

做『快乐』的主人

都市的现代生活，给人们带来了丰富的物质享受和五花八门的娱乐形式。当我们乐在其中的时候，随之而来的麻烦也令人头疼。因为享乐形式一多，什么都可能成瘾。比如，美食若是成了瘾，肥胖等健康问题就出现了；网络电子游戏若上了瘾，不仅荒了学业、事业，也损害身心健康……

可是，如何能抵御住各种诱惑不至于上瘾呢？科学家给了这一难题的答案：造成上瘾的“快乐中枢”就在我们的脑子中。要防止上瘾，关键是管住自己的脑。

其实“快乐中枢”可不是什么新发现。早在五十年前，科学家们就知道，只要对脑子做点手脚，就可以让你“快乐”到死都不回头。



1954年，美国加州理工学院两个年轻的生物学家欧兹和米勒，在老鼠脑中率先发现了“快乐中枢”。他们在老鼠丘脑下部接了个电极，外面连着一个杠杆。只要老鼠压杠杆，电极就接通，刺激老鼠的“快乐中枢”神经。

结果令人吃惊，老鼠很快学会压杠杆来刺激自己的脑子。它不停的压呀压呀，每小时可达8000次，持续15到20小时，直到精疲力竭地瘫倒；一旦醒来，又继续高效工作……大家都知道生存是动物的本能，究竟是什么使得老鼠变得如此不要命？原来问题就出在“快乐中枢”。后来科学家发现，人类也有快乐中枢，主要负责生存和生殖。

若是对“快乐”不加节制，就会成瘾。研究发现吸毒者吸食毒品一段时间后，可以形成“病理性快乐中枢”。它不断释放一种东西，叫多巴胺类神经介质，来控制正常的生理“快乐中枢”，从而产生对毒品的强烈渴望和依赖。

看来，如果放纵自我，很容易被外物所左右，此时自己便成为了欲望的奴隶。我们要想主宰自己就得有足够理智和正确的观念，明白究竟什么才是自己真正需要的、什么是绝对不能沾染的；能够坚持对错、善恶的基本道德标准。

快乐是好事，只是不要被“快乐中枢”骗了自己。让我们都来做“快乐”的主人，别当“快乐”的奴隶。古语道，知足者常乐。真正的快乐，不在于对快乐的追求，而在于对快乐的节制。◇



明慧週報

●晨光煦语●

第106期 2007年2月9日

“小仙女”梦想成真

【明慧网】梁诗华，一个在美国出生、长大的华裔女孩，她性格文静腼腆，还能讲一口流利的中文。由于父母的熏陶，她非常喜欢传统的中国文化，从小就酷爱看中国的神话传说；还梦想能成为传说中的仙子。她说：“因为她们真的很美，不管是服饰，或是外貌。真高兴我的梦想成真了，因为我被飞天舞蹈学校录取了。”

今年，法轮功学员的飞天舞蹈学校参与了新唐人全球华人新年晚会，现正在全世界巡回演出。晚会以歌舞展现中华的神传文化。梁诗华有机会在多个大型舞蹈中扮演仙女的角色。穿戴上美仑美奂的服装、头饰后，让她宛若进入仙境，变成了仙子。

晚会中，有不少观众表示喜欢看舞蹈《归位》。它讲述的是：“天网恢恢，神目如电。”一位法轮功修炼者为了坚持真善忍的信仰被恶人迫害致死，但她的生命升到了天国世界。而害人者则被雷神、电神击倒。梁诗华饰演天国世界中一位弹琵琶的仙女，她说：“那不仅很美，也是很庄严。”如何才能表现出仙女的神圣和纯美呢？梁诗华通过修炼领悟到：自己的心境达到纯净很重要，只有心里很平静祥和，才能表现出仙女们圣洁的神韵和姿态。因为意由心生，舞蹈者的内心世界会流露于表情中，并通过舞蹈的动作传递出去，感染观众。所以平时除了非常刻苦地练习基本功外，更为重要的是提升个人的道德修养。

诗华希望更多的青少年朋友能有缘欣赏到这台晚会，都来感受中华民族正统文化的魅力。

当新唐人晚会的大幕徐徐升起，观众们随着轻歌曼舞去追寻那五千年神传文化的根源：唐风古韵，典雅端庄；敬佛感恩，庄严神圣；重德忠义，善恶有报……久别了的中华神韵震撼着每一个观众的心灵，人们为此而动容，而落泪，而喜悦……在滚滚的红尘中重拾那久远的记忆，感受生命的真谛，找回真正的生命价值。◇



舞蹈《誓约》

▲梁诗华饰演一位拿着花环的仙女（上图中），欢庆人类有机会得救，翩翩起舞欢送天国的众神下世度人。



▼舞蹈《造像》讲述了一位敬仰神佛的石匠在雕刻佛像苦无思路时，似梦非梦间看到神佛仙女，尽显异彩，给予他启示。他顿时灵感泉涌而至，挥锤继续创作。梁诗华扮演石窟中的仙女石像。



问心无愧 志节不屈

【明慧网】蔡元定，字季通，是南宋著名理学家。蔡元定天性聪颖，八岁时就能写诗。曾经在山上吃着野菜苦读。后来拜朱熹为师，朱熹惊讶于他的学问，说：“你应该是我的朋友，而不应位于弟子之列。”

后来，朱熹遭到权贵奸臣攻击，蔡元定也受到牵连，被贬往道州。但他志节不屈，

拄着拐杖与儿子走了三千里路，脚上流血，脸上仍没有半点难色。到了被贬地后，蔡元定丝毫没有害怕受到攻击和祸患，依旧坚持宣扬教化，广收门徒，远近慕名前来学习的人很多。他曾经训诫子弟们：“做人应独自走路时，面对自己的影子没一点愧疚；独自睡觉时，面对被子也没有一点愧疚。不要因为我获罪你们就懈怠了自己的志向。”

蔡元定一生坚守气节，淡泊名利。他预知自己将要去的时间，在临终的三天前谢绝来访，安静等待回归造化。奸臣被诛杀后，蔡元定被赐谥“文节”，以表彰他志节不屈的操守。朱熹也惋惜蔡元定卓绝的才能、不屈的气节以后再也看不到了。◇



如此“英雄事迹”？！

发生在四十年前的“草原英雄小姐妹”故事可谓家喻户晓，很多人为之感动，如今还以动画片和儿歌等形式流传着。而最近被披露出的整个事件真相，却让所有人瞠目结舌。

知情者陈弘莘女士，当年事件发生不久她曾亲自采访过“草原小姐妹”龙梅、玉荣和其他当事人，她说：整个事件和后来新闻报导的内容大相径庭，真实情况是：龙梅、玉荣的父亲那天跑去喝酒，把羊交给了两个小孩，结果造成了孩子被冻残的悲剧。真正救了龙梅的是一位被下放到当地的“右派”。他当时到车站送儿子，回来的路上，隐约看到一大群羊和一个步履蹒跚的孩子在风雪中，感觉不妙，于是跑过去查看。当时十一岁的龙梅已神志不清，只是下意识的跟着羊群走，嘴里反复念叨“还有妹妹”。那个人把龙梅抱到了车站办公室，站里用手摇电话通知寻找另一个女孩。当时九岁的玉荣已冻僵倒在了山坡上，后来被一个扳道工发现。

这个人间悲剧却因为中共宣传的需要，摇身一变成了小姐妹在风雪中勇救公社羊群的“英雄事迹”。因为怕真相败露，那个好心的“右派”被关进了监狱，罪名是他要强奸龙梅和偷公社的羊。龙梅甚至按照中共的指示，在万人批斗大会上指控她的救命恩人。玉荣却觉得这样做愧对良心而保持沉默。而当时的知情人士都怕被打成反革命被迫害，为保全自己而不敢说出实情。

就这样，谎言被成千上万遍轰轰烈烈地宣传着，欺骗了四代中国人。然而，中共用这样的手法制造的“故事”又何止这一个呢？而谎言的背后又是什么呢？只能是残忍与丑恶。

从荒唐的大跃进造成的三年大饥荒（饿死几千万同胞）；到文革中父子相斗、师生相残等人间惨剧遍山河；从八九年六四运动开枪屠杀和平请愿的大学生，到九九年镇压法轮功，江泽民密令打死算自杀……墨写的谎言掩盖不了血写的事实。

很多人读过一本风靡海内外的奇书——《九评共产党》后，都恍然大悟，也彻底了解了中共的邪恶本质和历史的真相。如果有幸能得到这本书，相信您仔细阅读后一定也会感到受益良多的。◇

一位前往上海第一人民医院（军用医院）做肾移植手术的证人披露，在两周内院方提供了四个肾，并作了配型测试，发现肾源并不合适后，第二次院方又找到了四个肾，其中有一个配型适合，该受访者接受了移植手术。“一个肾的存活时间是24-48小时，……这让我们想到有一个大型器官供体库的存在。”

中国军队的许多医院，通过销售器官牟利。北京武警总医院“2003年器官移植收入是1,607万元；2004年上半年度就已经达到了1,357万元，估计全年能打破记录到3,000万元。”

以上内容来自1月31日上午，加拿大独立调查员大卫·麦塔斯和大卫·乔高（右图）在渥太华国会山公布的《残忍的活摘器官——加



拿大关于中共活取法轮功学员器官调查报告》增补版。两位独立调查员经过近半年的继续调查，巡访了三十个国家，采访多个接受器官移植的证人，获得十六项新的举证和反证，将原有的十八种论证方法扩充到三十三种，揭示活体摘取法轮功学员器官牟利的罪行在中国存在。

第一版报告曾公布，自从1999年的夏天针对法轮功的迫害开始，大陆公开的资料中至少有41,500个被移植的器官来源不明。报告从大量法轮功学员失踪的证据推断这些器官来自法轮功学员。

这一事件已经震惊了海内外。澳洲、亚洲、欧洲真相调查团相继成立，时刻准备进入中国进行独立调查。而国内的正义人士也纷纷以退出党、团、队的形式向中共暴政说不。目前已经有了一千八百万人通过国外的大纪元网站声明退出中共党、团、队。人们都在期待着彻底解体邪恶共产党，迎接中华民族新纪元的那一天。◇



▲二月三日中午，北加州退党服务中心在旧金山中国城花园角举行集会，庆祝一千八百万中国人觉醒，退出中共组织。集会人士谴责中共活体摘取法轮功学员器官焚尸灭迹的罪行。

震惊世界的调查报告获新证