

## 照料他人之二：纠正错误的观念—朱如月老师

上次我们从圣经的角度探讨“照料他人”的定义，就是指愿意为那些需要依靠或无法独立生活的人提供情感和物资上的必要支持。

然而，“久病床前无孝子”，如果要长时间照料他人，可能会感到压力很大，也可能常常会有消极的情绪出现，例如感到精力枯竭、怨恨、孤立、压迫感、被击败、被忽略等。被照料的人也可能陷在亏欠别人和价值感缺失的低落情绪中。你的同情是否已经演变为对对方的厌恶？

### 一、问题

为什么照料他人被视为生活中最艰难的呼召？

#### 1. 问题 1：我为什么在对家人的照料上有强烈的内疚感？

如果你对家人关心得不够，那么感到内疚是合理的。提前 5：8 告诉我们要满足家人的需要：“人若不看顾亲属，就是背了真道，比不信的人还不好。不看顾自己家里的人更是如此。”

#### 2. 问题 2：当我不得不借助看护机构照料家人时，我为什么会感到内疚？

如果神并没有让你亲自照料家人的话，那你的内疚感就是错误的。圣经告诉我们要孝敬父母（弗 6：2—3），但是没有限定我们具体应该怎样做。

#### 3. 问题 3：为什么长时间照料家人之后，原本很好的关系会变得令人痛苦？

在长时间日常照料的压力下，你与家人过去未被解决的冲突会浮现出来。

#### 4. 问题 4：为什么我的生命总是会有愤怒、憎恨和苦毒？

这些情绪可能源于你仍然没有饶恕以往带给你伤害的人。西 3：13 提醒我们：“倘若这人与那人之间有嫌隙，总要彼此包容，彼此饶恕；主怎样饶恕了你们，你们也要怎样饶恕人。”

#### 5. 问题 5：我已经竭尽全力了，为什么仍然感觉自己做得不够？

可以反省一下自己有没有安息在圣灵里，还是让其他东西控制着自己的生命？例如：

a. 完美主义—“完美的基督徒”：试图凭自己的能力做所有正确的事。林后 3：5 说：“并不是我们凭自己能承担什么事，我们所能承担的，乃是出于神。”

b. 良好的表现—“取悦他人”：寻求他人的赞同和接纳。保罗在林后 5：9—10 提醒我们：“所以，无论是住在身内，离开身外，我们立了志向，要得主的喜悦。因为我们众人必要在基督台前显露出来，叫各人按着本身所行的，或善或恶受报。”

c. 骄傲—“我能解决”的心理：强行承担原本应该由神完成的事。箴 11：2 “骄傲来，羞耻也来，谦逊人却有智慧。”

## 二、根本原因

许多照料他人者总是无法摆脱外界的控制，原因就在于错误的观念。重要的是让自己的思想符合神的旨意，让神的真理释放自己。

### 1. 错误的观念

“照料他人是我的职责，因为别人期望我这么做。我决定负起这个责任，以免我感到内疚。”

### 2. 正确的观念

我渴望照料他人，因为基督呼召我服侍人。我靠着基督有能力承担，并享受与基督同在的喜悦。

愿林前 1：8—9 的话激励我们：“他也必坚固你们到底，叫你们在我们主耶稣基督的日子无可责备。神是信实的，你们原是被他所召，好与他儿子我们的主耶稣基督一同得份。”

文章参考：琼·亨特著。张宇栋等译。《和谐：建立美好的人际关系》，心灵希望丛书。海口：海南，2010。

欢迎来信辅导部 [cc@liangyou.net](mailto:cc@liangyou.net)，回应讨论话题。学员如需要接受辅导服务，请填写在良院网站的“表格下载区” / “下载资料”的“辅导申请表格”，辅导部会按着个别情况和需要，安排电话约谈时间。