

是敵人還是朋友？

文／米媽(專業講師)

孩子，你問：「為何對於某些領域的事物總是充滿好奇心，即便成果不佳也樂於求知求學。而提不起興趣的事物，無論誘惑再多、果效再好，總無法引起進一步的挑戰慾？」

學習對於學生或許是一種壓力，我想透過學習壓力，來談思考路徑與內在探索，而非績效、快樂學習，是你如何透過這些事物看到自己？

逃避，解決不了問題

真實世界中，我們會受到吸引的，往往反映了內在的特質。人與人的關係，也反映著你與自己的關係。學習的領域猶如人際社會，有各式的生態與學理。在人際圈中，擁有某種內在性靈，就會被某種人吸引。那些與你相處愉悅的人，其實是反映你喜歡並且接受的內在自我面向。

你所遇到所謂的困難，都不斷地反映學習的課題。當你想掌控時，同時也被掌控。控制慾強大的人，除非內在的空虛得到填補，否則無法放下別人，也無法放下自己。因懦弱而做的決定，做了之後會不斷感到懊悔，並且會更加的軟弱，因為內在的問題不解決，關係無法改善，而且會製造更多問題。

喜歡一個你原本就喜歡的朋友，這不困難。但與一個你不喜歡的敵人相處，一定會在生命當中學到一些東西。他們會使你顯露內在的陰影，會一再地重複你所討厭的問題讓你學習。就像當你看著樂譜的豆芽菜時，腦海便自然出現旋律，但對於某些人卻只是看到符號。因為，大腦連結根據你的所學所想而重新組織，你若願意選擇學習一個不同於你過去學習的區塊，大腦也會產生改變。所以，現在學不會的課題，仍會在一生中不斷地面對。就像去理解一個無緣無故責備你的人，你便學到了生命。

愛，別變自己內在敵人

孩子，我不認為「愛自己」就是非得要跟隨潮流「做自己」，如果你對自己的愛沒有節制，也缺少對他人的關心，有時「做自己」會為別人帶來災難！你需要的是理解自己內心阻礙你「做自己」的敵人。化敵為友不是簡單的事，而多數真正的敵人是老生常談的「自己」，如果能夠忘卻自己而愛別人，會獲得極大的祝福：充滿清淨通透的心思，享有幸福與安靜。

安靜的目光具有中性特徵，既沒有攻擊也沒有討好，讓你享受豐富的世界，是意外獲得的寶藏。這是一個特別的學習，充滿奧秘。而我很高興，你說最近開始有這樣美好的經歷！

真正的思考，需要忍受並且延續疑惑的狀態，並且引發徹底探究的動力，才不至於在獲得充份且足夠的理由前，就接受某一設想或信念。自動是自覺並且行動，不只是自發的行動。因此，對你的學習有質疑是必要的，因為學習的時間有限，理由不僅是人生短促，更由於是人為的紛繁。不求甚解的學習，就像是沙堆上的記錄，後面正在進行的書寫，前面早已被風沙吹蓋得無影無踪。

英國詩人雪萊寫道：「如果你十分珍愛自己的羽毛，不使它受一點損傷，那麼，你將失去兩隻翅膀，永遠不能再凌空飛翔。」這是我喜愛的詩句，也是我愛你們的方式。學習就像朋友，而朋友就像學習。當沒有敵人與朋友的界線，這世界會讓你充滿更多的好奇，我一直這樣的相信。

