

“我看懂了神韵信息 生命到尽头还有生命”

由世界顶级艺术家组成的神韵世界艺术团于 2017 年 1 月 4 日晚，在加拿大魁北克城的魁北克大剧院（Le grand theatre）上演了在当地首场演出。当晚，神韵艺术团进行演出的魁北克市大剧院（Le Grand Theatre）热闹非凡。大幕一拉开，剧场内响起一片赞叹声，随着节目的推进，观众的掌声一阵高过一阵，神韵再一次引领魁北克观众走上神传文化之旅。

“我看懂了神韵信息 生命到尽头还有生命”

Thomas Tanaka 先生与太太 Guylaine Noel 表示深受触动，他们已相约“再来观看神韵演出”。

Noel 女士在一家媒体推广部门任职，Tanaka 先生是一家大型船舶制造公司的 IT 经理。Noel 女士赞叹道：“我好喜爱这场演出，舞蹈、色彩、还有故事、歌曲，每个节目间（主持人）给我们的讲解，都是我喜爱的。”

神韵的演出贯穿了一条主线，Noel 女士表示：“我能很好地领会神韵演出所呈现的价值观，总而言之，我还看到了演出中透露出的信念，这是我极其乐见的。因为我也是一个有价值观的人。”

Noel 女士接着说：“演出中有关于反迫害的舞蹈，邪不胜正，这是最撼动我心神的。”“我看懂了，演出里有永恒的美，生命到了尽头还有生命，这就是我一直在说的主线信息。”

Tanaka 先生也表示，神韵诠释的神话、信念方面的信息，对他触动最深，重要的是迫害发生后最终还能坚守信念。他解释，他的父母是日本人，移民到加拿大，演出中展现现代中国发生对法轮大法修炼人的迫害，让他想起了二战前他父母所遭受的种族歧视和信仰迫害。他说：“如同我太太所说，除了舞



蹈、艺术，最触动我的，还是在整场演出中贯穿传递出的信息。我觉得这非常非常的重要。”

Noel 女士还说，神韵的动态天幕与舞台上演员间的互动也是她最喜爱的。根据神韵网站介绍，演出中演员来回穿梭转换于舞台与投影屏幕背景之间，使舞台空间延伸，给观众无限的空间视觉。同时，根据表演剧情的需要，几千年的历史可以瞬间在舞台上与演员互动展现，使舞台上的表演可以灵活穿梭变换时间，这种创造性的表演方法与模式是神韵的发明专利。

Noel 女士由衷地表示：“真的很感谢（神韵）。这是我第一次（观赏），我还会再来。”

“神韵将我们带回到中国文化的源头”

第一次观看神韵的 Mario Rodrigue 先生表示，这是一场与众不同的演出，“由不同的节目组成，这是我没有想到的，而每个节目都表现不同的朝代，这种呈现方式真好。”他说。

清流

正见周报

头版要闻
时事新闻
修炼世界
生命探索
健康人生
家庭教育
文化畅游
文学艺术

他接着说：“这是一种不同的舞蹈体系，用多个节目的方式呈现，非常独特。舞蹈具有中国文化特色，因此与众不同，非常轻盈、怡人。” Rodrigue 先生称赞神韵交响乐团中西乐器合璧的演奏，他说：“音乐非常好听，现场伴奏，是真正的现场交响乐团，音乐和编舞融为一体，整体效果让我难忘。”

尤其令他印象深刻的是天幕的高科技动态效果，他说：“不同的画面展现不同的朝代，这种呈现方式真好”，“那些艺术家们真了不起，我跟着他们领略了一幅幅不同的画面，他们时而出现在背景天幕上，时而又从天幕上消失，太新颖了！”，“有时突然间看见他们出现在背景天幕上，紧接着又跃然台上，很精彩，令人难忘！”

Rodrigue 先生喜欢练习武术，他是因此而被吸引来观看神韵演出的。他很高兴在中国古典舞中看到了武术的元素，他说：“那些移动、跳跃，还有其它的一些我们熟悉的武术动作。时不时地我会发现一些练习武术的东西。”

他接着说：“舞台上所表现的，让我产生一种共鸣感。我之所以来看演出，也是想了解艺术家们的价值观。我非常欣赏那些舞蹈动作，以及各种技巧。”

Rodrigue 先生还表示，神韵演出中所展现的精神价值令他感触颇深，他说：“有尊重，有古老的价值观，将我们带回到中国文化的源头。这些都是我们所不了解的。中国有 5000 年历史，而我们（加拿大魁北克）只有 300、400 年的历史。我们太年轻了。演出把我们带回文化的根源。”

近期新闻提要

【新年前夜 日法轮功学员中使馆前抗议迫害】新年前夕的 2016 年 12 月 31 日晚上，日本部分法轮功学员前往位于东京港区六本木的中共使馆前，打出“法轮大法好”、“制止中共活摘器官”、“法办江泽民”等横幅，抗议中共对法轮功持续 17 年之久的迫害，同时悼念在中国被迫害致死的法轮功学员。

自 1999 年中共迫害法轮功以来，日本法轮功学员在法定休息日以外，每天都有人在中使馆前抗议中共的迫害。而在岁末，法轮功学员会到此悼念被中共迫害致死的同修，并强烈抗议中共的残酷迫害。

60 多岁、腰板笔直、常年坚持在大使馆前抗议迫害、讲真相的鞍贯女士表示，自 1999 年江泽民发起的对法轮功的迫害，至今已经 17 年了，被迫害致死的中国法轮功学员，能够查明的就有 4,056 人，而在被秘密活摘器官中死去的法轮功学员更是无数。她说：“在每年新旧交替之际，我们日本法轮大法弟子就会在中使馆前悼念被迫害致死的同修，抗议中共的迫害。同时向民众传递真相。”

她还介绍说：“由于大法弟子常年坚韧不拔地努力讲真相，心心念念在这里，不管刮大风，下大雨，风雨无阻，差一分钟都不会提前走，使得使馆当地的民众由不理解变敬佩。每次去警察署办理相关事宜，日本警察和官员都特别和善、佩服，夸奖法轮功了不起！”

当晚坚持到 11 点结束的年轻人 Tabeto 是越南留学生，他介绍自己是与其他越南法轮功学员一起来的，就是“希望和大家在一起传达真相，制止中共迫害”。

12 月 31 日晚，有许多平时在日本公司就职或自己经营公司，不能够总到大使馆的法轮功学员也都参加了活动。



三退声明精选

目前三退人数：2 亿 6174 万

多年前投奔自由前往澳门，已被中共除名少先队及共青团，想中共说了不算，天地见证的是自己的心。郑重宣布脱离中共党的一切组织，真心脱离邪恶，真心盼望美好的未来。（好皮球）

党文化其实就是男盗女娼无羞无耻的文化，无羞无耻形成了共产党的特性——流氓党，贪污党，腐败党，通奸党，外逃党，骗子党，小人党，画皮党，上梁不正下梁歪，这又导致全民道德下滑，素质低下，被党欺骗洗脑多年，看这个社会只是看局部，看个体，没有想到这个党文化才是万恶之源。我们声明退队。（成升等三人）

如何声明退党（团、队）

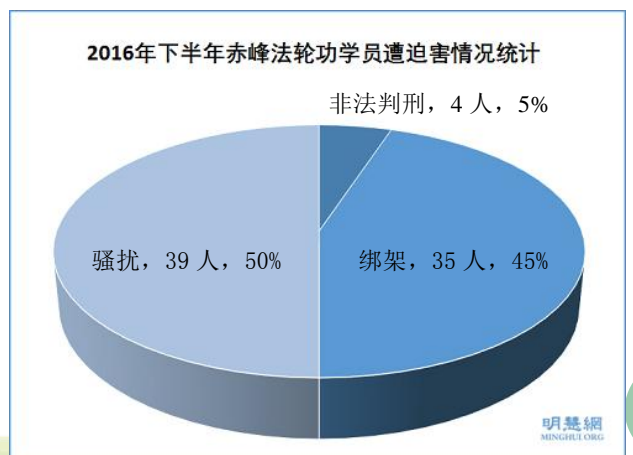
透过页尾的动态网可连至退党网站，或拨美国热线 0018888928757，美国传真 0013019162364，电邮 tuidang@epochtimes.com

迫害真相专栏

2016 年下半年 内蒙古赤峰市迫害综述

据明慧网报导不完全统计，二零一六年下半年内蒙古赤峰法轮功学员被非法判刑的有 4 人，被绑架的有 35 人，被骚扰的 39 人。以下是赤峰各旗县区法轮功学员被迫害概况：

- ◎红山区法轮功学员三人被绑架；四人被骚扰。
- ◎松山区法轮功学员二人被非法判刑；五人被绑架；九人被骚扰。
- ◎元宝山区有二人被非法判刑；六人被绑架；五人被骚扰。
- ◎敖汉旗十一人被绑架；六人被骚扰。
- ◎宁城县三人被绑架；八人被骚扰。
- ◎巴林左旗四人被绑架；七人被骚扰。
- ◎翁牛特旗三人被绑架。



我找到了使婚姻和睦的法宝

和很多年轻人一样，刚结婚的夫妻总会因为一些生活习惯的不一致而发生冲突。我也不例外，之前就总是因为丈夫的懒惰、邋遢、不顾家而觉得看不顺眼，尤其是当我每天起早贪黑地上班，而他却因为工作性质大部份时间都在家，可是他却把很多的闲暇时间都用于上网，看无聊视频、打游戏和睡懒觉，家务从来不主动做，个人卫生也很差。

因为这些问题，我之前感到头疼心烦，但想到两个人之间也许有一个磨合期，也就隐忍未发，加上他也说过，会慢慢改掉他的坏习惯，所以虽然心有不快，但是想到我是个法轮功修炼人，还是要多多包容别人。可是随着时间变长，看到丈夫不仅没有转变，反而变本加厉地懒惰，我就失去了耐心，有几次还因为这些问题和他吵了起来。

但好在我是个修炼人，虽然有时候修得不好，暴露了很多常人的执着心。可修炼人就要在矛盾中学会向内找，会去反思自己的不足。因此，我总会在争吵之后，为自己没守住心性而感到内疚和后悔，丈夫也会因为我的主动反省与道歉而发现自己的不足，所以跟其他夫妻的区别是：每一次我们的争吵都没有影响到双方的关系与感情。

我发现自己看不惯丈夫的想法还会时不时地冒出来，会觉得他整天虚度光阴、无所事事、自私懒惰、一无是处，总是有一颗看不上他的心无法去掉。

直到有一天，我学法时看到了师父的这段讲法：“将来的生命都是为他的，过去的生命是为私的。（鼓掌）有的生命为了自己的利益不管其它生命，这在世间上表现的也是淋漓尽致。有的世人为了自己的一口气，不管如何伤害别人，从来不

考虑别人。这个私有些人表现非常恶，有的人专门找人欺负，总是看不上别人。没有谁给他这样的权力。你们不能这样，修炼大法的人都不能这样。”（李洪志师父著作：《二零零四年纽约国际法会讲法》）我才猛然醒悟过来，原来我看不上丈夫的心都是源于那个执着于自我的私心，因为在生活中已经形成了惯性，所以才察觉不到。

回想一下，我看不惯他的懒惰、散漫、不上进，不是因为我用我自己的标准去衡量，才会觉得他懒惰、散漫、不上进的么？希望他主动做家务、顾家，这不是怕自己得多做家务、多为家庭费心吗？这不是自私吗？看不上他每天浪费光阴、只知道上网和打游戏，表面上是为他好，但过分地苛求他和我一样，不就是不够宽容、没有充分地尊重他人吗？

再继续向内找，我还发现自己之前对丈夫的忍让都不是真正的修炼人之忍，而是顾虑自己修炼人身份的“被迫之忍”，师父说过“根本就不产生气恨，不觉委屈才是修炼者之忍”（李洪志师父著作：《精进要旨》〈何为忍〉）。

所以，在发现了自己的这些执着与私心之后，我就能从根本上去掉那颗看不上丈夫的心了。之后，我们没有再因为这些事情而发生矛盾。丈夫喜欢做什么，我就让他去做，彻底地尊重他；他不爱做家务，我就多做一点，也不再抱怨和委屈，修炼人不就是要“吃苦当成乐”（李洪志师父诗词：《洪吟》〈苦其心志〉）嘛。

因为有着法轮大法的指导，我逐渐地知道如何去做一个更好的人，于是，我与丈夫也很快地就走完了这个所谓的“磨合期”。很多人都感到惊奇，因为在大众看来，有

的夫妻因为这种矛盾，起码会吵两、三年，有的甚至吵一辈子，有的甚至会因此而分离，而我们却在那么短的时间就变得和谐了。

我想说这都归功于大法，是大法扩大了我的心的容量，让我明白更高深的道理，使我愿意做一个更好的人。正如李老师说：“大法的修炼者发现自己有私，那就渐渐的克服它。认识到了你就是在修炼中又迈出一步了，因为不修炼的人是认识不到这一点的，也不会去考虑自己自私不自私的问题，只有修炼的人才会经常的反过来看自己、向内找。”（李洪志师父著作：《二零零四年纽约国际法会讲法》）

所以，法轮大法真的是对社会“有百利而无一害”的功法，他不仅能使人强身健体、人格高尚，还会使人与人之间的关系变得友善，家庭和谐了，社会也就和谐了。

（文：大陆青年大法学员）



法轮功简介

法轮功是 1992 年由李洪志先生在长春所传出的佛家修炼大法，不是佛教。法轮功是完整的一套性命双修的法门，以宇宙最高特性真、善、忍为修炼原则。强调心性修炼，修炼人从好人做起，努力按照真、善、忍标准要求个人心性的提高，还包含五套缓慢、优美的功法动作。法轮功不收分文，义务教功，一切活动都是公开且免费。所有法轮大法书籍和影像资料，都可以免费从互联网下载、复制。法轮功修炼不重形式，学炼者想学就学，不想学就走，没有名册、会员，自由来去。目前法轮功已传遍世界一百多个国家和地区，上亿人学炼。

被卖给黑工头 孙儿活着回来了

我是河北人，近七十岁了，身边有一个二十来岁的弱智孙子和我住在一起，在省城打工。

去年年初，孙子几个月找不到合适的工作，他就说北京那儿有他几个同学，到那闯闯世界吧。我善言劝他，现在这个社会太乱了，什么样的坏人都有，咱慢慢的在当地找个活儿干，管他挣多挣少呢，家里人也放心。

三月初的一天，他偷偷的买了去北京的车票。他走后，只接到他两次电话，从此就失去了联系。我们给他打了无数次电话，都是关机。我已感到出事了。

因为孙儿是在我这儿走的，我就更感到责任重大，吃不下饭，睡不着。身边的朋友们来安慰我，让我把心放宽些，给我讲了有多少明真相得福报的事例。

家人尽快通过各种渠道找人。

六月中旬，儿子来电话说，孙儿找到了，现在在内蒙和外蒙交界处，并赶紧让孙儿和我通话。我悬着的心一下落地了。回来后，孙儿和我说了这段死里逃生的经历：

到京后，先在四环一地当修路工，工作了一段时间后，又想换个轻松点的活。经人介绍，找到一家中介。谁知一到中介，就来了一辆面包车，不由分说，就把他推到车上，然后将他的手机、钱等一切私人用品全部搜走，不准说话，一路车只走山路、小路，车上还有一个上了岁数的，一个年轻点的。

一路颠簸后将他们拉到内蒙和外蒙交界处，卖给当地黑包工头。除了整天干建筑工程活，完全失去了人身自由。在那儿被劫持来的人很多，其中还有大学生。后来听说和他同来的那两人因不堪忍受这地狱般的苦役，俩人逃跑未成又被抓

回后，遭到毒打，人都被打的快不行了，后来一直没再见到那俩人，不知给弄哪儿去了。当这一工程完后，黑工头又将他们转卖他处。

孙子当时想，逃跑也不认路，又身无分文，抓回去也是死路一条，唯一的希望就是每天晚上心里不住的诚念：法轮大法好，真善忍好。脖子上戴的“法轮大法好”的护身符一直没离开他，在绝望中总有一丝能活着回来的希望。

几个月来，家人四处奔波，打听寻找，真是大海捞针啊，终于孙子活着回来了，奇迹出现了！

通过这件事，我想诚挚的告诉大家，在这个道德急速下滑，唯利是图，谋财害命的中共独裁统治下，不知什么时候就会碰到这不测之事。只要你能善待大法，诚心默念“法轮大法好，真善忍好”，就能柳暗花明又一村。

胎记的真实目的竟是这个

很多人都有胎记，胎记是做什么的，一直是一个迷。有的胎记是前世受伤害的地方，也有的是前世的一个记号，再转世时证明此人是曾经的某某人。

相州滏阳县智力寺的和尚玄高，俗家姓赵。他哥哥的儿子，前世是同村马家的儿子，贞观末年死去。临死的时候，他对母亲说：“儿子与赵宗家命中有缘，死后应当给同村的赵宗作孙子。”他母亲不信，就用墨在儿子的右胳膊肘上点了一个记号。

赵宗的儿媳妇也梦见马家的儿子来说：“我应当给娘做儿子。”因此而怀孕。她梦中见到的人，和马家的儿子一样。孩子生下来后，检验他胳膊上的黑色墨迹，还在原来的地方。这个孩子长到三岁时，没人引导，便自己走向马家，并说：“这是我原来住的地方。”

人欠了债就要还，世间的理是非常公平的。按理来说，人的转世是不允许人知道的，所以人死后要喝传说中的孟婆汤。而人可以知道，又可以留下印记的，大都是有目的的。很多是善化人心的。

原文：相州滏阳县智力寺僧玄高，俗姓赵氏。其兄子，先身于同村马家为儿，至贞观末死。临死之际，顾谓母曰：“儿于赵宗家有宿因缘，死后当与宗为孙。”宗即与其同村也。其母弗信，乃以墨点儿右肘。赵家妻又梦此儿来云：“当与娘为息。”因而有娠。梦中所见，宛然马家之子。产讫，验其黑子，还在旧处。及儿年三岁，无人导引，乃自向马家，云：“此是儿旧舍也。”（出《法苑珠林》）

无胃患者的生命奇迹

山东省青岛市胶州市农村发生了这样一件奇事，本地一郭姓男子遭遇人生不幸罹患胃癌，无奈实施了胃部全切除手术，在生命危急关头，他有幸修炼法轮功，再获新生，并领悟人生真谛，人也变得精神清爽了，每天胖一斤，邻里乡亲啧啧称奇，成为街头巷尾的美谈。

郭亭，四十岁出头，人生正值壮年，是家里的顶梁柱，平日里种植几亩薄田，农闲时节还得外出打工补给家用，家里两个孩子大的刚上高一。原本身体强壮的郭亭，自从今年上半年开始，日渐消瘦精神萎靡，脸色暗淡，茶饭不思两边脸颊凹陷，人也变得皮包骨。

在家人不断敦促下去医院做了检查，检查结果出来给全家人当头一棒，感觉天都要塌了，家里从此不但没有了经济支柱，还要花费庞大数额的医疗费，这是一个普通农村家庭所负担不了的。确诊后胶州当地医院不敢留，要求必须转青岛大医院马上手术，手术还不能完全阻止癌细胞的进一步扩散。万般无奈，他只好去青岛大山医院做了胃部全切除手术。

郭亭自幼母亲去世的早，和姐姐相依为命，是姐姐把他从小拉扯到大，帮他成家立业。听到弟弟不幸遭遇后，已经修炼法轮功的姐姐急忙赶到医院来看望他。此时他仍然处在手术后的昏迷状态，等他慢慢苏醒后姐姐紧握着他的手，告诉他一定要相信法轮大法，

法轮大法是正法，李洪志师父是来救度众生的，告诉你一个经一亿大法弟子二十几年亲身验证的真理，“法轮大法好，真善忍好”，真信大法有福报。

他认真的听着，脸上流下了两行清泪，他默默的点着头，念着，说：“姐你放心吧！我记住你说的了。”在医院治疗期间他一直在念着“法轮大法好，真善忍好”。真是奇迹，越念疼痛越来越轻，越来越轻，很快他就出院了。

出院以后，他马上把姐姐平时听讲话用的 MP3 要去，如饥似渴的听起来，他越听越爱听，越听身心越通畅，原来大法还包含着许多曾经使他百思不得其解的人生真谛，大法给他打开了人生的另一扇窗户。他通过学法明白了许多，从此获得了新生，面色红润了起来，人也变得精神清爽了。

由于胃部全切除，虽然吃饭没有从前多，但是却一天胖一斤，体重很快恢复到正常标准。按医院要求患者要定期住院进行化疗，需回山大医院例行复查，检查结果各项指标均属正常，不用进行化疗可以立即出院，医生都感到非常吃惊，表示从来没有遇到过这样的事情，感觉真的不可思议。

亲朋好友都好奇地问他得了什么灵丹妙药？他说：没有什么灵丹妙药，请你们记住：法轮大法好！真善忍好！这就是救我命的九个字。

心境决定环境

如果你经常遇到刻薄的人，那你自己或许就有刻薄的一面。如果你经常遇到小人，或许自己就有不足的一面。古人讲“物以类聚，人以群分”，虽然你不喜欢，也没有办法，是你的不足，引来不足的一切。

前几天，有一位不认识的同行，在我的文章下面留言，认为我的教程写的不好，不应该写“高级教程”，应该写“初级”。我接受了他的建议，因为那篇文章，确实写得是初级教程。这样本来也没有错，但我又给对方留了言“希望早日看到你的大作”。这话里面是十足的讽刺，因为我很明白，对方是做不出教程，也写不出文章的。所以我的留言，本身就是对对方的一种挖苦和刻薄，也就是说，我也有刻薄的一面。

结果，第二天，发现了很多的差评和留言，都是难以忍受的。本想回击，但“冤冤相报何时了”，最后恐怕会引来更多的麻烦，毁了自己，也毁了别人。从



从内心改变，才是最好的解决办法。

每个人都有表达自己言论的权利，我们没有办法去阻止他。但我们可以改变自己，就会改变自己的环境。心境决定环境，这句话确实是有道理的。自从改变了心态，这两天就再也没有遇到差评和过激的言论，倒是好评和赞扬多起来。这次是做对了。

内心改变，才是最好的解决办法。（文：唐风）



孝媳舍身救婆母



郑义宗的妻子卢氏，出身于范阳的大家族，事奉公婆恭敬孝顺。一天晚上，有强盗拿着兵器抢劫她家，别人都藏匿逃走了，只有婆婆没能离开。卢氏站在婆婆身边，被贼人揪打差点死去。贼人离开后，别人问她为什么不害怕，她回答：“人之所以区别于鸟兽，是因为有仁义之心。即使是邻居有急难的事情都要去帮忙，更何况是婆婆，能扔下不管吗？万一有危险，我也没法一个人活着。”婆婆说：“岁寒然后知松柏之后凋，我现在才明白媳妇的心了。”

舍身救护婆母，本是理所当然的事情。因为人之

所以区别于鸟兽，就在于有仁义之心。即使是邻居路人有急难，也应该去帮助，何况是婆母呢？但在现实生活中，有孝顺的儿女，难有孝顺的媳妇。婆媳关系紧张，互不相容的例子比比皆是，婆媳问题也永远是社会的热门话题之一。

婆媳之间，需要像卢氏一样。冒着刀刃，挺身而出，接受考验的情况毕竟不多，而更多的则是鸡毛蒜皮一类的日常生活小事。现在的婆母，曾经是媳妇；现在的媳妇，是未来的婆母。大家将心换心，彼此理解，婆媳关系会处不好吗？（作者：陆文）



道德风尚

物以类聚 人以群分

在很多年之前，就想以‘物以类聚，人以群分’为题目来写一篇文章，但是这个念头被一些修行中的朋友挡住了。他们告诉我：你强调人以群分，这个说法不利于团结更多的人，写文章应该扶弱劝善，倡议世界大同。然而，在现实生活中，一个好人与一个坏人无论如何是难以相处的，因为善恶分明，正邪两立，即使好人再三忍让，最终也是水火不相容。两个坏人在一起同样难以长久，虽说有一个“臭味相投”的说法，但是真正的坏人不可能不自私，在存在利害关系的时候，就可能互不相让，分道扬镳。如此看来，只有两个好人在一起，才有可能长相厮守。

“物以类聚，人以群分”一语源自《周易·系辞上》：“方以类聚，物以群分。”意思是指同类的东西常聚在一起。现代虽然多用来比喻坏人和坏人常在一起，原意却类似于“近朱者赤，近墨者黑”，也可以用来比喻志向与个性相同的人才能平和地长居在一起。细思之，“道不同不相为谋”，因此，“物以类聚，人以群分”就是一个理所当然的结果。

关于这个成语还有一个历史典故：春秋战国时，齐宣王招告天下贤士来帮助他治理齐国。有一个叫淳于髡的贤士在一天内给他推荐了 7 个有才能的人，齐宣王经过问答，果然个个本领高强。齐宣王觉得非常奇怪，就问淳于髡说：“我听说人才是很难得到的，在千里之内的土地上，如果能找着一个贤士就非常不容易了。现在你却在一天之内，推荐了 7 个贤士，照此下去，贤士不是多得连齐国都容纳不下了吗？”

淳于髡听后回答说：鸟是同一类的聚居在一起；兽也是同一类的走在一条道上。要找柴胡和桔梗这类药材，如果到洼地里去找，一辈子也不会找到一株，但是如果到山的北面去寻，那就可以用车装运了。这是因为天下的生物都是同一类的聚在一起，我淳于髡可以算是一个贤士吧，所以您叫我推荐贤士，就像是到河里打水、用打火石打火一样容易，我还准备给您再推荐一批贤士，哪里会只有这 7 个呢！

一个人有什么样的朋友，直接反映着他的为人。要了解一个人，你只要观察他的社交圈子就足够了，从中可以看到他的价值取向。儒教始祖孔子非常看重一个人成长过程中朋友的作用，孔子教育自己的学生要交好的朋友，不要结交不好的朋友。他说，这个世界上对自己有帮助的有三种好朋友，就是所谓“益者三友”，是友直、友谅、友多闻。也就是说，与那些正直的人、能体谅人的人、见闻广博的人交朋友，自己就会受益无穷。通过对一个人交什么样的朋友，以及对朋友的态度如何的观察，也就足以判断其人的好坏了。物以类聚，人以群分，古人的这种识人的方法，对于现代人来说，无疑也是值得借鉴的。（作者：云中君）



腊八节漫谈

《礼记》中说道：“腊者，接也，新故交接，故大祭以报功也。”意思就是：腊月是辞旧迎新的日子，举行盛大的庆典是为了向祖先回报一年的收获。汉朝蔡邕在《独断》中还说：“腊者，岁终大祭。”所以，在古代，“腊”是重要的祭祀活动。

东汉《风俗通义》记载：“夏曰嘉平，殷曰清祀，周曰大腊，汉改曰腊。腊者，猎也，田猎取兽祭先祖也。”可知当时歇冬的农人有狩猎腊祭的风俗。但当时腊祭的日期并不固定，规定在每年冬至后的第三个戌日举行，并将这个日子称为“腊日”。

将“腊日”定为每年的“腊月初八”始于南北朝时代。南朝梁代的宗懔在《荆楚岁时记》中明确记载：“十二月八日为腊日。”于是，腊八这天便成为腊月里重要的一个节日了。

古人有在腊八这天擂鼓以为庆祝的风俗。《荆楚岁时记》有云：“十二月八日为腊日，谚语：‘腊鼓鸣，春草生。’村人并击细腰鼓，载胡头及作金刚力士以逐疫。”河南濮阳和湖南新化一带现在也还有腊月击鼓驱疫的古俗。

腊八粥

民间还有在腊八这一天喝腊八粥的习俗。吃腊八粥的习俗据说最初传自印度，后人不忘佛祖成道之前所受的苦难，便在十二月八日这一天，吃粥以为纪念。而中国自宋朝以后便开始普遍盛行起来，在腊月八日这天，每座寺庙都要准备“五味粥”敬拜神佛，完后再分赠给善男信女。宋朝大文学家苏轼就曾大力提倡吃腊八粥，认为可以延年益寿。

在清代，腊八盛典就极为隆重。据说雍和宫内有一口古铜大锅，重约 4 吨，专用来熬腊八粥。熬腊八粥的食材包括上等奶油、羊肉丁、五谷杂粮以及各种干果等。初七清晨，监粥大臣到雍和宫下令生火，并监视整个熬粥过程，一直到初八凌晨粥全部熬好为止。这时供粥大臣率领文武百官在佛前供粥，随后把粥献给宫廷，并用快马送往承德行宫和全国各地。直到天亮以后舍粥完毕，盛典才告结束。

民间有“吃了腊八饭，就把年来办”的民谣，从喝腊八粥开始，人们接着要扫房、请香、祭灶、封印、写春联、办年货、“过小年”，直到除夕夜。广义地说，过年从喝腊八粥就开始了。

在民间，有些特别遵循古风的家庭，天没亮就已经吃过腊八粥，同时留下许多，吃个好几顿，以表示“富贵有余”

腊八粥是用干果、豆类煮成的，这些食物在中医看来，大多具有健脾养胃、补气养血、暖身驱寒的功效，

腊八蒜

泡腊八蒜是华北地区的一个习俗。腊八蒜指在腊八这天用醋泡蒜。到过年前后，在醋中浸泡了二十几天的蒜瓣会呈现青绿或碧绿色，不过，因为蒜、醋的品种和放置环境的不同会稍有差异。煮成粥后易于消化，适合严冬寒冷季节食用。

泡腊八蒜的醋被称为腊八醋，到蒜瓣发绿的时候，醋也有了蒜味。过年时，北方大多有吃饺子的习俗，而就着腊八蒜、蘸着腊八醋吃，则是过年前后的一项独特风俗。

腊八豆腐

除了华北地区有“翡翠碧玉腊八蒜”外，其他地区也有在腊八节前夕晒制豆腐的。安徽黟县的民间风味特产、传统菜就是“腊八豆腐”。

腊八豆腐是把做好的豆腐经过挤压、调味，再进一步烘烤，或放在冬日的太阳下晾晒，慢慢晒制成坚硬、金黄饱满的另类豆腐。

据说，这道美食的产生是源于一个巧合。有一位妇女需要出远门去帮人做嫁衣，临行前匆匆将手中的豆腐放在门前的石磨上。这一去就是二三个月。

回家时，发现石磨上的豆腐不但没坏掉，还变得金黄坚硬，而且还有香味，味道也很好。于是用同样的方法再制作一批，加上盐，给出门经商的丈夫带着，同行的朋友吃了都连连称好，丈夫欢喜得称之为“老婆豆腐”，黟县的“老婆”二字的发音很像“腊八”，久而久之这种豆腐就被称作“腊八豆腐”了。（作者：郑行之 整理）

神韵第五团全球首演爆满 观众感恩

神韵艺术团新成立的第 5 团——神韵北美艺术团的全球首场演出，于 12 月 30 日在美国北卡州夏洛特贝尔克剧院（Belk Theater）拉开帷幕。当晚剧院爆满，观众感恩。

观众完全沉浸在演出中。精彩处，掌声不断；幽默诙谐时，会心大笑；感人至深处，悄然擦拭泪水；全场结束之际，一遍遍挥手致意。还有观众在演出结束后说，“神韵是人人都应该起立致敬的演出”。

奥运铜牌得主与友人喜观神韵

住在夏洛特的 Christine Marshall 女士是游泳运动员，曾经代表美国参加 2008 年奥运会的游泳项目并得到一面铜牌。她邀请了从亚特兰大来的朋友 Matt Martin 以及远自圣路易飞来的 Caroline Rodriguez 共赏神韵。Matt Martin 是德国物流公司 DB Schenker 在亚特兰大分部的会计总监、Caroline Rodriguez 则是心理医生。Christine Marshall 在观看演出后赞叹道：“每个节目都传达一个故事，实在是太棒了！”

会计总监 Matt Martin 对神韵华美的服饰惊叹不已，“那么多色泽鲜艳的服装，他们是如何那么快速地换装，我真的无法想象。”

Rodriguez 医生对舞蹈有独特的鉴赏力，曾看过许多芭蕾舞剧，有不少跳芭蕾舞的朋友，父亲还是个舞蹈团的总裁。她看完后高兴地说：“神韵演出注重所有的细节，色彩亮丽，协调一致，而且每个表演都充满感情。”

“演员演出时表现出真实的感受，而且带着观众一同升华。你能体会到演员们与每个节目融为一体，他们真心要与观众共享，传达信息，真是太美了。”

3 位好友赞不绝口之际，都异口同声说道，他们明年绝对会再来观看神韵。

北卡政治家：神韵名不虚传 世界第一

Marguerite Cooke 女士是 2016 年北卡州议员参选人、乔治亚州 Berkeley Lake 市前任市长，她在观看神韵演出后向主办方致谢：“太棒了，我从来没有看过这么华美的节目！美丽让我感动得几乎要哭出来。”

她说，神韵是世界第一秀确实名不虚传，“这的确是世界第一！我学过芭蕾舞，所以我能知道神韵舞蹈演员技术全面，技艺超群，很有功底，我真的很赞赏他们的舞蹈，他们真的是第一流的。”

“我带着望远镜可以看到坐在那里的乐团，我看到他们使用不同的古代乐器，令人愉快。”她尤其喜欢藏族的鼓舞，“尤其是那个鼓的表演，让我震撼。舞蹈

演员们边鼓边舞，令人惊叹。我想这是一个特定民族的古老技能。”

她说，神韵演出让她对中国文化充满敬意。“藏族、蒙古族、汉族……我还不知道中国有这么多民族。这里有一些我们在美国这里无法体会到的，（如果不是神韵）我可能看不到今晚这些，我们要找回过去。我以前不了解大法，但我现在想更多地去了解更多大法和法轮功学员。现在，我对中国充满敬意。”

“神韵是我们心灵的食粮”

太太 Kay Tarr 女士看完演出后说：“舞台上的艺术，展现的不仅仅是舞蹈，还讲述着故事、中国的文化。我非常喜欢舞蹈背后的故事。随着历史的推进，演员们在阐释着文化，这些文化是如何演绎的，我很喜欢她们用舞蹈来讲述这一切。”

她也表示，神韵舞蹈富有精神内涵，舞蹈之美也展现了人性之美，“这真是我们心灵的食粮。”

她赞赏神韵演出异常美丽，“服装多姿多彩，舞蹈演员如此优雅，舞蹈动作协调流畅，舞蹈和音乐之间配合恰到好处……”，“每一部分都如此美丽。”

她说，西方人可以很好地理解和欣赏神韵，“这是（东西方）两个国家的相遇，演员们展现了艺术，而我们西方人来欣赏这些中国的艺术、故事和历史。”

“神韵的演员们似乎是从天上来的！”

Angela Hynd 女士是一名医生，她带着女儿 Jia Hynd 一起来看神韵。Angela Hynd 医生说：“我们三个孩子，从北卡罗来纳州阿什维尔来和我一起。我们开了约两个小时。我们一直等待两年看这个晚会，所以我们今天很兴奋。”Angela Hynd 的第三个孩子是从中国领养的女儿，“我们有一个女儿是中国人，她对飞天学院和中国传统舞蹈很感兴趣，所以我们一直等了两年，直到神韵到我们很近的地方演出。”

Angela Hynd 说，非常喜欢神韵，“哦，我们喜欢神韵，我们喜欢神韵，神韵是美丽的！她是视觉上的壮观！我喜欢一些神韵中的真、善、忍的讯息。我喜欢神韵的很多内容。”

“神韵显示的深度使我惊讶，在于真相、慈悲、和洪大的力量。我喜欢很多内涵。”“我对神韵的理解是，物质财富是非常短暂的，但慈悲、容忍、和真诚永远超过一生。”“神韵的舞蹈家们不可思议！他们是令人难以置信的那么美丽，他们的动作是优雅、典雅的。我真的很喜欢主持人说的‘神’字。确实如此，神韵的演员们似乎是从天上来的，这是我注意到的。”