

## 心靈輔導：

# 心理輔導與屬靈引導的整合(二) ——新牧靈模式的初探

李耀全

### 一、引言

在上期專文〈心靈輔導(一)〉<sup>1</sup>筆者嘗試為本文〈心靈輔導(二)〉建立理論的基礎，先討論靈(spirit)與魂(soul)的關係，重新奠定靈與魂都是全人關懷的重點。在該文分析中國形神觀所得的結論，筆者指出中國心理學缺乏屬靈的意識，因此不能成為全人醫治的基礎。與此同時我們發現聖經有非常整全的人觀，清楚描述人的靈與魂的特性與關係。

從舊約的詞彙中，「靈魂」(nephesh)代表了人性各方面的特點，顯示人是有屬神的氣色、有慾求的心意、有情感的自我及有

---

<sup>1</sup> 李耀全：〈心靈輔導：心理輔導與屬靈引導的整合(一)——魂與靈的再思〉，《教牧期刊》第一期(香港：建道神學院，1996)，頁67~87。

活力的生命。<sup>2</sup>「靈魂」是人性超乎萬物的特徵，是人的生命力，是神至佳的創造。

在新約「靈魂」(psychē)首先可直譯作「生命」，亦可指人內在的生命，即人的自我、性格與潛力。<sup>3</sup>人內心世界的「魂」是富有感情、亦是脆弱的。故此使徒彼得對他的讀者說：「你們從前好像迷路的羊，如今卻歸到你們靈魂的牧人監督了。」（彼前二25）。「靈」在聖經裏並不是「魂」的反義詞。我們發現靈與魂在舊約的描述中是非常接近。簡言之，「靈」是人生命的原動力，而「魂」是人生命的流露。<sup>4</sup>在新約「魂」往往是代表人屬血氣的傾向，這是因為人的罪性取代了靈的動力，故此我們只能看見人性的敗壞。「魂」本身並不是敗壞。<sup>5</sup>若能克服罪，讓靈力流露出來，「魂」善的一面就明顯可見。

綜合有關靈與魂關係的再思，我們可以作以下的推論：

1. 既然簡單來說，人的「魂」(soul)就是指人生命的氣質，顯出人的特性，而「魂」本身不是敗壞，相反是充滿榮耀與尊貴（詩八5），那麼人基本的需要是基督教所不能忽視的。心理學家馬思勞(A. Maslow)認為一個能自我實現的人(self-actualizer)不單能在人基本的需要上達到滿足，亦能追求卓越，他的觀點不是與聖經的人論相對。其實聖經的教導，從創造論、人論或救恩論都是肯定人的價值。基督教的人本（文）主義(Christian humanism)才是真正的人本主義。故此基督教的心理輔導是先肯定人的價值，幫助人活得更像人。

---

<sup>2</sup> 同上，頁 73~75。

<sup>3</sup> 同上，頁 77~79。

<sup>4</sup> 同上，頁 81~82。

<sup>5</sup> 同上，頁 83~85。

2. 既然「靈」與「魂」是息息相關，前者是人生命的原動力，而後者是人性的發揮，那麼活潑的靈命就能帶動滿有活力的生命。中國心理學與西方的醫學治療模式都是著重形（身體）神（心理）的關係，卻沒有進一步重視屬靈的一面。難怪心理輔導的模式在第二次世界大戰之後，雖然是百花齊放，卻未能給世人一套全人醫治的模式。筆者認為基督教的心理輔導不但要附合聖經的教導而肯定人心理的需要，亦要留心除去靈力發揮的障礙，進一步栽培受助者的屬靈生命。因此基督教的輔導亦要建基於屬靈（靈修）神學 (Christian spirituality)。
3. 既然「靈」與「魂」都是基督教信仰所肯定的，那麼對「靈」與「魂」的關懷，就應當相輔相承，成為教會心靈輔導的基礎與特色。筆者認為今日不少所謂基督教輔導仍只是把世俗的心理學與輔導合理化或基督化 (Christian legitimization)，而未能為教會完全地提供真正全人醫治的途徑。為了得到社會的認可，以往基督徒心理學家的輔導，基本上是採用一般的輔導模式，只不過是加上基督教的註腳而已。這不是說筆者否定或不利用心理學與輔導研究得來有效的常識與方法，乃是強調要避免以心理學為主的教牧輔導模式。心靈輔導要結合心理輔導與屬靈關懷（引導）。這正是聖經牧靈 (care of the soul) 的教導及教會牧靈的傳統。我們要再次復甦牧靈的神學，進一步建立適用於二十一世紀的輔導模式。

## 二、靈魂關懷（牧靈）的聖經模式

### 1. 舊約靈魂牧者的意象

「牧人」是舊約靈魂關懷（牧靈）其中一個重要的意象 (imagery)。雅各在他晚年的時候，稱主為「一生牧養我直到今日的神。」（創四十八 15）。世世代代懷著憂傷心靈的信徒都以耶

和華是他們的牧者為安慰。<sup>6</sup>詩人大衛認定主是他的牧者，作證說：「祂使我的靈魂甦醒，為自己的名引導我走義路」（詩二十三 3）。牧人雙重的職事是仿效主的牧養，結合了心靈更新與生命引導。故此大衛不但是以色列人的王，更是他們的牧者。「他按心中的純正牧養他們，用手中的巧妙引導他們。」（詩七十八 72）<sup>7</sup>我們可以把這牧養的精神應用在心靈輔導的範疇裏。

當耶和華所揀選的牧人失責，祂便要親自來牧養群羊，祂向以西結說：「迷失的，我必尋找；被趕散的，我必領回；受傷的，我必包紮；患病的，我必養壯；肥壯的，我卻要除滅。我必按公正牧養他們。」<sup>8</sup>布塞珥(Martin Bucer, 1491-1551)於 1538 年寫了《論牧靈要旨》(*On the True Care of Souls*)一書，運用了上述的經文，說明牧者的五重職事：吸引失喪者歸主、引領迷路信徒回群、輔助犯罪的重整生命、堅固軟弱的信徒並鼓勵他們向前走。<sup>9</sup>雖然教牧事工不受限於心靈輔導的範疇，但心理輔導與屬靈引導的角色是明顯可見。今日靈魂的關顧（牧靈）出現了兩個違背上述聖經教牧神學觀念的問題：(1) 靈魂的關顧（牧靈）往往停留於聖經教導的層面；(2) 教牧輔導往往止於一些創傷的包紮，沒有屬靈引導的跟進。這是宗教改革帶來的結果：聖經被重視，但一些優良的屬靈傳統卻被摒棄了。

---

<sup>6</sup> 詩二十三 1~4，八十一，一百 3 等都是信徒所喜愛的經文。

<sup>7</sup> 大衛不但標榜了心靈輔導的精神，亦標榜了牧者該有的兩個重要資格：高尚的品德（心中的純正）與熟練的技巧（手中的巧妙），強調結合靈動的動力與助人的策略的必要。

<sup>8</sup> 結三十四 15（新譯本）。

<sup>9</sup> Martin Bucer, "On the True Cure of Souls and the Right Kind of Shepherd," cited in F. Greeves, *Theology & the Care of Souls* (London: Epworth Press, 1960), 11.

## 2. 新約靈魂牧者的意象

在新約亦有多處的經文用「牧人」來描述對靈魂的關懷（牧靈）。耶穌基督用好牧人的比喻來形容祂的工作。祂自稱是好牧人，叫羊得豐盛的生命，為羊捨命（約十 10~11）。<sup>10</sup>祂是大牧人，就是從死裏復活照顧群羊的救主（來十三 20）。當祂再來時，是以「牧長」的角色出現，使作長老的能得那永不衰殘的榮耀冠冕。（彼前五 4）。約翰在聖經最後的一卷經書裏亦再次宣告說：「寶座上的羔羊（耶穌）必牧養他們（在大患難中的人）」（啓七 17）。

主是牧人，跟隨主的人便是羊群。昔日耶穌看見追隨祂的群眾就憐憫他們，「因為他們如同羊沒有牧人一般，於是開口教訓他們許多道理」（可六 34）。<sup>11</sup>在上文我們已看到迷羊該回到他們靈魂的牧人、靈魂的監督者，就是救主耶穌基督。（彼前二 25）

保羅把「牧者」（shepherd or pastor）列為神賜給教會的人，為要建立基督的身體。<sup>12</sup>這說法把教牧關懷（輔導）與教導連在一起，再次強調這雙重職事相輔相承的性質。

同樣彼得提醒與他一同作長老的，「務要牧養在你們中間神的群羊……作群羊的榜樣」（彼前五 2~3）。

新約的靈魂關懷是道成肉身的教牧神學。主耶穌與羊群在一起，憐憫他們，滿足他們靈、魂、體的需要，包括悉心的牧養與教導，成全了在舊約中「牧人」的預表。在教會裏的教牧同工與長老也就肩負同樣的職事，跟隨主的榜樣。除了再肯定教牧關懷與輔導的雙重使命，我們亦看出這事工的另一個特色，就是強調教會是醫治的群體。

<sup>10</sup> 參路十五 1~7 耶穌迷羊的比喻。

<sup>11</sup> 在舊約，參賽五十三 6。

<sup>12</sup> 弗四 12~12，原文 *pomenas kai didaskalous* 是指牧人/教師，帶有教牧雙重職分的人。

與輔導的雙重使命，我們亦看出這事工的另一個特色，就是強調教會是醫治的群體。

我們將聖經的教訓作一個小結。靈魂關懷（教牧關懷與輔導）該有以下的特質：(1) 心靈的醫治；(2) 屬靈的引導（教導）；(3) 教會的群體。我們以上討論的目的不是要重新為整個教牧神學定位，<sup>13</sup>乃是要為教牧贖回輔導的職責，為教會重拾寶貴的屬靈引導的傳統，並再次肯定教會才是真正的醫治群體。

### 三、靈魂關懷的歷史

#### 1. 宗教改革前

靈魂（心靈）的醫治是有悠久的傳統，<sup>14</sup>古今中外，人都尋求身心靈的醫治。昔日希臘哲士蘇格拉底自稱為「靈魂的醫師」（iatros tēs psychē, a healer of soul），而今日精神科醫生的英文稱呼，psychiatrist，亦是從它演變出來的。<sup>15</sup>

本文有限的篇幅不容許我們詳盡地複述教會靈魂關懷的歷史。<sup>16</sup>簡言之，這心靈關懷的傳統從沙漠教父開始便是以屬靈引導為重。K. Leech 在《靈友》(Soul Friend)一書指出「靈魂的醫治」(Cure of Souls)是關乎個人具體的需要，而這關懷就是「屬靈引導」

---

<sup>13</sup> 有關教牧神學的發展，可參曾立華：〈迎向二十一世紀的教牧神學觀的建立〉，《教牧期刊》第一期（香港：建道神學院，1996），頁8~15。

<sup>14</sup> 參 John T. McNeill, *A History of The Cure of Souls* (New York: Harper & Row, 1951)

<sup>15</sup> 同上，頁 viii。

<sup>16</sup> 有關教會教牧傳統與神學可參 Derek J. Tidball, *Skilful Shepherds—An Introduction to Pastoral Theology* (Leicester: Inter-Varsity Press, 1986), 147-244.

(spiritual direction)。<sup>17</sup>雖然我們未必能認同這是唯一的角度與觀點，但我們查考歷史的時候，卻不能不承認「屬靈引導」在教會改革之前，一直是教牧關懷的一個重要核心。這關懷是由屬靈導師與求助者在他所面對的心理或屬靈的困擾上，共同尋求聖靈的指引。

## 2. 宗教改革後<sup>18</sup>

宗教改革將教會帶回聖經真理，故此講道成爲牧者最重要的工作，讓信徒得著屬靈的餵養，使教會有新的活力。馬丁路德(M. Luther)、加爾文(J. Calvin)、巴斯德(R. Baxter)都重視講道職事。真理的分解帶給信徒堅固的信仰基礎，但無意中使靈魂的關懷過分的理性化，雖然這些神學家實際上都十分著重群羊心靈的牧養。

另外「人人皆祭司」的觀念，一方面使信徒更活躍更熱心，另一方面卻奪去傳統牧師所擁有的角色，包括屬靈導師的角色。當然我們亦看到很多的例外，例如上文提及的布塞珥(Bucer)，他平衡全面的牧養觀念，在改革後仍在教會有甚大的影響。但改革後的基督教確是放棄了一些重要的屬靈傳統與操練。

福音派的大復興對上述的教會通病帶來不少的糾正。舉例如當時(1772)約翰衛斯理重申教牧的工作不但是使人(靈魂)歸信基督，亦是使他們在聖道上被建立起來。<sup>19</sup>循道會其中一項重要的工作，便是透過牧師與教會的小組實行關顧的工作。這是今日教會要仿效的教牧輔導模式，強調教會才是真正醫治的群體。

---

<sup>17</sup> Kenneth Leech, *Soul Friend* (San Francisco: Harper & Row, 1977), 34.

<sup>18</sup> 有關改革後的教牧神學史可參 Derek J. Tidball, *Skilful Shepherds*, 179-222.

<sup>19</sup> 同上，頁 204。

自由神學之父，士來馬赫(F. Schleiermacher，1768-1834)把實用神學的地位提升，這是他對教會的貢獻。但基於他認為客觀重理性的教導枯燥乏味，提倡了重視宗教經驗與主觀感受，他可說是為二十世紀以人為本的心理輔導鋪路。

以上的概覽顯示我們在心靈輔導上務要保持平衡的發展，同時重視心理與屬靈的需要，亦要善用教會的群體帶來更廣大的輔導功效。

### 3. 二十世紀的「教牧輔導」

二十世紀的教牧神學深深受心理學的發展所影響。<sup>20</sup>若要研究這「教牧輔導」的歷史，就不能不提及現代教牧神學的始祖貝辛(Anton T. Boisen, 1876-1965)與他的學生喜爾得(Seward Hiltner)。<sup>21</sup>

貝辛(Boisen)是「醫療臨床牧養教育」(Clinical Pastoral Education, 簡稱 CPE)的創始人。<sup>22</sup>在他所著《內心世界的探索：精神失調與宗教經驗》<sup>23</sup>一書，他結合了心理的分析與屬靈的經歷，作為神學的反省與輔導的途徑。他認為精神病是可以從「病人內心世界的混亂」去理解，而這是與某種的宗教經驗有緊密的

---

<sup>20</sup> 教牧神學的發展可參曾立華：〈迎向二十一世紀的教牧神學觀的建立〉，頁 12~15。

<sup>21</sup> 有關貝辛與喜爾得二人對教牧神學的貢獻，可參 LeRoy Aden and J. Harold Ellens, eds., *Turning Points in Pastoral Care: The Legacy of Anton Boisen and Seward Hiltner* (Grand Rapids: Baker Book House, 1990).

<sup>22</sup> 其實還有兩位醫生 W.S. Keller 和 R.C. Cabot 與貝辛一同發起的。詳情可參 Orlo Strunk, "A Prolegomenon to a History of Pastoral Counseling in R. Wicks, R. Parsons, and D. Capps," *Clinical Handbook of Pastoral Counseling*. Vol. 1 (New York: Paulist Press, 1993), 14-25.

<sup>23</sup> Anton T. Boisen, *The Exploration of the Inner World: A Study of Mental Disorder and Religious Experience* (New York: Harper, 1936), Reprinted ed. (Philadelphia: University of Pennsylvania Press, 1971).



關係。<sup>24</sup>他採用個案分析的方法(case study)，幫助當事人去了解他現時的情況如何受過往的心理障礙所影響，然後用聖經的真理與心理輔導協助當事人卸下擔子。他在第二次世界大戰之前後，為教牧輔導模式帶來史無前例之突破。

喜爾得(Hiltner)是貝辛(Boisen)的高足，思想非常接近，師生篤信聖經的真理，而學生比老師更甚。喜爾得所著的書《牧範學導言》(*Preface to Pastoral Theology*)把教牧神學看為「從牧養(shepherding)的角度去研究牧者與教會的運作所得的神學理論」。<sup>25</sup>他善用心理學的知識，卻不被它操縱。在他輔導的模式裏，他強調人需要承認自己的罪過，同時要面對自己的情緒、性格與行為，才能達至全人的醫治。喜爾得雖然強調心理學的分析與神學反省不該是喧賓奪主，然而他實際亦犯了心理還原(psychological reductionism)之嫌，並有自由派神學的傾向。但至今喜爾得對教牧神學仍然有一定的影響，而他全人整合(Integrated wholeness)的觀念，認為人靈魂體是不可分割的，亦是我們心靈輔導的目標。

除了「醫療臨床牧養教育」(CPE)之外，「教牧輔導」本身亦成為有自己特色的輔導模式與運動，集合了不同宗派（包括猶太教）的各路英雄，組織成為「美國教牧輔導員組織」(American Association of Pastoral Counselors)。這組織出版《教牧關顧季刊》(*The Journal of Pastoral Care*)<sup>26</sup>亦成為一個發表意見的重要渠道，

---

<sup>24</sup> Anton T. Boisen, *The Exploration of the Inner World: A Study of Mental Disorder and Religious Experience*, 18.

<sup>25</sup> S. Hiltner, *Preface to Pastoral Theology* (Nashville: Abingdon Press, 1958), 69.

<sup>26</sup> 除了此刊以外，由不同學院主編的重要刊物，包括 *Journal of Psychology and Theology* 以及 *Journal of Psychology and Christianity* 等。這些期刊的立場較為傾向福音派而更重視心理學的研究與神學的整合。

每期都討論教牧關懷，教牧輔導與治療、院牧事工與臨床牧養教育等各樣的問題。

由於篇幅所限，以上的討論實不能詳盡。但我們盼望以聖經和神學為基礎，以心理學的知識為輔助，及以歷史為鑑，探討如何建立適用於二十一世紀的教牧（心靈）輔導的模式。

#### 四、靈魂關懷（牧靈）新模式的初探

從廣義來看，牧靈(soul care)是指一個牧者全面的工作，而從狹義，牧靈是指牧者對群羊個別的關懷，包括有關人際關係、倫理道德與屬靈輔導。<sup>27</sup> 筆者在本文將採用牧靈的狹義，並嘗試為迎向二十一世紀的牧者，作新牧靈模式的初探。

##### 1. 個人問題的新看法

今日不少信徒生命出了問題都不找牧者輔導，這現象可能有不同的原因。首先可能是他們覺得傳道人太忙，不願增加他/她的擔子。另外又可能是傳道人給他們的形象是一位嚴厲的道德家、執法者，在他面前實無地自容，又怎敢開口求助。過去的經驗亦可能告訴他，以往求助得來的只是說教式的勸戒，過後心裏更加內疚，但在改變上卻是無能為力。除以上原因外，筆者認為最主要的原因是教會存在一個非常錯誤的觀念——就是認為心理輔導最好是找教會外專業輔導員，所謂屬靈的事才找牧師。但從上文的分析，我們已指出心理（屬魂）的需要與屬靈的需要是不可分割的。故此牧者不但要顧及屬靈的事，亦需要照顧信徒一般的心理困擾。

---

<sup>27</sup> 參 Thomas C. Oden, *Pastoral Theology* (New York: Harper Collins, 1982), 186-205.

資深的基督徒臨床心理學家 Dr. Larry Crabb 最近指出教牧輔導正面臨一個嚴重的危機。<sup>28</sup> Crabb 在他的結論宣稱：「從決定論 (determinism) 及個人主義的起點，（現代）文化認為個人問題是基於內在心理的動力 (internal psychological dynamics) 受了不良環境之影響。當問題嚴重到某一個程度，就必須由心理治療師作個人輔導。」<sup>29</sup> 換言之，心理學把人所有的問題都用心理因素來解釋，而因此排除了教牧輔助的角色。筆者極之同意 Dr. Crabb 的分析。不錯，當信徒有嚴重的精神病，教牧同工必須把他們轉介給專業心理治療師。但按上文的論點，心理與屬靈的問題是息息相關，其處理是屬於牧者「牧靈」的職責。我們要為教會從俗世贖回牧靈的聖職。

Dr. Crabb 繼續提出他對個人問題新的看法，作為他新輔導路線的基礎。他認為「基督徒處理個人問題該先有正確的神學觀念，肯定群體生活的重要，認定人有神的形像 (image bearing souls)，能與神有關係，並且人有自由，包括在任何情況中有尊嚴和責任去信靠神與否。在這些前設之下，基督徒要認識到個人問題是基於他與神和他人關係的斷絕，而這是因為他選擇倚靠他能控制的資

---

<sup>28</sup> Larry Crabb, *Crisis of Care in the Christian Community*, Regent College Audio Tape Series, 1996.

<sup>29</sup> Larry Crabb, *Crisis of Care in the Christian Community*, Part 6. "The Energy: Shepherds of Soul." The Original quote is as follows: "Beginning with the philosophy of determinism and the ethic of individualism, culture has understood personal problems as the product of internal psychological dynamics created by dysfunctional environments that when they cross a certain threshold of severity can best be treated by psychological therapist in the setting of individual therapy."

源去面對生命的挑戰。」<sup>30</sup>Crabb 主要的理念就是人問題是出於神人關係的破裂，而這是因為人只用了自己有限的資源去處理人生的種種難處。這不是說 Crabb 否認心理學的資源與價值，他只是指出它的有限，指向神給我們無限的資源。

## 2. 靈魂牧養（牧靈）的新途徑

從以上的看法，我們可以進一步推論出如下牧靈的要點。(1) 心靈輔導不可缺少的是屬靈的資源。(2) 心靈輔導不可缺少屬靈的導師（把屬靈的資源運用在求助者的身上）。在教會群體中的屬靈引導(spiritual direction)，從廣義來看，可能是教會今日最需要重新建立的職事。

Dr. David G. Benner 在他的著作 *Psychotherapy and Spiritual Quest* 認為心理輔導(psychotherapy)與屬靈引導(Spiritual guidance)雖是有關卻是有別的。<sup>31</sup>他這樣看是因為他認為在同一個人身上不易都擁有這兩方面的技巧與能力，但這不是說他認為這完全是不可能。他介紹了一個整全心理輔導與屬靈引導的模式作為例子——泰路(Bernard Tyrrell)的基督為中心治療法(Christotherapy)。<sup>32</sup>泰路的模式是建立在聖依納爵的「神操（或譯作屬靈操練）」

---

<sup>30</sup> The full original quotation: “Beginning with a Trinitarian ontology that defines community as central, and anthropology that defines people as image bearing souls designed for connection with God, and a philosophy of freedom which grants people the dignity and responsibility to trust or rebel in the face of every circumstance, the Christian should understand personal problems as product of disconnection from God and from others resulting from the choices to depend on controllable resources to handle the challenges of life.”

<sup>31</sup> David G. Benner, *Psychotherapy & the Spiritual Quest* (Grand Rapids: Baker Book House, 1988).

<sup>32</sup> David G. Benner, *Psychotherapy & the Spiritual Quest*, 160-164.

(Ignatius' Spiritual Exercises)上；而其中心思想是基督不但直接醫治我們的過犯，亦醫治我們的心理病態。<sup>33</sup>

近年來，心理輔導與屬靈引導的整合已受更多精神醫生及心理治療家所重視，其中一位是 Dr. Gerald May。<sup>34</sup> May 認為人問題的根源是依附(attachment)與耽溺(addiction)，而面對它就需要一種從禱告的心與默想的環境所發出的關懷與醫治能力。<sup>35</sup> 他的觀點明顯是屬靈的觀點。他提醒我們要小心做全人醫治整合的工作，不是單把身體、心理與屬靈的活動混合，而是先對關懷更有惻隱之心，要清楚脫離靈魂體分割的觀念，並能把人的經歷與功能看為神的恩典與個人的選擇之奇妙組合。<sup>36</sup> May 認為醫治心靈的破碎，先要由以效益為中心的文化(efficiency-centred culture)轉變為以愛為中心的屬靈觀(love-centred spirituality)。這是他《甦醒的心》*Awakened Heart* 一書的核心思想。筆者非常認同這觀點，我們往往以解決問題為唯一目的，盼望使求助者得到完全的痊癒(cure)，但我們可能更該關注的，卻是如何提供真正的關懷(care)。以愛為中心的屬靈關懷與引導(spiritual care & direction)才帶來真正全人的醫治(wholistic healing)。

---

<sup>33</sup> Bernard J. Tyrrell, *Christotherapy II* (New York: Paulist Press, 1982), 5.

<sup>34</sup> Dr. Gerald May 的著作包括 *Care of Mind / Care of Spirit: A Psychiatrist Explores Spiritual Direction* (San Francisco: Harper & Row, 1982, 1992); *Will and Spirit: A Contemplative Psychology* (San Francisco: Harper & Row, 1982); *Addiction and Grace* (San Francisco: Harper & Row, 1988); *The Awakened Heart: Living Beyond Addiction* (San Francisco: Harper & Row, 1991)等。

<sup>35</sup> *Care of Mind / Care of Spirit*, 200.

<sup>36</sup> 同上，頁 202。

### 3. 心靈輔導的藝術

在過去幾十年，心理輔導由當事人中心治療法(client-centered therapy)至認知行為治療法(cognitive behavioral therapy)等，都不停趨向更系統化、更科學化。美國精神病的分類(診斷統計手冊 DSM IV)已在 1994 年面世，進一步把八十年代的分類(DSM III 及 DSM IIIR)更詳細地分門別類。背後的假設就是對人心理病態愈科學化分析(將人格、情緒與行為分割)，才能按步就班地施行治療，對症下藥。

在上文我們已發現人是多麼高貴，人性(魂與靈)是多麼奧妙。我們不能把人身心靈的需要分開來處理，而是要用整合(integrated)及全人(wholistic)的角度來了解人與他的需要，這是一種藝術多於是一種科學。再者因為人是有神的形像，是「有靈的活人」(創二 7)，至終人心靈的健全是視乎他與神的關連性(connectedness)。屬靈引導的目的就是把人與神再一次連接起來，導師與尋道者一同聆聽主的聲音，察看聖靈的指引。屬靈引導不但是為解決個人問題，而是為屬靈的成長，讓我們對生命有新的價值觀。Dr. Carolyn Gratton 在她所著《屬靈引導的藝術》(*The Art of Spiritual Guidance*)一書內是，特別指出這種引導重要的一面，而稱它為生命的評估(appraisal)，就是以屬靈的眼光對求助者整個生命作評價。<sup>37</sup>筆者認為在屬靈引導中這可能是心靈輔導最關鍵性的技巧。在行為治療法，我們所注意的是行為的改變。在當事人中心治療法我們用專注與同理心去聆聽人內心的感受。在認知治療法我們留心的是思想上的毛病。以上都是重要的心理輔導方

---

<sup>37</sup> Carolyn Gratton, *The Art of Spiritual Direction* (New York: Crossroad Publishing Company, 1992), 171.

法。但實行心靈輔導，我們便要在這些方法之上，加上一種屬靈聆聽，與求助者作出生命的評估，檢討和反省他與神的關係，洞察聖靈微小的聲音，重整個人的生命。

這種生命重整的渴望隱藏在每一個人的內心裏，Gratton 稱它為生命的「轉化」(conversion)。<sup>38</sup> 屬靈導師的責任就是協助求助者為他的生命所追尋的愛而轉化。透過輔導中的自我啓迪與評估，受導者生命的方向逐漸顯露，並且與超凡奧秘的神連上關係。

早在 1980 年 Tilden Edwards 在他的著作《屬靈朋友》(*Spiritual Friend*)<sup>39</sup> 中已提出贖回屬引導恩賜的必要，並在美國華盛頓設立了屬靈塑造的中心(Shalem Institute for Spiritual Formation)。他指出一個屬靈朋友(導師)是「受了創傷的心靈之醫師」(physician of a wounded soul)。而他三重的責任就是清洗傷口、包裹(整理)傷口，然後讓它慢慢地痊癒。醫師本身並不能醫治。<sup>40</sup> 他亦將心理治療、教牧輔導與屬靈引導三者之異同列出如下：<sup>41</sup>

---

<sup>38</sup> 同上，122 頁。

<sup>39</sup> Tilden Edwards, *Spiritual Friend* (New York: Paulist Press, 1980).

<sup>40</sup> 同上，頁 125。Edwards 在此取用了 Gerald May 的比喻，原先出現在 May 所著的書 *Simply Sane* (New York: Paulist Press, 1977), 74.

<sup>41</sup> Tilden Edwards, *Spiritual Friend*, 130.

	心理治療	教牧輔導	屬靈引導
對象	要求醫治(有病態)的病人	要求幫助(有病態)的當事人	尋求神的心靈(不一定有病態,而是神聖的情況)
目標	化解心理障礙,重新適應社會(醫學的模式)	醫治、鼓勵、復和與引導(較整全的模式)	在主裏存活(being)與成長(becoming)
方法	在病人身上實施的治療法	有幫助的行動導至當事人得益	讓導師自己及與尋道者所建立的關係成為恩典與神旨意的渠道。主要方法:降服以及放棄任何阻塞神的道的東西
協助者的態度	治療師負責病人的康復。「願『我的旨意實行」	當事人或他與輔導者的關係。「願『我們的旨意實行」	只有神負責任何的醫治或成長。「願『你(神)』的旨意實行。」

以上三種醫治人輔助的方式實際上是有重疊的,不一定像上面的圖表那麼清晰。筆者認為適用於二十一世紀的心靈輔導模式應該是在教會的群體裏結合上述的教牧輔導與屬靈引導,同時吸納心理治療中一些可取的技巧,才能協助一般信徒面對生命中的難題,並且協助他們靈命的成長。用一個簡單的例子來解釋,例如一個患了精神抑鬱症的信徒向輔導員求助,輔導員可先用認知治療法的技巧協助當事人糾正思想上的問題,並教導他改善反應的行為。他亦可以透過教牧輔導的方法,教導當事人將他的困擾與情緒的問題交託給主。但從屬靈引導的層面,他亦可以進一步



與當事人一同反省他現時生命的光景，察看神對他生命的旨意與帶領。心靈輔導是顧及到以上所描述的全人關懷。

#### 4. 心靈輔導：新牧靈模式的挑戰

Dr. Mark R. McMinn 最近在他最新的著作 *Psychology, Theology & Spirituality in Christian Counseling* 中呼籲基督徒輔導的人士把屬靈神學引入輔導的模式裏。<sup>42</sup>其實在 1994 年 Dr. Worthington 已指出今日基督徒輔導的整合(integration)已經過了三期的發展。<sup>43</sup>第一期是 1975 年之前開始了一些基本理念的討論。第二期是 1975 至 1982 年之間，整合模式百花齊放的階段。第三期是 1982 年後，將這些整合了的模式應用，並作憑觀察和實驗的研究(empirical studies)。但很可惜這些發展都較重理論而不夠實際。不過近年自從「美國基督徒輔導員組織」(American Association of Christian Counselors)成立後，接續出版了《今日基督徒輔導》(*Christian Counseling Today*)的刊物及書籍，基督徒輔導便更趨向實際的應用。筆者認為我們已進入了輔導整合的第四階段，可以簡稱它為「心靈輔導」，而屬靈引導的引進將成為這階段的特色。

McMinn 指出在這輔導模式新整合的前線，我們正面對以下六方面的挑戰。<sup>44</sup>

---

<sup>42</sup> Mark R. McMinn, *Psychology, Theology & spirituality in Christian Counseling* (Wheaton: Tyndale House Publishers, Inc., 1996).

<sup>43</sup> Everett L. Worthington, Jr., "A Blueprint for Intradisciplinary Integration," *Journal of Psychology & Theology*, 22 (1994), 79-86.

<sup>44</sup> Mark R. McMinn, *Psychology, Theology & Spirituality in Christian Counseling*, 9-27.

a. 從兩方面的專業能力(competence)到三方面

作者是指從心理學及神學的掌握之後，基督徒輔導員亦要對屬靈神學有好的掌握，包括屬靈塑造、屬靈引導與屬靈操練。

b. 個人(personal)與專業(professional)身分的整合

輔導者首先是一位專業人士（例如：牧師、教牧輔導員或心理輔導員等），但同時他與受導者建立密切的關係——亦師亦友，成爲一位真正的善牧(good shepherd)。故此他不但要能輔導別人，更要以身作則。他再不能帶著「專業」的面具來輔導。

c. 擴展輔導訓練的定義

輔導員不但要接受心理輔導的訓練，還要接受屬靈操練的訓練。心靈輔導不能單靠技巧，還需要從輔導者自己豐富靈命流露出來的關懷、有紀律客觀的態度、令人信任的品格、同理心、智慧與洞見。

d. 向主流心理健康的觀念挑戰

每一種輔導技巧有背後的輔導理論，而每一個輔導理論都有背後的世界觀。基督徒往往犯了急不及待將心理輔導的技巧混入我們的輔導裏之錯誤，而忽視了技巧背後一些不正確的理論與世界觀。

e. 設立輔導模式的科學性

引進屬靈或聖經的原則是絕對好的，但這不等如心靈輔導是不需要用現代科學化的研究方式來印證它的有效性。舉例如

McCullough 最近發表了一份研究禱告與健康的關係的報告。<sup>45</sup> 我們需要學術界對心靈輔導所用的技巧作類同客觀系統性的研究。

#### f. 定下適切的操守標準

基督徒輔導標準應否與其他輔導所有的操守標準一致，例如要得到受助者的認可(informed consent)才施行某些輔導的方法？或者另設立社會亦認可的基督徒準則呢？這都是我們需要考慮的問題。

### 五、結論

基督教的心靈輔導有很多的資源或途徑，包括禱告、聖經、面對罪過、悔過、寬恕及救贖的觀念。但應用每一項的時候，都必須從以上六個層面去衡量它。

心靈輔導可以成爲二十一世紀新牧靈的模式，但它必須建基於堅固的神學思想——健全的人論（靈魂體的整合）與聖經牧靈的模式。其中最關鍵性的方向，就是重拾優良的屬靈引導的傳統，贖回教會牧靈的聖職，重建教會成爲醫治的群體。

---

<sup>45</sup> Michael E. McCullough, "Prayer & Health: Conceptual Issues, Research Review & Research Agenda," *Journal of Psychology & Theology*, 23(1995), 15-29.