

《圣辅家书问与答 37》 为何上帝允许我得抑郁症？

（之三）抑郁究竟指向什么？

当我们开始去倾听当事人的生命，他们都面临一些处境，而那些情境乃是与抑郁有关连的。但当将情境与抑郁连接起来，并未使我们对忧郁症有一个完整的认识，因为抑郁的背后，十分复杂。概括而言，抑郁指向我们——过去——现在——未来的故事、抑郁指向我们文化之处境、抑郁指向我们的心。

1. 抑郁指向我们——过去——现在——未来的故事

当事人的过去，常常有很多问题被压抑或忽略，因着人类始祖老亚当带给全人类的败坏罪性，当事人的思想、情感、意志、良知是非标准等等隐藏诸多抵挡神的東西。当这些过去的问题面临现今某个处境而纠缠在一起，超过当事人现今所能够负荷时，当事人就很容易抑郁。我们每个今天，都是无数个昨天所累积的，我们又将每个今天带入到明天，如果今天我们没有选择信靠基督的救赎恩典，随着时间的累积，当我们身体达到精疲力竭之时，抑郁是可以预期的必然结果。

2. 抑郁指向我们文化之处境

今日文化是**做决定的文化**，每分钟都在做各种决定。某些小决定，诸如三餐吃什么，后果影响不大。但某些决定，诸如大学就读什么专业、毕业后选什么工作、应该选的配偶是谁等等，影响很大，因此令人犹豫不决，甚至害怕做决定而逃避。

今日文化是**个人的文化**。个人被放大高过群体，当个人被过度强调时，个人的自我中心达到顶点，得不到自己要的好处，便怨怪他人。当事人振振有辞坚持旁人满足他的需要，无法接受事情不顺其意，就容易陷入抑郁。

今日文化是**自我放纵的文化**。放纵到最后，当事人没有责任意识，完全随己意行事。

今日文化是**“快乐是至善”的文化**，任何痛苦都被认为是没有意义且必须被避免。年轻世代是越来越追求快乐的感受，也越来越经不起失意的痛苦打击。

今日文化是**娱乐和无聊的文化**，人们追求肉体感官的娱乐享受，内心充满吵杂，深怕无聊。心灵的肤浅，无法安静下来，人们容易烦恼焦躁，面临重大事情时，容易崩溃。

3. 抑郁指向我们的心

我们被观察到的言行举止，都是外在的行动作为，显明了我们的思想和感受。那些思想情绪的背后，藏有我们的欲望和动机。这些隐而未现的欲望动机，是当事人不太自知或无法

立即觉察到的，然而它们表明了我们的灵性效忠的对象。我们若不是效忠于创造宇宙万有的独一真神，就是效忠魔鬼撒但和自己的需要。

我们的心，自然倾向于什么呢？

- ◆ 我们的心是骄傲的。
- ◆ 我们贪求独立自主。
- ◆ 我们要放纵、满足我们的欲望
- ◆ 我们的心说：「我要！我还要！我现在就要！」
- ◆ 我们的心经历来自父母、配偶、朋友的伤害、被拒绝。
- ◆ 我们的心感受到爱的需要。