

生命的意義

● 歐月星

或許是年紀大了吧？最近常問自己：生命的意義是什麼？這並不是我的新興議題，只是這最近常出現腦海裡的疑問，或許也與正困擾自己的問題有關吧。

去年無意間在捷運車站，看到慧炬機構的宣傳海報，有著一系列生命議題的公益演講，我打電話去報名，接電話的人非常客氣地告訴我直接到會場去就可以了，於是我去聽了好幾場精采演講。其後又聽到慧炬要辦一場關於「生命的意義」的讀書會，我好興奮，這正是我想要的，然而看看它的時間，我猶豫了……星期五的晚上七點到九點半，而且要持續六週，這對於需要接送小學階段孩子的我是很為難的。但我確實很想加入這個議題的

探討，於是只好退而求其次，心裡思量著：「自己讀吧！」對，就這麼辦！這真是一本精彩的好書，滿足我對心理學的好奇與生命意義的探索，然而，書中有些情節、有些想法，還真是需要有人幫忙解讀呢，唉，真是後悔當初竟然輕易放棄了太好的機會。

回頭想想，當初為什麼會放棄呢？我是一個職業婦女，工作對我的要求是二十四小時都不能休息的高標準；家庭對我的要求，是做好家庭主婦與媽媽的基本工作，於是我長期處在事業與家庭的拔河當中，而這兩方，從來都不曾滿意我的表現。所以每天一早，我總在睡眠不足中睜開眼睛，不斷催促著兩個孩子快一點吃完早餐準時出門，匆匆把孩子送到

校門口之後，帶著鬆了一口氣的心情直接進到辦公室。偌大的研究大樓，安安靜靜的，似乎只有工友先生在進行自己的分內工作，看看牆上的鐘，八點還不到。我習慣性的坐到電腦前開始閱讀電子郵件，然後整理教案，處理未完成的計畫和報告，有時改改作業考卷，之後按表操課進行討論、開會、上課，日子周而復始一成不變。中午我是不睡午覺的，因為趴睡的姿勢總令我不適，手被壓得很麻，走廊上不時有人大聲說話，電話隨時會響，反正也睡不好，不如別睡了。有時我會去聽聽學校裡的各種健康或生活講座，這種非學術活動讓我整日緊繃的神經得以稍稍放鬆片刻。傍晚時，如果先生可以接送孩子，我會忙到八點過後才下班，趕在孩子們上床睡覺前回到家跟他們哈拉兩句，然後處理家裡的雜務，和先生有一搭沒一搭的聊個幾句，直到午夜才休息。我

的生活就這樣一天重覆一天。週末是我固定撥出來給家人的時段，如果沒有被研討會和各種源源不斷的活動佔據，我就是規律的買菜、煮三餐、上賣場，偶而打個小盹，看個影集，整理花草。週末假期竟也是一刻不得閒暇，這看似安逸又規律的生活，理應大大滿足才對，但不知何故，最近卻常常陷入「生命的意義」這樣的議題沉思。

學校裡同事一個個接著退休，偶而也聽說哪個同事或朋友得了癌症，哪個學校又有人過勞死，社會上的親子關係與社會問題，再加上工作上競爭的壓力，不得不問自己：「這就是我要的生活嗎？」一天到晚像個陀螺不停地轉，像根蠟燭兩頭燒著，這真的是當初我要的生活嗎？親友們常常不解地問，不是寒暑假不用上班嗎？每次我都得耐心地解釋那是中小學老師才有的待遇。有一天，孩子問我，為什麼我

們家的晚餐總是只有單親，難道爸媽都不能一起吃飯嗎？是的，我不禁想起小時候政府提出「爸爸回家吃晚餐」的口號，希望爸爸們少些應酬，回家吃晚飯，我記得自己也是這樣要求我的爸爸，但是爸爸總有忙不完的事、應不完的酬，如今我的孩子也發出同樣的呼聲，而我堂而皇之的告訴他，為了要能在學術界生存，我不得不這麼晚回家。我不習慣把計畫推給研究生寫，我不能要求研究生幫忙準備教案，我也不願意無故缺席造成會議延宕，我更不想掛著導師的名，卻對學生的活動一問三不知，我就是有忙不完的事要做，那是我的責任。

有一次，我對同事抱怨，但是我得到的答案是「這不算什麼」，因為他總是在回家後還繼續忙到深夜才休息，言下之意，我八點半下班似乎太早了。於是我常常在思考，我是否不適合這個工作。在學術

界，目前普遍的現象是研究重於教學，教學重於服務，這似乎與我的想法相違背。有時想想，在現今求職不易的時代，能有個安穩的工作（其實也並不怎麼安穩），已經算是幸運的了，還能抱怨什麼呢？想想，不禁興起一種不知感恩的罪惡感來。

就在這樣忐忑不安的思緒下，注意到慧炬又再辦第二、三期的「生命的意義」讀書會，於是我毫不猶豫地和先生商量，無論如何請他空出六個連續的星期五晚上讓我去參加，在我強力威脅加請託之下，先生終於首肯了，於是我幸運地擁有了好好讀完這整本書的機會。從小，讀書對我而言就是小事一件，但是小時候讀書有老師帶領，長大以後完全靠自己摸索、揣測。這是我第一次參加讀書會，老師要同班學員們務必預習隔週的段落，而且輪流分享心得，我第一次發現到即使讀同一本書、

同一章節，不同背景的人會有不同的聚焦點。課堂上，學文學的師姐很仔細的分析作者在書中，對角色名字安排及使用的形容詞與文章重點之關聯，修學宗教的師兄和師姐，則對生命的意義有著精闢的分析與分享，於是我從原先擔心回家的時間太晚，到沉浸在驚喜的收穫中而不知時間之流逝，每次都滿載智慧、喜樂的回家，真是豐富又有趣，比起小時候的上課精彩多了。

如今課程結束了，到底生命的意義是什麼呢？似乎每個人的解讀不太相同，每個人對生死的看法不同，內心深處的自我對話也不一樣。唯一的共同點是當面對生命的終點，當死亡近在可見的眼前時，面對死亡可以讓人產生正面的改變力量。其實除了死亡，人生所面對的各種抉擇，都是一個經歷的結束，也是另一個經歷的開始，而這不也像是面對一段經歷的死去及重生嗎？當這

樣一想，我忽然豁然開朗了！是的，工作之退休，孩子長大離巢，不都是類似的心境嗎？與其焦慮，不如學會珍惜與放下，珍惜現有的，放下失去的，若是還有機會不妨好好把握，相伴走過這一回，面對難題舉重若輕、誠心面對，人生在世有自己獨特的價值感與成就感，不需外來的虛榮掌聲，當終點到來那一刻，回眸一笑，沒有遺憾。

這次的讀書會真是讓我收穫滿溢，據說慧炬已經規畫了下一本書「深夜加油站遇見蘇格拉底」的讀書會，同樣是德良師兄帶領，想必一定精采，讓我們拭目以待。📖

