

## 〈我花了很久，才學會怎麼浪費時間〉

以前的我，從來沒有想過「時間」這件事。

小時候的下午總是很長。放學回家，把書包丟在椅子上，制服也懶得立刻換，整個人攤在床上發呆。窗外的天空從亮白慢慢變成橘色，我看著對面公寓的影子一點一點移動，什麼都不做，只偶爾翻翻課本，寫幾題作業，更多時候只是拿著筆亂畫。那時候不覺得這樣有什麼問題，因為時間好像真的用不完。

假日更是如此。早上醒來也不急著起床，聽著家裡傳來鍋鏟乒乒乓乓的聲音，聞到早餐的味道，才慢慢從床上坐起來。吃完飯後，可能打開電視看著其實不太好看的節目，或是坐在地板上玩一個已經玩過很多次的玩具。那些時候，我沒有目標，也沒有計畫，卻過得很自然。

後來，我才發現，那些被我隨意揮霍的下午，其實已經回不來了。

隨著年紀的增長，時間突然變得很擠——課表排得滿滿的，考試一個接一個；還沒理解上一節課的內容，新的進度又往前推。那時的老師常說：「現在不努力，以後會後悔。」家人也會提醒：「時間過很快，要好好把握。」於是，「浪費時間」變成一件很可怕的事情。

於是，開始對每一分鐘斤斤計較……

放學回家後，先算今天還有多少作業，再決定幾點以前一定要完成；滑手機超過十分鐘就會有罪惡感；看影片時也會想著「等等要趕快去讀書」；明明已經很累，卻不敢真正休息，因為一停下來，腦袋裡就會冒出聲音說：「你是不是在浪費時間？」

那種感覺很奇怪。明明每天都很忙，卻好像一直在追逐什麼。日子被排得滿滿的，心卻空空的，甚至一天結束時，我常常想不起來自己真正記得什麼，只記得很累。

有一次段考剛結束，難得沒有補習，也沒有作業要做，那天下午突然空了下來。我坐在書桌前，本來想預習下一次上課的內容，卻怎麼也提不起勁。最後，我把書闔上，走到窗邊坐下。

外面的天氣剛剛好，不冷也不熱，風從窗戶的小縫吹進來，帶著一點街道柏油的味道。我什麼都沒做，只是看著樓下的小孩跑來跑去，看著遠處的雲慢慢散開，那一刻，我竟然覺得有點陌生——好像很久沒有這樣單純地待著了。

一開始，我還有點焦躁，覺得應該做點什麼；幾分鐘過去，世界並沒有因為我停下來而改變：沒有人責怪我，時間也沒有突然加速。我慢慢地放鬆下來，甚至覺得有點安心。

那天下午，我什麼都沒完成，卻記得很清楚。

從那之後，我開始試著替自己在生活中留下一些空白。去便利商店時，不一定每次都走最短的路；等待家長接送時，不一定要低頭滑手機；放學後，也會抬頭看看操

場的夜色，而不是急著趕回家。這些時間加起來其實不多，可是它們讓我覺得生活沒有那麼緊繃。

有時候，在發呆的時候，我會突然想通一些事情：原本很在意的一句話，好像也沒那麼重要了；原本覺得過不去的考試失誤，也慢慢變得可以接受。那些答案不是在我拼命讀書時出現，而是在我安靜下來的時候慢慢浮出來；我開始發現，原來很多成長，都發生在「看起來什麼都沒做」的時候。

我們常被提醒要珍惜時間，可是好像很少有人說：「珍惜不一定等於填滿。」

時間，不是一張一定要寫滿字的考卷，也不是一條只能往前衝的跑道，它，更像是一條河，在河裡，你可以游得很快，也可以偶爾停下來，讓水流經過自己。而當我不再那麼害怕浪費時間，我反而更知道自己想要什麼，因為在那些空白裡，我聽得到自己內心的想法，而不是別人的期待。那種感覺很微小，卻很真實。

現在的我，還是會為考試緊張，還是會擔心未來；看到別人好像很有目標、很有效率時，也會忍不住比較，可是我已經不會再因為發呆幾分鐘就責怪自己。我知道，就算暫時停下來，我也沒有真的落後。

有些時候，我甚至會刻意「浪費」一點時間——可能是坐在窗邊吹風；可能是晚上關燈後不馬上睡覺，而是想一想今天發生的有趣的事。那些看似沒有意義的片刻，卻讓我覺得自己不是被時間推著走，而是伴隨時間一起走。

小時候的我，浪費時間，是因為不懂得珍惜；現在的我，學會浪費時間，是因為終於懂得珍惜。

我花了很久，才學會把時間浪費完。

不是放棄努力，也不是逃避現實，而是明白生活不只是一連串必須完成的任務。時間會一直往前走，可是我不必每一秒都奔跑。偶爾停下來，看一看天空，聽一聽風聲，其實也是在前進。

原來，把時間浪費完，並不是失去時間，而是讓自己在忙碌之中，還能保有一點空白。

生活不一定要每一刻都很厲害、很有效率。有些時候，只是安靜地坐著，讓時間經過自己，也是一種成長。