

# 國立頭城家商校友會 - 風華再現

---

[醒過來...](#)

特選文章

發表人: 網站管理員

張貼在 : 2011/12/2 13:01:11

這個世界上有太多煩惱，所以有釵h人，不約而同地問了佛祖一樣的問題：「我該怎麼做，才能不再煩憂？」佛祖給的答案都相同：「**只要放下，你就能不再煩惱。**」

有個自以為聰明的人很不服氣，便專程去找佛祖，挑釁地問：「世上有千千萬萬個人，就有千千萬萬種煩惱。但是您給他們的解決方式都完全相同，那豈不是太可笑了？」佛祖沒有生氣，只是反問男子：「你晚上睡覺的時候，會做夢嗎？」「當然會！」男子回答。「那麼，你每天晚上做的夢，都是一樣的嗎？」佛祖又問。「當然是不一樣的。」「你睡了千千萬萬次，就做了千千萬萬個夢。」佛祖微笑地說：「**但是要結束夢的方法，卻都是一樣的，那就是：『醒過來』！**」男子聽到佛祖的回答，啞口無言。我很喜歡這則禪宗故事。這則故事把煩惱比喻成「夢」，只要我們願意放下，就能從夢中清醒來。無論你的煩惱是什麼，方法都是一樣的。~~~~~我當義工的時候，分別探訪過兩個老婦人。她們的人生際遇有驚人的雷同：都自小喪母，成為別人的養女；都嫁了一個酗酒的老公；兒子都很不孝順；兩人身體都不好，晚年都在洗腎。然而，她們兩人的心境卻大不相同。第一個老婦人談及往事，她處之泰然。她說種種的不順遂，是她人生的末牲A現在她年紀大了，該吃的苦都吃過了，所以她覺得自己真好運，人生像倒吃甘蔗，愈來愈順利。這名老婦人，現在是某公益團體的義工。第二個老婦人談及往事，仍然咬牙切齒。她指天怪地，罵兒子詛咒媳婦，她說老天爺對她真不公平！這名老婦人，也跟那個公益團體有關，但她不是義工，而是受到義工關懷的憂鬱症患者。讓我印象深刻的，是她們兩個臉上的表情、散發的氣息形成了強烈的對比。當下讓我感覺：中國人說的「相由心生」，真的非常有道理。當義工的老太太，因為已經放下了煩惱，所以給人的感覺是祥和又親切，讓人很想親近，表情有如菩薩。得憂鬱症的老婦人，還把多年來的不順遂、痛苦扛在肩上，她的氣息尖銳又暴烈，讓人避之唯恐不及，表情如同厲鬼。然而，對於後者，其實我是深刻地同情的。她的一輩子都在吃苦，但她不但不願意放下那些苦，還要抱著那些其實已經遠離的苦難不放，讓它們繼續折磨自己。也部A人生真的有太多無法逆轉的苦難、無法挽回的遺憾。也釵b夜闌人靜的時候，我們會因此哭泣，覺得蒼天真是無情，竟然讓我承受如此巨大的痛苦&hellip;&hellip;但是，你我都不要忘記，能將我們從痛苦的地獄拯救出來的，絕對不是別人，只有我們自己。人生有太多包袱，我們可以選擇將它一一扛在肩上，也能選擇瀟灑地放下它們，而能否放下，則會決定我們未來的人生，將繼續痛苦，還是可以享有幸福。**想簡癩c夢的糾纏，唯一的方式是「醒過來」；想忘卻人生的不順遂，唯一的方法就是「放下」。**