

《耶穌的思維（1）》

「他心怎樣思量，他為人就是怎樣。」（箴二十三 7）

「你要保守你心，勝過保守一切，因為一生的果效是由心發出。」（箴四 23）
聖經中提到「思量」、「心」等詞，有今天我們所說「思維」、「心態」、「心思」的意思。思維、心態或心思的好壞會影響我們一生。

美國心理學家 Carol Dweck 是全球知名的正向心理學家，她的著作《Mindset：The New Psychology of Success》是全球暢銷的心理學科普書籍。她在書中向讀者介紹了兩種抱持不同心態（或思維）的人，第一種是擁有定型心態（Fixed Mindset）的人，他們十分相信天賦的重要性，認為在不同領域獲得成功的人都是天生有一定的天賦，只需後天稍微練習就能把天生的優勢發揮出來，成功垂手可得。這類人十分相信天生的特質所扮演的角色，他們認為人的發展受着很多天生因素局限，我們常聽到的「認命」、「好醜命生成」就是這意思。即使人付出努力也只能獲得有限的改變，如果你有某些特質，你就會成功，相反缺乏某些致勝特質，便只有失敗。除了認為成功是基於天賦特質外，這類人還會把結果看得很重，認為結果是好是壞就是判定自己成功與否的唯一準則，一旦他們遭遇失敗，就會垂頭喪氣，覺得不再可能成功。

第二類是擁有成長心態（Growth Mindset）的人，這類人認為天賦有一定的重要性，但天賦和訓練是相輔相成的，訓練能加強天賦，而強化了的天賦又會令人繼續尋求訓練。這類人即使知道自己缺乏某種天賦卻不會「認命」，因他們相信：既然我還沒有成功，那就努力改善弱點讓自己進步，因為人是可改變和進步的。由於有這想法，他們往往不相信自己只能到達某特定水平，所以會針對弱點尋求改善，天生唱歌不好便練習改善音準、節拍等問題；說話沉悶便多看著名演講家的演說技巧偷師。他們在追逐目標時，同樣覺得結果很重要，每個人都想獲得最終勝利，但他們更看重過程中自己是否有進步，對他們來說沒有甚麼比每天、每月、每年都有進步來得更棒了。因着這思維，當面對困難和失敗時他們也不會視之為結果，而是將之視為「障礙」，是必須解決的問題，所以困難不會那麼容易擊倒他們。他們相信，每個人的人生在去世前都沒有一個所謂「終點」，因為即使你在某個領域成功了，未來也會有另一些不一樣的挑戰。同樣地，即使你現在失敗了，也不代表那是你的末日。

看到這裡，你認為自己是那一類人呢？你認識的耶穌又是那一類人？下文待續。

黎健聰傳道

2021 年 11 月 17 日星期三