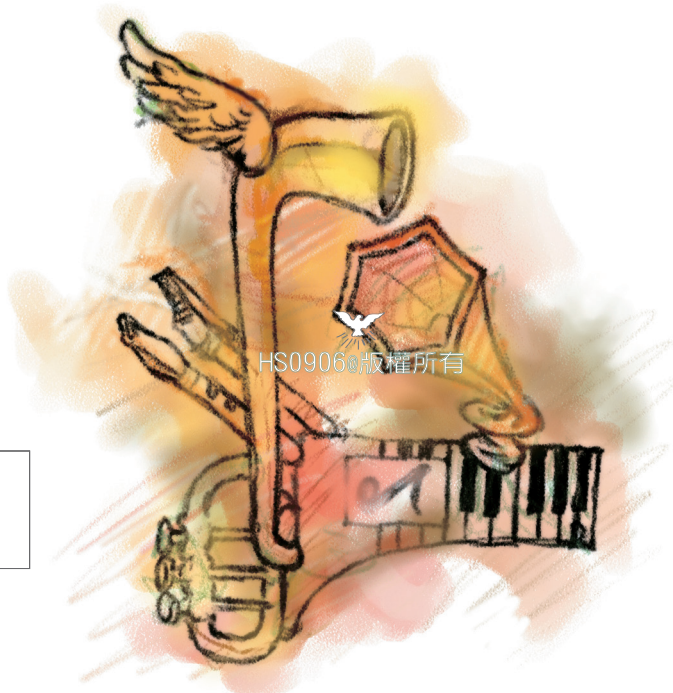


跳躍的音符在我家

文／小嫻 圖／尚仁



藝文專欄
心派生活



詩歌變成一種泡澡
加舒壓的最佳良方，
詩歌變成休閒娛樂
最好的餘興節目之一。

猶記得兒歌是從小爸爸媽媽給小嬰兒最好的陪伴，幾乎很少有人不是在爸爸媽媽的懷中哼唱度過。因此，在教會中長大的我們，自然而然可以隨口哼出好幾首教會的詩歌。

詩歌可以透過各種樂器而有更多的展現形式和創造性，然而嘴巴是主耶穌賞賜給每個人的，可以不用透過任何樂器，就可以隨時隨地歌頌主耶穌的偉大。

但是，很多人從小在教會就享有這種優勢，卻不懂得珍惜、感謝主耶穌給我們的恩典，唱詩好像感染不到從天父而來的喜悅和心靈的平安，實在值得深思。

其實，一天的生活當中，有很多機會都可以隨時唱詩歌歌頌神，如果你把唱詩歌當成是生活中很自然的一部分，甚至會發現在唱詩歌的過程中，一天的疲勞可以從中抒發，並且很多心靈的感動可以透過這些與大家分享。

一大早起來，就可以到戶外走走，邊大聲唱出詩歌感謝主耶穌創造大自然奇妙的作為；吃完早餐，又可以唱感謝歌，感謝主耶穌所賞賜的糧食；出發上班途中又可在車裡唱詩，求主耶穌賞賜我一天力量的來源，讓

我有智慧、體力去面對各種迎面而來的人事。歌聲繚繞在我四周感覺真好，更可以讓我作一個上班前的心靈洗滌；中午休息或上廁所也可以哼幾首平常自己很愛的詩歌；上班時間離開座位與人交談也可唱首詩歌與他人分享，搞不好還可以及時撫慰別人心裡的雜亂；辦活動前也可唱首振奮人心的詩歌激勵自己辦好每場活動；下班開車回家途中也可以隨意哼唱幾首讚美詩歌抒發一天的疲勞，唱出對主耶穌的感謝讓我又度過了順利的一天；上床睡覺時，家人都可以再繼續哼唱感謝主耶穌讓我們度過平安的一天。一天的生活下來，感覺充滿了感謝、有活力，因為主耶穌所賞賜的每一天都是有活潑盼望的。

其實自己不是一個天生愛唱歌的人，更不是有一副人人稱羨的歌喉，以前更不敢在眾人面前大聲唱詩，更不會隨時隨地想要用詩歌歌頌神的偉大，這個習慣可以說是受了先生的感染而慢慢養成的。

嫁給先生，常常看到他用他的嘴唇在作聖工，我也慢慢在其中倍受薰陶。開車有事沒事就來一首，有高亢的、甜蜜的、柔和的詩歌，在車中只有我們兩個人而已，更可以感受到被詩歌包圍的感動；洗澡也有事沒事就來一首；在家沒事或出門在外閒晃散步也來一首；我兩

沒話好講了也來一首……，久而久之，詩歌變成一種泡澡加舒壓的最佳良方，詩歌變成休閒娛樂最好的餘興節目之一。

因此，我不再懼怕自己的歌聲在別人眼中是如何，只要我想唱我就要把它唱出來，因此詩歌也變成我與小孩的最佳溝通方式之一。當我想不出有甚麼可以講的時候，讚美詩的歌曲就是隨時可以哼出來與小孩分享的方式之一。其次，詩歌也是我與家中親人、長輩溝通的方式之一。有時我看到周遭的人面帶憂愁，而我不知道用甚麼方式去安慰他時，我便會自己哼起歌來（更好的是歌詞內容剛好搭配此人目前所遭遇的困難）。雖然我不知道是否有達到效用，但是總覺得事情都在其中平安度過了。

唱詩歌不是只有到教會才能做的事，在教會以外的其他時間，讓我們有更多與神親近的不同體驗。因此，讓詩歌融入我們的生活，我們的生活將會更美好，而私下自我的追求長進將更形重要，努力把握機會背誦詩歌，並不斷練習，我相信詩歌將會成為我們生活中最好的朋友。

