

# 如夢幻一般的就搬家了

因為需要搬離舊居，近半年都一直在找房子。這段時間的尋尋覓覓，過程中我看到自己心急的習氣，希望馬上就找到。因為心切，明明不適合的地方，都會設法想自己如何配合房子（而不是房子配合我）。這是從小到大的習氣，明明遇到很多不適合的事情，都會設法讓事情可以辦到，但因為勉強，所以就算做到，都會有種牽強、不自在及埋怨的感覺。這過程讓我有許多反思機會，去認識什麼是真正需要的，而有什麼是可以放下的。也慢慢學習與未知的恐懼相處，時機未成熟時，學習慢下來，等待適合的因緣際遇。

上月中剛完成十二天的師資課程，翌日就遇上理想的家！這個地方簡直像度身定做一樣，而且租金也是非常理想的。原來遇到適合的地方，感覺是那麼的不一樣！一點猶豫的想法都沒有。這讓我反思到，其實以前遇到不少猶豫的時候，原來那是一種不適合的信號。

現在回想這個過程，像早有安排：由找到新家、簽約、收拾、搬家、拆箱、安頓，只有五星期時間，湊巧這期間是復活節假期，兒子可以跟爸爸去玩，同時期間本來已安排的教學活動，也因為不同原因需要改期或取消，一切因緣，讓我可以全程投入在整理及安頓新家這項目中。

說真的，如果兩年前沒有離婚，就不用搬家。雖然這兩年的過渡並不容易，但有趣地走得相對有力量。自



問為什麼遇到那麼多的恐懼、未知、不懂的地方，我也沒有像以前一樣退縮不前？

我發現原來一件事假若是非常有意識去做決定的話，想清楚為什麼、釐清是否一時之氣、選擇的意向是什麼，希望培養什麼內在品質、有否自利利他，那麼力量就會在。就算過程有艱辛的時候，但那只是短暫的勞力，而心是不苦的。因為真心想做，就算遇到困難，也能夠較容易從無力感轉換成學習者的心態。當心態換了，就只須好好地走每一步，這樣走着走着，問題就會迎刃而解。換着以前的自己，因為心有苦，所以做什麼都是力不從心的。

這個尋家、安家體驗，讓我學習到順勢而為，好好與自己的心急相處，同時也學習到待恐懼安頓後，聆聽並跟隨一直存在的內在聲音去走。同時，今日的事今日做，明日的事明日做，每一刻在身心能力範圍內盡力。能力不足時，學習停下來，好好休息。

很感恩，真的很感恩。

現在準備迎接今個周末開始為期十天的師資訓練了！👉