

簡介

嚴克博士(Dr. Beverly K. Yahnke)

當人的神智與靈魂穿越臨床憂鬱症的陰森景觀，這種探險會挑戰信心、盼望、生命的本身。

太多立意良好的基督徒都被灌輸一種信念，就是信心堅強的人絕不會憂鬱。有些人相信只要憑藉洗禮，就與神智與情緒的危險絕緣。另有些人不客氣地咬耳朵說，把憂慮卸給主的人不會變成疾病的掠物。這使受害者在情緒上孤立、絕望、把自殺當避難所與安慰----因為自殺是確實可以停止無盡痛苦的方法。

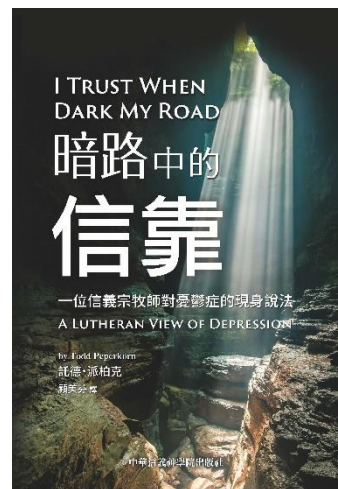
雖然基督徒願意承認疾病與悲劇也會臨到上帝的兒女，但許多人卻不仁慈，並未把憂鬱症的特徵視為合法的、生理的疾病。悲哀的是臨床上的憂鬱症常被誤解為品格瑕疵、意志缺乏、或信心不足。有些人從旁邊瞄一眼，搖搖頭，難過地認為這種憂鬱者就是不選擇「從中振作」，或就是不選擇「忍下去」，並繼續好好過日子、做該做的事。

這種說法太天真，或忽視了在其中打轉的病人。真正的臨床憂鬱症不只是「心情鬱悶」，或遇到工作不順的壞日子，在新一天的黎明心情就會復原。憂鬱悄悄爬入一個人生命中的每個毛孔，掠奪本來的美善與一般人擁有的盼望、喜樂、愛。憂鬱症名副其實似乎就是經常很陰險地放掉生命氣球的氫氣，直到靈魂喪失了基本日常生活要求的任何容量或慾望。筋疲力盡與士氣低落，取代了活力充沛與富生產力。憂鬱的靈魂退縮到自己作的繭中，孤立自己，遠離人所亟需且渴望的愛與互動。在憂鬱的真空中，沒有精力做任何事，沒有能力思考或閱讀，沒有任何事可引起歡笑。憂鬱必定是地獄在地上最親的堂兄弟，因為靈魂在受苦中經常感到絕望，與上帝隔離。

我們這些從未受憂鬱之苦的人，絕對會驚嚇地發現，在我們個別所接觸的與專業圈子內，有這麼多人是精神疾病的受害者。在傳統估計上這種疾病的普遍，令人吃驚：女性中的四分之一，在一生當中至少會有一段時間憂鬱，男性則是八分之一。最糟糕的消息是，將近三分之二憂鬱症者沒有接受必要的治療，要不就是因他們已經習慣這種感受，要不就是因這種障礙自感羞恥，就不尋求治療。還有些人持續受苦是因為在某種哲學層面上，他們討厭承認任何軟弱。

結果，很少有人下到憂鬱症的無底洞，記載第一手的資料。對那些曾經走過這段旅程、又因上帝恩典恢復健康的人來說，他們經常有很大的羞恥感或恐懼感，害怕別人得知他們曾被診斷有這方面的疾病與殘障。通常這種恐懼很合理，因為別人會誤解他們的病，用一種傷害人身或損害專業的方式論斷他們。很少有人認為憂鬱症是轉化生命的經驗，可從中提煉祝福、智慧、服事的熱情。

這就是為什麼託德·派柏克(Todd Peperkorn)牧師的自傳，是一份給我們的禮物，特別是我們這些上帝用血買贖的兒女。派柏克(Peperkorn)是美國密蘇里總會中的一位路德會牧師，他給了我們特權，可以深入觀察被精神疾病掌握的基督徒之心、智、靈。我們會有一點不安去想像一位路德會牧師，被呼召傳揚上帝的聖道、忠心地執行聖禮，而遭遇這種受苦的命運。他挑戰了我們所有的論點。在他的故事中，我們看見一位聰明的、表達明確有力的人，在上帝所賜的光中服事教會與教區。我們看得出他熱心服事、愛家人、愛信徒。我們觀察到他年紀輕輕就很成功，並樂在其中，我們知道上帝會大大使用他。所以我們實在震驚地見證了派柏克(Peperkorn)的描述：他如何從教區、教會計畫、他的會友、家人、朋友中流失出去。我們深感痛心，不敢想像任何疾病會變成如此的災難，將上帝自己的僕人帶入永續的迷霧中，有結束自己生命的念頭。



派柏克(Peperkorn)邀請我們進入一個憂鬱的、卻依舊倚賴上帝恩典的基督徒世界。我們與他同行，先經過他早期的官能障礙，再到他在專業上癱瘓、被診斷、因殘障而離開教區。他的旅程教育了我們所有人關於臨床憂鬱症的各種事實。他不帶尷尬地討論他進入醫治的費力過程，和其中的艱辛、治療、服藥的抉擇、個人的掙扎。

派柏克(Peperkorn)的故事也對我們如何過生活，提供了鑒戒與忠告，促使我們想知道是否我們在努力工作與多層責任的瘋狂纏累中，也有可能屈服。我們受邀重新檢視我們的時間分配，重新評估我們是否將足夠的珍貴分秒投注在自己身為配偶、父母、兒女的天職上，或我們是否採取滿懷工作計畫，取代了愛與生命。本書特別是一本給弟兄們、教牧人員的禮物，使他們可以思考自己的生命，對精神疾病的想法，以及對受此痛苦者提供的靈性關顧。

最後，我們清楚看到穿戴神職人員的聖帶，並不阻止憂鬱。事實上，我們很想知道，神職人員被要求服事這麼多人，做這麼多事，是否就更容易遭此疾病。因此，這個主日早上，當我們聚會後與牧師打招呼時，也許我們應該用禱告包覆他和他的家人，求上帝裝備他可以一切被呼召去做的，包覆他在上帝的恩典與保守中。我們也許可用各種方式更新努力，來支持牧師與他在我們當中的服事。