

# 成長的層次

生命教育基金會  
每月一文  
第38期  
2015年12月

生命是一個不斷成長的過程。

它就像一場馬拉松競賽，有些人快、有些人慢；有些人積極向前，有些人卻安於現狀。可是，不論你在賽道上哪一個位置，我們走的都是相同的道路，只是大家最終停留的層次卻有不同。有的終其一生停留在第一層：自我中心，眼中只有自己沒有別人。有的在第三層：胸懷抱世，找到自己的使命，希望在生能造福人群。人往往需要轉化和重整自己的生命，才能放開自己，從他人出發。這是第二層：少看自己，多看他人，是由自我到胸懷抱世的必經過程。

「那生命如何才能成長？是否要經歷些大事，人才會成長？」成長的機會，從來就在你我的身旁，只要你細心留意生命的每一刻，你便會發現小如弄甜品的一件小事，也是成長的時刻。與你分享 Athena 的故事，你便會明白了：

成長與改變，總在你意想不到的時候發生，不一定要沉思，不一定要反省，就算你正在弄甜點，她仍能瞬間闖進你的心房，叫你知道，生命就是那般不經意，那般不能預料。

誰也知道，我喜歡吃甜點得很，但弄甜點卻真的是少之又少。原因很簡單，媽媽做的實在太美味，我也懶得去弄。婚後，其中一個最大的改變，就是我竟會在家中弄甜品。小如紅荳沙、芒果布甸，大如芒果芝士蛋糕、豆腐芝士蛋糕，我也通通試製作過。微妙的是，我在製作甜品的過程，卻經歷了心境的變化。

還記得初初製作的是芝士蛋糕那一類。最後雖然成功，但我一點也不享受製作的過程。記憶中，每個芝士蛋糕都花了我許多的時間和心血。每次也吃不完那蛋糕，總是有一種浪費的感縈繞著我。沒有預期的成功感和滿足感，只有一種「做到了那又如何」的感覺。當時的我有些不惑，有一段日子沒再弄甜點。

最近，我又再次入廚，但不知怎的，我卻興奮莫名。由浮現這個想法、添購材料、製作過程，到最後的完成。我，興奮得很。為何？因為今次我不是為自己而弄甜品，而是希望家人在大餐過後有甜點品嚐，為那一頓晚飯畫上完美的句號。但是有這個想法，已叫我興奮莫名。這是不為自己，完全為他人，製作甜點的第一次。一種圓滿、快樂的感覺在我心底迴盪。今天，我仍被這種快樂包圍著。

原來，小小的芒果布甸，可以有如斯的威力，叫你體會「少看自己，多看他人」之美。生命就是如此。

不要急於催逼自己成長，活在當下，細味生命的每一個時刻，這已經足夠。不是嗎？成長，就是做好生命的每一刻，你自然會經歷生命的成長。

反思：你現在又在哪一個層次？如何能令自己更進一步呢？

本文出自：陳志耀 (2008)。超凡人生——六十個激勵別人、啟動自己的成功法則。香港：EDIT Workshop Company Limited 及 EDIT Workshop Publishing Group Limited。  
Photograph by Heyman Tang (2015)

