

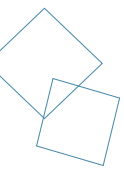
# 百合、麻雀，樂知足



文／藍溪 圖／SU+0

夏日黃昏到小郊山的步道走走，進入翠綠樹叢中，微風習習吹來，頓時隔絕了城市的炎熱喧囂。不意間看到小徑旁一朵白色百合兀自挺立綻放著，姿態如此優雅且散發出淡淡幽香，駐足欣賞，喜悅之感充滿胸臆。巧的是，此時樹上傳來吱吱喳喳的串串鳥鳴，抬頭望見一群麻雀歡快的在枝頭跳躍啄食小果實。此情此景怎不讓人想起「野地裡的百合花，怎麼長起來；天上的飛鳥也不種也不收，天父尚且養活牠們……」（路十二24、27）。大自然誠然是神為我們建造的最佳教室啊，但我們多久未進入其中好好學習了？

回顧人類歷史，自工業發達以來，物質供給日益豐富，科技產品日新月異，各種時尚推新的速度令人目不暇給；近年來更加上商業化的廣告、社群媒體的推波助瀾，使現代人常陷入「跟不上時代」的焦慮中。於是想方設法地試圖擁有各種最新的機種、款式，希望受到同儕歆羨，也展現自己的財力。人們汲汲營營於無止境的追逐中，在都市叢林中匍匐翻滾，早已無暇體會神藉著造物所要教導我們的課題了。



近年來網路的出現更改變了人們購物的方式，不用出門也隨時隨地可消費，晚上下單早上送抵家門。許多人就在不敵各式商品的誘惑中不可自拔，日夜血拚，家中逐漸堆滿了用不著的物品、沒穿過的衣物，不但花費大量無謂的金錢，且佔據都市中本已狹隘的生活空間，心境更日趨窄仄煩躁。在這樣的時代環境中，可能覺得聖經「有衣有食，就當知足」的教導「不合時宜」，但卻不失為基督徒在物慾巨浪沖擊下，一個讓人暫時停步，不隨波逐流的剎車板！

俗話說「錢不是萬能，但沒錢萬萬不能」。金錢等於安全感，金錢才能帶來更高的社經地位和自我肯定，是現在普世的價值觀。於是人們往往為了追求更高薪資、擁有更多資產而投注所有精力和時間。幸運者投入的努力獲得相對的報酬，事實上卻有更多人夙興夜寐的打拚，所得卻不成比例，甚且因疏於照顧身體以致健康受損，疾病纏身了。尤有甚者，為了獲利鋌而走險、觸犯法律，落得家破人亡的慘況，更是得不償失。此外，為了爭奪更多家產，原本和樂的家人卻兄弟鬩牆、手足反目，夫妻對簿公堂的，也履見不鮮。此時箴言的教訓「設筵滿屋，大家相爭，不如有一塊乾餅，大家相安」（箴十七1）、「少有財寶，敬畏耶和華，強如多有財寶煩亂不安。吃素菜，彼此相愛，強如吃肥牛，彼此相恨」（箴十五 16-17），宛如一股清流注入人心，喚醒被蒙蔽的心眼。

今天，人人基本上都過著豐衣足食的生活，可是放眼這地球村中，卻仍有成千上億的人物資匱乏，食不飽腹，甚至喝一口乾淨的水都是奢求！即使看近一點，在我們生活的島上，也還有三餐不繼的同胞。據統計臺灣一年浪費的食物平均多達384萬噸，每年若把浪費掉的食物放進廚餘桶，疊起來的高度，就相當於「1萬3,500座的101大樓」！這都源自於民眾購買過多食材，不及食用，導致腐敗丟棄，或是烹煮過多食物，無法及時消化而變成廚餘了。每當看到大胃王比賽，選手們努力把超出常人所該食用的大量食物拚命往嘴裡塞，總不禁慨歎如此糟蹋糧食又危害健康的比賽，意義究竟何在？

羨慕他人和喜歡比較，也常是讓人心不能滿足的原因。在社群媒體上，看到他人的生活總是幸福快樂，天天吃美食、去旅遊、送禮物、曬恩愛。反觀自己，一成不變的上班上學，日常柴米油鹽的瑣碎，加上孩子不聽話惹麻煩，夫妻或家人也時有齟齬爭吵，真的乏善可陳。有的人的心情可能因羨慕嚮往別人而低落，甚至鬱鬱寡歡。殊不知，臉書（FB）、IG上所呈現的常只是生活中少數的亮點，甚或是經過精心包裝設計，與實際情況可能有著極大差距呢！我們要常常想起保羅說的「我知道怎樣處卑



從小處著手，  
事事感恩，  
操練知足的心境，  
你將發現心情常覺喜樂愉悅！



賤，也知道怎樣處豐富；或飽足，或飢餓；或有餘，或缺乏，隨事隨在，我都得了祕訣。我並不是因缺乏說這話；我無論在什麼景況都可以知足，這是我已經學會了」（腓四11-12），如此可讓我們的心情保持平衡與寧靜。

現在坊間也出現許多教導人們如何簡單過生活、如何斷捨離家中氾濫成災的物品，還有「少即是多」、如何分辨「需要的」和「想要的」等觀念的書籍，可見人們也開始在反省，想要對過多物慾所造成的問題找到解決方案。有些實際上可操作的方法，值得參考採用，但基本上仍須回到從自己內心態度的調整，與不斷的在禱告中求聖靈幫助，方能持續有效的執行了。「你要保守你心勝過一切，因為一生的果效是由心發出」（箴四23）、「我靠著那加給我力量的，凡事都能做」（腓四13）。

常懷感恩的心應是知足的第一步，就從一切被視為理所當然的日常做起。早晨能睜開雙眼，從床上起身，就先在心中感謝主！如此開啟新的一天，面對看似平淡的水煮蛋和饅頭的早餐，也能嚐出不同滋味。一天中細數雙手十指所做的每件事，你會訝異自己的雙手竟能完成這麼多，神的創造多麼奇妙，處處是恩典！忙完了一天的工作，就寢前也不忘感謝有這一方能躺臥休息之處，即使非豪宅名床，但足以遮風避雨，得一宿安眠歇息。這樣從小處著手，事事感恩，操練知足的心境，你將發現心情常覺喜樂愉悅！

「你們要謹慎自守，免去一切的貪心，因為人的生命不在乎家道豐富」（路十二15）。主耶穌清楚說明了人生命的價值，更告訴我們「不要為生命憂慮吃什麼，為身體憂慮穿什麼；因為生命勝於飲食，身體勝於衣裳」（路十二22）。「然而，敬虔加上知足的心便是大利了」（提前六6），保羅這簡潔的一句話，彷彿清晨甘露，讓基督徒身處塵世追逐無盡物質、名利、學識的人群中，得以保持清醒澄明的心思意念。「我的神必照祂的豐富，在基督耶穌裡，使你們一切所需用的都充足」（腓四19）。常將神的話語存放在心中，相信並交託，由感恩而知足，充滿喜樂的人生，必定屬於你！

