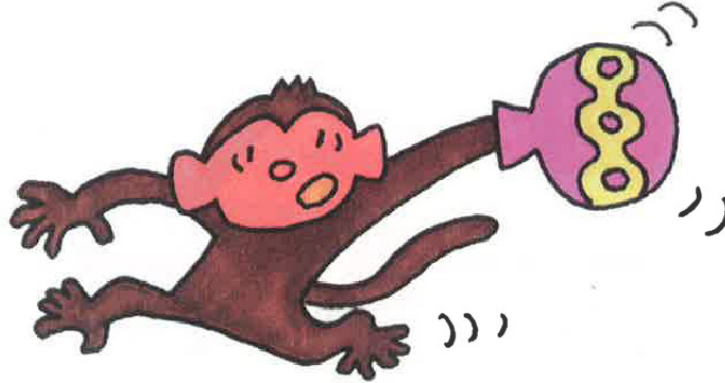


## 捉猴子

古代的猎人惯用一个诱捕猴子的方法。猎人在一个窄颈陶罐中装满了甜食及硬果，然后把罐子放在猴子出入的树下。贪吃的猴子将手伸入罐内，抓住大把的糖果及硬果，想取出时，手却卡在罐子里。



这时猎人就会出来捕捉猴子。猴子贪图糖果，不肯放手，于是带着罐子逃跑。陶罐的重量使它无法迅速跑动，即使要爬树脱困，手荷着重物根本无法如常地敏捷攀爬。因此，猎人不费功夫就捕捉到猴子。

其实，人类的情况何尝不是像猴子一样。我们往往被眼前的事务所束缚，工作时遇上的难题，下班时不把问题留在办公室，反而全部带回家。回到家里无法放松心情，甚至与家人闹情绪，上床睡觉时问题依旧在脑海翻腾不已，难于入眠。隔天精神不振，而问题还是得带回办公室。

所以要谨记猴子的教训；我们没有必要整日背着沉重的包袱和思想上的累赘，赶紧“放下”包袱，才能重获心灵的自由，保持心灵的平静和超脱。不要执着于外在的事务，按自己力所能及来善尽职责，也不执着于结果，一个人才能得到真正的幸福。

马来西亚沙迪亚赛理事会  
原著/图：SSEHV 人类价值教育丛书系列 006