

在診所中遇到兩個不常有的經歷……

寫了十期，我想是時候暫別了。回顧這十篇文章，因為沒有一個預先設定的寫作計劃，所以也可以說是我這三年多來對靈性與精神健康以及何謂全人治療這兩命題的一些思緒，能否歸納出甚麼來？想讀者也可以重溫這些文章，自行歸納你的閱讀心得。

剛在預備下筆的這星期內，我接連在診所中遇到兩個不常有的經歷，讓我感到恩寵，也幫助了我構思這結語。其一、一位病友在完成了診治後很真誠的問我她可不可以為我祈禱。我一時反應不來，因為從來只有病人要求我為他祈禱（在第 21 期的文章中也討論過我的取態），但想了一下我就欣然地接受了，這是一個互動的關係，是一個屬靈的時刻。其二、一位病友看過了我們『靈性與精神健康研討會』的錄像，也感興趣，就閱讀了有關的書籍，並刻意為我影印了其中一章，帶來給我，何其感動！

回顧我在第一篇文章（第 16 期）中提到，「靈性、精神、健康、整合……統統都難以定義……（但）我們都經驗過生病，會了解生病時的我與未生病之前或者復原之後的我是有何等天壤之別」。我想我的出發點是經驗。我舉例說到病人經歷突然喪親的經驗，看到她從身、心、社、靈每一個角度，「從一開始，她沒有一刻不是整個人在經驗」。我想這就是整全的角度。

在「活在上帝的記憶之中」（第 21 期）與「完全變了個人是甚麼感覺？」（第 25 期）這兩篇，我從兩位作者的經驗中看到，無論失智症患者或是人在發瘋的日子中，這個「藏在裡面的我」是完全可以辨認得到的。即使你忘了你是誰，或者「疾病破壞到多麼支離破碎」，『我』還在！這兩位作者都得到了一個結論：『我』其實是存在於關係之中的；在愛裏面，『我』得以完整地存在。

再重看這十期的文章，你不難發現我在心理治療的角度看到更多精神病治療與靈性的交集，而靈性的角度亦豐富了我們對人的了解。在第 18 期的文章中我提到「無論在心理分析或在靈性追求的角度，人都在尋求了解與被了解，這亦是破解疏離與破碎之道，然而，解釋的基礎亦受到我們怎樣看人性和靈性的影響」。第 19 期的文章中提及的主體心理學 (Self Psychology)，正是着重在互信的治療關係中建立『我』。而且「無論何學派，承認及重視無意識的存在是心理分析很大的貢獻……從靈性的角度，我們更着重對奧秘的敬畏，在心理分析中保持這敬畏態度是十分重要的，可以幫助我們不太急於解釋，等待適當時機，以及謙卑地說明我們不是知道，只是尋求了解。這尊重的態度能有助病人深化經驗」。第 24 期談到『詮釋學』，目的就是要學習如何從別人的角度去明白及理解他。

此外，我也反思了醫者心（第 20 期）、牧養與精神治療的一些交集（第 17、23 期）及從整全的角度看學童自殺問題（第 22 期）等。深盼後有來者，可以帶領我們繼續深化靈性與精神健康的探索！

日期：2017-12-31