

生活的意義及生命的價值 — 聖嚴法師

大多數的人，並不明瞭生活的意義與生命的價值。一般人在小的時候渾渾噩噩；長大之後結婚生子，成家立業；然後孩子長大了，自己退休了，便等待老死。另外有一些人，從小就立志，長大後要當大人物，要賺大把的錢。

有些聰明人懂得規畫自己的生涯，他們在有了人生閱歷之後，便確立好將來的生活方向。譬如說五十歲的人，希望未來的十年能夠做些什麼；到了六十歲，如果身體還健康，又為自己規畫另一個十年計畫，但是人生的意義與價值何在，卻仍舊不太清楚。這些人懂得如何安排自己的生活，卻不曉得生活的意義及生命的價值在哪裡。

生活的意義在於自我的成長，生命的價值在於與他人分享。生活是個人的成長，生命是個人與群體、個人與歷史關係的互動。個人的成長，在於安身立命、培養人格、奠定自己立身處世的道德規範；生命的分享，在於社會責任及歷史責任的承擔和延伸。因此，生活的規範有限，生命的價值無限。

生活的意義，不僅是肉體的生存，更在於心靈的成長。成長的過程起起伏伏，不是金錢數字所能衡量，有形的物質層面和無形的精神層面，不一定成正比。當一個人的人格墮落之時，也可能正是他的財富權勢快速增加之時，當一個人的人格昇華之時，他的生命價值就相對提高。

人的價值，往往在人際互動之時彰顯出來。人際互動有兩種，一個是「接受」，另一個是「付出」。接受是受報，付出也是受報，但受報是被動的，感覺上似乎是身不由己，如果換個角度思考，把它當成是主動的還願，那就是心甘情願的了。接受的項目包括接受親屬、接受老闆與部屬、接受技能及智能的培育，從生存的環境、人類的歷史，接受各種各樣的資源。接受不是壞事，人際間的互動關係，很多時候就是建立在接受上。

至於付出，可以是痛苦的，也可以是愉悅的，付出自己擁有的智能、時間、技術，及各式各樣的財物資源、社會資源，因為付出，而顯現出生活有意義、生命有價值。但有時候我們必須因付出而接受飽嚙痛苦的經驗，這時不要沮喪，想想我們總會在不經意間傷害別人，或許已經事過境遷，但我們必須為此付出代價，這種付出雖然痛苦，卻能使生活更充實，生命更豐富。因此，當我們遇到不如意的付出時，不妨把它看作是過去生中所許的悲願，是主動的不是被動的，便可將這種痛苦轉化為快樂。正像是父母為兒女做數十年的牛馬，都覺得是樂在其中的事。

摘錄自法鼓文化《人間世》