

用讚美「教訓」錯誤

非洲有一個叫巴貝姆巴的民族，至今仍保持著一種古老的生活方式。就是當族裡某個人因行為有失檢點而犯錯時，族長便會讓其站在村落中央，公開亮相。同時召集整個部落的人過來，將犯了錯的人團團圍住。

這麼做可不是為了丟他石頭！

圍上來的人們，要自動分出長幼，然後從最年長的人開始發言。每個族人必須用真誠的語調敘述一遍犯錯人的優點和善行，敘述時既不能誇大事實，也不許出言不遜，而且不能重複別人說過的讚美。整個讚美儀式要持續到所有族人都將正面的評語說完為止。



巴貝姆巴族人的這一做法就是要向犯了錯的人表明一種態度：「雖然你偶爾犯了錯，但我們依然愛護你，關心和接納你。既然你為部落做過那麼多好事、善事，有那麼多優點，說明你是一個通情達理的好人，只要你認真反思，一定會記住教訓，改正自己的錯誤。」

巴貝姆巴民族相信每個人來到這個世界上的時候都是好的，都希望得到愛、安全感、和平與幸福，只是偶爾在追逐這些東西時會不小心迷失自己而犯錯。對他們來說，這些錯誤是一種求助的信號，所以他們團聚在一起，重新為那個迷失的人找回方向，提醒他「我是誰」，以及他暫時沒看到的真相——「我，是好的」。

透過真誠而實在的讚美，就像一劑良藥，最能癒合一個人因犯錯而引發的心靈創傷，重新活出美好的樣子，這是巴貝姆巴族人的智慧，也是我們該學習的榜樣。

~摘自網路文章~

輔導處輕鬆文學 107 學年度
第 2 學期第 3 期
刊於第十三週、第十四週