

# 我在放空，沒有不快樂

文/Black

一進教會的門口，「哈利路亞」的溫暖招呼聲在耳邊響起。

章老師：「嘿！主盈，你發生什麼事了嗎？臉色怎麼這麼難看，好像有人欠你錢，還是你被罵了？」

主盈：「有嗎？今天是安息日，不用去學校、不用考試，好輕鬆，我只是在發呆放空啦！」

章老師：「你臉色真的看起來很不好耶，好像有兩層烏雲罩頂啊，快去洗手間照個鏡子調整一下吧！」

在往教會的路途中，我真的在發呆，完完全全地讓腦袋休息放空。從幼稚園就常常跟著家人走到教會，這條再熟悉不過的路線都走到高中了，順著感覺走就會到，根本不用動腦要往哪裡走，只要注意安全，腦袋真的是放空的嘛！連到教會門口習慣性就喊出「哈利路亞」，這也不需要動腦判斷。週一到週五已經被大考小考煩到焦頭爛額了，還有社團的吉他社要教學等太多雜事卡在身上，好不容易熬到週末，整個腦袋和心情都放鬆了。但臉上是不是沒帶著微笑，才看起來心情不好呢？還是我剛剛有皺眉頭？哎呀，下次出門前要對著鏡子微笑10秒鐘，外加深呼吸才能出門，出門在外的表情真的很重要呢！

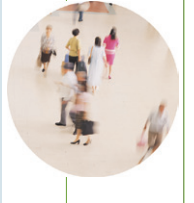
雖然在發呆，但表情也會隨腦袋飄過去的事情有細微的變化。心中快樂，反應在臉上的是隱藏不住笑意的表情，心中有滿滿的煩惱或憂愁，臉上自然也擋不住不憂慮的神情，就算再逞強撐著笑意，也是透露微苦的笑臉，真實的情緒會不自覺地從一些小事中透露出蛛絲馬跡。我們都不是專業的演員，扮演的是真實的自己，生活裡高低起伏的情緒，若沒有神的同在和真理的支持，是很難靠著自己去克服、調適的。深怕情緒高漲時驕傲自滿，情緒低落時，沉在谷底走不出來。聖經記載「心中喜樂，面帶笑容；心裡憂愁，靈被損傷」（箴十五13）。說得很貼切，心中喜樂，連帶在生活中也是滿有快樂的事情發生；心裡憂愁，感覺靈魂都被啃蝕了。

我想當一個心中喜樂、面帶笑容的人，也還在練習如何天天靠主喜樂。我正在努力，而你，想當哪一種人，過哪種生活呢？



信仰  
專欄

青  
心  
吐  
義



你的孩童在各市口上受餓發昏；你要為他們的性命向主舉手禱告。  
夜間，每逢交更的時候要起來呼喊，在主面前傾心如水。

