

## 學會讚嘆自己，也跟人分享

另外，我們要學會「邀功」，要自己開口讓別人知道「自己做什麼」，跟別人「討喜悅、讚嘆」。我們常在等待：「都沒有人跟我讚嘆！」我們要自己開口說。例如：「你看一下，我做得好不好？很好，對不對？」

開口去要，隨時得到滿足。開口讓別人知道——當自己可以這樣做時，只要別人指責、糾正，或提供意見，就較能接受。因為自己的柔軟夠，讚嘆多，自己就先會讚嘆自己。處在一個容許有錯、可以進步的狀態時，會覺得別人的批評、建議，是增上自己的因緣。

當自己覺得需要被讚嘆，就去向別人討。例如：「我幫你拿東西，

你有沒有跟我說謝謝？」類似這樣。

需要讚嘆，就一次、二次地跟別人說，說一次沒回應，就不再嘗試，這就是放棄。我們可以不斷邀請，一次、二次、三次，對方一定會說：「好啦！有啦！有漂亮。」如此，不就有讚嘆了嗎？重點是自己需要；不是他人需要給我們。要知道自己的需要，幫助自己。

我最喜歡讚嘆自己。有居士說：「聽到讚嘆自己，就開心起來！」才知道原來自己值得被肯定。

學佛了，應該要改變自己，改變自己的業；開始用不一樣的想法，開始調整。

學佛，就是學佛陀的想法。佛陀的想法本來就不是我們的，所以今天學，明天可能忘記；再想，再重複、重複。以前是重複造就此生的性格、習性、業力跟因緣。從現在開始，我們學習重複新的東西，就會再結不同的因緣，展開不一樣的新生。