**預防復賭‧生命轉化**

冼家慧

工業福音團契

問題賭徒復康中心主任

「上癮行為」被界定泛指與物質相關（如：煙、酒、毒品及藥物等）及活動相關（如：賭博、性快感追求、上網、購物、甚至工作等）的行為。過往從醫學角度，上癮是一種疾病，認為上癮患者是生病，對物質使用喪失控制力，一旦吸食了少量的毒品，就會引發患者強烈使用的渴望(craving)，最後導致強逼過度使用，個人無法控制這種上癮行為(Dennis，1996)。從社會工作的角度，視上癮問題的出現是因成長的經歷或暫時的挫折所影響，使人以癮好作為逃避或紓解困難的方法。若從信仰的角度，罪的教義是最基本的理解，人將生命的焦點放在其癖好上，以致妨礙與上帝的聯繫。本文將探討福音與戒癮的關係。

**罪與成癮**

聖經哥林多前書六章9-10節提及：

「你們豈不知，不義的人不能承受神的國麼。不要自欺．無論是淫亂的、拜偶像的、姦淫的、作孌童的、親男色的、偷竊的、貪婪的、醉酒的、辱罵的、勒索的、都不能承受神的國。」

換言之，酗酒這上癮行為被稱為是不義或罪的表現，與性犯罪、偷竊及貪婪等沒有兩樣。其次，上癮行為涉及「主權」的問題，上癮乃是人敬拜其他的事或人。正如賭徒沉迷賭博，受賭博問題轄制，賭博成為了他們的神。這亦是自我崇拜的一種表現，人往往想操控某些事情或人，也試圖掌握自己的問題。我們會說：「我可以做到。」「我可以控制。」「我隨時可以戒到。」最後卻出現失控（華理克，2013）。工福以「十二步」幫助賭徒，當中亦提及基督教所言的罪。十二步的第一步強調戒癮者要承認自己的無能及無助：承認個人面對罪是無能為力的，個人生活亦因此變得不受控制。所以必須相信那比我們更大的力量（上帝）能促使我們恢復身心靈的健全。(Borman & Dixon，1998)

**自我形象與成癮**

事實上，上癮行為對賭徒而言只是其個人問題的冰山一角，我們更須關注的是其生命的問題，包括：生活、情緒、價值觀及自我幾個層面。

**生活層面**：人際衝突、工作壓力和朋輩影響都是引發賭博行為的高危處境；

**情緒層面**：賭博問題往往令人產生內疚、憤怒、悲傷、恐懼和羞愧的情緒，由於無法處理這些情緒，賭徒除了繼續賭博，或會藉毒品擺脫情緒困擾，形成惡性循環；

**價值觀層面**：賭徒在個人的自控能力上都會產生迷思，有些會過份高估自己的能力，認為「我可以隨時停賭」，因而繼續去賭；有些因多次戒賭失敗而認為「我無法控制不去賭」，寧願選擇放棄戒賭，繼續讓自己沉溺在賭海裡。另一方面，價值觀亦包括當事人的自我價值，成癮問題反映出個人的自尊感不足，要藉上癮行為引起別人的注意或進行自我摧毀；

**自我層面**：自我層面涉及人的本質和核心（約翰．貝曼，2013），包括人如何檢視自己，賭徒的自我形象大都是負面和被扭曲的。

所以，戒癮是必須針對成癮的原因，很多時候賭徒因生命先出現扭曲，繼而落入沉溺行為，該行為又再影響其生命，兩者相互惡化，成癮行為變得不受控。

**福音讓生命改變**

1. **選擇面對現實**

要協助賭徒戒癮，須看到他們生命中根源的問題，幫助其面對自己真實的境況，否則停了癮也會有機會復發。從福音戒癮的角度看，改變的第一步是坦誠，他們必須承認自己在賭博問題上無能為力，束手無策。需要別人幫助其克服惡習、癖好和傷害。他們要明白自己不是神，要承認自己無力面對那些糟蹋其生命的事情。（華理克，2013）避免用賭徒慣常的防衛——「否認」、「憤怒」、「神秘」和「說謊」處理問題，勇敢面對生命的傷痕，嘗試依靠主管理自己的生命。

聖經提及：「我們若認自己的罪，神是信實的，是公義的，必要赦免我們的罪，洗淨我們一切的不義。」（約壹1：9）

1. **戒癮就是拆毁與重建**

從福音戒賭的角度，單是停止賭博並不算是真正的戒賭，**福音戒賭乃由心開始，是生命的改變。**

聖經提醒我們：「就要脫去你們從前行為上的舊人，這舊人是因私慾的迷惑，漸漸變壞的。又要將你們的心志改換一新。並且穿上新人，這新人是照著神的形象造的，有真理的仁義、和聖潔。」（弗4：22-24）即是當我們悔改後，就要以神的話為我們生活的依靠，重建健康的生活模式。

「生命的轉化」是賭徒願意嘗試將多年來賭博的惡習及其生命的問題交托主，來到主面前，承認自己是無能為力，求主徹底拆毁舊有的生命，賜下信心讓生命更新，願意依據聖經教導，重過聖潔生活，經歷不一樣的改變。

|  |
| --- |
|  |

最後，聖經箴言四章23節記載：「你要保守你心，勝過保守一切，因為一生的果效，是由心發出。」情緒、價值觀及自我形象（心）決定了一個人的思想和行為，上帝在乎我們的心，人就算不是受癮好轄制，卻總會受成長的經歷或困難影響，我們也可以嘗試將事情交托上帝，相信祂能夠讓我們心意更新。

**參考書目:**

Borman, P. D., & Dixon, D. N. (1998). "Spirituality and the 12 steps of substance abuse recovery". *Journal of Psychology & Theology* 26 (3): 287–291.

Dennis L.Thombs原著、李素卿譯(1996)。《上癮行為導論》。台北：五南圖書出版公司。

約翰．貝曼(著)，沈明瑩(譯) (2013年7月)。《薩提爾系統轉化治療訓練課程實務研習手冊》。台灣：財團法人呂旭立紀念文教基金會。

華理克牧師(著)．曾幼欣(譯)(2013)。《改變人生拼圖》小組錄影課程手冊。香港：福音證主協會。

愛德華．韋爾契著、魏寧譯(2006)。《成癮的聖經輔導觀》。台灣：中華福音神學院。