淡江時報 第 356 期

**心 谷 跫 音 ☉ 黃 馨 儀**

**瀛苑副刊**

好 久 以 前 ， 曾 經 在 廣 播 上 聽 到 主 持 人 的 一 段 話 ： 「 人 生 在 世 ， 求 什 麼 呢 ？ 不 過 是 求 個 心 安 吧 ！ 」 心 安 ？ 好 像 每 個 人 讓 自 己 心 安 的 方 式 都 不 太 一 樣 ， 然 而 什 麼 才 是 其 中 最 圓 滿 的 方 式 呢 ？

我 不 知 道 ， 但 卻 一 直 在 摸 索 。

我 相 信 有 一 種 心 境 ， 可 以 使 人 在 每 個 環 節 都 安 然 自 得 ， 可 以 讓 生 命 沒 有 那 麼 多 生 離 死 別 的 缺 憾 ， 就 好 像 紀 伯 倫 所 說 的 ： 「 你 像 秤 一 般 懸 蕩 於 你 的 快 樂 與 悲 傷 之 間 ， 只 有 當 你 心 中 空 無 一 念 時 ， 你 才 能 平 衡 靜 止 。 」 很 多 人 都 一 直 在 試 圖 抓 住 那 個 平 衡 點 ， 畢 竟 我 們 不 想 沈 靜 而 麻 木 地 活 著 。 但 什 麼 才 是 紀 伯 倫 所 謂 的 「 空 無 一 念 」 呢 ？ 我 想 這 和 死 海 般 地 沈 寂 是 有 段 差 距 的 。

不 知 道 從 什 麼 時 候 開 始 ， 發 現 自 己 總 會 下 意 識 地 利 用 各 種 手 段 去 維 護 自 我 的 價 值 感 。 儘 管 表 面 上 看 來 意 氣 風 發 ， 但 在 午 後 夢 迴 ， 卻 仍 得 面 對 內 心 深 處 最 陰 暗 、 幽 微 的 那 一 角 。 如 果 為 自 己 而 活 可 以 得 到 快 樂 ， 為 什 麼 心 裡 仍 會 有 這 麼 多 的 驚 懼 與 憂 怨 呢 ？

德 蕾 莎 修 女 死 了 ， 她 的 一 生 力 行 「 愛 ， 直 到 成 傷 」 ， 她 幾 乎 沒 有 自 己 ， 可 是 我 們 卻 在 她 的 慈 悲 中 見 到 一 種 生 命 的 安 然 與 自 在 。 我 們 心 裡 所 以 會 有 恐 懼 ， 是 否 就 是 因 為 我 們 想 擁 有 太 多 的 自 己 呢 ？

如 果 心 靈 的 解 脫 終 究 必 須 放 下 對 自 我 的 執 著 ， 那 麼 這 個 「 放 下 」 或 許 就 是 紀 伯 倫 所 謂 的 「 空 無 一 念 」 吧 ！ （ 本 文 為 心 靈 成 長 徵 文 比 賽 優 等 獎 作 品 ）