

## 含攝文化下的積極心理學：以曼陀羅自我模型建構良心理論

夏允中\* 黃光國

### 摘要

心理學家黃光國建構的〈曼陀羅自我模型〉代表了人類普遍的自我心智，可用來解釋各種文化中自我的良好運作，由於「良心」是自我功能的一部分，因此〈曼陀羅自我模型〉很適合用來建構良心理論。本論文主要目的為以曼陀羅自我模型來建構良心來引導未來的研究方向，並累積更多實徵資料。依據曼陀羅自我模型，良心可分為良心反思與良心行動。本文認為良心之目的為引導個人方向，並為人類所追求的共同目標。本研究認為，所有不同文化心態中，良心所追求的終極目標都是「圓滿」；最後本論文據此提出未來的研究方向。

**關鍵詞：**含攝文化、修養心理學、良心、曼陀羅自我模型

---

夏允中\* 國立高雄師範大學諮商心理與復健諮商所  
(shiah@nknuc.nknu.edu.tw)

黃光國 國立台灣大學心理學系

誌謝：本研究承蒙行政院科技部經費補助（計畫編號：103-2410-H-017-008）。特此誌謝。

## 前言：建立自主的社會科學的重要性

從 1980 年代開始，世界上許多不同的地區和國家，包括菲律賓、印度、韓國、日本、香港等，都有人在從事本土心理學的研究工作。然而，由於當時世界各國的本土心理學者在從事研究工作時大多採取實證主義研究取向，偏重於文化現象的收集，使得成果流於瑣碎，研究結果仍不易為世界學術社群所接受或發表於國際性學術期刊。

在台灣，楊國樞是最早提倡本土心理學的學者，其從 1980 年代初期即開始提倡「心理學研究中國化運動」。黃光國也在此時投入社會科學本土化運動，並從推動中深刻體會到：中國科學之所以落後西方，根本原因就是在於西方文化傳統裡，哲學是學術之母，學院中講求的知識都是建立在哲學基礎之上，然中國學者對近代西方科學哲學的演變缺乏「相應的理解」，因此無法真正掌握西方文明中獨特的精神意索。

為了使年輕學者能夠瞭解西方科學哲學的演變，黃光國（2013）將二十世紀裡十八位最重要的哲學家對於本體論、知識論和方法論的主張整理為《社會科學的理路》一書，並將內容區分為兩大部分：側重自然科學哲學的「科學哲學」，以及包含結構主義、詮釋學和批判理論的「社會科學哲學」。黃光國認為，包括心理學在內的許多門社會學科，其本質都同時兼俱「自然科學」和「社會科學」的雙重性格，因此年輕學者必須要先對這兩種科學的哲學基礎有所瞭解，才有可能在自己的研究領域上有所創發。

2009 年初，黃光國（2009）整合其「華人本土心理學研究追求卓越計劃」研究成果撰成《儒家關係主義：哲學反思、理論建構與實徵研究》一書，強調理論建構對本土化運動的重要性，又根據文化心理學「一種心智，多種心態」（Shweder, Goodnow, Hatano, LeVine, Markus, & Miller, 1998）之原則，主張本土心理學的認識論目標正是建構一系列的理論，這些理論不僅要能夠呈現人類普遍的心智，還要可以呈現某一特定文化中人們的特殊心態。

黃光國以會長身分在「亞洲本土及文化心理學會」（Asian Association of Indigenous and Cultural Psychology）的主題演講中指出（Hwang, 2010）：西方心理學者（Henrich, Heine, & Norenzayan, 2010）已公開承認當前西方的心理學理論是以來自西方（Western）、高教育水準（Educated）、工業化（Industrialized）、富裕（Rich）和發達（Developed）社會的「怪異」（W.E.I.R.D）樣本作為基礎所建構出來的。以「個人主義」作為預設的西方心理學理論並不適用於非西方國家，因此亞洲本土及文化心理學會的主要使命，就是以「關係主義」作為預設建構出一系列理論，對西方心理學發動「科學革命」以取代西方「怪異的」心理學理論，解決本土社會的問題。

為了達到以上目標，黃光國除了針對自我理論提出〈曼陀羅自我模型〉（Hwang, 2011），更在《心理學的科學革命方案》（黃光國，2011）一書中說明其學術主張，不斷提倡建構「含攝文化的心理學理論」的重要性（黃光國，2011；Hwang, 2012）。除了說明其所採取的「多重哲學典範」與「批判實在論」在哲學上的共同之處，更闡明其主張的「文化系統」研究取向與西方研究典範主張的「泛文化向度」研究取向之差異：泛文化向度研究取向雖能累積許多瑣碎的實徵研究成果，但卻會使得非西方文化的面貌模糊，反而喪失其文化的可辨認性；但文化系統研究取向，是將儒家文化視為整體系統，將能讓華人瞭解其文化傳統，並獲致清晰的文化認同感。這樣的研究取向由於係以多重哲學典範作為基礎，且與批判實在論的哲學主張相通（黃光國，2013）

具有堅實的哲學基礎，所以可以推廣到其他非西方國家，協助他們建立自主的社會科學。

當任何一個學術活動找到其哲學基礎，除非有人能找到比它更有說服力的哲學來與之競爭，否則這個「運動」便已經找到它的「道」，並逐漸喪失「運動」的性質。正如世界各地的本土心理學運動歷經三十餘年的發展至今，當黃光國以其著作”Foundations of Chinese Psychology”為例，並以「批判實在論」和多重哲學典範作為哲學基礎，其主張立刻受到國內外學界的關注與肯定，並於 2012 年受國際心理科學聯盟（International Union of Psychological Science）邀請至德國約拿大學（University of Jena）進行研討會主題演講「在心理學的教育與訓練中聯結科學普遍性與文化特殊性」（Bridging Scientific University and Cultural Specificity in Psychological Education and Training），由此可見黃光國對本土社會科學的主張居於世界領先的地位。

本文之目的為呼應黃光國提出的含攝文化多重哲學典範研究取向，期待著未來的本土社會科學能走出新格局，提升當前學術研究水平的低落現象。上述的主張與使命仍需要更多的學術資源與研究投入，其中黃光國教授建構的〈自我的曼陀羅模型〉包含了人類普遍心智現象，因此本研究的最主要的目的提出以自我的曼陀羅模型理論來建構良心理論來呼應黃光國教授對本土社會科學的主張，朝向建立自主的社會科學。

本文先談論含攝文化的積極心理學的科學哲學觀點，不再一味引用西方理論做為研究基礎，應藉著開發各國文化遺產之途徑對西方的主流心理學提出科學革命，進而擺脫西方學術的宰制，此重點也是呼應本期專刊的主題：含攝文化下的正向心理學；接著以自我的曼陀羅模型理論為原則來建構良心理論，輔以儒家文化下的智慧、本土及西方研究來完說明此良心理論。

## 壹、含攝文化下的修養心理學意義與使命

無論是以黃光國〈曼陀羅自我模型〉或〈人情與面子〉理論為基礎所建構的《心理學的科學革命方案》及《儒家關係主義》系列理論，不僅都是依循文化心理學「一種心智，多種心態」的原則進行的學術工程，也是以認識個體與世界互動的方式，得以理解從何增加個體適應性、保持面對生活之正向積極心理狀態，進而促進心理健康，且均跳脫了以關注負面心理疾病缺陷為出發點的傳統心理學角度，以強調個體發掘自我正向因素，進而提升面對挫折之能力為宗旨，其概念近似於西方近年由 Seligman 及 Csikszentmihalyi（2000）所提出的”Positive Psychology”「積極心理學（Positive Psychology）」之內涵。「積極心理學（Positive Psychology）」在台灣普遍翻譯為「正向心理學」（曾文志，2010），然因「正向」一詞易使人誤解為只選擇看見事件的光明面，而不允許出現負面情緒，或忽略在生命事件中各種正負向感受交雜的真實經驗對人們成長的重要性，故我們建議應改以「積極心理學」較能適切地描述其意涵。

積極心理學一詞雖首先由西方心理學提出，然回顧亞洲各國的文化不難發現，其各自對於如何養成人們的正向積極心理狀態，有其以文化價值觀為基礎的背景，並留下了極其豐富的文化遺產。正如儒家文化關係主義中，先秦儒家對於個人發展的理想目標：「君子」，便是由個人內在心理狀態出發，透過不斷學習調節面對外界變動時的自我狀態，以「自我修養」走出人生之道，最終達到個人與環境之間的和諧關係（黃

光國，2014)，進而使個人即使在面對困境時仍能有良好的健康心理狀態。可惜的是，當前的本土社會科學尚未對傳統文化下獨有的個人內在歷程進行過系統性的研究，或僅只是將各經典套用至西方心理學的脈絡中去解釋，忽略其根本哲學思維上的差異。黃光國提出的含攝文化多重哲學典範研究取向，即是期待著未來的本土社會科學能走出新格局，不再一味引用西方理論做為研究基礎，藉著開發各國文化遺產之途徑對西方的主流心理學提出科學革命，進而擺脫西方學術的宰制，提升當前學術研究水平的低落現象。2014年黃光國帶領一群國內心理學家舉辦之「含攝文化的正向心理學：理論與應用國際研究會（Culture-inclusive Theories of Positive Psychology: Theoretical Construction and its Application）」，其使命正如本文最主要的目的：呼應含攝文化多重哲學典範研究取向的使命與主張，並號召更多的學術資源投入，以期推動建立含攝文化下的積極心理學。但是如同前面所提的，儒家文化關係主義是以「自我修養」走出人生之道，因此修養心理學又比積極心理學更為貼切。

## 貳、良心與曼陀羅自我模型理論

華人儒家文化對人的本性存在著孟子「性善」論、荀子「性惡」論、告子「性無善，無不善」等說法，各學說之間並非在爭論人心本質是善良亦或邪惡的表淺意義（陳復，2005），而是分別對華人自我良心系統的運作有不同角度的見解。

孟子認為人皆具有「不忍人之心」，人的原始天性中具備有能體會他人痛苦而不忍讓他人受害的同理之心，但也認為「雖存乎人者，豈無仁義之心哉？其所以放其良心者，亦猶斧斤之於木也」，這雖是人類與生俱來的天性之一，但可能會為了適應後天的環境，而漸漸地拔除自己為他人著想的善心，終至作出「無良」的表現。此部分正如荀子的性惡論認為「人之性惡，其善者偽也。」，人天生就是有許多需要被滿足的自然感官私慾，為了自我的生存，若沒有後天習得的禮義規範，會自然地將他人權益擺在自己的需求之後。荀子認為的性惡，指的是若將人類社會制定的禮義視為善，人類追求自我生存的天性相對地會與其有許多相違背之處，因而謂之人性為惡。

子思則由更高層次的角度將人性的形成視為一種天命、人類本性、自然情感與後天選擇的互動關係：「性自命出，命自天降，道始於情，情生於性。」，又說「善不善，性也，所善所不善，勢也。」，同如告子所言：「性無善，無不善也。」，人的本性不僅無法二分為善或惡，各種人性中的本質其實也不具有「善」或「不善」的區別，所有的本質都是中性的。天命決定了個人的本性，並讓我們依此對周遭產生各種情緒，人們再根據這些內在浮現的感受來決定自己的選擇。所謂性善與性惡，只是社會根據世俗約定的道德標準（陳復，2005），將一個人以天命、本性、情感、自我選擇四者間互動的某部分結果貼上善惡標籤。

黃光國建構的〈曼陀羅自我模型〉（黃光國，2011）（圖1）可以用來說明以上的心智現象，而良心可視為自我的一部分，因此，曼陀羅自我模型很適合用來建構良心的理論。曼陀羅自我模型認為，個人在現實生活中的外在行動取決於內在力場的運作。這個內在力場是來自兩股雙向力道拉扯：代表生物本能的「個體」與符合社會規範的「人」，以及認知上「知識（或智慧）」與行為上的「行動（或實踐）」。這四個力場處在代表自我的圓形之外，代表生活世界的方框之內，並構成了一個具有良好功能的「自

我」)。這個自我在現實世界中（以圖中方框代表）不僅具有自我反思與行動的能力，更能夠以「智慧」來處理現實世界中遇到的問題，並朝向「圓滿」（以圖中圓形代表）的目標努力。

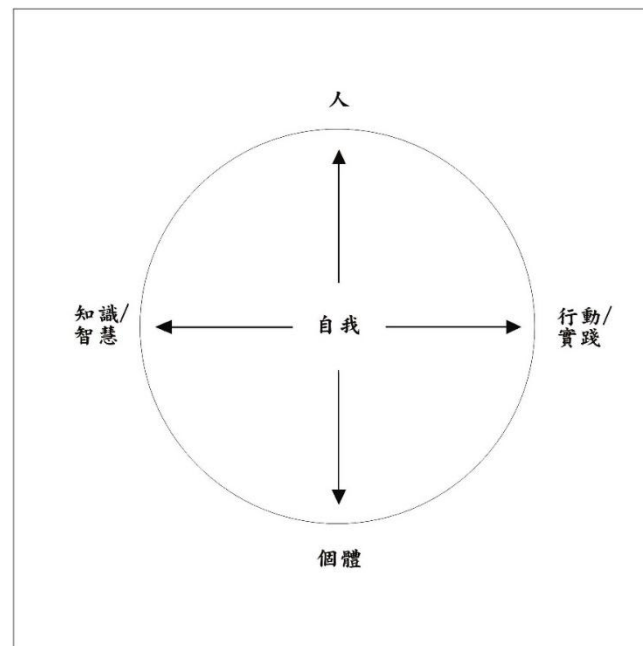


圖 1 曼陀羅自我模型

若以自我曼陀羅模型的角度出發，便不難理解儒家各學說之間提出看似相異的人性觀，也可以解釋人類有時會做出自私的舉動，有時也會做出為他人自我犧牲的行為，是因為來自「個體」原始本能與身為社會「人」之間的需求力量拉扯，人們使用習得的知識與實踐經驗彼此相互調整後的結果來做出回應這些需求的舉動。以下有更詳細的說明。

### 一、良心是自我功能的良好表現

綜合以上說法，我們也可以說所謂「良心」是一種自我功能的系統。然過去西方在討論良心的相關研究中，大多將良心拆解為三個獨立之特質向度來分別討論：道德認知（習得的行為標準及規則及違反這些標準的結果）（Kohlberg, 1981; Piaget, 1965）、道德情緒（罪惡感、犯下過失後的不適感）（Freud, 1960; Quinn, Houts, & Graesser, 1994）以及道德行為（在沒有監控的情境下進行符合規則之行為的能力）（Bandura, 1986; Hoffman, 2000）。其相關研究結果雖眾，可惜的是未曾以完整自我概念理論來討論三者間的動力關係、並未回答此系統存在之目的對人類自我的意義問題或提出能夠實際應用於提升人類良心的方案。

黃光國的自我曼陀羅模型（2011）不僅包含了以上三個向度，更說明良心並不只是種穩定的單一特質系統，而是種有目的性的能力系統。雖原本就存在於人性之中，但需要人有意識的去學習、開發方得以出現，是一種以人類本能為基礎加上人的意識去「尋」方能獲得的自我能力。若一個人沒有意願去認識自己的人性，學習以智慧的

方式處理內在需求，則良心便會被藏於心內隱沒不出。

而人之所以努力尋求良心，目的並不是為了要完全滿足社會對身為人的期待，或滿足個人的需求，而是透過妥善認識、處理內在各種力場，在生活中有意識地以智慧做出最適當的選擇來呼應天命，追尋人生圓滿的終極目標（黃光國，2011）。若受外界誘惑牽引而不能妥善的執行自我人生目標，其「義」便失去了正道，也就失去了他的本體（陳復，2005），自我便無法提升到下一境界。因此，當自我在現實生活中遇到道德問題時，若能透過力場運作朝向「圓滿」；也就是以具備「良心」能力的方向解決問題，便可以被視為具有良好自我功能的表現。

## 二、良心是追求人生終極圓滿的條件

在榮格所編的《人及其象徵》（*Man and his Symbols*）一書中，收錄了 Aniela Jaffe（1964）的一篇論文，題為〈視覺藝術中的象徵主義〉（*Symbolism in the Visual Arts*）。文中指出，西元 1000 年左右出現的各種教派中，煉金術士扮演了重要的角色，他們追求人類心靈與肉體的圓滿整體，並為此創造了許多象徵，其中一個核心象徵稱作「正方形的圓形」（*Quadratura circle*）。這名稱聽來令人感到困惑，其實它可以用一個標準的曼陀羅原型表現出來。在這篇論文裡，Jaffe 指出：不論是原始人的太陽崇拜或是現代宗教，在神話或是在夢裡，在西藏僧侶繪製的曼陀羅，或是在文明社會中世俗和神聖建築的平面圖裡，圓的象徵都是指向生命的終極圓滿，而方型則是世俗事物、肉體與現實的象徵。黃光國（2011）也指出，在印度用來觀想的「護符」中，一種相當普遍的主題是兩個相互交叉的三角形，其中一個三角形頂點向上，另一個頂點向下。在印度教中，這種形狀象徵濕婆神和剎克蒂神陰陽神性的結合。在中國，陰陽結合則是以太極圖來代表。這種結合實現了所有宗教的最終目的：天人合一，或靈魂與上帝的結合。曼陀羅的圓形代表了心靈或自我的「圓滿」狀態，在這種狀態中，意識與潛意識的作用是互相融攝的。

如上所述世界各種宗教或甚至儒家的教義與實踐中，都提到在遇到人生問題時必須透過修練個人、陰與陽的融攝、天地人的關係等，來朝向提升自我良心的方向尋求解決之道，可見得人們對良心的修練是朝向人生終極圓滿的重要條件之一。以下進一步以曼陀羅自我模型的四種力場描述人們尋求良心的各種層次。

## 三、良心的生理與社會層次的成份

黃光國（2011）一再強調曼陀羅自我模型是普世性的，不僅可以運用在華人社會，同時也可以解釋過去的西方心理學研究。本土心理學者在建構理論時，必須把握「一種心智，多種心態」的原則，建構出來的理論既能夠反映人類的普遍心智（*mind*），又能說明特定文化中人們的心態（*mentalities*）。因此，我們根據此模型來建構良心理論時首先要考慮的是：人們是如何受到社會學層次的「人」（*person*）的影響？「人」與心理學層次的「自我」以及生理學層次的「個體」（*individual*）之間又具有什麼樣的關係？

首先，良心會受到生物學層次的「個體」（*individual*）的影響，跟其他動物一樣，

擁有各種天生的驅力，有些驅力是天生的，如孟子所言「不忍人之心」，有些是由後天習得的。在西方的許多研究中指出，人類在最初的發展階段也已經具備良心的基礎機制。例如 Kochanska 與 Aksan (2006) 提出「早期良心」(early conscience) 的概念，代表一個在發展早期便存在的天生的內在自我調節系統。這個內在系統非常的穩定，且不太會隨著時間變動，它讓兒童無論在後天受到的家庭教育為何，其在道德事件中表現出來的行為與情緒之間都具有穩定的跨情境一致性，使即使是尚未受到社會化的個體，在面對行為的抉擇時也會出現為他人著想的行為傾向。例如 Warneken 與 Tomasello (2006) 發表在 Science 期刊上的行為實驗研究中指出，即使是在嬰兒時期，當個體看見有人需要自己的協助，會主動的出現協助他人的行為。Hamlin 等人 (2007) 發表在 Nature 期刊的研究，讓嬰兒觀看一段關於提供協助的卡通影片，結果發現，即便只有八個月大的嬰兒，便已經傾向對影片中協助主角爬上山坡的三角圖型有較多的正向反應與視覺關注，反之，則對阻撓主角成功的正方圖形有較多忽略的反應。

在後續的腦神經研究中也支持了同樣的論點。Molnar-Szakacs (2011) 的研究指出，人們在對事件做出對錯評量時，大腦中使我們能體會他人處境的神經迴路也跟著活動。當我們看到對方在從事某個行為，大腦迴路中的鏡像神經元系統 (Mirror neuron system, MNS) 區域會產生反應，並在腦中出現類似動作的反應，使我們能夠理解別人的行為及企圖，MNS 的激發不需要透過意識，且會連結至引發個體情緒的邊緣系統 (limbic system)，提供個人同理他人時的情緒材料。

以上研究指出，即便在尚未接受過多社會化學習的幼兒階段，「良心」的判斷系統便已經存在於個體中。從上述研究中可以推論：良心的形成確實有其生理基礎。人天生會傾向去從事自己認為「對的行為」，而所謂對的行為，除了天生之外，通常還要符合社會期望，且對於公眾利益有正面影響，而社會期望又跟後來的學習有很大的關係。

雖然每個人天生都具有良心判斷系統，但系統在發展過程中的演變則受到後天社會環境的影響。在一些學齡前兒童的研究中指出，與照顧者有較多互動的幼兒，其道德分數會顯著高於較少與照顧者或他人互動的同齡幼兒 (Narvaez et al, 2013)；不同文化下成長的東西方兒童，對於何謂真理和欺騙的道德判斷也都會有內涵上的不同 (Fu, Xu, Cameron, Heyman, & Lee, 2007)。顯見個體與所處社會文化的互動，構成了其良心系統的一部分，這部分也就是黃光國在〈曼陀羅自我模型〉中提出的「社會學層次的『人』」，或稱「先驗的我」(transcendental self)。後天學習的良心，是「個體」接受社會標準與規範，將社會認定作為「人」應有的標準內化之後，根據自己實際生命經驗形成的「理想自我」(ideal self)，並以之來策劃一系列的行動，以達成某種特定目標。它在時間之流上較為恆定，當個人遭遇到生命中的變故時，往往會以這個「先驗的我」和自己的生命經驗互相比對，進行「第二度的自我反思」(secondary order self-reflection)，再決定自己為來要走的方向。

以文化層次的概念來看，便是把人當作「社會中的施為者」(agent-in-society)，他在社會秩序中會採取一定的立場，並策劃一系列的行動，以達成某種特定的目標。每一個文化都有自己一套對於行為是否適當或合宜的定義，各種類別的行為透過來自各方的社會化，讓每一種行動都被賦予了關於文化上的意義，這是良心很重要的判斷基礎。

綜合言之，擁有自我反思的能力是健康個體很重要的條件與特質，自我的良心系統會受到先天生理（個體）與後天社會（人）的拉扯，並在當中透過自我反思得以學習成長。以下將說明個體是如何透過良心的認知與行動來達成自我反思的運作。

#### 四、良心的道德知識與行動成份

我們先討論的是良心的認知成分，在曼陀羅自我模型個人認知結構中的「知識」，除了來自社會層次「人」的社會規範，還有個人在實踐社會規範與道德時，為了適應現實生活中的困難而進行反思、調整的個人經驗，最後形成自我面對各種不同道德情境時所參考的角色行為準則（黃光國，2011）。這份與良心相關的知識庫可視為由一系列的圖式（schema）所組成，圖式為 Piaget（1977）所提出的互動論（interactionism）中的一個重要概念。Piaget 認為，知識是在認識過程中，認識主體與客體交互作用的產物，它總是包含將對客體的新經驗融入於先行結構的過程。而圖式便是在這個過程中，可以將同一類活動的某情境移轉到另一個情境的認知結構，它可以協調具有相同性質的各種行動，將具有同樣特徵的所有活動予以同化。在不同情境中可以協調具有相同性質的各種行動，將相同特徵的活動予以同化，並在重複運用中仍抱持其共同性。人的智力行動，就是使各個認知圖式互相協調，使之串聯到一個整體的系統之中。人們對於良心的智力行動，是將道德相關圖式整合串聯成一個整體系統，透過「適應」歷程中的「順化」與「同化」，來不斷適應外在環境。「同化」是生物有機體自身不變，而將環境因素整合到生物有機體既有的結構之中；「順化」則是生物有機體以改變自身的方式，來應付環境的改變。「同化」與「順化」兩種機制的運作，是一種雙向的辯證過程：只有當「同化」和「順化」達到平衡，智力的結構或「圖式」成為一個穩固的系統時，適應過程才告達成。

依據黃光國〈曼陀羅自我模型〉，人類的道德知識是生命意義的重要來源，並能夠引領個體以行動往圓滿之路邁進；西方發展心理學的社會領域理論（social-domain theory）認為，自我道德知識庫的內容大多來自於個人隨著發展階段的演進，與社會產生互動行為後，對社會道德規範的認知累積，也因此，在不同社會環境下最後形成的自我道德知識庫必定會有文化上的差異。而黃光國（2004）直接指出東西方社會中道德觀念的重要差異何在：華人傾向於依照關係「親疏」「尊卑」兩個向度來評定並強調個體在人際網絡中的角色、關係及其對應義務的「義務取向」做為首要的人際道德（危芷芬、黃光國，1998）。西方個人主義文化是以「權利」為基礎，在儒家關係主義文化中，則是以「義務」視為基礎。西方的道德義務有「消極義務／完全義務」與「積極義務／不完全義務」兩類，並強調「不得作為」的「消極義務」（negative duty）。對於應當作為的「積極義務」，做了會被視為一種美德，但個人仍保留有是否願意作該一行為的權利。在華人社會裡，除了以上兩種，還有第三類的「無條件積極義務」，例如「孝道」便是其中一種。這種義務沒有選擇性，且不論在甚麼情況下都應當要努力達成的，若沒有進到此義務則會被社會是為是罪惡。因此，個體在追求個人目標前，勢必需要先滿足關係角色的無條件積極義務，否則將會被視為違背道德。例如相對於美國學生認為學習行為是個體獲取外界知識的過程，華人學生則認為學習知識與「做人」的生命意義不可切分（Li, 2002）；符碧真（2003）在儒家社會中的學習成就與道德評價的研究中更指出，華人學生認為子女若有傑出的表現將是孝順父母的體現，反之，若行為上不夠努力學習，則會被視為是一種「沒有盡本份」的不道德行為。李維倫（2004a）也認為，人類社會生活的核心便是人與人之間互動形成的倫理處境，「受苦」可以被理解為人在其周遭的人情格局中無法做好自我安置，而非僅是傳統西方心理理論強調個



人思考行為模式與症狀的「自我病理學」。由此可見，東西方社會的傳統道德觀念在根本上便有所差異，華人社會更加強調了當中「達到義務的能力觀」，也因此不僅內在歷程，在良心行動的表現上也勢必有很大的不同。

## 五、良心能力：反思與行動

西方的認知失調理論（Festinger, 1957）可以來描述一部分的良心反思與良心行動的表層動力關係：當人正在進行良心反思，但反思的結果跟我正在做的行為有不一致時，我的生理層面會被激發出不適感，例如罪惡或是不忍心的側隱之心，此時的自我為了要維持一致，若非改變行為，便是回過頭調整認知使其與行為不致衝突。

曼陀羅自我模型（黃光國，2011）則進一步說明了反思性歷程是如何產生動力性的改變：心理學層次的「自我」，可稱之為「主體我」，或「緊扣於時間上的自我」，它使個人在不同的社會情境中能依據「智慧／知識」，針對自己所遭遇到的問題採取各種因應的「行動」，並且在遇到困難時做「第一度的自我反思」。人會思考自己做過的事，並在時間之流中，透過思考調整自己的行動。

Bourdieu（1990）的「建構主義的結構論」（constructivist structuralism）提出「慣習」（habits）的概念，在某一社會結構條件下，行動者所形成的實踐或行動傾向，讓行動者得以在特定的時空情境和特定的社會關係網絡中，表現出具有一定秩序性的動態的身心實踐形式。當個人「反思地監視」（reflexively monitor）自己以及他人的行動時，他的「論述意識」（discursive consciousness）使他能夠計算並評估自己行動的後果，同時為自己以及其他人的行動提供合理化的理由。而行動者的實作意識（practical consciousness），使他能夠以默會的方式，熟悉並身體化某種實作的技巧或知識。身為「主體」的自我能夠整合自己的行為，以之作為自我認同感的基礎。

自我又能夠以之作為反思覺察的客體，看出自己和世界中其他客體之間的關係，並把自己看作是某一特殊社會群體中的一部份，而獲致一種社會認同感或個人認同感。因此，當個人在日常生活中扮演某種角色，如果他的「慣習」不能讓他解決他所面臨的問題，則他必須開始用他「個人知識庫」所儲存的知識，來進行反思，並解決困難。當個人認同於某一社會群體的時候，他必須跟他人進行溝通，並進行社會實在的建構（the construction of social reality）。他們建構出來的社會實在也可能遭遇到某些共同的問題，個人就必須進入社會資料庫，搜尋資料，設法解決整個社群所面臨的共同問題。

Giddens（1993）的構動理論認為，作為施為之主體的我，之所以可以產生讓自我改變的動力，是因為具有兩種重要的能力：「能知性」（knowledge ability）與「反思性」（reflexivity）。前者能夠將各種不同的知識，記憶、儲存並組織成一個整合良好的系統，作為個人反思（reflection）時的參考知識，以對行動進行監控和解釋。也就是說，當人們在覺察到出現了目前能力無法解決的問題時，自我便能使用儲存的知識進行反思工作，以提出可以解決目前困難的新方法。李維倫（2004b）便指出，從對中國士人心學的考察中可以發現，當個人在生活中遇到難以安置的痛苦時，是以提升高度的方式先越出困局，另謀一片天獲得自我安置，然後再返回困頓中進行心性鍛煉的行動；Bandura（1986）的自我效能系統理論也認為，人類在面對困境時，必須透過自身

認知系統的運作對事件產生評價和動機，才能做出一系列的行為來盡力達成目標。

作為自我的一部份，良心系統也具有上述的反思與行動性，夏允中與黃光國(Shiah & Hwang, 2013)的實徵研究指出，「反思」「行動」之所以對於人們形成正向的心理健康具有重要貢獻，正是因為「反思」能夠促進「自我」整合擁有的資源，並向外採取的能力。反思性可能在一個人的思維過程中對自己產生洞察力，並能對目前的現實有更清晰的認識以及產生有利影響(Eckensberger, 1990, 1996, 2012)。如前所述，當個人在良心行動上遇到了阻礙，他們便會採取「行動取向的良心反思」，從個人知識庫中尋求資訊來突破知識上的阻礙。倘若阻礙仍持續，個人便會進入社會知識庫去尋求協助，採取進一步的解決方式。在尋求解套的過程，或當個人遭遇到生命中的最大變故，自我往往會根據自己實際生命經驗所形成的「理想良心」，和自己的生命經驗互相比對，進行「第二度的良心反思」，再決定良心行動要走的方向。這樣的歷程，結果呈現便會如 Kohlberg (1981) 的道德發展理論所言，良心判斷的發展由兒童時期因應社會要求的「他律性」，轉變為自我要求的「自律性」。個人良心知識庫的發展便是個人認知成熟(cognitive maturity)及與他人不斷互動所造成認知結構轉化的結果，然西方在談良心時比較少注意到良心具有反思性及論述行動與反思的關係。

## 參、結論

綜合上述，以曼陀羅自我模型出發的華人「良心」與西方良心研究相比，有以下三大相異處與優點：

(一) 心理學家黃光國建構的〈曼陀羅自我模型〉代表了人類自我普遍的心智，可用來解釋各種文化中運作良好的自我。〈曼陀羅自我模型〉的四個力場可以解釋西方在自我理論中解釋各種現象最常被提及的三個面向：認知、情緒與行為，並加上整體觀與將良心視為良好自我功能的積極心理學觀點。

(二) 由於良心是自我功能的一部分，因而依據曼陀羅自我模型，我們可將良心分為良心反思與良心行動兩部分來看。西方研究中，自我概念理論很少對反思性與行動性在良心中的運作提出完整的解釋。

(三) 在西方對良心分解式的研究中，並沒有討論到人類運用反思性的目的，以及說明人類良心的表現的深層動機，也就是人類究竟要將自己引導往甚麼方向所追求的共同目標為何。反思性的目的為跟人類究竟要將自己引導往甚麼方向所追求的共同目標有很大的關係，本研究認為，所有不同的文化心態底下所追求的良心終極目標便是達到人生「圓滿」的境界。

以本文為基礎的未來研究方向，可以將建構發展良心量表作為一系列研究的開展，進一步驗證本文所提出的命題：良心是種能力，且需要經過自我修養來培植；以及驗證本文提出的良心理論能否良好地預測自我的適應功能與提升心理健康。

## 參考文獻

- 危芷芬、黃光國 (1998)。積極義務與消極義務：台美大學生道德判斷的文化比較研究。 *中華心理學刊*，**40** (2)，137-153。
- 李維倫 (2004a)。以「置身所在」做為心理學研究的目標現象及其相關之方法論。 *應用心理研究*，**22**，157-200。
- 李維倫 (2004b)。做為倫理行動的心理治療。 *本土心理學研究*，**22**，359-420。
- 符碧真 (2003)。學生對學習的道德性價值之研究。華人本土心理學研究追求卓越計畫—92 年度計畫執行報告書。台北：華人本土心理學研究追求計畫辦公室。
- 陳復 (2005)。 *心學工夫論*。台北：洪葉文化公司。
- 曾文志 (2010)。走過正向心理學的第一個十年。 *師友月刊*，**513**，62-66。
- 黃光國 (2004)。儒家社會中的生活目標與角色義務。 *本土心理學研究*，**22**，121-193。
- 黃光國 (2009)。 *儒家關係主義：哲學反思、理論建構與實徵研究*。台北：心理出版社。
- 黃光國 (2011)。 *心理學的科學革命方案*。台北：心理出版社。
- 黃光國 (2013)。 *社會科學的理路*。台北：心理。
- 黃光國 (2014)。“道”與“君子”：儒家的自我修養論。 *華中師範大學學報*，**53**(3)，166-176。
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall, Inc.
- Bourdieu, P. (1990). *In other words: Essays towards a reflexive sociology*. Stanford: Stanford University Press.
- Eckensberger, L. H. (1990). From cross-cultural psychology to cultural psychology. *The Quarterly Newsletter of the Laboratory of Comparative Human Cognition*, **12**(1), 37-52.
- Eckensberger, L. H. (1996). Agency, action and culture: Three basic concepts for psychology in general and cross-cultural psychology in specific. In J. Pandey, D. Sinha & P. S. Bhawak (Eds.), *Asian contribution to cross-cultural psychology* (pp. 72–102). New Delhi: Sage.
- Eckensberger, L. H. (2012). Culture-inclusive action theory: Action theory in dialectics and dialectics in action theory. In J. Valsiner (Ed.), *The Oxford handbook of culture and psychology* (pp. 357–402). New York: Oxford University Press.
- Festinger, L. (1957). *A theory of cognitive dissonance*. Stanford, CA: Stanford University Press.
- Freud, S. (1960). *A general introduction to psychoanalysis*. New York: Washington Square Press.
- Fu, G., Xu, F., Cameron, C. A., Heyman, G., & Lee, K. (2007). Cross-cultural differences in children's choices, categorizations, and evaluations of truths and lies. *Developmental Psychology*, **43**(2), 278-293.
- Giddens, A. (1993). *New rules of sociological method: A positive critique of interpretative sociologies* (2th ed.). Stanford: Stanford University Press.
- Hamlin, J. K., Wynn, K., & Bloom, P. (2007). Social evaluation by preverbal infants. *Nature*,

- 450(7169), 557-U513. doi: 10.1038/nature06288
- Henrich, J., Heine, S. J., & Norenzayan, A. (2010). Most people are not WEIRD. *Nature*, 466(7302), 29-29. doi: 10.1038/466029a
- Hwang, K. K. (2010). *Calling for scientific revolution in psychology*. The First International Conference of Indigenous and Cultural Psychology, Yogyakarta, Indonesia.
- Hwang, K. K. (2011). The Mandala Model of Self. *Psychological Studies*, 56(4), 329-334. doi: 10.1007/s12646-011-0110-1
- Hwang, K. K. (2012). *Foundations of Chinese psychology: Confucian social relations*. NY: Springer SBM.
- Jaffe, A. (1964). Symbolism in the visual arts. In C. G. Jung (Ed.), *Man and his symbols*. New York: Dell Pub. Co.
- Kochanska, G., & Aksan, N. (2006). Children's conscience and self-regulation. *Journal of Personality*, 74(6), 1587-1617. doi: 10.1111/j.1467-6494.2006.00421.x
- Kohlberg, L. (1981). *Essays on moral development (Volume I) : The philosophy of moral development: Moral stage and the idea of justice*. San Francisco: Harper & Row Publishers.
- Li, J. (2002). Learning models in different cultures. In J. Bempechat & J.G. Elliott (Eds.), *New directions for child and adolescent development: Learning in culture and context: Approaching the complexities of achievement motivation in student learning* (pp. 45-63). San Francisco. CA: Jossey-Bass.
- Molnar-Szakacs, I. (2011). From actions to empathy and morality: A neural perspective. *Journal of Economic Behavior & Organization*, 77(1), 76-85. doi: 10.1016/j.jebo.2010.02.019
- Narvaez, D., Wang, L., Gleason, T., Cheng, A., Lefever, J., & Deng, L. (2013). The evolved developmental niche and sociomoral outcomes in Chinese three-year-olds. *European Journal of Developmental Psychology*, 10(2), 106-127.
- Piaget, J. (1965). *The moral judgment of the child*. London: Free Press.
- Piaget, J. (1977). *The development of thought: Equilibration of cognitive structures*. New York: Viking.
- Quinn, R. A., Houts, A. C., & Graesser, A. C. (1994). Naturalistic conceptions of morality: A question-answering approach. *Journal of Personality*, 62, 239-262.
- Seligman, M. E. P. & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5-14.
- Shweder, R. A., Goodnow, J., Hatano, G., LeVine, R. A., Markus, H., & Miller, P. (1998). The cultural psychology of development: One mind, many mentalities. In W. Damon (Ed.), *Handbook of child psychology: Theoretical models of human development* (Vol. 1, pp. 865-923). New York: Wiley.
- Shiah, Y. -J., & Hwang, K.-K. (2013). Socialized reflexivity of self: Mandala Model of Self and its role in mental health. 東亞視域中的「自我」與「個人」國際學術研討會(Self and Person East Asian Perspective International Symposium), Taipei, Taiwan.

Warneken, F., & Tomasello, M. (2006). Altruistic helping in human infants and young chimpanzees. *Science*, *311*(5765), 1301-1303. doi: 10.1126/scien

# **Culture-inclusive Self-cultivation Psychology: A development of Conscience Theory based on Mandala Model of Self**

Yung-Jong Shiah\* Kwang-Kuo Hwang

## **Abstract**

Developed by psychologist Kwang-Kuo Hwang, the universal Mandala model of Self (MMS) describes the well-functioning self in various cultures. Given that conscience is a part of a well-functioning self, the MMS is suitable for constructing a Conscience Theory (CT). The main purpose of this study is to develop the CT, with an aim toward future research directions and accumulation of empirical data. Drawing on the MMS, we defined conscience as conscience reflection and conscience action, and discussed the purpose of conscience. Specifically, where does the self guide the individual? What common goals do we pursue? We proposed that the end goal of the conscience is to attain ultimate wholeness in various cultures. Last, directions for the future research directions are suggested.

*Keywords: Culture-inclusive, self-cultivation, Conscience Theory, Mandala Model of Self*

Yung-Jong Shiah\* Graduate Institute of Counseling Psychology & Rehabilitation  
Counseling, National Kaohsiung Normal University  
(shiah@nknuc.nknu.edu.tw)

Kwang-Kuo Hwang Dept. of Psychology, National Taiwan University