

## 危機就是轉機

觀念上、個性上的愚癡、顛倒，會讓自己帶來無窮無盡的煩惱，唯有轉變顛倒的觀念為正見，才能真的跳脫煩惱，因此正確的觀念非常重要。

譬如本來這盆花已經插得很好看了，但此時如果來了一位插花老師，希望能插一盆更好的花，那麼在相較之下，這盆花已變得不夠好，自然就會被拿掉重新再插。可是，如果那位插花老師沒有來的話，那這盆花依然會被認為是盆好花。所以，世間上的事，往往你認為最差的，在過去某一個時間，它也曾是最好的；而你認為最好的，可能轉眼間就變成最壞的了。

因此，「塞翁失馬，焉知非福」並不是一句安慰人的話，如果我們真的能夠善於運用逆境、打擊，那麼它就會變成你成功的一個因素。相反地，有些人雖然幫了你很多忙，可是到最後反而會使你成為一個無能的人，變成你成功的絆腳石。

可見好與壞並不是絕對的，對於好的事情不要以為那就是最好的，因此覺得很高興或是有多麼了不得，而興起我一定要保護它、佔有它的念頭。其實即使是好的，那也只是一時的。有時候很糟糕的事，都已經到了一塌糊塗的地步，反而會讓你化危機為轉機。因為若能瞭解危機，善於運用危機來改變自己、改變環境，就能使得千頭萬緒的事迎刃而解，而你也能馬上成為一個成功者了。

因此，遇到好事不要沾沾自喜，壞事也不需要垂頭喪氣，這樣才不是愚癡，也才不會增加煩惱、痛苦。

法鼓文化－《放下的幸福：聖嚴法師的 47 則情緒管理智慧》