

一顆水煮蛋

文／小海璃 圖／swing

蒸氣房裡的閒話

一天，我和先生去游泳館，游完泳，便進了蒸氣房。裡頭熱氣氤氳，十來個人坐著，各自裹著毛巾出神。我和先生閒聊，說著說著，旁邊的人也加入我們的談話，大夥兒從工作聊到信仰，還有那些說不清的人生價值。

旁邊坐著一位局長（那時還不知他的身分），他熱絡地和我們聊天，談到金門最早期的一位「神父」，述說與他相關的奇遇，也流露出由衷的佩服。他語氣緩慢，帶著幾分對生活的感悟。無意中，他談起自己的日子，說工資不薄、足夠花用，但生活卻過得極其簡單。每日下班，不是來此游泳、享受蒸氣浴，便是閉館時出去走走散散步。

為了健康生活，他的飲食更是簡單：一顆水煮蛋、一瓶優格、幾片水果罷了。而錢財盡數交給太太，房子土地皆登記在太太的名下。他笑言，自己好像什麼都沒有，但仔細想想，生活也好像什麼都不缺。但他也不禁感慨：「人生之所需，原來如此之少。」

這段平淡的話語，就此在我心裡漾開、沉澱，至今不忘。我沉思著：原來大魚大肉也可以是一頓，一顆水煮蛋也可以是一餐。無論哪一種生活，都不影響人們活著的本質。



202608版權所有

人真正需要的是什麼

看著局長簡單的生活，我開始思索：人真正需要的究竟是什麼？這位局長日子單純，雖收入不薄，物慾卻極低；似乎賺了許多，卻不必有什麼太大的開銷。我想，人之所需，果真不多麼？仔細想來，確實如此。

我們許多人覺得人生總是缺少什麼，無非慾望作祟罷了。譬如一個背包，能買幾十元的，亦能買幾萬，乃至幾十萬的。就功能與實用而言，前者足矣，何須後者？不過是品牌行銷，勾起了內心虛榮與美觀的執念。車子、衣服、房屋、飲食、遊歷，莫不如此。有時候，收入愈高，慾望愈大，花費愈多，也有可能不過是為了在他人面前有面子。認真想想，無非是虛榮心作祟，但我們卻不自知！

於是，我們常常日子緊湊，忙碌不堪，無暇親近神國，無暇顧家，無暇他顧，也會因生活壓力排山倒海襲來而喘不過氣！然而卻少有人盤點，那些開支——金錢、時間、精力，是否多餘？當下覺得充滿波瀾、非常有意義，且非做不可的事情，及至人生終點，回頭一望，原是虛浮。如所羅門所嘆：「虛空的虛空，凡事都是虛空」（傳一2）。

想想，所羅門王用盡人生大部分的時光建造宮殿，雖甚宏偉，花盡人力

物力，然而到最後，不過是贏得世人一句驚嘆而已。雖獲得大家幾句驚嘆和讚美，又能如何呢？一嘆而過，留下了什麼呢？又能在天上有什麼積累呢？肉身所需，不過數尺之地，一床一席，得以安然入眠足矣。

所以，有時候必須安靜下來，到神面前禱告、思考：我真正需要的是什麼呢？那些我拚命追逐想要達成的目標，那些我熬夜爭取的成績，那些我倍感壓力的生活瑣碎，真有那麼要緊嗎？重要到需要佔據我全部的時間和生命，讓我不能喘息？讓我無暇與神靠近嗎？

一顆水煮蛋足矣

所以我告訴你們，不要為生命憂慮吃什麼、喝什麼；為身體憂慮穿什麼……。你們要先求祂的國和祂的義，這些東西都要加給你們了（太六25-33）。

很多時候我們對生命的憂慮，是不是也超過了生命的需要呢？也許一顆水煮蛋足矣？我們因慾望而為生命增添的許多東西，是不是並非它所需要的呢？也許，當我們放下執念，不再緊抓世上的事，轉而看重神的國與神的義，那些原本追逐不來的東西，反倒在不經意間被加給了呢？

貪愛銀子的，不因得銀子知足；貪愛豐富的，也不因得利益知足（傳五10）。

真正需要調整的，
會不會不是生活的份量，
而是我們內心的方向呢？
若心思定睛在神國，
生命是不是能在簡單中
得著安穩與自由呢？



一個擁有極大權力、榮華、富貴的人，最後卻感悟到：原來，人心並不會因為世上的錢財及豐富的物質而充足。那麼，真正讓我們內心豐富充足的是什麼呢？

你們要思念上面的事，不要思念地上的事（西三2）。

如果我們把心放在天上，放在神的事情上，是不是就不會被這些地上的事牽著走呢？真正需要調整的，會不會不是生活的份量，而是我們內心的方向呢？一顆水煮蛋，已然可以支撐我們的體力；若心思定睛在神國，生命是不是能在簡單中得著安穩與自由呢？

不要為自己積攢財寶在地上；……只要積攢財寶在天上（太六19-20）。

這經文我們常讀，讀來似懂，實則未透；若真透徹，便身輕如燕，無端

的壓力盡散。其實，只需日日親近神，善盡世上使命，積永恆之財，便豁然開朗，活得從容。

簡單中學習仰望

自那日起，我開始在禱告中學習謙卑：「主啊，教我學祢榜樣，看淡世上繁華，掛念天事，如《歌羅西書》所言，且將祢置首位，常感知足喜樂。」

一顆水煮蛋，足以飽足；少即是多，簡單即是富足。人生如雲霧，出現少時，轉瞬即散。既然如此，何不卸下重擔，在簡單中學習仰望，讓生命在定睛於永恆時，得著真正的從容與自由！

