



心靈「翻譯員」

文 / 梁婉珊院牧
(助理主任院牧)



最近，我看了一部韓國電視劇，主要講述一位天才翻譯員與一位女明星的愛情故事。女主角因兒時創傷經歷，令她出現批評自己的人格。她也不了解自己的想法、情緒和感受。而男主角雖然是翻譯員，但是他卻無法「翻譯」女主角說話背後的真正意思。當然經過男女主角日久相處，男主角終於能解讀和明白女主角的真實想法、情緒和感受，最終能走在一起彼此相愛。

其實，我們在探訪病人時，病人坦誠分享的每句說話。我們又能「翻譯」出病人說話背後真實的想法和感受嗎？病人分享的每句說話，表面是說說身體不適或病患帶來的困難。但說話背後可能表達，他們對病情的無奈、對治療的掙扎、對家庭的擔憂、對家人的糾結、對工作的憂慮、對未來的不安、對生命意義的困擾。這正需要我們成為心靈「翻譯員」，應用「聆聽和同理心」的技巧。

我們也許會掙扎，讓病人說出真實的痛苦感受，對病人有幫助嗎？會否讓病人更難受？我們又能承接病人的痛苦嗎？但當我們明白情緒和感受能被準確「翻譯」，能被聽見和同理時，是一種心靈治療和釋放的過程。我們是陪伴病人面對情緒，而不是消除情緒。我們就好像翻譯員一樣，與病人一起說出和了解真實的情緒和感受；並用溫柔的語言，與病人整理他們混亂的心，減輕他們的孤單感。

因此，當病人經驗他們的心聲被準確「翻譯」出來，情緒和感受被聽見和同理時，他們的心靈會感到安全和安慰，內心的壓力也得到舒緩，這是心靈治癒的第一步。我們可在這一步以真誠的心與病人同行。正如神是我們的心靈「翻譯員」，我們學習常在神裡面傾心吐意。當我們經驗神的聆聽、同理、接納和安慰，便能操練承载力去承接病人的痛苦。我們願意學習成為一位溫暖的心靈「翻譯員」嗎？

「願頌讚歸於我們的主耶穌基督的父神，就是發慈悲的父，賜各樣安慰的神。我們在一切患難中，他就安慰我們，叫我們能用神所賜的安慰去安慰那遭各樣患難的人。」(林後 1:3-4)