

不要問我為什麼

文 | 蔡慶玉

過年時，大家常聽到的吉祥話「歲歲平安」，其實是要「碎碎」平安，賦予破成碎片，散落一地的杯碗盤捨身大義，碎碎才會平安。

我小時候，過年時經常心驚膽跳，特別怕打破東西，愈怕就愈容易打破。長輩雖沒開口罵人，但嚴峻的表情總讓過年熱絡的氣氛瞬間冷卻。長大後第一次聽到「莫非定律」時，頻頻點頭稱是，科學的真理為我人生頻繁的錯誤，提供了合理的闡釋。

也許是時候的記憶太鮮明，自己當媽媽以後，孩子打翻水或是筷子掉了，我並不會斥責。況且長大後的自己，偶爾也還是會打翻水；周圍的朋友老大不小了，也會飯吃到一半掉筷子。仔細想想，通常周遭大人發生這樣的事時，我們會趕緊說「沒關係、沒關係」、拿紙巾擦，請服務員拿新的筷子，還會開玩笑說有人要請吃飯囉。沒有人會責備大人，因為又不是故意的。同樣的，小朋友也不會是故意的，尤其知道這會被罵，更不可能以身試法，也不是所謂的「皮在癢」。再加上小朋友手的小肌肉還沒有發展完全，拿不穩是理所當然的。我這樣一想，似乎就沒生氣的必要了。

生氣的難題

最近，遠嫁到歐洲的小說家好友帶著可愛的混血兒寶寶，找我去文青咖啡店。她從前浪漫不羈，長髮飄逸，現在剪了俐落短髮；夢幻的眼神，變成像糾察隊長般銳利。她不到3歲的女兒不小心打翻水杯時，她立即發聲：「你為什麼又把水打翻呢？不是叫你不要打翻嗎？衣服都溼了！」

我非常能理解她的反應，但仔細思考，問3歲小

孩：「為什麼」是無解的，她不可能真正用句子回答你、解釋真正的因果關係：「因為我的手不小心碰到水杯，手加上施的力量大於塑膠杯可承受的力，所以杯子就倒了；因為水是流體，加上地心引力的作用，所以水就向下流到我的衣服了。」從客觀的物理觀點來想，似乎就能釋懷一些、不再生氣了。

不知道是不是因為我自己的心理調適，我們家兩位小兄弟，從小就很少打翻水、掉筷子或摔破碗。不過想想，這也不是什麼值得炫耀的事；相對來說，打破碗當然也不是什麼嚴重的事。

我家爸爸個性溫和開明，但數理天才型的他，最近這幾個月開始教六年級的哥哥讀書，常變成「激動哥」，拉下臉反覆的問：「為什麼這題會錯？為什麼不會？」我和弟弟嚇壞了，一到讀書時間便跑到臥房躲起來。從沒看過修養好的爸爸這麼大聲說話。但是數學白癡的我，沒辦法說「換我來教」，也不知該如何捍衛孩子。於是我上網求救，到書店買好幾本日本暢銷教養書。仔細研讀之後，我歸納出各門派教育專家的精髓：罵孩子不能情緒化的問為什麼，例如：「你為什麼這麼不乖？你為什麼要一天到晚惹媽媽生氣？」之類的句子。

我小心翼翼的措辭，告訴家中這位因為教小孩到走火入魔的爸爸，你們日本教育專家建議，不要質問孩子「為什麼」，要具體冷靜的教解題的方法。他沒說什麼，默默的從公事包拿出3本「教小孩時如何不生氣」的教養書。我不禁放聲大笑。這位阿爸自己也在反省，但這的確不容易。他在太空總署工作，和國際頂尖科學家討論人類未來要去的是月球還是去火星，遊刃有餘，回到家面對的是更難



解的題：如何教小孩念書不生氣？

生氣的方法

為什麼不要生氣？因為生氣沒有用，只會得到反效果。小朋友要不因為緊張而更容易犯錯，要不就是麻痺了，所謂「皮愈來愈厚」。我常提醒自己，不要把生活上的不如意發洩在孩子身上，為了一些芝麻蒜皮的小事而遷怒孩子，常讓自己的生活白天生氣、晚上看著孩子熟睡的臉而懊悔中交織。

七田真博士說，罵小孩不要超過1分鐘。罵到最後除了自己語無倫次，對孩子來說，句子已不構成任何意義，只聽到一片「嗡嗡」的聲音。而且，盡量不要讓孩子因為同一件事被修理2次。雖然我有時會威脅孩子「跟你爸講囉」，但我發現，若我沒有跟先生說這件事，反而會贏得孩子的信任，因感化而銘記在心，不再犯同樣的錯誤。父母「雙面夾攻」可能讓孩子有被全世界孤立的落寞，因為對他們來說，爸媽就是全世界。



人都有不小心打翻、打破東西的時候，更何況是孩子？過好年，就是要保持心情愉快。心情一好，什麼都會更好一些。

無論是「哆啦A夢」裡大雄的媽媽，櫻桃小丸子的媽媽或是花媽，她們共同的特點就是常常生氣罵人。我有時候替她們委屈；當媽媽的都是求好心切、為孩子好，但孩子不但不領情，有時還會嫌囉嗦。日本小學快學期末時，發了張演講的傳單，題目是「生氣和斥責的不同」。可能是預想寒假小朋友長時間在家，和家長會有很多磨合，先打個預防針。父母的情緒管理是跨越國界的共同議題，要完全不生氣真的比中大樂透還難。只能說，為人父母是一種修行，不同的階段，不斷的遇到新難題。

我沒有知難而退，但選擇放下，調整自己的情緒和心態。最近的自救計畫是，抄一篇心經，深呼吸10次，喝杯甘菊花茶；點個香氛蠟燭，泡個澡；之後戴上蒸氣眼罩，坐在按摩椅上15分鐘。若還是情緒激動，可以破例來碗禁忌的泡麵，追部讓人能脫離現實的日劇或電影。

過好年，就是要保持心情愉快。心情一好，什麼都會更好一些。⑤

蔡慶玉——政大日文系畢業，美國南加大(USC)傳播管理碩士，旅日文化教育觀察者。曾任職於東京外商廣告公司、日本政府教育局。現為華視日語文化單元講師、國語日報/UDN專欄作者、日本交通部口譯導遊專員。著有《奇怪的日本人，奇妙的日本語》、《日式教養不一樣》。育有兩個台日混血兒。



蔡慶玉提供