靈魂之窗

梁康民牧師博士
牧職培育系系主任
專任講師

好朋友相約茶聚，閒聊話題離不開身體健康情況。有的是手腳關節痛楚，上落樓梯很是吃力。友人同感，他去年已經賣了房子，搬上樓住，不用爬樓梯，不必剪草鏟雪，自由自在，享受退休生活。除了這些，話題當然包括各人的「三高」狀況和保養身體的經驗分享。

我的雙眼在多年前做了白內障手術。我本來有深度近視，醫生把我右眼的人工晶體換成正常視力的20/20；左邊的晶體留有100至150度近視，雙眼配合下，不論遠近事物均可看清，毋須再配戴眼鏡，手術前後的體驗，感覺十分奇妙。手術過後不久，有一天我從二樓房間的窗門往下面的後院望過去，樹上的葉子只有兩三隻手指合起來這般大小，遠距離我卻看清楚它的葉脈紋路，連忙喊妻子來看一下，她說看不到葉脈哩！有清亮的視力真好，路上駕車，找街道的路牌名稱也「一目瞭然」。

有人說眼睛是靈魂之窗，但我們懂得好好善待它嗎？現代人生活形同被電子產品綁架，長時間戴隱形眼鏡又看電腦、滑手機，做了「低頭族」，令這雙靈魂之窗長時間受壓。所以，醫生說了，看手機或電腦，每30分鐘要休息10分鐘，隱形眼鏡一天不要戴超過10小時，每天平均要攝取15毫克的葉黃素來保健，但別以為吃葉黃素就能不加限制地看手機，小心乾眼症、老花眼，甚至白內障找上門。

主耶穌說：

「你眼睛就是身上的燈，你的眼睛若瞭亮，全身就光明；眼睛若昏花，全身就黑暗。」（路加福音十一34）

原來眼睛能透露許多心智的訊息，這說法已不再是哲學性的譬喻，因為不論是在心理學或是教育上，有越來越多的研究者藉由眼睛的活動來描述認知與學習的歷程。眼睛是接受外來訊息的主要器官之一，因此眼睛的活動與心智活動息息相關。數十年前，心理學家已開始使用「眼球追蹤法」探討認知機制與心智歷程，近十多年來，這個方法也逐漸受到許多教育研究者的關注。眼球追蹤法的基本假設是：一旦你注視某項訊息，此訊息便會被大腦處理。根據這樣的假設，我們幾乎可以確定學習者關注的訊息必然會被大腦以某種方式處理，而關注的形式，也就是眼球運動的模式，應該能透露出訊息如何被接受及處理。相信大家都有這經驗：當你在互聯網上尋找過某一項目的資訊，往後這類網頁或廣告，便不斷在你的螢光幕上跳出來！它知道你想看甚麼。

詩人這樣說：

「耶和華的命令清潔，能明亮人的眼目」(詩篇十九8)。

詩人又禱告：

「求你開我的眼睛，使我看出你律法中的奇妙」(詩篇 一一九18)。

原來神的話語能明亮我們的雙眼，讓我們知道神的心意。使徒保羅為信徒祈禱，求神「照明你們心中的眼睛，使你們知道他的恩召有何等指望，他在聖徒中得的基業有何等豐盛的榮耀」(以弗所一18)。這顆「心中的眼睛」就是指我們的心思意念，屬靈的洞察力。

有兩顆眼珠子的靈魂之窗要保養，人們真正的靈魂 (心思意念) 則要靠神的話語，也就是聖經真理來維護保養。

「你要保守你心，勝過保守一切，因為一生的果效是由心發出。」(箴言 四23)。

眼睛是靈魂之窗，直通我們的心靈。我們要善用這雙眼睛喔！