



## 满亚法师



### 把朋友当着属般爱护

满亚法师：

我有一些烦恼，希望能得到师父指点。我今年 18 岁，班上一位同学经常对我发脾气，每当她不开心时，就会无缘无故的在其他人面前责骂我，或是一整天不理睬我，她有时还会利用我。我曾和她讨论过这问题，之后她也改善对我的态度，然而我却无法忘记以前不开心的事，心里更有越来越讨厌她的感觉。很无奈的，我却得天天和她相处，我的日子过得很辛苦，心里得不到平静。我不想和她有任何关系，但我却没有选择。另外，我还会嫉妒别人能拥有好朋友，我却没有，日子过得很没意义。

李上

李仁者：

别人有好朋友即妒嫉，显示您缺乏拥有好朋友的条件，您的嫉妒心导致人家不敢亲近您，结果，旁人越是疏离您，您越嫉妒别人有好朋友，所以，您的问题是恶性循环。

为什么同班同学偏偏只对您发脾气、骂您、利用您?为何除了这朋友，您就没有其朋友?这点您应检讨反省。

交朋友并非为了满足自己的虚荣心，朋友是要让我们因为有一个对象，而增加学习的榜样，并培养无私奉献与付出的习惯，及更有包容心，承担力量越来越强，能把身边有缘人当着属般爱护。朋友是我们极重要的助缘，但，如果某位朋友只会令自己起烦恼、泄气、造业，表示您应该另选一个能成为模范对象的朋友，让自己提升、长养更多的发心与力量。无可避免，在复杂的社会上，朋友的质素必是参差不齐，我们难以要求所有朋友都是自己的心腹之交，不过，因为拥有好朋友，就会让我们增添能量去包容及面对不圆满的朋友，毕竟，这世间是一半一半的，有坏的一半，自然也会有好的一半，所以，我们都无法逃避世间的圆满。但，如果您只有劣根性的朋友而没有好朋友，就证明本身出了问题；只要好朋友而不要难以相处的朋友之心态也不正确，或全都是好而没有坏，那可不是在人间了。因此，您应该用一颗简单的心来过日子，毕竟校园生活乃是单纯的，如果无法面对单纯的同学，一旦走进社会，将衍生更多烦恼。与同学之间意见相左是必然的，因为大家的家庭背景各异，其实，即使是自己的家人也各持不同的观点、见解和习气，有

时甚至会造成某些伤害，更何况是朋友。

面对人际关系目的在于增加自己的包容心，当本身心量越来越宽阔时，您会发现不论是家庭关系或人际关系都在无形中慢慢有所改善。此外，应该多多要求自己，因为，我们可能也不是别人的好朋友，也许，我们亦是别人所讨厌的对象，只要换一个角度想，就会激发谦卑心，愿意主动去改变及修正。

满亚合十

口述、满亚法师 笔录、何润霞  
《南洋商报》09/03/2003