

當我的老闆和 HR 經理坐在會議桌上,把列有我詳細罪狀的文件推到我面前,要求我簽字的時候,我的心情異常平靜,但這個時刻卻令我永遠無法忘懷。這是我失業的日子 -2009 年金秋十月一個陽光明媚的早晨,一個我最喜愛的季節。

“你從月底起將失去醫療保險,你將失去贏得的 Sick Day, 下月起你將不再收到 Paycheck……”。HR 經理開蓋的嘴唇和聲音在我的面前很快變得模糊,我注視着她身後明亮的玻璃窗外,那片美麗的樹林。那是一幅畫卷,象是李可染的作品“萬山紅遍,層林盡染”。所有將要失去的就讓它們去吧,既然已無法挽回。雖然“以電子郵件向中國供應商泄密”這個罪名實在讓我震驚,去辯解也是徒勞無益。這份讓我日出而作,日落而息的工作從此不再屬於我。今天下午和以後的日子我將會做什麼呢?忽然想起了 96 年剛在國內讀研的時候,導師讓大說說為什麼要讀研。我說:“以防下崗”,大家哄地笑了,導師卻沒有笑。她說:“別笑,以後你們面臨的競爭將是嚴峻的。”聽說多年以後,她還在引用我的這句話,教育後來的師弟師妹們要有憂患意識。

今天在受了更多的國內外的教育,在積累了更多的工作經驗之後,我卻遭遇了更嚴



我在美國經歷失業

湯睿

峻的下崗 - 解雇。比這更加嚴峻的是,在被開除的這一刻我還沒有綠卡,移民局隨時都有可能查詢我的工作身份。我是全家合法身份的主申請人,是全家在美國的唯一經濟來源和支柱。

回想 2000 年我剛到美國讀書的時候,身邊沒有一個親人和朋友。那年的中國除夕夜,我懷著對遠在中國的幼小的兒子的無限思念,眼淚止不住一串一串落在面前的盤子里 - 在飯店洗盤子的新工作就這樣伴着我度過了第一個在他鄉的春節。2001 年的 9.11 使美國的就業市場和金融界遭受了前所未有的打擊,也修改了我闖蕩華爾街的夢想,我接受了願意為我辦綠卡的小公司的工作,一做就是 6 年。這 6 年里我東奔西跑,關係從中國的採買,籌備展會,千方百計推銷產品,周末經常在出差的狀態下度過。就這樣身不由己地進入了 procurement 的行

當,直至現在換到第三家公司不久被解雇。

我很快更新了簡歷,投寄到各大網站和公司,很快收到了許多電話和幾個 on-site interview。每次當被問到上一個工作終止的原因時,我都如實地說被解雇了。得到的回答總是“你的 experience 不錯,我們再考慮考慮。”之後就是石沉大海,杳無音信。

三個多月的時間很快就過去了,工作仍沒着落。由於綠卡懸而未決,我無法申請失業救濟金。每天告訴自己飯要省着吃,錢要省着花,衣服不要買。早晨兒子上學後,我就去圖書館一坐一天,即省了取暖煤氣費又省了電費,還可以看免費書,還有就是決不錯過朋友們請吃的免費飯。有一天, American Express 給我打電話說:“你作為 American Express 的尊敬客戶,我們很關心你的現狀。你的消費和付款習慣怎麼在這兩個月有了很大變化?你以前總是每月付清,怎麼現在只付底限, Balance 越積越多了?”一習話問得我感慨萬千。我告訴她,我幾個月前失業,也沒有救濟金,現在入不敷出,處處省吃儉

用。欠帳從來不是我的習慣,等我找到工作後的第一件事就是先欠債還清,絕不會少一分錢。補充一句,由於一直信用好, American Express 給了我近 2 萬美元的消費額度。該女士電話中表示理解我的特殊情況,相信我會把還貸作為頭等大事,祝我早日找到工作。

消沉的時候我就想,是不是我這輩子的受雇機會就到此結束了,只能自己創業找飯吃了?有一次跟朋友談起我的疑惑,她說:“看你這人平時還算機靈,現在怎麼就這麼傻了?成千上萬的失業大軍都在找工作,你上去一句就是被前一個公司因泄密解雇了,誰敢雇你才怪!”一句話真是提壺灌頂,是啊,我為什麼還要在 procurement 領域里找工作呢?我以前的專業呢?我曾經的夢想呢?我曾經堅韌不拔的意志都哪里去了?我重新調整了自己的計劃,找到了原來我的美國導師,我曾經給他做過近二年的助教。他給我講解了管理科學方面的最新技術進展,又借給了我幾本書。我又開始一邊學習一邊找工作了。這次是在金融領域找,國際金融曾是我的專業,我的夢想,我的摯愛,我多年的工作經驗的積累所在。

當失業已經四個月零二周,2010 年春天來臨的時候,在 downtown 最高的寫字樓里,我有了一個新 Cube,這是一家銀行總部的高級分析師的職位,一個我的新的夢想的開始。以前失業的經歷,讓我更加珍惜現在的機遇,更加勤奮,更加努力,更加敬業,更加注重充實自己。感謝機遇又重新光顧了我,感謝我的全家終於等來了綠卡,在這片土地上從此可以安心地建造自己的家園,感謝親人和朋友們在困境中給我的鼓勵和支持。希望所有正處在失業中的同胞們相信自己,自動自強,戰勝暫時的困難,相信最黑暗的光陰過後就是燦爛的黎明。

(接上期)太太:欣賞他的小動作「哈哈!他有些做些小動作,不拖泥帶水。」

會令我很開心。」黃太太邱楚賢常常笑口常開,不無原因。「好像有次整理床鋪,枕頭底竟放了一份小禮物,在毫無心理準備下收禮物,感到非常非常開心。」那麼她又會如何回應丈夫的心意?「沒甚麼特別,作為妻子,最重要是體諒丈夫。好像他工作忙,做太太的都希望丈夫多陪伴自己,但站在他的立場,他是喜歡自己的工作才會這樣投入嘛,換了是我也會如此。」

現在若丈夫不在家,她會自行安排節目,好好享受私人空間。還有,「很多人都會把自己丈夫與別人丈夫比較,其實這只會壓低丈夫。男性最需要太太的尊重,做另一半的要不斷瞭解、愛護他。」婚後初期,兩夫婦確是有些摩擦。「其實我們都在不斷進步,有衝突時,最重要是學習退一步,停一停,怒氣自然會消除。」

吵架的藝術
兩口子還有個君子協定:

吵架當天清:一項歸一項,絕不拖泥帶水。

絕不翻吵:今天的架今天吵,昨天的事不翻吵。

舊事已過便已了:每一事件都看作一獨立事件,絕不「株連」。

一般結婚愈久,吵架時愈喜歡說:你上次……你上星期……沒完沒了的罪狀,很容易演變成互揭瘡疤。幸好,黃氏伉儷平日絕少吵架,每星期必做的,是抽空一起散步,談談內心話。

婚姻衝突的由來

婚姻為何會有這麼多衝突?柴灣浸信會輔導中心主任黃麗彰說:「這是由於夫婦的情感距離拉近,很易把未了的心結、渴望激發出來。」舉例說,某君最不喜歡別人自我中心,如身邊有個朋友自我中心,他不一定會太介意,因為彼此間還有一定的距離和容忍度。可是,當這個人與自己的距離如此貼近,內心便會出現焦慮,後期更會演變成指控、抑壓。

衝突演變成創傷

婚後,是人生另一個階段,也是衝突的開端。夫婦來自兩個成長背景不同的家庭,很易因彼此生活習慣的差異而造成衝突;有子女後,又會因彼此對教養的意見差異,產生爭執。若一個不小心出口傷人,更會演變成創傷。

男性方面,自我價值建基於能力之上,但太太竟說:「你無路用」,會使其自我根基動搖,造成傷害。就算太太有情緒的困擾,丈夫也會視她的康復為個人能力的表現,如太太繼續不開心,男士一樣會感到沮喪。(未完待續)



白頭偕老的秘訣 (中)

遠東紀念公園 俄亥俄州唯一私人墓地

FAR EAST MEMORIAL GARDEN, LTD
8592 Darrow Rd, Twinsburg OH 44087
Located inside Crown Hill Cemetery Park

我們提供各項服務,大小壽地,各式墓碑,如果需要詳細資料,請打電話:330-819-0277; 330-352-7788

穴位從 \$950 起,勿錯過良機!如果顧客購買遠東花園墳地,將為顧客提供系列服務。

福人擇福地 福地福安 祖先安,後人樂 遠東紀念公園 全為福人備

預先選定一處風水福地,既可陰澤後人,又可為自身添福增壽。

(接上期)過去佛陀為了幫助眾生,面臨各種難關與考驗時,能快速累積福報,因此教導我們培養上供諸佛之清淨心,以及下施眾生之廣大菩提心之「供曼達」法門,這是累積福德與智慧最快速度的修行方法。

總之前世所做的善惡業,今生能否異熟,端看當下的因緣是否成熟?為了使善業能得到異熟,迴避將成熟的惡業,唯有隨時止惡行善,才能改變命運。

然而,人們平日不但很少思惟,或甚至不相信因果業力的關係,反而從小到大的價值觀,都是被教導得到成功與快樂,是獲得身體感官上的享樂,可是往往所追求與所得到的,經常背道而馳。

這就是對於善惡因果的觀念不清楚,才會使人們不但不知道什麼是對?什麼又是錯?更不知脫離輪迴之苦,反而為了追求個人的享樂,在不自覺中造無數罪業,以致生生世世都沉淪於六道輪迴之中,受盡無量痛苦,所以若想根本解脫痛苦,就必須明瞭「輪迴過患」的道理。

所謂「輪迴」,就是不斷重複相同的情境而無法跳脫,不單是指生死的六道輪迴,即使在人世間,當面對生死離別,愛恨情仇等種種痛苦時,心中雖然想要趕快遠離痛苦的煎熬,可是卻欲陷於深,不斷重複相同情境,這就是一種世間輪迴之苦。

因此,我們必須要有脫離輪迴的想法,往解脫痛苦的方向去思考,在生

活與工作之中,隨時提醒自己凡事三思而行,不要犯同樣的過錯,並隨時注意,改變自己的習性,如此才能漸漸遠離所有的煩惱與痛苦的輪迴過患。

根本消除痛苦的方法 ----- 寂止

由於一般人的思緒,大多都是非常散亂的,內心經常處於不安的狀態之中,就像渙散的光線般,只能照亮表

走出痛苦 (六)

作者: 蔣康
祖古仁波切
印度最大寧瑪
佛學院白玉南
卓林寺住持

如何以
寬廣的心態看
待因果業力,
如何透過修持
寂止遠離煩惱
痛苦



駕駛自己的心性,這就是以「寂止」走出痛苦的方法。

修學寂止時,應找一個安靜的地方靜坐,放鬆身體,調整呼吸,讓心慢慢沉澱,再練習專注在一個點上,然而,此時內心往往非但不能得到安靜,反而比平常還要嘈雜,甚至感到從未有過的紛亂,因為我們平時只注意維持外在環境的整潔,而從未打掃過內心世界,人們並不知道自己內心有多麼雜亂,因此當坐下來準備對治調伏心性時,就會感到有許多的障礙。

由於我們的心思,需要靠氣息的流暢而運行,因此,氣息和心念之間,有著非常密切的關係。以呼吸為所緣境時不要刻意加大或減緩氣息的流量,應讓氣息自然的流動,呼吸要均勻,把注意力放在呼吸上面,讓心與呼吸合而為一,就是「數息觀」,這將有利於心處於安定的狀態。

當處於本初安定狀態時,心性就會止息安住,內在清明的部分就會顯現出來,猶如把濁水倒在器皿里,讓它靜止不動置放在原地,濁水自然就會慢慢清澈一般。

待續!
祝大家身體健康,吉祥如意!

Palyul Changchub Dargyeling Ohio
Tibetan Buddhist Temple
3750 West Streetsboro Road;
Richfield Oh 44286
Email: pcdco@palyulohio.org
Website: www.palyulohio.org
Ling Ling: 330-819-0277

夢緣隨筆萬宗歸一

一風捲起大地傷。一雨愁夜立成秋。
一淚能藏萬縷情。一雲能讓月含羞。
一步退時路更寬。一心不亂佛就來。
一鈎驚醒千江魚。一水滴穿千層岩。
一手遮天不容。一筆能寫古今史。
一善能植萬福田。一笑為君添一壽。

一橋南北誰是客。一雁能寄千相思。
一海難留一情影。一醉眼休心不休。
一鏡能辨虛與幻。一官能斷真和假。
一梅傲雪雪也敬。一扇能清一夏暑。
一花落地地猶香。一家先和天下和。
一肚能容天下事。一言九鼎金不換。

劉天擎 1/10/2010

伊利華報
ERIE CHINESE JOURNAL

編輯部

社長 / 主編: 浦瑛
總編輯: 劉元華
版面 / 網頁編輯: 程里實
移民法律顧問: 黃唯

撰稿人: 劉以棟 劉天擎 曉月
匹茲堡責任編輯: 潘嵐
哥倫布責任編輯: 陳青杰
辛辛那提責任編輯: SAM YI