

I. 查经预备资料: (可 7:24-30; 可 14:3-9)

与人相处最重要的是真理和爱心，同理心就是这两样，正如主耶稣带来的两样(约 1:14)。

1. 迦南的妇人--(可 7:24-30)

- a) 背景—当耶路撒冷的宗教领袖们，差派人到加利利来调查主耶稣时(可 7:1)，祂就起身离开到外邦人的境界推罗和西顿，大约今天的黎巴嫩西岸，不叫人知道。可是很难躲避每个人，还是被一位迦南妇人找上了。她是叙利亚非尼基族妇人，使我们回想起先知以利亚也曾在这个区域附近为另一个寡妇—大概也是个异教徒，行了神迹(王上 17:9)。路加福音 4:25-26 记载耶稣在拿撒勒受人厌弃，就用撒勒法的寡妇为例证，警诫犹太人，福音事工将临到外邦人。按照犹太人的规矩，他们是不可以和外邦人同桌吃饭的。
- b) 这妇人的难处是她的女儿被污鬼附身，十分痛苦。她听到主耶稣的作为，就来求祂。照理讲，救恩先要传给犹太人，犹太人拒绝了才临到外邦人(太 15:26)，是有个先后次序。照爱心讲，救恩可以临到任何有心追求的人(赛 66:19; 弥 4:1; 亚 8:20)。这女人显然有犹太教的知识，因她呼叫「主阿，大卫的子孙，可怜我吧!」(太 15:22)。
- c) 起先主耶稣故意不理她(太 15:23)，门徒却问主，要不要赶她走? 主耶稣的回答却是先讲出理由，但也没有赶走那妇人，主要有二原因；第一是要试验她有没有信心和恒心。第二，要教育门徒，犹太人拒绝神就会失去救恩，而外邦人恳切祈求就会得到救恩。迷失的羊是形容人的失丧，但有的羊被寻找到仍不肯回去，那牧人也没办法。
- d) 关于主耶稣为何将迦南妇人比做狗，是否污辱她? 原文 kynaria，是指小狗，所用的指小词字形(diminutive form)，有时候是用来指“外邦人”，没有亲密的感觉，也没有骂人的语调。祂可能是想要看看这个妇人是否准备好要为了得着医治而采取这么低的姿态。《丁道尔圣经注释》将儿女和小狗做比较，不过说明神拣选的次序。
- e) 这妇人并没有因主耶稣拒绝她就放弃，反而回应，就是小狗也有享受主人桌上掉下的碎渣儿之权利。旧约圣经中有一个伟大的真理是：万民至终都必因亚伯拉罕，也因以色列而蒙福(创 22:18)；而这妇人所宣告的就是这个真理。可见得这妇人是有深度的认知，她对主耶稣为大卫的子孙，就是弥赛亚。因此主耶稣才说，她的信心是大的。
- f) 門徒對這婦人是无情 Apathy，无动于衷，甚至到嫌恶 Antipathy 的地步。主耶稣却是从同情 Sympathy，顾念对方，到同理心 Empathy，接纳对方，而医治了她的女儿。但主耶稣是从理性的角度切入，似乎动用了特例，但還是出於同情這婦人。

2. 马利亚膏主--(可 14:3-9)

- a) 背景—这女人膏主耶稣的事件(太 26:6-13)，发生在受难周之前的星期六。犹太人每年在三或四月纪念摩西带他们祖先出埃及的逾越节，是一整周的活动，所以说是过两天是逾越节的开始，也可以说是逾越节晚餐的前六日(约 12:1)。主耶稣是在伯大尼长大麻疯西门家做客，路加福音 7:36-39 所记载的也是在一个叫西门的法利赛人家做客，但不是同个事件，后者发生在主耶稣早期的宣道中，也不在伯大尼。马太和马可福音没有说这妇人是谁，但约翰福音却明说是马利亚(约 12:1-12)。
- b) 哪哒香膏是从一种印度稀有植物的根茎 *Nardostachys Jatamansi* 提炼出来的芬芳油膏，甚为昂贵。犹太人和罗马人惯于用这种香膏涂抹尸体防止腐臭。亦会用它膏抹来访的贵客的头。所罗门的雅歌书中三次提到(歌 1:12;4:13,14)。这香膏又称为童女香膏，瓶子是原封的，打破瓶颈之后便不能回复原状，也不能再作同样用途。《圣经精读本》。犹太人为母者，只要力量做得到，大都为出嫁的女儿预备这种真哪哒香膏一瓶，等到女儿出嫁前夕，让她带回丈夫家中。第二天打破玉瓶，新婚夫妇共用香膏，用以梳头。所以这种真那达香膏是童贞的记号，其实贵不只是因为值三十两银子，也是因为它是代表童贞。
- c) 三十两银子为当时普通工人一年的工资。犹太和几个门徒认为是浪费，卖了可以赈济穷人，应当平常有人捐东西，门徒也拿去卖了换钱，犹太是管钱的，约翰特别提到他平常的不诚实，可见其他门徒也知道而不讲(约 12:6)。主耶稣教导门徒，奉献给神之先要明白奉献做什么用，帮助穷人固然好，但因知道主的心意而去做的更重要。马利亚知道主的受害日子近了，所以把为自己预备的贵重香膏给了主用，还用自己头发去擦，表明对主的爱。然后留下一个应许，马利亚爱心的奉献，将被后世的人所称颂。
- d) 注意「价」price 与「值」value or worthy 的不同，价是东西外表的价钱，值却是东西内涵的价值；人可以出价，但值不值得买，在乎买的人。人的价可以由人而定，但人的值却是由创造者所定。犹太是看香膏的价位，主耶稣看见是马利亚奉献的心，那才是真正的值所在。
- e) 对马利亚的举动，产生了四种反应。第一是门徒对她的无情 Apathy，无动于衷，不感受她心境和贵重的奉献。第二，犹太感到嫌恶 Antipathy，认为她浪费金钱。马利亚可能是出于对主耶稣要受难的同情 Sympathy，顾念对方要受死。但主耶稣却是出于同理心 Empathy，祂能体会到马利亚的心境，而悦纳她的奉献，甚至公开的赞扬她，保证她的作为得以百世流芳。

3. 结论--

- a) 与人相处应当从同理心去看对方的需要，要能分辨真理与爱心的兼顾。 b) 做在人身上的好事，也要分辨爱心的奉献是远超过金钱的价值。

II. 专题讨论资料: 同理心的技巧 (叶高芳)

1. 同理心的运用:

- (1) 所谓同理心 empathy 就是, 以设身处地, 感同身受, 站在对方的立场去了解对方的处境, 感受和想法。
- (2) 同理心要能进也能出, 根据对方的处境和感受而产生的感受为进入, 但这种感受也可以合乎理性的判断而让自己的感情变成超然的立场为出来。这为真理与爱心的并存。
- (3) 人情感的发动—
 - a) 无情 Apathy, 无动于衷, 没有情感的投入。
 - b) 同情 Sympathy, 顾念对方, 有情感的投入。
 - c) 嫌恶 Antipathy, 排斥对方, 负面的情感。
 - d) 同理心 Empathy, 接纳对方, 同样的情感, 但站在旁边。
- (4) 同理心不同于同情心, 后者是对人的处境感到认同(心), 而可怜对方(主动), 袒护对方(不平等), 而且没有设限, 容易陷入陷阱。同理心是了解对方的处境, 而能分辨出其感受(心与脑), 不偏不袒(客观), 尊重对方(平等), 并设定情感界线, 不容易陷入情感陷阱。
- (5) 同理心有三大要素: 倾听, 了解, 传达(反应和传达)。
 - a) 倾听—表达关心, 肯定对方, 促进沟通, 强化关系, 恢复活力。(箴 18:13; 各 1:19)
 - b) 了解—人都寻求渴望被了解。了解对方是最重要的事。主观的了解要配合客观的澄清和印证。(太 15:10)
 - c) 传达—透过言语或无言的方式, 表明对受辅者的了解和关爱。
- (6) 建立同理心的流程—示范或给予一个好沟通的模式, 让对方能经验到, 并有信心去运用。
- (7) 建立同理心的量度—倾听最多, 了解其次, 传达再次之; 但三者都要有。

2. 同理心的操作有两种;

- (1) 运用情绪的同理心 emotional empathy, 是以适当情感回应对方情感的状态。就是故意让自己被对方情绪感染、陷入他的感受, 或唤起自己过去类似的情绪经验。例如, 「没错, 我能知道那种感觉。」
- (2) 运用认知的同理心 cognitive empathy, 是透过收集资料, 了解对方观点, 然后进入了他的想法, 推理他为什么会这么做的背后意图, 并预期对方用什么角色与逻辑在进行下一步。类似侦探的作法, 例如, 「设身处地想一想」。

3. 四种层次同理心的例证：

(1) 最初同理心层次--以「覆述」回应。多用于当事人抒发情绪时。用于建立关系阶段。

「上周事件之后，我觉得很难过。」

「嗯，真的让你很难过。」

(2) 言外之意的层次--针对当事人隐含的表白时，以相对应的情绪词回应，以作确认及探索。

「我考砸了。」并叹了一口气。

「你会担心什么吗？」

- 对方不但陈述事实，还用情绪表达，说明有线索，所以用「担心」作为情感反映，让对方更进一步意识到「想要怎样」。

(3) 混杂矛盾的层次--当对方的感觉混乱矛盾，潜意识地遮掩他真正在乎的，以肯定句加强、回应他的渴求。可以「覆述」回应。多用于当事人抒发情绪时。

「我工作很认真，但老板却总觉得不够。我不知道，或许他说的对，我有些地方没有仔细检查。我不该抱怨，能有份工作就很好了。」

「你确实很认真啊，从我的理解，在你有限的条件下已经很努力了。好比你手边的资料确实不完全，也是没办法的事。你真的同意老板的看法吗？」

- 先肯定对方感受，让情绪畅通、消除矛盾，最后再做客观评价。

(4) 压抑防卫的层次--当对方压抑感觉，没表现情绪，但可以从他描述中猜测其用意，要以他可接受的方式给予对应。

「从小家里父母离异，我在亲戚家被当人球踢来踢去…有天叔父缠上我要我配合他在床上…我以前的男友动不动就暴力相向…我不知道自己哪里作错…现在在家带小孩，他被诊断为过动儿，你能不能帮我，告诉我该怎么做？」

「你知道吗？你讲这些经历时，仿佛不是在讲自己的事一样，你是怎么撑到现在的，我听了可是很想哭啊。」

「嗯…我也不知道，日子就是这样过了，哭也没有用哇…」（眼泪不听使唤地掉下来）

4. 结论: 同理心是建立辅导关系最基本的技巧。

III. 带领查经的人请注意：

1. 请先查考主题的经文，再预习讨论的问题，并查考其中的经文。带领人应当先听叶高芳牧师「关怀辅导训练课程」的关于本课的两张 CD.

2. 第一部分是给组长和带查经的人自行研读的，主要是本课有关的一段经文。组长若不带查经，也应做好准备，以防带的人缺席或出轨。
3. 阅读第二部分要带领查经的问题，思考，写出自己的答案。
4. 带领时，讲解第一段主题经文的时间不要过长，25分钟，主要部分带过就可以。
5. 讨论题目应当分配好时间，每题约 10-15 分钟，要大家分享。
6. 千万不要卷入政治的争辩，最终都是分边对战没有结果的，只要稍微涉及，提出基督徒的超然立场，浅尝即止，继续下去。
7. 最后一定要有分享祷告时间，大约 20 分钟。

小组讨论专题：第十八课 同理心的技巧 (组员版)

1. 查经讨论问题：(可 7:24-30；可 14:3-9)
 - a. 为何主耶稣先不理睬这迦南妇人的要求？
 - b. 主耶稣为何把她比做狗一样？是故意歧视她？
 - c. 四周的人对马利亚的举动有何看法？
 - d. 主耶稣为何要称赞马利亚？

2. 同理心是什么？有何重要？

3. 请分享自己对最近某件事的感受，其他人尝试用同理心来表达？
例如，「我听到这不幸的消息整个晚上都没有睡！」
「我对最近教会要全面开放感到十分困惑！」