

## 成長自己，成就他人 — 聖嚴法師

問：您認為生命的意義何在？

答：不斷地學習、奉獻；使自己成長，並成就他人。

問：「成就他人」的內涵是什麼？要做到什麼地步才算成就了他人？

答：我們的著力點，離不開時、空兩個因素。空間是我們身處的大環境，而時間上，也離不開過去和未來。由這兩個因素觀察，人不是孤立的；只有單獨個體存在時，不但不會進步，而且危險。不要以為只有一個人，就能享有最大的自由，殊不知危機很可能從四面八方潛湧而來。許多動物、昆蟲都是群居的，道理如此。

其實，我們貢獻他人的時候，獲利最多的往往是自己，這好比身陷危境時你只求自救，就算安全了，卻不知前面還有什麼危險正等著你，以你一人之力，難以應付這些潛藏的危機；但如果你自救之後，再去救了一群人脫險，縱然危機四伏，靠著眾人的智慧和力量便能應付，自己也能得到真正的安全。

在實踐上觀察，有些人行事散漫馬虎，覺得小小的錯誤，無傷大雅，也不見得須為此負責。但是，久而久之，這種不負責任的態度，便會在意識中形成很不好的慣性。一旦如此，這種人生會愈走愈辛苦。反之，多做自利利人的事，負起責任，不斷自我訓練再訓練，也會練就好的慣性，那麼這種人的生命去向便與前者截然不同。所以說要不斷鍛鍊自己、成長自己；至於貢獻，事無大小，盡力而為就是了。因而「成就他人」是無法表列、明定規格的；心裡常想著幫助他人，就是對自我成長的良好訓練，也就能夠成就他人。

問：師父剛提到「以他為我」的重要，這令我想起一則故事。從前有位法師，他也說過要隨順眾生，有人要他站，他就站；有人要他坐，他就坐。雖然這位法師只是舉例，但是對一般人而言，也許一方面難以想像把「我」全部放掉，是什麼樣的境界；二方面社會環境日益多元及複雜，可能有些時候，「他」方會彼此衝突、矛盾。譬如父母、子女、兄弟姊妹和朋友之間的意見、期望不相同，那該怎麼辦？若以那位法師的例子來說，要是同時間，有一個人要他站、有一個人要他坐，他到底該站，還是坐呢？

答：隨順眾生的意思不是隨波逐流，也不等於沒有原則地盲目服從，而是要以智慧及慈悲的尺度來權衡輕重。凡是有益於己也有助於人的，那就可以照著對方的吩咐去做；凡是有益於人而無損於己的，都當從善如流；凡是有大益於人而有小損於己的，也當全力以赴；凡是無益於己又無益於人的，當然不能照辦了。如果

遇到不講理的人，他叫你站而你不站，就會立即受到傷害，你最好不用逞強，還是學著那位出家人的忍辱行吧！

問：這一、二十年間，受到各種因素的刺激，臺灣社會變化很大，許多價值觀正在解構、重組，各種意見、觀點紛陳。其中有一種人生態度在年輕人身上廣為流行，就是愛自己多一點、對自己好一點。這大概是他們認為的「健康的自私」吧！因為把自己弄好了，條件比較好了，才可以付出；否則每個人體力、財力、能力、資源都有限，如果什麼都只為別人，可能到最後透支了，自己先垮了。這種看法跟「五蘊非我」有牴觸嗎？

答：這種思想多半是受西方人的影響。中國儒家傳統上講仁、愛、忠、恕、責任；而西方的價值體系多由自我出發，行事上，他們一定考慮權利、義務，我是納稅人，那麼這件事對我有什麼好處。美國歷任總統也常說，他們為了美國長遠的利益，必須援助第三世界國家。雖然東西拿出去給其他國家，但最終還是為了美國。所以，雖然從自我出發，但最後對個人和社群、國家，甚至國際都有好處，這是他們的文化模式。

這樣錯了嗎？不盡然，有它的道理存在。中國古代思想家楊朱說過，拔一毛以利天下而不為。看似自私，但楊朱說，如果每個人都把自己管好了，照顧好了，那麼天下還有誰需要別人幫助呢？就如佛教講的解脫、成佛，也是一種自利，希望修習而得開悟，自利利他，推己及人，都是這樣講的。原則及邏輯上是沒錯的。問題是，很多人相信「自利利人」這句話的前兩個字、奉行前兩個字，卻忽略了後兩個字的意義。

現代社會是經濟、消費社會，偶爾為自己買件好衣裳、吃頓大餐、外出旅遊，這是休閒，就像工作了五天，就得休息一、二天一樣；生活的確需要調劑，既可紓解壓力，讓孩子歡喜，家庭也和樂。但若打腫臉充胖子，人家有你也一定要有，為了這些休閒、消費而人不敷出就不好了；太著重自我感官之娛樂或只強調愛自己，忘了這樣做的目的是為了奉獻，就顛倒了。就像我們睡覺，是為了恢復體力，讓心、腦休息，沉澱、消化，再繼續明天的工作，不能把睡覺看成目的，它只是個方法。

現在我們提倡以他為我，以「他」為中心，為了能利他，我必須不斷進修；如此一來，反而成長了自己，這就是「利人便是利己」的道理。我們觀察每個人的學習過程，大概在二到三歲期間，都有一段自我中心非常強烈的時候，甚至會強到想指揮父母、影響家裡的作息時間等等，爸媽「不聽話」，就一哭二鬧發脾氣。

之後，從各種學習管道中，孩子逐漸長大，也都伴隨著把「我」變小的過程，不

斷地從非常自我，進而體會他人的自我，反省自我、檢點自我、充實自我、成長自我。

我自己也是這樣，現學現賣；看藝術展覽，了解電腦，也聽聽別人介紹網路，然後融入自己的思想體系，再與人交談時就容易契合，不至於與社會脫節。我說自己像個發貨站，人家需要什麼，我就去學（進貨），然後再分派出去給人。我究竟學些什麼？當然是以佛教思想為引導、規範，我是不會去學以傷害一批眾生來助益另一批眾生。所以，每個人的學習方向，都應有一個思想指導、有個範圍。

問：人的成長過程中，的確有一個層面是學習從有我到無我，同時也學習如何獨立思考，不要人云亦云；如果在社會上與人意見不同，這種情況在職業生涯中也很常見，有時和上司或與同事看法、作法分歧，甚而引發衝突，這是我，還是無我？

答：這也因人、因時而異。如果是因為自我中心，個人善惡、利害而引發衝突，那是我，煩惱的我。相對的無我不是沒有思想、沒有意見，沒有獨立的思考能力；而是不以一己的喜怒哀樂、利害得失與人計較。在職場上，你是站在企業的立場，提出你認為比較好的方法、策略、步驟，那是為「他」，當然應該說出你的意見，讓大家參考，至於是否被採納，就不必太在意、煩惱了。

（選自法鼓文化《歡喜看生死》）