

靈性復興？靈性實踐與社會工作

在哲學傳統中，靈性（spirituality）經常被「誤認」為屬於宗教信仰、情感經驗或神秘主義的範疇，因此長期被邊緣化於「理性」（rationality）探討之外。然而，隨著20與21世紀的哲學逐漸回頭，為了因應現代性危機、存在困境與價值解構的挑戰，靈性議題重新獲得嚴肅對待。David McPherson在2017年所主編的《靈性與良善的生活：哲學的觀點》即是一部代表性著作，集結多位當代哲學家，探討靈性在倫理學、人生哲學與文化批判中的意義。當代哲學之所以重新重視靈性議題，並非是對宗教回歸的懷舊，也不是重返神秘經驗浪漫化，而是出於對現代人存在困境的深刻反省。靈性為哲學提供了一個重新思考良善的生活、倫理德行與存在意義的路徑，並將理性、情感與實踐統合於人性整體的關懷中。

靈性關懷（spiritual care）與社會工作專業的發展之間存在密切關聯。隨著全球化、多元文化與全人照顧（holistic care）理念的興起，靈性已不再受限於宗教信仰的範疇，而開始被納入社會工作實務與助人專業教育的核心。社會工作的核心價值包括，尊重個人尊嚴、促進社會正義、關注全人福祉等；而靈性關懷所關注的「生命意義」、「希望感」、「連結」正與此緊密呼應。在許多社會工作實務領域中，靈性關懷已被證實具有促進復原力、強化希望感、協助創傷療癒、提升生命滿意度的力量。隨著對全人照顧、跨領域合作之重視，靈性關懷逐漸被納入社工教育課程、研究計畫與實務訓練之中。靈性關懷不再只是社會工作的附加選項，而是其核心價值的深化與實踐。在關懷理論與實務日益複雜、多元的今日，靈性作為促進整體健康、文化敏感與符合倫理思考的照顧要素，應被持續納入社會工作者的專業發展歷程中。唯有將靈性與社會工作的倫理、實務、研究進行整合，方能實現真正以「人」為本的全人關懷。

壹、靈性的意義

靈性 (spirituality) 是甚麼？它其實是已經超越了傳統宗教的框架，成為當代人們在面對生命意義、存在困境、苦難與希望時所依憑的深層資源。靈性既是一種內在的實存經驗，也是一種價值導向的生活方式。從哲學、宗教與社會工作實務的角度來看，靈性的定義與功能具有多層次意涵。

從社會工作實務的角度來看，Edward R. Canda、Leola Dyrud Furman與Hwi-Ja Canda在2020年的《社會工作實務中的靈性多元化：助人的核心》一書中，將靈性定義為是「一種普遍的人類現象，涉及尋求生命的意義、目標、連結與超越的歷程」，強調靈性具有跨文化與非宗教的特性。他們提出五個靈性的核心構面：意義 (meaning)、連結 (connection)、超越 (transcendence)、信念與價值 (beliefs and values)、靈性實踐 (spiritual practices)。此一架構提醒社會工作者應以更寬廣的視野來看待服務對象之靈性表達，並且尊重其在文化背景與生命經驗中展現靈性的方式，例如透過自然、藝術、人際關係、默觀等活動，達到內在整合與希望重建。

McPherson則是從哲學角度主張，靈性是一種實踐性的生命導向 (practical life-orientation)，受到人們對「自我超越的意義來源」 (self-transcending source of meaning) 的理解所引導。他指出，靈性不單是個人的情感狀態或信仰歷程，更帶有規範性要求，即個體在靈性實踐中面對的倫理責任與價值承擔，如尊敬、感恩與德行修養。這樣的觀點與Canda等人所強調的靈性在行動層次的重要性相呼應，使靈性不僅是內在經驗，也是一種「關係的存在方式 (relational way of being)」。

從哲學的觀點，靈性的意義在不同傳統中，均呈現多樣而深刻的詮釋。以道家為例，老子在《道德經》中指出，宇宙萬物都來自於「道」，而這個「道」不斷地在變動，沒有固定的形式，也不會消失。老子的《道德經》可說是一部政治哲學和社會哲學之合體，只要能合乎「道」和「自然」，就是一個良善的社會。所以，我們應該學習「致虛極，守靜篤」，虛靜是自然狀態，持守虛靜，才合乎自然，便不會起紛擾。老子也提醒我們，「上善若水。水善利萬物而不爭，處眾人之所惡，故幾於道」。為人處事應學習「水」一樣地利益眾生，但要能「處下而不爭」。靈性的生活應體認「五色令人目盲，五音令人耳聾，五味令人口爽，馳騁畋獵令人心發狂，難得之貨令人行妨」，因而摒棄物慾的誘惑而保持知足的態度。靈性的生活不是透過追求或控制而得，而是透過「無為而無不為」的態度，進入「虛靜」、「柔弱」、「自勝」、「自足」的境界。這

種靈性觀強調順應自然、放下自我執著，並透過靜觀和不爭實踐與宇宙和諧共處。

「一切有為法，如夢幻泡影，如露亦如電，應作如是觀。」《金剛經》的這段話明顯說明了宇宙萬象的本質，面對如此無常的世界，難免充滿許多苦厄與逆境，我們更應該學習以「慈」、「悲」、「喜」、「捨」積極面對人生。聖嚴法師以《維摩經》詮釋「慈」就是無條件的關懷，關懷不應有親疏遠近之分，應該怨、親平等。「悲」是將自己所修的一切功德分享給眾生，而且是一種不求回饋的布施；「喜」是利益眾生之後，只要是對眾生真的有益處，定會喜悅；「捨」泛指不是自私自利地為個人，而是為一切眾生去追求去努力者，都可稱為「捨」。換言之，在行布施之後，不要在乎、不要放在心上。「慈」、「悲」、「喜」、「捨」還蘊含著「應無所住，而生其心」的無漏智慧。「而生其心」所生的是慈悲心和智慧心，以智慧與慈悲促進自己和他人共同的解脫。

從東方文化（佛學、老莊哲學）來看，靈性的實踐在此是一種修行的過程，如正念禪修、八正道與戒律生活，使人超越貪、瞋、癡與無明的束縛，進入涅槃之境。這種靈性觀強調在痛苦中發現智慧與慈悲的潛能，極適合於生活於困惑中的所有人。從佛學的角度來看，靈性並非是一種追求的境界，而是不斷實踐靈性的過程。因此，追求靈性應有「眾生無邊誓願度，煩惱無盡誓願斷，法門無量誓願學，佛道無上誓願成」的實踐精神。

西方的基督宗教，則強調靈性為與上帝建立關係的歷程，並以愛（agape）為核心實踐原則。這種愛是無條件、自我超越的，是人對上帝的回應，也是對他人關懷與服務的動力。前天主教教宗方濟各，在《眾位弟兄：論兄弟情誼與人際友愛》通諭中指出，愛不僅展現在親密關係，也應體現於社會、經濟、政治的關係上。所以，我們應共同培養社會的愛德、經濟的愛德和政治的愛德。方濟各教宗的靈性觀點和社會工作人在環境中的專業特色相呼應。《聖經》中，「愛人如己」、「寬恕」是靈性成熟的表現。基督宗教的靈性同時強調信、望、愛，並將苦難視為「與基督共苦」的靈性契機。在靈性關懷中，這種信仰導向有助於服務對象在絕望中尋找神的臨在與安慰。

靈性作為人類對生命意義的深層回應，具有跨宗教、跨文化與跨學科的普遍性。無論是以「道」為核心的自然合一觀、以福慧雙修的修行之路，或是以「愛」為行動根據的信仰關係，靈性都為人們提供了一條超越苦難、重建生命意義與希望的可能路徑。社會工作者若能發展靈性敏感度，不僅能更好理解服務對象的生命處境，也能在照顧過程中實踐「同理而不判斷、陪伴而不主導」的倫理態度。靈性關懷不在於將某一信仰強

加於服務對象，而是在於創造出讓服務對象得以安全表達其靈性經驗、價值與信仰的空間。透過多元靈性觀的理解，社會工作專業得以在助人關係中發揮更深層的療癒功能，幫助人們重建與自我、他人、自然或神聖的連結。

貳、靈性關懷與社會工作專業

社會工作的專業特色在於強調「人在環境中」(person in environment)，重視服務對象本身與其家庭、人際、社會環境之間的互動關係。靈性關懷作為促進服務對象整體福祉的重要實踐方式，亦需在這些不同層面上具體落實。

一、服務對象個人的靈性關懷

靈性是人面對苦難、創傷與生命挑戰時的重要資源。靈性關懷能幫助服務對象重新連結生命意義、價值與希望，進而提升其心理健康與整體福祉。社會工作者在與個案互動中，可透過生命敘說、靜默陪伴、正念練習、生命回顧等方式，協助服務對象探索其靈性信念與核心價值，進而培養面對苦難的內在力量。正向靈性因應(positive religious coping)有助於創傷復原與壓力調適；有關創傷的研究，亦證實靈性是促進創傷後成長的重要因素。因此，靈性不僅是心靈慰藉，也是一種存在的療癒實踐。

二、人際關係與家庭關係

靈性不僅是個人的內在經驗，也深刻地展現在與他人的關係中。以基督宗教的愛、佛教的慈悲、道家的無為與和諧為例，靈性常常強調人與人之間的同理、接納與無條件的尊重。在家庭或親密關係中，社會工作者可協助服務對象修復關係中的傷害，透過寬恕、自我覺察與心靈重建，重新建立信任與愛的流動。在家庭治療、伴侶諮商或親職教育中，靈性關懷有助於促進成員間更深層的理解與共鳴。此外，靈性也可幫助服務對象理解家庭系統與代間創傷中的意義層面，進一步釋放長期壓抑的情感與內在衝突。這種「關係中的靈性」有助於促進家庭系統的整合與自我療癒。

三、社會工作組織的職場靈性

社會工作專業強調實踐者本身的倫理修養與價值承擔，而靈性正是社工人員保持專業熱情與助人初衷的重要支柱。不過當代的社工職場中已產生工作枯竭(burnout)或

愛心枯竭 (compassion fatigue) 現象，也可能造成更多的安靜離職 (quiet quitting)。因此，組織的管理者在1990年代開始亦關注職場靈性的議題，職場靈性意指工作者在工作中感受到意義、連結與完整性。若社會工作組織能營造支持性的靈性文化，例如定期省思活動、團體支持、靜心時段、共識建立與情緒照顧，不僅能提升工作滿意度，也有助於預防職業倦怠與道德枯竭。此外，組織應尊重每位社工的人性尊嚴與靈性表達自由，不以績效至上為唯一價值標準，鼓勵工作者發展內在價值驅動的實踐理念。靈性亦可成為專業反思的重要資源，使社工能在困境中保持初衷與倫理判斷。

四、社群倫理與公共社會

靈性關懷不應限於個案、人際與組織層次，更應上升到社會與文化層面。當代社會面臨消費主義、功利主義與社會斷裂等問題，靈性可提供一種公共倫理資源，呼籲人類重視關係、敬畏、謙卑與愛的價值。尤其是在一個以個人為中心的主流文化價值中，倡議自我超越的靈性可作為回應現代性危機與社會價值崩解的社會力量。

社會工作者可在公共政策倡議、社區發展、媒體與社會教育等場域中，倡導尊重多元文化、包容信仰自由、重視生命意義等社會風氣。例如，推動高齡友善城市、善終政策、跨文化宗教對話等，皆是靈性倫理在社會轉化中的具體實踐。靈性關懷最終目的是，促進整體社會的療癒與共生，不僅關懷個人生命，也重塑我們共同的文化土壤。

Edward R. Canda、Leola Dyrud Furman與Hwi-Ja Canda在他／她們書中第二章以「Compassion, the Call to Service, and Ethical Principles for Social Work」為題，談了靈性關懷的三個核心議題，「慈悲」(compassion)、「服務的聖召」(the call to service)、「社會工作倫理原則」(ethical principles for social work)。「慈悲」強調的是，助人者應對人類的苦難所應具備的敏感性，並在主動行動意向上做出回應，在認識苦難、同理、回應三層次間取得平衡。「服務的聖召」則是呼籲助人者應關注自己成為社會工作者的內在動機，讓專業價值與個人使命感進行深度連結。值得注意的是，該書作者強調，這種助人使命的召喚，不一定來自宗教，有可能源於對正義、關懷、平等或改變社會的渴望。「社會工作倫理原則」則是分析當前社會工作倫理如何結合靈性照顧的脈絡，探討倫理衝突(如價值觀差異)如何應用於靈性與宗教情境下的實務判斷。

參、社會工作實務領域的靈性關懷

除了社會工作專業特色和靈性關懷的密切關係之外，靈性關懷在近二十年的社會工作理論與實務中逐漸受到重視，被視為促進整體健康與社會福祉的重要面向。而且靈性關懷在許多社會工作實務領域中均展現了顯著的成效，例如：

一、安寧療護與臨終關懷（Palliative and End-of-Life Care）

靈性關懷在安寧與臨終關懷中扮演核心角色，能夠協助病患與家屬在生命末期找到意義、接納現況並減少焦慮感。實務上，社工可透過生命回顧、儀式陪伴及靈性對話，幫助服務對象達成善終。研究指出，靈性介入可顯著提升病患的生活品質與情緒安穩感。

二、哀傷與失落輔導（Grief and Bereavement Counseling）

在面對失落與哀傷時，靈性關懷能幫助服務對象重構生活意義。社工可運用象徵性儀式、故事敘說與冥想等方法，協助服務對象表達情感與連結內在資源。此類介入在多元文化社群中特別有效，因為靈性常是哀傷支持的核心。

三、心理健康與創傷復原（Mental Health and Trauma Recovery）

靈性介入已被證實在創傷復原與心理健康促進中發揮積極作用。透過祈禱、冥想、正念與靈性團體支持，服務對象能更好地調節情緒、減輕焦慮與憂鬱。結合創傷知情照護（trauma-informed care）的靈性實務，有助於增強復原力。

四、成癮與復原服務（Addiction and Recovery Services）

在成癮復原領域，12步驟方案中的靈性元素已獲廣泛支持。社工可協助服務對象透過靈性實踐增強自我效能與戒癮動機，並建立持續的社群支持網絡。

五、醫療社會工作與慢性病支持（Medical Social Work & Chronic Illness Support）

對於長期病患者而言，靈性關懷可減輕疾病帶來的心理負擔，促進治療遵從性與生活品質。例如癌症病患透過靈性陪伴與團體支持，可顯著減少孤立感與無助感。

六、社區重建與災後復原 (Community Development & Disaster Recovery)

靈性團體在災後常成為物資與心理支持的主要來源。社工可與宗教及靈性社群合作，推動社會資本 (social capital) 重建，增強社區凝聚力與復原力。

七、跨文化與移民服務 (Cross-Cultural & Immigrant Services)

對移民與跨文化服務而言，尊重並整合服務對象靈性信仰是建立信任與促進社會融合的關鍵。靈性敏感度 (spiritual sensitivity) 能幫助社工在文化差異中維持有效溝通。

肆、臺灣社會工作靈性關懷的實踐

過去這幾年來，一些社會工作實務關於靈性關懷的教育培訓課程，大都偏向安寧照顧的靈性關懷。衛生福利部於推動志願服務之工作內容中，將靈性關懷列為推展多元創新志願服務的重點工作；2025年5月16日衛生福利部社會及家庭署所舉辦的「社區照顧關懷據點－創新課程講師培力計畫」記者會中宣布，將加速啟動對於長者的靈性照顧課程。

本期專題論述，邀請了臺灣不同社會工作領域專家學者提出他們對於靈性關懷的關注；收稿結果發現，臺灣的靈性關懷，目前仍以醫療與安寧照顧為最多。其次擴及對末期病人與家屬、燒燙傷患者、器官捐贈者家屬之靈性關懷經驗；兼而討論到如何培養安寧療護社會工作者、醫療健康志工的靈性素養。此外，在心理健康與藥物濫用領域，酒癮個案與藥癮個案服務中，也有許多靈性關懷介入行動。社區長者的靈性關懷，累積了包含運用生命故事、宗教信仰與原住民族的傳統靈性與醫療投入。值得注意的是，目前臺灣的長者社區關懷據點，雖然也想推展靈性關懷，但因為較缺乏專業人力，所以培養志工的靈性關懷知能，成為重要的起步。在兒少安置機構照顧、災變社會工作領域中也各有兩篇文章，論及安置機構兒少和災難現場的靈性需求，及社會工作者如何提供靈性關懷。

整體來說，本專刊論述靈性關懷的服務對象，以病患、病患家屬、藥酒癮者與長者居多，其次是有特殊需求的安置機構兒少、新住民、原住民族和災難受害者。在靈性的實踐方法部分，有幾篇文章與特定宗教觀點較有連結，分別是從佛法、禪修與宗教信仰團體的方式，關心社會工作本身的自我照顧與服務對象的靈性福祉。靈性關懷如同社

會工作專業特色，應同時重視服務對象本身、人際、社會環境之間的互動關係。較為可惜的是，本期專刊文章多數著重於服務對象本身與社會工作本身的靈性素養，較少關注中距層級的各類型組織與社會環境層面，僅一篇文章提及社會工作督導如何關心社會工作者的靈性福祉，另一篇文章討論社會工作的職場靈性，以提升社會工作者在職場上的尊嚴。這顯示，多數人還是將靈性視為是個人的內在生命經驗。作者呼籲，未來社會工作實務的靈性關懷，應可多關心組織和社會環境層面的議題。

伍、結語：追求良善的生活

我們相信多數人都希望追求良善美好的生活。在2025年的《全球幸福報告》中具體指出，絕望死（deaths of despair）已經是在全球造成不幸福的重要因素。絕望死之所以普遍流行，是因為在當代社會中許多人失去了生命的意義，對生活喪失了希望，足以彰顯靈性關懷何其迫切。靈性關懷作為社會工作專業中不可或缺的一環，其內涵遠超越宗教信念，乃是一種整合性的倫理實踐。從服務對象的個人福祉、人際與家庭關係、工作組織文化到社會風氣改革，靈性皆具有實踐空間與倫理價值。社會工作者應致力於培養個人的靈性敏感度，並將靈性融入專業判斷與服務歷程，以能落實以人為本、全人照顧、關係導向的助人價值。