

## 要包容不要包庇－聖嚴法師

包容別人不容易，需要耐心，因為當我們受到打擊或是批評時，往往會覺得豈有此理而憤憤不平。如果對方還是你的親人、好友或多年的夥伴，那更是讓人無法接受。不過，即使在這種情形下，我們還是要容忍。

容忍是包容的一部分，意思就是接受他，而且是不斷的接受他，如果對方還是繼續對付你、打擊你，你仍然要繼續接受他。所以，容忍是世界上最難做到的事，但適度的容忍既能保護你，也能保護他人，不但你不會因此而被對方傷害或犧牲，同時又能避免讓對方做出傷害人的事，將來對方是會感謝你的。

就像刀砍在石頭上，石頭可能會被刀砍出缺口，可是如果砍在非常柔軟的棉花上，或是其他有彈性的物體上，物體表面不會受傷，刀也不會損壞，這就是以「柔」來容受對方失衡的行為，或反常的打擊。

「柔」有兩種方法，一種是迴轉，另一種是退讓。例如，當別人要打你一拳時，你可以轉個身或是退讓一步，讓對方打不到。但這些工夫是需要練習的，就像打太極拳時，別人攻擊你，如果你能四兩撥千斤，就不需要正面與對方衝突，也不會被打得遍體鱗傷。

所以，遭受別人攻擊時，要先忍耐，不要立刻反擊，最好迴避一下，讓他轉移注意力，然後再想辦法解決。你可以另外再找機會處理，或是讓他察覺自己的行為是錯的，經由時空的隔離，事過境遷，或許就有轉變的機會，雙方甚至可以化敵為友。

「所謂化敵為友」的「化」字十分重要，因為，一味的包容到最後很容易變成「包庇」，要避免變成包庇的關鍵就在於「消融」的工夫。當你容忍對方一段時間後，他會漸漸覺得好像打錯了人、做錯了事，覺得對不起你，他的觀念可能會開始產生變化。當他的觀念轉變後，你可以和他進一步溝通，問他當初這樣對待你的感覺如何？也可以表明你是真心想幫助他，並沒有傷害他的意思，如果對方願意溝通，也樂於接受你，那麼，你就是在幫助對方脫離仇恨心了。

所以說，容忍也是一種菩薩行。不過，要化敵為友還是要有智慧，才能夠化解，否則一味地包容，可能會變成包庇，到最後不但傷害自己，也會傷害對方，就像把毒藥吞進自己肚子裡，自己也會被毒死了。