



尋找你獨一無二的天命

有人說：「亞洲人的成功，是讓別人羨慕你；歐洲人的成功，是你喜歡自己的生活。」對你而言，人生的「成功」是甚麼？是在過別人羨慕不已的生活，還是在過自己一直心動的生活？

心動的生活，從找尋自己的「天命」開始。

甚麼是「天命」？國際知名創新、創造力與人力資源專家肯·羅賓森 (Ken Robinson) 在《讓天賦自由》(The Element: How Finding Your Passion Changes Everything) 一書中，把「天命」(The Element) 定義為：「喜歡做的事」與「擅長做的事」相互結合的境界。「天命」由以下兩個元素組合而成：

- **天賦 (Talent)**：與生俱來、擅長做的事 (不一定是學校教的科目，而是天生就容易上手、表現突出的能力)。
- **熱情 (Passion)**：真正喜歡做、做起來會充滿活力，全情投入，快樂不知時日過的事。

除了天賦與熱情，書中還提到兩個不可或缺的條件：

- **態度 (Attitude)**：我們如何看待自己、看待生命中的挫折與機會，是否願意突破主流框架、勇敢追隨內心。
- **機會 (Opportunity)**：外部環境、師長、夥伴是否能支持我們，讓天賦有機會被看見、被培養。

AI年代下「天命」的舉足輕重

簡言之，「天命」就是自己天生該做、也最愛做的那件事，它不是命運的安排，而是我們主動發現並擁抱自己獨特天賦與熱情的結果。在AI的年代下，「天命」從過去的「人生選修課」，變成「人生必修課」。

AI正在「解放」例行性工作，卻無法取代獨一無二的我們。AI最擅長的是可標準化、可重複、可優化的任務：寫程式、分析數據、生成文案、診斷疾病、甚至藝術創作的初稿。它能以光速完成人類需要多年訓練才能掌握的事情，但AI永遠無法擁有我們獨特的生命經驗、情感深度、價值觀與直覺。天命就是那個「AI做不到、只有我能做」的事——可能是把個人創傷轉化為療癒他人的藝術、可能是用獨特視點解決社會問題、可能是陪伴家人或社區的深度連結。如果只追求「AI能做

“ 做自己的太陽，去看你想看的
星星和月亮。

—— 角子 ”

的事」，人類會永遠被AI追着跑，甚至被其取代。反之，當我們找到天命，就能把AI變成工具，而不是競爭者。

人類的「存在意義危機」在AI的年代更形嚴峻。歷史上，人類曾以「工作」定義自我價值。當AI讓人類「無事可做」或「被逼轉行」時，很多人會陷入空虛、焦慮與無意義感的狀態。尋找天命，正是預防與療癒這場危機的解藥，讓人們從「我能在AI時代下做甚麼？」轉為「我想為這個世界留下甚麼？」—— 這是AI無法回答的問題。

「天命」帶來AI無法複製的「超能力」。當AI把整個經濟產業翻轉時，有「天命」的人不會崩潰，因為他們的價值感不在於經濟價值，而在於內在使命。同時，造福人類的發明，往往來自「熱愛」而非「效率」。AI能優化，但無法「熱愛」；天命提供那股非理性的熱情，正是人類創新的最後堡壘。AI時代的「贏家」，不會是薪水最高的人，而是「最不怕被AI取代」—— 也就是最清楚自己天命的人。

如何探索獨一無二的「天命」？

過去，人類可以用「忙碌」逃避找尋天命，但現在AI讓我們有更多時間，卻也把空虛放大。這是個歷史性機會：人類第一次可以把大部分心力，從「為口奔馳」轉向「活出意義」。那些早一步找到天命的人，將在AI時代擁有壓倒性優勢—— 不是競爭優勢，而是生命優勢。

問自己以下三個問題，就大約可知自己是否正在接近天命：

- 甚麼事讓我做起來忘記時間的流逝？（關於熱情）
- 甚麼事是即使AI做到多麼優秀，我仍想親自做到滿意為止？（關於獨特性）
- 我願意為這件事，承受多少代價？（關於使命感）

教育體制與社會常像工廠一樣把人標準化，壓抑了大多數人的天賦，讓很多人以為自己「沒有天分」。因此，「尋找自己的天命」不是奢侈的選擇，而是每個人「活得更像自己」的過程。一旦活出天命，人生就會從「勉強生存」轉變為「發光發亮」。

以同理心穿越中外古今 探索想活出的人生

很多人一生都在追問「我的人生有甚麼意義？」，卻因為教育、家庭、社會壓力等而忽略了自己獨特的天賦與熱情。當人活在天命裏，就會進入「心流」(Flow) 狀態，忘卻時間、充滿動力、覺得「這就是我該做的事」。此時，自我認同、生命意義、

身心健康會自然地連結在一起—— 我們不再只是「活着」，而是「好好活着」。

當「同理心」遇上「天命」時：運用同理心，探索「你想活出怎樣的人生？」。我們與聖公會油塘基顯小學合辦了一個名為【同理穿越】之「中外古今的同理心」四年級主題體驗週，全級小四學生化身為時空穿越旅行團的團友，踏上一趟當「同理心」遇上「人生意義」時，利用四天穿越中、外、古、今場景，探尋他人及自己「天命」的冒險之旅。

當中的「穿越」有三層意思，與找尋「天命」息息相關。

層面	說明
外在意思	通過時空旅行，跳脫原有時空，到達另一個時間點（過去、未來）的世界，並在新的時空中展開一系列與同理心及找尋天命有關的旅程。
內在意思	「穿越」可理解為「走進」，即以同理心「走進」別人的內心，感受他們的喜怒哀樂，以理解不同人在不同時代下的處境與感受，學會站在別人的角度思考。
深層意思	越：除了解作跨越不同時空外，亦解作經歷這趟時空旅行後，如今的自己，已不是從前的自己，是一個超越過往思維及心態，一個更優秀、更期待自己未來的自己，突出活動中「找尋天命」的主題重點。

「我的人生有甚麼意義？」—— 或許，「人生最大的意義，就是以自己喜歡的模樣，好好地活着。」共勉。☺

PROFILE

生命教育機構Why Not Education 創辦人及「失敗教育」發起人。香港中文大學新聞與傳播學院及教育學院畢業後，踏上教育路途，自此愛上孩子，相信教育。後來發現世界很大很美麗，教育其實可以很好玩，於是外出闖蕩，與不同學校及單位積極開拓各種教育的可能性。



● 林秋霞