

第五章 保護與建立心連心的關係

基督釋放了我們，叫我們得以自由。……弟兄們，你們蒙召是要得自由，只是不可將你們的自由當作放縱情慾的機會，總要用愛心互相服事。（加拉太書五章 1, 13 節）

我希望藉由這本書讓你看到自由的本質與重要性。如同第一章所說，神造我們是自由的人，但我們曾失去這自由，而祂已付上最高昂的代價，使我們重獲自由。但我們受造還有更大的目的，那就是愛；為了達到這個目的，必須有自由，自由的重要性在此。自由的最大目的是為了愛，所以若拿自由去用在其他目的上，就好比把烤麵包機插在電壓不符合的插座上，這自由就被破壞了。除非我們運用自由去愛神且彼此相愛，否則不能行在自由中，更無法在我們周圍營造自由的環境。自由的核心在於自制力與責任心，每個人皆須克盡一己之責，保持自制，否則難以彼此相愛並培養健全的關係。

立維決定就讀公立高中的那個夏天，同時加入該校足球隊。九月賽事上場，我們前往觀賽，菜鳥隊的賽程排在週四晚上，校隊和二軍的賽程都排在週五晚上。進入球季後的第三個週末，他練完球回家，說：「教練要我們去看這個禮拜的校隊比賽，觀摩學長的球技，禮拜五晚上我能不能去看比賽？」

我看著雪莉，曉得她所擔心的和我一樣，我們都記得從前我們看足球賽時做了什麼事，那可是和比賽一點關係也沒有。所以，我對他說：「兒子，我很害怕，不過你可以去。」

「我可以去！太棒了！」他高興地跳起來。

那場球賽是在客場比賽，所以我得開車到鄰鎮去接他回家。一到我們約定的地點，見他已經站在那裡等了。我一邊等他放好背包又坐好，一邊暗自希望這不會是個漫長的夜晚，我不動聲色地聞了又聞，聞不出他有任何酒味，乾淨的。一路開回家，把車停好，出來，父子一起朝家門走去。未到家門前，他伸出手碰碰我的臂肘，說：「爸，謝謝你信任我。」

我說：「不客氣，兒子，謝謝你保護了我們。」

他說：「不客氣，爸。」

這年輕人知道他負有一半的責任，他要盡上他那一部份，他知道沒有別人可以替他做。他從小被訓練相信在「我們」的關係中，除了他沒有人可以承擔他那一半的責任。現在我們已從他身上看到成果。

如果我們想要訓練孩子好好處理這份自由，視之為親子關係中的第一優先，就要盡全力幫助孩子相信這兩個信息是密不可分的：「我非常愛你」和「你打算做什麼？」我們若把選擇、問題和限制，與愛的信息連在一起，孩子就會學到那些都是學習管好他們自己所不可或缺的，並且我們非常看重和他們的關係。他們會學到好好管理他們的自由，就是在培養並保護和我們之間互重互愛的關係。為人父母最大的心願應該是，孩子看重和我們的關係，並作為面臨抉擇的考量。因為這也是神對他們的心意，神希望他們以保護與祂的關係，作為面臨抉擇的最高原則。

前面提過，我們可以讓孩子從小就練習作選擇，不妨以我們家的某次場景為例，我們子女幼小時，雪莉創立了聖誕節家庭影片的傳統，她讓孩子對著鏡頭說：「嗨，把拔，我們愛你！聖誕快樂！」有一年她拍攝這部傳統影片時，兩歲的泰勒和四歲的立維講著講著竟吵起來，泰勒正好拿著一盒電玩，他作勢向哥哥砸過去的時候，雪莉問他：「泰勒，可以用玩具丟人，還是不可以？」

請留意泰勒心底的需求——我是對的，長大後他可能是那種會糾正你：「不是1963年的小熊隊，是64年！」的人。小小年紀的他就已深信要做就要做得正確。可是許多父母會把這種行為解釋成不尊重，其實小孩子只是想作自己罷了。當我們以尊重的態度與人互動，讓對方作選擇、分享控制權，就是讓他作自己。而那部家庭影片便捕捉了泰勒糾正雪莉的一幕，雪莉問他：「可以用玩具打人，還是不可以用玩具打人？」他卻說：「不對，不對，你應該說：可以用**電動**打人，還是不可以用**電動**打人？」到今天我們每次看到這裡還是會捧腹大笑，同時一再被提醒，小小孩兒也懂這個選擇、自由與權力的文化。他們很快就學會，然後去做。

拍攝這段家庭影片過後六或八個月，我們全家去 Mervyn's 百貨購物，那時我仍是社工師，每天上班都要打領帶，所以每逢家人生日或節日，全家去購物的時候，我總會添購一件襯衫和一條領帶。那天，泰勒發現了一條上面有兔巴哥圖案的領帶，他拿了兩條走到我面前，說：「把拔，你想要哪一條，這條還是那條？」我說：「呃……。」他說：「你決定還是我決定。」我說：「那條好了。」他把另一條放回去，為了嘉許兩歲兒子，也肯定此教養原則已深入人心，那天我買了一條兔巴哥圖案的領帶回家。

有天我送蘭妮上學，那時我開的是公司配給的車，由於通常是我獨自開車，所以前方的乘客座成了我的專用置物椅。蘭妮打開前座的門，一看便說：「爸，你要我坐在你的東西上，還是你要把東西挪走？」

「我把東西挪走。」

營造尊榮文化，靠的就是留給人選擇的空間。在你子女心底也有這個人性的需求，一旦你滿足這個需求，讓孩子也能控制一些事物，那麼你便是在向孩子傳遞了他們的需求很重要，他們這個人也是寶貴的**訊息**。當孩子接收到他們是寶貴的**訊息**，就會培養出健康的自我概念。反之，當你和孩子互動中，從來不給他們選擇，他們就會學到只有你的需求才是重要的。長此以往，他們要麼反擊以滿足自己的需求，要麼相信他們的需求一點都不重要。當他們終於領悟如何培養健康的自我概念，便不得不全盤否定過去你所教導的，重新學習父母的需求雖重要，他們的需求一樣很重要。

我們已經看到孩子帶著健康的自我概念走入社會，懂得人必自重而後人重之的道理。我們也看到他們無論是面對同儕或長輩的不尊重，都懂得定界限。有時他們得面對在上有權柄者的輕蔑無禮，畢竟上一代多半認為小孩子有耳無嘴，若小孩子在大人面前主張自己的看法，就會被視為不敬。假如你從小是在這樣的背景長大，而現在你要更改教養態度，讓孩子作選擇，那麼你就要有心理準備，因為孩子的反應很可能會被你視為對父母無禮。好比我的孩子要我在兩條同樣有兔巴哥圖案的領帶作選擇，或者要我選擇把東西挪開。他們會主張自己的看法，因為他們本即具有個人意志。作父母的責任就是騰出發揮個人意志的空間，好讓他

們感受一下何謂受到尊重，並且人人都當受尊重。讓孩子在受尊重的氛圍下作選擇固然重要，但是，首先你必須讓他們有表達個人主張的空間。

三思椅

尊榮文化需要在健康的環境中孕育，而健康環境的一大重點是，懂得堅持個人主張與無禮不敬，二者有所區別。在你與子女的互動中，騰出空間來讓他們表達自己的主張，就是栽種尊重，而你也必收取尊重。不過，毫無疑問地，你會碰到孩子對你無禮的時候，那時你就需要引導他或她收拾殘局。

前面所舉的一些例子有的牽涉到對父母無禮，有些則不。蘭妮忘記帶午餐盒，並不涉及對父母無禮。那封電子郵件談到小女孩故意哭鬧，想賴掉她該做的家事，這就涉及不尊重了。不過，她的母親看出她的用意是藉著不尊重，轉移母親注意力，讓母親忘記要她整理房間的選擇。從這些實例可以看到，你必須說話算話、說到做到，切莫把孩子的問題當作你的問題。

身為父母有著許多角色，扮演國稅局角色時，你要**實際**讓孩子看到、嚐到他們所作選擇的後果，有時雖牽涉到與人的**關係**，但為了貫徹國稅局角色，你得暫不追究。不過，假如孩子對人不尊重，那麼你就要及早讓孩子體會關係的後果。無論是牽涉事物、或牽涉到人，處理時的首要之務就是，引導孩子找到自己的問題並承擔起來。

一個很好的做法就是在家裡設一把「三思椅」，別忘了，要讓另一個人三思的良方之一就是，提問題，不要替他下結論。所以當你叫孩子坐在「三思椅」上的時候，你的任務就是避免像查理·布朗的老師那樣長篇大論地說教：「哇啦—哇啦—哇啦—哇啦」，但要創造機會讓孩子藉著你的多重選擇問題，好好地想一想。

讓我們舉一個孩子對別人不尊重的例子，假設阿哲是你的兒子，剛才打了鄰居家的男孩子。現在他坐在你面前的「三思椅」上。你丟給他的第一個問題是：「阿哲，問題出在哪裡？」

他說：「呃……我不知道。他碰我，他打我。」換言之，阿哲想表示問題清清楚楚擺在眼前，會搞成這樣，他也沒辦法，他是受害者，無能為力，是別人拖他下水的。

「喔，這樣啊。因為他說了那句話，你就跟他吐舌頭，又用木條打他？」

「嗯。」

「真倒楣啊你，你說問題出在哪裡——是他說了什麼話，還是你做了什麼事？」

「都有。」

「嗯，他對你說那樣的話，你可以怎樣做？」

「我可以打他。」

「好，你就打他，可是結果咧？對你有什麼好？」

「我不知道。」

「打人是尊重，還是不尊重？」

「不尊重。可是他先不尊重我的！」

「不能因為他不尊重人，你就不尊重人吧？是他使你不尊重人，還是你選擇不尊重人？」

「呃，我想，大概是我選擇的吧。」

「這樣對嗎？問題就出在這裡，是不是？」

別忘了，整個問答過程目的並不在找出雙方罪責，而在幫助你的兒子學習一件事：除了他自己以外，沒有人可以控制他。你是在幫他發現他是一個有能力的人，但是除非他學會為自己的選擇負責，否則終究他得把這份能力拱手讓人。你所設計的問題都是為了讓他領悟這點，並面對這個抉擇：「你要讓別人或環境或你無法控制的外力，來控制你，還是你要自己來控制自己？」

但願他好好想一想以後，搞清楚誰說了什麼、誰又做了什麼，終於恍然大悟：「原來問題出在這裡，是我，是我選擇用那根木條打人，問題出在我打了人，我不尊重人。」當他開始承擔問題，你就可以問：「那麼你要怎麼做？」

有個母親終於領悟到她們母女關係不佳，問題不在女兒而是在她，她來信說到：

我聽你的授課 CD 裡說到，有位醫生發現問題出在他自己，我們也有一位已成年且仍住在家中的女兒，她有吸毒的問題達九年，但至今已十九個月不沾毒了。問題出在她與我們同住，還帶著她的兩個孩子，到了週末第三個孩子也來跟她過。家裡有三個小孩對我並不是問題，而是女兒跟我實在是完全相反的兩個人，所以很難處得來。因為女兒吸毒這麼多年，我累積了許多的憤怒，也常常以怒氣回應她。聽了你的課程之後，我才明白是我讓死亡的陰霾籠罩我們的母女關係，但那絕不是我想要的，因這層領悟我流淚痛哭。接下來的幾個禮拜很有趣，每當我想要生氣時，就會在心裡對自己說：「問題出在你身上！」我想我得用膠帶把嘴封住才行。同時漸漸使我明白，我一直以憤怒來回應女兒，真正的問題是憤怒，而不是我想要設的界限。當我一點一點開始控制自己之後，便能夠在平靜的狀態下設界限。這時，一件有趣的事發生了：女兒竟開始想討我歡心（我差點沒昏倒），家裡氣氛轉為融洽。我的丈夫出差一個禮拜，我和女兒完全沒有鬥嘴，甚至和樂融融。星期二發生了一件非常美好的事，那天我送她去上班，途中看到她前男友的卡車，我說：「妳還會心跳加速嗎？」她說：「再也不會了，已經都過去了。」她嘆了口氣，我說：「我想，妳幫不了妳所愛的人。」她說：「媽，那是我這一生最大的錯誤，還有那之後一大堆差勁的選擇。」我聽了開始掉淚，她握住我的手，說：「妳還好嗎？」我說：「嗯，我只是希望妳過得好，不要像以前那樣。」她說：「我知道，都是我作了差勁的選擇。」到了目的地，我說：「不管發生什麼事，我真的很愛妳。」她說：「我也愛妳，媽。」自從憤怒被除去後，我們母女關係就開始轉變了。

你的教導中提到，人總是找各種理由證明自己是對的，我就是這樣。我真的要好好把「是我的問題！」銘記在心。今天早上開車上班途中，我又拿出另一片 CD 來聽，總共聽 14 遍了……我相信自己會越做越好。

謝謝你把這些工具整理出來，對我們這些想要改變親子關係的父母真的大有幫助，至少幫助我從另一個角度去看現狀，發現問題也許出在自己身上。當神開始改變我，我們身邊的情況也開始改變，成為當初我所期望的那樣。