

人生感悟：

## 心轻万事如鸿毛



在喧嚣嘈杂的红尘世界中，如果不能看淡各种欲望，就很难保持住一个清静祥和的心态。当把一些事关个人利益的繁杂事看得很重时，人自然就会变得心浮气躁。现代科学技术的发展，在使人类的生活变得更加方便的同时，也给人们的精神状态带来了莫大的困扰。电子邮箱中的垃圾邮件堆积如山；手机的呼叫铃声响彻在各个角落；报纸、电视等媒体不分昼夜的传送着各种无聊的信息。要想在这样的生活环境中使自己安静下来，那果真需要一种非凡的定力呢。

中华民族五千年的神传文化中蕴藏着宏大的智慧。信手翻开一本简装的《唐诗三百首》，内中唐朝李颀所写的《送陈章甫》一诗顿时映入眼帘：“胸阔千愁似粟粒，心轻万事如鸿毛。”朴实无华的字句，却是多么精辟的生活格言呀！当一个人心焦烦恼之

我外公是上世纪五十年代初期被共产党镇压的“反革命”，外婆在表示坚决和反革命丈夫划清界限后得以活命。作为一个守寡的 30 岁小脚女人，外婆承受了独自抚养四个孩子的家庭重担，同时作为一个“反革命家属”，也承受了全部的人生耻辱。外婆在外面谨言慎行、沉默恭顺，在家里她抽烟喝酒，高声叱责子女，也常常一个人自言自语，不知所云。如果不是亲身经历，如果没有在那样一个疯狂年代生活过，我想任何人都无法体会外婆的痛苦。

我母亲兄妹四个的日子也同样难过，他们不再是出门汽车飞机、坐在家里弹钢琴的少爷小姐了。亲戚邻居的孩子总是欺负他们，说他们是“黑五类的狗崽子”，在学校里，不管他们学习成绩怎样好，在老师和同学面前也总是抬不起头来。

母亲年轻时美丽能干，但是一直嫁不出去，同单位的一个瘸腿临时工在追求她的时候，居然居高临

## 善解中共制造的家族积怨

下地表示不介意她的“反革命”出身，和她的出身相比较，他的腿其实也不算什么。精神上的痛苦导致母亲身体状况非常糟糕，她还得了癫痫。有时我半夜醒来，通常会看见白天暴烈异常的母亲，在夜晚的灯光下独自悲泣。

电影《芙蓉镇》中的那对右派夫妻有一句经典台词：“活着，像狗一样地活着。”那个年代，你选择了生存，就意味着必须丧失尊严，丧失人性！外婆和她的四个子女都有着非常善良敦厚的高尚本质，但是后来，他们性格中的这一面在渐渐地淡化，自私、刻薄、懦弱、猜忌、暴躁、妒嫉、势利、欺软怕硬、恃强凌弱等劣性日渐增多。在外面，他们从不惹是生非，跟党保持一致、跟“反革命”父亲脱离关系划清界限来保护自己。为了能在中共暴政下生存，他们被迫



失去了思想的能力，因为他们根本不敢思考是非、善恶，他们理所当然地认为，为了生存

所做的一切选择都是正确的，哪怕它再不符合道义，再有悖于人伦。但是他们积攒了太多的怨气，这情绪需要发泄，于是他们也选择了暴力。其实他们也别无选择，这个由共产党统治的世界所展示给他们的、强加给他们的都是暴力：语言暴力，行为暴力，思想暴力。于是，在可能的范围内，他们把自己所遭受的一切压迫，全部用同样的手段施加在自己亲人和比自己弱小的人身上。多年以来，他们习惯于畏惧强权，却不假思索地仇恨着自己的亲生父亲，伤害自己的亲人，欺凌弱小者。他们之间经常争吵，每对夫妻都会隔三岔五地大打出手。这四个家庭无一例外的通过打骂来教育子女，动辄就将子女逐出家门、断绝关系。（接下页）

## 明 慧 週 報

副刊

第 224 期

2009 年 7 月 24 日

时，人们往往把那些能得到蝇头小利的繁琐事务看得非常重要，却忘记了胸阔和心轻才是人生修行的目标！古代诸葛亮的“晴耕雨读”，那是符合自然规律的作息方式，古人生活简朴，却都明白简单是福，平淡是真的道理。然而，人一旦跌入物质欲望的深渊，就会忘却做人的初衷而无法自拔，强烈的物质欲望腐蚀人的心灵，逐渐使人良知堕落，最终使人成为欲望的奴隶。许多现代人拥有巨大的物质财富，却再也无法领会陶渊明的那种“采菊东篱下，悠然见南山”的洒脱与娴静，不能达到胸阔和心轻的境界，浮躁的心灵就只能像水中的杂草那样随波逐流。

把人世间的万事看得比鸿毛还轻，是一种洒脱，也是一种襟度。不重视修身养性的人无法达到那样的境界。看透了人世间的寒热冷暖与喜怒哀乐，我自己也越来越喜欢简朴的生活，起床之后的第一件事就是打坐炼功，先使自己平心静气。每日静心阅读《转法轮》，用平和的声音向世人传唱神佛所赐予的慈悲祥和的诗篇，神定气和，豁达心安，平淡的人生神圣而逍遥，何乐而不为？（文/贯明）◇



（接上页）尽管我是这个家族中最优秀的，尽管我的事业和小家庭都很好，但是我同样没办法快乐，幼时造成的不安全感和恐惧，使我整夜无法入睡，心神不宁，我怨恨生活不公，怨恨外婆和母亲遗传给我的劣性。我翻遍各种宗教典籍，只求解脱，但是它和我如影随形，挥之不去！苦海无边，不知哪里是岸啊？！

直到有一天，我遇到了法轮大法。手捧《转法轮》，感觉它的份量越来越重——他博大精深的法理告诉了我人生的意义，让我逐步摆脱了梦魇一般的过去。我真的变了，从身体到心灵，我感觉自己像凤凰涅槃一般获得重生！

1999 年 7 月 20 日以后，我因为修炼法轮大法而屡遭中共迫害，被剥夺了公民的基本权利。十年间，我遭遇了绑架、非法拘留、非法抄家，被工作单位非法开除公职，甚至，我被中共的特务机构威胁为他们提供情报，并为此图谋构陷我先生，拆散我们的家庭……

迫害一开始，母亲就不止一次地问我，你是不是真的因为炼功精神出问题了？你这不是往枪口上送吗？母亲的眼神里有惊恐，有无助，身体不由自主地发抖。

在她看来，我们根本不用去思考是非对错，政府在镇压，所以和政府保持一致，保全自己是最重要的。它不让炼，咱就不炼了，这实在是个再简单不过的逻辑。我没有像我母亲希望的那样做，使得母亲对我很失望，也很生气，她不能理解我为了“不当吃不当喝”的信仰就失去了好前程。于是，在经历了我们家族标准式的决裂程式之后，母亲离我而去，多年不肯见我。

至今，我已修炼法轮大法一十四载。期间历经磨难，凭着对“真善忍”的坚信，我已由一个任性爱哭、脆弱感性的年轻姑娘出落为温和沉静、铁骨柔肠的中年女子。较之从前，我的面貌更加青春秀丽，气质更加雍容大度，虽身处逆境仍保持一派祥和，以大善大忍对待身边的每一个人。

我不怨恨母亲，我知道她也是受害者。几经曲折，我终于争取到了母女重新相聚。当我携夫挈子出现在母



7 月 17 日，法轮功学员在美国华盛顿 DC 举行大游行

亲面前，令她眼镜大跌。本来，按照她多年的“斗争”经验，以鸡蛋碰石头、胳膊非要拧大腿的女儿，不傻不痴不病不残已属上天慈悲。

她从我坚韧看到了法轮大法的神奇力量！

母亲看了《九评共产党》这本书，好几天眼泪不干。这本书让她真正明白了自己一生痛苦的根源、这个家族一代又一代悲剧的根源。她后悔因为害怕被迫害，几乎整整一生的时间都在仇恨自己的亲生父亲。在她的劝说下，亲属们都做了三退（退党、退团、退队）。

现在，母亲很自豪自己有幸成为大法弟子，身体越来越好，她经常和别人说，她苦了一辈子，真是有晚来福，过上了一生中最幸福的生活。◇

悲苦，甚至忧伤生了病。

朱善了解到这个情况后，对那位老翁极为同情，他就把刚买来的地产地契还给了老翁，并不索还买地产的一分钱。那位老翁的地产失而复得，并且还多得了不少的钱，住房和生活开支，都有了保障，心情立刻轻松愉快起来，疾病也就痊愈了。

由于朱善刚刚丢了官，又失去了家里多年的积蓄，父亲的身体也还需要调养，因此生活上就增加了困难。但是，朱善仍旧坦然承受，毫无怨悔。

恰在此时，皇上突然想到了朱善，便派人了解一下他近来的情况。当皇帝了解了朱善的近况后，对朱善又增添了一份敬重，便立即任命他当上了文渊阁大学士。

生活的突变与打击，是对人的考验：看人能否还有善心义举；经得起考验的人，神对他必有嘉许善报。朱善便是如此。（事据《玉堂丛语》）（文/郑念行）◇

## 古风悠悠：经得起考验的朱善



朱善，字备万，丰城（今江西丰城）人，为人忠厚，且有很高的文学才华。明初洪武年间，朱善由地方逐级推荐到京城。他所写的文章符合皇上的旨意和要求，于是封他做了翰林院的官，并命令他全家迁往南京，以便供职。

但是这时，正赶上他父亲生病，耽误了几个月还没到任。皇帝大怒，把他贬居辽阳（今辽宁省内），不久，又放回故乡。朱善用辛勤积蓄的钱，买了一块地产，准备养老之用。正在办理过程中，发现地产主人是个老翁，因无依无靠而十分