

## 如何处理坏习惯

有一个人染上了吸鸦片的坏习惯。他不能自拔，时常萎靡不振，无精打采。一位圣者刚巧路过这位瘾君子居住的城市，并为许多市民提供辅导和开示，瘾君子也趁机寻求他的忠告。

圣者劝导他停止吸鸦片，因为他的健康已在恶化。瘾君子说他欲罢不能，始终不能放弃鸦片，他恳求圣者给予一些指示。



圣者问他每天消费多少鸦片，他拿出一块鸦片以示每天所消费的份量。圣者拿了一支与那块鸦片一样大小的粉笔，并告诉他可以继续吸鸦片，但是不可吸超过那支粉笔的重量。瘾君子欣然接受，虽然圣者也提议他每天必须用那支粉笔在黑板上写三个“OM”字。



就这样，这支粉笔每天逐渐缩小，而那瘾君子所吸的鸦片份量也逐渐减少。最后他终于成功戒除这个坏习惯。

马来西亚沙迪亚赛理事会

原著：Chinna Katha

译：中文组

图：Vidya