

## 回顾陈述

你可能会说：「我早已知道什么是“Debriefing”（回顾陈述），因为我已有过几次经历。当我要离开工场回家时，工场主管要我针对当地生活环境与品质等进行评估，包括『我是否工作过劳？』、『孩子们在学校的人际关系如何？』、『有多少人因着我的事工接触到耶稣基督？』等。」是的，我也是。每当我来到差会总部，我和那里的同工会一再走过这个「评估过程」，内容几乎跟上次一样。

这是回顾陈述的其中一种类型，属于「组织性回顾陈述」。对一个差会来说，他们有必要这样搜集资讯，因为这将帮助机构正向发展。不过，比起「组织性回顾陈述」，「个人性的回顾陈述」其实更加重要，这类型的回顾陈述，将有助于你个人。你可以独自一人完成，或在一群拥有类似经历的群体中，与大家一起完成，例如，与曾有创伤经验或重返母国经历的人聚在一起，进行回顾陈述。透过回顾陈述，我们将有机会反思个人经历所带出的意义，以及我们自身及家人在过程中的改变。

约拿，是早期一位跨文化工作者，他才刚成为尼尼微全城复兴的一部分，心中却充满许多愤怒。神亲自为约拿作了回顾陈述，祂问约拿：「你这样发怒合理吗？」约拿显然没有回覆，但却闷闷不乐。后来又有些事发生，神就再度问约拿：「你这样发怒合理吗？」这一次，约拿终于将所有的愤怒发泄出来，神因此得以与他共同面对这些问题。当然，回顾陈述也可以发生在一段好的经历之后。那七十个人欢欢喜喜的回来，说：「主啊！因祢的名，就是鬼也服了我们。」（路10:17）他们满心欢喜，即使是魔鬼也服了他们，但在这件事上，耶稣告诫他们，不要因鬼服了他们就欢喜，而要因他们的名被记录在天上欢喜。

### 为什么要作回顾陈述？

个人回顾陈述，在危机时刻或过渡期间对人特别有帮助，它有助个人结束人生的前一篇章，忘却过去一段时间累积的「情绪包袱」。以下三件事，是回顾陈述能帮助你作的事：

- 用语言表达：透过口述，你可以澄清并表达想法与感受。在与他人交谈时，你可能会发现自己并不喜欢自己所说的内容。
- 正常化：无论是在团队中，或与某位了解你情况的人对话，你都可能会发现，无论你的想法和感受如何，你并不孤单。你会逐渐意识到拥有这类想法和感受是正常的，因为其他人也有同样的感受。
- 处境化：一个好的回顾陈述，可以帮助你个人经历融入生活的上下文。你可以将这些经历，与生活中更早期的事件连结起来，看上帝如何使用它们为你的未来作准备。

你可能不像约拿那样生气，但你的经历可能会让你失望、受惊、沮丧、疲惫、情绪耗尽等。以下几个问题将对你有所帮助。

### 你在哪一阶段？

在创世记3:9，耶和华神呼唤园中的那人，对他说：「你在哪里？」神清楚知道那人在哪里，那么祂为什么还要这样问？神这么做，是为了让这个人亲自表达他所处的位置——不是地理上的位置，而是心理及属灵层面上的位置。请注意，这个人后来透过讲述他所经历的（听到神的声音）、他的感受（他害怕）以及他做了什么（隐藏）来回答神的问题。

## 自问以下的基本（BASIC）问题

- 行为上 Behaviorally 你做的了你想要做到的吗？
- 情感上 Affectively 你对自己的感觉和情绪满意吗？
- 属灵上 Spiritually 你与神的关系是否还在持续成长中？
- 人际关系上 Interpersonally 你和你家人或同事的关系好吗？
- 认知上 Cognitively 你可以专注并有逻辑、清楚地思考吗？

## 你完成了什么？

神在创世记3:13问了园中的女人这问题：「妳做的是什么事呢？」女人说：「那蛇引诱我，我就吃了。」和那人一样，神当然也知道女人做了什么，然而，祂想让她亲自说出来、承认她所做的。她这么做了，但她也将责任推向蛇。若你曾经做坏事，上帝要的其实是悔改，而不是合理化或是投射行为（不自觉地把自己过失或不被社会认可的欲念加诸他人，借以减轻内心担忧）。

路加福音9:10记载，当使徒回来，他们将所做的事告诉耶稣。使徒们当时刚从第一次短宣任务回来，向耶稣报告他们所做的「好事」，耶稣同样没有阻止使徒向祂回报，因为让门徒亲口表达、亲口说出来是好的，他们也应该听到彼此必须报告的内容，以便了解个人所经历的实属正常。

在第一次长期跨文化宣教后，保罗和巴拿巴告诉差派他们的教会及其他教会，有关神借他们所行的一切事，领外邦人归主的事。（徒14:27；15:3）

## 你去过哪里？

神的使者对夏甲说：「撒莱的使女夏甲，你从哪里来？」夏甲说：「我从我的主母撒莱面前逃出来。」(创世记16:8)天使并不是困惑于在沙漠中找到这位女子，也并不是简单地想知道她来自哪个村庄。天使是想要夏甲了解她在情绪上的位置，而夏甲意识到了这一点，她说：「我从...逃出来。」有时，跨文化工人会逃离那些他们试图帮助但却虐待他们的人。事实上，通常那些你最帮助的人，到头来会是伤你最重的人。

在你谈论那个伤害以后，你可能会发现神有时要你甩掉脚上的灰尘后离开，但有时祂会说：「回到你主母那里，服在她手下。」就如同天使告诉夏甲的。不论如何，神总是希望你亲口用语言说出（或忏悔），并将其交托给祂。

当你正在思考自己去过哪里时，请回想过去的种种事件，是如何在你一生的故事中上演。想想，上帝正如何使用这些事，带领你成为祂想要你成为的人呢？

## 你要去哪里？

当天使走向夏甲，问道：「你要往哪里去？」夏甲其实根本没有回答这个问题。她只说：「我从我的主母撒莱面前逃出来。」(创世记16:8)然而，天使告诉夏甲她应该去哪里以及她应该做什么。夏甲听从了。

使徒行传15章最后记载，保罗向巴拿巴建议，要回到他们第一次参与跨文化服事时，曾拜访的城镇，看看这些信徒的转变为何。保罗正在构思要带谁去、去哪里、做什么。但如你所知，未来总是变幻莫测。他后来带着西拉(Silas)去了欧洲，并建立更多的教会。

我们有必要思考我们未来的目标和计划，但我们必须对上帝可能带领我们的方向，保持开放态度。若祂希望我们在其他地方做其他事，祂会阻止我们做我们要做的事，并差派我们前往另一个地方，做不同的事。在使徒行传16章，圣灵阻止保罗去特定的地方，并让他看到他应该要去的地方。

## 神带着你完成了什么？

这个问题不是一个我们在圣经经文会发现的问题，但我们发现，回国述职的跨文化工作者在特定群体中会被问这个问题。

当保罗和巴拿巴结束第一次的跨文化服事，他们回到差派他们的教会，「报告了神所做的一切」。(使14:27)

在跨文化服事禾场上，神亲自动工并改变当地人心。在新约中，希腊字「meta」被使用过数百次，它是「带着(with)」的意思。就如同耶利米谈到陶匠用粘土做的事一样，我们需要意识到神带着我们做了什么。(不幸的是，一些现代翻译已将“meta”翻译为“透过”，但它基本上意味着“带着”。)

当保罗和巴拿巴到达耶路撒冷，他们再次「报告了神所做的一切」(使徒行传15:4)。他们看到神的工作，并坚信任何人都可以因着恩典得救，即使没有遵循所有的犹太习俗。请注意，保罗和巴拿巴向他们的差派教会和总部的领袖们报告，但是他们没有向他们在途中所拜访的教会中的人们报告这些情况。有些事情最好只跟那些了解的人分享，他们了解神在其他文化中带着他的同工一起完成了什么。

## 休息一下!

最后，「休息」在「回顾陈述」中扮演重要角色，无论你已经渡过危机，或正在过渡时期中。

- 当使徒从第一次福音行动回来，他们将所做的事告诉耶稣，耶稣就带他们暗暗的离开那里，往一座城去。(路9:10)关于这段故事，马可福音6:31的书卷指出，当门徒报告完所做的事，群众们便涌向前来。他们忙到甚至没有时间吃饭。于是，耶稣对他们说：「你们来，同我暗暗的到旷野地方去歇一歇。」
- 同样为了休息的缘故，当保罗和巴拿巴向派遣的教会报告之后，他们两人「就在那里同门徒住了多日。」(使徒行传14:28)

在回顾陈述过程中，「休息」非常重要，这给予了正处于过渡期间或刚刚经历危机后的你一些时间，获得你需要的休息。今天这个世代，也如同新约时代，许多事情会出现，占用你的时间。为了你自己的益处和神国度的益处，你需要将「到安静的地方休息」列为优先事项。

---

### 出处

原文作者: Ron Kotesky, [Debriefing](#)

检自: [crossculturalworkers.com](http://crossculturalworkers.com)

经许可使用。