



Postgraduate Dissertation coversheet & feedback form

**THIS SHEET MUST BE THE FIRST PAGE OF THE ASSIGNMENT
YOU ARE SUBMITTING (DO NOT SEND AS A SEPARATE FILE)**

<i>For completion by student:</i>		
<i>Student Name:</i> Siyu Liu <i>Student University Email:</i> 1804594@student.uwtsd.ac.uk		
<i>Module code:</i> SICH7022	<i>Student ID number:</i> 1804594	<i>Educational support needs:</i> Yes/No
<i>Dissertation title:</i> The Philosophy of Non-Attached Giving in the Diamond Sutra: A Study on Mitigating Educational Anxiety Among Chinese Parents 《金剛經》「離相布施」思想對中國家長教育焦慮的調節研究		
<i>Supervisor:</i> Venerable Shengmiao	<i>Word count:</i> 9881	
I confirm that this is my original work and that I have adhered to the University policy on plagiarism. Signed ...Siyu Liu..... Email submission: if you are submitting this form via email, please tick this box ☐ (as a substitute for your signature) to confirm that you agree to the above declaration.		

For completion by the first marker:

Comments:

First Marker's Mark:

Signature:

Date:

For completion by the second marker:

Comments:

Second Marker's Mark:

Signature:

Date:

Agreed internal mark:

Signature 1st marker:

Signature 2nd marker:

Date

Comments (for completion by the internal markers which indicate how the agreed internal mark has been arrived at):

NB. All marks are provisional until confirmed by the final examination board.

For completion by the External Examiner:

Comments:

Proposed Mark:

Signature of External Examiner:

Final Agreed Mark:

Comments (to indicate how the final agreed mark has been arrived at):

AI Acknowledgement

☒ I have not used AI in my assignment

I confirm that I have not used any AI tools in the research and creation of this assignment. I confirm that I have not presented any AI generated materials as my own

work. I confirm I have copies of my drafts, notes, and other resources I used, which I may be asked to provide in evidence.

☐ **I have used AI in my assignment**

I acknowledge the use of [AI Tool 1] [(AI Tool 1 url)] on [Date] to [Purpose my work: (e.g. support my research/proofread/edit photographic material etc.)]. I used the prompt(s):

1. [Prompt]

2. [Prompt]

3. [Prompt]

I confirm that I have not presented any AI generated text as my own work. I confirm I have copies of my drafts, notes, and other resources I used before, and after the use of AI tools which I may be asked to provide in evidence.

《金剛經》 「離相布施」 思想 對中國家長教育焦慮的調節研究

指導導師：上勝下妙法師

學生姓名：劉思宇

學生學號：1804594

課程代碼：SICH7022

匯報日期：2025年3月19日



目次

- 1、研究動機與背景
- 2、離相布施的理論基礎
- 3、四相角度的焦慮成因
- 4、內外雙修的解決方案
- 5、總結創新與局限



壹

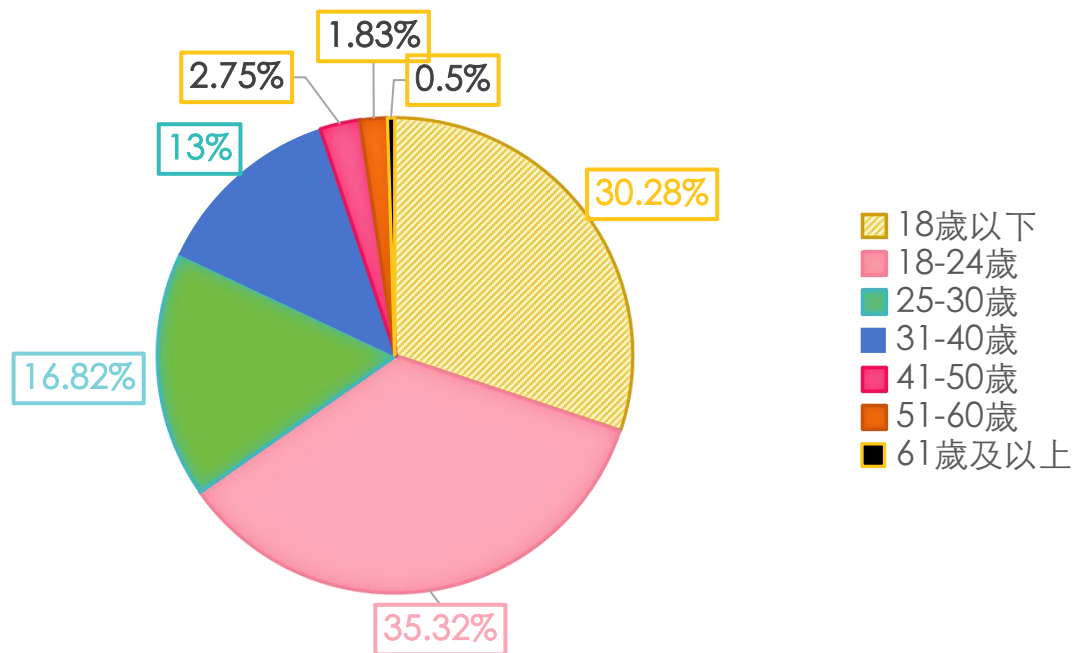
研究動機與背景

- 研究動機
- 現有研究
- 研究方法

為何關注家長的教育焦慮？

- 68%家長感到焦慮
- 青少年抑鬱低齡化趨勢

2023年中國抑鬱症發病群體



現有研究

家庭-找外因，重科學法，少根本。

佛學-重理論，少實踐。

**佛教智慧與家庭
教育缺少結合**

研究目的

以四相為鏡，照見焦慮本質；
以布施為藥，重建教育初心。

研究方法

- 文獻分析法
- 理論分析法
- 案例分析法



貳

離相布施的理論基礎

- 離相
- 布施

離：放下、安住

相：四相（我相、人相、眾生相、壽者相）

我相

凡可歸屬於「我」的有形無形的相。

人相

因有「自我」而衍生的對立、分別。

眾生相

許許多多的人，如社會。

壽者相

時間概念。

布施：財布施、法布施、無畏布施

財施：內財、外財。給予對方物質幫助或體力付出。

法施：智慧經驗的無私傳授。



無畏施：用言行來安撫他人的內心。

離相 布施：對於施者、受者與所施之物皆無分別執著，對布施的結果亦不求任何回報。



參

四相角度的焦慮成因

- 我相
- 人相
- 眾生相
- 壽者相

我相：將孩子視為自我價值的延伸

這對父母真成功啊！培養出這麼優秀的孩子！真羨慕



我這麼辛苦上班，你考這個分數對得起我嗎？！



人相：對比「別人家的孩子」

看看別人多優秀！
再看看你！！



眾生相：迎合社會成功標準



從小爸媽就告訴我，
成功就是考上好大學，
過上有車有房
有錢的生活。

壽者相：急功近利的教育觀



數學課

9:00-12:00



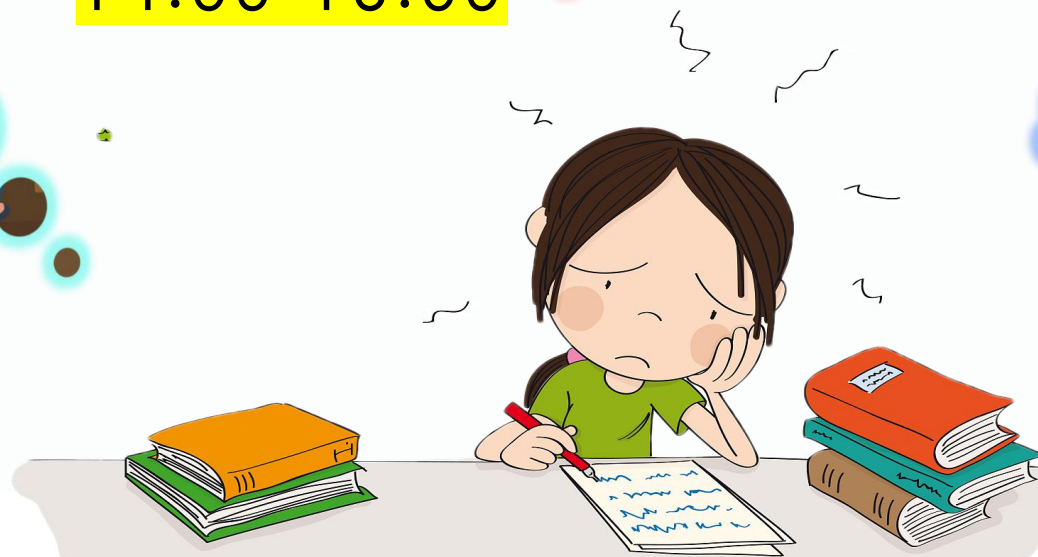
英文課

14:00-16:00



鋼琴課

19:00-21:00





肆

內外雙修的解決方案

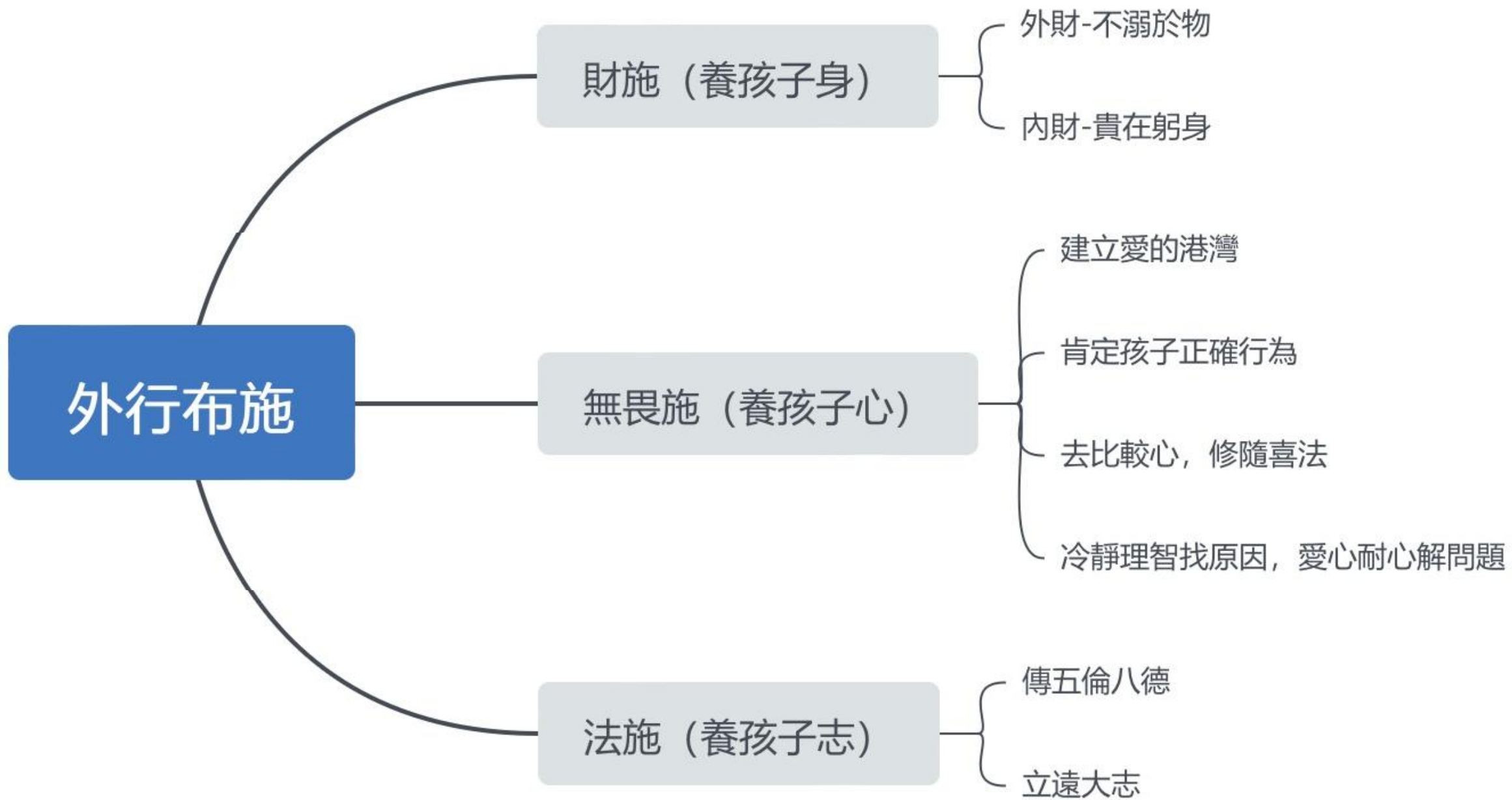
- 內修離相
- 外行布施



內修離相

諸法所生，唯心所現。 —— 《楞嚴經》

一切造善惡，皆從心想生。
—— 《過去現在因果經》



財施（養孩子身）

外財-不溺於物

內財-貴在躬身

欲子弟賢，須父母賢。

——印光祖師



無畏施（養孩子心）

建立愛的港灣

肯定孩子正確行為

去比較心，修隨喜法

冷靜理智找原因，愛心耐心解問題



法施（養孩子志）

傳五倫八德

立遠大志

志不立，天下無可成之事。

——王陽明





伍

總結創新與局限

- 切入視角新穎，將佛教智慧與家庭教育結合。
- 向家長提供從根源解決問題的理論原則「離相布施」。
- 將「離相布施」的理論原則設計成內外雙修的可操作方法。

局限

- 未來可以進一步追蹤家長實踐情況。
- 佛教智慧可以更深入的與教育心理學結合。

一、古籍專書

- 1、〔漢〕許慎撰，〔清〕段玉裁注：《說文解字注》，臺北：洪葉文化事業有限公司，2018年。
- 2、〔東晉〕鳩摩羅什譯：《金剛般若波羅蜜經》，收入《大正新修大藏經》冊8，第235號，臺北：新文豐出版公司，1983年。
- 3、〔東晉〕鳩摩羅什譯：《維摩詰所說經·佛國品第一》，收入《大正新修大藏經》冊14，第475號，東京：大藏出版株式會社，1988-1991年。
- 4、〔東晉〕求那跋陀羅譯：《過去現在因果經》卷一，收入《大正新修大藏經》第3冊，第189號，東京：大藏出版株式會社，1988-1991年。
- 5、〔隋〕吉藏撰：《金剛般若疏》，收入《大正新修大藏經》冊33，第1699號，東京：大藏出版株式會社，1988-1991年。
- 6、〔唐〕般刺密帝譯：《大佛頂如來密因修證了義諸菩薩萬行首楞嚴經》卷三，收入《大正新修大藏經》第19冊，第945號，東京：大藏出版株式會社，1988-1991年。
- 7、〔元〕宗寶編：《六祖大師法寶壇經》卷1，收入《大正新修大藏經》冊48，第2008號，東京：大藏出版株式會社，1988-1991年。
- 8、〔明〕王陽明：《傳習錄》，收入《王陽明全集》，上海：上海古籍出版社，2011年。
- 9、〔民國〕釋印光：《增廣印光法師文鈔》，第1冊，北京：宗教文化出版社，2000年。
- 10、〔民國〕釋印光：《印光法師文鈔全集》，第2冊，北京：宗教文化出版社，2000年。
- 11、〔民國〕釋太虛：《太虛大師全書》冊5，第4號，臺北：善導寺佛經流通處印行，1980年。

二、中文現代專書

- 1、王利器著：《文子疏義》，北京：中華書局，2000年。
- 2、王念孫：《廣雅疏證·釋詁三》，北京：中華書局，2004年。
- 3、江味農：《金剛經講義》，臺灣：華藏淨宗學會，2016年。
- 4、沈家楨述：《金剛經的研究》，臺北：慧炬出版社，1995年。
- 5、徐雁平：《百年古代文學教育事論》，南京：南京大學出版社，2019年。
- 6、馬國川、張藍心主編：《2024 家庭教育藍皮書：中國家庭養育環境報告》，北京：中譯出版社，2024年。
- 7、Nancy Samalin 著，許瑛昭譯：《愛與憤怒——父母親的兩難困境》，臺灣：心理出版社，2005年。
- 8、劉文典著：《淮南鴻烈集解》，北京：中華書局，2022年。
- 9、釋淨空述：《金剛經講記》，臺北：佛陀教育基金會，2003年。

三、英文現代專書

1. Erin M. Cline, *Confucian and Western Views on Childhood Development*. New York: Columbia University Press, 2015.
2. John B. Watson, *Behaviorism*. Chicago: University of Chicago Press, 1924.
3. Peter Harvey, *An Introduction to Buddhist Ethics*. Cambridge: Cambridge University Press, 2000.
4. Rupert Gethin, *The Foundations of Buddhism*. Oxford: Oxford University Press, 1998.
5. Waldinger, R. J., & Schulz, M. S., *The Good Life: Lessons from the World's Longest Scientific Study of Happiness*. New York: Simon & Schuster, 2023.

四、中文學位論文

- 1、楊月仁：〈現代親子教養哲學之研究——以《法華經》為主〉，臺灣：南華大學，哲學與生命教育學系碩士學位論文，2012 年。
- 2、韓海棠：〈中產階級家長的教育焦慮：現狀、問題與原因〉，武漢：華中科技大學，教育科學研究院碩士學位論文，2023 年。

五、英文學位論文

1. Ping-Yin Kuan. "Effects of Cram Schooling on Academic Achievement and Mental Health of Junior High Students in Taiwan." Chinese Sociology Paper, Chengchi University, Taiwan, 2018.

六、中文期刊論文

- 1、中國教育學會家庭教育專業委員會：《中國家庭教育發展報告（2022）》，北京：教育科學出版社，2023 年。
- 2、周易：〈父母育兒焦慮多 67%受訪者歸因愛攀比〉，《中國青年報》，2015 年 10 月 19 日第 007 版。
- 3、鄧林園、唐逸文、王婧怡、李蓓蕾，〈我國城市中小學生家長教育焦慮生成與維持機制的質性研究〉，北京：《教育學報》，2024 年第 1 期。
- 4、劉金典、程名望、吳春燕：〈父代教育水平、代際傳遞與子代基礎教育不平等〉，北京：中國社會科學院經濟研究所《經濟學動態》，2023 年第 7 期。
- 5、霍雨佳，李一，李育倩，柳銘心，蔡雪：〈2022 年中國家長教育素養狀況及提升策略〉，《中華家教》，2023 年。

七、英文期刊論文

1. Boyle, P. A., Buchman, A. S., Barnes, L. L., & Bennett, D. A. (2012). Effect of purpose in life on incident Alzheimer's disease. *Archives of General Psychiatry*, 69(5).

2. Harris, Benjamin. "Whatever Happened to Little Albert?" *American Psychologist* 34, no. 2 (1979).
3. Loader, S. J., N. Brouwers, and L. M. Burke. "Neurodevelopmental Therapy Adherence in Australian Parent-Child Dyads: The Impact of Parental Stress." *The Educational and Developmental Psychologist* 36, no. 1 (2019).
4. Risley, S. M., L. B. Jones, A. E. Kalomiris, and E. J. Kiel. "The Relation of Maternal Parity, Respiratory Sinus Arrhythmia, and Overprotective Behaviors with Child Anxiety." *Journal of Child and Family Studies* 30, no. 1 (2021).
5. Ryff, Carol D. "Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being." *Journal of Personality and Social Psychology* 57, no. 6 (1989).
6. Sarsour, K., M. Sheridan, D. Jutte, A. Nuru-Jeter, S. Hinshaw, and W. T. Boyce. "Family Socio-economic Status and Child Executive Functions: The Roles of Language, Home Environment, and Single Parenthood." *Journal of the International Neuropsychological Society* 17, no. 1 (2011).
7. Westphal, C. J., et al. (2020). Meaning in life and structural brain integrity in aging. *NeuroImage*, 220, 117066.
8. Woodruff-Borden, Janet, Catherine Morrow, Stacey Bourland, and Stacy Cambron. "The Behavior of Anxious Parents: Examining Mechanisms of Transmission of Anxiety from Parent to Child." *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 2002.

八、網路資料

- 1、人民網：〈天才少年自殺：張一得父親是如何把教育變成「功利化活著」的？〉，<https://www.peopleapp.com/rmharticle/30021710864>，2024 年 10 月 5 日。
- 2、網易新聞：〈高知父母學習心理學，為女兒嘔心瀝血，為何孩子卻得了抑鬱、雙向〉，<https://www.163.com/dy/article/INEM1S8G0521951V.html>，2024 年 10 月 5 日。



感謝您的垂聽
敬請批評斧正