

# 宽容——幸福人生的十六堂课

厉世成 任德孝 主编

上海人民出版社

# 宽 容

——幸福人生的十六堂课

厉世成 任德孝 主编

上海人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

宽容:幸福人生的十六堂课/厉世成,任德孝主编  
—上海:上海人民出版社,2010  
ISBN 978-7-208-09403-1

I. ①宽… II. ①厉… ②任… III. ①人生哲学-通俗读物 IV. ①B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 127850 号

责任编辑 朱慧君 季宵瑶  
封面装帧 北戈设计工作室

宽 容

——幸福人生的十六堂课

厉世成 任德孝 主编

世纪出版集团

上海人民出版社出版

(200001 上海福建中路193号 www.ewen.cc)

世纪出版集团发行中心发行

上海崇明裕安印刷厂印刷

开本 890×1240 1/32 印张 8.5 插页 4 字数 180,000

2010年8月第1版 2010年8月第1次印刷

ISBN 978-7-208-09403-1/B·827

定价 22.00 元

主 编 厉世成 任德孝  
编 委 金 斌 李 峰 吴乐园  
韦江珍 厉江艳 朱亚燕

# 序

杜飞进<sup>①</sup>

一看到“宽容”这个词，我的脑海里马上就闪现出了儒家学说中的“仁”和“恕”。

《论语·颜渊》中说道：“樊迟问仁。子曰：‘爱人。’”在同一章解释“仁”的内涵时，孔子又说：“己所不欲，勿施于人。”《论语·卫灵公》中说道：“子贡问曰：‘有一言而可以终身行之者乎？’子曰：‘其恕乎？己所不欲，勿施于人。’”可见，“仁”和“恕”都可以用“己所不欲，勿施于人”来解释，说明这两个概念是相通的、具有内在一致性。

“己所不欲，勿施于人”是儒家伦理思想中最精粹、最有价值的要义之一，其本质就是，在承认人性相通并倡导“爱人”的前提下，主张人与人之间相互理解与体谅。而这正是“宽容”的主旨所在。宽容，即恕，是中华民族的传统美德，是中华文化的宝贵精神财富。

---

<sup>①</sup> 杜飞进：《人民日报》科教文部主任，高级编辑，法学博士。

不仅如此,宽容也为生活在这个世界上的其他民族所提倡和赞美。莎士比亚在《威尼斯商人》中说:“宽容就像天上的细雨滋润着大地。它赐福于宽容的人,也赐福于被宽容的人。”美国作家亨德里克·房龙著有《宽容》一书,他在用艺术性的笔法写下反抗无知、偏执和暴虐的檄文之时,也让人们结识了人类文明进程中许多伟大、自由而又宽容的心灵,是一部挑战愚昧与极端观念的佳作。书中写道:“每个人都有权利选择自己所认可的信仰,不应该把自己认为是正确的观念强加给别人,我们应该宽容地对待与自己不相同的观点。”由此可知,宽容乃是全人类共同尊奉的思想理念,是人类共同的精神财富。

宽容需要涵养和胸怀。它能包容人世间的喜怒哀乐,使人生进入一种潇洒的境界。宽厚待人,容纳非议,不斤斤计较、患得患失。生活经验告诉我们:与人为善,就是与自己为善;与人过不去,其实就是与自己过不去。只有宽容地对待他人和体谅他人,我们才可以获得一个放松、自在的人生,才能生活在欢乐与友爱之中。一个宽容的人,到处可以契机应缘,微笑对待人生。

宽容也需要忘却。忘记昨日的是非,忘记别人先前在某种背景下对自己不公正的指责和伤害。学会忘

却,生活才有阳光,才有欢乐。宽容是不斤斤计较,每个人都会犯错误,如果对别人的错误耿耿于怀,就会形成成见,戴上有色眼镜,就会限制自己的思维,也限制对方的发展。即使是别人对自己的背叛,也并非不可容忍。能够承受背叛的人才是最坚强的人,更能够赢得信任,防止或减少背叛。正如马克·吐温的格言所说:“紫罗兰把它的香气留在那踩扁了它的脚踝上。这就是宽恕。”

宽容还需要“善与人同”。别人和自己意见不一致时,要尊重别人而不强求。不应总自以为是,而排斥不同意见。须知任何看法都有其来由,任何人都会有对生活的独特看法和体会。“我虽然不赞成你的观点,但是,我誓死捍卫你说话的权利。”何况我们还要学会从不同意见中吸取其内含的合理因素,用来丰富自己的思想。

宽容是一种坚强,而不是软弱。鲁迅先生生活在风雨如磐的黑暗年代,他最主张“韧的战斗”,写过著名的战斗杂文《论“费厄泼赖”应该缓行》,但是,他也有这样的诗句:“度尽劫波兄弟在,相逢一笑泯恩仇。”宽容能以退为进,始终把主动权掌握在自己的手中。宽容是一种生活的艺术、人生的智慧,是洞明世间万象以后所获得的那份从容、自信和超然。

宽容是一个具体而微的话题,可以用来处理我们

身边最常见、最琐细的事情,如闲言碎语、蝇头小利、邻里纠纷等。生活在现实社会中的每个人都应该学会宽容,讲求宽容。人人从自我做起,我们身处的社会环境才会更加美好和谐。

宽容,对于人生来说,是一种艺术,更是一种智慧。作为艺术,它有助于人生成功;作为智慧,它有助于造就大写的人生。无论作为艺术还是作为智慧,都离不开学习,离不开对宽容精髓的把握。厉世成、任德孝等人编写的《宽容——幸福人生的十六堂课》,就为人们掌握宽容艺术、开发宽容智慧提供了有益的学习镜鉴。厉世成、任德孝等都是教育工作者。他们怀着仁者之思,编写《宽容——幸福人生的十六堂课》一书,搜集、编写了古今中外丰富而生动的典型事例,分为16类,从不同的角度来印证他们的主要观点:人生需要宽容。编写者不辞辛劳地做这件事,不图名不图利,而是出于高度的社会责任感,这是他们为推动和谐社会建设作贡献的一种自觉行动。这种精神十分可贵,也十分感人。我相信,厉世成、任德孝等人的一番苦心、一番劳动一定会得到回报,读了这本书的人也一定会从中受到深刻而生动的教育。

2009年3月28日于涵虚斋

# 人生需要宽容

厉世成

两千多年前，大圣人孔子的学生子贡问老师：“有没有一个字，可以作为终身奉行的原则呢？”孔子回答：“那大概就是‘恕’吧！”

一个“恕”字，可以独一无二地奉为终身做人的原则，足见这个“恕”字的分量之重。

恕者，宽容也。

人，每天都与人为伍，共同生活。世界上大概极少数人会有鲁滨孙那样的“孤岛”经历，但绝不可能有人一辈子离群索居，踽踽独行。所以，人活在世上，必须学会与人相处。可以说，与人相处的学问是人生的第一大学问，而宽恕，应该就是这第一大学问之中至为重要的一章。

## “仇恨袋”莫踢

每当我们浏览报纸抑或关注电视网络，经常可以

看到如下的新闻：

河北保定唐县，一个 21 岁的青年，因为宅基地、建房、倒煤渣等琐事纠纷引发的积怨，残忍地杀害了伯父全家九人。（《新京报》）

北京延庆县番营乡一农民开车时与一骑自行车者发生争执。因怨气难消，竟将骑自行车的人故意撞死。（《北京青年报》）

陕西一饭店老板娘因一顾客在饭店前小解与之发生争执，气愤之中，喊来丈夫封某伙同他人疯狂地砍杀了多人。（中央电视台第七频道《中国武警节目》）

诸如此类的报道不胜枚举，而且一个个触目惊心，为企求幸福安定的人们敲响了警钟；警示人们在物质文明进步的今天弘扬中华传统道德，倡导宽容是多么迫切和重要。

很明显，上述案例大多起因于琐碎小事，而这些琐碎小事的矛盾当事人又不能谅解和宽容。所以他们在丧失理智以后，贸然去踢希腊寓言中那个愈踢愈鼓，最后阻死了自己人生去路的“仇恨袋”，既害苦别人，更葬送自身。

社会上，有些人不懂得在与人相处之中用理智的缰绳驾驭情绪烈马的重要。他们也不懂得人各有秉

性,而且都会犯错。所以他们在遇到别人与自己过不去的时候,情绪即刻信马由缰。轻则怒目以对,口出恶言;重则捋袖揎拳,操戈斗殴;乃至纵欲行凶,酿成惨祸。

人,都要为自己的过错付出代价。冲动而又不肯宽容的人,往往能图得一时的痛快,但于人于己造成的难以弥合的巨大创伤和损害,却是他们所始料未及的。

### “人”字的含义

我们知道,“人”这个字,由一撇和一捺构成。电视剧《编辑部的故事》中的那个主题歌唱得好:“人字的结构就是互相支撑”。“支撑”,其实就是友爱。人只有友爱才成其为人。

应该说,在遇到伤害自己的刺激时,大多数人的心里会泛起怨愤的涟漪乃至滚动仇恨的波浪,但是明智者却能马上头脑清醒,冷静处事,而决不耿耿于怀。他们懂得人与人之间的关系“和为贵”。因为人际恰如“人”字的“撇”和“捺”,互为支撑依存。所以,交往需要友爱宽谅,遇事应该设身处地地“把自己看作自己,把自己看作别人;把别人看作别人,把别人看作自己”。同是社会大家庭中的一员,面对磕碰,完全可以心平气

和地交流沟通一下,以消除隔阂;或者“糊涂”一点,道一声“对不起”,回一个“没关系”;当然,最好是能来一点幽默,从而化干戈为玉帛。所谓“相逢皆有缘,一笑泯怨仇”。这样,许多矛盾都能烟消云散而人人关系融洽。反之,如果凡事斤斤计较,睚眦之怨必报,则必然要烦恼上门,祸患及身。有人说,宽容是人们生活幸福美好的“安全阀”,这话是很有道理的。那些好斗气爱逞强的人,因为内心空虚和缺少涵养而不谙此理。可他们一旦失足酿祸,大多数人事后又都懊悔不已。但是人生不售回程票,世上也没有后悔药,容易冲动又气量狭小的人最后都会自食苦果,实在太可悲了。

据说许多欧洲人在临终之时要宽容所有的人。“人之将死,其言也善”,这固然很好,但毕竟来得迟了些。因为他们已经为怨恨付出了终身痛苦的代价。人生在世,应该极早明了互相友爱、互相支撑的道理,让自己的人生自始至终无愧无悔。

### “先把宽容挑选出来”

众所周知,人性中最为美好的品德是与人为善。美国诗人罗斯特说:“与人为善就是宽谅。”可见,宽容是人性中最宝贵的品性——善良的美好体现。富兰克

林当年就曾告诫孩子：“如果美德可以选择，请先把宽容挑选出来吧！”

当别人伤害了你，误解了你，当别人有了过错，你都能理解宽谅，得理饶人，放他一马。这种人性的善良，历来就是备受人们推崇的美德。

三国时蜀国的宰相蒋琬，虽“一人之下万人之上”，但他既能宽容属官杨戏的不敬，又能直面下级杨敏的尖酸讥讽言词。后来当杨敏因罪下狱时，蒋琬也没有乘机落井下石，所以，人们誉之“宰相肚里能撑船”。

当然，“肚里能撑船”的不单有蒋琬这样的“宰相”。古往今来，普通百姓之中，具备这种美德的也不乏其例。

据南朝梁时萧子显的《南齐书》记载，襄阳有个叫韩系伯的农夫，他的一块地与人相邻，于是以种桑树为界。韩系伯怕桑树遮挡了邻地的庄稼，就将桑树往自家这边移了几尺。谁知邻地主人见后，竟也移动自家的庄稼跟进了几尺。韩系伯装作不知，再将桑树往自家这边挪了几尺。不料邻地主人得寸进尺，又如上次移动庄稼跟靠。即便如此，韩系伯仍不计较，第三次让了地。邻地主人终于自感羞愧，于是“还所侵地，躬往谢之”。

这是忍让宽容的人际和谐之歌。韩系伯移桑体现了一种人性的高尚境界。这种境界根植于善良，根植

于友爱。有了这份友爱,就能事事想到别人;有了这份友爱,不仅在琐碎小事上甘吃亏,肯忍让,即使是在遭遇人生最大的伤害和打击时,宽容仍然会是他们的天性。

2008年12月,国内多家媒体上有这样一则感人的报道:邯郸市峰峰矿区一位叫梁建红的母亲,她唯一的爱子在结婚大喜日子的前10天,因为500元工钱的纠葛被工友捅死。梁建红痛不欲生,可是,为了给年轻的凶手留一条生路,这位生性善良的母亲竟然不顾亲友的强烈反对,进京为凶手求情……在庄严的法庭上,凶手当庭跪地哭叫她“妈妈”,就连法官、检察官、凶犯家属及辩护律师也都无不动容泪下。

世上有真情,人间有大美;感天动地是宽容,感天动地是爱心。法国著名作家雨果说:“世界上最宽阔的是海洋,比海洋宽阔的是天空,比天空宽阔的是胸怀。”人的心只有拳头那么大,但一个无比善良的人的心,一个无比宽容的人的心,一个充满爱心的人的心却装得下整个世界。

### 睿智者的“退一步”

有道是“进一步山高水险,退一步天广地宽”。在

人际发生矛盾时，“进一步”是指加剧矛盾升级的冲动行为；而“退一步”则谓头脑冷静的宽容忍让。可见，这里的“进一步”并不是进步和胜利，而“退一步”倒恰恰是理智和成功。老子在《归元章》中说：“守柔曰强。”意思就是在一些冲突发生的时候，能够守住柔顺的人，才是真正的强者。宽容的人往往站得高，看得远，把握全局。他们懂得“小不忍则乱大谋”，所以能忍常人所不能忍，容常人所不能容。

秦末的韩信在蒙受“胯下之辱”时，并未图一时的扬眉吐气，砍了那个肆意凌辱他的市井小人。“江海不与坎井争其清，雷霆不与蛙蚓斗其声。”他不仅当时默默吞下了这奇耻羞辱之苦酒，更令人难以置信的是在他富贵还乡之时，竟然还要“召辱己之少年令出胯下者以为楚中尉”。韩信所以有如此超凡的忍耐力和包容性，就是因为他胸有鸿鹄，志存高远。可以肯定，要是韩信没有当时那压住烈性的从容“退一步”，就不可能有他后来将兵百万而建立奇勋的“天广地宽”。

“六尺巷”的故事为人们所耳熟能详。清康熙年间的大学士张英在得知邻居侵占他家宅地后，未动肝火，更未依仗权重势大压人，而是头脑清醒地写了一首“让他三尺又何妨”的短诗劝解家人友爱睦邻、宽容退让，因此而被感动的邻居不仅不侵占张家宅地，反而从自

家退后三尺。张英的“退一步”成就了一段宽容谦让的千古佳话。

《说文解字》曰：“忍，能也。”所以，必要的示弱，不是软弱；必要的妥协，不是消极退缩。这是一种清醒，它体现了宽容者的人生智慧和恢宏气度。

### “饶人”和“自饶”

有人总认为，忍让是无能，宽容是吃亏，退却是失败。说到底，他们不懂得“退也是进，失也是得”（《菜根谭》）的哲学道理；他们没有看到，忍让宽容，是在予人“赢”的同时，也在为自己，为自己所奋斗的事业书就一个非常了不起的“赢”字。

春秋时期的齐桓公，没有计较“一箭之仇”，宽恕了曾经要取他性命的政敌管仲，并听从鲍叔牙的建议，任命管仲为上卿，还尊之为“仲父”，放手让其改革。齐桓公的宽容，最终让他自己登上了“春秋第一霸”的宝座。

同是春秋时期，在楚国的一次庆功宴上，楚庄王得知有一个赴宴将领趁烛灭灯黑对自己的爱姬非礼而被摘下帽缨时，不仅没有震怒，还故意在掌灯前让所有的赴宴者摘下帽缨，巧妙地保护了醉酒非礼的将领唐狡。在不久后的战斗中，正是这位被宽恕的部将舍身报主，

救了楚庄王的性命,为楚国的胜利立下汗马功劳。

美国第 16 任总统林肯的继母曾经给林肯讲述过猎人班卜和印第安人之间发生的猎物争执故事。由于班卜把分明属于自己的猎物让给了印第安人,后来,本是对手的印第安人成了班卜的救命恩人。

俗语云:“得饶人处且饶人”,也就是“得理饶人”,也就是“冤家宜解不宜结”。这里“饶人”的“饶”字,本意是富有。“饶人”,就是让别人富有。宽容作为一种美德,体现了马克·吐温说的“把香气留在了踩扁自己的人的脚上”的紫罗兰的牺牲和奉献精神。但也正如上述例子告诉我们的,宽容者以德报怨,最终得到的是“饶人”自“饶”的双赢美好结果。这,大概也正是“善有善报”的最好注脚。

### “知者乐,仁者寿”

稍有点知识和头脑的人都知道,人活在世上,最需要的不是百万亿万的家产,不是穷奢极欲的物质享受,而是幸福快乐的生活。但是幸福快乐属于精神范畴。一个人没有精神负担了,心情才能轻松快乐。一个能够忍让宽容的人,因为他的爱心多于怨恨,所以心无芥蒂,豁达乐观,每每有一种战胜自我的轻松感,这无疑