

生命與事奉的突破 — 與神傷遇

(08/2011)

見證分享：伍傳道

掙扎傷害：

參加了拉法基金的情緒四重奏 level I 課程，初時都不覺得有甚麼會令我震撼的地方。因為若說情緒到現在，我自以為都算是穩定了；若說甚麼傷害，那倒是有的，人生最重的傷害，或許這樣說最大的挫敗，要算是 09 年當我神學畢業後，發生了一件事情，導致我只做了四個半月新傳道便要請辭的遭遇，當我的朋友聽罷都曾說，我沒有倒下來倒算是神蹟了！我就一直認為那就是我要處理的傷口，直至我參加了拉發基金的課程，我發現傷害的事卻不止這宗，還有些隱藏了。

2003 年我放下工作進入了香港短期宣教訓練中心，作兩年全時間的佈道訓練，學成後，我進入了神學院接受另四年的學習，六年來我都忙於受訓與實習，由星期一至星期日都十分忙碌。當讀至最後的兩年，父母相繼因病不斷進出醫院。我是來自一個單親破碎的家庭，父母早於在我 15 歲時已分開了，我還有一個同母異父的已婚家姐，因此我婚後一直與母親同住，直至她離世前的兩年才住進老人院去。

2009 年的六月當我終於等到了神學院最後一天打掃日時，我還跟同學說好了過完這一天，我就有更多的自由時間可以陪伴一下我患重病的爸爸了，話剛說完，電話鈴聲響起說父親病危了，須立刻去醫院，當我去到醫院他已不太能夠說話了，結果兩天後離世了。

父親離世後的半年，我母親的病情已很反覆。在神學生涯的最後一年，我蒙主帶領去了一所既小又資源缺乏的教會作實習，畢業後受感在那裡牧會。連同實習與牧會，共一年零四個多月，都忠心地事奉、牧養、作工.....。這所教會只得五六十人，當中老中青幼均要照顧，但我從不會覺辛苦。我實習時這教會的青少年團契只有三四人，到我上任時青少年團契最高峰連同導師已有廿七、八人了，於是就在母親病重時，我為要兼顧繁重的教會事奉，有時只得匆匆趕去醫院，又匆匆趕回教會，十分辛苦。

2009年12月23日我需要進入伊利沙伯醫院割除纖維瘤，翌日是教會的平安夜佈道會，手術後我沒有放病假便如常出席佈道會打點一切，因為那天請了我神學院的佈道團來為我們主領整晚的聚會；接著翌日25-28四日三夜是教會的冬令會，我更沒有請假便進入令會，因為我有很多工作在身上。

當時我知道自己很忙碌，於是在23號之前我去過醫院同媽媽講，我完成一切後我會來看望她，當時她還說醫院有佈佳音唱聖誕歌很動聽。豈料當29號我趕到醫院去看她的時候，她已經陷入一片昏迷的狀態了，當時我內心卻不懂後悔、沒有感覺。結果她同樣在兩天後，即2010年的1月3日晚上約十時便安息主懷了。

1月3日是我人生很傷痛難忘的日子，當然除了是母親的離世，其次就是發生了一年事情在我的身上。那是教會的問題！這件事直到如今我都不知究竟發生了甚麼？1月3日當我母親還未離世前，我收到教會的高層致電給我，說教會剛開完值理會，會中公然去討論我的為人！

教會發生了甚麼事呢？為何要去開會討論我呢？簡單說來，教會有一對青年人拍拖，女方就在冬令會的第一天，當我去了洗澡時，就在我

的房間，公開地爆了她失蹤教會一段時間的原因，是因為他的執事男友與另一名已婚的女執事，懷疑有染，其實箇中誰是誰非，直至我離開，都沒有經過當時人與執事及同工們一起對話的機會，當時的執事會更沒有召開會議去處理。後來我才知道就在 28 號出營後，29 號已由執事會主席發電郵去值理會的高層，說是我一手搞出一切，這個主席與兩名當事人都很要好，最後導致我決意請辭不幹，教會卻要我在主日崇拜後在臺上解釋離職原因，我表示怎能說出原因，他們的意思硬要我編出一個原因，結果我在臺上說半年內因我的父母相繼離世，我需要休息了，結果當日差不多老中青幼的人都為我的離去而哭，只有那七至八個人同不友善的眼光望著我。後來甚至演變成有傳言至跨了幾個區說我情緒不穩，不適合牧會，我為之好氣結！當我要離職時，值理會的主席竟由好欣賞我轉為對我說，「你有甚麼好？你這樣離去好危險的！」我反問自己，我真的不好？開了一個有廿幾人的青少年團契，面談人次曾一月達致 40 幾，做了很多生命的工作努力教主日學、講道、牧養，每月都結下福音果子，有病沒請假，母親在醫院也先完成佈道會的工作，冬令會的工作，結果我是有那樣好？整個事件，好們說是那姊妹求愛不遂推砌出來，她也被傷害。我身為女傳道人從無同執事、當時人及同工去一起對談過，甚至可以說不知到底是出甚麼的問題。結果就在一月三日我媽病逝前，教會正在處理我而非商討那三位當事人，說我在冬令會不知說了甚麼，此事令我極之憤怒與傷心。

那時我真的救助無門，這間教會甚至先發制人通知我的神學院，幸好老師相信我。我記得我谷到有一次在往同學聚會的途中，好嚴重！我由大圍可以喊到去了富山都在痛哭流淚，那種激氣無法止住眼湊。到了同學牧會的教會仍未止，那次是一位同學慶祝生日，在切蛋糕時我仍在流淚，那些同學都不懂安慰的，因為他們都不懂輔導。我內心的恨與苦無法釋放，於是我之後我好憎那些傷害我的人，想起都好憎恨。

所以一直覺得我的傷害是這間教會的這些人，然而一年零七個月後，拉法基金卻使我知道了另一個我一直不知的問題。原來我的手機一直存一段片，是一位姊妹探病時用手機錄影了母親在病床上訪問的片

段，然而一年零七個月都未曾看過。曾一次因遺失了手機線，無法將短片從手機中取出，結果當要換電話時，我對電話商說內有重要的短片，於是工作人員將片從舊的手機轉至新手機中。然而竟我一直沒有睇過，每次只看一兩秒便關掉它了。內心只是常說沒有時間遲些看吧。

參加了情緒四重奏的課程後，我初學會辨識我屬於是一個「壞的我」。擁有真正的適應性原始的情緒：是傷痛；而其遮蓋在裡面沒顯露的卻是，我的非適應性原始性情緒：是羞愧；我運用的輔助性情緒是：憤怒。可以這樣說吧，教會事件的傷害，令我很憤怒，當然我會認為為何一間教會的高層可以如此處事，藉得憤怒，及後我想清，當中為何我會哭？當中的底層是我常對自己及對別人說的，就是很醜，相信沒甚麼剛畢業的牧者，會失敗到像我一般，只幹了四個月便要走人。原來那對我來說是一種極大的羞愧與侮辱。

事件中的男女主角仍有拍拖，男方的女友死也要轉了我現任的教會聚會，我勸她到別的教會吧，不要再搞擾我了，她卻不肯，亦不能返回舊教會再見那位姊妹。男主角卻仍作留在原有的教會，我的內心一直想他們分手，因為弄得我如施地步的這兩個主角，一直沒對我說過甚麼，後來五月左右男的已打我的手機說了一句「對唔住！」我要求正面了解，他卻說唔想。我根本無機會對話，所以我好憎這一間教會。無數的人連同我自己都明白，作為一個牧者為何會有不原諒的憎恨？自從自己找出自己為何一直騷，啊原來那是羞愧啊！可以說是一種發現與釋懷，「啊！有人明白我了的感覺」。

所以當在祈禱中運用所教導的鐘擺方式，意思是自己找一個安全地帶，想像一個好舒暢的地方，同時又要想像出一個好憎的情景時，我腦海立刻出現舊教會的三個人，那些感覺是一望見他們仍存有好大的恨意。

記得一次邀請主耶穌來醫治時，組長就請我們想出一件要同耶穌訴說的事情，我立刻又想起這三個人來。那一次我真的有同耶穌傾談，但卻記不起耶穌對我說了甚麼。印象好深刻的卻是我主動先在禱告中告辭的，因為我心中有一個自己的聲音，當時半個月後我即將有四日三夜的個人退修，我想那時才徹底去處理一下。現在回想我是一年零七個月都是逃避。「壞的我」最常用的防衛就是否認，此刻甚至是逃避。

前面說過我最難過的一天，就是 2009 年 1 月 3 日，大家還記得我說過那一天，同一個晚上教會竟然不是處理有問題的執事，卻變成討論我；亦在同一個晚上我母親離開世界。這個同一天所發生的兩件極相關連的事，我內心最大的傷害卻不是教會的誣陷我的事件，反而是母親的離世。

我說拉法基金的情緒治療令我產生震撼，就是我發現我一直不明白與不知道，好像真相大白了的感覺。我真正的釋放是在課堂的最後一天，那天是 7 月 24 日的晚上。組長邀請我們用 empty chair 的輔導方法去處理，我本身都修讀緊教牧輔導，同會友我亦做過，親身去經歷當然是首次。

聖靈真的有帶領，好記得當時組長說選定一件事好好去處理一下，當然我心中有感忽然叫了出來：「我要同亞媽去講。」當我一這樣回應之後，內心那股傷心即時湧現，有一種強烈的驚慌，甚至坐在我對面的組員，竟然說第一個由我吧，看見我應該可以了，她也感覺到我的情緒湧現了，於是祈禱後就由我開始接受這樣的治療。

當時我清楚記得好良久不能叫出亞媽，聲音好像去到喉嚨頂便好困難要吐出來，好辛苦呀！我用紙巾雙手掩面痛哭，哭得山洪暴發般。一句衝出來的話竟是：「對不起，在你有病時，我唔知道你會走，否則我唔會顧住事奉咁少去睇你！」

這一年零七個月，我從不承認自己判斷錯誤了，為個一個女兒會掛著或是看重事奉過於在病床上的媽媽，現在我明白一個「壞的我」，甚至是一個八號仔性格，是會過度工作，我的復原就是要工作。很重易會高估了自己。要我正視「對不起」，對於壞的我及八號型是很要面子，好難說出來。我能夠衝口而出，就是我長久的抑壓，而經過課堂及連串的小組祈禱，掀開了同一天的傷害，教會的事件被主醫治後，這個更大的傷害，就不用再被抑壓了，所以我可以一開始就說出了「對不起」！

過程中我一共如此哭訴說出以下的說話：

1. 對不起，在你有病時，我唔知道你會走，否則我唔會顧住事奉咁少去睇你！
2. 我想同你講，我好憎你鬧我死八婆，我覺得好醜，我幾十歲仍比你鬧我死八婆。你鬧我死八婆之後，我甚少...應該講我好介意，甚至後來你同我講對唔住，我都一直介意。
3. 我向耶穌承認我判斷錯誤，事奉不應該如此的，我應該請病假，我應該不去冬令會而去醫院。
4. 你好偏心，甚麼事都說家姐好，無論我如何做都是我不好，但我承諾會看顧同母異父的家姐，我現在確係做緊了。
5. 你的孫女已信了主，已返緊我的教會了，我亦做緊了。
6. 我再食唔到你煮的餸菜，你知否我有時會去吃碗綠豆沙，是為了紀念一下你。
7. 你常說好可憐，但係仔又是我，女又是我喇。

我發現原來我接受不了母親鬧我「死八婆」，我十年來的憤怒其實是感到羞恥與被侮辱。所以我之後一直與她的感覺抽離，當然還有很多單親家庭帶來的傷害與傷痛，當中涉及的都是羞愧的感覺，時間未夠分享了。然而奇妙地當我說了我一直介意她當天鬧我時，我隨即懂得承認自己在事奉上是判斷錯誤了，高估了自己了。

當組長再說會否再同耶穌傾一下時，我表示三天後我會去退修，我再在那兒同耶穌談吧！其實在二月我已預定了 28-31/7 這四日三夜要個人退省中去處理自己。當然後來在長洲的這幾天中，我真的去處理，29 號的早上我祈禱，先以呼吸放鬆配合，我向主認罪，忽然我的全身感到真實的熱，好熱！因為 Dr Kot 不在，我都不明白為何感覺灼熱，好真實的熱。然後聽到「十字架、十字架」的詩歌，有經文說「你是我的」，看見我同主坐在海邊，一同望著大海，更感覺耶穌抱著我。祂說「因我看你為尊為寶，又因我愛你。」

當祈完禱半小時後，大約 12 點左右，奇妙的事發生了，我在床邊拿起手機，進入短片的部份，我終於看畢六分鐘的母親被探病時訪問的短片，之前我仍沒想過要去看，那刻我不單去看母親的樣子，更聽見她的聲音，很舒服的感覺。沒有流淚，沒有激動，我才知道那次的 empty chair 的釋放真的釋放了，我未完的耶穌部份，在退修時完成了，而且我在祈禱中再仔細去想那間教會的每個好憎的人，沒有畫面了，因為原來在之前的小組祈禱活動中，雖然我記不起耶穌那時對我說了甚麼，只記得我先告辭，然而卻已經早被醫治了，現在再想起事件，沒有了憤怒的感覺了。

四日三夜的退修中，每當呼吸放鬆我都感到肩膀酸痛，而這種崩梗的酸痛我一直看為工作事奉的勞累。然而好奇妙當我看罷母親的短片的同時，又知道教會事件的影響已放下時，在最後離營那天的早上，當

我再呼吸祈禱時，忽然不再感覺崩梗疼痛了，完全沒有感覺，是一種自由釋放的感覺，此後的靈修美好！