

潤水療法與周易思想的關係研究

—與王行先生商榷

楊文聖

摘要

潤水療法認為人的內心存在陰陽兩種基本力量。潤水療法整合了西方人本主義思想和中國傳統文化，將陰陽兩種力量分別命名為「主動性」和「執著性」。因為陰和陽是相互滲透、相互轉化的，所以「主動性」中自然地包含「執著性」的成分，而執著性亦絕非純然的消極。潤水療法的六維結構系研究者與周易智慧對話的產物，在各維度及其兩端的要素命名和整體結構安排上均汲取了周易智慧，因此自然展現了六爻結構的某些特點，表現出了與六爻結構的某種類似。六維結構體現了周易的精神，即宣導「仁」和「智」，注重「時」和「位」，注重「變化」。潤水療法汲取了周易思想，但是無意與周易思想完全一致。

關鍵字：潤水療法周易陰陽六維結構六爻結構

楊文聖 上海交通大學心理諮詢中心 (wsyang@sjtu.edu.cn)

筆者基於周易思想，並糅合現代西方心理諮詢思想，提出潤水療法理論。王行先生認為，潤水療法理論既以易經哲學為基礎，討論「易」的哲思少，更未涉于《易傳》。由於失去《易傳》之輔，對於解經而言，就如同失去了雙翼一般。並且，潤水療法的假設及其推演，未能盡顯易經思想，甚至與易經思想相悖。王行先生的見解是深刻的，但可能並非正確。謹以下文與王行先生分享商榷。

壹、關於人心的假設

潤水療法認為人的內心存在陰陽兩種基本力量，其中陰為執著性，陽為主動性，而陰又包含貪婪、怨恨和糊塗三種類型。王行先生對「陽為主動性」並未提出異議，但是對「執著性為陰」持有很大的質疑，指出「主動性亦有執著」。陰和陽是成對出現的，為了更清楚地闡釋「人心中陰的力量」，讓我們來看「人心中陽的力量」。

人心的主動性是人心中的首要力量。關於此，梁漱溟先生（2005）說：「一切生物的生命原是生生不息，一個當下接續一個當下的；每一個當下都有主動性在。而這裡所說人心的主動性，則又是其發展擴大熾然可見的。曰努力，曰爭取，曰運用，總都是後力加於前力，新新不已。」馬斯洛指出，在人內部存在著一種向一定方向成長的趨勢或需要，這個方向一般地可以概括為自我實現，或心理的健康成長。或者可以具體概述為，向自我實現的各個方面和一切副次方面成長（Maslow, 1968/1987）。梁漱溟先生、馬斯洛闡述的是同一事物。物我問題是中國哲學的重要問題。中國文化注重萬事萬物間的聯繫，強調人要「役物」而不是「役於物」。西方文化重視個人的主體性，重視個人的獨立。於是，馬斯洛從個人主體的成長發展的角度觀察，發現了人在外在挑戰面前的不斷成長變化、成熟完善的現象，將其幕後的推動力命之為「自我實現」。其實，人自

我實現過程就是人們一次次發揮個人主動性，克服外界的阻礙，取得一個個成就的過程。在這個過程中，個體本身發生變化，能力得到提高、人格得到昇華，從而自我實現。在其中，如果沒有主動性的發揮，自我實現根本無從談起。

然而人心中絕非只有一種力量。馬斯洛認為人的內心有兩種力，而不只是有一種力在拉個體。在一種把他向前推向健康的壓（人心的主動性力）之外，還有一種可怕的拉他倒退的力，使他生病和軟弱的力（Maslow, 1968/1987）。他還說：「向著完美人性和健康成長的傾向，並不是人身上唯一的傾向。我們在同樣的人身上，也可以發現死的願望、畏懼、防禦和退化的傾向，等等。」

（Maslow, 1968/1987）。

潤水療法將人內心這種消極力量命名為執著性。之所以選用「執著」一詞，是受佛學的啟發。「執著」源于佛教，原意指對某一事物堅持不放，不能超脫。至於執著類型的命名（貪婪、怨恨和糊塗）亦脫胎於佛學的「貪」、「嗔」、「癡」三詞。佛教將貪嗔癡列為三毒，它們又為身、口、意三惡行的根源，亦為根本煩惱之首。以貪為例。貪，是指世人對順境的貪愛，非得到不可的「執著」。誰都會有欲望，但超出自己承受範圍的欲望就是貪欲，欲望越多，滿足越少，即令人陷入痛苦的泥潭中。然而，潤水療法沒有直接使用貪嗔癡，因為心理諮詢可以借鑒宗教智慧，但是一定要與它們保持距離。與宗教的無限接近，很容易對當事人形成價值脅迫，而這有違心理諮詢的本義。為此，潤水療法結合佛學和西方哲學和心理學思想對貪婪、怨恨和糊塗進行了重新的定義（楊文聖、朱育紅，2009）。

關於人內心兩種力量的假設有助於諮詢師在諮詢過程中執守中庸之道。

《易·繫辭下》雲：「陰陽合德，而剛柔有體，以體天地之變，以通神明之德。」說的是人們做事的時候需要綜合考慮陰陽兩種力量才能取得成功。在心理諮詢中，這意味著諮詢師在主打削弱人的執著性時，需適度考慮人的主動性，

即注意調動當事人自己的主觀能動性，緊緊依靠當事人，堅決不唱獨角戲；在諮詢時主打發揮當事人的主動性時，也需適度考慮削弱其執著性，即給當事人少量的善意提醒、分析和忠告，而不是完全依靠當事人自身智慧的作用。這樣，有利於發揮主打方的最大功效，也更富有人情味，使得諮詢的過程更加生動有趣。否則，那只是另外一種形式的獨角戲。

關於人內心兩種力量的假設有於諮詢師更具包容精神。在諮詢實踐中，每個諮詢師都有自己的偏向—有的人習慣於幫助當事人削弱其執著性，有的人習慣於幫助當事人增強其主動性。這是諮詢師的人性，故無可指責。但是，諮詢師不可以不顧當事人的情況，一意孤行，強制當事人降低甚至消滅某種執著，須知執著性是人性的一部分，當事人有權保留自己的執著。很多時候，消滅了一個人的執著性，就消滅了一個人的色彩。諮詢師也不可以過分依賴當事人的主動性，在鼓勵、支持中徒耗時光，須知每個人的主動性水準不同。不必諱言，有的當事人主動性弱一些，他們需要點撥，他們渴望點撥，他們有獲得點撥的權利。諮詢師需要正視這一事實。

主動性和執著性既然構成一對陰陽關係，王行先生的質疑自可取消。因為陰和陽是相互滲透、相互轉化的，所以「主動性」中自然地包含「執著性」的成分，而執著性亦絕非純然的消極。

貳、關於六維結構的要素命名與結構安排

心理諮詢的六維結構，本質上，它是心理諮詢師關於諮詢技術的意義世界。在諮詢實踐中，諮詢師常遇困境，常自覺不自覺地從一個角度跳到另一個角度。潤水療法總結凝練了這些諮詢角度，提出了心理諮詢的六維結構，並對六維結構與六爻結構的關係做了遐想。王行先生對此提出了嚴重的質疑。

為了回應質疑，讓我們先來審視六維結構的提出過程。筆者在 2013 年的一

篇文章中回溯了個人的思考歷程：

「有一天，我突然想到一個問題，那就是如果將所有的心理諮詢理論都放下，諮詢談話有哪些切入點？人世間是先有諮詢談話而後有諮詢理論的。人世間的心理諮詢理論即使一夜間消失，諮詢談話仍將存在，仍將繼續。是談話總歸有切入點呀！這個問題，讓我很興奮。我的腦袋飛轉，我檢索我經歷的諮詢，檢索自己都談了些什麼。我發現，我的諮詢談話主要圍繞六個維度展開，每個維度都有左右兩個方向。例如，諮詢談話有時主要討論同學的過去，有時則主要討論同學的未來。過去和未來實際上同屬一個維度，這就是時間。換個角度看，談話亦常討論同學的思想，亦常討論同學的行動。思想和行動同屬一個維度，就是意志……當時雖然我還不能找到合適的詞為每一個維度及其兩端命名，但是我已經欣喜若狂了。」（楊文聖，2013）

毫無疑問，六維結構很有意義。它相當於一張諮詢地圖，人在走路時迷了路，只要看看地圖，就可以發現前進的方向，心理諮詢也一樣。諮詢師在諮詢中亦常彷徨，常迷茫。有了諮詢地圖，諮詢師迷茫時看看地圖即可相對快速找到前進的方向。這樣，諮詢就減少了對靈感的依賴。

雖然六維結構是有意義的，但是筆者在為各個維度及其左右兩端的命名上卻遇到極大的困難。關於此，筆者寫到：

「因為我對這些維度的大部分只有一些朦朧的感覺，我並不清楚我要表達什麼。我搜腸刮肚，甚至在諮詢結束後請同學幫忙，也找不到讓自己滿意的詞。後來，我想到一個問題——如果我們六個維度左端視為陰，右端視為陽，然後將所有的名詞都拿掉，只看圖案！我們看到什麼？我們看到的是周易的六爻結構。我想，周易號稱『範圍天地之化而不過，曲成萬物而不遺』，心理諮詢也應該囊括其中吧。也許，六維就是六爻在心理諮詢中的表現。再說，周易最早不就是一本

占蔔之書嗎。占蔔師幹什麼的？占蔔就是幫助人擺脫煩惱的。中國古人遇到煩惱常求助占蔔，現代人遇到煩惱選擇心理諮詢。二者精神一致，手段不同。心理諮詢只是古代占蔔精神的現代延續！」（楊文聖，2013）

於是筆者開始閱讀易經，開始艱辛的旅程，並走了很多的彎路。現在呈現的六維結構命名是筆者與周易多年對話的產物。在最初的設計裡，六個維度分別被命名為時間、意志、身體、愛心、參照和戰略，並依次排列。每個維度亦分為陰陽兩極：時間的兩極為過去和將來，意志維度的兩極為意念和行動，身體維度的兩極為緊張和放鬆，愛心維度的兩極為封閉和開放，參照維度的兩極為基點參照和目標參照，戰略維度的兩極為防守和進攻。（楊文聖，2006）

最初的設計充滿瑕疵。

首先，維度的命名不夠清晰明白。易經強調易簡，所謂「易則易知，簡則易從。易知則有親，易從則有功。有親則可久，有功則可大。可久則賢人之德，可大則賢人之業。易簡，而天下矣之理矣。」但是，最初設計的維度命名並非如此，而是含混籠統，語焉不詳。例如，最初的設計將六維結構的最後一維命名為戰略，並將此分為防禦和進攻兩端。然而在心理諮詢中，何為戰略？何為進攻？何為防守？這些讓人一眼看去，不明就裡。在與周易的對話中，我們對此做了修改，將之命名為利益，並將利益的一端命名為捨棄，另一端命名為爭取。這樣，一切即變得簡單明瞭，不易引起歧義。

其次，維度兩端的陰陽劃分不夠實用。易經是來應用的，所謂「精義入神以致用」。對於同一事物的陰陽劃分可以多種多樣。但是劃分需要對實際諮詢工作有促進，需要能包含諮詢經驗。在早期的各維度陰陽劃分上，個別維度的劃分亦不具實用性。例如，身體維度被分為緊張和放鬆兩個方向。然而，如何令人身體緊張？如何令人身體放鬆？它們對於心理諮詢的意義是什麼？這些問題均令筆者難以回答。這方面，在閱讀周易後筆者對身體維度也進行了調整，將此分為靜止和運動兩端，並將深呼吸和體育鍛煉等包含其中，這大大增強了劃

分的實用性。依此思路，筆者對各維度的陰陽兩極包含的內容進行了大幅修訂和詳細的闡釋。修訂之後，六維結構的實用性顯著增強。

最後，各維度的排列順序顯雜亂。易經是精巧美麗的。在早期的設計裡，身體維度在第三位，同情維度在第四位，參照維度在第五位。這樣的排列缺乏美感，也無為什麼如此排列的理由。在和周易的對話中，我們調整了各維度的順序，將行動維度放在時間維度和參照維度之間，將同情維度置於身體維度和利益維度之間。我們也對何以作這種安排做了文化解讀。顯然，相對早期的結構安排，現在的六維結構更富邏輯，也更令人信服。

需要指出的是，六維新的結構設計體現了易經的人文精神。《繫辭》雲：「一陰一陽之謂道。繼之者善也，成之者性也。仁者見之謂之仁，知者見之謂之知，百姓日用而不知，故君子之道鮮矣。」換言之，「仁」和「智」是易經的重要精神。六維結構與此一致。在六維結構中，「同情」即惻隱之心。所謂「惻隱之心，仁之端也。」這意味著同情維度在宣導「仁」的精神。此外，六維結構強調對當事人進行個人「認知」和「行為」適應性評估和修正。中國人說，識時務為俊傑，知進退為高士。因此，對個人「認知」和「行為」的適應性評估和修正，屬於「智」的範疇。所以可以說，六維結構亦宣導「仁」和「智」。在這一點上，六維結構與易經精神一致。

從以上對六維結構的建構過程中，我們不難發現，六維結構不是關於易經的「解碼法」，而是一種創造性發揮，是易經精神「活的應用」。

參、潤水療法中蘊含的易理

潤水療法蘊含了大量的易理。在前面的闡述，我們已經發現六維結構的設計中蘊含的易理，實際上還有很多易理我們沒有展開闡釋。因為沒有展開闡釋，所以引起了王行先生的誤解。

例如，王行先生在文中著力闡釋了易經中的「時位」問題，尤其是「時」問題，並對時間維度提出異議。在漢語中，時間的意義非常豐富。其中的一個含義為「對空間而言，由過去、現在、將來構成的連續不斷的系統」（羅竹風，2012），時間還有一個含義為「有起點和終點的一段時間。」（羅竹風，2012）王行先生竭力闡釋的是前一意，而潤水療法的時間維度中的「時間」闡釋是第二義，即時段。二者並無矛盾。王行先生討論的「時間」，很大程度上，在說個人認知和行為的「適時性」。關於個人認知和行為的「適時性」我們在行動維度的「對於個人認識的評估」和「對個人行為的評估」部分進行了充分的討論。此外，利益維度的「捨棄」和「爭取」也有涉獵。實際上，利益的取捨都是為了幫助當事人實現「適時」的選擇。

至於王行先生提出的「位」問題，意在強調個人在天地間所處位置的重要性。之所以強調「位」問題，是因為中國人強調自己與這個世界，與他人之間的聯繫，而西方更加強調個人的獨立性。對於關係的強調，我們在身份維度即有涉獵。在行動維度中，我們將身份明確界定為個人在世界的位置，例如自己是父母的孩子，單位的領導，先生的妻子等等。這些身份就在標識我們的位子。潤水療法宣導當事人選擇合適的身份，期待恰當地履行責任、主張權利。

《繫辭》雲：「易之為書也，不可遠，為道也屢遷，變動不居，周流六虛，上下無常，剛柔相易，不可為典要，唯變所適。」潤水療法中六維應用不也是這樣嗎？世間沒有萬靈藥，心理諮詢亦無萬靈之法。心理諮詢的過程就是一個嘗試錯誤的過程。六維結構的任何維度及其方向均無力確保成功。實際諮詢中，有時時間維度的「過去」部分建功，有時身體維度的「運動」部分建功，有時利益維度的「爭取」部分建功……這其中無任何規律可循。諮詢師唯有在各個維度之間嘗試，在同一維度的兩端嘗試，並根據諮詢情境的變化去調整、去期待。至於文中列出的春夏秋冬四季模型，那是自然的法則，對於如何選擇諮詢策略沒有幫助。

肆、結語

王行先生引用宋先生的觀點，認為佛洛伊德和榮格等關於人性的假設是人類最深刻的假設。似乎在說，我們不需要就人性問題做新的假設了。不必諱言，佛洛伊德和榮格對於人性有深刻的洞見，為心理諮詢和治療工作做出了很大的貢獻。但是，對於他們的批評也從未停歇。基於他們人性假設的心理諮詢方法在實際工作中亦屢受挫折，這就是心理諮詢界不斷提出新假設、新方法的堅強理由。新的假設、新的方法對心理諮詢工作做出的貢獻有目共睹，儘管缺陷亦明顯。然而，這個世界存在萬靈的假設、萬靈的方法嗎？佛家說，諸法平等、無有高下。心理諮詢亦如是。為了更好地服務當事人，我們需要 **Stay hungry, Stay Foolish**。

毋庸置疑，潤水療法對於中國傳統文化的闡發未盡合古道。潤水療法系筆者根據個人體驗萃取西方心理諮詢思想和中國傳統文化智慧的產物，它無意拘泥于中國傳統文化。關於此，司馬遷在《史記》中說：「居今之世，志古之道，為自鏡也，未必盡同！」大意为，在今天的世界，研究古代的道理來解決現世的問題，不必要追求和古代的完全一致。心理諮詢亦如是。心理諮詢是一門現代的專業，在其中引入古老智慧的時候，我們完全不必考慮是否盡合古老智慧。只要這一嘗試有助於解決諮詢中的問題，它就是有益的。

參考文獻

- 梁漱溟（2005）。**人心與人生**。上海：上海人民出版社。
- 楊文聖（2013）。心理諮詢的中國本土探索。載於徐飛（主編），**學者筆談第八籍**（34-42 頁）。上海：上海交通大學出版社。
- 楊文聖、王重鳴（2006）。澗水療法要義—心理諮詢的中國闡釋。**醫學與哲學**，**11**，46-48。
- 楊文聖、朱育紅（2009）。基於中國傳統文化的心理諮詢概念研究。**華東理工大學學報（社科版）**，**3**，83-87。
- 羅竹風（主編）（2012）。**漢語大詞典**。上海：漢語大詞典出版社。
- Maslow, A. H.（1987）。心理學的論據和人的價值（李文滢譯）。載於林方（主編）**人的潛能和價值**（69-86頁）。北京：華夏出版社。（原著出版於1968）

The Relationship between Mountain Stream Therapy and I Ching: Dialogue with Professor Wang Xing

Yang, Wen-Sheng

Abstract

Mountain Stream Therapy defines and divides the power of the human mind into two categories- Yin and Yang. Integrating the concepts of western humanism and Chinese traditional philosophy, Mountain Stream Theory defines the power of Yin and Yang as progressive power and persistent power, respectively. Like the interactive and interchangeable Yin and Yang, progressive power is not isolated from persistent power, but includes elements of persistence. Likewise, persistent power does not mean repression and negativity. The six-dimension structure of the Mountain Stream Therapy is a product of my dialogue with I Ching. Inspired by the I Ching, Mountain Stream Therapy shares similarities with the dynamics of its Six Lines. The six-dimension structure in Mountain Stream Therapy reflects the core thought in I Ching- admiration for generosity and wisdom, and emphasis on time and position. Nevertheless, while Mountain Stream Therapy is inspired by I Ching, it is not intended to coincide with I Ching in every way.

Keywords: Mountain Stream Therapy, I Ching, Yin and Yang, six-dimension structure.

Wen-ShengYang

Shanghai Jiao Tong University (wsyang@sjtu.edu.cn)