

上帝叫蝸牛牽我去散步

我是個急性子，偏偏老公是個慢郎中，什麼事情慢慢拖，說什麼「慢工出細活」。

可是我老跟他說：「現在時間最寶貴，沒有什麼慢工出細活，趕快做完事還有時間趕快發現錯誤，一切都還來得及補救。做事情做太慢，連可以補救的機會都沒有。」

最近，因為公司改組產生一些人事紛爭，我的工作內容與形態因而有很大的改變，我變得適應不良，每天拿著公事回來問他該怎麼辦。他靜靜地聽，慢慢地分析，叫我不急，總是需要時間適應。可是接連著一個星期內，我不但上吐下瀉得了急性腸胃炎，還莫名其妙得了生平第一次的蕁麻疹，生病的指標不約而同指向壓力太大，太緊張。

拖著虛弱的身體回到公司上班，打開電子信箱，裡頭有 100 多封未處理的 e-mail，驚訝的發現其中有老公的名字，先把他寄的郵件打開來看，信的第一段寫著對我生病他不知如何是好的道歉話，我心裡彼時卻想著：這傢伙不知道做錯什麼事情覺得內疚？接著是一段他從網路上看到的一個故事：

上帝給我一項任務，要我牽一隻蝸牛去散步。

我不能走得太快，蝸牛已經盡力爬，每次總是挪那麼一點點。

我催牠，我唬牠，我責備牠，蝸牛用抱歉的眼光看著我，

彷彿說：「人家已經盡了全力！」我拉牠，我扯牠，

我甚至想踢牠，蝸牛受了傷，牠流著汗，喘著氣，往前爬。

真奇怪，為什麼上帝叫我牽一隻蝸牛去散步？「上帝啊！為什麼？」

天上一片安靜。「唉！也許上帝去抓蝸牛！」好吧！鬆手吧！

反正上帝不管了，我還管什麼？任蝸牛往前爬，我在後面生悶氣。

咦？我聞到花香，原來這邊有個花園。我感到微風吹來，原來夜裡的風這麼溫柔。慢著！我聽到鳥叫，我聽到蟲鳴，我看到滿天的星斗多亮麗。

咦？以前怎麼沒有這些體會？我忽然想起來，莫非是我弄錯了！原來上帝叫蝸牛牽我去散步。

重複看了這個故事 3 次，眼淚轉啊轉。淚能流下倒好，流不下的眼淚藏在心裡感到更難過。自從這個「蝸牛」故事之後，我慢慢學習在等公車的時候不要心浮氣躁。我慢慢學習在等待上司作反反覆覆決定時神定氣閒，動動腦想想決策的多種考量與執行。我慢慢學習在不喜歡待著的廚房裡，找到煎出美麗荷包蛋的樂趣。^_<

至於我的老公，我也終於發現，他，原來是上帝派來牽我去散步的蝸牛。你找到你的蝸牛了嗎？偶爾出去散散步吧！

對現代人而言，壓力每個人都有，但卻不是每個人都知道如何紓解壓力??? 當你「不把壓力當壓力看」時，你會發現，你走得更沉穩。偶爾，把頭伸出水面喘口氣吧!!! 偶爾找你勿蝸牛陪你一起去散散步吧!!!