

《圣辅家书问与答 35》为何上帝允许我得抑郁症？

（之一）抑郁症之心声

问：多年前我得了抑郁症，好不容易我才好了。现在我有稳定婚姻生活，也到教会。教会要我们顺服信靠耶稣，把耶稣放第一，我就偏不服。神为何让我得抑郁症？还要我什么都顺服祂，我就偏不。大家都嫌弃我，不喜欢我。这样公平吗？

问：我们教会有人得抑郁症，他家人把他送到医院，后来就一直在吃抑郁症的药。我们怎么辅导他和他的家人呢？

答：早期抑郁症被认为是心理问题，后来医药业兴起，“百忧解”问世，一夕之间，抑郁症似乎有了药物可以医治，精神疾病学界也似乎成为抑郁症的专家，后来各种改善“百忧解”副作用之药物也问世，直到如今，没有所谓绝对有效的抗抑郁症药物。目前西方社会比较流行的观点就是抑郁症是精神疾病，需要药物治疗，也需要心理治疗。这种流行观点支配了今日精神疾病学家和心理学家，因此医院里的精神病医师在听了当事人或其亲友描述，或有些精神病医师则让当事人做一些抑郁症的测试之后，就诊断当事人是轻度、中度或重度抑郁症，并开出各种抗抑郁症的药物。

药物界、心理学界和精神疾病学界的铁三角联盟，几乎淹没基督教界。基督徒虽然不属于这个世界，但仍在这个世界里，受此学说理论影响颇大；许多关心人类痛苦的基督徒投身心理学与精神疾病学领域，为的是想帮助这些痛苦者走出来。他们坚持“普遍恩典”及“普遍之光”也是源自圣经中所启示的三一真神；但却忽略堕落人类无神或自然神论的预设立场会支配各种自然科学背后的人论，例如：人是从哪里来、往何处去、今生的存在意义及价值，人的本质是什么、以及各种精神、心理、身体病症之根源与治疗等等。这就形成今日世俗人类学说支配了基督徒精神疾病医师及心理医生对人类、甚至基督徒的心理、精神、身体等等的看诊。这些基督徒大师并非有意抵挡真神，他们只是没有机会接受全备的神学装备、还不够“尽心、尽性、尽意、尽力”地委身三一真神、不能完全接受耶稣基督十字架救恩已经成了，以及偏颇的身心疾病观点。（读者若有兴趣，可以参考圣经辅导学系列课程及指定阅读书籍）。这些基督徒大师是认真观察人类挣扎的现象，也是想要尽快减轻或挪除人类的痛苦，但他们建构人心的理论是与圣经有所冲突。上帝对所谓抑郁症者之心也发出了祂的看法，我们若真想解除人类痛苦挣扎，就必须与三一真神同工，唯独神是爱，天上地下也没有赐下别的名来拯救抑郁症及全人类。如果我们把根基在无神论或自然神论所发展出来的治疗理论与圣经的话融合，我们实在不是真正是爱人，也不是与耶稣基督同工，更不是用圣经之道来与世人互动了。

约十年前有某位医师写了一篇《基督徒可能患抑郁症吗？》刊登于基督教刊物《举目》，这一两年他将自己观点印成一本小册，在中国北京免费发送，他认为抑郁症确实是疾病，是脑细胞之间的传递出了问题，特别是脑介（脑神经传导物质）失调。但他也同意所有的疾病都是由于环境和基因互动而生，“但仍不是说抑郁症是他们个人犯罪的直接后果。”最近他又在《举目》期刊里重述他对抑郁症的看法。他提出解决抑郁问题有三：药物、心理治疗与亲友扶助。由于他是位基督徒，又是医师，很多信徒接受他的观点，然而也有人对此提出驳斥。有兴趣的读者可以参考加州张逸萍博士及北京麦克牧师的文章。

圣经又是如何看抑郁症呢？我们是否有一个名词可以取代“抑郁症”呢？圣经辅导学大师爱德华·韦尔契(Ed Welch)及大卫·鲍力生(David Powlison)等人提出令我们基督徒对抑郁症的深思方向：以利亚症候群。当代所有对抑郁症提出药物及心理治疗等等观点的精神疾病医师或基督徒精神疾病医师，都蒙了普遍恩典的光照。那普遍恩典之光照在他们身上，他们好像贴近了永恒真理之光，然而他们反射永恒之光却是如此微弱，只观察到了表像，尽管他们专业训练及专业术语是多么复杂精密，却仍然未能触摸到抑郁症的核心。

读者提到自己得抑郁症或教会有人得了抑郁症，但并未告知“为何”。倘若读者妳能够诚实面对自己，妳会发现自己**当时心里是说了很多东西**。认识“抑郁症患者”心声是很重要的，我们要帮助所谓抑郁症者走出心灵幽谷，就必须认识“抑郁症”。他们虽然没有明言，但他们有这些心声：

1. 「我很害怕。」
2. 「我很内疚」「我很羞愧」
3. 「我失去了什么？」
4. 「我要某些事物。」
5. 「我生气。」
6. 「我必须避掉这个。」
7. 「我很倒霉。」
8. 「我没有希望。」

(待续)