



早點知道就好了，原來……

All Rights Reserved

**All Rights Reserved**



# 1

## 有了小孩， 日程表就會完全改變

That Having Children Radically  
Changes Your Schedule



All Rights Reserved

我還記得，女兒來報到的那個星期天早上，我聽見凱洛琳說：「我在宮縮。」

「那是什麼東西？」

「我想孩子快要生了。」

「真的嗎？」

「嗯，我想我們需要去醫院。」

我快速著裝，火速前往醫院。我沒有生小孩的經歷，她也沒有，我們都很興奮，但也非常天真。

結婚三年，我們準備好要有小孩了，或說是以為準備好了。我們一直都有打算，交往期間，凱洛琳說過她想要生五個男孩子（她來自一個大家庭），那時我正在「戀愛」，所以我回「妳喜歡就好，我都可以」。

我根本不知道我在說什麼。

總之，那天早上我已經準備好迎接我們第一個孩子。你們可能難以相信，我們不知道是女孩或男孩，因為那是超音波儀器尚未出現的時代，嬰兒出產道以前，是無法得知性別的。我得承認這更提高興奮之情。

還有一件事你一定也很難置信，以前，丈夫是不准進手術室的。我猜想是因為護士真的不想要忙著去扶昏倒的丈夫們，因此都認為丈夫待在等候區是最佳安排。

事實上，那時醫生對我說：「還有好幾個小時才會生，如果你願意的話，儘管回去教會證道，講完道後再過來；你還有很多時間（他知道我是鎮上一間小教會的牧師）。」醫生的建議令我震驚，但繼之一想：「何妨呢？我可以親口告訴會友這個好消息。」於是我回去了。

證道結束時，我說：「恕我無法站在門口一一問候大家，因為今天一大早我帶凱洛琳到醫院，孩子大概快生了，我要趕回去。」我感受到姊妹們都為我沒能待在醫院而不悅，可我只是遵照醫生的指示而已。

不管怎樣，我回去醫院，等候區一片寧靜，十分鐘後護士進來對我說：「恭喜，你當爸爸了，是一個女嬰。」我跟著她進產房，看著我們的女兒躺在凱洛琳的肚子上，她說：「是女兒，但我也沒辦法。」人在這種時刻脫口而出的話真是不可思議，我說：「沒關係，是你一直想生男孩，我很高興她是女孩。」醫生說：「她很快就會招來一個弟弟了。」他說得一點也沒錯！

兩天後，我們抱著女兒返家，那之後我們才發現到，生孩子跟養孩子根本兩回事。那些半夜為了凱洛琳很想吃香蕉船而去找冰淇淋店的任務都算是輕鬆的，只要嬰兒還在肚子裡什麼都好說。事實上，嬰兒還在她肚子裡的時候一切都比較容易。現在，必須給孩子餵奶的次數多過我的想像，凱洛琳選擇在前七個月裡餵母乳（我建

議你問你的醫師、母親和朋友，請教過來人經驗然後做決定），餵母乳似乎是最自然的方式，但往往牽涉其他問題，所以你要自己找出最適合你和嬰兒的方式。

我們這才發現，生孩子跟養孩子根本兩回事。

喝下肚以後從另一端出來的，才叫人手忙腳亂，那種事發生的頻率也多過我想像。在那「美好的舊時光」裡，我們用的是重複清洗的尿布，洗尿布可不是愉悅的工作，後來我們選擇送洗，送出去的髒尿布回來是乾淨的。當然，現在絕大多數都使用拋棄式紙尿布，輕鬆太多了。不過，還是得花時間，還是得聞那臭味。

吃喝拉撒是基本的，為了嬰兒生存你得做。在這兩大生存要件以外，養育一個小孩需要投入很多時間。我們希望嬰兒應該要睡一整晚，白天也要睡個幾小時。倘若是這樣，那你們是幸運的父母，因為你們有時間做飯、洗衣、除草，和做其他事。

女兒睡覺的時間比我們預期的還多，儘管如此，在她睡著的時候我們還是覺得必須去查看她是不是還在呼吸。這種夜裡頻頻起身的情形持續多久不知道，只知第二個孩子來臨以後，是個兒子，他不想把時間浪費在睡眠上，我們花在他身上的時間多出許多。

## 談心時光 *Talking It Over*

1. 找一對育有未滿六個月新生兒的夫妻，聊一聊他們的日程表有什麼改變。
2. 如果你們目前都有全職工作，是否討論過孩子出生後職涯會有什麼改變？你們做出任何決定了嗎？
3. 如果你們都決定繼續目前的全職工作，那你們預計以後選擇哪種托嬰方式？
4. 把你們各自在「自由時間」從事的主要活動列出來，好比打高爾夫球、上健身房、打電玩、經營臉書等。你們有沒有預計有了孩子後將減少哪項活動？
5. 把日常家務事列出來，平常固定是誰在做，好比採購日用品、煮飯、洗碗、掃地或吸地、刷馬桶和清潔浴室等。有無任何家務事預計改變角色？
6. 為了你們的孩子著想，個人願意做出怎樣的犧牲？