

爱妻蜜语：我害怕，我真的怕，你不要离开我……—李子曰



### 有意无意地绕过问题

这段日子以来，爱妻的身体日渐虚弱，才起床不久，她就说疲累。以前一连几个个案，她顶多喘气须臾，就恢复了；现在，才谈了两个个案，她就感到呼吸困难，需要整个人躺卧床上，躺了很久以后，才回缓过来。

有时不过走在路上，什么都没做，她就突然感到晕眩、冒冷汗、全身乏力，然后要立即停下来，把甜的东西塞进口里，才稍微好转。妻子身体的下降，无疑让我担心，但我总期望她马上没事那样。每一次妻子莫名地突然虚弱，我心里总有意无意地绕过虚弱，觉得她很快就没事，甚至以为是小事。

### 焦急恼怒到耐心接纳

那一次，走在路上，她又来，像个老人家似的。我们正在赶着去探望朋友，我怕迟到，又焦急，又不耐烦地；于是，我把爱妻抛在后边，叫她慢慢跟上，我自己却走得远远的，还嫌弃她怎么身体那样弱。可怜的爱妻在烈日下还被我嫌弃，自己挣扎着缓慢行走。我也不晓得为何如此急，爱妻不是比要探望的人重要吗？迟到又有什么关系。

一边走，我就一边自疚，在脑里扪心自问：我真的嫌弃爱妻的虚弱身子吗？还是，有更深层的原因？最后，我停住了，站在烈日空旷下，等着爱妻走过来。我对自己的“嫌弃”和“不耐烦”感到惭愧；然后，我走过去牵着爱妻的手，再陪着她的步伐走，两人安静地走了一段很长的路。那一次以后，每逢妻子突然虚弱时，我多了一份耐心和接纳，但我仍然追踪着我内在的动静。



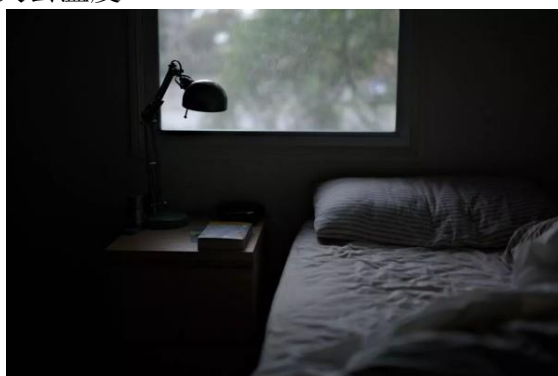
## 活不下去愤怒内疚

足足长达一年多的时间，我每周固定与一位丧妻的弟兄进行咨询，陪伴他走过哀伤的日子。他反复告诉我，妻子走了以后他的痛，甚至他感觉自己不能活下去了。妻子原来就是他的一切，如今这一切也已化为乌有。每一个早晨他起来，一切都是空荡荡的，然后他想马上死去。

很长的时间，他面对着神，都是愤怒，他愤怒神为何夺去了他所爱的；愤怒以后，就是内疚了，他为着自己未能好好照顾体弱的妻子内疚。他一回忆，都是自己的不好。他看到自己曾经对病弱妻子的嫌弃，那时他埋怨妻子为何要病、为何那样弱，他也自欺欺人地以为妻子会很快好起来。但每一次，见妻子的身体每况愈下，他就烦躁，甚至逃避。

## 惧怕失去肝肠寸断

于是，他一边逃避，一边内疚。直至妻子体弱即将奄奄一息时，他才意识到自己内里的极度恐惧，他害怕失去妻子，他不能没有她。于是，他走到床前，紧紧抓住妻子的手，不断流泪，然后嚎啕大哭：“我害怕，我真的怕，你不要离开我……”他终于把心里累积的惧怕说了出来，他伏在妻子的身体很久很久。妻子用力地提起她脆弱的手，抚摸着在她怀中已经哭断肠的丈夫，从有温度到渐渐失去温度。



## 害怕与所爱的人分隔

我再次翻阅鲁益斯(C.S Lewis)《卿卿如晤》(A Grief Observed)，以前阅读的时候，我会投入在一位丧妻男人的角色去体会他的痛苦和曲折的思考；如今再翻阅，我已经不需要刻意做角色投入了，鲁益斯和我，或鲁益斯和男人的怕，两者自然地产生了深深的共鸣。“从未有人告诉我，丧偶的悲恸和惧怕的感觉，原来这么相近。我并不怕，但感觉上却像在怕着什么似的。”

我理解这种怕，好像这一天随时来到似的，尤其看到我的爱妻的身体日渐虚弱时，我不仅担心，我是怕，怕失去，怕神夺去了我的一切，不是怕死亡，是怕与所爱的从此分隔，就像鲁益斯夫人离世前这样说的：“即使我俩恰恰在同一瞬间去世，就像现在这样，身子挨着身子躺着，这与你所害怕的另一种情形，仍是一样的分隔。”

看着躺在床上休息的爱妻，我知道我们都无法拦阻死亡，但我看到了我的怕与爱。我的怕有多深，我的爱就有多深。

## **作者简介**

李子曰，一位常常反思婚姻和学习爱的牧者，目前从事心理咨询工作，包括婚姻、男性和个人成长等。

转载自公众号“Vmeet”

<https://mp.weixin.qq.com/s/XXOU3nw3pCTFghkG7Fy1FQ>

欢迎浏览良友圣经学院网站 <https://lts38.net>，或 <https://lts33.net>，电邮至 [school@liangyou.net](mailto:school@liangyou.net) 联络。