

# 百名小粉红集体三退 大陆公安“忏悔”

## 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

自美国宣布限制中共党员及家人移民和入境美国后，中国退党人数急增。全球退党中心义工近日透露，有大陆公安表示“忏悔”并办理三退，也有百余名小粉红做了三退。甚至攻击退党中心的“小粉红”们也做了三退。

近日，全球退党中心的义工们表示，自今年 7 月以来，中共“五毛”对退党义工的攻击越来越频繁，但拨打退党热线办理三退的人却变得越来越多。

美国退党中心义工赵女士对《看中国》说，美国 7 月颁布禁止中共党员入境的规定后，退党中心热线就特别繁忙，除了一些在美国学习工作的中国年轻人打来电话要求办理“三退”外，不少老人也打电话要求办“三退”。

赵女士说，这些老人的子女不同意他们退党，也不肯帮他们办“三退”，所以他们就打电话让我们帮着退，“这些老人很气愤，有的就讲，这个共产党太坏了，孩子们到美国后还受到这么大影响。共产党洗脑都洗到美国来了，还改变美国的大学教材，说社会主义好，说川普（特朗普）政府不好。”

赵女士说，其中有一位女教师，她说共产意识形态从教材入手毒害学生，“包括大学，中学、小学教材都在改变，美国青年都被它们（共产主义）毒害的好厉害，包括她的孩子都受到共产党的洗脑，（大家）都在着急。”

### 大陆公安打来退党热线表示“忏悔”

赵女士表示，拨打热线的民众除了要办理“三退”外，也有很多人想了解法轮功的真实情况，他们提出各种问题；还有人打电话来表示感谢，夸义工们“做得好”；也有不少大陆公检法人员打电话来表示

表示“忏悔”。

赵女士说，她曾多次接到一名大陆公安局干部的电话，“他每次给我打电话的时候都咳得很厉害，身体出了问题了。他说他在国内参与了迫害法轮功，要向法轮功学员忏悔，他说共产党非常的‘坏’和‘邪’。他说自己当初身不由己，现在非常后悔。”

### 攻击退党中心的“小粉红”们也三退

加拿大退党服务中心义工张玲对《看中国》表示，最近频繁接到中国大陆的大学生打来的电话，每次都是一群学生对着她破口大骂，但不管他们骂的话多么难听刺耳，张玲始终没有生气，一直平和耐心地跟他们讲真相。

她说，最后这群大学生都很受感动，一批一批地办理了“三退”。他们还告诉张玲，其实他们也不想骂她，是有人给钱让他们这样做的。

“他们很多是大一的学生，我说不介意你们对我什么态度，只要你们平安了我就高兴……”张玲说，“我给他们讲中国传统文化的东西，讲行善积德的道理，他们都很爱听；讲共产党的邪恶，讲活摘人体器官的残忍。”张玲说。

她表示，“我说，一开始我都不相信有活摘器官，我就打电话给上海长征医院，因为以前我家里有人在那住过院，对那地方比较熟悉，我就想看看活摘这个事情是真的假的，我就试探他们说我家有人想换肾，然后一个医生告诉我，江泽民

的儿子在他们那里已经换过四次肾了。他说就看你花钱多少，最快的 4 个小时、1-2 个星期，最长 2 个月。”

“我就跟那医生说，咱不能眼里就剩‘钱’字了，在老百姓眼里大夫就是活菩萨，可这手术刀都变成了屠刀了。咱中华民族都是炎黄子孙，同宗同族的，本是同根生，相煎何太急呀！我说着说着就哽咽了。结果那个大夫就歇斯底里地大喊，问我到底是谁，说我要是敢过去就把我也活摘了，我一边流着眼泪一边讲……”

张玲表示，她还跟这些学生讲了很多共产党作恶的真相，学生们都受到触动，“他们本来是来捣乱的，后来他们明白了真相，都转变了，领着一波一波的人、不断的来做三退，接连退了 100 多人。”

### 川普政府出新规限制中共党员入境

中共党媒 7 月引述美媒报导说，川普政府正在考虑全面禁止中共党员及其家人前往美国。相关消息一出，大陆民众一片叫好。

同一时段，退党（退出中共党、团、队组织）这一关键词在 Google Trends 的中国区热度激增，显示许多人开始关注并搜索退党话题。大纪元退党网站浏览的人数也暴增。

全球退党服务中心主席易蓉 10 月 5 日透露，美移民新规出台后，退党热线越来越火热，这两天呈几十倍增长，前来办理退党的人络绎不绝。

截至 2020 年 12 月 25 日，全球已有近 3.7 亿人在大纪元退党网站上声明“三退”。而前一天三退人数已超过 5 万人。

## 近期新闻提要

【美国扩大签证限制 迫害法轮功者逃美之路被堵】赶在圣诞与新年假期前夕，美国国务卿蓬佩奥 12 月 21 日宣布，美国将对迫害人权的中共官员祭出进一步的签证限制措施，并强调这些官员的家人也可能受到额外签证限制。外界分析，迫害法轮功者逃美之路将进一步被封堵。

蓬佩奥在申明中说，美国“不欢迎”这些侵犯人权的中共官员，无论这些人身在何处，美国都要付诸实施。蓬佩奥还表示，受签证限制措施影响的中共官员被认为制定镇压政策或行动者，或者是合谋参与此事的人。

这次的签证限制措施没有列明具体名单，而是引据美国的《移民和国籍法》相关条款。一般认为，这授予美国签证官更广泛的行政裁量权，打击范围更大。未来，只要美国认定有从事各类迫害人权行为的中共官员，其本人和家人都拿不到入境签证。

蓬佩奥在 12 月 21 日还发出推文说：“中国共产党对信仰的战争瞄准了基督徒、穆斯林、佛教徒和法轮功修炼者。共产党对它们的迫害不遗余力。”

在蓬佩奥列举的迫害信仰者中，再次明确提到包括迫害法轮功修炼者的中共官员。美国的制裁对象不仅仅是涉及到本人，还包括他的家人。

美国圣托马斯大学国际研究与当代语言学系系主任叶耀元对自由亚洲电台表示，美国不具体点名却预告官员亲属会受影响，这才是最会让中共官场担忧的。他说，“中国的高官有很多人的子女是在美国读书的，当牵扯到家人的概念时，就可能会牵连到他们在美国求学的子女，甚至是他们的投资。除了是旅行上的不便之外，美国也可能连带开始对他们在美国的资产进行追查。”

【43 辆真相车队穿梭波士顿 呼吁“终结中共”】周六，波士顿和纽约退党服务中心，在波士顿联合举办“真相车队”游行活动。当天 43 辆挂有反共标语的汽车穿梭在波士顿主要街道，呼吁当地民众抵制共产主义，呼吁中国人退出中共党、团、队组织，结束共产党暴政。

周六游行的车辆，挂有“庆祝 3.6 亿人 退出中共党团队”、“终结中共”、“天灭中共”、“打倒中共恶魔”等中英文标语。

车队游行路线覆盖波士顿及周边人口密集区，包括议会大厦、哈佛大学、麻省理工学院，以及中国城等。沿途民众停下来拍照、挥手，鸣笛致意。同时，退党义工在议会大厦和中国城设立真相点，向民众讲真相、发传单，征集签名抵制中共。

## 迫害真相专栏 济南法轮功学员王凤强在中共迫害中离世

10 月 31 日下午 1 点半左右，山东济南法轮功学员王凤强在流离失所中被迫害离世，年仅 48 岁。

明慧网报导，王凤强，男，1973 年出生于山东招远，1997 年毕业于山东工业大学（现山东大学）电机专业本科；毕业后顺利考取国家公务员，曾就职于山东省监狱济南发电设备厂。

然而自 1999 年江泽民对法轮功学员实行“经济上截断、名誉上搞臭、肉体上消灭”的灭绝政策，王凤强就职的单位紧跟中共的迫害，找他谈话做所谓的思想工作，没达到目的，又将他长期非法关禁闭、强行送洗脑班、巨额罚款；见他还不屈服，就解除了他所有的职务。这对一个从农村考出来的大学生来说，无疑是一次艰难的人生考验。但王凤强没有放弃自己对真理的信念。从此，王凤强长期遭到济南、招远“610”（专门迫害法轮功的非法机构）人员的迫害。在他人生中最美好、最有价值的年华——26 岁开始，就被剥夺了所有的权利，甚至养家糊口的权利。22 年来伴随他的是无休止的绑架抄家、酷刑折磨和强制“转化”（逼迫放弃修炼）。长期颠沛流离、居无定所的生活，给王凤强的身体造成极大的伤害。恶人的盯梢、伺机绑架，使王凤强无法照顾一下年迈多病的父母，终成遗憾。

## 三退声明精选

目前三退人数：3 亿 7030 万

共产党的媒体叫“党的喉舌”顾名思义是党在说话，那说的是心里话吗？当然不是。那是干啥的？叫“舆论导向”，导向是啥意思？就是忽悠呗，把你往这边导就往这边忽悠，往那边导就往那边忽悠。目的是为它所用，成为其工具。所以党的喉舌就是一个忽悠人的工具。直白点，中国的媒体就是一个大骗子的骗人工具。这个骗子就是共产党。以迫害法轮功为例，铺天盖地的诽谤宣传彻头彻尾都是骗人的谎言。这还不是个案，几十年来它一直都是这么干的。我们声明退出这个流氓无赖的骗子党。（李军 等 9 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 “听到空号，不要挂机，很快接通”，美国传真 0013019162364，电邮 [tuidang@epochtimes.com](mailto:tuidang@epochtimes.com)

## 从不了解大法到初识大法

我是一名大法弟子家属，走进大法修炼只有一个来月。

在与妻子日常相处中，从她的言行、为人处世中一点点的感受到大法的美好，从她身上看到了大法弟子在精神上和身体上的巨大变化，可以说大法的确是很神奇的。

妻子早年患腰椎间盘突出、胃痛、时常感冒，腰部一发病几个月下不了床。走了无数家医院与私人诊所，不说花了多少钱，就为治病都不知她吃了多少苦，依然疾病缠身。腰照样疼，胃病依然反复发作，感冒更是家常便饭，多少年身体就是这样反反复复，折磨得她苦不堪言。可自从学炼法轮大法后，腰椎间盘突出不知不觉好了，胃痛不见了，就连时时来袭的感冒也不见踪影。

我的老岳母是几十年的药匣子，心脏病、高血压、小脑萎缩，整天靠吃药打发时光。二零一八年一场大病出院后，也开始听大法师尊的广州讲法录音。一段时间后，什么心脏病、高血压等等那些医生说的毛病全都没了。这让我们家人和亲友无人不感叹大法的神奇。

二零二零年十一月十四日下午，我突发胃痛，疼的我满地打滚，用头撞墙，甚至在地上爬，不自觉的哀叫，一直折腾了四个多小时也没有缓解。妻子郑重的对我说：“你对大法既然心悦诚服，也知道大法的神奇，却不修。平时你说的头头是道，现在考验来了，你就诚心求师尊救你吧。真心信师父，就念‘法轮大法好，真善忍好’一切听师父安排。”我点头说好，就开始用心念

“法轮大法好，真善忍好”，并求师父救我。念了半小时左右，我的胃痛逐渐缓解，疼的越来越轻了。此时妻子告诉我，在我胃疼的厉害的时候，看到我的后背挺大一块地方都是黑的。这真是生死考验与较量啊！真的得感谢师父的救命之恩。

疼痛缓解后，我就打电话叫了救护车去了当地医院，打点滴，住院一周后回家。

对我的病，医生也没说出个所以然。

十一月四日，又因为左胸心区疼去了本市另一家医院做检查。一查吓一跳，说是一个主动脉夹层异常。在当地不能治。于是十一月八号转院到南宁医科大学医院心血管科，医生让情况稳定后准备做主动脉支架和心血管搭桥手术。

其间，妻妹把师尊的广州讲法录音给我拿到病房，让我听师父讲法。

我一听讲法，哪都不痛了。刚一闭眼，就清清楚楚的看到有几个人和我一起听法。我把看到的景象告诉妻子，她的眼泪都快流下了，那个激动啊！几天后，十六号手术顺利的完成了。手术时间只有六、七个小时。在重症监护室只停留了十个小时就被转入普通病房。这么大的手术，一般在 ICU（重症监护室）要观察好几天甚至更久。那个费用可是昂贵的很。

即便如此，我还是花去了十几万。我好心疼，本来就没啥钱。妻子却乐呵呵的说：“与生命相比，这几个钱还重要吗？若不是师父保护，命都没了，钱有用吗？看看老

妈，从固执的从前，到如今无病一身轻，不就是人的观念问题嘛！自己好好考虑考虑，出院后到底要怎么做吧！”十六号手术，二十一号就出院了。人虽虚弱至极，却恢复的极快。经过几次医院折腾，手术后体重降了近三十斤。

出院一周中，我的体重几乎一天长一斤，面色从苍白变的红润。现在，该是我兑现诺言的时候了：听法，听法，读看大法书。

很快，在不争的事实面前，就能用自己的经历去证实大法的美好，不再摇摆。

我从不了解大法到初识大法，到走进大法修炼经历了一个漫长的过程。我决心今后也要像妻子、妻妹一样，虔诚的学习大法，同化大法法理，弘扬大法，做一个真正的大法弟子。

叩谢师尊救度！（文：张远）



### 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。



## 临沂市莒南县法院刑一庭庭长甄子栋遭恶报死亡

甄子栋，男，莒南县法院刑一庭庭长。二零一九年六月被查出患恶性胰腺肿瘤，即胰腺癌晚期。在县人民医院做化疗，不到一百天，由于病情严重，自动放弃治疗，出院不久死亡。时年 51 岁。

一九九九年七月至今，山东恶党是追随江泽民邪恶集团对法轮功弟子进行残酷迫害最严重的省份之一。仅莒南县法院枉法判刑的大法弟子至少有十六人次，至少八人遭异地枉法判刑。

甄子栋作为莒南县法院刑一庭庭长，仅在二零零二年就参与主审、枉判三位女性法轮功学员。具体事实：

二零零二年冬，甄子栋对时年 36 岁的莒南县工商银行优秀员工陈捍卫非法判刑一年半。这场迫害造成法轮功学员陈捍卫不仅被工作单位——工商银行的行

长主世华开除公职，还被时任官坊派出所所长、现任公安局副局长、六一零副主任的丈夫田鹏出卖抛弃、婚姻破裂。

二零零二年甄子栋对时年 32 岁的莒南县邮电局优秀职工法轮功学员刘爱春非法判刑一年，使刘爱春被非法开除公职。二零零二年对下岗（失业）职工法轮功学员刘俊兰枉法判刑十个月。

这就是善恶有报。不是不报，时候未到，时候一到，定遭恶报。

二十年来，莒南县参与迫害者不断遭到天理惩罚，有车祸身亡的，有得各种重病身亡的，也有像甄子栋一样患绝症极度痛苦中死亡的，还有作恶祸及妻儿一家人死光的，还有自己作恶报应到子女身上的。

（文：山东大法弟子）

## 人脑是小宇宙？大脑神经网络与星系网络相似

意大利博洛尼亚大学 (University of Bologna) 的 Franco Vazza 教授和维罗纳大学 (University of Verona) 的神经外科医生 Alberto Feletti 将人脑中神经元细胞的网络，与大尺度宇宙的星系网络进行了比较，出现了令人惊讶的相似之处。

在 2020 年 11 月 6 日的《物理学前沿》上发表的论文中，两位作者研究了自然界中最具挑战性也是最复杂的两个系统之间的相似性：宇宙的星系网络以及人脑中神经元细胞的网络。

尽管两个网络的物理尺寸差异很大（超过 27 个数量级），但两位作者的定量分析表明，不同的物理过程可以构建具有相似程度的复杂性和自组织的结构。

人脑的功能要归功于其广泛的神经网络。该网络包含大约 690 亿个神经元。另一方面，可观测的宇宙由至少 1000 亿个星系的网络组成。

相似的是，在这两个系统中，只有 30% 的质量是由星系或者神经元组成。不仅如此，星系和神经元都分别将自己排列在长丝线状结构或丝之间的节点中。最后，这两个系统中 70% 的质量或能量分布来自于貌似起被动作用的成分：在大脑中是水，而在宇宙中是暗能量。

从两个系统的共同特征出发，研究人员将银河网络与大脑皮层和小脑部分的模拟进行了比较。这么做的目的是观察物质的波动如何分散在如此不同的规模上。

“我们计算了两个系统的谱密度。这是宇宙学中经常用于研究星系空间分布的技术，” Vazza 教授解释说，“我们的分析表明，小脑神经网络内波动的分布范围从 1 微米到 0.1 毫米，遵循和宇宙星系网中物质分布的相同过程。不过后者的分布范围从 5 百万至 5 亿光年。”

两位研究人员还计算了一些表征神经网络和宇宙网的参数：每个节点中的平均连接数以及网络中相关中央节点中的多个连接聚集的趋势。

“再一次，结构参数已经确定了意想不到的相似性。尽管调节星系和神经元的物理过程之间存在明显差异，但两个网络之间的连通性可能通过遵循相似的物理原理发展而成。这两个复杂网络的相似性比星系网和星系之间或神经网络和神经元之间的相似性更高。”

这项前瞻性研究的结果令人鼓舞。这促使研究人员认为，在宇宙学和神经外科这两个完全不同的领域中，新的有效分析技术将使人们能够更好地理解这两个系统的时间演变背后的动力学。（文：萧路）

## 二十八年的颅骨炎好了

我今年六十多岁，十八岁那年去看望姥姥，由于姥姥家房子小、门框矮，不小心头碰到了门框上，之后就肿起来了，当时只是忍着疼痛没在意；过了些日子，头顶上长出来一个大包，天天流脓流血，疼痛难忍，那时去县市医院治疗，医生说颅骨损伤，需要尽快做手术，得十几万元钱，如果手术成功还可以，如不成功，将会成植物人。

那时候在生产队，家境贫穷，哪有那么多钱，没有办法，只好在小医院打针吃药治疗。为省钱，让赤脚医生到家中挂吊针，有时鼓了针便将剩下的药水喝掉。

尽管天天治疗，但是病情不但没有好转，反而日益加重，天天头疼，生不如死。负债累累，精神彻底崩溃，精神也不正常了，有时疯疯癫癫的，说些莫名其妙的话。三十来岁头发就全都白了，家人看到我这个样子，无不愁眉不展，暗自流泪。

一九九八年正月十五放烟花，使我头痛难忍，在大街走来走去，路过一家门口，发现那家里有十几个

人正在炼法轮功，我也过去学炼动作，只几分钟头突然不痛了。那些法轮功学员都非常惊喜，都觉的大法太神奇了，让我好好炼。

回到家中躺在床上，听到一个轮子发出吱吱的响声，并且从头转到脚，从脚转到头，突然头上那个大疔子破了，一个劲的流脓流血，流完以后疔子平了，没有了。

以前晚上头痛的睡不着觉，这次一觉睡到天亮，丈夫一看我头上的疔子全好了，精神也好了。折磨了我二十八年的颅骨炎，决定修炼法轮功后（动作还没学会）瞬间即好。全家人都很高兴，都流下感激的泪水，觉的大法太神奇了，感谢师父的救度之恩。

村里人知道后非常震撼，很多人都走进了修炼行列。过了几个月，我的各种疾病都不翼而飞，头发全变黑了。

一九九九年七月二十日邪党恶魔发动迫害法轮功后，我三次去北京上访，只想为法轮功说句公道话，却受到残酷迫害。（文：山东大法弟子）

## 迈进我家门的瞬间 外甥的怪病好了

我是一九九六年喜得大法的。二十多年来，我在大法修炼中，受益很多，也见证了身边很多神奇的事，目睹了大法法力无边。今天借明慧一角写出几例，感恩慈悲伟大的师父，也希望有缘人能够了解法轮大法，破除中共的欺世谎言。

小军是丈夫的外甥，家在外地。二十八岁那年，他突然得了一种怪病：不想吃东西，浑身无力。家里又是炖鸡，又是烧排骨，他都不吃，更糟糕的是他还总想寻死，为了让转移他的精力，家人让他去他以前最爱去的姨妈家散散心，可他在谁家也呆不住。家人怕他寻短见，把家里树砍了，井也填了。后来听说巫医高明，就给人家送去四千元钱，同时把小军也送了过去。那个时候的四千元可是好大一笔钱啊，是全家的积蓄！可这非但无济于事，反而让情况变的更糟。

一次，家人一个没留意，小军吞下了二百片药，被送进医院洗胃抢救。在医院里，无计可施的家人问他：你到底想怎么办？他脱口而出：“我要去大舅家！”就这样，从医院出来他就坐火车来到我家。

那天丈夫去火车站接他。我给他们开门后，丈夫给他介绍说：“这是你舅妈！”小军叫了一声：“舅妈！”一脚刚迈进屋里，突然“啊呀！”一声，接着喊道：“哎呀，我好了！我心里头可亮堂了！……舅妈，我不走了，我就在你家住啊！”我说：“好啊！好啊！”我知道一定是师父管了他，是师父的法身给他清理了他身上不好的东西。

那天，我做了米饭，平时不吃饭的外甥吃了三小碗，他告诉我，他好几个月都没怎么吃饭了，就是不想吃，这是他几个月来，头一次吃这么多饭。

从那天起，外甥就跟着我们修炼大法了，跟着我们一起学法、炼功，不断提高着心性。他的怪病就这样不治而愈。半年多来不能干活的他不久就出去打工去了。

小军得法之后，他的家乡经历了一场大冰雹，灾情严重，家家损失惨重。可这冰雹像长了眼睛一样，唯独没有光顾小军家的地。这令乡亲们惊讶不已！（文：山东大法弟子）

## 他造淫业 经过这事吓得毛骨悚然 从此改邪归正

每逢看到美色，人都难免会心动，兴许可能还觉得这是人之常情，不会警觉。其实仔细想来，这也不仅仅是修行人的事。

人啊！如果不是正常的恋爱、结婚，千万不能小看此事。所幸看完这个故事，就觉得受益匪浅，为什么呢？那是造淫业啊。

明朝的吕清，平日喜好谈论淫秽之事和偷窥妇女。恣意以口眼造淫业，行为非常放荡。他到了三十岁的时候，家里非常贫穷，两个儿子相继的死去。

有一天，吕清忽然暴毙，见到了祖父很生气的对他说：“我们家两代积德行善，你命中该发巨万的财富，没想到你贪恋美色，口眼都在造业，福报都快要折尽了。我恐怕你会真的去犯邪淫的恶事，那么我们吕家的后嗣，就没有指望了。所以我才哀求恳请阎王，提前把你拘到阴曹地府来看一看邪淫的厉害！”吕清说：“听说奸淫别人的妻女，会得到绝后的报应，事实上我也很害怕会得到这个报应，所以我未曾犯过啊！”

旁边一位冥官说道：“岂只是绝后而已啊！如果是女子主动来勾引，而自己就顺水推舟不推辞，这个罪孽，就是只有绝后的报应。若是自己引诱逼迫女子，

屡屡再犯，迫害他人妻女的，甚至堕胎或杀死对方妻子或丈夫的，报应岂只是绝后呢？对于邪淫罪的惩罚，在阳世间的法律太宽松，但是阴间的法律却是最严。凡是人一动了邪淫的欲念，就是罪业。三尸神就会自首，灶君和城隍就会据实的奏明，如果他们隐匿或是漏掉，便是大过啊！你试看今天的发落，便知道了。”

过了一会儿，鬼卒们就带了许多犯过邪淫罪的犯人上殿，他们都披枷带锁跪在地上，阎王厉声吩咐道：“某人变为乞丐疯癫作哑巴，某人变为娼妓后瞎眼，某人两世作牛，某人十世作猪。”接着就由鬼卒押去投胎。吕清亲眼目睹，毛骨悚然。

只听冥官对他说：“还有比这个更严重的呢！你千万不要贪图片刻的欢娱而失去了人身，应该避色如同避箭一样，而且要刻印文章劝世啊！”不久，阎王就把吕清放回了阳间。吕清刻印《游冥录》一万张以警惕世人，而且尽力的行善。吕清到了四十岁的时候，连续生了两个儿子，而且家财万贯，非常的富有。吕清后来决定避绝尘嚣，往南海修道去了。这是吕清的同乡蔡菁，为他所作的记载。

（文：吴永健）

## 活着毋需抱怨 一切自有安排

生活中，抱怨完全是一种负面情绪，是十足的负面能量。事实上，人与人之间，如果开始抱怨，那么两个人的关系就岌岌可危了，亲人、朋友、同事之间，无不如此。

抱怨最可怕的地方在于，抱怨能蒙蔽我们的眼睛，让我们看不到自身的缺点。抱怨就是把错误归结到别人、归因到事情本身上的一种恶习，它让我们忽略了我们自身的过失和不足。可以说，抱怨是一场可怕的自我欺骗。喜欢抱怨的人，一定是懦弱的，不敢自己承担，却将责任推给生活和别人，自欺欺人，活的痛苦、卑微。通过抱怨，我们只看到别人的错误，却掩盖了自身的过失和错误，从而使自己越陷越深。抱怨是一个可怕的恶性循环。越无能的人越抱怨，越抱怨的人越穷，越穷的人越是发牢骚，越发牢骚越喜欢找借口，借口越多越推卸责任，越推卸责任越无能。

曾国藩的一生可以说比较顺遂，功成名就。但他的弟弟，情况就不那么好。他的四弟、六弟，都是花钱买的监生，九弟、和最小的弟弟，虽然考取秀才，但也止步于此。这四个弟弟比较抑郁，于是多有牢骚之语。

曾国藩的六弟曾国华在写作方面的天赋很高，曾国藩一直期许他能够凭藉文章考取功名，做一番事业。曾国华也很自信，但在科举考场上，却屡屡失利。这对他来说是很大的打击，曾经志向高远的翩翩少年，却在科举之路上屡屡碰壁，他的心态一落千丈，整日喋喋不休地抱怨。曾国华抱怨考官没有眼光，看不懂自己的文章；他甚至抱怨自己的妻子，没有管好自己，导致自己没有尽全力读书。但始终没找自己身上的原因。

曾国藩得知后，在写给曾国华的家书中，狠狠地批评了他一顿。曾国藩毫不留情地说：“你考不上，完全是因为你没有努力、自暴自弃，怪得了谁？你有什么资格抱怨！”

在曾国藩看来，抱怨太多是没有出息的表现，遇到一点点挫折就抱怨不休的人，是不可能出息的。

牢骚太重的人，今后的路一定不好走，因为他不会反思自己，不会改进和提升。失败在所难免。成熟的人，懂得从自己身上找原因就够了。没有一种努力会白白浪费，一切自有安排。要相信，只要我们努力了，即便没有成功，也必然会有另外的收获。

# 古代史官多硬气？一家被杀剩一人也不写伪史

史官，乃是一个王朝为了记录本朝的历史所立的官职。必须从品行端正的人中进行选拔，因为他们所做的工作非常重要，那就是记录正确的，真实的历史。这种职业，通常都是子承父业，兄终弟及，不论王朝更替与否，也都世代为官。他们非常注重职业操守，不论是面对强权，打击报复还是死亡威胁，从来都是坚守自己的底线，毫不让步。

## 齐国之良史

春秋时期，当时齐国的执政大臣是崔杼，在他的扶持下，齐庄公姜光才得以当上了齐国的国君。然而这位齐庄公却极好美色，而且还忘恩负义，竟看上了崔杼家中的美妻棠姜，并成功的在崔杼眼皮子底下给他戴了一顶“绿帽子”。崔杼知道此事后大为光火。于是便设计杀掉了齐庄公，扶持齐庄公的弟弟公子杵臼当上了国君，他更是自封相国，权倾朝野。不过有一点令他十分头疼的就是，齐国太史令将怎样把这段不光彩的史实写进竹简呢？这让崔杼觉得很是不安，他不想自己身后背上一个乱臣贼子的骂名。

为了摆脱恶名传于后世的尴尬处境，崔杼便授意齐国的太史令一伯篡改历史，将齐庄公写成得病疾而病逝的。面对崔杼的威胁，这位太史拿笔想了一会，如实的记录了这件事：“夏五月乙亥，崔杼弑其君光”。崔杼见状大为光火，杀死了这位英勇的太史伯。

在古代，太史这个职位都是子承父业，兄终弟及的，这位齐国的太史家世代都是为齐国修史的。他家一共有四位兄弟。即伯，仲，叔，季。因此，在大哥死后，崔杼找来了他的二弟太史仲，同样威胁他改写历史，但是结果还是一样，这位二弟依旧写的是“崔杼弑其君一光”，于是这位太史仲也被崔杼杀死了；同样，三弟太史叔，面对崔杼的威逼利诱，记录得还是还是那句“崔杼弑其君一光”，结果也是当场被杀身亡。于是轮到四弟太史季，没等崔杼发话，太史四弟便抢先写到：“崔杼弑其君一光”。崔杼见状，急了，忙问道：“你们一家都不怕死吗？就剩你一个了，再死家族里可就后继无人了。太史季答道：“即使别人没有见过你杀死国君，但是在民间也会相互传播；即使我不记载，照样也还是会有人记载的，这是事实，是你想隐瞒也隐瞒不了的。更何况我们家这个职业就是为了记载真实的齐国历史。纵使我很害怕，但是如果为了苟活而篡改历史的话，那还不如立即要我去死。”

崔杼听罢一声叹息，事已至此，他也无话可说了，他终于意识到太史这一家人是不惧生死的，他认输了。他默默地挥手示意太史季退下，自己却坐着发愣。

那位坚持原则的年轻太史在离开宰相官邸回家的路上，碰上了齐国的另一位史官南史氏，急急忙忙的向相府方向赶路。当南史氏看到年轻的太史季时，惊讶地问：你怎么没死啊？之后便说：拿来，我要看看你史稿上写的是是什么？当他看到太史明确记载着崔杼弑君的文字后，才如释重负般的松了一口气。原来这齐国除了太史令以外，还有另一个史官称为南史氏。这位南史氏听说太史季也被崔杼招去写史，估计他也会与他的三个哥哥一样被崔杼杀死。因此，南史氏先生匆匆赶来，准备接替太史兄弟完成使命，将崔杼弑国君的史实记入史册。他手上拿着几篇竹简，上面预先写好的字与太史季写的是一模一样：夏五月乙亥，崔杼弑其君光。

## 晋国太史令董狐

相传春秋时期，晋灵公即位后，昏庸无道，残暴荒淫。晋国的相国赵盾，一心想要灵公恢复晋文公时期的霸业，多次劝阻灵公为晋国着想。可是晋灵公不但不听，还怀恨在心，秘密派刺客前去暗杀赵盾。但是这位刺客认为赵盾是位忠臣，不愿干违背良心的事情，可是不杀赵盾国君又岂能饶了他；所以他只好选择了自杀。事后晋灵公仍然不醒悟，又派人邀请赵盾进宫饮宴，暗地里却派兵士埋伏在四周，让他们见机行事，杀死赵盾。不巧这个事被赵盾的卫士知晓，他们保护赵盾安全地脱离了险境。于是赵盾和他的儿子赵朔为避免再次被害，被迫逃往国外。还没出国境，就在逃跑的途中正巧遇见晋灵公的姐夫赵穿。赵穿听后非常生气，前去找晋灵公评理，然而晋灵公不但不听，反而对赵穿恶语相向。万般无奈之下，赵穿只好命令卫士一拥而上杀死了晋灵公，赵盾听说后，立即返回晋国，把晋灵公的叔叔黑臀拥立为国君，这就是晋成公。

事后赵盾想知道史官是如何评价这件事的，于是就就把晋国太史令董狐找来，询问他有关情况。董狐把大事记录拿给赵盾，让他亲自去看。赵盾看到上面写着“秋七月，赵盾弑其君”，并且得知这件事在朝廷上已经做了公布。赵盾质问董狐道：“谁都知道，先君并不是我杀死的，你们这些史官司怎么让我承担罪名呢？”董狐回答道：“你身居相位，曾经逃亡而没有走出国境，回来后又不惩办凶手。这不是你的责任，又是谁的责任呢？”赵盾听后无言以对，只好任由他记入史册。董狐尊重史实，敢于秉笔直书，也是一位不畏权贵的正直史家。孔子赞誉道：“书法不隐，古之良史”。（文 / Peter Li）

# 没有时间打坐冥想？试试听音乐吧！

一个同事走到我身边，一面活动着臂膀，一面分享惊喜。他很爱听收音机，什么音乐都听，他常说音乐是他生命的一部分。但最近发生了一件奇怪的事：他欣赏了一场交响乐团的现场演奏，结果肩颈和背部熟悉的紧绷酸痛全都“融化”掉了……

“这真是太神奇了！”他继续活动着肩膀说，好像对困扰他的疼痛就这样轻松化解感到难以置信。他的一位医生朋友给了他科学上的解释：音乐能够从内到外调和全身，甚至可以治疗疾病。

没错。瑞典斯波蒂菲（Spotify）音乐串流服务公司的数据显示，心理学家和研究人员发现，人们偏爱音乐的速度大约为每分钟 120~130 振频（bpm），刚好高于人们安静休息的心率平均值（60~100 bpm）。这种频率多半在以节奏为主的乐段中出现，节拍稳定，可以预期，而健身训练的乐段通常太快。当然，欢快的音乐可以鼓励人在精疲力竭时继续前进，而不是放弃。

其实，这并不是现代的新发明，早在古代就有许多智者不约而同地领悟到类似的道理。

中国古人、古代埃及人或如希腊哲人柏拉图，乃至热爱艺术的法王路易十四，都坚信音乐超越其它艺术形式。他们都注意到音乐能够将人与宇宙联系在一起，可以直接与灵魂沟通，也因此应该将音乐用于极致。他们都相信音能够治愈疾病。

回头追溯我们古老的中医吧。中医有一套观察五脏的知识系统，中国古代就理解宫、商、角、征、羽五声音阶与人的五脏是对应的。脾脏对应于五行中的“土”，也对应“宫调”，能使人心神安详。许多文献都记载有五音与五脏的对应与互通。因此，通过特定的乐调就可以影响对应的内脏，音乐可以治病的观念其实并不玄。

## 随着音乐慢下来

我们不可能永远在冲刺，也不希望总是前进，前进……生活的节奏越来越快，甚至有人在手机上安装冥想应用程序，练习迅速冥想；或者设立安静 15 分钟的提醒，但真要付诸行动，还真是不容易呀！

但音乐可以与我们的产生共鸣，现场演奏的音乐尤其可以直接穿透人，悠扬的声波迎面而来，让人沉浸在和谐的场中，达到冥想的效果。

人们可能会认为这种效果纯粹是主观的——我们最喜欢的音乐就会对我们有最大的影响（反之亦如是）。但事实不然，作曲家长期以来一直知道这种反应是可以透过深思熟虑而引领出来的。

以华裔作曲家净弦为例。她 15 岁时就成为专业琵琶演奏家了，后来也是位屡获殊荣的作曲家。那时，她专注的是自己的事业与名气。

几年前她在一部关于神韵表演艺术团的短片中说：“我以前觉得自己很了不起。‘牛’啊！”但接触神韵艺术团以后，神韵所重视的中国传统价值观让她开始重新审视自己的创作动机。

她赞叹《史记·乐记》中说的：“圣人作乐以应天。”净弦悟到：“这（才）是中国的文化传统。”在发现和进而钻研传统文化之后，她更着重去体会听众真正需要的是什么。净弦说：“现在，当我创作时，是在天人合一的境界中写……”

净弦艺术哲思的转变的确感人，而事实证明这种普世价值也获得了所有人的喜爱与共鸣。

## 神韵的音乐疗愈灵魂

神韵艺术团是以中国古典舞蹈为主旨的艺术团体，共有六个巡回表演团。每一团都有一个完整的管弦乐队随行，每个季节都有原创的新乐曲。神韵的音乐，以独特的方式将中国传统音乐与古典西方交响乐结合起来，营造出美妙的效果。许多专家都表示这是罕见的成就，难得的壮举！

神韵自创办以来规模日增，表演场次也不断地在增加。应观众的期待，管弦乐队也有了纯演奏的音乐会。自 2012 年卡内基音乐厅首次亮相以来，神韵交响乐团票房多次满场，每每受到起立鼓掌的致敬。

神韵乐团将几乎失传的中国传统音乐艺术与西方古典音乐的精髓结合在一起，既细腻又恢宏。经过这样的音乐洗礼后，观众离场时，肩膀上的重担似乎都减轻了。他们如履春风，人人脸上洋溢着笑容！

音乐可以影响人的情感状态，其使人心旷神怡的疗效，其实来自久远的智慧。神韵艺术家们真诚地遵循中国传统文化的原则——天、地、人的和谐。他们的目标是通过故事，通过舞蹈中的每个动作以及音乐的每个音符，来展示这种境界。

听众中有位老太太说自己长年、整天 24 小时疼痛，“我早已放弃止痛药了，因为不起作用。但在整场音乐听下来后，我浑然忘我，也忘了疼痛”，她哽咽地说，“此刻我一点也没有痛的感觉了！”

其实，中国文字中已涵藏着这个奥秘——中国古时的“药”字就是在音乐的“乐”字上加一个“艹”字头！音乐的确是一味良药。

（文 / Catherine Yang 编译）