

慈悲他人的方法與智慧－聖嚴法師

我常說：「以智慧處理自己的事，用慈悲對待別人。」一般人會覺得用智慧來觀照自己的內心，好像比較容易做到，但是用慈悲來體察別人的心，就比較困難了。其實，要想同時做到這兩方面，雖然並不容易，但也不是那麼困難，只要做到其中一項，另外一項自然也可以做到。

觀察他人的心，用的不是神通、第三隻眼、讀心術或催眠術，而是用「同理心」。透過觀察自己內心的反應，反省自己的經驗，進一步將心比心，體察他人心裡的想法。

除了從自己的感受推想他人的感受，還可以觀察自己和他人，在立場、年齡、教育程度、生活環境，甚至文化背景等方面的差異，深入細膩地觀察後，你就會發現，世界上根本不會有兩個完全一樣的人，既然是不一樣的人，就應該學習尊重他人、瞭解他人，不要硬把別人當成自己來對待。

其實，人與人之間只要相處時間久一些，自然而然就會熟悉對方的想法與反應，能夠猜出他究竟在想什麼？需要什麼？反應如何？因此可以在習慣對方後，進一步理解對方，並提出對方所需要的幫助。

我們會因為瞭解對方的需求，而主動提出幫忙；相同的，如果別人想要幫助你，你卻不讓他幫助，他也會很痛苦，就像有人很愛你，而你卻說「我不需要你的愛」一樣。因此，我們除了幫助別人，也要接受別人的幫助，這樣人與人之間才會有互動；透過這樣的互動，能讓對方覺得和你在一起是安全的、愉快的，你是對方可以信賴的人，甚至是最瞭解他的人。

但這和投其所好、諂媚阿諛是不一樣的。通常，我們對於不熟悉的朋友，或許會用比較客氣、誇張，甚至是謙虛過當的話，但如果把這些用在熟識的朋友身上，對方就會覺得我們很見外，甚至虛偽。

此外，與人相處也不要預設門檻、防線，雖然說：「害人之心不可有，防人之心不可無。」這話聽起來好像是對的，因為我們如果不提防別人，很可能會受到對方的傷害，例如：遭人背叛，或是在背後被人放黑槍等。

曾經有一位公司的董事長來見我，他說：「師父！我被小人暗算了。」他口中的小人指的就是他公司的總經理，對方從學校畢業後一路受他提拔，結果竟然背叛了他，讓他心中不免感慨世風日下，人心不古。

我建議他：「既然公司已經被整垮，只能盡力補救了。重要的是，未來不要因為這次的經驗，而對人存有敵意。雖然不要心存敵意，可是一定要懂得細心觀察。」所謂觀察，是指觀察對方的忠誠度；觀察的同時，也要常常體恤部屬、照顧員工，讓他們對你有信心，知道你不會背叛他們。

如果不這樣在人格上、心性上輔導部屬，只提供技術上的訓練，到最後對方很可能因為技術學到手了，就遠走高飛，不但不懂得感恩，甚至還可能成為叛徒。其實，不論是對朋友、部屬、子女都一樣，慈悲既不是縱容，也不是溺愛，而是要講究方法與智慧。