

破解「害怕」

「害怕」一詞其實很易破解，
只要你願意踏出第一步。」



梁翠儀

翠翠憑著勇氣和豁達的心境，成功升讀心儀的中文系。

至今仍然不敢相信，這句話出自素來膽小內向的我，不過正因如此，我更希望與你分享我的故事。

5歲時，我被診斷為聽障，那時候的我並不明白自己有什麼問題，只是時常需要早退到醫院進行電腦掃描，到小五時開始雙耳佩戴助聽器，方意識到聽障和助聽器將是伴隨一生的事。升中後面對新環境，我總是戰戰兢兢，生怕有什麼做得不好，便不受人喜愛或被人疏遠，變得毫無自信、怯懦，又怕要別人重覆說話，為他們帶來麻煩。漸漸不想作出任何嘗試，甚至在行事前，會花上不少時間憂慮各種失敗的結果，做事往往採取「拖字訣」，錯失了許多機會。

可是這一切，
在我中學畢業
那年起改變。

2017年，我有幸入讀了嶺南大學，修讀文學士課程，並需靠第一學期的學業成績來決定日後的主科。我想成為中文系的一份子，卻因競爭十分大，最後與其失之交臂，入了歷史系。那時候我十分低落，開學時鬱鬱不歡，我的室友看不過眼，便鼓勵我了解轉系手續，但我的顧問是歷史系系主任，我害怕萬一轉系不成，會給他留下不好的印象，於是遲遲不敢行動。後來，室友實在是看不下去，不

由分說地拉着我直奔系主任的辦公室，我才硬著頭皮說明來意。系主任聽見我的詢問後，給了我不少意見和鼓勵，並直言會支持我。自此便發現，很多事情沒有想像中的困難，只要你願意踏出第一步。

後來正式提出轉系書面申請時，需要邀請中文系教授們撰寫推薦信，我的「老毛病」又開始發作，內心充滿不安，不斷地問自己，現在是找教授們的好時機嗎？這封電郵會不會太唐突？正當我的朋友和家人以為我又要「拖字訣」時，我卻在某個下午，果斷地踏出了第一步——給教授發了電郵。

也許你會覺得發電郵只是個很簡單的動作，但對我而言是很大的突破，就連室友聽見我果斷地發了電郵，也詫異不已，終於我成功轉到中文系，更申請了聾福會的聽障人士獎學金，助我繼續升讀。

「翠翠，其實我很佩服你的勇氣。」

畢業在即，某日朋友過來宿舍找我聊天，說我能時常保持豁達的心態，又憑自己的努力成功轉到中文系，都是勇敢的表現。更重要的是，她覺得我能主動提出有聽障，在談話時請對方放慢語速，換作是她，也不可能有如此勇氣。朋友的話令我吃驚，因為我從未想過在他人眼中，也有如此正面的形象。



大學生活多姿多彩，翠翠積極參與各種活動。



翠翠與妹妹從小感情要好。

夜裡翻開中學時的隨筆，當年文學老師在簿上寫過這樣的一句話：

「世人無人完美，
要對自己有信心。」

回想大學的生涯，我時常在害怕和擔憂間徘徊，萬幸的是，身邊的家人、朋友都一直在我背後默默支持，使我能鼓起勇氣，踏出嘗試的第一步。時常聽人言：「成事在天，謀事在人」，須知這一步是何其重要，沒有發送電郵的第一步，何來過程？何來結果？

我的經歷也許只是九牛一毛，不值一提，或許往後遇上任何困難時，我也依然會害怕、會想逃避、會過分憂慮，但是四年來的經歷確實令我成長，得著甚多，明白到只要願意嘗試踏出第一步，就有無限可能、無限結果。

*文章由會員梁翠儀小姐親自撰寫。