

# 何不離開自己

◆文 / 何日生

證嚴上人在一次晨語開示中說，「有形的苦是短暫的，有形的苦有菩薩可以幫忙、救濟，就能離苦。但是無形的苦，心的無明之苦是長久的。即使佛、菩薩在他身邊，也幫助不了他。」這段話深深相應到身邊親友的生命困局。是呀，心的無明除非自覺，誰能幫得了？

在所有的無明煩惱中，最令人難受的應該就是人我是非。許多人在修行的道場上，作志工時歡喜付出，無論爬山涉水、深入苦難、救濟災民；或者關懷長期照顧戶，再怎麼困難的環境都能突破，都讓志工修行者內心起莫大的喜悅。但是許多人卻因為與人相處中意見不同，看到別人的缺點，內心就特別難以忍受。面對有形的苦之貧困與災難，修行者布施給這些苦難人都沒問題，都可以生歡喜的布施心。但是面對無形的苦，無形的苦亦即心的缺點與無明，修行者看見有缺點的心靈貧困者，不只無法生起歡喜布施之心，或許自己還跟著起了無明煩惱，甚至逐漸萌生退轉之心。

其實人間的缺點都是相對的，沒有人完美無瑕，沒有人做事能夠讓人人滿意。所以善與惡，對與錯，在佛教思維

裡都是主觀的，都是相對的；但是很多人看不開，本來做志工修行也很歡喜，但是看到別人的缺點，特別是身旁重要人士之缺點，這些缺點又剛好加諸或波及於自己，就很容易起退轉心。

矛盾的是，他人的缺點跟我們有什麼關係呢？為什麼看到別人有缺點，自己就想退轉，離開道場？我們自身也有缺點，為什麼我們不離開自己呢？

人顯然不可能離開自己，即便自己有重大缺點，我們也會給自己時間去改正，也會原諒自己。那為什麼一旦碰到組織裡的其他人有缺點，就會難以忍受到要離開整個團體呢？人能接納自己的缺點，無法容納別人的缺點，這難道是人性使然？

當我們看到別人的缺點，其實「那個缺點」可能剛好是反應了自身的渴望。當你看到別人的缺點，而那缺點之所以讓你生氣，是因為對方的缺點正反應了你的渴望。他的專斷，反應了你也渴望專斷，渴望佔據資源，渴望不講道理。你心中沒有的，你看不到，又感受不到。

所以老子才會說，「天下皆知美之為美，斯惡矣，皆知善之為善，斯不善

矣。是故有無相生，難易相成，長短相形，高下相傾，音聲相和，前後相隨。」別人的錯誤與缺點，跟你會對接，跟你會契入，正顯示你內心有如此的成分。所以你才會生氣。如果你心中沒有，你會認知那是別人的缺點，你不會跟著生氣，即便你知道對方不對，但你不會起煩惱，不會生退轉心。

印度詩人泰戈爾有一句詩詞說：「把燈籠背在背上的人，用自己的黑影遮住了前路。（They throw their shadows before them who carry their lantern on their back.）」我們都是背著燈籠照著別人，自己卻落在陰影之中，沒有照見自己，也就是把別人看清楚了，卻看不見自己。上人常說，「別人內心有，你內心沒有就沒事。」心若空如太虛，塵埃是染不著的。但你會說，為什麼縱容塵埃瀰漫呢？

的確有人會問，為什麼犯錯的人，或不負責的人，我們不強烈要求他們改過呢？

在慈濟世界裡投入久的人，都有一個共同經驗，那就是為什麼看到某個人明明做事應該要更用心，應該要更負責，他的習氣應該要改，可是為什麼身旁的善知識或修行者只是勸說，卻不去強烈要求他？

這是因為佛教講求自力、自發、自度。佛陀的時代本來犯錯的比丘就是

自懺、共懺。佛制時代，佛陀每個月兩次舉行布薩，即集合大眾，制定戒律的儀式。佛陀並不是定好戒律，然後要比丘、比丘尼們遵守；而是犯錯的比丘當眾發露懺悔，佛陀依照犯錯的比丘之行為而逐步定下戒律。

佛教深信因緣果報，自發心、自力解脫，自我懺悔，這與西方宗教隱密式的懺悔不同。原始佛教的佛制甚至沒有懲罰機制，只有「默擯之」，沉默擯棄他。即便提婆達多僧團作亂，佛陀並沒有驅離提婆達多。不只提婆達多沒離開佛陀僧團，連追隨提婆達多的眾弟子，也始終留在僧團之中，逐漸被僧團所轉化與吸納。從修行意義上，佛教講求因緣果報，自作自負因果，而不是在僧團裡制定懲罰系統。

上人期待慈濟人的也是「甘願做，歡喜受」。甘願很重要，自發心很重要。不勉強，不外力強烈要求，因為外力不會持久。自力才是修行的根本。

與其把心力放在洞察別人的錯誤，不如放在自我錯誤的改正上。看到別人有錯，我們可以選擇離開這個道場，但若是我們自己犯了錯，我們卻離不開自己的心。追根究底，其實被染汙的不是道場，而是我們的內心。與其義正辭嚴、毅然決然地離開修行的道場，不如快快離開自我內心的無明與染汙，才是修行的真實法門。🕊