

活出生命的光彩——成為幸福的領航員

主講/南亭風 整理/楊淑珍



今天的演講是屬於生命教育的系列之一，叫做活出生命的光彩，這是個與生命有關的議題，生命是思想的舞台，生命是意義的呼喚，生命是價值的殿堂。我們的想法在此投射，我們的感覺在此擴張，我們的熱情在此迴響，而這就是每個人獨一無二的一生。

生命將發生什麼事我們不知道，可是我們對於生命都可以懷抱著某種程度的熱情、熱愛和投入。幾個月前，我聽到一個真實故事，是台北某醫院的權威腫瘤科醫師告訴我的，他碰到一個令他驚訝的病患，因為大部分被腫瘤科診斷為癌症病患者，都是臉部發黑、沮喪、不知所措、憤怒、攻擊、哀傷…，但是這個特殊的個案，不但年紀很輕，長得可愛，而且完全沒有哀傷。這個醫生心想，病患可能並不知道自己的狀況，他就趁巡病房的時間去坐在小玉（病患名）的床沿，想和她聊聊天。

當小玉很高興地告訴他，她

自己是癌症末期的病患，且只剩六個月的存活時間，醫師更加驚訝。小玉又告訴醫師：我的生命沒有遺憾，我對我的生命很滿足，爸媽都很愛我，從小陪我去看我想看的，學我想學的。

醫生聽完，心中有底，當他起來轉身離開時，小玉突然告訴他：叔叔，如果這輩子我還有遺憾的話，就是我的同學朋友都告訴我，一個人不只是被愛很幸福，如果他能全心全意愛一個人，或去服務一些人，他也會感覺到很幸福，可是，我都沒有機會去感受到這些事，叔叔，醫院裡，有在接受別人捐贈身體的器官？我想捐贈我的器官，你是否能幫我這個忙？

醫生很溫馨的微笑說：「當然可以，但是我要查一下你的病歷，知道你的身體概況，還要徵求你父母親的同意。」但是，令這個醫生更訝異的是，這個小孩可能眼前看起來很開朗，不過她身上的癌細胞已經蔓延到身體上最重要的器官，依照醫學院最嚴謹的標準來看，她全身上下能捐的器官只剩下眼角膜而已，所以，他就對小玉據實以告。

小玉知道之後，難掩失望神情，沒多久，又眼神一亮說：「叔叔，你們是不是除了器官捐贈以外，還有接受大體解剖，我想捐出我的身體讓你的學生做研究。」

小玉並且要求醫生為她拍一張美美的照片，以便以後學生解剖之時，轉告學生：「你刀子劃過的身體，生前長得如此可愛。」並且告訴他們：「能活著真好！」

今天，我們至少還活著，活著的人必須面對生命的問題。十年來，我深深思考此一問題，我將此問題放入台灣的脈絡中，觀察到台灣的孩子們如何看待生命，我發現台灣社會面臨三個忘記：

一、追求成功，忘記了感覺

尋常一樣窗前月，才有梅花便不同，讓平凡事物感覺起來不平凡的唯一辦法，就是一雙不平凡的眼睛，在不平凡眼睛的注視下，平凡的事物也能發現最大的驚奇。

我以台灣的孩子和外國的孩子做比較，台灣的孩子較機伶、活潑，頭腦好，不太有規矩。

我到日本去參觀上野公園的天文望遠鏡時，招呼我的是東京大學的高材生，他都按照牆上貼的十幾個步驟，一一操作，如果是台灣的小孩來操作，早就把整台都拆光了。

台灣人有南島語系人的特色，充滿熱情、友善，但是在我們的熱情下，卻又常常忘記了對事物要有感覺、有感動。

十幾年前我坐遊覽車走中橫到花蓮、太魯閣，車上有數名日本人，車走到一半，我聽見車上有：

哇！的驚嘆聲，原來是日本團中有一位婦人，看到窗外的景色，發出的驚嘆聲，大家被她吸引，馬上在他身旁圍出半圓形，跟著他的目

光，「哇！」「哇！」聲音此起彼落。我擁有台灣人的優良血統，即使在暈車也勉強爬起來去湊熱鬧，原來他們是因為看到一大片芒草而驚嘆。

待我回到車後繼續暈車時，內心正在想，為什麼這些日本人會如此的感動？我認為可能是那些日本人有較高的敏感度，能在平凡的事務中，看到震撼和不平凡，我內心就想，難道我的敏感不及他們？我一定要好好自我訓練。

當時我住在陽明山上，我常常在一大早和黃昏時刻到山上去欣賞風景，當看到金黃色的夕陽照在一整片山坡上時，使我非常高興，因為內心有很多感觸及感動，於是寫一首詩：

別人e前途 是金山加(ka2)銀庫
阮e前途 是腳底冷冷這坯土
急(chua2)流若到 伸手為溪床把(chat8)脈
冷風那起 提衫替山嶺蓋被
管茫花 啊 管茫花
花期那早報 十月滿天雪
銀花照日頭 山坪萬點星
別人是都市添紅妝 阮是一心顧溪床
人說阮是菜子仔命
天地留下我的名

別人e青春 有時啊衝高有時啊落低
阮e青春 文文靜靜深山底
站在山邊 微風未動花先知
tian2在海墘 枯心乾枝換新葉
管茫花 啊 管茫花
白茫接天光 草湧照秋陽
人那惜年頭 先惜白棉袍
別人是都市添紅妝 阮是啊一心顧溪床
人說阮是菜子仔命 天地留下我的名

這裡面充滿了感覺和感動，感覺是一件很重要的事情，當我們教育出來的孩子，對外在事物一點感覺都沒有時，這樣的教育是對的嗎？這樣的生命將會很孤僻。各位，我們的生命都會有很敏感的時候，想想看，上一次你的生命很敏感是在什麼時候？還是不曾敏感過？



每個人都曾經經歷過生命裡覺知最敏感的階段——熱戀的時候。我在讀研究所的時候，有一次台北遇颱風，水淹到建國高架橋，我的室友告訴我，他待在内湖的女朋友有生命危險，要求我陪他一起去看女友，當時我們住在新莊，我們用盡各種方法，千方百計到達他女友的住處，又爬上十層樓高，才見到他女友，表達他的關心，結果他女友安然無恙，回來時，我就虧他：你的女友沒有生命危險，倒是我交了你這個朋友才有生命危險哩！

當人在熱戀時，充滿覺知、敏感度，我的朋友寫起情書很多感覺，而情人收到信時，也是從頭看到尾，再從尾看到頭，對於任何蛛絲馬跡透露出來的訊息，都要想半天，像我的朋友一看到他女友寄過

來的信裡有一滴水漬，他就問我：「你看這一滴，代表什麼意思？」我看了一下說：「這並不代表什麼含意。」他卻說：「你都不用心看，請你感覺一下，為什麼她不滴在別的地方？他一定在暗示我什麼事！」我舉這個故事就是要告訴大家敏感的重要性。

我在年輕時看了一場電影叫“紐倫堡大審”，描述美國在審判日本第二次世界大戰的戰犯——東條英機，東條英機知道自己一定會死，甚至知道會怎麼死，在他將被行刑的數天前，他早上起床後，別人為他準備早餐，一碗稀飯、一碟醬瓜、一盤豆腐乳，當鏡頭放映出他內心充滿感動，雙手捧起稀飯跪在地上的那一幕，令我感到永恆的震動，當他在吃稀飯時，彷彿是要把這世界所有的精華都放入他的心中，這種珍惜生命美好的精神令人感動。

當我們的孩子對生命沒有感覺時，我們就不會訝異於行道樹被剝皮。我在日本迪斯奈樂園時，看到一棵樹被移植，是早在半年前就作移株處理，他們先在其根部敷泥土，並以稻草編的網子慢慢纏繞樹身，只留數片新葉子在外，對那棵樹比對父親還尊敬，我看得啞口無言。

我們常常隨處可看到樹皮被刮、被砍，我的一些外國朋友看了都很訝異，他們認為雖然樹木無法證明它有生命，但人尊重天地萬物的態度是天經地義的，當我們不尊重生命時，就會發現隨時被棄養、受虐待的貓，療傷半年仍不痊癒；要不然就是出現孩子不洗澡被父

親打昏；破壞電線桿上巴哥巢，蛋破鳥亡無悔意，大言不慚鳥可賣錢的新聞報導，我們是如此地對待生命。

感覺是很重要的一件事，因為沒有感覺，就不會有感動。有一次我開車經過一處，看到一則協尋愛犬的廣告，可是在該廣告下面還貼著另一則廣告，叫警告逃妻，這反映出我們在想什麼，所以，提高我們的敏感度是件重要的事。如何提高你的敏感度？請找你的夥伴與他面對面，並向他回饋十點，你過去不曾注意到他臉上好的特色。

你曾經因為稻浪低頭而感動嗎？你曾經因為油桐爬山而感動嗎？誰知道何時是結婚的好日子？在一年中的哪個時辰？誰知道故鄉最美的地方在哪？誰碰觸過第一道南下的秋風？誰可以嗅出春神腳步近了？怎麼樣讓平凡的事物變得不平凡？唯一的辦法就是擁有一顆不平凡的心。

二、我們常常追求財富，有時會忘記人性

吳念真曾說過一段故事，有一位外國記者很有新聞嗅覺，有一天他到一個村莊，果然讓他碰到一則新聞，即一位阿公開耕耘機倒車時不小心把自己的孫子輾死，當他打聽到那個傷心的阿公在柴房時，他就前往柴房，推門一看阿公跪在地上抱著孫子的屍體，這位記者看到這一幕極具新聞價值且可得獎的畫面，卻不忍心按下快門拍照，悄悄地掩上柴房的門離開，不干擾阿

公的贖罪歷程。我覺得這個阿公是幸運的，因為他若是在台灣，早就變成「最佳男主角」遭受鎂光燈此起彼落的命運，因為大家都想藉此賺錢。

我們活在資本主義社會強調財富，但為了財富而忘了人性時，我們就要考慮我們是在拼什麼？我們社會將走向哪個方向？

擁有金錢可能意味著失去時間，
金錢越富有，時間越貧窮，
擁有權位可能意味著要面對孤獨，
再高的位置也無法撫慰寂寞的心靈，
擁有許多性愛對象，可能失去單純的愛，
性事的富有，不見得能抵擋愛的匱乏，
擁有多樣的選擇，可能意味著內心不易平靜，
如何計算富有，真是一道千古難題。

無論我們做什麼，都不能離開人性，例如我們看這句：「擁有許多性愛對象，可能會失去單純的愛。」我感觸很多。

記得有一次，我在一個工作坊裡受訓，四面八方喜歡成長的英雄好漢群聚一堂，我們在做一個“分享生命秘密”的訓練，人的秘密不外乎與性、錢、偷竊等有關，大家都把自己做過最骯髒、污穢的事拿出來講，這個訓練不是要讓大家隨便做，他試著要讓人知道「一個人若真擁有秘密，他不會快樂。」

其中，有一位男士的故事很精采，在場的人都聚精會神聽他分享，他沒有結婚，但性愛對象，一個換一個，女朋友多得不得了，隨時隨地都可以做愛，大家都叫他第一名。

事後，我有機會與他一起晚餐，我問他：「你的生命經驗如此豐富，那你生命一定過得很快樂。」接下來，我很難忘記他的眼神，那麼空洞、空虛、無奈，他告訴我：「那種生命好虛無。」

我有個四十歲的女性朋友漂亮得不得了，全身整容、塑身，另一個六十歲的女性朋友更是愛漂亮，只要有一點疤或痣，都要想辦法將它去掉，最後一次她們在一起時，六十歲B小姐問四十歲A小姐：「我先去抽脂，如果成功，我們一起到中國大陸去發展。」幫B小姐抽脂的是我們都認識的醫生朋友，結果B小姐出來時已是屍體一具，過了一陣子我去台北拜訪A小姐，她痛哭不已，說B小姐怎可先離她而去。這件事使我深思，我們人生到底在追求什麼？

台灣人常把追求幸福掛在嘴邊，然而究竟什麼是幸福，卻是既熟悉又陌生，與其直言幸福，不如明說什麼不是幸福。

金錢不等於幸福，

否則富裕了三十年的台灣人，不會老把哀愁寫在臉上。

地位不等於幸福，

否則權力的背後不會有那麼多孤寂。

婚姻不等於幸福，

否則婚紗照不會框住那麼多的無奈。

沒有金錢、地位、婚姻的人，常覺得自己不配幸福，可是擁有這些的人，也不見得就擁有幸福。

忙！忙！忙！我們總是如此忙碌，我的朋友發現雖然法國人經濟成長比我們低，賺的錢比我們少，但是他們過的日子比我們輕鬆。

有一次，他搭車，路走到一半，車子突然停止，並廣播說：「今天我們罷工，車子就開到這裡。」結果車上乘客紛紛各自想辦法，有人散步去上班，有人租馬騎去上班，頂悠閒的。而且他還發現法國人一天只做一件或兩件事，把它做好，而台灣人則一天做數十件事，原本他認為台灣人做這麼多事，生活應該很豐富，但問起法國人和台灣人「今天做了什麼事？」往往法國人回答的清楚，台灣人卻回答不知道。

一句「不知道」意味深長，一天過了不知忙什麼？一個月過了不知忙什麼？一年、十年，到死時，還是不知道在忙什麼？生命的過程是空洞的。

之前台北捷運站口有一則廣告「借錢是為走更長遠的路」，可是若成為「卡奴」，背了一身卡債，真能走更長遠的路？該銀行老闆雖然曾說：「政府以此方式，等於鼓勵年輕人借錢不還。或是借多錢還少錢，這是教壞孩子的作法。」但是，當他這樣說時，我心中存有一個疑問，即當初這些銀行想盡辦法要大家辦卡、鼓勵消費，連在學的孩子也不放過時，可曾想過社會責任？

世間是走因果律的，我們所做的事，早晚要付出代價。如果我們相信世間有因果，我們就不敢在「山上砍柴、平地造林」，這種現象在全世界是絕無僅有的。

台灣南部只要一天下雨五～六百公釐就淹水，我查過資料，台灣降雨量最多的地方是阿里山，在三天三夜中，曾下過三千一百公

釐，而在這種地方，我們竟敢在山上砍樹木，然後希望我們的孩子過得平安幸福。

比利時有一項高齡研究，發現有 72% 的人後悔年輕時努力不夠、事業無成，67% 後悔選擇錯誤職業，63% 後悔對子女教育不夠、方法不當，58% 後悔身體的鍛鍊不夠，只有 21% 後悔沒有賺到更多的錢。當我們在打拼時，是否曾靜下來面對自己的內在，想想自己的生命目標在哪裡？

我這次去阿里山，途經一家看似品味不凡的咖啡廳，一問，才知老闆娘來自台北，她是為了追求自然的生活才搬家的，起先家人不同意，現在則搬來和她同住。

我問她：「這裡的生活和台北有何不同？」她說：「這兩者是天壤之別。例如我在屋後擴建平台，來欣賞雲海、日出，請當地人承包工程，當地人說沒問題，可是等他們打好地基後，就失蹤六個月，等年底那個人才又出現，我怕他過不久又失蹤，就去找他溝通，工人告訴我，打地基後，要讓它經過雨水沖刷，土層沉澱，確認不會坍方，沒有問題，才能進行下一個動作。這如果在速成的台北，一星期內工程早就完工了，但是地基不穩，地盤一定不穩，這使我學到很多東西。」

當生命的步調放慢時，我們可以學到很多東西。

三、追求刺激，忘記生命目標

過多的知識與過少的感動，會造成內在的枯竭，人就會以追求外

在刺激作為補償，刺激是短暫的，理想卻能永遠珍藏。

台灣現在很像五、六十年代時的美國，追求刺激，社會道德解體。我記得我念大學時，因為吃到真正健康的食物不方便，所以我都自己準備一個小電鍋煮，盡可能吃比較健康的東西，也嘗到了各種蔬菜不加調味料的原味，但是現代人生活一直追求刺激，常忘了生活目標。

我有個朋友賺很多錢，但他選擇留在美國生活，因為美國晚上沒有夜市，這點很可貴，他晚上不必應酬、趕攤，可準時回家陪老婆及孩子享受生活，這是他賺錢的目的。過去我們常聽說一句話：「舉頭三尺有神明。」現在則是舉頭三十尺也沒神明。這是嚴重的道德解體，我們真的要好好去想一下我們的未來。

到底是什麼原因造成台灣頭到台灣尾，大家都在追求刺激，沒有沉澱的東西？尤其我們在追求世界化的過程，和本土無法銜接，我們的孩子正活在這個階段，本土的東西完全消失，在歷史中找不到自己的定位。

觀察到上述現象，其背後是否藏有原因？據我歸納結果的原因是：人天是隔離的，人際是疏遠的。人在歷史中找不到自己的定位，就是人天隔離。以我為例，我是台南縣學甲人，當我在外面有所成就，我會很高興回到家鄉，當我在外遇到挫折，我也會開車回故鄉，回到故鄉的國小，當我在校園中走來走去時，我的內心會得到一種撫慰，回想童年時，我內在的力

量就會出現，這就是歷史、土地連在一起，產生了情感。但現在的台灣，社會變動太快，我們的孩子找不到自己的時間、空間與歷史做聯結。

作家龍應台，曾說她在德國，有一天發現她的床壞了一腳，請老公修理，第一次、第二次她老公彷彿沒聽到，等到第三次她生氣了，老公隔天就搬回一堆工具，並且告訴她：「我不修則已，一修要讓它可以再用一百年。」台灣有什麼東西有考慮過要使用一百年的？台灣政府的什麼政策曾考慮過二十年後仍勤使用？

以色列這個國家每一遇到敵國相欺，美國政府都會相挺，因為美國政府官員裡重要位置，如外交、經濟、金融的決策者都是以色列人佔據，二十年前他們的留學生到美國留學，學成歸國，他們的政府告訴那些留學生，希望他們留在美國發展，有困難政府會協助，鼓勵第一流人才留美，時過十年、二十年後，現在這些人已站在美國最重要的位子上，我們政府有哪個政策可看到二十年後呢？

如今我們的新住民，外籍配偶越來越多，但是卻不見國家注意到這個問題。如果我們國家要南進正可以利用這些人的下一代，因為他們的母語正好可以發揮莫大的力量。我們國家的政策都沒有考慮到一定下去要使用十年或二十年，所以，造成我們的孩子在歷史中漂流。

龍應台的老公說，他們德國人，從小在鄉間長大，即使外出五十年、八十年，回到故鄉仍可以找

到熟悉的景物，他們的心中有一個很穩定的位置一直在那裡。但是我們的社會變動太快，像我回到故鄉的國小，什麼都拆掉全部換新的，只有一口井，還是舊的。各位是否會懷疑，這些重要嗎？各位可知道，導演吳念真是九份人，他一遇假日就和弟弟兩人帶著便當回到荒煙漫草的九份山上，找一個相似童年遊玩的地方，將它除除草，並且在那兒懷念他的童年，懷想故鄉直到日落時才回到台北。人的內在都需要一個穩定的力量，才能走得長遠。日本治台時期，在砍伐阿里山原始森林時，他們的民族哲學是萬物有靈論，所以他們砍樹心中會有罪惡感、愧疚感，聽說領班只要砍一段時間，晚上都會夢到土地在動、山在哭，他就不敢再砍下去，逃回日本去再換一個新的領班，屢屢更換，日本政府只好請道士遠度重洋來為樹超度，最後還蓋了一座樹靈塔，日本人是尊重天地萬物的，這就是我說的，人與歷史及土地有聯結在一起，所以他隨時可找到生命的位置和意義，但是這種聯結在台灣已慢慢的鬆動。

另外，人際是疏離的，現在手機很普遍，但人心卻很遙遠，如我們住在公寓中，卻互不來往，不相識，這是很不應該的。過去在村莊裡，人與人很密切的連在一起，像內門的宋江陣，現在要湊足人數也很困難了。但是人卻是群居的，與團體成為一體是人的基本願望，這就是合一共榮，原住民社會時常聚在一起唱歌、跳舞，這就是一種合一共榮的景象。

我們現在所重視的，很多在

死後都不會留住，而現在不在乎的事，卻在死後變得很重要，我們可以好好想那些東西到底是什麼？請大家閉上雙眼想想，當我們往生以後，別人最懷念我們的是什麼？如果那件事很明顯我們不用想太久，自然浮上來一件事。如果想半天仍想不出，不要緊，我們仍有時間去創造一點使別人會懷念我們的事。

讓春天從人性出發，讓生命成為人與天、人與人、人與我的終極連線，讓自己有勇氣成為世界的禮物。

我們的社會變成現在這個樣子，原因如何不探究，但若我們都不去改變它，繼續往前走二十年後，我們將生活在一個什麼樣的社會？有一次我開車到家樂福購物，當時已近黃昏，水銀燈尚未亮起，要出來停車場的長長坡道，一整排的車突然都停住了，最前面的那一輛車不停的按喇叭，於是我下車，走向前去，看到一位白髮阿婆，行動不太方便，推著一台嬰兒車，裡面放了四處撿來的廢紙，正蹣跚的要通過紅綠燈，後面還有車子不停地按喇叭，使她很緊張，我一看車內是一對年輕男女，他們看到阿婆的舉動覺得很高興，我看了心裡不太舒服，於是輕敲他們的車窗，並且告訴他們如果能夠的話，請他們下來牽老婆婆過馬路，沒想到他們一直瞪我，我無視於他們的眼神，直接去牽那位阿婆過馬路。後來我進車內才感受到恐懼，因為在台灣是很容易被揍的，但是最起碼，我仍有想去改變現狀的勇氣。

還有一次，我見到一輛車肇事開溜，我就騎著車去追，等到我

把對方追到一條巷子時，才發現後面也跟來數輛車，我很高興的告訴其他人：「我去告訴警方車牌號碼，你們繼續跟。」只要人人有道德勇氣，我們的社會才有希望。

我再講另一個故事，有一次在動物園裡，袋鼠逃出園區，動物園很緊張，加高牆的高度，隔天，袋鼠又逃出來，再加高，袋鼠又逃出來，那天下午長頸鹿媽媽就和袋鼠聊天，長頸鹿媽媽說：「袋鼠，依你看他們還會不會把圍牆加高？」袋鼠回答說：「這個很難講，如果管理員還是忘記關門的話，他們大概還是會再加高。」也就是說只要不顧重點，做什麼都是多餘的。那麼重點是什麼呢？

我們要教育孩子或是讓我們的人氣質變成對生命有正向、宏觀的態度，然後有一個飽滿豐盈的存在意義，並有一個核心的價值。教育裡最重要的東西就是態度、意義、價值，最後我們再走內心世界的靈性美學，才能有真的體驗，善的循環、美的歷程。

一個孩子如果對生命不好奇、不尊重、不夠正大高遠，我們還能期待他會留下什麼動人的故事？

教育裡最重要的首先是教孩子態度，我們現在則把很多精神放在技術上，但是態度的重要性在於它會影響孩子的一生。也就是說，我們要教孩子三十年以後還用得著的東西。我大學因為功課好，只讀三年就畢業，但是我當時學的電腦程式，竟然人還沒畢業就被淘汰了。而我們要教孩子三十年後還用得著的東西，這是何等重大的責

任。

我的朋友洪老師在電視上看到一個訪問王品牛排董事長，他投資陶板屋，年營業額二十幾億元，記者問他公司文化，他說公司提倡「三百運動」，第一個一百，要吃一百間不同的牛排店，比較一下口味，精益求精。第二個一百，賺錢進來之後，要爬一百座不同的山，有錢之後就要來追求健康。第三個一百，有健康之後，要去全世界各個不同的地方走走，讓心胸廣闊。記者又問他如何管理員工？他說：「只要應付兩種人，其他奉承、賄賂都不必了，把能量放在對的地方，即對外應付顧客，對內應付員工，只要顧好兩者，企業就會蒸蒸日上。」他又說在投資王品牛排時，是在強大負債之下開始的。他告訴合夥人：「這次若是沒成功，我們可能要跑路了。」所以用盡精神開第一家店時，因為產品定價不低，很多客人在店外看了看就走，他在店內很煩惱，等了很久，終於有一對年輕夫婦走進來消費，他說他當時差點向他們下跪，後來，他就告訴自己，我這輩子要將顧客當成父母一樣對待。所以他之後都很用心對待顧客，也很盡心的對待員工，當他員工的父母去世，沒錢讀書時，他就撥下基金告訴他：「你有能耐盡量讀，我可以一直栽培你到大學。」

主持人又再問他：「是不是有高人指點過你，或是你曾看過哪一本書教了你，到底是誰影響你最多？」他直率的回答：「我母親！她從我小的時候就『以身作則』的教導我，人要體貼、溫柔，當別人

用拳頭才做得到的事，我們不必用拳頭，我們只要以柔軟的心就做得到的，就是了不起。」所以，這個觀念使他現在身為董事長，管理這麼多人，也同樣對人體貼、溫柔。教育就是要教三十年後依舊用得著的東西。態度是教育最重要的事，態度就是「自我認識」、「自我認定」、「自我價值」。當一個孩子或人，他的自我價值很低的時候，我們就很難想像他會成就什麼事業。

我在台北新莊住過一段時間，也在那邊出過兩次車禍。第一次是在某個黃昏，被兩位要開車進入茶藝館的小姐撞到，這次比較輕微。第二次較嚴重，是被兩個騎著重型機車的年輕人撞到，當我倒在地，那位駕駛來看我的傷勢時，我問那個駕駛：「你為什麼要闖紅燈？」可是事隔多年，我始終覺得這句話問的不妥當，其實我真正要問他的是：「為什麼你的生命價值、自我價值這麼低？」

當我出過兩次車禍後，我用表列下在台北車站過馬路必須嚴格遵守的十二大項原則，因為我認為自己的生命價值比死在台北車站更重要，我不容許自己死在那裡，但是，現在有很多人對他們的生命價值是不重視的。

作家黃春明，身為作家，卻在他的孩子過世一年之後，才有辦法寫下他的心情：「國俊，我知道你不回來吃晚飯，我就先吃了，媽媽總是說『等一下』、『等一下』等久了，她就不吃了。那包米吃了好久，還是那麼多，還多了一些象鼻蟲。媽媽知道你不回來吃飯，她就不想燒飯了，而大同電鍋也都忘

了到底多少米要加多少水，我到今天才知道，媽媽生下來，就是要為你燒飯的，現在你不回來吃飯，媽媽什麼事都沒了，媽媽什麼事都不想做了，連吃飯都不想了。國俊，一年了，你都沒有回來吃飯，我在家炒了幾次米粉，請你的好友，但是，顏哲生也跟你一樣，他也不回家吃飯了。我們知道你不回來吃飯，就沒有等你，也故意不談你，可是你的位置永遠在那裡，你以為你瀟灑地走了，你沒有，相信我，你沒有。」

多麼痛的一件事，在場有很多媽媽，一定都能體會，當我們身上的一塊肉，辛辛苦苦地養大，他居然不尊重自己的生命，那一種痛，是何等的痛苦，這些都是態度。教孩子要教態度，孩子的態度都是被我們教出來的。

我小時在台北有一個親戚曾照顧過我，我每次北上都會去看看她，她的小孩教得很成功，四個小孩有三個是醫生。有一次我去時，她在發飆，原來她在生孩子的氣，因為她覺得孩子長大後都沒人要管她，尤其是老三，我猶記得老三小時候，每次很高興抱球跑回家門時，她都會大老遠罵老三說：「你給我記住，你最重要的一件事就是把書讀好，其他的都不要管。」孩子長大後當醫生，果然只把書念好，什麼都不去管。

其次，要談飽滿豐盈的存在意義：

人生不是只有吃飯、做愛、政治、理財的存在而已，否則生活將會索然無味。

如果生命只是一場虛無，師

生只是狹路相逢，朋友只是利益交換，夫妻只是性愛的各取所需，那靈魂將找不到意義。

我們發覺在生命中，意義也是很重要，不只是態度而已。人生有很多苦難，但只要有意義，我們就能去承擔這些苦難。這每次都讓我想起，在奧斯微集中營中那位猶太人——史坦丁義諾先生，他每天看到猶太人生不如死，犯一點小錯就處死。那裡每一個猶太人都在問：「我什麼時候會死？」只有他一直在問：「我如何才能活下來？如何離開這個地方？」我們的大腦被設計成，只要問什麼問題，我們就能去找到這個問題的答案，原來每天做工回營區時，他們在途中都會通過一堆屍體旁，他拜託朋友們製造一點小動亂，讓他趁衛兵們沒注意時，快速鑽入屍體堆中裝死，等隊伍走過之後，他估計再等1小時37分運屍車會來，後來運屍車來了之後，他被丟上車，走了不知多遠，他和屍體都被丟在一個大土坑中，充滿腐屍惡臭，他強忍著，一直等到運屍車離開之後，爬出屍體堆中，拔腿狂奔，連跑70華哩都沒休息，一直到森林中，看到一戶人家，連敲門的力氣都沒就昏過去了，但他終於活下來了，現在人在美國。他說：「我活下來的意義，就是要讓世人知道，我的同胞在集中營發生了什麼事。」所以，當一個人覺得有意義時，就可以支撐他去完成很艱難的事。

當我們的孩子覺得有意義時，他就會去面對人生的問題，但是，網咖、電腦無法產生意義，而孩子們都在搞這些，難怪他會覺得

生命虛無空洞。意義不會主動產生，意義是人思索生命的過程慢慢體驗得到的。

我父親年老時，有一天對母親說：我發現生命的意義就是像我一樣，沒做壞事，對家庭盡責，所以上天讓我要走之時，使我內心平靜。當我聽到這句話時，內心懸宕了好幾年的大石，終於放下，因為我知道，父親已整合出他的生命意義。我們唯有靠自己打拼，才能找到自己的生命意義。

意義可以激發心靈的願力，意義可以提高我們忍受痛苦的能力，還可以拼湊生命的碎片。

後現代社會有三大特色，第一是無意義，不知為何而生，為誰而活；第二是無厘頭，吃飽、等死、打電玩，無事可煩惱；第三是無系統，孤伶伶活著，重要性甚至連小草都比不上。到此關頭，沒有自殺的孩子，個個都是奇蹟。

人是意義的動物，他一定要在生命裡找到意義，他才會覺得很舒服。那怕是一個開計程車的人，他也要找到生命的意義。我的老師在台北坐到一輛計程車，那車不僅乾淨、漂亮，前面還插鮮花，車內還放雜誌，坐上車時，還問乘客：「今天要喝開水？還是咖啡？」車內氣氛很好。於是他問司機：「請問您是第一天這麼做嗎？」司機回答：「我這麼做已經好幾年了。」又問：「你都是這麼對待客人的嗎？」司機說：「對啊！」接著又問：「你為什麼想要這麼做？」司機說：「你坐我的車，給我車資，讓我養家糊口，你到達目的地，我也得到我的目的，所以，你高興，

我也快樂，我就願意把這件事做得很好，這就是我開車的最大意義，也就是我為人人，人人為我。」

意義可以創造靈魂的歡愉。只要我們的靈魂沒有得到飽滿豐腴的感覺，就會尋尋覓覓到處找尋，直到滿意為止，這也是靈魂存在的唯一目的。

例如推動汽車責任險的柯媽媽，失去兒子之後，連寫二十幾份訴狀，再跪在立法院門前好幾年，支持她的無非就是背後的意義。所以請大家想一下，這輩子做過最有意義的事是什麼？

另外要穩定內化的核心價值，每一個人都要有他的核心價值。

每個人的生命都有價值排序，排序愈高愈能影響我們的選擇。當我們選擇做某些事的時候，是因為我們覺得它能為我們創造價值。

我在台北認識一位理髮師，手藝好、脾氣佳，有一次我去理髮時，看到他臉紅脖子粗的和一位小女生吵架，因為這位小女生要使用最廉價的染髮劑染髮，又要理髮師快一點為他服務，理髮師對她說使用化學染劑對身體、皮膚不好，女孩子對理髮師的建議感到不耐煩，而理髮師不想賺對別人身體不好的錢，他希望所賺的每一分錢，都能讓自己白天很快樂，夜晚好安眠。這就是他的核心價值。

當我們自己的生命有一塊核心價值，同時也把孩子的生命帶入那塊核心價值時，那麼孩子處在這混亂的社會中，即使不能成為中流砥柱，也不會隨波逐流，他會活得

平安、快樂，這是何等美妙啊！

我在帶營隊都不收費，那是因為，我要在生命裡保留一塊，做我自己最喜歡做的事，那是一條內在的道路，一項修煉的美學，它要完成真的體驗、善的循環，並能享受這美的歷程。

我記得小時候住在學甲，黃昏時往遠方眺望地平線，那兒有一排燈光直直站立，我心中嚮往那裡，總認為那裡有個新世界。於是我決定自己跑到那個地方，有一天傍晚，我很快的吃完晚餐，沒有告知爸媽就跑去追，跑累了停一會兒，看見它仍在眼前，再跑、再追，又累了，它還是在遙遠的地方，跑了很久才放棄，然後慢慢地走回家，等著挨罵，不過這件事一直成為我內心的悸動，到我長大都忘不了，我的生命始終有夢想、有目標，但是，直到我長大後，我才了解生命的目標不必跑到外面那麼長的路，而是要跑內在的路。

無論我們如何做內在修煉，首先是來自於我們怎麼相信——宇宙圖識。每個人都有信仰，但不一定是宗教信仰，這是兩回事。只要我們相信什麼事，這件事就會發生，整個人也會往那個方向發展。我們就是相信匱乏，所以一再囤積，但是我知道有個地方的人和我們的信仰不同，因為他們相信人要給予，只要每一個人能給予，就能讓團體創造更多的豐富。於是這群人每天醒來就到沙漠裡工作，不斷地耕地、鑽井，天天如此，居然聚集了一群人，那兒現在已經變成綠洲，每個人都有得吃，也都很快樂。所以，我們相信什麼就會得到

什麼。

當我們相信防衛可以得到安全感的時候，我們就會在人與人之間創造更多的距離，其實距離很不安全；當我們相信人際關係總是你輸我贏，我們就會提高防衛，這樣子很難雙贏；當我們相信幻相為真的時候，我們就會不斷創造執著，然而執著與幻相不會改變過眼雲煙的事實。

當我們相信囤積可以解決匱乏時，我們就會不斷累積，然後匱乏感會跟著我們一輩子，當我們相信暴力可以解決問題時，我們就會創造攻擊，然而暴力會成為無法解決的問題。當我們相信偽裝可以換得好感，我們就會創造更多虛偽，然後得到一個虛假的人生。當我們相信死亡就是結束，我們就會貪生怕死，反而害怕的事常常會發生。當我們相信權威可以解決所有問題時，我們就會創造更多權威，然而權威只會製造恐懼，恐懼讓權威再度得勝，然後將會製造更多的問題。

只要我們的孩子相信要賴有效，真實的負責就不會存在，只要我們相信真理當中沒有因果、沒有善惡、沒有業報、沒有是非對錯，我們就會創造無明，只要我們繼續相信金錢萬能，我們就會去借錢來走長遠的路。其實真理很簡單，只要我們相信什麼，我們就會創造什麼，錯誤的相信，就會創造錯誤的結果，所以敬請讓我們相信真理。

但，什麼是真理呢？

我願意相信我的內在莊嚴華美、亮麗非凡，
我願意相信每個人都需要無條件的愛，
我願意相信世界讓我們變得茁壯，

我願意相信接納比對抗更有用，
我願意相信關係中仍然可以擁有真正的獨立，
我願意相信價值不會來自於相互的比較，我
願意相信讚美比批判更有力量，我願意相
信分享比攫奪更有收益，
我願意相信忍耐比攻擊需要更多的勇氣，
我願意相信給愛比乞討更有尊嚴，
我願意相信坦誠開放比猜測想像更有效用，
我願意相信所有的害怕皆是來自誤會，
我願意相信拋棄了內在的害怕，我們就會成長，
我願意相信最尊貴的愛沒有重量，
我願意相信我們的生命是一首詩，
我願意相信我們的存在有目的，我們的內在
有英雄，我們的生命有奇蹟。

根據我實際觀察的結果，相信奇蹟的人並不多，因為這違背人



常

到各地圖書館收集資料，有一次我到某個大學的圖書館去，先買了一張兩百元的影印卡，只印了十一元，我不知下次來會是何時，於是我就想把這張卡送給該館工讀生，讓這張卡片做更有意義的利用，可是工讀生小姐第一句話告訴我：「用過了就不能退。」我告訴她：「我不是要退，這張卡只用了11元，…」小姐搶著回答：「用了11元就不能退。」我只好再說：「我不是要退，我想把它留在這裡，如果

有人需要可以讓他使用。」她則說：「什麼都不行，反正就是不能退。」人很難相信奇蹟會發生在我們身上。

曾經有一位小女孩在照顧發燒了好幾天的弟弟，她心裡很著急，但不知道該怎麼辦，一個偶然的機會裡，她偷聽到父母親壓低聲音的討論聲，最後媽媽嘆了一口氣說：「看來我們只能等待奇蹟了！」小女孩不懂得爸媽談話的真義，不過她聽到了最後一句話「等待奇蹟」，她天真地以為可以買到「奇蹟」，於是她挖撲滿找到十元，跑到商店去買奇蹟，店員一邊向她解釋沒有賣奇蹟，一邊向排著整列的顧客求救，詢問有沒有人可以幫忙？排在隊伍中有一個西裝筆挺的人走出來蹲下來問她：「小妹妹，你為什麼要買奇蹟呢？」小女孩詳敘了弟弟的病情後，這位西裝筆挺的人收下了小女孩的十元，表示要賣奇蹟給她，請小女孩帶她回家看弟弟，小女孩問他：「十元真的可以買到奇蹟嗎？」這個人對她說：「據我所知，目前行情是這樣的。」兩個月後，弟弟果然痊癒了！這個故事裡有個最重要的因素，就是全然的信任，相信有奇蹟。

今天演講的重點只有四個字「生命美覺」。即對生命有一種美的覺醒、美的覺悟、美的自覺，要讓生命充滿美的氛圍，以生命為塑材，以美感為目標的靈性歷程。

讓我們將生命當作炒菜，材料已經有了，如何加料、烹煮，

如感動別人、感動自己，這就是生命美覺。這也是我觀察台灣社會文化提供出來的一劑良方。

美是一種震撼、震動、驚喜、也是一種競爭力，我們是否能將生命經營得很美？若要經營得美，以下是我提出的三項建議：

（一）回歸真的體驗：

生命美覺就是真的體驗、善的循環、美的歷程。生命美覺是以生命作為素材，以智慧、慈悲、圓滿作為目標的一趟內在的旅行，而旅行的開端就是真實的體驗。

有一句話說：「真性情就是好文章。」我十幾年前到美濃的鍾理和紀念館去看到一篇很感人的詩「讓我的頭骸於興高山的風邊，背向亞細亞大陸，若我的靈魂仍能遠眺，讓我撥開迷濛的煙霧，俯視波濤洶湧的太平洋，我願為航行中的台灣守望。」這是一首出自宋東亞之手的詩，即政大台灣所所長陳芳明先生的大作。

於是，我特地到政大去旁聽陳教授的課，並與他聊起他的詩，他談起這首詩是在黑名單時期，被台灣政府拒絕回台，待在國外十幾年裡，有一次到日本開會，航行在海上時，他觀察到航線上最接近台灣的地方，算準了經緯度和時間，和窗邊人換座位，拼命擦窗子，希望能看到家鄉——台灣，結果大失所望，因為這是不可能的事，回去之後思緒

洶湧澎湃寫下這首詩。真的東西永遠感動人！生命無論是在哪一個向度，都需要以真的東西去換真的東西。

（二）相信善的循環：

善的循環的效應會擴大。這裡有個重點，即是愛自己要先愛別人，因為別人和我們是一體的。我們現在在這裡聽演講，小孩在家裡看電視，我們不用去關心電視節目如何，但它每一天都在影響我們的孩子；如果現在有一百戶人家，卻有五十戶人家會偷竊，我們就會有50%被偷的機會，若除了我們以外，大家都是小偷，我們只好天天等著宵小上門。我們可以不去關心中國大陸的種種，它卻對我們影響深遠。我們都是一體的，唯有了解一體的關係，人才能去愛別人，而愛人一定要先愛自己，因為愛是滿溢豐盈的。

（三）享受美的歷程：

我們每天所做的每個動作，每個念頭，每一個互動的行為，都會在我們心靈版圖上成就一種慣性的趨力，所以，請注意自己在想什麼、做什麼、互動什麼。