



別讓幸福 晚點名

「萬事皆因沒想到，千金難買早知道，後悔沒有特效藥，萬般無奈想不到。」諺語很俏皮，卻把最終悔恨、無奈的心境詮釋得很入骨。

「樹欲靜而風不止，子欲養而親不待。」過來人的語重心長，是否真能喚醒後人早知道？父母對子女，有著顯而易見的深恩，但常被孩子視為理所當然，乃至無感。其實，「早知道」是需要提點與練習的——許多大專生透由「觀功念恩」的學習，感受到懂得念恩的人是最幸福的人。

「現在不做，老了會後悔的十件事」，「孝順父母」列入清單了嗎？身為子女的我們，別讓幸福太晚來跟我們點名喔！

載不動的深恩

文·圖 / 徐品君

我慢慢體會到，父母對我不是沒有恩，是我沒有去觀察和發現。

以前媽媽常叨念家中三個小孩的常規，像是牙刷蓋子沒蓋、放學回家之後便當盒沒拿出來、陽台的門沒關好……有一次媽媽比較晚下班回家，看到衣服已經多到掉出洗衣籃了，卻沒有人去洗；又看到陽台的門沒關好，蚊子會跑進來……媽媽就開始念我們，但念到一半突然嘆氣：「算了算了，你們是花錢請台傭嗎？生你們三個有什麼用？」那

時候我們才剛下課，也要休息，所以就很不耐煩：「為什麼妳要講這種話，我們沒有這樣想啊！」搞得大家都心情不好。

當時自己會這麼理直氣壯，是因為從小到大，媽媽下班之後就要洗衣服、煮飯、倒垃圾、幫我們裝便當，一切理所當然。但現在仔細想來，媽媽一直叨念孩子生活常規，是因為養成把東西收好的習慣，做事會更有效率。原來，媽媽比我還重視我的未來。

讀大學時外宿，我會跟媽媽通電話分享生活點滴。因為我非常喜歡福青社，所以生活重心除了念書和系上活動，就是在社團裡學習，時間久了，媽媽開始有點擔心，甚至會有質疑的語氣和評價。久而久之，我會很不耐煩，覺得媽媽根本不了解，我的選擇怎麼會錯？常常因為這樣，開心的聊天變得像在爭辯，最後每次都是媽媽讓步。

直到某天，媽媽說她要去福智團體上課：「這樣我就可以知道妳在學什麼，也不用一直問了。」我才發覺，原來媽媽是為了要了解我，才會一直問我社團的問題；而為了更清楚我的學習狀況，甚至用盡一切方法……



尋找愛的軌跡

文·圖 / 蘇鈺珊

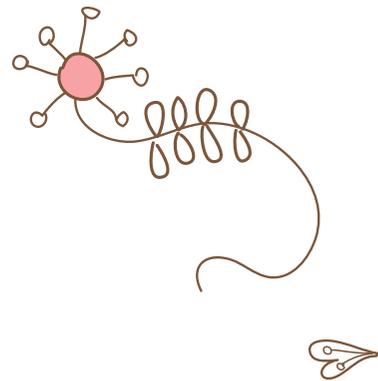
有次社團要舉辦成果發表，那段時間我很少回家，壓力也很大，所以心情很不好。彩排當天早上，突然很想打電話給媽媽。其實也只是簡單跟媽媽說說近況，但平常不太會講出心裡話的我，竟在媽媽要掛電話的時候，鼓起勇氣說：「媽咪，我很想你們。」然後我就哭了，電話那一頭，我聽到媽媽也哭了。

我很驚訝，媽媽也跟我一樣遇到挫折才會想哭嗎？還是每次講電話都這麼想我呢？我是在孤單的時候、遇到挫折的時候，才會特別想念媽媽，但媽媽卻是無時無刻都在等我，比我想念她的還要多。這次互動後，每次講電話的那短短幾分鐘，感受就跟之前很不一樣，因為知道媽媽簡單話語中有份很深的掛念。

小時候覺得，報恩就是長大之後，把薪水的一部份給爸爸媽媽，要幫爸爸媽媽買房子；但學習之後才發現，報恩不是長大要做的事，而是現在就要開始。雖然我還很不會報恩，還不是個非常孝順的孩子，但我知道，我的生命會越來越快樂，因為看到有這麼多人愛我，有這麼多人要感謝，有這麼多恩要報——心裡開始不是只有自己，而是想到要努力，回報那些愛我的人。



品君(右)與媽媽，相依相伴母女情深。



沒有比對，不知道自己對父母的恩情根本「無感」。

我抽絲剝繭，尋找父母對我用心的軌跡。翻舊照片、回憶往事、觀察父母最常對我說的話……原本視為理所當然的塵封過往，竟一一顯露出父母對我無微不至的愛。

照片

我找到一張媽媽抱著我的照片（下圖）。照片中，我笑得很開心，不過媽媽的衣服卻濕了一大片。媽媽告訴我，我小時候容易暈車，她衣服上濕漉漉的那一大片，就是我吐在她身上的。



換成吐在我身上，我可能會生氣、會和對方吵架，但媽媽會耐心的幫我處理。後來只要再看到這張照片，就會感受到媽媽假乾就濕的慈愛。

蝴蝶

一個小學時的甜美回憶，那是我參加耶誕嘉年華扮演一隻美麗的蝴蝶。爸媽親手幫我製作蝴蝶，爸爸先用鐵絲折出蝶形，媽媽再用包裝紙鋪陳美化，又挑選好看的色紙另外折一隻小蝴蝶黏在上面。那隻蝴蝶不但很美，而且裝滿爸媽的愛。

只要是我需要的，爸爸媽媽都會說：「好！」他們因而練就一身好功夫。相對於我，反應就不一定了：「這我不會，不要叫我做！」

駝背

爸媽最常跟我說：「珊珊，妳又駝背了！」

因為個子高，又不想在人群中太突兀，所以我常駝背，久而久之就覺得駝背比較舒服。爸媽經常提醒我要挺胸，有時會拍拍我的背，甚至買來駝背調整帶幫忙矯正姿勢。

大二時，我們全家郊外散步，我走在媽媽前面，後面傳來熟悉的聲音：「珊珊，妳又駝背了！挺胸！」心想：



鈺珊(中)全家福，和樂寫在每個人臉上。

美麗的 領悟

文·圖 / 周昱岑



擔任大型研討會義工，昱岑(中)與老師合影。

「天啊，都講了十幾年了，媽媽還在提醒我。」但是我突然發現，我沒有像以前一樣心煩，反而感覺超幸福的。

硬幣

我小時候曾經誤吞十元硬幣，嚇壞爸媽，爸爸也常常對我提起這件往事。

以前聽來，只覺得自己好好笑。但是，有一天和爸爸一起看到小嬰兒被電毯燙傷的新聞，爸爸又提到這件往事：

「小孩從那麼小到妳這麼大，父母永遠都在擔心。」那時突然體會到，我吞硬幣時爸媽非常著急的心。

透過學習，我知道父母為我付出

太多太多，但我能回報的不多，雖然父母並不求回報。然而只要為爸媽多做一些點點事，他們就會無比開心。以前我也會幫忙做家事，但久了總會抱怨：「怎麼都是我做？為什麼妹妹都不用做？」現在可就勤快多了，特別是只要抱怨的聲音一出來，就會想到爸媽為我做那麼多，我只是掃地拖地洗碗……便停止抱怨，歡喜完成。

讓觀功念恩成為啟動心靈的馬達，如今，不但看見爸媽的深恩，和爸媽的感情比以前更好了。

我當初的理所當然，竟是日後的不以為然——還好它不是來不及的領悟。

國三基測前，媽媽買了五、六件新衣服，希望我能穿去考試，我覺得沒道理：「穿了又不會考得比較好！」我不穿就是不穿，還跟媽媽大吵一架，一個多禮拜不跟她說話。這還不打緊，基測當天要進考場前，姊姊突然過來跟我說：「媽媽要我跟你講，父母是對自己有恩的人，恭敬一點比較好。」我一聽氣炸了，心想：「都要考試了還跟我吵！還拿『父母』這個身分來壓我！」總之，當時的我認定媽媽錯了，怎麼可以這樣對我！

觀功念恩的學習，讓我憶及這件往事。是姊姊傳錯話嗎？「可能媽媽原本不是那樣說的。」可是仔細再想，重要的不是媽媽怎麼說這句話，而是：「因為我快考試了，為了我好，媽媽不想讓

我造忤逆父母的大惡業，以致損失許多福報。」想到這裡覺得很慚愧——跟我吵架，媽媽已經很難過了，心裡卻是想著要怎麼保護我！

去年寒假期間得了重感冒、發高燒，意識有點模糊。只記得那天晚上，媽媽不時幫我換冰枕、換衣服、餵我喝水、吃藥……就這樣不停重複到隔天早上。燒比較退時，進浴室想洗澡，才發現浴室裡一整籃的衣服都是我的，應該有七、八件。我默默算了算，一個晚上也不過幾小時，媽媽該是整晚沒睡吧！媽媽身體一直不好，她不累嗎？洗完澡出了浴室，見到餐桌上擺滿豐盛飯菜，媽媽帶著深重的黑眼圈，一邊洗碗一邊問我要不要喝什麼。當下，我只覺得很想哭。一整天下來，整晚都沒睡的媽媽就這樣持續忙進忙出，沒有休息，沒有怨言。

老寶貝

文·圖 / 妙融

好奇之下去問媽媽：「到底用什麼心情照顧生病的我呢？」媽媽想了一下，開始細數以前到現在我生過哪些重病，我永遠忘不了那時媽媽說著說著就哽咽起來，說她如何心碎、如何自責、如何害怕失去我……

媽媽一定不是在我學習觀功念恩之後才對我比較好，而是從出生到現在一直都是這樣——心永遠掛在我身上。自從體會媽媽為我的付出，和知道媽媽的辛勞後，現在回家看到還沒洗的碗或衣服，我都會自動自發去做，雖然跟媽媽做的比起來萬不及一，總希望能減輕一點點媽媽的負擔。

「懂得念恩的人是最幸福的人」，希望大家都能拿到幸福的鑰匙，成為幸福的人。



自從我的公婆、先生、父親相繼過世，母親就比較常到我家住，母女有機會促膝長談，一起喝咖啡，一起看書，一起散步，這是我結婚三十年後，母女難得再次相處的機會。我有一兄一弟，三人分住北中南，母親曾說：「在台北吃得最好，在台南住得最好，在妳這裡，氣氛最好。」應該是我和媽無所不談吧！

母親八十六歲，前幾年為了照顧父親，整個人暴瘦，還好身體仍舊硬朗。我捨不得老人家太勞動，所以家事都儘量自己來，但是母親閒不住，我要煮飯時，她就到廚房來看看有什麼可做，我只好請她撿菜或洗菜。母女一邊煮一邊聊，一頓飯便在談笑中煮好了。

雖然我已經從工作崗位退休，但活動還是不少，常把母親留在家中。母親卻趁機幫我整理花圃、打掃房間……有時候我晚上外出，衣服來不及洗，回來一看，母親已洗好了（包括我的內衣褲），我覺得很不好意思，她竟然說：「有什麼關係，妳小時候不都是我洗的嗎？」雖已超過耳順之年，母親還當我是小孩一樣照顧。

母親做事非常細心周到，摺好的衣服四四方方、平平整整，跟賣場服飾店的一樣；掃把和畚箕也會洗得乾乾淨



能與健朗老母同遊花海，何等幸福！

淨；洗碗槽擦得一滴水也沒，她說這樣才不會招來蟑螂。抹布也常拿去浸泡後洗淨，許多生活細節和常識，都是粗枝大葉的我疏忽的事。

有一次我整理了一包舊衣物，打算拿到資源回收箱，母親硬是從裡面再挑出一件褲子起來，說：「這一件料子還不錯，丟了可惜。」因為我不要穿了，結果她竟然花了幾天的功夫，一針一線的把它改窄，改到適合她自己穿。我看著自己滿櫃子的衣服，想到母親這麼節儉惜福，真是又讚歎又慚愧。

母親茹素幾十年，有一套養生方法，懂得吃有機食物，平常也會自己按摩身體，哪裡痠就按哪裡。每天起床時先在床上做運動，她會踢踢腳，再坐在

床邊按摩眼耳鼻口手等，揉揉肚子、按按命門，等一切動作完成才起床，如廁便非常順暢。

每天睡覺前，母親躺在床上，總摸著身體各部位，口中念念有詞，我問她在做什麼，她說：「我在感恩啊！感謝手讓我可以做很多事，感謝腳讓我走這麼多年，感謝五臟六腑每天辛苦的運作，讓我身體健康……」原來她每晚謝天謝地謝人，甚至感謝自己的身體。

有時候難免身體有病痛，她撫摸痛處，又開始懺悔和祈求了：「對不起，我一定哪裡做不好，讓你太勞累了！但我也很認真保養你，請不要讓我漏氣，讓人家覺得我老了沒有用。」啊！多可愛的老媽，她和自己身體的對話，令人拍案叫絕，原來她勤保養身體，是怕自己老而無用，造成別人的負擔。後來我才知道她每天喝一兩杯咖啡，不是趕時髦，而是為了預防老人失智，怕生病會拖累子女。我也深深了解母親的健康，真的是我們子女的福氣。

父母親生養我們，恩重如山，是我們的大福田，能孝順母親是我的福氣。和媽媽在一起的日子，我學到很多，也重享天倫之樂，體會「家有一老，如有一寶」的真諦。