

為生活找出口， 而不是找藉口

人生沒有那麼多你認為的「應該」

文 | Aaron

「人因夢想而偉大」，然而偉大的並不是敢於作夢的人，而是以行動實踐的逐夢者。對於渴望的，奮不顧身去追尋；面對艱苦的，咬緊牙關邁過去，以無與倫比的勇氣追逐她們夢想中的幸福。

當第一眼看到《為生活找出口，而不是找藉口》這本書時，就被封面上的幾句話來了一記當頭棒喝：「不要給自己太多的藉口，這樣你就能去發現生活中的美，給自己力量去適應逆境；因為，一個不會為自己生活尋找藉口的人，才能發現自己的生活出口！」看似在說老掉牙的大道理，但卻也真實地點出許多人面對生活的態度。在人生這條路上，每個人或多或少都會碰到各種大大小小的挑戰與困境，小小的山丘頂多稍微費點力就可跨越，然而真正左右人生的正是那些令人望而生畏的懸崖峭壁。是選擇正面對決又或是轉身逃避全在一念之間，給自己十萬個藉口只需要一秒鐘，但下定一個決心卻需要十萬分的勇氣。在他人眼中看似平凡無奇的一件小事，卻可能是我們朝思暮想、苦苦追尋的夢想！



圖 | <https://reurl.cc/Y9bmM4>

對於一般大眾來說，「試管嬰兒」是一個耳聞過卻又不完全瞭解的名詞，就像沒有交集的平行世界；而我也是在成為送子鳥的胚胎師後，才發現到在這個難孕的世界中，有許多人因為各種原因而不得不求助醫療科技的力量。弱精症、無精症、子宮環境問題以及自體免疫疾病等等都只是冰山一角，在這之中有一個族群在現代越來越常見——卵巢衰退（Diminished Ovarian Reserve）。卵巢衰退的女性除了少數能夠偶然發現並提早應對之外，大多數都是在年輕時對於生兒育女抱持著順其自然的想法，直到幾年過去仍然毫無動靜才驚覺事有蹊蹺，懷著忐忑不安的心情前往醫院檢查後發現卵子庫存量（AMH）遠低於該年齡的平均值。這個結果對於一位期待擁抱小孩的女性來說無異於重重摔入無底深淵，不只蹉跎了黃金歲月，更多的是對於夢想變得遙不可及的茫然。

當試管嬰兒成了她們在無盡黑暗中的一線希望時，即使起跑點的遠遠落後意味著在求子路上勢必要走得比一般人更艱辛、更漫長，她們仍然選擇握緊這份希望，毅然決然地踏上這條

路。從一針針的排卵針劑、一次次的取卵手術，再到胚胎培養的成績與染色體篩檢的報告，以及最後好不容易熬到滿懷希望地進行植入卻又迎來放榜失敗甚至是胎兒無心跳，療程中無數的磨練與痛苦難免讓她們身心疲憊、黯然神傷，但卻很少有人主動低頭認輸，反而是當看著她們流著淚卻笑著說還不能放棄時，內心的震撼與動容久久令我無法言語。這份在逆境中堅定邁步向前的精神不正好與這本書完美地相互呼應嗎？在求子路上，她們有太多太多的機會可以提出「藉口」，甚至這些藉口正當到連旁人都覺得放棄是理所當然的，但她們仍然義無反顧地持續在黑暗中摸索著，或許在她們眼裡並不存在這些藉口，因為她們一心都在尋覓那通往夢想的出口，堅信著只要不放棄，終究能在絕望中看見希望！

就像書中所提到的：「被別人打敗之前，不要先被自己打敗」，在追逐夢想的過程中，最害怕的不是過程不如意、結果不順心，也不是他人的阻撓、條件的不允許，而是最害怕自己先說要放棄，唯一能夠真正打敗自己的就是忍不住舉起白旗，成為夢想逃兵的自己。在送子鳥微電影《給出去的愛，會回來的》當中述說了一位女孩在 22 歲捐贈卵子，圓滿了一個溫暖的家，而在 10 年後發現卵巢輕微衰退，為單身的自己凍存了 3 顆卵子，原本以為或許用不到，卻在命運的安排下，遇見了 Mr. right。當時卵巢已嚴重衰退的她在多次取卵後，醫師提出了考慮借卵的建議，此情此景與當年捐卵助人的女孩形成了強烈對比，但在震驚過後更多的是深深的無力摻雜著絲絲懊悔——無力的是對於現況似乎只能逆來順受、聽從安排，懊悔的是當初若有凍存更多卵子是否不必淪落至此。然而跌到谷底的沮喪與挫折並沒有阻礙她追逐夢想，越是無能

為力的時候，越是不要放棄，帶著堅定信念的她給了自己一個重新出發的機會，收拾好情緒、調整好心態，在歷經 6 次取卵、4 次植入後，最終如願將一個健康的寶寶擁入懷中。

在送子鳥客戶的身上其實能夠學到很多很多，不管是趁著年輕時凍存卵子、保存生育力，又或是面對難孕的逆境依然直球對決，甚至是選擇借卵做人，跨越血緣的束縛，看著她們吃了這麼多苦、流了那麼多淚，都是只為了在未來能夠親手擁抱她們心中名為幸福的夢想，付出一切的勇氣與決心令人打從心底深深尊敬，同時也在提醒著我們，沒有跨不過去的難關，只有不願面對的逃避。逃避雖然能夠為我們帶來安樂、遠離憂患，但也讓我們只能夠在原地踏步、遙望夢想。試著為生活少找一點藉口，才能夠找到以往不曾看見的出口，漸漸地，將會發現不同於以往的人生風景，更加地遼闊無垠、更加地波瀾壯麗。

我們一定都作夢過，那些夢可能平凡無奇，也可能天馬行空，但不論是什麼夢，在幻想之後都需要一個起身追逐的身影，缺乏實踐如何能夠登上月球、漫步太空，沒有行動如何能夠創造生命、帶來奇蹟。追逐夢想的過程就像是拼圖，與其坐在那左思右想臨摹拼圖的完整樣貌，倒不如埋頭拿起每塊拼圖不斷嘗試、失敗、再嘗試，永不放棄地努力一塊一塊拼湊，漸漸地擴展，夢想終將水到渠成，蘗露出璀璨耀眼的光輝。「人因夢想而偉大，更因實踐夢想而不凡」，當我們投入所有的一切只為實現心中最美好的目標時，不只成就了夢想，夢想也成就了我們。 *：VIE*



愛因斯坦說：「天才和勤奮之間，我毫不遲疑地選擇勤奮，他幾乎是世界上一切成就的催生婆。」的確，勤奮是成功的必備條件，熱誠則是勤奮的動力。不少獲得重大成就的人，他們的成功，主要靠後天的勤奮努力和對工作的熱誠。但往往通往成功的道路上，都不會是條平穩好走的康莊大道，而是窒礙難行的荊棘之路。這時的我們必須具備被打敗的勇氣，讓腳步永遠向夢想前進，只要堅持邁步就是希望，只要你敢相信自己，成功其實沒有那麼遠。

書中提到：「只要敢做夢，就沒有做不到的事，因為年輕，所以我們期待成功，期待一個美好的未來，目標很遠，但必須跋涉，我們告訴自己不能停下來，也因為夢想的遙遠，所以我們必須在期待中成長。」常常，人們總是會畫地自限，認為自己不可能有多麼成功的成就，覺得那些站在金字塔尖端的人，不是頂尖聰明的人，就是出生優渥的人，但往往忽略了對生活熱誠的態度，才是決定成功能到什麼程度的關鍵要素。台塑集團創辦人——王永慶，便是一個極為鮮明的成功例子，出身寒門且學歷不高，但憑著勤勞刻苦的精神，和屢戰屢敗的毅力，造就了一個石化王國，並贏得經營之神的美名。

所有的成功，都藏在別人不想做的事情當中，做別人沒有做過的，先想到並把它做出來，那麼你就是獨一無二的。突破逆境，就從相信自己開始，當經過反思，認為自己走的路沒有錯，就應該相信自己。記得初來送子鳥面試時，在最後的面談曾聽賴醫師提起，最初要建立提供借卵生子的卵子庫時，可以說是極為虧錢的舉動，在最初的幾年營利幾乎都呈現赤字，但秉持著送子鳥的宗旨：「堅持做對的事，走別人不敢走的路。」才造就現在，幫助無數的借卵求子媽媽，成就家庭的幸福。所有夢想都不是一蹴可幾，不是今天想，明天就能實現，所有成功都需要經過千錘百鍊，才能收穫美好的果實。

懂得在逆境中生存的人，不會輕易被打敗。因為善於在艱難困苦中，不向命運低頭，磨礪意志，才能在最險峭的山崖上，走出一條真正屬於自己的道路。身為諮詢師的我，接觸了許多懷抱期待、渴望擁有孩子的求子父母。看著他們初入療程、歷經施打針劑的辛苦取卵養囊胚，到後來終於將滿懷希望的胚胎植入、內心充滿對於未來懷孕生子的喜悅，但有時求子的道路並不是那麼一帆風順，在醫師宣告放榜失敗甚至寶寶



沒有心跳的那一天，面對他們難過失落的臉龐，再多的話語彷彿都是無力的安慰，但是即便難過還是要鼓勵自己堅強的站起來，只有不斷向前走才能懷抱希望。曾經有位客戶因為卵巢衰退歷經 23 次的取卵和兩次的胚胎植入，才終於喜獲一對龍鳳胎，這辛苦的求子道路，除了家人和醫護的陪伴，自己內心的堅持不放棄，更是成就幸福的關鍵要素。

為生活找出口而不是找藉口，給自己力量去適應逆境，才能發現自己的生活出口。大部分的人，每當面臨人生中各種不順遂，腦中閃過的念頭便是：「算了，就這樣吧，放棄吧。」往往第一時間都會被各種負面情緒所包覆，彷彿世界已沒有希望，但那些在我們看來，過著美好生活的人，並不表示他們一路都如此順遂。其實很多人都經歷了許多波折，也曾經站在人生的叉路口，但他們依然堅持克服了各種逆境，努力為自己的人生找出一條希望之路。曾經，有位客戶初來送子鳥時，是位想幫助不孕媽媽圓夢的捐卵女孩，而後再次踏入送子鳥時，是位被檢查出卵巢功能有輕微衰退的凍卵女孩，最後再度來到送子鳥時，卻是位嚴重卵巢衰退，一度要轉為借卵客戶的求子媽媽。曾經，她內心的糾結與悲傷，是靠著

內心的自我堅持，給自己力量去克服逆境，最終在歷經 6 次取卵和 4 次植入後，為家裡增添了一位可愛的新成員。

人生沒有那麼多你認為的應該，有位哲人曾說：「成功與失敗最大的差別，就在於成功者永遠不會認為自己應該會成功！」常常，我們對於各種事情總會先有一套美好的設想，當發展不如內心所想，挫折與絕望席捲而來，覺得即便再如何努力，結果還是一樣，如此一來便陷入負面情緒的漩渦，便因此一蹶不振。因為過於理所當然的應該，只會降低我們面對挫折的抗壓力，因此在面對困境時，我們要拋開一切應該和理所當然，用正向的自我暗示，以正面的心態去面對所有挑戰，用積極的表現去鼓勵自己。人生沒有什麼不可能的事，所有的失敗絕大部分都源於內心的怯懦和不自信，不敢面對失敗，不斷為自己的不順遂找各種藉口來逃避逆境，我們要相信自己可以克服眼前的一切困難，度過一切難關。人生有夢，希望最美，內心懷抱夢想，是鼓舞我們在人生道路上不斷向前進的動力，勇敢面對各種失敗和挫折，引領我們在迷霧中找到希望的出口，心中有堅定的目標，即便是窒礙難行的荊棘之路，也能闢出成功的道路。 *∴VIE*