

教養孩童使他走當行的道
就是到老他也不偏離

箴言 22:6



時間啊，你慢些走

錢志群

不經意中，又到了一年一度的元旦。
年輕時，曾多次熬到深夜，在新年鐘聲敲響時，與普天之下比比皆是的新年人一樣，把酒對歡。現在想來，到底歡呼甚麼？歡呼舊年舊事成過去，還是新年新願新希望？對我而言，更多的只因為它新。

人一生經不起多少次這樣的歡呼，兒女穿尿布的日子仍歷歷在目，如今他們都已長大成人，我和太太也已鬢染霜雪。一向不太喜歡照相的我，偶爾看到同學群發來的，或家中存留的舊時照片，忽然間感慨起來：如果時間能定格在當年，豈不美哉？不說時間定格，哪怕時間慢些走也好。遺憾的是，時間不變，一切都在變，特別是人，皺紋和白髮悄然日增。

可是年輕的時候我們並不在乎時間，總覺得有大把大把的日子。習慣了機關的文山會海、酒樓的推杯換盞，偶爾幾天沒有應酬，甚至都不知道時間如何打發。人到退休時，更有可能覺得，每天的時間長得難熬。我以前一位同事，按男到 60 歲女到 55 歲的中國退休政策，夫妻雙雙到齡回家。他們的女兒留學後已在國外工作，未婚嫁。夫妻倆為官多年，並無其他兼職特長，又身體健康，精力充沛，無孫輩可幫，賦閒在家，不知如何打發時光，每天都嫌時間太長。忽然間他們想起如今便捷、票又不貴的高鐵動車，於是隔三差五出沒在不同的地方。今天坐車到某市逛一通，買隻燒鴨晚上

回家，明天又坐車到另一個地方，在大湖邊轉溜一圈，又乘車返回。費著心思養老，天天打發時光。

可是我們在見面的餐桌上，掐指一算自己的歲數，又提到其他逝去的熟人，他們才恍然大悟，原來時間對自己來說已所剩無幾了。「我們一生的年日是七十歲，若是強壯可到八十歲。」（詩篇 90:10）

我們費力氣鍛鍊，又每天大把吃各種維他命，過著管住嘴、邁開腿的保養生活，就是想讓時間走慢些，或者說讓自己老得慢一些；但是時間不緊不慢，均勻流逝，正如兩千多年前的孔子在水邊感慨的：「逝者如斯夫，不捨晝夜。」（《論語》）也不知孔老夫子在感歎之餘，是否對時間的本原本質有更多的追問思考？當然也不必苛求他了。世世代代科學家們上下求索，至今對時間的認識仍然是兩濛濛霧濛濛。用英國科學家牛頓的話說：「時間是一個被神秘氣息所覆蓋著的客體，是人眼不能見的一種抽象物。」

古人只能依託日出日落來把握它，難怪中國先人把「日」放進「時間」的兩個漢字裡。最早，人們用日光下木棍的倒影長短來刻度時間，繼而發明出日晷，然後又研究出漏壺和沙漏的流量計時法，再後來又發明了機械鐘錶，把時間「掛」在牆上或者「戴」在手腕上，無時無刻不跟著時間走。

世世代代科學家們勤奮地研究和假設，即便如此，人們對時間也瞭解甚少，更談不上去改變它。愛因斯坦提出了《相對論》，認為重力可以導致時間變慢；霍金寫出《時間簡史》，認為時間始於宇宙的大爆炸，將終結於宇宙黑洞，但時間還是只能被珍惜，不能被改變。

時間真正的主人不是人，因為它是由奧秘的上帝創造和主宰的。「上帝說：『天上要有光體，可以分晝夜，作記號，定節令、日子、年歲，並要發光在天空，普照在地上。』事就這樣成了。」（創世記 1:14-15）上帝不造任何無意義的作品，時間是萬物秩序的一種度量，沒有時間，一切都亂套。上帝無償賜予人時間，如同祂無償賜予人人都需要的陽光、雨水和空氣一樣，完全因為祂愛世人；也如同陽光照好人也照歹人，降雨水給義人也給不義的人，時間也不因人的財富、權力而忽快忽慢，忽走忽停。誰也不可能奢望無限地數著地球繞了多少回太陽來慶祝新年，無限地數著自己的壽數悠哉悠哉。花開花落、人衰人老由不得你我。

上帝所造的人原本確實是不老不死的，換句話說，一直可以在祂創造的時間中永存。萬分遺憾的是，人犯罪後，罪的工價乃是死。死就是人的生命氣息在時間中停止，變成屍骨和墳墓在時間中的存在。這豈是上帝創造我們的初衷本意？上帝不惜差派祂的獨生愛子耶穌成為人的樣式，被釘在十字架上贖罪代死，三天後死而復活，解決了罪與死亡的問題。信祂的人罪得赦免，有聖靈內住；死後靈魂與主同在，且在祂再來時被賦予新的靈體而永遠活著。

不再被死亡拘禁，人自然也不再被時間拘禁了。那時，你可以一年又一年，盡情地歡呼慶祝新年了。哈利路亞！

原載《中信》月刊第 693 期（中國信徒佈道會）

家中有「汪星人」好處多？澳研究：有助幼童社交和情緒發展

柯俊明

常言道：「狗是人類最忠實的好朋友」，身邊有隻「汪星人」陪伴，以往文獻證實除能增進生活樂趣外，也有益個人身心健康。而一份不久前發表在國外知名期刊《兒科研究》（Pediatric Research）的報告更指出，養狗似乎也有助家中幼童的社交、情緒發展，可說是好處多多。

該研究由服務於澳洲西澳大學的健康管理專家海莉·克里斯蒂安（Hayley Christian）博士所主持，其和泰拉松（Telethon）兒童研究所等單位的學者合作，針對一項大規模調查所獲數據資料進行整理。

這項名為《兒童體育活動的遊戲空間和環境》（PLAYCE）的調查總共為期 3 年，1646 個育有 2 至 5 歲小朋友的主要照顧者陸續接受問卷訪談。實施統計分析時，孩子的年齡、性別、睡眠習慣、接觸螢幕的時間和家長的教育程度、社經地位等外擾因子都有納入考量。

結果發現，相對於未養狗家庭的孩子，養狗家庭的孩子於社交、情緒發展上遭遇困難的可能性少

了 23%。當中有暴力、攻擊與破壞等反社會行為的可能性降低 30%，而同儕互動出狀況的可能性則是降低 40%。值得注意的是，表現出體貼行為（如分享）的可能性提高 34%。

另外，養狗家庭的孩子中，每個禮拜至少和家人一起出去遛狗一次者，比起溜狗頻率低於每個禮拜一次者，社交、情緒發展上遭遇困難的可能性約少了 36%。而每個禮拜和家裡的寵物狗玩耍 3 次或更多的幼童，比起玩耍不到 3 次者，表現出體貼行為的可能性竟高出 74%。

探究原由，研究者認為狗是具有情感和思想的生物，因無法和孩子交談，所以孩子得揣摩狗在想什麼，方能對其行為作出反應，該過程能促使同理心和社會互惠關係的建立。而和寵物狗玩耍時，情感的連結也能讓孩子表現出更好的親社會行為，亦即利他、助人的舉動。

看完上述的說明，您是否躍躍欲試，打算給孩子找個「汪星人」當玩伴呢？建議先別衝動，審慎評估目前的居住環境及經濟條件，三思再行。其實養狗就如同辦信用卡，務必要確認自己是否有能力承擔。一旦決定要飼養就必須負起責任，畢竟狗狗不是玩具，養了就要陪伴牠一生。狗狗也許是您生活的一部份，但對牠來說，您卻是牠的全部。

本文作者為台灣法務部矯正署高雄戒治所臨床心理師