

佛蘭克爾的「人追求意義」的理論

詹棟樑

【本文提要】

本文介紹及探討人文主義的心理學家佛蘭克爾有關於人追求意義的理論。佛蘭克爾於西元一九九七年九月二日去世，他的思想對世界之心理學、哲學、教育學等方面的影響極為深遠，國人對他應有所了解。然而對他生平與思想的介紹非常的少。本文因此而撰寫。

本文內容介紹佛蘭克爾的生平與著作，探討了他在集中營中的體驗所建立的理論基礎，提出了人在追求意義的理論，將獲得的理論應用在意義治療法及意義指導的教育人類學方面。並探討了他的積極釋放的心，即與海德格見面的經過，心態的表達，最後敘述他與中國文化的關係。

每一個人都在追求意義，這些意義與價值有關，也就是追求自己所認為之有價值的意義。而意義對於每一個人的價值不同，某一種意義對於某一個人非常有價值，但對於另一個人並不一定有價值。因此，意義對於人的價值或重要性是因人而異各不相同的。

佛蘭克爾的思想認為人生的意義是受苦，人到世界上來就是要承受苦難，面對這些苦難還不能拋棄，尚有責任在，必須去完成其他人所期待的工作。這種思想與佛家的觀念很接近。佛蘭克爾受容格(Carl G. Jung)的影響，其思想中攙入了中國文化的色彩，尤其是有關道家的思想的色彩更為濃厚，一個世界級的大師有如此的思想，值得國人感到驕傲的！



根據外國通訊社美聯社西元一九九七年九月三日的外電報導，我國《中國時報》民國八十六年九月四日的轉載稱：本世紀最後一位大師級心理分析家及心理治療師，奧地利學者佛蘭克爾(Viktor Emil Frankl)於西一九九七年九月二日，以九十二歲高齡在維也納因心臟病去世。

佛蘭克爾被視為心理分析學派及語言治療之父，其地位在心理分析學派中僅次於佛洛伊德(Sigmund Freud)、容格(Carl Jung)、阿德勒(Alfred Adler)。

佛蘭克爾思想先後受佛洛伊德、容格及阿德勒影響，第二次世界大戰結束以後，一直執維也納大學(Universität Wien)心理分析學門的牛耳。畢生有二十七本著作，被譯成二十三種語言。其學說大要認為人類的主要動力為對意義的探究，而意義治療的主要工作即在協助病人於困境中尋找其個人生活的意義。

壹、生平與著作

佛蘭克爾於西元一九〇五年三月廿六日生於奧國，一九九七年九月二日卒於奧國，他在維也納大學學的是醫學，一九三〇年成為醫生，最擅長的是精神醫學方面。

因為他們家是猶太人，希特勒(Adolf Hitler)執政以後，把他的家人送入集中營，他的父母與第一任妻子均死於集中營。他本人則有超人的毅力，於第二次世界大戰結束以後從集中營活著出來。

在西元一九四七年，他升為主治醫生，一九四九年取得教授哲學的資格。從一九四〇年起，至一九七〇年止，這卅年間，他一直是維也納大學附設神經醫學的主任，也是該大學的教授（一九四九年升等為教授）。一九七〇年以後，曾經在美國的哈佛大學(Harvard University)任教，後來到聖地牙哥(San Diego)開設診所。因聖地牙哥離墨西哥(Mexico)很近，在墨西哥設立一個醫學中心，除了為墨西哥人治病以外，還從人道的立場為文喚起世人對中、南美洲的重視。

他曾經接受我國國立臺灣大學心理學系的邀請，來臺發表公開講演，推廣其意義治療學(Logotherapy)的理念，並遊覽臺北市，對臺灣印象極為良好。

由於他是世界級的人物，在他逝世後，德國著名的科際整合雜誌：《綜合雜誌》(*Universitas, Zeitschrift für Interdisziplinäre Wissenschaft*)於一九九七年的十月分，第五二卷第六一六期出版專輯來紀念他，可見他受重視的程度。

其著作共有廿七本，主要著作為：《外行人的心理治療》(*Psychotherapie für den Laien*) (一九七一)、《自傳》(*Autobiographie*) (一九七七)、《人與意義追求的問題》(*Der Mensch und die Frage nach dem Sinn*) (一九七九)、《心理治療的實際》(*Die Psychotherapie in der Praxis*) (一九八二)、《意義治療和存在分析》(*Logotherapie und Existenzanalyse*) (一九八七)、《存在分析與時間問題》(*Die Existenzanalyse und die Probleme der Zeit*) (一九四七)、《未可知的神》(*Der unbewubte Gott*) (一九四八、一九四九第二版)、《理性與存在》(*Logos und Existenz*) (一九五一)、《神經的理論與治療》(*Theorie und Therapie der Neurosen*) (一九五六)、《心靈治療學之人的圖象》(*Das Menschenbild der*

Seelenheilkunde) (一九五九)、《人在找尋意義》(*Der Mensch auf der Suche nach Sinn*) (一九六五)、《在日常生活中的的人》(*Des Mensch im Alltag*) (一九二七)，並與葛伯沙特爾(V. E. von Gebattel)、舒爾茲(J. H. Schultz)二人合編《神經理論與心理治療手冊》(*Handbuch der Neurosenlehre und Psychotherapie*)共五巨冊(一九五九~一九六一)等。

貳、在集中營的體驗而建立的理論基礎

佛蘭克爾因為是猶太人，在第二次世界大戰期間被送入奧許維茲(Auschwitz，又名Oswiecim)集中營(該地屬於波蘭之克拉考[Cracow]省，它是鐵路線之交叉點，又是化學、皮革及農工之工廠所在地，附近之煤礦儲量甚豐，二次大戰時，納粹德國在該地設有集中營，計有三個首要的及三十個強制性的勞動營，約有四百萬猶太人死於此，又稱為撲滅營)，過著非人的生活。他身上的東西被搜刮殆盡，包括他一部學術性書籍的原稿，都無法倖免。

佛蘭克爾後來被移送至達浩(Dachau)集中營(該地屬於德國的巴伐利亞邦[Bavaria]，鐵路的交叉點，建有機械及紡織工廠，在希特勒政權統治時期，該集中營惡名昭彰，並實施人體實驗)^①。在該集中營中斑疹、傷寒流行，死亡率非常高，並有許多人因而精神錯亂，最惡劣的病例要算是非常多的人被精神錯亂所折磨而認為自己就快死了，失去生存的意志。

為了避免精神錯亂的襲擊，他向許多其他的人看齊，夜間極大部分的時間，都保持清醒不睡，在他的腦海中構思了好幾個鐘頭的詞句，終於開始重撰在奧許維茲集中營消毒間所失落的那分原稿，用速記把有線索的字眼，潦草地寫在一些極小的廢紙屑上面。

他在集中營一共度過三年多的時光才被釋放，恢復自由，此時希特勒已經敗亡，美軍占領德國。

他由集中營中的體驗而建立的理論基礎為：

(一)就消極的觀點而言

對將來失卻信心的囚禁者，注定是要受劫難的，一個隨同他對將來信心的喪失，他同時也會喪失他的精神堡壘。他任自己墮落，容易使他的精神和肉體衰退。通常這種事情驟然而至，常有危機的徵兆，有集中營經驗的同住人都熟稔它的預兆。很多人都害怕這時刻的來到。大體上，這種危機時刻到來的囚禁者，開始拒絕早晨的穿著、盥洗或拒絕到外面的操場去走動，對他哄、毆、嚇等強迫性的方式，都沒有效，他光躺在那裏，

^① 參閱芳瑜：〈達浩集中營〉，載於《中央日報·副刊》，民國六十一年三月十二日。

死蛇爛鼠一樣地一動也不動。如果這種危機發生在一個生病的囚禁者身上，那他拒絕到集中營所設的醫護站看病，全然拒絕想幫助他的一切措施，他無可救藥到了露骨的程度，他滯留在那裏，吃他自己的排泄物，而不覺得有什麼討厭。

以上之消極的觀點，是對人生意義的喪失，甚或生命意義也喪失，好像在等死一樣。在此種危機的情況下，很容易死在集中營中。

以上的論點顯示出下列的意義：

一個人的精神狀態，他是否具有勇氣和希望，抑或是懦怯和絕望，與一個人的肉體忍受可能遭受到義務、限制和刑罰有密切的關聯。了解這一層的人，他們能體會到一個人的希望和勇氣突然的喪失，可以導致致命的影響。一個人死亡的根本原因，有可能是他所冀盼的沒有獲得，因而感覺嚴重的絕望。這種感覺頓然降低了他身體的抵抗力去抵擋潛伏在他體內的病毒。他對將來的信心，對生存的意志，已經變成癱瘓了，而他的身體也就成爲病症下的犧牲品。

以上的情形，從觀察中所獲得的結論，與集中營主任醫師方面所注意到的某些事象是符合的。即從一九四四年聖誕節到一九四五年元旦這一個星期的死亡率之高，爲營中歷來所未曾有過的。據主任醫師的意見說明這個死亡率的增加，不在於工作情形的更吃重、食物供應的惡劣、天氣的嚴寒和流行病的蔓延，只是大多數的被囚禁者帶著「天真」(naive)的希望過活，他們以爲可以再度回家過節。但是日子更近了，全無令人興奮的消息來到，致使被囚禁者勇氣全消，絕望把他剋死了。這種絕望對他們身體抵抗力發生一種危險的影響。因此，他們死了不少^②。

(二)就積極的觀點而言

在集中營中要想重建一個人的內在力，必得要顯示給他若干將來可能成功的目標不可。德國哲學家尼采(Friedrich Nietzsche)所說的：「參透爲何，才能迎接任何。」(He who has a why to live for can bear with almost any how.)這個箴言對被囚禁者而言，是一句能左右一個人的思想、感情、行爲的箴言，它能產生精神治療上和心理衛生學上的效果的。一個人無論是什麼時候，有的是機會，必須對他們的生活給予他們一個「爲何」，也就是一個目標，爲的是去加強他們的力量，使他們能面對「任何」可怕的生存過程中的苦難。

一個人之所以悲痛，正因爲他缺乏生存意識，缺乏目標、缺乏目的。因此，對繼續活下去這回事了無旨趣。就這樣地，他陷溺於人海之中，認爲我的一生再沒有什麼指望

^② 見佛蘭克爾著、譚振球譯：《從集中營說到存在主義》，臺中：光啓社，民國五十六年十一月初版，頁九〇～九二。

了。用這種典型的觀念來應付人生的挑戰，來否決一切帶有鼓舞性的論證，那麼一個人對這種觀念還有什麼話可說？

人確實需要對人生的態度作根本上的改變，人們應該自己弄清楚，也應該教導別人弄清楚，尤其是在絕望人弄清楚：

「人們從生命方面冀盼什麼，那是假的；從人的方面冀盼什麼是生命，那倒是真的。」

因此，生命的意義是什麼，不必去探究，人們應該認為自己是隨時被生命所探究的人。如此，生命的終極意義是：對有關生命的各項問題，把尋求對的答案的責任肩負起來，同時去完成生命陸續為每一個人所排定了的工作。^③

(三)綜合性的觀點

佛蘭克爾在兩個集中營經歷了生、死、病的慘象，有很多的體驗和感悟，對人的生命和人生的意義有深透的看法，尤其他是以心理學家、醫生和哲學家的觀點去看人的意義，更有著綜合性的看法。

他認為一個人一旦發覺受苦是他的命運，他便會去接受他的痛苦，宛如這是他的工作，他的惟一的工作一般；他便會體會這件事實：就算是受苦，他也是在這個世界上單獨而惟一的一個人。一個人不能解除另一個人的痛苦，也無法替代另一個人受苦，因此，他必須自己承擔自己所受的苦。

以上那些觀點，可以從絕望中拯救人們，就算是眼看不會有機會再活下去的時候也是如此。就一般情形而言，一般人以為生命的意義就是：經由主動創造一些有價值的事物而達到某項目的。然生命對集中營中的人來說：範圍就寬廣多了，它包括生存、死亡、痛苦或臨終。

佛蘭克爾這種把痛苦變為一種工作，面對這種工作，不作臨陣退縮之想，甚至可以在痛苦中找到功業的機運的觀點，除了是與佛教觀點相近外，主要是受了德國女詩人黎爾克(Rainer Maria Rilke, 1875-1926)有關「煎熬」(aufzuleiden)詩句的影響。^④

參、人在追求意義的理論

人生在世會把許多的人、事、物看成有意義，如不把人、事、物看成有意義，那麼他的生活就沒有意義。意義有時重於人的生命，有些人為追求意義而寧願捨棄自己的生命，但是也有某些人為了某一項重要的意義而活了下來。因此，意義有時是犧牲生命的

^③ 見同註②之書，頁九三。

^④ 德國女詩人黎爾克有這樣的詩句：「煎熬何其多！」(Wie viel ist aufzuleiden!)她所說的「煎熬」與別人所說的「苦熬」相類似，即大量的苦痛由人去承受。

原因，有時卻是拯救生命的法寶。

意義對於每一個人的價值不同，某一項意義對於某一個人非常有價值，但對於另一個人並不一定有價值。因此，意義對於人的價值或重要性是因人而異的，各不相同。誠如佛蘭克爾所說的：「每一個人有每一個人的特色，它給予這個人存在的意義，它和他的創造性工作有關，宛如人世間的愛情一樣。一個人不可能由另一個人接替，他有他自己生存的職責。」^⑤

一、希望與意義的關聯

「希望」與「意義」有密切的關聯，德國哲學家布洛赫(Ernst Bloch)提出「希望的原則」(das Prinzip der Hoffnung)，認為希望是有決定性的基本力量與目的力量。他解釋「希望」是含有意義的，對人而言，是具有創造的自我本質^⑥。布洛赫的「希望的原則」是著名的理論，他的理論與佛蘭克爾的理論有相同之處，也有相異之處。茲說明如下：

1. 相同之處：布洛赫把希望與宗教結合，認為在宗教中就含有希望的成分，因為在宗教中就含有願望的祈求。所以他的哲學被稱為「希望哲學」(die Philosophie der Hoffnung)；佛蘭克爾認為宗教在集中營中是亟需，宗教信仰在人的受苦時可以轉化為積極正面的希望，並且也可以賦予人力量。關於這一點，兩人觀點相同。
2. 相異之處：布洛赫認為人創造自己，設計自己的本質。也就是說，在本質上，人設計他是什麼，包括他必須是什麼，或者他應該變為什麼；佛蘭克爾認為人存在的意義，並不是由人所創造的，而是由人所發覺的。
3. 比較：佛蘭克爾與布洛赫二人觀念有相同之處，也有不同之處，佛蘭克爾認為意義的發覺，是從痛苦中去為之；布洛赫認為意義的創造，是從快樂中去為之。這是二人生活背景不同所造成^⑦。

人生的意義，不管是創造的，或發覺的，這是見仁見智的看法。不過，可以肯定的是：希望與意義有密切的關聯。

如果分析佛蘭克爾的觀點，可以了解他所說的：人生在追求意義的意義。所謂「追求」，就是認為「意義」已經是存在那兒，也就是「有」，「有」成為追求的對象。

⑤ 引自同註②之書，頁九六。

⑥ 見 Ernst Bloch: *Des Prinzip Hoffnung*, 3 Bände, Suhrkamp Verlag Frankfurt am Main, 1959.

⑦ 布洛赫原是東德的大學教授，在東西德分治的對立時期投奔西德。在西德仍保有教授頭銜，西德政府給予優惠待遇，協助其出版、講演，並改善其生活等。

對於以上的情形，佛蘭克爾描述了在集中營中的一件感人的事情：有一名半飢餓的難友闖進了洋芋（馬鈴薯）庫，偷了幾磅洋芋。偷竊被發現，有幾名難友承認了「竊盜」。集中營管理人員聽到之後，下令他們要把有罪的人引渡出來，否則全營挨餓一天。不用說，全營二千五百人寧願絕食一天，也不去做這種卑劣的行徑。後來營方在操場上宣布停止供食一天。停止供食當天的傍晚，人們躺在自己的泥屋裏，每個人心情非常惡劣，難得有人講話，因為講話都是躁急易怒，會觸怒他人，更糟的是電燈也熄了，人們的情緒降到最低潮。可是，他們資深的轄區看守是一個聰明人，他即席講了一些話，他講及有許多難友是在最近幾天內，不是因病就是因自殺而喪了命。他也提及：他們之所以致命的真正原因，可能是失卻希望。他主張要設法防止這種極端事態之下，可能產生的未來犧牲品。他要佛蘭克爾講話向難友規勸這一點。佛蘭克爾在飢寒交迫、氣急敗壞的情況下，盡力把握這唯一的機會，鼓舞羣倫地說道：在歐陸，第二次世界大戰已進入了第六個冬天，人們可以想像得到他們的境遇還不算是最可怕的。每個人該捫心自問：一直到今，遭受過什麼無可彌補的苦難沒有？可以推測大半由苦難所遭受到的損失真是微乎其微。誰還活著，誰就應該有理由抱持希望——健康、家庭、物欲的滿足、專業才能、機運、社會地位等，所有這些事物都可以從頭做起，都可以重建。^⑧

希望與意義關聯密切，佛蘭克爾非常堅持人應有希望的原則，不管如何，他無意拋棄希望。他早年所持的心理學理論，就是堅持人應有希望，到後來被送入集中營時，環境雖困苦，但仍然沒有放棄希望。

由於以上的堅持，理論與實際的印證，逐漸對人的希望，及人所追求的意義，加以揉合，而建立了人生在追求意義的理論。

二、人追求意義的前提

人追求意義的前提是什麼？這是值得討論的問題。每一個人追求意義的前提或許不同，但都有可遵循的大原則。這個大原則就是佛蘭克爾所認為的：人生意義的追求，在一個人的生命之中，是一股主要的力量，而不是一種直覺驅使力之「次要的合理化」（secondary rationalization）。這個意義是唯一的、特殊的、本應如此的、是能夠去成就他的。只有等到目標達到了，或成就了，才能使他個人追求意義的動機得到滿足。有些學者強烈地爭論說：所謂「意義和價值」也者，只是防衛性的機制、反應的組成與昇華的作用而已（nothing but defense mechanisms, reaction formations and sublimation）。

^⑧ 見同註②之書，頁九七～九八。

然而到了今天，人既不願意只為「防衛性的機制」而活，也不準備只為「反應的組織」而死。但是人卻能夠為著他的理想和價值而生，也能夠為著他的理想和價值而死^⑨。

從以上的觀點去看，可以明瞭人是在追求意義的。可以從下列事例獲得證明：

佛蘭克爾在法國曾經舉辦過一次民意測驗，測驗結果顯示：百分之八十九的人承認：人是需要為了重要的人或物而過活的；有百分之六十一的人承認：在他們自己的生活裏，他們為了重要的事物或重要的人起見，甚至乎準備去死。在維也納他的診所內，他對病患和全體職員中再次舉行這種測驗，結果和在法國所測驗的幾千人的結果差不多，只有百分之二的誤差。換句話說，在大多數人的心目中，追求意義的意志是一種「事實」(fact)，而不是一種「信仰」(faith)。

佛蘭克爾也表示：也許有若干個案是和個人的價值有關的，那的確是一種隱藏在內心衝突的偽裝。但是，果真如此，那麼他們正表示這是法則上的例外，而非表示這是法則的本身。^⑩

從以上論點可以了解，人追求意義的前提是：

1. 為了重要的人或物而過活。
2. 追求意義成爲一種意志。

三、追求意義的意志

「追求意義的意志」(Willen zum Sinn)是佛蘭克爾的重要理論之一。他認爲每一個人都應有追求意義的意志，這是人的許多權利中的一種，就心理治療學的觀點而言，現代人經常受苦的是「無意義感」(Sinnlosigkeitsgefühl)，所以人應該要追求意義^⑪。

一個人最怕的是失去意義，而沒有意義，影響佛蘭克爾思想極深的奧國心理學家阿德勒就說過：「這種無意義感幾乎等於是卑劣感。」(diese Sinnlosigkeitsgefühl etwa dem Minderwertigkeitsgefühl)^⑫

如果進一步地分析，便可以發現佛蘭克爾的論點，是採取了阿德勒的模式。

學過心理學的人可能都知道：阿德勒在心理學中最大的貢獻是個體心理學(Individual Psychology)，而在其個體心理學中又以研究「自卑感」(The feeling of inferiority, Selbstminderwertigkeitsgefühl)而聞名。他認爲每一個人都有自卑感，

⑨ 見同註②之書，頁一一五～一一六。

⑩ 見同註②之書，頁一一六。

⑪ 見 Viktor E. Frankl: *Der Mensch auf der Suche nach Sinn, zur Rehumanisierung der Psychotherapie*, Verlag Herder Freiburg im Breisgau, 1972, 8. Aufl, 1977, S. 11.

⑫ 見同註①。

只是輕重的差別而已，爲了克服自卑感，因此人要追求權力，其情形爲：

Willen zur Macht, will to power!

佛蘭克爾取法阿德勒的觀點，認爲每一個人都應有人生意義，爲了達到目標，因此人要追求意義，其情形爲：

Willen zum Sinn, will to meaning! (爲更能讓人了解，應該譯成 will to search for meaning!)

無論是權力也好，或意義也好，都是人生所要追求的目標。心理學家最能了解人的內心的想法，這些想法就是人的期望，有期望就會想辦法滿足，而要滿足就必須追求，於是哲學上的「目的論」(Teleology)就是在探討追求的問題。於是有了追求意義的意志，就會努力去追求，期望能達成所預期的目標。

有追求意義的意志，才能忍受煎熬，因此，在達到意義的過程中，除了努力以外，能忍受煎熬也是一個成功的重要因素。

四、以有意義對抗無意義——避免存在空虛的產生

佛蘭克爾強調意義的重要性，因此，他反對無意義的事，也反對無意義感。因爲無意義就會產生「存在的空虛」(existentielles Vakuum, existential vacuum)，這種「存在的空虛」是對生命看成是絕對的、終極的、無意義的感覺。尤其是對值得生存的意義是什麼，一無所知，他們被內在的空虛所纏，而自己的內心空無所有。^⑬

存在的空虛是廿世紀一種普遍的現象，那是可以被入了解的，它可能起因於一種雙重之喪失，自從一個人已經變成爲一個道道地地的人之後，這種雙重喪失，他便必須忍受：

- 1.由人類的歷史發展去看，在發展的過程中，人喪失了若干基本的動物本能衝動，動物的行爲嵌進這種本能的衝動中，藉此而使它安全。動物靠本能而獲得安全，然而人卻不能如此，人必須背負傳統，但傳統已經喪失，今天再也沒有傳統(heute keine Tradition mehr)!
- 2.人應當有所選擇，然而除此之外，人在他更新近的發展階段中，要遭受到另一種喪失的苦痛，那就是支撐他的行爲的傳統，目下正迅速地減少。

對於以上的情形造成了：本能的衝動不告訴人必須做什麼，傳統也不告訴人應該做什麼，人便會弄不清楚他要做的是什麼了。日漸一日，他便會受制於他人命他去做什麼了，如此一來，在工業社會中，變成傳統的喪失與違反人性的因素的出現^⑭。

^⑬ 見同註⑪之書，頁一三。

^⑭ 見 Viktor E. Frankl: Der Wille zum Sinn und seine Frustration durch die moderne Industriegesellschaft, in: *Henmende Strukturen in der heutigen Industriegesellschaft*, Duttweiler-Institut für wirtschaftliche und soziale Studien, Zürich, 1969, S. 45-56.

這種存在的空虛，大體顯示出來的是一種無趣的狀態。所謂「無趣」就是對工作了無興趣，意興闌珊，因為蔓延性的無意識行為，對閒暇時刻中的平時工作者而言，這種行為更會時常發生。尤其是：許多人不知道運用他們獲得的閒暇時間去做有意義的事情，也不知道做什麼才好。

此外，存在的空虛，有許多是出現在不同的情況之中，藉其他方式尋求滿足，例如落空了的求意義的意志，藉著求權力的意志取代之而為之補償，包括了：

1. 最原始形式的求權力的意志與求金錢的意志。^⑮
2. 運用求肉體快樂的意志以忘記挫折。^⑯

從以上論點可以知道：要充實生命或生活的意義，就應避免存在的空虛。於是他反對「虛無主義」(Nihilismus)。他說：「昨天虛無主義由於主張一無所有(Nichts)，已經造成傷害，今日不能再應用虛無主義造成更甚於一無所有(Nichts als)。」^⑰

基於以上的論點，那麼意義與價值，良心與愛就不只是表面的現象，愛是有目的的動機，良心是超我。這種觀念就涉及到人類學的模式中之有關人的本質的問題，那就是需要就要維持滿足，緊張就要免除。這種「類似累積的原則」(Homöostase-Prinzip)，是佛蘭克爾所一直強調的。^⑱

五、從實際中或痛苦中去體會意義

人從實際中或痛苦中所體會到的意義，才是最真實的意義：

1. 從實際中所獲得的意義：佛蘭克爾說：「研究樹木的結果，並不等於了解實際的森林。」^⑲又說：「人是一個電腦，但人最後並不是一個電腦。」^⑳他的理念是從實際的觀點做為出發點。也就是重視實際的問題，因為在廣大的森林中，如不實際到樹海中，又如何能了解森林呢？同時也要了解對人類及其他動物的生活所代表的意義；在今天

^⑮ 此點受阿德勒思想的影響。

^⑯ 此點受佛洛伊德思想的影響，例如佛洛伊德的理論，在心理分析中把「性的挫折」(sexuelle Frustration)歸咎於「存在的挫折」(existentielle Frustration)，而藉「慾力」(Libido)以獲得滿足，其論點見同註^⑰。

^⑰ 引自 Viktor E. Frankl: *Der Wille zum Sinn Ausgewählte Vorträge über Logotherapie*, Bern, Stuttgart, Wien, 1972, Bern 1982, 3. Aufl. S. 13.

^⑱ 見 Viktor E. Frankl: Vortrag auf dem Internationalen Kongresssim: *Rahmen der Münchener Olympiade*, 1972.

^⑲ 引自 Viktor E. Frankl: *Ärztliche Seelsorge, Grundlagen der Logotherapie und Existenzanalyse*, Wien, 1971, 1982, 12, Aufl. S. 26.

^⑳ 引自同註^⑱之書，頁二七。

電腦普遍地為人們所使用，但人並不只與電腦等值。由於以上的情形，人必須作「精神把握」(Spiritualistische Auffassung)，才能成為「人的完整實際性」(Vollwirklichkeit der Menschen)。

2. 從痛苦中所獲得的意義：佛蘭克爾舉出一個例子說：一個母親十一歲的兒子死了，她很悲傷而企圖自殺，她置另一個較大的兒子於不顧，因為較大的兒子曾患過小兒麻痺症，這個可憐的孩子祇能坐著輪動椅在附近走動。然而，母親抗拒著她的命運，在她企圖和小兒麻痺的兒子一起自殺之際，就是她的那個小兒麻痺兒子阻止她的。她的兒子喜歡繼續生存，生命對他富有意義！^①這個因小兒麻痺而跛腳的孩子，走路不方便，喜歡繼續生存，就是因為他從痛苦中獲得生命的意義。

對於以上的論點可以再作深入的分析：

1. 從實際中所獲得的意義方面：確定「生活能促使充滿意義」(Life can be made meaningful.)，其論點為：
- (1) 那些所賦予這個世界的，是人的創造。
 - (2) 那些人們從這個世界所獲得的是經驗。
 - (3) 人們所要面對這個世界的是以什麼樣的態度去選擇受苦。^②

在以上的理念中，說明了人每一時刻都在追求意義，那怕是碰到最惡劣的命運，他還有機會去充實可能的意義。因此，他必須接受並面對下列三個事實：

- (1) 他已經失敗。
- (2) 他遭遇痛苦。
- (3) 他將要死亡。^③

2. 從痛苦中所獲得的意義方面：對於這方面佛蘭克爾首先舉出一個他親身處理的個案來加以說明（這個例子是一個他常舉的例子，在很多他的文章中常會見到這個例子）：

有一次，一位年長的全科醫生來我的辦公室詢問我，因他有著一種嚴重的沮喪。兩年前他的夫人過世了，他愛他的夫人在任何人之上，他認為這件事為無法彌補的重大損失！我忍住口不給他講其他的話，代之而來的是使他面對這個問題。我告訴他：「醫生，如果你的夫人比你長命，那會有什麼樣的光景呢？」他說：「啊！對她來說，這是可怕的，那她會遭受多大的痛苦！」於是我回答他說：「醫生，你想想看，她沒有遭遇到這樣的一種痛苦，沒有使她遭遇到這

^① 見同註^②之書，頁一三六。

^② 見 Viktor E. Frankl: *Psychotherapy and Existentialism, Selected papers on Logotherapy*, New York: Penguin Books, 1978, reprinted, p. 33.

^③ 見同註^②。

種痛苦的人就是你呀，而現在，你倒不必要藉著比她命長，居她的喪，來償付這種代價了。」他不哼一聲地握住我的手，沈著地離開了我的辦公室。在某種情形下，若痛苦在尋找出它的意義的一瞬間，便不成其為痛苦了，如含有意義的犧牲便是。^④

以上的情況，佛蘭克爾解釋了他的看法：

- (1)失望並不是一種疾病，健康的人也會發生。
- (2)他不能改變命運，即不能使醫生的太太復活，但是至少他改變了醫生的態度，使醫生了解到他受苦的意義^⑤。

六、附麗於生命的意義——含辛茹苦

佛蘭克爾認為如果生命畢竟是有意義的話，那麼痛苦的生命也一定有其意義。痛苦是生命中不能與生命切斷的一部分，有如命運、死亡之對生命不能切斷的情形一樣。人的生命離開了苦痛和死亡，便不算是圓滿的生命了。因此，一個人用以上的方法去承擔生命中所遺留下來給他的命運和一切痛苦，他用這種方法去背負他痛苦的十字架。一個人打由這種方法中獲致充分的機運，甚至在最惡劣的環境下，去更進一層加深他生命的意義。於此，那個生命仍然是勇敢的、顯貴的、大公無私的。一個人在殘酷的爭戰中，為了保護自己，容或會把自身的人性尊嚴忘卻，而僅僅變為一隻牲口，但是這種現實的環境逼迫他變成這種模樣，事後也是會感到痛苦的。一個困厄的處境是否提供一個人去獲得精神價值，關鍵在乎這個人是去運用這個機會呢，還是去放棄它。他的痛苦之有無價值，端看他的抉擇之何去何從了。^⑥

佛蘭克爾把人的意義放置在痛苦中，認為人的意義離不開痛苦，與其在集中營的經驗有關，他在那兒經歷了人間的煉獄，不把人的意義視為與痛苦有關也難。

痛苦和現實生活交織在一起，雖然只有少數人有至高的精神境界，能保持內在的自由，而獲致由他們的痛苦中所惠賜予他們的精神價值。但是舉一個例子就足以證明：一個人的內在力量可以把他自己超越出在他的外在命運之上。這種人不光在集中營裏有這種能耐，就是那些和命運交手的人，也可經由他個人的痛苦而完成某些工作。

人的生命是含辛茹苦的，且痛苦附麗於生命之上，佛蘭克爾進行了深入的探討和深邃的體驗。從他自己的描述就可見其一斑：

^④ 引見同註^②之書，頁三三～三四。或 Viktor E. Frankl: *Angesichts der Vergänglichkeit*, in: *Universitas, Zeitschrift für interdisziplinäre Wissenschaft*, 52. Jg. Heft 616, Oktober 1997, S. 993.

^⑤ 見同註^②之書，頁三四。

^⑥ 見同註^②之書，頁八二～八三。

1. 有一個難友到達奧許維茲車站後，隨著一長列的新同住人徒步來到集中營，他後來向佛蘭克爾說：他徒步的當時，感覺到好似是進行他自己的出殯行列一樣。他的生命由他看來是絕對沒有將來的。他把將來認為是已成過去，曾經度過了，如同他已死了一樣。這種死亡感覺的加強，是有兩種原因的：
- (1) 時間方面：監禁期是無限的，痛苦也是無限的，那是最尖銳的感覺。
- (2) 空間方面：禁錮在一個狹窄的範圍內，鐵絲網外面的一切顯然是消失了，遙遠得攀不到手。在某點上說，外面的人和事，那邊的一切正常生活，由難友看來都是式樣朦朧的。外面的生活，所能看見的外面生活，一切出現在他眼前的，那好似淨是一個死人打從另一個世界去注視它們一樣。
2. 人們在時間與空間內受苦，在集中營過一天，比起過一個星期還要久，人們對時間的體驗是十分荒謬的；在集中營過生活是隔絕的，不知外在的世界，人們對空間的體驗是被遺忘的痛苦。關於這一層，使佛蘭克爾想起了德國小說家、諾貝爾文學獎的得主托瑪斯曼(Thomas Mann, 1875-1955)，在那部《魔山》(The Magic Mountain)的小說中，有幾句十分頂尖的心理學話語。托瑪斯曼研究到人的精神發展，發現人的精神發展，都是在相似的心理狀態中進行。也就是說，在療養院中的肺病患者，他們也曉得他們痛苦的解除是遙遙無期的，他們經歷到一種相同的存在——沒有將來，沒有目標的存在。^②

佛蘭克爾綜合了自己的經驗，提出了他新近所構思的著名公式：

$$V=L-S$$

茲將此公式說明於下：

V 代表 Verweiflung，即失望。

L 代表 Leiden，即痛苦。

S 代表 Sinn，即意義。

整個公式的意義為：失望等於受苦而沒有意義，Verweiflung ist Leiden ohne Sinn。^③

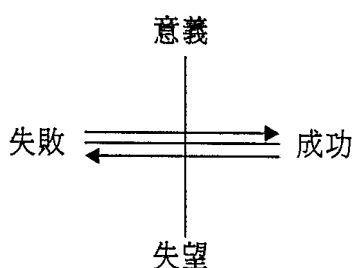
他對以上公式解釋道：當人受苦時，可以看到新的光芒，而意義就隱含在其中。

上述解釋說明了：人在受苦時，也會給他帶來希望。因此，人的意義雖與受苦無法分離，但人生追求意義時，也帶來了希望。

此外，他又提出了一個圖表來說明成功、失敗與意義之間的關係：

^② 見同註②之書，頁八七。

^③ 見同註③德文之書，頁九九三。



茲將此圖說明於下：一個人可以在成功與失敗之間游移，也可以在意義與失望之間上下。一個人可以享有快樂與權利的生活，但最後可能毫無意義，但一個人可能必須面對一種超越其希望的情境，其生活卻充滿意義。^②

七、最高意義

所謂「最高意義」(the supra-meaning)，也就是究極的意義，必須勝過而且凌駕人類有限度的智慧能力以上。最高意義通常所指的是神或上帝。

佛蘭克爾是虔誠的教徒，在集中營的日子裏，曾以信仰來支撐活下去的意志。因此，他認為上帝對人而言，具有最高的意義。他說：「一個人有可能健康與財富被剝奪以後，還願意繼續及能夠受苦，他是為了承諾、為了一個人或為了上帝。」^③

基於以上論點，可以了解到：人所要求的，並非像若干存在主義者所說的，要去持續這個沒有意義的生命，反而是要求對人的無能負責。因此，人必須在理性的範圍內，去把握生命的絕對深義。尤其應該了解到：「意義比邏輯來得幽深。」(Logos is deeper than logic.)

佛蘭克爾認為一個人的宗教生活，是早年受到父親的影響的。也就是說，父親的宗教觀念，影響到子女早期的宗教經驗。為了獲得更多的資訊，他在維也納綜合醫院(The Vienna Poliklinik Hospital)的一些同事，有一天去拜訪廿三位已出院的病人，有一半以上的人認為其信仰是受父親的影響。^④

佛蘭克爾認為：宗教在本質上可能有所不同，但目標則是一致：拯救(salvation)。

基於以上論點，宗教信仰對於一個人而言，是有幫助的，特別是對受苦者而言，有更大的幫助，因為受苦者需要宗教的力量來救助。因此，

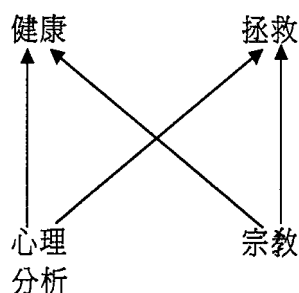
1. 在集中營中的人，靠宗教信仰而有活下去的力量。

② 見同註②之書，頁三六。

③ 引自同註②之書，頁三六～三七。

④ 見 Godfryd Kaczanowski: Frankl's Logotherapy, in: *The American Journal of Psychiatry*, Vol. 117, 1960, p. 117.

2.在生病中的人，靠宗教信仰而獲得信心，克服病魔，宗教與心理治療有密切的關係，茲用下圖表示：



茲將此圖說明於下：心理治療或心理分析，甚至是使用醫藥，皆有助於健康；宗教有助於拯救；心理治療可以轉換，其結果有副產品，協助病人重新獲得拯救；宗教信仰有助心理健康。⑳

宗教的價值是獲得肯定的，如果人們把宗教解釋為只是精神力學的一種產物，在無意識的推動力上具有意義，那麼人們就會失去要點，而看不見真正現象，忽略了宗教所能發揮的力量。這樣的一種誤想或誤認，每每容易把宗教的心理，變為心理即宗教。崇拜心理的結果，有時會據之以解釋萬事萬物，這種解釋實有未當。對於宗教應該樹立積極的態度，以尊敬神的宗教心理，去面對萬事萬物及解決心理的問題。

肆、理論的應用

佛蘭克爾之人在追求意義的理論，應用在心理治療及教育人類學方面都很有價值。

一、意義治療法

意義治療學(Logotherapy)是一種心理治療的理論，這種理論是以死亡與受苦為理論的中心，也就是受苦的一種挑戰，從悲觀的觀點來處理事情，以建立樂觀的地位，使死亡與受苦有潛在的意義。自從建立意義治療學以後，顧名思義就指出了是以意義為中心，病人無法避免的是痛苦、死亡、罪惡，甚至是人類存在的悲劇。因此，有需要建立意義治療學。㉑

意義治療學的理論觀點，誠為懷爾德(Oscar Wilde)所說的：「整個世界在無意義之中，那麼這個世界將一無所有，而受苦是所有的一部分。」㉒

㉑ 見同註㉑之書，頁四一。

㉒ 見 Viktor E. Frankl: *Peyton Lectures at the Perkins School of Theology*, Southern Methodist University, Dallas, Texas, February, 2-4 1965.

㉓ 此為 Viktor E. Frankl 引 Oscar Wilde 在“The Ballad of Reading Goal”一文中的話，由同註㉑之書所轉載，見頁八七。

在佛蘭克爾的觀念中，對於看起來從人取走了意義的那些事體，不只光是痛苦，臨終亦然，不只是災難，死亡也隸屬在內，生命就如曇花一現，惟一真正無常的生命態勢是潛力，它一旦由潛能變為現實，正是在那個時刻，事實兌現了。通常人們只看重曇花一現的生命之殘梗的那些方面，而忽略了起因於他的行動、歡愉、痛苦，從前他們曾經據為已有的那些東西。然而沒有東西可被毀滅的，沒有東西可被廢除的，所以存在過的是一種最確實的存在(Having been is the surest kind of being.)。

(一) 意義治療學的基本觀念

佛蘭克爾對意義治療學的觀念擬了一個比喻：意義治療法的理論，深知那人的本質是經驗的累積所形成的，而人的存在有如曇花一現，這種情形並不是悲觀的，而卻是存在的，用比喻去說明這一點，可以這麼說：悲觀論者就如一個人帶著畏懼和憂愁的神色去審視靠牆的日曆，他每天從日曆上撕下一張來，而它隨同每天的過去而愈來愈薄了；另一方面，一個積極著手解決人生問題的人，他好像從他的日曆上拿下連續的一頁，經過了首先在它背面摘記好了一些日誌之後，就把它適切而細心地和以前的一併歸檔保存一樣，他能帶著得意和愉快的心情去回憶記入這些日誌上的豐盈的一切，去回顧已經到達充分程度的生活上的一切^㉔。

(二) 意義治療的方法

每一個人都會有恐懼的時候，例如對一件會影響自己的事不知結果如何時，就會產生恐懼。尤其是對死亡的恐懼，是不能藉精神力學的解釋而去鎮定它的。另外一方面，神經病方面的恐懼，例如懼曠症(agoraphobia)，也不能藉哲學上的理解而加以治療。但是意義治療法已經有一種特殊的技巧可以同時處理這些病症。爲了了解這種方法，運用這種技巧，須選擇一種條件做爲起點，那就是在病人身上屢屢碰見的「預期的焦慮」(anticipatory anxiety)。病患發生這種明顯的現象是心生「害怕」(afraid)，它的特性是「恐懼」(fear)。例如一個人真的會臉紅，是當他進入一個大房間，而許多人在注視他的時候。因此，這種現象。就說明了：

1. 願望是思想之父(The wish is father to the thought!)
2. 恐懼是事故之母(The fear is mother of the event!)

意義治療法最重要的手法是「悖理意向」(paradoxical intention)，也就是使一個人的願望達不到。其情形是使病人的態度倒轉，只要將悖理的願望替換他的恐懼就可

^㉔ 見同註②之書，頁一四一。

^㉕ 見同註②之書，頁一四三。

以了。用這種治療法，是用先發制人的手段去克服焦慮所引發出來的狀況。

這種措施的理論基礎是：實施時必須按種類並利用人的能力，而這種能力乃先天的自我分離的意識，一旦採用在意義治療法上時，可以使病人和他的實際狀況保持相當的距離。例如美國心理學家愛爾波特(Gordon W. Allport)在其《個人與其宗教》(The individual and his religion)一書中，就提出了這種方法。佛蘭克爾將愛爾波特的方法拿來做為意義治療的手法之一。愛爾波特認為：病人應學會嘲笑自己，便會使自己達到自己自我處理的途中，或在自我治療的路上。「悖理意向」是愛爾波特以實驗為根據使之生效的和臨床適用的意見^③。

以上的方法可以用下列的病例來佐證：

1. 有一位年輕的醫生請佛蘭克爾幫他看病，因為這位年輕醫生一感到害怕就會出汗，一遇到「預期的焦慮」便會引起大量的出汗。為了幫這位年輕醫生除掉這種「循環性的組型」(circle formation)，佛蘭克爾規勸他：在快要出汗時，故意決定讓人家看看他到底能出多少汗。一個星期以後，他回來報告說，他一遇到任何人時，就按住他的「預期的焦慮」的板機，提醒自己說：我剛才只冒了一些些的汗，我現在打算至少要冒好幾倍的汗！其結果是：困擾了他約四年的恐懼症，經過一個星期的「悖理意向」操作，已經解脫了^④。
2. 一般人都有失眠的經驗，在失眠的時候，雖哈欠連連仍然睡不著，就是數羊，數到幾萬隻，仍然沒有睡意。此時想入睡，就應採用「悖理意向」的方法，不要躺在牀上，起牀走動，做一些其他的事情，讓自己感到累一些，再回牀就比較容易入睡。以上是偶爾失眠的狀況，但對於長期失眠也有效，恐懼失眠久而久之終於會形成對熟睡的異常意向（恐懼失眠，在大部分的病例中，是由於病患對於這件事實的無知，因為生理對真正需要的最小量的睡眠會自行調整），這種意向會使病患不能熟睡。要克服這種特別的清醒，一定要代之以「悖理意向」的不去熟睡，睡覺便立刻會跟著這種意向到來（因為對熟睡的異常意向的發生，起因於對不能熟睡的預期焦慮）。
3. 有一個記帳員在好幾個診所中看過很多醫生，醫療都未見成功。他在極端絕望之餘，來到佛蘭克爾的診所，承認他幾乎要自殺，因為罹患了書寫時手痙攣的毛病，已經有幾年了，不勝痛苦。後來病情惡化，有失業之虞。必須施以短期治療法，才能緩和這種情勢。在治療之初，佛蘭克爾的同事勸告患者，要患者做與他平常所做之相反的動作，就是用可能最惡劣的潦草書法去書寫以代替想用勻整而清晰的書寫。他被規勸自

^③ 見 Gordon W. Allport: *The Individual and His Religion*, New York: The MacMillan Co., 1956, p. 92.

^④ 見同註^②之書，頁一四四。

己說：現在我要向人顯示：我是一個多麼精於草書的人——就在書寫時，他故意想去胡亂塗鴉，但未如所願。隔天他說：我想潦草書寫，但的確辦不到。在兩天之間，病人用這種方法免除了他的手痙攣的煩惱。他治療過後，在觀測期間，被發現一直與正常人無異，他再度是個快樂的人，工作非常順利。^③

佛蘭克爾的意義治療法採用「悖理意向」的方法，治好了很多病患，是一種有效的方法。因為他受過良好的心理分析訓練，而意義治療法便是心理分析的一種方法，在他使用起來駕輕就熟。

就一般情形而言，「悖理意向」方法的應用，必須是受過心理分析訓練者才能進行，因為他要了解病徵之所在，然後才能進行反方向的操作，把過去的毛病糾正過來。

(三) 意義治療法在躁鬱症治療方面的應用

意義治療法在佛蘭克爾的推展之下，現在也可用於躁鬱症治療方面，據他自己的說法是效果不錯，他從集中營出來就在法國推廣，後來到美國推廣。

躁鬱症是現代都市人的毛病，患者比例相當的高，因為現代都市人生活緊張，壓力也大，自己不容易調適，就容易患有這種毛病。這種病是一種慢性且為復發的疾病，有些患者甚至週期或季節性地發病，當然也有人終身未發病或只有一次發病。躁鬱症和精神分裂病比較起來，算是輕微的，其疾病發生為間歇性的，發作之後可恢復正常的健康生活及病前的功能。其治療的方式，除藥物治療外，還使用意義治療法，避免重大的生活壓力，都是比較可行的方法。

躁鬱症是兩種症狀的結合，在某個時候能量滿溢，在另一個時候卻乾涸如枯井。其情形為：

1. 躁期的特徵：在一個階段時間內，持續的情緒異常亢奮、躁動，其常見的症狀包括自大、自視過高、睡眠需求減少、多話而滔滔不絕、思考飛躍、腦中快速地湧現許多念頭、注意力分散、易受外界干擾、忙碌並可能盲目地花錢或投資或從事危險性的活動。嚴重的時候會有現實感扭曲，並出現妄想和幻覺等症狀。
2. 鬱期的特徵：在躁期過後，大概有兩週以上的憂鬱情緒，失去生活樂趣及興趣、失眠、胃口改變、行動遲緩、倦怠、缺乏能量、思考能力及注意集中力降低、無望、無助、罪惡感。嚴重的時候常想到死亡，或有進一步的自殺念頭或自殺企圖。^④

躁鬱症又稱為「雙極性情感性精神病」，與憂鬱症同歸於情感性精神病。其所以

^③ 見同註②之書，頁一四五～一四六。

^④ 見陳志根：〈躁鬱症心情也瘋狂〉，載於《中央日報·〈健康專刊〉》，民國八十六年三月十日。

會被如此稱呼是因為這類患者在生病過程中會出現躁期和鬱期兩種極端的情緒變化，或只是呈現躁期而沒有鬱期。

就一般情形而言，躁鬱症不如憂鬱症常見，所以一般人對此疾病也比較不熟悉，其終身發病率的為百分之一，其平均第一次發病年齡為三十歲。其致病原因，除了患者是先天體質方面有潛在的易感傾向外，主要的是人格成長過程的學習、社會文化的時空背景及生活事件的衝擊等因素，在意義與價值的認知上有差距，促成了躁鬱症之致病的機制。

3. 躁鬱症的治療：躁鬱症的治療是採用：

- (1) 藥物治療，舒解身心。
- (2) 減少生活壓力。
- (3) 人生意義的解說，告訴病人要放鬆。

由於以上關係，治療期間相當長，有長達一、兩年者。

二、意義指導的教育人類學

教育人類學(Pädagogische Anthropologie)在教育學中是一種重要的教育理論，這種理論是研究人的本質的改變與形成為理論的中心，也就是將人類學的理論應用在教育學上。

佛蘭克爾之人在追求意義的觀念，與教育學上的概念非常相近。因為教育的對象是人，教育也就是人教人的一種工作，在教導人時當然也要教導學習者如何去追求有意義的事情，而且教育應具有意義，無意義的教育不能成為教育。在以上的情形下，奧國維也納大學(Universität Wien)教授丹尼爾(Karl Dienelt)擷取佛蘭克爾的思想，建立了意義指導的教育學(sinn-orientierte Pädagogik)，成為一種新觀念、新理論的教育學。

(一) 精神的本質

人在追求生命的意義，教育在追求成就的意義。因此，生命的意義就是在追求成就，那怕是小小的成就也是成就。一個人到世界上來，如果是像佛蘭克爾所說的，是在受苦的話，那麼有一點點成就，也是受苦的代價。因為一個人到世界上走一遭，總不能一無所成就結束一生。

人在世界上要過物質生活，也要過精神生活。在人的生活中，必須具有一種生活形式，具有特殊的地位，那就是人的「精神本質」。這種理論以瑞士的人類學家波特曼(Adolf Portmann)及奧國的心理學家佛蘭克爾為代表。^④

^④ 見 Karl Dienelt: Zur Diskussion einer "Pädagogischen Anthropologie", in: *Pädagogische Rundschau (Zeitschrift)*, Verlag Aloys Henn Ratingen, 20. Jg. 1960, S. 596.

佛蘭克爾是研究精神病理學的學者，對於精神的本質當然有深入的了解，而精神的本質的探討，也是人類學所探討的一部分。

人類學的問題，現在由於科學的幫助，使人存在的不安與問題重重的情緒獲得改善，那就是「心理治療」(Psychotherapie)的興起。又有所謂「潛在人類學」(Latente Anthropologie)的興起，為現代的「心理治療」提供了更深入的理論。

(二)意義指導的教育人類學

「意義指導的教育人類學」(Sinn-orientierte pädagogische Anthropologie)在教育人類學中，被視為新的一門學問，它是以「意義指導的教育學」(Sinn-orientierte Pädagogik)的理論做基礎，來探討教育中「意義指導」的重要性。因為教育常常是在幫助學生選擇意義，學生在未學習前，並不明瞭某些教材所代表的意義，以及意義價值的高低，或實用性如何。而學習是不能替代的，只有每個人自己進行學習才能獲得效果。為了達成以上的效果，教育就採「意義指導」的方式來進行，所以在教育人類學的大範疇中，「意義指導的教育人類學」占有重要的部分。

對於以上的情形，教育是在強調意義的重要性或賦予意義，這樣才能充實教育的內容。因此，佛蘭克爾說：「教育在減少或避免存在的真空，這是經常所要求的，行為治療可以增強，以強化角色的扮演。」^②他特別強調人性的重要性，以心理治療的「再人文化」(rehumanisieren)為主。

1. 意義的設立是為了「了解」(Verstand)，因為有意義，才能了解，無意義就無從了解起，所以「意義」是了解的條件。同樣的情形，解釋也是如此，也是有「意義」才能解釋，如無意義也就無從解釋起。
2. 意義的兩種性質：意義主要含有兩種性質：
 - (1) 就一般情形而言，「意義」常是指語文的代表，因為在世界上，語言文學是陪伴著人的，人以語言文字指示意義。這種指示是透過主觀的分化和客觀的證實。人們為了容易了解事實，所以在把握「意義」時，常把它觀念化。因此，人用觀念去把握語言文字的涵義。
 - (2) 意義也指「意願的實際」(Praxis des Wollens)，也就是行為的自我實現。行為大部分是有目的，有目的的行為才是有意義的，無目的的行為是無意義的。因此，行為的意義應該把它當成「意義」的形成來看待，所以行為的決定與實現應以「意義」

^② 引自 Viktor E. Frankl: Neurotisierung der Menschheit-oder Rehumanisierung der Psychotherapie? in: *Altes Ethos-neues Tabu*, Lindenthal-Institut, Colloquium, Köln, 1974, S. 86.

為取捨。

從以上的性質可以知道「意義」是人所賦予的，也並為人所接受。因此，「意義」之成立最重要的條件是「賦予與接受的統一性」(Einheit vom Geben und Nehmen)。也就是說，當人們對於某些事情賦予意義時，其他的人也認可而加以接受，倘非如此，那麼了解就無從成立。

只有人才能對事情賦予「意義」，其他動物則無此能力，所以「意義」便存在於人的語言文字中，也存在於人的行為中。

在人類學中，研究者非常重視每件事情所代表的意義（當然是人類所賦予）。人類對於事情賦予「意義」，最大的功能之一，那就是發生媒介的作用，透過媒介而使人有共同的認同，然而再由共同的認同而產生共識，有了共識就容易互相了解。

丹尼爾認為佛蘭克爾在一九七二年所出版的著作《人在找尋意義》一書，揭示了這個時代的教育目的，並且從受苦的經驗以了解人類學的觀點，對於意義的問題的認識，有很多的啓示。^④

在人類學中，佛蘭克爾一直在強調意義的重要性，同時也在強調意義的價值，認為意義具有普遍的價值，而不是單一性的價值或單次的價值，例如生活就是充滿意義的，就是世界傳統也有價值，那些普遍價值的呈現，也是為人們所喜愛。^⑤

(三)意義與價值的普遍化

佛蘭克爾認為：「人或多或少都有普遍的價值，如道德和倫理的原則，那一些都是存在於人的社會之中的，就是在歷史中，也透明化可以看得到。」^⑥

他又認為：意義的普遍化，就如同人站在街頭上，可以體驗到各種事物，這就是自我了解的根源。生活就如情境的鎖鍊一樣，互相的聯結，有一個完整性的決定義意，而這個意義在應用方面是可行的，合乎要求的。^⑦

此外，佛蘭克爾還有一個重要的觀念，那就是：「人存在的意義就是責任。」(Die Verantwortlichkeit ist der Sinn des menschlichen Dasein.)^⑧誠然，每一個人的存在都應有其應盡的責任。

^④ 見 Karl Dienelt: *Von der Metatheorie der Erziehung zur "sinn"-orientierten Pädagogik*, Verlag Moritz Diesterweg GmbH & Co., Frankfurt am Main, 1984, S.174.

^⑤ 見同註^④之書，頁二五。

^⑥ 引自同註^④之書，頁五八。

^⑦ 見同註^④之書，頁三〇。

^⑧ 引自同註^④之書，頁四六。

伍、積極釋放的心

佛蘭克爾提倡意義的追求，人生不斷地在追求意義，這便是一顆積極的心，因為人必須不斷地追求，才能獲得更多的意義，這便是「意義豐富」(Sinnvoll)。所以在他的觀念中，人不只是受苦之消極的意義，還要有積極的追求，才会有希望。

在釋放的心方面，在此可以追求的是：德國哲學家海德格(Martin Heidegger, 1889-1976)有一次到維也納，登門造訪佛蘭克爾的家，他們討論了很多問題，最後海德格寫下了一句德文，發人深省，其德文為：

Das Vergangene geht; des Gewesene kommt.

佛蘭克爾將其譯為英文：

What has past, has gone; what is past, will come.

如果再把它譯為中文，則為：「那些已經過去就讓它過去；那些會過去的將要來。」也就是「往者已矣，來者可追」的意思。

海德格去拜訪佛蘭克爾在立場上有些尷尬，海德格是著名的存在主義思想家、現象學家、本體論的提倡者，大名鼎鼎，一生討厭猶太人，但是又與猶太人牽扯不清：他的老師胡塞爾(Edmund Husserl, 1859-1938)是猶太人，係德國弗萊堡大學(Universität Freiburg)的教授，當海德格被德國納粹黨人擡出來擔任該大學的校長時，下令胡塞爾不准踏入校門一步；海德格的好友雅士培(Karl Jaspers, 1883-1969)的夫人是猶太人，當海德格知道這件事情後，竟斷絕與雅士培來往；海德格的婚外情紅粉知己，也是猶太人，陷入苦戀之中；佛蘭克爾也是猶太人，其心結仍然存在。

海德格當上弗萊堡大學校長時，說希特勒是德國歷史的代言人，歌頌納粹的偉大，要弗萊堡大學的學生上戰場，為納粹而戰！而偏偏佛蘭克爾是納粹集中營的受害人，立場也是鮮明對立。

在這種對立的立場上，佛蘭克爾以釋放的心寫道：「過去的都已經過去，我們已獲得救贖。這個問題不要再去重視它，雖然每一個人都會去回憶，或許我們用通觀的方式去看待，那些事情的存在無法獨立於我們之外！」^④

佛蘭克爾是位心理醫生，對海德格採取寬容的態度，或許是佛蘭克爾認為人生本來就是要受苦，集中營牢獄之災是對他的考驗。他在集中營中就體會到德國悲觀主義的哲學家叔本華(Arthur Schopenhauer 1788-1860)的「從苦難中求解脫」的觀點。也從荷蘭哲學家斯賓諾沙(Benedict Spinoza 1632-1677)在倫理學書上所說的「激情是痛苦的，我們一旦把它構成一幅清晰而絲毫不差的圖案時，那它也就不痛苦了」的態度。

④ 引自同註②之雜誌，頁九九二~九九三。

佛蘭克爾所持的觀點是：「我們所有的人，均害怕失卻信心時刻的到來，不是爲的我們自己，因爲我們自己的時刻，是得不到要領的，爲的是我們的朋友。」^④所以把仇視化除了。

陸、中國文化的色彩

佛蘭克爾受中國文化的影響，尤其他對老子之「道」、「無窮」的說法十分佩服。佛蘭克爾具有中國道家的思想，他在「存在的動力學與神經的逃避主義」(Existential dynamics and neurotic escapism)一文就特別引用老子的話，來說明活動主義(activism)的觀點。^⑤

佛蘭克爾的思想有中國文化的色彩是受了容格的影響，容格有一位好朋友衛禮賢(Richard Wilhelm 1873-1930)(德國人)精通中國文字，於一八九九年到中國，在青島任教師和辦慈善事業，一九二二年任北京大學教授，一九二四年返回德國，返回德國後從事《易經》的翻譯工作，榮格在《易經》的譯本上寫了十七頁的引言。容格將《易經》的論點應用在心理分析的方法上。尤其是容格十分推崇中國道家「物極必反」的法則，認爲所有的西方學者都應好好地去領悟其中的意義，而也唯有採用此一法則，西方人的內心異化與內心痛苦，才能得以調節和緩解。同時，容格發現中國文化有卓越的冥想傳統與方法，對死亡有著深刻與深奧的認識(如西藏的度亡經的觀點)^⑥。

佛蘭克爾與容格同屬心理分析領域的學者，經常接觸，在一起研究，在無形當中，容格的思想影響到佛蘭克爾，尤其是容格有關道家的思想的研究方面，對佛蘭克爾的影響更深。因爲老子的思想被列爲道家，容格推崇道家思想，所以佛蘭克爾有關心理治療的論文，會引用老子的話，其原因在此。

柒、結語

人生活在世界上，會把許多事情看成有意義，同樣地，也是把生命看成有意義。前者是在價值方面值得去追求成爲接受教育的動力；後者是闡明生命與意義發生直接的關聯。爲了意義，有時是犧牲生命的原因，有時卻是拯救生命的法寶。

佛蘭克爾的名言：人在追求意義(man's search for meaning)，成爲其思想的中心。這種追求或找尋，是每一個人在世的重要課題。一個人不是事物中的一件事物，事物是

^④ 引自同註②之書，頁九〇。

^⑤ 見 Viktor E. Frankl: Existential dynamics and neurotic escapism, Paper read before the Conference on Existential Psychiatry, Toronto, Canada, May 6, 1962.

^⑥ 見劉耀中：〈榮(容)格心理學的一二三〉，載於《中央日報·副刊》，民國八十七年二月十九日。

互相牽連，相互決定的，而人是有選擇的，自我決定的。在資質和環境內，人會變成什麼，他應該自我塑造與自我訓練。

人確實是人(Man as he really is.)，是活生生的人，是具體的存在，然而人總不能只有存在，而不具意義，如果只是存在而不具意義，那麼他又與動物有什麼差別？他的行為又代表什麼？

佛蘭克爾創立了意義治療的方法，對心理治療很有貢獻。可惜國內並沒有廣泛的應用，發揮它的功能。在現代的社會裏，許多人常會有心理方面的問題，如果能多做心理治療，對於病情的減輕會有幫助，因為任誰也不願意見到一個社會中的人們有許多心理問題與事件的發生。

一位大師級的心理學家過世了，他再也無法追思集中營中的痛苦經驗，但他的學說理論與功業卻留給後人無限的追思。

(本文作者現任臺灣師範大學社會教育學系教授)