

心靈澄澈 生活喜樂

黃忠臣

眼睛是靈魂之窗，若是看不清，會造成生活上極大的不便。而心是一身之主，若是心靈也無法認清、體察真相，又會如何呢？

與大家分享一則小故事：張爺爺今年七十五歲，身體一直十分硬朗。幾年前，家人發現他的視力好像變差，勸他到醫院就診，但固執的張爺爺始終認為自己很正常，堅決不肯就醫。

隨著視線愈來愈模糊，張爺爺變得容易和家人起口角。例如他會抱怨兒子說話的語氣，總是不耐煩；也會責怪媳婦留的字條，字寫得不清楚；更埋怨寶貝孫女聽他說故事，變得心不在焉。而在一次走樓梯差點踩空的意外發生後，張爺爺終於同意去醫院做檢查，醫生診斷他患了白內障，建議立即手術。

當手術順利完成，視力恢復，生活回歸正軌，張爺爺才漸漸發現，兒子講話語氣急躁是因為擔心他的身體；媳婦的字條其實寫得很清楚，是提醒他要記得吃藥；孫女聽故事時不專心，是因為他常常認錯字、講錯行，所以顯得很為難。當張爺爺清楚感受到家人對自己的掛念和關懷，他才恍然大悟，原來過去的誤會，都源自於固執己見，於是他決心改掉脾氣。從那以後，張爺爺不僅重見光明，也重拾與家人的親密關係。

白內障是一種病症，能透過醫療來治癒，但還有一種「內障」，是因為長期的執著、偏見，或是一時的情緒起伏所形成的「內在障礙」，會讓心靈變得混濁，導致我們無法看清事情的本質，可能會誤解他人的善意，錯過生命中許多的美好；更容易造成彼此間的隔閡、衝突，破壞人際和諧。

幸好心靈的「內障」也是可以去掉的。我們要時時向內觀照、覺察，若發現有負面思維、不良習慣，就要及時改正；也要嘗試放下自我中心，去理解不同的觀點、立場，懂得尊重與包容，凡事感恩知足、樂觀面對。相信如此就能驅散煩惱、妄想的迷霧，讓我們的心變得更加清澈澄淨，眼裡的一切，也將再次煥發光彩。

行天宮平安心語：「清淨心看世界，歡喜心過生活。」無論外在環境如何變化，我們內心的狀態才是決定幸福的關鍵。祈願大家都能擁有一顆明亮、清澈的心，在生活的點點滴滴之中，找到真正的快樂與滿足。

