**幸福在你手中**

輔導文粹–生命教育



年紀漸長，愈來愈知道「幸福」的可貴。也慢慢了解：一個人是否夠擁有幸福，多半和他本身的個性直接相關，和他本身有多少財富，關係並不大。至於「幸福可遇是不可求」這種說法，更覺得荒謬了。

幸福既不是遇到的，也不是求來的，它是心中一顆夢想的種子，需要用整個生命的熱情去用心耕耘灌溉，它才能發芽。缺乏生命的熱情的人，沒有足夠能量，遇不到也求不到幸福。幸福，原來是眾裡尋它千百度，卻在自己內心的燈火闌珊處。

小時候在經濟不甚寬裕的家庭中長大，看盡父母為錢勞苦奔波的窘境，一直相信「貧賤夫妻百世哀」，誤以為只有賺到足夠的錢，才能獲得幸福。而一個人或一個家庭，必須累積多少錢、擁有多少財富才算足夠呢？幾年前，當我決定要離開 Microsoft微軟公司那份待遇及福利十分優厚的工作前，我問自己這個沉重的問題，母親卻給我十分輕鬆的答案：「我們一家三口，每個月只要新台幣兩萬五千元，就可以餐餐吃魚吃肉了。」

經歷過第二次世界大戰的母親，對幸福的渴望只不過是和她的丈夫及兒子團聚，全家餐餐有魚有肉可吃，如此簡單而容易獲得幸福。這個答案，對當時的我而言，有極其關鍵性的影響。我終於在職場上脫離金錢的牢籠，得到「做自己想做的事」的自由。

成立工作室幾年後，實現了一些小小的夢想，有了一點基礎的儲蓄。母親卻意外腦幹出血導致中風，從此失去自由行動的能力。這對一個幸福的家庭而言，是一次重大的打擊。所幸，我們全家人同心協力堅持要再站起來，陪伴母親度過生命的難關。父親扮演「生活看護」的角色，兩位已出嫁的姊姊也常回來充當「造型師」及「營養師」，我則兼任「司機及雜役」。幸福，不但沒有遠離，反而將全家人更親密地圍繞在 一起。

錢財並非完全沒有用，基本的生活開銷還是要顧到。但是，過多的錢財，真的沒有太多用途，它換不回健康，也買不到快樂。同樣居住在這片土地的人們，基本上都是有錢人，至少以「小康之家」佔大多數。但是，我們卻不見得能將生活過得十分幸福、快樂。比起東南亞、中國大陸、甚至更遠的東歐，那些經濟上還有待改善的地方，我們有錢多了，但是，他們可過得比我們幸福、快樂。

多年來獨自旅行的經驗，讓我有幸能見識清貧的幸福。泰國鄉間的孩童，騎在大象身上賽球。中國新疆吐魯番的村民，他們自己種葡萄，喝著世界上最香醇的紅酒。在東歐波羅的海三小國之一的拉托維亞街道上，我看見一群婦人正在選購琥珀飾品，價值約新台幣一百元，她們卻像在買百萬名鑽般慎重而興奮。

從他們單純而珍惜的表情，一再印證幸福的種種可能性。維持生活基本的條件之外，需要的是知足而感恩的心情，是敏銳而細膩的眼光，是自然而優雅的美感，是誠懇而體貼的自信。

這些足以創造幸福、維繫快樂的條件，非關財富，但對某些已經被利慾薰心的人來說，可能比財富還更難獲得。畢竟，這是很內省的功夫，必須反求諸己，才能重新獲得。

幸福是發自內在的感覺，不假外求；也不是可以靠別人給的。依賴別人施捨的幸福，如海市蜃樓般虛無的繁華，只是暫時的假象。很多人以為：幸福，是來自於愛你的人。其實，這是很危險的想法。如果你自己無法掌控幸福，而將幸福與否的關鍵，放在別人手上，對彼此而言，都是太大的負擔，也不公平！再說，怎麼忍心讓愛我們的人，承擔這樣巨大的責任。

我們無法向別人乞討幸福，卻可以大方地對別人奉獻幸福。更奇妙的是，這分奉獻，完全無損於我們本身擁有的幸福。反而會因為你付出愈多幸福，就在付出的同時，獲得愈多幸福。

幸福，是每個人心底的一口永不乾凅的活泉。流出來愈多、被舀走愈多，它愈是不停湧出。愈動愈有活力；愈給愈快樂。這是生命不滅的能量，它形成一種磁場。放出的能量愈大，形成的磁場範圍就愈遼闊。

世間能永恆的，唯有奉獻自己的力量去幫助弱勢之人，提昇自己生命能量。