

以善念寫我對儒釋道三家的體會與認知

善念是一個相較於科學研究無法被量化的名詞，我們頂多只能用身理構造來解釋一個樂觀的人因為常常使用正向思考的神經系統，所以經常分泌讓細胞健康的神經化學物質，也比較不容易生病，善念與樂觀對人的重要性可見一般。關於儒、釋、道此三家的理論對人性或人格所造成的衝擊，對我而言影響最深的部分在於體驗人生的苦，以及相信人性本善的道理。人們必須先相信信仰灌輸於自身的意念，才能更加相信自己所生活的這個事業發生的任何事都會有好的結果，藉由相信儒家所言人性本善的道理，所以相信惡人會改過自新；藉由相信佛教行善舉，必得福報，所以願意以善意善行對待世人；藉由相信道教善書所提到的：夫心起於善，善雖未為，而吉神已隨之此句，人們待人處事更應該以好的心態來看待與行事。無論別人是否能夠感受到自己的善意，但做人端正就不怕夜半噩夢找上門，便能心安理得的安穩過日子。

從接觸到儒家人性本善的精神開始，便深深的被影響著，「信任感」是人際相處可以說是最重要的一環，因為相信別人的良善所以願意付出自己的時間精神去與人交好，因為相信了「人性本善」，人與人之間便少了猜忌等負面情緒，生活也不再黑暗。曾經看到過這麼個例子：有一個婦人的女兒被一名男性嫌犯持刀殺害，婦人初期雖帶著

Q |

難過的情緒以淚洗面度日，卻也想盡辦法的要用正面能量來導正男性嫌犯的思想，最後此一男嫌頓悟的認錯並十分懊悔。人之所以為惡大部分都是因為一時貪圖利益與被欲望蒙蔽原本良善的心靈，人性隨著生活環境的變遷而變化，此一案例讓人瞭解到找回良善的心有多麼珍貴及重要，社會事件太多太多，從食安風暴到隨機犯罪的案例不勝枚舉，沒有相信人性本善就沒有安穩度日的可能，生活需要更多良善的人與加強良善的道德教育。更希望現今所有的社會案件都能跟此一範例一樣得到好的結果，最好的當然是不要再有類似的情況發生，畢竟每個人都應該要有努力活下去的權利才對。

佛教可能算是自己本身最常接觸的宗教，曾經有機會與父母一起參加鄉下旅遊團到佛光山等知名佛教聖地參訪，我相信宗教有種力量可以安定人心，因為人有信仰便會願意遵循，或者與師父一起靜坐頌讀佛經都會覺得頭腦雜亂的思慮變的更加清晰，不似以往被物質生活擾亂的思緒，便能靜下心的思考過去的自己是否做到了自己期望的以良善待人這件事。佛家的因果報應也常常反映在現實生活中，種善因得善果，懷惡心得惡報：做好事得好報，做壞事雖不一定得到懲罰，但總有一天良心會受到譴責，社會會選擇唾棄，而遭受厄運的人也要相信不怨人，不計較，相信希望才會實際過日子。

道教的理念之於我是比較模糊的，但是道教的神仙觀念倒是深植

人心，因為道教崇奉神仙，所以家戶祭拜灶神、死後有城隍審判、上天有玉皇大帝守護，教人斷惡修善，給人極大的道德激勵。所謂道是自然運行與人世共通的真理，而德就是人世的德性、品行、王道。現世的社會規範接講求道德感，道德代表了公平正義的法則，有了基本的社會正義可以依循，即使是法律所嚇阻不了的都有了更多的約束可以保障人民的生活，心起於善，善雖未為，而吉神已隨之，無論是否結果是如自己預期的好的結果，起心動念就要以善來約束自己的行為，教育更是需要加強道德觀念來約束青少年的價值觀，社會才能更有秩序。

人人都希望被友善的對待，層出不窮的社會案件往往弄得人心惶惶，曾幾何時人們將人性視為醜陋且猙獰，人性讓人心寒，現實逼人面對人性，沒有把持住自己往往會犯下後悔莫及的過錯。或許只要時時刻刻提醒自己少幾分的心機與算計，社會就能更加美好，用單純的心去堅持認定的善良與正義，相信愛與希望會讓世界圓滿，不再埋怨生活中的不美好，不計較他人的一點小缺失，以更寬容的心去包容對待生活中接觸到的人事物，實際點過日子雖然困難卻很重要。