

不害:體諒的心

「不害」:體諒的心。例如借物用完了趕快歸還,因為自己要用,也知覺到別人的需要,能夠考慮、體諒到別人,這就是不害的心。儘量不損惱眾生,不給眾生苦惱,走路、關門、說話儘量小心,不傷害眾生;跟別人有交集的事情先做,不要讓別人等,這都是不害的心。Publish

不害是見眾生痛苦,不但沒有排斥他,還能夠把別人的苦 難當成自己的苦難。別人的缺點,私底下勸諫,就是具悲憫心、 不害的心。

不用肢體損害人,容易;不用言語損惱人,較難。每一個人都有死穴,有他很在乎的點。例如:會畫畫的人,你說他菜煮得不好,他無所謂;但是說他畫畫得不好,那就是按到他的死穴,他會在乎。說話不要觸碰到別人的痛處,經常注意:所講的話,是否傷害到對方?講話要厚道,不要刻薄,對人多鼓勵,不要貶損、嘲諷別人。一句話就看你怎麼講,可以講得圓融一點,不要傷害到別人,這樣可讓你的「不害心所」增長。