

靈魂的出口

杏林子

曾有人請教大文豪托爾斯泰說：「你是如何創作出這麼偉大的作品？」

托翁回答說：「因為我是蘸著血和淚寫的！」

的確，偉大的創作幾乎都是來自受創的心靈。貧窮、孤獨、疾病、戰爭、離亂…當生命被輾壓、鞭打、摧殘，痛苦至極時，靈魂猶如熊熊燃燒的烈火，急需找一個出口，於是，文學、音樂、藝術便成了生命爆發的火山口。

貝多芬因耳疾離群索居，別人都以為他孤僻高傲，只有他自己了解，他多麼渴望愛，渴望友誼，渴望親情的溫暖，可是他聽不到，耳疾阻礙了他與人正常的交往，在極端痛苦與孤獨中，他創作的一首又一首膾炙人口的作品。

每首曲子都是他生命起伏的記錄。「命運交響曲」昂揚激越、強而有力的音符流露他對命運不屈的意志。「田園交響曲」是他對大自然的崇尚讚美，以及徜徉在山水大地之間的恬靜平和。而最後，當他超越了身體的障礙，獲得心靈的平靜，對生命以及創作生命的上帝充滿了感恩，於是寫出了「歡樂頌」，有誰會相信這是出自於飽受摧殘的靈魂呢？

法國印象派畫家雷諾瓦一生為類風濕症所苦，晚年兩手關節變形，連畫筆都握不住，只好請家人將畫筆綁在手上，朋友看他作畫如此辛苦，勸他不如放棄，雷諾瓦不肯，他說：「痛苦會過去，美會留下！」如今，我們欣賞他一幅幅線條柔美、光影曲折的畫作時，有誰還

記得（或知道）他作畫時關節的劇痛呢？

還有梵谷，滿腔的熱情，他愛礦工，農人，甚或是妓女，可是卻經常被人視為「瘋子」而遭人唾棄排斥，他只有把他所有的情感放在他的畫筆上，濃烈、厚重、鮮亮的色彩表達了他強烈的愛與痛苦。

梵谷一生貧困，靠弟弟接濟，生前可憐只賣出一張畫，諷刺的是如今他的一幅畫高達數千萬美金，梵谷地下有知，真不知該哭該笑？

而漢朝大史學家司馬遷更是一個奇特的例子。他因替投降匈奴的李陵說情，觸怒武帝，因而下獄，處以宮刑。對一個男人而言，這真是奇恥大辱，然而司馬遷沒有懷恨在心，沒有自暴自棄，而把所有的羞恥和悲憤化做一個個文字，寫下曠世鉅作「史記」，兩千多年來仍不斷影響中國後代子孫。

一九九九年奧斯卡金像獎最佳影片「美麗人生」的導演羅貝多貝里尼上台領獎時說，他感謝父母留下給他最大的遺產就是貧窮，使他提早體會到的人生。的確，我們對生命最深沉的感動，才能創作出最動人的作品。

小提琴帕格尼尼有次演奏會時，發現他名貴的小提琴被竊，小偷留下一具破琴給他，演出在即，臨時又找不到其他的琴，他只好拿著那把破琴上台演奏，他對滿場的聽眾說：「今天我要證明給大家看，真正的音樂不是來自樂器，而是來自音樂家的生命！」

同樣的，文學和藝術也都來自創作者的生命。

— 節选自九歌出版社，杏林子著作《探索生命的深井》—

凡是遇到困擾的問題，不要把它當作可怕的、討厭的、無奈的遭遇，而要把它當作歷練、訓練和幫助自己成長。



什麼？…沒帶鑰匙！…好…那我可以回去多活幾天嗎？

蕭言中工作室

與你談心

你曾有過為了一點小事而煩惱或遭遇挫折的經驗嗎？你都是如何面對它們？是積極面對，還是消極逃避？當那些痛苦降臨在你身上時，一定是非常難過，但是千萬不可因此自暴自棄，一旦你克服這些挫折，它們就會成為你成功的助緣，一個跌倒後再站起來的人，一定會比一路平順的人堅強！

凡是遇到困擾的問題，不要把它當作可怕的、討厭的、無奈的遭遇，而要把它當作歷練、訓練和幫助自己成長。

學習單

一、想一想

1. 你的身邊是否有突破挫折困境而成功的實例？他是怎麼做到的？
2. 願意談談你曾有什麼煩惱或遭受挫折的經驗嗎？你是怎麼面對它們的？跌倒後你再站起來了嗎？
3. 人生道路難免有跌倒挫折，也一定不只一次。不管以前是否曾有失敗後再站起來的經驗，請你想一想若未來又不幸再跌倒時，你會用什麼態度來面對它？

無奈的遭遇，而要把它當作歷練、訓練和幫助自己成長。凡是遇到困擾的問題，不要把它當作可怕的、討厭的、

二、連連看

雷諾瓦

司馬遷

托爾斯泰

貝多芬

杏林子

帕格尼尼

梵谷

羅貝多貝里尼

畫家

音樂家

演藝人

文學家

歷史家

感謝父母留下給他最大遺產就是貧窮，使他提早體會人生。

被人認為是「瘋子」，卻用畫筆以濃烈的色彩表現非凡的自我個性與生命價值。

拿著破琴上台演奏，為得是證明音樂不是來自樂器，而是來自音樂家的生命。

雖然已聽不到大自然任何的樂音，卻創造出「歡樂頌」來宣導人類之愛及生命意義。

十二歲以來即為「類風濕性關節炎」病痛所苦，但建立「伊甸園」為殘障人士服務。

因關節變形，將畫筆綁在手上作畫，為的是「痛苦會過去，美會留下！」。

遭受「宮刑」非人的刑罰，卻把羞恥和憤怒化為字字珠璣的史學巨作「史記」。

蘸著血淚寫出偉大的作品，成為世界人道主義者的代表。

凡是遇到困擾的問題，不要把它當作可怕的、討厭的、無奈的遭遇，而要把它當作歷練、訓練和幫助自己成長。

家長的話

成長的過程難免會跌倒，當不美好的事情發生時，父母是孩子最棒的守護神，請您與孩子分享一下如何化悲憤為力量的成長經驗吧！

老師的鼓勵

凡是遇到困擾的問題，不要把它當作可怕的、討厭的、無奈的遭遇，而要把它當作歷練、訓練和幫助自己成長。