

宣教生涯：

從轉變到轉化

游志豪
教育及推展副主任

2017年5月24日，由保羅文心中心、香港宣道差會及香港差傳事工聯會合辦的關愛研討會，主題為「宣教生涯：從轉變到轉化」順利舉行。雖然當日下著滂沱大雨，但也不減斗室內我們約百位參加者的熱忱。

研討會講員為資深宣教士王鈴惠女士，她現為泰國清邁 The Well International 臨床專業輔導員，藉心理諮商服侍在亞洲各地的宣教士。她來自台灣，在美求學，後在南美宣教十年。因此，王鈴惠宣教士深

具宣教經驗，對跨文化宣教及宣教團隊的多元有獨特的見解。

是次研討會內容是探討宣教士面對轉變的壓力，並研討轉變的藝術，對我們一眾宣教士、差會同工及教會牧者裨益甚大，尤其是能夠幫助我們關顧一些回歸的宣教同工。

王鈴惠宣教士先從宣教士的生涯說起，宣教士在他們的宣教生涯中會出現兩次低潮。第一次是初到工場時所要面對的文化衝擊，第二次是當他們要從工場



主
題
文
章





者認同大多數回歸香港的宣教士有時都未能好好處理在工場的情緒問題，因此在歸回後，往往出現很多情緒的困擾，需要額外的輔導與特別的治療。

宣教士要在離開的階段處理情緒包袱，必須先建立一個安全的竹筏(RAFT)。一個竹筏有四根主幹，分別為：和解(Reconciliation)、肯定(Affirmation)、再見(Farewells)、思考目的地(Thinking Destination)。「和解」的意思是，盡所能修復任何破碎的關係，不要將遺憾帶回家鄉；因為這些遺憾將會帶來負面的情緒，如憤恨及焦慮等，會一直纏擾他們。「肯定」是第二步，是讓別人知道要感激他們，並向對方，甚至是自己子女說聲謝謝；可用實際的行動，不可不辭而別。「再見」是要用適合當地的文化方式，與人、地方、甚至是寵物、財物說再見。在離開的最後時期，宣教士需要安排時間來道別。合適的道別和放下，能幫助宣教士處理心中的情緒，也為別人帶來祝福。最後就是「思考目的地」。事實上，宣教士要思考的是將來的事，如：回家有甚麼期望？未來的生活和事奉怎樣？要考量一些生活、事奉和學習的細節等。

宣教士在工場會發生很多事情，也會與不同的人產生連繫，他們在回歸前若能先處理好對人、事、物的情緒，回到家鄉便能夠有較好的適應。

過渡的階段是一個情緒高低起伏的時刻。海外回

回歸原居地時，也需要面對重新適應回歸地文化的挑戰，當中的心情和心理處境，若不好好處理的話，會導致很嚴重的問題。宣教士關顧者就是要細心明白回歸宣教士的心路歷程，以致除了禱告之外，還可以在其他方面協助他們過渡，並支援他們投入新的環境。

講員之後深化這個題目，並集中討論海外回歸的情況。海外回歸分為四個階段，包括：離開階段(Leaving Stage)、過渡階段(Transition Stage)、進入階段(Entering Stage)和結束階段(Closure Stage)。在離開階段，我們要明白宣教士不是取了行李，便可輕鬆地離開。他們離開時，是帶著很多未解決的情緒包袱的。因此，他們必須花時間先去處理這些情緒，不讓這些東西殘留，影響他們日後的事奉和生活。筆



主
題
文
章





歸的過渡階段是從一個宣教士離開他的工場的房子，一直到回到了自己的家鄉，不僅只是到了打開行李箱，還有可能是到他解開頭腦的思緒為止。它可能持續一兩小時，一兩天，甚至持續更長久的日子。在這段時間，宣教士的頭腦就好像心理時差一樣，會有許多高低起伏，因此，不要在這時候作重要的決定。宣教士關顧者更需要洞察這段時期的宣教士，給予他們多一點空間去平伏心情。在這段時間，宣教士可能會感到思緒不清、迷失、感到不如人，產生焦慮及失望等。整個時期都是過渡性的，所以，耐心等待是重要的，這樣也會縮短情緒動盪的時間。然後，他們會開始逐漸進入他們本國的文化。

到了第三階段，便是進入的階段。進入階段從解開心緒開始，一直到完全投入為止。其實，當宣教士



離開了本國，很多事情、人物，甚至是家人、教會等，都已經改變了。宣教士要面對的是一個全新的文化和一個不一樣的國家，因此，他們需要重新投入文化，而這是一個花時間的旅程。可喜的是，宣教士最終能夠找到一個新的均衡狀態，在本國找到一個「家」的感覺。

筆者認為，這個時期對回歸的宣教士甚為重要，因為他們已經跟昔日不一樣了，面對全新的環境需要好好的學習和適應，以防止另一文化衝擊所帶來的心理傷害。處理不好的話，宣教士就難於在他們的本國中找到落腳點，即找到一個屬於自己的家。

講者強調，在進入階段，宣教士的集中點是「現

