

《圣辅家书问与答 43》为何上帝允许我得抑郁症？

（之九）成为认识抑郁之心专家

耶和华神对蛇说：“你既做了这事，就必受咒诅，比一切的牲畜野兽更甚！你必用肚子行走，终身吃土。我又要叫你和女人彼此为仇；你的后裔和女人的后裔也彼此为仇。女人的后裔要伤你的头；你要伤他的脚跟。”又对女人说：“我必多多加增你怀孕的苦楚，你生产儿女必多受苦楚。你必恋慕你丈夫，你丈夫必管辖你。”又对亚当说：“你既听从妻子的话，吃了我所吩咐你不可吃的那树上的果子，地必为你的缘故受咒诅。你必终身劳苦，才能从地里得吃的。地必给你长出荆棘和蒺藜来，你也要吃田间的菜蔬。你必汗流满面才得糊口，直到你归了土，因为你是从土而出的。你本是尘土，仍要归于尘土。”（创 3:14-19）

前文提及**抑郁者是参与了属灵争战**（但自己无力或无法争战），这是大多数在日光之下被**诊断或贴标签为精神疾病者所欠缺的认知**。自人类始祖亚当在伊甸园里听从撒但欺哄而选择不顺服造物主耶和华真神，神就宣告了福音：女人的后裔（基督与信服跟随耶稣基督的人）必与撒但及其后裔（指不信耶稣是基督——弥赛亚——救世主，跟随世界者，而世界是服在那恶者撒但的手下）彼此为仇。这一场基督与撒但之争战在伊甸园展开了序幕，随着历史发展，因着基督道成肉身来到世间；受死，埋葬；降在阴间；第三天从死里复活；升天；胜利已定！将来基督必要再来，审判活人死人。世界末日撒但及其跟随者必被扔在火湖里永远受苦，然而信基督者必要在新天新地与三一真神永远同在。

因此信徒已经是置身于此胜利行列里，今生处于进展成圣的过程，就必须选择不断信服耶稣基督。撒但不会罢休，就是要不断在信徒耳边耳语欺哄，使信徒心灵瘫痪，导致身体软弱，至终无法成为基督精兵，反而使神的教会里充满耗尽人力物力精力的伤兵。这场属灵争战，要到基督再来才会完全结束。信徒唯有时时刻刻怀抱正确末世观，穿戴全副军装继续跟随得胜元帅，而非选择自战场上逃脱，因为落单的逃兵早晚会成为敌人的俘虏。

我们要将落入吼叫狮子口里的同伴抢救回来，并非易事。因此**我们心里要有基督的爱与圣经真道兵器在左在右，倚靠圣灵大能，尽力抵挡魔鬼，敌人必从我们面前逃跑**。但帮助抑郁者也非难事，经过一些训练，我们也能够帮助他们一起争战。**首先，我们要成为“心”的专家**，认识抑郁情绪就像所有的感觉，是一种语言，有其历史，说出当事人的内心所隐藏的故事。那么，人心如何被识透呢？人心具有知、情、意的功能。知性方面（智力、心思、理性、认知）具有思想、计划、判断、分辨的功能；情性方面（感情、情绪、心情、情爱）具有渴望、欲望、剧烈反应、想象、感受的功能；意性方面（意志、决断力、自主）则有选择、行动、作为的功能。

抑郁指向一个人的心。当事人的心如同一座巨大冰山深藏在海洋中，借着言行举止的行动作为而显露出冰山一角（表层、第一层），是我们眼目耳朵感官可以直接接触到的部分。

当我们经由时间与对方互动时，就可以明白当事人行动作为背后的思想和感受（深入第二层）。借着某些问题的提问（参考《圣经辅导方法论》课程以及《改变生命改变心》一书），当事人的行动作为（表层）其实是有内心自觉或不自觉的想象、欲望和动机（深入第三层）。心理学或精神病学的专家或许能够进到当事人心灵第三层次，然而他们对于所搜集到的讯息之解释，若不能根据圣经教义来解释，就无法触及人心最深底层（第四层），就会像瞎子领瞎子，双方必将掉入坑里（太 15:14）。

箴言书 20:5 说：“人心怀藏谋略，好像深水，惟明哲人才能汲引出来。”哥林多前书 2:15 说到“属灵的人能看透万事。”坚持圣经辅导，并经过圣辅训练的人，习练通达地向抑郁者提问各种问题，就能帮助当事人认识并汲引出其心底层——那就是抑郁者的灵性效忠对象到底是谁。当事人因着欲望不得满足而生出痛苦，到一种程度，身体无法承受，于是身体显明出各种生理问题（请参照本专题前文“六”）。我们固然要帮助当事人处理其生理的痛苦，但却不可忽略其心灵问题，如此才能从“心”着手，彻底断绝当事人心智上痛苦之根。