

“Learn to achieve the same result, but in a different way, in a light and joyful way.”

- Godwin Samararatne

“學習達到同樣的效果，但以不同的方式，以輕鬆與愉快的方式。” - 葛榮居士

## (五十) 請認識自己的限制 (下) - 路

上期的文章提到觀察與認識自己的限制，然後學習耐性地引領自己循序漸進。

有趣的是，當進一步觀察與認識自己的時候，漸漸發現到很多時候責備自己沒有「盡力而為」其實是一場誤會、誤解，因為自己根本就沒有不盡力，只是自己誤以為(mistakenly believe)自己不盡力。

### 不以成敗得失來量度是否盡力

舉一個有趣的例子，曾在工作上草擬了一份建議書，送給兩位客戶審閱。第一位客戶回覆，認為這份建議書不詳盡，有很多處地方沒有清楚列明細則，也沒有足夠理據去支持建議書內的提議，聽到了這些批評之後便懊悔，責備自己沒有盡力，責備自己疏懶或疏忽，沒有好好把意見書詳細做好。後來，接到第二位客戶的回覆，他對同一份建議書卻大加讚許，認為這份建議書的內容詳盡，也清楚列明所有有關資料，還立刻接受這份建議書內的所有建議，這時候才醒覺到之前對自己的一切責備與懊悔都是不必要的。

這個例子說明人常傾向以事情的成敗得失來量度自己盡力與否(result orientated)。若然事情的結果順利，就認為自己曾經盡力，給自己一個加號；若然事情的結果不順利，就認為自己沒有盡力，給自己一個減號；其實，兩者皆是虛妄，是惟心所虛構，心不自覺地迷失於成敗得失之中，而然後不必要地責備自己，自己成為了自己的無辜受害者。

既然如此，所需要做的並不是責備自己的迷失，也不是預期自己以後也不會再無辜地責備自己，而是每當覺察到懊悔或責備自己不盡力時，需友善地提醒自己看清楚實況，認識是否已經迷失於事情的成敗得失之中，耐性地幫自己一次又一次從迷亂中復原過來。

上述這個例子也說明若然以某一個標準來制定甚麼是盡力，這只是概念(concept)而已，無實質的。若然如實地去了解甚麼是盡力，便會明白到，每一個人只可以他在某一個階段的盡力程度而盡力，而每一個階段的盡力程度也會受這一個階段的經驗、知識、心的質素和種種不斷變遷的處境所限制。

又舉另一個例子，在工作的時候，常需要思考有哪幾個處理事務的方案，然後作出決擇，決定以某一個方案來處理面前的公事。後來事情不如意，回望時才發覺其實是有一些更好的處理方法，但在作決擇之前卻疏忽了這些更好的方案，於是便怪責自己沒有盡力，若然盡力的話便不會疏忽了這些更好的方案，而取決了一個錯誤的方案行事。

經過長年累月的觀察與了解，漸漸發現到這些對自己的責備或認定自己當時沒有盡力，也是不必要的，都只是對實況的不明白，因為實況是原來自己根本就沒有大意或疏忽，只是經驗不足，或只是思考不夠靈活，或在工作時事情發生得太快而沒有足夠時間思考，或只是世事難料、難測，這與沒有盡力根本就是兩回事。當一個人怪責自己經驗不足時，或預期自己事事與時時都思考靈活時，或常常能預測世事的變化而能在事前選擇最佳的方案時，就是不了解自己的限制，就是迷失於成敗得失之中。

## 不迷失於完美概念之中

在現今的社會生活，每事都講求完美(perfection)，無論物質的樣貌品質也好，或工作的目標與質素也好，或政府的設施與效率也好，都「要」(want)完美。當不自覺地以完美為目標時，稍為有少許不當或不滿意的地方，便會到處尋找過失，誤以為必定有人犯錯，繼而抱怨別人或這個社會。若然不是別人或政府錯的話，就是自己做錯了，始終都要找一個人來承擔這「錯誤」，但原來實況是這個所謂「錯誤」只是惟心所虛構，只是心盲目追求與預期完美的後果。完全公平、平等、平衡，無差誤的社會只是幻想，不設實際。

同樣，當不自覺地追求與預期自己完美，便會不自覺地以事後的成敗得失來量度自己的盡力與否，向自己追究不完美的責任。

修行是學習不走兩個極端(avoid two extremes)。一方面不跟隨現今社會的完美概念生活，因為實相是世事從來就沒有完美。另一方面也不草率了事，得過且過。兩者之間的中道(the middle way)，便是正如上一篇文章所提及，如實認識與了解自己的限制，然後逐步循序漸進地提升這限制，不操之過急。

祝願各位會學習不迷失於完美或成敗得失之中。