

樂在工作

◎穩平



生活就是人生的工作舞台，如能工作出品味來，樂就在其中，怎樣才能工作出品味來呢？那就要有一終身奉行、最高指揮原則的方針，讓我們能源源不絕地開創出維持快樂的力量。然而，基本觀念和認知的確立，實不可或缺，那就是：快樂不是生而應得；樂趣也不是從天而降的，這都是隨時隨地由內心去體會、從外在來歷練，所養成的一種習慣和態度。所以工作時，無論我們飾演何種角色！若想快樂地度過上班時間，或是與親朋好友共

處得心情愉快，都必須在態度上及習慣上有很好的調適，以便享受工作樂趣。

身為一位爸爸，明明很高興孩子的表現，但還要思想起當自己也是這樣年紀的時候會不會這樣做；還要參考別人的小孩是不是會像他這樣的表現；更會去考慮是不是給予的關心不夠；還是……。最後總是很欣慰地解釋為：過渡時期嘛！不必掛懷，孩子也是受上天眷顧的子民。頓時陰霾全消，這件事就顯得沒那麼嚴重糟糕，反而變得如此稀鬆平常，

心情自然就輕鬆快樂了。

生病是人常有的苦難，現代人跟古時的人一樣，都要看醫生，只是現代人有現代人的方法，所謂的科學化設備，文明人的管理，一切聽從專業人士的指揮，病人要暫時當成幼稚園或小學學生般，遵從老師的話去做。君不知是否曾有顯著照X光的經驗，後學最近就多次嘗試過，因太久沒照過X光，已忘了作業程序，只聽著護士小姐很熟練的教導著說：「脫到只剩內褲，穿上病衣」，後學一看，還沒有要照，天

氣又這麼冷，幹嘛那麼早脫呢

？稍一遲疑，小姐立刻很專業地再說：「快點啦！」心裏突然頓悟「對了，只能乘客等車，不能讓車子等人，這是大家應有的常識，何況小姐還要照顧這麼多反應不一的病人？」很快地輪到後學，正準備上前時，小姐看到後學可能會從這邊躺下去，就說：「從中間躺下：。」，後學會錯意，以為要從中間橫躺，一面納悶，一面卻想著要如何躺下，小姐立刻很不悅地說：「笨啊！你怎麼這樣躺？這樣怎麼躺呢？」臉上顯露出讓人難以形容的表情，再加上肢體動作，後學立刻很自然地看她一眼，怒意尙未起，已有很好笑的感覺，「對啊！這樣橫著怎麼躺？頭腳豈不是懸空嗎？虧自己還是青年知識份子，好笑：」馬上轉了九十度乖乖快躺好，很自然

心平氣和地當個病人。

正在等片子的時候，小姐準備四杯溫開水要給病人喝，以便做第二階段的X光照攝，小姐看到旁邊一位先生正拿著一杯要喝，就問：「你是要照X光的病人？」那人回答說：「我是來這裏看病：」小姐有點生氣地說：「人家這是準備給照X光的病人喝：」一副錯愕又想咆哮的樣子。那人很快地說：「再倒一杯不就好了嗎！何必：」就這樣後學在旁邊看了一齣簡單的生活衝突劇，結果在一方離去而漸漸沖淡那緊張的氣氛，沒事了。此時，後學心裏倒有一體悟，工作者雙方若能即早遠離漩渦，就不會被捲進去；若能化漩渦為靜水，那更是能帶給雙方快樂，六祖惠能曾告訴大眾，般若智慧的顯現，就在心量廣大，遍周法界中，這不就是一個實例

嗎？

有計劃的工作，才能邁向成功之路，也就是說，能替未來先做打算的人，才能掌握成功的契機，因為計劃可以讓我們維持行動的正確方向，避免受外界之干擾而脫離原來的軌道，如此才容易達到預先的目標，這也是工作愉快的泉源，否則生活中常會因環境變遷的需要或是自己興致時的激情，沒有多方的思考即增加工作量，或朝另一種不同性質的工作去發展，但往往無法適應及處理，壓力隨之而至，雖然很想放開心胸接受挑戰，終因體力不支而放棄，這樣的情形常常發生，帶給個人及團體相當的困擾，也浪費了無數的光陰和生命。歸究其因不外是沒有計劃，加上自不量力或錯誤，才會造成負荷不了的情事，有時候我們會以為自己對自己是

瞭解，但如加上複雜的環境因素，就顯示出不是那麼一回事。所以事先就要計劃，有一番心理建設，免得過度緊張，產生壓力，影響情緒而危及健康，惡性循環從此開始。當然適當的壓力是在試鍊我們能承受多少負荷，有多大的潛能；從這壓力的應付、承受及潛能的開發中，也能享受到工作樂趣。

身為點傳師是無給職，是終身奉獻，不是權力的代表，更不是利益的享受者。後學看到多位點傳師就如觀世音菩薩般的慈悲，一接到道親們的求救消息或聽到道親們有困難時，三更半夜都趕去幫忙處理，令人欽佩。但是點傳師也是人，總有能力不及之處。常常碰到有些人，事情都緊急了才提出來，若說不行，又打擊到對方的熱誠；也不能說行，那豈不是說謊嗎？最後只能接住這顆燙手山芋到處跑，尋求解決

，猶如熱鍋中的螞蟻，若說心裏不在意是不可能，然而關鍵就在這時，轉念成功，雙方高興，一有怪罪之意則留下溝痕，事情也不一定辦得好，最後造成一方不夠慈悲，另一方辦事不力。雖然事情過去了，但卻有不同的結果，一種是短暫的委屈，換來長時的快樂氣氛，工作中還能感受到為對方設想所帶來的歡欣；另一種則互相埋怨，搭不上調，最後卻視工作為畏途。所以我們凡事多一分反省，則處處是樂園，事皆順利。

從前面所述生活中的角色扮演，或許很多人都已嘗試過，而且不一定只有修道人才能讓工作充滿著快樂，一般人也都如此做，甚至有過之無不及，兩者的差別只是在轉念間的著眼點不同而已。一般人在生活中歷鍊，從多角的脾氣磨成圓滾滾的個性，人際的關係改

善了，辦事的能力增強了，順境的時間也延長了，乍看之下，處世功夫已相當深厚，但等到逆考一到，譬如身體狀況不佳、家人出了大災難等環境的大改變，令自己無法承擔時，精神很快就會崩潰，多角的脾氣立刻再現，惡性循環又開始了。反觀修道人，若真能認清終極目標——超脫生命的束限，直達靈性的元始——的可實現性，這世上的事事物物只是過眼雲煙，眨眼即逝，何須掛懷，此時般若智顯現，任何挑戰已不是考題，而是變成助修的過程罷了。此即所謂的在塵不染塵。也不再視工作為畏途，反而更積極的參與，這是每一位修道人所能體悟的，也是得道後正確人生觀的建立。所以說修道人就是一位領會享受工作樂趣心法的社會人。