

從創傷到傷癒

—宗教關懷在創傷社會工作中的 的意義與運用

劉清虔

壹、前言

2009年8月8日，南台灣因為莫拉克颱風來襲，受到前所未有的重創。短時間所降下的驚人雨量讓所有的氣象專家咋舌，同時也造成了多處潰堤、積水、甚至甲仙鄉小林村因而被山崩滑落的土石掩埋，形同滅村，高雄那瑪夏鄉民族、民權、民生等村民被迫下山客居軍營，雖有家卻歸不得。馬政府救災速度緩慢，引發劇烈民怨；各民間機構也紛紛入駐災區，展開自力救濟。然而，就在與諸多失去親人、失去家園的同胞面對面時，就不由讓人回想起1999年「九二一大地震」的光景，而再思創傷社會工作的意義與價值。

台灣自從1999年的「九二一大地震」以後，創傷社會工作成爲一個醒目的主題，不僅政府單位積極推動防災教育，教導百姓有對災難處遇的基本認知；民間的防災與救助組織也如雨後春筍般成立。使得這幾年每有中、大型災情傳出，各級救難團體都能在最短的時間就定位並工作；甚至2004年的南亞海嘯，與2005年的土耳其大地震，都有本國的救難與醫療團體火速抵達，展開各種救助工作。然而，要在瓦礫堆或狂風暴雨中救人，有黃金72小時的限制；要蓋鐵皮貨櫃屋，也可在兩週內完成；初步的醫療行爲，更是當下即應處理的。房子倒塌有再蓋起來的時候，金錢散失有再賺取的時候；但是，因突如其來的災難所帶來的心靈創傷，不知何時才能

痊癒？親人若在災難中喪生，內心被掏空的錐心之痛，也不知如何才能填滿？

原始佛教提到了生命中的「無常」，以「生、老、病、死」來總括生命的歷程；基督宗教則明示著生命的「未知」，認為「明天如何，你們並不知道。你們的生命是什麼呢？你們原來是一片雲霧，出現少時就不見了。」（雅各書四14）宗教所呈現的生命情懷，總帶有幾分困惑，對現時無法掌握、對未來完全無知。因此，當平安無事時，總努力追求心中的理想；而在大難臨頭時，卻也感到手足無措。生死是人之大事，痛苦與創傷卻也難以避免，不管是來自天災或是人禍，當人遭逢患難而深陷苦痛之際，他便成為當然的求助者，他的生命是整全的，而他的需求亦是全面的。

社會工作的主體是「人」，社會工作的對象也是「人」，在人的「需要」中所呈現的便是社工人員的「責任」。受創者的需求是多元的，那些可被測量、可被計算、屬物質性的需求是較容易處理的；而凡屬心靈層次、無法被精準衡量的需求，也許才是人真正的關鍵所在。人的心靈需求的區塊，通常需要宗教力量的介入，才足以適切地撫平受創者的創傷。本文的基本立場，即是企圖分析創傷的種類與形式，解明宗教的意義與功能，進而析論宗教關懷在創傷社會工作中的運用模式。

貳、創傷的意義與形式

一、創傷的區分

創傷可以說是一種傷害，意謂著對受創者的一種打擊，包括肉體的，或是心靈的。從傷害對象區分，可分為自身受害或是親人受害；從傷害時間區分，可分為長期或已被期待的傷害，以及突如其來的、不可預期的傷害。吾人採韋伯（Max Weber）理念類型（ideal type）的方法學來進行區

分，便可作出如下的區分：

- (一) **因突然的自身受害所引起的創傷**——指在突發的災難之中，自身受到肉體或心靈的傷害或折磨。例如：被醫生宣告得到癌症，生命開始倒數計時；或是遇到性侵害；或是受到燒燙傷；或是遇車禍受到重傷；甚至是在地震或土石流中失去房屋財產等稱之。這些都屬受創者自身的傷害，他們可能因此而意志消沉、怨天尤人、性情大變、或產生各種情緒或心理、行為上的改變。
- (二) **因突然的他人受害所引起的創傷**——指在突發的災難中因失去親人、或親歷災難現場有所震懾而產生的心靈創傷。例如：中華航空大園空難的現場屍塊遍地，使救難人員內心受創；九二一大地震中突然之間失去親人；小林村的倖存者；或至親如妻子或丈夫被宣告罹患癌症之時皆可稱之。受創者往往一時之間無法接受這個事實，而產生重度失落、被剝奪、喪失等的生理及心理的反應。
- (三) **因自身受害所引起的長期創傷**——如果在突然的自身傷害時，未能有效處理，便會導至受創者長期的傷害。像是：燒燙傷者一生可能不敢外出與人接觸、癌症患者消極等待死亡、因外傷而形成的肢體殘障如截肢、失明等等，受創者都有可能因此而長期處在悲傷的生活狀態之下。
- (四) **因他人受害所引起的長期創傷**——即長期無法從失落親人或因親人受傷的悲傷中走出來的受創者。此最常見於失去子女的雙親、或是失去丈夫的妻子、失去妻子的丈夫，此等悲傷並非一時之間可得平復，受創者需要長時期的陪伴或協助。

二、創傷的意義

依上述之區別，我們便可進一步去瞭解創傷的意義。若從語義學的角度

度分析，創傷可謂是一種從突如其來的災難為當事人所帶來的打擊，改變了當事人的生命狀態、混亂了當事人的生活次序，使當事人陷入無以名之的悲痛之中。吾人認為可借用桑德士（Sanders，1989；林娟芬，1996）的觀點來釐清創傷的意義：

（一）失落（bereavement）——或譯為喪親，是陷入失落時的一種狀態，是指被剝奪、奪去、喪失之意。這是一種客觀的事實，使人產生立即性的身分改變：喪親的子女成為孤兒、喪夫的妻子成為寡婦。當事人必須去忍受這種狀態，並去面對如此的事實。失落亦是個概括的名詞，指當事人必須去處理因失去親人所產生的結果，如情緒問題、經驗與情境的改變。其中較難處理的是當事人對死者的情感依附的問題，因為，如果死亡並不在當事人的期望之中，在失落後的情感依附便會更加強烈。失落所代表的是一種社會關係的斷裂，亦是一種親密關係的中止，是當事人的人生的重大危機，除非能重新對生活世界予以新的認知、對角色的變化予以新的適應，要重新站起便極為不易。

（二）悲傷（grief）——悲傷是個人在經歷失落和喪親時的特別反應，這種反應或症狀包括生氣、罪惡感、抱怨身體不舒服、生病、絕望和哀慟。這是一個過程，而不僅是一個事件，常帶有情感、悲傷、憤怒和痛苦的感覺（Margolis，1985；Kastenbaum，1991）。當一個人面對悲傷時，不僅在精神上會有極度的痛苦；在身體上亦會產生明顯的疼痛和變化，一般而言有頭痛、四肢無力、消化不良、失眠、肌肉緊張等。在情緒上的反應，則涵蓋了憤怒、震驚、沮喪、悲痛、無助、絕望等等。這些症狀與反應的情況，也與失落相同，依失落的類型、失落的情境，與對死者的情感依附情況而有所差別。

（三）哀悼（mourning）——哀悼是指在喪親狀態中，悲傷的公開表

現，其表現方式會與當事人所處的社會、文化和習俗有密切的關係（Kalish, 1991:182）。一般來說，哀悼是指死亡事件發生後，在不同文化界定下所表現出來的行爲；除了文化的差異之外，更有宗教的差異。台灣民間信仰的方式是在完成所有法事後，點主合爐，讓死者與歷代祖先同受祭祀；基督宗教則是舉行追思禮拜，懷念生者的行誼。哀悼的儀式因有眾人的參與，故對當事者而言，有鼓舞、激勵的作用；讓他（她）感受到正有許多人陪伴他（她）走過這一段傷心的時日。

三、創傷的反應

遇創傷時的悲傷反應，每一個人皆不盡相同，有人呼天搶地、反應激烈，或歇斯底里、或自我封閉；但也有人若無其事、或強制遺忘，完全否認並拒絕接受此一事實，而有著看似比常人更爲鎮靜、正常的表現。從事創傷社會工作之人必須要去理解人在遇創之時的可能表現形式，強森從生理、情緒與行爲等三個面向去討論創傷的悲傷反應（Johnson, 1985；林家瑩，1999；黃有志，2000）：

- (一) 創傷的生理反應——當一個人突然遭遇創傷之時，立即會因情緒的反應而產生生理的反應，所以，這是創傷的最直接表現形式。如全身被掏空般呼吸困難、氣喘、不自主地顫抖；口乾舌燥、喉嚨哽塞、背痛、臂痛；食慾不振或反向體重增加、食不知味與食不下嚥；頻頻嘆氣、偏頭痛、睡不安寧、哭泣不已或哭不出聲；全身煩悶不適、鼻塞、眼睛發癢；有時甚至過度好動、靜不下來。
- (二) 創傷的情緒反應——情緒與生理之間是息息相關的，受創者的情緒表達首先即是震驚，以致動彈不得，當事者一時之間可能不知道該如何反應；其次是難過，大部分是用哭泣來渲洩；再來

則是愧咎與自責，認為自己對死者不夠好、或是因自己的疏忽才導致遺憾發生。除此之外，還有焦慮與恐懼（想到未來，就不知道該怎麼辦才好）、孤獨（渴望自己靜一靜，並陷入自我憐惜的處境）、疲憊不堪（在各種劇烈反應之後的勞累）、無助與絕望（如同放空自己、任人擺佈）、沮喪；有的歇斯底里、也有的強抑鎮靜。

(三) 創傷的行為反應——情緒反應有些是形於內的，但是，行為是外在的表現形式，輔導人員或社工員必是根據其行為模式予以協助，要注意的是，可能先處理情緒問題，行為問題才能有效解決。一般而言，創傷者的行為反應包括了注意力不集中、麻木、時間感倒錯（認為死者沒有死，因為沒有出門）、退縮自閉（拒見任何人）、自殺意念或計劃（親人已死，自己亦不願獨活）、愛談往事、神秘的舉動、幻覺或幻聽、恐懼害怕、強迫性思考（認為死者沒有死）、強迫性行為（不斷到門口察看死者回來了沒有）、逃避（酗酒、藥物濫用、逃家）。

(四) 創傷的認知反應——Kalish（1985）與Worden（1991）在Johnson的三個面向之外，又加上了認知反應。包括否認（不相信自己所接受到的信息）、困惑（用許多方法證明死者是不可能會死的）、過於思念死者（每日待在死者房間，或捧死者相片）、企圖理解整件事的來龍去脈、強烈認為死者仍然活著。

四、創傷的辯證

受創者在面對創傷時，藉由輔導者的協助，他必須與創傷面對面，確實地去體驗失落，並企圖作適當的情感表達；另一方面，輔導者亦會導引受創者進行情感的轉移，並建立新的關係（陳宗仁，1998；Warden，1995）。然而，就在一段日子之後，受創者會發現自己正處在一個「健

忘」或「重溫創傷」的兩極之間，一方面，他應該要將傷害遺忘，但另一方面，卻又認為不去思念已逝者是不道德的。這是兩種情感的相互辯證，受創者陷溺於激烈的、壓倒性的情感洪流（體驗失落、表達情感），與毫無情感的乾燥狀態（情感轉移）之間；甚至是在易怒、衝動的行為與完全壓抑的行為之間（Herman, 1995）。

在創傷的辯證之下，這種間歇性的轉變所產生的不穩定，便進一步加重了受創者的不可預測感和無助感。但是，辯證的過程有可能會朝向康復的目標，如果，受創者已經善處了創傷後善變的情感，那麼，便能在遺忘與重溫創傷之間取得了平衡。只是，這裡所謂的平衡，並沒有具體的標準來衡量，唯有當受創者親自感受到，當他重溫創傷時已不會有激烈的情緒波動，而他亦不需要進行遺忘之際，則他已然從創傷中康復。是否有復發的可能？當然有。是否有永無法康復的可能？也一定有。每一位受創者處理創傷的方式不同，性格不同，間接使創傷在其生命中停留多久，無定數可言。

參、創傷社會工作的可能面向

每當巨大災難，或是個別的意外，面對眾多的需求者，社會工作人員便無法規避自身的責任，除了立即投入之外，別無他途。但是，在創傷事件中，社工人員也無法面面俱到處理所有的問題，因此，吾人在此願從「案主中心」的角度提出幾個可能的面向供作參考：

一、分辨案主的需求

創傷社會工作首要任務便是辨識案主的需求何在，因為，一個面對創傷的人，他的需求是全面的。他可能自己受傷卻掛念其他也受傷的親人；他也可能正為親人的死去而傷心；他也可能為著自己無家可歸而煩惱；

或正為自己已一敗塗地、一無所有而絕望。以一實際個案為例：某人在九二一大地震之前，以全部家當租一棟四合院並整修裝潢成爲深具古早味的台菜餐廳，開幕之前即有記者前往採訪並大肆宣傳，尙未開張即接到大量電話詢問。哪知就在開幕前夕的一場地震，使這棟老舊的四合院全倒，不僅一毛錢還沒有賺到，更欠下銀行大筆債務，連自己所居住的房子亦成爲危樓。他們的家無人傷亡，不過，所有心血付之一炬的絕望卻使他們幾乎尋短。他們所面對的問題首先是價值的，其次是物質的。因此，先協助他們爲全家人的倖存而感到慶幸，這是多少錢財都無法取代的財富；其次，他們所需要的是重新振起的盼望、是與銀行作出妥善的協商，讓財務問題舒緩而有東山再起的縫隙。社工人員在分辨問題之後，需要爲他們找到可供利用的資源。

二、資源的開發與管理

社會工作者的最重要工作便是對資源作出開發與管理、協調與整合。所謂開發，即是從無到有；所謂管理，即是積少成多；所謂協調，即是亂中求序；所謂整合，即是異中求同。社會工作者應該是手中握有許多資源的人，正因爲案主的需求是多面向的，社會工作既以案主爲中心，自然也必須擁有各式資源。對於身心受創的人而言，他們的需求包括外在物質性的資源、也包括內在精神性的資源，他們需要身心的安頓。以社會工作者的角度看資源，大從各級政府、或各機關企業，小從善心人士、案主自身，都可以成爲資源的來源。而在執行的過程中，有以下兩個面向需要去考慮：

(一) 社會工作者在整合資源前須具備「資源」辨識能力、分析能力、與判斷能力。

1. 辨識能力：這是什麼資源？資源的屬性爲何？
2. 分析能力：這是獨立資源？或是系統資源？是否具備連結性？

3.判斷能力：要用在誰身上？要怎麼去用？

(二) 社會工作者在整合資源前須具備「問題」辨識能力、分析能力、與判斷能力。

1. 辨識能力：案主的問題在哪裡？是個人問題還是家庭問題？
2. 分析問題：問題的核心是什麼？是內在價值的問題或是外在環境的問題？
3. 判斷能力：要什麼樣的資源才能有效滿足案主需求、解決案主問題？

三、案主的轉介

轉介，是創傷社會工作中重要的助人技巧之一，因為，對所有的案主而言，單一社工團體所擁有的資源一定是有限的，因此，「轉介」便提供案主去接觸另一個資源的機會。舉例來說，社工人員並非專業的心理諮商師，若有一個案主所面臨的問題，經由社工人員的判斷，屬於重度悲傷壓抑，那麼，最好的處遇方式便是將之轉介給專業的心理諮商團體。一方面，創傷社會工作者的口袋裡應該有許多相關的機構或團體，而在經由對案主的審慎評估後展開轉介的作業；另一方面，工作者亦須體認：轉介並非固定的、簡單的藉著提供案主一個新的資源去接觸，以作為初步的回應，而是一種微妙的過程，需要建立專業關係與信任感，才透過危險調適的動力、臨床的評價、教育、面對、動機諮商的程序，再配合案主的需要而提供可運用資源的服務能力，方可謂個別化的轉介（黃維憲、曾華源、王慧君，1986）。轉介的過程亦是個專業的程序，案主個人的意願與配合程度亦是其中的重要變項，是工作者需要特別注意的。

四、進行悲傷輔導

悲傷，是人類所共有的生活經驗，尤其是經由親人的死亡所帶來的重大失落感而導致的悲傷，經常會對當事人造成一生難以磨滅的傷痛以及終其一生的困擾。因此面對身心受創的案主，創傷社會工作者的重要工作之一，便是立即性地從事悲傷輔導的工作，藉以協助其作好心靈的復健。以下的步驟可作為參考：（黃有志，2000）

- (一)協助案主面對親人死亡的事實。此時此刻，社工人員必須是一個耐心的傾聽者，多聽案主的訴說，並給予支持。
- (二)幫助案主表達其情感與想法。社工員應儘可能幫助案主說出其面臨親人死亡時所觸動的內在情感與想法，幫助案主在正負情緒中取得平衡。
- (三)給予案主充份的時間，去接受親人死亡的事實，並以自己的方式去渲洩悲傷的情緒，使其有力量重新再適應新的生活。
- (四)協助案主接受自己激烈的情緒反應，認知此表現是正當的，不必為此感到困擾，以減輕案主的壓力。
- (五)當案主逐漸從哀傷的情緒中恢復之時，社工員可為其訂定未來的生活計劃，開始面對嶄新的人生。

肆、創傷社會工作者的形象特質

創傷社會工作所要面對的其實就是緊急的危機，特別是從災難或意外而來的悲痛與創傷。猶太裔心理學家法蘭克（Victor E. Frankl, 1963）曾被關入納粹集中營，透過他在集中營裡的經驗，發展出有名的「意義治療法」，他曾說：「感受不到生命的價值與目標的人有禍了，因為他們很快就會迷失自己。」因此，在危機的時刻，社工人員在第一線的處遇工作，便是協助案主獲得意義的覺醒與實際的盼望。戴俊男（1998）曾在〈教牧

危機諮商導言〉裡提及一位危機工作者本身最好能具備六種特質，這也同時是創傷社會工作者所應具備的：

一、生活經驗

一位創傷社會工作者是否能有效地處理危機，與他（她）個人的生活經驗有密切的關係。然而，豐富的生活經驗不足以使其成為有效能的創傷工作者，因為，這些經驗必須是「正面」的生活經驗，若是「負面」的經驗，則不但無益，反而有害。所謂正面的生活經驗並非指沒有苦難、沒有創傷、幸福快樂的經驗，而是指工作者曾經有經歷危機或創傷的類似經驗，但是，他們已然從受創的處境中復原，使得他們可以利用自身曾有的背景來幫助受創者。而負面的經驗，則是指曾深受創傷，但卻仍陰影籠罩、未能恢復，因之，若觸景傷情，可能工作者的情緒將先行崩潰。

若工作者亦曾從受暴、喪親、失去財產等突發性災難所引起的創傷中復原，成功的經驗即是工作過程中的直接資源。但是，有兩個原則是必須被注意的，首先，年齡從某方面來說是經驗的累積，年紀大者代表所經歷的經驗較多，但是，在創傷社會工作中，卻不是必然的，因為，這裡所著重的是受創經驗。其次，沒有經驗者也不必然就不會是一位好的工作者，正如神父修女沒有經歷婚姻，也能是好的婚姻諮商者；醫師不一定得過某疾病，卻能醫治病人的病，當然，其中所涉及的是專業的技巧。

二、專業的能力

從事創傷社會工作，經驗固然重要，但是，專業能力更是不容忽視的。因為，受創者的身心狀態幾乎是站立在懸崖之上，工作者稍一不慎即可能使其墮入萬丈深淵；故而，創傷社會工作絕對是一項專業，若以專業中的專業來形容亦不為過。創傷社會工作者在個案工作中所應具備的專業能力涵蓋了：關注技巧、正確的聆聽與回應、同理心、鼓勵和支持技巧、基本的分析與綜合能力、基本的診斷（評價）與轉介能力、以及發掘替代

方案與解決問題的能力。除此之外，工作者在思想、感覺、言談與行為之間的一致性是極為重要的關鍵，莫讓案主對工作者有局外人的感受。而如前所述之分辨案主需求的能力、運用資源的能力、悲傷輔導的能力等，都是工作者需要具備的專業能力。

三、鎮定

這是創傷社會工作者的基本功。當案主遇到突發的創傷，工作者在與受創者面對面時，各種狀況並非工作者所能控制的。受創者有可能已近精神崩潰的邊緣，或者如九二一大地震時的死亡者多係肢體殘缺，受創者陪在已死之親人身邊，而工作者陪在受創者身邊，見到此情此景，工作者必須有穩重鎮定的表現。創傷工作者最要緊的是先創造出穩定、寧靜的氛圍，使受創者能感受到安定與安全。因此，創傷社會工作者必須要養成一套、特定的、屬己的鬆弛技巧；自己能夠臨危不亂，並給予受創者足夠的信心。另外，受創者在極度的悲傷中亦可能產生各種非理性的行為，或是種種自己無法控制的行動，工作者必須能有充份的諒解與容忍，這是不可或缺的特質。

四、創造性與伸縮性

教導一個人在特定的處境中使用某些技巧，是一回事；當遇到實際處境時，他是否能夠充份活用他所學習到的技巧，則是另外一回事。也就是說，當一位創傷社會工作者在面對情況危急或複雜的處境時，能否具有創造性與伸縮性，對服務工作是否能真正落實，就至關重要。所謂「師傅領進門，修行在個人」即是如此，然而，大多數的訓練課程很少注意到創造性的治療功能，因此當遇上危機時往往束手無策。而所謂「兵來將擋，水來土淹」也正說明社工人員必須因應現場的現實處境而「見招拆招」。社會工作者必須明白「規則是死的，人是活的」的道理，而在處理實務時發

揮創造性的思考，用適合於環境的方式來處遇，以期達到最大的功效，使案主的問題得到最有效的解決。

五、能量

所謂能量，指的是一個人的生理與心理（體力與精神）的狀況。當災難發生，或遇到人突遭患難，情勢可能是十萬火急的，或者需要長時間的持續投入，甚至需要東奔西跑。創傷社會工作者若在體力上無法負荷，必使成效大打折扣；或者情緒易起伏，也會影響服務的品質。另一方面，能量也指涉工作者在面對不可知的處境時，是否具有豐沛的活力，並善於領導、組織、和系統的行動。事實上，專業的訓練也在此呈現其盲點，因為，專業訓練能為工作者提供有系統的行動綱要與原則，但卻無法為工作者帶來完成任務所需要的能量。因而，對工作者來說，健康的身體是平日的基礎，良好的宗教信仰與熱忱的服務意志都是迸發出巨大能量的來源。

六、快速的心理反應

創傷社會工作的直接服務與一般個案工作的服務過程是不同的，一般的個案從接案到結案有一套完整的程序，可循序漸進、按表操課，甚至以案主為中心，使案主有更多自決的空間；但是，創傷社工在危急事件的處理中，不僅工作者的反應要夠快，也無法讓案主有充裕的時間來思考。因此，對一位平日熟稔個案的工作者而言，一旦投身至創傷社工的境域裡，他就必須擁有一個快速的心理反應，並要有隨時接受挫敗與失望的預備，因為，沒有一成不變的模式可讓創傷工作者照本宣科來做，若無法有效地作快速的心理反應，或迅速轉換思考並果斷做決定的工作者，必在工作中承受更大的精神壓力，並使其服務效能降低，甚至反噬自身。

除上述特質之外，一位從事創傷社會工作之人，自身必須擁有一個穩

妥的支持系統。我們已知，在創傷社會工作裡，社工人員本身即是案主的支持系統；但另一方面，社工人員又必須擁有一個屬於自身的支持系統，方使其能順利完成任務。支持社工員的力量可以來自他（她）的家庭、或是他（她）的機構與督導、甚或是他（她）所屬的宗教團體、或是宗教與超越的力量。只是，在現實的創傷社工實務工作中，社工員經常是單打獨鬥，彼此之間有工作的聯繫，有資源的分享，也有個案的討論，但卻極少有深度的心靈支持，實為可惜。因此，創傷社會工作不是人人可做的，一旦要做，就必要有充足的武裝，方足以不被各式處境打倒，反能成為受創者堅實的倚靠與幫助。

伍、宗教關懷在創傷社會工作中的運用：以基督宗教為例

宗教講究的是全人關懷、身心安定，因此，當一個人面臨巨大的災變，或是個人性的傷害與痛苦，最能為他們帶來盼望與安慰的，常是宗教的力量。社會工作者若本身具有宗教信仰，在扶持案主走出傷痛的過程中亦會產生特別的功效。透過宗教的介入，在對災難的認知與解釋上建立一個理性的基礎，並在心靈上尋求一個安慰的機制，因為宗教本就是為了人的苦難經驗而生的，或者說，宗教與受苦者之間有更親密的關聯。接下來，吾人便以基督宗教為例，來探討宗教關懷在創傷社會工作中的運用。

一、宗教的意義

當世界進入太空時代、電腦時代，甚至是網路時代，科技如此進步，而宗教卻仍興盛不退，這使得過往諸多預言「科學時代必導至宗教的消滅」之人感到羞愧。究極言之，科學所及僅是理性層面，而宗教所觸及的卻超越理性，就像是：天災地變的產生、人的苦難的降臨，都不是理性的問題。而「要如何使人的眼淚止息？要如何使人的心恢復歡暢？」也都不

在科學的算計之中。宗教對人而言的意義永遠是豐富的，宗教的功能亦是
他者無法取代的。宗教的意義，簡述如下：

- (一) 基督教神學家保羅·田立克 (P. Tillich, 1987) 將宗教定義為：
人的終極關懷。這是一種對超越者、終極者、絕對者的仰望之情，不管是對有神論或無神論而言、對一神論或多神論而言，這般的定義都極為貼切。對所有的人來說，人的內心都有一種對生命的關切，進而形成對生命疑惑的探詢，或許是從理性的思考推論而出、或許是從生活世界中迸發而出，這種關懷是指向終極的；是人格化的神也好，是無法名之的道也好，甚至是寂滅的空也罷，都是終極的關懷。
- (二) 宗教既是一種終極關懷，英格爾 (J. M. Yinger, 1970) 順勢提出：宗教是一個信仰與行動的系統，人們藉以和生活中最終極的問題相鬥爭。這種終極問題涵蓋了：人對死亡的抗拒、人不願屈服於挫折、且對企圖撕裂人類關係的行動充滿敵意。這是因為人正生活在一個以罪惡、痛苦、迷惑、不公的世界裡，因此寄望一個行為模式並關連到神聖的信仰，人藉著相信便能永恆地從這些苦難中解脫。此即說明，宗教必為人的生活帶來「轉變」。
- (三) 提到了「轉變」，晚近學者斯特倫 (F. J. Streng, 1985) 亦曾對「宗教」下過定義，他說：「宗教是實踐終極轉變的一種方法」。所謂的「終極轉變」，是指人們能夠從深陷於其中的一般性的困擾（如罪惡、無知），然後能徹底解決這些困境而生活的轉變。如是的定義乃提呈了人生命狀態的改變、並認為宗教足以承擔這樣的改變。因此，面對正承受者痛苦與創傷的人來說，他所需要的正是一種終極的轉變，使他能脫離一個將他圍困的世界，而能得著一種釋放。

二、宗教的功能

宗教的功能是伴隨著人的需求而產生的，人為什麼需要宗教，因為宗教能滿足他諸多的需求。換句話說，人拜神明的目的為何？答案自然是求得生活的平安、生意的興隆、身體的健康、子女的成就、災難的解除，舉凡人心所想要的種種「慾望」，都在拜神的心態之中。事實上，就是希望神明能夠「做」些什麼，好使信眾能過好日子。從傳統華人民間信仰的觀點來說，包括：祈求降雨、驅逐疫癘、鎮妖降魔、驅邪治病、祈福消災、禦寇弭盜、祈求發財、祈求子嗣、官運亨通（劉清虔，2003）。

但是，對一位身處創傷處境的人來講，宗教所展現的功能必不同於日常生活的其他層面，一般說來，有以下幾點：

(一)解釋：當一個人遭遇患難，所意欲追問的就是為什麼會有災難的發生？甚至，為什麼是我遭遇這樣的患難？此時，只有宗教的解釋可以讓人略為理解災難發生的原因。例如：基督教認為災禍的發生來自上帝，其間隱藏著上帝的旨意；佛教就認為災難是因果業報的作用；民間信仰可能提出犯太歲、沖神煞的解釋。不管所提的理由能否被接受，至少，對當事者而言，在其信仰體系中存在著對其苦難的解釋；如果宗教無法為其提供合理而令其滿意的解答，在受創之後改換宗教者亦所在多有。

(二)安慰：宗教在人遭逢災禍之際，能為人帶來安慰。宗教的教義、信念，能為災難或苦難本身作出意義的解讀，而匯整至受創者的身上，結論總是：這是好的。也許對死亡的親屬來說是好的（解脫了世上的苦惱），對受創的家屬來說也是好的（讓一個人更堅強、孩子將更獨立懂事……等）。然而，更重要的是，在受創的過程中，宗教安慰的來源是宗教團體或神職人員在整個過程中的陪伴與扶持，這是最直

接而有效的安慰。例如：每有災難發生，慈濟功德會的人員，或長老教會的志工總是第一時間抵達現場，展開陪伴與協助，這是安慰的最重要來源。

(三)力量：宗教常是人向外尋求超越祂者，藉以其超越的力量，使受創者得以順利走過悲痛期。祈禱，是基督信仰裡取得超越力量的方式。祈禱是向上帝述說自身的苦境，祈求上帝賜下安慰與力量，並期待能迅速自苦難中脫離。如同一位落入海中積極呼救的人，他需要一塊浮板協助他不致沉入海中，然後靜待救援；宗教就是這一塊浮板，為他帶來繼續活下去、走下去的力量。並在其間得到激發積極信念的能力，使受創者得以用一種新的眼光或價值觀，在身處負面的處境中，展現正向的能量。

(四)盼望：人因希望而活、因成就而樂，這是人性之必然。對災難中的受創者而言，最讓人擔心的便是他們因傷害而沮喪、消沉，甚至失去活下去的勇氣。但是，人如果在災難中看見盼望，哪怕是遭摧毀的住宅終將重建、或是喪偶者在孩子的身上看見未來，就不致於走上絕路或繼續消沉。有相當的臨床資料顯示，那無法從悲傷中走出來的人，會漸出現憂鬱的現象。因此，對身處創傷的人，宗教常能適時提供一個盼望，對基督教而言，已逝之人有「永生」的盼望、活著之人有「淬煉生命」的盼望。

透過以上的詮述，宗教在創傷中的作用已然呈現。然而，有一項吾人必須嚴肅提呈的便是：宗教的正邪之分。正信的宗教正如上述，在人遭逢患難時提供中道的解釋，並帶來安慰、力量、盼望，且指示一個積極、正確面對災難的方式。而迷信的宗教卻只求找出災難原因，重視如何解除災

難，而不重視如何面對災難。或者，強調需要花大錢才能消災而得平安，或是做法需要陰陽調和進而騙色。這種錯誤的宗教觀，不但無法使人在苦難中得到幫助，反而讓人慘受二度傷害。

三、基督宗教的苦難觀

苦難到底有沒有意義？這是亙古以來的問題。古希臘著名的悲劇《伊底帕斯王》、《阿卡曼農》、《普羅米修斯》等，都訴說著人無法勝過宿命的悲慘際遇，而悲劇正標示著洗滌靈魂、煉淨生命的作用，讓坐在台下的觀眾隨著台上演員與唱詩班的表演而觀照自我的生命，同情相感、以己心體彼心，而至心領神會並產生共鳴。希臘悲劇將人的苦難與天上諸神作出聯結，而將之圈限在天神對眾人的命運安排之上，悲劇英雄之所以為英雄，乃在於其欲與命運對抗而終歸失敗。在人的苦難中，天神的角色是站在高處將苦難降下，進而冷眼注視受苦者以至於死。

相對於希臘悲劇，基督信仰是另一個將苦難與神明相連繫的系統，但是，其中的不同是基督教的上帝也參與在人的苦難之中。這是一種較為特別的苦難觀，事實上，基督信仰是一個用極為積極的態度看待苦難的信仰，而基督教亦是一個以苦難堆積起來的信仰，聖經之中更是有大量的篇幅在論述苦難。要三言兩語道盡基督宗教的苦難觀，實屬不易，吾人在此嘗試將其作簡要的歸納：

- (一) 人的苦難有上帝的旨意：上帝是全能的，祂能賜福也能降災，一般的宗教是欲透過宗教來躲避患難，而基督信仰卻相信無論禍福都是來自上帝。只是，以上帝的超越性來定奪幸福與苦難，當然不是我們此等凡夫俗子所能明瞭。也許人眼中所以為的苦難，正是上帝所看為美好的；而人所要的是「好」的，但是，好的卻不一定是「甜的」，也有可能是「苦」的。正如一個生病的人，對他好的是藥，而藥也正是苦的。因此，上帝的超越性使得人的

「苦」成爲「好」。因此，基督徒相信凡事有上帝的旨意，而上帝就是愛，因而便能在人最深沉的苦痛中經歷上帝最大的愛。

(二) **上帝是受苦的上帝**：基督教的上帝並不是坐在天上將苦難降給人，然後冷眼看著人受苦，祂是一位與人一同受苦的上帝，因爲，在人的苦難中，祂與人同行。舊約聖經中提到：「我雖然行過死蔭的幽谷，也不怕遭害，因爲你與我同在，你的杖、你的竿都安慰我。」（詩篇廿三4）而上帝之子耶穌基督本身亦是被釘死在十字架上，藉以救贖眾人的罪孽；如果連耶穌也無法免除生命中的苦難與創傷，而凡人如你我又如何可能免除？當猶太人在奧斯維辛集中營被殘忍地屠殺時，他們問道：上帝啊！祢在那裡？他們自己回答：上帝在這裡，在奧斯維辛與祂的百姓一同受苦。

(三) **苦難是上帝將人帶到祂身邊的方法**：基督徒一生所求是活著時有上帝的同在，死了能回到上帝那裡去。基督宗教在尋求一條能通向上帝的道路，當耶穌說「我就是道路、真理、生命」時，解決了這個問題。但是，隨後耶穌所表現的是祂一生的多重苦難；因而，祂的苦難是人得以來到上帝面前的橋樑。故此，基督徒咸認，苦難是上帝將人帶到祂身邊的方法，當人受苦時，會暫時從當前的生活處境中抽離，進而使人反思自身的生命道路，並在苦難中重整自己、確證自己；當人從自我中心的方向轉回，自然又回到一條與上帝同行的道路上。

(四) **人的苦難與基督的苦難相關**：基督既身爲上帝的兒子，卻仍要承受種種苦難；身爲基督的追隨者，我們又如何能倖免於難？這是一種受苦的必然性。耶穌基督既藉著苦難使人與上帝的關係重新復合，那麼，基督徒亦是在苦難中去經歷上帝的同在。更重要的是，當人追隨基督，便是追隨基督的苦難，人的苦難關聯到基督

的苦難；而基督的苦難是關連到上帝的榮耀，所以，人的苦難也與上帝的榮耀有關。民間信仰是一個祈求消災解厄、趨吉避凶、企圖遠離苦難的信仰，而基督信仰是迎戰苦難、在苦難中奮進、並堅信上帝、成爲上帝榮耀見證的信仰。

(五)人在苦難之中不僅能被安慰，亦能去安慰人：在《聖經》的詩篇裡，上帝亦曾應許受苦之人：「你們求告我，我就搭救你」。使徒保羅曾經如此勸勉哥林多教會的人：「我們在一切患難中，父神就安慰我們，叫我們能用神所賜的安慰，去安慰那遭各樣患難的人。我們既多受基督的苦，就靠基督多得安慰。」（哥林多後書一4-5）因此，對基督徒而言，苦難中的消極作爲是透過禱告與上帝連結，取得安慰；而積極的作爲便是，在苦難中展開生命的學習，以期有朝一日能去安慰受苦之人。這是一種帶有使命的受苦，在得安慰後去安慰人。

因此，在基督信仰裡，人對於苦難的態度是積極的、是有盼望的，因爲這樣的苦難背後有上帝的神聖意志，人的生命也是在苦難之中淬煉而成的。苦難對於一個基督徒生命的陶成有著正面的意義。因而，基督信仰是一個叫人面對苦難，而非逃離苦難的信仰。然而，人性的本身是不喜歡遇見苦難的，人「趨樂避苦」、「好逸惡勞」的天性，傾向使人在面對苦難時選擇以「躲避」爲處遇方式。信仰便應該在此時此刻展現出提昇人性的重要功能，而不僅只是去順應人性而已（劉清虔，2006）。

最後，節錄一段基督徒作家劉俠（杏林子）的一首詩，將基督徒面對苦難時的認知、價值、態度、反思充份表達，詩名曰〈你可知道〉（張慧玲，2006），歌詞如下：

沒有經過流淚的雙目，永遠看不到人間疾苦；
沒有經過流汗的耕作，永遠不懂收穫的快樂；
沒有試煉，沒有重擔，你不知生命潛力有多深；

沒有痛苦，沒有缺陷，你不知生命內力有多大。

沒有夏日炎炎的烤灼，永遠不知樹蔭的清涼；

沒有漫漫長夜的等待，永遠不見曙光的重現；

沒有試煉，沒有重擔，你不知生命韌力有多強；

沒有痛苦，沒有缺陷，你不知生命內涵有多大。

沒有狂風暴雨的肆虐，就顯不出彩虹的美麗；

溪流沒有礁石的阻擋，就擊不起浪花的飛舞；

你不知道，你不明白，萬事效力，愛神的人得益；

喔！主求你，叫我明白，教導我們明白你旨意。

四、基督宗教的介入實例

在吾人從事牧職十年的光陰歲月中，也至少為十五個家庭送走他們廿位親人，大部分是久病後離世，但亦有突然間車禍而去世。對前者，從生病那一天起的全程陪伴、臨終的全面關懷，到去世後的追思禮拜，甚至是所有儀式結束後對家屬長期的悲傷輔導，已漸形成一套穩定的模式。對於後者，從得知惡耗的那一刻，在家屬全然六神無主之際，一面作緊急的情緒導流，一面陪伴家屬處理所有喪葬事宜，直到最後的悲傷治療。因著此等長時期所累積的個案實例，在吾人的觀點裡，宗教介入創傷個案的輔導，主要區分兩個部分，包括在認知層次關於理念與價值的轉化，以及在實務層次關於關懷輔導的行動。

(一) 認知：理念與價值層面的介入

幾乎所有受創者的問題都在於理性上的疑問，以及情感上的不捨，因此，以基督宗教的角度進行創傷的介入輔導，自然以基督信仰的教義鋪

陳為主要的理解基礎，進入價值層面的關顧，使受創者在理智上接受此事實，並取得情感的合理宣洩。

1. **陳述基督信仰的苦難觀**：再次強調每一件事都是上帝的旨意，而上帝是愛我們的，因此，上帝的旨意一定是最好的。有時，我們在理智上無法接受，或內心深覺痛苦，那是因為上帝的旨意是好的卻不一定是甜的。相信並順服上帝對這一件事上的所有安排，並為此感謝，理性上的關卡一旦過去，情感的部分就是時間的問題。
2. **強化痛苦對生命的正面意義**：諸多生命的智慧是必須透過苦難才得以從生命的底層中生發，人生的每一項挫折都將使人更加堅強。列舉聖經之中的每一位偉大人物，他們的一生皆有苦難與之相伴，像是百歲得子的亞伯拉罕、八十歲才出埃及的摩西、成為全國英雄卻被追殺的大衛、倒釘十字架而死的彼得、為傳播福音而飽受苦難的保羅。一個偉大的生命通常都是由苦難堆積而成。即使不意欲成為偉大，人也必當認知，我們絕非世界上最可憐的人。
3. **為所失去的人感謝上帝**：當一位受創者處在深度悲傷之中，與其說是寄情於已逝者，不如說是一種深度的自我憐惜，認定自己是一位可憐的人。吾人的作法是，將其思緒導引至為自己曾擁有已逝者（或配偶或兒女）而感謝上帝；將悲傷轉化至懷念逝者的點滴，並為此感謝上帝。這一種從「悲傷」到「懷想」到「感謝」的轉移，相對地也是從「自我」到「逝者」到「上帝」的轉移，因為，悲傷的焦點在自我、懷想的焦點在逝者、而感謝的焦點在上帝。
4. **鼓勵受創者與苦難和平相處**：苦難是歷世歷代所有人類生活上的共通經驗，亦是人一生無法躲避的困擾。耶穌曾對祂的學生說：

「我將這些事告訴你們，是要叫你們在我裡面有平安，在世上你們有苦難，但你們可以放心，我已經勝了世界。」（約翰福音十六33）這意謂著，世間的苦難無法免除，耶穌亦未應許所有信祂的人不遇患難，然而，耶穌的應許是：在祂裡面有平安。耶穌本身便是基督徒受苦的典範，而與苦難作朋友的生命情懷也必須在苦難環繞之時才得以學習的。

（二）實務：關於關懷輔導的行動

創傷事件會使得受創者對基本的人際關係產生懷疑，破壞了存在於家庭、友情、愛情和社會中的相互依存，粉碎了得以與他人形成關係與維持關係的自我架構，斬裂了能使人類經驗產生意義的信念系統，破壞了受創者對秩序或神明的信仰，使他們陷入存在的危機之中（Herman, 1995）。特別是深度的受創者，他們與外在世界的關係是處在極度緊繃的危機之中，此時，關懷輔導的實務行動便是協助受創者重新建立其社會關係，進而走出陰霾、重新進入社會。

從基督信仰的角度來看，聖經中早有明訓：「與喜樂的人要同樂，與哀哭的人要同哭。要彼此同心，不要志氣高大，倒要俯就卑微的人，不要自以為聰明。」（羅馬書十二15-16）因此，基督教會秉持耶穌基督「彼此相愛」的訓示，對教會中的受創者、或喪親者，皆進行深度的關懷，一般而言有如下之作法：

1. **協助受創者之家庭瑣事：**以中年喪偶者為例，牧師會動員教會信徒前往照料受創者的家庭，協助處理家中三餐與子女的上下學，並時時有人在其家中陪伴。若逝者係因車禍過世，尚有一些有關於警察、法院、醫院的既定程序要辦理，每一個項目的處理，都有人陪在身邊。這般的安排，使受創者能在毫無後顧之憂的情況下，單單面對他的悲傷；也不致因突然的喪親，在六神無主的情

況下，獨力面對這一切。

2. **協助辦理各式喪葬事宜**：教會另有一組人會協助受創者及其家屬決定所有的喪葬事宜，從發訃文（收集親屬名單、印刷、寄發）到入殮（選棺木、禮拜、葬儀社、殯葬處）、火化，一直到追思禮拜（會場佈置、服務人員安排、流程管控）與安葬（選擇墓地、安葬方式、交通安排）的流程計畫。讓追思禮拜莊嚴而隆重地舉行，讓受創者得到適度的安慰。
3. **對受創者進行悲傷輔導**：在所有喪葬儀式完成之後，牧師每一日或隔一日便前往受創者的家中進行個案會談，協助其舒發情緒。這是一種極為紮實的陪伴，其餘的親朋好友熱心幫忙喪事，已算仁至義盡，喪事做完也各自士農工商，對受創者而言，親朋在喪事後的突然抽離，若其對親友的依附仍然強烈，就必會形成另一層失落。牧師一段時間的陪伴即成為受創者最重要的安慰力量。
4. **鼓勵重新建立社會關係**：新的社會關係的建立，將宣示受創者邁向一個人生的新里程。而新的社會關係端賴於受創者在受創前與其最親密互動的社會團體，他們對此團體最熟悉，也最容易受到接納。對基督徒而言，自然是教會，以及其中所屬的小組或團契。因此，在受創者與牧師個人維持了一段相伴的關係之後，牧師會鼓勵他們重新投入新的社會關係。參與教會的新關係活動，無疑是他們的起步；直到其全面性關係網絡建立起來，悲傷輔導才算真正告一段落。

陸、結論

由於宗教關涉了人的安身立命、解答疑惑、倫理行爲、甚至是永恆的歸宿，因此，當一個人在突然遭遇災難而導致承受深度創傷之時，宗教所

能提供的幫助往往超過人的想像。社會工作本即為助人的專業，若一位創傷社會工作者除了專業的施助技巧之外，還能加上其宗教與靈性的修為，適時以宗教的力量介入，將更能有效地達成助人的目的。因此，吾人鼓勵每一位社工人員都應該有一個宗教信仰，使自我的身心安定，而在必要之時，亦能協助他人安定身心。

參考書目

- 新舊約聖經。和合本。台北：聖經公會。
- 林家瑩（1999）。喪失子女的父母失落與悲傷反應及復原歷程之研究。國立高雄師範大學輔導研究所碩士論文。
- 林娟芬（1996）。悲傷輔導與社會工作。《神學與教會》第廿二卷第一期，台南：台南神學院。頁73-91。
- 黃有志（2000）。悲傷輔導。收錄於《生死學概論》。台北：五南。頁109-133。
- 黃維憲、曾華源、王慧君（1986）。社會個案工作。台北：五南。
- 陳宗仁（1998）。死亡、自殺防治與輔導。《神學與教會》第廿三卷第二期，台南：台南神學院。頁67-100。
- 張慧玲（2006）。教會對受苦者的牧養與心靈關顧。收錄於《當信徒遇上苦難》。香港：基道書樓。頁149-170。
- 劉清虔（2003）。神、人、生死—台灣民間信仰的系統理論。台南：人光。
- 劉清虔（2006）。從宗教學看老人的靈性關懷—以基督宗教為例。《2006 關懷學術研討會：老人學研究論文集》。高雄：輔英科技大學。頁40-60。
- 戴俊男（1998）。教牧危機諮商導言。《神學與教會》第廿三卷第二期，台南：台南神學院。頁136-144。

- Frankl, V. E. (1963). *Man's Search for Meaning: An Introduction to Logotherapy*. New York: Washington Square Press.
- Herman, J. L. (1995)。創傷與復原 (*Trauma and Recovery*)。楊大和譯。台北：時報。
- Johnson, S. (1985). Sexual intimacy and replacement children after the death of a child. in *Journal Of Death And Dying*. 15(2).109-118.
- Kalish, R. A. (1985). *Death, Grief, and Caring Relationship*. California: Brooks/Cole Publishing Company.
- Kastenbaum, Robert. J. (1991). *Death, Society, and Human Experience*. (4 ed.). New York: Macmillan Publishing Company.
- Margolis, Otto S.; Howard C. Raether.; Austin H. Klagsbrun.; Eric, Marcus (1985). *Loss, Grief, and Bereavement — A Guide For Counseling*. Praeger Special Studies. New York.
- Sanders, Catherine M. (1989). *Grief: The Mourning After Dealing With Adult Bereavement*. A Wiley-Interscience Publication. New York: Chichester.
- Streng, Frederick. J. (1985). *Understanding Religious Life*. Third Edition. Belmont, California: Wadsworth, Inc.
- Tillich, P. (1987)。生之勇氣 (*The Courage to Be*)。台北：久大。
- Worden, J. W. (1991). *Grief Counseling And Grief Therapy: A Handbook for The Mental Practitioner*. (2 ed.). New York: Springer. (中譯：李開敏、林方皓、張玉仕、葛書倫等譯。1995。悲傷輔導與悲傷治療。台北：心理。)
- Yinger, J. M. (1970). *The Scientific Study of Religion*. New York: Macmillan.

作者簡介：劉清虔牧師，台灣基督長老教會牧師、美和技術學院老人服務事業管理系專任助理教授、美和技術學院社會工作系與長期照護學位學程合聘助理教授。