

# 食言

從小到大，都很介意自己或他人不能「講得出做得到」。記得讀小學時，爸媽曾答應買禮物給我和弟弟，最後卻沒有買給我們。當時真的很生氣，覺得為什麼可以說了不算數？自此，從小發誓，若果答應了他人，無論如何，都會做到。

大學畢業後，在工作那十多年裏，那個「使命必達」的優點，為我帶來不少壓力。縱使身心疲憊，或者感覺非常勉強，我都會鞭策自己：「既然答應了他人，無論如何，我都要做到！」這股「毅力」背後，就是希望證明自己說到做到，而大家也應該要仿效我！

接觸禪修後，這些自製的壓力越來越明顯，同時這個態度，令我壓抑了不少情緒與感受。從因緣法裏我學到有時食言並不等於對方沒有誠意，也不等於對方一定瞞騙我，只是若情況改變，當初的承諾就因為因緣不具足的關係而不能兌現。

感恩因緣法的教導，我開始容許自己有改變主意的空間。有時答應了他人的計劃，因為種種情況需要延期、或者

商議好的計劃方針，都可以有改變。這個彈性，讓我整個人變得從容，而那份來自「使命必達」的壓力，亦隨之減少。

最近對於這個生命課題，又遇到一個大考驗：有一位在我生命中很重要的人，一次又一次收回他一些重要承諾。頭腦雖然明白因緣法，但我還是怒火中燒，一燒燒了好幾個月！唯有一直陪伴着這個憤怒的情緒，心想：「究竟我怎麼了？修佛法那麼多年，但我卻還是無法從對方的角度想，還是放不下！」

某天，怒火中燒的我，將內心所有不忿一一列出來，這讓我發現，原來有很多憤怒並不是因為對方言行，而是對這段關係的期望未達到，以及對自己「盡善盡美」的期望未達到所致。當關係沒有如想像中發展，我將一切控制不到的條件，都推到自己身上，覺得我「應該」要做得好，因為我是一個修行者！

前幾天坐禪時得到一個領悟：一切承諾建基於恆常，但現實卻以無常為本。試問一些建基於恆常的妄念，如何能「有保障」地不斷在無常的世界顯現呢？**我們努力追求有保障的生活，但生命中唯一的保障，就是知道沒有永遠的保障。**

若果我們的身口意都能依靠着無常法則去運作的話，我們就能夠穩足於每個當下。在每一個當下裏，我們能夠接觸到當刻本然的能力，而那才是最強的依靠。

原來並沒有任何人對我食言，一切只是無常的呈現。☹

