

米兰持续神韵热 观众赞演出让世界更美好

2024 年 1 月 19 日晚，美国神韵环球艺术团在意大利米兰阿尔钦博第剧院 (Teatro degli Arcimboldi) 为观众带来第四场演出。

米兰的神韵热也持续延烧，剧院内意大利观众以最热情的掌声表达对神韵艺术家由衷的热爱；剧院外，观众仍热忱推荐神韵，希望亲友都来观看。不少观众反馈，正是得益于朋友的大力推荐，自己才有幸观看神韵。还有观众刚看完演出，就迫不及待地邀约朋友，一定要再次观看神韵。

知名影视公司 CEO 夫妇：神韵传递温和且坚定的信息

意大利知名影视公司执行长 Mario Paloschi 和太太、国家级艺术展览集团总裁 Iole Siena 一起从罗马来到米兰观看了神韵演出。他们表示虽然早就听闻神韵，但这是首次观看，演出非常精彩。

Siena 率先表示，“我很想看这场演出，我早就想看了。演出很美，展现很有意义的文化，这与我们的文化不同，但也很有现实意义。非常美，美不胜收。”

Paloschi 也称赞说，“我认为演出重现中国历史的尝试很有意义。”他表示自己从神韵演出中接收到了“一种关于信仰的信息，一种与现状形成对比的信息，一种温和但相当坚定的信息！”

从事艺术行业的 Siena 非常推崇神韵的美学设计，“我很欣赏演出在美学上的精心设计，也很欣赏舞蹈演员的技艺，他们都非常出色。这种丰富的视觉效果是我觉得最美的所在。”

她举例说，“当鲜花绽放的瞬间，当观众报以热烈掌声的瞬间，是最能打动你的。”

她还称赞现场乐团的演奏“很美妙”。Paloschi 马上说，“很生动，我喜欢。”

最后，Siena 再次强调，演出“非常好，美不胜收，而且很完整。”

“神韵让世界变得更好”资深摄影师感动每分钟

“演出让世界变成一个更美好的地方！”摄影师 Susanna Spennagallo 看过神韵后说，“因为他们（神韵艺术家）的心把世界连在了一起。”

Susanna Spennagallo 是一名专业的资深摄影师，擅长静物、肖像、工业和建筑摄影。当晚，她和丈夫 Marco Ciana 一同观看了神韵演出。

Spennagallo 赞叹，“太美了，服装令人惊叹。但是我发现最有意义的是演出传递的信息。我感觉能够看到神韵我很荣幸。”

特别是最后一幕，当灾难降临人间的时候，神佛下世拯救，Spennagallo 激动地说，“最后神来了，他终于来了，一切都是真的一一那就是希望！”

Spennagallo 表示，她喜欢演出的一切，无论是舞蹈、音乐、服装、色彩还是天幕，“演出的每一分钟都感动了我，真的美好，我不能单独挑出哪一个来，”她说，有很多瞬间她的眼中充满了泪水，“比如那个母亲和两个孩子的故事，真是非常强烈的感情冲击。”

Spennagallo 对神韵不能在中国上演很难过，她大赞神韵用艺术来传播真相与弘扬传统的方式，“这

是一种很好的让人学习的方式，在欣赏艺术、体验情感的同时，学习与思考。”她说，“我今晚学到了很多，受益匪浅，这就是历史。”

Spennagallo 再次强调，“神韵会让这个世界变得更好。”而且，在看过演出后，她感觉自己变成了一个更好的人，“真的是这样，我感觉自己更好了。”

她还认为，神韵在全球演出传递重大信息是一件大事，“我认为神韵向世界展示中国的历史太重要了。”她说，因为演出中的中国“不是中国制造、不是 COVID，而是世界上最古老的文化，是真正中国的灵魂”。

米兰创意设计夫妇观神韵 心绪变得祥和宁静

米兰创意设计师 Martina Lo Giudice 观赏神韵演出后表示，她非常喜爱演出所诠释的人来自于天堂的理念，她从演出中获得了一种宁静的感受。

Martina Lo Giudice 是意大利集团公司 Neodecortech 的创意设计师。当晚，她和丈夫、金融反诈骗专家 Fabio Perini 一起观赏了神韵演出，他们都感到很喜欢，很有收获。

Giudice 称赞说，“演出让人欢欣愉悦，而且丰富多彩，我不知道如何形容，她太美好了，我从没有看过这么美好的演出。”

Giudice 认为神韵所复兴的中华传统文化非常重要，“古老的传统成就了今天的我们，因此对于人类而言，传统非常重要。”

Perini 补充道，“传统文化成就了我们的每一个人，是我们的根。”

近期新闻提要

【欧洲议会通过决议 要求中共立即停止迫害法轮功】欧洲时间二零二四年一月十八日中午，欧洲议会会议在法国斯特拉斯堡总部，对第 2024/2504 (RSP) 号决议进行了投票表决。该决议由欧盟多国议员跨党派联合发起，主要内容是谴责中共，要求其立即停止对法轮功学员的迫害，并释放在中国被非法判刑的法轮功学员丁元德先生。



当天中午，该决议草案以压倒性的多数赞成票获得通过。决议内容将转发给欧盟各机构、各成员国政府和议会以及中共政府。

该决议呼吁欧盟委员会和成员国政府立即采取行动，谴责中共滥用器官移植、强摘人体器官的行为，要求“立即无条件释放丁元德先生和所有法轮功学员”。决议还要求对所有迫害法轮功的责任者和组织实施制裁。

在表决前一天晚上，议员们在斯特拉斯堡欧洲议会大厅对草案展开了辩论。多国议员发言，谴责中共视法轮功这个修炼团体为敌人，极尽残酷手段，要求欧盟对人权迫害参与者实施实质严厉制裁。

【真善忍国际美展 印度菁英赞扬大法美好】“真善忍国际美展”于二零二三年十二月二十三日至二十五日在印度那格浦尔的达尔达美术馆成功举办，这是“真善忍国际美展”首次来到那格浦尔。



那格浦尔的许多国家和当地媒体都来到展会并进行了报导。印度第四大报纸《印度时报》在那格浦尔版评论说，真善忍美展的画作“是关于内在美、力量和打坐”，“这些画作优雅的布局、鲜活的色彩以及对光影的完美运用，给人们的心灵留下深刻的影响。”

约根德拉·卡瓦德是代表马哈拉施特拉邦的前人民院议员，他认为，这些作品表明在这个世界上，正义终将战胜邪恶。他说：“看完所有画作后，我思考，不公正、剥削、残酷和压迫不会长久持续。”“邪恶无法抵挡善良，法轮大法的这些信息不仅是向中国传达的，也是向全世界传达的。”

三退声明精选

目前三退人数：4 亿 2571 万

中共国不是中国，甚至连国家都不是，就是一个由流氓团伙管理的大号监狱集中营罢了！习近平和中共对社会的管控越来越严，我每天一睁开眼睛就面对这个邪魔，每天的日子过得好像在波尔布特红色高棉的老木屋集中营里坐钢叉一样，实在痛苦的无法忍受！共产党对我们的肉体和精神皆施以惨无人道的刑罚，不停地残害大陆民众！（张庆洲）

本人郑重声明退出中共国名下的共青团组织，虽然我已过 28 岁，虽然在中学时代没有顺利加入共青团还黯然神伤。我现在翻然悔悟，不再受中共这个邪恶组织的蒙蔽，此生与它势不两立。（于明伟）

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 “听到空号，不要挂机，很快接通”，美国传真 0013019162364，电邮 tuidang@epochtimes.com

迫害真相专栏 获知 2023 年 6514 名法轮功学员被绑架骚扰

据明慧网报导统计，二零二三年获知 6514 名法轮功学员被绑架和骚扰（绑架 3629 人，骚扰 2885 人）。其中，118 人下落不明，107 人被强制送洗脑班，1938 人被非法抄家（搜身等），70 人被迫离家出走，167 人被强制抽血（录指纹、脚印、录口音、人脸识别、验 DNA、验尿、采集虹膜（也叫眼角膜）等）。

相较于二零二二年明慧网报导的迫害人次，二零二三年，中共对法轮功学员的非法判刑人数增加了 88%，绑架人数增加了 4%，骚扰人次减少了 25%，关洗脑班迫害人次减少了 55%，强制采血人次增加了 30%，被迫害离世人次增加了 22%。总体来说，虽然骚扰人次减少了，但绑架和判刑人次都增加了。迫害仍在持续，还在加重。在长达 24 年多的残酷迫害中，中共公检法、街道等相关人员利用摄像头、跟踪器等高科技手段监控绑架法轮功学员更成为常态。律师指出，这是严重违法行为。

二零二三年，中共敲诈勒索法轮功学员人民币 368 万多元。45 人被非法扣发养老金、工资等。

喜得大法 道德回升获健康

二零一二年，我已是一个步入六十七岁的老年人，身患多种不治之症，尤其到了夜晚这些病痛让我难以入眠：脚心疼的直拍炕，两小腿外侧疼的没知觉，开水烫都没感觉，肩周炎筷子拿不动，颈椎病回头得全身动，左腿窝处还有个鸡蛋大的筋包不能回弯，上楼得横着走。四十七岁时就发现脑动脉硬化、冠心病，晚上别人都躺在炕上睡觉，我站在炕上，是为了减轻疼痛。我经常仰望星空长叹，自言自语道，天上快下来一个大神仙，给我换换这些老化的零部件吧，这些不治之症虽然不危及到生命，人活得也很痛苦。

亲家母给我送来一本书，名叫《转法轮》。并告诉我说：“这是一本奇书，一定要看，看前要洗手。”我双手接过宝书，并表示一定看。两天时间看完了《转法轮》，心里豁然开朗，人生的真正目地，是要返本归真，而不是要在常人中得到所谓的幸福。

从此以后，我每天都读《转法轮》，七天后身体出现了症状，跟师父在《转法轮》中讲的一样：“有的人会感到全身发冷，像得了重感冒一样，可能骨头都得疼。大多数人会感觉到局部不舒服，腿疼、头晕。”（《转法轮》）当时我高兴极了，心想我有师父了，师父管我了，给我净化身体了，我也不需要吃药打针了，几天后症状全消失了。

我看书戴三百度老花镜，有一天不戴花镜能引针了，自己还不悟，看书时还找眼镜，可怎么也找不到了，当我拿起《转法轮》看，真神奇！比我戴花镜还清楚，什么药都治不了的老花眼，修炼法轮功不治

而愈，真的太神奇了！

我学法炼功十一年了，一片药不吃，一针不打，所有的病症都不翼而飞，无病一身轻不是奢望和梦想。七十九岁的人骑自行车，走遍了城里城外的大街小巷，把大法的福音和大法被迫害的真相传递给有缘人，让世人们了解大法，了解真相。

修大法重塑我的心

师父在提高心性方面讲了很多法理，并举了多个实际例子，我受益匪浅。

第一件事，关上自来水龙头。二零零八年入住新楼，分楼时交了一百元钱水费，又装修又打扫卫生，到二零一二年从未交过水费，都是用滴水的办法，学法以后知道不失不得的法理，意识到自己太自私了，做了一件损人利己的事，不符合大法标准的要求，马上关上水龙头，正常缴纳水费。如不学大法，我还觉的挺好的，占了便宜。

第二件事购物不欠零、不讲价。我买东西，从不讲价，好的坏的一起拿，当时没零钱人家也说不要了，可我上别处买东西找回零钱后，再回去把欠零钱还上。一个商贩说：“这老太太有信仰，是好人。”我就告诉他，我信法轮功，大法师父教我们做事先考虑别人，我是这样想的，我买这点东西你能挣几个钱，再抹去两角你还能挣钱吗？卖主说：“法轮功真好”！

第三件事捡到手机找失主。有一次在一条土路上，我骑自行车回家，因为路上石头很多不好走，我低头骑着自行车，看见地上有个精美的塑料盒，我下车捡起一看是个大手机，我自言自语说谁的手机掉

这了？南边院子里一捡废品的老太太听见了说：“那是我的手机。”我说谁的我都给，但得去派出所领，因为这手机我不会用，我把手机送到派出所。

当时是中午，只有一个女警值班，她问我大姨你有事吗？我说：“姑娘，我捡个手机，我不会用，请你帮它找到主人吧。”她说：“你到屋里登个记吧。”我说不用了，她接过手机一看是个好手机，她说：“大姨你坐这等着，我把主人找来让他当面给你道谢。”我说不用了，我就走了。

这类事情在这十一年来经历很多，因篇幅有限不多举了。大法重塑了我这颗寸土不让，寸利必争的心，使我道德回升，能做一个为他的好人。



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。

研究：思维是一种物质 打坐改变大脑结构增加幸福感

在《精神病学研究》期刊披露的一篇研究报告中，蒙特利尔马吉尔大学以及波士顿哈佛大学的精神病学家研究证明，思维、记忆不是虚无缥缈的东西，而是一种固体物质。利用药物可以“抑制”创伤受害人的记忆，也就是可以去掉一段思维过程。

这项研究显示，记忆的形成就像制作玻璃的程序，在创造记忆的过程中，也就是在“思想”的过程中，是处在一种熔化的状态，想出之后“记忆”就变成了固体状，再想时就再一次熔化，之后又变成固体物质。

这些固体物质不会自动消失，会一次次堆积，一件事情想的次数越多，形成的固体物质越多，无论想好事还是想坏事都是这样。研究报告显示，科学家使用的药物，被认为会在人的思维过程之后，扰乱思维物质固体化的形成过程。

研究人员使用的一种药物和安慰剂对十九名曾遭意外伤害的受害人进行治疗，治疗期间要求他们形容十年前发生伤害事故的记忆。回忆结束时，这个思维过程就“固化”了，研究人员就使用该药物，去对付这个“固化”了的思维。一周后，研究人员发现使用该药物的病患，在回忆伤害时减少了心跳加速等压力征兆。

这个神奇的医学研究成果对世界具有不可估量的意义！它再次证明了人的精神就是物质的存在。其实这一点已经在科技界多次得到了证实。

美国威廉博士研究表明人类的恶念，能引起身体某种液体物质变成一种毒素注入血液，直接导致疾病。由嫉妒的念头所生的凝聚物，往往可以在几分钟内毒死一头豚鼠。而善念能使这种液体变得澄清洁净，在生理上得到健康快乐。

思维是一种物质，有的时候，这个物质一旦形成，其实会影响人的一生，如同一个墨镜，怎样明辨？

思维的墨镜

我们每个人，不但活在这个客观世界中，也活在自己的主观想象中。因为不同的人生经历、生存状态，不同的社会背景和舆论导向，都会使人形成不同的观念与认识，这些观念和认识——一种有形的物质，如同有色墨镜，当我们戴着它去看外面的世界时会发现，一切都变了颜色。戴着蓝色墨镜会让人眼前的一切都蒙上了蓝蓝的光，戴着咖啡色墨镜会看到万物都加上了咖啡色。

墨镜戴得久了，便不觉得那是墨镜的颜色了，因

为它与人的思维，与人的视觉浑为一体，难分彼此。从某种意义上说，人对外界事物的认知也是内心世界的一种反映。

历史上苏东坡和佛印的故事最能说明这个道理：苏东坡和佛印一起坐禅，苏东坡问佛印：“你看我像什么？”“像一尊佛。”佛印心平气和地说。“那么，你看我像什么？”苏东坡见佛印穿着大袍婆娑于地，连讥带讽地答道：“像一堆牛粪。”

苏东坡回去和小妹炫耀这件事，以为自己赢了。不料苏小妹冷笑一下，对哥哥说：“哥哥境界太低，所谓见心见性，你心中有，眼中才有。佛印说看你像尊佛，那说明他心中有佛；你心中有牛粪，所以才会看别人像牛粪啊。”一席话让苏东坡恍然大悟，羞愧不已。

古人说“静坐常思己过，闲谈莫论人非”。所以当看到别人这样、那样时，感觉对方不可理解时，请先不要愤愤不平和妄加指责，一定要静下心来反观内视，对照他人的行为检查自己的一思一念，看是不是自己的观念不对头，就像墨镜一样给外面的世界罩上了不同的颜色呢？

有意去除负面的思维，不仅可以“摘掉”不好的观念“墨镜”，如果养成静坐冥想的习惯，还可以改变大脑结构呢，这是实实在在的科学研究成果。

科学发现：打坐可改变大脑结构

美国麻萨诸塞州总医院（Massachusetts General Hospital，简称麻省总院）的一项研究表明，打坐（meditation）八周后，参加实验人的大脑结构就发生了变化。这是首次由科学家研究实验证明，这种传统的、带有些宗教色彩的修行打坐，可以导致大脑结构的变化。

研究人员表示，以前的研究已经表明打坐者大脑结构出现差异，但没有证实到底是什么样的差异和变化。研究人员的报告说，经过八周的禅修打坐，参加者与记忆、自我感觉、同情和压力感相关的大脑区域，就发生了可测量的变化（measurable changes）。

麻省总院精神科神经影像学医生莎拉·拉扎（Sara Lazar）领导了这项研究，也是研究报告的资深作者。她说：“虽然禅修打坐是一种平静和放松身体的运动，但打坐者早就表示，打坐还有认知和心理上的多种好处，打坐后一天心身愉悦。我们的这项研究也表明，人们花时间放松打坐，不只是心里感觉更好，而且大脑结构都有了实质性的变化。”（下接 5 版）

冬季遐思

冬日午后漫步于户外，看着远处郊外的树木、农舍，此时的景致，似一幅清幽、恬淡的山水画，映在晴日蓝天下，刹那间，心中有种说不出的美好与感动。

冬，没有春日的蓬勃与明媚，夏日的热烈与绚烂，而它的清冷和萧瑟却予人沉静、深思的况味。历尽四季轮回的风霜雨雪，更显凝重、深沉之美。

我不由问自己，不知从何时起爱上了这严寒的冬季？

雪花悄然飘落时，关于雪的诗句总会萦绕心头：“绿蚁新醅酒，红泥小火炉。晚来天欲雪，能饮一杯无？”“墙角数枝梅，凌寒独自开。遥知不是雪，为有暗香来。”种种情绪与遐思，于漫天的雪花飞舞中，归于一片寂然。

独行于沉寂的雪日，轻声吟诵起李洪志大师的《更艳》：“不逐群芳秀更艳 凌寒独自把香散 狂风摧枝近十载 天愈晴 枝雪溶开梅花满庭苑”。[1]

这些年来，“真、善、忍”的信仰追求中，自己也和千千万万个法轮功学员一样，曾历经重重磨难，那

些狂风漫卷的日子，内心始终没有放弃返本归真的渴望和对宇宙真理真法的探寻，时至今日，才终于逐渐体悟天人合一的境界与美。

《后汉书·礼仪》曰：“冬至前后，君子安身静体，百官绝事，不听政，择吉辰而后省事。”古时的冬至，恰逢农闲之时，是君子开始安心静修、读书的日子。

进入冬季，工作上的事情告一段落，我每天安排充裕的时间学法、炼功，一颗原本躁动的心渐渐平静，即使行走于喧嚣的城市街头，心中仍是如冬一般的清凉与静谧。

冬季的夜寂寥而漫长，伴着窗外娟然如洗的月色，抽空爬爬格子，记述生活的点滴感悟，将些许的零碎杂感与浮思倾注笔端，心头便少了几多烦扰、杂念。而内心的日益充实与丰满，令人不经意间，已了然笑看人间风云的淡定，蕴蓄厚积薄发的内力，默默迎接、等待春的来临……。

注：[1] 李洪志先生著作：《洪吟（三）》《更艳》
(文：晓凌)



(上接 4 版) 十六名实验参加者在实验开始的两周前及禅修打坐八周后，研究人员对他们的大脑结构进行扫描，然后做对比分析。参加者除了每周一次会面，在一起练习禅修打坐，集中保持非主观意识的感觉、感情和意念，参加者还使用录音来被指导每日的打坐，并被要求记录每天练习的时间。一组没有参加打坐的人，他们的大脑结构也在同期被扫描检查。

打坐组报告他们每天平均练习二十七分钟，他们回答了冥想问卷调查，问卷结果表明他们的念力比以前有显著改善。

针对脑扫描图，主要对早期研究时发现的打坐者大脑出现差异的区域，科学家们做了重点分析研究，发现海马 (hippocampus) 的灰质密度增加了。海马已知是主管学习和记忆的重要部位，是与人的自我意识、同情心和反省意识相关的大脑结构。灰质是一种大脑组织，其中含有神经细胞。

打坐者报告压力减轻了，研究人员发现他们杏仁核的灰质减少了。杏仁核已知是一种产生焦虑和压力的脑组织结构。而这一系列的变化在非禅修打坐人的脑扫描对比中，都没有发现。

麻省总院研究小组成员布丽塔·侯奏 (Britta Holzel) 说：“大脑的可塑性很引人关注，通过简单的冥想打坐，就可以在改变大脑结构中发挥积极的作用，可以增加我们的幸福感和提高生活质量，真是令人鼓舞。还有，针对不同患者人群的其他研究也显示，冥想打坐可以显著改善各种症状。我们现在正在研究，促进大脑中这种变化的基本机制。”

迈阿密大学的神经学家亚米希·杰哈 (Amishi Jha) 在研究冥想对减轻压力的影响，他虽然没有参与麻省总院的这项研究，但他高度评价这一发现“为进一步研究许多可能性，如防治压力有关的疾病、创伤后应激障碍 (post-traumatic stress disorder)，打开了很多大门。”

结语

通过上述研究中的实例，我们可以看到传统观念“善恶有报”是真正的科学。还有古人讲“性命攸关”中的“性”就是指思想道德，它要比“命”都重要。也就是说，传统文化早就认识到思想的善恶直接影响人的身体，同样道德标准的好坏也直接决定整个民族的未来。

古人教子以德

司马光与《训俭示康》

北宋史学家司马光正直坦荡，为官俭廉，平生未有不可对人言之事。他教儿子司马康“以俭为美德”，以家书的体裁写了一篇题为“训俭示康”的文章。围绕着“成由俭，败由奢”这个古训，结合自己的生活经历和切身体验，旁征博引了许多典型事例进行教诲。

文章一开篇，司马光就说：“吾本寒家，世以清白相承……众人皆以奢靡为荣，吾心独以俭素为美。”他感叹当朝“风俗尤为侈靡”，但本人应该自身洁好，不要随波逐流。司马光接连举了李亢、鲁宗道和张文节等官员的俭约作风事迹，教育孩子力戒奢侈，谨身节用。他说道：“平生衣取蔽寒，食取充腹。读书人应志于真理，充实道德，不追求外在浮华。近年风气尤其奢侈浪费，风气败坏，正人君子能助长这种恶劣风气吗？只有道德高尚之人才会有深谋远虑”、“侈则多欲。君子多欲则贪慕富贵，枉道速祸；小人多欲则多求妄用，败家丧身。”

在他的教育下，司马康潜心读书，修真养性，并以俭朴自律，后来历任校书郎、著作郎等，在为人、治学方面酷似其父。当时，京洛一带流传着这样一句佳话：“可为人师表者，司马父子也。”

陆游教子“学贵身行道”

南宋杰出的诗人陆游，刚正不阿，心系百姓，因不事权贵而屡遭贬谪。他有六子一女，他非常重视对子女做人的教育。他告诫孩子们说：“但愿你们长大成人之后，乡亲们称赞你们是有道德的人。即使做一个老百姓，与那些高官显爵相比，也是无愧的。”

他教育子女要知书达理，在《五更读书示子》中写道：你们现在正是读书的好时机，要刻苦攻读，莫失良机。读书最要紧的是学以致用，要切实做到“善言座右铭要躬行”（《自诒》）、“学贵身行道”（《示元敏》）、“字字微言要力行”（《睡觉闻儿子读书》）。学习古人的高风亮节，不媚权贵，正直无私，时刻想着报效祖国。

他还告诉孩子们“汝果欲学诗，功夫在诗外”（《示子遹》），即作文先做人。要注重修身，时常检查自己，有错必改；看到别人有好的行为，要主动自觉地学习；不要与那些华而不实的人结交在一起。

《冬夜读书示子聿》是陆游在冬夜里教小儿子陆子聿读书时所作，他手把手地教陆子聿写字，教导他读书学习一定要孜孜不倦、持之以恒：“古人学问无遗力，少壮工夫老始成……”。《送子龙赴吉州掾》是他

为二儿子陆子龙到吉州赴任地方官时写的赠言，诗中：“汝为吉州吏，但饮吉州水；一钱亦分明，谁能肆饕餮！”就是要求他清清白白地做官。

他还告诫儿子说，在吉州有我的一些朋友，他们不但有学问，而且品德也好。你到那里后，可以去拜访他们，但不要向他们提出什么要求，可以同他们相互勉励。要不重利禄，廉洁自守，成为一个一身正气、真正为百姓谋福的人。陆游的子女后来都成为远近闻名的贤德之士。

张英教子“做人立品”

清代大学士张英，敬信神佛，乐善好施，为官清正，对民生疾苦、四方水旱知无不言，深获康熙帝的信任。他写的家训《聪训斋语》中提及做人要立品，读经书、修善德、慎威仪、谨言语。他在家教中从来不主张疾言厉色，而是使用日常的浅白语言，细致耐心。座右箴：立品、读书、养身、择友。右四纲。戒嬉戏，慎威仪；谨言语，温经书；精举业，学楷字；谨起居，慎寒暑；节用度，谢酬；省宴集，寡交游。

他教导儿子张廷玉如何为人处世时，说：“与人相交，一言一事，皆须有益于人，便是善人”、“能处心积虑一言一动皆思益人而痛戒损人，则人望之若鸾凤，宝之如参苓，必为天地之所佑，鬼神之所服而享有多福矣。”张廷玉牢记父亲教导，从小就熟读经书，待人宽厚恭俭，后任职大学士、军机大臣。

后来张廷玉之子张若霁参加殿试中一甲三名探花，张廷玉闻知后，提出“普天下人才众多，三年大比莫不想望鼎甲。臣蒙恩现居政府，而子张若霁登一甲三名，与寒士争先，于心有未安。倘蒙皇恩，名列二甲已为荣幸之至。”认为儿子还年轻，还该努力学习、磨砺，积攒福德，这样才踏实可靠，恳请将其子列为二甲，雍正从其请，将张若霁改为二甲一名。（《竹叶亭杂记》）

张若霁后来在南书房、军机处任职，尽职尽责，谦虚自处，颇有乃父遗风。人们都称赞张家家风醇厚，谦卑公允之心昭昭可鉴日月，祖孙三代都是为官清廉、人品端方、深受百姓爱戴的清官。

古人教育子女要重德向善，寄托了对后代的关切与期望，令后人借鉴，因为他们找到了做人最根本的最本质的东西。他们对子女的仁慈关爱和严格的要求，使其在任何时候能够明辨是非，选择正确的人生之路，这是为其长远打算和未来负责，使其终身受益，是留给孩子的最可靠的财富。（文：智真）

不恋官位爱道术 唐朝诗人东游遇奇人

唐代诗人刘商，以乐府诗见长，写下《胡笳十八拍》，当时脍炙人口，老少皆宜，儿童、妇女都朗朗上口、完整地背诵下来。康熙皇帝主导搜罗唐诗的合集——《全唐诗》里，就收录刘商许多诗歌。

刘商不仅是诗人，也是画家，最初拜画家张藻为师。张藻擅于山水树石之画，画松更是“特出古今”，当时人们赞之为“神品”。“双管齐下”这句成语，便是源于张藻。指的是他以单手握两枝笔，同时作画，一枝笔画苍翠的树枝，另一枝笔画干枯的树枝，一次完成，画作生动逼真。

有了名师的指点，刘商后来也专门学画山水树石。当朝画家毕宏也擅长画松石，于是当时的人们只要求得刘商与毕宏画的一松一石，都感珍贵万分，当时是这么形容的：“刘郎中松树孤标，毕庶子松根绝妙”。

生卒年份不详的刘商，大历年间（766—779年）进士及第。性格高迈豪放的他，出生于宦宦之家，父亲是刑部尚书刘德威；祖父刘子将为齐和州刺史、隋毗陵郡通守；曾祖刘轸则为北齐谏议大夫。

能文善画的刘商，也与父亲祖辈一样走上仕途，唐德宗贞元年间（785—805年），官至比部司员外郎，后改任虞部司员外郎。数年后，迁任检校兵部郎中。再后来出任汴州观察判官。

不过才华洋溢的刘商不恋栈官职，独爱道术，每每遇见道士，就拜其为师，并给予资助。而刘商自己每日也勤勤恳恳地炼丹服气。

渐渐地随着日子的消逝，刘商看着身躯日渐衰老，有感于世事无常，尤其曾目睹画家老师张藻遭安史之乱牵连，被贬职后被迫离开京城。当年的刘商还为老师的遭遇深感惆怅，写下了一首诗：

苔石苍苍临涧水，溪风袅袅动松枝。

世间唯有张通会，流向衡阳哪得知。

感叹光阴实在太急促短暂，在世劳累辛苦，求得虚浮的荣耀和世间的官位，又有什么好处呢？刘商心想，古代的贤人都弃官去寻求道术，大多都能超脱尘世而仙去。而自己的儿女都已经完成婚姻嫁娶，他告诉自己实在不应再被世俗所累了。于是，他以身体有病为由，辞去汴州观察判官。

脱下了官服的刘商，穿上道服，离家往东方远游而去。

有一天，刘商来到广陵（今江苏扬州），走进城内街市，他看到一个道士正在卖着药，摊位四周站满了群众，人们都称赞道士卖的药相当灵效，刘商跟着围了过去。这时道士看到人群中的刘商，突然放下手中的药，安静了下来，不再叫卖了。接着走到刘商跟前，拉起刘商的手，往一家酒楼方向走去。原来道士看中了刘商异于常人，是不凡之人。

刘商随着道士进了酒楼，道士随即点来一桌酒菜。两人坐了下来，道士频频向刘商劝酒，然后侃侃而谈自秦汉以来历朝历代之事，道士事事说得逼真，好似亲眼所见。刘商默默地听着，心里感到十分惊异，他知道眼前的道士也非凡人，所以对待道士十分尊敬，就像对待老师一样。后来刘商意有所指地对道士说：“神仙道术很难学得。”

到了晚上，刘商到客店休息，道士也下楼准备离开，刘商看着道士一闪身，即不见人影，刘商更加感到惊奇。

第二天，刘商又来到街市上寻找道士。道士这时仍然卖着药，一看到刘商，道士更加高兴，又拉着刘商来到酒楼喝酒。在高兴的闲谈喝酒间，道士拿出一个小药囊送给刘商，并且吟道：“无事到扬州，相携上酒楼。药囊为赠别，千载更何求。”刘商记下了这首诗。两人喝酒畅谈到天黑了，才相互告别离去。

隔天，刘商又到街市找道士，却已不见人影。后来刘商又连续找了好几回，但再也不见道士了。

有一天，刘商打开道士送的小药囊，解开层层包装纸后，原来里面有九粒像麻籽的药。刘商按照道士的口诀，吞下了药，顿时觉得神清气爽，也不再有什么饥饿感，身体感觉轻飘飘的。

后来刘商游历到宜兴张公洞，喜爱上灶画溪的景色，就在义兴胡父渚（今江苏宜兴张渚）盖了间茅草房，隐居在山间。

曾有山中樵夫见过刘商，刘商自称：“我是刘郎中。”然而，却没人知道他居住在什么地方。相传他已经修成地仙了。（文：常山子）

不需你多少时间，只要你握好机缘，天象大变中共灭，退党团队保平安；
不需你投入资源，只要你拥有善念，善待法轮功一念，天赐善良福无限。

神韵沃金五场全爆满 华人电影人深感骄傲

2024 年 1 月 14 日下午,当英国沃金新维多利亚剧院 (New Victoria Theatre) 的大幕再一次拉开时,现场观众的热情更加高涨,掌声热烈,多人起立致意。

当天,神韵新纪元艺术团在沃金的五场演出全部结束,场场爆满,每次艺术家们均是两次谢幕。神韵超凡脱俗的舞蹈,展示的深邃洪大的文化,让观众由衷赞誉。现场还有不少华人慕名而来,他们为中华文化的复兴而深感骄傲。

华人电影服饰制作师:观神韵深感骄傲

英国华人温女士在伦敦居住了 40 多年,她在电影行业工作,为大量的电影制作服饰,包括漫威、迪斯尼电影,以及世界著名的好莱坞系列大片。当天,她带着母亲和儿子来看神韵,心情十分激动,前后用六个“非常骄傲”来形容自己的心情。

“我非常赞赏(这个演出)。”温女士说,“服饰真是美妙绝伦,美不胜收!”

她进一步解释,“真的是令人惊叹!美不胜收,美极了!我真的很赞赏。我对(演出展示的)和中国有关的一切都感到骄傲,包括历史和文化。”

她强调:“我非常骄傲、非常骄傲!演出非常好。我很开心!”

她想对神韵艺术家们说:“我真的感到很骄傲!我很高兴神韵能去伦敦演出。我真的是很骄傲,尤其对于我们生活在伦敦的华人来说。每个人都喜欢这个演出。我知道神韵还在旧金山演出,还有世界各地。我非常骄傲,也非常开心。希望这个演出继续演下去。我对演出的一切表示深深感谢!”

神韵致力于复兴中国古老的传统文化,温女士很是欣赏,“演出所呈现的服饰、历史和文化都非常棒!”

华人夫妇赞神韵超凡脱俗 听到二胡演奏更思乡

英国华人后裔 Richard Low-Foon 和来自中国大陆的妻子 Emily 一同观看了演出。Low-Foon 是一位建筑服务公司的老板。Emily 介绍,先生很多年来一直想看神韵,期待了多年。

谈到对神韵演出的感受,Emily 说:“很喜欢!我喜欢她(神韵)的舞蹈和舞台整体设计,衔接得非常完美。我从来没见过。”

Emily 喜欢跳舞,以前在中国大陆学习过舞蹈,还上舞台表演过。

出神入化的动态天幕令她印象十分深刻,“她(神韵)的动态背景和连结的舞台,设计做得非常好!我特别感动。”

神韵现场乐团融合了中西方传统乐器的精华,Emily 表示她喜欢二胡独奏节目,听到的时候,她说自己“想家了”。

Low-Foon 对神韵也是赞不绝口:“整个演出都相当令人钦佩!令人惊叹。”

神韵将中国法轮功学员反迫害的节目搬上舞台,Low-Foon 表示,自己的妻子来自中国大陆,他特地来看神韵学习中国文化,“从演出中总是能学到新东西。那位(修炼法轮功的)女孩(被中共迫害)失去生命,我从这个悲伤的节目中了解到发生在中国的事情。”

神韵艺术家们因为修炼法轮大法,无法去中国演出,Low-Foon 说“这很不幸”,“中国应该有自由,但是目前我们在那里看不到自由。演出反映了中国这方面的问题。”

他表示观看神韵时,感受到了中国传统文化与神的联系。他认为现在中国受到西方文化的影响很大,神韵演出复兴传统文化,“是一种文化上好的回归”。

他想对神韵艺术家们说:“演出超凡脱俗!他们如此灵活敏捷,非常独特,对艺术如此投入。我对此表示赞赏。”

Emily 赞同,“是的,继续努力!继续传扬中国的文化,(你们做得)好!”

大陆新移民:谢谢神韵带来的精彩演出

谢女士是四年前来到英国的大陆新移民,她跟亲戚们观看神韵演出后,感到大开眼界。

她表示,神韵舞蹈尤其好,“特别是黄花的舞蹈,还有长袖舞,都很好!”

全场爆满、观众掌声雷动的盛况令她感触,“我看好多外国人都特别高兴、特别喜欢。我亲戚他们也说啊,舞蹈漂亮好看。”

谢女士一再感谢神韵艺术家们,“谢谢他们带来那么精彩的演出。”

大法弟子声声唤 舍生忘死救你难 中共做恶气数尽 天灭邪党在眼前
法轮大法是佛法 慈悲众生世上传 退党团队抹印记 大法救你出劫难