

人容易被觀念緊錮

當人被觀念困住不自知時，需要有人聽他說。就像自己鼻子有個黑點，沒有看到，不會去擦它。一個人觀念被困住，我們只要做一件事，拿鏡子給他看，他看到鼻子有黑點，就會擦掉了。所以，我們要的工作，就是當一面鏡子，很安靜地聆聽，很慈悲地聆聽。讓對方感受到眼前有一面慈悲、清明的鏡子，可以照見自己。再慢慢引導，對方就會慢慢地鬆掉。

這需要時間。聆聽不容易，我們習慣努力地說，要無為、慈悲、耐煩地聽，是不容易的。因為聽的當下，有一個「我」會出現，會對對方所說的內容，產生排斥或不屑，甚至會有「你都知道了，找我做什

麼」的想法。要讓對方感受到：你對他是慈愛的。慢慢引導他，有一些堅固的東西，在交流之中會被融解。

總而言之，人有困難時或被觀念困住、打轉時，需要找到一個人去傾訴、表達。如果對方可以充分尊重、完全接受地聆聽，有困難的一方，會像照鏡子般，發現自己一直抓住的是什麼。——一旦發現抓住，自然就會放下。

香光莊嚴雜誌社

國立臺灣大學佛學數位圖書館