

「我是
心理
医生」



「我是心理医生」

余滿華 薛莉 著



赞助出版

「我是心理医生」

作者：余满华、薛莉(duholly@yahoo.com)
编辑：苏曼音、余满华
校对：刘海峰、张颂恩
美术设计：陈颂明
摄影：余满华、韦炜、商捷
封面摄影：余满华
出版统筹：张思怡
出版：加拿大多伦多中国移民紧急援助基金
地址：25 Old York Mills Road, Toronto, ON, Canada M2P 1B5
电话：416-618-1260
版权所有©2009余满华&薛莉
2009年初版

Authors: Holly Du & Shirley Wong (duholly@yahoo.com)
Editor: Ada So, Holly Du
Proof-Read: Jessica Lao, Asanda Cheung
Art Design: Dorothy Chan
Photographer: Holly Du
Publisher: Chinese Immigrants Emergency Relief
Address: 25 Old York Mills Road, Toronto, ON, Canada M2P 1B5
Telephone: 416-618-1260
Copyright © 2009 Holly Du & Shirley Wong
All Rights Reserved

平安的约，彩虹为记

神晓谕挪亚和他的儿子说：「我与你们和你们的后裔立约，并与你们这里的一切生物，就是飞禽走兽牲畜，凡从方舟里出来的生物立约，我与你们立约，凡有血有肉的，不再被洪水灭绝，也不再有洪水毁坏大地了。」

神说：「我与你们，并你们这里的各样生物所立的永约是有记号的。我把虹放在云彩中，这就可以作我与地立约的记号了。我使云彩盖地的时候，必有虹现在云彩中。我便记念我与你们，和各样有血有肉的生物所立的约，水就不泛滥，毁坏一切有血有肉的生物了。虹必现在云彩中，我看见，就要记念我与地上各样有血有肉的生物所立的永约。」

——《圣经·创世记》9:8-17



几句感谢的话

感谢多伦多中国移民紧急援助基金的全力支持，和给予我极大的自由度决定我的工作和方向，更感谢基金赞助此书的出版。感谢队友张思怡协助统筹出版。

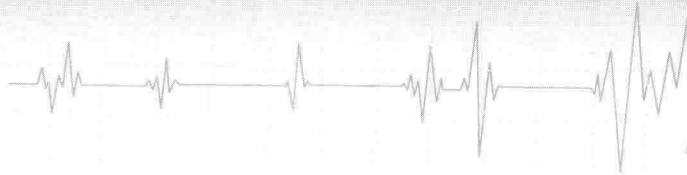
感谢素未谋面的张曼音、刘海峰和张颂恩拔刀相助编辑和校对。

谨向陕西省妇女联合会党改叶主任表达无限感谢和敬意。她统筹我们在陕西的工作，陪同我们走完陕西全程路，任劳任怨，劳苦功高。向我们所接触到，守在抗震救灾第一线的教师、医护人员和基层干部表示由衷敬意。地震发生迄今，他们都承受了超负荷的工作压力，和他们相比，我们的付出实在微不足道。希望我们所尽的一点点绵力，分担了你们一点点的重担。

我愿衷心感谢好友薛莉。她要在厦门招兵买马，组织和培训心理援助队，付出远远比我多。我愿感谢她对我的宽容和欣赏。

感谢多年好友古洁明，她本是无心插柳，却促成了我和薛莉的合作。

感谢众多在大后方用祈祷支持我的朋友。



感谢天父。祂呼召我们奔赴灾区，「用言语扶助疲乏的人」。天父应允我们：「你们不要害怕，因为我救赎了你们。我曾提你们的名召你们，你们是属于我的。你们从水中经过，我必与你们同在，你们经过江河，水必不漫过你们；你们从火中行过，必不被烧，火焰也不着在你们身上。因为我是耶和华，你们的神。」《圣经·以赛亚书》50:4-5, 43:1-3

这一程路，我们转战千里，从轻灾区一直深入到重灾区，接触了逾1500人，当中有医护人员和护士学生，教师和中小學生，基层干部、农民、基督教三自爱国教会，以及一支防疫监察队。我们遇到过朗朗晴天，万里无云；也遇过阴天，小雨、大雨，三天三夜的暴雨，大水泛滥，山体大面积滑坡，所幸一直平安无事。天父的话没有落空，祂果然为我们行了又大又难的事。

感谢我的父亲和母亲。他们教我说中国话，写中国字，吃中国饭；他们给了我一颗爱中国的心，使我到中国时不至于遇到太大的文化冲突。他们曾遭受极大打击，因政治原因，一夜之间生活一落千丈，变得一无所有。但是，他们从没有失去道德、仁慈、勇气和幽默感。他们面对苦难时的宽容大度，使我懂得怎样面对苦难，和与受苦的人同行。父母无尽的爱，是我一生的力量。

谨以此书记念两老。

余滿華

2008年11月30日，写于多伦多

目录



02 几句感谢的话

启航:多伦多

- 08 我心哭泣
- 13 彩虹行动 (薛莉)

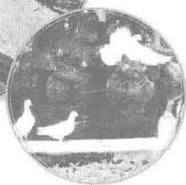
第一站:陕西

- 16 跃马中原
- 18 万里相聚
- 19 一切随缘
- 22 钢铁是这样炼成的
- 30 二块大石
- 33 妈妈的歌
- 35 搬家
- 39 歌中之歌
- 48 弯弯的月儿小小的船
- 53 路边的野花
- 54 坐起看云时
- 57 胡桃, 老爷爷, 老奶奶
- 61 螳螂回家了
- 63 亲爱的镇妇联干部
- 67 留下当我们的老师吧
- 71 5.2级余震的体验

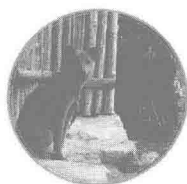


第二站：四川

- 76 剑门蜀道
79 狂风暴雨
83 天上最明亮的星星
86 我现在都还害怕 (薛莉)
89 累了
92 狂风暴雨过后
95 白鹿镇
100 白云深处有人家
103 他乡遇故人
108 鸡鸭对话
111 孩子的画和话
114 小捣蛋 (薛莉)
118 蔡大姐 (薛莉)
124 那金黄的南瓜 (薛莉)
127 惟有泪千行
133 管闲事
137 哑巴婆婆 (蔡大姐)
138 老妈妈与小黄狗
142 北川印象
148 十月·四川 (黄凤玲)
151 大地在哭泣，大山在哭泣
157 她是我的守护天使 (薛莉)
161 落日故人情



- 166 明明白白我的心
- 172 魂归来兮
- 177 邂逅李白
- 182 蔡牧师
- 185 「我是心理医生」



归航:多伦多 / 厦门

- 192 衣带渐宽终不悔
- 193 只要有种子存活 (康荔)
- 195 永生难忘的13天 (韦炜)
- 196 云端彩虹, 再现爱与生命的美丽 (林颖)

阳光大道:广东

- 200 回首往事
- 201 思想工作
- 211 黄线内, 黄线外
- 220 一双袜子
- 227 心灵驿站
- 231 你的心理不正常
- 244 心灵之窗
- 258 面子! 面子!
- 264 后记: 「我的恩典够你用」



平安的约，彩虹为记

神晓谕挪亚和他的儿子说：「我与你们和你们的后裔立约，并与你们这里的一切生物，就是飞禽走兽牲畜，凡从方舟里出来的生物立约，我与你们立约，凡有血有肉的，不再被洪水灭绝，也不再有洪水毁坏大地了。」

神说：「我与你们，并你们这里的各样生物所立的永约是有记号的。我把虹放在云彩中，这就可以作我与地立约的记号了。我使云彩盖地的时候，必有虹现在云彩中。我便記念我与你们，和各样有血有肉的生物所立的约，水就不泛滥，毁坏一切有血有肉的生物了。虹必现在云彩中，我看见，就要記念我与地上各样有血有肉的生物所立的永约。」

——《圣经·创世记》9:8-17



几句感谢的话

感谢多伦多中国移民紧急援助基金的全力支持，和给予我极大的自由度决定我的工作和方向，更感谢基金赞助此书的出版。感谢队友张思怡协助统筹出版。

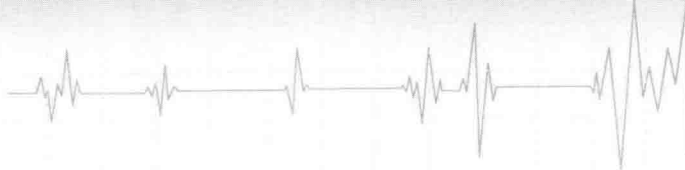
感谢素未谋面的张曼音、刘海峰和张颂恩拔刀相助编辑和校对。

谨向陕西省妇女联合会党改叶主任表达无限感谢和敬意。她统筹我们在陕西的工作，陪同我们走完陕西全程路，任劳任怨，劳苦功高。向我们所接触到，守在抗震救灾第一线的教师、医护人员和基层干部表示由衷敬意。地震发生迄今，他们都承受了超负荷的工作压力，和他们相比，我们的付出实在微不足道。希望我们所尽的一点点绵力，分担了你们一点点的重担。

我愿衷心感谢好友薛莉。她要在厦门招兵买马，组织和培训心理援助队，付出远远比我多。我愿感谢她对我的宽容和欣赏。

感谢多年好友古洁明，她本是无心插柳，却促成了我和薛莉的合作。

感谢众多在大后方用祈祷支持我的朋友。



感谢天父。祂呼召我们奔赴灾区，「用言语扶助疲乏的人」。天父应允我们：「你们不要害怕，因为我救赎了你们。我曾提你们的名召你们，你们是属于我的。你们从水中经过，我必与你们同在，你们经过江河，水必不漫过你们；你们从火中行过，必不被烧，火焰也不着在你们身上。因为我是耶和华，你们的神。」《圣经·以赛亚书》50:4-5，43:1-3

这一程路，我们转战千里，从轻灾区一直深入到重灾区，接触了逾1500人，当中有医护人员和护士学生，教师和中小学生，基层干部、农民、基督教三自爱国教会，以及一支防疫监察队。我们遇到过朗朗晴天，万里无云；也遇过阴天，小雨、大雨，三天三夜的暴雨，大水泛滥，山体大面积滑坡，所幸一直平安无事。天父的话没有落空，祂果然为我们行了又大又难的事。

感谢我的父亲和母亲。他们教我说中国话，写中国字，吃中国饭；他们给了我一颗爱中国的心，使我到中国时不至于遇到太大的文化冲突。他们曾遭受极大打击，因政治原因，一夜之间生活一落千丈，变得一无所有。但是，他们从没有失去道德、仁慈、勇气和幽默感。他们面对苦难时的宽容大度，使我懂得怎样面对苦难，和与受苦的人同行。父母无尽的爱，是我一生的力量。

谨以此书记念两老。

余滿華

2008年11月30日，写于多伦多

目 录



02 几句感谢的话

启航:多伦多

- 08 我心哭泣
- 13 彩虹行动 (薛莉)

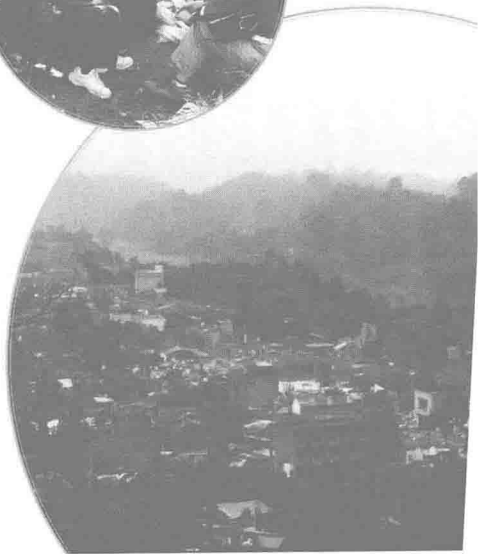
第一站:陕西

- 16 跃马中原
- 18 万里相聚
- 19 一切随缘
- 22 钢铁是这样炼成的
- 30 二块大石
- 33 妈妈的歌
- 35 搬家
- 39 歌中之歌
- 48 弯弯的月儿小小的船
- 53 路边的野花
- 54 坐起看云时
- 57 胡桃、老爷爷、老奶奶
- 61 螳螂回家了
- 63 亲爱的镇妇联干部
- 67 留下当我们的老师吧
- 71 5.2级余震的体验



第二站:四川

- 76 剑门蜀道
- 79 狂风暴雨
- 83 天上最明亮的星星
- 86 我现在都还害怕 (薛莉)
- 89 累了
- 92 狂风暴雨过后
- 95 白鹿镇
- 100 白云深处有人家
- 103 他乡遇故人
- 108 鸡鸭对话
- 111 孩子的画和话
- 114 小捣蛋 (薛莉)
- 118 蔡大姐 (薛莉)
- 124 那金黄的南瓜 (薛莉)
- 127 惟有泪千行
- 133 管闲事
- 137 哑巴婆婆 (蔡大姐)
- 138 老妈妈与小黄狗
- 142 北川印象
- 148 十月, 四川 (黄凤玲)
- 151 大地在哭泣, 大山在哭泣
- 157 她是我的守护天使 (薛莉)
- 161 落日故人情



- 166 明明白白我的心
172 魂归来兮
177 邂逅李白
182 蔡牧师
185 「我是心理医生」



归航:多伦多/厦门

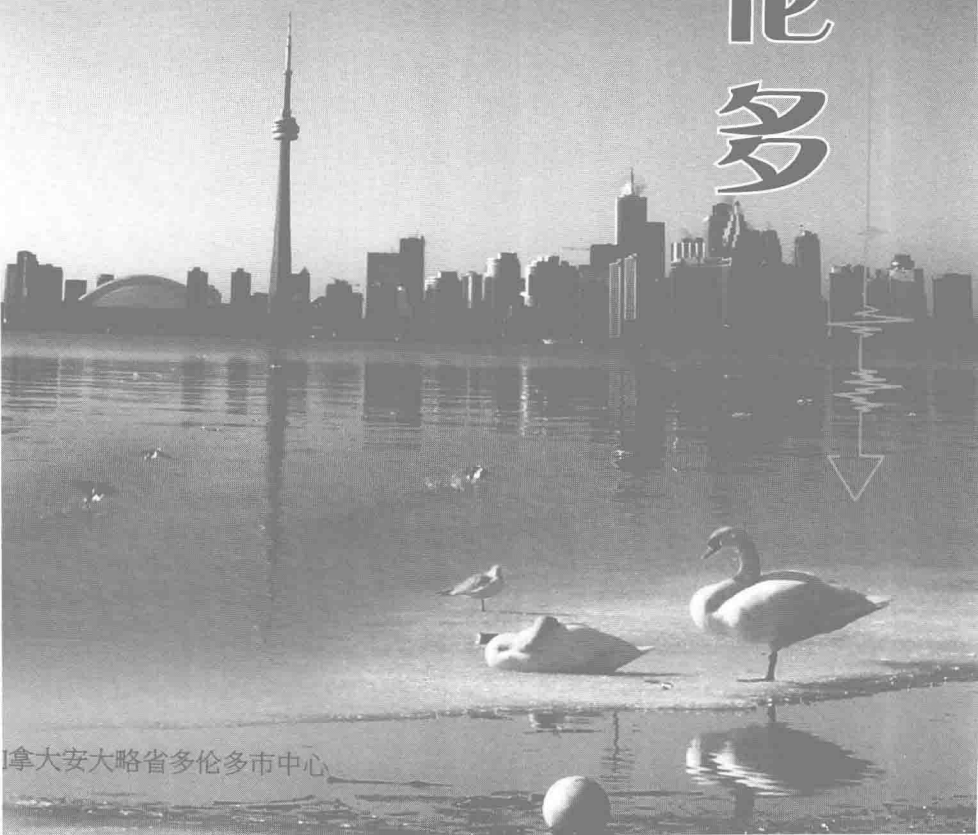
- 192 衣带渐宽终不悔
193 只要有种子存活 (康荔)
195 永生难忘的13天 (韦炜)
196 云端彩虹, 再现爱与生命的美丽 (林颖)

阳光大道:广东

- 200 回首往事
201 思想工作
211 黄线内, 黄线外
220 一双袜子
227 心灵驿站
231 你的心理不正常
244 心灵之窗
258 面子! 面子!
264 后记: 「我的恩典够你用」



启航： 多伦 多



拿大安大略省多伦多市中心

我心哭泣

2008年5月12日，中国四川省中部的龙门山脉发生里氏8级地震，震央位于汶川县映秀镇，南起都江堰，北至广元县青川镇，长约400公里，宽约70公里的广大地区受到严重破坏。

据《人民日报》9月4日消息报导，国家汶川地震专家委员会副主任，北京师范大学常务副校长史培军，于国务院新闻办公室举行新闻发布会上表示，5·12地震直接受难人数为69,197，失踪人数18,341，直接经济损失高达¥84,514亿。

地震发生后，中央电视台破天荒全方位报道灾情。翌日更提出了「灾后心理治疗」概念，再三强调要注意灾民的心理状况。

与此同时，包括加拿大、英国、美国、澳洲、捷克等，多国的救援队纷纷提出救援申请。三天后，终于有日本搜援队第一个获准进入灾区，随后又陆续有俄罗斯、韩国、新加坡、香港、台湾等，七支共281人的外国搜救队获准入境协助救援工作。

6月8日，国务院总理温家宝签署公布《汶川地震灾后恢复重建条例》。《条例》共9章80条，分为总则、过渡性安置、调查评估、恢复重建的实施、资金筹集与政策扶持、监督管理、法律责任等。《条例》规定，地震灾区的各级人民政府应当做好受灾民众的心理援助工