

博愛

心旅

ISSN 1511-0206



9 771511 020009

第119期 2016/12 PP7913/07/2013 (032699)

隐约之间 — 象征符号的意义

象征是心理很活跃的一个功能。它除了原有、传统性和很明显的意义以外，也包含了未知。生活中各种大小、日常或异常的人事物，在其所处的境况或脉络下，都具有无限的象征潜力。象征披戴著所象征的那个物的性质和能力，成为一道桥，将潜意识里面失控的自我以象征性的方式表达出来，进行个人内在与外在的交流。这种体验式的心理，有意识和无意识地出现在我们的梦、神话、童话、沙盘图里等，助人重新去建立和理解无法定义的事件，重整矛盾和对立的局面，使之达致平衡。

“

一个象征所代表的意思是一个人决定赋予它的，可以表达言语不能表达的概念；隐约之间表达了思想的真实。

”



十二月份主题

象征符号与生命之连接

第119期 2016/12

主题论坛

隐隐约约 / 沈金央 3-5

主题观点

路在心里：谈象征符号在哀恸中的连接 / 陈桂真 6-7

游戏治疗系列

我是一条鱼 / 林炳恩 8-9

沙游治疗系列

勇敢的记号 / 翁月燕 10-11

辅导视窗

婚姻，这回事！ / 刘素珊 12-13

散文花束

梦的信息 / 叶子康 14

颜色人生 / 吴荣良 15

圣诞的雪花有爱才会美 / 剑不虚发 16

时事频道

圣诞节，平安的符号 / 陈威汕 17

活动看板

活动简报 / 行政部 整理 18

博爱动态

第八届马来西亚学校教师辅导研讨会

“唤起初衷：从心发出，从心出发” / 赖裘华 20

顾问 / 丹斯里张晓卿 丹斯里郑福成

刘锡通律师 李健安博士

陈友信先生 黄汀湘先生

张和风医师 彭怀真博士

梁燕城博士 叶高芳博士

创办人 / 黄晋亮

出版顾问 / 吴思源 罗乃萱

主编 / 翁月燕

副主编 / 邝慧婷

编委 / 赖裘华 沈金央 陈金蓉 林炳恩

美编 / 陈暹清

出版 /

马来西亚博爱辅导中心

Agape Counselling Centre Malaysia

56, Jalan PJS 1/46,

Taman Petaling Utama,

46150 Petaling Jaya,

Selangor Darul Ehsan.

电话: 603-77854833 (行政线)

603-77810800 / 77855955

(辅导热线)

传真: 603-77854832

电邮: admin@agape.org.my

网页: www.agape.org.my

承印 / 永联印刷有限公司 Vinlin Press Sdn. Bhd.

No.2, Jalan Meranti Permai 1,

Meranti Permai Industrial Park, Batu 15,

Jalan Puchong, 47100 Puchong, Selangor.

一九九五年七月十五日创刊。

本刊中所有文章、插图、相片、未经本刊书面许可，

不得以任何形式转载。文章立论不代表本刊立场。

如有缺页、破损、倒装，请寄回更换。

马来西亚博爱辅导中心

吉隆坡总会

56, Jalan PJS 1/46, Taman Petaling Utama,
46150 Petaling Jaya, Selangor Darul Ehsan.

Tel: 03-77854833 (行政线)

03-77855955 / 77810800 (辅导热线)

Fax: 03-77854832

Website: www.agape.org.my

Facebook: www.facebook.com/agapemal

Email: admin@agape.org.my (行政部)

counselling@agape.org.my (辅导部)

Email Counselling: e_counselling@agape.org.my

Working Hours: 星期二至六 (9am-6pm)

新山分会

02-45, 02-47,

Jalan Masai Jaya 1,

81750 Masai, Johor.

Tel: 07-3579195

Fax: 07-3579198

Email: agape.jb@gmail.com

Facebook: 新山博爱

Working Hours:

星期二至六 (9am-5.30pm)

檳城分会

CO-21-UP,

Kompleks Masyarakat Penyayang,

Jln Utama, 10450 Pulau Pinang.

Tel: 04-2280709/017-4994236

Email: agapepenang@yahoo.com

Facebook: Agape Penang

Working Hours:

星期二至六 (9am-5.30pm)

亚庇分会

Lot 5, 2nd Floor, Block A,

Damai Plaza Phase 4,

88300, Kota Kinabalu, Sabah.

P.O.Box 21503, 88772

Luyang, Sabah.

Tel: 088-252357 (行政线)

088-230357 (辅导线)

Fax: 088-259357

Email: agapekk@gmail.com

Facebook: Agape Kota Kinabalu

Working Hours:

星期二至六 (8am-5pm)

马六甲分会

387-B, Taman Peringgit Jaya, 75400 Melaka.

Tel: 06-2889026 (行政线)

06-2819659 (辅导线)

016-2501127

Fax: 06-2883598

Email: agapemlk@gmail.com

Facebook: 马六甲博爱辅导中心

Agape Counselling Centre (Malacca Branch)

Working Hours:

星期二至六 (9am-5.30pm)

文：沈金央
博爱（总会）
培训主任



隐隐约约

象征（Symbol）这个名词，有人说是影像，也有人说是图像。象征除了原有、传统性和很明显的意义以外，也包含了未知（unknown），有隐藏的意思。Barbara Turner说象征这个字其实是指一样东西代表另一样东西（something represents something else）。象征的意义很广且具有深度，从日常可见的大自然，例如：石头、动物、山河、日月、水火，到人手所造的建筑物、交通工具和其他号码、形状、线条、图纹等，都可以作为象征。象征是心灵活跃的一个功能。曾与荣格同工的亚菲（Aniela Jaffe）说每一样东西都可以有象征性的意义；她认为整个宇宙都是有潜力的象征（Potential Symbol），具有象征的意义。《Dreaming with the wheel》的作者是最早期写到关于象征性的事，他们认为每一样事情都有其象征意义。我们生活在各种感官包围的世界里，嗅、触、味、喜、怒、哀、乐，成为我们探索世界的触须。因此，象征可以代我们表达言语不能表达的概念。

象征性符号是记号学（Semiotics）里面的一个概念。词源是希腊文的symbolon，它同时有好几个意思。记号学有谈到心象和图像、身体语言、声音、脉络或处境（context）。从较广的角度去看，一个象征所代表的意思是一个人决定赋予它的：一个象征被当成媒介用以表达一个意思。人脑用感觉创造出有意义的象征，了解自我。举例说明，人在感受到“痛”的当下，未必马上知道那是痛的感觉，然而，透过文字、概念、仪式、异象、心象、图像（通常出现在画中或沙游），与风俗文化的交汇，形成隐喻（metaphor）的象征，隐隐约约地表达了思想的真实，却不是“痛”的真身。

象征有脉络的意义（Contextual Meaning）；同一个象征被置于不同的脉络和位置上，会产生不同

的意思，引起不同的了解，产生不同的反应。因此，象征被置入的处境和脉络相当重要。例如：黄色和红色在字典里有特定的意义和解释。若将这两个颜色置于华人农历新年当中，则有吉利和讨喜的意义。若是将这两种颜色置于我国政治脉络上，则会令某些人觉得不安和不利。

荣格在心理学的范围内会用“symbol（象征）”这个字，而其他的领域则用“sign（记号）”。荣格认为记号通常只是表达一个意义，且是众所周知的事情；区别了象征和符号的定义。无独有偶，田立克（Paul Tillich）认为记号本身与物的关系是具有传统性的；反之，象征则有超越性和参与感，因为它会披戴所象征的那个物的性质和能力。

有些象征性的东西会过时，不再适合现在的社会使用，譬如希腊象征性的神话故事：狮子代表国王，半人半兽像等。但是，当他人做出具有特定象征性的行动时，它会重新挑起人对这种消失的符号之连接。原先广泛使用于韩国、日本、中国、印度的宗教及善的象征（Swastika），被希特勒使用后，转变为恶的象征，让人联想它与战争和死亡挂钩。若这个符号此时出现在德国，将重燃德国人民对该符号于当年所代表的意义。其他符号诸如香港人的伞也有唤起集体潜意识回忆的能力。

荣格（Carl Jung）认为心象图是心理过程的一个缩影。它是物件与人所谈的内容，在潜意识过程中相互交汇而呈现的讯息。人倾向用原型（archetype）的言语，或象征性的方式表达未知的心理状况。这个反映的方式，就是心象图的内容。个人潜意识的内容为情结，集体潜意识的内容为原型；一看到该物马上就想到的意义很可能就是原型，例如：鸳鸯象征伴侣；笼子象征被关起来；篱笆象征保护和界限等等。我们也看到神话故事中，作者常常用公主、王子和魔女作为角色的主纲。其实，那些角色也是原型 -- 人可以直接知道那个角色原本给人的意义和感觉。



>

若是从深度心理学和游戏治疗的层面看，象征是心理很活跃的一个功能。潜意识深深地影响人的心理。人的外在/表面似乎没有潜意识的痕迹，但是我们在潜意识中所经历和反应的则不容忽视--这有关于一个人的历史、经验、梦，是非理智和非言语的形式。想象一个天平，一边是本我（ego），另一边是自我（self），中间是象征。当我们的心理动力--本我跟自我对立时，人被潜意识和显在意识拉扯著。自我是指心里统一整合个体的一个力量，涵盖人们心里的整个范围，整体的个性，其中还包含

了原始的能量和古老的智慧。创伤的人们在本我和自我失衡时，倾向于使用象征性的能力，透过梦或是心象表现出来，这是潜意识的层面与我们的思想进行交流。换句话说，是内在的自己与外在的自我在交流，这其中的过程是具有象征性的，往往充满隐喻的。荣格认为自我是一种体验式的心理，有意识和无意识地出现在我们的

梦、神话、童话、沙盘图或是整体的象征例如圆形、正方形和交叉等等。象征是心理内外冲突和对立时，作为沟通和联接的桥梁，使之达致平衡。

凯洛格（John Kellogg）说圆形是一个重复出现的图像，模式和形状。圆形的曼陀罗（Mandala）显示整体人格自我的表现。它是一个线索，有其特殊的象征与意义。除了看它的色彩、图案、符号，我们还要看它的核心和焦点，那里会显出个案的挣扎，他与世界的互动和灵性的向度；有助于治疗师认识他的人格。个案画曼陀罗进行心灵的反映，转换潜能和进行创伤经验的补偿。通过象征性符号的表

达，一个人学习去重整里面矛盾和对立的局面，解决所面对的问题。

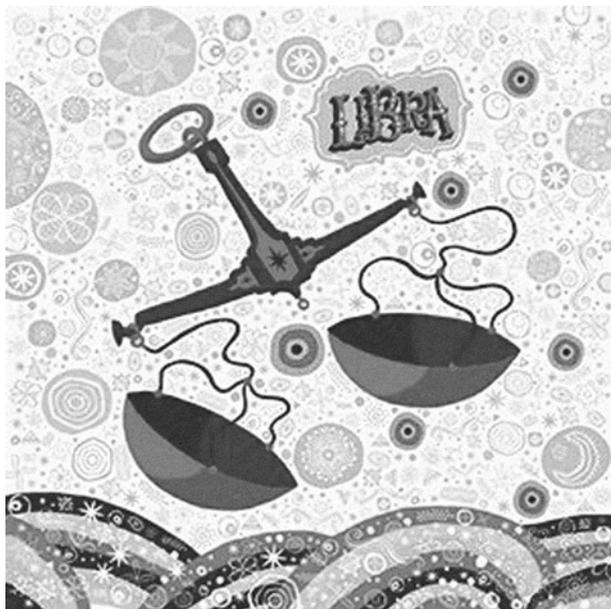
加德纳（Howard Gardner）认为创造力有自发、自我表现、想象力，这都是人类的潜能，扩散我们的思考和敏捷力。他觉得人有两种创造力：一个是创造力，一个是小创造力。大创造力是有关社会、宗教、文明的贡献；而小创造力是个人的满足感。大创造力与荣格所提到的集体潜意识、原形的概念相近；而小创造力则关于个人本人的层面。论及于此，象征意义其实也关乎人的文化和个体的独特

性。我们须要谨慎，勿用普通的标准去诠释象征性意义。

仪式也是象征的一种。祭典（例如葬礼）所传达的象征性不是个人性质，而是集体潜意识的；换言之，那是群体性的公开经验，而非属于个体性的经验。泰国国王的去世，泰民集体哀悼，身穿黑色衣服，痛哭流泪，通过葬礼，具体并公开地表达对国王的爱和尊敬；这象征著君王在这些子民当中的崇高地位。民间

流传有关国王爱子民的故事，展现泰民群体性地传达那些真实和具象征性的故事，引起了全民共同且具体的反应，以及群体性的公开经验。

在礼仪的形式中，神圣象征在人们心中所引发的情绪和动力，为人们所陈述有关存在的道理之概念。因为，象征也包括了心灵的层面；一旦涉及到心灵的层面，象征也许就不能够表达完全相同的意义了。宗教言语的象征性有其创意，却有如双刃的利剑，即揭示实在，又揭示心灵；所以同一种宗教符号在不同人的心中也就有了差异。



“ 象征性符号是道桥，将潜意识里面失控的自我以象征性的方式表达出来，偶尔是极端的，偶尔是超越理性的，促进内在的自己与外在的自我交流。 ”

在适当的空间，无论是透过画、沙游或任何表达性和创造性的过程，象征才会出来。象征助人重新去建立和理解无法定义的事件。有一位对婚姻彻底失望的太太，在沙箱中放了一对背向彼此的男女；男的倒在地上，女的背对著他，不看他。栏杆外面，则有一对紧紧拥抱的猴子。经过几次的治疗过程，观察到她第一次的沙箱象征性地表达他对伴侣彻底地失望，虽得不到爱的滋润，仍向往著自由自在且很亲密的夫妻生活。栏杆里象征著他们当前婚姻被困的图像，栏杆外则象征著他们向往的生活。这对夫妻的背景很不同，性格也不同，年龄有颇大的差异，所以在生活协调的方面出了状况。治疗师需要先跟夫妻建立一个信任的关系，然后透过象征性符号表达，处理情绪过后，个案才能跟我们谈到真正的问题。治疗师不直接翻译个案的故事和图像，避免触碰象征性的物件和迷你奇，先听个案的叙述，让他们说出自己的故事，从中陪伴他们经过这个过程。因为，真正象征性的东西之所以被引用是因为它本来是不容易用言语表达的。

个案经过多次的沙游治疗或象征性符号工作，通常会重复性地选择某一相同的物件象征自己。很多人当下并不知道为何，也没有想法。经过了一段时间后，他们终究会了解那物件是自己的一个核心象征，知道和体悟它与自己的关联。今天的人也会找一些游戏角色作为代表性的象征。严重创伤的个案有时会找一些象征性的符号来代表最美最稳定的情景，那其实是象征著他们最需要和渴望的情景。象征性符号是道桥，将潜意识里面失控的自我以象征

性的方式表达出来，偶尔是极端的，偶尔是超越理性的，促进内在的自己与外在的自我交流。里外不一致或经历过度创伤的个案，很需要用表达性的方式去进行这个整合的过程。

在治疗过程中的仪式，个案可以表达非言语的讯息，连结心理和潜意识的影像，帮助他转变，面对冲突和危机。在处理生离死别的案例时，个案能以象征性的过程表达遗憾、控诉，达到与逝者/他人修复关系，平衡自我内在的矛盾和挣扎，处理两者之间的未竟事务（unfinished business）。换句话说，个案透过象征性符号的含义处理生与死的议题。偶尔在仪式中出现围著圈移动的行为，这是反映出他们的精神状态；通过这个绕圆圈的仪式，探讨时间、生死和人生的课题，和解和包容。治疗性的仪式其实是将情绪、心理、灵性，以及我们与世界和宇宙的关系，具体地表达出来。某些仪式有戴面具，那也是在表达他们的心情和心理状态。从治疗关系和象征性作品之制作的角度，个案可以经历疗伤的过程。皮尔生（Mark Pearson）认为治疗师须协助案主发觉自制之艺术品所投射的影象和象征所带来的意义，尝试在案主的诠释上构想出反射性的自我探索问题，避免加入治疗师个人的诠释。

很快的，我们就要庆祝白色圣诞了！再多一个月就迎来充满红色氛围的农历新年。趁著佳节的临近，我们可以多加思索这些节庆所拥有的象征，例如圣诞节的十字架、马槽、星星；以及农历新年的大红灯笼和黄梨等，探讨它们与我们生活的关系，联结其中关乎永恒生命的意义。

路在心里：

谈象征符号在哀恸中的连接

象征符号的呈现，就好像是人类灵魂和内在世界的地图，教导内在心灵能量的连接和开发。人的心灵深处都有个共同的语言，那就是原型，亦是象征符号。每个流著共同血液的灵魂会共同享有共存的原型，那里是光，也是人类的魂。在无意识里，每个符号代表著不同的能量和原型；每个原型拥有它的能量与意义。原型的开启就有如开发人类各种潜能和步入人类共享的资源。

象征符号的意义与生命的连接

象征符号与生命有著重要的关系，因为它就是原型的连接与重生。一个人必须先让象征符号呈现在生命里，动工与连接，才能够拥有平稳的情绪、平衡的性格与里外一致的身子。藉此，才能达到身心灵的一致，让本我自由地呈现，不需要戴著不同的面具来见人。本我的疆界无穷尽；在那无所不有，满满是意想不到的惊喜，如同宇宙般包罗万象。

心理的建设应该是这样的顺序：先容许黑暗的人格与情绪呈现，处理与面对自己的不理想和不完美，而达到整合的一个阶段。整合后的人生才能活出本我或真我，拥有丰盛和圆满的内在世界。当一个人处于此状况时，自我（Ego）才能健

全，不刻意，不做无谓的追求和动作。

整合与开发

中华民族早期的普遍象征符号阴阳就是整合最好的例子。白的相对是黑，然而在白的一端是一颗不显眼的黑；在黑的一边有一点白，特别耀眼。这就是早期的心理治疗所强调的：虽对立但不相对，虽差异但不相争。在荣格的心理学学说里，所需要整合的是刚阳的男性能量（Animus）和温柔的女性能量（Anima）。每一个女性的内心深处，有的是一颗如钢铁般坚固的核心，那是一个整合的自己。

然而，在整合的过程中，面对自己的黑暗和不完美是必经之道。因为不理想的自己和阴影往往被压抑到那不容易受伤的地段，就是无意识。换言之，面对冲突之后，本我的呈现，就在整合。

试问整合后的人生会是怎样的人生呢？常听人说：

“如果可以让我重来一次，该多么的好！”但人生往往不如人愿！如果让某人重活一次，可能还会有同样的潦倒、不知所措；过往就曾遇见结婚三次的人还是要再离婚！除非那人愿意面对自己的黑暗，洗涤自己的伤口。当伤口复原，人生整合时，也代表著有更多更美好的原型--平衡的象征符号。





文：陈桂真
注册与执证辅导员/马大教育
(主修辅导) 博士

梦里的象征符号之联系

荣格分析里最标青的是从追梦和画画中探讨内在的光彩和黑暗，以求把黑暗的力量转为和平和强大的力量。梦里的象征符号，往往让哀恸得以治疗和解决。哀恸里最主要的工作是思念和怀念。哀恸的梦，多是重温和旧地重游的画面。梦里的一切都栩栩如生，如梦如幻，但却又那么的真实。这是哀伤最初的反应--难以接受。难以接受的背后常会有内疚和后悔的心情。梦的画面可能出现一些不可思议或不可原谅的事故。梦里的一一点一滴，会是已逝者留给身边的人最美的符号；虽是短暂，却也是永恒。梦见逝去的人重返是哀伤处理的一个了结；活著的人不再依依不舍，知道必须接纳和放下。哀恸的梦完成了追思者的思念和情结。

个人的经验：沙箱中的哀恸与符号

我年幼丧父时，常梦到爸爸带著满身的黄泥回来！后来我明白了，泥就是大地，也是大地之母最原始的滋养；连接了这象征符号就连接了最原始的自己。

某次沙箱治疗，我一边哭，一边动沙；有沙的地方就有泪的痕迹，泪和沙好像是一体的。沙粒混合了眼泪，成了沙丘。我不停地流泪，沙丘就不停地被筑起。那时，沙粒不再只是沙粒，它被筑成最坚固的纪念碑和墓。这让我想起敦煌鸣沙山的沙土，那么的实，也那么的松。泪和沙混合下筑成的沙丘应该是强壮自我，以待重新出发最好的过程。

流泪的当儿，耶稣的画像浮现脑海。祂为了救赎我们，让我们拥有更丰盛的生命而被钉死在十字架上。当我们拥有了永生的盼望就可以更坦然地面对死亡。当一个人能够了结内在的哀伤，人生能更为一致，不必与真我分隔，活著也不必戴著累人的面具。

历史会重演，哀伤也会重来。重新体验不愉快的过往，不会是一件不幸的遭遇。不然，重来的哀伤，就如不可思议的重逢，总是那么的措手不及！

集体无意识的哀恸象征符号

荣格学说提到，无意识包含了集体无意识和个人无意识。无意识的符号就好像冰山，浮在水面的只是个人意识，更巨大的面积都在底下-那是个人的无意识，而海洋就是我们的集体无意识。当我明白这理论时，我开始不再害怕哀伤，也不会责怪悲伤总是那么痛和那么长。因为，我今天所承受的是人类古今中外都会经验的人生经验。

在游柬埔寨时，留下最深刻的印象是Killing Fields。去到当日遗留下来的旧址，听著讲解和看著眼前的那片荒墟，心里为那惨无人道、残忍的历史事迹呐喊。今日，那里留下多座存放先人仙骨的宝塔，收集了当年挖掘到的残遗骨头。宝塔装载著每一位正义牺牲者的头颅，也代表著每一位灵魂的尊严。这些符号不单让我们感受到切肤之痛，更是痛到了灵魂深处。这座塔不只是连接了骨里的执著和奋斗，也连接了每个人对当年执政者不文明的抗议做法。

911事件后，我到过美国，那时，那里还是平地一片，如今已筑成了Ground 0。这个符号令人想起当年牺牲的人们，包括为救人而舍己的救火员，连接到那些在生离死别后继续生存的人们。这里不留什么，却留下每个人对和平不止息的奋斗。流下的泪水，在刻著每位逝世者的名碑下，就如永远的河流，洗涤著，也滋养著每一个走过的人。

结语

心灵深处需要的是一个安全的空间，以处理意识里不能面对的冲击与不舒适。与象征符号连接，让自我得以面对内在的黑暗，把无意识的情结以舒适的方式带到意识层面里。

连接象征符号就是原形的连接。在那是人类共享资源与财富。启动了人之原型，就是启发了人类的所有可能与无止尽的能量。连接象征符号也是治疗的开始。每一个符号，都象征著原型的存在意义，人心灵深处的语言与回响！

诚然，我们被造都有神的形象（We are created in the images of God）。每个人都得以完整、美好、直到生命停止时。

我是一只鱼

游戏是一种想象力的活动，也是记忆的集中和内在经验的过程。孩子们在生活中许多的欲望和冲动可以透过想象和象征符号的运用，藉著游戏这个有效的沟通管道来表达自己的想法。这些想象和象征符号的运用，不论是来自于意识或潜意识的层面，都不是出于巧合，而是关乎孩子所经历的事物和环境背景。他们可以藉著一只动物、一棵树、一辆车、一个建筑、一个标记甚至是一粒石头，来解释存在于现实中的环境。许多父母对于孩子所选择玩的玩具，都很好奇那些玩具有何代表或意义，不少父母会问治疗师：“我的孩子玩这些是代表什么呢？”这个问题，相信只有当事人才能给予解释；不过，有些孩子也无法解释其因，因为，对他们而言，玩具和游戏就是一种表达和探索自己内心世界的工具与过程。事实上，孩子在游戏中选择什么玩具并不是重点，重要的是他们怎么玩（过程）。



精神分析心理学家弗洛伊德（Sigmund Freud）认为，当人将压抑在潜意识或无法被接受的欲望，转换成社会所能允许的建设性活动，这称为升华作用（Sublimation）。升华作用是其中一种自我防卫机制，允许人们将内心对人或事所产生的情绪，通过比较迂回曲折、被社会所认可的方式释放出来。换言之，升华就是将那些冲动或欲望，引导至比较崇高的面向，透过有利于社会 and 自我的形式表现出来，让无意识的欲望即时得到满足，且较不会引起内心的焦虑与紧张。

从游戏治疗的过程中，就能够看到孩子的升华作用。孩子将对人或事所产生的情绪，转移对象至物品或其他游戏活动，藉此寻求宣泄内在情绪的出口。孩子在安全的空间里表达自己的感受和为行为，让他把内心的纠缠和冲突借著游戏向外界投射或转移而达到净化的功能。好比说，孩子在学校和同学

相处不愉快。在治疗中，他选择了一些玩具代表自己和同学，重新演绎相处的过程或事发经过，来发泄自己的情绪。孩子宣泄后，会重新得到能力去恢复自己内心的朝气和情绪。夏雨的心路历程，正好能够让我们更了解游戏中的象征符号。

夏雨（代名），今年9岁。家中有三兄妹，他排行第二。虽然父母都有工作，却不因此而减少陪伴孩子的时间。自从上了小学，夏雨每天的生活都很规律，活动范围就在学校、安亲班、购物商场、兴趣班或家里。他因为在学校多次情绪爆发而被转介到辅导中心。夏雨的话不多，玩游戏时偶尔会发出一些音效。他透过游戏来表达自己的生活与内心世界，藉著故事的流程来整合他的内心世界。夏雨的游戏模式大同小异；每次来到游戏室，他总是风雨不改地选择鱼类，把它们放进沙箱，让它们在里面游来游去，彼此间有咬来咬去的行为，一直到游戏时间结束前的五分钟。那时，他会开始加入另一些类别的玩具，诸如：兵士、蛇、恐龙、飞机、坦克、船等。

有一次，夏雨邀请治疗师坐在他的旁边，看他玩游戏。以下是他对自己内心世界的表白：‘我是一只活在海里的鱼。我的生活就是每天游来游去，也常常和其他的鱼咬来咬去。日复一日，年复一年，这样一直重复的日子，我受够了。我的日子仿佛像一个很努力在漩涡中爬出来的兵士，差点要爬出去的时候，就有一条蛇把我给拉下来；爬出来，被恐龙咬下去；爬出来，被天上的鸟给啄下来……，就算我出动了直升机、坦克、战船来救我，但最后总有东西把我给拉进漩涡里。最终，我还是回到原点。我努力、挣扎、生气、难过、无奈、无助……。虽然经历了这一切，但至少我还活著。而花，就是我的记号。’然后，夏雨用很快的速度把沙箱所有的东西搬出来，将一束花插在沙箱里，坐在原处看著那束花。离开治疗室前，夏雨对沙箱里



文：林泮恩
博爱（总会）治疗师/
拉曼大学心理学学士

的花依依不舍，目不转睛地看著仍插在沙箱里的花朵。他深呼吸数下，然后才出去。在那一刻，治疗师看见了，也深深地感受到夏雨的突破与释怀。那次之后的游戏治疗，他不再是那个选择从鱼类开始玩游戏的夏雨了。他开始探索之前不曾玩过的玩具；这意味著新的旅程，全新的开始。

父母协商时表示夏雨的情绪有很大的转变，且开始会跟父母表达自己的感受。除了在学校的情绪稳定了许多，和同学之间的互动开始多了，就连以往常常和兄妹吵架的情况也减少了。夏雨的父母也愿意学习在情感上回应孩子，大大地促成了孩子的转变。

的确，在游戏治疗中，孩子能够选择属于他们的象征符号来表达他们的现实与内心世界。即使在现实生活中有许多无法控制的情况，且不被允许用自己想要的方法抒发（例如：发脾气、情绪失控、攻击他人等）但，孩子藉著游戏的功能，透过升华作用，用物件代替了自己和他人，在安全和许可的范围内，表达了真正的感受和行爲。表面上，那场互咬的游戏玩得很尽兴，玩得很快乐；事实上，孩子把实况带入游戏中，用他们的创意重新演绎了一次，且用了社会可以接纳的建设性方式抒发了早前所压抑的欲望和冲动。不但如此，孩子们在游戏过程中会找到控制感，探索对他们重要的课题，走他们自己所选择的路，用他们想玩的方式玩。这样的控制感，仿佛是他们生命里的一股活泉，一股内在的能力推动孩子继续往前走，感受到自己的存在。

游戏治疗多知一点

查理斯·史基福博士说，‘游戏不仅能促进正常儿童的发展，也会改善偏差行为。’史基福列出游戏历程中的治疗因素如：克服抗拒、沟通、支配、创造性的思考、宣泄、发泄、角色扮演、幻想、比喻的教导、强化关系、欢乐、掌控蔓延的恐惧。



马来西亚博爱辅导中心

《博爱心旅》双月刊索取表格

亲爱的朋友们：

为了能惠及更多的朋友，经委员会开会讨论决定后，本刊将从2014年1月1日起，以免费索取方式定期邮寄一份《博爱心旅》双月刊至有兴趣者。

如您欲增订本刊数量，价格为一年六期共RM 24.00。

由于本刊去年开销费用约RM21,687.20，不敷RM16,412.70，本中心恳请社会热心人士，主内弟兄姐妹鼎力支持赞助本刊制作费。

有兴趣赞助本刊制作费或定期收到本刊的朋友，请将以下表格填妥资料后，再寄至本中心。

谢谢。祝阅读愉快！

黄福兴

马来西亚博爱辅导中心委员会主席 敬启

<回条>

《博爱心旅》双月刊索取表格

- 请停止寄《博爱心旅》双月刊给我。谢谢。
 - 请定期寄每期一份《博爱心旅》双月刊给本人 / 学校 / 社团 / 教会。
 - 请额外再寄 _____份《博爱心旅》双月刊给本人 / 学校 / 社团 / 教会。
(1年6期，邮费共RM 24。)
(1年X _____份 X RM 24 = RM _____)
 - 我愿意乐捐RM _____ 以赞助《博爱心旅》双月刊的制作费。
- 支票 / 汇票列号：_____，敬请查收并早日惠下收据。

个人 / 教会 / 学校 / 公司 / 团体 / 机构 资料：

() 新订户 () 旧订户

姓名：(中) _____ (英) _____

性别：_____

电话：(O/H) _____ (HP) _____

传真：_____

电邮：_____

地址：_____

乐捐方式（避免遗失，请勿寄现金）

- 现金：请直接交来本中心办公室。
 - 支票/汇票（Wang Pos）台头请写
AGAPE COUNSELLING CENTRE MALAYSIA
 - 直接将捐款汇入 MAYBANK 014235-110919，再将Bank-in-slip及表格，传真至03-7785 4832、电邮至agapemal@yahoo.com或邮寄至56, Jalan PJS 1/46, Taman Petaling Utama, 46150 Petaling Jaya, Selangor.
- ……<供博爱办事处用（请勿填写）>……

日期	收据编号	期数	备注



马来西亚博爱辅导中心 乐捐表格



我愿意支持博爱事工，现附上：

- 现金
 - 支票/汇票，列号：_____
 - 银行存入收据
- 敬请查收，并惠下正式收据。

支持项目（请於适当 内加 ）

- 经常费 RM _____
- 同工薪金 RM _____
- 博爱硬体设备 RM _____
- 其他：_____（请注明） RM _____
- 总数 共 RM _____

捐款者资料：

姓名：（中）_____

（英）_____

电话：（O/H）_____

（HP）_____

传真：_____

电邮：_____

地址：_____

**凡捐献马来西亚博爱辅导中心的款额，
将可享有所得税回扣**

付款方式：（未免遗失，请勿寄现金）

现金：请直接交来本中心办公室。

银行过户：

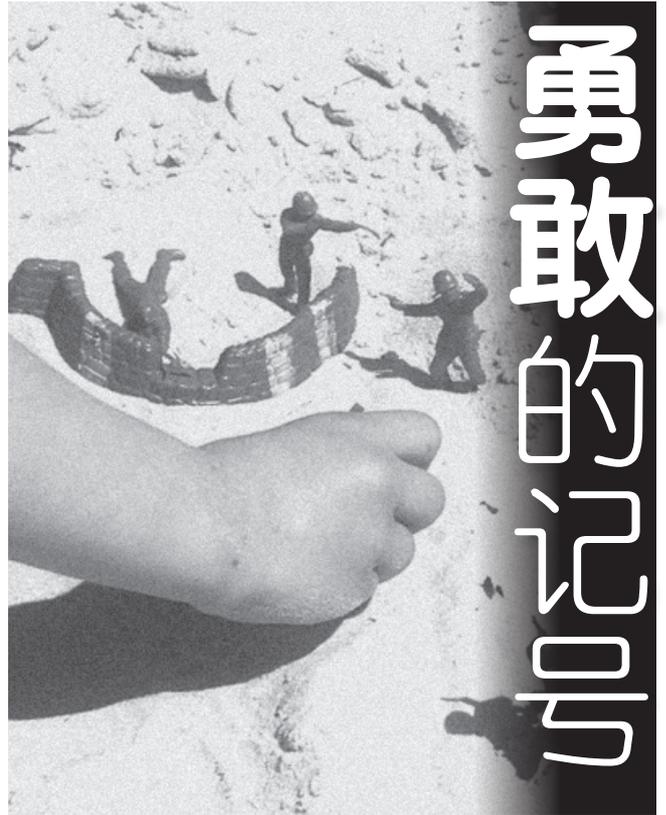
请存入 Maybank 014235-110919，
并将银行存入收据传真至 03-7785 4832。

银行支票/邮政汇票：

台头请写 Agape Counselling Centre Malaysia，
并寄至本中心。

56B, Jalan PJS 1/46, Taman Petaling Utama,
46150 Petaling Jaya, Selangor.

沙游治疗系列



在我们的生活里，象征无处不在，是我们自然地表现人、物或概念等复杂事物的意象和传达信息的媒介。一般上，人们主要是透过说话、书写、图像与手势等不同系统的符号形式，传达讯息与沟通交流。因此，人们经常有意识地用这些符号描绘身边的物体，以及人们的行为举止与思想概念的真实性。例如：人们运用符号制作路标、设计广告、编写课本等，这都是为了能更简洁清晰地传达各种讯息。然而，在人的内心世界里，有一些感受是人不愿意直接表达出来的，有些部分甚至连自己也无法清楚知道。这时，象征是一个重要的媒介，让人可以触摸自己那不能言语或轻易表达出来的内在领域，给自身心理与精神上更深层次的直觉反应与了解。

如今，人所面临的挑战不单单是须要面对各种问题的冲击。有许多人处在困惑中却仍摸不清自己所处的境况，且无法以言语表达自己的内心世界，更勿论找到想法去面对。这都是超越单凭言语和文字所能去到的境界，因此，需要更安全的方式介入，好让人可以在最自然的空间里自我探索与发现。

沙箱游戏治疗是一种非语言和深具创意的治疗模式。案主在沙箱中摆放小物件，呈现自己的内在世界、潜意识、回忆等经验。象征在沙箱游戏治疗中是非常重要的层面，个案可以透过象征的功能进入心灵的无意识层面，加上治疗师在当中的引导，



文：翁月燕
博爱（总会）辅导部主任/
注册与执证辅导员

成为个案的意识与潜意识之间，内在与外在世界之间，显见与隐匿之间的那道桥梁。

在沙箱游戏治疗中，任何一件沙具，都能够表现某种象征性的意义，治疗师基本上不会对案主做出自己的诠释，案主可以自由地探索其中对个人的含义。每一个沙景也都有其主题，这主题可以是显明的或是隐匿的，主题本身可能是一个事件，而一个主题之内可能还有次级事件、经历、故事等。沙箱其实是将现实的静态世界对心理动态事件的一种呈现，当中的流露包括内在的渴望、挣扎、矛盾、保护、期待等。我们可以将对事件象征意义的理解及对其他象征意义的认识结合起来，从而全面、整体、准确地作出评价，帮助案主对自己的内在世界有更深入的了解与发现。

个案探讨

个案背景

13岁的他，在多数人眼中一直都是一个乖孩子。他来自单亲家庭，自4岁那年父母离异后，就跟随父亲，由公公婆婆照顾。在没有母亲关爱的成长中，他一直表现得懂事乖巧，不让亲人担忧。进入中学后，他开始出现偏差行为，说谎、逃学、不交功课等，让父亲深感不解，继而带他来接受沙箱游戏治疗。

沙游过程

首次见他来到沙游室，外表斯文有礼，乖巧温顺。他非常用心地选择小物件并摆设沙景，没有抗拒的迹象。他做的第一个沙景是许多兵士在打战的情景。过程中，他不多话，安静地在干沙箱里做他想做的。第二次的沙游治疗，他同样做了一个打战的沙景，不同的是这次的战争是各类动物的战争。接著，第三次的疗程，沙景依然呈现打战的画面，差异在于这是兵士与动物之间的征战。这类似打战的画面一直都出现在他前几次的沙景中，成为他主要的主题。虽然画面是一场战争，但他都是做和平之子，最终是以和平为依归。他说：“我要做个勇敢的精兵。”直到第八个疗程，他完成沙景后，随意地在纸上画了一棵树。眼看，这是一棵茂盛又坚固的树。这是他在疗程里第一次突破性的呈现。

战争的象征

战争与和平是人类永恒的主题，而人的历史也正是在战争-和平-战争，这么一个反复的过程中发展著。战争意味著冲突、对立，有了战争就有苦难、伤害、丧失和死亡，因而人们对战争总是抱著谴责、排斥、逃避或是失望、愤怒、反抗等消极的态度，这些是战争消极的象征。然而，战争、冲突又意味著发展、成长、变化和转变，象征著罪恶的毁灭；和平、公正、和睦、秩序的恢复。和平是战争的对立面，和平所传达的意思是安定、平静、祥和、安稳，这是人们所向往的。战争的最终解决方式并非一定是一方胜利，也可以是双方的和解。

沙景的意义

沙箱里所呈现的战争事件，可能反映出案主意识和无意识之间所经历的心理冲突。战争场面的本质是案主主要将被压抑的情感释放出来的努力过程。每一次的沙景摆设都可能是案主在整理自己内心深处无法言语的无奈、挣扎、矛盾、痛苦等复杂感受的旅程。这也是他在自我调适的过程，透过那安全的空间，自由的感觉，接纳的关系，连接于自己最深的内在部分，将情感流露，释放那不想存留的情绪，保存心里最珍贵的部分，让平静滋润自己的心。这是一个挑战的旅程，也是象征他勇敢的记号。疗程里的那一棵树，仿佛象征他人生转变的生命力状态。

成长之旅

经过了多次的疗程后，父亲透露他的学习态度不再一样。更重要的是，他的心更为敞开，开始懂得与亲人分享所面对的难处。如此一来，他变得比较多话，也显得比较开朗。父亲表态说，孩子好像真的长大了！

总结

无可否认，我们生命中会有许多挣扎与矛盾的部分，常常不为人知，习惯地压抑心底。当一个孩子长久以来表现乖巧，努力地压抑自己，久而久之，他不能自己，这是真实的。当外在的乖巧无法抵挡内在的抗议时，偏差行为只是一个讯号，反映出内心的苦楚。这时候，诚实地面面对内在的这场征战是重要的过程。生命，最难打的战，莫过于看不见的内在之战。然而，当我们找回那勇敢的心去正视并面对它时，生命成长就在眼前。愿那勇敢的记号在你我的生命里长存！

沙游治疗多知一点

象征在沙游治疗中占相当重要的地位，懂得它会引导我们进入个案内在的心灵世界。如Kay Bradway所说：“沙游治疗的非语言技术主要是仰赖图像而非语文，它带领案主回到发展的早期，也就是以视觉图像为主导而非以口语之理解的时期。”正因为如此，个案口语前早期的创伤，可藉由沙游来处理与抚平。

婚姻，这回事！

有人说：“婚姻如茶般越久越浓，如酒般越陈越醇。”婚姻的意义就在于男女双方皆有共同建立家庭的决心，愿意为这个家付出、照顾和关怀对方，并在婚姻生活里看到丈夫或妻子的责任，让爱如溪水般长流。

婚姻生活里不单有爱情构成的甜蜜元素，还有许多生活里现实的问题必须共同面对。普遍上，夫妻会遇到诸如沟通、性生活协调、婆媳、家务事分配、金钱管理、孩子教养和外遇危机等种种非常挑战的问题。夫妻在婚姻里会倾向于采用自己原本的生活习惯和价值观来期待对方。当我们期待著对方在家庭的事情上“应该知道”怎样处理，却同时发现这个期待有落差，往往会引发争执。

个案探讨

第一次辅导疗程

艾琳与杰生是一对年轻夫妇，爱情长跑十年，结婚两年。艾琳是一名服装设计设计师，杰生则是一名工程师。两人因工作时间不同，婚后甚少沟通。两个月前，丈夫对艾琳说自己对某女生有好感，目前还没有进一步发展。他接著表示自己和艾琳在一起像是亲人的感觉，让艾琳感到沮丧。

第一次在辅导室约见艾琳，艾琳的疑问是：‘倘若这段婚姻没有了爱情作为基石，是否还需要走下去？’艾琳表示在城市的的生活相当忙碌，工作需要常常出差。丈夫的性格比较孩子气，数月前，他们为了装修屋子的事情产生了许多矛盾，继而争吵。在争吵时，她会常常数落他的不是；相信从那时起，感情就出现问题。加上两人不良的沟通，丈夫的情感出现了破口，且开始对某女生产生暧昧之

情。在辅导过程中，艾琳先学习自我察觉。

她根据美国心理学家斯滕伯格(Sternberg)的爱情模型探讨自己和丈夫的关系正处于何种形式。斯滕伯格认为爱情是由三个基本成分组成：亲密、激情和承诺。亲密是指在爱情中所感受的温暖体验；激情是爱情中的性欲成分；而承诺是指维持关系的决定期。根据亲密、激情和承诺各占的比率差别，形成了7种模式的爱情：

- (I) 喜欢式爱情：只有激情，没有亲密和承诺；
- (II) 迷恋式爱情：只有亲密，没有激情和承诺；
- (III) 空洞式爱情：只有承诺，没有激情与亲密；
- (IV) 浪漫式爱情：有激情和亲密，没有承诺；
- (V) 伴侣式爱情：有亲密和承诺，没有激情；
- (VI) 愚蠢式爱情：有激情和承诺，没有亲密；
- (VII) 完美式爱情：激情、亲密、承诺完美结合。

艾琳认为她和丈夫于婚前是浪漫式的爱情，丈夫爱慕她，是关系的强心剂。随后，辅导

员引领艾琳去探索关系的变化，特别在婚后的这两年内，爱情如何失去色彩。从工作的课题，例如工作时间的差异、工作性质需要时常出差，以及婚后共处的磨合过程，例如调适两人性格和习惯的差异性、角色功能以及沟通方式等，直到近期装修和暧昧的事情……，艾琳尝试去感受其中的变化，以及对婚姻可能带来的危机。另外，辅导员也邀请她带丈夫一同前来进行下一次辅导。

第二次辅导疗程

杰生应邀出席，和艾琳一同探讨婚姻的课题，进一步认识彼此对婚姻的期待，以及连结目前的状





文：刘素珊
博爱（总会）
注册与执证辅导员

“ 在婚姻里除了激情和亲密，还需要有承诺。夫妻在婚姻中学习危机处理并在磨练中一同成长，婚姻关系才显得更加坚固。 ”

态。艾琳表示自己期待完美式的爱情，不过，丈夫孩子气的性格，让她没有安全感，不禁动摇了对婚姻生活的期待。杰生认为婚前婚后都是浪漫式的爱情，觉得没有须要做出任何改变。因此，面对艾琳突如其来的指责和被数落的不是皆感到不知所措，不懂该如何应对。

艾琳表示丈夫觉得他们目前的相处就像是亲人般，让她感到伤心、失望。当丈夫说自己对另一位女生有好感，更是让艾琳觉得难受。面对孩子气的丈夫，她觉得不踏实，事事操心，两人要做的决定难以达到共识。事实上，丈夫由始至终都渴望著浪漫式的爱情，没有想过须要增加承诺的部分，一直都是保持充满激情和亲密的关系。加上两人缺乏良好的沟通技巧与有品质的时间，婚姻的期望因此出现了分歧，无法同步前进。丈夫承受著太太因失落而产生的怒气，摩擦磨去了原有的浪漫和激情，而他在别的女生身上感受到了这熟悉的感觉，选择了不健康的情绪出口，所以才引发这次的婚姻危机。

丈夫仍是渴望著与太太之间浪漫爱情的发展，想要找回那失落的激情和亲密感。同时，他也理解太太对婚姻的期待以及自己需要做出的调整。杰生把心里最真实的感受告诉太太，邀请她回想十年的爱情长跑中，每一幕的温馨和感动。他们发现自己

总是认为对方理所当然会明白自己内心的感受和想法，却没有主动表达和告诉对方自己所思所想的。他们如一般的夫妻一样，在关系中渴望著对方的爱，而这样的爱是需要用语言和行动明确地告诉对方，邀请对方和自己一同调整和成长。

谈及沟通的事宜，她表示每一次尝试心平气和地邀请杰生一同讨论某件事情，殊不知，不一会儿，杰生就会被激怒，结果话题就转移到其他的事情上。两人不断地宣泄心情的感受，以言行伤害著彼此，但事实上，却又对眼前的问题毫无帮助。杰生和艾琳两人尝试分享其中的心情，发现需要在适当的时候用一个符号停止该场不健康的争论。后来，他们约定以对方熟悉的动作作为记号，例如用双手做一个暂停的动作或是换一个时间再沟通。

在婚姻里除了激情和亲密，还需要有承诺。夫妻在婚姻中学习危机处理并在磨练中一同成长，婚姻关系才显得更加坚固。很多时候，夫妻两人有自己主观的想法，以及习惯的待人处事之道，然而，婚姻重视的并非互相指责、偏执己意或彼此伤害；婚姻需要两人以爱相待，建立和支持彼此幸福婚姻的建立是需要爱中成长，双方拥有一颗宽容的心，愿意在危机中自我改变，用更成熟的思维共同处理危机，那么这段婚姻关系才会迈向永恒之路。

面谈辅导多知一点

辅导员的角色并非救世者，没能代替案主去面对问题，而是帮助案主学会独立面对问题。辅导员也不是独裁者，不能逼案主作决定，没能逼案主改变想法和行为。辅导员并不是保姆，不会与案主有过分的感情依赖。辅导员更不是电脑机械人，不会给案主一种问题的标准答案或方程式。



文：叶子康
马来西亚吉隆坡精英
大学临床心理学硕士

梦的信息

(一)

几个月前，做了一个梦。

梦里，我和一位同事加班后在路边的档口吃晚餐。其实，那个人不是我的同事，我只是在梦里把他认作为同事。用餐后，他去其他档口买夜宵。坐著等他时，我考虑著要不要买鱼丸米粉作为夜宵。他带了一包炒粿条回来后，我打消念头，和他一起走回家。路上，我问他工作还能不能应付得来，他苦笑。他带我走到我小时候的住家。进去后，我再三确定门已经上锁，才放心下来。

醒后，梦里的情节在脑海仍然清晰。仔细回想和反思后，我觉得那是我的身体通过梦境带给我的一个强烈信息。当时的我正面对格外繁重的工作压力，常忽略自己的基本需求，连正餐也受影响。

和一位朋友说起这个梦，朋友说：“真有趣。那个人是陌生人，你却把他认作为你的同事。”

我说：“大概因为他有真挚、诚恳和可靠的感觉。和我的同事一样。在梦里，这个陌生人挂著我同事的名字出现，真正的身份也许是我的内在小孩。不让肚子挨饿、诚实地对工作表达苦不堪言、去一个不受干扰的地方好好休息……这些都是闪过念头，我却不做的事。或许我的内在小孩想通过梦境提醒我的需求吧！”

如果梦里出现的人、物、感觉、行为……都是富有隐藏意义的符号，这就是我根据现实情况对那场梦最合理的解读。准确与否，没有人能够评断。重要的是经过对那场梦的反思后，我决定注意我的需求，好好照顾自己。

后来，我不再有这种令我印象深刻的梦了。

(二)

当有人提起自己的梦，我会有兴趣听下去。

一位心情常低落，觉得家里没有人关心自己的人

那么说：“每隔几个星期，总会重复梦见一个圆圆的，像是轮子的东西。不知道那是什么。”

“梦里面的情节是什么？”我问。

“梦里一片空白，只有那样东西在我面前。没有情节。”

“那样东西令你联想起什么吗？”

她摇头。那样的东西对她而言莫名其妙，没有意义可言。

几个月后，我们再次碰面时她说：“我终于知道那是什么东西了。我陪朋友逛街时发现的，原来那是鱼线轴。”

“原来如此。”

“可是我还是不明白，为什么我会重复梦见鱼线轴。”她说。

“鱼线轴令你联想起什么吗？”

和上次一样，她摇头。“再说我不钓鱼。”她接著说。

“你认识的人之中，有谁钓鱼吗？”

她仔细想了一想，说：“我公公。”

她的公公在她六岁时因心脏病突然去世。因为父母在外地工作，她从小就和公公一起生活，两人关系非常好。公公去世后，她才被父母接回家。

“可能当时年纪小，公公去世时，我好像没有感觉，也没有哭。”她的眼眶渐渐泛起泪水。

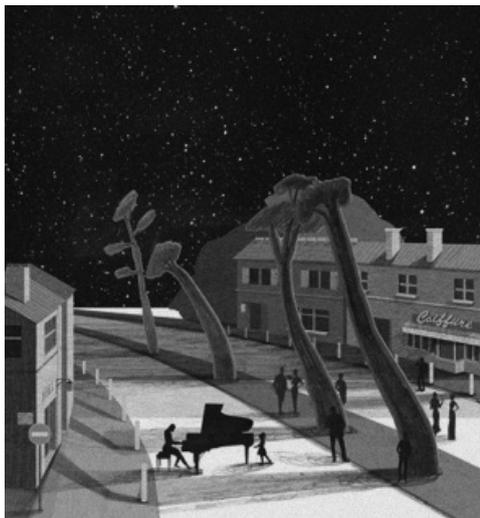
“现在说起他，似乎让你觉得伤感。”

她一边擦眼泪一边点头：“他是全世界最疼我的人。”

“如果鱼线轴代表他，为什么你会时不时梦见他呢？”

“我已经很久没想起他了。梦可能是要提醒我这个世界上曾经有人那么疼我吧！”她苦笑。

原来如此。不过我心里猜想，或许是因为当时没有办法好好跟他说再见而成为一项未竟事务。可是梦的意义只有当事人说了才算。那是她的梦。





文：吴荣良
心脏科医生

颜色人生

上个月去台湾旅行时我和内人去台湾最大，经营24小时的书店--诚品书局看看。那是一间偌大的书店，书籍的种类琳琅满目。我们在那里消磨了一段时间，想要买，想要看的书实在太多了！

我的内人看到一本很有趣的漫画书籍，有一个四格漫画很有意思。一只小狗本来是蓝色的，一幅愁眉苦脸的模样，一只大狗把它紧紧拥抱，不一会儿他就变成红色了，脸上也浮出喜悦的笑容。

那漫画很有震撼力，它没有任何文字，却通过颜色的变化来表达心情的转变。一个拥抱让忧郁的蓝色变成欢乐的红色。颜色的力量是那么大！

我自小就很喜欢蓝色，我的书包，手帕，领带，裤子，衬衫大多数是蓝色的。小时候我不知道蓝色有代表忧郁的意义，我的性格也不是那种多愁善感的类型。我想，我喜欢蓝色只是因为喜欢无际天空的蓝，辽阔海洋的蓝，蓝色在我心里是代表自由自在的感觉。我记得小时候听过一首歌“蓝与黑”，其开头的歌词就是“蓝呀蓝，蓝是光明的色彩，代表了自由仁爱”。所以，我童年的蓝色就是如此简单的自由。

长大后我才惊地发现原来蓝色也有代表忧郁的含义，虽然我不是很赞同。我左思右想怎样也想不通蓝色为何会与忧郁扯上关系。

在医学院学医时才学到妇女患上的产后抑郁症的另一个名称是Maternal Blue（蓝色的母性）。心理学也是以蓝色来代表忧郁的情绪。然而，固执的我还是坚持我内心喜欢的蓝色不是忧郁的象征，而是自由的化身！

但是无可否认颜色是有潜在的巨大力量，颜色的力量在我们的脑海内，心灵里可以发挥潜移默化的熏陶与改变。虽然不同的民族风情对不同的颜色有不同的诠释，我们每个人对于颜色的认同也不一样，颜色是左右我们生活的重要一环。比如说我们在欢乐节日期间喜欢挂红彩，穿红衣；有任何的丧事就以黑白颜色来表达悲伤的情绪。这是华人传统的颜色诠释，其他民族可能把红色与恐怖挂上钩，把黑白的搭配当著是庄严的象征。然而，一种颜色对一个人，一个民族会产生一种无形的力量，影响

我们的思维与言行。但是我们对有些颜色的认同是国际性的，比如对交通灯的红绿灯色的诠释就是一个例子。

在我行医的生涯中我也发现到很多药物公司也会善用颜色的潜在力量来达到推广药物的作用。比如一间药物公司可能会以红白颜色来推销某种药物，那么从药盒的包装到药物说明书，宣传单，海报，

甚至是药物的颜色都是以红白两色来配搭。病人或医生一看到这个颜色就会自然而然地想起那药物。颜色发挥了广告的宣传作用，你说颜色厉害吧！其实，不只是药物公司，很多商业也是以颜色来俘虏消费者的心。

诚然，我们也可以学习变色龙的本领，我们也有变颜色的能力。我们只要保持一颗善感的心，看看四周有没有蓝色的人，给他们一个拥抱，我们就能让他们由蓝变红！





文：剑不虚发
公司执行董事

圣诞的雪花有爱才会美

几年前的年终，乘著学校假期跟孩子一起到韩国度假。回国以后，心里却隐隐留下一丝遗憾。为什么呢？我们在滑雪场消磨了半天，也算掌握到如何穿著笨重的雪靴，在稍有斜度的地面移动；一对儿女也尽情地打了一场雪仗，理该如愿以偿了吧？可是我很贪心，我想体验的是从天自然飘下的雪花！

那年的初冬，韩国没下雪——偏偏旅游团的其中一个卖点是让旅客体验滑雪。怎么办呢？别担心，韩国的滑雪场早有对策。每天晚上，滑雪场展开“庞大”的造雪工程，好叫旅客能在白雪皑皑的山丘尽情赏玩。我们在滑雪场度过一宿，亲眼看见造雪的过程。当晚，滑雪场的灯光明亮，几部庞大的造雪机器在山顶转动，大量的“雪花”像山洪决堤般涌出，本来已经硬化的山坡场地重新铺上厚厚柔软的白地毯，看得游人惊叹连连。依我看来，它倒像是将制作红豆冰的过程放大千百倍：空有雪的“物质”，少了雪的“精神”。我心里知道，翌日清早，我们在滑雪场上看的、摸的、玩的，都是“红豆冰机器”制造出来的雪，有点受骗的感觉。

我从小就喜欢传统的圣诞贺卡，尤其是那些白雪茫茫的画面，远远伫立一间古老孤寂的乡村木屋。袅袅上升的炊烟，纱窗内的一盏昏黄，给我感觉到屋子里面洋溢著温馨和幸福。当时，我一直向往到古老的木屋，亲自尝尝在那儿过圣诞的味道。到英国留学，我才惊讶发现，西方的圣诞节也并非都是白雪茫茫的画面。如果那年的圣诞前没有下雪，那么我们就只好度过一个灰沉沉，让人感到沮丧的冬天。有一首非常动听的英文流行歌 “I dream of a

white Christmas”，总在每个圣诞前后都飘扬在街头巷尾。其实，英国人也年年期盼白色的圣诞啊！

圣诞节有白雪点缀是美丽的。可当天空不飘雪，地面没有浪漫的白地毯，圣诞节又是怎样的一种意义呢？

诚然，人可以选择不同的方式庆祝圣诞。

有些年轻人选择平安夜在酒吧，头戴鲜红的圣诞老人帽，嘴衔能伸长缩短的哨子，发出刺耳的BB声，手执酒杯狂饮，身体随著超大的音乐声量疯狂地扭动；而有些还会躲在角落抽烟吸毒，或是搞些春光泄漏的玩意儿。

在国外的好几年，我的选择有点不一样。无论是不是白色的圣诞，我都尝到这个佳节的温馨和幸福。为什么呢？因为每年我都受邀到基督徒朋友的家里一起欢庆圣诞节。他们的家不是我向往的古老乡村木屋，也没有袅袅的炊烟，可是他们的室内仍有一盏温暖的昏黄，大人小孩唱的圣诗和笑声萦绕整个厅堂，加上主人家细心准备的美食……这一切给离家

背井的学子一个“家”的感觉。这些基督徒朋友的屋檐瓦片上不需人造雪来营造圣诞的气氛，他们用最真挚的浓情厚意写出最自然、最美丽的圣诞信息——爱。

圣诞节是爱的季节！

那年韩国初冬的早晨，我用双手捧起一把人造雪，使劲地向上一抛，让它徐徐落下，落在头发、脸庞、外套上。可是，没有经过造物主双手搅动的雪花，毕竟还少了点什么吧？我想，它缺的应该是一份“真”和一份“爱”。





文：陈威汕牧师
博特拉基督教会

圣诞节，平安的符号

我们的周围充斥许多象征符号。当我们驾驶时，就必须和路上许多的符号打交道：“不能右转”，“在医院或学校范围不得超速”，“注意！这是车祸区”等等。有些符号是经由某一起事件或某一个人物，升华至成众人皆知的象征符号。例如：马丁路德金和甘地似乎已经成为非暴力抗争的代表人物。赵明福陈尸身影则成为马来西亚司法制度严重疏漏不公的符号。此外，一些符号则可能从原本的意义，经由更重大事件的发生，被赋予全然不同的意思。例如：十字架这刑具，过去在罗马帝国代表不祥，残酷的象征，但因为耶稣基督十架的牺牲，转变成为救赎，希望和重生的记号。

事件的发生，经过诠释，成为象征符号，让人一看就得以明白和领受。一些符号，对我们无关痛痒，一些符号则对我们生命有著特别的意义。有些时候正是某些符号强烈的象征，影响了某些事件产生奇妙的转折，而造就了新符号的产生，以致新旧符号彼此呼应，共鸣，加强了符号背后所象征的含义，掷地有声，叫人无可推诿。

圣诞节有众多象征符号，如：礼物、圣诞树等，但最具代表性的象征符号非“平安”莫属。圣诞节这纪念耶稣降生的日子，给人祥和、平安的感觉。正如《圣经》路加福音二章14节所记载的，天使在耶稣诞生之日向牧羊人宣告“在至高之处荣耀归与神！在地上平安归与他所喜悦的人！”“平安”在希腊文字根的意思是“完整”或“健全”。“平安”在圣经整体的概念极为丰富，涵盖生命和身体的健全、关系的和谐、富足和成功，以及没有战争。这表示在生命中没有任何的破碎和失去。无怪乎，“平安”是世人不分国家、种族和信仰的人共有的渴望。圣诞节这平安的符号，藉由第一次世界大战所发生的真实事件，赋予了它更深的含义，也见证了圣诞节在人心无与伦比的影响力。



第一次世界大战时，随著圣诞节日的临近，圣诞节平安的影响力渗透敌对士兵的心，结果陆续发生士兵违抗上级，自发停战这极富象征意义的事件。维基百科也有相关记载，题目为“圣诞节休战”。在众多圣诞节休战事件中，最具代表性的就当属1914年的平安夜和圣诞节休战事件了（2005年被拍成电影Joyeux Noel圣诞快乐，由Christian Carion执导）。当时法国、英国、德国士兵正在近距交战。随著平安夜的到来，法、英、德士兵都在各自的壕沟里度过平安夜，等待圣诞节的降临。后来，因著一首“平安夜”，士兵们各自从壕沟里走出来，在中间地带以德语、英语高唱圣诞诗歌，互相祝贺，交换礼物，并达至协议在圣诞节时当日休战一天。隔日，圣诞节当天，军队牧师带领大家进行了圣诞联合崇拜。敌对的士兵们因著圣诞节平安的符号象征，打破仇恨和战争的宿命，和平休战，共度圣诞，这样的“圣诞节休战事件”也成为了一个象征，力证圣诞节无远弗届的影响力。

事实上，赋予圣诞节影响力的，不是节日本身而是这节日的主人耶稣基督。耶稣说：“我留下平安给你们，我把自己的平安赐给你们；我给你们的不像世界所给的。”（约翰福音十四章27节）的确，耶稣的“平安”绝非世界所能给予的。耶稣的“平安”看似柔弱却极其强大，不可思议地使处在激烈战争的士兵失去战斗力。在“平安夜”的圣光颂赞中，他们心中对平安的渴慕就像缺了堤的大水，翻腾汹涌。他们不再以国徽作为符号看待仿佛没有面孔的敌人，而是把对方看为与自己一样的人；不止看对方为人，更看对方为朋友。

我著实盼望圣诞节的平安，能深深地影响马来西亚人。让“平安”这不分种族、信仰、语言和政党的共同渴望，能复合国家目前因为政治利益所造成的分裂，能挽回因为种族主义而牺牲掉的和平。



博爱总会



9月17日、10月1日、8日及15日，主办自我成长系列（一）课程：《怒出真相》读书会，由邝慧婷带领。



10月13日，邝慧婷受八打灵美门团契之邀主讲“因爱而顺服”专题讲座。

由南洋报业基金主办，博爱同工受邀成为讲员之“真善美”单亲妈妈早安茶。

日期	讲员
1月10日	沈金央
6月12日	赖裘华
7月10日	赖裘华
8月14日	沈金央
9月11日	沈金央



10月22日，主办自我成长系列（二）课程：“与压力共舞”工作坊，由翁月燕带领。



11月27日，翁月燕受沙登新村基督教会之邀负责主日讲道及介绍博爱事工。

12月14日，赖裘华受沙登基督教卫理公会乐龄团契之邀主讲“长者的情绪管理”专题讲座。

博爱新山分会



10月1日至2日，主办“爱是陪他/她过一生”婚前教育课程，讲员是赖裘华及沈金央。

博爱亚庇分会



10月3日，主办“寻解面谈善用语言创造转化空间”工作坊，讲员是杨家正博士。

博爱马六甲分会



10月1日、8日、15日及22日，主办“玩出好品格”延班，由钟刘华带领。

博爱檳城分会



10月9日，主办22周年纪念感恩暨筹款晚宴，主题：博爱之心，全人更新。

博爱（檳城分会）活动简报更正启示



本刊第118期，将9月16日至18日主办之【沙箱游戏治疗初阶工作坊】误植为【“尝尝沙味”沙箱游戏治疗工作坊】以及误植9月3日至4日主办之婚前教育课程团体照，特此更正。谢谢！



第八届马来西亚 学校教师辅导研讨会

唤起初衷：从心发出，从心出发

2016年12月3日至5日



文：赖裘华
博爱（总会）执行干事兼
研习营筹委会主席
马大教育（辅导与谘商）
硕士



联合主席宾熊远宾先生致开幕词。



联合主席李顶林先生致开幕词。



筹委会主席赖裘华致欢迎词。



联合主席李顶林先生赠送水果篮予开幕嘉宾熊远宾先生。



颁发纪念品后，讲员与嘉宾合照。



筹委会主席赖裘华主持交流会。

由本中心及南洋报业基金联合主办以“唤起初衷：从心发出，从心出发”为主题之第八届马来西亚学校教师辅导研讨会，迎来270位来自全马各州的教育工作者参与其盛，已于12月3日至5日成功举行。这项研讨会也得到南洋报业基金在经费上鼎力赞助。

身负重任站在教育最前线的老师们，在投入教学工作的过程中，难免遭受各类挫折，甚至会感到前进步履日益艰难、萌起离队的想法，迷失了方向，忘了初衷！若我们的老师们能通过这场研讨会，重燃对教育事业信心、热忱与使命，重整心态，继续坚守工作岗位，则必能再次迎来生命的喜悦！

研习营的主题演讲“唤起初衷：从心发出，从心出发”由张乃文博士主讲。其他专题演讲有：“从美术进入孩子的心灵世界”及“高关怀学生多元辅导方案与策略---发现爱、自信与勇气的生命故

事”，分别邀请到陆雅青教授和林杏足教授主讲。

配合研习营的主题而设的七个工作坊，在拥有丰富教学与辅导经验的资深导师带领下，学员们都各有所悟，加强了专业信心与能力，了解及回应本身的内在需要，装备了内在的自我，准备更好地完成教育的神圣使命。

最后，博爱辅导中心藉此献上衷心的感谢及感谢南洋报业基金的赞助，以及教授们、学员们，不吝拨出宝贵的时间前来参与研讨会。

博爱辅导中心将计划在明年5月底的学校假期，筹办第3届助人工作者研习营，及11月底的学校假期筹办第9届教师辅导研讨会。请多多留意博爱网站、面子书！

冀望从研讨会的参与中装备、充实自己，让自己在生命道路上活出精彩绚丽的人生。



开幕嘉宾熊远宾先生(中坐者)与全体讲师、嘉宾、工作人员及学员合摄。