

怜悯的建设性怒气（三）怒气的谎言：对自己生气

怒气隐藏的另一个谎言，就是生自己的气。“我生自己的气”，这是人最大的问题。生自己的气，背后隐藏很多心灵的问题，所以我们需要探究为什么有人会生自己的气。

第一，他们达不到某种标准，这个标准可能是错的，譬如说：希望自己的房子好像室内设计杂志中的图画，每一科目都拿 A，讨爱吹毛求疵父母的欢心，有一段好像教科书所讲的安静时间。这个标准可能是对的，譬如：不犯奸淫，不堕胎，不懒惰。无论哪一类的标准，我相信我都应该做得到，可是我失败了。

第二，愤怒需要一个审判官，而他们自己就是那个判断的人。用旧约的隐喻来讲：某事“在我眼中”或“在你的眼中”或“在神的眼中”不蒙喜悦。如果我生自己的气，是谁的眼睛在判断？我自己！所以帮助那些自我憎恨的人去明白神在基督里的饶恕，纵然用心良苦，也难得有结果。因为他们可能“已经相信”神是已经原谅他们凌乱的房子和堕胎之事，但仍不够：“我无法原谅自己。”对他们来说，他们的判断比基督的更重要。

通常，那些“不能原谅自己”的人，是根据自己的眼睛和他人的眼睛来做判断。我希望自己的房子完美无瑕疵，让我自己欢喜，也给我母亲和邻居一个好印象。如果我的房子凌乱，我就厌恶自己，因为我没有做到讨自己和他人的喜悦。

或者，我的标准是正确的（反对堕胎），但是自己扮演审判官，而我这个审判是错的。在我的眼中，我“不能原谅自己”曾经堕胎、或偷窃公款、或做出什么错事；我怎么可能做这样的事？我必须弥补，或者，我必须为这事受苦。从各方面而言，这是十分的自义：我同时是审判官、罪犯和救主，完全不知道基督的义，就是这个使整个新约时代充满喜乐的义。

或者我太留意别人的判断，如果任何人知道我曾经堕胎、或偷窃公款、或做错什么事，我会感到羞耻，他们会轻视我。圣经称这样的态度是：“惧怕人，以社会上人的意见代替敬畏神。”自我憎恨之人的眼睛，通常是圣经所讲的骄傲和惧怕人的合成。

第三，当我设定标准和判断的眼睛，我同时也创造了一个“救主”的定义。为了补救我的失败、赶得上我的（或别人的）标准，我可能努力达到完美，我会加倍做一些好事、善事，例如：努力清理房子，强迫性地参加服事。但这是没有用的，过去

那些不好的记录或错事，仍然玷污我的过去。我尝试自救，凡事力求完美（如果这是可能的），事情就会变好。但是我失败，所以最后还是自我憎恨。

在这样处境中的人，需要别人帮助他重新考虑三点：“标准”“眼睛”和“救主”。他们的误解令他们混乱和不快乐，只有真理才能为他们带来智慧和欢乐。如果你要帮助他们：

首先要找出他们审判自己的标准，是否合神的标准，还是来自其他方面的（譬如妈妈和邻居）。有时，这个标准是准确的；然而很多时候，这些标准却是扭曲了的，必须用真理来向它挑战，并且改变它。

第二，谁的眼睛（谁的认可）最重要？如果我凭自己的标准活着，我是以自己的良心代替神，这是骄傲。如果凭其他人的眼睛（他们的认可）活着，就是以他们的评论代替神，这是惧怕人的表现。凭神的眼晴而活，是智慧的开端。自我憎恨的人如果能醒悟，就是对现实醒悟，他会开始留意到一些从未留意的罪，以及他真正需要饶恕之处。

第三，谁是这一切混乱和痛苦的救主？这个人是否凭自己的力量达到完美？他是否因为自觉失败而自我处罚？耶稣基督可以背负罪疚，叫人完全。祂能饶恕：真正的过犯（奸淫、堕胎、懒惰）、错误的信心和标准、选择不凭神的眼晴（我的、或我父母的，或别人的）而活、追求自义、以自义为救主。

请留意，正如向神生气的问题，错误的分析带来错误的“福音”。生自己的气？原谅自己？对自己生气的人，是不能接受自己的错误、有限以及后果。怒气是灵性的，它显示出我们与神的关系，水平面显示出垂直面关系。一个拒绝神的人，对于邪恶和过犯的错误的反应，就是生神的气或生自己的气。（待续）