

第三章 台灣新時代運動參與者的自我靈性觀念

第一節 台灣新時代運動參與者的宗教觀

在本研究的進行過程中，有相當多的受訪者曾經表示新時代運動對他們影響很大，而這些影響多半顯現在其觀念上。以 F73b 為例，新時代運動對她最大的影響在於改變了她原有的輪迴果報觀念，代之以賽斯書的境由心造觀。這種觀念的改變，有時是簡單的行動原則或價值判斷的準則的改變，有時則大到是整個人宇宙觀的改變，因而改變了此人看待世界、自身生命的種種視野。

在這些不同受訪者之間所受到的不同影響之間，有些相同的觀念，也有些各個受訪者不同的特殊的觀念，透過先前討論過的靈性轉化經驗，我們已經了解新時代運動與宗教信仰同樣能夠對其追隨者產生靈性轉化的經驗，接下來便是探討，新時代運動參與者如何看待宗教以及新時代運動，亦即探究新時代運動參與者的宗教觀。

一、萬教同宗

在許多受訪者當中，都提到了一種“各個宗教雖然不同，但是背後道理是相通的”的觀念。F65 表示自己對於新時代運動的書籍、或是自己曾經研讀過的佛學，都覺得有相通之處，也不太想在自己所閱讀的不同思想系統之間進行比較或是辨別自己的想法主要來自於何系統。M81 則是強調宗教儀規背後的道理，並以一種異常的興奮談到他戴的佛珠和他覺得聖經很好看，顯示出他不覺得自己能被很清楚的歸類。F71 覺得所有宗教的源頭都一樣，跟新時代是同樣的意思；F77 則是認為賽斯講的道理跟釋迦牟尼差不多。這種“各宗教宗旨相同”或“各宗教背後道理相差不多”的觀念，不僅僅會被應用在新時代運動與傳統宗教之間，也會被應用在新時代運動彼此的思想體系之間，例如 F73b 就會覺得在某個新時代思想體系中不能讀懂、理解的觀念，可以在另外一個思想系統中彌補起來。M76 則會覺得新時代運動的各體系都有共通的一些特質，例如強調自由意志、合一等。F76a 則覺得宗教的差異，正統與否其實沒什麼好分的，各個宗教或是新時代要傳達的東西都是善的。

這些接觸新時代運動思想的參與者，抱持著認為各個宗教除開表象的差異之外，在某些深層的面向上是共通甚或共同的，這樣的觀念也使得他們對於各種不同宗教或是思想體系彼此之間的差異，採取一種接近忽視的態度。

這樣的態度，類似於自明清以來華人文化裡的新興教派中所包含的綜攝主義態度，透過一個普遍性的真理，來使得信仰者認為自己透過這個團體，既可會通所有的既存傳統宗教，又可以接觸宗教中最終極的東西。（丁仁傑 2001：11）

然而，新時代運動的參與者，卻未必有打算要“透過某個團體”來接觸這個終極普遍性的真理，也不必定認為新時代是這個綜攝主義所匯集的唯一方向，以前述的 F65、F71 或是 F77 為例，她們並不認為新時代涵攝了所有的傳統，而是認為新時代與各大宗教“共享”著同樣的最高真理。F77 並且明白的表示，追尋各種不同的宗教的過程，是試圖去找尋真理，而 F77 也曾經考慮過加入基督教，表示她並不認為新時代是唯一超越而終極的真理，而是多種選擇之一，並且是她目前的偏好。F70 就更明顯，即使成為了奧修門徒，她還是依照對自己過往宗教態度的了解，認

為自己將來還是可能會移動到其他的信仰去。這樣的態度，與華人的綜攝主義稍有不同，比較缺乏“這就是最後的答案了”的感覺。與此相對的，是 M74 的宗教態度，M74 在討論新時代運動的時候，對於自己目前的靈修發現，在語氣上就比較篤定，而似乎比較沒有思考到其他的可能性。他用“指導靈的背後是高級靈能團的一種魔的現象”來涵攝新時代一些通靈思想體系的光體能量開發方式，這種講法既包涵了這些思想體系，也證成了他目前這個團體的超越性，然而，M74 也曾為了尋求宇宙的真理而嘗試接觸過不同的宗教或思想體系。

這種對“真理”的興趣除了接近甚至等於傳統華人的綜攝主義，也類似於 Waardenburg 的宗教權威行為角色中的“諾斯替主義者”：

諾斯替主義者的最高目標就是獲得“真知”。...宗教傳統中的諾斯替主義者的另一特徵即：他認為在現行傳統的要素背後有一種最高的真理，這個最高的真理把外在的傳統及其要素對真理的要求相對化。最高真理只能透過神話和隱喻表達出來，諾斯替主義者則能夠在內心中認識這個真理，這個認識是一種解脫。在力求真理的過程中，諾斯替主義者所追求的主要是一種“理智的經驗”。某些宗教傳統曾經反對或仍然反對諾斯替主義，這可能與諾斯替主義者對社會的態度有關。諾斯替主義者聲稱自己已認識最高真理，基於這個知識，他不需服從外在的權威。這種態度導致某些或多或少祕密的、很難掌握的結社，他們提出最高的要求，且可能引起既有宗教團體的解散，因為他們不承認既有的宗教權威，且把以往的宗教傳統完全相對化。諾斯替主義所呈現的對解脫的需求不但遠離既有的傳統，而且還引起否定傳統的作用。此外，與諾斯替主義者的溝通似乎是不可能的。因為他們完全被一種“絕對真理”所迷住。

諾斯替主義者的社會範圍為小型的團體，因為他不會將他的“真知”向社會大眾洩漏，更不可能當眾為這個真理做辯護。（Waardenburg 1986: 173-174）

台灣的新時代運動參與者，有部份與上述的諾斯替主義者在對於“真知”的追求、認為現行傳統的背後有一種最高的真理、追求“理智的經驗”、以及基於最高真理的知識不須服從外在的權威的這種態度上可說完全吻合。例如 F77 就表示自己接觸或參與宗教，是為了要尋求某種真理、某種答案，但也因為如此，無法完全的交付自己給某個宗教。然而台灣的新時代運動，就沒有形成祕密結社，也沒有避免將其“真知”向社會大眾洩漏。在對於“真知”的獨占與否上，新時代運動與諾斯替主義的心態產生了差異。後者是獨佔的，前者是公開的。

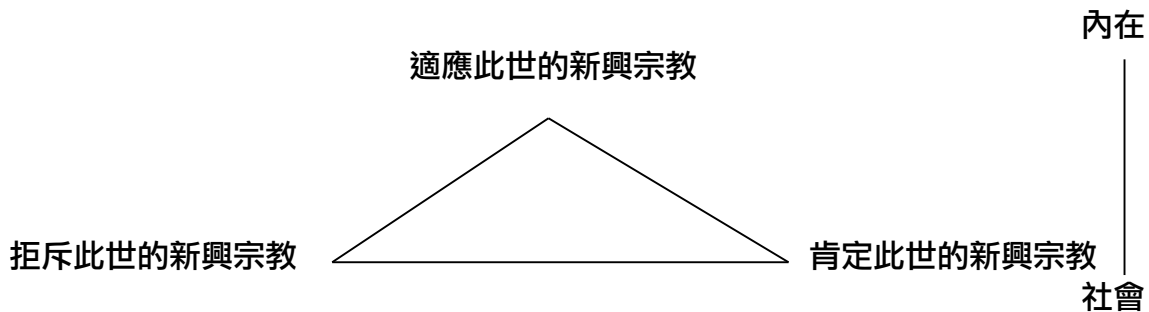
值得注意的是前述 Waardenburg 使用“諾斯替主義”這樣的名詞，是用來形容一種特定的對宗教權威來源的態度¹，而並非專指歷史上位於希臘化時期，被基督教斥為異端的諾斯替教。Waardenburg 表示這種對“諾斯”（Gnosis，真知）與內心知識的追求曾經流行於幾乎所有的宗教傳統。（Waardenburg 1986: 173）諾斯替教由於其採取二元對立的宇宙論，將世界的創造視為一個災難，採取排斥此世（world-rejection）的態度。（Hanegraaff 1998: 114）因此在內涵上其實與新時代運

¹ 與此相類比的權威來源還有：薩滿、先知、神祕主義者、祭司、古魯（guru）、苦行者。（Waardenburg 1986: 169-178）

動有相當大的不同，新時代運動的眾多思想體系多採一元論（Monism）的宇宙論，並且往往強調不應該採取二元對立的思考方式。Hanegraaff 認為，雖然許多新時代運動的文獻常常表示對於古代諾斯替教的親近態度²，但是這種排斥此世的二元論從未真的被放入新時代的思想中，這一種他世性（Other-worldly）的宇宙論在新時代的思想中是明顯缺席的。有些新時代文獻甚至明確地反駁這種想法，例如賽斯書就反駁這種排斥此世的態度。（Hanegraaff 1998: 116）

新時代運動的參與者雖然尋求超越宗教傳統的“真理”，但新時代運動的眾多思想體系並未因此而形成祕密結社，或採取二元對立、拒斥此世的態度。事實上，依照 Wallis 對於新興宗教的類型分析，以新時代運動的一些精神來看，大多數新時代運動的思想體系是偏向肯定此世（world-affirming）或適應此世（world-accomodating）的。

Wallis 依照新興宗教對於這個世界的觀感，提出了一個新興宗教分類理論，他把新興宗教分為拒斥此世的新興宗教（world-rejection new religion）、適應此世的新興宗教（world-accomodating new religion）、肯定此世的新興宗教（world affirming new religion），三者的關係可以以一個三角形作為示意圖。（Wallis 1984: 6）



拒斥此世的新興宗教包括了像國際克里須那意識協會（ISKCON）、上帝兒女（children of God）、人民廟堂、統一教等，其特徵是通常有一個清楚的神的概念，祂既同時是一個個人的存有，卻又同時基進地與人有明顯的區隔。與此同時這個神/人會指示一套明白且不能妥協的道德要求在人身上。拒斥此世的宗教往往拒絕當前社會的社會秩序，並透過集體生活試圖建立自己的神聖社會秩序。（Wallis 1984: 9）

適應此世的新興宗教與拒斥此世或肯定此世的新興宗教不同，跟社會的張力不強，通常是對個人的、內在的生活提供一種安慰與鼓舞，強調個人的心靈世界，經常抗議宗教的組織導致宗教喪失其靈性以及活力。追求的是一種心靈的重塑，而不是社會組織性的重塑，適應此世的新興宗教會試圖影響社會而不是從社會中脫離出去。新靈恩派（Neo-Pentecostalism）或是一個名為 Atherius Society 的混合飛碟崇拜與神智學的團體，就屬於這種適應此世的新興宗教。（Wallis 1984: 35-36、38）

肯定此世的新興宗教則是像山達基、est（講習會式的心靈成長課程的鼻祖）、超覺靜坐，他們可能沒有教會、可能沒有集體的崇拜或儀式，也可能缺乏有發展的神學或倫理。肯定此世的新興宗教對於當前的社會秩序不覺得有什麼問題，反而認為其中有許多可欲的特性。（Wallis 1984: 20-21）

² 《聖境預言書》便曾表示對諾斯替教的同情（Redfield 1997:171-175）

依照這種分類方式，無疑的，從“沒有教會、比較缺乏集體的崇拜或儀式”這兩點來看，新時代運動比較接近肯定此世的新興宗教，Wallis 的三個例子當中有兩個出現在王季慶對新時代運動的正式簡介³中（王季慶 1997: 79、187-189），另外的山達基也被本研究中的一位曾經參與過的受訪者 F76b 認為與新時代相差不多。但是從“重視個人心靈世界，並透過個人的轉化達成社會的改變”以及“抗議宗教的組織性導致喪失其靈性與活力”這兩點來看，新時代運動也有部份觀念接近於適應此世的新興宗教。

此外值得注意的是，王季慶對於部份的新興宗教抱持著相當反對的態度，並且在對新時代運動做引進與介紹時，刻意排除這些新興宗教的教主：

像方智“新時代系列”引進的各種書籍，就是根據我們的判斷，認為它的內容呼應新時代精神，並且能幫助人們自我了解，自我成長。而非建立個人的權威，令人失去自我，一味盲從“大師”，或去倚賴外力來解決問題。（王季慶 1997 :30）

在心靈追求的圈子裡為大多數人所熟悉的派別，通常是由一位或數位“大師”所創。不過，由於新時代運動非常重要的理念之一就是崇拜權威，不附從組織，所以，凡已變成個人崇拜以致成為教派（cult）者，則予以保留不列。（王季慶 1997 :175）

此外，王季慶也認為新時代運動與末劫思想或千禧年運動無關：

....我個人認為，Age這個字譯為“時代”是最恰當的，如舊石器“時代”、新石器“時代”。因為，“新時代”並非到二十一“世紀”才開始，也不限於只有一百年的期限，所以不是“新世紀”。.....（王季慶 1997: 12）

....二是西方基督教傳統不斷有世界末日來臨的預言，並且言之鑿鑿地推算出，就該應驗在二十世紀末。不但正統基督教有這種說法，近年來更“前仆後繼”地不斷有以“末日”為主要議題的所謂“新興宗教”和“新先知”出現，令信者盡獻所得，而一同等待著所預言的“末日”。在預言未應驗時，他們居然也能“全身而退”！倒真是世紀末的怪現象。

這些新興宗教和“新時代”精神正是一百八十度的相反，反而與某些狂熱的基本教義派（Fundamentalists）相似，背後的情緒是“信我者昌，逆我者亡”。（王季慶 1997: 13-14）

由此可見，王季慶對於前述Wallis分類中的拒斥此世的新興宗教，評價相當低，甚至可能比其他傳統宗教還要差。也許也就因為如此，整個研究過程中，受訪者中只有一位認為新時代運動可以稱為“新興宗教”。

³ 王季慶提到 est 的創辦人歐哈德曾經受過山達基（Scientology）的訓練，但王季慶的翻譯“精神衛生綜合科學”不知是如何得出，不能確定王季慶對山達基的了解程度，也無法得知王季慶是否認為山達基屬於新時代運動。

而在受訪者對待這種新興宗教的態度中，F77是相當明確的不喜歡，她會使用“邪教”這樣的觀念來看待統一教；EM79追隨的清海無上師或是F70的奧修，則都沒有太強的拒斥此世性格，比較接近適應此世的新興宗教，或至少沒有末日逼近的緊迫性。其他的受訪者則多半是對於宗教的組織性感到不是很能適應或不喜歡，例如F73b、F69與M70。

二、挑選的靈性

相當多的受訪者在研究中表現出在這個對於宗教、靈性進行追尋的過程中，有對不同的思想體系或是宗教進行接觸探訪，在其中選擇適合自己的體系的經驗。例如F65曾經參加過佛教團體的活動，參加助念團體，法會，還有一些基督教的活動，後來才開始接觸到新時代運動的思想體系；M81則是在佛教、密宗佛教、國術社、中醫社當中流轉，到新時代協會學了光的課程之後開始接觸新時代運動，但也還在中醫社；F69接觸過天帝教、M70接觸過一貫道，但都沒有辦法融入；M76則接觸過攝理教，後因為對兩性關係的封閉理念不能接受而退出；F76b接觸過山達基，但把它當成上課一樣；M74在跟隨自己宗派的師父的同時接觸新時代社團，後來便減少與社團的接觸，他表示他不是去“參與”，是去“了解”；F70發現自己每隔一個階段就會換一個偏好的宗教或門派；F77家中是基督教，因而排斥基督教，還去過佛教團體跟接觸過統一教。

另外有一些人，則是在新時代運動的不同思想體系中廣泛接觸，有的會漸漸產生出對某一個思想體系的偏好，有的則不會，而是採取自行綜合的方式。此外上述在各宗教間探尋的參與者，接觸新時代運動之後也經常在新時代運動的思想體系間廣泛接觸。F73a對於自己的追尋歷程已經產生出自覺，認為自己早期在各個不同體系間接觸的歷程，有如逛街購物一般；M70則是在訪談中旁徵博引，用各個不同的思想體系來構築他對不同議題的觀念。

鄭志明針對華人社會的一般民眾對於各種既存的宗教形式大多採取游走的態度，採取多元包容的文化態度，而提出了相對於西方宗教研究中“改宗（conversion）”觀念的“游宗”觀念，用以說明華人在其傳統的文化形態的教養下，所發展而成的信仰心理與宗教行為。（鄭志明 2001:2）

鄭志明的“游宗”觀念所代表的信仰心理有三個主要特色：一、開放性：所謂的“宗”，不是形式性的宗教，而是較偏向於精神性的信仰。二、跳躍性：以籠統的語言或模糊的觀念，在不同的“體”上相互的跳躍與轉移，常用實用性的需求來重新建構其精神系統與形而上學。三、整合性：“游宗”的目的是在於會通之後的整合性，在於神聖領域的終極擴充。（鄭志明 2001:8-9）

雖然新時代運動為一由外傳入的眾多思想體系的集合，然而新時代運動在台灣，所面對的卻是浸淫於華人文化的社會大眾，這種“游宗”的信仰心理，很可能或多或少會潛在地透過本地文化發生作用，影響到新時代運動的參與者的信仰心理。就以F71會用“Um的音樂”來指稱一種特定類型的音樂，也經常使用其他印度宗教的詞語。這個例子中的用語“Um”在辭彙的意義上是模糊的，順應當時的靈感可能比用詞的精確要來的更重要。這種詞語使用上的籠統性確實類似於鄭志明“游宗”觀念中的跳躍性特質。至於“游宗”的開放性特質，產生出不重形式性的宗教，

而偏重於精神性的信仰，在台灣的新時代運動參與者中間也確實有類似的態度，在研究過程中，筆者很少見到受訪者明白地把自己標示為某種宗教的信徒，也不若歐美部份新時代運動參與者會同意讓自己被外界冠上“新時代人 (New Ager)”這樣的稱號，例如 F76a 就很反對。在訪談過程中當筆者問到如果遇到問卷調查要求勾選信仰的宗教時，受訪者的答案多半是“無”、“一般人的信仰”甚至像 M76 的答案會是“通通都勾吧！看當時的感覺。”此外也有對於組織性宗教有不信任或不能融入、投身於其中的感覺的受訪者，像 F69、F73b 就是。F69 還覺得如果新時代運動也變得團體化，很可能會變成像傳統宗教一樣。這種態度也類似於鄭志明“游宗”觀念的開放性，即“不重視形式性的宗教而偏向精神性的信仰”的特質。

而在不同思想體系中間的廣泛接觸過程，也凸顯出新時代運動參與者在這樣的宗教文化場域中所呈現出來的“挑選的靈性”（陳家倫 2002: 43-44），這種“挑選的靈性”意指個人擁有最高的自由和自主性選擇適合自己的靈修道路和方法（陳家倫引 York；2002: 44）。

這種“挑選的靈性”，F73a 自己就已經對此產生類似的自覺了（見第二章），整個追尋的歷程像是在逛街購物，透過接觸不同的思想體系與方法，試圖很快速的找到一個解脫之道。又比如 F65 也是如此，到處的去尋求能夠使自己平安的方式。但是更重要的是，在這樣挑選的過程之中，個人會自行評估自己所找的道路是否正確，用自己的標準決定自己是否適合這樣的方法，這便是前述自主性的展現。

這種“挑選的靈性”，以及前述的“游宗”的觀念，可用 Sutcliffe (2000) 的一位三十多歲的德國單身白領女性受訪者對於“總體來說，妳會怎麼描述妳的宗教認同？”這樣一個問題的回答來說明：

“在現在這個當下我傾向於東方宗教，但我並沒有跟隨哪個特定的宗教，我喜歡挑出那些我覺得是真的的東西然後跟著它去做。（At the moment I tend towards eastern religions but I don't follow anything specific, I like to pick out what is true for me and follow that and use it.）”（Sutcliffe 2000: 27）

這個例子在短短的一句話中說明了許多新時代運動的特質。這說明了這種信仰的流動性（At the moment）、個人不被標籤的非正式歸屬感（tend、but don't follow anything specific）、逸出西方基督教文化的另類性質（eastern religions）、重視個人感受（what is true for me）、自由選擇的特性（pick out）以及實驗性（use it）。

以上的特質，除了一種試圖從西方基督教文化中移出的特質之外，其他的特質在台灣的新時代運動參與者中可說一樣不缺。而從基督教文化中移出的特性，在本研究中，則比較以對組織性宗教的不適應或是脫離，以及對於自己文化中的民間信仰抱持著一種忽視的態度為主。

在這樣的一種自由選擇的態度之下，個人如何處理不同的思想體系間的差異？很意外的是，在研究的過程中，只有少部份的受訪者表示曾經遇到不同思想體系間的觀念衝突與矛盾，或是新時代運動思想體系與個人價值觀或先前的宗教信仰的衝突。大部分的受訪者的回答正如本節先前的主題“萬流同宗”一般，覺得不同的新時代運動思想體系彼此之間或是與個人價值觀、原有宗教信仰之間，有什麼衝突。

少部份意識到這方面的差異的受訪者，例如 M76，就抱持“不一定要相信某一個人而不相信另一個人”的一種存而不論的態度。或像 F70 無法接受奧修對同性戀的態度，便覺得自己沒有接受這部份講法的需要，還有像是 F73b 則是在一開始的靈性轉化過程中將此問題化解，之後就很少再碰到這樣的問題。但是他們算是比較少數的案例，這顯示對於大部分參與者來說，不同思想體系或原有的宗教信仰之間的差異，要比其相同之處來的小，以致於在訪談中無法回憶起來。或是他們在開始接觸時，就選擇對於不同之處加以忽略，在不同的思想體系間去異求同。或者也有可能是在面對不同問題時，便援引不同的思想體系的觀念，個人在不同的體系之間挑選不同的思想以便面對不同的問題，M70 便類似於這種方式，在訪談過程中，他針對不同的問題，是引用不同的思想體系的觀念來加以處理的，這意味著在不同的新時代運動思想體系之間，個人是發揮起不同思想體系之間不同觀念的整合中心的功能。

而在這種重視個人自主選擇的信仰方式所造就的氣氛下，新時代運動作為一個總體的傘蓋名詞，其整體綜合呈現出的特性則類似於 Hanegraaff 引 Campbell 的“崇拜氛圍 (cultic milieu)”的觀念，將崇拜 (Cult) 與教派 (Sect) 的特質加以比較 (Hanegraaff 1998: 15)：

崇拜 (Cult)	教派 (Sect)
個人性的	集體性的
結構鬆散的	結構緊密的
對成員很少有要求	對成員有很多要求
容忍的	不容忍的
短暫而不穩定的	穩定的
未定義邊界	有明確界線的
變動的信仰系統	穩定的信仰系統
基本的、未發展的組織	穩定的組織
快速地出現與消逝的	長期持續的

在以上的比較當中，新時代運動都偏向崇拜這一邊，而這整個“崇拜氛圍”，可以透過共同的“追尋性質 (Seekership)”來加以整合起來，故而可以視為一個整體。(Hanegraaff 1998: 16-17)

三、對宗教與新時代運動的看法

在了解到新時代運動的參與者對於宗教或靈性觀點的兩種特質之後，我們可以看看基於這樣的特質，這些參與者是如何看待宗教，以及新時代運動的。

首先，大部分的新時代運動參與者都不把新時代運動視為一個宗教。訪問過程中只有 EM79 例外地認為新時代運動“或可稱為新興宗教”。F76a 就明白地表示“新時代不是一個宗教”。F76b 則覺得，以前會覺得宗教高高在上，新時代就比較貼近生活。或是像 EF70 當初會在新時代中是想要找一些在宗教中找不到的東西，但是後來發現宗教中也有。在用語上將“宗教”與“新時代”並列起來，一方面表

示兩者有可比之處，另外一方面也意味著不覺得新時代從屬在“宗教”這個名詞之下。M81 並且認為，新時代的觀念其實已經擴散出去到不同的領域，很多人是身在其中，使用觀念卻不知道與新時代有關。

對於大部分的受訪者而言，新時代運動少掉了宗教的一些特性，而且對他們而言，這一點是好的。例如 F65 就會擔心新時代協會有些人對於自己所閱讀的書籍或是活動是用一種將之神聖化，甚至加以崇拜的方式來處理，她覺得不是很妥當，或是像 EF70 就覺得新時代運動是一種社會運動。

其次，有部份的參與者，對於傳統組織化的宗教有不盡滿意之處。例如 F77 表示會對於組織化宗教的傳承是否能夠保持原意有相當的懷疑，她對於佛教的從個人解脫到變成教團或是基督教的聖經刪改修訂的這些歷程都抱持著觀望的態度，有著“宗教傳承可能遭扭曲”的看法，對她而言現在的宗教團體規範有些只是管理學。基督教的排斥同性戀以及拒絕輪迴觀也讓她卻步。EF69 則是對於有些宗教抱持著排外的態度感到不滿，此外她也認為真正的信仰應該是在觀念與實踐，而不是外在儀式（所以其實踐可能是指“道德實踐”或其他“內在的實踐”）。M81 認為當得到宗教儀規背後的本質的時候，就不必太在意那些儀規了。EF70 覺得找到了新時代和宗教背後共有的東西之後，宗教不宗教也又就沒太多差別了。這顯示新時代運動參與者的確具有前述的諾斯替主義的特質，對於宗教傳統傳承或是儀式，並不是很重視，而重視的是核心真理。此外還包括了對於排他性宗教的反感。

有些參與者則不會對傳統制度性宗教覺得有什麼問題，只是覺得自己不適合。例如 M70 就覺得這個世界人那麼多，一定需要不同的宗教才能滿足不同的人。M74 則是會將各種玄學的派別，包括氣功、武術等等的都視為是通往真理之道。

第二節 台灣新時代運動參與者的宇宙觀及其影響

對於新時代運動，甚或是各宗教來說，這個宇宙，或說人類所接觸到的世界的真實本質（nature of reality）是什麼，是深具有意義的，因為這一個真實本質的理論，足以影響一個新時代運動的思想體系，或一個宗教，其絕大多數的觀念，都與此理論相關。很多信念都必須要預示某些關於我們生存在怎樣的宇宙的觀念才能產生。（Hanegraaff 1998: 112）

舉例來說，有的佛教徒之所以吃素，是為了避免殺生，而之所以需要避免殺生，則是因為在帶有因果循環以及輪迴觀的宇宙觀之下，殺生將會導致對殺生者的報應，所以為了避免報應，要避免殺生，所以要避免吃肉，只吃素。這種信念仰賴的是一個宗教中所提供的宇宙觀所衍生出來的觀念，故而可知宇宙觀對於宗教或思想體系而言，是諸多觀念及信念的起源，宇宙觀（世界觀）是一整套的意義體系

（Luckmann 1995: 55-56、62-66），甚至可說宇宙論就等於宗教（Whitehead 1995: 68-69），宇宙論與宗教關係密切（Durkheim 1992: 9）。故而要研究新時代運動的觀念，也應該要從新時代運動的宇宙觀開始。

Hanegraaff使用A.O. Lovejoy在《存有巨鏈》中的分類方式，依照“此世性---他世性”的光譜來分類對待世界實相的態度。看對於這個暫時的、可以用感官認知的、本質上是分裂的世界，是關注在這樣的世界，還是不是。

他世性的實相觀大致可分為三種：一、認為這世界只不過是一個幻象，例如一元論的吠檀多哲學；二、認為這世界雖然是真實的，但卻不應該存在，例如存在於古代的二元對立論諾斯替教；三、拒絕討論世界的真相，因為那與獲得救贖解脫無關，例如早期的解脫道佛教。而此世性的世界觀，則是可分為兩種：一、強此世性，關注於這個世界，正如我們所經驗到的這種樣子；二、弱此世性，關注於由當前的世界為模型所塑造出來的一個更好的此世，值得注意的是這包括以某種超越前述感官經驗性的生死的方式存在於此世，或是某些千禧年主義式的美好國度。

(Hanegraaff 1998: 113-114)

Hanegraaff 認為，大多數的新時代運動思想體系都是屬於“弱此世性”的，以他研究的範圍來說，只有《奇蹟課程》接近於一元論吠檀多哲學與解脫道佛教，而新異教論 (Neo-Paganism) 則接近“強此世性”，其他都是“弱此世性”的實相觀。然而，本研究讓受訪者自行陳述其所認定的新時代運動，所包含的思想體系的範圍，與 Hanegraaff 不盡相同，因此仍需要在此進行觀念的羅列整理，以便後續討論。

一、整體論

新時代運動的一項觀念重點是整體論 (Holism)，即反對西方現代文化將一切事物加以分析乃至分割分裂的二元論與化約論傾向，整體論的觀念在相當多的範圍被使用，例如在人際關係上的將世界上的人都視為一體；自然觀念上的將全球，乃至全宇宙視為一體；在自我上將身體、心智乃至靈魂視為一體。這個觀念在本研究中也相當常見，例如 M81 透過“覺得一切都是一體”，來解決他的對人恐懼問題以及以能量排斥其他人的問題；F76a 也因此對於一些宗教抱持著排外批判他人是惡魔的行為感到遺憾；或是像 EF69 覺得世界是一體的，所以傷害他人最後會回到自己身上。

然而，正如前述，這個整體論，是以反抗自基督教文化以來的二元論與現代科學所帶來的化約論為其主要目的，並非指一種特定而有清楚界定的理論或世界觀 (Hanegraaff 1998: 119)。所以其結果就是在“整體論”的大旗之下，有著各種不同的觀念存在著。Hanegraaff 認為其中有兩種是最重要的：一是將世界的一切化為一個終極來源的顯現，可說“萬物實則為一”；二是認為“萬物皆相關連”。前者接近於一元論 (Monism) 與泛神論 (Pantheism)⁴的宇宙觀。以賽斯為首，相當多的新時代運動思想體系都屬於這種觀念。後者則未必有一元論或泛神論的預設，但

⁴關於泛神論或一元論，懷德海的下列看法可以作為說明：“泛神論者的概念，是用猶太式概念的辭彙來描述一個實體，但是，實際的世界是這個終極個體全部事實裡的一個階段。實際的世界是這個終極個體全部事實裡的一個階段。實際的世界若脫離上帝來設想是不真實的；它的唯一的實在 (reality) 就在上帝的實在性。實際的世界具有一部份描述上帝是什麼的實在，但在它本身之內，它僅僅是“表象” (appearance) 的某種相互關係，是上帝存有 (being) 的一個階段。這是一元論 (monism) 學說的極致之說。(Whitehead 1995: 30) “

是認為整個宇宙間的事物都互相關連，因而可以算是一種整體，這種觀念比較常見於新時代科學的觀點，例如蓋婭（Gaia）假說⁵。

二、“你創造你自己的實相”

賽斯的“你創造你自己的實相”（“you create your own reality.”）這個觀念，在台灣新時代運動的領域中是一個廣為流傳的觀念，也是王季慶對賽斯思想所把握到的核心觀念，而其中所謂的實相，是指個人認為是“真實”的東西，也可以是一個實際的境況，或是心理、情感上的“真實”，但不是指終極實相（王季慶 1999: 12-13）。

最初賽斯一開始向珍·羅伯茲顯現他自己時所提到的“物質宇宙即意念建構”（Roberts 1994: 27），即可說是“你創造你自己的實相”的基礎。這個過程是透過一個相當複雜的程序，意識驅動了“電磁能量單位”，這是一種比物質還要初級的粒子，透過聚集能量的實相交會點，以思想和情感的心象（mental image）作為藍圖，產生出相應的物質、情況或事件。⁶（Roberts 1994: 94-105）

在之後的著作與篇章之中，賽斯又在不同的領域繼續談論與此相關的概念，而在台灣的新時代運動之中，王季慶、許添盛及陳建志，透過個人及中華新時代協會，對於賽斯思想的詮釋，擁有很大的影響力（陳家倫 2002: 172）。

他們三人對於“你創造你的實相”的詮釋，是認為“信念”可以透過前述的意識驅動物質實相的方式，創造出各種各樣的物質、情況與事件。王季慶在為方智出版社的新時代系列的總序中是這樣介紹這個觀念的：

...你創造你自己的實相：也就是“萬法唯心造”。我們都是自己命運的主宰，我們不必受外界任何權威的擺佈，不能再怨天尤人，而必須面對自己的一切負起責任。外界的一切，只是我們內心世界的投射，我們在此“自編、自導、自演”一齣齣的喜、怒、哀、樂、悲、歡、離、合的好戲。（引自 Fisher 1998；新時代總序: 5）

之所以意識或“信念”可以創造物質、情況或事件，是因為我們所存在的這個世界，本身便是由意識所建構出來的，擁有一些就終極實相來說是不存在的規則，例如時間、空間等，所以我們所認知到的一切，其實是透過我們的內在所告訴我們的規則來決定的。所以我們的信念、意念（包括一般認為無意識狀態下的）會立即變成我們的“實相”，而後在“外在界”中經過時間之後具體化出來。（王季慶 1999: 52-54）

《與神對話》也有與賽斯相類似的觀念，《與神對話》中的“神”，告訴 Walsch：“創造的過程始自思維——一個想法、觀念、默想（visualization）。你眼見的每一個東西都曾是某人的想法。在你們世界裡存在的東西，沒有一樣不是先以

⁵ 是一種試圖說明整個地球的生態網不僅被環境所影響，還能影響與操控環境的假說。見 Lovelock, James E., 1994, 《蓋婭，大地之母》（金恆鑣譯），台北，天下文化出版。

⁶ 此處是針對書中內容簡化過的描述，根據賽斯在書中的講法，他在書中的講法是已經考慮到珍·羅伯茲的缺乏科學背景而簡化過了。（Roberts 1995: 101）

純粹思惟的方式存在的。就宇宙而言，這也是真的。思維是創造的第一個層次。語言是第二層.....再其次是行動。行動是在動的語言。語言是表達出來的思維。思維是成形的想法。想法是匯合到一起的能量。能量是被釋出的力量。力量是元素的存在。元素是神的粒子，一切的一部份，每樣東西的材料。神是開始，行動是結束。行動是神在創造，或神的體驗。”（Walsch 1998a: 118-119）⁷

這種意識創造實相的宇宙觀，在台灣新時代運動的參與者中是廣泛被接受的，也因此影響到他們的諸多行動方式與觀念。

三、“能量”

另外一個在新時代運動的參與者常被使用到的宇宙觀基礎的觀念，是關於“能量”的觀念。在與新時代運動相關的領域內，“能量”是一個常見的辭彙，不過由於這個辭彙乃是一個常用的辭彙，所以就算不在新時代運動的脈絡之下，也會常被使用，也由於詞語定義的難辨，使得新時代運動與其他社會脈絡下的宇宙觀觀念的界限顯得有點模糊。在本研究的受訪中，M81、F71，以及已經漸漸少和新時代運動參與者來往的 M74，都經常使用“能量”一詞的觀念來看待或處理其生活中的一些事物。

此處所謂的“能量”，按照新時代運動中參與者的使用脈絡，指的是包含了一般物理學上所稱的能量，例如電燈泡裡的光能和熱能、使聲波得以存在的空氣動能等等，再加上一些被新時代運動參與者認為是能量的一些神祕力量，例如人的意念、意識等等，類似於某種透過它便能達成諸多事物運轉的根本要素。這種定義有點類似於美拉尼西亞人的馬納（Mana）或是易洛魁族的奧倫達⁸，甚至是中國的“氣”的觀念。故而它不僅是近現代物理學定義下的“能量”而已，更包含了一些別的東西。所以 F73a 提到了一些新時代運動的參與者做所謂的“投能量”的行為，必須配合對於新時代運動的脈絡的理解，才顯出其意義。

而對於這個“能量”的觀念，許多新時代運動的思想體系會有自己的一套解釋理論，並且在很多時候會試圖以一種學術的樣貌出現，例如 M81 就會使用“能量學”這種名詞。

四、新時代科學

Hanegraaff 表示新時代運動的一大特色就是對科學的關注（Hanegraaff 1998:62），新時代運動往往會使用某些科學領域內比較前衛而不一定為該學界所完全認可的一些理論或假說，來證明其論點。或是提出這些理論與假說，邀請讀者了解這些新發現，並進而表示傳統被接受為常識的理論，即將或已經在該領域遇到了新的突破。有時還會暗示這與某種新時代運動的思想體系的觀念相合，或是證明了其觀念。

⁷ 此即 F65 所謂的“思--言--行範型”。

⁸ Durkheim, Emile, 1992, 《宗教生活的基本形式》，台北，桂冠，p.224-225。

例如，王季慶便提出了海森堡的在量子力學領域的“測不準原理”，討論在次原子領域中觀測者影響到被觀測者的可能，衝擊了佛教對於“有情”、“無情”的界限，表示一切事物都是有意識的，即使是最小的粒子也是如此，接著又提出賽斯書的說法，提出最終的物理基本單位為“意識單位”，而按照其癖好而集結在物質之下的“電磁單位”，而這“電磁單位”就是構成物質的積木，證成了所有的萬物，本質上皆無差異，而是“整體”的化現。（王季慶 1997: 36-37）此處的名詞便是先前討論“物質宇宙即意念建構”概念時所使用的辭彙。

或是《聖境預言書》以討論科學的劇情來談論“能量”的觀念：

“...愛因斯坦一生的研究證明了一點：我們眼中的堅實物體，大部分是空洞的空間，其中流動著“能”的模式。這也包括我們人類的身體。而量子物理學的研究顯示...換句話說，宇宙的核心基本成份看來像是一種純粹的能，而這種能往往會順應人類的意圖和期望，就彷彿我們的期望促使我們體內的能流入世界中，影響其他的能的系統。這個發現違反了我們以前對宇宙的機械式看法，但也正是手稿中預言的第三個覺悟...不幸的很，大部分科學家不肯認真看待這個發現。他們依舊保持懷疑的態度袖手旁觀，看看我們能不能拿出證據。”（以上皆為人物間的對話）

（Redfield 1995:70-71）

《聖境預言書》本身並不會被歸類為“新時代科學”，但是的確是使用了類似的觀念。類似這種試圖處理一般人所不熟悉的科學領域的新時代運動科學觀，遭受到相當多的抨擊，Hanegraaff 則認為，問題主要是出在於新時代運動參與者對於這些“前衛科學”的態度，是試圖要從中發展出一種“統一的世界觀”（Hanegraaff 1998: 63），為了這個原因，許多新時代書籍的作者，混淆了科學研究的資料，以及對於這些資料的哲學性或宗教性詮釋，試圖營造“科學證明了這種神祕主義的觀念”的感覺，也因此受到批評。

但是 Hanegraaff 則認為，不論是一些新時代通俗作品的作者或是反向的批評者，都忽略了新時代運動的這種所謂的“新時代科學”（New Age Science）其實是一種自然哲學（philosophy of nature，德語的 Naturphilosophie），不是一種世俗科學而是一種宗教性的哲學。所以這種論戰其實是在錯誤的戰場上發生的。Hanegraaff 並引用 Antoine Faivre 的說法，用孔德與黑格爾來對比科學與自然哲學間的差異。

（Hanegraaff 1987:65-66）

以前述的蓋婭假說為例子，蓋婭假說本身是一個複雜的理論，蓋婭（Gaia）是希臘諸神之一的大地女神，而這個神話概念提出這個“大地之母”假說的 Lovelock 將“大地之母”定義為“一個包涵地球的生物圈、大氣層、海洋與土壤的複雜實體；作為一個整體，它構成了一個回饋或調控的體系，此體系一直為地球上的生命，尋求一個最適宜的物理與化學環境。這種藉積極控制以維持一個比較穩定的狀況，或可方便地稱為“內環境穩定”。”（Lovelock 1994: 28）

Lovelock 在書中所提出的假說是“地球整體的運作，可以被以有機生命體一樣的方式來理解，因為兩者都符合自組織性的要求”，然而持新時代思想的人往往會做進一步的聯想，認為“所有有自組織性的系統都是有機生命體”、或是“認為地球也有心智”甚至“地球是有意識的”。（Hanegraaff 1998: 156）透過歸納簡化，以及聯想的過程，新時代運動的追隨者，往往能衍生出其他的思想與觀念，並且影響到其行為。

五、台灣新時代運動參與著的宇宙觀所影響的觀念

(一) 看待外在世界的視野

一些受訪者曾經表示，在接觸新時代運動之後，對於新聞報導的社會事件的看法有所轉變，而這種轉變主要出現在對於類似犯罪事件或是暴力事件的看法上，F73b 表示她不再只是單純的依照新聞的報導而覺得此人犯罪該死，也改變原有認為此人必將遭到報應的觀念，轉而變成認為這個人會有這樣的行為這樣的後果有其深層的理由。F69 則表示不知是因為年歲增長，增加智慧，或是接觸新時代運動書籍的影響，她會開始看到犯罪者背後可能的犯罪原因，思考也許自己或其他人之所以不會像某犯罪者那樣犯罪，只是因為自己或其他人尚未遇到像該犯罪者那樣的生命絕境。

有些受訪者在接觸新時代運動之後開始認為個人可以影響到社會，不再覺得自己只是一個無力的旁觀者。例如 F71、F65 開始覺得自己能為社會做一些事，F71 透過的是一種比較非直接的方式，因為她相信集體的潛意識可以影響社會，換言之自己如果發出善的念頭的話，會有人受到影響，進而可以使社會變得比較好。F65 的方式則是實際上參與一些社工工作，到各地的公家機關擔任“說故事媽媽”，對兒童進行社會教育，透過實際上的社會參與來試圖為社會做一些事。其實此處的重點並不只在於這些受訪者採取了什麼方式來為社會服務，而是受訪者多半有了一種有力的感覺，而不再覺得自己對社會沒有影響力，因為光從他們試圖影響社會所作的行為來看，也見得不比沒接觸新時代運動之前要來的多，甚至有時是一樣的，但是從事著同樣的或類似的行為，卻是以不同的視野來看待自己的努力，這種觀點的變化，比起行為上的變化，要更為明顯。

同樣地，也有受訪者表示接觸新時代運動之後覺得自己對於自己的生命境遇是有影響力的，而非無力的。舉例來說，EF69 在人際關係上覺得“對方如果有什麼不愉快的行為，其原因可能是我的信念導致它產生的”，這個想法與賽斯的“你創造你自己的實相”的觀念相仿，可以說是受訪者用自己的用語來重說一遍。F76b 也因為覺得自己能夠有所作為，而使得人生態度變得較為正面、積極。

環保觀念也是新時代運動參與者經常提到的觀念上的影響與改變，M70 或 F71 都表示新時代運動的整體觀，讓他們的視野改變，從而能夠自發的去關心整個地球。

在工作與金錢上的觀念，透過對靈界的觀念，M70 覺得每個靈魂（或每個人）重點是在於什麼事情合乎其靈魂的傾向，能夠使其快樂，而不是注意薪水或社會評價。

此外，在人性的觀點上，由於賽斯、《與神對話》都基於一元論的宇宙觀，故而將惡視為一種在分離層次下的行為，在終極層次上，一切都是一體，所以沒有終極的“惡”，如《與神對話》將惡視為是其他的個體靈魂證成自己的機會。

(Walsch 1998: 221-214) 這樣的觀點讓一些受訪者如 EM81 與 EF79 覺得，人在基本上是善的，這種一元論的宇宙觀也促成了這種人性的觀點。

(二) 看待自身內在世界的看法

有相當程度的受訪者表示，接觸新時代運動之後，遇到事情時，會採取反觀自己內心的做法，這種想法有部份是受到“你創造你自己的實相”的影響，因為在這種觀念下，實相的創造是透過個體的思想、意識甚至潛意識來進行的，故而當表面可見的現象出現不符合原有個人有意識的期待時，個人應該往內檢討是否自己有了某些不確定的想法（意識地或潛意識地），導致了在自己身上所產生出來的結果不如預期。還有如 F76b 則是受到奧修對“變化”的觀點的強調，而認為生命的“平衡”有可能是一種動態的平衡，也是一個因為新時代運動的宇宙觀而開始重視自己內在世界的例子。

（三）對身體的觀點

由於認為“物質世界即意念建構”，所以認為理論上只要在意識或潛意識上保持完滿，人的身體是可以一直維持在正常狀態的，或是至少認為信念對健康的影響力不小於物質的影響，所以 EF69 更相信“人體能夠自癒”的觀念、不把年齡與老化畫上等號、EF73 對晚睡也比較不焦慮了。

而在另一方面，“能量”的觀念也影響到了 EF70 對生機飲食的興趣。

六、宇宙觀的衝突

（一）創造實相觀與能量觀的相互關係

賽斯雖然以類似物理學的方式來解釋“你創造你自己的實相”的觀念，與一些以“能量”觀點來解釋世界的觀念相近。然而，在實際應用的層面上，卻有可能會發生矛盾的情形。例如新時代運動的一些強調能量觀念的商品，在比較親近賽斯思想體系的 F76a 會認為，新時代商品有沒有效，到頭來還是要看信念的強度，有的人抱著姑且一試的態度，那就不一定會有效。然而這個邏輯，其實是將“能量”能夠影響事物的觀念，涵攝到“你創造你自己的實相”的架構之下。使用能量商品的人也許不會完全反對信念能夠產生影響，然而這是一個產生衝突的可能之處，因為能量商品的效果如果只是來自於信念，那麼其本身便沒有自足的價值。這也許也就是陳家倫的論文中提到有學者認為新異教論與“你創造你自己的實相”的觀念會有衝突之處（陳家倫 2002: 166）的原因。新異教論對於其儀式或是能量操控的技術的有效性，可能不會認為只是因為自己相信才有效。

（二）對基督教的神的解釋

同樣的，因為賽斯或《與神對話》的一元論宇宙觀，將原本基督教文化下的“神”的觀念轉變成一種異於傳統基督教會的神觀，也因此影響到了新時代運動參與者對於基督教的唯一神的解釋，例如 F69 對基督教的神的解釋與她的基督教朋友的不同，F69 卻認為對方把新時代觀念當作不好的東西才是被蒙蔽了。或是如 F76 覺得更加認識上帝，但是沒有辦法在教會裡講“新時代”這個名詞。

第三節 參與者的實踐活動

本研究的研究對象，是以偏重個人活動或以個人方式接觸新時代運動思想的參與者為主，而研究的方向，也以參與者所抱持的觀念為主，而不是偏重受訪者的活動，故而呈現出來的具有宗教或靈性觀念的實踐活動便會因為研究方法與研究對象的限制而受到影響。

在受訪者當中，有一些受到接觸新時代運動影響而產生的新的行為，從這些行為當中，可以看到另外一個新時代運動的思想影響其參與者的面向。這些參與者的行為顯示出他們接受了哪些新時代運動的觀念，而這些實踐行為同時受到社會背景的影響又有多大，可從其行為上略知一二。

在本研究過程中，首先最普遍的受訪者的接觸新時代運動行為便是閱讀。閱讀是每個受訪者都有的接觸經驗，有些參與者除了閱讀之外，還有更進一步的參與讀書會、課程等活動，甚至有人則是有更進一步的實踐活動，例如前往新時代運動的社區、實際上透過實踐儀式試圖達到調整自身身心狀態的目的。而有些受訪者更是完全沒有參與任何活動，覺得自己只是閱讀新時代運動的書籍，這些受訪者有的行為則主要是接受新時代運動書籍中的宇宙觀，並用以對應於其日常生活中。

涂爾幹認為，宗教之中包含了信仰與儀式兩個基本範疇，信仰是觀念的表達，儀式則是特定的行為模式，而儀式之所以能與其他人類行為，例如道德行為區分開來，是因為儀式的對象具有特殊性，即神聖事物（Durkheim 1992: 37-38、42）。然而反過來說，一個行為是否可以被稱為宗教儀式、是否與神聖事物相關，則必須放在其宗教文化的脈絡下來看，以前述的閱讀為例，閱讀是否為儀式性行為？則要看閱讀的書籍是否被視為神聖事物，或是閱讀的情境是否為一個神聖事物的環境。在教堂禮拜中眾人一同讀聖經固然可以被歸類為儀式性的行為，但是在家中讀聖經呢？此外，涂爾幹似乎也沒有提及受宗教觀念影響的道德行為，例如宗教慈善事業，該被放在宗教的哪個範疇。

考量到涂爾幹的分類方式似乎不足，以及 Strak & Bainbridge 對於涂爾幹的宗教定義的質疑而提出的“宗教必然與超自然有關”的概念，下列的參與者的實際行為，筆者將之分為個人行為、社會行為及儀式性行為。個人行為意指基本上為個人自行從事的行為，包括內在的心智活動；社會行為意指與他人產生互動的活動，包含了集體性的活動；儀式性行為意指與超自然事物相關的活動。

一、個人行為

（一）閱讀

如前所述，閱讀是接觸新時代運動的受訪者中最普遍的行為，也是最普遍的接觸管道。然而除了透過閱讀來接觸到新時代的觀念之外，許多受訪者也產生了其他閱讀的行為，F73b 因為接觸新時代運動，以及上社區大學的與新時代運動相類似的課程的緣故，自身的閱讀量大增，又因為她本來就有逛書店購書的習慣，使得她

開始大量購書，也因此養成了需要送禮給朋友時，是買書來當作禮物的習慣。F70則是在接觸奧修一段時間，去過奧修社區之後，閱讀上變成只看奧修的書籍，以往讀的宗教經典都被棄置一旁，報紙或電視的閱聽習慣也消失，幾乎都不看，不過F70還是會看很多電影，並非完全把自己封閉於各種其他的資訊，而以其自認為自己總是階段性的只接觸某一種派別的思想，以及自述有躁鬱症的情況來看，這種情形可能是一種短期而強烈的閱聽偏向。M70則是自述因為接觸新時代運動的書籍，而變得愛看書。F65則是覺得以往的宗教參與活動，現在只要讀新時代的書和打坐就可以達到同樣的心靈平靜效果了。

（二）生涯規劃的訂定、調整與改變

在接觸新時代運動之後，F71重新思考自己要的是什麼，並且因此換了工作，到新時代商品的工作坊上班。EF73則是離開職場，重新回到學校就學。這些生涯規劃的訂定與改變，都是跟隨在重新思考自己人生的目標與意義之後而成立的。

（三）內在的反省活動

F76a由於接受賽斯的“你創造你自己的實相”的觀念，在面對外界的一些事件而產生觀感的時候，會反觀內心對於這件事情的看法，自己在在意什麼部份，從而造成這樣的觀感。

此外有些受訪者，對於自身的行為模式或是思想上的變化進行反思活動，是有長期的傾向，未必是受到新時代運動觀念的影響。例如F70對於自己的信仰的階段性變化的察覺、或是M70對於奧修講過的話，基於自己有相同的體驗才講出來，這些可能都是個人本來的氣質，僅僅在新時代運動的思想體系中加以強化而已。

這種反思的傾向加強到後來，也會將對象指向新時代運動本身，例如F73a會回過頭來覺得，其實一開始的追尋是比較不進入狀況的到處挑選，但是後來便漸漸能夠覺得發覺自己內心的一些因素導致這些追尋，進而開始覺得其實也不太需要用“新時代”這個辭彙。或是像EF70一樣早年是想在新時代運動裡找到在宗教中她覺得沒有的東西，但是在新時代運動中找到之後，發現宗教中也有，於是覺得有沒有宗教也就沒關係了。這樣的態度都代表了反省活動的延伸，不僅僅是因為新時代運動的觀念影響到反思生活面的行為，還包括了對這些觀念本身的反思。

（四）外在行為的自我限制

由於接觸新時代運動的觀念，改變了對於性的定義，覺得“不用和對方做愛也有性”，EM81解決了對性的執著，不再堅持於一般定義下的性行為，換言之也就是在個人層面上試圖減少或停止性活動。或是如EM79的持守清海所教導的五戒。

二、社會行為

（一）試圖分享或刻意不分享

在本研究中受訪的接觸新時代運動的參與者，有 6 人表示曾經做出向他人推廣新時代思想的嘗試。F65 是試圖將新時代運動的觀念用在對子女的教育上，F73b 則是送書給朋友，M70 則是會去和同事、朋友討論一些觀念，或是問他們一些問題，試圖激發他們去思考一些議題。F77 則是曾經把書借給朋友看，M81 則是試圖把自己學到的“光的課程”推廣給自己中醫社的朋友，EM81 也曾很熱切的試圖說給自己的朋友聽，EF70 則是透過網路讀書會，成立自己的網站抒發自己的想法。而在反向上，則有 M74 的試圖分享自己對於新時代運動的觀點。

而與此相對的則是一種不想要主動去推廣的態度，F69 表示新時代運動或是靈性這種事情是比較個人的，她並不會有那種“這個很好，趕快來”的態度，不過她還是有把書借給一個信基督教的朋友看。F76a 則是由於在教會中面臨新時代運動被視為異端的情形，於是只能夠間接在討論時提出一些觀念，也不能講到“新時代”三個字。

大體上，大多數人的分享經驗都並不是很順利，面對的回應多半是“沒興趣”或是直接引起更大的負面反應，M81 與 EM81 就都有必須要再利用新時代運動的觀念來化解這種負面的回饋。

（二）原有信仰宗教或宗派的參與活動

在 18 位受訪者當中，有四位具有對某宗教或某宗派的認同的受訪者，其中 F76a 為基督徒，EM79 為清海門徒，M74 為道玄之門這個宗派下的佛教徒、F70 為奧修門徒。四人當中，除了 M74 自從離開當初接觸新時代運動的環境之後，把靈性實踐生活的方式改為主要依照目前的門派師父的教導的方式之外，另外兩位都保持著大體上算是折衷的實踐生活，F76a 仍然去教會，EM79 遵從清海無上師的飲食誠律，而這些條規在其他新時代運動的觀念中多半不是以戒命方式來提出，有些思想體系甚至不存在這樣的誠律，至於 F70 雖然成為奧修門徒，但由於奧修不強調誠律甚至到反對誠律的地步，她除了與曾經去過奧修社區的一些門徒聚會聊天之幾乎沒有參與活動。

相較於這些有著清楚的宗派歸屬的受訪者，其他很多人是保持著原本的信仰實踐活動，甚至包括民間信仰的活動，僅僅是以不同的方式去理解它。

（三）前往新時代運動的社區

F70 與 EF70 都曾經去過奧修位於印度的普那社區。F70 並且在當地上了不少課程。

（四）人際關係的改變

F71 在接觸新時代運動之後，人際圈有所改變，增加了一些同樣與新時代運動有所接觸的新朋友。M74 目前的好朋友，以同樣在同一位師父門下的同修居多。F70 則發現，參與新時代運動使他有點抽離社會、無法融入人群、比較神祕的感覺。

EF73 則是在癌症病友團體中獲得了支持。接觸新時代運動，多半讓參與者開始接觸一個新的人際圈，但有些人會因此而使得人際圈變得與社會有些抽離。

(五) 兩性關係的改變

M70 雖然認為婚姻關係或兩性關係，品質比維持的時間長度還要重要，但是他還是選擇結婚，因為他當時已經與女友在一起，而且他也引用新時代運動的其他觀念，認為兩人之間的課題，還有更深的層面可以去看，而不是一定因為前述的原則就應該不結婚。F70 表示自己在外觀、行為模式上變得比較女性化，也在去奧修社區的同時交了新的男友。

(六) 環保行動

新時代運動雖然相當提倡環境保護的觀念，不過在訪談過程中談到自己在這方面行為改變的人不多，只有 M70 提到了對於自發性的自備餐具、不用免洗筷，其他有幾名受訪者表示自己的環保觀念有受新時代運動影響，但沒提自己行為上的改變。

(七) 工作坊

本研究中有參與新時代的工作坊的人很少，只有 EF70 有去過，還有 F71 本身從事這方面的諮商與服務。

(八) 捐款

EF73 有對新時代協會加以捐款資助。

三、儀式性行為

(一) 術數的使用

馬凌諾斯基依照自己的田野調查，認為原始部落的確具有粗淺但合於理性，立基於日常生活的正規的普遍經驗的原始知識，是有能力以此作為基礎而發展出有意識的科學精神的。(Malinowski 1978: 64) 原始部落是以這些知識與技藝來處理自己的日常常規生活。然而在這些原始部落的生活中，有時會出現超出正規的理性知識所能處理的事件，有時即使再努力的除草、照料，穀物收成還是不好。此時為了控制不可理解的機運因素，原始部落會使用巫術。(Malinowski 1978: 12)

對應到新時代運動參與者的對於術數的使用，其心態也類似於這種“理性所無法控制的元素，試圖用巫術來加以控制。”的心態。M81 會用“一些別人無法解的方法來完成事情或使事情變得比較容易。” F71 對於新時代音樂的使用，也是基

於試圖控制其周遭的能量場，使自己的心情能夠平穩，塑造出一個好環境的目的而做出的行為。

1.對能量的操控與使用：在受訪者當中，有幾人提到了自己試圖去控制、調整自己或周遭的能量的實際操作。例如 M81 提到了水晶的使用；F71 對 aurasoma 靈性彩油的使用；F71、F65、F70 的使用新時代和奧修的音樂；M74 修煉其師父的功法，以及過去在新時代社團時對光體的開發，目前則是透過能量的修煉，對一些靈界的現象進行驗證。EM81 則提到他能用某些別人無法理解的方式來達成一些事，或使事情比較容易。這些行為都是試圖透過某些方式，來達到對能量的操控與使用。

2.打坐冥想：有數名受訪者表示他們會進行打坐或是冥想的活動。有人還曾經在打坐的狀態中感受到一種很美好的感覺。F73a 還提到有一些朋友會透過冥想來投能量、或是試圖透過信念，影響潛意識而達到“心想事成”的成果。M70 則是表示可以在進行性行為的時候透過意念而決定要讓什麼樣的靈魂來到世上。

3.尋求占卜式的指引：F73a 曾經試著透過通靈、算命，或是詢問自己的前世來獲得對於當下問題的解決方法或是試圖了解自己。

（二）原有信仰儀式的改變

F73b 受到母親與新時代運動觀念的影響，覺得在現代的社會沒有必要維持傳統的拜拜儀式，M70 則是會在親戚將過世時自己上網找助念資料，以便幫助其他親人與亡者。