
你為何而活

THE PURPOSE IN YOUR LIFE

林孟儒 Monroe | 著





能當人類的幸運

能夠成爲人的機率

在「俯瞰與格局——從你我到宇宙」的章節中，我們看到了宇宙之大，以目前的估算，宇宙內有兩兆個星系，每個星系又有一千億顆恆星，每顆恆星又能孕育爲數不同的行星，而地球上的生物，包括植物或動物，就好比中了無可想像的最大獎一樣，能夠擁有生命，並且自由地以自己演化的方式在地球上繁衍，創造自身的價值。

而更加不可思議之幸運的事，我們能夠從衆多生物中脫穎而出，以人類的姿態主宰地球，創造一段段文明，您可曾想過，能夠成爲人類，是多麼幸運的事？而能夠成爲人類，其機率又大概是多少呢？

Dr. Ali Binazir 於二〇一一年解釋了一段當前的「你」能夠誕生，機率幾乎等於零的分享，這分享裡探討了你的父母在人口還是四十億人時相遇、交往、並且決定生小孩、再到父親這輩子可能擁有的精子中遇上母親特定的卵子的機率，大概是四十萬兆分之一。

到這裡我已經不知該如何形容這個數字了，然而，事情還沒結束，你不會只因爲你父母的相遇而存在，必須再一直追溯到遠古時期的物種，甚至第一個出現的細胞，但 Dr. Ali Binazir 先只追溯到人類或類人生物的起始，三百萬年來你的祖先不斷遇到另一伴，並且生下小孩的機率，大概就如同兩千五百萬人同時骰一顆骰子，而且這顆骰子有一兆個面，卻能夠骰出同一個數字的機率，你能



夠想像這是何等概念嗎？

而我所思考的，是從遠古幾十億年前，單一細胞不斷分裂，演化成水裡的植物、動物，再到地上爬的、天上飛的，其中當然也包括植物，而人類可以演化成人類，擁有地表上智商最高的大腦，這其中的運氣無法被描述，我自己也不知該如何計算起，更何況，還沒算進去在宇宙中，能在地球上生存的機率呢，這可是已經超越天文數字了。

說到這裡，不禁感慨，世間上那麼紛紛擾擾是何必呢？活著的意義又是甚麼？擁有人類的生命與能力，是該如何發揮自身的價值？又該追求甚麼呢？

心懷感恩、珍惜生命

能夠以人類的姿態存在，大啖串燒、在酒吧與朋友享受啤酒、追逐理想職業、創造文明進步、愛人與被愛、聆聽不同曲風的音樂等等，這些美好的事情，都因為無可置信的幸運，你才能體驗到。

活著，可以多用正面的角度來理解事情與溝通，不同的處事角度，就會活出不同的價值，而這個角度就由您來自己做決定了。

人在這世上所能擁有的一切，都不應該視為理所當然，也應該珍惜並維護不管是大自然贈與的空氣、陽光、水、花草樹木、各式的生命物種，又或是人類透過智慧，將大自然的禮物轉變成的乾淨飲用水源、生活上不缺的電力、醫治疾病的藥物、抵抗強風暴雨的居所、便捷的交通工具、無遠弗屆的網路等等。



你為何
而活

大自然的禮物，孕育了地球上萬物的生命，這是人類需要拚了命去維護的，然而，人類往往爲了短期的私慾，快速且大量的消耗地球不可再生資源，在這過程之中，也間接的污染部分可再生資源，或是危害生物的居所與生命，例如全球暖化造成的海平面上升，導致生物滅亡或遷移，或者是受汙染的空氣與水資源，導致生物最基本賴以爲生的元素都受到威脅，不過，人類往往是要面對災難來臨，才會真正果斷執行改善的。

而除了世間萬物，人們更應該珍惜的，是自己。生命得來不易，有了前人不中斷的繁衍，才有今日的你，你的每一步、舉手投足，都是在創造歷史。前人給予了你生命，而你擁有極大的權力與選擇權來使用自身的生命。在你所在的城市、國家或土地上，在符合當前全體認同的法律規範之下，你擁有無限的空間與自由來使用你的腦袋與手腳，因此人生有無限可能，每一個當下的決定，都會開啟一段未知的旅程，而你就是自己的主人。

緣分

生命中，會遇到許多形形色色的人，包括家人、親戚、鄰居、學校同學、各路朋友、路邊發傳單的陌生人、老師、公車司機、警察、工作上的同事、老闆、下屬、情人等等，每一個人對你來說，都反映出你相對應的角色。

人人在社會中扮演不同的角色，複雜化社會的結構，也撐起社會的運作，你是你父母的孩子，你是你孩子的父親或母親，同時你也是許多人的親戚，對警察來說，你是個市民，在公司你可能是主管，在家裡，或許你的另一半掌握家中話語權，角色扮演天天上演，而這些出現在你生命中的



人，都是一個個禮物。

有人說，你，是上天賜予你父母的禮物，然而，你的父母對你來說，也應該是個禮物，而且你無從選擇，直接被命運安排，就好像拆驚喜包，你不知道你的父母擁有多少財富、受過何等教育、待人處世的態度、甚至政治立場，或許你認同，或許你不認同，但你的存在起因於這一對男女的認識與互動，或是其中一方獲得精子或卵子捐贈而生下了你，你的身體裡有著他們的基因，這代表著傳承，小孩與父母，是彼此的禮物。

除了原生家庭，在進入學校後，會開始接觸不同的人，各個都具備不同原生家庭的價值觀，而這群渺小的人物，或許能影響你一輩子。

透過與這群人的互動，不管是一大群兄弟或姊妹，或是少數一兩個知心好友，這些人幫助了小時候的你建立起與團體互動的技能，包括合作完成事務、吵架、爲了不同立場而爭執、拉攏結派、分配角色與任務、追隨與領導、追求目標、審視結果等等，在這過程中，慢慢建立起屬於自己的人格，創造自己的個人形象與處事風格，最重要的是能夠更加了解自己，知道自己想要走的道路，因此，年輕時遇到的各個人物，會大大的影響你後面的人生。

而脫離學生身分，進入職場後，又是個風雲變色的社會樣貌。

職場上的工作夥伴、主管與老闆、共事的下屬，各個有著更複雜的背景，這群人可以幫助你加速了解組織的運作與達到目標的方式，在工作初期帶給你的經驗，也某種程度上大大的影響了你的工作風格，除此之外，在追求個人利益與公司利益的職場環境，偶爾會給你來一記當頭棒喝，給予你人生的教訓，畢竟在有著僱傭關係的職場環境，絕大多數人都是拿錢辦事、爲了公司目標而活，而阻礙到他人追求目標，或是個人被設定的目標達成率不佳時，就是會有被檢討的時刻，而這些時



你爲何
而活

刻，是人生的養分，幫助了你成長，也在個人程度上幫助你了解自己的喜好與能力，這也是在職場緣分中的收穫。

一生中會接觸多少人

你可曾想過，你的一生中會遇到多少人嗎？

一位將資訊圖像化的設計師Anna Vital曾經發表了一篇資訊圖（Infographic）來描述一個人在一生中會接觸多少人，且又能影響多少人，其中一生中會接觸到的人，其計算的方法為，人一生每天會與三個新的陌生人互動，再乘以一生的壽命，平均78.3年，但是要減去五歲前認識的人，因為通常記不得了，這樣計算下來，人的一生會接觸到八萬人。

然而，實際上真正能與你產生更深的連結，而且被你影響的人數，又是多少呢？Anna Vital將這群人分為三塊，包括同事、家人與朋友，平均來說，一生中能有重大影響的同事，是二十五人，其中公司規模包括小到一人公司，大到百萬以上；家人方面的計算方式是，平均在美國一個人會有兩個小孩，平均有小孩的年齡在25歲，所以你會看到你擁有的三代子孫，其人數為十四人；朋友方面，真正有產生深度交情的朋友，一生中大概一百五十人。

就以Anna Vital所列出的「一生中接觸的人數」與「你能真正影響的人數」來比較，可以看出緣分的珍貴，不過這份資訊圖中沒有說明到你一生中，實質上真正能影響你的人數就是了。

我認為，每一段緣分，或是每一個在你生命中出現的短暫過客或長期陪伴者，都是張彩券，不管相識的過程、結果好與壞，你會學到一課，你會更加了解世界的樣貌，以及了解每一個人的獨



特。

更重要的是，了解到世界不因你而轉，每一個人都是發光的個體，每一個人都是一本故事書，而你可以根據喜好來翻閱不同的故事，並寫下自己的故事，所以人人也都是自己人生的編劇。

在大家所擁有的時間長度都一樣的情況下更需要發揮自身價值、珍惜並善加利用有限的時間。



你為何
而活



善用強大

從人類的大腦運作，我們看到了人類擁有絕佳的適應力與能力來面對各式各樣的狀況，就算能力不足，也能透過後天的學習來補足，人類利用自身強大的能力，締造了地球一個又一個文明，試圖透過自己的雙手打造讓人類生活更便利的世界，雖然也同時帶來了對地球的破壞甚至毀滅，但我們仍努力的彌補過錯，希望能降低破壞的程度，並透過好的管理制度來治理地球上各個國家。

在理解這一切之後，我們知道了對能力善用的重要性，既然手握「強大」，就該將之運用在對的地方。

能力愈強，責任與大

身為地球上最具主宰力的生物，既然我們的能力足以改變自己、其他生物與地球生態，那麼，我們就必須肩負起保衛地球的責任，這就是所謂能力愈強，責任愈大。

但是，到底什麼叫責任？要肩負的責任有多大？人類真的有保衛地球的責任嗎？以及，我們真的在負責嗎？

只要是同為地球上的一員，對地球資源有所貢獻，同時也有索取的生物，基本上都正在履行自己的責任，不管這份責任是大是小。

有時候，當單一生物的能力重要性大到一個程度時，針對其能力的責任就隨之而來了，比如植



物、藻類與一些能夠行光合作用的菌類，他們貢獻了地球上絕大部分的氧氣，這些生物的存亡影響到的不只是植物與藻類自身，而是全球對氧氣賴以維生的生物們，包括人類，隨著地球上生物的演化，這些行使光合作用的生物們便負擔起了幫助地球生物的重責大任。

那麼人類呢？對地球來說，我們的價值何在？

對我來說，人類不如同植物或藻類那樣地對地球帶來那麼明確與直接的重大貢獻，人類目前為止多半的時間都用在索取、消耗、利用，以此來養活自己的族群以及開發人類文明，從地球的演化來看，我們就是個專注在自身的自私生物，若是人類的照料地球或是關懷土地及其他生物，常常是基於商業利益或是當人類的健康也面臨威脅時才會有所動作。

但同樣的，人類就是能力強大到足以毀滅那些善待地球的生物，因此，我們有責任管理與約束好自己，若是長期經營這片土地，必須維護生態平衡與多樣性，否則，人類就等於是地球上的毒瘤而已。

話說回來，既然人類的責任重大，我們有願意履行責任嗎？我們有在負責任嗎？老實講，以目前的人類自私程度來看，我認為人類還沒真正覺醒。

所謂「覺醒」，意思就是願意犧牲目前的成就，瞭解自己的自私，了解到地球上萬物存在的可貴，尊重自然界帶給我們的資源與財富，甚至是重新審視「財富」的定義，透過歷史教訓，以及對生命的認知，去思考對人類及地球最好的「方向」，這是個不容易探討的議題，但卻是人類需要面對的。

所以就這樣看來，人類還沒真正意識到生命的可貴，意思就是還沒真正知道負責任的重要性與其意義，人們目前之所以會特別偏好某些植物，大量種植，多半是因為其經濟效果，可以成為糧



你為何
而活

食或是製成藥品等等，動物也一樣，人們大量養殖可以販售的牲口，經濟利益較小的生物就容易被忽略，甚至滅亡也無人問津，人們影響自然界的生態平衡，不夠尊重其他生物，也不夠重視人類自身能帶來的影響，這就是對地球不夠負責任的證明。

少數人們已經開啟了認知，但是這沒有用，這需要喚起全體人類的共鳴，讓各地區掌權的實體協助帶來改變。

到目前為止，所謂的「改變」聽起來還是挺虛的，可能是因為我自己心中也還沒有個答案，到底可以從哪些地方帶來影響？如何讓人們意識到自己的能力有多強大，可以帶來多大的影響？又應該朝哪個方向走？也有可能我不夠資格告訴人們怎麼做，那也罷，不過，點出事情，將本書的角度讓世人們知道，可能就是屬於我的那份責任吧。

人類的覺醒

若要帶來改變，並利用人類所擁有的「強大」去撼動現有社會的認知與體制，以面對身為人對地球的責任，要做到覺醒，覺醒的方向循序漸進，分為四個階段，分別是對自我的覺醒、對生命的覺醒、對現有制度的覺醒，以及對認知的覺醒。

或許每個人對於覺醒後得到的認知不同，畢竟那是個人內心裡的声音，但本書希望能讓人們了解到，為何應該對「強大」負責，以及覺醒後能開啟的「新強大」。

首先是對自我的覺醒，自我是指人類本身，第一步要認清人類的自私，自私就是以自己的利益為優先，進而忽略其他人、事、物的利益，這是天性，難以去說其對錯，甚至屬於合理，但人們必



須知道，在忽略其他事物的利益時，很容易因為那些被剝奪或傷害利益者的後續結局，反過頭來影響到自己以為美好的果實。

最簡單的例子，爲了快速大量的生產現代人所需物品，有的工廠黑煙不停排放，最後導致當地人不戴口罩出門都不行，這就是拿自己的健康去滿足他人的物質慾望。

而人類的可貴之處在於，我們能夠認知到自己會出現自私的行爲，我們也知道這樣的行爲在傷害其他生命時，也會反撲到自己，因此就能進行下一步的覺醒。

再來就是對生命的覺醒，每一個人的生命都是獨特且可貴的，而且人人擁有去創造的自由與想像，每一個人類的生命都有能力對地球帶來改變。

除此之外，生命中除了自我（人類），世間上被定義爲生物的萬物也都是生命，地球上的生命歷經了前面幾次的大滅絕後，演變成了如今的和諧樣貌，各個不同的生命體在自己的生態系中成長與活著，生態系中的生命彼此需要互相尊重，生態系與生態系之間的關係亦同。

生命之間不管是競爭關係、食性關係、共生關係、寄生關係，自然有個平衡之道以維持生態系的健全，因此，當人類對生命覺醒，便能控制貪念與慾望，並對地球上的生命表達尊重，不過度取用資源與傷害生命。

而我的論點並不是說因爲生命可貴，所以永不殺生，我個人也沒有那麼的高的境界，在房裡遇到蟑螂，或是被蚊子吸血時，我也會希望他們消失在我眼前，講到這裡，想嘆口氣，這世界真是矛盾，可能我自己也不夠理解對生命的覺醒。

對生命有了新的體悟後，下一步是對現有制度的覺醒，雖然以現代的人類史來講，不管是科技與思想都比以往更快速的變動，進而不斷影響社會運作的制度，但一般而言，一個人從出生就被父



你爲何
而活

母與教育者灌輸了他們餵給你的資訊與思維，這些被灌輸的思維很容易被視為這世界運作的唯一法則，尤其是在涉世未深的時候，因此小孩子或年輕人比較容易被塑形，而較具年紀的人比較有累積的習慣性思維與角度。

在同一個文化與法治的氛圍下，人們容易就這麼相信自己一直以來遵守的定律，以及不喜歡跳脫出習慣的框框，甚至認為跳出框架，抱有不同角度與思維的人很怪異，甚至稱這些人「不守規矩」，唯有以更高的視野來看待眼前的事物，才更容易幫助人覺醒，打破思維框架，並對現有制度質疑。

人們需要做的，就是提出疑問，質疑目前事情的做法，儘管做法已經看似完美，仍有提出質疑的空間，例如法律條文，為何某些行為視為非法，有的則不？為何有的法律形同虛設，大家可以視若無睹？為何有些被定罪的犯人可以利用金錢逃脫罰則？或是生活日常的習慣，為何一天要吃三餐？為何一週要工作這麼多天？為何人可以拿紙鈔或是網路銀行裡那幾個數字換到各自想要的物質？教育亦同，為何台灣的學生在學校要花大量的時間記起過去的歷史？為何會有體育老師把上課時間借給數學老師？

在生活上的每一個領域都有太多值得令人質疑的點，但是當音量不大，或是現有體制不歡迎有人激起浪花時，提出質疑的人反而有可能被絕對多數排擠，這就是現實，然而，眼前的現實，不永遠一定是對的，而且除了提出質疑，社會需要的，還包括更好的解決辦法。

最後，便是對認知的覺醒，在對現有體制有了大量的質疑後，你會發現有許多的漏洞、模糊地帶、僵固、不解，甚至是錯誤，在這一刻你會知道許多事物存在假像，或是像個泡泡，隨時等待被戳破，例如有毒的情侶關係、名聲、財富、信仰等等，你能夠思考甚麼才是真正對你人生所重要



的。

更可悲的是，有些人類花時間從事的行為，對人類無意義也無帶來幫助，例如「談論他人的八卦」，既浪費時間，也跟你的生活毫無關聯，也可能經由言語在背後傷人，更不能為社會帶來產值。

有了對認知的覺醒，人看待世界的思維與價值觀會來個大翻轉，既有的認知成為浮雲，你已不再被單一思維綁住，你達到真正的「自由」。

實踐改變

若是以覺醒的思維來面對人生，並善用人類的強大，帶來真正的改變，應該要如何做起呢？可以來想想有哪些強大的能力該被好好利用？該怎麼利用這些能力？這些能力又應該運用在哪裡或是誰身上？

在覺醒的世界中，需要的能力包括自我反思、相信自己、對生命的尊重、提出質疑與解決方案，以及駕馭自由。

就從「自我反思」這項能力講起，在前段人類的覺醒已經大概提到過對自我覺醒的意義，不過，並不容易真正讓自己具備如此覺醒後的能力，以及對這樣的能力運用自如。

最簡單讓自己獲得自我反思這項能力的方法，就是親自品嚐自己種的果實。

還記得在小學五、六年級的時候，班上有位男同學講話比較不會顧慮別人的感受，很直接的就會講出讓人不舒服的言語，或是使用令人不悅的表達方式，或許這位男同學沒有惡意，但是他沒有



你為何
而活