【菩提道上】 釋見勛

以偏概全

「你（我）每次都如何如何……」，其實，所謂的「每次」，不過是一、兩次而已，「以偏概全」的思維模式，常造成自他之間的困擾……

剃頭時換了新刀片，不敢太用力，因為上次換新刀片一剃便血流四處，剃破好幾個皰，刮破好幾個傷口。這次我戒慎恐懼、小心翼翼，輕輕地、慢慢地剃，結果還是血跡斑斑。一旁的法師關心地問我：「怎麼會這樣呢？」我說：「每次換刀片，我都會見血光。」

這句話脫口而出，也不認為有何不妥，後來仔細想想，把流血全歸因到換新刀片，好像太武斷了些。頭上長了皰皰，容易刮破也是原因吧？再繼續盤算，最近的生活及身心情況如何？是自己不專心才失手剃破，或是拿剃頭刀的姿勢、角度不對等等，這便關涉更多更複雜的因緣了。我又想想，這次是第幾次換刀片呢？原來這次只是我第二次換新刀片，但我卻把第一次換新刀片的經驗延續到現在，並且將兩次的經驗合起來，彼此強化，便出現了一種「廣泛」的概念——「每次」換新刀片剃頭「都」會流許多血。探究所謂的「每次」，其實不過「兩次」，但它所形成的概念、所發出的語言，卻是那麼全面而廣

泛，讓人以為這是每一次的事實。然而下次的情況是否依舊，卻尚未可知呢！

這大概就是人類「以偏概全」的思維模式吧！

日常生活中，我們也常常陷入這樣的思惟模式而生煩惱。一次失敗，便再也不敢嘗試，因為「我絕對不會成功」，或認為「某某人都很難溝通」、「某某人一向都很懶惰」，便因此放棄他。有一陣子，我很氣惱爸爸常指責我：「你每次都如何如何……」「你每次都如何如何……」其實不過是我一次、兩次的行為罷了。這些話，說的人很理直氣壯，被說的人則氣惱、委曲又有點心虛。因為它確實有那麼一點點事實成份在，但以此框定一個人，預言且限制了他未來改變的可能，或忽略他已經改變的現實，而造成很強的殺傷力。人無法擺平自己，與他人相處困難等等，往往是來自於這樣「以偏概全」的思考和語言。

如何自擴張渲染中捕捉到事實呢？從這次經驗，我發現必須去追問：所謂的「每次」是指那幾次？形成這種概念的背景資料及經驗是什麼？我是如何去歸納形成這樣的概念呢？

在表達時如何能不以偏概全呢？我想方法一定很多，但初步應儘量避免使用絕對性的語言，如：「每次」、「都」、「一直就是這樣」等，並且要提醒自己那些概念的局限性以及每次事件情境的差異性，尤其不可有預期下次也必然如是的心態。這樣才不會掩蓋了事實，也才不會抹煞了因緣隨時變化所顯現的盎然生機。