徘徊死亡邊緣 /徐慧娟

所謂「愛美是女人的天性」，它帶給我的卻是一個無盡的痛苦深淵。

十五歲那年，我深受電視劇、電影、娛樂雜誌的影響，追隨潮流，認為高挑是唯一的審美標準。其實身為運動員的我一直保持健康體重，卻因錯誤的價值觀使我不理會身高、骨骼等因素，盲目地追求越輕越好，沒有盡頭。每天關心的是體重的增減，心情也隨著體重起起落落。

跟很多人一樣，我選擇了最不利於健康的減肥方法——儘量不吃東西。其實人體若長期得不到足夠的營養，反而更容易積蓄脂肪，引起發胖。而且嚴重影響身體各方面的健康，帶來更多的麻煩。這包括容易衰老、記憶力衰退、暴食症、厭食症、胃病、影響生育、抑鬱症等等。我也完全不理會小時候老師教導我們的基本健康原則：「早睡又早起、早飯吃得好、午飯吃得飽、晚飯吃得少、營養要均衡、六到八杯水、運動不能少、心情要顧好」。

年幼無知的我，一步步越陷越深，時常挨餓，情緒低落。那一年正是要應付繁重的功課，準備初中會考的時候，成績直接影響是否能上理科班。可是，我就是沒辦法專心讀書，總是感到疲倦，卻不知是減肥不當造成的。在壓力和長期挨餓的折磨中，我患了暴食症，心情一差就能吃下很多東西，結果越減越肥，使我充滿挫敗感和失落感。

那年我和父母搬了新家，離開了熟悉的生活環境和鄰居好朋友，身為獨女的我經常覺得好孤單。我從小學三年級開始戴眼鏡，又因為頭髮是自來卷，亂糟糟的，被同學取笑長得醜，因此很自卑。減肥對身心的影響，讀書的壓力，再加上自小積累的自卑感和越來越重的孤獨感，使我有輕生的念頭。

有一個夜晚，我因一件事生父母的氣，就偷偷從藥箱拿了一瓶藥丸，不記得吃了幾顆，就去睡覺。半夜全身極其難受，只好向父母求助。我感到忽冷忽熱，全身顫抖，後來進入昏迷，家人趕緊把我送入醫院搶救。昏迷中隱隱約約聽到家人對我的呼喚，用盡辦法讓我能醒過來。記得醒來以後直到出院後的幾天，我還是無法正常走路，一站起來就暈。那時家人並不知道我做了什麼傻事。

康復之後兩個月，我又繼續減肥，又想不開。我買藥自殺，一百顆止痛藥溶入一瓶奶，我喝了半瓶，以為一睡就過去了。醒來後感到胃部非常不適，就向父母坦誠自己做了什麼。他們把我送到急症室洗胃，過程很痛苦，需要把一條細管從鼻孔中插入直到胃部，護士用了好一段時間才順利完成插管的工作，非常疼，還出血。在醫院住了好多天，醫生護士每當經過我的病床都發出歎息，想不到這麼年輕的女孩居然尋死。我還需要看心理醫生，但其實沒有多大的幫助，因為當時不知道自己真正想死的原因，醫生也沒辦法。

很快地我又陷入減肥的惡性循環——挨餓、情緒低落、暴食、體重增加、罪惡感、絕望、輕生。我曾經試過殺蟲水加可樂，還曾一晚吃下幾十顆家庭醫生開的治普通小病的藥，還喝過消毒藥水，但幸好都沒事。那時，我覺得每天活得很無趣，很痛苦，沒有希望。有自殺行為的時候，腦子裡總有一個聲音說：「死了就解脫了！」。後來，家人無意中發現我又有自殺傾向，就決定一家三口搬到外公家住，由五個大人日夜看守我。

減肥的毒癮一直殘害著我，有一次連續五天，我都沒有吃固體食物，只喝瘦身飲料。然後又暴食，又精神崩潰，決定離家出走到很遠的地方結束生命，不讓人有機會救我。我從學校逃出來，八個小時車程到了另一個城市，在小旅館住下，買了刀片，割脈自殺，所幸血很快乾了。隔天到醫院縫了幾針，聯絡家人帶我回家。失蹤的那段時間，不知家人有多著急，還報了警，這件事在學校轟動一時。沒有人知道這個一貫表現很好的學生怎麼突然成績一落千丈，經常缺課，甚至不參加考試。

我的家人除了以饒恕的愛來挽回我，就是不住地為我能回轉流淚禱告。他們特地邀請牧師來開導我，大家圍在我床邊同心為我能停止自殺的行為禱告。這樣幾次以後，我就再也沒有自殺的念頭了。但是減肥的毒癮還是不時發作，體重已經逼近六十公斤，不到一年胖了將近十公斤。那年最後一次嘗試減肥，為了試驗多吃減肥藥會不會瘦得更快，結果搞得上吐下瀉、發高燒，痛苦了好幾天。這次的教訓使我再也不敢減肥。大病一場後瘦了很多，再加上恢復正常飲食，體重也下降到正常水平。荒廢了一年的學習，從名列前茅退到全班第四十五名。為了減肥瘦身，這一年所付出的代價實在太大了，每天活在黑暗中，不可自拔。

那個時候，我的中學裡有一位基督徒印度籍老師，他特意探訪我的家人給他們鼓勵和安慰，而且還動員基督徒學生們為我能脫離自殺的捆绑禱告，他們會定時聚集為我代禱。家人在我極度悖逆的那一年沒有放棄我，依然愛我，忍耐地等我回頭，並確信主耶穌能救我。他們信心的禱告蒙垂聽，我暫時得救了。但我心裡沒有神的話紮根，更不知道耶穌是救主，沒有讓耶穌來管理我的生命，後來幾年又經歷了兩次叛逆期。直到我到英國留學期間真正信了耶穌，知道自己是罪人，承認過去所犯的罪，悔改歸向真神，才完全得釋放，有正確的價值觀。

我們都是天父的寶貝，神在我們一生中有美好的計畫，要回歸神才能找到生命的意義和價值。神帶領我完成了學業，之後又結婚生子。神教導我依靠祂來渡過每一個難關，凡事學習禱告交托。神又引領我和先生到澳洲生活，在位於悉尼的一間華人教會學習事奉祂和服事人，我們親眼看到祂在很多人的生命中奇妙的作為。

還記得在二零零四年的聖誕節，我在家鄉的教會晉光堂受洗。信主至今，親身體驗祂是又真又活、公義慈愛的神，只有祂的管教才能把我帶回正路。希望天下的父母曉得靠著上帝的恩典，挽回在罪惡中打滾的孩子，讓他們能夠靠著主耶穌的救恩，有新生命，重新開始，靠著耶穌不再偏離正路。

以下詩歌是我生命的寫照和將來的盼望：

當我在黑暗痛苦絕望中，有一曙光照在我心，
祂是那稱為奇妙的救主，捨棄天上榮華為我降生，
祂又為我被釘在十字架，情願受苦洗淨我的罪，
我要唱奇妙主哈利路亞，從今後永不會再絕望。
祂仁慈善良的愛，領我衝破狂風巨浪，
主如一顆明亮的晨星，帶給我無限的希望。

救主耶穌基督被接升天，祂去原為我預備地方，
就必再來接我到祂父家，永遠與主同在到千萬年，
到那時再沒有痛苦悲傷，只有甜美快樂的笑容，
眾聖徒同集在明亮聖城，滿心歡頌讚美主大恩。
祂仁慈善良的愛，領我衝破狂風巨浪，
主如一顆明亮的晨星，帶給我無限的希望。