

自我肯定・自愛自重

列潤霞老師

以下是在一個成長課程中，講者葉萬壽先生說的故事：

一天，小青蛙在池塘裏暢泳，牠把雙腿彎曲、伸直、彎曲、伸直，盡情地在水裏舒展筋骨，好不快活。正當牠優哉悠哉時，迎面來了一尾鯉魚，鯉魚定睛望着小青蛙，不禁搖頭說道：「為什麼你的泳姿如此難看？你看我，只輕輕擺動腰肢，就自然往前移動，何須像你一般吃力？」小青蛙聽罷，凝視逐漸遠去的鯉魚，心想：「牠的泳姿真的比我優雅啊！」於是，牠嘗試合起雙腿，擺一擺腰，怎料整個身體直往下沉。於是，牠決定放棄游泳，免得丟人現眼。牠一躍而起，跳到河畔的石塊上。

小青蛙的一躍，令牠愛上了凌空的感覺。牠不斷地跳，嘗試跳得更高、更遠。在牠樂在其中之際，一隻小鳥經過。小鳥看見小青蛙便說：「多費勁啊！你用力地跳，最多只能在空中逗留數秒；我便不同了，我只要展開翅膀，就可以輕而易舉地乘風翱翔。你還是省點力氣，想想怎樣才能像我一樣翱遊天際吧！」小青蛙聽了，立刻潛回水底，生怕自己的窘態給發現。

回家到家中，青蛙媽媽看見孩子垂頭喪氣，便問個究竟。聽過小青蛙當天的遭遇，青蛙媽媽問了一個問題：「孩子啊！你可有想過，你有比鯉魚、小鳥優勝的地方嗎？」

* * *

多年前讀《李天命的思考藝術》，其中一個片段常常記起，該節的標題名為「九一主義」，什麼是「九一主義」？

李天命先生憶述童年時，曾考過一次第一，當時，他的獎

品是一個漱口杯、一枝牙刷。（當年香港物資短缺，這已是很好的禮物。）當他帶着禮物回到家中時，爸爸說：「一定是在學校裏很『牙刷』（粵語『囂張』之意）了，不然，學校怎會送你一枝牙刷？」到了第二個學期，他考第九。爸爸看了成績表，就說：「考第八、考第十也不錯，你偏偏考第九。」爸爸因為數字的「九」，跟動物的「狗」同音，便跟他開起玩笑來。李先生並沒有把自己與狗聯想起來，但他卻悟出了一個道理，那就是無論自己的名次是什麼，無論別人的評價怎樣，「我」仍是「我」，無論考第一，還是考第九，李天命仍是李天命，別人的話語，成績表上的數字，都不能取代他。長大後，他就把這種想法命名為「九一主義」。也許，一些同學會說：「以後，我不再努力了，無論成績如何，我都可以心安理得了！」然而，真正的九一主義是否等於不思進取、自我放任呢？

* * *

某個星期天，電視台重播《阿甘正傳》。

阿甘的智商只有75，比一般人低，換句話說，他是弱智的。可是，阿甘的媽媽沒有輕視他，阿甘也沒有輕視自己。阿甘做什麼事都比別人專注。在美式足球場上，他專心一志地往前衝，結果弱智的他，成為大學球隊的招攬對象，他藉此取得大學學位。在越戰戰場上，他專心一志地拯救同胞，結果，弱智的他獲美國總統頒發國會榮譽勳章。在運動場上，他專心一志地練習乒乓球，結果他代表美國，與中國進行乒乓外交。在愛情上，他專心一志地愛Jenny，結果，很多年後，他的愛情開花結果。當別人笑他是「白痴」的時候，他沒有認同別人的看法，輕視自己；他不斷努力，向目標進發。

我想，阿甘的表現正好作為「九一主義」的註腳：自我肯

定，認清自己的價值；不因別人的眼光、外在的評價而輕視自己，無論處境如何，都不自暴自棄，努力做好自己。

作為學生，同學可怎樣實踐「九一主義」呢？我舉出三項供同學參考：

第一，重視你的時間。你是有價值的，你的時間也是寶貴的。

重視你的時間，把它花在有意義的事情上。

第二，重視你的一言一行。在適當的時候，做適當的事、說適當的話。重視你的誠信，答應了的事，力求做到、做好。

第三，重視你的努力，相信自己的努力總能有所貢獻。當別人需要時，給予協助，出一分力，發一分光。

小青蛙不是鯉魚，不是小鳥，小青蛙自有小青蛙水陸兩棲的優點。

自愛自重——願與同學互勉。