

人的一生至少有兩個重大的任務。

第一項任務是建造一個紮實的「容器」或人格，我們稱之為「生命的第一階段」；

第二項任務則是尋找這個容器注定要承載的內容。這是「生命的第二階段」。

第一階段是奠定我們的身份和地位，追求現實的成就，包括學業/事業、婚姻、個人表現和自我定位……等。第二階段則是追求靈性的發展，找出隱藏已久的真實自我，尋得人生真正的意義與價值，讓心靈獲得恆久的平靜與自由。這兩個階段，是每個人都必須面對的；我們也必須經歷這兩個階段，才能活出自己完整的生命。

我們總是將第一項任務當成是人生的最終目標，即如何成功地生存。我們都努力去完成生命最初交付給我們的任務：確立自己的身份、家庭、人際關係、朋友、社群、安全、為我們的生命創造適切的平台。但是我們必須花上更多的時間，才能發現第二階段的任務中「隱藏的任務」，即：當我們在做著我們所做的事時，我們真正地在做著準備邁進下一階段的事。當我們注意到，並悉心於尋求「任務中的任務」的完整性時，我們就開始從生命的第一階段踏進第二階段。

許多人一輩子都活在第一階段，而不知第二階段的的存在，更不知該如何進入這個新境界。因為，光是第一階段的任務，就幾乎耗盡了所有的時間和精力。隨著年紀增長，人生的各種困境接踵而至：身體病痛、壓力倦怠、情緒低潮、心靈空泛……但是，正是這些「必要的苦難」拉著我們脫離捨不得的舒適圈，踏上生命的第二旅程。

人生中種種「向下墜落」的困境，正是生命「向上提昇」的轉機：先「向下」才能「向上」，我們將了解，失敗與挫折是如何成為靈性成長的基石，而第一階段人生所經歷的痛苦與失落，都只是通往第二階的踏腳石而已。

讓我們看看人生上半場，亦即第一階段追求的內涵：

- 確立自己的身份
- 為自己界定各種界線
- 尋求安全感
- 和看似重要的人物或計劃維持關係
- 成家立室
- 功成名就

上述都是重要甚至是必要的任務，馬虎不得。

一切生命及每個人都應當自然地完全展現出自己，那就是我們生命的目的，同時也是「自然法則」最深層的意義。

我們的存在，就是為把我們最初所領受的，在經過我們個人自由的增減後，完全、自願地交還去。這大概是我們所能做的最勇敢的自由抉擇，而這需要我們用生命的兩個階段才能完成。生命的第一階段是尋找劇本，第二階段則是認真去寫作，並且成為劇本的主人翁。