

微笑

在韓劇「我叫金三順」中，女主角說世界上有三種共通的語言：「音樂、美食、微笑。」而在這三種語言中，微笑是人類所獨有，也不需透過任何媒介就能完成的。而笑容在人的身上發生時，可以傳達出使人安心與快樂的情緒。一張笑臉所帶給他人的感受可以是：良善、恩慈、鼓勵及被接納。台灣人總是在遇見外國人時報以微笑的神情，並給予幫助，這也使我們贏得世界最友善國家的美名。

微笑原本是某種我們遇見欣喜時所產生的情緒反應，但是由於這種情緒有感人他人的作用，以至於這樣的行為也影響著我們的日常生活。若是下班回家時，母親煮好飯並給家人一個微笑，好似就能使我們一天的疲憊得到紓解。而在繁忙又高壓的狀況下，在同事及主管的臉上看見對我們報以微笑，也能使我們有被接納、被肯定的感覺。

一切美善的事或許也都能與笑臉相遇在一起，如成功、相逢、交際、讚美、慈愛、鼓勵、恩惠……甚至我們可以說，笑意在我們的心裡，笑容就能成就一切美善。曾經在某一個網路視頻中看到，國外有個實驗將約六個月的小寶寶放在一個前方有高度的玻璃箱上，母親在玻璃箱的另一頭。母親若是用生氣或憂傷的表情面對寶寶，寶寶們就會對前方的高度有恐懼而舉「手」不前；但若是媽媽們又笑又拍手，寶寶們就會毫不猶豫地往前方爬行，成功地完成任務。我們也是一樣的，總是能在被鼓勵、被接納的過程中完成艱鉅的任務。

笑容常常被認為最美好的表情，照相要好看，微笑的神情是不可少的。但是真的如此嗎？我自己卻是完全相反的狀態。因為早產而患有腦性麻痺的我，笑臉其實不好看，我最喜歡自己的表情中，也不會是笑臉，它似乎太失控，太扭曲也太超過了。它的存在好似在提醒我有著不完整的人生。因為它對我的種種「不完整」暗示，引發我從小追求完整的自我要求。

我知道我不會是男人眼中的美女，所以我開始建造我內在的完整性。首先是誠實，我認為一個真誠待人的人，笑容才會感動人，不然很快就會被拆穿了。後來我漸漸發現，與人相處的互動中，除了「完美」笑容之外，親切地回應、熱情的服務、真實的陪伴等等也都能遞補笑容的不完美，而這一切，除非有一顆真誠的心是不能達到的。

其次是知識的追求，我那時認為人既不能倚靠我的「顏值」過我的人生，沒關係，讀書就對了！我算是幸運的人，因為還好腦癱沒太嚴重，讀書反應上還應付得來。所以打工、賺生活費、補習費、學費……讀書學習了二十幾年，也拿到了幾張文憑。只是這些還是自我實現的成分高一些，在知識爆炸的時代，並不能像戰後嬰兒潮時期的人們那樣透過知識贏得生活品質的高度提升。

雖然有了真誠與學識，但是身為一個女人，絕不可能不愛漂亮，這一臉扭曲的笑臉，是上帝給我的一個十字架，我只得揹著它與它相處一輩子。就和家人的相處一樣，一輩子在一起就會常常忘了它的存在，可是相處起來稍稍不順心，又不免怪罪起它來了。通常和人相處時，我總是忘了它的存在，以至於有時候以為自己很漂亮，有了朋友們的讚美就會讓我得意忘形起來。但是如果找工作、談戀愛不順利時，又會怪罪自己的腦麻症狀，百般指責它的存在，就如失業者回家罵老婆小孩出氣那樣。

身為一個身障者，我盡可能地不讓自己的心活在身障之中。所以我一生都很努力。小時候努力地學習、學習、再學習；不斷地失敗、困頓、受委屈。出社會工作後，必須大量應對周遭的眼光，同事對工作能力的種種懷疑，考試失利、不下五次的失戀、偶爾發生失業等.....這種種經歷，當然也使我面臨過自我懷疑、經濟拮据、憂鬱、甚至自殺等歷程。但其實，我的生命沒有對不起我，相反地賜給我很多美好。這些美好使我得以一路眼淚伴著微笑走下去。

生命中遇見 主耶穌——至善至美的 神。是使我的人生從淚眼變笑臉的關鍵時刻。當初我認為我夠努力，也靠著我的努力完成中文系研究所的課程後，我談戀愛時被劈腿，而對方的態度就是與我玩玩，沒有要持續的意願。我屆時又開始怪罪起我的腦性麻痺，認為都是因為這個病，使我一生的努力完全歸於零(其實也是扯太遠)。陷入了長達兩年之久的憂鬱期，自殺的意念不斷呼喚我了結我自己。後來在半夢半醒之間我看見 主的呼喚，我順服地信了祂。自此，在 神的安慰中，我一點一滴地接納自我，漸漸地也練習不再介意他人的眼光，獲得了很大的自由。

聖經中有一句話：「你們要彼此相愛，就像我愛了你們那樣。」我的人生是不美好的，但是我遇到的人們卻使它變得美好。我小時候是奶奶帶大的，她一生守寡，但是非常獨立，她非常節儉，卻在面臨外界誘惑時站立得穩。有一次有個人要向她買我們家後山專門種來擋山洪的那片竹林，她立時回絕了，因為她不能為了自己的私利而使得鄰居遭到洪水的侵襲。另外，我也有很多好朋友，總是在我很傷心時安慰我，用話語逗我開心。有一次，我上大學時花光了所有的積蓄，心想要雙手空空的上台中了。我想要和一位鄰居姊姊道別，於是到公司等她吃午餐。在午餐時，她拿出 5000 元填補我第一個月的生活所需，後來我拿錢還她，她也沒有收。我的家人、朋友、同學及教會的弟兄姊妹，都很愛我，他們的愛讓我原本以為不完整的人生因為相愛而完整。

不管是誰，都不要忘了努力，即使你(我)是身障者。「因為知道患難生忍耐、忍耐生老練、老練生盼望、盼望不至於羞恥。」(羅馬書 5 章 3-5 節)小時候，我常跌倒，走路跌倒、被石頭絆倒、跑步跌倒、騎腳踏車也摔倒。常常都在跌倒中受傷，初時跌倒時常碰到頭，後來大一點沒碰到頭了，卻以為碰頭是對的，又拿頭去撞地板，我因為這事被奶奶笑了好久。跌倒的事，已經多年不曾遇見了。有一次與醫生聊天，他說你小時候是不是常跌倒？我說對。我問他，為什

麼我現在不會跌倒？他說：那是學習來的。大腦對肢體的控制機制，會因為不斷地練習而得到改善。努力也不是身障者的宿命，試想，想贏得機會的人，誰不努力呢？

可能是跌倒的幼年經歷讓我在練習中不再恐懼。於是我寫字也練習、學樂器也練習、學語言也練習、練習打電腦、練習各種學科的要求、工作內容也要練習作帳、練習獨立生活、生病看醫生也要練習安慰自己。在種種的練習之後，我漸漸變成一個成熟獨立的現代人。工作可以獨力完成，自己規劃並完成自助旅行。出了社會，工作這麼久。我看見許多人都需要活在困境的突破中，這並不是身障者的專利。只是身為身障者，在練習與持續的過程中，需要更多的給自己加油罷了。不需要在努力中放棄自己，更不要放棄努力。我每次看見力克·胡哲都會很感動，他怎麼連四肢都沒有還會玩衝浪板，明明我連滑板都不敢玩。他一定很努力啊！

我認為，在苦難中要得到力量，就要先笑出來。「在盼望中要歡喜，在患難裡要忍耐，在禱告上要恆切。」羅馬書 12 章 12 節。過去大學時讀《詩經》，書上說：古代勞動者在工作時，都一邊唱歌一邊工作，如此來舒緩工作的苦悶並且獲得社交的機會。甚至，也取得異性的青睞。歡喜的心態能夠讓生活及肉體的痛苦得到舒緩、讓委屈得到力量、讓自卑得到鼓舞。而能夠笑出來的方法其實很多，多與快樂的人相處，多想快樂的回憶、常常唱歌或和小孩子玩在一起，都能有效地讓歡笑回到我們這裡。不要讓自己停留在等待快樂的處境，這樣快樂就很隨機，如果自己去尋找歡笑，笑臉就時時會與我們同在。笑臉並不是幸福的人才能擁有的東西，但是懂得在患難的人生中擁有笑臉的人，一定是個幸福達人。