

談捨

◆ 撰文 / 何日生

什麼樣的生命最快樂？那就是知道如何捨的人生。

從出生開始我們就一直在學習，學習就是得到知識，得到如何求取，學習如何把自己的自我建立起來，換句話說，就是一連串堆疊累積的自我的工夫。原本無知單純的幼兒，逐漸因為累積知識及獲得能力而變得聰明，變得自我，也變得比較不快樂。

印度詩人泰戈爾曾說：「上帝希望人們在他的智慧中重獲他的童年。」反璞歸真，回復單純，是一個人一生中最重要，也是最困難的努力。

聽起來也許有幾分弔詭。明明孩童無知必須獲取知識，到頭來卻又必須拋棄一切已知己見，恢復單純。

第一次原初的『純』，的確是一種無知，但是最終的『純』，卻是深具智慧的單純，它必須經由努力學習而得來。

證嚴上人說：「捨即道場，憎愛斷故。」捨掉慾望，捨掉一切雜念，捨掉一切的憎恨，捨掉一切的小情小愛，捨掉一切的執著及見解，捨掉自我成就感的想望，捨掉受人崇敬的貪著，這多麼困難！

為什麼人會變得複雜？

我們經常看到許多優質的知識份子，平常相處都覺得很親切很和藹，也覺得他們有理想，有觀點。可是當開始在一

些公眾場合談到一些爭議性話題，卻似乎換了一個人。這種異質性其實大家司空見慣，但為什麼人會有如此不同的面貌或如此的複雜性呢？這種複雜性乃在於人喜歡表現的比他人聰明，聰明比起單純更容易引起社會的肯定及重視。只要聰明仍然是一種社會的普遍價值，人的複雜性就無法去除。

在世俗社會中複雜性常常被認為是一種能力及強者的象徵。面對什麼環境，什麼挑戰，就用什麼性格及作風去解決。而那一些作風及性格在內在上經常是自相矛盾。世俗社會強調的是結果論，只要有效，只要成功，用哪一種方法其實沒有人會有過多的批判。或者批判又如何，勝者才能說話。這是令人感到可悲及無奈的，也是世俗中常見的人格之複雜性。只求成功，無須選擇正確的、一致的、具原則的手段。

另一種複雜性是屬於我過去做新聞工作的那一種，自認為夠複雜才能映照複雜的世界。以前當新聞從業人員也常常感受到自己性格的複雜性。這種複雜性雖然並不是像前者一樣用來對付別人，但卻常常被認為是記者本身必備的特質之一。因為面對社會各種複雜的層面，如果複雜性不夠，根本無法應付不同的採訪對象。不管是學者、政治人物、企業人士、一般民眾、社會菁英，黑道，

白道，犯罪者，受害者，都必須面對，都必須站在一個同理的高度去報導。所以複雜性，經常被詮釋為是新聞工作為了解他人必要的一種傳播性格。

直到見到上人，你立刻覺得自己的複雜性是十分的荒謬。面對上人的單純，你立刻顯現你內心自相矛盾的成份，因著上人的勇於單純，你會重新思索你人格的異質性，並逐漸整理出自己最初的本性。

而如何找出自己最初的本性，那就是捨。捨掉一切根本上相衝突的性格。你不能一方面要追逐財富又要清靜自在。因為追逐的本身總助長貪婪的心。你不能一方面要追逐名位，又同時能無私的幫助他人。因為追逐名位的本身正是在修築自我的金字塔。你不能一方面渴望濃郁的兒女私情，又同時能以大愛之心愛天下人。因為私情的追尋正是對於愛的能量最大的桎梏。

知道捨，知道解開捆綁，才是清靜自在的本我、真我顯露的開始。攝影家阮義忠的一句話再貼切不過：「人的一生要活的快樂，就越要知道捨。」

捨掉內心自相矛盾的人格，捨掉希冀人們崇敬及肯定的想望，捨掉一切的見解及執著，捨掉偏狹的私情之留戀及沈陷，我們的心會因為不貪著而自在，那種不被自己的欲念及外在誘惑捆綁的自在。

捨，還必須捨棄被別人毀謗的恐懼。做一件對的事不要因為怕別人不諒解，怕別人會橫加阻撓就因此退卻。上人是我一一生中見過最勇敢的人。他的勇敢是一種堅守原則的勇敢，不怕因為堅守原

則而因此開罪重要的人士或是因而失去他人支持就心生退卻。這是一個人的勇氣所能顯現的極限。雖然得到眾人的崇敬，但是連這一層都捨去。依法，依原則行事，雖千萬人仍往矣的氣魄，是捨的另一層深義。

雖然堅守原則，卻仍能謙卑逐步讓他人理解他的用心，持續的完成他所想達到的目標。正因為信念的產生是單純的從自我內心出發，而不是因為他人之認同才確信，所以它的力量才更恆久及巨大。

捨，這一字，是大丈夫的願力，是大勇者的行止。是一個人邁向單純最好的途徑。

捨，在先前的意義上是拋棄愛、欲、見、著；但是捨的積極意義是給予，是奉獻；上人不斷告誡弟子，有捨才有得，能給予，能付出無所求，才能得到真自在，真快樂。

能大捨之人，才是有巨大能量之人。人能不斷的擴展大我，才能不懼於付出，不吝於給予別人。從佛法看，捨的最後境界正是佛陀所覺悟到的，宇宙世間的一切本無分別。佛性，能含容一切，照耀一切，何者能不捨，何者能不給予？這境界誠如慧能大師所陳：「世界虛空，能含萬色萬物，世人性空，亦復如是。」

大覺者，正是大捨者。大能者，即是大捨者。 

