

范仲淹（公元898—1052年）是北宋苏州人。

范仲淹小时候，好苦读，每天读到深夜。他因为家贫，每天只煮一锅稠粥，凉了划成四块，早晚各两块，撒上些菜末，作为一天的饭菜。有时连这也不能保证，他却从不叫苦。他的一个富有的同学看到了，叫人给他送来许多饭菜。可是，几天过去了，不见范仲淹动一口。



# 明慧週報

副刊

第14期

2005年7月8日

## 心存善良

我读初中的时候，有幸认识一位善良的老师。在那个“全面专政”的年月里，14岁的我最害怕的一件事就是“填表”。面对“家庭出身”一栏，我总是心慌乱跳，羞愧难当，像做贼般低下头，把“右派”两个字写得蚂蚁一般的小。一次，邻座的一个同学故意大嚷道：“这一栏你为什么写得这样小”？老师走过来了，拿起我的表看了看，平静地说：“字写得很端正，别理睬他”。我坐下来，揉去感激的眼泪，心里轻轻地说：“老师真好”。

其实，在那个年代里，“阶级斗争”之恶已相习成风。人世间的善良几乎遗失殆尽，什么友谊、爱情甚至亲缘伦常关系，都被恶的浊浪逆流冲得颠了个。少年时代的我也曾无端地恨过自己的父亲。为了能升学，我在“重在表现”的诱惑下，竟写了一封揭发父亲反动言行的信，交给老师。我一辈子忘不了那天晚自习后，老师约我在杨树林里谈话。老师说：“每个人身上都有善和恶两头狮子争食良心。若是让恶狮吞食了良心，这一生就没救了。孩子，你可要想好，任何时刻都要心存善良，别做让自己一辈子后悔的事情呀。”老师把那封信退给我，抚摸着我的头说：“这信上使用的语言是别人为你准备好的语言，不是你自己的话，你的罪过是无知，而不是虚伪。”

三十年弹指一挥间，而今，每当我走近大学教授父亲的身旁，聆听教诲、感受父爱时，我就想起我那位善良的老师，是老师的一颗向善之心，拯救了我的灵魂。文/姜卿◇



## “不以物喜，不以己悲”

### 的范仲淹

◎一斗

那同学问他，他说：“我很感激你的好意。如果我现在就享受这么丰盛的饭菜，以后就咽不下粥了。”

后来范仲淹官当了副宰相，生活仍然十分俭朴，平时不吃两样荤菜，却时时关心老百姓的疾苦。有一年，京东和江淮一带大旱，又闹蝗灾，他请求朝廷派人前往灾区巡察处理，却没有答复。他对皇帝说：“如果宫廷中的人半天不吃饭，会怎么样呢？现在灾区的人好久没吃饭了！”仁宗只得派他去安顿抚慰灾区。每到一处他就开仓赈灾，免除赋税，他还把饥民吃的野草带回来献给皇帝，皇帝不高兴，将他贬出朝廷。

后来范仲淹到苏州任知州，在苏州南园买了一块地，想给自己盖一所住宅。一位风水先生看了地，道喜说：“谁住这儿，谁的子孙会当公卿将相。”他说：“那就让穷书生住这儿吧！”他就办成了“苏州书院”，培养了大批人才。他自己直到死，也没有像样的宅子住。

他在《岳阳楼记》中说：“不因为自己的地位高了就高兴，不因为自己的地位低了就伤心。做官了，就要关心自己的老百姓。作为一个平民百姓，就要关心自己的国家。那么什么时候会快乐呢？把老百姓的痛苦当作自己的痛苦，把老百姓的快乐当作自己的快乐。”（《岳阳楼记》——不以物喜，不以己悲，居庙堂之高，则忧其民；处江湖之远，则忧其君。是进亦忧，退亦忧；然则何时而乐耶？其必曰：“先天下之忧而忧，后天下之乐而乐矣！”）范仲淹就是这样的人啊！◇

最近，在莆田市秀屿区镇峰祠一位百岁老尼圆寂，

法体火化后得舍利子、舍利花共20多颗。舍利子共有两颗，形状呈较规则的圆形，其中大的一颗如花生米大小，颜色呈白色，散发着如珍珠般的光泽，小的一颗比黄豆粒稍小。舍利花大多似珊瑚状，颜色为白色、绿色等，镶嵌着米粒大小的结晶体，有20多颗。南山广化寺的定心法师说，留下这么多的舍利子，这在佛教界中极为罕见。

据熟悉老尼的村民介绍，老尼名叫翁哑口，是个哑

## 舍利子



巴，今年107岁，从小就在笏石镇杨山庵出家，30多岁时来到大丘村后黄自然村的镇峰祠常住，与村民们的关系都很好。今年5月，从来不生病吃药的老尼因为腿疾，卧床不起，一个多月后，于6月19日临近中午时圆寂。20日，180多位村民自发将老尼护送到莆田南山广化寺火化，发现老尼手脚依然柔软，面目如生。村民们说，老尼平时吃的是大米、地瓜、青菜等粗粮淡饭，喝的是井水，到了100多岁时，还能挑动30多公斤的担子健步如飞。

到底什么是舍利子？法轮大法创始人李先生对此作了透彻的说明：“大家看到修得好的和尚百年之后烧出舍利子来了，就是在和尚临圆寂的前几天都要炸丹的。轰的一声炸开了，他什么都明白了，但是他不在常人中说，谁也不知道，别人也感受不到。这一炸丹炸碎了，这个空间的部分像石头一样。……你看那和尚，死后烧出舍利子，有光泽、很坚硬，有能量存在，测定什么物质测定不出来。它是集合采集另外空间的物质和我们德的这种演化成功的物质构成的东西，所以科学家现在认识不到是什么物质。它不是我们常人社会中的物质。”（《转法轮法解》）

这是一个纷杂的世界，人们忙碌于世间的得失，无暇顾及人来到世上的真实目的，可是上天又不时的让人看到佛法的神奇，点化众生，回归生命本性。老尼圆寂留20多颗舍利子就是告诉人们修炼成功的真实存在。◇

辽宁锦州市有对夫妇，待人诚恳，心地善良。1999年7.20前夕，其子的一位外地法轮功朋友把法轮佛法书籍、师父讲法录像带等带到他家，说是暂时存放。没几天中共非法镇压法轮功开始了，该法轮功学员下落不明。面对这些大法资料，儿子说：

“我这个朋友可是个好人呐！”女主人说：“妈知道，妈知道咋办。”男主人说：“江XX放着贪污、盗窃不管，专整好人！”女主人视这些大法资料为珍宝，藏在家中 safest 的地方。

今年春节，该法轮功学员打来长途，下面是他与女主人的对话：

“姨，过年好！我是XX。”

“孩子，你在哪儿？”

“姨，我不能说我在哪儿，我很好，不用惦记。我放在您家中的东西您交出去了吗？”

“姨不能交出去，姨知道你们都是好人。”

“谢谢姨，那就还放您家吧。”

“孩子，你放心，等什么时候安全了，姨再给你。”

“那好，再见，姨。”

## 保护佛法 化险为夷



今年三月，其子结婚，家中客人较多，在收拾房子和招待亲朋之际，女主人还查看了一下大法资料的存放处，往里又推了推，这才放心。那天婚礼定在九点开始，早七点，男主人骑自行车到车站接外地来的亲戚，快到车站时，一辆飞驰的出租车就把他撞上了，他被掀到“车鼻子”上，司机赶紧急刹车，由于惯性，他又被甩到地上，就在他落地之前，只觉得一双大手将他托起，把他平放到地上，他的胳膊只破了点皮，其余的部位毫无伤痛。由于他做人心正，他没有“讹”那个司机。回家后，亲朋好友都说：你们俩口子为人忠厚，积德行善，神佛相助，才大难不死。女主人对丈夫说：“咱俩这辈子要是干一点损事，今天咱家就得白事和红事一起办。”

事后，女主人把这件事跟他单位的一同事（大法弟子）说了，该大法弟子告诉她：“你知道这是为什么吗，就因为你们家中藏有佛法，怎能让保存佛法人家的主人遭灾祸呢？这是你们一家善待大法得来的福报啊！”女主人听罢恍然大悟，回家跟丈夫、儿子一说，一家人感慨万分……◇

唐代有一和尚，九十一岁时无疾而终。他曾为世人开列十味奇药：“好肚肠一条，慈悲心一片，温柔半两，道理三分，信行要紧，中直一块，孝顺十分，老实一个，阴鹭全用，方便不拘多少。”服用方法为：“此药用宽心锅内炒，不要焦，不要燥，去火性三分，于平等盆内研碎，三思为末，六波罗蜜为丸，如菩提子大，每日进三服，不拘时候，用和气汤送下。果能依此服之，无病无瘥。切忌言清浊，利己损人，肚中毒，笑里刀，两头蛇，平地起风波一以上七件，速须戒之。”

此养生奇方精要在于养德。养德“不劳主顾，不费药金，不劳煎煮”，却可祛病健身，延年益寿。

德高者正直、富于爱心，遇事出于公心，宁静处世，不为世俗势利所动。德高者对人、对事胸襟开阔，无私坦荡，光明磊落，故而无忧无虑，无患无求。身心处于淡泊宁静的良好状态之中，必然有利于健康长寿。◇

## 十味奇药



这是我祖父经历的一个真实的故事。我祖父是一位当地有名的医生。一次，他受村民邀请，连夜乘渡船去出诊。因渡船到的时间早了，他不想打扰病家，就决定等到天稍微亮一点再去叩门。于是他在漆黑的夜里坐在荒芜的摆渡岸边打盹。不久，他听到二个孩子的对话：

“算了吧，别跟她讨债了，她毕竟是你的母亲。”

“那可不行。亲兄弟明算账。她欠我的，当然要还，一个铜板也不能少。”

“那她究竟欠你多少钱呢？”

“七个铜板。”

“你怎么样向她讨回呢？”

“我自有办法，你且等着瞧吧。”

祖父猛地醒来，发现自己刚才在打瞌睡，可是那二个儿童的对话声却听得十分清晰。他四下里看看，那里前不巴村，后不巴店，哪儿来的儿童说话声呢？他很纳闷，再仔细一看，自己正坐在一堆坟的中间，不远处有一座新坟，象是刚刚埋了不久的，土还是新鲜的。

他心里有点发毛。这时，在朦胧的天光中，只见一个年青女子走过来，她头上扎着花头巾，

## 七个铜板



腰上系着一条美丽的蓝印花布的围裙，手上提着一个篮子。渐渐走近时，他看到她头上戴着一朵小白花，脸上流露出一副十分悲哀的表情。她走到那座新坟边，先将蜡烛和香在坟前点燃，然后拿出米饭和几盘小菜，一边哭泣一边说：“儿啊——，你小小年纪就到黄泉去了啊——，你不知道我一见到邻居家孩子就想到你啊——。儿啊——，我心里苦啊，你要听到就答一声啊……”

听着她的哭诉，他被这年青母亲失去爱子的悲苦和哀痛深深地打动了。

忽然间，这个年青女子的围裙被蜡烛烧着了。她赶紧扑火，等火扑灭了，那美丽的蓝印花布围裙被烧了一只角。她又哭了，“这是我昨天花了七个铜板刚买的新围裙啊。”

祖父被惊得目瞪口呆，那儿子把她欠的七个铜板要回去了。

真是因果轮报，分毫不爽啊。◇