

看只是看？聽只是聽？

曾莠玦

中午11:30，「親子溝通成長班」的課剛上完，學員一一離去，剩下筱玲和我整理場地、善後文書資料。

突然聽見身後有腳步聲，回頭一看，原來是會長，從門後走來，踩著她一吋高的巫婆鞋。看到我們回頭，她劈頭就問：「課程進展得如何啊？」一向做事認真負責、事必躬身的她，到場巡視是正常的。

「今天的分享很熱絡，已經上課7次了，學員愈來愈能彼此分享了。」我邊整理手上的講義，邊回答。做為這課程的負責人，理所當然要回答上司的問話囉。當然，內心也為這樣的成果感到滿意。會長走到我們身旁，3人圍在一起，幫忙把一疊亂七八糟的講義排放整齊。

「會長，有一件事我覺得影響很大，趁您們兩位都在，我想再提出來討論……。」筱玲是與我默契很好的共事者，觀察敏銳、應對得體，常能適時提出建議，又不給壓力。

「關於下一期的上課場地，我覺得到至善樓四樓較寬敞、明亮，雖然租費較貴，但我們可加強廣宣，多招些學員來分攤……。」

「這個問題，不是上次會議討論過了嗎？」我心想，眉頭也跟著皺起來。難怪筱玲要用「有一事影響很大，趁二位在再提……」開場，上次會議大夥兒因意見不一，鬧得很不愉快，會長決議「讓負責專案的人決定」做結束。而我呢，就是那「負責專案的人」。

「莠玦，您剛眉頭一皺，表示什麼？要不要說說看！」筱玲的敏銳即在此，總是能覺察出別人的內心，並邀請對方說出來。

「我……我沒有什麼要說的？對不起，打斷您的話，您好像還沒說完？」我對此事雖也有一團的情緒，但就是不知從何說起。

「借這間公寓……」筱玲轉身環顧四週，繼續說：「又悶熱又狹小，隔音效果也不好，隔壁開門、講話聲都聽得一清二楚，這影響很大。人在裡面無法安住，教再好的東西，學員也吸收不了。」

「沒錯，可是我們已經沒有經費了。每期所收的學費，光付教師鐘點費、車馬費就差不多了。這間公寓是王總幹事提供的，至少不用付場地費。若要至善樓，租金很貴，如果提高學費，怕到時招不到學員，可是沒錢倒貼的。」這是我唯一能說出口的話，而所有的擔憂與為難都背負在心中，還不知如何啟齒。不過，內心又有個聲音：事情趕快做一做要緊，誰要聽您說什麼壓力、擔憂的！

「如果決定在這公寓也可以，大家就接受空間小的事實；決定去至善樓也沒關係，那大家就要有共識，必須加強招生。所以，這件事還是依據上次決議，全權交給負責人決定。負責人決定怎麼做，我們都全力配合。」會長講得句句鏗鏘有力，好像宣誓般，一字一字重複那天的決議，但臉色卻有些不耐煩了。

我聽在耳裡，心中有點不舒服。會長口口聲聲說的「負責人」好像很遙遠，其實就在眼前。經她這麼一叫「負責人」，我感覺也必須物化自己，隔離自己的所有感受，跟著她用大腦來思考此事。

「會長，您好像有些無奈，要不要說出來？」真佩服筱玲，的確是溝通高手，總是從心情切入。

「我已經說過，可以去至善樓上課，只要加強招生來分攤學費。

我不敢要求負責人去招生，不敢要求您們每一個人要去招幾個學生。」會長終於說出了她會議中沒說的真心話——不敢要求我們去招生。不過，我聽了更不舒服：真好笑！用「要求」這字眼，好像她是付我們薪水的老闆，我們得看她臉色吃飯似的。有沒有搞錯？我們是志工團體，她只是比我們早進這志工團的資深志工罷了。

「噹！噹！噹！……」已經12點了，我和筱玲得趕快去接小孩，所以，三人討論的結果，還是「交給負責人去評估、決定」。

帶著剛才討論時不悅的心情，我很想釐清心中這一團，車子竟不經意地開到寺裡。打個手機給老公，請他幫忙去接小孩，就放心地進到大殿禮佛。待心情稍平復，便走到弘化堂。見到師父熟悉的笑容，我提出疑問：「師父，妳上次教我的『看只是看，聽只是聽』，是不是不要有自己的感覺、想法？……」正被情緒所苦的我，懷疑自己是不是因為太多感覺，而造成無法客觀思考？是否應該要如會長這般超理智才能成事呢？

師父聽完我早上的例子，便緩緩道來：「妳對會長的超理智產生抗拒、排斥——妳生氣她沒體會到妳的困難，妳也期待她能用生命彼此碰觸、共事，而非用角色彼此要求。所以，心中有種種的委屈與不滿。」師父真厲害，一下子就看穿我心中的一團。「人都不喜歡被客觀、冰冷地對待，我可以體會妳的感覺，可是，妳也沒有告訴她，妳的擔憂與壓力啊！」

「我可以告訴她我的擔憂與壓力？」這是我從來沒想過的，「可是，開會、做事不是要公事公辦、就事論事嗎？」

「沒錯！不過，早上妳跟會長就事論事的討論過程，妳覺得效果

如何？將來妳跟會長再共事，妳的情緒會不會更容易被勾起？妳們是公益團體，人與人的共事，默契是很重要的維繫因素。妳們有上司、組員的主從角色關係，但同時也有彼此提攜、相互成長的同儕關係，在這樣的雙重關係中，領導者的角色很難拿捏。」師父停頓一下，繼續說：「妳們不也教別人自我探索嗎？那自己的探索歷程更顯重要囉！若彼此可以覺照自己的感受、想法，坦誠分享，讓彼此靠近，不但能增益自己的成長，對團體的成長也助益良多。」

「因此，所謂的『看只是看，聽只是聽』，不是像超理智的人壓抑自己的感覺，是對自己的感覺一清二楚，但又不會緊捉著它，執以為實。會長是對自己的不舒服不清楚，而妳是被不舒服情緒帶著走了。」哦！聽起來我們兩個半斤八兩，都是沒有覺察自己的不舒服。

師父繼續說：「妳聽到『要求』二字不舒服，妳隨著不舒服的感覺起舞，擴散了這不舒服的感覺。所以，妳無法看清她的有限與困頓。其實她也不想為難妳，給妳壓力，讓妳依自己的方式去做。可是她的語言不柔軟，所以，很難讓人知道她內在的脆弱與苦楚。」想不到師父的慧眼也能穿透會長的心。

我似有領悟地說：「『看只是看，聽只是聽』不是忽視自己的感覺、想法，而是能放下自己的感覺、想法。如此，所見、所看就不會像戴上墨鏡般，只見一片黑了，而能如實照見每個人、事、物的原色。」

在師父讚歎我的善根中，我微笑地走出佛寺，迎向滿天的陽光，我的心也像日正當中的陽光愈來愈燦爛、開放。☺