

農業退休人員的「心理建設」

/ 黃紹農

退休人員的退前輔導，過去省府無論改制前及改制後的數年間，都在中興新村舉辦為期7天的輔導課程，包括如何適應退休生活等，其中當然也安排了幾天集體在省屬的新興工廠場地參訪，或到公立遊樂區遊覽等等，不過參加率平平，可見公務人員過怕了受訓課程，而錯過這種公家機構用心安排的機會。

根據統計，退休人員包括各地勞工朋友，在退休後3年內，往生的大約在3~5%，造成的原因不外：煩悶、憂鬱、看不開、放不下或由於上列原因酗酒糟蹋自己，以致生病或看不開而自毀等等，不一而是。筆者遇到過的幾位朋友，他們過慣了公務員生活，一旦退休沒事做，就好像這一生什麼都完了一樣，心中只有「等待死亡來臨」之念，於是天天處在擔心害怕的境域裡，以致經常在半夜三更驚叫著：「不要抓我！不要抓我！」好像夢見無常小鬼、勾魂使者出現抓人一樣。其中一位已經走了，另一位目前其家人經常邀請朋友陪他打打小麻將，最近正安排他作長期旅遊，結果他還是照樣常在夢中驚醒。此外有的是家中兒孫不學好，無法改變，一年後憂鬱而亡。有一位是兒子給他一個董事長名義，雖然歡喜年餘，結果還

是覺得不踏實，二年後憂悶而終。有的一次所領的退休金給兒子們拿光，依靠兒媳們又常遭白眼而致鬱悶而死。還有最近常見媒體報導：一些退休勞工們，一生辛勞所得的一點點錢，本來每月幾仟元利息，尚可圖個止餓抑渴，但現時存款息薄，工作又不好找，擔心坐食山空；增加了憂慮，有的甚至輕生。社會上人倫之爭也不時發生，類似的「不幸，無休無止……」真可說是罄竹難書，而且這些都是與日俱增的事實，真可以說是「人生之無奈與無常」。

說到「無常」，一般人都以為「無常」是厲鬼、是勾魂使者，其實「無常」兩字以字義來看，實在是簡單不過，它只是比喻人生的旅途上不會一成不變，不會常常如此平靜無事。比如一個人，剛剛才在一起喝茶聊天，出到門外突然發生不幸事件，就成無常了；正如前面所說的，人生樣樣都是在「無常」的軌跡之中運行，所以說「無常」隨時都在我們左右，想躲都難，星雲大師在其編著的「無常篇」曾提到：『“景物依舊，人事已非”是一般人對無常的感嘆，其實世界一切有為法都是因緣和合而生，因緣所生的諸法，空無自性，隨著緣聚而生，緣散而滅……』因之這「無常」並不一定人見人怕，但怕的人

→ 要怎樣才能解脫呢？簡單的說：「佛在心中」就是一個標準答案。

提到佛教，其所深存的經藏實在無窮無盡，被公認是世界上最偉大，也是世間最無與倫比的論著之一，即是智慧結晶的無價之寶。以我個人來說，窮我一生相信也無法讀完牠萬分之一。在此我只能提供一些粗淺的心得與各位分享。

首先要提的是「佛教」絕對是一門非常科學的宗教，這從佛教經典、教義、學說……都可得到證明（以後有機會再為各位另作提供），尤其信仰對眾生有無窮助益，比如星雲大師最近在人間福報頭版「迷悟之間」就曾提到：「哈佛大學醫學院的教授曾明確指出，有宗教信仰的教友，身體比沒有宗教信仰的來得健康」。（大師除了許多論著巨作外，還天天在人間福報寫「迷悟人間」為大眾開迷解悟，請大家要多多讀閱）。不過在這裡，我要告訴各位，學

佛，會讓大家獲得許多智慧；與善知識常在一起，會培養出開朗的心胸，學會慈悲與忍讓；尤其念佛讀經，會讓您覺得自己好幸運，而且有機會親近佛陀，偎依在佛膝之前求懺祈福。何況任何人有「佛在心中」，就自然會深入佛學，而發現經典中的許多妙理，比如說厚厚一疊「金剛經」會濃縮成一小頁的「般若密多心經」，心經中就明顯的告訴我們，「……空中無色，無受想行識、無眼耳鼻舌身意、無色身香味觸法……」。這「眼耳鼻舌身意」就是所謂六識，加上第七識「末那識～我執，及第八識「阿賴耶識」～意為藏（這是我今天比較著重提出的一點），就如同現時的電腦一樣貯藏起來伺機而發。這「阿賴耶」貯藏了許多此人的一生執願，於其往生時，它是最後一個離開軀體，卻是第一個選擇性的投入新體的單元，所以說：「欲知前世事、今生受的是；欲知來世界、今生行的是」，比如

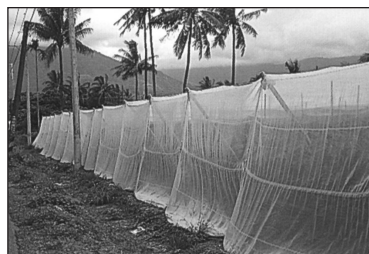
工廠直營

品質保證

豐田網

價錢公道

敬請惠顧



主要產品：遮光網/防蟲網/雜草抑制蓆

洽成穩織造廠股份有限公司 訂貨專線：

台中04-26392855 雲嘉地區0955-276989
台南0926-676763 高屏地區0955-957575

說此人貪財搶劫，這「阿賴耶」識就會錄存無遺，而於投胎時隨願繼續搶劫受種種苦。有自殺潛向的人，放不下看不開而自殺了，其所以會連續七世都會自殺，就是拜「阿賴耶識」存貯之所賜。騙財、邪淫、好色的人，「阿賴耶」識都會盛貯其意，世世淫邪，未能解脫，（這就是無緣接近佛法，獲得善知知識的導引），如果在投胎途中，見到動物狗畜等正在交合，他的意識就一下子投入狗胎，轉世為畜生類。所以信佛的人有了正念，一心向佛，心中只有佛念和善念，就不會墮落惡道，這就是因果循環之現象。我們經常看到人往生後，親人都會請人助念，那就是要加強往生者的佛念，在其往生途中，不致因恐怖、無奈而錯失佛緣……這就是心中有佛的重要所在。

最後我在這兒要強調的是：死只不過是換個臭皮囊；換個環境重新開始另一個「人生」而已，所以佛教稱之為


「往生」，因此「死」並不可怕，但可怕的是：「心中沒有佛」，沒有正信、正念！所以我們應該要「心中有佛」，將佛學與生活溶匯一起，才能進入如心經所說的境界：「心無罣礙，無罣礙故，無有恐怖，遠離顛倒夢想……」，才會為自己和親人積聚一些來生的善根福緣。

我是一個退休人員，以前的職務是森林護管，退休後，生活過得很自在，不過我還是要談一個小小故事，跟大家一起共同體會：各位都知道，曾得過諾貝爾獎的文學大豪海明威先生，以一篇「老人與海」名滿天下，可惜卻戰勝不了「憂鬱」（時時覺得有人要害他。捉他）於1960年開始連續自殺，終於在1961年7月2日第四次自殺成功，享年61歲，以海明威先生的聰敏智慧，自然會看得開，但誰能保證，能戰勝得了「阿賴耶」意識！？




PAOLYTA

保力達新加坡股份有限公司
Paolyta (Singapore) Pte Ltd.



植栽研究員

- 高職農校(農藝、園藝)科系畢
- 男，40歲左右
- 5年以上種植水果經驗



● 意者請備歷照寄至：
台北市106仁愛路4段99號8樓 許秘書收