

我的「第三人生」

瞿 慧/口述

邱佩君/整理

「第三人生」是甚麼意思呢？是改變自己？把以往過得不開心的自己，轉念成開心、自在的嗎？提出「第三人生」的作者，把它定義為退休人生。作者認為第一人生是求學時期，第二人生是成家立業階段。那麼，退休的我，現在就是在第三人生階段。

我相信第三人生會比前兩段人生更精彩，過去的日子也許不堪回首，但未來可以選擇讓自己過著更有意義、更健康的生活。有一部影片叫做「明天不要來敲門」，劇中主角因太太過世，生活不再有依靠，便屢屢計畫自殺，但每次都因突發事件的介入，使自殺計畫宣告失敗，但也透過一次次被迫跟鄰居的互動以及他開始願意付出，還有認真踏實的精神，終於給自己贏得不少友誼，他的第三人生的確是精采的。

生有時死有時，在生與死之間，我們該如何充實它呢？生死不是我們可以決定的，上帝給我這麼些時間，我要如何好好的過？有一篇文章叫「減法人生」，所說的也很貼近我的心境，退休應該過著物質和慾望都相對減少的生活。願意付出、多為別人著想，就是我對第三人生的期許。

原本的我，生活是嚴謹的，是一板一眼的，像父親一樣。「每件事都要做到好。」這原是小時候父親對大哥說的勉勵的話，在一旁的我也聽見了，卻因此影響我一生。從求學到結婚，之後因先生在外地工作，我獨自撫養兩個孩子以及照顧年老的母親，三、四十年來我一直處於幾乎高壓力的狀態。直到年紀漸長，發現自己能承受的壓力越來越小，開始有暈眩的現象，現實生活把我逼得必須調整自己，於是漸漸退居幕後，不介入孩子的婚姻生活，與在北部工作的大女兒維持關懷與尊重，照料母親的工作也請哥哥們來分擔幫忙，不再一人獨自承擔。

退休前我信了主，跟教會的弟兄姐妹接觸，帶給我很大的溫暖，尤其是可以把煩惱憂慮卸給神，這對我格外受用，以前有煩惱的事，會整夜睡不著想到天明。信主以後，才知道有上帝可倚靠真好！把憂慮的事交託給神，改善了我睡眠的問題。退休後的生活，主要是求神改變我的心態，不再把事情全攬在自己身上，以前經常眉頭深鎖，臉上佈滿大小皺紋而不自知，當我聽到同學說：「無法接受臉上增添的皺紋，就找醫美來解決。」但我不想用醫美，只是單單將憂慮交託給神，現在，這些皺紋全都不見了。有人動輒花大錢去改變外表，而我只是靠著主耶穌從內心改變過去習慣性的想法。

在這第三人生階段，我學習改變自己的心思意念，難過時有朋友扶持、孤獨時能自處、朋友相聚時也很開心。在這階段，我發現「付出」很重要，主動的付出愛，友人會回應，愛就流動。聖經教導我們：要愛人如己。付出我們的愛，可以溫暖別人，在付出的當中，自己反而獲得更多。之前，二女兒要參加教師甄試，那時候找教職非常不容易，我請杜長老為這件事禱告，杜長老是個話不多的人，在一次主日後，他告訴我每一天都為我女兒禱告，聽了心裡很感動。杜長老為我豎立了「付出」的榜樣，如今我會在週三的查經班服事，就是為了學效其付出的精神，並回應神的恩典。所以，只要我有能力，都會盡力幫助別人。

禱告帶給我很大的力量，當年，我會決志信主，就是因為禱告帶來的震撼。第一次我學習禱告，平安就進入我內心，這對我產生很大的信心。我的老伴(狗)米菇先前因過度跳躍而癱瘓，我每天帶著牠做飯前禱告，牠現在還能活蹦亂跳，這真是神蹟；我們陽光小組重義弟兄的例子也是神蹟。在主裡的日子天天都有神蹟發生！

放下生命的主權，全然交託給神，珍惜周圍的一切，活出主的樣式，這就是我的第三人生現況。