

工场上的单身宣教士注定只有孤独吗？

耐锐·欧海内

那是二月份一个严寒的早晨，我从床上爬起来时，看着我哈出来的气息凝结在空气当中，在我在眼前飘浮着不能散去。我知道今天最重要的事情，是必须去寻找一些煤油来给我的公寓取暖。这个冬天运往亚美尼亚的原油受到了限制，以致于现在企图买到煤油已经成为一个令人精疲力竭的捉迷藏游戏。我坐在餐桌旁咀嚼着冰冷的山羊奶酪和一片面包，脑子里却涌现着一堆乱七八糟的思绪。我真的不喜欢一个人吃东西，有没有人知道我的挣扎？如果我被冻死了会怎么样？我是不是必须要显示自己永远足够刚强？为什么我一定要单独一个人面对这一切？谁能够帮助我？当我需要我的学生们的时候，他们都在哪里？我为什么找不到一个丈夫呢？托马斯为什么不跟我约会？突然间我惊觉到，怎么简简单单的一个燃油缺乏的问题，会让我开始念叨起自己的孤单和忧伤。

在宣教的工场上，单身的宣教士显而易见地有许多的优点：他们比较容易做决定，单纯，时间灵活，也更加愿意挑战不可能和冒险。单身人士比较能够更快地掌握新的语言，能够更快交到跨国的朋友，更加快捷并顺利地融入当地的文化。在安排住房和旅行计划方面都显得比较容易而且费用也比较低廉。

但就如生活当中大部分的事情一样，很多的优势其实也伴随着很多劣势。单身的服事者应当预见并且装备好面对一段时间的精神和属灵上的孤单。我相信对于我们很多的单身宣教士来说，感觉孤单并不是一种常态，更多的却是随着季节和时间的变化而不断袭来的一种感觉。

下面我来分析宣教工场上一些关于孤单的事实，然后思考一些积极的面对方法。

1. 感觉孤单是正常的，并且是可以预见的

感到孤单并不仅仅限于单身人士，对于结了婚的人们也是一样的。所有的人在经历到例如被隔绝，信息不通，居无定所，渴望建立人际关系的时候，都会感觉到孤单。就算是基督的门徒们知道，在他们的生命和生活里圣灵常陪伴左右，但是渴望与人互动是非常自然的而是完全必要的。神在创造我们的时候，特意把我们创造成对人际关系有需求，并且从中寻求亲密的关系，互相的支持，和伤痛的中的安慰。神甚至把他的百姓称做一个身体，互相连结，互相依赖。这样看来，如果欠缺了神特意为我们创造的这些方面就会感觉到孤独，实在是自然而然的事情。

2. 孤单将被神纪念

神为我们创造了与人亲密关系的需求，祂完全了解当我们欠缺的时候的痛苦。若是祂的仆人们因为天国的缘故经历了这种损失落的话，神也为他们提供了几个应许。『我实在告诉你们』耶稣对他们说，『人为神的国撇下房屋，或是妻子、弟兄、父母、儿女，没有在今世不得百倍，在来世不得永生的。』(路加福音18:29~30)毫无疑问的，如果我在宣教工场上生病了，如果我没有办法预备饭食，如果我有被咨商的需求，或者简简单单就是需要一个拥抱，神会兴起无数的母亲们来照顾我。而这仅仅是在属世的层面，他同样也应许了在永恒里面，我们在地上失去的，在永生中都要得着！

3. 经历孤独其实有一部分是我们自己的决定。

当我们在宣教工场上深陷孤独痛苦中的时候，宣教士们应当记得，这是他们的抉择。在黑暗和试炼当中，健忘时常掩盖了事实：我们之所以身处宣教工场，是因为我们当初回应了主的呼召，并且乐意遵从祂。

当我在亚美尼亚时，因为我的好同事离开我回了家乡，造成我身处情感的困境的时候，我去见了一位在大学教书，我的精神的导师。她诚挚地提醒我，当时我所感觉的痛苦，源自于多年前我做出的抉择，在我生命中所有可能的选择中，我选择了主耶稣作为我的至宝，现今的哀伤只不过是当初决志所带来的一部分事实。当我们选择过这种特别的事奉生活，并且将主耶稣放在生命的首位时，自然地会产生一些后果。

即便因我们跟随主，并由此遭遇的孤单感是蒙主悦纳的，当孤单真的来袭的时候，对单身宣教士来说，这感受会更加强烈，更常发生，也更加不容易寻到解决方法。一个存在的问题是：我们该如何在宣教工场上过单身生活呢？

首先，孤独可能是我们的灵魂对我们的安慰者，陪伴者及创造者主耶稣所发出的呼喊。奔向耶稣，呼喊祂的圣名，求问祂是否给我们有新的启示。享受主给予的喜乐，安息，等候祂给我们的确据，平安和释放。在祷告，读经，音乐，敬拜中尝试一些崭新的方式，不要在主里面停滞不前。

在当地找到一位可以彼此问责的伙伴。

每次搬到一个新的城市，除了找房子安顿下来，我的第一要务就是找一个属灵伙伴，或许是一位我可以固定约见的女性导师。在你事奉的工场上热切地祷告，求神为你预备这样一个人。这个人可能成为你在工场上最有价值的资源。这个人不需要和你个性相似，或是神学背景相似，也不需要是你的最好的朋友，最重要的是他/她同样属神，和你同一性别，是值得信赖并且可以给你留出时间的。

在你的家乡建立一个亲密的后援会

运用唾手可得的科技方法，邀请几位相熟的，愿意聆听的朋友，组成你的后援会，帮助他们预备好倾听的耳朵和温柔的心，在你孤单的时候可以温暖你。帮助他们了解他们将要担当的角色，以及在当你给他们打电话或者是写信的时候，他们应当如何回应。当你需要帮助的时候，你完全不需要因为不好意思麻烦他们而感觉有负罪感或者犹犹豫豫，因为这个后援会已经做好了准备，并且热切地想要帮助你。但是要重申的是，虽然我们有这些熟悉我们的后援会，我们仍然需要在宣教工场当地有人可以立刻提供关怀，这点是非常重要的。

疲劳与倦怠经常带来更严重的孤独感

在大型活动结束后，探访结束后，访问外地的村庄回来后，短宣队离开后，你应该要找个人或者一个小组来做个回顾，一起来放松一下，一起来充一下电。这样的活动要提前安排好，不要在已经疲惫不堪的时候才开始筹画。

同样的，节假日和在当地有庆祝活动时也要提前计划好。当整个城市都聚集了回家的人群，你却一个人在家，类似这样的情况会让你倍感孤独。要有点创意，诚实面对自己的需要，主动一点，聚集一些人和你在一起度过。

提前安排度假, 旅行, 和参与大型会议的行程

对我来说, 长途飞行或者坐很久的大巴士, 会让我情绪低落。如果我要启程去参加大型会议, 特别是要去一个新的城市时, 我会约个人一起前往, 甚至有时候我还没有非常认识他们也无妨。在去往未知地方的时候, 旅伴有助于缓解紧张压力。和别人一起旅行也许在日期和时间上不能配合得完美, 但是一点点的时间上的灵活让步会缓解长时间旅行的孤独和焦虑。

认识你自己, 追踪自己的负面情绪

记录一个月的时间, 从日历上看看自己在哪些日子里最伤心, 灰心, 不想理人, 或者感觉孤独。是周末么? 是工作过于辛苦的时候么? 是在教堂服事的时候吗? 是旅行的时候么? 是在夜晚么? 是去语言学校的时候么? 是要做重大决定的时候么? 诚实记录并省思自己感觉孤单的周期, 这样在下一个周期来临的时候你就可以更好的照顾自己。

最后, 开始写日记, 并且时常浏览自己的日记

利用这样的时间来探索自己在宣教工场上的个人情绪, 人际关系, 以及属灵上的孤独。对于几乎所有的单身宣教士来说, 这种季节性的, 短暂性的感觉终将会过去。诚实地, 深刻地发掘自己在孤单的时候的信心, 心情, 梦想和自己的渴望。不要害怕这种感觉会变得更加强烈, 或者尝试压抑这种感觉, 却要真实地了解它, 有效地面对它。

注意, 上面提到的一些想法包括预先计划, 及早安排, 主动面对, 有时候单身人士不愿意花额外的功夫去计划, 或者努力建立人际关系。但是请注意, 就算是普通家庭或者是结了婚的夫妻, 他们也同样需要计划和安排; 他们的日常生活并不是自动就变得井井有条的。所有健康的人际关系, 伴侣和家庭的存在, 都是因为人们愿意去重视, 并且愿意为之花费精力。

耶稣, 祂也是个单身宣教士, 祂说: 『你们心里不要忧愁; 你们信神, 也当信我。在我父的家里有许多住处; 若是没有, 我就早已告诉你们了。我去原是为你们预备地方去。我若去为你们预备了地方, 就必再来接你们到我那里去, 我在那里, 叫你们也在那里。』, 『我就常与你们同在, 直到世界的末了。』 (约翰福音14章 1~3节, 马太福音 28章 20节B)

出处:

原文作者: Nairy Ohanian, "Must Singles Be Lonely on the Field?"

检自: <https://www.barnabas.org/>

经许可使用。