

边缘型人格

Borderline Personality

圣经视角

A SCRIPTURAL PERSPECTIVE



凯西·怀斯曼

CATHY WISEMAN

真实生命福音系列

The GOSPEL for REAL LIFE series

边缘型人格

THE GOSPEL for REAL LIFE series

Abuse: Finding Hope in Christ

Anxiety: Anatomy and Cure

Borderline Personality: A Scriptural Perspective

Burnout: Resting in God's Fairness

Cutting: A Healing Response

Depression: The Sun Always Rises

God's Attributes: Rest for Life's Struggles

Post-Traumatic Stress Disorder: Recovering Hope

Sexual Abuse: Beauty for Ashes

Vulnerability: Blessing in the Beatitudes

Brad Hambrick, Series Editor

真实生命福音系列

虐待：在基督里寻得盼望

焦虑：病理与医治

边缘型人格：圣经视角

倦怠：安息在上帝的公平之中

自残：如何回应方能得医治

抑郁：太阳总会升起

上帝的属性：生命困境中的安息

创伤后应激障碍：重获盼望

性虐待：以华冠代替灰尘

脆弱中的祝福：登山宝训的祝福

丛书主编：布拉德·汉布里克

边缘型人格

圣经视角

凯西·怀斯曼

P&R

P U B L I S H I N G

P.O. BOX 817 • PHILLIPSBURG • NEW JERSEY 08865-0817

Borderline Personality: A Scriptural Perspective

Gospel for Real Life

Cathy Wiseman

Originally published 2012

P&R Publishing

P.O. Box 817

Phillipsburg, NJ 08865

<https://www.prpbooks.com/>

Simplified Chinese version published 2026

P&R Publishing

Scripture quotations are from CUNPSS — 神 . Public domain

This volume is part of P&R Publishing's "P&R for China" project. The goal of this project is to provide multiple hundreds of P&R's books in Simplified Chinese, completely free, for the Chinese church.

P&R for China is supported by donations from P&R, foundations, churches, and interested individuals. The money is used to pay our team of Chinese editors and proofreaders. P&R makes no money from this project.

To learn more about P&R for China, click here:

<https://prpbooks.com/china>

To become a supporting partner of this kingdom ministry, click here:

<https://prpbooks.com/china-donate>

我們目標是翻譯所有 P&R 出版社的書，免費提供給所有的中國教會。如果你有感動在財政上支持我們，請用以下網絡鏈接線上捐款：

<https://prpbooks.com/china-donate>

We encourage you to let us know how this book has helped you and if you find any translation errors.

我們誠邀您反饋這本書對您的幫助，或者您發現此書有任何翻譯錯誤

Please email | [請電郵](mailto:China@prpbooks.com) — China@prpbooks.com

FOR FREE DISTRIBUTION ONLY—NOT FOR SALE



多年来，我曾为一位专攻边缘型人格障碍（borderline personality disorder, BPD）的精神科医生工作，并辅导过许多这类患者。虽然我是基督徒，却不明白基督如何能对边缘型人格障碍患者产生深远影响；就算这些患者本身也是基督徒时，也是这样。为什么呢？因为我轻信了精神病学文献的说法，认为这类患者必须经历多年治疗，才能在情感和认知上理解现实情况。我指望这种必不可少的多年治疗能把他们带到一个地步，使他们在认知上理解属灵的真理。多年来我焦虑地等待、祷告，期盼他们终能相信、理解上帝的话，并按其中所呈现的终极现实而活。但这盼望从未实现。

虽然我在研究生阶段学过边缘型人格障碍的相关知识，但实际接触患者时感受截然不同。他们那种绝望感如此真切，拼命想要抓住（实则是吞噬）某个不会抛弃他们的人。甚至，仅仅被抛弃的感觉，就会让他们陷入自杀性的抑郁或极度的怒气。我极其渴望将他们从深渊般的绝望中解救出来。

于是我研读所有文献，尝试专家推荐的各种疗法。我 24 小时待命，尽全心为他们得医治祷告，同时使用精神科医生开出一系列药物组合。但我们所做的一切都无法填补他们痛苦的虚空。数年之后，我精疲力竭走到了绝路——上帝以恩典让我看清：我完全无力完成唯有他能成就的事；我是何等愚昧，竟妄依靠精神病学理论来治愈他的儿女。

我开始信靠上帝的智慧来医治这类患者，而非依赖那些生硬拼凑圣经经文的心理学理论。与边缘型人格障碍抗争的基督徒们如今明白他们其实是在与肉体争战，

因此需要学习信靠上帝并开始随从圣灵而行。这容易吗？很难。会像魔法一样神奇地产生效果吗？不。要实现改变，就要与所有基督徒一样进行那属灵的争战：“付上流血、流汗、流泪的代价治死老我，并听上帝的话。”¹ 他们会“脱去”那“基于病症的身份”（边缘型人格障碍），并“穿上”（弗 4:22 – 24）那“基督里的新身份”。² 当这身份得以确立、并有基督里的弟兄姊妹扶持时，他们就会开始领悟福音的真理理：他们已与基督同死，因此“不再作罪的奴仆”（罗 6:6）——也不会再受边缘型人格障碍的捆绑！

边缘型人格障碍的定义

心理学定义

美国精神病学会《精神疾病诊断与统计手册》第四版（*The Diagnostic and Statistical Manual of the American Psychiatric Association, Edition IV*，以下简称 *DSM-IV*）对边缘型人格障碍的描述如下：

人际关系、自我形像和情绪不稳定，及明显的冲动，这种普遍模式始于成年早期并出现在多种情境中，表现为以下九项症状中至少五项：身份认同障碍/不稳定的自我感；长期的空虚感；害怕被遗弃；情绪不稳定；不稳定的人际关系；强烈的愤怒；偏执或解离症状；冲动/自我伤害行为；自杀/自残行为。³

1. David Powlison, *Power Encounters: Reclaiming Spiritual Warfare* (Grand Rapids: Baker, 1995), 119.

2. Mike Wilkerson, *Redemption: Freed by Jesus from the Idols We Worship and the Wounds We Carry* (Wheaton, IL: Crossway, 2011), 16.

3. *The Diagnostic and Statistical Manual of the American Psychiatric Association, Edition IV* (Washington, DC: American Psychological Association, 1994), 280.

这本小册子后续会更详尽地讨论DSM-IV中列出的这九种症状。

圣经中的定义

现在，我们可以将现在把上面的定义与下面这一合乎圣经的定义作个比较。后者描述道，边缘型人格障碍患者

有一种普遍的模式：对人际关系有无休止的要求、自我形像不稳定、情绪反复无常，并且有明显的冲动。这些人想要在关系中获得令人窒息的亲密，但他们有害的行为却破坏了这些关系。⁴

和DSM-IV一样，圣经也将边缘型人格障碍的症状或行为定义为发源于内心的属“肉体的行为”。虽然乍看之下，圣经的描述对患者来说可能显得有些残酷，但这其实是个好消息，因为基督已经为拯救我们脱离这类罪恶行为而死：

情欲的事都是显而易见的，就如奸淫、污秽、邪荡、拜偶像、邪术、仇恨、争竞、忌恨、恼怒、结党、纷争、异端、嫉妒、凶杀、醉酒、荒宴等类……（加 5:19-21）

我们可以看看当代英文版圣经（*The Message*）中的这段经文：

总是想要按自己的意思行事，会让人过上怎样的生活是显而易见的：反复无常、毫无爱心、放纵的性行为；堆积如山的精神和情感垃圾；疯狂快乐，却毫无喜乐；虚假的偶像；流于表面的信仰；偏执的孤独，残酷的竞争；永

4. Marshall Asher and Mary Asher, *The Christian's Guide to Psychological Terms* (Bemidji, MN: Focus, 2004), 27.

不知足的贪婪；暴躁的脾气；无力去爱或被爱；破碎的家庭与四分五裂的生活；狭隘且偏颇的追求；把所有人贬低为竞争对手的恶劣习惯；无法无天的瘾好；对真实团契的丑陋模仿。

此外，被诊断为边缘型人格障碍的人之所以会不稳定，是因为他们在情感与灵性上尚未成熟。圣经也触及了这些问题：

我作孩子的时候，话语像孩子，心思像孩子，意念像孩子。既成了人，就把孩子的事丢弃了。（林前13:11）

使我们不再作小孩子，中了人的诡计，和欺骗的法术，被一切异教之风摇动，飘来飘去，就随从各样的异端。（弗 4:14）

因为那疑惑的人，就像海中的波浪，被风吹动翻腾。……心怀二意的人在他一切所行的路上都没有定见。（雅 1:6,8）

雅各书 1:8 的注释教导说：“‘心怀二意’的字面意思是‘两个灵魂’。若人的一部分定睛于上帝，另一部分却专注于今世，其内心必会陷入持续的争战。”⁵

边缘型人格障碍的成因

心理学理论

DSM-IV描述了边缘型人格障碍的症状，却未阐明其形成原因。目前有许多理论以边缘型人格障碍患者在童年遭受虐待的经历为基础，提出了各种假说；但尚未有确凿证据来解释这一病症在心理上的成因。不过，

5. Earl D. Radmacher, Ronald B. Allen, and H. Wayne House, eds., *The Nelson Study Bible* (Nashville: Thomas Nelson, 1997), 2105.

并非所有研究都发现，大部分边缘型人格患者都有在童年遭受过虐待。而且，这存在一种风险，即强化他们的扭曲记忆。这些人本来就倾向于通过谴责他人来为自己的行为辩解。大多数专家认为，虽然虐待儿童和其他创伤事件可能对边缘型人格障碍症状有一定影响，但这些经历通常不是这一障碍的原因。⁶

长期以来，客体关系理论（Object relations theory）都被视为边缘型人格障碍的主要诱因。这一理论认为，幼儿必须学会母亲（或客体）会持续提供情感支持，以此证明自己可以离开母亲然后再回来，而不必害怕被抛弃。母亲的一致性（**客体恒常性**，object constancy）帮助幼儿学习“更好的现实感知、挫折耐受力 and 冲动控制……以及独处的能力、忍受焦虑和抑郁的能力、表现出关心和感到内疚的能力”（边缘型人格障碍患者似乎无法做到这一点）。这一理论的核心在于，如果母亲没有提供客体恒常性，导致孩子未能发展出这一能力，就会引发边缘型人格障碍。

基于功能性磁共振成像的新研究显示，边缘型患者大脑边缘系统（尤其是杏仁核）存在过度活跃，而前额叶皮层活动不足，这种神经特征与患者常见的童年创伤经历产生了复杂的交互，最终形成了……被定义为边缘型人格症状的行为：冲动性攻击、情感控制缺失，以及因早期情感依恋发展受阻而产生的深刻不信任感。⁸

6. Michael Miller, "Borderline Personality Disorder: Origins and Symptoms," *Harvard Mental Health Letter* 22, no. 12 (2006): 1–3.

7. James F. Masterson, *Psychotherapy of the Borderline Adult: A Developmental Approach* (New York: Brunner/Mazel, 1976), 32–33.

显然，边缘型人格障碍的心理学理论强调的是各种不同的病因：虐待儿童、无法建立依恋、遗传、神经生物学，或是所有这些因素的结合。然而，“边缘型病理学存在某种核心，与冲动、情绪化或人际交往敏感无关，这些特征也都无法完全涵盖这种核心。”⁹

圣经给出的原因（不是理论）

上帝说，上帝说，边缘型人格障碍的“核心”，就像其他所有人格障碍的核心一样，都是由我们的核心承新年、我们的基本信仰所驱动的——圣经将这称为“心”，并将其描述为我们整个生命的中心。¹⁰

惟独出口的，是从心里发出来的，这才污秽人。因为从心里发出来的，有恶念、凶杀、奸淫、苟合、偷盗、妄证、谤讟。这都是污秽人的；至于不洗手吃饭，那却不污秽人。”（太 15:18-20）

从人里面出来的，那才能污秽人。因为从里面，就是从人心里，发出恶念、苟合、偷盗、凶杀、奸淫、贪婪、邪恶、诡诈、淫荡、嫉妒、褻渎、骄傲、狂妄。这一切的恶都是从里面出来，且能污秽人。（可 7:20-23）

8. Mark Moran, “Gabbard Weds Neurobiology Psychodynamics in BPD Treatment,” *Psychiatric News* 46, no. 7 (2011): <http://pn.psychiatryonline.org/content/46/7/11.1.full>.

9. Mark Moran, “BPD Researcher Searches for Puzzle’s Missing Piece,” *Psychiatric News* 46, no. 9 (2011): <http://psychiatryonline.org/newsarticle.aspx?articleid=108570>.

10. Andrew W. Hofferger, ed., *Revolutions in Worldview: Understanding the Flow of Western Thought* (Phillipsburg, NJ: P&R Publishing, 2007), xii.

善人从他心里所存的善就发出善来；恶人从他心里所存的邪恶就发出恶来。因为心里所充满的，口里就说出来。（路 6:45）

但各人被试探，乃是被自己的私欲牵引诱惑的。私欲既怀了胎，就生出罪来；罪既长成，就生出死来。（雅1：14-15）

在希伯来书4:12-13中，上帝给人心做了一台“属灵核磁共振”：

神的道是活泼的，是有功效的，比一切两刃的剑更快，甚至魂与灵，骨节与骨髓，都能刺入、剖开，连心中的思念和主意都能辨明。并且被造的没有一样在他面前不显然的；原来万物在那与我们有关系的主眼前，都是赤露敞开的。（来 4:12-13）

罪不仅仅是行“恶”事，然而：

圣经指出，罪是……关系的破裂，更是对上帝本身的拒绝——拒绝上帝的统管、上帝的看顾、上帝的权柄，以及上帝命令他所赐生命之人的权利。简言之，就是受造物对其造物主的反叛。¹¹

虽然圣经的“核磁共振”显明了我们心中的邪恶之处，但这正是好消息，因为

若是从心里发出的，便是罪。若问题在于罪，人就没有补救之法。没有辅导者、牧师或朋友能够除去罪。但

11. Greg Gilbert, *What Is the Gospel?* (Wheaton, IL: Crossway, 2010), 49.

但若罪是你的问题，这反而是世上最容易解决的事。为什么？因为耶稣降世的明确目的就是要解决罪的问题。用上帝的话说就是：“她将要生一个儿子，你要给他起名叫耶稣。因他要将自己的百姓从罪恶里救出来。”（太1:21）¹²

可见，无论心理学将边缘型人格障碍等归咎或归因于过去的虐待还是大脑功能失常，这些经文都向我们表明，这些事情并不会**导致**我们犯罪；真正的缘由乃是我们自己那充满邪恶欲望的心灵。这正是箴言4:23告诫我们的：“你要切切保守你心，因为一生的果效是由心发出。”当我们审视基于心理学理论的边缘型人格障碍治疗与建立在圣经基础上的“治疗”之间的区别时，我们会发现，只有上帝的治疗才能切切保守我们的心。

圣经如何看待并处理 *DSM-IV* 中的边缘型人格障碍

症状

下表总结了 *DSM-IV*¹³ 中列出的边缘型人格障碍的九种症状，并相应给出了圣经中对这些问题的根源阐释与医治之道。“上帝的心意”这一部分满载经文，可由**经验丰富且灵性成熟的**团队助手分配给边缘型人格障碍患者作为家庭作业。这些助手应兼具怜悯、劝勉和说预言（在爱中说诚实话）的属灵恩赐。这些功课旨在帮助患者践行所学的福音真理，同时在辅导者的爱心支持与鼓励种活出真理。图表下方还针对每个症状给出了额外的圣经指引。

12. Henry Brandt and Kerry Skinner, *The Word for the Wise: Making Scripture the Heart of Your Counseling Ministry* (Nashville: Broadman & Holman, 1995), 99.

13. *Quick Reference to the Diagnostic Criteria from DSM-IV* (Washington, DC: American Psychiatric Association, 1994).

边缘型人格障碍

需要“脱去”的症状性感觉/行为 弗4:20 – 24	典型的触发因素/情境	人如何回应	“人心想要、渴望或自认为配得的东西（不惜任何代价，甚至可能犯罪*）”	“上帝希望人心‘穿上’什么？（因他以自己的生命为代价将这人买赎回来）”
1. 身份紊乱：显著而持久的自我形象或自我感不稳定	我常常在童年时期被家人或他人性侵犯或身体虐待，成为受害者。我也可能在童年时经历过身体或情感上的被遗弃。	我要么崇拜（沉溺于）他人，紧紧抓住他们，试图得到我在原生家庭中缺失的接纳和爱；要么就是们推开，以惩罚他们没能给我我认为自己必须得到的东西。我的身份摇摆不定，因为它取决于别人在任一时刻如何对待我。	“人心想要、渴望或自认为配得的东西（不惜任何代价，甚至可能犯罪*）” 我要求你给我身份、价值和作为人的意义。我配得这些，因为我曾受过伤害。至于上帝所说的关于我身份的话，对我毫无分量。 *骄傲；不信；不信任；嫉妒；抱怨；愤怒；绝望；灰心”	我的身份是在基督里： 使徒行传10:15 哥林多前书6:9中 – 11 哥林多后书 5:17 以弗所书 1:1 – 8 腓立比书 2:1 – 11 彼得后书 1:3 – 9 约翰一书 3:1 – 2上

感觉	触发因素	反应	内心的索求	上帝的话语
2. 长期的空虚感	我不觉得有人在乎我，也不觉得有人可以让我依靠，这引发了我孤独、脱节的感覺。我有着无底洞般的虚空或需求。我感到麻木，觉得自己已经死了，所以我必须拼命抓住你，才能感觉着自己活着。	我要么依附于人（通过性关系或纠缠），要么依附于事物（其他成瘾行为/偶像崇拜），即使这样会伤害自己也在所不惜。只有当我在生活中制造足够的混乱、对自身和他人造成负面影响时，我才感到自己活着。	我需要感觉自己活着！我甚至可能伤害自己来获得活着的感覺，因为，反正没有人在乎我’。 *不真实；不信；缺乏自控；暴力；绝望；灰心	但我已经从虚空中被救赎出来；我的人生是有目的的： 约翰福音 10:10 哥林多前书 15:58 哥林多后书 5:20 以弗所书 4:13；5:18 腓立比书 1:21 以及彼此相待的相关经文： 约翰福音 13:34-35 罗马书 12:5, 10, 16；13:8；14:13, 19；15:5, 7, 14 哥林多前书 12:25 加拉太书 5:15, 26；6:2 以弗所书 4:25, 32；5:21 歌罗西书 3:9, 13 帖撒罗尼迦前书 4:18 提摩书 3:3 希伯来书 10:24 雅各书 5:9, 16 彼得前书 4:9；5:5 约翰一书 3:11, 23；4:7, 11-12

3. 疯狂地竭力避免真实的或想象中的被抛弃	如果我渴望的那个人没有立即回应我的要求（无论是什么要求），我就感到被抛弃了。我感到被拒绝了，就好像你更关注别人而不是我。	我对那个我认为会抛弃我的人发怒，并变得非常抑郁，甚至产生自杀念头，我通常会以破坏性的方式发泄出来。我必须惩罚你（因为你抛弃了我）或者惩罚我自己（因为我感到自己的需求如此强烈，而这对我来说是不可接受的）。	我渴望永远不感到被抛弃，永远感到与人连结！但即使你试图与我建立连结，向我证明你不会抛弃我，我仍然会试探你，看你是否真心。你必须持续不断、无条件地爱我，我才能感到安全（而你做得永远都不够）。再说一次，上帝关于不抛弃的应许在我生命中毫无分量。	上帝永不会抛弃我；他、而非别人，才是我的救主；当我感到被抛弃时，我不必以破坏性的行为来发泄；他会供应，即让别入来关怀我；诗篇 23；27:10；46:1-2；68:5-6, 18以赛亚书 43:1；49:15；66:13以西结书 34:2, 4-5约翰福音 14:18罗马书 8:31-39；15:4以弗所书 4:26, 30希伯来书 6:19雅各书 1:19-20彼得前书 5:2-3
-----------------------	--	---	---	---

感觉	触发因素	反应	内心的所求	上帝的话语
4.情感不稳定性，源于情绪方面的强烈反应（例如，强烈的间歇性烦躁、易怒或焦虑，通常持续数小时，极少超过数天）（例如，强烈的间歇性烦躁、易怒或焦虑，通常持续数小时，极少超过数天）	生活没有按我想要的方式发展，所以我变得易怒和焦虑，因为我不知道如何解决。如果你不给我我认为需要的东西、让我感觉好起来，我就别无选择，只能感到强烈的焦虑或烦躁。但即使我得到了想要的，那种好感觉也不会持久。	我搞不清楚到底怎么回事；我感到失控，情绪起伏不定。我充满焦虑和烦躁。你得把我“修好”，好让我不再这么难受。	我不想要任何负面感受——尽管如果生活中没有混乱，我又会感到空虚。 *焦虑；缺乏盼望；缺乏自控；嫉妒；不耐烦	上帝赐给我出人意外的平安： 诗篇 34:14；71:4-5；119:165 箴言 14:30 以赛亚书 26:3 约翰福音 14:27；16:33 罗马书 5:1；15:13 以弗所书 2:14 腓立比书 4:6-7 歌罗西书 1:20；3:15 帖撒罗尼迦后书 3:16 彼得前书 3:11 约翰一书 1:9

5.一种不稳定且紧张的人际关系模式，其特征是在极端理想化和极端贬低[自我/他人]之间交替	当你让我满意时，我会把你神化为‘完美无缺’；当你不让我满意时，我会把你贬低为‘一无是处’。我对自己也一样：我要么是‘完美无缺’的，要么是一无是处的，取决于我的表现和你对我的看法（这就是所谓的‘分裂’）。	我只看到非黑即白的世界，没有灰色地带。我要么爱你，要么恨你——或者两者兼有：‘我恨你，别离开我。’”*	我想要在关系中得到安全，但这只有在你让我满意或对我满意时才有可能。但就算我认你对我满意，我还是会用各种方式（通常是破坏性的方式）来试探你，看你是否在乎我	别人会让我失望，除了上帝，没有人是完美且完全可信赖的：诗篇 31:1；56:3-4，11；146:3-4 箴言 29:25 以赛亚书 44:9-28 马太福音 10:26，28 雅各书 4:1-10
--	---	---	--	---

* Jerold J. Kreisman and Hal Straus, *I Hate You—Don't Leave Me* (Los Angeles: Body Press, 1989).

感觉	触发因素	反应	内心的索求	上帝的话语
6. 不合理的强烈愤怒或难以控制愤怒(例如, 频繁发脾气、持续愤怒、反复发生肢体冲突)	你伤害了我, 我就用我强烈的愤怒(发脾气)来惩罚你、控制你, 好让我达到目的! 怀恨在心是我的生活方式。	当你不让我满意时, 我很可能冲你发怒, 甚至可能和你发生肢体冲突。如果我不打你, 我可能会打自己。你必须明白, 这是我的错, 不是我的错; 我控制不了我的愤怒。	我要你给我想要的东西, 这样我就不会难受。你的感受不重要。我从不考虑我的行为如何影响别人, 只考虑你的行为如何影响我。 *自私; 愤怒; 怨恨; 暴力; 暴怒; 缺乏自控; 争论; 苦毒的嫉妒; 好争吵	我的愤怒不能成就上帝的义: 加拉太书 5:19-21 以弗所书 4:29-32 雅各书 1:19-20; 3:13-18

7. 短暂的、与压力相关的偏执观念或严重的解离症状	如果你没有做我以为你说过的话，即使你认为自己没有做过这件事，我可能会极度恐惧。我应当免受一切伤害。	我认为我能处理被抛弃感的唯一方法就是解离（与现实脱节）。我也可能会偏执地怀疑你的动机，并因恐惧而回避你。	我想要你告诉我，说，我的想法和感受是真实的，尽管我会怀疑你说的话。我想让你知道，我害怕你，也不信任你。 *缺乏信任；猜疑；缺乏爱心；不真实；恐惧；邪恶的念头；缺乏自控	上帝是至高掌权的：创世记 18:13-14；45:8；50:20 历代志下 20:6-9 约伯记 3:25；12:7-25 诗篇 23；139 箴言 1:7；3:25-26；16:23；29:25 耶利米书 29:11 但以理书 3:17；4:24-37；5:18-31 约翰福音 3:3-8 使徒行传 2:23；4:28；17:24-28 以弗所书 1:11；2:10 约翰一书 4:18
8. 至少在两个方面存在冲动行为，且可能具有自我伤害性	我需要在现在就给我想要的东西，因为我很伤心，而你应当在我想要的时候给我想要的/需要的东西。	当我决定做某件事时，我就会说做就做。我想要即时满足；我不考虑可能会有不良后果。	没有人能改变我的想法：我想要什么就要得到什么！我不希望你告诉我，我想要的或我的行为方式很幼稚、具有自毁性或切实际。 *不耐烦；自私的野心；贪婪；私欲；忘恩负义；悖逆	上帝希望我成熟，而非幼稚：诗篇 130:5；131 箴言 22:15 罗马书 6:11-18 哥林多前书 13:11；14:20 雅各书 1:3-8 彼得前书 1:13-14

感觉	触发因素	反应	内心的索求	上帝的话语
9. 反复的自杀行为、姿态、威胁，或自伤行为	当我感到被你背叛时，我的感受太强烈，我无法承受，活不下去，所以我认为我必须立即做点什么，让这些不好的感觉消失。	压力、伤害或愤怒对我来说太痛苦了，我承受不了。我可以通过自毁行为（暂时地）让那些感受消失。如果这些不起作用，那么我就会说我要自杀，或真的尝试自杀；我没有别的选择。	我不想承受任何痛苦。我不知道除了惩罚自己来麻木痛苦，或通过自毁来体验肾上腺素冲击之外，还能怎样安抚自己。 * 恐惧；缺乏信任；自私；缺乏爱心；缺乏自控；悖逆；不顺服；暴力	我属于主，他应许了、也给了我出路：出埃及记 20:3 哥林多前书 6:19 - 20；7:23；10:13 哥林多后书 10:3 - 5 希伯来书 4:15 - 16

更多有关盼望的经文

诗篇 39:7 ; 130:5 – 8 ; 146:5 – 7 ; 耶利米哀歌 3:21 – 27 ; 罗马书 5:2 – 5 ; 15:13 ; 歌罗西书 1:19 – 27 ; 帖撒罗尼迦前书 5:8 ; 帖撒罗尼迦后书 2:16 – 17 ; 提摩太前书 1:1 ; 提多书 1:2 ; 2:13 ; 3:7 ; 希伯来书 3:6 ; 6:18 – 19 ; 11:1 ; 彼得前书 1:3, 21 ; 3:15 ; 约翰一书 3:3

以下将更详细阐述边缘型人格障碍的九种症状；上方图表中列出了针对每种需要“脱去”的症状或行为所对应“穿上”的心灵经文（弗 4:20-24）。这些症状被划分为四个集群：身份认同障碍；情绪障碍；感知障碍；行为障碍。¹⁴

身份认同障碍

1. 身份认同障碍：显著且持续不稳定的自我形像或自我认知。

圣经目标：“学习活出我在基督里的身份。”

当帮助者开始与边缘型人格障碍者建立关系时（这绝非易事，因为这类患者很难信任别人），帮助者需效法保罗的榜样，“只在你们中间存心温柔，如同母亲乳养自己的孩子”，并要“劝勉你们，安慰你们，正如父亲待自己的儿女一样”（帖前 2:7, 11）。

（注：为确认帮助者是否实在地关心自己，边缘型人格障碍者会持续以各种破坏性的行为来“考验”对方。此时应始终引入团队其他成员，以免被“考验”的帮助者做出不智之举。）

14. Richard A. Moskowitz, *Lost in the Mirror: An Inside Look at Borderline Personality Disorder* (Dallas: Taylor, 1996), 33.

边缘型人格障碍者往往遭受过极其严重的伤害，其身份认同常停留在受害者模式。尽管他们是基督徒，但他们很难相信帮助者或上帝爱他们，也难以确信自己真如上帝所说的一样。在他们心中，自我认同随当下感受而流动。因此必须帮助他们明白：“凡神所洁净的，你不可当作俗物”（徒 10:15），且他们在认识基督后，旧有身份已彻底更新。

大卫·尼达姆（David Needham）指出，新生命之独特在于，我们与上帝之间的脐带“永不断裂”¹⁵。上帝的旨意是要我们始终倚靠他来获得生命与滋养。边缘型人格患者（还有我们所有人）之所以会遇到困境，是因为他们（在实质上）解开了自己的脐带，并试图将其连接到其他人或事物上。我们若指望他人供给生命（姑且如此形容），则对方终将枯竭——因唯有上帝能供应我们一切所需（彼后1:3-10）。

边缘型人格障碍患者难以活出基督里的身份，另一症结在于他们并不**觉得**自己是属基督的。比尔·吉勒姆（Bill Gillham）如此揭露魔鬼的诡计：“魔鬼将伪善者定义为‘行为与内心**感受**不符的人’¹⁶——即视**感受**为绝对真理。但吉勒姆提醒我们：伪善者实乃言行与真实身份（约一 3:1）相悖之人，与过往经历无关。例如：

受虐儿童所受的痛苦远不止身体或性方面的伤害；对信任的背叛会在受害者的余生中激起一阵阵痛苦、恐惧、愤怒、狂怒，并会使人屈从于试探去作出反应。然

15. David Needham, *Birthright: Christian, Do You Know Who You Are?* (Sisters, OR: Multnomah, 1999), 140.

16. Bill Gillham, *Lifetime Guarantee: Making Your Christian Life Work and What to Do When It Doesn't* (Brentwood, TN: Wolgemuth & Hyatt, 1987), 117.

而，比虐待本身更具毁灭性的是，有人任由此事定义自己的人生：怀藏苦毒；决意报复；拼命寻求甚至索要肯定，来对抗根深蒂固、顽固的安全感匮乏；深信“我必定是罪有应得”，背负本应全归施虐者的罪咎；认定“受害者就是我的本质身份”……（但）我们需要能够谈论它、为之哀恸，并在有需要时寻求恩典与怜悯。¹⁷

2. 长期的空虚感

圣经目标：“我已从虚空中被赎回：我的人生有了新目标。”

边缘型人格障碍患者所感受的空虚源于与他人的疏离感及身处世界中的孤独感。然而作为基督徒，边缘型人格障碍患者已从虚空中被赎回，并获得了新的人生目标：归荣耀于上帝。空虚感会引发各种成瘾行为，因为他们认为自己需要某人或某物来填补或麻痹这种空虚。一位被诊断为边缘型人格障碍的年轻女性曾对我说：“我想钻进男友的皮肤里，这样我才能感觉自己像个真实的人。”

但正如“这吗哪”（民 11:5）甚至“生命的粮”（约 6:32-35）对以色列人仍显不足一样，在边缘型人格障碍患者看来，上帝的恩赐也显得有所欠缺¹⁸。为什么？因为“人总是容易在基督以外寻求满足。我常选择平安与舒适而非耶稣……（但）保罗说我们已在他（基督）里面得了丰盛。只要我凭着这个真理行事，就没有什么能使我失去本已属于我的丰盛。”¹⁹

17. Wilkerson, *Redemption*, 22-23.

18. Timothy S. Lane and Paul David Tripp, *How People Change* (Winston-Salem, NC: Punch, 2006), 125.

3. 为避免在现实或想象中被抛弃而作出的疯狂努力

圣经目标：“我必须学会信靠上帝永不撇弃我，即使世人会如此。因此当我感到被抛弃时，不必采取过激行为。”

没有人喜欢遭到拒绝或遗弃。但对被诊断为边缘型人格障碍的人而言，这感受如同世界末日，是绝对灾难性的事件。边缘型人格障碍患者会不计代价避免被抛弃，表现为要么紧紧抓住、要么疏离被其视为抛弃源头的人。那位（看似）抛弃他们的人一定要被“惩罚”才行，这就是为什么他们会以暴怒或抑郁来回应这种感觉，或在二者之间摇摆。

边缘型人格障碍患者可以确信，基督永不会撇弃他们。帮助者也需要成为不离不弃的榜样，尽其所能对边缘型人格障碍患者信守诺言。但要知道，帮助者**终将**令患者失望，因为帮助者也是人，而患者怀有全然不切实际的期待与要求。正因如此，以团队形式帮扶边缘型人格障碍患者会更为有益。

边缘型人格障碍患者需要明白：上帝赐予他们能力去悔改，脱离所感受的暴怒或绝望的辖制，因上帝应许永不撇弃他们。他们也当时刻谨记，上帝永恒的赦免、同在与安慰**一直都在**。

上帝呼召牧人照管他所有的羊，并对牧养的质量有严格的要求。边缘型人格障碍患者惯于将问题归咎他人，或会引用如下经文来控诉责备牧者没有“按应有的方式”

照管他们！然而他们需要明白，上帝希望牧者“务要牧养在你们中间神的群羊，按着神的旨意照管他们。不是出于勉强，乃是出于甘心。也不是因为贪财，乃是出于乐意。也不是辖制所托付你们的，乃是作群羊的榜样”

（彼前5:2-3），这对他们是有益的。以西结书 34 章详述了上帝对离弃羊群的牧者所施行的严厉审判！

此外，牧者不可将羊群交托世俗照管或世俗智慧；事实上，“如果教会认为，医治灵魂的权威是那些拥有国家认可资质的心理健康从业者，教会就陷入危机”，因为上帝已将“这些人的生命托付给教会”。²⁰

情绪障碍

4. 因情绪显著反应而导致的情感不稳定（例如，通常持续数小时且极少超过数天的强烈发作性烦躁不安、易怒或焦虑）。

圣经目标：“我不必活在混乱中，而是可以经历超越人所能理解的平安。”

当边缘型人格患者因为各种原因，其感受无法令其满意时，他们就会失去平安，感到烦躁、焦虑和恐惧。他们迫切想找一个人来让自己感觉好一些，接踵而至的却是混乱与恐慌。

虽然我们通常认为，平静就是没有冲突或痛苦的感受，但我们可以来听听这个深刻的定义：“从圣经的角

20. David Powlison, “Cure of Souls (and the Modern Psychotherapies),” *Journal of Biblical Counseling* 25, no. 2 (2007): 30.

度来看，平安不是没有冲突，而是没有罪。”²¹ 我们都明白其中的意思：当我们认罪并得着赦免时，就会经历与上帝的和好——这未必意味着我们立时就会感觉良好。例如，想想耶稣在客西马尼的情形（太 26:39）。

保罗在腓立比书 4:9 祷告说：“你们在我身上所学习的，所领受的，所听见的，所看见的，这些事你们都要去行。赐平安的神，就必与你们同在。”我们并非仅仅作一次祷告或引用一节经文，然后“阿布拉卡达布拉”

（*abracadabra*），就能神奇地感受到平安。要经历“神所赐出人意外的平安”（4:7）这一神迹，我们就要践行上帝的话语（尽管我们的感受未必会立刻跟上），因他会赐下恩典，使我们能够顺服。

5. 不稳定且动荡的人际关系模式，特征是在理想化与贬低[自我/他人]两个极端间摇摆。

圣经目标：“我知他人必令我失望，因除上帝外无人完全可信。”

分裂指在理想化与贬低[自我/他人]之间来回摇摆。被诊断为边缘型人格障碍的人很难看到中间地带。在他们看来，人与事非黑（“一无是处”）即白（“完美无缺”）。发生这种情况时，对方明明刚把一番好意的你贬为垃圾，你很难继续去关爱这样的人。但要记住，帮助者同样不能凭感觉作出反应。发生这种情况时，对方明明刚把一番好意的你贬为垃圾，你很难继续去关爱这样的人。但要记住，帮助者也不能凭感觉来进行回应。

另一个有助于理解边缘型人格障碍患者“紧张人际关系”的概念是**投射性认同**（projective identification）。很多

21. Winston Smith, “Getting the Big Picture of Relationships,” *Journal of Biblical Counseling* 22, no. 3 (2004): 12.

人都知道什么是**投射**：将自身难以接受的情绪或想法归因于他人。但投射性认同是指，一个人将自己的情绪“投射”出去，而另一个人则将这些情绪“认同”为自己的感受。换言之，当边缘型人格障碍患者（无意识地）将自己难以接受的情感或冲动投射到帮助者（或家人、他人）身上时，帮助者会真实地感知到这些（通常是强烈/破坏性的）情绪，并将其误认为是自己的感受（而非患者的），进而产生迫切采取行动帮助患者的冲动。

这种行为模式可能源于边缘型人格障碍患者的原生家庭——当父母或他人将强烈情绪投射到他们身上时。所有孩童都有让父母“保持稳定”的需求，因为这是他们安全感的来源。而那些在长期需要“保持警惕”的家庭中成长的帮助者，更容易陷入这种体验。因此需要注意的是，如果帮助者感到一种要去照顾患者的强烈、迫切的冲动，或是产生与情境极不匹配的愤怒情绪，就很可能正在经历投射性认同。

此时团队协作尤为重要，既能帮助成员锚定现实，也能避免边缘型人格障碍患者通过诸如“你是唯一理解我的人，有些事我只告诉你……”等言论离间帮助者。帮助者误以为获得了患者的信靠而倍感特殊，其实上却会因为保守本不该保留的秘密而被孤立于团队之外。

必须教导边缘型人格障碍患者明白：生活中的他人并非上帝，而是罪人，因此他们对患者需求的回应不会是完美的。与所有人一样，边缘型人格障碍患者边缘型人格障碍患者需要学习明智地选择人际关系。上帝在他的话语中赐下了许多多原则，使我们能辨别他人是助力还是伤害。患者必须学会留意“危险信号”，如通过观察

一个人的生活方式，来判断他是前后一贯地活在圣灵里还是活在肉体之中。最重要的是，边缘型人格障碍患者要明白，指望别人来肯定自我价值，就是将别人当成了上帝。但这些“上帝”无法带来心灵的平安。

6. 不合理的强烈愤怒或难以控制的怒气（如频繁发怒、持续的愤怒、反复出现的肢体冲突）。

圣经目标：“我的愤怒不能成就上帝的义，我也没有权利施行报复。”

对多数边缘型人格障碍患者而言，愤怒就像无法控制的膝跳反射。他们与圣奥古斯丁描述自己暴怒时的情形极为相似。婴儿时期的奥古斯丁

“对长辈不服从我而感到愤怒，会因为那些不欠我服务的人不为我服务而愤怒，并用哭泣来报复他们……

“或者痛苦地怨恨……我生命的生养者居然不服侍我……甚至——尽管他们比我聪明——却不听从我心意的好恶……

“婴儿软弱的是四肢，而不是他的意志，是他的无辜。”是什么让我们称婴儿为“无辜”的？这是因为他没有能力站起来，去殴打那个没有按他的要求喂食他的人，而不是因为他有一颗无辜的心。如果婴儿的胳膊够强壮，他就会挥出一记右勾拳……为什么要把这一切看得这么重？……因为童年的“无辜”很快就会让位于更成熟的青少年和成人的自私。当孩子那曾经“柔弱”的肢体发育到与其苛求的心灵相匹配时，人们就要准备好面对完全成熟的暴怒了！²²

22. Robert D. Jones, *Uprooting Anger: Biblical Help for a Common Problem* (Phillipsburg, NJ: P&R Publishing, 2005), 53–54.

帮助者在倾听边缘型人格障碍患者那悲伤且往往充满悲剧色彩的故事时，必须始终带着同情。他们可能会认为，这个边缘型人格障碍患者是无辜的。尽管存在情有可原的情况，但帮助者必须牢记：我们不可将自己的罪恶反应归给别他人，因“孩童的动作，是清洁，是正直，都显明他的本性”（箴 20:11）。

约翰·麦克阿瑟（John MacArthur）这样解释加拉太书5章19至21节中的“愤怒”：“‘仇恨’导致‘争竞’（冲突）；‘嫉妒’（充满恨意的怨恨）导致‘恼怒’（突发的、不受约束的敌意表达）。‘嫉妒、凶杀、醉酒、荒宴等类似的事’代表了个人与群体之间的敌意。”²³ 所有这些对愤怒与暴怒的描述，都是边缘型人格障碍患者生活方式的表现。但无论受到什么挑衅，上帝都没有给基督徒报复（或发脾气）的权利，因为伸冤在他，他必报应。我们知道，愤怒只会引发更多的愤怒。

感知障碍

7. 因压力导致的短暂偏执观念或严重解离症状。

圣经目标：“上帝是全权掌管我生命的主，因此我能信靠他的看顾。”

边缘型人格障碍患者可能出现解离症状（不真实感或意识分裂）。这会令人思考这一问题：他们是否患有解离性人格障碍（dissociative identity disorder, DID, 旧称多重人格障碍[multiple personality disorder, MPD]）。两者的区别在于，边缘型人格障碍相关的解离发作是短暂的，而非持续性的。

23. John MacArthur, ed., *The MacArthur Study Bible* (Nashville: Thomas Nelson, 1997), 1798.

边缘型人格障碍患者对细微的排斥极为敏感，因此他们容易产生偏执心理，“‘小题大做’，（变得）好争论，且……时刻准备着对最轻微的潜在威胁或批评迹象进行反击”²⁴。除了**偏执**，患者也会产生**猜疑、恐惧、不信任、无理和执念**。受到这种困扰的人往往会与约伯产生共鸣：“因我所恐惧的临到我身，我所惧怕的迎我而来”（伯3:25）。他们具有自我防卫倾向，不愿相信这一点：上帝为他们所定的，是赐平安的旨意而非降灾祸的旨意（耶29:11）。

行为障碍

8. 至少在两个可能具有自我伤害性的领域表现出冲动。

圣经目标：“我需要在基督里成熟，并经历圣灵所结的节制的果子。”

冲动是尚未学会自控的孩童或不成熟之人的典型特征。尽管边缘型人格障碍患者在感受上时常如孩童一般，他们仍能认知自己并非孩童，并学会不受情绪驱使而如成人般行事。这并非意味着帮助者不应去体恤他们强烈的冲动情绪，而是指，当这些感受与圣经真理相悖时，帮助者要引导患者学习以真理而非感受为回应依据。

当我们感到必须顺服自己的感受时，这些感受就成了我们的上帝。但上帝能改变我们的心，只要我们仰望他。

当你允许耶稣进入你的身体成为你的救主时，你就不仅会从罪中得洁净，同样也能领受圣灵。这是一种无形无

24. Raymond J. Corsini and Alan J. Auerbach, *Concise Encyclopedia of Psychology* (New York: John Wiley & Sons, Inc., 1998), 620.

质、难以言喻的临在，却能在你身体运作的方式上产生可见、可度量的变化。你的身体被彻底改变。菲利普·凯勒（Phillip Keller）如此描述这神迹：“欺诈者变为诚实；卑劣者显出高贵；暴戾之人转为温柔；自私自利化作无私；刚硬心肠满有温情；软弱之辈成为刚强……若没有上帝的灵掌管，人类那些恶意、仇恨、苦毒、嫉妒、宿怨、妒忌和其他可憎的心态，都或许能用一个漫不经心的耸肩或勉强挤出的假笑掩盖起来。”

世上没有任何事物能使人发生如此彻底的改变。环境或他人不再决定你内在的光景。如今你能以无条件的爱、喜乐、平安、忍耐、恩慈、良善、信实、温柔和节制来回应生命中那些难缠的人。当你顺服上帝的灵，那无限无尽的供应就会流向你——无论你经历的是微小的烦扰还是巨大的悲剧，这供应都绰绰有余。²⁵

因此边缘型人格者若能选择相信**边缘型**这一标签不能定义他们，唯有**上帝的儿女**才是其真实身份，他们就能发生根本性的转变，因为他们已经不再是上帝的仇敌了：

你为自己多年站在恶龙身侧而羞愧，独自瑟缩在角落，感到自己被撇弃了，低头盯着地面，直到耶稣向你走来。他用手指托起你的下巴，使你抬头与他四目相对，告诉你：你的罪已得赦免，你的仇敌已被击败，你的生命已得自由；如今上帝是你父亲，新生命是你的礼物，天堂是你的家园。当泪水划过你的脸庞，耶稣嘱咐你要永远记住——要像他那样看待自己，不要根据你曾做过的事或遭遇过的

25. Brandt and Skinner, *The Word for the Wise*, 176.

事来定义自己，不是因你如何，乃是单凭他作为你得胜的君王而为你所成就的事。²⁶

9. 反复出现的自杀行为、企图或威胁，或自残行为。

圣经目标：“我是属主的，他必为我开一条出路。”

边缘型人格障碍患者常认为威胁（或尝试）自杀是摆脱痛苦的唯一途径。我曾接触过一位边缘型人格障碍女性患者，因某夜我未立即回电（尽管当晚值班的是另一位治疗师），她企图自杀，结果服药过量。我事先已告知她当晚我会在医院陪产。这位边缘型人格障碍患者在重症监护室昏迷超过一周才恢复意识。帮助者可能永远无法确定对方是否“只是”在威胁，但绝不可忽视任何自杀威胁。

“扬言自杀者不会真的付诸行动”，这是一种谬见。帮助者必须询问对方是否有具体的自杀计划，若得到肯定答复，则对方所处的危险就更大了。若对当事人安全存疑，帮助者必须立即拨打 911。

自残行为，比如割腕，是边缘型人格障碍患者感到自己活着或者逃避痛苦的另一种方式（这样做的人说割腕“感觉很好”）。对那些割腕的人来说，这通常是他们知道的唯一的宣泄方式；所以他们把自己割得越来越深，试图把所有的痛苦都流出来。²⁷

正如韦尔契（Edward Welch）所言：“自残者通常是想活下去的；他们只是不知如何与激烈情绪共处。”²⁸

26. Mark Driscoll and Gerry Breshears, *Death by Love: Letters from the Cross* (Wheaton, IL: Crossway, 2010), 46.

27. Wilkerson, *Redemption*, 2.

28. Edward T. Welch, “Self-Injury: When Pain Feels Good,” *Journal of Biblical Counseling* 22, no. 2 (2004): 32.

他鼓励自残者放慢脚步，对正在发生的事进行思考。自残循环有其原因，但很快会变成自动反应。情绪支配着你的行动，使你机械地作出反应。谎言会成为生活方式，将你与爱你并可能帮助你的人隔开。是的，当内心尖叫越来越响时，当你感到唯一出路即将被堵时，放慢脚步看似危险。但还有另一条路。这是智慧之路，而有智慧的人是通过省察自己的行为来踏上这条路的。²⁹

当然，人一旦陷入这种循环，就很难停止。但边缘型人格障碍者若允许爱他们的人陪伴他们并教导他们这些真理，就能得着圣经的智慧：

你不是为了别人而伤害自己。相反，这与你有关，与你如何让自己的生活正常运转有关……如果你不断陷入自残，就会发现这种行为其实比看上去更有意图。你在做自己想做的事。如果你没有从过去的自我虐待中吸取教训，说明你并不想改变。如，你有没有在自己和自残手段之间设置屏障？³⁰

“屏障”是指，要有人提醒自残者，他们“被罪玷污的血永不能赎罪，永不能安抚（他们）愧疚的良知，永不能满足圣洁上帝的忿怒，永不能向上帝发出纯净的求救”。³¹ 毕竟，上帝不会“勉强拯救”我们——“技术上最终免下地狱，却实际让我们在过程中绝望”。³²

“屏障”也是指，要有人提醒自残者，他们“有一位至高的大祭司，[他曾代替他们受苦，并且]……

29. 同上。

30. 同上，35，40。

31. Wilkerson, *Redemption*, 72.

32. 同上，155。

体恤[他们]的软弱”，使他们能“得怜恤，蒙恩惠，作随时的帮助”（来 4:14-16）。

心理治疗

针对边缘型人格障碍，有很多种治疗方案，而治疗取向取决于辅导者所持的心理学理论流派。然而，研究文献表明，无论沿用哪一种理论，该病症患者的预后都非常糟糕，通常需要长期治疗（八至十年）：

这种障碍的治疗是一个长期的过程，因为症状已经持续了很久，并且影响了患者生活的许多方面。以洞察力为导向的疗法可能会有帮助，但研究表明，认知行为疗法正受到越来越广泛的支持。换句话说，患者和治疗师会共同观察患者的想法和行为，记录特定行为的发生次数，并制定计划，逐步减少那些被视为消极的想法和行为。联合疗法或许是最有效的，但无论采用哪种方式，都需要投入大量的时间和精力……长期治疗几乎总是必需的。³³

不过，较晚近的研究者指出，“在治疗边缘型患者的初期试错阶段，人们在该疾病的基因和神经生物学相关因素的认识有迅速增长。”³⁴ 此外，从神经科学视角获得的知识证实，边缘型人格障碍患者可以学会利用前额叶皮层去思考和处理高度情绪化的想法与行为（这些想法与行为可能源于过度活跃的杏仁核）。正因如此，一位心理学家认为，所有的心理疗法都有帮助，因为这些方法会“直接与大脑对话”。³⁵

33. AllPsych.com, “Borderline Personality Disorder” (2011), 见<http://allpsych.com/disorders/personality/borderline.html>。

34. Mark Moran, “Long Journey Led to Advances in Understanding, Treating BPD,” *Psychiatric News* 46, no. 6 (2011): <http://psychiatryonline.org/newsarticle.aspx?articleid=108369>. <http://psychiatryonline.org/newsarticle.aspx?articleid=108369>.

已被证明对边缘型人格障碍症状有效的心理疗法包括：辩证行为疗法、心智化疗法、移情焦点疗法、图式疗法、支持性心理疗法、情绪预测与问题解决系统训练（systems training for emotional predictability and problem solving, STEPPS），以及结合动态导向疗法的普通精神科管理。³⁵

实证研究表明这些疗法均有效果。玛莎·林内翰（Marsha Linehan）博士近期开发了一种名为辩证行为疗法（dialectical behavior therapy, DET）的治疗方法。玛莎·林内翰年轻时曾因一些问题而入院。她现在认为，这些问题当时应该被诊断为边缘型人格障碍。根据自身经历与研究，她认为“（对边缘型人格障碍患者而言，）真正的改变是可能的。新兴的行为主义学科指出人们可以习得新行为，而行为改变最终能影响深层情绪”。³⁷ 林内翰博士称行为主义为“新兴”学科，但这一学科早在早期心理学家的工作中就已经有了萌芽，并由J. B. 华生（J. B. Watson）在1913年正式创立。³⁸

虽然有人将辩证行为疗法誉为治疗边缘型人格障碍的良方，但也有观点认为它绝不算灵丹妙药。³⁹ 辩证行为疗法及其他大多数疗法确实显示，“绝大多数边缘型人格障碍患者的症状能得到缓解，且这种缓解往往会逐

35. Moran, “Gabbard Weds Neurobiology Psychodynamics in BPD Treatment.”

36. Moran, “Long Journey Led to Advances in Understanding, Treating BPD.”

37. Tara Parker-Pope, “Coming Out with Mental Illness” (2011), 见

<http://well.blogs.nytimes.com/2011/06/23/coming-out-with-mental-illness/?ref=health>.

38. Corsini and Auerbach, *Concise Encyclopedia of Psychology*, 87.

39. Randi Kreger, “Stop Walking on Eggshells: When Someone in Your Life Has Borderline or Narcissistic Personality Disorder” (2011), 见<http://www.psychologytoday.com/blog/stop-walking-eggshells>.

渐趋于稳定……但关键在于，研究也发现只有一半患者能获得良好的社会与职业功能，(并且)可能仍然无法维持长期的亲密关系或工作。”⁴⁰

尽管这些心理疗法有助于缓解边缘型人格障碍的症状，却无法提供根治之策。然而许多人认为脑科学研究将证明药物可以治愈该病症。虽然药物确实能“缓解某些严重致残的症状(但)预计并不能改变长期存在的人格特质或行为”⁴¹。另一位精神科医生直言：“没有专门治疗边缘型人格障碍的药物。药物或许有时能帮助控制该病症的特定症状或可能出现在治疗病程中的急性病症”⁴²。可见，无论是心理治疗还是药物治疗，都无法根治边缘型人格障碍。鉴于精神类药物存在诸多副作用，采用药物缓解症状时需权衡风险与收益。

运动与营养(包括健康饮食和保健补剂)已被证实对抑郁、焦虑和情绪波动有益。既然上帝告诉我们，我们的身体是他的圣殿，我们就有责任用身体荣耀他(林前6:19-20；10:31)。因此，较为明智的做法是在这些风险较低的辅助领域进行研究。(这本小册子后面附有营养/药物方面的参考读物。)

圣经辅导者实用指南

由三至四位圣经辅导者组成团队、而非单独一人进行辅导，是辅导边缘型人格障碍患者最有效的方式。原因如下：

40. Mark Moran, “BPD Researcher Searches for Puzzle’s Missing Piece.”

41. Kreisman Straus, *I Hate You—Don’t Leave Me*, 139.

42. Moskovitz, *Lost in the Mirror*, 111.

1. 虽然边缘型人格障碍者并非有意如此，但他们确实会消耗辅导者大量精力。因此，辅导团队需要彼此鼓励、互相代祷，以爱心和恩典持续扶持这类受助者。

2. 边缘型人格障碍者会试图“分裂”他们的辅导者（参见前文图表第5点及“情绪障碍”章节第5点），因此团队**必须**承诺，绝不与边缘型人格障碍患者有任何单方面保密的事情。最好的情况是，在任何特定时间，团队中都有不止一人与该患者互动（也就是说，团队中任何人做关于该患者的决定时，都必须与另一名团队成员协商）。

3. 当辅导者感到被（通常不知感恩的）边缘型人格障碍者“利用”时，难免会产生愤怒，但他们仍被呼召要活出圣灵果子的榜样。当他们的心经历试炼、考验和激怒时，需要上帝赐下恩典，使他们能顺着圣灵而行，并将这生命之道示范给所要服侍的对象：

这样，怎么说呢？我们可以仍在罪中，叫恩典显多吗？断乎不可。我们在罪上死了的人，岂可仍在罪中活着呢？……所以，不要容罪在你们必死的身上作王，叫你们顺从身子的私欲。也不要将你们的肢体献给罪作不义的器具；倒要像从死里复活的人，将自己献给神，并将肢体作义的器具献给神。因为罪必不能作你们的主，因你们不在律法之下，乃在恩典之下。（罗6:1-2,12-14）

4. 所有辅导者都必须教导边缘型人格障碍患者：圣经不是律法（即，不是“只管去做”，即“上帝对他们的要求只是道德规条”），而是那“荣耀、释放、改变生命的

福音福音真理。”⁴³ 有了这样的教导，他们就会开始经历

以上帝的方式而活所带来的果子：他将恩赐带入我们的生命，如同果园结出果实——诸如对他人的情感、对生命的热情、内心的安宁。我们培养出坚持到底的意愿、内心的怜悯，并坚信万物和所有人都充满神圣性。我们发现自己能够信守承诺，不再需要在生活中强求，而是能够明智地调动和引导自己的精。律法主义对此毫无助益，而只会成为阻碍。凡属基督的人，一切与随从己意、盲目回应世俗需求相关的事物都被彻底治死——钉在十字架上。既然我们已选择这种生命，即圣灵的生命，就当确保我们不仅将其视为头脑中的观念或心中的感动，更要在生活每个细节中活出其含义。这意味着我们不会彼此比较，仿佛我们有优劣之分一般。

（加 5:22 - 26）

5. 辅导者要意识到，之前试图医治这一病症的人会错误地认为其中的“问题太深，是圣经辅导无法解决的。”⁴⁴ 但辅导者必须确信，他们“已经被耶稣救赎，并且他们所传讲的盼望是世上任何疗法、药物或互助小组都无法比拟的。”⁴⁵

43. Elyse M. Fitzpatrick and Jessica Thompson, *Give Them Grace: Dazzling Your Kids with the Love of Jesus* (Wheaton, IL: Crossway, 2011), 19.

44. Edward T. Welch, “Is Biblical-Nouthetic Counseling Legalistic? Reexamination of a Biblical Theme,” *Journal of Pastoral Practice* 11, no.1 (1992):6.

45. Wilkerson, *Redemption*, 173.1 (1992):6.

6. 几乎所有边缘型人格障碍患者都非常聪明，无论是高功能还是低功能的患者，都有能力完成功课。例如，让患者写下引用的经文，将自己的名字代入到经文中，甚至背诵那些让他们特别有共鸣的部分（诗 119:11）。另见附录中的示例图表，这里展示了一种有效的方法，边缘型人格障碍患者可以据此来整理自己的感受和经文。当他们感到难以承受时，会发现自己可以将其当作便利的参考内容。帮助者永绝不能忘记：人无法改变他人；唯有藉着祷告、上帝的恩典与圣灵的能力，心灵才能发生改变。

给帮助者的勉励经文

以赛亚书 55:13；以西结书 34；使徒行传 20:24 - 37；罗马书 5:1 - 4；15:1 - 6, 13；哥林多前书 1；2；13；哥林多后书 1:3 - 14；3:12；加拉太书 1:3 - 12；3:1 - 13；5:11；歌罗西书 1；帖撒罗尼迦前书 2:2 - 10；2:19；提多书 2:1 - 3:8；雅各书 1:5；2:17 - 18；彼得前书 3:8 - 17

结论

当一个人“放弃所有相争的盼望”时，盼望就会实现。“对以色列人来说，那是呼召他们放弃敬拜一切别的上帝，将生命交托给独一真上帝。”⁴⁶ 对于被诊断为边缘型人格障碍的人和他们的帮助者来说，这意味着放弃那些通过心理学理论或技术、或者通过各种上瘾（圣经称之为“偶像崇拜”）来获得生命的虚假盼望，转而寄希望于在基督里找到的盼望。

46. 同上, 154。

与基督相争的盼望都是虚假的，因为这些盼望建立在建立在“只要更信靠耶稣”就能带来内心的改变[这种错误观念上]。⁴⁷ 我们可以以帮助在会众中引发混乱的一位女性边缘型人格障碍成员为例，来看看文章《对边缘型人格感到困惑》（“Bewildered by the Borderline Personality”）中给出的建议：“教会及其领袖可以帮助这些人改善行为表现，平息情绪的剧烈波动，并减少对会众的干扰。”⁴⁸

这一案例中的技巧颇有助益：设定坚定的界线；避免鼓励过度个人化的关系；在感到沮丧或疲惫时，不要轻易撤回或终止牧养关系。值得注意的是，教会对边缘型人格患者始终如一的关爱，切实地帮到了她，使她更加理解上帝的爱，帮助教会“在更多地了解自己内心的愤怒和幼稚的表现的同时，践行圣经的教命，去爱那些难以去爱的人。”⁴⁹ 但要留意的是，教会对这位女性的目标聚焦于帮助她“提升功能……更好地应对症状……降低各种障碍”，而非着眼于圣经中有关效法基督的盼望。

然而，“只要你们在所信的道上恒心，根基稳固，坚定不移，不至被引动失去”，或被“花言巧语迷惑”（西 1:23；2:4），就会有真实的盼望。无论是圣经辅导者还是被诊断为边缘型人格障碍的人，都不应当被“许多将人……引离基督和他的恩典”⁵⁰且无法带来任何盼望的“各种替代性的、令人改变的理论”所欺骗。唯有

47. Lane and Tripp, *How People Change*, 29.

48. Enos Martin and E. A. Vastyan, “Bewildered by the Borderline Personality,” *Leadership* (Fall 1989): 45.

49. 同上, 48.

50. Lane and Tripp, *How People Change*, 36.

赐平安的神亲自使你们全然成圣。又愿你们的灵，与魂，与身子，得蒙保守，在我们主耶稣基督降临的时候，完全无可指摘。那召你们的本是信实的，他必成就这事。（帖前5:23-24）赐平安的神亲自使你们全然成圣。又愿你们的灵，与魂，与身子，得蒙保守，在我们主耶稣基督降临的时候，完全无可指摘。那召你们的本是信实的，他必成就这事。（帖前5:23-24）

（所以，哪怕你正挣扎于被诊断为边缘型人格障碍，）你若属基督，就仍有盼望！这不在于你是谁或你知道什么。你的盼望就是耶稣！他活在你里面，因此你就有理由为每一个新的日子而欢欣。如今活着的不再是你，乃是基督在你里面活着！⁵¹

我知道改变的盼望是可能的，因为上帝应许了这一点。我从与边缘型人格障碍患者相处的亲身经历知道了这一点——他们曾对我殴打、踢打、扔食物、吐口水、威胁（用枪和刀）以及掐脖子等行为（还有其他种种！），我也知道，对于那些学会随圣灵而行并在上帝的平安中安息的人来说，改变确实发生了。尽管帮助者可能不会做类似殴打等行为，但所有基督徒都在努力不越过那同一条“界线”——即肉体与圣灵之间的界线！

这意味着所有基督徒——无论是否患有边缘型人格障碍——都面临着同样的内心争战：凭信心而活。为此，我们必须“持定摆在我们前头指望的人，可以大得勉励。我们有这指望如同灵魂的锚，又坚固又牢靠”（来6:18-19），并牢记“从前所写的圣经都是为教训我们写的，叫我们因圣经所生的忍耐和安慰，可以得着盼望”（罗15:4,13），靠着圣灵的能力在盼望中得丰盛。

51. 同上, 19。

附录 作业范例: 我的感受与上帝的话语*				
感觉	触发因素	省察内心的驱动	脱去什么, 穿上什么	上帝的话语
悲伤	母亲去世的周年纪念日。	我不是自己希望成为的那种女儿。妈妈并不真正了解我, 我也不了解她。这让我难过。我为自己没有努力去了解她而感到内疚。十四年过去了, 独自前往加州参加她葬礼的记忆依然令我伤心。大家都为能回家过圣诞节而高兴, 而我却是回家参加葬礼。	我需要脱去自我定罪, 穿上上帝的赦免和来自天上的和好的盼望。	“我岂能使他返回呢? 我必往他那里去, 他却不能回我这里来。” (撒母耳记下 12:23) “众先知也为他作见证说: 凡信他的人, 必因他的名得蒙赦罪。” (使徒行传 10:43) “如今, 那些在基督耶稣里的就不定罪了。” (罗马书 8:1) “自己知道那叫主耶稣复活的, 也必叫我们与耶稣一同复活, 并且叫我们与你们一同站在他面前。” (哥林多后书 4:14)

* 本内容经 Jane Pappenhagen 授权使用, 授权经由与作者的私人通信取得。

悲伤与愤怒	结婚周年纪念日与几年后的离婚。	我曾以为我们会一直在一起，直到一方离世。我信任他的承诺。对于自己在婚姻破裂中应负的那份责任，我感到难过。50%的婚姻会失败，而我们成了其中一对。这让我们难过。令我愤怒的是，我尝试了各种方法，想要说服他不离开，却全都无济于事。我难过的是，他既不原谅我的过错，也不承认我在改变，与他相处的方式上所做的努力。回想起那背叛、震惊和混乱，我既伤心又愤怒。我因自己的愚蠢、自私和罪而痛心。	我需要脱去自我定罪，不断领受上帝的赦免。我需要相信上帝的主权，确信我目前的生活就是他对我的旨意。我可能还需要为我的仇敌祷告，尽管我对此已经感到疲倦，因为我看不到任何改变的迹象。	“只是我告诉你们，要爱你们的仇敌，为那逼迫你们的祷告。”（马太福音5:44） “如今，那些在基督耶稣里的就不定罪了。”（罗马书8:1） “主怎样饶恕了你们，你们也要怎样饶恕人。”（歌罗西书3:13） “凡事谢恩；因为这是神在基督耶稣里向你们所定的旨意。”（帖撒罗尼迦前书5:18）
-------	-----------------	---	---	--

感觉	触发因素	内心索求	脱去与穿上	上帝的话语
悲伤、困惑、愤怒、被定罪	午餐时，我的好朋友当面指责我，说我有责任确保我的孩子们尊重他们的父亲。	我对这番批评毫无准备，它来得猝不及防。尽管我解释了我的立场——因为孩子们现在都已成年，如何尊重父亲是他们自己的责任，我也不批评他们的父亲——但她仍然不满意。她拒绝把他看作我的仇敌，只把他看作我孩子的父亲。这让我开始质疑自己一直以来的立场。	我需要脱去她给我的定罪，安息在自己所做的决定中——让孩子们自己去摸索如何尊重父亲，如果他们来问我，我会帮助他们。我需要为他和孩子们的批评而放下因她的批评而对她的愤怒，允许她有我自己的看法，而不必认为我必须同意她，或说服她我是“对”的。我需	“倘若这人与那人有嫌隙，总要彼此包容，彼此饶恕；主怎样饶恕了你们，你们也要怎样饶恕人。”（歌罗西书 3:13）

对工作感到厌倦	工作枯燥无味。我很少学到新东西。几乎任何事情我都能不费力气地完成。	我厌倦了做这些事，仅仅因为总得有人做。这么多年过去了，我应该配得一份自己喜欢的工作。	我需要脱去“我配得一份自己喜欢的工作”这一错误信念，穿上“无论做什么，都是为主而做”的态度。我需要脱去抱怨，接受我的工作为主所赐的礼物，并为此感恩！	“你们也不要发怨言，像他们有发怨言的，就被灭命的所灭。”（哥林多前书 10:10） “无论做什么，或说话或行事，都要奉主耶稣的名，藉着他感谢父神。”（歌罗西书 3:17） “凡事谢恩；因为这是神在基督耶稣里向你们所定的旨意。”（帖撒罗尼迦前书 5:18）
---------	-----------------------------------	--	--	---

感觉	触发因素	内心的索求	脱去与穿上	上帝的话语s
恐惧	当我抑郁时，我就被对孤独的恐惧所支配——害怕独自承担决定的责任	我在相信一个谎言：我孤身一人。	我需要脱去这个谎言，穿上真理——主与我同在。我还需要建立更深的友谊，成为信徒群体的一员（而不仅仅是去教会做礼拜）。我作为信徒，本不该独行，而应在群体中生活。	“我就常与你们同在，直到世界的末了。”（马太福音 28:20） “这样，你们不再作外人和客旅，是与圣徒同国，是神家里的人了；并且被建造在使徒和先知的基础上，有基督耶稣自己为房角石，各房靠他联络得合式，渐渐成为主的圣殿。你们也靠他同被建造，成为神借着圣灵居住的所在。”（以弗所书 2:19-22） “我总不撇下你，也不丢弃你。”（希伯来书 13:5）

恐惧	当有人去世时，我害怕自己可能也很快会死。我的父亲和哥哥都英年早逝，也许下一个就是我。	我配得长寿。	我需要脱去恐惧，穿上对上帝信靠——相信他所赐给我的年日。安息在上帝对我伟大的爱中。	“我的心哪，你要仍归安乐，因为耶和華用厚恩待你。” (诗篇 116:7) “在耶和華眼中，看圣民之死极为宝贵。” (诗篇 116:15) “我未成形的体质，你的眼早已看见了；你所定的日子，我尚未度一日，你都写在你的册上了。” (诗篇 139:16) “两个麻雀不是卖一分银子吗？若是你们的父不许，一个也不能掉在地上；就是你们的头发也都被数过了。所以，不要惧怕，你们比许多麻雀还贵重！” (马太福音 10:29-31) “爱里没有惧怕；爱既完全，就把惧怕除去。” (约翰一书 4:18)
----	--	--------	---	---

参考文献

- AllPsych.com. "Borderline Personality Disorder." 2011. Available at <http://allpsych.com/disorders/personality/borderline.html>.
- Asher, Marshall, and Mary Asher. *The Christian's Guide to Psychological Terms*. Bemidji, MN: Focus, 2004.
- Brandt, Henry, and Kerry Skinner. *The Word for the Wise: Making Scripture the Heart of Your Counseling Ministry*. Nashville: Broadman & Holman, 1995.
- Corsini, Raymond J., and Alan J. Auerbach. *Concise Encyclopedia of Psychology*. New York: John Wiley & Sons, Inc., 1998.
- The Diagnostic and Statistical Manual of the American Psychiatric Association, Edition IV*. Washington, DC: American Psychological Association, 1994.
- Driscoll, Mark, and Gerry Breshears. *Death by Love: Letters from the Cross*. Wheaton, IL: Crossway, 2010.
- Fitzpatrick, Elyse M., and Jessica Thompson. *Give Them Grace: Dazzling Your Kids with the Love of Jesus*. Wheaton, IL: Crossway, 2011.
- Gilbert, Greg. *What Is the Gospel?* Wheaton, IL: Crossway, 2010.
- Gillham, Bill. *Lifetime Guarantee: Making Your Christian Life Work and What to Do When It Doesn't*. Brentwood, TN: Wolgemuth & Hyatt, 1987.
- Hoffecker, Andrew W., ed. *Revolutions in Worldview: Understanding the Flow of Western Thought*. Phillipsburg, NJ: P&R Publishing, 2007.
- Jones, Robert D. *Uprooting Anger: Biblical Help for a Common Problem*. Phillipsburg, NJ: P&R Publishing, 2005.
- Kreger, Randi. "Stop Walking on Eggshells: When Someone in Your Life Has Borderline or Narcissistic Personality Disorder." 2011. Available at <http://www.psychologytoday.com/blog/stop-walking-eggshells>.
- Kreisman, Jerold J., and Hal Straus. *I Hate You—Don't Leave Me*. Los Angeles: Body Press, 1989.

- Lane, Timothy S., and Paul David Tripp. *How People Change*. Winston-Salem, NC: Punch, 2006.
- MacArthur, John, ed. *The MacArthur Study Bible*. Nashville: Thomas Nelson, 1997.
- Martin, Enos, and E. A. Vastyan. "Bewildered by the Borderline Personality." *Leadership* (Fall 1989): 42–48.
- Masterson, James F. *Psychotherapy of the Borderline Adult: A Developmental Approach*. New York: Brunner/Mazel, 1976.
- Miller, Michael. "Borderline Personality Disorder: Origins and Symptoms." *Harvard Mental Health Letter* 22, no. 12 (2006): 1–3.
- Moran, Mark. "BPD Researcher Searches for Puzzle's Missing Piece." 2011. Available at <http://psychiatryonline.org/newsarticle.aspx?articleid=108570>.
- . "Gabbard Weds Neurobiology and Psychodynamics in BPD Treatment." 2011. Available at <http://pn.psychiatryonline.org/content/46/7/11.1.full>.
- . "Long Journey Led to Advances in Understanding Treatment of Borderline Personality Disorder." 2011. Available at <http://psychiatryonline.org/newsarticle.aspx?articleid=108369>.
- Moskovitz, Richard A. *Lost in the Mirror: An Inside Look at Borderline Personality Disorder*. Dallas: Taylor, 1996.
- Needham, David. *Birthright: Christian, Do You Know Who You Are?* Sisters, OR: Multnomah, 1999.
- Parker-Pope, Tara. "Coming Out with Mental Illness." 2011. Available at <http://well.blogs.nytimes.com/2011/06/23/coming-out-with-mental-illness/?ref=health>.
- Powlison, David. "Cure of Souls (and the Modern Psychotherapies)." *Journal of Biblical Counseling* 25, no. 2 (2007): 29–36.
- . *Power Encounters: Reclaiming Spiritual Warfare*. Grand Rapids: Baker, 1995.
- Quick Reference to the Diagnostic Criteria from DSM-IV*. Washington, DC: American Psychiatric Association, 1994.
- Radmacher, Earl D., Ronald B. Allen, and H. Wayne House, eds. *The Nelson Study Bible*. Nashville: Thomas Nelson, 1997.

Smith, Winston. "Getting the Big Picture of Relationships." *Journal of Biblical Counseling* 22, no. 3 (2004): 2–14.

Tripp, Paul David. *Lost in the Middle: MidLife and the Grace of God*. Wapwallopen, PA: Shepherd Press, 2004.

Welch, Edward T. "Is Biblical-Nouthetic Counseling Legalistic? Reexamination of a Biblical Theme." *Journal of Pastoral Practice* 11, no. 1 (1992): 4–21.

———. "Self-Injury: When Pain Feels Good." *Journal of Biblical Counseling* 22, no. 2 (2004): 31–41.

Wilkerson, Mike. *Redemption: Freed by Jesus from the Idols We Worship and the Wounds We Carry*. Wheaton, IL: Crossway, 2011.

补充资料

情绪（如成瘾、愤怒、焦虑、抑郁、恐慌、羞耻、忧虑）：

Allender, Dan B., and Tremper Longman. *The Cry of the Soul: How Our Emotions Reveal Our Deepest Questions about God*. Colorado Springs: NavPress, 1994.

Anonymous. "Slow Awakening." *Journal of Biblical Counseling* 22, no. 2 (2004): 27–30.

Borgman, Brian S. *Feelings and Faith: Cultivating Godly Emotions in the Christian Life*. Wheaton, IL: Crossway, 2009.

Driscoll, Mark. "Demons Are Tormenting Me" and "He Raped Me." In *Death by Love: Letters from the Cross*. Wheaton, IL: Crossway, 2008.

Emler, Michael R. "Obsessions and Compulsions: Breaking Free of the Tyranny." *Journal of Biblical Counseling* 22, no. 2 (2004): 15–26.

Farley, William P. "The Poison of Self-Pity." *Journal of Biblical Counseling* 25, no. 3 (2007): 16–11.

Fitzpatrick, Elyse. *Because He Loves Me: How Christ Transforms Our Daily Life*. Wheaton, IL: Crossway, 2010.

Jones, Robert D. "Anger against God." *Journal of Biblical Counseling* 14, no. 3 (1996): 15–20.

———. "Learning Contentment in All Your Circumstances." *Journal of Biblical Counseling* 21, no. 1 (2002): 53–61.

Partain, Melissa. "Sex and Cyberspace." *Journal of Biblical Counseling* 22, no. 1 (2003): 70–80.

Powlison, David. "Anger in Action." *Journal of Biblical Counseling* 25, no. 3 (2007): 6–15.

———. "Predator, Prey and Protector: Helping Victims Think and Act from Psalm 10." *Journal of Biblical Counseling* 16, no. 3 (1998): 27–37.

———. "Sexual Sin and the Wider, Deeper Battles." *Journal of Biblical Counseling* 24, no. 2 (2006): 30–36.

- , ed. “Depression.” *Journal of Biblical Counseling* 18, no. 2 (2000): 2–56.
- , ed. “Depression II.” *Journal of Biblical Counseling* 18, no. 3 (2000): 2–60.
- Sande, Ken. *The Peacemaker: A Biblical Guide to Resolving Personal Conflict*. Grand Rapids: Baker, 1991.
- Selle, Andrew H. “The Bridge over Troubled Waters: Overcoming Crippling Fear by Faith and Love,” *Journal of Biblical Counseling* 21, no. 1 (2002): 34–40.
- Sigler, Chuck. “Panic Attacks: Listen to the Messenger.” *Journal of Biblical Counseling* 24, no. 2 (2006): 14–20.
- Smith, William P. “Full Disclosure: How God Tells the Story.” *Journal of Biblical Counseling* 24, no. 2 (2006): 42–46.
- Welch, Edward T. *Addictions: A Banquet in the Grave: Finding Hope in the Power of the Gospel*. Phillipsburg, NJ: P&R Publishing, 2001.
- . “Eating Disorders.” *Journal of Biblical Counseling* 24, no. 2 (2006): 9–13.
- . “Exalting Pain? Ignoring Pain? What Do We Do with Suffering?” *Journal of Biblical Counseling* 12, no. 3 (1994): 4–19.
- . “The Madness of Anger.” *Journal of Biblical Counseling* 25, no. 3 (2007): 26–35.
- . *When People Are Big and God Is Small*. Phillipsburg, NJ: P&R Publishing, 1997.

悲痛与苦难：

- Freeman, Penny N. “An Abuse Survivor Learns to Show Mercy to Her Abuser.” *Journal of Biblical Counseling* 21, no. 3 (2003): 42–45.
- Miller, Paul E. *A Praying Life: Connecting with God in a Distracting World*. Colorado Springs: NavPress, 2009.
- Nicewander, Sue. “I Was in Distress . . . Then I Thought . . .” *Journal of Biblical Counseling* 23, no. 2 (2005): 44–51.
- Piper, John. “Counseling with Suffering People.” *Journal of Biblical Counseling* 21, no. 2 (2003): 18–27.

Powlison, David, ed. *Journal of Biblical Counseling* 22, no. 1 (2004): 2–57.

———, ed. *Journal of Biblical Counseling* 23, no. 1 (2005): 2–64.

———, ed. *Journal of Biblical Counseling* 25, no. 2 (2007): 2–60.

Tripp, Paul David. “Keeping Destiny in View: Helping Counselees View Life from the Perspective of Psalm 73.” *Journal of Biblical Counseling* 13, no. 1 (1994): 13–24.

帮助者如何在辅导中有信心：

Adams, Jay. “Change Them . . . Into What?” *Journal of Biblical Counseling* 13, no. 2 (1995): 13–17.

Boyd, Jeffrey H. “An Insider’s Effort to Blow Up Psychiatry.” *Journal of Biblical Counseling* 15, no. 3 (1997): 21–31.

Emler, Michael R. *CrossTalk: Where Life & Scripture Meet*. Greensboro, NC: New Growth Press, 2007.

Lehman, Joseph P. “Believing in Hope: A Meditation on Hope, Expectations and the Nature of Faith.” *Journal of Biblical Counseling* 16, no. 2 (1998): 14–23.

Mack, Wayne A. “Developing a Helping Relationship with Counselees.” *Journal of Biblical Counseling* 13, no. 1 (1994): 5–12.

Nicewander, Sue. “The Discouraged Counselor.” *Journal of Biblical Counseling* 24, no. 2 (2005): 53–57.

Poirer, Alfred J. “Taking Up the Challenge.” *Journal of Biblical Counseling* 18, no. 1 (1999): 30–37.

Powlison, David. “The Ambiguously Cured Soul.” *Journal of Biblical Counseling* 19, no. 3 (2001): 2–7.

———. “Answers for the Human Condition: Why I Chose Seminary for Training in Counseling.” *Journal of Biblical Counseling* 20, no. 1 (2001): 46–54.

———. “The Sufficiency of Scripture to Diagnose and Cure Souls.” *Journal of Biblical Counseling* 23, no. 2 (2005): 2–14.

———, ed. *Journal of Biblical Counseling* 25, no. 2 (2007): 2–60.

Schwab, George M., Sr. “The Book of Daniel and the Godly Counselor.” *Journal of Biblical Counseling* 14, no. 2 (1996): 32–40.

- . “The Book of Daniel and the Godly Counselor: Part 2.” *Journal of Biblical Counseling* 15, no. 1 (1996): 52–61.
- Smith, William P. “‘I’ve Had It with You!’ Learning to Be Tender When People Are Tough.” *Journal of Biblical Counseling* 22, no. 1 (2003): 31–39.
- Tripp, Paul David. *Instruments in the Redeemer’s Hands: People in Need of Change Helping People in Need of Change*. Phillipsburg, NJ: P&R Publishing, 2002. Note in particular the appendices, 277–354.
- Tripp, Paul David. “Wisdom in Counseling.” *Journal of Biblical Counseling* 19, no. 2 (2001): 4–13.
- Tyler, David, and Kurt Grady. *Deceptive Diagnosis: When Sin Is Called Sickness*. Bemidji, MN: Focus, 2006.
- Welch, Edward T. “Who Are We? Needs, Longings, and the Image of God in Man.” *Journal of Biblical Counseling* 13, no. 1 (1994): 25–38.

动机/偶像：

- Going, Lou. “Modern Idolatry: Understanding and Overcoming the Attraction of Your Broken Cisterns.” *Journal of Biblical Counseling* 20, no. 3 (2002): 46–52.
- Powlison, David. “Idols of the Heart and ‘Vanity Fair.’” *Journal of Biblical Counseling* 13, no. 2 (1995): 35–50.
- . “X-ray Questions: Drawing Out the Whys and Wherefores of Human Behavior.” *Journal of Biblical Counseling* 18, no. 1 (1999): 2–9.
- Welch, Edward T. “Motives: Why Do I Do the Things I Do?” *Journal of Biblical Counseling* 22, no. 1 (2003): 48–56.

营养/药物：

- “Benefits of Folic Acid Proven to Help Depression” and “The Importance of B Vitamins and the Benefits of Folic Acid.” *Underground Health Reporter* (2011). Available at <http://undergroundhealthreporter.com/benefits-of-folic-acid-helps-depression>.
- Block, Mary Ann. *Just Because You’re Depressed Doesn’t Mean You Have Depression*. Hurst, TX: Block System, 2007. See also <http://www.blockcenter.com>.

“BPD Patients Respond to Omega-3 Fatty Acids.” *Psychiatric News* 38, no. 2 (2011). Available at <http://psychnews.psychiatryonline.org/newsarticle.aspx?articleid=105646>.

Carlat, Daniel. *Unhinged: The Trouble with Psychiatry—A Doctor’s*

Revelations about a Profession in Crisis. New York: Free Press, 2010.

Citizens Commission on Human Rights International. “CCHR: What We Believe.” 2011. Available at <http://www.cchr.org/>.

“Do Anti-Depressants Work?” *Underground Health Reporter* (2011). Available at <http://undergroundhealthreporter.com/do-anti-depressants-work>.

Fitzpatrick, Elyse, and Laura Hendrickson. *Will Medicine Stop the Pain? Finding God’s Healing for Depression, Anxiety and Other Troubling Emotions*. Chicago: Moody, 2006.

Fredericks, Carlton. *Psycho-Nutrition: A Medical Breakthrough in the Treatment of Mental and Emotional Illness!* New York: Grosset & Dunlap, 1976.

Hoffer, Abram. *Mental Health Regained: 18 Personal Stories of Recovery*. Toronto: International Schizophrenia Foundation, 2007.

Hoffer, Abram, and Andrew W. Saul. *The Vitamin Cure for Alcoholism: How to Protect Against and Fight Alcoholism Using Nutrition and Vitamin Supplementation*. Laguna Beach, CA: Basic Health Publications, 2009.

Kirsch, Irving. *The Emperor’s New Drugs: Exploding the Anti-Depressant Myth*. New York: Basic Books, 2010.

McMiller, S. I. *None of These Diseases*. Old Tappan, NJ: Power Books, 1984.

Pfeiffer, Carl C. *Nutrition and Mental Illness: An Orthomolecular Approach to Balancing Body Chemistry*. Rochester, VT: Healing Arts, 1987.

Ross, Julia. *The Mood Cure*. New York: Penguin Books, 2002.

关系：

Smith, Winston. “Wisdom in Relationships.” *Journal of Biblical Counseling* 19, no. 2 (2001): 32–41.

非信仰类辅导资料:

<http://www.borderlinepersonalitydisorder.com>.

<http://www.bpdcentral.org>.

主权:

Adams, Jay E. "Counseling and the Sovereignty of God." *Journal of Biblical Counseling* 11, no. 2 (1993): 4–9.

Bettler, John F. "Jesus' Way of Caring (Mark 4:35–41)." *Journal of Biblical Counseling* 22, no. 1 (2003): 81–84.

真理、悔改、饶恕、改变:

Lane, Timothy S. "Pursuing and Granting Forgiveness." *Journal of Biblical Counseling* 23, no. 2 (2005): 52–29.

Lane, Timothy S., and Paul David Tripp. "How Christ Changes Us by His Grace." *Journal of Biblical Counseling* 23, no. 2 (2005): 15–21.

Murphy, Tom. "On Prayer: Exodus 33:7–34:10, Matthew 6:5–13." *Biblical Counseling Through Song* (blog). December 7, 2011. Available at <http://www.biblicalcounselingthroughsong.org/>.

Powlison, David. "Psalm 51: Repenter's Guide." *Journal of Biblical Counseling* 20, no. 1 (2001): 21–39.

Ramsey, D. Patrick. "Judging according to the Bible." *Journal of Biblical Counseling* 21, no. 1 (2002): 62–69.

Sande, Ken. "Judging Others: The Danger of Playing God." *Journal of Biblical Counseling* 21, no. 1 (2002): 12–22.

Smith, William P. "Painstaking Truth for Painful Times." *Journal of Biblical Counseling* 21, no. 1 (2002): 23–33.

Welch, Edward T. "Boundaries in Relationships." *Journal of Biblical Counseling* 22, no. 3 (2004): 15–24.

“凯西·怀斯曼……她对所有圣经辅导工作都秉持极高的标准。这本实用的小册子也不例外……既有扎实的神学，又极其实用。”

——林诺·拉特利夫（Lynnora Ratliff）博士，心理学家

“这本小册子会为那些与这种属灵光景争战的人带来盼望，并会为那些服侍他们的人提供帮助。……我毫不保留地推荐这本小册子。”

——德尔·W·坎莱特（DeLL W. Canright），阿灵顿浸信会学院（Arlington Baptist College）圣经辅导系主任

边缘型人格、圣经与基督的身体

疯狂试图逃避不快的感觉。感到被抛弃。深度抑郁或极端愤怒。这些症状控制着边缘型人格障碍患者，因为他们强烈的情感主导了内心与选择，使人际关系充满不和与争竞，并且在他们看来，这些情感比上帝的话语或他的圣灵更真实。

但凯西·怀斯曼在这部详细、透彻且实用的研究中向我们表明，上帝的话语拥有解决之道，唯有他的圣灵能够医治边缘型人格障碍所造成的混乱。她坚信，信徒团队充满爱心的协助也至关重要。不仅如此，她还给了圣经辅导者十分丰富的信息，包括对这一障碍及其症状的分析、可用于辅导的练习，还有参考文献和资源列表。

圣经辅导协会（Association of Biblical Counselors, ABC）的“真实生命福音”小册子系列的宗旨，是将基督那永恒的盼望应用到现代信徒独特的挣扎中。

“福音不是虚无缥缈的概念，不是哲学，也不是静止的。福音能触动、塑造和更新[人的生命]。我很感谢圣经辅导协会的工作，他们让福音在这些真实生活中的忧伤与痛苦中显出了分量。”

——马特·钱德勒（Matt Chandler），德克萨斯州花丘市（Flower Mound, Texas）乡村教会（The Village Church）主任牧师

凯西·怀斯曼是德克萨斯州阿灵顿市（Arlington, Texas）的阿灵顿浸信会学院的兼职教授，持有认证基督教辅导员资格，是圣经辅导协会成员。