

法鼓文理學院生命教育
碩士學位學程碩士論文

臺灣佛教青年僧人生涯認同之初探

A Preliminary Study of Taiwan Buddhist Young
Clergy on Career Identity

指導教授：郭文正博士

研究生：劉澶枋撰

中華民國 112 年 7 月



法鼓文理學院

Dharma Drum Institute of Liberal Arts

法鼓文理學院碩博士論文授權書

中華民國110年10月13日110學年度第2次教研會議修正通過

中華民國112年05月03日111學年度第6次教研會議修正通過

- 立書人（即論文作者）：劉澶枋（以下稱本人）學號：M109225
- 授權標的：本人於法鼓文理學院（下稱學校）111學年度2學期人文社會學群學院生命教育碩士學位學程學系（學系、碩士學位學程）取得碩士學位論文/專業實務報告。

論文題目：臺灣佛教青年僧人生涯認同之初探

指導教授：郭文正

（下稱本著作，本著作並包含論文全部、摘要、目錄、圖檔、影音以及相關書面報告、技術報告或專業實務報告等，以下同）

緣依據學位授予法等相關法令，對於本著作及其電子檔，學校圖書館得依法進行保存等利用，而國家圖書館則得依法進行保存、以紙本或讀取設備於館內提供公眾閱覽等利用。此外，為促進學術研究及傳播，本人在此並進一步同意授權學校、國家圖書館、資料庫廠商等對本著作進行以下各點所定之利用：

一、對於學校之授權部分：

本人 同意 / 不同意（請勾選其一）授權學校，無償、不限期間與次數重製本著作並得為教育、科學及研究等非營利用途之利用，其包括得將本著作之電子檔收錄於數位資料庫，並透過自有或委託代管之伺服器、網路系統或網際網路向 學校校園內 校外位於全球使用之使用者（本點如前求勾選同意者，請勾選，並得複選）公開傳輸，以供該使用者為非營利目的之檢索、閱覽、下載及/或列印。

二、對於國家圖書館之授權部分：

本人 同意 / 不同意（請勾選其一）授權國家圖書館，無償、不限期間與次數重製本著作並得為教育、科學及研究等非營利用途之利用，其包括得將本著作之電子檔收錄於數位資料庫，並透過自有或委託代管之伺服器、網路系統或網際網路向館內及館外位於全球之使用者公開傳輸，以供使用者為非營利目的之檢索、閱覽、下載及/或列印。

三、對於資料庫廠商之授權部分：

本人 同意 / 不同意（請勾選其一）由學校將本著作有（無）償授權資料庫廠商（下稱該資料庫廠商或該廠商）進行以下範圍之利用：

（一）該資料庫廠商得將本著作重製收錄於其所建置營運之特定數位資料庫（下稱該資料庫），並透過網際網路向全球訂購該資料庫之使用者公開傳輸，以供該使用者為非營利目的之檢索、閱覽、下載及/或列印。

（二）該資料庫廠商不得再轉授權第三人將本著作重製收錄於其他資料庫或進行其他營利或非營利用。但於台灣以外之海外地區，該廠商得委託當地之代理商或經銷商代為處理當地使用者訂購該資料庫事宜。

（三）若該合作以有償方式進行，則資料庫廠商因本點授權利用本著作所取得之收益，應依該廠商與學校授權契約支付本人合理權利金，支付標準由學校為本人利益而全權與該廠商議定。本人同意，上開權利金（以下請勾選其一）：

由資料廠商批次轉與學校，作為校務發展基金。

應給付本人，並由該廠商直接通知本人領取，且聯絡資料倘有不全、錯誤或異動而未書面通知，導致權利金無法給付，或收到廠商通知未回覆者，於次年3月31日後，自動將此筆款項由資料廠商批次轉與學校，作為校務發展基金。

（四）本人保有隨時終止本點授權之權利，並於本人向學校辦理完成終止授權相關程序後，由學校通知該廠商將本著作自該廠商資料庫中刪除且不得再為其他形式之利用。但終止前已完成訂購之使用者，則視該使用者之訂購條件，由學校與廠商協商其提供及刪除時間。

四、本授權書第一點至第三點所定授權，均為非專屬且非獨家授權之約定，本人仍得自行或授權任何第三人利用本著作。

五、本授權書第一點至第三點所定授權對象，依各該點授權利用本著作時，均應尊重本人著作人格權及權利管理電子資訊等相關權利，不得以任何方式省略、增修或變更本人署名、本著作名稱、本著作內容及相關資料（包括本人原記載取得學位論文之學校全銜、書目等詮釋資料等）。第三點所定資料庫廠商亦應要求其代理商或經銷商遵守。

六、依本授權書第一點至第三點將本著作透過網際網路對外公開之時間(請勾選)：

於本授權書簽署日，均立即對外公開。

本人要求本著作應自民國__年__月__日起始得對外公開，故因本授權書第一點至第三點所定授權而發生得透過網際網路對校外、館外或對資料庫使用者之公開傳輸部分，亦應自該日起始生效力。

七、本授權書第一點至第三點分別所定各該授權對象，均應各自遵守其授權範圍及相關約定。如有違反，由該違反之行為人自行承擔一切法律責任。

八、本人擔保本著作為本人創作而無侵害他人著作權或其他權利。如有違反，本人願意自行承擔一切法律責任。

九、個資利用同意條款：本人同意，學校及國家圖書館為本授權書所定各授權事項目的範圍內（但勾選「不同意」者除外）得蒐集、處理及利用本人所提供之個人資料，學校並可將該等個人資料提供給包括國家圖書館及資料庫廠商在內之相關第三人在同一目的範圍內處理及利用。

簽名：



中華民國 112 年 8 月 28 日

法鼓文理學院生命教育碩士學位學程
研究生學位論文口試委員會審定書

111 學年度第 2 學期

研究生：劉澶枋

題 目：(中文) 臺灣佛教青年僧生涯認同之初探

(英文) A Preliminary Study of Taiwan Buddhist Young Clergy
on Career Identity

業經本委員會審議通過

學位論文口試委員會委員

✓ 鄭曉楓

✓ 莊明林

✓ 郭文正

指導教授

✓ 郭文正

學程主任

楊 蕊

中華民國 112 年 07 月 17 日

臺灣佛教青年僧人生涯認同之初探

摘要

本研究目的了解臺灣佛教青年僧人出家歷程及生涯認同之結果。以滾雪球抽樣邀請六位 20-35 歲且受具足戒滿三年之佛教僧人，並以半結構式深度訪談進行敘事研究，訪談資料以主題分析方式分析，研究結果如下：

一、臺灣佛教青年僧人出家歷程分為三階段

- (一) 生涯迷惘與探索階段：此階段為由俗轉僧的歷程之初期階段，細分為受「佛教感召」與「自我評估」。
- (二) 生涯嘗試與維持階段：正式成為佛教僧人會經歷身分衝擊、身分適應及身分維持三個歷程。
- (三) 生涯使命感發展階段：經身分體悟、身體力行，對佛教僧人身分產生使命感。

二、臺灣青年僧人生涯認同之歷程：

- (一) 出家因緣與定向探索：外在因緣包含重要他人與社會風氣；內在因緣包含自我反思與宗教信仰。
- (二) 身分連結與使命感：自我與僧人身分連結，即便遇到困難憑藉使命感而克服並跨越障礙。

最後為研究討論與研究限制，提出對於佛教青年僧人未來相關研究方向與建議。

關鍵字：生涯認同、佛教青年僧人

A Preliminary Study of Taiwan Buddhist Young Clergy on Career Identity

Abstract

The purpose of this study is to understand the career process and career identity of young Buddhist clergy in Taiwan. This study employs snowball sampling to recruit six Buddhist clergy interviewees aged between 20 and 35 years old, all of whom have been fully ordained for more than 3 years, and semi-structured in-depth interview was conducted to conduct narrative research. The interview data was analyzed by thematic analysis. The research results are as follows:

1. The journey of young Buddhist monks in Taiwan to become Buddhist clergy is divided into three stages.
 - (1) Career confusion and exploration stage: This stage is the initial stage of the process of turning from laypeople to Buddhist clergy, subdivided into "inspired by Buddhism" and "self-assessment".
 - (2) Career trial and maintenance stage: Officially becoming a Buddhist monk will experience three stages: identity impact, identity adaptation, and identity maintenance.
 - (3) The stage of development of a sense of mission in life: Through the realization of identity and practice, a sense of mission is developed for the identity of a Buddhist Buddhist clergy.
2. The course of career identity of young monks in Taiwan:
 - (1) Exploration of reasons for becoming a Buddhist clergy and career orientation: external factors include important others and social atmosphere; internal factors include self-reflection and religious beliefs.
 - (2) Identity connection and sense of mission: The self is connected with the Buddhist

clergy's identity, and even if difficulties are encountered, they can overcome and overcome obstacles with a sense of mission.

Finally, for research discussion and research limitations, the future research directions and suggestions for young Buddhist clergy are put forward.

Key Word: Career identity, Buddhist young clergy



謝誌

學位論文口試通過的瞬間，心想：終於要完成了！整體論文書寫過程中，首先最要感謝的是辛苦的指導教授文正老師。這一年來很感謝老師每次都願意挪出時間指導我的論文，願意逐字逐句檢視文章內容。

去年十一月份的 IRB 審查，可說是研究整個過程最讓我印象深刻的。起初進行 IRB 申請流程時，遇到學校與合作機構續約的問題，因此延宕了進度，這些過程指導老師用最快的速度協助我進行相關的行政流程，經歷百般波折，終於在今年二月收到了 IRB 審查通過的通知，開始進行我的研究。

書寫論文的過程碰上多次的瓶頸，也時常回想過去修課期間，老師時常提醒大家記得當初想要完成論文的那份出新初心，當我感到倦怠時，經常回想著當初做論文的動機是甚麼？也就是這樣保持自己的初心，蓋過放棄的想法，直到現在終於完成了，放下心中的石頭，在此要向老師致上最誠摯的感激。

再者，也非常感謝曉楓老師和國彬老師兩位口委老師，謝謝老師們給予我的論文珍貴的建議豐富了文章內容，謹致以最深的謝意，在此致上深深的謝意。

這一路上非常感謝身旁曾經幫助或關懷過我的人同學、室友、樓友以及論文討論小組，大家小小的關心，對我而言都是大大的鼓勵，有時會心想，這麼多人的協助和關懷我更應該要好好完成它，是我繼續向前的動力之一。另外，非常感謝願意參與研究的法師們，感謝有你們的參與，願意分享個人生命經驗讓本研究得以持續進行及完成。

最後，感謝爸媽在這一年讓我一心一意專心論文，默默從旁護持我直到論文結束，衷心感謝他們的付出。

目錄

摘要	i
Abstract.....	ii
謝誌	iv
目錄	v
表目次	vii
圖目次	viii
第一章 緒論	1
第一節 研究背景	1
第二節 研究動機、目的與問題	5
第三節 名詞解釋	7
第二章 文獻回顧	9
第一節 臺灣佛教青年僧人發展與相關研究	9
第二節 生涯歷程理論與生涯認同相關研究	14
第三章 研究方法	21
第一節 研究方法	21
第二節 研究對象與資料蒐集	23
第三節 資料分析	27
第四節 研究倫理	31
第四章 研究結果	33
第一節 受訪者生涯認同之歷程	33
第二節 受訪者共同主題	85
第五章 討論	97
第一節 研究討論	97

第二節 研究限制與建議	99
第三節 研究反思	100
參考資料	103
附錄（一）受試者同意書	109
附錄（二）受訪者口頭招募說明信	113
附錄（三）訪談大綱	114
附錄（四）研究倫理講習證明	115
附錄（五）原創性比對證明	116



法鼓文理學院
Dharma Drum Institute of Liberal Arts

表目次

表 3-2-1 受訪者基本資料表.....	25
表 3-2-2 受訪者訪談次數與總時數表.....	26
表 3-3-1 逐字稿中符號說明.....	27
表 3-4-2 歷程符號、編碼說明.....	28
表 3-5-3 摘要書寫範例表.....	29
表 3-6-4 初步編碼與主題產生示範表.....	30
表 3-7-5 主題合併表.....	30
表 4-2-1 青年僧人外在出家因緣彙整表（重要他人）.....	87
表 4-2-2 青年僧人外在出家因緣彙整表（社會風氣）.....	88
表 4-2-3 青年僧人內在出家因緣彙整表（自我反思）.....	89
表 4-2-4 青年僧人內在出家因緣彙整表（宗教信仰）.....	90
表 4-2-5 青年僧人身分連結表格.....	92

圖目次

圖 4-1-1 A 受訪者歷程圖	34
圖 4-1-2 B 受訪者歷程圖.....	43
圖 4-1-3 C 受訪者歷程圖.....	50
圖 4-1-4 D 受訪者歷程圖	59
圖 4-1-5 E 受訪者歷程圖.....	67
圖 4-1-6 F 受訪者歷程圖.....	76
圖 4-1-7 青年僧生涯認同三階段核心圖.....	82



法鼓文理學院
Dharma Drum Institute of Liberal Arts

第一章 緒論

本研究主題為臺灣佛教青年僧人生涯認同之初探，本章主要分為三小節，第一節介紹研究背景，第二節說明研究動機、目的與研究問題，第三節為名詞解釋。

第一節 研究背景

壹、青年生涯

臺灣過去二十年前，開始出現廣設大學院校，卻因數量過多產生激烈競爭，後期，學校為了生存趨向以廣招學生為目的，逐漸降低入學門檻，進而影響學生素質。臺灣目前青年受高等教育的普及率已達 54%，也說明了大學學歷不再稀有，過去高等教育的文憑是專業、知識的象徵，現在卻成為求職的基本門檻（韓栢希、劉祐呈，2023.06.17）。另外，青年現在面臨少子化的衝擊，當生育率下降，將會上升青年扶養老年比例，便加重青年生計負擔（陳自情，2005）。由此可知青年在生涯發展過程，除了面臨升學與就業兩大生涯轉捩點外，也面臨社會大環境的壓力。

青年是具有活力且勇於探索的人生階段，近年有關青年生涯研究多半為生涯規劃及生涯決定等問題，而生涯決定與生涯轉折，彼此間又具關連性。大學生正處於青年階段，李沂蓁、郭瓊灑（2015）表示人生的生涯發展歷程中，大學時期是重要發展階段，這時期正面臨生涯準備與生涯轉折。在王玉珍、吳麗琴（2009）研究中將影響大學生生涯抉擇因素分為外在及內在兩大類。外在環境因素包含家庭、同儕、師長、環境等因素；內在心理因素為自我認識、經驗、決定與策略等因素。因此青年若對自我有足夠認識與了解，則有助於產生正向認知與信念，對於未來生涯適應有正向的影響。然而生涯決定的過程也並非完全順利建立，當中亦會產生相對負面的逆境。吳淑禎（2018）研究指出青年在生涯逆境包含課業、家庭、人際、自我認同及親友離世等，生涯逆境對於青年生涯發展的建立必會發

生遲滯之影響，減緩建立生涯的時程。

綜上所述，可知青年透過事物的探索，累積經驗建立技能，在生涯中達到對生涯抉擇的取向。另一方面在面臨生涯抉擇的同時受內在、外在因素左右，當生涯抉擇受影響而搖擺不定，即產生生涯未定向的現象。生涯未定向係指自我與未來生涯未能認同或感到迷茫之生涯狀態。有關大學生生涯未定向的現象從 2006 年到 2011 年大學生生涯未定向之情形有逐漸升高的趨勢（李沂蓁、郭瓊灑，2015），造成在教育或職場上有認同的困難，且無能力為自我生涯做選擇。也就是說有部分青年在此階段對於生涯產生猶豫，無法經由探索階段進而建立生涯抉擇。

貳、青年僧人與教育

「僧人」即是佛教俗稱的出家人、和尚、比丘、比丘尼等都是對佛教出家眾的稱謂。所謂「僧」又稱為「僧伽」有群眾的意思，因此又可以代表整個「僧團」（佛光文化，1999）。呂凱文（2005）指出僧人的概念源自於印度沙門傳統梵文稱「Samgha」，係指因宗教信仰而離開世俗的家庭環境，不從事經濟活動維持生計，當時以乞食維生。黃瓊慧（2018）指出經過多次的時代變遷，順應不同風俗民情，演變至現代社會的佛教僧人在物質資源方面，是透過信眾布施與供養，常住於寺院而無須乞食維生。

另外，從外觀上判斷，佛教僧人最主要的特徵就是「剃度落髮」、「穿著僧服」。對僧人而言落髮剃度是重要儀式，剃除頂上三千煩惱絲，代表這個人正式成為僧人，開始過出家生活。除了外貌的表徵，僧人內在的修持更為重要，僧人生活受戒律約束，而為僧人所持守。僧人所持的戒條包含出家與在家的戒律，在家居士則無法修持出家戒律，也就是說僧人持守圓滿戒律，在佛教中是重要且不可或缺的存在（釋聖嚴，2020）。

隨著時代的進步，臺灣在教育青年僧人方面也隨之升級，佛法要興盛，需培育大批優秀的人才。釋聖嚴（1980）提到光復後的臺灣出現青年僧人素質與佛學

院師資水平參差不齊的現象，因此佛學院無法達到培育人才的效果。而現今青年僧人在佛學教育方面選擇多元且豐富，有佛學院類型與正規教育體制下的佛教教育等多重選擇管道。黃素霞（2008）研究提到國內佛學院是到解行並重的教育環境，佛學專業化導向的課程內容；鄧偉仁（2020）指出正規教育體制下佛教教育中的「佛教學」受過去歐美實證主義影響，研究趨向文獻學與義理研究。

參、僧人生活與志業發展

時代演進與不同文化的洗禮，佛教僧人始終不變的是僧人應守佛教戒律，及僧人應有的行儀，也就是說僧人必須在行、住、坐、臥中維持嚴肅且莊重（香光莊嚴雜誌編輯組，1994）。僧人的生活起居有著既定的流程及規範，經過時代變遷及社會文化影響，至今臺灣僧眾也有著固定的日程安排。賴若瑤（2020）研究中提到臺灣寺廟起板時間落在清晨三、四點左右，接著進行約一個小時的早課，早課結束後接續進行簡單的坡務，朱子之家格言中所提到的「黎明即起，灑掃庭除，要內外整潔」；到了早上六點打板用早齋；早齋結束至十一點半午齋之間的時間為寺院出坡、共修、自修時段或是寺院另有安排其他事宜；下午時段為寺院共修、自修時間四、五點開始晚課後並完成寺院事務即可盥洗、自修、休息九點左右就寢，僧人日常流程會隨到場差異有所改變。

透過僧人生活作息中發現出家人須以僧團為主，「自我」置於團體之後。目前臺灣佛教道場規模，釋自行（2013）以道場人數將到場規模分為四類：大型僧團僧眾，人數達 300 以上，中型僧團僧眾人數約 100 至 300 人左右，小型僧團僧眾人數為 100 以下，第四類獨住型道場人數不超過三人。另外，透過近期研究中發現越來越多研究關注獨住型的道場特殊生態（釋慧燈，2013；楊彩苓，2018），此現象也說明獨住型的道場有增加的趨勢。

僧人身分與一般大眾差異在於，僧人背負了宗教神職人員或宗教師的角色，自身修行外，兼具引導信眾修學佛法，提高信眾人格，帶領信眾透過修行了脫生

死輪迴。釋聖嚴（2005）提到出家後把自己奉獻給三寶及眾生，並擔起讓佛法常住的角色。根據內政部（2022）資料統計佛教建立 6 所醫療機構，17 所文教機構及 54 所公益慈善事業，佛教於社會服務公益領域皆有成立相關機構，由此可見上述公益機構也是青年僧人於志業發展弘揚佛法的管道。

肆、小結

經由蒐集研究背景資料發現，國內青年生涯抉擇過程中面臨少子化所衍生的問題以及升學與就業的兩大生涯轉折，在生涯未定向與未認同的比例升高的趨勢。

出家為僧是特殊的生涯選擇，僧人的生活型態持戒修行，不求功、不求名、不求權、不求利，在現今的功利主義下是一股清流的存在。優秀僧才的養成，教育是重要元素，目前國內以佛學院類型與正規教育體制下的佛教教育為兩大培育僧才的管道。最終，僧人生命奉獻給佛教，朝度化眾生為生涯發展方向。



法鼓文理學院
Dharma Drum Institute of Liberal Arts

第二節 研究動機、目的與問題

壹、研究動機

臺灣全國總人口數為 23,373,283 人，總人口數青年人口比例 20.6%，其中性別比男性占 10.6%，女性則是 9.9%。足見總人口數的五分之一是青年（內政部戶政司，2023）。青年是國家的棟樑，是社會的中堅，對國家與社會安定都有舉足輕重的影響。社會安定的保障，除了宗教具有一定的功能，青年佔著重要角色，而青年僧人更身兼兩者因素並存的身分。

經研究背景得知僧人是神職人員的角色，例如：神父、修女、牧師等，執行宗教儀式、實踐信仰教義以及給予安心人心的力量。而佛教僧人的專業屬性不屬於任何一項職業，不須依賴實際生產及經濟活動維持生計，全靠信眾給予奉獻或供養，所做的也皆為了大眾利益而非自我，是受人尊敬的。

研究者成長歷程與佛教息息相關，分別在國小、高中甚至大學與研究所皆就讀佛教團體所創辦的學校，研究者對於佛教並不陌生。從小至今，大人們總認為從小接觸佛教，是具佛緣及善根，經常隨口就問要不要出家，研究者始終受出家問題所困擾。到了大學二年級那年寒假，在母親的半推半就下參加為期兩周的出家體驗營，過程中深入體驗僧人生活，模擬受戒、穿上菩薩衣的那一刻，開啟了「類出家」的日常。從早到晚不離佛教作息，不論是早、晚課、梵唄誦經、禪修打坐、生活儀軌教授等課程，就研究者而言那是充滿紀律、約束的生活體驗，過程中時常想著正值二十出頭，俗世生活還有很多等著我去體驗。從未想過捨棄俗世生活的我，在營隊每天的日子裡都由衷的佩服願意出家的人，願意過上清淨且受宗教戒律束縛的生活。

經歷短期出家的體驗後，對於僧人生活有更進一步的體驗和了解，也因此對於身旁擁有僧人身分的同儕倍感尊重，也因此研究者便開始思考著為什麼會有人想選擇出家？出家前後經歷了甚麼過程？與研究者年紀相仿的青年選擇出家後，

對於出家生活與生涯認同為何？目前國內尚無佛教青年僧人人口相關數據，近年來由於國內探討青年僧人生涯相關議題極少，由此可見目前未有針對青年僧人進行生涯議題的探索。

有部分青年選擇投入佛法的弘傳，成為佛教僧人，由此看出青年僧人呈現生涯定向，但未必對僧人生涯產生認同，因此本研究希望透過事件描述得知青年僧人生涯概況，除此之外，以宗教傳承角度來說，不論是政治或文化因素，青年神職人員或傳道者皆扮演著接續宗教發展之使命，在傳承上是相當重要的角色。基於前述動機，希望可以透過本研究對臺灣佛教青年僧人能有更多認識與了解，探究青年僧人出家經歷，以及了解青年僧人生涯認同。

貳、研究目的

- 一、了解臺灣佛教青年僧人出家歷程
- 二、探討臺灣佛教青年僧人生涯認同之歷程

參、研究問題

- 一、了解臺灣佛教青年僧人出家歷程為何？
- 二、探究臺灣佛教青年僧人生涯認同之形塑歷程為何？

第三節 名詞解釋

一、佛教青年僧人

本研究之青年僧人定義為生於臺灣，目前年齡介於 20 歲至 35 之間，受具足戒滿三年之比丘及比丘尼，且目前仍為佛教僧人者。

二、生涯認同

根據 Super 生涯發展理論中生涯解釋為生活，在生命階段中皆有著個別的生涯發展任務，隨著時間、場域的變動衍生不同的生涯角色 (Super et al., 1966)，對僧人生涯而言符合生活即是生涯的概念。因此本研究視生涯認同為自我認同之一部份，以僧人所從事之佛教活動及生活為背景，自我為主體，個體透過僧人生活，了解佛教信仰、僧人職責與自我的關係，從中建構之生涯認同。



法鼓文理學院
Dharma Drum Institute of Liberal Arts

第二章 文獻回顧

本章首先，說明臺灣佛教青年僧人發展與相關研究，第二節說明生涯認同及相關理論。

第一節 臺灣佛教青年僧人發展與相關研究

由於臺灣佛教青年僧人在生活中為佛教神職人員的專業角色，在釋悟因（2017）文章中提到選擇出家為僧必須肩負宗教傳承的使命，也就是說僧人應對佛教、佛法及戒律等佛教專業領域有所掌握，並且使佛教能流傳於世。

以下根據目前有關臺灣佛教青年僧人生涯歷程相關研究進行探討，並區分青年僧人自我探索、青年僧人宗教實踐以及青年僧人與僧伽教育三大項分別說明。

壹、青年僧人自我探索

陳佩鈺（2004）研究結果提到：多數僧人隨著時間的流轉，對生命價值是由困惑、省思、找到依歸、實踐等自我轉化歷程，逐漸找到自己生命的立足點。因此不同人生階段隨時間、社會環境及人生經歷產生不同的領悟與轉變。青年時期的僧人在選擇就學或就業的過程，選擇了出家也是經過多方探索所建立的生涯取向。

從聖巖（2005）在書中談到過去自己出家經歷，以當時的時空背景，因家庭貧困無法繼續供他就學，在母親不經意的提到要他去寺院當和尚時，卻成為他出家的因緣。另外，蔡淑貞（2010）以訪談法針對臺灣某寺院僧尼探究其出家原因，發現：一、在傳統客家以父權至上的環境，女性因受家庭給予不公平待遇。二、在婚姻方面因其為女性身分而無法自主。三、選擇出家成為扭轉命運的方式和選擇。由此看出年長的僧尼過去藉由出家為僧開啟人生自主的起源，且能為佛教付出奉獻，比起過往家務的勞動更具有意義，這也是出家為僧持續的動力。因此出家原由會因不同的時空背景及文化傳統，出現不同出家議題。周麗玲（2010）對

於佛教法師出家時經歷親人態度的因應與適應，研究結果顯示佛教僧人出家過程因接觸佛教產生心靈狀態轉變，因而產生生命意義追求、對宗教產生信心等出家動機。

臺灣青年接觸佛教途徑，除了家庭因素外，大專院校社團也是其中之一，佛教團體推動大專青年學佛，最早成立佛學研習相關社團是 1960 年 4 月 8 日在國立臺灣大學成立的「晨曦學社」。同年師大、中興大學及台北工專也相繼成立佛學相關社團（陳清香，2022）。根據釋光持（2020）指出臺灣大專院校，擁有佛學社團數量曾有兩波的成長期，分別為 1961 年至 1991 年以及 2002 年至 2016 年。學生之所以選擇佛教類宗教社團的原因概為：除了接受佛法薰陶從社團中得到歸屬感外，部分是自身對於禪修感興趣因而欲深入了解而加入，甚至因此而改變信仰等，也有人因大學社團接觸佛教，因而邁向出家為僧的路。佛學社團在大學階段成為青年自我對於宗教探索的途徑，透過相應的方式找到與佛教之間的連結。

貳、青年僧人宗教實踐

佛教僧人生活以宗教實踐為使命，其中在廖淑珍（2002）當代臺灣佛教的陀觀及其宗教實踐論文中，將宗教實踐分為「具象」與「非具象」兩大形式，其中具象形式係以具象形式表達複雜的精神層面例如：寺院外在建築形式、佛像供奉、殿堂擺設與陳列及佛教藝術；非具象形式概指內在修持所呈現的內與外的表徵，包含內修（宗教禮儀、儀式、僧人日常定課等）、外弘（弘揚佛法以信眾為主或是其他滿足信眾需求），由此可知佛教僧人在宗教實踐方面有不同形式的表現。近代在臺灣佛教發展方面，藍吉富（2012）研究表示目前臺灣的佛教發展出入世性的佛教特色，透過關懷社會及眾生漸漸成為主要向外弘化的任務，推行「人間佛教」的實踐。所謂入世性，透過走出寺院以多種實際行動直接與社會或大眾進行交流或互動，甚至是實質的救助及關懷。

宗教素養中所謂內修、外弘即是秉持大乘菩薩道「上求佛法，下化眾生」的

信念（黃運喜，2016），其中概可分為三個部分：佛法修持、志業化發展及佛學研究。僧人獨特之處在於戒律的修持遠比在家眾圓滿，僧人根據佛教教理，個體自我修持，不涉及對外的弘法，其中包含對於佛教教理、教義的修學（釋自行，2013）。修行對僧人而言是生活的一環，藉由修持佛法得到身心靈的清淨，主要修行內涵以「戒、定、慧」三學為核心。所謂「戒」，釋聖嚴（2015）指出「修行生活，離不開戒律」。由於佛教主張只要是人都會有「貪、嗔、癡」，藉由持戒可讓人維持清淨的生活，擁有清淨生活才足以得到禪定的功夫，有了深「定」之中便能產生超人的智慧，擁有智慧便能減少不必要的身心靈的煩惱，這也是佛教主要依靠這些方法達到解脫。

近幾年由於僧眾知識水平有升高趨勢，僧人主要依從的「戒律」也因此注入新的解釋及觀點。謝莘莘（2005）探討當代臺灣佛教僧尼的戒律觀及其生活實踐論文中指出對於比丘尼必須比丘遵守「八敬法」一事提出質疑，認為現代性別平等意識抬頭，「八敬法」於現今社會中不合時宜，雖然此事頗具爭議，但由此看出時代變遷越來越講求平等，僧眾知識水平提升勇於為自我權益發聲的現象。由此可知，現在青年佛教僧人所遵循的戒律、修持方式等宗教實踐，是隨時代變遷的產物。

佛教所為「轉法輪」意思是當社會大眾在佛法方面受益後，便推廣佛法讓佛法在世間長存，進而衍生向外弘化的使命。僧人有著延續佛陀的正法在世上流傳任務，釋悟因（2017）提到僧人代表著佛教，而應負起佛法常住在世、法輪常轉的責任及使命。

釋演皓（2019）在靈性照顧與內在轉化之整合論述中，以自我敘說方式回顧過去與現在生命中的歷程轉折，藉由宗教修行、轉換，正視自我核心問題，接納自我與僧人內修、外弘同等重要。因此僧人角色經歷會影響其內在轉化及整合外，宗教實踐能幫助青年僧人以宗教方式化解個人問題。當僧人以社會我的角度看僧人角色產生認同時，會注重己身的修行並以利益眾生為主（陳佩鈺，2004）。佛

法實踐係指持戒修身、禪定修習、智慧修學。其次，志業化發展係指經略佛教專業領域，例如：具弘法專業稱為法師、善於修禪稱為禪師、善於持戒稱律師，又或是現代社會中佛教領域的宗教師等。另外，現今佛教在高等教育的學術殿堂，以更多元取向研究佛教，除了佛經、義理上的專研，更經由不同學科領域研究佛教並進行思辨，例如：哲學、歷史、文學、社會學等方式探討佛教，認識佛教學的豐富性、複雜性以及多元的價值（鄧偉仁，2020）。佛教僧人除了本身佛教領域專精項目外，亦可在學術領域努力鑽研也是另一種佛教實踐的樣態。

參、青年僧人與僧伽教育

僧人與一般大眾在生活方面有著截然不同的作息及人生目標，具有濃厚的宗教色彩，身分亦貫串僧人的一生。僧人透過佛教僧伽教育的學習及探索，確立成為一位僧人。僧伽教育強化僧人的佛教專業知識並提升僧人內修、外弘的素質與涵養。目前僧伽教育可分為兩大項目，分別為：佛學院教育以及佛教高等教育。

所謂佛學院教育主要是人生活日常行儀的培養、僧人所需遵守之常規以及佛教教理教義的認識。青年僧人也經常由佛學院教育的磨練，找到對治自我身心煩惱的方式。其次，佛教高等教育是透過不同學科領域了解佛教，佛教脫離不了實踐，但思辨也是重要的一環，所謂聞、思、修透過研究佛學達到思辨的效果，進而達到解行並重。透過下列文獻能發現僧眾教育的重要性，學忍（1992）表示佛教所需要的是良好的僧才，除了佛教教理的理解外，也必須擁有良好的修行，皆須透過僧伽教育培養及養成。

近年來國內對於僧伽教育越來越重視，嚴曉竺（2018）有關佛光山僧伽教育論文中提到，過去民國初期因社會動盪，佛教政治及外來宗教因素影響生存，以及當時僧人水平不一，星雲大師為了延續佛教傳承創建健全的佛學院，也希望能夠吸引青年加入。法鼓文化編輯部（2019）提到法鼓山創辦人聖嚴法師也曾提出「今天不辦教育，佛教就沒有明天」，他提出將教育分為兩大方向，分為一般教

育及僧伽教育，其中希望以宗教師的精神，培育出佛學及禪學兩大漢傳佛教精神的僧眾，由此可見，僧伽教育的重要性與多元性。

目前臺灣僧伽教育發展，在釋自衍（2013）臺灣佛教比丘尼教育發展研究中指出，比丘尼受教育管道與依止的團體規模有很大關係。換而言之，僧人的學習管道與道場規模有關，透過道場規模得知內修、外弘發展與道場規模之關係。以下以釋自衍（2013）所定義之寺院規模大、中、小及獨住道場做為說明：

- （一）中、大型僧團：此類型道場對僧眾內修、外弘方面具有統一且完善的安排、分配，僧眾學習是具有群體性及有制度的。
- （二）小型僧團：此類僧團會因師長理念、團體發展方向及人數多寡在做法上有相當的差異。
- （三）獨住型道場：由此可見此類道場較為自由，僧眾可依個人能力、擅長領域多元發展。

肆、小結

綜上所述為臺灣僧人發展現況與相關研究，文獻回顧發現近期僧人相關研究多半為探討出家原因、身分實踐與自我轉化的內心歷程等，而有關宗教實踐方面以探討大環境之佛教現況為主，極少探討國內青年僧人生涯相關議題，因此本研究試以臺灣佛教青年僧人為研究對象，探究出家與生涯認同之歷程。

第二節 生涯歷程理論與生涯認同相關研究

本節分為三個段落說明，首先介紹生涯發展歷程，以文獻回顧方式說明不同理論對生涯發展歷程的解釋，以及回顧青年相關生涯研究。接著，介紹生涯認同理論並探討相關研究。

壹、生涯發展

一、生涯發展歷程

「生涯」一詞在英文為 **career**，在中文翻譯為生涯，其實隱含職業和工作方面的意涵。金樹人（1997）表示生涯字義在中國文化中也有著「志業」、「命運」甚至有「生計」之義，但也並未全然相等。

Super 提出生涯發展論，則對生涯提出另一種觀點，「生涯」表示人在生命中會擔任不同身分角色，也就是生活即生涯的概念（Super, 1980）。不同社會環境產生的不同階段的生涯角色，例如：兒童、學生、公民、工作者、父母等。生涯發展階段理論中，生涯指的是依據不同年齡階段，會有不同的發展重點，Super 並將生涯歷程中的發展任務分為五個時期，以下分別說明：

- （一）成長期（**Growth**）：14 歲前，人逐漸建立了自我概念、意見、需求以及對基礎概念工作。
- （二）探索期（**Exploration**）：15 至 24 歲，透過嘗試多方嘗試，例如，學校、職場、生活經驗和興趣中找到生涯發展方向。
- （三）建立期（**Establishment**）：25 至 44 歲，個體經由經驗的累積，逐漸建立穩固的生涯。
- （四）維持期（**Maintenance**）：45 至 64 歲，持續調整維持生涯。
- （五）衰退期（**Decline**）：65 歲以後，在工作方面逐漸失去工作條件，進入退休的狀態。

以上得知生涯係依據位居於不同年齡、處境所擁有的不同角色，個體也因此

發展出具有差異之生涯型態。

在生涯發展中需歷經生涯認知、探索、準備以及選擇，最後接著投入工作或從事一生的事業（金樹人，1997），生涯發展是隨著社會環境改變而跟著變異。生涯認知是對生涯有關照和覺知，Gysbers & Moore（1975）定義生涯意識可以使個體與周遭環境事物產生連結，發展出生活能力以及生活態度與價值，也就是說具備生涯意識對於自我及外在環境具有敏銳的覺察，擁有生涯意識同時可以進行探索，延續到未來甚至發展成使命感或挫折，而這兩者皆可能出現不同面向的生涯（Gysbers, Heppner, Johnston, 2020）。

二、生涯歷程相關研究

國內近十年有關青年生涯發展相關研究，首先，有關生涯發展歷程因素研究，洪嘉偉（2013）用統計方式進行教育系大學生生涯發展與生涯阻隔之研究，其結果發現有無工作經驗，對於教育系學生生涯發展有明顯的影響，也就是說青年擁有職場實習經驗是有助於往後的生涯發展。楊育儀（2017）在生涯認同發展理論之探討中指出，生涯認同的形成與內在個體的特性與外在個體所身處環境脈絡有關。臺灣處於華人社會文化脈絡下，因此父母時常視子女為自己的一部份，而出現父母時常以自己的角度出發，要求子女順從的現象。何維哲（2022）研究中提到，青年選擇填寫大學自願與父母意願相違背時，父母時常強迫子女接受，也就此引發親子衝突的發生。由此得知青年在生涯決定的過程父母是介入干擾的因素外，職場或實習經驗也是影響青年生涯發展之因素。

張寧軒（2023）研究中提到專業居家護理師在生涯中，當處於新手護理人員時屬於職業探索階段。由於安寧居家護理師的職業環境，必須面對臨床個案人生最後歷程，因身心感受方面會接受到較為灰暗的能量，而成為專業安寧居家護理師過程，透過反思生涯歷程，卻能找到職業角色意義與價值。其結論生涯認同是透過自我概念與職業角色定位所產生。姜凱心、李建興（2016）研究表示在運動

員生涯中，面臨同時多重角色困擾，因經歷探索過程且建立未來目標，得以化解角色衝突的危機，且在生涯發展中活出意義。

貳、生涯認同相關理論

一、生涯認同理論

London (1983) 提出生涯動機論，生涯動機是指引發或持續之個體進行生涯規劃、行為或生涯決定的動力。該理論包含三大向度，分別為：一、生涯認同。二、生涯洞察。三、生涯韌性。其中，生涯認同是指在工作參與程度以及向上升遷的積極度。生涯動機論的生涯認同係以職場、工作環境為主要模型所建構之生涯理論，也就是說在工作領域的投入、職場定位及對組織的認同皆包含在生涯認同。國內學者提出生涯動機論運用於增強員工對工作認同，便以提升公司人力資源品質（楊育儀，2017）。許雁婷（2017）指出生涯認同的表現會令個體沉浸在生涯領域的工作和組織中，過程中會設定目標，努力工作並提升技術至對生涯領域感到有成就感。簡而言之，生涯動機論中，透過個體對於工作的積極參與以及向上升遷的動力能得出生涯認同的程度。

Savickas (2011) 提出生涯建構論是從文化脈絡觀點來看生涯，建構的過程是透過個體主動建構而成，而自我的建立是因個人經驗與人際互動歷程而產生，而生涯建構過程會有故事的產生，也就是說透過個體自我敘說中達到生涯建構的作用。蕭志賢（2016）認為生涯認同是個體經另探索生涯過程所產生，並透過敘說歷程認定工作中的自我，透過敘說歷程的方式形成生涯認同。生涯建構是以個體探索生涯過程，透過詮釋自我歷程的方式建構生涯，經由過去的經驗、當前發展以及未來期許三大主軸找出生命主題（Savickas, 2011），進而建立生涯認同。

Erikson (1968) 提出人生須經歷八大階段任務：一、信任與不信任。二、自主獨立與羞怯。三、主動與內疚。四、勤奮與自卑。五、認同與角色混亂。六、親密與孤獨。七、成長與停滯。八、完美與絕望。與生涯認同相關的階段任務為

第五階段「認同與角色混亂」。所謂認同是由經驗內化及排拒後形成之一致的認同感受。「認同與角色混淆」此階段首要任務為建立自我認同，了解自己、了解人生的意義與方向；相反的若於此階段任務產生混淆，便造成相反之結果。認同階段任務確立的形成是為了未來建立關係做準備，認同是經由不同社會角色探索，逐漸對於自我有充分的了解，包含嗜好及處事動機等，根據對自我狀況的了解，進而建立目標及追尋自我。

二、國內生涯相關研究

目前國內對於生涯認同的相關研究仍以職業取向為主要討論方向，李宛玲（2008）以生涯動機論的角度探討員工自我認同與工作績效間之關係，以問卷統計方式得知，自我認同、角色認同及組織認同度越高時，工作的績效也隨之提升，也就是說員工對於自我掌握、認同及對公司組織的認同度越高，工作績效相對提升。因此，企業若要提升營運動能，員工選材方面可透過員工對於自我角色認同、組織認同面向著手進行篩選，或是增強員工自我認同或組織認同的能力（楊育儀，2017）。另外，李晉豪（2012）指出當員工價值觀符合企業期望時，有效提高組織認同及專業認同，也就是說價值觀與工作或企業所期望契合時，在專業領域中具有認同的作用，同時具備驅使員工主動工作的動力。

林雨德（2018）在有關運動員認同與主動生涯行為研究中指出，對於運動員身分認同高者，能主動且積極規劃生涯及展現技能，運動員生涯認同低者則相反。也就是說，當運動員自我認同為運動員身分時，會積極表現於運動領域。吳佩穎（2018）研究正式與代理教師之組織承諾與幸福感，探討生涯認同與角色困擾表示，由於代理教師的薪資待遇與工作內容存在很大的不確定性，因此身為代理老師對於自我身分定位模糊，進而影響工作意願。

由上述研究可看出當個體對自我身分認同，也就是生涯認同時，於專業領域中會出現積極的表現，相反的，當對於身分角色產生認同困擾者，則會影響工作

意願，降低工作效率。

三、青年與生涯認同相關研究

林繼偉等（2007）探討青年的生命實踐與自我認同當中提到，青年階段自我認同與價值觀的實現，可以透過職業的認知、試探、選擇、適應、發展而漸漸成熟，藉以達到自我認同以及趨近成熟的自我實現。其中在認知、試探與選擇為生涯建立階段；適應及發展為生涯穩固階段，原生家庭所灌輸的文化觀念、生命經歷、競爭以及韌性等因素，皆影響建立與穩固階段。許雁婷（2017）以大學生透過組裝樂高個案研究的方式，將生涯認同透過作品的投射及重組，經由對作品描述的方式作為分析大學生對於生涯認同之情形，透過建構及生涯故事描述生涯認同，研究中分為六個主題：一、故事探索。二、衝突的抉擇。三、環境氛圍。四、名聲威望。五、積極進取。六、承諾反思，藉此釐清生涯面對抉擇危機時應賦予何種行動表現及清楚生涯認同。父母所傳遞給子女的觀念或是期望，對於青年而言皆影響對於「認同」價值的看法，例如：要「出人頭地」才有前途，或是面子因素等等。這些觀念所涉略的範圍廣至整體的社會環境，小至自我認同與自我評價，也就是說青年在建立生涯認同時，有絕大部分受原生家庭給予的價值觀念所影響。

參、小結

經文獻回顧得知文化脈絡、年齡、家庭、生活經驗等這些皆是影響個體生涯發展的因素。有關生涯認同理論，不同理論基礎有不同的觀點，不同學者對於認同的解釋亦不盡相同。以生涯動機論為出發之生涯認同，偏向對於工作事務的投入程度或積極進取程度為衡量。生涯建構論則是經由個人經歷發展所建構的生涯認同，較屬於個體透過生涯或工作歷程中經由敘說方式而理出之認同結果。本研究以 Super 生涯發展理論為生涯之基礎，並以 Erikson 認同的解釋探討本研究之生涯認同。經過文獻回顧發現多數研究皆以統計分析方式，對於認同歷程未有詳細

說明，因此本研究將以質性研究方式進一步了解認同歷程。



第三章 研究方法

本章節共分為五小節，第一節研究方法；第二節為研究對象與資料蒐集；第三節為資料分析方法；第四節研究倫理，以下詳細說明小節內容。

第一節 研究方法

壹、選擇質性研究說明

林秀雲（2016）指出社會科學研究主要透過探索、描述及解釋，達到對社會現象的釐清、聚焦並賦予意義。另外，紐文英（2021）指出質性研究（qualitative research）是非線性、循環、動態與開放，以非數字的方式呈現，研究以描述、詮釋為主，研究結果採開放的態度，不預設立研究假設，且提供現象解釋及描述，為質性研究優點，頗具特殊性與價值性，適合深入與詳細說明研究現象。

質性研究中的敘事研究，紐文英（2020）提到敘事研究是以過去或過去到現在為主要研究焦點，個體生活環境與生命歷程都不盡相同，在生涯認同及體認亦有所差異。本研究以受訪者生命經驗或生活背景為研究素材，透過時間順序了解脈絡及關聯性方式展現受訪者生命經驗歷程，並探討其中意義。因此，研究者透過個體對於生涯認同描述以及實際現象，建立青年僧人對於僧人身分之生涯認同情形。研究者選擇敘事方式進一步探討研究主題。

貳、半結構式深度訪談

深度訪談方式可分為結構、半結構與非結構，所謂半結構是訪談，介於結構與非結構之間，本研究採半結構式深度訪談法蒐集資料，所謂半結構式訪談，研究者以具目的性方式向受訪者進行訪談提問，訪談期間可不須依循訪談大綱順序進行，視當下情境另延伸相關問題。

深度訪談的目的，范麗娟（1994）談到深度訪談為達到了解受訪者的主觀經

驗，為能深入瞭解研究對象的個體情境脈絡、觀點和態度，並詳述研究對象個人生涯認同之歷程。本研究探討臺灣佛教青年出家僧人於自我生涯重新反思，在生涯認同方面，透過回顧出家因緣及出家後僧人生涯歷程，釐清僧人自我與身分之間關係，進而瞭解生涯認同之情形。本研究以半結構式深度訪談法蒐集資料，獲得個人生涯經歷與歷程資料，依半結構式訪談大綱進行訪談程序。



第二節 研究對象與資料蒐集

壹、研究對象

本研究對象為臺灣青年僧人，青年僧人界定以年齡介於 20 至 35 歲間之比丘與比丘尼，已受具足戒屆滿三年者，且目前仍具僧人身分者，並願意接受訪談者。

貳、取樣方式

本研究受訪者族群特殊，因此本研究以滾雪球抽樣，透過已加入研究之參與者，推薦其他人參與（Patton,1990）。質性研究取樣管道係以直接和潛在參與者接觸、公開招募與透過引介者介紹或推薦（紐文英，2021）。本研究直接與參與者接觸，及透過他人引介兩種方式進行取樣。

參、資料蒐集

本研究資料蒐集以半結構式深度訪談法蒐集所需之資料，研究者擬訂訪談大綱並進行訪談，分別說明如下：

一、擬定訪談大綱

研究者依據重要研究主題，蒐集、整理相關文獻後擬定訪談大綱，其內容主要為僧人生涯歷程與認同。透過受訪者以回溯過往，描述出家來龍去脈以及出家前後生活差異之經驗，分享特殊多元的人生經歷以及自我統整後之生涯近況。研究者依據研究目的設計相關訪談大綱（如附錄三），主要內容分為四大部分，概述如下：

第一部分：基本資料包含年齡、性別、工作經驗、家庭狀況、學歷、寺院規模、出家年資等。由基本資料作為初步的歸類。

第二部分：出家動機，透過最初接觸佛教時對於佛教的認識以及僧人身分了解等因素後衍生決定選擇出家契機，對於自我身分轉換過程中想法為何？作為生涯認同的最初階段。

第三部分：僧人身分的建立與轉換過程，主要探討受訪者經由身分轉換，生活改變以及心態調適之歷程。

第四部分：了解受訪者對於僧人生涯有無規劃，探討受訪者對於僧人生涯有無目標設定。由此階段過程可看出受訪者對僧人生活與未來願景。

二、進行訪談

(一) 研究工具

1. 研究者

本研究過程是透過訪談方式進行資料蒐集，研究者本身為最主要之研究工具，同時為參與者、訪談者、謄稿者及資料分析者。因研究者本身，可能對於研究主題有主觀認知，為免除該疑慮，也將透過文獻回顧，蒐集多方資料避免研究者之前見影響研究，訪談階段研究者將盡量不影響受訪者的應答。

2. 邀請方式

本研究對象鎖定於臺灣佛教青年僧人，並以立意抽樣滾雪球方式招募，所謂滾雪球係透過受訪者提供或介紹其他潛在受訪者，多次反覆進行達到需求樣本數（林進田，1993）。因此，本次經研究者聚焦於 20 至 35 歲之青年僧人，自行尋找或透過他人引介，以電子郵件或親自邀請適合且有意願之受訪者加入口頭介紹說明，如附錄二。

3. 研究參與者

本研究資料蒐集時間，從 112 年 02 月至 112 年 04 月止，邀請共 6 位受訪者參與研究，為避免受訪者處於讓人易辨識之風險，本研究將採代號代替受訪者姓名，年齡以採區間方式以落實，去識別化呈現受訪者資料。

以下分別以受訪者代號呈現受訪者年齡、性別、戒臘、寺院規模以及現況等（表 3-2-1）。受訪者基本資料表與受訪訊息，以及受訪者之訪談次數表（表 3-2-

2) 依序說明如下：

- (1) A 受訪者年齡介於 20 至 25 歲之比丘，受具足戒滿 6 年，寺院人數 4 到 6 人之間，目前就讀研究所在學中，進行兩次訪談，共 105 分鐘。
- (2) B 受訪者年齡介於 25 至 30 歲之比丘，受具足戒滿 5 年，依止寺院人數 5、6 人左右，目前就讀研究所在學中，進行兩次訪談，共 118 分鐘。
- (3) C 受訪者年齡介於 25 至 30 歲比丘，受具足戒滿 6 年，依止道場人數為 8 至 10 人，目前會到各地道場參學，進行兩次訪談，共 134 分鐘。
- (4) D 受訪者年齡介於 25 至 30 歲之比丘尼，受具足戒滿 8 年，寺院僧眾人數 20 人左右，目前就讀研究所在學中，進行兩次訪談，共 103 分鐘。
- (5) E 受訪者年齡介於 30 至 35 歲之比丘，受具足戒滿 4 年，無依止任何佛教道場，進行兩次訪談，共 99 分鐘。
- (6) F 受訪者年齡介於 25 至 30 歲之比丘，受具足戒滿 8 年，目前道場人數有 3 人，共進行一次訪談，共 63 分鐘。

表 3-2-1 受訪者基本資料表

編號	年齡	性別	戒臘	依止寺院規模	主要現況
A	20-25	男	6 年	4-6 人	研究所（在學中）
B	25-30	男	5 年	5、6 人	研究所（在學中）
C	25-30	男	6 年	8-10 人	各地參學
D	25-30	女	8 年	20 人上下	研究所（在學中）
E	30-35	男	4 年	目前無依止道場	獨修
F	25-30	男	8 年	3 人	常住寺院

表 3-2-2 受訪者訪談次數與總時數表

編號	次數	訪談總時數
A	2 次	105 分鐘
B	2 次	118 分鐘
C	2 次	134 分鐘
D	2 次	103 分鐘
E	2 次	99 分鐘
F	1 次	63 分鐘

4. 紀錄工具

記錄器材包含錄音筆、充電電源，以確保訪談內容的完整度，訪談過程全程以錄音方式完整記錄，音檔作為後續逐字稿之繕打作業之使用。

5. 受試者同意書

本研究過程遵守研究倫理，資料蒐集時為保護受訪者權益，進行訪談前研究者將擬製受訪者同意書（如附錄一），同意書內容包含：說明研究主題、研究程序、研究保存、權益說明、研究運用規劃及保護機制等，告知受訪者配合事項及救濟措施。相關內容經人體研究倫理委員會審查通過後，取得受訪者同意並同意書。

第三節 資料分析

壹、逐字稿整理與編碼

一、文本標記說明

逐字稿內容來自訪談時所錄製之音檔，以受訪者表述語詞逐句謄打為文字，逐字稿內容包含訪談過程中特別情緒、行為以及語氣等等，皆註記於逐字稿中。以下（表 3-3-1）為逐字稿中符號註記說明：

表 3-3-1 逐字稿中符號說明

序號	符號	符號說明與舉例
1	()	置於逐字稿中表註記說明之意。

二、文本資料編碼

文本資料編碼是作為方便引用訪談資料，進行分析及歸類使用，主要編碼符號說明如下：

- (一) 受訪者編號以大寫英文字母表示，如：A、B、C.....等，研究者編號則以 R 表示。受訪者訪談次數標示於英文字母後方，例如：A1、A2、B1、B2... 等以此類推。
- (二) 文本編碼以對話段落為最大單位，並依序逐次增碼編列，如：0001、0002、0003....以此類推。而較長之段落則以 - 符號分段，如：0001-1、0001-2、0001-3。
- (三) 以 A 受訪者為例，其內容、編碼、符號說明如下（細節呈現如表 3-3-2）：
「....我其實我出家前我自己也覺得我有自信心的問題，可是出家之後讓我不得不面對群眾，這是一個啦！一個是我們需要面對大眾，然後可能會可能就是會開始轉變心態....」[A20014-2(1)]

表 3-4-2 歷程符號、編碼說明

序號	符號/編碼	符號說明
1	「」	「」中所闡述之內容是引述逐字稿內容。
2	[]	論文中 [] 為逐字稿代號編碼。
3	表省略前/後句子。以上述內容為例：表省略 A20014-1 及 A20014-3。
4	「A20014-2(1)」	A20014-2 表示受訪者 A 在第一次訪談中，所說的第 0014-2 段話。(1)表示 A20014-2 中的第一部分。



法鼓文理學院
Dharma Drum Institute of Liberal Arts

貳、主題分析

本研究以解釋與描述兩種方式交互使用，進行主題分析。文本資料經集結形成單元化後，不斷反覆找出相關聯內容，研究者以關連性建構為主題，風格介於研究者與先設立範本與直覺間（紐文英，2020）。以下將以表格方式呈現說明：

（一）研究者反覆閱讀逐字稿並撰寫摘要（如表 3-3-3），多次閱讀逐字稿加深對內容掌握。以 B 受訪者訪談內容為例。

表 3-5-3 摘要書寫範例表

編碼	逐字稿內容	摘要
R20096	了解～你覺得身為一個出家人的感受是甚麼？或是有甚麼特別的事情有甚麼特別的感受嗎？	
B20096	我講可能對我來講比較，可能會有點比較特別因為我那時候出家的時候，回去我俗家的時候哇！他們那個眼淚一直流，一直哭。大概我，大概我出家一年兩年內回去，他們都還是會一直就是掉眼淚，然後所以當有時候我自己覺得說好累喔！然後還是會想想我為了出家這個事情，從世俗上來講，我傷害了那麼多愛我的人，我俗家他們，不管是這個愛是哪一種愛，那我確實傷害了他們的感受，那我現在若沒有好好修行的話，沒有做好一個出家人的本分的話，那我豈不是對他們不起。我豈不是雙重傷害。	當 B 選擇踏上出家這條路後，每當想到俗家還是有很多人愛自己的人，想起過去回到家裡看到家人難過不捨的神情，總是歷歷在目，若在出家路上沒有做好出家人的本分，認為對不起他們，甚至會是一種傷害，這也是另外一種力量堅持著自己做好一個出家人。

(二) 從中進行初步編碼 (如表 3-3-4)。

表 3-6-4 初步編碼與主題產生示範表

編碼	逐字稿內容	初步編碼
B20096	我講可能對我來講比較，可能會有點比較特別因為我那時候出家的時候，回去我俗家的時候哇！他們那個眼淚一直流一直哭。大概我，大概我出家一年兩年內回去，他們都還是會一直就是掉眼淚，然後所以當有時候我自己覺得說好累喔！然後還是會想想我為了出家這個事情，從世俗上來講，我傷害了那麼多愛我的人，我俗家他們，不管是這個愛是哪一種愛，那我確實傷害了他們的感受，那我現在若沒有好好修行的話，沒有做好一個出家人的本分的話，那我豈不是對他們不起。我豈不是雙重傷害。	不捨家人為自己流淚 即便遇到辛苦不能辜負家人 自己好好做僧人應盡的本分

(三) 最後在與其他受訪者有相同共通處進行合併產生主題 (如表 3-3-5)。

表 3-7-5 主題合併表

初步編碼	主題
B：不捨家人為自己流淚、即便遇到辛苦不能辜負家人、生為僧人好做僧人應盡的本分	使命感 不辜負家人期待

第四節 研究倫理

隨著時代的演進，人們對於權益越來越重視，因本論文部分研究牽涉「研究倫理」議題，依我國《人體研究法》第五條規範：「研究主持人實施研究前，應擬定計畫，經倫理審查委員會審查通過，始得為之...。」故涉及人體相關研究前須擬定研究計畫，且必須通過倫理委員會審查通過後，才得以進行後續相關研究。本研究以訪談方式蒐集所需資訊，其中必然牽涉與受訪者相關權益，故依《人體研究法》規定送 Institutional Review Board (IRB) 審查，以保障受訪者權益，並完備研究倫理程序。

有關本研究在研究倫理做法說明如下：

1. 研究者自身方面：進行研究前，研究者須經過 6 小時研究倫理課程訓練，並取得證書。
2. 訪談方面：研究者應盡告知義務，向受訪者說明研究主題、目的，及所有施行訪談細項。
3. 受訪者知情同意書：有關受訪者權益告知，訪談前取得受訪者同意並簽署受訪者同意書。
4. 自主權益：受訪者可自行決定是否公開私人生活相關的人、事、物。
5. 個人資料保護：訪談過程中所有內容採匿名處理，訪談過程中凡涉及受訪者個人基本資料或能辨別受訪者之資訊等私密內容，皆以不曝光受訪者身分為原則，為保障受訪者個人資料。

經 IRB 審查機制的檢核，俟經審合宜後，即進行後續研究。審查目的主要是檢視研究中對於受訪者是否給予足夠的保護措施，以及是否符合研究倫理的規範，以避免後續產生爭議問題，肇生後遺。本研究循此機制進行研究步驟，以符研究倫理之機制與目的。最後，本研究完成後，辦理論文原創性比對，內容經由 turnitin 論文比對系統進行分析，其結果相似度為 5%（如附錄五）。

第四章 研究結果

經由訪談資料蒐集及分析後所得知之研究結果分為兩小節，第一節為闡述受訪者生涯認同之歷程，第二節為分別細述共同主題。

第一節 受訪者生涯認同之歷程

本研究目的為了解臺灣佛教青年僧人生涯歷程以及探討臺灣佛教青年僧人生涯認同之情形，探討青年僧人生涯歷程，研究者經由與受訪者進行數次訪談後發現不同個體經歷生涯歷程中，皆受到不同刺激進而激發對於僧人身分的嚮往，然而不同個體所經歷有所不同，也因此而有不同經驗之闡述與詮釋。

釋聖嚴（2000）書中寫到由俗轉僧的過程會經過落髮剃度儀式，是象徵將過去好壞皆放下，除去過去的執著煩惱重新開始。由此可知落髮對於僧人而言不只是出家的儀式，也是邁向如來家業的象徵，是新的生涯的開端。本研究將青年僧人生涯歷程分為三階段，分別為初期階段、中期階段以及後期階段。因此本研究定義初期階段即是青年僧人選擇出家的初發心的階段，以在家生活到落髮的那一刻為分界；接著，中期階段為正式成為僧人階段，除了身穿僧服外還必須持守出家戒律，一天的生活時時刻刻，由內而外與宗教緊密相連，以落髮後正式踏入宗教生活至今界定為實踐階段；最後，後期階段，是青年僧人對於自我未來目標及發展的想法。

透過每位受訪者在訪談過程，回顧過去個人想法、經歷及情境等生命經驗，經由深度訪談一併陳述，猶如對自我生涯歷程進行梳理與詮釋。本節依序呈現六位參與者之生涯認同歷程，包含初期、中期及後期階段三階段。

壹、A 受訪者生涯歷程

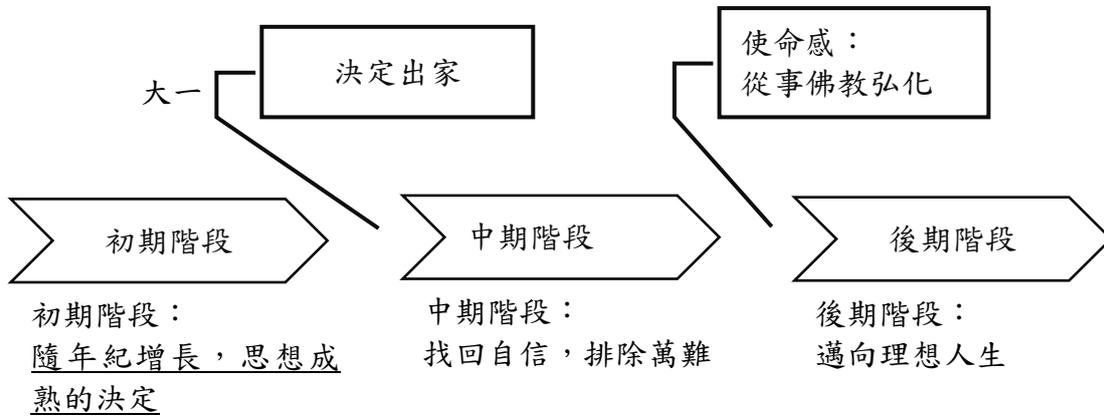


圖 4-1-1 A 受訪者歷程圖

一、初期階段——隨年紀增長，思想成熟的決定

(一) 對課業的反思

A 目前是研究生，刻就讀與佛教相關系所。家庭成員有父母雙親和一個哥哥。A 是家中排行老么，哥哥和爸爸皆具有理工背景。爸爸是家族中的老大，所以自己和哥哥連帶地成為家族寄予厚望的對象。「就是基本上家裡的關係，因為阿嬤就會覺得說，長輩嘛！就會覺得說念這個有出路，然後我哥也是讀理工的。她就會覺得說ㄟ～我的興趣可能也是差不多，但是她那麼仔細的去才（思考）沒有仔細的去看我們之間的差異。然後你知道阿嬤她對我也很好，她就是說要給我們一個比較好的未來，就是如果現在回頭想的話，我也可以理解阿嬤那種思維，她一定是自己的孫子有好的發展，尤其我爸這邊又是老大，她就覺得我們其他的那些兄弟姊妹，堂弟堂妹他們都還沒大嘛！所以我們這邊就會（語氣延遲）那種。」〔A10017〕，A 在高中時期是因為阿嬤認為學習電子相關科系將來才有前途，並非出自自願的選擇。「所以就我就，因為我那時候就是學工科嘛！自己也不是很喜歡，因為那時候國中考高中的時候是我的阿嬤，就是建議她就覺得說，工科比

較有用有出路那樣子。但是就讀了，我成績就是...不是那麼好，就是讀書考試這種就是你努力了，還是可以得到一定的成績，但是就我會發現，我會讀得很辛苦，我跟同學就競爭，考班上前幾名，前十名之類的，我就發現這樣子就花了很多努力，效益不是很好。但是反而文科的，我好像就這樣，我輕鬆讀一下就比同學好很多，那種感覺。」〔A10011-3〕，因此 A 在課業發揮碰上打擊，就連每天的努力不只為了自己，還背負長輩賦予期望的壓力，A 在高中時期過得不快樂。

A 痛苦的高中生活，課業方面總是力不從心「可能我對文科本身就有一些興趣，當然研究教理也算是，然後才...會會讓我這麼有成就感讓我能做又想做的事情，可能就是之前讀理工的時候我真的有去反省到說甚麼事情我覺得我應那時候我應該要做的，但是我覺得我力不從心，我覺得我要花很多力氣才能跟人家差不多，甚至還不如人家的好的那種情況。然後我也覺得沒有興趣，然後他的不只過程辛苦，他想要達到的結果也不是我想要的，因為那時候我們做的是電機相關的，然後就是操作機器，然後我就覺得說操作機器對我的生命好像也沒幫助。」〔A10095〕，在當時 A 思考長遠的人生方向，A 這些不擅長的科目及興趣缺缺的理工人生活，對於未來生命沒有益處，開始建立自我需求為開端。

A 逐漸在社會既有價值觀念下，從生活當中建立起自我概念。「比如說：我們班以前男生班嘛！然後他們都要打 LOL 啊！玩遊戲。」「我就覺得這個很無聊啊！他們就覺得說去打籃球，然後或是下課要去甚麼網咖或...反正要去哪邊玩。」〔A10069、A10070〕A 在高中時期開啟敏銳地自覺和反思，發現自己與同年紀同學之間興趣、嗜好方面有所不同。除此之外，對社會價值產生質疑，在升學走向方面進行反思「尤其這種想法，我是在上補習班的時候最明顯。高中上補習班他們不是都會集體那個，呼口號啊！或是甚麼要一起考上第一志願啊。然後那時候我就在想說真的嗎？」〔A10010〕，更進一步思考未來生涯走向「就是我會想說，尤其以前我會想說我之後要做甚麼？然後...嘖！這樣做就是未來人生想走的嗎？或是說好像一般社會好像就一定要家庭啊！然後結婚生子啊！然後可能賺錢啊！

之類的，就是我會去思考說那最後要幹嘛？就這對我來說很重要，我會想知道做這些事情的目的或意義，或是說我未來要去走這條路，那這條路會帶我到哪裡？就是我很在意那個那個最後的那個，應該說目的的意義吧！就如果就是平平淡淡的過一生，我會覺得恩...這不會是我想要的。」〔A10073〕，A 對於組織家庭或進入職場不感興趣，希望跳脫平淡的生活，探詢著更有意義的生活。

（二）家庭變故，激起生命反思

A 出家前家庭經歷兩次重大變故，主要是爸媽的因素。A 在國中時期爸爸跟朋友合夥經營的公司因金融海嘯倒閉，從此過著負債的生活〔A10025-2〕，由於爸爸一個人負擔過於沉重，長時間因健康因素沒有工作的媽媽也必須勉強工作，因此時常因為經濟問題父母間因此產生衝突〔A10035-2〕。起初媽媽是家中唯一有信仰的人，也因為媽媽有學佛的緣故，一家四口也因此有機會親近道場〔A00028〕。自從爸爸失業後也因此開始經常到寺院，藉由師父幫忙牽線，從事糕點烘培相關工作，但是與原先從事的電腦科技差距甚大〔A10033、A10034〕，後期接連換了許多工作，也都是 A 的師父介紹，後來從底層工作到主管職，事業也逐漸起色〔A10035-1〕。

在媽媽方面，由於長期健康狀態不好，A 在某天高三補習班下課後，媽媽因病送醫急救。「我記得那個就是一個晚上然後就補習，然後補習回來就！怎麼，那時候我哥已經讀大學，他去高雄，然後我就發現家裡都沒人，就覺得有點不尋常，然後就到 11 點多，就都沒有人，然後那時候其實我還蠻害怕的，就雖然那時候已經蠻大了，可是我就覺得有點不正常就對了。」〔A10054-2〕，雖然急救成功，但生理機能需要進行不可逆的治療才能維持生活。發病的過程 A 都看在眼裡，內心是徬徨無助的。「我也有一點不太敢想像，就是回憶到那一段的時間我自己就覺得蠻可怕的。....」〔A10055〕，透過 A 交代事件始末，由此可知，對於 A 而言過去家庭的影響是歷歷在目，自己也坦言對於很親近的人是帶有很深的感情。

「如果是對我來說已經很重要的人，然後它... 有就是投注情感在上面的話，我覺得會走得很深。」〔A10061〕。A 不善常表露自己真性情的一面，擁有敏銳觀察力，許多內心話都藏在心中，由此看出 A 的內心是柔軟容易被觸動的人。

（三）接觸佛教與價值觀的相容

A 在宗教信仰方面受到媽媽影響，A 從小 6、7 歲跟著媽媽進出佛教道場，雖然當時對於佛教法義並不了解。「就幼稚園嘛！然後那個我師父就會給餅乾糖果。」〔A10043〕對於寺院的印像是有糖果餅乾可以吃，「它... 就我也不會形容，但但但就是那種共修啊！法會啊！然後作法事、佛事，然後周末有時候會師父講經，然後大家來上課。」〔A10046〕。而在 A 年紀稍長於農曆新年到寺院還能收到師父給的紅包。通常是居士供養僧人，但師父知道 A 家庭經濟有困難，反倒是用過年的紅包資助 A 及 A 哥哥的補習費，這樣的舉動讓 A 對於佛教僧人感到親切〔A10048〕。從小因師父的慈悲心而受益，雖然當時對於佛教了解有限，但從那刻起累積能量以及跟佛教的善緣，接觸道場的同時，心中就像種下了善的種子，逐漸開始萌芽，成熟便踏上出家的路。

A 對於自我的反思從未間斷，思想也隨著年齡增長逐漸成熟，對於主流的社會風氣以及自我未來方向進行反思，也做出生涯方向的選擇。在大學科系選擇方面，並未選擇理工相關科系就讀，則是選擇就讀佛教相關學系就讀。「我媽在身體最糟糕，那時候確實是整個很擔心，那其實這件事情之後，後來就來(佛教大學)嘛！然後開始學習，然後其實這些事件都是我反思的一個很重要的的一些材料吧！比如說：哦～我媽這樣子，就會想，喔！對齣！未來要怎麼走，怎麼走這樣子，或是就覺得說好像生命就就真的就是這麼的脆弱無常，真的會有這樣的感覺然後好像它(語氣延遲)追求那種功名啊！好像考上好大學，原本以前覺得考上好大學，現在覺得好像也不覺得怎麼樣之類的，反而會覺得說，恩(語氣延遲)人生的意義是甚麼之類的。(笑)那你知道就跟那種宗教的觀就很接近，所以我

覺得就有點不謀而合吧！」〔A10077-1〕，看著家人經歷大大小小的無常人生，A 進入佛教大學透過教理的學習，發現與佛教的思想、觀念與自己價值觀契合，意識到生命短暫應該做更有意義的事，這些經驗皆是醞釀 A 想出家的能量。

A 經歷學業和家庭的兩大轉折，以及經過一翻自我整合後，進而找到適合自己的未來。「.... 尤其是我媽媽那時候生病之後，我又更覺得說，焦慮，然後覺得實用性很重要，就是說我做這件事可以幫助到別人，當然能不能實際幫助到不一定。但是我就覺得說學這些理工的啊！就是這種東西反正就不是我想要的，我想要的工作是可以比較跟人互動一點點，然後比較多的是交流，那然後如果行有餘力是可以幫助到別人的。所以後來就覺得好像真的出家，我是說當法師，是不錯的一個選擇。」〔A10096〕，A 面對沒有生命的機器操作認為毫無意義，想多與人互動，互相交流，乃至於想從中幫助他人，出家是很好的選擇，透過宗教也能提升自己的身心靈，因此選擇出家當一位僧人。

A 表示有出家意願時媽媽表示支持，而阿嬤則是持極力反對，形成兩個極端對比。過去 A 從小皆是順從家人為自己所做的一切安排，直到在大學初期，開始堅持為自己人生做決定。「後來我就還是堅持啊！我就覺得說反正這就是我自己的未來，我應該要走自己的路這樣，而不是別人為我打算。然後就覺得說以前已經國中高中已經是聽家人講的話嘛！我就覺得說之後我還是覺得說我自己已經長大了，對，我覺得自己應該自己走。」〔A10077-2〕。

A 揮別過去沒有自我意志的自己，由此發現 A 的心智逐漸成熟，開始掌握自己的未來，於是大學時期選擇出家。

二、中期階段——找回自信，排除萬難

（一）身分轉換之經驗

A 出家前未經歷實際的寺院生活，除此之外在，身分的轉化上，內心也經歷一段俗轉僧的歷程。出家前期 A 對自己要求甚高，想追隨理想的典範要求自己，

過著充滿壓力的生活〔A10079-1〕，最明顯是心態上的調適。由於僧人不從事商業經濟活動，須接受居士供養維持生計，當時對 A 而言接受居士供養是沉重的負擔。「以前會啦！以前會就會覺得說很慚愧吧！怎麼覺得自己做得不好，人家還供養。」〔A20020(1)〕，會出現較多愧疚的負面情緒，認為還不夠資格完全勝任僧人角色，A 初期仍處於摸索僧人身分與自己之間的關係，定位尚未明確自己是位僧人身分。

A 經過兩年的適應期，跨越過去的不安感，邁向自在的僧人生活，有了第一次特別的體驗。「...我就覺得那天就特別舒服，我也不知道為什麼？然後就覺得心情特別的好，特別得開朗，就跟那天的那種天氣一樣，就覺得（思考）喔～有太陽啊！然後整個溫度很舒服啊！有微風啊！那時候我就覺得有一種被打開地感覺，就突然覺得那個當下的心境是這麼的美好的感覺，然後又就覺得說，好像我從那個以前的這種有一點像是枷鎖有一點脫離出來的那種感覺，就好像有甚麼出來的那種。」〔A1079-3〕放下過去的壓力是難以言語形容的體驗，擺脫過去負向執著，僧人身分角色與自我的融合漸入佳境，對於接受供養一事產生新的見解。「...後來覺得有慚愧心這是一種心的美德好了，我也不會講，就是一種好的心態。但是因為慚愧變成說你會愧疚我覺得就不好了。因為能夠時時保持慚愧，是可以讓自己的心不會變質，不會變的說我貪求供養這樣子。但是至於說要不要變成心的負擔我覺得就不必要，所以我現在就覺得，其實經典也就是講說要成為居士的福田，所以要要求自己做的更好，而不是擔心自己受不起這個供養。」〔A20020(2)〕，同樣懷有慚愧心，但不同於過去的愧疚和畏縮，而是擁有肯定與正向義涵。

成為僧人中期階段，在宗教方面 A 認為每個人方式不同，佛教生活傳統面向的行門，除了念佛、禪修和拜佛外，A 更趨向透過佛教義理的瞭解並進行自我反思與檢討。「...那像我們在學校就是讀書嘛！學習經論，之類的，就比較像是那種意解。你知道意解嗎？意義的意。（研：然後解開的解？）對對對。我們就是

比較不像傳統，也不能說實修啦！我說的意解跟實修不是這麼的涇渭分明，不是那種一刀切的那種，不過確實學生階段讀書這種教理式理解會比較多。所以我就必須承認我自己在落實行門或參加宗教儀式的這種法會比較少，但是相對自我反省或自我反思會多一點。....所以我覺得這種是在遇到外境後，然後或是遇到一些挫折之後，自我反省檢討後的那種動力吧！」〔A20004〕歷經多次反思後所做出的改變，便在僧人的生涯中穩健的走每一步，清楚找到自己其中擅長的領域。

（二）出家後的改變，在人群中變得明顯，正視缺乏自信的問題

對 A 來說過去出家前在人群中只是平凡人，輕易的在人群中不易被發現，但出家後身為出家人，不僅是身分上的不同，外貌上在人群中顯得獨特。「....可能我們在家的時候本身就會很在意別人的眼光，只是說因為我們的穿著我們的行為，我們工作都符合著社會的主流，所以別人也不會特別來看或是檢視你，所以你就可以躲在人群當中。那今天出家就是等於說，你的身分你被貼了一個跟大家不同的標籤，你的穿著你的外表，你的言行就會被社會用另外一種方式來檢視的時候，會覺得自己無所遁形，但一開始會比較覺得害怕，後來想一想也沒甚麼好害怕的，因為無所遁形代表說自己一定是內心不夠勇敢、不夠去面對大家的嘛！那如果你把自己做好，然後不在意他人的眼光的話，那其實就沒有甚麼太大的問題。」〔A20003-1〕，A 在身分的轉換下，穿著及外在形象特殊使得更容易備受關注，意識到缺乏自信，也鼓起勇氣面對過去害怕受人關注的弱點，經由自己覺察其中突破障礙。

除此之外，僧人使命是弘法利生，必須走進人群，僧人身分讓 A 不得不正視內心的缺乏自信的問題。「....我其實我出家前我自己也覺得我有自信心的問題，可是出家之後讓我不得不面對群眾，這是一個啦！一個是我們需要面對大眾，然後可能會可能就是會開始轉變心態....」〔A20014-2(1)〕，經宗教洗禮身分的使命，克服心中的障礙，學習與人敞開心胸，建立緊密的人際關係，感受身邊的同儕的

包容與友愛。「我覺得更重要是同儕之間的關係，因為（思考）像比如說像我跟我在學校遇到了法師群，但因為法師都是一起住的嘛！所以我遇到的法師是可以包容互相關係，所以獲得的那一種親密度，被愛的感覺，我覺得是更多元的。....我出家之後，就有很多法師一直鼓勵我，我自己就會，比如說：在哪裡做不好，哪裡不行或不夠，他們就會用更包容的方式來接納我。所以那時候我就覺得好像就自己有那種成長的感覺，反而彌補了我自己在原生家庭的那種自信心，有一點也不能說缺乏愛，就是自信心不足的這個部分....」〔A20014-2(2)〕〔A20014-4〕，學校同儕提供 A 安心的發展自信，有助於從框架中活出自己，不再被過去的自卑束縛，戰勝過去活出自己〔A10079-2〕，在出家歷程中為突破性的成就。

A 出家後有到南傳系統的佛教國家受具足戒的經驗，就當地人出家視為習俗為了報父母恩，後續選擇出家或還俗是習以為常的事〔A20001-3〕，因文化差異 A 意識到在臺灣或是北傳系統當中，出家為僧是相當不容易的事，需要經歷層層考驗，「會遭受一些社會的壓力或是其他旁人的眼光，就是他那一種就是順向的助力會比較少，就是反而是要排除萬難然後自己想出家才會能夠出家。」〔A00100-4(1)〕。除此之外，A 認為在臺灣這種環境出家程序相當複雜，必須撇除外在的眼光並且越過層層關卡，「在我們這種環境底下會想出家的人我覺得比較少，而且會真的比較像是思考過後，然後跟家人討論啊！種種的，經過一個複雜，很多困難需要去跨越的這種過程才有可能真的出家。」〔A20001-4(2)〕，也因此導致使人出家動力不足，是臺灣目前佛教所遇到的現象。A 認為出家是經歷自我的一翻探索後所做出堅定的決定，由此看出 A 是歷經艱難調適，才有現在的他。

三、後期階段——跳脫舒適圈獲得成就感，邁向理想人生

A 對僧人生活漸入佳境，在學期間有機會到國外體驗短期的留學生活，跳脫舒適圈，促使自己獨立，視野也就此大開〔A10089〕。A 經過佛教高等教育的薰

陶下，認為僧人不應被限縮在寺院，「我甚至覺得，恩（語氣延遲）現在啦！當然這是後話，因為出家越久知道的東西越多，哈！我會覺得寺院對我來說太小了。」〔A10086〕，對 A 來說學校的環境提供多元的學習，例如：知識、佛學、人際相處等等，相較於生活在寺院視野相對受限。

A 昔今生涯意識形成強烈的對比，過去生活面對家人的期待，及不感興趣的學科，過去生活長期處焦慮的情緒，如今除了擁有明確的未來目標，面對身分角色充滿積極正向的感受，除了受同儕間相處影響外，這些轉變皆歸功於大學、研究所期間多元經驗的累積，A 經由研究佛教理得到成就感，「這就是我覺得我能夠找到意義的地方，而且，恩（思考）我覺得我有點矛盾，我既希望可以得到平靜但是我不那麼堪平凡，就是我希望做的事情是有挑戰性，可以不斷被挖掘的，所以我覺得研究教理就很適合我，因為它的範圍非常廣泛，那我覺得我可以在裡面一直挖到東西，然後我還可以一直跟別人分享，所以對我來說學習跟教學這件事情本身就是一個對我來說就是最主要，我現在認為的恩（思考）重要的事情。重點是說它不會讓我覺得無聊。」〔A10092〕，A 從研究方面體驗到成就感，未來想朝教授佛學或講課的面向發展。「甚至未來的話我也會傾向就是假設啦！因為我現在碩班嘛！然後未來肯定要讀博班，可能中間會自己進修一段時間就是可能禪修也好，但是在更未來的話我打算就是，有一點像是教書這種工作，也不一定是要正式的教職，但是ㄗ...如果放在傳統的佛教圈的話就是去弘化或是講經說法，那如果是在那種教育體系，就像是某(佛教大學)這種，或是佛學院這種機制嘛!或是體系裏面就是老師嘛！」〔A10091〕，A 對於未來已有具體的想像。「所以我覺得佛學研究這件事情，它可能看起來是一件事情，但裡面的東西內容恩（語氣停頓）千變萬化，就你的工作內容性質是一直一有變化的。」〔A10093〕，A 透過多元的佛學學習、研究產生成就感，跟定現在的現況並設下未來目標。

貳、B 受訪者生涯歷程

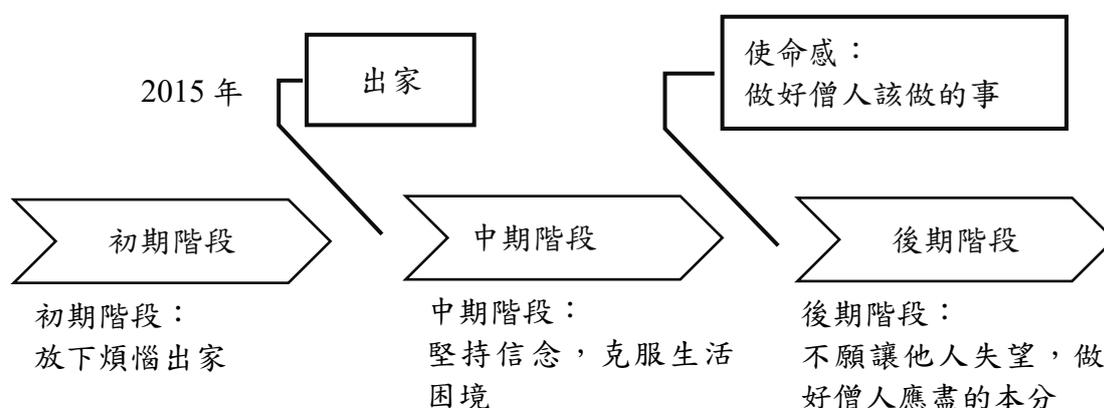


圖 4-1-2 B 受訪者歷程圖

一、初期階段——放下煩惱出家

(一) 台商子弟的心聲

B 於國小四年級前，都在臺灣生活，家庭成員除了一個妹妹和雙親外也和爺爺奶奶一起生活，就讀家裡附近的公立小學，過著平凡的日子。直到國小四年級生活上產生轉變，當時跟著爸媽到中國生活，在臺灣家中只有六個人的生活，到了中國，增加許多旁系的親屬共同生活。當時在中國的台商家庭是富有的，家中雇有佣人、司機是常有的事，B 及其他表弟妹上下學皆由專人接送，擁有衣食無缺的物質生活〔B20031、B20032〕。

B 除了上課外，其他閒暇時間包含假日都待在家裡，由於家離市區有段距離，加上當時社會治安父母擔心，衛生疑慮和交通不便等因素，想要去市區是受限的，不像臺灣的高中生出門幾乎無須受到任何限制形成對比〔B20037、B20038〕。假日不出門以及網際網路不發達的情況下，「閱讀」成了當時 B 唯一的興趣和娛樂。「就是等於說你的生活是很無聊的，你不能出去玩，你回家對電腦（語氣停頓）那時候其實電腦網路剛開始發展，大概是 2006、07、08(年)左右吧！那時候網路

是有，不像現在臉書這麼成熟啦！沒有社群媒體，沒有那麼成熟。所以那時候主要興趣就是買書、讀書這樣。那時候讀得多的時候，一年可能會讀個 70、80 本吧！」〔B20041〕。在無聊之餘對於宗教升起了疑問和興趣，並著手透過閱讀展開宗教的探詢，深入宗教所要傳遞或能解決的議題，發現無法實際解決根源的苦〔B20046〕。因為 B 家中是信仰民間信仰，當時認為這樣的信仰只能解決表面的問題，究竟這樣的信仰是在追求些甚麼？〔B20042〕，這些疑惑便開始透過閱讀找尋答案。

（二）初次接觸佛教因緣

當 B 最初接觸佛教經典是南懷瑾作家的書，他將佛教內容以讓人好理解的方式呈現在書中，「他講的就是通俗不教的方式，有一些是他個人的見解跟體會。……」〔B20052〕，從閱讀中了解佛教，從中得到解決問題的答案，「ㄟ～看到佛教，我就覺得這個東西好像比較（思考）莫名的熟悉感，讀了我覺得他講的蠻有道理的，然後就尤其佛教它是非常注重提升人的心靈的層次，或是告訴你要怎麼樣調整心態阿，然後怎麼樣做才是對的，怎麼樣做是錯的，怎麼樣做才是好的，我們要怎麼樣做才是好的。」〔B20047〕從此 B 受佛教書籍的啟蒙，他開始對佛教教理教義產生了信心。

大學時期的 B 在澳洲就讀建築系，對未來的人生規劃並無特別規劃。「對。我真的沒有甚麼雄心壯志。就是那種，我出家前就是那種，喔！那我就留在澳洲找一份朝九晚五的工作，一個禮拜上班五天，然後兩天可以出去玩，我就覺得這樣就很好了。」〔B20002〕嚮往規律普通的生活模式，這方面跟 B 的爸爸相似〔B20014〕。由於建築師生活工時長，加班機率高與當初嚮往的生活南轅北轍。此外，B 對於建築毫無興趣，到了大三發現自己不適合繼續深入，於是終止學業回到臺灣。對建築不感興趣那為什麼會讀建築系呢？B 表示可能是受媽媽影響，媽媽在家中是扮演著主要主導的角色〔B20008〕。B 的媽媽是有著濃厚藝術氣息的

人〔B20010〕，退休後投入了自家農舍的監工，發現其中的利潤也投入了建築相關的工作，並嶄露藝術方面的才能〔R20011〕，因此認為建築系是不錯的選擇希望 B 能進入建築相關科系就讀，但最終以休學收場。

回到臺灣後的 B 在因緣際會下結識了一位好朋友，從此 B 的生涯再次有了轉機，遇到志同道合且對佛教有共同理想的朋友，就此有了新的生涯選項，「反正有一段在那個（思考語氣）2016 或 15 年左右認識(友人)的，那遇到都會聊佛法這樣子。然後有一天我就問他，我也不知道我為什麼要問他我就說『你佛法講的這麼好那你會不會想要出家？』他就說『好啊！』然後就好像隨口一問隨口一答....」〔B20054〕就此兩人對出家有了共識，開啟 B 生涯發展新目標。

出家對 B 而言是適合自己且嚮往的生活方式，第一，B 認為一般人需要排除萬難才能好好修習佛法，而僧人每天的生活就是修習佛法，相較一般在家眾，少去許多不必要的煩惱。第二，B 認為自己的個性孤僻，僧人除了共修或是公共事務的參與，其餘時間皆是自我用功的時間〔B10009〕。B 從質疑原生家庭信仰，到對佛教產生信心，甚至願意投身其中，這些轉變皆是因為透過佛教教理的學習進行身心上的調整所產生正向的影響，「ㄟ！這其實也，當然一開始不會想的那麼多嘛！你一開始只會覺得說，佛教、佛經、佛法講的滿有道理的，自己對社會的觀察或者是說，ㄟ～他講的那些方法試著去改變心態之後發現，是這個身心的狀態有稍微的改善跟調整。....」〔B10006〕。

（三）突破煩惱障礙

B 在準備出家過程並不順利，某天 B 向家人提起想出家的想法，父母對於選擇出家是極不諒解且無法接受，甚至生氣地說到：「『覺得你這樣是對的嗎？你這樣是負責任的嗎？』就是ㄟ（語氣停頓）但（語氣延遲）就是他們會說你覺得這樣是對的嗎？覺得你這樣是一種負責任的態度？」〔B20023〕，B 父母認為這是逃避社會現實，不負責任的作為。由於當時年紀輕，個性較強硬，並非徵詢父母意見，而是告知自己的真實的想法〔B20026〕。雖然有出家的心，但出家是重大決

定心中不免會有許多事阻礙著，「當你要做重大決定的時候，你會東想西想很多，啊我父母怎麼辦，啊甚麼人甚麼事我有出家之後我要怎麼處理我要怎麼面對。然後我那個時候情緒上面壓力非常大，沒有辦法處理，原本說好要一起出家，然後後來師兄就先出家，我那時候就算是意志消沉，然後大概後來過一段時間他打電話，才漸漸恢復，才漸漸把心力提升起來。雖然自己心力提升起來，還是沒有辦法，但是還是沒有想到要怎麼做。」〔B20059〕。

始終未能突破自己心中的障礙，經歷煎熬的過程中，轉機發生了，B 在最沮喪時到了常去光顧的素食滷味攤買宵夜墊墊肚子，賣滷味是位正為精舍籌措資金的老比丘尼，老比丘尼似乎知道 B 正經歷著低潮，關心問到是否在煩惱些甚麼？B 把想出家的想法告訴了那位比丘尼，並且說因為受到父母反對的情況，苦惱著不知道該怎麼突破這樣的僵局，比丘尼法師對 B 的處境給了指點與建議，「她（比丘尼）就說你就跟你的媽媽說你要去寺院幫忙，然後在那邊住一段時間再回來，住一段時間再回來，這樣他們久了她們就會習慣。我那時候就想說，這聽起來好像還蠻可以。」〔B20060〕，B 也就真的嘗試了這樣的方式，第二次也就成功的出家了。

（四）勇氣出家

出家這天的到來令 B 措手不及，它發生在一場法會的結束後，B 一如往常地在寺院幫忙善後，傍晚時便陪伴年長的師父聊天及協助手術後的復健，便有其他法師鼓勵 B 鼓起勇氣問師父甚麼時候可以幫 B 圓頂（即剃度落髮之意），B 眼見機會難得便鼓起勇氣。「就有一個法師就說，某某人你不是說你想要出家，你就跟師父，請師父幫你圓頂啊！請師父幫你找一個時間，找一個法號，就是名字出來。我那時候其實還有一點緊張你知道嗎？就是就要這樣？我那時候的想法如果我沒有很堅決的話我不能夠跟師父提出，最後想一想也對，那我就問一下。」〔B20062〕，因不確定自己是否準備好做身分的轉換，內心糾結且煎熬。

B 萬萬沒想到師父當場答應，更為了 B 取了法名，並且馬上訂下剃度的日子，

也就是訂在隔天，B 當下充滿著複雜的情緒。「因為那時候你還沒有確定有沒有要出家，不知道有沒有要百分之百要出家，心裡就沒有底。然後師父一下問說明天早上好不好，因為想說挑個九月十九還可以拖個幾個月慢慢去調，或是挑個甚麼六月六、七月甚麼時候去調。師父沒有他就說明天早上，我們師父是北京人嘛！後來他就沒有牙齒所以就這樣（模仿）『明天早上怎麼樣啊？就..就這樣吧！』因為你那時候已經是，那時候是這樣嘛！師父都這樣講啊！」〔B20074〕，一方面是認為如此重大的決定來的太突然，一方面認為機會難得必須好好把握。「反正就那時候我也是有一點矇的狀態。就是人家講甚麼就做甚麼，就是你已經不曉得要怎麼樣反應了。然後，後來就是僧服回來之後法師就拿電剪幫我把他嚙掉，然後後來晚上，就第一次穿上也不能說第一次，反正就是換上這個出家人的短褂，就睡覺，就等待明早的剃度。」〔B20073〕，對於 B 而言剃度不僅是出家儀式，而是正式的踏入出家生活換了新身分，選擇出家是人生中的大事。B 形容出家就好比是結婚，若想得太多可能節不了婚，需要一點衝動〔B20077〕。B 決定出家歷程中歷經多次起伏，加上旁人推波助瀾下 B 鼓起勇氣選擇做出重大決定。

二、中期階段——堅持信念，克服生活困境

（一）出家後物質條件差異

B 相當熟悉出家後的生活樣態，由於出家前已住寺院一段時間，了解僧人作息，並且是受師父觀察認可後便出家〔B10002〕，B 在適應僧人日常作息並不是太大的問題。B 的常住寺院規模不大，僧眾的單金不多食、住方面不成問題〔B10018〕。事實上 B 出家後物質條件產生極大落差，「物質條件，真的是很慘淡。我在學校那時候我連床墊都沒買，我是用這麼薄的睡袋（比手勢）直接撲在木板上，在那邊睡。然後後來讀了一個學期後休學，去某寺院那個是睡塑膠泡棉，有時候你想我從小到大我也沒有吃過這種生活的苦你知道嗎？然後那時候在學校真的是囊中羞澀。我曾經最沒有錢的時候，身上剩不到一百，然後沒有人知道，我

都沒有講，他們都不知道。」〔B20102〕B 默默承受窮苦過程中，也是在出家生涯中難忘的經歷。至今回想起過去的經歷已經可以釋懷，以幽默的方式回應出家簡樸生活，現在對於這樣的物質條件有不同的想法。「就是你叫我回去睡木板我也不會怎麼樣啊！我覺得睡木板對腰還蠻好的。」〔B20105〕「真的啊！我最後覺得還是睡木板還是對腰比較好。就是我真的一生中真的是到出家才體驗到物質上的匱乏。真的是那個時候（停頓）也曾經有想過出家搞得這麼苦幹嘛？後來就，後來就，現在說苦嗎？也不怎麼苦，我也去做過那個去人家道場參訪，住那個床架是用那個（思考）那個棉被真的是發霉的。哈哈，然後那個上下床板全部都生鏽，然後又很潮濕然後地板又很髒，那種地方我也有住過啊！差不多一個禮拜吧！那也住過，後來就覺得這個都還好，後來就覺得物質上的東西其實影響不會那麼大。」〔B20106〕。出家路上雖然碰到物質生活的困境，直線下墜的巨變，這些經歷 B 並不沒有因此而挫敗和畏縮，反到是以幽默的方式看待這些過程。

B 的皈依師長於 B 出家沒多久後辭世，而目前所依止寺院給予 B 許多機會到外參學〔B10035〕，B 因而到處參學體驗不同道風，且從過程中發現目前臺灣佛教多半對於僧人培養方面，還有許多應當改善的地方。「有時候去其他佛學院學習的時候就會發現說，年輕人他好像沒有那麼多去發展的空間啦。就是說這些上座的法師很愛護晚輩，有時候就是不敢去讓年輕人去嘗試，這是一個問題，有時候人家是保守派的就會覺得，說喔！不能接受這個東西，你不能這樣做這樣子。」

〔B10024〕，B 希望能夠改變體制以僧才教育為主要核心，就此設下長遠目標〔B10029〕。

（二）再次回歸校園生活

B 出家後聽從師父的建議進入佛教大學就讀，進入佛教學術殿堂的 B 起初不太適應，「他是以學術教育為主的，他沒有辦法教你怎麼發菩提心，怎麼發出離心這一些，這個東西，他只能跟你講學術的問題。」〔B10051〕，在大學裡咸少針對僧人的課程，生活起居方面與一般在家人相同，B 認為學術教育場所並不是培

養僧才的好選擇。雖然如此 B 就學期間拾回沒有完成大學學業的缺憾〔B20080〕，上了佛教大學，藉此彌補過去未完成的學歷。B 從中也漸漸發現自己對於佛教研究的興趣，「也會有看到就頭痛，但是你就先看一下其他的。有時候會覺得說那是一個你需要具備這樣的一個能力，當然我自己也看得很開心。」〔B10043〕碰到難題還是甘之如飴。這些經歷成為 B 生涯中的養分，原本認為自己一事無成感到失落，大學順利畢業後信心的提升，意識到有比讀書更重要的事，生涯規劃便開始轉變。

三、後期階段——不願讓他人失望，做好僧人應盡的本分

「遠紹如來，進光遺法」B 用玄奘大師的話勉勵自己。B 出家後的經歷中看到現代佛教逐漸衰弱，希望自己在其中能盡一份力量，讓佛教可以再次興榮〔B20092〕。B 選擇出家後，每當在生涯中產生倦怠時，想起當初家人難過不捨的神情，更成為警惕自己應做好出家人的本分，化 B 將俗家不捨情懷，加諸在身上的親情牽絆，不能辜負俗家愛自己的家人，也因此成為一種力量堅持自己做好一個出家人的動力，B 這樣說：「回去我俗家的時候哇！他們那個眼淚一直流一直哭。大概，我大概，我出家一年兩年內回去，他們都還是會一直就是掉眼淚，然後所以當有時候我自己覺得說好累喔！然後還是會想想我為了出家這個事情，從世俗上來講，我傷害了那麼多愛我的人，我俗家他們，不管是這個愛是哪一種愛，那我確實傷害了他們的感受，那我現在若沒有好好修行的話，沒有做好一個出家人的本分的話，那我豈不是對他們不起。我豈不是雙重傷害。」〔B20097〕。出家至今只要想到家人難過的神情，就是對自己最大的激勵，好好修行對 B 而言，做好出家人應盡的本分。

參、C 受訪者生涯歷程

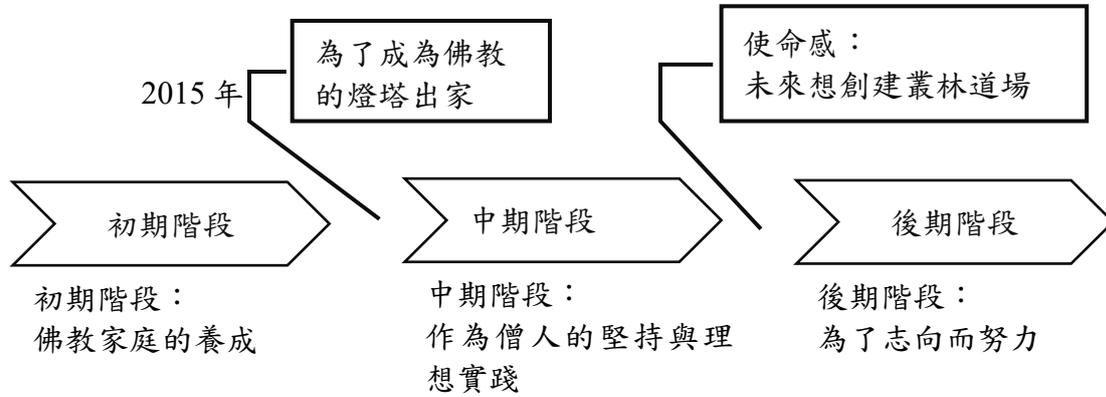


圖 4-1-3 C 受訪者歷程圖

一、初期階段——佛教家庭的養成

(一) 佛化家庭

C 是佛化家庭，家庭成員的組成有父親以及同母異父的哥哥和兩個姊姊所組成，C 與哥哥、姐姐年紀相差十歲左右。因重組家庭的緣故，C 小時候難免與哥哥、姊姊產生摩擦，但因母親的一翻話讓 C 和哥哥、姐姐能團結一心，C 說：「因為體通常同母異父通常都會有（思考）通常都會有隔閡。那其實小時候也有產生這樣的隔閡存在過，不是說沒有。我母親就會就會喝斥。我母親就會喝斥。她說你們都是我的小朋友啊！雖然說是不同的爸爸，但是你們都是媽媽的兒子啊！對啊！你們要互相照顧才對啊！萬一媽媽以後老了走了怎麼辦。」〔C20014〕。媽媽的一席話凝聚了家族成員，因此對家的向心力，矛盾產生便能輕易化解「以前就是吵完，互相打都有啊！但是吵完就是出去吃飯啊！帶我出去玩啊！」〔C20011〕。C 母親對於孩子並無大小心眼的差異，希望教育孩子大家都是一家人。

對 C 的家庭來說雖然是重組家庭，而母親的力量讓家人之間達到共識，至今

還是保有良好的互動，C 表示：「應該說吵吵鬧鬧是一定的啦！就是說最起碼大家都有一個共通的核心就是，雖然說是不同的家庭組成的份子，但是大家還是有共同的目標嘛！大家還是家人嘛！不會因為說，啊！不同的父親然後就有隔閡，反而不會，就像是我現在出家之後跟哥哥姐姐的關係都很好。對。他們都會互相關心啦！」〔C20015〕。

C 從小父母給予適當的規範，採開放的教育方式，「他們都蠻尊重我的決定，因為說我出家以前，我嘗試過很多種的（思考）算是路線吧！一下子是運動員選手，然後就是一下又做過生意。所以說基本上我父母都是對我是很尊重，他們從小給我的概念是說，你要做甚麼都可以，但是不要變壞就好，不要傷害自己，不要傷害別人就可以！」〔C20002〕。當 C 犯錯時父母雙親便是獎罰分明「他們沒有所謂固定的黑臉，固定的白臉。可是一旦有一個做黑臉的時候，就會有一個做白臉。」〔C20006〕，小時候打罵教育是少不了的，而當小時候調皮讓父母無能為力時，便會是寺院的法師來處理。「小時候小男生皮是很正常的！我父母有時候講不動，或管不動的時候就會跟當時的師父講，因為我小時候學佛嘛！就比丘尼師父，然後我師父就把我叫去啊！哈哈，就是她也沒有打我，就是罵了我幾句，我就會慢慢調整。」〔C20007〕，因為佛教家庭的緣故，從小 C 的生活與宗教有著密不可分的關係。

（二）從小接觸佛教產生對生死好奇，產生出家憧憬

C 從小對於人的生死有著好奇，「因為我從小學佛嘛！因為我在學佛之前曾經就有問過我母親，人是怎麼生的？人為什麼會出生？人為什麼會死亡？那死亡人會去哪裡？.....」〔C20020〕心中浮現許多疑問，而 C 在幼年時期因為爸媽經營早餐店，假日期間沒有多餘的時間和精力照顧 C，C 則獨自騎著腳踏車找尋心中的疑惑，「後來我就是自從學佛之後，就會騎腳踏車到大醫院去，尤其我很常去急診室，看哪種生離死別，甚至我會跑到醫院的往生室。對。我會去看，喔，人的往生是怎麼樣的情形。甚至我連火葬場都去過，小時候喔！國小我自己去喔！

那我也不怕。」〔C20022〕，從小對佛教所談的生死感到好奇，自發性的實際走訪醫院體驗無常的發生，看出 C 對宗教真理是主動且積極探尋。

另外，除了對生死感到好奇外，對人死後的不確定性感到惶恐，「小時候是因為我恐懼。因為我不知道我死了會去哪裡？我沒有把握我生的時候會去哪一道。你懂我意思嗎？我很怕說我生的時候我生到人道，啊！如果是生到一個恩（語氣停頓）哈哈，到一個很沒有錢的家庭裡面，過的很痛苦也不行，如果做的不好做畜生也不好，做餓鬼不好，在地獄裡面更苦。」〔C20027〕。

C 更深層思維著，C 在小時候已經意識到透過自己努力修習佛法便可以脫離痛苦，甚至透過自己的力量引領他人一同脫離痛苦。C 自我價值觀已融入佛教觀，生活中宗教影響著 C 對事物的理解以及未來人生目標的追求。C 說到：「就覺得說既然生命是無常他不是永恆的，那為什麼不在這種無常有限的生命之中做點有意義的事情。在我國小的時候確實是這樣的想法，那我就想說，ㄟ！以前就聽法師開示啊！我們要學佛啊！我們要上求佛道啊！下化眾生啊！我們要行菩薩道，我們自己要不斷的修行，不斷改進自己錯誤的行為，要脫離苦海，然後不單要脫離苦海，我們還要帶領周遭的親朋好友、兄弟姐妹啊！因為他們我們是一樣的啊！他們我們是一樣的啊！只是有人喚醒有人沉迷。對阿！」〔C20024〕。

（三）源源不絕的出家念頭

C 經歷三次強烈想出家的念頭，分別在國小、高中及出社會後，歷經兩次的失敗，出社會後才如願出家〔C10003〕。C 佛教從小已經深植 C 的心中，首次升起強烈的出離心是小時候參加短期出家後，認為出家是相當好的，淨空房間所有書籍及玩具，由於年紀太小此舉震驚父母雙親，C 因親情的牽絆而作罷〔C10005〕。

接著在高中時期，「那第二次是在我高中的時候，因為高中的時候我是讀夜校，我是半工半讀。那我有一次突然，因為我自己其實（語氣延遲），平常我還在家時候，我平常就是自己會做定課，念念金剛經阿！普門品啊！唸唸佛經，都有可能齣！這樣子，就是固定都會做定課，通常。有一次突然升起一個我應該

要出家，我覺得因緣到了。那確實在那一段，確實那段時間，確實有積極在做準備阿！我們說的前行啊！就一直在拜佛阿！懺悔啊！希望障礙輕一點啊！善緣具足這樣子。結果在那過程之中就（思考）無意間（停頓）就突然（語氣延遲）有人追。」〔C10006〕，因一場感情打斷出家念頭，而分手後恢復平靜的身心，當透過定課進入心流的狀態，領悟到出家的時機尚未成熟，「.... 進入到一個非常安祥，進入到止境的狀態，從來沒有過。那時候我在反觀我自己，我到底是甚麼因緣才能夠具足，後來那時後就一個很明顯的直覺，我在等一個人我才能出的了家。」〔C10012〕，歷經兩次失敗的出家經驗，C 經沉澱身心，意識到出家因緣並非強求而得，決定等待時機成熟。

而經幾次的反思後也設立了出家的目的，「.... 到第三次我就問自己，為什麼要出家？出家後要做甚麼？所以那時候我就想既然要出家，我不追求名聞利養，因為我出家之前就有在賺錢了，出家之前我在那個行業別我算很有名的，所以我不需要名聞利，如果真的要這些，我不會選擇出家來養我。所以說，對我來說我不要做一個名氣很大的出家人，我想做一個在修行面上讓人家尊敬、讓人家起恭敬心、讓人家知道佛法真實存在的樣貌這樣就夠了.... 」（C10030-2），對 C 而言佛教就是他生活的一部份，從小的養成，不認為功利社會的名利是必要追求的，而是希望「世人知道佛法真實的樣貌」，而這是經過數次沉澱後設立出家後的目標。

（四）時機成熟

C 出社會後經營高單價高報酬的買賣生意，生意經營有聲有色，雖然賺不少錢，但當時對於金錢並不執著，「對就是說有賺錢，以前有賺錢我也是回饋到社會，比如說像有時候會跟我化緣。比如說育幼院小朋友想要喜歡娃娃，然後我就會換很多 10 塊錢去夾，瘋狂去娃娃機店夾娃娃給他們。那時候娃娃機還沒有這麼流行的時候。對。比如說養老院需要甚麼樣的物資，啊我有能力我就去多少護持，比如說寺院阿！佛像需要重新安金啊！寺院缺道糧阿，然後我就會，或許數目不

是很多，可能就幾萬塊這樣子，就是會幫他們之類的。」〔C10013(1)〕，所賺來的錢經常用於布施，而不是物質生活的追求。C 當時結識對佛法有興趣的朋友並談到出家的議題，「...他說你佛法說的這麼好，會不會想要去利益更多人的意思。然後後來他跟我說，然後我腦袋就突然，那個時隔已久的片段就跳出來。ㄟ！那我有可能等到了。」〔C10013(2)〕，C 眼見時機成熟，進而決定出家。出家前不忘照顧同業的生計，「因為那時候有人跟我批貨去賣，我說我必須要去照顧人家的家庭。所以我跟他說我預計用一個月的時間把人家引導到其他的同業。」〔C20075〕，C 為人著想瀟灑地放下曾經輝煌的事業，鐵了心決定出家。

C 回想起當時為了減少父母衝擊精心策畫一套說詞，「....那時候我回想起來，我把那個店打烊的時候，我回到家裡面。然後我就裝得愁眉苦臉。....真的是裝得。然後母親叫我吃飯嘛！我都不講話啊！有時候要稍微演個戲你知道嘛！那他們就很擔心，我就把八點檔啊！我忘記事還是政論節目把它關起來，然後大家就安靜專心吃飯。因為基本上我不太會這麼做（研：恩亨。）這不是我的個性。後來是我母親受不了說：『你到底是發生什麼事情？你是生意不好嗎？還是遇到人家來找麻煩啊？還是怎樣？』然後那時候我過一段時間我說：『因緣差不多到了。』然後我母親還聽不懂她說：『你在講甚麼東西？』意思就是你在講甚麼鬼話這種。然後我父親就在那邊想了幾秒鐘，他聽懂，他說：『真的嗎？』我說：『真的。』然後我母親更慌了，到底你們在講甚麼東西，然後我父親就沒有要理她，就繼續問那你打算甚麼時候去進行這件事情。然後我跟我父親說：『速戰速決。』」〔C20073、C20074〕，用認真嚴肅的方式告訴父母自己對於出家已下定決心，另一方面展現成熟穩重的一面，讓父母了解自己對於未來生涯已有規劃。

二、中期階段——作為僧人的堅持與理想實踐

（一）短期出家與實際出家間的差異

短期出家就像是出家的體驗營，並非最真實的全貌，過程中只會呈現最好的

一面，真正的挑戰在後面。「就像我自我心態的調整，你要不斷地去思維自己的煩惱，你要不斷地在人跟人相處之中，你要去學習的是，你要互相的成長，互相的關心。」〔C20038〕，C 認為出家距離短期出家相差十年之久，人的思想各方面會改變〔C20039〕。

C 認為出家後身分的轉換會經歷一段衝突的階段，「對我來說啦！出家人不等同於修行人。你願意去實踐改變自己，不斷去提升自己，昇華自己那才叫做修行人。因為出家只是一種，對我來說只是一種（思考）不單單是儀式身分上的轉變，他讓我覺得是他在這個中間他核心的價值，第一個他叫做責任，第二個叫做你要為你自己的誓言負責。」〔C20044〕，C 給自己期許選擇出家為僧就應專注於修行，努力實踐〔C10085〕，過程中但當父母出自親情的過度關心會產生些微的干擾，「唯一的阻力就是他們過多的關心，『阿呀！師父吃飯了沒有啊！』後來我就跟他們說如果沒有重要的事情，不要干擾師父修行，你們這樣的行為會影響到我的安排或是我的心理，他們知道了就停了……」〔C10087〕。

C 會以出家人的角度跟俗眷溝通：「...既然要做人家的師父既然你做為一個人家的師父，我覺得就要承擔這樣子的責任，但是不是用我的那份心，而是以法義去實踐。出家這一路上對我來講，最困難的一件事就是法義的實踐。」〔C10077〕，C 認為自己修行成效好與壞，經由觀察身邊的人看出端倪，也將此視作自己的責任。

（二）僧服與自我身分連結

在 C 的道場中是屬於以僧人修行為主的道風，也就是說對於居士的弘化較少，居士活動只集中在假日的法會〔C10024〕。而在過去法會後接著是法師開示說法，但後期因僧眾缺乏講經的能力，也就漸漸地失去講經說法的傳統，C 感慨的表示道風的傳承與僧眾的能力有關〔C10029〕，加上 C 選擇出家是希望自己能夠成為佛教的燈塔，希望佛教能夠興盛〔C10030-2(5)〕，若有一天成為了燈塔，也需要在培養另一批燈塔，如此一來便可以源源不絕的弘揚佛教〔C10031〕，這也是對

於宗教生活的理想與期望。

經歷出家生活遇到許多正、負兩極的僧人，C 將這些皆稱為善知識，〔C00031(2)〕，正面的善知識可以帶來正向影響，而負面的善知識是讓自己借鏡的機會，但當自己也深受影響時也能產生負面的情緒，「其實應該這麼說其實出家人也是人，貪、嗔、癡我們也有，五欲六塵我們也有，可是對於我們自己能不能對於自己掌控....」〔C10033〕，C 認為當自己道業尚未成就前面對負能量時會選擇遠離，也盡量避免不必要的衝突〔C10035〕，由此可知僧人在生活當中與一般人是一樣的，而 C 面對困難的外境時便可以透過教義的實行、經典或是向其他法師請益，進而解決或化解問題〔C10037〕，「因為我覺得克服就是還在跟他作對抗，所謂的降伏就是放下你那個，以我自己為中心的主導。但是因為完全無我是很難，但是我在學習。就是說當我接受完全有我的時候，我也接受有那個他，那我的想法是，那竟然佛經之中心佛眾生三無差別的情況之下，那其實我跟他們沒有差別。」〔C10041〕，僧人的生活或是遇到的困境差不多，但僧人最能善用佛教教理改變自己身心，C 認為出家就是為了學做佛，而這些經歷也都是學習的過程。

C 也經常用自己師父的話勉勵自己，「出家就是堅持做對的事情」〔C00079〕，由於 C 十分珍惜師父用多年的出家歲月所得的道理，因此謹記在心。「能堅持到底的就是贏家，堅持到底不是這個衣服穿到底，而是你對那份信念，你對那個法義堅持到底。」〔C10083〕這也透露出僧服與身分的關聯，也時時刻刻警惕自己對於法的信心以及實踐法義的重要。

過去 C 的哥哥曾問 C 有沒有想過要還俗，C 對於僧服的意義不只是身分的象徵，穿著僧服更是有承擔傳承的重擔，雖然穿著僧服在外需要注意自身形儀，避免讓外人對佛教有不好的印象，但為了整體佛教的名聲，C 認為是必要且值得，C 表示：「我就說沒有，他說你不覺得穿著袈裟做起事很不方便嗎？要顧慮東要顧慮西。我就跟他說就是因為穿著袈裟才有那個價值。.... 不論你今天就好像你佛法說得再好，你修行到甚麼樣的程度，但是你不能傳戒法啊！你不可以教比丘戒

法啊！你不可以去指導出家人的戒法啊！但是佛陀告訴我們是說佛法要依僧而傳，總不能在家居士剃度一個人做出家和尚吧！但是現在有這個現象出現囉！甚至女眾剃度比丘的喔！剃小沙彌的喔！那個在戒法上是不允許的喔！亂象已經開始出現了。」〔C20095、C20096〕。

三、後期階段——為了志向而努力

C 目前對自身狀況表示：「我應該是說已最近來講，我應該是盡可能讓我自己多充實一點。」〔C20088〕、「不論是法會的儀式進行，唱頌、梵唄、法器我覺得這是最基礎，我覺得我應該把這方面去學好學會。二方面是我覺得我要多深入。」〔C20089〕，由此看出 C 對於僧人必具備之能力應多加以充實。

C 認為自己還只是個凡夫，還是必須透過修行佛法，還沒開悟前自己還是容易受到外境的影響，因此認為只要有有時間，修行不能間斷，C 說到：「我覺得深入佛法是因為（思考）應該這樣講我不認為我是開悟的聖者，需要那個標月指，在我還沒開悟（語氣停頓）縱然是已經開悟的他也是看佛經阿。那我覺得自己要多充實自己。一旦因緣再推的時候自己根本沒有心思靜下來讀經書了，當你思路很多的時候，比如說你是寺院的住持，你要統領大眾，你要應付很多的事情，你說你要真的完全靜下心來修行可能會有一定的難度。」〔C20090〕。

近年來科技影響生活，C 過程中時常希望盡量避免使用手機或電腦，通訊產品的便利性與煩惱成正比，C 表示：「佛法當中是有可變異性，可隨順世俗性，勝義堅持的地方，但是那要如何拿捏，我覺得現在很多人拿捏不好。不要說現在人，連我自己拿捏都有難度了。因為網路化的社會變化太快了。我可以跟你分享我每次打完坐起來我都超不想用手機，超不想要用電腦。.... 對我來說那個當我打完坐那個訊息是好快，那種，我可以觀察到煩惱的那個（語氣延遲）那個煩惱是用一種（語氣停頓）用倍數在增長的。」〔C20100 - C20102〕。

C 認為以修行而言自我的力量是單薄的，必須聯合眾人力量齊心修行，C 希

望能夠創建叢林道場，「因為做燈塔要有很多的條件，也需要有很多種人的和合。就好像我的內心是這樣子啦！其實我內心是非常渴望跟非常嚮往一個十方叢林的生活。為什麼呢？因為目前台灣都是子孫道場，要不就是山頭道場，其實在某個程度他會有一個好處，但是他最大的壞處就是他看不到整體的面向。」〔C10045〕，「但是其實修行是在人我是非中，這是我的心態。古德有說嘛！三人行必有我師嘛！當你親近不同領域的法師，當你有機會碰到不同強項的法師之後，我們才會感受到自身的不足。如果從一個正確的心態來說，你應該是在跟他請益，跟他學習，而不是說我是某某山頭的，我是某某寺院的，其實佛教本是一家人，哪有在分山頭哪有在分寺院，沒有阿。我覺得這是一個比較是戒律觀啦！當然以現在台灣的面向是有待加強，但是我的內心是希望是說，既然我要做佛教的燈塔，那我一定是從最基本的比如說僧伽的養成、僧伽的修行、僧伽的教育為最主要的出發點。在居士方面也是會注重教育的部分，但是還是以僧眾為主。」〔C10047〕對於理想展望有著具體實踐方向，看得出 C 清楚了解自我身分定位以及生涯方面有著明確的目標，也朝理想方向邁進。

肆、D 受訪者生涯歷程

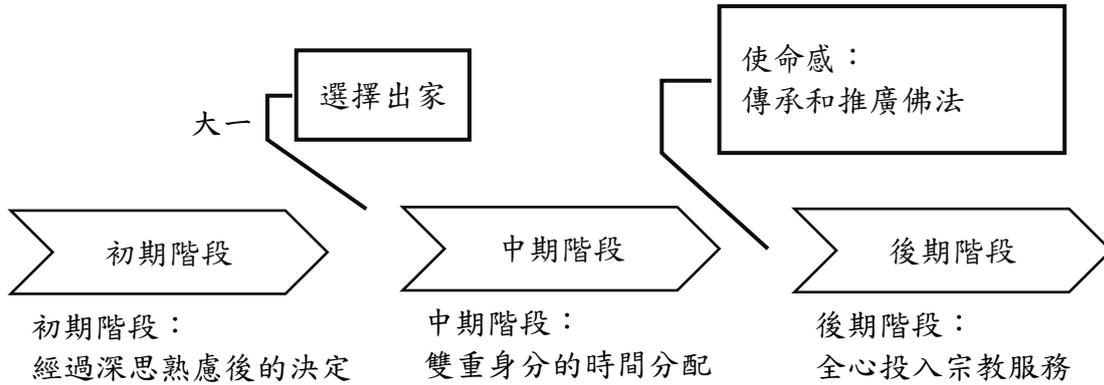


圖 4-1-4 D 受訪者歷程圖

一、初期階段——經過深思熟慮後的決定

(一) 開放正向的教育環境

D 是獨生女，從小爸爸跟媽媽是分居的狀態，D 則是由媽媽一手帶大，從並小特別不要求課業成績，且在教養方面給予自由開放的空間，但對於待人處事態度方面是有所要求的，「就是才（思考）也不是說教導我要完全的服從，就是她還是會讓我有自由的思想，但是自由的思想不代表說可以沒有禮貌。....對對對。就你可以清楚的表達你的需求，不能說用鬧脾氣的啊！或者用不好的方式這樣。對....」〔D20092、D20093(1)〕。從小因家裡做生意的緣故，一歲半開始上幼稚園接觸團體生活。國小、國中階段就讀佛教團體所創辦的學校，學校教育推廣品德教育外，透過小班教學讓每個學生都能得到足夠的照顧，此外也有著許多上台的機會培養自信等〔D20093(2)〕。

(二) 生涯轉變契機

D 高中是文組的學生，當時對於專案、企劃有興趣也想出國學習，大學選擇就讀國際企業管理系就讀〔D20028〕。大學時對於就業的看法是評估是否適合自

己，但並沒有特定的工作，「就是去公司投履歷，哈哈，找工作，就是可能稍微看一下這個職務適不適合這樣子。有可能像我剛講的做個企劃或是專案阿！專案助理之類的都可以。就是不會給自己設限太多，我覺得工作就是從就是去做當中或是經驗，你有了經驗以後其實才真正知道自己適合甚麼。」〔D20042〕當時 D 對於工作秉持做過才知道的精神，對於自己的未來並不設限。

雖然 D 在國小階段接觸佛教小學，但由於當時年紀還小，對於佛教毫無概念，「就是可能只知道說你去寺院你會去大殿拜拜，就是跟一般去廟裡拜拜是差不多那種感覺，就是沒有太多的深入理解這樣。」〔D10004〕，當時的認知只認為佛教只是民間信仰的概念。D 到了高中受媽媽的影響漸漸認識佛教，最初是寒暑假期間 D 被媽媽帶著到寺院協助寺院事務，媽媽以做志工的型態提高 D 去寺院的意願，「就是除了文書之外還有寺院有很多比如說煮飯阿、洗碗阿這些就是比較（思考）要怎麼講（思考）就是比較雜務嗎？粗重嗎？也不是。就是對。然後因為那時候就是因為那個寺院就是常住在那邊的都是法師，然後只有一個（思考）只有兩個在家居士，一位男眾一位女眾這樣子，對。然後我就跟著那位女眾的居士，然後他做的就是真的比較粗重，也不是說粗重，就是甚麼都做，就是不適合法師的，比如說除草阿，他們那邊就是除草完或是修剪樹枝。」〔D20049〕，當寺院的法師看到有年輕人願意到寺院理幫忙，會適時的像 D 表達感謝〔D20053〕。這些工作看似與佛教毫無關係，但成了 D 開始深入佛教的契機。

D 在寺院的生活除了出坡，寺院的師父會利用閒暇之餘分享佛法道理，也會推薦佛教相關書籍給 D〔D10006〕越來越深入佛教，D 撇除過去對佛教偏見，上大學後主動加入佛教相關社團〔D10008〕，D 對佛教的態度由被動接觸化為主動，逐漸認同佛教義理內容。佛教教義或佛教所傳授的道理運用在生活，解決生活中的煩惱。D 對佛教以及寺院生活逐漸習慣，也開始覺得僧人的生活也不錯〔D10010〕，D 跟媽媽是無所不談的對象，D 也曾向媽媽分享寺院生活的想法〔D20044〕。某天寺院師父見時機成熟問 D 有無出家意願，D 對自己進行了反思。

「然後後來就是有一批法師出家，就是剃度的那個儀式我有去看，就是去觀禮這樣。對。後來就是有認真思考這個問題就是，「那為什麼師父她們會想要我出家？那我出家做甚麼？對。然後再來就是最現實的，我出家以後我需要放棄甚麼？」

[D10011]，這些問題是極具轉折的自我反思，思考人生的下一步。

(三) 出家的取捨

D 大學時期對於自己未來生涯的期許能夠從事專案、企劃相關工作，而出家成為第三種選項，選擇出家是不容易的重大決定。D 對於出家議題經過自我評估反思的過程，在普遍的社會認為結束學生生涯出社會後，接著而來的是投入職場，而當 D 思考未來生涯走向時出家也就成為新選項，D 說到：「當時學佛的時候也有覺得說，如果可以在佛教裡面，就是等於說或更深入的學習是一件很好的事。那一般的社會來講，如果大學一般畢業，那可能要工作，工作一段時間，大概工作到 30 歲，然後 30 歲以後你大概有人生的經驗了，然後賺了一些錢，再來修行。可是我會想說那如果我到時候已經沒有這樣的想法了，不是很可惜嗎？如果我有現在的想法，為什麼我不現在去做？」[D10014]。

D 對於認為一般人選擇出家有兩種顧慮婚姻和事業，D 表示婚姻從不會是考量的重點說道：「如果以婚姻來講的話，還小的話還不懂的時候，可能還會就是有一些想法，但是越大看到說父母這樣子，然後才...我是不知道怎麼樣，但是我覺得我特別小的時候大概小學的時候，會覺得爸爸跟媽媽沒有在一起好像是一件很不好的事，就是為什麼只有我家有，然後是一件很丟臉的事。」[D20060]，因為父母婚姻生活並不幸福，甚至認為事件丟臉的事，進入青少年、青年階段接觸到越來越多與自己相同境遇的同儕，才逐漸視父母離異或分居為常態，不再因此感到丟臉 [D20061]。D 表示：「然後再回想就是我的成長經歷，就是會對婚姻或是兩人在一起這件事會改觀吧！就是其實是沒有必要，就是一個人把感情依附在另一個人身上，對。這一點對我來說在出家的路上比較不會去考慮到這個問題。」

有聽懂嗎？就是我不會考慮到說我以後會想要結婚（思考語氣）或是我以後會想要什麼感情的關係，所以我不想要出家不會有這個條件這樣。」〔D20065〕，父母關係也影響著 D，D 並不會過度依賴感情生活，因此婚姻議題並不是 D 選擇出家的阻礙。

此外，D 對於出家的選擇上產生使命感，過去在寺院會幫忙寺院舉辦的青年營或是兒童營，發現寺院法師年與參加的兒童或青年產生斷層，認為自己一路走來對於青年需求或是對於青年轉變信仰的歷程是了解的，更能從過來人的身分幫助其他人，甚至是傳承佛教的使命〔D10015、D10017〕，放棄原本大學生活便選擇出家，對 D 而言出家是最有意義的決定。

從小 D 是由媽媽拉拔長大，而媽媽對於 D 的出家決定表示支持，家中其他長輩也不太敢表達其他意見，但長輩們還是會對 D 的出家感到不捨，當 D 回家收拾行李時家中長輩感到很無法接受，由此可看出過去對於出家的傳統觀念認為出家後就與俗家劃清關係，但現在世代轉變，社會氛圍開放，並沒有限制回到俗家。「……他們會很難過說欸～這樣以後會不會看不到其實不會，現在的社會，其實佛陀也強調說我們孝順也很重要，所以其實現在的社會也比較開放啦！跟師父說一下去看望家人就是可以的。」〔D10019〕。家中長輩難過得落淚，這些過程 D 都看在眼裡，後來理性的溝通讓長輩們得以釋懷〔D20048〕，由此看出 D 出家決心。

二、中期階段——雙重身分的時間分配

（一）僧人生活職責與宗教體悟

出家後 D 一整天的作息有：「日常的生活，其實寺院的生活是很規律，就是早上起來做早課，然後吃早餐完然後出坡嘛！……就是打掃對。然後我們寺院是比較彈性的，就是出坡完之後可以自己用功的時間，就是不管每個是有人喜歡打坐啊！有人喜歡念佛或是有人喜歡看書這樣。那我知道有些寺院是會集體這樣還要一起共修這樣，然後我們就不用。那時 11:30 就吃中餐然後就休息，那我們寺

院的晚課比較早在下午 3:00。....但是時間比較久啦！大概到 4:20 左右，然後就是又（語氣延遲）下午又出坡，早上的出坡比較算是室內的，就是那個，室內環境的打掃，那下午比較是室外環境的打掃。對那或者是一些（語氣延遲）我們寺院是依照每個人的能力就是，有的人就是做基本的清掃，那如果有的人是行政上，行政工作可以幫忙的話就是那個時間，在做行政工作這樣子。」〔D10036-D10038〕，一天的寺院生活大致如此，當有特殊節日則有不同的排序，總體而言作息是規律且正常的。

D 寺院中的每個人職務分配各司其職能者多勞〔D10039〕，目前為止 D 認為僧人生活就是為寺院服務〔D20002〕。另外，僧人必須因應信眾各種需求，提供法會共修，有時也需要透過解說讓居士了解佛法道理，「就比如說最常遇到的應該是家人的往生嘛！比如說是感情很深厚的夫妻啊！或者是父母啊！這樣子。就是很多人會很難過，就是我們會出去助念，那其實助念的過程不只是像我們一般說的，想要超渡亡者，其實帶給就是帶來更多的是給家屬的安慰這樣子。然後家屬也會得到一個，就是他們也會從中亡（思考）了解到就是佛教不是一個單純的信仰而已。對，因為我們會對他們做一些開示這樣。」〔D20016〕，弘法過程帶領信眾深入佛法的法義。

日常生活當中 D 更發現透過自己僧人身分，更能夠為信眾帶來支持的力量，協助信眾解決疑難雜症同時給予信徒安定感，D 表示：「就是可能是就是跟信徒的互動吧！就是感覺到說，真的在他們有事情發生的時候，作為一個出家的法師是可以帶給他們力量的。就是同樣一句安慰的話，然後平常的人說，跟法師去勸勵他可能會覺得更有得到安慰的感覺這樣。」〔D20015〕。

除此之外，更希望信徒能夠將佛法所傳授的智慧，運用在生活當中，「比如說我會起煩惱，然後想要解冤就是我覺得那個人是我的冤親債主，但是我們應該就從源頭就了解說，就是我們不應該去做甚麼樣的事情，我們應該去做甚麼樣的事情，而不是到後面我才說我要解冤這樣。」〔D20021〕，D 認為帶給居士短暫的

安心，期許自己帶給信眾自發覺察的能力，也展現出 D 想弘法傳承的使命感。

D 全心全意的投入在宗教中，對於事物的看法有別於出家前，加上經過佛教高等教育的洗禮下，D 對於事情的態度改變，「...最簡單的就是比如說知道是無常啊！所以這個（語氣延遲）事情都會改變嘛！那知道這個世間本來就是苦的，所以我們知道說很多事情不如我們的，就是不會如我們的預期，不會和我們的心意，這都是我們需要去接受的。那為什麼會有這樣子的遭遇，那很多其實是業力，那業力就是其實很多是我們自己造成的。對。那就是用這方面去（思考）也算是對於我們學習的去做一個實際應用這樣。」過去對於情緒的問題是透過心理學的方式去排解，學習佛法後開啟更多元的思維，開始喚醒自己的覺察能力〔D10047、D10048〕。揮別過去待人處事的型態，以宗教觀點反思自己與挑整，D 懂得應用宗教方法在生活中。

（二）是僧人也是學生的困境和化解

出家後再次進入大學就讀以學術研究的方式深入佛教領域。剛出家不久，對於身分的轉變感受強烈，開始在意他人對自己的觀感，更加注意自己的形象〔D10024〕，外人一眼能透過外貌分辨是位出家人，例如：「就是如果是一般人的話不會就是關心說我做了甚麼事，然後別人對我的觀感是怎麼樣。可是我們有這個身分可是做的事情大家就會歸類為出家法師都這樣子，或是佛教的教徒，或是佛教是這樣子。」〔D10025〕。D 認為僧人是代表佛教，「就是像我剛剛講到的，就是會更注意自己的言行，那這在以前來講就是，我們就是說更多的是戒律嘛！那其實現在更多的是，不是用制式上的戒律，而是說你轉換這個身分以後，你會要求自己（思考）就是（思考）一種自律這樣子。...然後就是從自己的內心出發，而不是我要遵守甚麼。」〔D10033、D10034〕，D 由俗轉僧後言行方面是自發性地達到自律，此也展現出負有佛教僧人身分的使命感。

在學期間同儕大多都為佛教徒，而比起普通社會大眾而言，同為佛教徒或出

家人，僧人身分同時也常放大檢視，D 認為相同身分或信仰，更應該被賦予包容和理解〔D10030〕。D 出家後向高中知己分享出家後的生活，藉此告訴她們人沒變而換了一個身分，對於彼此生涯方面是很互相尊重不同的決定和選擇，認為出家後只是身分改變〔D10021〕以平常心看待身分上的變化，僧人就如同普通人沒有高低之分。

D 在過去就讀大學時，系所規定須住校的緣故，因此在校期間有許多可以自行運用的時間，而寺院事務則集中在寒暑假或連假期間處理。大學畢業後想繼續透過學術研究及研究所正規體制以跳脫信仰的方式學習佛教，因此選擇繼續升學。目前正就讀宗教學研究所，礙於 D 常住體制的緣故，就讀研究所期間則必須時常配合寺院事務〔D10050、D20008〕。「你在寺院你還是需要在他的體制下去ㄘ（思考），對，發展對，就是可能依照寺院想要進行的目標，像我們有學佛班的課程，那如果有能力的話，你可以試試看是不是開個課，但是就是在它的體制下面這樣子。」〔D10051(1)〕。D 在就學期間雖皆具有兩種身分，但在研究所時期僧人角色大幅提升生活角色的比重，則產生時間分配的困境。利用時間讀書對 D 來說目前最棘手的問題，則勉勵自己現階段必須事前規劃時間，而不是被動的被時程推著進行〔D20010〕。對於近期目標是希望盡快完成學業再進一步規劃更長遠的未來〔D10051(2)〕。寺院制度或多或少會影響到僧眾的未來發展和展望，就 D 而言並沒有因此後悔選擇出家，「就是在出家之前到現在就是先把學業完成是主要目標嘛！那在出家之前就有先稍微思考過，等於說出家以後，恩.... 因為現在也看到很多，自己出來獨立啊！或是怎麼樣的法師嘛！但也是有想過如果一個寺院在一個寺院的因緣改變的時候，就是有沒有甚麼退路哈哈，算是退路嗎？對。基本上我家裡還算是支持的狀態啦！就是對，之後如果有甚麼變化，家裡還算是可以支持這樣。」〔D10054〕。

三、後期階段——全心投入宗教服務

D 已邁入第八年的僧人生涯，生活點滴逐漸意識到在現有的寺院體制所帶來部分的不如意，例如，過去 D 有著出國讀書的夢想，受限於師父認為弟子出去讀就會離開僧團的保守的觀念，因此捨棄出國升學的想法，D 說到：「因為師父那一輩的觀念還是很難改變，所以就是如果畢業的話還是會以寺院服務為主。就是跟著寺院的作息，然後需要就是做的事情就跟著做這樣。」〔E20082〕。

雖然如此，D 並未因此放棄繼續僧人的生涯，這背後支持的原因是經由歷程當中堆疊而成，流露著對於僧人身分使命、熱誠、自信，展現出對生涯的認同。D 現在就讀研究所，短期目標是順利完成學業。透過 D 對目標及未來理想的設定看得出是務實的人，若以長遠規劃 D 希望未來專注寺院服務，不設限未來服務面向，秉持開放的心為全心投入宗教服務，無論甚麼領域都願意嘗試，D 表示：「或許讀完書了他們會，或許啦！可能開始嘗試讓我教課啊，或是甚麼也不一定。」

〔D20082〕。



法鼓文理學院
Dharma Drum Institute of Liberal Arts

伍、E 受訪者生涯歷程

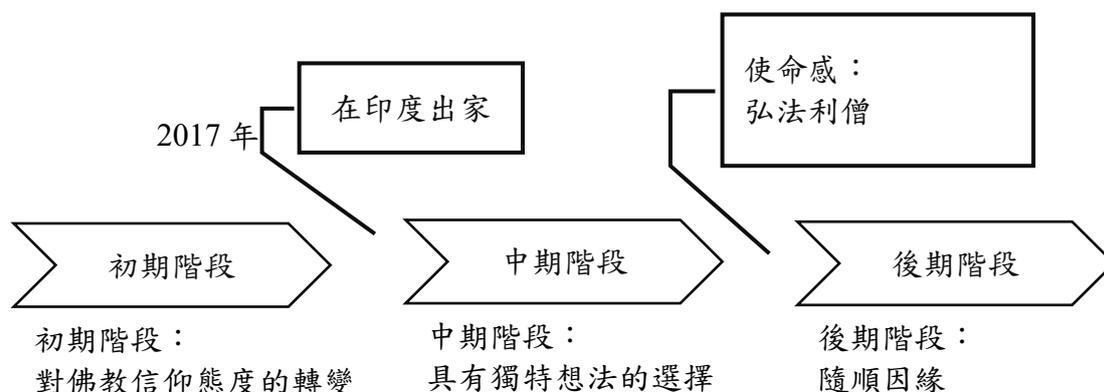


圖 4-1-5 E 受訪者歷程圖

一、初期階段——對佛教信仰態度的轉變

(一) 摩擦不斷的家庭生活

E 是家中是家中的老么，有一個姊姊相差 7 歲左右不同階段與姊姊相處皆有不同的過程，至今手足關係並不融洽，E 談到：「小時候可能年紀差個七歲半，然後好像覺得我爸媽對我比較偏心，所以小時候沒有甚麼好的互動。國中的時候可能爸媽對我們雙方管的都很嚴，所以我互動就比較多。那後來也就沒甚麼互動....」〔E20031〕。

E 擁有雙重國籍，5 歲時家人安排懵懵懂懂在國外生活，國小高年級時才回臺灣就學，但在台灣學習的過程並不愉快，E 表示：「可能小時後就去過國外吧！就是很明顯看出臺灣這種教育體系的弊端。就是可能考試，但是除了考試以外這種教育體制，基本培養出來的人品還有價值觀，或者我們不提人品還有價值觀，光是身心狀況出來都是問題很大。就是從小這樣（語氣停頓）當一個體制他只看成績的話，那其他東西都是次要或者根本不看的話那大家就是只會不顧一切的去拚成績....」〔E20017〕。臺灣教育環境偏向功利主義，大多為了成績而學習，對 E

而言這樣的教育只為了成績高低而競爭，自己也深受影響。

E 談到在臺灣的期間因教育體制和父母的教養方式，E 時常處於脾氣暴躁痛苦的狀態〔E10047〕，雖然在班上都是名列前茅，但對於要求極高的父母而言好還要更好〔E20015〕，也因此跟媽媽的關係時常產生摩擦。「也是蠻常在吵架的啦！哈哈。國小可能她的教育理念就是甚麼都要管吧！然後就是她覺得反正就是放學後就要去上補習班啊！然後基本上就沒有太多自己休閒娛樂的這種空間。」〔E20013〕，E 認為臺灣教育體制學習目的只是有好的成績表現，也無提供學生多面向的發展，加上自身與父母之間相處經常理念不同，因此 E 在臺灣環境下備感壓力，在高中和大學決定選擇到國外讀書。

E 表示自己的家庭關係並非和諧，父母除了對子女學業上有著高標準的要求外，信仰方面也有著自己的執著。過去 E 認為父母一心所投入的某個佛教團體，E 過程中與父母看法分歧因而再次產生衝突，從談話中可以發現 E 對於宗教的敏銳度，或許曾在國外生活造就 E 勇於批判及表達自我意見，如 E 所說：「...雖然他們一開始信的時候，可能是我小學國中，可是我覺得一看就是有問題，然後他們就傻傻的自己在那邊把生命都投入進去，捐錢也捐了一兩千萬，然後自己都不夠用了，然後都把錢這樣亂撒時間亂用，對我的人生規劃的要求也是按照那些顛倒的法門，這點...最後到頭來發現他們長期破了一些根本戒的證據，一開始勸他們也是被罵，後來證據擺在眼前他們自己也看到，他們也只好默默地離開。」〔E10032〕。

（二）世界宗教文學課程開啟對佛教的興趣

E 高中時期在國外就讀教會學校，雖然當時對任何宗教皆抱持迷信的看法，但也因為在那學校重視宗教的緣故，畢業那年因緣際會下跟著同學去旁聽學校牧師開設有關於世界宗教文學的課程，E 透過閱讀開啟對宗教的興趣，「...用一個禮拜就是我們平常看看，我們一個禮拜碰面一次，跟牧師討論這種模式去進行，問

我有沒有興趣，我就說好啊！我們就來。然後當時這牧師讓我們第一本看的書叫《Autobiography of a Yogi》就是一本是瑜珈行者的自傳，這些這本書據說賈伯斯就是放在他那個 iPad 裡面每年會看一次，就是一個印度教的一個我覺得蠻正派的一個修行人自傳。另外，也有看達賴喇嘛的書，另外有看一些其他宗教也是有這種禪修有神通的這種人寫的書，從那時候開始我就開始對宗教信仰開始有興趣，以前我是覺得很迷信，對這方面是很反感。」〔E10041〕，最初想深入了解宗教是有關修行與神通，「不過老實說我當時有個觀念或是習氣，就是我很喜歡看這些修行人講神通方面的事情，就是當然他們也強調就是神通不究竟，最主要和智慧和慈悲，可是我當時就是對神通很好奇。」〔E10042〕，現在回想起當時的好奇並非佛教的正知見。

E 高中時期由牧師的帶領下開始認識佛教，「就我覺得主要就是貴人吧！那位牧師我覺得對我啟發很大。」〔E10043〕，有貴人出現，才有機會讓 E 了解擁有智慧及慈悲的好處。「.... 最主要的首先，把自己的智慧提升到... 就是不斷提升，讓它越來越去貼近看清世間一切人事物的這種真相。然後這種智慧的基礎陪養賢善的人格，去斷惡修善，那我覺得這樣的基礎來說不要主動去害人，我覺得在這個年代能這樣做人就很不錯了。.... 就是如果大家能夠有這樣的方向和實際行動，其實這世界上可以少了很多無謂的沒必要的這種紛爭。」〔E10045〕也默默道出 E 的佛教觀。

E 高中畢業後沒有馬上進入大學就讀，花了 1 年多左右的時間當國際志工，接觸到了佛教禪修相關領域，並開始對佛教產生興趣，E 說到：「.... 去了巴勒斯坦、印度、厄瓜多爾還有玻利維亞，總共 13 個月左右。就是在中間這一年在印度的時候，有幾個禮拜在印度 dharamsala（達蘭撒拉），dharamsala（達蘭撒拉）那邊就是達賴尊者，達賴喇嘛長期住的地方，在那邊剛好有因緣接觸一個十天的那種，給外國人開的禪修營，就是從早到晚不是在介紹佛法的基礎教理，就是在帶我們禪修所以那時候我開始對佛法比較有興趣。然後後來去美國讀大學讀了幾年，之後，

讀完之後身心狀況不是很好，所以就回臺灣休養。」〔E10001〕。

E 在擔任國際志工的期間，進一步透過十天禪修營確立自己對佛教的信心，也因此升起用一生來學習佛法的想法，E 短短一兩年間改變對宗教信仰的看法，尤其對於佛教還萌生想繼續深入學習念頭，也成為出家初期的開端，E 表示：「我當時在 dharamsala（達蘭撒拉）就是高中在 dharamsala（達蘭撒拉）那個參加十天的禪修營，一個格魯傳承一個叫喇嘛 zopa 仁波切的一個中心，那在那個中心上那十天的課，我就覺得這輩子好像沒有學到如此... 沒有學過這麼好的東西，沒有那麼就是... 雖然當時我還沒有正式出家去皈依，就是覺得佛法的教理如此具有邏輯性，如此具有科學性，如此神妙。就想說也許以後... 就我有冒出一個念頭，就也許以後我這輩子專心去學這個，去修這個，也很不錯。」〔E10005〕。

（三）選擇適合自己的生涯

E 出家三大初發心，首先，E 因長期身心狀況影響生活，結束繁忙的大學生涯時回到臺灣進行休養，但因就診並無改善任何身心問題，唯有透過佛法能稍微改善，透過佛法的實際修持得到宗教回饋，E 說：「後來到大學的時候，就是比較沒那個環境所以我就沒有在更深一步去... 學習，就是後來回臺灣修養的時候主要是發現很多問題，除了佛法以外沒有其他解決的方式。哦... 就是不管從道理也好，或是實際的行動也好，我覺得很多事情只能靠佛法的學習和修持，才能去... 才能去解決。」〔E10006〕。

另外，E 認為既然學習佛法能夠得到益處，就必須趁早開始，「我也想趁年輕而專心去學，專心去修，那至於未來怎麼樣，至少趁自己頭腦，體力比較好頭腦還比較清晰時候可以盡早去學，盡早去修。我看很多人年紀大了想學想修哦... 都有一定的困難（笑）。要嘛是業障擋住，要嘛是身體也壞了，然後... 或是怎麼樣，很多事情想做又做不了，然後就心理想說趁我還年輕還可以的時候，盡早去探索，盡早去修持。」〔E10007〕。最後，E 決定出家重要的理由「...最主要是想

弘法利僧，因為我覺得佛法如果真的系統性去了解的話，它真的很好。....」〔E10054〕因為佛法的好想要透過自己也盡一份力量利益更多人。

E 大學畢業後回到臺灣修養期間決定在 2017 年到了印度出家，出家的過程並不受父親的認可。E 父母受部分事件影響，就算對佛教信仰再度誠，還是會擔心子女同樣面臨不好的遭遇，因而不贊成，「.... 他們都長期學佛，也是十幾年了，只是可能他們學習的那個團體不是很正，後來就是，一開始可能還好，後來有嚴重破戒還有修偏了。.... 那他在過去這幾十年，不管是佛光山啊！或者法鼓山，或者淨空老和尚這邊，或者惟覺老和尚也都算有結善緣。然後他任何佛教團體原則上找他幫忙他也都真的幫了不少忙，所以他本身不是一個排斥佛教的人，只是說可能欸... 就是看到一些真的很嚴重出家人的問題才會擔心我走這條路會不會也變成那樣。」〔E10009〕。而過了幾年 E 自己默默到了印度受沙彌戒，「後來就自己 2017 年去印度那邊偷偷剃度受戒，然後當時 2017 年受的是沙彌戒，然後我的比丘戒是兩年後 2019 年在那個也是在印度的 dharamsala（達蘭撒拉）達賴喇嘛那邊受的。」〔E10002〕，E 堅持自己想完成的事，也就用盡方法達成，踏出出家這條的路。

二、中期階段——具有想法的選擇

（一）開放自由的獨修日常

出家後 E 原先規劃到印度學習藏文，但因疫情嚴拒蔓延全球打斷原定計畫〔E00003〕。計畫趕不上變化同時留在臺灣至今，目前沒有依止任何道場的情況下自律學習佛法，「雖然沒有住在寺院，不過還是... 就是還是有在照自己的進度去系統性的聞思，聞思修行，聽聞佛法修習佛法，然後有甚麼... 問題，還是有些不懂，有傳承的上師或善知識可以請教。」〔E10004〕，每天自行安排修行的行程「然後如果共修的話我每個禮拜還是會去外面一些法會，像主要... 就是我不太會去大型的法會。除非像薩加法王這種十幾年來一次，那一般我會去比較小型的

那種，我覺得戒律比較清淨的那種藏傳佛法的道場，每個禮拜會出去一兩次。那另外就是我每天早上我六點半會參加薩加法王中心的線上共修，從六點半到八點。」〔E10017〕，因疫情的緣故，線上共修成為當前最便利的共修方式。E 若參與共修會選擇持戒清淨的道場，也是 E 對於自己的堅持。

雖然 E 是獨修比丘，沒有特定常住僧團，與居士互動的機會相對有限。E 除了自身修行也會在線上講法，聽法的居士大多以華人為主，過程中接受居士供養只要自己好好修行便承受得起那份供養，說到：「其實我錢收的也不多，所以沒甚麼壓力，那主要的壓力來自於就是如果，收太多我也沒修好的話，那我可能要扛的業要承擔的比較多，不過目前沒有甚麼這樣的壓力。那供養這種照佛陀那個時代的觀念就是，反正居士隨自己的能力和心力自己去供養，那法師就是盡自己的力量去祈福，去講經說法，去利益這些供養的居士，那當時佛陀時代的原則就是這樣。現在我是覺得自己好好修，讓這些供養都是，這些小供養都還是受的起，所以目前還是這樣吧！」〔E20033〕。

(二) 修行實踐與體會

佛法要經過修持只要有付諸修行才能實際體會佛法的益處，「這幾年的覺受就是修行像這種因果真的是真實不虛，然後就像一些禪宗的祖師說的『如人飲水，冷暖自知』就是正確的方法，正確的方向在怎麼苦就是堅持修下去，長期來說有明顯的改善，那如果說有些人中途放棄或破戒，下場就會很慘。」〔E10020〕。過去也曾想過自己選擇出家這件事到底是好是壞，「因為（語氣延遲）我覺得就是以現在，先不說心靈層面上的這些提升，至少以物質上的這種生活狀況，就是... 講白了就是我現在是我所有同學裡面過的最差的一個。」〔E10051〕。目前的狀態跟過去同儕相比在物質生活方面相差甚遠，「那就是我很多同學早期說想要一起創業或一起合作，現在也都上了美國富士比的這些雜誌或甚麼，所以有時候想，曾一方面想如果當初我走別的，別條路當年預計那條路，我現在哦（語氣延遲）」

可能跟他們一樣，甚至更好，不過從另外個角度來說（思考），我覺得佛法它有一個原則就是我是很認同，就算是我當下再怎麼痛苦，或我當下再怎麼看不開，我會想到說佛法會告訴我們從無限生命來說，我們這一世的時間只有幾十年，乃至一百多年，來世是無限的 infinity 是無限的，所以我們從時間長短的角度，我們一定是以來世或是一個比較 long term，比較長期的這種思維去哦...以這樣的觀點及出發點會比較妥當，所以我每到當下每當遇到再怎麼麻煩困擾的這種狀況的時候以長遠來說，可能現在我的經濟狀況看起來是最差，可是你可能實際長遠的狀態來說我累積的，還有智慧資量是最大的。就是有時候也是要咬著牙繼續修下去就對了。」〔E10052〕，雖然物質生活與目前成就比起同儕略為遜色，且以長遠眼光看待現在情勢，不認為吃虧反而認為必須堅持，透過修持累積智慧資糧才是人生中種重要的事。

（三）感嘆僧團亂象，選擇獨修

E 觀察至今，感嘆現在末法時代出家人在戒律的修持每況愈下，進而選擇離開這樣的環境獨自修行，「其實我覺得問題是...主要問題是大部分末法時代的哦...就像佛陀，釋迦摩尼佛還有一些不同祖師講的那樣，末法時代的出家人的戒律實在是持的不怎麼好。那我之前去住過我就覺得被一些很嚴重的破戒的狀況影響，那我仔細觀察至少在...在臺灣真正哦...有...真正清淨在持戒的這種出家道場不多，所以我就乾脆自己，就先自己住自己修。」〔E10015〕。臺灣整體的大環境僧眾素質大不如前，E 也曾待過臺灣道場而有不好經驗。「...就是大家都是人嘛！只要是人還沒成佛之前有人的地方就會有不圓滿，其實是說...我想大部分的僧團，就是戒律還有內鬥的這種各式各樣離譜的狀態，很多人出家前根本想也不會去想的，因為一般這種事情按照佛制的戒律就是可能也不太適合把這些醜聞全部跟居士去講。....釋迦摩尼佛當年創立僧團的原因就是希望有一群志同道合的道友可以互相去幫忙，互相的相輔相成，一起共成佛道。那我最不適應的

地方就是（笑），怎麼這些人大部分的人不好好的互相幫忙，互相以正知正念聞思修行就算了，還在互相障礙，讓我覺得這點是難以接受的。」〔E10019〕，E 雖然能理解人成佛前還都只是凡夫，但僧眾們互相障礙彼此，E 因此感到無奈和灰心，這是 E 經歷出家生活時不太適應之處，因而選擇獨住不依止其它道場的原因。

三、後期階段——隨順因緣

E 過去曾想到印度生活，「就是他們的傳承比較久，然後持戒也比較清淨的藏傳佛教的寺院也有考慮過，未來就是等疫情真的比較完全穩定的話，我會考慮去印度長期待一陣子。」〔E10022〕，原定時程被新冠疫情打亂後 E 對於目標抱持開放的態度面對未來，「就是對就是這個宇宙上一切的萬法，或一切的人事物有比較主要是有更清楚的認識，然後不管就是對於未來，我想達成甚麼樣的目標或願望，不管是自利或利他我覺得都比較有一個清楚的概念，就是該往甚麼才是正確的大方向，那到底該怎麼做才能夠叫符合現實的狀況，比較符合因緣法，這種緣起法，去朝這個方向每天不斷努力地邁進。……」〔E10012〕，接觸到佛教後甚至是出家後，調適自己接受無常的發生，減少身心負擔是接觸到佛教後，經過不斷覺察和修持最受用的道理。

過去 E 對未來展望希望能夠自利利他，「那現在就算是修行的時候，心情起起伏伏，還是會盡量去講法吧！就算我自己當下的狀態不是很好（語氣延遲）心情不是很好不過把好的法傳播給別人，也許因為這樣讓他們看得更開，然後提升智慧然後讓自己的狀態變得更好，那其他人的狀態變得好我也會變得更好，所以是盡量從我們輪迴中的惡性循環慢慢在每一天讓它轉變成解脫的一種善循環。」〔E10054〕，即便身心的老毛病，當眾生有需要就盡力幫忙，當時剛出家時也曾想過當專業說法的講師，但因後期有些狀況認為順其自然。「剛出家的時候很想，後來最近幾年越來越沒有那麼想，就算沒有那麼想因緣俱足的時候就會一堆人來邀約，那一堆人來邀約的狀況下，好像有些推也推不掉啊！所以就順其自然吧！」

[E20024]，現階段必須先調適好自己，未來因緣到就隨順因緣。



陸、F 受訪者生涯歷程

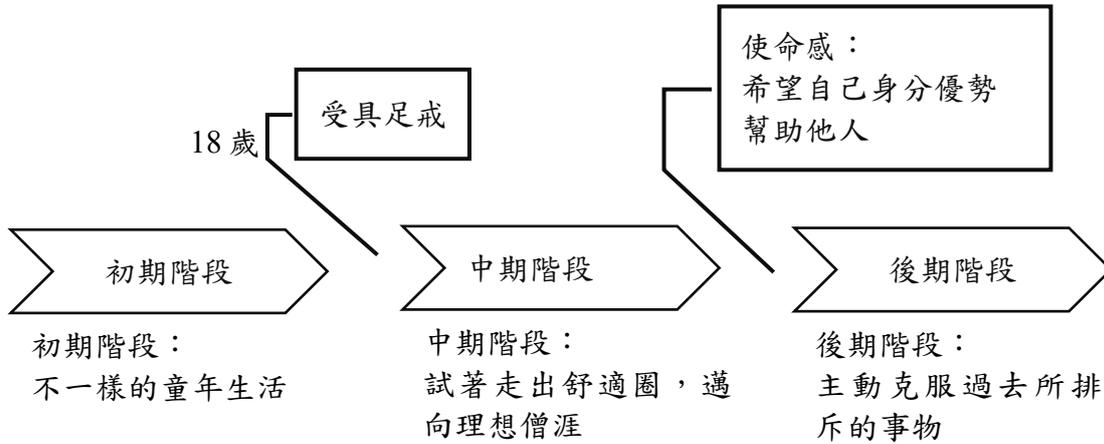


圖 4-1-6 F 受訪者歷程圖

一、初期階段——不一樣的童年生活

(一) 沙彌身分成為眾人焦點

F 在 4 歲時爸媽離異〔F10133〕，由媽媽扶養長大。F 媽媽是虔誠的佛教徒〔F00226〕，6 歲時被媽媽帶到寺院，本應該是一如往常到寺院走走，但就在那天 F 獲得了新的身分，「我就是去找那個老和尚，就是我第一次見他嘛！就說「謝謝他給我們皈依啊！這樣子。啊他就問我說你要不要出家，我就跟他說好，所以我就出家了。」〔F10022〕。懵懵懂懂的年紀，開始 F 小沙彌的生活，「這個，其實這個問題很常被問。然後那個時候應該就是直覺，覺得跟他們在一起感覺應該蠻快樂的。」〔F10044〕當時突如其來的決定，也因此開起 F 與眾不同的童年。在 6 歲單純的年紀用最直觀的感受，決定出家為僧。

收 F 為弟子的師父認為 F 年紀還小，世俗的知識還是有學習的必要，F 媽媽則是認為若都只在寺院生活，擔心未來無法與社會連結，因此決定讓 F 去學校上課。F 由於 6 歲出家，從國小到高中整個學生時期皆以穿著僧服的形式在校園中

學習。小學階段時 F 媽媽徵求學校同意讓 F 穿著僧服到校上課，「人家就說，那媽媽我尊重你的宗教信仰，但是不要強迫你小孩子，但是我媽在答應的時候，我根本也不在場。」〔F10021〕，透過 F 的闡述，過去是在不知情的情況下穿著僧服到校上學。F 因穿著打扮與同學有著極大差異，過程中也受到不少關注，F 小小年必須面對他人對自己投射異樣眼光，產生很大的心理壓力，F 還原當時情境：「就是小時候，這個小時候心理壓力很大，『唉喲！看一個禿驢』『看一個和尚』就是會指指點點嘛！他們可能只是好奇，但是一直被別人看一直被別人只是這樣子而已。這個我不是很能接受。」〔F10116〕。因外觀上與同儕間有差異，擁有不同於其他同學身分，在 F 的童年裡因身分所帶來最大的衝擊，就是在學期間容易成為眾人關注的焦點。

另外，F 坦言自幼屬內向性格，面對陌生人必須藉由媽媽尋求安全感，顯現 F 的個人特質是容易在人群中害羞的類型，人際相處方面需要更多時間融入和適應，在求學過程中常因擁有特殊的身分被放大檢視，接受他人的指指點點是 F 校園生活中時常需要面對的課題，F 舉例說到：「我在家的時候，很多印象如果我遇到新的人，我一定要躲在我媽的腳後面這樣子。」〔F10119〕。

穿著打扮對於兒童或青少年而言是具有指標性或象徵性的標籤，F 從小在沒有選擇權的情況下，必須面對同儕異樣的看待，也少去許多與同儕玩樂的時光，曾也因此放棄繼續出家，「在早一點可能國中，剛國中吧！可能同學出去玩我沒有辦法出去玩，可能去撞球場阿！之類的啊！但是那個地方去了也覺得怪。就想說要不要跟大家出去玩，穿這件衣服好像有點麻煩！....」〔D10191〕，當時穿著僧服無形當中成為束縛 F 的框架，雖然年紀還小，但能意識到自己外在形象便是為出家人，必須保有僧人威儀。

F 求學期間當年紀越長，同儕對僧人好奇不減，「只是他們有些也是很有趣啦！ㄟ～和尚還可以喝可樂嗎？這樣子。我就說裡面沒有肉這樣子，這樣子跟他們講。」〔F10074〕，感受到 F 隨著年紀增長更能大方的解釋自己的不同，有別於過

去容易產生壓力。F 表示感謝當時同學把自己當一般人對待，「穿這衣服應該也知道，只是大家會好奇啦！好奇可以問一問。不過我還蠻感謝他們把我當一般人啊！」〔F10122〕。F 在從小就過著與一般小孩不同的童年，F 表示自己花了許多時間學習與人相處，這些經歷讓自己意識到必須解決或面對與人的相處的議題，現在不解決，未來的日子還會一再的遇到相同的課題。

（二）沙彌與比丘的轉變

F 就學期間大多時間都住在家裡，唯有寒暑假會回到山上的寺院。「就是我原本出家的道場就是屬於深山，森林的那種，在山林裡面，他是屬於清修的啦！他平常也不對外開放，但是我剃度的那個老和尚，他是說唸書很重要，所以我平常還是會唸書，寒暑假回去。」〔F10016〕，而當時寺院非常簡陋「...之前還是鐵皮屋搭的，那個法會做一做，那個颱風天來天花板會不見的那一種。」〔F10045〕。寺院生活因為當時 F 寺院在深山中，就像傳統寺院需要燒柴，而 F 所擔任的工作是劈柴：「...我們那邊屬於種田嘛！劈柴種田，我小時候的工作是劈柴啦！...」〔F10028〕，F 出家後過著傳統且樸實的農禪生活。

F 在國小期間曾被以出國讀書的名義，被安排到某道場常住，道場裡有著讓人難以置信的生態：「裡面小沙彌很多嘛！比較多啦！沒有到很多啦！但是因為他壓...他管理比較強壓式的那種，就是被打啊！之類的啊，然後大的小朋友再打小小朋友。」〔F10032〕，在佛教道場中存在霸凌的情形，F 在那體驗不同的佛教生態，時間只為期一年半左右，最後並未在那繼續生活。

F 一直以來有一個習慣是思考生活大小事，小時候皈依的老和尚往生後，因緣際會下遇到了現在依止的師父，「其實是...生活上遇到的事，遇到的一些問題吧！再多做一些思考吧！對。像我去...我不是說我跟我現在的師父嗎？我就問他一個問題嘛！所以我師父說我就是來踢館的啊！就是踢不成啊！輸了只好當人家徒弟。對。我就問他說為什麼要拜佛啊！」〔F10062〕，F 自我揶揄的說道自己

提問就像是離經叛道的問題，而 F 的師父用一則隱喻的故事解開 F 心中的疑惑。

「他就...講了一個故事，他就說那個，以前古代有一個老太太去拜觀音，千手觀音，就拜觀音說求兒子能夠考到好的名位名次，然後求女兒可以嫁到好的人家，然後自己，他跟他老伴可以甚麼平安健康等等等。她求完之後就走了出門之後就想，不對啊！我們都求觀音，那觀音他不是已經成就了嗎？他幹嘛還拿一個念珠？這樣子。他就拿一個念珠，然後他就回去問那個觀音，「～菩薩你不是已經成就了嗎？幹嘛還念念誰啊？這樣子。」〔F00064〕，「他就說你們都求我，那我要求誰，求人不如求己，我只好自己念，南無觀音菩薩、南無觀音菩薩、南無觀音菩薩。所以觀音在念觀音。他就講了這個故事，他也沒有回答我這個問題，不過我大概知道他在講甚麼意思了啦！對。恩～他有回答到我想我心裡在意的點。」〔F10065〕，透過一則寓言讓 F 了解求人不如求己，對於佛教有更深一層的了解。

F 在 17 歲那年是關鍵的轉捩點，某天 F 向某位師兄問有關出家目的的議題，「我問出家人的目的是甚麼？他跟我說了脫生死嘛！然後我就想不是幫助別人嗎？我就想了脫生死，那在家不是也可以嗎？」〔F10040〕，師兄的回答顯然與 F 的想法有些不同，F 認為出家人並不是因了脫生死而存在，F 聽完師兄的回覆發現了脫生死與自己所認知的有著很大的差距，頓時認為自己不配穿著這身僧服曾升起還俗的念頭，「了脫生死感覺比較狹隘一點。對。然後想說，好吧！如果只為自己了脫生死的話，那這個...穿這個衣服有點丟釋迦摩尼佛的臉啊！就我也已經沒有資格再穿這個衣服。」〔F10041〕。

高中畢業後就讀佛學院時，F 改變了原先的想法，佛學院的學習增加視野外，或許與心智的成熟願意接受多元意見有關。透過上述透露 F 認為僧服是象徵僧人責任和佛教的面子，也透過知識的學習決定進入比丘階段，「不過後來唸完書之後想得不太一樣，確實啦！可能你現在問，可能搞不好可以認同了脫生死這件事情。對啊！」〔F10080〕。

二、中期階段——試著走出舒適圈，邁向理想僧涯

(一) 跨越內向性格面對人群

F 性格內向只想待在自己的舒適圈，「我比較想當一個平常出坡掃地，打掃的人。然後有自己的時間去研究自己的經文這樣子，或是做自己的事情，以我自己本性來講我會比較喜歡做這樣子啦！對啊！但是如果我們從了解佛教之後，了解問題就會發現，會浮起我這一世不會我下一世也不會，我永遠都不會。如果我一直排斥這件事情，因為大部分我們排斥這個問題或者我們恐懼，就是因為我們不熟啊！不清楚，我們畏懼他，因為未知所以畏懼，會排斥他，那如果一直排斥下去，那我就永遠不會啦！」〔F10142〕，雖然至今還是有點畏懼寺院管理相關事務，經轉念思考並正視自己缺乏的能力。「就變成全部都要會，但我也覺得挺好的，所以後來我才沒有決定繼續念研究所之類的。我就想說我缺的是這個東西啦！我趁趁我現在那個師父，他現在也很老了，80 幾歲了，趁他還活著的時候跟他學一下。」〔F10144〕F 學習挑戰過去逃避的現實，也願意認分的學習自己缺乏的能力。

(二) 就讀佛學院提升佛學專業

F 成年後受大戒進入下個人生里程碑，沙彌轉化成比丘的過程 F 多了份使命感，希望成為信眾解決問題的橋樑，「理想狀態的話，應該是就是如果有信眾來，如果我可能不是很了解，就是假如說他的問題我不是很了解，很能夠熟練的話，我介紹他去給另外一個，我覺得也是很好的法師，或是很好的人，可以幫他解決這個問題。變成他，變成是一種佛教的網絡嘛！」〔F10170〕，對 F 而言佛法就像是工具，「像有時候我就這個法門要操作這個法門，就等於說把法門當工具使用。」〔F10087〕，「佛教講的是功用，提升我的生命，看看能不能也提升大家的。」〔F10092〕若使用得體，不僅自己能獲得好處，眾生也能因此受益。

F 曾就讀五年制的佛學院，就讀佛學院期間學習解門是最大收穫，「我現在去唸完書之後，我抓到解門的訣竅，訣竅而已。了解解門的訣竅，但是我還沒有行

門啊！就等於是說這個工具...我現在會解讀說明書了，我看得懂說明書在講甚麼了，但是我現在應該去把工具用熟練。....我必須同時做到這兩件事情之後我才有辦法去跟別人講說你這個要怎麼用，或是這個工具可以幫你處理甚麼事情。」

[F10099、F10100]，深入學習佛教義理有助於實際運用在修行上，除了自己受益未來也希望能夠幫助到需要的人。F 現階段自認能力不足，並有計畫性給自己時限達成目標：「我覺得可能目前現在應該要再給我 4 年吧！那如

果對外的話可能還要，那可能還要再 10 年吧！」[F10101]，用行動一步步朝理想目標邁進，綜觀 F 在了解佛教義理方面，與自利利他的初衷方面，表現出 F 自我生涯規劃是具有掌握度及企圖心。

三、後期階段——主動克服過去所排斥的事物

F 認為目前的學習為提升儲備未來實力，「不一定算是仲介，也有點像那種石頭希遷啊！跟馬祖道一，就是講古嘛！就是到處參嘛！就是「你跟我這邊沒有緣你可以去找另外一個地方。對啊。有時候你也是...要把信眾綁在自己這邊，可能是因為道場生存的問題啦！不過這個東西我看了比較隨興一點啦！能夠幫人家發揮功用。對人家發揮功用這件事情才有意義啊！對啊！把人家綁在我們這邊對他也沒有益處，那其實也不好，那這樣子啊！但是這件事情要變成全球性的啊！那接下來就是，那目標在這裡的話，我要成長到可以匹配，我必須變成假如說變成長老級的人或是變成怎麼樣等級的人才會有辦法做這樣的事情啊！」[F10171]，F 對未來生涯規劃已設想到長遠的將來，並具體的知道未來走向。雖然有目標但是對於成效抱持著悲觀的看法，「想說大家都沒興趣了啊！對阿。不過你在講的佛法一點就是水月道場啦！終極一生能夠接觸多少人，或是像我們這樣能夠交談也是有點緣分嘛！對啊！有沒有辦法做還是要看過去有沒有跟人家結善緣啊！沒有的話也沒得談啊！」[F10215]，雖然自己有理想，但實現理想還需涉及到與其他眾多和合和緣分促成。

柒、青年僧人生涯歷程統合

文獻探討發現生涯發展過程，探索是建立生涯定向必經的階段，社會文化脈絡與家庭環境，皆影響著青年的生涯發展。隨著時間堆疊，產生豐富的生涯歷程，每個生命階段所扮演之角色是交互作用的系統（Super et al., 1996）。以 Savickas 生涯建構論角度，從過去、現在到未來的生涯經驗，皆為生涯建構的一環，經受訪者生涯歷程得知，受訪者出家為僧後，視僧人身分為自我生命努力的目標，同時僧人身分也是種生活方式。受訪者由俗轉僧的生涯經歷，在過程中逐漸產生自己的生涯意識，並於不同階段呈現出不同生涯亦是強度，其歷程可分為初期、中期和後期三階段（如圖 5-1-1）。初期是受訪者生涯迷惘與探索階段，經不斷探索並作出選擇；接續中期是漸漸適應僧人角色，經歷生涯嘗試與投入角色階段；最後，後期因產對身分產生認同且發展出使命感，因此後期為使命感發展階段。以下將生涯歷程分別以三階段說明。

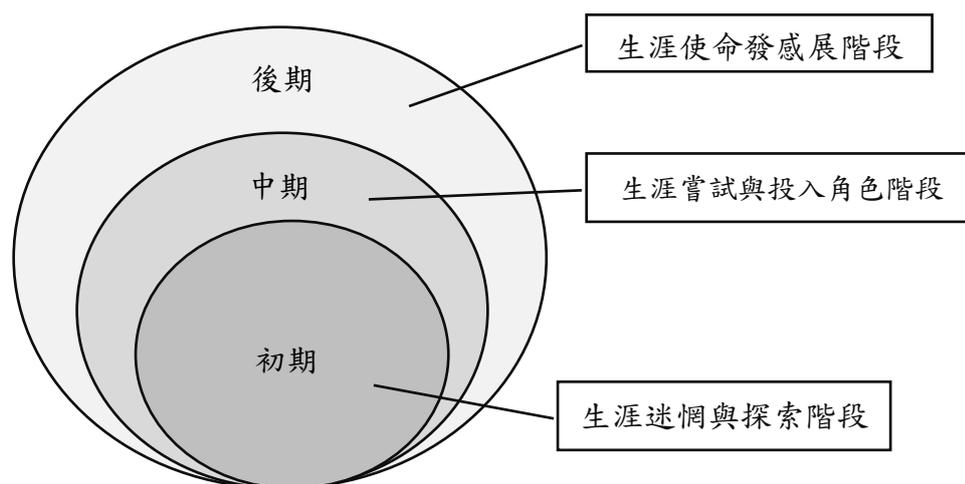


圖 4-1-7 青年僧人生涯認同三階段核心圖

一、生涯迷惘與探索階段

受訪者初期的生涯歷程中是最為複雜的階段，Gerald & Marianne (1998) 提到當作生涯決策時會遇到自我概念、成就感、能力、興趣甚至是價值觀等考量因素。受訪者生涯歷程隨著心智逐漸成熟，以及受內、外境的交互作用下，開始決定適合自己生涯發展走向發展出對僧人身份認同，也就是逐漸建構僧人生涯之雛形。青年僧人在生涯迷惘與探索階段，生涯皆因受「佛教感召」產生轉變，並出家前進行「自我評估」後做出出家決定的歷程，以下將分別說明：

- (一) **佛教感召**：產生迷惘與探索階段，受訪者接觸佛教得到身心靈的益處外，發現佛教與自我價值觀相近，由此可見青年僧人生涯探索過程受佛教感召，進而產生主動投身其中想法。
- (二) **自我評估**：受訪者於選擇出家是經過深思熟慮後的決定，出家前預先設想選擇出家生活後需要捨棄喜愛的衣服，捨棄現在擁有的生活與成就，並進行一翻自我評估後，下定決心投身僧人身份。

二、生涯嘗試與投入角色階段

本次研究結果發現，部分受訪者在出家前對於僧人生活型態都有概念性的了解及接觸，進而從旁觀察或在寺院生活，甚至參加短期出家或是禪修營隊等，這些皆為過去出家前對僧人觀察的經驗。由於過去的從旁觀察與實際經歷有所差別，因而對受訪者而言也產生對僧人身份的衝擊，然而諸多現象與體驗，訪談中的僧人並未因此退卻還俗，反而成為僧人生涯試煉的因子。決定出家的歷程，代表受訪者出家為僧的決心，其中需經歷身分轉換的調適過程，經本研究資料綜整後可知生涯嘗試與角色投入階段有三個歷程，分別為身分衝擊、身分適應及身分維持，現說明如下：

- (一) **身分衝擊**：所謂衝擊出家後生涯嘗試階段，這是受訪者的生涯考驗，生活遭遇與預期的情形產生落差、疑惑、陷入困境甚至遭受打擊。包含了身分

上的衝擊、人際互動的衝擊以及物質生活方面的衝擊等等。

(二) **身分適應**：本研究中研究背景提及當個體有良好的自我認識時在生涯適應方面也會有正向的發展。受訪者們以正視問題、處理、突破、克服、轉念方式，降伏這些生活上的衝擊，並逐一調適進而適應僧人角色及生活。由此看出受訪者們對於身分、角色有正確的認知，以及突破過去的良好心理素質。

(三) **身分維持**：文獻回顧皆提及經過適應階段後生涯逐漸建立及穩固。受訪者面對身分外在形象的維持是共同提及適應議題，也對於自我道德標準抬高至最高層級，隨著生活及心態上的適應，生涯逐漸建立及穩固。

三、生涯使命感發展階段

在受訪者生涯歷程中，經歷多次內、外的自我生涯評估與衡量，即使過程遇到困境，仍堅持選擇僧人志業，且各自發展出屬於自己的使命感。使命感的建立造就受訪者僧人生涯的延續，雖然過去使命感的運用是用於基督宗教表示受上帝的召喚或呼喚，研究者認為青年僧人使命感並非為被動的形式促使行為產生，「青年僧人使命感」是受訪者在僧人生涯中找到目標和意義，並且願意克服困境持續下去的動力來源。

由此可見，青年僧人在生涯中所發展出的使命感，為青年僧人生涯認同歷程中最為重要的關鍵，經資料分析發現受訪者於生涯使命感發展階段出現身分體悟與身體力行，以下兩大歷程分別說明：

(一) **身分體悟**：受訪者皆超過三年以上僧人資歷，生活中經歷多次僧人身分的試煉，且接受生涯所遇到的種種困境。受訪者於順境與逆境中體悟僧人身分應走入人群，以佛法利益他人。

(二) **身體力行**：受訪者至今生涯逐漸穩固，以實際行動投入宗教，並設立生涯目標。

第二節 受訪者共同主題

依據訪談內容，經文獻資料整理與統整受訪者個別生涯經驗，找出受訪者間有關生涯認同之共同主題，分別為出家因緣與定向探索、身分連結與使命感兩大主軸進行探討，最後小結。

壹、出家因緣與定向探索

佛教談「因緣」，所謂「因」可直接解釋為「原因」，而「緣」解釋為「助緣」，也就是說某些事必須要因緣和合才能促成，單靠一種因素是無法圓滿。在 Super 生涯發展論中，青年的生涯發展重點，探索生涯過程對於自我特質及興趣有更進一步的認識，自我概念逐漸清晰，並對工作或職業資訊有一定程度的了解，具備以上條件青年在生涯發展過程中便能做出生涯定向之決定。

Lock (1996) 指出生涯選擇過程中隨著外在環境改變，而在自我內在期待、需求、價值觀、動機以及興趣皆可能隨之改變，因此以主動方式選擇生涯方向，表現積極、正向的生涯態度對於往後生涯發展是重要的象徵意義。六位受訪者決定生涯走向時，受外在環境及內在價值觀與需求做出出家決定，皆為自主選擇出家，對僧涯發展是正向的開始。Stryker & Burke (2000) 認為影響「認同」分為外在及內在因素，外在因素受自我與人際關係網絡影響，而內在因素方面，是經由不斷自我檢討反思形成認同的結果。受訪者在探索生涯過程，持續地透過內在、外在相互作用交流，逐漸對於僧人身分確立而認同。

本論綜整訪談結果，發現受訪者出家經歷過程，經多元因素產生生涯定向結果，初期對僧人身分產生認同的開端。因此，出家因緣與定向探索中分為外在因緣與內在因緣。在內外因緣交互作用後，受訪者們決定投入僧人生涯，並逐漸建立自我僧人身分之認知。外在因緣可分為「重要他人」與「社會風氣」兩個共同主題；而內在因緣分別為「自我反思」與「宗教信仰」兩個共同主題，以下分別細述：

一、外在因緣

(一) 重要他人 (表 4-2-1)

探索生涯過程重要他人包含家人、朋友、師父等。首先，家人的影響，人從出生開始，就與家庭有著密不可分的關係，家庭對於個人的影響有著絕對的分量。本次受訪者對佛教的初次接觸與認識，也大都透過父母親原就信仰佛教有關。例如，A 受訪者描述起初母親是家中唯一有信仰的人，也因為媽媽有學佛的緣故，一家四口也因此有機會親近道場，進而了解佛教。另外，C 受訪者更是一家佛化家庭，與道場的互動更是緊密，C 受訪者表示當小時候調皮讓父母無能為力時，便會是寺院的法師來處理。如此現象，幾乎是道場寺院已融入該家庭的生活當中。D、F 受訪者自小處於父母離異或分居狀態，皆由母親所扶養的情形，而母親皆有佛教信仰的背景，因此在小時後有認知開始，接觸了佛教道場。不同的是 D 是有了自我認識之後自行選擇出家。F 則是在幼年對佛法懵懵懂懂的情形出家，直到成年自主決定繼續選擇出家生活並受具足戒，表示正式受大戒成為比丘。家庭因素當中 B 受家人影響因素是最特殊的情形，B 的家庭是民間信仰對佛教並不了解，正因民間信仰那份信仰的力量不夠解決自己深層的問題，因此家人的因素刺激了 B 開始尋找適合自己的信仰，開始認識佛教。

受訪者 B、C 皆獲得同儕理解、鼓勵與支持，產生良性的人際互動，也因此成為出家的動力。此外，「師父」角色對佛教信徒而言是備受尊敬的角色，對受訪者而言「師父」是教授佛法學習知識的對象，而受到師父鼓勵是凝聚人心的存在，當受訪者們受到師父特別關懷時就像是受到肯定，因此啟發或萌生出家想法，師父也就成為出家啟蒙的重要他人。

統整訪談資料發現，雖然受訪者皆受家人信仰影響，但其中因緣含有些微差異。在五位受訪者皆因家人信仰佛教，因此從小有接觸佛教的機會，唯有受訪者 B 因家人信奉民間信仰，不符合自己對信仰需求與期待，進而向外尋找能夠契合

自己的宗教，因而接觸到了佛教，此歷程與其他受訪者有著較大的反差。

表 4-2-1 青年僧人外在出家因緣彙整表（重要他人）

受訪者	個別因緣	共同主題
A	1. 媽媽有佛教信仰從小接觸佛教 2. 寺院的師父讓人感覺親切 3. 高中對於所就讀科系不感興趣	1. 家庭因素接觸佛教 2. 出家前父母給與空間多寡影響自信發展 3. 遇到佛教或宗教啟蒙者
B	1. 對家人信仰產生排斥 2. 認識志同道合的朋友 3. 師兄弟的鼓吹出家 4. 師父給予自己出家肯定	
C	1. 出生佛教家庭，從小跟佛教關係緊密 2. 從小父母給予很多空間發展自己有興趣的 3. 遇到對佛教相投的朋友	
D	1. 媽媽有佛教信仰，因此從小接觸佛教 2. 父母婚姻不和諧影響感情觀 3. 從小媽媽給與自我發展空間大 4. 師父分享佛法與詢問出家意願	
E	1. 父母本身信仰佛教 2. 高中時神父教授宗教課程，便開始探索佛教	
F	1. 媽媽信仰佛教，自幼當出家沙彌	

(二) 社會風氣 (表 4-2-2)

受訪者個別內容中，對於社會風氣描述雖無完全相同內容，但多數受訪者於求學階段，在教育風氣描述方面是較為保守、無彈性，著重學業成績等的現象，整體社會存在功利主義環境。在受訪者 A、E 生涯歷程中對於社會現況只重視課業的風氣表示質疑，並想跳脫其框架選擇適合自己的發展領域。這些外境遭遇，是影響生涯規劃的因素，其中並引發受訪者們的自我反思，進而做出家選擇。

表 4-2-2 青年僧人外在出家因緣彙整表 (社會風氣)

受訪者	個別內容	個別主題	共同主題
A	1. 社會價值是人生追求好的學歷 2. 就讀電子、機械相關科系未來才有好出路	追求功利的社會	社會風氣所致的順逆因緣
B	1. 高中時期生活在封閉的社會以及治安疑慮的環境嫌少娛樂活動，因此接觸佛教書籍	封閉的社會	
C	1. 從小生活與佛教息息相關	根深地固的佛教生活	
D	1. 寺院法師高齡化的趨勢，恐與年輕信眾產生代溝 2. 出社會後必須隨即就業投入職場	寺院僧人高齡化趨勢	
E	1. 從小有在國外多元成長經驗，相較臺灣學風只注重成績高低 2. 臺灣教育缺乏探索課程，著重課業領域	追求功利的社會	
F	1. 沙彌身分在校園會受同儕取笑，堅定道心	歧視環境	

二、內在因緣

(一) 自我反思 (表 4-2-3)

受訪者選擇出家的內在因緣中，共同主題為受訪者自我反思，而受訪者的自我反思不論由內而外或由外而內，省視過去個人特質、當前狀況以及未來發展，思考未來生涯走向並展開後續的出家行為。

出家因緣中自我反思是所有受訪者的共通點，其內容例如：A、C、D、E、F 受訪者皆提出想透過佛法助人的念頭，為了選擇有意義的生涯，過程中皆經歷生涯抉擇，「甚麼才會讓人生更有意義」、「為什麼要出家」「出家要放棄甚麼」、「出家可以得到甚麼」、「出家的好處有哪些」、「覺得自己適合出家」等。這些自發提問皆是在出家前進行抉擇所不斷提出的提問，反問自己。由此可知出家是經由深思熟慮後所做的決定，透過自我反思的過程，展現對出家生活認同且對受訪者而言有是有意義。

B、C、D 受訪者皆認為出家需要具備勇氣，出家是件人生大事，且攸關整個家庭以及自己的未來，也必須捨棄世俗的物欲及既有的生活模式進入新的人生階段及生活。

表 4-2-3 青年僧人內在出家因緣彙整表（自我反思）

受訪者	訪談內容	共同內容
A	<ol style="list-style-type: none"> 意識到自己與同儕的特質差異 高中時期得不到成就感 對原先就讀科系不感興趣 思考未來生涯走向 質疑社會升學風氣 想要幫助家人 	<ol style="list-style-type: none"> 出家是有意義的 思考未來人生走向出家需要勇氣
B	<ol style="list-style-type: none"> 出家前胸無大志 意識到自己個性閉俗、喜歡獨處 認為自己適合出家生活抉擇出家過程需要勇氣 	
C	<ol style="list-style-type: none"> 從小就想出家 思考生死問題 出家是有意義的 出家可以幫助他人 鼓起勇氣向家人提取捨與抉擇（生意／出家） 	
D	<ol style="list-style-type: none"> 覺得佛教很好想要傳承讓更多人認識 有出家的想法就要去施行，不施行太可惜 未來若踏入職場對人生幫助不大 選擇出家需要勇氣取捨與抉擇（工作／出家） 	
E	<ol style="list-style-type: none"> 出家能夠幫助他人 想要一輩子學習佛法若要深入學習要靠年輕 	
F	出家能夠幫助人	

(二) 宗教信仰 (表 4-2-4)

受訪者在生涯歷程中，深入接觸佛教時間長短不一，但皆是對佛教有一定程度的了解，且認同佛教教理、教義，進而萌生出家的想法。A、C、D、E 四位受訪者皆因家庭緣故從小接觸佛教，其中 D、E 少時對於宗教並未有太多的好奇，直到透過閱讀逐漸對佛教產生信仰及興趣，在高中階段才真正開始主動深入佛教。D 高中時期有常住寺院的經驗，透過寺院師父講法的過程更深一層的認識佛教；E 於高中最後一年接觸世界宗教課程，開啟對於宗教信仰的探索，高中畢業後參加禪修營，便開始下定決心要深入佛教。C 從小對於不可預測的死亡感到害怕，對生命的誕生感到好奇，年少時透過讀經班閱讀佛教經典，從小便主動應證佛經所說的道理，在國小六年級時甚至參加短期出家，在此之後便一心想出家為僧人利益眾生。B 則因家人信仰民間傳統信仰在當時未產生共鳴，高中時期開始探索宗教，過程中認識了佛教，當時感受到佛教在心靈方面的有更深入的觸動，因此升起對佛教信仰的心。

表 4-2-4 青年僧人內在出家因緣彙整表 (宗教信仰)

受訪者	訪談內容	共同內容
A	<ol style="list-style-type: none"> 1. 大學就讀佛教大學認識了解佛教 2. 佛教法義可以幫助他人 3. 價值觀與佛教觀念契合 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 認為佛教是有意義的產生信仰 2. 感受到宗教對自己是受益的 3. 佛教能幫助人 4. 接觸佛教書籍 5. 接受佛教所傳達的道理
B	<ol style="list-style-type: none"> 1. 高中開始讀佛教書籍 2. 佛法觸及心靈層面 3. 價值觀與佛教觀念契合 	
C	<ol style="list-style-type: none"> 1. 平時生活融入宗教 2. 佛法能夠幫助他人 3. 修正自己同時脫離苦海，想要解脫輪迴 	
D	<ol style="list-style-type: none"> 1. 高中時期閱讀佛教相關書籍 2. 價值觀與佛教觀念契合 	
E	<ol style="list-style-type: none"> 1. 參加禪修營 2. 佛法視具備科學性及邏輯性 3. 改善了身心狀況 4. 價值觀與佛教觀念契合 	
F	<ol style="list-style-type: none"> 1. 當初認為跟出家人一起生活很快樂 2. 價值觀與佛教觀念契合 (利人利己) 	

貳、身分連結與使命感

佛教僧人在外人眼中是代表佛教的象徵，生活起居依循戒律生活，有別於普通人的生活。受訪者選擇出家至今，經歷身分轉變的歷程，逐漸建立穩固生涯（Super, 1980）。研究者發現僧人身分對受訪者而言已是密不可分結合，經由訪談過程，受訪者皆以僧人角度出發，由此看出受訪者已將自己內化定位為出家僧人，自我行為已與身分產生密不可分的連結。

另外，Marcia（1980）表示認同是由生活經驗中累積並建構的自我內在動態組織，也是一種內在驅使的力量、信念或能力等。受訪者在建構過程中產生對自我身分的使命感，也就是生涯認同的表現。以下將以身分連結與使命感分別說明。

一、身分連結

受訪者 A、C、D 及 E 皆提到僧人的外貌在寺院以外皆必須特別「注意自己的言行」，外貌的辨識度高容易受關注、受人尊敬、放大檢視或是僧人代表著佛教等。受訪者經歷讓自身對外貌特徵與行為表現有更進一步的體會，認同僧人身分並時常檢視自我行為，以達符合僧人身分。

受訪者 C 認為穿著袈裟更具有僧人身分的價值，就算有居士修行修得再好或是佛法講的再好，唯有僧人可以傳授戒法，這是居士無法辦到的事。

受訪者 F 表示過去曾思考自己不配穿上這件僧服，原因是過去曾請教師兄為什麼要出家的議題，而師兄答覆出家是為了解脫。然而對 F 來說自己選擇出家是希望能夠用佛法幫助他人，發現自己的想法與師兄有著大不同的意義與目標，一度認為自己並不是為解脫而出家，甚至曾陷入自己未達到僧人應做的事而苦惱。由此看出 F 對於僧服等同於僧人的標籤，而間接說明外在表徵與身分連結具有不可分割的關係。

此外「剃度」是出家為僧的第一步，剃度儀式中受沙彌十戒最為重要，十戒包含「不殺生、不偷盜、不淫、不妄語、不飲酒、不香華鬘嚴身、不歌舞倡伎及

故往觀聽、不坐臥高廣大床、不非時食、不著生像金銀寶物」，受十戒後正式開始出家生活成為沙彌或沙彌尼，釋印順（2005）提到藉由受戒完全制斷淫行，出家生活應以少欲知足為主，這是佛制的出家生活。接著，比丘戒及比丘尼戒是進階的完全遠離惡行與欲行生活，受戒者是成年且自主發心出家（印順 2005）。受訪者 B 陳述自己出家經驗中，在剃度前一晚的掙扎與忐忑，表現身分轉換前的不安及不確定，雖然看似只是經歷一場儀式，但對於受訪者而言是步入僧涯的第一步。

受訪者明顯已將僧人身分與自身行為產生連結，意識到僧人須具備某些特質時，便改變自身行為（如表 4-2-5）。

表 4-2-5 青年僧人身分連結表格

受訪者	個別內容	共同主題
A	1. 穿著僧服更加顯眼，必須突破過去缺乏自信的自我	學院 Institute of Liberal Arts
B	1. 出家當下對於僧服、剃度、儀式等，強烈感受到身分轉變 2. 期許自己做好一個出家人，好好修行	
C	1. 僧服代表僧人身分 2. 僧服是具有價值的 3. 僧人是容易受人尊敬，因此應當更注意自己的言行	
D	1. 平常看似無害的行為，因為自己就代表著佛教，因此行一方面會更謹慎	
E	1. 認為自己在外人眼裡就象徵著佛教，因此改掉過去的習氣 2. 僧人在臺灣社會是吃素形象，因此為了不給大眾帶來衝擊，自己也就以素食為主	
F	1. 穿著僧服就是一種象徵、標籤 2. 僧人身分必須要用佛法幫助他人	

二、使命感

使命感一詞於 Dik & Duffy（2009）文中提到原先用於受上帝感召付諸有利於社會道德意義貢獻的工作，後期學者對使命感的解釋已跳脫宗教框架，現今常用於解釋對工作目的或意義的動力來源。當個體對某事產生使命感，會勇於面對挑

戰，即使碰到困難也願意盡力克服，這即是使命感所促成的動力。

統合受訪者生涯歷程，「出家為僧」是受訪者們對志業的選擇，為弘揚佛法幫助眾生而付出。受訪者普遍對自己身為一位僧人，賦予角色定位弘法利生的使命感。選擇出家除了是對佛教熱情的延伸，也是願意面對和克服種種困境的動力，以呈現受訪者對使命感之描述，使命感形成之原因，以及是否面對困境及如何克服（如表 4-2-6）。

受訪者對於使命感的描述：普通認為僧人與在家居士的差異在於，出家僧人所受的戒法是完整的，多數受訪者認為佛、法、僧三寶是佛教的核心，僧本身賦予佛法弘揚的任務，並於現階段透過課程、講經、共修甚至是營隊活動等，依照居士族群的不同解決或滿足居士需求。受訪者認為臺灣進入高齡化時代，整體社會出現少子化的現象，出生人口逐年遞減，連帶影響青年僧人出家人數，身為佛教僧人必須傳承佛法，現階段增進自己教理的理解和修持。更有受訪者想成為「佛教的燈塔」表現出家後的僧人使命。透過資料受訪者們在使命感的驅使下認為既然選擇出家就必須克服出家路上所遇到的困難，在不同困境中依靠使命感，堅持不變的繼續經營僧人生活。

表 4-2-6 青年僧人使命感說明表

	個別內容	個別說明
A	出家僧人就是必須要投入弘化，走入人群，用不同方式成為信眾的寄託。	<p>剛出家時在僧人領域的探索階段，在學校學習過程中，發現在佛教研究方面產生興趣和成就。便有了<u>想在學術或教學領域中發展，從事教職工作</u>。研究佛教教理過程不單純知識上的學習，也透過教理教義進行自我反思。學習是為了累積知識與經驗，想要用於投入未來的講經說法。</p> <p>出家所遇困境： 過去在家時害怕在眾人面前表現，但出家後因身分改變，必須主動接觸信眾。因身分改變，迫使必須正視這樣的問題，便逐漸發現這些害怕皆是自信心不足，太容易在乎他人眼光所造成。透過自我反思過程，觀照脆弱的自己，戰勝自己的心魔。</p>

B	<p>成為一位稱職得僧人，做出家人該做的事，好好修行，盡心盡力為佛教付出。</p>	<p>每當想到家人因為自己出家而感到不捨流淚，這樣的畫面印深深烙印在自己的腦海中，無時無刻激勵自己，不讓愛自己的家人辜負，<u>盡力做到僧人應盡的本分</u>，對自己的選擇做負責的同時，也不讓家人受到二次傷害。</p> <p>困境與克服： 出家後才體驗拮据度日的生活，物質生活方面與過往相差甚遠，曾經想過為什麼出家這麼辛苦，用幽默轉念思考釋懷，至今並不認為物質生活是生涯中的障礙。</p>
C	<p>成為佛教燈塔，讓佛教復興及發揚光大。</p>	<p>出家後認知到僧人不只是利益眾生度眾生，出家人更對於社會起安定的作用，而選擇出家後一心增進自己佛教方面的相關專業，看見寺院中僧眾素質以及說法能力大不如前，發現佛法的傳承不容易，因此產生<u>讓佛教復興、弘揚佛教的使命感</u>。</p> <p>困境與克服： 現階段自身能力還不足，有時受同法質疑，雖然如此並不氣餒，化悲憤為力量，努力學習增進自己專業知識</p>
D	<p>佛法對自己有助，也認為佛法有助於人，有傳承佛法的必要，便希望藉由自身的經驗推廣更多人。</p>	<p>接觸到佛法後徹底從過去迷信的觀念對佛教改觀，發現佛教受用於生活當中，因此自發地了解佛教。出家前在寺院服務營隊的經驗，發現寺院<u>法師與營隊學員有很大的斷層，希望縮短其中斷層</u>。另外，<u>因認為佛法助於處理身心問題，且能同理年輕人，想以自身經驗推廣佛法給更多人</u>。</p> <p>困境與克服： 目前時間分配是最棘手的問題，生活重心需在要兼具課業及僧團兩者找到出平衡，時常覺得時間不夠用，由於兩者重疊性高，經常需要捨去部分課業時間面對寺院突發狀況，也勉勵自己做好時間管理，繼續未來的生活。</p>
E	<p>弘法利生。</p>	<p>自己在修行過程中體驗到佛法修行所產生的益處，平時也有對居士講法的經驗，當<u>看到居士的轉變，或因為自己的一翻話讓人受用，認為利人利己產生善的循環，是堅持的一大原因</u>。</p> <p>困境與克服： 從小身心問題至今雖未能改善，一想到他人需要自己還是會克服當下的不舒服，抱持只要有人有需要以不影響他人為前提給予居士講法。</p>
F	<p>以宗教角度幫助他人解決問題。</p>	<p>就讀佛學院期間視佛法為幫助他人的工具，<u>認為透過佛法可以解決信眾的疑難雜症</u>，期許自己能以佛法幫助他人。</p>

	<p>困難與克服： 從小出家始終認為出家就是能夠幫助別人，個性內向對於可能出風頭的事都很排斥，經過心智逐漸成熟，認為身為僧人若要有能力幫助別人，必須多接觸任何有關佛教事務，並嘗試自己過去避而不碰的領域，例如：寺院事務的處理、管理寺院以及人際方面的應對等。意識到要成為稱職的僧人就必須面對人群的決心。</p>
--	--

參、小節

本研究除了了解僧人選擇出家生涯歷程外，主要著重青年僧人生涯認同之情形，透過訪談過程發現對僧人而言生涯就是生活，當受訪者對僧人身分產生認同時，對整體生活產生積極的作為，並會出現對宗教願景和連結。統整受訪者生涯認同之共同主題，發現青年僧人選擇出家的初期探索階段，因內、外因素影響下接觸到佛教，經個人內化做出生涯定向的決定，由受訪者選擇出家那一刻起，已產生僧人的生涯意識，是開始建立僧人身分認同的起點。

受訪者在生活當中逐漸確立自我觀念，透過本研究可以發現，青年僧人的身分轉變，皆遭遇困難與挫折，藉由使命感支撐，呈現生涯認同。一路走來建立自信，找到人生中最有意義的事，進而建立自己人生目標，對生涯目標則有積極的身分實踐。

第五章 討論

本章共分三小節，依序為研究討論、研究限制與建議、研究反思。

第一節 研究討論

壹、青年僧人生涯認同歷程之討論

國內目前有關生涯認同研究中，多半以職業或工作取向居多，卻從未探討有關青年僧人生涯議題的相關研究，因此激起研究者想深入研究的動力。本研究得知青年僧人的生涯便是生活，在僧人的生活中青年僧人歷經過去、現在並刻劃未來，逐漸的確立對生涯的認同。

一、青年僧人生涯探索初期之差異

依本研究結果可將受訪者生涯發展過程初期，也就是生涯迷惘與探索階段，以受訪者經驗分為兩種現象，分別為：

- (一) **迷惘現象**：部分受訪者在選擇出家為僧歷程時，碰到生涯猶豫與逆境，涉及範圍有家庭重大變故、自我懷疑及未來發展等因素。其原因是經由內外交互影響下，在生涯探索時產生迷惘及生涯未定向的現象。
- (二) **順利發展**：部分受訪者生涯歷程中在家庭方面，家人給予開放的發展空間，或因外在環境給予自我探索及發展機會較多，因此善於自我規劃及自我評估，在生涯發展過程也就沒有迷惘的現象產生，相較之下較為順利的生涯發展。

二、青年僧人使命感出發點差異

研究結果發現青年僧人使命感分為三大出發點，分別為自我任務、他人利益以及宗教傳承三種不同角度，以下分別說明：

- (一) **自我任務**：受訪者認為僧人「應當」投入僧人身分與職責修行、持戒、弘

法等視為僧人應盡任務，受訪者實際看法為：自己身為僧人就是要投入弘化工作、既然選擇出家就要好好做個出家人、期許自己成為佛教的燈塔。

(二) **他人利益**：受訪者發現佛教對眾生有益，以宗教的方式有效幫助他人，因此青年僧人以他人利益作為使命出發點。

(三) **宗教傳承**：經佛法修持、體驗與經歷種種受到佛教的益處，因此認為佛法的傳承是必要的，因佛法對自己有幫助，便認為佛教有傳承的必要，希望透過弘化讓能佛教發揚光大再次復興。

貳、青年僧人重視專業能力的提升

六位受訪者中，就有五位曾進到佛學院或佛教大學就讀，至今還有三位受訪者選擇繼續在佛教領域進修，另一位受訪者則是計畫未來有機會能到佛學院中學習。由此現象故知現在的青年僧人重視自我專業知的提升，為了長遠目標做努力，更具長久為佛教服務的願心。



第二節 研究限制與建議

壹、研究限制

本研究以滾雪球方式尋找研究對象，邀請 20-35 歲並受具足戒滿三年以上者之佛教青年僧人，最終共有 5 位比丘 1 位比丘尼同意成為研究對象。尋找研究對象時，發現身分限制過於狹隘，導致找尋樣本困難，僅能從六位參與者作為分析。另外，因時空有變異特性，本研究受限於特定時空範圍。最後，研究對象之常住道場，其規模影響受訪者出家歷程，研究者邀請受訪對象過程中，也曾試圖尋找中、大型佛教道場適合之受訪對象，但由於此類對象須經許多繁瑣之行政申請流程，因此本研究所有受訪者皆來自小型道場或獨修僧人。以上種種原因皆影響研究資料蒐集的豐富性。

貳、研究建議

本次研究邀請受訪者過程中，本研究取樣對象皆來自小道場或獨住道場，經由研究回顧可得知，道場規模影響範圍包含制度與道風，因此未來研究對象建議可擴大到中、大型道場，進行個案研究與探討比較。另外，由於近代缺乏有關青年僧人的相關研究，加上本研究之研究限制，因此建議可以放寬年齡限制，增加資料蒐集的廣度。

第三節 研究反思

壹、求學經驗與生命反思

經由此次論文的撰寫，對研究者而言可說是在求學路上建立一座里程碑。過去的求學經驗，成績表現方面絕對不是最突出的，這部份原因可回推到國小一年級，因於午休期間與同學交頭接耳，被班導師罰寫課文，回到家抄寫到三更半夜的經驗，從那刻起我便開始排斥書本。也或許是將讀書、寫字這些學習方式認知為變相的懲罰，因而排斥書本。除此之外，當我領受照本宣科的教學方式，也不會產生好的學習成效。回想過去成績的起伏，會因教學方式差異與學習體驗而產生高低落差，填鴨的教育模式，讓我失去學習的動力，這些情況隨著我越來越成熟而產生的意識和認知。

最初選擇就讀生命教育，希望藉由研究所課程釐清自己的生命歷程，用客觀的角度跟過去的自己對話，以多元、開放的視角接納自己，面對那不完美的過去，找回自我肯定與向上的力量。兩年的課程當中藉由主動的學習，梳理自我生命歷程，對自我概念逐漸清晰，肯定自己存在的價值。

貳、論文撰寫與收穫

進行論文撰寫的過程，必須透過大量閱讀，文獻爬梳，這是論文中基本的過程，對我而言是極具挑戰的一大關卡，憑藉著對論文题目的熱情，咬緊牙根閱讀著那些密密麻麻的文字，從中找出所需資訊，再一一歸納在文章當中，經過論文寫作的洗禮，增進的不只是閱讀、寫作能力與知識的學習，同時提升邏輯思辨的能力。

經由本次研究過程，看到一群與研究者年紀相仿的青年，為了自己的信仰願意全心投入，其中的付出，充滿大愛與使命的生涯。深入了解每位受訪者的生涯經歷中，體認到出家人也是人，做出家決定的剎那是需要很大勇氣，經歷一番取捨，決定踏上如來家業的人生，研究者是由衷佩服。

研究者回憶過去處處充滿框架的成長歷程，至今逐漸建立「我」的觀念，嘗試跳脫過去框架的束縛，享受解放的當下，從未想過過著那持守戒條，一切從簡清淨生活，捨棄目前生活模式。研究者認為佛教的教理、教義是種人生哲理，且能調適身心，將其運用於生活能夠轉化負能量的作用。經過數次與受訪者訪談過程，感受到這些努力不懈以及突破自我的精神，值得研究者學習，而受訪者們的勇氣與決心是透過研究後得到受用的收穫。



參考資料

- 內政部 (2022)。各宗教服務概況。取自：
<https://religion.moi.gov.tw/Home/ContentDetail?cid=Report&ci=1>。
- 內政部戶政司 (2023)。人口統計資料。取自：
<https://www.ris.gov.tw/app/portal/346>。
- 王玉珍、吳麗琴 (2009)。大一回顧升學生涯抉擇與生涯適應之脈絡互影響模式探究。《中華輔導與諮商學報》，25，39-79。
- 何維哲 (2022)。父母對子女生涯發展的情緒勒索策略與子女意圖歸因及因應策略之相關研究 (未出版之碩士論文)。臺北市立大學心理與諮商學系研究所。
- 吳嫻穎 (2018)。北北基國小正式與代理教師之組織承諾與幸福感-以生涯認同與角色困擾為中介之探討 (未出版之碩士論文)。國立臺灣海洋大學教育研究所。
- 吳淑禎 (2018)。生涯韌力：大學青年的生涯逆境知覺及其因應策略之研究。《教育科學研究期刊》，63(3)，197-230。
- 呂凱文 (2005)。論僧俗二眾之宗教教育——從僧俗身分的區別與宗教職能的定義為談起。《世界宗教學刊》，5，59-109。
- 李沂蓁、郭瓊灩 (2015年5月1日)。國內大學生生涯猶豫現況與相關輔導策略。2015 性別、家庭與生涯學術研討會—翻轉家庭與職場失衡 [會議論文]。學術研討會，新北市。淡江大學教育心理與諮商研究所。
- 李宛玲 (2008)。自我認同、角色認同、組織認同與工作績效關聯性之研究 (未出版之碩士論文)。銘傳大學。管理研究所。
- 周麗玲 (2010)。佛教法師出家時經歷親人態度的因應與適應之研究 (未出版之碩士論文)。國立台北護理學院生死教育與輔導研究所。
- 林雨德 (2018)。運動員認同、自我複雜度兩主動生涯行為之關聯 (未出版之碩

- 士論文)。國立嘉義大學體育與健康休閒學系研究所。
- 林繼偉、黃小芬、邱春蘭、蔣琳琳 (2007)。生命實踐與自我認同：以服務工作及售貨從青年生涯適應行為為焦點探究。中華輔導學報，21，33-70。
- 法鼓文化編輯部 (2019)。祈願·發願·還願 (二版)。法鼓文化。
- 金樹人 (1997)。生涯諮商與輔導 (初版)。臺灣東華。
- 洪嘉偉 (2013)。大學生生涯發展與生涯阻隔之關係研究-以南部地區大學教育系學生為例 (未出版之碩士論文)。國立嘉義大學教育學系研究所。
- 范麗娟 (1994)。深度訪談簡介。戶外旅遊憩研究，7(2)，25-35。
- 香光莊嚴雜誌編輯組 (1994)。三間威儀，八萬細行。香光莊嚴，40，14-18。
- 紐文英 (2020)。質性研究方法與論文寫作 (三版)，雙葉書廊。
- 紐文英 (2021)。研究方法與設計——量化、質化與混合方法取向 (三版)。雙葉書廊。
- 張寧軒 (2023)。安寧居家護理師生涯發展歷程之敘事研究 (未出版之碩士論文)。國立臺北護理健康大學醫護教育暨數位學習研究所。
- 許雁婷 (2017)。應用樂高認真玩促進大學生生涯認同之個案研究 (未出版之碩士論文)。國立清華大學教育心理與諮商學系研究所。
- 陳自情 (2005)。少子化社會下之財富管理 (未出版之碩士論文)。元智大學管理研究所。
- 陳佩鈺 (2004)。僧侶自我轉化經驗及其自我觀之敘事研究 (未出版之碩士論文)。彰化師範大學輔導與諮商學系研究所。
- 陳清香 (2022)。周宣德的弘法生涯及所創立的慧炬機構，顏尚文，臺灣佛教通史 (初版，59-76)，彌陀文教基金會。
- 黃素霞 (2008)。當代台灣佛學院課程規畫之探討 (未出版之碩士論文)。南華大學宗教學研究所。
- 黃運喜 (2016)。以社會企業因應台灣佛寺面臨少子化與高齡化之衝擊。弘誓，

141, 6-13。

黃瓊慧 (2018)。星雲大師簡食觀及其實踐之研究 (未出版之碩士論文)。南華大學人文社會宗教研究所。

楊育儀 (2017)。生涯認同發展理論之探討與組織管理及員工協助方案應用。T&D 飛訓, 234, 1-31。

楊彩苓 (2018)。臺灣當代僧伽老病關懷之研究 (未出版之碩士論文)。玄奘大學宗教與文化學系研究所。

聖嚴 (2005)。歸程 (三版)。法鼓文化。

廖淑珍 (2002)。當代臺灣佛教的佛陀觀及其宗教實踐 (未出版之碩士論文)。玄奘大學人文社會學院宗教學研究所。

蔡淑貞 (2010)。獅頭山元光寺客籍尼眾異地出家—性別觀點 (未出版之碩士論文)。國立高雄師範大學教育學系研究所。

鄧偉仁 (2020)。臺灣高等教育下「佛教教育」的挑戰與展望——以法鼓佛教學系為例。玄奘佛研究學報, 34, 99-148。

學忍 (1992)。略談未來佛教僧伽人才之分類與規劃。僧伽, 1(2), 25-33。

蕭志賢 (2016)。男性諮商心理師生涯認同之敘說研究 (未出版之碩士論文)。臺北市立大學心理與諮商學系研究所。

賴若瑤 (釋見妙) (2020)。臺灣僧侶個人或少人數的僧團在面臨缺乏經濟與醫療資源困境之初探 (未出版之碩士論文)。佛光大學社會學暨社會工作學系研究所。

謝莘莘 (2005)。當代台灣佛教僧尼的戒律觀及其生活實踐 (未出版之碩士論文)。玄奘大學宗教學系研究所。

韓栢希、劉祐呈 (2023年06月17日)。高等教育普及化普及背後的隱憂。中正E報。取自：<https://enews.ccu.edu.tw/p/406-1089-42487,r581.php?Lang=zh-tw>

藍吉富 (2012)。「新漢傳佛教」的形成——建國百年臺灣佛教的回顧與展望。弘

誓雙月刊，120，17-28。

嚴曉竺（2018）。佛光僧伽教育之研究（未出版之碩士論文）。南華大學人文學院宗教學系研究所。

釋光持（2020）。臺灣大專院校「佛學社團」之研究（1961-2016）。玄奘佛學研究，33，133-180。

釋印順（2000）。佛法是救世之光（新版1刷），正聞。

釋印順（2005）。成佛之道：增注本（新版），正聞。

釋自衍（2013）。臺灣佛教比丘尼教育發展概況。佛教圖書館館刊，56，78-100。

釋星雲（1999）。佛法僧三寶（初版）。佛光文化。

釋悟因（2017）。僧寶要負起讓佛法久住世間的使命。香光莊嚴，129，9-10。

釋聖嚴（1980）。今日的臺灣佛教及其面臨的問題。現代佛教學術叢刊，87，151-176。

釋聖嚴（2005）。法鼓家風（二版）。法鼓文化。

釋聖嚴（2015）。佛教入門（三版）。法鼓文化。

釋聖嚴（2020）。菩薩戒指要（三版）。法鼓文化。

釋演皓（2019）。靈性照顧與內在轉化之整合——一位安寧臨床佛教宗教師之自我敘說研究（未出版之碩士論文）。法鼓文理學院生命教育碩士學位學程。

釋慧燈（2013）。現代僧伽老病安養之討論—以三個機構為例（未出版之碩士論文）。佛光大學生命與宗教學系研究所。

Dik, B. J., & Duffy, R. D. (2009). Calling and vocation at work: Definitions and prospects for research and practice. *The Counseling Psychologist*, 37(3), 424-450.

Earl Babbie (2016)。社會科學研究方法（林秀雲譯：三版）。新加坡商聖智學習。（原著出版於1975年）。

Erikson, E.H. (1968). *Identity: youth and crisis*. Norton & Co..

- Gerald Corey & Marianne Schneider Corey (1990)。追求未來與過去（李茂興譯：出版）。弘智文化。（原著出版於1978）。
- Lieblich, A., Tuval-Mashiach, R., & Zilber, T. (1998). *Narrative research: Reading, analysis, and interpretation*. Sage Publications, Inc.
- Lock, R. D. (1996). *Taking charge of your career direction*. Pacific Grove, CA : Brooks/Cole Publishing Co..
- Marcia, J. E. (1980). Identity in adolescence. *Handbook of adolescent psychology*, 9(11), 159-187.
- Norman C. Gysbers & Earl J. Moore (1975). Beyond Career Development—Life Career Development. *The Personnel and Guidance Journal*, 53(9), 647-654.
- Norman C. Gysbers、MAry J. Heppner、Joseph A. Johnston (2020)。生涯諮商：優勢、多元、全方位（田秀蘭、吳芝儀、楊育儀、林昱芳、劉怡佳：初版）。心理出版社。
- Patton, M. (1990). *Qualitative evaluation and research methods* (2nd ed.). Sage.
- Savickas, M. L. (2011). *Career counseling*. Washington DC: American Psychological Association.
- Stryker, S., & Burke, P. J. (2000). The past, present, and future of an identity theory. *Social Psychology Quarterly*, 63(4), 284–297.
- Super, D. E. (1980). A Life-Span, Life-Space Approach to Career Development. *Journal of Vocational Behavior*, 16, 282-298.
- Super, D. E., Savickas, M. L., & Super, C. M. (1996). The life-span, life-space approach to careers. *Career choice and development*, 3, 121-178.

附錄（一）受試者同意書

FJU-IRB F-017 /20201110

計畫編號: 0111087

輔仁大學人體研究倫理委員會
受試者說明暨同意書

請依核准版本執行

我們邀請您參加本研究，此份同意書提供您本研究相關資訊，研究主持人或研究人員將為您詳細說明並回答任何問題。請您慎重考慮後簽名。您須簽署同意書後才能參與本研究。

本同意書由 受試者本人 簽署 本同意書由 非受試者本人 簽署

計畫主持人簽名: 郭文正 日期: 112年01月17日

計畫名稱	中文	臺灣佛教青年僧人生涯認同之研究		
	英文	A Preliminary Study of Taiwan Buddhist Young Clergy on Career Identity		
研究機構名稱	法鼓文理學院生命教育學系 碩士學位學程	經費來源	自籌	
主持人姓名	郭文正	主持人職責	總籌、督導、執行研究	
主持人職稱	生命教育碩士學位學程 助理教授	聯絡電話	[REDACTED]	
研究人員/助理	劉澶枋	聯絡電話	[REDACTED]	
24小時緊急聯絡人	郭文正	聯絡電話	[REDACTED]	

受試者姓名		性別		生日	
電子郵件		聯絡電話			

<p>一、研究背景或計畫簡述：</p> <p>佛教僧人是佛教神職人員，具宗教師的專業屬性，惟性質與社會一般職業不同，其經濟維持需仰賴信眾奉獻或供養，並且根據佛教教理其生涯活動主張為大眾利益。以宗教傳承角度來說，佛教青年僧人扮演著接續宗教發展之使命，是相當重要的角色。國內近十年內以佛教僧人為主題研究較少，以研究僧人生涯認同相關研究更是稀缺。故此，研究者欲以質性訪談方式，來了解青年僧人之生涯概況以及對於生涯認同的認知與看法。</p> <p>二、研究目的：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 了解臺灣佛教青年僧人生涯歷程 2. 探討臺灣佛教青年僧人生涯認同
--

同意書版本: 第 2 版 · 2023/01/17



三、研究對象之條件：

同時滿足以下條件：

1. 本國籍佛教僧人
2. 年紀介於 20 至 35 歲
3. 受具足戒滿三年以上

四、研究方法與程序：

本研究以滾雪球方式介紹潛在參與者。本研究在進行研究前告知參與者研究目的、研究進行方式、研究風險、研究參與者的相關權益...等內容幫助研究參與者了解研究，獲得參與者同意後簽署受試者同意書。研究訪談約進行 1-3 次，之後配合參與者，約定可行的受訪時間與地點，以一對一方式與研究參與者進行約 50 至 90 分鐘的訪談。研究者會邀請參與者述說自身的生涯歷程以及生涯認同等相關問題，參與者可根據自己的經驗分享想法和觀點。為了完整記錄內容，訪談過程將會錄音。

如果訪談過程有任何讓您不舒服的問題，您有權拒答，或者隨時停止訪談。在進行訪談時將請您放鬆，不要有任何壓力。您的回答不會對自身權益產生任何影響，也不會有法律上不利的影響。所收集到的研究原始資料僅限主持人團隊在研究用途上使用。若於訪談過程出現不適的身心反應，研究者將視受訪者意願及需求提供資源轉介。

研究所得的數位資料，保存於不與外部網路連接，且為本研究專屬之個人電腦硬碟中，研究資料由研究主持人專責保管並設有密碼。本研究資料與資訊會使用在本研究目的範圍內。在後續報告與論文的撰寫中，研究人員會保護您的隱私，若是引用您的訪談資料也會匿名處理，並避免洩漏其他可聯想之細節。

五、研究對象參與研究時可能產生之不便及應配合之事項：

研究訪談過程會全程錄音，每次訪談時間約為 50 至 90 分鐘。預計訪談 1 至 3 次。

六、可預見之風險及造成損害時之救濟措施：

1. 訪談過程可能讓您回憶起一些往事，若想起這些往事讓您不舒服，您可隨時停止或休息。若您出現較強烈的負向情緒，也會根據您的需求提供相關的心理諮詢或轉介。當您出現身心不適的情況時，您可隨時與計畫主持人郭文正(24 小時電話 ██████████) 聯繫，尋求說明或協助。如依本研究所訂計畫執行或與其相關之事由，因而引起傷害發生時，由法鼓文理學院負損害賠償責任。
2. 您不會因為簽署本同意書，而喪失在法律上的任何權利。



3. 若您不願意接受這樣的風險，您有權選擇不參與這項研究。

七、研究預期效益：

參與本研究未必會帶給您益處，但所得研究結果與發現將可讓我們更加瞭解臺灣的佛教青年僧人，在生涯認同實際情形。

八、研究材料之保存期限及運用規劃：

1. 您提供的原始資料，僅限在「臺灣佛教青年僧人生涯認同」之研究使用，不會提供給其他個人或單位使用。如果其他單位或與社會大眾福祉有關的其它研究計畫需要使用您的資料，我們將再次徵詢您的同意，否則我們絕不會提供給他們。
2. 您所提供的資料由研究者郭文正親自處理保存，並將資料保存在主持人研究室電腦中，電腦檔案且以加密處理，相關文件存放在上鎖的櫃子中，鑰匙由研究者親自保管。對於您參與研究的資料，計畫主持人將持保密的態度，一個研究號碼將會取代您的姓名。除了有關機構依法調查外，計畫主持人會小心維護您的隱私。您的資料將於研究結束後或研究發表後3年，由研究者負責銷毀。
3. 研究所得資料分析後會發表於碩士論文或研究中，但不會公佈您的姓名，所有內容會去識別化方式處理（含實際年齡、寺院等可辨別身分之訊息將會以採區間或是匿名方式呈現），同時計畫主持人將謹慎維護您的隱私權，如姓名等足以辨識個人身份等資料視為機密並妥善保存。
4. 您亦瞭解法鼓文理學院、衛生福利部、教育部及輔仁大學人體研究倫理委員會在不危害您個人隱私的情況下，依法有權檢閱您的資料以確保研究過程與數據符合相關法律及法規要求，上述人員亦會遵守保密之倫理。

九、研究對象之權益及個人資料保護機制：

1. 參加本研究計畫，您不需負擔任何費用；本研究亦無提供參與者車馬費或訪談費，請無償參與。
2. 研究過程中，如有新資訊可能影響您繼續參與研究計畫意願的任何重大發現，都將即時提供給您。
3. 如果您因為參與本研究，而發生任何不適或疑問，您可以隨時和計畫主持人聯絡，計畫主持人 郭文正，手機：
4. 若您對參與研究的相關個人權益有疑慮，您可和輔仁大學人體研究倫理委員會聯絡，電話：02-2905-6277、傳真：02-2903-3546、E-mail：irb@mail.fju.edu.tw 或郵寄地址：242062新北市新莊區中正路510號(羅耀拉SL102)輔仁大學人體研究倫理委員會收。



十、研究對象得隨時撤回同意之權利及撤回之方式：

您可自由決定是否參加本研究，如您選擇參加，研究過程中，您不需要任何理由，可隨時撤銷同意、退出研究，且不會引起任何不愉快及後續不良結果。若您決定撤回同意或退出研究時，您可以要求計畫主持人以下列方式處理您已提供之資料。此外，您已充分了解，必要時，研究主持人或研究計畫補助單位也可能中止本研究之進行。如果您在提供本研究之相關資料後，改變心意，您可以要求主持人以下列方式處理已經從您個人所提供之資料：

- 已收集資料願意繼續提供主持人於本研究計畫中使用，計畫結束後請依所定時程處理或銷毀。
- 已收集資料不願意繼續提供主持人於本研究計畫中使用，計畫結束後請依所定時程處理或銷毀。

十一、研究可能衍生之商業利益及其應用之約定：

本研究預期不會衍生專利權或其他商業利益。

十二、簽名欄**(一) 解說同意書人**

(本計畫中擔任之職稱 計畫主持人 研究助理)

本人已詳細解釋說明本研究計畫的內容，及參與本研究可能產生的風險與效益，並已回答受試者之疑問。

解說人員簽名：_____ 日期：____年____月____日(務必填寫)

(二) 受試者

經由說明後本人已詳細瞭解上述研究計畫內容，及可能產生的風險與效益，有關本研究計畫的疑問，亦獲得詳細解釋。本人同意、自願參與此研究，且將持有同意書副本。

受試者簽名：_____ 日期：____年____月____日(務必填寫)

通訊地址：

(三) 計畫主持人簽名：_____ 日期：____年____月____日(務必填寫)



附錄（二）受訪者口頭招募說明信

C11087

受訪者口頭招募說明信

請依核准版本執行

（某某某），您好：

我是法鼓文理學院生命教育學程的研究生劉澶枋，目前在郭文正老師指導下進行「臺灣佛教青年僧人生涯認同」的研究。佛教僧人是佛教神職人員，具宗教師的專業屬性，性質與社會一般職業不同，僧人是根據佛教教理主張利益大眾。以宗教傳承角度來說，佛教青年僧人扮演著接續宗教發展之使命，是相當重要的角色。國內近十年內以佛教僧人為主題研究較少，以研究僧人生涯認同相關研究更是稀缺。故此，研究者欲以質性研究訪談方式了解青年僧人生涯概況以及對於生涯認同的認知與看法。

本研究希望招募之研究參與者為：1、臺灣出生且受具足戒滿三年之僧人。2、年齡介於 20 至 35 歲者。研究者會向研究參與者說明研究目的與進行的方式，取得參與者同意後簽署同意書。依參與者需求協調合適的訪談地點與時間。訪談進行 1-3 次，每次訪談過程 50 至 90 分鐘。若您願意參與本研究，請您跟我聯繫。或您知道其他可能對本研究有興趣者，請您協助鼓勵他們跟研究者聯繫。

在此向您至上萬分感謝！

敬請 學安

研究生

聯絡電子郵件：

劉澶枋 敬上

郭文正
111.12.22



附錄（三）訪談大綱

011087

臺灣佛教青年僧人生涯認同之研究

訪談大綱

請依核准版本執行

本研究以半結構式深度訪談法，深入了解臺灣佛教青年僧人生涯認同之情形。研究人員進行訪談時會依據您的回應與實際訪談狀況調整訪談內容，同時尊重您的個人隱私並關注您的心理狀態，因此訪談問題僅具參考及引導作用，您根據您自身經驗及自在的方式回應即可。若當次的訪談無法在時間內完成，研究者會視情況增加次數並與您做進一步的討論後續訪談事項。以下是本研究訪談大綱，供您參考。

訪談問題如下：

1. 首先請您簡單地自我介紹？
2. 請您說說您個人的出家經歷？到目前為止出家多久時間？為什麼會想出家？
3. 請您說說一開始您對於僧人身分的理解是什麼？出家前對於僧人或出家生活有何想像或看法？
4. 請問您出家前有規劃自己出家後達到甚麼目標嗎？或是當時出家有計畫或是建立甚麼方向嗎？
5. 請您談一談您對於出家前後身分轉變有何體悟或想法？
6. 請您說說出家後的日常生活？都在做些甚麼？有無因年齡而有所差異？
7. 請問您出家至今您對於自己目前的僧人身分有何想法？甚麼情況讓您產生持續的動力？
8. 請問您是否有其他想要補充或是想說的事項？

郭文正
111.11.27



附錄（四）研究倫理講習證明



財團法人醫學研究倫理基金會
Medical Research Ethics Foundation

證書編號：20221217-96

訓練證明

茲證明 劉澶枋 君(身分證字號前五碼 ██████████)參加 2022 年 12 月 17 日由財團法人醫學研究倫理基金會主辦與財團法人孫亞夫醫學推廣基金會協辦之「人體試驗研究倫理講習班」視訊課程，共計 8 小時(含認證考試及格 2 小時)，特此證明。

課程與講師：

影像醫學人工智慧：A to Z	郭萬祐 教授 臺北榮民總醫院/陽明交通大學
精準醫療之政策法規與倫理考量	邱玫惠 教授 東吳大學法律系
問卷/訪談/網路研究的倫理考量	陳祖裕 醫師 大林慈濟醫院院長室顧問
醫學研究設計方法與計畫書撰寫	林志榮 副教授 長庚大學 臨床資訊與醫學統計研究中心
招募廣告與知情同意的過程 及注意事項	梁利達 藥師 臺中榮民總醫院 受試者保護中心管理師
IRB 的角色功能與研究倫理審查	陳書毓 督導長 彰化基督教醫院 第一-IRB副主任委員

何橈通

財團法人醫學研究倫理基金會
董事長

中 華 民 國 111 年 12 月 17 日

附錄（五）原創性比對證明

turnitin 遭妨 劉 0628-1劉道勝-臺灣佛教青年僧人生涯認同

相符處總覽

5%

Rank	Source	Similarity
1	nditd.ncl.edu.tw 網際網路來源	1%
2	ncur.lib.nccu.edu.tw 網際網路來源	<1%
3	rportal.lib.ntnu.edu.tw... 網際網路來源	<1%
4	counsel.utaipei.edu.tw 網際網路來源	<1%
5	buddhism.lib.ntu.edu.tw 網際網路來源	<1%
6	advisory.utaipei.edu.tw 網際網路來源	<1%
7	epdf.tips 網際網路來源	<1%
8	www.airtlibrary.com 網際網路來源	<1%

頁面: 1/114 字數: 33122 唯文字報告 | 高解析度 開啟



法鼓文理學院
Dharma Drum Institute of Liberal Arts



法鼓文理學院

Dharma Drum Institute of Liberal Arts