



# 慢慢來 就最快

這個課題，是我從十個半月大的兒子身上學到的。

幾個月前，當他還未坐得很穩時，我留意到他會因為趴得久了，而變得不耐煩；他很想坐起來，但卻沒有這個能力，所以他會哭，期待他人的幫助。那時，我留意到他的意思，下意識就會直接抱他起來，幫他好好坐着；當能夠坐起來時，兒子就會立即展示開心的笑容。可是，隔了一陣子，他卻因為想下來，但沒法自己下來，又開始哭着求救了。

有次因為他哭，我就下意識地把他帶到坐姿。他很安靜的坐着，一直坐了三十分鐘！嬰兒本身就是一個喜歡手舞足蹈的小子，那刻我留意到這樣幫他上上下下，並不是長遠之策，這是個 lose-lose (雙輸) situation 啊！

我發現：若要一個人去做一些能力範圍以外的事，他會因做不到而需要外援。一次半次當然沒問題，但若果不斷重複這個過程的話，他一定會被無力感、挫折感濃罩着，亦會因為不斷努力（但做不到）而感到沮喪、疲憊、以及自我懷疑。除了他本人，幫助他的人亦會感到疲憊不堪，因為所有時間、心力只是去成就他人，卻沒有留任何時間及空間給自己。

社會提倡「贏在起跑線」；除了要求小孩之外，大人亦如此。被這樣的環境薰陶，大家都以為能以最短時間做到最多、最難、最不同，就算是好、是成功。記得以前學ABC，A for Apple，但現在卻是 A for Astronaut；好像

越多、越早，就越好。可是，人們的心理壓力問題卻有增無減。

大家以為只要咬緊牙關，等熬到出人頭地後，就能夠安心度日。可是，卻沒有留意到越追越強化了自己的無力感及自卑感。

兒子教導我的課題就是：他本身就可以自己坐起來、站起來走路的，大前提是跟着自己的步伐去走，身為媽媽，我只需要學習相信他，讓他探索，適當時提供指引，就可以了。

雖然他可能比起他人會「慢」些，但卻因為累積了不少跌倒經驗，知道如何避免跌倒，這樣，他的根基反而變得穩固。雖然「慢」，但長遠來講，反而會跌少了，同時透過自己的努力所獲得的成功而感到自信。到最後，大部分的小孩都能站起來，可是內在的穩定性以及心理質素，卻非常不同。

我常深思：究竟我要學習不要跌倒？還是要學習跌倒後如何站起來比較重要？

種瓜得瓜、種豆得豆，這是必然的。春種秋收是定律；若果我們期待春種春收，那就是大逆不道了。相信你種的種子；雖然此刻未看到成果，但若你有認真的種，當因緣條件具備，你必定得到收成的。

慢慢來，就最快。👉

因為累積了不少跌倒經驗，知道如何避免跌倒。