

氣

質

耶穌會士馬駿聲司鐸著

氣質

神修學
第四冊
特印本

一九四八年

河北大名耶穌會發行

Eugenius Zsàmàr S. J.
DE TEMPERAMENTO
Extractum ex opere :
ASCETICA ET MYSTICA

All rights reserved.

Cum permissu Superiorum
Imprimatur :
Peiping, I. Sept. 1947
Psaulus F. Ly
Vicarius Generalis

耶穌聖心，
聖化吾心！

目錄

氣質

利用或壓制	八
氣質的種類	一三
多血質者	一四
膽汁質者	一七
憂鬱質者	二五
黏液質者	二九
務內的人和務外的人	三三

氣質

定義 人格是性格和品格的總合；是人思想，情緒，川特徵；是人宇宙觀，人生哲學的固定表現。性格是先天的，民族，人種，家族，血統爲根據；品格是後天的，修得的，經歷，教育，習慣爲來源。人格不料地，必然地，不可隱瞞地發現在人的體格，容貌，姿勢，步伐，態度，筆跡，一切工作上。

構成性格的一切因素中最重要的是性質和氣質。性質是男性或女性的生理與心理特徵。氣質是私人的，個人的生理和心理特徵。性質影響日常生活，精神生活和整個神修生活。男性與女性在祈禱方式，修得的宗旨，克制私愛，修養情緒等一切神修困難和方法上有區別。但人格的特徵不只是由於倫理的品行來的，也不只是以性質爲基礎，而具有其他生理和心理根據；就是氣質。氣質比性質還更普遍地，更深切地，更強烈地響影人的。

1 1 1



整個生活。

聖德的爲首阻碍 氣質是在神修上最大，最可怕的阻碍之一：常是尾拖在後，不得使人快步前進。俗語說：「撻逐本性，却而復至」，「山河容易改，稟性最難移」。爲什麼呢？因爲氣質即是人的本性，是能抑制和治服的，然而却總不能翻改變換，更不能消滅天賦的原動力。所以若不肯投降它，就應當馬不停蹄地同它驍戰對壘。有許多滿腔心火，意志善良的
神修人，開始時諸事順利進行，然而因爲氣質不調，忽然間在神修道路上便停止，毫無進展，路盡途窮，輾轉險境，迭遭不幸，失足陷於重罪，頓時聲譽掃地，即愛德工作與宗徒事業隨之冰消瓦解，一蹶不振，應該離去職務，對於自己，他人，聖教會以至淒楚地傷害。這究竟是爲什麼呢？就是因爲他們舉辦一切都是任憑本性衝動，氣質的刺激，但氣質如整個被原罪腐壞了的本性一樣，失去了平衡，趨向極端，片面，衝突，消耗，缺欠，流弊。但常順從氣質的神修人決不願意承認這種事實，反之確實感到莫

大的苦楚，敗興失望，成爲厭世者，愛德的工作也不辦了，宗徒事業也輟止了，即個人的神修也放棄了。這都是因爲他把一切禍患歸咎於他人，確信自己無罪，並且還是一個熱心人，離列入聖品不遠的英雄。的確，他是滿懷熱情，大有愛德，不怕犧牲的人，夜以繼日地努力爲一切人成爲一切；但事事順着本性衝動，任憑氣質的趨向去作；而本性和氣質天然地有缺點，根本地以自愛爲中心目的，即是連在愛德與宗徒事業上也不免尋求自己。

另一方面氣質自身不單能是有害的，而且還能是有益的。在人性構造上只有這一種原動力能够使人勝過一切艱難，破除一切阻碍，非達到目的不停。只有享受豐富聖寵的英豪聖德，才能彌補，尤其是超越壯烈的氣質。所以神修人應當認識，善用，淑修，陶冶氣質。

需要認識氣質，一個人若不先認清自己的氣質，便談不到認識自己；同樣若是神師或長上不先明悉被領導者或屬下的氣質，則總不能善盡其任。

務。對待氣質不同的人，當然方法也就不同。同一的作風可得這種氣質的人悅服，同樣却也能使另一種氣質的人厭倦。譬如命令和規矩使膽汁質者與我們疏遠；若人待他嚴厲一些，他就大失所望，激起他的怒火，反抗，暴動，反對我們，看我們如同他的仇敵一般。反之，若我們給他說明理由，講清動機，他便從心裏悅服，並且頗能助我們一臂之力，幫我們很大的忙。若你待憂鬱質者嚴厲一些，同他談話只有一次冷卻，他便立即緘口不言，以後總不同你開胸見懷，總不聽從你的建議；反之，你若是同他談些心腹話，表現熱切的，真實的，超性的愛情，他便立展心懷，悅服你的建議。多血質者無論許下你什麼，雖然誓許實踐，但是你總不要立時相信他，他的盈虧，如同月亮一般變化無常，對於自己亦不忠信。反之，關於胆汁質的人你可放心，他既許必踐，雖然阻難當前，他也決然毅然地擯除掃蕩之，而決不違反自己所許諾的。

所以認識氣質，我們才會如何待己待人。爲什麼說：「自己與他人」

？因爲我們對於自己和別人的氣質同樣應該按照政治或教育的手段進行，我們對於自己的氣質如同對於他人的氣質同樣沒有絕對主權，獨裁權，強制權，只有政治權而已。所以要修練，治服，改正氣質，必須警惕，堅忍，左顧右盼，按步就班地實習，才可以希望成功。

天然德行 人的氣質生下來皆有好壞兩方面；即是說一方面具有天賦的優點，本性德行；另一方面懷着好似家賊的內仇，遺傳的毛病。人往往拿着本性的特長當做真實的德行，拿着氣質的猛烈衝動當做英豪舉動。殊不知，這種英豪德行乃是氣質的天賦能力，無意的衝動；絕非真實的，修得的，超性的德行。誰若因了氣質的表現想，自己秉賦不凡而以賢聖自居，實在是大伐謙遜之道，錯誤至極，自投於危險中，因爲正是那些類似本性的特長阻碍人在神修上進修聖德，在團體中享受平安和睦，在主的葡萄園中傳教救靈。的確，不牽掣，壓制，統治氣質，而反把神修努力再加在它身上，使它滋長，等於在懷裏撫養毒蛇一般：不但傷害個人，即是旁人一

5

，我們的親戚，摯友也難免掉它的毒蝕。所以膽汁質者的活動，機警，大膽，恒心，堅勇，並不全是修得的超性德行，反而一大半是望死神修生活過分倒逆的務外；不認廉恥的放蕩驕傲；將自己和別人捲入喪亡漩渦裏的不明智，不義及輕蔑別人的固執硬心；這些毛病人人皆知——除了膽汁質的本人以外。多血質者生來可親，常抱樂觀，最善與人周旋，愛情是他天賦的定律，常準備迎合一切人。然而這並不是超性德行，反而往往是肉慾放肆，心靈輕浮，無常變換，好新好奇，貪戀快樂，偏愛人物，相反貞潔富有危險的重大毛病。憂鬱質者，緘默獨居，深深地祈禱，澈底地讀書，然而這並不常是超性德行，反而屢屢地是自私自愛的象徵：尋求自己，不顧他人；願意衆人對應他，反而他絲毫不應和團體生活，不肯從事愛德工作，不敢担負宗徒事業。黏液質者好似具有穩重，智慧，明智，審慎，注意等特徵，究其實，這些並不是真正的德行，反而往往是懶惰懈怠，遊手好閒，無所事事。這種明智人好似行屍走肉，生如草芥，只知吃睡，停留在

初步神修上，爲己爲人毫無益處，更不能造福聖教會，愈顯主榮。從此看來，由氣質而來的特長就彷彿無用的惡草叢生田地間遮蓋起聖寵的禾苗。氣質是極伶俐的家賊，白日潛藏在家中，自行掩飾，夜間乘人不備實行偷竊。主人不但不知道，反愛戴，器重，袒護他。的確，承認由氣質而來的缺失爲毛病太難了。除非人謙遜聽從練達神師的指引，誠心懇求聖寵的神光，決不肯承認，氣質的衝動是毛病，是神修阻碍。誰還疑惑，認識氣質是最緊要的呢？

認識氣質的方法 「你們從他們的果子可以認出他們來」（竇，柒，十六）。俗語說：「誠於中形於外」。看人的言談，說笑，寫作，舉止動靜，另外查考他的內心反應，心情動態，隱密的希圖，行事的動機，神修的計劃，特別喜愛的事物，以及其他種種內在的反映，他的氣質便瞭然在目了。孔子說：「視其所以，觀其所由，察其所安，人焉廋哉！人焉廋哉！」正是這個意思。然而不好的習慣，常犯的過惡，或者是堅強恒久的德

行，常行不輟的克己，肉體與精神的病態，不規則的現象，皆可阻撓我們認清人的氣質。再者，不是一切外面看着似乎是本能的和無意的衝動，都是由於氣質而來的，因為許多特性是後天的，產自環境的，修得的，造成的一；教育，地方，家庭的習俗皆能影響人的氣質。

認識氣質的基本方策如下：一：省察一生所辦的告解，考察那些最有害的毛病過惡的根由，進修聖德的常欠阻碍。二：考慮，為什麼父母，兄弟，姊妹，同學的，長上，告解司鐸，在下的，以及一切同我有來往的人，都不喜愛我，反而常責斥我，反對我，批評我，不願同我在一齊，輕忽我的主意呢？的確，由於氣質來的缺失，常是使人喪亡的原由。三：坦白謙誠地察看，為什麼在我的職務上和在一切操作上，沒有得到相當的進展？為什麼我不能處置各種事物？為什麼我不會善度團體的生活，無疑地是因為氣質的原故。

利用或壓制

試問，應當利用或更好是壓制氣質呢？關於這個問題見仁見智不一，歷來爭辯最烈，皆視為頗有重大的關係，各持已理，不相容讓。神修學的答案如下：

一：誠實承認 應當清楚地認識，真誠無欺地向長上和神師陳明自己的氣質；有的人受野心的驅使，否認從天主手中領受的特質，而將自己所沒有的，且自己所貪愛的優點訴諸神師；這種作風好似患痢疾時向醫生請求洩藥。

二：畢生致力 約束，克制，淑修氣質應當一生在最前綫上，因氣質潛伏在我們內，永不死去；雖然它有時假寐，佯睡，然而一遇到新景況，登時跳起，前來更兇。

三：淑修更改 氣質能成為進修的原動力，與有力的助手。的確，也一應當使之如此。關於此點只有兩條道路，任人採決；或者是修正氣質，賦以「洗禮」，擢昇到超性界；或者是受氣質的牽制，而同歸於喪亡；沒有一

中庸，沒有商量的餘地，沒有其他生活方式：你不役使它，就要被它役使。這種淑修不但是應該有的，而且也是可能的。在大自然裏我們有例子，譬如一棵生來結苦果的樹，若是經過人工接上新枝，就會結出甘美養人的佳果來。又如一道浪山滾滾，波濤參天，水勢蕩蕩地湍流，淹沒田園，冲毀莊稼，傾倒房屋；然而如果使之就範，確能推動機械，製造電流，供人光明，以及能成交通工具的原動力。人的氣質也是如此。以正確的神修制服和修養氣質，要作推進神修事業良好的伴侶，有力的侍從，使人飛翔空際，上徹雲霄，昇到天上，通透天主的性體。

四：犧牲。往往天主要求自我的完全犧牲，使我們畢生擔任與氣質齟齬的任務。在這種情形下應當慷慨大方，歡欣喜悅地祭獻自己。「一切事故都相幫愛天主的人得益處」（羅，捌，二十八）。犧牲氣質的報酬是完美的聖德。到底氣質的犧牲不必出於人自己，而只是天主能藉着長上和自己的照顧要求這畢生的全燔之祭，否則很容易陷於幻想，自欺，懶惰，

無爲的毛病中。

五：先壓制而後利用。 甲：用糖果糕點容易牽引小孩。在神修起始時，困難很多時，最好利用氣質，作爲推動前進，改正毛病的摩托。譬如可以使多血質者利用天然的愛情，作爲滿全職務，修改毛病的原動力；起始因爲愛父母長上神師，克己修德；然後轉向天堂的永報；愛情增強了以後動機自會日形純潔，而昇到超性界；最後直接地歸向天主。當然不可過於利用氣質而超過所須要的限制去，幾時能够使用更高的超性意向，便應該將本性氣質的動機棄而不用。乙：壓制。前進者應當完全消滅自己，所以克服氣質越齊全，越能快速地前進。反之，如果人不壓伏氣質，那麼氣質就要壓制人，阻擋人修德前進，破壞整個的神修和搗毀傳教工作。丙：利用。氣質先經過長久不斷的鏖戰和長期克己的工夫，完全的制服修養，一領受了天國的「洗禮」而肖似基督了，以後方能有益於人。連此時也只是

所以一個人若尚未克服氣質，尚未肯順從他人的意見，尚未能在反對自己一氣質的事務上服從，那麼明智慎重的長上則絕不用他承擔適宜氣質的工作。然而藉着信德的光照，聖寵的助佑統治了氣質以後，利用氣質爲天主莫大的光榮，則是最有益，最堅強，最有實效的方法。譬如富有本性愛情的人制服了感情偏愛，將愛情轉移到神聖淨配耶穌身上以後，這種愛情將要成爲他整個神修的中心與根蒂。同樣貪高自私自利，諸事尋求虛榮聲譽的人，不斷地謙卑自己，以後才可以爲天主的光榮，創辦偉大的事業，表揚聖教功勳，名垂史冊，流芳千古。

六：評判與做效。應當以至深的謙遜與智慧去評判人的工作，態度與方法；萬勿依照個人的氣質管理人；同人交往；盡職務；度神修生活等。應當讓人各道其道，各是其是。再者，見到他人一帆順風在主的葡萄園裏勞作，收效最大，不必樣樣皆學；因爲你的氣質同他的氣質不一定相同；適合於他的未必適合於你。你應當獨立起來，不要看人的外表，只當追

求人的精神，因為大眾能够有同樣的精神，而不能有同樣的外表。同樣的方法用在這人身上，就如火上澆水，用在那人身上，便如火上加油。另外在管理人，指導人，同人交往，辦教育與宗徒事業上，寬大眼光，機靈，明智，慷慨大方大有關係。

氣質的種類

喜薄拉德斯（Hypokrates）根據一切生理印象所生的反應方式分四種氣質：一：膽汁質：敏捷而深沉；二：多血質：敏捷而輕浮；三：憂鬱質：遲鈍而深沉；四：黏液質：遲鈍而輕浮。

克肋美爾（Kretchner）分「短小肥滿」體格類形的「情感迴環」典型，和「細長高大」體格類形的「情感分裂」典型兩樣氣質。雖然人性學藉着此理論獲得了不少的光明，然而事實往往辯駁它的片面，過於趨向一生理觀點的根據。其他新世代的心理學家把氣質分爲數種，然而所不同的不過只是部分的區別而已，根本還是不外以上所說的四種氣質。的確，有

不少人皆是攙合具備的，可是每人也應當瞭解，究竟自己有那幾種氣質的因素，另外那一種因素是主要的，爲首的，普遍的；這樣含有混合氣質的人，其中那一種因素強多，就可說，他是那一種氣質的人。

一 14

在福音上伯多祿是多血質者，保祿是膽汁質者，若望是憂鬱質者的模型。的確是如此逼真，甚至於在他們身上可以做研究氣質學的資料和對象。

多 血 質 者

描寫 伯多祿是多血質者的典型人物。有一次乘船過海，一見耶穌，立時跳到水上，然而經不住洶濤浪湧的恫嚇，忽然失掉了依恃的心，登時沉沒下去。耶穌預言受難的時候曾誓許追隨基督，雖死不辭，及至婢女一問，便發誓明言，不認識耶穌了。

多血質者血液循環猛烈，心機跳動快速，身體活潑，什麼一見便領悟，然而了解的不澈底，失之於浮，無恒無常，缺乏剛毅，喜愛變換，好新

好奇。想像力活潑，記憶力強，理解事物普遍而又快速。學識，能幹，技巧，伶俐，聰明，樣樣全好，可說萬事亨通，然而沒有一樣深湛澈底的。

態度春風滿面，喜笑言談，和藹可親，好似含苞初放的鮮花，常帶笑容。好與人談心，談吐幽默，易引人發笑。特別着重感情，可是感情太容易發動，也太容易消散，一時悲觀，一時樂觀，倏忽不定，二者皆不持久。他是可親愛的，言談交往是他的天性，容易被人得罪，可是也容易忘掉一切侮辱，不記仇，不報復，容易動心，善同情人，更容易接受他人的私情，他對人一見如故，十分親暱，因而容易陷於偏愛，私愛，色情愛，肉慾愛，不正當的愛情中。喜歡交朋友，可是隨意改換，如同更換衣服一樣。患有貪饕與迷色之病，若任意順從私慾犯罪，那麼質與量皆在衆人以上。

意志並不堅強，忽而立志成聖，不久就離去初志，轉向他方，沒有一樣能够貫徹始終地完成達到目的。心思朝三暮四，計劃如同「豆芽子」——

般，出的快，沒的也快，一遇阻碍，立時中輟。作事無毅勇，盡職無恒心；今天修這條德行，明天改那條毛病。能創辦許多社會福利事業，不惜犧牲，容易得到他人的贊同。作事有精神，有心火，他所草創的許多新的事業，若有人繼承，一定於公共大眾造福匪淺。

在神修生活上的特點也不少。愛德大，心火旺，精神強，祝求熱切，依恃堅固，誠實圓滿，服從敏捷，適應自然，時時處處戰勝一切環境。另一方面他的缺點也不少，是無恒，不持久，養成私愛，貪圖快樂，尋求虛榮，高看自己，喜愛誇獎，過於務外，缺乏內省，不肯收心，厭煩內外克己，祈禱默想了草塞責，不能長久地結合天主，在神慰中宛似聖人，神枯一來，好像沒信德。

指示 神修學士們皆異口同聲地說：多血質者若有適宜神師領導，一定容易成聖。他的計劃如下：

一：恒心。要拿定主意，決定計劃以前必須先經過相當的考慮，熱切

地祈禱和請教神師；決定之後，總不要變換，且要集中力量去實踐。將每日的規程擬定清晰，永遵不違。

二：誠實。對於神師和告解司鐸務要誠實坦白，格外將各種偏情，私愛，相反貞潔的過失吐露無遺，虛心聽從他的指教。

三：克己。要恒心事務克己苦身，勇敢地去進行一切苦工，但不可採納一種非常的英豪克己而只是實行一兩次就算完事；反之，必須有節制，長久如一，持之有恒。努力羈縛三司五官，竭盡全力安然地默想超性的事理與天主的奧跡。

四：將自己整個的愛情，皈依基督，並且熱切敬愛耶穌聖心。

五：將天主賞的一切恩惠只是爲天主的光榮而使用。

膽汁質者

描寫 膽汁質者俗稱易怒性者，因爲性如烈火，能够掀天動地，却也能使自己與人陷於水深火熱之中。特長很多，缺欠也不少，而且皆是走向一

極端。好像身體內存着強度電力的蓄電池，若不擦動它，看着非常平靜無事，一旦與別物接觸，便發洩動力，或推動強大機械，或噴射出強烈的電火，危害四週佇立的人。在容貌上大畧表顯出果敢，強力，壯勇，並且還附帶着一點殘暴，強硬，兇猛的態度。

事事志若大鵬，能够深謀遠慮，看事透澈，有先見之明，而造應對之策，最喜歡人們的擁舉，沽名釣譽之心太盛，對於神修生活，或是泄沓不欲攀登，或是懷着進修的心，決定非成聖不行，且願爲天主犧牲自己。

天賦資秉的確多而且大，理智穎銳，速一，深沉，可是缺少活潑，精神，然而理解力很強，看事入骨，好似先知一般，遠見事之未萌，前因後果，推測確當，審斷力正確，果決，絕對，迅速，但想像力很薄弱，情緒不豐而強烈。

作事的心火最大，作起事來無不盡心竭力地去作，連極微小的和一些無關緊要的小事也用極大的心火去幹，別人託付和自己担負的事，定要恒心

一志地努力實行。如果決定了一件事，辦不成是決不死心的。因爲聰明，富於經驗，專務恒心，所以舉辦事業難以不成功的。總不知懈怠，儉安，即在休息時還是尋求操作，好似在身內有一種原動力，常催促他勞作，在心中常在翱翔着宏圖，計劃，整頓革新的至意。不問事情當做與否，只是能做，便全力去辦。遇到困難，阻撓，雖然當時覺着彳亍，可是片刻之後又興奮起來擯除一切阻碍，繼續下去。在一切工作上，無論勞心，抑勞力的，都是很急進的，轉眼之間就要完成一切；明天的事情，恨不能登時了結；因此特在事情將要結束時，往往了草慌亂，匆忙起來。

只要無人反對他，他和衆人成爲最好朋友；倘若有人與他對壘，他更加倍的還報，加以反攻。同人爭辯時絕對不肯讓步，因此實在難以屈服他；他得勝了，才肯休止；如果他壓服不住敵手，或不能直接地攻打競爭者，便暗算圖報。人壓制他越厲害，反抗越強烈；將敵人制服後，才肯善罷甘休。

爲執行自己的事業，奮不顧身；不怕任何犧牲，而往往率而操弧；缺乏周慮謹慎，明智與節制，容易失於殘酷，不仁不義，不知諒解人，不知去就，因此時常觸怒於人，敗壞自己的事業，貽人話柄。若是能够克服，約束自己，而不走向極端，恐怕他要恩惠生靈不在天神以下，然而若是一任地放蕩不拘，使自己的氣質如無韁之馬，無舵之舟，奔逸無羈，雖然心善意好，不怕犧牲，恐怕不但於人無補，反到危害他人。因爲過於務外就不會收斂心神，默想時心在職務責任上。在社會上不善於周旋，容易得罪人，好痛斥人，別人的作風，只要同自己的作法不同，便大加唾棄，因此容易失之太過，背棄真理與公義。在同人談話散心交往之際，不喜歡發言，說話的態度又過餘冷情，對於客觀的實理有見必露，絲毫不知檢點，因此往往使血肉的人遠離他。雖然在內心深深地含蓄着愛德，慈悲，重視他人，同情等心情，可是不會往外表現自己的心。有人得罪他，他並不大計較，不好動愁，可是對於他人的痛楚也是絲毫不明瞭。然而若是他實實地

感到人得罪他，便深深地難受，歷久方艾。通常他的情感不易激動，但是一旦起來，勢必很強，難以遏止，思言行動皆要受其影響。

他的爲首毛病是驕傲，他一生的希望是衆人光榮贊揚他，聽從他的指揮，向他俯首下拜，他想自己比衆人聰明，自恃太勝，以爲自己足够了，不肯請教於人，不顧他人的意見，走錯了路固執原諒自己，錯誤歸咎於他人，難以向人展開心懷，訴心爲他是一個難以肩負的十字架，他最怕的是傷臉面，受人凌辱。

指示 一：克制個人的聰明，經驗，技巧，而歡忻踴躍地都犧牲給天主。

二：盲目地服從，特別習修理智的服從。

三：良善，忍耐，總不嚴斥，壓制，相反，傷害，要笑人；如果由於職責必須懲罰他人，先徵求他人的意見。

四：在思言行爲上謹遵愛人如己第一條最大的誠命。

五：時時懇求天主至深地謙遜；慷慨地把握時機壓制自己，總不表顯在人以上，反屈服自己在衆人以下，尋求卑賤的工作，避免管理人的職務，將首位讓給別人，任人各自主張。

六：多多習練神修選擇，做事三思而後行，遇到疑難和大有關係的事，先請教他人，絕不可自作主張，事事查考自己的意念計劃，是從天主來的，或是從本性來的；對於自身，他人，長上，天主，能够發生什麼效果。自己的計劃能損害他人時，雖然有利於己，也是不作。

七：種子若不死了，不能結果實（若，拾貳，二十四），所以先當死於自己的本性，特長，而後方能在天主的葡萄園裏結豐滿的果實。

八：進行一切緩慢，在天主面前千年如一日，山上的冰川歷數千年方能完成自己的路線，誰願意達到目的，必須使用相當的方法，「工欲善其事，必先利其器」。但管制自己唯一的方法，就是克服自己。預先劃定工作終了時期，是本性的衝動，自愛的呼聲，法外的門徑；忙迫的工作，妨

碍心神的健康，使人忽畧神修，敷衍工作，得罪旁人。「念茲在茲」，「善行所行」。

九：節度，能傷害健康的一切工作留給旁人去做，最中悅天主的不是奉獻時間，而是犧牲自己。膽汁質的英豪德行不在極端而在中庸上；無論作什麼，要有節制，維持健康，準備高齡，以便長久地能服事光榮天主。要達到這等地步，須要祈禱，安靜，從容。勇毅不是強橫暴力，也不是試探天主。不要自恃太過，對於一切有關心身健康，作事的尺寸和態度等等問題，務要請求神師和長上的指導。「因為誰願意救自己的性命，必要喪失性命；誰爲我及福音的緣故，喪失性命，必要救了性命」（谷，捌，三十五）。假若天主願意犧牲性命，就甘心犧牲吧！然而總不可將自身當作生命的主宰，千萬不可作自己的劊子手。

修養資格 膽汁質者常抱怨說：「雖然有天才有學問的是我，還是凡人主政，庸人爲首，且常能影響領導他人，而我反毫無成就」。的確，人

人怕能看透人心的聰明人，打破一切阻碍的直爽人，不認識軟弱的剛強人。但膽汁質者失敗的原因不只在乎他人，而更是在乎自己的品行。因為他，一般地說，缺少禮貌，不懂人情，輕視他人，批評人過嚴，使人遠離自己。天才大，毛病也大。人都承認非常的本領，更注意非常的毛病。尋常人尋常的缺失，所以招惹人的憎惡也是尋常；越有本領特出缺失的，越容易使人注意，憎恨與厭惡。假使你要使用你的天才，要管理領導人，求人同你合作，應該先修養你的人格。天才越大的，需要越大的德行；如果你的謙遜，愛德，禮讓，明智，良善，和悅，慎重等德行超過衆人的程度，則你的成績功效，自然也要駕乎他人之上；否則還不如尋常人。

在聖德的道路上 聖人中有許多膽汁質者。另外是一些創立修會的，改良修會的偉人，富有此種氣質。的確，膽汁質者對於自己的氣質所應剷除的，比別人所應求得的還多；可是如果有一個中心思想為前導，很容易得勝一切困難。例如聖依納爵慣以「愈顯主榮」為一切準繩，自然一切困

難皆措置裕如；聖方濟各——沙勿畧所懷念的是基督的金言：「人既使得了普天下，若喪失了自己的靈魂，爲他有什麼益處呢？」（寶，拾陸，二十六）。所以這兩位大聖人皆先克勝消滅了自己，而爲天主幾乎征服了整個世界。

膽汁質者應當多次默想耶穌的話：「離了我，你們什麼也不能做」（若，拾伍，五）；及聖保祿的話：「我靠着加給我勇力的主，就沒有做不來的事」（斐，肆，十三），所以要常常的祈禱，時刻不停地懇求天主，在自己身上彰顯天主的光榮。若是一個膽汁質者能成「祈禱的人」，他便在聖德的道路上有了門徑。「誰願意爲第一，就該作你們的奴才」（寶，貳拾，二十七）。

憂鬱質者

描寫 憂鬱質者亦稱謂神經衰弱者。這等人一生走着痛苦的道路，同時盡着高尚的職務，詩人，藝術家，立法者，哲學家，發明家，人類間的

恩主，開闢新路徑的人，大部份都是憂鬱質者。這等人如同海綿吸收水滴似的，將所見所聞的一切印象牢記心中，反覆迴想。理智深沉，澈透事理，善於默觀，好似黃鷹翱翔空際，俯瞰品類之盛，萬物之美。

具有濃深而潛在的情感，外表看着，好似冰冷無情，殊不知內心却充滿着愛情，憐憫，仁慈，同情等情緒。與人最難締結友愛，但既經締結之後，忠實到死。不肯向人開胸見腹，可是既經開朗，也就毫無隱匿。容易猜忌狐疑人，因此整個的人表顯着端莊，敬重小心，謹慎的態度。受到逆境，痛苦異常，雖不表顯於外，其實深入骨髓，絕不肯向別人訴苦。「反脣抱心懷，自己苦在心中。」覺疼性過敏，別人善心善意也能得罪他，使他遠離人，躲避人，畏懼人。時時愁悶在心；如果沒有家務，責任等外在工作佔據他的心，將他從煩悶中救出來，不免神經錯亂。

本來意志堅強，富有精神，作事興奮振作，認理透澈，然而一旦起了不測風雲，或因勞苦過度，或因煩難的折磨，便隱藏起來，猜忌人，嫌惡

人，敗興，陷於悲觀。

總不敢決定主意，再三審量，反復思維，準備方針，總是蹉跎不已，胆量小，缺乏自恃，除非堅信，絲毫危險都沒有，才肯決定去辦。

不惜犧牲；恒心勇毅地走德行的道路；既是遠離衆人厭惡世界，所以容易皈依天主；既是在人間尋不到堪愛的人物，所以自然全心繫戀天主，專心默觀天上之事。在心靈的深處結合天主，同極忠實極可愛的神聖淨配密談神交，一心注目基督和天主母的善表是他的最大福樂。總而言之，他生來是度默觀生活者。

的確，這種人容易達到神修高超境地，然而必須先經奮鬥，方能造詣，因為依恃天主感覺太難，一遭神枯，便以爲天主離棄了他，再不敢親近天主，並且過逾厭棄十字架與屈辱。

指示 一：進修真實的，恒久的與勇毅的謙遜，尋求屈辱，被人壓服欺辱之後，仍然喜喜歡歡地努力盡職，交際，並且滿心希冀這種機會的來

臨。

二：多默想耶穌苦難和聖母七苦，好能真心愛慕十字架。

三：總不要愁眉不展，懈勁鬆弛，常要尋求有益的工作，因為如果神靈上遭受憂苦，煩悶，困滯，就管制不住自己了：所以幾時感到憂苦前來，侵襲，立時要為天主的光榮作些外在的工作。

四：不要論斷，疑惑，猜忌，歸咎人，不要因了他人的過惡失掉內心的和平。

五：他的固定觀念是以為別人待他不公，所以每次心中感覺到這種信念的侵蝕，立即實行驅逐反攻，在思言行為上愛人如己。

六：克勝畏懼怯懦等情，事事反攻。

七：多次默想靜觀天主的仁慈，美善，照顧，良善，寬仁，愛情等積極屬性，美好。全心依恃天父，修養孝愛之情。

八：不要忘記，人生此時，生活在涕泣之谷，是脫不開苦患；所以不

可畏懼苦患；反之，應當戰勝痛苦，惟有如此，然後方能奏凱登天。並且沈溺於苦患不但沒有益處，而且害處很大；所以最好是克制感情，得勝本性，歡忻喜悅地侍奉天主。除非全心歸向天主，便無往而不感感。你幾幾渴望地沒有成功，沒有滿全，爲何惴惴不安呢？「誰能事事順心呢？也不是我，也不是你，世界上沒有一個人……誰比較好呢？一定是能爲天主受苦的人」（師主篇，一，貳拾貳，一）。

黏液質者

描寫 黏液質者是一切動作，改進，革新，快速，爽利的勁敵死仇，更不知惴惴不安，焦心苦慮，若我們只憑外表去定斷他，容易想，他是貪懶好閒的；這是大錯而特錯；殊不知他並不是懶惰人。應當分晰清楚，一：天生的氣質，二：倫理的品行。無疑地，黏液質者和其他氣質的人一樣，能陷於懶惰的毛病，但就氣質這一方面說，黏液質者實際上決不能說，是貪懶好閒的人，單單是因着他的姿態給人一種懶惰的印象。

理智並不速快，亦不深沈，然而判斷人和事物却極正確，能够深入事理，關於此點，他種氣質的人，似乎是趕不上他。處世很明智，堅忍有恒，學藝學術，遲鈍一些，然而孜孜不輟，需要的時間大，可是所學會的，却好似成了他的第二天性。想像力不甚活潑，說話正直，談吐漂亮，因為說話遲慢，故有準備發話的時間。舉動遲緩，行動穩慢，心情不易受激動，感覺不很深刻，一切的印象難以全盤地牢記心中。

忍耐堅強，不易被得罪，人對他表示親密，他也不動情，不審量事體的後果，遇到困難的時際，不努力克服，反設法逃避，內心中並不是沒有情緒，可是決不輕易表顯於人，多咱有人求他幫助，他就大燃愛人之火，不惜勞力，此乃人所共睹。

黏液質者主要的特徵是從容，忠實，勤篤，工作盡職，不遺餘力，任勞任怨，不怕勞作，並且貫徹始終，勤勞一致，因為他的恒心常是既許必踐。這等人是可託靠的，他並不知道，什麼是熱情，急躁，不明智，冒失

，因此他失敗的時候很少。可是他成功的也不多，並不是因為他常是半途而廢，是因為他負起的工作很少，且很緩慢。

他應當拔除的毛病故然比他種人少，但是他的力量也同樣比他人少，所以為攻打自己，也需要同樣的努力。

指示 一：集中力量，鍛鍊，強化，控制自己的意志。

二：因此習練堅強與恒久的克苦工夫，慷慨大方地作內外克己苦工。

三：要躲避怠惰，鬆懈，如同瘟疫一樣。

四：在神師的指導之下規定日程，需要謹慎遵守，永不因自私自愛而推辭。

五：應當時常稟明神師或長上，如何利用時間，何時作了什麼，成就了什麼，在長上的管理之下，自強自勵，自奮自勉，能够得勝一切困難，一定是一日千里的前進。

滑稽的例證 請聽這小小的例證；雖然有些言過其實，但是將四種氣

質表明的非常詼諧，而且恰到好處。假定我們的朋友，一日午後正在床上休息。忽然有人從窗外擲進一個滿裝鈔票的錢袋。我們從此可以觀察到各種氣質的反應。如果這位朋友是多血質者，他便一躍而起，拾起錢袋來，順着原來的方向，從窗戶拋出去。如果這位朋友是膽汁質者，便急忙起來，拾起來打開數一數，好似已經是自己的了，便計劃着這筆錢的用途。如果這位朋友是憂鬱質者，他便要嚇一跳，兩眼灼灼地注視那錢袋，嚇的不敢入睡，也不敢將它拾起，只呆呆地考察，這是怎麼回事，如果他拾取了，別人要說些什麼，別人要怎樣控告他作賊，爲着良心的譴責，想像自己手足被縛，到案聽審，受刑萬狀，所以終究不敢拾取。如果這位朋友是黏液質者，便要伸懶腰，打呵欠，先自言自語地靜止着，然後轉過身來，面向牆壁，拿定結實主意，想一種妥善辦法處理錢袋，便依然任它放在地上，仍然睡去。

再舉一例。一日，多血質者，膽汁質者，憂鬱質者，黏液質者同行，

走了不遠，在前面發現了一座大牆擋住了去路，於是多血質者就把平生所有的氣力全拿出來，一躍而過。膽汁質者則想剷除此牆，就用了一把大錘，把牆打個大窟窿過去了。憂鬱質者，一見此牆就想莫非我得罪誰了嗎？爲什麼他們在此處砌了這道大牆呢？於是不敢前行矣，黏液質者則四週觀望，最後在較遠的所在發顯了一個大門，於是就自言自語地說，「我先休息一會兒，再繞過去以便從那大門進去」。大家都看清了，所舉的這個例子並不是沒有根據的。

務內的人和務外的人

描寫 世間的人可以分做兩種完全不同的典型：務外的人與務內的人；務外的也稱好動的，務內的也稱好靜的。有的人完全務外好動，有的人完全務內好靜，但是大部份人全是務內務外動靜相間的人。一般地說，四個人中一人是務外好動，一人是務內好靜，其他二人則務外務內好動好靜一

相間。

現在我們把這兩種人描寫一下。

務內的人喜歡獨立工作；務外的人寧願同人一齊遊戲，一齊工作。

務內的人樂意以文字表達己意，不善於交際來往，寧願寫一篇灑灑千言的書信，而不肯和人當面談幾句話。務外的人則不如此，他若該告訴別人一件事，則雖步行百里去見那人，受勞受苦，亦所不辭，但却不願意寫一封簡短的書信。

務內的人容易被得罪；務外的人對於小的冒犯滿不在乎，對於較大的冒犯也不很難受。

務內的人喜歡紀律，單調，毫無危險，毫無困難的生活；務外的人喜歡進取，冒險，得失相兼的交際，喜歡做新奇和艱巨的事。

務內的人以為誠律有傷自己的自由，所以不喜歡服從長上；務外的人喜歡承當托付給他的責任，幫他人的忙，但常依照自己的意見實行命令。

務內的人喜歡研讀；務外的人厭惡讀書。

務內的人在學習時好做深思，咀嚼其中的細理，喜歡聽別人述說應當學習的事理；務外的人喜歡藉着寫作，藉着做提綱，藉着辯論，藉着講授去研究事理。

務內的人喜歡獨處一室，自事其事；務外的人寧願請教於人，尋找作伴的人。

務內的人失敗以後容易敗興失望；務外的人失敗之後再接再厲，有敗興失望之情亦可不久即逝，機遇一到，便又以全副精力從事各種工作。

務內的人不易改造環境，革新生活；務外的人常能隨機應變，喜好新奇。

務內的人做一切事，例如寫信，念書，辦事，都是做得十分確切，十分完善，十分深邃，所以在學問上研究到極微妙之處，好似「對於虛空也知道一切」；務外的人思想淺膚，厭惡瑣碎工作，對自己的作品不喜歡加一

以修整。

務內的人不喜歡把自己的什物借給別人，但他從別人所借來的亦必屆期奉還；務外的人喜歡把自己的什物借給別人，但是別人借給他的什物他往往忘記奉還；因此明智的人喜向務外的人去借東西，而把自己的東西只借給務內的人。

務內的人使用自己的東西，如傢俱，器械，常加很大的小心；務外的人對於這些事則滿不注意，使用一切東西，一點也不加小心，壞了再換新的。務內的人對於人有深切與持久的愛情和友誼；務外人的愛情則是淺浮的，變化無常的。

務內的人容易遇事害羞，心中擾亂，侷促不安；務外的人易與人交，無所畏避，常尋找談話的機會。

務內的人只肯藉着祈禱和犧牲專教；務外的人只努力外部的宗徒事業，忽畧祈禱和犧牲。

務內的人偏於抽象方面的事，務外的人偏於具體方面的事。

務內的人朋友極少，交朋友必定需要很長的時期。務外的人朋友很多，無論遇到任何人，便能一見如故。

務內的人做事缺乏魄力，行路緩慢。向人握手言歡，尤是一種極難的事。務外的人做事傾注全力，行路迅速，與人相見，把袂笑談，依依不捨。

務內的人在言語和判斷人物上十分謹慎，陳述事理必詳必盡；務外的人在言語和判斷上易生不謹慎，欠明智和好誇張，在陳述事理時不過提綱挈領畧談數語而已。

務內的人寡言笑，重踐諾；務外的人則反是。

務內的人對於別人的工作吹毛求疵，過甚嚴苛；務外的人對於馬馬虎虎的工作也不表示不滿足。

截長補短 務內務外於人的氣質，性別，年齡和教育都很有關；例如，雖屬務內的人，在青年時必要表現務外的質型；反之，雖屬務外的人，

在老年時也必要表現務內的質型。女子多趨向務內而男子則多趨向務外。務外與務內也與民族的教育和修養有連帶關係；例如中國人務外的多，日本人務內的多。再者，務內的人也能有務外的人所有的一兩樣特點，如喜歡說閒話，交朋友。務外的人也能有務內人的一兩樣特點，如好敗興失望。所以若想斷定，一個人是那一種人，應該由全部來看。

試問，這兩種典型，那一種好呢？都不算完全好，所謂「中庸之謂德」。譬如務外者的缺點是他總不會發明機器，使用機器等。務內者的缺點是他總不會應付環境，善度團體生活；這兩種優點，更好說缺點中，那一個算好呢？當然一個也不好。所以每人要努力捨己之短，取人之長；資格的這種修養是絕對重要的內克己計劃，也是使人成聖的最好對策。

此外人人都要極力了解別人，不要強制人拋棄他本有的典型，隨從他人的典型做事。這種了解不單能息止民族與民族間的戰爭，而且還能減少個人與個人間的口角與不會合作的困難。這種了解在傳教集團內是更應當

提倡的。因爲應當彼此協力合作的教士們不是由於自由的選擇才團集在一齊的，而且他們當中還有很多的人，性格完全彼此不同。

過度的務外精神是神修生活的根本阻礙，人若不把它徹底改變一下，便不能度真正的神修生活，不能度內修生活。

神 修 學

聖	天	翕	聖	心	克	新	德
德	主	合	德	靈			
學	化	主	的	純			
理	生	旨	阻	潔			
	活		碍		己	禱	行

印 刷 者 獨 立 出 版 社

王 府 井 大 街 六 號

版 權 所 有
翻 印 必 究

24

713274

61

713274

66