

## 法学教授：神韵重建了中华传统文化

流亡澳大利亚的中国法学教授、作家袁红冰先生观看了美国神韵国际艺术团在悉尼2月20日的演出后，感慨不已。他表示，神韵演员们通过这种艺术方式，重建被中共摧残的中华传统文化，令人钦佩。

袁红冰表示：“我们中国现在面临的一个很大的问题，就是文化重建的问题。因为中国共产党对中国的最大的伤害啊，可能还是摧残了我们五千年的传统文化。就是现在整个中国基本上是党文化统治，艺术都变成了一些行尸走肉。”“所以看到神韵这么多演员，他们为了重建我们传统文化所作出的这样的努力，真是很让人感动。”

袁教授还表示如此纯善纯美的演出，应该让所有的中国人都看到。

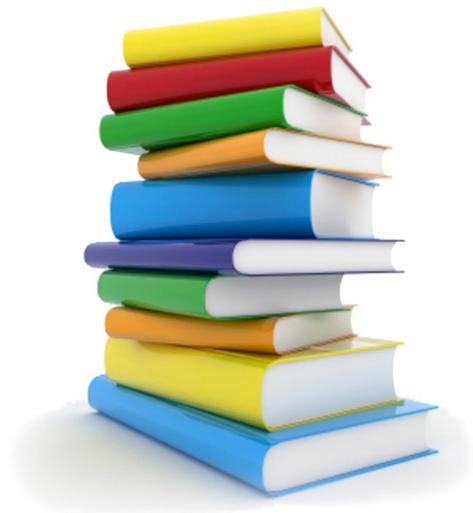
（2011年神韵晚会光盘已在大陆发放）



大陆城镇街头巷尾的神韵光盘海报

# 教育与成才

第 1 期



## 法学教授：神韵重建了中华传统文化

流亡澳大利亚的中国法学教授、作家袁红冰先生观看了美国神韵国际艺术团在悉尼2月20日的演出后，感慨不已。他表示，神韵演员们通过这种艺术方式，重建被中共摧残的中华传统文化，令人钦佩。

袁红冰表示：“我们中国现在面临的一个很大的问题，就是文化重建的问题。因为中国共产党对中国的最大的伤害啊，可能还是摧残了我们五千年的传统文化。就是现在整个中国基本上是党文化统治，艺术都变成了一些行尸走肉。”“所以看到神韵这么多演员，他们为了重建我们传统文化所作出的这样的努力，真是很让人感动。”

袁教授还表示如此纯善纯美的演出，应该让所有的中国人都看到。

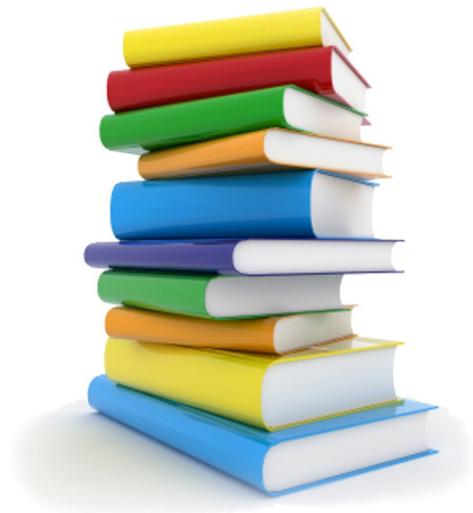
（2011年神韵晚会光盘已在大陆发放）



大陆城镇街头巷尾的神韵光盘海报

# 教育与成才

第 1 期



## 目 录

卷首一文.....	3
神奇的莫扎特音乐与水结晶实验	
人生感悟.....	6
蜗牛的启示	
问题与对策.....	8
妈妈！面对霸凌，我有方法	
家庭教育花与果.....	11
母亲	
教育论坛.....	17
从王阳明论学看教育的根本问题	
静能生慧	
校园清流.....	22
钢琴系学生：我也拥有了心中的宁静	
法轮功走入丹麦课堂	
艺海拾珍.....	26
神韵全球热演 专家教授推崇	

## 目 录

卷首一文.....	3
神奇的莫扎特音乐与水结晶实验	
人生感悟.....	6
蜗牛的启示	
问题与对策.....	8
妈妈！面对霸凌，我有方法	
家庭教育花与果.....	11
母亲	
教育论坛.....	17
从王阳明论学看教育的根本问题	
静能生慧	
校园清流.....	22
钢琴系学生：我也拥有了心中的宁静	
法轮功走入丹麦课堂	
艺海拾珍.....	26
神韵全球热演 专家教授推崇	

伦理道德观、精美绝伦的艺术呈现，鼓、乐、歌、舞无不令这里的观众难以忘怀。

神韵恢复正统的中华文化，中西观众从神韵艺术团表演的中国古典舞中，理解到什么是纯正的中国人，中国人的文化、舞蹈、音乐，包括人的举止、神态、言行，曾用正统文化教化出的中华儿女的言行举止和仪态，男儿的质朴、内敛、正气、阳刚、侠义，女儿的纯净、善、柔、恭敬与灵秀。

### 教育机构总裁：神韵精神将一直存在人们心中

教育机构总裁、专业作家埃勒尔·克雷格·萨（Errol Craig Sull）长期为 CNN、ABC 和华尔街时报做教育顾问。他观看了神韵艺术团在美国纽约州西部重镇水牛城 2011 年 1 月 29 日的演出后表示：“第一个节目令观众感到美丽壮观，音乐、演唱非常好，展现的精神令人折服，引人入胜。主旨理念令我震撼。晚会把观众带到中国的不同时期，非常神奇。我不想知道什么是神奇，我只想感受神奇。尽管演出结束了，但神韵的精神将一直存在人们心里。”

埃勒尔·克雷格·萨表示：“如果这只是一场娱乐演出，灯光熄灭后，人们笑一笑就忘了。而晚会展现了五千年的历史，进入了人们的灵魂与内心，使我回味无穷，会思考很长很长时间。演出很成功。我们去年看演出了，明年还会来看。”

伦理道德观、精美绝伦的艺术呈现，鼓、乐、歌、舞无不令这里的观众难以忘怀。

神韵恢复正统的中华文化，中西观众从神韵艺术团表演的中国古典舞中，理解到什么是纯正的中国人，中国人的文化、舞蹈、音乐，包括人的举止、神态、言行，曾用正统文化教化出的中华儿女的言行举止和仪态，男儿的质朴、内敛、正气、阳刚、侠义，女儿的纯净、善、柔、恭敬与灵秀。

### 教育机构总裁：神韵精神将一直存在人们心中

教育机构总裁、专业作家埃勒尔·克雷格·萨（Errol Craig Sull）长期为 CNN、ABC 和华尔街时报做教育顾问。他观看了神韵艺术团在美国纽约州西部重镇水牛城 2011 年 1 月 29 日的演出后表示：“第一个节目令观众感到美丽壮观，音乐、演唱非常好，展现的精神令人折服，引人入胜。主旨理念令我震撼。晚会把观众带到中国的不同时期，非常神奇。我不想知道什么是神奇，我只想感受神奇。尽管演出结束了，但神韵的精神将一直存在人们心里。”

埃勒尔·克雷格·萨表示：“如果这只是一场娱乐演出，灯光熄灭后，人们笑一笑就忘了。而晚会展现了五千年的历史，进入了人们的灵魂与内心，使我回味无穷，会思考很长很长时间。演出很成功。我们去年看演出了，明年还会来看。”



## 神奇的 莫扎特音乐



## 水结晶实验



聆听纯净美好的音乐除了可以放松心情、纾解压力，还有许多让人意想不到的效用，值得我们以全新的视野好好思考与研究。

### 听莫扎特的香蕉更甜

日本兵库县的丰岗中央蔬菜市场在今年开发出一种使香蕉更甜的方法，叫做“莫扎特香蕉”，就是用喇叭播放莫扎特的音乐给香蕉听，让水果在古典乐的环境下成长。试吃者表示“莫扎特香蕉”又甜又好吃，而且颜色还很漂亮。如果配着牛奶吃，成了速成的香蕉牛奶，加倍美味！

其实“莫扎特香蕉”不是创举，日本鸟取县米子市有个提倡“音乐成熟”的“日本音乐熟成协会”，

学员用通俗易懂的语言，向孩子们讲法轮大法的美好。“做个好孩子就要讲真话，虽然有时候可能很困难，比如做错事时，要承认自己做错了。”“对爸爸妈妈，兄弟姐妹，同学老师，所有的人都要友善。”“打人，骂人，会得到不好的黑色物质，虽然我们看不见，但会起作用。被人欺负了也不用生气，因为我们会得到白色物质，将来得福报。”

孩子们很认真地学习功法，有两个女孩当时就可以标准地双盘。学员还教他们叠象征圣洁的纸莲花，告诉他们，莲花出污泥而不染，就象法轮功学员不断地修炼，纯净自己。

老师瑞思莫斯（Rasmus）说：“在网上知道一些法轮功的信息，通过学员的讲述，了解到很多法轮功的内涵，真善忍确实很好，很有震撼力。”



## 神韵全球热演 专家教授推崇

总部在纽约的神韵艺术团成立于2006年，以恢复五千年中华神传文化为根本，致力于创作和演出纯善纯美的节目奉献给观众。目前神韵艺术团拥有三个大型艺术团和现场伴奏乐队，正在全球热演。

纯正的神传文化、数千年的历史传奇、普世的

学员用通俗易懂的语言，向孩子们讲法轮大法的美好。“做个好孩子就要讲真话，虽然有时候可能很困难，比如做错事时，要承认自己做错了。”“对爸爸妈妈，兄弟姐妹，同学老师，所有的人都要友善。”“打人，骂人，会得到不好的黑色物质，虽然我们看不见，但会起作用。被人欺负了也不用生气，因为我们会得到白色物质，将来得福报。”

孩子们很认真地学习功法，有两个女孩当时就可以标准地双盘。学员还教他们叠象征圣洁的纸莲花，告诉他们，莲花出污泥而不染，就象法轮功学员不断地修炼，纯净自己。

老师瑞思莫斯（Rasmus）说：“在网上知道一些法轮功的信息，通过学员的讲述，了解到很多法轮功的内涵，真善忍确实很好，很有震撼力。”



## 神韵全球热演 专家教授推崇

总部在纽约的神韵艺术团成立于2006年，以恢复五千年中华神传文化为根本，致力于创作和演出纯善纯美的节目奉献给观众。目前神韵艺术团拥有三个大型艺术团和现场伴奏乐队，正在全球热演。

纯正的神传文化、数千年的历史传奇、普世的



## 神奇的 莫扎特音乐



## 水结晶实验



聆听纯净美好的音乐除了可以放松心情、纾解压力，还有许多让人意想不到的效用，值得我们以全新的视野好好思考与研究。

### 听莫扎特的香蕉更甜

日本兵库县的丰岗中央蔬菜市场在今年开发出一种使香蕉更甜的方法，叫做“莫扎特香蕉”，就是用喇叭播放莫扎特的音乐给香蕉听，让水果在古典乐的环境下成长。试吃者表示“莫扎特香蕉”又甜又好吃，而且颜色还很漂亮。如果配着牛奶吃，成了速成的香蕉牛奶，加倍美味！

其实“莫扎特香蕉”不是创举，日本鸟取县米子市有个提倡“音乐成熟”的“日本音乐熟成协会”，

对番茄、酒、乌龙面等食品进行听音乐的研究，“莫扎特香蕉”就是得到该协会帮助的产品。

### 莫扎特音乐降低犯罪率

纽西兰基督城(Christchurch)的“城市购物中心”(City Mall)在过去经常有犯罪事件发生，让商家和民众非常困扰。不过，自从2009年6月购物中心开始用扩音器全天播放莫扎特的音乐后，犯罪率开始降低。以2008年10月为例，每星期偷窃和冲突的事件高达七、八十起，但是到了2010年10月，犯罪事件已减为两起。据说由于这个实验的效果显著，附近的商家纷纷起而效尤。

看了这些报导，不禁让人思考莫扎特的音乐为什么能有这样神奇的功效？有人说莫扎特是天才，他是上天给人类的礼物。或许真是如此，因为莫扎特很多不朽的作品都是在赞美神，曲调干净、平和，唯有达到纯真的心灵修养境界才能创作出来，所以才会让听的人身心受益。

### 水结晶实验

音乐能感动人心，可以影响人的感情，那么如何理解音乐对植物所产生的作用？是否植物也有感情呢？这是一个值得探讨的问题，因为自古以来中国人都相信“万物有灵”，西方国家也一直有“物活论”的哲学思想，相信宇宙万物都具有灵魂与生

对番茄、酒、乌龙面等食品进行听音乐的研究，“莫扎特香蕉”就是得到该协会帮助的产品。

### 莫扎特音乐降低犯罪率

纽西兰基督城(Christchurch)的“城市购物中心”(City Mall)在过去经常有犯罪事件发生，让商家和民众非常困扰。不过，自从2009年6月购物中心开始用扩音器全天播放莫扎特的音乐后，犯罪率开始降低。以2008年10月为例，每星期偷窃和冲突的事件高达七、八十起，但是到了2010年10月，犯罪事件已减为两起。据说由于这个实验的效果显著，附近的商家纷纷起而效尤。

看了这些报导，不禁让人思考莫扎特的音乐为什么能有这样神奇的功效？有人说莫扎特是天才，他是上天给人类的礼物。或许真是如此，因为莫扎特很多不朽的作品都是在赞美神，曲调干净、平和，唯有达到纯真的心灵修养境界才能创作出来，所以才会让听的人身心受益。

### 水结晶实验

音乐能感动人心，可以影响人的感情，那么如何理解音乐对植物所产生的作用？是否植物也有感情呢？这是一个值得探讨的问题，因为自古以来中国人都相信“万物有灵”，西方国家也一直有“物活论”的哲学思想，相信宇宙万物都具有灵魂与生

化、传统。二零一一年二月九日，校方邀请法轮功学员前往介绍法轮功。

在课堂上，法轮功学员向学生和老师讲述，法轮功又称法轮大法，一九九二年开始传播，李洪志师父教导人们遵循“真善忍”的原则，修心向善做好人，使修炼人身体健康，道德回升，现有一百多个国家上亿人修炼。

学员还向孩子们讲述中共专制政权对法轮功长达十一年的残酷迫害，其中一位丹麦学员因为修炼法轮功曾在中国被非法劳教三年。法轮功学员刘晓天，父母因为修炼法轮功被中共迫害失去了宝贵的生命，当时晓天还是个十多岁的孩子，一名中学生，还没有走入修炼，也没能避免被迫害。晓天在叔叔的帮助下，在一个仓库里躲藏，过着几乎是与世隔绝的生活，一年后叔叔借了巨款，帮助晓天逃离中国来到丹麦。听完晓天的故事，孩子们关切地问晓天目前的情况和他仍然居住在中国的叔叔的情况。



学 孩  
炼 子  
法 们  
轮 专  
功 注  
地

化、传统。二零一一年二月九日，校方邀请法轮功学员前往介绍法轮功。

在课堂上，法轮功学员向学生和老师讲述，法轮功又称法轮大法，一九九二年开始传播，李洪志师父教导人们遵循“真善忍”的原则，修心向善做好人，使修炼人身体健康，道德回升，现有一百多个国家上亿人修炼。

学员还向孩子们讲述中共专制政权对法轮功长达十一年的残酷迫害，其中一位丹麦学员因为修炼法轮功曾在中国被非法劳教三年。法轮功学员刘晓天，父母因为修炼法轮功被中共迫害失去了宝贵的生命，当时晓天还是个十多岁的孩子，一名中学生，还没有走入修炼，也没能避免被迫害。晓天在叔叔的帮助下，在一个仓库里躲藏，过着几乎是与世隔绝的生活，一年后叔叔借了巨款，帮助晓天逃离中国来到丹麦。听完晓天的故事，孩子们关切地问晓天目前的情况和他仍然居住在中国的叔叔的情况。



学 孩  
炼 子  
法 们  
轮 专  
功 注  
地

望能证实自己是一种显示心，对我的考试并没有帮助。我试着每天炼功、读法轮功书籍，这对我帮助很大，当我彻底放下了证实自己的想法后，我在考试中表现非常好。我不再追求一定要在考试中表现出色，而仅仅是希望能干好自己的工作。”

对于正在中国发生的对法轮功学员的迫害，朱莉娅说：“听到这种在中国的情况非常可怕。实际上整个世界都连接起来了，所以如此看来中国也非常近。迫害是难以容忍的，非常可怕的。糟糕的是，有这么多人不了解情况。”她通过各种方式让更多人了解法轮功的真实情况，“我尽量每天在维也纳城市公园里炼功，在那里我们有很多信息材料，大的横幅，上面写着‘法轮大法好’。有很多中国旅游团经过，他们常常惊讶地看着我们可以如此（自由地）炼功，能够和他们讲真相非常好。”她通过多教钢琴和多参加音乐会攒下的钱去其他国家和城市，告诉更多的人法轮功是什么以及正在中国发生的迫害。她认为这样做非常值得。◇

## 法轮功走入丹麦课堂

【明慧网】法轮大法弘传世界很多国家，“真、善、忍”被越来越多的人认知和推崇。坐落在丹麦日德兰半岛西部的海宁市（Herning）的 Hammerum Friskole 学校举办中国专题周，给学生讲授中国文

24

望能证实自己是一种显示心，对我的考试并没有帮助。我试着每天炼功、读法轮功书籍，这对我帮助很大，当我彻底放下了证实自己的想法后，我在考试中表现非常好。我不再追求一定要在考试中表现出色，而仅仅是希望能干好自己的工作。”

对于正在中国发生的对法轮功学员的迫害，朱莉娅说：“听到这种在中国的情况非常可怕。实际上整个世界都连接起来了，所以如此看来中国也非常近。迫害是难以容忍的，非常可怕的。糟糕的是，有这么多人不了解情况。”她通过各种方式让更多人了解法轮功的真实情况，“我尽量每天在维也纳城市公园里炼功，在那里我们有很多信息材料，大的横幅，上面写着‘法轮大法好’。有很多中国旅游团经过，他们常常惊讶地看着我们可以如此（自由地）炼功，能够和他们讲真相非常好。”她通过多教钢琴和多参加音乐会攒下的钱去其他国家和城市，告诉更多的人法轮功是什么以及正在中国发生的迫害。她认为这样做非常值得。◇

## 法轮功走入丹麦课堂

【明慧网】法轮大法弘传世界很多国家，“真、善、忍”被越来越多的人认知和推崇。坐落在丹麦日德兰半岛西部的海宁市（Herning）的 Hammerum Friskole 学校举办中国专题周，给学生讲授中国文

24

命。关于这一点，也许我们可以从水结晶的实验获得一些启发。

水结晶实验是一种很有创意的研究，其主导者是日本 IHM 研究所的江本胜先生，他让水在低温下结成像冰一样的固态，然后用相当精密的高度显微镜观察并拍摄水的结晶。

首先他发现到的是自然界中未受污染的水都会呈现美丽的结晶。后来，拍摄水结晶的研究员突发奇想：“让水听听音乐，看看会有什么样的结晶吧。”结果，听贝多芬“田园交响曲”的水与听莫扎特“四十号交响曲”的水都呈现出美丽的结晶，但是重金属音乐却让结晶呈现混乱的形状。

接着，江本胜先生把水装进瓶子，在瓶身贴上写有文字的纸——“让水看字”。结果发现：看了“谢谢”的水呈现出美丽的六角结晶；看了“混蛋”



左图：“爱”的信息作用下生成的水结晶



右图：“真讨厌，我要杀了你”信息的水结晶

5

命。关于这一点，也许我们可以从水结晶的实验获得一些启发。

水结晶实验是一种很有创意的研究，其主导者是日本 IHM 研究所的江本胜先生，他让水在低温下结成像冰一样的固态，然后用相当精密的高度显微镜观察并拍摄水的结晶。

首先他发现到的是自然界中未受污染的水都会呈现美丽的结晶。后来，拍摄水结晶的研究员突发奇想：“让水听听音乐，看看会有什么样的结晶吧。”结果，听贝多芬“田园交响曲”的水与听莫扎特“四十号交响曲”的水都呈现出美丽的结晶，但是重金属音乐却让结晶呈现混乱的形状。

接着，江本胜先生把水装进瓶子，在瓶身贴上写有文字的纸——“让水看字”。结果发现：看了“谢谢”的水呈现出美丽的六角结晶；看了“混蛋”



左图：“爱”的信息作用下生成的水结晶



右图：“真讨厌，我要杀了你”信息的水结晶

5

的水则呈现出和听到重金属音乐一样的形状；在这之中，看了“爱与感谢”的水结晶是最美丽绚烂的。值得一提的是不论看到哪种语言的“谢谢”，水总是能呈现出整齐美丽的结晶；实验结果不受语源不同的影响。

我们知道，人体和地球大约有百分之七十是水，而水又是五行之一，也是生命的要素。水结晶实验证实了水有感知的能力，这种感知能力超越了语言，能够感受到文字背后的内涵。由此我们不难理解为何莫扎特的音乐能使人与物呈现美好的状态，更重要的是“爱”与“善”不只是精神思想与道德口号，而是一种物质存在，真的能让世界变得更美丽。（参考资料：江本胜，《生命的答案，水知道》）



• 人生感悟 •

## 蜗牛的启示

小蜗牛问妈妈：“为什么我们要背着这个又硬又重的壳呢？”妈妈说：“因为我们没有骨骼的支撑，所以才需要壳的保护。”

想来人也大致如此，因为没有足够承重力，害怕受到伤害，从而给自己建造了心灵的堡垒，一如

6

一生是为了什么，此生过后又将如何，在法轮功里我找到了所有的答案。”

找到了人生答案的朱莉娅改变了很多。以前她和年纪相仿的姐姐常常会有各种竞争，经常争执，但是自从她修炼法轮功后，她们之间的争执消失了。

“在我开始修炼法轮功后，我不再有要吵架的感觉。她讲了什么，对我全然没有影响，我不再觉得受到了侵犯，我完全没了要吵架的需要，我们更能互相理解了。”朱莉娅觉得自己心里平静了很多，整个人都更加正面了：“我更安静了，也更容易心理平衡了，我感到自己身体和精神上变得更好了。我成为一个更正面的人。所有人都这么说，我的家人、朋友，都认为我有很好的改变。”她的老师也说她在演奏的时候更加深沉、冷静了。而她自己在练琴的时候则有了事半功倍的感觉：“我感受到比以前更加集中注意力了。以前我只能练习一个小时，就会精神不集中，现在我发现我可以更好地利用时间，其实我现在比以前练习的时间反而少了，但是我得到更多。”

修炼法轮功后，她以平常的心态对待演奏考试，不再一味地考虑如何取得好的结果，显示自己，而是更注重自己的练习，结果有了意外的收获。“几个月前我有学士学位的考试，以前的想法是，我必须从中证实自己，必须显示自己。但当我更多地练习，更多地把自己当成修炼人看待，我注意到，希

23

的水则呈现出和听到重金属音乐一样的形状；在这之中，看了“爱与感谢”的水结晶是最美丽绚烂的。值得一提的是不论看到哪种语言的“谢谢”，水总是能呈现出整齐美丽的结晶；实验结果不受语源不同的影响。

我们知道，人体和地球大约有百分之七十是水，而水又是五行之一，也是生命的要素。水结晶实验证实了水有感知的能力，这种感知能力超越了语言，能够感受到文字背后的内涵。由此我们不难理解为何莫扎特的音乐能使人与物呈现美好的状态，更重要的是“爱”与“善”不只是精神思想与道德口号，而是一种物质存在，真的能让世界变得更美丽。（参考资料：江本胜，《生命的答案，水知道》）



• 人生感悟 •

## 蜗牛的启示

小蜗牛问妈妈：“为什么我们要背着这个又硬又重的壳呢？”妈妈说：“因为我们没有骨骼的支撑，所以才需要壳的保护。”

想来人也大致如此，因为没有足够承重力，害怕受到伤害，从而给自己建造了心灵的堡垒，一如

6

一生是为了什么，此生过后又将如何，在法轮功里我找到了所有的答案。”

找到了人生答案的朱莉娅改变了很多。以前她和年纪相仿的姐姐常常会有各种竞争，经常争执，但是自从她修炼法轮功后，她们之间的争执消失了。

“在我开始修炼法轮功后，我不再有要吵架的感觉。她讲了什么，对我全然没有影响，我不再觉得受到了侵犯，我完全没了要吵架的需要，我们更能互相理解了。”朱莉娅觉得自己心里平静了很多，整个人都更加正面了：“我更安静了，也更容易心理平衡了，我感到自己身体和精神上变得更好了。我成为一个更正面的人。所有人都这么说，我的家人、朋友，都认为我有很好的改变。”她的老师也说她在演奏的时候更加深沉、冷静了。而她自己在练琴的时候则有了事半功倍的感觉：“我感受到比以前更加集中注意力了。以前我只能练习一个小时，就会精神不集中，现在我发现我可以更好地利用时间，其实我现在比以前练习的时间反而少了，但是我得到更多。”

修炼法轮功后，她以平常的心态对待演奏考试，不再一味地考虑如何取得好的结果，显示自己，而是更注重自己的练习，结果有了意外的收获。“几个月前我有学士学位的考试，以前的想法是，我必须从中证实自己，必须显示自己。但当我更多地练习，更多地把自己当成修炼人看待，我注意到，希

23

## 钢琴系学生：

# 我也拥有了心中的宁静

【明慧网】目前正在维也纳大学主修钢琴教育和音乐学的朱莉娅（右）在两年前认识了一位新朋友，和他搭档弹钢琴的时候，朱莉娅常常感到他有一种特别的沉稳，并常常散发出与众不同的气质。朱莉娅感受到这种不同，非常好奇，她听说这位朋友修炼一种静坐功法，于是就向他打听是什么样的功法让他有如此的宁静。



这位朋友给朱莉娅带来了《转法轮》一书，当时他已经修炼法轮功十年了，特殊的气质正是来自按照“真、善、忍”对身心的修炼。朱莉娅在西方文化的熏陶下长大，但当她学习了功法后，她清楚地认识到：“那是一种强烈的内心的感受，让我感到那是正确的，那是好的。我一直在问自己，人的

蜗牛厚重的壳，把自己结实的包围起来。由此便越来越孤独，因为你从不把自己完全而坦荡的展示出来，任何人不能看到你的全貌，也无法理解你的内在，你也不允许别人进到壳子里与你同在，因为壳子实在太小了，只能容下自己。

缓缓爬行，却因壳的厚重。见有风吹草动，就马上缩头藏起来，自己以为这样应该安全了。千鸟飞过，你听不见它们欢快的歌声；彩虹飘过，你也看不见她美丽的情影，因为害怕风刀霜剑，你也错过了阳光雨露。明明是自己抛弃了广阔的世界，你却流泪长叹：为什么世界遗忘了我？！

在人生中的旅途中，幸福总是捉摸不定的，快乐是难以长久的，寂寞是冷的，孤独是苦的，无助更是绝望的。所以人才需要信仰的支撑，如同有了骨骼的支持你才可以不必背负那个厚重的保护壳，信仰能赋予你生命的支点和面对困境的勇气。

敞开心扉，真实的展现自己，诚挚的对待他人，没有人喜欢虚假与伪装。古语说“爱出者爱返，福来者福往”，播种善良的种子，你会收获丰厚的回报。即便遇到伤害也要学会包容与忍耐，要相信一切都会过去，乌云不会遮住太阳的，痛苦只是化蝶前破茧而出的挣扎。

让“真、善、忍”的理念常驻心间，放下一切负重，以轻松的步伐去体验一样的世界不一样的人生吧。（文/蓝月）

## 钢琴系学生：

# 我也拥有了心中的宁静

【明慧网】目前正在维也纳大学主修钢琴教育和音乐学的朱莉娅（右）在两年前认识了一位新朋友，和他搭档弹钢琴的时候，朱莉娅常常感到他有一种特别的沉稳，并常常散发出与众不同的气质。朱莉娅感受到这种不同，非常好奇，她听说这位朋友修炼一种静坐功法，于是就向他打听是什么样的功法让他有如此的宁静。



这位朋友给朱莉娅带来了《转法轮》一书，当时他已经修炼法轮功十年了，特殊的气质正是来自按照“真、善、忍”对身心的修炼。朱莉娅在西方文化的熏陶下长大，但当她学习了功法后，她清楚地认识到：“那是一种强烈的内心的感受，让我感到那是正确的，那是好的。我一直在问自己，人的

蜗牛厚重的壳，把自己结实的包围起来。由此便越来越孤独，因为你从不把自己完全而坦荡的展示出来，任何人不能看到你的全貌，也无法理解你的内在，你也不允许别人进到壳子里与你同在，因为壳子实在太小了，只能容下自己。

缓缓爬行，却因壳的厚重。见有风吹草动，就马上缩头藏起来，自己以为这样应该安全了。千鸟飞过，你听不见它们欢快的歌声；彩虹飘过，你也看不见她美丽的情影，因为害怕风刀霜剑，你也错过了阳光雨露。明明是自己抛弃了广阔的世界，你却流泪长叹：为什么世界遗忘了我？！

在人生中的旅途中，幸福总是捉摸不定的，快乐是难以长久的，寂寞是冷的，孤独是苦的，无助更是绝望的。所以人才需要信仰的支撑，如同有了骨骼的支持你才可以不必背负那个厚重的保护壳，信仰能赋予你生命的支点和面对困境的勇气。

敞开心扉，真实的展现自己，诚挚的对待他人，没有人喜欢虚假与伪装。古语说“爱出者爱返，福来者福往”，播种善良的种子，你会收获丰厚的回报。即便遇到伤害也要学会包容与忍耐，要相信一切都会过去，乌云不会遮住太阳的，痛苦只是化蝶前破茧而出的挣扎。

让“真、善、忍”的理念常驻心间，放下一切负重，以轻松的步伐去体验一样的世界不一样的人生吧。（文/蓝月）

## 妈妈！面对霸凌，我有方法

作者：陈彦玲（台湾）

最近到学校演讲或在上广播节目的邀请中，几乎都指定我要谈谈霸凌相关的议题。这股势头让不少人觉得头疼，让许多人忧心忡忡，更有家长似乎已经开始有了挥之不去的阴影在心头。在如此沸沸扬扬的讨论声中，脑海里一个印象深刻的记忆，开启了我心中一扇光亮的明窗。

那是几年前的事情了，大儿子放学回家到厨房找我，他说：“妈妈，我要告诉您一件事情。”我转身看看这个才读国小中年级的孩子，表情跟往常的慧诘不太一样，有点严肃但不沉重。我心中猜想着：“这次似乎不是像以前一样要说说同学之间有趣的事情。”

“妈妈，我刚刚过马路要回家的时候，在警察局的对面等红灯，结果我被一群国中生包围起来了，他们有的人骑脚踏车，都长的比我高，……”我一边很认真地听他讲述，也仔细地上上下下看了他的外表，但是没找到任何受伤的痕迹。我的眼神鼓励

8

发手机短信、或即时消息等)。因为专心程度不够，就会对新知识的学习与运用造成负面影响。

这篇文章揭示了一个重要问题。人们常用三心二意来形容做事不专心，确实是这样的。许多工作因为技术高、难度大等原因需要人精神专注才能行，比如医生做手术、科技人员攻克技术难题，或者是企业经营的重大决策。如果我们的下一代做事情仅凭一时兴趣、浅尝辄止，不能深入的了解有关背景、花大精力去琢磨研究的话，是很难达到这些专业要求的。

从历史的角度来看，真正对人类做出重大贡献的人们，从科学家、哲学家、文学家、艺术家，到政治家和军事家，都是能耐得住寂寞，从而心神专注的。爱因斯坦这样的故事有很多，牛顿煮鸡蛋的故事教科书中有，达芬奇画蛋也是读者们所熟悉的。

不可否认，许多想法与思路是在交谈中产生的；然而对事情的深入分析、对人生的感悟，对自然的感受，则需要静下心来，才能超凡脱俗，有深入的理解。

佛家讲静能生慧，也是这个道理。在这个喧嚣的尘世中，倘能静下心来，回顾一下人生，思考一下生命的意义，或许别有一分发现与收



## 妈妈！面对霸凌，我有方法

作者：陈彦玲（台湾）

最近到学校演讲或在上广播节目的邀请中，几乎都指定我要谈谈霸凌相关的议题。这股势头让不少人觉得头疼，让许多人忧心忡忡，更有家长似乎已经开始有了挥之不去的阴影在心头。在如此沸沸扬扬的讨论声中，脑海里一个印象深刻的记忆，开启了我心中一扇光亮的明窗。

那是几年前的事情了，大儿子放学回家到厨房找我，他说：“妈妈，我要告诉您一件事情。”我转身看看这个才读国小中年级的孩子，表情跟往常的慧诘不太一样，有点严肃但不沉重。我心中猜想着：“这次似乎不是像以前一样要说说同学之间有趣的事情。”

“妈妈，我刚刚过马路要回家的时候，在警察局的对面等红灯，结果我被一群国中生包围起来了，他们有的人骑脚踏车，都长的比我高，……”我一边很认真地听他讲述，也仔细地上上下下看了他的外表，但是没找到任何受伤的痕迹。我的眼神鼓励

8

发手机短信、或即时消息等)。因为专心程度不够，就会对新知识的学习与运用造成负面影响。

这篇文章揭示了一个重要问题。人们常用三心二意来形容做事不专心，确实是这样的。许多工作因为技术高、难度大等原因需要人精神专注才能行，比如医生做手术、科技人员攻克技术难题，或者是企业经营的重大决策。如果我们的下一代做事情仅凭一时兴趣、浅尝辄止，不能深入的了解有关背景、花大精力去琢磨研究的话，是很难达到这些专业要求的。

从历史的角度来看，真正对人类做出重大贡献的人们，从科学家、哲学家、文学家、艺术家，到政治家和军事家，都是能耐得住寂寞，从而心神专注的。爱因斯坦这样的故事有很多，牛顿煮鸡蛋的故事教科书中有，达芬奇画蛋也是读者们所熟悉的。

不可否认，许多想法与思路是在交谈中产生的；然而对事情的深入分析、对人生的感悟，对自然的感受，则需要静下心来，才能超凡脱俗，有深入的理解。

佛家讲静能生慧，也是这个道理。在这个喧嚣的尘世中，倘能静下心来，回顾一下人生，思考一下生命的意义，或许别有一分发现与收



境界提高后的状态，这就不是单纯练习技术所能达到的了，就如王阳明所说的，在明白了天地万物生成发育的大道后，那些技能等无关轻重的事情自然就在“道”的基点上迎刃而解了。

通过上述我们更能体会到，在当下作为一名教师首要的就是把法轮大法告诉学生，这是真正在尽到为师“传道”的职责，为人父母的按照“真、善、忍”教育孩子才真正会塑成孩子美好的未来。

## 静能生慧

不久前看到美国《时代》杂志上的一篇文章，题为“网络会不会分散注意力？”(Wired for Distraction)。文章中说，家长们往往担心孩子们在上网时会不会碰到暴力或色情的内容。作为社会生物学家，该作者看重的则是各种网络对孩子们脑子的影响。去年公布的一项研究表明，8到18岁孩子每天花在娱乐媒体的时间平均约为7个半小时，如果算上他们的一心二用(比如边看电视边发短信)，每天在这上面的总时间花费可能高达11小时。斯坦福大学2009年的研究表明，这种媒体上的一心多用会降低注意力。文章中说，人的注意力有两种，一种是专心在某件事情上，另一种是对外界新信号的反应。当青少年的心思花在各种社交媒体时，他们就容易将注意力用在应付各种外界信号上(比如收

20

境界提高后的状态，这就不是单纯练习技术所能达到的了，就如王阳明所说的，在明白了天地万物生成发育的大道后，那些技能等无关轻重的事情自然就在“道”的基点上迎刃而解了。

通过上述我们更能体会到，在当下作为一名教师首要的就是把法轮大法告诉学生，这是真正在尽到为师“传道”的职责，为人父母的按照“真、善、忍”教育孩子才真正会塑成孩子美好的未来。

## 静能生慧

不久前看到美国《时代》杂志上的一篇文章，题为“网络会不会分散注意力？”(Wired for Distraction)。文章中说，家长们往往担心孩子们在上网时会不会碰到暴力或色情的内容。作为社会生物学家，该作者看重的则是各种网络对孩子们脑子的影响。去年公布的一项研究表明，8到18岁孩子每天花在娱乐媒体的时间平均约为7个半小时，如果算上他们的一心二用(比如边看电视边发短信)，每天在这上面的总时间花费可能高达11小时。斯坦福大学2009年的研究表明，这种媒体上的一心多用会降低注意力。文章中说，人的注意力有两种，一种是专心在某件事情上，另一种是对外界新信号的反应。当青少年的心思花在各种社交媒体时，他们就容易将注意力用在应付各种外界信号上(比如收

20

着他继续说下去。

儿子脸不红、气不喘地跟我说：“他们几个人围住我，我看不到外面，后来其中一个人在我的头上放了一个东西，”看着儿子头上还戴着美国舅舅送给他的“那顶最最心爱的棒球帽”，我好奇地问着：“放在帽子上？”他平静地回答：“对！”我非常惊讶这个孩子竟然没有半点的气愤或惊慌。

“然后呢？”我移动了脚步更靠近他了，因为他身上的氛围已经超乎我想像的冷静，这股勇者无惧的力量吸引着我亲近他，我已不是那种想要安慰或保护他的母亲情怀，而是对勇者的佩服。“我的手往帽子上一摸，有一只变色龙掉了下来！”原来这些大孩子团团围住这个比他们小的孩子，就只是为了取乐。

我已经不再以儿童心智专家的角色来看待这件事情，而是以一个谦虚的态度跟他探询那背后的智慧：“后来呢？”儿子淡淡地笑着说：“我看那只变色龙掉到地上去，可能会很痛吧，所以我蹲下来跟它说：‘你还好吗？希望你没有受伤。’”

一向被学生尊称为智多星的我，眼中泛起泪光，心中已经谦虚得只剩三个字：“然后呢？”

“然后，那些大哥哥们的脸好像呆住了，他们一哄而散，走了，而且他们骑车走的时候，是歪歪扭扭的，我就回来了！”他说得很平静而轻松，我却更好奇了：“请你告诉我，当时你的心里想什么？”

9

着他继续说下去。

儿子脸不红、气不喘地跟我说：“他们几个人围住我，我看不到外面，后来其中一个人在我的头上放了一个东西，”看着儿子头上还戴着美国舅舅送给他的“那顶最最心爱的棒球帽”，我好奇地问着：“放在帽子上？”他平静地回答：“对！”我非常惊讶这个孩子竟然没有半点的气愤或惊慌。

“然后呢？”我移动了脚步更靠近他了，因为他身上的氛围已经超乎我想像的冷静，这股勇者无惧的力量吸引着我亲近他，我已不是那种想要安慰或保护他的母亲情怀，而是对勇者的佩服。“我的手往帽子上一摸，有一只变色龙掉了下来！”原来这些大孩子团团围住这个比他们小的孩子，就只是为了取乐。

我已经不再以儿童心智专家的角色来看待这件事情，而是以一个谦虚的态度跟他探询那背后的智慧：“后来呢？”儿子淡淡地笑着说：“我看那只变色龙掉到地上去，可能会很痛吧，所以我蹲下来跟它说：‘你还好吗？希望你没有受伤。’”

一向被学生尊称为智多星的我，眼中泛起泪光，心中已经谦虚得只剩三个字：“然后呢？”

“然后，那些大哥哥们的脸好像呆住了，他们一哄而散，走了，而且他们骑车走的时候，是歪歪扭扭的，我就回来了！”他说得很平静而轻松，我却更好奇了：“请你告诉我，当时你的心里想什么？”

9

儿子忽然笑开脸地说：“我想着妈妈，……”我正要得意的抱着他时，他又恢复了慧黠调皮的个性：“不是啦！我不是想着妈妈，我是想着妈妈常说的‘心存真善忍’，也要先他后我嘛，所以我就先去问候那只变色龙啰！”

这下子，我不但送他一个大大的拥抱，还用力地竖起大拇指，感动也感谢地跟他说：“了不起的好孩子，了不起的‘真、善、忍’。”儿子高兴地应和着说：“对！‘真、善、忍’是我的法宝！”

心存“真、善、忍”的他现在已经是个高中的大哥哥了，看着他会去排解弟弟妹妹的矛盾，会陪着同学上医院，会成立社团，会教同学功课，让我不用操心他的人际关系。各位读者，祝愿您，放下心中的忧愁与恐惧，打开心门将“真、善、忍”注入您的心田，开启家门迎接这股能净化人心的正能量。您肯定也能跟我一样，轻松、自在又平安。



使用海外电子邮箱向 [freeget.one@gmail.com](mailto:freeget.one@gmail.com)  
发送一封邮件，大约十分钟后就可以收到翻墙软件。  
欢迎翻墙浏览明慧网：[www.minghui.org](http://www.minghui.org)

儿子忽然笑开脸地说：“我想着妈妈，……”我正要得意的抱着他时，他又恢复了慧黠调皮的个性：“不是啦！我不是想着妈妈，我是想着妈妈常说的‘心存真善忍’，也要先他后我嘛，所以我就先去问候那只变色龙啰！”

这下子，我不但送他一个大大的拥抱，还用力地竖起大拇指，感动也感谢地跟他说：“了不起的好孩子，了不起的‘真、善、忍’。”儿子高兴地应和着说：“对！‘真、善、忍’是我的法宝！”

心存“真、善、忍”的他现在已经是个高中的大哥哥了，看着他会去排解弟弟妹妹的矛盾，会陪着同学上医院，会成立社团，会教同学功课，让我不用操心他的人际关系。各位读者，祝愿您，放下心中的忧愁与恐惧，打开心门将“真、善、忍”注入您的心田，开启家门迎接这股能净化人心的正能量。您肯定也能跟我一样，轻松、自在又平安。



使用海外电子邮箱向 [freeget.one@gmail.com](mailto:freeget.one@gmail.com)  
发送一封邮件，大约十分钟后就可以收到翻墙软件。  
欢迎翻墙浏览明慧网：[www.minghui.org](http://www.minghui.org)

“道”内涵。

二零一零年八月六日，新唐人电视台上有一段视频，首届新唐人全世界中国菜厨技大赛鲁菜冠军陈永明展示了“姜丝穿针鼻”与“豆腐上切肉”的绝妙技艺。在电视上陈永明展示了直刀切、片刀切、切丝、花刀切等娴熟技艺后，还蒙上眼睛表演“盲切”。他用自己切出的姜丝去穿针鼻，随便拿起一根就穿过去了。他在豆腐上表演切肉，切出的肉丝大小一致、粗细均匀，真的是令人叹为观止。

陈永明说：“大家可能听说过人刀合一的那种状态，有朋友说，你提的是精神上的东西，我们切菜这是技术上的事。实际上精神和技术是合二为一的，当你的精神和物质达到合为一体时，那你的操作技术会提升到一个意想不到的境界。”“在刀和你的心的心融在一起一瞬间，你能分明你片的有多薄、切的有多细。”“如果你想作一个好的厨师，想要在厨师行业达到一种境界的话，心刀合一，人锅合一，达到那样更高境界的话，你必须净化自己。”

其实，陈永明所表演的“豆腐上切肉”与“姜丝穿针”的绝活，也是一个在厨师界流传的传说，现在已没有人能做到了。陈永明直言不讳地说他的这一功夫，是在参加新唐人中国菜厨技大赛以后，在修炼法轮大法的过程中，忽然间觉得自己有一种提高，很自然的就掌握了这一门独到的功夫。

陈永明所展示的刀功以及他的体悟，那是一种

“道”内涵。

二零一零年八月六日，新唐人电视台上有一段视频，首届新唐人全世界中国菜厨技大赛鲁菜冠军陈永明展示了“姜丝穿针鼻”与“豆腐上切肉”的绝妙技艺。在电视上陈永明展示了直刀切、片刀切、切丝、花刀切等娴熟技艺后，还蒙上眼睛表演“盲切”。他用自己切出的姜丝去穿针鼻，随便拿起一根就穿过去了。他在豆腐上表演切肉，切出的肉丝大小一致、粗细均匀，真的是令人叹为观止。

陈永明说：“大家可能听说过人刀合一的那种状态，有朋友说，你提的是精神上的东西，我们切菜这是技术上的事。实际上精神和技术是合二为一的，当你的精神和物质达到合为一体时，那你的操作技术会提升到一个意想不到的境界。”“在刀和你的心的心融在一起一瞬间，你能分明你片的有多薄、切的有多细。”“如果你想作一个好的厨师，想要在厨师行业达到一种境界的话，心刀合一，人锅合一，达到那样更高境界的话，你必须净化自己。”

其实，陈永明所表演的“豆腐上切肉”与“姜丝穿针”的绝活，也是一个在厨师界流传的传说，现在已没有人能做到了。陈永明直言不讳地说他的这一功夫，是在参加新唐人中国菜厨技大赛以后，在修炼法轮大法的过程中，忽然间觉得自己有一种提高，很自然的就掌握了这一门独到的功夫。

陈永明所展示的刀功以及他的体悟，那是一种



# 母亲

有风吹过的地方，就有您的爱滋生。  
 有水流过的地方，就有您的爱流淌。  
 人生的路漫漫长长，您的爱无限宽广。  
 您就是我成长的阳光，您就是我飞翔的翅膀。

“这是我的处女作，献给我的母亲。”一个法轮功学员的儿子。

\*\*\* \*\*

## 我的童年

从我记事起父母就经常吵架，因为那时我还小，母亲一直维持着这个名存实亡的家，所以我是在惊恐中长大的。我脾气不好，不听话，又淘气，都说我是多动症，不是惹祸就是遭灾。

母亲经常全身关节痛，还经常感冒头疼。为治病，中药、西药、偏方她全用了，可是病没祛。父亲又不同情她，她心情也越不好。在我十周岁的时候母亲终于和父亲离婚了。母亲明知道我难以管教，她还是带我离开了家。

例子。“庖丁解牛”说的的是一个厨师给梁惠王解剖牛时所展现的出神入化的技艺。庖丁的动作不但优美，而且解剖牛时的声音还与乐曲的节奏合拍。那么，一个厨师是怎么达到这种境界的呢？他的回答也很特别：“臣之所好者道也，进乎技矣。”说的非常明白，自己之所以能做到这一步，是因为自己对“道”的体悟要超过对技艺本身的追求。

由此可见，古人对为师者的要求“传道、授业、解惑”就不难理解了，这个“道”不是一般事物的规律，而是天地万物生化的大道，教育的根本问题就是把这个“道”传授给学生。这个“道”在中国历史上儒、释、道的经典中都有不同角度的阐述。

可是当今的中国大陆被中共窃取政权后，经历了一次又一次的运动，尤其是“文化大革命”，已经把中华民族真正的传统文化摧毁了，中共又刻意歪曲传统文化，为了维护其邪恶的统治而加以利用。同时因为西方实证科技文明的冲击，人们更难以明白古人要表达的确切含义了。人们解决问题的方式已经陷于人类肉眼可见的物质层面的“头痛医头，脚痛医脚”的西方思维方式，对宇宙、人体及天地万物的认识就象盲人摸象那样的幼稚可笑。

值的欣慰的是，就在人类迷茫无依的时刻，法轮大法把宇宙的根本特性“真、善、忍”这样的大法大道传给了人类与各界众生，使人类可以在真修向善中来体悟法轮大法在不同境界中表现出来的



# 母亲

有风吹过的地方，就有您的爱滋生。  
 有水流过的地方，就有您的爱流淌。  
 人生的路漫漫长长，您的爱无限宽广。  
 您就是我成长的阳光，您就是我飞翔的翅膀。

“这是我的处女作，献给我的母亲。”一个法轮功学员的儿子。

\*\*\* \*\*

## 我的童年

从我记事起父母就经常吵架，因为那时我还小，母亲一直维持着这个名存实亡的家，所以我是在惊恐中长大的。我脾气不好，不听话，又淘气，都说我是多动症，不是惹祸就是遭灾。

母亲经常全身关节痛，还经常感冒头疼。为治病，中药、西药、偏方她全用了，可是病没祛。父亲又不同情她，她心情也越不好。在我十周岁的时候母亲终于和父亲离婚了。母亲明知道我难以管教，她还是带我离开了家。

例子。“庖丁解牛”说的的是一个厨师给梁惠王解剖牛时所展现的出神入化的技艺。庖丁的动作不但优美，而且解剖牛时的声音还与乐曲的节奏合拍。那么，一个厨师是怎么达到这种境界的呢？他的回答也很特别：“臣之所好者道也，进乎技矣。”说的非常明白，自己之所以能做到这一步，是因为自己对“道”的体悟要超过对技艺本身的追求。

由此可见，古人对为师者的要求“传道、授业、解惑”就不难理解了，这个“道”不是一般事物的规律，而是天地万物生化的大道，教育的根本问题就是把这个“道”传授给学生。这个“道”在中国历史上儒、释、道的经典中都有不同角度的阐述。

可是当今的中国大陆被中共窃取政权后，经历了一次又一次的运动，尤其是“文化大革命”，已经把中华民族真正的传统文化摧毁了，中共又刻意歪曲传统文化，为了维护其邪恶的统治而加以利用。同时因为西方实证科技文明的冲击，人们更难以明白古人要表达的确切含义了。人们解决问题的方式已经陷于人类肉眼可见的物质层面的“头痛医头，脚痛医脚”的西方思维方式，对宇宙、人体及天地万物的认识就象盲人摸象那样的幼稚可笑。

值的欣慰的是，就在人类迷茫无依的时刻，法轮大法把宇宙的根本特性“真、善、忍”这样的大法大道传给了人类与各界众生，使人类可以在真修向善中来体悟法轮大法在不同境界中表现出来的

## 从王阳明论学 看教育的根本

王守仁是明朝思想家、教育家，因其曾驻阳明洞，故世称阳明先生，即王阳明。



明朝思想家、教育家  
王阳明

王阳明有一篇文章《送宗伯乔白岩序》（宗伯是礼部尚书的别称。乔白岩姓乔名字，号白岩），是乔宇将出任南京礼部尚书时，到作者家中辞行、交谈，然后由作者整理成文，送给乔宇，作为临别的赠言。

文中通过两个人的对话，论述了治学的根本问题。治学要专、要精，但专与精如果离开了道，不是流于溺，就是失于僻。所谓“道”，王阳明是指天地万物生成发育的大道。专，专一；精，精粹。如果用专与精的心力明白了天地万物生成发育的大道，那些词章、技能等等无关轻重的事情自然就在“道”的基点上迎刃而解了。

庖丁解牛的故事正是注解王阳明论点的一个好

那时母亲为了能离开父亲，答应他离婚后不给我转学，为此母亲每天接送我上学就要两个多小时，再回来上班，料理家务，她很忙，很累。因为我上课注意力差，坐不住，学习成绩上不去，母亲每天晚上还要辅导我功课。她一天下来筋疲力尽。

就在妈妈身体和精力走下坡路的时候，她听说法轮功不但祛病健身有奇效，而且还可以提高人的思想境界。为此妈妈又增加了一项炼功学法的大事，那时她每天很早就起床去集体炼功，回来还要送我去上学，她上班。晚上我和她去一个奶奶家读书学法，这样她更忙了。但是尽管如此，她精神状态却越来越好了。身体看上去也不那么疲劳、面容也不憔悴了，人也变得更加祥和了。不论单位的同事还是左邻右舍都夸她比以前乐观了，而且她还经常帮助别人，主动打扫楼道卫生，为大家做好事。我知道《转法轮》（法轮功著作）书里讲了如何做好人，怎样要求自己。妈妈确实在按大法的要求做。

### 母爱伴随我成长

因为我的成绩差，初中毕业上不了高中，只好上中专连大专。母亲经常给班主任打电话沟通，了解我在学校的情况。

我家楼上有一个和我一般大的男孩，父母有钱，



那时母亲为了能离开父亲，答应他离婚后不给我转学，为此母亲每天接送我上学就要两个多小时，再回来上班，料理家务，她很忙，很累。因为我上课注意力差，坐不住，学习成绩上不去，母亲每天晚上还要辅导我功课。她一天下来筋疲力尽。

就在妈妈身体和精力走下坡路的时候，她听说法轮功不但祛病健身有奇效，而且还可以提高人的思想境界。为此妈妈又增加了一项炼功学法的大事，那时她每天很早就起床去集体炼功，回来还要送我去上学，她上班。晚上我和她去一个奶奶家读书学法，这样她更忙了。但是尽管如此，她精神状态却越来越好了。身体看上去也不那么疲劳、面容也不憔悴了，人也变得更加祥和了。不论单位的同事还是左邻右舍都夸她比以前乐观了，而且她还经常帮助别人，主动打扫楼道卫生，为大家做好事。我知道《转法轮》（法轮功著作）书里讲了如何做好人，怎样要求自己。妈妈确实在按大法的要求做。

### 母爱伴随我成长

因为我的成绩差，初中毕业上不了高中，只好上中专连大专。母亲经常给班主任打电话沟通，了解我在学校的情况。

我家楼上有一个和我一般大的男孩，父母有钱，



## 从王阳明论学 看教育的根本

王守仁是明朝思想家、教育家，因其曾驻阳明洞，故世称阳明先生，即王阳明。



明朝思想家、教育家  
王阳明

王阳明有一篇文章《送宗伯乔白岩序》（宗伯是礼部尚书的别称。乔白岩姓乔名字，号白岩），是乔宇将出任南京礼部尚书时，到作者家中辞行、交谈，然后由作者整理成文，送给乔宇，作为临别的赠言。

文中通过两个人的对话，论述了治学的根本问题。治学要专、要精，但专与精如果离开了道，不是流于溺，就是失于僻。所谓“道”，王阳明是指天地万物生成发育的大道。专，专一；精，精粹。如果用专与精的心力明白了天地万物生成发育的大道，那些词章、技能等等无关轻重的事情自然就在“道”的基点上迎刃而解了。

庖丁解牛的故事正是注解王阳明论点的一个好

您就是我成长的阳光，您就是我飞翔的翅膀。”

这是我的处女作，献给了我的母亲。

现在我已经大专毕业在一家国企搞技术工作，妻子是我的同学，她当上了教师。我家楼上的那个男孩后来因拦路抢劫被劳教五年。

有一次我和妈妈去超市买东西，回来的路上她发现收银员少收了她十几元钱，她马上返回去送钱。当时我很感慨：“我将来有了孩子就教育他，当年你奶奶就是这么做的。”看着母亲渐渐花白的头发，我说：“这几年您太不容易了，我不听话，我爸跟您过不去（母亲教育我，我不服就跑父亲那去，母亲让我跟父亲过，可父亲又不要我）；单位不理解您，还整您（因母亲不放弃修炼法轮功，被迫放弃了晋升职称、提前内退），您太不容易了。”母亲笑了，我知道她为我明辨是非而高兴，为她辛勤付出得到的回报而自豪。

母亲常跟邻居说：“如果没有法轮大法，我和儿子不会有今天。”母亲面对不懂事、不服管教的孩子，没有放弃；面对社会的压力，没有低头，因为她知道法轮大法教人要做好人，无私的人。所以她堂堂正正地做人，给我、给她周围的人事事处处都做出了榜样。（文 / 一个法轮功学员的儿子）



16

您就是我成长的阳光，您就是我飞翔的翅膀。”

这是我的处女作，献给了我的母亲。

现在我已经大专毕业在一家国企搞技术工作，妻子是我的同学，她当上了教师。我家楼上的那个男孩后来因拦路抢劫被劳教五年。

有一次我和妈妈去超市买东西，回来的路上她发现收银员少收了她十几元钱，她马上返回去送钱。当时我很感慨：“我将来有了孩子就教育他，当年你奶奶就是这么做的。”看着母亲渐渐花白的头发，我说：“这几年您太不容易了，我不听话，我爸跟您过不去（母亲教育我，我不服就跑父亲那去，母亲让我跟父亲过，可父亲又不要我）；单位不理解您，还整您（因母亲不放弃修炼法轮功，被迫放弃了晋升职称、提前内退），您太不容易了。”母亲笑了，我知道她为我明辨是非而高兴，为她辛勤付出得到的回报而自豪。

母亲常跟邻居说：“如果没有法轮大法，我和儿子不会有今天。”母亲面对不懂事、不服管教的孩子，没有放弃；面对社会的压力，没有低头，因为她知道法轮大法教人要做好人，无私的人。所以她堂堂正正地做人，给我、给她周围的人事事处处都做出了榜样。（文 / 一个法轮功学员的儿子）



16

经常去赌博，不管他的学习，他经常旷课，花钱如流水。我和他认识后，他常来找我玩，尤其放假更是每天都在一起。他经常拽我去饭店吃喝，有一天他带我去网吧过夜，第二天早晨才回家。他和人打架，我就拿铁棍子、小刀去助阵。为此母亲经常开导我，不能做不好的人，不能给社会带来麻烦。那时我逆反心理很强，听不进去劝告。她给我交钱上补习班，我带着书本出去玩够了才回家。

为了在假期能约束我，从我十五岁开始，每年的暑假母亲都为我找打工的地方，而且专门在她单位附近找，为的是可以抽空看看我在不在。那时父亲不理解她，心疼我，对母亲说：“你就缺那点钱吗？”因为我个子小，年龄小，不会干什么，没有地方要我干活。后来一个个体老板收留了我。我一天干十个小时或更多时间，给我三百元工资。后来老板跟我讲可怜天下父母心时，才告诉我，是母亲找到他说，不嫌给我钱少，就是为了看着我，锻炼我，将来能够自食其力。

我那时只知道挣了钱是自己的，可以自己支配，所以开支回来钱也花光了，母亲从来不责怪我，只是提醒我挣钱不容易，买些有用的东西。

在一次暑期打工中，我和另一个打工的大学生发生口角，他比我大，我打不过他吃了亏。为了讨回来，我就利用午休时到他宿舍，趁他不妨，用脚踢他的头，我以为可以跑掉，没想到他爬起来追上

13

经常去赌博，不管他的学习，他经常旷课，花钱如流水。我和他认识后，他常来找我玩，尤其放假更是每天都在一起。他经常拽我去饭店吃喝，有一天他带我去网吧过夜，第二天早晨才回家。他和人打架，我就拿铁棍子、小刀去助阵。为此母亲经常开导我，不能做不好的人，不能给社会带来麻烦。那时我逆反心理很强，听不进去劝告。她给我交钱上补习班，我带着书本出去玩够了才回家。

为了在假期能约束我，从我十五岁开始，每年的暑假母亲都为我找打工的地方，而且专门在她单位附近找，为的是可以抽空看看我在不在。那时父亲不理解她，心疼我，对母亲说：“你就缺那点钱吗？”因为我个子小，年龄小，不会干什么，没有地方要我干活。后来一个个体老板收留了我。我一天干十个小时或更多时间，给我三百元工资。后来老板跟我讲可怜天下父母心时，才告诉我，是母亲找到他说，不嫌给我钱少，就是为了看着我，锻炼我，将来能够自食其力。

我那时只知道挣了钱是自己的，可以自己支配，所以开支回来钱也花光了，母亲从来不责怪我，只是提醒我挣钱不容易，买些有用的东西。

在一次暑期打工中，我和另一个打工的大学生发生口角，他比我大，我打不过他吃了亏。为了讨回来，我就利用午休时到他宿舍，趁他不妨，用脚踢他的头，我以为可以跑掉，没想到他爬起来追上

13

我，把我打的眼睛充血、眼眶青紫，象个熊猫眼。领导让双方家长都来，母亲到时看到我一副惨状，不动声色。询问事情经过，我自知理亏什么也说不出来。问那个大学生哪里不舒服，他说头疼。母亲对我的伤势只字未提，关切的问他还有什么症状，并且批评我这样做后果很危险。她向领导承认没有教育好我，一定及时医治，并且将家庭电话、单位电话都留给了那个大学生，好随时和我们联系。到医院后，那个大学生只是拿了药没有做CT检查，他说先吃药，观察一下再说吧。

母亲领我回家，在路上为我买了桃子。我犯了错误，有什么脸面吃桃？我说别买了，看病都花不少钱了。母亲说记住这次教训，以后不要再犯就行了。母亲对我的关心与宽容使我无地自容，当时只知道一个劲地说：“以后我再也不给你找麻烦了。”

母亲每天给那个大学生打电话问候病情，假日她又带上水果去看他。并且见到领导，领导讲对方母亲也来过了，听说我母亲一直没有推卸责任，放心的走了。那个大学生对我母亲说：“其实那天我也没有那么严重，他踢我头，他太狠了，我只是心里不平衡。”当他看到母亲的大度、善良时，他就不忍心让我们这个单薄的家庭再花钱为他检查，不然的话真的不会饶了我。



我，把我打的眼睛充血、眼眶青紫，象个熊猫眼。领导让双方家长都来，母亲到时看到我一副惨状，不动声色。询问事情经过，我自知理亏什么也说不出来。问那个大学生哪里不舒服，他说头疼。母亲对我的伤势只字未提，关切的问他还有什么症状，并且批评我这样做后果很危险。她向领导承认没有教育好我，一定及时医治，并且将家庭电话、单位电话都留给了那个大学生，好随时和我们联系。到医院后，那个大学生只是拿了药没有做CT检查，他说先吃药，观察一下再说吧。

母亲领我回家，在路上为我买了桃子。我犯了错误，有什么脸面吃桃？我说别买了，看病都花不少钱了。母亲说记住这次教训，以后不要再犯就行了。母亲对我的关心与宽容使我无地自容，当时只知道一个劲地说：“以后我再也不给你找麻烦了。”

母亲每天给那个大学生打电话问候病情，假日她又带上水果去看他。并且见到领导，领导讲对方母亲也来过了，听说我母亲一直没有推卸责任，放心的走了。那个大学生对我母亲说：“其实那天我也没有那么严重，他踢我头，他太狠了，我只是心里不平衡。”当他看到母亲的大度、善良时，他就不忍心让我们这个单薄的家庭再花钱为他检查，不然的话真的不会饶了我。



到我开支那天，母亲嘱咐我利用自己的工资给那个大学生买东西表示道歉。那个大学生对我说：“你母亲真好，你要象她那样就好了。”从那以后我再没有打过架。

以后暑假打工挣的钱我没有再乱花，而是分成四份，我、父亲、母亲和姥姥每人一份。他们没有想到我能有如此巨大的变化，会尽孝心了。

### 回报母爱

我十七岁时才明白了我的母亲是怎么的不容易。那时在非典期间，我们在学校都不让出校门。老师要求我们给家长写封信，我不知道该写些什么。可在闲暇时间经常想到母亲，我开始反思自己在家的种种行为。有时自己都骂自己，为什么那么不懂事。我扪心自问自己对母亲的爱有多少呢？我不理解母亲的辛苦与无私，不能和她心平气和的聊天，有时母亲只不过多说我几句我就火冒三丈。那时我不知道我的将来怎么样，可是我知道有了母亲的关爱我很幸福。

我在信中给妈妈写了一首诗：

“有风吹过的地方，就有您的爱滋生。  
有水流过的地方，就有您的爱流淌。  
人生的路漫漫长长，您的爱无限宽广。”

到我开支那天，母亲嘱咐我利用自己的工资给那个大学生买东西表示道歉。那个大学生对我说：“你母亲真好，你要象她那样就好了。”从那以后我再没有打过架。

以后暑假打工挣的钱我没有再乱花，而是分成四份，我、父亲、母亲和姥姥每人一份。他们没有想到我能有如此巨大的变化，会尽孝心了。

### 回报母爱

我十七岁时才明白了我的母亲是怎么的不容易。那时在非典期间，我们在学校都不让出校门。老师要求我们给家长写封信，我不知道该写些什么。可在闲暇时间经常想到母亲，我开始反思自己在家的种种行为。有时自己都骂自己，为什么那么不懂事。我扪心自问自己对母亲的爱有多少呢？我不理解母亲的辛苦与无私，不能和她心平气和的聊天，有时母亲只不过多说我几句我就火冒三丈。那时我不知道我的将来怎么样，可是我知道有了母亲的关爱我很幸福。

我在信中给妈妈写了一首诗：

“有风吹过的地方，就有您的爱滋生。  
有水流过的地方，就有您的爱流淌。  
人生的路漫漫长长，您的爱无限宽广。”