



满亚法师



用爱的力量 降伏黑暗面

对婚姻生活感到极度无奈与失望，或不断被配偶折磨的一方可能会怀疑自问：难道自己今生是为了“还债”而来吗？又或者是彼此有共业，所以今生才相遇？其实，人生是为了还债而来吗？

误信这辈子是来偿还上辈子业债者，难免有颠倒是非、错乱因果之嫌。

人生主要目的是为了帮助自己修正过去的业障。日常生活中，我们拥有无限助缘，例如家庭生活、职场办事或与朋友相聚等因缘，皆给我们改变空间、改变相处对象、改变作息方式、改变参与项目的机会，在在都是让我们跳脱轮回之“桥梁”。

从睡觉到醒来、从平常工作日到周末假期、从春天到夏天、秋天、冬天，甚至从小孩到长大到老年，都在跳出轮回；甚至，来到人间遗忘了所谓前世经验，也在帮助我们跳出轮回。

很多时候，我们以为每一个人都要有思想、看法和办法，殊不知，自己的办法往往是过去的办法；在千变万化的每一个因缘里，要没有办法才能创造好办法。

越有思想者，很可能被思想所束缚、局限，让自己现在不知道怎么想？因为所谓的思想，总让我们当下不觉悟。

佛法属人性化的教育，绝不是为了处罚恶人或犯错的众生而立，或者让众生今生非得承受过去的业不可；其实，并不是佛要我们受，而是我们自己“对号入座”去“受刑”。

举例：一旦我们被惊吓后，恐惧的烙印就会让我们时时刻刻疑神疑鬼，活在杯弓蛇影的阴影里，自我创造内心的“鬼”，实际上，恐惧来自于我们自我捆绑，自己让自己受困惑。

可见，一切都是我们“自导自演”的问题。所以，人生不是为“还债”而来，也不是为求得到而活，我们来到人间的使命是为了让自己觉悟，很落地地看到个人的问题、修正自己的问题，继而跳出所谓思想、概念、轮回的心。

如果我们一生从善如流、事业有成，或者教子有方、家庭美满，让人生有个漂亮交待的话，我们应该越老越自在，如健康自在、感情自在……可惜，我们却越老越糊涂、固执、怕死、怕爱别离、怕失去所拥有的一切，显然，我们心的声音在警醒我们：怕死是因为我们当下的心有一部分是不觉的，即心

已死了。

心没有全然投入当下

当我们的 心没有全然投入在当下的 因缘时，那所谓无明的部分即在过去与未来之间游走，于是障碍我们全然投入在当下，导致我们患得患失，在得到时却产生害怕失去的感觉。如同我们明明活着，却莫名其妙地怕死，实际上并非未来的死亡可怕，而是我们的生活不圆满，主要是因为我们拥有而没有享有。这般复杂的心情等如在告诉我们：自己粗心大意、没用心、打妄想、被妄念所主宰。

因此，当我们的家人担忧我们会离开他的话，就表示他现在也没有拥有或享有我们；即他的心在告诉他：他现在不认识眼前这位亲人。

一旦我们时时进入对方当下因缘，自然不会害怕失去他；同理，如果我们爱某一个人，而爱得很辛苦的话，表示我们并没有真正爱对方，因为爱会使人 心花怒放，爱的结果必然会推动我们把自己心中的黑暗面降伏。

所以，惟有降伏黑暗面，我们才有力量继续爱；所谓爱，是开显我们的心，而不是不停地寻找爱的对象。爱的力量是来自于把心打开，心打开即等如我们不会恼怒他人，因为我们的力量经已足了、满了。

因此，付出不应该附带条件，期望回报；有期望的付出，表示个人力量不足，就像有破洞的杯子，永远无法将水盛满。心空虚者，才会等待别人满足自己的需求，而不是以清明之心了然对方的需要，或了然众生的因缘而付出。如此的小爱必然需要回报、有所求、有期望、不圆满的，亦会让我们越做越累、越傲慢，牺牲小我之大爱 精神荡然无存。

圆满的爱是不会让我们感到辛苦的，那不是有我、有你，也不是“我在为你”的爱，而是甘之如饴地付出，完全没有期望的爱；爱，只会让我们越爱越谦卑，越不傲慢。

我们来到世间之目的就是要修炼“爱的功课”，而不是逃避不如意，苦苦追求幻象中的幸福觉受。往往，当我们需要追求时，显然我们当下未有幸福的感觉；当下幸福满满者，是不会无明地追求。因此，任何出追求都在暗示：我们心不在焉、没有活在当下，也没有达到拥有而享有的自在境界。

惟有认识自己的心，懂得跟心对话时，才会时时刻刻自我提起要精进修行的觉醒心。我们的人生修行功课是：要面对自己的缺陷，而不是逃避、覆盖、掩饰种种问题。

满亚合十

口述、满亚法师 笔录、何润霞
《南洋商报》16/10/2005