

「二版序

這本小書源起於 2020 年 1 月神學院開辦的延伸課程，該課程乃從「靈修學」的角度探討 2019 年社會運動的現象及其給我們帶來的心靈創傷。正當課程進行期間，遭逢新型冠狀病毒肆虐，新傷舊患，令我們倍感前路難行。於是筆者決定將課程講稿修改出版，大概於同年 3 月寫成了這本小書十篇文章的初稿，期望 2020 年下半年出版，但由於疫情及出版社安排需時，終延至 2021 年 3 月，初版才面世。由初稿到出版，剛滿一年，世事難料，短短一年間，教內教外都經歷到巨大變遷，人心更加不安，心靈創傷愈見嚴重，彷彿在仍未痊癒的傷口上給灑鹽，傷痛難耐。本書名稱《在休戚與共裏看見傷口：給心靈創傷者的 10 堂靈修神學課》正表達了本書的成書目的。

剛出版未夠半年，為何要出修訂版？事緣駱穎佳博士閱讀本書初版第一章〈情感政治的創傷〉後，給筆者提出了寶貴意見，筆者發覺初版只將他的某些觀點簡單陳述，並將他著作參考資料僅簡短地放在註腳位置，實不足以反映《情感資本主義》一書的參考價值，以及此書對筆者的啟發，削弱了對其原創性的指認，故此深感抱歉。筆者一直很欣賞駱穎佳博士在哲學及文化領域上的學識及研究成果，因此也拜讀過他多部大作，2020年10月出版的《情感資本主義》自然也不會錯過，於2021年1月便一口氣將這書讀完，讀後有感於與拙文〈情感政治的創傷〉所涉的課題有關，於是就算拙作出版在即，也決定補上駱穎佳博士新書的一些資料及觀點，為的是讓讀者了解近年學術界興起了「情感轉向」的研究趨勢。

在〈情感政治的創傷〉一文中，筆者除了引用許寶強及羅永生的觀點來論述香港人近年在社運中出現的「勁灰頹爆」的情感創傷、悲觀主義及犬儒心態，亦試圖透過韓炳哲（Byung-Chul Han）在《倦怠社會》中的理論來解讀香港近年在社運中出現既激憤火爆、又倦怠犬儒的「情感政治」現象，由於此現象是筆者討論的焦點所在，亦因篇幅所限，故未有全面討論韓炳哲的思想。駱穎佳博士的《情感資本

主義》則不同，韓炳哲在他的思想框架中佔有非常重要的角色，他深入且全面地論述了韓炳哲情感資本主義下的功績主體與倦怠主體的問題，而且更將韓炳哲的思想，放在香港具體文化處境中出現的「情感政治經濟」現象，並就此作出獨到的分析，因此若讀者想進一步了解韓炳哲的思想，可參考駱穎佳博士這部專著。

筆者在拙文中，亦曾引用駱穎佳博士著作中提及的思想家斯蒂格勒 (Bernard Stiegler) 的「不情動個體」(disaffected individuals) 這觀念，本意只是借用此觀念來說明許寶強提出香港人「勁灰頹爆」的情感政治中逐漸浮現的冷漠抽離的情感變化。駱博士在其研究中卻指出，韓炳哲較強於提出問題，斯蒂格勒的思想反而有助於提供解決的出路，在其著作第一部分第二章中，駱博士便深入分析斯蒂格勒如何談論「情動主體」的救贖性，其中特別探討美學如何為「情動主體」帶來救贖的作用。恰巧筆者在拙作第五章〈美學與靈性療癒〉，亦討論過藝術(美學)對治療情感創傷的作用，如果讀者對駱穎佳博士所引介斯蒂格勒的思想多一些認識，相信會有更大得益。

雖然拙作只是一本為幫助身處患難中的信徒培育靈性生命而寫的小書，跟駱穎佳博士那部深入梳理不同哲學家

艱深理論的學術專著性質不同，但盼望能透過此序及第一章〈情感政治的創傷〉的補充解釋，幫助讀者明白到，除了從信仰及神學的角度出發，也可借助諸如駱穎佳、許寶強、羅永生等學者的研究成果，加深我們對香港人在政治及經濟文化上表現的「情感」問題的認識。

在這艱難的日子，但願上主使用這本小書，幫助信徒認識及處理各自的情感創傷。當然，對受傷的心靈而言，筆者感到最大的安慰和幫助，莫過於復活的耶穌在關上門的「密室」裏向門徒顯現時，所兩度說的「願你們平安」，以及同時所做的兩個動作，即既向門徒展示留下創傷的手和肋旁，又向門徒吹一口氣，以賜下來自聖靈的權柄和力量（見約二十 19～23）。

Introduction | 導言

直面心靈創傷的 靈性基礎

I 從靈性角度看信徒的心靈創傷 I

臨牀心理學家兼危機處理專家萬家輝博士接受訪問時指出，由於受到近年政治及社運事件等影響，不少香港人可能已患上「創傷後壓力症候羣」(post-traumatic stress disorder)，他如此說：「香港人受的是一個好廣泛、好大規模的集體創傷……我最擔心是有些人未到這個情況，但又拒絕找人幫助，強自壓抑住。這些情緒反應累積下來就會惡化，出現抑鬱、焦慮等問題，再嚴重一些，更有機會出現如幻覺、妄想等等嚴重精神問題……要點樣修補如此大規模的創傷，做到社會復和，我沒有答案。」¹可以想像，這種情況恐怕只會進一步惡化，因除了政治及社會動

盪帶來的衝擊之外，在新型冠狀病毒疫情肆虐下，大家的日常生活已飽受困擾，好些人更連生計也難以維持，整個社會的精神健康狀況自然受到嚴重影響。

上述的集體情緒困境，基督徒自然不能倖免，一旦我們察覺自己可能已出現較嚴重的情緒問題，千萬不要諱疾忌醫，應及早尋求專業心理輔導。但除此以外，我們豈不是也應求助於那位創造及救贖我們的三一上帝？筆者如此說，並非意圖否定世俗的心理輔導或精神治療的重要性，不過對基督徒來說，情感創傷必然涉及信仰層面的靈性問題。誠如貝內爾 (David Benner) 在《心靈關顧：修正基督徒的培育和輔導觀念》(*Care of Souls: Revisioning Christian Nurture and Counsel*) 一書中指出，現代心理學必然對任何涉及靈性或靈魂的觀念不感興趣，因為從科學的實證主義出發，人的靈性或靈魂是經驗不到，不能實證的。是以，基督教的「心靈關顧」從本質上有別於現代興起的純粹心理學輔導或治療。再者，基督教擁有十分悠久的心靈關顧傳統，在心理學這學科尚未出現之時，教會及修道院早已做著關心人屬靈生命及心靈創傷等的牧養工作了，我們理應重視這悠久的牧靈傳統。

神學家潘霍華 (Dietrich Bonhoeffer) 比貝內爾講得更

直接，由於他認為我們必須從上帝出發來談論及理解人性及靈性，所以他明言「靈性關顧」只能緊扣神學來講，亦拒絕借助任何世俗心理學的知識來加以理解。潘霍華如此寫道：「使人配聽認罪的，不是人生經驗，而是十架經驗。對於人心的認識，最有經驗的心理學家永遠不如一位生活在十架底下的最單純的信徒……在心理學家面前，我只可以是個病人，但在信徒弟兄面前，我卻敢於承認自己是個罪人。心理學家必須首先探研我的心臟，可是卻永遠探研不到內心最深之處。」² 懷著同樣的理念，這本小書旨在回到信仰及靈修學的原點，嘗試闡明信徒直面心靈創傷的靈性基礎。

「在情感政治創傷下拒絕虛無」

近年在政治學、社會學及文化研究興起了「情感轉向」(affective turn) 的研究趨勢，本地學者許寶強在他的《情感政治》一書中，就是以這個向度來分析近年香港出現的「勁灰頹爆」政治現象。在本書開首，筆者便借用了他及另一位本地學者羅永生的觀點，再輔以韓國哲學家韓炳哲

(Byung-Chul Han) 提出的社會形態分析，嘗試為近年香港出現的集體心靈創傷把脈。最令筆者憂心的是，長期被「勁灰頹爆」情感折騰的香港人，正逐步走向犬儒與虛無，繼而令心靈受創者變得麻木抽離、憤世嫉俗，甚至抱有否定價值的心態。那麼，我們如何避免被虛無吞噬，以致對人生常存盼望，並抓緊存活的意義？筆者嘗試以坦承人生「虛空」的傳道書來作神學反省，從中思考如何別讓生命變得虛無——就算活在荒謬的年代。

「共患難」的十架經驗是 心靈創傷的重要出路

在這個勁灰頹爆、撕裂分化、互相猜忌、乏力無助的艱難時刻，受傷的人最需要的是甚麼？筆者認為就是「共患難」的十架經驗，這其實也是教會所強調「合一」的「愛的羣體」應該做的事，而我們當要從基督身上，學懂「共患難」這屬靈功課。簡而言之，基督在十架上所受的苦，乃表明自己跟受苦者和受傷者同在 (co-presence)，也跟他們的受苦經驗認同 (identification)，並與受苦者於患難中休戚與

共，以至跟受苦者成為一體 (solidarity in suffering)。這種建立在十架神學上的「共患難」精神，不單是對心靈受傷者最大的安慰，也可以成為「與受苦者身分認同」的基督教式「身分政治」的重要神學基礎。可以說，這是貫穿全書的重要神學主題，直到最後一章討論寬恕敵人這最難實踐的屬靈功課時，筆者也是回到這十架受苦神學的起點來展開討論的。

此外，「共患難」也必然伴隨著「同在感」，而同在則關乎此時此刻的感受，所以無論是別人的同在，抑或是上主的同在，都必然是現在式的，也一定是活在當下來感受的。在靈修操練中，培育「活在當下」(here and now)的存在感攸關重要，倘若我們只是活在過去，總是被某段傷痛的歷史網綁著，那麼我們就一直會被痛苦折磨下去，容易失掉盼望。盧雲 (Henri Nouwen) 說過：「我們生活裏真正的敵人就是這『早該如何』和『將來如果』的想法。它們把我們拉扯在無法改變的過去和無法預測的未來之間。可是日子該是在當下和眼前過的啊。」³ 至於那些活在絕望與虛無中的人，他們就更可能行屍走肉般活著，未能夠真正活出當下的生命。

同時，十架神學也是一套軟弱神學。那位本來滿有權

能的彌賽亞，降卑成為弱者，甘願受欺壓，且死在強權的暴力底下，但祂卻藉著愛的大能，瓦解權勢的武裝。我們惟有效法耶穌，活出真正柔和謙卑的美德，方能與弱者或受暴力傷害的受苦者認同，並真正「看別人比自己強」，這正正是基督教柔性政治所需具備的靈性。

「 懷抱哀傷：美學的靈性療癒 」

如果說，共患難為的就是藉著同在的職事，與受苦者一起承擔當下真實的情感創傷，那麼，療傷的第一步就是直面自己的負面情緒，不應壓抑或逃避，甚至要學懂懷抱哀傷，與之共舞。由此，筆者試圖闡明藝術（尤其是悲劇）所具備的宣洩、淨化情緒和陶冶性情的療癒功能。同時，筆者還特別提到那些具有類似功能的聖經文本，諸如哀歌、咒詛詩、受苦先知與基督受難的敘事等，這些都是極富藝術性的悲劇故事，甚至可看為聖經中的「傷痕文學」。閱讀這些屬靈的文學作品，不光有助於治療心靈創傷，洞悉當中的神學意涵，更能幫助塑造我們的德性。

| Lesson 01 |

情感政治的創傷

別讓生命
變得虛無

在荒謬的年代，別讓生命變得虛無。

「政治文化的「情感轉向」」

十九世紀末二十世紀初，有關人類情感及情緒的研究，主要是由醫學、神經科學及心理學所主導。然而，誠如本地學者駱穎佳所言，近年在人文科學（如哲學）、社會科學（如社會學、政治學）及文化研究等學術領域，興起了「情感轉向」的研究趨勢，¹而另一位本地學者許寶強的《情感政治》（2018），以及前述駱穎佳的近作《情感資本主義：從情感獨裁到情感救贖》（2020），正是以這種研究進路來解讀香港的政治經濟文化現象，可謂甚具啟發性。

駱穎佳在《情感資本主義》中，深具創意地採用了韓炳哲（Byung-Chul Han）的理論來分析及探討「情感資本主義的情感獨裁」問題，指出近年坊間充斥著諸如情緒管理、正向心理學、生涯規劃等書籍及訓練課程，是因為不少人都

在休戚與共裏看見傷口 給心靈創傷者的10堂靈修神學課（二版）

作者 趙崇明 Andy Chiu
責編 梁冠霆 Lawrence Leung、黃婉婷 Josie Wong
書裝 奇文雲海·設計顧問
出版 **印象文字 InPress Books**
香港火炭坳背灣街26號富騰工業中心10樓1011室
(852) 2687 0331 info@inpress.com.hk <http://www.inpress.com.hk>
InPress Books is part of Logos Ministries (a non-profit & charitable organization)
<http://www.logos.org.hk>

發行 **基道出版社 Logos Publishers**
(852) 2687 0331 info@logos.com.hk <https://www.logos.com.hk>

承印 陽光(彩美)印刷有限公司
出版日期 2021年3月初版
2021年10月二版

產品編號 IB208-2
國際書號 978-962-457-617-7

版權所有·請勿翻印 All Rights Reserved
© 2021 by Logos Ministries Limited
Published & Printed in Hong Kong

刷次	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
年份	30	29	28	27	26	25	24	23	22	21

Logos
BookFinder | 🔍



InPress
Books | 🔍



在荒謬的年代，
別讓生命變得虛無
在患難中，
看見需要被醫治的心靈

“基督在十架上所受的苦，乃表明自己跟受苦者和受傷者同在，也跟他們的受苦經驗認同，並與受苦者於患難中休戚與共，以至跟受苦者成為一體。”

——本書作者

印象
文字

印象文字
vision in press

分類：靈修 / 心靈關懷
Cat. No. IB208-2
ISBN 978-962-457-617-7



9 789624 576177
基道總代理

©2021 by Logos Ministries Limited
All Rights Reserved

HK\$78