

傅安明老先生的「如意歌」

■4個口袋哲學

人在日常生活中，有4種可貴的資源，一是時間，二是精力，三是金錢，四是友情，分別裝在4個口袋，任我們取用。其中，時間、精力和金錢三項是有限的，而友情却是取之不盡、用之不竭的。這4個口袋的運用狀況，也和金、木、水、火、土一樣，是相生相剋、互相消長的。五行中水能生木，但水又剋火，又火剋金；水如同友情，有良好的友情關係可以節省很多時間和精力，相對的，亦必須付出時間和精力的代價，才能獲得豐沛的友誼；反之，吝於付出的人，友情必然很差，做起事來失去了周遭外來的助力，可能弄得精疲力盡，事倍而功半。所以，我們人生的「4個口袋」應該善於運用，才能好好計畫人生，使得生活有事半功倍，左右逢源之樂。

■有捨必有得

每個人都希望自己是幸運的，中國字很有意思，把幸字拆開是「十倍辛苦」，運字則是「一支軍隊在前進」，可見幸運並非憑空而來，它是經過十倍辛苦的奮鬥所得的結果。我們每個人每天都如在行軍中——奮鬥的人生，得來的幸運有些是由於自己的努力，有些則是得自於父母的積德，如果不繼續付出的話，幸運用完就沒有了。人活得快不快樂



一本小記事本，可完善規劃大小事。

，和「貪」與「吝」兩個字很有關係。「貪」和「貧」字很像，一個人若要控制財富、貪得無厭，其結果必然相反，變得很窮（貧），最近發生的彰化四信案、國票案就是人心貪婪的例子。吝是小氣，不肯給人，不僅金錢捨不得，時間也不肯給人。有些人對朋友一通電話使對方得到些安慰都不肯打，怕佔用自己的時間是「貪」，捨不得撥一點點時間給人是「吝」。我們何不提倡「萬惡貪為首」「百善施為先」，能夠將資源施予別人，則善心生焉；有人說「捨得」二字，有「捨」才有「得」，有捨必有得，捨一點點口袋裡的時間，換來滿滿一口袋的友情，何樂而不為呢？

■活著，要善待自己

一個人要活得好，得從日常生活做起，日常生活離不開三件

事：吃飯、睡覺和消化（排泄）。吃飯雖是小事，胃口却大有學問。有錢可以買到很好吃的東西，却買不到胃口，再營養的食物若毫無胃口，也是枉然。有錢可以買到最好的床，却買不到睡眠。所以這三件事都不是花錢就買得到的，而是要靠自己努力去取得。

現在一般人談「吃」，就一定談營養均衡、衛生安全，當然這個道理是沒錯，但是若一點胃口也沒有，睡也睡不著，排泄也不通，豈不苦死了！所以，吃東西只偏重營養而不重視胃口是不對的。現代人油鹽糖，不能多吃，但油炸的東西偶爾吃一次是可以的，適口的東西適度地吃一點，也是無妨的。否則天天面對食之無味的食物，多沒情趣！除了吃得好，也要睡得好，身體疲倦，頭腦輕鬆，則易入睡。很多人正好相反，睡覺時不好好睡，只在那想心事，偏偏高興的不想，全想的是倒霉、不如意的事，難怪要睡不著了。這種人簡直太虐待自己了，要活得好，首先要「善待自己」。

一個人如果老想到自己，必是個不會善用4個口袋的人。舉個例子：一位老愛發牢騷的人請朋友吃飯，結果沒人願意赴宴。為什麼？道理很簡單，沒有人願意老是聽別人的牢騷。又有人請客，準備的全是主人愛吃的東西



傅老先生說：善用4個口袋的資源，做個快樂的人。

，別人當然興趣缺缺了。因此，善待自己並不是自私，善於待己的人才會善待家人、朋友、同事、衆人，他知道如何善待別人，別人也會善待他，這樣的生活不是很快樂嗎？

■管理生活的方法

「吃」得、「睡」得、「拉」得三件事做好以後，接下來的事是——每天要學。人從出生到老死，每天都在學習，少年學本行、技術、專業性的知識，中年多加學些「生活」的知識，到了老年就純粹學生活了。學之後，我們每天也在「賺」得。年輕時，忙著賺錢，賺經驗、賺友情……，到了老年，更要賺生活經驗，要活得好、活得快樂。賺了錢之後，還要會「花」，花錢也是一門學問，要花得恰到好處，花在刀口上，可也是一件不容易的事。此外，娛樂也很重要，娛樂的項目很多，打球、玩橋牌……等都是，而這些東西可不能小看，也是要經過努力學習，才有高手肯跟你玩。人生的4個口袋要會善於運用，節省地花，然後把

日常生活的資源組織起來，做有效利用，才能做一個快樂的人。

在緊張忙碌的現代社會，「閒」字學問大。閒可分大閒與小閒，每年中的2~3星期休假或周末連續放假等是大閒，周末的一天半天或每天零碎的1~2個鐘頭是小閒。大閒固然事先應該做好完善的規劃，小閒更要好好的利用，這時一本小記事本則可幫上大忙。一個能力強的主管絕不會有堆積如山的公文。否則的話，他一定是沒有好好組織時間，組織資料，善用資源，來完成他每天需要完成的大小任務，使生活過得自在如意。

人生在世，一個「信」字很重要，信是信仰、寄託，不論信宗教或信朋友皆可。有朋友可信的人不會自殺，有可信之友就不會絕望。佛家說：「人生有八苦」。人有很多的煩惱是必然的，如生、老、病、死，其中生與死是我們無法避免的，但是「老」可因快樂而遲來，「病」可由醫療及飲食方面的注意而減少痛苦。另外四苦為「愛別離」——是與心愛的人分別；「怨憎會」——

是不喜歡的人與我們糾纏不清；「求不得」——是對得不到的東西拼命想得到；「煩惱熾盛」——是欲望如火，生生不息。後四苦，則控制之權在我們自己，自己若能將這四項苦痛想清楚，得失心沖淡，煩惱一定會減少許多。這些苦如果懂得轉念紓解，就不會對生活那麼討厭和痛苦。有氣能消，不斤斤計較得失，心胸豁達，多容忍別人，必能轉苦為樂。

■同唱如意歌

快樂從何處來？來自不貪不吝。同時要善待自己，善待自己者，也能善待別人，反過來，別人必然善待我們，這就是快樂。更重要的，「快樂」必須建立在別人的「快樂」之上，才能得到真正的快樂。有一首「如意歌」，可作為最好的詮釋：

如意如意	難得如意
如得我意	未必人意
如得人意	未必我意
人意我意	未必天意
如得天意	才算如意

