

第四課 恆久的美

前幾天，我坐火車行經臺灣南部的平原，看到一片黃澄澄的稻田，把大地染成金黃色。那一串串飽滿的稻穗，是農民辛勤工作的成果，將帶給他們豐收的喜悅。

這片農田，使我想起一個古老的故事：有一年，收割大麥的時候，來了一位外地的婦女——路得。路得為了要養活婆婆，只好到別人田裡，跟在收割的人身後拾取麥穗。一個大地主看到這番景象，便跟路得說：「我的僕人在哪塊田收割，你就跟在他們後面拾穗。要是你口渴了，那麼他們會給你水喝。」

這段故事，是法國畫家米勒創作拾穗的來源。米勒生長在法國鄉下的農家，童年時家中窮困，他常幫著家人在田間工作。他成為藝術家後，原本只想留在城市中畫畫，但在西元一八四九年移居到農村後，童年的農家記憶被喚醒了。當許多畫家在田園中，被夕陽和森林的美景吸引時，米勒的畫筆卻不停的在刻畫農民樸實的生活。

拾穗是米勒的代表作之一。在畫作中，可以看到地平線遠方有很多人在繁忙的工作，他們把收割的麥草堆得高高的，放在車上準備運走。前面有三名婦人彎腰在地上撿拾麥穗。第一個綁著藍色頭巾的婦人腰彎得很低，左手壓著腰背後部，似乎是一次又一次重複撿拾的動作，使她腰痠背痛。第二個婦人綁著紅頭巾，右手撿麥穗，左手正把麥穗放進圍裙的口袋中，口袋裡似乎裝滿了麥穗，顯得有些沉重。第三個綁黃色頭巾的婦人，則半彎著腰，左手拿著一束麥子，正掃視著麥田，尋找掉落在地上的麥穗。

米勒將內心的感動，透過樸素的筆法，描繪出人物與土地的緊密連結。聖經上有句話說：「富有的人哪！在收割麥田之後，不要帶走掉在地上的麥穗，請留給更窮的人去撿。」這三個婦人雖然很窮，卻在米勒的畫中展現生命的尊嚴。米勒畫出的，正是人們「樂於分享」以及「任勞任怨」的生活態度。

「拾穗」很美，美在土地的寬闊深遠，美在困苦生活中堅強存活的意志，美在慷慨分享生活物質的高貴情操。這幅畫滋潤人們日漸乾枯的心靈，讓美的感動得以恆久不斷。

第七課 為生命找出口

一路逆風

朋友回香港時，我祝他一路順風。他笑了起來，打趣我：「你錯了，應該是『一路逆風』。」見我一臉驚訝，他接著說：「從前古人坐船旅行，自然是順風而行；現代人乘飛機，飛機起降時需要逆風而進，才能飛得又平又穩呢！」原來如此，可憐我這個一向就不了解科學知識的腦袋。

聽說，老鷹總是喜歡築巢於峭壁之上。峭壁上，草木不生，風厲如刀，母鷹就在那種環境訓練牠的小鷹飛行。在人的眼裡看來，母鷹似乎不太憐惜牠的孩子，然而，母鷹知道，只有最困難的環境，最嚴格的訓練，才能使牠的孩子在物競天擇的自然界，保持一個永遠不敗的地位。

小鷹剛剛會站，母鷹便帶著牠們頂著氣流，抗著強風，一次一次的練習著。強大的阻力將把牠們的雙翅訓練得結實有力，足以幫助牠們飛得更高，飛得更遠，同時也磨練出牠們強健的體格，可以生存在最酷熱的沙漠，也能處於最寒冷的高山。在動物中，牠們是少見的強者。

人不也應如此嗎？順境往往使我們好逸惡勞，只有在逆境中，才能磨練出我們堅強的意志，奮勇向上的力量。苦難往往能將我們的心智提升到一個更堅定的境地，讓我們勇敢的面對人生的困境。

一顆珍珠

看著朋友送的珍珠項鍊，顆顆光亮柔和，渾圓美麗。這樣圓潤可愛的珍珠難道真是由一粒沙子形成的嗎？當小小的蚌在海底休息時，突然一粒沙子嵌進肉中，牠反抗不了，只有忍著痛苦，撫著傷口，一點一點排出光滑的珍珠質，一層一層包容這個生命中的「苦難」。年年歲歲，無盡的苦痛，漫長的忍受，那一粒醜陋的沙子轉變成美麗的珍珠。眼淚化作歡笑，痛苦的代價成就了榮耀的光彩。

十九世紀初，法國的路易斯·勃萊爾小時候眼睛意外受傷，被一根針刺中左眼，不久右眼也受到感染而失明了，自此飽受在黑暗中摸索的痛苦。他有很強的求知欲，卻受不能讀書之困。為了解決這一點，也為了造福其他相同命運的盲人，他一再的研究試驗，忍受無數的失敗，終於在西元一八三四年，以針在厚紙上刺出標記，發明盲人專用的點字法。同樣是一根針，曾經使他失去光明，卻也帶給眾多盲人光明和希望，多麼奇妙的轉變！

有時候，我們只看見不幸的表面——流血的創口，受傷的心；有時候，我們只會一味的抱怨，不停的訴苦，卻經常忘記通過苦難的考驗及痛苦的經驗，常會使一個尋常的生命變成無價的珍寶，散發出耀眼的光芒。

第八課 最勇敢的女孩

在巴基斯坦西北部一個小村落裡，住著一個名叫馬拉拉的女孩。生活在當地的女孩，大部分都沒有機會到學校接受正式的教育。馬拉拉很幸運，因為她的父親是一位詩人、校長和社會運動家，沒有當地輕視女性的觀念，所以她得以上學接受教育。馬拉拉在成長過程受到父親影響，對女孩子無法接受教育的情形也覺得不公平。

西元二〇〇八年，馬拉拉十一歲的時候，恐怖組織霸占了她的家鄉，並宣布不准女孩上學，不讓婦女工作，還不許大家看電影、看電視、唱歌和跳舞。馬拉拉和父親都認為這樣的要求不合理，所以參加許多抗議活動並發表演講。二〇〇九年，馬拉拉在英國廣播公司的網站上，開始記錄被控制的生活，透過網路讓世界了解恐怖組織的暴行。

二〇一二年十月九日，一件不幸的事情發生了。有人擋下馬拉拉搭乘的校車，並對她開槍，馬拉拉的頭部嚴重受傷，生命垂危。事後，恐怖組織聲明這起攻擊事件是他們做的。一個為自己爭取受教權而發聲的女孩，竟然換來生命的威脅，這太不可思議了！這個事件引起全世界的關注，馬拉拉也被緊急送到英國救治，並幸運的存活下來。康復後的馬拉拉不但沒有放棄，反而更努力的為女孩爭取受教育的權利。

二〇一三年，馬拉拉受邀在聯合國大會上演講。她說：「恐怖分子認為他們的暴行能夠改變我的決心，但是對我來說，這些壓迫讓我失去的只是軟弱、害怕和無望，得到的則是堅強、勇氣和希望。」她還說：「讓我們拾起書本和筆，那是最強大的武器。一個孩子、一位老師、一本書和一枝筆，就可以改變這個世界。」這段話震撼了所有人，她也因此被稱為「全世界最勇敢的女孩」。她和父親成立了馬拉拉基金會，以實際的行動幫助窮困的女孩上學。二〇一四年，十七歲的馬拉拉得到諾貝爾和平獎，是有史以來最年輕的得主。

年少的馬拉拉展現出無比的勇氣，用她的生命保衛女性受教育的權利，是一位勇敢的女孩。但什麼是「勇敢」？沒有恐懼，不害怕就是勇敢嗎？不知道害怕，有可能是無知造成的。真正的勇敢是縱使心中害怕，卻還是願意為信念前進。在馬拉拉心裡，可能會因為險惡的環境和被槍擊的經驗而有所恐懼，但是她心中有一個要為女孩爭取受教權的目標。就算害怕，她也要站出來為沒機會學習的女孩發聲，這才是真正的勇敢。

第九課 在挫折中成長

遇上困難，你會勇敢面對，還是選擇逃避？身處逆境，你會尋求突破，還是維持現狀？遇到失敗，你會奮戰再起，還是宣告放棄？人生的道路上，往往崎嶇不平，甚至困境重重，只有在每一次的挫折中，接受困境的磨練，以挫折考驗自己，進而磨練出堅強的意志，才能勇往直前。

名聞全球的奇幻小說女王 J.K. 羅琳，年輕時，窩居在英國 愛丁堡沒有暖氣的住所裡，不僅沒有工作，還要面對壓力引發的心理疾病，處境艱辛。西元一九九五年，她用一臺老舊的打字機，完成哈利波特——神祕的魔法石初稿，卻接連被四家出版社退稿。羅琳告訴自己：「不要害怕請求對方『再給我一次機會』，只要願意堅持，機會就會降臨。」正因為堅持不放棄，她的書終於得到出版社的認同，出版後也得到各地童書大獎。哈利波特系列作品甚至被翻譯成八十多種語言，成為全球暢銷書，陪伴無數青少年成長。羅琳曾經一無所有，但她面對人生的困境，將挫折化為前進的動力，不斷的嘗試，才能在困境中開創新局，進而改變自己的人生。

沙漠中的仙人掌，為了對抗高溫又缺水的環境，發展出肥厚的莖存放水分，葉片也演化為針刺狀來降低水分蒸發。有些落葉樹種為適應低溫，往往會在秋冬時節落葉，減少樹葉消耗養分，將能量存起來，以待開春時節給予與幼芽養分。沙灘上椰子樹掉落的椰子，常被潮水帶進海裡，漂流的過程可能長達數月，還好靠著厚厚的外皮保護，種子即使泡在海水也不會腐爛。只要被海浪沖上了沙灘，就可以生根發芽。自然界中的植物無法像動物一樣自由移動，如果遇到環境或氣候的改變，生存的衝擊就隨之而來。面對這些困境，植物卻能在地球存活超過三十億年，靠的就是接受環境給予的挫折，進而調適改變自己，讓自身能在酷熱、嚴寒和缺水的逆境中生存下來。

義大利科學家伽利略說：「生命如鍛造的鐵塊，愈被敲打，愈能發出火花。」既然人生充滿考驗，當挫折來臨時，可以接受挫折的敲擊鍛鍊，以正向的心態面對逆境，從中發現自己的不足，並尋求解決問題的方法。如此，才能化危機為轉機並調整自己，進而成長壯大，綻放生命的光彩。

第十一課 與達駭黑熊走入山林

爺爺是部落的傳奇獵人，身形高壯，臉上還有一道疤痕，大家都叫他「達駭黑熊」。

每當金黃色的小米田成熟，一發現小鳥飛來，我會拉起綁滿鐵罐的繩子，鐵罐咚咚作響，就可以把小鳥嚇走。我很期待小米收成後，可以跟爺爺一起走入山林。這天晚上，我做了個奇怪的夢，夢見一棵巨木倒下。我把夢境告訴爺爺，他眼睛一亮：「這是好夢！小米收成後，我帶你上山碰運氣。」

幾天後，天未亮我們就整裝出發，滿天的星星多到眼睛都裝不下。天微亮時，幾隻小鳥盤旋在上方。爺爺對我說：「你看，這就是卡斯卡斯鳥，牠們從左邊飛來，聲音響亮，聽到這聲音就表示我們將有好運。」走了好久，還沒到達獵場，雜草叢生的路似乎沒有終點。沿路爺爺教導我豐富的山林智慧，時而聽聞天地山川的呼喚，時而觀察野生動物的足跡。我學到了許多課本沒有的知識，爺爺完全熟讀了山林這本大書。

眼看到了下午，我們依然沒有獵到任何獵物，突然一道閃電從天而降，大雨傾盆而下。爺爺連忙帶著我躲進山壁底下，說：「這就是獵寮，是獵人在山裡臨時的家。」夜晚，我們窩在營火旁，爺爺訴說著他的故事：「年輕時，我在山裡遇到一隻黑熊，牠突然向我撲來，我展開反擊和牠打成一團，為了活命，不得已只好拔刀殺了牠，臉上的疤痕正是黑熊抓傷的！」聽到這裡，不由得對爺爺充滿崇拜的心情。

沒想到，爺爺沒有一點自豪的神情，反而說：「我們布農族忌殺黑熊。部落從前有一個傳說，祖先們認為殺害黑熊，除了會造成食物短缺，還會為家中帶來不幸，甚至導致家族的沒落。」我緊接著追問爺爺「達駭黑熊」名字的由來。爺爺說：「當時不得已殺了黑熊之後，我依照傳統禁忌，不把熊肉帶回部落，也不能將熊肉棄置於山林裡，於是一個人留在山上把熊肉吃完。一個月後我回到家裡，我的毛髮長到像是一隻黑熊，奶奶看到也嚇了一跳，從那時人們就叫我『達駭黑熊』。」

瞬間一道閃電落在森林裡，巨木倒下，震動整片山林。爺爺似乎看見什麼，驚慌大喊：「塔克頓！」只見一道黑影站起來又倒下，原來是一隻小黑熊已經奄奄一息，不時發出痛苦的哀鳴。我與爺爺合力把樹枝移開，隨後我小心翼翼的背起小黑熊，回到獵寮去。爺爺整夜守護著小黑熊，我甚至聽到他向上天祈禱：「上天哪！求求你祝福小黑熊可以醒來，並回復原來的活力。」

次日，當陽光照進獵寮時，遠處傳來巨大的吼聲，小黑熊似乎聽到媽媽的呼喚，身體微微的震動。爺爺清了清喉嚨說：「我們來唱熊歌，讓黑熊媽媽可以依著歌聲來找小黑熊。」我也跟著合唱，美妙的歌聲時高時低，傳遍了整座山林。我們躲在獵寮後面，黑熊媽媽來到獵寮前，發現了小黑熊，輕柔的親著牠的臉。奇妙的事發生了，小黑熊慢慢的醒來，緩緩的起身。當牠跟著媽媽離去時，轉頭向我們吼了幾聲，像是在跟我們道別。

回到家，奶奶問：「這次有什麼收穫呢？」我搖了搖頭，當奶奶聽完我們的經歷，笑著說：「不！這才是真正的收穫，因為你救了小黑熊！」爺爺說：「那你也是『達駭黑熊』了。」

第十二課 荒島上的國王

從小我就喜歡冒險。十九歲那年，對航海完全沒有經驗的我，不顧父母反對，離開故鄉英國 約克夏，出海遠航。沒想到船才剛開出港口，風浪就漸漸變強，船身劇烈搖動，我因為暈船不舒服，吐了又吐，開始氣惱自己的任性。直到黃昏時，風浪已平靜，我從船艙走出來，眼前一輪火紅的夕陽、閃著金光的波浪，還有如畫般的雲彩，讓我忘記身體的不適，也更堅定了自己的航海夢。

歷經多年的航行後，我的人生出現了轉折。那是前往非洲的航程，途中遇上暴風雨，巨大的海浪直擊而來，把我們的船捲起又拋入海中。載浮載沉的我與巨浪對抗，在微弱的意識中，用僅存的力量向陸地游去。不知昏迷多久，我被刺眼的陽光照醒，這時才發現自己被沖上岸，所有同伴卻都已命喪大海。能夠活下來是多麼幸運，我懷著既哀傷又感恩的心情，在登陸的海灘上立了柱子，用刀刻著：「魯賓遜於一六五九年在岸上。」

然而，死裡逃生的喜悅很快就消失了，我環顧四周：「不知道這裡有沒有其他人？有可怕的野獸和食人族嗎？」雖然渾身是傷，但我沒時間喪氣，得快點找到生存必需品才行！於是，我利用退潮時，游向擱淺在礁岩上的船，找到垂掛的繩索，吃力的爬上船。然後，拆下所有的木板，綁在一起做出木筏，再將存糧、衣物、獵槍和斧頭等工具，分次放上木筏運回岸上。

有了物資後，我開始尋找住所，當我爬上附近最高的山頂，才發現這是一座孤島。在靠海的山壁旁有個山洞，我花了將近一年的時間砍伐木頭、搭建圍牆住下來。沒想到，一場突如其來的地震，讓洞頂倒塌，也讓從未經歷過地震的我幾乎嚇昏，被落石打得傷痕累累，忍著痛楚爬出山洞。我坐在地上，久久無法回神，嘆了口氣對自己說：「原來洞穴並不安全，到平地上再蓋一間木屋吧！」

在島上生活了兩年，陪伴我的是從船上救回的兩隻貓和一隻狗，還有一隻在森林裡捉到的可愛鸚哥，牠會學我說話，減輕了孤單的感受。過去我從未做過木工，也不曾打獵和農作，如今卻親手搭建房子，並且學會獵捕鳥獸和種植農作物。我還試著將泥土捏成瓶瓶罐罐，用火燒成可盛裝物品的容器。另外，又把木頭挖成木臼研磨麥子，利用石塊堆成簡陋的烤爐，竟也能烤出香氣十足的麵包，當下的快樂簡直無法形容。我已經越來越能樂觀接受命運的安排，也能在自給自足的生活中自得其樂。

安穩度過十年後，一顆想探險的心躍躍欲試，於是我興起了航行環島的念頭。我試了許多方法做出一艘獨木舟，不料航行到島的東邊時，卻被礁石擋住。當我繞過礁石時，一股急流把船沖向大海，強烈的撞擊力幾乎快將獨木舟打翻了。我大喊：「難道這就是我生命的終點？不！我得努力救自己！」雖然體力已快耗盡，我仍奮力向岸邊划。當我終於回到岸上時，那生死一瞬間的畫面仍令人驚恐萬分。

回想這些日子以來，為了求生所打造的一切，使我得到心靈的滿足，覺得自己就像是這島上的國王般，擁有一望無際的海洋、溫順的子民，還有任我取用的山珍海味。整座島都是我的土地，我一個人獨享這與世無爭的自由天地。

直到有一天，在沙灘上突然出現一個人的腳印……。