

做自己生命的導演

李宜紋

「你可能活不過六十五歲哦！」今年已七十五歲的聖嚴法師在《歡喜看生死》書中提到，他在不到三十歲時，曾被一位很有名氣的算命師鐵口直斷這輩子的壽命，而一位研究指紋的專家，不但說他只能活到五十幾歲，更表示若法師沒有出家，照他的手相來看應該會有三個太太；後來，一位居士為法師排命盤，也說他只能活到六十多歲。

聖嚴法師聽到這些說法，並沒有因此而終日惶惶不安，而是如常的生活、修行、弘法，算命師所判定的六十五歲大限，早在法師無私奉獻、發願為眾生服務的奔走忙碌中度過，於是聖嚴法師在書中特別強調，命運是掌握在自己手上的，人雖有命理，但如果你心志堅定，命理對你也莫可奈何，因為它操控不了你，這就是改造命運的好方法。

到底是什麼在影響命運的走向呢？西方作家塞繆爾·斯邁爾斯有句名言：「種下思想，收穫行動；種下行動，收穫習慣；種下習慣，收穫品格；種下品格，收穫命運。」影響命運的源頭就是人的思想觀念，若每個人的觀念都認為命運是註定的、無法改變，自然就不會產生行動，也無從改變起。然而，從佛教的緣起法來看，過去的因加上現在的緣，便是當下的果；而現在的因加上未來的緣，就是未來的果，因此，只要在每一個當下止惡、行善，即是在創造每一個善的因緣，人生際遇自然也跟著轉變了。

此外，就當下的果來看，許多人覺得命運不好，其實都是主觀的感覺，當投資不利時，本能就認為是正在走衰運，老天不幫忙；若是考試、交友順利，就覺得自己鴻運當頭，但若能在遇到事情時，先反求諸己，再運用正面解讀、逆向思考的觀念就不會事事怪罪命運。

美國太空總署科學家席侯麥的回憶錄中提到，出生於西維吉尼亞州煤山鎮的侯麥，礦工的父親希望他能繼承父業，然而 1961 年 10 月的晚上，他看到俄國的人造衛星飛越美國的天空，便立志要發射火箭，途中遇到許多困難與訕笑，然而在母親及老師的鼓勵下，最後成為太空總署的總工程師，他說如果沒有母親給予他正確的觀念與鼓勵，也許他的一輩子都是在地底下挖礦。

先有觀念的改變，再配合方法，命運將是掌握在自己手上。而改變的方法之一就是擁有積極努力的生活態度。我們往往容易將失敗歸因於所謂運氣不好，其實，背後是一種自我安慰和逃避責任的心態。對許多能夠轉變因緣的人而言，用逆向思考面對境遇，往往正是改變的契機。

美吾華企業美吾髮事業部總經理廖斌得，分享他學佛的母親常對他說的一句話：「每個人都會遇到許多困難，重要的是如何想辦法將危機化為轉機！」因此，當他年輕時創業不順，他反

省到是自己過於自信、用心不夠，後來事業面臨失敗、走下坡時，他沒有灰心，而是接受當下的考驗；學佛之後，他清楚知道事業就像人生起起伏伏，失敗是正常的，重要的是該如何面對，不斷學習，就能再創高峰。

近日在法國舉行的環法自行車賽，由美國的阿姆斯壯（Lance Armstrong）六度奪冠，艱難的環法賽得到一次冠軍就很不容易，連奪六次的阿姆斯壯還曾是個罹患癌症的病人，當他得知自己得到癌症，就積極接受治療，並設定環法賽為他的目標，不斷練習，在眾人的意料之外，首度得到冠軍，之後年年持續努力，維持冠軍的殊榮；然而他在罹病之初，他並沒有怨天尤人，而是努力開創命運。

佛教中有關改變命運的具體方法，玄奘大學宗教系副教授黃運喜表示，從大乘經典中提到的是透過佛法中六波羅蜜、八正道等觀念落實在生活中。他並強調改變命運的原因在於充滿慈悲善念的行為，如著名的「沙彌救蟻」為例，小沙彌因為一念慈悲，救了困在水中的無數螞蟻，因而改變了原被預言短壽的命運。

黃教授並分享自身的經驗：從小出生貧困家庭，父母都是以算命維生，黃教授從小即被判定一生平凡，過了四十歲後才會比較順利。然而在他十五歲那年，卻因為將半年工作的存款發心布施，捐給更需要幫助的人，之後，卻有一種開竅、想努力念書的動力，後來因著自己的努力讀書、把握每個上進的機會，最後半工半讀的直到成為大學教授。

黃老師說，「十五歲的布施是我改變命運的契機」，然而，他也強調布施重點在於初發心，無私為眾生才是真正的布施，此外，布施之餘，仍要靠自己的積極努力才能真正的改變命運。

在明末《了凡四訓》中，袁了凡以自身經驗告訴兒子，要改變命運就是要持續的行善、改過、積德，並虛懷若谷，就能擺脫命運的束縛。聖嚴法師也曾提到，現在有好運，一定是過去曾造善業，反之亦然；而未來的好運，則是過去的善業加上現在的努力，未來的惡業，一定是過去的惡業，再加上現在的懈怠和造惡，因此，想要轉好運，就是體會生活的意義及生命的價值，簡單來說，便是多存好心、多說好話、多做好事、多結他人的善緣，自然能處處遇貴人，處處交好運。

法鼓山佛學推廣中心講師戴良義指出，每個人從過去世帶來的業是固定的，如果不做任何努力，這些業就會因著此世的因緣而顯現業果，就像一鍋很鹹的湯，行善、積德就像是湯中加水，讓湯不再那麼鹹，也就是改變命運，例如，有人命中注定會生一場大病，因為不斷的結善緣、作善事，無形中因緣聚合的情形不同，使得這場大病以輕微的疾病形式呈現。

然而戴老師認為，除了行善等方式，加入善的因讓命運有所不同，更超越的方式，應該是藉由觀察自己的習性，不要讓惡的業聚合，並當業果呈現後不執著，讓業果隨緣出現而過去，不讓心緒隨之起舞，則是讓自己完全超越了命運。

因此，戴老師所說讓業果隨緣出現而不執著，就是佛法中的修行，透過觀照自己當下的每個想法、行為，保持想法的正確、行為的清淨，就能避免惡業的聚合，例如，當有人罵你時，如果可以馬上觀照自己生氣的心、調和並放下，甚至以慈悲心為對方著想，就不會產生因生氣而互相謾罵的結果。

透過修行，能夠瞭解世間萬物的緣起法則，看清楚所謂命運都是自己所造做的一切，自然能夠提起正念、善觀因緣，遇到問題時，不是怪罪別人或是求神問卜，而是讓自己的心保持平和，體證無常、無我、空性的真理，培養佛法的慈悲與智慧，就能隨順因緣而不被命運左右。

聖嚴法師就是最好的例子，《歡喜看生死》書中提到，從小法師就體質瘦弱、多病且智弱，很多人看到法師都認為他將來沒有成就，一直到三十多歲，都沒有人認為法師是可造之材，也沒有人多少人主動栽培，但是法師以願力轉業力，將推廣佛法視為最大的志業，隨順因緣的逐步建設僧團，最後成就了法鼓山、影響許多佛教徒，這些發展是出乎許多人意料之外。

貝多芬《命運交響曲》一開始著名的四個音符，充滿震撼力的聲音象徵著命運之神來敲門，隨著樂章的開展，當時已耳聾的貝多芬以音樂表達自己坎坷的命運，然而正如貝多芬自己所說：「我要捏著命運的咽喉，它絕對無法擊倒我！」最後的樂章歡樂洋溢，代表終可戰勝命運。

對多數人而言，心中所企盼的總是想要永遠好運，不想有厄運降臨，然而就像爬山有高有低，人的一生也是起起伏伏，改變命運不應是指一直保持好的運勢，而是透過修行、如實觀照，超越命運的概念，讓自己可以掌握現在及未來的人生，從事為大眾無私奉獻的志業，當人可以清楚掌握生活時，就更能清楚知道自己生命的追尋與意義，不斷堅持下去。