

新生

文摘

XinSheng.net | 2018年8月第24期

子曰：“芝兰生于深林，不以无人而不芳；君子修道立德，不为穷困而改节。”君子无论在任何环境中能够坚守道义而行事，秉承圣贤的教诲而做人，其所到之处能润泽、教化一方。

新生文摘

2018年8月 第24期

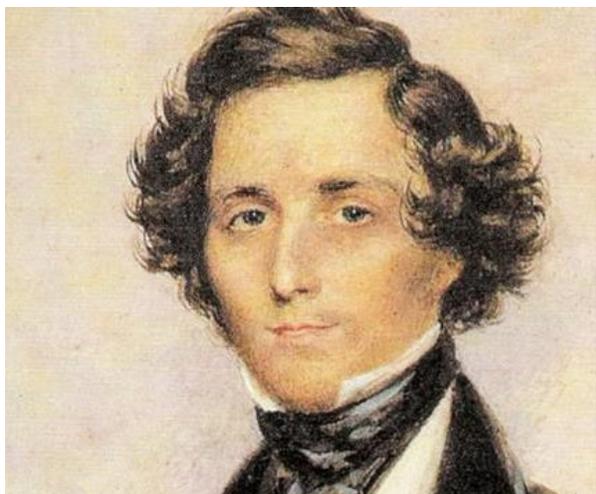
目录

- 古典音乐家门德尔颂.....3
- 承载美好与希望的东方之色.....4
- 刘禹锡与白居易崇德尚道.....5
- 陈抟《归隐》诗赏析.....7
- 中国画泰斗潘天寿的文革劫难.....8
- 孔子论“礼”.....9
- 孔子憎恶的两个人.....10
- 深入西班牙史前石壁艺术神庙.....11
- 两只镯子赎回一个迷失的灵魂.....12
- 轰动西方世界的轮回转世实例.....13
- 父亲有一副好心肠.....14
- 临海听涛.....15
- 澳洲妇女找到梦寐以求的生活.....16
- 他冒险救出600多犹太儿童.....18
- 文王泽及枯骨.....19
- 一句话 一个钥匙链 三年刑期.....20
- 美国俄勒冈五百万英亩的奇异风光.....21
- 为民舍命的清官谅辅.....22
- 烦恼由心不由事.....23

古典音乐家门德尔颂

文/新生网

德国作曲家门德尔颂（Felix Mendelssohn）1809年2月3日出生于德国汉堡的一个富裕而有文化的家庭。他的祖父摩西是德国著名哲学家兼文学家；父亲是德国汉堡的银行家；母亲则是位受过高等教育并精通音乐的人。



德国作曲家门德尔颂

门德尔颂10岁就开始作曲，12岁时有了自己主办的报纸。同年，教师策尔特将门德尔颂推荐给歌德——诗人、哲人及德国思想界的泰斗。门德尔颂在歌德家中住了两个星期，当时已72岁的歌德和只有12岁的门德尔颂结成了忘年之交。

有一次门德尔颂在弹奏巴赫的赋格曲时，因为忘谱，竟以即兴曲的方式演奏并且将曲子弹完。歌德耳闻目睹后预言，门德尔颂会成为一位伟大的作曲家。与歌德的友谊，加深了门德尔颂对古典文学的感受，而古典文学也在门德尔颂的作品中有着重大的影响。门德尔颂16岁时完成的弦乐八重奏（作品第20号），部份受到歌德《浮士德》诗句的启迪。

17岁时，门德尔颂写出了著名作品《仲夏夜之梦》序曲。这首作品灵感来自于古典文学作品。据说再也没有别的音乐能如此成功地掌握莎士比亚作品的

精髓。《〈仲夏夜之梦〉序曲》为浪漫主义作曲家描绘神话仙境提供了先例。《婚礼进行曲》原为《仲夏夜之梦》的第五幕前奏曲，是每逢婚礼必定演奏的，一般以管风琴演奏。

1829年，19岁的门德尔颂修完大学课程，正式展开作曲生涯。他用了几年时间研究巴赫（又译巴哈）作品《马太受难曲》的总谱。之后门德尔颂组成了一个合唱团，于该年3月31日，不顾当时音乐权威的反对，亲自指挥演出巴赫的《马太受难曲》。演出非常成功，听众被音乐感动而痛哭。这是巴赫死后79年，作品第一次被公开演出。门德尔颂让世人从新了解认识巴赫音乐的伟大，巴赫的音乐也逐渐在世界各地的音乐会中演奏。

同年，门德尔颂首次与伦敦交响乐学会合作，在伦敦首次登台指挥其作品《C小调第一号交响曲》。自此之后，他集作曲家、钢琴家、指挥家于一身之声望持久不衰。

在1831年年底及1832年年初，门德尔颂出访巴黎，并与肖邦、李斯特结识。返英之后，完成在1830年即谱出草稿的《芬加尔洞窟序曲》。1835年，出任杜塞尔多夫的莱茵音乐节指挥，并且暂居该地。

1842年创立莱比锡音乐学院，为莱比锡布商大厦管弦乐团奠定基础，将乐团的演奏曲目更换成以莫扎特、贝多芬、海登、巴赫、韩德尔为主的内容。并介绍罗西尼、李斯特、肖邦、舒曼与舒伯特等人的音乐。

1846年神剧《伊莱贾》在英国伯明翰音乐节首演、门德尔颂最后一次造访英国。

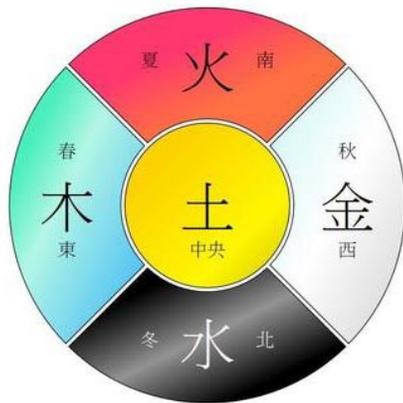
门德尔颂在短短38年的一生中创作极为丰富、技法高超，作品风格富于诗意，曲式完美而严谨。在抒情、优雅的同时，干净、清楚地运用了管弦乐的色彩。门德尔颂独创了无言歌的钢琴曲体裁，对于标题音乐和钢琴艺术的发展都有着巨大的启示价值。

门德尔颂著名的作品包括：乐剧《仲夏夜之梦》、神剧《伊莱贾》、《宗教改革》交响曲、《意大利》交响曲、《苏格兰》交响曲、《芬加尔山洞》序曲、E小调小提琴协奏曲、及多首《无言歌》等作品。◇

承载美好与希望的东方之色

在漫长的时光中，青色作为东方之色，是中华五正色中尊贵的颜色之一。它承载着美好的寓意，一直延续数千年。

青色，生命的颜色。汉字“青”的小篆上部为生、下部为丹。《说文解字》曰：“青，东方色也。”五行中，青色属木，对应东方主青色，而西方为金主白色，南方为火主赤色，北方为水主黑色，中央为土主黄色，这是五正色和五行及方位的对应关系。



“青”字的小篆。（公有领域）

刘熙《释名》说：“青，生也，象物之生时色也。”生字的甲骨文是草破土而出的象形字，所以青字反映了草木生长的形貌，对应欣欣向荣的春天。

很多和青有关的词汇，多含有美好、正面、充满生机的气息。比如，刚直有节，遒劲的青竹、青松；古时美丽的少女称为青娥；正气凛然、廉洁奉公的官员称为青天；古代结婚礼堂称为青庐；蕴涵历史风云的书籍称为青史；在广袤的星空中，位于东方的是青龙星宿；古时风水术士若看到“祖坟冒青烟”，就知这户人家祖上不仅有人得道成仙，还可以福佑后世子孙；那些道德高隆、秉性高洁的人称为青云之士；仕途平顺，称为平步青云或青云直上……

此外，在一些典故中，也可寻着青色隽永的神采与身影。

梁简文帝《佛像铭》曰：“满月为面，青莲在眸。”以青莲比喻神佛菩萨的眼睛。青莲，虽然生长于淤泥之中，却能不受污染。礼拜佛像时，人们注视佛陀的眼睛，会感受到里面蕴含着宁静、慈悲和洪大的宽容。真如青莲在眸，明净中透著无限的威严，令世人肃然起敬。

后来，青莲也成为僧人和寺院的代称。唐代陈子昂作诗《酬晖上人夏日林泉》云：“闻道白云居，窈窕青莲宇。”这里以青莲代指佛寺。唐朝杨巨源《夏日苦热，同长孙主簿过仁寿寺纳凉》诗云：“因投竹林寺，一问青莲客。”此处以青莲比喻僧人。

荀子在《劝学》中曾说：“青，取之于蓝，而青于蓝；冰，水为之，而寒于水。”靛青从蓝草中提取，可是比蓝草的颜色更深；冰由水凝结而成，却比水还要寒冷。荀子以青与蓝、冰与水为喻勉励后人，若能持之以恒研究学问，也可以取得比前人更大的成就。因而有了“青出于蓝而胜于蓝”的说法。

青色，作为东方正色之一，将万千美好浓缩在词汇、典故中，带着先人的祝福和初衷，供后世子孙长久使用。代表尊贵、生机的青色，清丽深远处，又流露着闲云野鹤般的洒脱，是否也很契合中华道统自久远之前就传下的神采呢？◇

刘禹锡与白居易崇德尚道

文/宇祥

刘禹锡，字梦得，曾任监察御史；白居易，字乐天，曾任刑部尚书，二人同年，且都是中唐时期的诗人。他们常以诗歌对答互相鼓励，二人均辑录《刘白唱和集》，人们将他们并称为“刘白”。

二人有许多相近的经历，皆因敢于上疏直言而多次被贬谪，但是他们始终坚持其信念，“无论海角与天涯，大抵心安即是家”（白居易《种桃杏》）。

仍追少傅赤松游 崇德尚道

开成元年至会昌二年这七年间，刘禹锡与白居易分别以太子宾客和太子少傅同时官居洛阳。刘禹锡居集贤里，白居易居履道里，于是“履道集贤来往频”、“百余步地更相亲”。

白居易既有儒家大济天下苍生为己任的理想，又向往超然出尘的人生态度，亦官亦隐，常与僧道交往，谈玄论道，写道“几年司谏直承明，今日求真礼上清”（《酬赠李炼师见招》）。刘禹锡对此也是心向往之，多次写诗表达。如他在《自左冯归洛下酬乐天兼呈裴令公》中云：“自有园公紫芝侣，仍追少傅赤松游。华林霜叶红霞晚，伊水晴光碧玉秋。”希望与白居易相游于洛下，看华林霜叶、观伊水晴光，弃去浮华世事，像仙人赤松子那样游仙访道。

晋代陶渊明不趋炎附势，归隐田园，“采菊东篱下，悠然见南山”。白居易亦称赞道：“耐寒唯有东篱菊，金粟初开晓更清”；刘禹锡亦赞菊花“素萼迎寒秀，金英带露香”、“一入瑶华咏，从兹播乐章”。

中唐时期，宦官弄权，民生凋敝，刘禹锡因直谏被贬连州刺史，人到江陵时追诏再贬郎州司马，

这一贬郎州就是十年。白居易曾寄诗百首给他。白居易于元和十年因宰相武元衡遭暗杀事在第一时间上疏唐宪宗，要求急捕凶手，以正法纪，这本是正义之举却遭到陷害打击，先是被贬为江州刺史，还没到任又追诏再贬江州司马。

大和五年，刘禹锡在赴任苏州刺史途中路过洛阳停留了十五天，与时任河南尹的白居易谈诗论文。临别时二人难分难舍，白居易冒雪专门在福先寺为刘禹锡饯行并赋诗，诗中感叹这一别不知何时才能相见，刘禹锡随即吟出“洛城洛城何日归？故人故人今转稀。莫嗟雪里暂时别，终拟云间相逐飞”四句诗来酬答。

句句必尽规 念为民生

刘禹锡和白居易皆淡泊名利。白居易以出资凿通龙门八节石滩的善举诠释了“心中为念农桑苦，耳里如闻饥冻声。争得大裘长万丈，与君都盖洛阳城”的心愿；刘禹锡则以“聆朔风而心动，盼天籁而神惊”为喻，期望报效国家、造福于民，两位大诗人始终心心相印、志同道合。

白居易任杭州刺史时，曾带领杭州人筑堤捍钱塘江潮水，并储西湖的水溉田千顷，后人纪念他，名所筑之堤为“白堤”。他在《钱塘湖春行》中云：“几处早莺争暖树，谁家新燕啄春泥……最爱湖东行不足，绿杨阴里白沙堤。”他离任苏州刺史时，数十万苏州百姓挥泪相送，出现“一时临水拜，十里随舟行”（《别苏州》）的情景。

他在长安看到很多权贵恣意享乐、挥金如土，不惜重金竞买牡丹、以豪奢相夸耀，在《买花》中写道“一丛深色花，十户中人赋”，意思是一丛深色的鲜花，可以抵十户中等人家一年缴纳的赋税。他在《村居苦寒》中云：“回观村间间，十室八九

贫。北风利如剑，布絮不蔽身。唯烧蒿棘火，愁坐夜待晨。”他还写了《卖炭翁》、《杜陵叟》、《红线毯》等，做到了“篇篇无空文，句句必尽规”。

刘禹锡被贬为苏州刺史时，正值苏州发生水灾，饥鸿遍野。他上任后立即开仓赈饥，免赋减役，很快使人民从灾害中走出，过上了安居乐业的生活。苏州人民爱戴他、感激他，就把曾在苏州担任过刺史的韦应物、白居易和他合称为“三杰”，建立了三贤堂。

他办事秉公持正，曾写道：“守法持正，巖如秋山。”意思是恪守法令制度、主持正义，像高山一样不可动摇。他还写道：“千里之繆，不容秋毫。”意思是不能容许有极细微的失误，以致酿成大错。凡事必须点点滴滴，一丝不苟，才能取得成功。

他任夔州刺史时，写下了组诗《竹枝词九首》，描绘出一幅幅巴东山区人民生活的风俗画，最后一首云：“山上层层桃李花，云间烟火是人家。银钏金钗来负水，长刀短笠去烧畲（读shē，指的是粗放耕种的田地）。”

芳林新叶催陈叶 惜时奋勉

刘禹锡的咏史诗为人称道，以简洁的文字、精选的意象，表现其阅尽沧桑变化之后的沉思，如《乌衣巷》云：“朱雀桥边野草花，乌衣巷口夕阳斜；旧时王谢堂前燕，飞入寻常百姓家。”通过燕子迁飞筑巢的变化来反映人事变化。“人世几回伤往事，山形依旧枕寒流”（《西塞山怀古》），描写出世事无常、人生如梦。

他常常写出一种超出空间实距的、虚实相间的开阔景象，如赠给白居易的诗中云“水底远山云似雪，桥边平岸草如烟”。

他的《同乐天登栖灵寺塔》：“步步相携不觉难，九层云外倚栏杆。忽然语笑半天上，无限游人举眼看。”他的名句“芳林新叶催陈叶，流水前波让后波”，都是他对历史、人生进行沉思之后的一种感悟。

刘白诗集中有许多关于惜时的诗篇，感慨宇宙之无穷与人生之有限。如白居易写的“人生似行客，两足无停步。日日进前程，前程几多路”（《送春》）、“人生百年内，疾速如过隙”（《咏怀》）、“去复去兮如长河，东流赴海无回

波”（《浩歌行》）。

白居易写道“天地迢迢自长久，白兔赤乌相趁走”，古代传说中，月中有白兔，日中有赤乌，白兔赤乌互相追赶着走，形容月亮和太阳总是此升彼落，象是互相追赶一样。劝勉世人时不我待，切莫虚度年华。他在《秋山》中云：“人生无几何，如寄天地间……何时解尘网，此地来掩关。”

迷路心回因向佛 敬信神佛

唐代文化繁荣，儒、释、道三教达到鼎盛，人们普遍敬信神佛，深信因果。唐代文人的思想信仰，虽各有所宗，却多带有出入三教的特点，因此文人中有的既有儒家的君子人格，又有道家的仙风道骨，有的依佛法修炼。

刘白亦是如此，他们常与僧道交往，研习经书。刘禹锡曾说：“能离欲则方寸地虚，虚而万景入……因定而得境，故翛然以清；由慧而遣词，故粹然以丽。”白居易以刑部尚书致仕，作《刑部尚书致仕》一诗表达自己接到诏书的欣喜：“十五年来洛下居，道缘俗累两何如？迷路心回因向佛，宦途事了是悬车。”

刘禹锡被贬至安徽和州时，只有一间仅能容下一床一桌一椅的斗室。他因此写下了《陋室铭》，其中有“斯是陋室，惟吾德馨……可以调素琴，阅金经。”他坚守心灵的那份宁静，笃信佛理妙义，诵经书，修持心性，洗去尘机。

在给白居易的赠诗中写道“处身于木雁，任世变桑田”，“终期大冶再熔炼，愿托扶摇翔碧虚”。他晚年时表现出一种更高境界的人生态度，在《酬乐天咏志见示》中云：“莫道桑榆晚，为霞尚满天。”

白居易早年即向往修行：“借问空门子，何法易修行？使我忘得心，不教烦恼生。”（《客路感秋寄明准上人》）他无论为官还是归隐，始终虔心敬佛、修炼，自号香山居士，并经常行文劝善，弘扬佛理，使很多文人士大夫走上了修炼之路。其诗境无不是其高尚而祥和心境的自然流露，如他写的：“玉轸临风久，金波出雾迟。幽音待清景，唯是我心知。”（《对琴待月》）使人感受到空静的境界，淡泊而又深厚的含蕴，包容万物的精神。他用自己的俸禄请人彩绘大型天国世界图、佛像、神像、印佛经，劝勉人们要敬佛向善，写道：“十方世界，天上天下，我今尽知，无如佛者”“愿以今生世俗文字放言绮语之因，转为将来世世赞佛乘转法轮之缘”。◇

陈抟《归隐》诗赏析

陈抟，字图南，自号扶摇子，民间尊称他为陈抟老祖，唐末宋初之际著名道士，宋太宗赐号“希夷先生”。曾隐居于武当山九室岩，后又隐居于华山云台观修道，著有《指元篇》、《无极图》等。

陈抟生逢晚唐五代战乱之世，又经历十年求仕的失意，终于看破红尘，决意归隐青山。《归隐》是其自述心迹的一首诗。

归隐

十年踪迹走红尘，回首青山入梦频。
紫绶纵荣争及睡，朱门虽富不如贫。
愁闻剑戟扶危主，闷听笙歌聒醉人。
携取旧书归旧隐，野花啼鸟一般春。

【注释】

- ①紫绶：借指高官厚禄。
- ②争：通假字，同“怎”。
- ③剑戟：借指武将。
- ④危主：危亡时的帝王。
- ⑤聒：guō，声音嘈杂，使人厌烦。

【译文】

十年来为了功名在红尘间游走，回首往事惟有游历过的青山频频入梦。

当官纵然荣耀，怎比得上安稳的酣睡，住

在红漆大门里虽然富贵，不如安贫乐道的生活。

听到打打杀杀扶救君主的事我就发愁，听到醉生梦死的笙歌我就心烦。

带着我的旧书归隐旧地，去感受鸟语花香的春天吧。

【赏析】

此诗首句点明主旨：看破红尘，决意归隐青山。接下来两句“紫绶纵荣争及睡，朱门虽富不如贫。愁闻剑戟扶危主，闷听笙歌聒醉人”是对第一句的补充说明——高官厚禄荣华富贵比不上舒适的睡觉和安贫乐道的生活；战乱人祸、歌舞升平令人“愁闷”；这两句对仗工整严谨，堪称绝对。末句则是对立志归隐修道的表白。

现在华山脚下的玉泉院内，有一尊陈抟睡像，极为雅致。神像大都正襟危坐，独陈抟为睡像，何故？——陈抟以善睡闻名，史载“每寝处多百余日不起”，有“睡仙”之称。陈抟善睡，其实是一种道家修炼之法。据传他睡功之深，已达到令世人惊叹的地步。在许多有关陈抟的记载中，都有他善睡的记述。在他自己的诗中，也处处流露出“睡意”。此诗“紫绶纵荣争及睡”一句乃其一也。◇

中国画泰斗潘天寿的文革劫难

文/叶蓁

“中国画以意境、气韵、格趣为最高境地。”这是国画大师潘天寿对国画的总结，也是他一生求索并捍卫的理想。传奇的成才经历、恢弘奇险的水墨风格、坚守传统的教育理念，让他名垂青史，成为20世纪传统国画四大家之一。



西湖边的潘天寿雕像

出身清末浙江海宁的耕读之家，潘天寿的家境并不富裕，从小一边读书一边做农活，其绘画天赋却逐渐萌发。家乡的湖光山色滋养了他对自然美的领悟，心灵手巧的母亲又时常带他做些剪纸人、制灯笼的手工，给予他传统艺术的熏陶。后来在亲友的支持下，潘天寿步行600里到省城杭州，以第一名的成绩考入浙江第一师范（一师）。

27岁是潘天寿的转折期，他遇到人生中唯一的老师——80岁的画坛宗师吴昌硕。两人一见如故，吴昌硕更赞他的画有风骨、见地，可谓“天惊地怪见落笔，街谈巷语总入诗”。潘天寿得吴派画风真传。抗战期间，潘天寿随学校辗转流亡到昆明，曾写下“烽火连年涕泪多，十分残缺汉山河”等悲愤

诗句，并有感于山河破碎而封笔不作山水画。

在中共建政前夕、国民党撤离大陆去台湾时，曾有人劝他一同离开大陆。耿直而不通政事的潘天寿直言回绝：“我没有做过亏心事，为什么一定要逃呢？”

1949年，国立艺专被中共军管会接管，新任校长兼党组书记甫到任便“抨击”国画。他说国画不能画大画，无法和宣传画相比；也不能画领袖像，不能和油画相比。于是，国画与西画系又一次合并，国画教学愈发萎缩。潘天寿等一批国画老教授不得不面对无课上的窘境。1950年，民族美术研究室成立，这些闲置的教授便被分派来整理民族文化遗产，其中潘天寿任主任，致力于古画的收藏与研究。

为消除中共对传统国画的偏见，捍卫国画的传承，潘天寿决议挑战前所未有的巨幅水墨画，他时常把大幅宣纸铺在地上，挥毫泼墨，画出《松梅群鸽图》等作品。他还自信地告诉旁人：“一个民族的艺术，就是一个民族精神的结晶。”1957年，国立艺专的国画系再次恢复，潘天寿也重新被请回执教，一度走向事业的“顶峰”。之后，国立艺专更名“浙江美术学院”，出任院长的潘天寿更提出中、西画应拉开距离的著名学术观点，采取增加国画系文化课分量、定期举办画展等一系列举措，全面提升国画教育。

1963年，中国美术馆展出潘天寿创作的91幅水墨大画，其崇高的气象、宏大的格局一举震撼美术界。第二年，潘天寿“衣锦还乡”，回到家乡海宁视察。对于他来说，实现毕生志向，又得“器重”，似乎别无他求了。

岂料就在两年后，是非黑白颠倒。文革的爆发，让德高望重的潘天寿一夜之间变成“反动学术权威”“文化特务”，批斗与迫害的厄运接踵而至。

文革初期，浙江美院打响了“打潘战役”，潘天寿成为第一批被批斗的对象。他却坦然以对：“没有做过坏事，所以不用怕。”9月的一个雨天，他被拉上街头揪斗，强迫他自报罪状。潘天寿只说自己在“创新”方面没有做好，而拒绝认罪，当晚回家便高烧不止。

耿直不屈的性格，让潘天寿在劫难中吃尽苦头。他被关进“牛棚”长达3年之久，还被勒令写认罪的思想汇报。1967年初，他被带到嵊县参加批斗大会。1968年，《浙江日报》整版发表污蔑他的文章，引发社会铺天盖地的批判。“革命干将”们也群起而攻，把他的家抄得底朝天，抄没的书画、文稿有六七车之多。他们还把他的作品批为“黑画”肆意践踏，踏上一个个鞋印。

长期的关押批斗、身心折磨，让他的身体迅速垮掉，体重骤减30多斤，出现发烧、浮肿等症状。然而潘天寿始终坚守道德底线，批斗时绝不说一句假话，不隐瞒自己的观点，更不承认莫须有的罪名。

1969年初，红卫兵不顾潘天寿病弱的身体，强行把他押解回家乡海宁，让他跪在雪地上，接受父老乡亲的批斗和羞辱。红卫兵逼他喊“我是反动学术权威”，他立刻回绝：“拿掉反动两字，我是学术权威。”结果，他的脸被涂满墨汁，还被拳打脚踢。

海宁，这座让他萌生绘画梦想的地方，最终成为粉碎他梦想的地狱。在返回杭州的火车上，潘天寿趁看管人员熟睡时，小心翼翼地捡起一枚香烟壳，颤抖著写下生命中最后的诗歌：

“千山复万山，山山峰峦好。一别四十年，人老

山未老。

莫嫌笼狭窄，心如天地宽，是非在罗织，自古有沉冤。”

回到“牛棚”，他更把诗句写于“思想汇报”中，附上说明“我应当用无话不可对人言的态度写出来，以示真实而无隐晦”。

1969年4月，潘天寿又被押往工厂参加劳动，因心力衰竭而昏迷。因得不到及时治疗，他于1970年8月出现血尿病症。1971年5月，有人向卧病在床的潘天寿宣读他的定案结论，说他是属于敌我矛盾的“反动学术权威”。他依旧傲然说：“去掉反动，我不反动。”

1971年9月5日凌晨，75岁的国画大师在黑暗中凄然离世。潘天寿在最后一篇“思想汇报”中说道：“我是中国人，生在中国，长在中国，将来还要老在中国。我是多么希望中国欣欣向荣、繁荣强大！”

作为传统中国画的坚实捍卫者，潘天寿至死都保持着振兴中国及中华文化的志向和情怀，令人感佩唏嘘。而他赍志而殁的悲惨结局，中国大陆传统文化几近消逝的凋零现状，都是中共肆意破坏中华文明而制造的人间惨象。◇

孔子论“礼”

孔子在家中闲居，子张、子贡和子游陪伴着他。他们在闲谈中说到了礼。子贡问：“请问先生，礼该怎样呢？”孔子说：“诚敬而不合乎礼叫粗野，恭顺而不合乎礼叫谄媚；勇敢而不合乎礼叫逆乱。”孔子强调说：“谄媚，往往会和仁慈混淆。”

子游问道：“请问礼是不是抛弃恶行保全美德呢？”孔子说：“是的。”子游又问：“那该怎么做呢？”

孔子说：“郊社祭祀的礼仪，是对鬼神表示仁爱；禘祭祀的礼仪，是对祖先表示仁爱；馈奠祭祀的礼仪，是对死者表示仁爱；举行射礼和乡饮酒礼，是对乡里表示仁爱；举行食礼和飨礼，是对宾

客表示仁爱。”

孔子接着说：“理解了郊社祭祀和禘祭祀礼仪的作用，治理国家就会了如指掌；日常起居有了礼，长幼次序就分清了；家族之内有了礼，三族亲人就能和睦共处了；朝廷上有了礼，官职爵位就井然有序了；田猎有了礼，军事行动就娴熟了；军队中有了礼，战斗就能成功了。因此，官室都要符合尺度，量具祭器都要符合样式，五味合乎时节，奏乐合乎节拍，车辆合乎规范，鬼神能得到供奉，百官各掌其职，政事也就能顺利推行了。用礼来指导自己处理一切事物，都能做的恰到好处。”

孔子还说：“礼是什么呢？礼就是做事的方法。君子做事都要懂的方法。治理国家没有礼，就象盲

人没有人引导，茫茫然不知走向何方。没有礼，退揖让都没有了规矩。这样一来，就不能领导民众协调一致的行动了。”

孔子说：“礼就是理，乐就是节。君子无理无节就不能行动。如果道德浅薄，礼就只剩下空洞的形式。一切制度都是礼所规定的。仪式的行为方式，也是礼所规定的。实行起来，还要靠人来做。”

孔子说：“其实，诺言能够实现，就是礼；做事让人愉快，就是乐。君子努力做到

这两项，又处于统治者的地位，天下也就太平了。礼乐兴起，天下大治；礼乐败坏，天下就会大乱。”

孔子又说：“你看那设计巧妙的房屋堂奥和台阶都很分明，排列坐席都分上下，乘车要分左右，走路要分先后，站立讲究次序，这都是古代就有的道理。从前的圣王和诸侯，都要分辨贵贱、长幼、亲疏、男女、内外的界限，不能相互逾越，都是根据这个道理而来的。”

◇

（出自《礼记》）

孔子憎恶的两个人

盗跖和少正卯是历史上两个反面人物，因为名声太恶，两千五百多年来一直无人敢为其说半句好话。可是到了1949年之后，这两个人被中共捧上天。

这两个人都是被孔子憎恶的。盗跖不但嗜杀，还吃人，成为中共宣传里最富革命性的农民起义领袖；一直到文革之后，中共教科书中的盗跖依然是响当当的推动历史进步的人物，以至于中学语文《窦娥冤》中出现那句“天地也，只合把清浊分辨，可怎生糊塗了盗跖、颜渊”时，很多被洗脑的学生果然也清浊难辨，反以为被拿来和盗跖作对比的颜渊（又称颜回、颜子，是孔子最得意的门生）是个大坏人。

至于少正卯，在中共颠倒是非的宣传里，是先驱——为“言论自由”献身；是勇士——敢于挑战“复辟狂”孔子；是教育家——因和孔子争夺生源而遇害；是冤鬼——成了文字狱的牺牲品。而孔子反被说成文字狱的始作俑者。

盗跖和少正卯，代表了两种不同程度、不同性质的“恶”。两者的差异，古人已有所论及，在《晋书》列传第五十八中，记载了东晋光禄大夫颜含一段论述：

时人谈论少正卯、盗跖哪个罪孽更重。有人说：“少正卯虽恶，不至于像盗跖那样杀人、吃人肉，当然盗跖更恶。”颜含说：“做恶做在明处，人人都知道他该死；隐藏很深的奸邪，只有圣人能察觉并除恶务尽。由此言之，少正卯更恶。”听闻这番话，“众咸服焉”。

根据颜含的说法，盗跖属罪恶之徒，其恶在一般人能够察觉、判断、规避、防范；而少正卯之流隐藏

很深的奸邪，为一般人所不能明察、只有圣人能察觉并去除的恶，是“邪恶”。

据史载，孔子被任命大司寇仅七天，即公开诛杀少正卯。性情直率的子贡（端木赐）问孔子：“少正卯是鲁国显达之人，您为政刚开始就杀他，是否欠妥？”

孔子回答说：“赐啊，听我说。大恶之人有五种，大大小小的盗贼都不在其列。第一是：心达而险；第二是：行辟而坚；第三是：言伪而辩；第四是：记丑而博；第五是：顺非而泽——五者居其一，就应该被处死，而少正卯五者兼具。所以他到哪都能聚徒成群；散布邪说却能蛊惑人心；排斥正的、以邪为正，却能自圆其说。这是小人中的桀雄，不可不诛。所以，汤诛尹谐，文王诛潘止，周公诛管叔，太公诛华士，管仲诛付里乙，子产诛邓析、史付，这七人，虽处不同时代，心术险恶如一，不可不诛。《诗经》说：‘忧心悄悄，愠于群小。’品行不端的人成了气候，最令人担忧。”孔子参与治国仅三个月，鲁国百姓安居，路不拾遗，民无争讼。

从孔子描述的五种大恶之人，我们仿佛能看到少正卯之流正活跃于当今世界舞台。而至于“到哪都能聚徒成群；散布邪说却能蛊惑人心；排斥正的、以邪为正，却能自圆其说”，这几乎就是党文化中浸泡出来的生命的特征。

今天我们应该能看清楚，共产红魔鼓吹言论自由，是为了怂恿人不断冲破道德禁忌话题，它只给人散布歪理邪说的自由，却从来不敢给人说真话的自由；而中共大力挞伐“文字狱”，是为了声讨所谓万恶的封建社会，都和普世价值中的人权、自由毫不相干。◇

深入西班牙史前石壁艺术神庙

文/雷切尔·科贝特

第一次瞥见岩洞壁画时让我目瞪口呆：粗糙的红色线条勾勒出一头鹿，一个夸张的圆圈代表它的眼睛。铁红颜料在手电的照耀下闪闪发亮。石灰壁上的一块凸起被巧妙的设计成鹿的胸骨。进洞一段时间以后，走在又长又黑的隧道中，简直是剥夺了五感；突然，当这幅柔和的绘画出现在眼前时，我才感到可以正常呼吸。

“你觉得这是不是一个神圣的地方？”马可斯·加西亚·迪茨（Marcos Garcia Diez）问道。正是这位考古学家带我来欣赏这些至今为止最令人叹为观止的石壁艺术。“这个岩洞好像是一间教堂，这就是为什么数千年来，古代人类一直反复回到这里。”

埃尔卡斯蒂洛在毕尔巴鄂（Bilbao）以西约85公里一座山的底部，它是全世界最著名的石壁艺术神庙。约4万年前，第一批智人（现代人）从非洲向北迁徙，来到欧洲，其中一些人来到坎塔布里亚（Cantabria），与当地的尼安德特人（Neanderthals）一起生活。包括埃尔卡斯蒂洛，这一地区有至少40座带有壁画的岩洞。

法国一直禁止公众进入本国最伟大的岩洞壁画遗址拉斯考克山洞（Lascaux）和肖维岩洞（Chauvet），与之不同的是，西班牙的文化部一直允许埃尔卡斯蒂洛洞向公众开放，每天允许260名参观者入洞。政府官员最近甚至开放了附近的阿尔塔米拉洞（Altamira），它有“石壁艺术中的西斯廷小堂”的美誉，从2015年2月开始每周接待5名参观者。

让人难以置信的是，埃尔卡斯蒂洛洞的鹿壁画以及其他以野牛、野生山羊和已经灭绝的奶牛为原型的壁画只是抵达我最终目标的前奏。最后，我将看到洞穴深处的一片模糊不清的已被方解石覆盖的红色壁画——这绝对是全世界无处可寻的宝藏。

两年前，迪茨和一支考古学家团队发现位于被称为“手之岩壁”的一块红色圆盘比之前认为的更加古老。他们在2012年《科学》杂志上发表了一项研究成果，认为该壁画至少是40800年前所绘——它已成为已知的地球上最古老的岩洞壁画。

迪茨和他的同事认为这些绘画的古老程度事实上已经超越了智人来到这个地区的时间，所以可能是尼安德特人的作品。迪茨认为通过进一步研究，他们将很快就会发现更加古老的壁画。

这些研究成果是存在争议的，但焦点并不在论证



两只远古的手（图片来源：S. RECD/Government of Cantabria）

的方法上。很多专家同意放射性碳年代测定法至少是有局限性的；它只适用于碳笔画，而且对35000年以前的壁画来说，这个方法并不可靠。为了测定更遥远的年代，即尼安德特人时代，迪茨和他的同事借用了军事科学中测定放射铀的技术。他们测定了11个岩洞中壁画表面的方解石中的放射铀，不论壁画的年代具体是多少，壁画表面的方解石的年代要比壁画更近，至少是同代的。（这个方法被证明是可靠的，其他研究者在2014年10月用它作出了另一项重大发现：印度尼西亚的一处39900年前的掌印，现在被认为是全世界第二古老的绘画。）

争议的原因是，因为这样一来，尼安德特人就成为了这些艺术作品的创造者——该理论将打破几十年来对人类创造力来源的固有理论。长期以来，科学家曾称头盖骨较厚的人类祖先没有艺术创造的能力。但是如今，越来越多的学者认为将尼安德特人视为野蛮人是一种过时的、智人中心主义的构想——甚至是一种偏执。

迪茨对这些争论没什么兴趣。他带着我穿过狭窄的通道，爬上泥泞的斜坡，进入洞穴的深处。他认为自己是“泥土考古学家”——对探索的兴趣大于争论。不过，迪茨仍然喜欢对岩洞艺术发出一些无解的问题。“你觉得他们为什么要画那么多这种东西？”

迪茨一直往前走，我却在“手之岩壁”前停下了脚步，赭石上印有几个手掌印。我举起手掌，隔着几英寸的距离，对着其中一只手掌的轮廓，想把手压上去，好像这样就可以与1600世代以前在这块石头上留下掌印的祖先相连。这时迪茨回转身来，他的手电筒照到了我悬在半空的手上。“瞧，你在干什么。”他说，“我觉得这就是他们画这些壁画的原因。”我看了看自己仍悬在掌印上方的手掌，才明白他说对了。

这是人内在的一种与比自己更大的事物相连的冲动。按照迪茨的说法，石壁不仅仅是一块画板，它也是一道门槛——“一种存在”。就此而论，岩洞是一种旧石器时代的教堂，壁画就是圣经，创造力就是神性的尺度。

“我们快到了，”当我们继续向前，走下一个斜坡时，迪茨说道。我们花了近三个小时走到这里——常常是爬着，穿过了长达1公里的迷宫。我觉得我们正在绕回到出口附近。

果然没错，一分钟以后，洞口变宽，迪茨的手电照到了一块低矮的、布满阴影的石壁上。它就在那里：全世界最古老的壁画。只是一片拳头大小的红色污泥。

“这和你期待的一样吗？”他问道。我一时语塞，但随即脑海中冒出很多问题：这是人类第一位艺术家的作品吗？这是否代表着人类就此超越了动物的那一历史性时刻？

我觉得这块印记像是一个正在消失的节点：它是人类历史上可以望见的最遥远的时刻。然而，我就站在它的面前，所有的时间似乎都融成一片幻影。于是，我开始明白，为什么我们常常把那些难以言喻的东西形容为“精神的”或“超越的”。有时，由于知识、认知和语言的限制，我们必须仰望那些陌生的事物。

于是，我坦诚地回答：“太出乎我的预料了。”
◇（摘自BBC旅游）

两只镯子赎回一个迷失的灵魂

文/晓荷

她睡到半夜，感觉到屋里进了人，很显然，不是丈夫，因为他去值班了，而每次回来，他都会先开灯，然后静悄悄地进来，到屋里抱一抱她，然后再睡。因为长期失眠，睡觉对她是件困难的事情，所以，总是家人睡去好长时间了她还没睡。显然，那个人以为她睡着了。

然后她看到了一个身影，手里拿着刀，在四处找东西。那一刻，她大睁着眼，内心出奇地镇定，因为绝对不能喊，隔壁就是儿子的房间，一喊，她和儿子就会有生命危险。

她看到那个贼把手伸向了她的首饰盒，那里面有一对玉镯，是外婆出嫁时的陪嫁，一直传下来，传给了她，是最好的鸡血玉。虽然不是价值连城，也是她最珍贵的宝贝。但她一直沉默着，直到贼离开。

然后，她冲到儿子的房间，看到还在睡的儿子，眼泪就下来了，她知道，没有什么比自己儿子更珍贵的了。

意想不到的事情发生了。那个贼却被看门的保安逮住了——在他翻墙逃跑的时候。所以，他和两个保安又出现在她的客厅里。

灯光下，她看到了贼的脸。一张十分年轻的脸，

脸上还有小小的绒毛，大概只有十五六岁的样子，眼神里全是恐惧。

保安问，这是你的镯子吗？她答，是。“是这个贼偷走的，就在刚才。”保安说。

她是知道的，她抬起头看了那个小偷一眼，那一眼让她呆住了，少年的眼里全是乞求的眼神，甚至是恳求，甚至是绝望。

那一刻，她的心忽然柔软起来。她有了新的决定。她说，你们放了他吧，他不是贼，那一对玉镯，是我给他的。

保安大吃一惊，而少年的眼里也全是惊讶，以为世界轮回，他不曾偷了人家的东西。

“是我给他的”，她坚持说。

这时，她看到少年的眼里全是泪水了。保安刚走，那个少年扑通就跪下了：阿姨，您为什么救我？

她笑了，淡淡地说，孩子，因为你的青春比那两只镯子值钱，我想用那两只镯子赎回你找不到方向的灵魂。何况，刚才我并不曾睡着，因为你手里拿着刀，所以我没有喊，也是为了我自己的儿子。那个少年，泪如雨下。◇

轰动西方世界的轮回转世实例

上个世纪五十年代美国有一个再生人的新闻轰动全世界。

据加拿大国家电视公司的节目主持人介绍说，1956年，20多岁的维珍尼亚·摩路（Virginia Mae Morrow）女士被《生活》（LIFE）画报介绍她的再生故事，吸引了全球的心理学家、宗教家、心灵学家的注意。

她从小生长在美国科罗拉多州的丹佛市，从来没有离开过家乡。她患有一种特殊的过敏症，对于某种气体和食物都敏感，病发时会导致窒息，有生命危险，这种病使医生束手无策，建议她请精神科医生治疗。其它治疗方法都不奏效，最后精神科医生采取的是催眠疗法，在历次的催眠治疗过程之中，她能够回到过去世，还不只一世。

在催眠中，当她回到那一世，她的口音就变成了那一世的口音，而催眠结束后，她根本就不知道刚才说过什么。例如一次催眠，她满口讲的是爱尔兰土语，她的父母兄弟姐妹都是爱尔兰人。她把爱尔兰乡村农舍家园一切叙述的历历如绘。她的叙述让医生惊讶，问她叫什么名字，她自称是墨菲（Bridey Murphy）。

问她何时出生？她答是1798年。医生问她何时死亡？她说是在18岁时患病死亡的。问她的病况，恰与她的过敏病相符。她从催眠状况醒来之后，却茫然不能记忆她讲过的事。

醒来之后的口音又恢复了原有的美西口音。医生调查她的身世历史，并无任何爱尔兰关系，她也丝毫不懂爱尔兰土话，催眠后却变成18世纪的爱尔兰乡村少女。

心理学家不承认什么轮回转世，认定她具有双重人格。但是后来根据心灵学会多方面调查和获得爱尔兰热心人士的协助，竟查出了18世纪确有那么一个死于窒息、心脏麻痹的爱尔兰少女墨菲。

这件案子当时惊动了很多国家的医生、医药协会、科学家。无人能够解释，她从未离开过家乡、读书又不多，她是如何知道一个两百多年前病故的异国少女的一切详情？经过各方面的调查证明，她并没有伪造故事，而且很多细节都符合事实。于是加拿大国家电视台采访了她。

记者问：“妳当年经过催眠治疗之后，获得了什

么效果？”答：“心理医生给我的催眠治疗，使我渐渐发现我的前生，我知道我的过敏症来自前生，起源于家庭妨碍我的恋爱。我知道了病源之后，我的病就渐渐好了。”记者问：“妳现在还有过敏病吗？”答：“再没有发作过了。”记者问：“那是致命的是不是？”答：“是的，一发作就窒息气绝。”

记者问：“在催眠治疗之前，妳是否知道自己有前生？”答：“我不知道自己有前生，但能时常讲些离奇的琐事，都不是今生发生的，使家人感到诧异，自己也不明白这些印象从何而来。”

记者问：“现在妳仍相信妳的前生是18世纪的爱尔兰少女墨菲转世吗？”答：“我完全深信。”记者问：“没有丝毫的怀疑吗？”答：“毫无怀疑。”

记者问：“妳前生的事有何证明吗？”答：“30多年前经过许多专家学者考证，许多事实都符合记录。”记者问：“墨菲只不过是一个普通乡村少女，难道也有历史记载吗？”答：“爱尔兰地方法院、法医验尸报告证明保留有记录，证明有此人，出生登记的记录也符合我讲的数据，其它当地发生的大事，我讲出的都符合历史，家庭人名也都符合。”

记者问：“妳从来没有去过爱尔兰？”答：“后来去过，特别为此事去过，我能够认识当地的大致道路，山城的变迁很小，仍和两百多年前差不多，我能找到前生居住的故居和前生的坟墓，无须人引导。”记者问：“真有墨菲其人的坟墓？”答：“真的有，我立刻就找到了。”

记者问：“当时必然是轰动一时的大新闻了？”答：“英国、爱尔兰和美国的记者成群跟着我去找的，事情的确吸引了很多国家注意，以致各国都争相报导，生活画报也来了。”

记者问：“妳自己怎么解释这种奇怪的事呢？”答：“我无法解释，只好让科学界去研究吧！”记者问：“现在仍有科学界找妳谈谈吗？”答：“仍有不少人来找我。”

这时电视上展出一部份三十多年前的报纸和生活画报，证明确有此事。◇

注：维珍尼亚·摩路1995年7月12日去世。

父亲有一副好心肠

文/一心

父亲出生于台湾屏东东港渔村的一户小康人家。来到人间不满三天，就因算命仙铁口直断其命格与兄长相克，而过继给一位被人遗弃的童养媳当养子。母子两人相依为命，母慈子孝传为亲友间的美谈。

坎坷的身世，反倒让他对生命有了更深刻的体悟和对待。他总是严以律己宽以待人；对他人的要求不多，而且比一般人更愿意付出，特别是对待遭逢困苦的人。

父亲认为身教重于言教，他以自己的言谈举止启迪子女。父亲平时话不多，所谈的极少是废话。他一生勤俭，以一份微薄的公家薪水，奉养父母、教养子女。

父亲宁可牺牲自我享受，无论如何也要成就子女们升学。对于他的护爱，我至今铭感在心。不仅如此，父亲每在筹足自家儿女的学费之余，还会对缴不全学费的邻居疏困。忆起那一幕幕父亲悄悄地将钱塞到登门求助者手中的影像，仿佛相当遥远，却又那么清晰、历历在目。

父亲非常疼我，即便我结婚生儿育女之后，依然疼我如故，我的子女们自然也成为父亲的最爱。每逢假日，我们一家大小外出赏玩时，孩子总会提议与外公、外婆相偕而行。

记得有一回，来到一处有山有水的风景区，孩子们一看到清澈的溪流，高兴地卷起裤管、拿著渔网，连奔带跑地跃入小鱼小虾漫游的溪中。正当孩子们玩得兴高采烈时，一条难得一见的肥肥胖胖的「土虱」，悠哉悠哉地游了过来，说也奇怪，它不偏不倚地投入孩子的渔网中。孩子们对这突如其来的庞然大物，又惊又喜，尖叫不已，溪边的游客纷纷围拢过来。有人羡慕地说，它的营养价值甚高；有人要出高价买断；有人想和我们平分…。只见父亲猛摇著手说：「不卖、不分、不给，就自己要。」围观的游客目光紧盯著这条肥肥胖胖的土虱鱼，那片好山好水，一时间好像都失去了吸引力。

一直到夜幕低垂，游客才纷纷收拾行囊离去。这时父亲领著孩子们一起合力把土虱鱼放回溪流

中。父亲对土虱说：「游客众多，你也敢跑出来凑热闹？快游去，否则你要变成人家的佳肴了。」土虱鱼似乎听懂了，飞快地顺著溪流游去，可是，不一会儿，它突然转过头往回游，在我们脚边停留片刻，才头也不回地顺水游去。直到土虱鱼的身影完全消失，我们才结束一天的旅游，踏上归程。父亲的善举，深深地刻划在我们一家大小的心田。

母亲告诉我，有天大清晨，她和父亲一如往常地去附近山区健行。在离家不远的道路旁，父亲发现地上有一个牛皮信封袋，鼓鼓的，顺手捡起来一看，发现里面有为数不少的现钞。父亲毫不犹豫地整个信封袋放回原处，以运动鞋紧紧压住。那天早上，他们就守著这个装满现钞的信封袋，等待失主出现。

就这样站著，等著，天都亮了，上班上学的人潮越来越多，整条道路又恢复了日间的喧嚷和忙碌。几个小时过后，终于看见一位形色焦虑的妇人，她连走带跑地、东张西望地一路赶来。等挨近父亲身旁的时候，父亲叫住她，问道：「为何如此慌忙？」妇人眼眶通红地说，家人因病送急诊，半夜出外向亲戚借钱，可是一早要赶去医院时，却发现口袋里的整个钱袋不见了。

这时，父亲移开那只布鞋，对妇人说：「是你的钱，就赶快拿回去；不是你的钱，不要动。」妇人立即躬身将牛皮信封袋拾起，感激得几乎五体投地，然后飞快地往回奔，跑了几步，又折回追赶父亲。妇人从钱袋中抽出几张大钞，硬是请父亲收下。父亲笑了笑说：「家有急事就快回去吧。我若要你这几张钞票，我老早就把整个袋子拿走了。」

父亲是大家公认的善人，有一副好心肠，可是父亲常对我说，做人本来就应该如此。父亲的一生，除了任职公务之外，前后还当了17年的邻长。父亲本身经济条件不是很好，但他经常关注、疏困邻里间的鳏寡孤独。

缅怀父亲的种种德行，我满心惭愧，望尘莫及。父亲那种对善的坚持与信念所带给我的影响，相信不仅止于我这一生，而是直臻永恒。◇

临海听涛

文/李云飞

在云游四方的过程中，最能吸引我驻足长望的景观就是辽阔的大海与雄伟的高山。在日本东海岸面临太平洋一侧，有一个微不足道、在地图上都难以找到的小岛——神岛。就是这个小小的神岛，为日本著名作家三岛由纪夫提供了神奇的创作灵感，他在1954年发表了以神岛为舞台的浪漫文学小说《潮骚》，不仅很快就成了当时的畅销书，而且还被搬上了大荧幕，拍成了大众喜欢的电影故事片。

当我脚踏在神岛对面的鸟羽湾海外，即刻就陶醉在这一方依山傍海、鸟语花香的土地之上了。由于生性不喜欢嘈杂、喧嚣的生活环境，在学生时代我就不打算长居大都市，内心总是向往中国古代田园诗人陶渊明笔下的那种“采菊东篱下，悠然看南山”的意境。与机器的轰鸣、刺耳的争吵声相比较，潇潇的雨声与大海的涛声犹如歌声一样使人赏心悦耳，夜幕降临之后，又犹如温馨的催眠曲，把人送入香甜的梦乡。

无论是春夏秋冬，还是黄昏清晨，大海总是不停地变换着颜色；潮起潮落，井然有序，其宽广与壮阔更是令人感叹不已。漫步在海岸边上了望大海，就会让人忘却俗世的烦恼，在浩瀚无垠的海面上升起一片心灵的晴空。大海如诗，内含风情万千；涛声如歌，让心灵充满喜悦。这如画的风光来自于大自然的造化，心灵的喜悦源出创世主的恩赐！

现代人聚集在大都市，逐渐疏远了大自然，也淡忘了做人的真正目的。即使是居住在乡村的人们，也长年在与柴米油盐酱醋茶的周旋之中无暇去观察和欣赏高山的巍峨或大海的涛声。我在外出寄信时，与鸟羽市邮电局的一位女职员闲聊了几句，当她听说我喜欢海涛之声时不无惊讶，颇为不好意思地说：“我自幼就生长在这海边，却从来没有用心地去聆听过涛声，也没有认真地观赏过大海。并不是因为工作太忙，而是被日常琐事扰乱了心智，心情总是安静不下来，时间都消耗在琐碎的事情上

去了。”然后她又说：“心情安静不下来，每天都是浮躁度日，即使走到海边也无法感受到大海的魅力。”

根据科学研究，在声学上一段声音中的频率分量的功率在整个可听范围（0~20KHZ）内都是均匀的、相对的声音称为“白噪音”，其他不具有这一性质的噪音则被称为有色杂讯。虽然绝对的白噪音是不存在的，但雨声、流水声、海涛声、鸟鸣声等来自大自然的声音是现实世界上最接近白噪音的声音，这些声音都有一种悦耳的美感。远离都市的大自然就是这一类白噪音的最佳来源，如果想要放松身心、酣享睡眠，亲近大自然就是最好的方法。

我尤其喜欢在夜间临海听涛，即使眼睛看不到潮起潮落，心灵也会随似歌的涛声而起舞。此刻的心情不同于夜间听雨，但是其悦耳的美感却又有几分相似。每当我临海听涛，一颗清静的心似乎就消融在神秘莫测的大海之中，那一刻，在我的心绪中万物顿失，人世间的恩怨情仇与昔日的刀光剑影都被完全抹消，只有大海的涛声在我心中起伏。静听美妙的涛声，不需要任何人解说就能明白：生活，原来可以这样快乐；心情，原来可以这样惬意；人生，原来可以这样无忧无虑。天地之间有许多美妙的胜境，需要静心的聆听才能获取。

据报导，美国《华盛顿邮报》经过评选之后，列出了最新世界排名前十位的奢侈品，其中排在前五名的分别是：1、生命的觉醒开悟；2、一颗自由、喜悦、爱的心；3、背包走天下的气魄；4、经常回归大自然；5、安稳平和的睡眠。这些在大都市看起来确实是非常奢侈的精神财富，如果临海而居，聆听大自然的声音，每一件又都是那样唾手可得。

经常临海听涛，就如聆听大海的心声，听者的心灵也随之渐渐变得平缓祥和。学会了大海的包容和谦恭，做人也能心宽如海，潇洒地逍遥于天地之间。◇

澳洲妇女找到梦寐以求的生活

文/明慧记者 夏纯清

一位四个孩子的澳洲母亲，在日常食量增加的情况下，110公斤的超重体重在5个月内减少了超过30公斤；原本严重车祸后因极度紧张几乎无法自驾车，仅两个月后摆脱这一心理障碍，同时，困扰了大半生的、在与人共事时无法控制的焦虑紧张感消失了；罹患失读症的女儿，从易怒、自我隔离、学习困难，变的开朗自信、朋友众多；平均一年四次需要叫救护车急救的丈夫，不再需要从睡眠中被叫醒注射毒副作用很大的、控制1型糖尿病的药物……



图：贝克（Geraldine Beck）女士炼法轮功第二套功法——法轮桩法。

这一切奇迹般的变化，都发生在这位墨尔本的50岁西人女士贝克（Geraldine Beck）从一年半前开始每天阅读《转法轮》之后。

这些脱胎换骨般的身心巨变，令她和家人倍感震

撼和欣喜，她说：“通过修炼，我明白了，生活中的这些磨难都是能让我找到自己的不同执著的珍贵时机。我也深深体悟到，师尊给予我生命的巨大恩赐（the immense gift of life），我的生活好象才刚刚开始，而这就是我梦寐以求的生活。”

中学时代的焦虑

从中学时代起，贝克经常陷入抑郁和消沉的困境。“那时候开始，我经常琢磨活着到底为了什么。”她说，“中学毕业，在和丈夫组建家庭、建造了我们自己的房子之后，生活的舒适让我觉的空虚，变的牢骚满腹，我把所有的业余时间都花在读言情小说上。有了孩子们之后，我的身体亮了红灯，于是我又开始寻找人生的意义和目的地。”

贝克的情绪变的时好时坏，短暂的满足之后仍然感觉自己很肤浅。这期间，她尝试过许多次严格的减肥食谱，但总是难以维持很长时间就放弃了，减肥和增重的过程不断重复，导致抑郁症卷土重来，她觉的当时自己整个人都精疲力尽。

“如果我的周围有其他人，我会总是有忧虑和紧张，觉的难以控制自己的意识，即使身边是父亲和兄弟。因为害怕在工作中出现错误，我会非常非常紧张，以至于脑子一片空白。”

她说：“我的体重在过去很多年都处在过重的状态，每次严格的节制饮食几个月后，坚持不下去放弃，体重又回来了，不仅如此，还再增加10公斤，就这样不断重复着这个周期，直到2016年底，体重达到110公斤左右。”

“我的自信心快降没了，感到自己恐怕已经没救了。”她说。

严重车祸后的奇迹

2015年8月，贝克遭遇了严重的车祸，车子被撞毁了。“我没有受伤，但极度紧张，以至于事后对大概前后7个小时内的经历、当时都发生了什么，我没有任何记忆。”

车祸后，驾照被吊销12个月，“这个车祸对我接下来一年的生活影响巨大，将近12个月，我都感到心情沉重，整个人的状态很不正常。”她回忆说。

驾照恢复，贝克也无法独自驾车。“我几乎不能开车上路。因为如果是独自开车，我无法控制自己的紧张情绪，非常危险。”她说。

一个多年要好的朋友、丈夫的同事，在修炼了一段时间法轮功之后，得知贝克的情况，推荐她上网观看法轮功创始人李洪志先生的九天班讲法录像，她立即照办了。

“我每天看一讲，连续看了九天。”她说，“看完九讲，我顿时感到轻松愉悦，真的很美妙。”

她接着回忆道：“之后我开始学炼五套功法，并且每天阅读《转法轮》，渐渐能控制自己的情绪，原先失衡的状态消失了，生活恢复了正常。”

“两个月后，在我开始参加集体炼功后，奇迹般地终于彻底摆脱紧张和焦虑的情绪，能轻松独自驾车了。而且，在接下来的5个月，我的体重也自然而然地减轻了36公斤，不是刻意减肥，只是三餐注重营养均衡而已，食量比以前还大一些，但体重就这样恢复了正常。父亲看到我的变化非常高兴，因为我之前的健康状况是他的一大心病。”

“我也能轻松做家务了，以前做一点点事情都需要很费劲才能完成，而现在，我有足够的力气把家务事做得很好，再也不觉的累，这一点感受太深了。我过去每晚要睡9-10个小时，现在只需要5个小时。”

“孩子们对我的变化也是非常非常开心，他们现在有了一个活力四射的妈妈、更健康的三餐和干净整洁的家。”贝克难掩欣喜地说。

丈夫摆脱睡眠危险

奇迹般的变化也发生在贝克尚未修炼的丈夫和不定期阅读《转法轮》的女儿身上。

“我丈夫有1型糖尿病，每天要注射三次胰岛素。过去，他每天睡觉的时候，总是面临失去意识的危险，我需要叫他起来，如果血糖太低，就给他注射。”但还是会发生危险，她说：“每年平均有4次，我不得不叫救护车，因为他失去意识了。过多的药物对他的肾脏损害很大。”

“在我开始阅读《转法轮》之后，他的身体状况也改善了，我不再需要给他额外注射，而且，过去的一年多，他在家，再也没有发生一次失去意识的危险情况，所以一年多了，我不再需要担心他出状况了。”

“因为他明显感觉到自己的变化，更是看到我的巨变，所以鼓励也很支持我修炼。”贝克说。

判若两人的女儿

“我有四个孩子，两男两女。其中大女儿在学校学习很吃力，造成她极度不自信，对自己的评价也非常负面，因为如此，脾气也很暴躁，不合群，没有朋友。”

“后来，我们意识到这是不正常的状态，带她看了医生，确诊为读写困难（也称失读症）。”

贝克说：“在我开始阅读《转法轮》之前，每天晚上让她按时睡觉非常困难，而且，她总是不想去上学，我感到束手无策。”

但这一切在一年多前也彻底改变了。

“当时，她感到很焦虑的时候，看到我在阅读《转法轮》，就坐下来和我一起读，仅仅4-5分钟后，她发现焦虑消失了。此后，她就不定期的和我一起读，每次时间都不长，但足以彻底改变她的精神状态。”

贝克接着说：“她对自己的评价开始正面起来，内心感到快乐，她的朋友圈和自信心都戏剧性地增加着。她不害怕向别人求助，她也不再感到沮丧。现在，她在中学里有很多要好的朋友了，成了一个开心的孩子，我们没有给她吃治疗失读症的任何药物。但她和12个月前判若两人。”

梦寐以求的生活

如今的贝克，在丈夫和孩子们眼里，开朗精神、活力四射，她说：“通过修炼，我觉的浑身很有劲，内心也觉的很充实和开朗，我感到内心充实，也很平静，能够坦然面对各种疑难问题，甚至可以自己解决这些难题了，这是我之前从来没有体验过的。”

她说：“我花了不短的时间，才学会向内找，才开始真正明白什么是修炼。我现在不再将生活中的小磨难看作普通的事情，或者通过暴饮暴食来逃避生活，因为我明白，这些磨难都是能让我找到自己的不同执著的珍贵时机。”

“我体悟到，李洪志师父慈悲地一步一步地指导我的修炼，以及在日常生活中处理与周围人的关系时，不断展现和启悟我对‘真善忍’原则的从浅到深的理解。”

作为新学员，贝克内心充满感恩，她表示：“师尊给予我生命的巨大恩赐，我的生活好象才刚刚开始，而这就是我梦寐以求的生活，人生有目的地、也有方向，更重要的是，我还有一个师父在随时支持着我。”◇

他冒险救出600多犹太儿童

文/李耘



这些孩子很快就要面对悲惨的人生结局。范许尔斯特和沃尔特及亨丽埃特女士组成了一条救人的链条。

约翰·范许尔斯特（Johan van Hulst）曾是荷兰一位教师，他在上世纪40年代，冒着生命危险从纳粹分子枪口下拯救了669名犹太儿童。2012年，以色列总理本雅明·内塔尼亚胡访问荷兰时特意前往探望范许尔斯特，向他表达感激：“拯救一条生命就是拯救一个世界。您拯救了数百个世界。”

范许尔斯特2018年3月22日辞世，享年107岁。但一直到去世，范许尔斯特仍在自责，当年救的人还不够。

救人链条

当时，范许尔斯特在荷兰首都阿姆斯特丹一所师范学院任院长，而与这所学院只隔一道篱笆的是一家犹太人托儿所，与学校隔着一条马路的是一个荷兰剧院。

1940年，德国纳粹入侵荷兰；1941年，纳粹控制了这家剧院，将它作为“死亡中转站”，就是将荷兰的犹太人先关在这里，然后再转移到在波兰或荷兰的集中营，最后可能将这些犹太人屠杀。仅仅18个月，就有大约46000个荷兰犹太人被从这里转到集中营。

1943年，纳粹又占领了这家托儿所。从此之

后，纳粹把抓来的12岁以上的犹太人关在剧院，12岁以下的犹太人关在托儿所。

大家都知道，这些孩子很快就要面对悲惨的人生结局。因此，范许尔斯特和管理剧院的德国犹太人沃尔特（Walter Süskind）及管理托儿所的亨丽埃特（Henriëtte Pimente）女士组成了一条救人的链条。

在那个年代，在纳粹的眼皮底下偷出犹太人，这无疑是在拿自己的生命做赌注。但他们在好心人紧密配合下，还是尽最大努力将大约669个犹太儿童偷救了出来。

犹太孩子被送到托儿所之后，亨丽埃特女士通过后院的篱笆把孩子交给范许尔斯特，然后等待最佳时机被运出去。

学校和剧院之间的路上会有电车经过，当电车经过的时候，刚好能够挡住剧院纳粹守卫的视线。他们就利用这个机会，把犹太孩子藏在篮子里或是麻布袋里偷偷送出去交给在后面接应的组织。整个过程中，他们三人配合的天衣无缝。

在纳粹的眼皮底下偷偷救人，事情都不能做的太明显，稍微一个闪失，参与者就生命危险。所

以，每次救人，也只能救其中一小部分，即使这样救人的每一环，都惊心动魄。为了不引起纳粹的怀疑，这三个人还要当着纳粹的面表现的非常“狗腿”，让纳粹以为他们是自己人。为了应付纳粹，他们在登记的犹太人到达名单中，会故意不去登记已经逃跑的犹太人。

被追捕

但是，这条解救链在1943年突然断了。那年7月，托儿所的负责人亨丽埃特突然被捕，两个月后，在奥斯维辛集中营被杀。同月，纳粹宣布将清空她原来管理的那个托儿所。

这时候，里面还有很多孩子没被救出来。在这些孩子被清走之前，范许尔斯特依然抓住最后机会救出了其中一部分。

到1945年，参与这场解救行动的3个主要领导人，亨丽埃特已被杀，沃尔特的妻子和女儿死在

了集中营，他自己在38岁时，在中欧某处进行纳粹组织的死亡行军过程中死亡。

随后，一名参与解救行动的成员被捕，刑讯逼供下，招出了范许尔斯特。在纳粹到达范许尔斯特所在地方对他进行抓捕的前几分钟，有人将消息透露给了他，为了保命，他不得不开始了逃亡的生活，东躲西藏，一直到战争结束。

最后，范许尔斯特成了这场犹太儿童解救行动的3个主要人物中，唯一侥幸存活下来的人。

1972年，范许尔斯特被以色列政府授予“民族义人”的头衔，这个头衔是以色列政府专门为那些在战争中帮助过犹太人的非犹太人所颁发的。

尽管收到了各种荣誉，陪伴范许尔斯特一生的，却是无尽的自责：“我想的永远是那些我没能救出来的孩子”，“最后那次，我救出了12个孩子，接下来的一生，我都在问自己，为什么当时不救13个？”◇

文王泽及枯骨

文/新生网

周代史书上记载：文王有一次在野外行走，见到一些枯骨散落于田野间，暴露未被掩埋，便叫左右随行人员去把枯骨埋掉。

随行的左右说：“这也不知是谁家的尸骨，大概已经无主了。”周文王说道：“天子有天下，就是天下的主；诸侯有一国，就是一国的主。这些枯骨暴露于我周国之野，我是周王，当然是这枯骨的家主，自然应该由我负责掩埋。”左右听此一说，便赶紧去将枯骨掩埋了。

天下的诸侯闻听周文王能行如此仁德，都说：“西伯对于死人尸骨尚且如此恩德普施，更何况对于活着的人了。”

太任是周文王的母亲，她端庄恭敬、笃信虔诚。太任本是薛国任家的女儿，嫁给了周王季，

生下的孩子就是文王。文王怀念先祖，继承了贤人的德行仁爱，谨遵先人的教诲，勤勉治国，不敢怠慢。文王听到有利于国家百姓的话，就依从去实行；听到有人谏，一定会采纳信从。

文王治理诸侯，即使是自己的宗族兄弟违反了法令，也一样按照法规处罚。由此，在文王的治理下，国泰民安，天下安康。

文王在官室里温和恭谨，对待长者尊敬有礼。在庙堂祭祀时，谦卑恭敬，肃穆严整。在公众场合，总保持着威仪与和善；自己独处时，也不忘反省自谦，时刻检点自己的德行是否有所疏漏，不敢稍稍懈怠。

文王发政施仁，所谓“为人君，止于仁”者，此类是也。因此，人间的灾难凶险都不再发作，疾苦瘟疫也不再兴起。天下太平，百姓富足。◇

一句话 一个钥匙链 三年刑期

文/明慧网



李彩芝

三年刑期，对于一个人意味着什么？那是一千多个铁窗内难熬的日日夜夜。内蒙古宁城县五化乡农妇李彩芝，被宁城县公检法判了三年，所谓的“证据”只有两个：一句话和一个钥匙链。

五化乡派出所、宁城县国保大队抓捕、抄家；宁城县检察院批捕、提起公诉；家属请律师做无罪辩护；宁城县法院开庭判决。该走的法律程序似乎一个也不缺。唯一缺少的却是法律的普世原则——思想、信仰不能构成犯罪，法律只惩罚行为。

李彩芝原来是一个很要强的人，因家庭琐事，经常跟丈夫打架，动不动就闹离婚。同时，她多种疾病缠身，头痛病发作时，疼得她往墙上撞；胃病也很严重；她还得了一种怪病，不敢见光，不敢看天。

家庭的矛盾、疾病的折磨和生活的艰辛，李彩芝终日愁眉苦脸，不见笑容。

2002年，中共邪党迫害法轮功已经三年了，李彩芝听到亲友向她介绍法轮功。她心地单纯，并没有相信江氏集团在电视上造的那些谣言。她想：既然这么好，那我也炼。

李彩芝走入法轮功修炼。短短几个月，过去怎么都治不好的病，没花一分钱，一下子全好了。李彩芝兴高采烈地告诉姐姐：“姐，你说神不神？我病全好了！现在我敢抬头看天了！”

身体健康了，李彩芝的心性也在变。她按照大法的要求做好人，遇到矛盾向内找自己的不足。她不再跟丈夫生气，无怨无恨承担家庭重担，夫妻和睦了。田地被人占了，她默默包容，买东西时，卖家多找给她的钱，她全部退回。

大伯哥家里收秋，十多亩地的玉米，收割、装车，李彩芝帮着干。三伯哥家里的谷子地要薅苗，喊她一声，她二话不说，也去帮着干。

在集上，李彩芝听到一对母女俩跟别人说自己身体有病，就热心地告诉她俩：我过去也是一身病，炼法轮功炼好了，你们记住法轮大法好，保平安。这对母女俩，受到中共媒体的欺骗，没有领会李彩芝的一片好心，却打了110恶意举报。

五化乡派出所警察抓了李彩芝。宁城县国保大队还跑到李彩芝的家里抄了一番，什么也没有翻出来。但是李彩芝电动车的钥匙链挂坠上写着“法轮大法好”，这就变成了所谓的罪证。

李彩芝刚刚被抓的时候，家属去五化派出所找所长胡晓亮了解情况，并要求放人，胡晓亮说：让李彩芝保证不炼功就放人，自己在家偷着炼没人管。一审开庭前，家属向法官宁兆会提出，能否由亲属代写“不炼功”保证。法官宁兆会说：“可以，你写了之后，我们可以跟检察院沟通免于起诉。”

打个比方说，一个杀人犯，他说我以后再不杀人了，警察就可以放他回家吗？检察院就可以免于起诉吗？说“炼”就判刑，说“不炼”就放人，这是法律吗？反过来也说明，法轮功学员根本就没有触犯法律，没有犯罪。

李彩芝的亲身经历证实了法轮大法是正法，如果教人向善、无偿为人祛病健身是邪的，那么，这世上还能有什么是正的？

宁城县公检法三家以“利用邪教组织破坏法律实施”的莫须有的罪名构陷李彩芝。其实，谁能破坏法律实施呢？只有法律的实施者才能破坏法律实施，能让一部法律在国家、社会或者某一个领域中得不到实施，手里没有行政权、执法权，是根本做不到的。李彩芝只是跟人谈谈自己的信仰，怎么能破坏得了法律的实施呢？

中国宪法第35条规定公民有言论自由；第36条规定公民有信仰自由，到底是谁在破坏宪法实施？◇

美国俄勒冈五百万英亩的奇异风光

文/扎克·弗兰克 (Zack Frank)

大多数人想到美国俄勒冈州(Oregon)的时候,首先会想到的是葱郁的森林、瀑布、沿海峭壁和白雪皑皑的山脉。但是你一旦去了卡斯克德山脉的东部,会发现这个州大部分都是贫瘠的灌木丛林。位于俄勒冈州高原沙漠一带鲜为人知的约翰戴伊盆地就是这片贫瘠灌木丛林的一部分,这里还有一些世界上最奇异的风光,以及绵延数百英里的山丘和多姿多彩的荒原。

天然的异常现象

和地球上的其他地方不同,约翰戴伊盆地的大部分地方都由牧场、农场和自然资源开采区所包围,这些对自然资源的开采永远地改变了美国的标志性风光。这片五百万英亩的土地有着国家公园的自然风光和科研价值,不过只有14,000英亩土地划到了约翰戴伊盆地化石床国家保护区(John Day Fossil Beds National Monument)



这片国家保护区的亮点就是引人入胜的彩绘山(Painted Hills)。这里不像美国西南部所谓的红砂岩,红砂岩实际上有着橘红色和黄色的色调,而俄勒冈中部看到的这种颜色来源于约翰戴伊岩层最底部的大约3300万年前的红色火山灰。想见识这样瑰丽的色彩,你必须沿着四分之一英里的画湾小径步行,这个高出地面的木板道位置隐蔽,同时也保护了这片山脉不被人开发。

这条彩绘山徒步观景小径来回大概半英里,海拔升高100英尺。这片山谷由多种颜色组成,红色、黄色和黑色,要不是有那引人入胜的自然图案和延伸到山丘表面的梯度,它看起来就像是一个千疮百

孔的地球。

奇怪的反差

从小径上可以看到各级分层,这些分层是一种地形学的语言,通常只有在悬崖和峡谷才能看到。但是这些山脉已经被一条古老的河流冲刷平滑,分别能看到不同地理年代沉积下来的泥岩、粉砂岩、页岩和红土。这些岩层固化成有色彩的土丘,这些土丘曾经埋葬过史前的马匹、骆驼和其他美洲土生土长的大型动物。古老岩层上的每个活泼的色彩都和盆地里那些现代物种,包括灌木蒿、牧草和刺柏,形成了奇怪的反差。



根据季节的不同,植物的生命可以像多彩的沙漠一样艳丽和让人称奇。很多草原环境根据季节转换成黄色和绿色,但是在适当的条件下,会看到大面积红色的草地一直延伸到平原。这些色彩的变化在春天和秋天快要结束的时候最为明显,不过有时在干旱季节也会发生。

古老的化石

克拉诺(Clarno)岩壁是约翰戴伊盆地化石床国家保护区的一部分,是岩石峭壁的山脊—这是火山泥流的遗迹,在火山爆发时这片干旱贫瘠的灌木丛曾经是一片亚热带森林。这里发现了4400万年前超过170个物种的化石,包括植物和动物,这里还有小路,游客可以去探索这些古老生物的遗址。

在这片盆地里,偶尔会有火山岩峰从这片灌木丛林栖息地挣脱出来。这些黑色的岩石从植被中挣脱而出,就像是在诉说着那已经基本被忽略的地

质学历史。该盆地在过去5000万年经历了巨大的变化，通过观察这些出露层可以了解气候、物种以及火山活动的演变。

在这片国家保护区之外，也有很多引人注目的如画般的沙漠，比如那些逐渐消失在彩绘山水库里的壮观的孤山。但是没有小路可以供人们去探

索这些红色、黄色和绿色的画面，也没有法律给予它们特殊的地位。相反，附近的庄稼地一直在吸收着这些矿物——而这些矿物是这片土地如此多姿多彩的源泉——并永远地改变了这个犹如彩虹般的奇景。◇

（摘自BBC旅游）

为民舍命的清官谅辅

文/智诚

自古以来，天降大灾后，在如何禳灾去难，转危为安这件大事上，最好的解决办法之一是国家的最高统治者下“罪己诏”，检讨自己执政的过失，祈求上天消去惩罚，解救万民。然而，在东汉时代，有一个科长级的九品芝麻官，做了皇帝应该做的事。

东汉有个谅辅，字汉儒，是广汉郡新都县人（《后汉书·谅辅传》）。他年轻时供职佐吏，为官清廉，浆水不受。后来任从事，大小事情都治办妥当，郡县的人都钦佩敬重他。

那年夏天干旱，再不下雨，秧苗即将绝产。一郡之首的太守，站在庭院中让太阳曝晒自己来祈雨。晒了好几天了，依然是晴空万里，骄阳似火，没有下雨的迹象。

谅辅以五官掾（太守麾下管主要事务的官员）的身份出去祷告老天爷。他发誓说：“我谅辅身为郡守的主要属官，不能劝谏上司接纳忠言，推荐贤才，屏退奸佞，调和阴阳，致使天地隔绝不通，万物干枯。百姓翘首盼雨，没有控诉的地方，罪过全在我谅辅。如今郡太守在真诚反省，责备自己，已在庭院中接受天惩曝晒，为黎民百姓祈雨。为让甘霖早降，我谅辅来认罪，为百姓求福，诚心诚意恳切真挚。若尚未感动神明，我现在发誓，如果到了中午不下雨，请让我用自己的身体来抵罪。”

于是他命人堆积了一个大柴垛，自己坐在柴垛上，如天不下雨，准备在午时三刻点火自焚。接近午时，山上的云气变黑，响起雷声，下起大雨来，一郡的地方都得到润泽。当世的人因此称赞谅辅是最真

诚爱民的人。

天为什么要降临给人类灾难呢？譬如，干旱、地震、洪水、毒霾、龙卷风等等，也正是因为人是有罪的。在中外的经典中，都有类似的论述。天降灾难于人，是对人类的恶行发出的警示，也是上天对人类慈悲的一种特殊表现方式，用这种方式通告人们：该反省和修正了！

第一位向上天检讨承认错误“罪己”而为民祈福禳灾的应该就是夏禹大帝了。面对久旱之灾，他在桑林旁秉着虔诚，祈求甘霖，心到神知，喜雨倾盆。

第二位下“罪己诏”的帝王就是与禹王祈雨时隔四百年后的商汤。商朝之初，曾大旱七年。商汤见臣子们祈雨七年而未解旱情，于是商汤做出了一个惊人的举动来：他命人把祭祀的柴架起来，成汤把自己的头发和指甲剪掉，沐浴洁身，向上天祷告：“我一人有罪，不能惩罚万民，万民有罪，都在我一人，不要因我一人的没有才能，使上天及鬼神伤害我百姓万民。”最后商汤说：“我祭祀占卜求雨，本是为民，不能再用人焚烧祭天，现在就烧我来祭天吧！”祷告完毕，从容地坐到柴堆上去，命人点火，令人欣喜的是，柴还没点燃，天就降下了大雨。汤的这种为民献身的精神，得到了人民的敬佩和颂扬。

后人对大禹和商汤的作为，作了符合历史真实的总结：“禹汤罪己，其兴也勃焉；桀纣罪人，其亡也忽焉。”（《左传·庄公十一年》）禹汤能罪己，国家就兴旺发展，把罪过都推给他人的夏桀、商纣，国家则很快就衰亡了。◇

烦恼由心不由事

文/清芷

每个人都希望自己天天开心，没有烦恼。但人生在世，哪有一帆风顺的事情呢？就算没有经历过什么大的变故，那些生活中的琐事，也足以牵动人的心池，令人烦恼。

最近一段时间，办公室里几乎天天上演着这样的场景。小美几个月之后要结婚，婆家原本说好一次性给十万彩礼，可是不知什么原因，如今只能先给五万，还有五万需要过一段时间再给。小美生气地说，原本很体面的一件事被婆家办磕磕了；周姐的老公喜欢喝酒，几个酒友每天请来请去，花销很大，周姐为此很是烦恼；徐姐准备给儿子买房子，买大了钱不够，买小了不甘心，每天纠结。看着她们的烦恼，我有时 would 想，如果我碰到了这样的事，会不会和她们一样烦恼？

这些天，我也受到了这样的考验，工作本来做的不错，但是突然有一天，主管说要给我调动工作，那个工作不是我专业，我从没做过那样的工作，所以心里很不痛快，内心起伏了两天。后来终于有一天想通了，只是一份工作嘛，主管派我去，也是对我的信任；况且，那个岗位工资还会高一些，我又何必给自己设定一个框框，非要做什么样的工作，顺其自然，会不会开心一些呢？这样一

想，心里便平顺了，坦然接受工作的调动。

可是心里平静了没几天，公司因为客房缺人，人力部出了一个主意，从各个科室调人去帮工，每周帮一天，我又被计划在內了。去客房帮工，就是做服务员的工作，打扫收拾房间，听说非常累。这一次，我心里的起伏幅度是很大的，若不是最近经济紧张，我真想辞职不干了。这一生，因为任性受到了很多教训，所以，这一次我告诉自己不能再任性，我控制着情绪，一点点地让心情平息。

静下来的时候，我分析了一下自己的处境。如果不能辞职，我带着情绪也改变不了什么，帮工又有什么用呢？打扫房间一直是我的弱项，如今有这个机会，正是充盈自己的时候，还能改改自己喜欢安逸的惰性，对我来说，真的是一种锻炼。我要把每一件不开心的事都变成提升自己的契机，让人生当中处处充满着正的能量。如此一想，一切烦恼都风轻云淡了。

这么看来，烦恼的根源其实并不是某件事情造成的，而是由自己的心态造成的。我们很难预料未来会有什么事情发生，但是我们能主导自己的心态，学会不抱怨，学会从正的方面看问题，把烦恼当成升华心性的阶梯，人生就总会晴朗无忧啦！◇

突破网络封锁

1. 破网IP索取信箱：freeget.ip@gmail.com 发一个电子邮件（标题不可空白），十分钟内收到回信，拿到几个IP。最好用海外邮箱。邮件可能会被当作垃圾邮件，请检查垃圾文件夹确定是否已收到邮件。

2. 破网软件索取信箱

使用海外信箱寄一封信（标题不可空白）到以下邮址约十分钟就可以收到下载点。索取自由门freeget.one@gmail.com

3. 下载“自由门”软件

<http://www.dongtaiwang.com/>

4. 下载“无界浏览”软件

<http://www.wujieliulan.com/>

