

明慧
期刊

慧声

总第 91 期
2026 年 2 月

宇宙之光从天降 明心慧智沐瑞祥



目录

新年到，过年好

3 卷首语

4 神奇的大自然

唐宋盛世的元宵节

9 慧思考

外星人来过吗？

11 成长故事

走出“刀光剑影”虚拟世界的艺术少年
各地大法小弟子的新年祝福

17 慧知天下

神韵抵达英国 52 场演出再现艺术之美

20 慧探索

恶魔的谎言 天安门的诡火

22 慧心语

从“吃唐僧肉可长生不老”说起

25 慧学经典

忍的故事几则

新年到 过年好
贴春联 放鞭炮
爆竹一响旧岁了
年兽见了赶紧跑

新年到 过年好
一家老小哈哈笑
初一饺子锅里跳
十五灯火闹元宵

新年到 过年好
穿新衣 戴新帽
走街串巷拜个年
笑声一路跟着跑

新年到 过年好
三退避疫要记牢
真善忍 心里照
平安健康跑不了



唐宋盛世的元宵节

元宵节一到，转眼间，街头巷尾又开始热闹起来了。元宵节从汉代兴起，到了唐宋，几乎被过成了一个“全国嘉年华”。如果我们翻开古书，就会发现——那时候的元宵夜，真的可以用一句话形容：灯一亮，整座城都不睡了。

唐朝的元宵夜 灯海翻涌，歌舞通宵

唐朝以后，常常在正月十五打开居民区的门，点起灯笼。唐朝的居民区和商业区分开，这里是指居民区的围墙的大门。

唐玄宗的元宵灯会上，有歌舞、杂技、魔术、山车、旱船、寻橦、走索、丸剑、角抵等百戏，

也有胡旋舞、柘枝舞、霓裳羽衣舞、龟兹乐、天竺乐等乐舞，还有琵琶、笙、笛、篳篥、拍板等组成的伴奏乐团。

元宵节的灯笼也出落的千姿百态，错落有致，富丽清雅，各有千秋。汉朝时，人们多用黄色灯笼。到了唐朝，灯被一层层搭起，变成高大的灯楼。唐玄宗时，元宵夜在上阳宫点起二十座灯楼，高达一百五十尺，灯火如昼。

上阳宫的灯楼建成后，史上有名的道士叶法善从圣真观来观赏。只见上阳宫金碧辉煌，二十座灯楼座座悬以珍珠明玉，灿烂灯火映照着莹润的珠玉，在微风的吹拂下音韵悠扬。叶法善称赞说这真是皇家

气派，宫中的灯笼不同凡响。然后淡淡地说，凉州的灯笼虽然不比皇宫，但是也值得一看呢。唐玄宗问到，难道你看过凉州的灯笼吗？要知道，这二人此时在长安，凉州在现在的甘肃武威。叶法善说，我刚从那回来。唐玄宗好奇地说，我也想去。叶法善说这个容易。于是让唐玄宗闭上眼睛，一会儿功夫，唐玄宗再睁开眼睛时，已经到了凉州街上。唐玄宗兴致正高，随手拿出一柄铁如意换酒助兴，直到玩尽兴才回宫。此时宫中的歌舞尚未停歇。

唐玄宗尝了一次甜头，再怀疑叶法善的本事。有一年，玄宗问，今年哪里最热闹？叶法善说，广陵最热闹。玄宗说，我也想去。一会儿功夫，殿前出现了一座彩虹桥，叶法善说，桥已成。玄宗带着杨贵妃和乐官登桥，一会儿就到了广陵。玄宗大为高兴，让乐官演

奏一曲《霓裳羽衣曲》后回宫。几十天后广陵官员上书说，正月十五有一队仙人来了，演奏了一曲《霓裳》后又走了。玄宗大喜。

宋朝的元宵节 灯火辉煌的繁华盛世

宋朝沿袭了唐朝的习惯，元宵节的前后各一天，城里灯火通明，皇宫大门前搭起高高的灯楼，影灯闪动，露台上接连上演各种表演。皇上先到道观上香祈福，接着登上灯楼赏灯，一边看满城灯火，一边设宴招待大臣。

周边国家的使臣随着本国的歌舞乐队在灯楼下列开。东华、左右掖门、东西角楼、城门大道、大宫观寺院都搭起了山棚，奏乐张灯，皇城的内城墙上都挂满了灯笼。晚上，把旧城门打开一直到天亮，让读书人和百姓尽情观看，后来增

台湾数万人登法船 体验祥和美好

二零二二年台湾元宵节灯会



台湾法轮功学员制作的巨型“法船”花灯，在夜色下金碧辉煌，璀璨亮丽。“法船”有六层楼高，可以承载上百人。

加到了正月十七和十八两天。到了宋徽宗政和年间，下诏放灯五天。正月十八谓之收灯，最后一曲歌毕，开始拆除灯楼：“楼台寂寞收灯夜，里巷萧条扫雪天。”

宋朝的元宵节有多繁盛呢？从前一年的冬至后就开始准备了。在京都开封内，搭起山棚供人表演观看。搭起的山棚正对着宣德楼。游人涌到御

街上来观看热闹，“两廊下奇术异能，歌舞百戏，鳞鳞相切，乐声嘈杂十余里。”

元宵节从唐宋盛世到清朝，一直都是重要的节日。至今，中国西南的一些地区，把过大年三十叫做小年，而把元宵节称作大年。千年前的元宵节，节日氛围的浓厚，灯笼的精巧新奇，远非今日所能相比的啊！🧧



外星人来过吗？

有一天，如果你抬头看天空，突然有人告诉你：“也许，我们并不是宇宙里唯一的生命。”你会不会觉得有点不可思议，又有点好奇呢？

最近，有一部美国纪录片就讲了这样一件事。它的名字叫《揭露时代》(The Age of Disclosure)，由丹·法拉(Dan Farah)执导，于SXSW(South by Southwest Film Festival)电影节首映。该片采访了34位美国政府、军方和情报界的高级官员。

这部影片其实只想说一件事：宇宙并不只有人类，只是这个秘密，被藏了很久很久。这部纪录片提醒人们，如果重要的信息长期被少数人掌握，

不但会让公众被蒙在鼓里，也可能让国家之间的竞争变得更加危险。

影片中提到，一些不是人类的智能生命，早在几十年前就已经和地球有过接触。美国政府从1947年著名的罗斯威尔事件开始，就已经知道这些情况，还回收过来历不明的飞行器，以及并非人类的生物遗骸。根据受访者的说法，这些飞行器拥有远远超过人类的技术，它们的移动方式不像飞机，更像是在空间中“滑行”，有时能瞬间加速到极高速度，有时又能从极高的空中笔直落下，这些现象用现在学到的物理知识很难解释。

那为什么这些事情在很

长一段时间里，很少被公开讨论呢？影片给出的解释是：这些现象从一开始就被当作高度敏感的问题来处理。相关机构长期运行着严格保密的研究项目，用来调查和分析这些不明现象，并把资料限制在很小的范围内流通。这样做的初衷，往往是担心信息突然公开会引发恐慌，或带来难以预料的影响。久而久之，一些目击者的说法没有得到足够重视，相关讨论也逐渐淡出了公众视野。

影片还强调，这并不是某一个国家单独面对的问题。美国、中国、俄罗斯等多个国家，都在各自的体系内研究这些回收来的技术，希望弄清它们是如何运作的。原因并不复杂：如果某种新技术真的存在，它可能会深刻改变未来的科技发展和国际格局。正因为影响巨大，各国都选择了谨慎而保密的方式推进研究。这种长期而

低调的探索，有人将其比作一项规模极大的历史工程，而其中的大多数细节，至今仍未被完全公开。

了解真相，并不是一件轻松的事。它需要人愿意正视事实，也需要理性和勇气。《揭露时代》在2025年出现，让一些长期被忽视的问题重新被看见。过去，那些关于UFO的目击、关于未知现象的讨论，常常被贴上各种标签，很少被认真对待。而现在，越来越多的人开始选择开口，选择倾听，也选择自己去判断。

这并不意味着所有谜团都已解开，但至少说明，我们看到的并不是全部。真相会走到哪一步，还需要时间；人类会如何面对这些发现，也仍然是一个正在展开的故事。真正重要的，或许不是立刻得到答案，而是我们是否愿意继续追问、继续思考。🍎

走出“刀光剑影”虚拟世界的艺术少年

李鑫是一名来自美国加州的华裔少年，他从小就弱不禁风，孱弱的身躯总是比其他小朋友要多穿两、三件衣服。而且还经常感觉疲惫，稍不注意就感冒发烧，一发烧就得躺在床上一个星期的时间。

李鑫虽然身体孱弱，但从小就喜爱画画，他喜欢用黑水笔勾画那些打打杀杀的画面，画了一本又一本，而且非常投入。他的妈妈常常看到他一个人在书房，手里拿着画笔，嘴里念念有词：“冲啊！杀啊！”完全沉浸在刀光剑影的厮杀世界，帮助笔下的人物呐喊助威。

李鑫这种情况让他的妈

妈可愁坏了，心疼之余也难免偶尔迁就他。比如，他热爱电子游戏，为了玩游戏方便，他要求妈妈买一台新电脑。一开始一向节俭的妈妈不同意，但禁不起孩子躺在地上打滚闹脾气，无奈之下只好迁就，买了。

转学迎来契机

李鑫十三岁那年，转学到旧金山一所艺术中学，他与同班同学弗雷德（Fred）一见如故，总是一起玩耍。他什么都喜欢听弗雷德的，只要是弗雷德说的，他都支持和跟随，像个小跟班似的。

后来，李鑫不断地跟他的

妈妈请求：要搬去弗雷德家里住。最后妈妈也只好答应了。

弗雷德全家人每天都有一段一起读书的时间，他到那儿后，也很自然地和大家一起读书。一段时间之后，他感觉到自己生活得比以前容易很多。

李鑫说：“以前对很多事情不清楚，是好是坏也分不清，不知道该怎么做，其实挺烦的。现在感觉轻松容易多了，就是按照真、善、忍的标准去衡量，就知道什么是对、什么是错，所以就不累，也不用纠结很多了！”

弗雷德一家人每天在读什么样的书籍呢？为什么让李鑫有这种心境的转变？原来，是法轮大法（又称法轮功）主要著作《转法轮》。

孱弱倔强变阳光温暖

李鑫住在弗雷德家里不久，他之前体弱多病的情况明

显改善，精神越来越好，衣服不用多穿了，以前病恹恹的样子烟消云散，看起来就是个阳光少年，让他的妈妈欣喜不已。

有一次，李鑫和他的妈妈通电话，妈妈跟儿子说了自己在家不愉快的事。李鑫静静听完后说：“妈妈，其实您应该去理解一下对方的情况和心情，可能他也有他的难处和无奈，尽量去理解体谅一下吧！”李鑫的妈妈听后大吃一惊，不敢相信，而更意外的是，这一番话竟然是一年前还会躺在地上撒泼打滚的那个宝贝说的。

李鑫妈妈非常激动，把这件事和更多家人分享：“简直难以相信，这种话是从一个十四岁的孩子嘴里说出来的！”通过这件事情，李鑫的妈妈感悟到法轮大法改变人心的力量。

李鑫原本笔下打打杀杀的画风不见了，现在的画作充满金色光明的美好。其中一幅题



李鑫获奖绘画作品“莲花Lotus”。（李鑫提供）

目为《金色的大海》的画作，首次参加全美青少年美术作品比赛即脱颖而出，获得优秀奖。这幅画作在学校也被其他家长看中，愿意出价500美元买下。以后他年年参赛，屡屡获奖，他的作品甚至还被当成获奖作品集的封面！

当李鑫被问到为什么有这

样的改变时，他感叹地说：“大法改变了我！”作品反映出创作者内在的修为，纯正的艺术作品会让人们感受到正面能量，进而打动人心。李鑫因为修炼法轮大法，要求自己做一个真、善、忍的好人，为别人着想的人，他的作品也带给人们希望与光芒。☸

各地大法小弟子的新年祝福

法轮大法小弟子们沐浴在大法的恩泽之中，从小牢记真善忍，纯净又善良。有的大法小弟子四、五岁便能背诵大法师父的《洪吟》《论语》等诗文，大法开智开慧。在新年佳节到来之际，大法小弟子们也在父母或祖父母的帮助下，给慈悲伟大的李洪志师父献上一份纯真的问候，谢谢师尊的慈悲救度！本文摘选部分大法小弟子的新年祝福。更多完整祝福与贺卡，可通过翻墙访问明慧网查询观看。

黑龙江省齐齐哈尔市富裕县一大法小弟子说：“我是师父的小弟子，今年五岁了。我从出生就听着师父的法长大的，因为妈妈哄我，特别是睡觉之

前大多都是背《洪吟》《论语》，所以我刚刚冒话时，就会接妈妈背的《洪吟》每句诗中的最后一个字。我从四岁就开始学《转法轮》了，第一遍是每天学两页，大人念一句，我念一句。从第二遍开始每天学三页，



现在第三遍学到第四讲了。现在有些字我都认识了，可以自己读很多法了。我有时候能看到师父法身，还有法轮和莲花。可有的时候我也贪玩。但我会好好学法，听师父的话。谢谢师父！”

北京一大法小弟子说：“我是听着《转法轮》长大的孩子，现在上学了。上学前，我就能对汉字过目不忘，这是师父给我开智开慧了，是师父给小弟子的恩典，我很感恩也很珍惜，我很想念师父。”

江苏省一大法小弟子说：“在新的一年里，我一定努力做到以真、善、忍的标准严格要求自己。”

辽宁省本溪市一大法小弟子说：“师父您好！小弟子思念您。我经常向师父法像敬礼，大声念：法轮大法好！真善忍好！谢谢师父。合十。”

四川省南充市一大法小弟子

说：“感恩师父给予我的，用语言是表达不了的。我只有听师父的话，按真、善、忍的标准要求自己的言行，经常背《论语》《洪吟》，诚心敬念‘法轮大法好，真善忍好’，才不辜负师父的慈悲保护。”

吉林省公主岭市一位五岁大法小弟子说：“新的一年转眼来临，五岁大法小弟子向师父问好。我喜欢唱大法歌曲。长大以后，我要看奶奶天天看的《转法轮》这本宝书。”

上海一大法小弟子说：“师父您好！过年了，祝您新年快乐！我是您的小弟子，今年六岁。我是前年跟着奶奶学法的，我很愿意学法、看少儿节目。奶奶炼功、发正念，我也跟着学动作。奶奶教我按真、善、忍做个好孩子，不和小朋友争吵，要善待别人，我要做到！”


辽宁省朝阳市一大法小弟子说：“慈悲伟大的师尊：您辛



苦了！在您的慈悲救度和保护下，我正在茁壮成长。您陪伴我读书，引领我走正修炼的路，使我感到无比温暖。我记住了您的教诲，好好学法，抓住机遇讲真相救众生。感恩师尊的慈悲苦度！”

四川省成都市一位大法小弟子说：“我是大法小弟子，师父为我净化身体，开智开慧。

在新年到来之际，我给伟大的师父送上新年祝福！我要做一个真正的大法小弟子，不让师父操心。感谢师父的慈悲保护，恭祝师父新年快乐！”

河南省平顶山市一五岁大法小弟子说：“我很想念师父，我今年会读、背《论语》，也开始读《转法轮》了！祝师父新年好！”

神韵抵达英国 52 场演出再现艺术之美

2025年12月31日，冬天的伦敦还带着清晨的凉意，美国神韵艺术团的艺术家们已经抵达了英国伦敦希思罗机场，正式开启2026年在英国的巡回演出旅程。机场里一下子热闹了起来，前来迎接的英国观众和粉丝们兴奋地挥手、欢呼，有人高声喊着“我爱神韵”“欢迎神韵来到英国”。冬日的阳光透过高大的玻璃窗洒进大厅，映着艺术家们轻快的脚步和灿烂的笑容，也让人对新一年的演出充满期待。

2026年对神韵来说，是一个意义非凡的年份。这一年，神韵艺术团迎来了成立二十周

年，并取得了非凡的成就。神韵走遍世界各地，用舞蹈和音乐复兴中国传统文化，而英国作为世界闻名的戏剧和艺术之都，在这里演出更显得格外特别。五千年的东方文明，再一次走上了西方艺术舞台。

在神韵的舞台上，观众可以看到各种鲜活的历史画面：端庄优雅的唐代仕女、驰骋沙



场的古代将军、温文儒雅的读书人，还有活泼灵动的少数民族少女。这些人物并不是用语言讲出来的，而是通过中国古典舞“跳”出来的。舞蹈演员们说，要把人物演活，不只是动作到位，还要真正理解人物所生活的时代和精神。

神韵主要领舞演员周思妮分享说，每次准备角色时，她都会先研究历史背景，再在舞台上想象自己真的走进了那个朝代，用舞蹈把故事讲给观众听。另一位主要领舞演员黄杰则表示，中国古典舞是一种身体语言，需要一步一个脚印地练习。他说，这就像做人一样，不能急，只有踏踏实实地付出，才能有所收获。

支撑艺术家们不断精进的，不只是对艺术的追求，还有他们共同珍视的信念——真、善、忍。周思妮说，学习舞蹈让她学会了耐心，也提醒

自己每天努力做一个更好的人，尽力帮助身边的人。黄杰则引用《道德经》里的话来形容学舞的过程：“千里之行，始于足下。”他说，修炼让他在面对事情时，更懂得用真、善、忍来要求自己。

神韵的音乐同样令人难忘。舞台上既有气势恢宏的西方交响乐，也有充满东方韵味的中国传统乐器。其中，最容易打动人心的，常常是那把只有两根弦的二胡。神韵二胡演奏家马凯希说，中国古人相信音乐可以与人的内心产生共鸣，平和优美的乐音能安抚情绪，让人感到宁静与温暖。她说，能把这样纯正的中国音乐带给世界各地的观众，所有付出都是值得的。

神韵主持人约翰·佩里介绍说，如今神韵已经发展成拥有八个艺术团、八个现场乐团的世界级演出团体。2026



神韵主要领舞演员周思妮在伦敦希斯罗机场接受采访

年，神韵将走遍五大洲、二十多个国家和上百座城市，为全球观众展现共产主义之前、充满信仰与道德力量的中国传统文化。许多观众在看完演出后都会说，神韵让他们感到振奋、被触动，甚至重新思考人生。

在英国，神韵还没正式登台，演出票就已经热销。多个城市的演出提前售罄，英国主办方表示，英国观众对神韵有

着特别的喜爱。她说，英国观众懂艺术，也能感受到神韵所传递的深层文化与精神内涵，这正是神韵一次次打动人心的原因。

有人跳舞，是为了掌声；而神韵的艺术家们跳舞，是为了把善良、勇气 and 希望带给世界。当大幕拉开、音乐响起，那不仅是一场演出，更是一段跨越五千年的文化旅程。🍏

恶魔的谎言 天安门诡火

有一句老话说：“兼听则明，偏信则暗。”意思是，如果只听一种声音，很容易被带着走；多听、多想，反而更容易看清事情。

很多人会觉得，只要是政府说的话，应该就是真的。但是有句话很有道理：当一个社会只允许一种声音存在，那种声音几乎一定是谎言。

很多中国人都听说过“法轮功”这个名字，可是真正了解法轮功的人却不多。对不少人来说，这个词一出现，脑子里立刻浮现的，是从电视、报纸和新闻里看到的那些负面形象。但如果停下来想一想，这些印象，几乎都来自同一个地方——政府控制的宣传。

实际上，法轮功又叫法轮大法，是一种以真、善、忍为原则的修炼方法。在1992年从中国传出后，很多人因为修炼法轮功，身体变得更健康，性格也更平和、更宽容。短短几年，就有上亿人开始修炼。后来，即使在中国遭到打压，法轮功依然传播到了世界各地，在一百多个国家都有人修炼。如果法轮功真的像宣传中说的那么可怕，又怎么会被这么多不同国家、不同文化的人接受呢？只要稍微想一想，就会发现，这里面至少有一些说法，是说不通的。

因为修炼法轮功的人越来越多，1999年，中共最高领导人发动了对法轮功的全面

打压。从那年夏天开始，铺天盖地的指责和攻击出现在媒体上。其中影响最大的一件事，是2001年的除夕夜，发生的一场“天安门自焚”的事件。电视里反复播放画面，说这是法轮功造成的，很多人也因此开始仇恨法轮功。

可如果认真看，就会发现画面里有不少奇怪的地方：被严重烧伤的人、气管刚做过切开手术，却还能清楚地唱歌；装着汽油的塑料瓶，在大火中竟然没有被烧坏；镜头的角度和出现的时机，也和正常的现场记录不太一样。后来，甚至有参与报道的记者承认，有些画面是后来补拍的。随着时间推移，越来越多人意识到，这并不是一次真实记录，而是一场精心设计的宣传。

当谎言被反复讲，人们就容易把它当成事实。当一个群体被长期抹黑，很多人会觉得

他们“活该被对付”，甚至选择旁观，认为“和自己没关系”。可问题在于，当社会习惯用谎言去对付一部分人，这种方式并不会只停在那里。

后来发生的一些事情，让越来越多人感到不安。年轻的学生突然失踪，却找不到合理解释；坚持良心的医生离奇去世，却被迅速定性为“意外”；公众提出疑问，却被删帖、封号、噤声。一件件事情，让人慢慢发现，被伤害的，早已不只是法轮功这一个群体。

当善恶被颠倒、谎言被当成真相时，没有人能真正置身事外。今天看起来“离自己很远”的事，明天也可能发生在自己身上。

同学们呢，是不是从来没想过，原来所谓的“天安门自焚”事件，完全是个彻头彻尾的谎言呢？当你愿意倾听不同的声音，你已经接近真相了。🍎

从“吃唐僧肉可长生不老”说起

在《西游记》里，妖魔界一直流传着一个传说：只要吃了唐僧的肉，就可以长生不老。于是，各路妖魔鬼怪一听说唐僧出现，都会兴奋起来，想尽办法把他抓走。唐僧多次被关进妖怪的洞府，有的妖怪想煮他，有的想蒸他，差一点就成了桌上的“长寿大餐”。

这个“吃唐僧肉可以长生不老”的说法，是从哪里传出来的，已经没有人说得清了。但妖怪们却深信不疑。对它们来说，为了长生不老，它们可以不计代价，也不再顾及别的事情。

没有想到，《西游记》里

的桥段，竟然在当今这个社会，有了现实的版本。

在今天的中国，中国共产党正在实施一种“活摘器官”的暴行——也就是在人还活着的时候，把身体里重要的器官强行取走，用来为中共高官或有钱的外国人延长生命。有越来越多的证据显示，中共从迫害法轮功学员开始，多年来逐渐形成一套完整的活摘器官体系。后来，这套系统被扩大使用，甚至发展成面向全球的器官移植产业，越来越多的青少年也被卷入其中。在中国，只要有足够的钱，等待器官的时间可以短到不可思议，而在其



他国家，这几乎是不可能发生的事。

有些孩子在某一天突然失踪，再也没有回家。中国到处都是摄像头，街道、学校、车站几乎无处不在，但这些孩子，却像被从现实中抹去了一样，没有留下任何的去向。有些医院长期为中共高官服务，甚至提出计划，声称可以让他们活到150岁。支撑这些说法

的，并不是什么神秘的科技，而是不断更换来自他人的健康器官。慢慢地，年轻、健康的青少年，成了最容易被下手的对象，就像故事里的唐僧一样，被当成可以长生不老的“灵丹妙药”。

同学们，在这样的现实里，学会照顾好自己，就变得特别重要。出门的时候，尽量不要一个人。遇到需要抽血、体检，



千万不要答应。要知道有很多的青少年，就是在参加完学校组织的抽血、体检之后，就突然消失，或者离奇死亡。等到家长赶到学校，甚至连尸体都见不到。过年期间，平平安安最重要。

这些年，已经有数以亿计的人选择用自己的方式，与中国共产党保持距离。他们退出了曾经在年少时被要求加入的少先队、共青团或共产党，这件事被称为“三退”。对很多人来说，这不是一时冲动，

而是在看清一些事情之后做出的决定。他们希望不再被谎言和暴力绑在一起，选择善良与正直，也是在为自己和家人留下一条更安全的路。

《西游记》里的妖怪，最终都没有好下场。历史一再表明，伤害无辜的人，终究要为自己的行为承担后果。生命不是可以被计算、被利用的“资源”，也不是任人宰割的“唐僧肉”。我们每一个人，都是有尊严、有价值、不可替代的鲜活生命。

忍的故事几则

《说文解字》中解释“忍”字，说它的意思是“能”。而“能”这个字，在《说文解字》里又被归为“熊属”。书中说：“能兽坚中，故称贤能；而强壮，称能杰也。”意思是说，熊这种动物，内里坚实、力量强大，所以古人用它来比喻真正有能力、有担当的人。

因此，“忍”这个字，从字源上看，并不是软弱、退缩的意思，而是一种内在强大、能承受重压的能力。这也解释了为什么华夏民族的始祖黄帝，被称为“有熊氏”。

在《山海经》中，大禹治水时，曾化为神熊，开山辟地、披荆斩棘。这一形象，正是对“熊之贤能、坚韧本性”的描写，

也进一步说明，“忍”所包含的，是一种能在艰难环境中坚持到底的力量，而不是退缩逃避。

苏武牧羊：

在极端困境中守住初心

公元前一百年，匈奴向汉朝示好，意图修复关系。汉武帝派苏武率百余人出使匈奴，作为回访与答谢。然而，当苏武一行准备返回汉朝时，匈奴内部发生动乱，苏武等人被扣押下来，并被要求归顺匈奴。

在匈奴，最高统治者“单于”先派已经投降的汉朝降臣前去游说苏武，用自己因投降而得到的金钱与官位现身说法，劝他低头。苏武却态度坚定，严词拒绝。单于见软的不

行，便改用强硬手段，将苏武关进地窖，不给吃喝，企图用长期折磨迫使他屈服。

当时正值隆冬，大雪纷飞。苏武被囚于地窖之中，断绝粮食。口渴时，他抓雪充饥；饥饿难耐时，便将毡帐上的羊毛撕下，与雪一同吞咽。在极寒与饥饿中，他以几乎不可能维生的方式，硬生生撑了下来。单于见所有办法都无法动摇他的意志，只好将他流放到北海——荒无人烟之地放牧，并讥讽他说：“等公羊生了小羊，你再回汉朝吧。”

被送到北海后，苏武身边没有同伴，也没有粮食。匈奴不给他口粮，他便挖野鼠洞里的草根充饥；天寒地冻时，就挤在羊群中取暖。陪伴他的，只有那根象征大汉朝廷使命的旌节（使节信物）。

单于仍不死心，又派另一名汉朝降臣前来劝说，语气诚

恳，反复陈说利害。苏武却平静地说，自己早已做好必死的准备，如果一定要他投降，那就请让他当场赴死。劝降者被他的赤诚震撼，含泪叹道：“真是义士！我们这些劝降之人，实在罪孽深重。”说罢泪洒衣襟，离他而去。

十九年过去了，苏武须发尽白。后来汉朝偶然得知他的下落，才将他接回长安。苏武出使时正当壮年，归来时已是苍苍老者。

唾面自干： 忍而不动的智慧

唐朝武则天时期，娄师德为宰相。他的弟弟娄思颖被任命为代州刺史，临行前，娄师德提醒他说，家族荣耀过盛，容易招人嫉妒，必须谨慎自守。娄思颖回答说，今后即便有人往他脸上吐口水，他也绝不还嘴，只会把口水擦去。

娄师德却指出，这样做反而不妥。别人吐口水，是在发怒；你立刻擦掉，说明你心中不满，只会激起更大的怒气。真正贤明的做法，是微笑着承受，让唾沫不擦自干。这便是“唾面自干”的由来，比喻在极度侮辱面前，仍能保持不动之心。

被排挤而不争是更深一层的忍

娄师德曾举荐狄仁杰为宰相，却从不向人提起。狄仁杰拜相之后，对此毫不知情，反而多次排挤娄师德，将他外放任职。娄师德始终没有辩解，也没有怨言。

后来，武则天察觉此事，问狄仁杰娄师德是否贤明、是否知人。狄仁杰的回答都十分冷淡。武则天这才点破事实，说自己任用狄仁杰，正是娄师德的推荐，并拿出了当年的奏章。狄仁杰这才恍然大悟，羞

愧叹道，自己受娄师德宽容相待却毫不自知，实在远不及他。

常德不离，忍而不失其本

老子在《道德经》中说：“常德不离，复归于婴儿；常德不忒，复归于无极。”意思是说，德行不失，就能回到婴儿般的纯真；德行不偏，就能回到无极的本源。

苏武在极端困境中，以超常之忍，持节守志，不改初心，是“常德不离”；娄师德身居高位，器量宽厚，举荐贤能而不求回报，是“常德不忒”。二人所展现的忍，并非退让，而是在任何处境中，都不偏离内心所守的那条正道。

同学们，读了这些小故事，是不是发现，“忍”并不是软弱，而是一种内心强大的表现？它让人在困境中守住原则，在诱惑和侮辱面前不失本心，这正是“忍”真正的力量所在。🍏

你知道吗？

百度和谷歌的最大差别是，百度只允许你看到中共所允许的信息。谷歌允许你看到你在中国大陆使用“翻墙软件”之后才能看到的信息。

“翻墙软件” 为你打开一片新天地

电脑版：<https://j.mp/fgp88>

安卓VPN：<https://j.mp/fgv88>



自由门电脑版



自由门安卓版

