

2 如何不藐視父母

如果父母與子女願意一同面對身體健康的挑戰……，
老化與疾病可以是凝聚家庭和共同蒙福的契機。

文／涵 圖／聖惠



《箴言》二十三章22節：「你母親老了，也不可藐視她。」這段經文點出二十一世紀，兩大熱門議題：人口老化與親子溝通。

請問，您老了嗎？

當下世代的醫藥科技發達，將現代的生活推進高齡化的社會。科學家甚至預言，到2050年時，人類可以活到150歲。試問，人幾歲才算老呢？

美國2011年公佈的馬瑞斯特民調^註顯示，對於Y世代，也就是生於1980年代和1990年代的民眾來說，62歲已經算老了。不過若是問X世代，也就是出生於1964年至1970年的民眾，他們覺得要到71歲才算老。戰後嬰兒潮出生的民眾認為，「年老」描述的是77歲以上的長者。而「最偉大世代」，也就是曾歷經第二次世界大戰的民眾，認為81歲以上才算老。請問您覺得自己，父母，或子女老了嗎？

請問，您如何面對？

雖說人生不過是生老病死，但老年不一定就與疾病畫上等號，更不是等待死亡的過程。未老先衰，白髮人送黑髮人的不幸，比比皆是。揮霍青春不懂得珍惜身體的年輕人，在身心健康方面，未必強過懂得養生保健的老年人。但人體老化與身體機能退化，是生命旅程中的必然現象。當疾病來敲門，生理上、心理上，以及智能上開始走下坡，甚至影響個人和家人生活品質。試問，您會如何面對自己的處境：逃避？否認？憤怒？正視？接受？治療？調適？試問，您會如何面對生病或老化中的自己、父母或子女？

請問，您會怎麼辦？

最近網路上有個年輕人的話題：如果父母總是死不認錯，絕不道歉，為人子女的，怎

註

<http://maristpoll.marist.edu/1228-how-old-is-old/>

麼辦？其實，這個問題的另一個對應題：如果父母老是認錯，但總以「對不起，作為逼人住嘴和妥協的手段，（心態：我都已經說對不起了，你還想拿我怎樣！）為人子女的，怎麼辦？若為人父母的看到上述年輕人的兩個問題，怎麼辦？請問，你會怎麼辦？

長久以來，在日常生活裡，年輕媽媽團的熱門教養話題：如果子女覺得自己很完美，沒有錯，拒絕指正，怎麼辦？這個問題也有個對應題：如果子女老是將「我知道錯了」掛在嘴邊，敷衍家長，不願真正的從錯中學習成長，怎麼辦？若為人子女的看到上述媽媽團的兩個問題，怎麼辦？請問，您會怎麼辦？

「錯」是親子溝通的墊腳石或絆腳石？

「錯」是主觀的認定，還是客觀的判斷？是負面、中性，或是正面的字眼呢？「認錯」——是負面傷人，消極逃避，或是積極向上的行為？日常生活與得救無關的家務事，所謂絕對的「錯」，是否真的存在？

仔細想想，父母與子女之間的關係，若時常卡在爭論是非對錯的心結，淪陷在誰應該道歉的掙扎中，有誰能夠從如此緊張關係中，脫穎而出，成為贏家？究竟會是雙贏或是雙輸的局面？如此親子關係的格局，會是何等的「長闊高深」？父母與子女的情感，在是非爭論的冷炒或熱炒後，親情的價值會升值或是貶值呢？

親子關係中，若積存太多剪不斷理還亂的是非恩怨，親子互動中，若其中一方堅持自以為是的姿態，很容易生出藐視另一方的

心態，也很容易導致另一方抗拒的心理。若其中一方自卑情結作祟，很容易自我營造出被人藐視的心境，更是讓另一方背負莫須有的罪名。藐視，是一個負面情緒的字眼，帶有強大的滲透力，輕易地奪去家庭的和樂，輕易地破壞和諧的人際關係。

身為基督徒，努力經營基督化的家庭，是重要的信仰人生目標之一。我們豈能輕忽「藐視」的存在，任憑「藐視」傷害自己與親人的關係？縱容「藐視」破壞建立基督化家庭的努力？

掃羅王與大衛王（撒十五至撒下第二章）

掃羅王與大衛王之間的關係，是君臣也是家人。掃羅王是撒母耳先知奉神差遣所膏立的第一位以色列王；大衛王是掃羅王被神棄絕之後，被撒母耳先知所膏立的第二位國王。掃羅王原將大公主米拉許配給大衛，卻在大婚之日將大公主米拉另嫁給他人，再將二公主米甲許配給大衛。他們二人之間的互動，相當耐人尋味。

掃羅王被神棄絕後，身心靈被從神來的惡魔，擾亂不安。大衛被召入宮，為國王彈琴驅魔，甚得掃羅王的喜愛，更成為幫掃羅王拿兵器的親信。但大衛殺死歌利亞後，一句「掃羅殺死千千，大衛殺死萬萬」，使大衛招惹王怒，引來殺身之禍。

掃羅王假藉被惡魔附身的時刻，假藉要求聘禮的名義，和假藉謀反的罪名，不論是憑藉個人、敵人或軍事的力量，多次設計殺

害大衛。尚未登基為王的大衛，多方躲避掃羅王的追殺；不論是裝瘋賣傻、受人凌辱、顛沛流離，都不能改變他對掃羅王的忠心。甚至一連兩次，放棄可以手弒掃羅王的機會。

從人的角度看，鞏固王權，是古今中外的帝王的政治目標；當王權受到威脅時，陷害忠良，骨肉相殘，亦是鞏固王位必須採取的政治手段。在神賦王權的以色列國裡，大衛與神的親密度，與百姓的親民度，以及軍事政治的領導魅力，樣樣都比掃羅王出色。如果您是被神棄絕的掃羅王，您會如何自處，如何面對大衛呢？

從人的角度看，大衛仍是曠野牧童的時候，就被撒母耳先知膏立為將來的國王。面對國王犯鬼，心神不寧，瘋狂傷人的無理；面對國王在婚事上出爾反爾，新娘從大公主變二公主的無信；面對國王以莫須有的罪名，帶軍隊四處追逼捉拿他的無義。預先被膏立為王的身分，絲毫沒有動搖他一生堅持身為百姓和臣子對國王的忠心。當掃羅王離世時，甚至作弓歌哀弔掃羅。如果您是身為預定君王的大衛，您能夠持守對掃羅王的忠心嗎？如果您是身為駙馬爺的大衛，您能夠堅持對岳父的尊重嗎？

從神的角度看，神是看人內心的神。掃羅和大衛都是祂所膏立的君王。在掃羅的心裡，神看到悖逆與頑梗，一心鞏固自己在長老與百姓面前的地位，厭棄神的命令。在大衛的心裡，神看見專心倚靠神和敬畏神的心。因大衛對掃羅王權的威脅，掃羅處心積慮追殺大衛。因大衛尊重掃羅是神受膏者的

身分，在忍辱負重的逃亡中，自己不伸手加害掃羅，更嚴令禁止手下傷害掃羅。如果您是神，誰會是合您心意的人呢？

親子溝通蹺蹺板

蹺蹺板是個在不公平中尋求平等的益智遊戲。遊戲的樂趣在於兩邊的玩伴，願意嘗試不同的方法和排列組合，在忽上忽下的互動中，尋求平衡的機會。若有一方不想玩，遊戲就很難持續，成為蹺蹺板遊戲最大的致命傷。什麼原因會讓原本在蹺蹺板上玩的人，選擇放棄離開？常見的原因是蹺蹺板的兩端，一直僵持在最高和最低點。只有絕對輸贏的局面，毫無樂趣可言。造成無法得到平衡的人為操作，就是一方堅持壓倒性的勝利，將另一方翹地居高不下。這樣的玩法，通常會讓下不了蹺蹺板的一方受不了，不跟強壓人的一方玩；或是想要將人壓到底的一方得勝後，就看輕不理會輸的一方，懶得再玩。

親子溝通宛如跨越年齡的蹺蹺板遊戲。不論是客觀的身高、體重、心智能力差距，或是主觀的認知差距或說是代溝隔閡，父母與子女之間，永遠不可能達到真正的平等。讓父母與子女享受親子溝通蹺蹺板的樂趣，關鍵的不二法門，是透過單方或雙方的讓步、巧思，和用心經營，才可能在上下互動中，達到平等溝通的境界。

當孩子年紀小的時候，樣樣不如父母。但樣樣領先孩子的父母，多處於心甘樂意，想方設法，總有辦法在蹺蹺板遊戲中，逗孩子開心，創造與享受優質的親子時間。隨著

年歲的增長，孩子長大了，父母的年紀也大了，親子溝通蹉跎板的樂趣，未必因客觀的身高、體重、心智能力差距縮短而增加；反倒常因主觀的認知差距與代溝隔閡的增加而減少。認知差距的代溝，身體的老化與疾病，生活方式的改變，未必是降低親子溝通樂趣的決定性因素；尊重和願意溝通的心，才是決定能否持續親子溝通蹉跎板樂趣的關鍵。

跨越認知差距的代溝

對「六年級」的同學來說，他們的父母，出生在一個沒有電腦的年代；六年級同學出生的時候，沒有網際網路；他們的子女，卻是滑平板電腦或智慧手機長大的。假設以十歲的年齡，作為比較三代在認知能力差異的基準點，無庸置疑，科技發達增加知識累積的速度，生在二十一世紀十歲的小孩，在知識層面與科技產品的操作上，遠勝過當年活在二十世紀，年齡十歲的父母與祖父母。若說這兩三代之間，沒有認知差距的代溝，是自欺欺人。



不但科技日新月異，語言的流失與演進也不容忽視。相信，許多祖父母會說的家鄉話，在父母那一輩，會聽也會說一些；到孫輩的時候，可能是有聽沒有懂，雞同鴨講。年輕人的火星文是「醬子」，但老一輩的總覺得「這樣子」不對樣呀！就婆媳關係而言，比較少聽到家有洋媳的婆媳關係惡劣，因為彼此都知道：我聽不太懂你在說甚麼。語言溝通的時候，期待值與要求的指數也不一樣。少些隨口說說等毫無品質可言的交談，多一點在腦中想過好幾遍，確定用字文法沒問題，才說出口的優質溝通；生活中可能肢體語言多於口頭言語溝通。倘如為了某一方「說錯話」而大動肝火，誤會澄清的最後結果，可能是讓人開懷大笑的趣談。因為雞跟鴨本來就不一樣！

若將親子間的認知差距與子孫不孝或迂腐頑固畫上等號，是否小題大作？如果親子雙方各說各話，堅持己見，要求對方一定要聽自己的，將語言文化和認知的差距，視為藐視父母的罪名，或是父母食古不化的

帽子，可能在硬碰硬的衝突中，碰撞出比馬里亞納海溝還要深的代溝。如果我們願意心平氣和地去面對，用心看待，在對的時間，用對的方法，必能找到一座可以跨越語言文化代溝的橋樑。彼此認知的差距，反倒成為製造彼此認識，拉近距離的機會。

有位姊妹分享她成長的故事。她的外婆生長在日據時代，因家境清寒沒有上學讀書。但外婆嫁給外公後，很認真地跟外公學認字，練寫字。有空就將在撕下的日曆紙空白處，抄聖句，練習寫字。每當這位姊妹到外婆家，外婆練習寫字的日曆紙，成為她們祖孫溝通的橋梁。外婆不以自己沒上學的過去感到自卑，反倒把握機會，跟她分享練習的經文內容，說些聖經故事和家中的生活見證，勉勵她要努力讀書和當個好基督徒。未曾受過正規學校教育的外婆，成為她信仰的啟蒙老師。這位姊妹不會說台語，常被鄰居嘲笑。當她努力練習說台語時，全家人常因她怪腔怪調和很彆扭的台語，笑到肚子痛，嘲笑地拜託她不要再說台語。在如此時刻，只有外婆，會以鎮定和溫柔的口吻，不厭其煩地教她說對的台語。外婆的身教，成為她生命中最尊敬的導師。

在基督裡，一顆願意理解的心、一顆嘗試和學習的心，和一顆情緒平穩的心，可以讓親子溝通的蹺蹺板，玩得盡興。

擁抱身體的老化與疾病

耶穌說：凡要承受神國的，若不像小孩子，斷不能進去（路十八17）。



出生不到一歲的嬰兒，許多的感官和肢體發展尚未成熟。模糊的視覺，看得到影像卻看不清楚細節；嬰兒聽人說話，有聽沒有懂，會聽幾句話的，就算是長輩眼中的天才；伊呀學語，沒幾個說得清楚的單字，但爸媽總是最佳翻譯官，明白孩子心裡想甚

麼；只有幾顆牙，吃東西的時候，常弄得髒兮兮的，就算再髒，爸媽也覺得孩子可愛；當孩子或爬或扶著走路時，父母總是看著、扶著，怕孩子受傷，大部分孩子也不會拒絕牽他或抱他的雙手。小孩子渴望和倚賴父母所給予的照顧與關愛，小孩子毫無牽掛，自在快樂地享受父母的愛。

就生理機能的角度，老化其實也是讓人回轉成「像小孩子」的過程。父母老了，可能出現耳不聰的重聽，目不明的老花，健步不再如飛，口齒不再伶俐，記憶不再清晰；不小心會嗆到，老人咳咳不完，走路重心有時抓不穩等等，讓人覺得身體好像越來越不聽使喚，也越來越像小孩，越來越需要人照顧。到了角色互換的時間，過去受呵護的小孩長大成人，轉成為照顧老化如小孩的父母。親子間在照顧者與被照顧者的角色互換，成為親子溝通互動上的大考驗：父母是否願意放手讓子女照顧？子女是否願意甘心照顧父母？

如果遇到一般老人疾病的操練：消化不良、便秘、白內障、高血壓、心臟病、糖尿病、風濕性關節炎等；或是較高難度會引起智能退化性疾病的考驗，如中風、帕金森氏症、阿茲海莫氏症、老人痴呆症等，不論病情輕重，不論同住與否，必定衝擊父母與子女的家庭生活。醫療照顧與生活養護問題是很重要的議題。

保羅在《以弗所書》六章2節教導為人子女的：「要孝敬父母，使你得福，在世長壽。這是第一條帶應許的誡命。」若將主

耶穌以回轉像小孩作為進天國的門檻之一，和保羅對孝順父母的勉勵放在一起，不難看出，父母的晚年，是神讓父母與子女同得恩典的機會。生活裡，沒有父母願意久病；在基督裡，沒有子女想要當不孝子。老化是正常和自然的生理現象，每種疾病有其一定的病程和護理方法。如果父母願意坦然面對老化和疾病的事實，如果子女願意關心與照顧父母，如果父母與子女願意一同面對身體健康的挑戰，並肩作戰，老化與疾病可以是凝聚家庭和共同蒙福的契機。

與不同的生活方式共舞

「最偉大世代」，也就是曾歷經第二次世界大戰的那一輩，可說是當之無愧。這群前輩，見證世界潮流對生活型態的改變：從單純的農村生活，經歷工業化、都市化、電腦化、與電子化的演變。或許他們個人的生活方式，仍停留在某一個他們所熟悉的年代。但身為晚輩的我們，可能已經跟上最新的潮流。每一個時代，有每一個時代值得令人欣賞的優點，也有其令人費解的挑戰。

經歷過二次世界大戰，物資缺乏生活艱苦的老人家，刻苦勤儉是他們生活法則。他們家的冰箱，可能有許多小碗小盤，裡面裝不知多久以前沒吃完的剩菜剩飯；他們的櫥櫃裡，可能收藏許多空瓶罐或空盒子；房間好像是回收中心，真不知道從哪冒出這麼多的東西。但他們總有辦法告訴你，每樣物件都很珍貴，不可浪費。丟與不丟之間，常成為親子間的拉鋸戰。

主耶穌在《馬太福音》七章1-2節提醒

我們：「你們不要論斷人，免得你們被論斷，因為你們怎樣論斷人，也必怎樣被論斷；你們用甚麼量器量給人，也必用甚麼量器量給你們。」世代不斷的輪轉，沒有人能預知十年後的世界，人類的生活方式會演進到什麼地步。我們能否跟上時代的腳步，仍是個未定數。與其要求同樣的生活方式，不如擬定一致的生活態度。如果老人家清楚明白，私人空間與家庭共用空間的概念，以及基本衛生的原則，就在各自的私人空間裡，享受屬於自己年代的生活方式，尊重家人各自的選擇；但在家庭共用空間的部分，若能凝聚共識，相互尊重，就算是e世代的年輕人，也能夠與古早人和睦同居。

曾有位弟兄，他年近七十歲的母親，時常抱怨自己落伍，不會使用電腦。所以他在母親房裡，安裝一台個人電腦。又花了五年的時間，教會母親如何使用桌上型電腦上網，找些自己喜歡的文章和音樂，調劑身心。現代的小孩子不需要五小時，就會上網找資料、玩網路遊戲。為什麼年近七十歲的母親，需要花五年的時間學習？是他的老母笨到不行嗎？其實這位媽媽很聰明！若以世界文明進化的角度，人類花了將近一個世紀的時間，才從農村社會走進電子社會。目前的世界地圖裡，仍有許多區域的人民，仍過著漁獵或是農村的生活方式。出生在電子世代的孩子，生活的環境賦予他們對使用電子產品的優越適應性。但這位媽媽，卻在五年內，跨越這個世界一百年的生活方式差異，學會上網，她的學習成就，豈能讓人小看？

親子溝通的蹺蹺板等你來玩！

