

做了三十年的基督徒，聽了無數的道理，甚至親身負笈求教於神學的領域，這樣的過程源於一份追求，我知道追求的道路上有許多同好，這些年來，筆者有一個體會，人心有許多的渴望，其中了解自己、了解人、追尋神是其中幾個最基本的渴望，當這些渴望與需求得到滿足時，人覺得幸福，而當這些需要無從滿足甚而陷入困境之時，人感到矛盾、迷失、無所適從，以筆者有限的觀察，許多基督徒某一方面從信仰的體驗得到個人靈性的滿足，但有時卻因牧者片面而主觀的教訓而帶來許多內心的矛盾與掙扎，此篇研究專文的研究動機便是出於觀察到許多基督徒對於自愛與奉獻自我之間的矛盾，當牧者在講壇上高唱捨己、看無自己（台語）的大愛之時，作為領受教訓的信徒心中可能受到激勵但卻也可能出現自責與愧疚，責問自己“為什麼我做不到？”

近年來因著一些因緣際會，對心理學及心理輔導的領域頗感興趣並有或多或少的涉獵，發現這是一塊對人有極度興趣的疆土，他們對人的研究可以有足夠的份量與神學領域對話並相互豐富，關於自愛這一個主題，是人本心理學最大的貢獻，無論是從 Maslow 的需求理論、Rogers 對人的絕對尊重亦或 Fromm 對人性的積極主動性之鼓舞，這三者都有共同的基礎，人必須愛己（self-love），因為每一個人都是有價值的，愛人包括愛己在內，於是，有一個問題要問，這樣的思想是否與基督教的教導背道而馳呢？而基督教的教導又可代表基督教本身嗎？基督教的教導是否有須平衡修正之處呢？同樣的，我們也有問題要問人本心理學，人本心理學的限制在哪裡？自我實現是否真為人最高的需求，除此之外，人果真再無他求？

於是我們樂於見到人本心理學的擴展—超個人心理學的出現，此一典範乃是延續人本的研究並修整了它的不足，在筆者的研究之中，將嘗試介紹這三個領域中有關人的愛己觀及人的追求，基待透過彼此的豐富能有新的思考產生，對於有愛自己這個念頭卻時感矛盾與罪惡感的基督徒也能提供一些不同角度的看法。

從研究動機的發生到蒐集資料、研讀資料的過程，筆者學習到一個寶貴的研究角度：典範(paradigm)，這個觀念是由科學史家 Thomas Kuhn 所提出，在李安德教授所著超個人心理學裡有更詳盡的介紹，典範規範出研究範圍並訂立方法論而使此一研究領域的人有一方向和指標，但典範是可以調整也須是適時調整的，因為典範是有限的並不代表一絕對真理，本文將介紹的人本心理學、超個人心理學及部份基督教傳統就是不同的幾個典範，如前所說，典範不應是固著的，應是彈性、可對話並且可修正的，而不論是人本心理學的擴展與修正或是基督教傳統的再詮釋都具有這樣的正面意義。