

內隱哲學

內隱哲學的發展概述

1950年代中期，簡德林（Eugene T. Gendlin）是芝加哥大學哲學專業的研究員，致力於研究概念和內隱理解之間的關係（他後來稱之為前概念感受）。簡德林業已成形的哲學觀點認為，意識是一個將內隱理解進行概念化的連續過程。例如，“狗”這個詞內隱地指稱著（包括著、容載著）與某種特定動物有關的諸多體驗；否則，這個詞就不具有任何意義。在像“那條狗追了那個球”這樣的句子中，每個詞都內隱地包含著或指稱著非象征性的體驗，由此我們就能內隱地知道每個詞的含義，從而知道這個句子的含義。

我們可以明言地思考句子中的任何一個詞，但前提是我們停止去思考這個句子的含義，而開始去思考特定的單個詞的含義；在這種情況下，我們對單詞的明言式定義仍然需要依賴於內隱式理解。在上面的句子中，我們可以明言地定義“狗”這個詞（“狗是一種經常作為家庭寵物來飼養的哺乳動物”），但是我們這番定義中所用到的詞又是在指稱其他的非象征性體驗。任何一種含義都可以被明言表達，但只有通過指向其他內隱體驗才能實現。

同樣的，當我們思考某個問題時，我們會從一個明言式表述開始，這個表述內隱地指向著大量非象征性體驗。我們將這些非象征性的東西，體驗為一種關於這個問題或這個情況的“感覺”；並且，在這種“感覺”的引導下，我們象征化著（明言著或闡述著）這個非象征性的背景，直到我們有了一個解答。

在哲學和心理學之間架起橋梁

在芝加哥大學攻讀博士學位期間，簡德林與心理學系的卡爾·羅傑斯（Carl Rogers）博士密切合作，探索他的體驗哲學和心理治療來訪者的真實生活體驗之間的交匯之處。他原本以為會看到心理治療來訪者對一些問題的概念性陳述。然而，他發現他們對問題的陳述是依賴於一些他們尚未概念化的內隱理解。一旦他們能夠去明言這個內隱理解，他們就會發現這個內隱理解本身又是依賴於另一個

他們尚未概念化的內隱理解，以此類推。通過這種方式，來訪者的陳述將不斷地指向其內隱體驗。經由發現這些內隱體驗並將它們明言，來訪者將不斷地接近對最初問題的更深入的理解和解決。

簡德林的研究提出，應當將心理變化理解為一個尋找和跟隨自身內在的感受式體驗的過程。他表明來訪者能否在心理治療中實現持久的積極改變，取決於他們能否觸及到有關那些將他們帶入治療的問題的那種非言語的、身體式的感覺。簡德林把這種直覺式的身體感覺叫做“體會”。他研究了那些成功的來訪者是如何觸及和表達這種感覺的，並發展出聚焦（Focusing）這一方法，以便教給其他人如何做到這一點。1978年，簡德林出版了他的暢銷書《聚焦》，這本書提出了一個六步法來幫助讀者發現其體會，並利用它來促進個人發展。

1985年，簡德林創立了聚焦學會，旨在促進學術和專業團體當中的聚焦訓練與教學，並在公眾當中分享這一實操方法。2016年，它被更名為國際聚焦學會。

簡德林的哲學貢獻的重要意義

多娜塔·舍勒（Donata Schoeller）博士是一位哲學教授，她曾把簡德林的著作《一個過程模型（A Process Model）》翻譯成德語（與Christiane Geiser合譯）。她還與愛德華·S·凱西（Edward S. Casey）合編了簡德林的一本論文集《說出我們的意思（Saying What We Mean）》。在簡德林的訃告中，舍勒在談到簡德林的哲學時說：

他從根本上去思考複雜性，思考生命是如何在複雜性和回應性上進行的。因此，便有可能重新去把握創造潛能和具身性普通體驗的挑戰。他的哲學傳達了一種對語言的理解，這種理解開啟了對生命過程固有的意義連續性的一種令人驚歎的把握。因此，他的思想療愈了我們西方傳統在人類和地球上其他生物之間所切下的那道傷口。

今日的哲學家們在大談哲學實踐，尤金則真正地做到了這一點！他的實踐幫助個體去表達那些真正重要的東西，並找到他們自己的聲音，從而使人們能夠在多個層面上參與到民主式的過程之中。聚焦和TAE（在邊

緣處思考)，使得我們能夠深入地去反思我們在當今多元文化和環境挑戰的現實中所面臨的複雜問題。