

面對境界，如何提起正念

成德法師主講

2020/2/17

台灣高雄

檔名：18-024-0001

學生：師父好，目前學生讀社工系三年級，有個問題想向您請教。因為我接下來要面對的就是實習，我也去問過學長姐一些實習可能發生的狀況，剛好她們跟我分享到有一個情況，就是現在我們遇到所謂的家暴事件。面對這類事情時，我們要處理的，除了被受害者之外，也要面對加害者去做處理。古話說「虎毒不食子」，但是這個加害人連自己的孩子都施虐甚至殺害，所以當我們要面對到加害人的時候，情緒一定是很難平復的。我有什麼辦法可以讓自己不要有那麼大的情緒起伏？因為我就算想幫助他，也得要先穩住自己。

成德法師：就是說，妳以後真的去做社工，面對很多妳真的轉不過來的時候，妳可以請他們把妳的問題轉給我，但是我必須也教給妳方法，妳得真的沒辦法了再找我。

給妳的方法就是說，首先第一個，我們前幾天說「一切法無我，得成於忍」，妳忍不住就是忍辱功夫不到，所以黃念老那個六忍妳可以參考。再來就是那個六忍裡面，妳對自己下的功夫，第一個不要著相，凡所有相皆是虛妄。妳一著相，妳的心情就被它轉了，都是剎那生滅的虛妄相。所以妳現在第一個，社工系就是在傳遞愛，愛是核心，第一個首先要妳會愛自己。我們隨時被境界轉，就不會愛自己了！妳要護持好妳自己。第二個，妳要

會愛眾生。但是妳這個愛又不能是情執的愛憎，妳就愛這個受害者，妳就恨這個家暴者，那妳就已經有分別。所以妳先要培養妳的同體大悲。

其實換另外一個角度講，這個害人的人比被害人慘多了，因為我們現在只著眼在他的現前。妳要知道，妳現在覺得很討厭的那個人，他不知道要在阿鼻地獄待多久。這個被害的人現在是很痛苦，但是畢竟他是被害的人，他那個業報是報掉了。他假如沒有去報復，他最起碼報了一個業報。再來，他假如沒有去造惡因，他不會墮到地獄去。可是這一個加害的人沒有人救他，他鐵定是要墮地獄的。所以我們修行的人有前後眼。比方說，假如是我，我現在看到那個連自己孩子都殺的人，我一看到他，我會生起憐憫心。因為我深信佛講的真相，他造這個業鐵定要受報，除非他回頭。這是第一點，從因果去看。

第二個，從人之初性本善去出發，哪怕他做了連虎毒不食子，他還殺了孩子，他有沒有良心？

學生：不知道。

成德法師：妳回答不知道，妳的功夫就不夠了，妳在境界當中妳已經起疑了。我們剛剛還在課程裡面說不能起疑，疑，妳的信心就會受影響。所以我剛剛講那個跟妳做社工都是相通的，不是不通的。所以妳看第一個剛剛講的，妳不要著相。再來，不要只看眼前，

他以後很可憐的。然後再來就是第三，妳的信心，信心很重要。其實剛剛舉的那個都是信心，第一個，妳相不相信凡所有相皆是虛妄？第二個，妳相不相信造惡會有惡果？

妳們也可以專注聽一下，因為她是社工系的，其實我們都會面對，妳可能也會面對造很嚴重罪業的人，看到妳學佛，來跟妳表達他的痛苦，我們也要會解他的苦，於諸眾生視若自己。因為修念佛法門的不能做自了漢，真的有緣，不是去攀緣，自了漢不能去極樂世界的，極樂世界是要發大乘心的。

所以妳看都是信心，妳相不相信凡所有相皆是虛妄這個真相？妳相不相信一切眾生皆有如來智慧德相？妳相不相信因果？造這些業的人都要到阿鼻地獄報到，所以妳眼前看到他，妳就去想，他不久就要在阿鼻地獄酬償。「一夜死生，地下每經萬遍；一朝苦痛，人間已過百年。」地獄一天是人間二千七百多年，地獄很苦的。所以這時候妳不是著在妳覺得他很可惡的行為，妳是能想到他以後的結果。妳跟他之間那種情緒也是假的，看妳安在哪裡，安在真理、安在經教、安在對一切眾生的信心。信心跟慈悲心是相通的，妳真有信心就是真心。真心本有真誠，真心本有慈悲。妳相不相信，很可能妳覺得很可惡的人，他一生還沒有遇到用這種寬恕慈悲眼神看他的人？他可能還沒遇到，可能就是菩薩派妳去的，因為所有的人都是那種憤怒甚至是唾棄他了，他那種磁場也喚不醒他的良知。

所以佛給我們表演。佛當時遇到一個已經殺了好像是九百多人還是多少，他就是要殺一千個人，最後他要去殺佛陀，被佛的慈悲攝受了，就放下了，然後就出家了。後來就很多人軍隊要來抓他，然後路上的人拿石頭丟他，你看這樣的人都被佛給喚醒了。

所以先隨喜妳發心做社工，但是就這幾個心境先跟妳溝通。

再來就是多聽經，妳就會去引導人。妳真正遇到過不去的，妳就求三寶加持。然後比方說，師父的講記，或者哪一片光碟，妳真的過不去，翻一頁，有時候很準的，妳很有信心，一翻就準，就會對妳的方法可以指導；或者妳就放個片子看，十五分鐘就有。我們也是這樣過來的，工作上有什麼想不通的，一打開，專注聽，不用很久。所有的問題都心有卡住了，有分別執著，哪一句法印入心就過了。妳今天來聽第幾天了？

學生：第四天。

成德法師：第四天了。我們有溝通到說，哪怕是天塌下來、晴天霹靂，看起來很嚴重，有時候都是一念之間而已，沒那麼嚴重。那個嚴重是人的好醜產生的、難易產生的，所以叫「境緣無好醜，好醜起於心」。好，不知道有沒有回答妳的問題？

學生：有。感恩師父。

成德法師：應該的。阿彌陀佛。