

CARIE 33

香港基督徒護士團契 | 雙月刊

編者語

隨著疫情慢慢淡出，或多或少有些積壓已久的情緒未處理好，盼望這次介紹的治療方法可以成為大家的幫助；另外亦有幸邀請在急症室工作的肢體分享疫情下的反思。



GIM治療的 學習心路歷程 和信仰反思

文 @ 悅宜

甚麼是BMGIM (The Bonny Method of Guided-imagery and Music) ?

BMGIM (The Bonny Method of Guided-imagery and Music) / 「音樂意象引導」(或「音樂心靈導航」)是一個由美國音樂治療師Dr. Helen Bonny於1970年代發展出來，以人本主義心理學和榮格心理學理論基礎，以及實證為本的一種音樂治療方法。治療過程主要通過放鬆去幫助參加者進入較深層的意識狀態，讓參加者通過在放鬆狀態下聆聽音樂，去產生各種意象與象徵，從中加深認識自己，抒發情緒，探索新的角度去面對各種生活困境

，以及治癒傷痛等。其最終目標是希望讓案主的心靈得到轉化，生命通過自我探索而變得更加完整，從而促進整體的身心靈的健康。

為甚麼我會選擇修讀GIM?

在我大約初中年紀時，儘管當時的我未有很明確的理想職業，但能夠成為一個「醫治別人心靈」者，是我最大的心願以及使命。這是因為，我從小在一個有患上嚴重情緒病的家庭成員的原生家庭中長大。我的童年時期關於家庭的記憶，都是創傷居多。然而，當時的我相信，這是天父給我的禮物，正因為我經歷過種種的痛苦，才能更容易對正在受苦的人有同理心，讓他們可以感到被了解。多年後，我在修讀音樂治療文憑及專科護理證書課程(紓緩護理科)時，初次認識到有關GIM治療的文獻及應用。譬如，有研究顯示GIM治療可以減輕癌症病人的痛症，以及有助末期病患去尋找生命意義和正面去面對死亡等。此外，GIM治療也可應用於處理喪親哀傷。2020年尾，適逢有一個澳洲提供GIM治療師專業培訓的機構(Avalon GIM Training, Australia)在香港開班，當時我也正好能夠應付上課的時間和學費，於是就祈禱後就毅然報讀。

就讀GIM時的困難

要在兩年半內完成GIM培訓中的理論課和功課，其實不是很困難。然而，最令我擔心的，是如何去在這限期內自行找到足夠的案主去完成一共八十五節的實習。畢竟，在開始修讀GIM前，我聽說過有些師兄/師姐是

因未能完成實習而不能畢業，正式成為GIM治療師的。在課程的開初，我主要靠朋友或家人的轉介去找案主，但願意做GIM的人數有限。然而，在我報讀GIM課程前為實習擔心之際然後去禱告時，腦海浮現出這段經文：「看哪，我要做一件新事；如今要發現，你們豈不知道嗎？我必在曠野開道路，在沙漠開江河。」(以賽亞書43:19)由第一堂 Level One GIM，到三年多後的今日，我仍然在努力自行尋找案主去進行實習。感恩的是，上帝最近用了些超乎我想像的方法，去幫助我找到合適的案主。例如，其中一位案主是因著我前陣子經歷一些情緒困境而尋求專業輔導員的幫助後，該輔導員在我完成所有輔導之後轉介紹給我的。而且，最近也有教會邀請我和我的GIM同學舉辦工作坊，以推廣GIM治療，讓更多人認識這個有助改善身心靈健康的音樂心理治療方法。

GIM治療受訓中的信仰反思

GIM其中一個假設是，相信每個人的潛意識中都有各自的一些內在資源去幫助自己去個人成長，甚至克服兒時創傷。但我想，如果做完GIM治療師，我鼓勵案主要靠著探索自己的潛意識來處理各種心理困擾，豈不是在鼓吹他們單靠自己而不是依靠神去跨越情緒問題？然而，我相信，即使是人類的潛意識，以及各種隱而未見的潛能，都是上帝奇妙可畏的受造物的一部分。只要我在GIM過程中，確信真正所有能力的來源是來自上帝，鼓勵案主去發掘自己的潛能去克服困難又並無不妥。

另外，上主最近也藉著不同的基督徒前輩提醒我，即使我順利成為了一位可以醫治別人心靈的註冊GIM治療師，真正的醫治者，仍然是上帝。最近我參加的一個和諧粉彩靈修活動中，當日的默想經文給予我很大的提醒—「他醫好傷心的人，裹好他們的傷處。」(詩篇147:3)惟有全知全能的上帝，才能完成地瞭解案主的困苦，以及成為案主的醫治者。所以，我最近每次實習前，都會向上主祈禱，求祂使用我去成為盛載案主生命的器皿，讓聖靈親自工作，並提醒自己保持謙卑，不要自誇自己擁有的知識和技巧。而且，最近一位任職輔導多年的基督徒前輩也提醒我，有時與案主面談時，對方的處境可能複雜到一個地步是她未必能夠即使說出任何安慰的說話。但是，她分享說，有時當她能夠準確表達

出案主的那種複雜的情感，案主頓時感到釋懷不少。也許這就是羅馬書12:15的「與哀哭的人要同哭」。

近日我仍努力地進行實習，以及撰寫逐字報告中。願我能繼續謙卑聆聽主呼召，去回應這個時代各種不同的心靈需要。

(如有興趣了解更多，機構預約舉辦GIM工作坊，或預約個人GIM體驗，歡迎pm我的Instagram: @hk nurse.meets.helenbonny)

奉獻支持

欲奉獻支持團契聖工可透過以下途徑：

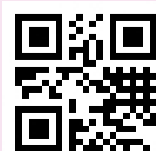
1. 轉數快 FPS ID : 100504588
2. 匯豐銀行戶口 : 127-3-009173
3. 用劃線支票，抬頭請寫『香港基督徒護士團契』 HK Nurses Christian Fellowship，並將銀行收據連同姓名、地址及電話寄回本團契或 WhatsApp 至 90174513。

代禱事項

請為參加短期心靈關顧訓練的護士學生/護士禱告：求主使用院牧，讓他們提升心靈關顧認識和技術，對信仰有反思。

請為Tuns護士學生禱告：求主保守將要進入Tuns學生，賜他們平安的心。面對挑戰，仍確信神同在。

- 請為已婚/新婚的護士禱告：
1. 如配偶未信主，求主賜福他們的家庭，使用另一方作美好見證，領他歸主。
 2. 如雙方已信主，求主賜福他們的家庭，讓基督成為這家之主，彼此建立和相愛。
 3. 如有小孩的，求主保守夫妻之間的愛情，同心教導小孩當走的路，使他到老也不偏離。





疫流下的AED

文 @ H Y D E 姑 娘

有誰會想到，有一天…

離逝的病人遺體，因殮房不足空間，放不下；
急症室滿是由救護車送來的病人，頓時變成戰場醫院，看似難民營；
需要住院的病人，因床位不足，未能安排入院；
醫療系統崩潰，前線醫護只管挑戰個人極限繼續守護病人；
醫護堅守崗位，卻因受到感染，前線醫護人手嚴重不足。
種種情況表明，2019年新冠肺炎比起2003年沙士還要糟！

那些日子，新冠肺炎患者確診和死亡數字不斷上升，作為基督徒護士如何走過艱難的日子？

我是在急症室工作的，當上護士31年以來，是第一次如此艱難。疫情爆發期間，我一度沮喪，就算我和同事們不休息不吃飯，根本無法照顧每一個送入急症室的病人，只管盡力而為吧！面對最高峰時期，急症室有二百多位病人等待轉到病房治理。我們盡力的幹、不停手的幹，可是，仍有不少病人在急症室去世。我真的哭了，向病人輕輕的說：「對唔住，我救唔到你」。我只能接受自己的限制，為他們抹抹面和整理衣裳，作為最後為他們能做的事。

當病人彌留之際，遇上病人家屬確診正在居家隔離，既不能出門，沒有視像提供下，不能和家人道別，那份憂傷、遺憾，難以用時間抹去。當然，也有病人家屬不怕感染風險，堅持前往醫院向家人道別，抱著遺體痛哭。他們的哭聲此起彼落，我的心多麼想陪伴他們，但奈何工作的繁重，只能默默的記掛，為他們禱告。

隨著第五波疫情逐漸緩和，最艱難的日子退去了。我體會信仰對我有很大幫助。聖經說：「我的恩典是夠你用的，因為我的能力是在人的軟弱上顯得完全。」(哥林多後書12:9)我經歷信仰的真實，讓我在疫境中有所領受。我體會到自己軟弱無力時，上帝與我同在，給我力量面對挑戰，讓我心存盼望去過每天的生活。還有，上帝為我預備了田牧師和柯牧師為我禱告，又有弟兄姊妹的同行，使我在主內得到安慰，重新得力。

回顧當時工作環境，我沒有患上新冠肺炎，是上帝的恩典覆庇我。雖然沉重的工作壓力，胃口改變，睡眠質素欠佳，清減不少，但整個人變得輕盈，精神健康，人見人讚，可算是因禍得福。求上帝幫助我，讓我能繼續為主工作。



道聽途說

文 @ 啤

三十多歲男子因在街上暈倒被送院，及後因持續不醒人事需要使用呼吸機支援，留在深切治療部治理和觀察。交更時同事都會說病人與父母疏離，關係欠佳，多年不見。探病時份病人父親出現，了解過兒子的情況，我也同時解釋了在ICU期間所做的檢查。

及後，他慢慢說出兒子的故事：原來兒子自幼反叛，亦曾有吸毒習慣。但爸爸表示兒子已經戒毒，找到份新工作再起步。疫情這數年大大減少了他們見面的次數，但有保持著WhatsApp聯絡，他又說兒子曾很興奮地說找到新工作，能有點積儲，同時搬回兒時成長的屋邨居住，份外開心。從這些對話可以感受到父與子的聯繫，至少父親知道兒子的不同狀況。

第一次見面，一位「大男人」說出這樣的故事，實在不容易。他亦說雖已年屆七十，但身體狀況還可以應付多次來回醫院探望。同為人父，我拍拍他的肩膀，表示不容易的日子要保重。我看到的不是「關係欠佳」或「疏離」，而是一份愛和堅持。



每月金句

因為人子來，並不是要受人的服事，
是要服事人，並且要捨命作多人的贖價。
馬可福音10:45

誠聘 全職前線幹事

有志於護理界牧養關顧使命的服事，須有護士背景，具推展事工及牧養經驗，一年或以上神學訓練優先。

有意申請者請發送個人履歷表至
info@ncf.org.hk

郵寄至九龍長沙灣道137-143號長利商業大廈11字樓 《香港基督徒護士團契》收

團年 BBQ PARTY
29 JAN

日期: 2024年1月29日(一)
時間: 7:00-11:00PM
內容: 敬拜, 遊戲, 聚餐
費用: \$200 (學生優惠: 出席退回\$150)
地點: MJ Station 旺角太子基隆街2-16號 華寶大廈 1 樓 D 室
歡迎護士學生及護士參加

香港基督徒護士團契

SPIRITUAL PRACTICE
屬靈操練

以默觀方式操練靈性
安靜、放下。
學習親近神，
漸漸懂得愛自己、
關愛別人、尊榮神。

zoom小組形式進行
1月5日(五)
早上11時至12時15分

歡迎護士/護士學生
香港基督徒護士團契