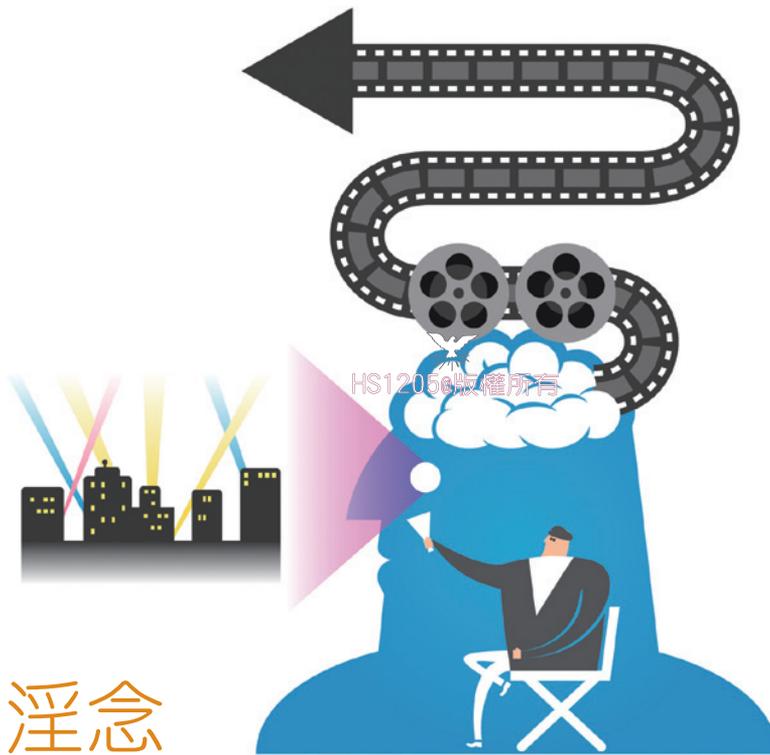


心想事成

2 談動淫念

文/NZ小恩 圖/鳴叮

越接近神的人，自然地就會越把焦點放在屬靈的事上。



寫心中的劇本

凡是正常人，不論在學業、事業、信仰，或是人與人之間，都會對生活各樣事物產生想法。

以學生來講，他或許在內心籌劃著：書要怎麼讀？考試當天要幾點起床？畢業後要做什麼？要如何達到理想中的目標？以生意人來說，他或許常常思考，自己要如何經營行銷事業、怎樣與顧客維持良好的關係、如何獎勵自己的員工，以達到促銷的最佳效果。舉凡我們周遭的所有人——學生也好，生意人也好，富有人也好，窮人也好——他們思考的共同點，就是想著「下一步要如何？」

其實，先不說這些長遠的計畫，在日常生活中最小的細節，我們也經常潛意識假想「下一步要如何」的「小劇本」：如果對方這樣說，我要回什麼話？假使他的態度不好，我該採取什麼行動？或許人們並沒有意識到，這些「下一



豈不知你們的身子就是聖靈的殿嗎？

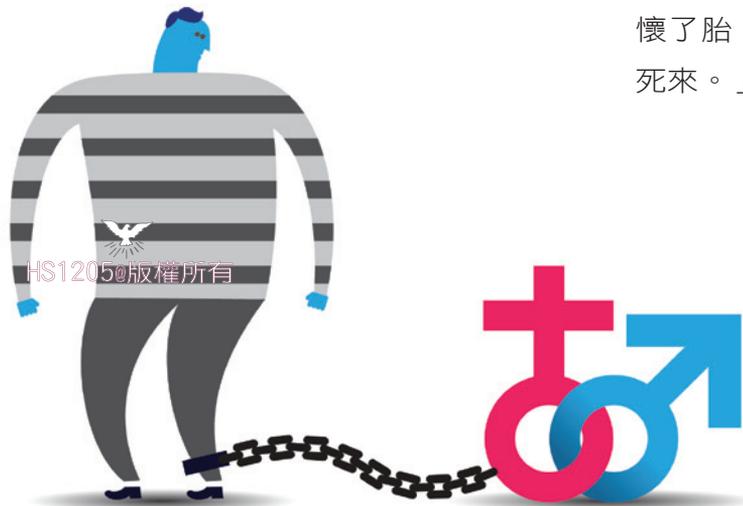
Do you not know that your body is a temple of the Holy Spirit?

步要如何」的「小劇本」，往往都是「事先」想好的，並且也在腦海中多次演練。不論這一切是有無意識，等到真實的「機會」一到，與在腦海中寫好的劇本產生連結，這原本幻想中的劇本就會自動上演，成為真實的劇情，並且，不管當事人願意與否，自己便成為劇中的主角兼導演。

每個人都會寫心中的劇本嗎？答案是肯定的！並且，隨著年齡的增長與人生經驗的累積，人的腦海裡越是收集（或發明）各式各樣的劇本。但是寫劇本並非天生就會，例如，原本不會料理麻婆豆腐的小姐，哪天會了，極有可能是從他人身上所學，才會知道作此道菜的步驟（劇本）。一樣的道理，對於不同人事物的反應、作風、態度等等，都是我們從周遭或潛意識所獲得，而成為我們的範本。以心理學來說，這就是一種內射作用（introjection），把外界的價值觀與標準併入自我的結構中。

保守你的心

人們對於「性」的態度，大多來自於外界的價值觀。看到漂亮的女孩，或是穿著



清涼的女性，很多男性通常都有自己的一套祕密劇本，而這劇本往往是一念之間形成，有時候還會在心裡偷偷演練。就算在現實生活中不可能有「下一步要與她如何」，難免依然會幻想著下一步「想」與她如何。若看到坐在對面有個美女，孤單一人，是否瞬間來一個反射性的假想劇本？——「先約看看是否能與她共進晚餐；若答應，就買一束玫瑰花備著；晚餐用完，再帶她到海邊散步；接著帶她回家；送到家後，如果被邀請入內，就一起喝杯酒聊聊天，聽聽德布希的鋼琴樂；等她累了，再扶她進房間……」這是電影常用的普遍劇情。還是，我們瞬間的反應只是純欣賞她的優雅氣質、美麗的外表？重點是，我們心中的劇本，有沒有「想入非非」的題材？

你要保守你心，勝過保守一切，因為一生的果效是由心發出（箴四23）。

「一生的果效是由心發出」，就是自己心中構想的劇本，使你成為什麼樣的人，也導致什麼樣的人生。延伸而論，什麼樣的人，就會有什麼樣的結局。「但各人被試探，乃是被自己的私慾牽引誘惑的。私慾既懷了胎，就生出罪來；罪既長成，就生出死來。」（雅一14-15）。這裡很直接的表

明，有不好的想法，會接二連三的「發酵」，以致犯罪，而最終的結局，是死。因此，人的思想，對於他日後生命的成長與方向，扮演極關鍵的角色。

一些外遇的人，其實他們很清楚，背著配偶去與他人發展不正常的關係，是沒有道德的。但會步上歧途，很多時候是因為平時假想中的劇本（壓抑的情慾），與現實中的「機會」（試探）產生連結，就一步一步實現這不應該存在的劇情。大衛就是一個很好的例子，在拔示巴的事件上，腦海裡譜出了不該有的劇本，自己完全成了導演，包括後續借刀殺人的劇情。等機會一到，就光明正大的奏出劇情，心想事成。

看到這，讀者或許鬆口氣，「我又沒有像大衛一樣」，或是認為，即便譜出帶有色彩的劇本，只要控制好讓它不實現「下一步」，就完全沒關係了。

攻克己身

其實對於這種想法，耶穌曾說，「只是我告訴你們，凡看見婦女就動淫念的，這人心裡已經與她犯姦淫了。」（太五28）。由此看出，神的標準是，懷有慾念（內心有不當的劇本），就等同犯罪，也就是說，這個「純幻想」的嚴重性，在心裡已經同等真的干犯第七誡的人。

主耶穌的標準既然這麼高，「心想」便是「事成」，而人又是帶著肉體，有情慾也是自然不過，那要怎麼辦？

保羅說：「我是攻克己身，叫身服我」（林前九27），也曾經勉勵提摩太，「你要逃避少年的私慾，同那清心禱告主的人追求公義、信德、仁愛、和平。」（提後二22）。主耶穌在《馬太福音》也說到：「若

是右手叫你跌倒，就砍下來丟掉，寧可失去百體中的一體，不叫全身丟在地獄裡。」（太五30）

逃避私慾 提昇靈命

從這些經節來看，我們的做法可以分成積極和消極的。

消極的來說，寧可捨去、犧牲那些會讓我們種下不好念頭的來源。例如，結交壞朋友、不良的場所，一些限制級的電影、網路文章、電視節目，八卦、色情雜誌，或一切有可能污染我們心靈的來源。從聖經的角度是這樣，其實，從心理學也是如此。因為若天天與這些來源接觸，耳濡目染，很容易產生內射作用：別人一天到晚上演的劇情，難保不會成為我們心中「下一步想如何」的範本。一次兩次或許不會怎麼樣，但倘若常常接觸，就會像青蛙在溫水中游泳，水溫何時上升變燙都不知道，最後就無法自拔而死。當我們的價值觀不知不覺受影響，甚至是被洗腦，必然常常出現在神眼中看為偏差的劇本，然而最要不得的是，自己卻不知道其嚴重性。因此，許多教會信徒，寧可家裡不擺電視，用電腦也有設定使用範圍，購買的書刊雜誌或聆聽的CD也都經過慎重篩選。好像約伯，與自己的眼睛立約，不戀戀瞻望處女（伯三一1）。

當然，這不是要大家憤世嫉俗，而是鼓勵信徒能夠在平常接觸人事物之最小的細節上，都能保守自己的心，勝過保守一切。約伯這麼一個正直又敬畏神的人，都沒有十全的把握自己不會有非分之想，因此，寧可



豈不知你們的身子就是聖靈的殿嗎？

Do you not know that your body is a temple of the Holy Spirit?

「捨去」會引發他種下不好念頭的來源，不去看它，不讓自己的心靈被私慾誘惑。

就積極的來說，我們可以多結交要好的屬靈同伴，常常禱告、讀經，多多閱讀教會的屬靈刊物、殷勤聚會，這些都能幫助我們提升個人的屬靈素養（已婚的人同時也要與配偶經營一個健康的婚姻生活）。越接近神的人，自然地就會越把焦點放在屬靈的事上，當靈性的素質提升後，對很多事情的第一反應，包括對異性，也會是比較健康的。

保羅曾經說過：「我覺得有個律，就是我願意為善的時候，便有惡與我同在。因為按著我裡面的意思，我是喜歡神的律；但我覺得肢體中有個律和我心中的律交戰，把我擄去，叫我附從那肢體中犯罪的律。」

（羅七21-23），保羅也是帶著肉體，也是有情慾，他也能意識到自己的軟弱，而為此感到無奈。這兩個律，若以心理學的精神分析來說，可以解釋為「本我」（id），與「超我」（super-ego）之間的談判（「自我」ego）。「本我」是無意識，最原始的自己，是以「快樂原則」行事，所有的慾望是要被滿足的。「超我」，是隨著人的成長，在內心漸漸形成的道德，一個自我管理的約束。在生活中，「本我」與「超我」時常坐蹺蹺板，而這個「自我」，就是翹翹板本身，必須去抉擇哪一方為重。保羅如此對自己無奈，是因為這個「本我」（不好的律），實在太強了，尤其每當他想為善的時候，這個不好的律，就開始在他的身體中運行。「我真是苦啊！誰能救我脫離這取死的身體呢？感謝神，靠著我們的主耶穌基督就

能脫離了。」（羅七24-25）。我們知道，若非靠神的能力，人是無法勝過這不好的律。從此，靈修與追求聖靈充滿是絕對有必要，而「你要保守你心，勝過保守一切」，就是要我們的「超我」戰勝。

在神的旨意上 心想事成

「神啊，求祢為我造清潔的心，使我裡面重新有正直的靈。」（詩五一10）。這是大衛犯罪後，向神禱告的內容。筆者認為，這也可以是我們平時自我期許的目標：有清潔的心、有正直的靈，並且求神幫助。除此之外，在每次的禱告中，求神赦免我們隱而未現的過錯，因為那是我們無意識中所犯，並且再進一步「求祢攔阻僕人不犯任意妄為的罪，不容這罪挾制我……」（詩十九12-13）。如此，先立志，再求神赦免，最後求神保守。

既然人是有思想的，在動淫念的事上，也當成為自己的守望者，讓「超我」戰勝。也就是當下產生偏差的幻想時，就及時逮捕這「下一步想如何」的歪念頭，並默禱求主幫助。

「一壘」，「二壘」，行不行？對不起，主耶穌的標準是連想都不可以想，連問都不可以問！「不要容你的眼睛睡覺；不要容你的眼皮打盹（指靈性方面）。要救自己，如鹿脫離獵戶的手，如鳥脫離捕鳥人的手。」（箴六4-5）

您還盼著「心想事成」嗎？但願只在神喜悅的事上如此。

