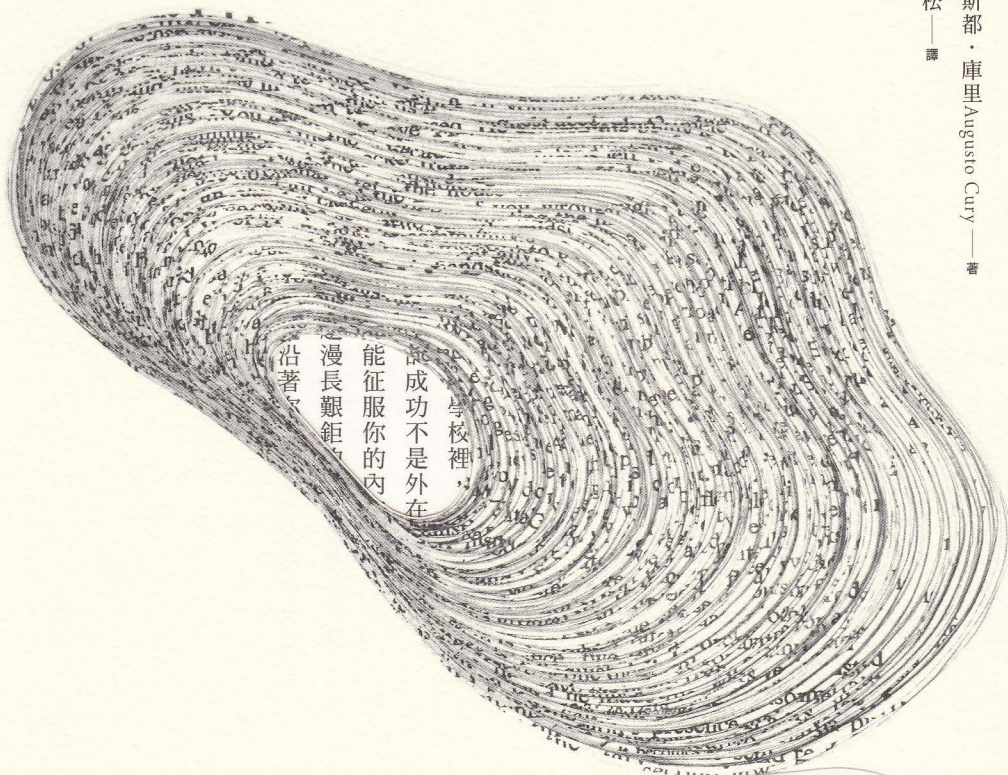


奧古斯都·庫里 Augusto Cury — 著  
劉德松 — 譯



學校裡，  
成功不是外在  
能征服你的內  
漫長艱鉅  
沿著



入選國家圖書館  
2012年度代表圖書  
臺灣出版TOP 1

顛覆思想的  
心理大師

耶穌超凡的智慧

上智文化

在生命的學校裡，  
最大的成功不是外在的成就，  
而是能征服你的內在；  
這趟漫長艱鉅的旅程不是外在的，  
而是沿著你自身存在的路徑走去。

裝幀  
霧室

奧古斯都·庫里 Augusto Cury……著 劉德松——譯

# 顛覆思想的 心理大師

耶穌超凡的  
智慧

## 目錄

### 前言

12

### 第1章

耶穌人格特質的魅力

15

### 第2章

科學對查考耶穌智慧的畏縮與忽視

51

### 第3章

耶穌如果活在今天，必定動搖精神醫學和心理學的原則

83

### 第4章

耶穌動搖了政治系統

93

### 第5章

耶穌的言論震驚現代醫學，並碰觸人類最大的存在危機

105

第6章	膽大的計畫：環境與社會大眾	131
第7章	激發對知識的渴望並整頓智力	141
第8章	投資智慧去面對生命的冬天	157
第9章	耶穌擅長說故事、運用記憶和激發思考藝術	173
第10章	克服孤獨：交朋友	193
第11章	保持合一，教導愛的藝術	213
第12章	引介智力最重要的功能	243

## 前言

奧古斯都·庫里 *Augusto Cury*

在歷經十七年，發展出「心智運作和智力建構」的新理論之後，我做了一項最具挑戰的心理學研究：探討劃時代的人物——耶穌基督的迷人智慧。他的行為和言論顛覆了人類的思維。

我是精神科醫師、多種族的混血兒（義大利、猶太、西班牙和阿拉伯），到目前為止還是個懷疑的無神論者，但對研究複雜的心智向來極感興趣，探究耶穌的人格對我一直是個振奮有趣的計畫。

在我投入這項研究的那幾年，許多問題一直在我腦際盤旋。耶穌是人類想像出來的虛構人物嗎？如果他沒有行奇蹟，他還會是歷史的轉捩點嗎？他如何開啟門徒的心靈之窗，激勵他們發展智力最重要的功能？當他處在壓力的情況下，他怎麼處理自己的思想和情緒反應？有人說過和他類似的言論嗎？他的思

考向度和意涵是什麼？

這類問題一直沒有適當的解答。回答這些問題，不但是科學、教育學、心理學、社會學和神學的核心課題，為那些想要深入了解這位走過人類曲折歷史，且是最難理解和最神祕人物的人來說，也是至關重要的。

研究耶穌基督的心靈，遠比研究任何心理學家或哲學家的心靈困難複雜。探究耶穌的智慧能否是人類理智創造出來的，則是更具挑戰性的論題，而且比拿杜林殮布來證明他的存在更有意義。

本書不斷再刷，讀者的熱烈迴響是極大的鼓舞。這說明了，許多人從沒想過耶穌的人格竟是這般崇高，他在思考的藝術上無與倫比，而且他的思想蘊藏著無窮的智慧。

許多學校推薦老師閱讀本書；有些學校拿來當教材，拓展學生最重要的智力功能；心理學家也用這本書，並鼓勵案主閱讀，避免憂鬱、焦慮和壓力；有些大老闆一次購買數百本，分送給親友和客戶；大學教授也把本書推薦給校內各學院系所。讀者一致肯定這本書帶給他們新的人生意義。此外，本書雖屬心



理學而非宗教類，但對不同宗教信仰的讀者也很有用處。

這些正向反應不該歸功於我，而是歸於本書研究的主角——耶穌基督。研究耶穌的智慧，確實能打開我們的心靈之窗，擴大生活中的快樂，並激發我們的智慧。

第  
I  
章

耶穌  
人格特質  
的魅力

## ※在思考藝術中發光發熱

思考藝術是智力最卓越的表現。雖然我們都會思考，但並非每個人都養成優質的思考藝術，因為我們往往沒有將最重要的智力功能開發出來，例如學會內化、從痛苦中淬鍊智慧、有尊嚴地面對失落和挫敗、整合觀念、用批判意識自由地思考、打破智力的獨斷、在壓力下成熟地處理思想和情緒、發展審美默觀的藝術、付出不求回報、同情並理解別人的痛苦和內在需求。

在人類的歷史進程中，有許多人閃耀著智識的光輝，開拓了思想的重要領域。蘇格拉底是探究世界的發問者；柏拉圖是社會政治關係的探索者；希波克拉底是醫學之父；孔子是提倡仁的哲學家；釋迦牟尼是溫和達觀的賢哲；梅瑟（摩西）是解放以色列百姓，帶領他們進入客納罕（迦南）福地的偉大中介者；穆罕默德是將分裂且失落身分的阿拉伯民族統一起來的首知。還有其他蘊露智識鋒芒的哲人，例如：多瑪斯、奧思定、休謨、培根（Francis Bacon）、斯賓諾莎、康德、笛卡兒、伽利略、伏爾泰、盧梭、莎士比亞、黑格爾、馬

克思、牛頓、馬克斯威爾、甘地、佛洛伊德、哈伯瑪斯、海德格、勒溫（Curt Lewin）、愛因斯坦、弗蘭克（Victor Frankl）等。

人的生命有限，生活的驚奇在區區數十寒暑之後就將告終。很可惜，在這麼短暫的歲月中，很少人把時間投資在智慧上，因此他們沒學會內化，也不曾檢視過自己。若要一一列舉世界上哪些人在智識上顯露光芒且將精力投注於智慧，我們會發現，這張名單實在短得可憐。

不管我們怎麼判斷，這些人確實拓展了科學、文化、哲學和靈修觀。雖然有些人根本不在乎名聲，甘於沒沒無聞，但他們也不介意公開自己的理念而青史流芳。他們的理念本來就不該被埋沒，而當如同種子一般，在人的心靈內成長，豐富人類的歷史。研究他們的智慧能開闊我們的視野。

許久世紀前有一個人，他不只在智識上鋒芒畢露，具有奧妙迷人的人格，而且很懂人情事理。他極負盛名，全世界都慶祝他的生日。儘管他聲名遠播，但他智慧的某些重要領域卻鮮為人知。他將痛苦轉化成智慧，且精通思考的藝術。這個人就是耶穌。

從出生到死亡，耶穌的生命軌跡充滿了特殊性。他的傳奇撼動了人類歷史的根基。即使他不曾追求社會和政治地位，但兩千年以來，他的生活和思想卻一代代傳下去。

他的成長並未受到當時傳統文化的影響。他說話時，思路清晰且多面向。他雖然才三十出頭，卻重重衝擊當時最有學養者的智識。法利塞人和經師詮釋法律、教人遵守法律，對傳統文化可說是滿腹經綸，但耶穌的觀念卻叫他們瞠目結舌。

他過著簡樸的生活，沒財又沒勢。生活上的痛苦為他是司空見慣。然而他不憂慮自己的痛苦，也不在意自己的物質需求；他只操心別人的痛苦和需要。

宗教和政治體制容不下他，他卻能容忍並善待一切人，即使是他的死對頭也不例外。耶穌從孩提時就遭受痛苦和迫害。他被誤解、反對、嘲弄和唾棄，身心都受創。儘管遭遇這麼多的悲痛和磨難，並未讓他養成焦慮和攻擊的情緒；相反的，在緊張的情況下，他流露出平靜，仍然有能力以最詩意的方式去談論愛。

幾個世紀以來，有無數的作家從不同的精神層面研究耶穌：他的神性、他的使命、他的超自然作為、他的天國、他的復活，以及末世言論（關於終極或生命結局的教義）等等。誰想探究耶穌的這些面向，就去讀那些作者的論文吧！因為《顛覆思想的心理大師：耶穌超凡的智慧》是從截然不同的觀點和角度來研究耶穌。

本書採取前所未有的研究方法——詮釋科學和心理學，探究耶穌耐人尋味且鼓舞人心的人格，分析他卓越智力的作為，研究他巧妙高深的思維，以及在緊張時刻他思考結構的迂迴複雜性。

人格建基在許多因素上，是由思考結構、情緒能量的轉換、良心形成的過程（我是誰、我如何、我在哪裡）、儲存在記憶中的潛意識經歷，以及基因所構成。在本書中，我會按照慣例，把受到心靈世界和生活環境刺激所反應出的人格當作智力。雖然每個人都擁有智力，可是並非人人都發展了智力最重要的功能。

我研究了心智運作、智力建構和詮釋過程將近二十年，所以我能肯定耶穌

的人格非常深奧難懂，不易查考、詮釋和理解，這是科學一直未能探究和理解他的智慧的原因。

分析耶穌的智慧是科學的最大挑戰。在建立了心智運作的新理論基礎之後，我開始投入探究耶穌人格這個龐大且挑戰性十足的計畫。這項研究耗費多年，我的研究範圍盡可能避免臆測和膚淺的科學解釋。

詮釋歷史是極複雜的理性工作，這是重構歷史而非單純還原。重建過去的事實、環境是一項艱鉅的挑戰。如果你回憶自己生命中最難以忘懷的經驗，你會發現，回憶削減了原本的痛苦和快樂程度。我們稍後會探討這個主題。所有過去的回憶都有其限度，也不完整；本書運用的是歷史的心理學詮釋，自然也不例外。

如果詮釋歷史是非常複雜曲折的理智工作，那麼請設想，要去探究耶穌的智慧和其智慧的融貫一致，還有他處理思想、超越智力獨斷的能力、克服肉體和情感痛苦的能力，以及開啟周遭群眾心靈之窗的能力，那會是件多麼艱難的工作。

耶穌的人格難以探究，他的理智和情感反應是如此不可思議，超乎心理學的可預測性。儘管困難重重，仍然可能找出通往耶穌的思想、了解他智慧重要領域的一些基本途徑。

## ※科學之謎

耶穌基督究竟是誰？本書嘗試從心理學的角度來分析耶穌的智慧，但關於他是誰，不可能有完整的解答。這個問題屬於信仰的範疇，在科學探究的限度之外，不是科學所能解釋的。科學一碰到信仰便無話可說。信仰超乎邏輯，即信念取代了懷疑。因為有懷疑，科學才存在。懷疑越大，答案的向度越廣。缺乏懷疑態度，科學便不存在，知識也不可能擴展。

耶穌提到信仰和無條件相信的必要性，即徹底相信，沒有絲毫懷疑。他說信仰是內化的奧秘過程，也是進入內在生活的途徑。他提到，信仰是超越物質



世界的生活方式，超乎感覺系統，且根植於靈魂的核心。

科學無法考查信仰，因為信仰出自個人經驗，因此不是科學考查研究的對象。然而，即使耶穌談到信仰是超越存在的過程，但他並不排除思考的藝術；相反的，他在這項藝術上是一位卓越的導師。

耶穌沒說過信仰不需要理智，他認為相信之前應先經過反省與思考，然後純粹的信心就會隨之而來。我們只要研讀四部福音書，查考耶穌如何反應並表達他的想法，就會發現自由和有意識的思考為他來說是一種藝術形式。

耶穌面對的最大難題是，人們把自己囚禁在理智的牢籠裡，他們思考和理解自我及周遭世界的智力模式是死板的。因此，即使耶穌說過「信仰不容懷疑」，但他仍是一位精於運用懷疑的大師。他用懷疑去打開身邊民眾的智慧之窗（路五 23、六 9、七 42）。

耶穌如何運用懷疑的技巧？如果我們留意四部福音書的經文，我們會發現，他是一位傑出而大膽的發問者。他運用發問技巧去引導人們內化和自我質疑。他也擅長說比喻，激起所有聽眾思想的漣漪。

耶穌是誰？他是天子嗎？他具有神性嗎？他是萬有的創造者嗎？他如何預知時間，預料猶達斯會背叛、伯多祿會否認他等不可知的事件？他是怎麼做到令民眾吃驚的超自然行動？他如何把幾塊餅和幾條魚增多，讓數千人吃飽？難道他增加了物質和分子，或是行了奇蹟？關於耶穌的這些問題，科學給不出答案，因為這屬於信仰的範疇。信仰（純屬個人之事且必須受到尊重）開始之處，科學必須閉嘴。耶穌在許多領域，對科學而言一直是個極大的奧秘。

如果科學膽敢進入一個「不可考現象」的領域，那麼很容易就跨進純屬「臆測」的範圍。然而，一事不能抵銷另一事，科學不能排除人的精神和內在經驗。或許有一天，科學面對本身的限制，也可以運用超乎傳統邏輯的現象來充實不足之處，然而這是容易陷入科學主義的複雜問題，不利於論點的一致性。本書不處理這個主題，只探討耶穌可受查考的面向。

光就幾個篇章，不足以充分詮釋耶穌的智慧。他的思考藝術如此精湛，一本書涵蓋不了全部。因此，還需要出版系列叢書繼續探討。

藉由查考耶穌的智慧，我們能回答幾個重要的問題：耶穌在他生活的各個

緊張和焦慮的情況中，總能從容一致地表現出他的智慧嗎？如果他未行過超自然事蹟，他還能成為劃時代的人物嗎？為何他的話仍然活生生，不斷觸動千千萬萬不同語言、社會、經濟和文化背景的人們？令人費解的是，在歷史中，包括許多思想家、哲學家和科學家，為什麼他們從沒見過耶穌，卻不單相信他，而且還愛他？

在這些篇章中，我們將展開有趣的知性之旅，探究耶穌的生命；不過，和一般人的料想相反，他樂於接受理性的查考與分析。他批評那些膚淺查考他的人，他甚至激發經師和法利塞人深入研究「基督」的身分和來歷（谷十二35、37）。

### ※記載耶穌的四部傳記：耶穌是真實存在或是虛構出來的人物？

耶穌的四部傳記被稱為福音：瑪竇、馬爾谷、路加和若望福音。馬爾谷和路加並不是那十二位宗徒，他們調查了所有與耶穌接觸過的人，而後記載下

來。雖然耶穌的傳記並不像我們現今的傳記，但是福音書描繪了他的故事，因此可以說福音就等於他的傳記。

科學家天生就是探索者，是走在未知路上的探險家，質問路上看到和聽到的每件事物。按照標準去查考他人看見和聽見的事實，就是尊重對方和其智慧。如果智慧不受尊重，所有信以為真的事實也不可能被尊重。沒有先經過批判分析，我們不該接受我們所觀察到的現象。

我研究耶穌傳很多年了，而且我也多次懷疑這個人是否真的存在過，或者他不只是書本上人們想像出來的虛構人物。這是一個重要問題，我們不該怕去討論。不過，在深入探討之前，我們先來談談無神論。

那些自稱是無神論的人，總愛談論神卻又否認祂的存在。人類，不管是無神論者，喜歡把神當作相當重要的觀念。大多數的無神論者真的不信神嗎？不！多數的無神論者並不將無神主義建基在神存在與否的深層觀念上。他們的無神主義是出於義憤，不滿特定時代中居主導地位的宗教犯下不義、無理和社會政治偏見等錯誤。

大家都認為伏爾泰（法國啟蒙時期的尖銳思想家）是無神論者，他卻在臨終時表明：「我死時敬畏天主、愛朋友、不恨敵人，卻憎恨迷信。」大多數無神主義者，無論是過去或現在，都屬社會無神論。社會無神論反對宗教狂熱和非出自理性知識的產物，不想被扭曲的理智所污染，因而在有關神存在與否的問題上，抱持一種無神的情感和心理傾向。

我可能比那些出名的無神論者——馬克思、尼采和沙特等，更無神論。這正是我在研究耶穌的智慧時經常質疑：他會不會是人類想像及文學創造的產物，或他是否真實存在過等這類問題的原因。作為一位智力研究者，我只在我的專業領域和四部耶穌傳記所記載的思想結構領域內來查考。我研究耶穌智慧的邏輯、界限和範圍。

到目前為止，有近五千多部新約聖經的手抄本，那是所有古代經典的最佳佐證。許多手抄本非常接近初期教會的時代，約有七十五部殘本是西元一百三十五年至八百年間的作品。所有這些資料，加上古文獻學者的著作，以及考古學和聖經原文批判，確保我們擁有新約聖經（包含耶穌的四部傳記，也

就是四部福音書)的可靠文本。考古學和古文獻學可能有助於得到可靠的文本，但卻無法分析經文本身，因此不足以解答耶穌存在與否的問題；關於耶穌的思想和原始福音作者的意圖，像這類廣泛的心理學分析，其所能提供的資料也十分有限。若想分析這些經文，必須浸淫其中，多焦詮釋，並盡可能避免帶有強烈情感和偏好。

我鑽研了四部耶穌的傳記，設法找出這些經文中隱含的意義，還有經文裡智力層面的不同程度，以及四部福音作者有意和無意的意圖。我用過幾種版本，研究耶穌在經歷各種情況，尤其是在緊張的時刻所顯出的每個觀念、每個反應、每個沉默時刻和每個思想。我必須知道我所分析的是一個真實的人、或只是一個虛構人物的智慧。

這項查考的結果至關重要。我的研究把我導入三個可能方向：我可以仍然抱持懷疑，或認為耶穌是人類驚人想像力所虛構的人物；也有可能，我確信他真的存在，他是真真實實走過人間且在世上生活過的人。

我得到了一個結論，我會在後面的章節證明並辯護我的論點。

## ※福音作者有意和無意的意圖

如果我們研究福音作者有意和無意的意圖，就能得出一個結論，也就是他們並無意建構一套人生哲學、促成一位政治英雄，或創造一位宗教領袖，更不用說去塑造一位普世崇拜的人物。他們只想述說有一個非比尋常的人，那人徹底改變了他們的生命。他們想要記錄下耶穌生活過的事蹟，以及他所宣講的內容，即使這些對讀者來說是多麼不可思議而難以理解。只要我們研究福音中描述的思想有多迂迴複雜，就會發現有諸多因素可以證明耶穌非凡、特殊和出乎意料的人格。

福音的兩位作者——瑪竇和若望，是耶穌身邊的門徒。另一位作者——馬爾谷的作品可能是根據伯多祿的口述資料寫成的；他與伯多祿非常親近，還被暱稱為伯多祿的兒子（伯前五13）。因此我們下結論說，三位福音作者和耶穌有著親密的關係。那麼，耶穌是真實存在的人，或是這些作者想像出來的？我們來檢驗一些證據。

如果福音是作者文學想像的產物，他們不可能如此批判自己，也不會評論他們在耶穌被捕時各自竄逃那種軟弱、羞愧的態度。當耶穌不反抗來逮捕他的人，也不雄辯和行奇蹟時，門徒們都感到洩氣和不解。在那個時刻，他們以師傅為恥且充滿恐懼。在那緊要關頭，他們關閉心靈之窗，拋下了他。

伯多祿發過誓絕不會否認耶穌。他如此深愛他的老師，還說過願意同他一起死。但是當伯多祿在棘手的局勢中被揭發身分時，他竟然在那幾個毫無政治影響力的僕役面前否認耶穌，而且不只一次，還是三次。是誰告訴四部福音的作者，伯多祿曾當著幾個僕役三次否認耶穌呢？如果他的朋友當中無人知道他否認過耶穌，那麼是誰告訴他們伯多祿感到羞愧呢？一定是伯多祿自己鼓足勇氣說出這件事。為什麼作者會如此嚴格律己呢？伯多祿不僅說出實情，而且把他否認的經過一五一十地交代清楚。我們稍後會探究他交代路加的一些重要細節。

伯多祿是一個魯莽又沒受過教育的漁夫，他是從誰身上學到了要對自己坦蕩、誠實，甚至講出自己的切身之痛？他一定是從某人身上學到了這項修為，



至少，這人是他仰慕的人。這個人必定有卓越的智慧，因此能教導伯多祿內化，並喚醒他深刻意識到自己的存在價值。福音中所描述的耶穌就具有這些特質。面對緊張的處境，耶穌只要偽裝一下，就能脫免苦難，但他選擇了坦白。伯多祿從耶穌身上學到了忠於良心，勇敢面對自己的錯誤和軟弱，這就清楚顯示了，耶穌不是一位文學人物，而是真實的人。

如果福音作者刻意製造出一位宗教英雄，正如耶穌的門徒所期待的，他們就不會揭露自己在耶穌受死前感到羞愧的那些時刻，因為這有違耶穌是英雄的面貌，尤其如果耶穌是虛構人物的話更是如此。這件事實表達出一個潛意識的現象，顯出門徒們只是想記述那位在世上真正生活過的非凡人物。

當耶穌被捕、受辱和被鞭打時，年輕的若望拋棄了他，和其他門徒拚命逃跑。但是後來若望卻以莫大的勇氣，將他面對師傅被釘十字架、肉體和心理承受劇痛時，他自己內心的軟弱和無能（若十九<sup>26</sup>）描述出來。

若望是在什麼時候寫下第四部福音？大約是在西元九十年左右，距那些事情發生的時間已過了半個多世紀，那時他已白髮蒼蒼，而其他宗徒可能都去世

了。在那個時代，有些初期的基督徒逐漸離棄耶穌教導的基本方針。因此，若望就在晚年，記述了他所見所聞的每一件事。你想從一個風燭殘年的老人身上知道些什麼？若望對自己所見和經歷的一切，沒有必要說謊。年老的若望在他的文字背後也沒有任何隱瞞。他不僅談到有個叫耶穌的人深深影響了他的生命故事，而且在他的敘述中也沒有忘記談到他自己的軟弱。這在文學上是不尋常的。如果作家意圖描繪一個十全十美人物的真實傳記，那麼他自暴其短才合情合理。

我們總是習慣隱藏自己的錯誤和軟弱，但是耶穌傳記的作者卻學會忠於良心。他們向耶穌學到了從錯誤中萃取智慧的高深學問。在研讀耶穌的傳記時，我們發現，福音作者有意無意中想忠實呈現他們的生活實況，即使和一般人的觀念格格不入。

如果耶穌是福音作者想像出來的人物，那麼他被出賣的那天晚上，在革責瑪尼山園感到痛苦掙扎的那段生動情節，他們一定會略過不提。就山園祈禱這段敘述和其中的心理現象，我會另闢專文析論。在此僅將我的觀點撮要如下。

那天晚上，耶穌表達了他將飲之杯的內涵，和他必須承受肉體與精神的痛苦。如果福音的作者刻意捏造了這個人物，他們一定會隱藏耶穌話語中和痛苦、受難相關的內容。他們必定只會提到耶穌榮耀的時刻、行奇蹟和受群眾歡迎的那一面。耶穌受苦的記載就是他並非文學創造的證據。他不是過著傳奇般的生活，而是如福音所描述的在過日子。

耶穌受官長和司祭長審判時，福音作者原可不必讓他保持沉默，反而可以讓他對答如流。以耶穌的智慧和口才，連最頑固的人都要瞠目結舌。但當羅馬總督比拉多好奇地詰問他時，他卻不發一語。耶穌在最該為自己辯駁時，選擇了沉默。他知道這場審判是偏頗不公的，不然憑他的聰明才智，一定可以逃過受審。他始終默不作聲，不為自己在公開場合說過和做過的一切辯護。耶穌輕易地向他的對頭投降，並容許他們判斷他的言論和行為。因此，如同他的傳記作者所描述的，他被不公義地審判、羞辱和處死。

## ※耶穌不可能是作者智力創作的虛構人物

從某個角度來看，許多心理學的事實清楚證明，福音的作者不論有意或無意，並不打算創造一個像耶穌這樣的文學人物；另一方面，我們有必要探究人類的心智是否有能力創造出耶穌這種人格的人物。

耶穌的言行舉止，既不像英雄，也不像等閒之輩。他有超卓的智慧，行事風格也異於常規。大家期望他說話時，他偏保持沉默；當群眾想從他的超自然行動中得到好處時，他卻叫他們別張揚他所做的奇事。他避開任何形式的炫耀和賣弄，有哪一位作者能憑空想像出這樣一號奇特的人物？

耶穌在被出賣的那天晚上，他只帶著三個門徒隨行因此輕易被捕。他不要那些一直跟著他的群眾在場。儘管只有幾位門徒和他在一起，但在那種情況下仍免不了衝突打鬥，伯多祿還砍傷了一名士兵。耶穌不想引起任何流血暴力，他擔心門徒和逮捕他的仇敵的安危（若十八8）。竟有人會為敵人的好處著想，真是非比尋常。耶穌預知自己的死期，且自願被捕。

世人並未因為福音作者的巧思而向耶穌屈膝，福音作者壓根兒不想去創作偉大文學風格的作品。世人承認耶穌，是因為他的思想和態度極具說服力，而不能不說自明，不必任何文學的修飾。

在耶穌的傳記中，吸引我們注意的是他那不尋常的作為、出乎意料的動作，以及他能夠關心別人的痛苦——甚至在他自己面臨痛苦時亦然。我們將會看到他的觀念如此震撼人心，歷史上堪稱前所未有，就連他沉默的時刻，也極具意義。我相信在耶穌的四部傳記中，一定有很多段落隱藏著連作者當年在寫作時也無法了解的智慧祕密。

耶穌的處事方式與我們陳腐的觀念和千篇一律的應對常規截然不同。我們來看他榮進耶路撒冷的情形。

耶穌周遊加里肋亞各地好一段時間，有一大群民眾跟隨他。現在進入耶路撒冷城的時候到了，耶穌第二次、也是最後一次來到這裡——以色列的宗教和政治中心。那時耶穌的聲望達到最高峰，群眾都歡呼擁戴他是以色列君王（谷十一—10）。有幾個門徒還不明白耶穌的心意，吵著等師傅登上王位後誰要作他的

左右手（谷十35-37）。門徒和群眾都欣喜若狂。然而，耶穌出人意料的作為再次震撼了每一個人。

有什麼比一個大人騎在驢背上左搖右晃想保持平衡更荒唐可笑。驢子雖然夠強壯，但體型卻矮小，騎著驢子上路時，真不知該抬起雙腳或乾脆放在地上拖行。

多麼突兀滑稽的一幕！耶穌的舉動再次帶來衝擊，人們又一次不了解他。受到群眾的簇擁而陶然欲醉的門徒，情緒一下子跌到了谷底。儘管群眾覺得訝異和困惑，他們還是把自己的外衣鋪在地上讓他走過，前呼後擁地把他當成以色列的君王。

民眾想擁戴他為王，他卻表現出他不要任何政治權力。人們想高舉他，他卻大談謙卑和內省的必要，並把這些看作是達成人生目標的途徑。耶穌提倡的改革是從人的內心，從心靈深處做起，而不是外在或政治光彩的革命。他不像我們一樣關心外貌、權力、社會地位或輿論，真是令人不可思議！

試想，如果美國總統在就職日當天，要求幕僚替他弄來一匹驢子讓他騎進

白宮，那麼我們真該建議他去看精神科。人的腦力不可能創作出既擁有高妙智慧、卻又如此謙卑而淡泊名利的人物。

人在聲望如日中天時，很容易驕傲而改變一貫的行事風格。另有一些人，即使再怎麼宅心仁厚和謙虛，一旦稍有名氣爬上權力的階梯，往往會不知不覺地自以為高高在上，不可一世。

然而，當耶穌在社會上功成名就時，並未目中無人；他反而空虛自己，誠樸謙卑地走下台階，許多人都對他的舉動感到不解。如果他步行進城，可能還顯得更有威嚴，不那麼令人驚愕。但他卻騎上一頭驢子，只為了打破人們既定的思維，發人深省，而開啟他們的心靈之窗，向其他的可能性開放。

任何總統進首都時，最貧窮國家的總統也一樣，陣仗一定盛大壯觀。耶穌的人格特質遠超過人類理智創造力的限度，就連與他生活過的福音作者也對他驚奇不已。耶穌的人格超過人類想像力的極限，他的智慧在兩個極端間擺盪，他有時顯得雄辯滔滔、思緒連貫且充滿自信；而在一些場合，他又會跳躍到另一種性格，他顯得非常仁慈、順服和謙遜。

耶穌的人格是如此卓越，他的一言一行就像一首美妙的樂章，在高高低低的音符間躍動。我認識很多精神科醫生、心理學家、知識分子、科學家、作家和企業家，卻從沒見過任何人的性格像他的一樣，那麼震撼人心。

有誰在踏上成功的頂峰後仍能保留住內在的本質？逃離內在在本質不總是由「自我」來決定，而是受「脫離自我控制」的心智過程左右。許多人在功成名就之後，就會在無意間失去歷史的根源，甚至失去在日常瑣事中審美默觀的能力。因此，許多人在成名之後，開始會感到厭煩，並想法子回歸平淡的生活。

有任何文學人物貼近耶穌的人格嗎？自從古騰堡（Johannes Gutenberg）發明現代印刷術之後，已經有成千上萬的作家創作了數以百萬計的文學人物。哪個人物擁有和耶穌相同的人格特質？這個問題是研究上的一大挑戰！我很篤定，答案是否定的。耶穌的人格特質完全跳脫人類瑰麗豐富的智力和創造力的框架。

我以前認為耶穌是文化和宗教信仰的產物，但是經過多年的查考，我確信自己不是在研究一個虛構想像人物的智慧，而是那位曾經在地球上走過和生活



過的真實人物。雖然我們可以拒絕他，可是一旦查考他的傳記，就不能否認他的存在和他迷人的人格。耶穌的人格不可能是人類想像力建構出來的。

### ※四部傳記的差異證實耶穌是真實的人物

我過去曾認為，四部福音的共同記載中有些微小差異，因此削弱了福音的可信度。當我深入去分析時，我才明白，這些差異也是耶穌存在的重要證據。我知道這些傳記並無意相互抄襲，而是不同作者在不同的時間，查考一位有真實事蹟的人物所得的結果。

四部福音都提到伯多祿否認耶穌，但是伯多祿在第三次否認耶穌時，只有《路加福音》加上一段：那時，「主轉過身來，看了看伯多祿」（路廿二61）。和許多人認為的正好相反，四部福音在敘述上的差異，並未抹殺了耶穌故事的真實性，反而增添了可信度。我們來看這個論點。

醫生路加懂得詳細調查事實，他有客觀敏銳的眼光，察覺得到別人未注意或重視的事實。耶穌死了許多年後，路加求證伯多祿、蒐集耶穌受難的細節時，他發現耶穌有個動作是其他福音作者沒留意到的。他注意到耶穌雖然遭受鞭打和侮辱，他卻不顧自己的痛苦，反而擔心起伯多祿。伯多祿告訴路加，在他第三次否認耶穌的當下，耶穌轉過身來凝視著他。

耶穌的凝視，隱含著殷殷垂教和款款深情的複雜情懷，即使在極度痛苦中，他仍為別人的焦慮而操心；他還能超脫自我保護的本能，用關懷的眼神去鼓舞別人。

有誰在痛楚徹骨的那一刻，還能關心別人的痛苦？如果我們在情緒平靜時，還經常向世界予取予求，試想當我們遭受苦難、威脅而灰心絕望時，我們更會如何？

伯多祿或許是在耶穌死後三十年，才徹底明瞭耶穌看他那一眼的完整用意。後來，路加以醫生冷靜客觀的眼光查考伯多祿的故事，捕捉到了那一幕，並在西元六十年記錄下來——《路加福音》可能是在那時候寫成。

《路加福音》是經過充分調查的翔實歷史文獻，他請教過許多證人，從中篩選資料，然後予以適當整合。路加是醫生，所以在呈現醫學主題上尤其有興趣（路一1-2）。他非常關注耶穌誕生的相關事件。他訪問過依撒伯爾和瑪利亞，也是唯一描述她們的讚美詩和瑪利亞內心世界的作者。路加顯現出他對民眾的故事特別感興趣，例如他記載了匝凱、慈善的撒瑪黎雅人、被耶穌治癒且知恩的癩病人、悔改的稅吏，也是他向我們述說了蕩子回頭的比喻。路加是一位細心的訪查者，因此他找到很多關於耶穌的細節，甚至注意到耶穌的凝視具有極大的教化意義。

其他三位福音作者沒注意到耶穌的凝視，因此這件事並未被記錄下來。傳記中的這些差異，證實這是分別由關注不同歷史層面的作者，經過調查研究的成果。福音是由受耶穌故事吸引的人，在不同的時間寫下的四部「不完整」的傳記。

這些傳記具有連貫性、智力的巧思、大膽的思想和複雜的觀念，而且精簡扼要，不自我標榜或賣弄吹噓。

有時耶穌清楚透露他的思想，但隨即又將想法隱藏在他的態度和暗喻中，讓人更難理解。他不斷地啟示而又隱藏自己。為何他要這麼做？他的故事透露出這不是因為他要追求社會成就，而是因為他有更遠大的目標；他想要創造人們內在的革命，一種難以解析、脫胎換骨般的革新。他想要在人們的理智和心靈深處引起轉變，進而產生寬容、謙卑、正義、團結、審美默觀、相互合作和關懷別人痛苦的果效。

耶穌不停啟示且隱藏他的作為，用意也是在激發身邊民眾的智慧。如同我們將看到的，他想要打破人們的偏見獨斷和理智的牢籠。在破除僵化思維和轉化人性上，沒有人比他做得更深入徹底。

### ※劃時代人物的卓越人格特質

本書並非按照耶穌生平的年代順序，而是針對特定的情況，以及他生命中

獨特的時期，研究其智慧特質。

本書無意為任一宗教辯護，目的純粹是以心理學來探究耶穌的人格。然而，耶穌卓越的智慧原則，也能幫助非基督徒和信奉任何宗教的人，打開他們的智慧之窗。這些原則如此多元，就連對宗教最存疑的無神論者也能從中豐富思考能力。

我們會看到，心理學、教育學、社會學、人力資源和其他科學都因未能查考耶穌的智慧，以及運用他的基本人格特質，而錯過很多可貴的東西。

很難再找到人格特質令人驚奇，要求我們內化並省思生命歷史的人。這個人待人處事通情達理，並且能以不落俗套的思想和情緒面對緊張、失望和情感上的痛苦。他是如此耐人尋味，甚至動搖我們的觀念和既存典範。

我作精神科醫師、心理治療師和研究智力多年來，探索了多種不同的人格類型。我了解到人的心智儘管複雜，時常還是可以預測的。耶穌卻是這個規則的唯一例外。他有鼓舞人心的智慧，能激發周遭人們的智力。我會針對這個主題歸納出耶穌的人格特質，並在本書中深入解釋且加以發揮。

耶穌完全意識到他所做的每一件事，他有明確的目標和輕重緩急（路十八31；若十四31）。他堅定而果斷，卻也很有彈性，富同情心且彬彬有禮。他極具耐心地教導人；他不是被動的老師，而是啟發者。他帶給身邊的人求知渴望（若一37-51）。他說得少，做得多。他說話非常精簡，卻言簡意深。雖然他生在威權時代，卻敢大膽地表達自己的想法。

勇於表達想法經常帶給他迫害和苦難。然而，當他想發言時，即使話語會給他惹來麻煩，他也不受威脅。他將言簡意賅與辯才無礙、謙遜與智識的勇氣、友善與機智融為一身。

耶穌出生在身分和生活都深受羅馬帝國威權主義和虛浮風氣威脅的國家。當時的社會政治環境充滿不安，生活艱困。人民表達思想的權利受到猶太當權者極大的限制，外加羅馬帝國的壓制，傳達與接收資訊都被嚴格管控。

猶太人一直在等待一位偉大的領袖——基督（默西亞／彌賽亞），他要治理以色列，挽救人民的身分，解救他們脫離羅馬帝國的統治。猶太的領導階層，處在緊張的政局之下，又被人民醜化，於是極力保護自身利益，深怕權力受到

威脅。他們的腦筋僵化、思想頑固，不願意探查探究，因此不認識那位既不奢求地位，也不欣羨政治權力，極其謙卑、寬容、慈善又睿智的耶穌基督。

猶太人等待某個人把他們從羅馬人的手中解救出來，但是要來的那位卻要帶人們脫離精神的悲慘處境。他們期盼外在的革命，但是要來的那位卻提倡內心的革新。他們期待一位強有力的政治家，但是要來的那位卻誕生在馬槽裡，在納匝肋這個窮鄉僻壤長大，三十歲之前還是個沒沒無聞的木匠。

耶穌沒進過正式的學校，或是向當時的知識分子——經師和法利塞人求教，但是他進入了存在與生命的學校。在這所學校裡，他學得了關於人生在世的見解、限制和危機的學問。他在極度苦悶、身體疼痛、社會壓迫、生存困境、飢寒交迫與社會排斥中，寂寂無名地生活。

在生命的學校中，大多數人不曾投資於智慧。在這所學校中，年老並非成熟的記號；學術頭銜和社經地位也無法反映出人內在的富足，或成功開創審美靜觀學問上的思想自由，以及生活的樂趣。我們將看到生命的學校是無所不在的，涵蓋了我們整個的生命歷程，當然也包括正規的學校教育。

生命的學校如此複雜，你就算讀過無數自我成長的書籍，還是會感到不安，在面對困難時，仍會覺得棘手。在生命的學校裡，最大的成功不是外在的成就，而是能征服你的內在；這趟漫長艱鉅的旅程不是外在的，而是沿著你自身存在的路徑走去。在這所學校裡，最優秀的學生不是那些誇耀自己成就的人，而是承認自己的衝突和限度的人。

我們多少都經歷過痛苦和不確定的時刻，因為生命中有些時候事與願違是無法預測且避免不了的。在生命的學校裡，你領會到經驗不只是從成功和勝利中累積，常常也從挫敗、失落、社交和情感困擾中汲取經驗。耶穌就是在這複雜迂迴的學校中，成為導師中的導師。

他是這所學校的導師，知識分子、科學家、精神科醫生和心理學家都只是他的學生。許多精神科醫生和心理治療師在診療室裡都能從容思考，他們在替病人看診時，表現得頭腦清晰、有條不紊。但是，真實生活的脈動是在診療室之外。因此，當他們面對自己的壓力、挫折、失落和情感痛苦時，才發現要維持一貫的清晰和條理，實在有其困難。



同樣的，許多人在參加業務、科學或宗教會議時，在小組中表現沉穩明智。然而，當他們遭遇生活動盪時，卻不知如何安時處逆，吞忍沉潛，然後反過來好好善用，昂然不屈地克服困境。

評估智慧的最佳方式，不是觀察那個人毫無壓力環境下的反應，而是觀察他面臨諸多壓力時的反應。

誰能不斷利用生活上的苦痛、不安、社會壓力和工作挑戰來增進思考技能和人格成熟呢？有尊嚴且成熟地生活，這種在我們人生舞台上躍動的生命，才是我們該努力學習的處世哲學。

耶穌能夠從容表達自己的想法，是因為他善用每一次苦悶、失落、挫敗的時刻，作為增進了解人性的機會。他在建構思想上如此卓越，能把不幸轉化成詩篇。他詩意地說：「狐狸有穴，天上的飛鳥有巢，但是人子卻沒有枕頭的地方」（瑪八20）。誰能把自己的悲情說得這般風雅？耶穌是生活的詩人。他的傳記揭露他承認自己的痛苦，卻也能不斷將之善加利用。因此，痛苦不但沒能摧毀他，他反而將痛苦作為智慧的基礎。

這位來自納匝肋的木匠，大半輩子都過著沒沒無聞的生活，然而，當他開始顯露自己，卻對人類的思想和生活方式帶來革命性的影響。他的計畫是潛移默化的。他說，思想和情感的內在世界必須先改變，否則外在的改變不可能穩定持久，可能只是社會上虛偽的表面工夫（谷七17-23；若八36）。耶穌認為，外在改變及改造社會諸多面向，是內在轉變的結果。

儘管耶穌的智慧高深迷人，但他也有種種令人困惑不解之處。他誕生於一個小鎮，出生時四周都是動物，一點也沒有上流社會的動人印象、美感和魅力。

在兩歲時，他就開始過艱苦的生活，因為黑落德王派人追殺他。他的父母，儘管內心十分富足，卻沒有任何社會地位。他成長的小鎮是個窮鄉僻壤。他的職業卑賤，艱困的生活使他操勞，難怪有些人認為他看起來比實際年齡老得多（若八57）。

他從未想要成為眾人注目的焦點。當名聲自動找上門來時，他卻設法內化並逃離社會的紛擾。他既不自我推銷，也不自我吹捧。他從不清楚談論他的身分，即使對最親近的門徒亦然，而是讓他們用自己的能力去思索和發現（瑪

十六 | 13 | 17)。當他提到天父時，經常以第三人稱來稱呼自己。他只在某些特別的場合使用第一人稱，那時他說話大膽露骨，令人印象深刻，也使在場的每一個人大惑不解（若六 | 13 | 52、八 | 12 | 13，58 | 59）。

耶穌喜歡和市井小民打成一片，他是反對各種偏見的最佳榜樣。他關心每一個人，包括品行不良、滿身缺點的人。他付出卻不求回報。

耶穌與經師和法利塞人迥然不同，他重視人們的生命故事更甚於道德行為上的「罪」。他進入人們的世界，親履他們的生命歷程，樂於傾聽他們的心聲。對他而言，聆聽的藝術是智慧的瑰寶。

雖然耶穌沒受過任何心理治療訓練，卻是解讀人心的大師，因為他能掌握人們內心深處的感受。他能察覺自身內在潛藏的衝突，然後明智且有效地對它採取行動。預先知道並回答別人心中的疑問，以及提出人們不敢問的問題，為他是常有的事（路七 | 39 | 40、十一 | 17）。

即使他被嚴重冒犯，他還是保持風度。就連他在糾正和譴責別人時，也是好聲好氣（若八 | 48 | 51，53 | 54）。他不曾公開指出別人的缺點，而是細心幫助他們；

他看重的是人而不是過失，引導他們自我反省。

即使他口才辯給，但他寧可用啟發的方式，也不把自己的觀念強迫灌輸給別人。他既不說服別人去做某件事，也不設法使人信服他的話。他從不強迫別人跟隨他，而是邀請他們（若六35）。相信他與否，完全由他們自己決定。他的比喻並不產生制式的答案，而是激發提問的技巧和思想。

耶穌從不在被迫的情況下回答問題，他永遠忠於他的良心。雖然他和藹可親，卻絕不阿諛奉承。他不曾為達到某種目的找藉口，人們對他的思想和反應經常感到困惑，而不是更了解他。事實上，他是猶太當權者的最大考驗。耶穌對科學和古往今來的知識分子仍是巨大的謎。現在的基督徒如果生在當時，想必也會被他的思想弄得一頭霧水。

耶穌雖然令人費解，但那些認識他的人——包括他的對頭都很欽佩他。他幼年時的話語和行為令母親瑪利亞深刻難忘，因此把他說的話默存在心中（路二45-51）。在他十二歲時，經師們圍坐在他身邊，聽他應答，都對他的智慧嘖嘖稱奇（路二39-44）。耶穌機智的對答令他的對頭啞口無言，他的門徒再次對

他的智慧感到驚奇，而願意留下來聆聽他的教導（瑪廿二22）。就連比拉多在他面前也像個不知所措的孩子（瑪廿七13-14）。比拉多是強盛羅馬帝國的官員，握有權力又傲慢自大，無法忍受耶穌在受審問時不發一語。耶穌面對死亡威脅時展現的坦率、沉穩，令比拉多大為驚奇。他的妻子雖然沒有參與耶穌的審判，卻因知悉事情的經過而感到不安，並為夢見耶穌而輾轉難眠（瑪廿七19）。

人們持續爭論著這位出身寒微的神祕人物到底是誰。耶穌迷人而鼓動人心的智慧，或許是令當時許多人失眠的最大原因。

第 2 章

科學對查考  
耶穌智慧的  
畏縮與忽視

## ※科學的承諾和挫敗

在十九世紀，特別是二十世紀，科學方面有了爆炸性的發展。在此同時，無神論也邁進空前的榮景。科學進步了，做了許多承諾，在科學的基礎上，人類更大膽地編織進步和現代化的美夢。千千萬萬的人，包括許多知識分子，將天主從他們的生活和生命歷史中剔除。科學成了人類的神，它應許要帶領世人在生物學、心理學和社會繁榮等各領域大步向前躍進。人類會更團結，公民更活躍參與社會事務，人文精神將提升社群關係，人人都能擁有物質財富，社會的不幸要銷聲匿跡，而我們的生活品質也將躍升到無與倫比的程度。戰爭、種族歧視和其他侵害人權的事件，將是過去世代的汙點，只留追憶。多美的夢！

科學一直在做石破天驚的承諾，雖然並非用言語明說，卻強而有力且極其誘人。我們從土木工程、機械、電子、醫藥、基因工程、化學、物理學等的每一項驚人發展，都能感覺到這個承諾。知識的擴展變得難以控制，每一項科學都能衍生出一系列新的科學；知識的每一條巷弄都能自我擴展成一大片毗鄰的

資訊區塊。在細胞裡可以找到一個小宇宙，在原子內可以發現一個大世界。我們可以了解數億星系在太空中躍動的世界。在電腦的記憶體裡可以產生無限可能的宇宙。

雖然科學如火如荼地發展，卻也讓人類感到挫敗。科學一直以來做了許多貢獻，透過實驗室檢驗和醫學技術，帶來精神世界以外，甚至在我們身體內的科技革命。科學革新的是精神（人類）以外的世界，而不是人的心靈深處。雖然它帶領人類認識浩瀚太空和微小原子，卻仍無法引領人類探索內在自我的堂奧。它生產了汽車，卻生產不出能搭載人類通往生命歷程的心靈之車。它製造了機械去耕耘大地，生產糧食飽飫我們的肉體，卻未能創造心理學和社會學的真諦，去「犁耕」我們僵硬的思維和個人主義，使我們能夠增長公民意識，包容和關懷他人。它帶來資訊和無數的大學院校，卻解決不了缺乏培育思想家的危機……

科學未能引起人文主義、團結和人權維護所夢寐以求的革命，更未實現提升現代人心理和社會生活品質的最基本承諾。



在邁向二十世紀的尾聲，人類覺得被科學背叛；而進入第三個千年的人類，此刻也感到挫折、失落和徬徨，找不到可以依靠的智識支柱。

### ※知識和心理社會的悲劇

無數的人能定義說明看不見的原子內的粒子，然而他們卻無法理解不能拿肉眼輕易辨識的黑白膚色，把人類區分成兩種人，更何況不論白人黑人同樣具有偉大的思想建構。隨著世代演進，我們是否變得更有的人文、更加幸福、友愛、自重、包容且更少心靈疾病？很可惜的，我們並非如此！

知識開啟了意想不到的新視野。學校不斷在增加，資訊不曾像現在這麼普及且唾手可得。我們正處於虛擬教育的時代，千千萬萬人可以在家讀大學。但是那些不再作被動的旁觀者，主動去改善生命和社會歷史的思想家在哪裡？那些有創意觀點、能夠克服偏見獨斷和緊張張源的工程師在哪裡？那些不期盼世界

繞著自己旋轉，能征服個人主義的偏執、超越掠奪性競爭的偏執，知道如何為社會付出奉獻的人道主義者在哪裡？

現代人運用了最多科技，卻對它抱持強烈懷疑，也知道科學尚未解決人類的根本問題，這造成什麼樣的結果？無神論從十九世紀延續至二十世紀的堅固鎖鏈斷裂了。科學一如承諾地不斷進步，人類在科學的基礎上，取得了神的地位，因為人們相信自己能夠徹底根除人的悲劇。因此，在過去數十年中，無神論如同盛開花圃般蓬勃發展。然而，因著科學的挫敗，無神論也如同骨牌般應聲而倒，分崩離析，代之而起的是神祕主義。我們從一個極端走入另一個極端。

現代人感受到身邊處處都是心理與社會悲劇，注意到每天報紙頭條的負面消息，於是開始尋找天主。他，過去什麼都不信，現在變成什麼都信；他，過去百般多疑，如今卻凡事輕信。雖然每一種信仰都值得尊敬，但相信前先經過思考，並以成熟和批判的良心去相信，也應當同樣受到尊敬。帶著批判意識去思考的態度是彌足珍貴的。

## ※科學和耶穌智慧的複雜性

科學研究對某些非常重要的知識領域顯得相當輕忽和畏縮，其中包括心靈與大腦之間的界限。雖然我們已經能夠遨遊浩瀚的太空，也能深入原子並一窺堂奧，但那使我們成為能思考、有情緒感受的人這股心靈能量的內在本質，至今仍是個不解之謎。

在過去幾個世紀中，科學畏怯和忽視的另一項研究，就是去查考本書的主角——耶穌基督。科學認為他太複雜。沒錯，他的確複雜，科學也向來把研究他的智慧視為畏途。但難道你不認為該深入探究這位劃時代的人物嗎？科學認為他遙不可及，遠非科學所能分析，因此把這項任務留給神學去處理。

有兩種人很容易被孤立忽視，一種是被看作一文不值，另一種是被視為舉足輕重而高不可攀。耶穌被當時許多「知識分子」排斥，因為他們把他當成擾亂社會和宗教秩序的罪魁禍首；另一方面，他現在如此被看重，有的人認為他可望而不可即，遠非科學方法所能查考。然而，正如先前提過的，他願意接受

明智地探查。

科學的輕忽和畏縮，使得耶穌被拒於學術討論之外；在教室內，沒人研究或查考他；在大學裡，他複雜的智慧也不是學位論文研究的對象。即使耶穌的智慧具有卓越的知性原理，能夠激發內化的過程和最重要的智力功能的發展，他還是被排除於學院課程之外。

我們很少聽到有人評論說：耶穌的智慧具有激勵性，他打破人們理智的枷鎖，開啟人們的心靈之窗。毫無疑問的，他是平靜與謙遜的生活典範，然而，卻沒有人提到他在思考藝術上無人能出其右。

### ※查考耶穌智慧的工具

「生命學校」裡導師中的導師被排除在傳統學校之外。雖然千千萬萬人深深仰慕他，但只有寥寥可數的人深入研究他的智慧。大多數人並不知道他多麼

渴望由內而外，從人的內心促成心理與社會的改造，即科學曾經信誓旦旦，卻未能達致的那種改變。

繼續探究耶穌的智慧之前，我要針對人類智力建構的一些基本機制稍作說明，並對思想的建構、記憶的角色和偏見的獨斷做個小小綜合。

這裡所探討的現象，將作為查考耶穌智慧某些基本原則的工具，本書中會加以運用和闡釋。

### ※耶穌面對焦慮和思想管理的智慧

納匝肋木匠耶穌的智慧令人驚異，因此他談論的話題只有到十九世紀後期，才能以精神醫學和心理學的科學方法來處理。他走在時代的前端，談到那最隱伏難察的心理疾病——焦慮（瑪六25-34）。焦慮阻擋生活中的快樂，助長發怒，激起痛苦，並引發一籬筐的身心疾病。

醫學是一門具有千年歷史的科學，總是帶著懷疑的眼光瞧不起精神醫學和心理學，認為那些都是新興而不成熟的科學。許多醫學生，包括我在學校裡教過的那些學生，對精神醫學和心理學程都不怎麼重視。他們想要研究人體的器官和疾病，卻忽視心靈的作用。但是最近幾十年來，醫學已經放下高傲的身段，把人看作結合心靈與生物體的整體來研究，也明白心臟血管、肺、腸胃和其他疾病，都是心理疾病，特別是由焦慮引起的。

耶穌談到的是直到現在才成為醫學熱門研究主題的疾病。在第三個千年，一位優秀的醫生應該對精神醫學、心理學和一般文化有豐富的知識。他會減少求諸檢驗報告和開處方，卻對與病人交談越來越感興趣。他能夠進入病人的世界，察覺他們焦慮的程度，幫助他們克服生活的痛苦。他是個思考專家，想法和耶穌在廿一世紀前宣講的內容相似。他是交談的導師。

耶穌導師透澈了解人的心靈和人生困境，他替身邊朋友的生命品質操心。他語重心長地說：「不要為明天憂慮。」這並不是說他們應該徹底去除任何焦慮的反應，而是說他們不該再過焦慮的生活。耶穌在言談中指出，每個人身上

都有一個自然且正常的焦慮模式，當我們在擔憂、做計畫、表達渴望、生病或失望時，就會自然而地流露出來。然而，依照耶穌的看法，這種偶然且正常的焦慮可能變成一種病態、焦慮的「想法」。

我無意在本書中詳述耶穌對焦慮的看法。我只想解釋，耶穌的宣講指出人過度關注生存、預期想法和現實問題等，而且貶低人的「所是」卻看重人的「所有」，這些情況助長病態的焦慮。「生命學校」的導師是偉大的聖哲，他所指出的問題在現代非但未見改善，反而變本加厲。

我們的物質需求越多，就越想擁有。我們的不安和不滿足感好似永無止境。我們重視「所有」勝過「所是」，看重擁有財產勝過度平靜和諧的幸福生活。這種顛倒的價值觀助長了焦慮和其後果：不安、恐懼、憂慮、易怒、不滿和苦悶（情緒緊張伴隨胸悶）。不安是焦慮的主要症狀。我們有壽險、產險和車險，卻還是消除不了我們的不安全感。

耶穌說得對：人與生俱來有一種受到基因、心理和社會因素影響的焦慮，並且關係到思想的建構。只有死人不會有這種焦慮。人類是最受稱羨的物種，

因為人類具有思想建構。但很多時候，我們卻用思想傷害自己，引發焦慮感。問題並沒有發生，但我們卻杞人憂天。《瑪竇福音》第六章說：「你們不要為明天憂慮！因為明天有明天的憂慮，一天的苦足夠一天受的了。」（瑪六34）

耶穌要替門徒打預防針，讓他們對預期想法產生的壓力有免疫力。他沒有取消目標、優先順序和工作計畫，因為他自己也有設定好的目標和優先事項，但他不要門徒去自找那些假想的難題。

我們許多人都活在烏托邦式自由的弔詭中。就外在而言，我們是自由的，因為我們生活在民主的社會中；從內在來看，我們卻是囚犯，是對未來抱持悲觀和戲劇化情緒的奴隸。許多人身心強體健，卻整天可憐地想著癌症、心臟病、意外橫禍和失去的一切。

耶穌對焦慮的教導是經驗老到的。因為要處理焦慮，就必須熟悉那種複雜且大家不易學會的思考技巧：管理思想的技巧。

雖然我們能控制外在世界，但是對管理內心思想和情緒的世界卻顯得黔驢技窮。我們屈服於那些無關痛癢的需求，屈服於對現代世界的妄想：消費、美



學和安全感。因此，人生本應是快樂的景象，卻成了恐懼、害怕和焦慮的景象。我們不曾有過這麼多的身心症狀：頭痛、肌肉痠痛、過勞、睡不安穩、飲食失調（暴食症和厭食症）等。美國有肥胖問題的青少年為數眾多，而焦慮是造成這種失調的主要原因。

若要了解思想管理的重要性和實際去做的困難，我們至少得回答兩個關於心智運作的大問題：人最大的娛樂來源是什麼？思考是不可避免的活動，或只是依賴人類自身意識決定的一種自主的理智工作？

人類娛樂的最重要來源不是電視、運動、文學、性愛或工作。答案就在人自身之內，也就是在心智內暗中建構的觀念和思想，由之產生的夢想、計畫和抱負。

誰能中斷思想的建構？那是不可能的。這個企圖本身就是一種思想。我們在作夢、工作、走路和開車時都在思考。

觀念呈現出一串有組織的思想鏈。在我們理智的舞台上不斷遞嬗的觀念之流永遠川流不息。我們都是觀念界中的旅客：我們航向過去，重建先前的經

驗；我們航向未來，想像不存在的情景；我們也航向與存在有關的問題。

法官判決時在思想中遨遊；心理治療師在聆聽病人時思想在遨遊；科學家在研究時思緒也在遨遊。兒童在幻想中遨遊；成人在憂慮中旅遊；老人在記憶中漫遊。

有的人在建構計畫，也有些人在構築空中樓閣。有的人很少在思想中遨遊；也有些人雖時常遨遊，卻很少專注在工作上。他們以為自己有健忘症，其實，他們之所以不夠專注，是因為他們的思想力非常旺盛。

思考不是人自主的選擇，那是他不得不的宿命。我們不能阻斷思想產生，只能加以管理。要阻斷思想之流是不可能的，因為除了自我（自覺的意志）之外，其他三個現象（記憶自動檢查、記憶之錨和自動流）同時讀取記憶並產生不計其數的日常思想。這些不但對人格的形塑非常重要，也是娛樂的重要原因，而且會成為焦慮的主要來源。

耶穌制止我們焦慮，而且他也談到生活中的樂趣。他說：「你們觀察一下田間的百合花」（瑪六28）。他想要調教出快樂、明智又單純的人，可是我們卻

和門徒一樣，不懂得靜觀田野間的百合花，也不懂得從生活瑣事中汲取快樂。焦慮阻礙這種快樂。儘管生命學校的導師耶穌提到焦慮和其成因，然而，如同我們在下一章中所要分析的，他對於生命意義和快樂生活有非常出人意外的提議，甚至震撼了精神醫學、心理學和神經科學等領域。

研究人類心智運作二十多年來，我了解到人在管理思想和情緒方面，尤其是面對緊張壓力方面，不可能毫無困難。教育最大的挑戰不在於引導人完成任務和掌控周遭的世界，而是在引導人管理自己的思想這理智的層面。

我們可能得到社會地位和成就之後，仍沒有安全感；在面對失意時，還是沒法應付壓力情況。我們可能經濟富裕，卻是在生活中、在靜觀生活瑣事上找不到快樂的「窮富人」。我們可能環遊全世界，到訪過好幾大洲，卻未能走在自己生命的軌道上，也不曾認識自己。我們可能是個優秀的執行長，掌管跨國企業，卻無法控制自己的思想和情緒反應，在面臨心理苦惱時，仍然只是一個被動的旁觀者。

耶穌沒有上過學，但是在生命的學校中，他卻是導師中的導師。他的智慧

如此卓越高深，在預防精神醫學和心理學尚未誕生時，他就已經運用過這兩門學問。

### ※耶穌面對記憶功能的智慧

耶穌如何看待記憶？他是否把人的記憶用來儲存資訊呢？在門徒對耶穌的描述中，耶穌的態度是否清楚一致？

耶穌對記憶的運用與許多傳統學校極為不同。他有超卓的智慧，卻又不像許多人以為的，把一大堆資訊和待人處事的準則硬塞給身邊的人。他用記憶作支持，將人們轉變為洗鍊的思考者。我們在和生命學校相關的篇章中會探討這些層面。我們在這裡只評論耶穌對記憶的中心思想。

學校是社會的基礎。但許多世紀以來，學校總是讓學生在教室裡排排坐，並且相信記憶有個特點（事實上並非如此），即記憶是一個資料存檔系統，人

類再從中提取資料傳遞。一般常識認為，每件儲存於記憶中的事物都是以單純的樣態被回憶。然而，和許多教育家及專家的看法正好相反，並沒有純粹歡樂、痛苦、失敗成功的記憶登錄在「實存的記憶」中；只有持續使用的資料是以單純的樣態儲存，例如地址、電話號碼和數學公式，這些都被反覆儲存在「連續使用的記憶體」中。

過去不是被追憶，而是被重構。記憶永遠是對過去的重構，絕非如實的回憶，而且經常會呈現出或大或小的差異。當我們在回憶拿到第一張畢業證書、遭逢意外事故、被冒犯或得到讚美時，記憶總是和過去的事件有所出入。

記憶不是邏輯的儲存歸檔系統、或百科全書；人類的理智也不是用來傳遞資訊。記憶的作用就好比資料的苗圃，使人能成為思想的建構者。耶穌了解這一點，因為他把記憶當作擴展思考藝術的力量。他總是激勵門徒們內化及自我反思。

為何人類記憶的運作有別於電腦的記憶體？為何我們的回憶不全然是實況轉播？這正是理智暗藏的極大奧祕。我們無法確切回憶過去，不只是因為大

腦登錄訊息上的困難，也是因為記憶的重要角色，並非將人變成一個依樣畫葫蘆、述而不作的人，而是將人變成「觀念」的工程師、新思想的建構者。這個人類心智的奧祕必須透過教育論予以整合。

過去的經驗事實，你永遠無法倒帶重來，即使你接受心理治療也做不到。眼前的影像和過去的影像絕不可能相同。這種現象不僅能激勵人成為觀念的工程師，也有助於在悲痛的情況下釋放理智。例如，失去小孩的母親，她的理智可能變得麻木，因為往後她會一直記得喪禮時的痛苦經驗。然而，由於現時的記憶總比過去的記憶更鮮明，因此這位母親失去孩子的痛苦，多少也會在不知不覺中逐漸減輕。即使她會永遠思念著孩子，但她也能重拾生活的快樂。

若缺少這些智力的機制，不只痛苦和失敗的經驗會癱瘓我們的理智，就連喜樂和成功的經驗，也會受痛苦和失敗經驗的牽引。

耶穌不斷開導門徒先思考再做出反應，即使在面對恐懼、錯誤、失敗和困難時，也要打開他們的心靈之窗。他激發記憶的功能和思想建構的過程。

記憶的多焦讀取和對過去的不斷重構，再次引導人成為有創新觀念的工程

師，而不是一次又一次做著相同工作的契約工。但是我們不像納匝肋的耶穌導師那樣能夠促進這個過程，反而是阻礙。因為我們不是在追求自身的變通性和創造力，而是追求能擁有優異的記憶，成為重述資訊、束縛智力的人。

這個教育上的錯誤已經拖延了好幾個世紀，只要人類想擁有近似電腦反應能力的記憶，這錯誤還會更嚴重。電腦是邏輯程式的奴隸，既不會思考，也無法意識到自己。最重要的是，它不會懷疑，也沒有感情。

許多學生無法適應傳統的教學，因此被當作智能不足或弱智，原因出在教育模式未必能適當刺激記憶。就連學校測驗有時也會複製不合適的資訊。我們必須了解人類智力的專長是去擴展思考、創造和解放思想的藝術，而不是記憶和重述舊有的資訊。

我們要透過充分了解記憶的功能，來研究生命學校的導師，他教導得多，卻說得少。他不要大家像《瑪竇福音》第六章和廿三章中的法利塞人一樣，變成行為規範的盲從者，只知道判斷別人，卻不知道如何內省和面對自己的錯誤。他說：「假善人哪！先從你眼中取出大樑，然後你才看得清楚，取出你兄

弟眼中的木屑」(瑪七5)。我們都很擅長判斷和批評別人，但是耶穌不允許門徒在社會上過虛偽的生活。他們必須先把手指頭指向自己，而只有在那時，他們才能判斷和幫助別人。

我們研究耶穌隱含的觀念，就能證實他知道思想並非以同樣的強度被記錄下來，而且某些經驗特別深刻地被記憶在潛意識裡。這是為什麼每當他想教導某件複雜的事情，或激發某個重要的智力功能——例如學習自我付出、反應前先三思、回收掠奪性的競爭時，他就會做出震撼人心的驚人之舉，讓人永遠烙印在記憶裡。

生命學校的導師了解人性的限度。他知道人很難管理自己的情緒，特別是在緊張時。他知道我們在壓力下很容易失去耐性，又常為芝麻小事動怒，而傷害我們最愛的人。耶穌認為罪惡不是來自人的外在，而是內心。

我們必須先在自己的理智世界中行動，然後才能漸漸學會在社會中作個好領袖。

耶穌不要門徒陷入緊張、憤怒、偏執和先入為主的判斷。他激勵親近他的



群眾，在向來軟弱的層面上反而要剛強；要善於管控煩躁、敏於承認限度、安於承認失敗，並成熟地處理社交的困難。

耶穌導師如此關注這問題的根本理由是，有一種不自覺的現象，即所有的經驗都會自動記錄在記憶中，我稱之為「自動記憶登錄」。我們要給電腦下指令，電腦才會記錄或儲存資料，但是人腦的記憶並沒有給我們這項自由。每一個思想和情緒都是自動自發地被記錄下來，因此，過去的經驗會灌溉滋養現在的自己。「自動記憶登錄」現象記錄了我們所有的生命經驗，包括成功和失敗、明智和不成熟的反應。然而，記錄過程的差異會影響讀取記憶的過程。我們會優先記錄最情緒化，無論是快樂或痛苦的經驗。這是為什麼我們很容易想起生命中刻骨銘心的經驗——不管是帶來喜樂或挫敗的經驗。適度地刺激「自動記憶登錄」現象，為人格的發展很重要，可以成功治療憂鬱症、恐慌症和自閉症病人。

耶穌不讓情緒的騷動持續登錄在記憶中，因為那會抑制了人格。他要門徒得到自由（路四18；若八32）；每個人在受桎梏之處都能得到自由——無論是精神

科醫師或病人，在情緒的領域中獲得釋放。早在丹尼爾·高曼出版《EQ》前二十世紀，生命學校的導師就宣講了情緒能量是影響智能發展的重要變項。正如我們要研究的，耶穌處理情緒災難的方式，克服了生命的痛苦，發展出創造力，並且在壓力的處境下打開心靈的窗口。他處理情緒的方式非常成熟，更讓「情緒智能」(emotional intelligence, EQ)理論的追隨者佩服不已。

如果我們不能快速、明智地處理焦慮、不寬容、不耐煩和恐懼，就會把這些情緒「回輸」到記憶中。因此，我們就變成自己最大的敵人和情緒的人質。這正是許多人活在文化和情緒痛苦矛盾中的原因。他們受過良好教育，擁有多項學術頭銜，但是，他們卻不快樂、易怒，而且超敏感。他們不知如何處理他們經驗到的失敗、挫折和批評。這些人應該回收利用這些經驗，並投注在生命品質上。

記憶中登錄及刪除資料的動作，並不在人的意識控制之下。但是改寫資料是可行的。如果能夠刪除登錄在記憶中的檔案，你能想像那會是什麼景象嗎？假使我們對某些人感到失望或挫折，我們就在內心除掉他們，這會造成難以想

像的理智的自殺，一種生命歷史的自殺。許多人試過在記憶中除掉某個人，可是都沒能成功。

耶穌在和門徒的互動關係中，他察覺到記憶是無法刪除的。我們將會看到，他並不想去拆除並重建身邊那些人的人格。相反的，他希望在本質上改變他們，使他們的生命更成熟豐富。他無意抹殺他們的故事，而是要他們自由且有自覺地重寫生命故事，不再畏懼反省自己的信念，也不怕重新檢視生命中的衝突。

這個出生了好幾世紀以前，沒有學位也沒社經地位的人，怎麼會展現出人類理智如此淵博的知識？納匝肋的耶穌導師是生活的導師，他用沉默、比喻和反應，去激發沒受過教育的門徒，使他們成為一群思想家，能夠一起演奏出最美麗動聽的生命交響曲。耶穌肯定是最有魅力、最能鼓舞人心的導師，研究他的智慧遠比研究佛洛伊德、榮格、柏拉圖或任何思想家還複雜難懂。

## ※耶穌面對偏見獨斷的智慧

現在，我們要研究耶穌對社會關係的想法。我們要分析他如何對待被社會輕視和品德上有瑕疵的人。在這個領域裡，生命學校的導師也有許多課題要教導我們。

最優秀的領袖不是有能力治理世界的人，而是可以管控自己的人。有些人的工作能力很強，卻無法擺脫焦慮和苦惱，建立深度、開放和圓融的人際關係。讓人的理智僵化、社交互動上出現困難的最大問題，就是偏見獨斷。

偏見和思想的建構息息相關。在面對新的刺激時，我們會自動讀取記憶並建構思想，包含和這個刺激相關的先入之見。例如，我們在觀察某人的行為時，我們會運用記憶，並對此行為產生先入為主的觀念。因此，我們往往對我們所觀察到的刺激有成見，這也是我們認為別人是對的、或者不道德的、不適當的、美的、醜的等等的原因。這裡有個大問題：運用記憶勢必會產生無可避免的先入之見，但是如果我們不回收檢討這成見，就會活在它獨斷專橫的控制之下，

使得理智僵化，也關閉了其他思考的可能性。

當我們活在偏見獨斷之下，就禁錮了我們的思想，創造出虛假的真理而變得偏激。有三種造成智力獨斷的偏見類型：歷史性、傾向性和基要性。但是本書的目標不在詳細探討這些偏見類型。

當我們接受文化陶養時，就會看到由歷史的成見所形成的世界。換句話說，這文化中涵蓋了觀念、典範和參數。如果精神分析師只從精神分析的眼光來看這個世界，便關閉了通往其他思考可能性的途徑。如果科學家、教師、主管、父母或新聞記者只憑記憶中的先入之見來看世界，就可能處於偏見獨斷而不自知。

活在偏見獨斷之下的人，不但侵犯到別人的權利、限制自身的理智展現，而且還會傷害自己的情緒，並經驗到煩惱的根源。這種人對自己很苛刻，不能容忍犯錯。他們總是在懲罰自己，追求遙不可及的完美。

偏見藏在記憶內，但如果我們沒有學會內化及運用質疑和批判偏見的技巧，我們就會成為具侵略性的威權主義者，侵犯別人和自己的權利。為什麼我

我們的思考方式有時是偏激且不容質疑的呢？那是因為我們表現得自以為是神。我們把自己當神一樣在思考，不必懷疑自己的想法，也不用修正自己。對高深複雜的心智運作略知一二的人，都能對偏見獨斷免疫。記住！個人的偏見會擴散成社會的偏見，成為共同的模式。

耶穌如何看待偏見獨斷？他是寬容而不帶偏見的人嗎？他能跳脫他人的道德品行、錯誤和經歷，去理解並評價對方嗎？

福音中證明了耶穌既開放又包容。他不會去歸類別人，無論那人做過什麼壞事，在他眼中沒有人不配得和他交往。

在耶穌那個時代，法利塞人和經師是偏見獨斷的專家。他們認為只有自己的真理是永恆的，世界就是以他們的文化為尺度。他們的思想僵硬，活在理智的牢籠裡。他們不願用質疑成見的方法，在理智上倒空自己，並向其他思考的可能性開放。因此，他們不能接受像耶穌這樣的人——打破當時的所有教條，並提出新的方式來看待生命和理解世界。

我們來看耶穌面對偏見獨斷的一個例子。有個名聲很差的撒瑪黎雅婦人，

她特殊的背景，完全違背當時的社會道德風俗。她有過五任丈夫，沒有人比她多。她既不快樂又不滿足，她需要不斷換枕邊人，就是她感受不到生活樂趣的清楚明證。沒有人能讓她滿意，她的人際關係脆弱且沒有歸屬感。她的內心痛苦，外在又受人排擠，大概連撒瑪黎雅的本族居民都不想跟她照面。但是有一天，意想不到的事情發生了。那天十分炎熱，她在井邊取水的時候，有個人出現在井旁，改變了她的生命故事。耶穌在那一刻出現了，令她驚訝的是，耶穌竟然用非常關心體貼的口氣和她談話，把她當作是值得尊重和禮遇的人。

撒瑪黎雅是猶太人和外邦人混居的地方。「純正的猶太人」排斥「雜種的撒瑪黎雅人」（若4：11）。撒瑪黎雅人不把耶路撒冷當成朝拜天主的中心，而且他們的血統混雜，又背離傳統宗教教義，這些都令猶太人無法容忍。猶太人強烈歧視撒瑪黎雅人，因此他們想羞辱某個人的出身時，便稱那個人是撒瑪黎雅人。

當耶穌來到婦人身邊時，那婦人很清楚自己會被歧視，也料到這個「純正的猶太人」一定會排斥她，甚至不想和她說話。但是耶穌卻和她聊了好久。耶

耶穌的態度令那位婦人很感動，同時她也對耶穌驟然打破這種定型的歧視感到不知所措。耶穌和那位撒瑪黎雅婦人展開一次深度、絕妙、接納的對話。他不但打破了種族偏見，也打破了道德偏見。耶穌看重的是這個人本身，不在乎她的種族或品行。鮮少有人會像他這樣去接納一個被大家看不起的人。

我們不花時間討論耶穌與撒瑪黎雅婦人的對話是多麼有深度。我只想把焦點放在耶穌表態的層面。他不只接納那位婦人並和她談話，而且他還有勇氣做出法利塞人、甚至是他的鄉親都做不到的行動——讚美她。當耶穌問起她的丈夫，婦人答說她沒有丈夫時，耶穌稱讚她很坦率（若四 17-18）。耶穌還說出她曾有過五個丈夫，而現在和她同居的男人也不是她的丈夫。這是怎樣的一個人，就算別人道德敗壞，他還能抬舉對方？

除了稱讚她之外，耶穌還說她過得不快樂，因此得用更深的快樂來滿足她自己。耶穌說她從井裡汲出的水只能暫時解渴，但他卻有使人永遠不再渴的「永生之泉」，讓那婦人一頭霧水。他這番話確實令人費解且非比尋常。

耶穌友善而不尋常的提議，令這個被社會歧視的撒瑪黎雅婦人喜出望外。



從沒有人對她這麼在乎和關心她的幸福。大家都在判斷她的行為，卻沒有人曾探索她的內心世界。這正是她會忘記生理上的口渴，立刻撇下水罐，載欣載奔回到城裡的原因。長久以來禁錮她的寂寞、痛苦和孤立，以及心理上因此產生的強烈飢渴，全在瞬間瓦解。她告訴城裡每一個人她和耶穌之間奇特的對話。

撒瑪黎雅婦人欣喜萬分，就連揭露自己的過去也不在意。我們因此得出一個有趣又深奧的原則：每一個和耶穌親密相遇的人，都不怕吐露他們的過往經歷；他們已經內化，並能勇敢地承認自己的軟弱，而使他們的情緒更加健康。

撒瑪黎雅婦人告訴大家，她遇見能說出她生命故事的人（若四 28 | 30），她還說這個人就是要來到世上的基督，以色列所期盼的默西亞。在這段敘述中，耶穌沒有行任何奇蹟，他只用了深奧和超卓的言談舉止。就這樣，他打破了根深柢固的偏見，摧毀了各種形式的歧視，並且將每一個人都看成是獨特的，不在乎他們的過去、品行、錯誤和種族。

## ※耶穌智慧的原則可以豐富科學

如果我們能探究並了解耶穌的智慧社會學、心理學和教育學的原則，就能應用在幼稚園到大學的教育領域裡。撇開神學上的爭論，這些原則可以補充現代社會的不足，因為社會充斥著歧視和各種暴力。

這些原則有助於維護基本人權、打破理智僵化和建立思想自由，而且能激發智慧及反省自我的藝術。

耶穌的智慧開啟了促進公民素養及社會合作發展的寶貴窗口，並且提高生命品質、克服孤單、豐富社交關係。現代人都活在孤立的自我中，被無止境的孤寂包圍。孤獨是猛烈、蠢動和鬼祟的。我們滔滔不絕談論我們所處的世界，但是對內心的世界——夢境、最私密的心理投射和我們自己，卻無話可說。我們不知如何談論我們的脆弱、不安和最內在的經驗。

現代人在談論身處的世界時總是口若懸河，但是在面對自己的世界時，卻又啞口無言。這正是他活在孤獨弔詭中的原因。他在人群中工作和生活，卻又

同時把自己孤立在自身內。

許多人只願意和精神科醫師或心理治療師談論心事。這些醫師不但要醫治憂鬱症和恐慌症之類的精神疾病，也要治療重大的心理社會疾病——孤獨。然而，沒有任何心理治療方法能解除孤獨，也沒有任何抗憂鬱劑和鎮靜劑可以緩解他們的痛苦。

精神科醫師或心理治療師會細心聆聽病人說話，但是生活並不是發生在診療室裡，生命的舞台是在外面上演的。要治療孤獨，就必須在社交關係貧瘠的地帶來醫治。我們有必要在外面建立安全管道來談論自己，不帶偏見和恐懼，也沒必要矯飾，只需談論真實的自己。

我們還會是別的呢？我們是銀行帳戶、學術頭銜或社會地位嗎？不可能，我們是人，這是我們一直之所是。當我們學會單純作人時，孤獨的病根就開始得到治療。這聽起來似乎有點矛盾，但要我們回歸根本，事實上也絕非易事。

人際關係所有層面的對話正在消失。醫病之間、師生之間、僱傭之間、親子之間，以及記者與閱聽大眾之間的關係往往有待深化和加強。談談你自己？

學習內省和尋求幫助？扯掉我們的社交面具？這些聽起來都不易辦到。坐在電視機前、玩電腦和上網還比較容易。

我是精神科醫師和心理治療師，幫助過各種社經地位和各國的人。我意識到，雖然我們喜歡用「擁有什麼」來歸類和衡量自己，但是人有一種內在本質的渴求：找出自己做人的根基。生命最富足的享受，例如：平安、友誼、交換生命經驗的對話和審美默觀，這些都是藉著我們之所是，而非藉著我們之所有去達到的。

耶穌在那些與他親近的人之間創造了豐沛的溝通管道。他治癒了孤獨最深的根源，營造出開放、充滿愛且不帶偏見的關係。他重視的是存在人心靈深處的渴望、思想和情感，那些是用錢買不到的。

耶穌重整了他和門徒之間建立關係的過程。人際關係不再是表面膚淺的戲劇，而是立基在詩情愛意的氛圍上，心同意合，尋求互助和愉快的對話。那些跟隨耶穌的年輕漁夫，雖然才疏學淺，他們卻發展了思考的藝術，發現了寬容的途徑，學會了忠於良心，免疫於掠奪性的競爭，克服了偏見獨斷，並且最終

發展出最重要的智力功能。如果他們研究過並吸收整合耶穌智慧的社會學和心理社會學原則，今日的社會學、心理學和教育學一定會更加豐富。

第 3 章

耶穌如果活在今天，  
必定動搖  
精神醫學和  
心理學的原則

耶穌震撼了當時社會的思想，並打破了社會的主要界限。民眾面對他時，很少人沒有反應。每個遇見他的人，不是很喜愛他，就是極度討厭他。在聽他講道時，有的人被他弄得心神不寧，但也有人打開心靈的窗扉，開始用和過去截然不同的方式來看待生命。

如果耶穌活在今天，他會引起社會動盪並衝擊科學和政治嗎？他的思想震撼他那時代的社會，是因為當時的文化貧瘠，或是他的想法擾亂了知識分子和學術思想？他的思想有哪些面向？他的目標和他的超凡計畫究竟為何？

回答這些問題非常重要，這是本章和接下來兩章要探討的主題。我們有必要查考，耶穌的思想是否具有跨時代的幅度。他能言善道地談論焦慮，但是他的思想到底對今日精神醫學的全然快樂造成什麼衝擊呢？

為回答這些問題，我們需要模擬一些情境。我們必須把耶穌放到今天，想像他對現代社會一些事件的反應與言論。不過我們要先假定這個社會並沒有基督宗教文化。

現在我們就來看幾個可能的情況。

## ※耶穌的大無畏：論全然的快樂

我們想像耶穌去參加一場國際精神醫學會議，大會的主題是探討憂鬱症的發病率、成因和治療方法。

這場會議有數千名精神科醫師參加。多位演講者談的都是憂鬱症發作的基本症狀、抗鬱劑的作用，以及憂鬱發生時神經傳導物質（如血清素）的代謝。

雖然沒有重大突破，但是精神醫學界人士齊聚一堂，設法找出新的觀點，同時也邀請心理治療師到場，提出更有效的技術來治療這些疾病。

會場內還有哪些人呢？不用說，一定有藥廠代表。別忘了，每年光是憂鬱症的藥物治療就要花掉數十億美元。因此，大藥廠絕不會缺席，而且還會準備一大堆文宣資料，證明他們的抗鬱劑最有效，副作用也最少。在這個盛會上，一場真實的科技與商業的戰爭正式開打了。

現在我們來回憶耶穌在帳棚節（猶太人每年重要的傳統慶節）那天所表達的一些思想。他的見解震撼了當時在場的所有知識分子。



那時，經師和法利塞人已經密謀要殺害他。他之前還差點遭亂石攻擊。那些人正緊鑼密鼓地商討要如何逮捕並殺害他。耶穌最明智的反應應該是躲起來，不要現身；即使去參加慶節，也該三緘其口。然而耶穌的勇氣令人驚異，好像在他的人生字典裡找不到「恐懼」這兩個字。

大家都認為在那樣敏感的場合裡，他應該會保持低調。沒想到就在慶節結束前最隆重的那一天，他站起來，勇敢大聲地對群眾呼喊說：「誰若渴，到我這裡來喝吧！凡信從我的，就如經上說：從他的心中要流出活水的江河」（若七<sup>37-39</sup>）。他的話在聽眾的心中迴盪，不管他們是喜愛或討厭他。人人瞠目結舌，因為他再次說出了非比尋常且超乎想像的話。

耶穌沒有談論行為的規範，也沒有批評道德敗壞，更沒提到宗教知識。他廣義地談論人對快樂的需要，更大膽地說到他能在人們心中產生源源不絕的快樂、完全的滿足，那種超拔的喜樂能解除生活的苦悶。我相信，他這番話史無前例，從來沒有人提出這樣的觀點。

他是指慶節的最後一天大家都很快樂？可是隔天，慶節就結束了，快樂也

隨著消失，每天的緊張壓力又會再回來。耶穌很少提到倫理議題，他始終談論的是人心靈的根源，他認為人類的苦難不幸皆因此而起。

耶穌給人一種印象：他知道人的心靈是一個能量場，擁有一股不斷湧現且沛然莫之能禦的思想和情緒之流，這股湧流是人類快樂的最主要源頭。但是他想改變源頭，使它更豐沛、穩定且源源不絕。他在和撒瑪黎雅婦人的微妙對話中，就替這股生命之流注入豐沛的活水；反觀人類一直在追求長流不息的快樂之源，卻事與願違，因此對生活感到不滿。

### ※健康的人

我們再回到那場精神醫學會議，並想像耶穌在那裡也說了同樣的話。那是在會議的最後一天，大會進入大家最感興趣的憂鬱症議題。一位傑出的教授正在發表論文，會場座無虛席，聽眾全神貫注，演講結束後，開始進行討論。突

然間，有個相貌平凡、未穿西裝打領帶的男子，在眾目睽睽下，拿起麥克風喊道，他有人可以讓人徹底快樂和滿足的祕訣。

精神科醫師、心理治療師和神經科學家聽了有什麼反應？我們在開始評估這些話的影響力之前，必須思考現階段精神醫學和心理學的幾個面向。這場會議探討的主題是各種類型的憂鬱症。在許多情況下，大家會把憂鬱症看成人類痛苦中程度最嚴重的，比飢餓的痛苦更強烈。因為飢餓的人仍然有求生的本能，他為了活命會去垃圾堆中找食物。但是有些得了憂鬱症的人，即使美食當前也沒有食慾或活下去的渴望。憂鬱症這種情感上的痛苦有時是超乎想像的劇痛，無法用言語形容。

只有經歷過憂鬱的人才能體會這種痛苦。此外，憂鬱情緒、憂鬱疾病也有許許多多的症狀，伴隨著焦慮、缺乏動機、過度自卑、社交孤立、失眠、食慾改變（厭食或暴飲暴食）、極度倦怠、性慾改變、自殺念頭等等。

我們要思考的是，在精神醫學和心理學現階段的發展中，我們能夠治療憂鬱症，但是卻沒有辦法阻止憂鬱發生。我們治療生病和憂鬱的人，但是要怎麼

促進健康和預防第一次憂鬱症發作卻所知有限。雖然臨床精神醫學和心理學知道如何較有效地治療憂鬱症、強迫症和恐慌症，但是卻不知道如何提升快樂、存在感和生活的樂趣；也不知道如何促進全人健康，讓人願意改變並投資智慧，更不知道如何發展最重要的智力功能。

若要透過發展思考技巧、管理負面思想和提升處理壓力源的能力，來預防憂鬱症發作和回收憂鬱情緒的遺傳影響，為現階段的精神醫學仍是個夢。同樣的，加強在日常瑣事中能夠感受幸福、學習內化，以及在擾攘不安的生命學校中隨遇而安的能力，為現階段的心理學似乎也是個夢想。

### ※耶穌的演說動搖精神醫學和心理學

就目前的精神醫學和心理學階段，我們想像耶穌參加了那場科學會議。突然間，他站起來說，如果有人相信他，願意照他提出的方式生活，就會有無窮

的快樂從心中流出，那是一條絕對圓滿的活水「江河」，能灌溉生命的各個歷程。在場的每個人一定都被耶穌的這番話撼動，因而自問：這個人怎麼敢說自己已有祕訣，可以使人從心中湧流出圓滿的存在感呢？這是什麼樣的思想？如何能達到這樣的快樂經驗？他的話會掀起譴責聲浪，可是同時也會令一些人對他由衷佩服！

耶穌不會像當年一樣被判死刑，因為現在是民主的社會。不過如果他堅持這個理念，可能會被趕出去，或被當成精神有問題。這個語出驚人而受到指責的人，如何能夠同時保有清晰的理智、平靜的心情、察覺人內心最深感受的能力，並征服智力的獨斷呢？耶穌真是個謎！

在某些場合上，耶穌說出了極不尋常又難以捉摸的思想，完全超乎人的想像。就連他提到人對圓滿的內在需求時，他說的話也是令人驚訝和意外。如果我們用一些準則去查考耶穌，就會證明他和許多人所想的相反，他並不想提出新的道德教條、宗教觀念或哲學流派，而是想要改造人性，在人身上注入快樂的氛圍和存在感。大概從沒有人像他那樣滔滔不絕地談論人的這些基本需求。

耶穌很勇敢，他知道他的言論必然會對當時及後代的知識界造成動盪，但是他仍然能無畏無懼地忠於他的思想。雖然許多人被他的話搞得一頭霧水，他還是沉著堅定地談論他內心的想法。

如果耶穌在今天說這些話，精神科醫師一定會感到莫名其妙。他們可能會竊竊私語說：「這個人是誰，竟敢大放厥詞？我們研發出作用於血清素和其他神經傳導物質代謝的抗憂鬱劑。我們只能緩解心理疾病造成的痛苦，卻不知道怎樣讓人更深入內省、更快樂、覺得自己有用。可是竟然有人自命不凡地提出充實情感和理智的高品質生活？」還有人說：「我們不知道如何消除痛苦和生括危機，怎麼會有人提出從人內在流溢出圓滿而源源不絕的快樂呢？」

事實上，耶穌的話超越現在的科學。他對快樂和存在感的目標崇高，正是廿一世紀的精神醫學和心理學作夢也沒想到的。雖然人類的思想建構呈現分歧的景象，又受到許多精神疾病支配，而且對審美默觀和過更穩定的快樂生活仍有困難，不過耶穌的提議卻很有吸引力，符合人最內在的需要。

是否願意相信耶穌的言論是個人的事情，因為科學排拒研究他的思想，且

把可觀察到的現象領域往外推。

耶穌的觀點和目的同時構成了美麗的詩篇，不但人人都想朗誦，而且也動搖了我們理解生命的方式。耶穌不只深深震撼了他那時代的文化，而且如果他活在今天，勢必對現代的科學和文化帶來動盪。

第 4 章

耶穌  
動搖了  
政治系統



## ※耶穌希望引起人心內在的革命

耶穌明白人類生存底層的社會苦難和焦慮，更想減輕我們在生命歷程中所背負的焦慮與緊張的重擔（瑪六 25 + 34）。他完全了解社會的痛苦和當時百姓在政治威權主義下的生活。但他察覺到有種比社會政治面更深的痛苦，這種心靈深處的痛苦，正是所有不幸和不義的根源。

他對這些症狀極少採取行動；他想做的是直擊人類心理社會問題的根本成因。因此，我們探究他最強烈的目的時，就會了解他的革命並非政治性的，而是個人且隱密的。這種改造是從人的心靈開始，擴展至整個心理層面，可以更新心智，開展智慧，由內轉變人類理解自我及周遭世界的方式，如此，就能保證在心理和社會上有穩定的改變。

耶穌說唯有透過這種隱密而個別的革命，人類才能打敗愚昧的物質主義和個人主義的偏執，並發展智力最利他的情感，如團結、社會合作、關懷別人的痛苦、默觀的快樂和奠定社會關係基礎的愛。

誰能質疑耶穌？世代更迭，歷史已經證明他是對的。共產主義還沒打造出無產階級的天堂就已經瓦解。資本主義雖然締造了驚人的科技和社會經濟發展，然而，資本主義必須經過無數的修正，因為支撐資本主義的正是對掠奪性競爭、個人主義和重視生產勝過人類內在需求的偏執。民主是人類的重要成就，確保了表達和思想自由的權利；可是民主卻未能替現代社會某些根本的心理創傷止血，諸如精神暴力、歧視、藥物依賴和社會排斥等。

現在，我們回到耶穌生活的時代。如同我說過的，他努力在人的心靈和精神上展開隱密的革命。耶穌多次清楚表明，他的王權不在耶路撒冷；令大家驚異的是，他說他的王國在人心裡面。耶路撒冷是以色列的文化和宗教中心。經師和法利塞人是當時的政治領袖和知識分子，他們和現在一些政治人物一樣，喜歡在宴會上坐首位，追求社會地位和光彩（瑪廿三 5-7）。

耶穌知道耶路撒冷的這些領袖無法接受這種內在的革命，也永遠不能接受這種人性上的改變、轉換思想和看待世界的方式。事實上，他的提議美好且令人嚮往，卻也非常大膽。當人們的理智僵化封閉時，要引領他們內化並回收檢

討他們的模式和文化觀念，幾乎是不可能的任務。耶穌了解而且自知，只要他一開口，以色列的領袖就會對他起反感、甚至排斥和迫害他。這是他在前往耶路撒冷之前停留在加里肋亞一段時間的原因。

### ※以色列背叛了長久歷史對自由的渴望

以色列向來保有國家認同，十分重視自由和獨立。以色列人的歷史是複雜微妙且富詩意的。他們的聖祖亞巴郎，無懼地離開紛亂之地——加色丁的烏爾，去尋找一塊未知的土地。

亞巴郎虔誠堅毅，他是依撒格的父親。依撒格是雅各伯的父親——後來被稱為以色列，意即「天主的王子」。以色列有十二個兒子，後來成為十二支派的祖先。以色列的列王出自猶大支派。「猶太人」一詞也正源自猶大支派。這個文化富饒的民族有千年的根基，使他們不屈服於任何君王的奴役。唯有外敵

侵略，壓制了他們對自由和民族獨立的強烈渴望。

以色列民族不由自主地嚮往自由，因此在歷史的某些時期經歷了悲慘的處境，例如加里古拉時期。加里古拉（Gaius Caligula）是侵略成性、慘無人道且野心勃勃的羅馬皇帝。他在位時，除了殺害多位元老院議員、屠戮親信、侵犯人民的權利之外，他的野心就是成為「神」。他命令百姓向他行禮朝拜。猶太人絕對無法容忍或接受這種朝拜。加里古拉對猶太人的反抗心知肚明，更對他們的無禮和違抗深惡痛絕。猶太人雖然孱弱、流亡、漂泊，甚至面臨民族滅絕危難，卻是唯一不向加里古拉膜拜的民族。自由為他們來說是無價的。

約瑟夫（Flavius Josephus）是西元第一世紀傑出的史學家，他在《猶太戰史》中給我們講述了以色列人渴求保有獨立的悲壯故事。以色列人被看作是羅馬廣大版圖的局外人，經常反抗羅馬帝國。西元七十年，猶太人再次起義，結果被圍困在耶路撒冷城內。提多（Titus）是負責鎮壓並收復耶路撒冷的羅馬將軍。猶太人可以選擇投降或奮戰，結果他們選擇抗戰到底。提多包圍了耶路撒冷，發動史上最血腥的戰爭。

猶太人竭盡所能地奮力抵抗。飢餓、悲慘痛苦的考驗異常嚴峻。無數猶太人慘遭殺害，城內充滿了血腥味，街道上遍地橫屍。最後，耶路撒冷被羅馬軍隊摧毀，倖存的猶太人則淪為奴隸或被驅逐。

這些例子說明了猶太人強烈想保有自由、身分和獨立。然而，有一個時期，猶太領袖卻背叛了他們自己對自由和獨立的渴望。要證實這一點真不簡單，不過耶穌的內在革命和思想確實帶給猶太領袖極大的不安，因此他們寧可選擇異教皇帝，也不接受耶穌領導——雖然他是純正的猶太人，而且他也清楚表明他不要政治上的王權。但是以色列寧願和羅馬帝國互利共生，不願承認耶穌就是基督。

在耶穌的時代，以色列的領袖熱衷社會政治權力更甚於追求自由和獨立。然而，我要澄清的是，大多數的猶太人可能並不贊同領導者的立場。這個領導階層中有一些人，如尼苛德摩和阿黎瑪特雅人若瑟就很敬重耶穌，而且不贊同對他不公不義的判決。但是他們害怕信了耶穌會遭致苦果，所以保持沉默。

猶太領袖何時背叛了許多世紀以來驅動以色列人追求自由和獨立的渴望

呢？當羅馬總督比拉多嘲諷地說，他不能處死「猶太人的君王」時（谷十五），他們對比拉多的侮辱極為憤怒。這正是他們要求比拉多釘死耶穌，還說凱撒才是猶太人的君王的原因。雖然猶太人向來激烈反對羅馬帝國的統治，但是在那一刻，他們選擇了凱撒而不是耶穌。他們寧可要羅馬人，而不要猶太人。

如同我說過的，耶穌清楚表明了他要的是在人內心的隱密王國。耶穌的思想讓猶太首領感受到威脅。他的計畫為他們來說太過深奧複雜。他的目標挑戰世上所有的典範，這也是他會被強烈排斥的原因。

現在有些猶太人卻反駁說：耶穌在當時受到猶太領袖的敬重和愛戴。但是耶穌的傳記對這方面有清楚的記載。儘管他和善溫良又謙卑，卻被要求噤聲、被人嘲弄、唾面和憎恨，但在此同時他仍語出驚人，時常說出前所未聞的道理。他的話令人困惑而且難以分析，為那些熱衷權力、蒙蔽自己良心的人更是晦澀難懂。

## ※比拉多症候群

猶太領袖威魯羅馬總督比拉多，如果不把耶穌定罪，就要向羅馬政府舉發他。比拉多握有羅馬帝國授予的極大權力——生殺大權，然而他卻是個生性懦弱、做人馬虎又虛偽矯情的政治人物。

比拉多審問耶穌時，在他身上找不出罪狀（谷十五<sup>4</sup>），所以打算釋放他。但是比拉多太沒有擔當，他不敢替這個判決負起政治重責。因此，他向猶太壓力屈服了。

然而，比拉多為了證明他仍然握有政權，自導自演了一齣虛偽的劇碼——他洗了手。比拉多躲到洗手這動作背後。他犯的罪不只是反對耶穌，他也反對自己，違背了良心。「不忠於自己良心的人，必須背負永遠償還不了的罪債。」

比拉多症候群延續了好幾世代，而且傳染給許多政治人物。躲藏在滔滔不絕的演講背後，總比坦然面對自己的作為和社會責任來得容易。比拉多症候群的特徵是輕率、矯飾，以及否認別人的權利、痛苦和歷史。

民眾跟隨耶穌，無論他到哪裡，都能鼓舞那群人。耶穌身旁總是圍繞著人群，因此令猶太領袖非常嫉妒。

各行各業的民眾齊來聆聽耶穌說話，他和藹可親、態度堅決又鼓舞人心。他們想要了解生命的奧祕，渴望耶穌所說的那種內在且隱密的改變。

福音記載，有一次跟隨他的民眾超過五千人，另一次有四千多人之多，還不包括婦女及兒童（瑪十四 13 - 21；谷六 30 - 44）。這是奇特的社會現象。在當地大概沒有人能令群眾情緒沸騰，應該也沒有人能靠俊美外表或廣告宣傳，就吸引廣大群眾興高采烈地熱情跟隨。

猶太領導階層密切注意和耶穌有關的社會運動，深恐耶穌動搖他們和羅馬帝國間的共生關係。因此，必須把他除掉。

猶太領袖根本不去思量耶穌的家世和來歷，也懶得誠心詢問他。在他們看來，耶穌沒流過淚、沒有家庭、沒有童年、沒吃過苦、沒有人際互動，也沒有歷史。偏見獨斷抹殺了人的歷史。總之，不管耶穌是誰，他就是該死。



## ※耶穌無論在何處，都會動搖政治體制

猶太領袖不在乎用骯髒手段蒐集假證據，重要的是把耶穌定罪。但是因為證據不一致，他們提不出定罪的合理論據（瑪廿六 59，61）。

耶穌生命中的弔詭是違反常理的。沒有人像他那樣談論愛，也沒有人像他那樣被憎恨。

耶穌付出自我，非常掛心別人的痛苦，卻沒有人擔心他的痛苦；他受創傷且不公義地被排斥；他溫良謙和，卻遭受極暴力的對待；他不要任何政治王位，人們卻把他當作最具侵略性的革命分子。

如果耶穌現在還活著，他還會是地方政府的威脅嗎？他會受到激烈排斥嗎？可能會。雖然他甘願沒沒無聞，也不喜歡吹捧自己，但是他不可能躲藏。說過的話、做過的事，絕不可能藏得住。過去通訊不便，又沒有傳播媒體，就有那麼多群眾跟隨耶穌，設想如果是在今天，那會是何等景象。

如果是現在，報紙頭版應該會刊登耶穌的照片，電視新聞台也會有全天廿

四小時追蹤他的採訪小組。他會是最大的社會現象，並製造頭條新聞。

今天跟隨耶穌的群眾應該多上十倍、五十或一百倍。設想十萬或五十萬人追隨他，將引起空前的社會動盪。地方政府會把他當作反對政治體制的陰謀者。此外，耶穌的一些行為，例如：每當他有憂煩就抽身獨處、敏銳察覺別人身心上的痛楚、總是設法減輕別人的痛苦、深度碰觸人的情感，以及不願做任何形式的政治承諾，這些都將引起政府的不悅——不管那國家有多民主——並打算暗中對付他。

耶穌會因為威脅到某些政治人物的政權而被定罪；他也會被權貴者定罪，因為威脅到他們附著權力而來的利益。耶穌無論活在哪個時代，勢必動搖當時的政府。所有政治體制都無法了解耶穌希望的是使人心得到釋放，也不明瞭他的內在革命。

耶穌的言論  
震驚現代醫學，  
並碰觸人類  
最大的存在危機

## ※人生終結所產生的存在危機

雖然肉體死亡是生命的自然循環，但意識的死亡卻令人難以接受。只有不曾認真思索死亡的心理學和哲學結論，以及不曾失去摯愛、沒經歷無法言喻的悲痛的人，才認為死亡是可以接受的。

分解和重組的混亂是可以接受的。宇宙萬物不斷在組織、瓦解和重組。但是，對思考的人來說，死亡終止了生命的戲碼，產生了人生歷程中最嚴重的存在危機。雖然我們的肉體生命死亡了並失去原有的特性，但是我們的精神生命卻吶喊著還要活下去。擁有身分和思想建構，並意識到自己及周圍的世界，這些都是人的權利，不能被金錢、環境以及社會和理性的約定所替換轉讓的。

如果腦部退化疾病和腦震盪可能嚴重傷及記憶，並造成思考能力損壞，那麼請想像死亡所導致的渾沌結果。在分解過程中，腦部被分成數十億個粒子，並摧毀維持人格最珍貴的祕密——含藏在記憶內關於生命故事的祕密。

我們難以想像生命的脈動斷裂，也不能忍受意識不存在，或是思考能力耗

盡。人的理智無法理解生命終結。除了理智推論的領域之外，意識思維永遠無法充分理解所有的領域，包括對前思想的理解，也就是形成意識思維的潛意識現象。思想不能了解前思想，因為經過思考所說的每一件事就不再是前思想，而是深思熟慮的思想。

意識到存在的終結，是思想不能理解的另一件事。思想無法意識到死亡是「存在的結束」或「虛無的存在」，因為「思考虛無」並不是真正的虛無，而是虛無意識的呈現。因此，每一個想要輕生或著手自殺的人，並非意識到死亡是生命的結束。那些企圖自殺的人，並不是想扼殺生命或終結存在，而是想「消滅」導致情緒低落的那種痛苦、苦悶和沮喪的情緒。

自殺念頭是以不當的方式，不顧一切想要超越存在的痛苦，而不是想要結束生命。只有生命能意識到死亡，死亡不能意識到它自己。死亡意識永遠是生命的展現，換句話說，能夠思考死亡就表示這人活著。

人類意識無法完全理解意識不存在或永恆寂靜的結果。因此，每一位試圖理解的思想家或哲學家——包括我在內，都會經驗到痛苦萬分的理智衝突。

我們要探究耶穌對生命終點非常複雜大膽的看法。他甚至信心滿滿地談論永生。

大多數人從未想去理解死亡在心理學和哲學上的含意，只是一味地強烈抗拒。為什麼在所有的社會裡——即使是最原始的社會——人類都創造了宗教？原始民族把火、動物、星辰都變成了神，將生命的奧秘投射在其中。我們能說追尋奧秘（靈性）的需求是代表人類理智的薄弱缺陷嗎？相反的，這是理智卓越的記號，表達出對生命延續的極度渴望。

### ※哲學和超越存在限度的可能性

許多哲學家在試圖了解存在的奧秘中，建構出形上學的知識。形上學是哲學的分支，透過理智探索神聖實在的知識，亦即笛卡兒所說的天主和靈魂的知識。換句話說，形上學探討人類存在的本質和意義。亞里士多德、多瑪斯、

奧思定、笛卡兒、康德等偉大的思想家，各以不同的方式論述形上學。難道這些思想家都理智軟弱嗎？一點也不！他們思考存在的複雜性，提出了有力的觀點，即人有超越自身限度的內在需求，並且在某些情況下能夠克服生命的有限性。還有多位哲學家把天主當作討論和理智探求的基本論題。

孔德和尼采是優秀的無神論哲學家。但奇怪的是，在某些情況下，這兩位大無神論者卻又建構出具神祕內涵的哲學。孔德想建立一種普世宗教、實證主義的宗教原則。尼采則宣告上帝已死。但是他卻在生命尾聲寫了《查拉圖斯特拉如是說》，這本書如同撒羅滿的《箴言》，談論調整生命的原則，有些人把這本書看作尼采對恢復永生不死信念所做的最後努力。沒有人該為重新審視自己的智識立場而受譴責，因為從心理學和哲學的觀點來看，人在面臨生命終點時，會有一種內在的存在危機。

據新聞報導，巴西一位向來公開自稱無神論的大思想家達西·里貝羅（Darcy Ribeiro），他在臨死前曾要求親友給他一點信仰。這樣的要求反映出人類對生命永續存在的普遍需求。

有些精神疾病，如恐慌症和某些強迫症，會引起病態的恐懼或死亡恐懼。「恐慌」發作時，死亡戲劇性和令人信服的劇碼就開始上演，這時突然有種快死掉的感覺。這種感覺會產生一連串的身心症狀，像心跳過快、呼吸次數增加和冒冷汗。這些症狀是本能的代謝反應，作用是使人逃離危險的處境。然而，在「恐慌」中，這種危險處境是想像出來的，只是「自我」必須學習管控的戲劇性戲碼，但有時得靠抗鬱劑解困。

在這種假想面臨死亡的情況下，恐懼反應也會伴隨著強迫症發生，特別是擺脫不掉生病的念頭。在這些失序下，負面思想的產物就出現了，而且不受「自我」的管控，結果產生：我得了癌症、我會得心臟病、我會中風等揮之不去的想法。強迫症和恐懼症攻擊理智的所有層面。

在恐懼症和強迫症的情況下想像死亡的經驗，會產生強烈的焦慮並引起一連串的身心症，不過這類疾病是可以治療的。

有許多精神疾病會對死亡產生不健康的恐懼，但是有一種對生命結束的恐懼是正常合理的，而且任何精神醫學或藥物都無法消除。生命只有在終點還



很遠時，才會接受生命終有盡頭。如果終點已近在咫尺，生命會不由自主地抗拒；假使要接受它，生命就得確信有把握戰勝死亡。

※人的動物性和心理都不能接受死亡、

馬克思無神論含混不清的思想

不但人的「動物性和本能」不能接受死亡，就連「心理和理智」也無法接受。當我們的生命面臨危險，如疼痛、受傷、武器威脅或意外時，「動物性」就會強烈表現出來：本能變得很敏銳、心跳加速、呼吸次數增加，還有一連串新陳代謝的機制出現，把我們帶離那些危險的處境。當動物性出現時，理智就退位；換句話說，理智之窗馬上關閉，清晰和條理立即撤回。在這個情況下，本能戰勝了思想。

每當面臨嚴重威脅時，即使它是想像出來的，我們總是做出很多反應，卻

很少思考。我們活在病態的社會，到處充斥掠奪性的競爭、個人主義和對話的危機。我們創造了一間負面刺激的工廠，不斷給動物性的那一面製造壓力，終其一生持續處在威脅和危機之下。現代社會的人和原始部落的人相比，有更多的身心症狀。

人的心理層面比動物性那一面更不能接受死亡。人類與生俱來就渴望永恒，以及超越死亡的渾沌，這種渴望並非某個文化的產物。正如我們稍後要分析的，耶穌意識到這一點，而且他的永生言論仍然持續引起騷動。

在面對失去至親時，還活著的人會構思出許多想法，試圖安慰自己，例如：「他不再受苦了」、「他終於安息了」或「他在一個更好的地方」。從來沒有人會說：「他已經不存在了」。失去親友的痛苦是禮讚生命的一種方式，鮮活地見證人類有擋不住的渴望，希望永遠留在人生舞台上。

在喪禮上，通常只有少數人對至親的死感到悲痛欲絕，而絕大多數的弔喪者是在做治療。弔喪者如何做治療呢？在面對別人的死亡時，他們會試圖內化並重建自己。他們彼此說：「韶光易逝，一切操勞盡枉然」，或「人生苦短，

疲於奔命，死後就放下一切了……」這種團體治療的方式是大家都能接受的，也是對生命有益的回顧。喪禮上的團體治療會令人不自覺地向生命致敬。

克服生命終結的渴望超出理智和社會政治意識型態的限制。馬克思的最大錯誤就是試圖創造無神論氛圍的社會。

馬克思把宗教當成社會主義的難題。他是聰明的思想家，但是卻不了解人類心靈的祕密，因此他在這方面是無知的。或許他不曾深度反省死亡渾沌的心理學和哲學結論。如果他思考過，就能明白人對克服生命的有限性有擋不住的渴望。渴望永遠歡笑、思考、愛、夢想、投射、創造、擁有身分、意識到自己和世界，這些都超出科學和任何社會政治意識型態的限制。

人有一種尋求天主的內在需求，所以人會創造宗教，並建構出形上學的哲學理論。這樣的需求顯示出，人不只會試圖克服生命的有限性，而且也會解釋世界、過去和未來。簡單來說，就是解釋存在的奧祕。

**人類自身就是一個巨大問題，要耗費數十年光陰去尋找解答。人類試圖解釋世界。然而，人知道對理智最大的挑戰，就是解釋自己。我們在前面看到，**

思考不是人的選擇，而是不可避免的宿命。我們無法中斷思想建構的過程，也不可能限制人類了解自己 and 周遭世界的需求。人類心靈具有一種真正觀念的革命，這是不能被制止、甚至不受「自我」管控的。

在未來的數十年，那些活在無神論下的社會主義公民，他們會最渴望宗教信仰，而且熱烈探詢天主的存在。為什麼？因為社會主義設法消除某些不可動搖的事物。很顯然的，這種情況在俄羅斯和中國正如火如荼地上演。中國開始實行社會主義時，國內大概有五百萬基督徒。經過這麼多年宣傳無神論思想，據非官方的報導，基督徒已有五千萬人，還有成千上萬民眾信奉其他宗教。

我們束縛不了想超越生命終點的渴望。傳揚宗教的最佳方式就是設法將其摧毀。若要點燃人類尋找天主和超越死亡渾沌的渴望，最好的方法就是消滅這份渴望。

## ※醫學極度想緩解痛苦並延長生命

對生命永續的焦慮，和在面對人類肉體脆弱時所需的保護機制，驅使人去探索神祕的靈性，同時在歷史中也強有力地促進科學發展。

工業產品加入安全機制，透露出人類對生命永續的焦慮。電氣與電子設備必須設有保護使用者的安全裝置；汽車配備設計了許多保護乘客的防護系統；土木工程追求高科技，不只是建造多功能建築物，更是為了安全考量；在公司裡，安全機制是工作運作的基礎。人有延續及保護身心完整的需求，然而所有受此需求驅動的科學中，就屬醫學的表現最突出。

醫學涵蓋化學、生物學、物理學、生物物理學和數學等學科，而且各個領域都有驚人的發展。醫學的發展是源自人類想要免除痛苦，以及延長生命的強烈企圖。

醫學圖書館裡收藏了數百萬本的書籍和數不清的醫學月刊。知識大量累積，專門學科也越分越多。每年不斷發展出新的實驗和手術技術，以及許多輔

助診斷的設備。在世界各地，每天有各類專科的會議、研討會和醫學大會。為什麼醫學會有如此爆炸性的發展？這是因為人類想要緩解痛苦、提高生活品質，以及延長生命。

醫學是富有詩意的科學。在人類歷史中，醫師向來享有崇高的社會聲望，因為他們面對的是人類最重大的存在需求——緩解痛苦及延長生命，即使他們並不自覺。

這世上有兩齣人人平等的生命戲碼持續上演，也就是說這兩種情況困擾著每一個人：老化和死亡。世界各地的科學家正焚膏繼晷尋找新藥物、了解細胞的新陳代謝，和開發新儀器。這些研究共同的目標是，提供新的診斷技術和處理方法來預防和治療疾病，藉此提升生命的品質，並延長不可避免的生命終結——死亡。

同時，許多研究者正運用細胞分子矯正醫學、醫學美容和整形手術日新月異的知識，尋求青春永駐並延遲不可避免的老化。

在歷史中，人類對心靈永不停息的探索和醫藥持續不斷的發展，是兩個活

生生的見證，見證了遏止老化和死亡的強烈渴望不停地在人心跳動，最終是希望能讓人生這齣戲永不落幕。

### ※耶穌談論永生的奧祕

經過這些思考之後，我們回到本書的主角——耶穌。我想研究的是，耶穌對存在危機的言論會帶來什麼影響，以及他提出征服死亡渾沌的建議，在今天會引起什麼效應？

我們要想像，耶穌是在沒有任何基督文化的社會中去回應、談論並表達他的思想。關於人的存在危機，耶穌會說什麼？關於生命永續的問題，他要說些什麼？他對這個主題的言論是否無足可取？或者擾亂了我們的思想？他對生命終結的思想是否與知識分子的看法相近？

耶穌的話不同凡響且前所未聞，能夠動搖醫學和宗教信仰的根基。在回答

這些問題之前，我們先回顧耶穌的幾個特點。他的生命是一個弔詭：他公開顯示自己，但是他又盡可能地保持低調。還有，他喜歡用第三人稱說話：他說他執行天父的旨意，做天父要他做的事，說天父要他說的話（若六38）。為什麼耶穌要用第三人稱來發言呢？理由不少，其中有三點特別突出。第一：天主聖三是科學無法探討的複雜主題；第二：他不喜歡炫耀；第三：福音中清楚明示，耶穌知道我們多麼容易曲解他的詮釋。這也是他堅持見證的真實性必須經由兩個人確認的原因（若五31-32）。

此外，耶穌不強迫灌輸觀念，而是表露他的想法。他不強迫別人追隨他，而是提出邀請。他反對權威思想，因此他不斷打開人們的理智之窗，讓他們能反省他的話。總之，耶穌不喜歡炫耀，也知道他的詮釋會被扭曲，因此他在表達想法時，態度開放而且用詞精簡。現在我們要查考耶穌的傳記，探查耶穌人格的其他特質。

耶穌論事的態度和善又有彈性，可是在某些點上，他的立場十分堅決。他尤其強調生命的延續和永生的思想。



耶穌對生命永續的看法一針見血，他的思想鮮明大膽、不容置疑。談論這個主題時，他不用第三人稱，並且清楚表明他握有永生的祕密。他說：「信從我的，即使死了，仍要活著」（若十一25），「我是從天下降下的生活的食糧；誰若吃了這食糧，必要生活直到永遠」（若六51）。他還說了許多類似的話，不  
僅非比尋常，而且難以言喻。

耶穌並沒有說，如果大家遵守行為規範和宗教教條，就會有永遠的生命。不是這樣！這裡的經文非常清楚，他把永生的祕密放在自己身上。他說，相信他並且內在與他結合的人，必有永生不滅且無限的生命。歷史上有誰說過這樣的話？

所有閃耀著智識光輝的人，沒有人的思想如同耶穌那樣膽大創新。耶穌用第一人稱說的那番話，就連宗教、神祕思潮或形上學的創立者，也沒有人膽敢提出類似的言論。

我們去查考耶穌的思想，就能證實他的確不是在談另一個宗教或一套思想。他談他自己，他談論自己的生命和內在的能力！他還說他是一道路、真

理和生命」(若十四6)。他藉著這些話，指出自己就是達致圓滿真理和贏得永恆生命的途徑。

我們對耶穌的話已經習以為常，因此不會感到困擾。經師和法利塞人明白這些話的含意，因而深感不安。許多世紀以來，有不少先知發言，但是從沒有人敢說出這位納匝肋木匠說過的話。耶穌用第一人稱發表的言論令人們困惑。他們正是因為處在偏見獨斷下且思想僵化，所以更是困惑不解。耶穌說的話非常嚴肅。他出生在馬槽，卻又說自己是永生不朽的生命和真理的根源。這個人到底是誰？

### ※科學的限度和耶穌作為本質真理根源的態度

任何一門知識領域，必須有事實根據和可預測的現象，才能取得科學真理的地位。如果我們說吸菸有礙健康，就必須證明吸菸者會罹患某些疾病，如肺

癌和心血管疾病。只要事實得到證實，我們就能預測現象。換句話說，我們可以預測吸菸者比不吸菸者更容易得到這些疾病。

藉由證明事實和預測現象，知識（特別是物理和生物科學）就不再只是知識，而是取得了科學真理的地位。然而，這裡有個許多人所不了解的哲學重大難題。科學真理永遠無法碰觸本質真理。有無數的觀點指出尼古丁會引起某型肺癌（科學真理），但這不是癌症本身（本質或實在的真理），只是一個關於癌症的科學論述。從哲學觀點來說，科學真理（科學）探尋實在真理（本質），但永遠不可能將其合併。再舉個例子：如果我們對一件木頭製品產生無數個觀點，這些觀點或許能定義描述木頭內的纖維素，但木頭還是木頭，而觀點也始終是觀點。

治療師解讀病人的焦慮，但這並不代表病人焦慮源的本質，只是對焦慮的一種論述。解釋是在治療師的腦袋裡，而焦慮則是在病人的情緒裡，因此，兩者處於不同的世界。

我知道許多讀者可能被我的說法搞糊塗了，不過，我想呈現的是許多世紀

以來對「真理」是什麼所做的哲學討論。科學真理是什麼？它與本質真理的關係是什麼？如何在人類心智中建立？它的關連性、限制、範圍和邏輯為何？我花了十多年的時間建構出一套哲學理論。這些問題非常複雜，我不會在本書中詳述。然而，透過這個解釋，我要強調的是：耶穌對於真理，他把自己放在科學永遠達不到的位置。

當耶穌說「我是道路、真理和生命」時，他很耐人尋味地把自己等同於本質真理，等同於生命的本質。他不是指他擁有學術真理，擁有一套知識、觀念和真實思想，而是說他自己就是通往本質真理根源的道路，通往生命本質的道路。這是什麼樣的生命？他說他擁有的是永恆、沒有終點且不死不滅的生命。

耶穌說這些話時，他把自己定位成擁有超越人類天生限制的本性；他把自己當成天主子、生命的作者、生命的建築師，以及其他類似的稱號。他的言論令人震撼難忘。

我們在研究中看到，耶穌喜歡稱自己是人子。他了解他的人性處境，但是在許多時刻，他又顯現出另一面——他宣稱他的神性。

我們身為人，必定有許多限制。沒有人能說自己是「道路、真理和生命」；終究會死且有有限的人，不能稱自己內在具有永恆。我們在肉體上都是有限的，受限於時間和空間。一滴小水滴怎能自稱是水的源頭呢？除非是胡言亂語，不然不會有人敢說這種大話，可是耶穌卻以無比堅定的口吻這麼說。

我們受囿於思想的架構，這是由記憶內的參數所建構。終點和無限是人難以理解且無法達到的參數。我在許多失眠的夜晚，思考探究終結和無限是什麼這類終極的問題。人類的存在是在永恆的一個小括弧內流逝。人的生命只不過是在永恆視野下的滄海一粟……

我們的思想是在開始和永恆之間的小區間內。科學是在時間間隔內進行，可能極大或極小。沒有時間參數就沒有科學。如果研究發生在時間間隔內的事物的確很複雜棘手，那麼請想像研究時間限制之外、發生在永恆中的現象吧！科學對研究耶穌的智慧卻步和忽視的理由是，他的思想處理的主題超出科學參數之外。

耶穌對永生的思想，科學能表示任何意見嗎？不能！因為科學是在時間間

隔內產生的，無法表達同意或不同意。

如果研究存在就是一項複雜的任務，那麼科學如何能解釋存在的來源！理論上來說，我們可以探討宇宙的起源、黑洞、大爆炸理論，但是我們沒有智力資源去討論「起源的起源」、「原因的原因」，也就是在起初之前的最初根源。思想可以研究前思想內的現象，但是正如前面說過的，對前思想的思想見解永遠只是個思想，而不是前思想本身。

如果研究可觀察的現象，或可應用方法論調查的主題，為科學是可斟酌的任務，那麼請想像去探索在觀察極限之外的事物！如果科學只能了解生命的現象，又怎能了解那些超越生命終點的事物呢？事實上，科學在探索耶穌關於永生和征服死亡渾沌的複雜思想上，的確有其限制。這樣的思想已經進入信仰的領域。

## ※耶穌的言論會動搖醫學基礎

即使科學沒有方法可以研究耶穌的言論和他宣稱的能力，但是，如同我說過的，科學並沒有受到阻礙。科學仍然可以查考耶穌智慧的某些重要領域，可以研究他語出驚人的勇氣和膽識，以及他的言論帶給人的心理衝擊。科學能查考耶穌的觀點和他的生命歷程是否一致，可以分析他如何打破智力的獨斷，以及在緊張時刻如何管控他的思想。科學能研究耶穌生命學校的基本目標。

想像耶穌走在街上、在一些社會活動上、在節慶中，和在醫學會議上，如同他在過去所做的一樣，滔滔不絕地宣講人們能透過他戰勝生命的終結，而與永恆相遇。他有前所未有的膽識，並以無比堅決的態度講述幾乎無人敢談論的主題。

請想像耶穌在醫學會議上突然打斷眾人的談話，高聲呼喊他就是復活和生命（若十一 25）。如果耶穌因為提出流溢圓滿和永不止息喜樂的內在生命，而惹惱了精神科醫生和心理學家；那麼我們可以想像，耶穌提出生命無窮無盡、沒

有疾病和痛苦的主張，更會觸怒那些致力延長人類生命，哪怕只有幾天或幾個月也好的醫生和科學家。

面對耶穌的言論，就連思維最清晰的科學家和醫生，他們心中也會冒出一些問題。怎麼能超越死亡不可避免的大渾沌？隨著大腦分解，記憶被分解成數十億顆分子之後，如何能重組意識的認同？怎麼擁有不再老化的生命？要擁有全新且永存的生命，人類需要具備何種特性？在永無止盡的生命歷程中，如何更新記憶和思想建構？耶穌的言論確實撼動了複雜又有限的醫學——這門學問對活著的人貢獻良多，對死人卻毫無用處。

這些問題全是來自有限存在想要探求無限的存在，因此會有無數的疑惑和限制。然而，有限對無限、短暫對永恆的探索，即使受到限制，也是人的正常權利，是很個人化的表達思想的權利，因為生命在呼求延續下去。

在這個問題上，耶穌說得非常堅決，他甚至用一種在當時會令許多人反感的隱喻。他說：「誰吃我的肉，並喝我的血，必得永生」（若六 53-54）。民眾都很驚訝他有勇氣說這種話，他們以為他說的是他的肉體和血。然而，他說的



卻是另一種性質——永恆性的合一。多麼耐人尋味的提議！

他的對頭告訴他，不要再故弄玄虛，把他們搞得滿頭霧水，而該清楚說出他是誰（若八21、30）。耶路撒冷的知識菁英熱烈討論起耶穌的身分，就連那些沒讀過書的市井小民也彼此議論他的出身。門徒也對耶穌的言論感到困惑，不知道自己跟隨的師傅到底是誰（若八25）。他們拋棄一切跟隨他，可是與他同行越久，就越意識到自己根本不認識他。

人總是尋求宗教作為未來的避風港，目的是為了超越死亡；也總是尋求醫藥作為眼前的靠山，目的是為了延緩死亡。現在有個人說出了征服死亡並沉浸於永恆這般前所未聞的話。但一切似乎變得更加複雜，因為當他大膽堅定地說出關於永恆的驚人語時，他又避免名聲和炫耀。

耶穌的大無畏精神令人驚嘆，他把自己置於物理化學定律之上。他甚至說：「**天地要過去，但是，我的話絕不會過去。**」（路廿一33）

宇宙間千億個銀河星系，持續進行著組織、渾沌和重組的過程，不斷有新的星球誕生和死亡。太陽的壽命不到一百億年。天文學家望向太空，在每個

方向思索著「太空之謎」。現在來了一個人，他說他有永恆的祕密，還說他的思想比宇宙更穩定。宇宙陷入於渾沌中，但是他說，他的話語突破了物理化學的渾沌，他的生命超越時間和空間的限制。這樣的斷言多麼令人震撼！

愛因斯坦很仰慕耶穌。但是如果他生在耶穌那個時代，耶穌的言論一樣令他百思不得其解，他那頭招牌亂髮肯定會更雜亂。耶穌的言論超出物理學的參數之外，因此無法解釋，就連睿智的相對論也無法說明。

### ※耶穌迷人的人格：氣度恢弘、行事簡樸

耶穌說出了不可思議的話語，超越人渴望偉大的限度之外。但有趣的是，他有連貫的思考推理能力、條理分明的見解和批判的意識，令人不得不佩服他思想大膽、理智堅定。因此，我要再說一次，研究耶穌的智慧是充滿樂趣的智識挑戰，同時也發人深省，對無神論者亦然。難怪他的思想橫掃了世世代代。

但令人費解的是，耶穌的人格好比鐘擺，在兩極之間保持平衡。怎麼有人談論永恆卻又不自我吹噓？任何自認為有這種能力的人，多少會希望整個世界繞著他們轉，希望人人向他們屈膝。耶穌說了不少話且做了許多事，卻不斷想隱藏他自己，這令他身邊的人感到困惑。他們要求他向世界顯示他自己，讓世人能仰望崇拜他（若七 31-4），他們心裡還妄想著羅馬帝國會向他投降。

門徒的邏輯是，這些行動該公開進行，好能從中取得最大優勢。這是一種政治邏輯。但是耶穌的邏輯很有意思，與他們所想的截然不同。他公開說話，卻又經常低調行事。他做了很多了不起的事，卻又隱身在這些單純行動的背後。他談論一種前所未有的能力，卻又無比謙遜。他宣揚有強烈存在意涵的思想，卻不強迫別人跟隨他；他只是優雅地表達他的思想，然後邀請人們加以反省。他宣稱他擁有無限的生命，但同時他也從和朋友的相處中享受無比的快樂（若十五 15）。面對這些，很難不下結論：他的行為粉碎了人類的理性典範，並且擺脫理智的可預測模式。

耶穌的哪些行動最令人讚賞，小事或大事？多數人會說是那些大事。但是

對我來說，那些不起眼的小事和驚天動地的大事一樣動人心弦。這位耶穌到底是誰？要了解他真不容易。

耶穌的目標是要人快樂、徹底滿足，活出不受時間束縛的無限生命。他的主張儘管非常吸引人，卻一直困惑著科學界。喜愛或反對這種主張是個人的事，不需仰賴科學。

耶穌談論的是由古至今人人都想隨之起舞的音樂，但是他的智慧特質總是讓我們驚訝，不僅能夠動搖第三個千年人類的根基，並引領人們重新思考自己的生命歷程、人生的計畫和世界觀。

第 6 章

膽大的計畫：  
環境與  
社會大眾

## ※複雜深奧的生命學校

生命的學校是人生、心理和社會事件的學校。我們在生命學校裡寫自己的故事。這所學校洞察我們生命的起伏：夢想、期望、就業計畫、社交關係、挫折、快樂、缺乏安全感、情感痛苦、存在危機，以及我們擁有的每一個勇敢、孤獨、寧靜和焦慮的時刻。生命學校涵蓋了人生從生命到死亡的全部歷程：在子宮內開始生命，直到嚥下最後一口氣。

生命學校涵蓋的不只是我們在社會上表現出的思想和情感，也包括潛藏在內心所有的思想和情感：沒流出的眼淚、未表達的恐懼、未說出口的話、未傳達的不安、無聲的夢境。

生命學校比傳統學校更複雜深奧。在傳統學校上課時，我們每個人排排坐，無奈又被動地接受知識，而且所吸收的知識和我們的生命故事不怎麼相關，頂多和就業有關。然而，在生命學校裡發生的所有事件，都和我們的故事直接相關。

在傳統學校裡，我們要解決數學問題；在生命學校裡，我們必須解決人生的問題。在傳統學校裡，我們學習文法規則；在生命學校裡，我們必須學習困難的對話技巧。在傳統學校裡，我們必須學習探索我們身處的世界，亦即探索化學中的微小原子和物理學中浩瀚的太空；在生命學校裡，我們必須學習探索我們的內在在世界。因此，生命學校涵蓋傳統學校，而且要學的還更多。

傳統學校在教育上最大的錯誤，就是缺少一個基本目標，幫助學生準備在迂迴曲折的生命學校裡生活。最好的傳統學校要能建造一座通往生命學校的堅固橋樑。大部分的傳統學校只是生命學校內的一個括弧，兩者之間沒有任何溝通。在封閉的傳統學校裡，學生被囚在密閉的教室中，欠缺克服生存矛盾和養成多元智識的理智「抗體」。

傳統學校整合知識，卻難以成為有創意觀點的工程師，雖然專業，卻不易了解公民素養並擴展批判意識。

在生命學校裡，年紀大不代表成熟，學位不代表智慧，而專業成就也不表示能活得幸福快樂。這所學校的參數遠比想像中的複雜。

## ※生命學校的特性

耶穌的生命學校有複雜的特性。這所生命學校不是教導思想、哲學、行為規範、宗教道德教條的學校，也不是促進品格成長的學校。耶穌的計畫顯然更複雜，志向更遠大。

耶穌的傳記透露出他的目標不單要人改過向善，更要在人身上引起內在的轉變，從本質上重整思考和經驗情緒的能力。耶穌的目標是要打造全新的人。他慈悲寬容，征服智力的獨斷，對個人主義的偏執有免疫力。他學會相互合作，也學會認識自己；他體諒別人的痛苦，也學會如何寬恕；他能內化，也能反省自己；他把自己當作生命的學徒，發展思考的藝術；他擴展聆聽的技巧，並提升審美默觀的方法。我們在稍後幾章會探討這些複雜的特性。不過現在先記住這些特性，能幫助我們深入了解耶穌的計畫。

我相信絕對沒有人像耶穌有如此膽大創新、複雜且雄心勃勃的計畫。在耶穌之前的時代，希臘已經有許多學校，例如柏拉圖學院、亞里士多德學園，和



後蘇格拉底學校等。但是沒有一所學校如同生命的學校，擁有如此雄心壯志、鼓舞人心的計畫。我們要了解耶穌目標的面向並不容易，因為他是擅長解開身邊民眾智力的導師。經過對耶穌的查考，我們可以下結論：他想做的不是讓人改進，而是改變人的內在本質（瑪廿三 26-27）。

我們很難替耶穌的計畫命名，有人會稱它是目標或規劃。名稱是什麼並不重要，重要的是我們了解他的計畫是複雜、深奧、大膽且多元的，有時就像是一間醫治民間疾苦的醫院——包括那些最不為人知的隱疾。或許因為這樣，他把自己定位為治療內心創傷的「醫生」（瑪九 12）。有時候這計畫又像是一家餐館，並且是存在意義的根源，能滿足人的需要，並帶給人快樂。或許這正是他關心跟隨他的民眾肉體上的飢餓，並稱自己是「生命之糧」的理由——這種食能滿足人最深的情感和心靈的需求（若六 35）。某些時刻，這個計畫看起來像一所學校，想要改變人、擴展智慧，並修正思維模式（瑪五 1-11）。或許這正是他把自己看作默西亞、看作師傅，能開啟心靈之窗並引導人思考其他可能性的

原因（瑪廿三 8）。

由於我在前面談到生命學校的廣義說法，我要稱這個計畫為「耶穌的生命學校」。耶穌的學校具有非凡、特殊、奧祕和不易理解的特性。接下來，我要談談其中幾個特性。

### ※生命學校的環境

耶穌的生命學校和傳統學校截然不同，既沒有圍牆，也沒有教室。這所學校設在傳統以外的地方：在沙漠、在海邊、在山上、在猶太會堂裡、在耶路撒冷聖殿的廣場、在家中。它也建立在許多有別傳統的場合：在吃飯時、在宴席上、在聊天中。

耶穌沒有任何偏見。他可以在任何環境下和人交談。他絕不錯過引導人們內化的機會。無論他到哪裡，他都能為人師表並開始授課；那裡沒有講台、課桌椅、黑板、粉筆、電腦或教學法。他的技巧就是他的話語、態度和思想。他

的教學法就是他的故事和他開啟門徒智慧之窗的方式。在生命學校裡，導師中的導師這個頭銜可說是實至名歸。

雖說耶穌不會挑揀施教的環境，但他顯然比較喜歡開放的空間。常常天空就是他學校的屋頂，人群坐在他身旁聽講。他在戶外滔滔不絕地宣講，有時聚集的群眾實在太多，他還得大聲說話。

耶穌和他的學生水乳交融，進入他們的生命故事。師生之間沒有鴻溝，他們的故事彼此交織。耶穌藉由這種親密而坦誠開放的相處方式，虜獲每個學生的心，漸漸了解他們的痛苦和需要（若十四 27，十六 4-6）。他善用各種境遇和時機，也從學生犯的錯誤和遭遇的困難中，引導他們自我反省，並重新整理他們的生命故事。

## ※生命學校中沒有階級之分：社會大眾

耶穌的生命學校中沒有國王、政客、知識分子、文盲、道德家或品行不良的人。人人生來平等，沒有任何高低之分，而且都有著平等的手足關係。福音中清楚顯示，耶穌尖銳批評任何形式的歧視。在耶穌的計畫裡，人人都享有相同的尊嚴，沒有階級之別。

難能可貴的是，在這個地方不會把人歸類，無論是財富、智識、美貌、名氣或其他參數方面。人很容易活在偏見獨斷中。人性中帶有嚴重且破壞力強大的疾病，就是偏見獨斷，它不僅束縛理智，更製造各種形式的歧視。歧視帶來淚水、造就不義、扭曲權利、助長種族屠殺和許多種侵犯人權的暴行。

在耶穌的生命學校裡，不管任何情況或處境下，沒有人是一文不值或不夠格的。娼妓和道德家一樣重要；沒讀過書的文盲和知識分子、經師同等重要；被放逐的罪犯也和國王一樣重要。

耶穌非常反對歧視，他的言論令他那時代的衛道之士背脊發涼。他有勇氣

對法利塞人說：稅吏和娼妓要比他們先進入天國（瑪廿一31）。貪汙和賣淫的人，怎麼可能排在聲名赫赫、滿口仁義道德的法利塞人前面呢？那是因為他們能夠倒空自己，願意進入這所深明人情世故的生命學校，成為耶穌的學徒。

在那個時代，大家都討厭稅吏，娼妓也會被丟石頭。然而，耶穌的超凡計畫吸引了人本心理學派。在他的計畫裡，人人都是人類的一分子，都應一視同仁。從來沒有人像耶穌一樣重視微不足道的人，也沒有人像他一樣抬舉卑賤的人，更沒有人像他一樣接納那些被排斥的人。

第 7 章

激發對知識  
的渴望  
並整頓智力

## ※耶穌激發對知識的渴望、 好老師與傑出大師的區別

我們不該把耶穌看成是一個受苦的人。這太不尊重他了。他不但不柔弱，反而擁有驚人的力量。耶穌有超乎常人的勇氣，即使生命處於危難時，他也沒有默不作聲。他有勇氣去面對與他的思想背道而馳的世界。他能大膽面對自身的恐懼和痛楚，甚至在死對頭的地盤內講道（瑪六 21-5，七 15-23）。他在被釘死前，還許多次差點被人用石頭砸死。

他不是糊塗魯莽地行動，而是清楚意識到他的言論和目標會帶來的後果。他堅定又有魄力，而且謙卑寬容。他樂於激發人們的智慧，並指出他們的褊狹。

耶穌是一位有魅力的大師。許多人趕來聽他講道，接受他的教導。他和絕大多數的老師不同，就算是現代的老師，他們只是在傳遞知識，一點也沒有樂趣和挑戰性；他們就只是傳遞刻板的知識，這種課題完全與個人無關。換句話說，他們沒有談論生活中的痛苦、挫折和冒險。這種傳遞知識的方式無法激發

學生的智慧，無法令他們驚奇，也無法把他們轉變為有創新想法的工程師。

好老師通常是能言善道的，但是傑出的大師要具備的能力卻更多，他要有能力使學生驚奇，啟發他們的智慧。好老師致力於傳遞知識，傑出的大師卻激發思考的藝術。好老師會去尋找學生，希望教育他們；而傑出的大師深刻啟發學生的智慧，因此學生會主動去尋找並感激老師。好老師只有在學生的求學階段才會被記得和看重，而傑出的大師卻深深烙印在學生的生命故事中，永遠不會被遺忘。

耶穌激發周遭人們的智慧，陶冶他們鍛鍊思想。他的思想烙印在接近他的民眾的生命故事中，他的舉手投足，就連沉默的時刻也都很有說服力，啟發他們修正生命的軌跡。

耶穌周遊各城各村，宣講「天國」和他的心靈改造計畫。他的傳記指出，他說話的方式很有魅力。他的宣講喚起人們內在的渴望。雖然他只是一個來自納匝肋的木匠，衣著普通、行事低調，可是聽眾卻對他言談的深度印象深刻（瑪六 30-34）。幾個月之後，耶穌不需要再找人來聽他講道，他的道理吸引人，群



眾都主動擠到他跟前聽他說話。有幾個團體非常欣賞他，要他留下來，不要他離開，但他卻說他必須把天國的訊息傳到更多地方。

群眾跟隨他到荒野，冒著可能餓死的風險（瑪十四15，十五32；谷八11-9）。即使如此，他們也不願放棄，不計任何代價要聽他講話。這非常有意思。在那個時代，大多數人都沒有受教育，因此，除了工作和討生活之外，沒有興趣學習任何事物。然而，耶穌卻在他們身上激起一種超過肚子餓的內在飢渴。

### ※耶穌推翻杜蘭的論證和我的論點

當生活窮困潦倒時，人對發展思想往往也提不起興致。關於這個主題，哲學史上有一個有趣的故事。美國哲學家威爾·杜蘭（Will Durant）在他的成名作《哲學的故事》，就試圖證明在文學和哲學的領域，為什麼歐洲比美國產出更多傑出的思想家。他評論道：「英國從奠定基礎到莎士比亞花了八百年，法

國從立基到蒙田也花了八百年……因此我們美國必須付出心力，在廣袤的森林中開疆闢土，從一望無際的沃野中挖掘寶藏。我們國家的歷史很短，還沒有足夠的時間培養出成熟的國家文學和哲學。」

英國、法國和其他國家花了許多世紀才培養出哲學、文學和藝術各方面的思想家。事實上，歐洲的哲學思想遠比美國成熟。杜蘭認為原因是出在，過去幾個世紀以來，美國社會一直汲汲於滿足生存需求和社會發展。即使這並非數學定理，但思想家的產生和生存的基本需求與社會發展之間，還是具有相當程度的關連。基本的需求必須先得到關照，成熟思想和集體思想才能蓬勃發展。當然，思想也能從社會危機、物資匱乏和戰爭中個別興起；然而，思想家的培育和社會發展是息息相關的。有時思想就像酒一樣，越陳越香。

因此，杜蘭的論證是有基礎的，並且支持了我的論點：在壓力下，人的本能（動物性）層面重於思想層面。維持生存的基本物質需求，例如房子、健康和食物往往勝過心理需求。當基本的物質需求被照顧到時，才會釋放出思想並擴展至藝術表現。

藝術和痛苦有某種關連，這裡指的不是生存本能的痛苦，而是存在危機的痛苦，也就是涵蓋心理和社會衝突的心靈痛苦。

人必須為活下去而奮戰時，便很難去思考。當生活困苦，又得忍受餓肚子的折磨時，就不容易擴展思想觀念的世界。但耶穌卻打破了這個模式，他推翻了杜蘭的理論。

耶穌雖然從小就吃很多苦，卻仍然閃耀著智慧之光。更值得注意的是，他引導當時身心遭受極度煎熬的民眾，去追求那超越生存基本需要的知識。

在耶穌的時代，以色列人民在羅馬帝國的統治下，過著飢餓窮困的生活，求生不易。農作物的收成不足，還得繳交重稅，以色列全境到處都有稅吏壓榨百姓。

只要回顧以色列人的悲慘處境，和羅馬帝國對他們的奴役，就能證實耶穌並非選在最佳的時機，前來揭開他要改造人類這複雜膽大的計畫。如果他選在生活安定且通訊發達的時代來到人間，他的工作可能會容易許多。而且耶穌的生命中還有許多事件超乎我們的想像，例如：他誕生在馬槽裡、他不喜歡炫

耀、他收了一群平庸的門徒、他在受審時保持沉默。耶穌那時代的人關心的是填飽肚子，而不是思考，但他們卻發現：「人生活不只靠餅。」

當時的法利塞人和經師沒有任何光彩，耶穌卻在不大可能發光發熱的環境中大放異彩。那時的民眾沒有追求內省的渴望，但是他們卻甘願離家，丟下僅有的一點家當，跑到荒郊野外去聆聽這位魅力大師精闢且非比尋常的談話。

在現代的社會，要找到一位散發智慧魅力又令人感興趣的人物並不容易。要有吸引力，就得藉助媒體的「化妝」手法，連談話和肢體語言都需要擦脂抹粉。但是這位納匝肋的木匠卻不靠任何廣告宣傳，就能吸引群眾的注意。

有時候民眾跋涉多日，露宿星空下，只為聽他一席話。令人驚訝的是，耶穌沒有許諾給他們舒適的生活或物質上的獎勵，也沒有應許政治的王國或梅瑟（摩西）那塊流奶流蜜的地方。他談論的是另一個層面的事——人心中的王國，也就是個人轉變的過程。

那時雖然沒有鬧鐘，但是民眾卻起個大早去尋找他。我相信有很多人對耶穌的思想深深著迷而睡不著覺，甚至天還沒亮，就有群眾跑去找他（路廿一38）。

歷史上從來沒有一位像他這樣虜獲人心的大師。

即使耶穌沒有預定在某個地方和民眾碰面，他們也會想辦法找到他。耶穌的講道很有震撼力，激勵民眾自我反思，並思考存在的奧祕。他的言論不是制式老套的，每個人都想聽他講道，也願意學習，不在乎吃多少苦。

耶穌能勇敢表明他的思想，也能接受別人離開他。我們很難在同一個人身上同時找到這兩種特質。那些天膽揭露自己想法的人，通常也會想操控自己的追隨者，限制他們的自由。

但是耶穌很不一樣。有一天他向門徒提問，並給他們離開的自由（若六67）。

他甚至挑戰他們：「難道你們也要走嗎？」他表明想法卻不強迫灌輸思想，能這麼做是很難得的。他只是提出猶如回音繚繞的邀請：「誰若渴，到我這裡來喝吧！」（若七37）

《瑪竇福音》第四章告訴我們，耶穌沿著加里肋亞海邊行走時，他看見伯多祿和安德肋正在捕魚，雅各伯和若望在修補漁網，就召叫他們說：「來跟隨我！」他們立刻拋下漁船跟隨了他。直到現在，我還是很難理解耶穌說「來跟

隨我一時，這幾個門徒怎麼能立即答覆並跟隨了他。這位大師的言談和容貌有吸引人的強大魅力。

耶穌深深虜獲民眾的心，他們根本無法接受要與他分離的想法。當他被釘死在十字架上，他們都憤憤不平地捶著胸膛回去（路廿三48）。他們也許正在喃喃自問說：這個改變我們的生命，給了我們全新生命意義的人，怎麼會這麼痛苦殘忍地被處死？這樣聰明能幹的人，怎麼不運用他的能力和智慧去躲過審判？耶穌受難的意義和重要性，為他們來說實在太難懂了。

### ※當代社會中內化的過程

現在，我們都失去了內省過程中的樂趣。學校和獲取資訊的途徑雖然大量增加，但是在培養思考者這方面卻絲毫沒有增強。

現代人往往只有在把知識當作求職工具時，才会有學習的動機。如果我們

把職業項目和從獲取知識中得到益處的可能性除去，大學大概都會消失，知識也將被埋葬。學習的樂趣和成為富有創意的工程師的快樂，在現代社會中已經搖搖欲墜。如同我們在下文中會看到的，這些全都被偏執的消費主義、追求唯美和掠奪性的競爭取代了。

追隨耶穌的民眾當中，一定有很多人是為了滿足他們的基本需求，或是想看他行奇蹟。耶穌心知肚明（若二 23 + 25）。不過，也有許多人是因為被他喚醒，而發現學習的快樂。柏拉圖在《理想國》一書中也談過學習過程的快樂。如果他活在耶穌的時代，他可能也會去接近耶穌，對這位納匝肋的大師著迷，因為耶穌能帶領那些無法受教育的人，走出一成不變的生活，並對內化懷有渴望。

耶穌的計畫令人驚奇。在他的教化下，人人都能在自己的生命軌道上快樂地旅行。在這位大師的關懷下，他們學會往內在扎根，他們學會透過另一種眼光來看待生命；即使在面對生活中的苦難和生命的痛苦時，他們也能培養出不屈不撓的崇高精神。

## ※整頓智力

把自己定位成學徒，在職場、社交和知性生活中虛心學習的人，才是智識的真正藝術。具有這種特質的人，往往很有創意、頭腦清晰、才華洋溢。他不斷清除自己的偏見，用不同的角度來審視生命。相反的，打從心底覺得自滿的人，經常顯現出緊張、煩躁且思想老化。

成為生命的學徒，對大腦和心靈的健康很有益處。這項特質和年齡沒有必然的數學關係。有許多心態老化的年輕人，他們束縛自己的聰明才智，頭腦死板，不會變通；也有許多年輕的老人，他們的頭腦靈活，而且總是活到老學到老。這個特質比天資聰穎更重要。天才也可能淪為儲存知識的容器，沒有任何創意。

我們觀察那些在智慧上大放異彩者的故事，就會發現他們的祕訣是好奇心、勇於挑戰、大膽創新和求知若渴，也因此他們能夠保持學徒的心態，從生命事件中學習。許多思想家在還不成熟時，反而最有生產力，因為那時他們保



有這些特質。在那個階段，即使他們要面對思想不純熟帶來的常見問題，他們對學習卻更加開放。然而，他們一旦獲得地位、名氣和社會聲望，就會放棄作學生的心態，而智力也慢慢枯竭。

那些被自滿自足病毒感染的人，智力產能會減損；那些陶醉於自傲的人，除了使人生成為焦慮源、思想貧乏之外，還注定染上情感幼稚的不治之症。驕傲會引起許多後果，其中之一是很難承認自己的錯誤，而且必須認為自己永遠是對的。那些能檢討收回驕傲，掙脫「從不犯錯」枷鎖的人，能過更平靜的生活；而能夠承認自身限度的人，也會比坐在真理高位的人更成熟。

教育上最大的難題是使老師能一直當學生，而學生也永遠不放棄學生的身分。許多專業人士和高階主管久而久之變得一事無成，因為他們自我束縛，用自滿自足和自恃獨立捆綁了智力。

許多科學家剛踏上這一行時，研究成果豐碩。但當他們攀上了學術的頂峰並過度看重頭銜，就很難再有創新的想法。

新聞記者、教師、醫師、心理學家或任何不願收回自滿的人，就會囚禁思

想，並扼殺創造力。許多人思想貧乏卻不自知，那是因為他們不會內化和反省他們的生命故事。

耶穌不斷啟發門徒的智慧，激勵他們打開心靈之窗。他的思想新穎獨到，和門徒學到的生活模式截然不同。因此，他眼前有個艱鉅的挑戰，就是必須打破他們僵化的理智，並引領他們把自己當成學徒，面對崎嶇坎坷的人生歷程。他揀選哪些人作他的門徒？知識分子或文盲？

說來奇怪，耶穌沒有揀選當時的知識分子——經師和法利塞人作他的門徒，去揭開他的目標並執行他的計畫。這些經師和法利塞人有兩大優勢：傳授千年的文化傳統，並具備精湛的推理能力。而且，他們當中也有一些人非常仰慕耶穌。然而，他們驕傲、自滿又理智僵化，這些沉重的包袱使他們無法向其他思考方式開放。

## ※驕傲和白滿汙染智慧，以及思考的藝術

經師和法利塞人的驕傲白滿閉塞了他們的理智，將他們囚禁在理智的牢籠裡。在耶穌的學校裡，驕傲和白滿如同病毒般汙染了智慧，扼殺思考的藝術。在耶穌的學校裡，沒有人畢業，每個人都是「永遠的」學徒。每個人都要有兒童般的思考心境：開放、沒有偏見，以及旺盛的求知欲（谷十15）。

耶穌表示，他要的不只是支持他的理想和欣賞他的人，他更需要的是開放的心胸，自由和飢渴的心靈。他沒有對經師和法利塞人絕望，只是與其堅持要他們，不如有個全新的開始。他去找一群顯然不夠格的人來執行他那深奧超凡的計畫。他揀選一群沒讀過書的漁夫，除了在加里肋亞海捕魚，對其他一無所知的漁夫。這群年輕人從未想過探索自我或發展思考藝術，也不曾深入思索生命的奧秘。除了當個平凡漁夫和替羅馬政府收稅的稅吏，他們沒想過自己能做什麼。

那群年輕人的理智和心靈世界非常狹隘，但是他們遇到了一位有魅力的導

師，他打開他們的心靈，並在他們身上激起了一股心靈渴望，希望能永遠改變他們的生命歷程。

耶穌有冒險、勇敢和挑戰的生命態度。他做了一個不尋常的決定來完成他那複雜難懂的願望。他揀選了一群沒有聰明才智的文盲，把他們改造成智慧的工程師和使徒，去宣傳他的偉大計畫。這個計畫將撼動全世界，橫掃無數個世紀，並征服千千萬萬來自各種文化背景和社經地位的人。

第 8 章

投資智慧  
去面對生命  
的冬天

## ※情緒數學的原則

許多人耗費很多的體力和精力在投資股市、追求物質享受、名牌汽車，或安排安穩的退休計畫。追求財務上的保障是合理的，但是卻不足以滿足人的內在需求、給人存在的意義、增加生活中的快樂，以及使人格更加成熟。

我曾經治療過一些憂鬱症患者，他們雖然家境富裕，卻完全喪失生活的樂趣。有許多人還說，他們很羨慕別人能過著簡單平凡的生活，因為就算沒學識、沒錢財，他們在生活的小事上也能展露歡笑。

我記得一位大型農產品公司的老闆告訴我，他僱用的那些採收甘蔗的工人，每個都比他更富有，因為即使生活窮困，他們仍能邊工作邊唱歌，樂在其中。事實上，**皇宮中有貧民，貧民窟中也有富豪。**

我不是在為貧窮辯護，相反的，各種形式的貧窮都應該從社會中根除。我的意思是說，人的心靈十分複雜，完全不受財務數學規則的支配。而且，情緒數學的原則更超出邏輯和財務數學的範疇。「人之所有」不等於「人之所是」。

有十棟豪宅的人，在生活快樂或情緒安全感方面不會比住在簡陋木屋的人多十倍。有一百萬元的人，也不會比只有一塊錢的人幸福一百萬倍。

有的人家財萬貫，卻感到悲傷、不快樂；也有人生活富裕，卻沒有審美默觀的能力。情緒數學能倒轉財務數學的原則，尤其當人懂得投資智慧時更是如此。建構智力的過程是非常深奧的一齣戲，因此在生命中會有出其不意且難以預測的場景。

我們可以談論肉體上的痛苦，因為這是明顯可見的，卻很少聽到有人談論情感上的痛苦，這種痛苦阻礙且限制了生命的快樂。

人生短暫，一眨眼間年華似水流。小時候，我們最喜歡過生日；長大後，我們想阻止時間流逝，可是卻無能為力。人生如此短暫，催促著我們去追求智慧，賦予生命更豐富的意義；否則，在我們的生命歷程中，厭煩與苦悶會如影隨形。

## ※投資智慧：從其他觀點看生命的痛苦

耶穌要門徒懂得投資智慧，成為優秀的投資者。他不希望人的生命目標貧乏又膚淺。只要查考耶穌的故事，就會知道對他來說，每一個人都是獨一無二的存在，應該有獨特的生命演出。因此他善用各種機會去訓練門徒成長，儘管他們有許多的限度和軟弱（谷七<sup>20</sup>，<sup>23</sup>）。他設法擴大他們理智的視野，使他們能從不同的角度去看待痛苦。

生命的痛苦，肉體上，尤其是心理上的痛苦都應該去除。然而，耶穌卻認為痛苦可以用來磨掉性格的稜角。學會面對成功和財富可說是輕而易舉，但是學習面對挫敗和失落卻十分困難。我們所處的社會不但否定生命的痛苦，而且過度重視追求成就。人人都能學會善度生命的春天，但是只有智者才能學會有尊嚴地度過生命的冬天。

我們是會思考且擁有意識的存在，這個事實使我們複雜難懂，而且我們還會給自己樹敵。每次我們探入記憶的迷宮，並建構精妙的思想鏈時，我們並不



知道自己怎麼找出儲存資訊的記憶體位址。思想是一場景象，可以是快樂的，也可以是恐怖的。如果我們在心靈舞台上所建立的觀念界是負面的，即便我們有許多外在的優勢，仍會把生命變成痛苦的演出。

人最大的敵人往往是自己。許多人因杞人憂天而受苦，他們總是先做最壞的打算；問題還沒發生，就得忍受預期想法的折磨。也有人緬懷過去，耽溺在罪惡感裡，沉重的罪惡感不停地傷害他們。還有些人的情緒過敏，小題大作，一點點刺激就會引起強烈的情緒反應，導致自我毀滅。情緒過度敏感的人，儘管別人認為他們很優秀，他們卻老是覺得自己差強人意。只要有人得罪他們，他們就會氣上一整天、甚至是一個星期。因此，精妙的思想建構為他們不再是愉悅的演出，而是焦慮的根源。

如果我們不收回檢討負面的想法，不積極處理罪惡感並重新省思情緒的過敏反應，會很容易出現憂鬱或焦慮等身心疾病。人類對於思考沒有選擇權，思考是無法逃避的過程。雖然沒有人能中斷思想流，但是卻能以足夠的成熟度去處理思想和情緒，否則我們會成為自己生命史的犧牲者。如果我們不去修正自

己的生命故事，不隨著成熟加以重寫，我們肯定會成為生命寒冬的亡魂。

重寫生命故事是人類的的基本任務，我們必須把這項任務納入理智資產裡。

### ※耶穌在苦難中淬鍊智慧

耶穌總是引導人去重寫生命故事，要他們別成為社會災禍苦難的犧牲品。他關心的是發展智力最利他的功能。他希望人有自制力，能管理自己的思想，並且懂得不屈不饒走出人生難關。

耶穌多次受到冒犯，但是他懂得控管他的情緒。法利塞人曾說他是魔王，對於視自己為「基督」的人來說，這是天大的侮辱。但是這樣的冒犯沒有擾亂他。只有堅強灑脫的人，才有能力反思自己受到的冒犯，而不受傷害。耶穌的思想是堅定自由的，因此他能在沒有思考的餘地、極易動怒的情況下，還能做出睿智的回答。

就算面臨被捕被殺，也煩擾不了他。那些常令我們過度焦慮的情況，他都能超脫。有許多人反對他，但是他卻大膽地公開表明他的思想。他大有理由失眠，可是他並沒有輾轉難眠，就連在動盪不安的情況下也能安心睡覺。

有一次，那幾個以捕魚為業且深諳水性的門徒，被突來的風浪嚇壞了。他們害怕得不知所措，可是耶穌竟然在船尾呼呼大睡。耶穌不是漁夫，也不曾搭船旅遊。沒有搭過船的人很容易暈船，尤其風浪大時更容易不舒服。門徒眼看情況危急，趕緊搖醒他。耶穌責備他們膽小害怕，並用手勢平息了風浪。門徒們再次口瞪目呆，彼此竊竊私語說：「這人到底是誰，因為他一出命，連風和水都服從他」（路八22，25）。我要強調的不是耶穌的超自然作為，而是在絕望之際，他所表現出來的鎮定。

大家都嚇出一身冷汗時，他還能沉著地行動。他沒讓情緒受憂慮侵擾。許多人把情緒變成垃圾桶，不懂得過濾遭遇到的問題、冒犯和困難，還輕易讓自已受煩惱和緊張的侵擾。然而，耶穌現在讓生命的亂流朝自己襲來，他很有技巧地管理他的情緒，因為他把苦悶和壓力的刺激都過濾掉了。

在他的生命字典裡，既找不到恐懼，也找不到絕望、焦慮、沮喪和不安。門徒專注出神地注視著師傅，然後一點一滴從他身上學習在壓力的處境下，使自己的內在堅強、自由、安心、寧靜而沉穩。

人人讚美春天，迫不及待迎接春天來臨，因為每年的這段期間，百花盛開，美不勝收。事實上，花朵在冬天悄悄含苞，到了春天燦爛綻放。濕度低、酷寒、日照少，這些冬天的典型氣候嚴厲考驗植物，促使新陳代謝加快，好能在春天繁花朵朵開。花朵裡面含藏著種子，而種子則表現在面對寒冬逆境下，想要延續植物生命週期的企圖。冬天的渾沌成就了春天的百花齊放。

分析耶穌的生平，我們可以看到他經歷的生命寒冬不但摧毀不了他，反而在他內孕育出美麗的春天。這是藉著他的智慧、友善、沉靜、寬容、善解人意和克服人性衝突呈現出來的。

## ※人人都要經歷生命的冬天

每個人都會遇到生命中的亂流。這種因外在困難或內在因素所產生的痛苦，是人生中最平等的經驗。國王可能沒有財務上的困難，可是卻有內心的苦惱。黛安娜王妃高貴優雅，注重人道關懷，生活也很富裕，不過根據報導，她有嚴重的情緒困擾還罹患憂鬱症。她可能比非洲難民和巴西東北地區的窮人更痛苦。

願意忍受人生在世的痛苦，能有尊嚴地克服痛苦的人，內心世界會更充實美好。走過沮喪混亂、恐慌症或其他心理疾病而能將之擊敗的人，人生會更加豐盈美麗，也更有智慧。智慧使人更有吸引力，即使歲月會讓人的皮膚徒增皺紋，並留下衰老的痕跡。

對自己的恐懼感到害怕，害怕情緒低潮、害怕心靈苦痛和社會苦難的人，理智上就缺少征服恐懼的能力。恐懼滋生痛苦。學會面對恐懼、在痛苦時自信地行動，並回顧反省那些助長人性衝突的原因，就能帶領人去改寫生命歷史。

我們都喜歡活在生命的春天，生活過得快樂又有方向，日子不單調乏味，也不會動盪不安，而且美夢都能成真，成功會自動來敲門。可是，哪有人沒經歷過生命的冬天？我們遇到的失落和挫折，很多是難以預料也無法避免的。誰能免除所有生存的苦痛？誰沒有脆弱和流淚哭泣的時候？誰能避免犯錯和失敗？再怎麼小心謹慎，人也無法掌控生命的變數或避開某些痛苦。

我們都要經歷緊張源。生命關懷、職業挑戰、社會義務和人際關係的問題，都不斷帶來緊張源，然後再產生壓力和焦慮。緊張源可以操控理智，使我們無法自由地建構和管理思想。有時緊張源有不可思議的作用力，能獨裁掌控我們的理智。

那些一心注重外在美，而忽略豐富內在美的人，他們活在最悲慘的孤獨中，也就是在生命歷程中遺棄自己的那種孤獨。總是為芝麻小事操心的人，已經把他們的生命變成了焦慮的根源。他們很難去克服出現在他們生命歷程中的磨難、矛盾和緊張。

緊張源的獨裁使人類成為自己生命史的犧牲者，而不是建構和改寫人生重

要篇章的作者。人淪為生命故事的犧牲者，比創作自己的故事容易得多。許多人是生命環境的傀儡，沒有能力修正和反思他們的故事。

耶穌從另一個觀點來看生命的痛苦。他面對磨難卻不絕望，他不怕吃苦、也不怕遇到挫折。許多人對他失望透頂，就連最親近的門徒也打擊他，但是他平靜地承受了那些挫折。耶穌這位生命學校的導師，不斷訓練門徒去征服緊張源，去面對恐懼和失敗。因此，他們就能重寫生命故事，並成熟地修正人生的路徑。

生命學校的導師和弟子間曾有一段簡短卻含意深遠的對話。他說：「在世界上你們要受苦；然而你們放心，我已戰勝了世界」（若十六33）。他承認人生曲折起伏，有許多無可避免的亂流。他鼓舞門徒在面對苦難時，不要畏懼退縮，卻要打起精神裝備自己，下定決心去克服。他說他已戰勝了世界，打敗了生命的逆境。這指出了，他不是隨意、漫無目標過日子，而是有自覺、有完整明確的目標，如同運動員一般過生活。

## ※成立一所聖賢學校

耶穌出身寒微，他誕生後的第一批訪客竟然是動物，可能連窮苦人家出生的孩子也比他有尊嚴。到了兩歲愛玩的年紀，他卻已經遇上麻煩。黑落德王千方百計想要殺掉他。哪個弱小無辜的孩童受過像他這樣的迫害？他的父母帶著他逃往埃及，徒步或騎在驢背上，長途跋涉，餐風宿露。他在青少年時就展現不凡的智慧，才十二歲就得到當時知識分子的誇讚。但是後來他成了木匠，必須辛苦工作養活自己。

耶穌向世人顯示他的思想時，颯起一股驚人的旋風。許多民眾喜歡他，也有相當多握有政治和宗教權勢的人迫害、反對並憎恨他。他被人誤解、反對、攔臉、吐口水，身心受創。耶穌有充分的理由感到緊張、憤怒、焦慮和生氣，可是他卻表現出平靜、愛和寬容的氣度。如同我說過的，他征服了他的緊張源，甚至將他的苦難化為詩篇。

雖然耶穌的一生中經歷了重重困難，他仍然過得很快樂。雖然他不會總是



笑容滿面，但是他內心的喜樂超乎我們的想像。就在他被釘死前不久，他告訴門徒要去感受他擁有的那種圓滿的喜樂（若十四 28，十六 20，22）。許多人應該知足常樂，但他們卻老是對自己所擁有的感到不高興也不滿意。可是耶穌，即使他有百分之百的理由成為不快樂的人，他卻總是喜樂而安詳。

從小就吃過這麼多苦頭的人，怎麼可能如此平靜？當他沉著地跨越並克服生命的種種磨難時，如何堅忍到底？受到眾多排斥和誤解的人，怎麼可能流露喜樂，而且還掌握可以提供人類圓滿喜樂和存在意義的幸福源頭？耶穌是優秀的智慧投資者。他受的痛苦使他更平心靜氣、而不是更加緊張。痛苦不會使他氣餒或引起他內心的衝突，這和通常在我們身上引起的反應截然不同。

耶穌證明了他能夠卓越地管理思想。我們能從他的行為結論出，當他面對挫折和磨難時，他不會被壓力刺激牽著走。他的思想不會過於激動，反而在他心靈的舞台上沉澱下來。因此他更容易去管理思想，並在緊張的局勢下提出平靜而睿智的答案。

當我們的生命處於沙漠中時，很難去構築快樂的故事。付出不求回報並不

容易。當別人辜負我們的期望時，我們很難不感到痛苦。處在緊張源之下要去管理我們的思想同樣有其困難。我認識的人當中，從來沒有一位精神科醫師或心理學家能像耶穌一樣，管理情緒不受壓力之苦並懂得投資智慧。他是導師中的導師，連知識分子也成了這所學校的學生。

耶穌無意建立一種心理學思想運動。比起思想運動，他的計畫更志向遠大而且高深。然而，他的心理學有一種獨特的複雜性。傳統心理學大約是在一百年前才成為一門科學；但耶穌卻早在二十幾個世紀之前，就有最專業的預防和教育心理學知識。

門徒逐漸學會成熟地看待自身的罪惡感和錯誤，也明瞭要有尊嚴地度過生命的冬天為他們並不容易。他們明白師傅並沒有要他們成為超人，永遠不會失敗、永遠不必面對困難，也永遠不會有猶疑不決的時候；而是要求他們學會忠於良心，把自己當作生命的學徒，然後逐漸地脫胎換骨。

針對這個主題，耶穌講了一個故事：有一個商人找到了一顆完美的珍珠，於是就賣掉他所有的一切，買下了那顆珍珠（瑪十三45-46）。在這個故事中，「變

賣」這個行動不能照字面意思去理解。這裡不是指賣掉物品，而是整頓智力和心靈，把無用的事物清除，才能獲得自己內在的珍珠。這個珍珠也有許多含意，其中和耶穌的超凡計畫相關的含意，就是智慧。明智的撒羅滿王說得對：「尋得智慧和獲取睿智的人是有福的，因為賺得智慧勝於賺得銀錢；智慧的果實勝於純金。」（箴三13、14）

在傳統學校裡，學生能安靜坐在教室聽課，就算是老師教得好；如果他們能吸收知識、考試拿高分，可說是教學成果優異；假使學生還很有創造力，也有公民素養，那簡直是最成功的教育了。可是在耶穌的生命學校裡，要求的條件遠超過這些。只精通這些智力功能並不夠，還需要投資在智慧上，在緊張時要能管理思想，迎戰恐懼，並把錯誤和失敗當作成長和改寫生命故事的動力。

耶穌把門徒帶進培育聖賢的學校，他們的外在平凡無奇，內在卻不同凡響；雖然他們的外表樸實簡單，但是卻活出圓滿的生命。

耶穌  
擅長說故事、  
運用記憶  
和激發思考藝術

## ※運用提問和質疑的技巧

研究耶穌大膽創新又優雅的智慧，能夠增強從小學到大學、所有年齡層學生的思考藝術。耶穌諸多的理智能力中也包括提問和質疑的技巧。

傳統學校中大多數的學生未能培養出提問和質疑的技巧。他們不敢發問、不敢露出疑惑，也不敢公開討論接收到的知識。學生花二三年時間在教室裡排排坐，沒人鼓勵他們發展提問和質疑的技巧，這會損害學生的智力發展，並限制他們追求生命。甚至長大後，對於發問和提出質疑——尤其在公開場合——仍然會感到不安。

有些人在大庭廣眾下舉手發問時，會冒冷汗、口乾舌燥、甚至心悸。我們多數人都深受其害，而這種傷害是由延續數世紀那種根深柢固的教育引起的。有誰在公開場合發問不會感到渾身不自在？不論聰明與否，許多人在社會上受限，一輩子都不敢問問題，也因此，損害了我們在社交和職場上的表現。傳統學校必須回復讓學生勇於發問這個過程，而耶穌智慧的原則對促進這個過程大

有幫助。

在傳統學校裡，學習提問和質疑技巧的動力非常薄弱，激發不了思考的藝術。學習的喜悅減少了，而且還以複雜敷衍的方式給予答案。敷衍的答案粉碎提問的技巧，扼殺質疑的藝術，也澆滅了好奇心和創造力。

答案或懷疑，哪個比較重要？一開始，懷疑比較重要，因為這能倒空並激發我們的思想。有多少懷疑就會找出多少答案。雖然每台電腦都能提供無數的答案，卻無法發展出任何形式的懷疑，或是有片刻的猶豫能力。電腦只是受程式刺激的奴隸。連被棄之街頭的孩子在日常生活中也有心理的反應，例如疑惑和好奇心，這些是電腦永遠辦不到的。

老師最艱鉅的任務不是給答案，而是激勵學生去發展思考的藝術。然而，假如學生從未有系統地學習如何發問和懷疑，自然無法被激發去思考。

耶穌提出很有深度的問題。這位導師不斷刺激民眾去質疑他們的教條，並創造新思維。只要細心分析耶穌的傳記，就能發現他有這個人格特質。有時他問的比答的多，他也常常以新的問題來當作回答（路二十213）。

耶穌究竟如何開啟人們的心靈之窗，使他們接受他提出的真實心靈革命的高深計畫？他必須先解放人們的思想，唯有這樣，心胸開放和心靈飢渴的人才了解他。他知道發問能夠產生懷疑，而懷疑可以打破理智的枷鎖，開闊思想的視野。他的睿智行為遠遠超乎許多教育理論提出的技巧。

耶穌有一次問門徒說：「眾人說我是誰？」他當然知道大家怎麼說他，他問這個問題是要刺激門徒思考。還有一次，他問那個犯姦淫的婦女：「婦人，控告妳的人在哪裡？」他知道控告她的人都離開了，因為他機智的應答讓那些人個個心裡不安；但他卻要那個婦人回到內心反省她的生命故事。（編註：耶穌只簡短說了一句：「你們當中誰沒有罪的，就先向她丟石頭吧！」結果圍觀的群眾，從年紀大的開始，一個個放下手中的石塊溜走了。）

有一次，法利塞人質問耶穌權柄的由來，想抓他的話柄來控告他。耶穌知道他們心懷不軌，就反問他們若翰施洗的權柄來自何處。耶穌想根除他們的偽善，於是把話題導向他的前驅若翰——大家公認的先知。如果法利塞人否定若翰，百姓會起來反抗；如果他們承認若翰，那麼他們勢必也得接受稱自己是導

師的耶穌就是默西亞。他們頓時不知所措，就故意答說不知道。因此原本傷透腦筋而又不想吹噓的耶穌，也就沒有必要回答他權柄的由來。耶穌一如往常地用發問的技巧震懾住法利塞人的智識。許多人都對他的智慧欽佩不已。

耶穌經常使用比喻。他好用質疑的技巧，而不是一味滿足人想知道答案的渴望。沒有人喜歡疑惑，也沒有人喜歡處於不安。我們都喜歡明確，想要有完整的答案。然而，如果我們不學會空虛自己，透過自我懷疑去質問自己僵化的思想，就無法在智識、社會和靈性上有一番成就。自滿的人束縛了理智，永遠陷在一成不變的思維裡。

耶穌要門徒接受另一種本性，並且從內心深處的根源開始改變。他也談到了「護慰者聖神」。心理學沒有任何理論基礎可以研究這個主題，因為這已進入信仰的領域。但是心理學能研究耶穌生命學校所追求的目標。

耶穌這位生命學校的導師給予的信仰教導和規定並不多。他最關注的是帶領人類探索自己的生命歷程，並擴大對生命寬廣度的眼界。在還沒有任何教學理論的時代，耶穌在教導上就有傑出行動，他的教導方式成為評估現代導師的



準則。

教師是無名英雄，他們都在默默耕耘，在沒有人看到的地方——心靈的後台播種。收割果實的人，常常忘了前人撒種耕作的辛勞。導師是社會知識分子中最有尊嚴的人，雖然這是最被忽略的。學生在建構知識的過程中，如果體會不到導師的重要性，他永遠不可能成為教導迂迴生命藝術的導師。

耶穌的生命故事證明了導師在深度的教育，在促進多元智慧發展、開放且寬廣，而非單一封閉又局限的教育中，具有不可替代的地位。

### ※受人愛戴的說故事者

大家都喜歡聽耶穌說故事，能親近他真是莫大的榮幸。他在教學上很有耐心且充滿魅力，就連反對他的的人也對他著迷。他用淺顯的故事闡釋深奧的道理；他總是用講故事來吸引聽眾，並激發他們思考（路八 4 - 15，二十九 - 18）。

有效能的老師，不但要能吸引學生的注意，不讓學生反感，還要能讓他們沉浸在他傳遞的知識裡。因此，一位有效能的教師不僅要能言善道，還該是個說故事高手。耶穌就是這樣的老師，他激發學習的樂趣，幫助學生在學習求知的過程中，從被動的旁觀轉為主動探求知識。

耶穌沒有一套教學法，卻有高超的教學技術。他用說故事這種有趣又吸引人的方式來教導。他的創意驚人，而且臨危不亂，他總是找到機會思考怎麼說出跟周遭人相關的有趣故事（路十五章）。擅長說故事的人是任何教學法，包括運用電腦資源也望塵莫及、取代不了的。

在許多學校中，學生、老師和傳授的知識分屬三個不同的世界，無法跨進對方的領域。學生進不去老師的故事，老師也沒辦法融入學生的故事，雙方都無法進入知識的故事中。換句話說，科學家 and 思想家經歷無數困難、問題和懷疑才產生的知識，成了在教室裡傳授的冷冰冰學問。在耶穌的生命學校裡情況則不同。耶穌向學生灌輸他所傳遞的知識，學生進入他的生命故事，反之亦然。

從分析耶穌傳記的複雜性，我們可以清楚得知，耶穌非常了解記憶的功

用。他知道記憶不是資訊儲存庫，也明白更好的方法是激發門徒去發展思考的藝術，而不是給他們一大堆和生命經驗毫不相干、很快就會被忘掉的「枯燥」知識。

如果耶穌是現在的生物學老師，他肯定不會浪費許多時間去教關於細胞那些數不清又「冷冰冰」的瑣碎知識。他會講精彩的故事來幫助學生進入知識「裡面」。如果他是物理、化學或語言老師，他也會講一些故事來引導學生陶醉在他所講授的知識裡。一段時間之後，正如在傳統教育通常會發生的一樣，學生們可能忘記他教導的內容細節，可是卻永遠不會忘記他說的那個故事的主旨。耶穌說的故事，以及這些故事在學生記憶內產生的概要，會奠定基礎，使他們有朝一日成為思想的工程師。

耶穌導師教導的都是生活化且關乎個人的知識。他把人的記憶當作理智的基礎，使門徒都能成為思想家。他不欣賞被動聽講的學生，因此他會把握每一個機會，不停地鼓舞和激發他們的智慧（路十25-37）。耶穌的道理比數理化學更難懂，因為涵蓋了存在的問題、焦慮、生命的期盼、不安、團結和社會合作；

總之，就是涵蓋了一些夾雜著情緒的思想。這也是他之所以說在傳遞知識時，質比重更為重要的另一個理由。因此，耶穌所講的故事有趣卻簡短。有時當他想對聽眾提出尖銳的批評時，他不和他們爭得臉紅脖子粗，而是用說故事或比喻的方式促使他們思考。

傳統學校應該作智慧和思考藝術的庇護所，必須激發學生的理智，給知識一個樣貌，並傳遞知識的歷史。導師應該雙腳靈活而不打結地跳著教育的華爾滋；他們必須成為說故事者，打破知識的非人格性，並且盡可能地把自己的故事和學生的故事交織在一起。說故事和生命的經驗都是很棒的方式，可以培育極複雜的觀念。

耶穌是培植原則、思想和生命的偉大培育者。浪子回頭、糊塗和明智的童女、塔冷通，還有很多的比喻，表現出這位說故事者卓越的教導能力。這位播撒複方種子的培育者要人們內化，回顧反省他們膚淺的生命態度，掙脫對存在的過度關注，而能成為沃土，結出豐美的果實。耶穌的故事還有許多可談的，我們將另闢專書深入探討。

充分了解記憶的作用並懂得說故事的人，不論是父母、高階主管、自由業者或任何人，他們有更具效能的聰慧本事，在社交關係上也更靈活變通。我常常講故事給我的三個女兒聽。每次我想要告訴她們別落入個人主義和歧視時；我要向她們證明應該看重「所是」勝過「所有」時；我想激勵她們戰勝恐懼，承認自己的限度並克服緊張源時，我就說故事給她們聽。她們好喜歡聽這些故事，就連我已經睏得不得了、很想上床睡覺時，她們還纏著我再講一個。

有一天，有個老師剛從非洲來，學生對她充滿好奇，連珠炮似的問了一連串問題。他們問她當地人的生活情形、她去過哪些國家，以及她的旅遊經驗等。可是她卻臭著一張臉，一句話也不回答，因為她認為學生侵犯了她的隱私。那位老師只準備教當天安排的課程內容。她認為要把她的故事和學生的故事交織在一起，是荒謬不合理的事。她所傳遞的是非人格性的知識，沒有臉也沒有故事。對她來說，學生的記憶只是資料的儲存庫。

這位老師不懂傳統學校應該搭起一座通往生命學校的寬廣長橋。她不了解記憶的基本功能不是回憶，而是重新建構知識。因此記憶的基本目標並非作為

資料的儲存庫，而是預備人類成為新觀念的工程師，而不是反覆做著相同工作的工頭。這個女老師的確錯失了抓住學生的注意力、刺激他們、引領他們思考並把冰冷的知識融入美麗故事的大好機會。

耶穌打破知識的非人格性和冷峻，他所通傳的是鮮活的知識，而且融入他的親身經歷。人們覺得在他身旁聽他講道何等幸福。法利塞人雖然反對他，卻也被他表達觀念的方式吸引，因此老是出現在他周圍。很少有人像耶穌這樣受到強烈的反對，卻又讓人對他深感好奇。

耶穌不怕談自己和他的門徒的故事，他讓人與人之間成了動態的關係。對這位說故事者來說，教學不是厭煩、壓力或義務，而是甜美愉悅的冒險。

## ※耶穌說把左頰也轉給人打

耶穌想要表達寬容在社會關係中相當重要，可是他沒有講一大堆道理，而是再次用一個出人意料的肢體動作來說明。他說，如果有人攔你的臉，你就把另一面也轉給他。耶穌多次把另一面臉頰轉給反對他的人，也就是說，當他受到冒犯和攻擊時，他不反擊。耶穌說的並不是肉體上的臉頰，或身體遭受侵犯時基於保護生命所做的妥協。他所說的是心理上的臉頰。

如果我們只從表面來分析，我們可能會誤以為轉另一面臉頰是懦弱屈服的態度。然而，我們該捫心自問：轉另一面臉頰是懦弱，還是剛強的記號？轉另一面臉頰對冒犯者或不義者造成的衝擊是大或小呢？如果我們分析智力建構，就能證明轉另一面臉頰絕非懦弱，反倒是堅強平穩的記號。只有剛強的人能夠把另一面臉頰轉向他人；只有對自我的價值感到安心、有自信時，才能客氣有禮地回應侵犯者。他們既不閃躲也不畏縮，反而以平靜和安詳的心來面對攻擊他們的人。

那些把另一面臉頰轉給的人並不害怕侵犯者，因為他們不覺得自己受到侵

犯；他們也不害怕自己的情緒，因為他們不是情緒的奴隸。此外，把另面臉頰轉向他人，不以暴制暴，這個行動最令侵犯者感到困惑不安，而因此失眠。用謙恭有禮的態度對待侵犯者，絕對會讓對方更加不安和困擾。

把另面臉頰轉給人是尊重別人，試圖理解對方侵犯的原因。這不是以暴制暴，也不是逆來順受。只有內心平安自由、不受他人觀感牽制的人，才能如此沉著地做出回應。

「轉另面臉頰」的心理特質能讓受迫害者的情緒不受傷害，同時激發侵犯者的智能，刺激他們去思考並回顧檢討自己的暴力行為。

耶穌勇敢大膽，生命中再大的困難他也無所畏懼，坦然面對。他徹底反對任何形式的暴力。不過，他不是叫我們被動地把左臉轉給人打。他所宣講的謙遜並非出自恐懼和屈服，而是由平心靜氣所產生的成熟人格。

耶穌透過把另面臉頰轉給人的這番言論，是要保護受迫害的人，使他能超脫並走出別人的冒犯；同時也教育侵犯者，引導他意識到自己的攻擊行為正是懦弱的標記。用這種熱切且高雅的態度面對攻擊，從來沒有侵犯者還會宣戰。



耶穌鼓勵攻擊者重新審視自己的故事，並慢慢理解其實自己正躲在暴力行為的後面。

耶穌藉著這些話，將「以暴制暴」這深植於社會的模式由內爆破瓦解。生命學校的導師展現出，力量在於寬容、溫和有禮，以及引領他人內省的能力。

我記得我有個案主，他遭到一個親戚的言語攻擊。他不知道自己犯了什麼大錯而招來這樣一頓罵。攻擊他的親戚明顯對他不公又苛刻無理。但是他主動到那位親戚家拜訪，為自己可能在某些方面冒犯了他向他道歉。他謙虛的反應對那位親戚造成相當大的震撼。親戚不發一語並感到困惑，隨後他自省且看到了自己的攻擊行為。他也認錯道歉，因此雙方得以重修舊好。若不這樣做，可能得花上幾年時間來彌補，而且還不見得能完全復合。現在他們的關係比以前更坦率，感情也更好。

許多人害怕和解、害怕主動示好、害怕道歉、害怕被當成傻瓜，這正是他們堅定捍衛自己的態度和觀點的原因。這種態度不能帶來解脫，反而造成痛苦，也折騰自己。懂得向子女道歉的父母不會失去權威，反而會贏得孩子的敬

佩和尊敬。我們都很會指出別人的缺點，但對於自己的缺點卻像大近視般看不清楚。

**在耶穌的生命學校裡，他用非暴力來打擊暴力，用寬容來消弭憤怒，並用謙卑來修補關係。**

耶穌以身作則，永遠烙印在門徒的生命故事中，儘管世人未能活出他的教導，卻深深景仰他。很遺憾的是，因為法律、軍隊和懲罰制度的弊病，肢體和心理的暴力仍不斷在現代社會中上演。

現在的世界充斥著暴力。電視節目打打殺殺，職場競爭也是你爭我奪。在許多傳統學校中，那裡本是培育知識和寬容的園地，結果培養出校園暴力。暴力滋生暴力。猶太哲學家斯賓諾莎說過：耶穌基督是智慧的同義詞，在捲入刀劍戰爭和唇槍舌戰的社會中，可以在他身上找到友愛。

## ※純熟運用「自動記憶登錄」現象的智慧詩人

一張圖片比千言萬語更有說服力。我們前面提到，記憶容許一種透過「自動記憶登錄現象」來自動登錄。當經驗夾雜著強烈的情緒和緊張時——不論是正面或負面的，就會優先被記錄下來。

耶穌純熟地運用「自動記憶登錄」現象。他的舉動在門徒的記憶中留下持久不滅的印象，而且延續到無數的世代。他運用思考藝術的能力無與倫比。他喜歡用出人意表的舉動去教育、改變並擴大門徒的視野。他的舉止在周遭人們的記憶中留下不可磨滅的影響，比千言萬語更有效力。

福音中描繪出耶穌說話少，其實講的多。當他想表達他對政治權力沒有興趣、他關心人的內在勝過社會光環時，他選擇少數人聚會時，透過演說和論辯去討論這個主題。正如我說過的，他只用一種令人想不到的舉動，就比言語更有效力也表達得更好。當他的聲望如日中天時，他騎上一匹小驢駒進耶路撒冷城。沒有人忘得了他那勇敢無畏且不尋常的舉動，以及這行動所帶來難以理解

的訊息。「自動記憶登錄」現象會優先將這一幕記錄下來，永遠烙印在門徒的生命歷程裡。

### ※不用唇舌，用行動來教導

不論是父母、老師或主管，很少有人能讓身邊的人驚奇，並開啟他們的心靈之窗。當孩子面臨吸毒或叛逆的問題時，作父母的往往會不知所措，無法探入孩子的內心，幫助他們重整生命。贏得人心的最好方法就是打破一成不變，用出人意表的行動，不斷製造驚奇。

如果父母只是用平凡無奇、講理、批判和說教的方式和孩子相處，就會把親子關係變得無趣，而淪為不稱職的教育者。但是，如果父母能運用出乎意料的動作、片刻的沉默、有趣的對話和窩心的讚美，那麼一段時間後肯定能收服孩子的心，幫助他們重建生命故事。許多父母從沒進入孩子的世界，許多子女

也從沒感受到深入了解父母的快樂。放棄膚淺、平庸的關係，重新建立穩固的關係是明智之舉。贏得人心是一門藝術，收服麻煩難搞的人更是一大學問。

耶穌的行為深深根植在人們的心中，比辦數十場探討人有需要相互給予和接受、尋求互助、社會合作和團結的辯論會更有說服力。耶穌的一舉一動，他的態度都深深印在民眾腦海中。

耶穌想說明自己反對任何形式的歧視時，他不會長篇大論，而是做出令人意想不到的舉動。他要表示他反對歧視外貌和帶有傳染病的人，就乾脆到癲瘋病人西滿的家中吃飯。

他要說明他反對歧視女性時，他就在最瞧不起婦女的人面前，表現出對婦女的禮貌和關懷。他要表達他反對社會歧視，他就到稅吏——當時猶太當權者最痛恨的「階級」——的家中吃飯。

耶穌是富有智慧的詩人，他懂得純熟運用「自動記憶登錄」現象。他知道記憶的運作不像一個資料庫，而是提供支援，使人能成為有創造力的思想家。耶穌出人意料的态度給人的心理震撼，都優先記錄在門徒的記憶中。門徒提取

並不斷回溯這個記錄，豐富思想建構的演出，並引導他們生命的歷程。

市面上有無數以耶穌為主題的書籍、電影和戲劇，但其中有些作品以非常膚淺的手法來描繪這位生命學校的導師，因為他卓越而迷人的智慧都被忽略了。他是全球最熱門的話題人物。然而，許多人不了解的是，耶穌不只透過他說的話，也藉著他沒說出口的，亦即透過極具說服力的行動和沉默，來傳遞他那豐富的訊息。

第  
10  
章

克服孤獨：  
交朋友

## ※社會和心靈的孤獨

在這個有嚴重社會問題和教育危機的時代，我們應該突破舊有的思考方式，迎接各種可能性。研究耶穌的智慧，能提供我們許多有用的社會和心理教學原則。

在人口稠密的社會中，孤獨感卻日漸攀升，我們對這個弔詭能說什麼呢？正如前面說過的，孤獨是一種隱密、潛伏卻又存在眼前的現象。雖然我們生活在社會中，卻讓孤獨蔓延滋長。我們每天和很多人相遇，卻仍然把自己的心孤立起來。我們參與社交活動，玩樂歡笑，卻還是經常感到孤單。我們談論天下事，政治、經濟，就連公眾人物的八卦也無所不談，但就是很少談到自己，我們不願交換生命經驗。

現代人都很孤單，孤立在自己的社會內。我們知道自己的脆弱、不安和恐懼，有時會感到徬徨和擔心，但我們卻不敢承認和接受，也害怕談論。我們意識到有必要找人談心，卻選擇保持沉默，把沉默變成最好的朋友。正如我說過



的，許多人去看精神科醫師和心理治療師，不是因為生了病（至少不是什麼大病），而是因為找不到人可以陪他們暢談存在的危機。

談論自己，對我們來說的確不容易。我們害怕談論自己，不只是因為我們對訴說自己的故事有心理障礙，也是因為很難找到懂得聆聽、不帶成見、有同理心，更不會敷衍了事、隨便給意見的聽眾。訓練說話的能力比培養聆聽的能力容易許多。學習聆聽，就是學習理解對方的成長背景，尊重他的脆弱，察覺他最深沉的感受，並抓住無法用言語表達的思想。聆聽的能力是智力非常寶貴的功能。

許多人不只患有社會性孤獨，就是內心與周圍的人疏離的那種孤獨，而且還患有心靈的孤獨。他們放棄自己，不願談論自己，不想討論自己的問題、困難和反應。

不懂得內省，也不知如何自由坦誠地討論自己的困難、衝突、目標和計畫的人，就等於在生命的歷程中放逐自己。我們生活的社會實在奇怪，連撥出時間留給自已也不肯。不會自我反省也不會和自己對話的人，就喪失了生命的參

數，最後會嚴苛且沒有彈性地看待自己的錯誤，並設定無法達成的目標，而陷溺在罪惡感中；除此之外，他可能會自我疏離孤立，導致沒有任何社會和職業目標。

從廣義面來說，人有克服孤獨的本質需求，可是卻又無法有效地克服孤獨感。耶穌面臨重大時刻時，總是回歸內心。他不斷地沉思默想，表明了走自己的生命歷程具有重要的意義。他總是找時間獨處（路六12）。不過，我們無法查考他當時的內心狀況。

雖然我們難以了解耶穌生命的這個面向，但是了解他對社會性孤獨的想法卻容易許多。不過在進一步探討之前，我想先談耶穌的神祕起源。局部研究耶穌的出身起源，能讓我們深入了解他對孤獨的複雜現象的思想。

## ※耶穌的神祕起源

耶穌的出身起源非常複雜，有些層面超出科學研究的範圍。根據耶穌的傳記，他的生理來源只來自瑪利亞的基因物質。科學沒辦法證明或肯定這個事實，因為無從研究耶穌和瑪利亞的基因物質。相信這個事實純屬信仰的範疇，超出科學之外。如果科學不能研究耶穌生理上的生長過程源自他母親的基因物質，那麼科學也就無法斷定這不可能發生。原因何在？因為科學現在才開始了解無性生殖（基因複製）的可能性、風險和益處。

根據福音的記載，耶穌的生理起源是個奧祕。然而，耶穌宣稱自己有另一個起源：「我不是出於這個世界」（若八23）。他說他來自天上，而且是從天上降下的食糧，要以另一種元素、另一種性質來餵養人類（若六51）。耶穌所指的天是什麼？宇宙中有數以千億計的星系。他指的是宇宙的哪個地方？還是另一度空間？我們不知道，只能假設他可能指的是另一個維度。但事實是，耶穌清楚表明，他不是來自這個世界，而是屬於另一個世界、國度和領域。我要再次

重申，科學無法精確討論這個主題，只能推測。相信耶穌的天上起源純屬個人的事情。

就地上起源和人性來看，耶穌說他是人子；就天上起源來看，耶穌說他是天子。如果我們限定在科學內去解釋耶穌的雙重起源，那麼至少也能做出某些隱含的分析。

容我藉耶穌的起源來批評人類對權力的偏執需求。人喜愛權力。如果能，人還想成為超人或半神。若從字面意義來理解耶穌的話：「我不是出於這個世界」，我們會發現，耶穌一方面堅稱他的天上起源，但同時又極度重視他的人性處境。

我們對一個出身起源與我們不同的人有什麼樣的期待呢？我們至少會期待他的作為和我們截然不同，能超越我們的智力模式。耶穌的確有這類的作為。但是我們也必須了解耶穌的另一個面向——人性面，因為即使他自稱是天子，他卻是非常人性的。他喜歡跟人建立親密的關係，並進入他們的故事，甚至洞察周遭朋友的痛苦。

他的人性面比大多數人更有人性。世上許多人想成為外星人、半神，但耶穌卻想成為人，他想要融入人類，和人一起生活，並交到好友。因此我們可以肯定耶穌的行為超越我們的智力模式，同時他的某些作為比我們更單純、更有人性。

### ※從人性中找到快樂

人發了狂似的想要攀權附勢。許多人想成為位高權重的政治人物，許多政治人物想當國王，歷史上也有許多國王一心想變成神。然而，這位自稱是天主且握有永生祕密的耶穌卻想成為人，而且他對人的處境甘之如飴。多麼強烈的對比！

你欣賞過人類這個物種嗎？你曾經對人——不論任何人——有如詩般的情感嗎？耶穌對人類就有這樣的熱情。他喜歡成為人，並且非常重視他的人性起

源，所以他用一個浪漫且不尋常的詞彙來讚揚這起源：他說他是「人子」（瑪八20，九6，十二8）。這是很特殊的用法，從沒有人用「人子」一詞來稱自己的起源。這個詞彙呼應他既有天主性又有人性。他不只希望人們認出他是天子，也希望別人認出他的人性。請留意在四部福音中耶穌多少次說過他是「人子」。他跟人一樣會呼吸、睡覺、吃喝、煩惱、難過、哭泣和歡笑。

許多人會公開表明他們支持的球隊、加入的政黨、追隨的心理治療或教育流派，因為他們認為這些值得推崇。耶穌喜歡稱揚他的人性起源，因為他由衷欣賞他的起源。我們很少聽到有人開心地說當人真好，但耶穌卻心滿意足地宣告自己是「人子」。根據侵犯人權起源所做的研究，我曾在我的著作中質疑人類心理社會的生存力。然而，儘管耶穌批評人類膚淺、偽善和不寬容，他卻十分看重人和人性，從他的故事中也可看出他想轉變人心。

耶穌在群眾中不是事不關己的陌生人，也沒有表現得像個「外星人」；相反的，他樂於融入人群、與各式各樣的人交往。他很想要擁有朋友，因此他訂了一套多元的交友計畫。他逐步建立一種氛圍，希望把門徒變成朋友，而不是

學生或僕人。他要門徒不單是仰慕他，他還想作他們的朋友。門徒把他當成遙不可及的大人物，但是耶穌卻想把他的故事和門徒的故事交織在一起。

他想使那些加里肋亞人——門徒都是沒讀過書的粗漢——成為他的伙伴，彼此之間沒有距離。對耶穌來說，朋友代表什麼？他說，朋友是親密知心的，知道彼此心中的祕密，並願意交換生命經驗（若十五15）。

### ※社會關係的危機：朋友正在消失

在現代社會中，交朋友是一種奢侈。人們不再重視平行對等的關係，反而喜歡抹殺他人的價值，想要全世界都拜倒在自己腳下。但是耶穌卻在離開人世的前幾天，表達他需要的不是仰慕他的人，而是朋友。沒有比友誼更寶貴的關係了。朋友休戚與共，互相信任；彼此分享快樂，交換內心的祕密並相互扶持。朋友不是互相否定，而是彼此互補。

那些沒有朋友的人，可能位高權重又住豪宅，但是日子卻過得孤單悲哀；而有朋友的人，即使他們沒錢沒勢、只能住在簡陋的木屋裡，卻永遠不覺得孤獨。少了朋友，所留下的盡是空虛，金錢、權勢、學識和成就也填補不了。

我們都需要朋友，但友誼是金錢買不到的，而是要花時間交心培養來的。許多人想要有朋友，卻不知道如何贏得對方的心。真正的朋友，看重的是我這個人的價值，而不是被我的成就吸引。在生物界裡，動物因著本能的生存需要而成群結隊；但對人類來說，友誼出自更內在的需求，例如試圖克服孤獨。

人際溝通光靠聲音（言語）和圖像（肢體和臉部表情）是不夠且有限的。除非我們建立開放、不帶偏見、不做作的關係，否則別人沒辦法了解我們最內在的想法和感受——這些都被隱藏在我們的內心深處，使我們陷入社會的孤獨。我們把自己孤立起來，所以我們需要朋友，需要去克服人類最明顯的人格特質：孤獨。

父母如果不把子女變成朋友，他們的教育計畫會很膚淺。但父母如果願意當孩子的朋友，和孩子交換經驗，分享生命故事，勇於認錯道歉，並盡力和孩



子一起活出快樂而開放的生活，他們就達到人生卓越的成就。

父母如果只替子女找好學校並訂定行為規範，就無法在彼此間建立更深入的關係。同樣的，孩子如果不試著把父母當成朋友，就錯失了相當寶貴的生命經驗。子女學會如何向父母敞開心門，願意更了解父母，讓父母卸下心防，並逐漸認識父母的故事——快樂、失敗、成功和恐懼，就能營造美好快樂的關係。

師生之間也應該有親密的互動。在學校裡可能沒有時間去經營親近的關係，現有的教育機制要做到這一點並不容易，但老師應該盡可能和學生作朋友，參與他們的生命故事。老師往往要求學生安靜坐好、專心上課，但是一個陌生人憑什麼做這麼大的要求？肯花時間和學生作朋友的老師，就算學生再怎麼叛逆頑劣，也能收服他們的心，贏得尊敬，而學生自然就會安靜地專心聽講。

尊重學生是一個完整的個體，努力去了解他們世界的煩惱和夢想，即使了解有限，卻能成為理智和情感上的芬芳慰藉，可以滋養關係。學校應該同時是智慧和友誼的庇護所。可惜的是，校園往往盡是攻擊和剛愎。

有個老師告訴我，她再也受不了她的學生，而且失去了教學的樂趣。我鼓

勵她進入學生的世界，了解即使是最叛逆的學生也有複雜的人格，和有待探索的內心世界。我告訴她，他們很快就會長大，所以她更不能錯過幫助學生活得精彩豐富的機會。這個老師打起精神，開始走入學生的世界，並努力去虜獲他們的心。

即使在心理治療的情況下，醫病關係也應該建立在最高度的尊重、同理心和信任的氛圍中。如果心理治療師和病人之間的互動是冷漠、有距離感的，這個治療很可能淪為表面而且無效。

我記得有個病人，我在為她治療之前，她和我分享了一個傷害她很深的經驗。她說她以前的心理治療師非常嚴肅。治療師的診所設在一棟高樓裡，有時她們會在電梯裡相遇。每次她一看到治療師，都會馬上打招呼，但是對方從不回應，她大概不想和病人有任何牽連。這個病人是銀行的出納員，剛好治療師在那間銀行也有開戶，不過沒跟她打過招呼，就連到她的櫃台辦事時也不會點頭問好。

這個病人對治療師冷漠、沒人情味的態度感到苦惱，於是決定測試對方：

她在兩次會談的時間，都跟治療師提到她小時候的經歷，不過，兩個版本截然不同。她先說她的父親很霸道、疏遠又冷漠，對她非常無情；在下一次，她卻說父親很疼她，對她非常慈愛包容。這位對病人漠不關心又心不在焉的治療師，並未察覺這兩個故事彼此矛盾，還滔滔不絕地詮釋病人的行為，好像那是不同的兩個人。

這個病人氣憤地中斷療程，不再回去找那個治療師。幾天之後，治療師到銀行辦事，就走近她並和顏悅色地問她近來如何。她生氣地對治療師說不認識她。她的回答雖然不是很恰當，卻幫助治療師反省回顧她在做心理治療時對病人的冷漠和疏遠。如果二者之間的關係疏遠，沒有同理心和信任，又如何能幫助對方內化、反省，並在緊張壓力下處理想法？

生命學校的導師則大不相同。他和門徒之間有親密的友誼，而且他令人如沐春風又值得信賴。耶穌是技能純熟的的心理治療師，他設法察覺門徒潛藏在內心深處的衝突，並刺激他們自我反省。他比其他治療師更有理由要求門徒對他敬而遠之，因為他們視他為天子。但是他決心拆除他和門徒之間所有的藩籬

和距離。耶穌希望和門徒的關係是帶有同理心、信任和親近的關係。

### ※尋找朋友而非僕人

最受鄙視的臣民和最有权力的國王，同樣都要承受孤獨之苦。臣民會感到孤單，是因為大家都排斥他；國王也會孤獨，因為他高高在上，沒有人敢主動接近他。耶穌既被強烈排斥，卻又深受民眾愛戴。但這兩種處境他都不喜歡。許多人喜愛王位和掌聲，可是耶穌卻不一樣。他在受難之前，和門徒的關係達到高峰，他把門徒從僕人提升為朋友。顯然耶穌想避免和門徒之間落入冷漠疏遠的關係，這正是梅瑟五書和先知書中所提到的，瀟灑在以色列子民和天主之間的關係。

耶穌說：「許多人用嘴唇尊敬我，他們的心卻是遠離我」（瑪十五8）。他要表達的是，對他保持距離的那種尊敬、景仰和推崇，並不會讓他開心，因為

感受不到親近和開放。

耶穌擔心和門徒的關係演變成，彼此雖然朝夕相處，但心靈卻很疏遠。他的操心絕非空穴來風，而是有充分的根據。他知道群眾很容易過於崇拜他，而對他產生距離感，結果不再像以前一樣直接、開放、單純愉快地與他相處。事實上這在歷史上經常發生。許多戰爭都是藉尊崇耶穌、以耶穌之名開打的。這個現象古往今來不斷上演。在北愛爾蘭，天主教徒和新教徒多年來血腥爭戰，生活在戰區中。耶穌自願把另面臉頰轉給人打，而且他更是非暴力和寬容的最佳榜樣，但我們卻用他的名義發動戰爭，這怎麼說得過去？許多人談論耶穌，把他當成偉人崇拜，可是舉止言行卻與耶穌的基本特點大相逕庭。

門徒若望是耶穌的摯友，他很高興能與耶穌為友，並因此感到安慰。耶穌導師渴望擁有朋友令若望深受感動，因此他在晚年寫作福音時，還記得把耶穌三次稱門徒為朋友的時刻記錄下來（若十五13-15）。歷代許多追隨耶穌的人都忽略了這一特點。他們不明白耶穌要找的不是僕人、不是崇拜他的人，也不是跪在他腳前的人；他要尋找的是熱愛生命、與他關係親近的朋友。

## ※快樂生活：享受聚餐、團聚的歡樂

有些人誤以為耶穌過著離群索居、封閉畏縮又悲慘的生活，其實耶穌絕對是喜歡與人來往的。有時他感到有必要抽身獨處，不過這只發生在他需要靜下來思考時。

不懂得獨處思考的人，會禁錮自己的情緒，也無法克服心靈的孤獨。人生最美麗的冒險，就是航向內心深處，探索最隱密的疆域。耶穌是探索自己生命軌跡的旅者，他花很多時間反省、思考和祈禱（路六12）。心理學無法說明耶穌在那些時刻的心路歷程，不過他可能對自己和天父——耶穌說「父在我內」、對自己的生命故事和超凡目標都有新的發現。他利用這些時刻恢復活力、補充能量，好能面對生命的狂風暴雨（路十一11）。

除了內省和思考，耶穌總是在尋找人際間愉快的交流。我分析過許多社交型的人，我能保證耶穌是我研究過最擅長與人交往的人。他和人相處感到快樂，也常常周遊各地去結交新朋友（谷六6）。他經常主動和人談話，他讓人感

到好奇並吸引他們的注意力。他喜歡和每一個人談話，包括那些被輕視厭惡或大家認為行為不檢的人。他決心找出他們，並和他們建立關係（路五 27-32）。因此，當時的宗教領袖對耶穌起了反感，並在耶路撒冷的宗教當局造謠中傷他的名譽。但是與人交往的快樂勝過一切，耶穌不在乎他的態度招致的後果和惡名；他在乎的是忠於自己的良心。

只要有人邀他吃飯，他從不拒絕，而且還去過癩病人的家中吃飯。有一個人名叫西滿，他得了癩瘋病，也就是現在醫學上所稱的漢生病。在耶穌的時代，染上這種疾病的人會遭受歧視，並因身體殘缺變形而被迫離群索居，任其自生自滅。

西滿在當時就是這樣被排斥，還得到一個非常輕蔑的稱呼——癩病人西滿。耶穌反對任何形式的偏見，所以他願意把西滿當成朋友。在受難的前幾天，他到西滿的家作客，他們坐在餐桌前，大概正在用餐（瑪廿六 6）。如果耶穌活在今天，他鐵定也會是愛滋病人的朋友。他親切接納並關懷被排擠的人，展現出他崇高的人性。

就連那些對耶穌成見很深的法利塞人，耶穌對他們卻沒有偏見。即使他們批評他，可是如果有人邀請，他也會到法利塞人的家裡吃飯（路七39）。

在福音中，耶穌有一個非常明顯的特質，不過許多人都沒發現。耶穌非常喜歡社交，經常參加慶節宴會。他參加了加里肋亞地區加納的婚宴、逾越節的晚餐、帳棚節的慶典等。

耶穌享受吃飯的樂趣，可能還會伸個懶腰，這顯示出他不拘小節，非常隨興（路五29）。

那時還沒有餐廳，但是如果換作現在，耶穌肯定會跟朋友跑遍大大小小的餐館，利用聚餐的輕鬆氣氛來傳授最重要的道理。事實上，耶穌的某些重要思想和富有意義的肢體動作，並不是在會堂內表達的，而是在餐桌上。

耶穌融入人群，享受和他們一起吃飯的樂趣，結果卻得了個難聽的稱號——一個貪吃嗜酒的人（瑪十二19）。不過耶穌也予以反駁。他說他的前驅洗者若翰，吃蝗蟲和野蜜，大家就說他是附了魔的怪人，離群索居，不懂得享受社交生活。現在「人子」來了，和人們吃喝來往，卻因為這個喜歡社交的單純



行為，得了個貪吃的稱號。雖然這個稱呼對耶穌並不公平，卻反映出他擅長與人交往的社交能力。耶穌是一個傑出的美食家，他也喜歡烹飪（若廿一 9-10）。

即使這是不公平的稱呼，但我倒很高興耶穌有這個貪吃的稱號，我並不樂見別人給他的評語是孤僻寡言的人。如果大家要接近他還得用必恭必敬的語調和態度，他就不是那麼平易近人又有魅力了。

耶穌坦率而不拘小節，不管走到哪裡都能和大家打成一片。許多人不知該怎麼交朋友，但這位生命學校的大師卻是建立健康社交關係的專家。他善用自己珍貴的人格特質，尤其是友善、善於交際和鼓舞人心的智慧來吸引民眾，把他們變為他的摯友。

今天，人和人之間的關係冷漠、沒有人情味。我們有必要建立開放而不矯揉造作、不受私心影響的人際關係。克服孤獨是人的重要需求，然而交談的喜樂正在消失。娛樂產業把我們囚禁在家中或辦公室裡，我們被孤立。錄影機、電視機和電腦前。從來沒有一個時代像現在一樣，有那麼多種類型的娛樂，但是現代人的孤獨、焦慮和不滿足卻也是空前的。

第 II 章

保持合一，  
教導愛的藝術

## ※保持合一

耶穌的生命學校裡非常重要的一個特點是：把門徒之間的合一當作目標。

耶穌受難之前，在他即將離開門徒的傷心時刻，他懇求他們要保持合一。當我們就要向生命告別的時候，往往會吐露心裡的祕密。在那一刻，不再有任何隱瞞，每一件暗藏的心願都會浮現出來。

在耶穌死前，那潛藏在他內心且顯露出來的是什麼？他的腦海浮現出四個特出的願望：一、創造開放而親密的人際關係，能夠帶來真正的友誼，並克服孤獨的根源；二、門徒之間保持合一；三、創造出崇高的愛的氛圍；四、營造出不再競爭、捨棄個人主義的關係。上一章已經討論過第一點，所以現在說明其他三點。

耶穌並不是要門徒留在同一個地方永不分離，而是希望他們能心有同感，有相同的意向和一致的目標。他想要的那種合一，是所有政治意識型態夢寐以求卻始終達不到的；也是所有公司、運動團隊、大學和社團求之不得的。他希

望門徒能夠在他們生命的內在本質中合一。

耶穌滔滔不絕宣講的合一並不抹殺他人的身分認同或人格。人們只要通過內在改變的過程，就能促成這種崇高的合一。這樣的合一能阻擋個人主義氾濫，並保留每個人的差異性。只要團結、合一，門徒就可以發展智力的傑出功能。每個人仍然是一個多元的個體，有各自的獨特性，但是在內在本質上卻能成為一體。他們在這合一內相互合作、彼此服務，而漸漸增長智慧，並帶領他們走向師傅所期許的目標。

想要維持耶穌所倡導的合一，就該消除爭辯和歧視，並明白要保持合一，就得接受損失。若要追求合一，勢必得為了成就合一而忍受某些損失，否則合一不可能存在。人際關係裡不可能沒有失望。因此，要使合一堅如磐石，就得設法處理失落和挫折，並欣然接受團體的而非個人的目標。

排斥、歧視、分歧、決裂，這些都很容易學會的理智能力。一個五歲的兒童就已經具備這些人格能力。然而，包容、合作、替別人的需要著想和保持合一則需要成熟和智慧，明瞭世界不是繞著自己旋轉，並培養樂於付出的高雅

情操。

個人主義是一種自發的理智現象，是人的本性。不過，它卻無法帶來朋友間同心合一、那種共同享有的滿心快樂。保有合一精神的人，外表平凡無奇，內在卻不同凡響。追求個人主義的人，外表標新立異，內在卻庸俗膚淺。

門徒在耶穌提倡的合一中，達到了親切友愛的氛圍，因此能以兄弟相稱。既沒有血緣關係，也不在同一個家庭環境中長大，卻以「兄弟」互稱，這是極不尋常的。由此看來，門徒間的關係一定有種難以言喻、屬於更高層次的愛，而這份愛把他們變成一家人。這個家庭超越了臍帶關係，它不只是一個社團，而是有著共同的內在歷史，家庭中的每個成員都彼此鼓勵、貢獻己力，促進內在的成長。

那些自私自利、從未想過為陌生人付出的人，開始彼此以弟兄相稱。伯多祿原本是個大老粗，但他在《伯多祿後書》中卻稱保祿為可愛的弟兄。他們逐漸學會克服自己的困難，並保持合一。如果我們把超越的愛實踐出來，便可以把合一比擬為愛的花園。我們稍後就會談到愛。

歷代千千萬萬的基督徒犯下的嚴重錯誤是，他們沒有遵循耶穌期許的合一之路，最後鬧得彼此爭議不合。

當耶穌同門徒在一起時，他教導他們克服恐懼、投資智慧、發展思考藝術和智力各種豐富的功能。如今他們擁有可以幫助他們走上合一之途的要素，而他們要做的就是亦步亦趨地走在合一的道路上。

### ※人的普遍需求和愛的藝術

「愛」是耶穌學校裡最崇高的特點，而且和我們所想的相反，愛也是最難以理解的，因為愛超出邏輯推理的限制。我們都習慣了基督教的文化，所以不易被「愛」這樣的字眼吸引。從心理學的觀點來看，彼此相愛是一種詩情畫意的要求，可是卻很難達到。

佛洛伊德的心理分析理論著重在性方面。性本能和性所引起的衝突，是許

多心理分析研究的核心課題。毫無疑問的，有些性衝突是心理疾病的起因。然而，佛洛伊德把所有潛意識現象都用童年時與性慾相關的經驗來解釋，實在過於簡化因而不被接受。我們必須把人類看成超越「性」的限制，超越男女關係的二分法的限制，並從整體來了解人，以能滿足人的普遍需求。

大多數時候我們是什麼？男人或女人？男性或女性？只要研究智力的建構和基本心理需求，我們就會發現大部分的時候（大概占九成），我們既不是男性或女性，也不是男人或女人，而純粹是有普遍需求的人。

這些普遍需求是什麼？包括快樂、歡娛、能作夢、具有一種存在感、克服存在焦慮、超越心理壓力、克服孤獨、發展創造力、有能力工作、達成目標、養活自己、有充足的睡眠恢復活力、愛和性滿足的需求。當我們過度刻意突顯自己的陽剛或陰柔面時，可能有損心理健康。

愛應該是最崇高的普遍需求，而且也是最難達成的。雖然小說家寫了無數關於愛的小說，詩人也譜出無數歌頌愛的詩篇，但是仍然不容易實現。

耶穌談到一種閃亮耀眼的愛，一種產生快樂泉源和存在感的愛。這個來自

納匝肋的平凡人，他經歷了許許多的困難：從小吃了不少苦、長大後連枕頭的地方都沒有，但他卻能從痛苦中淬鍊智慧，從磨難中精鍊詩篇，還找到動力去談論有強大力量的愛：「如同我愛了你們，你們也該照樣彼此相愛。」（若

十三  
34）

就在他被處死的前幾天，他最後一次上耶路撒冷，遭到法利塞人和撒杜塞人兩個宗教團體的嚴厲指控。他們想考倒他，讓他陷入自我矛盾。他們巴不得耶穌成為反猶太傳統的異端，或說出反對羅馬政府的言論。然而耶穌的智慧應答讓他們啞口無聲。雖然他使那些反對者噤聲，並對他佩服不已，但是他意識到他很快就要受死。他知道自己遲早會在沒有群眾保護下遭到逮捕，因此坦然談論他即將面對的審判和苦難。

環境險惡令人失眠。猶太當權者想出許多陰謀詭計要逮捕耶穌，把他處死。從合理的觀點來看，此時耶穌唯一要關心的應該是自身的安全。然而，儘管有這些外在壓力，他卻沒有陷入煩惱。他周圍的世界雖然擾攘不安，但是他仍然表現出沉著寧靜，而且還有時間和身邊的人談論超越的愛，這愛能驅除一



切恐懼。人若被怨恨包圍，怎麼可能去談論愛？

耶穌即將被除掉。然而，他泰然自若，繼續關心那些三番兩次令他失望的加里肋亞人。他預備門徒的心，使他們在他生死交關之際，能夠堅強團結。他裝備他們去學習愛的藝術。

耶穌宣講的愛是無法查考、遠遠超越性愛和私欲的愛。這是一種付出的愛，關心別人勝過關心自己。

### ※人性之愛、寬容和尊重的最高峰

我們假設把十個學生送進一所大學，花三年半的時間——耶穌和門徒相處的時間——透過講課、討論和引導學生閱讀所有關於愛的文學作品，教導他們彼此相愛，然後觀察學習的成果。學期結束時，他們可能還是不會彼此相愛，反而互相攻擊，爭論誰最懂得愛、誰最能說得頭頭是道。他們會成為談論「愛」

這個主題的大師，卻學不會所有學問中最艱深的愛的藝術。學習所要求的，不只是學識和口才。

耶穌不只在言談也在態度上，都以超越心理邏輯限度的方式，表達出愛的崇高目標。他說：「你們一向聽說過：『你應愛你的近人，恨你的仇人！』我卻對你們說：你們當愛你們的仇人，善待惱恨你們的人；應祝福詛咒你們的人，為毀謗你們、迫害你們的人祈禱……你們若只愛那愛你們的人，你們還有什麼賞報呢？」（瑪五44）從這番話中，耶穌一舉將人性之愛、寬容和尊重推到了最崇高和最不可思議的極限。

怎麼可能去愛仇人？誰有這樣的情感結構？我們怎麼可能去愛一個打擊我們、令我們失望或誹謗我們的人？有的人連自己都不愛，因為他們活得沒有自尊，用罪惡感和自卑感摧毀自己。也有人雖然愛朋友，但情感薄弱無根，只要感受到一丁點挫折，他們就排拒朋友。還有些人可能有豐沛穩定的情感，能夠建立禁得住生命嚴冬的長久友誼，但是卻沒有能力愛朋友圈之外的人，因此他們成了驅逐者，不能接受別人闖入他們的社群裡。

如果帶條件的、不穩定的、排他的愛才是正常的模式，那麼我們如何能愛仇敵呢？沒有一位人道主義者懷有這樣的胸襟；呼籲維護人權者當中也從沒有人達到像耶穌這般的高度，建立如此崇高的人際關係典範。

現在由於人口密集、重視競爭、個人主義和社會職場中虛有其表的關係，結果「樹敵」比「交友」更加容易。想要毀滅我們的不是敵人，而是自己。正是我們對自己的失望、挫折和嚴苛批評（無論公平與否）、私下對自己品頭論足、未能實踐自己的期待等，毀滅了自己。

只有對生命和人類懷抱熱情、沉著穩重的人，才能有尊嚴地克服社交挫折，並在壓力來臨時純熟地處理思想。只有這種類型的人能活出耶穌所提出的典範，情緒自由，並有能力去愛那些惹人厭的人。即使是現代的精神科醫師也想不到竟有人有如此崇高的人格。

如果我們能愛那些打擊我們的人，就等於幫自己一個大忙。我們對他們就不會感到那麼不舒服，而能從另一個角度來看他們，不再把他們當成敵人。我們也能降低壓力程度，並避免某些身心疾病。對話、尊重、互愛和團結會像繁

花盛開，宛如花海。「理解別人」的行為更是高尚。如果我們老是要全世界先來牽就我們的需要，才肯去考慮別人的需求，那麼有那種心理學技巧能帶領我們達到這般的生命品質呢？

### ※人類情感的限制

許多父母處心積慮教導孩子遵循愛的指引，培養豐富的親情，但結果經常是缺乏愛、好辯又有攻擊性。教導愛的途徑並不容易，因為要學習的不是只有倫理教條和行為規範。

當耶穌召叫門徒跟隨他時，他們的言行舉止和一般人沒兩樣。他們彼此鬥嘴、互看不順眼，而且一心只想著滿足自己的需要。然而，耶穌導師要門徒一步步改寫他們的故事，修改成不再有爭吵、歧視和攻擊的愛的故事。

耶穌有許多大膽的目標，不過他只提出自己願意持守的生活準則。他無條

件地愛人，溫和、友善且寬容地對待最頑固反對他的人。他愛那些不愛他的人，並把自己交付給那些找他麻煩的人。耶穌願意解除別人痛苦的動機就是「愛」。誰有這種捨棄自我的情操呢？

許多大公司都設有精密的人力資源部門，用意是持續培訓員工，幫助他們學到更睿智的表現、創造力和團隊精神。可是成效往往不如預期。耶穌的目標除了培養團隊精神、發展思考藝術之外，還要求營造互愛的氛圍。

沒有人能長時間對某件事保持高度樂趣，時間一久就會適應，愛往往會隨時間變淡，長久下去，濃密的愛情可能淡化為友誼。

心理適應是一種潛意識現象，受到相同刺激一段時間後，痛苦或快樂的強度就會減弱。有個人在牆壁上掛了一幅畫，剛開始他會天天端詳欣賞那幅畫。可是一段時間之後，這個人就會對牆上的畫習以為常，那幅畫不再那麼有吸引力。有個人剛買了一輛新車，開了幾個月之後，他上車時就跟踏進家裡的浴室一樣，沒什麼新鮮感。他不再感受到車子剛買來時的那種快樂，因為他已經習慣適應了。當我們被冒犯時，剛開始會很不舒服，但是時間一久就適應了，也

不那麼難過了。人與人之間的感情也是如此。愛如果沒有好好經營，久而久之也會變成習慣，而不再相愛了。

情感能力不是靜態的，而是動態的。我們是在連續不斷的生命之流裡，組織、解構並重組情感能力。我們愛人的能力是有限的，而且我們的愛是有條件也不穩定的。挫折、痛苦和日常瑣事，澆滅了愛的火花。因此，有限人性之愛的祕訣不在於攫取強求，而在於用心培養。

雖然要創造、培養和活出愛的氛圍有種種情感上的限制，但愛卻是我們生命中不可或缺的。

會愛的人，能活出圓滿的生命。

會愛的人，懂得從渾沌中萃取智慧。

會愛的人，能感受到付出的快樂。

會愛的人，必懂得寬容。

會愛的人，永不孤單。

會愛的人，能克服生命的痛苦。

會愛的人，在沙漠中創造綠洲。

會愛的人，縱使歲月在臉上留下皺紋，心卻永保年輕。

愛，把貧窮變成財富。

少了愛，使富裕變為貧窮。

愛，是心靈健康的根源。

愛，是快樂和存在意義的極致表達。

愛，是生命中最美好、最具詩意且最不合常理的經驗。

耶穌宣講的是愛的革命。

### ※婦女在生命學校中的重要地位

儘管耶穌那時的社會過度重視男權，但在耶穌的計畫裡，不只為男人、門徒和男性領袖留有位置，婦女在其中也扮演重要的角色。女人往往比男人更快

學會愛的語言。我在這裡特別要提到兩個女人，因為她們對耶穌表現出無比高貴的舉動。

第一位是瑪利亞，她是耶穌的朋友拉匝祿的妹妹。她有一玉瓶貴重的香液（瑪廿六7），這瓶香液非常昂貴，應該是她最寶貝的東西。瑪利亞非常愛她的導師，她被耶穌獨特的話語深深吸引，卻不知如何表達心中的感激。然而，她心裡難受，因為她不像其他門徒，她知道耶穌就快要受死。瑪利亞心中百感交集，因此做了驚人的舉動，把她最寶貴的禮物獻給耶穌。她打破玉瓶，把香液倒在耶穌的頭上，為他的死亡預作準備。因為按照當時的習俗，會在亡者的身體上敷抹香料。

有些門徒認為她這樣做太浪費了，可是瑪利亞一點也不覺得可惜。拿她對耶穌的愛意，和她對耶穌即將離開的痛苦相比，敷抹香液是個微不足道的動作。耶穌明白瑪利亞這個舉動的用意，而深受感動。因此他說，將來無論福音傳到哪裡，必要述說她所做的事，來紀念她（瑪廿六13）。瑪利亞的舉動始終是愛的紀念。



另一個女人也對耶穌做了崇高的舉動。她沒有錢，也沒有昂貴的香液可以倒在耶穌的頭上。可是，她有同樣珍貴的眼淚。這個女人生活不檢點，被社會鄙視，但是耶穌影響並改變了她的生命。我們來看看她的故事。

耶穌受邀到一個法利塞人的家中吃飯。突然有個女人闖進來，跪在他的腳前痛哭，眼淚滴濕了耶穌的腳，但那婦人沒有毛巾，於是就用她自己的頭髮擦乾（路七<sup>38</sup>）。

耶穌從不要求人跪在他面前，然而還是有人這麼做。獨裁者一向是用威權去獲得如此的尊敬。但那些跪在耶穌跟前的，他們這麼做並非出於恐懼，而是因為愛。他們感到被耶穌了解、關愛、寬恕和接納，也被他深深吸引。

那是個不守婦道的罪婦，作東的法利塞人知道她的來歷。當她跪在耶穌腳前哭泣時，他就在心裡暗自評判。從法利塞人的道德主義和根深柢固的觀點來看，那罪婦的行為是可恥的，耶穌自以為是的態度也令人看不慣。他無法了解，懂得自重的人怎麼會和這樣的人來往。

這個法利塞人善於判斷，但他的評斷卻很膚淺，因為他無法體會人最深的

情感，他不懂那罪婦的眼淚並非一般的哭泣，而是來自對生命的深度反省。耶穌的話改變了她的生命。她學會深愛耶穌，並找到人生的新方向。因此，她沒有先問一聲，就貿然闖入法利塞人家裡，跪在她的導師腳前，完全不在乎別人的眼光。

耶穌被她的舉動深深感動，因此，儘管仇敵環伺，他也甘冒有損社會形象的風險。這是很可議的一幕。任何顧慮自己社會形象的人，都會對這罪婦貿然闖入的舉動感到困擾。然而，對充滿情感的耶穌導師來說，那罪婦的感受比別人怎麼想他、說他更為重要。

耶穌沒有問她任何問題、沒有追究她的過錯，也沒有詢問她的故事，他只是親切而善解人意地對待她。然後這位生命學校的導師轉向那個法利塞人，說了一個故事去激發他的智慧，並撼動他的觀念與膚淺的道德基礎。他講了兩個欠債人的故事：一個是指那罪婦，而另一個就是法利塞人自己。他們兩人欠了債無力償還，希望債主寬免他們。耶穌引導他得出結論：那個女人意識到她欠的債務多，被赦免的也多，而獲得更大的釋放，因此更愛她的債主。

藉著這個故事，耶穌引領那個愛批判的法利塞人了解到，因為罪婦對自己的人生做了徹底的轉變，因此比他這個自以為正直的人更懂得去愛。透過這個故事，耶穌也帶領他去省思，縱使他熟知猶太法律、以自己正直的品行自豪，但他內心空虛、不快樂，過著虛假的人生，因為他沒有能力去愛人。耶穌藉此說明了，自大和傲慢蔓延的地方，愛就無法生長；相反的，如果人人都願意重寫生命故事，謙卑且不帶恐懼和偏見，愛就會花開繁茂猶如花圃。驕傲和愛永遠不可能在同一塊土地上滋長。

這兩位婦女體貼細膩的舉動，讓一向令大家訝異的耶穌導師也感到吃驚。這些舉動指出了，當女性躍上舞台成為眾所矚目的焦點時，她們的表現會比男性更出色。耶穌導師談論愛所用的精深語言，女人往往比男人更快領會貫通。比起男性威權和道德正義，「愛」一向更能產生高尚和更具深意的舉動。

## ※愛與寬恕

耶穌要門徒彼此寬恕，把自己從罪惡感中釋放出來，保持平穩的情緒——只有懂得寬恕自己和他人，才能平心靜氣。耶穌的心理學很深奧，交織著愛與寬恕。其實這是轉化人心，而不是外在的革新或道德式的心理學。耶穌總是說他來是為了寬恕，解除生命的重擔，使生命更圓滿、寬容，情緒上更平靜安詳。他鼓勵門徒留意觀察他的生活，當作他們生命的榜樣。因此他說：「跟我學吧！因為我是良善心謙的。」（瑪十一29）

耶穌要除去憤怒、敵意、自卑情結、罪惡感和自責的情緒負擔。雖然他大有理由嚴厲和判斷，但在他身上卻只為寬恕留下空間，這不是軟弱的記號，而是偉大的情操。寬恕表達出愛的藝術。

在耶穌的生命學校裡，彼此寬恕是基本原則。寬恕能消除罪惡感和憤怒；罪惡感會傷害情緒，憤怒則會腐蝕寧靜。

耶穌主張的寬恕是讓人得到釋放。寬恕是對敵人最大的報復。寬恕對方，

我們才能從對方身上解放出來，因為他不再是敵人了。我們給敵人最大的助益，就是繼續懷恨。恨和憤怒在我們內培養敵人。

耶穌活出寬恕的藝術。當他被排斥、被冒犯、被誤解、被傷害、被嘲弄、被不公平對待時，他全都寬恕；就連他在十字架上快斷氣時，他還是寬恕。他在極度痛苦中說：「父啊！寬赦他們吧！因為他們不知道他們做的是什麼」（路廿三<sup>34</sup>）。這個舉動使耶穌自由而平靜地走完生命歷程。

社交關係要能和睦非常困難，因為我們很容易被人重挫。跟一千隻動物相處比兩人之間相處容易得多。有時我們最痛苦的挫折並非來自陌生人，而是我們最親近的人。

即使仇敵環伺，門徒也經常令人失望，生命學校的導師總是設法平靜過活。耶穌的祕訣就是寬恕的藝術。他做到寬恕，才沒被別人牽著走，而且付出不求回報。這不是因為他對門徒的期望很低。相反的，他給門徒設定了非常崇高的目標。然而，他徹底意識到，這樣的期望不能在壓力、要求下，也不能在短時間內達成。他期待門徒的內在是在自由、自發的方式下，一點一滴地改變。

耶穌深愛世人，他不斷實踐寬恕的藝術，因此扎下穩固的根基，能夠超越並克服來自各樣人的各種挫折。就連被伯多祿否認的難堪情況，也沒讓他感到氣餒。

伯多祿跟隨他的師傅很久了，他見識過師傅很多非凡的舉動，也聽他說過非比尋常的言論。可是他卻在卑微的人面前——在大司祭的僕人面前，三次否認了耶穌。正當伯多祿第三次否認時，耶穌雖然被毆打凌辱，但他還是看了伯多祿一眼。那是接納的眼神，不帶絲毫責備。

在那一刻，伯多祿正說出他不認識這位納匝肋的導師。但是納匝肋的導師透過那令人動容的凝視，傳達他認識伯多祿，並且深愛著他。伯多祿可能已經拋棄耶穌，但耶穌從未放棄伯多祿。伯多祿對師傅的愛是有限的，隨時會改變，但耶穌對他的愛卻是無限的。不管猶太當權者的迫害、或是伯多祿的否認帶給耶穌多少痛苦，耶穌仍然設法打開一扇窗去接納他。

耶穌遭逮捕和被鞭打時，伯多祿卻能在大司祭的庭院裡自由走動；當他的師傅被打得遍體鱗傷時，他遠遠地在一旁觀看。這位被捕和被鞭傷的耶穌，

竟還有時間去接納身處自由之境的伯多祿。到底誰才是囚犯，是耶穌或是伯多祿？事實上伯多祿才是囚犯，耶穌反而是自由的。伯多祿雖然肉體自由，可是內心卻被恐懼不安囚禁起來；而耶穌縱使身陷囹圄，但是他的思想、情緒和精神卻是自由的。

伯多祿並沒有請求師傅寬恕，可是在他第三次否認耶穌的那一刻，那個帶著接納和慰藉的凝視就已經寬恕他了。耶穌那穿透人心的目光，似乎娓娓地在對他說：「伯多祿，你也許會拋下我不管，否認你和我在一起的種種，不過沒有關係，我仍然愛你，我永遠不會放棄你……」面對這樣的回應，伯多祿終於會到發生的一切，於是就到外面放聲大哭。這個強壯的粗漢，可能從來沒有掉過一滴眼淚，現在他開始學會哭泣，也學習感性。他悲痛地嚎啕大哭。他在哭泣時，可能一邊回想自己的行為和生命故事，默想耶穌深情的凝視，反省他的思想，並把自己貧乏有限、被恐懼與不安所壓抑的情感，拿來和師傅無條件的愛相比。

我們都愛批評、判斷，愛將我們身邊的人、甚至與我們不相干的人定罪。

耶穌絕對有理由去判斷，但他沒有這麼做，他也不給人定罪，而是歡迎、接納、重視、安慰和鼓勵。

伯多祿說過，即使所有人都否認耶穌，他也不會這樣做。甚至如果必要，他願意同耶穌一起死。伯多祿不認耶穌是很嚴重的過錯，也因此違背了自己的良心。但是耶穌沒有給他定罪，沒有質問他、批評他或責備他，耶穌還是接納他。耶穌了解伯多祿比伯多祿對自己的認識更深，因此他能預知伯多祿的行為。然而耶穌的預知不是定罪，而是接納，是他在任何情況下都不放棄伯多祿的記號。這指出了，耶穌對伯多祿的愛，遠超出伯多祿所能回報的愛，也超出他的所做所為。

耶穌說：「到我這裡來」，不管他們的故事怎樣，也不管他們犯了什麼錯誤，「我必不把他拋棄於外」（若六37）。耶穌不把錯誤看成該當懲罰的事，而是內在改變的契機。

耶穌能夠做到寬恕，顯露出他愛的力量。從寬恕中，人人不斷有機會修正生命故事，並從錯誤中成長。耶穌的愛是獨一無二的，這種愛沒有人可以解釋。



## ※猶達斯之吻、耶穌以愛對待出賣者

耶穌在受審之前，猶太當權者多次想逮捕他，可是都沒能得逞。有一次，司祭長和法利塞人對空手而回的差役大發脾氣。不過，這次捉拿耶穌之所以失敗，不是因為害怕群眾起而反抗，而是因為差役對他的話感到困惑。他們告訴司祭長：「從來沒有人講話像這人一樣」（若七44，49）。司祭長對差役大發雷霆，斥責他們說：猶大首長中根本沒有人信他，除了那些沒水準的「敗類」。可是事實並非如此，有些司祭長和法利塞人也很景仰並相信耶穌，只是不敢公開表明立場。

在多次詭計落空之後，耶穌被出賣、逮捕和審判的時刻終於來到。他讓那些來捉拿他的差役印象深刻，因為他主動投降，毫不反抗。而且，他還為身旁的那三個門徒求情，要差役放他們走。即使在被捕的那一刻，他的舉止仍然從容冷靜，設身處地為朋友的益處著想。

我們難過時，通常一心只想解除自己的痛苦；但是耶穌在受苦時，卻有關

懷別人的胸襟。我們看到了，耶穌在被出賣的那天晚上，表現出無比的友愛和良善，對出賣他的人做出這般不可思議的回應。

耶穌在革責瑪尼山園裡被出賣而遭逮捕。那是個緊張沉重的夜晚，他在祈禱中等待這一刻到來。果然，猶達斯依斯加略帶著一隊士兵出現了。耶穌大有理由斥責、批評和判斷猶達斯，但是《瑪竇福音》記載說，即使在深受挫折的時候，他仍然和善地對待出賣者，稱他為朋友，藉此給他機會，讓他能內化反省自己的行為。

那時，猶達斯虛情假意地問候耶穌：「老師，你好！」並親吻了他。耶穌卻問他說：「朋友，你來做什麼？」這裡我們可以做一些思考。

猶達斯口親耶穌，顯示出耶穌的心地實在太好了。就算猶達斯不怎麼了解他的老師，把老師出賣了，但他倒很清楚耶穌為人友善、溫良又平和。他知道要捉拿耶穌不必使用武力，也不用設埋伏或陷阱。在革責瑪尼山園那個無比沉重的夜晚，一個親吻就足夠讓耶穌被認出來，把他逮捕。

每個人在被出賣時都會憤恨地做出反擊，所以在出賣並逮捕他們時，有時

得先發制人。但是耶穌不同。猶達斯知道他不會拒捕，不會用暴力反抗，也不會試圖脫逃，所以只要一個親吻就夠了。在整個人類歷史上，哪個無比慈愛的人是這麼順利被人出賣？

耶穌知道猶達斯要出賣他，於是等著他過來。當猶達斯來到時，耶穌很令人訝異的是，他並沒有批評猶達斯或對他發怒，他的反應和我們的智力模式完全不同。我們通常的態度是用挑釁的言語和肢體動作反擊侵犯我們的人，不然就是因為被捕而嚇得說不出話來。可是耶穌的反應不是這樣。他勇敢而自制地稱出賣者為朋友，並心平氣和地帶領他內化反省他的行為。

我們可能動不動就對別人、甚至對我們摯愛的人失去耐心。當別人惹我們生氣發火時，就算是我們的孩子、學生、朋友或同事，我們也很難和顏悅色、平靜地回應他們。我們很容易就放棄那些令我們受挫和失望的人。

猶達斯放棄了耶穌，但耶穌並沒有放棄猶達斯。甚至在最後一分鐘，他仍然給猶達斯一個寶貴的機會去重寫他的故事。

這是什麼樣的愛，竟能在絕境中湧出寧靜之泉來灌溉耶穌的情緒？這是

什麼樣的愛，竟能在挫折的頂峰帶領他稱呼出賣者為朋友，並激發他去修正生命？從沒有人以如此慈愛和高雅的態度對待出賣者！也沒有人能愛到如此崇高、昇華的境界。

### ※耶穌給有限的人類訂出大膽目標

耶穌談到一種閃亮耀眼的愛，一種注入生命感和存在喜樂的愛，一種給予的愛，這種愛能夠戰勝恐懼、克服失落、超越痛苦並帶來寬恕。

他活出這種愛的故事。他在經歷生命寒冬漫長又難熬的摧殘時，這愛能讓他的路途變得平坦，讓他感到欣慰、寧靜、安詳、安全而堅定。

他對有的人說：「不要哭」；對另一些人說：「不要怕」；也對某些人說：「振作起來」。他總是精神抖擻，懂得安慰人又善解人意，他願意融入人群，鼓勵他們克服恐懼、絕望、軟弱和焦慮。耶穌展現出即使在苦難的高峰，他仍

有令人難以想像的愛的能力。

耶穌的言論和態度對現代社會來說是個理想，現代社會在公民素養和人道關懷方面，充其量只能朝耶穌的高度爬個一兩步。如果我們把耶穌的思想放到今天，就能結論出他想要建立一個充滿愛的氛圍的社會。人人不再活在一堆名詞、銀行帳號、學術頭銜和身分證號碼當中，而能成為一個無可替代、獨一無二而真正懂得愛的人。

只有愛能使人成為無可取代又特別的，即使他們沒有社會地位，或在人生中曾經跌倒犯錯。

每個師傅都希望自己的門徒聰明、有雅量、富創造力又有智慧。柏拉圖創辦的學院就提出這些要求。反觀現在，教育和心理教學法理論的要求甚至更低，不再要求學習寬容和智慧。就連皮亞傑這麼睿智的學者，也沒有把這類崇高的目標列入智力發展階段中。然而，耶穌遠遠超越了柏拉圖學院和現代教育的目標。

跟隨生命學校「導師中的導師」的所有門徒，不只必須學會從生命的寒冬

中萃取智慧，走在寬容的大道上和發展思考的藝術，還得要學習所有藝術中最崇高的——愛的藝術。從沒有人像耶穌一樣，給如此有限的人類訂出這麼崇高的目標。

第  
12  
章

引介智力  
最重要  
的功能

## ※回收掠奪性的競爭

門徒之間如果充斥著掠奪性的競爭和個人主義的氛圍，就無法達成耶穌的目標。這種氛圍會把耶穌所提出的建構愛與合一、智慧和團結的故事徹底摧毀。假使耶穌總是認為自己高人一等，要全世界都以他的需求為中心、繞著他旋轉，那麼他怎能從本質上來改變人。扭轉這種情況，正是耶穌極困難的一大挑戰；許多人朝這方面努力，卻都徒勞無功。

耶穌的思維徹底顛覆了現代世界的典範，不留給掠奪性的競爭任何餘地。在他的計畫裡，個人主義是一種不明智的態度，因此他建立了途徑，將我們導向創新的關係模式。他的基本方針包括了學習合作，以及付出不求回報。

資本主義透過競爭而生存，缺了這個過程，資本主義就會死亡。競爭刺激智力發展，可以改良產品並改善服務品質。然而，一旦變成掠奪性的競爭，把要達致的目標看得比過程更重要，就會變得不人道，而且還有毀滅性。掠奪性的競爭抹滅了智力的利他價值觀和競爭者的人性。



在耶穌的學校裡，不允許任何毀滅、抹滅和傷害他人的競爭形式。那裡的競爭是健康的競爭，和我們過去習慣的截然不同。這種競爭是為了服務別人、促進他人的福祉、尊重他人，並在團體中與人合作及相處。我們可以說，耶穌的生命學校如此特出，其實他的方針就是反競爭，並且把保持合一和促進彼此的成長當成核心目標。

耶穌從未忽視追求個人目標，或得到更高的獎勵。他明白指出，內在成熟的人會有更豐厚的賞報。即使達到目標的過程和我們熟知的有很大的落差，但那些目標一直都存在。

誰想成為最大的，就要當最小的；誰想成為領袖，就要先作僕人；誰想享有特權地位，就要先尊敬那些被輕視的人。我們在哪裡找到這樣的社會模式呢？就連思想登峰造極的社會學家，也想像不到如此團結一致的社會。

大家都喜歡被別人服侍和認同，喜歡比同儕更優秀，並陶醉在社會的光環裡。有些人甚至用自憐來博取特權。他們拿謙卑當藉口——即使是不自覺的，用他們的不幸和激起的同情心，讓別人時時關注他們。自憐使理智起不了作

用，而且當精神病人有自憐的情況時，會使原本可以完全治癒的疾病變得更難根除。我常說問題不在於生了什麼病，而是造成疾病的原因，而通常有精神疾病的人，在「肯定自我」方面是較弱的。

耶穌反對自憐，更不要別人可憐他（若十八11）。他的謙虛和單純是出於自覺的。他要塑造的不是可憐的人，而是思路清晰、有安全感和條理分明的人（路廿一15）。

### ※耶穌導師用意想不到的做法提醒門徒

耶穌締造了新的社會關係，不僅團結、有能力付出、相互合作和為人著想成了人際關係的法則，而且要由無比高貴的情感——寬容，來控管和鼓舞人際關係。寬容是最深奧且難以落實的人格特質。

學習知識比學會寬容更容易。懂得寬容的人善解人意、心胸開闊又有耐

心；不寬容的人無論對別人或對自己都同樣嚴苛且不肯饒恕。和寬容的人相處是很愉快的事，但和嚴格又愛批評的人在一起則讓人渾身不安。

在耶穌的計畫裡，社會功能仍然保持，政治家、企業家、知識分子和勞工可以繼續發展職業活動。儘管保留了社會活動，但人人都該學習放棄想勝過別人的渴望，並且學習在各自的領域裡盡力實踐公民責任和促進社會團結。耶穌提出的改變是由內而外，並非由外而內。耶穌清楚指明，光是改變外在，內在卻沒有重整，只是社會的化妝品，做表面工夫（瑪廿三 26-27）。

他的目標不是要改革猶太宗教，他的計畫有更遠大的企圖心。耶穌希望在人的內心引起深層的改變，徹底改變人們看待世界和自我的方式。

耶穌要怎樣教導那群粗俗、沒受過教育、脾氣暴躁的年輕門徒如此高深的課題呢？經過廿一世紀之後，我們已處在文明社會，現在大學林立，資訊普及，但我們連生命之旅的初階都還沒爬上去，那麼耶穌這個冒險之舉如何能成功呢？我們不停地談論團結、公民責任、互愛及自我付出的能力，可是卻培養出許多自私自利、不會設身處地為同伴著想的人。我們來看看這位高明的導師

是怎麼做的。

有一天，耶穌所有的門徒聚在一起談天，大致的氣氛還算正常。突然間，耶穌做了一件令門徒莫名其妙的事。請記住，我描述的這件事發生在耶穌受難前，他知道自己的死期就快到了。因此，他必須預備門徒去學習最深奧的生命課題。

那個時候，門徒都很推崇欽佩耶穌。每個備受愛戴的人物往往會和崇拜者之間逐漸產生距離。耶穌非常受歡迎，那些為他著迷的群眾就緊跟在他身邊。門徒也因為能追隨這麼大有能力的師傅而欣喜若狂，以為耶穌具有神的「地位」。羅馬皇帝拚命想要得到這樣的「地位」，不惜以暴力去攫取。然而耶穌卻是生來就獲得這個「地位」。門徒認為耶穌如此偉大，所以對他們來說，耶穌是屬於「天上的」，而他們只是塵世中卑微的學徒和僕人。

現在時候到了，這位迷人的導師要準備給門徒上永生難忘的一堂課。雖然每個人都把他奉為高不可攀的大人物，他卻突然默默地彎下身來，跪在門徒的腳前。他不急不徐地拿出一條毛巾，披在肩上，再把水倒在臉盆裡，然後一句

話也不說就開始替門徒洗腳（若十三415）。這是多麼不可思議的一幕！多麼勇敢捨己的行動！

任何人如果具有天主不可言喻的地位，絕不可能做出如此卑微而謙遜的舉動！無聲勝有聲，從沒見過沉默具有如此的說服力……所有門徒都對耶穌這個突如其來的舉動感到錯愕。

在羅馬，歷任皇帝命令百姓跪在他們腳前，把他們當成神膜拜；在耶路撒冷，卻有一位被看作是神的人，他不要求民眾向他下跪，反而是他跪在人們腳前。這是何等強烈的對比！不只是耶穌的話，就連他的舉動，在歷史上都是空前的。

當時的人都穿涼鞋，不大注重衛生，而且路面沒有鋪石子，所以塵土很多。那些漁夫的腳上沾了泥巴又長了厚繭，但為精通謙卑藝術的耶穌來說，一點也沒什麼大不了。他有獨特的勇氣去打败恐懼和痛苦，他虛懷若谷並包容一切人。

想像一位大企業家也像耶穌一樣，對員工做出這樣的舉動；想像法官替被

告者洗腳；或是大學的院長肩上披著一條毛巾，在校園裡尋找害羞內向的大一新生替他們洗腳。這的確很難想像。耶穌的舉動超乎想像，而且令人驚嘆！

伯多祿困惑不已，趕緊叫耶穌停下來。他不懂也受不了師傅的謙卑。伯多祿不久前才明認耶穌是永生天主之子，而且與天父是一體的。他感到納悶，他當成無限天主的那個人，怎麼會替渺小有限的人類洗腳？耶穌動搖了他心靈的基礎。耶穌沒有說半個字，就使伯多祿和其他門徒深入反省他們的生命故事。伯多祿大受震撼，趕緊說自己才該替耶穌洗腳。耶穌卻用很尖銳的口吻說：「我若不洗你，你就與我無分。」

耶穌的門徒既沒有社會威望，也沒有受過教育。雖然這群加里肋亞人的社會文化背景並不如人，但耶穌還是非常重視和看顧他們。

耶穌捨己給門徒洗腳，只有母親才能做出像他這樣滿懷慈愛而自發的舉動。他不必說千言萬語，而是用說服力十足的行動，就贏得了聲望。他不僅是傑出睿智的大師，而且是博大精深生命學校裡「導師中的導師」。他在無聲中給門徒打了一劑預防針，使他們對偏見獨斷、各種歧視、掠奪性競爭、個人主

義，以及「作老大」的強迫偏執心態有免疫力，這正是現在社會相當普遍且病態的心理社會現象。這種偏執想法不僅對智力產能沒有任何貢獻，還會扼殺創造力，並減少生活中的快樂。在社會和職場上當個有尊嚴的「老二」、「老五」或「老十」是可行的；就連不必擔心被歸類，每個人自然地按照他的限度去做事，也可能實現。

耶穌殷切期望的是：我們能在某些領域裡盡力去尋求突破，並且把集體的目標擺在個人的目標之上。

### ※打開門徒的心靈之窗

門徒也活在作老大的偏執想法裡。就在耶穌給他們上這堂深奧的課題不久之前，他們還在爭論誰最大（谷九34）。雅各伯和若望的母親出面，大膽請求耶穌導師，在他的王國內——他們起初以為那是政治上的王國，讓她兩個兒子一

個坐在他的右邊，一個坐在他的左邊（瑪二十 20 | 21；谷十 35 | 38）。現在耶穌導師藉著震撼人心的舉動，滲入他們的內心深處，並用純熟的智慧使他們對掠奪性競爭最內在的根源產生免疫力。耶穌屈尊就卑，跪在跟隨者的腳前，深深重擊每個人內心深處的傲慢和自大。

雙腳引領人在生命的軌道上行走。耶穌想要表明，在這條崎嶇起伏的生命軌跡上，人類應該透過相互合作、寬容、寬恕、支持、關懷、保護和服務來彼此洗腳。這些都是深奧艱難且有待學習的課題。

耶穌在給門徒洗完腳之後，他打破沉默，透露他的用意。他不必說太多，因為他那令人驚訝的舉動，就已道出一切。他尖銳地批評社會和政治關係流於膚淺，並說出和門徒認知相反的觀點，即誰想成為最大的，就必須成為最小的，並且要懂得服務（若十三 1 | 7）。如果耶穌這個當師傅的能捨棄自己的地位替門徒服務，那麼他們也該彼此服務。

耶穌生命學校的領導階層其實是倒三角形的，而且是寬容、團結、集體目標、合作和社會整合的見證。最樂意服務、最能尊重、最會關心別人的那一位，



才是最大的。

在任何社會環境中，大人物總是比升斗小民得到更多尊榮、特權和關注。人人都把目光集中在這些菁英身上；美麗的外表比內涵更重要。在思想方面，只要政治人物、企業家、出名的藝術家或大學的系主任「打個噴嚏」，往往比一般民眾提出的高明想法更有影響力。然而，耶穌學校的特徵是如此獨特，震撼了現今的世界，也衝擊了資本主義和社會主義。

每一個人，連科學家在內，只要去研究耶穌的智慧，都會對其中的弔詭著迷，同時感到雀躍不已。

一個靠木工技藝為生的卑微木匠，怎麼會被定位為生命的作者和宇宙的建築師呢？《若望福音》記載說：「萬物是藉著他而造成的；凡受造的，沒有一樣不是由他而造成的。」（若一3）

怎麼會有人說自己握有永生的祕密，而且還替那群沒有社會地位、也沒有學歷的加里肋亞漁夫洗腳，來羞辱自己呢？

怎麼有人能夠克服一切恐懼，聰明睿智又勇敢過人，而且願意接受十字架

上難以言喻的渾沌，忍受肉體和精神的痛苦，最後慢慢脫水、失血而死呢？

耶穌的故事真是令人讚嘆！

### ※大膽超凡的計畫

我們不該把耶穌想成他是在培養一群懦弱、沒個性的門徒；相反的，他透過非凡睿智的方針，不斷將這群沒受過教育的加里肋亞人塑造出優秀出色的好領袖。好領袖，不再需要全世界繞著他們旋轉，對掠奪性競爭和個人主義的根源具有免疫力。好領袖，在服務別人時比自己被服務感到更快樂，他們學會無私地付出，能激發彼此的智慧，並開啟心靈之窗。好領袖，不再被偏見獨斷操控，心胸開放且包容每一個人。好領袖，能空虛自己，把自己當成生命的學徒，避開自滿的心態。好領袖，能面對自身的限度，迎戰恐懼，並把困難當成挑戰。好領袖，能忠於良心，也懂得寬容和助人。好領袖，是觀念的工程師，

他們知道如何與別人合作，也能擴展思考的藝術，而且融會貫通。好領袖，能有尊嚴地度過生命的寒冬，從渾沌中淬鍊智慧，並把痛苦和磨難當成轉變心靈的契機。總而言之，好領袖，能彼此相愛，心中充滿喜樂，而且生活過得很有意義。

耶穌的智慧與超凡目標既複雜又空前的膽大創新，文字根本不足以形容。他的傳記中清楚寫道：**他的目標不是要去改善人類，而是要打造出全新的人。**

耶穌的生命學校涵蓋多元複雜的廣度，任何的人力資源團隊、教育學和心理學理論、哲學思想學派、甚至大學，都無法與之相比。他對人有著難以言喻的熱情。

老師很容易放棄叛逆的學生；父母對行為偏差的子女經常感到氣餒；主管也常開除那些工作理念不合的員工。總之，我們會和那些讓我們的期望落空，給我們帶來痛苦的人保持距離。但是耶穌的做法不同。人們會否認他（像伯多祿一樣）、會為了三十塊銀錢出賣他（像猶達斯一樣）、會拒絕他、傷害他、放棄他，只關心自己的物質需求和社會形象，但是耶穌卻不曾放棄、輕視或排

拒任何一個人。

耶穌的愛是無條件的。他有強烈堅定的動機想要開啟人的心靈之窗，遠遠勝過現在名嘴所強調的人力資源。他希望改造人心，這期望耐人尋味又不合常理。他想要把每個人都帶進智慧的學院，使他們成為智者和領袖。

耶穌複雜深奧的人格特質，顯然不是人類理智創造力能夠建構出來的；他的智慧超乎我們的想像。雖然每年十二月底，全世界都停下來慶祝他的生日，但是大多數人並未察覺到他這個人奧妙迷人又高深莫測。

縱使耶穌沒有任何奇蹟，他的舉動和思想已極具說服力而且令人驚嘆，可說是劃時代的人物。耶穌走過這趟曲折起伏的人生之後，人類和以前已經截然不同了。如果政治、社會和教育界多少能按照耶穌以身作則的教導那樣生活，我們的苦難就會減緩，還會更加幸福……

國家圖書館出版品預行編目(CIP)資料

---

顛覆思想的心理大師：耶穌超凡的智慧 /

奧古斯都·庫里 (Augusto Cury) 著；劉德松譯

——初版—— 臺北市：上智文化，2012.07

——面；公分——(心靈關懷；J0021)

譯自：Análise da Inteligência de Cristo : O Mestre dos Mestres

ISBN 978-986-6036-04-0 (平裝)

1. 情緒管理 2. 智力

---

心靈關懷——J0021

## 顛覆思想的心理大師：耶穌超凡的智慧

作者 奧古斯都·庫里 (Augusto Cury)  
譯者 劉德松

准印者 洪山川總主教  
發行者 鄧秀霞  
出版 財團法人聖保祿孝女會附設上智文化事業  
100 台北市忠孝西路一段 21 號  
電話：(02) 2901-7342 傳真：(02) 2902-7212  
讀者服務 e-mail: wisdompress@pauline.org.tw

服務處 聖保祿孝女會  
242 新北市新莊區三泰路 66 號  
台北書局 郵撥：上智文化事業 19399740  
100 台北市忠孝西路一段 21 號  
電話：(02) 2371-0447 傳真：(02) 2371-7863  
訂購服務 e-mail: stpaul@pauline.org.tw

台中書局 郵撥：財團法人聖保祿孝女會 21999096  
400 台中市光復路 136 號  
電話 / 傳真：(04) 2220-4729

高雄書局 郵撥：高雄聖保祿文物中心 42006873  
802 高雄市五福三路 149-1 號  
電話 / 傳真：(07) 261-2860

香港書局 聖保祿書局 www.paulineshk.org  
e-mail: stpaulhkshatin@gmail.com  
電話：(852) 9127-9624 傳真：(852) 2601-6910

澳門書局 澳門聖保祿書局 e-mail: Paulinas@macau.ctm.net  
澳門主教巷 11 號 電話：(853) 2832-3957

印刷 世權國際股份有限公司 電話：(02) 2246-9928  
235 新北市中和區中山路二段 327 巷 11 弄 9 號 3 樓

基督教 華宣出版有限公司  
總經銷 235 新北市中和區連城路 236 號 3 樓  
電話：(02) 8228-1318 傳真：(02) 2221-9445

總經銷 貿騰發寶股份有限公司  
235 新北市中和區中正路 880 號 14 樓  
電話：(02) 8227-5988 傳真：(02) 8227-5989

2012 年 7 月初版

定價 300 元

版權所有·翻印必究

Análise da Inteligência de Cristo - O Mestre dos Mestres

By Augusto Cury

Translated by Simon Liu

Copyright © 1999 by Augusto Cury

Chinese Copyright © 2012 by Wisdom Press

Taipei, Taiwan

單國璽樞機主教、陳建仁、黑幼龍 動心推薦

清楚剖析耶穌基督滲透人心的生命智慧，值得讀者深思體會。

——單國璽樞機主教

本書敘述著耶穌長、寬、高、深的愛與智慧，釋放被束縛的心靈自由，以多元思考讓生命更豐盛，更喜樂！

——陳建仁 中央研究院副院長

打破理所當然，突破一成不變，才能發現寬廣豐盈的新生命。  
你今天願意為自己做什麼改變？

——黑幼龍 卡內基訓練®大中華地區負責人



9 789866 036040



00300



Mod®E

ISBN 978-986-6036-04-0

J0021 NT 300