

牧民
心理学

生命的 流溢

朱蒙泉 著



牧民 丛书

生命的流溢

—— 牧民心理学

朱蒙泉 著

天主教上海教区光启社
2002年10月

天主教上海教区主教 金鲁贤 准
Cum Approbatione Ecclesiastica

生命的流溢

—— 牧民心理学

朱蒙泉 著

天主教上海教区光启社出版、发行

2002年10月第1版 第1次印刷

印数 3000册

上海重庆南路270号

邮政编码 200025

天主教上海教区印刷部承印

上海市闵行区七宝镇南街76号乙

· 版权所有 · 请勿翻印 ·

目 录

牧民咨询心理学	1
如何处理感觉和情绪——牧民咨询的课题	17
人格发展的阶段	31
人格、职业和圣召的发展	39
从常识观点看心理测验与圣召	67
修会培育新观	
Roger Champoux, S. J. 著 严任吉译	97
从事牧民工作者对心理病症当有的认识	119
宗教咨询的性质	
Richard J. Vanghan, S. J. 著	133
价值在宗教咨询中的地位	
Richard J. Vanghan, S. J. 著	147
神修指导中的情绪转移	157
人生中途的荒漠经验	187
家庭中的沟通	211
附录：个案研讨二十则	223

牧民咨询心理学

1974年5月间,蒙香港牧民中心邀请前往与30多位神父、修女,三天朝夕共处,研讨有关牧民问题。牧民咨询心理学是当时研讨的主题之一。又正逢美国心理治疗专家吉尔神父(James J. Gill, S. J.)和印度心理学家费来拉神父(James F. Filella, S. J.)联袂来台,于8月27日至29日,假台中静宜文理学院,主持三天牧民心理学讲习,激起了教内外人士学习和研究的浪潮。为推潮助浪起见,乘假期之便,将牧民咨询心理学一文,整理出来,在此发表,尚盼读者雅正。

——作者识

壹、前言

翻开牧民咨询心理学的书籍,将发现这些书籍的内容包括:讨论人格发展、适应、成熟过程及其偏差;推究人格发展之正常与反常原因;怎样促进自我了解与人际关系;研究如何减少恶习、性偏差;协助精神病和神经病患者;减轻心窄者的痛苦;探查少年犯的心理;研究如何使圣事更有效,婚姻更幸福,功课更进步,情绪更平衡,皈依更彻底,祈祷更深入;指导圣召之发展和充实修会生活等。总之,这是谈论人与天主圣宠合作的学问及艺术,尤其使司铎两大主要工作:宣讲和施行圣事更为有效,并激发信友有妥善的

准备,具有活泼的信、望、爱三德,和纯正的意向。因为信徒的人格受社会环境的影响至巨,必须先清楚他们的家庭、文化背景,教育程度之后,才能了解其行为动机。简言之,必先“知其所以”,才能“明其所以然”,事出有因,决非空穴来风。

本来牧民咨询心理学剔除“咨询”二字,它同教育心理学,市场心理学等等心理学一般,只是利用心理学研究的结果,来解决实际问题的一种实用心理学,这项学问有助于牧者——司铎、司牧、司祭——的工作,如崇拜、永生、复义等宗教行为。因为宗教行为包括:个人的思想、信仰和经验,共同参与彼此隶属的、有组织的团体及其活动,个人对团体的态度和对文化的影响。这些行为虽属于宗教的范畴,但同时也是有形可见的,是可以作为心理学研究材料的。

牧民咨询心理学,则不仅供给普通和专门的知识,还实际应用这些知识,同时并借重临床心理学研究之结果;因为临床心理学是研究异常、反常之心理现象及该现象之表面和深蕴的原因,并了解此异常或反常之现象与原因。惟对现象及原因有所了解之后,自然更容易使人谋求返回常态和康复之道。而返回常态与康复的要道是咨询人员必经之途。在这条路上,因着良好的人际关系和态度,使从事牧民者协助求助者心理与神修之成长,发挥宣讲及圣事最大之效能。

从目标看:牧民咨询心理学最主要的目标是使信友更容易接受牧者的影响,更有效地得救与成圣。毕尔神父(Fr. William Bier, S. J.)很中肯地指出;牧民咨询心理学有其近和远两大目标:近目标为“咨询”,而咨询以“成长”为主。

远目标为“牧民”，而牧民则以“成全”为主，二者并重方为牧民咨询。由此可见牧民咨询有其心理的一面，也有其宗教的一面，是二者的综合体。

就其功能观之：牧民咨询心理学不但可用之于教民，也能带给牧者科学知识及个人的彻悟，使他们在照顾信徒时，对人、对天主有更深的了解与体会，达到同归一牧一栈的最终目标。

总之，牧民咨询心理学是一门新兴的学问，是综合实用心理学，临床心理学和咨询心理学的研究成果，实际应用于牧民工作上，脱颖而出的学问。与其说它是学问，不如说它是一种艺术和生活态度更为合宜，因为生活经验和宗教活动是它主要的园地。

为醒目起见，兹将各名词扼要说明于后。

- 一、心理学(Psychology)：是行为的科学，特别研究人类与自觉有关现象的科学。
- 二、实用心理学(Applied Psychology)：将研究心理学所得，用来解决实际的问题如教育心理学、咨询心理学等，名目虽然不同，但同属一类。
- 三、临床心理学(Clinical Psychology)：研究异常与反常之心理现象，其表面与隐匿之原因，并进一步了解其现象与原因的科学。心理测验是最普遍应用的工具。
- 四、咨询心理学(Counseling Psychology)：是一种实用心理学，它经由晤谈的方式，因良好的人际关系，协助求助者自我了解，自我重组，使之自我成长，进而发挥自我之潜能。

五、牧民心理学(Pastoral Psychology): 是一种实用心理学,能有助于牧者的工作,如永生、崇拜、复义、祈祷等宗教行为,使信友乐于接受牧者的指导、影响,更接近全能者。

贰、咨询心理学

心灵的宁静是每个人所渴慕的。一个人一旦感到“不对劲”时,必然会四处觅求解决的方法。咨询的主要任务,在消极方面:解除焦虑不安和患得患失的心理。积极方面:在协助一个人增加对自己的了解,发挥自身潜在的能力,将所知道的付诸实践,而达于安详、乐观、易俟天命的境地。换句话说:就是将散漫在人格中的能力,予以整合,并获得解决问题的能力。

既然咨询是人协助人,因此咨询人员应先了解这人际关系。咨询关系不是泛泛之交,而是深度的共融:了解与被了解的相互共融。求助者因与咨询人员交往,可以更清楚、更客观地看清自己——好像站在一面思考的镜子前面——更合理地控制自己的情绪、本能和行动,更能深思熟虑,周密地计划当采的步骤,并彻底地进行所拟定的计划。为此,咨询人员应先具备自献给求助者的真诚态度,如此求助者方能慢慢地得到自献的信心,而只求自献,不再计较这自献的后果。这种超越自私、捐弃自我的人际关系,这种不求报答,但求他人获致自我完成的友谊,是咨询人员必须努力建立的。

总之,咨询心理学是运用心理学协助求助者,针对问题,对症下药,使个人或夫妇学习自制和自主,不为情绪和

本能所牵制。在这成长的过程中，自信心、安全感、勇气与自制力随之增长，而行为和思想也日益具体、实际、和谐。

叁、牧民咨询心理学

在研究牧民咨询心理学之前，首先应自问：“我抱着什么希望来研习牧民咨询心理学？”使人皈依的艺术？找到更多的圣召？协助人消除手淫的恶习？指导教友的一套公式？满足我个人的权力欲？增加控制他人的能力？不！因为牧民咨询心理学是借用临床心理学与咨询技术，作牧民的工作。牧民咨询心理学最重要的是牧者的态度，而不仅指方法和学识。它使求助者在心理层次上经过晤谈，在表达自我，倾诉自己时，天主就在信德内与人建立起了超性关系。因此，它的目标和一般心理学不同，尤其在人际关系的性质上更是大不相同。因为不论是司铎或求助者之得救，及神修之进步，皆需视其对天主开放和答复的程度而定。所以，在这种情形下，牧者仅是指点信友寻找登入天主堂奥的门径罢了。

牧民工作之本义：乃牧童引领羊群至草场和水源(Pastoral)。引申之，即司铎、司牧、司祭以最适宜之方法，使个人和社团能了解、经验、体会和表达天主的恩宠，尤其注意在人际关系中的精神成长，不只以宣讲、使人了解、接受天主而满足，进一步以最有效的方法促进教民之圣化。“我来，使人们得有生命，得有丰富的生命”(若 10:10)。为此，牧民的双重要求：一是对基督的忠贞，与坚持信仰价值。二是适应求助者的需要和激发其创新生活的能力。

为了达到这双重的目的，而时代的征兆又要求交谈，自

然必须利用咨询心理学中晤谈的方法,作为牧民工作最有效的准备。应用咨询可以使人内心除去对圣宠的障碍——保持个体的自由——使之得以向天主开放与顺服。神师一发现信友已逐渐开放他紧闭的心门,接纳圣神时,就该及时退隐,让基督之神直接与之交往、倾谈,“祂该壮大,我该缩小”(若 3:30)。人际关系当由神、人关系替代。即使在暂时不能改正其心理缺陷时,也当鼓励其面对自己的缺陷,并在其中找到人生与信仰的意义。

有的基督新教牧师和天主教神父常过分夸大心理学的作用,甚至取圣宠而代之;又有的神师却过于相信圣事的机械化作用,而不理会教民的心理状况。强调超性主义和唯本性主义是问:同样过犹不及,而且有危险。“圣化他人”固然是牧民工作的最终目的,且惟有天主能“圣化他人”,然而别忘了人有“人性”。所以从事牧民工作者应将“忠于天主,适应教民”奉为座右铭。心理学只是天主手中的工具和指证,而不是万灵丹。向教民开放,又同时向天主开放的才不失为善牧!

肆、牧者当具有的心理态度

牧民工作中,我们能遭到许多不同的问题:信仰的危机,社交与婚姻,手淫恶习和心窄,教会中的恶表,痛苦的意义,人生的真谛,讨求救援与安慰等等。但无论问题如何五花八门,司铎该注意的只是:以天主代表的身份,从教民的实际情形和心境中去窥视其生活的世界。换句话说:司铎只是天主的面具(代言人)和工具而已,并非全能者本身。司铎若欲确实有益于教民,则必须应用牧民心理学找出普

遍而可行的原则,及运用心理程序,与教民建立良好的关系。这种良好的关系建基于良好的心理态度上,因为多疑、急躁、自以为是的人,是不可能令他人亲近的,也难以传达天主的仁慈和爱情,惟有欢迎、接纳、指导、劝慰和中介人的态度,才是牧者所应具备的。

(一) 欢迎和接纳

欢迎、接纳与了解是司铎首要之责,他应该将他所有的智慧、知识、德表和感情来表达对求助者的欢迎、接纳与了解,使之安心开放自我,接纳自我。正如圣经所载,耶稣对她说:“我也不定你的罪”(若 8:11)。善牧不仅为羊牺牲性命,还认识他的羊,能呼唤每只羊的名字。伯牙摔琴,非因曲高和寡,实为痛失知音。可见人生在世,饥寒可受,失败可熬,羞辱可忍,惟有被人弃如敝屣,视如渣滓,则难以自持,谁也不愿无立锥之地,被认为“不是人”!

适宜地接纳一个常人本不是一件容易的事,更何况接纳一位求助者?为此首先应按其自身的实情去接纳他。换句话说,就是待他是一位自由独立的人,按他的进度及限度来发展牧民关系,而这关系当由求助者本人采取主动,在自由的气氛中演进,使他感到:“在你面前,我很舒适、惬意,筋骨都松散、舒畅”。尤其在第一次晤谈时,更为重要。着急、催促,只会使求助者更加紧张,手足无措,终于不得不三十六计走为上策。

有了良好的晤谈气氛之后,司铎可进一步要求自己对人完全开放,全力为人服务,接纳求助者全部的经验、困难和问题,从参与和旁观的交织态度中同他往来,并且只是紧

随其进度发展,却不提出现成的答案。因为过早答复问题容易使其有一种错误的感觉;认为他不应有这个问题,或不应这样长久有这种问题,或这个问题不允许他再拖延下去。一旦走到这个夹缝中,则即使出于善意的安慰与鼓励,提醒及建议,都变成隔靴搔痒,画饼充饥,甚至得到反效果,求助者内心会说:“你根本不在乎我,你根本不了解我”。

欢迎和接纳不仅应该具备在态度上,而且还须由言语行动中表达出来。如此求助者方能意识到被人了解,感到自己独特的个体被人容纳,体会到他是实实在在地被人重视,自己是前无古人,后无来者,唯一无二的“我”。

在这一点上,心理学常给人不正确的观念,因为心理学既是一种科学,所以往往会失诸抽象,忽视个体和个性,进入概念上的分类。而应用心理学的人也会犯草率及过早判断的错误。从事牧民工作者对此不可不知,不可不慎,总不可以书本中的概念,毫不分辨地应用在具有个性的人身上。惟有随从其个性,参加其挣扎,了解其独特发展的阶段和生活经验,才能找到解决问题的方法。不识虫、鱼、鸟、兽之性,安能驯养、训练? 不过所谓欢迎、接纳与了解,并非表示赞同,只是设身处地,从他的背景和立场了解其对事物价值的看法而已。

(二) 指导和劝慰

教诲和劝导常被人认为是司铎唯一的任务,至少普通的一般信友皆有这种看法,而求助者也会有类似的期待。不错! 司铎的身份确实在指证信仰与伦理的责任,但是在牧民工作上不可过于夸张教诲和劝导之责。因为有时求助

者所需要的,并不只限于邀得信仰或道德的力量,更不希望司铎发号施令来限制其行动。他只想请司铎同他一起研究问题,让司铎协助并提醒他从不同的角度去观察、推敲,使他能心安理得地、自由自在地作自认为正确的分析与自我抉择。真正有益于人的神师,一定明白学习必须由不断的实习、犯错、体验、领悟中去获得,他不急于纠正求助者不太完美的解答,不强迫他立即改正其偏差的行为,即使牵涉到道德问题,也尽量暂时避免道德或心理的压力。至于遇到会伤及自身(自杀)或他人(伤人)的危险,自当别论。他不断协助信友从内心去顺服道德,而不只从外表去遵行道德,不只使行为符合规律,更要纯化信友内心的动机和信仰,意识到自己的责任,也惟有如此方能发展为成熟的信友。所以如何强化意识及动机才是指导的重要课题。

所谓指导,不仅对行为而言,也包括释放内心能力使之更为自由,按价值观采取行动,按信仰而生活。因此司铎的工作是协助求助者使这过程——在人的限度中进行,并在与天主交往中——顺利完成。

另外,须避免长期的指导和过分的劝慰。过久的指导会养成求助者依赖和被动的心理,无法独立;过分的劝慰会引起自悯自怜的心理。不能独立的人,将有碍道德意识及信仰的成长,没有自信心的人,无法答复天主对他的邀请和召唤。个性强、权威大和老爸爸式的司铎,常会犯这种错误。他们以为求助者都是一群无助又可怜的弱者,需要他们代劳的软骨动物,他忘了司铎只不过是帮助天主培养能独立自主,能自我判断、负责,能面对天主的召唤,和对天主完全隶属的子民。

(三) 中 介

“我不是基督，我是被派遣作祂的前驱的。娶新娘的是新郎，但新郎的朋友守着、听着，一听见新郎的声音，欣然而乐。这正是我的至乐。祂该壮大，我该缩小”(若 3:28~30)。真正的牧民工作不是人影响人，而是为主准备道路，做祂的先驱，让天主来影响人，作为天主与人间的中介。司铎当使人际关系转换成神、人关系，由智者仁者的地位让贤于大智大仁的天主。否则将在心理层次和道德层次中旋转，堕入心理主义和道德主义中，无法使信友自己进入信仰的世界去探索、寻求。

中介的地位和态度是最难学习的，必须经过不断地祈祷，不断地和生生之源相逢。受圣神引导的人，才能知道何时应进，何时当退，而不致进退失据地弄巧反拙。

从心理层次上看，中介的角色具有三种特质：容忍、信心与认可。因为“天主容忍他们”(德 18:9)。“爱是含忍的”(格前 13:4)。所以，无限的忍耐及尊重他人自由是中介的第一个特质。前来请求协助者都是抱着一肚子委屈的，他们无论是破口大骂，涕泗滂沱，讷于言辞，甚或来一套全武行，司铎都得接受，咬紧牙关，调匀自己的呼吸，如此方能有期于问题的解决。司铎当了解自己内心的情绪反应，在参与他人生活时，仍不失旁观者的身份，积极疏导自己的情绪，容忍就不致太困难了。

除了容忍之外，从事牧民工作者还须具有信心，对信友本人与上主的能源有无上的信心，深信光和能终会来到。若司铎本身有缺陷与过失，也不必惧怕，安知天主不是在他

有意无意中借此作成圣的材料？当然，最重要的是：不断地退隐。因为生命原是孤独的，没有人能替别人活！这是无奈，但也是荣耀！每个人都应面对这个千真万确的事实，那就是：让信友度自己的生活。中介必须不断地退隐，因为惟有如此，方能让求助者自己按自己了解的程度来选择生活，对自己负责，那怕是在焦虑中，他亦可自决。“亲爱的朋友们，你们一直是服从的：你们的服从不应只限于我与你们同在之时。现在我远离你们，你们的服从更应明显。你们应战战兢兢从事你们的救恩工程”（斐 2:12）。

若要真正负起中介的责任还得避免两件事；我们不能只从表面或物质方面去观看，因为常会在不知不觉中假爱之美名，保护求助者一如温室的花朵，使他失去面对问题的深度精神，寻求信仰的意义，和失却心理平衡的机会。换句话说，牧者当抱着认可的态度，此其一。另外，对自己的聪敏、经验、心得、神光不要过于信任，无论如何，毕竟有限。该将注意力集中在求助者身上，惟有他才会找到适合他自己的答案，因为真正的中介——圣神——早已在神师和信友的交往中潜移默化。也就是说：对圣神当怀有绝对的信心。“假使你识天主的恩惠，和对你说‘给我喝的’是谁，那你或许早已求了祂，而祂也早已给了你活水”（若 4:10）。

欢迎和接纳是基于心理层次上的，有了它，求助者才能放心大胆，细诉衷情，司铎借它得以一睹庐山真面目。指导和劝慰是站在教育与伦理的层次上的，求助者在这里得到面对事实的勇气，和解决问题的力量，司铎只不过在旁权充罗盘，欢呼鼓掌而已。至于中介，则可说是在信仰的层次上的，让天主使司铎作召唤的面具与爱情的工具。凡具有这

些态度的牧者，将逐渐地引领信众进入丰富的草场和水源，有效地协助天主做圣化信友的工作。“我们是天主的同工，你们是天主的园地，天主的建筑物”（格前 3:9）。

伍、牧者当戒避的心理态度

谈过了牧者当具有的心理态度，不妨看看什么是牧者应警惕的？神师当戒避何种态度？求助者对哪类答复会感到不满？

答复得太早太快是应当避免的态度之一。太快太早的答复，容易使求助者感到自己的愚昧，失去对自己的信心。“我怎么这么笨？”“这种问题真不应该提出来，我真是幼稚得可笑。”或令求助者不知其所以然；“为什么这件事非要这样解决不可？”其结果不是养成求助者依赖的心理，就是反其道而行，引起更大的困扰。推究其因，乃是牧民者罔顾个体成熟的程度和生长的进度；还不会爬，就强迫走，自然事倍功半。既然如此，为了安全起见，何不采取一成不变的答复态度？麦宗讷武教授（Professor Jean Maisonneuve）在他的著作《社会心理学的技术》（Techniques de Psychologie Sociale—Bulletin de Psychologie “Paris” March 1. 1959 p.p 621—627）一书中，曾将他所观察到的，有关现代医生、律师、心理学家和社会工作人员一成不变的答复态度归为四类：

（一）权威式

将自己的看法多多少少地直接加诸求助者身上，提供应当采取的行动，代作检讨和诠释发生的事件，并希望求助

者接受己见：“我觉得你应该如何如何”，“我看这件事如此如此”，他认为世上一切都必须归属在他权下，成为“他的”。以这种立场来从事牧民工作，无疑地，他将把自己的喜、怒、哀、乐、爱、恶、憎等等情绪，投射在求助者的身上，两人的情绪纠缠在一起，混淆不清，“如果我是你的话，我将如何如何”，这是极权老爸爸式的判事、审问、注释和劝勉的嘴脸，是穿了便服的法官。

（二）控制式

这种人善于应用心理学，将心理学玩于股掌之间，在他心目中，一切人都能在心理学这面照妖镜下显出原形。于是像魔术师一般，利用心理学的方法，影响支配他人，不论别人愿意与否，意识到与否，总之，请君入瓮。所采取的方式可能是直接鼓励，用外交手腕提供建议，以善意来说服别人，或自告奋勇地拔刀相助，使求助者感激涕零地对他臣服。无疑地，这种方式忽略了人人有自由，而隶属于天主的子民是必须享有自由的！“不自由，毋宁死。”古今中外早有明训。

（三）澄清式

谨慎地询问，深入地了解，不断地交谈，是这一式的特色。他极力设法使求助者对自己的问题有明确的了解，意识到问题的多面性，察觉到问题的复杂性。凡求助者的各种感觉、常识、问题都成为他实验室中的材料，必须经过不断的分解，才能找出存留的杂质或元素。这原来是一种良好的方式，但若刻板地应用，也会有违牧民的本意。因为过

分地钻研，会致人于斤斤计较、毫厘锱铢，而迷失了寻求的初衷。

(四) 合作式

采用这种方式的目的是协助求助者自己发掘与解答问题，同时也发挥担负其情绪压力的作用。他是求助者的知己，是旁观者，也是参与者。初闻乍看会觉得这种答复方式实在不错，求助者能得到这样的帮助，真是三生有幸。其实他忘了中介一职。

从事牧民工作者，不论在知识和技术方面，经验和学理方面都得不断精益求精，尤其在自身的修养和祈祷上更该不断加强，以言教并身教，从实际生活中去影响教民，默化信友。

结 语

古代的学者们曾认为：“神灵导师当是人们内心意识的外在呼声 (the outward voice of an inner consciousness)。”而这外在的呼声常被认为就是宗教和道德问题的“专家”。为了真正能反映人们内心的意识，他当小心翼翼地仔细聆听，审察所听到的，加以分析、归纳，以免仓卒中提出主意和判断。何况现代教友的知识程度和人生经验都不在司铎或会士之下，宗教知识与经验也相当充足，总不希望别人提出命令式的建议、现成的答案，或俗套的辅导。他们有求于司铎的，是适合他们信仰发展的辅助、澄清和激发。他们已习惯从天主的观点去看一切的人与事，即使那观点有时并不完全来自天主，但他以为如此，所以由此作出发点

去判断。他们很愿意随从天主的指示,在挣扎中体认天主的爱情。他们希望司铎在张开尊口之前,先听听他们的感受,承认他们有提出宗教或其他问题的权利,并有表达自己问题,长期与这些问题共存的权利,同意他们必须经过长期奋斗之后,才能达到在天主圣宠温暖中成熟的境界。

因此,牧民关系与其他人际关系不同,牧者的立场也和其他九流十家的不同。教学关系以知识传授为重,将情绪表达置之度外;统帅服从关系以执行为重,“服从第一”,动机和理由并没有地位;医疗关系着重生理变化,病人在医师眼中往往只是一架有毛病的机器,需要修理而已,至于其心理状况如何,“抱歉!那是你自家的事!”心理治疗关系以心理学这架X光机透视,着重心理之转移,常常忽略外在的因素;家族关系,惟有“光宗耀祖”方不负先人,以人伦、生物、经济为主;友谊关系要求平等互惠,世间固然不乏为友舍命之例,但通常仍以“有借有还,再借不难”之关系较多。

上列各类人际关系,虽然名目不同,却在日常生活中交错而行,其势力依各人所在环境之身份、地位而有强弱之别,利弊也因此各逞其能。惟有牧民关系不论男女、老幼、贫富、鳏寡、孤独、残疾者,一视同仁。何故?因为牧民关系是无条件地接纳,无私大公地见证,及时地自我退隐,是在主内整合、成长、成熟。代主牧民者——司铎——受过充分的训练,脱离了家庭、经济、政治的顾虑,全心全意全力地聆听和了解把他当作天主代表的人——求助者——之情境、问题及疑虑,他们希望从司铎的言词中找到天主,发现时代的讯号和天主的画像。事实上这画像正是天主在圣经中的自我启示:“天主是忍耐的”,“天主就是爱”。其意义乃

是：“尊重他人的自由”及“无私的爱情”。这是信友成熟的理想环境，也是牧者当具有的态度。

心理学家徐璞(G. Zilboorg)说：“神师应当学习成为天主之人，而天何言哉？在我需要光明时，我奔向祂；在我需要重新发现天主的画像时，我想到祂。”所以，既非神学，亦非圣德可以使司铎获得这种态度，必需经过有系统地训练，不断地晤谈和咨询协助，对自身的目标、工作、言行及人际关系作有系统的反省和追问，才能奏效。的确，牧民咨询心理学实为现代神灵导师陶冶过程中，不可或缺的一门科学，这已是显而易见的了。

如何处理感觉和情绪

—— 牧民咨询的课题

从事牧民工作的人员，通常除了解决教民信仰、伦理、生活和社交上种种难题之外，最常遇到的是感觉和情绪问题。其实感觉和情绪问题是时时伴同着信仰、伦理、生活和社交的经验。如何处理感觉和情绪，也就深深地影响着如何面对信仰、伦理、生活和社交上的问题，是显而易见的事。但是该如何着手呢？

技师清楚汽车的结构，遇到故障便会动手修理，医生了解人体的组织和生理变化，遇到疾病也会对症下药。要想处理感觉或情绪，也必得先了解其性质，然后才能予以合宜的处理。不过处理感觉或情绪，和修理汽车或治疗疾病有一点基本上的不同。因为不一定要技师自己的汽车曾坏过，才会修理别人的汽车，医生也不必有过百病丛生的经验，才懂得病痛和治疗方法。而处理感觉或情绪则不然，越是曾“身历其境”者，越能体会情绪的种种，也越能协助他人处理“剪不断，理还乱”的情绪，所谓“将心比心”“于我心有戚戚焉”，这种“同是天涯沦落人”的心境，最能一语道破，最能“说出我心坎里的话”。

因此若愿适当地处理自己或他人的感觉、情绪，必须先对此二者有所认识，尤其从自身的经验中去分析、了解更易领悟。

壹、感觉和情绪

感觉和情绪在日常生活中占有相当重要的地位,小则影响个人意志、动向,骚扰亲人、朋友,大则足以决定个人的生死,或国家的存亡。在此先看一则个案实例:

某雇员是六口之家的家主,一次因判断错误,使其公司蒙受几千美元的损失。他受经理一番训斥,并得到警告:若再有一次类似的事件发生,必定受到解职的处分。从此以后罪恶和恐惧的感觉时时萦绕着他的心灵,使他对职务没有以往那样自信,在家坐立不安,妻子儿女屏息地等待大难临头,朋友们也注意到他较以前沉默。他自己也发现心理上产生了变化,特别与妻子的关系,和以往不同了。为此他叩门求见神父。他说明来由,却只是浮泛或不着边际的细事,例如教管孩子或对宗教教育上和妻子发生异意等等一类的事。其实他的中心问题是他看不出来的,罪恶感和恐惧的情绪已经撼动了他的生活,到了多么深的地步。

既然感觉和情绪日日与人形影不离,那么何谓感觉?情绪?感觉和情绪是可经验而不可描述的。高兴或难过,愤怒或畏惧,与人同乐、相爱,都使我们在态度和交往上,添了一层色彩,加了一些音调。奥尔堡(Allport)认为情绪是:“有机体受到震荡的情境”。情绪刺激我们争取生存和发展成人,有时它们警告我们:情形危急,应当采取行动。有时它们和理智意志作对或抗衡。按亚诺博士(Arnold)之意:感觉是对经验积极或消极的反应。它们往往由我们的好恶而来,其反应较情绪为弱,对象也不那么确定。而情绪则远比感觉为深、长、广、阔、强烈,通常它附着在一定的对象或某特殊对象上。

虽然如此，二者之间的界线实在不甚分明，也不易划分。譬如某人到餐馆吃饭，饭菜迟迟不来，他感到不舒服，等饭菜上桌，大嚼之后，却使他感到十分舒适惬意，这种舒服或不舒服即是一种感觉。但是若某人有特别怕上司的情绪，每次遇见上司之后，总是因细故对妻子或雇员发脾气，这是由于对象（上司）激起他怕的情绪，但是他在上司面前只是敢怒而不敢表示，而将忿怒转泄在妻子或雇员的身上，他可能没有注意到这二者之间的关系，反而认为别人有意与他过不去。

所以为了了解自己或求助者的出发点，必须先了解感觉和情绪之活动及反应。自发性是情绪的特性之一。譬如：兵士蜗藏在前线战壕中，外面枪林弹雨，炮火连天，由于知道自己随时有生命危险，所以他吓得动弹不得；虽然他努力强作镇静，控制自己，镇压自己，不断说服自己，说自己并不害怕。实际上他不能不怕，这种怕情自然而然地发生，即使他对自己的行动还有相当的自主能力，但对惧怕的情绪却一筹莫展，由不得已也。通常我们有一个错误的概念，认为克己功夫越到家的人，对自己的情绪越有绝对支配的能力，可以呼之即来，斥之即去。其实并不如此简单，因为怕惧、愤怒、嫉妒、有罪感等情绪一旦发生，我们的意志不但无法直接干涉，而且它根本不受任何约束，甚至不知道它是怎么来的。常听被辅导者恍然大悟地说：“哦——原来是这么一回事。”“啊！我明白了，是因为我自己肚里有气，才弄得别人也跟着遭殃。”由此看来，我们对情绪的发生，通常没有意识，所以并没有真正的责任可言。也就是说：在情绪最初发生之时，非属人之意志行为，它纯是个体之自然反应，故无所谓好坏，更不必以道德标准衡量，定其罪状大小。事实上，有时怕惧、愤怒、嫉妒、有罪

感等情绪影响个体之结果，即一般所谓有益或有害，必须按情形而论。譬如有罪感令人感到不好受，为躲避有罪感，就会遵守道德规范，即使由于经不住诱惑而犯了罪，但也会因此自求痛悔、改过及补赎的机会。若是置之不理，有罪感越积越深，终似水之决堤，形成另一种宣泄。有的人酗酒，无非想以酒浇愁或以酒掩罪，在这种情形下，饮酒过度，可能只是内心有罪感的外在表现罢了。有的人犯了罪后，并不以酒掩罪，但感到心情非常低落，一切都乏味难堪，这又是另一种表现法。再如怕惧有时对我们是有益的，怕惧的经验使我们远离危险。倘使我们什么都不怕，可能活得不会太久，因为危险迫近眉睫，还不自知。自某种程度而言，任何情绪对我们或多或少都会有点益处，不论就身心等各方面观之，它们会促使我们自卫或激发我们成长。当然，被有罪感过度困扰的人则另当别论。

估计也是情绪的特性，情绪反应中必须经过估计这一步骤，譬如怕蛇的人，因为认为蛇是危险动物，所以当他在田野里一见到蛇出现时，自然而然地对自己发出警告而逃之夭夭。情绪可以由个人经验中学得，也可能自他人处得到。俗语说：“一朝被蛇咬，十年怕井绳”。这是经一事长一智的亲身经验。又如孩子要偷窃朋友的皮球，会感到有罪和不对，同时想起在学校看见老师处罚一位犯偷窃行为的同学，不由得打消这种念头。这是前车之鉴的学习效果。每个人的经验既然不尽相同，学习的机会也大有出入，所以各人的情绪经验也与众不同，这就是为什么同一件事，对甲可能只是淡淡一笑，对乙却内心澎湃激荡不已。为辅导他人，咨询人员必须对求助者的出发点有充分的了解，对他过去的经验，尤其是情绪经验，和所受的教育，无论是家庭教育、学校教育、社会教育都能有所

体认,才能协助求助者,才谈得上如何解决问题。

情绪和智力有密切的关联,聪敏人的情绪生活远较常人复杂,所以较难为人了解。海博(O. Hebb)曾说:“情绪紊乱可以用电器发生暂时故障来比拟,电器越复杂,故障越难修复,手续更为繁复,所需时间也更为冗长。”事实上,一个智者往往有“相识满天下,知己无一人”的慨叹,就是这个道理。

情绪的发展和其他的机能一样,是按不同阶段渐进发展的。当孩子渐渐长大成人,他的身体不论其内部之变化或线条之曲折,也与日俱增,同时他表达情绪的方式也更趋成熟。婴儿的情绪反应是不会持久的,但青年的情绪反应就要长久得多了。孩子们激怒时看来似乎很强烈,其实是非常肤浅的,微不足道的事都会使他哭叫,但是五分钟后,他把刚才发生的一切事都置诸脑后了。如果青年人还像四、五岁孩子那样发脾气,成年人还似五、六岁幼童畏首畏尾,则表示他们的情绪不够成熟,仍旧停滞在幼年的阶段。他们需要心理卫生专家给予辅导,否则将永远长不大,永远有适应不良的现象发生,有害于自己,也影响他人。咨询人员欲了解某人的出发点,不能不对他的成熟程度和发展的历史,了如指掌。若咨询人员以为一切人都和他们自己有同样的情感,求助者会深深感到未被了解的悲哀或忿怒,增加咨询的困难。

贰、如何处理情绪

(一) 几种普通的方式

处理情绪有许多不同的方法,可以毫不保留地表达出来,或顺势地予以疏导,也可以直接予以取缔或镇压。有的人很容易表达自己的情绪,而另一类人则善于隐藏自己的情绪,他

们可能经验到相同的情绪，然而表达方式却大不相同，各有优点，也各有缺点。太容易表达自己感觉的人，能引起周遭人的反感，有许多情绪若直接表达出来，往往为社会所不允许。譬如公开号啕大哭或勃然大怒，都不会为人所接受。

情绪表达既然在有的场合下不合宜，疏导则成为较妥善的途径，不过疏导情绪必得先认识自己的情绪，认识清楚之后方可采用间接表达的方法。譬如丈夫要对妻子发脾气，为避免用言语或行动中伤她，他和儿子们到户外打球，在竞赛斗打中将怒火发泄消散，如此不但将自己的情绪疏导散于无形，另一方面也增进亲子关系。

不过在许多场合下，直接或间接表达都不可能时，我们就得用取缔和镇压的方式来处理情绪。取缔(suppression)是故意将情绪放在一边，譬如每次我想到令我愤怒的思念时，我便把它驱逐出境，不去想它，也就不致愤怒。镇压(repression)是不故意地把情绪从意识中排挤出去，人只是不感到自己怒火中烧，那并不是说他不在发怒，只是自己不自觉到在发怒罢了，他可能隐约地感到有些不舒服而已，他根本没有意识到自己在发怒，更没有意识到自己动怒的理由。譬如某青年每次一回到家就感到心里发闷，笑不起来，他喜欢逗留在外面，因为他感到自由、畅快，他可以随意地想、说、看、做他感到愉快的事，他不明白何以他不喜欢家，他恐怕也不曾意识到他的内心竟有着一个截然不同的世界。

从以上各种处理情绪的方法看来，我们不难看出镇压情绪的破坏性最大，对身心健康的损伤最甚。我们可能见到有的人似乎相当镇静，但在出其不意的时候，却对人大肆攻击，他自己有时也说不上来其所以然。遇到这类情形，最重要的

第一步是发觉并承认自己的情绪，一旦意识到自己内心的感受，他就能予以调节。与人交谈是发觉自己的感觉，并把握其来源的最有效的方法。

（二）情绪和咨询

在日常生活中，我们之所以去做某事，因为我们喜欢去做，我们之所以不去做某事，因为我们不喜欢去做。情感是许多行为的动机，没有情感，生活会显得非常单调，毫无情趣。没有情感的推动，许多困难不易克服，许多有害的事也不会去躲避。所以感觉和情绪是个体活动的主要动机，大多数人之所以求见咨询人员，也无非是因为他有些耐不住了，不得不硬着头皮来讨教。譬如婚姻关系恶化，使夫妻双方有些焦急；因为不知生命的意义，而感到消沉乏味；对教会的改革感到不满，有意放弃信仰，却又侷促不安……这些感觉或情绪促使他求助于咨询人员，很少有人为了理性的动机上门求助的。

非但如此，在较严重的情形之下，神经病患者也是由于感到心里痛苦，才自愿开始接受心理治疗和咨询，他能自始至终，数年如一日地请求治疗，无非为了减轻心理上的负担。我们都希望从恐惧、愤怒、嫉妒和焦虑的苦海中跳出来，人人都渴望得到快乐、舒适、闲逸与平安。咨询人员和精神治疗专家正利用情绪的动机，予以适当的处理，使之康复。

情绪疏散(emotional abreaction)是咨询人员的工作之一——有时甚至是主要工作。所谓疏散是指发泄与减弱冲突和镇压的强度。惟有在松散的气氛中，求助者才敢言所欲言，尽量表达自己的感受。事实上，往往只要能谈谈自己的情绪，倾诉心中的愤恨和恐惧就足以减轻内心的压力了。但该

注意：有的时候谈谈自己的情绪，非但无法减轻压力，反而会使求助者更陷入忧烦中，在这种情形之下，咨询人员应当不仅仅止于倾听的态度，更需深入地了解并分析其情绪来源及反应的背景。求助者若能觉悟到这一点，又看到还有其他更有效的出路可循，他将乐于放弃过去的一贯作风，踏上另一阶层。其实，情绪疏导的结果，常常使求助者获得更大的自主力与更合理的决断力。

(三)咨询中常见的情绪反应与处理方法

在牧民咨询中较常遇到的有焦虑、仇恨、有罪感与悲哀四种情绪反应。

1. 焦虑(anxiety)

人生处处有焦虑，焦虑时时伴人生。等候儿子回来晚膳的母亲惦念着：“怎么这么晚了还不回来？会不会……？”准备赴约的女孩站在衣柜前嘀咕：“哎哟！穿那一件衣服才好？”公司经理衔着烟，心里七上八下地跳着：“明天这笔生意是否会成交？”焦虑，若欲更恰当地说，应是一种感觉，而非情绪。它有强弱，也可能以不同姿态出现，如着急、关心、不安。焦虑和恐惧非常接近，但较恐惧更为含糊不清，也没有确定的对象。焦虑人的注意力是集中在未来隐约的危险上，他感到焦急，不对劲，但却说不出究竟焦急的是什么？这种忐忑不安的经验，往往驱使人寻求出路，或求助于咨询人员。

焦虑常常伴同忧愁，焦虑的人问：“将来会发生什么事？”忧愁的人则说：“一旦发生了，我怎么办？”有人为妻子的健康发愁，为自己的职业担心(其实过去五年，年年顺利)，怕失去一位知友(其实恐怕也说不上是知友)，怕自己约会迟

到……他会把自己的忧愁投射在任何事物上，他为别人担忧，只因为他自己是个多愁善感的人。焦虑也像任何情绪或感觉一样，能有益也能有害。演说家若感到些微焦虑，对他的登台演说将有很大的影响，因为浅度紧张会使能力发挥尽致，惟有过度的焦虑才会使人生活、行动失常。亚诺博士对正常的焦虑和神经质的焦虑之区别作如此解说：“正常的焦虑之强弱与客观的危险程度成正比，一旦危险消失，焦虑也不复存在了。神经质焦虑则不然，其强弱与客观危险的程度不成比例，也不问客观方面有无根据”。可见神经质焦虑确会阻碍机能的正常活动，使思想、推论和注意力失常。患神经病者常感到侷促不安，容易激怒，甚至会感到内心破碎支离，这样的人需要专家特别照顾。

2. 敌意和愤怒 (aggressivity, anger)

敌意像焦虑一般不甚确定和清晰，所以说它是一种感觉更得当。它总是隐匿在许多伪装的行为之下，如讥讽、轻蔑、批评和噜苏，这些敌意常常被掩饰得很好，甚至令人感到冠冕堂皇、有理有据，所以有时咨询人员和求助者双方都无法清楚后者的敌意究竟强烈到何种程度，影响他的行为到什么地步。

敌意通常是因生活上的失意和不满而产生的，譬如某人认为他应当得到某种地位而得不到，就会不知不觉地在生气，但是他自己可能毫不理会，毫不在意，他只感觉到有些不满、失意和消沉。这些感觉可能由别人开端，或由外界事件引起，但是根本上恐怕是由于对自己不满意。

敌意和愤怒的情绪对人们固然消极居多，但亦有其建设性的一面，它们能供应我们克服困难和推进工作的动机及冲劲。其实一个人若对自己的感觉、情绪能够自觉，便能予以善

用,不自觉或不承认它的存在,即使被它们所愚弄还莫名其妙,岂不可怜?若将敌意和愤怒的炮口对准别人,使人受害,自己还不知道呢!咨询人员若在求助者身上发现敌意与愤怒,不当认为是对准自己而发的,只因他是求助者最近的枪靶,首当其冲,焉有不被轰击的道理?切忌以眼还眼,使咨询关系恶化,如此有违咨询的本意。

3. 有罪感(guilt feeling)

宗教和道德有密切的关系,所以牧民咨询者会遇到许多有罪感的个案。有罪感是一种痛苦的情绪,当我们发现自己的行为和道德、宗教的理想之间存有极大的距离时,我们会感到自己的卑微污秽。所以有罪感乃是由自我评价不合格而产生的一种内心个别的感觉。有罪感和怕惧在许多方面相似,我们可称有罪感为道德界的怕惧,因此它能催促人决心改变自己,遵守道德和信仰的规律。有罪感通常可由忏悔圣事消除,向司铎告明、求赦、补赎、改过,为正常的过程,牧民咨询人员的职务之一,即为接受求助者告解,协助他从过错中取得教训,重新做人。

有的教友永不相信罪真可以获得赦免,因此不愿意,也不敢请求宽赦。有的人因小过失而感到罪恶重重,甚至有时毫无罪过可言仍感到自己大逆不道,这都是病态的有罪感。心窄的信友有将事实扩大,或有一种流动性的有罪感情形,这种情形如浮萍一般地附着在任何事物或行为上;使他感到苦痛万分。有这种感觉的人,往往是成全主义者,他将行为和生活的标准定得很高,完全超过自己能够达到的境地,他们需要精神治疗师和心理学家的协助。

4. 悲哀(grief)

悲哀也是常见的情绪之一。好友远离,感到伤心;遗失珍贵的物品,心里难过;亲人亡故,哀戚不已。所以悲哀就是失去心爱的人与物时的一种心理反应。大多数人心里难过时能痛哭一场,或向别人诉说一番,或让时间过去,或反省、自责、内疚一下,就会感到好一些。丈夫失去了爱妻,便责怪自己在她生病时没有好好地照料她,又痛恨自己的自私,于是找司铎倾诉自己的苦衷和消沉等等。总之,咨询人员无非造成一种接受和了解的气氛,他的关心使求助者更有效地处理自己的感觉,从团体中重获心灵的安宁。

牧民咨询人员有时也会遇到无法克胜悲哀的人。譬如一年前失去丈夫的妻子,还每星期在坟墓前花上好几小时,很少与朋友们来往,也不努力振作自己开始一个新生活,每谈到丈夫,就立刻哭泣,任何人用任何方法都不能劝勉安慰她,这种人需要精神治疗专家的协助。

(四) 了解情绪的困难与方法

无论从事何种工作,皆须对之有所认识,有所了解,方能着手,方能整修与创新。对有形可见之物尚且如此,而且有时虽花费许多时间精力,还无法完全“懂得”;何况对无形无像,看不见,摸不着,来无影,去无踪的情绪?若欲妥善处理,岂不更须勉力去探索?再说我们潜意识的动机是十分复杂狡黠的,各人都有一套使自己或他人“不识庐山真面目”的绝招——隐瞒自己情绪的机构。我们多少都受社会风气,文化背景的影响。譬如:男子汉大丈夫不应当“怕”,因为那是懦弱的记号。“好汉不提当年勇”“英雄有泪不轻弹”,才是真男子,

要是“英雄气短，儿女情长”，不免贻笑大方，遭受奚落。所以即使站在剃刀边缘，心惊肉跳之际，外表上仍要装得若无其事。若被人盘问：“有没有需要帮忙的地方？”“老兄，您近来气色不大好”，我们不是否认，便是顾左右而言他，避而不谈，无疑认为情绪是可耻的事。类此种种都增加对情绪了解的困难。

不容易了解别人感觉或情绪的另一理由，是因为“自己说不上来究竟有什么感觉”。过去的教育、经验，使人们从小就学会压抑自己不愉快的感觉，成人便自然而然地从意识中排除许多情感。譬如久待升等的职员，到了时候，别人高升了，而他却没有，他虽然感到忿怒，表面上只说自己有些运气不好罢了。因为自小的教育使他认为公开忿怒不但有失风度，也是不许可的。经过长时期的压制之后，不再感到自己真正的情绪了，即使合理的忿怒，也会感到不安与不应该，这是非常不合心理卫生原则的。咨询人员的任务就在于协助人意识到真正的感觉，并且正视这些并非可耻的情绪。

了解别人的情绪和感觉，需要对他人敏感并对自己有经验，咨询人员应当学会识别他人情绪的标记。言语是情绪的标记之一。但是必须在坦诚和有自知之明下的言语才可取信。许多人怕用言语来表达自己的真正的感觉，他们告诉你所希望听的话，这话不一定确实表达其感觉，它恐怕只是一个烟幕弹而已。在这种情形下，咨询人员应借助其他的标记来印证。口吻和手势也是透露求助者情绪的标记。有的人不直接说自己在发怒，但是从他们摩拳擦掌或高尖的语调中可以窥知他的情绪。有的人强颜欢笑，但他谈话时却魂不守舍，甚至驴唇不对马嘴。聪明的咨询人员应知充分运用观察力，仔细

地搜集这些蛛丝马迹。另外，还可以从环境及常理中去推测，虎口逃生的人一定格外容易感到怕惧，刚刚与妻子争吵过的丈夫必然有许多复杂的感觉。咨询人员亦可将自己的体验推己及人，人同此心，心同此理，经验越多，推己及人越为正确，所谓“虽不中，亦不远矣”。

（五）情绪经验之交流

咨询晤谈中，咨询人员的情绪与求助者的情绪彼此间你来我往，穿梭交流，各人按其过去的经验给予对方答复。有经验的咨询人员对自己和他人内心所发生的种种，务须了若指掌，否则便会阻塞交流，今举例说明：

某教友怒气冲冲地来见神父，谈话时对教会严厉地批评，有时还带着讥讽的口吻。神父心中非常不悦，准备把该教友所提之意见，逐条予以驳斥，他认为该教友不合情理，无故对他个人和教会作无情的攻击。事实上这位教友自小受父亲严格的管教，要求他在一切事上精益求精，十全十美。这种被压迫的感觉早已使他常在不知不觉中和权威发生冲突，而今在神父面前攻击教会，只不过由于不愿，也不敢在自己父亲面前发作，转而把神父和教会当作父亲的替身，敢怒敢言地大加挞伐。遇到这种情形，神父当正确地辨别究竟发生了什么事。除了对自己的情绪反应有深切了解之外，同时认清该教友的情绪转移，才不会也跟着“讲情绪的话”，被拖入无谓的争执中。

每个人都得承认，因着过去的教育和经验，使得我们在情绪上都有几处弱点。例如有的人认为自己没有资格和明哲之士高谈阔论。有的人不论初次遇见何人，立刻感觉自己不为

别人所欢迎。牧民咨询人员和常人一般,有着不少的弱点,这些弱点影响他与别人之间的关系,除非他对自己的弱点相当了解,并且能够接受,他难以应付揭他疮疤的人。培育精神科医生和临床心理学家的过程中,有使其面对自身弱点的准备与实际的行动。牧民咨询人员也应当有类似的训练机会,只有肯面对自己的限度和缺点的人,在辅导别人时才会有效。

结 语

感觉和情绪是人的一部分,是人就该有感觉,就应有情绪,有情绪就得设法表达和处理。表达感觉和情绪是应该而且正常的事,只要不伤害自己或他人就行了。何况在某些情形下,我们还有权利表达自己的忿怒和怕惧,孔子有“是可忍也,孰不可忍也”的忿怒,乃至于“作春秋,而乱臣贼子惧”。

咨询人员要想保持心灵平衡和以仁待人的涵养,不能没有向他人或同事自我表达的机会,他不但会接受自己真正的情感,不予以压制,他也会接受求助的情绪,不论是积极或消极的情绪。这些情绪惟有在表达之后,求助者方始能正确地予以估计,客观地予以评价,有效地予以修正。

感觉和情绪是人格内强而有力的动机,从事牧民咨询的人员,无论在自身或在求助者身上,学习了解其性质和作用,将使之更有效地协助他人。

人格发展的阶段

西谚云：“上帝无法一一照顾祂的子女，
所以创造了母亲。”

三十多年前，我16岁，父亲丢下我们一家六口——三男二女以及他的妻子，先离开了尘世。于是柴米油盐、衣帽鞋袜、教育费，外加一笔父亲病逝前的医药费债务，都由母亲一手张罗，生活是如此艰辛、拮据，然而只要我们兄妹开口，她一定变卖一切供我们所需的，毫无怨言，直至我们一个个羽翼丰满，展翅高飞时，她仍然不曾改变她的心志，只因她是我的母亲！如今她在远方度她80岁的寿辰，身为子女的我该献上什么作为贺礼？鲜花？珠翠？太阳？月亮？不！只因她像天下许许多多母亲一般——平凡——惟盼子“成人”！所以，我知道，虽然我不做出奇的事，行独特的路，并且不是她所能完全了解的，但她依旧会拥抱我！

——作者识

生而为人，就有“人格”，“人格”不仅在标出“我为人”，也借此区别你、我、他、她之不同，“人心不同各如其面”，这人心也可以说指的就是人格。各人虽各有特殊风格，但就人格发展而言，实大同而小异，亦即人格发展皆循一定之程序渐

进,不可停滞不前,也不能越级而上,如果不经前一阶段,后一阶段就不能开始,前一阶段是后一阶段的基础,后一阶段是前一阶段之结果。譬如造屋;必丈量在先,方可打桩,打桩之后,才得建基,任是万丈高楼亦须经由这些步骤。否则,不仅欲速则不达,还可能只是空中楼阁啦!

人格的发展既然如此;循一定程序,是渐进的,各人有各人的速度。则“囿于一隅”或“揠苗助长”都是不可能的,错误的。成长是“我的事”,因此“吹皱一池春水”不但白费气力,还会招致失败。事实上,欲使人格发展,必须将人置于能使人格发展的氛围中,诚如将谷粒植于适宜其生长的土壤中一样。因为当一个人方落地时,他的世界仍然是一片混沌,不知有“他”,亦不知有“我”,所以我们常可从婴儿的面庞上看见他对“自己的名字”无动于衷,不是他听不见,而是他尚在“无我”的世界里。那么,是谁告诉他“有我”呢?试问谁先与他接触?谁先肯定他的存在?——父与母——是他们先给予了、先温饱了、先肯定了、先爱了“我”。如此我才悟及,我才感到,我才认识“我”。否则不知道“我”,又怎能发展“我”呢?培养适宜的气氛,制造适当的环境,是促使人格发展不可缺少的,不然没有气氛,没有环境或气氛不对,环境不当都会使人格发展受到窒碍,造成不健全的人格。就像在石缝中长大的树木,总是弯弯曲曲,不够挺拔。所以供给发展的气氛,生长的环境是人所能努力者;换句话说,就是人不能勉强他人走向成熟,只能跟着他走,帮助他走,只要不阻碍他成熟,供给他成熟的条件,他就会慢慢地成熟了。着急,催促甚至替代,都是不必要的。

兹就人格发展各阶段的特征及作用略述于后。

第一阶段 约一岁至一岁半,是建立信心与信任的时期,襁褓中的人,自己没有任何能满足自己需要的能力。因此当他饿了,冷了,听到嘈杂的声音时,他不知道这是什么意思,他不懂,不了解。可是,父亲母亲立刻帮助他解决他的问题;饿了给他吃,冷了为他盖上,减低嘈杂的声音。这样不断地重复了多次以后,慢慢地感觉到自己既然受人照顾,所以感觉自己是值得他人照顾的,自己是有价值的,是很不错的人,“我是 OK!”这个发现,不但使他自认:“我这个人是可愛的。”更进一步地,他也会感觉到这世界是可愛的,好的,“你也 OK!”因为无论是以小人之心度君子之腹,或是推己及人,事实上由于联想及演绎的结果,使人主观地认为:“我看我不错!我看别人也挺顺眼嘛!”但相反地,若父母不要孩子,不喜欢他,饿了不给他吃,渴了不给他喝,冷了也不照顾他的话,虽是无知的婴儿,却也会感觉到:“我是一个不好的,一个没有用的人”。又若父母对他有时无缘无故地好,有时又无缘无故地不好,喜怒无常,渐渐地,迷惘时在他心中弥漫:“我究竟是好是坏?”时间久了自然造成他对自己的怀疑、不信任,间接地也不相信别人。所以,信心与信任的建立乃是从父母之处开始,有对父母的信任,才能信任自己,有对自己的信任,始能信任别人,愿意与他人建立友情、爱情。

第二阶段 约从两岁开始,进入这个时期的人“能够自主”,任何事皆按自己的私欲去做,非常自私,以自我为中心,“朕即真理”,别人只不过为他而活。这种心理的形成,是从实际生活中体验而来的;他说:“我要走,我不要走;我手这样张开来,我手要握紧……”他慢慢地感觉到自己能够做

到这些。事实上，这一时期大脑的组织已逐渐趋于完成，因此促使幼儿使用自己躯干、四肢以及开始学习思考。所以，从前别人喂他吃，现在他要自己动手，从前别人抱他扶他，现在他要自己动动两腿，大便、小便他自己能控制，甚至他开始会讲：“不”、“不要”、“我不要”。虽然他还不会主动地攻击别人，但他能被动地攻击别人，那就是：“不合作主义”；你要我做，我不要做。

第三阶段 这时期的孩子开始懂得自动自发，并且愿意自动自发，换句话说：他的一切活动都能有目标，为达到这个目标而做，即所谓 Purposefulness，有目的性的。譬如：他用积木造房子啦；把球往一方向投去啦；带狗去溜街啦等等，都是有目标的。可是环境对他还是有很大的影响力，首先，父母能够允许或不允许他做。若父母常常回答他的是：“不行”。久而久之他将养成依赖心理，时时等待别人的指示，看父母亲的脸色，无论做什么或不做什么，都要按照别人给他的尺度，甚至从此以后，再也不知什么是主动，怕主动，即使去做也没有自己的目标。

第四阶段 能主动地与他人合作的时期。能自主的人才能和人合作。没有能力主动，有目标性地去活动，换句话说，也就是没有自信心，自己对自己没有把握的话，就不能，不会与人合作。与人合作也是来自经验的，有愉快的经验自然愿一再尝试，而且由于他过去曾发现：如果不和你合作，将失去你的爱，为了不失去你的爱，他会主动地和你合作，慢慢地和你同行。同时，他也发现服从是会有好的效果的；爸爸喜欢，妈妈喜欢，并且能带给他满足。所以这个时期的幼儿，有的会表现太听从，太服从别人的态度。反之，

若无自信心,或没有过与人合作的愉快经验,则出现畏缩、退却、反抗的态度。由此可看出;与人合作非为偶然的事,实在也有它发展上的程序。

第五阶段 约14岁至20岁,即青年期,是自我鉴定(自我“认同”Self-identity)或自我意识形成的时期。两性不论就生理或心理皆平行发展,渐趋成熟,且互为因果。虽然比较起来生理先成熟,但却不能因此断定其人格发展亦已完成,实际上他仍然拥有一些孩子气。这时期他常会自问:“我能做什么?我不能做什么?”而别人对他的看法是成为他对自己评价的基础,尤其是父母亲对他的看法若正确积极,则他对自己亦有正确积极的评价。反之,则将怀疑自己,乃至意志消沉。由于综合了许许多多人对他的看法,他将慢慢地发现;我是谁,我有什么,什么是我的,什么不是我的,我的长处,弱点等等,对自己有清楚的认识之后,也有了坚定的立场。

第六阶段 自我意识渐渐发展期。这是交谈与建立友谊白热化的时期,所谓 Communication,当一个人搜集了自身所经验到的、体会到的、感觉到的资料之后,愿意有人与他共享,于是寻找同伴一吐胸中块垒。这时他不但给出,而且也接受,对他人给出属于自己的东西,接受来自他人的意见、经历等等,受与授是双方的,必须有授的受与有受的授方能建立交谈与友谊。而能如此毫无顾忌地交谈,实基于过去父母双亲对他“说自己的感觉”的倾听和鼓励,所以他已经对“做好做坏,做对做错”没有畏惧,因此敢于向人表达,展示他的触觉,种下了与人交谈进而建立友谊的基础。他谈自己的快乐、痛苦、哀伤、愤怒,甚至“那使我心跳的人

儿”。到这时,当他跌入男女爱情中时,他能很自然地,没有矫揉造作地,深深地接受彼此,植下撼山动地的爱情,他会说:“虽然你不是那么完美,我还是喜欢你”。因为他爱对方不是因为对方的完美,而是因为“是她(她)”。只有人格近乎成熟的人才能这样地爱人!

第七阶段 人格成熟期,“能够生产和创造”是这一阶段最大的特征;“生产”不仅仅指在身体上的生儿育女,而是包括思想、事业等各方面皆能有所生产——成就——夫妻间的爱情,若常是从意志、理智发动的话,是一件相当吃力而又不自然的工作,因为常常不停地勉强;例行公事,无啥情趣。但若双方皆出于自然,换句话说,他们过去已各循人格发展的程序,依级而上,学习了很久,他们各已充分地准备好了自我,能把自己完全交付给对方,也能完全接受对方,理所当然的,必然的,他能出于自然,返于自然——爱人如己。凡循人格发展阶段顺利而进的人,不但为自己准备好了自己,为配偶准备好了自己,更为下一代准备好了自己;在爱的气氛中,夫妇相敬,父慈子孝,兄友弟恭,各人不但有完整的人格,且能发挥己长,贡献社会。

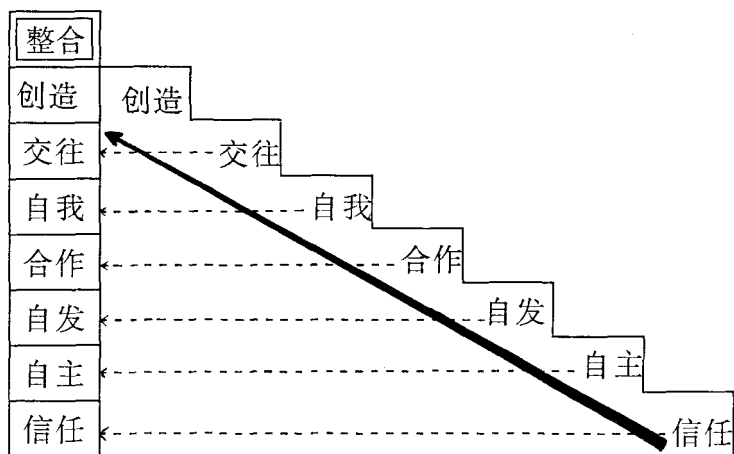
结 语

美国心理学家爱立森(E. Erikson)认为;人格发展的每一阶段,虽然彼此渗透,但都有其特殊功能,相互衔接。第一阶段发生障碍,就会产生偏促不安,失去自信的现象。第二阶段发生障碍,就会对自己无法控制,或产生怀疑。第三阶段发展失调,将过分依赖,有失败和有罪感。第四阶段不能顺利,则在合作上发生困难,结果容易自卑。第五阶段发

生阻挠,在自我意识和两性成熟上产生混淆和迷惘,以后要想实现自我,也就十分困难了。不能跨越第五阶段而进入第六阶段的人,将有孤独怪癖的表现。既不开放,也不能与人深交,既不会给予,也不肯接纳。发展到第七阶段的人,当有生产的能力。相反的是胎荒不育,虚掷生命,浪费光阴,即使终日忙碌,亦只做些无关紧要的事,或沉醉于声色犬马之中,或好勇斗狠,暴虐自私,自毁前程。顺利发展的途径不论是如何曲折崎岖,但最后的结果终是整合的人格。

人格发展既然必须经由这七大阶段,始得造就统一完整和富有创造能力的人,而其启蒙师又是父母双亲,尤其是日日怀抱之,哺育之的母亲。试观具有健全人格及崇高理想的世界平凡或伟大的人物,那一位不是得自母教的赐予呢?

母亲节近了,除了献上一瓣心香之外,更应怀着感激的情怀,感谢造物主赐予我们每一个人,如此丰厚的一份礼物——母亲和天上母后。



发展成熟的梯阶

人格、职业和圣召的发展

前 言

人自幼至长，其人格不断地在发展。职业和圣召(婚姻)问题就在这发展的过程中产生了。苏坡(Super)说：“职业是自我鉴定的表达与实现。”对于职业来说是如此，对于圣召而言，何独不然？

本文中讨论：我观的意义为何？自我鉴定(我观)在人格和职业发展上有何特殊地位？职业发展和圣召发展有何共同点？圣召和职业有何基本上的差异？根据这些异同点，应如何予职业和圣召以适宜的辅导？有志修道的人该有何种认识与态度？

在安定的时局和谧静的教会中，人格、职业和圣召是值得提出讨论的问题，在今日剧变的世界和革新的教会中，岂不更应该作深入的研究？

我们小时候——无论几岁——总有大人会问：“你将来要做什么？”上作文课——无论几年级——总有一个题目是：“我的志愿”。而每一次我们总会如此如此，这般这般，不厌其详地说上一大堆，似乎“我将来要做”是理所当然的。当我们学有所成，面临择业问题时，我们不能不自问我该选择什么职业？为什么选择这项职业？金钱？名望？梦想？爸爸的训诲？妈妈的希望？师长的言论？朋友的建议？

还是突如其来的灵感？苏坡说得好：“职业是我观的表达与实现。”(Career is the expression and realization of self-concept.)

壹、我观的发展

人格的发展与我观的发展有着极密切的关系，为此不妨先对“我观”作一探讨，再对其发展阶段作一简介。

(一) 何谓我观

我对我自己的看法谓之“我观”，但是我观不是与生俱有的，因为欲知自己的长像必须照镜子，可见人都是先被人认识又认识他人，而后认识自己，借着他人这面认识的镜子，方得了解自己，所以“认识自己”不是一件轻易的事，这段路程是相当遥远的，事实上它就是人格发展的先决条件。

根据许多研究的结果，可知人格发展乃从信任开始，这信任是从出生就开始的。当婴儿有被人信任的经验之后，才能信任自己，因着对自己的信任才能发展自主、自发。自主、自发是与人合作的基础，而与人合作却是发现自我的孔道。因着与人来往才确定自己地位的左右高下，因着与人合作，才知道自己能力的多寡强弱，更因着综合他人的看法，才能认识自己，评估自己，建立我观。一个人对自己有相当认识之后，自然就愿与人交往，将自己所有的给予他人，同时也接受他人的给予，在这“受”与“授”之间，不断去体会自我，发现自我的真面貌，到这时他自然而然地进入“创造”的境界——成家、立业。就像建筑师在认识、了解、集合了各种材料之后，创造新的建筑物也就顺理成章。

不过，人格发展的过程并非一帆风顺，井然有序，事实上它们有时平行，有时交错，有时静止，有时飞奔，抑扬顿挫，因人而异。虽然各人不一，但职业的发展却必须建筑在这个灵活而又稳固的发展程序上。何以见得？且将人格发展第五阶段“自我鉴定”，仔细研究一番，便不难了解其真相。

（二）自我鉴定阶段

按心理学家爱立森(E. Erikson)研究结果，人格发展可分为八个阶段。其第五阶段“自我鉴定”(自我“认同”Self-identity)或自我意识形成期。在这个阶段中的人，要求肯定自我的价值，他想知道“我是谁”，他从父母、亲友、师长及许多人那儿搜集有关自我的资料，因为他知道，分辨不出铜、铁、木、石，怎可能使用它们？知道了“我是谁”之后，才能谈“理想”、“我的理想”、“理想的我”，才能企盼“我应当变成怎样的人”或“我希望我自己是怎样的人”。职业，正是使“我是谁”造就成“我应当变成怎样的人”或“我希望我自己是怎样的人”所必须从事的工程。一个人一旦对自我鉴定发生了困难，又从何去表达我观与实现我观呢？职业发展与人格发展之间的关系既是这般密切，圣召的发展又如何呢？

贰、职业与圣召

谈到职业与圣召，仿佛是两件风马牛不相及的事，在中文里，职业与圣召这两个辞，不仅笔划不同，且其所含的意义也大相逕庭，甚至可说相去何止千里。但在英文中，则 vocations 和 Vocation 皆为形同、音同、义同的字，依其字

源的本义,都含有召叫、邀请的意思。原来“从事某一职业”乍听之下,似乎主动的是人,而非“某一职业”,说得更清楚些:是我选择了它,而非它选择了我。事实上,选择与被选择是相对的,好比一对男女在结婚典礼中,彼此说“我愿意”一样,因为如果只是他(她)选了她(他),而她(他)不愿被选,这婚姻是无法成立的,他们必须彼此“选”与“被选”,所谓“天作之合”。某职业为某人,也即是说某人为某职业。职业一辞的含义既是如此,圣召则更不必说了。神父、修女从另一个角度看,也是三百六十行中的一行,是他们选了这一行,也可以说:他们被这一行所选,为上主所召唤。圣召发展与人格发展之关系,也因此绝不亚于职业发展与人格发展的关系。当你自问“我为何选择这个职业”时,同样地,对来叩修院大门的人,也该问:“你为什么选择入会修道这条路?”其理由在基本上是相同的。

叁、职业和圣召发展的阶段

美国职业心理学家苏坡在其所著《职业心理学》一书中,将职业的发展分为生长、探索、建立、维持、衰退等五期。应用类比法我们也来描述圣召的发展。

一、生长期(Growth Stage)

约由1岁至14岁。幻想是这时期的特征,在幻想中一切都是可能的。常见孩子们手中拿着纸飞机,口中念念有词,若是问他在做什么,他可以头头是道地、一点也不含糊地告诉你,他在想什么。有时我们往往会被他们所说的吓一跳,因为没想到他们的想像力是那样丰富,竟会把想像当

作事实看待，甚至比事实更实在。为了表达他自己的想像力，他往往去模仿成人的外表、动作、活动。而父母是被模仿的第一对象；他看见父亲抽板烟，他也捻支小木棒在手中；看见母亲穿高跟鞋，他也将小脚套入高跟鞋中学样；和小朋友一同玩家家酒，分别扮演爸爸、妈妈、老师、学生、医生、护士等他们在生活中见到的角色。他们并不探究成人活动的原因，他们只是期望与双亲，甚至兄弟姐妹、朋友打成一片。这幻想往往是从他内在的需要，而非外在的需要去寻找的。在这寻求认同的过程中，他逐渐了解自己，发现自己乃与众不同，虽然因为幻想的缘故，他们会有非常不切实际的想法，但无可置疑的，成人对他的判断往往成为他自己判断的依据，尤其是父母的看法，对他的影响既深广又长远。在这生长的时期中，圣召以什么姿态出现呢？

幻想既是这时期的特征，小小的年纪仍可能抱有宏大的志愿，只是因为对自己认识不足，对人生经验不丰，尚无法清楚把握住为实现圣召，完成大志的具体方法和可循的途径。但又有谁知道，天父岂不能借着一位神父叔叔的救灵神火与德表，或修女姆姆的爱护贫病精神吸引了他或她呢？尤其处在这过度物质和现实的世界中，修道的想像和理想怎不是一种清凉剂和一振奋品呢？抱有雄心的幻想家，怎不愿跳出狭隘的家园，进入世界性的基督化大家庭呢？在这时期中，孩子们对圣召的想法可能相当幼稚，但是天父仍可将圣召的种子撒播在幼弱的心田中啊！

二、探索期(Exploratory Stage)

约由 15 岁至 25 岁。“让我来试试看”，这句话不仅表示

“我不打算袖手旁观”，“我想知道实际情形”，而且也表示一个人正走向探索的阶段。人不能长久生活在幻想及模仿之中，这不单单是实际生活的要求，也是个体内在的要求，因为在幻想、模仿中生活了一段时日之后，开始想知道现实与幻想究竟是否吻合？想知道“我有什么能力？”于是生活中每一件事，无论大小，对他都是新大陆。他将手表拆开，牙膏挤出，学弹吉他，与人高谈时事，拍着胸脯不服气地说：“这有什么稀奇？我也会！”他到处流浪，在那儿逗留，在这儿盘桓，从一个城到另一个城，从一个地方到另一个地方，他感到没有一处不好，没有一地不可爱、新奇。小工、店员、医生、木匠、教师、学者……他都想插一手，这时他的兴趣多，而且随时变换。我们常常能发现一个处在这时期的青年，他们的雄心壮志往往不止一个，既想做医生，又想成为文学家、科学家、音乐家。总之，这个时期，无论就布乐(Buehler)依生命阶段分析职业发展，或密勒(Miller)和方姆(Form)从社会生活阶段研究职业发展，或爱立森的人格发展研究，都不约而同地发现这个时期是人生的转折点，至于其重要性及特殊意义容后叙述。

这探索时期对圣召有什么意义呢？这是和客观存在的世界发生密切关系的时候。这时期的青年不仅幻想自己是一位济世拓荒的传教士，还在实际生活上甘心为老弱残病者从事服务。使幻想变为事实，不只接受环境的影响，还尝试着去影响和改变环境。更重要的是他能从温室中走出，进入残酷无情的世界，逃脱自我中心的世界，登堂而进入以他人和天主为中心的世界。他会从经验中发现：忘却自己即是获得自己，放弃自己即是充实自己。他不再是一个孩

子了，他会为事业献身，他会为别人忘我。我们不难了解为何专家们和神师们都异口同声地说：这是人生的转捩点。尤其当青年发现天主是最现实的现实，和最真实的存在时；发现人只要愿意就可以和祂交往时，他怎能不心花怒放！怎能不进入天主的奥秘中寻求！探索！

三、建立期(Establishment Stage)

约自 25 岁至 45 岁。一般而言，一个人到这时开始步入社会，得到正式的工作，不过在初期尚未稳定下来，因为他必须学习适应工作环境，在工作中逐渐修正我观和实现我观。换句话说：他慢慢地有自知之明，并且知道如何朝着目标推进，他的一切活动都是有目的的，而非盲目的。他清楚他要的是什么，工作时不仅干劲十足，而且趣味盎然，浑身散发着朝气，席不暇暖，分秒必争，忙得团团转，因为若稍迟疑，也许这笔生意就被别人抢去，也许就赶不上那个约会，也许就此失掉表现的机会。虽然如此激进，不畏艰难，但却相当稳定。事实上，为了建立自己的事业，必须在稳定中流动，在固守中创造，不再依赖与迁就。这段时期的长短，各人不一，有的人很快就能找到属于自己的职业，有的却需相当的时日，譬如哥德在 25 岁即已成名，巴斯加青年时已锋芒毕露，而格莱斯东(Gladstone)和邱吉尔直到晚年才为人所知，更有的人一生都在探索中。

感受天主召唤的人，在这建立期是怎样的呢？他虽然没有少年时的幻想，也不如青年那么热情，但他的信仰更是坚定，对天主的存在更有意识，对天主的召唤答复得更为积极，他的奉献更为彻底和有效。天主的美善真能吸引他，鼓

舞他，他也有能力将自己完全投入在自己理想之中和天主圣意之内。许多人为成家立业，还有许多人唯名利是图而劳碌，而受天主感召的人，在这芸芸众生中，岂能不如鸽子一般目不转睛地注视着天主的圣意？重视祂所重视的价值？要达到这个境界需要多年的修养、默观和净化自己！圣女小德兰说：“惟有彻底焚毁自己，才能称为真爱。”终身隐居在沙漠中的加禄富高曾说：“我一朝知道有天主存在时，就不能不为祂生活终身。”而愿为天主献身的人，岂能置自己的弟兄在一旁？在爱“你”的同时，又怎能将“祢”弃于尘土？

四、维持期(Maintenance Stage)

约自 45 岁至 65 岁。多数人到了 45 岁左右，在事业上已有相当的基础，社会地位渐形稳固，而且有了温暖的家庭，美丽的伴侣，成群的子女，良好的声誉，丰衣足食，处处显得十分称心满意，他感到人生所求亦不过如此，辛苦了这么多年，如今梦想成真，该是收成的时期，享受的时候。何况昼短夜长，谁知哪一日将撒手而去，趁着四肢尚未僵硬之前，享享清福才好。因此他感到没有革新的需要而不愿再作任何冒险。其实，创新并不是年轻人的专利品。创新能力的确在 25 岁直线上升，至 30 岁左右达于高峰，然后慢慢拉平。但是中年人有更足以傲视青年人的智慧，这智慧包括：见闻、经验，以及对人生的体验，如果他愿意，他大可综合这些，并吸取新的东西，脱颖而出，创造另一番气象，许多世界知名的画家、作家、音乐家，其最成熟的作品，往往是在这段时期产生的。赫威·亚伦(Hervey Allen)说：“人生

只有自 30 岁至 60 岁是货真价实的。因为青年是美梦的囚犯，老年是懊丧的奴隶。”（“The only time you really live is from 30-60. The young are slaves of dreams, the old, servants of regrets.”）事实的确如此，年轻时好比参加百米赛跑，只知拼命飞奔，除了张挂在终点的终点线之外，什么也看不见；又好似赛车手，只知疾驰自己的车子，毫不惋惜地抛下沿途的景致。现在剧烈的竞赛已经结束，光彩夺目的锦标也已到手，何不放缓脚步，欣赏美丽的晚霞，静听鸟语虫鸣，让清风轻拂斑驳的两鬓，采摘玲珑的花朵，编结一串晶莹的花环致赠后人，开始与世无争、优游自得的岁月。何况身处如此多变的现代社会，工作的压力与自己的希望往往发生冲突，若只知坐享其成而不能有所创新，将遭遇被淘汰的厄运。譬如只会修理收音机而不会修理电视机的技工，终有一天将面临三餐不继的危险。

这时期的修道人拥有什么心理？少年在摸索，青年在寻找，壮年在建设，成年则在维持。而在维持时期当完成生活上的大综合，因为过了这时期，他就要准备步入衰退时期了。对有志奉献的人来说，这是收获的季节，他可将生活上的许多零星片段，整合在全部的人生中，在与天主交往的历史整体中去寻得其意义。若在这点上失败，会引起对人生厌恶，对自己失望，对天主怨尤。若综合得成功，即使个人在其一生，并非玉洁冰清，亦不会自怜自悯，懊悔沮丧，反而感到光明磊落，充满平安和喜乐。他能接受自己，也会接受他人，是因为深信他自己为天主所接纳和眷爱。不仅如此，他还深深地感到自己是团体的一份子，即使团体生活平淡无奇和单调乏味，他还是在团体中不断发展，他的圣召在团

体中继续成长,并且在团体中找到了圣召的意义,实现了圣召的目的。

五、衰退期(Decline Stage)

约自 65 岁至去世。体力日减是这个时期的先兆,做什么事都力不从心。过去的事业丢下交给了子孙,原来在某公司服务的,现在领了一笔退休金,不再去上班了,一天到晚在家无所事事。看见年轻人逛街、郊游,想去,却怕走不动;与一群中年人玩牌,坐不了多久,腰酸背痛,耳鸣眼花,只好罢手,什么事都因为体力不济而放弃。于是自怨自哀,自怜自悯,若是过去生活失调,或是配偶已不在人世,失掉诉苦的对象,但又为了表现长者之风,于是不得不以镇压、抑制的方法来处理自己的情绪,结果却更加戕害自己的身心。这时接受自己的限度是多么重要呀!如果能在这一时期有个不耗体力,而又清闲的工作,他将因此获得修正我观的机会,不再因老年的来临而感到惊惶恐惧。再者自己若能有个嗜好,也将使生活增添许多无形的乐趣。譬如美国祖母画家摩西婆婆(Anna Mary Robertson; Moses 是其夫姓),我国的邓龚云章老太太,都是利用晚年以绘画、剪纸等排遣漫长的时光,而且还有意想不到的成就。因此,为老年计,培养一、二种嗜好是必须的,不但怡情养性,而且能使自己在老年时感到没有虚度此生的快慰。

谁也不爱听到说自己进入衰退时期,度奉献生活的人也不例外,我们常在不知不觉中认为似乎这衰退的事实只会发生在别人身上,不会发生在自己身上。终身以宣讲天主和永恒的导师自居之人,一旦自己面临要放下日常做惯

的工作，又要和知友亲人中断习惯的交往，而只留下了内心的空虚、寂寞和凄凉时，怎能不戚戚于心？其实他绝不是孤独的，一生工作和服务，莫非为敬主爱人，如今工作和交往停止了，留下外界和内心的平安与宁静，正是与天主亲密，和同人深度交往的好时刻。他若一生不断为主为人牺牲自己的利益，放弃私意己见，面对体力和精力的衰退，也正是接受自己限度和死亡前奏的好机会。他虽然还当努力使自己成为有用的人，不去过分依赖别人，他也得尽量善用时间，做些有趣和有益的事，以自娱娱人。最终能像圣保禄一般说：“我们身上时常带着耶稣的死亡，为使耶稣的生命也能在我们身上显现。的确，只要我们还活着，我们时常要为耶稣的缘故被交付于死亡，为使耶稣的生命也能在我们这必死的肉躯上显现出来。这样看来，死亡在我们身上活动，生命却在你们身上活动”（格后 4:10-12）。从可朽的现实中退隐，进入不可朽腐的现实，此其时矣！

综观以上所论，职业和圣召有许多类似之处，两者都经过生长、探索、建立、维持和衰退五个时期，虽然每人在各期所需的时间长短不一，但是任何人都得按部就班，不能越级而登。每个时期有其特殊的动机，承前继后地推动着各人去求职或应召，不论个人的目标是为谋求生计或建立地位，为天国服务或使人有更丰富的生命，求职和蒙召者都是在表达我观和实现自我。职业发展和圣召发展既平行又交织地向着表达和实现的目标迈进，而两者都以按不同阶段发展的人格为基础。个人对自己发展的程序越是清楚，越能自觉自由地奔向人生目标，答复天主的召唤和召唤他的天主。所以哲人齐克果（Sören Abbaye Kierkegaard）说：

“我所真正需要的，是在我心中清楚，什么是我该去做的。”

比较职业与圣召之发展后，我们发现若从主角方面而言：

一、职业与圣召都有其成功的内在因素，如兴趣、能力、性格、成熟。

二、职业与圣召都受环境的影响，不同的环境有不同的影响。

三、职业与圣召都是自我在具体情况中的表达。

四、职业与圣召皆具有其发展的过程和动态的一面。

若从客观看，则：

一、圣召是个人对天主召叫的答复，是将人际关系延长至神人关系，有其社会的一面、团体的幅度。

二、价值观影响职业，而圣召尤其对价值的答复和理想的实现，与宗教的经验至为重要。

三、家庭对个人之影响至巨，尤其双亲的职业和态度对子女有举足轻重之势，对圣召影响的关系也非常密切。

四、辅导的地位在于：指出方向，协助认识自我，配合需要，并认识与谁类同，和了解动机与成就之相关，以及借工作和职业愿实现的价值。辅导圣召的目的也大同小异。

话虽如此，圣召和职业毕竟有别，其区别何在？

肆、圣召之殊异

在神学、哲学、医学和心理学各方面都有很深造诣的鲁拉神父(Luigi M. Rulla, S. J.)，写了一本极有价值的书，名为《深度心理学与圣召》。不久的将来他又要出版一本姐妹书，大概定名为《圣召的心理和社会动力》，前者以学理为

重,后者以实证为主。笔者于阅毕前一册后发现:为了解圣召这是一本不可不读的好书,只是内容相当深奥,为使读者能把握一些中心思想,首先介绍几个基本概念,如态度、价值、工具价值、终点价值、圣召与自我实现和一致性以及有效性和恒心。然后介绍圣召动摇和衰退的过程,并举例说明,希望能把职业和圣召间的区别描绘出来,以后进一步讨论职业辅导和圣召指导时,也就有了稳固的基础。

(一) 简释若干概念

1. **态度**: 态度是由经验中获得的心智生理和神经的状态。有这种态度的人会不断准备答复环境和他人的需求,给他的思想和行为指出方向或积蓄动力。所以态度也可称之为精神,包括认知、情绪和意志三因素。例如:消极批评或乐观进取的态度。

2. **价值**: 价值是人的许多抽象理想的总和,推动行为,使生命有意义。所以包括行为的理想方式和存在最后的理想境界。价值可区分为方法和目标,亦称为工具价值和终点价值。价值也包括认知、情绪和意志三因素。例如:工具价值、终点价值。

若将价值与态度作比较,则:

态度乃较为特殊和较易变化的习常倾向,为数众多,属枝节次要,且较分散的。对人生而言是边缘的、局部的、是愿意或喜欢采取的,以达到目标的步骤或方法(Behavioral and Instrumentality),受环境影响大。

价值是普遍行为的动机,较为稳定,为数较少,且集中于人格的核心。成为应该达到的行为标准和目标,分为客

观或主观的价值,受环境影响小。

3. 理想的我: 在生命动力延续的过程中,将需要、态度、价值和兴趣综合起来的主体称为理想的我。尤其以核心主流的动机(或动机系统)为最重要,因为这核心主流动机,给这许多需要、态度、价值和兴趣染上个人特别的色彩和综合作用。

在圣召一事上,核心主流动机影响全部人生。因为圣召所瞩目的不是枝节次要的行为或态度,而是核心主流的动机(工具价值和终点价值),即人的终向和达到终向的方法。

以上所说的也许太抽象了些,试以教会文件予以说明。梵蒂冈第二届大公会议论及对修会生活和司铎身份的看法时,清楚地表达其价值和态度。论修会生活:“修会生活的最后目标,既以福音为依据,追随基督,所以它对一切修会而言,该是最高准则。”又云:“修会生活……非他,乃使会士随从福音劝谕,效法基督,与天主结合。”论司铎身份则谓:“……在生活上与基督结合,承行天主旨意,为教民献身。”最后更声明:“司铎职务上最重要的德行是:服从、贞洁和贫穷。”在这些指示中,我们不难分辨终点价值与工具价值。文件明确地指出修会生活和司铎身份的终点价值无他,乃“师法基督,与天主结合”。而其工具价值是“福音劝谕和三愿所带来的内心的释放与自由”。故身为司铎和会士者应具有进取和积极的态度,及服务和牺牲的精神。

4. 自我实现: 个人能在团体中,不仅获得需要的满足,又能发挥自己的资质,因而实现了自我。故“自我”必须在团体当中才有“实现”的希望。

5. **圣召一致性**：团体有助于圣召态度和价值(理想)的发展,若个人的动机和圣召的价值或态度相符合,不论意识到或没有意识到的,都称之为圣召的一致性。

6. **圣召恒心**：自我实现与圣召一致性相互吻合所形成的持久态度,谓之圣召恒心。

7. **圣召有效**：个人不仅能完全发挥其资质,且因其动机主流和圣召理想密切契合,而达到与身份有关的共融、见证和服务的目标,此谓圣召有效。

(二) 圣召与心理健康

任何科学皆有其范围与限度,此乃何以人类至今尚无法对某些现象加以解释之故。故此,心理学亦有其范围与限度,至于其范围与限度何在?

首先应了解所谓“成圣”,不论司铎或会士的成圣,或教民的成圣,皆与成圣方法之间有着莫大的鸿沟。按神学的说法:圣德是宠爱和三超德的结果,固然需要意志的合作,但个人心理上无论准备得如何妥善和美好,也不能要求宠爱和三超德产生。神学家们称为:圣德内在地不受心理和社会因素的影响。圣化是天主的工作,仅仅属于天主的工作!但是在接受成圣的方法和三超德的运用上,只要有足够的内心自由,人心的准备对于所生的效应有莫大的影响,准备越妥善,效应越圆满。内心的准备使圣神的果实,如爱德、喜乐、平安等,有了发展的良好条件。神学家们称之为:圣德外在地受心理和社会因素的影响。

圣宠既然内在地不受心理和社会因素的影响,天主能使在心理上有缺陷的人较心理上没有缺陷的人更有圣德,

传教更为有效。反之，人如果没有这些缺陷，又受天主宠爱，传教工作当然一定更为有效，这是显而易见的事。所以工作有效与否，一方面固然要看工具性质的好坏，但是更当注意操用这工具的天主之意愿而定。所谓“工欲善其事，必先利其器”，要是人夺天工是可能的话，那么天夺人工不应该是件奇事吧！以艺术来说；任何工具还是有其限度，充其量不过增加些速度和效率而已(Efficiency)，惟有使用这些工具的艺术家的，才能使之有效增进其素质与价值(Effectiveness)。

圣德岂不更是如此？人的努力只局限于方法的范围与限度上，惟有天主能使人与天主结合和师法基督，人越与天主结合，越师法基督，吸取祂的态度，实行祂的劝谕，为宣讲越是有效。人越意识到人生的意义和价值，生活越会给人生气蓬勃和坚定的感觉。人越意识到天主的大能与仁慈越会依靠祂，工作也就更为有效。

可是，我们如何能知道某人的确重视圣召的价值呢？又如何探得某人真有纯正的动机呢？通常我们只能凭借该人自己的报导，然而许多潜意识的动机和价值，连该人自己也摸不清楚。譬如：事奉天主，实行天主圣意的动机背后，可能潜有追求权势和社会地位的欲望。擎着改良社会而献身，或参加团体为团体服务的大旗下，可能潜伏着幼稚的依赖需要。贞洁之外表可能的确内藏着无我的自我奉献，但也可能内蕴着病态的自爱。顺从他人或与人交往可能是为承行主旨，但也可能是竭力压制内心反叛和攻击的敌意表现。牺牲情欲和过度贫穷，可能出于修德甘贫之心，但也可能由于自我虐待的潜意识动机。这许许多多的偏差，在我观和我的理

想或理想的我之间冲突时，更能清楚地发现其真相。

心理健康并不能要求得到天主的圣宠，也不能保证有天主的圣召；心理失常虽不一定无份于天主圣宠，但却很难实现天主的召叫。奉献于主的人，对潜意识的动机要不断予以分辨和净化，才不致跌入陷阱，摔落悬崖。

（三） 如何发现圣召危机

前面谈到价值观与态度之差异，可知价值观远比态度深邃，因此当圣召动摇时不易立刻发现其变化，而态度较浅薄，当圣召动摇时即可测得其变化。为此在圣召摇动的初期，个人对圣召在态度上的变化较为明显。经过相当时期之后，才能发现其对圣召深度的动机或价值的看法，至此方能确定仅为一时的心理困扰呢，还是基本上发生了问题？或甚至根本没有圣召的动机？若某人的工具价值（三愿）或终点价值（师法基督，与天主结合）都发生了问题，离开修会或铎职都是意料中的事。

研究奉献生活衰退情形的专家们注意两点：恒心与有效性。恒心的反面是半途离职，有效性的反面是无精打采，做一天和尚撞一天钟。两者之间在表面上似乎相差很远，因为度着无效奉献生活的人，还和其他度真正奉献生活的人过着类似的日子，做着相同的工作，可是在实质上，他的内心已经与半途离职者无异，甚至更糟！因为他身虽在汉而心已在夷了，难怪生活得如此无精打采。他就像圣经里所提到的不结果实的无花果一般，只是占了一块地方，产生不出什么果实来。有这种情形的人，有时意识到自己失去了恒心和效应，但有时还未完全意识到，有时自圆其说地有

一番冠冕堂皇的理由,有时却真是不愿付出不想付出奉献的代价。于是收回了昔日郑重立下的誓言,奉献的心愿,以及身先士卒的实践。不论他意识到或不完全意识到,有真的理由或伪的理由,在其内心究竟发生了什么?

在正常的情形中,奉献人的态度与价值观在主流上能完全表达自己,即实现自我。所以凡是在奉献生活上发生故障时,往往是由于此时此地的自我和圣召态度有所悖逆不符,或由于此时此地的自我和圣召价值观相背,或甚至此时此地的自我和圣召态度与价值观都发生了龃龉不合。于是圣召危机自此由潜伏而发作,由表面上的不稳定而变成基本的动摇。

在圣召危机之初,冲突和矛盾在奉献人的态度上,由暗晦而明朗,渐渐表现出来,继而在三愿(工具价值)上也发生改变,最后终于影响了追随基督的奉献生活(终点价值),从行为的表现上来看,改变最大的是在行为的标准上,至于个人的好恶和兴趣,并不会发生什么影响。圣召危机越恶化,奉献人的身份和态度表现间的矛盾与冲突在数量及强度上渐渐增加、扩散,侵入工具价值的范围,不顾三愿的要求。

奉献生活改善时的情形如何呢?其过程恰恰相反,首先在工具价值上的冲突,在数量及强度上减退,奉献人的自我和工具价值与终点价值之间取得协调和整合,进而影响到该人的态度、行为。以上所谈的可能失诸抽象,今试举例说明之(此例摘自法文神修书)。

欧修士写信给他的神师讨论自己的圣召说:

“多年前我已开始感到不安(冲突、矛盾之始?),失去了生活的力量。回溯童年时代,大概5岁时开始考虑司铎圣

召，现在已经空空如也，我似乎不再是我自己……圣召为我已看不出有什么意义了。（自我与终点价值不符？）

“读神学时已经有意离去，但无勇气，生活得没有生气（圣召无效？），只希望将来一切会有好转，但时时有意离开修院（圣召无恒？）我不仅内心感到不安，与人往来亦有困难，有时故意躲避他们。（圣召态度转变？）

“越来越希望得到别人的爱情，却无勇气去得，思想与情感之间发生严重的冲突。有时用不少的时间和外人交谈，多次不必要地去找女学生谈话。（工具价值和圣召态度矛盾？）

“虽然生活在修院中，内心没有信仰，和无神主义者一样，基督的话为我一无所用。（终点价值何在？）”

从这封信的摘要中，我们可以看出欧修士的圣召危机已是相当深了，但他对神师的信任和自己的坦诚很清楚地流露在字里行间，他对自己内心情况的意识相当有深度。信任、坦诚和意识是他转变的资本！若他能和基督重建关系，又无其他重大的困难的话，他还可能从危机中挣扎出来。

以上是欧修士自己报导的圣召困难，但是他的同伴所看到的可能是另一套；他们也许先观察到他对同伴的态度有所改变，不是游手好闲，便是虚掷光阴；不喜欢与他们交往，而喜欢和外人谈话；后来可能发现他不再重视祈祷和圣事，甚至三愿为他亦无所谓（对工具价值置疑？）。最后对圣召的意义（终点价值）根本怀疑起来。神师要想协助他或改变他，必须逆流而上，从终点价值开始探讨，继而使他反省工具价值的意义，终而改变其生活态度。不过在此举例的目的不是判断欧修士，也不是替他提供解决问题的方案，而是希望对圣

召的转变,和其中的因素有所了解,至于如何予以辅导,有待以后再加讨论。

(四) 司铎与会士的特色

“神父和教友有什么不同?”“不做神父修女照样可以成为圣人呀!”不错!司铎与会士不是特权阶级,成为圣人与实施传教不是他们的专利,入会修道不是成圣唯一的道路,行行出状元,“成圣乃人生之目的,人人成圣乃教会之愿望”。司铎与会士是继承基督的事业者,就司铎言,宣讲是他们所从事的特殊工作中之一项,“天主以其德能,赐我以恩宠,使我能成为福音服务”(弗 3:7)。“这一切都是为了福音的缘故,目的在于能和他人分享福音的恩惠”(格前 9:23)。所以,司铎正是被圣教会派遣从事这伟大工程的。在本质上,他的先知使命应占据他全部的存在,他不是礼仪——弥撒祭礼、婚礼、丧礼……的雇员,他若投入这行列,必须要求自己作全人的奉献,所谓“我身我灵,所有皆主恩惠,饮水思源,敬将所有奉回”,并且“时时处处”拳拳服膺。换句话说:这奉献支配着他一切的活动,全部的活力,整个的生活。再就会士言,会士应有双重的肯定:肯定万物的价值及肯定超万物的价值,即肯定现世的价值外,同时也肯定超现世的价值。但要注意:当他肯定现世的价值时,必然也否定现世的绝对价值。因为若不肯肯定现世的价值,天主的国如何能已在你们中间?若不肯定现世的价值,怎能谈向天主开放、牺牲、奉献自我?所以欲肯定超现世之价值,必先肯定现世之价值,欲肯定现世之价值,必先肯定自我,在不断的肯定中,他逐渐抛弃废旧之物,奔向成圣之门。总而言之,司铎为宣讲、证道、行圣事奉献,会

士则为度成圣和见证的生活而奉献，二者都需要时时处处的全人奉献——奉献自我。

从另一个角度来看，个体越自觉，越能够接受，越自由，越能够容纳。因为有自觉的自由才谈得上领悟启示，获享生命，为天主所占有。而“人”——祂的肖像——正是如此！“因为以认识基督耶稣我的主才是至高利益，我把一切都当作亏损，只要能赢得基督”（斐 3:8b）。所以为了基督，人自愿舍弃一切。也就是说：人越自由，越能让基督把握。司铎与会士就是为了超越自我，争取自由，让基督把握住。“基督解救了我们，为使我们得以保持自由”（迦 5:1a）。“谁为我而丧失生命的，将找到生命”（玛 10:39b）。

“奉献自我，超越自我”是司铎与会士的奉献，常人可能如此？“我希望你们内心无忧无虑，没有结婚的人挂念的是主的事，他想如何能取悦于主，结婚的人关心的是世上的事，想如何能取悦于他的妻子，他的心分了”（格前 7:32-33）。圣保禄早已为此二者作了精辟的说明。

总括以上所论，职业与圣召有许多相似之处，却也有很深的区别。职业和圣召都是为表达和实现我观，可是在广度与深度上大异其趣。职业局部地表达了个人的兴趣，局部地实现了个人的能力和资质，因此职业是专门性的，为达到人生的目标和宗旨是非常间接的，故自人生的意义而言它是中性的。换句话说：不是某人必须做医生或老师才能获致其人生意义，所以在人生价值上来看，还算不得是工具价值。职业中的位格（我—你）关系是次要的，是可有可无的。

圣召则不然，它有关人生的终点价值，不仅有关个人终点价值，还牵连到他人的终点价值，并且还支配着达到终点

价值的工具价值和态度,所以可说统御着全部的人生,至少统御着人生的主流动机,统御着最基层和最原始的动机,也统御着最普遍和最深邃的动机,为此它脱离不了天主的真实性和祢我的关系。职业的重点放在自我上,圣召的重点却在于理想上,它固然也为实现自我而努力,但其重点既在于理想上,所以有时会牺牲自我去实现理想。在职业辅导上,我—你的关系也许已经足够了,但在神修指导和圣召辅导上,与存在的天主发生实际的关系和经验是绝对需要,不可缺少的。也就是说:默观的经验是神修指导和圣召辅导不可或缺的因素,这是我—你—祂的关系。

五、职业辅导和圣召辅导

对职业与圣召的异同有相当了解之后,不难按实际的情形和个人的需要予以适当的辅导。至论辅导的方法,下列几点是当守的原则。

一、利用两种相辅的学说

目前对职业发展的研究,有两种不同的学说:一为因素说(Trait Theory and Actuarial Method),一为生活类型说(Life Pattern Theory and Thematic Extrapolative)。

因素说: 乃在于分析每种因素对职业之影响,如智商、兴趣、社会地位,及各因素间之关联,这种研究失诸太细和太客观,忽视整体和主观因素,其观点是静的,对变化未计算在内,对预测得失成败很有斟酌的余地。

生活类型说: 以研究个人生活历史,以预测未来从事的职业。其研究纲目包括:社会地位、智力发展、工业变化

或人生过程,并找出各种幅度在发展过程中的地位。因为要知道某人将来做什么的方法,是探究过去他做了些什么,分析这些事件的程序和发展特色,清楚累次发生的主题与暗流,自然可以找出指向未来大致的路线。换句话说:人的生活有其一定的型态,明白需要、价值及成就上之变化,也就容易预测将来。

这两种学理各有优劣,从事辅导工作者不应墨守一家之言,误了大事,尤当及早指出对求助者有意义的方向,供给资料,继续指导。对求助者的智力、兴趣、人格和技术固然应当知道,对其角色类型、与谁类同、自我意识、成就动机、工作观念,以及希望借工作实现的价值,更当了解,并且时常与其共同讨论,要从他的观点和需要出发,若能利用各种心理测验与解释,则效果更大。

二、协助建立我观

职业和圣召既然皆为我观之表达与实现,自然个人应付自己的兴趣、动机、资质、适应能力具有充分的认识;这种认识不仅是理智上客观的认识,更重要的是在体认和经验上彻彻底底的悟知,也就是说个人当答复以下一连串的问题。譬如:我认为我是怎样的人?当我认为自己是这样的人的时候,我有什么感觉?我有什么看法和需要?我将如何面对或满足这些需要?当冲突发生时我如何予以协调?等等问题,因为不论职业或圣召之辅导(咨询)其第一步是:“澄清感觉,获致彻悟与自我认识”,这样才能使兴趣、动机、优良完全显露出来,才能谈到选择职业,实现圣召。

三、引渡各发展阶段

如前所述职业与圣召发展的每一阶段虽各有特征,但能经历,且能面对每一阶段才是健全的,因此协助求职者或考虑圣召者,自一阶段进入另一阶段,引渡他们不断抛弃旧我,寻求新我;使想像或幻想变为切实的理想,使个人因与现实周旋及实证的机会,生活得以更为踏实;由自我中心进入无我的服务和奉献;熟练地运用智慧,并综合多面的人生经验,发现人生之意义;培养接棒人,并及时引退;敢于面对一次又一次的死亡与复活。经历这许多阶段的冲击、撕裂、熬炼,个人的目标就更清晰,计划更周详,兴趣更集中,行动更肯定,选择更智慧;影响所及,在求职和圣召方面必定更为稳定和成熟。职业心理学家鲍道文(Baldwin)把目标、实际、灵活和稳定看作职业成熟的特征是很有道理的。事实上,职业选择和圣召都是一种过程,金斯培(Ginzberg)说:“职业选择是一种过程,这种过程往往延续至十年以上”。所以辅导工作也非立竿见影,或一劳永逸之事。

四、应用指导性和非指导性的方法

按苏坡的意思,职业辅导当以指导与非指导法交换应用才能奏效,理性辅导配合情绪辅导效果更大。下面就指导与非指导法之步骤略作提要。

1. 非指导地研究问题所在和我观形态。
2. 指导性地提出主题作进一步探索。
3. 非指导性反映并澄清感觉,以获得自我接受与彻悟。
4. 指导性地应用测验结果和求职资料,并以工作经验

作为现实测验。

5. 非指导性地深入反省现实测验所引起的态度和感受。

6. 非指导性地发现当采取的步骤,以作最后决定。

当然,圣召的辅导亦可采用相似的步骤。

然而,圣召既有其特殊的一面,在辅导上也就该有特殊的重点。今分别说明如下:

一、坚定圣召的理想

理想虽非幻想,但终究逃脱不了抽象的范畴,故实有必要坚定之。建立价值体系,尤其需要建立奉献生活者的价值体系,如:追随和师法基督,与天主结合,实践福音的劝谕等等。此外还当培养度奉献生活者应具有的态度,如内心的超脱、开放、自由、平安、牺牲、服务、喜乐和进取的态度。这些态度使度奉献生活者容易追随和师法基督,并实践福音的劝谕,有效并恒久地达到圣召的目标。

二、净化动机

如前所言:“人越意识到人生的意义和价值,越会使人有生气蓬勃和坚定的感觉,人越意识到天主的大能与仁慈,越会依靠祂。”而我们之所以不能做到这一点,只因动机未得净化,潜意识不断在作祟,罪恶的影踪紧迫地伴随着我们的良心和行为,摇撼我们全部的身心,因此净化内心的动机实是圣召辅导中重要的课题。

三、学习祈祷、默观

实现圣召的理想和净化动机固然是个人努力的目标，更是天主圣宠的功绩。与天主交往的经验，为追随基督，实现劝谕，是必须的条件，积极方面圣化自己，消极方面净化自己。“万物静观皆自得”，所以学习祈祷和获致默观是有志度奉献生活者的生命泉源。何况司铎与会士的奉献生活是那么完整、彻底，除非天主的神力进入他的生命，绝非有限的人力所能达成。“当我愿意行善的时候，邪恶常是纠缠着我”（罗 7:21）。“你们的心神固然愿意，但肉体却软弱”（玛 26:41）。再说世间也确实有许多值得爱慕的事物和人儿呀！那无形无像，看不见，摸不着的天主毕竟必须凭借信仰去捕捉的。除非天主攫握住吾人，平庸的人怎能依恃自己的能力拿一切当废物？为了基督而舍弃一切？怎能死于自己，活于基督呢？

四、建立信仰的团体

沙乐和凯莱(Rev. Eugene J. Schallert, S. J. and Jacqueline Kelley)根据四年研究所得，认为神父离职的理由和过程并不如常人所说的那么简单，既然相当复杂，所以不易为人所了解及接受。

大概而论，离职的神父受下列四种因素的影响，但此四因素都不能算是原因。(一)深受梵蒂冈第二届大公会议精神的影响。(二)重视自己主观的意识，并且有不断改变自己与环境的倾向，同时认为教会是一成不变的。(三)自感与周遭环境脱节，想要改变环境，又苦于无能为力，挣脱不了这

重重束缚。(四)其最严重的问题倒不一定在于知识或理性上的,而为态度与情感上的。他们深深地感到与他们关系最密切,和最当关心他们的人们及群体,却只有泛泛之交,扞格不入,甚至误解、忽视、摒弃他们的需要。

按沙乐和凯莱之意,认为这最后一点:态度和情绪的因素是决定性的关键。他说明了参与信仰团体,建立信爱关系,为保存与发展圣召,关系非常重大。原来会士的见证和服务不只是个人独自的行动,圣召必须在团体中发展和完成。司铎生活的目标是为信友服务和为无信仰者宣扬福音,而服务和宣扬的使命,并不来自个人,而是来自天父,经过基督在圣神内所建立的信仰团体。换句话说:不论会士或司铎的使命都是由信仰的团体出发,以信仰团体为依归。由此可见:建立信仰团体实在是圣召辅导中重要的一环,在信仰团体中奉献者找到有共同信仰和理想的同志,彼此间建立起深度的关系,与天主圣三,尤其和基督建立起我、你、祂的关系。从这共融的生活中,为信仰服务和见证的动力自然流溢了出来。圣召辅导不仅是神师和信友间的工作,更是信仰团体的工作。最自然最具影响力的信仰团体,莫非是信友的家庭,完善的信友家庭是天主的恩赐!是圣召的苗圃!

结 语

现代人处在剧变的世界,现代教友生活在革新中的教会。剧变的世界会使人感到与周遭的环境脱节,虽然自知身在家园,而却如置身异乡。行为漫无标准,角色混淆不清,生命失却意义,个人与亲友疏远,自囚于孤立之中,流浪

漂泊,不知所终。最严重的是:虽然切愿改造环境,却体验到自己无能为力,一筹莫展,面对巨魔般的“命运”有如螭蟒撼柱,螳臂挡车。在如此恶劣气氛中,参与革新教会的信友及献身者,当知道如何协调自由和权威,重视位格主义胜于规格主义,强调结构的动态甚至静态,发挥信道的内在活力,不崇尚教条主义,综合此世与来世而不偏废。换言之:现代的基督信徒和献身者该接受并发扬梵蒂冈第二届大公会议的牧民精神,而不斤斤于抽象的理论。

置身瞬息万变世界中的现代人,该有十分坚定而又灵活自我意识,另一方面又应具备高度适应力及创造力,将自我意识在具体情况中表现于自己的职业之中,才不会有异乡人的感觉。现代的信友和献身者当能借着专业,参与人类和世界的发展,又能从人类和世界的内部引领着人类和世界归向上主,实践其牧民和使徒的任务。

教会是世界合一的圣事与工具,尤其借着献身者的见证、服务和共融,使人类和世界向着大同迈进,协助信友综合我观和理想,个人和团体,现世和来世,职业和圣召,理性和感性,牧民和信理,权威和自由,工作与生命,固守与创造,隶属与孤立……总之,献身者的使命是给予人类和世界一幅具有正确的指向、希望以及新天地清晰而又动人的预像,使之不断向往、仰慕并促使其早日来临。

从常识观点看心理测验与圣召

小 引

多年来笔者有一个信念：心理学家们用非常深奥艰涩的话语所报告的研究结果，应该可以用平易近人的话表达出来，使一般没有受过专门训练的人能够了解。因为欲使人得救，天主就曾用我们平民百姓可以懂悟的话语，向人类揭示祂内蕴的奥秘。何况心理学家们研究所得的即使深奥不可测，与天主内在的生命相比，总不至于“过之”罢！这篇文章就是为了证明笔者此一信念，希望所做的不致离所愿达到的目标太远，因为笔者自己曾发现多次犯了心理学家们浅入深出的毛病。

1974年3月3日至9日在嘉义本笃会修院和全省大部分初学院的男女导师，作个案讨论和研究。5月31日在台北又作了约历六小时的演讲，主题为：从常识观点来看心理测验。参加者大多为负责修士修女陶成工作的神父修女们（那次演说，也许引起的问题较解决的问题更多）。9月2日至5日，15位耶稣会士聚集在新竹社会服务中心，研讨咨询和分辨神类之间的关系。在这几次集会中大家最关切的莫过于圣召问题，而圣召的遴选、协助成长和预测成败，更是核心中的核心问题。希望这篇文章给这核心问题减少些

奥秘,增多些光明。

圣召是天主的恩宠,人的心灵可比之为苗圃,而圣召是粒种子。要使种子发芽生长,必须有适宜的条件,如水分、空气和阳光。本文所研究的就是这些有助于圣召生长的条件,或阻碍圣召生长的因素。圣召的本身不是本文直接研究的对象。

全文共分为六部分讨论:(一)我们需要的圣召和识别的标准;(二)鉴定圣召时的正确态度;(三)心理测验的概观和咨询;(四)心理测验结果之探讨;(五)圣召成败预测之可能;(六)后语。

作者识

壹、我们需要的圣召和识别的标准

没有一个团体愿意招收毁灭其前途的成员;但是,我们往往收纳只为维持现状,不求团体发展的成员。

一个成熟的团体,不仅谋求生存而已,还得求成长和发展,但若未来的成员没有谋求改进的心意和创新进取的能力,非但祖产不保,即使自己的生存也会发生问题。从这发展成长的观点来看,一个团体的成员如果只和上一代等质齐量是绝对不够的,只有继往而无开来的能力是不足的。为此负责遴选成员者,应知道除了该淘汰能毁灭其团体前途的分子之外,还得小心勿逞一时意气,将有创造进取能力的人也拒之门外。遴选固然重要,但协助成长之重要性不在遴选之下。再者,对于现代修会的圣召应着重什么,也得

十分清楚,否则岂不成了瞎子领瞎子?

为达到客观遴选起见,通常我们使用库德职业兴趣测验(Kuder Preference Record)、司庄职业兴趣表(Strong Vocational Interest Blank)、穆尼烦恼调查表(Mooney Problem Check List)、学业性向测验(SCAT)、欧迪斯智力测验(Otis Intelligence Test)、明尼苏达多相人格测量(MMPI)、主题统觉测验(TAT)作为审度的方法,这些心理测验确实能提供许许多多的资料,使遴选者得以分辨。然而有意修道者之合格与否,尚有几点须特别注意:

1. 识别能力(prudential judgment)即认识与辨别事物的能力。不但知道甲与乙的相似和相异之点,还能进一步了解其个别的前后左右之关系。缺乏这种能力,将显示对事物看法的偏差,有违事实,不是以偏概全,就是挂一漏万。

2. 负责能力(responsibility)这种能力也是社会对一个人最普遍的要求。不过在此所指的“负责”,不单指对事实的负责,更重要的是,“一个人能否对自己负责”,究竟我们对事负责的时间比对自己负责的时间少。说得更清楚些:有事在身,也就有对这事负责的需要;反之,则无事一身轻。而对自己却不然,除非他不存在,否则必须时时刻刻对自己负责。当然,和这种要求相反的是:逃避责任。

3. 社会意识(social consciousness)具有这种能力的人,不但知道人无法离群索居,且因与他人有同体感,所以能为了这个“群”的利益,献出一己之所能;建议、计划、改善、造福这个群。没有社会意识者,只知独善其身,处处显出与他人格格不入,最后不得不将自己关在象牙塔中,品尝孤独、寂寞、凄凉、自怜、自悯的苦汁。

4. **进取精神** (initiative in making practical decisions) 一个人若缺乏进取精神,他将沉溺于现状,他对一切发生于其周遭的事物,视若无睹,不闻不问,只愿以逸待劳,畏首畏尾,或推卸责任,是个只会喊打的逃兵。他当不断精益求精地改善自身和环境。

5. **开放态度** (openness and evolvability) 开放指内心的释放,凡具有这种能力的人表现出接纳的态度,无论对任何事物,任何人,都能接受,都肯接受,他知道世间存在常新的真理和变化的事物,他决不故步自封,“活到老,学到老”。

6. **情绪清澈和接受** (affective lucidity) 情绪常常影响人的行动、思想、作为。因此,清楚自己的情绪和接受自己此时此地的状况是必要的。否认、畏惧、拒绝、镇压,都不是处理情绪的好方法。

7. **领袖才能** 因为“工人”稀少,所以如何训练领袖才能,也是重要的课题。但要注意:不能训练出无法与人合作的领袖。

8. **祈祷生活** 祈祷是男、女会士生活的中心,不会祈祷,不愿祈祷,不喜欢祈祷的人,无法深入天主的奥秘内观看,并为天主的仁慈、容忍、爱作见证。

对上列各点,不是人人都能具有的,但至少应当有足够的条件,并努力求得。各时代要求不同,过去的典型会士,可能不是现在的典型会士。新酒应装在新皮囊内才对。

据研究所得,圣召心理学家们都认为淘汰不合格的圣召比遴选合格的圣召可能性较大,即使以淘汰而言,也不是极有把握的事(不要说有绝对把握)。理由相当简单;因为圣召除合格的资质外,还有许多天主召唤与个人答复的奥

秘,绝不是任何工具所能识辨的;也正因为如此,如果有人以为心理学家可以负起全部淘汰和遴选圣召的责任,将会犯莫大的错误,对人灵引起莫大的损害。惟有在天主、应召者和负责鉴识圣召者,三者合作之下,以及辨别神类,并应用心理学家们所供应资料才能做到三全其美。反之,即使在交谈后,发现在具体情形下,天主并不召唤某人进会或晋铎,那么这个与天主相遇的神修经验,仍然不失为强化教友生活的大好机会。若以这种态度寻求天主圣意,则将使被淘汰者在心理上不会引起反感和敌意,也不会使其自尊和自信遭受打击。这样的作法与机械式、考试式的“及格”或“不及格”实有天壤之别:因为在天主面前,人人各奔驰于自己的道路上,只有不断地前进、迈步,根本没有所谓“及格”“不及格”。入会、晋铎是一件事,神修进步是另一件事。换句话说,不入会、晋铎的人,仍能与天主相遇,在神修上登峰造极,只要找到与天主合作的门径,适时答复天主的呼唤。“这一切都是唯一而同一的圣神所行的,祂按照自己的心意分配给每人”(格前 12:11)。

贰、鉴定圣召时的正确态度

心理分析家和咨询心理学家都认为,他们都对应召者的认识决不是客观描述所能表达的,他们与应召者所建立的特殊关系也不如一般的人际关系。因为心理分析家和咨询心理学家主要的目的,不是心理研究,而是心理治疗和发展。任何人一旦上门求助,就会对自己的存在和未来的发展提出许多问题;若问题不够清楚,则希望予以澄清,澄清之后,又希望予以解答。即使应召者最初的来意并非要求

治疗,但一旦登门造访,这种关系就立即产生,在这美好和安全关系的气氛中,求助者可以言所欲言,揭露隐埋于心不愿告人的秘密,因为他知道心理分析家和咨询心理学家决不会利用“个人秘密”,破坏他自己的前途和利益。在这个大前提之下,心理分析家和咨询心理学家怎可能向第三者泄露所得的秘密?何况是有关一个人未来一生重大决定的圣召呢?

基于此,心理学家当站在应召者一面,协助他发现自己和澄清圣召问题,任他自由地向教会或修会当局表明对圣召的认识和态度。圣召问题不仅是“我有没有某种资格”,实际上它牵涉到“我是怎样的人”。设若否定了第一个问题,则决不能,也不应否定第二个问题。换句话说;假如我发现我没有随从圣召的条件,但我仍有成为完人的资格、权利和条件,所谓“有为者亦若是”,“条条大路通罗马”,何况天主不曾给过一套狭窄的成圣公式或规格。

可惜人们往往在鉴别圣召艰巨的工作上,将这两个问题混为一谈,合而为一,“因为你是这样这样,所以也一定那样那样”地举一反三,岂不知白马非马也。这种断语,使原来有志献身事主者,在遭食闭门羹后,还对自己整个人的存在引起怀疑,于是心灰意懒,非但对神修不感兴趣,连对生存也味同嚼蜡。这是因为心理学家站在教会和修会判断合格与否的立场而造成的。如果能换个位置,站在协助应召者认识自我,发现自我,不断寻求天主圣召,对教会和修会的拒绝认为不过是认识、发现和寻求天主路途上的里程碑。抱着这种态度才不会在遭受拒绝后一蹶不振,却步不前,因为他知道前程还遥远得很!我们应该把圣召放在人生和神

修的旅程中去观赏，不把它当作旅途的终点或竞技的桂冠。

我们往往很容易曲解圣召，甚至对人生和神修我们也会有极深的误解。人人都知道圣召是天主的恩赐，但圣召不是天主仅有的恩赐。圣保禄提到神恩不止一、二件。我们过去是否太过分强调圣召？认为入会修道才是“上流人物”，“第一等人”？这种看法既与事实有违，又将教友高贵的身份和人生真正意义予以不必要的贬值。用个浅显的实例来说吧：美金贬值，美金的贬值是否因此提高了其他币值？马克一枝独秀，是否一定有益于德国的经济繁荣？完人和教友生活及入会修道之间的关系与复杂性，远远超过世界各国币制之间的关系呢！

二十多年以前，没有什么应用心理测验鉴定圣召资质这门学问，那么过去的圣召岂不都有问题？不然，现今所以强调，实因心理测验确能给予协助，其功能之大小在乎如何运用而已。

关心圣召者，决不可只看教会或修会的利益，也当关切求助者的利益。也就是说：不可如品质管制般地研究物品的素质——合则留之如至宝，不合则弃之如敝屣。而该视每位信友为有独立人格的人，努力帮助他明了自己的要求，要求的意义和限度，抱着赤诚和真挚的心，面临这重大的抉择，不断真心诚意地净化自己。他该在教友全部生活中去识别自己的圣召，从圣召和教友生活的经验中、叙述的方式中、缄默中、尴尬窘态中、内心冲突中，去识别其圣召。

伯尔纳神父(P. L. Beirnaert)说：“即使辨别神类做得很正确，我还没有遇到一次对入会的要求能完全肯定，丝毫不产生疑惑的情形。”何况负责鉴定圣召者也是有限的人，

不可能毫无偏见,使这意向完全清楚毫不朦胧。求助者表面的要求可能相当清楚,但对内涵的要求可能连他自己也摸不清是什么,所以别人的协助是相当重要的。

叁、心理测验的概观和咨询

人们对心理测验有不同的反应;有人好奇,有人激怒,但大家都承认其中蕴藏着莫大的潜能。自然,心理测验决不能替代长上谨慎的选择,更不能霸占圣神在圣召发展上的地位。心理测验专家们所肯定的效果,往往较人们对心理测验所以为的效果为小。不过尽管如此,心理测验确能供应无法从别处获得的资料,尤其与主持测验人的资格及应用测验的方法有绝对的相关,非训练有素,经验丰富和判断正确者不能有效地应用测验及其所得的资料。

一、心理测验的目标

(一) 消极目标是淘汰情绪紊乱和消除心理病症的人

按估计,每十二位出生的婴孩中将有一位在一生某一时期进入精神病院,所以长上应该非常关心有志修道因不合格而被淘汰者。不过请求入会者中,心理不正常者终究占少数,我们更关心的是拣选合格者。

(二) 积极目标是拣选合格者和促进心理健康

圣召缺乏固然是事实,但不能协助已有圣召者达到目的,也是莫大的损失。许多会士、司铎,虽然居留在修院中,

却不能尽量发挥潜力,成为有用、有效和快乐的人,这不但是他个人的憾事,且为教会与修会也带来无可名状的损害。在这方面,良好的咨询工作可以发挥其作用,弥补这个缺憾。换句话说,我们应积极注意心理建设,不只从事心理治疗、心理预防,因为心理健康也包括心理建设在内。医生不只在人生病时才能效劳,他还能预防和增进人的健康。长上也不仅在人心理有病时才关心他们,更当在平时协助他们增进健康,并进一步使他们享有更大的心理解脱和精神自由,发展事奉基督的能力。美国幽默大师毕令斯(Josh Billings)曾说:“认识自己不仅是最困难,也是令人最不舒服的事。”

(三) 协助自我是心理测验第三个目标

许多人学习求知,似乎只为了应用在别人身上。而心理学则不然,它能使我们多多认识自己,协助自己成长,发现自己和别人交往中所充当的角色,体验在自己心灵上所流过的变化和反应。因为,欲了解并协助他人,就不能把自己置身局外。人是一个大奥秘,而且每一个人各有他令人费解的谜面,我们不可能把他人当作物品、事件、学问来研究,因为那样将更使人坠入五里雾中,只见到变了形的怪物。所以协助自我是协助他人的先决条件,咨询工作的成败全看他对自己认识的深浅而定,“己立而立人,已达而达人”是这个目标最好的诠释。

二、心理成长和健康的原则

若要协助别人,首先得对自己的动机和感觉摸得清楚,

因为任何有机体的成长都发于内而形诸外，不论这有机体是植物、动物或超性生命，都循此一原则，谁也不能取而代之，充其量不过像园丁一般，为玫瑰花圃创造有助生长的“自然”环境，我们当让其“自然”发展而不掘苗助长。同样地，天主圣召若照顾过分，只会阻碍其成长，甚至窒息致死。

我们有时过分关心修士、修女们的利益，认为应当为他们做些什么，深思熟虑地为他们想出最好的路线，替他们塑出规格、典型，以为不如此不足以表现对他们的关怀、爱护。不料这种关怀与爱护在他们眼中无异樊笼，难怪所得效果恰恰相反。其实，我们只要不断增进对青年的认识，不越俎代庖，伺候周到，这样对他们的协助将更为有效。我们应让他们自己发展到天主所愿他们发展的地步，不是希望他们迁就我们自己怪癖的意见，而是按他们的进度，在学识和神修上各有所成就。所谓修院原是园圃、苗圃的意思，生根发芽都是花卉本身的事，不必矫枉过正地，弄得鸡犬不宁。亚力山大大帝一次曾向底奥琴(Diogenes)说：“我能为你做些什么？”底奥琴回答说：“只要你别把阳光挡住就好了。”

三、心理测验的应用

应用心理测验是为了陶冶修士，使他们成为有效的司铎，也惟有在这个大前提之下，心理测验才有其存在的意义。它们能帮助我们认识修士，但绝不能解决修院中全部的问题。正像药剂不能代替医生与病人之间的关系，心理测验也不能代替对修士个别的认识，否则修院可能在表面上非常成功，实际上已是失去灵魂的驱壳。

心理测验能告诉我们什么是现代青年重要的问题。现

在入修院的青年已不是二十年前入修院的青年了，可是我们所作的演讲可能还是二十年前所拟的稿件，不论这些材料对他们有用与否，我们强送硬卖地推销给他们，不理睬他们的需要。强迫中奖有什么意思？谁要一堆既不能吃喝，又不能穿用的废物呢？而心理测验能协助我们的陶成工作合乎青年的需要。穆尼杂感表，即能提供修士们的问题及需要，针对这些我们就能供应许多有用的资料，使他们不仅立即可用，而且也让我们体会到被了解的愉悦，这种影响是无法衡量的。从个人方面来说，可以帮助他认识自己的困难和采取有效的步骤，将来工作的分派更合其兴趣和才能。从团体来看；可以修正作息时间，使修院起居生活不致过于生硬、刻板、死气沉沉、了无情趣。

四、心理测验供应的资料和咨询

综观以往美国修生的兴趣是和文化结了不解之缘，他们对阅读和音乐相当有趣，对帮助别人的工作更感兴趣。但是他们十分缺乏社交能力，他们倾向于含羞，与人来往不自然，在社交场合中感到拘束，说服能力不强，远不如推销员那样引人接受自己的看法，与人合作时也往往感到畏缩无能。这些现象可能是由于我们训练时过分注意“静”的工夫，而忽略了“动”的能力。对这个问题，我们首先得问；我们是否太重视修生恪守陈规、就合家法，而不顾到迁就规则的意义，更不问在这种环境和气氛中修生还在成长否？我们所认为理想的修生是否只是不生是非，不给修会麻烦的乖孩子？好像有求、多问的修生是顽劣不可教的问题儿童？我们采取这种态度是否因为我们自己不知如何处理，如何

答复？还是“你怎么这样没有礼貌？你知道你是在对什么人讲话？”

我们都希望打倒骄傲，却忘了这样过分的教育只会使修生走上对自己怀疑和失去信心的岔路。心理测验能供应修生的问题，提醒我们避免这种错误。美国过去修院教育是如此，我国修院教育是怎样的呢？

五、沟通与了解

为了协助修士的成长，必须采用咨询，有效的咨询全看如何沟通彼此，达到深度的了解。咨询人员因敏感地参与他人内心世界和关心其真实的感受，使情绪紊乱的人从困扰中摸索出来。当他人进入我内心世界时，我便有被了解的感觉，正像一线光明射进了暗室一般。这原是何司铎应有的素质，在做修士时代应该渐渐培养这种能力，以备将来应用，但了解必须从自己开始。若咨询人员能向修士解释心理测验的结果，又能继续不断地协助他自我了解，对修士的人格发展和未来司铎的人格成熟有不可思议的贡献，何况欲使心理测验真正有效，咨询是绝对不可缺少的。

通常而论，测验与咨询的对象非针对心理反常者；它不但要针对心理正常者，而且更要发展心理正常者的能力，使其发挥作用，这是有意义又做不完的工作。咨询人员不应独挡一面，他该与神师和教授们合作。其实许多修士所希望的，没有别的，仅仅只是有一颗了解他和接受他的心。也惟有如此，修士才会了解自己，接受自己。协助修士解决情绪上的大小问题，对他们将来成功与失败有着密切的关系。咨询人员对修士不该过分关切，甚至令人觉得，好像他本人

需要修士比修士需要他更多。他该与修士建立成熟的人际关系，从各方面适时地给予协助，正像亚尔斯本堂对主教们说：“爱护你们的司铎！”

心理学家最大的贡献可能在于提醒大家；任何知识和精神教育是各人自身的工作，而真正的教育必须在爱的气氛中进行。圣保禄在致格林多人书信中之所以强调爱德正是这个缘故吧！的确！没有爱德谁也不能学习，谁也不能在真空和冷酷的气氛中学习、长大。“圣善的司铎和皇家的邦国”也惟有在了解与爱的环境中始能完成。

肆、心理测验结果之探讨

远在1936年慕尔神父(Fr. Moore)写了一篇重要的研究报告，题目为：“司铎和会士的心理病症”(Insanity in Priests and Religious)，那时他就认为许多心理不健康的司铎和会士，在入会修道之初，已经显示出不良的征兆，为此遴选圣召是重要而急迫的事。研究申请修道者，最棘手的是预测其未来情形，如何预卜其将来是否能久安长留于神职。

心理测验中应用较广的是(一)杂感填句(二)兴趣测验(三)人格测验。至于智商测验自然不在话下。今试分析数种测验结果，以作参考。这许多研究结果是华盛顿天主教大学，芝加哥劳耀拉大学和纽约福尔顿大学所供应的，虽然有的已有十年的历史，但其中许多结论还具有价值，至少能供作参考。

(一) 杂感填句

劳耀拉大学科伯拉博士(Dr. Kobler)曾广泛应用杂感

填句研究。简单地说；凡会士的重要问题超过二十项，或较一般人超出十项，都是不吉的现象，值得特别注意，这种会士可谓“问题会士”。原来修会和修院并非问题解答所。

(二) 兴趣测验

兴趣测验最普通的有两种：库德和司庄。

概括而论；过与不及皆非也。科伯拉博士应用库德测验，结果认为某人的兴趣过于特殊和突出，或过于淡泊，甚至任何兴趣都没有，都是值得注意的人物。然而修女往往有通常女人所没有的男人兴趣；修士有通常男人所没有的女人兴趣，这现象是不足为奇的。当然，兴趣与年龄和发展同时改变，也会受到环境的影响。

通常而论，修士们对社会服务、文学和音乐的兴趣较高，对艺术兴趣适中，对机械、科学和公务方面的兴趣较低。由于修会或团体性质的不同，因而有的修士对户外工作较感兴趣，有的对计算方面较为喜好。奇怪的是大家对说服别人的兴趣都不很大，看来大概因为宣传福音和推销牙膏之间大相径庭的缘故。不过华盛顿天主教大学司底费克博士(Dr. Edward Stefic)研究中发现：往来各地巡回讲道的传教士，在说服和户外兴趣方面较其他传教士为高。教书的修士和修女的兴趣侧像彼此相当接近，奇怪的是他(她)们对户外的工作兴趣大，而对于文艺的兴趣小。

达尔西神父(Fr. Paul F. D'Arcy, M. M.)综合乌斯加力斯博士(Dr. Urschaltz)的研究说：从事教学的修女与平常妇女相比，对社会和音乐的兴趣远超常人；而在说服和公务方面则远低于常人。她们的年岁越长，对计算、公务和

文学方面的兴趣则与日俱增。初始教学者说服他人的倾向不大,但渐渐增加,有五六年教学经验者,说服的倾向最高,再过四五年又慢慢地减低。以上是应用库德兴趣测验的结果。

司庄兴趣测验有什么结论?

1. 传教修会的修士和神父的社会服务兴趣最高。
2. 成功的传教士在情绪平衡和技术兴趣上,较对社会服务的兴趣略高。
3. 成功者和不成功者的兴趣非常相近,而与常人不同之处,在于不成功者对经商较有兴趣,并且各种兴趣较多。
4. 男孩在十几岁时开始表示出和司铎接近的兴趣,恒心留在修院者可在兴趣成熟(Interest Maturity)的高分中看出。
5. 修生的兴趣并非静止,而是随年龄变化。普通而论,对人的兴趣与年龄成正比,所谓对人的兴趣乃指协助他人,与人交往。
6. 有的环境因素,尤其是出生地和生长地,人口密度和家庭的社会经济阶级等都改变修士的兴趣。换句话说:家庭情况和父亲的职业影响修生的兴趣至巨。

肯尼迪神父(Fr. Kennedy)和凯内神父(Fr. Kenney)经过不少周折,研究久留神职和离去神职者之间在兴趣方面的差异。

肯尼迪神父认为最大的分别在于离职者在经商和交易关系方面的兴趣较为突出。

凯内神父则发现神、哲修生中,成功者对机械、操作和

技工有兴趣,语言方面兴趣较低;不成功者对文化理论方面有兴趣,语言方面兴趣较高。但实际上分别不大(大概因受其他因素的影响)。

凯内神父又说:“具有大学程度求进传教修会的人,表现对社会服务和传教发生高度兴趣,对音乐、生命科学、文艺、户外活动和艺术的兴趣平平。对(库德)公务和计算与(司庄)语言和商业接触方面,表示极低的兴趣。不论成功或失败的修生对于文艺兴趣都高,在库德测验上看,对于语言兴趣都低,从司庄测验看来,这两项所表示的,没有什么特殊差别。”

“成功与失败的修生在兴趣上的分别并不在质而在量。成功者对技术兴趣高,对文艺兴趣低,不成功者反之。不成功者对社会服务兴趣高,对技术兴趣低。”可见分别在量不在质。

“有的发现使研究者很是惊奇,譬如传教士似当较教区修生在推销方面有兴趣,事实二者都很低。这可能因为所推销的‘商品’的性质要求对听者了解和同情,不若其他商品推销员那么强制。”

“不成功者较成功者的兴趣在数量方面较多!可能较为不集中。可能认为所有的兴趣不能在修道生活中实现。

“艺术家似乎较难获得平衡,较难久留。”

“对技术的兴趣,不论成功或不成功的修生都很高,这大概与修道生活无关,而与家庭社会文化有关。”

麦卡锡神父(Fr. McCarthy)测验教书修士 50 人(28 位司铎,21 位会士,1 位修士)得知“情绪敏感与教区司铎有正相关,情绪成熟者对机械和科学较有兴趣”。

达西神父研究结果发现

1. 教区司铎与牧师在兴趣上相关	85
2. 教区司铎与社会科学老师相关	78
3. 教区司铎与YMCA 体育教练相关	72
4. 教区司铎与YMCA 秘书相关	62
5. 教区司铎与城市学校督导相关	62
6. 教区司铎与人事室主任相关	61

这可说是意料中之事。

(三) 人格测验

人格测验中研究圣召问题应用最广的是明尼苏达测验(MMPI)和主题统觉测验(TAT)。在此谈谈明尼苏达测验研究的结果。

专家们如科伯拉博士,魏斯哥培神父(Fr. Weisgerber, S. J.)和赫尔神父(Fr. Herr, S. J.)都殊途同归地得到结论说:MMPI人格测验对淘汰和选择较为有用,对预测将来成功或失败则效果不大。又说:为识别极端异常者和需要特别照顾者较为有效。

魏斯哥培神父列举下列四大项,对认识修士的心理健康与普通适应有所帮助。在这四大项之下各有若干题目,就这些题目按受试者心理状态给予:合格、不能肯定、不合格的评价,并综合其评价作为淘汰及选择之依据。

1. 心理健康方面

此项之综合评价若不合格则不予收录。

有无心理病症？
住过精神病院否？
曾求治于心理医生吗？
有过心理症吗？
有无因情绪困扰而引起的病症？
常常易于紧张？焦虑？情绪不稳？
神经质吗？
是否变化无常？
常认为自己身体有病？

2. 恪守规则方面

对这一点我们应了解，有创造性的人往往有与众不同的看法，必须仔细分辨。

常表现反抗的态度？
喜欢制造问题？
是否常不守规则，又不负责任？

3. 社会适应方面

是否不合群、不合作？
喜欢强词夺理？
缺乏良好的人际关系？
不能适应吗？

4. 工作成绩方面

对工作懒散、疏忽？
对工作不感兴趣？

只求最少的工作,最低的绩效?

采用这四项评价曾得到:在心理学家认为合格者中都有 29.2% 离开修会;而心理学家认为不合格的当中有 54.8% 仍旧留在修会。可见这种方式不甚理想,晤谈能弥补心理测验之不足,修生自我评价亦有助于对修生的认识。

在报告赫尔神父的研究结果之前,对明尼苏达多相人格测量的目的不妨有所知悉,该测验是为了分析受试者是否有下列十种病态趋向或多种较次要的趋向。

1. 虚感趋向(Hs-hypochondriasis): 具此趋向者显示对身体的健康过分焦虑。

2. 忧郁趋向(D-depression): 即情绪悲观、沮丧、无法自解。

3. 歇司底里趋向(Hy-hysteria): 由情绪之激越而产生身体不适的症候。

4. 精神病态趋向(Pd-psychopathic): 有反社会行为出现。

5. 男女性趋向(Mf-masculinity-femininity): 性反常,对性缺乏正确观念。

6. 妄想趋向(Pa-paranoia): 这类人常有受迫害感,不安全感。

7. 神经衰弱趋向(Pt-psychasthenia): 固定观念与强迫行为。

8. 精神分裂趋向(Sc-schizophrenia): 具此趋向者表现出逃避现实的行为。

9. 浮躁趋向(Mah-ypomanic): 不够热心与活动。

10. 内转社会性趋向(Sc-schizophrenia): 即不开放,

过分收敛、畏缩。

现在试看赫尔神父应用明尼苏达人格测验并辅以学业成就测验(SCAT)所提出十分珍贵的,有关遴选修生该注意的要点:

1. 智能(Mental Ability)

- (1) 理论: 没有足够的智能,不论求学、工作都容易失意、灰心、处事、交往、适应、创造都得有够水准的智能,否则常会引起紧张、退却。
- (2) 实际: 修生要有成就至少(在美国)须具有大学生之智能 98-135(M. 118-1.)——SCAT, 教授之评判虽略宽大,但与之甚符。

2. 情绪自主(Emotional Control)

- (1) 理论: 某人自主的程度和自主的方法为何,对其圣召关系很大。一个人的反应方式和程度是否正常,抑麻木冷漠(Pd-lack of lack of conventional mode of expression),或对某方面过分敏感,如在发育生长方面(Pt-excitability),是否太容易认为别人在批评他,难为他(Pa-suspiciousness)? 若欲激动他当有多少刺激量等等,皆属这个范围。
- (2) 实际: 人对情绪有从高度(非过分地)控制,中度控制和低度控制之分,修生至少有中度控制能力。

3. 疑惑、焦虑和罪感(Doubts, Anxiety and Guilt Feeling)

- (1) 理论: 发现修生心窄罪感固然要紧,但更要紧的是如何补救。设若发现修生容易消沉、疑惑、焦虑、畏惧和有罪感,并且达到很高的程度,则其基本上有错乱,不宜修道。
- (2) 实际: 一般而论,挂虑健康较易为人发现,而心情低落消沉较不易为人发现。

4. 与当权者的关系(Relation to Persons in authority)

- (1) 理论: 太独裁或一味攻击权威都能阻碍从事神职。一味卑抑自己,依赖他人,或将攻击性转向自己的人,也无法久留神职。
- (2) 实际: 过分攻击他人,向人挑战和标新立异,又不能从经验中学习,不会疏导自己的攻击性者,都将成为反社会分子,不会久留神职。

5. 自尊(Self regarding attitude)

- (1) 理论: 我们若要知道某人如何对待他人,应先明了他如何对待自己,视己以“人”,爱己如“人”。因为连自己都不爱的人,也无法爱他人,所以他是否自尊抑或自卑是重要的。
- (2) 实际: 司铎当协调自尊和自谦,二者协调将带来内心平安与整合,思想和情绪之间的协调乃自

尊自谦之基点,否则工作很难有效率。退缩、怀疑、分裂和偏差乃自尊自谦之反面(Disintegration or Disorientation)。

6. 自我与团体(Si-social introversion)

- (1) **理论:** 司铎应能收敛,否则思想和祈祷生活将发生困难。
- (2) **实际:** 司铎须与人往来,具有领导能力,所以亦应有外向能力,外向和内向当取得协调,个人和团体也要互相配合。(何谓神职领袖才能?这一点尚待研究。)

7. 两性适应(Mf)

- (1) **理论:** 修生对两性该有健全的态度,一面承认性能和两性差异的事实,一面须将父职与神职作适当调和,不分男女老幼地为任何人服务。男人对两性有自然的好奇,对妇女的职务和地位表示兴趣;过分有兴趣或同情会使人失去平衡,若采取逃避或着迷的极端态度,将不能顺利负起牧职工作。明尼苏达人格测量在两性适应这项上的价值不大,因此必须设法在信任的气氛中晤谈,则所得的结果必更为可靠。
- (2) **实际:** 人的评判与测验结果相去很远,应用时不可不加审辨。

科伯拉博士和赫尔神父都认为:若某人测验的结果,

其中间点越过平均中间点+58 而又有一项或数项超过 70，尤其如有固定观念或强迫行为的表现，精神分裂的趋向，反社会的行动，这些项目若超过 70 的警戒线者，不可予以考虑收录。任何一种职位都要求宁缺勿滥，何况是永为司祭者！

总之，明尼苏达人格测量为检查不合格者较为有效，若再加上认识修生者之评量，一定更为可靠。

伍、圣召成败预测之可能

人们对心理测验除了欲从中探得应召者各方面之状况外，尤其希望能从心理测验预知修士、会士将来的成败。因为如果能够从应召者的态度、动机以及动机之强弱和意向来分析的话，那么就能预测未来情形。这是遴选应召者工作中亟欲知悉的问题，它不但能避免陶成司铎和修士工作中人力物力的浪费，使陶成上所花费的精力财力不再虚掷在不能完成陶成者的身上；而且从应召者的立场言，也不必把宝贵的时光，花费在与未来职务身份无直接关系的教育与训练上。又各种修会和教会机构应当按自己的特殊目标而订定具体的遴选方法，因为有司铎圣召和无司铎圣召者的要求并不相同；对愿入修会 and 不愿入修会度奉献生活者的要求也不相同，决没有一种“大锅菜”对大家都合胃口，何况不是任何叩修会大门并愿意久留的人都有圣召，他们往往对修会生活的要求并没有清楚观念，以致使他们日后感到心有余而力不足，自己无法负起这生活的重担，与他们共度生活的人也因此而感到不胜其苦。

要识别应召者的态度，不应局限于生活中某一角落的

问题，而当从人类在现实生活中所面临的种种具体问题所抱持的态度去观看。换言之，是通常人对通常问题按其自身之长处和缺点，在与人物事件接触交往中产生喜怒哀乐各种情绪时，所采取消极或积极的态度，从这些态度里，我们能预测应召者对圣召采取何种态度，因而可以鉴别成败之可能性。

亚诺博士(Dr. M. Arnold)认为：类同和投射不一定用在TAT，而该从其行为的方向和动机的度量与结果去认识该人的态度和动机。换句话说，从掇取故事的中心思想(Import)，寻找主角将采取的行为，从讲故事者所抱的态度、信仰、动机、布局 and 结果中揭露其常态和行动形态。通常而论：某人之言行受其经验之影响。说得更清楚些，一个人所以会讲出这样的故事，必因其心有所感而发。因此从这些“故事”中我们可以看见讲故事者面对生活上发生的问题，将采取什么态度和行动：是躲避、闪让？是积极抑消极？是建设或破坏？是有效或无效地面对、寻出解决问题的办法？

从TAT中心思想——布局 and 结果——可以推测受试者的行动方向和行为形态，因为中心思想展示应召者认为在具体情形中，他通常采取的行动和应当如何行动；他认为什么行为是对的，什么是错的，什么使人成功，什么使人失败；当困难来临或横祸飞来如何应付；生命中什么值得他奋斗和牺牲，所以若能发现某人行动的原则，对他将来的行动也能有所捉摸。

动机，影响一个人的成败至巨。仅有平庸才干却有强烈动机的人，其所能达到的成就，远远超过具有卓越天才而

只有微弱动机的人，所能达到的成就。换句话说，古人中外立德、立功、立言的人，不一定是天才人物，他们之所以成就不朽的事业，皆因具有强烈的动机支持、推动着他们，使他们不得不在思想、事业和生活上有所成就。同样地，司铎中之佼佼者和会士中之圣贤，也都有着一股不拔的毅力和正气，使他们出人头地。动机有的是针对终身的份位，譬如：“我要做个从事教育工作的修女”；有的是针对其特殊的工作，譬如：“我要为艺术而艺术”。许多投身于修会的男女可能二者兼全，但也可能只有其一。我们往往听到有的会士说：“为天主的缘故，我愿投身于修会中，但对于教育工作我则不感兴趣。”这样的会士绝不能成为一位有名有实的老师或教育家。有时我们也遇到学生说：“某某神父只是一位老师而已。”这类评语真实与否，我们暂且不论，但献身于主对自己献身的动机不能不作深度的反省，我们的动机不仅当外在，更当内在，这原是孩子与成人动机的分野。

其实工作的动机必须整合在生活动机之内，生活的动机当滋养工作的动机。如此，工作才不致无可奈何，生活也不会无精打采。也惟有这样，会士的生活和工作才能胜任愉快，使超性的生活和完人的生活相辅相成，结为一体。若因服从的美名而轻视对工作内在的兴趣，或用超性精神取代人性的发展，都表示对服从和超性生命的误解，这岂不在无形中对天主美妙的创造加以蔑视？因此若发现某会士对读书或工作十分热衷，对祈祷和宗教生活有些疏忽，纠正的方法岂仅在于消极地轻视读书或工作，抑或在于积极学习如何祈祷，体验宗教生活的美好？生活与工作不但不应分开，还应取得平衡，但这平衡当在发展的观点上着手，而决

不能在退化的情形中完成。也就是说：在针指人生目标的动态观点上获得平衡。

圣召是对天主的积极答复，所以必得从肯定中发展，而不是在否定中完成，这是任何人都了解的金科玉律！因此现在，我们大可反省一下过去修院教育的成败与得失。

根据研究结果：成绩良好的学生，优良的老师和充满希望的会士都认为：要有成就必须采取合乎伦理和纯正意向的行为，惟有应用适当的方法和积极的努力，成功才能掌握。所以要建立良好的人际关系，待人良善，为他人的利益出力；要有独立的思想 and 行为，不应过分受人影响，遇到困难不论为克服困难或避免超过自己能力的难题，都应采取积极的态度，错误和恶意指当受罚。对这些看法实在无可置喙，奇妙的是：成绩不佳的学生，教学失败的老师和前途不乐观的会士竟也认为：即使目标不清，方法不当，也能有成功的希望；不甘心或怨声载道地工作还会成功；虽然有时十分努力还免不了一再失败，认为这是命也；应该不依赖他人时仍依赖他人，然而，即使在需要时也不愿求他人的意见；机遇不佳也无关紧要，这是天意；做错或犯过只说声对不起就算了，不必受罚、悔改或补偿；横祸飞来虽然免不了使人瘫痪，那也只要听天由命。“抱着成功的希望”才是最重要的。不过他们认为“了解与同情”是人生必需品，因为别人不接受他、不协助他，可就注定要失败了，自己努力却不重要。

在神修生活中挫折和打击以及卑抑的机会永远不会匮乏，尤其我们的成就和天主对我们的期待，其中间永远存在着不可跨越的鸿沟，这道鸿沟足以使我们谦卑自下。所以

不必无缘无故地予人失败和羞辱的机会，否则将会走入神修的歧途中。

心理学家虽重视动机和意向，但更重视有效的行动和积极的方法。每个人时时刻刻在追求他自己认为重要的和有价值的事物，因此从人所认为有价值的事物，所取的态度，所抱的信念，和他认为的人生目标中激发其行动及采用积极的方法，而这些价值观，人生观在他与人讨论工作、朋友、地方新闻、国家大事、国际局势时表露无遗。从事遴选圣召工作者能不在分析聆听时，语调话声中去发现应召者如何面对自己的情绪，如何应付困难，如何有所成就，如何与人建立人际关系。当我们能把握到其内心的态度，指出其是否积极或消极时，预测圣召之成败是可能的！

结 语

笔者在小引中曾强调，本文所讨论的不是圣召本身的问题，而是有关圣召的条件。因为这些条件不仅以保存圣召为目的，还以发展圣召和所属的团体与其成员为目的。健全良好的成员组成健全良好的团体，是天经地义的事。然而淘汰远较选择容易，这是心理学家们所一致公认的。因此在取舍之间，总得为应召者着想，顾到应召者心理和精神的利益。为达到这个目标，主持心理测验和担负咨询工作者，对资料运用和自身修养当属十分重要，否则将会铸成重大的错误。

探讨有关心理测验的种种之后，我们愿在此提出几点和读者共同反省：

一、最理想的遴选本籍圣召方式，自然是根据国人自己的研

究,但也可以暂时借鉴外国的研究结果。既然,研究的抽样不同,文化环境不同,时间不同,所以在应用时不可不作适度的调整,而指导者彼此交换经验,也至为重要。

二、拣选或淘汰请求入会者,不仅为修会之利益,更是为请求入会者的好处,否则可能遭到人才和生命虚掷的厄运。尤其修会的生活要求很高,工作很多,心理压力也就较一般人的生活为大,非心理十分平衡的人不能胜任愉快。实施心理测验后,最困难的是如何向接受测验者解释结果和其意义,使他能积极地接受,并予以应用,作为人格成长的跳板,或接受心理治疗的机遇。

三、兴趣测验能使人知道对哪类工作或生活方式较有倾向,而更要紧的是观看他对整个人生的兴趣如何,为此不可不加以分辨。

四、正常的人永远是独特和充满生气,所以决不能预测其将来,或规划其行为。遴选者当虚心接受自己的限度,应顺其自然,而不设法去了解和控制一切。

五、多种测验自然较一种测验效果更大,以次序而论,先用明尼苏达多相人格测量似乎最好,因为它较易显示人格之正常与否,对淘汰和选择都有用;若为预测修士修女将来的成败,则效果不大。

六、各修会在基本立足点上虽然相同,但无可否认,各修会各有其特殊的性质,所以应当设计符合该修会特殊性质的遴选办法,其他修会的选择标准可作参考,却不一定完全有用。例如从事教育与从事医务的修会,自然有不同的要求。

七、年龄不同,在陶成方面也就有很大的出入,譬如在小修

院中强调迁就和守规，在研究所则偏重独立和创新。成年人的圣召和青年人的圣召各有不同的要求。

八、成功和失败的会士或司铎情绪上的差别是值得注意和研究的。譬如有神经衰弱趋向的人，有固定观念和强迫的行为；有神经分裂趋向的人表现出逃避或否定现实的行为。失败和成功者之间的差别常常是在度量方面，失败者往往较成功者为夸大。可是从态度和动机来看，二者之间的分别就很大了。换句话说，他们对修会目标和宗旨的看法，与其所参加修会的目标和宗旨可能有很大的差距。

九、亚诺博士用主题统觉测验预测圣召成败的研究最具绩效，也最有趣味。对圣召心理测验有兴趣者，大可用这工具和题材写一篇博士论文，对我匡教会一定会有很大的贡献。

十、将来研究的方向，大致而论：

- (一) 范围不宜太广，控制和计划越周密，研究结果的价值也就越大。
- (二) 可与基督新教人士在研究上取得密切合作，研究结果的价值也就越大。
- (三) 分别并有系统地研究各种不同修会团体，不同职务的团体，分布在不同地区的团体，收获将更为丰富和精细。
- (四) 不仅从静止的平面去研究，还须从演变的角度去研究，否则对于陶成计划，协助成长和遴选的效果不易把握，预测更不容易了。
- (五) 修士、修女的兴趣在不断的变化中，按不同时期和

发展阶段,兴趣也随着变化,这是值得研究的问题。
甚至测验的环境、条件、时间,以及受试者与主持测验者之关系,也是值得注意和研究的问题。

上主! 请派遣众多而有才德的圣召,以扩展祢的神国!

修会培育新观

Roger Champoux, S. J. 著

严任吉 译

深度心理学如何协助揭示那推动个人入会或出会的种种复杂因素？并了解个人神修价值观与个人心理的内在联系？罗马额我略大学心理系主任，1976年布鲁塞尔，国际宗教心理学委员会，五年一度学术奖得主鲁拉神父(Father Luigi Rulla, S. J.)，系统地陈述了司铎及修会圣召在心理上及社会方面的因素。

心理学研究注意到修会生活的困难，是多年以前的事了。葛定神父(Fr. Godin)在近期的著作中指出，过去25年来，从心理学的角度，对司铎及修会生活的研究不断在增加。纵然在许多国家做过多方面的研究，但很少有前后一致及明确的结论。因为很少是针对修会生活做专门研究；另一方面，几乎所有的研究总有方法论的和概念的差异(如对人类学和神学面的不同了解和解释)。

在此情势之下，鲁拉神父和他额我略大学心理系同仁的研究工作渐渐受到重视。这些研究的方向，是把司铎及修会圣召在心理上、社会上种种因素和理论，做系统的整理，做科学的分析，成为有助于修会培育的学说。

本文第一部分，概论鲁拉神父的圣召发展学说。第二

部分讨论鲁拉神父研究至今所获致的主要结论；它与个人当初选择入会及决定出会的动机有关。最后一部分，主要是就涉及修会培育的问题加以讨论。

壹、概论圣召发展

(一) 现有不足的理论

对于“人格”的研究，可以说有各式各样的学说，例如佛洛伊德的精神分析说，史基纳的“行为论”，罗杰斯的“自我完成论”等等；但是，它们都没有足够清晰明确的立论，使我们能用以发展另一套为修会生活经验所确认的学说。尤其不可能（也尚未尝试）以这些理论，作为研究个人圣召的基础，而导致更没有科学上确定性的结论。此外，这些学说，从未把修会生活的价值列为考虑的因素，而这些崇高价值是修会圣召生活最基本的特性。

当然也有相当数量的讨论如何选择职业的论文，它们借着人已有的一些态度，解释如何去选择事业或职业。这些学说有一个共同点：把“自我实现”，“自我完成”当作各种职业选择的基本动机。我们立刻可以问：这样的动机是否足够尊重修会的圣召？事实上正相反；追随福音劝谕，不正是叫人弃绝一切（包含弃绝自我），为的是更能追随基督吗？若把“自我完成”当做首要的事，便与以“自我超越”为基本方向的圣召生活发生冲突。

以上的情况，都成为极有意义的理由，促使鲁拉神父竭力整合修会神修的价值与心理学的见识，发展为系统的学说。概念化的过程中，自然吸收了许多学说或定理，当他们转换为具体的术语时，必要以实际的修会生活做试验。否

则,这些合乎逻辑,有稳固基础的学说也只是理论而已。

鲁拉神父把影响个人入会、持守圣召,有效的发展圣召“动机倾向”作为研究的旨趣和目标。他第一本书的小标题:“在社会、心理上的新观”,首先与个人心理的动力有关,这就是内在于个人,左右个人行动,抓住个人注意力的动机倾向。然后还必须在个人与社会、文化的关系上研究个人的动力来源。

(二) 神学前提

为了答复圣召生活的困难,探讨个人隐含的动机,先该确定圣召的特质。从神学的角度,以梵二的文献为基础,对于司铎及修会圣召,有以下三个共同因素:

一、修会圣召首要的是“天主的邀请”,是天主借召叫而给予人的内在恩宠(这是白白赏赐的)。这召叫邀请人献身于司铎职务,或透过修会神贫、贞洁、服从三愿,善度福音劝谕生活。

二、圣召是天主对个人整个存在的召唤。它不单召叫人“兼差”,不单召叫人尽某种职务或从事某种职业。圣召是召叫人成为一个新的存在。这些信仰的因素,支配个人追随圣召的动机,也整合了个人的一切。这些信仰的因素也赋予修会圣召“自我超越”的特质。司铎和修会圣召的抉择,是愿对耶稣基督神国的绝对价值作证,作一种“全天候”的许诺。

三、接受圣召的人,将要担负起一种新的义务。它超出那包含在每一位基督徒领洗时所接受的“成圣”的召唤。这个新的义务,涉及个人在教会内,永恒地选择了一种特殊的

生活方式。

前面简短的提示,使我们明了修会神修的价值,圣召生活中的重要性,借着这些根本的价值,促进个人达到人格的整合与一致。而这一些价值是很明显的,在实际的修会生活也格外的真实。仅就是这些价值而言,一个受过洗礼的基督徒与修会会士的生活并无显著的分别。福音劝谕的生活,对基督徒也是一样的真切;基本上都是要求为天主,为人群而生活的价值观。

(三) 心理学前提

从心理学观点,我们如何将修会圣召的神学基础与心理多元性的幅度加以整合,作为研究人格的路线?在以下的篇幅中,将多次提及“潜意识”(subconscious 它包括下意识 unconscious 及意识前 preconscious 的一切——译者按)研究的成果。“潜意识”触及现实的生活,虽然大部分长上和属下不见得认识它,“潜意识”的作用,却很深地影响修会个人及团体生活。

过去如此,现在仍旧有同样的趋势,就是在考虑某人是否适合入会时,要看他或她是否有精神病,是否有高尚的品格,是否有自由选择的能力。修会团体也请心理学家协助做些测验,以婉拒有心理变态的人;这都显示修会当局已经意识到有些心理因素,可能影响到个人对修会生活的适应。撇开那些精神病患者不谈,一般人以为入会者应该有能力适应修会生活,并持之以恒,有所成长。因此对那些出会的人,往往会说他们不够努力,没有善用天主所赐的圣宠。但是,在精神病态、完全失去自由和精神健康、完全自由的两

种情况之间,是否会有其它的情况?从非常严重的病况,完全摧毁个人运用自由的能力,到没有什么心理因素削弱自由的行使,是否还会有其它许许多多的可能?意识与潜意识之间,彼此就不能有更密切的关系吗?假使是潜意识的作用,影响了个人入会或出会——虽很难获知,但至少有一种程度的确定性;那么我们了解意识中事物状况是不够的。我们怎能不考虑潜意识的因素呢?而在对申请入会者评价及选择时,就不只研究是否有精神病征候,也不只看他的兴趣、能力、态度,以及意识到的理想、愿望;而要注意申请人潜意识中究竟有什么不同程度的动机。在他受培育的过程中,是否有能力将修会的神修观“内在化”、“个人化”?对于修会确定的价值体系,除了接纳申请入会者热心、诚挚的态度,向往圣召理想的表白;也要探讨行为的根源,可能是很复杂的背景,去了解潜意识中有哪些需要和愿望。

众所周知,人格是由那许多不同与复杂的因素塑造而成的。我们愿从两种角度讨论:“结构”、“内含”。从“结构”的角度看,人可分为两个层次:有意识中的理想的自我与存在于意识及潜意识中的“实际的自我”。换句话说,一方面个人愿意什么,希望成为怎样的人。另一方面,他实际上是怎样的人,他习惯如何行事(也许他自己并不知道)。

在以上的结构内,从“内含”的角度,人又可分“价值观”、“态度”和“需要”三面。人借“价值观”表达自己最愿意达到的理想生活。而修会圣召生活的价值观就是与天主结合、师法基督,以及神贫、贞洁、服从三愿。“态度”是把“价值观”的理想,实现在具体的行动中,比“价值观”更明确、繁杂。例如修会服从愿的价值,就能以许多不同的“态度”付诸行动,

如尊敬长上,有效地善尽使徒工作职责等。“态度”有表达“价值”的作用成为“价值”与行为的中介。每个人理想的自我就是由他“价值”与“态度”结合而成的。

实际的自我,除了个人惯有的行为以外,同样也包含意识与潜意识的“需要”。“需要”是每个人固有的,在器官上、情绪上、心灵上的行为倾向。现代心理学列出人有二十种根本的“需要”,如依赖、性、自主及求知的需要等。“需要”与“价值观”一样,要借“态度”来表达。例如攻击性的需要,在拒绝接受权威中显示出来;也在不愿与人合作,批评他人的倾向中实现。

若把人比作一支杠杆,态度就是支点:“价值观”与“需要”支配“态度”,“态度”成为一个中心,它的行为可能来自“价值观”的推动,也可能是“需要”的驱使。“态度”可能侍奉“需要”,表达出需要而加以满足。或者正相反,“态度”会因“需要”无意识地维护自我。例如一个发展温良与顺从的态度,以掩饰攻击性的需要,这才是标准的自我防卫。

(四) 一致与不一致

有些“需要”导致的“态度”与修会圣召的基本价值并不配合(或说有冲突)。如攻击、性及依赖等“需要”。也有些“需要”与修会的圣召价值是一致的,如克服阻碍与困难,求知及要求“秩序”的需要。

“态度”若只是表达价值观,倒容易分辨一个人是否适合修会生活,也较容易确定修会圣召价值的存在,澄清在“态度”和行为当中所要显示的价值观。修会长上对于受培育者的“态度”和行为,能够加以逻辑的解释,并帮助他们明

白,接受修会生活的价值观。

但是隐藏的自我(Latent self)把一切弄乱了。“态度”不仅受价值观支配,也可能出自意识或潜意识的“需要”。换句话说,理想的自我(也许只有部分),是隐藏的自我之投射。举个例子我们就会明白,基督徒的爱德可以在许多情形下实行。如为他人服务,为传教事业祈祷,或是谦逊地接受他人的意见。这些外在的态度,可能会有与爱德相去极远的动机。为他人服务,若为满足非常强烈“依赖”的需要,正是违反爱德。“给予是为了接受”,根本不是利他的爱。尊敬他人意见,也许由于个人的不安全感,背后却是一个不能自由表达的自我。这些动机很容易逃避人的意识。某人因信仰的热诚献身为他人服务,并不一定理会仍会以自我为中心。某人在任何交谈中,自认常以恭顺的态度尊敬他人意见,分析下来,事实是他对自己缺乏信心。

事实上,理想的自我与实际自我能有许多冲突。而这种冲突可能被意识到,可能仍在潜意识中。大体说来。建基在价值、态度、需要等动力根源的人格,可分为以下四种一致与不一致的类型:

(一)“社会上”的一致:指个人意识或潜意识中的需要,与此人的价值观、态度相配合的情况。如内心有帮助他人的需要与慷慨大方的态度配合,也把价值观中的爱德具体的实现。这种一致性被称为“社会上”的,是因个人与修会(社会)环境适应得很好。此名称也能与其他名称相对照。

(二)“心理上”的一致:指个人的需要与价值观相合,但与态度并不配合。如个人有“助人”的需要与爱德的价值观很配合。但表现在外的行为,具体的“态度”可能正好相反:

多少能让人意识到,此人有攻击、自我为中心的态度。这样的人在社会上有些失调,在心理方面基本上仍是一致的。

(三)心理上的不一致:指潜意识的需要与价值、态度都不配合。例如有人潜意识有“被人帮助”、“依赖”的强烈需要,而态度走完全相反的方向:经常地帮助他人。这个人外表可能是很有爱德的会士,但心理上并不完全和谐。态度上他要表明乐于助人,心理上却是自我防卫,分析到最后,仍是“给予是为了接受”。

(四)社会上的不一致:潜意识的需要与圣召不合;态度受需要的牵制超过了价值观的吸引。“依赖”的需要,可能产生一些与圣召不合的态度,如不断地渴求友谊,放弃私人祈祷等。

附简表:

(一)	价值: +	态度: +	需要: +
(二)	价值: +	态度: -	需要: +
(三)	价值: +	态度: +	需要: -
(四)	价值: +	态度: -	需要: -

要评估个人在心理上、社会上的协调与否,也必须考虑到其它各方面:辨别是在意识或潜意识中,以及向心性的程度。个体虽有不和谐的情况,仍可能使之自由抉择,有所进步。另一方面,潜意识的和谐,尤其内在的需要超出了中心价值,会使会士的生活常处于守势,或迫使人出会。

我们该密切注意“需要”和“态度”如何工作,以便找到个人主要的动机倾向。不同的需要和需要程度的差异,和谐与不和谐会同时存在于个人。但我们仍能认识蕴藏人心

的巨大活力，即推动人入会、出会、结出圣德果实的主要动机。

（五）自我超越

自我超越概念的表述，总括了整个理论。修会圣召是要求个人自我超越。从接受天主的召叫起，开始追寻超越了自我的价值，而非走向自我实现。会士所追求的，首先是在他人及自己身上使“天主及其正义”实现，“其他的自然会赐予我们”。福音劝谕召叫我们去爱，把自我给予他人，弃绝自己。因此价值观，会士的“理想自我”便建基在爱德之上。

因着教会及私人对爱德的要求，也假定有天主的圣召，会士便会以“许诺”作为生命的答复。这种抉择的能力，是建基在和谐的基础上，显示理想的自我与实际的自我融洽一致。若潜意识的需要，并不支持态度实现价值观的要求，那么只有外在的价值，并不保证个人在圣召道路上能持久，并有效地实现圣召的理想。

（六）价值内在化

有一个基本的观念：圣召生活的成熟，假定会士能生活于福音价值中，对价值有内在化的能力。就心理学而言，成熟的过程，经常呈献出个人逐渐整合塑造自己的不同成份。一个成熟的人，是假定他或她在自由抉择中，不论意识到的或潜意识中充沛的驱使力，已经有足够的把握。圣召的成熟也是一样，呈现情感与神修的整合。这就是基本的观念，为我们说明情绪的需要与神修价值的配合，使圣召生

活继续成长。价值内在化是圣召成熟很明显的过程,内在化是使培育者因天主的召叫,修会价值的吸引,在受培育的阶段,整合于相合价值的动机体系中。

“价值”与“需要”之间的不一致,“价值”无法与个人的动机体系整合,能造成理想的自我与实在的自我之间的分裂。在这种情形下,由于他选择圣召价值是急于防卫自我,以反对潜意识的冲突,或者为了满足潜意识的需要,个人对圣召价值的皈依,将只是很外在的。他追随圣召的价值,若继续要满足需要或防御自我的冲突,圣召的价值对他而言,将继续是外在的。这个人会自信受了信仰的熏陶,确实长大成熟,而这些看似明显的成长,可能纯粹是外表顺从长上,或与团体认同的结果。论外表顺从长上,指他愿意受长上或团体的影响,并不是真的信服,而是为获致某些酬报,如获准发愿、晋铎、或避免处罚等。论与团体的价值认同,指他因个人缺乏安全感,想借对自我与他人、团体之间因建立某种确定的关系,以补足他摇摆不定的个性。因此,他接受会规和修会的价值观,是想借此关系满足和确定自我。

无论如何,内在化是假定圣召价值与申请入会者表里一致的理想吻合。在个人实现他内在的价值时,也显出他真实地接受了圣召的价值。只有这样的内在化,才能使入会者不受家庭、环境、会宪的压力或潜意识的需要而左右,对圣召生活能自由地抉择。达到内在化的能力,当然视人格和谐的程度而定。修会传统的培育方式,主要是借讨论、避静等神修方法,提出修会圣召的价值,假定个人有能力把圣召的价值内在化。对那些尚未具备内在化能力的人传统的培育方式,并没有打算增加他们内在化的能力。这种情

形可帮助我们了解一些现象,就是有些人在初学或晋铎前,热心得像个小圣人,而离开初学神师和外表不再维持热心的环境后,在很短的时期内,就有令人痛心的转变。这些可见的改变,大都限于外表行为的层次,或停在意识状态的理想,始终没有触及人格深处强大的动机力量。

(七) 理论中超越文化的特点

既然考虑过个人入会、出会,可能为满足需要,避免冲突,价值与需要不一致的种种因素,也就能看出这一套理论超越文化,超越环境的性质。这种超越环境的特点,可在人格的“内含”、“结构”中察觉。

人格基本的“内含”曾在“价值”、“需要”中讨论过。修会生活的五个基础价值是:

最终价值:与天主结合及师法基督。

功用价值:神贫、贞洁和服从。

因时代、文化的不同,实现这些价值的生活方式能有所不同,但它们始终具有修会生活主要的、不变的意义。至于“需要”,本来是人性内在之因素,因此也是不变的。依据社会与历史的情况,“价值”与“需要”的外在表达,及某种“价值”或“需要”实现的程度,能有极大的转变,但内在于人的“需要”是不变的。如攻击性、依赖性、性、知识、克服阻碍和困难的需要,始终存在于人心。

至于我们提出的另两个观念:“理想的自我”与“实在的自我”,及两者之间的关系,是属于人格“结构”的特点,它也超越时空的限制。当然,非洲人与美国人理想自我的形象与价值必定不同。同样地,一位青年会士与一位隐修院年

长的修女潜意识的想像与需要,当然也不同……但是,这个理论也不愿涉及因人而异的不同理想,和实在自我的具体内容。我们愿集中讨论人性和修会圣召,在结构内在的因素。因此,我们可以超出一些范围(如“历史的转变”、“一切都是相对的说法”、“不同的神修道路”),达致一些结论。

贰、研究结果

(一) 入会并持守修会圣召

经过前面一般性的探讨,对于影响入会及坚守圣召的因素,我们仍愿问些问题。鲁拉神父及其研究同仁仍在对以下的五个问题继续研究:

- (一) 申请入会者选择圣召道路,是否主要地依据个人自认是怎样的人? 或自己愿意成为怎样的人?
- (二) 是否必须完全相信申请人所宣布的动机? 或者也要考虑潜意识可能的动机?
- (三) 假使所意识到的动机,不是个人全部的动机,那么它占有什么角色? 再者,潜意识的动机究竟占多少? 个人意识和潜意识动机的特性是什么?
- (四) 个人的精神动力,在申请入会时,展望未来的修会生活,是否会有持续不变的倾向?
- (五) 影响个人入会的精神力量,是否也影响他离弃修会生活? 或者使圣召的成长受损?

本文不讨论收集与分析资料的方法细节;根据几百位教区修士、男女会士和美国在俗学生研究完成的结果,我们先简短地回答以上五组问题。

（二）入会的意识动机

有了一个清楚的趋势，望会者在选择修会生活时，比较以自己的理想（自己将来可能成为怎样的人），而非以意识到的自我为准。望会者多少把修会会规理想化、概念化之后，作此选择。看起来，他们理想自我的本身已经归属于会规。

理想自我对入会的决定所起的广泛影响，超过实在自我的影响。这种紧张状态实有助于个人发展圣召生活，对恩宠的开放、完成传教使命。然而，人不只受到理想的推动。

（三）入会的潜意识动机

一般而言，望会者有强烈的倾向，把自己和修会理想化，因此，在入会时可能不够实际。而潜意识的和不和谐，会加强这种不实际的现象。不够现实的情况，是个人潜意识的需要与他所说出的理想不合有关。换句话说，决定入会不只受个人理想催迫，作出自由的抉择，也是潜意识需要的促使。当然，个人并不一定知道他入会是为了满足某些需要，或解决、防止一些困难。暂且不论望会者不容置疑的诚恳和慷慨，对于意识中自我和动机的描述，并不能视为充分的根据。也要考虑到潜意识的因素，也许个人受到潜意识精神力量的驱使，产生了意识中对自我和动机的叙述。

如同前面所说，对于自我和修会会规某种程度的理想化是正常的，有益的。因为它表达了个人渴望成长，对恩宠的开放。但是，只有在理想与实际的自我没有潜意识的冲

突时,某种程度的理想化才是无害的。

在这种角度下,使望会者延期入会是很普通的措施。延期入会有明显的益处,特别是望会者尚未解决某些困难。但是延期入会对望会者的潜意识冲突是否有实益?在社会上的工作经验是否真的影响个人?影响到什么程度?更可以预见的,无论在何时何种环境中,个人仍会在保护自我、躲避冲突或满足需要的行动中,显露潜意识的的不和谐。而由于望会者内心的不和谐,产生种种自我防卫的态度,使他对修会和自我过度的、不实际的理想化,仍会持续不断。

(四) 潜意识的普遍动机

请大家严肃地反省以下的研究结果:百分之六十到八十,占有极大比例的入会申请人,他们的圣召动机,主要是为了满足潜意识的需要。因此决定入会者的潜意识动机是非常重要的因素。此外,潜意识动机中,有些需要,如攻击、自贬、和自我辩解的需要,更是有特别切身的关系。我们也可以预料,这些与圣召价值不一致的因素,在持守和有效地实现圣召理想时,能造成很消极的影响。

我们不谈论精神病学的个案,虽然有些情况显示个人心理不够成熟,我们更加注意个人情绪和圣召的成熟问题。这些使人成熟的因素,在入会以前就存在,所以不是起因于修院教育。

(五) 圣召不和谐因素的持续性

下意识的活动,下意识的冲突,因为很不容易被察觉,就具备持续不断的特性。因个人用自卫机能掩饰困难和挫

折的根由,只从外在行为和经历,学习不到什么。个人虽用各种方法——如改换工作、环境,参加新式避静,试用新的祈祷方式,寻求新学说理论——但因没有触及冲突的真面貌和根源,下意识的冲突仍继续存在。

事实上,在对一群男女会士所做的研究结果显示,四年的修院教育并没有使他(她)们的情绪更成熟。无论修士、修女,各只有2%的人,在情绪上的成熟方面获得了修院教育的益处。在对自我是否彻底了解方面,同样也只有些许进步,86%的修士和87%的修女入会时,对自己主要的冲突或是部分、或是全部的无知,四年修院陶冶后,83%的修士、82%的修女对那些冲突仍茫然无知。

有趣的是下意识冲突持续性也可以从转移的现象显示出来。会士与权威或同辈的现有关系中,会重现他幼年期或青春期与父母亲友的关系。这种过去经验的复苏、使人重复地“往后看”,也增强原有的不和谐。实际上,研究结果显示,69%的男性会士和67%的女性会士,在修会陶冶的过程中,确定有关系转移的现象。此外,这种关系的转移是与个人及家庭内的冲突连结在一起的。在转移性的关系中,个人所表露的不过是承继、重复家庭内的冲突。这些就是所谓的个人要面对的恶性循环,若没有认清转移性的关系,原有的冲突就会永远保存,而且加强自我防御以抵抗内在的冲突。

研究结果提出了一个重要问题:假使四年的修会教育,不能让个人在情绪上的成熟有些根本的转变,那么修会陶冶究竟有何实益?值得向大家报告,我们是遵照梵二的新指示,在1969年至1972年之间完成此项研究。

每个人本身有能力,并配合天主的助佑,以改变自己,完成自我。但研究结果指出,相当多数的修道者受了下意识不和谐的控制,不能发挥内在的潜力。

(六) 还俗的动机

过去十多年来,许多司铎离职、男女会士出会的现象,能够用以下几个原因加以解释:个人与圣宠的合作问题;个人与团体的磨擦;会规、会宪以及修会结构本身问题;大概受到社会、文化历史环境的影响,怀疑教会结构的功能;个人人格的特殊原因,我们研究注意最后一个因素,即影响个人入会,最后又放弃圣召心理方面可能因素。

研究结果指出,推动个人入会与迫使他出会的心理原因不必一定相同。入会时,理想的自我是受价值、态度的诱导;但理想本身并不保证个人能坚持到底。

为解释出会的现象,必须考虑心理方面另一股力量,即价值、态度、需要之间的一致或不一致形成心理平衡或不平衡;我们也可称为“可预知的内在化能力”。价值、态度、需要之间愈一致,内在化的能力愈强,坚守圣召的能力也愈强。研究结果显示,个人结构内不和谐,与后来的出会有重大关联。因此,和谐或不和谐决定个人对价值内在化的能力。而内在化能力之强弱成为个人持守圣召决定性的因素。

圣召价值若没有内在化,下意识不和谐的情况未加以调整,个人对修会的诺言(发愿)是可怀疑的。个人下意识愈不和谐,对未来愈充满不实际的理想与不能实现的幻想,理想自我与实在自我之间的矛盾,伴随个人对现状极不满意的情形,会助长原有的冲突。人愈来愈不满意的真正原

因,并不很容易全盘了解。这是因为个人内心的冲突属于潜意识;而且如果人一旦知觉他内心冲突的真相,很可能会因为严重地伤害自尊,使他无法面对。对自我的不满意,也会投射到教会和修会的结构上。随之而有的现象可称为“知觉上的歪曲”,即遇到外在的事件,它阻碍人做正确、客观的判断,曲解圣召价值、态度的正确意义,而以个人奇特的想法重新解释。长此以往,当他有一天发现被修会团体隔离,自己与团体疏远到无可挽回的地步,似乎合理的结论就是离开修会。

当然不能下结论说:内在有冲突的人,早晚要出会。从一方面看,价值、态度、需要一致的人,在经过一段试探期后,发现不能答复自己计划要实现的理想,他能作出客观、成熟的决定,选择其它生活方式。另一方面,内在不一致的人,也可能不顾下意识的冲突,继续留在修会中。例如修会生活提供其它地方不能给的安全感。若是如此,在修会使徒工作的效率上,就要遭受此人圣召缺乏成熟的损失。

叁、研究结果与有关问题

(一) 成圣与人格成熟

研究结果为修会培育提出了一些严肃的问题,我们愿进一步解释这些问题。首先,我们愿对成圣与人格成熟做更适当的了解。

圣德是天主爱的临在于人的效果。圣德全赖天主白白的赏赐和个人自由的答复。无论个人心理习性如何,圣德清楚地假定人有点自由。潜意识因素有可能限制住自由的范围,使恩宠的行动受阻。因此,我们可分主观与客观的圣

德。主观的圣德,是在于个人心理上的成熟程度。客观的圣德,是在基督内有了生命的转变,与个人情绪与人格的成熟有关。

恩宠的力量必然超过潜意识的限制,彻底地改变个人。但是这种神迹式的转变,最好当作一种例外。研究的结果显示:天主尊重人的自由和改变的法则。我们也很难看出为什么天主平常不尊重祂自己创造的人心理活动的自然法则。

会士人格及圣召的成熟,必然也是传教工作的重要因素。成熟的会士能成为天主有效的工具,敏感传教的需要,成为基督价值令人信服的见证人。如果会士几乎没有内在化神修价值的力量,基本的态度会催促他更顺应个人的需要,而非走向自我超越的理想。在福音、礼仪、教会中,他聆听及传播天主圣言的才能,明了现实深刻意义的能力,都将使他濒于险境。他很难处置自己,也没有能力为了更大的爱弃绝自己。

(二) 圣召的实在危机

我们的研究对圣召的真实危机究竟说些什么?“危机”可在多人出会,而很少人入会的情况下探讨。关于出会还俗的问题,研究结果透露了一些有趣的观点。虽然我们也必须考虑极多的社会文化因素。但出会的事实显示,部分归因于潜意识不和谐因素的存在和圣召理想不一致因素继续增长的消极影响。

这些不和谐的因素并限定在某些特定的国家或年代。为什么过去十年来出会者如此众多?这是受到社会与

文化方面因素的侵入,在修会的结构中,发生了重要的功能。在过去十多年来,修会结构显然失去了它的重要性,个人在其中得到更多的自由和责任感,对会士个人就要求更大的适应力。但是修会并没有给个人真正的心理准备,使会士能以成熟的态度善用自由。若是不一致的情况遍及个人生活,对修会会规等只有僵硬的忠诚,修会结构会增强他的顺从,支持他的摇摆不定,协助他持续圣召。当此种结构消失,那些始终在环境压制下,严重损害会士自由和圣召选择之不协调需要,开始寻求表达。因此,圣召缺乏成熟的人,这是原因之一,让相当数目的会士没有能力接受使用个人自由的挑战。

必须附加说明,重新恢复过去的修会结构并不是还俗原因的解答。坚守圣召的毅力能加以创造,产生效力,但依靠的是个人对圣召理想内在化的能力,而非会规外在的约束,或只简单的推崇圣召价值。

(三) 入会候选人的选择与培育

我们该如何选择和教育要入会的人?我们是否必须婉拒所有潜意识不协调的人?那么,按资料调查,只有10%至15%的望会生够资格留在修会中,修会团体人数会慢慢地减至几乎零。潜意识有冲突,是否等于此人没有圣召?或者说他自己愿意修道也可能是天主召叫的一种方式?这些假设变得非常重要,修会当局除了要分辨是否有不协调的因素,也有责任协助望会生分析、解决冲突。

显而易见的,修会必须保存训诲的教育方式,如避静、讲授会规、会宪研究等。但也不能忽略研究结果所指出的:

大部分初学生,尤其内在化能力较弱的人,修会的传统教育方式不会产生效果。

数年来,修会教育当局也强调各种试探的价值,尽可能提出各种机会,让青年会士体验不同的角色,如派做老师,往大学读书,参与为穷人服务的工作,从事创新方式的传教工作,参加各式的祈祷会等等;但是,因为个人内在的冲突,无力从各种试探中获益,这些体验人生价值的机会又有何用? 体验不同的角色,并不能让人自动地跳到成熟的地步,正相反,成熟是靠个人有内在化的能力,才能从不同的体验中获得实益。我们固然可看出“试探”使人工作的范围,和可能性扩大: 大学文凭能使人教书成功,社会工作经验让会士了解穷人的真实困难和解决方法等。但这些经验本身是否保证传播福音的工作更有效? 传教的效果是不能与工作效能相混的。前者是基督徒价值可见的证明,指向福音的价值;后者的方向却局限于那些角色本身,换句话说,不同角色及工作的体验,若不奠基于先存的精神动力,使之内在化圣召的价值,在个人神修及传教成熟方面,不会有任何长进。如果受试探的会士不以角色为工具去实现福音的理想,而以角色本身为目标,将会养成固定的习惯,以角色或职业来鉴定传教的效果。这人除了教书或在某市担任某项要职,他就不能侍奉天国。

所以,会士为了要使福音价值在生命中生根,必须有内在化的能力。要想从不同的人生体验中获得实益,也必须有内在化的能力。那么要如何发展个人内在化的能力呢?

(四) 心理学在修会培育中的职分

圣召的一般困难可分为四种类型：一、神修的困难(如对信仰及理论生活的怀疑)。二、心理发展所产生的正常困难之结果。三、潜意识圣召上的不和谐。四、精神病理学的困难。

前两类型的困难不难解决。可是,有时候它们是不和谐或某些症状的表达。在这种情形下,要解决困难,必先解析不和谐及症状的滋扰。但研究结果指出一些常用的方法(如神修辅导、良心的考察、群体动力、不同的生活体验),均不能解决不和谐的情况和下意识的冲突。因此,采用心理学来贡献出培育的新方法是必需的。

到目前为止,修会团体采用心理学家的贡献,仅限于以下两个功能:“淘汰”或“治疗”。审查不合适的望会生依然是必需的。但更好在入会之前举行。严格而论,对精神病患的治疗,不是圣召陶冶本有的功能。在修会陶冶中,心理学的角色有以下三个功用:教学性的、预防性的、整合性的。心理学的贡献,特别是在协助会士发展内在化圣召价值和态度的能力上;注重预防治疗。事实上,个人入会时,已经能够发现将来会遭遇到的困难之来源。我们何必非等那些困难发生、扩大,甚至不可挽回时才想办法。更恰当的是从起初就了解,并克服那阻碍人格、神修成熟不协调的因素。因此,不能把心理学与神修学一分为二。修会培育应提供必需的神修滋养,也要保证个人消化,内在化这些营养品的能力。假使修会培育的过程中,个人的神修与人格没有整合,本来能有令人欣慰的成长,却成为遭受挫折和孤立

的来源。

为了要协助受培育者,在对自己有把握中,发展神修生活,修会需要“新式”的陶冶者。对于修会中负有教育会士责任的人,我们提出两个新的条件。首先,培育会院的导师必须了解并超越了自己的冲突和心理困难,以免把自己的困难和冲突投射到受培育的人身上;也避免按个人的喜好或主观奇特的见解注解会规、会宪和修会传统,不根据修会的圣召价值,却以多少有些折衷或妥协的态度说明一切。现代的培育者应有能力识破受培育者的诡计,即有意无意地把深藏在内心的冲突屡次“关系转移”到培育者身上。第二、培育者也应有能力,当与受培育者来往时,敏锐地察觉与潜意识冲突有关的问题,而且能当机立断,把握恰当的时机向受培育者点明。

以上第一种新培育者要有能力助人辨别圣召的冲突。第二种培育者要有能力协助别人,自己解决自己的问题。而这些困难,问题的潜意识本质,要求负有培育重任者接受深度心理学严格的教育。

我们说“新”的培育者,并不是指他的角色与传统的神修指导、初学导师、暂愿导师不同。使他“新”的因素,是他除了要帮助善意的初学者发展意识中的神修生活,能帮助初学者整合神修与潜意识生活,从各种冲突、需要的牵制中获得自由。并能帮助会士增强内在化的能力,更真实地生活于圣召价值中。鲁拉神父及其研究同仁认为急需向大家提出这些结语。

从事牧民工作者对心理病症 当有的认识

来求见神父和牧民咨询人员中有各色各样的人，他们的问题更是有奇不有；有些人相当健康，但有些人却有点异常，他们对神父或牧民咨询人员的协助会有不同的反应，所以对求助者必须要有分辨的能力。有的人能从我们这里得到很大的帮助，有的人根本不能从我们这里得到任何帮助。我们也由于准备、培育和经验不足，可能没有帮助他们的资格。他们需要密集的心理治疗，身为神父者通常因为在这方面没有经过特殊的准备与训练，也没有充分的时间从事治疗工作。可是精神不正常和情绪不平衡的人仍然不断求见，因此神父们和从事牧民咨询的人员不能不对心理病症具有识别的能力；自己有能力和时间就予以协助，自己没有能力和时间则介绍给专家们去照顾，介绍给人之后，自己仍可以从宗教的立场从旁协助，与专家们取得密切合作。

每个人或多或少在心理上总有一点不正常或情绪不平衡的现象，世界上没有一个心理完全正常的人，某心理学家曾说：“世界上心理完全正常的人有两位，一位已经死去，一位尚未诞生。”因此我们可以说：心理不正常，情绪不平衡是司空见惯、不足为奇的事。但是究竟心理不正常，情绪不平衡要达到何种程度才算是心理病症呢？什么是心理病症

的症状？

要想给心理病症下一个定义不是简单的事，因为专家们还有许多分歧的意见。我们只能说：心理不正常的人是不能有效地工作和生活的人，他们不能建立良好的人际和人事的关系，使他们在给予和接受之间失去平衡，因此在职业、社会与家庭方面得不到充分的满足及幸福。为应付每天的生活，他们常有困难，他们没有真正的朋友，婚姻生活很不稳定，不能久留固定的职位，行为常是与众不同，自我封闭，很难跳出自我的小圈子；他们不只偶然地受情绪和冲动所驱使，而竟经常如此。

通常心理学家将心理病症分为精神病(Psychosis)、神经病(Psychoneurosis)和性格异常(Personality or Character Disorder)三大类。一个精神病患者通常是离开实际的世界，退避到自己塑成的幻想世界中生活，这类人经常有妄想(Delusion)和幻想(Hallucination)；他们的感觉、思想和行为与现实相离极远，这是最严重的心理病症。而神经病主要则由于情绪上的错乱，患者没有应付焦虑的能力，因此总是紧张万分，闷闷不乐，似乎疲乏不堪，元气永远不能恢复。焦虑给他带来很大的苦痛，所以他不知不觉地利用非理性的畏惧、顽思、冲动和想像的疾病作为盾牌，以减轻自己的苦痛。至于性格异常者的特色，乃因其在情绪发展上受到阻碍，他很少有罪恶的感觉，甚至丝毫没有罪恶的感觉，他不会从经验中去学习，也不能自经验中建立有意义的关系。普通而论，这样的人非常自私，时时处处以自我为中心。吸毒、酗酒和青少年犯都属于这一类。下面就此三类心理病症的症状，分别详加说明并举数例，希望对从事牧

民咨询者能有所助益。

一位富有幽默感的教授曾简单地描写三类病人。有精神病的人说：二加二等于五。有神经病的说：二加二的确等于四，但是我受不了。性格异常者说：二加二等于四块钱，这是我应当得的钱。这虽是笑话，但却点出了各类的特征。

壹、精神病之症状

美国心理卫生协会提供精神病患者的行为表现如下：

(一) 精神病患者在思想和行为上经常彻底改变。一位严肃而为社会所敬仰的人物，忽然变得好争善辩，与素不相识的人交往，每晚赌博至深夜方归。他可能变得好攻击别人，喜与人打斗，或无缘无故变得特别高兴。他可能专注于某些琐碎小事，以致废食忘饮，经日不眠。通常这些人并不意识到自己在思想和行为上起了突然的变化，若有人向他指出，他不仅大不以为然，甚至大加挞伐。事实上四周的人看得非常清楚，发现他前后判若两人。

(二) 患者有时昏迷不省人事，有时失却记忆。我们常人可能偶尔忘记日期或某朋友的姓名，而精神病患者一而再，再而三地忘却自己是谁，不知自己是否已经结婚，忘记今天何年何月何日，有时无法说出现在何处，或前几天往何处去。记忆的紊乱为患者是司空见惯的事，他过分担心和过于专心自己的问题，他会不注意当天的日期，听不见朝夕的汽笛声，教堂的钟声，甚至他饥肠辘辘也没有什么感觉。

(三) 狂妄自大是精神病患者的另一特征。他会认为别人对他图谋不轨，在排挤他，使他失业。有时他以为自己

是一位历史上了不起的人物——虽然他是一位无名小卒，但工厂一天没有他就要倒闭。他也可能以宗教或政治领袖自居，或认为自己是一位伟大的科学家，不久要发明一种治疗绝症的药。只要和他谈谈就会发现他的说法毫无根据。

(四) 患者常有自言自语的现象。正常人偶尔也会自言自语，但是精神病患者在众人面前也会大声和自己对谈。他常表示听到某一声音，他会非常诚恳地告诉你，有人在对他一个人谈话，所以他必须作答。和他对谈时，他可能忽然打断话头，好像和第三者对话。想说服他，这声音是想像出来的，一定徒然无效。对他而言，这声音比任何人的谈话更为重要、真实。

(五) 疑神疑鬼，心神不宁。这类患者在病发之初，多半变得十分敏感，他感到自己的一举一动都被人监视，家人都在评论他，周围的人在窥探他，或在背后指指点点。有时在街道上，见到一群人，他坚信他们都在讲他。在公共汽车中，乘客都在注视他。虽然这些都是毫无凭据的事，他却坚信不疑。他的病症继续发展下去，他的怀疑越来越深，他所怀疑的人也越来越多。

(六) 一个精神病患者常常会抱怨自己生理上有了极大的变化。事实上这些变化是绝对不可能发生的；他想自己的心脏停止跳动了，他说自己染上了一种绝症，他以为自己有免痛的法术，甚至对医生说同样的话。对他证明他的错误，也不会使他相信，他认为自己永远是对的。

(七) 不断多次重复同样的动作。他无法排除一再回来的思想，对细菌有病态的怕惧。每次他摸到了一本书，碰到了门把，拿过一次钞票或别人拿过的任何东西，他必须一

再洗濯双手。他甚至会想自己是有意去伤害家人的，因此他会一再出走。要是别人不许他重复做一样的动作，他会感到非常不安，因为他无法将这个恶念驱逐出去。

(八) 消沉是患者感到最大最深刻的苦痛。当人们失去了亲人或珍宝，会感到灰心失意。司铎在其职务上也会遇到不如意的情形。而精神病患者“身受”的感觉要严重多了。他会深深地感到自己一文不值，孤独无告，他可能长期一人独处，不语也不动，垂头丧气。有时略略说几句或走几步，表现得慢吞吞和懒洋洋的，既沉重又痛苦。若是能说出自己的感觉，他会说自己感到非常低沉，因为犯了滔天大罪。有时他会大喊大闹，所表达的也是感到自己卑微不堪，痛不欲生，仿佛世界末日就在眼前。这些人的自尊心完全消失，他们痛恨自己，虐待自己，亲友们一定能提供线索、资料，指出在他们过去的历史中，必定发生过几次惨痛的悲剧。患者有时也会说出过去曾做过对不起亲人的事，恶意对待过他们，心中毒恨过他们，因此感到自己大逆不道，罪该万死。他可能完全绝望，甚至有自杀的念头。我们不要以为：因为他提到自杀，所以他不会去做。经验告诉我们，他的确会自杀的，不可不防。

司铎和牧师们有时会应用让人高兴的伎俩，使人从积极方面去看世界的形形色色。对精神病人这样做一定会铍羽而归，无以复加的爱护与照顾也不能发生什么效果，有时甚至适得其反。这样的人只有精神治疗才会奏效。若遇到过度消沉的人，未经医疗而稍有“改善”，要明白：此“改善”阶段将是最有自杀危险的时期，这一点不可不知。

(九) 有时精神病患者的行为可能有害于人。尤其当

他认为别人正在虐待他时，他便很可能随时会加害他人。有这样心理的人会侃侃而谈，描写自己怎样受人暗算，事实上根本没有这回事，而他却深信不疑。

从事牧民咨询的神父们不难指出自己所遇到的人之中，恐怕确有点非常符合以上描写的情形，只是平时我们不去注意罢了。设若有人对神父说：“有间谍在教堂地下挖掘，进行破坏工作。”神父可以简单地回答：“我不觉得有什么神秘的力量在威胁我们，我知道你感受到压力。”总不要和他同意或同他争辩，只要表明自己的意见就够了。同时找机会及早介绍给精神科医生，或请专家协助。

贰、神经病之症状

神经病患者有下列几点症状：

(一) 患者表现得十分紧张。他似乎常是精疲力竭，他会经验到肌肉痉挛和跳动，手脚不断颤抖，感觉头痛。

(二) 这类患者总感到闷闷不乐，情绪低落。这种感觉正常的人也会经验到，但不常发生，为时也不长。但是神经病患者则短至几天，长至几周，沉沦在抑郁消沉的苦海中，不能自拔。他通常不知理由何在，他只知道生活没有意思，不如不活的好。

(三) 大部分时间患者会感到深度的疲乏。不时失眠，无缘无故振作不起来，连动一根手指头都感到吃力。早上醒来勉强起身度过一天，晚上却不能入睡，有时夜半惊醒，再也睡不着。

(四) 整日担心忧虑，忐忑不安。对自己感到不满，什么事都不会做，自卑感作祟。怕失败，怕发疯，担心健康，怕

心脏病发作。

(五) 不易与人相处,别人的性格他受不了,人们也吃不消他的作风。朋友很少,仅有的几位也保不住。他喜欢独处,但是却很怕孤独。一人独处使他惶恐,立于人群又使他感到透不过气来。

(六) 有顽思和强迫性的冲动。有心窄病,怕伤爱德,怕犯不义的罪,他不论做什么好像都有罪。他似乎被迫再三做同样的动作,如一再洗手或关门。

有神经病的人在晤谈时,可能表现出某几点上述的征象,他们在行为上也可能很清楚地显出这些症状,亲友们也会描述许多反常的行为。牧民咨询人员应当深入患者内心的出发点,对他表示了解。非有咨询的技术,通常很难改变症状,因为这些症状都有极深的根源,非精神治疗不会发生太大的效果。加强信德,加深祈祷也不会使他有基本上的改变,最好还是设法使他接受精神科医生的治疗。

叁、性格异常之症状

性格异常的人来找神父,往往是因为触犯法律或与亲友发生冲突。本人可能是迫于无奈,不得已而来的,譬如妻子因丈夫犯法,母亲因女孩不规来请教神父。性格偏差的人有以下特征:

(一) 绝对自我中心主义。他不会想到别人,只求一己的喜好和享受。他只为自己而生活,妻子儿女的利益不是他所关心的,他们似乎是为他而生的。他会再爱上另一个女人,置家庭于不顾,却一点也不会感到良心不安;当别人提醒他应当对家庭负责时,他会勃然大怒,他想不到自己应

当在经济和精神上支持家人。在理论方面他似乎也懂得不负责任的错误,事实上他像孩子一般地放纵情欲,逞一时的喜好而行动,好像只有惩罚才能使他自制。

(二) 行为偏激,行动不合理性,只随冲动。他会乘一时的兴致把全部家产投资在没有前途的企业上,丝毫不去考虑后果及对别人的影响。他常在做黄金梦,做新贵,发横财。为使自己和家庭解脱经济困难,他不怕开空头支票,或用其他不法手段。

(三) 情绪非常不稳。没有耐性,小不忍而乱大谋,乐极生悲也不罕见。对于相信的人非常相信,对于不相信的人非常不相信;但即使如此,也不十分可靠,因为他会对人信任忽而变得对人怀疑。

(四) 初次和他见面,容易为他吸引,被他说服,但是日久天长认识他的人就会退避三舍,避之如蛇蝎。

(五) 说谎、欺骗和偷窃为他是家常便饭。他并不感到什么不对,因为他的人生态度是:“人家亏欠我很多,所以我所拿的原来是属于我的。”他不能从经验中取得教训。他因犯法被捕入狱,释放后依旧我行我素,不知悔改。他好像不知道焦虑和罪感为何物,长期醉酒和杂交在他看来也无不可。

(六) 十分不可靠、不负责。对自己的行为毫无自知之明,对行为的后果更无先见之智。做错事情毫无感觉,受惩罚仍不知耻,甚至不明白不了解自己为什么受罚。

性格异常的人是很难对付的,因为他有利用别人弱点,玩弄他人善心的本领。咨询人员对这种人得提高警觉,否则受欺骗和愚弄还是小事,鼓励他继续不负责的行为倒是

大事。了解这种情形，咨询人员应采取严厉和坚决的态度。不少性格异常的人是“虔诚的信徒”，这是玩弄神职人员最佳的伎俩。要想用宗教方法来改变他们，必将失败，对病情严重者，唯一的方法是介绍给精神科医师治疗。有时需要警务人员合作才能奏效。

肆、个案举例

粗枝大叶地描写三类心理病症特征之后，为使读者加深印象，提高警觉，特举实例说明之，希望借此对没有受过专门训练的人，除了解心理病症的严重性之外，还能将所发现的病患，介绍其就诊于心理医师或专家。为曾受牧民咨询训练的人员而言，遇到病情轻微的，可以就实际情形给予适当的协助与指导。

（一） 精神病患者

马太太 40 岁，结婚已有 17 年，有四个孩子，最大的 15 岁，最小的亦已 3 岁。一天特来访神父，她的心情非常紊乱。五年以来，她的丈夫越来越怀疑她不贞，指她有外遇，并声言非空口无凭。他不断地批评她，说她做错了许多事，她虽尽心竭力，也没有办法使他满意。她自己再三反省，也想不出足以使丈夫怀疑之处。她的丈夫即使没有欧打过她，但是不断的指责与控告，已经使她到了忍无可忍的地步，不是为了孩子，她早就一走了之，回娘家去了。

一星期之后，马先生来找神父，愿意谈些私事。最初十多分钟，马先生语无伦次，不知所云，神父找不到他说话的要害。最后马先生说：天主给他特别的启示，他可以用秘

密电子仪器探测别人内心的思念,甚至可以知道天主的旨意,对整个教会和人类都有重大的影响,他认为非告诉主教不可,否则教会不免遭殃。他请神父和主教约一个时间,商讨这有关整个教会公益的大事。神父进一步问马先生究竟是什么祸殃,马先生则表示他不能对神父说,因为这是天主和他之间的秘密,只能和主教商谈。奇怪的是,马先生对于家庭纠纷一字不提,也许他根本不知道马太太所担心和抱怨的事。

上述个案完全是精神病实例。马先生必须受精神科医师的治疗,普通咨询是无济于事的。咨询人员必须了解这是虐待病,他该直截了当地对付患者。他可以这样说:“我想我明了你的意思,但是你所谈有关神学方面的事,是无根据的。依常理而论,天主不会借着仪器给人以启示。我想你有些不清楚,误认为这样的事真会发生。”讲话时语气当坚决而又同情。一般而言,和精神病患者交往是非常不容易的事,因为他和任何人都无法建立关系,咨询人员也不例外,和他辩论会引起无休的争执。咨询人员应当知道,精神病患者,绝不会接受他的建议或劝告,但是仍要保持清楚明朗的态度说:“我并不认为如此”。毋须多加解释,否则有百害而无一利。多研究一些有关精神病的资料,对病人将有更进一步的了解和协助。

牧民咨询人员当尽其所能地引领患者就医,这不是简单的事,因为大多数的病人只模糊地感觉自己的情绪生活有问题,但是很少有人承认自己有什么不正常,相反地,他们都一口咬定自己是最正常不过的人。咨询人员劝之无效不足为奇,精神科医生也有不成功的。越能了解病人情绪

上的需要及其内心和观点,越容易说服他接受治疗。向他的亲人解释,使他们了解和接受,是使病者就医决定性的一步。亲戚和朋友都难以接受家人竟会患精神病的事实,社会人士亦多认为患心理病症是不体面而丢脸的事。若有家庭医学顾问,问题较为简单,但仍当获得家人的首肯与合作,因为进入精神病医院应有家人的同意,否则院方不予收容。牧民咨询人员若得信友的信任,遇到“入院治疗为唯一痊愈的希望和途径”,值得不计代价地去试一试。

(二) 神经病患者

珍 28 岁,未婚。来访张神父,讨论祈祷问题,因为她最近无法祈祷,很怕因此失去信德。她一向从祈祷中获得安慰与鼓励。三个月前,她开始感到祈祷毫无意义,虽然她一再改变方式,然而终归无效。而且多次早晨很早醒来,无法再入睡,醒着时想祈祷也不成。每天参加弥撒,希望能得到些帮助,只感到空虚乏味,对宗教不再具有兴趣。她常感到困乏,任何事都变成蜡味,为此深觉烦恼。她勉强自己继续工作,只是为使亲人不为她担心,若按自己的意思,真是什么也不想做了。几天前自办公室回家,在公共汽车上忍不住泪流满面,使她异常窘难。她实在看不出为什么自己心情如此低落,她承认有时有自杀的念头,她怕自己如果失去信德,真会随从自杀的冲动。

这个案描述出神经病患者的内心的几种经验,珍实在需要心理治疗和神父的照顾。她的宗教问题起源于心理问题,所以她当先自心理治疗着手,若单单从宗教立场安慰鼓励她,只会令她感到更加难受。消沉和萎靡不振的感觉侵

入其全部生命,宗教的信仰和神业也不例外,她先得妥善处理内心的困扰,信仰问题才有解决希望。牧民咨询人员当设法让她就教于精神科医生。我们不该太轻率,太大意地从神修立场说:这是神枯,是天主的试探,是神修上常见的情形,是人人在祈祷生活中必将遭遇的问题,甚至给予错误的观念:“过一段时日自然会好的,只要有信德,只要不断地祈求圣神光照”。“别做小信德的人啊!”其实我们当明了只有心理正常的人,才能行人之基本权利与义务,才能了解并领悟天主和他之间的关系。因此对心理患有疾病者,不是激励与抚慰,那只会加增其心理压力和困扰,逼上梁山,导致不幸后果。而当先从解决心理问题入手,情绪状况改善,信仰自然就会以新面目出现的。

(三) 性格异常者

陈平年 32 岁,曾进过修院,乡里间大家都知道他是个酒徒,不顾妻子和儿女的生活,还多次殴打妻子。偶尔和他往来会认为他和藹可亲,一见如故,为人所喜爱;他通常笑颜常开,即使在紧急时,也不会慌乱失措。推销员是他的职业,但是几年中,已经换了好几家公司。他给人的印象,好像不久就会有一笔大生意,财源滚滚而来。事实上他的家庭常在瓶无储粟,朝不保夕的情形下生活。他早出晚归,随心所欲,甚至经周不返。妻子虽然知道他有外遇,为了家庭的前途,决意不去考虑离异一途。他有时为了细故琐事,咆哮怒吼,摔杯砸椅。几天前 10 岁的儿子,玩球后把少许泥沙带进厨房,遭到一顿痛打,为此其妻来求见神父。陈平最显著的特征是只管自己不顾他人的利益,子女爱妻的伤心痛

苦他都无动于衷，亦毫无悔意。常人若经验到焦虑，一定会设法除去焦虑。而性格异常者，好像根本没有这类感觉，即使在紧急状况中，他们似乎仍是麻木不仁。因此焦虑不是使他求助的动机，若向这类人提议心理治疗，他们会很简捷地说：“为什么？我又不是疯子！”唯一的办法是向他指出他所加于别人身上的苦痛，即使如此，他们还是不会觉得有什么不对，除非为情势所迫，譬如因酗酒而被捕，因失职而被告，总是在走投无路，不得已的情形下，才会向心理专家求助。心理专家和司铎当十分小心，提醒自己，不要受其愚弄，同时却要顾到身受其害的家人。除非应用最佳办法，否则效果是不会太大的，咨询人员不要因失败而气馁，还得继续予以协助。

结 语

神父、牧师以及从事牧民咨询者，由于工作的性质和对象乃是为广大人群服务，作众人的仆役，传布天国喜讯固其天职，然而面对不同的“人心”，必须懂得如何因材施教，必须知道如何分辨心理病症。有了多年的经验之后，对自己的优长与限度也将更加清楚。有时即使自己有协助他人的资格，但为患者与群众计，仅以必须的时间和精力，及早介绍给专家去照料，他该去照顾更多的人们，不当为一、二人花费太多的时间与精力。有机会他可以准备信徒的内心，消除对心理疾病和心理治疗的成见，乐于与心理治疗者积极合作，更要使病者和其家人了解；心理疾病与生理疾病不同，生理疾病即使没有病人的合作，有时也会痊愈；心理疾病则不然，若盼病者及早痊愈，非有其合作不可，他不只是

一个被动的接受者，他更当是一位主动积极的合作者。而牧民咨询人员只不过是复元历程中的道伴，是协助回归天父的中介，好使病者在康复前后，不断与天父建立关系。

走笔至此，有一点大概已经十分清楚地呈现在读者眼前，即是牧民咨询乃两人间之交谈，这交谈的特质将使求助者意识到精神和宗教的幅度，这交谈的成败要看两人之间的关系和交谈的方式（参阅第一章牧民咨询心理学）。若求助者感觉自己受到咨询者的了解和接受，他就会推心置腹地信任咨询者，他容易从心理困扰的幽谷中走出来。即使不能立刻跳出苦海，至少他容易接受别人的协助。他越是意识到上主在他内心和自己交谈，又意识到上主借着咨询人员在引导他，他康复的希望也越大。为加增康复的倾向与希望，求助者必须先获致内心的平安，而与咨询人员建立良好的关系和信心，即是获致内心平安的条件。到了这境地，他会开始愿意康复，有了康复的意愿，在康复的大道上已经迈前了一大步！

宗教咨询的性质

Richard J. Vaughan, S. J. 著

前 言

宗教咨询是咨询的一种。宗教咨询人员献身宗教并且在这方面经受过特殊的训练。本堂神父在堂区, 驻院司铎在医院, 随军司铎在军队, 辅导人员在由宗教团体设立的学校中都可应用宗教咨询。宗教咨询有时也称为牧民咨询。然而宗教咨询的内涵较广, 不仅为不同信仰者所应用, 而且包括牧民咨询, 后者直接指司牧或本堂神父为信友心灵福利工作而言。所以概括而论, 宗教咨询乃指为他人图谋精神福利, 使之生活幸福, 工作有效; 狭义则指图谋有基督信仰者之福利, 使之有充沛的精神生活, 愉快而有效。

宗教咨询显然与心理治疗和心理咨询不同。有的神职人员经受过心理学方面的训练, 若只从事心理工作, 虽有神职身份, 仍不足以称为从事宗教咨询的工作。宗教咨询是一种特殊的交流, 在宗教前提之下, 其中一人为谋求另一人心灵的福利, 以求其健全与进步。这宗教的幅度使宗教咨询与精神医疗、临床心理学和社会工作有显然的区别。宗教咨询的心理幅度亦为协助信友更妥善地负起宗教责任。宗教咨询着眼于一切问题中的宗教幅度。

葛劳克(Glock)和斯塔克(Stark)将宗教责任分为五大类：(1) 经验方面；(2) 礼仪方面；(3) 理想方面；(4) 理智方面；(5) 效果方面。

- (1) 经验：包括人与天主交往中，在感情、知觉、感觉上所经历到的。
- (2) 礼仪：包括崇拜、祈祷和参与圣事。
- (3) 理想：包括个人所服膺的价值和信仰。
- (4) 理智：包括信仰的内容。
- (5) 效果：包括因信仰而产生在人际关系上的后果，以及因信仰、实践和经验所产生在生活上的影响与要求。

在宗教咨询的关系上，最足以注意的是这最后一点，但也可能涉及其它四点。

近来人们对宗教咨询的观念发生很大的变化，以往人们认为神父的身份与神学上的陶冶已经足够做宗教咨询工作，但目前已渐趋职业化的训练。

为能善尽宗教咨询人员的职责，该先答复以下三个问题：

(一) 要做宗教咨询人员，我当成为怎样的人？（我是谁？）

(二) 宗教咨询人员的职务是什么？（我当做什么？）

(三) 宗教咨询的目的何在？（我为何做此工作？）

除非我能有意义地答复以上诸问题，否则我虽能做好心理治疗者或临床心理学家的的工作，却可能疏忽了做宗教咨询的工作。

壹、宗教咨询人员该是怎样的人？

他不是精神治疗家，精神治疗家有医学上的训练，针对医治精神病症。在他接受训练的过程中，除寻常医师的实习经验外，尚需三年精神科的实习，这与牧民咨询大不相同。按华尔伯(Wolberg)说：“心理治疗乃用心理方法医治情绪紊乱问题，受过特殊训练的人员与病者建立起职业性的关系，其目标是为：(1) 消除、改变或延缓现有的征兆；(2) 改变紊乱的行为；(3) 积极促进人格成长和发展。”从这定义中我们可以发现：

(1) 治疗方法上的差异：所谓心理治疗方法包括体克治疗法、药物治疗法和职业治疗法，而司铎或牧师并不首先将求助者当作病人看待。来求医的通常都能正常地生活和活动，即使正常和反常之间的分界也并不清晰。精神治疗家的对象往往是有长期焦虑，过度恐惧现象，无法建立通常人际关系，有低潮和自杀的倾向的人。病者登门求助主要是为减轻这些征兆，向司铎求助者可能也具有这些现象。事实上他们往往对牧民咨询没有正确的认识，或认为宗教可以减轻这些心理困难，但也可能只求获得一些常识的解答而已。

(2) 训练方面的差异：精神治疗家所受的教育是为应付心理病症，参加许多心理治疗合作研究，受过长期督导，有治疗的实际经验等。

司铎的训练较为理论，所受教育大部分属于神学方面，以内容为主而方法为次，偶尔有几个心理学方面的课程，所注意的也是行为方面，很少注意治疗方面。

(3) 目的方面的差异：高倍(Colby)说：“心理治疗的目的是为减轻病者神经症状和不和谐的人格特征，使他对人对事有更完善的适应。”

宗教咨询是为改善信徒精神和道德福利，而宗教咨询人员虽然也会使病者的神经症状减轻或带来人格所引起的其它变化，但其主要任务是使信者的生命更为充沛。虽然有时得应付和适应以上的问题，但他当小心，不要接受超过其能力和教育的个案。

(4) 人际关系：从人际关系来说，心理治疗学家和司铎的差异并不那么显著，不同学派的心理治疗都以人际关系为主，而宗教咨询中人与人的关系也占有极重要的地位。若司铎与信友间的关系不佳，则其影响不会很大。其不同乃由于其目的、教育和方法之有异。

(5) 双方的合作是很重要的：十年前心理治疗是精神治疗家的专利，然而在过去十年中，临床心理学专家和精神科社会工作人员应运而起，参加了治疗的整个过程，他们对心理健康的影响较宗教咨询人员更为真理。

心理治疗和心理咨询之间的区别并不十分明显，有人认为浅度的心理治疗即是咨询；有人认为咨询只限于正常人；还有人认为咨询着眼于意识层，而心理治疗注意下意识层。不论如何，现代的咨询都以人为中心，不以问题为中心，而把心理咨询的重点放在人的心理反应上；把宗教咨询的重点放在宗教经验上。前者以心理和情绪的顺适是问；后者以精神和道德福利为重。

(6) 走笔至此，我们可以答复这个问题了：**谁是宗教咨询人员？**

他坚信每人在发展成长的过程中有其个人的统一性。透过自我观察,个人经验和反省,渐渐认识到与人不同而属于一己的独特性;我们发现自己的想法、感觉和行动的方式在多方面与他人不同;我们也发觉自己在待人接物方面也具有特色:认识自己个性和特色的人,知道自己是谁。所以不会强求自己成为另一位与自己绝不相似的人,更不会让团体吞没他的个性,或认为团体是自己个性唯一的根源。他接受自己的独特性,同时也接受自己的优长和限度。

成长的人在行动思想中不难意识到自己究竟是在表达自我,还是在东施效颦。从我们的行为中,我们会发现自己的表现是真心的流露,抑或为表达我们的希望和理想。

宗教咨询人员必须发展并具有这样的自我意识。如果他真愿意成为一位名副其实的宗教咨询人员,必须安于自我,不可只是扮演一个角色而已,他必须有自知之明,不怕将真我向求助者揭露。所以自我认识为咨询人员和精神治疗者是最基本的特色。自我意识模糊不清的咨询人员,要想协助他人找到清晰的自我意识是无能为力的。宗教咨询人员的责任既然是为协助基督信徒找到自我意识,那么他对自己基督徒的自我意识不能没有自觉;换句话说,他必须是一位成熟的基督徒。成熟的基督徒必定接受基督的宣讲,使福音的圣训成为其生活的一部分。基督的信仰和价值自然而然地由他的行为和生活中洋溢于外。他紧随着基督的芳踪,因为他坚信祂是道路、真理和生命。宗教咨询人员若同时又是司铎,他更有理由将基督信仰和价值纳入其思言行为中,使圣事的效能和精神在他生命中表达出来;换句话说,他的生命以天主为中心,将天主的关切和恩爱表达

无遗,他因其铎品圣事,更有权利依恃铎品的神恩而协助他人接近天主,成为天人之间的中介,向天主也向人打开自己的心扉。

(7) 经历少而年资轻的谘人员当注意下列数点:

- ① 过度工作,接受太多晤谈,接受棘手和复杂的个案,超过了自己的能力 and 教育。
- ② 可能过分注意自己的成就,切愿协助他人,鼓励支持太多,并不能真正解决其问题。
- ③ 非常关心求助的信友是否再来就教,如果不回来,他感觉非常失望。
- ④ 对自己未有充分的认识,也没有足够成功的经验。所以当准备付出代价,有时可能使自己和信友都受到莫大的痛苦和困难。

贰、宗教咨询人员做些什么?

1. 有人认为咨询人员和律师的职务相似。律师在仔细倾听求助者的问题后,应该用自己在法律上的知识,给人提供建议,按法律处理个人或业务上的问题。把宗教咨询的职务和律师职务相比拟的人,只希望宗教咨询人员应用理论或实际的神学知识,指导信友在行为上的取舍进退。然而事实上宗教咨询人员的职务并不只限于此。

2. 有人认为咨询人员是具有经验和富有智慧的人,他又是可敬可信的人,所以谁对自己的问题不清,只要求助于本堂神父,一定会得到满意的解答。

3. 有人登门求助,只希望和一位可信又能了解人心的人谈谈,并不希望获得宗教方面的知识和神学方面的

思想,也不求什么理论问题的解答和任何有关生活问题的实际解答,只希望咨询人员能留心地听听他的倾诉,并表示关怀和接纳,而愿自己来处理自己的事务。不错,他需要支持和了解,至于决定,该由他自己来做。咨询人员做到了以上各点,就成为名副其实的心理咨询人员了,有时即使不完全理会自己的贡献,然而他对人已有莫大的裨益,因为他已将自己奉献于对方,并建立起人际关系来,而对方当时所希望的就是要感到自己不是孤独的人。

4. 宗教咨询人员也和心理咨询人员有一般的态度,即对人表示有深度的了解和完全的接纳。这种人际关系在晤谈之初就要建立。然而宗教咨询人员的职务不限于此,他还要引领信徒登堂入室,进入基督徒生活的堂奥。宗教咨询人员为达到这目的该做什么呢?他要协助求助者澄清并坚定其信仰,谋求合乎基督训海的解答,使信友在日常生活中日益意识到天主的鉴临。正像步守(C. Bouchaud)所说的:“宗教咨询人员鼓励信友:(1)按福音的教导,不断将自己置身于基督与天父之前;(2)自我接纳;(3)透过基督的眼光,承认自己的罪过;(4)在施行或接受悔改圣事时找到天主的仁慈,并与祂和好;(5)以参与十字架奥迹的精神面对各种试探。”

上述五项目标在以求助者为中心的咨询晤谈中可以获得。独自一人思索能引起思想纷乱和情绪不安;相反,与人交谈能使思想澄清和情绪安定。因为我们不得不用言语来表达思想。如果我们语无伦次,他人便不知道我们所说的,不久即失去兴趣,不愿再继续听下去。要想表达清楚,先得思想清楚,要使思想有条不紊,得有人愿意聆听我们的论

调。若以求助者为中心的咨询,协助信友谈论精神价值,与其对生活的影响,那么交谈中可以发现自己在是在随从圣神的引导,或是误入自欺之道。

除以求助者为中心的咨询晤谈外,有时该用较为直接训导的方法,尤其对基督信仰不甚清楚的人为然。不知者无法以基督信仰为生活的指南,何况求助于司铎的人往往是对宗教有问题的人。

实例：欧小姐

欧小姐年 45 岁,任会计。曾第二次吃安眠药自杀未果,于是求教于本堂神父。在医院时她曾对精神科医师表示自己是个信徒,愿见本堂神父。但住院最初三天,她拒绝谈论有关个人的事。虽然这是第二次自杀,她却说无真正自杀的意念。

她是一位非常健谈的人,且富有风趣,但风趣中含有自卫意味,她对吞食安眠药的理由尽量避而不谈,所谈及的都是一些表面的理由:如投资不顺利,与姐姐不和等。待她发了些牢骚以后,便开始提及生命意义的问题,渐渐地转移到宗教在生命中的地位的问题上去。起初谈话还是不着边际,非常浮泛和抽象,后来集中注意于她对生命的看法。她承认宗教在她生命中占有极重要的地位。在谈吐中她表示对有位格的天主的信仰和看法,但这天主显然是非常严格的。她过去往往沉浸在祈祷中,从未对天主的存在和美善有过任何怀疑,即使在最消沉的时刻也从未起过任何怀疑,但她感到天主对自己来说一无用处。有时她还感到祂憎恨她,放弃了她。这样两三次之后,她便企图自杀。当时,她认为必下地狱无疑,但与其多受痛苦,不如及早脱离苦海更好。

说到这里，她提及自己独身的身份。她认为一切女人生活的目的是为生育子女，可是既无子女，就认为天主憎恶她。她自责错过了几次结婚的机会，但是这一切都已成过去，无可奈何，她全部的生命都失败了，对不起天主，对不起自己。

本堂神父首先把握住其消沉和失望的感觉，然后回到生命的意义，把她的态度和基督徒对生命应有的看法作一比较。经过数次讨论之后，她渐渐发现自己的观念有所偏差，并发现：为有基督信仰的妇女常有其它生活的途径；她感到自身的价值。以后晤谈的中心都集中于她与天主之间的关系，并因能经验到天主临在她的日常生活中而感到生命有希望。

在这晤谈中，咨询人员不但促成求助者自我了解的气氛，还积极地使她面对宗教问题；先使她对生命有较积极的看法，随后引起宗教生活的成长。若咨询延续相当时期，咨询人员便会发现：后期的咨询越不直接指导，越有效果。

叁、宗教咨询的目的何在？

1. 最容易答复的办法是将宗教咨询、心理咨询和心理治疗作一个比较。

宗教咨询所关心的特别是基督信徒的成长与发展，其中包括协助他们精神能力的发展。马斯楼(Maslow)认为人有两大类的需要：一种是缺乏的需要；另一种是生长的需要。前者未足够满足便容易产生神经病，精神病与其他的心理偏差。

所谓“缺乏的需要”种类甚多，且甚复杂。例如身心的安

全感；不受伤害与凶丧的威胁；有承受日常生活压力的能力；愿受人尊重和爱护等。这些心理上的需要为发展精神能力是重要的。

在推理的能力和创造的能力发展以前，先得有心理健康和“缺乏的需要”的满足。心理咨询和心理治疗的主要目标即为直接或间接地获得这些需要的满足，如此他的生活才能有所成就。

宗教咨询人员还要进一步协助信友，按基督信仰的原则，面对日常生活上的问题并予以解决。因为每一生活的细节都有其宗教的幅度。宗教咨询人员特别引起信友注意这宗教的幅度。

2. 为达到这目标宗教咨询人员当做什么？

我们可以从神学了解宗教咨询的目的。神学讨论天主用不同的方法与人交谈。聆听天主讲话既然是宗教成熟的要点，因此宗教咨询的目标是协助信友聆听天主的声音。天主如何向人讲话？祂借圣经向人讲话；祂借教会和神职人员向人讲话；祂借日常生活向人讲话；祂也直接与人交谈。成熟的教友知道如何聆听天主的声音。有人读了圣经，心中一无所悟，听了讲解仍像听而不闻。司铎们讲道引起信友的关注；人们往往疏忽天主可能借丈夫、妻子、朋友，甚至敌人的言语向他们讲话。最大的理由是因为人们不能识别天主会借着这些人物和事件向人诉说。天主圣神有时也直接与个人交谈，而人或是因为分心走意，或是因为内心紊乱，圣神的启示有如落在沙石上的种子，不发芽也不结实。宗教咨询就是为准备人心接受天主的圣言。

由此看来，宗教咨询不鼓励咨询人员过分干预求助者

与天主之间的关系，而重视天主在人心灵上的工作，直接促使信友精神成熟。咨询人员最重要的工作是为圣神准备道路，正像圣保禄说的：“我栽种，阿波罗浇灌，可是使它生长的是天主”（格前 3:6）。若信友内心有平安，圣神就能完成其工作。因为人只要有良好的准备，天主就会吸引他归向自己。

3. 从以上所说的，我们可以发现为聆听天主圣言有三种阻碍：拒绝天主圣神、罪恶和情绪紊乱。

(1) **拒绝圣神**：接受过信德而又放弃或拒绝接受信德的人，可能由于骄傲、过度自爱，使他变得目不明，耳不聪。遇到这种情形，咨询人员当使信友发现拒绝信德恩宠的理由。

(2) **罪恶**：虽有信德，不愿顺从天主圣意，而只愿随从自己的私意，罪恶削弱信德，使之渐渐对基督生活失去意义。咨询的目的是使这类信友悔改、告明和补赎，重新与天主和好。

(3) **情绪紊乱**：遇到内心冲突和失意时，人会失去心灵的自由和平安。尤其恐惧、焦虑、仇恨和有罪感会将天主圣言排斥于意识之外。情绪若不过分紊乱，必须求助于精神治疗家，一旦内心重获整合，咨询人员就得引退，让天主与信友交往。向天主开放的人，并不需要太多的指导，他当不断地加深天主的临在与祂在人心内的活动。

4. 向自己开放。

向天主开放和向自己开放有着密切的关系。向天主开放的程度和向自己开放的程度成正比。抱着重重自卫机构的人，无法看到天主在他内心的工作。自我了解和自我接

受是接受圣言的必要条件。因此,以求助者为中心的咨询为使信友面对自我,接受自我是最有效的方法。面对自我和接受自我的人才会意识到圣神的动静。

波特在《牧民咨询人员的工作》一文中指出(Paschal Baute: *The Work of The Pastoral Counselor*, "Insight" II, No 2, 1963, 5)“牧民咨询的要点在于司铎与信友间的人际关系;在接受、了解和交流的关系中,信友更有效地作选择和决定,按基督徒的原则,更幸福地追随自己的圣召。”向圣神开放,非但不使人失去自由,反而能增进人的自由。咨询的目的是为使个人更自由地按自己的信念作决定,咨询使人内心净化,因为他的信念以天主圣神的引导为基础,不以自己的冲动、恐惧、仇恨和罪恶感为出发点。咨询人员的态度是使信友内心获得自由,而咨询人员的了解、接受、开放促使信友了解和接受自己,并向天主圣意开放。信友之所以能向天主完全开放,是因为他敢在平安中面对自己,向自己开放。

圣保禄在致迦拉达人书信中描写随从天主圣神引导的自由人的标准说:“圣神的果实是:仁爱、喜乐、平安、忍耐、仁慈、良善、忠诚、温和及节制”(迦 5:22-23)。神修作者讨论辨别神类时指出:诚实、持久效法基督的心愿、真诚、坦诚、接受劝告、随机应变、心地明朗和虚怀若谷等态度。凡有以上各种态度的信友,毫无疑问,是在随从圣神的默启。

结 语

我们答复了三个问题：

- (1) 宗教咨询人员是谁？
- (2) 宗教咨询人员的职务为何？
- (3) 宗教咨询的目标何在？

我们的答复是以求助者为中心的咨询作重点，协助求助者向天主开放。天主是最伟大的咨询者，祂经过圣言、教会或任何人，甚至直接向求助者交谈。咨询人员的任务是除去障碍，鼓励并教导信友获得聆听的习惯。

价值在宗教咨询中的地位

Richard J. Vanghan, S. J. 著

咨询及心理治疗的主要因素,和沟通过程都大致相同,但其重点则各有千秋。譬如心理分析学家们,特别注意潜意识,非指导性咨询,则着重与我观和感觉有关材料,而宗教咨询的着重点,便是价值的影响。

实际说来,价值时时刻刻影响着我们的行为。我们重视某些事物,是因为它们使我们活下去;或令我们生活幸福、有意义。有些价值对我们有积极的吸引力,有的则引起我们消极的反感。宗教咨询中,我们对宗教和道德价值特别注意,对基督徒而言,“爱近人如爱自己”是金科玉律,要求我们重视人,不分男女老幼和种族、国籍。

壹、学习与价值

价值观念因认同作用、教育和个人评价而形成。大多数儿童从父母和亲人获得价值观。价值观的发展与理性、情绪和社会发展,有许多类似的地方。幼年时我们不加思索地从父母那里接受价值观,从不问为什么或从何而来等问题,青年时期我们开始询问和追求理由,甚至暂时或永久地舍弃几种价值。由幼年的价值系统,进入青年和成年的价值系统的过程中,价值渐渐内在化和个人化,这时期的咨询工作,便要使价值观成熟。青年若有机会自由探索,个人

生命的意义和人生哲学，则会逐渐成形。

人进入成年期后，价值观仍旧在演变中，大多数对旧价值观不断地重新估价，扬弃一部分而吸引某些新价值观。这新陈代谢作用，并非全是理性作用，通常是因为对某人或某团体抱有好感，而接受其价值观。宗教咨询使人自由检讨其价值，反省其得失，衡量其轻重，这样能充分发展完整的基督徒人生观。这是宗教咨询特殊的任务，它应被家庭、学校和教会所采用，在交谈中旧价值日形巩固，新价值渗透人心。

宗教咨询人员坚信，对基督徒而言，价值不仅是满足个人的需要，或为了自我完成，它自有其客观的价值。宗教和道德的价值，是由启示、传统、神学家的研究等形成的。宗教咨询人员的任务，即是提供机会，使人确实能获得这些价值。

贰、受指导者的价值观

著名女心理学家泰勒(Leona Tyler)认为，不论何种咨询过程，都逃不过价值问题，一切咨询都受价值观影响。任何冲动、需要、选择和行为都受价值支配。她认为心理咨询并不直接传授价值，但必定协助受指导者审察现有价值观，也协助他按自己所知道的，用言语表达出来。咨询人员协助他发现不同的价值，如果这些价值彼此之间无法协调，行为就不能适应。在良好的咨询气氛和关系中，求助者能识别价值间的冲突，并能比已往更会面对它们。由于认同的作用，求助者还会不知不觉地接受咨询人员的价值观呢！

泰勒博士论价值学习的过程，很可以应用在宗教咨询

上,她说:“在咨询中如何使价值观改变?有什么具体的方法?我只能谈谈自己的经验:我认为任何长短不同的晤谈,不论一次结束或二十次才能结束,都是相仿的,都可分成三个错综交织的阶段。

“在第一阶段,我设法和求助者建立一种人际关系,并培养一种安全的气氛,使求助者安心言其所欲言。我主要的工作是全神贯注,侧耳恭听,尽力了解他愿意表达的一切。在这期间,我的谈话无非是协助(或阻碍)彼此间的沟通,谈话内容无关大局,所做的是情绪反映,征询疑点,澄清不明白的地方。听时特别注意对方所重视的价值,他排斥抗拒什么价值,赞赏和崇扬什么价值。在这个过程中,我隐约看到对方所认为的美好生命的图案。我们不可草率地下结论,第一个印象是很有偏差的,因为应该倾诉的,不能一次全说出来,而最先说的并不一定是最有意义的。

“第二阶段可称为注解时期,澄清所见所闻,把发现的价值串联贯通起来,有的彼此冲突,有的彼此交替,有的尚待澄清。通常注解会引起自卫,但若重视人的尊严,尊重对方所服膺的价值,那么,注解时就不会引起反感。咨询人员和求助者通力合作,澄清价值,使之组成一个系统。

“第三阶段是加强主要且富有建设性的价值。咨询人员即使不想去影响求助者的价值观和行为,也是不可能的,既然他们无法不去影响求助者,那么至少要对自己可能造成的影响,有充分的自觉,并能予以相当的控制,也就不错了。”(Leona E. Tyler, *The work of The Counselor*, N. Y., Appleton-Century-Crafts, 1961)

宗教咨询有时比其它咨询更直接接触及价值问题,许多

机遇中,个人求见宗教咨询人员的理由,就是因为自己无法按理想生活,遇到对立价值时,不知何去何从。譬如某商人虽有崇高的生活理想,但插足激烈竞争的世界中,却不知如何应付;某妇女虽对婚姻的不可拆散性坚信不疑,但面对夫妇不和,婚姻濒于破裂时,感到莫大的矛盾。如果咨询人员能确定对方有足够的心理健康,便不难看出他们所遭遇的问题,主要是价值之取舍。这些问题的解答十之八九在于他们价值观的澄清、评价和抉择。若从其他角度去解决问题,莫不是缘木求鱼。

当然,要讨论价值问题,不能不先与求助者建立良好的关系,并清楚体认对方的立场。有时咨询人员还须提供资料 and 知识,将教会的立场予以说明,最后必须面对事实。逃避问题,非但无济于事,反会引起更大的失意和反感。譬如一位母亲求见本堂神父,因为她 17 岁的女儿,愿与一位无神论者结婚。她求见的目的,不只是澄清自己的感觉,也要澄清自己的思想。咨询人员的工作,是提供正确资料和说明教会立场。由于彼此间关系良好,她能自己解决问题,妥善地处理个案,她并不希望别人代她作最后决定或解决其个人的问题。

有时求助者并不只希望得到些有关知识,而是因为价值观混淆不清,想找人讨论一下。许多咨询人员都有经验,对方一旦被了解,价值冲突问题,随之迎刃而解。但有些人需要帮他们看出,价值观如何影响着他们的思想和行为,或需要点穿价值冲突和内心紊乱间的关系,惟有这样,才能解决问题。

叁、价值咨询的几种进行方式

初步关系建立之后，晤谈时价值观点开始占极重要的地位，晤谈之初可能只涉及局部的价值冲突，其实价值冲突渗透涉及全部生活，当事人很难理会问题的真相，及其表面和深度，很难相信价值观对其全部生活的支配和决定之影响。咨询人员的工作，不是使问题单纯化或使求助者高兴，而是使他能解答问题真相，面对真实的世界，接受实际的情形。不论愉快或不愉快的一面，都是实际真相，不必避讳，也不能避讳。现在试述几种进行的方式：

（一）集中注意于价值冲突

实 例（一）

裴太太有四个孩子，来见本堂神父时，抱着刚满月的婴儿，她说目前婚姻状况迫使她来求见，她提出丈夫的许多缺点。虽然是在埋怨，却没有一点引起她太强烈的反应。她又说到自己不断与贫困搏斗，一再提出照顾孩子是多么辛苦的事，但每次提及养育子女的痛苦，立刻转移话题。本堂神父集中注意于她对生育子女的态度。以下是晤谈的记录：

裴太太：您真不知道照顾两个婴孩是多困难的事，他们要您不断的关心和注意，大多时候我感到十分疲乏。我对上市场不再感到兴趣，我先生已经一年没有给我买新衣服了，我得穿姐姐穿下来褴褛不堪的衣服。

神 父：您似乎为了照顾孩子而感到万分吃力！

裴太太：吃力！这真是说得太轻了！我真不知道如何能继续下去，但是，我母亲生病已经很久了，她为父母受不少的罪，我很佩服她，她是一位了不起的女人。

神父：您为将来担忧，是否能继续下去，您没有多大的把握，四个孩子实在多了一些。我不知道您将来会怎样？

裴太太：大概大同小异吧！我看不出会有什么改变。

神父：也许孩子还是一个接一个的出生。

裴太太：这正是困扰我的事，我真不想再有孩子了，但是我仍旧继续生。我想我们应当要天主给我们的所有的孩子，但我真不知如何照顾他们。

晤谈中，神父仔细倾听后，一而再、再而三地回到旋转中心，虽然裴太太一再转移话题，愿意谈论不致引起焦虑的问题。她所遇到的价值冲突，无非是宗教信仰与生育子女的问题。正视价值间的冲突，必然引起焦虑。只要求助者心理健康，时间又有限制的话，最有效的晤谈是正视冲突。

（二）澄清价值冲突

澄清价值冲突是价值咨询的第二方式。我们既是从从小就因了与长者的认同而获得价值观，不是由理性方法学习到的，那么对价值的性质和价值对行为的影响，会争辩不休。咨询晤谈予人澄清的机会。

实例(二)：种族偏见

玛莉：我们学校里，黑人开始出头，真有点无法无天了！

他们今天控制了学联会，甚至要牵着我们的鼻子走。我没有什么种族偏见，但别人做得太过火的话，我会愤怒。

咨询者：你一定因此而感到很不安。

玛莉：当然啰！他们有什么权利这样做呢？何况以整个学校的人数而论，他们只不过五十人，成绩最差的也是他们。

咨询者：大致说来他们较任何人都差。

玛莉：那倒不尽然，我看待所有的人都是天主所造、彼此平等的人，我不管他们是白色、黄色、棕色或黑色的，只是我不喜欢被控制，尤其被黑人所控制，使我无法容忍。

咨询者：你说：“尤其被黑人……”你认为人人平等，但如果是些黑人，他们就不能和我们被同等看待。

玛莉：我倒从来没想过我对黑人有何偏见，我根本没有机会和黑人接近或往来。进入这学校以前，我从未和黑人谈过话。我不能不说对他们有些成见。我母亲把他们看得一文不值，就是现在，她如果知道我和黑人来往，必会怒火冲天。

咨询者：是吗？

玛莉：大概我一方面认为人人平等，而另一方面又认为人人并非如此。

在这晤谈中，咨询人员澄清了学生对种族平等的观念，玛莉注意到自己的感觉，经过仔细的分析，她发觉自己的价值观念，并非如想像中那样纯正无瑕。

(三) 自我显示

我们虽然有时对某些价值具有信念，实行起来却感到非常困难。和别人讨论这困难的情形，能使视线正确，由决定而产生的后果，也会比较容易接受。

实 例(三)

彼得：我来谈谈我离婚的事。一年前我离了婚，我发觉这种情形，令人受不了。

本堂：是吗？（点头示意）

彼得：我感到非常寂寞。有时我真想丢开一切，再结婚算了。

本堂：您一定有时感到厌倦。

彼得：说得不错，我感到极为消沉，但是信仰对我也非常重要，没有它真无法生活。我知道教会不许我再婚。说句真心话，错是在我。

本堂：您感到有点走投无路！既不甘寂寞，又不能再结婚。

彼得：说得真对，但我愿忠于自己和忠于天主，我要设法在这种情形下生活下去。我不能不去领圣体，领圣体对我太重要了，不领圣体会比现在的生活难受得多，我想如果我被拒于教会门外，我是不能安眠的。

本堂：既然信仰为您这么重要，您何不设法进一步投身其中。

彼得：我不懂您要说什么？

本堂：您曾否想到为帮助他人而出些力量呢？

晤谈使彼得发现自己真正的感觉，这自我显示使难受

的感觉容易忍受些。他看清了其它可能拣选的出路,作最后决定也就容易多了,本堂神父的建议,使彼得的决定更为客观、稳定和无私,因为人在消沉时,很容易自缚于自我的小天地里,终日自怜自悯。

讨论了价值咨询的三种方式之后,我们来作一个简短的结论。

结 语

宗教咨询有别于其他咨询,是由于它不仅着眼于情绪的反映和疏导,以及我观的鉴定和建立;更进一步,它应用理想和价值观来推动咨询,尤其应用宗教的理想和信仰方面的价值观,来推进咨询过程。

非指导性咨询和心理分析治疗家,都不愿强调理想和价值观,认为有时会有反作用,因此往往忌讳。宗教咨询家虽然不否认在进行中,能发生反作用或阻塞咨询过程的现象,但他们认为那是处理不当的缘故。至于理想和价值观在咨询中,能有积极的作用,该是无可讳言的事实。

宗教咨询是一种艺术和学问,所以需要从师和学习,方能应用自如,协助有宗教信仰的人时,将会有特殊的效能。

神修指导中的情绪转移

引 言

神修指导虽非司铎的专利,但是任何司铎在漫长的牧民生涯中,以及日常生活的接触上,一定会发现周围的人们,对他有着非常不同的态度和反应。姑且不论与他有不同信仰的人,就是信友们对司铎的态度和反应,也各有千秋。从友善至敌意,从完全信任至绝对怀疑。如果询问他们司铎是谁? 神师是怎样的人? 我们将会得到十分不同的答案,上至有求必应的圣诞老人,下至铁面无私的包青天,真是无奇不有。这还不够,就以司铎自身来说,如果询问他们你自己认为你是谁? 你的职务是什么? 我们也许会得到许多惊人的答案: 和事佬、卫道之士、社会工作人员、心理学家……保守的估计,360 行中,可能包括其中半数以上。别人或许由于了解不够,再加上期待不同,以致对司铎和神师角色混淆不清。而司铎或神师自己呢? 虽然本身是司铎和神师,可能因为对自己有着特殊的期待,或为满足自己的需要,却扮演着不同的角色。为了真能担负起牧民的责任,司铎和神师对以上普遍的现象,当有深度的了解。用现代术语来说,这是神修指导中情绪转移的现象(Emotional transference in spiritual direction)。

神修指导的目标是使信友面对天主和万物,在信仰与

仁爱中与天主交往，让天主进入他们的生命之中。因此，内心的自由和真实感是从事神修指导和接受指导的必要条件。

情绪转移是一种无意识、产生在过去、活跃于现在、依附在新对象上的情结。这种现象是否会造成、成长和成全上的障碍或危险，抑或成为一种机会或助力，端看如何使其变为有意识之后，而予以适当的处理。

情绪转移发生在咨询和心理治疗的过程中，但是也在神修指导中发生。因此，了解情绪转移的实况，以及如何作积极性的处理，是维护和争取自由的不二法门。其实，内心自由是正视现实的必要条件。否则神师和被领导者非但彼此不能成为与天主共融结合的中介，反而彼此成为负担与障碍。反之，若能处理得当，则双方皆可获得自由和释放，进入天主内在生命的堂奥。

现在就分三部分讨论：

壹、神修生活和神修指导

贰、情绪转移

叁、神修指导中的情绪转移

壹、神修生活和神修指导

教友在领洗时得到超性的恩宠与生命，圣保禄说：“你们一定不会忘记：我们众人领洗时，进入了基督耶稣，也就是进入了祂的死。通过洗礼，我们进入祂的死亡并和祂一起埋葬了，正如基督由父的荣耀德能从死中复活那样，我们也应开始活新的生命”（罗 6:3~4）。一个“重生”的人，自某一角度观之，岂不犹如婴儿，需要怀抱、体贴。因此神修指

导对一切初生于神国的人是必需的，这不只是抚慰养育，不只是嘘寒问暖，而且更要这个婴儿体认他的天上大父，以及他与圣父圣子和圣神的关系。事实上，人一旦因圣父圣子圣神之名受洗，即与天主圣三建立起特殊关系——养子女和天父，弟妹与长兄的关系，使人参与天主生命的关怀。在这关系上神修生活因此而得以建基，不过若欲继续长大成熟，则端视教友是否有意识和自由地去加深这关系，并善度这新生命，体验这新生命的真实性。

（一） 神修生活

甘易逢(Yves Raguin, S. J.)神父在他即将出版的《神修入门》(Introduction à la vie spirituelle)一书中，有关神修生活的几段话，值得细加玩味，大意说：“神修生活自消极方面言，是超脱肉欲、物质和自我中心的生活。在积极方面，是和天主建立位际关系，并按这新关系而生活。这关系不仅牵涉部分的人格，更应渗透全部的人格；不仅影响生活枝节，还该统御其全体；不仅与近人相处，还须不断和天主来往。”基督在世时与门徒和周围的人们亲密交往，可是在忙碌的生活中，祂无时或忘祂的圣父，福音中记载耶稣撇下群众和门徒，独自祈祷有十次之多。祂之所以如此，只为将这双重事实表明显示，以身作则地指出人生在世与他人有手足之情，与天主有基于父子(女)血肉之亲。“凡受天主之神引导者，都是天主的儿女……因此，我们向天主呼叫：‘阿爸，父呀！’天主之神和我们的神一同证实我们是天主的儿女。既是天主的儿女，我们便是天主的继承者，与基督同为继承者，因为，只要我们与基督同苦，我们必将与祂同荣”

(罗 8:14~17)。神修指导中神师的主要工作,即为如何使有志度神修生活者,意识并经验到这关系的真实与确切,且进一步体会到天父和圣子间爱的关系——圣神。故神修非他,关系而已;圣神亦非他,父子间关系而已。所以天主圣神在神修生活和神修指导中的地位是不可言喻的,因着圣神的引领,我们可以直接面对天主,不必绕道而行——借着人际关系找到天主。

现代神学和神修学思潮肯定表示:在人际关系中与天主相遇的经验,似乎远超过在天主内与人相逢的经验。神学家牧禄(Jean Mouroux)有关宗教经验的一段话值得再三咀嚼:“宗教经验是无数活动的总和,这经验存在于受造的人和他的造物主相逢之际,人在其中找到自我,拒绝自我,肯定自我,其性质自然最为个别化。但若抛弃位际关系,则自我无从寻觅,天主亦成虚幻,和祂交往更是捕风捉影。”根据这个道理,随之而产生许多活动:如团体祈祷,生活经验分享,社会服务等等。这些现象之发生实际上是由于对人存在价值的再发现与肯定,自然趋向于在位格主义和俗化主义上表现出来。但如何使位格主义,以人为出现而不以人为归宿?如何使俗化主义以世界为出发而不以世界为绝对鹄的和终向?换言之,如何超越人和世界,找到天主,并与祂建立关系。这不仅是神修指导的使命,也是整个圣教会的使命。舒能伯(Pier Schoonenberg)说得好:“真实的爱必须受圣宠的潜移默化,使人能超越自我,完全开放并面向天主、他人与万物,且透视这一切的真面目,怀着虔敬的心态与之交往。”故真正在位格主义和俗化主义中,决非将人封闭在自我和宇宙的小天地中,以坐井观天之姿,窥

断天下事理。因为人和世界之价值的肯定,乃是在天主内获得圆满和解答,这圆满与解答不止于思想上,还扩及意识和生命;不仅采用间接迂回的方式,更以直接和经验与之相交。我们如何能自每日平凡的生活中,光怪陆离的事物内,意识到造物主的启示和化工,并认出隐藏在这些阴影之下的天上大父,这是需要勉力以行的,除此之外,不断“关注”于祂,亦该是努力的目标。基督曾让弟子了解:全神贯注于祂,也就是全神贯注于祂所呼称的天父。祂愿天人之间的关系犹如祂与天父的关系,信仰诚服于祂,就能和天主自身合而为一,所以祂说:“我是道路、真理、生命,若不通过我,谁也不能到我父那里去。你们若认识我,也认识我的父”(若 14:6~7),“我在他们之内,你在我之内,好使他们完全合而为一”(若 17:23)。

全神贯注于祂的结果是什么? 1948年8月,苦修会代理会长因只谙法文,不懂英文,便请牟敦(Thomas Merton)伴同前往美国圣路易市。途中,牟敦自忖如何面对万恶的世界,可是旅途中所发生的许多事情却在意料之外,牟敦不得不写道:“我见到这世界,我发现它不如想像中那般丑恶,也许过去我之所以憎恶世界,是由于我把自身的缺陷投射在世界,使它呈现可憎的面目。现今则否,我对一切激起了深邃的恻隐之心……我似乎对它外表呈现的一切视而不见,却发现自己对无数灵魂怀着敬爱与关注之情。我走过许多城市,生平初次理会世间的众生拥有多少美善,在上主面前他们具有多大的价值。”可见多年关注天主使人心目净化,净化后的心目使人在关注他人时视线扩大,触角敏锐。

圣依纳爵也说：“为寻求天主的自身，惟有在万物中才能找到。”人不必设法在梦寐中去攀登天边的天主圣所，也不必怕投入万物的阴森幽谷，他所认识的天主是深居在万物之中，是赋予万物光耀的天主。但如何寻觅？且听圣依纳爵的经验之谈：“依我看来，天主愿意我努力去‘寻找’和‘找到’，我自己是找不到的，但我仍当去找，虽然我自己没有找到的能力。”有时他感到自己“无法开始”，当让天主开始，为此他请天上诸圣、圣母向耶稣和圣三转祷，因为这才是内心动力的起点。在他这方面也努力准备自己，让天主在其身作用。这种努力的重点在于集中心神和自我控制，使自己能作感觉的主人，惟其如此，天主才能为主，并能随意地领导他。“这不在乎人的意志或努力，而在于天主的仁慈”（罗 9:16）。“你们蒙召是为得到自由”（迦 5:13）。

在人不注意的时候，天主突然进入了人的生命之中，这种宗教经验使人获得自由和向善的力量。1931年牟敦在罗马记下他的蒙恩：“在我斗室里，夜已深，灯点着，倏忽间睽违一年的天父在此与我相偕，祂的临在如把臂互谈般的活现和新鲜，这一幕如闪电般驰过，然而在这一刹那中，过去那个为自身的困乏与污秽之感所侵吞的我，在这道皓光之下原形毕露，惊恐渗透了我身，全部的生命起来反抗我所体会到的一切，然而我的灵魂却急欲逃脱，以获享释放和自由。这种深度的渴求和急迫之情是从未经验过的，我想这是我生平第一次真正的祈祷，不用唇舌，不用理智，也不用想像，而是以心灵，以全部的生命向天主祈祷。我认为，我从来没有认识在黑暗中垂视我，又扶助我，把我从奴役我意志的万千桎梏中解脱出来的天主。”其实，真正的认识自

我，即是在认识天主之中，而认识天主即在于认识自我之中，因此牟敦又说：“要想属于天主，我必须属于自己。”齐克果(Sören Abbaye Kierkegaard)也说：“真正的人生便是成为天主面前的我。”然而，我们是否敢于放心大胆地说：“要想属于自己，我必须属于天主”呢？

久良尼(Maurice Juliani, S. J.)神父在分析圣依纳爵的神修日记之后肯定指出：圣依纳爵是一位时时刻刻接受天主推动的人，他参与天主奥迹的程度神妙莫测，虽然他为天主奥迹所渗透，但不失却自己清澈的慧眼、自主能力和行动的魄力。由此观之，圣依纳爵之完全将自己交付，乃是出于对天主的尊敬与自泯自灭。因着对天主尊敬而彻底忘我，自我也就以更纯净，更诚正的新姿态和新动态方式出现了。换句话说，惟有在天主面前体察自我，自我才会回奔生命之源，成为天主计划中的“自我”，成为祂得心应手的良器。其实天主手中的工具——使徒——只有一个理想，一个目标，就是为所心爱的天主，因爱而死亡。这死亡乃在于无时或息地实行天主所交付的使命，这死亡是使徒产生新生命的基源，这死亡就是不断抛弃“持有”而成为“不持有”的自由人，直至生命的最后时刻。

总之，神修生活要求人不断地面对天主、面对自我、面对他人和世界、面对整个的现实。更确切地说：在他人和世界中找寻天主，在天主内服务他人和世界。为能做到这一点，信友必须拥有内心的自由，自我奉献和投身的自由，而这自由原是与天主深交和结合的条件，这自由正是在天主内的结果。神修指导即以获致自由，面对现实及天主深交为其工作重点。

圣依纳爵对其神子们说了以下一句名言，很值得有志在神修道路上迈步的人咀嚼深尝，他说：“在一切事物中保持精神自由……使自己内心自由的过度达到：能立即准备实践和目前相反的事。”

（二）神修指导

了解神修生活之后，神修指导也就容易捉摸。不过，天主既是神修生活的主宰，故此祂的引导是独立自主，千变万化的。又因为天主和人的关系是个别而又独一无二的，神修指导决不能从普遍的诫命，或抽象的原则中去推论或演绎出来的。为此身为神师者，该抱着多大的敬畏之心，该如何仔细聆听天主的言语和指导，而从旁予以协助，应是显而易见的。何况，神师自身因背景、教育、经验、性格……的特殊，看人做事的角度和方式也就有了限制。从另一方面说，神师对救恩史的了解和对宇宙及人的看法，也就决定了他神修指导的重点和特色。

麦克利迪神父(James G. McCready, S. J.)在1977年5月“会士杂志”上(Review for Religious, May, 1977)发表：“神修指导是旅伴和朝圣者之友”(Spiritual Direction as Pilgrim and Companion)一文，在附录中分析二十位神修学家及其特色，所包括的虽然只是历代神修指导方式的一小部分，但已经是五花八门，各有千秋。有的偏重任凭天主领导，有的以同伴姿态出现，有人将重点放在重演降生奥迹上，有人则注意位际关系之建立，或认为神师是天主行动的见证和中介，有人努力培养信者的聆听态度，也有人以协助静观天主为其天职，许多神修学家致力于发挥精神自由，

但也有不少的人在自我和谐又与天主和谐上下工夫。圣依纳爵注意寻找天主圣意，圣十字若望看重神师个人神修经验，圣女大德兰对于神修知识相当重视……从以上分析看来，神师能有独到之处已经不错了，要想面面俱到，则踏破铁鞋亦无处可觅！幸而神修是整体的，神师可由其独到之处出发，引领信友深入神修境界，无往而不通。问题在于神师是否能释放信友内心的障碍，面对创造、启示和救赎的天主，与祂作深度的交往。

法国神修学家拉伯拉斯神父(Jean Laplace, S. J.)认为神修指导的目标是：借着交谈，教育信者善用自由，学习神辨，从日常生活中识别天主圣意而遵行之。这交谈或位际关系应能促使神师和受领导者向圣神开放。

另一位法国神修学家顾味内神父(Jean Couvernaire, S. J.)认为：培养神修生活的真实感，和增长内心的自由，是神修指导的目标。真实感和自由能力也可说是神修进步的尺度，而这一切都在交往的关系中进行的。

康纳利神父(William J. Connolly, S. J.)则说神修指导的重点是：使信友自由地面对真实和生活的天主，在精神和真理中钦崇祂，并集中心智答复创造和救赎的天主。在这过程中，神师以旅途中的同伴姿态同行。麦克利迪神父也认为神师是旅伴，在他身上应使人感受到生命旅途之主的临在。

综合以上所论，我们不难发现，神修学家对于神修指导的学说虽然纷纭，却在不同中也有其共同点，譬如旅伴、降生奥迹的重演，天人间的中介、聆听默观的态度等，都以交谈和位际关系为依归，而其目标无非使信友谋求心灵的自

由和释放,以与天主交往,奉行主旨,与主结合。

现代有志进德的信友往往感到神师难觅,其中最大的理由,可能是由于能兼有精神和心理优长者实在不多之故。因为良好的神师必须向他人开放,对人有实际的了解,有交谈的技术。除此之外,他还能培养人心,向天主圣神顺服,能以身教和言教显示出天主圣神的指引。神修指导既然涉及精神和心理的层次,如能了解和心理咨询之间的区别,也就容易衬托出神修指导的特点。

神修指导着重天人间的关系;心理咨询则以维护内心自由,人格整合,和良好人际关系为重。神修指导注意默观生活,引领人向天主开放和回应;心理咨询注意彻悟与自我了解,使人于澄清情绪和目标之后,获得信心和希望。神修指导促人体味生活经验中的天主,因此对天父、基督和圣神有经验上的交往;心理咨询较注意与天主的经验、感受和反应。咨询人员协助人答复:“我是谁?我要什么?”;神师协助有志进德者答复:“天主为我是谁?天主愿意我做什么?”。二者重点虽有不同,但应用交谈方式,要求面对抉择及改变态度,重视信任气氛和发展过程,以达幸福之境界,却为二者一致的要求。

神修生活是借信德与圣三和近人建立敬爱的关系,神修指导是借着位际的交流,与生活的天主建交,其中包括精神和心理的幅度,这两种幅度相互作用,相互渗透。也就是说:神师和受领导者的精神和心理状态彼此间能发生作用和影响,这作用有时相辅相成,有时相左相尅,这就是我们之所以要讨论情绪转移的理由。

贰、情绪转移

心理治疗过程中,求助者将对某些有关重要人物的无意识(或潜意识)情绪、思念、期望、投射或移置到治疗人员的身上,谓之情绪转移。换言之,在心理分析治疗的过程中,求助者对治疗人员产生一种复杂的情绪关系,其核心为:求助者视治疗人员为父、母或其他与他有关的重要人物,而将孩提时期对此重要人物的情绪——这些情绪仍在无意识中影响着他——转移给治疗人员。农伯(Nunberg)说:“在心理分析治疗中,那些被压抑的无意识复苏了。而这些无意识,多数是属于孩提时代的产物,借着分析治疗再次把它唤起,且在转移中以求满足。情绪转移中,求助者和治疗人员之间的关系,与孩童和其父母的关系相似,甚且完全一样。譬如求助者在幼时可能视父母为不可思议、无所不知的神明,而把这画像赋予治疗人员。他的反抗或顺从,反映他幼年对父母的态度和看法。他可能表现得不合理性等等,这些都是在孩童时代于无意识中生根的。”可见情绪转移的唆使者既是无意识或潜意识,所以本身就无所谓善恶。“冰冻三尺,非一日之寒”,因此如何使情绪转移,有助于人格之发展,值得我们探讨。

(一) 情绪转移的类别

情绪转移以求助者为主体,可分为四类,若自方向论,有正反两路;以性质言,则有消极与积极两种。

一、正转移(Transference)

是由求助者出发,指向治疗人员。亦即求助者对治疗人员所抱持的积极或消极态度。这充满情绪的态度,其所指向之标的,表面上是治疗人员本身,而其实是求助者的无意识内,治疗人员所象征的人物。例如一位女求助者可能视男治疗人员为“理想丈夫或情人”,因而表达关怀、爱慕、钦佩等,此为积极的正转移。若自消极性观,则可能视治疗人员为权威的象征,因而产生不信任、批评、愤怒、攻击、憎恨等敌对情绪。

二、反转移(Counter-transference)

是指治疗人员对求助者情绪态度的积极或消极之无意识反应。其所指向的是,求助者所象征的原始(无意识)时期人物。治疗人员所以在从事治疗工作前,需要他人之协助,正为减轻反转移的现象。

故情绪转移不论其正反或积极消极,实是咨询人员(心理分析家、心理治疗家、神师)和求助者(病人、受指导者)之间一种无意识关系,既是无意识关系,不论主体或对象,并不是咨询人员或求助者本身,而是他们所象征的“人物”,这些“人物”一定是在“他时他地”,是生活经验中的第三者。实际而言,大家都在“扑空”,因为情绪所指向和缠绕的并不是“此时此地”活生生的人!其所直扑的是眼前这位人物所具有象征意义和代表的人物。心理治疗作用即在发掘埋藏在象征背后的意义,和设法意识到潜伏在所代表的幕后人物。也就是说:在心理治疗过程中,如何使无意识的情绪跳到

意识层面而加以分析、了解、处理。诺爱斯(Noyes)和高尔伯(Kolb)两位心理分析家指出：“协助求助者回溯孩提时的记忆，可能找出这些情绪的根源，因而得以了解并减少其影响力。”再者，心理治疗人员也应提供求助者所需的经验，如给予机会，放松被父母压抑，或受挫折的情绪。表示接纳、重视、赞赏或平衡其早年被排斥漠视的感受。

当然，没有情绪转移，要想发掘问题也就无从着手了。至少部分心理治疗家持此看法。为此了解情绪转移的动力作用，为有效地治疗心理病症是非常重要的。不过情绪转移只是情绪错移(displacement)的一种。情绪错移是将情绪从原有的对象，移至与该情绪原来无关的对象的过程。情绪错移常是无意识的，而情绪错移可能变为有意识，或在治疗中故意引起的。

原来，无意识(潜意识)有其不断重复，一贯不改的现象，它以不同方式表达于行为中，正像划破了唱片，来回不断地在同一纹路上奏出千遍一律而单调的音乐。无意识动机使人不能享有意愿和行动自由，它“在我内”但却不是“我的”，所以我无法控制它，是显而易见的。为此，如何摆脱无意识的暴力，实在是伦理生活和神修生活的初步和最后努力的目标。在净化无意识动机的工作上，治疗人员如何在协助过程中，使求助者在摆脱一种情绪桎梏之后，不致同时又跌落在另一情绪陷阱中，其秘诀在于治疗人员对自身无意识的不断净化与自觉。

心理分析大师弗洛伊德曾在他的自传中提及他为求助者治疗过程中所遭遇的惨痛经验。1907年弗氏在治疗一位29岁奥籍男子的当儿，这位神经病患者突然以强烈的言辞

侮辱弗氏，一面又好像在保护自己，深恐被弗氏饱以老拳，同时说：“你怎能容忍我这脏家伙的侮辱？”但直到病人发现弗氏仍然按兵不动时，始如大梦初醒，开始发现自己心中存有对父亲的恼恨，这恼恨原在三四岁时即已种下。又有一位女病人经过催眠术的治疗，进步神速，甚至将过去非常痛苦的经验原本毫不保留地把来龙去脉都表达了出来。催眠初醒，她突地投在弗氏的怀中，紧抱着他的颈项。幸亏当时有女仆进来，才解了他的窘围。弗氏从这两个实例发现：在病人和医生之间的治疗关系中，病人并不把医生当作某某人（弗氏）看待，而把医生暗中认作其所代表的重要人物，该重要人物为病人有其特殊的意义和关系。自前例可知：情绪转移会给病人带来莫大的痛苦，这种痛苦的经验使病人发现许多无意识的情绪，尤其过去和父母亲人的情感。自后例：女病人抱着弗氏的脖子，虽使他很为尴尬，但显然这个行为所欲表达的“意义”，是使女病人痊愈的重要关键，因为这行为是她愿意表达，而至今无法用其他较为直接的方法，或言语说明其意义或意愿，她的环境或内心的制裁，不允许她作如此明显或直接的表示。然而，前述两位病人的行为，固然是在心理分析治疗过程中，因情绪转移而发生的现象，但若身为心理治疗家的弗氏，不能于当时恰当地予以处理，则另一幕悲剧必将上演无疑。可见治疗人员有“自知之明”是如何重要。

（二） 咨询或心理治疗的要点

心理治疗和咨询的要点相同，其区别仅在于程度深浅而已。面对求助者，一位咨询人员应具有“漂浮式的注意

力”，这种态度使他持有“中立”的立场。所谓“中立”的立场，并不是说他放弃一切信念、成见和世界观，这原是不可能的事。亦非指其于聆听时，注意力毫无指标。漂浮式的注意力是指咨询人员不容许自己轻易相信求助者所提出的表面理由，而必须加以深究其下层的动机。

人云：在社会主义的工厂中可以发现三类捣蛋鬼。一、经常迟到的工人，是在破坏生产；二、早到的工人应该提防，因为他具有野心或在制造冲突和竞争；三、严守时刻者也是可怀疑的，因为无瑕可指的人是过于迁就他人，他一定在存心不良。咨询人员亦可自求助者守时的态度上指出：严守时刻者有顽思的倾向；早到者有焦虑之嫌；迟到者在反抗。这些例子不是在说明咨询人员是一位十足的怀疑家，处处疑神疑鬼；而是实欲指出咨询人员固然要细听求助者所言，但也当注意其所未言。因为往往言语所表达的远不及愿意表达和应当表达的。咨询人员的注意力应当追踪“所未言”的潜意识动机上。拉刚(J. Lacan)认为：“情绪转移是病人对问题的答复，但却为其所答非所问而产生的结果。”漂浮式的注意力使咨询人员不成为求助者的共谋，不过分自信分析的实效，更不因他人的赞誉而沾沾自喜，而是开启耳目和心扉去视所未视，闻所未闻，感所未感。

弗洛伊德说：“情绪转移原来可能是心理分析中最大的阻碍，但若能够窥知病症的意义，则可变为治疗的最大助力。”由此可知，情绪转移是心理分析中最重要的资料，需要心理治疗人员，不断导引求助者面对其情绪转移，深入了解与治疗人员关系的意义，并发现其象征的真面目。因此，容忍并接受求助者目前的状况是治疗人员应具备的条件。

因为惟有在容许他人的成长,接受他人成长的速度,持之以恆的导引,并相信求助者必将走出心理迷宫,治疗人员才不会被情绪转移撩拨得六神无主,七窍生烟。不过以求助者为中心的心理咨询,对情绪转移的应用则视为禁忌,这一点不得不注意。

除此之外,根据弗洛伊德的发现,情绪转移是模棱两可的,也就是说:情绪转移有积极与消极的作用。这两种特性显然和亲人关系的两可性相关,所谓积极的情绪转移,乃指求助者对咨询人员抱着爱恋和仰慕的心情,但这心情好似新婚夫妇的蜜月一般,不久其味即成酸腐。求助者说得越来越少,会晤变得沉闷无趣,消极情绪转移随之而来。此时咨询人员极易误会其本身乃消极情绪发生的原因,尤其若咨询人员将神经病者所表达的,不折不扣地当作其意愿而轻信。为减少这种令人不愉快的气氛,自然而然地会感觉应当给予求助者安慰同情……一旦如此,思之且行之,咨询人员立刻失去中立的立场,治疗也就谈不到,恰应验了“事不关己则已,关己则乱”的古训。然而,事实上,满足表面的要求,只会使神经病每况愈下。因为咨询人员给予不该给予的,求助者接受不该接受的。统计告诉我们:因过分子以安慰同情而中止治疗及断绝咨询关系的人数,远较因自咨询人员处经受到挫折而中止者为多。故面对情绪转移的模棱两可,“履冰临渊”是咨询人员在从事心理协助里应具备的另一态度。

(三) 情绪转移与治疗场所

当求助者躺在卧椅上,依心理分析的基本规则,他该毫

无保留地将想到和感到的全盘托出。不论有无兴趣，尴尬与否，或是否使人感到羞耻荒诞，都不作任何判断，只要经过他的意识、思想、意愿或想像、都不加限制地全部表达出来。治疗人员则不发一言，仔细倾听，这种方法谓之自由联想。其实这种联想很受求助者和治疗人员所处具体情况所影响，情绪转移也因而发生。

正转移发生在求助者将以往潜意识心理情况重演一次，活现在心幕上，不只以史实方式出现，而且是以现在进行式出现。求助者自记忆中唤起过去生活的片段，忘却自己正在上演过去的剧本，以为遇到了过去历史上的重要人物，并实在地表达对重要人物潜意识的真情实意。所谓神经病就是由于“把过去现在化，把现在过去化”的结果。其实这种转移现象，在日常生活的人际关系中也不断地出现，尤其在特殊环境或遇到危机时更为明显。心理治疗场所既是探讨心理问题之处，转移现象的尖锐化，也就不足为奇了。巴林(Balint)医生在所著的《医生、病人和疾病》一书中，强调医生之所以能治疗病人的疾病，是因为医生和病人间建立起主体际的关系。即医生介于医术与疾病之间，这种关系使医生的专门知识和技术能在身受病苦的病人身上产生效果。若分析这关系的性质，则认同、投射、转移是组成这关系的交通网，而转移是这网的核心。

接受求助者的态度所引起咨询人员态度上类似的反应，就是反转移。反转移的引起是由于咨询人员将转移现象的外表信以为真。求助者或许并无意请君入瓮，但咨询人员却极可能自投罗网。因此对没有客观佐证的反应，应不断提防，一再追询这些反应的意义，惟有不断自我分析和

维持自我意识,咨询人员方能保持头脑和精神的清醒。班加利(Bangali)说:“人们把我们当作心理分析家,这是不可避免的,但是我们自己‘以为’成了心理分析家,那才是欺人自欺的开端。”由此看来,自我分析是永远不会结束的。尤其是与求助者在治疗室内面对时,咨询人员必须不断自我分析,而自我分析不是直接的我与自己之关系,却是在和求助者接触之际,我和我自己发生了接触,我和我自己的潜意识侧面搭上关系,打了交道。咨询人员必须能无所畏惧地面对反转移,若能做到这一点,对求助者的治疗才有冀望。设若怕惧他人批评:如缺少爱心,医术不佳,则在协助求助者时,可能表现出求效心切、不耐烦、攻击、怕伤害求助者、怕惹起反感、侷促不安等,治愈也就如缘木求鱼了。

(四) 情绪转移和治疗

求助者对自己的情绪没有意识,在生活和行为中亦无意识地将情绪表达,有时诱惑咨询人员(积极转移),有时攻击之(消极转移)。若咨询人员蹈入情绪转移陷阱,认为求助者所表达之情绪是针对自己而发,则益使求助者对自己的看法信以为真,永留于神经病中而不能自拔。反之,咨询人员虽身历其境,犹如置身局外,求助者将意识到,并发现自己与人往来的方式,和造成这方式之因由,乃在自身而非他人,一旦发现无意识的情绪是促成情绪转移的原因,神经病就有好转的希望。兹举实例述之。

某男病人患有自责自谴的神经病,同时又谴责别人,不会原谅和宽宥他人。这种责人自责的情绪结构成为他与别人和外界往来的特色。为跳出内心自责的冲突,就加罪于

周围的人们，却不知道其所谴责的人们正代表他自己。如此周而复始之后，不知不觉地，他认定周围的人们几乎都成为判决他罪名的法官。至于事实上，他们究竟是怎样的人，则非其所能查察体会。这位神经病患者的行为只有一个目标：勉强他人坐在法官的座位上，为证明自己自我谴责的强顽心态来自他人的刁难，而非来自内心潜意识的动力。不论在言谈中、语调中、态度上，都在指证别人应负其患神经病的责任。他似乎反复不停地对人说：“你是我的控诉者！”，“就是你使我变成这样的！”，因此抱着自卫、自护、自辩的态度。究其实，别人连丝毫的意念也没有过。别人因他强烈和过度的自卫，就不能不谴责他。不论别人是否接受这控诉者的身份，或因不愿接受而自卫。如此，别人也就跳不出这圈套，洗不清这罪名。

另外也有的神经病患者等待受人控告，有时还挑衅寻机受人控告，先发制人，攻击他人，认为别人恶劣；若别人还以颜色，就上了他的圈套。由此可见，神经病患者如何勉强他人玩他的把戏，欲逃避他的愚弄是多么不容易的事。如可使求助者面对自己和冲突的原因，将求助者的问题还诸求助者自身，是治疗的第一步。弗洛伊德认为：心理分析家当成为求助者的一面镜子。也就是说，绝对不允许求助者把别人当作其病源看待；应设法使其发现自身之无意识才是神经病的根源，让系铃人自己去解铃，是康复的秘诀。

潜意识既如此不易发觉，情绪转移又无孔不入，若旧日神经病为转移神经病所替代，如何治疗这因治疗而引起的新神经病，是治疗情绪移转的重点。换言之，若能自转移神经病入手，则旧日神经病将同被治愈。至于治疗秘诀不在

重新唤起往日的记忆，而在于治疗人员和求助者间此刻态度上的交往及转变。治疗人员当设法了解他在求助者心目中所占的地位，代表谁？有何意义？其次让求助者能用标记表达至今未说出，又说不清的情欲，将想像变成为象征，愿欲变为言语。若求助者能以象征和言语来控制想像及情欲，将是痊愈的第二步。除此之外，治疗人员应明白这些动力的背后曾发生过一种悲剧，虽然这种悲剧并不一定发生在童年，但它却总是蠢蠢欲动，时时预备重演。因为情欲在想像的舞台上，在含有批判眼光的观众（父母）前，不自觉地演出再演出。除非他能自觉地在治疗人员面前主动演出，痊愈方得有望。难怪弗洛伊德说：“本能（情欲）所在之处是自我应居之地”。也就是说：如何自觉地将情欲纳入人格的核心，乃是成熟的条件与治疗的必经之地。

从情绪转移的现象中不难看出位际关系的复杂性，这复杂性是多方面的。从情绪的对象来说，是双重或甚至多重的：指向象征和其所象征的人物；从动机来看，有外表和内涵两面，意识和无意识两层；从时间而言，把现在和过去混为一谈；从幅度观之，则可能从心理幅度跨入精神幅度，又从精神幅度退回心理幅度；关系的复杂性，更会将幻想和意愿当作事实，或将机遇和结果当作原因，有时把千篇一律的口号，和复制的行为当作诗辞歌赋和新奇创作而身体力行……有过心理治疗经验的人，一定知道位际关系是多么复杂，即使在日常生活中，人与人的交往也多少会染上情绪转移的色彩，神修指导上的关系自然也不例外。

神修指导和心理治疗各有其特殊的目标、方法和过程，然而两者都在位际关系中进行。自我对无意识的动机越是

清楚,越能挣脱羁绊,也越能享受天主子女的自由,拥有自决和投身的能力;在净化动机的同时,也就更能面对自己、他人和天主整个的现实。处理情绪转移是心理治疗者的责任,不是神师的责任,然而现代神师不了解、不承认或不接受情绪转移的事实,那将是不可原谅的事。

叁、神修指导中的情绪转移

信友是神修指导的对象,神师是神修指导的领航人,两者各来自不同的生活背景,各有不同的心理动态,在建立关系的过程中,情绪转移不但可能发生,而且也确实发生,因着情绪转移的出现,使神修指导变为复杂,甚至受到阻挠及破坏。司铎应理会这种事实,怀着信心接受这事实,并赋予一种牧民的意义。因此司铎对自身所负的责任及所扮演的角色,应有深度的了解与自知,否则极易陷入圈套或自欺,造成终身遗憾的悲剧,因为“当我愿意行善的时候,邪恶常是纠缠着我”(罗 7:21)。

(一) 司铎的角色

司铎是奉献于主的人,终身守贞,不建立俗世的团体(包括家庭),这些事实使司铎本身立于超然的地位,也因此人们将不同的角色加在司铎身上:权威、友伴、知己、和事佬、大慈善家等等,不一而足。譬如有人视司铎如圣诞老人,乐善好施,会给人特恩和赠品,天主岂不也是如此?不少妇女希望从司铎身上得到情感和安全的依恃,因为这位“男人”不会加害她们,何况他的风采也不错呢!病重者可能对司铎表示怀疑和失望,因为天主没有照顾他。罪犯认

为司铎具有权威和正义感，他一定会“路见不平，拔刀相助”。乞丐颂扬司铎的社会地位及仁慈心肠，为得几文钱。精神病患者视司铎为心理学专家，不去讨教精神科医生，而向司铎讨教，真是价廉物美。有人以为司铎应是道德律的守护人，或视为其圣人而吹毛求疵。然而在牧民关系中的宗教意义上来说，究竟哪一个角色符合司铎的身份呢？

司铎当了解人们对他的期待，意识到自己在不同人心目中所担任的不同角色。这些角色有的可能是自己盲目接受的，有的则是应予拒绝的。求助者的某些反应其本身虽然无所谓好坏，甚至可视为与天主关系的表示，可是司铎应知道，如何应付求助者的反应，并接受求助者对他的意识态度，借此欣赏求助者对天主的感受，和信德的心理意义，或无信德的意义。其实，司铎原可担任不同的角色，他扮演不同的角色是理所当然的。然而他为何对某种角色表示偏爱？是因求助者的需要？还是出于自己的需要？是因为必须从信友中体会到安全感、权力的滋味、训导的权威之后，他才会感到牧民工作成功？还是必须使自己成为求助者眼中的恩人、老师、护守正义者，才能肯定他存在的价值？这种种问题实在值得司铎再三深思。所以，如果司铎的注意力仅集中于自己的需要上，他将因欣赏自己的语调和姿态，而渐渐忘却求助者待援的眼神，以致不能作适宜的反应，如此则何能担负牧民工作？更遑论神修指导了。

施行圣事和宣讲圣言是司铎的双重职责，这不是心理层次，而是神学和圣德的领域，若司铎重视心理学和心理治疗超过宗教中介之职，其自欺欺人，莫此为甚！为此在担任任何角色之先，他当以如何使天主圣神临在人灵为己任。

（二）司铎的自觉

求助者通常对情绪转移的活动和根源毫无意识，实在情有可原，因为由于幼年时代，性格或学习所得的态度，在不知不觉中影响了他与司铎的接触和交往，如童年时代因母亲而引起的沮丧，对父母的怕惧，对兄弟姐妹的有罪感，都能在和司铎交往中重新唤起。虽然求助者在意识上清楚地知道当信赖司铎，但在潜意识上却不由自主地用转弯抹角的方式：言辞的闪避，表情的不安，以及身体姿态的暧昧，表示出对司铎的顾忌与畏缩，渴望与依赖，爱中怕失落爱，要表达却拒绝表达，愿顺服却反抗，欲接受却批评，求助却故作洒脱，攻击和依靠相互纠缠混杂。

情绪转移能引起两可的感觉和双关的反应，这些感觉与反应在神修指导中也给予司铎不同层次的影响。若司铎在其职务中，过分寻找某种人或躲避某一类人，如老年人、青年女子、居要职者、高级知识分子、孩童等，这样的司铎或多或少皆有寻求自我满足，或自我逃避的倾向。譬如有的司铎只愿为男人工作，认为为妇女工作只是浪费时间，事实上他在60岁时对妇女的态度，可能种因于16岁时，由于当年他注意到其他女青年在讨厌他，甚至不理睬他，才造成今日他对妇女的态度。有的司铎总是和孩子们厮混，旁人称赞他颇有爱心，他自己也得意地说：“如果年轻的一代受基督精神的熏陶，未来的世界将完全基督化。”然而，若参加他的教理课，不难发现他应用权威颇有问题。因为只有儿童才注意和服从他，这原是幼时父亲对他的态度，而今他将这些反射在其行为上，并用之以教训和指导儿童。至于儿

童有何需要,可能他并不了解,也不关心,只要能教训和指导他们,他就心满意足了。以上两位司铎的行为皆受潜意识的指使,前者对妇女抱有敌对态度,后者则对儿童予以操纵。不能为妇女工作的司铎,不见得能为男人工作,在应用权威上有情绪转移的人,教授法大致不会太高妙,对儿童人格和精神成长也不会有多少助益。由无意识所产生的理性化和自圆其说,使司铎不再聆听,不再关注及了解他人。虽然他自认传教有成,指导有方,事实上他制造小圈子,来满足自己的需要,他的态度反应和一般人无异。应用咨询只是反映无意识的驱策,如安全、成就、自尊、受人爱戴的需要,以及怕惧、有罪感、焦虑、性欲等其他倾向,他不想设法扩大视野,以答复求助者的需要,咨询和神修指导再也不能引人归向天主,而只停留在司铎身上,作自我陶醉。

凡有情绪转移现象的司铎,与人交往的方式往往有失真的现象。他关闭他与世界,世界与他相通的任何大道小径,他生活的重点,只是不断地将理性扩大,并以此作为他的目标,他不愿承认自己的软弱,也不愿做一个被天主提拔的人。既然求助者的心理上有宗教、意识和无意识三层,司铎受到铸成人格的家庭、文化、社会因素的影响,焉能倖免受情绪影响?司铎应努力使自己避免成为情绪转移的牺牲品,才是上上之策。

(三) 情绪转移的运用

司铎的圣职身份和所受的训练与心理咨询或治疗往往无甚相关(目前培育似乎有些改进)。而求助者前来与司铎讨论的问题却无所不包。司铎当明白不论给人物质的帮

助,或减轻身心的病痛,其中都含有宗教幅度。若在神修指导时发现顽强、排他或缺乏真实感,则情绪转移的现象可能已在进行中。司铎身处这种迷幻世界,极易趋向两个极端:一为过分搀入情绪纠缠,一为逃避情绪关系。换言之,当求助者表示极度信赖和情绪依靠时,司铎才认为神修指导成功;或反之,司铎采取冷漠、严厉、客观和超然的立场及语调,在思想层次上进行指导,或拒绝接受求助者的情绪经验。这两种态度皆非良方,过于搀入情绪纠缠无疑惹火烧身,将“你的问题”变成“我的问题”,结果是同遭灭顶。而逃避情绪关系则是隔岸观火,于事无补。所以无论前者或后者,都因双方不曾意识到情绪转移的存在,由于求助者需要被动地依靠司铎,引发司铎扮演强烈行使权威的角色,在此形态的关系中,成长无疑缘木求鱼,指导成为乏味而可厌的公式,神师和受指导者彼此成为旅途上甩不掉的包袱,天主的画像也支离破碎。但若求助者意识到情绪转移的存在,神师和受指导者的关系将有何种变化呢?求助者或许将暂时停止与这位司铎保持咨询关系,或拒绝神修指导,而转向另一个人求助,以面对新的成熟阶段。若司铎意识到情绪转移的问题,应如何处理?

切勿加增其强度是首要之事。其次,不妨将此情绪转移作为讨论的材料,毫不犹豫地指出其迹象,千万不可将此情绪转移隐藏或打入地下,疏导重于围堵,是化解情绪转移的妙方,应使求助者自己发现在咨询和神修指导中情绪尊崇的事实,同时将晤谈变得少而短,绝对不允许外加晤谈的次数。求助者对自己的情绪转移有所认识时,司铎当立即给予导引,例如司铎将求助者在咨询和神修指导过程中表

现过分顺服的事实，向求助者解释这顺服的象征意义——他对天主依恃的渴求。这不仅使求助者能将自己对司铎的情感转向天主，而且也使求助者从过去盲目地顺服他人，变为自由地顺服天主。既然此一情绪转移得以疏导，其他情绪转移如不安全、自贬身价、有罪感等，也就随之减轻，且对此日益了然，以致能主动地挣脱潜意识的奴役，面对自己与现实以争取自由，而奔向天主。

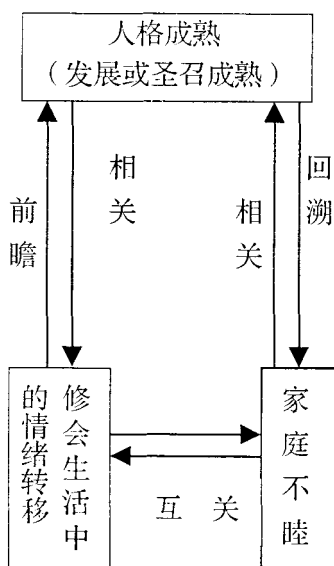
当然这些驱策若只以司铎为终点，求助者依旧停留在不成熟的阶段。净化求助者对司铎角色的了解，和净化天主的画像，必须依靠司铎敏锐的观察、自觉以及对神修指导目标的领悟。换言之，司铎因主之名接受求助者的感受，在道德和宗教价值上作证，使求助者自司铎身上看见天主的画像，并追求之。在理智澄清和情绪适应的过程中，司铎的宗教中介之角色也就益形彰显了。

所以心理治疗者和司铎的职务不同，前者揭发情绪转移的存在，甚至加强、分析、消除，使求助者面对自己自由的奥秘；而后者则减轻并说明其人际关系的象征与宗教性意义，以促进皈依和进德。其实，司铎是天主最初隐藏的标志，后来逐渐变为指向其本体实质的标志啊！

（四） 圣召中的情绪转移

在修会生活中情绪转移也会占有重要地位。根据鲁拉（L. Rulla, S. J.）神父研究所得，有 69% 的男会士和 67% 的修女，在培育时期通常对神师神父或神师修女会有情绪转移的现象。尤其值得注意的是：情绪转移的发生和会士报导的家庭关系不符实情有关。也就是说：不接受且压抑

家庭冲突事实的会士,较易有情绪转移的现象。因为家庭成员间的冲突是个人内心冲突的来源;而个人内心冲突特别表现在进会者人格发展滞慢和圣召不成熟现象上。由于个人内心冲突表现在自卫的情绪转移上,而这种自卫式的情绪转移,又重演着家庭的原始冲突,这些关系可以下图表示之:



科伯尔(Kohlberg)认为有的学说主张良好的亲子关系是社会正常发展,尤其道德和双性心理正常发展的保障,这种理论并不是绝对的。因为虽根据研究结果:与双亲关系不良的确影响该项发展,使之延迟或遭破坏,但以圣召言,有良好双亲关系的会士,不一定保证人格发展成熟和圣召成熟。另外根据报告可知,在双亲关系不良者中可分两类:

一是镇压(不接受)这不良关系者;一是不镇压(接受)者。换句话说,有不良双亲关系又不肯承认或面对的会士,其成熟程度远不及有不良关系却愿承认与面对者为佳。简言之:能面对事实者,是发展成熟与圣召成熟的记号。仅有不良亲子关系并不决定圣召之成功与否,惟有把不良关系拒之门外,佯作乐观,若无其事,才有碍于发展及圣召的成熟。

善于处理情绪转移,实在是神修指导成功的一大秘诀。意识到其存在,又能面对它,并且超越它,共同走向天主,是处理神修指导中情绪转移的过程,也是步向修德成圣的第一步。

结 语

情绪转移是在我们日常生活上常遇到的事,实在不足为奇。然而当它发生在神修指导的神圣场合下,我们的初步反应可能是在愕然之后,还极力否认:“这不可能发生!这不应该发生!”其实不论我们的反应如何,它确实是一件时常发生的事,对这恼人的现象,我们该采取什么态度呢?

1. 首先,我们不用伦理的标准来衡量它,因为情绪的本身是中立的,原来无所谓好坏善恶之分。情绪转移现象虽有危机潜伏着,但仍是两可的,必须看其未来动向和目标。

2. 情绪转移中所牵涉的位际关系是一种象征记号,因此有它表面和深度的象征意义。这深度的象征意义是神修指导的依据和范畴,神师能够协助受领导者识别这深度的意义,直达宗教经验的核心和所象征的事实,将形影化为实质,把憧憬变为具体,这就是指导的重点。

3. 情绪转移有其循环重复性。依据弗洛伊德的看法及

经验：“循环重复即是死亡”。理由是相当明显的，因为一支军队若只能站在同一位置上作踏步练习，而不起步走的话，一定不能冲锋陷阵。何况千篇一律，周而复始的情绪运行，既不是自由和意识的行为，更谈不到神修生活了。为此，神师就是在协助受领导者突破这恶性循环的现象，不断地净化皈依，出死入生，发挥其创新的能力，答复生活的天主的召唤。

4. 停留在这恶性循环中的人，实在也有其说不出的苦衷，尤其因为他受到恐惧不安、愤世嫉俗、消沉颓丧……的侵袭，无以自拔，他需要同伴：“引领我在清凉小溪旁休息，进入黑暗的幽谷而不怕……因为祢常同我在一起”（咏 23）。神师的陪伴和临在，使上主的陪伴和临在的事实变为真切可触，在这样的经验中，受领导者能重获起步的信心与能力。

5. 情绪转移的现象指出一点人类非常明显的需要：“人需要象征记号来辨别和接受天主的救恩，以表达和倾诉自己的心情和意念，了解天主的召叫，并作个人和团体的答复”。神师在举行礼仪和施行圣事时，正能透过彼此位际的关系，深入地体验到天主的言语和行动，任凭天主进入个人和团体的生命中，接受祂的治疗和救恩。而个人和团体在答复天主邀请和参与礼仪及圣事时，也得到整合、救援和圆满。

创世纪说明天主按自己的肖像造了人，又嘱咐人治理大地（创 1:26~28）。圣保禄致罗马人书中也说：“一切受造物都殷切地期望着天主儿女受到显扬……终将摆脱那腐朽的控制，而得分享天主儿女的光荣的自由”（罗 8:19~21）。

人当治理物质世界中的一切,物质世界因人的得救而享受光荣和自由,人的情绪生活正是首当其冲,其潜意识和无意识的情绪也应当受人统治,同时蒙受光荣和自由;换句话说,整个和全部的人和人类当变为“成人”和“新人”,达到基督圆满年龄的程度(参阅弗 4:13、24)。了解了情绪转移的现象,神修指导也就比较容易完成其应有的使命了。

人生中途的荒漠经验

前 言

现代世界是儿童与青少年的世界。不论家庭、学校、社会、国家，所关怀的无非是他们的福祉。一般人都认为成年人都会照顾自己，所以不需要别人的帮助。心理学上研究的重点和一般人的看法也无二致；重“幼”轻“成”。于是儿童期有纪赛(Gesell)和司保克(Spock)的研究，青年期有爱立森(Erikson)的杰作，医学和精神科对老年期亦已收集了充分的资料，惟独壮年、成年、中年直至近晚才开始有人作较有系统的研究，因此完整的发展心理学可说是尚未正式问世。不过目前对成年人心理的研究，最有贡献的要算是耶鲁大学社会学教授莱文逊(Daniel Levinson)和希海女士(Gail Sheehy)。后者所著《过程》(*Passage: Predictable Crises of Adult Life*)一书，论成年人生活危机之可预测性，是1976年最畅销书之一，中文译名为《你的危机、我的危机》。著名人类学家米德女士(Margaret Mead)对该书的付梓除极力鼓励之外更给予评论曰：“这是给现今这一代成人看的一本生动而具感情，可读性极佳的作品，显示在我们生命中有一模式：成年人发展的模式，一旦我们了解它，就可以掌握它。”本文中充分采用莱文逊和希海研究的结果，首先描述各阶段特色，继而作综合分析。

发展心理学的研究,有助于对神修进度的了解,成年期心理学的研究,有助于成年人神修发展的了解。而近晚时论及的神修荒漠经验(Desert Experience),虽然不是度神修生活中成年人的专利,却不能不承认是中年期神修的特色。因此了解一般中年人所能有的遭遇,亦有助于体认荒漠经验,况且中年人的神修经验,能指出荒漠经验的深度意义。

总之,成年人的心理和精神生活不是平淡无奇,更不是一帆风顺的,其中变化的距离和程度,实不亚于儿童及青少年,何况若以时间长短言,成年占人生大半,是左右世界和教会的要角,因此成年时期不仅值得研究,也应当研讨。再说若成年人能了解其自身心理和精神发展的情形,并能未雨绸缪,防患未然,沉着面对所能发生的改变与危机,使其在此时期生活得更充实更有意义。度婚姻及家庭生活者,面临成年期的变化与危机,也就不致于大惊小怪,仓惶失措,或仓卒改变,铸成大错。度奉献生活及团体生活者,遭遇生理、心理、社会及精神方面的改变和荒漠经验时,也会发现出谷和逾越奥迹在其具体生活上重演的意义,因而欣然接受和积极参与。

为能对成年期的变化有所了解,故自青年期谈起,以便比较分析,发现彼此之间的分别和成年期的特色。全文分五部分讨论:

壹、青年期的特色

贰、人生中途的两站

叁、荒漠经验

肆、中年时期的荒漠和经验

伍、结语

壹、青年期的特色

(一)十七八岁的独立宣言

“我必须脱离父母”这是十七八岁之前青年的共同宣言。但是虽然他们急于插翅高飞，却少有人付诸实行，他们仍然是家庭的一员，父亲的宝贝，母亲的明珠，独立谈何容易？就是进了大学，进行军训，与同学露营、登山、旅行，这种短期离家的独立尝试，到后来仍然得乖乖回家。口头上的反抗或标新立异地崇尚时髦，不只是为了使父母感到捉摸不定，和不能了解，更是为了表示内心独立自主的需要，他们似乎说：“我当然知道我要的是什么！”为掩饰心虚和恐惧，他们用违抗长辈的行为来表达。为加强士气，他们与伙伴们采取一致行动，一旦受到伙伴排斥，也只得重回家园。这是18至22岁的素描。这个时期的任务是在于确定自己在同伴中的社会角色，性别角色，将来职业，思想和世界观，希望在建立自我意识之后，能获得脱离家庭的力量，尤其希望在情绪上不再依赖家人。这时的青年往往有两种矛盾的感觉，彷徨在渴望独立与企求安全的十字路口，因此很容易去寻找一位强而有力者来协助自己成长。有的青年希望借着婚姻来解脱自己内心的矛盾，结果发现婚后在经验上还得依附家人，独立只是幻想而已。经历过青年期挫折的人，进入成年期生活就会比较落实，没有经过挫折而进入成年期的人，一旦发生青年时代的危机将难以承担。

(二) 20岁发展自我、追求理想

青少年末期的困扰为：“我是谁？真理是什么？”20岁以后问题的焦点转变为向外的：“我应如何实现理想？怎么开始最好？谁能援助我？不知道别人是怎么混过来的？”再具体地说：“如何在成人世界中插足？”这时期的任务既艰巨又富考验性，以往可以做白日梦，可以空谈理想，而现在是将理想付诸事实的时候，不论是准备终身事业，或寻找一位理想导师，或与异性建立亲密关系，都能付出却又不失去自我，就合现实世界又不放弃自己的理想，在此时期，青年准备终身事业，为未来生活打下基础。“我做我应该做的”，这是20出头的人最普遍的口头禅，其实这“应该”的标准，不论是有关婚姻、事业、消遣等各方面，皆由家人、家族、文化、同伴处学得，他们采用别人心目中的标准行事，却自以为独创一格，“我才不会呢，我不一样！”对自己当时所作的决定，深信是日后不可更改或挽回的，又相信只要凭理智与意志没有不可克服的困难与障碍，在生活表现上，他们力求与前辈不同，但当二十年代结束时，青年会发现以前所作之决定是可以改变的，用自己理智与意志并不一定能克服障碍，至于自己生活上的表现是否的确超过前辈？也是一大问题。

贰、人生中途的两站

发展心理学家在研究成年人发展阶段中，发现两个不同的高潮：（一）生命中途点（Midlife）（二）中年时期（Middle Age）。前者约在35岁前后五年，后者约为45岁前后五年，这两种人在人际关系、责任心，对事业及外界压力的态

度上显然有所差异。怀德精神医学中心(William Alanson White Institute of Psychiatry)曾就晚辈和前辈的心理分析家在态度上作一比较,结果对照如下:

项目阶段	
晚辈心理分析家	<p>1. 年龄 平均约37岁至39岁</p> <p>2. 人际关系 与别人之关系对自己的方向有决定性影响。配偶影响其生活甚大;生活以竞争为主;仪表、身材为交往上的资本。</p> <p>3. 责任心 如有问题发生易将责任推在配偶或他人身上。</p> <p>4. 关心 事业的发展。</p> <p>5. 对社会压力的反应 就合大众,感到似乎必须参加团体以表示为团体之一份子,『我们的』。</p>
前辈心理分析家	<p>1. 年龄 平均约53岁</p> <p>2. 人际关系 自我更形独立,重新估计自己生命的价值,不再与人竞争,不甚注意外表与仪表。</p> <p>3. 责任心 如有问题发生很少责怪他人或配偶。</p> <p>4. 关心 个人的安逸。</p> <p>5. 对社会压力的反应 不因不参加团体活动而感到不安,能享有自己的自由、充足、独立,不受外界牵制,『我就是我』。</p>

了解了生命中途点与中年时期之差异后，现更详细叙述。

（一）首站——三十年代跃跃欲变

三十年代的人，方踏入人生的中途，体强力壮，却猛然清醒地对自己说：“我不能再浪费时间与才华”。他们对“应该这样，不应该那样”已经感到厌倦了，一股新的活力在体内产生，愿意突破目前环境、事业和生活各方面的限制。不论男女在这时期都异口同声地说：生活面太狭窄了，外界的限制太多。他们归咎一切，其实真正的限制在于前一时期所作的选择，现在成长的程度已经超越目前的事业，因之感到处处受制，进入这一阶段的人，会感到自己在虚掷时间和才华，他们不仅愿意扩展职业上的成就，同时也愿意扩大个人生活圈。高德(Gould)和布朗士威克(Brunswick)认为30岁时是跃跃欲变，急于体会个人经验的时期，布氏更认为30年头是职业和创造性工作最佳的年代。

另一特色是壮年人较青年人更关顾自己与自我之价值。根据希海的观察，在此阶段的人，通常最初的反应是把20岁时所建立的生活予以击破，弥补过去的不足，以前好动的，现在则思静；以前好静的，现在则思动；单身汉想结婚，作贤妻良母的却想冲破家庭的牢笼，一个人已坐立不安和进退两难，若是两个朝夕相处的人都蠢蠢欲动，岂不是难上加难？无怪婚后的七八年通常潜伏着许多危机。最大困难是夫妻双方所订的两张优先单，若对照一下就会发现其间有很大的出入。譬如妻子愿上大学进修，而丈夫却愿多生一个孩子，假使妻子果然留在家里，她则会要求丈夫增多与

家人共处的时间，而不愿他专心扩大业务；要是丈夫愿妻子上大学，则他所关心的倒不一定是她的进修，而是打发她出去，免得在家里麻烦他。若妻子同样关心自己的利益，稍微自私些，丈夫就不能容忍。夫妇间似乎采取“以严待人，以宽律己”的生活原则，在利己之道上交往。这是30岁时的难关，夫妇双方皆有改变的需求，至于究竟要如何改变，各人都说不清。

30岁左右的丈夫会要求妻子作他真正的伴侣，不把她当作孩子或母亲看待，而愿以平等互待，若妻子真要独立闯天下，自立更生，自食其力，这会带给丈夫威胁，使他感到不安及渺小，至少不如以前那般伟大。至于妻子内心感受亦有一番难以表达的苦衷，因为至今可能她还幻想自己是充满爱心、正义、慷慨、富有牺牲精神的乖女孩，至少应该如此，所以她可能依旧不断对自己说：“你无权为自己要求什么，你当支持丈夫。”当丈夫一反过去作风，看来似乎鼓励她，对她说：“你该如此如此，你应上大学，你当在外找一职半工。她将感到受威胁与逼迫，而不知如何适应才好。有的妇女将自己度平庸生活的理由嫁罪于男人，因为这样她就可以安心于平庸，不必改变自己。通常而论，30岁的妇女喜欢将婚姻、孩子和事业三方面兼顾。而男人由于几乎将全部精力投入事业中，很少有暇顾及自己情绪的发展与整合，但他又需要别人肯定其男性——权力、能力、财力——与证明其雄性，而这见证人可能是第三者，若妻子在态度上不给予支持与满足，则不贞之事是很容易发生的。

从另一方面看，似乎有些矛盾，因为三十出头的人大都安定下来了，买屋置产，家庭生活比较稳定，事业也生根发

芽,正是飞黄腾达之时,这时候若欲有大幅度的变动是不容易的事,但不变有时即无发展,问题在于如何改变?对夫妇言;若两人彼此对自己的愿望有深入的了解,又能体认对方的愿望,一同商讨,面对危机,寻找应付策略,则不仅可减低这时期的冲击,且任何改变,将是使彼此更进一步走向成熟的机会。反之,夫妇关系若变得封闭,就会发生病态。

总之,三十年代的男女强调“我要”,不重视“我应该”,他们不愿安于目前的成就,而愿有卓越之表现,更有时不我予的惊骇,及怀才不遇的抑郁,他们企盼在这即将瞬去的年华中能为自己抓住些东西,他们在心中呐喊着:“我不要白走这一遭!”米德女士说得好:“这时期表现个性比扮演角色更为重要。”三十而“立”,这“立”字不是立志,亦非立业,实是愿为表现自我价值,迎头赶上而“立”,跃跃欲变是这时期的特色。

(二) 次站——关键性的十年

人生走到 35 至 45 岁之间,好似达于颠峰,在洋洋自得放眼极目之时,却见到不远的归途与终点,时间紧逼着我们,死亡威胁着我们,这一时期的打击真不一而足,青春瞬逝,体力日衰,而刻板的社会角色所要求的理想又远不可及,精神问题得不到解答,婚姻生活也淡而无味……大大小小的问题弥漫在这段时期,这是关键性的十年。在这短短的十年,我们必须再度校正人生的目标与方向,纠正自我鉴定的错误,检讨今后如何应用自己的才能,反省自己生活的动机与信念,认可所谓的“坏”的感觉,重新自问:“我做了这一切为的是什么?”“我的信念究竟是什么?”

进入下半生的狭桥会令人心惊肉跳，因为不知道何时老命呜呼，而面对昏暗不清的前路，又缺乏青年时的豪气，不仅力不从心，甚至心力不从，在彳亍路上，又发现竟然是独自一人，怕惧、孤独、精神不振、心情沮丧、嫉妒、贪心……这些“坏”而真实的感觉不断打心头涌出，我们企图寻找避风港，向苍天讨饶，愿从战斗的人生中逃脱。但我们既是自己的主人，一切还得仰赖自己，求教和求救于自己，何况整合自我的工夫更不是任何人可以代劳的，至今在人格内如有被压抑和舍弃的部分，被忽视或掩饰的层面，把它统统挖掘释放出来，此其时也。不论是内心的男性或女性，攻击性或虚待性，生理或心理的潜能，不必再为就合文化、习俗或传统，也不必想讨好已亡父母或共同生活的配偶，而伪装自我。这整合工夫的开始，不免要经过一段暗晦的路程，但黑夜既深，曙光也就在即。希海借用儿童读物中瘦马对兔子说的一段话来勉励四十年代的人：“但是你不必介意这些事，因为一旦你是真璞的，你不会丑陋，除非那些没了解你的人。”为追寻真璞的新生命而付出代价，的确是很值得的。这是40岁男女当经过的关口，不过其方式却有迳庭。

四十年代的人生十字路口，女人比男人较早警觉到岁月的匆匆，所以一到35岁左右就会“停、听、看”，对自己的下半生作一番打算，她会自省说：“过去所放弃的机会中，有什么是现在该把握的？”她感到这是最后的机会了，尤其最近的将来，因年迈和生理变化而将失去的机会，应如何面对和重新予以衡量，但另一方面虽然疑虑与纷扰使她彷徨，她还会享有一分轻松喜悦之情，对未来抱着肯定和希望。

男人当然也感觉到三十五、六岁在时间上的压力，大多

数男人仍然钻研事业的成就，因为要出人头地，这是“最后机会”了，他不甘心再做个忠心耿耿的部属，或“明日大作家”，或“某某二世”，他要坐主管的大位，名声四扬的音乐家，活跃的政客，他懊恼自己以往过于讨好他人，太容易被批评所中伤，如今他要甩掉这些无谓的烦恼，而专注于自己的成就，他要一显身手。

虽然他努力于孤注一掷，但无可否认的，人到40就会觉得有些泄气，坐立不安，不胜负荷，对自己内脏器官的活力也有了怀疑，“人生不过如此而已”，他不断地问。于是他可能要改变半辈子固定了的事业，婚姻也不例外。到了中年而要求改行的人越来越多，有人自我毁灭，有人回头是岸，不再经营力求成就的玩意儿，一种比较温柔的感情渐渐露面，他们较以往更关心生命中的道德层面。

四十五、六岁的男人发现了自我情绪的层面，而在他青年时，曾认为这些温柔的、消极的、软性的情绪，与刚毅充满活力和崇尚理智的青年是不能兼容协调的。青年时代，他们否定自己的情绪，而把这些情绪投射在妇女身上，借她们毫无保留地表达爱、怕、恨，菲利尼(Fellini)说：“男人习惯把妇女当作一种奥秘看待，在她们身上，他可以抛射幻想。她是母亲、妻子、情人、娼妓，但丁笔下的蓓亚德丝(Beatrice)、缪斯女神(Muse)，这都是男人给妇女所戴的面具，如此在他的下意识中可以放肆地表达自我未知的部分。”可是，当男人深蕴着的真情实意流露出来时，他的宗教情愫和生命中道德的一面也就如决堤之水泛滥四方了。他可能会懊悔未待妻子如人，不够照顾子女的需要，对朋友太过势利，并惊于自己至今竟将许多情绪隐埋，这是男人在情绪上

很弱的时期，是创造和精神生活的危机。然而设若他能由务外而内修，接受自己的许多情绪层面，尤其是孤独、寂寞等，并了悟自己的安全不寄托在他人身上，而是把握在自己的手中。一旦他不再顾影自怜，肯定自己内在价值，就能更慷慨地为人服务和照顾别人，以往或以利润多寡来评定自我的价值，现在以关顾他人为己责。爱立森认为这是脱去停滞进入创生的阶段。所谓创生，包括生产和创造，有孩子不一定真有创生能力，没有孩子却不一定阻碍创生，若不能创生则生机停滞，或自己成为自己的孩子。

事实上，每一位中年人是举世无双，唯一而独特的人。可是在这许多不同的中年人群中，不难发现两种截然不同的典型，有的抱着“认命”的态度进入晚年，有的抱着“顺命”的态度进入晚年。认命的人生活得无精打采，得过且过，不愿转变，也不求革新，既不能面对自己，也不能面对他人，把事业当作差使，将生命视为负担，他们的表现不论在工作效率，适应能力，尽忠负责，人生观和幸福方面的评分都不能合格。顺命的人虽然也有不如意的遭遇，不理想的环境，不完美的人格，但他力求革新和进取，努力反省与创生，肯面对自己 and 过去不如意的经验，敢对自己说：“我不能冀望有能完全了解和接纳我的人。”他生活得更为真实，更为知足和乐天，在恶劣的环境中，我们的表现非但及格，甚至还有优异成绩。爱立森说：“中年生活因生养、教育和服务而愈显光辉灿烂。”华纳(Werner)云：“一个人到40岁时，有了教育、经济与人际关系的基础及社会地位，对种种社会现象又有正确的价值观念与判断能力，对将来有明确的看法，对自己的人生目标也极了然，设若又能有健康的身心，那么生

命真正的开始就确实是在40岁。”赫洛克(Hurlock)也说：“中年时期是忙碌的人生获得最高酬报的时期，这时候解脱了家务与经济问题，获得新的自由，对自己的定义不再是‘父亲’或‘母亲’，而是一个独立的个人。”处此五官感受最敏锐，最能表达的时期，只有在忘我、无我之下，生命才会放射出它的光芒。荣格(Jung)说：“为达到彼岸，确需半生的时间。”否则怨天尤人，只有蹉跎以至老死，子曰：“四十不惑。”这实在是他的肺腑之言啊！

总而言之，从十七、八岁至四、五十岁是一段漫长旅程，也是人生黄金时代，顺利度过前一阶段，虽然不能保证安然度过下一阶段，但是却为将来的发展奠定了必要的基础。十七、八岁时青年对人说：“我不要……”，20岁时他说：“我该要……”，35岁时的成人说：“我要……”，45岁的中年人说：“我安于……”。他们所要的虽然不同，而且也可能不会完全实现，但不断地在超越自己和实现自己，却是事实。青年初期在超越父母的权威，青年后期在超越自我的现况，成年初期在超越自己过去的决定，成年后期在超越自己情绪和真我的限度。每次超越，同时每次也在完成自主、理想、能力和潜力，在心理层次如此，在精神层次更是如此。这不断地自我超越和自我实现，在荒漠经验中到达了高潮，而在中年人的荒漠经验中更是达于极致。

叁、荒漠经验

荒漠给人的印象是：炙热、干旱，一望无际和不毛之地。居住在沙漠中会有辽阔、空虚、无助、失落和被人遗弃的感受。大多数人都不愿住在荒漠，因为这不仅需要极大

的能耐和体力,更要有面对孤寂与迷失的勇气毅力,只有极少数的人,为了高超伟大的动机,如淘金垦荒,考古研究,隐居修道,才敢置身荒漠。

不过,根据圣经的记载,天主对荒漠似乎情有独钟,在欧瑟亚先知书里祂说:“我要诱导她,领她到旷野和她谈心”(欧 2:16)。在依撒意亚先知书中又云:“你们要在旷野中预备上主的道路,在荒原中为我们的天主修平一条大路”(依 40:3)。而出谷纪更实实在在地记录下天主在沙漠中与选民交往,予以信仰教育的史实。荒漠真可称为选民信仰的学校,天主自己是导师,教导选民如何全心依恃天主,除天主之外,当一无所恃。在精神层次上,荒漠经验不仅使人感到自身一无所有,一无是处,连生活的意义有时也荡然无存。然而,天主既然利用荒漠中的遭遇来教育选民,甚至连祂的独生子耶稣也必须在旷野中饱受试探,其中一定含有极深奥的意义。究竟荒漠经验是支解和摧毁精神生活?抑或建树和催促精神生活?需视个人对这经验所持的态度与反应,同时也要看当事人是否能深入了解天主予人荒漠经验的用意。也就是说,人是否能以信德和爱情,经过净化的工夫,在天主远离感觉和经验时,发现天主的关怀与临在。

荒漠经验究竟指的是什么?有过荒漠经验的人,虽然会用不同的言语来表达,综合起来可从三方面说明:(一)生活的节奏(二)位际的关系(三)生命的路向。

(一) 生活的节奏

训道篇说:“太阳之下决无新事。”单调的生活节奏使人感到千遍一律,人除了吃喝和享受自己劳作所得,以消磨

时光蛀蚀精力之外，别无更好的事，日出日落，花开花谢，一代过去，一代又来，周而复始，一切的一切引起厌烦和苦闷，人前既无值得光采和炫耀的事可以邀宠，内心又感到空虚、贫乏、无助。“日常生活琐事的累积就是生命的意义吗？”难怪有人想用酒浇愁，用食物填满空虚，用刺激物调剂乏味的生活，可是所得的效果，显然适得其反。

（二） 位际的关系

生离死别和受人摒弃会引起寂寞、悲哀、伤痛。当人与所爱的亲友分离，或为同伴所隔绝，就会产生位际关系上所发生的荒漠经验。不过，身在荒漠经验中寂寞孤立的人是不容易发觉自己的心情，又不容易承认自己的处境，他反而要用尽各种方法来掩饰自己的心情和处境，强作欢笑来伪装自己的心境。这可能因为我们习惯用道德的眼光来评判，认为寂寞孤独是不好的，悲哀伤痛是不对的。可是事实上寂寞悲伤是面对自己，和与天主交往的最佳时刻与准备，无论人是否意识到这个事实，焦虑、恐慌、迷失、孤独、寂寞之感，却是活生生的，因为在抉择终身份位之时，成败得失都落在自己身上，有时在瞬息微妙之间，决定了自己和他人的前途，就在这短促的时光内，微小、有限、脆弱、无助的自我，在永恒无限面前，赤裸裸地暴露了出来，而他愿与人建立关系的渴望也并不同时减轻。这种赴汤蹈火的恐怖历程，不是人所愿追求的，难怪处此境遇的人为解除内心的寂寞和苦痛，宁愿去追求虚伪和不正常的关系。

(三) 生命的路向

“生命究竟有何意义？”“这件事为什么发生在我身上？”“做好事有什么结果？”这是古圣约伯的荒漠经验，也是许多现代人的荒漠经验。

生命意义的丧失可能由于许多原因造成，突如其来的天灾人祸会使人迷失人生的方向，譬如：战乱、丧偶、遇劫失财，产下低能或残废婴儿，会士突然他遣……都是不解之谜，有以上遭遇的人渴望有个满意的答案。他大声疾呼，答复他的却是荒漠中的静穆死寂。

此外，生命力的减退，价值次序的颠倒，自尊心的丧失，未来希望的泯灭，都会引起对生命意义的怀疑与迷惘，尤其面临生死存亡的关头，人必须作自由抉择之时，更尖锐地体会到：人生若无意义，人生即是虚妄。这是生命意义上的荒漠经验。

肆、中年时期的荒漠经验

人一旦步入生命中途点之后，即使外界没有撞钟或鸣警，但因为在生理、心理、社会和精力各方面起了变化，使他在意识上也发生了重大的改变，这意识上的变化可能发生在与他人的关系上(包括和天主的关系)，也可能发生在自我安全上(包括对天主的信赖)，他可能对时间长短的意识与往昔不同(包括对永恒的意识)，他可能体验到内脏器官的活力开始衰退，生机逐步走向死亡(包括对巴斯卦奥迹和永生的体验)。因为有这意识上多方面的变化，尤其是中年时期的人，更会发现自己可以选择的道路日渐减少，就是已

经选择的道路也日益窄狭。这一发现会影响到事业、圣召和个人其它的选择，这种种的顾虑忧戚使人对其终身的抉择不如以往那么肯定，甚至对亲人或天主的关系也会变得疏远。面临这个关头，必须调整生命的方向，再度检讨自己的立场和态度，这时所谓的革新求变，应是“划向深处”，不只限于表面或环境的改变。

这中年时期的“荒漠”是不卖情面的，不论你有子孙满堂或孑然一身，不论你度婚姻家庭生活或独身奉献生活，投身世俗或退隐山林……“荒漠”会如影随形，魑魅附身，不断骚扰着你，我们惟有沉静地深度反省，死中求生地以创新来答复生命的召叫。否则我们不是愤世嫉俗，即成为焦虑、哀伤、恐惧、自怜……的牺牲品。

在此特将度奉献生活的中年男子提出讨论。“女人，弱者！”这是男子自豪而又不屑的话语，他们不仅自以为“强者”，而且更自认为是“没有问题的强者”。可是没有问题才真是“问题”啦！

其实，中年时期和荒漠经验都不是“问题”，它只是生命的必经历程，所以决不可以问题的方式来“想法子解决掉”，既是生命中的一段历程，所以最重要的是体验和了解，继而接纳和参与，终而超越和完成。若采取“问题”的方式来处理，不只“问题”不能解决，反而问题丛生，头痛医头，脚痛医脚，非治病之道啊！因为生命是整体的，问题是枝节的，用枝节的方式来处理整体的“问题”，岂不是缘木求鱼？

中年奉献人的荒漠经验可从五方面了解和体验：（一）初步疑虑（二）生理变化（三）自我鉴定（四）团体生活（五）奉献意向。这五方面的分析，可能予人一种悲观消极的印象，

但这正是荒漠经验。

（一）初步疑虑

人生发展各阶段的分界不若井水与河水间那般清楚，却如河海交会处那般混沌不清。青年时代向外发展的冲劲，处处予人一种生活上的乐趣，及至中年，成长和扩展都受到了限制，不安和消沉日形尖锐化。然而起初当事人对自己生命发生了些什么，有些莫名其妙，他只是感到以往许多顺理成章的事，现在似乎常会碰壁，甚而有些格格不入。正当他想坐享成果，周围快速进步的环境，却不让他休闲安逸，不然，他会被讥为守旧落伍。这时双亲长辈一一离去，同僚中虽不比 he 年长，已有人患关节炎、糖尿病，要不然就是心脏病和癌症。他的顾虑和烦恼向谁倾诉？要倾诉，也不知从何说起，说些什么？因为究竟发生了什么事，他自己也弄不清。

（二）生理变化

生理变化是外在最明显的事实，体力减退，使他不得不承认，几年前做得到的事，目前已经力不从心了。内分泌减退，毛发稀少，两鬓发白，视力老花，腹线膨胀，牙齿不灵，抵抗力，耐劳度，适应性和活动力都在走下坡，这时能保持健康，不吃药就医已经是上上大吉了。老年和死亡日渐接近，即使不认老，也无法缓和衰老的现象，也无法阻止蕴蓄在体质内部的破坏力量。

（三）自我鉴定

生理变化会引起心理上的变化，别人也会重新对他作价值评估。度奉献生活的中年人对自身的资格和价值，因着这些挑战，开始发生动摇。别人也许没有理会到，但他个人会感到自尊心和自信心以及自我画像受到各方面的冲击。虽然他是循规蹈矩的好会士，或是工作成功的大宗徒，不过目前他所看到的是自己的缺失和弱点。他发现自己为人服务中埋伏着多少的自私、自大、情欲和自满，在奉献意向的背后，有时暴露出自己伪善的一面，不要说别的，就以神修来说；自己知道的不多，又不一定有经验，还以权威自居。他在同僚和自己身上看到人生矫作的一面，尤其情绪生活更可说尽掩饰的能事。也许由于过去教育和环境的缘故，也许由于过去人际关系和男性自尊的缘故，使得他在面对和表达真实情绪时有着莫大的困难，时至今日还得学习接纳和肯定自己内心的感受，实在不容易。悲哀也罢，消沉也罢，失意也罢，自怜也罢，但这就是生活，是人的生活！

（四）团体生活

为能获得更大的自由为天国服务，放弃了父母、妻子、兄弟姐妹而度团体生活的人，似乎应当从团体中得到支持与鼓励，结果到了中年还会为了日常琐碎的事发生磨擦，为了芝麻绿豆事而烦恼，自己的脾气控制不住，别人也难以与他同居共处，容忍似乎变成了生活中最难的课题，最大的十字架，他自问：“为什么我不能多一点容忍？为什么别人对我都是敬鬼神而远之？这样下去我还修什么道？”不错，他

并非不想改正自己的“坏”脾气，但又不知该做些什么？如何下手？反省、检讨、祈祷、默想好像也都不灵了，在此情况下能不怨天尤人已经不错了。

（五） 奉献意向

青年时代抱着济人救世的雄心，立志终身度奉献生活，自由自在地选择了这崇高的理想，至今虽然不后悔，也不收回奉献的意向，但是目标不如以往那样清明，是无可否认的事实。他开始怀疑，好像重返青年时代的问题：“我究竟是谁？我正在做什么？这些有什么意义？我奉献是为了什么？”终身奉献的人竟然开始怀疑自己的路向和生活的意义，岂不可笑？不过，再度评估生活的目标，重温过去的生活，检验背后的航程，衡量自身的力量，深省奉献的动机，此其时也。“我是否能真诚地继续多年前所拣选的生活和团体？我是否甘心知足地如此享度余生？我是否要像不少其他同僚一般，跨出大门另觅出路？我的理想到哪里去了？信德又怎样呢？也许我生活在幻想与自欺之中？……”他知道有的会士从来没有这样的问题，他只能羡慕他们，并为他们赞美天主。他也知道有的奉献人不敢面对这样的问题，得过且过地迷糊度日，他很同情他们，并为他们祈祷。但他无法混混噩噩地过日子，他需要澄清自己的立场，净化自己的意向，重新找到失去的动机，更好说：超越青年时代不完全成熟的动机，以更成熟的动机取代之。

其实，奉献生活的内容不只这些层面，此处所举不过一、二，其他如祈祷和工作在奉献生活中占有中心地位，更能带给人重要的荒漠经验，在此省略，为让度此生活者自己

去体会反省。

荒漠是酷热、干燥、辽旷、缺乏生机的象征，给人带来不耐、枯寂、空虚、失落等感觉。荒漠经验发生在刻板单调，寂寞被弃和失去意义的生命里及意义中。通常度奉献生活的中年人对荒漠经验的体认尤为活现和深刻。这荒漠经验原无所谓好坏，可是因为这经验多数给人一种不愉快和不舒服之感，对习于好逸恶劳的我们，不只难以体验和了解，更难以承受和参与。然而，这荒漠经验是上主指导选民的教材，是选民答复上主的良机，基督自己虽然未及日中之年，却已亲身体验了荒漠经验，由此可见荒漠经验有其可爱及美好的一面！

伍、结 语

面对荒漠经验应采取什么态度？该作什么选择？可用何种方法？每一年龄，每一人生阶段都有我们应学习的课程，但最重要的是从经验中习得适当的态度。罗斯医生(Dr. Elisabeth Kubler-Ress)对死亡有许多论者，根据她的观察：病危的病人，在知道自己即将去世时，一般都不能即刻接受死亡，他必须经过好几个阶段：(一)自我说服“那不会是我！”(二)愤怒抗议“怎么会是我？”(三)讨价还价“不错，是我。但或许还有……”(四)灰心丧志“算了，算了，我逃不掉的。”(五)接纳承受“我准备好了。”这五个过程，虽然是人之将死的心路历程，但与人生中途的荒漠经验实在相去不远。如果我们能够明了这一点，让自己循序渐进，那么柳暗花明又一村即将亮在眼前，否则无理的干预、压抑和操纵都会造成僵化的恶果，终而无法走近自由。

其实,中年危机是正常而普遍的,有它特殊的挑战:发展的机会与危险。但不应该过分夸大危机,尤其不应言过其实地描写其消极的一面。希海女士曾说:“龙虾要长大,必须每七年蜕换甲壳一次,由甲壳脱出时,自身就暴露于外界,这是最脆弱最易受伤的时期,但也是成长的良机。”为此我们当深入地从生理、心理、社会和精神各方面去了解中年期的特色,掌握该时期在人生整体发展中的特殊使命,并且努力不断地超越过去,在超越中完成自己。

其次,应放弃安全又完全对自己负责。渴求安全是中年人最大的危险,他们应用不同的方法来达到这个目的;他以抱怨的方式来表达内心的挫折,或回溯以往光荣的成就,以求得自我安慰;不然就加紧工作,希望这样能邀得上主的眷顾;或者应用过去成功的故技和秘诀,以重尝成功的果实。有的人似乎甘心安于平凡庸俗的生活,其实骨子里对自己和全世界表示失望、反抗和指责;有的人寻找刺激和异性交往,以得情感上的补偿与慰藉。方法虽然不同,但基本上都是在寻求想像中的安全伞和避风港,抛弃了对自己和对世界的责任。然而事实上,中年期的安全在于有放弃安全的决心,惟有如此才能得到安全,能独立面对世界和自己,敢于完全负责,这才是心灵上最大的安慰与安全。

年青时代精力充沛,情感丰富,满不在乎地向外流溢耗费。中年人当收敛自己,集中精神向深处和内心发展,如果能接纳自己的情绪,接纳自己的限度,渐渐就会发现这竟是创新和超越的新时机。善变而不变,由向外而向内,面对自己的脾气,又能予以协调……新生命会从人格深处涌流出来,宗教情愫,道德意识,关心他人与公益会像决堤之水般

地流出。

中年人有很深刻的异乡感，生命乏味空虚，游子的思家，落魄迷失时的焦急，这些不是出谷纪和申命纪中，以民在荒漠中的经验吗？在这悲戚的经验里，以民开始体认到上主是他们的天主，他们是上主的子民，上主实是与异乡人同在的！在荒漠中，上主与以民立约，以民也找到了自己民族的特色和使命，虽然他们多次不忠，然而上主决不舍弃他们，因此学会了如何诚心绝对地依恃上主。固然有时荒漠使他们忍受不了，甚至会想返回埃及，认为度奴隶生活要比荒漠中的自由生活好受些。可是上主的许诺和福地的远景仍不断地吸引着他们，他们虽然感觉不到上主在他们身边，却又同时相信上主切望和子民亲近，并且陪伴着他们同行。这一切不就是中年人荒漠经验的素描吗？他们作客异乡，渴望着天主的来临，亲近他们，给他们安慰鼓励，指引他们旅途的方向。度奉献生活的人，记起自己充军作客，因此肯定自己不属于任何一个人和任何一个地方，只属于绝对的天主。正因为如此，他们能为任何人奉献，在任何地方投身，他们能以人人为友，四海为家，世界既不是永居之所，目前所在地也不是他们真正的家乡。他们愿非常认真地生活，又能很超脱地生活，他们自由自在地生活，给周围的人指证生活的路向，生命的意义和自由的可贵。

青年人需要导师，中年人就不需要良师益友的领导与伴同吗？且看以民渡过红海之后，四十年之久徘徊在西奈半岛荒漠地区，天主关心照顾他们之外，又派遣梅瑟和亚郎作他们的领袖和旅伴，向福地坎坷艰苦地前进。进入福地之后，以民与荒漠仍有不解之缘，天主更遣发耶肋米亚、欧

瑟亚以及其他先知继续教导、指责、净化、鼓励他们。现代献身天国的人,进入中年,经历荒漠,如有一位判断正确,经验丰富,学养深邃,有同情心又有智慧的良师或益友,作旅途的良伴,备有崎岖山岭幽谷的地图,或带有指南针、星象器,或者报导过来人的经验,预料可能发生的变故和凶险,有这样的旅伴,为安抵人生福地一定有莫大的助益。因为他们了解人性的发展过程,尊重人生各阶段的特色,同时又经验过人性和圣宠间动态的交织、紧张及配合。一方面他们鼓励旅行者面对、接受并超越自己的软弱与限度,澄清对自己和未来的疑虑忧戚;另一方面更指出天主对在荒漠中生活的中年人所有的计划、期待与其中所含的深长意义,不仅变凶为吉,而且因这荒漠经验,使旅行者增长了不少神修智慧与精神成熟,进而有资格作为他人旅途中的良师益友。

然而,人若能实实在在接纳承受荒漠,又有良师益友的指引,但若没有在基督内对天主的绝对信赖,不免功亏一篑。因为试探或诱惑,基本上是对天主的照顾和自身的使命发生怀疑,对万物、他人或自身的利害过于重视。耶稣曾受试探,得胜诱惑,把万物、他人和自身的利害都予以相对化,把天主的圣意,自身的使命不但置放在一切之上,更顺从圣神的引领,向天主表示绝对膺服。及至祂的苦难和临终的时刻,更把荒漠经验拓展到精神的极限。当祂大声呼号:“我的天主,我的天主,你为什么舍弃了我?”时,谁还能怀疑祂这一声痛彻肺腑的哀鸣,不是来自孤寂、被弃、无助……等荒漠经验的呼叫。然而,当祂再度大声呼喊说:“父啊!我把我的灵魂交托在祢手中!”而断气时,更将其孺慕孝爱,英勇奉献和彻底信托之情发挥到了极致。

度奉献生活的中年人，面对自己的试探和苦难时，也正是在参与耶稣基督试探和苦难，经历着和他一样的荒漠，惟有以彻底的信赖和奉献的精神，与基督一同拥抱着被救赎的人类全体和每一位奔向天父。摩特曼(Moltmann)说：“在感到生命无意义和为天主所舍弃的经验之中，最后天主藉着被钉基督的活像，将生活的勇气传递给了我们。”

法国神学家孔加尔(Congar)描述中年危机结束时的成熟情况时说：“行路至此，他了解事物的真正价值，重视心态的实在意义，甘愿坚守岗位而不求荣誉，缄默不言又无光荣，善尽职守却为人所误解。事虽微不足道，但有其重要和伟大的一面。恒久的现象不定常是显耀夺目，有价值的事，即使不令人兴奋激动，仍呈献得更为清彻与永恒。”耶肋米亚说：“逃脱了刀剑的人民，在旷野中找到了宠遇，以色列来到了自己安身的地方”(耶 31:2)。果真如此，则中年荒漠岂不是变相祝福？

家庭中的沟通

1977年8月19日至21日,天主教家庭生活协进会,假辅大校园举办家庭生活营,参加者有百余位夫妇。首讲由新竹磐石中学校长陈明清先生主持,题目为“今日家庭生活”。次讲由笔者负责,题目为“家庭中的沟通”。时过一年,既无时间也无心整理,但经友好催促,幸得周文连女士的协助,将旧文整理出来。除向周女士致谢外,尚期有助于促进夫妇间的沟通和定量中的幸福。——作者谨识

根据研究所得,我们知道台湾近十年以来,家庭的变迁相当剧烈。从关系来看,以前父子关系是家庭的主轴,其它的关系都是附件。两性的关系,由分而合,由疏远而亲密,由私下而公开。选择配偶和订立婚约,由父母代劳而自由恋爱,青年往往自己选择了对象而后征得父母同意,妇女的地位也在改变中,在法律和职业前,取得和男性平等的地位,又由于经济的共同负担,教育机会均等,妇女的地位也就渐渐提高。小家庭的组织也就渐普遍,新婚夫妇离开父母而分居,更合乎工业社会的要求,离婚不再是男方的特权,结婚的动机由家庭宗姓为主,而成为两人为主,不仅为后代的幸福着想,也为夫妇两人的幸福着想。总而言之,现在家庭的权威,由父亲手中转移为民主讨论的方式,家庭结构之改变是社会变迁的先锋,这是辅大黄俊杰教授在1977

年研究的结果,这种变化要求家庭每一个成员都能成为积极的一份子,每人按照自己所处的地位和所扮演角色,负起更大的责任,更有意识地参与家庭的生活,建立彼此间良好的关系。因此,现代家庭中的沟通比以往更为重要。

壹、家庭关系的性质

(一) 家庭的关系是动态的

家庭的关系在表面上来看似乎是静止的,而实际上是动态的,平静的生活中,充满着新陈代谢的活动,平衡的关系下潜伏着紧张和松弛,相拒和相吸。

(二) 夫妇的关系是两人的需要和希望的表达与完成

人际的关系和沟通不是别的,正是两人的需要和希望的表达与完成。夫妇之间的关系不是一成不变的,而是在变动和互动中形成,为此关系要求夫妇彼此适应,彼此满足对方的需要与希望,这些需要和希望不仅属于意识的层次,也往往是潜意识的,也就是说,夫妇自己常常观察不到,意识不到,但这些潜意识的需要和希望却是存在的,待机而发,因此会带给夫妇迷惑和无法捉摸的感觉,这些需要和渴望按着年龄、健康、环境、社会和文化等等因素的影响而改变,为满足这些需要和希望,夫妇的关系应当不断予以调整和演进。需要可能属于生理、心理、社会或精神方面的:如饥渴、安全、隶属、幸福等,希望可能是自我完成、实现或奉献,而这一切都在互动交流中表达出来和圆满完成的。

（三） 夫妇关系的两个特色

夫妇间的沟通普通有两种特色,就是:一、相辅相成,互补互助,也就是横的关系;二、按着一定的阶段演变发展,也就是纵的关系。每个家庭虽具有特性,但都按照一定的阶段,或长或短,按部就班地发展。

首先,我们把家庭发展的过程分成五个阶段来描述,在这五个阶段中,家庭好像细胞一样起着新陈代谢的作用,亦即有两股相反的力量、一种是破坏的力量,另一种是建设的力量、一种是离心的力量,一种是向心的力量;家庭的生活就在这两股对立的力量消长中发展。然后,我们要谈谈沟通的现象。

贰、家庭动力的消长

（一） 向心力得势,离心力失势(他〔她〕是我的)

在这一阶段中男女双方都放弃过去的兴趣、朋友、家人、活动,不论是由于一见钟情或是慢慢地堕入情网,按其本质来说,二者相当近似。前者突如其来,出其不意,男女双方似乎连反省或推论的机会都没有,等到大块整批地接受在手中以后,才有时间和机会,有意识地反省与推论突然发生的事,这并不是说,一见钟情没有充分的理由,而是情感的发动,远远超越意识的作用,人的意识没有办法紧紧追随情感的作用,至于渐渐堕入情网,因为发生的经过比较缓慢,男女双方有充分的时间反省和意识到所发生的事。不论一见钟情或慢慢地堕入情网,其方式虽然不同,但两者在此阶段男女双方都专注于对方的优点上,而无视于对方的

缺点,即所谓“情人眼里出西施”。在这阶段里该注意的,就是作进一步的反省,而不随从一时的冲动,因为随着本能或潜意识的动机往往会铸成大错,后悔莫及。双方该反省的是自己是否能顾到对方永久的利益和幸福。人际关系中潜意识的动机是不可避免的,而且时时处处都在发生,只是在普通的情形中,其后果不太严重,但若男女选择终身伴侣的时候,其后果就比较重大了,在风平浪静时,潜意识的动机和双方的弱点不会显露出来,但若一旦环境改变,职业不如意,或身患疾病等的事情发生时,因为事前没有心理的准备,就会严重地影响夫妇间的关系,甚至产生婚姻的危机。其实如果我们仔细分析,不难发现:从动机来讲,一见钟情的危机和红杏出墙没有多大的区别,只是对象不同罢了。这个时期也可称为蜜月时期,时间可以由几周延长至五六年,其特征是爱人专情于所爱者,他们感到惟有他们生活在这世界上,双方都放弃了过去的兴趣、感情、朋友和其它的关系,他们彼此达到火热的程度,对周围的人都抱着冷漠的态度,普通习惯所做的事,还能继续下去,可是要求他们付出情感的事,就不易做到了。比如社交、文化、审美、宗教等等的事,都会受很大的影响,要打不少的折扣,因为双方都强调相同和相补的地方,排除相反不同的地方,将离心力中和到最弱的地步。

(二) 协调攻击的本能(我是我,她是她)

蜜月期以后协调攻击的本能是很重要的,情人们承受不起伴侣的反对,即使偶发的小事,也会引起不快,甚至激起情绪上的爆炸和冲突,双方会感到莫名其妙,甚至可能到

达决裂的地步,不过男女间的关系,除非经过这种危机,不能渐趋成熟。青年夫妇很容易否认彼此间的这种差异,例如在运动场上相遇的男女,因为兴趣相同而发生好感,继而相爱,岂不知他们间除了运动以外,也许没有许多相同的志趣,因为一时高兴而结婚,两人还是大孩子,尤其男孩子往往还没有成熟,但女方为了不愿使他泄气,不忍使他失望,而接受了求婚。人既然不能常生活在高潮中,蜜月时期一过,两人就得面对生活的挑战,而最大的挑战便是发现对方并不是像自己想像的那样理想,因此隐藏在内心的攻击性突然出现,至今否认的离心力,现在就不得不接受它的存在。其实协调离心力,能使每一个人的个性表现出来,肯定自己,再承认对方。他不再是某人的丈夫,她也不仅是某人的妻子,他是他,她是她,每人有本身的位置、身份和价值。这种肯定使得男女双方又在成熟的道路上迈进了一步。

(三) 离心力和向心力的平衡(我们所共有的)

离心力和向心力之间取得平衡,使夫妇关系进入新的阶段。但这种平衡需要不断革新,就在这时期中产生失和的现象,结婚多年后的夫妇之间的关系可能发生三种不同的现象,其带来的危机会给夫妇引起不少的痛苦,封闭的态度或逃避的行为,但如处理得当,彼此之间的关系就能够加深一层。现将三种不平衡的现象描述如下:

(1) 龃龉不合,彼此攻击,不再投资,引起破裂,增加痛苦。发生此现象时,夫妇彼此不关心对方,而对家庭之外的事发生兴趣,每日生活的压力增加彼此的磨擦,利用对方如同东西一般,以前对伴侣加以理想化,所以甘心情愿把自

已交付出来；可是到此阶段，夫妇双方只为自己的利益利用对方，不加补偿，也没有服务的诚意，而以前常为表示自己的爱慕和建立良好的关系，殷勤地为对方服务，现在男方若只要求女方服务而不付代价，因此女方将感到痛苦和创伤，怎能不引起她的攻击反抗呢？如此夫妇之间的关系变得非常矛盾，因为结为夫妇，不能爱也不能被爱，本身就是一种痛苦和一种失败，这种痛苦和失败使人长期麻木瘫痪，即使不因此分居或离异，虽然因为道德、宗教种种理由继续同居共处，也是非常悲哀的事。幸而，在这争吵斗争之中，彼此之间的爱虽然不如以前那么明显，双方的吸引力依然存在。然而，因攻击性和离心力的夸大，使日常生活度日如年，继而双方的自尊心受到打击和伤害，对伴侣冷漠不感兴趣。可是这攻击性并不消除彼此间的吸引力，也就是说离心力与向心力共融并存，其实这模棱两可的态度在恋爱初期已经存在，只是积极的向心力飘浮在意识的上层，消极的离心力沉没在意识的下层。而现在恰恰相反，愤恨飘浮在意识的上层，而爱情沉没在意识的下层，有时竟然矢口否认爱情的存在。如何减少攻击力，如何增加、发掘彼此的吸引力是这一时期的重要工作。

(2) 向外攻击，减少社交，彼此投资，引起封闭。这种现象的发生是由于夫妇为预防分离，彼此保护，不再向外投资，怕自己的弱点暴露，不准自己和伴侣向外开放。可能一方出于嫉妒而提防对方向外发展，继而变本加厉把配偶囚禁起来，这种保护的态度逐渐扩大，可能由于不自觉，可是日久天长地普遍控制配偶的一举一动。这种封闭的态度使夫妇孤立起来，凡是属于公共的兴趣，对外的关系都逐渐

放弃,甚至于家人,亲友都逐步的远离。夫妻双方只注意和保护对方,失去个人独立或自由,是他们间结合的代价,这种的代价使得夫妇双方的生活越趋贫乏,他不允许对方独自行动,他们做什么事都在一起做,任何的事都属于共同的事,这种现象会带来什么样的后果呢?表面上彼此之间是很和谐,甚至于彼此的分裂看起来是不可能了。其实不然,最初,因为爱情只向伴侣身上投射,继而因为攻击性没有其他发泄对象,所以也渐渐指向伴侣,这样一来,夫妇生活变得非常贫乏,苍老得很快,生命在减速中。最可怜的是他们孩子的发展一定会受到阻碍,处在这种情形中的夫妇,必须继续彼此投资,同时也得继续向外投资与开放,才不致害己害人,伤害对方还是小事,阻碍孩子的成长,对夫妇自己的情绪生活,甚至将来的婚姻也会带来很大的影响。

(3) 向外投资,彼此不投资 为避免人格窒息,伴侣参加社交,夫妇间最大的危机是在彼此不再投资,认为夫妇间的关系是一劳永逸的;其实夫妇关系的建立是永无止境的。一旦夫妇的关系取得平衡,认为就能一生享用,无疑的他们将要死于安乐。危机的本身原无所谓好坏,如果夫妇无论在痛苦或喜乐中,高潮或低潮中都能一起讨论,交谈和反省,一切的遭遇为双方和家庭都是有益的,尤其若能预测危机的来临,防患于未然,共同面对,检讨彼此关系上的得失,分析共同遭遇到的困难,一定有助彼此之间的了解,团结和相爱。

(四) 攻击对内,吸引向外(我们都没有)

愿意改变是中年时代的危机,他们一旦遭遇到困难,就

希望换一个职位,改变一个地方来解决自己的问题,对于婚姻也可能有同样看法,和用同一手法。其实真正的方法是在于夫妇能否加强或深入彼此之间的关系,婚姻辅导在这个时期是非常重要的,在这善变的心理之下,如果有第三者出现在他们之间,彼此的分离也就能够表面化了,意识到了这个危机,中年的夫妇必须采取预防。幸而这时期夫妇之间的关系已经很深,性机能已经比较安定,子女们也使他们之间的关系更为稳定,社会的地位和精神上的造诣都有成就,他们彼此之间的爱情也已经很深,如能够同舟共济的重新探讨和建立更新和更深的关系,将使他们中年的生活更为美满。

(五) 合而为一(我是他[她]的)

夫妇渡过中年的危机以后,两人在反应、兴趣和需要上都渐渐接近了,达到相依为命,合而为一的境界;这时期虽然还常会不和睦,分离是不可能的,或至少很少发生。这时期老年的夫妇渴望安全,因此不安全会加强旧日的怨恨怕惧、内心的不安和经济与生活上的不安,使得老年夫妇以自我为中心。安全第一,可说是这时期的口号,夫妇双方急需对方求得自己需要的满足,所以彼此之关系比较稳定,老年时代的不安和外来的威胁,使得老夫妇更依赖对方。一方的死亡,固然会带给另一方极大的痛苦,然而,如果过去有过良好的感情和深度的关系,使得活着的一方更容易忍受,变得更会独立,和亡者在精神上有更深的结合。反之,如过去情感不好,关系不深,又因为常久与外界隔绝,双方没有自我发展的机会,过分彼此依赖,便会使生活的一方感

到莫大的消沉，如果在过去曾严重地伤害过对方，更会引起既深而重的有罪感。老年的阶段是人生在世的终点，是耕耘播种之后的收割时期，种瓜得瓜，种豆得豆，千真万确。

叁、家庭中的沟通

家庭生活经过许多不同的阶段逐渐成熟。沟通，使得成员顺利地渡过这许多不同阶段。人人都需要沟通，然而沟通的方式因人而异。不同年龄的人有不同的沟通方法；小孩子用哭笑来表达自己的感觉，与人沟通；大人以表情、言语与行为和人沟通。男女表达的方式和内容也都不同，男人多用行动来表达，女人多用言语来表达；男人会嫌女人罗嗦，女人会嫌男人木讷。交谈的方式和内容因人、时、背景、教育、经验不同而异，但沟通要求是双方的，某夫妇在他们恳谈中说：“我的眼泪流在我的面颊上，我的眼泪流在你的面颊上，你的眼泪流在我的面颊上，我们的眼泪流在我们的面颊上，其中的滋味和深度是非常不同的。”与人沟通，我们可以用眼泪、用表情、用手势、用行动或用言语。言语不是唯一沟通的方法，也不是最深入的沟通方法，却是最普遍、最理性的方法：因为言语可以表达自己的思想，给对方愿得到的知识，言语也可以表达自我，把自己的看法、态度、立场和感觉表达出来。言语更可以和别人建立起关系，为对方的利益和幸福，献出自己的时间、才能和精力，也希望得到对方的答复。沟通不仅是自我表达，更是能接纳对方；不仅是讲话，更包括了聆听。因此，与人沟通也就是愿意向对方倾诉，愿意别人了解自己的价值观，愿意人家重视他。除此以外，他也愿意聆听别人所讲的和所愿意讲的，不仅听

自己愿意听的。所以听的人该放弃自己,牺牲自己。放弃自己的看法、态度、立场和感觉,他愿意抱着开放的态度,愿意受人家的影响和改变,换句话说,他愿意变成别人,愿意自我奉献。总之,在沟通中,人所注意的不仅是他说了什么,而是他是谁?

沟通是一种艺术,艺术虽有它理论的一面,然而单凭理论无法真正了解沟通,要了解沟通,最好的方法就是与人沟通。研究个案,也是学习沟通的办法,因此我们提供了两个个案(参阅附录:个案研究十五、十六)。

讨论了也研究了这两个个案以后,有关沟通,我们可以作以下的四个结论:

(一) 沟通是我观的表现和接纳,所以自我认识是沟通的第一课。

直接与人沟通的我,不是客观存在的我,真正的我,而是我对自己认识的我;也就是说,我对自己的认识到什么程度,我就以这程度与人交往。更进一步来说,有许多人对自己有所了解,但是因为他们不愿意面对自己,认识了自己以后也不能接受自己,这样的人,和人交往之中会给人带来不真实和一种虚伪的感觉。为此,了解自己是非常重要的,接受自己更是重要,自我认识实在是沟通的第一课。所谓自我认识,不只是片面或部分的认识,而是全部而整体的认识,至少对自我核心有所认识,所以包括很多。譬如:思想、感觉、态度、价值、愿望、需要等等,愈是认识自己、接受自己,愈是能与别人沟通。因为自我认识、自我接受,不是别的,就是自我沟通,而自我沟通是与人沟通的一个先决条件。

(二) 沟通是两个个体的共融,所以发现志同道合是沟通的第二课。

虽然沟通的步骤,往往由表面而深入,由部分而全体,由小而大,由近而远,由外而内。不过为能做到此点,双方必须发现对方与自己有些共同的地方。能在别人身上找到与自己相像的地方就能产生共鸣;能够在别人身上发现另一个自己的时候,就会发生同体和共融的感觉;能够找到志同道合的人,是人生中的大幸,而信仰更启示给我们许多共有的真理与事实,就是我们都为天主所造、所爱、所救赎的天主子女,都有许多长处和缺点的人和信友,这些都是我们共融的理由。

(三) 沟通假定双方的差异,所以接受异己殊途是沟通的第三课。

这一点恰巧和第二点相反,情投意合使人引起共鸣,不至感到孤独,而相辅相成只有具有不同个性的人才能做到,正如水之向下流,因水位有差别之故。不同性格的夫妇要求别人站在自己的立场,设身处地了解他,不采取竞争的态度,而采取欣赏的态度,不去设法强人就己,而设法向人学习,这是何等的挑战!接受这样挑战的夫妇,才会有充沛的生命,创新的生命。

(四) 沟通须有第三者的参与,所以超越目前的事实,追求未来的理想是沟通的第四课。

限制在两人之间的沟通,会使生命非常干枯和贫乏,在家庭中如有孩子产生,使夫妇间的关系,更形充实和愉快,人的生命在不断给予时,才会充实。夫妇的生命也不例外,必须为下一代献身,夫妇的关系就变得格外有意义。不但

如此,夫妇两人有共同追求的理想,不断超越自己目前的成就,抱着开放的态度,聆听天主对每一个和全家人的旨意,有目的的生活,有意识的生命,使得夫妇间的沟通更为顺利,也使得离心力和向心力之间的配合更为恰当。如此的沟通虽然会暂时带来不安、痛苦、冲突,但是如能恒心不懈,终能为夫妇带来安慰、满足和幸福。

结 语

家庭生活在两种对立的力量消长互动中发展,良好的沟通使家庭的发展按照一定的步骤达到它的目的,其实家庭生活以天主圣三的家庭生活为理想,为达到这个理想,要求我们学习沟通,协调向心和离心的力量,整合破坏和建设的力量。学习沟通,要求人付出很多的代价,心智和耐力,为追求如此崇高的理想,所付出这些代价是非常值得的。

附录：个案研讨二十则

个案(一)

刘小姐 25 岁,学历为高中毕业。在某机关服务一段相当长的时间之后,上司及同事皆认为:她不仅活泼、负责、老成、能干,且富有领导能力,因此上司想升任其为一主管。可是刘小姐却极力推却,她认为自己学识不够,没有能力领导,她更怕一旦接任,对上司难以负责,对属下难以交代。她只想做个默默无闻,安分守己的小职员。

讨论问题:

1. 刘小姐的“我观”与“他观”似乎有很大的距离,这是否显示出刘小姐的不成熟?若是,则别人对她的看法是否有错误?何也?
2. 刘小姐心中“理想的自我”与“我的理想”是否有出入?若她来求助,应如何辅导?
3. 需要设法劝慰刘小姐接受新工作吗?如此劝慰会引起她的反感吗?

个案(二)

一对青年订婚后发现彼此性格不合,倘若结婚,必定造成失败的婚姻。但是女方已有身孕。

讨论问题:

1. 依目前情形,解除婚约较好呢? 还是就此结婚?
2. 如果一方为解除婚约以自杀恐吓,或因此精神消沉,人格发生异常变化,则当如何处理? 这样的表现是否足以证明其人格不健全? 与这样的人结婚会有幸福吗?

个案(三)

张小姐毕业于某大学商学院,曾任高校教职,胜任愉快。入会修道后,她觉得虽然喜爱其所学,而社会上也需要这种学问,但在修会生活中,若每日研读商科书籍,并不能对其修道奉献生活有益。

讨论问题:

1. 张小姐应否考虑改行另求其他学问或专长?
2. 若给张小姐继续执教是否较佳?
3. 怎样使张小姐认清自己的真正兴趣,并了解自身的能力?
4. 如何整合她的生活?

个案(四)

达仁是某大学理工学院三年级学生,虽然他的理化成绩自中学时代即已不错,但其兴趣却在文艺方面,为了不负父母的期望而考进某工学系。近来感到读书方法颇有重新研讨之处,对目前生活也觉得矛盾与苦闷。虽然学业仍能应付,但对将来的前途和出路却有疑虑。他一向十分介意他人的意见与判断,最近两个月变得孤独好思,不如以前的开朗。

讨论问题：

1. 若达仁不来求助，需要对他加以劝导吗？
2. 怎样使达仁的兴趣与专长相互调整？

个案(五)

美珠是高三学生，最近感到彷徨无主，杂乱的思想、情绪与反应不断侵袭她。对人反感很大，不论老师或同学都很容易惹她生气。常听人说：一国国民当对社会国家负起责任来。又说：服务是快乐之本，青年当有理想。但自己却打不起精神来，对自己也感到讨厌，有点愤怒与憎恶，几乎要灰心了。对读书的兴趣不若以前那般浓厚，有点无精打采的样子。自知天分不错，但多少的才能与活力都埋没在心中，最痛苦的是：似乎迷失了方向，找不到生活的意义，而功课的压力对她一步也不放松。

讨论问题：

1. 怎样使美珠有一进取的人生呢？
2. 如何发展“我的人格”？
3. 如何调节情绪？

个案(六)

立仁常听神父们谈到信友应与生活的天主建立关系，可是在千变万化，无奇不有的生活中，他往往感到身为教友竟十分不幸地处在世俗与信仰的夹缝里，有时真巴不得说：“我不是教友。”服务、奉献、见证究竟应如何付诸于生活中

呢？天主似乎远远地在九霄云外享祂的清福啦！立仁不得不疑惑重重。

讨论问题：

1. 立仁的信仰基础何在？
2. 信仰与生活究竟有何关系？
3. 基督为我是谁？

个案(七)

李先生来见咨询人员，这已经是第 13 次了。他是两个孩子的父亲，妻子是一位心理学家，也是一家之“主”，夫妻关系并不很好，婚姻生活也不协调，有时甚至想提出离婚，但为了孩子也就算了。

李先生：“我并没有和其他女人有什么关系。”又说：“我怕。”

问：“你怕什么？”

李先生：“怕人遗弃我。”

问：“为什么？你感到像孩子？”

李先生：“你和我的太太一样。”

问：“你怀疑我的资格？”

李先生：“我不知你能为我做什么？”

有一次他和咨询人员约好了，却没有来。过了一星期他来了，并说明上次无法前来的理由是因为工作太忙。其实，他所以失约而又不事先通知，显然是为加给咨询人员麻烦，借此惩罚妻子。

讨论问题:

1. 这个案的性质属于那一类?
2. 问题中心何在?
3. 您如何处理和协助?

个案(八)

陈修女是一位国际性修会的修女,年龄四十多岁,相当成熟,办事能力强,聪明,大学毕业。一天她去见院长修女。

修女:也许可以这么说……我认为我有多方面的能力。

院长:我知道,这是真的。

修女:可是到现在为止,好像我的能力没有用对。我讨厌今天要我做这个工作,明天又要我补那个缺,从这个堂口又换到那个堂口,而我在大学所学的东西全部没用上,我的结局是什么?我的结局是一辈子不是替这位神父整理更衣室,就是擦那个堂口的烛台。修道又不是为了这些,这些事谁都会做,我一想到这些心里就好厌烦。

院长:你得知道,调工作也不是我愿意的,实在也有好些困难。王修女病得那么重,不能不派你去代她。前回换你,是因为那个院里有问题,详情你也知道。

修女:这些让我想起了就烦。现在我有一个问题,以前也向您建议过,港澳现在需要修女做社会工作,我在这方面又有兴趣,您想我能不能专门做这方面的工作?有一次您调我去做社会工作,您也看出了我的成绩,如果有一年半的训练,念个学位一定没问题……

院长：可是堂口的工作谁去做呢？

修女：那么我的问题该怎么办？好像我进会就是为了补空缺和帮忙堂口的事，天主好像要我做另外的工作，如果我能够有机会做社会工作就会心满意足了。

院长：……

讨论问题：

1. 核心问题何在？
2. 应给院长何种协助？
3. 你对陈修女有何建议？协助？

个案(九)

施神父曾做过8年的院长，年五十出头。费神父年三十余，均为国际性修会的会士。施院长发现费神父常和林修女在一起，认为其中有一些罗曼蒂克的成分。于是……

院长：费神父，我发现你最近常同林修女在一起，你们两人的关系怎么样？

神父：我们的工作性质类似，常常见面交换意见。

院长：是，我知道。那么你对她有什么看法？她人如何？

神父：她很热心，工作认真，自从她来到这个堂口以后，儿童的活动一天比一天活跃起来。

院长：你常和她在一块儿，别人也都看出来了……

神父：这和我有什么关系？这是他们的问题。

讨论问题：

1. 这次交谈进行的情形如何？

2. 问题在哪里？
3. 如果你是院长，你如何面对这个问题？
4. 就这个个案看来，会有什么结果？

个案(十)

志强以第三名的成绩高中毕业，做修生已满3年，目前他正在考虑是否该入修会做初学生。

其实，志强是一位热心的教友，他在三兄妹中排行第二，哥哥初中毕业后即开始就业，妹妹还在念书，父母健在，但感情不睦，常常吵架，连四周邻居都知道。志强从小就常常来教堂，他热衷于堂口所有的活动，参加堂内有关青少年的组织，并帮忙辅祭工作，曾和两位本堂神父非常接近。

志强在校也是优秀学生，学业成绩优良，读书认真，作业都能准时交出，他尊敬所有的师长，但是和平辈交往似乎有些问题，他常嫉妒别人，又缺少安全感，在同学中没有知心的朋友。当对他提出有关独身的事，他认为毫无问题，因为他压根儿就没有要结婚的念头。导师们觉察到志强有些问题，不过又相信随着时间他会慢慢改变，因为未来的导师神长们对志强一定会有很大的帮助，相信他在人格的成长上会一天比一天进步。

讨论问题：

1. 志强是怎样的一位青年？
2. 如果他失败，你想将来大概在哪一方面发生问题？
3. 你认为他是否应该入修会初学？为什么？
4. 你认为该给他什么建议和协助？为什么？

个案(十一)

丁修女,三十五、六岁,是国际性修会的修女,大学毕业,还未发终身愿,在修院大约有10年。她心地开朗,工作能力强,注意精神生活,同时也了解它的重要性,虽然她在修院里没有知心朋友,可是修女们都喜欢她,她的父母在15年前分居了,一天她去见院长……

丁修女:院长,我最近一直很想和您谈谈。

院长:你看起来好像有什么心事?

丁修女:问题很乱,我真不知道从那儿开始说才好。

院长:你的工作情形怎样?

丁修女:很好,没什么问题。

院长:你和别的修女相处得怎样?

丁修女:也许这个和我的问题有点儿关系(稍停),可是这不是问题的全部。最近我母亲的病又恶化了,也许我应该离开修会,回家照料她老人家。父亲又不管我妈妈的事,他也年老了,姐姐有7个孩子,所以照顾妈妈的事看起来该由我负责了。

院长:好像你母亲的病对你的影响很大?

丁修女:也许问题并不全在这儿,我考虑离开修会的事情已经快两年了。

院长:噢!你是不是想结婚?

丁修女:我从来都没想过结婚的事,有谁要娶一个30多岁的女人?再加上有一个病重的妈妈在身边?我很想做一个修女,可是我心里的冲突太大了,我想我有圣召,可是我的圣召不在这个修会。

院长：你说你的圣召不在这个修会是什么意思？

丁修女：是啊！我认为一个修女应该过一种奉献的生活，她应该为基督作证，可是在这个修院里我看不出基督来，这两年来我好多次细心地考虑过，反省过，祈祷过。我在修院里看不见基督，也不觉得谁是诚心诚意地为基督作证而进会的，这是我的看法，好像只有我有这样看法，别人好像不论在那儿都没有问题，他们都有圣召，也许妈妈的病是天主给我的一个暗示，她需要我，再加上我早就有离开修会的念头……我想我还是离开的好。

院长：你母亲是不是强迫你回去照顾她？

丁修女：嗯！（稍停）多少有一点儿。

院长：看来你和修院里的人离得很远，修女们好像没有尽到她们的责任。你不是说你有圣召吗？

丁修女：是的，可是我的圣召不在这里。

讨论问题：

1. 丁修女的中心问题何在？如何发生的？
2. 院长的态度如何？
3. 你如果是她的好友或神师，你将如何协助她？
4. 她对奉献生活的认识怎样？

个案(十二)

梅神父，年 40 左右，国际性修会会士，从事传教工作近 15 年，他精力充沛，乐于为别人服务，不论什么工作，只要他认为有价值的，都会尽力去做。

他的长上每年定期到各会院见见在各地服务的会士，梅神父照例将工作状况报告完之后……

院长：看起来你对你的工作蛮得意的。

神父：对！我觉得很满意，各方面都挺顺利，我们的方针也正确。不过，我认为我做的几个工作当中，有的还可以求再进一步的发展，那样，就再理想不过了。看，这就是我的计划。

院长：真奇怪，你哪里来的时间做那么多事？你是教区三个委员会的委员，负责三个堂口，每个月还要定期给修女讲月避静。

神父：哈！哈！哈！我和工作有不解之缘，我活着是为了工作，为了传教啊！

院长：你还是娶工作为太太好了！

神父：甘愿！甘愿！这就是我。

院长：你已经6年没有休假了。

神父：工作就是休假。你看，这是我今年暑假的计划……

院长：没问题，没问题，相信你的计划一定订得很好，我一点都不怀疑，这回我来是要谈谈你自己的事啊！

神父：我不是说过吗？谈我的工作就是谈我自己的事，我还有什么别的好谈的？

院长：你的工作就是你？没有别的？我是说……除了工作以外，你就没有别的了吗？

神父：我到这里来是为传教工作，你说的一点儿也不错。

院长：也许我这么说你就懂我的意思了。你说你是为传教工作来的，除了传教工作外，你的祈祷生活怎么样？你和别人的关系怎么样？你怎么样充实你自己？你

从不休假，只是有时你休息这么几个小时，你真是从早到晚忙个不停，对了，我发现你两年来都没参加任何的讲习会……

神父：一天到晚进修，进修，看我们院里常去进修的，参加讲习的，他们的思想还不是像老古董一样，有什么用？我参加过讲习，对我的帮助等于零，他们讲的那一套我几百年前就听过了。

院长：我说的不只是讲习……

神父：你看看我的各种计划帮了你多少忙，看看我为教区所做的计划，还有我为会院所做的计划……

讨论问题：

1. 你怎么和一个听不进别人意见的人谈话？
2. 把自己整个“焚烧用尽”的人是理想的传教士吗？怎样去协助这样的人？
3. 院长是否只是视察会士的工作及处理发生的问题？他是否应对“整个的人”都要关怀？

个案(十三)

谭神父接见了一位女教友后，从会客室出来，正好遇见其他几位神父，他便坐下来和大家谈谈自己跟那位女教友交谈后的感想……

谭：我自己认为刚才的谈话很失败。

梁：那不见得！起码你安慰了她！

谭：我倒不觉得，我看她走的时候似乎比来时还要乱。

梁：这种事情是常有的。她有没有说跟你谈了以后觉得好

多了呢？

谭：唉！说是说了，不过那都是礼貌上的话。

张：我倒想知道一下，为什么梁神父一直要使谭神父安心？

施：是啊！为什么就不能接受谭神父自己所说的话呢？他不是说了：我感到很失败！

梁：我很愿意接受你们的看法，只是我相信谭神父所表现的比他所想像的要好。

张：梁神父，你是否认为接受谭神父所谓的不成功，反令你不安呢？

梁：我懂了！你的意思是说我常想办法安慰别人！

谭：其实我宁愿你同意我的感觉，因为这样或许你能帮助我找出我有这种感觉的理由。

（片刻后）

张：今天大家好像都很容易激动。

施：我们今天的谈话都有点离题，似乎对今天的交谈都不满意。

梁：其实这是在任何一种讨论中都会有的，尤其是在结束以前，多半都是这样的。

施：梁神父的老毛病又发作了，他又要安慰人了，你究竟要安慰谁啊？

梁：喔！这回我懂了，我的后腿又被逮住了！难道说我对刚才谭神父讲的那位女教友的事，就是这个态度吗？我看人家不成功，我心理似乎就很不安，我多么希望他们都成功！我想安慰他们，其实我想安慰我自己？

讨论问题：

1. 每人对人对事都有一套看法和立场，此个案中诸位神父的看法和立场如何？试说明之。
2. 为什么各有其看法和立场？影响如何？
3. 如何超脱自己的看法和立场？

个案(十四)

珍 30 岁，未婚，在家排行老大，母亲过世后，便与父亲和两位弟弟住在一起。4 个月前父亲去世了，悲哀伤心，痛不欲生，内心充满了迷惘和愤恨，对任何事都异常的敏感。她虽然尽量设法表达自己的感觉，却没有多大的用处。最初她写信给本堂神父，然后又打电话要求见面，谈谈自己的信仰和父亲去世的事。她谈话的内容似乎是怀疑一切，不论是对她的基督徒信仰，自身的事和他人等，都抱着一种怀疑的心理。

珍：神父，我来见您的理由是因为自从父亲去世后，生活变得好难，当初我真是消沉极了，真想放开一切与父亲一起走，只要一点毒药就可以到了另一个世界，但是如果我真这样做了，我愿先知道如何能找到父亲！

(神父可用以下五种不同的语气作答)

神父：1. 你没这样做太好了！

2. 我的孩子，其实每个人都会有死的意念的。

3. 你的父亲已经活过了，你仍须活你的生命。

4. 你究竟做过了些什么事？

5. 我想你一定感到非常难受，甚至失望吧！

珍：现在我感觉比较好了些！但是我不知道我信的是什么？我要做什么才好？父亲在的时候一切都很好。我是相信天主的，父亲去世前我的信仰从未受过考验！

神父：你感到自己在怀疑吗？

珍：是的，对生命，对自己怀疑，总之对一切的一切都怀疑，我不相信自己还能活下去，也不能像从前那样工作，我没有勇气面对生命了，我想我已经不能像以前那样相信。（静默片刻）当你发现信仰对你无用时，是很可怕的事，信仰竟然不能带来勇气！（静默）在家没有谈这些问题，和家人谈这些是很不容易的。（长久的静默）

神父：你很想和别人谈谈这个问题？

珍：是的。上次听您讲道理时提到纯粹的信德，我就很想找神父谈谈了。您说有些人虽然他们信的理由可能是为了内心的平安。可是当安慰和快乐都消失时，他们仍然相信。我想对你们神父可能是做得到的，对我也可能吗？您想我也可以有这种神秘经验吗？

讨论问题：

1. 神父可用不同语气作答，哪一种更适合你的口味和性格？
2. 你认为哪一种方式作答更能协助珍？为什么？
3. 珍的问题何在？你认为如何协助她最好？

个案(十五)

王太太来访婚姻专家，她结婚至今已有7年，虽然结婚后的一段日子令她怀疑。但最近王先生的态度似乎在逃避她，有时还冷潮热讽地讪笑她，这些转变令她不安和失望，因此想来谈谈有关王先生的事。王太太说……

她和王先生相遇之初，认为王先生个性懦弱，教育程度又和她差一大截，交谈乏味，因此无大兴趣。他也自知不及别人，但却有个很好的头脑和不少的才能。他们俩未遇之前，他曾遭受过一次严重的打击；他爱过一位不错的女子，她使他得到内心的平衡，可是好景不常，她在一次车祸中丧生。他在悲伤失望，无以自拔中，放弃了学业，并有过自杀的意图。

王先生遇到王太太时，正是他最消沉的时期，多次她把他从自杀的边缘中救出。因为她认为生活的目标是慷慨为人服务，协助孤苦无告者。由于她的劝说，王先生渐渐对生命感到兴趣，而这时她也对王先生表示好感，但王先生却不能接受，并且竭力劝她离去，因为他不能也不配爱她，更不能使她幸福。可是在另一方面却承认：没有她，什么都完了。这种无我的态度，使她更认为非他莫属，并强调婚姻生活是彼此的牺牲和服务。初时他仍表示不能娶她，最后，他终于接受订婚，并郑重警告她，他们的结合可能产生不良的后果。

婚后两人感到非常幸福，相信彼此有真正的爱情。何况两人有许多相同的志趣，最使她得意的是从死亡和失败中把他救出。由于王太太的鼓励，王先生完成了高等教育，

在生活中王先生也变得自动自发,与人交往自然并有自信,在社会上获得相当地位,在夫妇关系中也表现得更具男性。而王太太仍然一本过去的态度,支持保护并希望王先生成为真正的男人。

不过,房事一直不甚理想,在最初即告失败,因为王先生的要求非常特别,使她吃了不少苦头,然而她常常抱着牺牲和受苦的精神,逆来顺受。一天,她到了忍无可忍的地步,拒绝了王先生的要求,不料他却勃然大怒,自此他的态度开始转变,以前他很自然地接受她的协助,现在讨厌她的帮助。一次他在气头上说:他愿意把“她的一切协助和好心统统呕吐出来。”

王太太坚持说自己真心爱他。可是有一天忽然感到十分消沉,仿佛受到很大的打击,这种感觉是在一次非常圆满的房事之后。王太太自问:“为什么因为他的改变和自立而使我闷闷不乐呢?又自责:“为什么那么迟才发现他的改变呢?”

讨论问题:

1. 本个案的核心问题何在?
2. 王太太与王先生之间的关系发展其经过如何?请描述之。
3. 你如何协助他们?

个案(十六)

李先生是位中年人,外表文质彬彬,衣着整齐,但不甚讲究。他第一次晤谈时便说明来访的原因:“由于妻子的行

为,他觉得自己的心已经死了。”

李先生说:“很可惜,你不能做什么,因为她不在这儿,而问题是出在她身上,却不能听到你的忠告。”

李先生多年来设法让妻子去见一位婚姻专家,但始终无效,直到最近李太太才似乎愿意接受这个要求。

李先生说:“你知道,女人都是这样的,今天希望一件事,明天又不要了。而且你越坚持,她就越拒绝,即使你用尽方法,费尽口舌,仍旧没有用处。但是人人都知道,女人的行为都是不合理的。”

而李先生的生活态度是合乎逻辑的。对一向用理由来说明一切的李先生而言,李太太的不合逻辑使他痛苦不已。为了解释自己态度的由来,他说:

“我是教书的,我很重视这份工作。我做事很有原则,许多人常常向我求教,可是没想到,为了自己太太的事,却要向别人讨教。”他忧戚满面。

他对她毫无办法,鼓励劝解全都失效,终于因着一位朋友的建议而来此咨询讨教。这可能是最后一次机会了,他能否改变妻子呢?她是如此地抗拒自己,她甚至要分居或离婚,而且声称若不同意,便会使他过得很痛苦。

“我这么爱她,我怎么能同意分居或离婚呢?想想看,自己的太太投入别人的怀抱,那是什么滋味呢?”

多年来他就担心这事会发生,尽量设法避免。先是甜言蜜语,可是始终无效,于是一改初衷,变得坚定强硬而且严加管教,为了监视李太太,李先生运用各种间接的方法,譬如:盘问她做些什么事?工作情况如何?遇见些什么人?还调查收支账目,又以物价高涨等冠冕堂皇的理由要求多

多节俭。开始时，李太太埋怨，并说自己并无任何轻佻之举，后来受不了这种监视和调查，渐渐也就以模棱两可的言辞回答李先生的问话，又假装遗忘一些事，这使李先生更为担忧。一次，李太太患了轻微感冒后，显得很疲倦，李先生为了表示关怀，便担起家务事，好让李太太有充分的休息，可是却使李太太受不了，认为他管得太多了。

李先生仔细地解释自己是如何细心照顾妻子，多么温存合理的爱着她，当他解释时，很显然地暴露了他的焦虑，任何人都可以听得出他有很深的罪恶感，他的言辞事实上是自圆其说。

“她这种无理取闹，真叫我不知道该怎么办才好？我对她这么好，她不但不领情，还讥讽我，说我嫉妒，说我是暴君。我一向喜欢自由，我也重视别人的自由，可是她要争取自由，好像我没给她自由似的，还说我是暴君！还有她总是利用我的弱点取笑我，在朋友面前议论我。有一次我和她大吵，我说她一定是有了外遇，才敢对我如此，没想到她竟然不承认也不否认，反而放声大笑。我虽然没有绝对的证据，但我感到很不幸，很绝望。这是可能的，我被她闹得鸡犬不宁，我当然会想到外遇的事。可是后来两个人气消了以后，她说外遇是无稽之谈，完全出于对人的怀疑。”

几个月以后，相仿的事情又发生了，李先生现在对妻子完全不信任了，李太太也忍受不了，她表示出对他的愤恨，并提出离婚，声言要和一位潇洒的未婚王先生结婚。3个月以后，又说要和一位何先生结婚，另一次又要和林先生结婚，而这位林先生是李太太如今仍然很讨厌的人。这些事使李先生一筹莫展，他奇怪李太太怎么会有那么多男朋友？

他的妹妹和朋友都表示李太太的话不是真的，并劝他去请教婚姻专家，抱着这种混乱的心情，他来会见咨询人员。

※ ※ ※ ※

李先生描述一切时非常激动，显然受了不少苦，他述说了很多细节，会谈时间很长，最后他问：“我究竟应该怎么办？我想信自然科学，因为它们的规律极为准确。”当咨询人员提出他自己的态度大大影响了李太太时，李先生感到很奇怪，也不了解其中涵意。咨询人员对他解析：他自己的解释和说明，只是为了要自我安慰，摆脱罪过，而这一切却阻碍了他去了解自己妻子的行为。李先生对咨询人员的解析并不满意，也不了解，会谈后得不到即时可用的意见，多少有点受骗的感觉，不过他愿意尽量设法去了解，也明白这些事无秘方可寻，同时至少发现他们夫妇的关系还不致那么没希望，最少比他来时显得有希望。

以后几次会谈，李先生渐渐能清楚表示自己已患了心窄症，做事过分精密，对人则太缺乏信心，自己的态度影响了别人却一点都觉察不出。他承认自己的人格并非十全十美，对于过分极端的部分，却总能找到理由替自己解释一切，由于对自己的行动和生活的原则过于自信，所以任何意见都进不了他的思想体系，而遇到与自己原则不合或冲突的新思想，就会提出很多理由来维护自己，推翻新思想，可见问题往往出在自己身上。

李先生尚需一段时间，去发现和接受周遭每个具体而具有各自性格的人，尤其当接受妻子的看法与自己不同的事实，也需要时间去明白妻子也有她自己的一套思想体系，应该努力去了解李太太的看法，但不能只用理性去了解。

在与咨询人员晤谈中，他慢慢发现自己嫉妒和怀疑的性格是与童年许多不幸的事情有密切关系，而他的这种态度使李太太的人格发展受阻，例如调查、询问、要求报帐，枝节上的服务等等，在李太太身上产生不良后果，使她起了反感，愤恨丈夫，又因李太太是他最亲密与他接触最多的人，所以很容易就发现了李先生的缺点，她直觉地认为他许多的推论，只是表现出性格上的不安罢了，但在饱受李先生的无理之后，她发现了丈夫最弱的一环：深怕自己的妻子投入他人的怀抱。因为这样会使李先生自感没有吸引和征服她的能力，表现不出男性。所以为了保护自己，以致有了伤害李先生的行为——扬言离婚再嫁。

李先生逐渐明白第一次会谈时所说的：自夸职业，使得自己所想和所做的都很合乎逻辑，而事实上自己并不清楚所讲的究竟是什么。同时他也了解为什么当李太太说有那么多男朋友时，他的妹妹和朋友却不相信。他渐渐对自己的妻子发生兴趣，能视她为妻子而接受之，不再寻找自己人格的平衡。他会和李太太开玩笑，不再封闭自己，也不查问对方，不再发怒。重新去征服自己的太太，但却不是为了占有她。

一年以后，李太太笑着说：“那些男朋友的事都是假的，不过我如果一直烦恼不安的话，很可能会有外遇的事发生。”因为当时李先生的另一位朋友的确在追求她！

讨论问题：

1. 本个案的特色和问题的核心何在？
2. 李先生的“我观”和李太太的“我观”是怎样的？

3. 他们之间的沟通是怎么的？
4. 李先生的转变何时开始的？如何开始转变的？
5. 为使他们两人之间关系有持久的转变，你有何建议？

个案(十七)

阿兰 22 岁，在某医院做护士，她身心健康，很有同情心，喜欢助人，家庭状况及经济也良好。

阿兰的自述：

我家住在中部，家里有哥哥、姐姐、妹妹，父母亲最喜欢我，在他们的心目中，我永远是不长大的孩子。我的人缘不错，同学或朋友都喜欢把我当作妹妹看待，真气人！（当她说真气人时却带有点喜欢的样子）我很会替别人出主意，可是对我自己的事情，却常常拿不定主意，我从来不喜欢一个人逛街买东西总是要有人陪我，替我出主意买这件东西，或那件东西。

我在南部工作已经有 3 年了，常常想家，有时间就回家。最近，父母常常跟我提到婚姻的事情。人为什么要结婚呢？永远在家里跟父母在一起多么好！在学校的时候，跟男女同学相处，都很融洽，我看他们像自己的兄弟姐妹，并不觉得男女间有什么分别。我所信赖的男人是像哥哥，像长辈，像神父这一类的人，我还不知道结婚是什么。

我从小时候就一直跟修女有来往，一直到毕业以前，都是在修女们的照顾下长大，她们对我很好，她们也说我很好，我也向往修女的生活，我周围的人常说我是修女哩！可是，现在在医院里工作，跟修女们接触，看到很多不理想的事情，把我从前对修女的好印象都破坏了。人为什么会这

样呢？奉献的生活到底是怎么样的呢？

我并不喜欢医院的工作，我每天所接触的都是脏的、臭的，无论什么人，只要一躺在手术台上，还不都成了一样吗？没有什么人的尊严。此外，在医院里日夜颠倒的生活我也不喜欢，令我厌恶。我比较喜欢的是教书或者研究工作，当初为什么选择护士这一行，我也不太清楚。对我来说，现在我还不知道我要走哪一条路？修道？还是结婚？你看我该怎么办才好？

讨论问题：

1. 阿兰成熟的程度如何？
2. 阿兰与人的关系是什么？
3. 阿兰的职业态度怎样？
4. 阿兰对圣召的了解如何？
5. 如何协助她？

个案(十八)

林修士生活的原则是遵守会规，做好祈祷，他很讨厌别人的吵闹，尤其是在会院内，他认为会院内的人都应该谨守静默。他也看不惯人们太随便和放肆，因此有时指责别人。别人认为他有些孤僻古怪，待人没有人情味，不能与人交谈。他自己也感到不受人欢迎，与人合不来，他很怀念初学院的生活，没有冲突，很平安，很顺利。其实他入会是为了能享有规律及安静的生活。

可是，现在林修士觉得修会有很大的改变，修会生活似乎渐渐不存在了，大家没有听命，各人按自己的好恶做事，

长上也不管，修会失去了方向。他虽然不满，但不愿出会，也不知道自己该如何继续下去，他自问：“我为何进会？”又问：“我何以与其他会士不同？”

在另一方面，林修士对自己的教会工作相当满意，在学校工作 20 多年，他很能管理学校，学生怕他，而家长与校长重视他。

讨论问题：

1. 林修士是怎样的一位修士？
2. 林修士有什么感觉？
3. 林修士有什么问题？
4. 你如何协助他？
5. 团体应如何协助他？

个案(十九)

“讨厌的癌毒使我失去了一条腿，如今它又侵害了我的肺，难道我就这样向病魔屈服吗？……不！我绝不向它低头！我要站起来！我要坚强地站起来！”桂琴架着拐杖，独自呆立在窗前，情不自禁地自言自语。

护士带来一大叠慰问桂琴的信，让她感到这个社会的确处处充满了温暖。其中有一位署名小惠小妹的信，最使桂琴感动流泪。这位小妹妹也得了癌症，是血癌，她钦佩桂琴的那份勇敢坚定的意志和向病魔挑战的不屈精神。她在信中写着：

“我叫何小惠，我和你一样也得了癌症，所不同的是你有着美满的家庭，还有很多情同手足的同学陪伴着你，更有

着无数关心和爱护你的朋友，在为你祈祷，祝福你早日康复，我也是这其中的一个。而我呢？母亲不在身边，爸爸为生活整天在外奔波，只有我一个人，每天孤独地呆在家里……桂琴姐姐，我也很想学你一样，要坚强，要勇敢地活下去，不向病魔低头，可是很不幸，我已经办不到了！在这炎热的夏天，我时常浑身发冷，医生跟爸爸说过，这个暑假结束的时候，也就是我短短12年生命的结束，眼看着很快就要开学了，我再也不能和别的同学一样回到学校了！……我希望我还能赶得上看见你在舞台上的演出，你们上演的日期决定了没有？请告诉我，到时候我一定让爸爸陪我去向你道贺。最后祝你演出成功！何小惠敬上”。

桂琴看完这封信，内心激动不已，她拉着好友安立刻去探望这位小妹妹。她们找到了何小惠，给了她不少的安慰，并且答应她登台演出之日，一定邀请她来观赏。

桂琴探望小惠回来之后，要求父亲务必带小惠去医院彻底检查一次。桂琴的父亲依约而行，事后并告知桂琴，小惠得的确是血癌，由于医治太迟，已无法可救。

小惠回到家里，仍然每天偷偷拿着母亲的照片沉思，她不敢当着父亲面想念母亲，因为每次她提到母亲，父亲就会发脾气。原来她母亲因过不惯贫苦的日子，已于3年前离家，现在一家小歌厅里卖唱。为了小惠，何父曾几次去央求妻子回家团聚，但都遭到拒绝，她不相信女儿真的得了绝症，还以为是何父想骗她回去。

桂琴和安去探望小惠，知道小惠很想念母亲，桂琴与何父交谈的结果，何父只给她一份地址，于是桂琴决心前往一试。当桂琴与何妻见面后，这才使何妻相信小惠真的得了

绝症，待赶到家里时，可怜的小惠，只扑到母亲怀里，叫了一声：“妈！”就咽下了最后一口气。

小惠的死，给桂琴很大的刺激。要来的终归要来，她并不是触景伤情，担心自己的生命，而是感到小惠太可爱也太可怜了，要不是她从中撮合，小惠连见母亲最后一面的机会都不可能，怎不令人伤心落泪呢？

好友安来告诉桂琴，校友会已经决定将这次义演的收入捐出半数给防癌中心，作为那些患了癌症而无钱医治者的基金，希望能因此引起社会的注意，共襄义举。桂琴听后万分高兴，对于排练的事更是起劲，并坚决表示无论如何一定要参加这次义演。

讨论问题：

1. 读了这个案，你有什么感受？
2. 你最喜欢的是那一点？
3. 你最讨厌的是那一点？

个案(二十)

亲爱的爸爸妈妈：

一个家庭的幸福，掌握在你俩的手里！不可为了外边的事物，来破坏家庭的幸福，使这个家面临悲惨的状态。

自我懂事之后，我就觉得我们家有些地方与别人不同；妈妈为了照顾学生不得不整天和学生在一起，爸爸在家照顾我们，一些男人所不能做的事，爸爸都会做，我打心底敬佩爸爸。妈妈为了赚钱，让我们过得舒服些，也是够累的了。所以，爸妈你们谁也不能怨谁，我只怨我们这些不听话

的孩子，因为，你们受苦都是为了我们。

星期天，爸、妈的争吵，我真难过死了。我无法制止你们的争吵，我只有眼巴巴地望着。那天，我就迷迷糊糊的过去了。你们争吵了将近6次之多。每次，上课的时候，脑海里，就印出了你们争吵的情形，我永远不能忘怀，每当忍不住想哭时，我就故意打个呵欠，擦擦眼泪……爸、妈，你们难道不知道，父母争吵，对小孩的心理影响很大！那天，当你们争吵后，我听到隔壁陈家正在放唱片，他们正在快乐的唱歌，好像在讥笑我们。我当时是羡慕又嫉妒！我心里想：你们别以为你们家快乐幸福，其实我家比你家更好。我曾听老师说：他一回家，在外面许多不高兴的事，都不带回家谈，回到家应该展开笑容，才不会影响家庭的气氛。爸，我将努力帮忙您，因为您一下班回来，必须改作业，我将代替您来做一些厨房的事，以减轻您的负担。

爸、妈请你们展开笑容，将辛苦建立起来的家，产生欢笑，使成为一个健全的家，有了健全的家，便有健全的国民。我恳求你们答应我，这是最后一次的争吵。你们在物质方面给了我们许多，我们不缺乏，在精神方面，我们也希望如此。

平时，在学校才能使我得到快乐，一回到家，沉静得可怕，一度我曾不想回家，太缺少欢笑了！爸、妈，只要你们其中一位能让对方一下，互相忍让，那还会有什么争吵呢？

我发觉我现在非常乐观，而且似乎一天到晚沉醉在幻想中，虽然有许多不如意的事，但我尽量将它遗忘掉。再次恳求你们，希望这是你们最后一次的争吵，答应女儿吧！

不肖女云儿哭于灯下

讨论问题：

1. 听了这录音或读了这封信，你有什么感受？
2. 云儿在写这封信时有许多不同的感觉，你能一一把它们描述出来吗？
3. 你将如何协助她？

生命的流溢

生命是本书主题——牧民心理学

是协助个人与团体同时向成全和成熟

的两个幅度扩展，使生命舒畅地、愉

悦地流溢。

牧民心理学

上海市新闻出版局

内部资料准印证 (2002) 第 128 号