

## 7

## Self-Love Vs. Selfishness

自  
爱  
与  
自  
私

在 1968年初,在我和家人离开美国去澳大利亚前,美国整个布道坛上主要强调的是以下几个章节:

我们都如羊走迷,各人偏行己路。

(以赛亚书53章6节)

所有的义都像污秽的衣服。

(以赛亚书64章6节)

没有义人,连一个也没有!

(罗马书3章10节)

因为世人都犯了罪,亏缺了神的荣耀。

(罗马书3章23节)

经文上记载,耶稣说:“虚心的人有福了!因为天国是他们的”(马太福音5章3节)。希腊语对“谦卑”(poor)一词的翻译并不是很少的意思,而是指一无所有。其描述的景象是:一个人认识到自己精神贫困而向上帝伸出了一只空手。我离开美国时,“自尊”(self-esteem)这个词人们已经很熟悉,但当时还不是神学界主要考虑的问题。

然而,1977年下半年我回国的时候,发现国内的宗教气氛中不仅充满了自尊这一概念,而且还包括“自我形象”这个关键词。当时的书籍、讲坛、文章以及海报上到处都在宣称人类面临自我形象问题,并且说,如果我们树立一个良好的自我形象,那么,尽管不是所有的问题都会得到解决,但是大多数问题都将迎刃而解。基督徒父母一直被告之他们所面临的最大挑战就是在孩子面前树立良好的自我形象。

我不会自大到不承认自己也有可能忽略了《圣经》中的一些东西。如果《圣经》中的确就某个主题谈论得很多,那么我当然也就要对此讲道。故我试图深入研究“自尊”这一主题。我发现尽管人们用不同的经文章节来证明人,尤其是基督徒,应该树立一个良好的自我

形象,但是,人们的出发点却都相同,都是从我们一直在研究的一句话开始研究,即“你要爱人如己”(马太福音22章39节),并强调“如己”。

就我所知,没有一个人否认这样一个事实,即耶稣(和其他人)在《马太福音》第22章第39节和引自《利未记》第19章18节的其他章节中暗示了爱己这一思想。但耶稣教导我们的东西正如今天一些人所说吗?“爱己”究竟意味着什么呢?

这一讲主要不是讲“自尊”的。毫无疑问,许多人的个人和宗教生活有问题是因为他们的自我形象很差。这一点在我和一些讲道者最近的一次会谈中特别给予了强调。会谈中,一位朋友谈到,一些基督徒从来不知道自己的乐趣是什么。许多与会者提出他们试图帮助那些因为不喜欢自己,而使自己的婚姻和其他关系受到损害的人。每个星期一的晚上,我会接待一个特殊的群体,这些人离婚后又破镜重圆了。他们中的许多人目前面临的一个问题就是恢复自尊。

关于这个问题,我不可能讲得面面俱到。我只想间接地讨论爱己的含义以及自尊这个主题,因为这与《圣经》文句有关。不管怎样,我希望以下的一些讨论会对那些因没有足够的自尊而受到困扰的人们有所帮助。

我所采用的讨论方法是通过一系列的5组进行对比。在每组对比中,我先讨论经文中爱己不意味着什么,然后再讨论爱己意味着什么。

### 爱己并不意味耶稣提出了第三条诫命

有些人认为耶稣在《马太福音》第22章第37-40节中给了三条诫命,即:(1)爱主;(2)爱人;(3)爱己。但是《圣经》经文中去却强调耶稣只给了两条诫命:“这是诫命中的第一,且是最大的。其次也相仿……这两条诫命是律法和先知一切道理的总纲”。我之所以提出这个问题,是因为一些人好象认为当一个人自我感觉不好的时候,其就会因自己没有遵守上帝的基本信条而感到有罪。因此,一些人便踏上了罪恶的旅程,因为他们的自我感觉好。

### 爱己意味着自爱是自然的

《圣经》经文认为人爱自己是理所当然的,经文

并未告诫人当爱自己。爱己被认为是自明的,不言而喻的。我们大多数人通常关爱自己,上帝让我们在一起就是为此。正如一句英语古谚语所说:“自我保存是第一自然法则。”另一方面,我们生来就不是那种主动爱他人的人。因此,耶稣说我们要爱人如己。

### 爱己并不意味着我们必须自我“感觉好”

《马太福音》第22章第37-40节中用的“爱”这个词是“爱加哺”(agape)(中文通常翻译为“圣爱”或“神爱”——译者注)。大家当还记得我们讨论过的关于圣爱的内容:圣爱不是毫无感情,而是不依赖感情。当我们以圣爱去爱(agapao)我们的敌人时,没有人要求我们要对他们感觉好。当我住在一家汽车旅店写这篇文章时,我的妻子正在看一个关于强奸犯的电视节目。当一位妇女甚至是一位基督徒妇女遭到强奸时,她被告诫要对这个强奸犯“感觉好”,我绝对不相信这一说法。她被告诫要爱这个人,关照他的灵魂,但她不必对这个强奸犯有温暖的感觉。“感觉好”不是圣爱固有的部分。

在对自我感觉好这个意义上,《圣经》中有一个章节专门提到爱己这个话题,那就是《提摩太后书》第3章第1-5节。其中第二节中,“专顾自己”一词来自希腊语“Philia”(爱)和“autos”(自我)的组合。我们当记住:友爱包括温暖的感觉与感情。想一想保罗说的话吧;以下是错误的爱己所导致的结果:

你该知道,末世必有危险的日子来到。因为那时人要专顾自己、贪爱钱财、自夸、狂傲、毁谤、违背父母、忘恩负义、心不圣洁、无亲情、不解怨。好说谗言、不能自约、性情凶暴、不爱良善、卖主卖友、任意妄为、自高自大、爱宴乐、不爱神。

不要误解我。我并不是说基督徒当对自己感觉不好。有时我们对自己感到不满,特别是面对自己的“罪孽”时。这就是“罪”,在主的安排中,罪是为了让我们忏悔自己的罪孽而皈依主,只有这样我们才能因主的仁慈得到宽恕。如果我们从未对自己感到不满,那就说明我们的良心有问题。从另一方面来说,一个基督徒对

自己感觉好是有许多原因的。例如，耶稣的教诲，耶稣的生与死。

耶稣教导说，上帝创造了你们（马太福音19章4节），正如经常强调的，“上帝不说谎”。耶稣又教导说，你比整个世界更有价值，他说：“人若赚得全世界，赔上自己的生命，有什么益处呢？人还能拿什么换生命呢？”（马太福音16章26节）。耶稣诞生了，他离开天国来到这个世界全是为了我们：

你们当以基督耶稣的心为心。他本有神的形象，不以自己与神同等为强夺的；反倒虚己，取了奴仆的形象，成为人的样式；既有人的样子，就自己卑微，存心顺服，以至于死，且死在十字架上。

（腓立比书2章5-8节）

我从未忘记耶稣之死；他爱你，为你而死（约翰福音3章16节）。如果世界上除了你以外没有任何人，耶稣仍旧会为你献身。

我并不是说人不要自我感觉良好，而是说根据《马太福音》第22章第39节耶稣说的话，“对自己感觉好”是勿需考虑的，是自然而然的。

## 爱己意味着人要关爱自己

圣爱之爱的基本意思是为被爱者“寻求最佳”，并关注其需求。在《以弗所书》第5章第28-29节中，保罗对什么是“爱己”的解释有可能是最佳的：“丈夫也应照样爱妻子，如同爱自己的身子；爱妻子便是爱自己了。从来没有人恨恶自己的身子，总是保养顾惜”。“爱己”至少包括三层意思：（1）供给，（2）保护，（3）保存——换句话说，就是关爱需求。

也许在此应该顺便提一下，人除了身体需求以外，也有感情需求。我们需要有安全感：包括对未来的身体安全感和感情安全感（无条件接受）。我们还需要感到自己有价值。为了满足这一要求，我们的生活要有目标，要有发挥自己潜能的机会。既然爱己意味着要关爱自己，满足自己的需求，那么我们试图满足自己的这些感情需求就是合情合理的。但我们要注意的是：如果满足这些需求变成了我们生活中的一个主要目标，那么我们所做的努力就会有违自己的初

衷。正如作家詹姆斯·德布森（James Dobson）所说：“人的感情需求不像人对食物、水、性以及其它生理需求，人需要自尊，人的这一需求，比其他需求更迫切。”<sup>1</sup>

## 爱己并非意味着良好的自我形象至上

当然我不是说自我形象不重要。良好的自我形象可以帮助我们实现生活中的许多追求。想一想那些在大赛前“心理准备充分”的运动员吧。同样，好的自我形象可以帮助我们处理好与他人的人际关系，相反，自我形象差会损坏我们与他人之间的人际关系。人若不会与自己相处，那也就不会与他人和得来。但是也不可否认，不管是在我们的讲座中还是在《圣经》经文的其他章节中，都没有暗示树立良好的自我形象应该成为人生的主要追求。

实际上，当我们通读《圣经》时，发现许多虔诚的信徒也会像今天的人一样“自我形象不好”，尤其是当他们面对自己的罪孽或上帝的恩惠时。例如，我们可以想一想下大卫在《诗篇》第22章第6节所说的话：“我是虫，不是人，”或者约伯在《约伯记》第42章第6节说的话：“我厌恶自己”。然而这些信徒在上帝的恩惠下仍旧过着富足的生活。

## 爱己意味着人自我形象不好但仍可令主喜悦

根据《马太福音》第22章第39节的内容，如果我们（1）爱主，并（2）爱人，那么我们就可以令上帝喜悦。

我们要明白：有人虽然可能自我形象好，但仍然会堕落。《路加福音》第18章记载，耶稣说，有一个法利赛人上殿里去祷告。从他的话里显然可以听出他拥有极好的自我形象；他说：“神啊，我感谢你，我不象别人勒索、不义、奸淫……我一个礼拜禁食两次，凡我所得的，都捐上十分之一”（同上，11、12节）。但是他的祷告上帝没有听见。

[1] J·多布森（James Dobson）著，《隐藏或寻找》（Hide or Seek），新泽西州（Old Tappan市Fleming H. Revell Co.），1979年出版第170页。

从另一方面来说,有人尽管自我形象不好但却仍会得救。约翰提出了这一点:

从此,就知道我们是属真理的,并且我们的心在神面前可以安稳。我们的心若责备我们,神比我们的心大,一切事没有不知道的。亲爱的弟兄啊,我们的心若不责备我们,就可以向神坦然无惧了。

(约翰一书3章19-21节)

约翰描述了两种人。这两种人都是虔诚的基督徒,都接受耶稣为救主,都按照上帝的旨意行事。但是有一种人他的心责备自己,换句话说,即有罪恶感。这也许是由他的成长环境造成的,他永远不相信人应受宽恕。他不知道灵魂得到拯救以后的快乐。但另一种人,他的心不责备自己,他没有罪恶感。结果是这种人对自我基督徒的生活很有信心。很显然,约翰想让我们所有人成为后者。我们应尽最大努力相信上帝的应许,并学会宽恕自己。

人可以像第一种人那样但也可以得救。只要我们是基督徒,全力以赴按照上帝的旨意行事,即使我们的心仍旧自责,但是我们能从这句伟大的真理中得到安慰:“神比我们的心更伟大!”

这两种人可以比作登上飞机的两个人,一个害怕飞行,在整个旅程中显得很紧张。另一个根本就不害怕,充分享受飞行带来的快乐。但是他们都顺利地到达了目的地。

不要误解我的意思。上帝想让我们享受基督徒之旅;他不希望我们对此感到害怕,我们每个人都需要在上帝的面前树立起自己的信念和信心,这样基督徒的生活在我们的有生之年才会变得更加甜美。但是,如果由于个人性情与生长环境的原因,我们没有完全,那么这也不要紧。只要我们不为自己的精神状况担心,不松懈自己的信念,那么我们世俗的自我形象虽然不好,但仍会得救。

## 爱己并不意味着人要以自我 “为主”

我们现在生活在以“自我”为中心的年代。我们先有一种叫《生活》(Life)的杂志,然后出现了《人们》(People)这样的杂志,接着相继出现了名为

《我们》(Us)和《自我》(Self)这两种杂志。如果这一趋势继续发展,最终就会出现一本名为《我》(Me)的杂志。由于杂志的页面由铝铂制成,所以我可以看见我自己。下面这首五行打油诗很好地表达了如今这种以自我为中心的人的态度:

那喀索斯俊男儿,  
得意自己长得美,  
傻瓜一样盯着看  
池塘水中自己脸,  
如今世人同样傻。

当我思索当今这个以自我为中心的问题时,我不禁诧异:我们所听到的关于自尊的说法与其说是对这个时代的反映,倒不如说是对《圣经》明确教悔的反映。

如果《圣经》无所不包,那么其中就提到了过分强调自我的危险。《路加福音》第12章中记载的那个富人只关心自己:

自己心里思想说:“我的出产没有地方收藏,怎么办呢?”又说:“我要这么办:要把仓房拆了,另盖更大的,在那里好收藏我一切的粮食和财物,然后要对我的灵魂说:灵魂哪,你有许多财物积存,可作多年的费用,只管安安逸逸地吃喝快乐吧!”

(同上,17-19节)

上帝却对他说:“无知的人哪!今夜必要你的灵魂;你所预备的要归谁呢?”(同上,20节)。耶稣说:“凡为自己积财,在神面前却不富足的,也是这样”(同上,21节)。

《圣经》从头到尾都在强调罪孽的本质就是自私。

如果你想深入研究自爱与自私之间的关系,我愿向你推荐保罗(Paul Brownback)的书《自爱的危险》(The Danger of Self-Love)。他说:“神学家花了近两千年的时间研究《圣经》,也没有发现像我们现在所讨论的自爱这个教义。”<sup>2</sup>他进一步指出,当代第一位用自爱这些《圣经》中的章节来教导

[2] 保罗·布劳贝克(Paul Brownback)著,《自爱的危险》(The Danger of Self-Love),芝加哥:Moody出版社,于1982年出版,第69页。

人们的作家并不是宗教作家，而是一位叫艾里克·弗洛姆(Erich Fromm)的自我忏悔的人道主义者，他说，自爱是一件具有伟大意义的事。<sup>3</sup>

无论动机如何，人如在精神上以自我“为主”，那就特别危险。

## 爱己意味着人要以自我“为次”

《圣经》经文并没有教导人应该以自我“为主”，而是要人以自我“为次”。正如我们在爱的优先后一讲中所看到的一样，自我排在上帝与他人之后。下一讲我们将明白“人”(neighbor)这个术语实际上是指任何人——这里指每个人是不合适的。由于世界人口在1986年末或1987年初就超过了50亿，故今天世界上的人口已大大超过了当时的这个数字。然而为叙述方便，我们假设世界人口仍为50亿。如果上帝是第一位的，其次是每个人，最后是自我，那么我就排在第50亿以后！无论从哪方面看，自我都是“排在后面”。《圣经》文本没有颂扬自我，倒是可以看出有贬低自我的意思。

《圣经》既不强调自爱，也不教导人们自恨。《圣经》教导的是忘记自我。让我们花些时间来考虑一下下面的章节及其隐含意义：

于是耶稣对门徒说：“若有人要跟从我，就当舍己，背起他的十字架，来跟从我。因为凡要救自己生命的，必丧掉生命；凡为我丧掉生命的，必得着生命。

(马太福音16章24-26节)

那在后的将要在前，在前的将要在后了。

(马太福音20章16节)

凡自高的，必降为卑；自卑的，必升为高。

(马太福音23章12节)

我凭着所赐我的恩，对你们各人说：不要看自己过于所当看的。

(罗马书12章3节)

“无论何人，不要求自己的益处，乃要求别人的益处”。

(哥林多前书10章24节)

爱是不自夸，不张狂，不作害羞的事，不求自己的益处。

(哥林多前书13章4、5节)

耶稣没有说：“我会在高处见你”，而说：“我会在底部见你——因为你学会了侍奉。”自我接受当然好，但更好的是忘记自我——而最好的是牺牲自我。

《圣经》中强调的不是自尊，而是尊重他人。

凡事不可结党，不可贪图虚浮的荣耀；只要存心谦卑，各人看别人比自己强。

(腓立比书2章3节)

敬重那在你们中间劳苦的人……又因他们所作的工，用爱心格外尊重他们。

(帖撒罗尼迦前书5章12、13节)

自尊的感觉很像快乐和满足感；如果人将其中任何一种类似的感觉当作自己的最终追求，那都会令人难以琢磨。然而事实在于，如果我们忘记自我，专心致力于使他人感觉好、快乐或是得到满足，那么随之而来的一个副产品就是——他人的感觉也就变成了我们自己的感觉。

## 爱己并不意味着爱依靠世人的标准

前一段时间我买了一本詹姆斯·多布森 James Dobson 的书《躲藏还是寻找》(Hide or Seek)，该书的副标题为：“如何在你的孩子面前树立自尊”(How to Build Self-Esteem in Your Child)，我喜欢这本书，并把它推荐给每一位为人父母的。该书的主要内容是说，我们许多人今天之所以面临自尊问题是因为我们已经被卷入了尘世的价值体系。作者认为美德就像人类价值的金币，智慧像人类价值的银币，与金钱挂钩的很紧。他说人从其一生下来就被灌输这样的思想，即除非它具备了世人认为有价值的东西，否则人便没有价值。就连童话故事也宣扬这一思想，王子当时会吻睡着的丑女吗？

但是，人的价值并不依靠这些表面的东西。魔鬼已经向人们出售了一张货物清单，人喜欢自己有吸引

[3] 同上，第51页。

力、聪明、受人欢迎、且很成功。但这一切都是过往烟云，转瞬即逝。“这世界和其上的情欲都要过去，惟独遵行神旨意的，是永远常存”（约翰一书2章17节）。

如果我接受世人的价值体系，我就会不仅不喜欢自己，而且不喜欢他人。如果我因为自己不够漂亮，不够聪明或者不够成功而不喜欢自己的话，那我也会因为别人不够吸引人，不聪明或者事业上不成功而不爱他们。不接受世人的价值观的确很难，但是如果我要成为一名真正的爱他人的基督徒，我就必须努力拒绝接受这些肤浅的标准。

### 爱已意味着要真正爱已，就当关注上帝

我们有的人越是努力树立好的自我形象，其所获得的自尊反而越少。人距自己越近，才能越能看清自己的缺点与不足。因此，没有任何理性的东西会使我们相信自己是独一无二的。当伟大的先知以利亚把他的目光从上帝身上移开，仔细地端详自己的时候，他绝望极了：“耶和華啊，求你取我的性命，因为我不胜于我的列祖。……只剩下我一个人，他们还要寻索我的命”（列王纪上19章4节、10节）。我们需要让自己的身心分开，自我省察然后懊悔，改变生活，这总是有价值的（哥林多后书13章5节；7章10节）。从另一方面来讲，过度关注精神就是自我放纵，很少能产生有价值的东西。

《马太福音》第22章第39节记载说，重要的是与上帝保持正确的关系。人如果做到了这一点，上帝就会满足你所需的一切，包括情感需求。正如保罗所强调的：

我的神必照他荣耀的丰富，在基督耶稣里，使你们一切所需用的都充足。

（腓立比书4章19节）

神能照着运行在我们心里的大力，充充足足地成就一切，超过我们所求所想的。但愿他在教会中，并在基督耶稣里，得着荣耀，直到世世代代，永永远远。阿们！

（以弗所书3章20、21节）

我在前面讲过人最基本的身体与情感需求，对基督徒来说，认识到所有这些需求都可以在基督里得到满足是很重要的。如果我们“先求”上帝的国，那么

我们的基本身体需求就会得到满足（马太福音6章33节）。当我们确信上帝与我们在一起时，上帝就会给我们所需的一切时，我们对将来的身体安全需求就会得到满足（马太福音6章34节；腓立比书4章6节）。我们对情感安全的需求、无条件的接受，都可以在基督那里得到满足；上帝的爱是无条件的（罗马书5章8节；8章35节，39节）。只有对生活有目标，我们才会感到生命有价值、有意义，这种需求在上帝这里可以得到满足；上帝给予我们这种生活的目标和将要来到的生活的希望（腓立比书1章21节；以弗所书2章10节）。当我们有机会和能力成长为基督，精神上变得成熟时，那些心理学家所称的“实现自我”的需求或者发挥自己全部潜能的机会就会在基督里得到满足（以弗所书4章15节，歌罗西书1章28节等）。

在德布森关于树立孩子的自尊一书中，在花了很多篇幅给出许多有价值的建议后，他谈到了建立自尊的底线：

为人父母者给孩子最有价值的贡献就是给孩子灌输对上帝的真实信念。有什么还能比知道造物主亲自认识我更能使人获得自我满足呢？上帝视我高于整个世界；他知道我的恐惧与焦虑；在没有他人在乎我时，上帝给予了我无限的爱；他唯一的儿子为我舍命。他将我的负债变成资产，将我的空虚化为充实；美好的生活即将到来，目前的困难与不足将不复存在——人间的痛苦与磨难不过是模糊的记忆！这是“呵护”纤弱的孩子的多么美好的人生哲学啊！这是给那些受生活环境压迫而感到沮丧的青少年带来希望与鼓励的多么富有想象力的预言啊！

这就是含义最为丰富的自尊，它不依靠出身或社会评判，也不依靠对超级神童的崇拜，它靠的是上帝的旨意。<sup>4</sup>

如果出于某种原因你不喜欢自己，我不会因为你千方百计来恢复自尊而责怪你。但人们所提出的大多用于解决自尊不足的办法都不过是心理学上的“邦

[4] 多Dobson, 第169-70页。

迪”——治标不治本。唯一真正的解决办法是与上帝保持紧密关系。我们大部分人需要少关注自己，多关注上帝。

像其它事情一样，我们需要保持平衡。那些已经学会依靠上帝的基督徒既不会说：“我很出色”，也不会说：“我一文不值。”他会说：“我有万能的主——靠着祂，凡事都能做”（腓立比书4章13节）！虽然我有罪，但是不管怎么说上帝爱我。赞美上帝吧！现在我要靠着祂！

## 小 结

你与上帝的关系如何呢？人只有先关照自己的灵魂，才有可能帮他人满足其精神上的需求。“你要谨慎自己和自己的教训，要在这些事上恒心；因为这样行，又能救自己，又能救听你的人”（提摩太前书4章16节）。如果我们能以某种方式帮你建立与上帝的关系，欢迎咨询。

---

## 期待明天

一位父亲答应带8岁的儿子去周末休假。他们将一起去一个非常特别的地方。出发前的那个晚上，男孩来到父亲身边并激动地坐在父亲的腿上。他抬起头，眼睛闪闪发光地说，“爸爸，为明天谢谢你。”

## 最好的朋友

亨利·福特因其汽车生产和雇佣惯例改变了美国的经济生活。他是美国历史上第一个每天付五美元薪水的雇主。一天，一个年轻人来拜访他，这位伟大的工业家看着他的眼睛，然后拿出了一张纸并写下了这样的问题：“谁是你最好的朋友？”然后福特自己回答了这个问题：“你最好的朋友就是能够帮你发掘潜能的人。”

## 爱的三个阶段

“良人属我，我也属他。”（雅歌2章16节）。

“我属我的良人，我的良人也属我。”（雅歌6章3节）

“我属我的良人，他也恋慕我。”（雅歌7章10节）

从中我们看出：

- 1、爱是拥有与被拥有，
- 2、爱是被拥有与拥有
- 3、爱在被拥有中满足，且不再拥有。

=====

Studies of Biblical Literature © 2004 by Truth For Today Publications.