

我要為祢的慈愛高興歡喜；因為祢見過我的困苦，知道我心中的艱難。

I will be glad and rejoice in your love,

for you saw my affliction and knew the anguish of my soul.



1 不想說的秘密

文／楊嘉慧 圖／尚仁

因為別人的軟弱而覺得受傷，其實更加顯露自己內心的脆弱。

在什麼樣的時候，會使你心裡藏著許多私密話，只想對著父神說呢？

是工作不順遂的窘境……

是應付不來的課業壓力……

是人際之間摩擦的餘恨……

是排除不掉的俗情雜慾……

是家庭失溫的無助脆弱……

是夫妻關係中潛埋的破裂因子……

是養育兒女的百般煩惱……

是生離與死別的悲情……

是信仰走下坡的軟弱……

是亮起紅燈的健康狀況……

是生活不再無虞的經濟危機……

是否，曾經有過一種體驗？那就是心裡有一些話，不想對身邊的人們說。倒也不是什麼「不能說的祕密」，其實只是「不想說的祕密」。

現今網路如此發達，但卻造成家庭關係疏離、叛道。人們將情感寄託在虛擬的網路世界，寧可在臉書及交友網站裡抒發自己隱藏的內心話，即使對方是個在「雲端不知處」的陌生人，卻反而讓人放心、毫無忌憚的坦露自我，但當面對真實生活中的人際處境時，反倒戒慎恐懼。

說出心裡真誠的話語，能夠深深打動對方的心，建構起彼此信任、依附的情感，難怪有些「迷網」的人，寧可為了陌生的網友而背棄家人，傷透他們的心。內心話的影響力，由此可見一般；只是可惜了，那些話並不是對著親密的家人說的。

× × × ×

若說哈拿心裡愁苦、痛痛哭泣的祈禱，只是為了向神求子；但我卻是不忍心見小女病情惡化而憂愁不已、切切悲傷禱告，替孩子向神求死，欲求她能解脫身體病苦的折磨。結果，神回應我，在禱告的數天後，孩子因洗澡時眼睛進水不適，她竟真稚哭嚷著對我說：「媽媽，我不要死……」自己心裡有數，神已經給了答案，所以停止了越分的禱告。的確，有些內心話是不可告人的，說出來只會傷人、傷己，唯一能說的對象似乎只有神。

令人難過的是，當神不肯垂聽的時候，真有如被打入地獄一樣痛苦，就連耶利米先知都曾親身經歷過。耶和華引導我，使我

行在黑暗中，不行在光明裡。祂真是終日再三反手攻擊我（哀三2-3）。祂築壘攻擊我，用苦楚和艱難圍困我（哀三5），祂用籬笆圍住我，使我不能出去；祂使我的銅鍊沉重。我哀號求救，祂使我的禱告不得上達（哀三7-8）。我就說，我的力量衰敗，我在耶和華那裡毫無指望（哀三18）。你看！不只我們，先知耶利米也曾經對神如此失望過呢！

話說回來，倘若連神都默不吭聲了，那這世上還有誰能聽我們的內心話而伸手援助呢？約伯對這件事可是很有看法的喔！他說：「你且呼求，有誰答應你？」（伯五1）、「人生在世必遇患難，如同火星飛騰。至於我，我必仰望神，把我的事情託付祂。祂行大事不可測度，行奇事不可勝數」（伯五7-9）。「將卑微的安置在高處，將哀痛的舉到穩妥之地」（伯五11）。

有些內心話，實在不適合拿出來說，除非你肯定那是造就人的。不然，大部分的內心話，其實都脫離不了為自己抱屈，或者是埋怨。曾經，我為了一件事難過一陣子，未曾對家人提起過，當然不是想隱瞞什麼，只是覺得說出來並不造就人，但悶在心裡實在挺難受，於是我寫了一封電子郵件，給一位性情沉穩、信仰不會受我影響的同靈，道出自己為了向某位弟兄請教聖經史料，而發現那弟兄的軟弱一面，讓我心裡很不舒服。果不其然，那位同靈並沒有針對我的抱怨做任何應和，當然更沒有將這些話傳了出去，反倒幫忙尋找相關的解經資料給我。事後我細細思量，因為別人的軟弱而覺得受傷，其實更加顯露自己內心的脆弱，況且不論這些內心話是不是榮耀神？有時候，我們只需要多多「體貼」別人的軟弱，就能輕易轉換自己的心境了。

我要為祢的慈愛高興歡喜；因為祢見過我的困苦，知道我心中的艱難。

I will be glad and rejoice in your love,

for you saw my affliction and knew the anguish of my soul.

說內心話，除了要謹慎思考是不是造就人之外，更要小心不能藉由說內心話而使自己成為毀謗人的工具，叫自己犯罪。天使長米迦勒，為摩西的屍首與魔鬼爭辯的時候，尚且不敢用毀謗的話罪責他，只說：「主責備你吧！」（猶9）。沒錯！想說出心裡的話時，不要牽扯別人的壞話，否則，因為批評別人而敗壞了自己，一點也不值得呀！

當然，有許多內心話都與「埋怨」相關連，尤其是埋怨神，老是覺得神對自己不夠好，為什麼倒楣事總是發生在我身上？別人看起來就是過得比我好。啊哈！埋怨神，祂可是不予回嘴的，隨你想怎麼說就怎麼說，但你可知道：埋怨神——是最不造就自己的！那只會讓自己的意志更加消沉，將神的恩典拋諸腦後，就像當年出埃及的以色列民一樣頑梗、無知。再說，耶利米即使對神失望過，但他後來也承認：「主雖使人憂愁，還要照祂諸般的慈愛發憐憫。因祂並不甘心使人受苦，使人憂愁。」（哀三32-33）

內心話，還是要小心說為妙，不僅要考慮神，想一想說出來之後是不是榮耀神的名；另一方面，也要顧慮自己的感受。逢人就說心內悲淒的苦情，不見得能減輕患難中的痛苦，甚至還會造成二度傷害。每當小女的病情再度陷入難以控制的景況時，我總是不愛開口向人訴苦，因為旁人根本無法理解與體會，說出來只會讓自己覺得更無助、心裡很受傷，這也難怪約伯責怨朋友，說他們安慰人反叫人愁煩，形容他們是無用的醫生了。

難道因為這樣，就將自己的內心話擺在心裡面，悶出病來嗎？那可不是！六年前，我在小女的病情甚為嚴重時，寫了一封信給一位兒科權威醫師的長輩，對他傾吐自己難以承受如此苦況的心情，以下擷取他回信的部分內容：「我完全可以體會妳照顧孩子的大費苦心，其實，照護這樣病症小孩的父母，比照顧血癌兒童的壓力更大，我是感同身受。只是，醫生總是客觀的看待病程，身為父母的角色總是比較主觀。近來藥物的選擇愈來愈多，只要注意按時服藥及平常的保養，其他的就交給專家和神去處理吧！」雖然，那位醫生並非基督徒，但他的回應卻讓我了於心、看清自己的處境，除了做好自己的能力範圍，其餘的，真的只有任憑主帶領，但那得需要有靠主的信心才行。

單就理性層面，對專業人士說出內心話，可以「釐清」自己的心境；若是以感性心靈層面，那麼，向同甘共苦的另一半，以及成長背景相同的手足，說說心裡的話，或與信仰靈程較為豐富的同靈對談，則能夠藉以「轉換」自己的心態，避免讓自個兒陷在無法自拔的泥淖裡。

我想，只要是平凡人，都會希望有一個親密的朋友可以隨伴在側，總是耐心傾聽自己的心事，滿有智慧的替我們解愁，最好是他還有能力和勢力可以為我們兩肋插刀、出面處理麻煩事，替我們解決令人憂心的煩惱，如果可以的話，當然還希望他不曾是個傳舌的大嘴巴。

請問，你有認識這樣的朋友嗎？我可是有一個喔！祂的名字叫做——耶和華，是我說出內心話的第一人選呢！

