

感恩之心 造福自己 方便他人

文/周正

常言道：“良言一句三冬暖，恶语伤人六月寒。”意思是说，当和颜悦色、关心他人时，能给人带来温暖；否则，会伤害到他人。事实上，当一个人心怀善念、常怀感恩之心时，不仅会方便他人、也会造福自身。

科学家们也发现了这一点。据加州大学戴维斯分校网站2010年11月17日报导，心理学家发现，当一个人常对他人心怀感激时，这个人也会生活的更加快乐与充实。这项研究是加州大学戴维斯分校的埃蒙斯教授(Robert Emmons)和迈阿密大学(University of Miami)的麦卡洛(Michael McCullough)教授合作进行的。在实验中，一些学生每天要记下五件他们感激的事情，而对照组的学生则每天记下五件让他们不满意的事情。在三周后，那些心怀感激的学生在心理上、身体上、和待人上都比对照组有长足的进步。

在随后的研究中，科学家们对不同年龄阶段、不同健康状况的人群都进行了考察，结果显示这一现象是普遍存在的。在报导中，埃蒙斯表示：改变一个人的生活是很难的，心怀感激却是其中之一。

想想我们的每个人，从小到大的经历中，父母、亲人、老师、同学、朋友，为我们付出了许多，而且还有许多是我们所不知道的。当意识到这些时，难道我们不应该心怀感激，而且将善的种子传播给更多人、让这个世界变得更加美好吗？

在中国传统文化中，这样的古训数不胜数，许多已经被现代人遗忘了；但重新捡起来，发现其中蕴含着许多做人的道理、生命的真机。比如：“积善人家，必有余庆。”这句话出自于《周易》。

一个人的能力与命运，可能是有定数的；与其在争斗中求满足，不如安守本分、如善如流。当把碰到的事情都做好时，或许会有意外的收获。

清代文人纪晓岚，学识渊博，曾主编《四库全书》。他在《阅微草堂笔记》中收集了许多善恶有报的故事，而且有证可查。这里举一个例子。纪晓岚的先祖母张太夫人说：沧州有个人，他逼迫寡居的弟媳改嫁，并把两个侄女卖进妓院，乡亲们对此都愤愤不平。有一天，此人怀揣不义之财，买下满满一船绿豆，到天津去贩卖。傍晚，船泊于河边，他坐在船舷边洗脚。忽然，西岸边一艘运盐船缆绳中断，而且横扫而过，两船船舷相切，此人自膝盖以下如被刀削，双腿骨肉粉碎，他悲惨地呼叫了几天后才死去。先外祖父张雪峰家有个仆人听了这件事后，忙来向主人报告，并且说：“某甲遭到如此惨祸，真是件大怪事！”雪峰公却慢条斯理地说：“这事并不怪。依我看，他若是不落得这个下场，那才是大怪事呢！”(原文：此事不怪。若竟不如此，反是怪事。)这该是雍正甲辰到乙巳(1724—1725)年间发生的事。

真诚待人、与人为善，这些构成了中国传统文化基石。也正是因为这样，人类的文明得以维持了几千年。时值今日，能够秉承正气、洁身自好的有多少人呢？当我们每个人都为社会增添一份正的力量时，这个世界，包括我们自己，就会走向美好。

感悟境由心造

文/清荷

“境由心造”，顾名思义，环境因人的心性变化而变化。乍一听，不可思议。可是读了唐代文学家刘禹锡的《陋室铭》，有所领悟。

中华神传文化博大精深，先祖留下的璀璨文化，仔细琢磨，很多都蕴涵着修炼的内涵，象“相由心生”、“境由心造”皆含有升华心性、境界在里面。

“境由心造”，顾名思义，环境因人的心性变化而变化。乍一听，不可思议。可是读了唐代文学家刘禹锡的《陋室铭》，有所领悟。陋室在世人眼里本是一件寒酸的事，然而因主人有高洁的品行和美好的境界，陋室洋溢着诗情画意的美，熠熠生辉。高尚的人品，飘逸着道德的芳香，身居陋室与身处宫殿，心境一样，坦坦荡荡。

曾经有一段岁月，我很喜欢读一位台湾女作家的散文。至今记得其中一篇写她黄昏散步，总会路过一栋华丽的房子，每次经过那所华屋，看见孤独的主人手扶着园子里的铁栅栏，寂寞地向外张望。虽然园子里的花五彩缤纷，却掩饰不了满园凄凉。那栋富丽的华屋，竟感觉象坟墓似的罩着

那个寂寞的主人。心灵空洞着，即便住所富丽堂皇，内心也荒凉。

写到这里，想到了芳。芳因坚守对真、善、忍的信仰在监狱被中共迫害致残，接回家时，已不能走路了。常年足不出户，在他人眼里，生活一定很忧苦。然而，我每次去她那里，看见她轻松、明净的笑容，仿佛看见春天的新绿，觉得生活真美。虽然终日生活在小小的屋子，但有美好的信仰，小小的屋子仿佛和天地一样宽广，难怪她那么乐悠悠。

人生之旅没有一帆风顺，途中会风平浪静，也会遭逢波涛汹涌。先祖为我们留下了瑰丽幽香的精神财富，从传统文化中，能领悟如何对待人生的跌宕起伏。不管身逢何等境遇，“不以物喜，不以己悲。”在名利、事业成就上，“宠辱不惊，看门前花开花落；去留无意，望天上云卷云舒。”平和淡定的生活，即使遭遇困苦、坎坷，也会蓦然发现，“山穷水尽疑无路，柳暗花明又一村。”



也谈“避色如避剑”

文/蓝月



非礼勿视 非礼勿听
非礼勿言 非礼勿动

与现代人谈“避色如避剑”如同把古董拿去快餐店，匆匆人来人往，鲜有人关注他的价值所在。当所有的社会氛围，电影、电视、网络、报刊甚至连路牌广告都充满着情色的因素时，人们在麻痹中司空见惯、随波逐流，误认为这是社会潮流或是人的正常行为方式，殊不知最终伤人伤己，遗患无穷。

中国作为五千年文明的古老国度，圣人先贤们世代传袭着做人的道德准则，“万恶淫为首”，把男女之间的不检点、轻浮放荡、搔首弄姿、猥亵虐戏都视为败坏人伦、不知廉耻的行为，即使正常夫妻之间也应相敬如宾、相成若友。

仔细浏览海外正见网的文化栏目，你会看到不同朝代的史籍不约而同的记载了许多劝人避色守德的故事，有的人拒绝美色的诱惑守住德行操守而命改福长，或高中榜首，或延寿增财；有的却因行淫戏谑而被夺取命中本有的功命与富贵，或郁郁而终，或及时悔改尚为不晚。

“避色如避剑”讲的是明朝一个叫吕青的人，平日喜好谈论淫秽之事与偷窥妇女，到三十岁时贫穷到极点，两个儿子相继死去。

有一天，吕青忽然暴毙，原来是他已过世的祖父有意恩请冥王把他暂拘到阴间去看一看，并气愤的对他说：“我们家两代积善，你命中该有巨万的财富，没想到你心爱色，口眼都在造孽，福报都快要折尽了，我恐怕你会真的犯下那罪恶事，那么我们吕家的后嗣，就没有指望了！”

吕青辩解说，他也知道奸淫别人妻女会得到绝嗣的报应，所以他只是局限于谈论或偷窥而已，并未真的犯下实质性过错。旁边的冥官告诉他：凡是人动了邪淫的欲念，就是大过，天神会如实记录申报，生怕隐匿或漏掉人的一思一念，阳世间的法律太宽松，而阴间的法律却更严厉啊。

过了一会，鬼卒们带了许多犯过邪淫罪恶的人来让冥王发落，听到有人因此而变乞丐疯哑，有的变娼妓瞎眼，有人两世为牛，有人十世为猪，吕青

吓得毛骨悚然。冥官告诉他还有比这更严重的，千万不要贪图片刻的欢愉而失去人身，应该要避色如避箭一般。

吕青被放回阳间后，从此尽力行善，并把阴间的所见所闻刻印成文，用以警醒世人。十年后，终于改变了命运，连续生了两个儿子，而且家财万贯非常富有。

现在人可能知道色字头上是一把刀，伤身伤命，却很少人注意到人生的其它方面是否也与之相关联，比如你的生活幸不幸福，质量如何，仕途是否通达，财运是否旺盛等等。这个故事就是告诉我们，不仅不能做坏事，还不能有恶念，举念神知，暗室慎独，孔子说“非礼勿视，非礼勿听，非礼勿言，非礼勿动。”这才是我们中华民族礼仪之邦的文明本色，所谓“积善之家必有余庆，积不善之家必有余殃”。

然而自邪党篡权统治大陆六十年来，历次运动中把正常人的理念彻底打乱了，传统文化批判为“封建礼教”，党魁特权阶层带头淫乱，声色犬马，社会风气与日俱下，由于人败坏的观念与行为，造成现代人各种奇奇怪怪的疾病与各种社会不安定因素，所以，摆脱党文化与邪灵附体，回归传统道德规范是势在必行的趋势，退出党、团、队等一切相关组织，解体中共才会有美好的未来社会。

风湿性心脏病患者的新生

我叫何露儿，今年六十二岁，家住广州市荔湾区西村街。

六十年代下乡期间因劳累过度，急性风湿热一个月转为风湿性心脏病，从此就一直受到死神的关照，徘徊在生死线上。

医生说患的这种风湿性心脏病在目前医学上只能靠药物来控制，而且是按着发展规律在发展着、不以人的意志为转移的。就算手术也只能暂时抑制和缓解症状而已，无法把病彻底治好。几十年来无论采取什么办法、吃什么药、做什么运动乃至用饮食疗法也只能缓解症状。79年病情恶化做了一次心脏二尖瓣分离术，当时天真的以为可以把病治好了。谁料手术后五年，心脏二尖瓣狭窄程度又恢复到术前的样子，从那时起我就再无法工作了，全休在家。到94年发展到整个心脏联合瓣膜病变。不得不再做了一次心脏二尖瓣换瓣手术。换瓣手术后，心房纤颤这种严重的心律失常也无法消除。(这种病症也是随时都有生命危险。)况且换瓣手术后又带来了新的问题——抗凝问题。这问题我了解在目前世界医学上还没有新的突破。所以，不管是专家、教授、医生都不敢保证一个心脏二尖瓣换瓣手术后的病人能不不服食抗凝药又不采用其它办法抗凝可以不出生命危险的。所以就规定病人必须而且每天服食抗凝药来维持生命(维持瓣膜的正常功能)一直到终生。这一残酷的现实，使我和家庭特别是对我先生来说，无论在精神上、身体上、经济上都是超负荷的负担和承受。所以想要真正地摆脱病魔的缠扰，是我多年来一直寻找的梦，用人的话讲，我是再也病不起了。机缘终于来到了，办法找到了，多年的梦终于成为现实。

一九九七年，我有幸修炼法轮大法，从此一改过去几十年的病态，原有的心房纤颤也毫不影响我的日常生活。人越来越精神、走路生风。九七年起一粒药也没吃过，就连心脏二尖瓣手术后医生说要终生抗凝的药也十二年来没吃过。在我身上充份见证和体现出了大法的神奇和威德。真正感受到了自患病以来从未有过的那种没有病的感受。这真是我意想不到和从来都不敢想而又梦寐以求的现实了。真的是梦竟成真了。

我和我姐姐的大女儿同样是换了心脏二尖瓣膜的，她怀孕时曾经停了抗凝药，而改用其它药物抗凝，但是马上就在金属瓣膜口上出现了血栓，只好换回原来的抗凝药，这就是为什么医生那么强调抗凝药的重要，非服用不可，而且要终生服用的原因，否则必有生命危险。而我已经整整十二年没有服食抗凝药了，可我却没有出现这种情况，到底为什么？这不明摆着吗？是法轮大法给了我第二次生命。法轮大法是超常的科学。

中共对法轮功十一年的迫害，我历经九死一生，但十三年人们看到的我，完全不象一个严重的心脏病人了。所以尽管中共把法轮功说得怎么怎么的，但是只要人们一见到我身体的彻底改变，都会发自内心地折服于大法的神奇。

善良的人们：请切勿再听信中共的欺世谎言，珍惜这万古机缘。法轮大法是真正性命双修的高德大法。大法能使人重获新生、能使人绝处逢生。



说道话德

文/沈思

悠悠中华五千年，道德一线贯穿；芸芸世间万物，道生之，德畜之，物形之，势成之”(《道德经》)。失道去德，万物皆空；尊道重德，欣欣向荣。道德是如此的重要。

何为道？道即是法，是万物之奥，万事之源。“道生一，一生二，二生三，三生万物。万物负阴而抱阳，冲气以为和。”(《道德经》)道先天地而存，是阴阳相合、遵自然法则运行不息的规律。何为德？德是物质场，万物存在的基础。“含德之厚，比于赤子。毒虫不螫，猛兽不据，攫鸟不搏”、“重积德则无不克”(《道德经》)，德者君、臣、富、贵之源也。道与德连在一起就是尊道重德，尊道而积德。尊道即是符合事物的发展规律，符合事物规律行事必然推动事物向好的方向发展，为事物的前进做出贡献，于己就会树立自己的威德，就会得到好报。相反，逆道而行就会碰得头破血流，遭到报应。

道德并非虚幻之物，得道能明事理，同时拥有了一种本领。得自然之道可成学者专家，得社会之道可为官为君，得先天之道可返本归真。重德能不断积德，使人德高望重，众望所归，为处世理事打下良好基础，走遍天下人所敬仰。

做人有为人之道，造物有造物之理。古人云“人法地，地法天，天法道，道法自然”，故人行事需讲究天时、地利、人和，为人处世应遵循一定的法则，这个法则的具体表述就是道德规范。道德规范是一个社会调整人们之间以及个人和社会之间的关系的行为规范的总和，是为人的准则，是人做人的基础。道德也是维系一个社会正常运行的无形力量。没有道德的个人，必然丧尽天良，为社会所不容；没有道德的社会，必然混乱、腐朽、堕落。

道德是人生最重要的东西，遵循了这个法则的人就是得道高人，时时处处能得道多助，成为上天相助的有福之人，处理事情能事半功倍，神速至极。若背离这个法则，人失去了为人的道德就空有一个躯壳，与畜生无异，生不如死。