



香港中文大學

崇基學院



電話：(852) 2609 6711
 傳真：(852) 2603 5224
 電郵：oichap@cuhk.edu.hk
 網址：www.cuhk.edu.hk/theology/pastoral/

第三期 2007年8月
 Issue No.3 August 2007

教牧事工部

教牧的慈憐疲勞 (Clergy Compassion Fatigue)

李耀全牧師
 (教牧事工部副主任)

教
牧
篇

陳牧師是一個勤奮滿有愛心的牧者，近日常常出入醫院探望弟兄姊妹，因為教會有會友一家四口在一次旅行在路上遇上車禍，父母傷勢嚴重，而兒女的傷勢較輕，不過就受了極大的創傷後壓力。除了幫助這個家庭，教會亦有幾對的夫婦正在分居離婚的過程中，故此實在每日都疲於奔命。他發覺自己很容易疲倦，精神疲乏，常感到力不從心，充滿內疚，覺得自己在牧養上無能為力，甚至開始懷疑自己是否配做牧師。牧師晚間不能入睡，亦發覺自己脾氣暴躁。但他告訴自己這便是為主受害，事奉主要忠心和肯付代價，故此教會弟兄姊妹只看見他總是常常喜樂，面帶著笑容，幫助人從來不猶豫，人人都讚他是一個好牧者。故此當陳牧師突然心臟病發，所有會友都無不驚訝！我們稱此狀態為「慈憐疲勞」(Compassion Fatigue)所帶來的病症，是助人行業（如護士、社工、救生員、牧者等）的人最易陷入的。

壓力是生活的一部份，我都都面對不同程度的壓力。工作與事奉都會有壓力，這是正常的，而一般的壓力是會令我們所作的更有效率。但當牧者（或其他助人的工作者）不斷付出而沒有適切的身心靈之調理，「慈憐疲勞」便會出現。若這狀況持續，耗盡 (burn-out) 或更嚴重的精神損害便會出現。到底「慈憐疲勞」的進程是怎樣的？以下的圖表便清楚顯示它不同的因果：

慈憐疲勞由一般苦難的接觸開始(1)，助人者本著自己的關懷心(2)，和同理心的本能(3)，作出同理心的反應。當牧者面對會友的需要，自然付出愛心去關懷有需要的會友與朋友，我們同理心的反應(4)，與我們從我們網絡之抽離(5)，加上我們助人時有滿足感(6)與否，決定我們會承受多少剩餘慈憐的壓力(7)。例如牧者去關心上述受害的家庭，發覺自己在孤軍作戰，受助的家庭沒有感激的回應，反而充滿怨天尤人的說話，牧者便會倍感壓力。若牧者長期接觸苦難(8)，並且從過往的創傷回憶(9)感到更多壓力，同時又面對生活上其他的要求（例如家庭的需要、講道、行政與其他關懷的事工）(10)，他便會容易陷入慈憐疲勞，表現出各樣的病徵。

一個牧者（或其他助人者）易陷入此病態而不自知，因為他／她仍願關心人，不像耗盡的人早已放棄。若牧者感到力不從心，這該是他要休息之訊號。另外一個明顯的指標便是他／她是否有喜樂。在正常壓力之下，事主仍可以是充滿喜樂，壓力增多，喜樂便會減少。一個陷入慈憐疲勞的人仍似有喜樂，但這喜樂只是表面的。當他耗盡時，他已毫無喜樂，而進入精神耗損時，他已失去了喜樂的能力。

聖經在箴言裡有不少有關「喜樂」的教導——「心中的苦楚，自己知道；心裡的喜樂，外人無干。」(十四10)，「喜樂的心乃是良藥；憂傷的靈使骨枯乾。」(十七22)重拾喜樂的心仍是面對慈憐疲勞的良藥。先知哈巴谷的信念是：「無花果樹縱不發芽，葡萄樹不結果，橄欖樹無所出，田裡無收成，圈內的羊被剪除，棚裡也沒有牛，我卻要因耶和華歡喜，以救我的神為樂。主耶和華是我的力量，他使我的腳快如母鹿的蹄，在高地上行走。」(哈三17-19，新譯本)透過禱告、支援與輔導，牧者也可重拾這種喜樂。



慈憐疲勞的進程 (Figley, 2001)

A. 身心靈健康的治療者

心裏有感

林少玲

這次講座，我想我是最早報名的一批吧！因為有經歷、有感受(去年底意識事奉中的耗損，靈裏的枯乾，決心放了兩個半月的假才回來再努力)，就很有教導和分享。是次聚會，又中又西的教導叫我驚喜，生命的閱歷後的體驗就是生命之道；怎樣才能固本培元，既本色化又是屬靈操練，很被激勵。

我想能有這樣的知與情聚會，會叫此代城市人更懂福音之大能。

B. 婚前/婚後輔導

從參加「牧者菁英支援計劃」說起……

一對會員夫婦

透過單張得悉香港中文大學崇基學院神學院的教牧事工部，舉辦婚前/婚後輔導教牧訓練(Prepare & Enrich 輔導員證書課程)，我倆夫婦因應當今婚前/婚後牧養輔導的迫切需要，欣然報名參加。在申請過程中，得悉教牧事工部推出首屆「牧者菁英支援計劃」，正如此計劃的名稱，其特色是幫助及支援事奉15年以內的牧者，透過提供具體而貼身的屬靈指導與支援，以提升牧養能力，使牧者及教會皆得以健康成長。

此計劃更好配合我們參加Prepare & Enrich Program 輔導員訓練的原意，既有專業輔導的裝備，又有長期定期的支援和督導，最少有一年的時間。硬件是核心所在的「牧者菁英支援計劃」，軟件的配套有支援系列，「教牧晚間講座」，「心靈輔導與關懷」模式課程，教牧退修營等。更寶貴的是我們夫婦能夠一起參加此核心計劃，配以其中訓練和專題，使我們同蒙造就，同心協力，同蒙主恩！

在「牧者菁英支援計劃」的歡迎會上，李耀全博士分享計劃的緣由、目標和內容，忙於逐個接觸關懷，並在午餐會上，奔走兩席之間，商談日後個案督導/研討小組的時間。李博士更在百忙中陪同我們參觀圖書館，了解如何使用各項資源。正如他提到此支援計劃，是讓教牧善用大學圖書館的多方面豐富的設施資源。其間我們認識來自不同教會和神學院背景的學員，他們多數是事奉5年以內的牧者，渴望有個別的輔導和屬靈的導引。

在未來一年，有關牧養與靈命支援方面，將會隔月舉行牧養個案督導(Case Supervision)/研討小組，每次兩小時，共5次。菁英會員將分兩組進行，每組約7-8人。另外，在教牧個別輔導與屬靈導引方面，包括(一)個別約見，按各人個別不同的需要，(二)小組屬靈導引(Group Spiritual Direction)，同樣分兩組進行，每次兩小時，共3次。務求使參加的牧者有更全面，連續的屬靈指導與支援。會員之間又能商討現今在教會的處境中，所面對的複雜個案，深層困擾，彼此分享交流，支持代禱，幫助牧者有個人真正的成長，又加強能力牧養群羊。

在神學院的協助下，我倆夫婦已成功申請了教牧人員借書證。一天內走遍大學圖書館、崇基學院牟路思怡圖書館(神學院圖書館)及聯合書院胡忠多媒體圖書館，當中儲藏了豐富的書籍、專業期刊及不同種類的資源，尤其在多媒體圖書館內的專業治療視聽教材，幫助最大！俾能使我倆在菁英計劃中，在督導牧養，專業輔導上，達致更佳更美的果效！

此「一站式的服務」(教牧的牧養)對同工有實際的幫助，可說是神學畢業後的持續發展，盼香港的其它神學院能參考此計劃，為所屬神學院畢業的工人，為天國工人提供成長及支援的天地。這真是工人和教會的福氣！

教牧訓練
婚前/婚後輔導

日期：2007年10月4日及25日(星期四)

講師：李耀全牧師、李振康牧師

對象：教牧同工

時間：下午2時至6時

地點：香港華人基督教聯合會教牧中心
(尖沙咀北京道57號國都大廈6樓)

費用：每位港幣\$600(非會員)

每位港幣\$480(菁英會員/普通會員)

另學員需自費購買婚前/婚後輔導手

冊(\$900)[手冊費用支票抬頭：

「生命與婚姻啟迪培訓有限公司」]

名額：20名

教牧課程
心靈輔導Soul C.A.R.E.S.
(Part II)

日期：2007年11月2, 9, 16, 23日

(星期五)

講師：李耀全牧師

時間：早上10時至1時

地點：香港華人基督教聯合會教牧中心

(尖沙咀北京道57號國都大廈6樓)

費用：每位港幣\$300(非會員)

每位港幣\$240(菁英會員/普通會員)

名額：20名

教牧講座

日期：2007年12月7日(星期五)

講員：李耀全牧師、陳鴻耀

題目：「教牧：教練與領導」

時間：早上10時至1時

地點：香港華人基督教聯合會教牧中心
(尖沙咀北京道57號國都大廈6樓)

*費用全免，歡迎教牧參加

報名表



講道是傳道人的重要職事，但本人近年收到信徒對於我的證道內容有意見，而我又認為我是按聖經真理分解上帝的道，我該如何處理？



謝謝您的提問，深深感受到您甚願作個無愧的工人。講道的確是教會傳道人的重要任務，信徒自然也會有他們的期望。您面對的困擾是不少傳道人都有。

信徒給您有關講道的意見是一件好事。雖然收到別人的評語不一定好受，若您能把它看為信徒的關心，就可以把它化為改進的動機，講道之好與不好，可以說是見人見智，但也有它客觀的一面，即有主觀與客觀的兩面。後現代人較喜歡一些感人的故事，不喜歡一些長篇大論的道理。可是怎樣才是「感人」卻人人不同，故此若您只是在講道中嘩然取寵，定必失敗！無論怎樣，您需聽取會眾的意見。

講道與其準備要先從上帝話語透徹的掌握開始。您按聖經真理分解上帝的心是正確的。不過這客觀的研讀要成為您個人的領受，它要成為您生命與信息的一部份。否則若它書卷氣太重，聽道的人便有上課的感覺，心中對道的抗拒便頓然而生。這樣，豐富的內容也聽不入耳！

其次講道需由經文產生清楚深入淺出的綱要，讓聽者容易吸收。不要忘記您用了很多時間準備，會友卻只是第一次聽見，故此大綱太長太複雜便會令會眾掌握不到信息。講道還要加上生活化的例子，可有趣味性，但更重要是其實用性。講道也是一種藝術，是傳遞信息的藝術，最重要是從心底說出真理。

講道與教導是一種恩賜，雖然它是傳道人重要職事，但它卻不是唯一的職事。若經過多年的經驗您仍覺得講道吃力，您便需要與別人分擔講道，自己發掘您其他的恩賜，不可勉強。



近年各神學院的延伸課程吸引了不少會友去報讀，反之教會內的主日學則越來越少會友參加，面對此情形作為教牧應如何做？教會的主日學亦應如何定位？



這是一個很難回答的問題，因為我既是神學院的老師，亦是教會的牧師。但我認為神學院和教會都是有責任教導信徒，故此這是教牧的問題，也是神學院與教會合作的問題。

首先我們要澄清教會與教會機構（包括神學院）的關係。教會的機構永遠是教會的僕人，幫助教會完成她的使命。教導培育信徒成長是教會首要的責任，而教牧的任務乃做好這份教導牧靈的工作！神學院的責任並不是代替教會做好這份工，乃是訓練教牧與信徒領袖去做好這份工！我們不可本末倒置。

愈來愈少人上主日學（也有例外），和愈來愈多人報讀神學院的延伸課程原因何在？以下是一些原因和修正的建議：

1. 教會教導事工不能滿足信徒的需要，這可能是師資素質的問題或是主日學所謂定位的問題，故此我們神學院有責任協助教會提升教會師資水平，並且提供新教學模式。我們在此不能詳述主日學改善的方法，但教會可以用活動教學的方式並善用群體動力作為起點。
2. 神學院過分取代了教會的教導角色，用專人提供高素質「主日（平日）課程」。這可能有經費需要的考慮，但神學院理當知道教導並不單是知識的傳遞，而是靈命的培育，這是教會的責任。神學院絕對不可成為教會不公平的競爭對手！神學院要集中訓練教牧和導師(Train the trainers)。
3. 教會與神學院合作的必要。若以上的角色配合不能實現，信徒的教導事工便會事倍功半，天國的資源又是被誤用！故此教會在主日學的辦學上，要與神學院成為伙伴才對。

姓名：（中文） _____ （英文） _____
 稱謂：傳道 姑娘 牧師 其他 _____
 地址： _____
 電話號碼：（辦事處） _____ （手提） _____ （傳呼） _____
 傳真號碼： _____ 電郵： _____
 職位： _____ 任職教會： _____
 牧養年資： _____（年）
 報讀之科目： _____
 課程費用： _____ 支票號碼： _____（支票抬頭：香港中文大學）

* 婚前/婚後輔導手冊：支票抬頭：「生命與婚姻啟迪培訓有限公司」
 請填妥本報名表，連同支票，寄 新界沙田香港中文大學崇基學院神學院教牧事工部 收。
 查詢：2609 6711 張小姐 或 2609 8152 韋小姐 或電郵：oichap@cuhk.edu.hk

第一屆週年牧養研討會2007

在華人教會處境中探尋

教牧職事

Defining Pastoral Ministry
in the Chinese Church Context

近年來，有關本地牧者事奉表現的討論，甚至爭論，不時有之。在西方教會圈子及學術圈子裡，類似的討論，亦已出現一段時間。其中一個主因，是無論在教會圈子或學術圈子裡，「教牧職事」一語之定義，始終未有共識。當「教牧職事」一語之意模糊不清時，我們便無法準確評論牧者之事奉表現，甚至連牧者的應有事奉內容，我們也無法弄清。面對這種狀況，有學者認為，牧者無可避免地會受困於一種形象夾縫中，並禁不住要發問，「究竟教會對我有何期望？」或「究竟上主對我有何要求？」而牧者也因這種期望的差異而容易會變得沮喪、受傷，甚至因此而過早燃盡。正因如此，我們遂舉行這次研討會議，回應這燃眉之急。

鳴謝：

「陳佐才週年牧養研討及出版專款」贊助
世界傳道會/那打素基金 贊助研究基金

YMCA 香港中華基督教青年會 贊助場地

日期：二零零七年九月十九日(禮拜三)至二十日(禮拜四)

時間：上午九時至下午五時卅分

地點：香港中華基督教青年會五樓會議廳

大會講員：周聯華牧師(華人教會資深牧師)

專題：(一)「從聖經與神學看『教牧職事』」

回應講員：盧龍光牧師(崇基學院神學院院長)

(二)「從華人教會文化看『教牧職事』」

回應講員：李錦洪先生(《時代論壇》社長)

日期	19/9/07 (禮拜三)
0900 - 0930	開幕禮
0930 - 1030	專題演講：周聯華牧師 從聖經與神學看『教牧職事』
1030 - 1100	回應：盧龍光牧師
1100 - 1115	公開回應 / 討論
1115 - 1130	小休
1130 - 1215	研究報告： 有關「牧職」、「牧職效能」及「牧者事奉狀況」等的 本地或華人實證研究報告
1215 - 1230	公開回應 / 討論
1230 - 1400	自由午膳
1400 - 1500	專題演講：周聯華牧師 從華人教會文化看『教牧職事』
1500 - 1530	回應：李錦洪先生
1530 - 1545	公開回應 / 討論
1545 - 1600	小休
1600 - 1720	分題報告(一)： 從具體華人教會經驗及牧職實踐探索「教牧職事」的含意
1720 - 1745	公開回應 / 討論

日期	20/9/07 (禮拜四)
0900 - 1000	分題報告(二)： 從聖經角度探索華人教會處境中的「教牧職事」
1000 - 1030	公開回應 / 討論
1030 - 1045	小休
1045 - 1145	分題報告(三)： 從神學角度探索華人教會處境中的「教牧職事」
1145 - 1215	公開回應 / 討論
1230 - 1400	自由午膳
1400 - 1500	分題報告(四)： 從歷史角度探索華人教會處境中的「教牧職事」
1500 - 1530	公開回應 / 討論
1530 - 1545	小休
1545 - 1645	分題報告(五)： 從牧養神學角度探索華人教會處境中的「教牧職事」
1645 - 1715	公開回應 / 討論
1715 - 1745	閉幕禮

講員：李寶珠牧師(中華神學院院長)

羅慶才牧師(鑽石山浸信會主任牧師)

林榮樹牧師(土瓜灣浸信會主任牧師)

徐玉琮牧師(方舟之家主任牧師)

鄧達強牧師(中華基督教會長沙灣基道堂主任牧師)

黃瑞君牧師(天梯使團總幹事)

吳國傑博士(香港浸信會神學院)

李耀全牧師(崇基學院神學院)

關瑞文教授(崇基學院神學院)

葉菁華教授(崇基學院神學院)

邢福增教授(崇基學院神學院)……等

對象：教牧同工、學者、神學生、教會領袖及有興趣本課題之人士
費用：港幣100元(包講義，不包午膳)

查詢：歡迎聯絡本院教牧事工部副主任李耀全牧師(31631034 或
drsimonlee@cuhk.edu.hk) 或事工幹事張愛思小姐(26096711
或oichap@cuhk.edu.hk)。

網頁：www.cuhk.edu.hk/theology/pc2007