

忍耐

在社會上，人與人之間的相處須要融和，亦須要合群的。如果能夠放下自我的話，人際關係才可以維持長久。至大至尊聖典蓄德篇說及有二十五種不好的品性，應該改過和去除，其中有「其九曰躁，不耐激刺，不能容忍」，意思是說及人的個性會容易衝動，性急或暴躁，不能忍受到心裡可以預計的變化，這是人之常情，但是應該去除或改正。

俗語說：「忍字頭上一把刀」，所以認為要忍的話是非常困難的。但是俗語亦有所謂「百忍成金」。忍是安忍，當有不如意的事情發生的時候，首先應該要接受，保持平靜的心境，不生瞋恚的心，亦不動心，而耐是堅持的意思，須要耐心觀察事物的發展和等候結果，這正是鍛鍊心性的機會。正如至大至尊聖典因果篇中說：「隨緣變化，果不離因」，如果明白因緣果報的關係時，便不會懷疑，心境便平靜下來，無怨言了。

如果能夠忍耐，所謂「退一步海闊天空」，對任何事都有好處，在忍耐之中學習堅毅和持久，發出正能量，不可輕易放棄。佛教有六種行持，名六度行，又名六波羅密，其中有忍辱，是可以度瞋恚的，這六度行是從生死煩惱此岸得度到涅槃安樂的彼岸，所以須要依法修持，便可以得到更多福慧。