

我學習精神科的啟蒙老師是黃世和醫生。醫學院畢業後兩年，基督教聯合醫院是我服務的第一間醫院，他是該醫院精神科的主管，他有一些名句，到現在也常在我的腦海中。

「不是每一個人都可以做精神科醫生，你要先照照鏡，看你可以不可以。」當然，他指的不是樣貌，而是要有自知之明：志向、興趣、對人的了解、聆聽的耐性等等，他沒有明言，但我可以意會到。我相信我可以，一晃就做了三十年。

現時，我有機會時會跟一些後輩分享心得。其中，「整合 (integration) 是一個態度，是必須由治療師自己去做的功夫」；「你的人觀、價值觀、世界觀等決定了你的治療取向」，‘Integration is based on integrity’。不知道有沒有無意間用了別人的說法，或者是英雄所見略同。在心理治療的範圍，我提醒學員，我們要學的，不是一些技巧，而是怎樣 sharpen「自己」去聆聽、了解、盛載和醫治。內心的整合好像「內功」，要日子的積累。

治療整合的另一角度，是團隊的共同努力，互相補位，這也是整合的一種呈現。我的這位啟蒙師傅，可以說是香港精神科社區治療的先導者，他有另一句金句：「不是我不懂做（心理治療），而是做不了這麼多，由別人做他們專長的！」。他這樣的整合觀念，是多元協作 (multi-disciplinary collaboration) ，在他領導之下，無論是心理學家、社工、職業治療師、護士、阿嬤、社區組織工作者，以至學校老師、教會工作者都有他們的位置。「協作」 (collaboration) ，不是一件容易做得好的事，要有廣闊的胸襟及對別人的一份尊重，所以，也很大程度上看我們的「內功」有多深厚了。

教會牧者在協助受心理及精神困擾的人方面有很獨特的角色，（這只是筆者個人的觀點，可能基於個人的信仰）也是我特別看重的一群。首先，他們往往是有需

要者的第一接觸點，教友對他們很信任，亦有經常的接觸，如果他們對精神及情緒問題有更多了解，他們可以及早發現問題，也可以鼓勵有需要的人及早求助。其次，我也多次聽到一些病友告訴我他們返教會後開心了，積極了。教會給予一些人失落了的自我感、人生的價值與意義，也給予他們一個關係網絡，可能是幫助的原因之一，但是，教會之中的人際關係也曾為好些病人帶來不少困擾；這也是牧者不可不知的事實。

（請讓我再三表明，這反思不是一個信仰的討論，純粹從個人經驗談起，不表示其他信仰或宗教不會產生相同的效果；信仰對人的影響是否也可能有超自然的因素等，也不是本文所討論的範圍。以筆者個人經驗而言，一般不會主動建議求助者去教會，以免影響治療的中立性，但有意義的信仰探討，如果由受助者提出，既是人生的一部分，在無所不能談的輔導空間，就不會避諱。要花這麼多篇幅申明立場，可能正反映話題的複雜性。）

此外，我認為牧養及輔導有共同的目標——讓人成長。我與一些志同道合的弟兄姊妹在自己教會開設輔導服務，也有十多年了。我們開始時的異象，是要在教會中建立輔導文化。我們重視的，不是見多少個案，幫助甚麼人，而是希望在教會生活的朋友，更多重視溝通、真誠對話，重視面對問題、不逃避，也重視生命的成長。在剛過去的中心退修會中，聽到李思敬博士的分享，其中他表達「輔導文化在神學院留下了很 significant 的 impact，就是我們要建立怎樣的人——會成長的人。」這也令我深深感動。我相信這輔導文化的建立，不是一個人或一個部門的成果，而是源於所有師長的同心努力。

不過，個人成長這個目標未必是經常存在於每一位牧者的意識中。多年前，在某教會一個牧養輔導研討會中，我問過牧者們一個問題：牧養的目標是甚麼？這是一個集思問題，沒有標準答案，但與會者很快講出的是：他們能自己懂得讀聖經，能有好的見證又懂得傳福音，能夠成熟地帶領小組，懂得關心別人等等。這些都

可能是牧者心目中的成長，但是，於我來說，具體的能力及表現並不是個人成長的核心。所以，牧養及輔導有其共通點，但也可能有競爭之處。

我常常希望能幫助牧者明白輔導的角度，但過程中我也更明白牧者的角度。兩年前，我主領了一個牧養輔導研討課程，有牧者告訴我牧者與教友的關係是十分多元的。他有時是父母親、朋友，有時是教師、指導員、教練，有時是輔導者，有時是聖職人員。輔導員比較被動，要求受導者有求助的動機，但牧者很多時要主動追訪；輔導員可以較為抽離，但牧者往往會像家人般緊張他的教友；受導者與輔導者的關係是個人的，但牧者往往認識他的家人和朋友，也同時關顧他們。與此同時，牧者卻不一定願意把個人成長「外判」給輔導員，因為他不知道該輔導員的信仰情況、因為他們是他的「羊」、因為輔導員常常談私隱以至他們不知道「羊」的狀況，很難合作等等。

明白了牧者的角度，令我更深感到或許不能要求牧者兼任輔導的角色。牧者與輔導員與他們的對象之間實在有著不同的關係，也因此會有不同的角色，需要協作來達成共同的目標，但是，牧者可以在牧關的角色上運用更多輔導觀念。同時，輔導員與牧者也要彼此尊重、信任、溝通，我們明白成長需要空間，保障私隱是輔導成功必要的因素；而牧者也往往與教友有很重要的關係，他的主動關懷可以成為受導者非常重要的支持。

從整合治療的角度看，每個人都有他的角色，協作是整合的重要一步。