

The Vine Church Call to Care



最近，由於我們不同的政治立場，在我們之中有許多人的家庭、友誼和社群變得兩極分化。當這種情況發生在我們的家庭或與我們親近的人身上時，這尤其困難。儘管我們希望立即有解決或和解的辦法，但往往不可能也不現實。然而，如果我們找不到有益的方法來處理這些分歧，那麼它們將會永遠存在，我們的人際關係將因此遭受影響。因此，我們必須學會如何面對及解決分歧，學會如何在分歧中去愛他人，這是需要時間和精力的，但是非常值得的。

本週，我們希望花點時間思考如何能夠更好地引導我們的衝突和分歧，並藉著基督般的智慧、洞察力和善意去接觸及理解自己和他人的。

在這個時期，這些方式能夠幫助你：

- **傾聽並尊重不同意見：**我們必須尊重與我們持有不同觀點的人，並且願意成熟地與他交談。試著理解他們，而不是想要糾正他們。我們不應該因意見不一致而感到受威脅，而應該坦誠地傾聽和溝通。避免侮辱、辱罵、人身攻擊和使用暴力。試著保持冷靜，專注於爭議點，並使用「我」陳述（「我覺得.....」、「我想.....」而不是「每個人都說.....」或「事實是.....」）。
- **注意你和他人的情緒：**花點時間了解你的感受——一般情況和現狀——並承認這些感受，不要去評斷或想要糾正那些感受。並且試著去了解他人的感受，不要忽視或想要減低他們此時所經歷的情緒。

- **平緩地脫離不斷升級的對話**：當談話升級到缺乏建設性的狀態時，通過詢問對方是否可以找另一個時間再進行此對話。一旦你和對方覺得可以以建設性的方式再次談話時，那就可以繼續此對話。
- **接受你無法每次都同意對方的事實**：在愛、友誼和社群裡，達成協議並不是必須。事實是，我們都會有不同意的時候。然而，我們可以從差異中找到彼此相愛的方法。
- **認清什麼是你能或不能改變的**：無論我們多想要、我們付出多少努力去坦誠地傾聽和溝通，我們是無法改變他人的，我們必須學會接受這一點。所以試著看看我們可以改變什麼，包括我們與他人接觸的方式、我們的態度和我們的行動。
- **找到並回到共同點**：找到你和對方能夠達成共識的共同點（例如，某些事情你們都覺得很困難或者特別希望你們兩人互相分享，即使你們在過程中有差異）。專注於那些共同的事情。
- **尋求他人的幫助**：我們都需要他人的幫助和支持，特別是當我們與他人發生爭執或意見不一致時。找到那些能夠在此時替你打氣和提供幫助的人、你能夠將難以啟齒的對話坦誠地分享的人以及能夠了解你的人。

在我們分裂的家庭、人際關係和社群中，上帝仍然與我們同在。祂承諾，祂永遠不會離開也不會離棄我們。即使在最動盪和緊張的時期，上帝也將與我們同在。

耶穌被逮捕的那個夜晚（見路加福音二十二章和約翰福音十八章）對比了我們在衝突中如何反應以及上帝的兒子會如何反應。當猶大帶領士兵逮捕耶穌時，彼得做出的反應，就像我們一般人會在那種情況下做出的反應。在恐懼和窘迫的當下，他拔出了劍並削掉了大祭司的僕人的右耳。耶穌立刻做了一件沒人想到的事情。耶穌伸出手，觸摸了馬勒古的右耳並醫治了他。請注意，耶穌沒有譴責彼得，但祂提醒彼得，他們不是要在那裡引領叛亂。

在這個時候最讓我們放心的是，我們三位一體的上帝能夠恢復萬事。在我們的衝突和分裂中，基督會醫治並修復任何破碎和分裂。耶穌會做到我們所有人真正渴望和祈求的事。祂希望我們能夠在生活的各個方面體驗到祂的安慰和存在。希伯來語「shalom」的意思不是指沒有鬥爭，而是指有祂的愛存在。當我們在這個家庭、友誼和社群分裂的時期去祈求祂的平安時，我們要祈求上帝恢復我們與他人關係中的豐滿。我們要提醒自己和他人，就像在耶穌與祂的門徒被捕的那天晚上，在我們的分裂和衝突中，上帝與我們同在。

我們整合了以下兩篇祈禱文給你做參考。這是出自於Pádraig Ó Tuama的書「Daily Prayer with the Corrymeela Community」。當我們為自己和我們生活中分裂的關係和社群祈禱時，請記住，我們的主耶穌能夠修復我們的分歧並使它們恢復到應當的樣子——一個整體。

在充滿暴力的時刻的禱告

全人類的上帝，
在這暴力的時期
我們看到我們是能夠多麼的不人道。

我們為那些今天被悲傷壓倒的人祈禱。
我們為那些昨天被悲傷壓抑的人祈禱。

以及前一天，
和之前的所有日子。

我們也為那些幫助我們轉向公義與和平的人祈禱。

把我們全部轉向公義與和平
因為這是我們所需要的。

阿門。

尋求和解的祈禱

哪裡有分離，
就有痛苦。
哪裡有痛苦，
就有故事。

哪裡有故事，
就有理解，
和誤解，
傾聽
和不去聽。

願我們——分裂的人民、疏遠的陌生人、

沒有了瓜葛的家庭成員，分裂的社群——

轉向彼此，
並轉向我們的故事，
去理解
去傾聽，
不管是爭論或接受，
挑戰，改變，
和安慰。

因為如果要找到上帝，
上帝將被發現
在任何之間的空間。

阿門。