

2016 年 義工分享

拉法義工龐春榆--愛里沒有懼怕

愛里沒有懼怕

拉法義工龐春榆

近日多個教會收到張逸萍女士一封名為《香港心理學家的治療手法非常惹人懷疑》的公開電郵，內容有對基督教心理學和拉法基金會事工的極大誤解。

筆者回應：

當我看到張逸萍女士(以下簡稱張女士)堂而皇之地電郵各大教會說“香港心理學家的治療手法非常惹人懷疑”，啊？所有的香港心理學家嗎？這個標題也太大了吧？再細看原來是針對拉法基金會的，“香港拉法基金會的心理學治療手法，與惹人非議的心理學手法接近”，什麼叫做“惹人非議的心理學手法”？筆者曾任中學中文教師，明白教學生寫作的時候會用到一些帶感情色彩的詞語比如褒義或貶義，同一個事實用上褒義或貶義感覺就很不同。看來張女士對心理學方法感覺很負面啊！現代心理學流派眾多，主要有精神分析，人本主義，行為主義等三大流派，但即使是出自這三大流派的心理學方法都會有人反對有人贊成，這是社會科學的特色。

張女士提到拉法有用到格式塔治療法，筆者去年在中國神學研究院修讀《輔導理論》一科時使用的課本是美國大學心理學系最流行的輔導理論課本（**Theory and Practice of Counseling and Psychology, Gerald Corey**），儘管坊間有好幾百種輔導流派，但是入選此教科書也只有 11 種，比較有影響力比較正規的。而格式塔療法正是其中一種。任教的區祥江博士對我們說研究證明這些理論都是有效的。我相信區老師不會騙我們的。所以，格式塔療法有效嗎？有效。有沒有人反對？有。有沒有一種心理學療法是沒有人反對的？沒有。有人反對某種療法就說明某種療法不好？不是的。只是說不同的人適合不同的療法。心理學家學術的發展是受益於他接待的來訪者，弗洛伊德接待的來訪者適合精神分析法（例如精神分析的方法自由聯想最初發明者就不是弗洛伊德，而是弗洛伊德的一個女病人安娜歐，弗洛伊德觀察到安娜歐用這種方法把自己治好了）所以弗洛伊德建立了龐大的精神分析體系，貝克接待的來訪者適合認知行為療法所以就建立貝克認知療法……心理學發展到今天，前輩已經作出了很多傑出的努力。牛頓說，我們能夠看到更遠是因為我們站在巨人的肩膀上。在香港一個輔導科碩士都要接受多種輔導理論的訓練，以便遇到不同的來訪者的時候滿足不

同的需要。拉法基金會的輔導員都接受過本港或海外的輔導訓練有良好的專業修養，而且都一起領受拉法基金會的異象就是“我們被呼召，去尋找受傷的羊，與他們一同經歷十字架的醫治大能，使人們從黑暗中被釋放出來，活出基督豐盛的生命。”至於張女士說格式塔療法帶入新紀元技術，不如說新紀元也有人使用格式塔技術！心理學知識是公開的寶藏，誰都可以拿來用！撒旦試探耶穌的時候還引用聖經呢！難道我們因為撒旦讀聖經，我們就不讀聖經了嗎？

張女士又說“情緒需要被拯救和更新，不是接納和醫治”，真是奇怪，情緒需要被拯救和更新什麼時候變得和情緒需要被接納和醫治是對立的了呢？我們整個人都需要被神拯救和更新何況是我們的情緒，這和我們需要接納自己的情緒和被神醫治有什麼矛盾嗎？完全沒有啊！張女士不要把不是對立的概念搞成對立嘛。

張女士說“吶喊不是拉法”，她引用經文“神不是叫人混亂，乃是叫人安靜。”（林前 14：33）就說“吶喊不是拉法”，那麼我是不是能夠引用約書亞記中神叫眾人繞城七次之後大聲呼喊耶利哥的城牆就倒塌下來說“吶喊就是拉法”？不，我不會，因為我不想張冠李戴。吶喊不是拉法，對！吶喊就是吶喊，是得醫治的方法之一。拉法不是別的，拉法是神的名字。藉著吶喊，有些人內心那堵阻擋神的愛進入的牆倒塌得醫治。

張女士指責我們“宣洩治療在怒火上加油，「心理劇」煽動往日仇恨；「空櫓」對空氣宣洩”，恐怕這些都是張女士對心理學輔導方法的負面解讀。心理治療的過程中有需要宣洩的部分，但宣洩不是目的，是過程。我們的心理治療不是在怒火上加油，「心理劇」不是煽動往日仇恨，「空櫓」也不是對空氣宣洩。空櫓，角色扮演，心理劇，這些方法的存在是背後有一個治療理念支撐著的。這個理念是：我們需要回到造成我們創傷的兒時情景，在那裡作為一個孩子感受自己的感受，也感受那個帶給我們傷害的人的感受，充分感受和明白後當事人會對事件有全新的解讀這樣他原先扭曲的核心信念就可以得到修通（例如“我是不可愛的”，“我是無能的”，這些令當事人痛苦的觀念）這個觀念的修通和饒恕的發生幾乎是同時的，真正饒恕和放手之後可以看到的就是這個人開始改變了變得更喜樂更有能力。其實這個理念是很符合聖經的，我們走那麼多的過程最終是要幫助人可以進入到那個情景去感受神的恩典去經歷饒恕和釋放，神是拉法，醫治者是神的屬性之一。我自己得著的釋放就是“父啊，饒恕他們。他們所做的他們不曉得”。他們並不是刻意要傷害我，而是他們的需要得不到滿足所以傷害了我。我在感受了自己的傷害之餘，也對加害者有了新的理解。他們是不覺知自己的痛苦和真實需要，既然都不能覺知就更談不上用對的方法來幫助自己滿足需要了，他們是在不知名的痛苦驅使下去做了錯的事。這不是在為他們犯的罪開脫，而是在說一個事實。而這理解也是符合聖經的，

“父啊，饒恕他們。他們所做的他們不曉得”，那些人如此殘害他，他仍然認為他們如果曉得就不會這麼做。坊間說“可憐之人必有可恨之處”其實是“可恨之人必有可憐之處”，在經歷了醫治之後，我們能更多地體會到他們的可憐而不是可恨，自己也就從過去的受害者思維當中被釋放出來了。

“自我防衛機制——無花果樹葉編的裙子”，這文章很令人疑惑，是想說人不需要防衛機制還是可以隨便揭開人的防衛機制？我可以摸著良心說，今天在這世界還活著的人都是因為有防衛機制保護，那些防衛機制不能有效地保護他們的人已經去了另外一個世界。這不是我說的，是所有的心理學家和精神科醫生都知道的事實。我們的情緒被更新之後，也不是沒有防衛機制的。只是換上了讓我們能生活得更好的更有利的防衛機制就像無花果樹葉換成了獸皮一樣。始祖犯罪之後，神給了亞當夏娃更好的衣服——獸皮。如果防衛機制就類似衣服的話，我們今天不能不穿衣服就上街啊！這是對我們自己的基本的保護。這也是神給的。多年前香港輔導界就已經彼此提醒不要輕易去揭開別人的防衛機制。做輔導的明白，我們主要是對人的陪伴，相信受助者在吸收充分的愛後會願意慢慢地改變而不是我們去揭別人的防衛機制，最後成功的案例是會漸漸拋棄舊的防衛做更真實的自己。但這個過程是自然的緩慢的，猶如小雞出殼，不是我們去揭的要等他們自己準備好。如果認為防衛機制是可以隨便去揭的，一定非常有問題，是缺乏基本的操守和訓練對輔導員來說。輔導員是要有能力看清別人的防衛是什麼但不是去揭開別人的防衛，面具是受助者自己戴上去的也要受助者自己摘。我們最多只能教給別人摘面具的方法，摘不摘還得他們自己決定。所以拉法課程和退修營的確教了很多幫助人摘面具的方法例如吶喊，生命自覺，心理劇等，但是每個人的得著不同就是每個人的願意程度不同。這不是我們能強求的。對有些人來說時機還沒有成熟，這是要尊重的，每個人的情況不同不管已經進入治療多少年。張女士引用的文章似乎以為防衛機制是說沒有就沒有的，“自我防衛機制——無花果樹葉編的裙子”，這令人不安。這是極大的誤區。

綜上所述，張女士對心理學和輔導缺乏基本的理解。用張的原話來說是“事實上，大部分的新紀元通靈教導（魔鬼藉著交鬼者所發表的談話）可以在世俗心理學中找到，超過半數可以在基督教心理學中找到。”（引自張女士《心理學中有邪靈啟示，你關心嗎？》）要放棄心理學，這就是張女士的基本態度。如果鬼魔引用基督教心理學，我們就要放棄基督教心理學，這種邏輯成立的話，那麼鬼魔引用聖經（撒旦試探耶穌的時候），那麼我們豈不是也要放棄聖經？耶穌是怎麼做的？耶穌不但用聖經而且用得更加準確，因為神的靈在他身上！還有一個類似的例子是，耶穌是反對法利賽人的但法利賽人是高舉律法的，那麼因為法利賽人教律法耶穌就反對律法嗎？“那時，耶穌對眾人和門徒講論，說：‘文士和法利賽人坐在摩西的位上，所以凡他們所吩咐你們的，你們都要謹守

遵行。但不要效法他們的行為，因為他們能說不能行。他們把難挑的重擔捆起來，擱在人的肩上，但自己一個指頭也不肯動。’ ”（太 23：1-4）心理學也是一樣的，鬼魔會用，新紀元會教，但是因為他們（我們的敵人）在用，我們就不能用了嗎？與其說我們不能用，不如說我們在聖靈的帶領下學習怎麼用就像當年耶穌當年教導人讀聖經守律法一樣。鬼魔教心理學和基督徒教心理學有什麼不同？我們知道鬼魔是沒有愛的，但基督徒是有愛的，這就是最大的不同！就像當年法利賽人教律法，耶穌也教律法，區別之處就是耶穌是有愛的但法利賽人是沒有愛的，“他們把難挑的重擔捆起來，擱在人的肩上，但自己一個指頭也不肯動”！

細看張女士的網站，張女士不僅批評拉法基金會，也批評家新協會的邱清泰夫婦，《親密之旅》黃維仁博士，《6A 的力量》麥道衛等，這真是令人心痛，因為這些人我們很多香港基督徒都知道他們為社會做出了多大的貢獻幫助了多少人。誠然，這世上沒有一個完全人。張女士說的話也不是沒有破綻的，錯漏百出，基本事實混淆。黃維仁博士，麥道衛，葛琳卡博士……沒有因著錯謬的批評就停下神對他們的託付，繼續堅持對神的呼召的回應。“這話是可信的。我願你堅持這些事，使那些已信上帝的人留心行善，這都是美好且對人有益的”（提多書 3：8），我們為他們美好見證感謝主！

第一天得知張女士發給各教會公開郵件的時候，作為拉法義工我就一直在禱告神可以有什麼回應。張女士文章給我的觀感是什麼呢？是瀰漫著極大的恐懼。恐懼，害怕什麼呢？害怕心理學不好，害怕基督教和心理學結合不好，害怕內在醫治……怕這，怕那。儘管很多基督徒都活躍在這些領域內，給教會和弟兄姊妹都帶來很大的祝福，但張女士似乎對他們的事工還是存在很大的懷疑。怕什麼呢？怕 **something went wrong?**（出問題？）有人的地方就會有問題啊！但我們有耶穌就不會太錯！因噎廢食，是不是對主缺乏信心？

耶穌說：“是因你們的信心小。我實在告訴你們：你們若有信心像一粒芥菜種，就是對這座山說，‘你從這邊挪到那邊’，它也必挪去！並且你們沒有一件不能做的事了。（太 17：20）

耶穌回答說：“我實在告訴你們：你們若有信心，不疑惑，不但能行無花果樹上所行的事，就是對這座山說：‘你挪開此地，投在海裡！’也必成就。（太 21：21）

“愛裡沒有懼怕”，願主的愛帶給張女士平安。

不是不可以批評心理學。但是這種批評是要建立在大量的實證研究上否則就會顯得缺乏底氣。例如，“不是不可以批評弗洛伊德，但是如果你沒有對嬰兒有上萬小時的觀察，那麼你對弗洛伊德的批評是會缺乏底氣的。如果你去醫院裡

觀察嬰兒上萬小時（三年），你會同意很多弗洛伊德的看法。”（曾奇峰，精神科副主任醫師，武漢中德心理醫院創始人）這個例子很形象地說明了什麼是真正做學問的態度。 這才是學術。

（筆者畢業於英國蘭卡斯特大學教育系，教育研究碩士，教師，國家二級心理諮詢師）