147

基督教愛協團契通訊

CHRISTIAN OI HIP FELLOWSHIP

九龍長沙灣青山道244號達明大廈2字樓
2/F, TAT MING BUILDING, 244 CASTLE PEAK RD., CHEUNG SHA WAN, KLN.

二〇一七年四月

不可停止聚會，
好像那些停止慣了的人

梁夢熊
執行幹事

2月10日港鐵發生懷疑縱火事件，導致多名乘客受傷；事件引起公眾極大關注，而傳媒不停地發掘涉事者的覆診卡，以證實涉事人是一名妄想症的病患者，以為已找到懷疑縱火的因由，怎料這種態度和取向對整件事件之處理是全無幫助的，反之讓市民加深了對精神病康復者的誤解，以為精神病患者是危險的，精神病康復者等同暴力，加深了精神病康復者的標籤和污名之效應，繼而進一步將精神困擾個人化及病態化，卻沒有從整個系統，政策和服務看這個問題，這對於精神病康復者的復康及融入社會是毫無幫助的。

世界衛生組織的2001年年報中指出，每四個人便有一個會在一生中出現不同程度的精神或情緒問題。預計2030年，抑鬱症將會成為全球疾病的第一號殺手。在醫管局接受治療的精神病患者人數持續上升，由2011-12年度的186,900宗，增加至2015年的225,900宗。香港中文大學精神科學系於2016年9月13日公布的調查結果顯示，約40%的受訪市民未能維持良好的精神健康，而5.5%的受訪者曾於過去一個月受嚴重精神困擾。

從宏觀的角度來看，需求大供應小，當然是出現供不應求的問題，若果不改善，只說是個人問題或個別事件，這乃是掩耳盜鈴而已。問題在於我們的醫療精神復康服務以及社會精神復康服務的支援是否足夠嗎？社會福利署資助的精神健康綜合社區中心服務一直以來都是人手不足，難以為精神復康者提供足夠的支援，而且部份還沒有活動會址，令職員難以推行相關活動。至於醫管局為嚴重精神病患者提供的個案管理計劃也是杯水車薪，服務名額嚴重不足，同時與精神健康綜合社區中心缺乏個案協調機制，令很多精神病康復者難以尋求相關支援。

愛協團契互助小組有兩個使命，一是行公義好憐憫，為我們精神病康復者弱勢社群伸張公義，因此我們義不容辭會為精神病復康政策及服務的不足，一齊起來向有關當局提出我們改善的建議，並且爭取應有合理的權益。但願我們的組員可以醒覺，需要學習站在真理的角度，天父上帝的公義與憐憫，為自己及同路人發聲。

愛協互助小組另一個使命是透過參與小組，令自己活得更精神健康，生命更豐盛而有意義。有時我會問組員，為何返愛協團契的小組呢？他們會說認識多一些朋友，認識聖經知識多一點，我就反駁他們，返教會不是更好嗎？更切合他們的需要嗎？又有些組員告訴我，不返愛協小組，不見得有什麼損失。看來他們的看法是患上「自我中心」和「近視」的毛病。

希伯來書十章24至25節：「要彼此相顧，激發愛心，勉勵行善。你們不可停止聚會，好像那些停止慣了的人，倒要彼此勸勉。既知道那日子臨近，就更當如此。」一個人離開群體，請問如何彼此相顧，激發愛心，勉勵行善，彼此勸勉呢？起初，當然他不覺得有什麼不妥，反之可能會覺得好自由，沒有人去勸勉或約束他，但當時間長了，便習慣了停止聚會；當時間久了，人與人的關係便終止了。有一天當有事發生，甚或病發時，誰來幫你呢？當你病發之時，你又能否聽得入別人的勸勉嗎？如果你是一位精神病患的長期康復者，是需要一個長期性的支援群體，以預防及減少自己復發的機會。愛協團契正是為此而生，協助復元人士融入社會和教會，經歷天父上帝的醫治以及弟兄姊妹的彼此相愛之情。

專題

信仰vs性格vs命途

陳熾鴻醫生
精神科專科醫生
本團顧問

應邀寫這個題目，感到甚具挑戰性，也很有意義。我們可以理性地、抽離地對這題旨加以分析，也可以較具空間的作一些個人反思，我選擇後者。

“vs”給你怎樣的聯想？我想到的是對壘：好像球賽ＡＢvsＣＤ，是比量、分辨。背後的想法可能是：我的問題，其實是信仰問題，還是性格問題，又或者是命運？在過來人的經驗出發，這絕對不是「務虛」的發問。

讓我們嘗試代入以下一個虛構故事的主角，像過來人一樣來討論。

『大作是酒店住房部主管，個子矮小、中年、男性。他出身家境貧窮，父母養了他們共六兄弟姊妹，他排行第四。剛好在他出世不久，爸爸便因工傷不能再工作，更飽受傷患痛楚之苦。爸爸終日在家，情緒日益暴躁，他認為是因為大作「腳頭不好」，與他相剋，所以很不喜歡他。在缺乏照料下，大作的身體及智力發展都較同齡的小朋友緩慢，在同學們遊戲時，如果要「搓揀人」的話，他都不會被揀中。他從小的想法就是：我沒有用，別人都不會要我這樣的一個人。

上小學後，因為家貧，在社工的安排下，大作在學校吃營養午餐，身體漸漸好起來；他又遇上了一位基督徒老師，老師看他長得矮細、個性退縮、軟弱，但也聽教聽話，特別在課餘時間給他多一點指導；慢慢地他的學業成積也追上了一般水平。可是，每回到家中，他仍是不敢表達甚麼、要求甚麼。其實大家都怕刺激爸爸，所以家中的氣氛往往都緊張而寂靜，儘管如此，爸爸的情緒仍每下愈況，時因少故對他拳打腳踢，最後被診斷患上狂躁抑鬱症。

大作在老師的引導下加入了教會，中三輟學後參與了學徒訓練，在酒店從服務生開始做起。在教會的教導下，他明白自己不是如父親所說的剋星，對自己的價值有了更正面的評價，並且在他的勤奮下，由服務生一直晉升至主管。可是，晉升不久，他就承受不了作主管的壓力，兩個月後，他已睡得很差，情緒愈來愈暴躁，有一天，他在上司的辦公室大吵大鬧，說自己有很多發展酒店的大計，都被打壓下去，感到別人看不起自己，最後他被送到醫院，被診斷患上狂躁抑鬱症。』

從大作的經驗想像，相信他起碼有一段時間會覺得自己命途坎坷。他不能揀誰是他的父母，也不能控制父親在他出生不久發生工傷。際遇也許不是人所能掌握，但人想到命途時，也往往是自己不如意，或情緒受到困擾之時，而忽略了同樣是不可以控制，卻對自己有利的事，例如他遇到了好老師、社工、上司；或許在他反思人生時，也可以為這些際遇而感恩。

「命途如何」也許是我們思想「為何」時才想到，但遠在我們未有這些想法之前，我們的性格早已被塑成。幼年的經歷最影響性格發展，父親對大作的怨恨、忽略、打罵，在他還未懂事前已經影響着他，使他退縮、自卑；但同時也刺激着他的反應，所以勤奮、上進也成了他性格的部份。不過，在遇見困難的時候，大作內心那「沒有用、別人都不要他」的自我形象，又伺機而動。

其實遇到怎樣的事情不是建構一個怎樣人生的唯一關鍵，我們對事情的認知、態度，以及別人在這些事件中對我們的看法，可能更加重要。大作的父親也許不能控制他的工傷意外，但是否怨天尤人，甚至把自己的不幸視為孩子帶來的噩運，是背後信念使然；這信念也就是他的信仰。有些信仰帶來迷信、詛咒、綑綁，也有些信仰帶來信心、博愛、釋放。

那麼，大作得了的狂躁抑鬱症，是他的命運？是性格使然？或是信心軟弱？我想都是，不過，更有意義的是從我們可以改變的層面去理解。他控制不了遺傳的因素，也不能左右早期的成長經驗，但是他可以透過自我成長改變他對自我的看法，另訂人生意義，可以無懼疾病標籤，勇敢面對服藥或心理治療的需要，在患難中與上帝相遇，透視人生苦難，不再自我中心，學習愛人，在多變的人生中找到安身立命之所在。這些都是信仰對患病者可以產生的正面影響。

豐足恩惠 – 與神同行

雪　蕊

聖經裡使徒保羅說：「又要彼此相顧，激發愛心，勉勵行善。」（來10:24）感謝主筆者當了廿六年義工，服務範圍極廣，深感榮幸有主拖帶看顧保守。而分別於七個機構擔任義務司儀，包括：（1）黃大仙社區中心（社署）（2）香港心理衛生會–恒健中心，（3）恒康互助社，（4）基督教愛協團契，（5）葵涌醫院，（6）新生精神康復會，（7）利民會友樂坊（黃大仙）。第一次幫YWCA做義工的時候心情十分興奮。首次當義務司儀是1996年11月24日–「百分百感覺之非常爹地日–父子同樂嘉年華」活動，感覺十分緊張，之後不斷有機會接受此項挑戰，累積經驗。由於自幼我十分害羞，估不到長大後可以有機會站在「演出我的心」三百人面前做司儀，而且每一次非常成功。

我認為不是我有什麼了不起的口才，而是所羅門王曰：「若不是耶和華建造房屋，建造的人就枉然勞力；若不是耶和華看守城池，看守的人就枉然儆醒。」（詩篇127：1）；一切都是神的旨意，有祂美意，其實我有些心得想跟大家分享一下，而最重要倚靠主，自己亦很努力，秘訣有（1）要淡定。（2）不怯場–當面對很多觀眾時，可望向時鐘或把他們當作水果看待。（3）保持笑容。（4）配合場合挑選斯文整潔莊重大方的衣裳。（5）隨機應變。（6）有信心。（7）控制場面，製造氣氛。（8）了解活動程序和流程，（9）千萬不可說錯嘉賓的名銜和姓名。（10）互補不足，與拍檔培養默契。（11）多些提出意見，（12）不可死背司儀稿，要記重點。

我的膝蓋和肩膊痛了超過一年，而2016年12月10日與朱姑娘做司儀那天真是最辛苦的一次歷煉，因為從早上綵排至節目完結共7小時，站立得太長時間，令我多次想放棄，但主愛護有加，使我堅守到底，結果我沒有放棄，而且當日風和日麗使我身心溫暖，活動順利流暢地進行。我亦獲得多位職員和會員的稱讚和欣賞。回想二十年的司儀路真是「豐足恩惠，與神同行。倚靠恩主，得勝有餘。施展實力，全憑恩賜。學習謙卑，順服侍奉。」這是我參加了25次活動做司儀的感受和得著，共勉之。

日期	內容	出席人數
1. 教育及推廣		
2017年1月22日	啟德基督教會：情緒與思想及身體的關係	13人
2017年2月11日	筲萁灣福音堂迦南團和雅歌團合團講座：靈性關顧與精神健康	12人
2017年2月12日	啟德基督教會：男女情緒表達的不同	13人
2017年2月15日	參與邵家臻及張超雄立法會議員就2月10日地鐵縱火事件的關注會議	2人
2017年2月16日	2017「關注復元小羊異象分享」暨籌款晚會	191人
2017年2月18日	探訪浸信會愛群社會服務處精神健康綜合社區中心(灣仔)	9人
2017年2月19日	啟德基督教會：憤怒、焦慮、悲傷情緒之由來及轉化的方法	15人
2017年2月25日	話劇	9人
2017年2月26日	沙田平安福音堂專題聚會：基督徒與精神病	45人
2017年2月26日	基督教信義會馬鞍山真理堂–精神健康主日	95人
2017年3月1日	推動精神健康政策聯席會議約見「鄺俊宇立法會議員」討論精神健康政策10大要求	2人
2017年3月4日	中華基督教閩三一堂交流探訪	22人
2017年3月9日	推動精神健康政策聯席會議約見「邵家臻立法會議員」討論精神健康服務及政策	2人
2017年3月15日	推動精神健康政策聯席會議約見「林太競選辦經理及政策部」商談精神健康政策問題	2人
2017年3月15日	於九龍城浸信會舉行精神健康急救證書課程	17人
2. 活動		
2017年1月23日、2月11、27日及3月11日	讚美操	8人
2017年2月4日	新春培靈會暨團拜旅遊	62人
2017年2月24日	門訓查經B2班	4人
2017年2月25日	詩班	15人
2017年2月28日	親恩頌暨生日會	26人
2017年3月4日	以馬內利組職員交流會	8人
2017年3月10日	愛臨香江金曲開心夜	40人
2017年3月12日	明亮組職員交流會	8人

閱後分享

翟輔民傳

作　者：林證耶
出版社：宣道出版社
分享者：蔡仲儀

撮　要：

本書是宣道書局創辦人翟輔民牧師(Robert Alexander Jaffray)的傳記，由翟牧師的學生兼同事林證耶先生撰寫。羅拔自少得到基督徒母親的栽培。本書帶領讀者看到一個基督工人的典範；同時也可知道當時中國的教會和宣教士的事蹟。

讀後感：

我發覺自己偏好傳記，因然為傳記令我們知道主人翁的一生，學習他們成功之處。這書是在「望道號」福音船泊港時購買、薄薄的、便宜的，吸引我擁有的意慾。主人翁翟輔民(Dr. R.A. Jaffray) 是宣道書局的創辦人。他最使我矚目的是他的優點：他是很有風度的謙謙君子，雖然別人得罪了他，他仍關心對方，這是從神而來的愛：完全釋懷，沒有半點扎心；他為自己解困的智慧和幽默感，也值得學習。

愛協團契購址最新消息

1. 感謝神！透過教會、機構及兄姊妹的奉獻和免息貸款，預備了新會址需支付樓價尾數的款項；求神感動更多教會及弟兄姊妹看見精神病患康復者福音和牧養工作的異象及使命。
2. 請記念新會址裝修計劃的構思及籌備工作，求神帶領小組的商討及各項跟進工作能順利推展，並為愛協預備適合的裝修公司。
3. 請記念新會址裝修工程的費用及需要償還給肢體的免息貸款約550萬，求神預備所需。

愛協新小組成立

區域的精神病或情緒病康復者提供服務，有關資料如下：

日　　期：2016年10月開始
時　　間：每月第二、四週的週四晚上7:30-9:00
地　　點：沙田潮語浸信會（沙田大圍村南道71-75號滿華樓A座地下）
負責同工：梁夢熊先生（電話 6770 4057）

請讀者轉介有需要的康復者參與，並請先行致電同工約見，然後加入小組。

愛協消息

1. **愛協第十九個互助小組，港島南區組**現已成立，為居住於港島南區及鄰近區域的精神病或情緒病康復者提供服務，有關資料如下：
   日　期： 2016年3月開始。
   時　間：每月第一、三週的周二 晚上7:30-9:00。
   地　點：香港聖公會西南聯區 葡萄園
   (香港仔大道216-218號永發商業大廈13樓)
   負責同工：王錦洪先生(電話 5180 0637)
   請讀者轉介有需要的康復者參與，並請先行致電同工約見，然後加入小組。
2. 本團契一向致力推廣全人關顧精神病康復者的異象和使命，並透過小組工作和相關服務實踐使命。為更有效將這些信息推廣至不同受眾，我們特設‘面書’(facebook)將愛協團契的活動和消息發報，使更多facebook使用者和有需要人士掌握本團動態，及得知更多精神健康信息並從中得著幫助。大家可到facebook中搜尋 "愛協團契網上園地"，然後讚好，便可以，亦可以在網頁上連結：www.facebook.com/christianoihip.fellowship與我們作聯繫。由於本團契人手有限，這個群組只能以單向提供服務，敬請留意。
3. 以電郵作聯繫
   為使我們日後更有效率及以更環保的方式與您保持緊密聯繫, 例如以電郵發送愛協通訊或其他消息，請透過本通訊下列的「回應表」提供您的最新電郵地址及聯絡資料予我們，本團契衷心感謝您對我們的支持！

收支報告

	2016年12月份	2017年1月份
收入項目		
奉　獻	124,647.50	64,928.00
推　廣	1,600.00	--
活動收入	2,810.00	210.00
其他收入	34.80	4.92
公益金	--	--
總收入	**129,092.30**	**65,142.92**
支出項目		
同工薪酬	174,176.25	174,281.25
強積金及行政費	9,663.24	10,961.75
事工支出	17,302.95	10,131.72
行政支出	3,040.90	5,458.30
雜項支出	634.00	656.00
總支出	**204,817.34**	**201,489.02**
本月盈餘／（不敷）	(75,725.04)	(136,346.10)
上月結存／（結欠）	72,816.94	(2,908.10)
由發展基金轉入	--	150,000.00
本月總結存/（結欠）	(2,908.10)	10,745.80

回應表

（請在圈內加上「✓」號，以便我們跟進閣下的選擇。）

◯ 本人／團體樂意選用以下捐款方法：
（請在數字後的方格內加上「✓」號）

❶ ☐ **劃線支票** 支票抬頭請寫： **基督教愛協團契有限公司** 或 CHRISTIAN OI HIP FELLOWSHIP LTD。

❷ ☐ **現金直接存入銀行**
恆生銀行儲蓄戶口編號：384－128369－883，
務請寄回或交回銀行入賬紙正本。

❸ ☐ **定期自動轉賬** 請賜電聯絡本團契，以便寄上申請表格。

捐款者資料／新讀者／更新資料表：

（以下資料請用中文正楷填寫，以便記錄資料，多謝合作。）

個人姓名：　（先生／女士／小姐）

團體名稱：

聯絡電話：　（日）　（手）

電郵地址：

通訊地址：

捐款用途：（請在圈內加上「✓」號）
◯ 經常費　◯ 發展基金　◯ 同工薪酬　◯ 購置新會址
☐ **若要寄回收據，請在此方格內加上「✓」號**

多謝支持！請將表格寄回或傳真給我們。

◯ 本人／團體希望成為新讀者，請寄上通訊。
（請使用以上表格，寫上聯絡資料。）

◯ 本人／團體更改通訊郵籤上的資料，
編號 _____。（請使用以上表格，寫上更新資料。）

◯ 本人／團體不再需要收到本團契的通訊，
郵籤上的編號：_____，謝謝跟進。

◯ 本人／團體不需要收到郵寄通訊，
郵籤上的編號：_____希望轉用電郵收閱。
電郵地址：_____

◯ 本人／團體希望參與義工服務。（請填寫以上表格，以便我們聯絡。）

感恩與代禱事項

多禱告，多有能力！

感恩及代禱事項

1. 感謝神帶領16/2「關注復元小羊」異象分享暨籌款晚會順利完成。當晚有191人出席，除了我們的董事、導師、義工、組員外，其中約100人是愛協以外的機構同工、教牧同工及弟兄姊妹。求神感動參加者對愛協的事工有更多支持和參與，讓關懷精神病復元人士的事工能達至各社群。
2. 請記念新一年的領袖門訓及培訓查經班的招募和各同工的預備，求神助我們培訓更多屬靈領袖，協助推展愛協關懷精神復元人士的異象和使命。
3. 請為陳金英姑娘23/4到基督教九龍五旬節會暉明堂分享禱告：上午分享精神健康主日，下午專題講座，求主加添力量及帶領她的預備和分享，祝福教會弟兄姊妹。
4. 請為13/5董事、導師、義工及同工退修日的籌備工作禱告，求主預備各人參與的心和時間。
5. 請記念3/6及4/6陳金英姑娘到基督教多加堂主講精神健康主日，求主帶領她的預備，使用她的分享，造就弟兄姊妹。
6. 請為2017年7月中舉辦的飛越迷牆課程及義工訓練籌備工作、場地需要及講員的邀請禱告，求主使用這個課程和訓練，造就教會關懷精神復元人士的福音事工。

我的見證

Philip

我在一九八三年年底患上精神分裂症入院，至八四年復活節出院，經過四年的療養，重投社會工作，至二零零八年七月因要照顧中風的二哥及患上大腸癌的母親，所以便退出工作的行列。在二零一零年二哥及母親相繼逝世，我繼續退休的生活，主要是在愛協團契做義工及在一個自助組織做執委。

自從患上精神分裂症這病，不經不覺已有卅三年多，初期的病癥比較嚴重，例如：幻覺、幻聽，及敏感於別人的說話，以為別人常在談論自己。經過卅三年多的努力及運用方法，定時服藥及覆診，現時以上的病癥已大致沒有，只是仍然會有流口水的現象出現，特別在說話的時候，因此令我感到尷尬，惟有手巾不離身，當口水流得過多便抹去。另外又有手震，這副作用到現在也無可避免繼續與我並存。但感恩主要的病癥已控制得相當好，所以也不會影響到日常的生活。

提及信仰對我的幫助，都不得不提當時探訪我的教會牧師和師母，他倆大約一個月探我一次，每趟都讀些安慰性的聖經經文，印象最深刻的是**詩篇廿三篇——「耶和華是我的牧者」**，當中提及在死蔭的幽谷神都會幫助，使我得到很大的鼓舞。當我情緒穩定後，我便重新回到教會，及再重投社會工作時，距今剛好三十年。當我回到教會後，弟兄姊妹和牧師都肯接納我，並沒有任何歧視的情況出現。我想，康復者除了怕病患外，更可怕的是大眾歧視及漠視的眼光。如果連一個愛的群體也未能接納康復者，那裡還可能做到？

另外，在一九九七年加入愛協團契明亮組，當中感受到小組的幫助，使我可以重過正常的生活，加上有同路人的支持及鼓勵，組員間的感情相當好。

小組的內容有分享週及專題週。專題週有查經、對精神病的認識及有關社交生活上的主題，使我獲益良多。另一個週會內容是分享週，組員可坦誠分享，大家互相支持及代禱使大家有一個平台去分享彼此的難處及互相守望、代禱，真是可發揮同路人互相支援的作用。此外，又有機會去教會分享復康見證，更體會到這病對我來說不致太困擾，因可同時見證神的作為。

精神健康　全人關顧

喜樂的心　乃是良藥　憂傷的靈　使骨枯乾（箴言 17:22）

顧問

麥基恩醫生　康貴華醫生
陳熾鴻醫生　吳炳華牧師
陸　輝牧師　鍾維壽醫生
謝樹基教授　關瑞文博士
何國偉律師

董事會

主席
陸亮博士

副主席
鍾傑強醫生　阮志華博士

文書
李金好姑娘

司庫
陳雪蘭小姐

委員
黃綺華小姐　張超勤先生
郭初航醫生　蘇麗貞小姐
林會真女士

（成員包括愛協組員、傳道人、精神科專業人員）

團牧：陳一華牧師

各組聚會表

歡迎致電本會同工查詢及轉介參加小組聚會

同工：梁夢熊（社工）6770 4057　陳金英（傳道）7775 4643　王錦洪（社工）5180 0637　王來添（社工）5220 5253

組別	聚會日期	聚會地點
明亮組	每月第二、四主日 下午	愛協團契會址
拉撒路組	每月第一、三週一 晚上	愛協團契會址
家屬組 (2)	每月第二週一 晚上	九華徑基督教會信得堂（長沙灣）
以利亞組	每月第一、三週二 晚上	愛協團契會址
港島南區組	每月第一、三週二 晚上	聖公會西南聯區葡萄園（香港仔）
提摩太組	每月第二、四週二 晚上	旺角浸信會
伯特利組	每月第二、四週二 晚上	愛協團契會址
家屬組 (1)	每月第四週二 下午	九華徑基督教會信得堂（長沙灣）
真情組	每月第二、四週二 晚上	循道衛理聯合教會香港堂（灣仔）
約書亞組	每月第一、三週三 晚上	基督教宣道會基蔭堂（荃灣）
隱基底組	每月第一、三週三 晚上	基督教豐盛生命堂（紅磡）
平安組	每月第二、四週三 晚上	平安福音堂（觀塘）
以諾組	每月第二、四週三 晚上	中華基督教會柴灣堂柴房（柴灣青年廣場）
約翰組	每月第一、三週四 晚上	宣道會洪恩堂（元朗）
以馬內利組	每月第一、三週四 晚上	大埔浸信會
摩西組	每月第二、四週四 晚上	香港神託會創薈坊（沙田）
大圍組	每月第二、四週四 晚上	沙田潮語浸信會（大圍）
迦勒組	每月第一、三週五 晚上	愛協團契會址
青少年組	每月第一、三週四 晚上	九華徑基督教會信得堂（長沙灣）
約瑟組	每月第一、三週五 晚上	新生會大樓長期護理院

異象使命：協助精神病康復者在神的愛中互相協助，活出豐盛的生命

基督教愛協團契

地址：九龍長沙灣青山道244號
達明大廈2字樓
電話：2958 1770
圖文傳真：2386 3075
電郵：office@oihip.org.hk
網址：http://www.oihip.org.hk

資助機構：

本計劃由怡和集團
透過捐款公益金贊助

PRINTED MATTER