

佛教禪修戒毒實例之比較研究

釋永東

佛光大學宗教學系助理教授

摘要

廿一世紀的來臨，人類面對生活的能力應隨著科技與資訊的進步而提升，但社會型態的轉變，為人們所帶來的生活困境、心靈壓力等文明後遺症，卻是有增無減，其中尤以毒品對於身心靈之影響最為巨大。而從人類的經驗演進史可知，宗教對於社會與人心的功能，一直以來就不僅止於知識的傳播或信仰的崇拜，而是具有提昇生活內涵、建立生命價值、安頓人心與淨化社會的功能。

值此科技時代，對於日益氾濫的吸毒問題，基督教一直以福音療法戒毒，而作為佛教理論與實踐的禪學，雖已有近兩千六百年的歷史，迄今運用於戒毒者的治療，卻不及基督教的具體成果，即使有也泰半只涉及某種禪修法門的運用，鮮少探討其原理。因此，本研究嘗以佛教的禪修理論為立基點，觀察其對戒毒之應用的兩個實例的具體成果，希冀透過有系統的分析、觀察禪修理論對戒毒的運用比較，同理亦能將此原理應用對治憂鬱症等現代文明病，進一步運用在教育成效的提昇，為教育治療的應用再開新績。

本研究共分五章：第一章緒論；第二章毒品——回溯毒品的歷史，檢視吸毒者的藥癮成因，瞭解吸毒者的身心狀況，比較吸毒者與禪修者在腦中所產生的變化；第三章禪修的戒毒功能——考據禪法的演變，說明禪定對戒毒的功能，檢視禪修原理、方法，依據原始佛教經論，輔以現代腦神經科學，尋找染上毒癮的根源所在，並從探討禪修者的身心變化中，提出協助毒癮者杜絕毒害侵擾的有效方式；第四章戒毒實例和禪修原理比較——透過兩個戒毒中心的深度訪談和問卷調查的分析和比較，了解禪修對戒毒的運用現況及困境，輔以前述原理的分析比對，獲得原理與應用的具體例證，以達到協助戒毒、防犯染毒的根本目標，並提出建言；第五章結論。

關鍵詞：福音療法、禪修原理