



## 10年③患情緒病

# 重生心靈 知天命

無論你是富有或貧窮、聰明還是愚蠢，有些事情是不論什麼背景的人也可能會遇上的。情緒病就是其中之一。這個病可以一夜之間把人生完全顛倒過來，然而柳暗花明，病重之中，卻可讓人得著一份本來被輕看的瑰寶。

撰文：Sam | 版面設計：王婉薇 | 照片由受訪者提供



Ken (杜結威)

或許作為上市公司管理層，杜結威 (Ken) 深明深藏不露，喜惡不形於色的重要性。「師傅教落，忙碌都不要讓旁人知道，方能遊刃有餘，才有升職可能。」或許因為他的父親在他年幼時已經過世，造就他這般性格，結果他自20歲出身以來，不斷自強晚間進修，在1991年28歲時考獲會計師專業資格，30多歲就成為一家大企業的財務總監，10年後以40多歲之齡，已經晉身上市公司執行董事之列，同時亦成為香港會計師公會及英國特許公認會計師公會資深會員。

「我當時一個人管理8個部門，其實壓力大到不得了，卻連太太都不知道。」Ken的潛藏性格，讓他不要不把工作帶回家，他甚至在家中與太太有不同意見時，也會選擇默不作聲。因此，Ken自言自己信主前沒有多少朋友。「太太常對我說：全世界的人都死掉，你仍可以生存。」

### 吃得苦中苦 卻惹情緒病

吃得苦，換來事業上的成就，Ken雖然得到心目中的美好生活，不過也為他後來的情緒病埋下伏筆。50歲的Ken轉職到一間紡織業務上市公司擔任首席財務總監。不過，在他剛上任第二星期的一個早晨，他竟然不想起床，身體發冷又發熱，原來當時Ken因為腦內分泌出問題，令他一個月內暴瘦了20磅，這個病同時令他不能忍受噪音，甚至電視的聲音也可困擾他。不願起床其實就是數十年來的工作壓力，從未處理過而堆積起來，形成「burn-out」（疲勞過度）的生理和心理狀況，同時發現他有嚴重的焦慮症。

他唯有請病假，而且一請就兩個月。

「家庭和公司都需要我，但那時候的我什麼也做不到，生活要人照顧，不知自己還可怎樣面對別人，不明白自己為何會得到這個病，感覺很無用，自我價值跌到了谷底。」對於一個事事都要可管可控的工作狂，不明不白地不能工作，甚至連照料自己也做不到，著實是上天對他的一個大玩笑。

然而，生命的轉場，就在他病發一個月後發生。

### 人的盡頭是神的起頭

那時他的身體狀況還很弱，心理還停在burn-out的狀態，待在家中休息的日子，他的太太就給他一本書，作者是一位基督徒心理醫生。「那本書寫了一句：為過去而憂慮的，是愚蠢；為現在憂慮的，卻是無事可做，因為事已過去；為未來而憂慮的，是傻，因為神已為未來預備。」

讀到這裡，Ken忽然開竅，覺得聖靈似在呼喚他，令他有決志信耶穌的感動。事實上，在這之前，他的太太已經向他傳了福音10年，「但直至得了情緒病，才讓人變得謙卑。」因著信仰，Ken的病情得到神速的改善，只需兩個多月就可以恢復工作，就連醫生都感覺實在快得出奇。而他在病假期間有更多時間返教會的聖經班，從而洗滌心靈，令他從過去的壓力和扭曲了的價值觀中得釋放。

### 歷神恩 心態盡改

更重要的，是他的價值觀也因著這個病而完全改變了。以前，對於不幸的人，他會認為是因果關係，因此對不公平的事只能自求多福，也因此他曾相信，只有性格軟弱的人，才會返教會。

不過，經歷不能自控的情緒病，體會到自己竟然有一天會軟弱到一個從未想像過的地步之後，Ken在信仰中覺悟，人是靠不住的，有限制的。「我感覺聖靈以輕聲對我說，只有信耶穌，人生才有出路。」

他自言，自從信耶穌後，不單整個人變得溫柔，也開始會唱詩歌會祈禱，也會與別人分享，不再像以前般冷酷和寡言，「笑容也比以前多了！」

工作上，Ken的改變更是明顯。「以前的我雖然不會罵人，但我會記在心。」信主後，面對同事的困難，他變得有同理心，會思考如何能夠幫助他們。

### 重病再襲 重建人生

信仰雖然令Ken脫離了情緒病的傷害，但不等於他終身免疫。3年後的2016年，當時Ken負責一個很具挑戰性的大計劃，壓力巨大，可是他的母親因腳和脊椎痛症而要

遷移接受治療，而與母親同住的哥哥又出現情緒問題。

那時候，Ken的情緒病本已受控，連藥也停了，他就逐漸遠離了神，他就嘗試以自己的方式，為媽媽張羅各式治療方案，加上工作壓力，令情緒病再次來襲。

「當時我變得不想起床，體重暴跌，唯有重新服藥。但服食了4個月都完全沒有果效，那時我日復一日祈禱求神醫治，擔心會不會要一世服藥？神是不是不理我了？」

結果Ken選擇放手讓神安排，奇妙地神讓媽媽的痛症得到舒緩，而他自己的情緒病復發，原來是神的心意，不單要他重拾信仰，更要幫他的心靈「刮骨療毒」。當時神藉一位他本來無預期見面的基督徒心理學家，為他的心靈進行了一次全面的治療，更讓他回憶年幼時亡父之痛，藉此治療當中的心靈創傷，還讓他重新開始運動，重拾年少時喜愛的球類運動。「我的手機現在有一個『羽毛球乒乓球高手交流群組』呢！」

### 重新檢視生命 穩迎三度復發

今日，他自言對神的信靠增加了，因為他深明人的有限和神的無限。「我現在完成一件工作，就會把它（的結果）交託神，自己的心靈就變得輕省了。」Ken改變了生活模式，令他準備好面對第三次復發，就在2021年。

令他復發的，是當時他飼養的其中一隻老貓病倒，最終撒手人寰。可幸的是，Ken這次的病徵雖然和以前一樣。靠著禱告和見教會的一位精神科醫生弟兄，他知道神會醫治，於是沒有太多擔心，也不用再找什麼醫治方法，只是再向他的公司主席請兩個月病假而已。

那段時間他早上都在唱詩、祈禱、聽詩歌中渡過，兩個月後已可回復正常工作了。

### 十年病患 全是恩典

10年病發過3次，回首他認為全是恩典，讓他謙卑下來，接受耶穌，重建健康人生，也變得有同理心。「現在我很有安全感，因為我懂得分辨眼前的事和永恆恩典。錢對我來說不再重要，我也不用為錢而擔憂。」

那他會擔心第4次復發嗎？「神要我復發就復發吧。」多豁達。

《新約聖經·羅馬書》5章3-5節中道：「不但如此，就是在患難中也是歡歡喜喜的，因為知道患難生忍耐，忍耐生老練，老練生盼望，盼望不至於落空，因為神的愛，已藉著所賜給我們的聖靈，澆灌在我們心裏。」這段經文是Ken最有深刻體會的，因為他今天生命所存的盼望，從容面對苦難人生的老練心境，就是在10年前開始的患難中，一路走來學會的。



Ken 受浸



Ken 團契旅行



Ken 夫婦合照



Ken 參與羽毛球小組