

專注生命的每一天

「平安喜樂」既然是基督徒度過短短數十寒暑的基調，我們應該日日祈禱、時時追求。

文／游常山

圖／Alice

信仰
專欄

行道體悟



時代轉變，不知不覺中，旅行的風氣愈來愈興盛了；日曆上的連續假期也越來越多。高速公路上車潮不斷，雖然只有三、四天，好多人也要到處奔波。其實這樣的玩法是很累人的，受不了的人就生病了，即使身體沒有微恙，也很容易催人老。

許多人把握假期出遊，其實是想在日復一日的生活中，增添生命的色彩，與親友共享歡樂時光，這也是無可厚非，畢竟旅遊是人生至樂之一。記得公元二千年以前的臺灣，旅遊一直是奢侈品，中下階層勞苦大眾多無福享受。如今不同了，臺灣人越來越看得開了，利用假期，親友相邀，或走馬看花，或佇足欣賞，輕鬆逍遙下，能讓人的心情變好。

其實大家都知道，快樂是很短暫的，每次出遊真的是百分之百都能令你快樂嗎？

那可不見得。很多人在旅途中「人算不如天算」，各種意外讓人掃興也就罷了，勞民傷財的事情，紛至沓來，真是讓人浩嘆，花錢找罪受，這是何苦？

上了七十歲的人，若在從前的標準都是「古稀高齡」，假期中跟著年輕人塞車出遊，結果勞累上身，回家調養甚久，深覺得不划算，有時候還憋了一肚子氣！

以恩賜專注每一天

何不以「智慧」為考量，從自己做起，不要趕場，不要在高速公路奔波。他山之石可以攻錯，如在歐洲的奧地利，七老八十的資深公民仍專注於自己擅長的事情，或是博物館導覽，或是自己做手工藝創作，甚至自己烤麵包、做點心，他們不會沉迷於打牌（其實是賭博）、不常聚餐唱歌、不愛喝酒發牢騷。他們懂得以特別的恩賜來珍惜每一天，尋求靈性的不斷成長。這些對生活態度的專注與敬虔，都令我們欽佩。

個人追求自己的長壽與快樂，既然已經是共識，而大環境看來，臺灣的總體經濟持續低度成長，目前執政者逐漸摸熟國民的集體心態：不能多賺錢，那就多放假吧！生命苦短，多點個人可以自主掌握的時間，與親愛家人好友共處，大家心情變好，勝過賺取有限的金錢。

「無論如何都要保持愉快的心情！」這樣的國民集體智慧，成為臺灣主流民意，政治人物追逐民意制定政策，一反封建時代的「風行草偃」，不過這也是臺灣人的福分！如果說客觀的政治經濟環境都準備給人民更多休閒時間了，那麼身為基督徒的我們，如何創造自己心情愉快的空間呢？

喜樂的心乃是良藥

最近有一項調查「長壽習慣排行榜」，冠軍揭曉，居然是：保持心情愉快。這麼簡單的習慣，卻又這麼難達成。

要時時刻刻保持心情愉快，前提是必須追求基督徒渴望的「平安喜樂」，求神施予恩典，讓我們保守自己的心。因此我們必須先敬畏神，每天數次找適當的時間、空間，跪下祈禱，懇求神賜予恩典。

《傳道書》早就告訴我們了：「既善又美的，就是人在神所賜給他一生有限的年日中吃喝，享受他在日光之下勞碌所得的一切，因為這是他的分」（傳五18，聖經新譯本）。

如果我們能領受到這些流傳數千年的人生智慧，就能保持良好的情緒；而好情緒是人生幸福的根本前提，因為情緒對健康的影響非常大。我們常看到長期心情抑鬱、高度緊張的人，極容易導致內分泌紊亂，帶來一系列的健康隱憂；反之，百歲人瑞都是天生樂觀的人，雖然歷經滄桑，仍然笑對人生。

「平安喜樂」既然是基督徒度過短短數十寒暑的基調，我們應該日日祈禱、時時追求；不過這是高標準，只要一息尚存，我們日日生活其中的人間溫情，總是治絲益棼，很難切割，至此受造者凡人如我們，也不得不承認人生旅途的究竟，早在《傳道書》就告訴我們的：「這是虛空，猶如補風。」

時間是最公平的

年初以五十三歲青壯年紀因食道癌過世的裕隆集團董事長嚴凱泰的個案，讓大家長吁短嘆，以他的集人間榮華富貴於一身的稟賦，不敵病魔突然降臨，短短幾年奪命，讓人的悲憫心情油然而生！每天新聞突發，數不完的人間離奇命運，往往讓人瞠目結舌，不知道神為何如此安排！

有人說時間是最公平的，塵世間的一切如此短暫，但是當前社會許多人不明白真理，成年以後就如此沉迷世界的名利場域而不能自拔，於是有人有的地方就有權力鬥爭。鬥輸者難免受到傷害，療傷的過程中有人很快再起，有人一蹶不振，這樣反覆無常的故事，使得我們對人生有很深的感嘆。很多人

加上一句，當初懂得沉潛低調，趁年輕考個公教人員，今天不就安享晚年了？

是這樣的嗎？人到一甲子的年紀，沒有累積的智慧，該擔心的難道只有錢？網路上半調子轉來轉去的智慧提醒，都告訴你，即便一世不缺物質供給，老本之外，老友與老伴更是不可缺，如果依照基督徒的說法，是一個恆久的「平安喜樂」的盼望，期待基督再臨，是我們此生終極的盼望。

結語

撒但在這個世界猖狂囂張，讓人經常在名利場域中身不由己，捲入權力鬥爭，讓我們忘記火熱地盼望基督再臨的初衷，只有看到昔日至親（今多故去）的照片，讓人剎那間如振聾發聵，甦醒過來。

如果能夠靜下心來禱告，傾聽神要告訴我們的聲音，就會知道，不宜浪費時間在舟車勞頓上，反而應該從容計畫，把握生命，以恩賜專注每一天。

「在任何環境下都要感謝，這是神為你們這些屬於基督耶穌的人，所定的旨意。」
（帖前五18，聖經新譯本）

願大家都能把握自己在塵世有限的日子，追求心中的喜樂，把信和愛當作護心鏡遮住胸膛，把得救的盼望當作頭盔戴上，追求真理，享受福杯滿溢的生命。 ❀

