

『醒過來』是唯一的方法

這個世界上有太多煩惱，所以有許多人都不約而同地問智者一樣的問題：「我該怎麼做，才能不再煩惱？」

智者給的答案都相同：「只要放下，你就能不再煩惱。」

有個自以為聰明的人很不服氣，便專程去找智者，挑釁地問：「世上有千千萬萬個人，就有千千萬萬種煩惱。但是你給他們的解決方式都完全相同，那豈不是太可笑了？」

智者沒有生氣，只是反問男子：「你晚上睡覺的時候，會做夢嗎？」

「當然會！」男子回答。

「那麼，你每天晚上做的夢，都是一樣的嗎？」智者又問。

「當然是不一樣的。」

「你睡了千千萬萬次，就做了千千萬萬個夢。但是要結束夢的方法，卻都是一樣的，那就是『醒過來』！」智者微笑地說。

男子聽到智者的回答，啞口無言。

這則故事把煩惱比喻成「夢」，只要我們願意放下，
就能從夢中清醒過來。

無論你的煩惱是什麼，方法都是一樣的。