

逢星期日刊出



杜永政

心靈

艷陽照暖災民



他是商人，卻有着天使般的愛心。誰說無商不好？他顛覆世俗，左手賺錢，右手濟民。他捐出的不是黃金，卻是重於黃金的心靈慰藉。

誰人能似他，將這點點滴滴、切切實實的愛，一日、兩日、三日……持續不斷的澆灌於一個又一個喪失親人和家園的脆弱心靈；那不厭其煩的一次次旅途，即使千里迢迢，也阻隔不了這一顆溫暖的、殷切的、急於將暖陽照向災民的愛心。

文：王欣 圖：受訪者提供

杜永政情繫四川、青海的災民，用心理輔導溫暖他們受傷的心靈 (林雨柔攝)

擁有美國白宮認可危機輔導專家資格的杜永政，是香港管樂坊集團有限公司行政總裁。作為商人，本應每天忙碌於繁瑣和應酬之中，而他，卻和四川、青海的災民「千里情緣一線牽」。

2008年5月29日，杜永政第一次前往四川災區。他的母親從電視中見到震後的四川到處是殘垣斷壁、滿目瘡痍，起初很擔心兒子的安全，不想他冒險。而杜永政勸母親說，「現在正是他們最需要我們的時候」。於是，他和幾個朋友毅然前往四川。

到如今，杜永政已經前往四川超過30次。他的四川旅程和別人十分不同，叫做「心靈重建」之旅。杜永政於2008年汶川大地震後在港成立心理輔導協會，帶團前去為災民進行心理輔導多達十幾次。汶川、玉樹大地震、台灣水災之後，杜永政均親臨現場為災民輔導心理。

心靈重建，已是他生活中最重要的一部分。他日日夜夜所牽掛的災民，在他和整個隊伍的努力下，大部分已經走出陰影，開始笑對人生。心靈重建，不是易事，要讓受災者在震後恢復平靜的心情，需要特殊的關懷，並和他們建立長期的支持關係。

建立「心理輔導協會」後，每逢長假期，杜永政便帶領協會的會員或者其他義工前往都江堰、綿竹、金花鎮等地區探訪災民，為他們進行心理輔導。



在杜永政和隊友的悉心輔導下，失去7個家人的綿竹婆婆（前）重拾希望

親身感受 解婆婆心結

杜永政記憶中最深刻的是一位四川綿竹婆婆的故事。他和心理輔導協會會員於2008年9月份第一次探望婆婆。在「五一二」大地震中，婆婆一家十口老老少少，最後只剩3個人：她、老伴、12歲的孫女。

杜永政和隊友在綿竹一個小村的河邊見到了阿婆。熱心的婆婆邀請他們到家裡喝茶。「聊天後才知，原來婆婆的家裡人差不多都不在了，她的兩個兒子、媳婦和其他孫子都過世了。」面帶微笑的婆婆並未引起隊員的任何懷疑，他們都以婆婆已平復了失去家人的痛苦情緒。

作為心理專家的杜永政並非這樣看待問題。他用「眼球線索解讀法」向隊友解釋，從阿婆眼神看事物的方向，可以知道她是否在隱瞞內心的痛苦。阿婆失去親人的心結仍未打開，只是表面上未流露出來而已。

之後，杜永政和隊友每隔兩個月都去探望婆婆，和婆婆一起煮飯、吃飯、聊家常，像一家人。「我們做心理輔導有一樣

好重要的事是建立親和感。她做什麼，我們就做什麼；她吃什麼，我們也吃什麼；她插秧，我們也插秧。只有這樣，才能打開溝通的渠道，使受助者肯講出內心的話，釋放壓力。」

在多次的接觸中，杜永政的心理輔導日見成效，阿婆也肯和隊友談及死去的兒子的事情。有一次吃午飯，阿婆將在雪櫃裡存放了半年、買給死去兒孫的臘腸拿了出來，煮給隊友們吃。此時此刻的杜永政和隊友深感臘腸意義深重，都捨不得拿起筷子。

物質難填心靈空虛

兩年過去了，災後重建的家園變得比以前更加美麗。「大家（災民）現在有書讀，有屋住，有醫療，生活變得舒適，在那種情況之下，人的心裡才最空虛，地震中很多可怕的回憶都浮現出來。」

杜永政的心理協會在四川綿竹開設一間辦公室，震後兩年，有很多市民都找過他和那裡的工作人員，談及心理問題。

他說，有一個磷肥廠的女老闆，地震中，整個廠房嚴重損壞。震後，她為了讓工人重新回到工作崗位，拚命工作，希望大家過上新的生活。兩年過去，磷肥廠重新開張，很多工人重新回到崗位上來。正當生活安穩起來時，女老闆卻找到杜永政，說她晚上嚴重失眠，更找不到活下去的勇氣。

杜永政跟她談話後了解到，女老闆的丈夫和子女均在地震中去世，孤零零的她，雖在震後為了工人重整旗鼓的重開了工廠，但當所有的事情做完時，發現內心無比的空虛。

杜永政解釋，「震後，她（女老闆）可能還沒有時間去想親人離去的事實。但當生活穩定後，兩年後的現在，她的內心空虛起來，至親離去的痛苦一下子填滿了她的心。」他說，現在留在災區的市民，四分之一以上有嚴重的自殺傾向，比震後的那段日子還要多。所以，現在正是災後心理輔導的黃金時間，刻不容緩。

為災區培養輔導員

今年1月起，協會與綿竹電台合作開設節目《心靈驛站》，每星期4次、每次25分鐘的錄音節目全部講解心理健康。很多震後發現思覺失調徵狀的患者表示，漸漸恢復了正常。

今年8月，心理輔導協會已經有9個初級課程畢業生順利畢業，而協會在內地培養了更多心理輔導學員。今年的舟曲災區心理救援隊於10月底已平安回港，短短6天之內共培訓了31名災後心理輔導員，當中包括公安、醫護人員、中科院心理所的志願者、校長及老師，為大約600名來自兩所小學的學生作團體輔導。

杜永政說，香港亟需這種專業的災後心理輔導專家，而取得專家證書並不需要任何學術背景，普通人通過協會3個層次的訓練就可以了。明年1月份香港第2屆災後心理輔導員證書課程又將開始，他希望訓練更多災後心理輔導員，為香港及世界各地災民提供最適切的心理輔導及關懷，這是金錢及物質以外的最好禮物。參加表格及詳情可於 <http://www.pccnhk.org/pub/AppFormPCCT2.pdf> 下載。

心理輔導需長期互信

「大鬍子」杜永政身為自己公司的行政總裁，說話做事雷厲風行，卻能夠做到在細節之處為災民着想。他用專業的心理輔導和細膩無私的愛，溫潤著遠在四川和青海的災民同胞。

「災後的心理輔導要長期投入，不是一朝一日，或是像旅遊一樣，探訪一次就解決問題了。」「假如你都是災民，他們（探訪者）探你一次或者兩次，跟着就沒了，你的感覺會怎樣？」只要有時間，杜永政每次到災區，都會重探他的「災民朋友」。

有一次，杜永政在綿竹重探一個婆婆，當晚他因開會需趕往成都市。途中，阿婆的鄰居打電話給他說，「杜先生，不得了了，你要回來吃飯，阿婆殺死了她唯一的豬！」原來，阿婆在地震中失去了所有親人和房屋，只剩下一頭豬，而為了留住杜永政吃晚飯，卻想也沒想，殺了豬請他。杜永政一行人決定放棄開會，回來和阿婆一同吃飯。

「他們好需要愛、需要關懷，接受專業心理輔導訓練的人才能真正發現災民的心理問題，和他們建立親密的關係，從而打開溝通的渠道。只有長期地建立這種關係，才能得到村民的信任，而他們也會恢復得更快些。」杜永政說。



熟悉並融入災民生活

曾帶團到四川災區多達16次的杜永政說，有些未接受專業心理輔導訓練的香港市民，看到災民斷手斷腳痛失家園的慘狀，紛紛拿出相機拍照。「其實最忌諱就是這種舉動。災區不是動物園，那些被拍照的災民告訴我，再也不見想到拍照的人。」

杜永政建議，想前往災區探訪災民的港人，最好預先了解災後心理輔導課程，更要入鄉隨俗，熟悉災民的生活習慣，「著衫要著素色衫，他們吃什麼，你吃什麼，才能融入他們」。



心理輔導員為舟曲小學的學生作心理輔導

杜永政為災區培養心理輔導員

災區的心理輔導學員結業後，大家依依不捨

左手賺錢右手賑濟

一個四川女孩痛失雙親的淚水，打動了杜永政，讓他深深地認識到，物質的資助，遠不及心靈的補給。

「有一次，一個慈善機構正在給災民派書包和鞋子，我看到一個女孩拿着一對鞋子和書包，在那裡哭得好傷心。」杜永政上前詢問女孩，女孩紅着眼說：「我要爸爸，不是要這些！」了解情況後，他得知女孩已經有了3個書包和5對鞋子。

杜永政從2001年開始做慈善事業，他一直捐錢給柬埔寨和泰國的一些地方，幫助他們建立學校、教育中心和戒毒村。2004年印尼海嘯後，杜永政策劃音樂會集資籌款，還親自到印尼的亞齊省兩次，希望通過實地幫助他們重建學校。「我一直都在思考一個問題，人生怎樣算沒有白白度過？」

照顧心靈需要

地震發生後，杜永政發現了災民真正需要的幫助是心靈重建。「那個女孩的一句話，打動我心。他們到底需要什麼是現在仍

未有的？如果我只是開一些教育、醫療或者一些物質的機構，現在已有很多人在做。最後我發現，那時香港還未有一個專門做災後心理輔導的機構。」

他指出很多香港心理系學生和社工組織的探訪團只是前往災區一兩次，之後沒有跟進案例，而災民需要的是長期心理扶持。

「人生幾十年，好快就過去。」一邊打理自己的管樂坊公司業務，一邊用賺得的錢做慈善工作。「就好像左手賺錢給右手。開心輔導協會的時候，最現實的事是要面對財務來源。一般的NGO（非政府組織）都靠籌款，但我覺得單靠籌款並不能解決問題，而要靠我的公司賺錢，現在協會基本的人員開支是可以平衡得到的。」

為了更好地服務四川災民，杜永政已經為自己定下了工作年計劃，每年3月至11月是「賺錢的季節」，而11月到來年3月便是幫助災民的時段。在災區和香港之間來回幾次，他習慣這種忙碌的生活，對於四川的災民更是記掛在心。

舟曲縣災後心理輔導員培訓班

主辦：香港中區心理輔導協會 中國科學院心理研究所
副主辦：美國科基基金會 中國心理學會



舟曲災後心理輔導員培訓班畢業