

第一集 忍辱

——
处理矛盾的不二法门

印度佛教认为忍辱是由生死迷界的此岸度至涅槃解脱的彼岸的基本修持方法之一。它对忍作了众多阐述，认为忍分为内忍、外忍、法忍、随佛印忍、无方所忍、无分别忍、非所为忍、不逼恼忍、悲心忍、誓愿忍等十忍。

其中，内忍指能忍受身心的痛苦；外忍指能忍受外来加诸的各种痛苦；法忍指对瞋恚、忧愁、爱欲等心法和寒冷、暑炎、风割、雨淋、饥饿、干渴、衰老、病痛、死亡等非心法的忍耐；随佛印忍指瞋恚、恼毒之心起时，能思索此因何缘而生、因何缘而起，以不见瞋恼之因、不见从生缘起之处而止灭瞋怒之心；无方所忍指在一切场所、一切时间都能常生安忍之心；无分别忍指对所加诸苦辱的人和事，不问亲疏尊卑，都能以平等心忍受；非所为忍指忍耐之心的生起并不因为某种特殊的原因，如不因事由、畏惧、行恩、示惠、顺世、惭愧等原因而忍刻苦辱，而是无所为而常修常持忍心；不逼恼忍指对于环境、遭际中所受的屈辱，能安然忍受；悲心忍，对于他人的辱骂、触恼不生怨恨，反而起悲心怜悯；誓愿忍，即立誓拔除一切众生之苦，由此不对众生的辱苦产生任何怨恨。毋庸置疑，这种忍辱更多的是要求对于他人加之于己的屈辱逆来顺受，不怨不怒不报，是极其消极、悲观的。

随着佛教的本土化发展，随着佛教文化与儒家、道家文化的交融，中国佛家便摒弃了那些消极的因素，兼收并蓄本土文化中的谦恭、宽厚、和谐、不争的美德，形成中国佛家的忍辱智慧、忍辱修养、忍辱美德。这种智慧讲究谦下、虚心，克服骄傲自大之心，不仅要容受他人的怨怼，更要吸纳他人的善德；这种修养讲究博爱，对他人加诸己身的任何侮辱、恼害不愤怒、不结怨、心不怀恶意；这种美德讲究宽恕、利他，在与他人交往中，能以慈悲心肠怜悯关怀他人，为他人着想，当自己与他人发生矛盾冲突时，首先检讨自己的言行，而不是一味责备、怨恨他人。

“世人谤我、欺我、辱我、笑我、轻我、贱我、恶我、骗我”，而我只是“忍他、让他、由他、避他、耐他、敬他、不要理他”，如此，他又能把我不怎么样呢？我不与他计较，他自己也会觉得无趣。因而，忍辱是在学习、工作和生活中，处理各种矛盾的不二法门。

忍耐是消除误会的良药

佛说：“若不能忍受侮辱、恶骂、毁谤、讥评，如饮水甘露者，不能名为有力大人。”在他人的侮辱、恶骂、毁谤、讥评面前，忍耐不是消极，不是停顿，更不是退让；而是力量，是承担，是前进，是负责，是大仁大勇的动力；是牺牲自我，成就别人。一个能够忍受误解，不为自己辩解的人，必定是虚怀若谷、胸襟宽广的人，他不会对他人的过失斤斤计较，不会对他人加诸己身的一切烦恼、侮辱产生怨恨、报复，而能始终谦逊谨慎，常善于人。这样的人令人尊敬，也让人爱戴。

寒山禅师曾问拾得禅师：“世人谤我、欺我、辱我、笑我、轻我、贱我、恶我、骗我，该怎么办？”

拾得禅师说：“只是忍他、让他、由他、避他、耐他、敬他、不要理他，再待几年你且看他。”

寒山云：“除此之外，还有其它方法能够躲得过吗？”

拾得云：“我曾看过一首弥勒菩萨偈，你听我念给你听：

老拙穿衲袄，淡饭腹中饱，
补破好遮寒，万事随缘了。
有人骂老拙，老拙只说好；
有人打老拙，老拙自睡倒；
涕唾在面上，随他自干了，
我也省力气，他也无烦恼，
这样波罗密，便是妙中宝。

行到水穷处，坐看云起时。

——唐代诗人王维《终南别业》

若知这消息，何愁道不了。
人弱心不弱，人贫道不贫，
一心要修行，常在道中办，
世人爱荣华，我却不待见，
名利总成空，我心无足厌，
堆金积如山，难买无常限。
子贡他能言，周公有神算，
孔明大智谋，樊哙救主难，
韩信功劳大，临死只一剑，
古今多少人，那个活几千。
这个逞英雄，那个做好汉，
看看两鬓白，年年容颜变，
日月穿梭织，光阴如射剑，
不久病来侵，低头暗嗟叹，
自想年少时，不把修行办，
得病想回头，阎王无转限，
三寸气断了，拿只那个办。
也不论是非，也不把家办，
也不争人我，也不做好汉，
骂着也不言，问着如哑汉，
打着也不理，推着浑身转，
也不怕人笑，也不做脸面，
儿女哭啼啼，再也不得见，
好个争名利，须把荒郊伴。
我看世上人，都是精扯谈，
劝君即回头，单把修行干，
做个大丈夫，一刀截两断，
跳出红火坑，做个清凉汉，
悟得长生理，日月为邻伴。

虽然，这首弥勒菩萨偈过于宣扬忍受环境、人际给自己带来的苦恼，消极的成分极大，但细细品味，仍有几分道理，毕竟在人际交往中，争不能止

舍利子：色不异空，空不异色；色即是空，空即是色。受想行识，亦复如是。

——《般若波罗密多心经》

争，仇不能息仇，以怨报怨只能使事情激化，导致更大的仇怨。反之，忍之、耐之，以不争息争，以德报怨，使人不能与之争，使人无法与之怨，就能很好地缓解人际关系的矛盾和紧张，进而促进问题的顺利解决。高僧白隐禅师就曾以德化怨，以忍耐来保全他人。

白隐禅师曾在一个小村庄修行，他经常为村民讲经，很受村民的尊敬，说他是位生活纯洁的圣者。当时，白隐禅师的邻居是一对夫妇，他们开着一家食品店。邻居家里有个漂亮女儿。一天，邻居夫妇俩突然发现女儿怀孕了。

夫妇俩大为震怒，追问女儿那人是谁。女儿在苦逼之下，说出了“白隐”两字。

夫妇俩怒冲冲地去找白隐算账，但白隐禅师只有一句话：“是这样吗？”

孩子生下来，就被送给了白隐。白隐禅师虽已名誉扫地，但他并不介意，也不为自己辩解，只是向邻居乞求婴儿所需要的奶水和其他用品，非常细心地照料孩子。

一年之后，邻居的女儿终于吐露出实情，孩子的亲生父亲是邻村的一名青年。

她的父母将她带到白隐禅师那里。他们向白隐禅师赔礼道歉，并要把孩子带回去。

白隐禅师只轻声说了一句：“是这样吗？”便交回孩子。



白隐禅师只轻声说了一句：“是这样吗？”便交回孩子。

心如工画师，能画种种物。

——《大方广佛华严经》

生活中，我们常常会遇到各种各样的误会。面对误会，很少有人能够默默忍受，而是拼命为自己辩解，这样做不仅难以消除误会，反而会“愈描愈黑”，加深他人对自己的误会。

佛说：“若不能忍受侮辱、恶骂、毁谤、讥评，如饮水甘露者，不能名为有力大人。”在他人的侮辱、恶骂、毁谤、讥评面前，忍耐不是消极，不是停顿，更不是退让；而是力量，是承担，是前进，是负责，是大仁大勇的动力；是牺牲自我，成就别人。一个能够忍受误解，不为自己辩解的人，必定是虚怀若谷、胸襟宽广的人，他不会对他人的过失斤斤计较，不会对他人加诸己身的一切烦恼、侮辱产生怨恨、报复，而能始终谦逊谨慎，常善于人。这样的人令人尊敬，也让人爱戴。

毋庸置疑，白隐禅师就是这样的人。他那种忍耐的智慧，他那种面对误解、面对侮辱的坦然，他那种以德报怨的风范，都是我们学习的对象。

“是这样吗？”这样一句简单的话白隐禅师重复了两次，真正体现出了白隐禅师的心胸之宽，心胸之广。为了保护邻居女儿免受不必要的伤害，他忍受了他人加诸己身的侮辱，不点破邻居女儿的秘密；为了养育无辜的孩子，他忍受误解和诽谤，这种不在乎世俗毁誉，一心为他人着想的行为，正是佛家“大度包客”的最好诠释。

不仅白隐禅师，任何一个有修养的人都应如此。只要自己胸怀坦荡，即使一时被人误解，也不必怒目相向。“心中无鬼，不怕鬼敲门。”相信事实清楚了，以德报怨的实际行动更能赢得人们的理解和尊敬。也只有大度包客，以德报怨，人格才会更加崇高。

欲净其土，当净其心；随其心净，则国土净。

——《维摩诘所说经》

胸襟宽广是成功的根本

明僧德清曾以天地江海来比喻忍辱，他说：“天地大，以能含成其大；江海深，以善纳成其深；圣人尊，以纳污含垢成其尊，是以圣人愈容愈大，愈下愈尊。”有容乃大，忍者无敌。很多时候一个人之所以能够被人敬仰，受人尊敬，不在于他的能力有多高，相貌有多体面，知识有多渊博，而在于他有宽广的胸襟，能够容人之不能。

义青禅师尚未正式开示说法前，曾在法远禅师处求法。有一次，法远禅师听闻圆通禅师在邻县说法，便让义青禅师去圆通禅师那里求法。

义青禅师极不愿意，他认为圆通禅师并不高明，又不愿违逆法远禅师，便不情不愿地去了。但到了圆通禅师那里，义青禅师并不参问，只是贪睡。

执事僧看不过去，就告诉圆通禅师说：“堂中有个僧人总是白天睡觉，应当按法规处理了。”

圆通禅师一向只听执事僧讲听者的虔诚，还不曾听说谁在堂上睡觉，便很惊讶地问：“是谁？”

执事僧回答：“义青上座。”

圆通禅师想了想，便说：“这事你先不要管，待我去问一问。”

圆通带着拄杖走进了僧堂，果然看到义青正在睡觉。圆通禅师便敲击着义青禅师的禅床呵斥说：“我这里可没有闲饭给吃了以后只会睡大觉的上座吃。”

义青禅师却似刚睡醒般地问道：“和尚叫我干什么？”

圆通禅师便问：“为什么不参禅去？”

义青禅师回答：“食物纵然美味，饱汉吃来不香。”

何为病？所谓攀缘；云何断攀缘？谓心无所得。

——《维摩诘所说经》

圆通禅师听出义青禅师话里的机锋，说：“可是不赞成上座的有很多人。”

义青禅师则胸有成竹地回答：“等到赞成了，还有什么用？”

圆通禅师听其话，知其来历一定不凡，就问：“上座曾经见过什么人？”

义青禅师回答：“法远禅师。”

圆通禅师笑道：“难怪这样顽赖！”

随之，两人握手，相对而笑，再一同回方丈室。义青禅师因此而名声远扬。

明僧德清曾以天地江海来比喻忍辱，他说：“天地大，以能含成其大；江海深，以善纳成其深；圣人尊，以纳污含垢成其尊，是以圣人愈容愈大，愈下愈尊。”有容乃大，忍者无敌。很多时候一个人之所以能够被人敬仰，受人尊敬，不在于他的能力有多高，相貌有多体面，知识有多渊博，而在于他有宽广的胸襟，能够容人之不能。这种人，不会因他人对自己的轻慢，而轻易对他人进行简单地否定。

圆通禅师能够让法远禅师敬重，并要求义青禅师前去听法，很可能就是因为圆通禅师的容人雅量。义青禅师在圆通禅师面前的自信，多少显示出对圆通禅师的轻视。圆通禅师在询问过程中不会没有察觉。倘若圆通禅师没有容人的雅量，不能对义青禅师的轻慢一笑置之，估计义青禅师是免不了被扫地出门的。然幸运的是，义青禅师遇到的是能够容人的圆通禅师，圆通禅师不仅能够容忍他的轻慢之举，而且能够肯定他，抬举他，给他应有的地位。

俗话说：“最大的是心，最小的也是心。”做人，惟有宽大容物才能成就自己。胸襟宽广，就能够团结一切人，能够成就大事。反之，心胸狭窄，容不得他人强过自己，容不得他人轻视自己，很多时候只会使自己局限于一隅，难以有所建树。

容人是一种美德，是一种思想修为，更是一种高尚的品德。一个人越能够容人之攻——对别人不妥的讥讽之词不计较；容人之长——对别人的优点虚心学习；容人之短——对别人的缺点正确看待；容人之过——对别人的错误不记旧账，其包容心愈大，成就的事业也就愈大。所以，要想成为一个伟大的人，必须有容人的雅量。反过来讲，只有自己能容人，别人才可能容自己。

汉高祖刘邦说：“运筹帷幄之中，决胜于千里之外，吾不如子房（张良）；安国家，抚百姓，给饷银，不绝粮道，吾不如萧何；统百万之军，战必

参禅何须山水地，灭却心头火自凉。

——佛家俗语

胜，攻必取，吾不如韩信。”然而，刘邦能够打败西楚霸王项羽，一统天下，就在于刘邦有容人之量，善用人才。

不仅刘邦，纵观历史，具有容人雅量，因容人而成功的帝王将相比比皆是。齐桓公不计管仲一箭之仇，反而用他为相，终于成就霸业。秦穆公不计恨走失的宝马被人吃掉，反而赐美酒招待吃马之人；楚庄王不怪罪臣下对自己妻妾的调戏，反而命大家扯冠带以助其脱困，他们的容过雅量，无形中都救了自己一命。至今“秦穆饮盗马”、“楚客报绝缨”仍为后世所传颂。蔺相如不计较廉颇的侮辱，反而处处避让，终于感动廉颇，成就将相和的佳话。唐高祖时，谏议大夫魏征曾劝太子李建成早日杀掉秦王李世民，后来李世民发动玄武门之变当了皇帝后，不计前嫌重用魏征，终使魏征为其所用，为李世民出了不少治国安邦的良策，成就了史上的贞观之治……

反之，嫉妒他人才能，不能容人的人也不乏见。最著名的要数曹操和周瑜。名士祢衡年轻气盛，恃才傲物，对曹操很无礼，曹操很想杀他，却说：“我杀祢衡这小子，像杀雀鼠般容易。但他颇有虚名，我杀他，会被人以为我没有容人雅量。”于是曹操借刀杀人，把这烫手山芋转给刘表，刘表又转送给黄祖，致使祢衡死在黄祖手里。周瑜嫉妒诸葛亮之才，多次加以谋害，却被诸葛亮活活气死，只留下“既生瑜，何生亮”的千古遗憾。

宋僧契嵩说：“其（忍耐）无争也，可辱而不可轻；其无怨也，可同而不可损。”这就是说，忍耐并不鼓励人们无原则地逆来顺受，更不是为恶行败德提供肆虐的场所，而是一种手段，虽是一味退让，但其目的是为了更好地进行善。

容者无敌，能容人，能宽以待人，让那些有小过或性格、观点与自己不同的人不难堪，不为人所累，这才是成功之道。

青山几度变黄山，世事纷飞总不干；眼内有尘三界窄，心头无事一床宽。

——梦窗禅师

韬光养晦，以不变应万变

在权谋场，忍耐是一种以不变应万变的权谋之术。仕途之求也好，霸王之业也罢，求索者都难免会遭到许多不顺遂的事，明处强敌的虎视，暗中小人的覬覦，他人的冷遇、误解、猜忌、嫉妒、陷害……稍有不慎，就无回头之路。这时候，应该自敛锋芒，忍耐处之，以退为进，以保存实力，取得“一鸣惊人”的契机。一句话，“退一步海阔天空”，忍耐也罢，韬光养晦也罢，都是为了更好地进攻。

今人谈起楚庄王，多是谈其“问鼎中原”的霸气，很少有人知道这位和齐桓公、晋文公、秦穆公、宋襄公并称为春秋五霸的霸王，也是一位“隐忍”大师，在其“一鸣惊人”之前，曾经“三年不鸣”。

在楚庄王继承王位之前，楚国已经历长达12年的混战。楚庄王的祖父是曾和晋文公争夺霸主地位的楚成王。城濮之战败于晋国后，楚成王发现原定为太子的商臣眼如黄蜂，声如豺狼，认为他生性残忍，于是想改立王子职为太子。商臣知道这件事后，便先下手为强，率领宫廷卫队冲进成王的宫殿，催逼成王自杀，自己即位为楚穆王。

楚穆王在位12年，死后由其子侣即位，号楚庄王。即位时，楚庄王还很年轻，即位之始，他并未像其他新君那样雷厉风行地“烧起三把火”，而是舍弃国政，一味纵情享乐。他有时带着卫士姬妾去云梦等大泽游猎；有时在宫中饮酒观舞，浑浑噩噩，无日无夜地沉浸在声色犬马之中。

每逢大臣们进宫汇报国事，他总是不耐烦地回绝，任凭大臣们自己处理。不久，朝野上下都拿他当昏君看待。

只要自觉心安，东西南北都好。

——慈航法师

看到这种情况，朝中有一些正直的大臣都焦急万分，许多人都进宫去劝谏，可楚庄王不仅不听劝谏，反觉劝谏妨碍了他的兴趣，便发了一道命令：谁再来进谏，杀无赦。

此令一出，再无大臣敢于劝谏。三年过去了，朝中的政事乱成一团，但楚庄王仍无悔改之意。在这期间，他的老师斗克和公子燮趁机掌握了权力。斗克对秦、楚结盟有功，由于楚成王没给他足够的赏赐，就心怀怨愤；公子燮要求当令尹，但未能实现，心中也愤愤不平，于是，俩人便串通作乱。他俩派子孔、潘崇外出征讨。待子孔、潘崇外出后，便把二人的家财分掉，并派人刺杀二人。刺杀未成功，子孔、潘崇就班师回国来杀斗克和公子燮。斗克和公子燮竟挟持庄王逃跑。一直到庐地，当地守将杀掉了斗克和公子燮，庄王才得以回到国都。

可是，经历了这样的混乱，楚庄王仍不悔改。

看到这种情形，大夫伍参忧心如焚，再也忍不下去，冒死去见庄王。来到宫殿，只见庄王左手抱着郑国的姬妾，右手搂着越国的美女，案前陈列美酒珍馐，正观赏着轻歌曼舞，一派纸醉金迷的颓废样。

庄王看到伍参进来，厉声质问：“你难道不知道我的命令吗？是不是来找死呢？”

伍参抑制住慌张，赔笑道：“我哪是敢来进谏，只是有一个谜语，猜了许久也猜不出来，知道大王聪慧，请大王猜一猜，也好给大王助兴。”

庄王这才敛去怒容，说：“那你就说来听听。”

伍参说：“高山上有只奇怪的鸟，身披着鲜艳的五彩，美丽而又荣耀，只是一停三年，三年不飞也不叫，人人猜不透，实在不知是只什么鸟！”

庄王听完了这段话，思考了一会说：“三年不飞，一飞冲天；三年不鸣，一鸣惊人。此非凡鸟，凡人莫知。”

伍参听后，知道庄王心中有数，非常高兴，便趁机说：“还是大王的见识高，一猜就中，只是此鸟不飞不鸣，恐怕猎人会射暗箭。”庄王听后身子一震，随即就叫伍参下去。

伍参回去后就跟大夫苏从商量，认为庄王不久即可觉悟。

没想到几个月过去后，楚庄王仍一如既往，不仅没有改过，还越来越不成体统了。苏从见状，觉得不能再忍耐了，就闯进宫去对庄王说：“大王身

应无所住，而生其心。

——《金刚般若波罗密经》

为楚国国君，即位三年，不问朝政，如此下去，恐怕会像桀纣一样招致亡国灭身之祸！”

庄王一听，立刻竖起浓眉，抽出长剑指着苏从的心窝说：“你难道没听到我的命令，竟敢辱骂我，是不是想死？”

苏从从容地说：“我死了还能落个忠臣的美名，大王却落个暴君之名。如果我死能使大王振作起来，能使楚国强盛，我甘愿就死！”说完，面不改色，等待庄王处死。

不料，庄王竟扔下长剑，抱住苏从，激动地说：“好啊，苏大夫，你正是我多年寻觅的社稷栋梁之臣！”

说完，庄王立刻斥退那些歌舞姬，拉着苏从的手畅谈起来。俩人越谈越投机，竟然废寝忘食。

苏从惊异地发现，庄王虽三年不理朝政，但对朝中大事及诸侯国的情势都了如指掌，并对各种情况想好了对策。这一发现使苏从激动万分。

第二天，庄王在即位三年后第一次召集百官开会，提拔了苏从、伍参等一大批德才兼备的大臣，杀了一大批罪大恶极的臣子，颁布一系列法令，迅速安定了民心。“三年不鸣”的“大鸟”从此“一鸣惊人”。

事实上，“三年不鸣”的楚庄王采取的是韬光养晦的忍耐权术。在他即位时还十分年轻，对朝中政事还不太明白，也不知道该如何处理，再加上朝中敖氏专权，对朝中大臣的忠奸情况也不太了解。当时，他若贸然妄动，只会让自己腹背受敌。于是，他便以沉溺酒色为掩护，躲在暗处观察局势。同时，为了辨明朝臣的忠奸，他还颁发了“劝谏者死”的命令。这样，他便很清楚地鉴别出哪些是敢于冒杀身之险犯颜直谏的耿介之士，哪些是阿谀奉承、只图升官发财的小人。

这样，历经三年的暗中观察，他已经能够从容地把握局势，“鸣叫”出声。此后，于内，他改革政令制度，积极采纳谏言，重视用人所长；于外，他击败庸人的进攻，争取了群蛮、巴、蜀等小国部族的归附；同时，他还改革兵役制，使楚国逐渐摆脱城濮之战后的战败国形象，并在平定了敖氏叛乱后，以强劲的兵力称霸中原。

解读楚庄王的经历，不难发现，在权谋场，忍耐是一种以不变应万变的绝佳战术。霸王之业也罢，仕途之求也好，求索者难免会遭到许多不顺遂的

寒则普天普地寒热则普天普地热。

——《佛果圖悟禅师碧岩录》

事，明处强敌的虎视，暗中小人的覬覦，他人的冷遇、误解、猜忌、嫉妒、陷害……稍有不慎，就无回头之路。这时候，应该自敛锋芒，忍耐处之，以退为进，以保存实力，取得“一鸣惊人”的契机。

一句话，“退一步海阔天空”，忍耐也罢，韬光养晦也罢，都是为了更好地进攻。

自己是佛，不用别求师资，若欲供养佛，只供养自己，一易也。无为是佛，不用看经、礼象、行道、坐禅，饥餐困卧，任缘随运，二易也。无著是佛，不用毁弃形体，捐弃眷属，山林市井，处处自在，三易也。无求是佛，不用积功累善，勤苦修行，福慧二严，元无交涉，四易也。

——佛印禅师《痛谕文》

以德报怨，多为别人着想

“菩萨所为，忍辱为大。”“宰相肚里能撑船。”我们虽是凡夫俗子，无法做到菩萨、丞相的境界，肚子里驶不了什么船，但总能养几条金鱼吧。面对冲突，咱只要耐心一点，遇事先深深地吸两口气，再让脑子左右转一转，换一个角度，多替别人想一想，将自己那满腔的怒火化为浊气吐出来，就会抑制住报复的冲动，让自己活得和平些。

日常生活中，人与人交往难免会发生冲突，有些人常常会不顾一切地争个胜负，“他骂我一句，我必骂他两句，他打我一下，我还他两下，他拍我一砖，我敲他一棍……”这种以牙还牙，以眼还眼，睚眦必报的针锋相对，只会使冲突升级，使形势恶化。而另外一些人则在遭遇别人的侮辱或伤害之后，采取忍耐、宽容的态度，以德报怨，化干戈为玉帛。

涵养极深的高僧梦窗禅师就属于后一种人。

有一次梦窗禅师外出渡河，船已离岸了，一位带刀的将军才匆匆赶到，站在岸边大声吆喝，要船马上回来把他载过去。

全船的乘客见了他那凶煞的恶相，都不愿回船载他。只有梦窗禅师劝说船主：“既然船刚刚起航，离岸不远，还是给他一点方便吧。”

船主一看出家人说话，就答应了，将船撑过去载了那位将军。

谁也没有想到，那位将军蛮不讲理，一上船就大声呼喝着要人给他让座。没人理他，他便举起鞭子，照梦窗禅师的头上抽了一下，还叫嚷说：“和尚滚开，把座位让给我！”一鞭打下，梦窗禅师的头顶上出现一道深红色的鞭迹，片刻之间，鲜血就流了出来。

虚空生万有，万有归虚空。

——佛家俗语

一棍打下，梦窗禅师的头顶上出现一道深红色的痕迹，片刻之间，鲜血就流了出来。



梦窗禅师默默地忍耐了这一切，静静地从座位上站起来，让到一旁立着。

船到对岸后，梦窗禅师静静地走到河边清洗头上的血迹。将军从别人口中得知事情的严重后，感到十分愧疚，就走过去，向梦窗禅师赔礼，并责骂自己一顿。

谁料梦窗禅师竟毫不介意的样子，微笑着对那位将军说：“不必道歉。我知道，出门在外的人心情总是不好的。”

将军被梦窗禅师的涵养感动得涕泗横流，决心从此多行善举。

其实，不仅梦窗禅师，我们每一个人都能够化干戈为玉帛，以忍耐消解冲突。因为，在每个人的心灵深处，都涌动着善良和宽容的本性，我们之所以不能忍耐、宽容他人的侮辱和伤害，是因为我们通常只为自己着想，而很少去为别人着想，让利己之心蒙蔽了善良的本性。其实，换个角度，站在别人的立场为他人想一想，我们就能做到以德报怨。

事实上，在中国的历史上，这种以忍耐消解冲突，以德报怨的事例不胜枚举，早在尧舜时期，就有这样的故事。

诸余罪中，杀业最重，诸功德中，放生第一。

——龙树菩萨《大智度论》

今人谈及尧、舜二帝，多是想起他们的禅让风范，称颂他们识人、无私的美德，很少有人知道尧、舜二帝同样是善于忍耐的大师，尤其是舜，其以德报怨的忍耐、宽恕美德足以让后人顶礼膜拜。

据说，舜娶了尧的女儿后，干劲更大了，谷仓里的粮食一天天多起来，圈里的牛羊也一天天肥起来，他便带着礼物，携带妻子去看望父亲、继母、弟妹。他的继母熙氏，眼热他的礼物；弟弟象，眼热他的妻子，便想把舜害死。

有一天，舜正往地里拉粪，象跑来了，他说：“哥哥，爹叫你明天回去帮忙修谷仓，你可早点来！”舜说：“你回去给爹说，我明天一早就去。”

第二天一早，舜一早就到父亲家帮忙，熙氏和象装模作样地招呼舜。之后，象扛着梯子，把舜引到谷仓跟前。搭好梯子，舜就爬到谷仓顶上，一心一意地干起活来。象趁机搬倒梯子，把谷仓周围预先准备的柴草都点着了，烟火一蹿几丈高。舜在谷仓上焦急万分，大声喊叫起来：“弟弟，这是干什么？”

熙氏说：“这是要送你去上天！”

象在下面一边拨火，一边大笑：“哈哈！我叫你到天上去当老天爷的女婿！”

谷仓四面大火熊熊，眼看就要把谷仓烧塌了，吓得舜浑身冒汗。他看见继母熙氏和弟弟象像恶狼一样，不由举起两条胳膊，面向青天喊道：“天啊！你快睁眼，救救我吧！”他手一展开，身上穿的那件画着五色花纹的衣裳，马上变成了一只金翅老鹰，冲出大火和烟雾，驮着他长鸣一声朝天空飞去。熙氏和象吓得跌倒在地上，久久不能动弹。

这次没能把舜烧死，熙氏和象很不甘心。他们为了除掉这块心病，又想了个更狠毒的法子，就是假意给舜赔不是，在酒席上把舜灌醉，再把他杀死。

舜的小妹见娘和二哥一而再再而三地设法害大哥，心里很不平，她时常注意娘和二哥的行动。这天她听到娘和二哥又要出新花样害大哥舜的信儿，就悄悄跑去对大哥舜说了。

小妹前脚出门，象后脚赶到。他装得一本正经，对舜说：“哥哥，以前

若佛子以慈心故，行放生业 一切男子是我父，一切女人是我母，我生生无不从之受生，故六道众生，皆是我父母。而杀而食者，即杀我父母，亦杀我故身。一切地水，是我先身，一切火风，是我本体，故常行放生，生生受生。若见世人杀畜生时，应方便救护，解其苦难。

——《梵网菩萨戒经》

请你修谷仓的事实在对不起你。这回爹娘想过来了，专门向你赔罪，让你消消气。哥哥你说啥也得答应，明天早点过去。”舜答应了。

第二天，象一家人分外热情，像招呼客人一样，摆了一桌子酒菜，一家人轮番给舜敬酒。你来我去，也不知喝了多少杯，直到瞎老汉、熙氏和象都喝得迷迷糊糊，颠三倒四，乱嚷乱叫起来，舜还像没喝酒一样。

小妹便趁机说：“爹，娘，哥哥，你们不是说今儿个喝酒，要给大哥赔不是吗？大哥都喝完酒了，你们咋没赔半句不是呀？”

舜却连连制止小妹，说：“一家人，不说两家话，过去的事就过去了，大家都别放在心上。今后，我依然是爹娘的儿子，弟妹的哥哥，你们有什么需要帮忙的，尽管来找我，我会尽力帮忙的……”

这番话，羞得瞎老汉、熙氏和象满面通红，从此，他们放弃对舜的嫉恨，一家人和和气气地生活在一起。

佛家常说：“菩萨所为，忍辱为大。”，民间俗语则称“宰相肚里能撑船。”我们是凡夫俗子，无法做到菩萨、丞相的境界，肚子里驶不了什么船，但总能养几条金鱼吧。面对冲突，咱只要耐心一点，遇事先深深地吸两口气，再让脑子左右转一转，换一个角度，多替别人想一想，将自己那满腔的怒火化为浊气吐出来，就会抑制住报复的冲动，让自己活得和平些。

戒杀放生之事，浅而易见。戒杀放生之理，深而难明。

——莲宗十三祖印光大师