

## 瞭解無常，讓生命更美好 — 惠敏法師

佛法中常談一個重要的觀念——「無常」。對於即將離開校園進入職場的青年們，會逐漸發現人生有很多難以預料的事情發生，該如何面對？又該如何自處？這必須運用智慧去面對、處理。

例如，我原本擔任台北藝術大學教務長的工作，突然間因為政府延攬邱坤良校長成為新內閣一員，因此我必須接下代理校長的工作，面對突如其來的改變，我把它視為「無常」，以平常心看待，並做好該做的工作。

青年們一定要先好好認識自己，認識自己的外表、優缺點、價值觀以及對人、對社會的看法，才能掌握住人生的方向。

例如，我擔任教職，上課時需要講課，也常受邀演講，需要口語表達的機會相當多，十多年來，也練就一番語言的表達工夫，但當我念小學時卻有非常嚴重的口吃，因為容易緊張，講話總是結結巴巴的，學校老師還認為我是個學習不良的孩子。但我是如何改變自己的缺點的？

在我到日本留學前，為了爭取日本公費獎學金，必須參加日本交流協會的考試。有一位教導我日文的老師，說了一句話令我永遠難忘的話：「學習語言的正確態度就是敢講，不要怕講錯。自己講錯而讓對方聽不懂，算他倒楣，要有這種幽默感。不然，有時會造成太大的壓力，反而妨礙進步。」因為老師的這一番話，所以我在參加考試時，儘管看到口試完的人都是發抖的離開教室，但我卻不緊張，順利通過面試，前往日本東京大學就讀。從此之後，我變得敢開口說話，甚至當我們系主任要退休時，還臨場找我當留學生代表致詞。倒不是因為我的日文好，大概是他們認為我不會怯場吧！。因此，青年朋友可以透過師長的提醒，或是自己發覺缺點，努力克服。

青年朋友在進入職場後一定會遇到挫折，也許遇到彼此觀點不同，也許遇到其他不如意的事，但只要運用「每分每秒接觸到的每個人或每件事，都把它當成是第一次，也是最後一次。」這句話，便能讓自己的待人處世充滿創造性，也會減少許多的衝突。例如，當主管上一秒罵我時，我不會將這樣的經驗延續到下一秒，所以下一秒鐘對我而言就是第一次，如此一來，既不會累積對方給我的不好印象，也能給自己、給對方有改變的機會。同時，也將此第一次當作是最後一次來處理，便會很珍惜這次的經驗，也會很用心的將事情做好。

兩三年前，我也遇上一件「無常」的事。在我接任西蓮淨苑的住持後，便被控告侵占私人用地，原來是因為當初建寺時，還沒有都市計畫，而申請土地時也沒有丈量清楚，所以寺院一角佔用了私有地約零點五坪。經過多人出面斡旋與調解幾次後，原本的地主還是不接受我想要解決的心意，反而告我詐欺、非法侵占，因為這件事，讓我第一次上法院。

在法庭中，我觀察出席法庭的各式各樣人，同時我也觀察自己，雖然平時自己是常向大眾講經說法的法師，也是站在台上授課教學生的教授，但這回卻要站在法庭內回答檢察官問我

的問題。對於這樣的無常，我以「第一次也是最後一次」的態度面對，便會覺得所接觸到的人事物都變得很有趣。尤其當別人用異樣的眼光看著我時，我便以微笑來跟他們打招呼，儘管惱人的官司纏身，煩惱卻不會生起。

將無常或是無我的概念，放在整個生命的脈絡中來看，會發現每一個生命的存在都是一個相依相存的關係。就像在大海中，我只是裡面的一個水泡，偶爾與別的水泡擦身而過，偶爾與別的水泡激盪出一些浪花，但卻是構成這片大海的一分子。再試著把四十六億年的地球時間轉換成二十四小時，會看到最早有生命出現的時候是早上六點十五分，而多細胞生物是在下午三點半出現，恐龍滅絕是在十一點三十九分的時候，而人類的歷史只有十分之一秒，佔了整個生命歷史的一小部分而已。

若人類的生命只有這麼短暫，那麼人在這整個生命共同體中到底要扮演怎樣的角色，才能讓世界更好呢？所以在一個團體中，我會試著扮演一顆螺絲釘的角色，將團體內每個人的優點都激發出來，每個人都將共生互利。以自己的力量去成就大眾的生命，讓人與人的關係更加和合，自己便能與大眾一齊成長。而青年朋友除了學習與修正自己的缺點外，更重要的便是瞭解無常、無我，並運用方法，讓自我的生命成長，進而讓整個生命共同體更美好。（紀幸芯整理）

《人生》雜誌 275 期