

灰色孤單， 專心仰賴主

易宸是個沉默寡言的男孩，從新生入學以來，未曾見過他和哪個同學要好，也不曾看過他與誰聊天說笑。彷彿自帶灰色濾鏡，儘管和大家置身於同一空間，卻劃分成兩個世界——同學群聚於晴空，而他獨處陰雨。

「您好，請問是易宸同學的家長嗎？我是他的班導師。」

「老師您好，我是易宸的媽媽，請問有什麼事嗎？」



「是這樣的，我觀察易宸有段時間了，發現他總是一個人坐在位置上，下課也很少走出教室活動或和同學聊天，有些擔心他的狀況。」

「他從小學就這樣了，我也不知道怎麼幫他。」

「原來如此，那我試試能不能讓其他同學主動和他聊天，或是多一些互動的機會。」

「謝謝老師，就麻煩您了。」

「不客氣，這是我應該做的。」

班級中的「孤鳥」不在少數，每回接任新生班，總有這類型的孩子。獨來獨往也許是天性使然，也可能是習慣沉默，又或者本身的某些「特質」，讓人不易親近。

作為導師，同時也是家長的我，對於較缺乏人際互動的孩子，難免會擔心他們在需要與人合作的時候，是否較難找到願意與其同組的夥伴？因為重視團隊合作的時代，依然「單打獨鬥」的人，要嘛夠強，要嘛就是直接出局。然而，單人籃球賽哪有三對三對戰精彩可期呢？當然，若未來職涯走的是「一人公司」路線，或許影響不大，但身處現今社會的我們，若沒有良好的人際溝通能力，總是較為吃虧的。

雖然學校環境相對願意接納與包容學生自身的「個性」，然而，培養「群性」卻是不可忽視的。一個人有個性，能顯出他的獨特天賦與才華；但具備群性的人，更有機會在群體生活中獲得重視，並適時地發揮其長才。因為，無論是領導力或與人合作的協調性，都需要在群體中磨練成型。

曾經，我也是那隻孤鳥。國中時期，與眾寡和的我，無法融入班級中的任何小團體：學業優異的同學，自成一隊；愛玩樂、打扮的，聚集成群。我既不屬於前者也非後者，只能每天坐在位置上看自己的書、認真聽講。遇到不懂的問題，得鼓起勇氣向師長詢問，因為競爭激烈的私校，願意無私教導的同儕，寥寥無幾。

我的學生時代不流行分組教學，下課時偶有幾個可以談話、請益的同學，但稱不上好友。這種情況從國一入學，一路到國三大考前。所幸，從小父母便帶我到教會聚會，讀經、禱告、唱詩稱頌主，因此我自幼即懂得要專心仰賴天上真神：

你要專心仰賴耶和華，不可倚靠自己的聰明，在你一切所行的事上都要認定祂，祂必指引你的路。不要自以為有智慧；要敬畏耶和華，遠離惡事（箴三5-7）。

雖然在學校沒有相契合的朋友，但每週六到教會守安息日，參加宗教教育課程時

恰有兩位和我同屆的女孩。有了「屬靈同伴」，讓我成長過程不覺孤單。後來，我們三位女孩錄取同一間高中。感謝主，往後高中三年都有同伴，不再是孤鳥。

救主耶穌是我恩友，負我罪孽擔我憂，
何等奇妙我主恩寵，能將萬事向祂求！
多少平安我們坐失？多少眼淚冤枉流？
都是因為未將萬事，提到耶穌座前求。

我們是否軟弱多愁，千斤重擔壓肩頭？
主仍作我們避難所，快向耶穌座前求！
你若真逢友叛親離，當向耶穌座前求，
到祂懷中必蒙保護，有祂安慰便無愁。

（讚美詩第263首第1、3節）

口中哼唱這首〈耶穌恩友〉，心中念想著：感謝主，未曾遭受「友叛親離」之事，感受到主耶穌作為我們生命中的良友，施恩眷顧著仰望祂的世人。人生有主，就有了盼望與最親密的朋友，不再孤單，何等美好！

學生時代的經歷，讓我擔任導師後遇到班級裡的孤鳥，總有於心不忍之感。我曾私下安排心地善良的同學主動和這些不擅交際的孩子聊天、當朋友，成效良好；卻也遇過沒有同學願意主動交談，或有意願但該生十分難以親近的情況。

這時，我會先向家長詢問情況，思考還能如何協助。除了平日多觀察其情緒起伏、人際互動的情形，多給予關心，也會請其他

任課老師多加留心，若能在課程進度允許的情況下，安排合適的分組活動，讓孩子們自然而然的互動，就再好不過了！

一位學生在國一時母親罹癌逝世，我私下幫她申請了一些補助金與用品。雖然直到畢業時，她仍是「孤鳥」，但笑容較以往多了些：「班上沒有朋友也沒關係，我自己也可以過得很好。」讓身為導師的我安心不少。

國中生看似年少，卻也會有出人意外的成熟表現，就像曾有孩子對我說：「我的好友在別班，老師妳可以放心！」他在下課時間會自己到別班串門子，有時則在走廊倚牆看風景，日子似乎挺愜意，誰說孤單就一定不好呢？「學會獨處」也是邁向獨立自主過程中必備的一種重要能力。當思考角度不同，學生也都具備其「因應之道」，身為國中導師的我會切換成「適度關心但不過度干預」的「靜音模式」。給予青少年足夠的成長空間，以及選擇如何展現自我生存姿態的權利，也是一種信任及尊重對方的表現。

或許我們都曾在某些時候感到孤單，甚至曾是某一群體中的「孤鳥」，但我們因為有信仰，有創造天地萬物的獨一真神作為倚靠，因此孤單時刻也不至於茫然無助、失了志氣。身為基督徒的我們，更重要的是，時時刻刻提醒自己，要與真神耶穌基督親

或許我們都曾在某些時候感到孤單，然而，孤身一人正是操練我們信心的最佳時機。莫忘恆心靈修，此時「進入內室」的禱告，主必然回應……。

密連結，鍛鍊自己的心志、培養「靜心獨處」的能力。孤單時刻，效法主耶穌專心禱告，順從天父的旨意，等候祂的安排。孤單一人正是操練我們信心的最佳時機，莫忘恆心靈修，此時「進入內室」的禱告，主必然回應（太六6）。

當然，信仰路上仍要有屬靈同伴，傳道者提醒我們：

兩個人總比一個人好，因為二人勞碌同得美好的果效。若是跌倒，這人可以扶起他的同伴；若是孤身跌倒，沒有別人扶起他來，這人就有的禍了。再者，二人同睡就都暖和，一人獨睡怎能暖和呢？有人攻勝孤身一人，若有二人便能敵擋他；三股合成的繩子不容易折斷（傳四9-12）。

參與教會的宗教教育，是我們信仰過程中不可忽視的環節。既能與同齡的屬靈朋友一起學習聖經真理，遇到生活難題時也能彼此關懷、勉勵、代禱。

在世奔跑天國路，未必處處繁花美景，有時也會行經荊棘叢生之途。

「遇敵」遭害在所難免，孤單一人該如何「克敵制勝」？當仰賴主的大能大力，並與屬靈同伴一同「敵擋」，必能增強抵禦力；若能攜手為傳福音而勞碌，更能「同得美好的果效」，不負主對我們的託付！

