

有人說憤怒是壞事，有人說憤怒是好事，有人說處理憤怒的情緒需要智慧。試以「談憤怒」為題寫作文章一篇，談談你對憤怒的看法。



談憤怒

6E (2016-2017) 洪達鏗

2017 年香港中學文憑試卷二答題(5**)

在人的眾多情緒中，假如喜樂是怡人的風，哀愁是綿延的水，那麼憤怒定是那團熊熊燃燒的火焰。正如火擁有摧毀一切，叫萬物灰飛煙滅的威力，憤怒也具有無比的破壞力。在無數的紛爭、武鬥、戰爭背後，我們都可以看到憤怒在驅動這一切——我們甚至可以說，人世間大多數的不和平，都是因憤怒而生。

正因如此，許多人對於憤怒，懷着一種畏懼乃至於憎厭的心態。難道不是憤怒迷惑了人的理智，叫人作出許多錯誤的決定嗎？「衝冠一怒為紅顏」，卻落得後世惡名的吳三桂想別可以證明這點。難道不是憤怒造成復仇心理，讓許多不必要的殘殺發生嗎？古代許多下令屠城的將領可以出來做證。難道不是憤怒，破壞了許多人與人之間珍貴而難得的情感嗎？試想想，一天有多少父母和子女因一言不合而怒火中燒，導致關係破裂？又有多少恩愛的情侶因小事上的爭拗而惱羞成怒，最後無奈分手？千百年來，憤怒的火焰一直在燃燒，並席捲人間的每個角落；所到之處，這團烈火摧枯拉朽，處處都不忘留下破壞。

既然憤怒具有這般令人咋舌的破壞力，那麼只要我們像對待核武器一樣，將憤怒收藏起來，在生活中摒棄憤怒，豈不就能天下太平了嗎？倒也未必。上列的那些逞一時意氣，因情緒爆發而生的不經理性思考的憤怒，自然是愈少愈好；可是有一種憤怒，我們卻是萬萬不能失去的，假若失去的話，整個社會和歷史的進程都要發生翻天覆地的變化。

這種與別不同的憤怒，我們稱之為「義憤」。顧名思義，那是為了道德原則「義」

而生的憤怒。當有所不為的正人君子遇上與心中的道德律抵觸的行為或人時，便會生出這種義憤。例如管寧與華歆同讀書時，看見朋友心猿意馬，非讀書人應有的作為，便憤然割席絕交。明朝東林黨人不滿閹黨魏忠賢等人弄權，上書力陳其弊，所憑藉的也是這種義憤。《聖經》中，耶穌在聖殿中眼見商販藉祭品牟利，便怒而掀翻他們的桌子；可見即便是聖人，當心中神聖的事物受到侵犯時，也會心生這種義憤。

從這些例子中，我們可以看出義憤在社會人生中是如何的重要及不可欠缺。假如失去了義憤，我們便不會對道德敗壞的社會感到失望和痛心疾首，也沒有甚麼會驅動我們主動去改變。我們將成為道義上的行屍走肉——對不義的情形無法反抗也無意反抗，身陷罪惡的泥沼中依然心安理得。「大凡物不平則鳴」，身為萬物之靈的人類，若然丟失了義憤的本能，便連這個也因事物的基本特質也沒有了。

再深一層的思考下，我們會發現，雖然同樣是憤怒的火焰，一時衝動之怒與義憤兩者生出來的火焰可謂截然不同。對於一時衝動而生的憤怒——或許稱之為脾氣更合適——而言，發怒的人心中的理性已被情緒蓋過，辨別是非「心眼」也早已被無盡欲求未滿的失意蒙蔽。這種憤怒多與「匹夫之勇」、「魯莽」同時出現，受它所制者根本沒有控制自己的能力，只是憤怒的扯綫木偶。相反，心中存有義憤的人並未喪失理性；他們在理性上的道德判斷和情感上的自然反應共同驅動下，發揮一己的道德能動性，主動對不符合倫理標準的事物加以批判。假如「發脾氣式」的憤怒是不受控制的野火，那麼義憤便是君子心中洪爐的不息火焰。這個洪爐內的爐火，是他們的力量之源，推動他們抗拒腐朽的事物，並建立新的秩序。

可惜的是，在現今的社會中，鮮少有人認識到義憤的重要性，給予它應得的讚賞。更多人選擇將它當成憤怒的一部份棄如敝屣。正因如此，我們的社會上便多了許多不懂得發怒的人；那些如上文所述的，行屍走肉，不會反抗醜陋的外在環境，甚至加以迎合的人。這些人往往情緒軟弱，沒有性格，更沒有做人處事的底線。在某些國家中，有人眼見身邊的途人被虐待、被強暴、被殘殺，卻沒有對施暴者生出一丁點的憤怒。在某些歷史章節中，有漢奸每日聽見自己的國人被人侮辱、欺凌，卻仍可卑躬屈膝，毫無怨言

地服務別國的人。有這種人在身邊是危險的：他們的底綫隨時都在變化，下一個出賣的也許就是你。義憤的缺失令他們的勇氣失去了至關重要的一部分：知恥。

在這個人們開始忘記「義憤」的社會中，我們有必要重新認識憤怒，並肯定它的重要性。上天給予我們多種情緒，每種都有其正面和負面的意義，唯有各司其職，方可形成一個完整的、有血有肉有思想有原則的人。在電影《玩轉腦朋友》中，人的五種情緒以喜樂、憤怒、憎厭、和憂愁代表，當「阿樂」和「阿愁」不知所縱時，人的情緒管理就開始失控。其實憤怒的重要性亦不亞於喜與悲兩者；作為心中的火，它提供了人作為一種道德動物的內在驅動力。正如人生不能失去火種，我們也應當抓緊並好好利用心裏的憤怒。