

哈佛才女楊元寧，20 歲的慈悲之心

比爾·蓋茲的母親曾經撐著羸弱病體，在他的婚禮派對中，公開敦促他：「得天獨厚的人呀！你背負了比常人更沉重的使命。」

楊元寧也是如此。外人眼中，她出身豪門，是王永慶的外孫女，她的父親楊定一則是長庚生技董事長，從小就是天才兒童，13 歲以全巴西最高分考上醫學院，21 歲就拿到紐約洛克斐勒大學生化博士及康乃爾醫學院醫學雙博士。

楊元寧 16 歲就出版了 7 本發人省思的童書，17 歲為「紐約時尚週」走秀，18 歲進入哈佛大學就讀，修習生物學與東方哲學雙學位，並在大學二年級就修完哲學系的應修學分。

※特殊教育，感悟哲思人生

她的成績除了來自聰穎的天賦，更重要的是楊定一特殊的訓練 - 朗誦古典文獻。身為科學家與醫師，楊定一在研究兒童腦波時發現，朗誦古文時，兒童腦波的狀態與靜坐時一樣，腦波彼此平行如一道巨大的雷射光波，不僅代表著深層的紓解與冥想，更是讓大腦發揮創意的必要條件。

至於為什麼要挑選古代聖哲的著作？他認為這是讓孩子們直接與大師對話，他更要求帶領朗誦的大人不要解釋字義，他相信孩子們有足夠的智慧了解，而這些經文也不至於因為大人的解釋而扭曲原意。

從 6 歲起，楊定一就帶著她與兩個弟弟讀經書，從孔子、老子到佛家思想，楊元寧笑笑說：「小時候這樣讀古文只是好玩，但那些文字好像有生命，不同時候會跑出來產生新的意義。」

在這麼多經書中，最讓楊元寧有所感悟的，則是《六祖壇經》，經書所言：「菩提本無樹，明鏡亦非台；本來無一物，何處惹塵埃。」對她影響深遠。9 歲時，她與父親參加 5 日禪修，在第 5 天打坐要結束時，楊元寧忍不住嚎啕大哭，楊定一緊張地以為 5 日禪坐讓孩子身體不適，沒想到楊元寧卻哭著說：「原來人生是一場空。」

16 歲那年，楊元寧出版了 7 本童書，《大地醫生》《不再恐懼》《活在沉靜中：讚頌大地》《整體療法》《記得快樂》《大笑老人》《業力：一分耕耘一分收穫》等。小男孩吉多因為透過與爺爺對話，體會了生命的意義。書中處處充滿佛家哲思，

她坦言書中寫的道理，都是給大人看的，而智慧爺爺則是父親楊定一的化身。她甚至談到連成年人都講不清的「業力」，在《業力：一分耕耘一分收穫》中說，人生的一切都是將石頭丟在水中，激起陣陣漣漪，引發善惡因果，更說：「我們的靈魂或是精神，不論我們叫它什麼，也是一樣的。即使拋去了這個肉體，我們的靈魂還是永存。真相是，我們原本就是美麗的靈魂。暫居在這皮骨袋裡。內在是無限地光明，永遠不滅地閃耀著。」

※傳承門風，成爲他人天使

出身豪門，對楊元寧最大的意義，不是揮霍不盡的金錢，而是最好的教育環境，以及好家庭的「家風」 - 盡力、勤儉、助人。

從小，家族裡的長輩就身體力行：「無論碰到多大的困難，一旦立定目標，就要盡全力。」問楊元寧：「你人生遇過最大的困難是什麼？」她認真地想了想，回答：「沒有，我一定盡力完成。」

她承認自己有完美傾向，常常連楊定一都拜託她放輕鬆。申請大學時，她比別人早兩個月寄出所有的申請表格；老師建議她不要超過 6 所大學，她卻一口氣申請了 12 所，而且每一份表格都費盡心思，強烈表達她渴望入學的欲望。最後她被哈佛大學以提前申請的方式准許入學，在哈佛所有的入學方式中，是最困難的。當她獲准入學後，輕輕鬆鬆放假，別的同學們還在拖延著，直到最後一刻才拚命。

勤儉，自然是這個家族最爲人所知的門風。王永慶先生總是一條毛巾用到破。楊定一在餐桌上也有規矩，他不准孩子們有剩菜，他說：「吃飽，不是理所當然，非洲有幾百萬人都在挨餓。」

楊元寧也不像一般富家千金愛奢華，她很少買衣服，特別是學期中，寧願把時間拿來念書，也不花錢血拚；好不容易可以買衣服，總是平價實穿得體就好，一件衣服穿個 4、5 年很平常。

助人，則是楊定一從小教育楊元寧時，最重要的觀念。楊定一在巴西見過太多窮人，知道他們的苦以及自己的富足，所以他從小告誡楊元寧：「妳很幸運出生在這樣的家庭，更應該幫助人。」

楊元寧的心比父親期望的還要柔軟。從小只要有同學生病請假，楊元寧除了打電話關心，還會幫同學準備好缺漏的功課。曾經有個猶太媽媽握著楊定一的手說：「楊元寧真是個小天使。」

從賓格利高中 (The Pingry School) 畢業時，楊元寧除了在學業上獲得無數獎項，最讓她驕傲的，則是「羅斯奈爾獎」(Russ Neil Award)，由全校 250 位同年級學生選出得獎者；另外最高榮譽的「勞丹帝獎」(Magistri Laudandi Award)，得獎評語則是：「其他獎項或可表揚『最可能締造成就者』，但該生乃因『最能夠幫助眾人締造成就』而獲頒此獎」。

※台上綻放，要求完美表現

進入哈佛後，楊元寧幾乎投注所有心力在智識的追求，夜夜苦讀，兩三天就讀完一百多頁黑格爾的哲學思想或者生物學理論。念書累了，她就去湖邊跑步，睡前爽快地做上百個仰臥起坐當遊戲。

她永遠提前把老師交付的功課做完，兩年來科科得 A。楊定一勸她放輕鬆，甚至開玩笑：「只要妳有一科得 B，我就請妳吃飯！」直到大學二年級結束，楊元寧都沒吃到爸爸這頓「拜託不要拚命」的晚餐。

但別以為楊元寧是個無趣的書呆子。17 歲時，她在朋友慫恿下參加試鏡，成為平面模特兒，楊元寧總是從紐澤西開車進紐約參加一場又一場的面試，直接面對被挑選的殘酷，以及被選上後嚴苛的工作。第一次當模特兒，她是現場最小的菜鳥，做造型要忍受髮型師拉扯頭髮，拍照一站就是 12 小時。

她曾為美國《Vogue》雜誌拍照，在「紐約時裝週」走秀，上了哈佛大學後甚至擔任起模特兒指導。新手走秀難免膽怯，她上台前告訴自己：「妳一定要相信自己是美麗的！」

不過她這個模特兒也很特別，拍照現場當大家都在閒聊，她卻帶上耳機，抱著書本苦讀。尤其接近大學申請前，有無數的先修科考試 (Advanced Placement，簡稱 AP)，她一邊走秀一邊讀書，還得個全 A。

楊元寧做模特兒，除了好玩，更重要的是去吃苦。別以為模特兒光鮮亮麗，每一次面試都要殘酷地被挑選、到了現場要毫不保留，勇敢地展現自己，更別提在冬天穿薄紗拍照的痛苦。楊元寧開玩笑說：「我爸爸覺得吃點苦很好，所以很支持。」

※助人為本，願世人都得福

她若不是天才，怎麼會如此優秀？楊定一卻說：「每個孩子都是天才，只要大人能夠放下。」楊定一從不限制孩子們的選擇，唯一在意的，是希望孩子放下「我」，他說：「如果把自我成就當成人生最重要的事情，到後來一定會失望。」

楊定一常說，人生最重要的是「願」，有了希望，自然會走向它。他在小小楊元寧心中種下「助人的願」，已長成一棵不斷努力向天空延伸的小樹，只求濃蔭庇人。有了奔向藍天的目標，自然不會迷失。

楊元寧在學校曾經爲了幫助中國兔唇的孩子籌措經費，舉辦時尚走秀活動募款；參加不同的非營利性組織，爲貧苦的人找希望。

楊定一在瓜地馬拉推動的「住屋計畫」，楊元寧更是重要幫手。那是一個爲了當地貧民所興建的計畫，分別爲「希望之村」與「光之城市」的計畫。「希望之村」建造了環保而美麗的房屋，每戶只要 1 萬 1000 美元，目的是讓中低收入戶的貧民能夠有屋可住；「光之城市」則是造鎮計畫，包含 2000 戶住家、商用建築、學校、醫院等。

回美國的楊元寧常想起那些貧窮景象，貧窮單親媽媽帶著孩子住破爛鐵皮屋，一出門就被男人毛手毛腳，每天還要坐兩個小時的巴士去工作，楊元寧就忍不住難過。於是，楊元寧在繁重的課業外，還主動提出要幫忙製作說明書，她打了幾十通國際電話，跟不同單位要來詳細資料，消化後寫成易懂的簡介，在瓜地馬拉總統面前簡報自己的夢想與實踐方法。

在新書《哈佛心體驗》最後她寫著：「我的夢想是，有一天，我能爲世界各地無數的貧困人口提供更好的生活方式。成爲志工企業家之後，我希望能幫助世上每一個人獲得平靜、和諧、均衡的生活。我希望在某一天，即使是孤兒與棄兒也有機會獲得良好的教育，並體驗世界的美好。」

爲別人付出，回報是什麼？她笑著說：「看到被幫助的人開心，就是最棒的。」對楊元寧來說，哈佛大學，只是人生的起點：「我真要想趕快畢業，趕快去幫助人。」

電影《蜘蛛人》裡，影響蜘蛛人最深的一句話，是養育他成人的叔叔所說：「Remember, with great power, comes great responsibility.（能力愈強，責任愈大。）」

楊元寧才 20 歲，讓人欣羨的天賦家世，滋養她，也考驗她。然而，最終能讓她閃閃發光的，不是出身豪門名校，也不是美貌與才華，而是慈悲心。

許多人期待著當楊元寧 40、50 歲，具備了深度的智識與人生智慧後，會做出一番什麼事業？無論如何，人生苦短，若世界因爲有了她，而變得美好柔軟，就是眾人與她最大的福氣。