

心理諮商是 21 世紀當今社會非常熱門的話題，可是也在基督教的圈子中引起很大的紛歧。有人認為一切問題的答案都在神的話語之中，因此基督徒不需要，也不應該去尋求世俗的心理諮商；另外有人卻認為神的智慧不只在神的話語之中，也顯明在一般啓示之中，而心理學的研究發現就是神一般啓示的一部分，因此也有神的智慧在其中。這兩種講法都有它的道理，可是也有其偏差之處。前者犯了屬世和屬靈二分法的毛病，就如同有人認為，神是醫治一切疾病的神，所以基督徒生病不需要看醫生，只要有信心禱告，神必然會醫治。後者的觀點則容易落入人本主義的危險，以人的意思取代神的心意。

筆者完全同意神的話語要成為我們生活的最高權威和準則，可是筆者也認為很多（當然不是全部）心理學的研究發現的確包含神一般啓示的智慧在其中。如果我們可以小心地過濾掉那些和聖經教導互相抵觸的人本主義的學說，心理學的研究發現其實是可以提供許多非常保貴的資料，幫助我們具體深入去了解人的行為。比如說，筆者認為認知行為就是心理學對行為科學一個非常重要的貢獻。譬如說今天美國社會的一個大問題：青少年在學校開槍殺人。有的心理學家解釋說，是因為這個人在童年時長像異常被別人嘲笑，所以造成他今天行為的偏差。當然我們要小心的是，不要拿過去某件事的影響作為今天個人行為的藉口；可是話說回來，我們也不可否認環境對我們（尤其對孩童和青少年）是有著很大的影響。一個人如果可以看到過去的背景和他今天的行為之間的關連，把一個無意識的直接情緒反應，轉成一個有意識的理性認知，他就有能力來選擇一個和以前不一樣的行為模式。譬如說那個在學校開槍殺人的青少年，或許過去的成長背景讓他對於別人的拒絕特別敏感，另一方面也特別在乎別人的重視，所以他直接的情緒反應或許就是一些偏差的極端行為。如果他有幸能碰到一個真正關心他的好諮商師，幫助他看到他的背景容易讓他有某些行為的趨向，所以當某個情緒一出現時，他可以停下來想一想，他就可以選擇一個和以前不一樣的行為模式。

筆者認為基督徒的心理諮商和非基督徒的心理諮商最根本的差別，其實並不是這個諮商師是基督徒還是非基督徒，也不是這個諮商師有沒有用聖經來勸誡教導，而是他所依據的認知行為的準則何在。非基督徒心理諮商的認知行為的準則是以人本主義為根據，基督徒心理諮商的認知行為的準則卻是以神本主義為根據。一個非基督徒的諮商師碰到這樣一個青少年在學校開槍殺人的案例，他可能會建議一些其它發洩怒氣的方法，或是建立這個青少年的自我形像，這些方法都只是治標不治本的短暫舒緩之計。然而，一個基督徒的諮商師他所依據的認知行為的準則就是神的話語：「不要效法這個世界，只要心意更新而變化，叫你們察驗何為神的善良、純全、可喜悅的旨意。」（羅 12:2）所以，他會根據聖經的教導，幫助這個拿槍殺人的青少年，學習從神的眼光來看他自己、他周圍的人、以及他所處的世界。如果這個青少年能夠學習用一個不同的角度（神的角度）來看事情，碰到事情他就會有不同的情緒經驗，也可以選擇和以前不同的行為反應。

「我們傳揚他（基督），是用諸般的智慧，勸戒各人，教導各人，要把各人在基督裡完完全全的引到神面前。」（西 1:28）筆者認為，基督徒的心理諮商是 21 世紀當今的社會，神用來把人帶回到神的面前，一個非常實用的工具。就如耶穌留給基督教會的榜樣，我們關心人，要注意到他身、心、靈全人的需要—除了領人信主之外，還要造就信徒成為主的門徒；除了真理的教導之外，也要幫助人知道如何來面對人生許多的試探和掙扎。是的，基督教會要小心人本主義的世俗學說，可是也不需要因噎廢食，拒絕所有神一般啓示的智慧。