

傾聽讓關係更美好

參考經文：《箴言25章8～20節》

經驗豐富的人所提出的警告，對願意領受的人來說，比金耳環和純金製成的飾物更有價值。（箴言25章12節）

《傾聽讓關係更美好》的簡介寫到：「為什麼人只有一張嘴巴，卻需要兩隻耳朵？成功溝通的祕訣：能言善道不如洗耳恭聽！」2003年《今週刊》中〈化領導危機 為危機領導〉一文則提到前美國總統威爾遜曾說：「在上位者必須豎起耳朵，仔細聆聽部屬的心聲。」是的，我們要對人表達想法之前，需先傾聽對方，如此我們才知道對方的想法，彼此進行有效的溝通。

然而，若只想要別人完全聽命於「我」，不管其頭銜再多，也無法服眾。箴言25章12節說：「經驗豐富的人所提出的警告，對願意領受的人來說，比金耳環和純金製成的飾物更有價值。」對一個基督徒助人者而言，他在陪伴受助者的歷程中，會相信對方有上主的形像，讓上主親自來觸摸並治癒受助者。一個經驗豐富的助人者，不會以命令式口吻來勸告；反之，他會透過聆聽來幫助對方發現自己的能力，看見上主創造生命的價值，這就是同理心，與同情心徹底不同。

路加福音19章1～10節提到耶穌與撒該的互動，可看到耶穌所呈現的助人者觀點，是願意投入團契關係的對話。耶穌在撒該身上看到上主創造的美好形像，用上主的眼光看撒該，能把他生命中的難處看得更清楚，並在傾聽與接納中，讓撒該有力量來面對自己的難題。

在我們的家庭、職場或信仰團體中，我們是傾聽者嗎？還是常把主觀情緒加諸他人身上，把對方當情緒的垃圾桶，倒完就一走了之？我們都希望被聆聽，而每個人也希望如此被對待。愛是包容、接納、關懷、尊重，而不是用分析的。

當受助者還沒有預備好，關係還沒有建立好，我們就開始分析他，就是不尊重他。一個經驗豐富的助人者，他所提出的警告，是會讓人願意領受、學習的。這是因為他願意先傾聽，他也清楚知道一個人即使處境再糟糕，仍有正面的能量，所以在互動過程中，他會不斷以對方的想法為主要考量，而不加增主觀的建議。如此，相信在助人的歷程中，兩人會一起成長。

默想：

有人向我求助，我是一個怎樣的助人者，傾聽型或指導型？當我與求助者對談時，求主讓我學習耶穌，先放下建議，專心來傾聽！

祈禱：

親愛的上主，謝謝祢總是願意傾聽，並且用溫柔的方式給我們空間和信任。懇求祢也幫助我學會傾聽人，藉著祢所賜的智慧言語使人重新看重自己的生命價值。奉主耶穌的名祈禱，阿們。