

心理學
偏離真道

張逸萍

生命出版社

心理學偏離真道

審
作
編
排
封面設計
發
行

楊摩西
陳張逸萍
陳冰光
林竹君
楊怡心
生命出版社

36 Alpine Rd., Towaco, NJ 07082 U.S.A.
Tel: 1 (973) 335-9761
Fax: 1 (973) 335-0535
E-mail: info@emsionline.org

出
版

天恩出版社

台灣台北104台北市松江路23號10樓
Tel: 886 (02) 2515-3551
Fax: 886 (02) 2503-5978
Email : graceph@ms17.hinet.net

登記證：行政院新聞局登記證局版臺業字第3247號

出版日期

二〇〇四年十一月

版權所有，請勿翻印，若全書或部份內容需轉載，或以廣播、錄音帶等方式使用時，請事先告知本社，並於使用時註明出處。

作者簡介

張逸萍博士

畢業於美國印地安納州的三一神學院，主修哲學及護教學。現在海外神學院和國際福音佈道神學院兼任教席。著有《新紀元的陷阱》，是《明白真道》和《一載靈修》作者之一，譯作有《真相系列》十五本和《心理學不合聖經》，並常在各基督教雜誌發表文章。

銘謝

本書的大部分文章曾經刊登於《呼喊》雜誌，轉載於《生命之泉》雜誌，其中兩篇亦被錄取於「中華展望」網版。在此謹向三處的主持人——吳恩溥牧師、楊摩西博士、林慈信博士致謝。並感謝其他主內前輩曾經給予的支持和鼓勵。

目 錄

楊 序	I
王 序	III
李 序	V
林 序	VII
鍾 序	IX
圖 片	X

序言

1。大衛和現代心理學	2
2。三步曲	7

第一或第二步

3。溝通萬能	16
4。EQ - 香港臺灣貨	23
5。西方羅曼蒂克	30

第二或第三步

6。管教孩子？傷害孩子？	44
7。表達感情、活出真我	51
8。從生父形像認識天父	56
9。不健全家庭的受害人	63
10。自愛、自尊、自信-聖靈所結的果子？	84
11。自我實現	99

絕對是第三步

12。內在醫治	108
13。積極思想	117
14。觀想	127
15。催眠術	139
16。妖言邪道	151

其他有關題目

17。任君選擇	174
18。質疑者眾	190
19。結合聖經和心理學	205
20。介紹聖經輔導學	219

後語 226

國際福音佈道神學院出版品 227

楊序

認識張逸萍姐妹已多年，平時彼此因工作都繁忙，所以甚少會面，只以電話聯繫。雖然每次都是短促的交談，但總讓我深有戚戚焉之感，因為鮮少見有姐妹像她這樣積極的為《心理學偏離真道》下工夫，所以，讓我由衷的敬佩及欣慰。

近年來，心理學急速的在學術界及基督教界流行，使得許多對真理認識不清的教會也跟著這股盲目的潮流前行，而坊間各式各樣的心理學叢書，也如雨後春筍般地層出不窮；有人談理論、有人教應用、有人傳技巧，更有人實際的去操作，致使許多人誤以為這就是先進，好似不懂心理學就是落伍。這種以世俗小學混淆聖經真理的趨潮，正是導致社會亂象的最佳寫照。

人的方法是永遠無法替代上帝的，因為只有上帝的話語，才能使我們的心靈甦醒，光照我們的內心深處，讓我們看到人所看不到的；也只有上帝的話語才能幫助我們找到智慧的源頭，指引我們奔走前面的道路。上帝藉著六十六卷書對我們說話，祂的話語沒有瑕疵；不但可解決人、事、物的所有疑問，還能使我們願意努力去做一個完全的人。聖經是現代人的答案，聖經的真理不藉需由人的方法來開展，更不能以世俗的方法來分析，乃是要根據聖經、回歸聖經、運用聖經，按著聖經的真理去學習上帝的教導，才能真正解析世俗。



楊序

《心理學偏離真道》書中涵蓋了幾篇討論心理學弊病的文章，從第一個步驟「溝通萬能」、「自我實現」、「內在醫治」到最後的「結合聖經和心理學」等，篇篇看出張逸萍姐妹在心理學、異端、新紀元及護教方面專研的功力。願主賜福張逸萍姐妹在研究、寫作及編譯的事工中，有更靈犀的洞察力及更敏銳的筆觸；使她愈走愈蒙恩、愈走愈有力量，讓華人教會得享更多的恩福。

楊摩西

二零零三年九月
寫于新澤西州多華谷

王序

逸萍姊妹讓我看了她一些有關心理學的辯正文章，也邀請我為文集的出版寫序言。我不是心理學家，但對把心理學應用到基督徒的信仰生活中卻有很大的保留，對心理學給聖經真理所作成的含糊，對屬靈生命的成長所起的阻擋作用，卻有深刻的體會。

神的兒子耶穌基督所作成的救贖，把人與神的正常關係恢復過來。藉著神兒子所作的，把人帶回起初創造的目的裡，人的一切難處就有了徹底解決之路。這對被造的人來說，是極大的喜事，但對神的對頭撒但來說，那是牠十分不甘心的事。所以從古到現今，牠不住製造各種各樣的方法來阻擋神手中的工作，不讓神的旨意在地上成全。

撒但最能叫人受騙的手法之一就是利用別樣來代替神，這樣一來，受騙的人以為自己並沒有離棄神，甚至還認定自己是為神大發熱心。打從舊約的以色列民拜金牛犢開始，就不住的出現代替神的事物，從可見的偶像，到現今的看不見的心思，不管是怎麼樣的代替，就是把神兒子所作成的給遮蓋掉，甚至是全然忘掉。社會工作代替救贖，心理學代替聖經真道……到如今已經在基督徒的信仰上造成真假不分的景象，這是可等可悲的事實！

主當日向歌羅西教會所說的話，對現今的神的兒女還是那樣的新鮮，還是那樣的對症下藥：「你們要謹慎，恐怕有人用他的理學，和虛空的妄言，不照著基督，乃照人間的遺傳，和世上的小學，就把你們擄去。」(西二8)不再以基督為依據，只要人解說的合情理，那就接受過來，作生活的指導，讓神的兒女在不知不覺中落到「不持定元首」(西二19)的光景裡。人的說法可以有道理，但不是真理。道理是可以改變的，真理是不能改變的，用能變的道理去代替那不能改變的真理，那就顯明了人的愚昧。

逸萍姊妹本來從事電腦工作，後在 Indiana 的三一神學院作真道的追求，特別在新紀元和心理學方面鑽研，她的博士論文研究是比較新紀元運動中的邪靈教導、世俗心理學、和基督教心理學三者。她對心理學下了一翻功夫，所以領會到，心理學對神兒女追求成長的事有損害，對屬靈經歷有打擊，她憑詳細的觀察，指出心理學值得商榷的事實，點明它的似是而非的說法，讓許多神的兒女們不必震攝在「學術」和「權威」的光環下，而持定聖經真光作生活的指導，正確的解決心思上的困擾。

但願神使用這文集，使愛慕主的基督徒更知道「你的話是我腳前的燈，是我路上的光」。不再寄望在基督以外尋找生活與心思的困擾的解決方法，踏實的去享用神話語的真實與信實。

王國顯

二零零三年八月廿四日
寫於美國三藩市

李序

凡真正重生得救、順服真神至高無上主權、誠實尋求神的榮耀、正確認識聖經真理及基督教信仰教義的基督徒，必同意並喜悅提摩太後書三16-17：「聖經都是神所默示的，於教訓、督責、使人歸正、教導人學義，都是有益的，叫屬神的人得以完全，預備行各樣的善事。」也就是說，當基督徒有各樣生活難處、心靈掙扎時，他們應當回到拯救他們脫離死亡和罪惡權勢的救主耶穌基督面前，懇請聖靈以聖經真理來光照他們，省思自己的思想、情感、意志有無得罪上帝之處，若有之，則認罪悔改，若無，則求主賜恩典智慧來面對眼前難處，靠主喜樂前進。此為基督徒日常生活之成聖過程，也因基督徒認知其人生每一領域皆與造物主救贖主上帝息息相關，將來必向三位一體真神交賬，故真神所啟示人生生命準則之聖經，乃解決心靈困惑掙扎唯一正確有效之根據。

當代心理學之偏差及誘惑，早已被歐美有識之士看透。世俗心理學理論及技巧之無神或人文主義預設立場，與基督教信仰乃水火不容。然而華人基督徒經現代及後現代文化洗禮，服在所謂專家權威之下，以為可將心理學中「不明顯」違背教義之理論技巧加以吸收包容整合，以致對橫行於社會之心理學理論觀念不但未加指正，甚至在教會默許介紹或鼓吹教導源於心理學觀念的內在醫治，導致信徒產生錯誤的成聖觀，並且錯誤地應用聖經教義。在我的教牧博士論文，我很沉痛地指出某些

華人教會領袖及心理學輔導專家雖有愛心，但真理不足，片面且錯誤解釋聖經，並圖快速解決信徒生活問題，不能接受困苦中仍可因救主而喜樂（哈三17-18）。

感謝主，華人教會中仍有許多固守聖經真理的領袖駁斥心理學輔導，且有一些專家學者開始撰文剖析心理學理論的弊病，並有輔導機構開始為華人教會提供本於聖經原則的心靈輔導。其中張逸萍博士是誠實愛主的姊妹，其三一神學院博士論文乃多年研究心理學理論及新紀元邪術異端的成果，乃是華人教會認識心理學歪曲偏差所不可或缺之參考資料。逸萍本書中每篇文章都是華人教會極為寶貴的資產，反映出她愛神愛人的心腸。她為了神的榮耀及華人信徒生命益處，勇敢挺身而出，不計個人毀譽得失，實在是值得敬佩。

我在神學院教授聖經輔導學相關課程以來，逸萍這本書是難得的好中文指定參考書之一。在當今華人教會及神學院當中，我們極需更多這種深具真理洞察力的好書。求主使用本書來幫助更多傳道人、有心從事輔導事工、以及認真愛主的弟兄姊妹，在自我成長及幫助其他信徒解決心靈問題上，能堅持「唯獨聖經」。

李台鶯

寫於 2003年8月

林序

聖經是神所默示的。聖經不是一本科學教科書，可是關乎科學的事，它所記載的都是真的。聖經也不是一本考古學的教科書，可是它講到關乎考古的事都是真的，而且考古學家的發現，不斷地證明聖經的真確性。不過，聖經絕對是一本輔導的教科書，因為它自稱，於教導，督責，使人歸正，教導人學義，都是有益的。

聖經教導我們，神創造了人，給人道德的責任（有人喜歡用自由意志這個詞，我覺得說人在神面前有道德的責任比較貼切一點，也說得比較正確）。人所有的行為，思想和話語，都在神面前要負責，有一天要交帳。人類的基本問題是罪的問題；人的心邪惡，被罪污染，需要耶穌基督的救贖，聖靈的重生與成聖。聖靈與神的話同工，將耶穌基督救贖的功效運行在人的生命中，使人不斷的向罪死、向神活、順服神，榮耀神。歷代的信徒、牧師、傳道人都依靠聖經的真理來輔道人，幫助人更加愛神，愛鄰居，過有紀律，結果子的生活。教會的輔導，其實就是傳道、談道、佈道。

曾幾何事，心理學在學術界和教會圈子流行之後，教會出賣了自己的長子名分，不再忠心宣講和教導聖經真理；換來的乃是一碗世俗心理學的紅豆湯。心理學的預設，將人的責任全盤抹殺；把人看為原生家庭的受害者；本來是罪的事實，化裝



為溝通問題、別人的責任、不良自我形像、等等。近年來，心理學更是新紀元運動的喉舌，大量採用新紀元邪術，和靈煤的教導。

基督教（包括所謂福音派）的心理學家和輔導專家，多有嘗試結合基督教信仰和世俗心理學的，稱為結合主義者（integrationists），包括很多知名度甚高的領袖。可是這種將真理和世俗理論混合的做法，結果是失敗的。1970年開始，亞當斯教授（Jay E. Adams）呼籲當代教會回到聖經，從事聖經輔導。這個聖經輔導運動（Nouthetic counseling）目前已經在不同傳統的教會圈子內發展，理論成熟，並有不少基督徒醫生參與研究與寫作。

本人自從1997年開始，靠主的恩典推動聖經無誤，聖經輔導，聖經的成聖道理等，對張逸萍博士的研究事工十分欣賞。張博士多年來研究異端，新紀元運動和心理學，從事護教寫作與編譯。今出版《心理學偏離真道》一書，是正統福音派教會與信徒的好消息。書中詳盡的介紹，揭露心理學家多方面違背聖經真道的思想與做法，包括：人真正的需要是什麼；溝通是婚姻最基本的需要嗎？自我形像這觀念符合聖經嗎？父母管教兒女，會影響他們的自我形像，傷害他們嗎？父母與學校的老師，真的是人類問題的罪魁嗎？催眠術可以用來作治療嗎？新紀元運動的教義和做法，有多少已經被心理學，包括基督教（結合主義派）心理學家採用？

本書材料豐富，結論發人深省，但願華人教會醒覺，放棄世俗心理學的世界觀和人觀，回到神的話語，從事長期和有系統的真理教導，建立信徒的生命，叫教會在邪惡的時代作鹽作光。

林慈信

2003年8月5日寫於美國南加州

鍾序

神學家 Emil Brunner 在他的『啟示與思維』一書中指出當一門學術探討的學問愈接近屬靈知識的範圍時，因為罪的緣故它扭曲真理的機會就愈大。Brunner 稱這現象為『接近關係的定律』（註一）。換言之，一個基督徒和佛教徒在探研數學微積分的難題時，他們很容易找到相同的正確答案。但當這學術是一些非純科學如心理學或哲學時，因為罪把真理扭曲，意見差異就極為普遍。當我們提到神學時，基督徒和佛教徒就有完全不同的結論。

所以教會和基督徒要用聖經真理謹慎分辨心理學的教導。無可否認過去百年來一些從事嚴謹研究的實驗心理學家（experimental psychologists）是有些正確的發現。譬如人的回憶並不可靠，人的睡眠有幾個層次等。但過去廿年社會崇拜心理治療（psychotherapy）慰然成風，卻不知許多心理治療師（psychotherapists）都不大重視科學，提出的理論都是基於個人主觀經驗，不但違背心理科學證據，而且傷害無辜（註二）。同樣不少基督徒心理治療師把這些錯誤理論照單全收，附上幾句經文便把它們帶進教會，當作真理教導信徒。今天許多在基督徒圈子流行的心理學理論如『提高自尊和自信』、『回憶醫治』、或『深度心理』等根本沒有紮實的科學實驗證據。結果是混淆真理，把信徒帶離真道。



鍾
序

張逸萍博士這書是對當今盲目崇拜心理學的華人教會和信徒一大警醒。基於聖經的真理，張博士對心理學錯誤教導的細微觀察和批判更是華人教牧領袖和神學院教授的典範。

鍾昇華

二零零三年八月

註一: Emil Brunner, *Revelation and Reason* (London: CSM Press, 1947), pp. 383-385

註二: Carol Tavris, "Mind Games: Psychological Warfare between Therapists and Scientists," *Chronicle Review*, Vol. 49, No., 25, p. B7.

請不要以為只有那些保守的基督徒才會批評心理學，事實上，屬世人仕中批評心理學的大有其人，請看這裡兩篇雜誌的文章：

序 言

大衛和現代心理學

大衛是聖經中的一位英雄、勇士、君王、音樂家、詩人，豐功偉績無數，他的一生不但是兒童主日學教材，也是成人的榜樣。基督徒都應該向他學習，因為他是一個合神心意的人。可是，如果將大衛的一生和現代心理學比較，你會發現現在那些在教會中常聽的心理學理論都不能應用在他身上。

大衛是耶西八個兒子中最小的一個，當撒母耳奉神的命到耶西家中膏立一個新國王的時候，耶西把他的七個兒子都叫來見撒母耳，卻沒有讓大衛有這樣的機會，大衛還在放羊，等到撒母耳問，他才把大衛叫來。如果換了今天，我們定說耶西是一個「偏心」的父親，他瞧不起大衛。當大衛到戰場給他的哥哥送餅，遇上巨人歌利亞罵陣，他到處打聽，大衛的兄長卻對他發怒說：「你下來作什麼呢？在曠野的那幾隻羊你交託了誰呢？我知道你的驕傲和你心裡的惡意……」（撒下十七28）似乎大衛只配看羊，根本沒有人想到大衛能打仗，更休談作王，可見大衛的父親和兄長也沒有幫助他建立自信／自尊（Self-Esteem），套用一句現代術語，大衛來自一個不健全家庭（Dysfunctional family）！

大衛卻不被父兄的態度影響，有勇氣去見掃羅，自請出戰歌利亞，他說：「你僕人為父親放羊，有時來了獅子，有時來了熊……我就追趕他，擊打他，將羊羔從他口中救出來，他起來要害我，我就揪著他的鬍子，將他打死。你僕人曾打死獅子和熊……耶和華救我脫離獅子和熊的爪，也必救我脫離這非利士人的手……」（撒十七34-37）原來大衛的自信不是來自父兄，卻是來自兩方面：（一）經驗——曾經打死過獅子和熊，所以經驗告訴他，他有可能打死巨人歌利亞。成功和自信，誰先誰後，原來專家們也有不同的意見。心理學家 McKay 和 Fanning 說，到底是成功先於自信／自尊，還是自信／自尊先於成功，到現在還是一個謎，好像雞和雞蛋一樣，不知道那一個先來。¹聖經藉著大衛的例子告訴我們：成功先於自信。（二）信靠神——大衛有一點實在難得，他對神有信心，他知道神曾經幫助他，也相信神還會幫助他，因為他說：「耶和華救我脫離獅子和熊的爪」，又說：「神必救我脫離這非利士人」，他並沒有歸功於自己的精勇，不但如此，也不依靠自己的能力，他不誇口，他相信神曾經幫助他，而且還要幫助他，所以大衛不是自信／自尊，他是信靠神。

大衛的一生仍然保持這樣的態度，我們可以從他的詩篇中看見他的心聲和他的自評，他說自己是「軟弱」的（詩六2），又說「神阿，我的愚昧你原知道，我的罪愆不能隱瞞。」（詩六十九5），也知道他的好處不在神以外（詩十六2）。另一方面大衛倚靠神的心亦幾十年如一日，明顯至極，他說：「我的心投靠你，我要投靠在你翅膀的蔭下」（詩五七1）詩篇中也充滿了這樣的句子，誰讀過詩篇都可以知道。

現代很多父母都以為必須先鼓勵孩子的自信／自尊，孩子才能學業成功，自信／自尊似乎是眾善之泉，缺乏了它，就是萬惡之根。可惜，很多基督徒都不知道，現在社會人士已經開始對這樣的理論產生懷疑。譬如：《U. S. News 》曾經有這樣

的一篇評論，「…很少教育界人士反對學業成功與學生的自信心有關…但是經過二十五年的研究，根本完全沒有證據…最近…有研究…結論是把高度的自信和暴力行為連在一起…」，²類似的評論在各雜誌常常出現。所以，與其拼命培養孩子的自信／自尊，不如督促他溫習，教導他謙卑依靠上帝；與其盲目接受世俗的智慧，不如依照聖經原則行事，這樣才是聰明的人。

大衛的父兄似乎都覺得他只配看守幾隻羊，但是這並沒有影響大衛，他也不會因此而懷疑神立他為王的應許，他說：「萬軍之耶和華如此說，我從羊圈中召你來，叫你不再跟從羊群，立你作我民以色列的君。」（撒下七8）教會現在流行一個心理學理論：一個人怎樣認識神，完全視乎他怎樣認識他的父親，這個理論不能應用在大衛身上。原因很簡單，不是每一個人都將父親比上帝，大衛將神比作一些他常見的事物：「耶和華是我的牧者」（詩廿三1）；「耶和華我的力量…岩石…山寨…磐石…盾牌…高台」（詩十八1-2）。照此推想，基督徒因為知道聖經稱神為天父，所以大有可能以生父比上帝，甚至抱怨生父不如上帝（事實上，世界上最好的父親和神相比，都是不健全的）。但是非基督徒不知道聖經把神叫做天父，他是否以自己父親來想像神，這是值得思想的，世俗的理論不一定是真理，由此可見。

大衛從來沒有抱怨自己來自不健全家庭，在他逃難的日子中，他仍然記得盡孝，他要求摩押王容讓他的父母搬到那裡，自己卻住在山寨中，大衛的兄弟都跟隨著他（撒下廿二1-5）。雖然聖經沒有怪責他們傷害大衛，大衛卻是一個如假包換的受害者，傷害他的是他的君王和岳父——掃羅（也是大衛的權威人物），掃羅一直想追殺他，完全是妒忌之故，不是大衛的錯。但是大衛有兩個很值得學習的地方：首先，他能夠以善待惡，當大衛逃難的時候，他曾經有機會殺死掃羅，但他卻沒有，因為「我不敢伸手害我的主，因為他是耶和華的受膏者」（撒下廿

四10)，大衛不以報仇為念，他最關心的是遵照神的話去待人；其次，大衛照著掃羅該得的尊重去尊敬他。當掃羅死於戰場的時候，大衛的態度仍然是一樣，在弔掃羅的哀歌中稱他為「尊榮者…大英雄」（撒下—18）顯出對他的尊敬。所以，如果我們的父母或者其他曾經傷害我們（事實上，誰從來沒有被人傷害過？），我們可以向大衛學習，這樣才討主喜悅。如果不知道誰曾經傷害你的話，不要去追究，因為原諒人不是容易的事，像大衛這樣心懷寬大，是少有的。現在教會流行「原生家庭探討」，因為據說絕大部分的人都來自不健全家庭，所以用心理學原則去研究誰是傷害自己的人，然後才能治療這些創傷。這樣的作法，不合聖經原則，有害無益。

大衛不是一個完全人，他曾經犯「大罪」—— 姦淫和殺人。在他的懺悔詩中，我們可以看見他只有承認自己的錯，完全沒有想過他的罪行是別人傷害所致。根據現代的流行心理學理論，傷害人的人都是因為從前曾經受害，在潛意識處留下傷痕之故。如果這個理論是對的話，我想他大可以把責任推到掃羅身上，因為掃羅把女兒米甲給了大衛為妻之後，又再把米甲再給別人（撒下廿五44），無疑傷害了大衛。但是大衛犯罪後，他說：「我知道我的過犯」（詩五十一3）。他求主「潔淨」他，給他「造清潔的心」（詩五十一7,10），並不是求神來為他治療創傷，他雖然沒有研究自己為什麼會犯罪，但是因為他真誠悔改，所以我們也看不見大衛重蹈覆轍。如果一個基督徒要過得勝的生活，真心悔改，求主幫助，是唯一的途徑，不要把責任推到別人身上去。

將大衛的一生和現代心理學比較，我無法不敬勸所有信仰純正的基督徒不再盲從，從今以後必須抱著懷疑的態度，用聖經小心謹慎去批判心理學。

-
-
- ¹ Matthew McKey & Patrick Fanning, *Self-esteem* (New York, NY: St. Martin's Paperbacks, 1995), p.2-3.
 - ² John Leo, "Let's lower our self-esteem," in *U.S. News & World Report*, June 17, 1996. p.25.



三 步 曲

有一個寓言故事：一個阿拉伯人帶著一隻駱駝在沙漠旅行，阿拉伯人晚上睡在一個小小的帳篷裡，駱駝睡在帳篷外面。半夜裡，駱駝對主人說：「外面很冷，我可否把我的鼻子伸到帳篷內取暖？」阿拉伯人對駱駝說：「帳篷很小，容不下你和我。」駱駝再三懇求，一個鼻子佔不了太多空間，於是主人心軟了，讓牠把鼻子伸進來取暖。過了一回，駱駝又再提出要求：「好心點，只是一個鼻子溫暖無濟於事，我可否把頭也伸進來。」一步一步，駱駝把前足、胸部、胃部……，慢慢全身都鑽到帳篷裡。最後，駱駝睡在帳篷裡，阿拉伯人睡在帳篷外。這個寓言也正展現在我們眼前：

第 一 步

我經常留意到一些教會講座題目，如：「夫婦溝通藝術」、「怎樣和小孩子溝通」、「男女溝通」等等。似乎大家都相信人

際關係和諧與否全在乎溝通技巧好不好。

黃博士說：「Dr. Gottman 是全美國最用心血去研究婚姻的學者之一……婚姻關係可比喻為一個銀行帳戶，只要彼此『存款』（如多表達愛）與『提款』（如彼此傷害）的比數大於五比一……他們的婚姻不會出現大的問題。由此可知…彼此溝通、衝突處理與解決問題的訓練…不可缺少…」¹。

但是，黃博士繼續解釋：「還有位極受尊敬的心理學家 Dr. Jacobson…是位真正在從事婚姻治療的權威。所不同的是 Dr. Jacobson 從他所做相當嚴謹的實證研究（Empirical Studies）發現，如果僅僅用社會交換理論，與由此衍生的『溝通與衝突處理訓練』來解決婚姻問題的話，成效並不理想。他的研究顯示，夫妻在最需要運用這些技術知識，也就是吵得臉紅脖子粗的當兒，往往將訓練過的溝通技巧全然拋置腦外。同時他發現，只接受這類訓練的夫妻，婚姻問題的復發率也高得令人失望。」²

要講究溝通技巧本身並沒有任何不對，而且實在是好事。問題是單單講究技術能有多少效用，溝通當然可以澄清一些誤會，但是否所有人際問題都是誤會或無心之失呢？聖經上也有很多地方講及溝通技巧，但是聖經從來不會只在行為上作教導而忽略內心的改變。耶穌曾經講過一條定律：「心裡所充滿的，口裡就說出來」（太十二34）。看樣子，如果一個人不先把內心的苦毒、妒忌、憎恨、驕傲、自私、詭詐、虛假等等徹底清除，只是講究溝通技巧，恐怕只能作有限度的改進。（請見「溝通萬能」一文）

既然大家都明白單單講究溝通技巧不能有效解決問題，怎麼辦呢？

第二步

黃博士繼續解釋：「人在原生家庭（family of origin）的成長經驗，深深地影響他（她）日後的婚姻愛情關係…每個人的成長過程或多或少都受了一些心理創傷。有的父母只會批評，不懂鼓勵…不管子女性向如何，逼他們要承繼父母『未竟之志』…危害心理的健全發展。」³，又解釋說，兩個人之所以會墮入愛河，「往往是因為我們潛意識認為對方…可以滿足我們心底深處的需要、醫治過去留下的心理創傷…我們潛意識中要求配偶成為自己從未有過的『完美的好父母』…心理上便退化為嬰孩狀態…處於婚姻中的兩個『大嬰孩』…總是期望對方…主動地滿足自己的需要…當人達不到自己對婚姻愛情的期望，便常會覺得是對方欠了自己的債」⁴。難怪最近中國教會流行「原生家庭探討」，一位姊妹說：「原生家庭是個人所出生、成長的家庭，至少包括自己、父母和祖父母三代…除了少數…大部分的人是在不完美的家庭…長成…林牧師就要求我們繪製『家庭結構圖』…回顧家庭環境對自己的價值觀及人生方向的影響。當我深入了解自己的家庭結構、角色扮演及家人關係之後，就能選擇不作『受害人』（Victim），而成為『受傷的醫治者』（Wounded Healer）」。⁵

既然溝通技巧被證實不能解決問題，心理學家就告訴我們，我們的問題都是父母傷害的結果。這是一個罪惡的世界，人人都是罪人，大家互相傷害，可是一般人不必等待別人指點，早就看見別人傷害自己，卻看不見自己傷人的事實，正如耶穌所講的：「為什麼看見你弟兄眼中有刺，卻不想自己眼中有樑木呢？」（太七3）罪人的天性而已。聖經又說：「忘記背後，努力面前」（腓三13），所以基督徒不應該追尋誰曾經傷害自己。（請見「不健全家庭的受害人」一文）

但是探討原生家庭，知道誰曾經傷害自己，是不是就能夠解決我們的人際問題呢？黃博士在另一篇文章中表示：「不知傷在何處，如何進行內在醫治？」⁶一位推動內在醫治（Inner Healing）的人說：「我們也要從記憶著手處理過去的傷痕…可參考心理學的研究，嘗試了解一些問題的成因，但心理學只能幫助尋根究底，未能提供正本清源的良方。」⁷

呀！原來還有下文。

第三步

你有沒有留意到，「內在醫治」已經在中國教會展開了？有一篇介紹的文章說：「想像耶穌帶領進入一座花果豐盛的園子，在那裡接受耶穌的代禱…從在母腹成孕開始，回顧過去人生中的每個階段，每到一處都儘可能重組現場實況，並察覺耶穌臨在的位置。」⁸張醫師也有一個例子：「將禱告的內容構成一個"生動"的畫面…構成一個"意境"，用信心藉著聖靈的帶領經歷到此意境的"產生"或"出現"。」⁹例如：「想像自己被對方仇恨的繩子捆綁…這時他禱告，求主釋放他…用聖靈的寶劍將他身上仇恨的繩子一條條砍斷…求主藉著這樣的想像，使案主的內心得醫治。」¹⁰

內在醫治不過是新紀元觀想（Visualization）技術的另一個面目，¹¹唯一的不同是使用觀想（冥想中的一種）去想像耶穌臨近出現，你以為自己邀請耶穌，可惜應邀的不一定就是那位真的耶穌。聖經說：「撒但也裝作光明的天使」（林後十一14）。（請參閱「內在醫治」一文）

John Court 是一位基督徒催眠師，他說：「…比較催眠術和內在醫治…有一些基督徒作者認為這兩個醫治方法基本一樣，表面上的差別不重要…我主張，內在醫治和催眠是相似的，而且是相輔相成的。」¹²於是 Court 詳述兩個催眠治療的個案。案主在催眠術下回溯童年，尋找往日的創傷，邀請耶穌來療傷，最後結論說：「我認為不需要爭論到底內在醫治和催眠哪一樣比較好，但是現在的過個案顯示醫治禱告不一定能夠處理所有需要解決的地方。」¹³換言之，Court 認為內在醫治雖然和催眠類同，但是效用不及催眠術。

請千萬留意，催眠術是邪術，就是聖經所講的迷術。聖經說：「你們中間不可有…行邪術的，用迷術的…凡行這些事的都為耶和華所憎惡…」(申十八10-12)問題極其嚴重。(請參閱「催眠術」一文)

你會驚奇於教會中居然有基督徒催眠治療專家嗎？其實一點都不值得奇怪，佛洛伊德就曾經運用催眠術為人治病。¹⁴二三十年前被邱清泰博士帶到港台兩地演講，向中國教會推動心理學的 Gary Collins 也認許邪術，說，基督徒心理學家從不同的地方學得不同的心理技術，近年教會內有人極力譴責催眠術和觀想等，他們的批評也不是沒有理由，我們只要小心去用，不必和這些人爭論。¹⁵所以，基督教心理學中有催眠治療是順理成章的事。

結論

第一步是人的智慧，比不上聖經高明，也不能給人改變的力量，可有可無，騷不著癢處；第二步是違反聖經原則的道

理，帶來最後一步，就是基督教招牌下的各種邪術。三步曲。

日光之下並無新事，今天教會所面對的問題，原來保羅已經和提摩太討論過，當時有一些「世俗的虛談和敵真道似是而非的學問」（提前六20）

保羅勸提摩太「按著正意分解真理的道，但要遠避世俗的虛談」（提後二15-16）

因為「有人自稱有這學問，就偏離了真道。」（提前六21）。

¹ 黃維仁，「婚姻的解析與重建」，*使者*，9-10/96，p.51-52。

² *Ibid.*，p.52。

³ *Ibid.*，9-10/96，p.53-54。

⁴ *Ibid.*，11-12/96，p.52-54。

⁵ 綠蒂雅，「記使者南加州未婚基督徒營會」，*使者*，1-2/97，p.54。

⁶ 黃維仁，「基督徒可用心理學嗎？」，*使者*，9-10/97，p.41。

⁷ 陸惠珠，「心靈重整之旅：淺談『內在醫治』」，*海外校園*，四十二期，2000年八月，p.21。

⁸ *Ibid.*，p.22。

⁹ 張惠寬，*心靈醫治*（台北：天恩出版社，民國83年），p.82-83。

¹⁰ *Ibid.*，p.83-84。

¹¹ 張逸萍，*新紀元的陷阱*（Petaluma, CA：中信，2001），p.149。

¹² John H. Court, "Hypnosis and Inner Healing," *Journal of Christian Healing*, Vol 9, No. 2/ Fall 1987, p.29.



¹³Ibid., p.35.

¹⁴Dave Breese, *Seven Men Who Rule the World from the Grave* (Chicago: Moody Press, 1990), p. 130-32.

¹⁵Gary R. Collins, "What is Christian Counseling?" ed., Gary Collins, *Case Studies in Christian Counseling* (Dallas: Word Publishing, 1991), p. 11-13.

第一步或第二步

溝通萬能

葉博士：「最普通的婚姻問題是什麼？大家可能會說：婆媳、外遇、性、經濟、子女管教、個性不合……而我的回答是『溝通問題』……要記住：溝通問題是所有婚姻問題的根本問題。要開啟幸福婚姻的門，這把鑰匙就是溝通。」¹ 邱博士夫婦亦說：你可能說婚姻的問題是金錢問題，婆媳問題，但是最重要的是溝通問題；如果溝通不良，就好像血液不流通，不能幸福。80%的婚姻問題，都是溝通問題。² 似乎心理學家們異口同聲的說：溝通萬能！

所以，我們現在都相信良好的溝通可以使人際關係和諧，化解衝突，而且還可以影響對方，使對方接納我們的要求或意見。似乎只要你懂得那句「芝麻開門」，門就開了，如果你不知道，錯說了「綠豆開門」，門就沒有開。可是，果真如此？

影響對方？

一本非常受尊敬的父母指南《PET: Parent Effectiveness Training》勸告父母多用「我」字（I-message），少用「你」字（You-message），舉一個例，與其對孩子說：「你這個壞孩子，以後絕對不能踢人」，不如對孩子說：「呀！我很痛，我不喜歡別人這樣踢我」。作者解釋說，這樣孩子就覺得自己有責任去改變自己的行為。³ 問題是：孩子是否會覺得自己有責任？是否有力量去改變？

某中學專門收容問題學生，一天校長看見幾個學生違犯校規，將可樂瓶子帶進校園，當時他實在按不住怒氣，正要爆炸的時候，他想起《PET》書上的話，於是他對這些學生說：「我對你們真是失望透了，我想盡辦法幫助你們，但是你們仍然犯規…我辭職不幹了…」（使用「我」字）料不到那天下午，孩子們到他的辦公室，要求他不要辭職，並且自動請校長為他們剪髮〔孩子本來是長髮的〕，又答應以後遵守校規。⁴ 於是校長把成功的原因歸功於《PET》中的溝通辦法。

但是，細讀學生的話，原來學生是擔心觸怒了一位從不發脾氣的校長，恐怕下一個校長沒有這樣容易相處。⁵ 非常明顯，不是「我」字的功勞，而是校長一向和學生培養良好關係之故。如果學生們一向憎恨這位校長，他們可能用「我」字反駁說：「我喜歡把可樂的瓶子帶到校園來，我覺得校規沒有意義，我也不在乎誰是校長。老頭，滾罷！」

關係和諧？

基督徒心理學家 Norman Wright 說，如果夫婦能在感情上交流，他們就達到真正的親密。⁶ 邱博士夫婦亦將溝通的深入程度分類，從最淺的一層「客套」到最深的一層「透明敞開」。⁷ 所以和諧的關係不完全在乎傳遞信息，還要表達感受。

余牧師為了讓夫婦們的溝通深度進入透明敞開的高峰，他提供一個「透明紙」的辦法去增加夫婦間的信任。這個辦法是：「夫妻各把自己做到一張透明紙…彼此將一天的生活遭遇，無論是喜怒哀怨，主動地提出來與對方分享…夫妻每天願意撥出十五分鐘的安靜時間去建立溝通，彼此流露生命中的心聲，傾聽對方的心情，夫妻應該不會發生婚姻的大危機。」⁸

讓我舉個實例來幫助大家思想：前任美國總統 Clinton 好色，常是報章上的頭條新聞，假設有人建議他夫婦倆每天試用「十五分鐘透明紙」方法解決。一天，Clinton 對太太說：「我要做透明紙，所以我必須告訴你，我今天和 Monica Lewinsky 口交。」你想會怎樣？Hillary 會：（1）歡歡喜喜地說：「親愛的，我非常高興你這樣坦誠和我溝通，我以後就可以信任你了。」（2）氣得滿面通紅，將高跟鞋猛力一丟……

或者，Clinton 明白這十五分鐘只需表達和聆聽心聲，所以他說：「親愛的 Hillary，我今天覺得銷魂蝕骨，真是樂透了！」你想 Hillary 會怎樣？增加信任感？增加疑心？又或者，Clinton 乾脆說：「今天忙死了，由早到晚開會、接見下屬、打電話、批閱文件，差點連吃午飯的時間都沒有，現在才剛剛鬆一口氣。」但是當 Hillary 知道他和 Lewinsky 的風流事件，她會不會因為丈夫曾經和自己表達心聲和感受，所以不覺得被傷害？仍然非常信任丈夫呢？

溝通萬能？

溝通的效用有多少？我最近發現有一些心理學家也開始質疑溝通的效用。一位基督徒社會工作者和輔導員：「溝通當然重要，但它並不代表一切……未必可以把兩個全然不同的人拉在一起。溝通是有限制的，無論再怎麼良好的溝通，也未必可以使我們從配偶身上得到想要的東西。」⁹「溝通技巧非萬能，持守信念最重要。」¹⁰黃博士也說：「許多人喜歡尋求一些簡易的公式，例如：『溝通四要』、『衝突五訣』、『幸福六竅』想藉這些來面對問題……結果往往會把事情弄得更糟。」¹¹也許我們必須重新思考，溝通效用有多少？

溝通誠然可以澄清一些誤會，聖經裡就有一個典型的例子：當以色列人進入迦南的時候，有兩支派半的人沒有過約但河，他們在自己所住的那一邊築了兩座壇，其他的以色列人知道之後非常生氣，聚集要攻擊他們，責備他們「轉去不跟從耶和華」。但是這兩支派的人解釋說，他們築壇的本意是要提醒自己的子孫，他們和河西的以色列人同是敬拜耶和華的，那些本要攻打他們的人明白之後「都以為美」。（書廿二）但是，如果河東的人真的是已經轉去敬拜其他的外邦神的話，這樣溝通頂多是瞞騙他們一陣子，結果還是免不了戰爭。

聖經並不反對溝通，而且有很多地方講及溝通技巧，特別是言語問題，例如：「一句話說得合宜，就如金蘋果在銀網子裡。」（箴廿五11）「說話浮躁的、如刀刺人，智慧人的舌頭、卻為醫人的良藥」（箴十二18）。但是，如果想有一個和諧的人際關係，還有一些比溝通技巧更重要的事情。

比溝通更重要的事情

內心比舌頭重要

雖然聖經也在話語上教導人，但是它從不忽略人的內心。耶穌曾經講過一條定律，「心裡所充滿的，口裡就說出來」（太十二34）和「出口的是從心裡發出來的」（太十五18）。雅各亦有同樣的感嘆：「若有人在話語上沒有過失，他就是完全人，也能勒住自己的全身。」（雅三2），因為人的舌頭反映人的內心。看樣子，如果一個人不先把內心的苦毒、妒忌、憎恨、驕傲、自私、詭詐、虛假等等徹底清除，只是講究溝通技巧，恐怕只能作有限度的改進，不然的話，耶穌就不會說：「要憑你的話，定你為義，也要憑你的話定你有罪。」（太十二37）所以依靠溝通技巧，會叫人忘記整理自己的內心。

誠實比技巧重要

太過份的講究技巧反而會使一個人顯得不夠真誠，我這個人因為土頭土腦，向來不懂得欣賞這一套，每次發現此道高手，我就馬上築起一道防線，提高警惕，唯恐受騙，我反而喜歡和比較木訥的人相處，容易相信他們。正如《論語，學而篇》所說的：「巧言令色，鮮矣仁」。聖經也說：「應對正直的，猶如與人親嘴。」（箴廿四26）「是就說是，不是就說不是，若是多說，就是出於那惡者。」（太五37）所以，有需要的時候，寧可放棄溝通技巧，因為「當面的責備，強如背地的愛情……朋友誠實的勸教，也是如此甘美。」（箴廿七5,9）當然聖經並沒有叫你「開口就得罪人」，聖經是說：「用愛心說誠實話。」（弗四15）

行動比嘴巴重要

葉博士說，愈來愈多夫婦了解溝通的重要性：「許多人照著專家在演講或書中的指導如法泡製。奈何往往依樣畫葫蘆沒多久就放棄了。他們說：『在我們家就是行不通！』」一次他的太太生日，本來想要帶太太去享用一頓浪漫晚餐，太太卻請他在後園鑿幾個洞作為生日禮物。太太事後說：「雖然結婚三十年來，他向我明講『我愛你』這三個字的次數屈指可數，然而他以耐心鼓勵的態度所表達的愛語卻是最需要的。」¹² 聖經也說：「我們相愛，不要只在言語和舌頭上，總要在行為和誠實上。」(約壹三18)，可見甜嘴巴是可有可無，實際行動最重要。再想一想，Clinton 和 Hillary 身為一國政要，難道不是溝通高手？為什麼不見他們婚姻美滿？如果 Clinton 能在美女群中目不斜視，那麼，豈不是比什麼溝通技巧都生效？

禱告比溝通重要

《PET》介紹了一個化解衝突良方，就是父母和子女探討一個雙方都同意的解決辦法，可是該書說：「沒有人能保證孩子會熱誠地按照已經同意的辦法去做」，又有些父母說，他們的孩子「根本拒絕一同解決問題」。¹³ 我想父母們對這些話都會有同感，孩子聽話不聽話與父母教導方法不一定有關係。同樣的，最好的夫婦溝通技術也不能防止配偶有外遇，因為無論怎樣婉言相勸，不能保證一定可以改變人，只有神自己可以改變人心。所以弟兄姊妹們，如果你有夫婦問題，有孩子教養問題，或者任何人際問題，請你不要光光依靠溝通技術，必須依賴最有效的辦法——禱告。

結 論

溝通並非萬能，上帝才是萬能，「因神的愚拙總比人智慧，神的軟弱總比人強壯。」（林前一25）

-
- ¹ 葉高芳，*婚姻大補帖*（台北：宇宙光，民國88年），p.185-87。
 - ² 邱清泰、余竹君，*你儂我儂：恩愛夫婦訓練課程*（粵語錄影帶）（Santa Clara, CA:家庭更新協會，1996），錄音帶#6「溝與通」。
 - ³ Thomas Gordon, *P.E.T. Parent Effectiveness Training: The Tested New Way To Raise Responsible Children* (New York: A Plume Books, 1975), p.118.
 - ⁴ Ibid., p.130-32.
 - ⁵ Ibid., p.131.
 - ⁶ H. Norman Wright, *Communication: Key to Your Marriage* (Ventura, CA: Regal, 2000), p.30.
 - ⁷ 邱清泰、余竹君，*你儂我儂*，錄音帶#6「溝與通」。
 - ⁸ 余裕義，「培養夫妻的信任感」，*海外校園*，第四十四期，2000年十二月，p.52-53。
 - ⁹ 黃麗彰，*溝通不是萬靈丹：另眼透析現代婚姻*（香港：突破，2000年十一月），p.89。
 - ¹⁰ Ibid., p.51。
 - ¹¹ 黃維仁，「活在愛中的秘訣（一）」，*愛家*，第七卷，第二期，p.7。
 - ¹² 葉高芳、李懷恩，「夫婦雙贏『愛之語』」，*真愛*，第三期，2/02，p.4-5。
 - ¹³ Gordon, *P.E.T.*, p.201,263.

EQ - 香港台灣貨

當高曼（Daniel Goleman）的《EQ》被翻譯成中文之後，東南亞中國社會都對情緒智能（EQ，Emotional Quotient）狂熱，住在香港和台灣的人都知道，無需描述。

高曼說，我們一向以為智商（IQ）很重要，可以決定一個人的命運，但是有些高智商的人事業無成，反而智力平庸的人表現卻非凡，答案是情緒智能（EQ），因為它可以發揮人與生俱來的潛能。¹原來如此，專家們發現，高 IQ 不足叫人成功，現在提倡必須加上 EQ。

到底 EQ 是什麼？高曼說，EQ 涵蓋了五大類：1、認識自身的情緒；2、妥善管理情緒；3、自我激勵；4、認知他人的情緒；5、人際關係的管理。²一位 EQ 專家余先生概括得很清楚，他說：處理負面情緒（憤怒、憂愁、緊張）就是 EQ 的中心。³

似乎是常理

誠然，人必須學習管理自己的情緒，也應該努力和他人融洽相處，這些都是聖經的教導；不管是基督徒不是，都會同意。事實上，EQ 的講論，大部分亦和普通常理差不多。譬如：《EQ》書說人的情緒和身體健康有非常大的關係，焦慮和沮喪可以帶來心臟病等，正面的情緒可以增加身體的抵抗力，所以醫務人員應該對病人有一個關懷的態度。⁴ 又譬如說，美國亞裔孩子的 IQ 僅比白人孩子的 IQ 高出二、三點，但是亞裔美人的表現優勝於白人。原來「亞裔美人做功課的時間比其他學生超出40%」，表示他們能吃苦耐勞，能自動自發，「亦即具備較優勢的 EQ。」⁵

上邊兩則例子，人人都會同意，但是這些「常理」總有漏洞，譬如余先說：「一間機構的成功，外在客觀條件只是一部分」。但是小組成員要合作，互相鼓勵，即使面對困難，仍然能「使機構經得起任何社會變遷」，因為「人際互動產生凝聚能力——這就是士氣；內爭外鬥各人貌合神離——這就是晦氣。」⁶ 有誰見過一間公司裡面的人都從來不為個人利益而明爭暗鬥的？所有員工都是一心一意只為公司利益著想？因為人有罪性，所以理論講得通，卻難實行。

聖經更高明

有些基督徒相信聖經內已經有 EQ，教會不必講論，而且對那些趨之若鶩的人嗤之以鼻，雖然這樣的態度不容易受歡迎，但是我卻無法不同情這樣的人，因為聖經內不但已經有

EQ，而其教導比 EQ 更高明。聖經從來不否定任何情緒，甚至負面情緒亦然，聖經中的喜怒哀樂例子都有。神自己就常常生氣，耶穌也曾經哀哭和憂愁。聖經所留意的是情緒背後的原因，不是情緒的本身，而且聖經也告訴我們情緒的影響和控制之道。

譬如：人際關係：「回答柔和、使怒消退，言語暴戾、觸動怒氣。」（箴十五1）。EQ 和健康：「喜樂的心、乃是良藥，憂傷的靈、使骨枯乾」（箴十七22）。喜樂的辦法：「你們要靠主喜樂」（腓三1）。控制怒氣：「生氣卻不要犯罪，不可含怒到日落」（以四26）。控制憂慮：「我的心哪、你為何憂悶、為何在我裡面煩躁，應當仰望神，因他笑臉幫助我……」（詩四十二5）。處理緊張：「你當剛強壯膽，不要懼怕也不要驚惶……耶和華你的神必與你同在」（書一9）。情緒背後有不同原因：「因為依著神的意思憂愁，就生出沒有後悔的懊悔來…但世俗的憂愁，是叫人死」（林後七10）。經文例子太多了。

又是父母錯

雖然 EQ 道理中沒有敵基督教思想，也沒有新紀元邪術，但卻有心理學上的老問題——父母做錯了。余先生說，如果父母開放搞笑，孩子也會受影響而性格活潑；如果有一個憂鬱的祖母，孩子就容易哭，至少皺眉頭多一點。最重要的是，小孩子需要學習怎樣和人相處，有一些小孩子和父母有很多肌膚之親，必定是因為父母已經接受了孩子這樣常常纏著他，如果父母不喜歡和孩子有近距離，或者常常掌摑孩子，孩子也不容易和人接近。⁷

高曼也說：「家庭是我們學習 EQ 的第一所學校……父母對待子女的方式，對子女的感情生活有長遠而深刻的影響……」⁸ 但是他也同意遺傳和教養二者都有相當的影響，他在《EQ》書的開始就已經講明，大腦的杏仁核是情緒方面的總管。⁹ 余先生上邊的例子到底是遺傳還是教養所致，難以分別。

現代心理學家已經開始研究生理和遺傳對人性格和行為的影響，不再凡事怪罪不健全家庭（請見「不健全家庭的受害人」一文），所以把 EQ 問題都推在父母身上是粗淺幼稚的見解。

效用有多高？

《EQ》中文譯本的封面上寫著：「利用 EQ，心理學家可以精確預測：二歲幼兒至十七歲時會不會成為罪犯；夫妻在幾年內會離婚；重症病患者的存活年限；企業領導人有沒有前途……人的悲歡喜樂、姻緣聚散、功名利祿，甚至到生老病死，一切的可能與答案，都可以在 EQ 中找到輪廓。」哇！EQ 真的這樣神通廣大？

可是，有證據嗎？如果香港台灣近年這樣留意 EQ，這些地方的中國人是否更成功？更能控制自己的情緒？人際關係是否有改善？心理學家真的可以對人的未來精確預測？我發現自己不是唯一的懷疑者，彭先生表示：「過去，我們的社會一向強調 IQ，但 IQ 高的人若沒有成功，他現在會歸因說：『原來是我的 EQ 不夠高。』」…只要 EQ 高，將來還是會成功。這種論調，幾乎把所有人一網打盡，無論成功不成功，《EQ》這本書都適合每個人的需要，可是值不得值得奉為圭臬，就有待商榷！…看了《EQ》，就能讓人真正了解自我嗎？就能叫人鯉魚



躍龍門嗎？頗令人質疑。」¹⁰說的好！

雖然美國人不講 EQ，但是處理怒氣的訓練班總是常聽說，一次《U. S. News》評論說：「認真去評估這些訓練班，顯示它們沒有什麼功效。」¹¹ EQ 訓練的效用是不是一樣？希望那些在東南亞傳揚「EQ 福音」的人提供一些統計數字為證明，好叫懷疑者信服。

台灣香港貨

余先生說，EQ 只適合兩個地方：美國和中國，社會競爭性大，所以需要談 EQ；其他地方，譬如：歐洲，步伐慢而社會福利救濟多，競爭性不大，所以他們不需要談 EQ。¹² 真的只有美國和中國才是競爭性的社會？日本和德國呢？他們為什麼不需要 EQ？其次，我想在美國的中國基督徒都會告訴你：在美國沒有人談 EQ 的！我自己在美國定居多年，只有在中國教會才很偶然的聽到 EQ 這個名字，而且都是來自東南亞的演講者、文章和書籍。誠然《EQ》一書是寫於美國，但是美國的心理學書籍每年出版好幾千本（我的估計），學術性文章一大堆，高曼的《EQ》只是這些千千百百的作品之一，沒有幾個人留意，絕對不是流行的東西。彭先生表亦同意：「…查詢《美國現代心理學刊》的引註，發現今年只有一次提到《EQ》…尚不屬於科學術語的範疇…」¹³ 如果任何人高唱 EQ，只不過是表示自己久居東南亞，沒有什麼機會到外地考察。的確，EQ 只不過是香港和台灣的時尚，不是永恆真理，基督徒不必跟在後面一窩蜂。

尾聲

EQ 的流行引起我的一點遐想……今天在教會講台上聽到的心理學理論中，EQ (Erroneous Quotient 錯誤商數) 有多少呢？有多少只有 EQ (Entertainment Quotient 娛樂商數) 的呢？有多少只為演講的人增加 EQ (Earning Quotient 賺錢商數) 的呢？對聽眾有沒有 EQ (Edifying Quotient 造就商數) 呢？如果無法決定，讓我建議所有教會講台單單講解聖經，可以省去一些無謂的工作。

¹ 丹尼爾·高曼著，張美惠譯，*EQ* (台北：時報文化，1996)，p.12。

² *Ibid.*, p.59。

³ 余德淳，*健康家庭話EQ* (福音證主協會，1998) 錄音帶#1, Side B。

⁴ 高曼，*EQ*，第十一章。

⁵ *Ibid.*, p.98。

⁶ 余德淳，*EQ合夥人* (香港：Charles Yu Training Company Limited, 1997)，p.28-29。

⁷ 余德淳，*健康家庭話EQ*，錄音帶#1, Side A。

⁸ 高曼，*EQ*，p.213。

⁹ *Ibid.*, p.31-37。



- ¹⁰ 彭懷恩，「迷惘時代、迷亂社會」，*靈魂CallOut*（台北：商周文化，1996），p.75。
- ¹¹ Brendan I. Koerner, "It May be All the Rage, but does It Work?" *U. S. News & World Report*, April 12, 1999, p.45.
- ¹² 余德淳，*健康家庭話EQ*，錄音帶#1, Side A。
- ¹³ 彭懷恩，「迷惘時代、迷亂社會」，p.75。

西方羅曼蒂克

家庭更新協會的邱清泰博士和太太竹君的「你儂我儂：恩愛夫婦訓練課程」在中國教會流行到一個地步，有如基本門徒訓練，不但平信徒參加，教牧人員也都接受訓練，所以值得討論。以下是根據他們一套錄影帶¹的一點感想：

「你儂我儂」訓練班當然有它受歡迎的地方，譬如：他們的情人晚宴和晚宴後的餘興節目——蘋果舞及棉花糖舞，² 定能吸引比較浪漫的人。

此外，這套課程有很多地方實在是普通常理，譬如：邱夫婦說，溝通不良的原因有：誤會，不明白對方的話；心中有雜音，別人講話的時候沒有聽進去；外面有雜音，無法專心討論；不感興趣；心不在焉，³ 這樣的常理實在犯不著向一位專家請教。但是有很多卻不是普通常理這樣簡單。

水牛和蝴蝶

一個似乎是常理的例子是他們用以形容男女有別的名句：「水牛蝴蝶」。⁴ 男女當然有別，誰不知道？（事實上，人人的性格都不一樣。）這是兩個極，大多數的人都在這兩個極之間，一般男人比較粗豪，一般女人比較柔弱，但是絕對有例外，太過份的定型（stereotype）不是明智的事。

夫婦相處不融洽如果是因為男女有別，那麼，婆媳相處是否就比夫婦相處容易得多呢？或者同性戀婚姻比較和諧？人際問題很多是源於人有自我中心的罪性，強調「男女有別」會間接的使人忘記處理自己的罪。

我可能少見多怪，從來沒有聽說有任何夫婦為水牛蝴蝶問題而婚姻破裂，老是覺得它搔不著癢處，但是一位專業輔導也說：「男女的不同經常出現，但並不至於會危害到兩性關係…在不知不覺中…為生活奔忙，不知是接受了還是習慣了…倒也能相安無事…」。⁵

還有，如果你面對戰亂、失業、癌症、外遇問題、甚至金錢問題或者姻親問題，你會覺得水牛蝴蝶問題是無病呻吟。弟兄姊妹們，如果你覺得自己有水牛蝴蝶問題，證明你是一個幸福的人，請你下次在感恩會中為此感謝神。

存款和提款

邱說，存款就是欣賞和鼓勵對方，反之如果事事挑剔，就好比提款；正如一個銀行帳戶，你存款越多，越不怕提款；同

理，如果夫婦多多存款，偶爾吵一次，傷害也不會太大。⁶黃博士也曾解釋這個理論：最早期的婚姻理論是將夫婦相處比作「存款提款」，意思就是說向對方表達愛意（存款）和傷害對方（提款）兩種情形，既然天下沒有不吵架的夫妻，也不見得會吵架的夫婦都離婚，心理學家經多年的調查和研究，發現「存款」和「提款」的比數如果大於五比一的話，婚姻不會出現太大問題。⁷

可是聖經說：「彼此相愛，要常以為虧欠」（羅十三8）按照這經文的意思，基督徒應該是常常唯恐自己存款不足，那有存款已有五分，可提款一分的道理？當然心理學家們並無意勸人提款，但是這個理論與二千年前聖經已有的教導相比，實在矮了一截。

即使撇開聖經不提，只用普通常理去想一想，是不是還要考慮一下提款的原因呢？如果是為了水牛蝴蝶問題，五比一的比率應該是無傷大雅，如果是為了姻親問題或金錢問題的話，五比一的比率是很傷感情的了；還有，如果是外遇問題，我恐怕百比一的比率都有極嚴重的結果。後來黃博士再解釋說，這個研究的樣本都是一些姻親、金錢、外遇等爆炸性的問題，「沒有特別處理"加權"的問題」。⁸換言之，專家們忘記了考慮不同的提款原因會對婚姻關係有不同程度的傷害，（門外漢想得到的事情，專家想不到！）或者他們覺得水牛蝴蝶等類問題是雞毛蒜皮小事，不值得去研究。

聖經之愛和肌膚之親

邱教導夫婦如何二人合為一體的時候，他們列舉了一些實

際的辦法，其中之一就是肌膚之親。竹君說，她自己是一個很「癡身」（廣東話，喜歡肌膚之親之意）的人，所以沒有問題。⁹我無法不質疑：誰說「癡身」是美德？就是合而為一？

竹君說，孩子需要肌膚之親，譬如：中國孩子回家，媽媽就會提醒孩子去洗手、吃點心等等，但是美國孩子回家，媽媽就會摟著他喊「心肝寶貝」。最後，竹君說：「一個常常被父親照顧、擁抱、撫摸的孩子，長大後比較：(1)能忍受壓力；(2)能與陌生人相處；(3)學習能力較快。」¹⁰如果孩子愈多獲得肌膚之親，就愈長得好，那麼，西方的孩子一定長得比東方的孩子好，南美洲的拉丁族孩子也比北美的孩子好。根據這個理論，南美的學生成績一定最好，北美的其次，中國人的孩子學業最差，是不是這樣？

同樣的理由，如果肌膚之親對鞏固婚姻有助，為什麼我們不見西方離婚率比東方的低？只要有頭腦的人都可以想得通，這不過是文化、習慣和性格而已，與好壞無關。聖經並沒有反對肌膚之親，也沒有鼓勵我們這樣做，聖經所講的愛根本不是肌膚之親，也不是西方羅曼蒂克。聖經說：「愛是恆久忍耐，又有恩慈，愛是不嫉妒，愛是不自誇，不張狂，不作害羞的事，不求自己的益處，不輕易發怒，不計算人的惡，不喜歡不義，只喜歡真理；凡事包容，凡事相信，凡事盼望，凡事忍耐。愛是永不止息……」（林前十三4-8）哪裡有說要「癡身」？

肉麻和有趣

邱夫婦所教的夫婦對話方式是這樣的：大家面對面，雙手拉著對方的雙手，眼睛看著對方的眼睛，然後互相訴說對方的

優點，或者傾訴心中的不滿。¹¹ 他們的做法讓我聯想到在一些婚禮場合，新娘和新郎面對面，雙手牽著對方的雙手，在一個纏滿鮮花的拱門下許願或祈禱，實在羅曼蒂克！

邱也非常坦白，他說，有人批評這種做法非常肉麻，太不自然，也有人批評說這樣做不夠真誠，因為是邱所教的，不是自動自發的。但是邱一而再、再而三地說：不要怕肉麻，不要怕肉麻，多練習就可以，這樣做不見得不真誠。¹² 奇怪的是，邱在同一套課程的另一課中又說：感覺就是感覺，沒有對與錯之分，我們不能強迫別人和自己有同樣的感覺，反之要接受別人的負面感覺，不要去批評或者更正。¹³ 那麼，他又為什麼高聲疾呼，叫人不要怕肉麻？為什麼教導大家要「擺脫肉麻的感覺」？¹⁴ 只許州官放火，不許百姓點燈？

我絕對同意批評邱的人所講的兩點。我知道有一位牧師參加家新的「你儂我儂」訓練班，發現有人在眾人面前稱讚自己配偶的話是虛構的。他抱怨說，這樣做真沒有意義！即使不在公共場合，如果你知道你的配偶是因為別人教他稱讚你，所以稱讚你，你對他的真誠是否打了折扣？另一位曾經參加訓練班的牧師也說：「很不自然，很肉麻！」但是他仍然勸他的會友參加，因為似乎中國教會已經接受了一個觀念：好的基督徒是不怕肉麻的。

邱坦白承認，他的夫婦對話訓練，有人會很感動，有人會很尷尬，¹⁵ 所以我希望各牧長推薦這訓練班的時候，先說明這一點——參加的人必須不怕肉麻。

西化和屬靈

竹君說，可以從體態語言看得出夫婦的關係，譬如：有些關係好的夫婦，他們坐的時候非常親密，可以說是貼著對方坐的；有些夫婦關係出問題，體態語言也顯得疏離。但是當問題解決了之後，他們也親密了，所以他們勸夫婦們溝通的時候要注意身體接觸。¹⁶ 與其教導夫婦要有親密的體態語言，不如解決他們的問題。這好比研究那些吃飽肚的人，發現其中有一些放下筷子，搓搓肚皮，於是輔導那些餓肚子的人說：你應該放下筷子，搓搓肚皮。本末倒置！

一位師母說：「我們之間，常有這種簡短的情書來往，寫在紀念日的賀卡上。有時他出門講道，我暗塞一張字條在他的皮箱裡，或者提早寫好寄出，讓他一到那兒，就有我的信等著他」¹⁷，另一位師母卻說：「我們沒有一般夫婦的羅曼蒂克如膠似漆的甜蜜生活，又絕少慶祝甚麼紀念日及互相餽贈禮物等熱鬧的氣氛，但是我倆心靈卻是在主裡面緊緊結連，患難中倍覺甘甜」¹⁸，這正是一個好例子，兩對牧師和師母一樣相愛，只是他們的表現不同，不是好和壞的問題。我曾經到過一個美國教會聚會，一位義大利籍的牧師教主日學的時候，經常當眾吻太太；想起我從前在香港喜樂堂聚會，從未見過胡恩德先生在講台上和胡師母擁抱接吻，難道胡先生和師母的婚姻出現裂痕？你一定說我是神經病，因為這些東西不過是西方生活習慣而已。對了！為什麼要學習西化？外國月亮一定圓？

弟兄姊妹們，不必迫著自己將肉麻當有趣，因為聖經並沒有說：「你們不要怕肉麻」；也不要誤以為西方式的羅曼蒂克就等於愛，因為聖經也沒有說：「西化的生活方式才是合神心意的」。

稱讚人和造就人

邱抱怨中國人不習慣稱讚人，鼓勵大家多多學習稱讚別人，因為這樣才是「造就人的話」。¹⁹我同意這是一些中國人的壞習慣，常常講一些貶低人或者挖苦諷刺的話，實在沒有意義。但是另一方面，稱讚人是否就等於造就人？責備人是否一定傷害人？聖經說：「務要傳道…責備人、警戒人、勸勉人」（提前四2），又說：「人的稱讚也試煉人」（箴七21），可見責備人也可能造就人，稱讚人也可能傷害人。

邱引用聖經來支持自己，說，耶穌也稱讚人，譬如：他稱讚百夫長的信心。²⁰可是，任何讀聖經的人都知道耶穌也曾經斥責人，但是邱卻沒有提及，這正是基督徒心理學家們引用聖經時的一貫習慣——只選那些可以支持自己的，忽略那些和自己的理論相反的，或者不惜斷章取義的抽出一兩句。順便舉另一個例子：邱引用耶穌為門徒合而為一的禱告（約十七20），說，耶穌希望「世間所有夫妻，屬於他的人，能夠二人同心，合而為一。」²¹可是「合而為一」是耶穌給所有信徒的教導，不是單單給夫婦的，「二人成為一體」才是給夫婦的，即是說，一位弟兄可以和其他人的妻子合而為一，但是只能和他的太太二人成為一體。請不要輕忽這樣的釋經辦法，說不定會帶來嚴重後果。

淫穢和猥褻

邱抱怨中國人不願意談論性愛問題，覺得是隱秘和污穢的，難於啟齒，所以在訓練課程中有一課討論「親暱與性」。他

們領先公開講說自己第一次對性的經歷，竹君說自己在十一歲時遇見一個暴露狂的男人尾隨著回家，邱也講述自己第一次夢遺所帶來的驚慌，然後他們叫參加訓練班的人也輪流當眾陳述這樣的經歷。²² 在他們的聚會中，也有人陳述自己小的時候看見父母造愛、看見同性戀的母女造愛等等。²³

公開陳述性愛事情可以幫助婚姻美滿？現代人的婚姻問題是因為對性愛事情無知？現在離婚率這樣高是因為人人諱言性愛之事？還是因為性解放，對性愛態度隨便？如果不怕討論性愛問題對婚姻有助，好萊塢的離婚率應該是世界上最底的，那麼，父母也應該鼓勵孩子多到電腦網路上的色情聊天室去練習！

聖經說：「至於淫亂，並一切的污穢…在你們中間連提都不可，方合聖徒的體統，淫辭…不相宜」（弗五3-4）。邱夫婦這個教導違犯聖經原則，所以如果你必須參加家新的訓練，我想請你拒絕這一課，也請各教會同聲反對。

何必公開討論淫穢猥褻的事情？此風不可長！

教會團契和心理支持小組

最後，邱夫婦建議聽眾自己組織一些支持小組，幾對夫婦為一組，以背景或年齡等類似者為理想，以後大家經常相聚，繼續練習夫婦對話和溝通藝術。此外，也要有一些康樂活動，譬如：大家一起打打網球等。²⁴

近年很多教會都有所謂夫婦團契，^a 我不是說那些名義上是

^a 順便也在此提出一個問題，現在有好多教會的團契是以婚姻狀況劃分，

夫婦團契，而實際上是成人團契的那種，也不說那些以研讀聖經為主的。但是我實在見過有一個教會，團契本來只有成人組和青年組，兩個團契也經常查經，後來成人組來了一對夫婦，他們堅持團契不是這樣的，所以另行成立了一個夫婦團契；只歡迎夫婦一雙一對的參加，而且標榜絕不查經，除了康樂活動之外，就是討論夫婦問題，或者欣賞心理學家的錄影帶等，基本上就是邱所建議的支持小組的模式。

我猜這是受到心理學支持小組的影響而有的現象，但是我認為這是不明智的做法，原因很明顯，譬如一個教會只有青年組和夫婦組，那麼那些年齡已高而仍然單身的弟兄姊妹就很尷尬，教會是否請他們到「老小姐團契」和「王老五團契」去？那些失婚的、鰥寡的也只好希望教會為他們設立一個「不幸團契」？「無拖拍團契」？結果是叫這些人更尷尬、更感覺不幸。我知道有一對一向參加夫婦團契的夫婦，太太中年去世，之後丈夫不再參加團契，因為人家都是一雙雙一對對的，去了反觸景傷情，如果他還是想參加團契的話，不知道牧師是否會請他從「幸福團契」轉到「不幸團契」？

如果教會認為這些人在生活上有共同之處，所以如此劃分團契的話，我們也應該有「老板級團契」、「小雇員團契」；「博士團契」、「文盲團契」；「百萬富翁團契」、「窮光蛋團契」；「美男美女團契」、「醜陋者團契」……

曾經聽說某教會中的大學教授和清潔工人一起交通、一起祈禱，教會引以為榮，為什麼沒有教會說他們當中那些已婚和未婚的人可以一起團契，並且引以為榮？事實上，除非夫婦團契只關心「情哥哥愛妹妹」一個題目，已婚的定可以向單身的學習，那些單身的也定可以向已婚的學習，除了婚姻家庭問題之外，基督徒一定還有很多可以談的話題，聖經教訓可以應用在任何人身上，所以他們可以一起讀聖經，一起交通，互相鼓勵。

還有，那些丈夫未信主的或者丈夫不願意參加團契的姊妹怎麼辦？她們當然不能到未婚團契，也不能參加寡婦團契，如果參加夫婦團契，這位姊妹必天天被人追問：「你老公為什麼沒有來？」似乎沒有丈夫伴隨的女人是二等公民，不太受教會歡迎的，事實上這些姊妹是特別需要鼓勵的才對。希望教會留意這個問題，不要歧視這些姊妹們。

有一次，這「團契」到餐館慶祝母親節，那些未有孩子的夫婦被邀請，但是那些寡婦和失婚的母親卻不被邀請，因為她們不能「拍拖」而來！已婚的人和未婚的人怎麼可能有這樣的楚河漢界？有「拖拍」的人和沒有「拖拍」的人之間真的沒有話題？他們不可能在基督裡相交？甚至不能一起吃飯？我一向以為世界上只有跳舞會才會使那些形單影隻的人傷心落淚，未想到那些名義為教會團契的支持小組也有同樣妙用。這不是基督徒中應該有的事情。

過了幾年，這教會主日學也開始教心理學。試想，如果一個教會的團契標榜絕不查經，主日學教的是心理學，這樣的教會不可能對人的靈性有太大的幫助。假若講台也不過是講一些男女有別笑話娛賓，這樣的教會應該稱為心理學教會，不是基督教教會。心理學腐蝕教會是一步一步漸進的，請大家小心。

異象和後果

家庭更新協會的異象是：「人的婚姻與家庭是一個屬靈的戰場：從伊甸園開始，魔鬼要破壞拆毀，神要救贖建立。教會若要更新，信徒的家庭必須先更新。要復興教會——神的家，必須先從人的家開始，因為神的家是由許多人的家所組成。」

從伊甸園開始，魔鬼要破壞的是神與人的關係，要叫人犯罪墮落，婚姻和家庭的破壞只是一個後果，神救贖每一個罪人，叫他出死入生，不是光光叫他的家庭生活幸福，基督徒如果按照聖經原則生活，婚姻和家庭也會因此而美滿。

還有一點，教會的單位不是家庭，是每一個信徒，聖經

說：「神的教會、就是在基督耶穌裡成聖、蒙召作聖徒的、以及所有在各處求告我主耶穌基督之名的人」（林前一2），所以「每一位得救的人都是組成教會的一個份子。」²⁵ 如果教會的基本單位是家庭，那麼，那些丈夫或太太未信主的、年紀不少而還未結婚的、鰥寡孤獨的、家中第一個信主的人都不在教會之內？都不得救？教會被提的時候沒有他們的份？根據家新的異象，這些沒有男人摟著進教堂的姊妹，是教會的累贅，是教會不得復興的原因！家新應該向這些姊妹道歉。

最近聽到美國一個基督教電台說，基督徒很喜歡說自己的教會是一個 family church，但是根據調查統計，參加教會的人有三分之一是單身的，所以這個電台呼籲大家不要忽略這些單身的基督徒。之後，我仍然聽到這電台呼籲已婚的基督徒和單身的基督徒要一起團契交通。我也在此呼籲大家不要因為受了「家新」異象的影響，而歧視這些基督徒。

擘餅聚會和家家酒

在結束的時候，邱說，曾經有人問他這樣的訓練班是將這些夫婦帶到哪裡去？邱說他們不是要將人帶到「家新」，是要將人帶到神面前，因為邱承認自己沒有力量，只有神才能賜人力量，所以他總會在訓練班的結束舉行擘餅聚會，讓夫婦們再一次在神面前重生得力，互相誓許終生。²⁶

擘餅聚會不是一件裝飾品，用以回答別人的質疑；也不是一個讓夫婦們重新誓許終生的機會；也不是一個象徵，讓夫婦們知道力量從神來；更不是表示耶穌是邱的助手，祂會幫助人按照邱的教導去行。

擘餅聚會不是家家酒！耶穌說：「如此行，為的是記念我。」（路廿二19）保羅說：「你們每逢喫這餅，喝這杯，是表明主的死，直等到他來……若不分辨是主的身體，就是喫喝自己的罪了。」（林前十一26-29）這是一個非常嚴肅的問題！

尾聲

有一次我抱怨：「真肉麻！真肉麻！」另一位基督徒說：「如果只是肉麻，算了罷。」我想了一想，如果只是將肉麻當作有趣，或者誤以西化為屬靈，不是什麼大問題，頂多是：「將〔西方〕人的吩咐，當作道理教導人」（可七7）。但是，如果一個心理學家在台上講的不過是「肉麻」，而在輔導室卻使用新紀元邪術，那麼，你能否說「算了罷」？即使你能，我不能！絕對不能！

¹ 邱清泰、余竹君，*你儂我儂：恩愛夫婦訓練課程*（粵語錄影帶），Santa Clara, CA:家庭更新協會，1996。（為了簡化，下面凡有參考這一套錄影帶之註釋，只寫「儂」和錄影帶標題。此外，因為邱夫婦二人合教這課程，所以本文盡量不區分哪一句話是邱博士說的，哪一句是竹君說的，只作「邱」或「邱夫婦」。）

² 恩訊，8/2001，p.2。

³ 儂，溝與通。

- ⁴ 儂，蝴蝶與水牛。
- ⁵ 林慧娟，「異中求同」，*家新*，7-8/2002，p.4。
- ⁶ 儂，存款與提款。
- ⁷ 黃維仁，「婚姻的解析與重建」，*使者*，9-10/96，p.52。
- ⁸ 黃維仁，「基督徒可用心理學嗎？」，*使者*，9-10/97，p.40。
- ⁹ 儂，合而為一。
- ¹⁰ 竹君，*愛的雕琢*（Santa Clara, CA：北美家庭更新協會，1998），p.84-86,92。
- ¹¹ 儂，存款與提款；夫妻對話。
- ¹² 儂，存款與提款。
- ¹³ 儂，感覺就是感覺。
- ¹⁴ 儂，存款與提款。
- ¹⁵ Ibid.
- ¹⁶ 儂，溝與通。
- ¹⁷ 滌然，*主僕史祈生*（香港：時雨基金會，1995），p.83。
- ¹⁸ *血癌十年：潘士謬牧師見證錄*（Edmonton, Alberta, Canada：加拿大愛城華人宣道會，1981），p.145。
- ¹⁹ 儂，存款與提款。
- ²⁰ Ibid.
- ²¹ 儂，合而為一。
- ²² 儂，親暱與性。
- ²³ 竹君，*愛的雕琢*，p.158-59。
- ²⁴ 儂，行動與計劃。
- ²⁵ 王國顯，*在基督裡長進*，第二輯（香港：晨星出版社，1991），p.389。
- ²⁶ 儂，行動與計劃。

第二步或第三步

管教孩子？傷害孩子？

有一次幾個已經做母親的姊妹在閒談，都嘆說教孩子難，其中一位說：「一方面聖經叫我們要管教孩子，另一面又要培養他們有良好自我形像，有時無法不責備，但又擔心傷害孩子。好難啊！」跟著，另一位姊妹將張博士的一篇文章¹給大家看：有一個名叫佳樂的女孩子，完全是因為父親要求她在學業和各方面有良好表現，所以患上長期抑鬱症，接受了四年的心理治療。當時姊妹們嚇了一跳，都擔心自己把孩子迫害到這樣的田地。我細心閱讀之後，發現張博士說這是佳樂患上長期抑鬱症的「部分原因」²，並不是全部原因，她並沒有說明是 90% 還是 10% 的原因，又沒有討論其他原因，所以給讀者一個印象：似乎任何人對孩子有所要求，就會驅使孩子患抑鬱症。

父母都是惡魔？

張博士說佳樂的「父親……要求、要求、再要求」³，「…

…她必須在學業上名列前茅、體育上十項全能，以及像父親那樣在商場精明能幹。佳樂原已被所謂世俗的成功所定義，然後在加上父親的嚴厲態度，遂使佳樂覺得成功的高不可攀……她將永遠是個失敗者。」⁴張博士筆下的這位父親的確非常不講理，因為根據文章，佳樂接受治療的時候是她在大學的時候，有多少父親會要求女兒在讀大學的時候就已經可以像自己一樣在商場上精明能幹？如果這不是誇張的話，也不是一般的情形，我們不必因為有這樣的一位父親，就一竹竿打盡一船人，認為所有的父母都同樣傷害兒女。

竹君也有一個著名例子：孩子成績單有五個A，一個B，父親說：「你怎麼只差一科拿不到A呢？」竹君提醒她的讀者：「為什麼你只看到那個B，沒有看到那五個A呢？」⁵，這是一個非常極端的例子，請想一想，世界有多少孩子每一科都拿A的？有多少這樣挑剔的父親？這樣虛構的例子是不是叫父母失去管教孩子的勇氣？如果孩子成績單有五個D，一個F，父母是否應該稱讚孩子有五科合格？

布雷蕭的《家庭會傷人》在中國社會非常流行，作者認為有一些「毒性教條」，視服從為最高價值，孩子必須照著指示去思考，他們必須「有耳無嘴」，成人好像上帝，是他們的主人。
6

一般而言，現代心理學書籍都把父母描寫得好像惡魔，把孩子迫得半死。難怪現時中國教會流行原生家庭探討，因為據說人人都是不健全家庭的受害人。（請見「不健全家庭的受害人」一文）我在此必須講一句公道的話，在心理學未影響教會之前，也不見得所有中國父母都是蠻不講理，狂打亂罵的，例如：王明道先生老早曾經說：「對待兒女當用勸誘的方法，切不可一味高壓」⁷。

管教就是傷害？

一本自稱已經銷售超過一百廿五萬本的父母指南《PET: Parent Effectiveness Training》說父母和孩子講話的時候，小心不要給他們一個「輕藐的信息」(put-down message)，作者Gordon列舉了四種傳遞「輕藐的信息」的辦法，其中一樣是：「教導、指導」。他舉了一個例：如果父母對孩子說：「打斷別人的話是沒有禮貌的。」這就是輕藐的話。⁸ 作者又列舉了一些無效的管教孩子方法，其中有「規勸、說教、講道德」和「建議、提出解答」等等，譬如：對孩子說：「用過的東西要放好」或者「你為什麼不到外邊玩？」，都是沒有效用的辦法，作者解釋說，這樣和孩子講話，表示你比他重要，你懂，他不懂，所以你在管制他。⁹

上邊的例子來自一個世俗心理學家，但是這本書是一個中國基督徒心理學家介紹給我的，因為她說這是一本極受輔導界敬重的父母指南，所以我並不是故意找一個極端的例子。事實上，類似的教導你也可以在教會圈子找到。例如：杜布森 (James Dobson) 也覺得父母們需要小心，因為教導孩子的時候，很容易同時對孩子表示不尊敬，譬如：給「孩子們詳盡的指導，告訴他怎樣才不致出洋相，這樣的做法無形中是給孩子一個信號——你不相信他，所以你必須小心監督他，否則全家的臉就給他丟光，孩子會明白——你不尊敬他。」¹⁰

除了父母傷害我們，根據張博士，還有很多其他事情也會扭曲我們的「自我形像」。「老師、牧師及其他有權威的人，在她的心靈中可能造成難以磨滅的無盡痛苦」，¹¹ 換言之，學校老師如果給你一個「D」，或者牧師在講台上指責罪惡，都會扭曲我們的「自我形像」，使我們痛苦，傷害我們。所以佳樂不但生長在一個不健全家庭，她實在是生長在一個不健全世界。還

好，文章沒有說上帝和聖經都傷害了佳樂。萬幸！

這一點值得我們留意：為什麼傷害佳樂的都是她的權威人物？我想，她的平輩和晚輩不會管教她，只有權威人物才會，但是誰喜歡被人管教？因為管教就是傷害？

聖經的話

問題是：管教孩子是否等於傷害孩子？首先，讓我們來想，神這樣的愛我們，祂是否對我們沒有要求？不管教我們？肯定不是！「萬靈的生父管教我們，是要我們得益處，使我們在祂的聖潔上有分。」（來十二10）可是，無論是從神來，是從父親來的管教，都沒有人喜歡，因為「凡管教的事，當時不覺得快樂，反覺得愁苦」（來十二11），這不是一個新鮮的道理。

請不要誤會，聖經並沒有叫我們對孩子狂打亂罵，聖經說：「你們作父親的，不要惹兒女的氣，只要照著主的教訓和警戒，養育他們。」（弗六4）因為「恐怕他們失了志氣。」（西三21）請留意，「警戒」不等於傷害！

講情理的父母也因為愛孩子，才去管教，才去期望。記得已故的寇世遠監督有一次在講道中提到：「我很愛我的孩子們，但是我要求他們用功讀書，愛主事奉主，不然的話，我就不喜歡，但是我仍然是愛他。」這樣才合聖經，又合常理！「管教原是眾子所共受的，你們若不受管教，就是私子，不是兒子了。」（來十二8）管教孩子是愛的表現，沒有要求就是憎恨你的孩子：「不忍用杖打兒子的，是恨惡他，疼愛兒子的，隨時管教。」（箴十三24）如果佳樂的父親只要求她在世界上有成

就，而沒有對她有道德上的要求，這位父親是做錯了的。但是，父母們不要害怕對你的兒女有要求，只要你的要求合乎聖經，不是犯罪，不會傷害你的兒女。

效用如何？

在父母擔心自己傷害孩子之前，請先調查一下現代心理學理論的成績：

上文的 Gordon 在他的《PET》將結束的時候說，有一些父母對某些事情非常執著，譬如：抽煙、做功課、婚前性行為。Gordon 說，要管制這樣的事情，是徒勞無功的，父母只能以身作則，做孩子的朋友和顧問，「此外，你能作什麼？父母只能承認，他們畢竟是沒有能力去禁止這樣的行為。」¹² 即是說，依照著《PET》去教導孩子是沒有效用的！

名基督徒心理學家杜布森說：「自一九二零年代起，西方國家有越來越多的孩童是依照專家指示教養長大的，美國民眾更是仰賴兒童心理學家及家庭醫師的專業指導。現在我們必須問：『這些專家究竟帶來什麼影響？』也許有人期待，美國孩童的心理健康狀況應該遠超過未蒙新科技之利的其他國家，但實際情況卻不是如此。所謂『西方先進國家』的青少年犯罪率、濫用毒藥、酗酒、未婚懷孕、心理疾病、自殺率日益增……加……成績真可謂一塌糊塗！當然這不能全部怪罪於『專家』們勸導有誤，但我認為他們仍得為這個問題負起相當大的責任。」¹³

順便在此一提，很多人都同意心理學也帶來性解放，引致

道德下降，破壞家庭婚姻和社會。（請看「什麼！有人不信心理學的嗎？」一文所列舉的各基督徒和非基督徒對心理學害處的評論。）

當基督徒有婚姻和教養孩子問題的時候，他們只知向這些專家請教！

尾聲

佳樂在四年的治療後到研究院去繼續她的學業，¹⁴張博士說：「當我要終止對佳樂的輔導時，她已經開始恢復完整自我的過程。這種癒合會繼續進行……」¹⁵，四年治療的結果是——開始「癒合」。癒合是否等於不再抑鬱？如果佳樂不是到研究院去，治療是否會繼續？這是因為佳樂所受的創傷極深？還是因為治療無效？診斷錯誤？再加上，本文在開始已經說明白，佳樂父親對她的「傷害」不過是張博士猜測佳樂抑鬱症的一部分原因……

基督徒父母們，請不必擔心管教孩子就是傷害孩子。

-
- ¹ 張江光麗，「了解與接受自己」，使者，5-6/99,p.23-25;7/8/99,p.60-62;9/10/99,p.26-29。(下面只用月份和頁數)
 - ² 張江光麗，「了解與接受自己」，5-6，p.23.
 - ³ Ibid.
 - ⁴ Ibid., p. 25.
 - ⁵ 竹君，愛的雕琢 (Santa Clara, CA：北美家庭更新協會)，p.54。
 - ⁶ 約翰.布雷蕭著，鄭玉英、趙家玉譯，家庭會傷人 (台北：張老師文化，民82年)，p.15-17。
 - ⁷ 王明道，信徒鍼砭 (香港：晨星書屋)，p.111。
 - ⁸ Thomas Gordon, *P. E. T. Parent Effectiveness Training: The Tested New Way To Raise Responsible Children* (New York: A Plume Books, 1975), p. 113.
 - ⁹ Ibid., p. 108-111.
 - ¹⁰ James Dobson, *Hide or Seek*, rev. ed. (Old Tappan, New Jersey: Fleming H. Revell Company, 1979), p. 60-61.
 - ¹¹ 張江光麗，「了解與接受自己」,5/6,p.25.
 - ¹² Gordon, *P. E. T.*, p. 278-80.
 - ¹³ 杜布森，「從傳統智慧汲取寶藏」，愛家雜誌，第六卷，第五期，2001/5，p.8-9。
 - ¹⁴ 張江光麗，「了解與接受自己」,9/10,p.29.
 - ¹⁵ 張江光麗，「了解與接受自己」,5/6,p.24.

表達感情、活出真我

近來在教會中常常聽到一個道理，男人的問題在於他不擅表達他的感受，不會流露他的感情，譬如：《今天華人教會》有一期主題為「男人」，¹十一篇有關男人的文章中，有五篇多多少少有這樣的感嘆，譬如：「男人不善於，甚至不喜歡表達他們的情感」、「流淚是女人的本色，男人不屑做這麼懦弱的事情」、「男人…不易向男人表露心事」等等。男人的問題果真在於「流血不流淚」？多多流露感情是否就可以解決問題？

真我假我

余牧師解釋說，人必須常常看破「假我」，實現「真我」。為什麼「我」有真有假之分？他解釋說：「許多人習慣帶上生氣的面具、否認的面具……來掩飾內心的世界所隱藏的憂傷、煩惱……其實男人也渴望得到……鼓勵、支持、撫愛……」，這樣的假面具最後把他變成「嚴肅刻板的父親；也可能是個鐵石

心腸的鐵面人，以言語傷害和暴力行為欺壓配偶和子女，造成家庭和社會的問題。」但是，是誰逼使男人戴上這樣可怕的假面具？余牧師告訴我們：「社會文化的包袱……被教養成爲不能哭、不能輸、不能做錯、不能表達情緒的強男人」，所以男孩長大後變成「偽裝的男人」，就是所謂「假我」。²

換言之，人本來是好的，但是被別人強逼，所以假裝作自己是壞的！

聖經怎樣說呢？聖經說人生而有罪性（詩五十一5；羅七18），所以犯罪，上邊所講的「假面具」，正是罪的例子：「各樣不義…惡毒…兇殺、爭競…無親情…不憐憫人…」（羅一29-32）。

把犯罪的原因推到社會、文化、父母、權威人物的頭上去，是不合聖經的。

新人舊人

那麼，男人怎樣才可以除下他醜惡的假面具，回復他良善的真我呢？余牧師繼續解釋說：「唯有靠著聖靈的動工，降服在耶穌基督面前，跟隨祂的典範，成爲新造的人，去除面具……流露生命中人性的兩面特質：結合理性和感性，勇敢和害羞、無懼和膽怯、熱情和沮喪……坦然地說：『我是一個有血有肉、有感情的男人，一個有哭有笑，有悲傷有喜樂的男人。』」³

我非常同意於「靠著聖靈的動工，降服在耶穌基督面前，跟隨祂的典範」是唯一成爲新造的人的辦法，可惜聖經對「新

造的人」的解釋，和心理學家心目中的「真我」大有不同。聖經說：「你們學了基督，卻不是這樣，如果你們聽過他的道，領了他的教，學了他的真理，就要脫去你們從前行為上的舊人，這舊人是因私慾的迷惑，漸漸變壞的。又要將你們的心志改換一新，並且穿上新人，這新人是照著神的形像造的，有真理的仁義和聖潔。」（弗四20-24）請留意，救恩的果效是仁義和聖潔，不是流露感情、有哭有笑。

由此可見，「真我假我」的理論是漠視罪性，歪曲救恩，嚴重之處，類同異端！

專家意見

誠然，流露感情、有哭有笑本身不是罪惡，但是這樣做真的可以避免不良行為嗎？可以培養仁義和聖潔？有證據嗎？

心理學家 **Harvey Jackins** 就是一個極力提倡必須表達感情的心理學家，他認為人本來是好的、聰明的、有愛心的、能和別人合作的，但是因為受到感情上的創傷，所以智力慢慢被阻塞，頭腦不清晰，日後如果碰上類似的情形，心理按鈕被按動，就會產生各種人際問題。所以他主張讓小孩子盡量疏洩情緒，譬如：孩子要哭的時候讓他盡量的哭，他心靈中所受的傷害才能修補。⁴

Jackins 有什麼證據可以說服我們呢？他說，自從兩年半前，他開始領悟這個道理之後，他所見的事情都和這個原則都沒有衝突，所以他非常興奮。⁵ 如果這就是所有的證據，算了罷。

另一方面，心理學家 Albert Ellis 卻唱反調說，很多心理學家都教人必須釋放自己的情緒，一面可以保護自己，而且把怒氣悶在肚子裡會帶來血壓高或胃潰瘍之類的問題。但是他不同意，因為這樣做有時會惹來另一種麻煩，增加對方的敵意。⁶

聽從那一個專家好呢？

聖經的話

感情（如喜、怒、哀、樂）是一個人對事情的內心反應，我們有各種流露感情的方式（如哭或笑等），聖經並沒有明文規定我們應該不應該流露感情，聖經是注重人的內心，流露感情可以是好的，也可以是壞的。

現在試看聖經中的一些例子：「哭」可以是好的，也可以是壞的。保羅說自己，「服事主凡事謙卑，眼中流淚……」（使廿一19）這是好的；但是當以色列人在曠野為著沒有肉吃「各在各家的帳棚門口哭號」，於是「耶和華的怒氣便大發作」（民十一10），可見這是壞的。

甚至「笑」也有好的和壞的。當大衛描寫一些下流人的時候，他說：「他們如同席上好嬉笑的」，這是壞的笑，因為他們是狂妄人，向大衛咬牙，所以嬉笑（詩三十五16）；但是箴言所形容的賢婦卻「想到日後的景況就喜笑」（箴三十一25），無疑，這樣的笑是好事。

當然「發怒」也有好和壞。當雅比人向以色列人挑戰的時候，「掃羅聽見這話，就被上帝的靈大大感動，甚是發怒」（撒上十一6），這當然是好事，因為這樣的怒氣刺激掃羅帶領以色列

列人爭戰；但是該隱因著自己的供物不蒙悅納，就「大大的發怒，變了臉色」（創四5），結果把自己的兄弟殺了，可見這是不好的。

聖經雖然沒有禁止表達情緒，卻勸告人要控制自己的情緒，譬如：「快樂至極，就生愁苦」（箴十四13），就是樂極生悲之意，所以在極其快活的時候，也應該保持心平氣靜。又如：「不輕易發怒的，勝過勇士，治服己心的，強如取城」（箴十六32）勸人不要隨便生氣，再明顯也沒有了。

結 論

根據聖經，一個男人最重要的是生活聖潔，流露感情與否無關宏旨。當然，女人亦然。

¹ 今日華人教會，2001/4。

² 余裕義，「真正的男人」，台福通訊，Vol. 32 No. 12, 2001, p.1-2.

³ Ibid.

⁴ Harvey Jackins, *The Human Side of Human Beings: The Theory of Re-evaluation Counseling* (Seattle: Rational Island Publishers, 1966).

⁵ Ibid., p. 30.

⁶ Albert Ellis, *Anger: How to Live With and Without It* (New York: Citadel Press, 1997), p. 1-5.

從生父形像認識天父

在一個主日崇拜中，講員說：「最近心理學家發現了一個道理，一個人怎樣認識天父，完全視乎他怎樣認識自己的生父，所以你們做父親的必須有一個好榜樣」。父親應該愛孩子、愛家人、要有一個好榜樣，毋容質辯，可是，一個人對生父的認識完全決定他怎樣認識天父？這是什麼道理？聖經有這樣說嗎？心理學理論可靠嗎？當時我沉思了片刻：上帝是無所不在、無所不知、無所不能的。天下哪兒找這樣的父親？如果心理學家是對的話，怎麼可能還有人能認識神？完全沒有可能！世界上哪有父親可以和天父相比？我想到自己小的時候，父親嚴肅寡言，兒女都有點害怕和他談話。如果這個理論是真的話，我一定害怕禱告，可是我卻頂愛禱告，大概是因為我在未有聽見這個理論之前已經信了主，而且已經學會喜愛禱告，所以沒有受影響，萬幸！

後來我在一些基督教雜誌和書籍中也看見這個理論，現在舉幾個例：

一位學生工作者：「有些學生更以自己父母的模式來推想天父的形像，使他們對神的愛和屬性因而有不正確的看法。」¹

蔡醫生說：「神按著自己的形象塑造人。我們卻按著自己父親的形象塑造天父。」² 還有一個例子：張博士描述自己的一個輔導個案：年輕女孩子佳樂有一位嚴厲的父親，對她各方面都一再要求。所以她無法明白世界上果有無條件的愛，直至在張博士輔導四年後才慢慢明白天父與生父原來有區分。³

慎思明辨

不錯，聖經稱神為天父，主禱文的頭一句是「我們在天上的父」（太六9），但是卻沒有說這位父親和地上的父親一樣，更沒有說一個人怎樣認識天父端視他怎樣認識自己的生父。聖經用父親比天父，因為一個是我們肉體生命的源頭，一個是屬靈生命的源頭；天父供應我們的需要，祂教導、約束、保護、安慰、鼓勵我們，天父是公義和慈愛二者並重，這些都是生父所應該學習的，但是事實上卻沒有一位地上的父親可以和天父相比，天下最好的父親和上帝相比，都會顯得不健全，理由很簡單，天父是完美的上帝，生父是有罪的人。

如果這個理論的好處是提醒世上的父親在兒女面前要有一個好榜樣，大可不必，因為聖經老早這樣吩咐，所以不必加上「兒女從父親形像認識神」這樣嚴重的恐嚇！心理學家常常教導人不要對兒女有過分苛刻的要求，現在心理學家們卻要求地上的父親「如神」，豈非過分苛刻？這樣的理論難道不會傷害天下的父親？驅使他們心理不健全？長期患抑鬱症？此外，這樣的要求可能產生或增加人和父親之間的裂痕，煽動人怪罪父親。說到底，教會只需按照聖經去教導信徒，不必畫蛇添足。

釋經問題

聖經中的比喻重在精神，不能照字義的每一方面去應用。如果我們真的要把天父想像為生父，我們會問「天母是哪一位？」，甚至「天父是否和天母性交然後把我生下來？」這正是一些異端所猜測的。

聖經對神的比喻其實還有好些，譬如聖經說：「耶和華是我的牧者」（詩廿三1），耶穌也說：「我是好牧人」（約十11），這是不是說上帝是一個滿面黃沙、滿身汗臭的老粗？如果我從來沒有見過任何牧羊人，甚至連羊都沒有見過，我怎樣認識神？牧羊人遲早會將羊賣掉或者宰掉，上帝是否也會同樣對待我們？

聖經又將上帝比作丈夫。舊約聖經常將以色列人比作淫婦因為他們拜偶像離棄真神（何四12-13）；新約聖經說教會是基督的新婦（啟十九7-8）保羅也說：「我曾把你們許配一個丈夫，要把你們如同貞潔的童女獻給基督」（林後十一2）。我們可以怎樣說呢？男人和未婚的女士們，就不可能認識神嗎？如果一個女人的丈夫不及基督完美，她也不可能成為基督徒嗎？

如果要再找，聖經對上帝還有好些描寫，譬如：「耶和華我的力量…岩石…山寨…磐石…盾牌…高台」（詩十八1-2）；耶穌說：「我是世界的光」（約八12），「我就是門」（約十9），「我是真葡萄樹」（約十五1），「我……好像母雞」（太廿三37）。如果要一一逐字面去想像，可以寫很多笑話。

天父屬性

我進而思考，心理學家怎樣認識上帝？他們是否憑著心理學教科書中模範父親的形像去製造上帝？

現代名心理學家 Scott Peck 在一個輔導個案中發現，案主因為自己的惡行而懼怕上帝的刑罰。據 Peck 的分析，案主心中所認識的上帝是一個憤怒和危險的凶手，所以 Peck 馬上糾正案主，質問他這樣的上帝觀從何來。然後 Peck 指出，我們的宗教觀念來自我們所處的文化，尤其來自父母。如果我們有慈愛的、易於饒人的父母，我們便容易相信一位慈愛的、易於饒人的上帝；反之，如果我們有嚴厲的和處罰人的父母，我們便容易相信一位嚴厲的和處罰人的上帝。⁴

我再留意張博士的話，她說：「我們對上帝的認識常受到父母對我們的態度、教會的教導及周遭環境的影響。」她繼續解釋，耶穌的愛是無條件的，神不是一個虎視眈眈的警察，專門等候我們犯錯以處罰我們，「神並不因為我們的短處、罪惡、軟弱而拒絕我們。」^{5,b} 可惜張博士並沒有提到基督徒犯罪

^b 順便提及現在教會中常聽到的兩個不合聖經的教訓，這兩句話都是受心理學的影響所致。

第一句是：「上帝的愛是無條件的」，基督徒引用這句話的時候，一般是想到神為一切罪人死，無論貧富智愚美醜，神都一樣愛。但是如果你留意一下，心理學家，尤其是屬世人士，他們是在說，「神不管善惡，不處罰人的」，所以無論你是同性戀的、撒謊的、殺人的，犯奸淫的，神都一樣愛你。但是神卻萬不以有罪的為無罪，而祂愛人的方法是：「惟有基督在我們還作罪人的時候為我們死，神的愛就在此向我們顯明了。」（羅五8），祂的愛不是「無條件」，而是為我們付上那條件，所以，神的愛實在是比「無條件」更好。

第二句是：「不要做一個完美主義者」，但是耶穌說，「你們要完全、像你們的天父完全一樣。」（太五48）當然沒有人能做到完全，但是這是主耶穌的教導，雖然今生是不可能完全，我們是應該每一天努

之後要悔改，基督徒應該過一個聖潔生活，應該對罪敏感，更沒有提到一位管教人的神。不知道她能否同意「主所愛的他必管教，又鞭打凡所收納的兒子。」（來十二6）？

事實上，只要留意，任何人都可以看得出現代心理學不同意人有罪，也不相信一位會生氣的上帝。上帝（如果存在的話）是一個大好人，他只會微笑點頭，似乎一天到晚都在說：「嘻嘻，無所謂，無所謂……」可惜我們的上帝雖然慈愛，卻也是「按公義審判的主」（提後四8），和心理學家所認識的有出入。這樣的情形正中聖經的話：「世人憑自己的智慧，既不認識神……」（林前一21）。

想到這裡，我們必須問，基督徒心理學家們是否在教會中向人介紹一位不關心善惡的上帝？現代的神學思想是否已經受了這樣的上帝觀影響？

理論來源？

有一天，我讀到邱清泰所譯的書：「弗洛伊德認為宗教是原始人的『戀父情結』所引發出來的……神不過是一種被誇大的父親形像……每一種宗教的根都可以說是對父親的戀慕……

力，朝著這個標準走，絕對不能因為不可能做得到而說不應該這樣做。或者有人會告訴你，要求完美的人會驕傲、事事批評，但是聖經告訴我們要先看見自己眼中的梁木，不是先看人家眼中的刺，真正完美的人是要求自己的。又或者有人會告訴你，事事要求完美，這人會非常緊張，不可能快樂，但是聖經說：「當存畏懼事奉耶和華、又當存戰兢而快樂」（詩二11）又說，「當恐懼戰兢、作成你們得救的工夫」（弗二12），所以基督徒的生活應該是又戰兢又快樂的。請不要讓心理學理論麻木自己的良心。

難怪人會把神想成是一位崇高偉大的父親……只有這樣的父親才能瞭解作祂兒女的人的需要，才會被祂的兒女的禱告所軟化，被他們的懺悔所感動。」⁶ 弗洛伊德（Sigmund Freud）說，人按著父親的形像製造上帝；基督徒心理學家卻說，人按著生父的形像認識天父，這兩個理論是否同一？誰是真正的理論發明人？一個無神的和敵視宗教的理論被帶到講台上，和聖經真理一同被宣揚，這是否所謂「無神理論的有神用法」？聖經和心理學結合（Integration）的產品？

新紀元交鬼的人中，有人交上一隻自稱「上帝」的鬼靈。冒牌上帝說：父母的愛是有條件的，你們都明白，所以你們憑這樣的經驗認識我。你們一面說「神是愛」，一面又說上帝處罰犯誡命的人，因為你們不懂得什麼是無條件的愛，你們將自己父母的形像投射在我身上，所以你們認為我是一個罰惡賞善的神。事實上，我是不審判人的。⁷

讀後，我不禁納悶，誰是真正的理論發明人？現在教會講台上的其他心理學理論又是誰發明的？

¹ 吳志強，「更新蛻變在春天」，使者，7-8/97，p.12。

² 蔡元雲，從未遇上的父親（香港：突破，1998），p.9。

³ 張江光麗，「了解與接受自己（一）」，使者，5-6/99，p.23-24。

⁴ Scott Peck, *Road Less Traveled* (New York: A Touchstone Book, 1978), p. 188-91, 200-08.

- ⁵ 張江光麗，「了解與接受自己（二）」，*使者*，7-8/99，p.60-61。
- ⁶ Gary Collins著，邱清泰譯，*心理學的重建*（台北：校園書房，1981），p.84。
- ⁷ Neale Donald Walsch, *Conversations with God* (New York: G.P. Putnam, 1995), p. 17-18.

不健全家庭的受害人

我身邊的人中，凡是去見過心理輔導的，無論是教會弟兄姊妹或者公司同事，他們的問題似乎千篇一律，都是因為從前曾經受到別人的傷害，其中最常聽的是父母，然後是家中各人，祖先三四代及其他權威人物，甚至兒時的朋友有時也被列在黑名單上的。據說因為這樣的創傷留在潛意識中，所以產生各樣的心理和行為問題。偶爾治療員會加插一些非常有學問的名堂，譬如：不健全家庭（Dysfunctional Family）的受害人（Victim）、內心幼童（Inner Child）、強迫性的重複（Repetition Compulsion）、心理按鈕等等。

即使你不曾請教於心理輔導，只要你留意，你也可以知道現在教會內的心理學家們都說類似的話。例如：林牧師說，大部分的人來自不完美的家庭。¹ 另一次，他表示少於三分之一的人對自己的原生家庭有一個快樂的回憶，大部分人的家庭是黑暗的。² 黃博士：「大概可以說每一個人人在成長中，或多或少都受過一些心理創傷。」³ 一位青年工作者說：「很多學生都來自不健全的家庭，心裡有很多未癒合的創傷…」⁴ 屈博士說：「會眾常有來自原生家庭的困擾…他們長大後便帶著傷痕和童年陰影進到婚姻…與配偶互相刺痛…悲劇不幸地在三代中重演。」⁵

張博士說：「人際關係的衝突，往往是為了重新解決過去未解決的問題。過去的傷痛會在目前的衝突中重演。」⁶ 蘇牧師說：「成長過程中所受的傷害…若沒有離開，讓這些"童年的陰影" (your inner child of the past) 被帶進自己的婚姻…」⁷。例子甚多，數不勝數。

分析問題

首先讓我們用普通常理和邏輯來分析這個理論：

(1) 主觀定義

林牧師有一個例，如果一個男孩的原生家庭是男強女弱的，那麼當他選擇對象的時候，他會不知不覺地選擇一位來自女強男弱的家庭的姊妹，因為她可以補充他母親的缺乏。⁸ 首先，什麼叫做強？什麼叫做弱？除了少數的人之外，絕大部分的人都是居中的；有時強有時弱，有人說他強，有人說他弱。不是嗎？如果決定一個人是強是弱已經這樣困難，我們怎麼決定一個家庭是男強女弱或者女強男弱？

牧師又說：「…造成父母對子女過度的保護或過高的期望等。」⁹ 難道父母不應該保護子女？如果父母對子女沒有期望，我想子女是非常可憐的，但是什麼是「過度」？什麼是「過高」？誰去決定？

還有，心理學家們應該先澄清：什麼是傷害和什麼是影響？人活在世上，必然受到人和事的影響，怎麼可能不受影

響？但是神賜人自由意志，人對環境的反應可以有不同。舉一個例，林牧師說：「一個自小就耳濡目染父母經歷種種金錢危機的孩子，成長後必然對金錢有相當強烈的主見。」¹⁰大概是說，孩子在這樣的一個環境長大，自然知道金錢來得不容易，於是他可能是懂得節儉，也可能吝嗇。所以影響和傷害是兩回事。

最後，我們活在一個罪惡的世界，你踩我踏，你碰我撞，總會互相傷害。那麼怎樣分辨誰是受害者，誰是害人者？誰去下定義？

(2) 主觀分析

我留意到一點，原生家庭理論中有很多「可能」，但是我看不到一個肯定的預告。譬如林牧師說：「一個家族如果連著兩代是女強男弱，第三代也很有可能產生女強人。如果家族中…可能…如果…可能…」¹¹ 就是說，有可能是這樣，也有可能不是這樣。

林牧師又說，一個人的出生次序有很大的影響力，老大和老么通常在家中受到父母的注意，那些排行在中的常被忽略。於是他們比較喜歡到像靈糧堂一樣大的教會去，可能因為大教會沒有人注意他，他可以來去自如，或他們可能參加一些小組，很歡喜得到別人的注意，但是他們沒有把握，所以又抱怨別人沒有關心他。¹² 換言之，那些排行在中的喜歡大教會，可能是因為沒有人注意他，也可能是因為有人注意他。林牧師沒有分析那些老大和老么的心理，但我猜如果老大和老么喜歡大教會，原因也是同樣的那兩個。還有，誰會到小教會去？我想一定有老大、老么、和排行在中的人。結論是：無論你在家中排行第幾，你都可能到大教會去，也可能到小教會去，隨便你

怎樣講都是有可能的。

由此可見，心理學家的分析必然是非常主觀的。

（3）專家的意見是權威

黃博士認為人因受父母所害，所以一般選擇與父母類型相反的人為配偶，例如：那些母親個性強的男士，多半喜歡選擇溫柔順服的女士為妻；但是那些受害特別深的人，反而會被與父母同類型的人所吸引。¹³ 這樣的理論永遠不會錯，反正無論如何，都是父母之過，當然只有專家才能決定父母對你的傷害有多深，只有他們才是權威。

一位著名中國基督徒心理學家，曾經為了向我證明童年傷害的嚴重性，送給我一篇文章。文章說：某教會的會友中，很多收到告發牧師太太性醜聞的匿名信件，牧師太太求助於基督徒心理學家，兩年後，牧師太太向會友表示，心理醫師發現她童年曾經受到嚴重的創傷，一直活在沮喪中，結果不自知地寫匿名信中傷自己（不但做的時候不知道，而且事後沒有記憶），並不是別人為了告發她而寫，現在專家已經用催眠術召請耶穌來為她治療，她已經「好了」，所以這些匿名信件也停止了。¹⁴ 頭腦靈活的人都會猜：牧師太太已經捉到寫匿名信的人，然後請一位基督徒心理學家來為她製造藉口，洗罪脫名。

可是，因為今天的基督教教會接受心理學，結果使心理學家的個人意見是有權威的，他們的解釋當然有人相信。

（4）可以解釋任何事情

請留意專家們對一些人的分析：布雷蕭（Bradshaw）說希

特拉的問題是因為有嚴厲的父母，「傳統宗教相信所有的權威都是神所設立的」這個信念也傷害了他。¹⁵ 杜布森（James Dobson）也曾分析謀殺美國總統甘迺迪的 Lee Harvey Oswald，說是因為他從童年開始就沒有人愛他，嚴重傷害了他的自尊/自信，所以他終於殺死了一位富有而受尊重的總統。¹⁶

幾年前，震驚美國二十多年的郵包炸手（Unabomber）終於落網了，心理分析家也是說他童年曾經受過傷害，譬如：弟弟出生的時候，有一陣子媽媽忙著照顧新嬰兒，他只好纏著阿姨，所以就對父母的愛產生懷疑，以至變成今天這樣一個心理不正常的人。可是刑事學家 Jack Levin 說：「如果這就是足夠的原因，全美國的人都會變成郵包炸手了。」¹⁷

又譬如：心理分析家說，美國 Oklahoma 州炸手 Timothy McVeigh 因為無法克服父母離異和母親離家所帶來的心理創傷，所以走上這一條路。但是他的妹妹卻說這是心理學家的廢話，雖然父母離異，他們的生活基本上是正常的，而且他們和母親一直保持聯絡。¹⁸

雖然行外漢未必同意，但是「不健全家庭的受害人」似乎是一個放諸四海而皆準的理論，可以解釋任何事情。

（5）唯一的影響／傷害？

人的性格和行為豈是完全因為原生家庭「傷害」而來？學校、老師、同學、社會、文化、朋友，難道沒有影響？自己呢？自己是一個木偶？聖經豈不是說人有罪性？人也有自由意志。此外，人的性格有一部分是遺傳的。譬如：林牧師一向以為自己最受父親影響，但是後來有人告訴他，他最像祖父，他才知道是「隔代遺傳」。¹⁹ 這是隔代遺傳？還是隔代傷害？

美國一位極受歡迎的專欄作者 Ann Landers 說：「沒有人知道，為什麼雖然有些父母給他們的孩子很少感情上的撫養，孩子卻成人立品；有些被愛的、被撫養的，有盡所有條件的，反而墮落和父母疏遠。我現在開始相信，專家們忽略了遺傳的因素…還有，我們不應該忽略個人的責任。我最討厭人怪罪父母，把自己亂糟糟的生活推到父母頭上去。」²⁰

一位曾經研讀心理輔導的牧師說：「一個青年的行為，有三分之一是來自遺傳基因，三分之一是受教養與環境的影響，另外三分之一則是出於個人的決定。」所以他現在已經明白，「心理學…並不能解決人內心真正的問題……」²¹

說的好！原生家庭只是眾多影響之一。

(6) 有需要嗎？會冤枉好人嗎？

張博士說：「人們常以為饒恕就是遺忘，這種錯誤的觀念常阻礙人們去經歷饒恕別人的自由…需要探索過去的折磨所帶來的痛苦與傷害…才能再往前行。」²² 首先，我不知道張博士是否反對「忘記背後，努力面前」的聖經教導。其次，如果本來不知道別人怎樣傷害我們，先去請治療員為我們探索過去，知道有什麼事情需要原諒人，然後再去饒恕人，有這樣的必要嗎？這是心理治療員的把戲？他們怎樣可以證明自己的分析是準確的呢？如果心理分析錯誤，冤枉了好人，怎麼辦？不去探索過去，就真的不能往前行？

黃博士提出一個例子：有一位牧師，每當他的秘書催促他快一點，他就會勃然大怒，後來經輔導員分析，他才知道這是因為他的秘書讓他想起從小批評他的姐姐。明白之後，牧師請秘書幫助他，於是「同工關係有奇蹟般地改變。」²³ 讓我們動一動腦筋：輔導員怎麼證明他的分析？如果這位牧師動作慢，

有沒有可能只有他的姐姐和他的秘書才催促他？為什麼其他人不會催促他？或者被催促的時候他不會生氣？我相信只要這位牧師坦誠請他的秘書幫助他，一定有助於他的改變，沒有需要把姐姐扯出來。

如果真的有需要，佛洛伊德（Sigmund Freud）以前的人怎樣改變不良行為？

聖經的話

撇開邏輯推理，讓我們以聖經的話來衡量，聖經是否說人人都是不健全家庭的受害人？有沒有教導我們追尋從前傷害我們的人？

(1) 先人的罪惡

無可否認，有一些罪可以禍延子孫，主張探討原生家的人很喜歡引用：「不可為自己雕刻偶像…不可跪拜那些像…我耶和華你的神是忌邪的神，恨我的我必追討他的罪，自父及子，直到三四代，愛我守我誠命的，我必向他們發慈愛，直到千代。」（出二十四-6）。這個咒詛三四代的刑罰是專為拜偶像的人而設的，其他誠命，如不可殺人、姦淫、偷盜等都沒有附上這

° 根據林牧師的「原生家庭探討」錄音帶和講義，他承認聖經並沒有很明顯的教導我們去探討自己的原生家庭，但是，「一些熟悉原生家庭的基督徒輔導者，在聖經中找到了有關重視過去家庭生活經歷的經文」。首先，這不是一個基督徒應該有的態度，基督徒應該先去研究聖經，根據聖經的原則去輔導，不是先學習世俗的理論，然後尋找經文去附和。現

在讓我們來研究林牧師所提出的六段支持「原生家庭探討」的經文[註：這六節經文，有一些是引用《聖經新譯本》的，經文中用「…」略去的部分也是林牧師在他的講義中寫的：

- (1) 因此人要離開父母，與妻子聯合，二人成為一體。(創二24) 林牧師說，我們如何和父母割斷臍帶，做法和文化有關，但是他說我們應該明白父母對我們的影響，原諒他們，然後我們才能真正的離開父母，和妻子聯合。

無可否認，這經文是說人長大之後應該獨立和結婚，可是，這經文並沒有教導探討原生家庭，獨立不等於先去探討過去，難道人人都應該先找出父母的錯，然後才能獨立？否則沒有資格結婚？林牧師是在經文上加上自己的個人意見。

- (2) 你當追想上古之日、思念歷代之年；問你的父親、他必指示你；問你的長者、他必告訴你。(申三二7) 林牧師說，不見得聖經教我們「忘記背後，努力面前」(腓三13)，聖經也教我們要追想從前的日子。

任何人翻開申命記三十二章一讀，都可以知道這是摩西一段臨終之言，他深恐以色列人的後裔忘記了耶和華是上帝，忘記了耶和華是領他們出埃及進入迦南的，以至他們轉去敬拜別神，所以勸他們要追想神的恩典，林牧師是斷章取義了。

- (3) 請你查問前幾代，留意他們列祖所查究的。(我們只是從昨天才有的，所以一無所知；我們在世的日子，不過是影兒。) 難道他們不指教你，從心裡發出言語來麼？(伯八8-10，聖經新譯本) 林牧師說，這句話告訴我們，我們的過去可以影響我們的現在。

首先，我奇怪林牧師為什麼要引用聖經新譯本，大概是因為和合本用「請你考問前代」，而新譯本用「前幾代」，比較適合用來支持三四代的原生家庭探討。其次，這是約伯的朋友比勒達的話，他認為上帝是公平的，罰惡償善的，若約伯不相信，他可以從歷史去考證。比勒達這句話絕對不是說我們可以藉著探討原生家庭，明白他祖先對自己現在的影響。最後，耶和華對約伯的三個朋友生氣，因為他們議論不如約伯(約四二7)，可見比勒達的話不合神心意，更不能支持原生家庭探討。

- (4) [耶和華]萬不以有罪的為無罪，必追討他的罪，自父及子，直到三四代。(出三四7) 林牧師說，由此可見，父母祖宗的罪可以影響我們，甚至影響三四代。

首先，這句話最早出自十誡，它是十誡中的第二誡：「不可為自己雕刻偶像…不可跪拜那些像，也不可事奉他，因為我耶和華你

個嚴重的咒詛。（很多靈界戰爭人士都會告訴你，拜偶像行邪術的咒詛是三四代的，雖然這不是每一個神學家都同意的。）「不依照現代心理學理論去教養兒女」不算犯罪，上帝絕對不會

的神是忌邪的神，恨我的我必追討他的罪，自父及子，直到三四代，愛我守我誠命的，我必向他們發慈愛，直到千代。」（出二十四-6）這個咒詛三四代的刑罰是專為拜偶像的人而設的，其他誠命，如殺人、姦淫、偷盜等都沒有附上這個嚴重的咒詛。（很多靈界戰爭人士都會告訴你，拜偶像行邪術的咒詛是三四代的）我並不是說罪本身沒有不良後果，也不是說罪不會影響自己的孩子，但是，根據埃及記二十章，犯其他誠命沒有三四代的咒詛，況且，「不依照二十一世紀心理學理論去教養兒女」不算犯罪，上帝絕對不會因為你的父母或者祖宗三四代不懂得今天最新的心理學理論而咒詛你。你大可以放心。

- (5) 他們要承認自己的罪和他們祖宗的罪，…那時，他們未受割禮的心若謙卑了，他們也（情願接受他們）罪孽的刑罰，我就要記念我…所立的約。（利廿六40-41，聖經新譯本）林牧師說，可見我們應該為我們的祖宗認罪，這樣上帝會原諒我們。

非常有趣，林牧師用「…」略去一段正是解釋「自己的罪和祖宗的罪」的，所略的是：「就是干犯我的那罪、並且承認自己行事與我反對、我所以行事與他們反對、把他們帶到仇敵之地」，原來經文中所講的「祖宗的罪」和「自己的罪」是同一樣的罪，也就是說，當時的以色列人和他們的祖宗一樣，犯了同一樣的罪，行事與神反對（背叛神）。所以神並沒有叫你探討原生家庭，找出祖宗犯了什麼罪，傷害了你，然後代替他們認罪。

- (6) 愛我、守我誠命的，（上帝）必向他們發慈愛，直到千代。（出廿六）林牧師說，神向那些愛他的人發慈愛直至千代。

這也是十誡中第二誡的一句話，但我奇怪為什麼上邊牧師引用三十四章，而這裡用二十章，唯一的可能是，如果引用出埃及記二十章，很容易看得出這是針對拜偶像的罪而言的，不是對所有的罪的咒詛，但是三十四章沒有「發慈愛到千代」這一句，所以林牧師無法不回到二十章去。牧師說得沒有錯，神是一個慈愛的神，我們從神對拜偶像之人的反應可見祂的這一點性情，但是硬要把神的慈愛扯到「原生家庭探討」去，未免太牽強了。

結論是：這樣的聖經應用是斷章取義，使人又擔心又傷心。

因為你的父母或者祖宗三四代不懂得今天最新的心理學理論而咒詛你。你大可以放心。與其花時間進行原生家庭探討，不如花時間去傳福音！

在聖經裡，我們常常看見很多反證的例子。譬如：希西家行耶和華眼中看為正的事（王下十八3），但是他的兒子瑪拿西卻行耶和華眼中看為惡的事（王下廿一2），亞們行耶和華眼中看為惡的事，「與他父親瑪拿西所行的一樣」（王下廿一20），但是他的兒子約西亞卻行耶和華眼中看為正的事（王下廿二2）。可見聖經例子不支持現在流行的「原生家庭傷害」的理論。

（2）環境的影響

除了父母家人的影響之外，我們的環境也帶給我們很大的影響，譬如：今天電視上都是色情和暴力，我們耳濡目染，當然受影響。聖經裡有這樣的一個例子：當以賽亞得見主的榮光的時候，他說：「禍哉，我滅亡了，因為我是嘴唇不潔的人，又住在嘴唇不潔的民中」（賽六5），但是以賽亞沒有把責任推到別人的頭上去，他說自己有禍的原因是因為自己是嘴唇不潔的，住在嘴唇不潔的民中使他難於改正，接著之後，天使「將炭沾我的口說，看哪，這炭沾了你的嘴，你的罪孽便除掉，你的罪惡就赦免了。」（賽六7）天使不認為以賽亞是一個受害人，沒有為他療傷，也沒有解決別人嘴唇不潔的問題，提都沒有提，只有為以賽亞解決他的罪。

（3）人人自己交帳

大概以色列人也非常留意先人和祖宗的罪，深恐自己成為

受害人，所以他們有一句俗語說：「父親吃了酸葡萄，兒子的牙酸倒了」（結十八2），但是「主耶和華說，我指著我的永生起誓，你們在以色列中，必不再有用這俗語的因由…兒子必不擔當父親的罪孽，父親也不擔當兒子的罪孽，義人的善果必歸自己，惡人的惡報也必歸自己。」（結十八3，20）可見神並不喜歡人把自己的問題推到別人身上。新約聖經也有同樣的教導，「我們各人必要將自己的事，在神面前說明。」（羅十四12）換言之，以後，當我們都站在神面前的時候，我們各人自己為自己的行為交帳，推說自己是「不健全家庭的受害人」是沒有用的。

無論環境怎樣，人有自由意志，他可以選擇自己的行為，所以他也要為自己的行為負責任。

（4）忘記背後，努力面前

聖經說：「你們要思念上面的事，不要思念地上的事」（歌三2）和「凡是真實的、可敬的、公正的、清潔的、可愛的、有美名的…德行…你們都要思念」（腓四8），可見，聖經沒有叫人思想從前誰曾傷害自己，反之，聖經只說：「忘記背後，努力面前」（腓三13），故意去尋找從前「傷害」自己的人，就是正面違犯了「忘記背後」的聖經教訓。按照聖經，如果要回憶的話，第一是要回想主耶穌為我們所成就的和祂的一切恩典（提後二10-14），其次聖經教導我們要回想自己在什麼地方犯罪得罪神（啟二5），當然我們也應該記得別人恩待我們，如果真的有有人傷害我們，我們也應該原諒人。我在聖經裡找不到有經文說童年與父母所建立的關係會約制了我們以後一生的人際關係，我卻發現聖經說：「若有人在基督裡，他就是新造的人，舊事已過，都變成新的了」（林後五17）。

何必天天在追尋「傷害」你的人呢？

(5) 主權在上帝

聖經中有一個例子，大衛數點百姓的數目，招致耶和華降瘟疫與以色列人，死了七萬（撒下廿四1-17）。這個例子說明一件事，很多時候，我們受苦是因為別人的過錯，不是自己的過錯，也不是父母的錯。試想，今天生長在阿富汗的孩童，一定吃了很多苦頭，是他們的錯嗎？是父母的錯嗎？當然不是。有人會抱怨自己生了一個重男輕女的家庭，或者抱怨父母偏心，或者……應該這樣說，我們的遭遇不是我們自己可以控制的，但是請記得，聖經說：「禍哉，那與造他的主爭論的，他不過是地上瓦片中的一塊瓦片！泥土豈可對搏弄他的說，你作甚麼呢？…禍哉，那對父親說，你生的是甚麼呢？或對母親說，你產的是甚麼呢？」（賽四十五9-10）神有主權決定我們一生，祂並沒有給任何人一個完美的環境，但是你可以放心，惡劣的環境並不見得一定傷害人，有時反會使人得益。

(6) 聖經人物的例子

亞當吃了分別善惡樹上的果子要面對神的時候，亞當和夏娃都為自己的問題作了一個非常準確的分析，亞當說：「是我老婆叫我的」，夏娃也說：「是蛇叫我的」。推卸責任自古而然，人性而已。

可是一個真心悔改的人決不是一個推卸責任的人。浪子回家之後，看見父親，頭一句話是：「我得罪了天，又得罪了你」（路十五18）。浪子沒有說：「我這次做了一個錯誤的決定，原因是因為你從前教導無方，我是一個不健全家庭的"受害者"呀！」。浪子對自己所做的完全負責，絲毫沒有去追究是誰害他變為一個浪子。隨便在聖經中找一些例子，如大衛的懺悔詩，爬上桑樹的撒該等等，這些人都只有承認自己的錯，沒有一個

企圖分析他們是怎樣為父母所傷害而犯罪的。因為這些人真誠悔改，所以不需要追尋傷害他們的人，一樣可以改過更新。

後果嚴重

使用不合聖經原則的世俗方法解決問題，會帶來不良效果，以下是幾點非常明顯的：

(1) 不見己眼木

林牧師說，我們必須明白原生家庭（至少三代）對我們的不良影響，雖然家庭不是唯一的影響，但是如果我們能明白這些不良影響，我們就有可能治療自己的創傷，切斷臍帶；有一個健康的成長，每天運用自己的自由意志去選擇自己的行為，而且從心裡面赦免我們的父親和母親。²⁴ 似乎我們的問題都是來自別人（尤其是家庭）的不良影響和傷害，如果沒有這些影響，我們就是一個完美的人？聖經豈不是說人有罪性的嗎？（當然，心理學不同意人有罪）這樣的理論雖然沒有正面否認人有罪性，但是卻是叫人在實際的生活上忘記了自己的罪。

(2) 只見人眼刺

與其經常追究別人怎樣傷害自己，不如經常在神面前自省，經上說：「神阿，求你鑒察我，知道我的心思，試煉我，知道的我的意念。看在我的裡面有甚麼惡行沒有…」（詩一三九 23-24）。聖經並沒有說：「神阿，讓我知道是誰曾經傷害過

我，求你醫治我的心理按鈕」。為什麼有牧師教導會眾一同繪製家庭圖，找出誰曾經傷害過自己，卻沒有聽見說有牧師教導會眾一同繪製家庭圖，找出誰是自己的受害人？然後向神悔改認罪，請那些曾經受自己傷害的人原諒自己？聖經教導我們「各人應當察驗自己的行為」（加六4），我們卻是「察驗父母的行為」和「察驗別人的行為」，這正是耶穌所說的：「看見你弟兄眼中有刺，卻不想自己眼中有梁木」（太七3）。

（3）挑撥離間

宇宙光有一個個案：諮商員對案主的診斷也是千篇一律的「原生家庭傷害」。文章說：「諮商員協助個案[案主]看到他自己是沒有問題的、是好的，只是因為年幼時被哥哥不斷地批評才造成對自己失去信任」²⁵，「[案主]起初不能承認家人給他的傷害…[案主]在諮商員的情緒支持與肯定下，開始願意承認…表達出對家人傷害他的生氣與憤怒，也能明白自己之所以不能自己接納與自我肯定，與被家人否定有密切的關係。」²⁶ 諮商員用長時間說服案主，終於案主開始怪罪哥哥，並且生氣：「[案主]由不願意承認家人對他造成傷害，轉變到能夠承認並表達出憤怒。」²⁷ 於是輔導成功了！

這是幫助人心理健康還是挑撥離間？心理學家們豈不是口口聲聲的說自己不是教人怪罪他人？我無法不在此敬勸各位基督徒不要接受心理治療。

（4）破壞家庭

聖經和普通常理都告訴我們「凡管教的事，當時不覺得快樂」（希十二11）。我們對自己童年所受的「管教」，是否多多少

少仍懷著「不願受教」的心情呢？現代的心理學理論是否協助煽動了我們對父母的憎恨呢？《TIME》報導，最近幾年，新興一種抑制的記憶治療（repressed memory therapy），「案主最初並不記得這樣的事情，但是治療後卻記起很多童年事件，如被人性虐待或者被迫參加撒但教儀式。」²⁸「這種"治療"為千萬的家庭帶來極大的破壞，無法調解」，因為它為人誤斷童年時受到的虐待（性方面的或其他方面的），甚至用催眠術、鬆弛技術、引導影像法，去尋找據稱曾發生過的撒但教的虐待等等。²⁹雖然不是每一個個案都用催眠術去尋找已經忘記的「往事」，但是告訴任何人，或者說服任何案主，他是「不健全家庭的受害人」，已經足夠影響家庭關係。我在電腦網路上見過一個叫做PACT（Parents Against Cruel Therapy）的組織³⁰，他們的兒女都是因為聽信心理治療員的話，認為自己年幼的時候被父母傷害過，所以和父母斷絕關係，甚至控告父母，父母只好聯合起來抗議心理治療之害。

也許我應該在此勸告所有教會：禁止「原生家庭探討」。

（5）破壞中國文化

只要你是中國人，你總會聽到一些中國傳統的倫理道德典範。譬如：曾子曰，「吾日三省吾身，為人謀而不忠乎…」（論語，學而篇）；不是「吾日三省他身，為吾謀而不忠乎…」。可見中國人也認為人應該要求自己，不是要求別人，也就是說，不要追究別人怎樣傷害自己。子曰：「事父母幾諫，見志不從，又敬不違。」（論語，里仁篇）意思就是說，倘使父母有錯，應該婉言勸告，即使不聽從，仍舊要尊敬和服從。可見中國人並不是相信「天下無不是之父母」，他們也同意父母會錯，但是當父母錯的時候，我們不把他們拿來「鞭屍批鬥」。我並非高舉孔孟，基督徒應該唯獨以聖經為思想和生活的原則，但是

似乎中國傳統比現代心理學更接近聖經，可見這個心理學理論不但影響教會，而且破壞優秀的中國傳統。

(6) 扭歪神學思想

因為這些新的「科學」發現，我們從前都是罪人；現在都是受害人。聖經本來是我們的生活原則；現在心理學才是我們的生活原則，聖經可以用來附和和心理學，或者增加我們的自尊/自信。聖靈本來光照我們的罪，叫我們為義為罪為審判自己責備自己（約十六8）；現在聖靈為我們光照別人的罪，叫我們不必再自責。耶穌本是我們的救主，洗淨我們靈魂中的罪惡；現在耶穌是心理治療者的助手，幫忙醫治我們潛意識和無意識中的傷痕。從前講台上講的是「孝順父母」和「彼此饒恕」；現在講的卻是「不健全家庭」和「父母傷害」。從前基督徒所關心的是怎樣過一個聖潔的生活；現在關心的是一個健全的心理和一個良好的自我形像。請讓我為這樣的「神學」寫一首新歌，調寄奇異恩典：

奇異恩典，甘甜溫暖，原生家不健全；
前我受創，今主療傷，自愛自信自尊。（一笑）

(7) 污染宣教聖工

牧師在台上將心理學當作真理傳講，甚至覺得心理學比較聖經實際，然後把會友送到心理治療員處接受治療，這已經是司空見慣的事。主日學教的不是聖經，而是心理學，團契標榜絕不查經，除了康樂活動之外，只有觀看心理學家的錄影帶，沒有人會提出異議。

你知道嗎？心理治療也打進了宣教工場。一位基督徒心理

學家向另一位正準備參加宣教士心理健康的同業道賀，說：「好了，你現在可以阻止那些混蛋（nut）來當宣教士了。」³¹ 邱博士解釋，「每個人或多或少都有受過傷害的經歷…差會不是要選派從來沒有受過傷害或極受保護的人作宣教士…在差派以先，教會和差會所要做的創傷治療是不可或缺的。」³² 什麼？！要當宣教士的人必須通過心理輔導的關？必須探討他的原生家庭，找出誰曾經傷害過他，然後療傷？這樣做合聖經原則嗎？如果一個基督徒不同意心理學，他豈不是沒有機會去當宣教士了嗎？

如果我們希望我們的宣教士「肯定自我價值，建立健康的自我形象…接納自己」，還要找出從前的家庭傷害，以為這樣他或她「才能愉快、健康地適應宣教生涯」，³³我們是錯了！我們應該為宣教士祈禱，提醒他依賴神，在各方面關心他，幫助他，但是不要強迫宣教士接受心理治療。我萬分敬重宣教士，我亦衷心支持任何宣教組織，只是希望他們不要被污染。

（8）已經落伍

《U. S. News》報導說，現在很多醫生都從生理方面著手解釋心理問題和精神病，譬如：上一代認為精神分裂（Schizophrenia）是因為母親冰冷無情所致，因為媽媽潛意識中並不想要這個孩子之故，現在全國的人都要為媽媽們洗脫這個罪名，因為這個理論是沒有根據的，這些佛洛伊德老古董已經落伍了，現代精神醫生一般同意這是一個腦部的毛病，而且和遺傳有關。³⁴

最近《Newsweek》有一期專門討論兒童心理和生理發展，其中報導說，現在很多父母都相信性格是與生俱來的，「是天性？是教養？我們是否被我們的遺傳基因所控制？…似乎是如

此，大有可能是如此。」當然，該文章並沒有否認教養方法有一定程度的影響。³⁵ 另一篇文章說：「雖然有很多證據證明童年的重要性，一些研究人員爭論說，成年後的經歷和孩童時期一樣重要。他們說，同輩比父母的影響更重要」。³⁶

心理學理論向來隨著時代、隨著專家而改變，可見這些理論並非真理。以後如果有專家到你的教會去演講，教導人分析原生家庭的不良影響，請你告訴他，他的理論已經落伍了！

（9）新紀元事物

最叫人震驚和擔心的是：新紀元交鬼的人所獲得的邪靈教導中也有這一套！新紀元交鬼者所交上的鬼靈 Lazaris 說：「佛洛伊德是對的，我們潛意識中的推動力來自我們童年的經歷。你可以用解夢、變異意識狀態和心理分析去測量它。」³⁷，「你的內心幼童沒有獲得足夠的愛…有些人繼續將生命中的其他人視作父母，讓自己可以重活那多年前的童年，很多人在男女的關係上是在尋找一位母親…事實上，他們把所有人視作媽媽。」³⁸ 鬼靈建議用冥想的辦法去讓內在的孩子（Inner Child）得到愛。³⁹ 另一方面，《家庭會傷人》的作者教人繪製三五代的家庭圖，尋找誰曾經傷害自己，此外他也說：「我們也透過各種冥想和心像（imagery）來接觸我們內在的孩子。」⁴⁰ 你能不驚訝於二者的相似嗎？

使用催眠或冥想去尋找往日的創傷，然後使用同樣的技術去療傷，是現在常見的事，基督徒心理治療員甚至在催眠下召來「耶穌」，幫助療傷。（請見「內在醫治」和「催眠術」文）這是嚴重的事，基督徒不可掉之以輕心。

一代害一代

黃博士再三的說：「心理治療的目的不在怪罪父母，因為父母在自己成長的過程中都曾經受傷。」⁴¹張博士也說，父母對子女影響最大，但是他們的成長過程也是不完美的，所以自然影響子女。⁴²這正是蔡醫生所說的：一代害一代。⁴³

如果一代害一代：我們是父母害的，他們是祖父母害的，祖父母是曾祖父母害的，誰是第一個害人者？亞當？誰傷害亞當？既然「亞當是神的兒子」（路三38），上帝當然是第一個真正的害人者。

如果上帝是第一個真正的害人者，誰是人類真正的救主？如果非經心理學家指點，我們不可能知道問題的真正原因。那麼，當然心理學家才是我們真正的救主！

尾聲

黃博士告訴我們，心理治療另有一個名字——再生父母的再育之恩（re-parenting）⁴⁴，我無法不沉思……假若這位自命為我們的「再生父母」傷害了我們，怎麼辦？

- 1 綠蒂雅，「蛻變：記使者南加州未婚基督徒營會」，*使者*，1-2/97，p.54。
- 2 林國亮，家庭樹-生命樹-原生家庭探討，*使者*，錄音帶#1。
- 3 黃維仁，「全人輔導與健康家庭」，*家庭百分百*（台北：宇宙光全人關懷，民89年），p.69。
- 4 吳志強，「更新蛻變在春天」，*使者*，7-8/97，p.12。
- 5 屈偉豪，「後現代與教牧輔導」，*教牧分享*，2000年九月，p.16-17。
- 6 張江光麗，「了解與接受自己（2）」，*使者*，7/8/99，p.62。
- 7 蘇文峰，「執子之手，與子偕老」，*海外校園*，第廿二期，1997年四月，p.11。
- 8 林國亮，*原生家庭探討*，錄音帶#2。
- 9 Ibid.，講義，p.8。
- 10 Ibid.，講義，p.4。
- 11 Ibid.，講義，p.7。
- 12 Ibid.，錄音帶#4。
- 13 黃維仁，「婚姻的解析與重建（2）」，*使者*，11-12/96，p.52。
- 14 John Court, "A Case of Congregational Healing," *Journal of Psychology and Christianity*, Vol. 4, No. 2, 1985, p.98-102。1993年三月，家庭更新協會送給我，現存檔案。
- 15 約翰·布雷蕭著，鄭玉英、趙家玉譯，*家庭會傷人*（台北：張老師文化，民82年），p.29-30。
- 16 James Dobson, *Hide or Seek* (Old Tappan, New Jersey: Fleming H. Revell Company, 1979), p.18.
- 17 Evan Thomas, "Blood Brothers," in *Newsweek*, April 22, 1996, p.28-34.
- 18 John Kifner, "Oklahoma Bombing Suspect: Unraveling a Frayed Life," *New York Times*, 12/31/95.
- 19 林國亮，*原生家庭探討*，錄音帶#2。
- 20 Ann Landers advice column, *San Jose Mercury News*, Nov 17, 1999, p.15E.
- 21 「叛逆後的成熟」，*愛家雜誌*，第六卷，第十二期，p.10-11。
- 22 張江光麗，「了解與接受自己（3）」，*使者*，9-10/99，p.27。
- 23 黃維仁，「基督徒可用心理學嗎？」，*使者*，9-10/97，p.41。
- 24 林國亮，*原生家庭探討*，錄音帶#1。
- 25 陳秉華等，「心理與信仰的整合」，*家庭百分百*，p.383。
- 26 Ibid.，p.388。
- 27 Ibid.，p.391。

- ²⁸ Leon Jaroff, "Lies of the Mind," *TIME*, November 29, 1993, p.52-59.
- ²⁹ 安克伯、韋爾登著，逸萍譯，*自尊、心理學與康復運動的真相*（香港：天道書樓，1998），41。
- ³⁰ <http://www.angryparents.net/>
- ³¹ Judi Chow, "Confessions of a Missionary," *Challenger*, February/March 2001, p.10.
- ³² 湯新龍，「宣教士關顧：訪邱提鴿博士」，*中福通訊*，1999年10-12月，p.8。
- ³³ 梁廖婉芬，「頭頂沒有光環的宣教士」，*中福通訊*，2002年8月，p.5。
- ³⁴ Wray Herbert, "Politics of Biology," *U. S. News & World Report*, April 21, 1997, p.74.
- ³⁵ Thomas Hayden, "A Sense of Self," *Newsweek*, Fall/Winter 2000, p.57-62.
- ³⁶ Berry Brazelton & Stanly Greenspan, "Our Window to the Future," *Newsweek*, Fall/Winter 2000, p.34.
- ³⁷ Lazaris, *Lazaris Interviews*, BookI (Beverly Hills, CA: Concept: Synergy Publishing, 1988), p.63.
- ³⁸ Lazaris, *The Sacred Journey: You and Your Higher Self* (Palm Beach, FL: NPN Publishing, Inc., 1988), p.118-119.
- ³⁹ *Ibid.*, p.118.
- ⁴⁰ 布雷蕭，*家庭會傷人*，p.287。
- ⁴¹ 黃維仁，「全人輔導與健康家庭」，p.70。
- ⁴² 張江光麗，「了解與接受自己（1）」，*使者*，5/6/99，p.24-25。
- ⁴³ 蔡元雲，*從未遇上的父親*（香港：突破出版社，1999），p.104-07。
- ⁴⁴ 黃維仁，*真我之追尋*（Santa Clara, CA: 家庭更新協會），錄音帶#5。

自愛、自尊、自信 — 聖靈所結的果子？

《愛家雜誌》介紹杜布森（James Dobson）博士的《轉過彎，一樣有路走》，說：「本書提供一套…策略…建立孩子的自信心與自我價值，有了這兩項武器，孩子就可以抵擋社會中…各種打擊與挫折。」¹ 另一位名基督徒心理學家 David Seamands 說，自信／自尊不足是撒但最厲害的武器，自信不足使人癱瘓、破壞人的夢想、毀壞人際關係、損害基督徒的事奉。² 竹君的《愛的雕琢》在中國教會家喻戶曉，其中有兩篇專門討論「自信的雕琢」。³ 事實上，教會中類似的談論到處可見，流行到一個地步，沒有人疑問這是否聖經教導，似乎自愛、自尊、自信（Self-Love, Self-Esteem）不但來自聖經，簡直是聖靈所結的果子！

什麼意思？

Self-Esteem 一般被翻譯為自尊或自信，但是 Esteem 這個字是敬重之意，所以 Self-Esteem 應該是自我重視、自我抬舉、

自我欣賞、對自己有好感等等。它的定義是什麼？《Newsweek》報導：「調查過一百位教員的意見之後，得到二十七個完全不同的答案，所以全國議會沒有辦法同意於一個定義。」⁴雖然如此，但是我們仍然可以從一些專家們的意見看出一點眉目：

自尊／自信權威 Nathaniel Branden 說：「自尊／自信有兩方面，就是認為自己能幹和覺得自己有價值，所以就是自我信任和自我尊敬。」他解釋說，一個人必須自信，覺得自己勝任去判斷事情，知道他的判斷原則是對的；另一方面，他必須覺得自己是一個好人，他的道德原則是正確的，配得到一個快樂的生活。⁵心理學家 Wayne Dyer 也和他一樣，認為自尊/自信就是覺得自己有價值和對自己的能力有信心。⁶

很多心理學家，無論是基督徒與否，都將自愛和自尊相提並論。譬如：Dyer 說：自愛和自尊是人所應有的，自愛充足的人才能去愛其他人。⁷基督徒心理學家 Bruce Narramore 也說：「自愛就是自尊／自信」。⁸事實上，自尊／自信基本上也就是自愛的意思，現在教會中常聽到的術語還有自我接納、自我價值和自我形像等等，都不過是同樣的高舉自我的理論。

何以需要？

現代心理學家高舉自尊／自信，視為眾善之泉，缺少了它也就是萬惡之根，所以學生考試不合格、吸毒、未婚少女懷孕等等都推到「自尊／自信不足」的頭上；據說自尊／自信程度高的人不但可以避免很多不良行為，而且可以充分發展自己的潛能，以下是一些心理學家們的解釋：

心理學家 Carolyn Ball 說：「思想可以創造現實……如果

我們相信一件事，不管它是不是真的，我們就會按照它而行動。」⁹ 換言之，如果我們認為自己是良善的，我們的行為就會變得良善；如果我們自信聰明，學習就自然進步。正如 **Branden** 說，自覺能幹和勝任是生存的基本需要，如果一個人覺得自己是笨的，那麼當他面對現實的時候，就會反映出他這樣的想法。另一方面，因為人有道德觀，一個人需要覺得自己是對的，他才會快樂，所以，能自我尊敬的人才是快樂的人。¹⁰ **Narramore** 也認為如果一個人輕視自己，他就不可能有什麼成就；反之，如果人覺得自己好，他就有可能開發他的潛能。¹¹

換言之，一個心理健全的人常常覺得自己好，常常覺得自己對，也常常覺得自己能幹，也就是所謂「自愛、自信、自尊」。

不但無益

首先讓我們用常理去批判這個理論。一個人是否因為自信是好人，於是變為一個好人？人是否自己覺得自己聰明能幹，於是變得聰明能幹？每一個自信能得全「A」的學生就得全「A」？每一個自信能成為百萬富翁的人必能成為百萬富翁？你能同意這樣的道理嗎？如果是真的話，實在太好了！可惜這些理論，並未有事實證明；反之，大有研究的人反對。

《Newsweek》曾經專期報導自尊/自信運動，指出現在很多的美國教育著迷於自尊/自信，加州聖地牙哥市立學校為了要增加小孩子的自尊/自信，曾一度企圖不讓學生成績單上有「F」字，但遭家長們反對。又說，美國學童對自己的數學程度的自信程度比日本和台灣的學童高，可是真正的考試成績卻相反。¹²

(杜布森也認為學生的自尊／自信比學業重要，家長不應該讓學校把他留級，以免傷害孩子的自尊／自信。¹³)《Newsweek》繼續說，有研究指出高度自信和青少年日益增加的性行為有關。¹⁴該期《Newsweek》的封面標題是：「自尊／自信的咒詛」(The Curse of Self-Esteem)，可以算是該文章對「自尊／自信」的結論。

《New York Times》曾經有一篇標題為「自尊／自信不被敬重」的文章，因為研究顯示它的程度多少與成功無關，有些幫派少年自信甚高，有些自覺無價值的人卻大有成就。現在很多學校教師已經醒悟其害處，但是該文表示自尊／自信仍然會大受歡迎，除了因為它已經深入美國文化以外；「只要我們的社會高舉個人主義，它仍然會誘惑我們。」¹⁵換言之，自尊／自信之所以流行，不是因為它的可信性，是因為它迎合人性。

心理學家 Paul Vitz 的總論最中肯，他說：「自尊／自信和人的表現沒有一定的關係，無論正面反面都沒有」，因為人生是非常複雜的，這樣一個簡單的概念，沒有什麼大用。¹⁶

而且有害

原來客觀的評論家認為自尊／自信沒有意義，廢時失事。僅止於此的話，問題倒輕，但是自尊／自信實在帶來害處。

有礙進步

Vitz 觀察到一件事，他說，現在教育界一般迷信自尊／自

信，教師們都盡力鼓勵學生有自信，但是他認為這樣會妨礙學生對自己有準確的評價。¹⁷ 有一次《U. S. News》報導，現在的老師們因為恐怕傷害學生的自信，所以不願意給學生壞成績，結果美國學生「雖然對學業厭倦、缺席、做功課的時間縮短，但是仍然對自己的學術水準充滿信心」。¹⁸ 另一個報導說，在二十一個國家的高中畢業生考試中，美國學生排名第十九，評論者認為美國學校所採用的自信運動影響學生成績。¹⁹ 的確，如果一個人天天努力保持良好自我形像，何來改進？如果「A」得來容易，結果學生成績退步，有什麼奇怪？

帶來暴力行爲

最新的研究已經開始對自信運動不利。心理學家 Charles Elliott 說：「自信／自尊使人自我中心，甚至帶來自戀狂」。Laura Smith 相信現代父母受自信／自尊運動影響，所以避免批評孩子。²⁰ 《Yahoo News》亦曾經報導，一般人認為侵略性行為是自尊不足所導致，最近兩所大學所進行的一個研究，量度學生的自信／自尊程度，然後讓學生展現他們的暴力傾向。結果顯示，侵略性的反應來自有高度自尊／自信的學生。²¹ 聖經說挪亞的時候「地上滿了強暴」（創六11），如果自尊／自信的理論促至社會更加「滿了強暴」，意味深長，值得深思。

傷害靈命

我們本來是按照神的形像造的，可是人類墜落了，死在罪惡過犯之中。現在我們卻因著相信耶穌，獲得新生命，但是這個新生命是未有充分長成的，直到見主的那一天，基督徒活在世上，天天都要靠著主長進，正如聖經所講的：「脫去舊人，和舊人的行為，穿上新人，這新人……正如造他的主的形像。」

(西三9-10)可見「穿上新人」在乎「脫去舊人」。所以靈命增長之道不在自尊／自信，在脫去舊人，也就是聖經所說的「釘死老我」。「釘死老我」或「脫去舊人」必須常常自省，如果一個人天天想著如何增加自己的自尊/自信，如何避免對自己有負面的評價，提醒自己要對自己有好感，他怎麼會省察自己的過錯？換言之，自尊／自信傷害靈命長進。

教會不再指責罪惡

「自愛、自尊、自信」是基於人性本善的前設，不難看得出來，似乎人的問題都是因為一個人自己不知道原來自己是這樣好的，於是他的表現果真變得不好。Vitz 也觀察到，那些推動自尊的流行書籍，幾乎一致同意人性本善。²²《Newsweek》亦報導：「教會發現"自尊／自信不足"沒有罪那麼使人反感。」又說：「從前美國的教會不怕指責會眾為卑鄙的罪人……"今日教會"傳講……最大的罪不是我們一向同意的那些罪，而是沒有充分發揮自己的潛能……如果你過著一個罪惡的生活，就是因為你缺乏自信……所以指責罪人是沒有用的：只會叫人對自己更沒有好感。」²³現在屬世人士都看見教會被自信運動影響而不再指責罪惡，教會卻沒有自知之明，實在可悲。

影響教會教導

美國一本兒童主日學課程教導兒童「自愛、自尊、自信」，書中有很多可以引起爭論的句子。²⁴例如：第三課的教學宗旨是：「使學生不會讓別人的意見影響自己對自己的看法。」課文說：「怎樣可以不管別人的意見，而仍然可以喜歡自己？……求神讓我們能對別人的批評充耳不聞。」第四課的教學宗旨是：「使學生避免對自己有不良的評價；反之，藉著神的幫

助，正面建立自己。」如果小孩子們與生俱來是良善的，不但能夠分辨善惡，而且有足夠的能力去擇善棄惡。那麼他們當然是可以不管別人的意見，也犯不著父母和師長的教導，可惜事實和聖經都不支持這樣的幻想。

扭歪神學思想

聖經常常叫人對付「己」，但是這些聖經教訓和自愛、自信、自尊理論當然完全相反，所以任何人如果留意，可以看見教會中的心理學家反對 **Self-denial**。譬如：黃博士說，我們以為耶穌叫我們 **Self-denial**，不應該有自尊／自信，實在是我們自己誤解了聖經，因為如果我們沒有高度的自尊，我們就會討好依附別人。聖經說，神是愛，你不必做任何事情來獲取神的愛，否則你就是律法主義，所以不要問基督徒可否跳舞、可否唱卡拉 OK 等等，因為神已經接納了我們。²⁵ 陳博士說基督徒很容易對「己」產生否定的想法，認為「克己」、「虛己」、「否定自己」才是好基督徒，但是他說：「自我否定的自我形象…不合乎神賜給人救恩的心意」，所以他主張建立自尊自信。²⁶

可是，耶穌說：「若有人要跟從我，就當捨己〔NIV作 **deny himself**〕，背起他的十字架來跟從我。」(太十六24)」，所以 **self-denial** 的意思就是捨己忘我，背負十架，正是聖經教導。這兩位心理學家是公開正面的反對耶穌的話！

變成異端

美國電視佈道家，加州洛杉磯水晶大教堂的 **Robert Schuller**，他在教會內外大力推動自尊運動，全美國聞名。他說上帝工作的中心就是要讓我們知道我們是有地位的，「如果基

督為我而死，我必然是有無限價值的。」所以他對罪的定義是：「任何剝奪自己或別人的自尊自信的思想或行動」；他對重生的定義是：「從一個不良的自我形像變成一個良好的自我形像，從自卑變為自尊／自信」。至於地獄，他認為是：「與我們自尊的源頭分隔，所以失去自豪」。²⁷ 如果最重要的神學思想都被心理學歪曲了，恐怕有一天心理學會在基督教中正式變成異端。

Schuller 當然是極端份子，難得有人能夠和他比美，但是這個例子應該已經足夠讓基督徒警惕了。

破壞優秀的中國傳統

中國人應該容易於明白自尊／自信的問題，因為這個觀念和中國人的傳統大相徑庭。中國人有一句話：「謙受益，滿招損」，意思就是說人不應該常常覺得自己好，這樣才有改進的餘地。「志不可滿」或者「百尺竿頭，更進一步」意義也差不多：Self-Esteem 影響進步。子曰：「三人行，必有我師焉。」（論語），這句話就和聖經的「各人看別人比自己強」相當接近。我無意在教會推崇中國文化，但是這些中國傳統比心理學更合聖經。

新紀元思想

「自愛、自尊、自信」其實是新紀元主要思想，新紀元運動中有好些通靈人士，他們所交上的鬼靈也有這樣的教訓。譬如：鬼靈 Ramtha 說：「你要愛你自己，愛是唯一顯露自己無限的神聖的途徑。」²⁸ 鬼靈 Lazaris 也說：「神聖的旅程以自愛開始……」。²⁹ 著名鬼靈 Orin 最喜歡談論自尊／自信，牠的書看過

去就和現代流行心理學差不多，譬如牠說：一個人必須肯定自己的自尊／自信，不能依靠別人的評價來決定。³⁰ 我所讀過的新紀元邪靈教導差不多都大力支持這道理。

此外，很多心理學家也使用新紀元技術幫助人增加自尊／自信。譬如說，改善自我形像「最有效的辦法是……冥想……」，又說，催眠術可以控制自信不足的壞習慣。³¹ 甚至有心理學家明言，這樣的辦法「就和密宗瑜伽學生學習冥想的方法一樣，回教神秘宗的內心幻象訓練也是差不多。」³²

聖經教導

聖經沒有教我們「自愛、自尊、自信」，而且很多經文帶有完全相反的含義。

(1) 自愛

基督徒心理學家都很喜歡引用「愛人如己」一句話來說明聖經教導我們先去愛自己，然後才能去愛別人，但是這是一個錯誤的聖經解釋。神學家 James Edwards 說，這樣的觀念來自心理學，聖經從來沒有叫人愛自己，卻多次命令我們去愛神和愛其他人，所有人都在不同程度上懂得要愛自己，滿足自己的願望，少有人需要別人提醒。所以聖經的意思是說信徒應該照顧別人，好像照顧自己一樣。³³

果真如此，聖經多次命令我們去愛別人，譬如：

「你們要彼此相愛，像我愛你們一樣，這就是我的命



令。」(約十五12)

「神既是這樣愛我們，我們也當彼此相愛。」(約壹四11)「全律法都包在愛人如己這一句話之內了。」(加五14)

聖經亦指出愛人不需要先愛自己：

「愛人…要彼此推讓。」(羅十二9-10) 愛是「不求自己的益處。」(林前十三5)

聖經不擔心你不愛自己，譬如：你肚子餓的時候，你一定會找東西吃，問題是別人肚子餓的時候，你怎樣做？你能「愛人如己」嗎？誠然沒有人能完全不自愛，但是聖經教導我們朝著「捨己」(self-denial)的方向走，每天少愛自己一點，多愛別人一點，但是今天的心理學理論是教人朝著完全相反的方向走，與聖經真理背道而馳。

而且，「末世…人要專顧自己」(提後三1-2；NIV 作 *lovers of themselves*)，現在教會內外都有人大力推動「自愛」，想是末世症狀已經顯明。

(2) 自尊

請看下面的經文：

「人算什麼？」(詩八4；一四四3；伯七17)

「考究自己的榮耀，也是可厭的。」(箴廿五27)

「要別人誇獎你，不可用口自誇。」(箴廿七2)

「凡自高的必降為卑，自卑的必升為高。」(路十四11)

「……以謙卑束腰……因為神阻擋驕傲的人，賜恩給謙卑的人，所以你們要自卑……祂必叫你們升高。」（彼前五5-6）

「各人看別人比自己強」（腓二3）（KJV作**Esteem others**）

這些經文和自尊的觀念和諧嗎？當然不和諧！王永信牧師在三十年前就曾經講過：「我們不否認人類該有適當的尊嚴（或曰自尊心）……人類應有的態度——自重。但是在這點上要非常小心，不可縱容或嬌養這個自尊，不可向神自尊……」³⁴正如上邊的自愛一樣，聖經是不怕你缺乏自信和自尊，只勸你約束它，學習謙卑和信靠神，心理學理論和聖經教導是背道而馳。

(3) 自信

請繼續看：

「你見自以為有智慧的人麼？愚昧人比他更有指望。」（箴二十六12）

「心中自是的，便是愚昧人。」（箴二十八26）

「虛心的人有福了」（太五3）

「我在你們那裡，又軟弱，又懼怕，又甚戰兢。」（林前二3）。

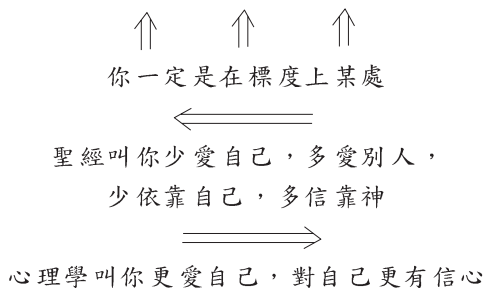
「自以為站立得穩的，須要謹慎，免得跌倒。」（林前十12）

這些經文和自信的觀念和諧嗎？當然不和諧！

大概又有人問：「一個人怎麼可能沒有一點自信？豈不是很頹喪嗎？」聖經雖然不教導我們自信，卻沒有教導我們意氣



消沉、悲觀消極，聖經有更寶貴的道理——信靠神，不是信靠自己。正如神曾經鼓勵約書亞說：「你當剛強壯膽，不要懼怕，也不要驚惶，因為你無論往那裡去，耶和華你的神必與你同在。」（書一9）保羅雖然「又軟弱，又懼怕」，但是他懂得請其他人：「為我祈求，使我得著口才，能以放膽…」（弗六19）聖經上有很多這樣的例子，屬靈偉人們都明白一個道理：「我們有這寶貝放在瓦器裡，要顯明這莫大的能力，是出於神，不是出於我們。」（林後四7）。弟兄姊妹們，你覺得自己自信不足嗎？請你信靠仰望神，不是你能幹，是上帝能幹。



可見，心理學和聖經是背道而馳！

(4) 自我接納，自我價值，自我形像，我、我、我 ……

只要細想，就可以知道「自我接納」在邏輯上有問題，譬如：我被接納進入一個榮譽學生會，當然是一件光榮的事，但

是如果我自設一個榮譽學生會，自己接納自己成為會員，有什麼光榮？自己接納自己，就和自己請自己吃飯，自己和自己談話一樣，沒有什麼意義。

「自我價值」就好像自己為自己貼上價錢標。當然主耶穌願意為我們死，以自己的生命來買贖我們，因為我們是「神所揀選所寶貴的」（彼前二4）；但是基督為我們死不是因為我們有什麼價值，完全是因為祂的愛，蒙恩的人沒有什麼可以自誇的。

請再看聖經怎樣講：

「那自薦的人…用自己量度自己，用自己比較自己，乃是不通達的。」（林後十12）

自我接納、自我價值和自我形像等等，正是不通達也！

（5）聖經人物的榜樣

最後請留意聖經裡的屬靈偉人怎樣看自己，他們的自我形像應該是我們的榜樣。亞伯拉罕雖然是一個大富戶，卻說自己是「灰塵」（創十八27）。摩西在年青的時候一腔熱血，後來經過四十年的磨練，當神要用他的時候，他卻說：「我是什麼人？竟能去見法老，將以色列人從埃及地領出來呢？」（出三11）。大衛對自己的評論甚多，因為大部分的詩篇都是他的心聲。他說自己是「軟弱的」（詩六2），又說「神阿，我的愚昧你原知道，我的罪愆不能隱瞞。」（詩六十九5），也知道他的好處不在神以外（詩十六2）。約伯雖然「敬畏神，遠離惡事」（伯一1），可是當他真正經歷神之後，他卻說：「我是卑賤的」（伯四



十4)。保羅對自己的評論最有趣，雖然他的工作「沒有一件事在那些最大的使徒以下」（林後十二11），他說自己：「又軟弱，又懼怕」（林前二3-4）。王明道先生所翻譯的《隱密處的靈交》中有一段非常精彩的觀察：在成聖上的進步，可以用對於所剩存的罪所有的自覺靈敏與否去衡量。使徒保羅在主後五十九年寫信給哥林多的教會，他稱自己為『使徒中最小的』（林前十五9）；過了五年以後，在主後六十四年寫信給以弗所的教會，他稱自己『比眾聖徒中最小的還小』（弗三8）；到主後六十五年，在他正要行完他的路途，預備進安息的時候，他寫信給提摩太，竟然說：『在罪人中，我是個罪魁，然而我蒙了憐憫……』（提前一15-16）。³⁵

由此可見，靈性愈進步，自我形像愈下降。

結 論

《Banner of Truth》有一篇文章說：「二十年前，自尊/自信運動在美國流行…教會趕快將它納入教會教導中……現在自信運動已經『死去』，人本主義者已經丟棄它，教會因為盲目接受世俗的輔導系統，所以仍然保留它，實在可悲！希望它在教會中也『死去』，讓我們用聖靈的寶劍將它殺死。」³⁶ 阿們！阿們！

-
- ¹ 愛家雜誌，第六卷，第五期，2001/5。
 - ² David Seamands, *Healing for Damaged Emotions* (Wheaton, IL: Victor Books, 1984), chapter 4.
 - ³ 竹君，*愛的雕琢* (Santa Clara, CA: 北美家庭更新協會)，第五章、第六章。
 - ⁴ Jerry Adler, "Hey, I'm Terrific!", *Newsweek*, 17 February, 1992, p.48.
 - ⁵ Nathaniel Branden, *The Psychology of Self-Esteem* (New York: Bantam Books, 1971), p.110-14.
 - ⁶ Wayne Dyer, *What Do You Really Want For Your Children?* (New York: Avon Books, 1986), p.44-48.
 - ⁷ Ibid., p.346-47.
 - ⁸ Bruce Narramore, *You're Someone Special* (Grand Rapids, MI: Zondervan Publishing House, 1978), p.37.
 - ⁹ Carolyn Ball, *Claiming Your Self-Esteem* (Berkeley, CA: Celestial Arts Publishing, 1990), p.30-31.
 - ¹⁰ Branden, *The Psychology of Self-Esteem*, p.111,113-114.
 - ¹¹ Narramore, *You're Someone Special*, p.11.
 - ¹² Adler, "Hey, I'm Terrific!", p.48.
 - ¹³ James Dobson, *Hide or Seek* (Old Tappan, New Jersey: Fleming Revell Company, 1979), p.102.
 - ¹⁴ Adler, "Hey, I'm Terrific!", p.51.
 - ¹⁵ Kirk Johnson, "Self-Image Is Suffering From Lack of Esteem," *The New York Times*, 5/5/98, p. F7.
 - ¹⁶ Paul Vitz, *Psychology as Religion* (Grand Rapids, MI: Eerdmans, 1994), p.17.
 - ¹⁷ Ibid..
 - ¹⁸ Ben Wildavsky, "At least they have high self-esteem," *U. S. News & World Report*, 2/7/20, p.50.
 - ¹⁹ John Leo, "Hey, we're No.19!" *U. S. News & World Report*, March 9, 1998, p.14
 - ²⁰ Catherine Donaldson-Evans, "School Self-Esteem Programs Get Mixed Grades," *Fox News*, 3/7/02.
 - ²¹ "Narcissists most prone to aggression," *Yahoo! News*, 7/26/98.
 - ²² Vitz, *Psychology as Religion*, p.42.
 - ²³ Adler, "Hey, I'm Terrific!", p.46,50.
 - ²⁴ Bev Gunderson and Linda Kondracki, *Junior Electives: Self-Esteem, Differences, Authority* (Elgin, Illinois: David C. Cook Publishing Co., 1992), p.20,25,28,33.
 - ²⁵ 黃維仁，*真我之追尋* (Santa Clara, CA: 家庭更新協會，1995年)，錄音帶#5。



- ²⁶陳秉華，『心理與信仰的整合』，*家庭百分百*（台北：宇宙光全人關懷，民國89年），343-45。
- ²⁷Robert Schuller, *Self Esteem: The New Reformation* (Waco, TX: Word Book, 1982), p.14,68,74.
- ²⁸Steven Weinberg, ed., *Ramtha: An Introduction* (Eastsound, WA: Sovereignty, Inc. 1989), p.43.
- ²⁹Lazaris, *The Sacred Journey: You and Your Higher Self* (Palm Beach, FL: NPN Publishing, 1988), p.101.
- ³⁰Sanaya Roman, *Living with Joy* (Tiburon, CA: H. J. Kramer, 1986), p.59.
- ³¹Ball, *Claiming Your Self-Esteem*, p.37,161.
- ³²Matthew McKay & Patrick Fanning, *Self-Esteem* (Oakland, California: St. Martin's Paperbacks, 1995), p.242.
- ³³James Edwards, *NIV Commentary: Romans* (Peabody, Massachusetts: Hendrickson Publishers, Inc., 1992), p.313.
- ³⁴王永信，*真道手冊*（香港：中國信徒佈道會，1972），p.110。
- ³⁵王明道譯，*隱密處的靈交*（香港：頌恩出版社，1964），p.28。
- ³⁶Geoffrey Thomas, "The Dying of the Self-Esteem Fad," *Banner of Truth News*, 1998.

自我實現

很多文章和講章的開場白是這樣的：「人有幾種的基本需要，除了生理需要，他還需要安全感、歸屬感、成就感」，「除了身體上的需要之外，一個人還需要安全、自尊和自我實現」等等。這正是人本主義心理學（Humanistic Psychology）開山祖師 Abraham Maslow 所講的基本需要層次（Basic Needs）。

什麼是基本需要

Maslow 在他名著《Toward a Psychology of Being》的序言中這樣說：「我十分興奮，我覺得它會帶來大好機會，所以我雖然沒有證據證明這是可靠的科學，但是我忍不住公開發表。」¹〔我也忍不住提醒大家，心理學不能算為科學，又一證據。〕

Maslow 說，人有一些與生俱來的基本需要，就是：「維持生命、安全和穩妥、歸屬和被愛、被尊敬和自我尊敬、還有自我實現。」²換言之，他的四層基本需要就是：1) 生理上的需

要，如食物；2）安全感、被愛和歸屬感；3）自尊／自信（Self-Esteem）；4）自我實現（Self-Actualization）。Maslow 表示，人的天性是良善的，但是他有這些基本需要。如果我們滿足它，結果就是健康和成功；如果我們壓制它，就會產生疾病。³

前三個基本需要

四層基本需要中的第一層是生理上的需要，聖經沒有否認這方面的需要，但是耶穌告訴我們：「不要憂慮，說，喫什麼，喝什麼，穿什麼。這都是外邦人所求的，你們需用的這一切東西、你們的天父是知道的。你們要先求他的國和他的義，這些東西都要加給你們了。」（太六31-33）。

第二層需要也可以說是非常真實的，神設立家庭制度，讓人可以在那裡得到愛、照顧和保護，至於那些比較不幸的人，慈愛的神已經補充了這方面的需要，聖經說：「神愛世人」（約三16），又說：「我們應當彼此相愛，因為愛是從神來」（約壹四7），神也給我們一個家：「你們不再作外人……是神家裡的人了」（弗二19），在神裡面也是最安全不過的，因為耶穌說：「我留下平安給你們」（約十四27）。

第三層的需要是「自尊」，這個題目在拙作「自愛、自尊、自信——聖靈所結的果子？」中已經討論過。

第四個基本需要

Maslow 四層基本需要中最高的一層，也是最引起爭論的一層就是「自我實現」。什麼是「自我實現」？他的第一個定義是：「不斷的實現人的潛能和才幹，達成他的『使命』（或作呼召、命運、預定的終點、或天職），更加了解和接納自己與生俱來的本性，不斷邁向人內在的整合。」⁴ 然後，他又為自我實現下第二個定義：「一下子，或者突然的一頃刻，人內在的所有力量被觸發，這一刻是非常見效的，是強烈而愉快的…使人更具創意…超越自我…完全實現他的潛能…」⁵ 由此可見，那些自我實現的人，就是那些能夠完全發揮自己的潛能的人，不是慢慢訓練來的，而是突然觸發的。Maslow 叫這樣的經歷為「顛峰經歷」(peak experience)。⁶

Maslow 對這個顛峰經歷還有其他的描寫：「是被動的，這樣的"被動"有如東方哲學家，如老子，道家所講的…不是自己所選擇的意識…」⁷，和「不是預期的自我發展（例如靈異能力），不是日常的意識」⁸，又說：「自我實現的人是住在一個靈異的世界之中」⁹。在另一本書中，Maslow 說：「理性主義者視顛峰經歷為靈異事物」¹⁰，「在神秘經歷或作顛峰經歷之下可以感受到很多的靈感」¹¹。

非常清楚，自我實現者的顛峰經歷就是一個神秘經歷——人利用靈異能力獲得靈感創意，或者突然表現提升。

神秘的顛峰經歷

Maslow 坦白的承認，顛峰經歷和神秘經歷基本上是一樣的。¹² 不但如此，其他心理學家也同意。例如：Carl Rogers 說，吸毒對身體有害，所以現在的年青人都已經轉向冥想，以尋求他們的顛峰經歷。¹³ 換言之，冥想和毒品都可以引起顛峰經歷。現代名心理學家 Scott Peck 說，自我實現就是察覺超自然事物的發生，從前的神秘主義者和今天的哲人都有這樣的描寫，但是他們所用的名字不同。¹⁴

Meier 等基督徒心理學家雖然同意顛峰經歷帶有神秘成份，但是他們仍然相信我們可以將 Maslow 的四層基本需要原則應用在教會中，譬如：青年工作者應該「估計青年人在這四層中已經到達哪一層，然後鼓勵他們繼續前進。」¹⁵ 一位中國社會學家也明白 Maslow 的自我實現包括了「神秘或極峰經驗」，但是他認為現在社會上的自我實現訓練班能幫助人衝破自己的限度，達到成功和改善人際關係，帶來美好的明天，可惜教會只知道要「屬靈」，所以他指控教會跟「動力」抗衡。¹⁶ 雖然基督徒心理學家中也大有人明白這一點，但是他們仍然在教會裡推動，能叫人不痛心？

人本主義心理學、超越個人心理學、 新紀元運動

因為 Maslow 的早期著作都是寫在新紀元運動剛剛開始的時候，所以書中並沒有新紀元名詞，也沒有介紹新紀元技術。

可是，經過二三十年的發展，人本主義心理學和新紀元運動的結合是有目共睹的。今天，他們的大本營是在美國加州的伊西林 (Esalen)，是人類潛能運動 (Human Potential Movement) 的最尖端組織，常常開設各種講座，題目有：「催眠術和創作」，「發現你的靈異能力」，「禪宗和藝術」，「直覺訓練」，「回教密宗」(Sulfism)，「正念冥想法」(Mindfulness Meditation)，「蛇神瑜珈」(Kundalini Yoga)，「夢的探索」，「氣功治病」，「回溯前生」，「猶太教密宗」(Kabbalah)，「瑜珈密宗」(Tantra)，「沙蠻」(Shamannism) 等等¹⁷。

名基督徒新紀元研究員 Dave Hunt 指出，「自我實現」就是東方瑜珈大師的「自我肯定」(Self-Realization)，他奇怪為什麼很多人都認不出來，而事實上，早有其他心理學家同意這個觀察。¹⁸「自我肯定」是印度大師的教導，而所用的技術也是古代邪術，而「自我肯定」和「自我實現」也同時成為新紀元人類潛能運動的代表性口號。每當我聽見在教會中有人使用這兩個名詞，(雖然用者未必明白，也沒有這個意思)，我免不了心中著急。

繼人本主義心理學之後，出現了超越個人心理學 (Transpersonal Psychology 簡稱：超心理學) 根據 Association of Transpersonal Psychology 的解釋，超越個人心理學是結合現代心理學和屬靈事物的一新興學派。一面繼承 Maslow 的觀念，另一方面，它的淵源可追溯於佛教、道教、印度教、回教神秘宗、天主教和東正教修士等等的做法。¹⁹ 這些心理學家所研究的題目有：各種變異意識狀態、冥想、夢境、迷幻藥、神秘主義、瀕死經歷等等。²⁰ 有一些超心理學家甚至公開自稱通靈人士 (交鬼者)。²¹ 基督徒新紀元研究員中，無論對心理學的態度如何，都同意這一派的心理學是新紀元事物。



耶穌和基本需要

非常有趣，這四層基本需要和主耶穌在曠野所受的試探（馬太四1-11）很相似。耶穌所受的第一個試探是將石頭變成食物，相當於 Maslow 的第一層基本需要（或者也可以包括第二層）。但是耶穌回答說：「人活著不是單靠食物，乃是靠神口裡所出的一切話。」上文也解釋過，聖經並不否認第一層和第二層的需要，如果我們信靠神，這些基本需要都不值得擔心。

耶穌所受的第二個試探是從聖殿頂跳下去，魔鬼說天使會托著耶穌的腳，免得碰在石頭上。我想如果耶穌真的從殿頂跳下而不受傷害，那麼，當時的猶太人一定對他另眼相看，就算不馬上承認他是神，也定會十分尊敬他，於是耶穌的第三層基本需要（被尊敬和自我尊重）就得到滿足了。但是，耶穌卻回答說：「不可試探主你的神」，可見耶穌並不覺得需要滿足這一層的「基本需要」。

至於耶穌所受的最後一個試探——跪拜魔鬼換取萬國的榮華，正是 Maslow 的第四層「基本需要」——利用靈異能力達至成功（自我實現和顛峰經歷），但是耶穌說：「當拜主你的神，單要事奉他。」耶穌的話有兩方面的意思，首先，我們應該敬拜真神，不是敬拜魔鬼，不應該和牠相交，不能利用牠的能力；其次，我們事奉的是神，不是自己的人生目標，如果我們定意不擇手段獲得成功，就正中魔鬼的詭計。

結 論

根據聖經，人有什麼基本需要呢？耶穌對尼哥底母說：「你們必須重生」（約三7），「人若賺得全世界，賠上自己的生命，有甚麼益處呢？」（太十六26）這是第一基本需要——救恩，可惜 Maslow 完全不能了解。聖經和心理學大相逕庭，又一好例子。

¹ Abraham Maslow, *Toward A Psychology of Being*, 3rd ed. (New York: John Wiley & Sons, 1999), P. 5.

² Ibid., P. 5.

³ Ibid., P. 6.

⁴ Ibid., p. 31.

⁵ Ibid., p. 106-07.

⁶ Ibid., p. 84-85.

⁷ Ibid., p.97.

⁸ Ibid., p. 218.

⁹ Ibid., p.232.

¹⁰ Abraham Maslow, *Religions, Values, and Peak-Experiences* (New York, NY: Penguin Books,1994), p.59.

¹¹ Ibid., p.75.

¹² Ibid., p. 19-21.

¹³ Richard Evans, *Carl Rogers: The Man and His Ideas* (New York: E.P. Dutton & Co., Inc., 1975), p. 106-07.

¹⁴ Scott Peck, *The Road Less Traveled* (New York: A Touchstone book, 1978), p. 230.

- ¹⁵Paul Meier, Frank Minirth, Frank Wichern and Donald Ratcliff, *Introduction to Psychology and Counseling: Christian Perspectives and Applications* (Grand rapids, MI: Baker Book House, 1982), p. 90-91.
- ¹⁶朱亮基, 「跟動力抗衡」, *今日華人教會*, 6/98, p.19-20。
- ¹⁷取自Esalen 網版 (<http://www.esalen.org/ns2.01>), 1997年十一月二十日所公佈的講座。
- ¹⁸Dave Hunt, *The New Spirituality* (Eugene, OR: Harvest House Publishers, 1988), p.135.
- ¹⁹Association of Transpersonal Psychology 的網版 <http://www.atp-web.org/>
- ²⁰見Roger Walsh et al., *Path Beyond Ego* (New York: G. P. Putnam's sons, 1993), table of content.
- ²¹例如Joshua Stone, 可見他的著作: *Soul Psychology* (New York: Ballantine Wellspring, 1999).

絕對是第三步

內在醫治

當我們心情不好的時候，或者面臨困難的時候，一般都會呼求神，希望耶穌就在身邊幫助自己，這是正常的反應，可是有些基督徒忘記了祂一直都沒有離開我們。

想像耶穌臨近療傷

近年流行的內在醫治（Inner Healing，或作心靈醫治）的前身是記憶治療（Memory Healing），雖然每個作者或治療者的辦法都略有不同，卻有相似的地方，就是在祈禱的時候想像「耶穌」來臨，治療心靈所曾經受過的創傷。請看下面幾段的形容：

「想像耶穌帶領進入一座花果豐盛的園子，在那裡接受耶穌的代禱…從在母腹成孕開始，回顧過去人生中的每個階段，每到一處都儘可能重組現場實況，並察覺耶穌臨在的位置。」¹，「將禱告的內容構成一個"生動"的畫面…將禱告的內容構成一個

"意境"，用信心藉著聖靈的帶領經歷到此意境的"產生"或"出現"。」²「想像自己被對方仇恨的繩子捆綁，不得釋放。這時他禱告，求主釋放他…主用聖靈的寶劍將他身上仇恨的繩子一條條砍斷…求主藉著這樣的想像，使案主的內心得醫治。」³

內在醫治名人 Leanne Payne 在她的書《The Healing Presence》中表示，神給我們話語或者圖畫（符號或異象等等）。她有一個祈禱伙伴最擅長「看見」這些圖畫，而且常常是連續一串顏色鮮明的圖畫。⁴她繼續解釋這樣的想像（原文作 visualize）和一般的想像有所不同，她稱之為「更高的想像」，是「收到思想或圖畫的能力」，在這個時候「較低的（生理上的）想像是被擋著或者被挪開的」⁵，即是說，這不是一般的想像。這個中文翻譯為「想像」或「摹想」的做法，英文是 visualize，我想最理想是翻譯為「觀想」，進行的人是用心靈力量去看見或者收到一幅圖畫，現在有人乾脆叫它做「心像」（mental image），從上邊的形容，可以很清楚了。

類似於新紀元技術

可惜很多基督徒都沒有留意，觀想正是所有新紀元技術的一貫模式。現在讓我舉幾個例子：

新紀元圈子的著名鬼靈 Lazaris 教導說，當你冥想的時候，「讓你的想像力召喚一些對你有意義的影像…很多這樣的影像是代表性的，你可能不明白，但是你的潛意識心靈和無意識心靈會明白。」⁶

靈異人士 Betty Bethards 解釋冥想如下：「凝神想像一幅

畫面…用盡你的力量去握住這個影像，使它不動十分鐘之久，這個心像可以是一朵玫瑰花，或者一個十字架，然後你被動地讓任何思想和影像流入心中。」⁷ Bethards 並且表示，經常冥想可以改變那些使你不安的人物和事情，使你身體健康，獲得靈異治療，產生靈異能力。⁸

一位玄學家 Joseph Murphy 解釋，最好的禱告方法就是觀想，「使用你內心的眼睛去看，要看得它活生生的…當你的想像清楚真實…有一天它會在你的客觀世界中出現…」⁹ 穆菲表示這樣的辦法可以幫助治療心靈中的問題，幫助你發財，解決婚姻問題，吸引理想伴侶，使你快樂，叫你的人際關係和諧。¹⁰

果真召來耶穌？

從上邊的例子，你可以知道二者的方法是類同的，唯一的不同，內在醫治召來的是「耶穌」。但是，這位應召而來的「耶穌」是誰？真是我們的救主、聖經中的那位耶穌嗎？還是另有來源？

新紀元運動圈子中，有一位自稱 John 的鬼靈提倡並教導冥想，牠曾經表示，在冥想的時候，默想一位聖人，譬如：耶穌或者佛陀，是非常適當的做法。¹¹ 美國名靈媒 Linda Georgian 表示自己經常使用冥想、積極思想和禱告去吸引好東西。因為她有天主教背景，所以她常常觀想耶穌，但是她認為觀想佛陀和觀想耶穌沒有什麼兩樣。¹² 如果鬼靈和靈媒都同意，同一個技術可以召來「耶穌」，也可以召來佛陀，這是一個怎麼樣的「耶穌」？

所以，你以為自己邀請耶穌，應邀的不一定就是那位真的聖經中的耶穌。聖經豈不是說過：「撒但也裝作光明的天使」（林後十一14）。還有一點，如果我們留意內在醫治所附帶的思想（容後再談），更叫我們懷疑這位「耶穌」是誰。

下面是一些美國新紀元研究員的評論：Dave Hunt 說，「今天成千上萬的基督徒觀想耶穌，正如黃教僧（shaman）觀想屬靈導師（Spirit guide）…」¹³。Bob Larson 也認為觀想的根源來自印度教¹⁴。Joseph Carr 說黃教僧經常用觀想方法去交鬼。¹⁵ John Ankerberg 和 John Weldon 將觀想分為四大類：學術性的、流行的、秘術的和基督教的，他們將內在醫治歸入基督教觀想類中為例子，並且表示這四類的觀想很相似，界線很難分得清楚。¹⁶

不合聖經原則

也許你會想，如果把內在醫治限制於純粹的想像，那就不會有危險了。讓我告訴你一個個案：有一個人觀想自己八歲的時候在操場玩耍，在旁提示的人建議他想像「耶穌」來臨。他看見「耶穌」慢慢走向他，他說：「我不再製造這個場面」，這個「耶穌」將他背後的包裹拿走，力氣之強大，將他嚇了一跳。¹⁷ 他本以為這位「耶穌」不過是他的想像，結果發現這是另外一個有獨立意志的個體。

我深信絕大部分使用內在醫治的人無意行邪術，而且很多人也從未深入操練，於是也看不到任何心像，更不用擔心這個心像自動活生生起來。但是，觀想「耶穌」仍然不合聖經原則。

首先，這是聖經所從來沒有教導的方法，反而是異教徒的辦法，基督徒絕對不能使用異教徒的辦法去親近聖經中的神，這是「獻上凡火」（利十1），是一個非常嚴重的問題。其次，聖經明文吩咐，「不可為自己雕刻偶像…」（出二十四），雖然不是用金銀木石雕刻偶像，只是用「心像」來代表神，豈不是殊途同歸？再者，你怎麼知道耶穌是什麼樣子的？

事實上，基督徒沒有需要使用內在醫治去觀想耶穌，當人願意打開心門接受耶穌做救主的時候，祂就住在人的心裡；主耶穌也曾答應，祂不會撇下我們不顧，而且祂還特別應許，不論在何處，如果有兩三個人奉祂的名聚會，祂就在他們中間。主耶穌也當然可以自我顯現，但是聖經從不教導我們使用任何辦法把祂召來。所以，講到底，主耶穌和我們同在，是一件憑信心接受的事實，需要「心像」才能相信神同在的人是忘記了保羅的榜樣：「我們行事為人是憑著信心，不是憑著眼見。」（林後五7）

其他問題

內在醫治最初是在那些靈恩派教會和自由神學教會中流行，但是，現在福音派教會也不甘後人。¹⁸ 再者，內在醫治的基礎似乎就是現代心理學，驟然看去，有很多地方似乎合聖經，但是細讀之下，問題就會出現，下面是其中幾點：

（1）內在醫治總是教人回憶自己的過去，例如：醫治記憶的禱告中有這樣的建議：「從在母腹成孕開始，回顧過去人生中的每個階段，每到一處都儘可能重組現場實況，並覺察耶穌臨在的位置。」¹⁹ 而且建議「處理過去的傷痕…可參考心理學

的研究，嘗試了解一些問題的成因…」²⁰ 這個正是現代心理學的概念：一個人的過去會留在潛意識中影響一個人的情緒和行為，而且「受創的經驗不會被時間沖淡或自行癒合，而記憶更重複其殺傷力，日益蠶食心靈…」²¹。可是聖經卻教導我們「忘記背後，努力面前」（腓三13），何必天天讓苦毒蠶食心靈，被記憶繼續殺傷！聖經吩咐我們：「一切苦毒、惱恨、忿怒、嚷鬧、毀謗，並一切的惡毒，都當從你們中間除掉。」（弗四31），即使未信的人，受創的經驗都可以被時間沖淡或自行癒合。求主幫助我們。

再者，如果根本不知道自己有什麼傷痕，千萬不要用心理學方法去追究誰曾經傷害過自己，這樣做是罪加一等。

不錯，過去發生的一些事情是必須對付的，如果有人得罪我們，我們不能原諒他們，自然會苦毒；又譬如我們傷害了人，而沒有道歉，心中就會感到罪疚。每一個基督徒都不該容讓這一類的事情留在心中，我們需要回到上帝的愛與赦免那裡，也自然可以原諒別人。Hunt 總論說：「內在醫治基本上就否定我們所真正需要的解決之道，他們認為還需『加添一些東西』，而所加添的『東西』卻是從各種精神醫學裡借用來的，而其中大部分竟還與沙蠻〔黃教〕巫術有關呢！」²²

這裡還有一個附帶的科學和邏輯問題，為什麼需要「從在母腹成孕開始」²³ 回顧一生？腦科醫生說嬰兒腦部的髓鞘（myelin sheath）未完全發育，根本未有儲存記憶的地方。²⁴ 何況仍在母腹中？其次，別人怎樣傷害胎兒的心理？是否有人在母腹外說了一些傷害胎兒的「自我形像」的話？就這一點，已經使整個「內在醫治」的可信性大打折扣！

（2）另外一點，內在醫治非常重視「自我接納」，認為「不接納自己…是內在醫治的焦點…許多心靈受創和心理失調的積習，都源於當事人不接納自己。」²⁵ 為什麼一個人不能接納自

己？據解釋：「依附…身邊重要的人，來尋求自我價值，結果得到一套病態的自我認識，陷在自恨裡」²⁶，這些身邊的重要人物是誰？當然是父母、師長、牧師等權威人物；此外，配偶、孩子、公司老板等等。當然這些人都是罪人，可是他們的要求全部都是錯的嗎？我們不必考慮他們的評語嗎？聖經說：「在上者有權柄的，人人當順服他…」(羅十三1)。聖經教導我們要孝敬父母，服從政府等等，近年教會有一個流行的教導：「人人來自不健全家庭，從小受到父母的傷害」，基本是同一套論調，無形中煽動人反叛權威。(請見「不健全家庭的受害人」一文)

此外，聖經從來沒有教導我們要接納自己，只有說：「你們要彼此接納，如同基督接納你們一樣」(羅十五7)。正如自己稱讚自己和自己欣賞自己一樣，自己接納自己其實是沒有意義的事，只有基督接納我們，這才發生功效，信徒間彼此接納才有意義。基督徒不應該追求自我接納，也不是一味的依附他人，別人的評語有錯有對，最終的權威是神自己，是祂的話。(請見「自愛、自尊、自信——聖靈所結的果子？」一文)

(3) 最後一點，也是最重要的一點，推動內在醫治的人似乎不太明白罪惡的本性和重點，他們留意到：「活在一個被罪惡敗壞了的墮落世界，人人都無可避免地因自己或別人的罪而受創負傷。長期備受創傷、恐懼、罪疚…導致負面的自我形像…妨礙我們健康整全地生活…」²⁷ 根據聖經，犯罪最嚴重的是得罪神，傷害自己和傷害別人只是附帶的後果。大衛犯罪，他的心靈備受各種創傷、恐懼、罪疚，他身邊的人也遭殃，但是他說：「我向你犯罪，唯獨得罪了你」(詩五十一4)，這樣才是正確的態度。如果只關心自己的心靈是否受創傷，自己的心理是否健康整全，忘卻了或者輕視了最嚴重的事實——犯罪是得罪神的。這是一個無藥可救的自我中心態度！

結 論

在美國教會中，內在醫治是大有爭議的事情，很多人高聲反對，可惜中國基督徒還不太了解這些爭議，只知道這是新鮮事物，現在已經有華人神學院開班，²⁸也有一些機構大力推動和使用。我希望眾華人教會緊急注視這個問題，並且警惕信徒。

-
- ¹ 陸惠珠，『心靈重整之旅：淺談‘內在醫治’』，*海外校園*，四十二期，2000年八月，p.22。
 - ² 張惠寬，*心靈醫治*（台北：天恩出版社，民國83年），p.82-83。
 - ³ *Ibid.*, p.83-84.
 - ⁴ Leanne Payne, *The Healing Presence* (Grand Rapids, MI: Baker Books, 1999), p. 171.
 - ⁵ *Ibid.*, p. 177.
 - ⁶ Lazaris, *The Sacred Journey: You and Your Higher Self* (Palm Beach, Florida: NPN Publishing, 1988), p. 177.
 - ⁷ Cary Odom, ed., *The Sacred Sword: Teachings of the Psychic Channel Betty Bethards* (Novato, CA: The Inner Light Foundation, 1972), p. 120-24.
 - ⁸ *Ibid.*, p. 128, 132-34.
 - ⁹ Joseph Murphy, *The Power of Your Subconscious Mind* (New York: Bantam Books, 1982), P. 78.
 - ¹⁰ *Ibid.*, chapter 6, 9, 14, 15 & 16.
 - ¹¹ Kevin Ryerson and Stephanie Harolde, *Spirit Communication: The Soul's Path* (New York: Bantam Books, 1991), p. 218-19.

- ¹²Linda Georgian, *Create Your Own Future* (New York, NY: A Fireside Book, 1996), p. 46.
- ¹³Dave Hunt, *Occult Invasion* (Eugene, OR: Harvest House, 1998), p. 184.
- ¹⁴卜勒遜著，徐美珍譯，*新紀元答客問*，上（香港：天道書樓，1996），p.50.
- ¹⁵Joseph Carr, *The Lucifer Connection* (Lafayette, Louisiana: Huntington House, 1987), p. 98.
- ¹⁶John Ankerberg & John Weldon, *Encyclopedia of New Age Beliefs* (Eugene, OR: Harvest House Publishers, 1996), p.579.
- ¹⁷Hunt, p. 185.
- ¹⁸Ibid., p. 503.
- ¹⁹陸惠珠，『心靈重整之旅』，p.22。
- ²⁰Ibid., p.21.
- ²¹Ibid., p. 20.
- ²²戴夫韓特、麥克馬宏合著，朱錦華等合譯，*偏差的誘惑*（台北：中華福音神學院出版社，1989），p.234。
- ²³陸惠珠，『心靈重整之旅』，p.22。
- ²⁴Martin & Deidre Bobgan, *Hypnosis and the Christian* (Minneapolis, Minnesota: Bethany House Publishers, 1984), p. 21-22.
- ²⁵陸惠珠，『心靈重整之旅』，p.21。
- ²⁶Ibid., p. 21.
- ²⁷Ibid., p. 20.
- ²⁸張惠寬，*心靈醫治*，封底。

積極思想

「你心煩意亂，愁眉不展嗎？」心理輔導員柔聲的說道：「我現在有一個方法能幫助你從這種情緒低潮中被解脫出來。現在首先請你閉上眼睛，放鬆全身的肌肉，肩膀垂下，手腳都找個舒服的地方支托著，然後撇開心中其他思想，集中精神想像自己到達一個完全光明美麗的仙境。看哪，這裡藍天白雲，鳥語花香，大樹濃蔭，你就在這裡溜達，聖靈也在這裡領導著你，現在你可以在這裡逗留幾分鐘，等我呼喚你的時候，你再回來……」求助者說：「噢……我在一些書上看到說這是一種新紀元技術，甚至可以追源於很多古代的巫術……對不起，我不能這樣做。」輔導員這回光火了，抗議著說：「這是我從某所名大學中學回來的啦，而且經過科學證實是有效的，怎麼可能不是好東西？你們這些人沒有見識，所以統統都說是新紀元，我也是一個基督徒，我怎麼可能去交鬼？況且剛才也沒有鬼被召了來，實際上任何技術都是中性的，完全視乎你覺得它好不好而已，基督徒應該有愛心，不能隨便給人家戴高帽子，豈有此理！」

五花八門

原來這方法俗稱「積極思想」(Positive Thinking)，在玄學 (Metaphysics) 上叫做「觀想」(Visualization)，在比較有宗教性的場合之下多用後者，在學術性或者沒有宗教味道的場合則多用前者，偶然也有用「引導影像法」(Guided Imagery)，還有其他各種名字，譬如：Positive Confession，Possibility Thinking，Probability Thinking，Creative Visualization，Dynamic imaging，Positive Imaging 和 Imagineering 等，有些中文書把它翻譯為「想像治療」。名稱雖然有不同，手續或許有一些變化，但是實際上是換湯不換藥的同一套法寶，基本上只有幾個步驟，首先進入極度鬆弛狀態，撇開心中其他思想，然後將自己願意得到的事物變成腦中一幅圖畫 (有些中文書稱之為「心像」，mental image 之意)，集中精神拚命去想像，把它想像得愈真愈好，而且必須相信它是真的，據稱心靈力量就會被釋放出來去影響物質世界，所以經常這樣做的話，便會心想事成。近年來，積極思想已經被運用在各種不同的地方，例如：成功致富、身體健康、心理治療，甚至宗教圈子。

三個例子

近年來市面上有一本暢銷書，叫做《The Power of Positive Thinking》，作者自稱是一個基督徒，書中也引用經文和基督教術語，書中介紹了一個成功的秘訣，大概如下：先在腦中打著一個影像，想像自己如何成功，相信它是真的，不論如何，絕不氣餒。如果你信心不足，最好同時找一個輔導員為你追查原

因，看看是否因為受了童年往事的影響，然後一天十次背誦一些給自己打氣的經文，例如：「我靠著那加給我力量的，凡事都能作」（腓四13），最後，相信並且嘗試去感覺自己從神那裡得到能力。¹

一本現代新紀元醫療法的書籍把冥想、觀想和生理回饋（Biofeedback）同列於其中。按照這位心理醫生的解釋，學習觀想有六個階段：（1）先在腦中打著一個影像（2）加上顏色（3）加上背景（4）觀想抽象的事物（5）觀想自己的參與（6）觀想自己生活圈子中的人物的參與。六個階段都最好由心理醫生輔導比較有效。² 這位醫生然後指出這種技術是出自東方冥想，而且在進行的過程中，人與日常的意識狀態是脫節的，但是卻能釋放心靈力量，可以應用在各種不同的場合上，在醫學上已經同意觀想能增加健康、預防疾病、減低精神上的壓力，而且有幫助癌症消退的例子。³

幾年前《U.S. News》有一篇文章論及這個積極思想如何被心理學家運用在運動員的訓練上，其中有下面的一些描寫：「利用心靈力量一直被認為是佛教禪宗的教導或是新紀元的主張，但現在科學家發現一個人在極度專注的時候，左腦就發射阿拉發腦波（Alpha brain wave），於是就進入一個神智昏迷狀態下的自然動作（trance-like flow state），進入這個狀態的方法就是讓頭腦空白，然後重複幾個重要的字，或者腦中打著一幅自己很成功地進行運動時的圖畫。文章中指出雖然很多人覺得此法有助於運動場上的表現，但是也有人覺得這是無稽之談。」⁴

細心分析

現在讓我來平心靜氣地去分析一下這個積極思想技術：

(1) 這種改變物質世界的力量是從哪兒來？真的從人的心靈中發出來的嗎？如果不是出於人本身的話，那麼是從那裡來的呢？是上帝賜予？是魔鬼騙技？如果是後者，那麼運用這技術的人豈不是交鬼？

(2) 為什麼要先鬆弛身體？或者進入神智昏迷（trance）的狀態才能釋放這種力量？難道頭腦清醒的時候思想就不積極？心靈就沒有力量？有沒有可能當人進入極度鬆弛狀態的時候，就會方便其他靈界個體進來工作？

(3) 「撇開心中其他思念，集中精神去想一事物」是否和佛教冥想，印度教瑜珈術用咒語讓頭腦空白，最後進入變異的意識狀態（Altered States of Consciousness）的做法有異曲同工之妙？

(4) 這種做法是否會養成一種逃避現實，避免正面解決困難而只想走捷徑的缺點嗎？

(5) 成功致富和身體健康是人生一切追求的目標嗎？聖經是這樣講的嗎？如果沒有來生，沒有審判的話，或者是對的，但是作為基督徒是否應該有同樣的態度呢？即使是為了心靈快樂，真正的平安喜樂能在神以外獲得嗎？

(6) 如果運用積極思想就會叫神為我們釋放能力的話，誰才是我們生命中的主人呢？記得主耶穌在客西馬利園的禱告嗎？他說：「不要照我的意思，只要照你的意思」（馬廿六 39）。積極思想豈不是將上帝變成我們的阿拉丁神燈，為我們效勞？

(7) 聖經告訴我們，人心本來比萬物都詭詐，這些心想事成的技術會不會被利用來滿足人類自私的欲望，達到不道德的目標，甚至控制別人，損人利己呢？

(8) 再想深一層，如果有兩個人同時去「想」完全相反的事，誰會失望？是魔法比賽嗎？

(9) 最後一點，為什麼聖經完全沒有教導「心想事成」這套寶貝呢？有沒有可能真的是異教邪術，是新紀元技巧嗎？基督徒專家們怎麼樣講呢？

專家意見

如果到基督教書局去找找看，論及新紀元的書中，十之其八都把積極思想或觀想列為新紀元技術之一。**Bob Larson** 有如下的評論：「用心靈力量創造物質世界的事實是源自印度教，因為印度教教導物質世界只是一個幻覺，靈界才是真實的，所以相信心靈力量可以改變客觀事實。」⁵然後作者又指出這是對自己的信心有信心，並非對神有信心。⁶ **Walter Martin** 認為這是給敵基督和假裝的光明天使開門的做法。⁷

至於 **Dave Hunt** 就更加針針見血，除了指出這是印度教，佛教和黃教 (**Shamman**) 的傳統技術之外，他還說這是各種行邪術者公認為最有效去接觸靈界，獲得超自然能力的辦法⁸，他還說：「如果這不是最好的消息，它就是最殘酷的騙局，誰能活在構想的現實中呢？」⁹「如果這不是神蹟的話，就實在是邪術，是坐在神的寶座上自稱為神。」¹⁰ **Hunt** 又說，一位非基督徒專家指出這技術會引進輕微的神智昏迷，正如催眠術和瑜珈

等的第一步。¹¹ 作者又轉載一位已經離開新紀元運動者的評論：「這些技術都是為邪靈大開門戶，為了要將神所設立防止魔鬼占領人類靈魂的保彰除掉。」¹² 作者還指出運用任何新紀元邪術都大有可能走火入魔，甚至連新紀元人物也不得不同意。¹³

三個證據

這些基督徒作家們有沒有因為頭腦保守，心胸狹窄而故意中傷別人呢？有沒有其他證據可以證明這種評論是真的呢？難道這樣流行的積極思想真的是邪術嗎？

現代人喜歡在互聯網上尋找資料，我也不例外，我找到一個資訊站（web site），叫做「Cyber Psychic」¹⁴，在它的網頁上，積極思想和冥想、占星學、催眠術等同列，這位靈媒為積極思想作了一點解釋，大概說：「光去想一件事成功，絕對不能幫助你達到目的，但是現在有一個工具能讓你成功，當你晚上準備入睡，身體比較放鬆，腦部容易放射阿拉法腦波的時候，將你的心願變成一幅圖畫，不管你切望的是身體健康，一棟房子或者是減肥，把這幅圖畫盡量想像得逼真清楚，最好加上顏色，聲音和感情，而且相信它是真實已經發生了的事情，每天這樣做，不必等多久，你的願望就會變成真的了。」

《Metaphysical Primer》中有一段對觀想作了如下的解釋：觀想是一種技術，利用腦中的影像而讓你人生更豐裕、健康和快樂，因為腦中的影像會在靈界層面（Astral plane）變成一個「有形狀的思想」（thought form），當你經常這樣做的話，就會積聚足夠的能力將這個有形狀的思想帶進並實現在物質世界之

中，觀想實在是有效的，曾經有一個人，天天觀想將一萬美元存入自己的銀行戶口中，過了幾個星期，他果然接到一單生意，收到訂金一萬美元。¹⁵

有一天在中國菜場買菜，有人遞給我兩份《真佛報》（真佛報是佛教密宗自稱活佛的羅勝彥所辦的報紙），其中有兩篇是羅勝彥自己的講章，正好講及觀想這個題目，內容大概如下：眼睛先閉上，背誦觀空咒叫腦袋空白下來，然後觀想一個月亮從海洋平線上升，再想一個「咒」字出現在月亮上，再觀想一尊菩薩從轉動的「咒」字中走出來，要把菩薩的頭髮眼睛和衣服都想得清清楚楚，你也可以觀想很多尊菩薩都走出來，你就對他們都作個頂禮，這樣就可以積聚很多的功德。¹⁶「觀想還有很多類別，例如：觀想黃財神和五方佛，如果獲得黃財神高興，吐寶鼠就會給你吐車子，房子和美鈔等等。」¹⁷

我在這裡可以很肯定的下一個結論——積極思想（或作觀想）實實在在是源自古代的異教邪術，現在不但被新紀元運動改裝利用，而且也普遍地被心理學，醫學，甚至教堂所接納。

慎思明辨

最後，讓我來衡量一下文首那位輔導員的抗議，看看到底合理不合理：

（1）是不是從大學裡面學回來的都是好東西？當然不是。譬如：有生物學教授教導進化論、有哲學教授教導無神論，難道都是可以接受的好東西？況且現代新紀元技術已經被學術界一般性的接受，基督徒應該更加小心。

(2) 是不是凡是有效的技術都是好的？絕對不是。除了神能行神蹟之外，魔鬼也有相當的超自然能力，況且聖經明明的告訴我們，末世撒旦要行各種的異能神蹟（帖後二9）。從前中國人求神拜佛，上廟燒香，現代人被吸引去運用新紀元技術，無非是因為看見功效，於是貪圖好處，財富健康有誰不愛？魔鬼就利用這些魚餌引人上鉤，但是請記得，它不會被你白白利用的。

(3) 是否經過科學方法實驗過的事物都是好的？這也不見得。心理學家雖然用左腦阿拉法腦波來解釋這個現象，但是科學是研究物質的工具，這個單從物質角度的觀察很可能是對的，但是，是否有靈界力量在後頭呢？我想這是科學不能回答的問題。

(4) 是否因為頭腦保守，見識不廣的人看見新穎的科技覺得不能接受，所以統統都叫做新紀元呢？聖經上教導我們要「凡事察驗」（帖前五21），所以不能因為事物新穎就要馬上接受，當然也不能因為新穎而拒絕。現在新紀元技術日新月異，變化萬千，很多時候就是因為它改了一個新名堂，換了一個新面目，很多人就受騙而跌在陷阱裡了，所以基督徒對新穎事物必須察驗。

(5) 是否因為運用新紀元技術的人是基督徒，所以就不可能被魔鬼利用呢？這個是再錯沒有的了。基督徒是絕對會受迷惑，會犯錯的人，聖經也告訴我們，「倘若能行，連選民也就迷惑了。」（馬太廿四24）

(6) 是否因為鬼沒有被召來，所以就很安全呢？這實在是一個太天真的想法。首先，如果它來的時候是獠牙青面，頭上長角，我們當然懂得迴避，可是魔鬼常常裝作成光明的天使（林後十一14），所以很可能鬼不但來了，你也歡迎它而還被蒙在鼓裡。其次，無論什麼邪術都沒有保證一定成功，一般而

言，愈多嘗試就愈容易成功，但是聖經上是禁止使用邪術（申十八9-11），並非單單禁止能夠使邪術成功。

（7）是否所有技術都是中性，它的好壞全視乎你的良心？如果一個人沒有神，沒有聖經，當然沒有道德善惡的標準，於是一切都是中性的，自己就是自己的標準，但是基督徒有神，有聖經，就絕對不能講這樣的話。

（8）基督徒是否因為要對別人有愛心，所以不能隨便給別人戴「新紀元」的高帽子呢？今天西方社會中的「愛」是「你好我好」（I Am OK, You Are OK）的愛，但是聖經上對「愛」的解釋截然不同，愛是「不喜歡不義，只喜歡真理」（林前十三6）。所以，基督徒如果碰上別人中了新紀元的陷阱，是應該「用愛心說誠實話」（弗四15），況且聖經還教導我們「要為真道竭力爭辯」（猶3），而且必要的時候，還要「責備人，警戒人」（提前四2），所以，認辯及指出新紀元事物是基督徒有愛心的表現。

結 論

看見積極思想廣泛地被接納，叫人深深感嘆，基督徒更須小心謹慎，免受魔鬼誘惑。這實在是末時了，主耶穌阿，我願你來。

（取自《新紀元的陷阱》第八章，張逸萍著，中信出版）

-
- ¹ Norman Vincent Peale. *The Power of Positive Thinking* (Fawcett Crest Books, 1992) p.24-25.
 - ² Kenneth R. Pelletier, *Mind as Healer, Mind as Slayer* (Dell Publishing Group, Inc.) p. 244-250.
 - ³ Ibid. p.250-252.
 - ⁴ William F. Allman, "The Mental Edge," *U. S. News & World Report*, August 3, 1992, p.50.
 - ⁵ Bob Larson, *Straight Answers on the New Age* (Thomas Nelson Publishers, 1989) p.44.
 - ⁶ Ibid., p.54.
 - ⁷ Walter Martin, *The New Age Cult* (Bethany House Publishers, 1989) p.77-78.
 - ⁸ Dave Hunt & T.A. McMahon, *The Seduction of Christianity* (Harvest House Publishers, 1985) p.123.
 - ⁹ Dave Hunt & T. A. McMahon, *The New Spirituality* (Harvest House Publishers, 1988) p.208.
 - ¹⁰ Hunt, *The Seduction of Christianity*, p.20.
 - ¹¹ Hunt, *The New Spirituality*, p.256.
 - ¹² Ibid., p.267.
 - ¹³ Ibid., p.51.
 - ¹⁴ <http://www.hollys.com/cyber-psyhic/>
 - ¹⁵ Deborah Hughes & Jane Robertson-Boudreaux, *Metaphysical Primer* (Metagnosis Publications, 1991) p. 83-84.
 - ¹⁶ 彩虹山莊師尊, 「大禮拜」, *真佛報*; 一九九三年一月一至十四日, p.2.
 - ¹⁷ 彩虹山莊師尊, 「密法與觀想」, *真佛報*, 一九九三年三月一至十四日, p.6.



觀想

上文已經討論過積極思想（或作觀想）的一些日常例子、它背後的哲理、和它是邪術的證據，可是觀想（Visualization）和它的各種形式，雖然程度不同、手續稍異、名稱五花八門，但是換湯不換藥，都有可能叫人進入「變異意識狀態」，或者，至少叫人習慣新紀元技術，於是警惕性降低。

一本新紀元詞典給「觀想」下一個定義：「觀想就像觀看一樣，但不是用肉身的眼睛，用的是心靈中的眼睛，或者想像，使用腦中掌管思想、記憶、主意和主觀的那些部分。」¹ 很多現代人相信觀想可以增加個人的力量、使人成功、身體健康、產生開悟、提高創意、改變人際關係，於是只要睜開眼睛一看，觀想及其各種變化，已經滲透了新紀元圈子和邪術圈子以外的社會，例如：醫學，尤其是全人健康、心理治療、人類潛能運動、基督教心理治療，甚至教會本身。

因為所涉及的領域太廣，情形太普遍，我覺得必須多列舉各種實例，以求讀者增加辨識能力。請看下面的例子，就可以明白這些技術，雖然出處不同，竟是類似。

污鬼邪靈

基督徒新紀元研究員經常抨擊「觀想」為古代邪術，Dave Hunt 就不斷作如此批評，Bob Larson 也認為它的根源來自印度教²。Joseph Carr 也說黃教僧侶經常用觀想方法去交鬼。³ 像這樣的評論不勝枚舉。即使非基督徒也同意，觀想和「瑜伽密宗學生學習冥想的辦法相似，回教神秘宗也使用同樣的方法訓練他們的內心視覺。」⁴

現代新紀元名鬼經常指導各種交鬼通靈的辦法，有時用冥想這個字，但不一定，無論如何，都與觀想無大分別。例如：名鬼 Lazaris 教導說，當你冥想的時候，「讓你的想像力召喚一些對你有意義的影像……很多這樣的影像是代表性的，你可能不明白，但是你的潛意識心靈和無意識心靈會明白。」⁵ 然後它詳細解釋每個步驟，不外：找個舒適的位置坐下，鬆弛身體，觀想不同的事物。譬如：觀想自己走到一個森林，觀想每一棵樹，每塊葉，它特地說：「記得，你想像得愈逼真，你的冥想愈成功。」⁶ 然後，Lazaris 繼續教人怎樣接觸「更高自我」（邪靈的一種偽裝）。

如果古今邪教和邪靈都推薦這個觀想技術，無人再能詭辯說，觀想不是邪術。請繼續看下面的例子：

靈異人士

靈異人士 Betty Bethards 解釋冥想如下：找一個舒適的位置坐著，脊柱必須直，凝神想像一幅畫面，或者專心背誦一個

咒語，其他一切都不想，用盡你的力量去握住這個影像，使它不動十分鐘之久，這個心像可以是一朵玫瑰花，或者一個十字架，然後你被動地讓任何思想和影像流入。⁷ Bethards 並且表示，經常冥想可以改變那些使你緊張不安的人物和事情，使你身體健康，獲得靈異治療，產生靈異能力。⁸

美國名靈媒 Linda Georgian 表示自己經常使用冥想、積極思想和禱告去吸引好東西。因為她有天主教背景，所以她常常觀想耶穌，但是她認為觀想佛陀和觀想耶穌沒有什麼兩樣。⁹

一位玄學家 Joseph Murphy 解釋，最好的禱告方法就是觀想，「使用你內心的眼睛去看，要看得它活生生的……當你的想像清楚真實……有一天它會在你的客觀世界中出現……」¹⁰ 穆菲表示這樣的辦法可以幫助治療心靈中的問題、幫助你發財、解決婚姻問題、吸引理想伴侶，使你快樂，叫你的人際關係和諧。¹¹

發展潛能

Silva Mind Control 自稱能夠幫助人在四天內發展靈異能力，雖然它的成功率並不一定如此高，但是很多大公司的管理員、醫生、心理學家和一千萬畢業生，都已經在他們的事業上採用了 Silva Mind Control。這個辦法也在其他發展人類潛能的講習班中大行其道。¹² 它自稱曾經有一間公司用這技術創造了十八種新產品，也協助了很多運動員和演員加強表現。¹³ Jose Silva 這個人因為有天主教背景，所以常常表示西發心靈控制是基督教的，並且努力在基督教圈子中推動。¹⁴

此法亦不過老套：鬆弛身體，凝神於一個焦點，然後觀想一件東西，例如：一個蘋果，把它想得愈迫真愈好。¹⁵ Silva 宣稱他的心靈控制術可以克服壓力、壞習慣、情緒不安、甚至疾病；增強自尊、提高自我形像、增加創意，幫助事業成功。¹⁶

「心靈控制」這個名字雖然有邪氣，聽到的人都會質疑，但是這本書卻入選《Psychology Today》的書會，¹⁷ 被視為發展潛能的正派心理學。

全人健康

古代希臘早已運用「心像法」控制疾病，當時的廟宇收容那些醫生束手無策的病人，祭司們所用的治療方法基本上就是今天的「觀想治療」。¹⁸ 一本全人健康的書籍解釋其步驟如下：深呼吸或冥想，使身體鬆弛，進入一個極度被動的狀態，然後開始觀想，譬如：愛滋病病人可以觀想一個白血球在自己身體內吞食敵人。¹⁹

American Cancer Institute 在發給病人的手冊中讚同心像法和觀想，並且舉例說明：觀想一枝火箭在身體內將癌細胞炸去，或者觀想一個騎士在自己的血液中把癌細胞殺死。不過，這手冊認為這樣做只能幫助病人消除壓力，不能代替正規醫學治療。²⁰

更有人使用觀想去醫治關節炎和無能，也有人觀想手指上的瘤消失等等。²¹ Silva Mind Control 自稱曾有精神科醫生用它來醫治七十五個精神病者，大有成績。²²

新紀元心理學

Gawain 在一本討論觀想的最暢銷書《Creative Visualization》中介紹一個最簡單的觀想方法，又是老生常談：鬆弛身體，想像你心中所願意獲得的事情，使這個影像在你心中靜止不動，然後肯定告訴自己，這樣的事情一定會發生。²³ 根據 Gawain，觀想可以接觸「更高自我」、獲得財富和快樂、提高自我形像、治療疾病。²⁴ Gawain 大學時代讀的是心理學，畢業後學習很多的東方哲學、冥想和瑜伽，研究人類潛能運動，現在經常開設各種「創意性觀想」課程和寫作，頗具盛名。²⁵ Gawain 的工作可以代表現代心理學中完全新紀元化的一部分，這方面的發展是一日千里，而且被社會人士接納為「現代科學」，甚至教會亦然。

一本全人健康的書籍介紹怎樣用觀想來解決人際問題：觀想一個「8」字，觀想自己在「8」字的一個圈中，騷擾自己的人和在「8」字的另一個圈中，然後觀想「8」字從中間被剪斷，兩個圓圈漂離，於是這些騷擾你的事都離你而去。²⁶

普通心理學

Matthew McKay 和范寧 Patrick Fanning 在一本討論自尊（Self-esteem）的專書中建議用觀想和催眠術提高自尊。作者們所介紹的技術和靈異人士所介紹的，不相上下：鬆弛身體，觀想一些簡單的圖案，經過練習，慢慢想得更複雜的，然後觀想自己在各種不同場合之中充滿自信。譬如：在一個舞會中，主動邀請別人和你共舞，或者志願參加某些困難的工作。²⁷

上邊兩個例子並非來自「新紀元心理學」，只不過是一般的流行心理學，可是現代心理學和新紀元已經界線難分。絕大部分的心理學家都附和「自尊運動」(Self-esteem movement)，認為自尊是眾善之泉，缺少了它，是萬惡之根。可是，事實上，沒有人能捫心自問而不承認自己有缺欠，勉強自己去欣賞自己，多少有困難，於是心理學家們發現，最有效提高自尊的方法就是觀想和冥想。

順帶在這裡介紹兩個名詞：「肯定」(affirmation)和「自語」(Self-talk)。「肯定」是經常和觀想或積極思想同時使用，意指當觀想自己心中所渴望的畫像時，一面告訴自己同樣的積極信息。例如：當你觀想自己在夏威夷渡假，一面告訴自己，「我正在享受一個美麗的海灘！我有一個愉快的假期！」。「自語」則指自己內心對自己的評語。心理學家 Carolyn Ball 表示，如果「自語」常常是負面的話，自尊就會降低，而最有效的解決辦法是冥想，如超覺靜坐或默想。²⁸

基督教心理學

很多基督徒都以為普通心理學和基督教心理學是兩回事，或者以為心理學裡面雖然有很多問題，但是基督徒心理學家只是把那些好的帶到教會來，與聖經結合(integration)在一起。

可是，什麼才是好的呢？誰去決定？二三十年前，被邀請到港台兩地演講，向中國教會推動基督教心理學的 Gary Collins，也是代表了結合主義的一位著名基督徒心理學家，當他回答「心理學是否涉足邪術？」這個問題的時候，表示允許，說：「雖然有輔導員誤用觀想和引導影像法，但不表示這

些技術本身是錯的。」²⁹ 又說：「現在教會內有人極力譴責催眠術、觀想、自語和影像法……他們的批評不是沒有道理……我們只要小心去用……讓聖靈帶領我們……」³⁰。

各種觀想方法是現代心理輔導的常技。事實上，基督徒心理輔導員並非幸免。如果一位基督徒心理學家在講台上妙語連珠，惹人好感，並且引用聖經，再加上講的不外溝通技巧之類的題目，一般信徒就難於想像他或她可能在輔導室內使用觀想技術，可惜這卻是事實。根據聖經原則，行邪術的人是否適合站在講台上教導別人？再者，如果邪術可以影響人的思想，這些人的著作是否應該被帶進教會？我希望中國教會正視這個問題。

美國教會

在某些美國教會中，觀想相當流行。譬如：一位在電視上講道的牧師教導說：觀想是祈禱的方法之一。如果你想要一部 Cadillac 汽車，只要用心靈的眼睛去想，這部車遲早會到你的手上。³¹我曾經碰過好一些美國基督徒同事，他們都同意觀想是祈禱方法的一種！如果跑到美國基督教書店看看，你會發現很多最暢銷書推薦同樣的技術。

有些基督徒想的不是汽車，是耶穌。聽來很屬靈，可惜觀想就是觀想，都有可能叫人進入變異意識狀態。例如：在一個基督教的「記憶治療」中，接受治療的人觀想自己八歲時的一幅畫面，看見自己身上背了一大捆東西，然後耶穌出現，向他表示愛和接納，於是重擔被挪開。³²

也許因為這個原故，耶穌沒有留下一張照片，免得成為我們的偶像，腦中的影像雖然不是金銀木石所造，但是一個觀想中的耶穌仍然是一個偶像，所以 Dave Hunt 叫它做偶像崇拜。³³ 基督徒不應該用異教徒的邪術來親近神！這是非常嚴重的問題。

美國教會名人 Norman Vincent Peale 一向大力推動觀想，他說：「耶穌……是第一個教導"心像"力量的人……十九個世紀之後，科學家、心理醫生和心理學家開始宣講同樣的事。」³⁴ 他亦說，觀想可以幫助增加自尊、解決金錢問題、婚姻問題、健康問題、孤獨和憂慮、並且使你成功。³⁵

中國教會

上邊所述雖然是美國教會中的例子，但是中國教會也不見得不受污染。首先，有很多這類的美國書籍已經翻譯成中文，在基督教書店內售賣。例如：皮爾的《心像》就是一個典型例子，書中解釋如何用觀想方法維持自尊、增加信心、戰勝憂慮、處理金錢、結交朋友、消除緊張等等。³⁶

此外，臭名昭著的《第四度空間》毫無隱晦地教導「基督教」觀想法，趙鏞基牧師認為第四度空間是屬靈的空間，異象和異夢就是基督徒的工具，使人可以運用第四度空間裡的能力，精神科醫生現在研究出來的「心像」正是聖經所講的異象和異夢，趙鏞基又說：「『信就是所望之事的實底』……直等到你在內心和腦海中，清楚地想像出你所盼望的事物後，你才能擁有他們。」³⁷

趙鏞基是韓國人，雖然他的書可以在中國的基督教書局買到，不能算是中國教會的事。但是咱們一位醫師、牧師和神學院老師居然也教導同一套！在一本叫做《心靈醫治》的書中，他解釋說：一些早期的經歷深藏在潛意識裡，「經過催眠或精神分析也能出現在意識中。在心靈醫治的過程中……透過想像的過程進到下意識和潛意識中處理他的問題。」³⁸ 作者解釋所謂「想像治療」就是「……將禱告的內容構成一個"生動"的畫面，用信心藉著聖靈的帶領看見這畫面的完成……」³⁹ 又用一個解決仇恨的例子說明：「首先讓案主用自然、放鬆的心情躺在治療用的……沙發上……想像自己被對方仇恨的繩子捆綁，不得釋放，這時他禱告，求主釋放他……主用聖靈的寶劍將他身上仇恨的繩子一條條砍斷……把捆綁他的人都交給主，在主寶座前受主的審判……協談者……為他禱告……求主藉著這樣的想像，使案主的內心得醫治。」如果想像不來，繼續禱告，繼續想像。⁴⁰ 書中還有好些類似的例子。

即使不是邪術，這樣解決仇恨的辦法，亦完全不合聖經原則！這樣的「治療」和到菩薩前面咒詛自己的仇家有什麼兩樣？聖靈的寶劍是這樣用的嗎？我一向以為中國教會內的新紀元問題比較少，想不到竟有中國人的牧師和神學院教師，因為受了心理治療的影響，贊同催眠和觀想，嗚呼哀哉！

結 論

在這些文獻中，觀想、冥想、積極思想、影像法、引導影像法，還有，想像和心像等等，完全是可以相互交替的名詞，偶爾有人想分辨其中的微妙差別，只是浪費時間。護教學家 Ankerberg 和 Weldon 將觀想分為四種類：（A）學術性的 ——

例如：自生訓練（Autogenic Training）、容格心理學方法、心像研究、世俗心理治療和超越個人心理治療。（B）流行的——例如：新紀元治療、心靈科學（Mind Science）、幫助個人或生意上成功的講習班。（C）秘術的——例如：魔術儀式、黃教、靈異治療、交鬼、印度教和佛教的做法。（D）基督教的——例如：基督教心理治療、內在醫治、觀想耶穌、用聖經去觀想。

但是他們說：A和C的界線並不清楚，C和D亦有關係，B和C的分野模糊，A和D、B和D界線更模糊。⁴¹ 講來講去，觀想就是觀想，邪術就是邪術。

基督徒不要因為一個技術的名字改變了，或者程度減輕了，更或者教堂和神學院都開班講授，就戒備之心鬆懈；反之，應該警惕，因為這是末世，「你們的仇敵魔鬼，如同吼叫的獅子，遍地游行，尋找可吞喫的人。」（彼前五8）

（取自《新紀元的陷阱》第九章，張逸萍著，中信出版）

¹ Paula B. Slater & Barbara Sinor, *Beyond Words: A Lexicon of Metaphysical Thought* (Upland, CA: ASTARA Publishing, 1993), p. 264-65.

² 卜勒遜著，徐美珍譯，*新紀元答客問*，上（香港：天道書樓，1996），p.50.

³ Joseph Carr, *The Lucifer Connection* (Lafayette, Louisiana: Huntington House, 1987), p. 98.



- ⁴ Matthew McKay & Patrick Fanning, *Self-Esteem* (New York, NY: St. Martin's Paperbacks, 1995), p. 242.
- ⁵ Lazaris, *The Sacred Journey: You and Your Higher Self* (Palm Beach, Florida: NPN Publishing, 1988), p. 177.
- ⁶ *Ibid.*, p. 178-79.
- ⁷ Cary Odom, ed., *The Sacred Sword: Teachings of the Psychic Channel Betty Bethards* (Novato, CA: The Inner Light Foundation, 1972), p. 120-24.
- ⁸ *Ibid.*, p. 128, 132-34.
- ⁹ Linda Georgian, *Create Your Own Future* (New York, NY: A Fireside Book, 1996), p. 46.
- ¹⁰ Joseph Murphy, *The Power of Your Subconscious Mind* (New York: Bantam Books, 1982), P. 78.
- ¹¹ *Ibid.*, chapter 6, 9, 14, 15 & 16.
- ¹² John Ankerberg & John Weldon, *Encyclopedia of New Age Beliefs* (Eugene, Oregon: Harvest House Publishers, 1996), p. 554.
- ¹³ Jose Silva & Philip Miele, *The Silva Mind Control* (New York, NY: Pocket Books, 1978) · 封面後。
- ¹⁴ Ankerberg & Weldon, *Encyclopedia of New Age Beliefs*, p. 559-60.
- ¹⁵ Silva & Miele, *The Silva Mind Control*, p. 29-33.
- ¹⁶ *Ibid.*, chapter 18,19.
- ¹⁷ *Ibid.* · 封面。
- ¹⁸ Jennifer Jacobs, ed., *The Encyclopedia of Alternative Medicine* (Boston, Massachusetts: Journey Editions, 1996), p. 175-76.
- ¹⁹ *Ibid.*, p. 177.
- ²⁰ National Cancer Institute, *Chemotherapy and You: A Guide to Self-Help During Treatment* (Bethesda, MD: National Cancer Institute, Publication No. 96-1136), p. 45.
- ²¹ Kenneth R. Pelletier, *Mind as Healer, Mind as Slayer* (New York, NY: A Delta/Seymour Lawrence Book, 1977), p. 255-56.
- ²² Silva & Miele, *The Silva Mind Control*, p. 124-27.
- ²³ Shakti Gawain, *Creative Visualization* (New York, NY: Bantam Books, 1982), p. 9-10.
- ²⁴ *Ibid.*, p. 39-62.
- ²⁵ *Ibid.*, about author.
- ²⁶ Jacobs, *The Encyclopedia of Alternative Medicine*, p. 177-78.
- ²⁷ McKay & Fanning, *Self-Esteem*, chap 11.
- ²⁸ Carolyn Ball, *Claiming Your Self-Esteem* (Berkeley, CA: Celestial Arts Publishing, 1990), p. 36-37.

- ²⁹ Gary R. Collins, *Can You Trust Psychology?* (Downers Grove, IL: InterVarsity Press, 1988), P. 105.
- ³⁰ Gary R. Collins, "What is Christian Counseling?", in *Case Studies in Christian Counseling*, Gary Collins, ed. (Dallas, Word Publishing, 1991), p. 12.
- ³¹ Carr, *The Lucifer Connection*, p. 95.
- ³² 戴夫韓特、麥克馬合著，朱錦華等譯，*偏差的誘惑*（台北：中華福音神學院出版社，1989），p.222。
- ³³ 同上，十一章。
- ³⁴ Norman Vincent Peal, *Positive Imaging: The Powerful Way to Change Your Life* (New York, NY: Fawcett Columbine Book, 1982), p. 186-87.
- ³⁵ Ibid., chapter 4, 5, 6, 7, 8, 9 & 10.
- ³⁶ 皮爾，*心像*（台北：道聲出版社，民國75年）。
- ³⁷ 趙鏞基著，何國強譯，*第四度空間*，第二集（台北：中國學園傳道會，1998），p.46,104-07,23。
- ³⁸ 張惠寬，*心靈醫治*（台北：天恩出版社，民國83年），p.70-71。
- ³⁹ 同上，p.82-83。
- ⁴⁰ 同上，p.83-84。
- ⁴¹ Ankerberg & Weldon, *Encyclopedia of New Age Beliefs*, p. 579.



催眠術

你有沒有在報章上讀過某某電影明星接受催眠術的事？他們在催眠術下發現自己童年時曾經被父母性虐待，而那些被控訴的父母當然抗議，於是傳媒就大事張揚。可悲的是，這些鬧劇不單是花邊新聞，卻是經常發生的事，因為現在催眠術十分流行。

歷史

早在十八、十九世紀，Anston Mesmer 提出了一項新穎的醫學理論，他認為人體中有某種液體，如果用磁鐵去平衡，可以治病。他讓病人靜坐在插有磁鐵的大水桶邊，手握著磁鐵，病人痙攣，大哭大笑或沉睡，然後疾病消除。以後他發現這能力與磁鐵無關，只要他觸摸病人或讓病人喝他摸過的水，效果一樣。¹ Mesmer 的門生將他的發現改換裝潢，冠以催眠術的名堂，引入科學界。現在催眠術不但已經成為心理學上的正統技

術，也已經普遍被用在醫學和其他地方。

催眠技術和應用

催眠師 **Hewitt** 介紹了好些基本催眠辦法，舉個例，首先閉上眼睛，鬆弛身體，集中注意力，催眠師開始提示：「現在眼睛睜不開了，手足都感覺沉重……觀想一個黑板，上面寫著 100，當我倒數 99，98，97……的時候，觀想數字從黑板上被擦掉，寫上新的數字，一面觀想，一面繼續鬆弛……。」催眠師又再提示：「你現在頭腦空白，思想停頓……當我每數一個數字，你會再進入更深一步的鬆弛狀態……」² 在基本鬆弛步驟之後，催眠師就向被催眠者作出各種提示，例如：對戒酒的人說：「……你感覺自由了，從酗酒的慾望中釋放了……」，對那些希望增加自信的人說：「你會很容易獲得成功和快樂……你是一個美麗聰明和有價值的人……」³。

進入催眠狀態還有很多辦法，但是催眠師 **Ansari** 總論說，只有四個原則：身體鬆弛、頭腦停頓、凝神專注某事物、留心聽催眠師的聲音。⁴ 另一位催眠師 **Goldberg** 也說：「不斷重複的……節奏單調的官感刺激，可以很容易引進催眠狀態……關鍵在乎使感覺器官疲倦。」⁵ 由此可見，所有新紀元技術都是換湯不換藥的老套，催眠術、觀想、冥想、積極思想等等，豈非如出一轍？少許變化而已。

催眠術絕不止於舞台表演和飯後餘興，心理治療和全人健康常常使用，因為現代人相信催眠術可以改變一個人的潛意識，所以目前市面上的應用有：減肥、戒煙、消除壓力、治病止痛、增加自信和提高創作力等等。⁶ 心理學受佛洛伊德

(Sigmund Freud) 的影響，認為童年往事留在潛意識中影響人的一生，所以用催眠術去回溯往事或童年 (Age Regression) 以解決問題，非常普遍。還有更進一步相信前世的經歷也留在潛意識中，所以前世回溯 (Past Life Regression) 也不罕見。此外，更明顯的新紀元應用有：卜告來生、接觸死人、接觸守護天使、增加靈異能力和靈魂出竅等等。⁷

害多益少信用低

報章上有一則廣告：一位胖婦接受催眠減肥，體重減輕117磅，變為窈窕淑女，有圖片為證。說來很吸引人，可是廣告下面有一行小字：功效因人而異。⁸

到底催眠術功效有多少？基督教中批判催眠術的權威，心理學批評家 Martin Bobgan 評論：催眠術的果效可能消退，五年內症狀會復發或轉移，譬如：頭痛消除之後，胃潰瘍可能隨之而來，基督徒靈界戰士 Kurt Koch 說身體毛病可能變成精神失常，因為催眠治療如果成功，能力來自魔鬼。⁹甚至非基督徒催眠師也說，引起症狀的真正原因可能是身體機能有毛病，症狀消除只有叫診斷更困難，耽擱根治。¹⁰

催眠可信嗎？科學家將催眠狀態分為五十級，最開始的時候只是身體鬆弛手足沉重，最後的階段包括在聽覺和視覺上產生幻覺。¹¹ 幻覺當然不可信！至於往事回溯和前世回溯就更難叫有頭腦的人相信。佛洛伊德曾經用催眠術去使病人回憶童年所受的傷害，可是他奇怪為什麼所發現的都是雞姦和性虐待等類事件，而且事後調查並不屬實，所以他終於放棄催眠術。¹² 還有些心理學家認為一生最重要的經歷是呱呱墜地的那一刻，

於是發明了「重生」(Rebirthing)的技術，在催眠下重活那一刻，可是腦科醫生卻說嬰兒腦部的髓鞘(myelin sheath)未完全發育，根本未有儲存記憶的地方。¹³ 香港一位精神醫師表示，前世回溯在「科學上不能成立」，但是他說：「但求心之所安，只要相信……可以有效解決生活上的心理困擾」¹⁴，換言之：自欺欺人。《USA Today》報導，這些「已經忘記了的往事」能夠證實是錯的有28-44%。¹⁵ 如果催眠術僅僅是哄人安心，可信性不高，問題倒少，可是催眠術有害嗎？

Meares 在《American Journal of Clinical Hypnosis》中討論催眠術的危險如下：(1) 被誤用以達成不良動機(2) 被催眠者性格變得依附和容易接受提示(3) 因為發現以往的傷害而痛苦(4) 種下精神病的成因(5) 症狀消除之後，可能轉移(6) 突然表現極度恐慌(7) 其他併發症(8) 使用不謹慎(9) 不能從催眠狀態中甦醒或者局部甦醒。可是美亞認為這些危險並非催眠術所獨有，任何心理治療都可能產生類似問題。¹⁶

無可質疑是邪術

除了效用不佳之外，最重要的是：催眠術是邪術嗎？以下有幾點可以證實催眠術是邪術：

(一) 引進變異意識狀態 —— 在有關的文獻中，催眠狀態到處被稱為神志昏迷狀態，又被稱為變異意識狀態，就是所有邪術所引進的精神狀態。不但基督徒的批判性寫作如此，而且催眠師自己也承認：Ansari 說，這是一個深度的神志昏迷狀態。¹⁷ 催眠師 Hunter 也說：「催眠術最準確的定義就是受引導下的冥想。」¹⁸ Hewitt 說：「催眠術是一個讓你進入變異意識

狀態的技術。」他又表示催眠可以將人帶進靈異境界，而且愈多練習愈容易成功。¹⁹

（二）古代邪術 —— 日光之下並無新事，催眠術不過是古代邪術換了一個新名堂而已，埃及人於三千年前面就已經使用催眠術。此外，南美洲馬雅族土人和非洲的巫師都使用它。²⁰古代的祭司們在神志昏迷的狀態下卜告將來，巫醫將人帶進神志昏迷狀態治病，印度教的僧侶可以坐在針床上而不覺痛，都是催眠術的古代例子。²¹

（三）接觸靈異領域 —— 今天的人仍然使用同樣的技術去止痛、治病、心理治療和回溯前生等等，只不過變成收費昂貴的專業人士而已，而邪術所帶來的結果也沒有兩樣。魏斯醫生在《前世今生》描述凱瑟琳的催眠治療過程，醫生病人都在這個過程中增加靈異能力和接觸靈異領域，凱瑟琳在催眠之後不但通靈和直覺能力增加，又能和魏斯作心靈感應，而且她屢次遇見靈界個體，帶給魏斯各樣新紀元思想。²²魏斯和凱瑟琳的例子並不獨特，也有其他研究指出人在接受催眠後產生靈異能力。²³

（四）影響思想和信仰 —— 很多前生回溯是在不預期的情形下突然發生的，催眠師本來不相信輪迴，但是因為太經常看見病人在催眠下發現自己的前生，所以無法不檢討自己的世界觀；²⁴又有研究指出，經歷前生回溯的人，世界觀會轉變，開始接受新紀元思想。²⁵正如魏斯，他在基督教文化中長大，接受西洋科學訓練，他的臨床經歷卻使他深信輪迴，開始對東方宗教有興趣。²⁶如果基督徒接受或者使用催眠術，難保他們的信仰不會受影響。

（五）惹來污鬼 —— 還有一件事可以使我們深信催眠術是邪術：絕大部分的靈界戰爭工作者都以催眠術為邪術。吳主光牧師將催眠術列為邪術，認為當思想空白的時候，污鬼可以乘

虛而入。²⁷ Neil Anderson 在求助者調查問卷中的第一條問題是：「你是否曾經接受過催眠術？」²⁸ Hammond 牧師夫婦把催眠術和其他邪術列於污鬼分類表中。²⁹ Koch 有一個個案：一位大學生在學校娛樂表演中接受催眠，之後一直不能甦醒。送到醫院後六天，當牧師的父親趕到，奉主耶穌的名驅逐黑暗權勢，青年人才醒過來。³⁰

（六）聖經中的「迷術」——原來聖經老早禁止催眠術，可是沒有使用這個現代名詞，而其實催眠術就是迷術，因為這是一個心靈控制術。「你們中間不可有……行邪術的，用迷術的……凡行這些事的都為耶和華所憎惡……」（申十八10-12）催眠師 Hunter 說：「……有這樣的能力，使被催眠者向催眠師交出自由意志……」³¹ Ansari 也說：「……"提示"就是將一個思想灌輸人心，引發精神上或行為上的改變……被催眠者事後會不自覺地按照催眠下所得到的提示去做……」³²，誰還能否認這不是心靈控制（迷術）？

「迷術一字…希伯來文 *chabar* 或 *lachash*（申十八10-11），*chabar* 的字根基本上是指：聯合、聯結在一起，或作一個神秘或超自然的咒言。有時 *chabar* 解作於“迷惑一條蛇”（好像東方人吹笛子使蛇起舞），因為舊約希伯來文字典…指出，這種迷惑蛇的行動在表面上類似催眠術……希伯來文 *lachash* 的字根翻譯“迷惑者”為：迷惑者以和藹及溫柔的聲音迷惑蛇起舞，這種情況與催眠師以和藹及溫柔的態度及聲音導引別人進入催眠狀態一致。」³³



總論

最後，Bobgan 博士作了一個蓋棺定論：「催眠術是屬於魔鬼的，至少是有危險的……基督徒應該避免催眠術，即使在醫學上使用亦然。」³⁴ Koch 也說：「即使醫生所使用的催眠術，我也拒絕。」³⁵

基督教催眠治療

非常不幸，因為現代教會容納心理學，所以催眠術亦已經進入教會，二三十年前被邱清泰博士邀到港台兩地演講，向中國教會推動基督教心理學的 Gary Collins 同意催眠術可以回溯往事，³⁶ 至於用催眠術減肥戒煙和增加自信等「自助心理學」，Collins 亦認為不一定有害。³⁷ 他說，基督徒心理學家從不同的地方學得不同的心理技術，近年教會內有人極力譴責催眠術和觀想等。他們的批評也不是沒有理由，我們只要小心去用，不必和這些人爭論。³⁸ 意思就是說，你要用催眠術就用罷，不要管那些批評你的人。當然不是每一個基督徒心理學家都在輔導室內使用催眠術，但事實上已經有一部分公開自稱基督徒催眠治療專家。下面的文章就是一位大名鼎鼎的中國基督徒心理學家，為了向我證實催眠術是正統的基督教心理治療方法而送給我的³⁹：

美國某神學院的心理學研究院教授 John Court 就是基督徒

催眠師中的一個，他曾經在一篇學術性的文章中詳細描寫一個個案：一位三十多歲的單身女士 E 患上鱗癬和其他疾病，正規的醫學方法不見功效。葛約翰在催眠術下為她尋找往日的創傷，然後請「耶穌」當場出現醫治，E 發現自己在童年時候遭同學戲弄，又得不到父親的肌膚之親，所以心靈受創。有一次回溯童年，當時父母在爭吵，她坐在一邊又孤獨又苦惱，只希望父親擁抱她，這時「耶穌」出現，拖著她的手走向父親，突然父親的眼睛充滿慈愛，兩人互相表示愛意，片刻「耶穌」把媽媽引來，於是大家互相擁吻親熱一番，父母又對她講了一些讚賞的話，然後她離開父母，單獨注視「耶穌」。Court 說，這次催眠之後，她的心理和身體都大有進步。⁴⁰

既然前面已經說明催眠術不可信而且是邪術，上邊的例子正好讓我們檢討一下基督教催眠治療的問題：

(1) 這個回憶可信嗎？真的曾經有這樣的一刻嗎？(2) 為什麼這個故事完全符合心理學教科書的理論？難保這不是催眠師誘導下的幻覺。(3) 如果所得的資料屬實，是否來自魔鬼？(4) 即使真有其事，事情已經過去，怎麼可能重活呢？難道催眠術可以改變歷史嗎？根本是自欺欺人！不如腳踏實地，正面解決問題。(5) 可見這樣的治療方法不但是逃避現實，而且違反「忘記背後，努力面前」(腓三13)的聖經教導。(6) 耶穌是催眠術下應召而來的嗎？所召來的是耶穌，還是邪靈？如果召來邪靈，就是交鬼！(7) 葛約翰表示 E 的毛病大有進步（不是治癒），症狀會復發或者轉移嗎？從已經有的研究而看，這個可能性甚大。



其他藉口

一位中國基督徒催眠師曾說：「假若治療師及病人均是清楚重生得救的基督徒……並邀請神在當中引導（正如〔我〕在基督徒之間所從事的…）……便不會受靈界的邪靈或污鬼所攪擾了。」⁴¹ 這位催眠術下邀請而來的「神」是聖經中的真神，還是污鬼？現在很多神學生都在畢業後深造心理治療，我無法不為中國教會的前途擔憂。

很多人認為催眠術有危險，所以必須由專業人士進行才安全，什麼才是專業人士呢？醫生？心理醫生？輔導員？還是任何有催眠術執照的人？催眠師 Hunter 認為，有沒有學位其實沒有什麼兩樣，因為他們所接受的技術訓練是一樣的，這不過是心理醫生為了維護自己的生意而製造的謠言。⁴²

很多基督徒心理學家不同意催眠術是邪術，他們認為技術都是中性的，沒有善惡之分，見仁見智。可是，即使巫師治病豈也不是善意的嗎？現代的新紀元靈異治療人士也都認為自己在造福人群，怎樣分別善惡呢？

更有人認為，如果由一位職業性的基督徒執行就不能算是邪術，這樣的想法更加不成理由！正如婚外性行為是罪，可否因為進行的人是基督徒，而且是職業性的，就不算是姦淫呢？聖經並非單單禁止非基督徒使用邪術，聖經也沒有應許基督徒行邪術不會為魔鬼留地步，強詞辯衛亦不能免去上帝的審判。根據聖經原則，行邪術的人是否適合站在講台上教導別人？再者，如果邪術可以影響人的思想，這些人的著作是否應該被帶進教會？我希望中國教會正視這個問題。

心意更新而變化

Court 表示，催眠術完全符合「心意更新而變化」的聖經原則！⁴³ 聖經說：「不要效法這個世界，只要心意更新而變化，叫你們察驗何為神的善良，純全可喜悅的旨意。」（羅十二2）這經文正好針對催眠術，保羅在此勉勵信徒不要效法世界的思想和做法，所以我們不要因為現在流行催眠術，就趨之若鶩，反之應該用聖經的話和神的心意為標準去察驗，免得被惡者迷惑。

（取自《新紀元的陷阱》第七章，張逸萍著，中信出版）

¹ Masud Ansari, *Modern Hypnosis : Theory and Practice* (Washington, DC: Mas-Press, 1991), p. 2-4.

² William W. Hewitt, *Hypnosis for Beginners: Reach New Levels of Awareness & Achievemen*, (St. Paul, Minnesota: Llewellyn Publications, 1997), p. 31-42.

³ *Ibid.*, chap. 14.

⁴ Ansari, *Modern Hypnosis*, p. 76.

⁵ Bruce Goldberg, *New Age Hypnosis* (St. Paul, Minnesota: Llewellyn Publications, 1998), p. 47.

⁶ Josie Hadley and Carol Staudacher, *Hypnosis for Change* (Oakland, CA: New Harbinger Publications, 1989), table of content.

- ⁷ Goldberg, *New Age Hypnosis*, 封底。
- ⁸ Master Key Hypnosis 的廣告, *San Jose Mercury News*, 4/14/98 ,p. 3E.
- ⁹ Martin & Deidre Bobgan, *Hypnosis and the Christian* (Minneapolis, Minnesota: Bethany House Publishers, 1984), p. 46-48.
- ¹⁰ Ansari, *Modern Hypnosis*, p. 183-84.
- ¹¹ Ibid., p. 117-19.
- ¹² Dave Breese, *Seven Men Who Rule the World from the Grave* (Chicago: Moody Press, 1990), p. 130-32.
- ¹³ Bobgan, *Hypnosis and the Christian*, p. 21-22.
- ¹⁴ 何發, 陳文謙, 『前世旅行團解脫今生怨』, 東周刊, Jan22,1998, 42頁。
- ¹⁵ "Despite Warnings, False Memories Occur", *USA TODAY*, August 1998, p. 12.
- ¹⁶ Robert A. Baker, *They Call it Hypnosis* (Buffalo, New York: Prometheus Books, 1990), p. 268.
- ¹⁷ Ansari, *Modern Hypnosis*, p. 47.
- ¹⁸ C. Roy Hunter, *Art of Hypnosis: Mastering Basic Techniques* (Dubuque, Iowa: Kendall/Hunt Publishing Co., 1996), p. 16.
- ¹⁹ Hewitt, *Hypnosis for Beginners*, p. xi, 253, 256-57.
- ²⁰ Hunter, *Art of Hypnosis*, p. 32-33.
- ²¹ Baker, *They Call It Hypnosis*, p. 10-11.
- ²² 魏斯著, 譚智華譯, *前世今生* (台北: 張老師出版社, 民國83年) p.26,29,34,128,149.
- ²³ Ankerberg & Weldon, *Encyclopedia of New Age Beliefs*, p. 329.
- ²⁴ Christopher M. Bache, *Life Cycles: Reincarnation and the Web of Life* (New York: Paragon House, 1994), p. 44-45.
- ²⁵ Ankerberg & Weldon, *Encyclopedia of New Age Beliefs*, p. 337.
- ²⁶ 魏斯著, 黃漢耀譯, *生命輪迴* (台北: 張老師文化, 民國83年) 封底。
- ²⁷ 吳主光, *趕鬼學講義*, 第三章。
- ²⁸ Neil T. Anderson, *The Bondage Breaker* (Eugene, Oregon: Harvest House Publishers, 1990), p. 236.
- ²⁹ Frank & Ida Mae Hammond, *Pigs in the Parlor: A Practical Guide To Deliverance* (Kirkwood, MO: Impact Christian Books, 1973), p. 115.
- ³⁰ Kurt E. Koch, *Occult ABC* (Grand Rapids, Michigan: Kregel Publications, 1986), p. 97-98.
- ³¹ Hunter, *Art of Hypnosis*, p. 58-59.
- ³² Ansari, *Modern Hypnosis*, p. 138.

- ³³ 劉繼璋，「基督徒應客觀及說理：心理學及催眠術何罪之有？」。當我在《中信》發表了一篇有關催眠術的文章。之後，劉先生（一位香港神學生，畢業後進修心理治療，並獲得催眠術高級證書）來文表示不同意，但是劉先生亦同意聖經字典都是說催眠術是「迷術」的一個例子，他所引用的兩個參考是 *A Hebrew and English Lexicon of the Old Testament*, p. 288 和 *Wilson's Old Testament Word Studies*, p. 74. 謹在此致謝劉先生的研究，同時亦痛心於中國教會中也有基督教催眠師一事。該文現存檔案。
- ³⁴ Bobgan, *Hypnosis and the Christian*, p. 53, 50.
- ³⁵ Koch, *Occult ABC*, p. 98.
- ³⁶ Gary R. Collins, *Man In Motion: The Psychology of Human Motivation* (Carol Stream, Illinois: Creation House, 1973), p. 32-34.
- ³⁷ Gary R. Collins, *Innovative Approaches to Counseling* (Dallas: Word Publishing, 1986), p. 64-67.
- ³⁸ Gary R. Collins, "What is Christian Counseling?", ed. Gary Collins, *Case Studies in Christian Counseling* (Dallas: Word Publishing, 1991), p.11-13.
- ³⁹ 1993年三月，家庭更新協會曾經送給我下面幾篇文章，現存檔案，除了文中討論的個案之外，還有："Hypnosis", *NEW DAY International*, May 88, p. 7-9 ; John Court, "Hypnosis Revisited", *Interchange*, 34, 1984, p. 55-60; John Court, "A Case of Congregational Healing", *Journal of Psychology and Christianity*, Vol. 4, Number 2, 1985; Jonathan Venn, "Hypnosis for Christians", *Journal of Christian Healing*, Vol. 8, No. 2, Fall 1986, p. 3-6.
- ⁴⁰ John Court, "Hypnosis and Inner Healing", *Journal of Christian Healing*, Vol. 9, No. 2, Fall 1987, p. 30-31.
- ⁴¹ 劉繼璋，「基督徒應客觀及說理」。
- ⁴² Hunter, *Art of Hypnosis*, p. 62-65.
- ⁴³ John Court, "Hypnosis Revisited", *Interchange* 34, 1984, p. 59.

妖言邪道

多年前，神藉著一件意料不到的事情，讓我發現一個非常受人敬重的中國基督教心理輔導中心使用新紀元邪術。我和主持人理論，沒有想到這位教會名人不但堅持立場，認為他們所使用的技術是正統的心理治療技術，寄給我幾篇基督教催眠治療的文章維護自己，還說：「你一定是讀過 Dave Hunt 的書，真是被這個 Dave Hunt 害死人！」（Hunt 是一位著名美國基督徒新紀元研究員），換言之，新紀元書籍對心理治療有損。可是，為什麼？

後來神又帶領我研究新紀元運動，發表了一些文章，出版了一本專論，我愈研究愈同意 Hunt 的意見，心理學和新紀元運動真的是界線難分。更令我驚奇的是：當我閱讀新紀元圈子中交鬼的人所發表的邪靈教導，（新紀元人士交鬼的時候，不但在台上表演，有些更將當他們被邪靈附身的時候所講的話搜集成書），這些鬼靈的教導中不但有冥想、觀想、催眠等技術，牠們更大力推動自愛、自尊、自信，此外，牠們也教導很多流行心理學！

於是我決定把這個題目作為我的博士論文研究，我研究新

紀元運動中交鬼人士的出版，把這些邪靈教導有系統地歸類為二百四十句，然後我到世俗心理學中搜查，看看有沒有這樣的教導，最後，我在基督教心理學中搜查，看看能找到多少。下面是一些樣本，比較三者的教導：

CT —— 邪靈教導 (Channeled Teachings)

SP —— 世俗心理學 (Secular Psychology)

CP —— 基督教心理學 (Christian Psychology)

神學

例一：汎神論和一元論 (Pantheism and Monism)

CT：Lazaris 將神叫作「神／女神／一切所有」。¹
《Conversation with God》中的神也認為神就是「一切所有」。²

SP：Wilber 認為我們最內在的意識就是「宇宙絕對和終極的現實」，你可以叫它做梵天 (Brahman)、道、安拉、或者任何其他神的名字。從這一個層面說來，我們和萬物相等，或者說：「我們就是萬物」。³

CP：Sanford 教導我們說，神就是「整個存在」和「一切的基礎」。⁴

例二：神在我們裡面

CT：Maitreya 教導說，每一個人都有神在裡面「神就是你，神在你的裡面，也在你的四週」。⁵

SP：Dyer 表示，我們需要知道：神就在我們的裡面。⁶

CP：當 Osborne 教他的冥想和鬆弛技術的時候，他勸他的

學生進入「裡面那個真正的我，也就是神所居住的地方。」⁷

例三：輪迴

CT：Walsch 所交上的鬼靈「上帝」相信，人人可以有多次的生命，牠也告訴 Walsch，說他曾經投胎幾百次。⁸

SP：Grof 說，明白人的前生，能「幫助我們解決現時的衝突，又可以幫助改進我們今天的生活。」⁹

CP：找不到同樣的教導。

例四：因果業力

CT：Kryon 說，有些人有懼高症，有些人怕水，這些都是因果業力的結果。¹⁰

SP：Weiss 完全相信輪迴和因果業力，他曾經有好些個案，根據他的分析，是前生影響的結果。¹¹

CP：找不到同樣的教導。

例五：人性本善、完美、無罪

CT：《A Course in Miracles》中的那位「耶穌」強調說，我們和所有被造之物都沒有罪。「所有東西都永遠無罪。」¹²

SP：Jackins 說：「沒有壞人，只有表現得壞的好人」。¹³

CP：Coe 說，認為「人性本惡」這個觀念是「頭腦不清楚」的講法，人性中可能有一些腐敗，正如健康的人體纖維中也會有癌細胞。¹⁴

例六：原罪的觀念是錯的

CT：《Conversation with God》中的「上帝」說，原罪是一個錯誤的觀念。人家告訴我們，我們生下來就不完美，是錯的。¹⁵

SP：Branden 反對「我是一個人，我生於罪中」這一句話，他認為這句話十分違反理性和道德。¹⁶

CP：Cloud 說，非常不幸，當一個孩子「生到世上來的時候，他並不明白自己已經被饒恕了」，¹⁷ 換言之，所有人類生下來就沒有罪（已經被饒恕了）。

例七：內疚感是不好的

CT：Emammuel 說，內疚感是消極的，它是最沒有用的和最呆滯的能量。¹⁸

SP：Meier 等人報導說：「佛洛伊德似乎認為所有的內疚感都是錯的，今天其他的心理學家們似乎亦都同意。」¹⁹

CP：根據 Cloud，內疚感「只會讓我們犯更多的罪」，如果我們感覺自己犯了罪，做錯了，我們只有惹起更多的罪，繼續罪的循環。²⁰

例八：上帝是不刑罰人的

CT：Emmanuel 說：「上帝不會刑罰人，他只有永恆的愛和諒解」。²¹

SP：Beard 等人教導說，人們常常因為想起上帝和自己的罪，良心受到責備，因為他們以為自己應該受刑罰。所以，最好告訴他們，上帝是良善的，他「永遠不會因為人的錯而刑罰人或者傷害人。」²²

CP：Ellens 說，上帝是不刑罰人的，我們雖然一塌糊塗，神並不「干涉我們黑暗的一面，而且因為他有恩典，他仍然對我們有無限的尊敬」。²³

例九：不合聖經的救恩觀

CT：Ramtha 曾經為「救恩」提出一個最典型新紀元式的定義：「人類的唯一救恩就是明白自己的神性」。²⁴

SP：Harris 認為恩典就是「用神學術語去講：『I'm OK，You're OK』」，你不是因為「OK」而被接納，你是無條件的被接納。²⁵

CP：因為 Schuller 認為罪就是自信／自尊不足，他也認為救恩就是重建「自信/自尊、自我價值和一種高貴的自傲」。²⁶

[以上的三個救恩觀雖然不同，卻有一共同點 —— 不合聖經。]

玄學

例一：冥想例子

CT：Lazaris 教導三個冥想技術：開啟柵欄、回家之路和愛之主題。²⁷ 這三個冥想方法 都非常接近，在其中一個，Lazaris 教導：首先鬆弛身體，然後觀想自己在一個樹林之中，留意細看所有的樹木、泥土、樹枝和樹葉，「你愈能想像得生動，你的冥想就愈成功。」²⁸

SP：Happich 也教導三個冥想辦法：草原冥想、高山冥想

和教堂冥想。草原冥想的方法如下：在呼吸練習之後，冥想者重複一個咒語，同時觀想自己離開房間，經過城市，走到一個滿是草和花的草原，探索之後，冥想者「返回」房間。其他兩個冥想方法大同小異，只是所觀想的景像不同。²⁹

CP：Osborne 所教的冥想辦法和草原冥想法差不多，他說：觀想一個草原，觀想自己躺在柔軟的草上，四週有美麗的樹，嘗試感到身體下邊的草，然後嘗試感到自己和天地合並，沒有煩惱，一切靜止。³⁰

例二：冥想需要專注和重複

CT：Seth 說：花一點時間「集中精神於一句簡單的句子，極力地專注，將這一句話重複又重複。」³¹

SP：Meyers 說，集中精神於自己的呼吸，或者重複一個咒語（譬如「OM」），可以幫助冥想。³²

CP：Court 說，催眠術基本上只有兩個步驟，第一步就是鬆弛身體，第二步就是集中精神或作凝神，也就是專注於一件東西而忽略其他的。³³

例三：冥想或觀想一個神聖的影像

CT：當 John 教導別人冥想的時候，他說：「默想一個神聖的人物，譬如佛陀或耶穌，都是非常適當的事情。」³⁴

SP：找不到同樣的教導。

CP：Court 表示：「當使用催眠術的時候，我常常要求案主觀想一個他自己認為是安全的地方，然後如果他願意的話，可以邀請耶穌在其中出現。」³⁵

例四：冥想可以幫助增加自愛，帶來良好自我形像

CT：Emmanuel 說：「冥想可以幫助你釋放你心靈深處的自愛。」³⁶

SP：Ball 建議使用各種冥想方法去糾正一個人的消極「自語」，並且提高自尊／自信，她所推薦的技術包括生理回饋（Biofeedback）、超覺靜坐（TM）和冥想。³⁷

CP：Hulume 說，如果我們不能原諒自己，我們的自我形像就會下降，但是冥想可以解決這樣的問題。³⁸

例五：你創造自己的現實

CT：Ramtha 說「無論是貧是富、君王或乞丐、已婚和單身……快樂不快樂，都是你自己做成的，是你自己創造的。」³⁹

SP：Dyer 說，無論我們自知與否，我們生命中的一切都是我們自己做成的。⁴⁰

CP：找不到同樣的教導。

例六：你的思想決定你的現實

CT：Lazaris 說：「現實不過是思想所做成的。」⁴¹

SP：Ball 清楚地說：「我們的思想創造我們的現實。」⁴²

CP：Peale 教導說，我們應該有積極的思想，因為如果我們經常留意消極的事情，我們就有可能製造它。⁴³

例七：肯定（Affirmation）和自語（Self-Talk）

CT：冒牌「上帝」說，對自己說：「我已經成功了」，比較對自己說：「我想要成功」更好，因為肯定是有功效的，如

果你相信它的話，它就會實現。⁴⁴

SP：Dyer 說：自語就好像自動會實現的預言。⁴⁵ 他又說，積極去肯定自己，會帶來好的結果，對自己講消極的話會帶來壞的結果。⁴⁶

CP：一本主日學課本教導孩子要有積極的自語，積極的自語是造就人的，消極的自語卻具破壞性。⁴⁷

例八：心靈學（Parapsychology）是研究靈異現象的科學

CT：Ashtar 說：物質科學和宗教所談論的都是同一個真理，而其中只有一點差距，科學家們現在都開始研究靈異事物。⁴⁸

SP：Moss 認為心靈學家在實驗室中使用「嚴格科學方法」去探索超自然現象。⁴⁹

CP：Collins 認為心靈學是對靈異現象作認真研究的一門學問，他說：「基督徒不應該忽略或者摒棄這一個學科」。⁵⁰

例九：竅門是身體上的能量中心

CT：Jaiwa 教導說，竅門是身體上的能量中心，位置是在脊柱基部、性器官、陽穴、心臟、喉嚨、第三眼和頭頂。⁵¹

SP：Grof 說，神秘主義者曾經告訴我們有關身體中的能量場，但是科學家還沒有好好的去研究，其中之一就是竅門系統。⁵²

CP：找不到同樣的教導。

心理學

例一：日常意識之外另有事物

CT：Emmanuel 聲稱，物質世界之外還有「其他現實」或者說「意識外另有意識」。⁵³

SP：Jung 說，我們通常被限制於自己的意識中，就是我們的日常感覺，所以不能察覺靈異事情。⁵⁴

CP：Meier 等人也同意，人的意識狀態有不同程度，從極其清楚到完全昏迷，也有各種變異意識狀態。⁵⁵

例二：父母的形像會影響我們怎樣認識神

CT：Walsch 所交到的鬼靈「上帝」抱怨說：「你們將自己父母的形像投射在我身」。⁵⁶

SP：佛洛伊德（Sigmund Freud）說，孩子常常一面懼怕他父母的權威，一面信賴他們的保護，「宗教觀念來自同一個需要」。⁵⁷

CP：蔡醫生說：「《聖經》說：神按著自己的形象塑造人。我們卻是按著自己父親的形象塑造天父的形象。」⁵⁸

例三：內在孩子（內心幼童）

CT：Lazaris 用「內在孩子」和「內在少年」的理論教導人，說：「那內在的孩子沒有得到足夠的愛」。他需要愛，否則他拒絕長大，這個內在孩子的需要影響著我們成年之後的生活和我們與別人的相處。⁵⁹

SP：Bradshaw 說，我們裡面有一個小孩子，我們需要去把他找出來，讓我們可以糾正童年生活的不健全之處。同樣道

理，我們裡面也有一個少年人。⁶⁰

CP：Friesen 說：「如果要分辨是否神的旨意，可以留意自己的『內在孩子』是否想得到其他基督徒的認可。」⁶¹ 換言之，他支持「內在孩子」這個觀念。

例四：我們因為別人的期望而埋沒「真我」

CT：Orin 解釋說，我們常常為了滿足父母和宗教的期望，依照著去做，於是埋沒了真我。⁶²

SP：Bradshaw 相信自愛可以實現「真我」，這樣的人不被父母所強加的「應該」或「必須」所壓制。⁶³

CP：Cloud 很清楚地說：「如果我們遵隨別人的意見，我們就丟失『真我』。」⁶⁴

例五：堅持自己的權利和意見（Assertiveness）（學習說「不」）

CT：Orin 說，我們應該學習怎樣說「不」，否則就是以別人的感受比自己的重要。⁶⁵

SP：Smith 認為勇於堅持自己權利和意見是一種美德，我們應該這樣教導孩子們，可以幫助他們對抗別人的恥笑和批評。⁶⁶

CP：Sanders 和 Malony 敦促基督徒勇於堅持自己權利和意見。⁶⁷ 他們提倡「為自己挺身」和「為自己說話」。⁶⁸

例六：超靈魂（Oversoul）

CT：Seth 說我們都是一個更大的超靈魂的一部分，這個

超靈魂比你知道更多的事，它知道其他空間的事情。⁶⁹

SP：Dyer 相信上帝的力量就是超靈魂，我們都是和這個超靈魂連接的，我們實在是它的延伸。⁷⁰

CP：找不到同樣的教導。

例七：靈魂伴侶 (Soul-mates)

CT：Ramtha 詳細地解釋「靈魂伴侶」的觀念：在最早的時候，神們準備成為人身，沒有神願意只做男的或是只做女的，所以他們決定都一分為二：一半成為男身，另一半成為女身，成為一對靈魂伴侶。⁷¹

SP：Fromm 支持這個神話：「男人和女人本是同一個，但是一分為二，於是男的這一半不斷地尋找那另一半的女身，希望可以和她再次聯合。」⁷²

CP：找不到同樣的教導。（可是，大有人套用「靈魂伴侶」一詞）

人生哲學

例一：我們必須愛自己

CT：Lazaris 教導說，當你冥想的時候，不斷重複地對自己說：「我愛我自己…我愈來愈愛我自己…。」⁷³

SP：Bradshaw 相信小孩子的「自戀狂」應該獲得滿足，因為「自愛」不是一件壞的事。⁷⁴

CP：龐博士同意 Bradshaw 的建議：當人內疚的時候，應該大聲對自己說：「無論如何，我要愛我自己，無條件地接納

自己」。⁷⁵

例二：自尊／自信就是認為自己有價值和能幹

CT：Orin 說，我們需要自尊／自信，因為我們需要覺得自己是有意義的和能幹的，於是我們就可以對自己有好感。⁷⁶

SP：Branden 解釋說，自尊／自信就是覺得自己「對人生有信心，也就是覺得自己能幹和有價值。」⁷⁷

CP：黃博士教導說：能力和德性是自尊／自信的其中兩個向度，能力就是培養出來的技能；德性就是「覺得自己好」。^{78,a}

例三：自尊／自信的基礎不在於別人對你的看法，也不在於自己的表現

CT：Lazaris 說，你獲得自尊／自信，不是因為表現良好，也不是因為別人對你的稱許。⁷⁹

SP：Ball 解釋說，如果你的自尊／自信是基於你怎樣對待別人的話，那是假的自尊/自信。⁸⁰

CP：杜布森（James Dobson）認為不單是那些能夠達到某一個標準的人才能有價值或者有自尊／自信，每一個人都應該有價值因為「他就是他！」⁸¹

例四：我們是自己的權威

CT：Orin 說，我們常常以別人為自己的權威，忘卻了自己

^a 請大家注意，德性不是「做得對」，而是「覺得自己好」，這是心理學的教導，嗚呼！

有決定善惡的能力。⁸²

SP：Rogers 認為沒有人可以有權威去告訴別人怎樣做。⁸³

CP：Cloud 說，我們的問題都是因為服在他人的權威之下，「作為一個成人就是要成為自己的權威，這是『神的形像』的一個重點。」⁸⁴

例五：真理是相對的

CT：Ramtha 告訴我們，沒有絕對的真理，「真理是可有可無的，神們都是根據自己的自由意志去創造真理。」⁸⁵ 每個人都有自己的真理。⁸⁶

SP：Rogers 說：「沒有人肯定的知道客觀現實是怎樣的一回事」，我們只不過活在自己的感覺中。⁸⁷

CP：Cloud 說，一個成熟的人不會完全接受別人的信念，我們應該容讓自己有思想自由，更要學習和他人有不同的意見。⁸⁸

例六：沒有錯對之分

CT：John 說：「沒有善，也沒有惡——只有人和他的判斷系統。」⁸⁹

SP：Branden 建議我們要敬重自己，就是「建立一個屬自己的，客觀而理智的，尊崇自己的道德觀」，我們不必被別人的價值觀點所左右。⁹⁰

CP：找不到同樣的教導。

例七：婚外性行為是可以的

CT：「上帝」相信，只要兩個成人相方同意進行性交，無所謂。⁹¹

SP：Rogers 相信丈夫和妻子雙方都可以和第三者發生性關係，婚前性行為也是可以接納的。⁹²

CP：找不到同樣的教導。

例八：接納同性戀

CT：Emmanuel 十分尊重同性戀，他說這是必須的，是愛和合一之道。⁹³

SP：Satinover 報導說，1971年的時候，美國心理學協會投票決定以同性戀為正常，當時沒有人反對，而且同意《Diagnostic and Statistical Manual》的內容也要修改去符合這個新的概念。⁹⁴

CP：Collins 也報告說，基督徒心理學家對同性戀有不同的態度，有一些覺得它不好，有些用聖經去護航。⁹⁵

其他

例一：宇宙在恆變中

CT：Walsch 所交到的鬼靈「上帝」說：「所有的狀況都是暫時的」，沒有什麼事情是固定的，所有的事物都在變遷之中。

96

SP：Rogers 說：「生命不過是一個流動的、變遷的過程，

沒有什麼是固定的。」⁹⁷

CP：找不到同樣的教導。

在分析和統計之後，結論是——大部分的新紀元邪靈教導可以在世俗心理學中找到，過半數可以在基督教心理學中找到。我們不能不問：為什麼心理學和邪靈教導有這樣多的吻合？實在令人費解。

首先，當然有可能並沒有什麼鬼，都是這些交鬼者在演戲騙人。但是所有這些著作都清楚聲明其內容是靈界的啟示，譬如《The Seth Material》在封面寫著：「Seth 又來了！這位不同凡響的靈體，親自從另一個世界來，『借用』了靈媒 Jane Roberts 的身體，接觸這個地球。」⁹⁸ 其他的書籍都是同一論調，而交鬼乃古今中外之事，不足為怪。況且這些邪靈的教導絕大部分不謀而合，甚少矛盾，所以大有可能幕後真有一位靈界的主腦。

其次，無論鬼靈、交鬼者、心理學家都同意——當一個人進入冥想狀態（變異意識狀態），他可以收到一些「智慧」。例如：鬼靈 John 說：鬆弛身心靈，進入冥想狀態，導靈們（spirit guides）可以向你講話，你只需要願意學習。⁹⁹ 交鬼者 Roman 說：在變異意識狀態中，人可以「從一個超自然的源頭」獲得一些特別的見識。¹⁰⁰ 另一方面，心理學家 Dyer 也同意變異意識

狀態可以帶來創意，他是一個作家，有時不免靈感衰竭，那麼他就去冥想，然後他就會飛筆疾書，「完全不知道靈感是從哪兒來的。」¹⁰¹

心理學和邪術

心理學家們有沒有使用進入變異意識狀態的技術？如果心理學中有冥想的教導，他們當中怎麼可能沒有人使這些技術？如果他們使用這些技術，他們當然會受到鬼靈的影響。

心理學鼻祖之一的 Carl Jung 經年和鬼靈來往，是公開的秘密。他所寫的《Seven Sermons to the Dead》，可能是在邪靈控制下自動書寫而成的。¹⁰² 至於佛洛伊德（Sigmund Freud）是否交鬼，眾議紛紜。但是 Collins 說，「他的辦公室裡放滿了佛像，希臘眾神的像和其他宗教性的擺設玩物。」¹⁰³ 有人說：「這些雕像不是單單用作裝飾，他使用它們來幫助自己寫作。」¹⁰⁴ 佛洛伊德也曾經用催眠術為人尋找失去的記憶。¹⁰⁵ 如果心理學的兩個鼻祖都有嫌疑涉足偶像邪術之事，心理學中的基本概念當然大有可能包含邪靈啟示。

現代心理學和新紀元運動融合，是有目共睹的事。舉一個例，加州大學聖地古斯分校（U. C. Santa Cruz）校外課程是為在職人士進修而設，所開設的課程都是最新穎最需求的，留意一下它的課程，可以看見任何學科的趨勢。2000年春季開設的心理學課程有：「引導觀想治療法」，課程簡介說：「引導觀想法可以讓你在工作上增加創意，成為一個有效的治療者」¹⁰⁶；「靈異經歷的危機」，課程簡介說：「如果我們能夠懂得從前神秘主義者和黃教僧所走過的路，危機可以使人轉化……」¹⁰⁷；

「禪宗正念冥想」，教授是一位佛僧，這課程是最近幾年每一學期都開設的熱門課程；¹⁰⁸事實上還有更嚇壞人的課程。例如：1996年冬季曾經開設「你的親人活在你裡面」，課程簡介說：「本課程教你怎樣和已死的親人繼續交往……」¹⁰⁹，這正是交鬼。現代心理學這樣流行交鬼和邪術，怎麼可能沒有收到邪靈啟示？

對基督徒的含義

我們當然無法準確地統計有多少心理學理論是邪靈發明的，有多少是牠們抄襲的。但是最低限度，如果一個理論在聖經中找不到，邪靈卻擁護它，它就不應該在教堂內。

今天基督徒心理學家們在鼓吹結合（*integration*），聲稱他們對心理學棄惡擇善，現在居然帶來這樣多的邪靈教導，證明這個結合運動失敗了。聖經老早告訴我們：「你要專心仰賴耶和華、不可倚靠自己的聰明。在你一切所行的事上、都要認定他、他必指引你的路。不要自以為有智慧、要敬畏耶和華、遠離惡事。」（箴三5-7）

緊急敬勸各位信仰純正的基督徒放棄心理學，「唯獨聖經」是教會避免邪靈教導的辦法。

-
- ¹ Lazaris, *The Sacred Journey: You and Your Higher Self* (Palm Beach, Florida: NPN Publishing Inc., 1988), p. 51 and many other places in the book.
 - ² Neale Donald Walsch, *Conversations with God: An Uncommon Dialogue Book 1* (New York: G. P. Putnam's Sons, 1995), p. 22.
 - ³ Ken Wilber, "Psychologia Perennis; The Spectrum of Consciousness," in *Paths Beyond Ego: The Transpersonal Vision*, eds. Roger Walsh and Frances Vaughan (New York: G. P. Putnam's Sons, 1993), p. 22.
 - ⁴ John Sanford, *Dreams God's Forgotten Language* (New York: J. B. Lippincott company, 1968), p. 200.
 - ⁵ Benjamin Creme, *Message from Maitreya the Christ* (Hollywood, CA: Tara Center, 1992), p. 88.
 - ⁶ Wayne Dyer, *Manifest Your Destiny: The Nine Spiritual Principles for Getting Everything You Want* (New York: HarperCollins, 1997), p. 13.
 - ⁷ Cecil Osborne, *Meditation/Relaxation: The Secret of Inner Peace* (Waco, Texas: Word, 1974), cassette tape side one.
 - ⁸ Walsch, *Conversations with God*, Book 1, p. 150, 204.
 - ⁹ Stanislav Grof and Hal Zina Bennett, *The Holotropic Mind: The Three Levels of Human Consciousness and How They Shape Our Lives* (San Francisco: Harper San Francisco, 1992), p. 126-31.
 - ¹⁰ Lee Carroll, *Kryon: Don't Think Like a Human!* (Del Mar, CA: The Kryon Writings, Inc., 2000), p. 66.
 - ¹¹ Brian Weiss, *Through Time Into Healing* (New York: Simon & Schuster, 1992).
 - ¹² Helen Schucman, *A Course in Miracles*, Combined volume, 2nd ed., (Glen Ellen, CA: Foundation for Inner Peace, 1992), Workbook, p. 363.
 - ¹³ Harvey Jackins, *The Human Side of Human Beings: The Theory of Re-evaluation Counseling* (Seattle: Rational Island Publishers, 1966), p. 68.
 - ¹⁴ John Coe, "Why Biblical Counseling is Unbiblical," CAPS 1991.
 - ¹⁵ Walsch, *Conversations with God*, Book 1, p. 119.
 - ¹⁶ Nathaniel Branden, *How To Raise Your Self-Esteem* (New York: Bantam Books, 1988), p. 89.
 - ¹⁷ Henry Cloud, *Changes That Heal: How to Understand Your Past to Ensure a Healthier Future* (Grand Rapids, MI: Zondervan Publishing House, 1992), p. 182.
 - ¹⁸ Pat Rodegast and Judith Stanton, comp., *Emmanuel's Book* (New

- York: Some Friends of Emmanuel, 1985), p. 103.
- ¹⁹Paul Meier, Frank Minirth, Frank Wichern and Donald Ratcliff, *Introduction to Psychology and Counseling: Christian: Christian Perspectives and Applications* (Grand rapids, MI: Baker Book House, 1982), p. 244.
- ²⁰Cloud, *Changes That Heal*, p. 185.
- ²¹Rodegast & Stanton, *Emmanuel's Book*, p. 183.
- ²²Jonathan Beard, David Hayter & Eric Shenkar, *The Diagnosis and Treatment of Mental Illness: An Introduction* (Detroit: Wayne State University Press, 1989), p. 185.
- ²³Harold, Ellens, "Sin and Sickness: The Nature of Human Failure," in *Counseling and the Human Predicament*, ed. Leroy Aden and David Benner (Grand Rapids, MI: Baker Book House, 1989), p. 56-62.
- ²⁴Steven Lee Weinberg, ed., *Ramtha: An Introduction* (Eastsound, WA: Sovereignty, 1989), p. 6.
- ²⁵Thomas Harris, *I'm OK - You're OK* (New York: Avon Books, 1973), p. 261.
- ²⁶Robert Schuller, *Self Esteem: The New Reformation* (Waco, TX: Word Books, 1982), p. 98.
- ²⁷Lazaris, *The Sacred Journey*, p. 178-205.
- ²⁸Ibid., p. 179.
- ²⁹Wolfgang Kretschmer, "Meditative Techniques in Psychotherapy," in *Altered States of Consciousness*, ed. Charles Tart (New York: John Wiley & Sons, 1969), p. 220-21.
- ³⁰Osborne, *Meditation/Relaxation*, cassette tape side one.
- ³¹Jane Roberts, *The Nature of Personal Reality: Specific, Practical Techniques for Solving Everyday Problems and Enriching the Life you know* (Amber-Allen Publishing and New World Library, 1994), p. 308-09.
- ³²David Myers, *Exploring Psychology* (New York: Worth Publishers, 1990), p. 135.
- ³³John Court, "Hypnosis," *NEW DAY International*, May 88, p. 8.
- ³⁴Kevin Ryerson and Stephanie Harolde, *Spirit Communication: The Soul's Path* (New York: Bantam Books, 1991), p. 218-19.
- ³⁵John Court, "Hypnosis and Inner Healing," in *Journal of Christian Healing*, Vol. 9, No. 2, Fall, 1987, p. 31.
- ³⁶Rodegast & Stanton, *Emmanuel's Book*, p. 64.
- ³⁷Carolyn Ball, *Claiming Your Self-Esteem: A Guide Out of Codependency, Addiction, and other Useless Habits* (Berkeley, CA: Celestial Arts Publishing, 1990), p. 37.

- ³⁸William Hulme, *Let the Spirit In: Practicing Christian Devotional Meditation* (Nashville: Abingdon, 1979), p. 64.
- ³⁹Weinberg, *Ramtha*, p. 150-51.
- ⁴⁰Dyer, *Manifest Your Destiny*, p. 65.
- ⁴¹Lazaris, *The Sacred Journey*, p. 44.
- ⁴²Ball, *Claiming Your Self-Esteem*, p. 30-31.
- ⁴³Norman Vincent Peale, *The Power of Positive Thinking* (New York: Fawcett Crest, 1992), p. 19-20.
- ⁴⁴Walsch, *Conversations with God*, Book 1, p. 177-80.
- ⁴⁵Wayne Dyer, *What Do You Really Want for Your Children?* (New York: Avon Books, 1986), p. 72.
- ⁴⁶*Ibid.*, p. 292-93.
- ⁴⁷Bev Gundersen & Linda Kondracki, *Junior Elective Series: Self-esteem, Differences, Authority* (Elgin, IL: David C. Cook Publishing Co., 1992), p. 34-36.
- ⁴⁸Tuella, comp., *Ashtar* (New Brunswick, NJ: Inner Light Publications, 1994), p. 150.
- ⁴⁹Thelma Moss, *The Probability of the Impossible* (Los Angeles: J. P. Tarcher, 1974), p. 273-75.
- ⁵⁰Gary Collins, *Can You Trust Psychology?* (Downers Grove, IL: InterVarsity Press, 1988), p. 152-56.
- ⁵¹LaUna Huffines, *Bridge of Light: Tools of Light for Spiritual Transformation* (Tiburon, CA: H. J. Kramer, 1993), p. 163.
- ⁵²Grof & Bennett, *The Holotropic Mind*, p. 145-46.
- ⁵³Rodegast and Stanton, comp., *Emmanuel's Book*, p. 232-33.
- ⁵⁴C. G. Jung, *The Undiscovered Self*, trans. R. F. C. Hull (Boston: Back Bay Books, 1958), p. 6-7.
- ⁵⁵Meier, et al., *Introduction to Psychology and Counseling*, p. 52-54.
- ⁵⁶Walsch, *Conversations with God*, Book 1, p. 17.
- ⁵⁷Peter Gay, *Freud: A Life of Our Time* (New York: W. W. Norton & Company, 1988), p. 530.
- ⁵⁸蔡元雲，從未遇上的父親（香港：突破，1999），p. 9。
- ⁵⁹Lazaris, *The Sacred Journey*, p. 118-20.
- ⁶⁰John Bradshaw, *Bradshaw On: The Family: A New Way of Creating Solid Self-Esteem*, rev. ed. (Deerfield Beach, FL: Health Communications, Inc. 1996), p. 234.
- ⁶¹James Friesen, *Uncovering the Mystery of MPD* (San Bernardino, CA: Here's Life Publishers, 1992), p. 218.
- ⁶²Sanaya Roman, *Personal Power through Awareness: A guide book for Sensitive people* (Tiburon, CA: H. J. Kramer, 1986), chapter 7.

- ⁶³Bradshaw, *Bradshaw On: The Family*, p. 76-77.
- ⁶⁴Cloud, *Changes that Heal*, p. 103.
- ⁶⁵Roman, *Living with Joy: Keys to Personal Power & Spiritual transformation* (Tiburon, CA: H. J. kramer, 1986), p. 50.
- ⁶⁶Manuel Smith, *Yes, I Can Say No: A Parent's Guide to Assertiveness Training for children* (New York: Arbor House, 1986), p. 3.
- ⁶⁷Randolph Sanders & Newton Malony, *Speak Up! Christian Assertiveness* (Philadelphia: The Westminster Press, 1985), p. 28.
- ⁶⁸Ibid., p. 106-09.
- ⁶⁹Roberts, *The Nature of Personal Reality*, p. 156, 158, 162.
- ⁷⁰Dyer, *Manifest Your Destiny*, p. 92.
- ⁷¹Weinberg, *Ramtha*, p. 88-92.
- ⁷²Erich Fromm, *The Art of Loving* (New York: Harper Perennial, 1974), p. 30.
- ⁷³Lazaris, *The Sacred Journey*, p. 196.
- ⁷⁴Bradshaw, *Bradshaw On: The Family*, p. 76.
- ⁷⁵鄭炳釗，〈當你因失敗而內疚〉（香港：天道書樓，2001年），p. 11。
- ⁷⁶Roman, *Living with Joy*, p. 55.
- ⁷⁷Branden, *How To Raise Your Self-Esteem*, p. 6.
- ⁷⁸黃迺毓，「建立孩子的自我概念」，*家庭百分百*（台北：宇宙光，2000年），p. 164-66。
- ⁷⁹Lazaris, *Lazaris Interviews*, Book 1 (Beverly Hills, CA: Concept: Synergy Publishing, 1988), p. 106.
- ⁸⁰Ball, *Reclaiming Your Self-Esteem*, p. 94.
- ⁸¹James Dobson, *Hide or Seek*, rev. ed. (Old Tappan, New Jersey: Fleming H. Revell Company, 1979), p. 13.
- ⁸²Roman, *Living with Joy*, p. 44.
- ⁸³Richard Evans, *Carl Rogers: The Man and His Ideas* (New York: E.P. Dutton & Co., Inc., 1975), p. lxxix.
- ⁸⁴Cloud, *Changes that Heal*, p. 208-10.
- ⁸⁵Weinberg, *Ramtha*, p. 63.
- ⁸⁶Ibid., p. 153.
- ⁸⁷Evans, *Carl Rogers*, p. 10.
- ⁸⁸Cloud, *Changes That Heal*, p. 244-45.
- ⁸⁹Ryerson & Harolde, *Spirit Communication*, p. 188.
- ⁹⁰Branden, *How To Raise Your Self-Esteem*, p. 73.
- ⁹¹Neale Donald Walsch, *Conversations with God: An Uncommon Dialogue*, Book 2 (New Charlottesville, VA: Hampton Roads Publishing Co, Inc. 1997), p. 102.

- ⁹²Carl Rogers, *Carl Rogers on Personal Power* (New York: Delacorte Press, 1977), p. 43.
- ⁹³Rodegast & Stanton, *Emmanuel's Book*, p. 205.
- ⁹⁴Jeffrey Satinover, *Homosexuality and the Politics of Truth* (Grand Rapids, MI: Baker Books, 1996), p. 31-37.
- ⁹⁵Gary Collins, *Christian Counseling* (Dallas: Word Publishing, 1988), p. 281.
- ⁹⁶Walsch, *Conversations with God*, Book 1, p. 79.
- ⁹⁷Howard Kirschenbaum & Valerie Land Hendersoned., *The Carl Rogers Reader* (Boston: Houghton Mifflin Company, 1989), p. 28.
- ⁹⁸Jane Roberts, *The Seth Material* (New York: Bantam Books, 1981), front cover.
- ⁹⁹Ryerson & Harolde, *Spirit Communication*, p. 144.
- ¹⁰⁰Roman, *Living with Joy*, p. xv.
- ¹⁰¹Dyer, *Manifest Your Destiny*, p. 34.
- ¹⁰²Joseph Carr, *Lucifer Connection* (Lafayette, Louisiana: HuntingtonHouse, 1987), chapter 6.
- ¹⁰³Gary Collins 著，邱清泰譯，*心理學的重建*（台北：校園書房，1981年），p. 84。
- ¹⁰⁴鮑謹博士夫婦合著，陳張逸萍譯，*心理學不合聖經*（台北：天恩，2003年），p. 90。
- ¹⁰⁵Dave Breese, *Seven Men Who Rule the World from the Grave* (Chicago: Moody Press, 1990), p. 128-132.
- ¹⁰⁶UCSC Extension course catalogue, Spring 2000, Psychology course # X473.17, "The Therapeutic Use of Guided Visualization."
- ¹⁰⁷Ibid., Psychology #803.1, "Spiritual Impact of Traumas."
- ¹⁰⁸Ibid., Psychology # 864, "Zen Mindfulness: Practices for Daily Life."
- ¹⁰⁹Ibid., Winter 96, Psychology # X480.12, "Your Loved One Lives on Within You."

其他有關題目

任君選擇

有一次看見一位初為人母的姊妹拼命啃教養兒童的心理學書籍，我勸她盡信書不如無書，她說：「不成啦！如果這些書所講的是真的話，而我不知道或者不相信，豈非吃虧？」她的答覆也不是沒有理由，可是，問題是：哪一本書才可信？哪一本書才是真理？

只要你稍為留意，一定可以知道心理學家之間也有不同的意見。名心理學家 Carl Rogers 說，佛洛伊德（Sigmund Freud）的理論已經落伍了好久，只是一般人剛才察覺，¹他說：「佛洛伊德心理學理論的基礎是一些沒有證據的教條，我想人家慢慢就不耐煩了。」²如果心理學的兩個大頭頭的意見不同，其他心理學家呢？請看下面的一些例子：

潛意識和無意識

現代人，基督徒與否，大概都會認為人有潛意識和無意識，似乎這是一個真理，一個事實，並非僅僅理論而已。如果你表示不相信有潛意識，別人會以為你精神有毛病，或者你還

活在石器時代，可能有些牧師還會指責你信仰不純正。

可是，一位名心理學家 **Rollo May** 卻不同意，他說：「現在的人常常用無意識來辯解人的行為，簡直是可惡之極」，以至人逃避自己的真正面目，無意識不過是「一個方便的藉口，可以用來解釋任何因果關係，或者是一個儲存庫，你可以從其中找到任何行為上的解釋。」³ **Rogers** 也說：「無論我同意佛洛伊德的無意識觀念與否，這個觀念本身並沒有多大的意義。」⁴ 《TIME》報導，最新心理學派 **Cognitive Therapy** 的奠基人，心理醫生 **Aaron Beck** 也認為佛洛伊德的潛意識觀念沒有科學證據，棄之如敝屣。⁵（請再看「質疑者眾」一文有關潛意識和無意識的討論）

童年的影響

Thomas Harris 說我們的腦袋好像一個錄音帶，記錄了所有從出生以來的經歷，甚至未出生前的事件也記載了。⁶ 林牧師說，我們的原生家庭對我們有極大的影響，它影響我們的自我形像，我們的感受，我們和他人的關係。為什麼我們對哪一個異性感興趣，我們決定和誰結婚，都是原生家庭影響的結果。⁷

Rollo May 說：「我們常說，一個人的過去對他的將來有決定性的影響，我們必須明白，一個人的現在——他現在怎樣活——決定他的過去，我的意思就是說，這會影響他怎樣看他的過去……」⁸

我們都是受害人

一位姊妹說：「大部分的人是在不完美的家庭…成長…林牧師就要求我們…回顧家庭環境對自己的價值觀及人生方向的

影響。當我深入了解自己的家庭結構、角色扮演及家人關係之後，就能選擇不作『受害人』(Victim)，而成為『受傷的醫治者』(Wounded Healer) …」⁹

一位美國著名督徒心理學家 Larry Crabb 抱怨說：「我們寧願看自己在人際關係中受別人的傷害，卻不願意看自己在神面前是一個罪人。」¹⁰

孩子什麼時候定型？

《家庭會傷人》是一本非常流行的現代心理學書，它的作者說：「在生命最初的十五個月裡」，人需要別人的照顧，他就從這一段時間的經歷來認識自己。¹¹

「一些心理學家說，人的情緒模式是在兩歲時就成型了。」¹²

林牧師說：「小孩子要好好的教，愈小開始教，愈容易教。中國人說，『三歲定終生』^a。這句話有相當多的研究根據，有人說三歲有人說六歲，都是說最早幾年中，父母對孩子的影響會持續一生。」¹³

某心理學家說：「孩子到了六歲，一切定型，六歲以前仍有希望改變。」¹⁴

張博士說：「在青少年及青年期，我們進入了一個尋找自己的過程……若沒有意外的改變，這一過程的結果常會決定我們將來的一切。」¹⁵

^a 附帶澄清一點：「三歲定八十」這一句中國俗語是說人的性格從小已經可以看得出來，而且一生難得改變——江山易改，本性難移之意，並非說三歲前的經歷可以決定一生。心理學家們引用中國俗語和引用聖經同樣巧妙！

黃博士也同意三歲定八十。¹⁶但是他又說：「人年幼時好像一可塑性甚高的鐵片，三到六歲以後，基本個性形成了，鐵硬起來了。青春期火來烤一烤，又熔了，可塑性加強了，然後又硬了起來。一直等到中年危機時，人開始想要變，又是一段較軟的時候。此外，神也給人許多熬煉，每次痛苦的事情，就等於將我們烤一烤，賜人可以成長、改變的機會。」¹⁷

近來有一期《Newsweek》專題討論孩子成長的問題，其中一篇說：「雖然有很多證據證明早年的重要性，一些研究人員爭論說，成年後的經歷和孩童時期一樣重要。他們說，同輩比父母的影響更重要」。¹⁸

《Newsweek》又說：「任何父母都知道，孩子的性格不是漸漸發展成的，反之，似乎在出生的時候已經看得出的」。該文指出43%的父母覺得孩子大部分的性格是遺傳的，但是該文的重心不是說教養不重要，而是說遺傳和教養都重要。¹⁹

心理學家 Judith Harris 有兩個女兒：一個親生，一個收養。Harris 從來用一樣的方法去教兩個女兒，但是兩個女兒的品格卻完全異樣，一個是模範學生，一個中學沒有畢業，終於她寫了一本叫做《Nurture Assumption》的書。她說，一旦父母獻出精子和卵子中的 DNA 之後，就沒有什麼作為的了。她在書中列舉了750篇文章，用以支持她的理論。²⁰ 換言之，人的性格是與生俱來的。

離婚對孩子的影響

許多實證 (Empirical) 研究，尤其是學術界研究子女離婚適應之泰斗——華勒絲汀 (Wallerstein) 博士，根據三十年的追蹤研究，清楚地指出離婚的確會對子女身心發展帶來影響深遠的傷害。

然而婚姻學界還有另外一些學者，也提出證據，認為離婚並不一定會給子女身心帶來永久性的傷害。例如：哈瑟林頓（Hetherington）博士研究了將近二千五百名的離婚子女，雖然她並沒有像華勒絲汀博士那樣花了那麼多的時間與離婚子女面談…但是哈博士研究樣本的"量"卻遠遠超過華博士。

兩位研究者的著眼點不太一樣，而她們研究出來的結果也大相逕庭。」於是，報導這兩個完全相反研究的黃博士說：「以上這些研究，各有其道理，很難說誰對誰錯。」²¹

自尊／自信 (Self-Esteem)

什麼是自尊／自信？《Newsweek》報導：「調查過一百位教員的意見之後，得到二十七個完全不同的答案，所以全國議會沒有辦法同意於一個定義」²²

不但自尊／自信沒有統一定義，心理學家們對它的基礎是什麼也有不同的意見。

杜布森（James Dobson）認為人的自我價值或者自尊／自信不是因為人能夠做到某種標準，自我價值必須基於「他就是他！」²³

蔡醫生說：「我現在深信：自我形象的建立，不能單靠自我肯定……還要得到自己所信任、尊重的"權威人物"的肯定……」²⁴ 當杜布森發表了上邊的言論之後，他在同一本書中又說，父母必須幫助孩子在小學二年級的時候能夠閱讀，否則會大大影響他的自尊／自信。²⁵ 不但專家們意見不一，同一個專家在同一本書中提出兩個不同的意見，你要相信哪一個？

自愛和自我價值

當 Paul Meier 等基督徒心理學家討論自愛／自尊的問題的時候，他們指控一些教會的教導錯誤。據他們說，這些教會認為自我憎恨是一種美德，孩子們的自我價值必須完全被破壞，這些教會還說上帝是在等待人犯罪，好去處罰他。Meier 說這樣的教會是負面的律法主義者。²⁶

可是 Larry Crabb 反對這樣的想法，他說現在的基督徒，「以為對自己有好感是一種美德，自我憎恨是罪惡。」²⁷「教會的首要任務是幫助人自愛和提高自我價值，我們不再捨己忘我和付代價去服事上帝，只知道自我接納，不再內疚，一味肯定自己……這是本末倒置。」²⁸「我們以為滿足自我價值就是心靈的平安，這是我們的錯誤。」²⁹

自我接納

心理學家 Wayne Dyer 說：「如果你真的能自我接納，你會誠實的對自己說，『我就是這個樣子的，我接納我自己這個樣子』」，我們不需要改變什麼，也不需要為什麼內疚，這樣才是真正的自我接納。³⁰

另一位名心理學家 Nathaniel Branden 也教導自我接納，但是他說自我接納不等於不需要改變，自我接納的意思只不過是承認事實，不作逃避。他還說：「自我接納是改變自己的先決條件。」³¹

瞧，這兩位心理學家都同意自我接納，但是他們都不能接納對方的自我接納方式！

溝通的效用

前任愛家協會會長葉博士：「最普通的婚姻問題是什麼？大家可能會說：婆媳、外遇、性、經濟、子女管教、個性不合……而我的回答是"溝通問題"……要記住：溝通問題是所有婚姻問題的根本問題。要開啟幸福婚姻的門，這把鑰匙就是溝通。」³²

一位基督徒社會工作者和輔導員：「溝通當然重要，但它並不代表一切……未必可以把兩個全然不同的人拉在一起。溝通是有限制的，無論再怎麼良好的溝通，也未必可以使我們從配偶身上得到想要的東西。」³³「溝通技巧非萬能，持守信念最重要。」³⁴

表達感受

Harvey Jackins 就是一個極力提倡必須表達感受的心理學家，他認為人本來是好的、聰明的、有愛心的、能和別人合作的；但是因為受到感情上的創傷，所以智力慢慢被阻塞，頭腦不清晰，日後如果碰上類似的情形，心理按鈕被按動，就會產生各種人際問題。所以他主張讓小孩子盡量疏洩情緒，譬如：孩子要哭的時候讓他盡量的哭，他心靈中所受的傷害才能修補。³⁵

心理學家 Albert Ellis 卻說，很多心理學家都教人必須釋放自己的情緒。但是他不同意，因為這樣做有時會惹來另一種麻煩，增加對方的敵意。³⁶

教導孩子的方法

《Newsweek》有一篇文章，標題為：「做這個！做那個！父母指南的歷史」，該文章指出每一個年代心理學家們對兒童教養都有不同的見解。譬如：1925年，專家們指出環境影響行為（行為主義）；1946年，Benjamin Spock 醫生用他的理論取代行為主義。³⁷

Spock 也在他那膾炙人口的育嬰指南《The Common Sense Book of Baby and Child Care》一書中說：「…教養兒童的嚴格程度是因時代而異…有些父母為新的理論所混亂…那些被混亂的父母…應該按照自己的決定去做…」³⁸。

2000年有一期的《Newsweek》，專期討論發育和教養的問題，其中一篇文章說：「如果你挑選三本教養孩子的書，你會看見三個不同的意見，都自稱是最好的教養孩子的方法……有時你以為是可信的資料，以後發現它是錯的……」，教養辦法從『小孩子應該有耳無嘴』，到『小孩子應該比任何人更有權利講話』，然後又返回『有耳無嘴』去；至於其他的事情，都是從一個極端到另一個極端，反反覆覆，所以文章結論說，你自己就是真正的專家。³⁹

孩子喜歡不喜歡父母管教他們

「根據對青少年所作的問卷調查可以看出，在八項與父母之間的關係中，14-15歲的青少年最希望從父母那裡得到的是教導、榜樣和權威，其次是瞭解和支持。17-18歲的青少年最希望從父母那裡得到的則是瞭解和支持，其次是個人的隱私。第三是教導、榜樣和權威。」⁴⁰ 竹君也說：「其實，孩子也是在用各樣的方法，要你作一個是非分明，有準規，有立場的父母。他也希望你認真、肯定、嚴厲、甚至用體罰來告訴他，你愛

他，你要幫助他。」⁴¹ 換言之，私底裡，孩子希望父母管教自己。

自稱已經銷售一百二十五萬本，又自稱是很多教堂和學校所支持的教養兒童指南《P.E.T.》說：「一般人和一般專業人士都以為孩子們喜歡父母有權威……我想很多人支持這個想法，是因為這樣可以辯衛他們對孩子施權力……孩子可能想知道父母所定的限度，但是不等於他希望他的父母對他有所限制。」於是作者 Thomas Gordon 舉例說明沒有人喜歡別人限制他的行動。⁴²

體罰

張博士將體罰比作性虐待，而且認為孩子不能因此內疚：「在我們成長的過程中，可能遭受傷害，使我們扭曲了自我形像；也可能受到過體罰或性虐待，個人價值感因而被扭曲。如果我們還覺得應為這些錯誤負責的話，這種傷害將會更大。」⁴³ 一位專攻幼教的基督徒報導說：打孩子會產生兩個不良效果，其一是使孩子性格孤僻，膽小怕事；其二，打孩子是向孩子發出一個信號：暴力是取得勝利的手段。⁴⁴

杜布森說：「如果責打得適合，是一件好事，我認真敦促大家這樣做，打打孩子的屁股……不會傷害孩子自尊/自信的。」⁴⁵ 他又說：「有一些專家以為體罰孩子會驅使孩子去打別人，導致暴力行為，這是胡說八道！」⁴⁶。

性教育

邱博士夫婦一向推崇性教育，《愛的雕琢》中有一整章，教導並鼓勵父母對孩子實施性教育，除了給孩子們灌輸知識之

外，還要給孩子們機會觀察異性的性器官，又建議孩子和父母同浴。⁴⁷ 邱博士自己也曾經表示自己在兩個男孩小的時候，和他們一同沐浴，直至孩子身上出現羞毛，孩子拒絕再和他同浴為止。⁴⁸

一本1999年才出版的性教育專論表示，六十年代的一些保守組織嘗試刪除學校中的性教育，他們認為性教育是「不道德的」，結果，性教育的流程度下降。但是七十年代又再流行起來。九十年代，性教育仍然是一個很多人爭論的題目，於是這本書邀請各種意見的代表人發表言論，有認為性教育只應在家中由父母來教，有認為應該在學校進行；有認為性教育對預防少女懷孕有效，有說它沒有效；有說應該教導婚前禁慾，有的反對。⁴⁹

孩子上大學的地點

林牧師說，你住在台中，你要申請台北的大學，或者你住在台北，你卻申請高雄的學校，這是表示你和家人的關係疏遠，或者甚至有爭執。⁵⁰

Meier 等心理學家說：「高中畢業的孩子跑到離家幾百里的地方上大學是一件好事。」⁵¹

夫婦間的距離

邱博士解釋，你儂我儂這首歌是說：用泥做一個人好像你，再用泥做一個人好像我，然後把兩個捻在一起，直至到大家分不開。⁵² 意思就是說兩個人之間再沒有界線。

黃博士表示夫婦之間應該保留一些空間。⁵³ 他曾經提出幾

個有效的婚姻治療法，其中一個是「自我撫慰、自給自足」，勸導夫婦不要太過依靠對方來滿足自己，「而該試著從文學、音樂、休閒、公益、尤其是從禱告同伴與教會肢體的愛中尋找精神寄託」。⁵⁴

同性戀

同性戀就是一個最好的例子，說明心理學理論因時代改變，心理醫生 Satinover 報導說，早在1963年，美國心理學協會（American Psychiatric Association簡稱APA）認為同性戀的是疾病，同性戀者是情緒受困擾的人，但是因為政治原因，1971年，APA 投票決定以同性戀為正常，沒有反對票數，所以修改《Diagnostic and Statistical Manual》以反映這個決議。1994年，APA 進一步表示，他們不贊同任何專業人士幫助同性戀者去改變生活方式。⁵⁵

結 論

上邊只是一些例子，說明心理學家對同樣的事情往往提出不同的見解，任君選擇。

「愚蒙人是話都信。」（箴十四15）



附：趣味智力測驗

既然心理學家們在很多事情上都不能一致，以後在教室內聽到心理學理論的時候，請你不必馬上相信，因為大有可能另有反對的意見，下面是一些練習，請試試看你能否相信：

竹君：「父母是孩子的第一面心裡鏡子……在我當幼兒園老師數年的經驗中，從早到晚，直率坦白的美國小朋友會採用不同的途徑，在不同的地點，一而再，再而三的請問我：老師，我行嗎？我可愛嗎？我真的像我媽媽說得那麼好嗎？我在你老師的眼中又如何？」⁵⁶（愚見是……^b）

Meier 等基督徒心理學家說，如果我們將某人歸屬於某一類，他就很可能照你對他的評語行事為人，這正是一般人所講的「自己應驗自己的預言」（Self-fulfilling prophecy）。⁵⁷（愚見

^b 如果小孩子們真的直率坦白，就不可能「採用不同的途徑」去問老師，幼兒園的孩子們有這樣深的城府？其次，如果孩子的自我形像來自父母的評語，正如竹君說的「父母是孩子的第一面心裡鏡子」，他們就不會去問老師，「我真的像我媽媽說得那麼好嗎？」，否則老師才是孩子們心裡面真正的鏡子。最後，請問其他幼兒園老師是否同意竹君這句話？

^c 請問：開始的時候，為什麼我會將某人歸屬於某一類？難道不是他的表現嗎？再者，如果一個人將我歸類為「聰明」，另一人將我歸類為「愚蠢」，我將會照著誰的評語去做？

是……^c)

黃博士說：「乖乖牌」的女孩中，很多到了青春期發生「厭食症」和「暴食症」。⁵⁸（愚見是……^d）

Meier 等心理學家說，男同性戀者的最常見起因是他們被父親心理上遺棄，女同性戀者則是被母親〔心理上〕遺棄，他們都是在尋找他們所得不著的。⁵⁹（愚見是……^e）

葉博士夫婦說：「典型的男人不但喜歡如電腦、電視…而且每次只有能專注在其中一個……典型的女人擅長一心多用，例如她可以一面做飯、一面打電話…一面還督促孩子做功課。」⁶⁰（愚見是……^f）

^d 只需問：你所見過的乖孩子中，有多少有這樣的問題？

^e 照此類推：如果男孩被母親遺棄，或者女孩被父親遺棄，他們的性取向就會正常，那些被雙親遺棄的，必定是雙性的（bi-sexual），那些父母都從不遺棄的，可能一輩子是單身貴族。聖經以同性戀為罪，並沒有把原因推到父母身上，比較高明。

^f 如果男人只能專心集中於一件事，請想一想，為什麼有很多男人可以一面開車、一面打電話？還有一些男人可以一面使用電腦、一面看電視？我想，第一，有一些事情是可以分心的，有一些事情是必須集中精神才能做得好的，譬如我們做父母的，叮囑兒子，也叮囑女兒，不要一面看電視、一面做功課，對不對？因為分了心的話，讀書就讀不明白。所以這不是男女問題，這是事情本質的問題。第二，我恐怕心理學家們言下之意是說，女人只配做那些容易的事情，譬如做飯和打電話，希望心理學家們不會收到性別歧視的控訴。第三，為什麼男人用電腦看電視的時候，無法注意到廚房裡還有要洗的碗？真的是因為男人在同一時候只能做一件事嗎？……這一點，我請男士們回答。



邱博士帶到中國教會推動心理學的 Gary Collins 說：「心理學不單只沒有發展成一門連貫統合的科學，反而...分裂成一大堆矛盾衝突的技術、問題、理論和不相關的零碎資料。難怪有些心理學家和學生開始懷疑這門科學是否瀕臨瓦解邊緣。心理學在表面上看似健全，在實質上卻趨分崩離析……心理學是否還有光明的前途，抑或它必需為自己的生存而奮鬥呢？…對心理學家來說，特別是那些年輕的心理學家，他們關切他們的職業以及他們專業的健全性...沒有人願意投身在一個衰退中或者不切實際的行業裡面……有些人…建議乾脆把心理學連根拔除…這個…建議，我們不會隨便的予以接納，尤其是那些因為這個建議而可能失業的心理學家，更加不可能認真的接納這個提案。」¹（愚見是……[§]）

¹ Richard Evans, *Carl Rogers: The Man and His Ideas* (New York: E.P. Dutton & Co., Inc., 1975), p. 88.

² Ibid., p. 90.

³ Rollo May, *The Discovery of Being* (New York: W. W. Norton & Co., 1983), p. 170-71.

⁴ Evans, *Carl Rogers*, p. 6-7.

⁵ Lev Crossman, "Can Freud Get His Job Back?" *TIME*, January 20, 2003, p. 77.

⁶ Thomas Harris, *I'm OK - You're OK* (New York: Avon Books, 1973), p. 30-32.

⁷ 林國亮，*家庭樹，生命樹--原生家庭探討*，使者，錄音帶#1。

⁸ May, *The Discovery of Being*, p. 167.

[§] 我完全同意。

- ⁹ 綠蒂雅，「記使者南加州未婚基督徒營會」，*使者*，1-2/97，p.54。
- ¹⁰ Larry Crabb, *Finding God* (Grand Rapids, MI: Zondervan Publishing House, 1993), p. 129.
- ¹¹ 約翰·布雷蕭著，鄭玉英，趙家玉譯，*家庭會傷人*（台北：張老師文化，1993），p.3。
- ¹² 魏琳達，「不作缺席媽媽」，*愛家雜誌*，第五卷，第五期，2000、5，p.9。
- ¹³ 林國亮，*家庭樹，生命樹--原生家庭探討*，錄音帶#5。
- ¹⁴ 引自：葉陳淑淑，「走過自閉症的絕望谷」，*中信*，2001年4月，p.4。
- ¹⁵ 張江光麗，「了解與接受自己（一）」，*使者*，5/6/99，p.24。
- ¹⁶ 黃維仁，*真我之追尋*（SantaClara,CA：家庭更新協會，1995年），錄音帶#2。
- ¹⁷ 黃維仁，「親子之間」，*使者*，5/6，1994，p.48。
- ¹⁸ Berry Brazelton & Stanly Greenspan, "Our Window to the Future," *Newsweek* 2000 special issue, p. 34.
- ¹⁹ Thomas Hayden, "A Sense of Self," *Newsweek* 2000 special issue, p. 57-58.
- ²⁰ Sharon Begley, "The Parent Trap," *Newsweek*, September 7, 98, p. 53-59.
- ²¹ 黃維仁，「活在愛中的秘訣（六）」，*愛家雜誌*，第七卷，第七期，2002/7，p.10。
- ²² Jerry Adler, "Hey, I'm Terrific!", *Newsweek*, 17 February, 1992, p.48.
- ²³ James Dobson, *Hide or Seek*, rev. ed. (Old Tappan, New Jersey: Fleming H. Revell Company, 1979), p. 13.
- ²⁴ 蔡元雲，*從未遇上的父親*（香港：突破，1999），p.20。
- ²⁵ Dobson, *Hide or Seek*, p. 100.
- ²⁶ Paul Meier, Frank Minirth, Frank Wichern and Donald Ratcliff, *Introduction to Psychology and Counseling: Christian Perspectives and Applications* (Grand rapids, MI: Baker Book House, 1982), p. 142.
- ²⁷ Crabb, *Finding God*, p. 16.
- ²⁸ *Ibid.*, p. 17-18.
- ²⁹ *Ibid.*, p. 37.
- ³⁰ Wayne Dyer, *Manifest Your Destiny: The Nine Spiritual Principles for Getting Everything You Want* (New York: HarperCollins, 1997), p. 75-76.
- ³¹ Nathaniel Branden, *How To Raise Your Self-Esteem* (New York: Bantam Books, 1988), p. 45-46.
- ³² 葉高芳，*婚姻大補帖*（台北：宇宙光，民國88年），p.185-87。
- ³³ 黃麗彰，*溝通不是萬靈丹：另眼透析現代婚姻*（香港：突破，2000年十一月），p.89。



- ³⁴ Ibid., p. 51。
- ³⁵ Harvey Jackins, *The Human Side of Human Beings: The Theory of Re-evaluation Counseling* (Seattle: Rational Island Publishers, 1966).
- ³⁶ Albert Ellis, *Anger: How to Live With and Without It* (New York: Citadel Press, 1997), p. 1-5.
- ³⁷ "Do This! Do That! A History of Advice to Parents," *Newsweek*, September 7, 1998, p. 56-57.
- ³⁸ Benjamin Spock, *The Common Sense Book of Baby and Child Care* (New York: Duell, Sloan and Pearce, 1966), p. 46-49.
- ³⁹ Heidi Murkoff, "The Real Parenting Expert Is ... You," *Newsweek*, Special Edition Fall & Winter 2000, 20-21.
- ⁴⁰ 劉亦文, 「管太多? 作太少?」, 使者, 1/2/2001, p.34。引用 Magen, Zipora.
- ⁴¹ 竹君, 愛的雕琢 (Santa Clara, CA: 北美家庭更新協會), p.129。
- ⁴² Thomas Gordon, *P. E. T. Parent Effectiveness Training* (New York: Plume, 1975), p. 186-87.
- ⁴³ 張江光麗, 「了解與接受自己(一)」, p.25。
- ⁴⁴ 小靈, 「不打孩子, 行嗎?」, 海外校園, 九七年六月, p.12-13。
- ⁴⁵ Dobson, *Hide or Seek*, p. 91,94.
- ⁴⁶ Ibid., p. 95.
- ⁴⁷ 竹君, 愛的雕琢, 第十五章。
- ⁴⁸ 邱清泰, 少年十五二十時 (Santa Clara, CA: 家庭更新協會, 1995), 錄音帶#2。
- ⁴⁹ Tamara Roleff, ed., *Sex Education* (San Diego, CA: Greenhaven Press, 1999).
- ⁵⁰ 林國亮, 家庭樹, 生命樹--原生家庭探討, 錄音帶#2。
- ⁵¹ Meier, et al., *Introduction to Psychology and Counseling*, p. 212.
- ⁵² 邱清泰, 你儂我儂: 談夫妻之愛 (新加坡: 中國信徒佈道會, 新加坡分會) 錄音帶。
- ⁵³ 黃維仁, 真我之追尋, 錄音帶#3。
- ⁵⁴ 黃維仁, 「婚姻的解析與重建」, 使者, 1-2/97, p.47。
- ⁵⁵ Jeffrey Satinover, *Homosexuality and the Politics of Truth* (Grand Rapids, MI: Baker Books, 1996), p. 31-37.
- ⁵⁶ 竹君, 愛的雕琢, p.47。
- ⁵⁷ Meier, et al. *Introduction to Psychology and Counseling*, p. 164-65.
- ⁵⁸ 黃維仁, 「親子之間」, 家庭百分百, p.207。
- ⁵⁹ Paul Meier, Frank Minirth and Donald Ratcliff, *Bruised and Broken: Understanding and Healing Psychological Problems* (Grand Rapids, MI: Baker Book House, 1992), p. 139.
- ⁶⁰ 葉高芳、李懷恩, 「當 Waffles 遇見 Spaghetti」, 真愛家庭雜誌, 第七期, 10/02, p.18。

質疑者眾

二三十年前，邱清泰博士把 Gary Collins 帶到港台兩地演講，向中國教會推動心理學；之後，中國教會幾乎沒有討論、沒有調查、沒有質疑也沒有批判，默然接受了心理學。現在到處都是心理講座、心理輔導、心理這個、心理那個，神學院也開班教授，於是年輕一輩的傳道人急於學習心理輔導，至於平信徒，很多以為心理學是基督教的一部分。如果有人表示不相信心理學，別人可能懷疑他信仰不純正，或者擔心他仍然相信地球是平的。可是，事實上卻有人不相信、不接受心理學的，你會震驚嗎？

有一點必須先聲明，當我用心理學這個名詞的時候，是指佛洛伊德（Sigmund Freud）等人和後來的心理學派，以及他們的影響。心理學不等於輔導，輔導是可以引用聖經的；心理學也不等於談論任何人際關係問題，這些討論和教導是可以根據聖經的。

基督徒學者的批判

西方教會一向有人高聲疾呼反對心理學，尤其那些信仰純正和比較保守的福音派教會中，很多人都察覺到心理學的問題，可惜中國教會卻沒有這樣的人，結果一般信徒都被蒙在鼓裡。

美國教會中批判心理學的權威 Bobgan 夫婦有一本名著叫做《Psychoheresy》，顧名思義，他們認為心理學是一個異端，因為「它背離了聖經的基本真理。」¹

Richard Ganz 批評說，心理學不再是行為科學，已經演變為近乎宗教一樣的異端。人代替了神；心理學家代替了牧師；心理治療代替了神的話。²

William Kilpatrick 認為心理學是一頭披著羊皮的狼，是一個偽冒基督教的假貨，因為它的外表有一點像基督教，而實質卻不是。³

Paul Vitz 有一本名著叫做《Psychology as Religion: The Cult of Self-worship》，書名就老早把內容揭露了，Vitz 認為心理學是一個異端，是一個自我崇拜的宗教。封底介紹說：「現代心理學…已經變成宗教…它是現代生活的問題，不是解答。」⁴

Gary Almy 認為現代的心理醫學找不到精神病的原因，也找不到治療的辦法。⁵

Seth Farber 相信整個心理醫學系統是有害的，不但對精神病人如此，對其他人亦然。⁶

主張「唯獨聖經」的《劍橋宣言》指出今天在教會裡腐蝕信仰權威的事情之一是「心理治療技術」。⁷

學者 CS Lewis 說佛洛伊德的哲理與基督教的道理是完全相反的。⁸

基督徒歷史學家 Jim Owen 說心理學視罪惡為疾病、否認聖經的全備性、損害信徒對神的信賴。⁹

基督徒哲學家 David Noebel 大事抨擊人本主義心理學，因為此學派視人性為本善；倡導「自我現實」，強調自信/自尊，拒絕內疚，所以這個學派攻擊基督教為人類心理健康的大敵人。¹⁰

另一位基督徒學者 Dave Breese 認為清教徒受基督教影響，對性愛事情非常保守。佛洛伊德的 Libido 觀念導至性解放，於是帶來現在的各樣家庭和社會問題。¹¹

基督徒 James Kenedy 報導，Benjamin Spock 的教養孩子理論使下一代不尊敬權威，他自己雖然公開道歉，可是其他心理學家還沒有。Kenedy 也說佛洛伊德是性解放的先導者，帶來各種社會家庭問題，他和其他心理學家將世界的道德水準拉低。¹²

至於基督徒新紀元研究員，多多少少都指出現代心理學中有很多新紀元的思想和技術，譬如：Dave Hunt 就是其中的一個，他說：「只有心理學才接納印度教、佛教和其他沙門為科學」。¹³ 在他的寫作中，類似的評論到處可見。

護教學家 Ankerberg 和 Weldon 說：「愈來愈多人視心理學為通往古代秘術智慧最有效的橋梁。」¹⁴

拙作《新紀元的陷阱》亦討論到現代心理學和新紀元運動的關係密切。¹⁵我自己的博士論文研究亦指出：新紀元運動交鬼的人從邪靈所獲得的教導中，大部分可以在世俗心理學中找到，超過半數可以在基督教心理學中找到。（請見「妖言邪道」一文）

非基督徒學者的批評

除了基督徒之外，大有屬世心理學家批評心理學。最早批判心理學的心理學家可能是 Szasz 和 Laing，Szasz 說精神病是一個神話，根本沒有這一回事，他們二人都同聲的說治療人員虐待人，將病名強加在人身上。¹⁶

Carl Rogers 表示：「心理診斷是浪費時間，毫無建樹，與其花時間去把人歸類，不如花時間去認識那個人。」¹⁷

心理醫生 Fuller Torrey 在他的書《The Mind Game》中說：「大部分西方心理醫生所使用的技術，和巫醫技術的科學化程度差不多，只有少許例外。」¹⁸

1993年《TIME》有一個封面標題：「佛洛伊德是否已經死去？」。雜誌引述最近的研究並下了一個結論：「講到底，心理分析及其支流可能不比骨相學或催眠術更可靠。」¹⁹

有幾位世俗心理學家也曾經這樣說：「請留意，心理分析在社會中一馬當先的倡導兩件事：高舉性慾和縱容孩子。」²⁰

Robyn Dawes 是一位心理學教授，他寫了一本批評心理學的書，因為他覺得良心有愧。他說，現在有很多研究指出，這些專業人士不能幫助人，他們的意見亦不可靠。更令人觸目的是，作者承認現在的流行心理學就是「新紀元心理學」，其中「自信／自尊」是他抨擊的主要對象；此外，「內心幼童」（童年傷害）也在抨擊之列。²¹ 環視今天中國教會內的心理學，這兩個題目豈非主題！

《San Jose Mercury News》有一次一連三天刊登有關心理治療行業的問題，轉述了幾位專家的意見，其中一個說：「尋找心理治療的人沒有受到保障」；另一個說：「這個行業中有些治療

者是有精神病的。」²²

不但基督徒學者覺得心理學和聖經是敵對的，而且非基督徒中，也有人看得出心理學和宗教互不相容。一份雜誌報告說：「結合屬靈事物和心理治療，結果是兩面不討好……心理分析員都有一點像佛洛伊德一樣，侮辱宗教……教牧輔導員反抗那些認為人性本惡的神學思想。」²³

請不要以為只有那些頑固、保守、反智、落後的基督徒才會批評心理學，事實上屬世人士中批評心理學的甚多，我到家居鄰近的市立圖書館去搜尋，發現書架上有一列的書是關於量度心理學效用和批判心理學的，我隨手挑選了幾本，除了上邊 Robyn Dawes 的書之外，還有：

Psychoanalysis: The Impossible Profession by Janet Malcolm

The Psychotherapy Maze by Otto Ehrenberg and Miriam Ehrenberg

Beware of the Talking Cure by Terence Campbell

Against Therapy: Emotional Tyranny and the Myth of Psychological Healing by Jeffrey Masson。

我不禁掛念中國教會，美國教會已經有一批這樣的書籍，但是中國教會不多，（請見附三）在此敬勸各出版社和雜誌編輯不要壓制這類的文章和書籍，中國基督徒十分需要在這一方面的辨別和認知！

效用問題

當然，屬世人士最關心的不是心理學是否合聖經，而是它有效與否，請看他們怎樣說：

精神醫生 **Garth Wood** 指稱，所有的心理治療辦法的效用（不是費用）都類似，都一樣差勁。²⁴

美國心理學協會的 **Michael Scriven** 認為心理治療缺乏效用，他說，如果心理治療是藥物的話，美國的『食品及藥物管理局』會禁止它出售。²⁵

事實上，任何人留意美國近年的報章和雜誌，都會看見很多批評心理學效用的話。譬如：《Newsweek》有一期討論同性戀的人是否有可能改變？文章說，曾經有很多輔導組織嘗試改變同性戀者，但是都失敗了。美國心理學協會發表官方聲明，沒有科學證據可以證明這樣的治療有效，而且可能有害。該文章又報告，美國基督教治療同性戀的組織 **Exodus International** 的兩個男性創辦人現在雙雙墮入愛河。²⁶

不但效用不理想，現在有研究指出心理治療根本有害。**Terence Campbell** 博士寫了一本書，警告大家有關這個「以談話治病」的辦法。他說：「心理治療常常嚴重傷害人。」他這本書的次標題是：心理治療可能危害你的精神健康。²⁷

我無法不再次引用名基督徒心理學家杜布森（**James Dobson**）的話：「父母……向小兒科大夫、心理學家、精神科醫師、教育家尋求解答。結果自一九二零年代起，西方國家有越來越多的孩童是依照專家指示教養長大的，美國民眾更是仰賴兒童心理學家及家庭醫師的專業指導。現在我們必須問：『這些專家究竟帶來什麼影響？』也許有人期待，美國孩童的心理健健康狀況應該遠超過未蒙新科技之利的其他國家，但實際情況卻

不是如此。所謂『西方先進國家』的青少年犯罪率、濫用毒藥、酗酒、未婚懷孕、心理疾病、自殺率日益增加……成績真可謂一場糊塗！當然這不能全部怪罪於『專家』們勸導有誤，但我認為他們仍得為這個問題負起相當大的責任。」²⁸

有效原因

當我和其他基督徒談到心理學問題的時候，他們常回答說：「幫助了很多人嘛，何必挑剔？」上邊已經講到，心理學的效用正是它現在大受抨擊的原因之一。但是基督徒心理學家卻常常提出一些成功的例子（當然，失敗的例子沒有人會公開），怎樣解釋呢？

請看看下面的非基督徒專家們的意見：Carl Rogers 說：「一個親密的人際關係，遠勝於任何受過高深教育的醫生。」²⁹

《家庭會傷人》一書說：「馬丁·卜伯（Martin Buber 猶太存在主義者）研究了各種治療學派後下了一個結論：真正使病人能夠痊癒的，不是治療理論或特定的技巧，而是治療者和案主間的關係……治療者建立良好關係即是使人康復的因素；事實上和任何人的良好關係都具有療效。」³⁰

Doreen Virtue 是心理治療博士，也曾經是心理醫學部門的主任，親身體會過各種心理治療技術，譬如：electro-shock 治療、藥品、傳統心理分析、Carl Jung 派的、佛洛伊德派等等，但是她說，如果病人有任何感情上的障礙，自己不願意解除，沒有人可以幫助他，如果一個人決定要不快樂，沒有治療法可以幫助他。³¹

Scott Peck 坦白說：「治療者的能力和他的證書沒有關係。愛心、膽量、和智慧不是專科學位所可以保證的……心理醫生不一定比心理學家、社會工作者、或者牧師更好，甚至不如他們。的確，我所見過的兩個最好的治療員是大學還未有畢業的。」³²換言之，再多學習心理學，不見得有用。

近年有學者開始大規模地研究心理治療的效用和成功的原因，而其結果也和上邊幾位專家的意見差不多。《Handbook of Psychotherapy and Behavior change》指出不同治療學派的成績無大分別，進一步的研究顯示輔導能否有效，不在治療理論，卻在於（1）案主是否自動自發願意改變，這是最重要的一點；（2）輔導員的人際品質，譬如：他是否和藹、真誠、樂於助人等；（3）有機會和他人傾談，本身亦具有治療能力。³³

如果這就是輔導成功的原因，為什麼不光用聖經來輔導？為什麼不單單依靠聖靈，多多禱告？（請見「介紹聖經輔導學」一文）

尾聲

如果心理學有這麼多的問題，教會內外的學者都批評它，最新的研究亦顯示它的效用不佳，為什麼還有人把它帶到教會來，甚至提倡聖經和心理學的結合？

希望中國基督徒對心理學重新估價。

附一：難道不相信「潛意識／無意識」嗎？

無論其他人怎樣批評心理學，基督徒心理學家們認為我們仍然必須接受心理學，他們常常以潛意識或無意識為例，說明基督徒不能否認心理學在聖經以外找到真理。

再留意一下基督徒心理學家們的教導，似乎潛意識是一個不可或缺的理论基礎，如果無意識和潛意識這個觀念站不住腳的話，很多很多心理學理論全部垮台！但是請看《TIME》怎樣評論：「佛洛伊德…從來沒有根據科學家所接受的實證方法去證明無意識的存在。」³⁴《TIME》又有一篇文章，抨擊佛洛伊德的主要理論，都是不能用科學方法證實的，而其中的「無意識」只不過是從浪漫主義借來的一個概念。³⁵ 心理醫生 Gary Almy 亦同意，佛洛伊德的無意識觀念是套用水力學和流體靜力學的名詞，他那些有關無意識的理論是很容易被當時歐洲的浪漫主義文化所接納。³⁶ Bobgan 說：「潛意識可以用來解釋任何不能證實的理論。」³⁷ 其實很多專家都不同意無意識這個概念。（請再見「任君選擇」一文）

即使真有無意識這一回事，誰能知道它的內容？張博士說：「潛意識，用佛洛伊德的講法，這是冰山在水下面的部分；用 Jo-Hari 的講法，就是你我皆不知道的部分。」³⁸ 如果無意識是「你我皆不知道的部分」，當心理學家告訴你，你從前受到的傷害深藏在你的無意識和潛意識中，他怎樣知道？怎樣證實？

除了無意識觀念不能被科學方法證實之外，這個觀念實在是新紀元運動的橋樑，使人接受靈異事物為正常。請看這些心理學家怎樣講：Carl Jung 說，無意識就是人接觸神秘經歷的地方。³⁹ 心理醫生 Scott Peck 把這個說法解釋得十分清楚：「簡單說來，我們的無意識就是神，神在我們裡面，我們常常是神的一部分。」⁴⁰ 基督徒心理學家 Benner 亦說，在我們的無意識裡，有各樣的神秘事物，無意識也是靈異經歷的來源，譬如：

異象、預言、感覺神的同在。⁴¹

另一方面，有現代邪靈自稱是人的潛意識。兩位新紀元人物在通靈過程中惹來「一位智者」[邪靈]不斷地向他講話，他本來也以為是自己的無意識在說話，⁴²他質問這靈體是誰，邪靈回答說：「我就是你呀！…把我當作你的潛意識也可以…」。⁴³這事件更進一步證明無意識或潛意識這個觀念幫助人接受靈異事情為自然事物。

所以，無論是基督徒心理學家，是牧師，是任何在教會中熱衷心理學的人士，請你不要再用無意識或者潛意識這個藉口來說服其他人接受心理學。

附二：心理學是異端嗎？

曾經有一位基督徒本來相當同意我的立場，但是當她聽到 **Psychoheresy** 一詞之後，她馬上說：「不成，不成，心理學雖然有錯，但是絕對不能把它當作異端！」**Bobgan** 博士夫婦極其反對心理學，創造 **Psychoheresy** 這一詞，但是他們的意思不是要把心理學和摩門教、耶和華見證人同等對待。（請見上文）我自己也覺得，目前心理學不能算是異端，但是請看看下面一些基督徒心理學家怎樣歪曲罪和救恩：

John Coe 說，罪就是沒有運用人的潛力，沒有滿足人的需要和傾向。⁴⁴ **Robert Schuller** 曾經為罪下了幾個不同的定義，他說，罪就是「任何剝奪自己或別人的自尊自信的思想或行動」，⁴⁵又說，罪就是不良自我形象。⁴⁶ **Henry Cloud** 說人的問題是因為他的心理發展不正常，如果這些心理發展階段是正常的話，人就可以反映「神的形像」，而且扭轉亞當犯罪的影響。⁴⁷換言

之，罪就是不良心理發展。

因為 Schuller 視罪為不良自我形像，所以他說救恩就是恢復自尊/自信、自我價值和一種高貴的驕傲。⁴⁸他也說救恩就是從羞恥到光榮，從內疚到自傲。⁴⁹ Henry Cloud 說救恩就是與基督聯合，也就是恢復一個人的權威。⁵⁰ (Cloud 也解釋權威的意思：就是和他人完全是同輩平等的關係，再沒有誰在誰的權柄之下，也沒有誰在上的意思。⁵¹) David Seamands 同意基督是為我們的罪而死，但是他覺得我們不能將救恩限制於此，基督的死也是為了醫治我們對往事的記憶。⁵²

如果最重要的神學理論都被歪曲了，心理學會正式成為異端，有日可期。

附三：批判心理學的基督教書籍

非常可惜，中國基督徒不容易買得到批評心理學的書籍，但是現在電腦網路發達，大家可以從網上購買，現在介紹幾本：

Almy, Gary. *How Christian is Christian Counseling?* Wheaton, IL: Crossway Books, 2000.

Ankerberg, John & John Weldon. *The Facts on Self-Esteem, Psychology and the Recovery Movement*. Eugene, OR: Harvest House Publishers, 1995. (安克伯、韋爾登合著，逸萍譯。自尊、心理學與康復運動的真相。香港：天道，1998。)

Bobgan, Martin and Deidre. *The End of Christian Psychology*. Santa Barbara, CA: EastGate Publishers, 1997. (鮑謹博士夫婦合著，陳張逸萍譯。心理學不合聖經。台北：天恩，2003年。)

Bobgan, Martin and Deidre. *PsychoHeresy: The Psychological Seduction of Christianity*. Santa Barbara, CA: EastGate Publishers, 1987.

Bulkley, Ed. *Why Christians Can't Trust Psychology*. Eugene, OR: Harvest House Publishers, 1993.

Farber, Seth. *Unholy Madness: The Church's Surrender to Psychiatry*. Downers Grove, Illinois: InterVarsity Press, 1999.

Ganz, Richard. *PsychoBabble: The Failure of Modern Psychology and the Biblical Alternative*. Wheaton, IL: Crossway Books, 1993.

Hunt, Dave. *Beyond Seduction: A Return to Biblical Christianity*. Eugene, Oregon: Harvest House Publishers, 1987. (戴夫韓特著，劉訓澤譯。誘惑的超越。台北：中華福音神學院出版社，1989年。)

Hunt, Dave & T. A. McMahon. *The Seduction of Christianity: Spiritual Discernment in the Last Days*. Eugene, Oregon: Harvest House Publishers, 1985. (戴夫韓特、麥克馬宏合著，朱錦華等合譯。偏差的誘惑。台北：中華福音神學院出版社，1989年。)

Idomir, Louise. *Psychology: Pied Piper of New Age*. Oklahoma City, OK: Hearthstone Publishing, Ltd., 1994.

Kilpatrick, William. *Psychological Seduction: The Failure of Modern Psychology*. Nashville: Thomas Nelson Publishers, 1983.

Owen, Jim. *Christian Psychology's War on God's Word: The Victimization of the Believer*. Santa Barbara, CA: EastGate Publishers, 1993.

Rugh, Gil. *Psychology: The Trojan Horse*. Lincoln, NE: Sound Words, 1997.

Vitz, Paul. *Psychology as Religion: The Cult of Self-Worship*, rev. ed. Grand Rapids, MI: Eerdmans Publishing Co., 1994.

請再看 Psychoheresy 網版所介紹的其他批評心理學書籍，

網址：www.psychoheresy-aware.org/

-
- ¹ Martin and Deidre Bobgan, *PsychoHeresy* (Santa Barbara, CA: EastGate Publishers, 1987), p. 7.
 - ² Richard Ganz, *PsychoBabble* (Wheaton, IL: Crossway Books, 1993), p. 47.
 - ³ William Kilpatrick, *Psychological Seduction: The Failure of Modern Psychology* (Nashville: Thomas Nelson Publishers, 1983), chapter one.
 - ⁴ Paul Vitz, *Psychology as Religion: The Cult of Self-worship* (Grand Rapids, Michigan: Eerdmans, 1994) back cover.
 - ⁵ Gary Almy, *How Christian is Christian Counseling?* (Wheaton, IL: Crossway Books, 2000), Chapter 13.
 - ⁶ Seth Farber, *Unholy Madness* (Downers Grove, IL: InterVarsity Press, 1999), p. 34.
 - ⁷ 張逸萍譯，「《劍橋宣言》：為二十一世紀福音尋前路」，今日華人教會，12/1999，p.15
 - ⁸ C. S. Lewis, *Mere Christianity* (New York: Collier Books, 1960), p. 69.
 - ⁹ Jim Owen, *Christian Psychology's War on God's Word* (Santa Barbara, CA: EastGate Publishers, 1993), back cover.
 - ¹⁰ David Noebel, *Understanding the Times* (Eugene, OR: Harvest House Publishers, 1997), p. 356.
 - ¹¹ Dave Breese, *Seven Men Who Rule the World from the Grave* (Chicago: Moody Press, 1990), p. 142-43.
 - ¹² 甘雅各，「性解放造成的災難」，*中信*，02/03, p. 10-15.
 - ¹³ Dave Hunt & T. A. McMahon, *The New Spirituality* (Eugene, Oregon: Harvest House Publishers, 1988), p. 59.
 - ¹⁴ 安克伯、韋爾登合著，逸萍譯，*新紀元運動的真相*（香港：

- 天道書樓，1998），p.69。
- ¹⁵張逸萍，*新紀元的陷阱*（Petaluma,CA：中信，2001年），第二十二章。
- ¹⁶Farber, *Unholy Madness*, p. 18-20.
- ¹⁷Richard Evans, *Carl Rogers: The Man and His Ideas* (New York: E.P. Dutton & Co., Inc., 1975), p. 98.
- ¹⁸E. Fuller Torrey, *The Mind Game* (New York: Emerson Hall Publishers, Inc., 1972), p. 8, quoted in Bobgan & Bobgan, *The End of Christian Psychology* (Santa Barbara, CA: EastGate Publishers, 1997), p. 27.
- ¹⁹Paul Gray, "The Assault on Freud," *TIME*, November 29, 1993, p. 51.
- ²⁰Frederick Perls, Ralph Hefferline, and Paul Goodman, *Gestalt Therapy* (New York: A Delta Book, 1951), p. 336.
- ²¹Robyn Dawes, *House of Cards: Psychology and Psychotherapy Built on Myth* (New York: The Free Press, 1994), preface, p. 4, chapter 8.
- ²²*San Jose Mercury News*, 11/23/97, p. 19A.
- ²³Elizabeth Tener, "Is It Therapy or Is It Prayer?" *SELF*, Dec 1997, p. 166-67.
- ²⁴引自：阿克伯、韋爾登著，逸萍譯，*自尊、心理學與康復運動的真相*（香港：天道書樓，1998年），p.35。
- ²⁵*Ibid.*, p.32-33。
- ²⁶John Leland and Mark Miller, "Can Gays 'Converts'?" *Newsweek*, August 17, 1998, p. 47-52.
- ²⁷Quoted by Bobgan, *The End of Christian Psychology*, p. 68.
- ²⁸杜布森，「從傳統智慧汲取寶藏」，*愛家雜誌*，第六卷，第五期，2001/5，p.8-9。
- ²⁹Evans, *Carl Rogers*, p. 96.
- ³⁰約翰·布雷蕭著，鄭玉英、趙家玉譯，*家庭會傷人*（台北：張老師文化，民82年），p.279。
- ³¹Doreen Virtue, *Angel Therapy* (Carlsbad, CA: Hay House, 1997), p. 214.
- ³²Peck, *The Road Less Traveled*, p. 314.
- ³³Michael Lambert and Allen Bergins, "The Effectiveness of Psychotherapy" in *Handbook of Psychotherapy and Behavior Change*, 4th ed., Bergin & Garfield, eds. (New York: John Wiley & Sons, Inc., 1994), 引述自：鮑謹，*心理學不合聖經*（台北：天恩），p. 62-67。
- ³⁴Paul Gray, "The Assault on Freud," *TIME*, November 29, 1993, p. 51.
- ³⁵Peter Gay, "Psychoanalyst: Sigmund Freud," *TIME*, March 29, 1999, p. 66.

- ³⁶Almy, *How Christian is Christian Counseling?* p. 290.
- ³⁷Bobgan, *Psychoheresy*, p.71.
- ³⁸張憶家，「為何心靈受創，不找心理輔導員？」，*傳*，三十三期，11-12/93，p.7。
- ³⁹Carl Jung, Hull, trans., *The Undiscovered Self* (Boston: Back Bay Books, 1958), p. 89-90.
- ⁴⁰M. Scott Peck, *The Road Less Traveled* (New York: Touchstone Book, 1978), p. 281.
- ⁴¹David Benner, *Care of Souls: Revisioning Christian Nurture and Counsel* (Grand Rapids, MI: Baker Books, 1998), p. 158-60.
- ⁴²王大鵬，成和平著，*α 波的傳奇*（台北：日臻出版社，86年），p.24,41.
- ⁴³Ibid., p. 160-167.
- ⁴⁴John Coe, "Why Biblical Counseling is Unbiblical."
- ⁴⁵Robert Schuller, *Self Esteem: The New Reformation* (Waco, TX: Word Book, 1982), p. 14, 68, 74.
- ⁴⁶Ibid., p. 67.
- ⁴⁷Henry Cloud, *Changes That Heal: How to Understand Your Past to Ensure a Healthier Future* (Grand Rapids, MI: Zondervan Publishing House, 1992), p. 11-13.
- ⁴⁸Schuller, *Self Esteem*, p. 98.
- ⁴⁹Ibid., p. 151.
- ⁵⁰Cloud, *Changes That Heal*, p. 213.
- ⁵¹Ibid., p. 208.
- ⁵²David Seamands, *Healing of Memories* (Wheaton, IL: Victor Books, 1985), p. 52.



結合聖經和心理學

1998年，林國亮牧師推動了一個「信仰與專業的整合」會議，後來報導說：「從教育、科學、商業、科技、人文藝術、生活健康等不同的角度，討論如何將信仰與專業結合，在各自的工作崗位上見證主。」¹

結合（integration）這個字在美國教會一般指心理學和聖經的結合，很少聽見美國基督徒說要結合音樂和信仰，也沒有人說要結合電腦和信仰，商業和信仰之類，所以本文只討論聖經和心理學的結合。

結合的定義

結合是什麼意思？John Carter 和 Bruce Narramore 說，這是行為科學和神學的相交相合。² Roland Fleck 和 John Carter 說，結合就是從心理學角度去看基督教，也是從基督教角度去看心理學。³ 非常不幸，結合運動二十年之後，代表結合主義的

Gary Collins 承認：基督徒心理學家們無法為「結合」下一個定義，有人認為是結合心理學和神學，其他人認為是結合輔導和基督教，更有人說是結合心理學和基督教。⁴

雖然如此，我們可以把事情說得簡單一點：結合就是把心理學帶到教會，讓它影響教會教導。

怎樣結合？

我們的專業很多時候是中性的，本身並不是一個道理或一套教訓，譬如：音樂、電腦、大眾廣播等等，可以為主用，也可以為世界所用；它是一個工具，完全看你怎樣用它。但是有些屬世的學問卻可能影響世界觀、人生觀、言行和思想，譬如：人本主義、唯物主義、無神論等哲學，基督徒只能用聖經去批評，不能把它帶來教會，當作道理一樣去教訓人。正如基督徒生物學家用他的科學知識證明創造和反對進化論，而不是把進化論和信仰結合；又如護教學家用他對摩門經的知識來批判摩門教，不是把摩門經中好的那部分，帶到教會中和聖經結合。

但是，心理學本身是一個教訓，一套道理，中外教會的基督徒心理學家們又怎麼把心理學和信仰結合呢？

讓我們現在看一個例子：林牧師認為聖經對人的分析有：心、舊人、新人、肉體和己。他又選取了富樂神學院 Hart 教授的分析，將人分為：內外防衛層、意識、下意識和核心體系。林牧師解釋說，將兩者結合的話，核心體系就是心，未信主之前是舊人，信主之後變成新人；意識和下意識需要在信主之後

對付，兩個防衛層的作用是為了保護脆弱的自我。⁵可是，聖經裡沒有防衛層的觀念，所以林牧師沒有地方放置它們！聖經叫我們對付「肉體和己」，從來沒有叫我們保護自我。再者，新人舊人的觀念中有一個基本前設，就是人有罪，需要救恩，但是這些防衛層和意識等等卻沒有這樣的概念，硬要將二者混而為一，就好像將一件四方形的物件塞進一個圓形的洞中，無法適合。（請再看「質疑者眾」文有關無意識的討論）

結合的藉口

基督徒心理學家會告訴你，教會歷史中也有很多結合聖經和世俗思想的例子，譬如：亞奎拿（Aquinas）的思想是結合亞里士多德和聖經的。可是，他們忘記了，主後約二百年的學者俄利根（Origen）學問淵博，受新柏拉圖主義影響，他主張普世救恩，甚至有一點輪迴觀念，所以俄利根終於被判為異端。即使亞奎拿沒有被判為異端，但是他作品中受亞里士多德影響的部分，都已經煙消雲散。譬如：他相信世界上所有東西都有一個 form 存在天上，這些想法，不合科學，沒有聖經根據，現在看起來反而有點可笑。歷史上有人這樣做，但是不等於這樣做是對的。現在歷史在重演，又有基督徒要把佛洛伊德（Sigmund Freud）的、Carl Jung 的、Carl Rogers 的理論帶到教會來，與聖經結合在一起！

邱清泰博士說：「我就曾經為如何化解心理學和基督教信仰的矛盾，而掙扎痛苦過……那是一段寂寞的心靈之旅…當時我的一個心願，就是要把合乎聖經的心理學和心理輔導理論，介紹給中國教會和知識分子」，於是他請了Gary Collins 到港台

中國教會介紹和推動心理學，之後他「有機會和 Dr. Collins 接觸…多年懸繫在我心中的疑問也大部分得到解答」。Collins 送他一本有關這一方面的書，邱博士就把它翻譯為《心理學的重建》，⁶ 上邊就是他在譯者序中的話。

邱博士先把心理學帶來中國教會，然後再為心靈中的不安找尋解答！這也難怪，因為他是領先把心理學帶來中國教會的，但是現在的基督徒心理學家們就沒有這個困難了，因為已經有很多辯衛結合的書籍。下面是一些常用的藉口：

（一）所有的真理都從上帝來 —— 為心理學護航的藉口中，這是最常聽到的。Collins 的書中說：「神就是真理，而所有的真理都是從祂那裡來的。」⁷ 可是，所有真理都從上帝來？心理學是真理？

要回答這個問題，我們必須先為真理下一個定義，耶穌說：「我就是道路、真理、生命」（約十四6），或者上帝的「道就是真理」（約十七17），心理學就不能躋身在這個層次的真理裡。但是，如果將定義標準放得低一點，真理就是一些真實的道理（譬如 $1+1=2$ ），是否所有真的道理都是從神來？試想，蛇曾經對夏娃說：「你們喫的日子眼睛就明亮了」（創三5）這句話是真的，因為「他們二人的眼睛就明亮了」（創三7）。這個真理是從神來的嗎？再舉一個例，所有新紀元技術似乎都跟隨同一個模式：設法讓頭腦空白，於是進入變異意識狀態，覺得自己和天地合一，無論禪定、瑜伽、催眠術，這都是真的。這個真理是從神來的嗎？

其次，我們要問，心理學裡面有多少真理？如果心理學是真理的話，為什麼它會隨著時代和專家而變遷呢？哪一派的心理學才是真理？（請見「任君選擇」文）黃博士說，只要是一個誠實的「真理的追尋者」，就不必擔心心理學理論和聖經衝突，⁸ 換言之，心理學家們不能肯定心理學是真理。如果還未肯

定得著真理，怎麼膽敢把這些理論和上帝的啟示結合？這樣做不但是瞎子領路，而且有點僭妄。

（二）心理學是上帝的普通啟示（**General revelation**）——Collins 的書也創造了另外一個非常流行的藉口，他說：「基督徒假設神透過兩種方法向人啟示真理，神學家稱呼這兩種方法為"一般啟示"和"特殊啟示"。一般啟示有時也叫做自然啟示，是指那些神透過自然科學或者歷史而啟示的真理，而人可以透過觀察、實證的研究、邏輯的推論、直覺、感覺、對傳統的研究，或者聖經以外其它任何知識所能了解的真理。」⁹ 所以很多基督徒心理學家都會告訴你，聖經是神的特別啟示，而心理學是神的一般（普通）啟示。

我想 Collins 犯了幾點錯誤：首先，心理學是否科學這個問題，容後討論。第二，如果覺得需要在聖經外加上普通啟示（Collins 在此指心理學），是忘記了聖經是足夠的，違反「唯獨聖經」的原則；更重要一點：Collins 對「一般啟示」的了解錯誤，根據一本系統神學：「人類從創造中得見神的存在、性格、道德律，叫做一般啟示」¹⁰，就是說人從自然界可見神的永能和神性，叫他們對神的存在無可推諉（羅一19-20），不是說所有人類的知識和科學都是普通啟示。

如果心理學是上帝的普通啟示，心理學家中怎麼會有這樣多的無神論者？心理學中為什麼有這樣多的敵基督教思想和邪術？上帝怎麼可能向不同的心理學家啟示不同的真理？（請見「任君選擇」一文）所以，現代心理學絕對不是普通的啟示。

（三）心理學是科學 —— 現代的基督徒通常不擔心科學和聖經有衝突，因為都相信真正的科學一定會和聖經和諧；不但如此，都非常擔心自己心胸太過狹窄，所以盡量接納科學。黃博士說：「歷史上也曾有不少人對科學發生過同樣的疑慮……逼迫加利略與哥白尼的教會領袖……反而使世上許多人懷疑信

仰」。¹¹ 換言之，因為心理學是科學，所以基督徒應該接受，否則不榮耀神。問題是：心理學是科學嗎？

American Psychological Association 舉行了一次研究。這次的研究動員了八十位著名的學者，同來衡量心理學的事實、理論和方法。他們的結論是：「到目前為止，我想，心理學很顯然並不是一門連貫的科學。」¹² 《審判達爾文》的作者攻擊進化論，他認為達爾文、佛洛伊德和馬克斯的治學方法同屬偽科學，相比之下，愛恩思坦的治學方法才算是真正的科學。¹³ 所以結論是：心理學不是科學，是偽科學，至少不是自然科學。

有一些基督徒會告訴你，心理學是「人文科學」。可惜人文科學是非常不準確的「科學」，心理學家可能從研究獲得一些平均數字，但是卻不一定能應用在每一個個案中。心理學家 Rollo May 說：「如果你將一個人看成一組人中的一個，用這一組人的平均數目去預測他……你正是忘記了每一個人都是不同的，人有他自己獨特的地方，因為他是他自己。」¹⁴ 他又引用 Binswanger 的話說：「你不能用一些理論來明白人——不管是機械的、生物學的、或者心理學的，都不成。」¹⁵ 舉一個例：有研究指出「女人一天說的字數平均多達男人的兩倍」¹⁶。你能把這樣的尺度使用在每一對夫婦身上嗎？當然不可，因為大有例外。

（四）心理學是普通常理——當討論到原生家庭探討的時候，林牧師說：「少有人會否認家庭生活經驗對個人成長的影響……只是把它系統化罷了」。¹⁷ 事實上很多人也以為心理學是一些人人都同意的普通常理被系統化，但是，Collins 卻反對：「有一些人到今天還認為心理學不過是一些"常識"……是沒有根據的偏見。」¹⁸

心理學是不是普通常理？試想：「人人來自不健全家庭」是不是普通常理？「人人都有戀母殺父狂」是不是常理？

《TIME》有一篇文章抨擊佛洛伊德的理論，其中有一句放大特寫的評論：「佛洛伊德對精神生活的全套隱喻已經進展到和普通常識差不多。」¹⁹我非常欽佩這些一流雜誌作者的談話技巧，如果換了是我，就會直說：「常理不如！」

（五）聖經並不足夠，必須加上心理學——很多基督徒都說，聖經當然最好，但是如果能夠在聖經上加上心理學，就可以同時得到屬世和屬靈的好處；其實這樣就等於說聖經不夠好。一位心理輔導員討論到心理輔導和聖經真理的關係，說：「唯有兩者相互補充才能真正的造福世人」²⁰；換言之，單用聖經，不足造福世人。如果是真的話，未有心理學之前，教會怎樣造福世人？

黃博士說：「二十一世紀是懷疑傳統和懷疑理性的時代，人心傾向…實證…若要成功地面對新世紀的挑戰…須有神學與心理學的訓練。」²¹言下之意，時代不同了，聖經已經不足夠面對新世紀了！

馬丁路德改教的口號是：「唯獨聖經」，聖經不但在教義上足夠，也在信徒生活行為的指導上足夠，無需加添。事實上，歷代信條中有很多是特別聲明這點。例如1871年，The Oberlin Declaration of the National Congregational Council 宣告：「聖經是信仰和生活唯一無誤的和足夠的準則。」²² 聖經宣稱自己是完備的（足夠的）：「聖經……於教訓、督責、使人歸正、教導人學義、都是有益的，叫屬神的人得以完全，預備行各樣的善事。」（提後三16-17）。你相信聖經的話嗎？奇怪的是，很多福音派信徒相信聖經是神所默示，他們相信神蹟、復活、創造，但是不能相信聖經足夠成為他們生活的指導！中國教會現在有人推動「回歸聖經」，實在是一個可喜的現象。而輔導是教會教導的一種形式，也應該遵守「唯獨聖經」的原則，不能被世俗思想所影響。

偶爾有人說，一個人不是信了耶穌就足夠了，他每天還是會碰到各種問題。言下之意，信耶穌只能帶你死後上天堂，今天生活上的問題，耶穌不管，聖經也不能幫助。這些人是忘記了信主只是一個開始，信徒還是要每天學習，依靠聖經去應付生活上的問題；不是得救靠耶穌，之後靠心理學。

另外有一種講法：聖經裡也有很多心理學，既然聖經也講人心理的問題，我們當然可以把聖經和心理學結合在一起。這句話的邏輯不攻自破，聖經講道德，佛經也講道德；聖經講耶穌，摩門經講耶穌，基督徒豈不是應該把這些東西都加在聖經上？

（六）棄惡擇善 —— 很多基督徒都說，我們不會照單全收，只是選擇那些合聖經的。可是，如果合聖經的才要，不如光讀聖經，萬無一失，何必多此一舉？

如果以為心理學裡面有一些好的東西，是聖經沒有的，那麼，摩門教的家庭觀念和人際關係的教導，人人稱善，為什麼我們不把它帶來教會？孔子學說中也有很多好東西，老子和莊子也有很多智慧，中國基督徒為什麼不結合孔子和聖經，或者結合老子和聖經？佛教和回教也有好教導，法輪功也教導人「真善忍」，都是好的，為什麼不統統帶來教會和聖經結合？

聖經中污鬼和邪靈講的話不見得都是錯的，牠們稱耶穌為「神的聖者」（可一24），但是耶穌禁止牠們說話。附在使女身上的巫鬼說保羅是「至高神的僕人…傳說救人的道」（徒十六17），保羅沒有請牠們合作，為自己捧場，卻把巫鬼趕出。耶穌和保羅都沒有從污鬼的話中挑選那些好的部分，和自己所傳的道結合！

為什麼獨有心理學可以例外？

另有一個非常接近的講法：基督教和心理學二者有衝突的

地方，也有不衝突的地方，所以結合運動是要選擇那些他們都同意的理論和事實。²³ 換言之，聖經中那些不合心理學的地方可以丟棄！這樣下去，異端就會馬上出現。

（七）和洽要緊 —— 還有一些基督徒並不是為結合找藉口，他們只是覺得不應該反對心理學，因為他們認為基督徒不應該樹敵，必須面面俱圓，反正都是主內弟兄姊妹。心理學不是摩門教，又不是東方閃電，何必反對它？

如果說我們不應該反對心理學，恐怕這樣會失去和睦，請看教會內的基督徒心理學家們怎樣攻擊那些不同意他們的人：余牧師指責那些和他意見不同的人為「毒性父母」、「毒性宗教」。²⁴（瑞士心理醫生 Alice Miller 老早指控和她不同的想法為「毒性教育」。²⁵）Henry Cloud 指責教會為人製造痛苦，雖然專業人士明白這些人的痛苦，有些教會領袖卻勸阻別人尋找專業輔導，所以他控訴這些教會領袖為「假師傅」。²⁶ 當然嘛，影響他的生意，他當然和你拼老命！基督徒催眠治療師 Robert King 痛斥那些反對心理學和催眠術的基督徒，雖然他說自己沒有時間去反駁，但是他借用「晝夜控告我們弟兄的」（啟十二10）去暗示那些反對他的人是撒但。²⁷ 使用邪術的人控訴那些批評他的基督徒為撒但，天大笑話！

請大家評理：基督徒心理學家可以控訴那些影響他們生意的人，察覺到心理學危險的基督徒卻不應該說話？合理不合理？聖經教導信徒要為真理挺身，為真道爭辯（猶3），新約舊約的先知和使徒都痛斥假先知和傳假道理的人，耶穌亦曾經趕出在聖殿中買賣牛羊鴿子的人。如果基督徒最重要的是面面俱圓，你好我好，馬丁路德根本不應該改教！讓我在此引用 Norman Geisler 的一句話：「我們寧可為真理而分裂，也不願意在錯誤中合一。」²⁸

還有一個非常接近的講法 —— 大部分的基督徒都接受心理

學，所以少數應該服從多數。可是，如果這是基督徒的做事原則的話，我們今天應該仍然敬拜聖母馬利亞，因為天主教的人數仍然比基督教的多。大多數人所主張的，不一定就是對的。事實上，大部分基督徒只是對心理學沒有留意，不是接受不接受的問題。

結合的後果

結合聖經和心理學的不良後果明顯可見：

（一）影響教會教導和信徒的思想

本書的每一篇文章都已經詳細解釋心理學理論怎樣不合聖經，而這些心理學理論（譬如：不健全家庭的受害人，自愛、自信、自尊等等）都已經深深影響教會講台、信徒思想、聖經解釋，不必在此重複。

（二）喧賓奪主

基督徒漸漸以為這些學問才是解決人類生活問題的最有效辦法，什麼「靠著聖靈的幫助，按照聖經的原則」變成不合時宜的老古董，至少退居次要地位。宇宙光曾經舉辦一系列的心理輔導研討會，結束的時候，林教授說：「我們很高興邀請到這些講員，雖然他們都是基督徒，但是並不是說他們是基督徒才邀請他們，而是因為他們是專家所以邀請他們，當然再加上是基督徒就最完美了。」然後林教授鼓勵大家運用專業去影響社會和文化，只有這樣，「福音工作才不是一個看得見的、短

期的、面前的福音工作，而是深遠、無限廣闊的福音工作。」²⁹ 林教授的話使我心如刀割——心理學專家的身分比基督徒的身分更重要；心理學比福音更有影響力；沒有心理學，福音工作是短暫的、膚淺的！

（三）遲早產生異端

古往今來的異端都是在聖經以外另有權威，譬如：天主教在聖經以外加上教會傳統；摩門教在聖經以外加上摩門經；耶和華見證人雖然宣稱聖經是自己的獨一權威，但是她實在是將羅素和守望台的解釋作為更高權威；統一教在聖經以外加上文鮮明的《原理講論》；六日安息會在聖經上加上 Ellen White 的著作；結果都或多或少背離真道。在聖經上加上心理學會不一樣嗎？雖然心理學現在不能正式稱為異端，但是現在大有基督徒心理學家歪曲罪和救恩的意義，異端出現，有日可期。（請見「質疑者眾」一文有關心理學是否異端的討論。）

最後，新紀元運動中交鬼的人從邪靈所獲得的教導中，大部分可以在世俗心理學中找到，超過半數可以在基督教心理學中找到。（請見「妖言邪道」一文）基督徒應該容忍邪靈的教導嗎？

尾聲

如果說，不是每一個基督徒心理學家都支持結合運動的，你會奇怪嗎？

最近《Journal of Psychology and Christianity》有一篇反對結合的文章，³⁰ 雖然我不同意作者的每一句話，但是這位基督徒心理學家反對結合的理由中有幾點可圈可點，其中一點是：「如果將基督徒心理學所用的經文外殼擊開，裡面其實是心理學理論」。

Gary Collins 在一本2000年出版的書中，融合其他人的意見，然後表示：近年的結合工作已經緩慢下來，很多本來努力於結合工作的基督徒心理學家都改變了工作的重點，我們發現無論是神學家們或者是屬世的心理學家們，都對結合運動沒有興趣。所以我們很失望，今天我們仍然談論「結合」，但是這個名詞已經沒有什麼意義了，它被用為「吸引學生的花招」；不是「真正的學術成就，或者實際的方法」。³¹

敬請所有信仰純正的基督徒同聲反對這個心理學和聖經的結合運動。

¹ 使者通訊，一九九九年春季，34卷一期，p.10。

² John Carter & Bruce Narramore, *The Integration of Psychology and Theology* (Grand Rapids, Michigan: Zondervan Publishing House, 1979), p.13.

³ Roland Fleck and John Carter, ed., *Psychology and Christianity: Integrative Readings* (Nashville, Tennessee: Abingdon, 1981), p. 16-23.

- ⁴ Gary Collins, "An Integration View," in *Psychology & Christianity*, eds. Eric Johnson & Stanton Jones (Downers Grove, IL: InterVarsity Press, 2000), p. 105.
- ⁵ 林國亮, 「基督徒的自我觀」, *使者*, 5/6/99, p.5-7.
- ⁶ Gary Collins著, 邱清泰譯, *心理學的重建* (台北: 校園書房, 1981), 譯者序。
- ⁷ *Ibid.*, p.102。
- ⁸ 黃維仁, 「基督徒可用心理學嗎?」, *使者*, 9-10/97, p.40。
- ⁹ Collins, *心理學的重建*, p.102。
- ¹⁰ Wayne Grudem, *Systematic Theology* (Grand Rapids, Michigan: Zondervan, 1994), p. 122.
- ¹¹ 黃維仁, 「基督徒可用心理學嗎?」, p.40。
- ¹² 引自: 安克伯、韋爾登合著, 逸萍譯, *自尊、心理學與康復運動的真相* (香港: 天道書樓, 1998), p.17-18。
- ¹³ 詹腓力著, 錢錕等譯, *審判達爾文* (美國加州: 中信, 1995), p.171-175。
- ¹⁴ Rollo May, *The Discovery of Being* (New York: W. W. Norton & Co., 1983), p. 25.
- ¹⁵ *Ibid.*, p. 38.
- ¹⁶ 葉高芳、李懷恩, 「當Waffles遇見Spaghetti」, *真愛家庭雜誌*, 第七期, 10/02, p.19。
- ¹⁷ 林國亮, 「原生家庭探討簡介」, *使者*, 9-10/97, p.46。
- ¹⁸ Collins, *心理學的重建*, p.2-3。
- ¹⁹ Paul Gray, "The Assault on Freud," *TIME*, November 29, 1993, p. 49.
- ²⁰ 黃業玲, 「聖經真理與輔導方法」, *使者*, 9-10/97, 48
- ²¹ 黃維仁, 「婚姻的解析與重建(5)」, *使者*, 5-6/97, p.55。
- ²² Norman Geisler & William Nix, *A General Introduction to the Bible* (Chicago, IL: Moody Press, 1986), p. 125.
- ²³ Fleck & Carter, ed., *Psychology and Christianity*, p. 16-18.
- ²⁴ 余裕義, 「愛會傷人」, *台福通訊*, vol. 32, No. 3, 2001, p. 4。
- ²⁵ John Bradshaw, *Bradshaw On: The Family: A New Way of Creating Solid Self-Esteem*. rev. ed. (Deerfield Beach, FL: Health Communications, Inc., 1996), p. 7-9.
- ²⁶ Henry Cloud, *Changes That Heal: How to Understand Your Past to Ensure a Healthier Future* (Grand Rapids, MI: Zondervan Publishing House, 1992), p. 56-57.
- ²⁷ Robert King, "The Use of Hypnotherapy in Counseling A Christian," *Case Studies in Christian Counseling*, ed. Gary Collins, (Dallas: Word Publishing, 1991) p. 158.

²⁸Norman Geisler, *The Fundamentals of the Faith* (Fort Worth TX: Tyndale Theological Seminary and Biblical Institute, course AP-114), tape #8A.

²⁹「綜合討論」，*家庭百分百*，（台北：宇宙光全人關懷，民國89年），p.433-34。

³⁰Dick Cole, "Against the Integration of Psychology and Christianity: A Bold Proposal for an Alternative Paradigm," *Journal of Psychology and Christianity*, Vol. 17, No. 3, 1998, p. 210-19.

³¹Collins, "An Integration View", p. 105.

介紹聖經輔導學

一位姊妹向我抱怨說：「心理學不可能完全是錯的，如果依照著聖經去輔導人，難道還不好嗎？」我馬上說：「阿們！阿們！」一位女傳道花了整整一個晚上勸我接受心理學，她解釋說：「我從來沒有讀過心理學，還不是一樣輔導人？」我趕忙說：「阿們！阿們！」。這兩位基督徒的問題和很多其他基督徒的問題一樣，他們以為「輔導」和「心理學」是同義詞。所以我必須在這裡再重複一次：心理學不等於輔導，輔導是可以
用聖經的；心理學也不等於談論任何人際關係問題，這些討論和教導是可以根據聖經的。

歷史背景

大約二三十年前，美國教會中有神學家為了回應屬世心理學的影響，開始了「聖經輔導學」。這一學派的人士因為堅守聖經是信仰（faith）和行為（practice）的唯一和足夠的原則，所

以相信研究和應用聖經，可以解決生活上的各種問題。事實上，心理學約有一百年的歷史，是第二次世界大戰之後才被帶到西方教會，二三十年前才被帶到中國教會。在此之前，二千年來，教牧人員亦是按照聖經去輔導信徒，只不過沒有這樣的名稱而已。

開山的神學家就是亞當斯（Jay Adams），接著之後，有很多其他的聖經輔導員和作者出現，譬如 John McArthur 和 David Powlison 都是現時聖經輔導界的名人。開設聖經輔導的地方有 Westminster Theological Seminary（韋斯敏斯德神學院）和 Trinity College of the Bible and Theological Seminary, Newburgh, Indiana（三一神學院）等神學院。還有一些機構，譬如：Christian Counseling and Education Foundation 就是一個專門教授聖經輔導的地方。信仰純正的美國基督徒，尤其是那些比較保守的人士，都非常歡迎聖經輔導，認為它正是時代的需要。

到提筆的今天，「聖經輔導學」也在華人教會展開了。據我所知，已經開設這課程的有「國際福音佈道神學院」、「基督教與二十一世紀歸正學院」、「海外神學院」、「新加坡神學院」，馬來西亞也有好幾處的機構開班。我為之興奮，希望所有華人神學院都早日放棄心理學，改用聖經輔導。

基本前設

從聖經輔導的發展經過可知，它和其他世俗的心理治療派系在基本前題上大有差異。遠東廣播公司創辦人約翰布魯格出版了一本聖經輔導手冊——《面對自我》，書中所列舉的聖經輔導的基本前題，其實亦是其他所有聖經輔導員、支持聖經輔

導的神學家和聖經輔導組織所共有的信念：

(1) 聖經的完備性 —— 既然神的話是信仰和行為的唯一權威，也是我們在生活上獨一的衡量標準，我們就不應該再使用其他辦法。神的話讓我們充滿希望，告訴我們有什麼需要改變（包括思想、言語和行動），裝備我們去行各樣的善事（詩十九7-11、箴三十五-6等），並叫我們有基督一樣的事奉態度（林後三5-6、腓二5-8）。

(2) 聖靈的必須性 —— 我們只有倚靠聖靈的能力，才能活出一個豐盛的生命（約十四26、十六7-14等）。

(3) 禱告的重要性 —— 如果我們願意讓聖靈掌管，缺少不了禱告（詩一四五18-19、太七7-8等），所以我們要照神的旨意專一禱告，為各樣的人或事不住禱告（路十八1、弗六18等）。¹

該書繼續解釋說，屬血氣的人能力有限，無法以自己的方法或靠自己的聰明，去照神所定的標準生活（箴十四12；賽五十五8-9等），只有藉著神的方法、賜下的恩典、力量和智慧，才能有充分能力過一個豐盛的生活（傳十二13-14…林前二10-14，弗二8-10）。²

同行敵國

一位牧師告訴我，他曾經動念頭要翻譯 Jay Adams 的一本書，但是其他心理學家勸阻，說：Jay Adams 不是好東西。這牧師也勸我要小心，免得被誤會是 Adams 那一派的人。Adams 真的這樣差勁？我可以明白，聖經輔導的出現對心理輔導行業一

定有負面影響。自古同行如敵國，在所難免，但是基督徒心理學家們有什麼說服人的理由呢？

最常聽的理由是「什麼都是罪」。譬如：Meier 等人說：「Adams 把所有問題都推到『罪』和『不負責任』的頭上，是不聰明的，是頭腦簡單的做法。」³可是他們沒有引述，也沒有註釋去支持自己的言論。另一位基督徒心理醫生 Dan Blazer 說，Adams 發現一個現象：大部分精神病院病人的問題都不是疾病，都是自己的罪。⁴因為 Blazer 有註釋，所以我查閱一下他論點的來源，發現 Blazer 似乎不太小心，漏掉了 Adams 所講的另一個精神病原因——身體生理機能。⁵所以 Jay Adams 並沒有說什麼都是罪。

Jay Adams 曾經嘗試澄清謠言：「人家不斷地說，我相信所有的問題都是人自己的罪所帶來的，但是我在第一本書《Competent to Counsel》已經講清楚，我沒有這樣的意思，我甚至引用約伯和生來是瞎眼的人（約九）為例說明。在我其他的書中，我也一再重複這點，但是都沒有用，人家還是這樣講。」⁶希望中國基督徒不會人云亦云，誤信謠言。

也有一些「知情」的基督徒曾經告訴我：聖經輔導員「好兇」！只懂得指著人家鼻子罵，這樣的態度不成的啦！你得先接納案主，才有可能幫助他。我不知道這樣的批評有沒有根據，誰曾經做過研究？誰有統計數字顯示聖經輔導員都是冷酷無情的？我恐怕這又是謠言中傷。但是，我猜測有一個可能，如果輔導員甲告訴你：你的問題是因為你犯罪得罪神，你必須悔改；輔導員乙告訴你：你是一個不健全家庭的受害者，你必須培養自尊/自信。你會覺得哪一個輔導員「兇」？當然是輔導員甲，因為沒有人喜歡別人指出自己的錯誤，可惜，很多時候，這正是我們的需要。

偶然有一些「有研究」的基督徒心理學家會告訴你，

Adams 的東西不過就是行為主義心理學家 Mowrer 的東西。但是 Adams 老早就說清楚：「我認為自己不屬於 Mowrer 學派」，他曾經花了一點時間觀察 Mowrer 的工作，這個經驗是一個轉捩點，讓他大開眼界，知道除了佛洛伊德（Sigmund Freud）派之外，還有一個強調責任感的行為主義心理學派，⁷ 所以引起了這個誤會。

中國教會對聖經輔導還有一個誤會，以為聖經輔導仍在摸索階段，所以只有一兩科「入門」課程。可惜這個想法是錯的。首先，心理學未進入教會之前，二千年來，教牧人員都以聖經為輔導原則，所以不能說是摸索階段。其次，今天的聖經輔導課程絕對不止於一兩科「入門」課程，就以 Indiana 的三一神學院為例，除了「聖經輔導原則」之外，他們還有「家庭婚姻輔導」、「婚前輔導」、「危機輔導」、「問題青少年輔導」、「聖經輔導員和法律」等等。⁸

即使上邊這些批評的話在某程度上準確，將之和今天的心理學的各種各樣問題和危險比較，聰明的基督徒一定仍然選擇「聖經輔導」。

最近又聽見一種新的講法——王大媽和王博士：有人說，輔導必須先做實驗，那些沒有實驗為根據的輔導系統，就好像鄉下人請教於王大媽。言下之意，心理學因為是有博士學位的人做實驗的結果，所以是唯一可以接納的輔導系統；而聖經輔導就好像無知老婦，誤導別人。

讓我回答這個問題：首先，為什麼心理學理論是隨著時代、隨著專家而變遷的呢？為什麼各門各派的理論互相矛盾衝突？可見這些實驗的可信性不高。社會人仕亦同意，心理學不是真正的科學，大多是個人主觀見解。況且最新的研究也證實，輔導有效與否，不在乎理論。（請見「任君選擇」文和「質疑者眾」文）其次，聖經輔導員雖然似乎沒有進行「實

驗」，但是整個人類歷史就是一個長期的實驗，什麼時候偏離神的話，什麼時候個人和社會就出現問題，歷來哲人所提供的辦法，一個接一個，長江後浪推前浪，人類卻不見有改善。所以，王博士和王大媽，很難說哪一個更可信；但是兩者和神的話相比，都絕對遜色。

如果一個人為了維護自己的生意而攻擊他人，同行敵國，我可以明白。但是，如果為了自己的生意而抵毀聖經，太過份了！請讓我再說一句：將聖經比作無知老婦是褻瀆！

懸崖勒馬

我必須在此呼籲中國教會緣懸崖勒馬，放棄世俗的心理學，改用聖經去輔導。祈望更多的華人神學院開設聖經輔導課程，教牧人員運用聖經原則輔導，也希望有志輔導的弟兄姊妹和神學生選修聖經輔導，更希望華人神學家參與研究。

現在附上幾個有關聖經輔導組織的網頁，請繼續研究：

National Association of Nouthetic Counseling
<http://www.nanc.org/>

Christian Counseling and Education
Foundation <http://www.ccef.org/>

Timeless Text (出售聖經輔導書籍的網頁)
<http://www.timelesstexts.com/index2.html>

願神祝福你。

-
- ¹ 約翰布魯格編，*面對自我*（香港：聖經輔導基金會，1996），第三課，第二頁。
- ² 同上，第四課，第二頁。
- ³ Paul Meier, Frank Minirth, Frank Wichern and Donald Ratcliff, *Introduction to Psychology and Counseling: Christian: Christian Perspectives and Applications* (Grand rapids, MI: Baker Book House, 1982), P. 274.
- ⁴ Dan Blazer, *Freud vs. God: How Psychiatry Lost Its Soul & Christianity Lost Its Mind* (Downers Grove, IL: InterVarsity Press, 1998), p. 88.
- ⁵ Jay Adams, *Competent to Counsel* (Grand Rapids, Michigan: Zondervan Publishing House, 1970), p. xvi.
- ⁶ Jay Adams, *How to Help People Change* (Grand Rapids, Michigan: Zondervan Publishing House, 1986), p. 33.
- ⁷ Adams, *Competent to Counsel*, p. xv.
- ⁸ 10/04/2002 取自三一神學院網頁：<http://www.trinitysem.edu/catalog/bibcouns.html>

後語

我明白這些話有可能影響教會中一些人的生意和名譽，所以我定會招惹攻擊，但是我不會因此而畏縮，因為神清楚讓我看見——心理學不但有很多不合聖經之處，裡面一大堆新紀元邪術和邪靈教導。所以我絕對不能做一隻「啞吧狗」（賽五十六10）只有高聲疾呼：

敬請所有信仰純正的基督徒放棄心理學。