

神學曉通

Divinity School Newsletter



第廿一期 **Issue No. 21**
(總第一〇五期) (Original Issue No. 105)

二〇〇九年九月
September, 2009

電話 Tel: (852) 2609-6705 傳真 Fax: (852) 2603-5224
電子郵件 Email: theology@cuhk.edu.hk
網址 Website: www.cuhk.edu.hk/theology/

「痛」的反思

黃根春教授
本院副院長(教務)

這是一篇個人分享的文章。自從去年底，筆者開始感受到腰背痛，後經確診為「椎間盤移位」，即尾龍骨節之間的軟骨移位，使旁邊的中央神經線受壓，又稱坐骨神經痛。提筆之際，筆者仍感受到那位新認識的朋友——「痛」，依然陪伴左右。

「痛」本身並非主體，它是主體的一種感覺。主體可以是我、你、任何人，甚或所有會移動的生物（不計算植物）的一種生理反應。這反應不單是動物的特徵，更是他們賴以生存的一種本能。試想想，若果我們碰到尖銳的利刀而不知道痛會有甚麼後果？小則流血受傷，大則流血至死。顯而易見，「痛」是我們生命的保衛者。「痛」聯同「冷」和「熱」的感覺，組成人類神經系統的主要功能，讓人有「生命」，能夠感覺（接收外間的訊息），能夠反應（回應外間的訊息）。神經系統受損傷可使人下半身失去生命力而要終身坐輪椅，嚴重者也可能使人成為植物人。沒有痛感、冷感和熱感，也就沒有生命力（vitality）。「痛」是生命的一部份，也是生命的守衛者，不能與生命分割，獨立存在。

「痛」既然是一種感覺，主觀的成份也不可避免。例如某人被針刺，可能會大聲喊叫，換作另一人或會若無其事。主觀的感覺可以不一樣，但這並不代表兩者的生理反應有異。若果我可有一個超級顯微鏡，我們便可以看到兩者的皮膚被刺破之後，神經系統接收到相同的訊息，然後透過一系列的生物化學作用，最終傳遞到中神經系統（大腦或脊髓神經）。換言之，兩個被針刺到的人的神經系統都接收到相同的訊息；不同者，是兩人對這外來的訊息有不一樣的反應。對應這個情況，醫學和心理學對人接受到的痛感（不是反應）分開不同的等級。怎樣的痛才是最痛？女人經歷生產之痛，被劃分為頂級的痛。可幸的是，這疼痛最後帶來新生命！我相信每一位母親都樂意接受這頂級的「痛」，以換取新生命。在這方面，女性是強者，男性沒有機會體會。



筆者最近在電台節目中收聽到一項美國醫學調查報告，在每一千名接受全身麻醉外科手術的病人中，約有一人在手術進行中清醒過來，但只是神智清醒，肌肉仍然不能動彈。也就是說，病人會聽到醫療人員的談話，也感受到手術中的痛，可是卻不能眨眼、開口說話、或以其他動作表示自己神智已是清醒，真是苦不堪言！這些病人一般都會在感到劇痛而到達（生理上）不能支持的地步，神經系統產生自我保護而暫時終止運作，而病人的神智清醒狀況也要停頓，再次進入昏迷狀態之中。

「痛」的處理方式

雖然「痛」對生命極為重要，可是它卻可以「殺」人。在生理方面，「痛」是生命的保護者；但在精神方面，它卻使人厭煩，長期的痛甚至使人喪失鬥志，對生命不再樂觀，更甚者會尋死！著名的心理分析大師佛洛伊德（Sigmund Freud 1856-1939）晚年承受著長期疼痛，最後醫生同意給他注射嗎啡而讓他結束生命。

處理「痛」最有效和最好的方法，當然就是避免「痛」的出現，避免交通意外，促使家居安全，例如：禁止小孩進入廚房是及正確地使用電器等等），這些都是常識。隨社會的進步，香港近年也開始提倡職業安全，不單包括建造業戶外工作產生的意外傷亡，也包括室內文職者。提筆之時，香港中文大學剛剛開始調查評估使用電腦工作的風險。此外，注意個人衛生與健康，也是減少病痛的良好生活習慣。當「痛」無可避免地出現時，醫生會回應不同程度的痛（感冒頭痛、肌肉、關節痛、神經系統受傷）而作出不同的處方，更甚者，醫生更會為末期病患者殺死部份的神經線，使其身體部份（如身，腳）不再因神經線受損傷而不停地痛下去。

個人的體會

筆者相信，每種的「痛」都可以從生理學的角度來解說，說明白當中的成因及補救方法——短暫的方法是藥物，長遠的自然是在培養成良好的生活習慣。筆者更加深信「痛」是身體向自我傳遞一種訊息：病了，需要停頓下來休息；身體受傷了，也要停下來，讓身體自我進行修補工程；坐骨神經痛了，更要終止現時坐立的方式，藉以減低腰背中脊椎與脊椎之間負荷的壓力。

筆者在病患痛間，在較為早期的階段已戒掉藥物止痛的輔助治療，因為沒有痛感並非等於「脊椎間」沒有承受過量的壓力，因為沒有痛感更容易令「椎間」的軟骨損傷加劇。取而代之，筆者接納重新學習正確的坐、立、行。意思是，無論坐、立、行，都要學習使「脊」間所承受的壓力減至最低，直到身體狀況可以自行應付「脊椎」間的壓力。然而，這種學習皆非易事。所謂「七坐八爬」，筆者體會到自己在這方面的學習比嬰兒學坐和爬更感吃力。（可能嬰兒更感困難，只是未能表達出來；它們要隨大腦相關的細胞發育、肌肉成長、保持平行，才可以漸漸坐、爬、立、行）。筆者首先要懂得身體的構造；並在其間開始練習腰腹中深層的肌肉；在可以忍受痛楚的情況下學習行路，走進泳池、運動場、甚至最近進入健身室去訓練腰腹的主要肌肉群。雖然在這個漫長的過程中，痛感時有反覆，有上有落，但筆者仍然深信，椎間的軟體旁邊坐體神經線的騷擾將會逐步減退。

在過去半年多的經歷之中，筆者結交了「痛」這位新朋友。回想過去的日子，筆者感受到這位新朋友雖然令我心灰意冷，也使我感到無助傍徨，也令我流下失望的淚水，但今天，我卻體會到他可愛的一面。他促使我從忙碌的工作中停緩下來，不單對自己的身體認識，也對自我的思想、價值取向、行為模式進行了一系列的探索與反省。

「痛」是一切生物極力避免的，遇「痛」則要解決之。這是基本的反應，當人類懂得思考，再加上醫學和心理學的發展，我們曉得雖然痛感令人不舒適，但「痛」本身對人有莫大的好處，甚至可以說是生命的保護者。

要為「痛」賦予意義並不困難，就算是人類所能忍受的極痛，背後卻帶來新生命，讓生命可以延續下去。可是，並不是所有「痛」都有明顯的意義。與新生命相對的另一個痛楚，卻令人聞之變臉。中國人認為「好死」——沒有經歷多大的痛楚而離世——是莫大的福氣。死前的疼痛可長可短，其前途就是生命的終極。它之可怕除了一般痛感所帶來的身體不適之外，更重要的是我們不容易給它賦予一正面的意義。

相對地，嬰兒在出生前並不知曉自己會被帶到這個世界。嬰兒和產婦所經歷的疼痛（剖腹出生除外）有正面的意義。病患者臨終前卻有意識地曉得自己的生命即將結束，進到一個不知曉的境界（這本身已是一大驚恐。當然，面對死亡更是人生最大的考驗）。在這情況下，病患者所忍受的痛楚並沒有明顯正面的意義。沒有前景和意義的痛楚，其目的又是甚麼？這問題不容易回答，我們只可以指出這是生命的循環，新生命從「痛」開始，生命的過程藉賴「痛」來維持和保護，生命的終結也是以「痛」來完成。痛與生命形影不離。有痛就有生命，有生命就有痛；沒有痛就沒有生命，沒有生命就沒有痛！

信心的回味

耶穌在世上的時候，曾經醫治了一個天生瞎子。門徒問耶穌這個人生來瞎眼是誰的罪造成的？是他自己的罪，還是他父母的罪呢？耶穌否定他們的猜想，回答卻令人費解，目的是要彰顯上帝的能力（約9:1-3）。

人類遇到疼痛、受苦都希望可以逃過一劫。在聖經中，猶大王希西家、保羅和耶穌也有類似的經驗。以賽亞先知向希西家王宣告他患了絕症。希西家王便轉臉向牆壁向上帝祈求，並且號咷痛哭起來（王下20:1-2）；上帝最後醫治了他。

主耶穌在客西馬尼園禱告，盼望天父可以移去他將接受那苦杯（可14:32-34）；結果，他被釘十字架死亡離世。保羅身患一種病痛，像刺糾纏在他身上，如同撒但的使者刺痛他。他曾三次祈求主把刺移去，上帝沒有應允（林後12:7-10）。

他們三人都渴想逃過一劫，可是三人的遭遇卻不一樣。從人的角度，能被醫治當然是喜，不被醫治便屬於悲，因為痛苦並沒有離開自己。可是從上帝的角度，無論醫治與否，都能成就大事。或許我們現時對自己、對世界的認識，就好像對著鏡子觀看，模糊不清，我們今日對上帝的認識不完全（林前13:12）。若果我們可以細心觀察自己，我們可以看到上帝創造的奇妙和偉大。即使是痛、苦、死亡在上帝的眼中也就不一定是壞事，甚至可以是榮耀神自己。

若果我們對生命反省，我們會發現生命的限制和喜悅。

若果我們着眼生命的限制，我們容易變得消極；

若果我們着眼生命的喜悅，我們容易獲得快樂，也會過份樂觀。

若果我們懂得生命的限制與喜悅，我們就會對上帝的創造有深一層的體會，對生命多一份的讚嘆！

若果……

若果……