

# 寬容

## ——給犯錯的世 世給自己一份愛的希望



◆林彥宏

在「慧炬兒童作文寫作班」總是充滿喜悅的。

孩子對生命不質疑，文字中呈現深層的精神信念，那往往便是良善的心寶。有時靈光閃現，常令我們讚歎佩服；有時吐露妙語，可以是久浸塵勞的人們一記醒鐘棒喝。穿梭在這樣的真心交流中，常常，我不覺得自己是在「教寫作」，而是透過寫作，與一群澄淨靈敏的生命「交心」，在孩子們純真的文字裡獲得啟悟。

感恩慧炬雜誌惠賜這方天地，於是有機會將每篇交心的文字中，那一次次的生命感動與讀友們分享。透過孩子的創作，可以照見我們的本心，若能因此引動迴響，讓更多的慈悲與智慧增長，則是我最衷心的盼望。

### 主題設定——寬容，是慈悲的前行

世上種種的爭執紛擾，莫不起因

於缺乏慈悲的觀照。回頭看著孩子在成長過程中逐漸形成的人際好惡，我們不忍心，孩子即將涉入這樣的對立之中。

慈悲是大愛，在慈悲的修練之前，「寬容」將是一項前行。當我們寬大得容得下原先的不願原諒，我們便開始踏上了慈悲的修練之道。基於這樣的信念，便以「寬容」作為這次的寫作主題。

### 課程現場——自他交換，感通兩端

首先請孩子發表自己所「不能原諒」的人與事，並將內容記錄在學習單上，同時回答學習單上的提問：「不原諒他，自己的心情如何？」完成後，我們討論：「有誰出生到現在沒犯過錯？」然後再依次縮短範圍「一年內沒犯錯的」、「一個月內沒犯錯的」，結果大家發現，犯錯是如

此容易發生的事。隨後，請孩子閉目靜心，回憶自己曾經犯過的錯，回到當時那個情境，感覺當時心裡有個很卑微的聲音說著：「希望你能原諒我！」

張開雙眼，將學習單與周旁同學交換。現在，請同學秉持那份「希望你原諒我」的心聲，化身為同學學習單上那位不被原諒的人，針對所犯下的過錯，在學習單上寫下造成此錯的原因與當下內心的感受，然後真誠道歉。學習單完成後再交還給同學。

孩子在取回自己的學習單後，紛紛急著閱讀對方的回應，我們可以在孩子閱讀時，那深鎖眉頭轉為面帶微笑的表情中，看到書寫的療癒實景。此時，每位孩子手上的學習單，皆記錄著自己「不願原諒的錯」、「『不願原諒』對自己身心的影響」與對方「犯錯的說明與道歉」和「請求被原諒的心情」。以這四項元素，孩子便組織起這樣的段落：

### 高智勇

那天同學把我鉛筆盒裡的橡皮擦偷走，在我發現之後還不願意承認，因為這樣，我們好幾天不說話，因為我一直無法原諒他。直到某天，我在

校園裡散步，路過過去我和他一起打過羽毛球的球場，想起過去的我們其實非常要好，我的心裡有個聲音告訴我：「他可能因為橡皮擦不見了，而正好看見我的鉛筆盒裡有一個跟他一模一樣的橡皮擦，所以才把它拿走了。」這麼一想讓我恍然大悟，於是我決定原諒他。沒想到這個念頭才一生起，那些不快樂的心情便一掃而空，我真正的感到解放。

在智勇的書寫中，我們看到他找到了一個化解對立的方法，是「回想對方的美好」。走過記錄著彼此快樂身影的球場，他發現與好友之間的相處一直都是愉悅的，如果因為一次的小摩擦就全盤推翻，實在不公平也不捨得。經過這樣的返照，他展開了寬容的悲懷。



### 李霖

新聞曾經播報挪威殺人魔的駭人事件，他無情地殺害與他不相關的人，當下我感到非常憤怒，認為他完全沒有人性，永遠不能原諒！這樣的心情持續了好多天，我甚至還因此作了噩夢。然而我始終無法相信一個人可以無緣無故的殺人，於是我想：



「或許他生了病，失去了理智。」沒想到，這個想法一出現，原本在心中的憤怒竟然一溜煙的飛走，讓我重新找到平靜。

李霖所呈現的是面對不平之事所生起的一種情緒反應——憤怒。無論什麼原因，憤怒都將對身心造成負面影響，它所帶來的破壞甚至會波及旁人。文字裡透露了他擺脫這個折磨的重要力量——慈悲。由慈的觀點，他無法相信一個人可以無緣無故地殺人，由此他去揣想此人犯行的背後「或許他生了病」這正是悲的精神。當慈悲一現，安定了憤怒所造成的身心震盪，讓他重回平靜。

### 胡昱庭

我的好朋友CC有次缺交作業，當老師發現後，她竟然推卸責任到我身上，說我沒告訴她作業內容，連累我也被師責罵。當時我失望又生氣，過了好幾天也都耿耿於懷。後來我在家裡犯了一個小錯，雖然不是故意的，卻擔心會受到責備，幸好媽媽原諒了我，我才放下了心。就在那時候，我想起CC，心中閃過了一句話：「人非聖賢，孰能無過；恕人之過，善莫大

焉。」於是我決定原諒她。頃刻間，心中那耿耿於懷的烏雲便消散了。

昱庭示現的是另一種面對「不可原諒」時所進行的修練——自他交換。她前後經歷了「被犯之人」與「犯錯之人」的過程，發現犯錯的人都會有的共同希求，便是「被原諒」。於是她以這樣的體會去重新面對CC，那耿耿於懷的烏雲消散，「寬容」為她重現晴空。

### 課後餘音

人世的變化是無常的顯現，我們無法為孩子預約一個無爭的未來。然而萬法唯心造，如果我們在孩子心中先播下慈悲的種子，養成寬容的氣度，當風暴來襲時，這樣的守護將使生命安然鎮定。而這樣的寫作課，是我所認為「寫作」在語言文字的訓練之外，能與孩子們更具意義的「心交流」。

以此作為專欄初篇，與讀友分享。🕒

本文作者為「紀念余家菊先生文教獎學基金會」  
兒童作文寫作班指導老師

