

“Be awake, be aware, just observe.” - Godwin Samararatne

“覺醒覺知地觀察。” - 葛榮居士

(三十九) 請勿活在概念中 (三) - 路

在日常生活中，難免會遇到一些左右做人難的情況。在這情況下又如何禪修呢？

沒有應該或不應該

舉一個較常遇到的情況，在公司工作時，有時候是一組同事合作做一件差事，而其中一人的疏懶，可影響整件公事的質素和整組人的士氣。若勸告這位疏懶的同事，又怕開罪他。若置之不理，又像眼巴巴的看見公事越弄越糟。

在未認識禪修之前，往往會盲目追隨腦海中的一些概念行為。有時候會有一個概念升起：「我有道理，我不怕開罪別人。」於是便去勸告，這衝動多會弄致不歡而散。有時候又會有另一個概念升起：「算吧，人是不會改變的，勸告是沒有用的。」於是便由得這件公事得過且過。有時候卻有幾種不同的概念同時升起，一分鐘叫自己應理直氣壯，另一分鐘卻叫自己無謂做明知沒有好結果的事情，一時間腦子內被很多概念充斥，不知如何是好。

認識禪修之後，漸漸明白到上述腦海中的概念都是一些主見或主觀，是不穩定的，因它們會因應自己的心情或某時候的見聞見識而改變；也是虛空的，因世事從來就是沒有絕對，沒有敢作敢為就一定是對，也沒有不作不為就一定是錯，所有「對」與「錯」都是惟心所虛構的。學習把這些概念放下，當然不是叫自己像木頭公仔一樣，不會思想思考。放下概念的意思是知道它們的存在，但亦知道它們其實是不穩定和虛空的，所以不隨這些概念行為，而是跟隨實況而行。

要知道什麼是實況，是不可以單靠思想或思考的，而是先觀察而後思考。觀察究竟自己在現前這情況下所需要(need)做的是什麼，而不是我要(want)做什麼，也不是我應該(should)或不應該(should not)如何做。

換句話說，究竟是出言勸告或是不言不語，要視乎個別的情況而定，並不是凡有同事疏懶的都應該去勸告，亦不是凡有同事疏懶的都不應該去勸告。隨個別的情況(實況)而行，不是隨概念(應該或不應該)而行。

先觀察而後行動

現在再遇到上述的情況，不會再立刻跟自己說應該怎樣做，或不應該怎樣做，而是先觀察面前個別的情況。觀察什麼？觀察所謂疏懶的同事是否真的疏懶，還是有他的因由。觀察他的性向是傾向聽取或是傾向抗拒別人的勸告。觀察若然不採取任何行動的話，事情是真的會變成想像中這麼糟或是事情其實是會自然調節。觀察隨了勸告之外，還有沒有其他方法可以處理好這件事。觀察若作出勸告的話，自己究竟有沒有耐性去勸告。觀察自己在這情況裏所扮演的角

色和這角色有什麼任務。透過觀察與了解別人，情況與自己，然後平衡輕重，認識這情況(或角色)有什麼「需要」我做，而不是我「要」做到什麼。這觀察與平衡的過程，不一定需要很長的時間，當漸漸善巧，有時是可以在很短的時間內完成整個過程。

記得有一次，在這觀察的過程中，察覺到原來這位所謂疏懶的同事其實並不疏懶，他也想把公事做好，但礙於經驗和知識所限，不知如何是好，所以工作進度緩慢。了解之後，所「需要」做的便不是勸告，而是看看有什麼可以做來幫他的忙。

另一次，在觀察的過程中，察覺到有位同事真的疏懶了，無心辦事，遲到早退，而他在整組同事中所負責的任務亦頗重要。平衡輕重之後，在這個別情況下我是有「需要」嘗試向他作出勸告。就算這可能把關係弄糟了，對整組同事的合作與整件公事都沒有好處，但在這個別的情況下我是有「需要」承擔這風險。因勸告之前我是有先觀察他的性向和他所能接受勸告的程度，而在勸告的過程中亦有嘗試了解他疏懶的因由，也清楚知道我不是「要」他改變，只是履行所「需要」做的任務，所以整個談話過程都能在平和的氣氛下進行，彼此都沒有衝動的言行。他最後亦承諾會改進，可惜不久之後他又故態復萌。若這件事發生在未禪修之前，我會很惱火，但禪修幫我明白到改變自己都要付出非常多的耐性與時間，何況是勸告別人。如是者這位同事便成為了我的禪修上的導師，不斷在不同的情況下給了我很多機會訓練我的耐性與先觀察後行事的能力。

祝願各位都會訓練先觀察而後行事，以取代盲從跟隨概念行事的習性。