

學務長致詞：

在座的各位老師、同學，大家晚安。我知道剛剛的歡呼，絕對不是給台灣大學學務長馮燕教授，我有自知之明，所以一定非常簡短做一個開場。跟各位同學說明，這一次的演講，是我們畢業季系列講座的最後一場，這個星期六的畢業典禮以後，就會有一批同學從臺大邁出校門，進入社會。校長一再提醒我們，臺大人進入社會是有使命的，臺大人在臺大這幾年受到了學校、師長和社會的栽培，到了社會，不管在哪一個角落，都應該要發揮臺大人，TAIDA 的精神。因此，校長希望在每一位同學踏出校門之前，把握最後一個機會，送給要畢業的同學，一個人生錦囊。今天請到的講座，李連杰先生，就是為各位準備的人生錦囊裡，最寶貴的一帖，包括了李連杰先生的人生哲學、理念，尤其是他在公益界做的努力，他對於公益的想法，尤其是我們臺大人最要學習的是，怎麼樣把一個偉大的理念，落實在生活中，並且號召、盡量發揮自己的影響力，讓身邊的人都能夠獲得感動，而且一起奔向這個理想。而同學們進入社會的時候，會需要角色楷模，相信在臺大的四年，你們在師長中、同學中、在學長姐中，找到了你們的角色楷模，那今天容我們學務處跟各位，再介紹一個公眾人物的角色楷模，李連杰先生。

李連杰演講：

謝謝、謝謝。老師們好，老師們好，還有兩邊看視聽的老師們好。為什麼說了三次老師們好？雖然我小學兩年沒有畢業，也沒有小學證書，但是我覺得人生當中，我一直記得一句話，三人同行，必有我師。你看，這麼多，一定有我的老師，謝謝。

首先第一部份，我想講我的人生成長，活到現在四十五歲的人生經歷，可能對同學能夠有些參考、幫助。這些參考可能來自於負面、正面，希望同學們畢業後，走向社會、走向人類大家庭的時候，用你們的獨立思考，去看人生。

我生在北京，兩歲的時候，父親因公去世，所以母親就帶著五個孩子，我是老五，家裡很貧困，所以我記得到我八歲上小學的時候，還是這樣走路，因為七十年代，女孩子的褲子是這邊開口的，所以姊姊傳給哥哥，哥哥再傳給我的時候，這邊沒有開口，所以還是很怕同學看到，穿著姊姊的女性的褲子上學，所以，整天是這樣走路。但是，一直告訴我自己，怎麼樣媽媽心目中的好孩子。

八歲就不知道為什麼就開始練武術了，練了一年以後，代表北京去比賽，雖然拿了優異獎，但是臨出門之前，突然有大人跟我說：「你們要記住，你們代表著北京市八百萬人民，你們出去，不能丟人」。你看，一個九歲的孩子，突然肩膀上背著一種責任，那就去努力吧！十一歲拿了第一次的全國的冠軍，開始有機會去

美國訪問，那個時候突然跟我說：「你代表著十億中國人，你出門做的所有事情，人家不會說是你做，是中國的小孩子都這麼做，所以，你的舉止言行都要注意」，十一歲，突然又背了十億人了。從八百萬長到十億，挺重的。

在這個階段裡，十一歲到十六歲，在中國拿了五年的武術冠軍，同時讓我有機會走遍了全世界大約四十多個國家，我去過非洲、伊拉克、中東、美國、歐洲、亞洲很多國家，但是從十一歲開始，老師們不要生氣，我就不再相信大人和老師的說話。因為，那個時候大陸的環境，還沒有開放，所以美國人不瞭解中國人，中國人不瞭解美國人，大家都覺得很奇怪、好奇，我到了美國之後，就是在思考，思考以後就發現，人性呢，大人說的、老師說的，有時候跟心理想的，並不一樣。你們反覆思考一下，老師們也是人，人就沒有完人。所以從我十一歲開始，我不聽大人的，我不說話，但是我要思考、我要想為什麼、為什麼。而且在中國，練武術的人有上萬人，所以如何在上萬人去做第一呢，一般的教練就會說：「喔！苦練，你做一千遍，一千遍這個，你就很標準」。但是我常常在思考，大家都做一千遍，那誰是最好？那我就用心，用心去思考，所以我不大聽老師的話，呵。我常用我的思維方法說，喔！好，我有三百下，我就做，一定好過你一千次！那麼就是這種思維的方法。

到了十七歲，我開始拍電影，拍了一部少林寺。對於運動員來說，十七歲是黃金時期，因為運動生命可以延續到二十八、九歲，所以大家都反對我改行，但是我堅決要改變自己，因為我覺得拿了一次冠軍，一次可能是偶然，第二次好運，但是我已經拿了五次，我不需要再證明什麼了。所以我爲了這個浪費生命，再走十年，不值得，所以不符合我從小的邏輯思維，我每一個思維都想，我怎麼樣三年做人十年的事。就是這樣的思維方法，所以我開始轉變。

而大家也知道，我去到香港，我完全不熟悉的狀況，語言不通、文化不通，什麼都不通，我都不知道如何生存。那我的生存理念，很快就學會了，原來，我要給老闆賺錢，老闆可能不喜歡我，但是老闆一定喜歡我賺錢給他，所以我就覺得數據的重要，所以別人在我身上投資多少錢，我一定要他有 profit，這樣，不管在這個社會中，誰喜歡、不喜歡我，但是數據就使得我有生存的能力和空間，就是這樣，所以我到現在廣東話還講不好。

應當是九六年了嘛，我開始去美國發展，那在美國其實面臨另一個挑戰，你在亞洲可以說是一線的演員，到了美國又是重來一次，而且比上次還厲害，因為你完全不懂英文，不知道如何溝通，不懂美國的文化，你怎麼可能去拍電影？怎麼辦？而且頭一次要跟幾個人一起試鏡，所以心理的考驗是滿大的，但是我在想，在亞洲地區你是最好，但是你在美國並不是很好啊！所以倒過來思維的時候，你從頭來，很公平啊！我一直在思考，原來最大的障礙是自己。如果我以一個平常的心

態，面對每一個人生的階段，那個困難並不大，很容易就戰勝了。

在我九七年的時候，生命到了一個轉折，那時我是三十四歲，所謂生命的第一桶金已經賺到了，可以給母親、太太、孩子有了一個基本的保障，不再為吃、喝發愁。但是突然發現，我周圍的朋友是百億富翁，但是很多人還是不快樂，原來還是為兒女教育在擔心，還是在為收到那個東西而幸福快樂，原來，我仔細發現，我心目中想像到了百億，應當是每天都哈哈呵呵哈哈，幸福快樂嘛！怎麼有百億，你還這麼痛苦呢？原來不僅是有錢，連我的朋友當中，做行政長官一段時間退休了，那種失落跟普通的退休，人的失落是一樣的。原來人除了物質以外，還有一個精神。那個時候就開始思考，什麼造成的？人類在追求什麼？去保護我說的：「幸福、快樂和安全感」。在我接受的教育裡，認為名、利、權、情，這是我們人類追求最好的四個東西，最偉大的目標。因為這四個東西，可以保證我幸福、快樂和安全感。但是我反觀歷史，如果我走這條路，我真的可能到了七十歲，我還是沒隔壁那百億富翁有錢，所以，綜觀歷史，去尋找答案，那個時候發現有一個人，他有這四個東西，誰？兩千五百年前，有一個叫做釋迦摩尼的。他四個東西都有，這應該是我們的幸福指數啊，他都有啦！但是他痛苦，他控制不了生老病死，他控制不了兒子先死，還是他先死。那個時候覺得，原來，為什麼幾千年來，有很多人跟著他的思路去尋找離開痛苦的方法？那個時候，我其實用了七年的時候，拍每一部電影中間的兩個月，我就去西藏、印度、台北、美國去修行，去打坐，去瞭解怎麼樣才真正的幸福快樂，去瞭解生命。

後來，我真的學了一些智慧，我很感恩在我生命裡頭的幾十位，我的宗教老師。我發現人類幾千年的文明，我們一直在改變包裝，住房改變、服裝改變，有時候可以三妻四妾，有時候說不行，就是我們人類的行事、物質在改變。但是我們裡面，從古至今，還是討論同樣的問題，你對我愛的專一嗎？你可不可以說你愛我多兩次？兒女，你們可不可以上大學，將來繼承我？我們人類內心裡的七情六欲，並沒有真正的改變太多。當我瞭解了這些以後，原來人的矛盾，家庭、企業區域性、國與國之間的矛盾，他有一個共通的問題，就是，立足點。就是說，我們學習的價值觀和文化上給我的價值觀，當我站在這裡的時候，我在右邊認同的就是好的，左邊的就是壞的。但是隔壁同學站在那兒的時候呢，你就變成壞的了。所以人類是生活在相對的世界中。因為大家的立足點不一樣，所以對彼此之間，就會有一個對抗、不和諧。因為是二元相對，所以我們彼此之間，就會老覺得我是不公平的，老覺得對方虧待我自己，就是這樣的思維方法。當我看到這些，我就看老祖宗們是怎麼解答的，我也發現我們老祖宗很聰明，就一個圓，無極。啥都沒有，沒好沒壞。白裡頭一定有黑，黑裡頭一定有白，不管是有意無意的，黑與白一定要有自己獨立的思考。這是我人生的一些經驗啦，獨立思考我覺得非常重要，因為在我們將來，同學走到社會的時候，可能也面臨了人，只要是相對的，它就有矛盾。最好解決矛盾的方法，就是理解對方、換位思考，這是我從小就做

的。

但人生最大的轉變，就是海嘯。海嘯是因為具備了這七年的思考，對生命的理解，突然之間，海水在這兒，小女兒給海水帶走了，抱著大女兒在茫茫大海中看，不知道是什麼。那個時候剎那間，七年所有學的知識吧、智慧吧！就突然告訴你說，金錢、名利、地位，所有的一切，在死亡面前是平等的，人是平等的。並且，其實在活的時候，內心也是平等的。那麼，我就決定，既然沒死，我就要考慮說，如何用我四十多年來，人類所有給我的愛，這種無形資產，回饋給社會。

我做了一個我最不熟悉的東西，公益慈善事業。跟同學們面對的問題一樣，思考、努力。兩千零五年一月二號，為海嘯籌款，我說我要創立壹基金，那個時候心理完全沒有概念，我信念中只有一個，如果我站在月亮望地球，人類就是一個家，人類是一家人。人們都在追求幸福、快樂、安全感。怎麼做？去摸索。我第一個，就是思考我的方法，壹基金一家人，每個人每個月一塊錢，每個人每個月做一件好事，就這麼簡單。那麼我就開始找了美國的貝恩公司，說服他們我沒錢，但是我希望你幫我做社會調查、社會定位。他們花了兩百萬美金在全中國做了一個目前可能最詳細的社會調查，就是說多少人群已經脫離基本的貧困，可以自給自足，普通中學生以上，高中生、畢業生，人均捐款可以在三十四塊，學位越高，越來越高，大約在四百塊人民幣左右。接著就是為什麼沒人捐錢？那大陸地區問題出在哪？四個地方，第一，沒有一個公信力非常強的公益組織；第二，不透明；第三，沒有一個清晰、可持續的目標；第四，捐款不方便。所以我就針對這四個問題，一個一個去解決。

我希望的是，經過一個努力的奮鬥，建立一個平台、制度，將來在座的，將來你們的下一代，誰對待社會有熱誠，同時有商業的頭腦，都可以領導這個基金，一個基金將來也要做到那個基金，對每一個人的信念和影響是很重要的，誰是發起人、執行長並不重要，這樣的基金才是可持續百年的。

社會有三種結構，政府結構要負起政府的責任，企業負企業的責任，其實我更想強調，公民的責任。我們常常忽略公民的責任，比如說地球變暖，我們說聯合國，你趕快跟國家開會做啊！那個企業你們少排點廢氣，但是自己在那邊拚命開得很大的冷氣。所以如果每一個個體也做到自己做人的責任的時候，他會把環境搞好；把自己環境搞好，鄰居就搞好。你在哪個公司，把你自己公司帶動起來，那整個行業就搞好了，整個地區就好了，整個世界就會搞好。其實，我是倒過來思維的，我覺得我們不需要一路去指責哪個，美國排放最大啊，中國目前是排放最大。其實倒過來，每個人做起，一代一代的人，可能經過兩代、三代人，變得每一個世界公民，在這個地球上，我有責任愛護這個家園。我不需要太大的愛、太大的什麼，因為我有責任，我是人嘛！我就有責任去維護這一切、維護這個地球，

維護人與人的關係、維護和諧。

所以這基本上就是李連杰的一套思維方法、一套邏輯，不好意思，佔用了大家四十五分鐘，如果有用，在您的生命中，就把那個有用的那一點拿去，如果沒用，出了門就把它扔走吧！我的人生到了四十五歲，我還在努力、學習，謝謝大家。

Q & A：

Q1：李大哥您好，最近聽到大陸好像有阿兵哥飛機失事了，我本身是讀社會福利的，我覺得對於這些軍人，應該有一點關心，然後我覺得我滿擔心這些軍人的狀況。我寫了幾點建議，希望您帶回去給他們。第一，建議這些軍人有輪休，我覺得他們的工作量可能是平常的兩倍以上，所以我覺得大約兩個星期，就應該要輪休；第二，這些軍人可能應該與他們的家人聯絡，不要好像封鎖他們一樣，讓他們家人知道他們平安，他們可能會更有力量；第三，我覺得要照顧這些軍人，我們的領導人不要常摔電話，不要給他們太大的壓力。

A1：不好意思，請問您有做過調查嗎？就是軍人是否沒有輪休？（沒有，我聽說的。）不好意思我很直，大學生應當獨立思考，其實您應當做調查。我不清楚軍人的狀況，因為他們是軍隊的一個執行團隊，我不知道。但是您的問題，我會思考。我跟你講，另外一個答案給您，我作為一個運動員，我就有職業傷害，所以我斷過腿，我全身斷過七個地方，那麼，我一點也不埋怨，為什麼？因為我做一個職業的運動員和電影，我就要預備了我有機會去負傷。所以我曾經一直跟朋友說，我作為一個軍人，我就預備了有戰爭、有危險，我就預備了死亡，要不我不要選擇作軍人。所以當您選擇職業的時候，作為那個個體，就要想清楚它的正和負，風險，您要去選領導人，您要具備了被人罵，公眾人物、演員，就是要沒事被一些報刊去報一些不實的東西，這是您的職責，您應當負起這個責任。

不好意思啊！我很直。您的問題就是說，我覺得還是不知道是不是事實的時候，我去反應，結果對方給我一個答案說，喔！人家七天就休息一次，變成是我們的猜測，所以，意外，都不想發生，飛機失事，可能有天氣、機械，很多東西，不光是軍人，在我的心中，每一個生命都應當尊重，不管他是誰。軍人、護士、醫生、救助者、被救助者，人是平等的，我們都應當尊重。對於您推測的問題，我不知道如何解答。

Q2：李大師您好，我是台灣大學工商管理學系二年級的學生，那我身為一個臺大學生，其實有關於對岸的一些事情，是從新聞上得知。那根據我的認知，我覺得中國大陸其實還有很多是很不自由的地方，那包括可能像新聞自由的箝制，還有之前包含西藏鎮壓的事件。我個人是認為中國大陸的人民可能還

是沒有我們現在的情況來得自由。那我想您要怎麼利用您現在的聲望，去推動這些事情？讓中國大陸十三億的人民有更多被尊重的權利，謝謝。

A2：謝謝您的問題。當我們講到自由，在我們現在的世界裡頭，共同公認的一種概念，叫言論的自由、遊行的自由、宗教的自由、新聞的自由，是吧？但是我對自由其實研究了很久，思考了很久，我一直認為這個是像一個結構上的自由，而人類真正得到的自由是心的自由。爲什麼這麼說呢？我們大家似乎都有自由，但是，當我們自己聽到一些自己不喜歡聽的聲音的時候，我們情緒就受到影響；當我們遇到挫折的時候，我們又會受到影響；當我們被攻擊、輿論、言論，各種東西都會影響到我們內心，所以我們內心並沒有自由，我們被這種攻擊的聲音造成了困擾，因爲我活在別人的聲音底下，所以我一直在思考就是說，真正的自由，全世界，包括我在美國都在說，真正的自由是心的自由，我們人類不是很多人瞭解，或者做到了一個心的自由。心的自由就是說，我的行爲只要我不觸犯所有公共，大家認同的法律，那我心的自由才這樣，你罵我、你不喜歡我，是你的事情啊！你痛苦，我一點都不著急，呵呵。我們不要被盲目的一些架構的自由所蒙惑，就像您剛才提的這些問題，說對方怎麼樣？對方怎麼樣？但是，這個是不是對方所有百分比的人這 H 麼想呢？我不反對一定有一部份這麼想，但是我可以告訴您，百分之八、九十以上的人，他覺得他很 freedom，他比二十年前 freedom 多了。

所以，白裡有黑，黑裡有白，不要太主觀的認爲您的建議就一定是對方很苦。就像我救人，最近我跟所有的人說救四川的人，您千萬別說，我在救你，我在幫你，你們太苦了。我覺得應當放下身段，我在幫你，你願意我就幫你，我不要趁此說，唉呀！佛教阿彌陀佛，太好了，你的心靈就快樂了，不要把自己任何的主觀價值，強加給生活突變、困難的人群，站在他的立場，用你的心，溫暖他的心，用他的心去理解他，這樣可能在我們情感上、物質上才真正的共同扶起了我們的家人、兄弟姐妹，共同戰勝這個困難，走向未來。如果我一來就站在相對的立場，可能物質上幫到他，可能在心靈上給他反而帶來一些創傷。謝謝你。

Q3：李師傅您好，我是臺大 EMBA 基金會執行長，剛才才聽到您談了很多有關壹基金，資金的來源怎麼樣的募集，它的方式。那您能不能多談一下，就是像類似這樣子公益的基金會，除了錢以外，還要人力。像紅十字會與慈濟功德會，他們都是有很好的、嚴密的人力組織。如果有發生類似像四川地震需要救助的事情，我相信也不可能每一次都是李師傅親自跑去，一定希望有很多、很多的人力來幫忙，除了錢以外。那李師傅您能不能多談一下？您在這個組織人力的部分，您有什麼樣的想法？

A3：謝謝您的問題。第一，壹基金並不是光是錢的問題，一般的慈善機構，是一種財富再分配。但是我的這個作法呢，每個人每個月一塊錢，是讓您不要忘記要幫人，不要忘記付出責任。每個人每個月一小時，您可以走出社會去

做一些事情。這是一種精神的持續傳染，一代人、一代人的傳染，讓每個人都去做。其實壹基金代表了雙重意思，目的的、精神的，兩種傳染。其實這次不是李連杰一個人在做事，是整個壹基金在過去成立的一年裡面，參加了五次的災難救援，包括了去年的水災、普爾的地震、緬甸我們有資助，雪災我們都有行動。

這一次因為特大的地震，造成了人、物，傷亡是罕見的，所以我們才要行動，我們五個小時在網上連網籌款，現在十萬多家全球的網站在籌款，我們第一時間採取行動，所有我們專家、義工開始行動，我們把物資集中在上海，透過飛機運到四川，和四川的義工跟 NGO 組織配合調接貨，和大陸的紅十字會、四川紅十字會緊密的配合，得到第一手的資訊，知道重災區，政府軍隊、醫療，在一條龍的服務上，最精銳的全中國的力量都鋪在這裡，所以我們要做一些旁邊的，人員傷亡並不多，但是急缺物資、維持生命的，所以我們就去補助，這是我們的作法。除此之外，我們就更前方的調動當地的義工，因為當地義工一旦進入山區，語言很清晰，而且他們知道生活習慣是什麼、需要什麼。所以這是一連串 NGO 的配合，不是李連杰一個人。

Q4：請問李連杰先生如何面對失去至親的痛苦？內心如何調適？

A4：這個可能不同的階段，有不同的思考。有生就有死，這是非常自然的現象，只是死，我們說沒有到七十歲、八十歲，我們覺得很可惜。首先，我們要清楚生和死是必然的。那我剛才才說了我的感受，在死亡來臨的時候，是不限年齡、身份、地位，不管你是過去的皇帝、普通的百姓，還是醫務人員，任何一個人，在死亡面前都是一樣的，都會死，一切都是正常的。

我常常換一種思維，跟其他的大學生在講，我說當我們畢業啦，我們賺了錢了，很想買車去兜風，我說，你要買這個車的時候，其實你要全面的思考，就是白的另外一面是黑，你買了車，就要有汽油費、保險費，可能會撞車、可能被人撞，這些東西都是同時間發生的，但是我們從來不想另外一半，我們只想我們應當合理的那一半，合理面就是我的願望，願望就是開車、兜風、爽。被人刮一下，為什麼我這麼倒楣刮了？其實，它是必然的，因為它從新的開始，它就去舊；有好就有壞，是很正常的。往往我發現人的思考是一半，不去想那一半，所以那一半發生的時候，我們就覺得怎麼那麼倒楣？

我自己常跟自己說，我很欣賞陽光燦爛，我也很欣賞疾風暴雨，我欣賞快樂，我也欣賞痛苦。因為沒有痛苦，我怎麼知道我會快樂啊？我今天的快樂，在明天我有一個更快樂的時候，我就覺得這個快樂是小兒科，是嗎？但是我有一個比那個痛苦更痛苦的時候，我發現那個痛苦也不錯耶！真的！痛苦都是比較的，都是相對的，這是一個大的宏觀的思維方法，在我們生命的時候，如何克制呢？我的作法是倒過來！因為我不知道什麼時候死，也沒有保險公司定義我一定會活到七十歲，所以每一天我都當最後一天來過，我要活得精彩，我跟太太在一起，我盡我的全力去讓她開心；我跟我孩子，我用一切的

方法愛我的孩子；我用一切的方法工作，好，我做 NGO，在我有呼吸的狀況下，把它做到最好。但是我不知道我明天會不會死喔？所以因為我很知道死是不知道什麼發生的，所以我很珍惜活的時間，這是我的生命的態度，每一個人也應該有自己的生命態度，謝謝您。

Q5：李先生您好。我是臺大森林研究所二年級的學生，剛剛您提到生命是平等的，可是您好像比較強調的是人類這個部分。但是動植物也是生命，譬如說瀕臨絕種的動物或是植物，或是有一些經濟動物，他們被嚴重剝削，過得很痛苦，那像這一部分的話，未來壹基金會不會關懷到這一部份呢？謝謝。

A5：首先呢，生命的平等是祖先們的智慧告訴我的。如果我們看動物不平等，我不知道動物他自己覺得平等嗎？還是剛才的思考。所有的敵人、思維方法、認為的一切，是從自己內心去價值、衡量的。不同的人生、經歷、學歷，對同樣一件事，可能同樣產生了不同的答案，所以我一直都說百分比。有不同的思維方法，所以我不知道您要聽最宏觀的方法，還是微觀的方法。我可以跟您講最宏觀的嘛！不管我們人類現在開始多麼努力，先別提動物，去保護我們的地球、處理貧困、弱勢、健康，它不能在本質上解決這個問題。就算美國這麼強大的經濟國家，她的善款幾千億美金，我說，美國還是很多窮人。而且六十七億人口裡頭，貧困的一定是大多數嘛！那你會說那我們還幫來幹麼呢？這是一個宏觀，我也看到了壹基金百年、千年，但是並不能改變我今天作為「人」，我有義務在我的生命裡面，為社會做一點事，能夠保護的，我就去保護，有些基金是保護動物的，就好好保護，堅信他的理念，你不要說喂，那個不值得保護，讓牠自然生滅了，反正恐龍都走了。（全場笑）其實沒有，你覺得保護牠，或者說恐龍沒有了，保護恐龍蛋了，你只要認為合適，你就去做！因為這世界上有不同的 NGO 組織，對海洋、大自然、土地、山河，都有人的保護，百花齊放。但是壹基金沒有做這個。壹基金只做他一個平台，去資助我剛才說的四個內容，環保、醫療、教育、貧困、自然災害，探討這一個，將來有錢了，資助這一個，給落地型的 NGO，就是指自己執行的組織，這才是壹基金在這個時代裡，我希望扮演的角色，謝謝。

Q6：李老師您好，想請問當您在香港有這麼大的成就，為什麼突然想去美國發展？要重新開始？您不會怕失敗嗎？您又怎麼樣做心理建設去美國發展？謝謝。

A6：其實，我們怕失敗，我也研究過這些問題，到底我是怕失敗？還是我怕我周圍的人覺得我失敗？這是兩個問題。因為我們很在乎周圍的輿論，所以我一直說心不自由。我比較瞭解這一個，因為我是一個努力去瞭解心的人，所以我覺得沒有高低啊！很正常啊！我一般做任何事，就考慮到零和一百。我最多去那兒發展，拍了三部電影不成功，我還可以回來，我的起點是零，並不怕。但是我走了一步，起碼在百分比上，我去了三，沒有去三十，但是我

去了三，我夠膽去嘗試一下。我不會很過高的覺得我是一個亞洲巨星，我到美國去，我就心態一定不平衡，我的意思是說事實如此啊！我真的不懂英文啊，不懂英文還要去演電影，人家當然要考試，這是很正常的現象啊！所以把自己的位置，永遠每一件事歸零，你就不會有負擔，而且也把周圍的輿論、評論等等，自由，把心放出來，不要為別人的語言而活著，為別人語言活著很累，真的很累，謝謝。

Q7：李大師，臺大學生常因過度要求完美，在面臨考試、競賽、面試、就職種種挑戰時，過度焦慮而失常，可否請李師傅分享幼年背負八百萬人、十三億人口期待時，怎麼活過來的？如何克服心理上的壓力？謝謝。

A7：為幾個字，我沒有給所累，「台灣大學」。台灣大學畢業就...，其實不要所累，不要為你的家長的壓力、老師的壓力，最主要是你盡力了。奧運為什麼征服人類？人類喜歡？是喜歡他那種精神，我個人的說明方法就是說，我從我媽媽的肚子裡來，就是我的奧運開始；我生命的結束，就是我奧運會的結束。我的敵人就是我，我只要瞭解我自己、挑戰我自己、超越我自己，我就是我生命中的奧運冠軍，幹嘛要跟別人比？因為我的先天條件、我的資質、我的學習，我就已經每一天在挑戰我自己，因為最大的敵人就是自己，只要挑戰、只要往前走了，就可以啦！因為成功的指數，不一定的。所以不重要，重要的是你趴下再起來，起來的時候，最好要清醒，永遠要瞭解自己，清晰地知道，沒有一個更恐懼的敵人在你外面，一定就是在你的內心。永遠的敵人在自己，只要你戰勝了。你在大學學得是一種精神，永不放棄學習的精神，不管我畢業還是不畢業，我走向社會，進入一個新的領域，我都要學習，這種精神不要放棄，學習並不是為了文憑。謝謝。

Q8：李先生您好，聽完您的人生哲學十分感動，也感到人生有很多不同的功課，值得我們去做。請問您如何將您這樣的哲學，和您和家人的相處結合呢？例如子女的教育，親子關係。

A8：首先，我為什麼說平等？我要尊重我的孩子，他有他的生命。我覺得父母常常把自己心目中的定位先鎖死了，做了一個計畫表，讓孩子跟著這個計畫表，你要彈鋼琴、你要學小提琴、畫畫，你要進高小，重點小學、重點大學，去唸台灣大學，完了，完了去唸哈佛 EMBA，就是父母心目中望子成龍，所以就給了寫了一個計畫書，希望孩子按著計畫書走，按著計畫書走就是好孩子，不是就是壞孩子。

把自由、把人還給孩子。我從來不說：「我希望你做什麼。」因為權利是你的，我怎麼可以不尊重，雖然你只有三歲、五歲，我一定要尊重你，我要跟你分享，所以我的孩子跟我都是朋友，那他將來到了十八歲，他成熟了，他將來要幹什麼，我說每一樣東西我都跟你分享它的整個 picture，宏觀地去看所有，但是將來你十八歲以後，你一旦走，爸爸永遠牽著你的手，跟著你一起

走，要趴下，我跟你一起趴，我要跟你一起走，這是我們兩個因為有緣份在一個家裡，我們就要共同去分享這個家庭。這是我的思考跟我對待子女的態度，謝謝。

Q9：李先生您好，我是臺大管理學院 MBA 的學生，有個問題想要請問您，剛剛說到做慈善，其實是要行動，可是做慈善也有方法的。您這次到各地去取經，就是災後重建相關的部分，有很多從事慈善的方法，您有在這次的取經過程當中，您學習到了什麼？那您要把什麼東西帶回四川？什麼樣的策略帶回四川，去幫助他們這一次的重建。

另外就是對於這次在四川的捐贈過程中，我透過紅十字會，那紅十字會算是很有名聲的 NGO 組織，不過我在捐錢之後，我還是懷疑說，我捐的錢，到底能不能夠得到它的效果？那您的基金會，算是成立比較短，那您要怎麼樣能夠說服大家，有透明的 process，然後能夠做到像您說盡量把白的部分大於黑的部分，謝謝。

A9：第一個問題，首先一個 NGO 組織，必須端正一個心態，定位要很清楚，知道自己做什麼，千萬別太大、太大的愛心，不要過大的去誇大自己的能量，我要把四川重建，這個是不可能，就是說我 NGO 組織，怎麼樣在政府宏觀的規劃下，配合政府做完的事情，我還要尊重捐款人的意願，你要多重考慮，負擔起透明的傳承。我一直說，那怕整個四川某一個縣，只是那麼一點點，但是要做得很準、很精，這是我的想法。有多少善款我做多大的事兒，多了，我就把它量化，如果小了，就把它做一個，做得很精，這是我一般做事的方法，我要清楚自己的位置。

第二個問題就是說，我跟大陸紅十字會合作，因為他跟我的理念已經是最接近了，人道、博愛、奉獻、中立，這幾個是全人類裡，目前經過百年，我們共同認同的，如果你嫌紅十字會還不公平，那我也就沒有辦法，呵呵，正在做了，那我只能把我的這個壹基金想辦法做得更公正，但是如果您認為壹基金還不夠透明，那我就想辦法再透明了。或者您覺得不透明，您也可以想比我們更透明、比紅十字會更透明的管理機制，我一定拜您為老師。真的！這是每一個人可以創造，我們不相信別人，那我就創造嘛！如果我不瞭解它，那我就學習它。在比較所有試驗裡頭都沒有的情況下，那我就接受你，因為你是目前最透明的一個，那只能是這樣的一個選擇方法，因為我不認為這個世界上有 perfect，百分之百，白裡有黑，黑裡有白，沒有百分之百讓我信服的。可能你信服了，那邊的同學說我不信服，真的，就是這樣的狀況，謝謝。

Q10：想請問您認為經過四川地震及前陣子的雪災後，大陸的政經會受多大的影響？

A10：我真的就不是那麼清楚，因為這個連 NGO 組織都做不到，因為我的上面主管是紅十字會，那我想我們主要的重點放在救援、人道主義關懷上，因為

對於中國整個直接經濟損失，造成了多少，或者對中國整個經濟拖慢了多少，這可能是另外一些專家的學問，我相信不是 NGO 這些專家或者這個學術領域裡可以瞭解的，我們可能也在統計中吧！我想是另外一個部門在統計，我不是太清晰真正造成的損失多大。

但是，你閉著眼睛想一想，人類幾千年的文明，經歷了多少災難、痛苦，不管是天災、人禍、戰爭、混亂，但是人只要精神不死，任何的物質都可以重新再來過。一個民族之所以強大，幾千年文明的傳承，就是因為這個民族凝聚了一種永不言敗、勇往直前、自強不息，我堅信這個，謝謝。

Q11：壹基金是一個國際性的基金會，剛才有聽到您有資助緬甸，但是因為緬甸特殊政治關係，想請問您是以何種管道給緬甸人們關懷？而四川災民未來幾年的重建計畫，請問您對緬甸的災民有沒有長遠的計畫？或者會因為軍政府的關係而放棄呢？謝謝。

A11：在緬甸的賑災裡頭，我首先捐了十萬塊錢，透過中國紅十字會，壹基金捐了十萬塊進去，交給當地的紅十字會，讓他們買東西、買什麼，因為我還沒有辦法來得及組織怎麼進去，不像我們法鼓山他們做得真出色，他們已經志願者團隊進去，其實這個都要學習。持續的，我一直希望會關懷緬甸、跟進緬甸的訊息，但是比較難，因為現在大陸的紅十字會基本上的人力、物力，全部都盯上四川了。所以針對其他的國際救援的資訊比較少，那麼我還是會跟進。

Q12：李先生您好，我是臺大財金系大二學生，我剛才聽您的演說，我很感動的一句話，我們常在一些事情的時候，我們都會覺得自己的力量很少，沒辦法去改變整個世界。可是我剛才聽到您說，就是我們現在如果很努力做一些比較小的事情，說不定到了有一天，一個關鍵的時候來臨，這些事情可以化為大力量。然後我就想問您，您在做公益的這段期間，有沒有遇到覺得說沒辦法改變這個世界的無力感？另外在您的人生，有沒有遇到非常大的挫折？您是怎麼度過的，謝謝。

A12：我覺得小和大就是一個相對。你的一塊錢，每一個人一塊錢，如果有兩千萬台灣同胞，一人一塊錢，你說什麼醫院蓋不起來？醫院也可以蓋、學校也可以。就是心的力量，每一個人加在一起的行動，就能夠擴大。

我做公益、慈善的時候是零，而我已經知道我面對的其實都是困難，但是因為都是困難，才要去李連杰去做！如果現在已經有一個程序寫著是 perfect，我們只要向左邁三步，我們就可以籌到款，向右邁三步，我們就可以幫到人，有這樣一個 program，不需要有李連杰，因為在座的每一個人，甚至包括沒有上大學的人，每一個人都可以做，那就不需要我的存在。其實這就是我的思維方法，就是因為有困難、市場不成熟，就是因為這一切、一切，我才要去做這個東西。因為我知道我一點點的小的無形資產，開創起來可能比在座

的這麼多同學加在一起開創，要十年，可能李連杰用三年可以開創同樣一個量，所以我就是要去開創，我才對得起所有在我生命中教過我的老師，不管是武術電影，我才對得起所有在我生命中支持我的人，也包括你，謝謝。

Q13：李先生您好，我是 EMBA 的同學。對於您做事的方法的部分，我個人是非常、非常的佩服。因為這一次的四川的賑災，我相信吸引大家的注意力，所以投入的資源、金錢，我想是相當、相當的龐大。可是我們不要忘記在廣大的社會當中，還是存在相當多的弱勢團體，那我個人是有一點擔心是說，有時候我們講善款它會產生一些排擠的作用，我想這個狀況在幾年前的 921 也發生過。那我提起這個想法，只是希望李先生藉由您的力量，在跟其他慈善的基金會在做一些資源的分配、溝通的時候，也務必要考慮到其他的弱勢團體，以及細水長流的想法，謝謝。

A13：謝謝、謝謝您的建議。其實這個我一直都很關注這樣的問題，就是短線和長線的問題。我本人的意願的話，不是做落地的，其實就是做一個平台，通過這個平台，讓企業家們知道這些小的 NGO 組織，他們做得很準、很精確，但是不夠資金，希望企業家把它量畫大，這是我長線的作法。但是因為這次災難太大了，使得我們必須要突然之間調整，就是人性把我們推到第一時間去做，因為不是每一個人都像您這樣的冷靜思考長遠的問題。其實您講得非常好，其實排擠別的 NGO 組織，沒有人想做，但是有的時候它的一個大環境就是這樣，任何一個循環都可能造成這種困境，只要我們用心去體會每一個感受，我們就會知道，我們就努力地去做好自己的本分，謝謝。

Q14：李先生您好，我是來自法國，森林系一年級學生，也是臺大拳修社的社員，想請教您從武術的學習，得到了什麼？

A14：其實武術呢，有幾個層次的學習，一個是在小的時候對武術的學習，是體能和意志的鍛鍊，因為每天要八個小時的訓練，不是情願的，但是被老師逼的要去做，所以這個對我的意志，可能從小到大也是一個很大的幫助，使得我在體能上面對任何困難的時候，想想小時候，都不是太大的困難，不放棄。但是從哲學上，武術只教了我相對，就是有一個槍、有一個盾，你這麼打，以柔克剛、以剛克柔，就是一個相對的東西，所以也幫助了我要知己知彼。武術的相對哲學，可以運用在很多 business 裡頭，只要是相對、只要是意志，但是唯一解決不了，就是心的問題，那是我才從佛教的知識裡學到最後的那個門檻，我跳出相對的二，而變成一的感受，是充滿了快樂的。不過我還在學啦！其實就是很開心了，當你找到那個一的時候，你就會很開心。

Q15：李大師您好，我們知道您演過很多電影，請問您在每部電影中，有給您帶來什麼樣的啓示呢？

A15：如果現在來說，電影就是夢工廠嘛！作夢的地方、造夢的地方，把我們一

些想像的故事，通過電影去急速的表達，因為當我跟你說，我未來十年將這樣、這樣做的時候，你可能覺得很無聊，那沒有辦法，我只有透過三個月，拍了個電影，把我未來十年想的東西想出來了，可能直覺上看到了一些夢幻的東西。但是電影給我最大的啟發，就是人生如夢，因為每個電影裡，我扮演了不同的人，最多的，就是可能比同學多一些經驗，就是我的一生中，可能拍了三十多部電影，我有三十多次人生的經驗，不同的角色，他有他的生命，可能濃縮了三十次生命的經驗而已，但是對於李連杰來講，他最大的人生喜事，就是它是一種夢幻。當他觸摸的那個時候，他是真實的；當他稍一瞬間的跨過，它就是虛幻的，這是一種感受吧，謝謝。

Q16：可不可以請您分享宗教給您最關鍵的啟發是什麼？

A16：宗教對我個人最大的影響，就是，沒有宗教。我用我的理解、感受跟大家說一次，釋加摩尼就像一個非常好的醫生，他寫出的佛法，就像藥方，醫生開了藥方，而僧人就是出家眾，他就像護士，藥方有了還不行，還要有護士，每一個藥方是針對每一個不同年齡、不同 level、不同感受的人的藥方，所以這樣僧人看著，你適合這個，他適合那個，所以不同的人適合不同的藥方。但是如果你的病慢慢、慢慢治好了，你也別再吃那藥了。如果還拿著那藥方，你就變成又中毒了，就還是另外一個毒。所以，清楚病拿對藥方，所以找的護士、找好的藥方，吃了這一個，你就幸福、快樂。如果不對，就換另外一個。自己去尋找，其實你自己是病人，你知道哪裡不舒服，找到病因，就去掉病因，一去掉病因，我們就幸福快樂。這個是我從佛教裡面找到的。最後如果我大部分的病都去光了，那我基本上就是說二十四小時裡，有二十小時是開心的，還有四個小時是煩惱的，謝謝大家。

Q17：我是臺大國際事務研習社的前社長，那我們社團在去年八月去緬甸做了一個月的國際志工，那在今年八月就是快要來到暑假了，我們還會延續這個傳統，再次去一次緬甸，也是做一個月的國際志工。那這邊我想代表我們社團，邀請李連杰老師，可不可以在下星期二的晚上七點到九點，來我們社團作一次有關，老師說的心靈環保的分享？謝謝。

A17：謝謝您的邀請。下星期二？十號嗎？我已經在香港啦，呵呵，謝謝。你看，你使得我那個白裡面，黑又擴大了點，又讓您失望，所以又心裡不高興了，但是我沒有辦法。第一個我要解釋，我今年連戲都不拍，其實我很清晰自己在做什麼，我年初的時候已經知道，年輕的基金剛成立，團隊組建，今年的一年非常關鍵，所以我不拍戲，所以我要不同的做。比如說這次台灣之行，其實去年底我已經決定了。縱使突發事件我要做，但是長久的必須做。所以我必須長久，我不能整天突發。所以我今年一年的時間，每個禮拜、每天、每天作什麼，大概都排到年底了，所以真的不好意思。