

## 慈悲是為了保護自己 — 聖嚴法師

感同身受的慈悲，可以幫助我們破除執著、抗拒誘惑。但是在這個弱肉強食的社會上，雖然自己對別人處處慈悲，別人未必會以慈悲回饋自己。因此，面對名利、財色的爭奪時，難免擔心自己會吃虧。

對別人慈悲，從眼前來看好像吃虧了，但如果把範圍放大來看，就會發現非但不吃虧，而且最終對自己或他人都是有益的。例如過獨木橋時，如果兩個人在橋上互不相讓，最後的結局就是兩敗俱傷。就像俗話所說：「兩虎相鬥，非死即傷」，到了這個地步，沒有一個人能占便宜。如果我們能夠對別人慈悲，讓一條路給別人先走，自己一時之間好像吃虧了，但是至少彼此的性命還在，毫髮未傷。

因此，當我們遇到非常強硬的對手，雙方僵持不下時，知道再爭下去一定是兩敗俱傷，還是盡早把成敗得失放下吧！所謂「留得青山在，不怕沒柴燒」，慈悲不但能利益別人，還能保護自己。當別人因為自己的退讓而成功了，此時自己看起來似乎懦弱、無能，是個失敗者，但這其實保護了自己生命的安全，也是為了保全實力，使自己不受重大的傷害。

現代人最割捨不下的不外乎感情問題，當自己不斷地付出，卻又收不回來時，就會感到十分不甘心、不情願。其實，寶貴的人生經驗都是從吃虧、挫折、失敗之中得來的，如果已經為對方付出很多還是失戀了，卻仍一心想再把對方追回來，這等於是緣木求魚。就像賭輸的人心中不服氣，老是想翻本，錢輸光了就想辦法再借，借了再賭、賭了又輸、輸了再借，就這樣愈陷愈深而無法自拔，這種行為實在很愚蠢。

人生其他方面也都是如此，如果自己不是別人的對手，已經全盤皆輸，不可能挽回局面時，就不要再陷下去了。此時應該趕快撤退，就算輸掉了也無所謂，只要能以此為戒、學到經驗就夠了，這就是對自己慈悲。

面對別人的慈悲，雖然有些人會感謝，但大部分的人會認為這是他比你強的緣故，所以你得不到是你活該，而他搶得到是他應得的，並不需要感謝他人。遇到這種情形時，不需要把它當成奇恥大辱，也不用覺得自卑，因為慈悲主要還是從自我保護的角度來考量。

不過，中國人說「當仁不讓」，當你不斷地慈悲別人以後，對方反而得寸進尺地去傷害他人，那就不能繼續再讓了。當然，在爭取權益之前，必須先估量一下自己的力量，如果有所把握，就要勇往直前、力爭到底，否則對方會傷害更多人。

對人慈悲，就是讓別人有路走，而整個世界是個生命共同體，讓別人過得快樂、自由、有希望，最終一定也會利益自己。所以，慈悲不僅能利益別人，事實上，也是為了保護自己。如果我們能常常生起慈悲心，對所有人都會有幫助的。

摘錄自法鼓文化《真正的快樂》