

## 人生芳菲

洋溢熱情的年輕人，像一顆顆奔放的小太陽，寄予世界光明與希望。二〇一四年大專夏令營，五月底在馬來西亞揭開序幕，七月下旬來到香港，八月中下旬，兩千位來自世界各地的大專青年，分別齊聚台灣雲林科技大學、大仁科技大學學習；最後，八月底至九月初，在洛杉磯畫下完美句點，一場重新認識自己生命的驚豔之旅，在各地盡展芳菲……

清華大學劉同學說：「來營隊前，以為這是一個教你信佛的營隊。的確，法師上課會以佛法的觀點切入主題，但我聽到更多的，是以我們的角度和為我們好的角度出發，所以我很感動。點燈時，如俊法師向孔子像鞠躬的畫面，讓我非常震撼、感動，感受到那種只有在古書中才會出現的畫面，如果可以，超想看孔子跟法師來一場辯論。雖然一個談佛法，一個談儒家思想，但我看到的，是他們一起為眾生無私奉獻的精神，這點是相同的。」

不同的場景，同樣的心靈悸動。七月底來自海內外一千兩百多位企業主管菁英，齊聚桃園開南大學，探尋生命更深層的意義和企業生存改變之道。某位知名企業家曾說：「今天很殘酷，明天更殘酷，後天很美好，但是絕大部分人死在明天晚上，見不到後天的太陽。」這段話，道盡企業經營的艱辛。但是很多看盡殘酷面的企業人，卻在短短四天，轉心轉念，對人生有了另一番看法……

一位醫院外科副主任，執業逾二十年，每天都在處理人的生死問題，他說：「我不是不怕死，我很怕死，只是麻木不仁，覺得人的一生再怎麼精采，到最後還是一場空。但是經由法師開示，一個人有無限生命，只要努力學習，就有無限希望；只要生生世世用對方法，不斷學習，任何一個人都能求得圓滿。這時候我才恍然大悟，其實日常法師創立福智，要我們讀《廣論》，他最重要的目的，不是要我們只有一個快樂人生，兩個快樂人生……他希望我們每個人都可以藉由生生世世不斷的學習，修成正果，不再受輪迴的痛苦，這是多麼偉大的

老師！」營隊雖已結束，留下的吉光片羽令人動容。

瑜珈，一個透過提升意識，幫助人類充分發揮潛能的體系。源自古印度六大哲學之一，為它蒙上了神祕面紗；看似柔軟卻堅韌的優雅體態，及修練者散發的穩定氣質，讓不少人為之嚮往。福智精采人生成長學坊的「瑜珈體驗」，有專業上的學習：體位法初階與進階、拜日式、八步功、脈輪與腺體、放鬆與減肥……；更有心靈提升的課程：無限生命、因果、慈心理念、觀功念恩、代人著想……；盼雙管齊下，達到心歡喜、身健康、氣順暢，心智平衡且提升。

這些年勤學觀功念恩、代人著想，練出耐心、包容心，瑜珈講師邱麗春感受到要真正幫助學員健康，除了強健身體，還須提升心靈，「只有身心靈和諧，才能真實改變生命。」麗春老師不堅持姿勢難度到位，而是盡量依個人狀況調整到最佳狀態；和學員的關係，也從指正教導的老師，變成了陪伴關愛的家人。學員感受到瑜珈班裡散發的溫暖，大夥像家人般一同學習、彼此關心，相伴穿越生命的憂悲苦惱。嚮往嗎？「精采人生」的大門，敞開迎接大家。

每年暑假，定居美國的兩個女兒都會帶孩子回台，如何讓「洋孫」了解中國文化？一位外婆的智慧可供參考——寫自己的生命故事，讓孫子演戲，這場學習定名為「尋根之旅」。

寫劇本時，外婆邀集兄弟姊妹一起回憶童年，只要一人提了個頭，大家就七嘴八舌補充，一個個有血有淚的真實故事很快呈現出來，骨肉分離的痛楚已昇華成親情的溫馨。過程精采感人，弟妹說：「透過這場戲，對未曾謀面的婆婆更加敬佩，對先生一家人童年更加了解和感動，把這家庭故事傳給子孫，可以讓他們有所體會與學習。」尤其大女兒回美後，透過視訊跟媽媽深談：「媽媽在艱困的環境成長，培養了勤奮、堅韌不拔的毅力，這樣的精神傳遞到我們姊妹身上，讓我們面對困難也能昂首迎向前去……」假期可以過得不一樣，您也可以試試看。