

## chat chat 滿天 提舍

不知何時開始，香港社會到處都在chat chat，不管男女老少，不停的chat，滔滔不絕。在大排檔、快餐店、happy hour的酒吧、公園。上至政治、社會問題、下至家中瑣事、親朋事故。可大部分是不成熟，不明就裏的意見，重覆抱怨、言不及義，大聲吵嚷，不但沒有建設性，且瀰漫一種無聊消極氣氛。當然大家都無心工作，敷衍了事。於是產生了維園的城市論壇、表達空間、言論自由、抗議區域等，將來必有更多渠道讓人chat chat，果然，現在網上言論、facebook等不同形式的chat chat，更多姿多彩。只是無止境的chat chat，沒完沒了，更影響工作。

這反映了人們心中太多鬱結，太多不滿，太多意見，急待抒發，如果強制不讓宣洩，將導致崩潰，精神病的產生。這病態的現象，亦反映了社會的病態。不應厭惡，反要可憐、同情憐憫他們，找出病態背後的原因，設法解決，病態自會消除。這刻的病態在提醒我們，問題產生了，該設法解決。因此是一種警號，是一種提醒，應視作正面的啟發。

要疏導有四點：1. 知足：不要只想不足夠、不好的境況，多想自己擁有的優勢環境。2. 接受不如意，缺憾的存在。雖然很多差強人意，不完美的存在，但大體總算很好。處於娑婆世界就是要堪忍。3. 保持愉快心態。剛強眾生總是將剛強力用在負面上，如能將剛強力面對困苦，逆境，誓要保持愉快心態多好。4. 逐步改善。不能消極過活，該從自身做起，逐步改善，達於至善。

少接觸電視、廣告、網站等荼毒，它們都是不清淨，歇斯底理，讓人心靈污染。該轉向念佛，談論佛法，為大眾謀幸福。

從佛教立場，除不鼓勵潰鬧外，也不鼓勵無意義的言談，說是非，談論他人過失，反思每一句說話是否對眾生有利。講一句話很容易，每天講無數句話，如不小心，傷害人也無數，做業也無數，能不在意嗎？多言的過失更有1. 防礙定境的生起2. 言多必失。3. 言多必影響辦事效率。4. 防礙思考。5. 防礙觀察環境。6. 虛耗時間精神。

最後，如能做到社會安靜，祥和；各人面帶微笑，不浮躁，優閒自在多好。如更能做到凡事放下，不為絢爛的世間所動，將更符合佛法標準。