

足」，辛辛苦苦，只是為了三餐？當然會覺得無聊之至。也許，人會把自己吹噓得如何偉大、如何不朽，那只是自我安慰而已。只有幾十年光陰的人，再有本事，也不過幾十年而已。惟有那比人長壽，無所不能無所不知，公義又仁慈，自有永有的神，才能告訴我們人生有多少價值，才能判斷我們的好壞。

聖經說，人是神為祂自己的榮耀而被創造的。創世記也提到神按自己的形像造人，祂要人管理全地，管理祂所造的，並賜給人。這是最簡單、最明確的宣告，是全人類應該接受的價值觀，給人以自信與自重。可惜人過於「聰明」，往往不願聽神的話，致有心靈上的「飢餓」與「乾渴」，以致心理不健康。正如先知

阿摩司所記載：「人飢餓非因無餅，乾渴非因無水，乃因不聽耶和華的話。」（阿摩司書八章11節）
中國文化裡，有豐富的做人道理，聖經中更有完善的教導，都是取之不盡的寶庫。如能常讀神的話，按祂的教導而行，人的心理就必是健康。

洗滌

心靈憂傷

良藥

余卓雄

有一位好朋友撥電話給我，她很關心我喪妻獨居的生活，是否吃得好，睡得好；我被她撩起傷痕，對着電話便泣不成聲，好朋友是一位心理學家，她給我分析我哭的原因，她說：「你是在為自己哭。」起初我有點不快，心裡想，難道你認為我不愛已死的妻

子嗎？她似乎猜中了我的心事，說「你知道人死不能復生，至少不能在今世；你現在開始活在一個新而孤單的環境裡，你的眼淚能幫助你調整這個新改變。」想來也不無道理。
我進一步替自己解釋為妻死流淚的原因，特別是喪禮那一天，在成千的送殯人群中，我

重見很多熟悉的臉孔，他們是我和妻子三十二年來所牧養過的。時過境遷，多少人離開了教會，不再記念起初在聖壇前對神的諾言；有些從前不過是個小孩子，現在步入中年，樣子也變老了。他們在我面前魚貫行過，向我說安慰的話，我的心卻在嚴肅地問：他們明白真理，

將來在神的審判座前，該怎麼樣交代呢？我的眼淚如汪洋一片，我為自己哭，也為這些人哭。

我第一次體驗到哭泣先知耶利米的心情，他怎樣執筆為以色列的背叛寫哀歌：「我為這些事哭泣，我眼淚汪汪，因為那當安慰我的，救我性命的，離我甚遠。」（哀一16）他為自己哭，又為別人哭。

作家蘇然女士為丈夫史祈生牧師之死，寫了《一場好哭》一書，她也像我一樣，分析自己哭的原因，她醒悟到她和丈夫在地上相愛的時代已經正式結束，同時又是另一個時代的開端。在某一種意義來說，她更自由了，從此，她多了一個紀念日，可以年年在丈夫去世的週年紀念日，到墓上去盡情大哭一場，也可以藉着哭去聆聽神的「微小聲音」。她覺得眼淚實在是神奇妙的創造，是一劑洗滌心靈憂傷的良藥。

在羅馬兵丁解押耶穌上髑髏山釘十字架的路上，有許多人跟在他的後面。內中有好些婦女，為他的行刑號咷痛哭。耶穌轉過身來，對她們說：「耶路撒冷的女子呵，不要為我哭，當為自己和自己的兒女哭。」

耶穌的話，似乎不近人情。在這個悲慘的時刻，祂的話聽來是一個輕輕的責備，其實耶穌仍念念不忘祂降世的目的，祂從來沒有想過自己的死，祂祇是對別人的死感到憂傷。祂要來送他最後一程的人明白，該哭的還是他們自己的命運。

因為耶穌知道，不過四十年，猶太人的

命運將有悲慘的轉變。耶路撒冷要淪陷，國不成國，這個被揀選的民族要從此流浪天涯。「為自己的兒女哭」——說明了以後代代的痛苦。

二千年後的今日，在三藩市海邊新立了一個紀念碑，追悼在第二次世界大戰中被德國屠殺的五千萬猶太人。「碑」是十幾個石鑿的白色屍體，橫屍地下，恐怖之極；耶穌的話，言猶在耳，「當為自己和自己的兒女哭！」

我們在為親友去世而流淚的時候，何嘗也不應為自己和自己的兒女哭？我對自己的永生有甚麼把握？我有沒有把永生的道理教導兒女？他們最後的結局會如何？報應或賞賜的定律，會怎樣影響我和我的兒女？

我站在大屠殺猶太人紀念碑面前，耳畔聽見他們祖先的吶喊。他們決心要釘死耶穌，大聲說：「流這人的血的罪，歸到我們，和我們的子孫身上！」我毛骨聳然。

我以大衛的詩自勉：「耶和華的慈愛，歸於敬畏他的人，從亙古到永遠，他的公義，也歸於子子孫孫。」（詩一〇三17）

上面我寫過，一個為去世的親人哀哭的心理形態，不一定是為死人哭。因為人死了，怎樣哭，都不能使他復生，況且有些死是對身體痛苦的解放，所以醫學上有所謂「安樂死」一詞，讓絕症病人能安心撒手。

為親人死亡的痛苦，隱藏着另外兩個意義：第一是哀家在為自己哭，人生苦短，先前的

切恩怨，到此為止。

有些人邊哭邊啼的呼叫道：「你死了，我如何活下去？」這個呼號沒有提到死者，祇是關心自己。

第二個意義是，有些哀家為別人哭，希望他們因着死亡能真正覺悟生的可貴。好像說，你們瞧，人都死了，還在爭甚麼？還不醒醒？

不過耶穌為死去的拉撒路哭，與我們的哭大不相同。他不是為死者哭，他知道生命與復活，都在祂的掌握之中；祂也不是為自己哭，祂本來不屬於這塵世，祂的降世是為了別人，為了他們在來世有永生福樂。因此，在拉撒路的屍體之前，他哭的是圍觀的人的蒙昧無知，頑固，對自己的可怕結局，無動於衷。

話說回來，人死雖不能復生，無需日夜流淚；可是，我們有否想過，剛死的親友的靈魂要在何處度那無盡的歲月？如果他沒有救恩可憑上天堂，要按照他的行為受審判，那我們可真要為他的「此恨綿綿無盡期」而大憂傷了。因為他竟甘願下地獄，受永刑。

在中國人的喪禮中，常聽到一句安慰的話說：「好了，不要哭了。」這種安慰雖然值得感激，但缺乏力量。能痛快地哭，而且知道哭的靈性價值，為甚麼要抑制呢？

把你的淚珠一顆一顆地串成一項鍊子，掛在頸上，它們比珍珠鑽石更寶貴。