



行過死蔭的幽谷

文／南港教會 羅心貝

在我認識主耶穌的那一天起，
我活下來的每一天，
便是神賞賜給我的恩典。



信仰專欄
蒙恩見證

哈利路亞，奉主耶穌聖名作見證：

從小生長在傳統民間信仰之下的我，對於拜神這件事，秉持著一顆虔誠的心，無論佛、道教的任何一尊神明，甚至路邊的大樹公或石頭公，我都不敢輕忽，只要聽說哪間寺廟香火鼎盛，我必造訪！記得有一回還特地搭火車，不辭辛勞地從台北到苗栗的某間廟宇拜拜，只為了吃一碗福壽麵、取一瓶佛水喝，來保平安。

當我進入社會，在工作上一直不順遂，卻愈發想從宗教中求得力量，期盼在心靈裡有個倚靠。於是，二十歲那年，便選了所謂的良辰吉時（佛祖誕辰日），於台北的善導寺皈依佛門，成為未剃髮的在家修行者，舉凡各類佛經皆有接觸、誦讀過，卻從未明白讀那些經文的意義何在？頭一次參加佛堂師父的講道課，對於這些佛經道理的解釋，究竟能讓我獲得什麼？我沒有得到一些些的感動，只是邊聽邊打起瞌睡，心想再也不參加了。當時的我，只是盲從罷了。

隔了幾年後，經由一位同事介紹，得知公司附近有間很靈驗的土地公廟，只要是我心所想、所願的，我都向這位神明傾吐；甚至還利用上班的午休時間，常常騎著機車到那廟裡拈香跪拜，不論求事業、求健康，就連兩個孩子陸續出生，我都會抱著他們去向土地公感謝還願。若問我在這份信仰上得到了什麼？可悲的答案是「沒有」，不僅沒有，還讓我覺得更亂……。

就在我婚後懷孕期間，便辭掉了工作，要專心做個全職媽媽，即將展開另一個人生階段的我，對新生命的來臨充滿期待和喜悅，妊娠期間我還為了重視胎教，特地選些佛教音樂給肚子裡的寶寶聽，以為這樣做能讓孩子乖一點，只是事與願違，頭一胎生下的女兒，脾氣有夠差！日也哭、夜也哭，讓我在坐月子時，無法好好調養身體，再加上剖腹產身體非常虛弱，有時還會眩暈，就要趕快就醫，心中便暗自發誓：「絕不再生第二胎！」

好不容易把女兒的睡眠，調到可以一覺到天亮，半夜不會再起來吵鬧，我也跟著她天天都能睡好覺，漸漸地在育兒生活上比較有經驗了，但是我所不願意的竟臨到我身！就是我懷了第二胎，「墮胎」的念頭湧進我的心裡，但外子他不能體會生產和育子的辛苦，早我一步把這件事情告知婆婆，好讓我不去墮胎，唉！身為媳婦豈敢違抗長輩的意思……，既然婆婆都出面勸阻了，我只好接受生下第二胎。

同樣的疲憊、同樣的虛弱，依然在第二胎坐月子期間發生，每到晚上得起床泡牛奶、哄孩子，常累得我直接倚在嬰兒床邊的欄杆上趴睡，小兒子出生的時候，正值寒冷的冬季，低溫皆在十度左右，由於不忍讓襁褓中的嬰孩受寒，有三個月的日子，我和寶寶幾乎足不出戶，在某一天裡，發覺自己的胸口隱隱作痛，便告訴先生等他下班回到家，我想要出門透透氣，在漆黑的夜裡獨自散步著，覺得我的心情更加沉悶，快樂不起

來，我還是比較喜歡白天散步，讓陽光照射在我身上溫暖又健康，我對生活上的不滿意，讓我的心情一直低落……，我好像掉進深淵裡，快要喘不過氣來了……

後來我和先生商量把三個月大的兒子，暫時交由婆婆代為照顧，大女兒則從婆家回到我身邊來，原以為卸下了育嬰重擔，恢復規律的生活作息，可以使我得到適度的鬆懈，但事實卻不是我所想的那樣，反而是在我不工作的時候，有一股莫名的恐懼包圍住我，我的心在痛苦中吶喊著，如同《聖經》所說：「我的心哪，你為何憂悶？為何在我裡面煩躁……」（詩四二5），內心矇上了一層鬱悶感，我看白天也猶如黑夜般黯淡，在精神耗弱之下，和先生時時起衝突，當時我不知道自己已受到邪靈的干擾。

在爭執的過程中，我為了宣洩情緒，常拿起了美工刀，毫不遲疑地往手腕上，一道又一道的劃破皮肉，滲出鮮血，當時先生一直覺得，我是個無理取鬧到極點的人！那時正是冬天，我穿長袖衣服，用它來隱藏我的傷痕，到了春天，換上短袖的上衣，那些手腕上的淺疤，也消退到原來的膚色，而揮之不去的痛苦，再度迫使我傷害自己，這回我選擇往大腿肉上割傷，把傷痕隱藏在裙子或長褲下，除了先生知情外，其他的人根本無從知道我的異樣。

數不清的傷疤，劃破、滲血、癒合，交織出不為人知的一面，直到有一天我累了，試圖找個平靜的一刻，對著先生娓娓道來，



我的極端，是被迫的，是無奈的，我也不明白為何會有這樣的情緒和舉動？就在先生的建議及堅持下，說服我尋求精神科醫師診斷，想當然爾，醫師最後肯定給我掛上一個憂鬱症的病名，開些抗憂鬱的藥讓我舒緩症狀，從醫學角度來看，這無疑是自律神經失調造成的，若是單純的肉體疾病，我相信藥物是可以達到某種療效的，但是，心靈若被幽暗世界所掌控了，豈能靠醫師以對「症」下藥來救我呢？

丟棄了藥物，就這樣日復一日，任憑那潛在身體裡的躁動，盡情滋長，突然有個莫名的意念，開始無止盡的鼓動起我，對我說：「去死吧！」正如《約伯記》第四章12-14節敘述的感受：「我暗暗地得了默示，我耳朵也聽其細微的聲音。在思念夜中異象之間，世人沉睡的時候，恐懼、戰兢臨到我身，使我百骨打戰。」內心常與這邪惡的聲音，不斷地爭戰，我也用極其微弱的意念，回應那股邪靈說：「我不想死，我真的不想死……」

每一天都在害怕中度過，只要到了日落，陽光漸漸散去，黑暗即迅速的籠罩我身，那伴隨而來的恐慌總令我不住地啜泣流淚。夜裡，當我上床躺下的那一刻起，胸口好似被重物壓得喘不過氣！持續著白日的恐懼感依然不離身，怎能讓我安然入眠呢？空洞且無奈的眼神裡，每晚都無意識地望著時鐘，數著短針越過下一點鐘，記憶中約在清晨4、5點左右，才能稍睡片刻。

面對著日以繼夜，不堪的心靈折磨，終究還是有戰敗的一天，我舉起了白旗不甘心地向這股邪靈投降，默默地開始計畫「牠」所要我去完成的任務——自殺，步入「牠」所掌管的死蔭之地，誰能救我脫離這難以對抗的力量啊！而過去我所敬拜的任何一位神明們，此刻在我心中卻成為不能說話、不能行走、無力降福予我的木頭偶像罷了！

死亡，一條很陌生的道路，充斥著孤獨、驚慌，及一片未知的空白世界；當我真正面臨時，不再相信過去的民間信仰認知，即人死去後，可以和過世的親人團聚那般輕鬆自在！約莫有一個月的時間裡，我腦中都是在評估各種自殺方式，諸如服安眠藥、割腕、上吊等等，只要是有一絲被救活機率的自殺方式，我就絕不考慮；那不斷催逼我「去死吧！」的聲音，愈來愈是強勁！感覺大概再被逼近一兩個星期之內，我就得結束生命了。

跳樓吧！選一棟住家附近最高的大樓，往下墜落，落到一個無底的幽谷裡，了結一切。這是最後的決定，但可悲的是我既然都向邪靈投降了，且也願意邁向自殺這條路，卻依舊不能讓我痛苦的心靈暫得舒緩……，每當那意念逼近我時，我還是很想求救、吶喊。在某個夜裡，正當我淚流滿面，無助地看著先生時，想起他是一個基督徒，我竟開口問他：「可不可以為我禱告？」我請先生呼求他的神來拯救我！



奇妙的事情發生了，原本夜夜難以入睡的我，聽著先生優美的靈言禱告聲，當他說了「阿們」結束禱告時，我便能闔眼一覺到天亮，連續一個星期左右，我都是在此狀況下入睡的，隔天清早起床，印象中除了先生的禱告聲外，不再有眼望時鐘，數羊過夜的記憶。解決了失眠的問題後，白天，在日落時，原本會莫名流淚的我，不再因懼怕而掉一滴眼淚，取而代之的是一顆平靜安穩的心，那種生命重獲自由的快樂，頓時佔滿我整個心房，甚似奇妙！

耶穌——這位大有能力的神啊！我從小到大都沒想過要來敬拜祢，而祢卻在我最危急的時刻，搭救我，憐憫我，在這奇異的恩典裡，證實祢是獨一的真神，唯一的救主，我一定要認識祢！心中隨即撇棄過去拜偶像的傳統信仰，因為「神使我躺臥在青草地上，領我在可安歇的水邊。神使我的靈魂甦醒，為自己的名引導我走義路。我雖然行過死蔭的幽谷，也不怕遭害，因為祢與我同在；祢的杖，祢的竿，都安慰我。」（詩二三2-4）

我在2005年5月開始到教會慕道，同年10月的秋季靈恩會，便與兩個孩子一起接受洗禮，在受洗過程中，有個特別的體驗與大家分享，就是當傳道的手按在我頭上，讓我的臉面朝下進入水中，準備接受洗禮時，我看見了異象；有一條閃著白色光芒的河，從我眼前一直向東邊流去。後來問了傳道，才知道這條河流，便是從聖所流出的聖水（參：結四七），主耶穌親自用聖水為我們施洗，感謝神的揀選！在我認識主耶穌的那一天起，我活下來的每一天，便是神賞賜給我的恩典。

願一切榮耀、頌讚，歸與天上的真神，
阿們！

