

允許等待

「你在煩惱什麼呢？」，在夜深人靜時回首過往那段被淚水掩埋的韶光，思緒跟著微弱呼吸聲慢慢地浮現，往事如湧泉般湧出，記憶猶新彷彿又回到那頃刻間，內心十分想化為時空穿越者劃破時光規則，對著她說這句話。

國高中時期的我成績名列前茅，每次段考頒獎前三名都可以看到身影，體育競賽更是樣樣精通奪得佳績，並且還榮獲全校模範生的殊榮，十八歲以前我的人生可以說是一路順遂，不僅在學業上表現亮眼，在體育場上更是叱吒風雲，但原以為會一直順利的人生卻發生了巨大轉變，因為學測失利考取不到原先第一志願，我內心變得十分慌張及焦慮，最終因為不清楚自己未來想要什麼，所以聽從許多周遭的人建議，選擇了一個未來有「錢途」及「前途」的科系，殊不知這個決定即將讓我見識這場人生課題，像是武俠小說裡主角渡劫般，從被打擊到一蹶不振蛻變成耀眼奪目的劍仙。

相信有些剛進大學的新生和我當時一樣有過類似的想法，明明以前各方面光彩耀眼，到大學卻覺得處處不如人，產生了自我的迷失，那段期間不僅學業上被完全沒有接觸過的程式語言卡到寸步難行，人際的困擾更是另一大罩門，從小在一個小區求學到高中畢業，同儕都是早已熟識好幾年的關係，但大學並非如此，同學來自四面八方，而我在開學那段時間心態抱持想多認識人，而變得像是囫圇吞棗般與人接觸，逐漸能量開始銳減，像是原本水量豐沛、波光粼粼的湖水，因為不斷輸出水分供給而乾枯見底，很努力想要融入群眾，卻沒有意識到身體已經精疲力盡。

依稀記得在宿舍那晚，室友早已進入夢鄉呼呼大睡，而我卻還坐在電腦前手還馬不停蹄打著一串串指令，眼看時間即將到作業繳交最後期限，我的視線逐漸模糊，淚水早已奪眶而出、泣不成聲，每滴淚珠直落而下，關上電腦走到陽台坐在媽媽送我的小塑膠椅，彷彿媽媽陪伴在身旁，仰頭望向黑夜，就這樣靜靜不發一語，思考自己到底怎麼了，時間彷彿暫停般，在我沉思到忘我之際，一絲曙光穿透雲層進入眼簾，美到難以忘懷。

旭日初昇，整理好思緒，起身坐了一件從來沒有做過的事 – 給自己放一天假，清晨漫步在沒有人的校園，重新用不同視角來審視，鼓起勇氣和家人說明自己的狀況，需要鼓起勇氣原因是因為我通常報喜不報憂，所以很擔心家人會因此而自責，慶信的是家人給予我肯定及前進動力，不管做什麼決定都會在背後支持，因為這份感動使我踏入學校諮商中心尋求專業諮商師協助，還記得打開大門的那隻手發抖著，小心翼翼詢問櫃檯工讀生能否預約諮商，得到的回覆是「已經額滿要下周才可以」，剎那間我的心瞬間被掏空，雖然我踏入諮商中心前已經整理好情緒，但沒想到只因為這句話聽似平凡的話又再次被受重傷，這時工讀生觀察到我的神情後，伸出幫助的援手詢問看看

有無空檔的諮商師，經過一會兒，通知已經幫我安排一位諮商師，進入諮商室我將隱藏在心底的想法訴說給陌生人聽，這件事也是我第一次發生，後來也順利進行幾次固定諮商，分析了一些有關轉系、轉學、休學、就業的情況，讓我思考未來去向。

在這期間將生活重心分散，從事戶外運動紓解壓力，種植花草重拾對生命的熱忱，看著種子逐漸萌芽長大茁壯，翻看課外書籍來拓展思緒及視野，堅信著令人痛苦不堪的傷口，會隨著時間慢慢癒合，假使覺得累了，就慢慢走。

真正救贖那段陰暗時光是我在一本書看到的一句話——「現在你的人生，只不過繞了些路」，彷彿瞬間領悟，人生不就像身在迷宮裡的人，不知道正確的方向在哪裡，只能不斷向前邁進，試試看這條適不適合，假使遇到難關需要繞路，但最終還是會步入屬於自己的正軌，相信自己可以走下去，最後我決定在大一下轉系，重新開始找回初衷。

接納自己的不沒完美，給予片刻喘息時間，讓我想起前陣子看到知名心理治療師卡爾·羅哲斯強調概念，人要改變要產生正向情緒，需要真誠地接納自己，正視自己在面對「不確定」時的焦慮，學會留白且允許「等待」，改變只會發生在願意相信的人身上。

焦躁不安是因為自己內心仍在乎，痛苦的蛻變是成長的契機，我們不必為了別人期待而活，大二進入了新環境，依循那段挫折期間領悟出的想法，打開感知讓自己與世界連結，感受人事物所帶來的美好，慶幸的是順利大學畢業了，而且更令我自己也沒想到的是，當初大一讀不下書面臨困境的我，現在竟然還繼續攻讀碩士，回頭想都覺得十分不可思議，很感謝讓我提早見識這場人生課題，假使沒有發生過，或許我的人生會完全不一樣，每個抉擇都是生命中的成長。

現在開始，走出屬於自己的路，自己掌握人生方向盤，開闢一條屬於我真正的道路，哪怕還是會有迷霧阻擋在前，只要心中的指引燈塔能逐漸清晰，那就已經足夠了。