**忍辱不辩，寡言不争**

以前结识过一些能言善辩、巧舌利嘴的人，当时曾认为那是他们的一种才能，并没有认真考虑过善辩与善恶的关系问题。

后来又结识了一些忍辱不辩、寡言不争的修炼人，就感觉到了他们的精神境界差异很大。

直到有一天，看到了老子在《道德经》中的最后收笔之言：“圣人之道，为而不争”，顿时感到恍然大悟。

是啊，**巧言令色其实并不是真正的才能，忍辱不辩才是人生修养的最高境界。**

“善者不辩，辩者不善”出自于《道德经·第八十一章》，原文是“信言不美，美言不信。善者不辩，辩者不善。知者不博，博者不知。”

意思是说：诚实的话不一定动听，动听的话不一定诚实。世间的好人不会花言巧语，能言善辩的人不一定是好人。聪明的人不一定博学，见多识广的人不一定真正聪明。

**人生的修行重在于行，而不在于辩。**

真理没有必要每天去争辩。一天到晚争论不休，也未必就能辩论出来真理。一切真理与正道，只有真正用心去实修，才能真正领悟。

孔子在《论语·里仁》中说：“君子欲讷于言而敏于行”。在《论语·学而》中又说：“君子食无求饱，居无求安，敏于事而慎于言”。由此看来，在人生中应该少说多做，这一点孔子与老子的主张是完全一致的。

因此，不管是人生的修行还是一般的社会活动，做任何事情都应该脚踏实地，不能只说动听漂亮的话而没有实际行动。

细思之，善良而有能力的人不需要去与别人辩论什么，不会只用言论去证明自己是正确，即使面对诽谤或人身攻击，他也能用行动来证明自己的无辜和清白。

忍辱不辩的人往往都是在埋头做事，他必定有一颗与世无争的心。与此相反，那些天天与别人辩论的人并不是真正有能力的人，尽管他们在与别人辩论时处处表现自己的能力，然而真正善良的人不需要用花言巧语去赢得别人赞许，空谈而没有实际行动的行为将一事无成。

**修口德就要先远离高谈阔论，不对他人评头论足；真诚待人，与人为善，遇到磨难时忍辱不辩，才是正人君子之所为。**