來是招魂當天，感覺到他眼睛紅紅的，像情緒非常激動的又難過又生氣的感覺。看到他全身的人似乎坐立難安，在我們的左後方走動、靠著車子眼睛紅的有種說不上來的情緒，本來似乎不

想回去。我好像跟他說自由的靈魂還是要有一個依歸，先跟爸媽回去吧，後來似乎是有跟父母坐上車回去~」(D-3-4-2)

有時候她會在半夜像醒來一般，精神很好，感覺到或看到不確定：

看到他眼眶是紅的(不確定是怒還是哭紅的眼睛有點紅腫)，於是我心裡跟他說："你一定很想念爸媽喔"似乎是的。(像是怒或紅的眼睛慢慢恢復平靜，變溫和)
(D-3-4-3)

兩者之間的互動，主要以請託者為主。小青則屬於被動的狀態。小青即使基於關懷的心態，也無法主動探問，必須等待靈魂主動的請求幫忙。小青的問題有時候也會以「圖像」等隱喻的方式出現：

「第四次，隔天或隔幾天?半夜感覺出現臉和上半身。我覺得他出現在哭畫面表示他是哭紅的眼不是生氣，而他想要傳達一些訊息。如他以前不知道，但現在知道爸爸媽媽很愛他，他有感受到了。他想要謝謝爸爸媽媽為他做的一切，還有希望爸媽還是可以繼續唸經回向給他，他有收到!我心裡有想到父母想知道你現在做甚麼?於是問他，他沒有回應。我心裡問是你嗎?-->浮現一個畫面一個男生頭上戴黃色工程帽雙手正在推著單輪車，車上有東西像沙石之類~突然浮現勞工(不知是否告訴我他是勞工系的或他正在當勞工不確定)。」(D-3-4-4)

雖然，小青並不明瞭這些現象具體代表著些什麼意味，但她認為若能有助於人且能將其應用於工作上也是不錯的事情。但這是直到她深為接收意念而苦之前的想法。由於偶然的機會下認識的人(A君)卻對她有了非分之想，從此她便飽受折磨。她無法明瞭自己怎麼會清楚對方內心的所思所想，剛開始會以為是自己的誤解，直到自己即使看不見對方，卻有身體方面的觸覺感受時，才明瞭事態嚴重；她無時無刻不感覺到看不見的人在身旁，她不僅感受到人體的溫度，甚至也有呼氣的聲息。

直到有一天，發生了一件事她才稍微感到鬆了一口氣：

「因為不知道怎麼辦才好？我很沮喪的在心裡想著，有沒有人能幫我？就在此時，我腦海中突然浮現出一隻大手掌，然後用大拇指與食指捏起在旁的小人兒，將他用力的甩出去。於是，一直困擾著我的「感覺」稍為減輕了些。」(D-3-1-12)

這件事對她意義重大，她也知道那隻大手是如何出現的，同時那個當下的舉動為什麼能減輕她的痛苦？但對她而言，尋求這整件事的解答過程是很有意義的。

第三節 靈性危機的發生與持續

沙特曾指出：「解釋研究的焦點在於那些深刻的生命經驗——這些經驗徹底扭轉或塑造了個人對自己及其生命未來的意義。」(引自 Denzin, 2000)而 Denzin(2000) 也據此指出生命中的「主顯節」，它指的是「個人生命中難以抹滅的互動時刻」。在這樣的時刻中，「個人的性格被顯露出來」。研究者透過寫這些經驗來闡明個案生命中的「危機時刻」。前述本研究中五位研究參與者的超常經驗，正是他們生命中的主顯節，它們深刻的影響了他們對自己及生命未來的意義。這些超常經驗為他們的生命所帶來的衝擊，我們究竟應該怎樣看待呢？是要從事實真假的科學角度來加以驗證？還是不論其真假，只從這些經驗對他當事人的意義來加以探討呢？本研究所採取的進路是後者。也就是說，不管本研究者個人的經驗與信念為何，也不管事實的真假為何，本研究所在意的是，這些經驗在研究參與者的生命中到底扮演了怎樣的角色，帶給他們怎樣的意義。

從這個研究觀點出發，寇特萊特 (Brant Cortright, 2005) 所提出的「靈性危機」(spiritual emergencies)概念，便非常適用於描述這些研究個案的遭遇。個體在面對人生的各個層面所碰觸的任何關卡與難題，均會觸動心靈的某一層面而造成個體人生中最大的「危險時刻」。本研究中的「靈性危機」所指稱的是當研究參

與者（個案）遭逢自身種種「超常經驗」時，所產生身心靈的各個層面的衝突或生活上、精神上的困境。同時，也因為個人經歷了這樣的生命經驗之後，就不可能再和以前一樣，因此無論是當事者或他人往往會將此經驗視為生命中的轉捩點。

對於天生擁有與常人不一樣經歷的個案們而言，Uri Geller 以下的這段話最具代表性，也說出了他們的心聲：

「我要讓讀者知道的是，我瞭解你很難相信或體會我所做的這些事，除非你親身經歷過。因為這些事情，自從我小時後以來，就一直發生了，我有時候也會忘了我不能討論它們，因為沒有人會相信的。這些事件跟我的個性和信仰太混合一致了，我已經很容易就能接受了。」(Uri Geller, 1975)

Uri 是超心理學中最受注目的明星之一，他以能不碰觸物體而將物體彎曲聞名。現在一些探討如何令湯匙彎曲的案例，他便是始作俑者。但這也不是他的本意，讀者們應該能想像當他的母親發現家裡的湯匙都彎曲或折斷時的反應了；Uri 的解釋是因為他的心思亂飄的緣故；假使他不注意並控制住他的思緒的話，就會有磁力作用的現象產生。「這又是我沒有集中心思就發生的事。」(Uri Geller, 1975)

傳統上，社會大眾對一些自稱或宣稱有「靈性困擾」者，常投以異樣的眼光。不是認定其有「精神方面」的疾病，便是覺得對方故意「嘩眾取寵」。寇特萊特（2005）更深一層的解說「靈性危機」及其存在的意義：

「受惡魔或對抗神聖的力量影響或攻擊的危險是普遍存在、眾所周知的「靈性危險」。我們先把「魔鬼的力量」這類用語引發的哲學和認識論擺在一邊，只把重點放在現象學的經驗，看看自我的心理結構如何對這種攻擊或強大的能量留作反應，這是超個人領域最迷人的探索範圍。直到晚近，西方心理學一直把所有

這類經驗都歸類為一般的精神病理學，進入這些經驗範疇的人受到一視同仁的對待，被心理衛生機構當成典型的精神分裂症。可是，超個人心理學揭示這些經驗，創造一個新的名詞「靈性危機」來描述這些經驗。」(寇特萊特，2005)

Grof&Grof (Christina & Stanislef,1990)則將「心靈危機」定義為：

「個體以較廣幅度的方式活動，包含有激烈的情緒以及心因性的疾病。個體擁有更大的選擇自由與他人、大自然和整個宇宙的深層連結。整個發展過程的重要關鍵即在於靈性層面知覺的擴展，在人的生命層次和整個大自然事物的進化安排。」

五位參與者因超常經驗帶來靈性層面知覺擴展，是毫無疑問的事，但是，這個知覺層面的擴展也同時為他們帶來問題。就個案們外顯的表徵來說，無異於常人——也就是說，他們日常的作息與一般人無異，但內在的世界如何翻騰與又該如何與現實做連結的這一部份，則隱而不顯，但偶有蛛絲馬跡可循，他們的共通特性是「不對外主動提起」；其餘的差異則因個人的特性與能力而有差別。在前面提到的超常經驗影響下，他們的靈性危機浮現且繼續加深。

Angel 的口頭禪是「為何如此？」；當小紅帽不斷抱怨「頭暈與受干擾」時；冷靜的小強則狐疑最近又有哪些人被他吸引過來？此時，Red Corner 則主張很多事情說了也沒用！小青則發誓說這不是出自她的幻想！以下則是每個個案所展現的不同的「危機時刻」。小紅帽的特殊狀況在於他的受訓期，當時他仍然就學中。據他告知因為他就讀夜校的緣故，學期時間每晚至遲他十點前必須回到家中，而寒暑假或是假日期間就更提早到晚上九點前必須回家，否則會全身不對勁，如坐針氈般片刻不寧。但是回到家中的小紅帽並不需要打作或誦經之類的動作，反而是呼呼大睡進入夢鄉。

正如前面章節提過的小紅帽的 KTV 事件。他受限於自己身體的狀況，再加上臨時起意，與友人相邀去唱歌，忘了事先向媽祖告假。結果不僅無法盡興同時也因此讓週遭朋友發覺他本不欲人知的特殊狀況。除此以外，在公共場所發出類

似「打嘔」的作嘔聲，也常令年輕的小紅帽覺得難堪。這些情況不僅在生活上造成困擾，對於當事人的身心也有一定的影響。面對這些現象，小紅帽只能被動的等待事情過去，卻是連招架的餘地都沒有。因為，發作的時間與方式完全不在他的掌控之內。有時候，他也會沮喪或不耐煩，但是因為家庭系統的支持，讓他明瞭自身的狀況，因此減輕了他的焦慮，安全的度過他的青春叛逆期。

Angel 於飽受離婚折磨之際出現的「幸福影像」，往往令其陷入「天人交戰」的情況。因為，她有時候也不禁懷疑起自己來：「**那時候，我在哭泣的時候ㄝ～並不是我靜，我心很亂ㄝ～，我在哭的時候，是我認為它是一個長者，它指導我說，妳要怎麼做。**」(A-1-28-14) 雖然，現在的她是十分肯定：

「好像你自己可以提供自己的心理諮商，因為我覺得人都有時候，不要什麼事都要靠別人，啊妳自己妳心靜下來，妳是可以找到自己的答案，不然以前有人，心理諮商師都說你失戀啊，你怎麼樣一定要傾聽內心的聲音。對，我覺得它是幫助你傾聽內心的聲音這也不是不好，啊當然妳有這個能力的話也很好，我覺得說，當做一個參考，也很好啊！」(A-1-28-20)

現在大多數的「超常狀況」，則常在她晨起小坐片刻並傾聽優美的佛樂狀況之下發生的。因為離婚後的心理創傷，Angel 她以每日排滿的行程及才藝的學習來將時間填滿，不讓自己有時間自怨自憐。除了仰賴其宗教信仰之外，習慣晨起拜佛，並且將屋裡屋外徹底打掃了一番。每日清晨，坐在沙發上靜聽優美的佛樂成為她的日行功課。也因此讓她開啓了有別於以往，不同的經驗。

Red Corner 與 Angel 的不同處在於，當我認識她時，她已不再問「為什麼？」因為，對於自己看的見、聽的到第三世界的狀況，這種情況可說已是「司空見慣」：

「對。我聽的到，聞的到。不一樣的人阿。他們不會叫我做事情阿。比如說，等一下什麼時候可以吃飯？他就會跟你說幾點就可以吃飯了，就這樣子很簡單，

並沒有什麼特殊的。」(C-1-23-12)

但是，Red Corner 所認定尋常的現象，對一般人而言卻是很不尋常。對其家人而言，擁有一個介於正常與不正常間「臨界點」的小孩，所有「愛的教育」口號都失準了。因此，就學後她也學會了「不說」。除此之外，伴隨特殊體質來的身體不適，應該可以說是影響她最深的一方面：

「我只能說，我受到考驗的並不是感情而是身體。只有瀕死的經驗，沒有其他比較特別的想法，也如同前幾次的訪談，因為生病，有多次瀕死的經驗讓我覺得，人生無常把握當下，完成自己想做的事情。」(C-3-1-2)

小青對於目前精神方面的困擾最在意，幾乎已到了身心狀況不佳的地步。她因為偶而認識的人，卻為其「意念」困擾至今，不僅吃睡不好而且身體也產生了相對的反應與變化。這種痛苦她認為無人能真正瞭解。為此，她試過各種辦法來解脫自己的煩惱：無論是「收驚」、「拜拜」或是尋求專業心理師的幫助與建議等等。但結果都一樣。甚至變本加厲，她因對方對自己的愛慕想法有了觸覺感受等的身體反應，凡是她感覺到的（因為身旁沒人，只透過腦海中的影像），透過氣味、呼吸的節奏，她的身體會產生酸痛或背脊之間會有神經性疼痛的感覺：

「之前有提過他會正面而來，後來從背後而來。會有它的人形跑到我的背後、之後肩頸，兩肩之間背後疼痛很受不了，因看了【活靈活現】、【人鬼之間】的書，發現可能是卡到陰去收驚好像有好一些，但效果沒有之前這麼快，但有慢慢好一些。」(D-3-2-2)

當尋求醫生幫助時，醫生雖然也知道她的痛苦卻也只能稍緩解她的症狀，無法根除她的疾病。對身為專業心理諮商師的小青，她很清楚這不是因為自己的「幻想」而致的精神疾病－她的工作能力與輔導的功能並未喪失，日常行為能力依

舊。「這到底是怎麼回事？」小青自問，因為當初見面的對象早遠離，自己捫心自問也沒有對對方產生太大的情緒因素；雖然有點不喜歡對方看自己的眼神，但也不至於產生這樣的連鎖反應呀？爲了這個問題，小青也嚐試打坐來穩定自己的情緒，無奈效果有限，那種感覺或感受依然如影隨形。也因為這件事情，讓小青有時不禁自暴自棄的認爲這是前輩子所欠下的「業」。同時也令其對「靈性探討」方面的題材起了興趣。除了參加演講外，小青也積極的閱讀相關的書籍，希望藉由相同的案例能更明白自己的狀況。

由於身心的煎熬，再加上諮詢無處，若非小青的年紀與所從事的工作性質所需的人格特質，她才能將這件事對她個人的影響減至最低的狀態。一般年輕人若是過早的遇到自己內在心靈的急速開展，其結局有可能因爲自我疆界被突破，而終其一生在醫院度過。雖則如此，對於完全解決眼前的困擾，小青在不得其門而入之際，忍不住將此種現象歸咎於傳統說法。但是，單一個「究責」其實是於事無補的。

小強由於不斷接收到非自願性的情緒與意念，因此飽受痛苦。這也算是一種靈性的折磨，有時這種透過身體來感受非自我的情緒，撥弄著當事人的情緒以及混淆媒介者自身的觀感。小強曾經在經歷莫名的情緒狂潮中，說出他的內心感受：

「可是我無能為力，我走在那個整個黑暗空間的時候，我那時候很難過，還記得那時我一直哭還講了一句話” 為什麼要讓我看見”，就是我不想看見」

(B-2-06-6)

因此，小強曾異想天開的希望能將他的「靈視」能力給遮蔽起來。雖然曾經接受過法師的幫助，藉由咒語的力量，將長期承受的痛苦減輕大半，但是，狀況仍然存在。身體方面的反應，譬如，手麻或頭部脹痛等。對於這樣的狀態，小強選擇自己默默承受。雖然他可以求助：**「我可以去找什麼人。但…我沒有特別去找，因為我大概知道是什麼狀況。沒有阿，就自己觀想，自己跟他們做心靈的對**

話。」至於效果如何？「我不知道。但我一路走來都是這樣。」(B-2-07-5) 個案太習慣這種狀況，因此有了與其相安無事的自處之道。長期忍受身體的不適，這方式應該與其受佛教思想影響與生活訓練的結果。因為一般人在這種狀況下的反應應該不同—這應該也算是一種靈性衝擊，但是她以佛教的方式處理及渡過。

第四節 靈性危機的困難與挑戰

本節重點鎖定於當事人面對社會的看法與他人的眼光與認同，像這類的困難或難題，挑戰了不僅是當事人的自處之道，社會大眾對於「異己」的接納與寬容度同時也挑戰了研究者自身。以無法肯定的結尾要說服當事人敞開心胸接受訪談、願意將其不為人知的秘密袒露人前，是需要很大的勇氣的。

本論文所提個案的狀況，符合 Dezen 對議題的認定；雖然是相當獨特的私己經驗，但卻不是單一的現象或情形，反而具有大眾議題的特性。與自古以來，各種「巫祝」、「乩童」甚或心理學上所謂的「直覺」、「第六感」的說詞都可沾的上邊。問題是，這樣的議題帶來什麼樣的意義？要真實的呈現個案內心的掙扎與感受並不容易，因為「切身之痛」真的如人飲水：「冷暖自知了」。

介於明確性與否定狀態之間，有超常經驗並且也歷經「靈性危機」的當事人，在社會上、在生活之中並不具有特定的地位或位置，沒有一定的「名稱」來表示這種狀態。杵在模糊猶疑的邊界處境中，信與不信、自疑與他疑、真與假、意義有與無之間的掙紮，人類是現實的。因此，當一切順遂時，這方面是隱而不顯的。但當面臨生命中的挫折與困境時，這些能力的顯現倒成了度過「靈性危機」的助力了。Grof(Stanislav, 2000)曾指出機會隱藏於危機之中，也因此這類的危機對個案而言既是成因也是助力。

寇特萊特(2005)在闡述「靈性危機」時，特別強調整體的努力與配合，才能順利將新的力量整合到舊的自我身上：

當個體面臨自身內在因衝突而產生的種種反應，若是「平常的整合能力不足時，就會導致心理功能的混亂。」因為當「新的能量、生命、經驗不斷打擊當事人，就會產生混亂、恐懼。」

而寇特萊特(2005)認為有兩個因素左右這種情況：其一，週遭環境不配合與支持；由於缺乏處理這種經驗的觀念架構，當事人反而為其支援系統、父母、醫師等視為病態。其二則是身體或情緒缺乏足夠的彈性因此無法整合這些經驗。除此以外，個案尚且面對的困境是自我的不認同與他人的質疑。茲將兩個因素略述於下。

壹、自我與他人的不認同

為何他們的反應如此？研究者的分析此現象與「挫折忍受度」有關！對於從小便需要與第三世界的他者打交道的 Red Corner 而言，很多事情到了她的手中便見怪不怪了。問她事情，她會告訴你，但卻是以一種曖昧不明的語氣週知，一副說穿了你也做不到的表情。小紅帽則會覺得不被尊重，不管是否受訓期間或在外人面前，不斷的打嗝或作嘔總會令小夥子覺得難堪；更何況當兵期間的夜間磨練常搞的他筋疲力盡不明所以。Angel 雖然得天獨厚，沒有太明顯的外在表徵讓人們覺得她脫離現實，但對於自己即將面臨的人生中的災難，雖有預警及畫面的暗示，卻沒想過有機會尋求解決的辦法。只知道將其樂觀的解讀為未來的希望；小青為對方「意念」的不斷入侵而飽受困擾時；小強則因為話都滿到了嘴邊，情緒也哽到不行，卻因為身旁的當事人毫無覺知而無法與其討論自己感受到的對方深層的情緒與難為之處：

「他可能也不知道。然後，像長輩的那一次好像也是聚會，不小心情緒又來了，我講了但我硬是把它控制回來了，對，就是在很短的時間內我把情緒再度吞

下去了，但是話已經講出口了，講了幾句話，而那幾句話，就可以看到，他看著我，因為他從來沒跟我講過家裡面的事情。」(B-1-17-51)

若是一開始知道會這樣的結局，Angel 的反應一定會有大不同。正如許多大老婆的敏銳，她的直覺讓她自己很清楚什麼時候會與夫家斷絕關係，卻從未想過要亡羊補牢，採取更進一步的防止動作。對於這些過往，她很少甚至從未在大眾面前公開談論她的自身經驗。問她為什麼？她則認為太多的否定質疑會令她對自身存處的情境產生困惑及沒自信。她自己甚至也不禁懷疑起自己經驗的重要性。因此，當她在日常生活中展現甜美儀態之際，現實生活中的考量令其只能專注在生活層面。對於這樣的現象，她卻從未想過這些現象與靈性議題有關。

對於 Angel 於日常生活中所表現出如預測客人的到訪之類的事件，家人也已習以為常。這裡要強調的是，雖然「超常經驗」會引起當事人適應性的問題，但通常能夠表現出「超乎尋常能力」的人，不可能只因為一次性的經驗（如 NDE 者）便從此脫胎換骨真正開啓其異常能力的頻道。其實，針對以上的說法，研究者建議可從小時候個案生活中的蛛絲馬跡找起。因為記憶的模糊或重疊性、禁忌或觀感的問題也會是影響的主因。「名詞－社會接受度」是左右當事人選擇表達自己身分很大的因素。就拿研究者的個案 Angel 家人來說，他們除了將她視為具獨特性、常愛幻想的人以外，別無其他意見。理由是這並不會阻礙她的日常生活功能。而其他個案的家人們的不相信與不支持，反倒是很普遍的。對於未曾有過這樣經驗的人，要真的能夠「感同身受」是很困難的。他們能夠接納這樣的特異人士是因為「家人的愛」。

雖然小強家族中有多人有類似的傳承，但這樣的事情，在整個家族中是祕而不宣的，需藉助一些公開的宗教方面許可的些許儀式行爲，於是他們的能力才能由此展現。譬如，她的阿姨以算命的方式將她的能力展現。但是，對於小強來說，他與生俱來的能力雖未造成太多的困擾，卻曾在多次的公開場合上令其陷入尷尬的情形。沒來由的嚎啕大哭或一針見血的指出當事人心中或潛藏於意識中自己也

不甚明白的痛楚，令對方或自己不是痛哭便是沉默不語，這樣的情景對他並不陌生：

「當然一開始以心理學的角度來講，大家會覺得妳心裡是不是有雷同的陰影、創傷，所以會引發跟他相應，但後來是一次又一次、一次又一次，大家相信真的不是，為什麼？因為…每個人狀況都不同，有的人甚至身體上有殘缺、有的人是小時候家暴，有的人可能是……我猜的，我感受到的，可能是……那些東西…」(B-1-17-13)

同時小強自己也認為，就算要引發也不可能引發那麼多情緒：**「對對(V)。我哪有跟他們相遇那麼多東西！沒有。」(B-1-17-16)**只是由於經驗的累積，他很早便學會了「沉默不語」，除非在「恰當的」場合上。但，什麼時候才是「恰當」或「對」的時機點，就很難掌握了一這或許需要「經驗」的累積吧：

「之前？妳是說看到的時候喔？看到的時候，就是被抓去喝符水阿！我就跟他們講說，我在睡覺的時候都有人吵我。結果媽媽他們就覺得是傳統”滴到蜘蛛的尿尿！”或者是”床下有什麼不乾淨的東西！”所以他們就開始打掃我的床底下，就開始收驚、喝符水阿這樣，折騰了很久，但都沒有用。後來我就跟他們講說”看不到了！高一的時候吧！我就假裝看不到！」(B-2-07-11)

小強由於親友家人不能瞭解他的狀況，加上當時年紀尚輕，無法也不能以適當的語言解釋自己的現象，乾脆閉口善意的欺騙對方，只求兩造能平安無事的過日子。不能說真話的辛苦，不敢認同自己及公開敘說自己的某些困擾，也是「靈性危機」經歷的一部份。

Red Corner 雖曾想過隱瞞自己的狀況，但由於身旁事件及困擾不斷，真想掩飾自己的特殊也不容易。譬如，她不能開車，因為後座乘客常因她莫名其妙的緊急煞車而飽受虛驚。在旁人眼中看來蕭條無人的街道上，只有她乖乖的守著另一

個世界的安全規則，禮讓行人通行。也因此，她身旁的死黨大多知道她的情況：因為她有著陰陽眼，分不清現實界與他界眾生，因此避免開車。

你若問她對事情或事物的看法，她一定跟你打哈哈，因為對於內在心靈的激動與想法依她的年紀，她是不會想深談的。這她保護自己的方式。因為她很怕人家知道她的狀況：「**我個人很排斥讓別人知道有關我個人看的到或什麼的，我覺得這種東西隨緣吧，而且講太多的話，在工作上也不利**」(C-1-31-2-a)但對於需要幫助的對象，她卻又有著無比的耐心：「**但是若是說他們自己在生活上有遇到什麼困難，需要我幫他們心理輔導或是諮商，我個人是蠻樂意的，因為那是一個間接的行為，我不喜歡直接，**」(C-1-31-2-b)。red corner 對於自己講過的話或做過的夢，她會淡然處之但若是來自父親或長輩的意見，她會表現的較慎重而這可能與她的年紀較輕有關。對於自己的狀況她則表現的較無所謂，因為她認為這是與生俱來的現象，沒有什麼選擇權。也因此，她表現出相較於同年齡者的冷淡與隨意。

唯一的困擾的是，小紅帽每次回來在廟裡幫忙時，常常過沒多久便面紅耳赤，腳步不穩，需斜躺在牆邊的腳板凳上好一會，直到喝了外婆向菩薩求來的「符水」後，這種情況才消退。不知是否正如他外婆說的，菩薩本來希望小紅帽的媽媽能繼承外婆的事業，繼續當「乩童」。無奈，他母親意願不高，再加上有了家庭生了四個孩子後，更沒心力為菩薩服務。因此，小紅帽成爲了最佳人選。父母對他的態度，則是持平對待，並不覺得有何特別之處。在他心中外婆是最需要他掛心的人，也因此他很不願意繼承這份工作—因為那意味著外婆的離去；而每當想到「別離」總會令他感到傷心。

除此之外，小紅帽很不適應進入社會或軍中之後身體的各種反應。由於菩薩的磨練是不分晝夜的，這樣的狀況持續到他服兵役時，身心靈卻受折磨。由於菩薩常於夢中磨練他，不是出遊便是律動，常讓他因此而無法接受軍中的訓練。這樣的情況令他感到困擾也很生氣。他曾嘗試溝通，甚至於夢中拒絕接受訓練—強迫自己清醒。但情況似乎沒多大的改善，因此他萌生從軍中退役的想法。他很無

奈，外祖母家的菩薩卻要他稍安勿躁。

而在訪問他的過程中，研究者損失了兩支錄音筆，第一支用了兩年沒出過問題，卻在他第一次受訪時，不到二十分鐘內「當掉了」，送回原廠修了兩個月之後，所有資料都遺失。約好再次訪談的前一天，就在我剛訪談完其他的受訪者之後的幾天，研究者的錄音筆突然壞掉了。因此，當隔天他再次來訪時，我只能做紀錄。第二支錄音筆的壽命也不長，這段期間因為時間上的不能配合，我們只能做很短暫的訪談，等到恰當的時間點時，我的錄音筆又當掉了。這次連研究者都不禁起疑了，到底是怎麼一回事？其實，研究者曾認真考慮過「心靈致動」(PK)現象的可能性。因此曾請小紅帽至民雄媽祖廟拜拜上香，祈請之後的訪談能夠順利進行。

因為「意念」方面的困擾，小青也嚐試運用平時最有效的辦法—當義工。以往，當她感覺到只要身體稍有不適或是日子過的有點不順遂，這時候往往會接到一些需要她義務服務的工作，如去演講之類的，而那往往能幫助她「轉換」當下的情況，身體恢復了，日子也好過多了。但這個招數對解決「意念」的困擾幫助不大。她甚至有時候會不禁嫌惡起對方來了；她覺得對方是邪惡的，而這可能是自己上輩子「業報」。幸虧小青也善用「想像力」或「觀想力」減輕這個困擾。

對於身為現代人的小青再加上她的諮商背景，卻因不可抗拒的力量終致「沮喪」到認同「因果」是最好的解釋。為什麼會如此？研究者以為「無力感」是主要因素。當遭逢此生不可思議的經驗時，個案自然會有敘說的需求。但對於一直得不到合理的解釋以及解決自身困境的辦法時，小青自然會覺得很無助。因為一再敘說相同的狀況時，暨不能解決問題，又徒增自己與週遭親友的困擾。因此，到了最後小青的選擇也是「不說」。因為囿限於身旁人們的瞭解與認知程度不同，又怕之後週遭人們的議論紛紛及他人的目光，選擇「沉默」成為本論文所有個案共同的困境。因為「明說」的處境，如同早期「同性戀」或是其他類似的情況，不是在敘說的當下被取笑就是會有突然「語塞」的的狀況產生；個案當下會腦筋一片空白，覺得「被卡住了」，甚而會有連話也說不清楚的情形。

貳、經驗的不可重複性

個案第二個要面對的困境是自我與他人的質疑。因此，過程中由於想釐清自己的經歷與過程，爲了探究箇中的原因，甚至是爲了瞭解整個過程中狀況起伏的緣由，不斷要求或被要求經驗與能力的反覆驗證，成了這個階段最大的困惑與危機。因爲人們忽略了，個案們的感受卻是最需被注重的。因爲，很多經驗是無法重複的而且是獨特的。

這些事情來無預警，不能重複，因此不被現代科學家所承認。但是身歷其境的人卻能感受到那種刻苦銘心的震撼，不再懷疑它的真實性。（李嗣涔, 2004）

此處，李嗣涔（2004）點出了問題的癥結。正如 Irwin（1989）提到的由於國外對 ESP 的檢視項目中就包含了需能重複的，以所謂在控制條件下做的實驗證明。因此，即使他自身也有過類似「直覺印像」般的經驗，他卻特別聲明這只是用以舉例，因爲偶然發生的案例是無法取得任何 ESP 認證的：Irwin 的經驗是有一次就在隔天要出遠門前，他自己止不住的想著他車子其中有一個輪胎有問題，因此他也大略的檢查了一下輪胎跟方向盤。沒想到，隔天他的輪胎真的爆掉了。修車廠的人告訴他是因爲車子內胎與輪胎中間卡著一顆小石子的緣故。

由於出自直覺力的本能反應無法重複，對個案而言獨特的經歷便因此爲他人所否定。研究者以爲個案自身感覺的「獨特性」與「存在證明」，都是不應被忽視的。

艾娃的書中曾舉出「不斷重複實驗的危險」例證。一個有著「遙視能力」實驗對象被要求持續不間斷長達一個多月的相同重複測試，用以證明實驗對象的真實本事。最後，因爲過於勞累，實驗對象終至完全喪失其「遙視能力」。正如同他書中舉出的反駁：「你會要求奧運馬拉松選手不斷重複跑出他贏得冠軍的成績來證明他的能力嗎？」（艾娃，2001）雖然天生具有特異功能的人，如李嗣涔的個案是禁得起實驗的考證，但相信她所表現出的能力應該是無法完全一模一樣

的。因為，被實驗對象是人類，有著七情六慾、喜怒哀樂甚至有著自己對所見所聞或所感的獨特詮釋。

李世傑(1996)：「是什麼樣的寬容而深厚的傳統，才能包容這樣的身體和精神狀態？這種巫師在歐洲早已不存在，他們在二十歲之前，就全部被送進精神病院了。」李世傑(1996)因此傳神的描述了「與神遭逢」的心情與感受。文章的主軸雖鎖定受訓成為乩童們各個內心深處的掙紮與臣服的過程，但與本論文所探討的主題則有殊途同歸之感。研究者所訪談的個案們也都經歷自身不可思議的過程，從受折磨的「靈性危機」中，茁壯成長甚而發展自己出自己的能力，培養並認知了與社會大眾合諧共處的方式。他們不「帶天命」卻大都具有與「乩童」相似的能力或經驗。彼此之間的能力互異，但難以言說的處境與無人瞭解的情況卻是大同小異。這樣的情況，當事人猶如罹患了亞型疾病病人一般。非典型卻有相對的症狀產生。似傳統乩童、靈乩的情況，也同樣受著病痛的折磨或經歷歷程，但心中卻存著疑問：這樣不十分明顯（模糊）卻似「身心症」般的表現，受到的待遇卻是經常是與「精神病患」掛勾。

這當中有人見過精靈界的小天使，有人與「地藏菩薩」有緣，有人家中奉養的「濟公菩薩」會帶他四處雲遊，還有天生就可見到三界眾生以及會被人們「意念」纏繞而困擾不已的過敏者。當然，這裡所指稱的「過敏」並非醫學上的專有名詞，而是特指我的這些具有非凡經驗的故事主角們。他們之中有人是邁入中年之後才發展出自己獨特的解讀世界的方式，有的卻早在襁褓期便具有「意識」了。

正如「過敏」是一種症狀，當行走於生命的旅途中，赫然發現自己所選擇的道路是如此的與眾不同時，你會訝異於生命或上天所賜予你的是如此的豐富與多變化，挑戰與艱困的求生意志在這些人的身上沒那麼嚴重，倒是凝聚自我意識，認清自我成長主軸卻成爲必要的解藥。「這個旅程是通往內心深處，再度重生為人度進苦厄的一趟旅程。所有真正的通靈者，都是一個真正的修行者。」（李世傑，1996）雖然，未必需要有任何宗教上的聯想，但或許，每個人都有自己獨特的生命歷程待開拓，無論是在生命的最初或最後，終會找到自己能夠「安身立命」

的方式。而 Jack Kornfield 的體會則是恰當的注解：「需要信任，當我們學會信任自己內在需要打開什麼，就會以適當的方式自然打開。其實我們的身、心、靈就像花瓣一樣，知道如何自然發生、敞開。我們不需用力扳開花瓣或強迫它開花，只需要持續栽種、留在現場。」(Kornfield, 2008) 而「留在現場」才是重點——學會面對並接受原來的自己。儘管外界對發生在自己身上的狀況始終抱持懷疑的態度，但若是能夠整合自己，誠心接納真實自我，人生的這條路當更能順暢開通，雖說這不是一步能夠到位的，但確實是他們持續努力的方向。

第五章 靈性危機的意義

本研究中五位參與者靈性危機的發生，並非當事人所願，發生之後，往往又超出他們的掌握之外，在自身與他人關係之間造成極大的困擾，更進一步造成他們對於生命真實與人生意義的疑惑。凡此種種，都是靈性危機帶來的。在前一章描述了五位參與者靈性危機展開的過程，大致瞭解了他們的經驗脈絡之後，本章的重點則在於，描述及解釋靈性危機之於他們的意義，畢竟只有通過意義的把握，人們才有可能安頓自身，像超常經驗如此神秘強大的經驗，當然更需要自我解釋的意義，才能化解或至少緩解自身所面臨的靈性危機。本章依此目的將從以下四個面向加以探討：(1)靈性危機的矛盾本質，(2)超常經驗者的人生願景，(3)矛盾衝撞下的意義體認，(4)未來的道路。

第一節 靈性危機的矛盾本質

當身處於兩種不同意識狀態下的人們，要認真對待或處理任何一方其實是有些困難的；分不清楚自己的界線何在？或是正在理性崩潰的邊緣。這當中，由於意識的分離與重疊，使得個案的生活也隨之高低起伏，不僅生活層面有了困難，連個體自身的心靈狀態也遇到了挑戰。真與假；是與非是的想法或理念在面臨衝撞的當下瓦解了：正如哭與笑能同時展現一般但又不能名之為「哭笑不得」的狀態。當人們開始認知到自己的「異常狀態」時，希望能夠明白自己真實狀況的本能會令當事人陷入於一種「二元矛盾」的狀況之中，既想要知道真相卻又害怕真相；而為了驗證與說明希望能複製經驗的本能令當事人擺盪在「意識」與「非意識」之間：

但是當我們試圖去理解異常認知時，這種希望複製經驗的本能就會帶來大問題。要達到這種狀態，你必須停留在確定與不確定的兩極之間，在主動積極的思考與被動接受的專注之間。(梅爾，2008)

壹、狀態分析

要瞭解個案們的經歷當從探究其「靈性危機」的特點著手。總結個案們的經驗後發覺有以下幾個面向是值得加以說明：

一、「被驅使」的感受

同樣的感受更常見於個案的言談之中，不同的只是使用的「語彙」。Angel 於面臨被迫離婚的痛苦之際，聽到「聲音」告訴她一切都將「否極泰來」，並由「心象」中預見自己未來住所（再婚後）」，因此她會質疑將這一切指稱為「心裡渴望」的幻象說法：**「那時候，我在哭泣的時候ㄝ～並不是我靜，我心很亂ㄝ～，我在哭的時候，是，我認為它是一個長者，它指導我說，妳要怎麼做」。**(A-1-28-14) 小紅帽於「受訓」期間，只要是「逾時未歸」全身便會開始冒冷汗、臉潮紅、不由自主的顫抖著的狀況，不得不令其深刻感受到有個「他者」的存在。這種感受，我們可藉由梅爾於「直覺力」一書中所描繪的來加以解釋：

「被驅使」的感受，儘管各個描述不盡相同，但大體上還是圍繞在一種「自相矛盾」的感受；她形容處於那一種情況之中，人們會感覺像是釋放意志到一種無意識的狀態，而超乎尋常決斷與尋常意識的能力似乎就會接掌大局。相較於伊麗莎白被「感受」所「驅使」的狀態，黛比的形容更貼切：「它會將我佔據——不要問我『它』是什麼東西，我不知道。其實並沒有一個『它』：『它』不是我，這才是重點。但它也是我，因為它來自我心底深處。」（p97-98&78）

由以上敘述我們可以得知所謂「被驅使」的感受，那是一種「被迫」或是處於「無法自己做決定」的時刻；正如 Angel 的狀態顯示頭腦（理性）與情緒（感性）的分裂狀態。所有的這些狀況或樣態，最大的特徵在於個案本身的「沒有自

主權」以及「被動的接受」。

二、合一的狀態

寇特萊特(2005)認為合一的狀態是指個人的身分融入合一意識的神祕經驗。正如以下這些專職的「心靈溝通者」分享的：

「你會精確讀到別人的心，因為你就是他們；你是從裡面認識他們，因為妳們不再是彼此分離」。黛比、夢格勒斯則強調：「我知道我對別人所知道的這些事，是因為我到了他們的所在地方。我利用我們之間強烈的連結。所以當我獨他們的心時，我其實是用他們的眼睛在觀看」；或是正如約翰、哈德斯頓所言：「你唯一要做的，就是不要讓自己礙事。我們所有連結在一起，這就是重點。」而艾倫·塔德則說：「那事實上是一種萬物一體的感覺—從那種一體感中，你會獲得很深刻的認知。」（伊莉莎白、羅伊、梅爾，2008）

此處，哈德斯頓所強調的「不要讓自己礙事」意思是要保持自然的直覺力，以右腦的方式進行。不要讓自我的意識抬頭，讓理性出現。這種狀況與寇特萊特(2005)於其「超個人心理治療」中所探討的「合一感覺」並不完全相同。寇特萊特在這裡強調其「靈性」面臨「危機」的負面功能。他認為因為個人意識與整體地融合感，卻造成個體的困惑因而影響其日常的生活功能，甚至造成個體感覺自我意識喪失於「虛空之中」而無法回歸日常世界。

個案中 Red Corner 曾於學習「瑜珈」課程時有過類似經驗。她認為自己是「靈魂出竅」造訪宇宙以及無垠的太空之中，因而享受到寧靜平和與宇宙一體的感覺：

「我有一次做瑜珈的時候，可以讓自己的靈魂跑出去，那經驗是不錯的。靈魂跑出去的感覺，就像跑出去玩很開心。浮在半空中、宇宙上面，漂浮在宇宙上面，然後精神越來越好。就是去太空，躺在那邊，個人是比較懶，所以喜歡躺在宇宙，看著星星阿，很愜意。」(C-1-31-2&9)

對於爲什麼會有這種現象產生，Red corner 認爲這並不是自己唯一一次經驗，但要達到這種情況，個體需要能夠維持內心「平靜」的穩定度。所以她認爲：

「心無旁騖吧！就每件事情都不去想，但未必是每個人都到達的了這個境界，等你到達了，說不定妳也是這樣。就是心裡沒有任何的想法，也沒有任何的想或不想、或沒有任何的一個質疑？」(C-1-31-14)

這裡 Red Corner 所強調的感覺正如將「自我」託付於「無意識」狀態一般。（伊莉莎白、羅伊、梅爾，2008）

三、篤定感

研究者認爲「篤定感」也是探測個案「超常經驗」的一個指標。所有個案在經歷他們「意識轉換」的非常時刻，最重要的就是「知道」；一種思想與感受同步的經驗，一種他們說不上來但就是很「篤定」的感覺。同時，並非只有感覺，有時候態度也是很「篤定」的。

Angel 離婚多年之後，當她準備好要開始新生活時，即使本人沒有意識到這個狀況，她的「無意識」行爲仍然將她導向未來的願景：**「可是我那時候就很篤定我要買這個這個這個，買到隔壁攤都一直笑我，說這個人很好笑。」(A-1-26-21)**即使身上錢不多，加上一旁小孩的阻止，她仍執意訂下整套上萬的珠寶。事後，她也說不上來爲什麼這麼堅持，只是很「篤定知道」這個行爲有其意義存在：

「可是我覺得它就是漂亮，我不懂爲什麼我就覺得它漂亮，我就是要買起來，可是我的個性我以前不會是這個樣子，我不可能去買一個我不會用的東西，而且那麼貴的東西。不知道，就覺得說，好像是不是有那個感應，就覺得說我好像緣分也快近了。」(A-1-26-24)

因她曾希望若能再婚，未來的對象最好是人口單純的家庭。因此，她只好安

慰自己這整套的珠寶是爲了未來的婆婆與小姑作準備的。半年後因她的再婚，而證實了她的看法。

個案中小強、小青與小紅帽則是經由身體的感受「篤定」知道他們正經歷的過程。當小強一閉上眼睛時，小青身體的觸覺以及小紅帽時間一到即發作的情況，令當事人對於自己的情況是百分之百的肯定，不再質疑。雖然 Red Corner，對於「超常經驗」的感受回饋較平淡，那也是因爲她對於自己所講述的經驗十分肯定的緣故。

四、放鬆的專注

當 Angel 強調她並沒有如一般宗教上的「靜坐」習慣時，事實上她的「影像」接收來自於她每日晨起時「放鬆」的坐在沙發上靜聽佛樂，什麼也不想時發生的。關於這個論點，約翰，梅爾的心靈諮詢者，做了最明確的解釋：他清晰的描述那種狀況是一種「放鬆的專注」。這是一種人們日常行爲中會運用到心理狀態：

「那是一種「放鬆的專注」，這是最貼切的描述。其中包含了冷靜、清晰和接納的特質。此外還有生理上的要素，我指的是，我集中並沉穩地處在我的身體內，不是浮動而雜亂無章的。事實上，大多數人都會在日常生活中用到這種心理狀態，只是並不自覺。舉例來說，達到這種狀態的關鍵之一就是「不用力」。」
(伊莉莎白、羅伊、梅爾，2008)

另一位梅爾的心靈諮詢者，黛比，也做了呼應：**「她於是開始為我建造一幅圖像，來描繪她與認知的關係：(「我確實會努力去看到我看到的東西，但是之後我就停止努力，)」**(伊莉莎白、羅伊、梅爾，2008)

小強與 Red Corner 都曾形容過很多經驗來自於他們最放鬆或「什麼都不想」的時刻。red corner 認爲那只是一個經驗：**「因爲通常我沒有想東西的時候才會看到，事後我也不會特別去記它，所以我不會給你一個具體的結果，但就是有那個**

經驗就是了。」(C-1-34-3)而小強則指明在某些氛圍狀況下，他比較容易「接收別人的情緒」：

「應該這樣講，在平常的時間點，我不會這樣子，我也會思考，為什麼在特定的時間點，會這麼的敏感？我…其實很放空，甚至我一直在觀察說，我是不是真的深層同理到對方了，才有這樣的反應？可是我自己去觀察自己，其實沒有，其實在每一次情緒點來之前，我都沒在想事情，都是放空的。」(B-3-07-4)

也因此，我們或許可以解釋這種現象為一種「自我意識的消抵」，因為自我的疆域消失，容易與他人的界限交疊，因此比較能夠覺察到「一體」的世界中所含藏的「訊息」。正如唐望所教導的：巫士的能力是先天加後天的練習得來的，而這種「看的能力」是無法經由「努力」獲得，必須耐心等待、持續練習，直到有一天它自然發生。(卡羅斯、卡斯塔尼，1997)

貳、二元矛盾

為了更明確的指明個案面臨的「二元矛盾」的狀況，可以從四個關係層面，即從個案與自己、與人、與世界及與神的關係描繪起。

一、個案與自己

「超常經驗」中最令人無奈的情況是發生在自己身上的變化。無論是純就生理上而言或是內在心、靈之間產生的變化—突然間個案們感受「自己」不再是原來的「自己」的窘境。這當中最令當事人感到百思不解的狀況當屬「視覺」與「意識」的變化，也因為如此個案開啓了人生中的另一片天空。以下研究者試著以個案對於這些情形的反應來說明他們如何看待自己。

(一)、靈視 (Vision)

當 Angel 面臨離婚的困境時，對於自己卻不斷看到或夢見幸福快樂的場景覺

得不可思議。她直覺的反應是自己正處於「精神崩潰」的邊緣，要不為何老是接收到日後生活的影像？但當走過婚姻的波濤後，她也改變了觀念－感謝這些困境所帶來的成長：「對，挫折的時候能力會特別的展現。」因為 Angel 將其視為人類面臨危機時所啟動的自救功能：「對，不同的能力，我想在挫折的時候，它會用各種不同的方法，暗示妳、幫助妳、提醒妳。」(A-2-10-6)

其實這種現象對於佛洛伊德來說並不陌生，他將研究夢的過程中對於時常發生的做夢者對現象的知覺或是與分析者之間的連結現象以人類遠古時期最原始的聯繫功能－「思緒傳遞」來稱呼：「在通信過程中，佛洛伊德始終堅持「思緒傳遞」(thought transference)(他對心電感應或超感官知覺的稱呼)是完全真實的，更是人類溝通的一個重要層面。」(伊莉莎白、羅伊、梅爾，2008) 夢境實驗室一書的作者群透過多年實驗證明人類能不受時空的限制，藉由夢境感知遙遠距離以外人們的感受或事件的發生。而直覺力一書的作者梅爾更直接的表明她所倚賴對象的能力是屬於超心理學中的「遙視」：「在英文中，所謂的「透視力」(clairvoyance)原意就是「清楚的看見」(clear seeing)。黛比、艾倫、約翰和海倫似乎能夠取得絕對在我內心而非在他們心底的資訊。」這兒，梅爾所指稱的「看」是經由非感官的形式，由我們的身體或直覺出發來感受外在世界的氛圍：「那是一種純粹直覺的狀態，完全繞過了意識層面的思考，而矛盾地將絕對意志與缺乏意志結合起來，是一種純粹的放手和接受。」(伊莉莎白、羅伊、梅爾，2008)

對於「觀、看」的說法，原住民或印地安人的方式亦是很重要的線索，這能令我們更加瞭解人類原始本能。卡羅斯、卡斯塔尼於「巫士唐望的世界」一書中亦指出「觀看」的重要性。唐望要求作者須隨時保持「觀、看」的姿勢與注意力：「他的論點是，他在教導我如何去「看見」(see)，這和肉眼的「觀望」(look)是不同的，而「停頓世界」(stopping the word)是「看見」的第一步。」(卡羅斯、卡斯塔尼，1997)但這種方式卻與平時我們運用感官的方式不同。作者想表明的是傳統印地安人們如何與大自然打交道以及與大地相處的能力。而這些都

是當今人喪失已久的傳統能力。

也因此對於 Angel 能夠經由心眼的部份不斷且重複的「看見」即將到來的狀況，不論是生日禮物或是未來婚姻生活等，這也是一種「看見」的能力；Angel 將這樣的狀況解釋為一種訊息波靠近的關係：「**可能包包他也是打算要送給我，我就看到那個包包，只是說還沒有拿給我。**」(A-1-26-14) 只是這種「靈視」(vision) 是在時空的水準線上，以直線前進的方式捕抓訊息。而 Red Corner 的狀況則相較起來屬於對空間的絕對認知。她看見同一層次多重的空間與小強的狀況相似。Angel 與小強曾經描述過「感知」時的身體狀況：Angel 認為「影像」有時候是透過「眉心」來感知的；而小強則當一閉眼時，那種全身起雞皮疙瘩，不斷顫抖的情況已非意識所能控制：

「你的身體會有一些反應，例如會抖抖抖……你抖完之後、整個人就是虛脫掉、很累…因為我一躺下去，眼睛一閉，就知道”哇…糟糕!我覺得好像其他空間的存在靠過來」。(B-3-06-1&2)

針對這樣的描述，我們可以用「交互主體性」的方式來解讀這種現象。張蘭石認為：「**主體所主觀認知的現象客體，在各主體間具有共同性；易言之，各個主體的存在、發展與認知，是藉著與其他主體的關連而成就的。**」(張蘭石，2001) 他認為「心象」或是他所指稱的「 ψ psi 視覺」所具備的意義即是「彼此互為主體」而同時兼具主觀性與主體性的特點：

本文所說 ψ psi 視覺內容具有交互主觀性，意指它對眾多觀察主體而言都是主觀性的（ ψ psi 視覺的所見似是「自己的心象」）：但每個人所見，卻又互具客觀性，能成為普遍共通的真實（張蘭石，2001）因此，小強身體與生理的反應是認同自己最有利的武器；由於身體的反應讓小強瞭解到這並不只是頭腦意識的作用。這樣的認知安撫了個案卻同時也帶來了另一波的煩惱－該如何解除眼前的危

機狀況。

勞瑞、杜西（Larry Dossey, 2008）以「非局域性意識」(Non-Localize)來解釋「超常經驗」這種現象的產生。而他也針對人們一般較易接收到有關災難或健康狀態的訊息的情況加以解釋：

為什麼這類訊息特別鎖定在健康方面呢？我想是因為我們的抑是具有求生的本能，它不受時間與空間疆域的限制，獨立於一般感官以及功能之外。就好像是某種健康雷達似的，會不停偵測世界上對我們生存構成威脅的事情。我們可以稱之遠距非局域性意識，或者簡單叫它非局域性 DNA—有別於形成基因的去氧核醣核酸。（Larry Dossey, 2008）

（二）、不同的意識狀態

當個案的覺知開始產生變化，意識進行轉換之際，我們不禁好奇那究竟是什麼樣的感覺？對於這種狀態最明顯的時刻，當事人如何看待自己與解說？梅爾以為是經由不同的意識管道才能達成目標，因為：「直覺能力運作時的狀態，不同於一般的意識狀態：其實是有明確的不同。」（伊莉莎白、羅伊、梅爾，2008）

意識上產生的變化有時會令當事人有分身或另一個自己的疑惑：當 Angel 的老公探問她對熟識的第三者的看法時，她在不知情的狀態下卻脫口說出「你們才是相配的一對時」，為什麼會這樣？Angel 也說不上來，總覺得發言的不是自己而是另一個意識體。Angel 解釋她當時的狀況：「**可是為什麼會有人，我為什麼會直覺講這句話，我也不懂為什麼，好像不是我在講，好像是我另外一個，一個意識在講說，啊啊就妳當他男朋友最適合啊**」(A-1-24-25)這種現象令當時 Angel 的內心產生了矛盾的心情，也令她的本能開始了防禦性的偵測：

「但是我當下就有個感覺，我覺得我有種感覺，我覺得，我老公好像已經變心了ㄝ~，那是在跟我提出正式要分手之前的半年前，我就已經感覺到了。我還未覺察我老公任何徵兆，可能是有一種第六感覺得說他就是，妳可能再不久不是

他們的媳婦，後來真的不久他就不到半年他就變心了這樣子。」(A-1-24-26)

打從鑿袍期開始，就小強目前的記憶來說，「意識」這個東西便存在了。他即使還不會翻身，便跟著家人到處跑了一是藉著「意識；思想」而非肉身。也因此等到長大後能言語時，爸媽便被不曾間斷的（詢問）給騷擾不已：

「對對，嬰兒那個是後來才知道。因為有個印象，就什麼人帶我去玩，後來才發現那不可能嘛，因為據我爸、媽講，我那時才八個月大而已。第一次去到了中正紀念堂，才想起，「這不是我小時候影像中的那個建築物嗎？我回去問我爸說：「小時候我是不是有跟你們去過哪裡？我有看到你在那裡散步、走路」。我爸就跟我說：「不可能！」。他這輩子只跟我媽去過一次，那個時候我才八個月大。後來我有跟他們講阿，就說：「原來你們去玩了！雖然我沒有去，但我的意識也跟著去了。」(B-1-03-20)

難怪，小強打心眼裡認定他很早就有意識了，因為一直困惑他的，從小既存有的影像，直到了小學時到臺北中正紀念堂畢業旅行時，才獲得解答。原來一直都在回憶中打轉的藍屋白頂的格式，並不是真正小時候到訪的記憶。

小強的另一次經驗是在佛教寺院的法會期間發生的。當時的他感受到外來的情緒，想克制而不能終至嚎啕大哭。在這個期間據小強描述，他的意識狀態是很清楚明白的。無奈在外人眼裡，他所表現的卻是如同著魔一般的歇斯底里，也因此他不得不強制自己將「意識」拉回並設法告知正在幫忙的師父：「他沒事！」：

「因為在過程當中我只記得我一直哭、一直哭，可是有時候我會硬是把情緒拉回來，然後就是講了幾句話後，又被人拉走了的感覺，講的幾句話就是跟師父講說，現在在哭的個人不是我。就是我用我的理性把那個東西拉回來，要告訴你們，我不是不正常的！我知道他們會錯意了，所以我才硬是把自已的靈拉回來，其實我的理性還在，但就是有時候沒辦法控制住。」(B-2-06-2)

像這樣當個體不斷遊走不同意識層面時，是很容易造成當事人精神的困擾以及影響他的日常生活作息的。

二、家庭關係：個案與家人

除了以上所論及的個別現象，不能不提到「家庭」與「家人」對所有研究參與者的意義與功能。相信大家都有過的經驗，再怎麼與外人的爭辯或吵鬧都不及家中其他成員冷冷拋過來的一句話來的嚴重及令人感傷。更何況是正經歷著身心靈轉化的所有這些有著不尋常經驗的研究個案。因此探究個案與家庭的狀況當更能夠明白個案身處於「超常經驗」中的矛盾與無奈。

小紅帽因有著家庭的相關經驗，家人對他的行為反應平常。除了父親不接受他有可能會接續外祖母的志業的這件事，因此他的狀況只有母親較瞭解。其餘親朋好友只知道他對信仰的虔誠與堅持，並不真的瞭解其身心變化。Red corner 則因畢業後的一場疾病化解了她與父母之間的鴻溝。Red corner 一直到生病時，其父母才相信她的話：

「生病。就得糖尿病那一次。因為他們覺得很神奇吧！因為我們家沒有人有糖尿病阿。而因為我會動不動跟她說那邊有什麼人啊！之前講沒用，但父母的心裡可能也會改變，如果家裡有人生病，通常都會求助於神、佛來慰藉阿！」

(C-1-26-15)

對於從小沉浸於自己幻想中的小強，小強的媽媽除了擔心小強的身體與婚姻之外，似乎沒什麼太要煩惱的。因為，除了大大小小的事故不斷之外，能將這孩子養大已經算順利了。家中兄弟姐妹們也接受這個家中的老么不斷闖禍的事實，若是一陣子都沒有事情發生，他們反倒會覺得不習慣呢。這可能與小強的經歷偏屬於

內心層次的轉化有關，個人世界之外的互動者較難查覺。

小青的狀況也是如此，長大後的身心變化，除了最親密的前男友之外，身旁的親朋好友並不會因此特別注意到她的改變。小青記得有一次與男友的爭執是因為她怪異的舉動令其男友覺得莫名其妙，她也承認這件事與兩人後來彼此協議「分手」有關，當時她因為想拜拜，便央請男友一同前往據說相當靈驗的廟宇：

「之前，因(與)男友找一間廟(要拜拜)，但自己不知為何請他停下來，(我)無法進去。後來再(試著)進去一次，還是覺得沒辦法。後來，兩人在路上吵架吵得很兇，他表示為何都到門口不進去看看，但我表示我也不知道。後來自己頭昏得很厲害。請他載我去大士爺廟裡拜拜，頭就好了。」(D-3-2-6)

Angel 的情況相對來說算幸運的。因為 Angel 的母親也算是有著敏感體質的人，自己也曾有過較特殊的經歷（如夢中菩薩要她茹素等），對於 Angel 的時常報告狀況，她的接受度頗高。Angel 曾告訴研究者，她母親並不希望她將來成為「靈乩」，雖然事實擺在眼前，Angel 告訴她的話大都會實現，但 Angel 的媽媽也曾質疑她得知的方式由何而來？譬如，她曾有一次告訴母親哪個號碼會中樂透或彩卷之類的，但 Angel 媽媽堅持要她說出理由才行並拒絕買彩捲，沒想到最後她真的說對了號碼。

一、個案與社會的關係

對於因著自身狀況特殊的情形，正在經歷「超常經驗」並處於意識的非常狀態的個案們而言，要維持住「日常意識」（相對於超常意識）是很困難的。這種狀況有時十分神似自我意識減弱，呈現人格解離的狀態，在臨床上一被解讀為精神上的疾病。因此，個案們在走出家門後，進入社會與週遭人們相處時，往往得承受怪異的眼光與經濟或事業方面的不如意。無怪乎，早期具有乩童或靈媒等特

質者被視為有精神、生活困頓、疾病及意志力等方面問題等困擾的素質。(張珣, 1999) 甚而, 張珣(2004)指出台灣民間的「乩童」形象更是直指向低落的社經地位。由於以上的原因, 這也是類似經驗但卻並非處於如此明確狀況的人們所忌諱談論的話題。由於社會評價低的緣故, 個案不僅在意他人的眼光, 連個案們自己也很排斥這種情形。

但是, 這還是得視個案們不同的身分背景而有著不同的反應結局。大體上, 對於已經在社會上工作的小青、Angel 與小強來說, 他們在工作上的表現或生活方面較不受影響。因為他們懂的遮掩自己的狀況、適度放鬆並調解壓力。但是, 對於年紀較輕的小紅帽與 Red Corner 來說, 就是一場挑戰與考驗了。功課頂尖的 Red Corner 曾因為類似「中邪」或「著魔」的關係在學校期末考試時, 繳交了白卷並滿場亂跑將自己身上的錢全數拋下, 令同班同學及監考老師感到無可奈何; 小紅帽常因不明原因的感到疲倦及全身發燙, 只得向學校請假而影響到他的課業。總而言之, 同樣的狀況發生在不同年齡、工作性質(如自由業或上班族)與認知能力均會有不同的結果與看法。

四、個案與宗教(神)的關係:

我們接下來要點明的其實是一種攸關「心靈寄託」的關係。黃藹(1992)曾指出雅斯培將哲學上的術語「存在」與「超越」用來說明宗教上『靈魂』與『上帝』的概念:「二者都不屬於這個世界。以世界上事務的意義來看, 二者皆不可知。二者都具有與世上之物不同的存在樣態, 他們雖不可知, 卻不必是無。雖然無法認知, 但並不表示它們不可被思及。」這裏, 我們可衍伸出另一層意義。個案即是一種存在, 而他們所對應到的某種神祕的力量, 以超個人眼光來看, 是一種具有超越性質目標的關係。以下, 試著說明個案們與宗教上的關係及「二元對立」的原因。

當「超常經驗」發生之際, 頓時感到困惑的個案有時也不禁提出他們的抗議。

小紅帽曾多次憤恨不平的埋怨著菩薩不分晝夜的磨練。因此，透過強迫自己於夢中清醒來中斷訓練，藉以表達抗議的情形，可以說是十分與眾不同的經歷。十分罕見，到底這世界上像小紅帽一般中斷睡眠的例子並不多見，何況還是由他採取行動。因此狀況指出，小紅帽不僅相信「心物一元」的說法還身體力行，穿梭於陰陽兩界，在清醒與睡眠中做出抉擇。

Red Corner 最怕人家知道她的狀況。雖然她能見到人們看不到的景象，對於溝通方面佔有優勢。但對於曾有過的瀕死經驗的她而言，她覺得靠自己最實在。也因為每個禮拜固定於老師處所靜修，有了歸屬感，讓她認知到「腳踏實地」的重要性。

Angel、小青與小強有著共同信仰，但他們三人對於遭遇困境時，態度上有著不一樣的反應。

小青是一般的佛教徒，雖曾參加過宗教活動，但正如你我一般，平時是隱藏未見的。由於自身後來的狀況，小青試著從打坐及念佛號咒語來提升自己，希望能對解決她的困擾有幫助。雖然她未曾明說，但當她將一切狀況原因歸諸於「業」的想法時，其實也是一種抱怨。但她以付出行動來改善狀況並將心靈寄託於日常的「修行」上。

Angel 得天獨厚的享有與自己心靈上的依傍獨處時間。在面臨婚姻上的「挫敗」及「痛苦」中，她到佛寺當義工並將菩薩視為自己心靈的守護者盡情的投訴。無論是抱怨或想望，寺裏的菩薩陪伴她度過了許多時刻。由於心靈上有寄託，Angel 於是順利度過她人生許多的「關卡」。

小強的狀況也相似，宗教上虔誠的信仰成為他人生的動力。雖然，在宗教團體中有時會感受到不被瞭解的痛苦，但是由於曾受過菩薩的幫助，心中有了信心，人生的道路便順暢多了。

整體而言，超常經驗帶給五位研究參與者的靈性危機本質是矛盾的，它們讓參與者在自己的身份認同上產生了矛盾，到底我是肉身的我？社會的我？還是靈體的我？此外，它們也讓參與者開始在對外關係上產生立場的矛盾，究竟我是應

該根據靈體的認同而據實陳述？還是我應該爲了對外關係的和諧，而隱匿自己的超常體驗？尤其是，當外在靈力的影響已遠遠超過個人所能掌控的範圍時，世俗社會中的自我似乎已經無足輕重，那麼究竟人生的意義何在？這樣的人生還能有什麼願景？這恐怕是五位參與者心中共有的疑問。

第二節 超常經驗者的人生願景

所有的個案，不論是經歷過或是正在經歷這些「超常經驗」者，並未以特別的眼光看待自己的經驗。對於現在的自己，在經過折衝與適應後，所有的個案們到也蠻坦然接受。因爲他們認爲自己只是這個世界中的一份子，有著當盡應盡的義務，同時也承受著身而爲人所遭遇的種種困境與挑戰。以下分別敘述：

Angel 由最早歷經婚變時的震撼，曾因爲希望回復從前而想藉由懷孕來挽回前夫的心，直到再婚後過著幸福生活的歷程轉折，現在回想起，Angel 會認爲她之所以大都能逢凶化吉—每當遭逢危急，無論瀕死或靈魂出竅；無論因爲前夫外遇飽受折磨或是在窗臺邊看到小仙女同鄉，她認爲這都是因爲「傻人有傻福」；「吉人自有天相」的原因。因此她甚至認爲自己的能力是有幫助的：**「我覺得有我跟這個能力共處是很愉快的一件事情啊，因為我都是把它用在好的方面啊。」**

(A-1-28-19) 除此之外，Angel 甚至希望能夠在將來能將自身的經歷分享給有需要的人，成爲快樂的助人者，過著有意義的生活。

小紅帽心情再不舒服也不會拿宗教這件事開玩笑；即使自己的「不適」已經影響到他的作息，身爲家中最虔誠的宗教信仰者，並不會真的抗拒自己此刻的身心變化；但出於對自己外婆的孝順，他並不願意承繼家族的事業，因爲他並不希望看到外婆的離去。反而，他覺得男孩子應該在社會上闖盪，希望能結合自己的能力，在事業上有所成長。因此，小紅帽至始至終都希望能將課業完成，找份工作或是自己開店過日子。

而對於這輩子起碼人生的路途還算平順的 Red Corner 而言，雖然身體疾病仍在，但對於未來仍是充滿著信心與希望，對於這樣的自己外人看來也不覺得有何哀怨之處。打從一開始認識 Red Corner，她是個就讀中的學生。等到了研究所畢業後，進入相關領域工作成了她的目標。red corner 最常掛在嘴邊的一句話是：「我是人類，所以我過人類的生活。」對於過往的經驗，包括在病危時遇見了要帶她走的使者並擁有了選擇生死的經驗等，現在回想起來，她會否定過往並認為那是由於沒有遇到真正的「好老師」的緣故。目前專注在工作方面的努力，但她強調是靠自己專業方面的「知識」來努力，天生的「能力」僅只能「參考」。因為世事都在「人爲」吧！

小青則因有諮商師的背景，雖然常處於「感受」的階段－對於自己身體的敏感度增強，並不會影響她的日常生活。除此以外，小青希望能將自己的發現或經歷配合工作上相關的部份，讓自己更瞭解自己，也希望能因此在工作上更上層樓。

小強處處得到家人的關愛與工作方面有著寄託的重心，雖然一心想助人，但也知道需要有適當的機會及有著不需勉力而為的想法，因此日子過的尚稱平順。對於未來的願景，小強希望能朝向修行的路前進。小強是個案中唯一較具有宗教信仰的，也因此他一直希望能夠找個安靜的地方過著隱士一般的日子。他曾透過克制自己的物欲要求來達到生活勤儉的目標：「**以前我覺得修行就是要遠離人群，我自我要求蠻高的，所以我是苦行者，比如說，吃東西不餓就好、喝東西不口渴就好、衣服有的穿就好，其實我對自己是很嚴苛的，我對別人不會，但我對自己會這樣。**」(B-3-07-25)而現在的他則覺得應該順其自然：「**現在我覺得……那太緊了…太造作，順其自然就好了，就是我不排斥任何的可能性，因為那東西很外在條件，**」(B-3-07-29)小強希望能以更自然、更隨性的的方式向自己的內在世界開啓，達到在生活中靜心修行的目標。

綜合個案們對於未來遠景的規劃與執行，研究者發現無論是「超常經驗」或是「超常能力」，對於個案們來說，適當整合自己與心靈的衝突與矛盾並回歸日常生活，從而發現生存與生活的意義，才是人生的至高標的。

第三節 矛盾衝撞下的靈性意義體認

壹、靈性傳統帶來的沮喪感

對於沒有堅定宗教信仰的「超常經驗者」來說，少了傳統宗教上對「靈性經驗」的束縛。個案中只有小強是較注重「修行」—不僅在日常生活中實踐，同時也參加過宗教活動。但是，對於自身狀況所引起的反應，仍是令其不得其解。曾有過在法會期間，因為接收到第三空間的訊息；它轉化為強烈的感受情緒而令小強嚎啕大哭。在這個時候，法會上的師父們會希望他能夠抑制自己並勸告他盡量不要「去想」；也就是認定這一切均是「起心動念」的緣故的：

「我剛講這是身心的狀態，這是疲累的，但是我覺得身心狀態也罷，那個時期裡面，我心裡面的信念已經在衝突了，而那衝突是，我一直在背負著背叛者的罪名…我後來也回到那個熟悉的團體裡面去，我就把我這些狀況又講給大家聽，為什麼會這樣我真的不知道？得到的回應是，”糟了！你走火入魔了”、”你到底在做什麼？”，就是沒辦法安定我，反而讓我更恐懼，讓我覺得自己是個有問題的人，就是在學一些偏門邪法，那架構就是一直在否決你的狀態。」(B-3-07-9)

小強對於自身的狀況感到矛盾與困擾，最主要有兩個面向：其一，因為自己容易接受到別人內在的情緒而產生同情共感的現象，雖然在一瞬間他因為回溯的能力而在很短的時間內瞭解了對方所經歷或困擾的事，因著同理的心情幫助對方。致使他所幫助的對象容易有反移情的作用，對他傾注感情或產生依賴的心態。對於年紀尚輕的小強來說，卻因此覺得尷尬與不自在。對於這種困擾，小強因著年歲漸長及經驗增加，正在逐漸適應中。其二，沒有支持性團體，精神上沒有歸屬感。雖然他有著宗教上的信仰，也有參加一些團體的經驗。但，年輕人心中有時感到無奈的卻是最需要團體的心靈支持時，也是自己受傷最重的時刻。那

種不被認可的經驗歷程，明明不是自己去硬闖硬要來的，怎麼在自己的團體中卻受到最嚴厲的抗拒，彷彿是如富商般被視為巧取豪奪的對象，自己做了不該做的事，更不應該的是將此忌諱攤開在太陽底下討論一般。這樣的情況，讓真心想討論或尋求諮商的小強在他的團體中顯的落寞。平時還好，但當他內心脆弱或有較負面看法時，這些無心的舉動往往戳傷了小強自己。也因此，他試著轉往其他方面尋求支援；如閱讀相關書籍或是與較親近的友人分享自己的情緒與看法。

像這類的詮釋觀點，往往更刺激了個體引發「靈性危機」；因為排斥感的增強會令當事人想盡辦法壓抑自己的反應而導致身心症的發生。其實，這種現象普遍存在於宗教團體、靈修道場或是其他修心者團聚的場所。因為對於初次面對「靈性道路」開顯者的提點不足或過於簡略隱諱，而導致了正走在靈修道路上的初學者信心喪失或自暴自棄。對於自己的感知感受不瞭解的狀況下，全盤的接受了他人的意見看法，錯失了理解「自我」與「開顯靈性」的機會。但是，靈性傳承者他們究竟要表達的意思是什麼？在那些勸告「不要想」、「不必探究」和 克制自己的「慾念」 背後真正的企圖是什麼？原來：

在每一種靈性傳統中，經過長久鍛鍊而能進入深沉冥想或禱告的人，經常會說出一些經驗。他們認為這些經驗是靈性鍛鍊所衍生的正常副產品，而且認為這事實上只會讓人分心，而無法達到真正的目標：融合的藝術。簡單來說，透視力、心電感應和其他類似的現象完全都在預期當中，但是沒什麼好值得興奮的。這類能力只是顯示出我們與現實合而為一時，本來的樣子。（伊莉莎白、羅伊、梅爾，2008）

或許這真的只是經驗或層次的問題；也就是過來人與新人之間的不同。但研究者真的懷疑：不同的語彙或說法帶給初次體驗到靈性世界的新鮮人有多大的傷害。每位高僧大德排排站，看著初試啼聲者手忙腳亂與無所適從；或是那些已經度過危險期的初學者沾沾自喜於自己的能力有助於他人或自己時，當頭潑的那一盆冷水－這不能被視為禪宗法門之一：「當頭棒喝」，是否有助於當事人走在「靈性開啓」這條路上。

貳、危機即是轉機：

俗話說的好，危機就是轉機。歐蘿芙（Judith Orloff，1999）在「神奇的第二視覺」中提到自身經驗時，雖然身為天生的通靈人，也曾疑惑於自己的感覺，因為：「預感」要是沒有弄清楚前後果，感覺只像不知從哪裡冒出來的，就很難以接受。但是，這位能感知第三空間的心理醫生歐蘿芙（Judith Orloff，1999）卻對「靈性危機」提供了一個新的觀點，生命中面臨到的危機，有時反而有助於開啓靈性大門，成為進入靈異世界的門票：

沒錯，遭遇危機時，我們的各個系統會有反應，會有變化，但這也許是我們覺察力擴展的原因。我當然會不舒服，可是那裡面卻也有成長。關鍵在於視危機為機會，不光是用生理的觀點在看到，而且也認為那是進入靈異世界的門徑。

而這個論點正好與 Grof(Stanislav,2000)不謀而合。Grof 的「靈性急症」（Spiritual Emergency）也強調「視危機為機會」的觀點。

事實上，當超常經驗引發個人靈性狀態的改變時，通常只有兩種結局是可預期的。不是朝向美好的、受歡迎的世界開展；便是墮入黑暗的深淵，在意識的波濤洶湧中不斷的浮沉與泅泳著。對於這樣的危機時，寇特萊特以心理學家的觀點則認為是個體整合的大好機會：

靈性危機雖然看似混亂、失控，但透過這種看似脫序的情形，卻有可能產生更深層的次序。靈性危機愈是意識的嶄新發展，打破舊有的結構，產生全新的成長和更以靈性為導向的生活。舊結構的「瓦解」對尚未做好準備的人，可能是非常可怕、不穩定的經驗，然而在靈性危機中的人，如果可以放手進入這個過程，就可能再心理和靈性得到更高層次的整合。（寇特萊特，2005）

寇特萊特的論點因此上與榮格「個體化」歷程的說法不謀而合。容格認為在完成「個體化」的歷程中，個體難免遭遇種種困境，但當個體能因此朝向身心靈的調整與融合，則是最終目標。

三、回歸真實之道

嚴重且急性的「靈性開啓」經驗，往往打破了當事人自我的架構，世界變的與以往不同，而看事情的角度也是嶄新的。在奇異的當下，如何檢視自己的「意識」軌跡並順利回歸到生活體驗的當下，是需要一段過程的。

康菲爾德（Jack Cornfield，2008）曾提起過一個經驗。有一位年輕人爲了尋求極端的「靈性經驗」而在他的禪修營中密集打坐了一天一夜，到最後產生了「意識超常」的狀態：

他繼續靜坐，開始經歷各種超常狀態。二十四小時後他起身時，充滿爆炸性能量。他的能量大量湧入第三和第六脈輪，然後說：「當我看著你們每一個人，可以看見你許多前世的痕跡。」他正處於非常不同的意識狀態，這是他迫使身體逼近及線索達到的狀態，但他無法靜靜坐下或專注一會兒，反而非常害怕和激動，進入一種狂野和躁狂的狀態，好像暫時瘋了。

康菲爾德認爲：「雖然他的經驗可能是明顯的靈性和通靈的開啓，卻不是以自然而和平的方式引發，所以他無法整合這些經驗。」而這一點正好呼應了寇特萊特所強調的，個體心理能力的整合經驗，對是否產生個體的「靈性危機」佔有很大的因素。寇特萊特同時反駁新時代的說法，認爲「宇宙不會給你任何尚未準備好的接受的事」是必須從不同的角度來看的：

從更大的宇宙觀點來看，這個看法或許是真的。可是從今生今世的觀點來看，並不盡然如此。有些人會被淹沒、迷失，而且再也沒有復原。雖然也許再來是會有收穫，但在此生可能只是損失。（寇特萊特，2008）

而這也表明，從宏觀的視野來看世界與當事人須腳踏實地過日子的衝突點。雖然新時代的書籍強調生命的永續，但將想法放在未來宏觀的視野中，卻未必能符合當事人現今處事的需求。無可避免的，因處於這一波波「靈性大海」不斷翻騰中的人們（我的個案們），除了原有信仰方面的瞭解與尋求幫助外，會將諸如賽思、New age 及有關心靈、念力、秘密等書籍當成了他們的心靈慰藉。可是，

擺在眼前得實際情況卻未必緊靠著吸收來的知識或想法就能解決，因此，個人的不斷努力或調整才有可能再重新適應這個社會與世界。

Grof&Grof (Christina & Stanislef, 2008) 建議讓當事人體會到這些超常經驗在人們內心的屬性與本質，從而獲得正向的結果，安然度過他們的「超個人危機」是新的「超個人心理治療的趨勢」。(寇特萊特, 2008) 他們所建議採用的方法與康菲爾德的方法類似—藉由身體的鍛鍊回歸生活與層面：

相反的，如果環境需要全新投入實際的工作，也可以運用技巧來減緩這個過程，例如吃大量食物、喝含有大量糖份或蜂蜜的飲料、劇烈的運動（如慢跑、遠足、游泳或園藝工作）、必免壓力太大或過度刺激的情境、暫停任何的靈修，甚至偶爾使用鎮靜劑，也是個暫時性的處理方法。(羅傑、沃許, 2003)

最後，康菲爾德採用了以下的方法來幫助那位年輕人：

需要踩下煞車已放慢強烈的能量過程，或是重新設定界線和返回平衡狀態時，首先要停止禪修，然後把注意力集中在任何與身體有關，使你與身體重新連結的活動：挖土、打太極拳、跑步和走路、有自覺地讓注意力貫穿全身，感覺你的雙腳，看著腳下的土地。改變飲食，吃粗重的食物，如穀物或肉類，讓身體穩定下來。放鬆、服用有鎮定劑作用的草藥、泡澡，以及在一天疲累的身體穩定下來。(Jack Cornfield, 2008)

同樣的，本論文中所訪談的個案小青也嘗試經由日常的各種活動來試著解決或減輕自己的困擾。小青因為自己的狀況，也試著轉移注意力並參與義工的活動是著來解決她過度「專注」的問題。以前，只要她能試著「轉換」當下的情緒，精神恢復了，日子也好過多了。或是閱讀與自己切身經驗相關的書籍；在閱讀了「念力的秘密」後，她才恍然大悟原來「思想」是有力量的。她認為這本書：「提供我如何面對干擾。」現在的她，除了不時靜心之外，還練習法輪功，為的是幫助自己身心康復。總結起來，她因為這些生活上的過程得到不同程度的啓發與知識；同時她也開始將他們運用於日常生活中：

「有時也會用想像力調整身體。不全然是由書中的知識得來！有一些人、夢給我的啟發，進而也會想看完書，書可以給我的啟發，同事的媽媽告訴我如何打坐觀想，從附近有經驗的朋友，包括研究者的經驗的累積而來。」(D-3-1-11)

由以上觀之，人們會在歷經內在層面的「覺醒」之際，由於個體的整合能力，心理、意志或認知的問題，經歷生命中的「靈性危機」。因此，在歷經種種突發的現象之後，當事人藉由尋找根由，諮詢有過相關經驗的導師，瞭解自我並試著調和意識與潛意識的衝突，朝向完整人格的大道，為成爲一個整合的個體目標而努力。

當個體接受自己的現況時，就是邁向自我整合的康莊大道。梅爾的個案經歷與小強的景況相似：

「我小時候就經常可以感覺到別人的感覺。我經常很驚訝別人說出來的話，跟我感覺到他們實際上的感覺，相差很大。我以前睡覺也都要開著燈，因為我會在黑暗中看到一些人的臉，所以開著燈會讓我覺得比較安全。我曾經嘗試跟我父親講我的經驗。他是個物理學家，但他只覺得我想像力太豐富。他並不真地瞭解我發生了什麼事。我找了很多書來看，但沒有再告訴過其他人。但在我十九歲時，我死去的母親回來，對我說話，那時我第一次瞭解到，我的敏感是一種天賦，而不是一個問題。從那次之後，我開始接受自己的敏感，也努力加以鍛鍊。」(伊莉莎白、羅伊、梅爾，2008)

小強同樣也是藉著由書籍來瞭解自己的狀況。他曾因為小時候在廟裡接觸到的「地獄遊記」而減低了內心的不安。他因相信書中所描述的而不再害怕；因為小小年紀的他認為自己是個好人，並不需要恐懼。但他依然看見他界的存在。長大後他尋求宗教及心靈團體的慰藉，雖然無法改變易受影響的體質，但在累積多次心靈意識轉變的經驗之後，他的想法有了轉變。他認知到自己所具有的感受能力是自己與生俱來的特點，因此無法改變。既然這樣，小強會希望能像一些佛教大師般，有一定的修持能力而且能夠微笑的解決人們內心的困惑：

「所以我要思考的是，人家為什麼，師父也好、修行的也好，他可以微笑就把你心裡面的解出來了，不需要在那……大哭，才點到那件事情，或者他們都看在眼裡了，但是他們情緒都還是穩定的，所以我可能是希望發展成這樣，而不是有太大的情緒起伏，如果我今天這能力是沒辦法免除掉，就像一個靈媒師姐講的”不可能阿!這是你天賦的能力”，如果這是我的能力，我希望我能夠有更大的力量，能夠 control 這個能力。」(B-3-07-14)

因為小強體認到當個體處於平靜狀態時，能力更能夠發揮並且也表示自己達到了身心融合的狀態。而在經過一連串的事件之後，他覺得自己的心胸更開闊且具包容性：「不會後悔阿，因為我覺得過程讓我的世界，包容心更大了。的確人是苦的，但那個苦不是一直陷在那個地方，他其實可以怎樣去經歷那個苦之後讓自己的世界更大。」(B-3-07-20)

Angel 認為一路走來有很多生命中的貴人相助，但幫助她最多的也是閱讀相關書籍。她認為人生的前半段達賴喇嘛的書籍對她影響頗具：「人生方面較早期受達賴喇嘛的書影響，因為他對人生瞭解透澈且能指引方向。讀他的書受益良多。」(A-3-19-3)但在歷經人生轉折之後的現在，Angel 不能不提及芙秋 (Doreen Virtue) 所給予她精神上的幫助與支持。藉由閱讀芙秋是自傳書籍：「靈療、奇蹟、光行者：一個博士靈媒的故事」，Angel 彷彿更理解到自身的狀況：「這就好像」，Angel 比喻：「一個人生病了有了輕微的症狀，但並不十分瞭解自身的情況，直到某一天突然看到有人談論類似情形並有了說明之後，才恍然大悟，覺得自己也是這種狀況。」(A-3-19-4)

Angel 在經歷過人生這許多的轉折之後，體悟到萬事萬物「變動」是唯一的真理。她認為人生是會變的，很多的遭遇並非一成不變的等在身旁或是有個好結局。所以她會覺得腳踏實地的過生活最重要：「要接好人生的變化球，幫助有需要的人們。」(A-3-19-1)如今的 Angel 自認為現在的自己變的務實一較實際：「因為生活是實實在在的、你得面對的。」(A-3-19-2)也由於現在比較瞭解自己的

狀態，Angel 不敢說以後一定能幫助其他有相似經驗的人們走過歷程，但至少她覺得現在比較能體會他人的心境：**「也希望能對他們有所幫助。對方亦可如同自己一般有願景並走出痛苦。」** (A-3-19-2)

在經過多時的爭取，小紅帽終於獲的家長的同意著手辦理退役的事情。對他來說，要成爲一個職業軍人的過程是人生中很大的挫折。由於不瞭解自己個性，投考軍校的決定對他而言是個太衝動的決定。但也經由此事，讓小紅帽瞭解到「自己決定」的重要性。因爲當兵被受折磨 加上發現自己的志趣不在軍中，所以雖然算命說有官威，以後在軍中有成就，他還是覺得痛苦。因此申請退役。但鄰里親朋好友均不贊同，因此要說服其父母同意並不容易。雖然他十分相信家人及菩薩勸說，但在面臨身心俱乏的時刻，小紅帽決定走自己的路。儘管家中長輩勸阻，以及接收到菩薩希望他能接受磨練的意念，他仍然做出了抉擇。這個決定未必會帶來好的結果（損失軍人的高薪所得），但是卻能讓他再度開展人生的新面向，決定自己的方向，也算是一種成長的收穫。

Red Corner 認爲自己一路成長過來所遭受到的挫折與因難或挑戰的事情所受的情況跟平常人並沒有什麼兩樣：**「每個人遇到挫折、因難或挑戰的事情會隨著天時、地利與人和的不同而有所不同，只是每個人處理的方式不同或想法不同，而產生不同的結果。」** (B-3-1-1) 而她的考驗與成長的契機則是關乎於身體的健康方面：**「你這個問題問我，我只能說，我受到考驗的並不是感情而是身體。因爲生病，有多次瀕死的經驗讓我覺得，人生無常把握當下，完成自己想做的事情。」** (B-3-1-2) Red Corner 與其他個案最大的不同點在於：她並不想探究自己與生俱來的特點與經歷。因爲如同小強一般，她也具備看透人心的能力。對於年紀較輕的 Red Corner 來說，其實在訪談過程中，研究者也發現到她某些部分的抗拒。因爲，研究者時常需要她的提點，她對於身旁一些大人們言行不一致的行爲，雖不明說其實是很沒有安全感的。而如何接受這個現實，許是她人生中最大的啓發。

第四節 未來的道路

至於對未來的想法與願景，小青將生活重心放在自己專業上同時希望能在靈性生活方面繼續專研；Red Corner 則認為讀書就業是正途，希望能朝向自己的世俗目標前進；而小強則希望能找到可以與其天賦相融合的工作並以此幫助需要幫助的人們。Angel 她除了希望能發揮己長，也希望能繼續探索靈性的功課。而小紅帽目前最大的願望就是找份好工作或是自己開店過日子。

對於未來的規劃，小青希望能夠繼續探究有關靈性方面的事物。而因為她太常做夢，於是她也希望能結合夢境與「夢的日記」記錄出一系列『夢的精選輯』讓其他人領受夢的趣味、創意、啓發與恩賜。她表明因夢而有了動力學畫，希望能畫出夢中的所見所聞，未來希望開相關畫展之外，也能將其與諮商課程結合。小青認為：

「夢與之前提及的靈性經驗，也開發了對靈性諮商的興趣。這些夢已融入我的生活、人生，也融入我的教材對我的而言夢對我的影響幫助很大，有時像透過它來做許多生活、生命、工作、人際、情感等等的省思，也像透過此做修行工作。」
(D-3-4-15)

也因為這些經歷，她認為自己收穫很多：「**我不僅只是得到生命、工作上或助人方面的啟發，同時得到非平常的經驗和體驗，進而對某些陌生的領域有瞭解。**」(D-3-4-1)小青於日常生活中的靈性困擾中學會了與自我相處，瞭解到世界的開闊，也增長了她面對困境的勇氣。

爲了 Red Corner 的健康因素，她的父母改變了態度，真誠的想要幫助她無論是靈性面的成長或身體健康方面。早期她對佛教、道教甚至民間信仰感到陌生而無法融入，倒是對天主教的修女及玫瑰經有感覺。可是，爲了身體健康的緣故，她父母爲她引介了一位令其信服的老師——一位道教方面的修行者。無論人在何處

就學或就業，她固定每週趕回來與老師學習「靜坐、念經」，或是與老師及其他的學友們相處，一起從事農田或其他活動。經由這樣的過程，她感受到了「歸屬感」並認為自己是真正遇見了引導自己的「明師」。她認為指導自己的是真正的「濟公古佛」，但由於教導她的老師並不屬於宗教團體的任一部份，也因此她也不認為自己是屬於「道教體系」。

至於未來的出路，她希望將來能夠從事與醫療相關的行業：

「我是人需要生活，要我在沒有穩定的收入之前，並沒有很大的願景要做什麼。因為我像一尊泥做的人，漂流在海洋上。如果未來有穩定的收入，當然要努力存錢。開自己想開的公司，等我老了，再開一個聚落，專收有錢但有慢性病的人，有專業的醫療團隊，也有高科技的監測系統。隨時可以注意到聚落人的心跳、心壓、心糖等問題。」(B-3-1-6)

當 Angel 在日常生活中展現甜美儀態之際，現實生活中的考量令其只能專注在生活層面。對於這樣的現象，她卻從未想過這些現象與靈性議題有關！但是，當她接觸了許多的相關書籍之後，她對自己的現況也較瞭解。因此，她燃起了對探究靈魂的熱情：「當然，因為自己的狀況，產生了對靈魂探究的意願，因為與自身息息相關。(會想繼續探討靈魂，畢竟這是我的功課)。」除此之外，她的人生目標是希望能以美的事物來經營自己的人生。」(A-3-19-4)

以小紅帽現下的狀況來說，或許有些人會解釋為「撞邪」或「卡陰」，但研究者則認為歷經這樣的痛苦過程，是小紅帽內在成長的需求，也是為了將來能繼承其外婆志業做準備。但目前小紅帽的打算是朝向事業方面的考量：「目前的遠景我還是想要自己創業當老闆，關於複合式飲料店。現在的心情算是平靜狀態，因為我正在等停役的狀態，所以平靜。不過開店創業還是要多方考量。」

(E-3-17-1)

因著自身的狀況與認知，小強希望日後能夠從事有關助人團體的相關工作。除此之外，目前的小強更希望能更提升自己的包容心；從日常生活中去沉澱自己並提升自我的覺察心：

「現在我較重視的是怎麼把我心裡面那些很多的框架，很多的面具去發現那個東西，因為我想做素人也好、一般人生活也好，我覺得我沒有去看到那個框架，我很難去提升包容心這個東西。因為我覺得你沒有自己的框架，甚至去打破那個框架，你也不會快樂，自己就會有那個界線，別人撞到的界線、踩到你的地雷那都會影響到你的情緒，所以你看很多事情時就會開始去評論，這這這…是對的！這這這…是不對的！就會開始有對立，對立之後就會不快樂！應該這樣講，以前我想修行嘛，現在結婚或者修行都不重要，但很重要一點是，一定要給自己時間跟空間，讓自己的心沉澱下來那很重要。」(B-3-07-30)

我們很清楚的發現到小強的轉變：由理想進入實際面；由幻想到付諸執行。對於這個世界，小強更有踏實感了。

第六章 綜合討論、結論與建議

第一節 綜合討論

壹、能力分類與比較

當我們深入瞭解個案們的成長背景、經歷、挫折與想法之後，個案們彼此之間的關聯與屬性就更值得我們探討。從超個人心理的觀點看，『超感經驗』的發生不是特例。打從魏晉時期，就有長生不老的故事流傳民間。如晉朝葛洪（著有抱補子一書）以研究煉丹和醫學為主，深信神仙長生的實存性。彭伯壽享八百之數，而中外坊間故事情節中雷同的觀念(Rip Van Winkle)「李伯大夢」等故事中所傳達的：山中觀棋一日，人間已過數十年；或因喝了山中巧遇的人們帶來的酒而昏睡，醒來卻發現人事已非，時光流逝二十年的內容。這些故事中所舉出的時空相對應性，在在說明所謂的時間與空間是相對的、是流動性的，而無一常態。也證明瞭「超常經驗」的可能性。由個案們的敘說中，研究者整理出以下幾個特色：

一、五感 VS 超感官感知 (ESP)

個案以眼耳鼻舌等感官接收訊息：如小紅帽聽到喜慶宴會的鑼鼓聲，聞到花雕酒的氣味（濟公）、Angel 白日見到前夫的祖父身影、聽到他的歎息聲、除此以外，還有見過小吃店已故老闆的身影。以上這些都栩栩如生。這其中，由於聽到了嘆息聲、吹氣聲而開啓了 Angel 學佛的因緣。小強在夜裡看見樹上高起高落的白點；小青與小強都表示過強烈的身體觸覺、Red Corner 則是眼睜睜的看著眼前人們的靈魂忙進忙出的起起落落。

至於超感官的感受則是每個個案都有過的經驗：Angel 問我吃粥一事（想到誰誰便出現）；小紅帽的預知死亡（隔壁人家）；小紅帽一拿起香、小強與異次元的奮戰、小青則是與意念糾葛；Red Corner 就更不用說了—她隨時處於（陰陽）

雙重空間之中。

二、靈視(Vision)

這些具備有 **ESP** 特點的經驗往往顯示了個案的能力面向。超心理學中提到的項目中，雖然個案們無法擁有「遙視能力」，但他們都具有「看」(**vision**) 的功能：

Angel 能事先感應到即將發生的事情：如生日禮物、電話鈴聲或久未造訪的親友的來訪，無論是透過意象或意念，Angel 說不上來原因但是她強調「就是知道」；小青具有的視覺意象與 奧利佛·薩克斯 (Oliver sacks, 1996) 書中曾提及的現象類似。由於腦部的特殊狀況，法藍「不由自主的重複」他對故鄉的回憶，終其一生不間斷的畫作記載著他腦海中時刻出現的故鄉影像。它們陪伴他也慰藉著他，但你無法讓法蘭回歸日常生活中並脫離這段記憶。小青也是因為腦海中不斷浮現的畫面傳遞入侵，影響到她的日常生活並為此感到困惱。不同的是，小青具有生活能力，她所見到或感受到的卻是他人意念。小強則一閉眼即透過心眼感受到他界眾生的存在。Red Corner 則無時無刻不與異世界聯繫。

三、感知 (ESP)

小強的超強感受，令他接收到不僅只是意念還有情緒。小強因承受當事人內心說不出的痛苦而為之哭泣不已。他時常都得試著分辨情緒的出處：**「那一次當下我不知道是發生什麼事情？完全不知道，是情緒而已。當下我不知道是什麼狀況，我只知道我好難過。喔！不是難過，是一些情緒，但是我不知道這東西到底是什麼？」(B-1-15)** 小強的這種能力在個案中較為特殊。他則認為自己所擁有的能力是同「心電感應」(telepathy) 一般：**「原來這在國外叫做”同心電感應”」**

(B-1-17-a) 研究者則認為河合隼雄曾談論的「共感現象」(empathy) (河合隼雄, 2004) 更為貼切。

Angel 與小青較常感知與自身相關的事物，小紅帽則因還在受訓期，能力漸

次開展，還未能有所定論。Red Corner 則是因爲天賦本能，在日常生活中運用自如。Red Corner 與 Angel 都曾有過瀕死經驗、小強與小紅帽也有過在大眾面前因此而出糞的經歷；一個嚎啕大哭、不能遏止；一個則在大庭廣眾面前不停打嗝作嘔。Red corner 則不斷神遊太空，她是唯一記得自己出生過程的個案。

四、契點

1、夢境是所有人共通的管道

小紅帽經由夢中菩薩帶領而有靈魂出竅遊歷的經歷；小青則藉著夢與逝去的人們溝通並爲他們傳遞訊息。Angel 的夢則直接跨過潛意識，來到眼前—夢中預定要出生的小女孩聲聲催促，Angel 被嚇醒之際發現那女孩歷目在前。除此之外，Angel 還曾於夢中見過未來婆婆的支票，再婚後她婆婆果真秀了一張面額一模一樣的支票來鼓勵她增產報國。小強的夢則具有十分強烈的情緒感受，透過多次的夢境，他拼湊出前世的因緣。Red Corner 的夢境警示她即將面臨的狀況（工作地點及狀況）

2、挫折與情緒起伏，提供了「超常感受」力相關能源

在分析 Angel 的案例時，發現她的能力常因爲遭遇挫折引起強烈的情緒感受而開展。每當她遭遇人生的各個關卡時，也是她的「超常感受」最強烈的時刻。例如，前夫逼她離婚時，她的「看見」(vision) 幫助她度過絕望的時刻並鼓勵她朝向希望前進。小強雖然不特別強調他個人的情緒，但他最大的特色則是因爲「接收情緒」而引致他的挫折感。最大的尷尬在於，在接收對方內心深層的感受同時，他也全盤瞭解當事人的狀況。而因他如「感同身受」般，以頗具「同理心」態度提點對方時，常導致當事人不管熟識與否，傾向將情感轉移到他身上，頗有遇到「知音」的行爲舉止。無奈，這種情緒稍縱即逝，記憶也只能短暫停留，可想而知日後小強面對對方的尷尬了：**「嗯... 不知道是不是鏡子啦，就像那個學弟講的，我好像一個接收器，我自己的感覺是，我接收了這個感覺，我把他釋放出去**

之後，我對那個的記憶就會慢慢淡掉了」(B-1-17-b)red corner、小青與小紅帽三人，雖然情況不十分相似，但情緒仍然隨著超常經驗的開展而起伏。

3、家族遺傳／母系傳承

在研究個案的歷程時，發現到的一個有趣的現象。這些具有超常經驗者的能力通常來自家族的遺傳；有點類似俗諺所說的「床母做記號」(台語)的意味。Angel 母親也曾經由夢境預知長子即將發生的事並靈驗；小紅帽則直接表明傳承自母親的血統；紅色角落的母親也是「陰陽眼」只是看的較模糊；小強與小青雖然並未強調家庭直系的傳承，小強旁系親戚則有相當大比例具有相似的特徵。因此，我們也可說這是人類共同的特徵，是一種 DNA 的作用。以下，研究者將 Angel 的重點整理如下：

夢	預知	小女孩、車禍			
預感	sign				
意識	時間；空間感	迷路/	意念先於物 質界		
信仰	懷疑/信念 信仰契機 -voice	實證或信仰?			
人生觀	lucky	sympathy/pity			
經歷	car, accident	soul, OTB			
行動	meditation/ 靜坐冥想	聽佛樂； 念佛十聲			
能力	color/feeling	vision:文字	voice	instinct	他心通
補充資料	Doreen Virtue	Alice's never kiss goodbye	the data about "hope"		

(表三 研究者 整理製表)

貳、能力特徵與解釋

一、特點

1. 意識轉換：多重 VS 附身意識

當意識被佔據(occupied)時，那種情形好似被強迫著要改變意識狀態一般，有著為不明驅力所驅動著，似附身意識般。一有狀況，小強會先知道：「**因為那感覺會先來，我知道我又要進入那個狀態了**」(B-2-06-5)對小強來說，在法會期間發生的狀況是很不可思議的。雖然他在狀況中，卻同時身處狀況外。一邊嚎啕大哭，一般忙著告訴週遭的人現在哭泣的或是難過的不同身分；可以感受不同空間的情緒，對當事人有時候卻是很無奈，因為無能為力。彷彿「多重人格」一般，怕自己太情緒化，猶如進入催眠狀態，三個意識的轉換，加上自身的意識於是在同一個身體上有好幾個人格轉換。但小強的狀況稍有不同，他最後的意識是停留在芸芸眾生的畫面裡：「**不只！小孩子一次、一次是古代的、一次是我走在一個很黑暗的地方，旁邊全部都是頭、臉，現那臉給我看，那每個臉都是很悲傷、悲哀。**」(B-2-06-6)。這是在法會期間發生的事，一般來說很多人有類似的情況產生；不只是佛教甚至是基督教團體也有這種狀況發生。醫學上稱這種情況為心理暗示加上精神解離狀態，但是像個案這樣很清楚每種意識的來去，便無法以單獨的醫學說法來解釋。

2. 影像與意念同步

當腦海中的畫面一顯現時，當事人便能清楚畫面所代表的意思。正猶如我們回想電影中的經典畫面般—影像無須旁白，意思便很明確了。這之中的差別在於個案並沒有刻意回想任何事情，出現的影像也與其自身無關。以小強的例子來說，猶如在黑暗中，影像如意識流般一一掃過，影像出現時，意念也馬上接收到。這不是一般以理性思考出來的想法，與直覺無關，而是影像與意念同步/同時性的結果。

3. 靈魂的概念

根據黎國雄（1994）對靈魂的看法：

靈魂是一種能量場或訊息場，是一種精微體。軀體則是生命能場內的稠密物質的凝聚體。軀體不能離開靈魂，但靈魂則可以離開軀體，在人體內起著主導的作用。構成靈魂的物質不是我們肉眼所能察視的陽性物質。

既然靈魂是以訊息或能量的方式存在，人類如何得以見之？正如 Angel 的遭遇一般，碰上命案的冤魂而且直接現身在她的面前。她清楚的見到的哀怨眼神，令她難以忘懷。對一般人來說，這是很難得的經驗。雖然社會上不乏一些談論「見鬼」的新聞或事件，但當一個人（靈魂？）半夜直接飄到你面前時，是一件很可怕的事。此外，Angel 也發生過「兩隻手同時被往下扯」的身體現象，並且因而看到地上坑洞裡的骨頭。地點卻正好是上次離奇遭遇場所的附近。事後 Angel 直覺得她看到的骨頭有可能是第一個命案女子的。（11023-2）

張開基認為會見到「異次元」的東西，不是它闖進來而是你的（靈）過去。也就是說，會有「異次元」經驗者通常也具有「靈魂出竅」的能力。以靈魂的角度來觀之，自然較易有感受。這點可由小青於夢中為靈魂傳遞訊息的例子中得到驗證。但從 Red Cornerr 的例子來看這個論點就有失偏頗了。黎教授於他的「靈魂出竅與意識潛能」一書中解釋「靈魂的型態」；他認為「靈魂會以聽、觸、視、物化等形態出現」（p73）正好解釋了 Red Corner 的狀況，同時說明瞭靈魂既是思想的波動也是物質空間的實體。對於靈魂的實存與否，所有個案一致承認它的存在。

參、研究特色

要回應生命給予的問題，就要學會找答案。誠如個案中小強所認定的：「**這就是你前世能力嘛！，你會有這能力…可能是你自己有什麼想要做的事情，所以我現在還在思考我要作什麼！**」。（B-3-07-11）因此，本篇論文的重心就在「回應」

生命的功課。尋求解答的人不僅只有文中的個案們，同時還有你我；閱讀中的讀者們與研究者自身。

這是一種三重觀點的閱讀，在觀看個案們的歷程中，獲得對自身相似經驗的理解。而在彼此的互動中賦予這極其私密「主體經驗」一個「公眾議題」的身分。整個研究過程中，研究者自身扮演的不只是訪談者的角色，更是互動事件中的見證者與詮釋者；一種客觀中的主觀詮釋；也是「閱讀主體」中的書寫客體。

本研究主題最大的特色在於從一般人的角度來議題「超常經驗」。以超個人的角度來研究「超常經驗」的發生與轉變。藉由本論文的研究，希望能提供不同的視野來探討「常人」之「非常」經驗。擺脫以往這類的討論專為某些特定的身分或經歷（如靈乩、乩童、巫現象等）而進行的學術研究。希冀能夠提供有相似經驗的人們一個可以諮詢的管道；藉由瞭解個案們的心路歷程與其轉化能幫助到真正有需要的人。

第二節 結 論

壹、非自願式的超常經驗所引發的靈性危機本質是身份認同的矛盾

五位研究參與者的超常經驗都是非自願式的。這類型的超常經驗帶給當事人的困擾與難題的本質，就是身份認同的矛盾。他們在身與靈之間、自我與他人之間、個人與家庭社會之間，在在充滿難以協調的課題。於是，在許多的案例中造成了個人的退縮，或者被社會所汙名排斥。本質上的問題便是此身份認同問題的複雜難解。

貳、靈性危機對個體的生活關係與人生意義產生全面性的影響

這個身份認同問題帶給個人影響最大的兩個層面：第一是個人與週遭環境相

處的問題，每位參與者各自有他們的人際問題，造成一定程度的關係衝擊，而這關係衝擊又嚴重的影響到他們的人生願景與意義。

參、個體必須一定程度接納超常經驗才能進行意識整合

五位研究參與者有先天後天的不同，但是基本上除了經驗發生初期有些許莫名恐懼之外，大體上都還能接受自身的「靈啓」經驗，尤其小紅帽的超常經驗是漸進式的，適應上就比較沒有問題。那些家族環境有相類似背景者、有類似體質者，其適應也較無問題。宗教史上或案例記載，有些超常經驗者曾經歷十分痛苦的折磨，在本研究的五位案主中較不明顯，雖然他仍有一定程度的掙紮。關鍵應該是，他們能夠一定程度的接納發生在他們身上的超常經驗。

參、對靈性危機的正確認識有助於拓展人們對生命的視野

一般人對於超常經驗視為玄妙之事，常避之唯恐不及，距離往往造成一般人對超常經驗的誤解，更不用說在超常經驗的發展過程中，如果發生了走火入魔、身心失調、靈性與世俗格格不入等靈性危機的現象時，更是以一種疾病、罪孽的眼光看待當事人，但是透過本研究可以得知，這些經驗無論如何異常，都還是具有對當事人的意義線索，對於整體社會的心靈健康也有關聯，能夠正確認識超常現象，對於人們生命視野的拓展必有幫助。

四、對超常經驗的深入認識有助於超常經驗者的融入社會

社會文化對不能見容於常態認識的人事物，往往貼上汙名的標記加以隔離，社會的這種態度與傾向，往往造成像超常經驗者這類人的難於融入社會，五位研究參與者經驗便是現實的佐證。當前關於超常經驗的研究仍屬鳳毛麟角，要做能發揮移風易俗的效果短期內恐怕是不太可能，但是從本研究的探討過程中，確實

可以發現，當我們可以更貼近超常經驗者的世界時，許多誤解可以免去，他們與主流社會的距離便可以縮短些。

第三節 研究限制

對於「超常經驗」的研究限制，Irwin（1989）的經驗值得參考。ESP 研究上的限制，除了故意做假、自欺或謬誤外，尚有回憶上的錯誤（Inaccuracies of recall）、未明情況的錯覺（Misperception of ambiguous situations）、潛意識的覺知（Subconscious perceptions）、欺騙和詐欺（Deception and fraud）和機會或機率（Chance）等因素。

除此之外，當人們敘說過去的經驗時，因為某些部分記憶的模糊或與現在身處的情境混淆，有時會有新的「再敘說」的版本。這時候的難題是在於分辨新故事與舊有經驗之間的差別。以 Angel 的例子說明，在多次的訪談過程中，因為時間與記憶重疊的關係，她對於「靈魂離體」經驗的前後順序會有模糊地帶：**「我、我已經有點忘記了，confuse 這個事，但是都是一個，同一個經驗，就是睡覺的時候，睡到一半就看到，就看到小仙女這樣子，就是靈魂先離體，對靈魂是先浮上來，」（A-1-24-15）** Angel 靈魂出體時，漂浮在半空中。Angel 雖肯定她的靈魂離開身體，但在敘說與回溯時，卻有似夢似真的感覺。唯一肯定的是，靈魂一點都不眷念身體。

個案對議題的顧忌也是很大的難題，尤其是對於必須坦露自己的隱私的部份。因此，很多時候在訪談時，個案的回答有時會避重就輕。譬如，Angel 很樂意回答兩段婚姻之前及之後的心路歷程及個人的轉變，但對於有關前夫的種種她自然不願意再回顧了。梅爾（2008）根據多年資料收集的經驗指出：所有訪談內容對曾親身經歷過的人而言是很具個人意義的，具有私密性質的特點：**「那麼這種個人的特質便是這些資料的關鍵特質。」**因此，在個案遊移不定的情況，本研

究受限於個案的「臨陣抽身」或是因反覆的情緒感受，而隱密其中關鍵情節的狀況。

還有，因為本研究所採訪的對象性質特殊的緣故，有時候會有器材上的損耗或錄音檔在不預警之下無故失蹤的現象產生，這也算是另類的研究限制。除了前面章節曾提及的，訪談小紅帽時研究者損失了兩支錄音筆外，在訪談 Angel 時更曾發生訪談的錄音檔在轉檔至電腦桌面時，自眼前瞬間不見的情形。這個到現在對研究者而言都還是個謎。至於研究者個人認為時間方面的訪談限制也是應列入考量；由於個案是針對問題直接回答，並未有充裕的時間反芻問題或受限於訪談者對題目的瞭解不夠精確，因此常有抓不到重點的感覺。

第四節 研究建議

雖然研究者所採訪的對象與研究者均熟識多年，但是在訪談過程中仍然有許多的問題存在或浮現。其一是「觀念」問題：由於對於研究內容及預定呈現的成果懷抱理想的憧憬，研究者自陷於研究受訪者所提供的答案非如預期的困境。因此，建議日後欲從事相關議題時，應事先溝通釐清重點並切勿抱持太過主觀的態度。

生命自有它的出處；論文也自會有一片天。因此不必過於拘泥「預定目標」。另外，科學家及醫學界對於「超常經驗或能力」的研究常抱持太理性的態度，意欲切割「經驗主體」為實驗室中片段的技藝或技能。「重複性」因此成為最有利的明証。但是，若是能採集到「霎那」的瞬間「意識變化」或是「成因」，都是非常值得研究的主題。現今，有很多實驗是針對人類「腦波」做研究，因此建議可互相結合研究。

最後，由於論文主題關係，並未將重點全部集中於研究「超常經驗者」的「夢境」，殊為可惜。雖然，德國哲學家康得曾寫過「通靈者之夢」，藉由討論瑞典通

靈者史威登堡的神祕事蹟，企圖為知識、信仰與迷信劃定界線。但是，若能藉由研究（具有特殊經歷）的人們所做的夢，說不定會因此開啓通往「第三空間」的管道！

研究後記

本論文旨在探討研究參與者們的「超常經驗」以及經驗所賦予的意義。循著研究受訪者的人生軌跡，試圖釐清他們所曾經有過的疑惑並撥開迷霧，希望能引進陽光，照見光明。誠如 Angel 所分享的：

「我經過這個訪談，幫我從我年輕的時候到學佛前到現在做一個整理，才發現自己確實跟人家有一點小小的不一樣，小小的能力，但是我覺得這個能力，確實幫助了我、也提醒了我，或許不見得每個人都有這個能力，但是我覺得跟人家不一樣的是多了一顆善感、敏感的心。」(A-2-032)

藉由整個論文研究的過程，研究者與研究參與者皆受益良多。個案們體認到「學會接納自己的特殊性並試著與其和平共處，創造人生的最大福祉，才是人生的終極目標」。無論是與生俱來或經由特殊遭遇而開發的潛能，在歷經人生的磨難與挫折之後，個案們終究會走出自己的康莊大道。而研究者也經由這次的論文研究過程中，經由個案的解釋或閱讀相關書籍，更加了解到自身的狀況及解答了研究者的疑惑。

參考文獻

中文譯書

- Bown, Carl (1998)。我家小孩的前世。臺北:智庫文化。
- Cataneda, Carlos (1997) 巫士唐望的世界(Journey to IXTLAN : The Lesson of Don Juan) 魯宓 譯。台北市：張老師文化。
- Geller, Uri (1975) 超感應的人。巴頓譯。台北：名人出版社。
- Cortright, Brant (2005) 超個人心理治療(Psychotherapy and Spirit) 易之新譯
台北市：心靈工坊文化。
- Denzin , Norman K.(1999) 解釋性互動論 (Interpretive Interactionism) 張君玫譯。
台北：弘智。(原作1989 年出版)
- Doreen Virtue, Ph.D. (2007) 靈療·奇蹟·光行者 (The Lightwork's Way: Awakening Your Spiritual Power to know and Heal) 詹采妮、張志華 譯。台北市：宇宙花園
- Dossey, Larry (2008) 超越身體的療癒 (Healing beyond the Body) 吳佳綺譯
台北：心靈工坊文化
- Eden, Donna (2004) 能量醫療(Energy Medicine) 蔡孟璇 譯。臺北: 琉璃光。
- James A. Hall (2006)。榮格解夢書 (Jungian Dream Interpretation)
廖婉如 譯。台北市：心靈工坊文化。
- Jung, Carl G (1990) 分析心理學－集體無意識 (Analytical Psychology) 鴻鈞譯。
台北市：結構群文化。
- Jung, Carl G (1997) .回憶·夢·醒思 榮格自傳 (Memories, Dreams, Reflection C. G .Jung) 劉國彬、楊德友譯。台北市：張老師。
- Jung, Carl G (1999) 人及其象徵 (Man And His Symbols) 龔卓軍譯。台北縣
新店市：立緒文化。
- Kant, Immanuel (1989) 通靈者之夢 (Traume eines Geistersehers, erlautert durch Traumeder Metaphysik) 李明輝 譯。台北市：聯經。

- Kornfield, Jack (2008) 踏上心靈幽靜 (A Path with heart) 易之新等 譯。
台北市：張老師文化出版。
- Krippner, Stanley、Vaughan, Alan 夢境實驗室 (Dream Telepathy) 朱侃如譯。
台北市：張老師文化。
- Mayer, Elizabeth Lloyd Ph.D (2008) 不可思議的直覺力 (Extraordinary Knowing)
李淑珺譯。台北：心靈工坊文化。
- Murray Stein (1999) 榮格心靈地圖 (Jung's Map of the Soul)。朱侃如 譯。
台北縣新店市：立緒文化。
- Nostradamus, Michel (1998) 百詩集-諾查丹斯預言全書。洛晉 譯。
長春：時代文藝 16。
- Orloff, Judith (1999) 神奇的第二視覺 (Second Sight) 廖世德 譯。台北市：方智
- Palmer, R. E. (1992) 詮釋學 (Hermeneutics) 嚴平 譯。台北：桂冠
(原作1969年出版)。
- Pivcevic, Edo (1997) 胡賽爾與現象學 (Husserl and Phenomenology) 廖仁義譯
台北：桂冠。
- Sacks, Oliver (1996) 火星上的人類學家 (An Anthropologist on Mars)
趙永芳 譯。台北市：天下文化出版。
- Schutz, A. (1991) 社會世界的現象學 (The Phenomenology of Social world)
盧嵐蘭 譯。台北市：久大：桂冠。
- Sokolowski, Robert (2004) 現象學十四講 (Introduction to Phenomenology)
李維倫 譯。台北：心靈工坊
- Spiegelberg, Herbert (1995) 現象學運動 (The Phenomenological Movement)
王炳文、張金言譯。北京：商務。
- Talbot, Michael (2002) 全像宇宙投影三部曲 (The Holographic Universe)
潘定凱 譯。臺北：琉璃光。
- Walsh, Roger、Frances Vaughan (2003) 超越自我之道：超個人心理學的大趨勢

(Paths beyond ego : the transpersonal vision) 易之新、胡茵夢 譯。台北市：心靈工坊。

William James (2001) 宗教經驗之種種 (The Varieties of Religious Experience) 蔡怡佳、劉宏信譯。台北縣新店市：立緒文化。

Yalom, Irvin D. (2003) 存在心理治療【上】—死亡 (Existential Psychotherapy) 易之新 譯。台北市：張老師。

Yalom, Irvin D. (2005)。存在心理治療【下】— 孤獨 (Existential Psychotherapy) 易之新 譯。台北市：張老師。

中文書目

艾 畦 (2001)。超心理學。臺北:老古文化。

包 登 (1978)。超科學透視實錄。臺北: 超科學研究發展中心。

申振鈺 (1990)。特異功能與超心理學。西安：陝西科學技術出版社。

朱文光編譯 (1993)。生命的神光 (Aura and Thought Form)。臺北:老古。

余玉眉、田聖芳、蔣欣欣 (1992) 質性研究：田野研究法於護理學之應用。台北：巨流。

李安德 (1992) 超個人心理學 台北市：桂冠圖書

李亦園 (2010)。信仰與文化。Airiti Press (華藝數位經銷)。

余德慧 (2001)。詮釋現象心理學。台北市：心靈工坊文化。

余德慧 (2006)。巫宗教的心靈療癒。台北市：心靈工坊文化。

李嗣涔等著 (2000)。難以置信。臺北:張老師文化。

李嗣涔等著 (2004)。難以置信 II 尋找諸神的網站。臺北: 張老師文化。

李慧秋 (1997)。世界超能力大探索。臺北: 將門文物出版。

李豐楙 (2010)。神化與變異：一個 “常與非常” 的文化思維 北京市：中華書局

- 吳雲騰（1993）。耶穌失蹤之謎。臺北：老古。
- 周建（1994）。超心理學探秘 高雄：派色文化。
- 林富士（1995）。孤魂與鬼雄的世界：北台灣的厲鬼信仰。台北：台北縣立文化中心。
- 河合隼雄（2004）。佛教與心理治療藝術。台北：心靈工坊文化。
- 胡幼慧（1996）。質性研究：理論、方法及本土女性研究實例。台北：巨流出版社。
- 連橫（1992）。台灣通史。南投：台灣省文獻委員會，中冊。
- 畢恆達（1996）。詮釋學與質性研究。載於胡幼慧主編，質性研究—理論、方法及本土女性研究實例。台北市：巨流。
- 索非亞（2009）。靈界的譯者。台北市：三采文化。
- 莊吉發（1996）。薩滿信仰的歷史考察。台北市：文史哲。
- 黃有興（1992）。澎湖的民間信仰。台北：臺原出版社，頁82。
- 黃藿（1992）。亞斯培。台北 東大圖書公司 頁93-94。
- 喬溫（1990）。超心理學。武昌：武漢大學出版社。
- 馮馮（1992）。禪定天眼通知實驗。臺北：天華。
- 董芳苑（1984）。台灣民間宗教信仰。台北市：長青文化。
- 董芳苑（1996）。探討台灣民間信仰。台北市：常民文化。
- 趙敦華（2002）。現代西方哲學新編 台北：五南。
- 潘淑滿（2003）。質性研究：理論與運用。台北：心理出版社。
- 鄭志明（2001）。華人宗教的文化意識。台北市，中華大道文化。
- 鄭志明（2006）。宗教神話與巫術儀式。台北市：大元書局。
- 黎國雄（1994）。靈魂出竅與意識潛能。台北：希代出版社。
- 黎國雄（1995）。回歸生命的原點。台北：希代出版社。
- 黎國雄（1994）。靈魂附體與精神療法。台北：希代出版社。
- 黎國雄（1994）。生命歸宿與輪迴法則。台北：希代出版社。

橋本健等著（1984）。心靈學入門。臺北：國際文化。

論文期刊

王立文（2005）。從網路式信息場的觀點看通靈現象。佛學與科學，6（1），10-13。

王秀婷（2001）。一個女乩童的生活世界--從啓乩到冷爐的社會網絡發展。東華大學民族關係與文化研究所碩士論文，未出版，花蓮。

王雯鈴（2003）。台灣乩童的成乩歷程—以三重童乩爲主的初步考察。輔仁大學宗教研究所，未出版，台北縣。

色音（2000）。試析薩滿癡狂術的心理生理機制。黑龍江民族從刊，3，97-100。

余光弘（1999）。台灣區神媒的不同型態。中央研究院民族學研究所集刊。88 秋季，91-105。

余德慧（1998）。生活受苦經驗的心理病理：本土文化的探索。本土心理學研究，12，69-115。

呂一中（2001）。「會靈山」運動興起及對民間宗教之影響。台灣宗教學會通訊，7，88-98。

宋建平（2003）。試論詹姆士的“意識流”理論。東華理工大學學報（社會科學版）。（183）81-84。

李士傑（1996）。坐上板凳，神明降在我身—乩童的遭逢與心事。張老師月刊11，82-87。

林孝宗（2003）。自發功。台北：自發功研究室。

林佳芃（2009）。從求助到助人—靈乩的生命成長。淡江大學教育心理與諮研究碩士論文，台北，未出版。

林淑理（2007）。超個人心理學初探。南港高工學報 No.25 編譯者：陳清誥等。臺北市：臺北市立南港高級工業職業學校出版。

林富士（2002）。台灣童乩的社會形象初探。中央研究院歷史語言研究所集刊。

- 胡樹（2003）。薩滿的“飛翔”與“附體”析論，中央民族大學學報（哲學社會科學版），30：91-95。
- 許雅婷（2002）。母娘與祂的兒女－慈惠石壁部堂宗教人的經驗世界。國立東華大學族群關係與文化研究所碩士論文，台東，未出版。
- 高淑清（2001）。在美華人留學生太太的生活世界。本土心理學研究，12，225-285
- 陳玉璽（2004）超個人意識研究對佛教佛性關的啓發－兼論「批判佛教」反佛性論的學理詮釋問題 新世紀宗教研究第三卷第二期 2004.12 台北縣：宗博出版社
- 陳珮蓓（2004）。生命支柱的傾圮——脊髓損傷者疼痛知覺與調適經驗之研究。南華大學生死學研究所碩士論文，未出版，嘉義。
- 張珣（1999）。信仰與文化。民族學研究所集刊，第88期，秋季篇。
- 張珣（2004）。疾病與文化：台灣民間醫療人類學研究論集，台北：稻鄉出版社。
- 張藍石（2001）。身心靈科學與宗教的整合研究--以"神聖記號靈效應"的科學唯識學究爲例。玄奘人文社會學院宗教學研究所碩士論文，未出版，新竹。
- 鄭志明（2005）。台灣靈乩的宗教型態。宗教與民俗醫療創刊號，中華民國宗教弘法編。台北：大元出版社。
- 楊惠宇（2007）。心靈學發展史研究 佛光大學：生命學報 No2 (2007/12) 99-166
- 蔣季芳（2006）。第三隻眼的天空—靈乩宗教經驗之探討。南華大學生死學研究所碩士論文，未出版，嘉義。
- 管貴貞、連秀鸞（2005）。詮釋學方法在質性研究中之探究。輔導季刊，41（3），1-10。
- 蔡昌雄（2005）。醫療田野的詮釋現象學研究應用，見林本炫、周平編《質性研究方與議題創新》，頁264-270。嘉義：南華教社所。

英文書目

Denzin, Norman K. (2001) Interpretive Interactionism 2th. Ed. Thousand Oak:
Sage Publications.

Grof, Stanislav (2000) Psychology of the future: Lessons from Modern
Consciousness Research. Albany, N.Y. : State University of New York Press

Grof and Grof (Stanislav, Christina, 1990) web data: 上網日期 : 2010/07/15

<http://www.nor.com.au/community/spiritualemergence/page2.html>

Irwin, H.J. (1989) An Introduction to Parapsychology McFarland&Company,
Inc., Publishers: Jafferson

Joseph, J.K.(ED.)(1987) .Phenomenological Psychology. Netherlands: Martinus
Nijhoff Publication.

Jung, CG (1969)The Archetypes and the Collective Unconscious : The Concept
of The Collective Unconscious. Translated By R.F.C. Hull, Princeton
University Press

Karen A. Plager(1994).Hermeneutic Phenomenology: A Methodology for Family
Health and Health Promotion Study in Nursing, collected in Interpretive
Phenomenology, edited by Patricia Banner, 65--83.

Melton, J Gordon (ED.) (2001) Encyclopedia of Occultism & Parapsychology 5th
Edition Detroit: Gale Group, c2001.

Merleau-Ponty, Maurice (1981) . Phenomenology of Perception (Colin Smith,
Trans) . NewJersey : The Humanities 126

附錄

一、 訪談同意書

親愛的研究參與者您好，非常感謝您願意參與本研究及接受我的訪談。本研究的主題為：超常經驗引發之靈性危機及其意義探討。本研究的目的：在於對您的超常經驗及生命歷程作一探索性研究，期許研究結果能提供您我對未來生命價值定位之依歸，並能對未來相關研究有所助益。

訪談過程將須全程錄音作為資料分析之依據，訪談次數則依需要做適時的調整，並期待您與我分享您豐富的寶貴經驗，進行訪談的地點尊重您的意願與方便來選擇決定。在您接受訪談的過程中，可能會揭露您個人內心深處所不願碰觸的事件，而讓您感覺不適，您可以選擇隨時中斷或退出本研究。但也因有您的熱情參與，才有可能真實呈現生命經驗的本質，研究者不勝感激，也再度誠懇邀請您參與本研究的訪談。

關於您所提供的訪談資料或文稿，研究者保證不隨意公開，僅供本人與指導教授分析討論，最後，非常感謝您對本研究的參與於研究過程中如有任何疑慮，請隨時跟研究者聯絡。

本人同意接受訪談。

本人不同意接受訪談。

受訪者：

研究者：

中華民國 年 月 日

二、 研究個案訪談舉例

訪談大綱

1. 談談你的家庭背景。
2. 是否家中其他人也有類似的經驗?
3. 第一次超常經驗發生的時間、地點及狀況。(就記憶所及)
4. 可否說明一下當時的感受及其後續。
5. 針對此次經驗您個人的認知為何? 你如何看待?或解釋?
6. 是否還有後續相關經驗產生?
7. 此次經驗是否對您生活上產生任何影響?是哪一方面?
8. 此次經驗是否造成您個人無論身、心、靈任一方面的困擾或痛苦?
9. 您個人認為此種經驗為你帶來的影響是短暫的或長期?
10. 經歷過此次經驗，是否影響到你對事物及世界的看法?
11. 此次經驗對您個人的「人生觀」有何影響及改變?
12. 你個人覺得你的經歷是否具有意義?在哪一方面?

內文 (逐字稿):

(1)

伊佐：可以稍微講一下你的家庭背景，比如說，恩~~

成長，就是稍微跟超常經驗有關的，就是說除了你以外

你家裡還有沒有其他人，有這種經歷或者是你小時候的一些

記憶什麼的之類

Angel：恩~~小時候，記憶唷~

伊佐：就是，家庭背景

Angel：家庭，背景，我爸爸媽媽都很，就是很，就是很單純的人，也沒有什麼特別的

我們家也不是什麼靈異體質，什麼都沒有，不過，我媽媽是因為，我媽媽她後來學佛

了嘛，啊~學佛，她~在夢境中有菩薩指點她要吃素，然後，她就吃，從此以後她就吃素了。就是這樣，大概三十年前，四十年前的一個夢境，所以我媽媽就吃素了，然後我爸爸是，就正常的上班族這樣子。啊~我們家中小孩也都還好，也沒有什麼，小時候也沒有是什麼，特別的，特別的，什麼什麼什麼體質，沒有都是這樣正常的長大這樣子，就是一般啦，很正常的家庭，只是媽媽夢到菩薩要請她吃素，後來她就吃素了。

(2)

伊佐：妳~~第一次超常經驗是在幾歲的時候或者是什麼狀況下發生的

Angel：超常經驗？，妳是說有看到畫面或者是什麼的

伊佐：任何的，比較特別的

Angel：有啊有~~高中的，我記得高中畢業的時候，有一年那時候

有一個女主角叫做，演那個什麼，嗯~演一個跟徐乃麟演一個，連續劇那個女主角叫什麼王麗玲，王美…王麗玲，還是什麼玲的，就是一個女生我蠻喜歡的就是她的眼睛蠻大的，然後她~~有一天她在演那個演戲的時候我就看到她在演那個戲的時候，因為妳連續劇都常是殺青之後播出的嘛~~演員已經去渡假了，然後我就突然看到，她，在演一幕戲的時候我看到她額頭是黑的，我高中的時候，我就，ㄟ(驚嘆用語)這王麗玲怎麼額頭是黑的，結果晚上就收到電視新聞就說她跟他男朋友在夏威夷的火山口渡假的時候，直昇機就墜到火山口裡面去，他就死掉了。對，然後我就覺得很不可思議？我怎麼會突然去感應人家的額頭是黑的，然後，後來又有一次是演一個，陶的媽媽叫什麼不是陶、那個是有一個藝人它的，嘶~~~~嗯~~~有一個歌星它是誰他的媽媽也是演員老演員就是了，然後她有一次演戲喔~也是演到一半，演那個戲然後我看到她，這個事情本來要在講伊佐

在跟伊佐講那個到底演員叫什麼名字我，我忘記她媽媽，
嘶~~恩~~然後，它還去找過那個那個那個它，他爲了幫媽媽通靈，
他還去找一個那個青衣夫人，就石壁洞的青衣夫人，
青衣夫人幫她招魂招不到因爲說她媽媽是信基督教不敢越過來，
然後，這個電視我看過，但是，玄的是在它~~媽媽那時候，
還在演那，媽媽演的戲的時候，他媽媽是演一個，就是，
我看到他媽媽穿一件黑色的，風衣，然後出現在那電視畫面
的時候，我竟然覺得她像死神啊~~她媽媽演的角色是演一個黑衣
的媽媽穿著黑色冬天嘛 ~在外面看，偷看那個孩子的畫面，那個，
她是在演戲裡面的角色的畫面是這個樣子，就沒想到她也是，
我看完那個電視之後不久就，過一兩天就聽到說她媽媽得氣喘病
就發作死掉了，氣喘，她有氣喘病。

伊佐：會不會是，是江青恩~~~那個什麼青的

Angel：對什麼青

伊佐：它們，以前男，男演員，它老公是男演員是不是？

Angel：嘿嘿，她離婚

Angel：嘿~她離婚又再婚

伊佐：啊~我知道我知道

Angel：然後，然後她生了一個什麼，什麼星啊，就是她女兒是歌星

伊佐：什麼、什麼翠的啦

Angel：啊，梁江翠

伊佐：江翠江翠

Angel：江翠、對、對、江翠、對對就是這江翠，然後她兒子後來是，演員、歌星
後來，他，就是她兒子去就石壁洞幫爸爸媽媽招靈，後來青衣夫人說

沒有辦法靠近，媽媽是信基督教的沒有辦法。啊，我就這兩次就是王麗玲跟那個

伊佐：這個時候，都是在那個什麼時間？

Angel：這個、這個時候，已經是、已經是，可能在，在上班囉，在學校上班了二十，已經三十歲囉，但是，我看到王麗玲那次，我好像是才高中、大學頂多才大學生而已

伊佐：嗯～～

Angel：玲：嘿～對就兩次，嗯～

(3)

伊佐：那這個是，看的方面後，那我們現在講說妳最早的一個經驗就是，妳不是就是，靈魂，就是阿～先講第一個啦，第一個就是妳那個，摩托車、摩托車在妳家巷口出事情的那一次，妳妳可以簡述一下還有妳當時的心情、還有妳事後跟妳家人在討論這件事情的想法或者什麼。

Angel：嗯～那時候我大學三年級的暑假嘛就回家然後騎摩托車出去那時候就心理面就有個不好的預兆喔～覺得摩心裡面覺得不是很平安，因為我剛學會騎機車，我就騎出去了，那就是覺得好像有一個徵兆說妳不要騎出去可是還是自己騎出去，然後果然，出車禍啊出車禍就整個人飛在半空中。

伊佐：嗯～～

Angel：那飛在半空中我就發現下面就是鋼筋水泥呀～妳一定下去一定萬箭穿心一定會死掉沒有任何地方可以著著，著陸嘛，那我車摩托車飛出去我整個人就說，啊慘了，死啊死啊，死定了，心裡面想著死定了，下一次可能是下輩子在說，沒想到這個時候就看到一個，

有人穿著白色，就是穿著白色的紗，我看到的是白色的裙子
把我抱住放在祂的身上，膝蓋上，但是，我沒有看到祂的
手跟人跟臉都沒看到只看到膝蓋是白色裙子是白色，然後我就
躺在那邊就因為，然後我就躺躺在白沙上很舒服好像是墾丁那個，
墾丁的那個白色的沙灘很溫暖的沙灘我根本都不會覺得痛啊~~
直到我的家人出來，聽到車禍聲音出來才發現說，怎麼是什麼是沙
根本就是磚塊一塊一塊的好不好妳至少也會受傷可是我身上竟然都
毫髮無傷對。那從這次我就覺得說很不可思議ㄝ怎麼會，會是這個樣子。

伊佐：大難不死