

望著窗外飄著小雪，不禁想起從前學滑雪的一段心路歷程，心中充滿了感恩，人往往是在矛盾、懼怕的情況下被強迫蒙恩…

每逢寒假，二個孩子們就會要求我帶他們去度假劃雪，我總是遲疑不前。一方面身為單親媽媽，每天為了生活已忙得不可開交，加上孩子的學習障礙，上私立學校的額外開支，使我無論在時間、金錢、體力，裏裏外外的負擔都已達到極限，實在沒有心思在度假的事上。再方面惟恐天寒地凍，每想到在冰雪上開車就令人心驚膽跳，兩個不大不小的孩子，也幫不上什麼忙，所以冬季旅遊對我一直是一個很大的挑戰，只好將這事放在禱告中一直紀念著，並不斷提醒自己和孩子們，要做一個有生命的基督徒，在任何境況下都可以靠著主知足、喜樂。

但這一年比較特別，暑假時孩子們才和爸爸起了大衝突，因此寒假時，兩個孩子堅決不肯與爸爸一起去度假。我也考慮進入青春期的兒子的情緒反彈，不願勉強他們去。這下子，看來為要提升孩子們低落的情緒，我們的滑雪假勢在必行了。

以賽亞書 57 章 14 節：“你們修築，修築，預備道路，將絆腳石從我百姓的路中除掉！”事實上，滑雪一事最大的絆腳石就是那莫名的“恐懼”和“萬一”了。唯一的恐懼就是恐懼本身。從小在那『你不要做這…以免…』或『最好不要…才比較安全』的負面思想下長大，不僅少於嘗試，怕不小心犯錯，更承擔不起一點兒失敗。天天把自己關在恐懼的牢籠中，裹足不前，錯過很多學習、成長的機會。如今，我鼓勵孩子勇往直前，跌倒了再站起來，反而自己却故步自封，怕這個又擔心那個，實在很沒榜樣。但是自己掙扎再掙扎，無奈那捆綁的毒鈎扎的又牢又深，想拔又無力，除也除不去，只有禱告再禱告，『凡你們在地上所捆綁的，在天上也要捆綁，凡你們在地上所釋放的，在天上也要釋放』《馬太福音 18 章 18 節》，我要捆綁那『我不行…』和『我不能…』的毒瘤思想，取而代之的是『我可以嘗試…』和『我願意學習…』的正面思想和態度。于是我就積極著手尋問劃雪的地點和路程狀況，並同時開始鍛煉體能，多方面研究思考，安排劃雪諸般事宜。

接下來，連著兩個月的籌劃和心理建設，我們終於要上路了。當天發現車的左前燈不亮，心裏有點兒擔心，才要出門就有狀況，加上前幾天感冒也還未痊愈，稍微猶豫了一下，有點兒想打退堂鼓。但馬上意識到這就是撒旦魔鬼的阻擾，那麼一來孩子們會多麼的失望掃興啊！以賽亞書 26 章 3 節：『堅心倚賴你的，你必保守他十分的平安』。既已計劃了，就去吧！于是把車開到加油站換燈泡後就直向 SevenSpring 去。一路上咳嗽不停，感謝主，女兒打包時還很細心地特別為我預備了咳嗽糖。不料到了 Somerset 又走錯了路，繞了一陣子，中午後才到

達目的地。孩子們興奮地快快地上山劃雪；我半懸著的心也稍微鬆了口氣，忙了大半天總算大功告成一半了，回程會容易些。

閑閑地坐在屋內賞雪，看著一大群老少婦孺都玩得好起勁喲！心裏好羨慕他們能夠隨心、自在的享受劃雪的樂趣。以前在電視上看奧林匹克劃雪好過癮，心裏好希望能夠劃雪，却沒自信。向來我就缺乏運動細胞，從小很少運動，連溜冰都不會。在學校時常常被體育老師嘲弄，『你的手一伸就有三呎，為什麼鉛球只丟了三呎半』。如今成人了，就更不好意思學，怕跌倒、怕失敗、愛面子。一邊看著外面嘻笑玩樂的人群，思想著『靠著那加給我的力量，我凡事都能做。』《腓利比書 4 章 13 節》，我克服了路上的阻擾，又花了三個多小時開車到此地坐在屋內看別人享受，實在心有不甘。『你們曉得真理，真理必叫你得自由。』《約翰福音 8 章 32 節》，又『我來了是要叫羊得生命，並且得的更豐盛。』《約翰福音 10 章 10 節》，神要我活得更活潑，更豐盛，更自由；而我却固守著那營壘把自己關在牢裏。一個下午就好好的思考這個問題，重新作心理建設，決心要突破這個牢籠，我要像外面那群人一樣迎風而下享受劃雪的樂趣！

第二天，我就注冊了初學班。一班五個人，其他四個人的年紀加起來就是我的年紀。曾幾何時，別人已經把我歸類到接近白髮族了，有點兒自卑！不要想那麼多了，就專心學劃雪吧！反正就照著老師說的做！不知跌了多少次，終於跌出心得來，我發現只要我心理稍有疑惑、害怕，馬上就會跌倒；原來上帝造人，身、心、靈都是聯在一起的，害怕時很自然就會退縮，重心一往後移，當然會跌倒！『你當剛強壯膽，不要懼怕也不要驚慌，你無論往那裏去，耶和華你的神必與你同在！』《約書亞記 1 章 9 節》，我知道有神保守，也極力除去了負面自卑的思想，跌倒了再起來，無論如何一定要學會。上完課後，其他人都坐吊車上山劃雪去了，唯獨我還是沒有把握，一人留在山下練習了五、六個小時，直到力氣用盡為止。這一次，雖然還是沒法像別人一樣輕鬆自如、悠哉游哉地劃，但是我告訴自己，至少我已跨出了牢籠，總有一天我會從山上劃下來而不跌倒！

回家的路上手脚已動彈不得，全身酸痛，幸有乖巧的女兒在後面送水、送點心才沒有累得睡著。這次劃雪，雖然人躺在地上的時間比站著的時間多，但能夠衝破恐懼的束縛捆綁得釋放，是最令我高興的事。心中也暗暗下了決心，一定要捲土重來，不成功決不罷休！

劃雪回來後，我就開始運動增強腿力，準備下次再去時能把劃雪板控制得更好，且定了目標不可跌倒超過十五次。果真，第二次就改善很多，到第三次就可以自己一人上山劃雪，三年內第四次就達到我所定的目標，從山上迎風而下沒有跌倒！在整個學習過程中有困難、有挫折、有恐懼，站在高高的斜坡上往下一看，想到的都是『哇！我怎麼能劃下去？！』，但是每當有懼怕來襲時，馬上恢復信心和正面思想，專注于眼前五尺處，確定劃穩每一步，就一步一

步地到山下了，心靈的舒暢自由和喜樂真難以筆墨形容！『我們雖然在血氣中行事，却不憑著血氣爭戰，我們爭戰的兵器本不是屬血氣的，乃是在上帝面前有能力，可以攻破堅固的營壘。將各樣的計謀、各樣攔阻人認識上帝的那些自高之事，一概攻破了，又將人所有的心意奪回，使他都順服基督。』《哥林多後書 10 章 3-5 節》，四肢不靈、協調不順、缺乏運動細胞的我，如果沒有神時時與我同在，改造我悲觀閉塞的思想，擊破魔鬼欺騙的計謀，我是永遠走不出自卑、自閉、自憐、自封的營壘，更別想得到那如鷹展翅上騰般的成功之樂了。

『基督釋放了我們叫我們得以自由，所以要站立得穩，不要再被奴僕的軛挾制。』《加拉太書 5 章 1 節》，相信在你我的生活中有很多類似的狀況，我們總是慣用根深蒂固的思想和眼光來判斷，以至于退縮、不求長進，甘心停留在習慣性的安全感裏；劃雪只是其中一項罷了！感謝主！我能靠著主更新老我，克服了內心最大敵人，打了一場屬靈的勝仗，也終於享受到與神一起劃雪的勝利和驕傲！