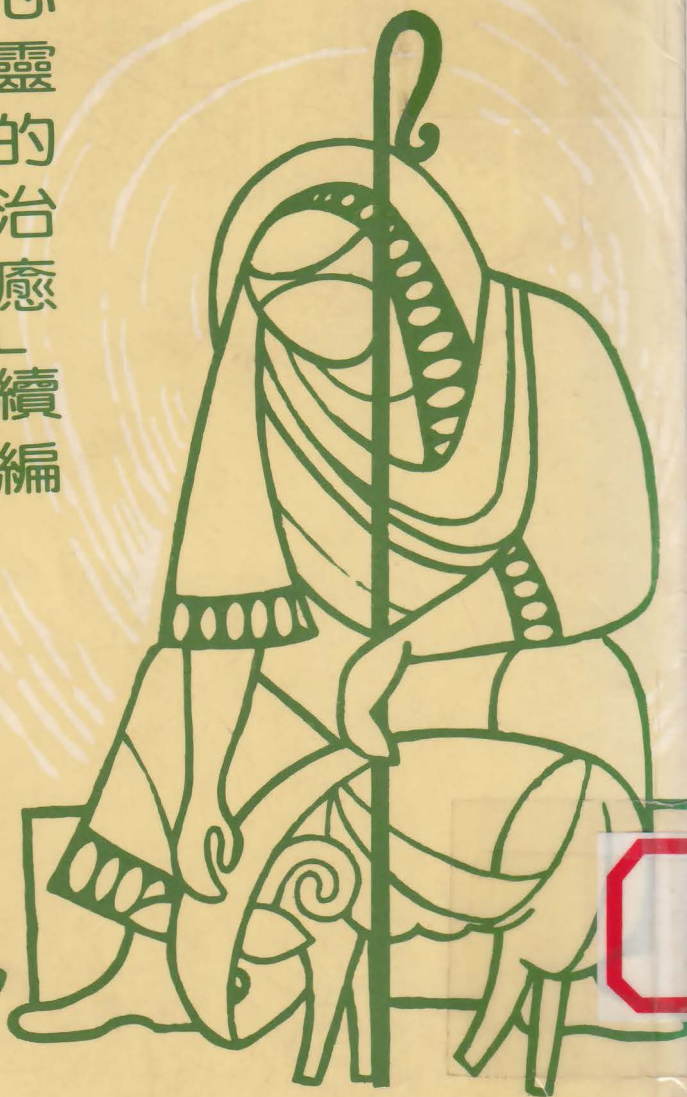


「心靈的治癒」續編

生命的新創造

王敬弘 著



王敬弘
著

生命的新創造

光啓出版社發行

THE NEW CREATION OF LIFE

by

Richard Wang, S. J.

我來，却是為叫他們獲得生命，

且獲得更豐富的生命。（若十10）

誰若在基督內，他就是一個新受造物，
舊的已成過去，

看，都成了新的。（格後五17）

目 錄

序	三
什麼是生命的新創造	七
經驗分享	一
壹、祈禱前的交談	一
貳、第一階段的準備祈禱	七
參、第二階段的準備祈禱	一八
肆、澄清求禱者與耶穌現有的關係	二七
伍、排除求禱者與耶穌現有的障礙	三五
陸、解除因迷信而來的束縛	四六

柒、不正常性關係的阻礙	五八
捌、治療胎兒期與出生過程中的記憶	七七
玖、醫治與父母的關係	八九
拾、醫治成長過程中的傷害	一〇九
拾壹、治療婚姻關係——兼論中國男性特有的問題	一二六
拾貳、醫治過程的變化	一三八
拾參、聖事與心靈治療	一五二
拾肆、為團體祈禱	一五八
拾伍、為非基督徒祈禱	一六三
拾陸、略談祈禱者的心情和態度	一六七
拾柒、對心靈治療祈禱的幾點反省	一七五
拾捌、生命的新創造	一八〇

序

民國六十八年的下半年，我把七、八年來作心靈治療祈禱的經驗，寫了一本小書，於一九七〇年五月以「心靈的治療」名稱在光啓出版社出版。但在這一段時期中，我仍繼續不斷地在這方面尋求天主的引導，希望能有更大的進步，也能爲人作更有效的服務。

3

天主果然答覆了我的祈禱。在一九八〇年三月中，讓我遇見了一位美國太太。她有一個兒子是基督教的牧師，被派來臺灣傳教，正在學習華語。那時她來臺灣探望她的兒子，大約要停留四、五個月左右。我經由人的介紹與她認識之後，知道她也爲人作心靈醫治祈禱。於是我們有好幾次機會共同爲人祈禱。後來，我也請她爲我個人作了一次祈禱（詳情記載在本書第拾章內）。

在與她的交往中，我學會了爲人作棄絕和切斷的祈禱（詳情見第叁章）。然後，我再把以前醫治人際關係的祈禱加以擴充，形成了一種心靈治癒祈禱的新方式，其效果似乎比以前的方法更深刻。

不過，這並不表示，這種新的方法取代了「心靈的治癒」一書中所說的各種方法。實際上，我非常希望讀者在讀本書前，仍能先讀「心靈的治癒」一書。因爲這樣可以使他對心靈治癒祈禱，有一個最基本的認識。即使在新的方式中，前書所說的各種方法也常常被取用。兩書之間，不但有一個延續性，而且也有一個互補性。所以，我在本書中，也多次指出內容上與「心靈的治癒」一書的關連，使讀者能夠更加明瞭兩者之間的關係，並對問題的全貌，有更清楚的了解。

我願意再三強調一點，爲人作心靈治癒祈禱，並不需要什麼特別神恩；尤其「心靈的治癒」一書所說的各種方法，都不是神恩性的祈禱。凡是有基督生命、有信心、有愛心的信友，都可以爲人去作。在本書所說的基本方法，大部份的基督徒都可爲別人作；只有某些地方需要聖神的神恩，才能够作到。所以，讀者在看了這兩本書後，希望能對心靈受傷的經驗，有個較正確的認識；不但自己接受心靈治癒的祈禱，並且也願意嘗試

爲其他需要的人服務。

最使我感到高興的，是在過去一年中，不論在天主教或在基督教會內，愈來愈多的人願意接受心靈治癒的祈禱。同時，也有更多的神父、修女、牧師及教友，願意在自己生活的環境中，爲別人作心靈治癒的祈禱。在我心中最大的渴望，就是耶穌基督醫治心靈創傷奇妙的工作，能藉着更多的人，到達許多心靈曾受過創傷的兄弟姊妹身上。不但如此，更希望有愈來愈多的人，把他們爲人作心靈治癒祈禱，或自己被人祈禱的經驗，提供出來與大家分享，以收集思廣益之效，使許多困難的問題得到解決。

寫這本書的時候，時值我進鐸十週年（一九八一年六月二十六日）。那天，也正好是耶穌聖心慶節。所以，我把這本書特別奉獻給耶穌聖心。一方面感謝由祂刺透的聖心中所流溢的愛，治癒了我和許多人心靈的創傷；另一方面感謝祂召選了我這個無用的僕人，傳揚祂那不可言傳的愛的奧秘。

本書的寫成，除了感謝天主之外，特別感謝 Mrs. Frances Thurman：她對我的分享，和爲我所作的祈禱。感謝這一年多年，請我爲他們作心靈治癒祈禱的人，並把自己內心的痛苦和秘密，在我面前坦述出來。同時，也感謝這些人把作心靈治癒祈禱

後的經歷，告訴了我，使本書有相當具體的內容。另外還有一些人，把在爲人作心靈治療祈禱的經驗與我分享。這不但肯定了我個人的經驗，並且也給我多次反省和改進的機會。可惜的是，這些人的名子我無法在此列舉出來。最後，我願意特別感謝我的秘書顏鳳小姐，在本書寫作的過程中，她每天要從錄音帶上抄錄五、六千字，使全書得以順利完成。

王敬弘 謹識

一九八一年六月二十六日

耶穌聖心慶節

什麼是生命的新創造

「哀慟的人是有福的，因為他們要受到安慰。」（瑪五4）

當一個人願意深刻而真實的面對真我時，會有下列的各種現象，使他不能在此種經驗中獲得整合，內心也沒有真正的喜樂和平安。總之，這人需要生命的重建。

如果一個人發現，在他過去生命中，有許多片段很模糊不清，而且陰影重重，為黑暗所籠罩。

如果一個人，想起自己以前許多受驚嚇的經驗，就感到內心驚恐怕懼、心有餘悸。

如果一個人在回憶中，發現自己的生命有一些空白；或非常孤獨的時期，沒有得到正常人所需要被愛的經驗，以致現在也不懂得如何去愛人。

如果一個人常感到缺乏安全感，總想抓住些外在的事情或人，來作自己安全感的依

特。

如果一個人，當他回想過去自己所做的許多錯事、失敗和挫折，而常常自貶、自責、自恨，甚至自我處罰。

如果一個人，當他憶及自己被人刺傷和遭受許多不公平的待遇，而感到義憤填胸時，但又感到無能為力去寬恕那些傷害過自己的人。

如果一個人，雖然知道他過去有許多不太好的回憶，但現在想起來，却有一種麻木不仁、對自己毫無反應的感覺。

如果一個人，在與人的交往中，不敢信任別人，也不敢真正接受別人的愛，或付出自己的愛。

如果一個人，他的情緒常常起伏而不能控制，低潮的時候多，高興的時候少。

如果一個人，生命中有許多僵硬的地方，有非常死板的生活方式，很不容易適應新的人、地、事物。他常抱怨別人不了解自己，不能迎合自己的生活需要。自己却不能為客觀的需要作任何改變。

如果一個人，常常處在無緣無故的憂慮或怕懼中，對未來感到暗淡和失望，前途無

亮。

如果一個人，在與別人的交往中，常封閉自己的心靈，不敢對人真正的開放，也不敢告訴別人自己是誰。和別人築起一道無形的藩籬，無法建立深刻的人際關係。

如果一個人，覺得自己過去生長的環境對自己有一種影響，造成許多偏見和與人交往的束縛，不能坦然與人來往。

如果一個人，對別人的言語舉動十分地在意。只要他一句讚美的話，自己就好像被捧上了天，馬上有飄飄然的感覺，但人家一句貶抑的話，就好像被打下了地獄一般。我的高興和悲傷，完全操在他人對自己的看法上。

如果一個人，他根本不願意面對自己過去的歷史，並用各種壓抑、遺忘或合理化的手段去處理自己的記憶。

如果一個人，常為外在的各種活動所支配，使自己生活填得滿滿的；但這人却又活在一種支離破碎的狀態中。對自己的生活，沒有一個統一的方向和意義；只是藉着外面的活動來麻醉自身。

.....

這個人的生命不整合、不統一。他需要生命的新創造。

生命的新創造需要一位創造者，祂就是主耶穌基督。新創造的能力就是天主聖神的愛。新創造的素材就是我個人全部生活的歷史，其中的一點一滴、一個經驗、一個回憶，就是重新創造自我的一磚一石。

耶穌的光明進入我的黑暗中，驅逐我生命中的陰影，使模糊不清的事物顯出真相。

耶穌的大能平復我的驚恐，給我所需要安全感。

耶穌的寬恕使我寬恕自己、接納自己、寬恕別人、接納別人。

耶穌愛的臨在彌補我所缺乏的各種愛，填滿我心靈的空虛，並消除我內心的孤獨。

耶穌賜予聖神的活水，使我僵化的生命得到滋潤，重新富有活力。

耶穌的真理糾正我的偏見和錯誤。

耶穌的能力打破許多不必要的束縛，使我心靈得以自由。

耶穌對我個人的肯定，使它具有自信和自尊，敢坦然地對別人開放自己。

耶穌對我的信任，使我能相信自己，也相信別人；才可接受別人的愛，也敢於付出

自己的愛。

耶穌是道路、真理、生命，是祂給我指出了一條生命的道路，就是要在最具體的生命中跟隨祂，體驗到祂指引的人生真理，而活一個豐富的生命。

耶穌是我的善牧，祂用我的小名呼喚我。在祂的召叫中，讓我體會到自我，和自我真正的價值及意義。

耶穌的身體是真正的食糧，耶穌的寶血是真正的飲料；吃了祂的肉，喝了祂的血，使我真實地體會到我住在耶穌內，耶穌住在我內。

耶穌是葡萄樹，我是枝條。當我體會祂住在我內，我住在祂內，我就結出許多的果實。但是我的許多缺點和軟弱，被耶穌的父所修剪，使我結更多的果實。

最後，耶穌給我們的新誠命是：「你們彼此相愛，如同我愛了你們一樣。」我體會到耶穌愛我，我也願意在這愛內學習用同樣地方式去愛別人。

最近，有個人給了我一張小紙條，上面寫道：

「神父，昨天我為一個女孩子祈禱，一切過程都非常順利。為此，我體會到在我過

去生命中許多種種不愉快和受傷的經驗，現在都成了天主的恩賜。因為它幫助我去了解那些受傷的人，使我更能用很實際的方式為這些人祈禱，使他們也能體會耶穌基督的愛。」

當一個人非常清楚地意識他過去生命中，有許多的創傷和困難；但由於耶穌基督的愛已進入了這些受創的經驗和記憶中，使他整個人得以治癒、釋放和整合。現在他不為這些過去的經驗和記憶，感到是一種負荷、重擔、和束縛，或是與別人有隔離，愛與被愛的阻礙。當他把過去生命的一切視為天主的恩賜，並能用這些恩賜來幫助別人的時候，這個人的生命在耶穌基督內已經被再造了。

壹、祈禱前的交談

人們要求作心靈醫治祈禱時，每人的心情各有不同。有的人已有長期尋求心理和精神治療的經驗，但心理學的方法，並未給他太大的幫助。後來，當這人知道了心靈醫治的祈禱，認為這是他得到解救的唯一途徑，因此，心情熱切期待着它。其中有些人，因為已經過長期心理治療，沒有效果；現在發現一個新途徑，却沒有什麼信心，只抱着姑妄一試的心情來看一看。也有些人，對自己過去心靈受傷的經驗和問題的來龍去脈有很深的認識。有的人却混亂一片，僅知道自己需要得到心靈醫治；但對自己心靈真實狀況的認識，只感到模糊不清。

面對來作治療祈禱各形各色的人，以及他們千變萬化的背景和態度，通常我願意在開始祈禱前，與他們作個簡單的交談，澄清彼此對某些基本觀點的認識；這對雙方都有

好處。一般而言，不論我認識的人，或不認識的求禱者，他們第一次來見我時，多少有點緊張，因他們不知道有何結果。所以，我與求禱者在祈禱前的交談，常常可以緩和這種緊張的心情，使求禱者更容易進到祈禱的態度和狀況中。

在開始時，我常先問求禱者，有沒有話願意告訴我。有些人就會立刻率直地把自己內心的痛苦和困難，一一向我陳述；這時，我會盡心地聆聽他的話。但當他的訴苦告一個段落時，我會對他說，心靈治癒祈禱，不是用心理分析的方法來進行，所以，我不需要知道他現在的心理狀況，或他過去受傷經過的細節。因為這些事都會在治癒祈禱中再現。在祈禱前不必花許多時間去講述它。一個心靈充滿痛苦的人，所述說的大半都是他現在生活中所意識到痛苦的點點滴滴，但並未觸及他個人問題的核心。現在他遭受的痛苦、壓力、束縛，大半都由從前受傷的經驗累積下來的效果。如果讓他講述「後果性」的經驗和感受，並不有助於心靈治癒祈禱的進行。但祈禱者也不能立即打斷求禱者這一類的傾訴，因為這會讓他感到祈禱者不願意了解和接受他。如何處理這一類的情況，完全要憑實際經驗，以及祈禱者和求禱者間已有的關係而定，沒有死板的原則可以遵行。

有時，當我問求禱者有沒有話要對我說時，他們却感到不知從何說起。通常我會先

問兩個簡單的問題，使我對求禱者的背景有個基本的了解。一個就是求禱者的家庭狀況和個人背景。例如，求禱者與父母的關係。家裏有幾個兄弟姊妹，他排行第幾，彼此間的感情又如何。

由於中國的傳統觀念認為家醜不可外揚，或種種其他的理由，有些人對家庭中的困難，很羞於啓齒。因此，不願意談到他父母帶給他的任何傷害。這個時候，我對求禱者解釋，現在我們不是在定父母的罪；如果父母不愛子女，絕大多數是因為他們的心靈也受到創傷。所以，我會向求禱者解釋，述及父母和他的關係，只是在陳述事實，絕不是在判斷父母的罪。究竟父母要為他們的行為負多大的責任，這是人無法測知的。的確，這樣的解釋可以幫助求禱者更坦誠講述他內心的感受。

— 3 —

另一方面，我常詢問求禱者的信仰背景，特別是他個人。平常，我希望他能簡單的把自己信仰的心路歷程描述一下。因為一個人現在對耶穌基督的態度，非常影響為他所作祈禱的效果。不論求禱者對耶穌基督信仰狀態如何，我都抱著一種聆聽和了解的态度去接受他。有的人對耶穌的認識非常模糊不清，可是，現在因心靈上的痛苦，他自己發覺已走投無路，願意嘗試和耶穌建立一個更深的關係，求祂治好自己。也有人因心靈的

痛苦，早已開始想用信仰的方式來幫助自己。所以，他們在追求耶穌更深的關係上，已經有一段奮鬥和掙扎了。有的人在親近主方面進步比較多；有的人却毫無效果。有些人因他們心理的狀態，把自己的困難投射到和耶穌基督的關係上。例如，在他個人的生命中，很少體會自己爲人所愛；雖然他曾聽過別人描述爲耶穌所愛的經驗，但他仍然懷疑耶穌是否真的愛他本人。還有些人的信仰態度相當正確，也十分深刻；只是不懂如何藉着對基督的信仰經驗，解除人內心的痛苦和困難。

當我了解求禱者信仰的狀態後，對信仰狀態良好的人，當然予以鼓勵，請他相信耶穌對他的愛，並會醫治他內心所受的創傷。但對那些信仰上有困難的人，我不給他們講大道理，只要求他們願意追求一個更深的信仰。我按照他們信仰的程度，好在後來的治療祈禱中，一步步幫助他們和耶穌建立更正確的關係。

至於祈禱前的交談，除了上述一些簡單的原則和方式外，實在沒有什麼可多講的了。因爲如何與每位求禱者建立一個最初步的關係，是因着當時的時間、地點、以及求禱者心情、態度而有很大的變化。每一位祈禱者如何恰當地來進行這種交談，這和他的性格及經驗，有莫大的關連。因此，心靈治療祈禱沒有一套方法和原則供人死板地如法

泡製。以上也不過是我個人經驗的分享，給其他的祈禱者作參考而已。

在某些特殊情形下，當我與求禱者作了初步的交談後，我會建議他，暫時不要作心靈醫治祈禱；而用一段時間作更好的準備，讓他能在接受治癒祈禱中得到更佳的效果。以下是幾個例子：

有人對耶穌的信仰模糊不清，甚至有些反感。可是由於自己心靈有很大的痛苦，感覺到可能只有耶穌會治好他。所以，他在選擇接受或拒絕心靈治癒祈禱之間，內心有一種衝突。對於這種人，平常我略略給他講述一下耶穌的愛，以及心靈治癒祈禱的性質。我也會建議他，最好先看一遍「心靈的治癒」這本書，讓他對治癒祈禱更清楚、更正確的認識；並修正他對耶穌基督的誤解。等到這人覺得他可以平安接受治癒祈禱的時候，可以再來作心靈治癒。那時，必會產生良好的效果。

有一些長期用壓抑來處理自己受傷記憶，以及一些不好情緒的人，對任何較深的開放，都會感到十分地困難。碰到這一類人，我會很溫和而坦白地讓他清楚意識他這種壓抑的方式，使他不容易接受耶穌基督的愛。因為多年來養成壓抑的習慣，並非靠短時間的祈禱立刻可以消除的。通常，我建議這人先讀「心靈的治癒」一書的附錄二：「重溫

舊事的祈禱」。我鼓勵他用重溫舊事祈禱的方式，面對耶穌基督，消除過去內心的壓抑，而能把過去整個的生命對耶穌開放。等到這人覺得有些進步時，重新再來接受心靈的治癒。

如果祈禱前開始的交談，進行相當順利的話，那麼，到了一個恰當的時刻，就不需再談下去，因為最好是以祈禱的方式請耶穌來幫助我們找出問題的癥結。於是，就進入作準備祈禱的階段。

貳、第一階段的準備祈禱

在正式接受心靈治癒祈禱前，通常，求禱者要作兩個階段的準備祈禱。第一階段的準備祈禱，包括四項因素：一、接受耶穌作我生命唯一的救主。二、向耶穌認罪。三、寬恕自己。四、寬恕一切得罪過我的人。關於這方面，「心靈的治癒」一書第三十三至四十三頁中，已有詳盡的討論。現在，我願再提一次，有兩個理由：第一，當一個人作心靈治癒的經驗愈多，愈會體驗到這項準備十分的重要；並發現作這種準備祈禱中會有些新的問題。因此，在某幾點上，需要清楚加以說明，或更強調其重要性。第二，是因爲以前作心靈治癒祈禱，我常對求禱者說，這個祈禱是我說一句禱詞，他馬上重複這句禱詞。但是作了多次以後，我感到相當厭煩。所以，我乾脆把要作的祈禱經文寫出，讓求禱者照着唸。現在，我把這段經文抄錄下來：

一、接受耶穌作我生命唯一的救主

耶穌，我來到祢面前，把我整個生命託付在祢的手中。首先我感謝祢賞賜了我生命，並愛了我，不斷地在過去生命中引導和照顧我。同時，謝謝祢把信仰賞給了我，使我清楚地認識真理，也感謝祢在信仰中所賜的各種恩惠。耶穌，我感謝祢給我這一切。

我相信祢是降生成人的天主子，祢身為天主，却來到人間，願意分享人的命運。祢除了罪惡外，過着跟我們人一樣的生活，經驗人世間各種的狀況和境遇，嘗遍了各種善事與艱辛。我相信祢能完全了解人內心的感受，因為祢是與人同在的天主。

耶穌，藉着祢的苦難，祢消除了人所犯的一切罪過。藉着死亡和復活，祢戰勝了死亡；並藉着洗禮聖事讓我們分享了祢的生命及永生的希望。耶穌，我相信祢在光榮升天後，派遣聖神，臨在教會內，不斷地把救恩賜下。現在我來到祢的面前，接受祢作我生命唯一的救主。我相信普天之下，除了祢以外，沒有一個名字可以使

我得救。耶穌，我把我過去的一切，不論好或是壞，都交託給祢，並按祢的仁慈和大能，把我過去生命累積的罪惡和其後果中解救出來，讓我真實體會祢對我的大愛，並歡欣踴躍的讚美祢。耶穌，我讚美祢、感謝祢。

二、向耶穌認罪

耶穌，祢是我生命唯一的救主，我來到祢的面前，承認我過去所犯的一切罪過，無論它是從前或最近犯的，故意或因軟弱犯的，屢次或偶然犯的，現在我在祢面前一一認罪，請以祢的大愛來寬恕我（靜默片刻，把心中特別願意向耶穌認的罪，向祢述說，懇求祢的寬恕）。

耶穌，請以祢的血來覆蓋我，使我得以潔淨。讓我從罪惡的束縛中，得到釋放，心靈恢復自由，使我重新跟祢和好。耶穌，祢要求伯多祿寬恕別人七十個七次，我相信祢會完全寬恕我得罪過祢的地方。耶穌，因着祢寬恕之愛，我讚美祢、感謝祢。

三、寬恕自己

耶穌，祢既已寬恕了我，現在我也願意在祢寬恕之愛中，寬恕自己、接納自己。耶穌，我明白我是個有缺點、有軟弱、有問題、有困難，受過許多挫折和失敗，犯了許多罪的人。當我碰到以上種種情況時，我常常不能接受自己。因此，我常常自卑、自恨、自貶、自抑，甚至自我處罰，摧殘自己的生命。但是，耶穌，我相信祢愛的就是這個真正的我，是個有缺點、有問題、有罪過的我。耶穌，現在請以祢寬恕之愛來肯定這個真我，並幫助我能真正面對自己，接受我的限制和缺陷，寬恕我所有的過錯，用溫和的態度來待自己，給予自己一個改過自新的機會，就像祢給了我這種機會一樣。

耶穌，請派遣聖神充滿我，幫助我用一個正確的態度來面對自己，也在祢的愛中解除我給自己加上的許多束縛；請教導我在祢的愛中成長，使我覺得做一個真正的我是件喜樂的事，也是祢所願意的。耶穌，我感謝祢、依靠祢。

四、寬恕一切得罪過我的人

耶穌，祢無條件的寬恕了我、接納了我，請幫助我寬恕那些曾得罪過我的人。

現在，我把一切得罪過我的人，和他們曾做過傷害我的事，完全交在祢手裏，並因祢的名寬恕他們對我所做的一切。（靜默片刻，按自己的需要祈禱。）耶穌，我因祢的名和仁慈寬恕他們，降福他們。我把內心對他們的仇恨、抱怨、憤怒、害怕都釋放出來，交在祢的手裏，請祢去除它，讓我不再為這些消極的情緒所重壓。請祢解除我心靈的負擔，使我重獲心靈的自由；也使我能平安的在天父前祈禱說：「寬免我們的罪，如同我們寬恕別人一樣。」耶穌，因祢偉大寬恕的愛，我讚美祢、感謝祢。

- 11 一 或這人內心的狀況。所以，當求禱者唸完一段祈禱詞後，我會問他對禱詞有沒有特殊的感受。如果他有個人的困難，或有不了解的地方，我就花點時間跟他談一下困難的所在。假使他有些個人的需要，我就會領他作一個更適合他具體需要和當時心情的祈禱。

例如，求禱者作了寬恕得罪過自己的人的祈禱後，他會告訴我似乎有幾個人很難寬恕。這時我會和他討論他與這幾個人曾發生過的事，而現在他對他們有何種態度。倘使他願意真正寬恕他們，我就帶領他作一個特別寬恕這幾個人的祈禱。

或許有人會問：接受心靈治癒祈禱前，是否先讓求禱者領一次懺悔聖事。按我個人的經驗，這要看求禱者內心實際需要而定。有些人是一位很熱心的信友，他可能在一、二個星期前，曾領過和好聖事，就不需要讓他再辦一次告解。可是，遇到某些重要情況，我也會勸他告解。例如，有一對尚未結婚的人，他們願意婚前請我為他們作心靈的治癒，這時，我先勸他們辦告解，再來作治癒祈禱，這樣祈禱的效果更好。但有時，他很長一段時期沒有領受懺悔聖事，只要在不勉強的情形下，我盡可能的幫助他辦一次妥當的告解。

我在這一點上特別強調，對求禱者不應勉強，假如他尋求心靈治癒，這已表示他願意有某一程度的悔改。當時，若他尚未很深的認識自己的罪，反而在治癒祈禱後，在他與耶穌相遇的經驗中，他體會到自己應妥善去領懺悔聖事。事實上，有許多教友，也為人作心靈治癒祈禱，可是，他們無權聽告解。所以，因時間和地方的限制，祈禱者無法

要求禱者先辦告解再作治癒祈禱。這時，祈禱者可帶領求禱者作一次很好的悔罪祈禱，等心靈的治癒結束後，再鼓勵他找神父辦一次妥善的告解。

在我個人的經驗中，感到在寬恕自己上有困難的人數最多。這實在與中國傳統望子成龍、望女成鳳的心理有關。有許多父母不管子女資質如何，從小就很嚴厲要求子女做好。尤其在聯考制度壓力下，在幼稚園、小學時期父母就要求子女在功課上，或生活其他方面達到他們定的標準。此種方式中成長的孩子，逐漸把父母的要求內在化。因此，他們在長大後，很自然的會嚴格要求自己。可是，當他們不能達到對自己的要求時，就嚴厲指責自己、恨自己、處罰自己。這種態度和行爲對他造成了極大的心理傷害，同時，他也不易接受自己的有限、軟弱並寬恕自己。

有些小孩，他們的父母或老師要求他們達到目標的唯一方式，就是威脅和恐嚇；但從不給鼓勵和讚美，來肯定孩子的努力或成就。如此，孩子們長大後，每憑面對自己不完滿，或失敗和挫折之處常無法接受天主會愛他這樣一個有缺點的人。他總覺得應靠個人的努力，達到了某一程度的完美之後，天主才會愛他。實際上，這個想法完全相反了耶穌所顯示的愛情。耶穌曾很清楚說：「不是健康的人需要醫生，而是有病的人；我不

是來召義人，而是召罪人。」（谷二17）他們從小所受到的培養，使他們認為除非達到某一程度的完美，才配接受耶穌基督的愛。其實，他們永遠沒有能力達到這種程度的完美。因而，他們永遠不配接受耶穌基督的愛。

此種完美主義，表面上看來好像是美好的，並要求自己努力上進。但是，它造成人對自己、對天主的態度一種很不正確的扭曲；它在人和耶穌基督之間造成一種不必要的隔閡，讓自己關在一個很美麗、孤獨却是完美主義的牢籠中。他們很少欣賞自己的優點，也不感到自己是可愛的，內心常常感覺有沈重的負擔和束縛，無法獲得內心的自由。因此，他們常常感到鬱鬱寡歡。

往往這種人對自己要求的很嚴厲，批評也苛刻。有時他也受不了這種態度，因此，他更加對別人要求嚴苛。此種不肯原諒和容忍別人的缺點，使他無法自由地去愛別人。具有這種完美主義的人，他所依恃的藉口是十分美麗的，因此，很不容易打破由美麗虛偽而外衣下完美主義所造成的殼。有些人完美主義是這樣的深，以至使他覺得如果他放棄完美主義，整個生命的意義都會喪失；這人沒有辦法面對自己的缺點、軟弱，也不給自己足夠的時間來成長——不讓自己經過挫折和失敗的過程，慢慢能走向成功。嚴

格的完美主義，有時要求人一步登天；當他不能一步登天的時候，就極爲失望，放棄一切，什麼也不做了。這種完美主義，給他帶來極大的重擔和束縛，實際上，以自貶、自責摧殘生命的活力，使自己變成一個癱瘓的人。

面對完美主義的人，有時很難幫助他們。因爲他們有一套美麗的邏輯和幻想，而這是他們不願輕易放棄的，否則，就必須面對自己的軟弱和醜惡的一面，這爲他們是受不了的。他們習慣用完美主義爲藉口，來掩飾真正的自我；但又無能爲力作任何改良。他們陶醉在一個空洞、建築在沙上面完美的理想中；却無力向這個理想往前一步。他們既不懂得愛，也沒有能力接受愛。他們缺乏生命活力的來源，只好以完美主義的理想來自我陶醉、自我掩飾了。

耶穌基督也要求我們完美。祂要求我們成全，如同天父一樣的成全（瑪五48）。但祂常按人現實狀況，愛我們真實的自我。儘管這個我是有缺點、困難、軟弱、有罪的，但祂仍愛這個真正的我，呼喚我不斷地從罪惡中悔改。祂無條件的願意寬恕我七十個七次。祂無限的忍耐，只要我肯在悔改的道路上前進，祂就以溫和的愛指引我，一步步的往前走。祂給我從悔改到完美之間成長所需要的時間。祂不要求我一步登天，並容忍我

在成長過程中有起有伏，甚至失足跌倒。耶穌要求我的是愈來愈忠實，把我整個生活的目標朝向祂，走向祂要求我的完美。不論我走的是怎樣的緩慢，祂却凡事包容、凡事忍耐、凡事相信、凡事盼望。

除非一個完美主義的人，可以很真實地體會到耶穌愛他現在不甚完美的自我，也許他逐漸會卸下以完美主義作藉口的掩飾；使他的安全感，不建築在完美主義的理想上，而建築在耶穌對他無條件的愛和寬恕中。可是，要使他做到這一點，常常需要在他生活中，有一個具體的人能接納現在的他。經由這個活生生的人，他會了解被一個人如此的接納，當然，主耶穌也可以這樣的接納他。通常來講，這實在需要一段時間的努力交談，以及在具體的人際關係中，自己被別人了解和接納，這時，他才敢除去完美主義的外殼，以真實的自我接納耶穌基督的愛。

自責、自恨、自我貶抑……並非都出於完美主義，而且完美主義深淺的程度也大相逕庭。因此，當求禱者有這樣的問題，祈禱者常需求耶穌基督的引導，看看怎樣幫助求禱者放棄他的自貶、自責，和接受耶穌基督的愛。這種實際的牧靈智慧與助人的藝術，不是文字所能表達出來的；必須在人具體的經驗中，受聖神的引領而獲得。所以，在此

我就不多說了。

平常一個人作完第一個階段的準備祈禱後，他會體會心理上有一些變化，比以前更平安。但也有少數人，在作完這階段祈禱後，却無動於衷，沒有任何的感受。那麼，只要沒有不好的擾亂，就可進入第二個階段的準備祈禱了。

叁、第二階段的準備祈禱

第二階段的準備，主要包括兩項祈禱：一是切斷與父母不正常的聯繫。二是切斷與迷信行為的聯繫。如果情形需要，也可切斷與其他人不正常的關係。例如，切斷夫婦間不正常的聯繫，或切斷有不正常性關係者的關係。後兩者，在第拾壹和第柒章中作比較深入的討論。在本章內，暫時集中在切斷與父母和迷信行為不正常的關係上。

我從 Mrs. Frances Thurman 學會了這種祈禱。它的確給心靈治療帶來很大的幫助。以前我幫助一些家庭背景相當複雜的人時，常感到困難。他們深受父母的影響，整個人好像被父母的陰影籠罩。在為他們作內心祈禱時，基督的愛好像不得其門而入。後來，我學會作切斷與不正常關係的祈禱後，就先用這樣的祈禱切斷求禱者與父母不正常的關係。一般而言，求禱者在作完這種祈禱後，他們的心情就感到充分地放鬆，基督

的愛也比較容易進入。

起初我爲人作這種祈禱時，我是一句跟一句禱詞的方式帶他祈禱；但後來我擬定了一般性的經文。如果求禱者的家庭狀況沒有什麼特殊的情形，我就讓他按這經文祈禱。但假使求禱者的家庭背景較特殊而複雜，我還是以帶領的方式來幫助他。現在，我先把擬定好的經文抄錄下來，再對不同狀況作一解釋。

一、感謝天主藉父母所賜的恩惠

耶穌，我來到祢前，把我父母以及我和他們的關係託付給祢。耶穌，我感謝祢，藉着父母賞賜了我生命；也藉着他們對我的關心和愛護，讓我嘗到被愛的甜蜜。由於父母的保護，使我有安全感；由於他們的教導，使我逐漸地成長。耶穌，祢藉父母賜給我的_{一切}恩惠，我衷心感謝祢，並感謝他們爲我所付出的種種辛勞和愛心。

耶穌，但父母並不是完美的人。雖然他們願意盡力愛我，然而他們性格也是缺陷。父母在愛的態度中，有時混雜着自私，甚至在表達上也不太正確。因爲父母是影響我生命最深的人，因此，他們或多或少的缺點，也帶給我一些不好的影響。耶穌我把這一切

都交託給祢，請按祢的仁慈幫助我、改變我。

二、棄絕與父母一切不正常的聯繫

耶穌，我因祢的名棄絕與父親（母親）一切不正常生理、心理與精神上的聯繫。耶穌，我因祢的名棄絕父親（母親）和他祖先由血統帶給我的^{一切}不好的影響，特別是他們所做的迷信行為在我身上造成的束縛和桎梏。耶穌，如果這些迷信行為使我與黑暗勢力相連的話，我也因祢的名完全棄絕它們。請祢解除凡由父親（母親）和他的祖先帶給^我任何不好的壓制和束縛。耶穌，凡我父親（母親）得罪或傷害我的地方，現在我願因祢的名寬恕他（她），並按祢的仁慈寬恕他（她）、降福他（她），賞報他（她）為我所付出的各種辛苦和關懷。耶穌，凡我得罪我父親（母親）的地方，現在我在祢的面前一一認罪，請祢寬恕我（靜默一下，求禱者在自己心內安靜祈禱）。

耶穌，請祢進到我和父親（母親）關係中，調整我對他（她）的態度，去除一切不正常的束縛和牽連，使我能獲得內心的自由。並按祢所願意的方式，孝愛我的父親（母親），使我的心靈能完全歸屬於祢。耶穌，我讚美祢、感謝祢。

三、祈禱者的祈禱詞

耶穌，現在我因祢的名和權威切斷×××（求禱者）和他父親（母親）之間一切不正常生理、心理和精神的聯繫。我因祢的名和權威進到他和他父親（母親）的血統關係中，也進到他和祖父母（外祖父母）的血統關係中，再進到他和祖父母（外祖父母）每人父母的血統關係中，清除由這些血統關係所帶來的一切不正常的生理、心理和精神上的束縛和桎梏。請祢特別清除這些人所做的迷信行為帶給×××（求禱者）不好的影響和桎梏，如果這些迷信行為使×××（求禱者）與黑暗勢力相連的話，耶穌，現在我因祢的名和權威切斷與黑暗勢力的連繫，解除黑暗勢力在他身上的一切控制，並獲得自由。

耶穌，請派遣聖神到他身上，使他與父親（母親）的關係能得到調整和恢復。請祢讓他的心靈完全釋放，能自由地按祢所願意的方式孝愛他的父親（母親）。耶穌，我讚美祢、感謝祢。

— 21 —

平常在作此祈禱前，我會對求禱者先解釋一下。我們這樣做不是要定父母的罪或判斷父母，因為父母對子女的傷害，往往並非他們願意做的。因為他們也曾受過創傷，所

以，在他們性格的形成和行爲模式上，也不由他們負完全的責任。現在求禱者只是要面對一項具體的事實，在世界上沒有十全十美的人。與我個人關係愈親密者，就更容易傷害我。其次，我會向求禱者解釋，我們求耶穌切斷的是那些不正常的聯繫，耶穌絕不會去除我與他們正常而好的關係。因此，求禱者的心理不必感到是對父母不敬、不知恩……造成不正確的罪惡感。

胎兒在母腹中，有一條臍帶和母體相連，母親經由臍帶供給胎兒所需要的營養。胎兒出生時，與母體脫離，成爲一個獨立的個體。於是，就必須剪斷臍帶，由自己身體的消化器官來攝取所需要的養份。

在人心理成長的過程中，也有一種無形的臍帶。因爲人從出生到成人，所最需要的就是父母的愛。我們無法以其他方式或其他人來取代。嬰兒心理上的基本需要，都完全仰賴父母的供給，直到他漸漸在此環境中長大成人，在心理上成爲一個獨立自主的人。換句話說，當他的理性、意志和人格健全的時候，他必須自己作決定，也爲所作的決定負責。通常這種轉變是在青春期。他的生理發育健全，在心理上，也逐漸脫離父母的控制而獨立。以前，父母常常代他作決定，他也願意聽話。但在這個時期，他顯出一種反

叛的現象。不管父母的決定是否合理，他爲表示自己有意志，就反對父母所作的決定。

但心理上的臍帶，往往不是那麼容易割斷。因爲它是無形的，所以，我們不清楚割斷了多少；往往割斷了一部份，却保留一些。這對成年人來說，却不是很好的。因此，爲獲得內心應有的獨立和自由，用這種祈禱來切斷與父母不正常生理、心理和精神上的連繫，確實對人有助益。除非一個人內心有相當程度的完整和自由，他也沒有能力建立成熟的愛的關係。

作這種祈禱，並不立刻治癒由父母帶來的創傷；只是用一般性的方式，清除與父母不正常的連繫。也只有在這些不正常的連繫清除後，由父母帶來創傷的傷口，才暴露出來，得以治癒。治癒由父母關係而來的創傷，需專章討論。現在，我只解釋這項預備祈禱的功能。

原先第二階段的準備祈禱中，我沒有列入切除與迷信行爲關係的祈禱。可是，在實際經驗中漸漸地發現，凡與迷信行爲有關連的人，大多數不能接受基督的愛進到他的生命中。與其花許多時間摸索，是否因迷信行爲而有阻礙，不如在第二階段的準備中，就

作切除與一切迷信行為有關的祈禱。同樣我先把祈禱經文抄錄出來，然後再作解釋。

一、求禱者的祈禱詞

耶穌，我相信和接受祢是我生命中唯一的救主。請去除在我生命中，一切與祢不相合的勢力。過去，因為我的無知、好奇、或其他理由，我作了一些迷信行為（例如，看相、算命、抽籤、燒紙錢……）。耶穌，現在我明白我錯了，我願意在祢面前一一認罪，請寬恕我（默禱片刻，在內心把自己所作的迷信行為一一向耶穌認罪）。

耶穌，請寬恕我，並用祢的血來覆蓋我，潔淨我。耶穌，我因祢的名棄絕這些迷信行為在我身上所造成一切不好的影響和束縛，也棄絕別人為我所作的迷信行為，在我身上一切不好的影響和束縛。如果這些迷信行為使我與黑暗勢力有所相連的話，耶穌，我因祢的名棄絕與黑暗勢力的聯繫。求祢解除黑暗勢力對我的控制，使我的心靈恢復自由而歸向祢。耶穌，我感謝祢、讚美祢。

二、祈禱者的祈禱詞

耶穌，現在我因祢的名和權威切斷×××（求禱者）和他以及別人替他所作一切迷信行為的關連。請打破這些迷信行為在他身上所造成的束縛和桎梏，把他從迷信行為不好的影響中釋放出來。耶穌，如果這些迷信行為使他與黑暗勢力有所相連，現在我因祢的名和權威切斷這些關連，打破黑暗勢力對他的控制，使他心靈獲得自由，而歸向祢。耶穌，我讚美祢，感謝祢。

這是一種一般性的祈禱，主要是去除由迷信行為帶來的束縛和桎梏。有時，比較嚴重的迷信行為在以後的祈禱中，需要個別處理。

中國人與迷信所牽扯的關連實在非常之廣。有一次，我在一個團體祈禱會中，主持心靈治療祈禱。大約有八十幾人參加。我問他們有多少在信仰耶穌之前或以後，作過迷信行為（此處指一切以不同算命的方式預知自己未來，以及用不同方式與死人交往）。結果，大約四分之三的人都表示曾參與這類行為。其實，這並不是特殊的例子。不論天

主教或基督教的聚會中，當我提這個問題時，平常至少有一半的人，曾或多或少有過迷信行爲。至於它在人身上所造成的後果，我並不是從理論上預先肯定，而在實際的經驗中，慢慢得知它的不良影響。關於這一點，我要用專章討論，所以，現在不再說了。

作完切漸與父母和迷信行爲之間不好的連繫後，假如求禱者已婚，而他心靈創傷主要來源之一是婚姻生活，那麼，我也會針對他的需要作切除自己與配偶不正常聯繫的祈禱。其基本方式類似切除與父母不正常關係的祈禱，只需把禱詞因求禱者實際狀況作略略的改變即可。

肆、澄清求禱者與耶穌現有的關係

心靈治癒的祈禱是讓耶穌的愛進到一個人過去受傷的記憶中。所以，在作完準備階段的祈禱後，祈禱者應澄清求禱者與耶穌現有的關係。如果求禱者與耶穌有良好的關係，那麼，後來治癒祈禱的進行，大半都很順利。但假如求禱者和耶穌間有阻礙，就必須先排除這些阻礙，才能使耶穌的愛順利進入求禱者過去受傷的記憶中。所以，在作完準備階段的祈禱後，我常引領求禱者作下列的祈禱：

耶穌，我來到你的面前，把這個祈禱託付給你。請你派遣聖神來引導現在的祈禱，好使我的祈禱蒙你悅納；並讓我實際體會你的愛及在我生命中賜予的救恩。耶穌，我讚美你，感謝你。

耶穌，我現在把我整個生命對你開放，請按你的仁慈，在我過去的記憶中工

作，耶穌，藉着聖神的德能，請祢進入我生命任何一個時期、任何一個事件、任何一個記憶中，也按祢的方式來處理它們。請解除我心靈的束縛，治好我受的創傷，整合我的人格，使我能祢的大愛中，得到醫治。耶穌，我讚美祢，

感謝祢。

作完以上祈禱後，我再次提醒求禱者坐得舒服，心情要輕鬆。因為並不是靠求禱者費力或緊張才得到治癒；如果他輕鬆的話，耶穌會更容易進入他生命中。然後，我會請他閉上眼睛，回到自己現在居住的地方（無論是宿舍、家裏或租的房子）。平常我會稍為安靜一下，讓他有點時間回到住的地方。差不多半分或一分鐘後，求禱者會告訴我他是否已回到自己所住的地方。此時，我會問他現在在房裏做什麼？求禱者通常會按個人的習慣、心情和那時實際的狀態，有不同的回答。例如，有人看到自己在書桌旁看書，或躺在床上，或看報紙，或看到自己在看電視等等。（到現在為止，他所看到的可說是一種記憶的復現。）

然後，我會對他說：「現在你聽到有人在敲門，你把門打開，看見耶穌站在門口。」同樣的，我會給他一點靜默的時間，等求禱者告訴我他實際看到了什麼。

平常會有三種不同的情況展現，一個是耶穌出現在他的房門口；或者是一片空白，沒有什麼出現；另外一個是有別的人物出現，但却不是耶穌。

可能讀者立刻會感到疑惑。第一，求禱者是否在被催眠狀態下；第二，耶穌或其他人物的出現是否是求禱者想像的結果。現在我就回答這兩點。

首先，對於求禱者是否在被催眠的狀態下，我可以肯定的說「不是」。因為當我希望他回到自己住的地方時，我不是說：「你看自己正在做某事。」只有他告訴我我看到自己正在做什麼事時，我才明白他所想的是什麼。我絕不有意或無意識的控制他記憶復現的內容。

當我請他開門，看到耶穌站在門口時，我並不知道耶穌是否會來。因為從經驗中證實，耶穌是否來，或其他人物的出現，完全看求禱者與耶穌或與其他人物現有的關係而定；並非出於我的控制。假使我以催眠來控制求禱者意識的話，那麼，我就會說：「你看到耶穌站在門口」時，祂就會在門口出現，但事實不然。

第二，耶穌的出現是否是求禱者想像的結果。有些求禱者最初也常感到分不清楚是否真實的看見或是想像得來的。但求禱者經驗的時間長一點，通常他就體會出，並非出

於自己的想像。其理由如下：一、耶穌的來與不來，不由他自己決定。有些求禱者十分地渴求耶穌來，可是，盡力想像，耶穌卻不出現。

二、看到耶穌的方式，不由他來決定。有些人看到耶穌，是以他通常所熟悉的形像現出。例如，在他家裏掛的耶穌聖心像，或教堂裏掛的圖像出現。但許多時候，耶穌出現的方式是人想像不到的，例如，耶穌以牧羊人，或以君王的方式出現。

三、耶穌出現清晰的程度，也不由人來決定。有些求禱者看到的是很模糊的形像，有些却看到耶穌的身體或祂穿的衣服，可是，耶穌的臉部却看不清楚。或者看到耶穌面容發光和有光圈，但五官的表情却無法分辨。但有些求禱者却能清楚看到耶穌整個形像。

四、求禱者所能作的，是接受或拒絕耶穌來。平常祂非常尊重我們。如果有人拒絕耶穌出現，祂不會出現。但求禱者接受了，耶穌並不由人的意志來控制。假使求禱者欲以意志控制耶穌，祂就會隱去。這種解釋，並不能令人清楚明白，所以，我舉出幾個具體的例子來說明。

「我看到耶穌站在門口，就請祂進來，坐在家裏的沙發上。祂身穿白衣服，但祂的

面容我却看不清楚。不過，我體會祂非常慈祥溫和。然後，祂同我談話，祂說的是什麼我並不清楚，祇感到祂很高興與我交談，我心中也非常高興……。」

「我看到耶穌在我門口，祂就像我家裏掛的聖心像一樣，面孔很溫和，很愛我的樣子。我們一起進到客廳，這時，我向祂跪下，不久，耶穌把我拉起來，要我坐着與祂談話。但我就是不肯起來，堅持跪在祂前；而耶穌也一再表示要我起來（這時，我問他爲什麼不願起來。他發覺因爲在過去的生命中，沒有其它依靠，他整個生命的希望，全都寄託在耶穌身上。可能在他的心理上，也對耶穌有一種不健全的依賴。）……」

「我看見耶穌在我臥室門口，祂站着不動（我對他說：『現在你請耶穌進到你房間來。』）。我請耶穌進來，但祂還是不動。我再三請祂，最後，祂進來了。我的房間很小，空間只擺一張床，另有一張書桌和一把椅子。可是，書桌零亂不堪，我感到不好意思請耶穌坐書桌前的椅子上，就請耶穌坐在床上。當耶穌坐下後，面無表情，我也不知所措來回的走着，與耶穌好像沒有什麼交往。（在此情形下，我就帶他作如下的祈禱：耶穌，感謝祢用一種有形可見的方式進到我的生命中。但我與祢

之間好像有一層隔閡，使我無法舒暢的與祢來往。耶穌，請讓我明瞭這層隔閡是具體的什麼，並請祢清除它。」現在，我看見耶穌在講道理，但講什麼我就聽不到了。後來，我聽見天主經的兩句話「寬恕我們的罪，如同我們寬恕別人一樣。」神父，我突然想起，有一、二個人曾經得罪過我，但我沒有真正寬恕他們。（我就請他在耶穌前真正寬恕這一、二個人）神父，現在我可以跟耶穌自然的交往了。我坐在祂的身邊，耶穌很慈祥的看著我，我開始體會到祂的愛……」

通常在此情況下，求禱者會很清楚知道他與耶穌實際交往如何，以及他用何種態度面對耶穌。以下就是一個相當有趣的例子：

有一位修女因身兼數職，工作繁忙，因而有時疏忽祈禱。當我帶引她回到自己任的地方時，她看見耶穌站在她門口，她也招待祂進去，並請祂坐下。這時，她對耶穌說：「請等一等。」於是，她看到她埋首在自己的工作中。大約一、二分鐘後，耶穌起身告辭，她讓祂走了。過後，我指出：「妳與耶穌現有的關係，不正是如此嗎？妳一向就是把自己的工作看得比和耶穌交往更重要。」後來，這位修女發了一個痛悔，然後，再請耶穌進到她房間中，她就和耶穌愉快的交談起來。因着這次的經驗，她的靈修生活已

有相當的改變。

通常，我發現只要耶穌出現，就表示求禱者與耶穌有着基本的聯繫，也正反映出他和耶穌現有關係的狀況。有時，耶穌雖出現，但他和耶穌卻沒有交往，自管自的事，這就表示一個人在理性上相信了耶穌，但在具體生活中，他却和耶穌有些阻礙。這種阻礙並不嚴重到和耶穌斷絕的程度；只是使他沒有和耶穌直接交往。另一種情況，雖然耶穌出現，是以一種模糊的景象，尤其耶穌的穿著和臉部，更是不清楚，這表示求禱者對耶穌的認識不夠。這時，祈禱者要帶領求禱者作一次對耶穌信德的祈禱：

耶穌，感謝祢用有形可見的方式把祢顯示給我。雖然我領了洗，也相信祢，但我對祢的認識很少。耶穌，請派遣聖神來領導我，也藉着福音讓我能更深的認識祢，和祢建立一個真正的關係。耶穌，我讚美祢，感謝祢。

當然，每位求禱者和耶穌所有的困難不盡相同，但要看看求禱者實際狀況而定。平常祈禱者儘可能針對他個人的需要，帶他向耶穌作祈禱。通常求禱者會看到自己和耶穌的關係上有改變，但仍需在他後來具體的生活中不斷地努力。當他和耶穌關係較清楚後，就可進到更深一步的心靈醫治的祈禱上了。

如果求禱者和耶穌現有的關係良好，有時，耶穌出現後，只做些普通的事。例如，耶穌跟他一起談天、並降福他等等。但有時，也會做較特殊的事。例如，耶穌告訴他某項訊息，要求他做某件事。一般而言，五、六分到十幾分鐘後，耶穌會表示要離去。求禱者也許心裏不太願意，却無法阻止祂。這時最好讓耶穌離去，並請祂作更深一層的醫治。

這裏我要提出兩種特殊的狀況。一是祈禱者要求禱者回到自己住的地方，出現的景物是一些象徵圖像。在這種情形下，應求耶穌顯示這些象徵的意義，並按耶穌的指引進行祈禱。另一種情形是，他無法回到自己的住處，而也無過去的記憶浮現。這時，也要求耶穌指出造成這種情形的阻礙何在，並針對它予以消除。

當祈禱者要求禱者回到現在的住處時，出現的既不是圖像，也不是過去記憶的浮現，而是混亂一片。這與下一章要討論的主題有關，所以，下一章我會詳細說明。

伍、排除求禱者與耶穌現有的障礙

由這章起，我要用三章的篇幅來討論，怎樣排除求禱者與耶穌基督現有各種的障礙。這一章中，主要的內容是說明求禱者與耶穌一般性的障礙。關於因迷信或不正常性關係而來的障礙，我將於陸、柒兩章中分別講述。

當求禱者回到他現在住的地方時，如果出現是一片混亂的圖像，這表示求禱者與耶穌有些具體的障礙需要被排除；或當求禱者請耶穌來時，他看到的是一片空白，這也表示求禱者與耶穌沒有一個活生生具體的關係。因此，祈禱者必須先追究求禱者和耶穌到底有什麼障礙。找到後，就祈求耶穌去除這些障礙，這樣才能真正進行心靈的醫治。這兩種情況大致相似，所以，現在一併提出討論。

如果碰到上述兩種情形時，我先帶求禱者作個祈禱：

耶穌，我來到祢面前，把我自己託付在祢手中。感謝祢讓我體會到，我和祢之間有一些阻礙。現在，請祢讓我明瞭，造成這個阻礙真正的根源和原因何在。

請派遣聖神來引導我，並幫助我除去這個阻礙的根子，使我能很親密的與祢交往。耶穌，我讚美祢，感謝祢。

作完這段祈禱後，平常我會靜默一下；或用舌音神恩爲他祈禱。有時，求禱者立刻會浮現一些記憶，他會懂得耶穌和他之間障礙的原因是什麼。這時，就應針對這個原因作祈禱。假如求禱者沒有浮現任何記憶，那麼，祈禱者應和求禱者交談一下，看看他和耶穌的關係究竟如何，試試能否找出真正困難的原因。假若找到困難的話，就帶求禱者針對問題作一個祈禱，求耶穌去除這些困難。

現在，我就舉幾個實際的例子，來說明一般所碰到的困難及其解決方法。

一、信仰不正確——有些求禱者在心靈治癒中發生困難，主要是他們對耶穌的認識不正確。例如，不相信耶穌是降生成人的天主子。碰到這類困難，祈禱者就需和求禱者交談，找出他信奉上困難的真正原因，再跟他作一解釋。但他仍不接受，那麼，祈禱就無法進行了。曾有幾位沒有任何信仰的人來找我爲他們作心靈治癒，一談之下，發現他

們根本不認識耶穌基督，且無意追求或接受信仰。當時，我只有很婉轉的說明，這種治癒祈禱完全仰賴耶穌基督對人的愛，如果我們根本不相信耶穌，祈禱無法進行；只好請他們以別的方式來幫助自己。但對那些尚未領洗，但有心追求信仰的人來說，即使他們對耶穌的認識不夠，我仍可為他們作治癒祈禱。這種情形，我將在第拾伍章中再討論。所以，現暫時擱下不談了。

二、不相信耶穌愛自己——在這個標題下，仍會產生許多不同的情況。有些求禱者不相信耶穌愛自己，因為他感到自己不配承受耶穌的愛，其根源是自卑、自責。那麼，祈禱者就應先與求禱者交談，設法排除這種態度，並對他解釋耶穌的愛是白白的恩賜。我們只需要相信祂，就可白白的領受。

有時，求禱者把自己生活上的困難，當成耶穌對他的一種處罰，因此，認為耶穌不會愛他這個人。此時，祈禱者要按求禱者實際狀況與他交談，使他能對耶穌的愛有正確的看法。

許多人對罪和罰的關連性有一錯誤的觀念。主要原因是他們疏忽人類生存的集體性。有人常把自己的罪和所受的苦作一對一的相連，認為自己犯了罪，那麼，天主一定

會給他應受的罰，這樣，他才感到舒暢。其實，人類生存狀態是相互依賴的，我們必須分工合作，才能供給人生命不同的需求，這是人類集體性好的一面。但，人類集體性壞的一面，就是別人所犯的罪會傷害我。例如，我的錢被人偷走了，這是別人犯罪，而我受苦。又如，別人開工廠，造成空氣污染，或諸如此類的公害，會使人類在犯罪和受苦的集體性的關連更清楚地顯露出來。人不能把犯罪行為的後果和責任，全推到天主身上；而把別人犯罪我受苦的情形，認作是天主的罰。這表示除非人類共同維護人生活、生態和道德的環境，人犯的罪實在彼此威脅、彼此傷害。的確，在這個世界上，我們很清楚看到這種情境存在，甚至在家庭中亦是如此。我們不應把人類種種罪行的後果完全讓天主來負責。當我們遭受某些不是由自己行為所招致的痛苦，立刻把它視為天主的罰，因而抱怨天主。這種心情使人無法接受耶穌的愛，並體會到耶穌帶來的救恩。

三、抱怨——這與上述的情形有關。有些人怨天，有些人尤人。例如，有個人工作認真，但由於過份負責，因而常感疲累，長期下來就積勞成疾，健康受損。因此，他心中常常抱怨，認為他沒有做對不起人的事，而因為努力工作，為什麼還會遭致天主的罰，實在太不公平了。於是，我與他仔細一談，指出他工作認真負責固然是好，但却疏

忽自己身體的限度，也沒有對自己的健康作一適當的照顧；他不能因着自己努力工作，天主就給他一種超乎常人健康的力量，而不覺得累。其實，造成今日身體受損的情形，他應負大部份責任。若他把這個責任推到別人身上，以抱怨之心來面對天主，那麼，耶穌的愛也不能具體進到他生命中來醫治他。

當一個人認為自己所做的都是對的，而四週的人全給他無理的迫害，他就把這種遭遇歸咎到天主身上，以為天主是在罰他。當我面對這種人的時候，除了跟他講上面所提到的，人類罪惡、痛苦集體相關性之外，也具體指出耶穌基督是一位沒有罪的人。只是他在世時，受了種種痛苦，最後死在十字架上。如果求禱者願意面對真實的情形，看出什麼是來自人的因素，什麼是來自天主的，並把他與釘在十字架上的耶穌痛苦一併奉獻，耶穌的愛就可把他從這樣的痛苦中解救出來。當然，求禱者最後是否願意接受這種解釋，完全看他個人的意願而定。

四、擔心和焦慮——耶穌清楚在福音中教導我們，不要為衣食住行，以及其他的事情擔心和不必要的焦慮。我們應在每天生活中，仰賴主的照顧；但這種教導為許多人難於實行。

不久前，我碰到一位女教友，她有幾個子女都領了洗，兒女也都已成家了。可是，她每天都在焦慮中生活。今天擔憂二女兒的工作，明天擔心三女兒的小孩，後天又擔心大兒子到臺北路途上的平安。這位母親每天都爲這些事祈禱，但祈禱也得不到內心的平安，並體會不出自己與天主有來往。在此情形下，她找我爲她作心靈治愈祈禱，可是，耶穌也進不來。等到我求耶穌顯示在她身上到底有何困難，最後，耶穌讓她明白就是她焦慮的緣故。於是，我就帶引她作交託自己的祈禱，也把家裏所有的人都託付在耶穌手中，請祂照顧。過後，她的心理感到輕鬆太多了。然後，我再請耶穌進到她生命中時，耶穌就飄然來臨。

許多信友常會碰到這樣的問題，就是當他們遇到困難時，他們對主祈禱，但好像也沒有得到任何的答覆，這是因爲他們不懂得把自己的困難交託出來。許多人把自己的問題，緊緊抓住不放，喜歡按自己能想到的辦法去解決。然後，才求耶穌的幫助，只要耶穌實行他自己的計劃而已。其實，這是個非常錯誤的態度。所以，有時我也會帶着一種諷刺意味的口吻說：「你在這種情形下，唸天主經是：『我們在天的父，願我的名受顯揚，願我的權力增大，能有更多的辦法處理事情。願我的旨意承行在天，如同在地上』」

樣……。」你根本把天主經完全倒過來唸了。你想想天主真的會答應你的祈禱嗎？」

我常引用一個具體的例子，向求禱者解釋。我拿出一個五元的輔幣，把它遮在我的眼前，我說：「這個輔幣就是你的困難，如果把它貼在自己臉上的話，你所看到的只是這個困難，而看不到其他的東西，也看不到天主。可是，如果你把輔幣拿在手上，伸出手來把它交給天主，這個困難既不遮蔽自己的眼睛，又能看到天主要你做的是什麼。」

因為科技的進步，生活在二十世紀的我們，好像只信任自己有解決困難的能力和方。理論上，相信天主有祂特殊的能力和方，却並不真正願意讓祂任意去做。所以，當我們看到人為解決的方法，就要求天主按人所想的方式，幫忙我們解決問題；而不相信天主可有其他的途徑。如此，我們顛倒天主與人之間主僕的關係，創造者與受造物間的關係。這樣子的祈禱，怎能被天主所悅納呢？

「交託」實在是按信仰的精神處理困難的藝術。這表示承認自己是一個受造物，是需要救恩的人；承認自己的能力和看法有限，把困難交在全能仁慈的天主手中，請祂安排這一切。我們全心依靠天主的引領，盡全力來做自己應做的事。有人誤以為如果我能用一種懇切的祈禱，把天主抓得緊緊的，就最能解決問題。其實不然，當我們以依恃之

心，把自己完全託付給天主，讓天主自由運用祂的大能和仁慈隨意在我身上工作時，才能自由施展天主的全能來釋放我們。爲許多容易焦慮的人，這是值得深思的問題。

五、不肯寬恕別人或自己——對於這一點，實在需要再三強調。雖然，在「心靈的治癒」一書及本書第貳章中，我都再三提出，不過，許多人却因不能寬恕別人或自己，他與耶穌的關係有了阻礙。在祈禱中，耶穌能讓求禱者看清他還沒有寬恕某幾個人；或在那件具體的事上，他尚未真正的寬恕自己。所以，就應針對這幾個人和事作一個祈禱，去除這種障礙。

六、懷疑天主的旨意，或不願作天主所顯示的旨意——有些人在祈禱中，會很清楚體會天主要他做什麼。可是，因爲某些因素的影響，這人心裏開始懷疑起來；使他和耶穌的關係，產生嚴重的障礙。如果這人根本不願承行耶穌要他做的，那麼，他和耶穌的關係，更不需多談了。

有位女孩經過多年的考慮和分辨，體會自己有修會的聖召，她已在修會中望會了。但因她身體上突然有一種不適，害了一場病，而疑惑她到底是否有聖召，並具體想要停止望會，因此，她感到心情頗爲煩亂。我過去曾爲她作過幾次心靈的治癒，效果也很

好。當她再來請我爲她祈禱時，我請她看看耶穌到底要求她什麼。於是，我請她回到現在的住處，她無法回去，出現的只是一片混亂。同時，她也無法回到望會的修院和辦公室。後來，我帶她作一個承認她聖召疑惑錯誤的祈禱，願意在聖召的路上繼續下去，並請耶穌來引導她。作完祈禱後，她就能順利回到她所住的地方，耶穌也很快出現，帶她進入修院內；並表示她在修院工作時，耶穌和她同在。這讓她對聖召，有一更深的體認和肯定，不再有所疑惑了。

以上就是求禱者與耶穌有具體障礙的原因。當然，把困難一一例舉，實在太頻繁了。我想上述幾個例子，已足夠說明祈禱者應如何幫助求禱者去除與耶穌之間的障礙。假使祈禱者的經驗愈豐富，就更能幫助求禱者迅速找出癥結的所在。不過，經驗是慢慢累積來的，一個人必須很具體爲人作治癒祈禱後，才能獲取這些經驗。這些都不是書本上所能教的，所以，我鼓勵每位信友自己開始摸索怎樣爲人作治癒祈禱，以獲取更多的經驗。

有些求禱者較難以幫助，他們就是有很深壓抑習慣的人。起初，也許他不知道要用什麼合適的方式來處理自己受傷的經驗、記憶和所引起的消極情緒；他只好用壓抑來對

自己。但日久天長，原本是意識性的反應，逐漸地變成一種下意识的反應；就是一碰到這類情形，這人心理自衛的需要就立即以壓抑來處理。這種習慣使他自己也不清楚，在他的下意识中到底埋藏了些什麼。有時，他壓抑的記憶和情緒會以惡夢的方式出現；有時，碰到外在重大的刺激的時候，他會感到自己情緒的反應特別強烈，就連他都覺得驚訝。可是，由於壓抑已是日積月累的習慣，很不易排除。因此，我在「心靈的治癒」一書中，也提到爲這些人作靜默覆手的時候，任何的記憶都不會浮現。那時，我幾乎感到束手無策。因爲消除一個人壓抑的習慣，並非靠求禱者的努力就可達成的。

現在我因爲經驗加深了不少，治癒的方法也慢慢地廣了，因而我發現還是有些有效的方法可以幫助人。若求禱者習慣常用壓抑來處理自己不好的記憶，那麼，覆手祈禱不能使記憶浮現。這樣的人平常也不能回到自己所住的地方，大半出現的是一片空白，腦中毫無印象。這時，祈禱者就應帶他作下面的祈禱：

耶穌，我來到祢的面前，把我自己交託給祢。因為過去我不知道如何處理自己受傷的記憶及不好的情緒，所以，常以壓抑的方式來逃避它。現在，這種壓抑已成為習慣，使我無法面對這些受傷的記憶。耶穌，我明白這些壓抑所帶給我

的束縛，不是憑自己的力量就可解除的。耶穌，我因祢的名素絕這種壓抑的習慣，並請祢消除由壓抑帶給我心靈的束縛，使我重新能把過去的記憶浮現出來，得到祢的醫治。耶穌，請派遣聖神在我內工作，按祢所願意的方式來幫助、引導我。耶穌，我感謝祢，讚美祢。

同時，我會爲求禱者作下列的祈禱：

耶穌，現在我因祢的名和權威，切斷×××（求禱者）和他心理壓抑習慣之間不好的關連；並因祢的名和權威解除壓抑習慣帶給他的種種束縛。請派遣聖神到×××（求禱者）身上，使他的心靈得到釋放；按祢所願意的方式，讓他過去的記憶浮現出來，並獲得祢的醫治和體會祢對×××（求禱者）的愛。耶穌，我讚美祢，感謝祢。

有時候，這種簡單的祈禱能幫助一個人開啓心門，只要他願意真實的祈求耶穌消除對自己壓抑的習慣和束縛。即使不能馬上體會它的效果，但經過一段時間的努力後，大半的求禱者都能接受這種心靈醫治的祈禱了。

陸、解除因迷信而來的束縛

我在從事心靈醫治的祈禱前，對迷信行爲所產生的後果，並沒有予以的特別重視；我只是按教會傳統的教導，認爲迷信是不合乎信仰。我想它們大多數是一種無稽之談，自己絕不主動的去接觸它。可是，有的時候，在教友的聚會中，有人用開玩笑的方式互相看手相；也願意給我看看。碰到這種情形，我也會隨和著大家，懷著姑妄聽之的態度，讓他給我看一看手相，並沒有用嚴厲的態度去排斥它。

可是，當我開始作心靈醫治的祈禱之後，就發現曾作過迷信行爲的人，他們和耶穌基督的關係受到嚴重的阻礙，甚至斷絕。在最近的一年中（民國六十九年四月至七十年五月底），我至少曾給兩百多人個別的作過心靈治癒的祈禱；其中半數以上的人與迷信行爲多少有些牽連，使治癒祈禱受到了很大的阻礙。從此以後，我開始以一種相當嚴肅的態度來看迷信行爲對信仰的影響。

現在各式各種的迷信非常廣泛的流傳。在每天的報紙上，也有許許多多這類的廣告，並有算命的專欄。在教友中也有非常多的人數，或多或少受這些迷信的影響。即使有神父修女之間，對各式各種不同的迷信行為具有不同的看法和態度，使教友們在這方面並沒有得到很清楚的教導。所以，我現在願意在這一章中，先對迷信行為作一個客觀上的討論；然後，再舉出一些實際所碰到的個案，來予以舉例說明迷信對我們精神和心理上的害處。最後，我按信仰對這些現象和經驗作一些批判。

迷信行為大約分為四類

一、用不同方式來知道自己未來的命運。例如：看相、算命、八字、紫薇斗數、抽籤等。做這類行為的人，基本上，他多少相信自己的命運是被一些外在因素或者是勢力所決定。他可以用某種方式來預知自己未來的命運。

二、不同的禁忌。例如：日子的凶吉、某些事或某些東西可給自己帶來好運，反之，如果作了犯禁忌的事或碰上什麼東西，就會有厄運臨到他身上。另外，其他如姓名學和看風水等等，都包含在這類的行為內。

三、通靈或是與死人溝通。例如：乩童、關亡、給死人燒紙錢或其他的東西。

四、祈求神明醫治疾病或轉變命運。

如果我們願意分析一下以上四類迷信行爲的基本內涵，就可以發現作這四類迷信行爲的人，基本上相信在宇宙間有些事物、有些勢力或者有些神靈能够控制人類的命運。人們藉著這樣的迷信行爲與這些事物、勢力或神靈相通，是想藉著它們的力量預知自己的未來，或是改變自己的命運。同時，我們也可以很清楚的看出，這些事物、勢力和神靈並非來自天主。所以，任何信仰天主的人去做這些迷信行爲的話，就是在他的生命中引進一種並非來自天主的事物、勢力和神靈，而它們却是常常和天主相對的。一個作迷信行爲的人，可能平常並不太意識到在他的生命中有這些勢力或神靈的存在。但是，一旦他願意接受作心靈醫治祈禱的時候，就會很清楚的意識到這些事物和神靈在他的生命中阻止耶穌基督的進入；或至少這些事物和神靈因著迷信行爲在他的生命中與耶穌基督分庭抗禮，使他個人對耶穌的關係受到很大的妨礙，以至他的信仰生活軟弱無力。

從我們日常生活的經驗中來看，當一個人相信這些迷信行爲，而自己也捲入其中的時候，他可能並不很清楚的覺得他的心靈受到了某些事物、勢力或神靈的束縛。可是一

且當他決定要離棄這些迷信行爲，使自己心靈脫離它們控制的時候，才體會到這種迷信行爲給他的心靈帶來了什麼樣的束縛和桎梏。並且，他也體會到這些迷信的行爲基本上是利用他害怕的心理。在他心理常常會想，萬一這些迷信行爲是真的話，那麼，一旦離棄了它們，他會遭到什麼不好的影響。因此，基於這種害怕的感覺，他常常會在一種將信將疑的掙扎中遭到很大的痛苦。這不過是一個人能意識到的心理上的困擾而已。但是，在他的精神和其他方面，受到了什麼樣的控制和損害，則是他平常不能夠理會到的。

從心靈治療祈禱的經驗來看，任何迷信行爲的後面，都有一種邪惡或黑暗的勢力。當人們主動和自願的去實行這些迷信行爲的時候，他就把這樣的黑暗或邪惡的勢力引進到他的生命中。例如，一個人找算命先生給他預測未來的命運，他越是相信這位算命先生所說的，這個話也就越會在他的生命中，形成對他的一種控制；並會在他的生命具體實現出來。這種結果使人更相信算命是靈驗的。如此，他以後碰到任何重大的事情都去算命，而自己整個的生命也受到這種算命行爲完全的束縛和控制。

現在就讓我舉一兩個具體的個案，讓大家看一看迷信行爲在有信仰的人身上所造成

的具體後果。

【個案一】

有一次，我爲一個二十多歲的男青年祈禱。在作完了基本的準備祈禱之後，我請他閉上眼睛用想像回到自己的家中。然後，我對他說：「他聽到有人按門鈴，你去開門看見耶穌站在門口。」過了一下，他對我說：「神父！我的確看到耶穌來到我家的大門口。但是，我也同時看到我手中用皮帶牽著一條大黑狗。大黑狗一見到耶穌就想撲過去，幸虧我用皮帶把它控制住了。奇怪的是，我長了這麼大，家裏從來沒有養過狗，而且我也不喜歡狗。這個黑狗到底有什麼意義？」那時，我對這類的情形已經有了相當的經驗。我立刻就問他說：「你最近有沒有做過什麼迷信的行爲？」他開始時說，「我的家庭已經三代是教友了，我從來不參加任何的迷信行爲。」可是，當他仔細想了一下以後，又說：「神父！我最近交了一位女朋友，她不是教友。她喜歡用項鍊的擺動來預測一些未來要發生的事。」我就對他說：「這個黑狗就是這件迷信行爲的象徵。」於是我帶他作了如下的祈禱：

耶穌，我因祢的名和權威，棄絕我和女朋友在一起所作的迷信行為。現在我向祢認罪，請祢寬恕我！並請祢以祢的血潔淨我。耶穌，如果這些迷信行為使我與黑暗的勢力有所相連，現在我願因祢的名和權威棄絕與黑暗勢力的連繫。請祢解除由黑暗勢力帶給我的一切束縛。耶穌，我感謝祢！讚美祢！

接著我自己爲他作了如下的祈禱：

耶穌，我因祢的名和權威，切斷×××（求禱者）和他所作的迷信行為之間一切的連繫，並除去這些迷信行為帶給他的一切束縛。如果這些迷信行為使與黑暗的勢力有所相連的話，我因祢的名和權威，切斷他與黑暗勢力的這些連繫，解除黑暗勢力對他所有的一切控制，使他的心靈獲得自由而歸向於祢。耶穌，我讚美祢，感謝祢！

祈禱完畢之後，我再問他：「你看到了什麼？」他回答說：「我看見那隻黑狗吐血而死了。」

【個案二】

一位受過大學教育的年輕太太，請我爲她作心靈治癒的祈禱。當我請耶穌顯示給她的時候。她的確看到耶穌走進她家的客廳，坐在沙發上。但是她接著說：「神父！很奇怪，怎麼我看到有另一個好像由水泥所塑的廟裏的神像，坐在另一張沙發上。但是，這個神像好像從中被劈開了，只有一半。」我就問她說：「你最近是否做過迷信行爲？」她起先否認，但想了一想就說：「最近我和先生一同到一個名勝地方去玩。在那邊的廟裏有一種自動抽籤機，如果有人投下一枚五元的錢幣，馬上就會有一張籤條跳出來。因此，我半開玩笑半好奇地投下了五塊錢，抽了一個籤。」於是，我帶她作了一個悔罪的祈禱，然後讓她棄絕這項迷信行爲。我也爲她作了切斷的祈禱，那半邊的神像就從她客廳中消失了。

這位女士所看的神像是具有一種象徵意義。用一種機器來抽籤，比一般在神像前拜拜後再抽籤到底有些不同。這種機械式的抽籤其後的勢力似乎不那麼大，給人的牽連也並不深。因此，求禱者只看到一個半身的神像出現。不過，無論如何，即使連這種機械

式的迷信也會給人帶來不好的影響。

從以上所舉的兩個個案來看，這些人只是作了一兩次迷信的行爲，在他們作心靈治療祈禱的經驗中，已經可以很清楚的看到他們和耶穌之間的關係已有一種邪惡的勢力作梗。但是這並沒有使他們和耶穌斷絕關係。在我所經歷的許多個案中，有些人深深的陷入了迷信行爲的束縛中。所以，當我請耶穌顯示給他們的時候，他們根本看不到耶穌的出現；而他們所作的迷信行爲按照它們性質的不同，就會以各式各種稀奇古怪的象徵形象出現。我在這裏不必一一的敘述。從我所有給一百多有迷信行爲者作祈禱的經驗來看，如果一個人作迷信行爲的動機只是出於一些好奇或好玩，那麼他的牽連不會太深。可是如果他真是有心去作，或特別找一個很有靈驗的算命先生爲他多次算命，那麼他所受到的捆綁就非常深重了。往往要經過一段很長時間的祈禱，才能把他與迷信行爲之間的牽連完全清除。這時，他心靈也會感覺到如釋重負。

顯示與迷信行爲牽連的各種象徵形象，與耶穌顯示自己的形象形成很強烈的對比。迷信行爲的象徵形象常常給人帶來不舒服、害怕或極大的恐懼；它們的衣飾如果不是深的灰藍色就是完全的黑色。耶穌顯示自己時，祂的衣服通常是白色。偶而祂用君王的

方式顯示時，祂會穿著金黃色或紅色的服裝。在象徵迷信行為形象顯示時，也會使整個所看到的神視顯得暗淡無光籠罩上一層黑影，使人感覺到精神沉悶。耶穌的出現時，常是給人帶來輕鬆愉快和平安。按照我的經驗，只要在所見的神視中看到是具有黑色或灰色的東西，都可能與迷信的行為相連。我們一定要想辦法找出它的來源，並把它去

除。

我平常處理與迷信行為牽連的方式是分下列幾個步驟：

一、我首先帶那個人認罪，請求耶穌基督的寬恕。如果一個人和迷信行為牽連相當深的話，那麼，我就請他按照所能够記憶的一一認罪，向耶穌請求寬恕。如果他感覺到需要的話，也請他辦一次比較完善的告解。

二、我帶他作棄絕一切迷信行為的祈禱；然後我爲他祈禱，切斷他與迷信行為之間一切的連繫。如果這個人與迷信行為的牽連不深的話，平常這樣的祈禱已足以使他感覺到釋放和自由。可是，如果這樣的祈禱還不能夠讓他釋然的話，我就作下面的祈禱。

三、我要求求禱者和我一起輕聲的唸：「耶穌的血，耶穌的血，耶穌的血，……」直到他看到神視中一切的黑暗消失爲止。因爲，耶穌的確以自己所流的血救贖了我們。

當我們呼求祂的血時，祂所流的血就夠洗淨我們與黑暗勢力之間一切的關連，使我們獲得釋放和自由。

如果一個人和迷信行爲的牽連太深，這樣的祈禱不能夠解除他由黑暗勢力所引來的一些束縛和桎梏。並且，有的時候在頌唸耶穌的血時，求禱者會感覺到身體上或心理上極大的痛苦。如果作了一段時間這樣的祈禱之後，求禱者不能夠得到他所渴望的釋放和平安的話，那麼應該立刻去請他找一個在心靈治愈祈禱中有更深經驗的人，才比較容易解除他的困難。如果一位經驗不夠的祈禱者碰到這種情況，千萬不要憑著自己的匹夫之勇亂來，因為這樣的做法往往會給求禱者帶來更大的傷害。這是應該非常慎重的去從事的。

現在我願意用信仰的眼光來對以上所說的種種經驗作一些說明。首先讓我們從聖經上來看，無論在舊約和新約中都有很多的章節，很清楚的記載天主反對任何迷信的行爲。我現在只舉出幾個章節來供大家參考：撒上一二八5~19；依二7，三一~3，八19，四四9~20，四六1~7，四七8~15，五七3~11；宗一六16~18；羅一21~25；格前十19~32；哥二16~23。

聖保祿在致厄弗所人書中很清楚的警告了我們：「我們戰鬥不是對抗血和肉，而是對抗率領者和掌權者，對抗這黑暗世界的霸王。」（六12）。按我作這種祈禱的經驗來看，凡是與迷信行為有牽連的人，就是在他們的生命中引進一種相反基督的邪惡勢力。至於這種邪惡勢力的名稱如何，似乎並不是最重要的。

也許有人會問：你所說的這一切，是不是就是所謂附魔的現象？我不願意用「附魔」這個名詞，因為它在教會的術語中有其特別的意義。一位附魔的人他的自由意志已經完全為魔鬼所控制。並且，他會顯出許多怪異的現象，以及常人所沒有的奇特的能力。面對這種附魔的人，教會有一種特別的驅魔禮儀來解救他。但是，驅魔禮儀必須經過當地主教明顯的許可才能舉行。並且，主持者也必須由當地的主教特別的指派。

與迷信行為有牽連的人，他的自由意志並沒有喪失，只是他在心理上和精神上受到某種程度的束縛和桎梏。一般來講，他也並不很清楚的意識到這種束縛和桎梏就是直接來自迷信行為的後果。它可以說是一種精神上的隱疾，平常深藏不露；只有在作心靈治療祈禱的時候才會被顯露出來。其可怕也正在此，因為明疾易醫，暗疾難治。

我也不願易稱這些經驗中的黑暗勢力為魔鬼，因為現代聖經學家和神學家對聖經中

所描述的魔鬼有許多不同的解釋。我不願意把這些經驗捲入現代聖經註釋學和聖經學的辯論中。我只把我在牧靈上所經驗到的問題和困難提出來。如果心靈治癒的祈禱慢慢能夠更廣泛的被人接受，這樣的經驗也一定會更多次的顯露出來。它可能會引起聖經學家和神學家們的注意；而能夠給它一個在信仰上更正確的解釋。這也是我衷心所期望的。

最後，我願意作一個附帶聲明，在我祈禱的經驗中，如果一個人只作教會所允許的祭祖行爲而不燒紙錢，或是他曾經參加正統佛教的活動，例如打坐等等，而不牽涉到敬拜人變成的神，似乎都沒有受到任何黑暗勢力的牽連和束縛。

現在，在社會中流行著各種千奇百怪的迷信行爲。許多信仰耶穌基督的人不了解它們的厲害和所帶來壞的影響；他們往往因著好奇或是心理上需要去向這些迷信行爲求助，以致在心靈上受到了束縛和桎梏而不自覺。我希望我把這樣的經驗寫出來，能夠爲一般信友作爲借鏡，並能在自己的生活中與這些迷信行爲絕緣，以免其害。

柒、不正常性關係的阻礙

在作心靈治癒的祈禱中，請耶穌出現的時候，如果出現的不是耶穌，而是其他的人物，就表示他對求禱者有不好的影響。其中一些人是迷信行爲的象徵，這已在第陸章中簡述了。另外還出現一些人，是求禱者具體生活中所遇到的人。他們的出現，百分之九十，是與不正常性關係有關。

在我從事內心醫治以前，理論上我知道不正常性關係，對人有不好的影響。但實際上，這種影響的深度和廣度，在我的具體經驗中才逐漸明白。

我願意在本章中討論三項問題。一、男女間不正常的性關係。二、手淫。三、墮胎。但我純粹以心靈創傷和治癒的角度來探討。

一、男女間不正常的性關係

我是按年齡的由小而大談起。

在這方面，人在幼年時，就會受到嚴重的傷害；而且醫治起來較不易。我所接觸在青春前期即受到傷害的求禱者，大半是女性。她們的遭遇多是出自男人的暴行。種種不好的經驗，對年紀極小的女孩來說，常是極深遠的。雖然，這種影響在當時並不顯著，因為她還不懂得這種遭遇對她有何意義。但絕大多數的女孩，有了不好的經驗後是不敢和大人講的。因此，她把這些發生的事情埋在心頭。而這種記憶十分不易用任何心理自衛機轉來遺忘它，等到她長大後，也懂得她的遭遇是怎麼回事時，就會產生種種複雜的情緒。例如，自貶，自抑，認為自己是污穢的，有嚴重的自卑感或罪惡感，厭惡或憎恨自己是女人，對男人十分憤恨，怕懼……這些情緒已嚴重扭曲了她在性方面的自我意識，並影響了她和所有男人的關係。

我開始作心靈治療祈禱的時候，對這種心靈的創傷，感到很棘手。因為這種傷害已束縛了她有十幾年的歷史。它不僅是過去一次性的經驗，而是在她成長的過程中，有如

一個葛藤纏繞着她，使她的人格變形和扭曲。

其次，她雖知自己有这样的經驗，但要讓原始的記憶浮現時，還會感到極大痛苦。往往女孩子體會到這痛苦負擔的沈重，就不容易寬恕那個傷害她的人。當我從那位美國牧師的母親那兒學習用棄絕和切斷祈禱後，我就不先用喚回記憶的方式來醫治她，而先帶領她切斷和棄絕這種不正常的關係。的確，這種切斷和棄絕的祈禱，減輕了求禱者內心受到的束縛。她也敢面對這種原始的記憶，而讓耶穌進到她過去的生命中。有的時候，在作完棄絕和切斷的祈禱後，並不需要讓原始記憶浮現，只把它交託給耶穌，讓耶穌的愛情自由進入。這時，求禱者就能體會自己已被治癒。

另有些不好的經驗，也會對人的心理成長帶來極大的影響。現代心理學家曾觀察許多成長的孩子，發現他們因為對自己身體的好奇，而玩弄自己的生殖器官，或互相觀察異性的身體，和有加以摸撫的經驗。這種行為似乎是天生的好奇，好像沒有大的害處。但我在作心靈的治癒過程中，發現其結果却不盡然。

若有這種經驗的求禱者來，當我請耶穌出現時，顯示的不是耶穌，却是他幼時這種經驗的記憶。這已表示此經驗在他和耶穌之間，造成了很大的阻礙，甚至使他和耶穌沒

有交往。許多女性求禱者，已經很久不再回想這種記憶；以爲這種經驗，對她沒有什麼不好的影響。可是，在治療過程中，當這個記憶浮現出來，她才感受到這些經驗實在不斷地影響她。所以，有這樣經驗的求禱者，必先作切斷和棄絕的祈禱，內心獲得釋放後，才能醫治這種經驗的具體記憶。

對治療這種經驗的記憶，聖母常擔任一個相當特殊的角色。尤其女性面對這種受傷的經驗時，如果讓耶穌出現，會帶給她相當的尷尬和困擾。曾有多次，我還沒有明確地求聖母來臨，聖母早以一位母親的心來安慰求禱者，並使她內心得到醫治。因此，我了解在某些情況下，聖母能帶給求禱者的安慰比耶穌更恰當。當然，聖母的能力也來自基督的救恩和聖神的德能，她在這方面，常以一個代禱者的地位來幫助我們。（我們應清楚的認識，人的性別並不因死亡與復活而消逝。在天堂上，人不婚也不嫁；但性別的區分仍保留。耶穌常是一個男性，聖母常是一位女性。這也顯示出，人的性別並非只是生理上的事實，對我們的心理和精神整個是有區別的。性別也不只是現世的區分，它在永遠的將來也常保存。同時，這使我們明瞭，性別對人的影響和關係，是很重大的）。

至於在男孩子身上所造成的困擾，我的經驗不多，也不願用一種抽象的理論來判斷

它。不過，對異性小孩因好奇心而彼此摸撫，我有幾個個案的經驗，其實，它在男孩子身上造成的影響，與女孩子差不多。

由青春期後，至結婚前，男女不正常的性關係，包括相互的愛撫，直到完全的性行為。這種經驗與幼時受傷的記憶，可說是一樣的，會造成他與耶穌之間嚴重的阻礙。雖然，心理學的書籍和若干調查報告中，我發覺現在人對這方面的標準，愈來愈放得寬。許多男女戀愛期間，大多都有深度的愛撫或性行為。可是，人性基本的結構，並沒有因為作這種行為的人增多而改變。在我為人作心靈的治癒經驗中，這些不好的性關係，對男女性帶來心理上的傷害，以及與耶穌關係的阻礙，幾乎沒有一次例外。當然，女性關係的深淺，次數多寡，以及當事人的態度和動機，使所造成的傷害和不好的影響，程度上有別。面對不正常性關係所帶來的傷害，祈禱者需用棄絕和切斷的祈禱方式來處理。有時，尚需針對每一個不正常的關係個別處理。也可能並非一次的祈禱中，就能使當事人得到醫治和釋放；有時，或者需要二、三次重覆的祈禱，才能真正消除這些記憶帶給人心理上的桎梏。

我為人作心靈的治癒中，也碰到許多人成年後的不正常性關係。例如，夫婦婚後的

外遇，或者女方和有婦之夫，男方和有夫之婦發生不正常的性關係；父親和女兒有某種程度不好的關係……。凡此種種，祈禱者必須以棄絕和切斷的方式來處理，而且要個別處理。然後，對每一個人的記憶，也需針對祈禱。

一般而言，亂倫關係的醫治過程較困難，因為這種罪惡的牽連較深。有的時候，並非一次的祈禱就能解除和釋放的；這需要個人長期的祈禱，才能得到較完整的醫治。

談論了一般性的經驗後，我列舉三個個案，使人有清楚的概念：

【個案一】

我為一位二十多歲的女孩子作心靈的治癒，當我請她以想像回到她現在的住所時，她看到的却是小時家裏兩個勤務兵的面孔。同時，天空伸展下來二道很深的黑柱，這二道黑柱帶給她極大的痛苦和害怕。她想不起在幼年時，曾受過這兩個人什麼具體的傷害，但由整個經驗來看，似乎這兩個人對她曾有過不好的行為。也許那時她太小，根本無法回憶起來；或為她實在太痛苦了，天主不願意這個記憶出現。當我為她作了棄絕和切斷的祈禱後，耶穌出現了，撫慰她內心的創傷。以後，她看到這兩個人的面孔不再那

麼凶惡，兩道黑柱也退去，只留下一道很淺的痕跡；她也不再有不舒服的感受了。

【個案二】

我爲一位四十歲的太太祈禱，因爲婚後不久，先生就染上賭博的惡習，經久不歸，以致夫婦的感情，幾乎破裂。有段時期，她因受到壞朋友的影響，與別的男人有不好的關係。她來找我時，早已脫離了這種不正常的關係。但在祈禱中，這種記憶的浮現，仍帶給她莫大的痛苦。雖然她爲這件事辦了告解，也恢復了和耶穌的來往，可是不能消除這個記憶給她帶來的傷害。所以，我爲她作了棄絕和切斷的祈禱，並請耶穌進到這些記憶中，使她內心獲得釋放和醫治。

【個案三】

我曾爲一位正讀大學的女孩作過一、二次心靈醫治祈禱。不久後，她交了個男朋友，兩人很快地有過份愛撫的行爲。當她第三次來看我時，感到有很大的壓力和束縛，她却不敢對我啓口。最後，因爲我看出她的困難，她才講出來。

經過棄絕和切斷的祈禱後，耶穌出現了，並解除她內心的重擔。同時，我向她說：「妳把那個男朋友帶來，我要為你們兩人作次祈禱。」雖然，她男友是一個教友，但不太願意來。後來，他終於勉強來了。在祈禱中，耶穌讓他具體看到，他這種行為，不但在女孩身上造成傷害，也阻礙他和耶穌基督的來往。這時，他才真正體會出，這種行為對他們都會造成不好的影響。以後，我又帶男孩作了棄絕和切斷的祈禱，也為他們彼此祈禱，他們內心才獲得了較深的平安。

以後，我再讀保祿在格林多前書的一段話，真是覺得非常有意義。現在，我抄錄如下：

「人的身體不是為淫亂，而是為主，主也是為身體。天主既使主復活了，他也要以自己的能力使我們復活。你們不知道你們的身體是基督的肢體嗎？我豈可拿基督的肢體作為娼妓的肢體？斷乎不可！你們豈不知道那與娼妓結合的，更是與她成為一體嗎？因為經上說：『二人成為一體。』但那與主結合的，便是與他成為一體。你們務要遠避邪淫。人無論犯的是什麼罪，都是在身體以外；但是，那犯邪淫的，却是冒犯自己的身體。難道你們不知道，你們的身體是聖

神的宮殿，這聖神是你們由天主而得的，住在你們內，而你們已不是屬於自己的了嗎？你們原是用高價買來的，所以務要用你們的身體光榮天主。」（格前

六 13 ~ 20）

我深深體會到淫亂和其它罪行不一樣，它不僅是外在的行爲，而是深入我們人格的深處。人的性別也不只是身體上的差別，也進入心理和精神的層次。所以，淫亂給人的傷害是很深的。

有位著名的心理學家說：「性慾雖是人類最强的慾望之一，但在人的原始文化和宗教中，都有許多條文和方法，對它加以嚴格的克制。」解釋這種事實最恰當的理由就是：人雖然體會到性慾的強烈，但也很清楚看出，無論對個人或社會，放縱性慾都會帶給人擾亂和傷害。所以，他們才藉宗教或法律條文，對縱慾的行爲加以嚴格的禁止或處罰。其實，從人類歷史觀之，我們可以清楚看出，當一個社會或文化，普遍許可恣情縱慾的話，這個社會和文化，也就進入衰落時期。雖然，近代心理學對性心理，以及它與人的關係，作了深度的研究，解除許多不必要的「神話」和禁忌。但恣情縱慾的本身，對人的傷害並不因此而改變，這需要我們慎加考慮的。

另外，還有一點較特殊的經驗，值得提出來供大家分享。假使一個人屢次和不同的異性有不正常的關係，在治癒祈禱中所出現的，不但是不好性關係的對象，也顯示他在心理和精神上，有一種特別的束縛和桎梏；而這往往來自黑暗的勢力。因而在這方面，他有一種強迫性的需要，甚至不能自主去尋求性的滿足。爲什麼我要用「黑暗勢力」這個名詞，而不用心理上的強迫性呢？每次遇到這種情況，求禱者所看到，並不是自己經驗的記憶。在治癒祈禱中，他體會有一種別的力量在控制自己；這種力量大半以一種象徵的形像顯示出來，其顏色多半是黑色。因此，我爲避免神學上不必要的爭論，不叫它是魔鬼。但也沒有另一個恰當的名詞，所以，就按實際出現的形像，稱它是黑暗勢力。有此困難的人，不但應切斷與具體對象間不好的關係和牽連，也應切除與黑暗勢力所有的連繫。這已在第二階段的準備祈禱中，已談過了。只要讀者稍作改變，就可應用。

最後，我要說明祈禱者面對這種困難基本的態度。一般來說，我從不猜測或判斷求禱者有如此困難和問題。即使我在治癒祈禱的經驗增多後，我也從來不預先詢問求禱者這方面的問題。除非在祈禱中，我發現求禱者有這樣的問題，就會以完全接納的態度，和尊重求禱者的意願，按他願意的方式來決定告訴我多少。有時，第一次來的求禱者根

本不願意告訴我任何的事，那麼，我就暫時停止祈禱，讓他有個整理和反省的機會。如果他還不願意談論，我就讓他回去，等他願意面對自己困難的時候，可以再來找我。直到現在為止，我尚未碰過一個不願意回來找我祈禱的人。

在某種情況下，求禱者很清楚自己有這種困難，但却羞於啓齒。由整個境況來看，我可猜測他在這方面大概有了問題，有時我會以尊重的態度，探問他在這方面是否有了困難。其實，只要祈禱者的態度良好，很少求禱者會欺騙人，或拒絕跟祈禱者交談；但，必須耐心等待他們願意談論這事的時刻來臨。處理這方面的問題，祈禱者必須非常溫和以及完全接納的態度；並耐心等待求禱者對自己過去經歷一種態度上的轉變。因為必須等到他面對這些具體的經驗時，才能比較深切的幫助他。

以上，我提出祈禱者的基本態度，是我再三願意強調的。否則的話，如果祈禱只出於好奇，探問不必要的細節，或輕率的判斷諷刺，會帶給求禱者極大的傷害，甚至不願再來尋求幫助。或許碰到這種情形，下一次求禱者也很少有勇氣，再向另一位幫助他的人開放。我曾多次默想了耶穌基督的態度，尤其是祂面對罪婦（參閱路七36~50）和在行淫而被抓住婦人的態度（參閱若八1~11）。耶穌不定她們的罪，反以寬恕接納的

心俯來待這兩位女人，使她們真心悔改，並得到內心的醫治，恢復女性的自尊。這是祈禱者應再三引以為自己榜樣的。

二、手淫

按現代心理學的研究，手淫可分兩種。第一類是男女青年，在青春期發育過程中所犯的手淫。在男女兩性中，有這種經驗的人不少（男性比女性的比率高的多）。大多數的青年，在幾次手淫經驗後就會停止。一般來說，它不會在心理上造成嚴重的影響。我在為人作心靈的治癒祈禱中，手淫的經驗一次都沒有出現，成為與基督關係的阻礙，因而，在此我也不多加討論。

第二類的手淫是當人成年後，還有習慣性的手淫。有這種問題的人，往往心理上也很相當的不平衡。如果祈禱者對這問題處理的不當，也會在他們身上造成不好的傷害。所以，現在我從牧靈和作內心的治癒觀點來探討此一問題；而不是在神學或倫理上，作學理上的判斷。

現代心理學指出，成年後習慣性的手淫，常是一個人心理不平衡、不整合的徵候。

就像人有了病，他會發燒或頭痛一樣。如果祈禱者把處理問題的目標，指向頭痛或發燒的本身，而不追究這個人為何頭疼或發燒，只給他吃退燒藥或頭疼粉的話，結果往往對病患毫無幫助，反而延誤了治療，造成更大的傷害。

在我個人牧靈的經驗中，也完全證實了這一點。我碰到心靈受傷的男女青年或成年人中，有習慣性手淫的人，為數不算少。可是，由於他們不了解這個問題心理上的來龍去脈，往往把自己的注意力集中在手淫本身上，想用克苦、祈禱、告解等等來壓制這種行為。其結果常使自己覺得無能為力，甚至覺得他是一個沒有希望的罪人。這不但使他有很大的罪惡感，並對性的態度也受到嚴重的扭曲。大多數有這樣問題的人，都認為性本身是骯髒和討厭的。

當我碰到有這方面困難的人時，首先我提出創世紀，讓他體會到天主按自己的肖像造了男和女（參閱創一 26 / 28）。人的性別是出於天主的創造，性別的本身是美好的；這是出於天主的恩賜，使人能藉男女的結合傳衍生命。天主祝福了他們說：「你們要生育繁殖，充滿大地，治理大地。」（創一 28）所以，正常性行為是蒙受天主祝福的。如果求禱者對性沒有一個基本健康的態度，很難在這方面得到治癒。

其次，我會對求禱者解釋，人格的構造可分三層次：生理、心理和精神的層次。性是人類慾望中，最強烈的一種。它以生理為基礎，是人生活力最基本的表現。但以生理為基礎的性慾，其影響並不局限在生理層次。性慾帶給人的活力，必須經過心理層次，上升到精神層次，使人藉着這種活力，變成一個會愛的男人，或一個會愛的女人。由於這種慾望的衝力如此強烈，並由於人沒有完全內在的和諧，所以，對它沒有絕對控制的能力。在男、女兩性人格成長中，如何處理性慾，常是令人困擾的問題。其困擾的程度，則按每人實際心理和精神狀態而不同。

面對這種強烈性慾的活力，產生了兩種極為偏激的態度。有些人以一種強烈的壓抑，好像要把一個具有危險性的東西，裝在堅固的容器內；有如把煤氣裝在鋼桶內一樣。但若只以壓抑，而不用疏導的方式來處理性慾，會使人內心的壓力愈來愈高；到了自己都不能控制的地步時，就會有一種爆發性的行動。其結果不但造成生理上的傷害，同時，他的心理上也會造成扭曲。在這種情形下，人往往會產生很大的罪惡感。在信仰耶穌基督的信友中，也會碰到有這種反應的人。

另一種極端的態度，就是認為性慾是人類基本慾望，而人又不能真正控制它；那

麼，只要性慾一來，就可在生理層次找尋發洩和滿足。有這種態度的人，如果對性慾不加管制，就會成為恣情縱慾者。這種人在心理和精神上，成了性慾的奴隸，而失去內心的自由，也常常傷害他所侵犯的人。因此，在他和耶穌關係中，會產生嚴重的阻礙，甚至破裂。在本章第一節中，我已講過，因此，不多加敘述。

真正面對性慾的健康態度，是控制和疏導並用。控制是說不讓性隨意發洩，讓它從一定的孔道疏導。正像我們用煤氣，不但把它裝在鋼桶內，而且必經適當的方式讓它出來，爲人服務。一位人格漸趨成熟的人，他會懂如何控制自己的性慾，讓這種基本生命的衝力疏導出來，透過心理層次，昇華到精神層次上，成爲一種愛的動力。這種過程不僅守貞者應有所認識，同時也爲已婚者所必需。爲結了婚的人，如果性慾只是生理層次的發洩，那麼，這種婚姻會是非常脆弱的。

這種良好的控制和疏導的過程，要求這人有健康的心理和相當的平衡。如果他在心理層次問題繁多，困擾不休，這種性的衝力，一升到心理層次即被阻住。有時，他的性慾反被一些不好心理要求所利用，成爲自我攻擊或攻擊別人的一種動力。所以，有自卑感的人，藉着手淫來處罰自己；內心感到空虛的人，藉手淫來補償自己所缺乏的肯定，

或尋求一種暫時的安慰。因此，如果碰到有習慣性手淫的成人，祈禱者一定要先設法找出他真正心理的根源何在。如果不追根溯源，而只一味壓抑，用個人的意志來克制手淫的本身，這實在就是一種暴力的方法。它不但不會生效，反而會在人心理和精神上，造成嚴重的傷害。

平常，我碰到這種人，就先把上述的道理對他解釋清楚，並說明不要把注意力集中在手淫行爲的本身。因爲手淫多半出自一種心理強迫的需要。雖然，這人明知手淫不好，可是，他却無能爲力去免除它。所以，他究竟應負多大的罪責，是很難確定的。如果這人只把注意力集中在手淫本身，這個行爲就愈難克制。

我對這樣問題的人，有幾點建議：

1. 千萬不要集中注意力在手淫的本身。萬一這人忍不住做了，也不需嚴厲審斷自己的罪責。如果仔細追究，這人會養成心窄的毛病，對他的心理會帶來更大的負擔和傷害。他只要在耶穌前，懺悔並承認自己的罪，並依靠耶穌基督的仁慈，相信祂寬恕的愛；自己不必前思後想，讓這個問題一天到晚在腦中打轉。假使沒有適當的機會辦告解，他可以在痛悔後去領聖體。但以後，遇有一個適當的機會，最好按自己的能力，辦

一次妥當的告解。可是，這個人千萬不可自責，因為自責本身絕不幫助去除這樣的毛病。

2. 用心理治療或用心靈醫治祈禱的方法，來追溯導致這種行為的根源何在。是否出於自卑感？是否缺乏某種必需的愛（尤其是父母的愛）？或由於早期的生活，有不好的性經驗？求禱者真正要面對的是這種根源上的問題，而不是手淫的本身。一旦根源問題得到清理或醫治，那麼，它的癥候也會迅速減少或消失。這是我作心靈的醫治中，實際體驗到的。有些求禱者在找出問題的根源後，再作心靈醫治祈禱，手淫的次數就迅速減低，甚至停止。

3. 儘可能發展人際關係。不要以為自己有這樣的問題，就每天把自己關閉在很小的範圍中，讓自己的自卑、自恨成長。當一個人愈能與更多的人有較好的來往，這人的性慾也比較容易受到控制和疏導。

以上是我個人在這幾年中，爲人作心靈醫治祈禱，以及實際牧靈所獲得的經驗，提出供讀者參考。

三、墮胎

因爲臺灣地區墮胎的情形已經愈來愈普遍，無論天主教或基督教的信友或未婚小姐中，我都碰到這類問題。贊成墮胎者無論用怎樣美麗的藉口，來說明婦女在某些情形下可以墮胎，但從心靈醫治中，不論何種情況下，墮胎對婦女是相當深的心理和精神傷痕。女人基本職務之一就是：做母親。經由母親的職務，她體會自己給人生命。可是，墮胎根本否定了女人做母親的職務；她不再是給人生命者，反而是個殺害生命者。當然，婦女墮胎所受的傷害，跟她的背景、教育程度、宗教信仰……各有不同，但我經歷墮胎的個案中，這些傷害只是深淺程度的差別而已。不論她在有信仰前做的，或在接受信仰後才做的，這些都造成嚴重的影響，並且與耶穌的關係有大的阻礙。這種受傷的記憶，也不是一次短暫的祈禱就可完全醫治的。

我常以溫和的態度面對這樣經驗的婦女，同時，也不定她的罪。但我會要求她在耶穌基督前，按她所認爲合適的方式，痛悔自己的罪，然後，再求耶穌進到這樣的記憶中，醫治她。許多次，求禱者回到她墮胎具體記憶，請耶穌來醫治她時，她會看到自己

在手術室中，但耶穌沒有進來。耶穌只把門打開一縫，讓求禱者看到祂的面容。一般來講，求禱者看到的是耶穌很痛苦和難過；另一方面，祂却用十分仁慈的眼光憐憫她。耶穌的態度常使求禱者有雙重的感受：一方面體會墮胎使耶穌很難受；另一方面，因着耶穌的仁慈，求禱者知道自己已蒙主寬恕，他內心的創傷也得到醫治了。

我已在以上三章中詳述，怎樣去除求禱者與耶穌基督之間現有的障礙。在排除這些障礙後，通常是讓求禱者回到他現在所住的地方，請耶穌進來。此時，耶穌會很自然的出現，並和求禱者有一個相當好的關係。然後，祈禱者就可帶領求禱者進到過去生命歷史中，作比較深度的醫治。

捌、治癒胎兒期與出生過程中的記憶

下列幾章是藉祈禱的方式，請耶穌進到我們過去生命歷史中——從母胎直到現在——醫治我們過去所受的傷害，並以祂的大愛對我們整個人作個整合。在正式敘述這種祈禱前，我願預先作幾點說明。

首先，我們必須了解心靈治癒祈禱並不是一種魔術和咒語；而是以祈禱的方法，請耶穌進到求禱者過去受傷的記憶中，治好這些創傷。所以，求禱者對耶穌的態度，和在他身上所產生具體的效果，有密切的關係。有些求禱者在接受第一次心靈治癒祈禱前，對它半信半疑。可是，自己經過治癒祈禱後，體會有些效果，使他對耶穌的信心，以及對治癒祈禱的態度有所改變。因此，當他接受第二次祈禱時，其效果就有顯著的不同了。這是我經常有的經驗。假如求禱者對心靈治癒有較深的了解，並和耶穌的關係搞清

楚，那麼，自然他在作治癒祈禱時，就會產生比較快而深的效果。

其次，我要再三說明治癒祈禱並不是要改變一個人過去歷史的事實——不論個人的歷史，或其他公開的歷史——因為這是不可能的事。它所改變的是求禱者對具體歷史的記憶。在我寫的「心靈的治癒」一書中，很清楚地提出，不是一個人所經歷歷史客觀的事實，而是他對歷史的記憶產生真正的影響。同樣一件客觀的事實，可對人發生不同的影響，因為他們吸收事實進入記憶的態度和方式大為不同。而內心治癒祈禱，所要改變的就是個人對一些事記憶的方式和態度。求禱者請求耶穌進到這些受傷的記憶中，以祂的大愛除去痛苦的記憶，使它成爲一種救恩性的記憶，不再帶給人困擾和負擔了。以後，我會在實際例子中，將更清楚地說明。

最後我要說的是，一個人所體會種種心理的困難，都根植於一個實際受傷的經驗。例如，有一個人常感到無名的怕懼，這表示他以前一定受過幾次很厲害的驚嚇；假使有個人心理常自責，就是他一定在幼年的時候，受到父母嚴厲的要求或責備等等。如果祈禱者只注意以前他受到傷害的後果（即現在意識到心理上的不平衡，及其消極情緒），則只是在治標，內心的平安也不會維持久遠。爲作較深心靈的治癒，祈禱者必須帶求禱

者回到過去受傷害經驗的記憶中，從根治療，這才能使人在心理和精神上，得到永久性的效果。

平常，在作了兩個階段的準備祈禱，並排除求禱者與耶穌現有的障礙後，就進入正式的治癒祈禱。我先請求禱者放輕鬆的坐在一個舒服的椅子上，閉上眼睛，然後，再帶他作下列的祈禱：

耶穌，我來到祢的面前，把我整個的一生向祢開放。感謝祢在我過去生命中，所賜給我的各種恩惠；現在請按祢的仁慈，藉聖神的德能，按祢所願意的方式，造到我生命任何一個時期、任何一個經驗、任何一個記憶中。凡是黑暗的地方，請用祢的光明來照耀它；凡被束縛的地方，請祢釋放它；凡有罪的地方，請祢幫助我悔改；凡是仇恨的地方，請幫助我學習寬恕；凡我受過創傷的地方，請醫治我。請以祢的大愛，使我整個人重新整合；讓我在祢的愛內，心靈獲得痊癒。耶穌，我讚美祢，感謝祢。

作完這個祈禱後，我會向求禱者說：「現在你回到母胎中的記憶，體會你的手、腳拳起來，在子宮內。」百分之九十五的求禱者都可在一、兩分鐘內，體會到這種經

驗。不過，每人體會的情形並不完全相同。有的求禱者，好像覺得自己回到了在母親子宮內的記憶，實際上，他感到自己為羊水所包圍。另有些求禱者看到自己在母胎中；當然，這種看到的方式也不盡同，在此無法詳細舉例。

對有此經驗的人來講，現在他們就可感到在母胎時的心境。我很能帶求禱者回到母胎的記憶中，這是否是由於有一種特殊的神恩使然，我還不能確定。但，有四、五位教友，在作了深度內心治療祈禱後，他們也嘗試為人作心靈的治療。其中有些人可以很快幫助別人回到母胎，有些人却不能。不過，他們都是常參與聖神同禱會的熱心教友。對於這方面，我現有的資料太少，不能清楚確定作這種祈禱需要神恩的程度如何。

當求禱者回到在母胎中的記憶後，我會帶他作下列的祈禱：

耶穌，請進到我母胎中的記憶，也請祢進到我生命開始的那個時刻。請以祢的權能去除由血統而來一切不好的影響和束縛；用祢的愛來肯定並滋潤我最初生命的那一剎刻，好讓我體會天父是藉着祢對我的愛而造了我。請祢在我母胎中，陪伴我慢慢地成長；因為祢在瑪利亞的胎中，也有同樣的經驗。請祢去除我在母胎時期，由母親而來一切不好的影響和束縛，不論是因為她身體衰弱、

操勞過度、或情緒的憂慮、憤怒……所帶給我種種的影響，現在，請祢完全除去。並請祢去除那些由環境造成，經由母胎間接給我不好的影響。請以祢的愛來保護我、滋潤我，使我重新體會到一種新的安全感，讓我的生命為祢的愛所浸透。耶穌，我讚美祢，感謝祢。

在作完這樣的祈禱後，我會讓求禱者先安靜一下，閉上眼睛，來體會他們實有的經驗。假如求禱者願意，可以對我講述自己的經歷。下面就是具體的例子。

【個案一】

「我體會自己是好好小小的一點，有如在水中搖晃。最初我感到有些驚恐，但過了幾分鐘後，我愈來愈覺得安適、舒服。」

這位求禱者的經驗持續了十多分鐘，最後他感到內心是一種深度的平安。按我個人的判斷，可能他最初在母胎中著床時，曾有過困難，而使他有一種生命的威脅。但，現在耶穌醫好了他這樣的經驗。

【個案二】

「我看到耶穌進到我的母胎中，變成一個小胎兒，與我在一起；耶穌的臨在帶給我很大的安全感……。我們慢慢長大，現在我已經可以動手動腳了……。我感到和母親的心非常接近。忽然我意識到我的父親不愛她。這種不被愛的感覺，也經由母親那兒傳給我。因而，我在母胎裏，根本不願意出生。」求禱者在說完了這些話後，放聲大哭。我就走近她的椅旁，讓她的頭依在我的胸前，安靜的爲她祈禱。她哭了十幾分鐘，整個人平靜下來了。這個時候，她感到內心有種強烈的愛，想要給別人。

【個案三】

「我看到耶穌與我在母胎內。突然，我感到自己被撞了一下，因而心跳得厲害……。但我感到有一雙手不斷地撫慰我，讓我逐漸安靜下來。」過了二、三分鐘，他完全恢復了平靜。從一般常識來判斷，他在母胎中的時期，他母親可能跌了一跤，或肚子受到某種碰撞，讓他受了驚嚇。可是，求禱者平常一定不會意識到它，現在耶穌却醫好

了他。

【個案四】

「我回到母胎中，覺得很舒服……耶穌也和我在一起……忽然，有如蜘蛛網一樣的黑東西向我擊來，我覺得很害怕。」這個時候，我就帶他作了一個棄絕和切斷母親在懷孕時所作任何迷信行爲的祈禱。此後，這個黑色網狀的東西就沒有了，他的內心也恢復了平安。

【個案五】

「我在母胎中還很小，但我的兩隻手不斷地抓自己的臉，心情也急燥不安。」這時，我帶他作一個祈禱，祈求耶穌進到他這種急燥不安的情況中。他整個心情慢慢恢復平靜，並看到那個胎兒在子宮內安睡。按常識的判斷，求禱者在母胎時期，他母親的情緒可能起伏很大，帶給他相當的刺激，常處於不安的狀態。

— 83 —
上面所舉的例子，並不是特殊的個案，而是常可碰到的情形。在我爲人作心靈治療

的經驗中，大約有四分之一到三分之一的求禱者，在母胎中受到不好的影響。祈禱後，我問道：「在祈禱中，你已看到在母胎時所受的傷害，是不可根據這些資料，看出這些傷害對你日常生活有何影響？」大多數求禱者認為，他們經常有一種無名的不安、恐懼、或感到威脅，超乎常情的反應。可是，求禱者並不了解這種不好狀態和反應的根源為何。但，當他們在祈禱中，看到自己在母胎時所受的傷害後，他們才比較清楚認識整個問題的來龍去脈，並感謝耶穌針對求禱者過去生命問題的根源加以治療。

除了在母胎時受的傷害外，人在出生過程中，也會受到傷害。我在「心靈的治療」一書中，已略加討論過了。但，我用了從那位基督教牧師的母親處所學的祈禱方法後，才對在生產過程中所受到的傷害有更深醫治的效果。以下是幾個例子。

【個案一】

一個女孩，她常感到無名的恐懼，但却不知恐懼的來源。後來，她無意中透露，她是早產嬰兒。因此，我帶她回到剛被生下來的經驗中，她看到自己被放在育嬰箱內，內心有種無助的感覺。所以，我為她作了個祈禱，求耶穌進到育嬰箱內和她在一起。這

時，她看到耶穌的手，伸進育嬰箱內，把她整個人托在手裏。她馬上有一種溫暖和安全的感覺流到全身。過了二會兒，她感到整個人從育嬰箱中升起，好像跑到雲端一樣。然後，我們再作懇求耶穌的祈禱，耶穌就很溫和的把她放回育嬰箱內。突然她想起她母親說過，她在育嬰箱內幾乎死去。十幾分鐘後，她看到自己長大離開了育嬰箱，內心很平靜。

母親的子宮是給嬰孩一個安全舒適的住所，不但供給嬰兒生理上的一切需求，同時，也給他被愛的經驗，讓他有安全感。當一個嬰孩早產時，就是尚未生長到應脫離母體，獨立生活的程度。因此，早產嬰孩常經驗到的，就是恐懼與不安全。即使他長大後，這種無名的恐懼和經常缺乏的安全感，往往是不易用心理治療來擺平的。現在，可藉治癒祈禱的方式，在短時間內去除這種陰影，並顯示耶穌是救恩的磐石。

【個案二】

「我覺得母親的子宮膜破了，羊水流了出來。我被擠在陰道中，不能進出，非常地難過。」我就按他實際的情形，領他作一個祈禱。最後，他看到自己順利被生下來，內

心也得到平安。

【個案三】

「我在母胎中慢慢長大，耶穌也與我在一起，我感到十分地舒適……，我快要生下來了。突然，醫生給我母親打了一針催生針，我受到干擾，感到非常憤怒，因此，不願意生下來。不久，醫生又打了一針催生針，使我更不願意生下來。」當然，他還是被生下來了。被打催生針原是他完全不知道的，却在祈禱中浮現。後來他告訴我，他有一種反抗權威的傾向；特別當一個有權威的人用權力壓制人時，不管權威人士有理或無理，他堅決反抗到底。但，他一直不明瞭為何會有這種反應，直到在祈禱中，他才看出其真正的根由。

【個案四】

「我看到自己要出生了，忽然我的脖子被臍帶勒住，幾乎要窒息，我好害怕……」我針對這種狀況，作了一個祈禱，他就恢復了平靜。

【個案五】

有個人曾作過心理治療，因此，對自己過去的生命有相當的認識。他知道他母親在懷孕時，因某些理由，曾遲疑很長一段時間想打掉他。後來，因為一些綜錯複雜的理由，他母親終於取消這個念頭。在他整個生命過程中，最受不了的就是別人否定他。只要別人在這方面有一點輕微的表示，他就會退縮。在心理治療的過程中，他看到了自己心理困難的前因後果，但却無法去除這種內心的軟弱；每次遭人貶抑或否定時，感到非常痛苦，有時幾乎不想活下去。

在祈禱中，我請耶穌讓他回到母胎的記憶中，他看到母親懷孕着他；可是他母親的情緒很急躁不安，想打掉胎兒。這時候，耶穌出現在他母親前，他的手放在他母親的肚子上，並溫和的對他母親說：「妳千萬不可這樣做，因為妳腹中的胎兒是屬於我的，是我選擇了他，我愛他。」這個景象停留了一段時間，他內心也感到極大的平安。

以前我對人在胎兒期，或出生過程中受到的傷害，只有理論性的認知。自從學作心靈治療祈禱後，才更清楚從許多人親身的經驗中，體會母親身體的健康、情緒的穩定、

整個家庭氣氛的和諧，以及其他因素，都會影響胎兒。中國人的胎教之說真是不假。近代深度心理學的研究，也逐漸肯定母親對胎兒有極大的影響。胎兒是生命最初的一個階段，那時的生命相當脆弱，不論外在環境直接或間接經由母親給予他什麼，他毫無反抗的餘地，只有全盤接受，因此，對他個性和心理的影響非常重大。父母之間和諧的關係，會帶給胎兒很大的恩惠；這是沒有東西可取代的。

幸好大半求禱者在母胎時的記憶，是相當平穩和安適的。他們被生下來過程，也是正常而順利的。否則的話，社會上心靈脆弱的人將不知有多少了。

玖、醫治與父母的關係

經過胎兒期和出生的過程後，就開始他個人成長的過程。在世界上，與他關係最密切的莫過於父母。不論在好或壞的方面，父母對子女影響之深，已是我們日常體會到的，心理學的研究也再三證實是如此。至於子女與父母的關係，以及在他身上造成的影響，心理學家早有許多論著。只要我們隨便去那一個書店，就會發現這種書非常多。所以，我在這裏並不是要作學術性的探討；僅由心靈的治癒這個角度，來分享如何治癒由父母關係而來的創傷。

一 89 一
平常在作完治癒胎兒期和出生過程的傷害後，有些求禱者自然會看到他是個剛出生的嬰兒。即使求禱者沒有這種記憶，我也會說：「你現在看到自己是個剛生下來的嬰孩。」通常，百分之九十五以上的求禱者，都很快回到這種記憶中。同時，我也會對他

說：「你看到耶穌和瑪利亞走近你旁，他們中有一人抱你起來。」

起初，我只請耶穌進來，並請祂把嬰孫抱起。後來，發現在某些缺乏母愛的個案中，瑪利亞也很自然的出現，有時抱起嬰孩的不是耶穌，而是聖母瑪利亞。我很快地瞭解，瑪利亞——耶穌的母親，以她的愛來彌補求禱者所缺欠的母愛；而且，這是很恰當的。因此，後來我一開始作這樣祈禱時，就請耶穌和瑪利亞一起進來。當然，耶穌和瑪利亞知道他在嬰孩期具體的需要，就會按這人的需求來幫助他。

這種經驗對一位天主教信友來說，他一點也不會排斥，並懂得耶穌藉瑪利亞來彌補他所缺乏的母愛；並且他會對瑪利亞增加一份孺慕之情。但對一位基督教徒來說，却難以接受。有幾次，我在對基督教團契的演講中，分享了我在這方面的經驗，有時會激起他們強烈的反應。但也有人接受這種具體的經驗。

最近，我為一位基督教女孩作心靈的治癒時，為她母親從她小時到大嚴重地傷害了她，在祈禱過程中，當這些記憶浮現時，她就感到痛苦。這時，我建議她：「妳是否願意讓瑪利亞來，彌補妳所缺乏的母愛。」起初，她不肯；後來，她感到痛苦實在太大了，就跟我談一下這個問題。我就向她解釋：「我可為妳祈禱，但耶穌的母親更可為妳

祈禱。當我爲妳祈禱時，耶穌是藉着我，把恩寵分施給妳，耶穌也常藉着瑪利亞的祈禱，把恩寵給我們。耶穌被釘在十字架上時，曾對所愛的門徒說：『看，你的母親。』現在，妳也是所愛的門徒，妳也可站在十字架下，接受瑪利亞作妳的母親，讓她彌補妳所缺乏的母愛。』如此解釋後，她就願意嘗試一下。於是，我帶她作如下的祈禱：

耶穌，祢完全知道我母親帶給我的種種痛苦。現在，我願意把我和母親的關係，交在祢手裏。我願因祢的名寬恕她在我身上所造成的一切傷害。耶穌，請讓瑪利亞進到我過去的記憶中，並撫慰我由母親而來的創傷，彌補我所缺乏的母愛。祢知道我信仰的背景，這一點原來是我很不容易接受的。但是，現在我願意把這件事情，完全交在祢手裏，請按祢所願意的方式，在我內心工作。耶穌，我感謝祢，讚美祢。

在作完祈禱後，瑪利亞出現在她的記憶中，帶給她極大的平靜。這使基督教的女孩感到十分驚訝。由於這是事實，她就坦然接受了。

當我們回到嬰孩期的記憶時，他會看到這時期所出現的景象。實際上，他會和父母有很深的連繫。如果一個人在小的時候，父母給他足夠的愛，當他回到嬰孩期時，自然

會看到他躺在母親身邊，或父母都在。如果耶穌和瑪利亞出現時，他們並不代替父母把嬰孩抱起來，或爲嬰孩做什麼。他們只是在旁觀看，或欣賞嬰孩的父母，怎樣照顧他。如果求禱者看到這種景象，表示他實在有福。

另有些人，回到自己是嬰孩期的記憶，有時一個人在那裏玩；也有時感到非常地寂寞，在那裏大哭大鬧，却沒有人來理他。當一個人回到嬰孩時期的記憶，嬰孩時的感受，立刻就可浮現在他現在的心情中。當耶穌和瑪利亞出現的時候，他體會到耶穌或瑪利亞給他的愛，他現在的心情也立刻有所改變。一般來說，耶穌或瑪利亞馬上會給嬰孩一些照顧。有的時候，只是抱着他、拍拍他，有的時候，會把他放在膝上搖晃；有的時候，會給他洗澡；有的時候，會逗他玩。從我個人的經驗中猜測，耶穌和瑪利亞爲這個嬰孩所做的，正是這個嬰孩在他具體經驗中所缺乏的。當他在祈禱中，有了這個經驗後，求禱者的內心立刻會有很大的平安、滿足和舒暢；而且求禱者也會看到，他在耶穌和瑪利亞的照顧下逐漸長大。

但也有些較特殊的情形出現。有個女孩，她是家中第三個女兒，由於父母重男輕女，她從沒有感到自己被父母重視過。我就請她回到嬰孩期記憶時，她看到一間醫院的

育嬰室，有許多剛出生的嬰孩，一排排的擺在那裏，她不知道那一個是她。這種景象出現實在具有象徵性。由於她從未得到父母的重視，所以，她也缺乏自我肯定。她認為自己只是許多人中的一個，對自我獨特的價值很模糊。後來，我對她說：「沒有關係，妳看到耶穌走進這間育嬰室，祂把許多嬰孩中的一個抱起來，那就是妳。」果然，在祈禱中，她就看到耶穌走進來，抱起其中的一個嬰孩，同時，她心中體會她為耶穌所愛。但由於她所受的傷害和所缺乏的愛很大，因此，她的自我是經過二、三次祈禱後，才慢慢肯定的。

另外，還有一個男孩，他母親精神不正常，而他父親是非常嚴厲的人，很少對他有任何情感上的表達。所以，他從小就沒有父母愛他的記憶。當我讓他回到嬰孩的記憶中時，他看到自己獨自在哭，我說：「現在你看到耶穌走進來，把你抱了起來。」他就說：「神父，耶穌把我抱起來了，祂的眼睛一直注視着我。耶穌沒有說什麼話，也沒有告訴我任何的事。可是，我從祂眼神中，很深體會出祂在對我說：『你在我眼中是珍貴的……。』」他說完後，就開始哭泣。這個景象一直停留了十幾分鐘。以後，我讓他讀依撒意亞先知書四十三章第一至第四節，他大為感動。

一般來講，當一個人回到嬰孩期記憶時，請耶穌或瑪利亞來，如果沒有特殊的問題和阻礙，他就會看到他在耶穌或瑪利亞的照顧下逐漸成長，甚至很快長到進學校後的事。關於成長後期的許多問題，我將在下一章中討論。至於一般情況，我也不多加敘述。我只舉幾個特殊的例子，作處理有困難個案的參考。

【個案一】

有個二十多歲的基督教男青年來找我，他父親是海員，可是，在他七歲時，他父親在海中溺水而死。他還清楚記得他父親陳屍海灘，他跪在父親旁邊哭泣的情形……。

起先，我請他回到他父親去世前的記憶中，他所看到的大約是在他五歲的時候，他爬在自己家附近的一棵樹上，我就對他說：「你看到耶穌走過來，一直走到樹下。」他就把所看到的告訴了我：

「我看到耶穌走到樹下，祂要我爬下來。我不願意，並對祂作鬼臉……我不知耶穌怎樣把我抱下來的。現在我看到祂抱我向回家的路上走……到了家門口，祂敲門，媽媽把門打開，她看到耶穌走進來，感到很高興，表示歡迎耶穌進去。然後，她和

耶穌坐在一張桌旁聊天，我在旁邊聽他們講話……（這時，我問他父親到底在那裏？）我爸爸在睡午覺，我去叫醒他……爸爸出來一看到耶穌，感到非常高興，也坐下來和祂一起談天。這時，媽媽趕快預備晚餐，我們一起坐下來吃飯，爸爸把我抱在懷中，一面吃，一面和耶穌談，全家都很高興……吃完飯，耶穌站起來表示要離去。爸媽送耶穌到門口，祂就走了……現在我的心裏充滿了溫暖和愛。」

【個案二】

有位女士把她接受內心治癒的經驗寫了下來，我把它抄錄如下：
在我九歲那年，父親就去逝了！記憶中似乎是從那時起，我就蓄意地要力爭上游。然而，成長的過程却使我感到相當的吃力，也帶給我不少的創傷……

走向第三十五個年頭的生命裏，我居然患了乳癌。意外的發現、切片後的證實，使我一時難以承受，害怕與悲痛交織著，而我必須再一次痛苦的掙扎、拼命的掙扎！

感謝天主，在幾位神長和友好的關懷與鼓勵下，我總算是勇敢、有信心地面對切除手術。能夠及時發現、接着切除治療，倒使我有了解脫的感覺。

住院期間，我幸運得到王敬弘神父領導我作三次「心靈治癒祈禱」，前二次我感到是治癒了過去片斷的創傷，第三次的方式，的確使我感到很特殊和奇妙，竟然能使我體驗得到從八、九歲的童年直到現在的我——與父親之間的親情，一切情境是那麼栩栩如生、歷歷如畫，祈禱的經過是這樣的：

神父指引我回到小時候的家裏去；回到我的童年，那時父親還沒有過世。我們家的房舍簡單，只是裏屋和外屋兩個房間，但是打掃得窗明几淨。當我一個人在家時候，忽然聽到有敲門的聲音，我把門打開看到的客人却是主耶穌，祂來了，我好高興，甚至我意識到自己的嘴角都在愉快的微笑……這時神父又指示我可以隨意地與耶穌相處、談話。事實上可愛的主耶穌，祂與我的關係似乎早已十分親密、十分要好。我像小主人似地帶着祂看看那，我屬於那種愛說話的小姑娘，和耶穌說個沒完；甚至連早上我吃了幾碗飯的瑣碎事，也很樂意地告訴祂，因為我很清楚地（相信）知道祂關心我、愛護我。接着我又帶祂去看書桌上，玻璃板下的照片，每張照片我都仔細地為祂介紹……耶穌很高興，我也滿足得無以復加。正在此時，王神父從旁又告訴我：「有人在敲門。」我再次去開門，沒想到竟然是爸爸；而我的情緒在看到爸爸的同時，突然地低落下來，嘴角

的笑容自然地收斂了起來。我實在不明白，爲什麼他的來到，使我有些不愉快。然而站在一旁的耶穌知道我情緒的轉變。王神父也在此時提醒我，要我聽從耶穌的指示！耶穌示意叫我請爸爸坐下。那時家裡有一張藤椅，是我們家最舒服的一把椅子。爸爸坐下後，我又一滑溜地坐在他腿上。爸爸告訴我吃不消，因爲我是一個够胖的孩子。於是我下來，拿了一個小板凳，坐在爸爸旁邊，我的手抓住爸爸的手。這時我看到耶穌和爸爸講話，他們大人的話，我聽不懂，也似乎對我並不重要。唯一讓我聽得懂的一句話，那是耶穌向爸爸交待似地口吻說：「她是我可愛的孩子，你要撫養她長大！」爸爸點頭表示答應了。

漸漸地我站了起來，身子斜靠在爸爸的肩膀上。爸爸的手撫摸着我的背，偶而也輕輕地拍着。我覺得很舒服。王神父從旁知道這情境，便提醒我是否覺得爸爸愛我？過了一會兒，我的確體驗到爸爸愛我，並且就在這種被愛的情況中，我覺得在爸爸懷裏從童年漸漸長大了。這個時候爸爸告訴我：我爲全家人（媽媽、大姊、二姊、弟弟、妹妹）操的心，他都知道！這一被瞭解，我激動得開始哭泣起來。邊哭邊想到今年我們姊弟一起上墳時。爸爸似乎告訴我：如今姊弟之中，他最珍視我的愛心。這會兒爸爸又

說：「他知道我從小就苦苦地力爭上游，……」沒想到他繼續又說：「這次的乳癌切除手術他也知道，我所受的苦他都知道，……。」這時我覺得哭得十分徹底，也十分有安慰，因為爸爸一直在撫慰。歇息時，爸爸告訴我：還是要依靠耶穌；並且要我投向站在一旁的耶穌，耶穌會幫助我。爸爸會爲我祈禱。也許是王神父從旁看我已趨平靜，提示我要讓爸爸回去。雖然我有些不解，也欣然地遵從了！以上是祈禱的全過程。

王神父解釋說：「這是一種很特殊的祈禱經驗，必須要在耶穌基督內才能辦得到。並且這不是什麼想像，而是一個具體的經驗，幾乎每個細節你都不會忘記。耶穌用這樣的方式彌補了你很缺欠的父愛。這次的相會，你會覺得很滿足，甚至於你以後的信仰和祈禱，與天父的關係，也會有顯著的不同。」

被王神父教導後，我再走向聖堂，在耶穌聖體臺前感恩。這一次祈禱，很清楚地知道，我離開聖堂後，應朝什麼方向做什麼事；不再有過去祈禱時，那樣的依戀和捨不得離開聖堂的情緒，也許那就是八、九歲，還沒有長大的孩子感情。我滿懷欣喜和感謝地走出聖堂，連舉起的脚步都覺輕鬆多了，感謝天主！謝謝王神父！

如果一個人對耶穌沒有信心，或對心靈醫治祈禱採取半信半疑的態度，看了以上兩

個個案，一定會想這簡直是「神」話。實際上，它也是「神」話，是有關耶穌仁慈和大能的「神」話。耶穌是神，祂是天主子降生成人，祂的所作所為是具體而真實的「神」話。是祂這位「神」性的人物，進入我們的生命中，才使我們在困境和痛苦中有了希望。

以上並非出自一些幻想，也不是以一種空虛的憧憬彌補自己內心的需要；而是耶穌用一種特殊的方法，進到他的記憶中，把他從前的記憶加以新創造，代替從前受傷的記憶。在個案二中，這位女士寫她的經歷，已是接受祈禱一個多月後的事了。在治癒祈禱中，給她帶來的恩寵，在她的生命中還繼續發揮作用。在祈禱六個月後，她不再覺得自己缺乏父愛了。祈禱的效果，不斷地在她具體的生命中延伸，使她在某些態度和行為上，有所改變。

對以上二個個案，我願再加一點說明。基督教男青年和個案二的女士，他們的父親都是基督徒。這種祈禱與民間和死人通靈的經驗，有很大的不同。在祈禱中，他們很清楚體會耶穌基督的臨在。在耶穌指引之下，他們回到父親去世前的記憶中，重溫與父親的來往。但他們在作了這樣的祈禱後，並不繼續保持與父親的來往，也不覺得有再和父

親來往的需要。耶穌基督是生者和死者的主宰，祂可以祂的權柄，為信仰和愛祂的人作有益於人的事。而且這為天主教所相信的諸聖相通功，並沒有什麼不相合的地方。

以上二人都是因父親去世而缺乏父愛，所以，並沒有因父親的罪而受到創傷，醫治起來比較容易。但，碰到一些比較困難而複雜的情形，醫治起來就不那麼簡單了。現在，也以二個具體例子，供大家作參考。

【個案三】

有位二十多歲的女青年，她母親在她十幾歲時，因癌症過世了。但那時候，因她年紀小，不大耐煩去照顧自己病重的母親。就連母親逝世那天，她也在朋友家玩。去世前一個鐘頭，她曾回家，覺得母親的狀況沒有變化，就到別的房間去了。後來，才發現她母親已過世了。這個給她帶來很大的罪惡感。我為她作完預備祈禱後，請她回到她母親去世前的記憶中。以下就是她所看見的事：

「我回到家裏。（這時，我提醒她請耶穌來。）現在，耶穌來到我房中，我和祂的關係並不很密切，祂只以溫和及愛的眼光注視着我；但我却和祂保有一段距離……

現在，我覺得我和耶穌的情形比較緩和，我比較容易接受祂……（這時，我請她讓母親也進到這個記憶中。）現在，我母親也走進房間，她一看見耶穌在房中，就跪下；耶穌用手撫摸她的頭，表示很愛她。（我提醒她，向母親道歉。）我走近母親身旁，向她道歉。可是，母親仍然跪在耶穌前，不理我……（我說：妳也跪在耶穌面前，向祂認罪。）我覺得耶穌寬恕了我……（我提醒她，要她再一次向母親道歉。）我再次向母親道歉，可是母親仍然不理我……（這時，她哭了，我祈求天主聖神來引導。突然，我有一個靈感，就說：妳求耶穌幫助妳寬恕自己。）我向耶穌祈禱，求祂幫我相信祂已寬恕了我，也請祂幫助我寬恕自己……現在我心裏感到比較平安……（這時，我建議她再轉向她母親，與她母親和解。）我再次向我母親道歉，求她寬恕我。我母親把頭轉過來，開始擁抱我（她開始哭泣……）。」

這是個較富有戲劇性的個案。其癥結是她沒有真正寬恕自己。但她也沒有意識這一點。此時，最要緊的是依靠天主聖神的引導，祂常會給人指一條出路來的。

【個案四】

一位四十多歲已婚的婦女。她生下來時，家中子女衆多。而她父母的朋友正好沒有子女，所以，她父母就把她給了他們作養女。她的養父母用很大的愛心撫養她，祝同己出，她很真實的體會這一點。

她長大後，她父母認爲把她給人領養的事，好像覺得虧欠了她，也有一種罪惡感。所以，每次她回到父母家裏時，她父母對她很好，也相當客氣，從不指責她，或規勸和改正她的任何缺點。

她讀大學的時候，養父母之間出了問題。但，兩人都十分地疼愛她，並沒有把他們之間的問題加在她身上。她也意識到養父母的困難，但却無能爲力幫助他們。養父母也怕她生氣，甚至否認他們領養的關係。因而，兩方面對她都非常好，對她從不加指責。

在此情形下，雖然她沒有受到傷害；但總覺得無論跟父母或養父母的關係都相當疏遠。她受不到任何一方真正對她有所指責、規勸，反而大家在客氣的方式下來往，感情不够親密，這樣維持很多年了。此外，她總覺得不能對養父母的關係有所幫助，好像虧

欠了他們養育之恩。這種心境，在她心理上產生複雜的影響。

在祈禱時，我請她回到養父母的家中，因為在那裏，她保留了一間自己的房間。然後，請耶穌進來，要她完全讓耶穌來處理。耶穌先安慰了她，帶她去看她養父。她養父身體不好，躺在床上。耶穌對他說：「我會照顧你。」這時，她的負擔減輕不少。耶穌又帶她看養母。養母的心情有些困難。雖然，她不是個基督徒，耶穌還是表示，祂了解她的困難，並接納她。此後，耶穌又讓求禱者的記憶轉到她父母家中，幫助她原諒父母把她給別人領養的事；於是，她體會她可以跟父母比較融洽的相處。在這樣的情形下，前後歷經四十分鐘。她體會自己一些複雜的心情慢慢退去，取而代之的是耶穌給她的平安。然後，她作了一個祈禱，感謝耶穌對她的大愛。

父母與子女的關係，以及父母使子女所受到的傷害，其變化層出不窮，也無法在這本書中講得更多。因為每一個案，都有其特殊的地方。此時，祈禱者十分需要求聖神來引導，面對求禱者具體的問題，給他適當的幫助。這種藉聖神給的智慧，是靠人在祈禱和具體經驗中，慢慢得到的。我們無法作一個知識性的傳遞。

一般來說，缺乏父愛的人較多，缺乏母愛的人較少。一個嬰孩降生於世，除了少數

特殊的原因下，大半都被母親帶領，即使母親再忙，也多少會給出生嬰孩注意和愛護；但父親則不然了。有許多原因可使父親不在家，尤其在中國的傳統教育中，父親的形象常被形容成嚴厲，不隨便表達自己情感的人。因此，許多求禱者都說自己小的時候，因為父親從來不抱他，從不跟他玩和談天，常感到父親不愛自己，一直到長大後，他們才慢慢體會出父親的確很愛他們；只是由於父親的家庭和教育的背景，根本不懂得如何表達對子女的愛。如果我們有了這種認識，會對父親和子女的關係有所幫助。但在子女內心深處，仍感到缺乏父愛。對於這種求禱者，在心靈醫治的過程中，常需要被人擁抱。因為耶穌對我們的愛，也需經過一個具體人的經驗，傳到他身上。剛出生的小孩，常需要被母親擁抱，或父母親為他洗澡、換衣、撫摸他，使他生理上產生快感，而這種快感是他安全感基本的來源。其實，生長在中國的小孩子，很少人有被父親擁抱的經驗（尤其現在是三、四十歲或年齡更大的人）。在祈禱時，如果祈禱者以一種適當的方式來擁抱，求禱者會加速和加深他們內心治癒的效果。

當然對異性擁抱，要非常小心。平常我對異性採取兩種不同的方式：一是請她坐在一張普通椅子上，我站在旁邊用雙手覆在她頭上，把她的頭輕輕擱在我胸前；另一種是

請她坐在較低的安樂椅上，然後我坐在一張較高的椅子上，如此，我讓她的頭歪過來，靠近我的肩膀，我再用手覆在她頭上爲她祈禱。至於同性來說，當然會比較放寬一點。我爲男孩祈禱時，可以並排坐在一樣高的椅子上，把對方的頭摟在胸前，然後，用手按在他頭上，爲他作祈禱。

一般來說，缺乏父愛較深的求禱者，如果一被擁抱，立刻放聲大哭。這時，祈禱者應讓求禱者發洩內心累積的傷感，不要強行壓制他，或勸解他。平常最多十幾、二十分鐘，這種情形就會過去。這時，求禱者內心就會感到極深的平安，他心靈的空虛感也會爲耶穌基督的愛所充滿。但，有時候也有例外。有個大學男生，放聲大哭爲時四十分鐘。我從未看過男生這樣傷心的哭過，當時，我的眼淚也在眼睛內打轉。在一個大團體的祈禱會中，我也碰到過一位五十幾歲的婦人。她被別人祈禱時，我看見她輕聲哭泣，就走過去摟住她，把她的頭放在我胸前。於是，她放聲大哭，數十分鐘後才停止。在整個祈禱會結束後，她說：「神父，謝謝你。現在，我感到我父親給我帶來的傷害，已經完全被治癒了。」這時，神「父」這個稱呼似乎有了更深一層的意義。

父母對子女性別的偏見，也帶給子女極大的傷害。特別在中國社會裏，重男輕女的

觀念非常普遍。令人驚訝的是，有些母親重男輕女比父親來得更厲害，可能由於中國傳統要養家的是男性；所以，母親最後的希望是建立在兒子身上。所以，養成這種不好的觀點和態度。最後，受害者當然是女性咯！

我見過幾位已婚的太太。她們對自己的性別都感到不滿意，討厭自己是個女人。這是多麼令人驚訝和惋惜的事！我在「心靈的治癒」一書中，說靜默覆手的方法，對這種困難的人，不能很深的醫治。可是，祈禱者若採用本書內說明的方法，也許醫治起來較易奏效。

我可以舉出一、二個個案，求禱者是已婚的母親，可是，當我請她回到自己嬰孩時期的記憶時，她所看到的是一個男孩；從她內心的感受，她明白那個男孩就是她。然後，我請耶穌進到她這種記憶中，讓耶穌接受她、愛她，肯定她的性別，這會幫助她寬恕她父母對她性別上的偏見。這時，再次帶她用棄絕和切斷的祈禱，去除父母在這方面對她不好的牽連。後來，她在所看到的圖像中，自己變成一個女孩。當然，這是發生在受傷較嚴重的個案上。在一般個案中，女性求禱者很少看到自己的一個男孩的方式出現。不過，祈禱者處理的過程，與上述大致相似。

父母不和在子女身上造成極大傷害之一，受這種傷害的人，比比皆是。不論男性或女性都不能逃避因父母不和所籠罩的陰影。如果父母長期不和，也會造成日後子女對婚姻的恐懼；即使以後結了婚，大半的婚姻都是不幸福的。下面就是個具體的例子：

【個案五】

「……我大約七、八歲，剛上小學，下午經常沒有課。有一天下午，我看到自己和媽媽在廚房裏。突然爸爸從外面回來，開始和她吵架……結果，爸爸動手打媽媽，把碟子、碗砸碎在地上，媽媽坐著哭，我躲在廚房的一個角落，看到了所發生的事，也受到很大的驚嚇，一動也不敢動……，我看到耶穌走進廚房中，祂使爸爸退到一邊；然後，把媽媽扶起來，擦乾她的眼淚……。耶穌也走過來安慰我，使我覺得比較舒服……。」

以上是這個男孩所述說浮現記憶的一部份。我爲他作心靈的治癒，歷經兩小時，耶穌把他從小到大父母所經歷重要的「戰役」，都一一醫治了，使他內心頓時如釋重負。但由於他經歷這種事情，前後有二十多年了。而第一次我爲他所治癒的只是他父母實際

打架的記憶，在以後幾次祈禱中，耶穌更深去除由父母打架帶給他性格、心理上其他許多不好的影響，使他整個的人慢慢恢復平穩。

另一種受父母不良影響，也較難以治癒的就是，爸爸或媽媽的寶貝。父母過份保護子女，從不讓子女遭受任何困難，並替他們解決問題，也代他們作一切決定。等他們成年後，沒有應付社會複雜環境的能力，事事必聽從父母。有些父母也繼續不斷使用他們可怕的權力，干預子女的生活。其中為害最大的，就是干預子女婚姻生活。像這樣的個案，不是完全靠祈禱就可得到解決的。因為他主要的問題，不是受到創傷，而是在實際磨練自己應付複雜社會環境的能力，以及自己作決定，並為自己的決定負責，這一大半都是人格成長的問題。在治癒祈禱中，能帶來的幫助並不大；而且進步緩慢。所以，在這裏只順便提及，不多加討論。

以上的經驗分享，提供出來給有心為人服務者作參考。在具體環境中，祈禱者常有實際的需要，要隨機應變幫助求禱者。所以，也不在此多佔篇幅了。

拾、醫治成長過程中的傷害

在成長過程中，人所遭到大小的事件，何止千萬。有的帶給人好的經驗，有些却有非常壞的影響。如果從治癒祈禱的方式來分辨這些經驗，原則很簡單，就是讓耶穌進到求禱者的生命中引領他；耶穌自然會讓他受傷的記憶浮現。然後，請耶穌治好這些具體的記憶。

面對一位具體受過傷的人時，他的遭遇是個人性而獨特的。祈禱者怎能針對他個人的需要而幫助他呢？這應依靠聖神的引導，一方面按自己的經驗，慢慢學會用一種更細膩、更有耐心的方式來處理所發生的困難。

我在本章中，只舉出較實際的例子，供願從事心靈治癒的人作參考。

在成長過程中，我們接觸最多、影響最深的就是父母。此外，兄弟姊妹的友誼及感

情，對我們也有相當大的影響。一九八〇年三月時，我見到那位美國牧師的母親前，我根本不意識到弟弟與我的關係有極大的影響。但是那位美國太太與我一起求天主聖神引導時，才找出我心理有很大的癥結。以後，我把這件事情的經過寫了一篇文章，登在「同工導訊」上。現在，我把它轉載如下：

在醫學界有句很流行的俗語，就是「醫生不能醫好自己的病」。在心靈治療的工
作上，我也有類似的經驗。雖然，我曾多次爲自己過去所受心靈的創傷祈禱；天主也在我身上作了相當奇妙的工作。可是，在我內心深處，也有一些痛苦和困難，無法解決。因爲在臺灣作這項工作的人非常之少，我曾屢次請別人爲我祈禱，所產生的效果並不很好。今年（一九八〇年）三月左右，在很湊巧的機會中，我遇見一位美國牧師的母親從美來臺訪問。她在美國也是專門從事心靈祈禱的工作。在彼此交換經驗後，使我立刻感覺到她是一位有深度信仰的人；並且她的態度十分溫和、良善，可能她的祈禱能够帶給我很大的幫助。於是，邀了一個時間，請她爲我祈禱。

在我略說了我的困難後，我們就花了不少的時間共同祈禱，去尋找造成現有困難的基本原因，基本經驗到底在何時發生？但並沒有什麼具體的結果。兩小時後，吃午飯的

時間到了；我們只好約定第二天再見。

第二天上午十點鐘，我又到她的住處。在略作祈禱之後，我心中只感到些許的鬆弛，覺得最大的困難仍沒有解除。可是，又找不出這個困難的根源何在？於是，我們開始聊天。她偶然問起：在你們家中，有幾位兄弟姐妹？排行如何？我就對她說：我是老大。在我以後是一位比我小一歲半的弟弟，然後每隔三年有兩位妹妹，一共四位兄弟姐妹。她在略為祈禱後說：由於你是長子，在你出生時，你獨佔你父母的愛護和照顧；可是當你一歲半時，你弟弟出生了，父母一定把對你的關愛，分出一部份來，轉移到對你弟弟的身上。這時，在你幼小的心靈中，是否已有一種潛意識對弟弟的憎恨。因為他奪去了一部份你生命中最寶貴的東西。

我最初的反應是說：這個不可能。我和我弟弟的關係一直相當不錯。年歲愈大，我們兩個人愈能够相知相愛，可說是手足情深。我從來沒有意識到我對他有一分恨意。可是，這位太太勸我用祈禱來讓耶穌使我看的是否是我心靈痛苦的來源。我於是默默的祈禱，許多小時的記憶逐漸浮現出來。起初，想起的只是在我上小學以後，常常和我弟弟打架。本來年齡相差不多的兄弟，彼此打架是家常便飯，不算什麼稀奇。但是，慢慢

在更久的祈禱中，在過去和弟弟打架的一些感覺慢慢回來了；使我體會到我對他實在有一種很深的恨意。但由於所受教育的關係，不管家庭或學校都教導我們兄弟應該彼此相助相愛，所以，這種恨意是在打架的時候，好像露出冰山的一個頂端。但打架的事情一過，我們兄弟又和好如初了。因此，這種最深的感受常逃過我的注意力。尤其在十二歲以後，我上了中學，在學校住宿，只有每個星期六回家，見面的時間一少，我們也就不再打架了。從此，兄弟的友誼隨著年月的增長也日益深厚。只有在當時的祈禱中，耶穌又讓我體會到不僅兄弟常打架的事實，而且也體會到打架是所出現那些恨的心情。

在有了這樣的認識後，我就向耶穌認罪，並求祂的寬恕（當時並沒有另外一位神父在場，所以我無法去領受和解聖事）。在此以後，那位美國太太為我祈禱求耶穌醫治因著弟弟的誕生奪去了一部份我所獨享父母的愛，所衷心裏的創傷。在他短短祈禱後，我的心靈立刻覺得有一種很大的釋放感，好像一股清涼的溪流從我的頭頂流至心中，使我整個人感到舒暢。此後，我和那位美國太太向耶穌作了一個感恩祈禱，就告一結束。

在我回家後，又把這件事反覆思索，加深了它對我整個人心靈影響的認識。在我一歲半時，我弟弟誕生，好像奪去了一部份父母對我的關愛；由於小孩子自衛的機能在潛

意識中，就產生了一種對弟弟的恨。但由於外在教育的教導，使這個恨不能够浮現在意識中；只能夠用一種打架、挑戰和對我弟弟某些攻擊，把它表達出來。可是，年紀愈大，教育在我身上所產生的影響也愈大，於是，我更不能對我弟弟有外在攻擊性的行爲。可是，潛意識的恨和攻擊性，並沒有因著外在的教育而拿去，這種恨和攻擊性開始轉移了他的目標。由於我從小身體多病，我不可能用外在暴力行爲對別人來表達我的攻擊性；因爲如果打架的話，我一定常常吃虧（感謝天主幸虧如此）。於是，我就用苛薄的語言和尖銳的批評來表達這種攻擊性。由於我的語言方面表達的能力相當的強，所以，如果我想攻擊一個人的時候，常可以使他受到很大的貶抑、傷害。如果我想批評一個人的時候，常常可以使他啼笑皆非。而每逢這種情形時，我心中就感到一種快樂。

當這些記憶在我祈禱中逐漸浮現時，再一次向耶穌基督認罪。許多這類的罪都是在洗禮或是在進修會以前所犯的。我認罪之後，也求耶穌的寬恕；我就自己求耶穌治癒我的恨和攻擊性。於是內心體會到更大的釋放。

在進修院後，由於修院的教育要求一位修士用溫和善良的態度去對別人。雖然在修會中生活了十幾年之後，我在語言上尙相當尖酸苛薄。現在回想起來，真是覺得慚愧萬

分，汗顏無地。但修院的教育，至少讓我的風芒略為收斂；可是，我又體會到我的恨和攻擊性再次轉移。這次攻擊的對象就是我自己。因為在修院中，總是促進我們進德修業。當自己犯了錯和罪以後，就對自己有很深的自責和自恨；在心靈上是很厲害的處罰、貶抑或攻擊自己。於是，我又在祈禱中第三次向耶穌懺悔自恨的罪，求祂寬恕我，也求祂醫治這種由恨而來，在我心靈上所造成的各種創傷。在這次祈禱後，我內心的平安逐漸的加深，也感到在心靈上如釋重負。原來，我最大的負擔不是別人加給我的，是我自己對自我的憎恨所造成的。這是一件多麼可怕的事實，但耶穌却把我從這樣的束縛中解脫出來，拿去了我的重擔，使我在祂內得到安息和痊癒。

整個事情並沒有因此而結束。在民國六十六年，我第一次發現，我有原發性的高血壓。從那時起，我每天要用藥物來控制我的血壓；而且按醫學上一般的經驗，凡是原發性高血壓的患者，一旦發生後，一輩子都要靠藥物控制。如果能不加重藥物或不引發其他心臟或腦充血的併發症，已經算是很不錯了。平常在藥物控制下，我的血壓是高血壓一百四十和低血壓一百。我的高血壓雖不算高，但低血壓却是太高，而且屢次用了其他的藥物，也無法使它降低。

在作完最後一次治癒祈禱後，過了兩天，我的血壓藥就恰好吃完了。照常理而言，我應再次去看醫生，請他給我開三個月或半年的血壓藥。但這次，我向耶穌祈禱，求祂告訴我是否應看醫生，繼續吃血壓藥。我所得到的是否定的答覆。由於我自己有血壓計，所以，在停止吃藥後，每兩天量一次血壓，以防因為停藥而血壓上升。很奇妙的是在最初的兩個星期中，我不吃藥的血壓和吃藥時的血壓完全一樣。兩星期後，我的血壓開始下降。因那時我正好生病住院，按醫院規矩，護士每天要為我量兩次血壓；我的高壓常在二百二十到一百四十之間跳動，而低壓却逐漸由一百減到九十，然後由九十減到八十。在治癒祈禱的三個月之後，一般來講，我的血壓是一百三十和八十。可以說像我這種年齡的人，最正常的血壓了。

對這件事情，我有三點感想。第一、人性真是變幻莫測。我們每個人在內心中所受的各種影響、衝擊，以及它在人生命中所造成的各種後果，並不是靠著人的理性和平常的推理能完全了解的。我們都是罪人，這意味著我們每個人都是自私的人，從生下來就是如此。我們也生活在一個有罪的境遇中，就是在我們四週的人，即使他們非常願意愛我們，他們也有自私，他們的愛也不完整。由於每個人都或多或少的有自私，所以，有

意或無意都會彼此傷害。從我們生命一開始，就造成許多心靈的創傷。由於這是我們實際而無法逃避生命的境遇，在某一個限度內，我們帶著創傷度過一輩子，也好像習以為常了。可是，一旦體會耶穌對我們的愛時，我們才開始體會這並不是一個人所應習以為常的生命狀況。耶穌的愛可以治癒我們心靈很多的創傷，拿去我們心靈很大的負擔，解除我們心靈的束縛，使我們成爲一個愈來愈自由的人，愈來愈整合的人，也愈來愈會愛和被愛的人。這就是耶穌救恩最大的效果之一。可是，由於人心靈互相的影響非常的複雜，沒有耶穌所遣發聖神的引導，我們自己很多時候也被合理化、遺忘、壓抑所蒙蔽。我們看不出自己問題所在，覺得有痛苦和困難，但却好像無法下手去解決它；要藉耶穌的愛來治癒我們的傷，必先求祂派遣聖神來告訴我們，究竟在一種具體的經驗中如何受傷，請耶穌直接進到那項經驗的記憶中，讓祂的愛來改變我們的態度，洗除我們因著罪而帶來各式各種消極的情緒。無論憎恨、驕傲、嫉妬……最後，只有祂可以把我們破碎的心靈重新整合起來，使我們能度一個更幸福人的生活。

第二點感想是：人的身心實在是合一的。雖然我們在談話和分析的時候，有時把靈肉作很清楚的區分；實際上，我們是一個完整的人。心靈的傷害可以給肉體帶來很大的

影響，身體上的疾病也可以造成心靈上許多的創傷。這種身心交互的影響，也是近代心理學所肯定的。心理學雖然發現了這種影響，但它所能完成的醫治却是微乎其微。只是耶穌才能深入我們過去生命的記憶中，從根治療，恢復我們身心整個的健全。

第三點感想是：任何消極的情緒，都是一種雙刃的劍。例如：憤怒，當我們以憤恨之情攻擊別人時，我們也使自己受傷；當我們以嫉妬之心去對待他人時，我們的心靈也受到很大的束縛。其實，整個講來，常常在我們故意運用這些消極情緒去傷害別人，而真正受傷最重的却是自己。我們可能因痛打了一個人，發洩了我們的憤怒，或臭罵了一個人，使我們的心理負擔略為減輕。但實際上，這造成我們下次更容易對人發怒，也加重了我們心理的負擔和束縛。只有耶穌能以祂完全無私的愛和祂十字架上所受的痛苦和死亡，以及祂復活的平安和喜樂能把我們從罪惡的困境中救出來。所以，我和大家分享這個經驗，最後我所願意說的，就是耶穌是人的生命唯一的救主，只有祂能給我們帶來真正的喜樂和平安。

阿肋路亞！

在我有這個經驗之前，我很少注意一個人在兄弟姊妹中的排行和男、女的秩序。現

在，我和求禱者祈禱前的交談中，我會常問他這一點，因為由我親身體驗得知，兄弟姊妹的排行以及相互關係，會給人帶來很深的影響。

在人成長過程中，除了家庭外，給人影響大而深遠的，可以算是學校了。在多次祈禱經驗中，許多人受到的傷害是來自老師和同學。有些人在小學就知道自己不為老師所喜愛；這對他的自信心與自尊心產生相當大的影響。在祈禱中，我讓他上學時期的記憶浮現時，他看到自己像平常一樣坐在學校教室內，但他發現走進教室來上課的，不是他以前教課的老師，而是耶穌。就藉這種祈禱經驗，求禱者去除了老師帶給他的陰影和束縛。

當一個人回到嬰孩期記憶時，讓耶穌和瑪利亞進到記憶後，他自然體會在耶穌引導下，他慢慢長大。凡他重要受傷的記憶都會回來，同時耶穌也進到這樣的記憶中，很主動的幫他消除所受的傷害。但也有些時候，他的記憶出現，耶穌却不見了。碰到這種情形，一定要馬上作個祈禱，請耶穌重新進到記憶中，給求禱者所需要的醫治。有時，在作這種祈禱後，耶穌雖然來了，可是，耶穌好像跟他沒有什麼關係。碰到這種情形，祈禱者就要針對求禱者當時的需要，向耶穌再作一次祈禱，恢復他和耶穌的交往，好使耶

耶穌的救恩進到他生命中。我就用一個具體的例子來說明。

【個案一】

有個男孩子，在小學時受過老師不當的處罰，給他帶來一些不好的記憶。在祈禱中，他回到這段時期的記憶，他看到自己坐在教室內，耶穌坐在老師的位置上；但耶穌和他並沒有任何關係，耶穌也沒有看他。我就帶他作了個祈禱：

耶穌，謝謝祢以一個有形可見的方式，進到我的記憶中，並讓我看到這些記憶。耶穌，我在這段時期，曾受老師嚴厲的處罰，使我很怕懼，也恨老師。耶穌，現在我願意把這些記憶交託祢的手中，並因祢的名完全寬恕老師在我身上所做的一切。如果我有過錯的話，我也向祢認錯，並請寬恕我。耶穌，請祢消除這些記憶帶給我的束縛，使我能更親密和祢來往。耶穌，我讚美祢，感謝祢。

作完這樣的祈禱後，求禱者看到耶穌從講臺上，走到他座位旁，撫摸他的頭，這實在表示耶穌對他的關愛。這時，他心裏許多不好的情緒漸漸地消除，內心恢復了平靜。

不論我們和耶穌關係僵化的情形用何種方式出現，最主要的是找出關係僵化的原因。如果求禱者有罪的話，應該在耶穌面前認罪；如果這是由於別人的過失而造成的傷害，就應寬恕別人。如果祈禱者不能立刻看出僵化的原因何在，也應祈求耶穌讓求禱者看到這一點；然後，再針對問題祈禱，直到耶穌和求禱者的關係能重新活潑而密切，使求禱者獲得醫治。

在今日臺灣教育制度中，聯考的影響實在很深遠。有許多的父母在子女上幼稚園時，已考慮子女在整個求學過程中所要碰到的競爭。可是，在長期奮鬥中，在考試制度下難免會遭到意外的失敗；有人就會受到挫折，對自己感到灰心與失望。下面就是一個很好的例子。

【個案二】

有一次，我帶領一個小團體作週末避靜，遇到一位三專學生。他告訴我，自從上了專校後，他覺得自己好像在混日子，生活得沒有目標和意義。他也很難過，但却不知道應該如何去改變。於是，我問他最近是否受到了打擊。他也搞不太清楚。後來，我建議

一起祈禱來試試看。我就爲他作了靜默覆手的祈禱，請他把浮現的記憶告訴我。結果，出來的記憶都與聯考有關。例如，有一次，他妹妹的家教老師，在這方面說了他幾句，以後求禱者再也不理他了。然後，我請耶穌進到他這樣的記憶中，他的感受是：耶穌愛他，尊重他，告訴他無論考取那個學校，耶穌永不改變對他的愛。就在這時，求禱者的心情完全改變，他感動得不斷流淚。

後來，他才更深的了解，無論在整個社會和家庭中，都按學校考試的成績來判斷人的價值。從小他就在這樣一個價值系統中成長，所以，當他沒有考受大學，僅考取三專時，他的自尊心完全喪失了。雖然他父母沒有對他作很強烈的表示，但他在父母面前，感到很沒面子。因此，他覺得生活沒有意義，多次想要自殺，却不敢下手。現在，他在耶穌的大愛內，重新得到人格上的肯定。他體會到自己是個有自尊、有價值的人，他願意用一種新的精神度新生活。

這人的遭遇正是臺灣千萬人的寫照。也只有少數的家庭，父母了解聯考對子女有不好的影響，不以考試的成績來判斷子女的價值。但在一般家庭中，受到整個社會風氣的影響，父母常用此方式要求和判斷子女。有些父母對子女的喜、怒、哀、樂，完全視他

考試的成績而定。當一個人考了六十分，他父母希望他考八十分；當他努力考到八十分時，他父母希望他考一百分。在這種狀況長大的孩子，對他自我的評價，永遠得不到真實的肯定。今日有許多父母，只知道用督促和責斥的方式要求子女；却很少給予讚美和肯定。即使給子女一個肯定，也是有條件的。這種態度讓子女感覺他們永不能滿足父母的願望，無法在父母眼中成爲一個可愛而有價值的人。所以，多年來社會和家庭的壓力，常帶給青年人自卑和自責。

多年前，我曾擔任臺大天主教同學會的輔導司鐸。由我的經驗中，也證實上面所說的情形。按我個人的經驗，臺大同學普遍都有自卑的現象。雖然他們是以第一志願考取，但仍不能消除在升學過程中，社會和家庭帶來的束縛和壓力。這是多麼可悲的一件事！目前的教育制度，並非那麼容易改善；每年仍產生不少有強烈自卑感的青年。其實，這對整個社會的心理衛生，確實是很大的威脅。內心治癒祈禱只能幫助少數求禱者，如何使更多的人在這方面受益，也是我常常思慮的問題。

挫折和失敗常會給正在成長的人，帶來很大的打擊，讓這人失去信心和自尊。可是，在這個競爭激烈的社會中，不僅聯考制度會傷害人，在其他競爭中，也帶給人很不

好的傷害。以下就是一個具體的例子：

【個案三】

有個年青人告訴我，他的心量狹窄，每當別人比自己更好或更有成就的時候，他就無法忍受，甚至設法貶抑和打擊別人。他明知道這是不對的，但他絲毫沒有辦法擺脫這種心理反應，也常為此懊惱不已，因而自責。後來，我問他導致這種態度的根源何在。他想到以前在學校的時候，他很喜愛運動，常參加比賽；但選手相互競爭很激烈。在幾次重要比賽時，他落選了。這種挫折和失敗，帶給他很大的打擊，他也非常難過，無法真實的接受自己。他離開學校後，這種心態仍然保持，他自己受了許多折磨，也傷害了其他的人。

過後，我請耶穌帶他回到以前運動比賽的地方，首先，他看到的是一次重要的選拔賽，落選後，他感到十分氣餒，站在一旁。這時，耶穌走近他，也鼓勵、安慰他。幾分鐘後，他說：「現在，我比較容易欣賞別人的成就了。」然後，耶穌又帶他進到現在具體生活和別人競爭的情況中，在耶穌的引導下，他慢慢覺得心情放鬆了，不再視競爭對

象爲敵人，而願以一種心平氣和的方式，來盡好自己的責任。

死亡是生命不可避免的事實。但如果一個人在稚齡即遭近親的死亡，會給他帶來一些陰影。下面就是二個例子。

【個案四】

有位大學生，他回到嬰孩期的記憶，然後，耶穌也進到這個記憶中。他在耶穌照顧下，漸漸長大。他在兩歲時，他看到耶穌抱着他，從房裏往外走，到了大門口，有一個墓碑擋在前面，他們無法出去。隨即，我就問他在兩歲時，家裏是否有人去世，他說叔叔。這時我帶他作了一個祈禱，把叔叔死亡的事件，交託在耶穌手中，並且因耶穌基督之名棄絕由這個事件所帶來一切心理上的陰影；並請耶穌釋放他，使他得到內心的自由。同時，我爲他作了一個切斷的祈禱。最後，他就看見耶穌抱他走出去了。

一般來講，當記憶不斷地浮現時，耶穌通常主動地消除受傷經驗所帶來的束縛。但有時候，記憶回來時，呈現一種僵化的狀態，需要經由祈禱，才能順利進行。關於後者爲何如此，我還沒有一個很好的解釋；我認爲這可能與求禱者當時的心情有關係。由於

這種情況變化多端，我尚未仔細追究僵化根源所在。所以，現在我無法下定論。

【個案五】

有位小姐告訴我，小時候她常與表妹一起洗澡。但不巧，有一次瓦斯漏氣，她們不知道，只覺得頭昏。她對表妹說：「我要出去。」於是，一個人就離開了浴室，一到門口，她就昏了過去。可是，表妹却死於浴缸內。她爲這事一直有很深的內疚，不能寬恕自己。同時，對表妹的死，內心也被一種陰影籠罩。

當我請她回到原始記憶時，並請耶穌進到這個記憶中。於是，她看到自己被家人扶起來，加以急救。過了一會兒，她看到耶穌把她表妹從浴室中帶出來。對她說：「現在我先把妳表妹帶走。妳還要在世界上多停留一個時期。」於是，耶穌帶著表妹匆匆離去。

因而，她對她表妹死的看法有了一層新的意義，消除了她對死亡的恐懼；同時，她對表妹的死，再也沒有內疚了。

以上只是少數人的經驗，但却有一些代表性，可以作爲解決困難的參照。希望能引起讀者的共鳴。

拾壹、治癒婚姻關係——兼論中國男性

特有的問題

我在讀神學院時，曾上過婚姻輔導方面的課程。教授在開始的第一堂課所講的話，給我極深的印象。他說：「婚姻的問題，主要在於夫婦兩人人格的成熟。」以後，我幫助夫婦婚姻方面問題的時候，儘量先幫助雙方人格的成長或醫治他們心理的創傷。除非雙方都有相當平穩的心理，否則，著手醫治夫婦的關係，是相當困難的。

幾年來，我所接觸的大半是大學生或剛畢業的社會青年。與已婚者的來往，實在不多，而為已婚夫婦作心靈的治癒，更少。但我還是分二部份來分享我個人的一點經驗。

一、為即將走上地毯上另一端的未婚夫婦祈禱

二、為已婚夫婦祈禱

一、爲即將走上地毯上另一端的未婚夫婦祈禱

我認識不少社會青年中，在決定結婚時，多半請我作證婚人。因此，往往我藉着這個良機，幫助他們預備進入婚姻生活。不論雙方是否都是教友，在可能的範圍內，我都設法給有信仰的一方作心靈的醫治。其實，這種內心的醫治與平常來的求禱者所做的沒有大的差別。如果雙方同意我在爲一方作心靈治癒祈禱的時候，希望另一位也在場。當然，這可增加彼此的認識。但我會完全尊重雙方的意見。若一方不願意對方在場，我還有補救之法，就是先個別作心靈的治癒，然後，再請他們一起作醫治彼此關係的祈禱。

在爲他們作預備祈禱時，我會請求禱者先棄絕和切斷與對方已有的不正常生理、心理和精神的連繫。如果雙方已有性行爲，必須在耶穌面前認罪。實際上，在隨後的祈禱中，他們也會體認這種行爲實在帶給彼此不好的影響和傷害；也阻礙了和耶穌的關係。我趁機常鼓勵未婚夫婦婚前不要再有性行爲。婚後，這種關係是蒙主祝福的，他們可以坦然去做。

二、爲已婚夫婦祈禱

在現代社會中夫婦彼此都是教友的，實在非常之少。我想這也是構成婚姻問題之一。有時候，當一位教友的婚姻發生問題時，他常願求助於神父，但對方却不肯前來，因此，神父成了「一廂情願」的婚姻輔導；幫助起來有比較多的困難，而且效果不大。由於女教友的比率比男教友高得多，所以，在這種信仰混合婚姻的家庭中，每當婚姻有問題而主要責任在男方的時候，在解決上就有困難。在這種情形中，若求禱者（求助者）是女方，我僅能在可能的範圍中，爲她作心靈的醫治；但却不能調整夫婦關係。因此，她外在客觀的環境，得不到很大的幫助和改善。但她的心理上能有更大的力量面對自己；我也求耶穌派遣聖神給她特別的智慧和力量，來面對自己實際的困難。其他的我們只有交給耶穌了。

有許多太太領受心靈醫治祈禱後，往往提出一個問題：到底我要如何爲我先生祈禱。平常我會給她下列幾項勸告：

1. 把自己和在婚姻上的困難，交在耶穌手中。

2. 以耶穌基督之名，束縛在婚姻生活中邪惡的勢力（不論來自人或黑暗勢力）。

3. 求耶穌派遣聖神到雙方身上，按祂的旨意隨意工作。

4. 在生活中，多讚美、感謝天主。

第四點，許多教友往往不易了解。因為在再三再四的祈禱中，平常我們所注視的焦點，只是困難的本身。其結果是讓固難所造成的陰影，把我們整個人籠罩住，使人不易跟耶穌交往，也不容易汲取所需要的智慧和力量。如果以一種讚美、感謝的心情來感謝耶穌基督的仁慈，全能和無限的智慧，然後，把婚姻的困難交託在祂手中，我們的心情一定會有所變化。因為這種困難，往往使人無能為力，若以讚美、感謝和發信德的方
式，是表示我們相信在這樣的困難中，只有仁慈大能的耶穌，才能施行拯救。以讚美、感謝所作的祈禱，往往比不斷地求的祈禱來得更有力，也更為耶穌所悅納。往往耶穌會對求禱者說：「平安回去吧！你的信德救了你。」

正如以上所述，當婚姻有問題時，求助者常是女方。即使困難是出於男方，他也會拒絕和女方一起來見神父。這不只發生在有信仰和家庭中，在沒有任何信仰的人中也有此現象。最近幾年來，我與華明心理輔導中心工作人員相當熟，也曾探詢過他們，為無

信仰者所作的婚姻輔導中，是否會碰到同樣的困難。他們的答案是肯定的。因此，我對爲何造成這種現象的原因，發生了興趣。從我的經驗和與別人的交談，以及思索反省的結果，我願寫一點中國男性所特有的問題。這不是學術的研究，只算是牧靈經驗談。

要了解中國男性所特有的問題，也許應先從中國家庭的結構談起。中國社會脫離封建制度並不太久；所以，家庭結構仍受傳統封建社會的影響。在中國大多數家庭中，父親至高無上。在一個特定的家庭中，所有的權力是有限的，假使父親的權力太大，相對的子女權力就很小。在中國一般家庭中，實際上也是如此。雖然，父母愛子女，供給他們衣食住行和各種教育，但子女在家中，並沒有真正的權力和地位。從小的時候開始，就常會聽到父母說：「小孩子，你懂什麼，聽大人的。」即使慢慢長大，小孩子有了獨立思考的能力，但父母却不讓孩子自己去思考、作決定。我見過一個女孩子，她到了高中畢業，一切的衣服都由母親購買。至於孩子以後要讀什麼學校、選擇什麼科系，更由父母按自己的觀點決定，不顧子女的興趣。以上這種情形，阻止子女的自我成長和發展，也使他們在人格上，很不容易成熟。

另一方面，中國人傳統重視孝順父母，這本來是一種美德。但有時太過份了，反使

子女造成極大的傷害。中國人強調孝是以「順」來表示，是對父母絕對服從，甚至造出了像「天下無不是的父母」這種極大的謊言，使父母的權威，提高到跟神一樣的地位。其後果是子女如果不順從，就產生很大的罪惡感。其實，這種態度反使子女受到傷害，真是禍延子孫。

在第玖章中，我曾提過因為在傳統家庭中，大半是嚴父慈母。父親即使愛子女，也不可隨使用情感來表現；否則，似乎有損男性形象。因此，子女很不容易體會父親愛他；在與父親的關係中，也不能得到他人格的肯定。這也是子女自卑感最大的來源。而自卑感的學生兄弟，就是人的驕傲與要面子。

除家庭權力結構的因素外，在臺灣更加上聯考制度，對成長過程中的子女心理上所造成的影響，至為深遠。一般講來，對男孩的影響較女孩更壞。因為男性在婚後，要作一家之主；所以，他比女孩更需要有獨立的人格及思考和判斷的能力。簡言之，男孩的獨立人格要漸漸地培養，其中青春期是一個重要的過渡期。男孩在青春期時，需要有一個所謂的「反叛時期」。這時候，為表現他是一個有獨立思考和判斷能力的人，他對以前生活中的權威，特別是父母和老師，表現出有一種反叛行為。其重點並不在於他們對不

對，而是爲顯示他不再需要在一切事上順從他們，並肯定自己是一個獨立自主的人。如果父母能了解女子有這種情形，可以幫助一個青春期的男孩在這方面的發展；不會再使他某些行爲的過於怪異，而予以壓制。可是，在聯考制度下，男孩的青春期，也正是功課壓力最大的時候。他最好做個乖乖的孩子，否則就無法考取理想的學校；也不能在現有的教育制度中，順利前進。因此，許多男孩的個性就缺乏獨立自主的力量。

以下我要說明，在這種家庭和教育背景下長大的孩子，成年後，受到的影響是什麼。

男孩在家中缺乏權力，而權力却是人的第二強烈的慾望（僅次於性慾）。因此，在潛意識中，他羨慕家中最有權力的人，那就是父親。他渴望長大後，做個像父親一般有權力的人。等他長大成人後，在可能的範圍內，不論在家中或以外，都儘量想辦法奪取權力，來表示自己的偉大。不過，在某一個特定的組織中（無論是家庭、機關、公司或整個的社會中），其權力總是有有限的。如果一個人攫取很大的權力，其他組成份子的權力就相形減退。這種奪取權力來肯定自己地位所造成的後果，第一當然是爭權奪利，相互不合作。因爲如果我跟你合作，一方面是增強你的權力；另一方面表示我向你低頭，

這太有失面子了。第二是媚上欺下，如果一個人無法以強力奪取權力的話，那麼，只有一方面媚上，獲得有權者的歡心；另一方面是欺下，表示自己是有權者。所以，在中國社會中，流行的一句話「不怕官，只怕管。」假若一個人在管一件事，就表示這人對此事有權力。有時，他故意表現這一點，故意找人麻煩，使人向他的權限低頭。這實在是他的權力慾在作祟。

在工商業社會中，因着以上種種因素，造成的結果是情願自己當一個小公司的老闆，不願在大公司當夥計。大公司的老闆，也是由這種環境中長大的，所以，他很喜歡弄權，因而疏忽自己屬下人格的尊嚴。此外，為顯示自己的成就和地位，他不把應得的權力、酬勞、利益和光榮，合理的分配給屬下。凡自己所賺的錢，只供自己使用；對社會公益事業不予捐助。因此，許多男人當然不願意仰人鼻息，情願自己作個小老闆，顯示一些老闆的威風。這種心態擴展到整個社會中，就形成了中國人好似一盤散沙，不能互相合作。

在家庭中，缺乏表達愛的肯定，是一個自卑感最大的來源之一；再加上現行教育制度所加上的自卑感，更是變本加厲了。男性受到自卑感的趨勢，在社會中有許多不正常

的表現，其中，最大的要算虛假的面子了。他爲獲得別人表面上的讚許和肯定，並掩蓋自己無法去除的自卑，許多人不惜犧牲任何代價，形成了死要面子活受罪的情形，真是可怕。這種爲面子而自我虐待，就是那無法去除的自卑感，給人生命帶來極大的束縛和桎梏。即使在夫婦關係中，這種要面子的心理，也不能完全除去。因此，造成夫婦間有很大的困難和隔閡。

另一種表現就是，以一種外在的事業成就，來掩飾自己內心無法去除的自卑感。所以，在家庭和事業利益間的取捨中，男人常置家庭於不顧。我聽過許多太太，抱怨先生的事業心太重，除了回家睡覺外，其他什麼都不顧。這是因爲男人事業愈成功，其權力愈大，也愈能給自己一種外在的滿足；這却使他更無勇氣和力量面對遠比外在成就醜陋的真實自我。總之，人在成長過程中，所必須面對的就是他真實的自我。所以，有時男人處理外在事業，比面對與妻子的愛情關係，要容易的多。因而，在家庭和事業中，常常只有讓家庭受損了。

一個男人在事業有所成就後，他能在外面花天酒地，甚至有情婦，這也是安撫自己自卑感的方法之一，因爲這是有權力的表現。中國古代的男性，常在做了官之後，就

討三妻四妾，這是理所當然的事。而這種陰影也在現代男性身上出現。

有相當自卑感的人，當然不願求助他人，因為這實在太丟面子了。有許多男人在極大困難和痛苦中，寧願自己煎熬，不願坦白承認自己需要幫助，使家庭問題得到正常的解決。

以上所說，是對中國男性心態很基本的一面所作一般性的描述。每一位具體的人，所受影響的方式和程度，則要看他個人的家庭和教育背景而決定。但很少人能逃避這種一般性的影響。

我也是生長在中國環境薰陶下的男性。在我家庭中，有一點是特別值得感謝我父親的，就是他在我們幼時，就培養我們思考和判斷的能力，並尊重我們所作的決定。當我大學畢業服完兵役後，我體會到自己有聖召，決定要進入修會。我父親本着他一貫原則，尊重我個人的抉擇，沒有對我作任何的阻難，甚至給我極大的鼓勵。

但我仍是生長在中國社會中的男人，某些中國男性所有的困難，多少會受到影響。因此，我在與自卑感掙扎的過程中，也受過相當大的痛苦。從我個人的經驗來說，只有接受耶穌無條件的愛，才真正肯定了我的自尊，使我慢慢敢面對真正的自我；而讓我的

自卑感，在耶穌的愛內慢慢減退，使它不再成爲控制我生活的桎梏。如此，能得到這種內心比較完全的自由，這不是一天、一個月，也不是一年，而是十幾年奮鬥的成果。感謝讚美天主，因爲耶穌真是人生命唯一的救主。當耶穌使我自由時，我才真正自由了；不再做別人意見或自己慾望的奴隸了。

我作心靈治癒祈禱的經驗中，男性最常問的問題是：「神父，我可以爲自己作這種祈禱嗎？」這充份表現了以上我所說的中國男性的心態——不願求助他人。我的回答是：「完全看你受傷的程度而定。心靈的創傷類似身體的疾病，有些病你可找點藥吃，或休息一下就會好；但有些病非要去醫醫生不可；另外還有些病，一定要找某一科專家，才能真正解決問題。如果一個人心靈受傷的程度很淺，他可以作重溫舊事的祈禱，就會得到很大的幫助。但如果一個心靈受傷到某種程度的人，他必須請有經驗的人爲他作治癒祈禱，才益見效。

我們和耶穌的交往，是很重要的，但並非一切恩惠都由直接交往中賜給人；耶穌願意人彼此幫助。天主的愛常藉另一人進入我們的生命中。例如，沒有人傳福音，我們怎麼會信，又怎麼能和耶穌交往呢？假如有人抱着一切的問題，只願與耶穌直接解決，而

不願向任何人求助的話，有時他根本得不到耶穌任何的幫助。倘使一個人根本不懂適當地接受別人的愛，也不懂得真正把愛給予別人，他和耶穌的關係也受到嚴重的影響。在一個真實愛的接受和給予中，包含着一種極深的謙遜，而這是中國男性所缺乏的。

由我個人的經驗中來看，除非中國男性能接受耶穌基督的福音，在耶穌的愛內得到肯定，並讓耶穌的價值觀深入進到自己生命中，來代替自己原有的價值觀，否則，中國男性很不容易從家庭和社會所造成的束縛中釋放出來，而這却是耶穌所要作的釋放工程。所以，向男性傳福音是很重要的工作之一。

以上是我個人對這個問題所有的看法和感受。我不敢說是絕對正確的，也許會有些誇大和差錯之處。但我認為也有某些基本的真理。在這點上，我很希望得到讀者的反應回饋。

今日社會中，婚姻和家庭問題越來越多。為夫婦作心靈治療祈禱是一片很廣大的園地，等待有更多人嘗試研究，找出更有效的方式來促進信友家庭生活的幸福。

拾貳、醫治過程的變化

上面幾章介紹的醫治過程，就是祈禱者幫助求禱者回到他過去生命的記憶中——從母胎期直到現在——請耶穌進到這些記憶中，治癒一切受傷的記憶。一般來說，求禱者請耶穌進到母胎期或嬰孩期的記憶，耶穌就會慢慢陪伴他長大，而且也會讓那些受傷的記憶浮現出來；耶穌也會出現在這樣的記憶中，主動醫治求禱者的創傷。不過，除一般的過程外，還有其他的變化。在本章內，我要敘述一些可能變化的情形，供讀者參考。

一個最常見的變化就是，求禱者腦中出現的不是過去的記憶，而是具有象徵性的圖像。例如，有一次，我為求禱者作好準備階段的祈禱後，請他回到現在的住所，而他所看到的是自己在一個非常美麗的海邊漫步，但這個海邊他從未去過。

碰到了這種情況，祈禱者就應與求禱者交談一下，詢問他現在的情況或過去的經歷

與這個圖像有什麼連繫？當這象徵出現時，他有何感受？如果求禱者能說出這個象徵意義，那麼，就按這個圖像所指示的問題或情況向耶穌祈禱；也請耶穌進到這個象徵圖像中。假使求禱者不能解釋它，就請耶穌派遣聖神，顯示這個圖像到底有何意義，然後，再進行祈禱。

這種象徵圖像的出現，並不限於祈禱的開始。有時候，求禱者開始有記憶出現時，就忽然變成一種象徵的圖像；但過了一會兒，又回到實際的記憶中。爲使讀者清楚起見，我舉六個個案來說明。

【個案一】

有個人在接受治癒祈禱中，當耶穌進到他嬰孩期的記憶時，他看到耶穌抱他、撫慰他，然後，看到自己慢慢長成一個會走路的孩子。這時，耶穌牽着他的手，走在路上。每隔幾十秒鐘，他就長大。起先，他穿幼稚園的衣服；過了一下，他穿小學生的制服；一會兒後，他穿着中學制服。在這個變化中，耶穌一直牽着他的手，在路上慢慢走着。等着高中畢業後，才有具體的記憶浮現。

這種象徵圖像十分簡明。這表示耶穌陪伴他，再一次走過他重要成長的階段。平常求禱者會體會到自己內心很平安和舒暢，並感受耶穌的愛滋潤了他成長的階段。

【個案二】

有個生下來即非常內向的小孩，由於過份內向，因此，對別人的反應相當敏感。他根本怯於與人來往，而別人的一言一行，都使他感到了芒刺在身。爲他作完預備祈禱後，請他回到小時的記憶中。首先，他看到自己嬰孩期的記憶。等到他學走路時，耶穌就牽着他的手往前走，而他所看到的只是耶穌和自己的背影，這個景象就停止不前，而且移到他腦中圖像的左上角。然後，畫面其餘部份出現的是他從前被人刺傷的記憶，一個個浮現出來，但也馬上消失。這種情形前後歷時四十分鐘，好像把他從小到大的記憶整個的清理了一遍。他心理頓時如釋重負。從此以後，他不再怕懼和人的來往。

【個案三】

有個男孩在治癒祈禱的初期，出現的是一些真實生活的記憶。但到了初中，他看到

耶穌領他進入一個山洞，忽然，一種好像霧的東西在他四周，使他不能看清自己的下半身；而在他旁的耶穌，也只能看清楚一個頭。

他無法把這個圖像與他具體生活記憶相連。但顯然地，在他生命這段時期中，似乎有不好的事情發生。於是，我領他作了一個祈禱：

耶穌，我感謝祢，以可見的方式來到我過去生命中，並陪伴我走生命的道路。

耶穌，我在這段生命中，似乎有不好的事發生，雖然，我不知究竟發生了什麼。耶穌，祢是世界的光，請以祢的光驅散我生命中的黑暗，讓我重新能看到自己，也更能認識祢。耶穌，請繼續引領我、陪伴我，並和我一起經歷生命的過程，使我得到心靈的醫治。耶穌，我讚美祢，感謝祢。

作完這個祈禱後，忽然他看到黑暗盡消，走出山洞，到一個廣濶的平原，這時，耶穌與他在一起。

凡碰到這一類不好的象徵出現，祈禱者應立刻求耶穌讓求禱者明瞭，這種不好到底從何而來。一旦清楚後，就針對問題的根源作祈禱，或作棄絕和切斷的祈禱，使治癒的過程能延續下去。

另一種不同的變化，就是耶穌進到求禱者的記憶中，但求禱者看見耶穌像石膏一樣，呆立不動。按我過去的經驗，產生這種情形的原因，主要有兩類：一是求禱者的信仰薄弱，對耶穌的認識很僵硬。針對這種情形，祈禱者應求耶穌派遣聖神，加深求禱者的信仰，使它更具有活力。這時，祈禱者可以覆手在求禱者的頭上，並以舌音歌唱（或唱靈歌），這會增加求禱者內心的力量，使整個圖像重新活起來。

第二類原因，顯示求禱者記憶浮現的那段時期，生命非常軟弱，心理也沒有力量。同樣，祈禱者可用上面所說的方法，來幫助求禱者內心力量增多，並與耶穌有一個活生生的關係。

有些人第一次作治癒祈禱時，已有多年脫離教會了。這些人的信德模糊不清，跟耶穌的關係也很脆弱。此外，由於他們生命中，發生許多亂七八糟的事，內心相當混亂。這一類求禱者，即使平常作了預備階段的祈禱，再回到過去生命中，請耶穌來時，耶穌常常不來。在這樣的情形下，祈禱者就可採用「心靈的治癒」一書中所介紹的，靜默覆手祈禱，讓求禱者記憶浮現出來。祈禱者應先幫助他清除生命中許多重大的罪過和障礙，在這種情形下，耶穌往往按一個主題去清理他內心的污穢。例如，出現的記憶是他

和父親的關係，或是他過去曾和異性有過不好的關係……。在祈禱中，耶穌先把這人從小到大的這方面不好的經驗，重新清理；以後，求禱者再回到具體記憶中，耶穌才進到他的記憶，並醫治求禱者其他方面的創傷。祈禱者為應付種種的變化，並針對求禱者的需要而幫助他，是非常需要天主聖神的引領。所以，每逢求禱者有阻礙、困難，或在祈禱過程中有變化時，祈禱者當要請耶穌派遣聖神來啟發和引導。如此，才使整個治癒過程，能順利發展下去。由於這種變化多，不是現在寫幾個例子，就可完全清楚說明的。祈禱的成功與否，視祈禱者和耶穌的關係，以及他受聖神領導的程度，有很大的相關性。祈禱者必須在具體治癒經驗中，不斷地摸索學習，才能更有效地幫助別人。

有些人，在生命過程中受傷實在太多，無法一次祈禱就能完全治癒。一般而言，心靈醫治的祈禱，一次可以從一個半小時直到三個小時為止；這完全要看求禱者心靈的狀況而定。有些心靈創傷多的人，往往一個半小時祈禱後，就會感到勞累。假使這時祈禱恰好到了一個段落，最好休息一下；不要勉強進行下去。因為求禱者很疲勞的時候，治癒祈禱往往事倍功半，沒有很大的好處。

有時候，治癒祈禱進行到某個階段，求禱者的一些創傷已被治癒，但他內心感到軟

弱無力。這時，幫助他最好的方法不是繼續祈禱，而是求禱者什麼也不要做；祈禱者以靜默覆手，或靜觀，或唱靈歌的方式爲他祈禱。如此作法最好在半小時以上。一般講來，求禱者只有極少記憶出現，但內心的平靜會加深。我稱它是一種加強內心力量的祈禱。我認爲，心靈治療祈禱與加強內心力量的祈禱，有時應交互進行，直到求禱者心靈的創傷，完全被醫治爲止。每次祈禱後，也應有數天的間隔，讓求禱者有一個喘息的機會。在我個人的經驗中，除了極少數嚴重的個案外，治療祈禱很少會超過四、五次的。有些人已作過相當深度心靈醫治的祈禱，但現在又發生一些具體的困難，希望再一次作治療祈禱。此時，祈禱者可以直接處理他現有的困難。下面就是幾個例子。

【個案四】

有位已婚而年青的職業婦女，我曾爲她作過心靈治療祈禱，但現在的工作使她常緊張，且錯誤百出，這使她十分懊惱。因爲她每次出錯，就會影響別人的工作；以致同事對她頗有繁言。這時，她再一次請我爲她祈禱。我就請她回到現在的辦公室，然後請耶穌進到她的辦公室。她看到耶穌走近她的辦公桌，把手放在她頭上，給她所需要的安慰。

和力量。由於工作上，她和幾位同事處得不太好，她也看見耶穌領她走近與她曾有摩擦的同事前，讓他們和好。整個祈禱歷程還不到十五分鐘。

隔一天，她打電話來說，她的心情完全改變，和同事來往也比較輕鬆自然了。一個月後，她清楚向我肯定，以前在辦公室碰到的困難，現在已不復存在了。

【個案五】

有個二十多歲的男孩請我為他祈禱。因為他聯考二次落榜，目前又在準備聯考，因此，他的心情十分緊張。這時，我請他回到現在的家裏，他看到自己正在讀書。我再請耶穌進到他房間，可是他說：「奇怪，我看到耶穌在種花。」我也大惑不解，就求耶穌讓他明白其意義為何。突然，我有個靈感，就對求禱者說：「你是否日以繼夜，毫不休息的讀書。耶穌在種花就是要你和耶穌一起種花。這表示你應在預備考試的生活上，應有一點調劑。整天不斷唸書，反使讀書效率減低，心情也緊張，所以，事倍功半。」求禱者馬上體會這就是耶穌給他的訊息。於是，就平安回去了。

在祈禱過程中的變化，實非人所能預測。上述的各種變化，有時還容易找出原由，

並能針對問題來處理。但在某種情況下，却不易發現問題的癥結，使人一直受到困擾。以下就是一個特別的例子。

【個案六】

有一位三十多歲的女性，她父親是個不懂得表達愛的人，她從未體會自己是父親的女兒。她母親的情形比較好些，但她和母親的關係，也很平淡。所以，在她很小的時候，就形成一個封閉的人。直到她成年後，由於聽了一些演講的衝擊，覺得她應開始打破封閉的心靈。於是，她就求助於一位輔導。逐漸地，她學習如何與人交往。可是，她進入社會工作時，性格還是很孤癖。後來，她常常祈禱，才比較能與人有較深的關係；但在人際來往上，仍有許多困難。

她聽說我可藉着祈禱治癒人心靈的創傷，就來找我。在具體祈禱過程中，她無法回到母胎中。當她回到初生嬰孩期的記憶時，耶穌向她走來，她以一種憤怒的態度對耶穌，不肯讓耶穌碰她。我為她作了幾次棄絕和切斷與父母不好的聯繫，却沒有什麼幫助。這時，我就放棄治癒她嬰孩期的傷害，再請耶穌進到她長大後的記憶。的確，耶穌

來治好她一些受傷的記憶。但每當她回到嬰孩期的記憶時，她的反應照常不肯讓耶穌碰她。我感到非常困惑，就再三請耶穌派遣聖神來指引我們，並了解其困難的根源，但都不得其門而入。

第四次爲她祈禱後，再請耶穌來時，忽然，我有一靈感，就說：「假如因着祖先的罪，經由遺傳而束縛她，就要求耶穌解除從祖先來的束縛。」正在此時，她看到幾個老人，以憤怒的面孔朝向她；而這些人她一個也不認識。但和祈禱所用的詞句配合起來，出現的面孔一定是她的祖先。於是，我們祈求耶穌派遣聖神來引領我們分辨，才確定這些人是她父親的祖先。而他們曾詛咒自己的子孫，這種詛咒的力量經由遺傳到她身上。這時，我請求禱者寬恕她父親的祖先，但她內心好像無法寬恕他們。後來，我只得停止祈禱。請她先回去，在以後祈禱中再請耶穌來幫助她，賜給她足夠的力量。

過了兩個月，她來表明她願意寬恕她父親的祖先。我就帶她作了一個寬恕的祈禱，以及棄絕和切斷祖先詛咒的祈禱。此後，我再請她回到嬰孩期的記憶時，並請耶穌進來；這時，她不再對耶穌表示憤怒了，但仍不讓耶穌抱她。突然，我就請聖母進來，讓聖母來抱她；嬰孩接受了。當她在聖母懷中時，對耶穌也緩和多了。這樣停留了十幾分

鐘，就結束了祈禱。

在以後幾次的祈禱中，她又跨前了一步。她看到自己是二、三歲的小孩，而耶穌也是小孩，與她一塊玩耍。這使她開始相信自己可與耶穌接近。但這次祈禱歷時二十幾分鐘，無法再深入了。再過兩個星期，她又來了。這次她回到幼年期的記憶時，她和耶穌的關係已大為改善；可與耶穌自然來往。其實，她每日的祈禱，和耶穌的關係顯著有變化；她在人際關係上，特別是與異性的關係，也有極大的改善。我為她共作十多次治療的祈禱，歷時一年多，而她也逐漸恢復了一個正常女性的生活。

在從事心靈的醫治工作中，這不是我第一次碰到來自祖先不好的影響，但這是非常嚴重的一次。由於這些經驗，以後我在第二階段的預備中，加上了清除與祖先不好牽連的祈禱。如果從祖先而來的影響不深的話，那麼，預備階段的祈禱足以去除這些不好的牽連；可是，如果與祖先關連太深的話，就必須針對個別的狀況，才能慢慢地清除它。

由這些經驗，我才更了解古經的一段話：「上主由他（梅瑟）面前經過時，大聲喊說：『雅威，雅威是慈悲寬仁的天主，緩於發怒，富於慈愛忠誠，對萬德的人保持仁愛，寬赦過犯、罪行和罪過，但是絕不豁免懲罰，父親的過犯向子孫追討，直到三代四

代。』」（出三十四 6、7）古經的這種說法，實在是按猶太人的思想方式寫成的。他們不論事情的來源為何，都把它歸因於天主。實際上，這段經文所要表達的訊息是：人類罪惡的集體關連性。許多祖先的罪所造成心理和精神的狀態，也經由血統的遺傳到達子孫身上。這和中國傳統的思想，也是相合的。祖宗積德，子孫就將享福；可是，祖先作惡，子孫就要得到報應。

另一項必須面對的事實，是大約有百分之五的求禱者（按我個人的經驗而言），對心靈治癒祈禱毫無反應，也沒有得到治癒。現在，我願意列舉阻止人得到心靈治癒的重要原因。

1. 缺乏信德——不相信天主是愛人的天主，或不信耶穌基督是降生成人的天主，不相信耶穌苦難、死亡和復活的救恩性……等等。這種缺乏信德，基本上使天主和耶穌基督的愛，沒有辦法進到這人的生命，因此，當然無法產生醫治。

2. 不相信天主寬恕了他的罪——有些人雖然相信天主的確在耶穌基督內寬恕了人的罪；但却不真正相信天主寬恕了他的罪。這種人大半有很深的自責，不肯寬恕自己，因此，使天主的愛不能進到他內。

3. 不肯寬恕別人的罪——關於這一點，在「心靈的治癒」一書和本書中，已再三解釋了。

4. 對痛苦的態度有些偏差——有些人把自己受的苦，不管其來源如何，都認為是天主的懲罰。有時，把別人所造成的傷害，歸罪在天主身上，於是充滿了對天主的憤恨和抱怨，使天主的愛無法進來。有些人在潛意識中，不願得到醫治，因為有些內心的痛苦，他可藉着訴苦獲得同情；而這正是他現在所需要的，因而不願意被耶穌治好。

5. 沒有真心悔改——例如，不願放棄某些與迷信行為的關連；不願把有關迷信的書燒掉；不願斷絕與異性不正常的關係……等等。

6. 沒有針對問題的癥結祈禱——沒有找出心靈創傷真正的根源，並針對實際的困難祈禱。

7. 心理的習慣不好——有些人習慣過份壓抑，他根本無法對天主開放。還有人喜歡用合理化，把過去受傷的經驗僵化了。這並不是真正的治癒，正如肌肉受了傷，硬化了一樣。雖然，這人沒有開放性的創傷，但運作起來，仍不能自如。

8. 對祈禱者不够信任，因此無法開放，以致不能得到較深的幫助——這時，必須找

另一位可以信託的人，請他幫助祈禱。

9. 周圍環境惡劣——雖然在祈禱中，求禱者得到某種程度的治癒，但回到現實生活中，環境對他毫無幫助。他每天重新又受到傷害，使治癒的效果很快地消失。

以上所例舉的原因，我願作兩點說明：

1. 這些困難是針對治癒祈禱而言，其中有些困難阻止心靈治癒的效果，但並不一定阻止身體治癒的發生。

2. 以上有些困難，如果經過個人的反省、沈思、閱讀、交談、或加以改正，除去了這些阻礙的原因，治癒祈禱照樣可以進行，並產生效果。

拾叁、聖事與心靈治癒

天主教的七件聖事中，有四件與治癒有關。這四件聖事就是聖洗聖事、和好聖事、聖體聖事以及病人傅油聖事。其中以和好聖事和聖體聖事與心靈的治癒密切有關，現在我願意作個簡單的討論。

和好聖事是赦免人在領洗後所犯的各種罪過，使人不但與天主和好，並也與教會中的兄弟姊妹和好。

罪造成最基本的傷害，就是關係的破裂。不論我得罪天主或得罪他人，都使天主和人的關係受到損傷，甚至破裂。同時，按犯罪的性質，也會在別人和自己身上產生罪惡的後果。例如，我拿一把刀，刺傷別人，我不但和他的關係破裂，也使他身體受到傷害。又如，我偷別人的錢，不但我們的關係有了裂痕，並使他受到財務上的損失。

當我痛悔自己的罪，向天主或別人請求寬恕時，即使我得到天主和別人的寬恕，使人和天主、人和人的關係重新恢復了，但，罪惡造成的後果，並不立刻因悔改、寬恕、和好的行爲，而得到補償。就如在上段所舉的例子中，人的悔罪並不能立刻使別人的刀傷或財務損失恢復。一個人犯罪，也會使自己心理和精神受傷和扭曲。這種後果，不因人的悔改而蒙寬恕，就立刻消除。

耶穌建立和好聖事，其主要效果是恢復天人之間和人際的關係，一個悔改的罪人，藉着和好聖事，蒙天主寬恕。他和天主的關係，重新建立起來，使耶穌基督寬恕的愛進來，在他生命中產生治癒的效果。但，任何一種關係，都不能用機械和形式化的方式得到建立。一個人在和好聖事中，所得到實際上在和好聖事中，所得到實際恩寵與個人領受聖事的態度、信德、愛德、真誠的痛悔，有極大的關連。

從一些人際關係的具體經歷，也許可幫助我們較深刻了解這一點。當我得罪一個人後，我後悔並請他寬恕，願與他和解。有時，我這樣做是出於外在形式所逼，並非真心願意與他和解。即使我表面上向他道歉，我和他實質的關係，仍很疏遠；不可能有深刻的交往，更無所謂有愛情關係。同樣地，有人用形式化的態度來領受和好聖事，他內心

並沒有真誠痛悔，雖然藉聖事使他的罪已蒙寬恕，但他和天主的關係，仍非常疏離，並不能讓他真切體會天主對他的愛。這是因為他的心態並不真正接受天主對他的愛。

另一種情形下，當我傷害了別人，並真誠痛悔、道歉、和解，事後反與被傷害者成了好朋友，這就是中國俗稱的「不打不相識」。雖然，這個比喻並不恰當，但它多少可幫助人了解，每個人在領受和好聖事後，所得的效果不盡相同。

和好聖事為使人產生較深的效果，聽告司鐸和告罪者雙方，必須有正確的態度。一般而言，在告解亭內按習慣所作的方式，很容易流於形式化。目前，新和好聖事的禮儀，許可來告解者與聽告司鐸面對面的坐着，有一個較深刻的交談；在這種方式下，比較容易產生深度治癒的效果。

悔罪者應以列舉一些罪名為滿足，應願意與聽告司鐸較深入地討論自己內心的狀態，並找出犯罪的根源何在。聽告司鐸在赦罪時，不僅只唸赦罪經文，也按悔罪者心情的需要，以及針對犯罪的根源作祈禱。這會在悔罪者身上產生深刻的效果，也讓他體會出耶穌在和好聖事中，對他無條件寬恕的愛。這無論對悔罪者的信仰生活或心靈的創傷，都會產生豐盛的效果。

在這方面，我個人有些經驗。在可能的範圍內，我儘量以交談的方式，來聽人的告解；並設法幫助悔罪者看出自己問題的根源。在赦罪後，也針對他的問題作祈禱。這種方式的實際效果，相當不錯。不過，因我從未在堂區工作過，所以，經驗並不算多。同時，我還沒有機會與其他神父在這方面作更多的心得分享。這是一片尚未開墾的廣大園地，不論神父或悔罪者，如果願意在這方面作更進一步的嘗試，我想一定有許多新發現，並蒙天主的祝福。

按信仰的觀點來看，聖體聖事是最大的治癒聖事。在此聖事中，耶穌把自己的生命完全給予領受者。但聖體——生命之糧，為給活人吃的。所以，如果一個人在陷於大罪或犯罪的狀態中，他領受聖體，反而是領了自己的罪案。如果一個人以懺悔之心歸向耶穌基督，獲得了罪赦，那麼，他在領聖體時，求耶穌醫治，無論因別人的罪或自己的罪所受到的創傷，一定會得到很大的益處。

自得梵二大公會議禮儀革新後，參與彌撒領聖體的教友比率提高了很多。但許多教友還是不很了解聖體聖事和他整個信仰生活的關係。過去，神父在宣講中，很少提出或清楚解釋，聖體可以帶給人生理、心理和精神上的醫治。

基於在這幾年中，我爲人作心靈治療的經驗，我深信一個人善領聖體，把自己的內心向耶穌開放，請耶穌治療他的創傷，一定會收到很好的效果。可惜在近年的宣講中，連我自己也沒有清楚把此訊息表達出來。由於主日彌撒的宣講，時間太匆促，無法把求聖體中的耶穌醫治的方法詳加解釋。在平常的講道中，我也沒有太多機會提到這一點。所以，現在我願意按自己的看法，提出作這種祈禱的兩種方式：

1. 在領聖體後，一個人願把內心向天主打開，並把現在或過去所受的創傷，在耶穌面前顯露出來，請耶穌幫助自己來面對這些創傷。這時，他仍能感受到這些傷害給他帶來的情緒，甚至很傷心的覺察到。但，我相信只要他讓耶穌的愛進到這種記憶，耶穌一定很快地擦乾他的眼淚。

2. 領聖體後，求耶穌派遣聖神來領導自己。他不但讓耶穌進到現在的創傷，或以回憶想起過去的創傷，並且也請耶穌引導追溯這些創傷的根源。如此，耶穌愛的臨在，不只進入平常可以意識到的層次，也更深入平常不意識的事件中，作更深的醫治。

上面二種祈禱過程，很重要的一點是：不要限制耶穌的自由，只要把自己的心靈向耶穌開放。無論祂讓我回憶到什麼事情，或處理我內心那一個經驗，我都儘可能讓耶穌

工作，而不橫加阻礙。有時，我會極爲害怕面對過去的回憶，或感到憤怒；即使如此，我也應把這些消極情緒，在耶穌面前坦然承認和接受，讓耶穌幫助我去除這些阻礙，使祂的愛能更深進到我的生命中。

以上的說法，只是把心靈治癒的祈禱移到在領聖體後，由自己求耶穌去作。由於我在這方面實際經驗不多，因此，我只能提出一些理論的步驟。希望信友們看了這段說明後，願意在領聖體時，嘗試和耶穌基督交往，請祂醫治自己內心的創傷。

聖事與內心治癒的關係，對中國人來說，可算是一片未被廣大開發的源地。希望能有更多的人在這方面感到興趣，也善用耶穌給的救恩聖事，使人不但能得到醫治，也能在信仰上與祂更加密切親近，分享祂的生命。同時，我也希望有人在這方面發表他的心得和感恩，能帶給其他的人更大的好處。

拾肆、為團體祈禱

在「心靈的治癒」一書中，我曾提到為團體作心靈祈禱的方法。在這一年多來，我有許多次主辦心靈治癒研習會的機會。參與的人從一、二十人到七、八十人不等。在本形式上，也沒有什麼太大的改變；但內容和步驟上，却有一些較新的經驗，願和諸位分享。

在座位的安排上，基本還是採取「心靈的治癒」一書中所用的方式：參與者分為二圈，外圈為內圈的人覆手。如果由於場地的限制，或只有長板凳，無法圍成兩圈，那麼，兩人一組，就分成若干組，兩個人相互交換祈禱。

至於祈禱的步驟，下列幾點值得注意。參與團體治癒祈禱的人，事先最好對心靈治癒的性質和基本方法，有一概括的了解；這可使他們對這種祈禱方式較易開放。因為他

們心情上有個準備，耶穌的救恩也較易深入人的內心。如果需要的話，團體祈禱的主持人，最好以簡單的話語或實際例子，對參者者作恰當的解釋，使他們順利進入情況。

此後，主持人可帶領參與者作第一及第二階段的準備祈禱。然後，主持人可以問參與的人在此階段中，有沒有什麼特別的困難和問題。假使有人提出來，主持人應簡單作個解釋。

在進入正式靜默覆手祈禱前，我常強調被祈禱者最好處在一個完全被動的狀況下，自己不要故意想什麼，假使有記憶回來，就讓它浮現，但我們千萬不要有任何動作或作祈禱。除非天主聖神給他推動，他在被動的情形下從心裏發出來的祈禱。而這種祈禱是相當簡單、非常柔和而短暫的。）雖然，我再三強調其重要性，但還常爲人所忽略。有許多求禱者（特別是基督教徒），總想自己應作些祈禱，才能接受耶穌的醫治；實際上，却不然。往往他主動地祈禱，常會帶來一種擾亂，反而阻止了耶穌在他內任意自由的工作。

我常以一個例子來說明這一點：當個人被醫生開力時，在手術臺上，他愈是不動愈好。因爲他的任何動作都可擾亂外科手術的進行；並會使自己受傷。不過，在外科手術

臺上，醫生可以使用麻醉藥，使病人完全不動；在心靈治愈祈禱中，被祈禱的人必須刻意使自己不作任何主動地行爲，才能不干擾祈禱的進行。

求禱者應注意，對任何浮現的記憶和情緒，不要壓抑它；但也不需要費力去挖掘任何不好的記憶，爲求天主醫治，這個也會擾亂天主的動作。

同時，我也向爲對方祈禱的人解釋他們應做什麼。他們可用舌音神恩輕聲地祈禱，也可用舌音神恩輕聲地歌唱；但應避免以人的言語來祈禱。因爲這樣會使另一人隨他的語言而思想，反受干擾，甚至阻礙了天主的工作。如果他想不到有更好的祈禱時，可在心中默念耶穌的聖名，這是一種很有力量的祈禱。如果一個人有靜觀的經驗，用靜觀祈禱也是強而有力的。

以前我所帶領的團體治愈祈禱，覆手時間大約在十分至十五分鐘之間：隨後，休息一下，內外圈互調，再作覆手祈禱。但，最近的經驗顯示，如果每次覆手祈禱的時間，以半個鐘頭爲原則，會產生較深的效果。在第一次覆手祈禱後的休息時間，也可請內圈的人分享一點被祈禱的經驗。而他們所分享不應是記憶浮現的內容，而是心靈的變化過程。這爲第二批被覆手的人，有極好的準備。

如果這個團體祈禱的人數超過二十人，圍的圈子够大的話，那麼，主持人不須坐在外圍參與覆手祈禱。他可站在圈內，在靜默覆手祈禱進行的時刻，他或用舌音歌唱，或默然地祈禱；他也可在圈內走動，爲不同的人覆手，加深參與者祈禱的效果。至於應爲誰祈禱，祈禱要多久，應按聖神給他內心的推動而定。在這樣的過程中，如果主持人看見有人緊張，可勸他們放鬆，或按實際的需要，鼓勵、安慰他們，這對參與者有極大幫助的。

在交替覆手的團體祈禱時，整個過程中，仍有人會無動於衷，毫無感受。一般講來，這樣的人大半有接受心靈治癒的障礙。假如當場有人懂得怎樣爲人作心靈的治癒，最好請他個別協助。至少可以找出阻礙的根源，並予以去除。最後，他可以再參加團體治癒祈禱。或認爲在人數衆多的團體中，若有人對內心的治癒有經驗，那麼，就可請兩三個或更多的人站在圈內，爲參與者作加深效果的覆手祈禱。但，整個祈禱會進行的過程，應由一人來主持，爲的是使進行的程序能順利和諧和彼此的合作。

有的時候，因爲有人受的創傷太大，而號洩大哭。碰到這樣的情形，主持人可請一位會治癒祈禱的人，帶他到另一間房中，爲處理他個人的問題，並加深祈禱的效果。但，是否能做到，要看當時情形的變化和主持人明智的判斷。

在交替覆手祈禱後，如果時間許可，主持人應讓大家問問題或分享自己的感受。因為可能有人在過程中，不甚明瞭所發生的事，這種祈禱也不能產生作用。因此，主持人能回答某些問題，澄清某些疑慮，為所有在場的人會有大的好處。

事實上，我為團體作治癒祈禱的經驗尚不多，每次祈禱完後，我也只能從少數人那得到較清楚而肯定的回饋。多數參與者都沒有時間和機會，把他們的體驗向我陳述。所以，現在我對團體治癒祈禱的全盤效果，尚沒有一個明確的認識和評估。

為人個別心靈治癒祈禱，相當花費時間；平均每次要一個半至三小時，而且有些人需要好幾次。因此，在許多情形下，團體治癒祈禱勢在必行；而最理想的方法，是由幾位較有經驗的人組成一個治癒小組。在團體醫治祈禱時，如果有個別的需要，就有人能單獨的照顧他，這樣也不會阻礙整個團體治癒祈禱的進行。我內心有極深的渴望，希望有更多願意在這方面為人服務的人，作更具體的嘗試和探討，來幫助更多的人。

拾伍、為非基督徒祈禱

我對這個題目先要加以說明。此處所指非基督徒是尚未正式領洗，加入教會的人。因為我是一位神父，來找我的多數是有信仰，或至少對信仰有興趣的人。在我從事治癒祈禱的工作中，偶有幾位完全不認識耶穌基督的人來找我。有時候，他們是為好奇的探問；有時，也想解決心靈的痛苦。平常我先向他們解釋，心靈治癒祈禱的基本性質；也說明由於他們跟基督沒有真實的來往，假使他們作這種祈禱，恐怕不會有效果。通常，我會介紹他們給華明心理輔導中心；經由心理輔導的途徑，來幫助他們解決自己的困難。

這一年來，也有些未領洗但追求信仰的人來請我為他祈禱。不過，他們的信仰背景有很大的差別。有人已在教會內聽過要理，即將領洗；也有些人只在上小學或中學時，

曾和同學到教堂參加過彌撒，並聽過幾次道理；但因環境的變遷，就再沒有機會和教會接觸了。由於他們心理的壓力很大，聽說心靈治療祈禱會有所幫助，因此，來請我爲他們祈禱。

碰到這樣的情況，我先和求禱者作比較詳細的交談，了解他家庭的背景和信仰的狀況，然後，按他們實際的情形，領他們作一個接受耶穌作生命唯一救主的祈禱。以下就是一個例子：

耶穌，我來到祢面前，願意嘗試跟祢來往。因為在我過去的生命中，只有很少機會能接觸教會。我曾聽過幾次道理，也參加過幾次彌撒，略略知道一些有關祢的事情。我知道自己對祢的認識還很膚淺，但由於我所認識的朋友和其他人的見證，我願意接受祢是我生命唯一的救主。我知道祢在世時，曾醫治許多人的身體和心靈上的疾病。現在，我深深地體會到，我的心理受過許多創傷，並感到負擔很大。祢曾說過：「凡勞苦負重擔的，到我面前來，我要使你得到安息。」耶穌，我願來到祢面前，把我的重擔交託給祢，請醫治我心靈的創傷，使我得到安息。耶穌，請按祢的仁慈寬待我，幫助我。耶穌，我讚美祢，感謝

祿。

作完祈禱後，也按平常一樣地作預備祈禱：痛悔自己的罪，寬恕別人、寬恕自己，以及作第二階段的準備祈禱。然後，就可以正式進入治癒祈禱了。

出乎我的意料，在我爲他們祈禱的五、六人中，耶穌都很順利地進入他們的記憶；只有其中一位，曾稍遇到困難；耶穌也很深的醫治他們內心的創傷。

以後，我反省這些經驗，發現來找我作祈禱的人，都因家庭背景而受到很大的傷害。他們的心靈支離破碎，可是，他們有共同的特質，就是由於他們受了重創，好像無力侵犯別人或得罪別人；並且他們沒有主動地犯什麼嚴重的罪，因此，他們內心保有了某種程度的純潔和善良。雖然，他們和耶穌的認識與交往不深，但他們打開心門，讓耶穌進入他們的心中，並非是一件困難的事。

由於以上這些經驗，我開始訂下一個原則；只要這個人不明顯地反對耶穌，也不拒絕接受祂，我就嘗試爲他作祈禱。平常，他在第一次祈禱時，基本的態度還不很穩定，但只要他開始體會到耶穌對他的愛，就會給他帶來一些平安和喜樂。我在爲他作第二次祈禱時，他就較易進入狀況。由於我的時間和精力有限，因而我很少主動尋求這種機

會。可是，凡是這種人請我爲他們祈禱，我也不拒絕，並按可能的範圍來幫助他們。

我認識極少數的信友，在他們具體環境中，接觸的基督徒不多。因此，他們嘗試以靜默覆手祈禱的方式，給非基督徒祈禱，也產生好的效果。他們沒有詳述分享，所以，我也無從作個有系統的報告。可是，從他們給我的資料來看，對於小學以下的孩子，即使沒有信仰，給他們作靜默覆手祈禱，也能產生效果。但對已成年的人，如果他完全沒有信仰，祈禱就很難發生具體的作用。

關於本章所討論的問題，經歷和資料有限，可能只能點到爲止。以後如有更多的人，願在這方面作嘗試，希望他能把自己的經驗，提出來與人分享，並能爲更多的同胞服務。

拾陸、略談祈禱者的心情和態度

在「心靈的治癒」一書中，曾簡單地討論了什麼人能為別人作心靈治癒祈禱（十九至二十四頁）。現在，我願略談一下祈禱者的心情和態度，以及與求禱者的關係。

求禱者常問我：「神父，你每天都聽人訴苦，難道你不覺得心靈負擔很重嗎？」我的答是：「不。因為我清楚意識我不是你的救主，只有耶穌基督才是你生命唯一的救主。當你來找我作祈禱的時候，我依靠的是耶穌的恩寵和聖神的引領，我儘可能按你個人的需要作祈禱，但你離開後，我就把你交託給耶穌基督。我學習不負擔他的困難，也不為他的情形而憂慮。」有時候，求禱者會問：「那麼，你並不是真愛我了。」我答：「只有這樣做，我才能真正愛你，和愛一切來接受祈禱的人。假使他對我說一件事，我就負起了你的擔子，為你的困擾而憂慮，過一會，假使又有另一位來請我幫他祈禱，我

負着他重的重擔，就不能真誠而專心地爲他服務了。如果等他離開了，我再負擔他的重擔，很快地，我就精神崩潰了。因爲憂慮的本身，並不能真正幫助任何求禱者，只是增加我內心的負擔，使我不能專心一致的面對我面前的這個人。所以，我常把每位來找我的求禱者，完全託付給耶穌。我只有在祈禱時，把他的困難拿在耶穌面前，請祂藉聖神來教導我。一方面，這可避免我自以爲他的救主；另一方面爲避免不必要的負擔，它會阻礙我的工作。所以，只有當我以交託的態度來面對求禱者時，我才真正地愛他們。」

事實上，這種態度也符合耶穌基督的教導。耶穌叫我們不要憂慮，在每件事上要仰賴耶穌和天父的照顧。我們的憂慮，不能使自己的歲數增加一吋；爲別人憂慮，也不能真正幫助他解決問題。每時每刻我只要做好現在所能做的事，其餘的只有交給耶穌了。

在與求禱者的關係上，我覺得有幾點值得注意。其一是不可好奇探問求禱者他不願說的事。在我需要提出較私人性的問題上，如他不願回答，這時，我需完全尊重他。雖然，他第一次會覺得難以啓口；但以後他會自然坦述自己。如祈禱者有好奇心，就難免操之過急；事後若求禱者後悔，反使他減少對祈禱者的信任，這實在應再三強調的。

此外，祈禱者在詢問求禱者與異性不正常的關係時，只要知道是否有這樣的事實，

以及另一人和求禱者關係最簡單的資料就够了；絕不可因好奇而追問不必要的細節。任何求禱者都會對這類問題相當敏感；凡出於好奇的追問，都可使求禱者受傷，使他減少對祈禱者的信任。

祈禱者在心靈醫治祈禱中，所得知的各種資料，也應嚴守秘密，絕不可在其他人的前，把求禱者的身份和他的經歷透露出來。即使有時候因着需要而講出來，也應儘可能地變更細節，使聽者不能猜測出求禱者真正的身份。我在「心靈的治療」一書中，曾舉了一些例子，但却省略很多細節，使人不知道究竟是何人的事。有些受過嚴重創傷的求禱者，在這方面特別地敏感；當他請我爲他祈禱時，會說：「神父，我不願意我告訴您的事，出現在您下一本書中。」甚至他說：「神父，請不要讓別人知道我來這裏請你爲我祈禱。」如此的請求，我必須了解和尊重他，因而在本書內所舉的個案，很多關於求禱者的資料，其實都已更改。有時說男，原來是個女的；有時說年紀小，原來是個年紀大的。總而言之，在可能的範圍內，祈禱者絕不透露求禱者真正的身份。由於在臺灣本地，無論天主教或基督教，圈子都很小；一旦洩露某些人的秘密，很快就會被傳開，且易受到扭曲，使求禱者無形中受到傷害，那豈不是祈禱者給別人找麻煩嗎？

基於同樣地因素，爲人作心靈的治癒時，一定要尊重求禱者是否容許第三者在場的意見。有人希望在旁觀察，以便學習如何爲人祈禱。碰到這種情形，我總說：「如果可以的話，最好你介紹一位朋友來作祈禱，而他比較容易歡迎你在場。萬一求禱者根本不願意的話，那麼，我也不能允許你在場。至少在某些情況下，當求禱者請你迴避時，你就應尊重他的要求。」因爲在心靈治癒祈禱中，祈禱者實在觸及求禱者生命的深處。倘若稍不謹慎，不但不能治好求禱者，反給他帶來更大的傷害，甚至使他再不願意向任何人求助了，這豈不是弄巧成拙，得不償失嗎？

要給人作心靈治癒，祈禱者本身所應具備的條件，除在「心靈的治癒」一書中，所談及基本的信心、愛心、溫和外，我覺得祈禱者應特別求天主賞賜他分辨的神恩；有了這項恩典，祈禱者很容易找出求禱者困難根源所在，並能針對問題作祈禱，使求禱者能獲得較深而澈底的醫治。這是非常重要的。

此外，如果祈禱者對聖經很熟悉，就很容易藉天主之言帶給求禱者內心安慰和力量。例如，有個人受他父親的傷害很深，甚至他覺得有沒有父親都無所謂，因此認爲不必醫治他和父親的關係了。這時，我讓他讀歐色亞先知書第十一章。

「當以色列尚在童年時，我就愛了他；從在埃及時，我就召叫他為我的兒子。可是，我越呼喚他們，他們越遠離我，去給巴耳獻祭，向偶像進香。是我教了厄弗辣因邁步，雙臂抱着他們，但他們都不理會是我照顧了他們。是我用仁慈的繩索，愛情的帶子牽着他們，我對他們有如高舉嬰兒到自己面頰的慈親，俯身餵養他們。」（十一 1-4）

當他體會到天主願用親密的關係與人交往時，他大為感動，開始願意接受更深的醫治。他不但願意使自己與父親的關係能有所改變，並且願意與天主有更進一步的來往。

關於在心靈治癒祈禱中如何運用神恩，現在，我願意分享一點我個人的經驗和看法。

通常，在心靈醫治的祈禱中，我使用較多的算舌音（Speaking tongue）了。凡碰到困境，而找不到出路的時候，我就會與求禱者略談一下。當求禱者回答時，我會安靜地以舌音來祈禱。多次經驗證實我這樣做，很快就會觸及求禱者困難真正的根源。

很少人清楚意識到，分辨神類是天主聖神給人的恩典之一。其實，無論個人信仰、祈禱生活，或心靈的治癒中，這項神恩是非常重要的。本書描述整個祈禱過程中，也多

次提到如何使用這項神恩，所以，我不再多說了。但假如祈禱者感到在作心靈的醫治上還沒有清楚的恩典，那麼，他就應求慷慨施恩的天主，派遣聖神賜予神恩，好使他能更有效爲別人服務。

無論在爲個人或團體覆手祈禱時，舌音歌唱會加深內心治癒的效果；也可給求禱者帶來安慰和力量。至少，我爲人祈禱時，會更容易使他體會到天主的愛，似乎有一種生命的流進到他身上。

除以上兩項神恩外，爲人作心靈治癒祈禱最有幫助的神恩，可算是知識語言的神恩了。有知識語言神恩的人，他分享天主的全知，在祈禱時，天主賞他洞澈人心的秘密。但他運用這項神恩也要很小心，第一，當他洞察求禱者癥結的所在，同時，他應詢問求禱者，並加以肯定自己所了解的，然後，才針對癥結作祈禱。萬一有第三者在場，就應小心，因爲這可能引起求禱者的心理自衛。所以，最好請第三者離開，才與求禱者交談，否則，其他機會再加以詢問。但千萬不可用粗魯的問題，使求禱者自尊心受損；反之，應以溫和與耐心聆聽求禱者的答覆，接受他的想法和感受。假使求禱者所言，正與祈禱者應用神恩所得到的資料相吻合，那麼，他可以作很深度的治癒祈禱。

另一種情形，與上面所談的神恩類似。例如，有位姊姊介紹自己的弟弟來請我爲他祈禱，但姊姊談了一大堆她弟弟的事。當我與她弟弟交談時，我裝做什麼也不知道，只按姊姊的資料發出適當的問題，並讓她弟弟按自己的觀點和感受，重述一遍。否則，祈禱者會把姊姊的看法強加在她弟弟身上，而對她弟弟存有一種偏見，他也不能坦誠述說自己內心的狀況。這種情形嚴重地會阻礙治癒祈禱的進行，並減少祈禱者對祈禱者的信賴。所以，從第三者得來的資料，祈禱者要非常慎重的運用，不可冒然行事，增加新的困難。

以上簡單地討論了祈禱者所應具備的態度，以及面對求禱者需注意的事項。至於祈禱者與耶穌基督的關係，以及他信仰的深度，這些雖與心靈的治癒密切有關，但已不在本書直接的範圍內。所以，只好從略了。

自從「心靈的治癒」一書寫成後，有些已被治療過的教友，也願在這方面幫助他人。因此，去年我常有機會與這些人分享、聆聽他們的經驗，和討論所遭遇的困難。我覺得這對人有好處，在這衷心渴望從事心靈治愈祈禱的工作者，能常有分享和討論的機會，彼此能獲益不少，也更能爲人服務。

最後，我願討論一下在心靈治癒祈禱中，祈禱者所扮演的角色。祈禱者是一位轉禱者。藉他的祈禱、經驗和能力，可幫助求禱者更深地接納耶穌基督，體會祂對人的大愛。借用傳統靈修的術語，我們可說祈禱者是耶穌基督傳愛的工具。工具當然是一種類比的說法，因為普通一個匠人使用工具時，工具本身並沒有得到什麼的好處。可是，在天主救恩的計劃中，當天主使用人作祂恩寵的工具時，這個工具本身也蒙受恩寵。爲人作心靈治癒祈禱，實在是個很好的愛德工夫。因此，如果一個人願藉心靈祈禱幫助他人，他自身的愛德與祈禱，也不自覺在這樣的經驗中進步；他內心的污點，也很自然地去除，而被淨化。由於天主的仁慈，祈禱者和求禱者同蒙天主愛的祝福。倘使祈禱者清楚意識到這點，他爲人祈禱時，常充滿感恩之心；對天主藉耶穌基督在人身上所施予的愛，不斷地有新發現，且表示驚訝和讚歎。每次祈禱者爲人作較深而有效的祈禱後，也就是他再次對天主的愛有更真實地體會，使他和耶穌基督更深地結合。天主因着祂的愛，慷慨大方的完成這一切。唯願天主永受到讚頌和光榮。

拾柒、對心靈治癒祈禱的幾點反省

在「心靈的治癒」一書中，我曾簡略地寫了一些對心靈治癒的神學反省。現在，我要把在爲人作祈禱的經驗中，對某些信仰的眞理作一更深入反省。

爲人作心靈的治癒過程中，我印象最深刻的就是：耶穌是降生成人天主子這項眞理，出現在求禱者記憶中的是耶穌基督復活的人性。祂對求禱者顯示以及所產生的效果，使我很深地體會到：耶穌是一個眞正的人，除了罪外，祂度和人一樣的生活。耶穌天主性的生命，是藉祂的人性啓示出來，通傳給相信祂的人。耶穌的人性並不因充滿祂天主性的生命，而變得高不可攀，或被抽象化。在作心靈治癒祈禱的經驗中，我所體會到的耶穌是具有人情味的。祂可跟小孩子一起玩，聆聽窮人的傾訴，教導在考試緊張中的人如何種花，爲使自己生活有些調劑……。

耶穌的愛，從祂溫和慈祥的眼光中流露出來，這是求禱者常敘述的深刻印象。凡信仰並願接受祂愛的人，就可感到自己在耶穌基督的眼光中，是彌足珍貴的。耶穌的寬容和忍耐，也超乎人所能想像的。祂了解人性的軟弱，給人成長的時間；只要一個人悔改，他從沒有真正拒絕過任何一個來的人。

因為祂真實地過了一個人的生活，因此，當祂進到求禱者的記憶時，祂了解人生活中的困難、問題，以及人性上的反應。耶穌在世時，祂接近罪人和心靈受傷者；現在祂同樣進到這些有罪和受傷人的記憶中，寬恕及醫治他們，使人整個生命變成一部救恩史。許多人作過心靈治癒祈禱後，留下最深刻的印象就是：耶穌為他們而言，是一個生活的天主而人。求禱者不再感到天主的不可捉摸，高不可攀，無法與祂建立關係的一位。許多求禱者有了這種經驗後，體會到福音與他的生命，有一真實且具體的聯繫了。

耶穌是不可見天主的肖像，祂是父最完美的啓示，誰見了祂，就看見了父。所以，當求禱者在治癒祈禱中，看見了耶穌，也就更深刻的體會到父對我們的慈愛和在基督內豐富而無條件的給人救恩。降生的意義，就是使救恩能在我們每天具體的生活中呈現。藉心靈治癒祈禱，使以前沒有蒙救恩的生命，現在得蒙救恩；以前沒有基督臨在的時

刻，現在成爲有耶穌基督臨在的時刻。總之，心靈治癒的祈禱是使降生的奧蹟在信者生命中，更深刻化、具體化。它讓人了解天主不只是泛愛全人類，祂針對每個人的實際生活狀況，很具體的愛了我們每一個人。這是偉大而奇妙的奧蹟，也是我們一輩子要學習、要深思的一件事。

其次，在我作心靈治癒祈禱的經驗中，我體會出父母對子女心理與精神上的影響實在深遠。從人在母胎中受孕一剎那，這影響就開始。現代深度心理學的分析人心理上許外的傾向，不僅是後天培養來的，而是藉遺傳和在母胎期中，整個家庭的氣氛已傳遞在子女身上了。由於這樣的經驗，我聯想到教會關於原罪的教導「原罪是藉生育而流傳」。既然生理和心理受父母遺傳的影響如此之深，那麼，人最基本的精神狀態——與天主的精神關係——也必然受到遺傳的影響。當代的神學家也強調世界的罪，就是人類集體罪惡的相關性，而不太重視原罪因生育而流傳。

由內心醫治祈禱的經驗來看，這並不相互衝突。其實，人一受孕開始了生命，他第一個生活境遇（他的世界）就是母胎和當時的家庭狀況。在這種情況下，胎兒接受由母親來的一切影響，不論它直接由母親或間接經過她而來，胎兒沒有選擇的餘地；只有全

盤接受。所以，胎兒期是人生命中，最無抗拒力的時期。

近代深度心理學的研究和發展，很清楚證實了這點。所以，當胎兒在母胎中受到生理、心理和精神上的影響，比平常我們所想像的要深刻的多。在此情況下，原罪的狀態——與天主隔絕，不分享天主生命的狀況——父母遺傳給胎兒的一部份，甚不足為怪的事。事實上，這並不否認人類在世界的罪集體相關性，反更深肯定了它。因為任何一個家庭，都不是獨立的單子，父母也生活在廣泛的社會中，不斷地受到世界的衝擊和影響，相對地也產生回饋作用。胎兒在這樣具體的境遇中，度過了他生理、心理和精神上最初的時期。他由受孕一開始，就成為有原罪人類的一份子。

最後，我要對心靈治愈與靈修生活的關係，作一探討人的內心受到創傷後，他難以和別人建立很深的關係；對自我的態度也受到扭曲，他當然不容易與天主有親密的關係。心靈醫治祈禱幫助他解除許多內心的束縛，醫治他所受的創傷；使他和耶穌基督能在一種更健康的情形下發展。所以，心靈治愈祈禱對人靈修生活是極有幫助的；在對人和天主愛德上的增進，也是心靈治愈祈禱最顯著的效果。

消極的說，它除去人過去生命許多負擔和陰影，並可促進人心靈淨化的過程。積極

來說，它增加人信仰生命的活力，加深了被愛的經驗。

不過，求禱者在被治癒後，希望自己不斷地成長，以及在愛德上積極的邁進，仍需在具體生活中不斷確實努力才能獲得。有時，求禱者在心靈治癒祈禱中，以為體會到平安和喜樂，就可自我滿足，不再追求與耶穌和天主父有更密切的關係，他不在靈修生活上圖謀每天的進步，如此，心靈的治癒也不能帶給他深刻而長遠的影響。換言之，心靈治癒祈禱是幫助人靈修前進的重要方法，也是一個很美好的過程。可是，它絕不是目的。因為靈修是愈來愈深的與耶穌和天主父結合為目的，並能在愛德上更進步。而心靈治癒祈禱可幫助我們，更容易邁向這個目標；但却不能代替個人每天在生活中的努力。耶穌施予的救恩，實在需要人的接受和合作，才能產生真實和具體的效果。

拾捌、生命的新創造

按教會的信仰來看，我們生活在有罪的世界中，每人或多或少受到世界之罪的影響。因着罪惡及其後果，我們彼此傷害，使人的生命支離破碎；世界上沒有一個人能脫離罪的影響，其差別只是程度上的深淺而已。

人從生命的一開始，就在成長過程中，不斷地受各種或重或輕的創傷；這些創傷因着記憶而累積在生命中。我們爲使自己儘可能不受這些受傷記憶的影響，於是，把這些記憶用各種心理自衛方法加以隔離，使人不致於日以繼夜感到痛楚和負擔。不過，這種做法使人無法面對自我的生命，使人與自我疏離，並和別人及天主疏離。

耶穌基督來到這世界上，成爲有罪人類的一份子；除了罪惡外，度着與人類相似的生命。耶穌不但面對整個有罪的世界，也面對每個受過傷害、支離破碎的個人。可是，

耶穌以無條件的愛情、了解、接受罪人。祂要求罪人，不再逃避自己。祂願和人一起進到過去生命中，清除所受創傷的污穢，解除由壓抑、遺忘及其他心理自衛而來的束縛，用祂愛的油膏敷抹我們。如此，祂不但使人的傷口痊癒，也使支離破碎的人；在祂的愛內得到重新的整合，使我們的生命煥然一新。所以，心靈治癒祈禱，就是讓耶穌的愛，在人因罪而受傷的生命中，重新譜出一曲對生命新的頌歌。為讚頌天主父和祂的子耶穌基督，在我們身上所顯示的仁慈、大能和光榮。

人生具有不同的層次。當我們第一次體會自己被耶穌的愛治癒時，也許祂觸及的只是人表面的層次，不過，我們仍會享受一時期的平安和喜樂。不久之後，生命更深的層次會浮現，我們再次體會到需要耶穌進一步的醫治。按人生命實際的際遇，他需要心靈治癒祈禱的程度和方式，很不相同。但經過多次心靈治癒和成長交替的過程後，一個人會體會自己最基本的創傷已被耶穌治癒了。他在自己內也經驗到有一新的整合、新的自我出現。過去生命中所累積下來的束縛、桎梏、負擔和痛苦已消失；生命的前途充滿了希望，欣欣向榮。這時，他很肯定的說：「耶穌真正愛我這個人，在耶穌的愛內，做我真好。」

正如在上章所說過的，這整個過程，並不只是一個被動接受的過程。在接受耶穌寬恕和治癒之愛的經歷中，個人也需不斷有悔改之心，與耶穌密切的合作。在經由祈禱解除內心的束縛和桎梏後，生命需要不斷地成長。我曾讀過一句話「生命唯一的記號，就是成長。」可是，我們應注意，並非一切變化都是成長；有的變化使生命衰竭。若我們被耶穌治癒後，只停在自我陶醉、滯留不前的話，那麼，耶穌的生命就不會源源不絕進入生命中；而我們的生命會很快地變成一灘發臭的死水。反之，若我們配合耶穌的恩寵，依靠祂所賜聖神的引導，聖神會讓祂的活水進到我們的生命中，使人生命成爲活水的江河。

人生命雖有限，都是對無限開放。生命最終目標，不僅爲得到自己生命的整合，而是不斷地付出自己的生命，爲使更多人能得更豐富的生命。耶穌說：「一粒麥子，如果不落在地裏死了，仍只是一粒；如果死了，才能結出許多子粒來。」（若十二24）當人解除了由罪惡而來的束縛和桎梏，當人心靈的創傷被醫治時，當人支離破碎的生命被整合時，正是我們更省力、更真實地把自己生命付出的時刻。只有我們在耶穌基督內，繼續不斷地付出生命，才能和許多人的生命合而爲一，使人的生命愈來愈豐富。基督在我

們內，繼續不斷地創造人新的生命，直到世界的末日。到那一天，全人類將在父和基督的愛內合而爲一。

最後，我願意抄錄兩段保祿在厄弗所書信所說的話：

「因此，我在天父面前屈膝——上天下地的一切家族都是由他而得名——求他依照他豐富的光榮，藉着他的聖神，以大能堅固你們內在的人，並使基督因着你們的信德，住在你們心中，叫你們在愛德上根深蒂固，奠定基礎，為使你們能夠同衆聖徒領悟基督的愛是怎樣的廣、寬、高、深，並知道基督的愛是遠超人所能知的，為叫你們充滿天主的一切富裕。」（弗三14-19）

「如果你們真聽過他，按照在耶穌內的真理，在他內受過教，就該脫去你們照從前生活的舊人，就是因順從享樂的慾念而敗壞的舊人，應在心思念慮上改換一新，穿上新人，就是按照天主的肖像所造，具有真實的正義和聖善的新人。」（弗四21-24）

讓我們共同爲基督藉保祿所給我們指出的理想而努力。啊們！啊肋路亞！！

聆聽聖保祿

明 鏡著 32開定價80元

由聖保祿的書信，我們看得出他在全心投入牧靈工作中，兼具深刻、豐富的靈修體驗與神學思想。本書試圖帶領讀者認識保祿其人及其思想，也試圖透過保祿的廣濶視野，將一個宇宙性的基督引介給我們。捧讀本書，令人著迷於保祿，陶醉於基督。

教宗若望廿三世家書 梁偉德譯 32開定價120元

本書係由教宗若望廿三世寫給其家人的書信編纂而成。每篇書簡，都散發著溫厚的芬芳，而無世俗多愁善感。其字裏行間所洋溢著的一個家族的諒解、同情、信仰、喜悅與希望，足足令人低徊，而這位平民化教宗質樸懇摯、謙和自然的人格，亦躍然紙上，令人生「典型在夙昔」之感。

不知之雲

鄭聖冲譯 32開定價50元

本書是一本描寫深沉靜觀之個中真味的好書，雖深具玄妙，但精闢中肯，凡有心體會靜觀生活，並且心胸開放的讀者，都應一讀。

尋找天主

傅文輝譯 32開定價60元

本書以熙篤會的隱修生活為背景，道出尋找天主的蹊徑就在於深入自己內心，並在其間發掘酷似於天主的人性本質，如永生、自由、快樂、與幸福等。全書文淺意深，值得有志於尋找天主的讀者細讀之。

生命的新創造

中華民國七十二年五月初版

中華民國八十年八月六版

◀版權所有·翻印必究▶

著者：王敬弘

准印者：台北總教區總主教狄剛

出版者：光啓出版社

地址：台北市10718辛亥路一段24號

電話：編輯部(02)3211750 門市(02)3676024

發行部(02)3684922 傳真(02)3932050

郵政劃撥：0768999-1(光啓出版社戶)

登記證：行政院新聞局局版台業字第0084號

發行者：王敬弘

承印者：永望文化事業有限公司

地址：台北市師大路170號三樓之3

電話：(02)3960350·3213627

定價：100元

205129

957-546-026-6



205129

