

完全變了個人是甚麼感覺？

陳熾鴻醫生

「我」是誰？是探討心靈與精神學的核心問題。「不是我」又可會是什麼感覺？

「完全變了個人是甚麼感覺？」

封面上這幾個字吸引了我的注目。設計師成功了，我把書買了下來，而且近乎一口氣的把它看完了。「我」是誰？是探討心靈與精神學的核心問題。「不是我」又可會是什麼感覺？我就是不可能放過這了解病人心態的機會！其實很多病人也多少經歷過這種變——這不像我，但是「我」這主體經驗仍是存在的，所以他才能說「這不像我」。也有些患上重性精神病的康復者在憶述病中的經驗時仍然相信他當時是真的受到監視或迫害，所以他還是不會認為他是「變了個人」！「完全變了個人」是甚麼感覺？應該是很古怪的吧！我便從這好奇心出發。

揭開「作者的話」一頁（第 13-14 頁），她談到病中很多經驗都是模模糊糊的，但是作為訓練有素的記者，她透過『數百場訪談；數千頁的醫療記錄；父親在這期間寫的日記…醫院攝影機在我住院時錄下的影像…來重建自己那段閃爍不明的過往』，『所以，』她說寫這本書的同時，『我也在尋找自己失落的過去。』這就更加吸引了！實在沒有幾多病人有此能力對發瘋中的自己可以有如此詳盡的整理！

這本書的題目是 Brain on Fire—My Months of Madness（譯本：我發瘋的那段日子——抗 N M D A 受體腦炎倖存者自傳，譯者：張瓊懿，「行路」出版社出版）。作者 Susannah Cahalan 患的是一種非常罕見的自體免疫性腦炎，病狀包括情緒及思覺的失調，但也有明顯的腦疾表徵如意識混亂、癲癇發作等，而最後的確診要靠大腦切片這侵入性的檢驗，治療上也用上了控制病徵的抗癲癇藥及精神科藥物，控制發炎的高劑量類固醇，及治療免疫系統的免疫球蛋白靜脈注射和血漿置換。她確是經歷了死裏逃生的一場硬仗！

正如頁底節錄的一個短評，這書的確「引人入勝」！但是，要尋找「完全變了個人是甚麼感覺？」的話，可就有點失望了。病中的感受當然地包括了恐懼、暴怒、迷罔、疑惑、憂慮、失望…等等，但我只能歸納這些為病人對她所認知的世界產生的感受，而不是「變成了另一個人的感覺」，我起初想這是因為在疾病的過程中，她也不知道自己變成了怎樣的一個人，又或許在經歷巨大壓力的當下，人的大腦運作只會聚焦於處理環境壓力而不能處理感受。不過，閱讀這書卻給了我另一個了解的角度！

以下節錄的一段是蘇珊娜在康復中的一個體會，是有關她男友的。（第 273-274 頁）

『他不僅對我不離不棄，還在我生命最大的難關給了我安全感，給了我活著的意義。我不知道問過他幾百次，為甚麼他要留下來，他給我答案總是一樣：「因為我愛妳，因為我想要留下來，因為我知道原來的妳還在。」不管我被破壞到多麼支離破碎，他的愛都足以讓他依舊見到藏在裡面的我。』

這反思讓我了解：原來她沒有真的變了另一個人！「裡面的我」沒有變。這也與我的經歷及觀察吻合。小時候的我好會找問題。我問自己「人變老了會有甚麼感覺？」看着爸爸，我想他不會有甚麼特別的感覺，因為他是一天天變老的，一天的轉變不會太大！我就安心了。現在我也在老去，也不覺得裡面的我有怎樣的改變。我們一點一滴地組織起的「自我感」藏在裡面，即使疾病破壞到多麼支離破碎，「我」還在！

這反思也讓我了解，當你所愛的人好像變成了另一個人時，你可會有甚麼感受？而你的愛、你的信念、你的堅持對他是何等重要！

以下一段是有關她和爸爸、媽媽怎樣經歷她的「變」。（第 291-296 頁）

『我爸爸乾脆把他在那段時間所記的私人日記交給我，讓我自己去研究。透過他的日記，我從他的角度再次體驗當時的情景…裡頭有歡樂，有沉重，更有痛徹心扉的時刻…而他對我的愛更是難以計量的。「我知道她還活著，她的靈魂完好無缺。雖然還得回醫院治療…但是我的寶貝終於要回家了。」日記結束。』

『為了幫助她自己度過這個難關，我媽媽為我的病做了新的註解，堅持我的狀況「根本就沒有那麼糟」、「她一直都知道我會沒事」…直到仲夏的某一天…用餐當中，我開始問她我住院前那一陣子的事…我媽媽的臉突然漲紅了，她的下嘴唇開始顫抖，接著，掩面哭了起來；…「噢，妳那時完全瘋了。妳甚至走進餐廳裡，命令人家立刻給妳吃的，用命令的。不過妳實際的個性差不多也是那樣。」…那一刻，我媽媽終於承認她當時有多害怕了，藉著淚水，她終於表態，她根本沒有一直就知道我會「沒事」。因著這樣簡單而真誠的告白，我們之間的關係有了改善。』

其實，家人能坦誠面對精神康復的過程，也可以是很寶貴的心靈之旅！

日期：2017-09-30