



與患了抑鬱症的宣教士同行

柳如風

中國信徒佈道會宣教士

神呼召我成為差會同工，目的是與宣教士同行，在他們平順的日子喜樂同行，在心靈憂鬱的光景也默然相伴。

宣教士面對陌生的環境，從適應起居飲食，到認識語言文化；從接觸當地人互相溝通，到事工開展，都承受著不少外在的壓力與期望，感到無限辛酸與孤寂，彷彿長時間處於壓力鍋內。若不定時「排氣」，適當地處理壓力，久而久之便會「爆煲」，甚至誘發成抑鬱症。請別感到驚訝，宣教士也是人，對抑鬱症沒有特別的免疫。

差會與宣教士分隔兩地，難以即時了解宣教士的情況。求主幫助我們的心靈保持敏銳，多些關心宣教士的身心靈。若察覺宣教士經常疲憊不堪，長期的腰酸背痛或胃部不適，不能入眠，難以集中精神，思考出現困難，對事奉失去興趣及信心……便要當心，他們可能已患上抑鬱症。這時候，差會須立刻主動了解情況，宣教士可能不自覺或未能接受此現實。評估後，差會若發現他們情況嚴峻——無法清晰作決定或正常生活，便須迅速安排他們離開工場，返回原居地休息，接受治療。此時，差會宜給予宣教士直接而清晰的指引，避免他們自行決定事情。若有需要，應派同



工到工場接回宣教士，並與工場的伙伴交代事情和交接事工，讓宣教士能安心暫離工場。

憂心忡忡 迫切代禱

「若一個肢體受苦，所有的肢體就一同受苦。」（林前十二26）。一位摯愛的宣教士患上抑鬱病，我們都不禁憂心忡忡，每日迫切為她祈禱。她回來後，感謝主預備了一位主內的精神科醫生診治她，而且教會與差會緊密合作，安排跟她認識而成熟的姊妹照顧她（患者可能抱有自殺的念頭，暫時無力自顧，故需要這樣安排）。也許我們未能長期相陪，但每日互通電話，說一句鼓勵的話，或讀一節經文來安慰她，告知每日都為她祈禱，讓她感到被人關愛與肯定。若然可以，與她一起禱告，讓她感受神的同在和不變的愛。服藥初期，她異常疲倦及渴睡，我們還是鼓勵她定時服藥。病情受到控制後，可以約她外出，參與一些輕鬆的活動，幫助她走出黑暗幽谷。

患病的日子，她的情緒仿如坐過山車般歷盡高低，我們的心情也七上八落。在起起落落的日子裡，我們需要認定那恆久不變的盼望，是從神而來的。抑鬱症並非不治之症，除了禱告、藥物治療、弟兄姊妹的鼓勵外，專業輔導員更能幫助她，這對因外在環境或內在性格誘發的抑鬱症，特別有效。



每當人驚訝為何宣教士會患上抑鬱症，而他們又難以啟齒，我便想起了這節經文：「身上肢體，我們看為不體面的，越發給它加上體面；不俊美的，越發得著俊美。」（林前十二23）我們與抑鬱的宣教士同行幽暗痛苦的路，需要聖靈的光照，以敏銳的心、接納的手、同行的腳，同心挽手，在沿途鋪滿愛的路徑上，你會發現那片燦爛的新天地就在前面。

（本文原載於香港差傳事工聯會《宣教心》第十二期，二〇〇八年。內容按華福中心出版格式及用字原則修改。）

世界華福中心
C C C O W E