

《肖申克的救赎》：唯有自救，方能得救

说起高分电影，《肖申克的救赎》永远榜上有名。

自1994年上映以来，27年间，这部“牢狱题材”的电影，热度不减。

每当我们重温它，我们究竟在怀念什么？

影片将人性中的迷茫、欲望、残暴乃至自私或者崇高，统统隐喻在肖申克监狱之中。

而主角——安迪·杜弗兰，则肩负救赎的使命。在经历被诬陷、被欺辱的厄运后，成功越狱，涅槃重生。

“英雄故事”落幕后，他的生平过往，会在我们心里撒下种子，在岁月中生出一片花园。

就像它所表达的“自我救赎”精神，鼓励了不少深陷绝望的人，走出困境。

我们偏爱这样的英雄，生活也需要这样的“神话”。

每当我们被命运捆住手脚，安迪·杜弗兰那坚毅的目光仿佛在提醒我们：“自由不在外面，而在于内心。”

真正的救赎，是源于内心的自我救赎。

01

接纳命运 沉稳心性

如果给人生画一道曲线图，安迪30岁这年的线，有着断崖式的起伏。

前一刻，他是波兰特银行副总裁，绝对的成功人士；后一秒，他卷入妻子死亡的谋杀案，被诬陷为“冷血杀人犯”。

突如其来的厄运打碎了一切，上帝重新洗牌后，他像一个婴儿，在1948年重新投生在肖申克的监狱中。

如果说白天的驱使和奴役，是种绝望；那熄灯之后的夜晚，则是群魔乱舞的地狱，恐怖地足以致命。

来肖申克的第一晚，安迪就亲眼看见因极度恐惧而大声喊冤的新人，被狱警哈德利活活打死。

之后，安迪控制情绪，沉稳心性，在充斥着变态和暴徒的囚笼里，把自己活成空气。

他可以一个月不和任何人说话；看到饭菜里的活蛆或者遭遇突如其来地谩骂，他始终面不改色。

他拒人千里之外，被嘲讽为“耍酷的菜鸟”。

安迪，就这样孤独地开启了他的新生，全盘接纳了命运的安排。

《心是孤独的猎手》中说：“人越是明白，越是有追求，就越孤独。”

在孤独中增长智慧，在独处中沉稳心性，是安迪初入监狱时，与世界的相处方式。

这种低调的韧性，反而在张牙舞爪的肖申克监狱中，有了一股舒缓的力量。

借由此，安迪护全了自己，还得到了狱友瑞德的欣赏和关怀。

“神通广大”的瑞德，帮安迪弄到了一把鹤嘴锄，这件神器将在27年里，凿开安迪飞向自由的通道。

生活的希望渐渐越过监狱的高墙照射进来，人生的一切，都似乎有了微小的转机。

就如作家马丁所言：

每一个强大的人，都曾咬着牙渡过一段没人帮忙，没人支持，没人嘘寒问暖的日子。

过去了，这就是你的成人礼，过不去，这就是你的无底洞。

虽然，镜头语言与真实生活之间，存在着或多或少的偏差。

但现实中的我们，同样会陷入突如其来的困境，同样会在命运的起伏里不知所措。

每当这时，我们不妨像安迪这样，活成厄运里的“局外人”。

将委屈和不甘暂存心底，平静而坚韧地活着，先稳住自己的心性，再破局求变。

02

改变生活 坚守希望

在监狱里，向来拳头硬的是大哥。在粗浅的认知下，一切行为都被扁平化为暴力。

安迪，就一度陷入“暴力”中，险些丧命。

入狱后不久，他被变态的“三姐妹”盯上，动辄拉进小屋里毒打或者羞辱。

每次，他都拼命抵抗，脸上总是新伤盖旧伤。

这件事，让好友瑞德明白，安迪不是窝囊的菜鸟，他有自己的原则和底线。

比起安迪的“英雄感”，瑞德更像一个鲜活的人。

他狡猾又善良，能在狱警和囚徒的夹缝中，活出一点自由。

除了安迪和瑞德，其他囚犯则模糊地被驯服的人。

他们的人生，一眼就能望到头，往前一步是高墙，后退一步是深渊。

时间浸泡下，他们丧失了希望，失去了改变生活的本能。

就像在监狱待了一辈子的老布，被假释后，适应不了新环境，在孤独和紧张中，自杀身亡。

与“老布”不同，沉默寡言的安迪，内心却充满希望。

他曾对瑞德说：“万物之中，希望最美。最美之物，永不凋零。”

希望给了安迪永不凋零的心劲儿，他奋力抓住身边的一切机会，把死寂沉沉的生活撕出裂缝。

1950年5月，他和瑞德一起被分配到车牌厂维修屋顶。

偶然的，安迪听见了狱警哈德利正为遗产税苦恼，他壮着胆子走过去，用他的专业知识，替哈德利解决了难题。

很快，安迪的才华被典狱长诺顿赏识，不仅提拔他去了监狱图书馆做管理员，还委托他替自己洗黑钱。

在一众囚犯中，安迪的声望越来越高，不仅有了真心待他的狱友，还逃脱了“三姐妹”的纠缠。

但安迪求变的心劲儿，远不止于此。

他连续六年，每周给州政府写信申请费用，终于成功地扩建了图书馆，改变了狱友的消遣方式；

他擅自用监狱的广播，播放唱片《费加罗的婚礼》，让所有人感受久违的美好；

他送给瑞德一枚口琴，希望他的生活也有点新鲜的玩意儿。

尼采曾说：“当一个人知道自己为什么而活，就可以忍受任何一种生活。”

这句话形容安迪，再合适不过。

在密不透风的压抑中，安迪从未放弃希望。

他希望有一天，定居在西班牙的海岛上；他希望有一天，重获自由。

让希望成为心里的一股劲儿，靠自己改变生活，是安迪教给我们的生存法则。

03

坚持正义 救赎自我

在安迪入狱15年的时候，决定他人人生走向的目击者，出现了。

汤米的出场带有一丝偶然，他不过是不懂事的小痞子，在各大监狱流窜。

他因入室抢劫被关入肖申克监狱，结识了安迪和瑞德。

在安迪的帮助下，汤米考取了高中文凭，俩人建立起了“亦师亦友”的深厚情谊。

在一次闲聊中，汤米说起了宗杀人案，发生在乡村俱乐部的高尔夫教练家中。

当时，行凶者埃尔默见财起意，把教练和他的情妇连射四枪，导致毙命。

事后，埃尔默远遁他乡，被杀女人的丈夫，不仅遭遇出轨，还成了替罪羊，含冤入狱。

所有的细节都和安迪的案子对得上，真相似乎就在眼前。

安迪压不下心里的冲动，第一时间告诉了典狱长诺顿，希望他主持公道。

遗憾的是，这次安迪看错了人。

诺顿为了一己私利，枪杀了汤米这个唯一的证人，还威胁安迪继续屈服于他。

汤米的死，让安迪顿悟到：肖申克没有他想要的正义，他必须逃离。

美国“教育之父”诺亚·韦伯斯特曾说：“只要提着正义之剑攻击，再柔弱的手臂也会力大无穷。”

为了自己，为了汤米，安迪决定放手一搏。

他一边伪装屈服于诺顿，一边加快了越狱的步伐。

在替诺顿洗钱的时候，安迪制造了一个“假人”，这个“假身份”会

是他出狱后的新身份。

此外，他收集诺顿的犯罪证据，为自己的后半生铺好去路。

最重要的是，挖了二十多年的隧道，终于挖通了。

汤米死去的第8年，安迪在一个雷雨交加的夜晚，打响了他和命运的决战。

他从囚室的隧道，爬到下水道，在恶臭中继续爬行了500米，终于重获自由。

暴雨将安迪一身的泥污冲刷干净，他再次像婴儿一样，走入世界。

他用那个新身份，在缅甸国际银行转走了诺顿37万美元作为他的酬劳。

离开美国前，他将诺顿贪污、杀人的罪证寄去了报社。

还给瑞德留下了去找他的路费。

这一切在瑞德眼里，简直像个奇迹。他用近乎崇拜的口吻说：

“有些鸟儿是注定不会被关在牢笼里的，它们的每一片羽毛都闪耀着自由的光辉。”

如果说肖申克的监狱是对人心的暗喻，那每一个囚犯则象征着人性中的某个侧面。

狂躁的哈德利、阴鸷的诺顿、胆小的老布、偏执的“三姐妹”、仗义的瑞德、活泼的汤米……

众生相中，总有那么一个人会击中你，像电流一样唤醒你的记忆。

而化身为英雄的“安迪”，更像是众生求渡中的一种精神信仰。

他很好地诠释了内心的力量，在自我救赎中，上演了一个个漂亮的“人生反转”。

看完《肖申克的救赎》，才明白：越是不顺的时候，越要沉住气，艰难的路并不是谁都有资格走。

扛得住涅槃之痛，才配得上重生之美。

真正的救赎，永远是自我救赎。共勉之。

一切众生皆有佛性，因妄想执著不能证得。

压力让我与这个时代不脱节

其实，有压力不一定是坏事。正常的压力，还是需要的，否则，一点压力也没有，每天过得浑浑噩噩，人生不一定有什么收获。毕竟人的潜能和智慧，25%可依靠自力开发，75%则要靠压力挖掘。就像有些老师，如果没有讲课的压力，一定不会看很多书。有些学生，没有考试的压力，将来就业的压力，也不一定去认真学习。所以，适当的压力需要具足。压力越大，有智慧的人收获越多，这叫“拍球效应”——皮球压力越大，弹得越高。对此我就深有体会。我为什么经常出来讲课？如果不愿意，谁也无法强迫我。但我觉得，与各种人见面的过程中，可以学到一些东西，对我而言，稍微有一点压力会让我与这个时代不脱节。因此，在压力当中成长，是非常有必要的。人生就像钉子，若没有任何东西对它锤打，钉子不可能自己钻进墙里。同样，没有压力的话，人也激发不出潜在的智慧。当然，压力如同气球，在一定范围内可以转化为动力，就像气越多，球越大。但气球容量是有限的，人对压力的承受也是，超过了这个限度，气球会爆炸，人也会倒下。

如果是一棵树倒下了，没把它扶起来，它会一直躺着，不像人那样有灵魂。而人在生命的旅途中，如果倒下去，这时候一定要自己爬起来，心要坚强，要有抗压能力。

人死并不如灯灭

面对压力的方法，在佛教中有很多。一提起佛教，有人也许会想到迷信，这是认知上的一个误区。你们都有独立思考能力，佛教讲的是否有道理，可用自己的智慧观察。

有些人认为，佛教承认前世后世、业因果等，这不符合科学。我要说的是，佛教的这些道理，一部分科学已经论证过，一部分正在论证中。比如前世后世的问题，佛教中讲，我们

今生的福报，一部分源于前世积善，一部分则是即生努力而得到的。前世的“因”怎么在今生成熟“果”，就牵涉到有人前世后世。这个问题我经常讲。因为现在很多人，对生命中如此重大的事情，完全是迷糊的。我虽然没有神通直接看到，但通过推理和很多现象，相信人一定有前世后世。有些人认为，这一点只有佛教徒承认，科学家不会认可。那么，我们先来谈谈科学。所谓科学，至今有600年左右的时间。这600年要分两个阶段，前一阶段的科学家并没有否认前世后世存在；后一阶段由于某些思想的流行，有些科学家对这一结论有所反驳。

然而，到了20世纪后期，很多科学家对此又予以否认，他们通过医学、心理学、量子力学等论证，人死后并不是什么都没了。比如，1963年得诺贝尔生理和医学奖的约翰·艾克斯爵士，他在一本书中写道，人身体里有一种没有形状、没有颜色的心识，它就像人控制电脑一样，会控制我们的大脑。当大脑死亡后，这种心识或“自我”永生不灭。他经过分析认定，人死并非如灯灭、水枯般毫无延续。美国加州大学医学院史柏理博士，是1981年诺贝尔生理和医学奖得主。他认为，所谓的“自我”，是超越身体等物质以外的一种非物质，它可控制大脑等复杂的结构。科学起源于西方，西方智者对前后世的真正看法，非常值得我们研究。比如，近代科学的奠基人牛顿，也承认后世的存在。还有现代科学之父爱因斯坦，晚年开始对佛教理论感兴趣——前些天，海外佛友送给我几本书，里面提到，爱因斯坦晚年时讲到释迦牟尼佛的功德以及佛陀如何看待世界。

一些不承认前世后世的人，其实既不懂传统文化，也不懂现代科学的来龙去脉。他们认

为，人是突然来到这个世界上的，来了以后死了，死了什么都没了。这样推论下去，就是自己今生中遭受的压力、痛苦，全都来自无缘无故。

尤其多数人认为，人的心识是大脑产生的。其实，很多诺贝尔奖得主不承认这种说法，科学领域也没有对此进行认定。科学界发现，世界上有许多没有大脑的人、没有大脑的鸡、没有大脑的其他动物，但也有感受、意识和心态。所以，在大脑之外，还有一种心识存在。

否认前后世的人，需要学习一下传统文化，包括多看看西方哲学家、古希腊哲学家的论述。中国的儒家思想里，虽然没有着重强调前后世的存在，但是也有文字记载。我在其他书中引用过部分公案。

大华府观音堂：
网上佛经学习：周一至周五每晚7:30pm-8:30pm《佛说观无量寿经》讲座；每周六9:00am-11:30am《地藏菩萨本愿经》讲座。
电话参加：1307158592 再拨 ID 号码：97869843406#

Zoom 登陆：ID: 97869843406, 密码: 498; 欢迎大众随缘学习！咨询电话：301-683-8831, 240-621-0416

扫码登陆：



ZOOM大华府观音堂佛法学习

请常念

南无阿弥陀佛

听经闻法

欢迎参加ZOOM 7-162

线上学习佛经讲座

ZOOM ID: 97826380822 (无需密码)

电话加入: 先拨 3017158592, 听到声音后再拨上面的 ZOOM ID 加#

时间: 周一至周五: 7:30pm, 周六: 9:00 am

净化身心
智慧人生
离苦得乐

消除烦恼
学佛念佛
同登极乐

服务

临终助念

消灾祈福

联系方式

301-683-8831

240-621-0416

guanyintangusa@gmail.com

https://www.guanyintang.org

观音堂