

生命抉择

此时为人不一般，
正邪善恶细思辨，
人生虽短路漫漫，
十字路口作抉择，
大法弟子不简单，
邪恶命令若不抗，
对照宪法和法律，
正义良心知善恶，
大德用权保正义，
少德之人缺心眼，
危难之时见真性，
生命从此大分流，
性命攸关细思量，
别看日子尚依然，

多听多看才不冤。
劝君珍惜这机缘。
生命归宿在哪岸。
人人都要交答卷。
历史难题担上肩。
等于拿命掌中玩。
信仰自由理当然。
夹缝之间巧周旋。
造福儿孙万万年。
拒绝真理信谎言。
位置摆放在其间。
天堂地狱非空谈。
神目如电天有眼！
真相一显全兑现！

善心善念善待法



真福真报真永远

生命抉择

此时为人不一般，
正邪善恶细思辨，
人生虽短路漫漫，
十字路口作抉择，
大法弟子不简单，
邪恶命令若不抗，
对照宪法和法律，
正义良心知善恶，
大德用权保正义，
少德之人缺心眼，
危难之时见真性，
生命从此大分流，
性命攸关细思量，
别看日子尚依然，

多听多看才不冤。
劝君珍惜这机缘。
生命归宿在哪岸。
人人都要交答卷。
历史难题担上肩。
等于拿命掌中玩。
信仰自由理当然。
夹缝之间巧周旋。
造福儿孙万万年。
拒绝真理信谎言。
位置摆放在其间。
天堂地狱非空谈。
神目如电天有眼！
真相一显全兑现！

善心善念善待法



真福真报真永远

福音



法轮功
身心健康的 选择

福音



法轮功
身心健康的 选择

目 录

- 一名女博士生经历的生死奇迹.....2
- 一位老红军对法轮功的切身体悟.....6
- 法轮功健康访谈录.....10
- 附录：国内调查表明法轮功有祛病健身的奇效

一名女博士生经历的生死奇迹

文/廖佩茹（美国）

【慧园】2004 年农历年刚过，我的手指及手腕疼痛并合并手指脱皮。学校的医生说是电脑族常见的腕管症候群，从此开始吃消炎药与复建的日子。但是每日一颗的消炎药与一个礼拜两次的复建对我的病情似乎没什么帮助，反倒助长我的胃痛。二月底，我的疼痛已经扩散到双手肘与肩膀。三月初，上背与膝盖的灼热疼痛已使我夜间两三点会被痛醒。校医也束手无策，把我送到当地一家大医院的风湿免疫科医生那儿。医生做了血液检查之后，仍无法确定是什么疾病。他只告诉我，如果症状持续三个月以上，就是类风湿性关节炎。未知诊断，病情也每况愈下。



在生病的日子里，我疯也似的寻找网上类似症状的资料，直到所有的关节炎症状我都了然于胸。一切症状都指向我可能得了类风湿性关节炎。我不放弃，尽管筷子都拿不稳了，仍写了好多封电子邮箱

法轮大法称誉世界

法轮功从 92 年在中国传出，至今短短十二年间已传遍世界上六十多个国家，全世界有上亿人修炼法轮功，修炼者按照“真善忍”修心向善，获得了健康的身体和高尚的道德。

世界各国政府、议员、团体组织等纷纷对法轮大法和创始人颁发褒奖及感谢，已达 1223 项。其中美国 1051 项，加拿大 135 项，澳大利亚 12 项，台湾 9 项，中国 99 年以前 6 项，欧洲 6 项，新西兰、日本、印度尼西亚、秘鲁各一项。



2002 年 5 月 13 日，世界各国法轮功学员欢聚加拿大多伦多市，庆祝“世界法轮大法日”。

目 录

- 一名女博士生经历的生死奇迹.....2
- 一位老红军对法轮功的切身体悟.....6
- 法轮功健康访谈录.....10
- 附录：国内调查表明法轮功有祛病健身的奇效

一名女博士生经历的生死奇迹

文/廖佩茹（美国）

【慧园】2004 年农历年刚过，我的手指及手腕疼痛并合并手指脱皮。学校的医生说是电脑族常见的腕管症候群，从此开始吃消炎药与复建的日子。但是每日一颗的消炎药与一个礼拜两次的复建对我的病情似乎没什么帮助，反倒助长我的胃痛。二月底，我的疼痛已经扩散到双手肘与肩膀。三月初，上背与膝盖的灼热疼痛已使我夜间两三点会被痛醒。校医也束手无策，把我送到当地一家大医院的风湿免疫科医生那儿。医生做了血液检查之后，仍无法确定是什么疾病。他只告诉我，如果症状持续三个月以上，就是类风湿性关节炎。未知诊断，病情也每况愈下。



在生病的日子里，我疯也似的寻找网上类似症状的资料，直到所有的关节炎症状我都了然于胸。一切症状都指向我可能得了类风湿性关节炎。我不放弃，尽管筷子都拿不稳了，仍写了好多封电子邮箱

法轮大法称誉世界

法轮功从 92 年在中国传出，至今短短十二年间已传遍世界上六十多个国家，全世界有上亿人修炼法轮功，修炼者按照“真善忍”修心向善，获得了健康的身体和高尚的道德。

世界各国政府、议员、团体组织等纷纷对法轮大法和创始人颁发褒奖及感谢，已达 1223 项。其中美国 1051 项，加拿大 135 项，澳大利亚 12 项，台湾 9 项，中国 99 年以前 6 项，欧洲 6 项，新西兰、日本、印度尼西亚、秘鲁各一项。



2002 年 5 月 13 日，世界各国法轮功学员欢聚加拿大多伦多市，庆祝“世界法轮大法日”。

这其中既有正在进行化疗的肿瘤患者，也有被医生告知不能停药治疗的糖尿病患者。这些现象若站在现代医学的角度上看是完全是超常的。

第三，在修炼前患病的学员中，有一些是患有医学上认为的顽症、绝症或疑难病，他们有的被医院判了“死刑”，有的被权威专家下了无法治愈的定论。可是通过修炼法轮大法，他们却奇迹般地得到了康复，经医院复查，癌细胞消失，绝症杂症消失，恢复了健康。

第四，在法轮大法修炼者中不但病症消失，而且身体普遍出现向年轻方向退的现象。老年修炼者出现皱纹减少，头发变黑，脸色红润，皮肤光滑等“返老还童”之状。特别是难以解释的是，许多老年妇女还会重来例假，其中连 88 岁高龄的老年妇女也出现了重来例假现象，向年青人方向返退。

还有一点很重要的现象是通过修炼，学员普遍地戒掉了不良嗜好，武汉报告显示 99.5% 的学员戒掉了吸烟、饮酒和赌博。这样的情况也是现代医学难以想象的，目前现代医学对成瘾问题基本上是没有有效的办法。

综合上述结果，可以看出法轮功的修炼为学员在生理、心理、家庭、社会及精神各层面带来了极其显著的正面影响。



这其中既有正在进行化疗的肿瘤患者，也有被医生告知不能停药治疗的糖尿病患者。这些现象若站在现代医学的角度上看是完全是超常的。

第三，在修炼前患病的学员中，有一些是患有医学上认为的顽症、绝症或疑难病，他们有的被医院判了“死刑”，有的被权威专家下了无法治愈的定论。可是通过修炼法轮大法，他们却奇迹般地得到了康复，经医院复查，癌细胞消失，绝症杂症消失，恢复了健康。

第四，在法轮大法修炼者中不但病症消失，而且身体普遍出现向年轻方向退的现象。老年修炼者出现皱纹减少，头发变黑，脸色红润，皮肤光滑等“返老还童”之状。特别是难以解释的是，许多老年妇女还会重来例假，其中连 88 岁高龄的老年妇女也出现了重来例假现象，向年青人方向返退。

还有一点很重要的现象是通过修炼，学员普遍地戒掉了不良嗜好，武汉报告显示 99.5% 的学员戒掉了吸烟、饮酒和赌博。这样的情况也是现代医学难以想象的，目前现代医学对成瘾问题基本上是没有有效的办法。

综合上述结果，可以看出法轮功的修炼为学员在生理、心理、家庭、社会及精神各层面带来了极其显著的正面影响。



件给台湾各大医院的风湿免疫科医师请教。他们的回答也多是「你可能得了类风湿性关节炎，但是要回台湾才能确诊」。我的心情越来越沮丧。

随着双脚愈来愈不能行走，我也愈来愈害怕。网路搜寻引擎中类风湿性关节炎的选项我不知点了几次，心里知道类风湿性关节炎是中西医眼里的顽症。不知道病因只知道病程，更没有具体的治疗办法，中西医都只能帮助患者止痛，连延缓病程也不可得。我知道类风湿性关节炎最先侵袭关节，各关节都会严重变形，接下来会攻击心脏及其他内脏，拖了几十年后，最终痛苦而死。我心里想，爸妈都已经接近六十岁了，二十五岁的我如果得了这种病，自己痛苦也就罢了，他们也跟着痛苦。弟妹都还没出社会，爸妈微薄的退休金除了要维持他们和弟妹的生活，还要负担我这个重症病人接踵而来的庞大医药费。心中实在舍不得家人承受这样的苦痛。那时心中已萌生赴死一念。我知道如果回台湾，要自杀一定难上加难，决定买机票飞往大峡谷，一跃而下，一死了之。着手写遗书的同时，也开始上网订去大峡谷的机票。那时候身体的疼痛已让我彻底绝望。

就在我决定在网路上最后浏览一遍我所看过的类风湿性关节炎资料时，突然，我看到某一网页最后一笔资料是「类风湿性关节炎奇迹似的痊愈」。我赶紧点进去看。一看是大陆法轮功学员的见证！那时心中想，有那么神吗？紧接着将那网页的文章全部浏览一遍。看到各类癌症、骨质增生等等各类奇形怪状的病都有人见证，不禁有了一丝希望。心想，这个法轮功那么神，我得赶快找人教我。我在搜寻引擎上打入法轮功三个字，在香港的网站上发现有世界连线字



件给台湾各大医院的风湿免疫科医师请教。他们的回答也多是「你可能得了类风湿性关节炎，但是要回台湾才能确诊」。我的心情越来越沮丧。

随着双脚愈来愈不能行走，我也愈来愈害怕。网路搜寻引擎中类风湿性关节炎的选项我不知点了几次，心里知道类风湿性关节炎是中西医眼里的顽症。不知道病因只知道病程，更没有具体的治疗办法，中西医都只能帮助患者止痛，连延缓病程也不可得。我知道类风湿性关节炎最先侵袭关节，各关节都会严重变形，接下来会攻击心脏及其他内脏，拖了几十年后，最终痛苦而死。我心里想，爸妈都已经接近六十岁了，二十五岁的我如果得了这种病，自己痛苦也就罢了，他们也跟着痛苦。弟妹都还没出社会，爸妈微薄的退休金除了要维持他们和弟妹的生活，还要负担我这个重症病人接踵而来的庞大医药费。心中实在舍不得家人承受这样的苦痛。那时心中已萌生赴死一念。我知道如果回台湾，要自杀一定难上加难，决定买机票飞往大峡谷，一跃而下，一死了之。着手写遗书的同时，也开始上网订去大峡谷的机票。那时候身体的疼痛已让我彻底绝望。

就在我决定在网路上最后浏览一遍我所看过的类风湿性关节炎资料时，突然，我看到某一网页最后一笔资料是「类风湿性关节炎奇迹似的痊愈」。我赶紧点进去看。一看是大陆法轮功学员的见证！那时心中想，有那么神吗？紧接着将那网页的文章全部浏览一遍。看到各类癌症、骨质增生等等各类奇形怪状的病都有人见证，不禁有了一丝希望。心想，这个法轮功那么神，我得赶快找人教我。我在搜寻引擎上打入法轮功三个字，在香港的网站上发现有世界连线字



样，顿时才发现美国各大学都有人免费教授法轮功。那时发现普度大学的辅导员还是个美国人哩！我立刻写电子邮件及打电话给他。可能他已经毕业了，没有联系上。正不知如何是好的时候，发现香港网站上的音像资料选项里竟然有李洪志老师五套功法的教学录影，赶紧下载观看。开始炼功的同时，也看到网路上同修的建议，说最好参加九日学法班。于是我也把网路上李老师的广州九日演讲都听过一次，《转法轮》一书也用印表机印下来通读过一遍。

刚开始看《转法轮》时，心中疑惑重重。法身、天目对我来说都是迷信的代名词。可是我照着网路上同修的建议，一路看下去，却发现这本《转法轮》不但从头到尾劝人为善，更解答了我许多在其他宗教里找不到答案的问题。看老师讲法的录影时，虽然开始时常常看到睡着，但对于老师的微笑与劝人为善的用心却印象深刻。最使我惊奇的是，当我将网路上全套功法学齐，正式开始炼功的第二天晚上，我全身发热，热得连被子都踢掉了。隔天，我生病时的严重口臭就消失了。紧接着，第三天我在炼腹前抱轮的时候，竟真的感觉到腹部有东西在转！刚开始我以为是错觉，可是接下来的每天，我都发现腹部有东西在转。我不得不承认那是法轮！

我加紧炼功，不仅睡得着了，有食欲了，也打消赴死的念头。我决定回台湾，一则是为了不能走路常常造成普度同学及学长姐的麻烦，再则我知道有希望了，三来我知道台湾有许多法轮功的同修，他们能指导我许多我不甚确定的炼功动作。四月十三日晚上九点多，我坐着轮椅回到台湾（上飞机还是空服员抱我上飞机的呢！）晚上十一点多回到家中，四月十四号早上五点，我就到了桃园农工学校炼功点和同修一起炼功。

样，顿时才发现美国各大学都有人免费教授法轮功。那时发现普度大学的辅导员还是个美国人哩！我立刻写电子邮件及打电话给他。可能他已经毕业了，没有联系上。正不知如何是好的时候，发现香港网站上的音像资料选项里竟然有李洪志老师五套功法的教学录影，赶紧下载观看。开始炼功的同时，也看到网路上同修的建议，说最好参加九日学法班。于是我也把网路上李老师的广州九日演讲都听过一次，《转法轮》一书也用印表机印下来通读过一遍。

刚开始看《转法轮》时，心中疑惑重重。法身、天目对我来说都是迷信的代名词。可是我照着网路上同修的建议，一路看下去，却发现这本《转法轮》不但从头到尾劝人为善，更解答了我许多在其他宗教里找不到答案的问题。看老师讲法的录影时，虽然开始时常常看到睡着，但对于老师的微笑与劝人为善的用心却印象深刻。最使我惊奇的是，当我将网路上全套功法学齐，正式开始炼功的第二天晚上，我全身发热，热得连被子都踢掉了。隔天，我生病时的严重口臭就消失了。紧接着，第三天我在炼腹前抱轮的时候，竟真的感觉到腹部有东西在转！刚开始我以为是错觉，可是接下来的每天，我都发现腹部有东西在转。我不得不承认那是法轮！

我加紧炼功，不仅睡得着了，有食欲了，也打消赴死的念头。我决定回台湾，一则是为了不能走路常常造成普度同学及学长姐的麻烦，再则我知道有希望了，三来我知道台湾有许多法轮功的同修，他们能指导我许多我不甚确定的炼功动作。四月十三日晚上九点多，我坐着轮椅回到台湾（上飞机还是空服员抱我上飞机的呢！）晚上十一点多回到家中，四月十四号早上五点，我就到了桃园农工学校炼功点和同修一起炼功。

法轮功的体悟，不代表法轮大法。对法轮大法有兴趣并想真正了解法轮功的应该阅读李洪志先生的著作。

笔者：谢谢各位。我一定拜读李先生的原著。

附：国内调查表明法轮功有祛病健身的奇效

1998年，在北京、武汉、大连及广东省分别由当地医学界组织进行了对当地法轮功修炼人群的五次较大规模的医学调查，被调查者近三万五千人，其中50岁以上的占62.1%，修炼前患一种以上疾病的占90%以上，且疾病种类分布很广，包括过敏、癌症、心血管和肺病、伤残、内分泌疾病、肝脏和消化疾病、偏头痛、肌肉和骨骼疾病、泌尿系统疾病和其它疾病等，尤以消化系统疾病、骨关节性疾病和心血管系统疾病为最多。

调查结果显示，修炼法轮功的祛病健身总有效率高达98%以上，其中痊愈及基本康复率在70%以上，被调查者的心理状况和精神状况也得到极大改善，他们所节约的医药费（平均每人每年2600元）为国家和集体创造了可观的经济效益。

曾参与广东省法轮功学员健康调查的第一军医大学病理教研室教授胡明钦撰文总结如下：

第一，绝大部份学员在修炼后身心健康状况迅速得到了改变，其速度和效果令人惊奇。有的在听完李老师讲课或在家看书三五天内就出现了症状消失、全身一身轻的感觉，大部份在数月或一到两年之内能达到疾病症状完全消失或好转。

第二，许多学员在炼功前是有名的“药罐子”或医院常客，炼功期间他们竟然能做到不需继续吃药和打针，而疾病不会加重与复发，反而身体状况越来越好，

法轮功的体悟，不代表法轮大法。对法轮大法有兴趣并想真正了解法轮功的应该阅读李洪志先生的著作。

笔者：谢谢各位。我一定拜读李先生的原著。

附：国内调查表明法轮功有祛病健身的奇效

1998年，在北京、武汉、大连及广东省分别由当地医学界组织进行了对当地法轮功修炼人群的五次较大规模的医学调查，被调查者近三万五千人，其中50岁以上的占62.1%，修炼前患一种以上疾病的占90%以上，且疾病种类分布很广，包括过敏、癌症、心血管和肺病、伤残、内分泌疾病、肝脏和消化疾病、偏头痛、肌肉和骨骼疾病、泌尿系统疾病和其它疾病等，尤以消化系统疾病、骨关节性疾病和心血管系统疾病为最多。

调查结果显示，修炼法轮功的祛病健身总有效率高达98%以上，其中痊愈及基本康复率在70%以上，被调查者的心理状况和精神状况也得到极大改善，他们所节约的医药费（平均每人每年2600元）为国家和集体创造了可观的经济效益。

曾参与广东省法轮功学员健康调查的第一军医大学病理教研室教授胡明钦撰文总结如下：

第一，绝大部份学员在修炼后身心健康状况迅速得到了改变，其速度和效果令人惊奇。有的在听完李老师讲课或在家看书三五天内就出现了症状消失、全身一身轻的感觉，大部份在数月或一到两年之内能达到疾病症状完全消失或好转。

第二，许多学员在炼功前是有名的“药罐子”或医院常客，炼功期间他们竟然能做到不需继续吃药和打针，而疾病不会加重与复发，反而身体状况越来越好，

流医学社会不得不面对现实，虚心学习。美国国立卫生研究院于 1992 年建立了专门的“补充与替代医学研究中心”，经费由刚成立时的 200 万美元增加到 2000 年的 6800 万美元。全美有十几个大学研究中心均在包括草药、针灸、正骨、瑜伽、气功、祈祷、心灵成长等进行系统研究，并获得了十分积极可观的成果。目前，在西方主要国家都有越来越多的人练习法轮功，也是出于同样的道理。

笔者：中国人由于受传统佛道文化和传统中医的影响，接受法轮功的理念没有什么困难。可是，居然也有很多西方人虔诚地信奉、修炼法轮功。

徐建超医师：法轮功最早在中国传播，李老师是中国人，他用汉语讲法与著书，讲法中涉及到很多中国传统文化概念。不过，我个人认为，中国人并不一定就比西方更容易接受法轮功。因为，在过去的 50 年里，在中国大陆的普及教育中，传统文化信仰完全被西方马列主义取代；虽然在我们的日常口语中常用“觉悟”、“圆满”、“道德”、“缘份”、“积德”、“行善”等来源于修炼文化的词汇，但我们这几代人对佛道神的概念很陌生，对上述词语的真正涵义不甚理解。我们许多人往往将传统信仰文化等同于封建迷信。传统中医虽然在中国有实用价值，但一般人对中医理论所知甚少，甚至一些中医学院的毕业生也对中医理论持不解或怀疑态度。而在文化环境自由、不同学说各行其道的美国和其它发达西方国家，人们可以择其所好、任意探索尝试。因而，在世界范围内出现了一批对东方传统文化很有兴趣并颇有研究和了解的西方人，其对修炼等问题的理解绝不在东方人之下。

最后，我想指出，我们刚才的认识只是我们个人对

流医学社会不得不面对现实，虚心学习。美国国立卫生研究院于 1992 年建立了专门的“补充与替代医学研究中心”，经费由刚成立时的 200 万美元增加到 2000 年的 6800 万美元。全美有十几个大学研究中心均在包括草药、针灸、正骨、瑜伽、气功、祈祷、心灵成长等进行系统研究，并获得了十分积极可观的成果。目前，在西方主要国家都有越来越多的人练习法轮功，也是出于同样的道理。

笔者：中国人由于受传统佛道文化和传统中医的影响，接受法轮功的理念没有什么困难。可是，居然也有很多西方人虔诚地信奉、修炼法轮功。

徐建超医师：法轮功最早在中国传播，李老师是中国人，他用汉语讲法与著书，讲法中涉及到很多中国传统文化概念。不过，我个人认为，中国人并不一定就比西方更容易接受法轮功。因为，在过去的 50 年里，在中国大陆的普及教育中，传统文化信仰完全被西方马列主义取代；虽然在我们的日常口语中常用“觉悟”、“圆满”、“道德”、“缘份”、“积德”、“行善”等来源于修炼文化的词汇，但我们这几代人对佛道神的概念很陌生，对上述词语的真正涵义不甚理解。我们许多人往往将传统信仰文化等同于封建迷信。传统中医虽然在中国有实用价值，但一般人对中医理论所知甚少，甚至一些中医学院的毕业生也对中医理论持不解或怀疑态度。而在文化环境自由、不同学说各行其道的美国和其它发达西方国家，人们可以择其所好、任意探索尝试。因而，在世界范围内出现了一批对东方传统文化很有兴趣并颇有研究和了解的西方人，其对修炼等问题的理解绝不在东方人之下。

最后，我想指出，我们刚才的认识只是我们个人对

四月十五日早上，父母带着我到林口长庚医院看病。经过超声波检查合并之前的血液检查报告，两位医学教授排除类风湿性关节炎、僵质性脊椎炎与红斑性狼疮，确定我的病是 Hypermobility Syndrome。医生跟我说，我这个病要痛一辈子，是所谓的「公主病」，此生不仅不能提重物、干粗活，还要吃一辈子的止痛药，戴一辈子的护腕、护肘、护膝、护腰，还得持续做物理治疗。当我坐着轮椅出诊疗室的同时，我只记得我跟爸妈说：「我要炼法轮功！」

当天，父亲就帮我买了一本《转法轮》。我在阅读第二遍的同时，也加紧炼功，从长庚拿回来的药我放在桌子上，碰都没碰。四月十六日晚上，我还跛着脚去参加读书会，四月十七日清晨四点半，我一小步一小步自己走到了桃农炼功点，同修都很为我开心。四月十九日，我重新参加九天学法炼功班的同时，我的身体一天一个样地好起来。四月二十八日，九天学法炼功班结束时，除了膝盖还有一点痛外，我已经可以迈开大步走路了。

我的三姑、三伯父、妈妈的好朋友与楼下的邻居都因为看到了我的变化而开始修炼法轮大法了！

（作者：廖佩茹，美国普度大学婚姻与家庭谘商博士班一年级的学生，来自台湾。此文是作者在法轮大法修炼心得交流会上的发言，转载自明慧网）



四月十五日早上，父母带着我到林口长庚医院看病。经过超声波检查合并之前的血液检查报告，两位医学教授排除类风湿性关节炎、僵质性脊椎炎与红斑性狼疮，确定我的病是 Hypermobility Syndrome。医生跟我说，我这个病要痛一辈子，是所谓的「公主病」，此生不仅不能提重物、干粗活，还要吃一辈子的止痛药，戴一辈子的护腕、护肘、护膝、护腰，还得持续做物理治疗。当我坐着轮椅出诊疗室的同时，我只记得我跟爸妈说：「我要炼法轮功！」

当天，父亲就帮我买了一本《转法轮》。我在阅读第二遍的同时，也加紧炼功，从长庚拿回来的药我放在桌子上，碰都没碰。四月十六日晚上，我还跛着脚去参加读书会，四月十七日清晨四点半，我一小步一小步自己走到了桃农炼功点，同修都很为我开心。四月十九日，我重新参加九天学法炼功班的同时，我的身体一天一个样地好起来。四月二十八日，九天学法炼功班结束时，除了膝盖还有一点痛外，我已经可以迈开大步走路了。

我的三姑、三伯父、妈妈的好朋友与楼下的邻居都因为看到了我的变化而开始修炼法轮大法了！

（作者：廖佩茹，美国普度大学婚姻与家庭谘商博士班一年级的学生，来自台湾。此文是作者在法轮大法修炼心得交流会上的发言，转载自明慧网）



一位老红军对法轮功的切身体悟

文/李其华（北京丰台 75 号院）

我叫李其华，男，1918 年阴历 6 月 6 日出生于湖北省红安县高桥乡叶家田村的一个贫农家庭。我于 1928 年参加当地的苏维埃革命活动，1931 年参加红军，在医院当勤务兵。1934 年随红 25 军长征到陕北，1936 年入党。1937 年 8 月红军改编为八路军、新四军。我先后任八路军三四四旅军医处司药、医助、医生、二十三团卫生队长。解放战争期间，任东北民主联军总卫生部双城兵站医院院长，师、军卫生部长。抗美援朝战争开始后，任志愿军后勤部一分部医管处处长、第三十八军后勤部副部长兼卫生部长。1953 年调入第一军医大学学习，1959 年毕业。此后任后勤部学院卫勤系主任，第四军医大学副校长、政委，第二军医大学校长，总后卫生部政委，解放军总医院院长。立过大功，多次受奖。1984 年离休。1993 年开始修炼法轮功，并两次参加了李洪志老师的讲法传功学习班。

正因为这样，有些人对我修炼法轮功不理解，特别是有的熟悉我的老领导、老战友不理解，有的亲戚朋友也不理解。他们怎么也不明白，像我这样一个有着六、七十年军旅生涯的老共产党员，怎么到了耄耋之年，到信起佛来了？特别还是一位搞了一辈子医疗工作的高知识阶层者，居然也走入了“修炼”的行列？他们觉得不可思议。对此，我以自己的亲身经历做一点说明，以解一些人的不解之谜。

一、法轮功不治病，但却治好了我老伴的病，使我走上了修炼的路

我老伴叫赵丽彬，1946 年参加革命。由于各种原

一位老红军对法轮功的切身体悟

文/李其华（北京丰台 75 号院）

我叫李其华，男，1918 年阴历 6 月 6 日出生于湖北省红安县高桥乡叶家田村的一个贫农家庭。我于 1928 年参加当地的苏维埃革命活动，1931 年参加红军，在医院当勤务兵。1934 年随红 25 军长征到陕北，1936 年入党。1937 年 8 月红军改编为八路军、新四军。我先后任八路军三四四旅军医处司药、医助、医生、二十三团卫生队长。解放战争期间，任东北民主联军总卫生部双城兵站医院院长，师、军卫生部长。抗美援朝战争开始后，任志愿军后勤部一分部医管处处长、第三十八军后勤部副部长兼卫生部长。1953 年调入第一军医大学学习，1959 年毕业。此后任后勤部学院卫勤系主任，第四军医大学副校长、政委，第二军医大学校长，总后卫生部政委，解放军总医院院长。立过大功，多次受奖。1984 年离休。1993 年开始修炼法轮功，并两次参加了李洪志老师的讲法传功学习班。

正因为这样，有些人对我修炼法轮功不理解，特别是有的熟悉我的老领导、老战友不理解，有的亲戚朋友也不理解。他们怎么也不明白，像我这样一个有着六、七十年军旅生涯的老共产党员，怎么到了耄耋之年，到信起佛来了？特别还是一位搞了一辈子医疗工作的高知识阶层者，居然也走入了“修炼”的行列？他们觉得不可思议。对此，我以自己的亲身经历做一点说明，以解一些人的不解之谜。

一、法轮功不治病，但却治好了我老伴的病，使我走上了修炼的路

我老伴叫赵丽彬，1946 年参加革命。由于各种原

困扰，也杜绝了许多疾病的根源。

人们只看到法轮功学员可以不吃药，却往往忽视了他们天天起早贪黑，日复一日年复一年地炼功学法。显然，法轮功在心灵，社会，心理和生物四个层面为修炼者提供了健康指导和方法。

至于人如何对待疾病和健康，是每个人自己要作的选择。不吃药本身并不能给人带来健康，就象吃药并不一定就能治病一样。关键在于你平时如何对待你的生命、身体和健康。我自己过去患严重哮喘病，修炼法轮功后，就和急诊室无缘了。不是不吃药了，而是不再需要吃药了。因为法轮大法教会了我如何珍惜生命，善待自己的身体和培育健康。胡医生刚才讲的好，人在哪一个水平上认识健康和疾病，就会在哪一个水平上对待健康和疾病。幸运的是，法轮功给了我一个新的选择的机会。

笔者：美国现在流行所谓的替代和补充医学，是不是和你讲的现代医学的局限性有关？

徐建超医师：正是。现代医学在美国的迅速发展恰恰使美国人更快更早地认识到现代医学在疾病治疗和保健上的局限。他们普遍认识到，现代医学不仅对绝大多数慢性疾病不能有效治疗，而且在保健和疾病预防上办法也不多。因此，美国公众自觉地在各种非正统医学和医疗中寻找答案，这些疗法种类繁多，如瑜伽、草药、针灸，气功等。哈佛大学的一项调查显示，1998 年美国有约 40% 以上的人曾使用非正统医疗手法，自付医药费达 270 亿美元。这使得美国主



困扰，也杜绝了许多疾病的根源。

人们只看到法轮功学员可以不吃药，却往往忽视了他们天天起早贪黑，日复一日年复一年地炼功学法。显然，法轮功在心灵，社会，心理和生物四个层面为修炼者提供了健康指导和方法。

至于人如何对待疾病和健康，是每个人自己要作的选择。不吃药本身并不能给人带来健康，就象吃药并不一定就能治病一样。关键在于你平时如何对待你的生命、身体和健康。我自己过去患严重哮喘病，修炼法轮功后，就和急诊室无缘了。不是不吃药了，而是不再需要吃药了。因为法轮大法教会了我如何珍惜生命，善待自己的身体和培育健康。胡医生刚才讲的好，人在哪一个水平上认识健康和疾病，就会在哪一个水平上对待健康和疾病。幸运的是，法轮功给了我一个新的选择的机会。

笔者：美国现在流行所谓的替代和补充医学，是不是和你讲的现代医学的局限性有关？

徐建超医师：正是。现代医学在美国的迅速发展恰恰使美国人更快更早地认识到现代医学在疾病治疗和保健上的局限。他们普遍认识到，现代医学不仅对绝大多数慢性疾病不能有效治疗，而且在保健和疾病预防上办法也不多。因此，美国公众自觉地在各种非正统医学和医疗中寻找答案，这些疗法种类繁多，如瑜伽、草药、针灸，气功等。哈佛大学的一项调查显示，1998 年美国有约 40% 以上的人曾使用非正统医疗手法，自付医药费达 270 亿美元。这使得美国主



类健康是对大众的误导。近几年心脑血管疾病和肿瘤的发病和死亡率的下降主要与人们生活习惯的改变有关，如戒烟，锻炼，低脂肪饮食等等。公众应该象法轮功学员那样，对自己的健康负责，防病于未然。

笔者：李有甫医生刚才从修炼的角度谈了炼法轮功对健康的作用。徐医生，您能否从现代医学角度谈谈您对法轮功与健康的关系。

徐建超医师：现代医学对健康的认识有了飞跃。2000 年美国《现代诊断与治疗》一书明确指出：现代医学模式是生物——心理——社会——心灵模式。在这里，心灵是最关键的。

心灵与宗教不同，它是一个超越文化和宗教的人类共同关心的问题。它是指一个人试图理解和接受其生命背后的意义；与自己和他人的关系；自己在宇宙中的位置；以及宇宙中“更高级生命”的存在。法轮功修炼者相信，人的生命来自于美好圣洁的宇宙空间，是无比珍贵的，由于偏离了宇宙的精神“真善忍”而成为人，有了一个会生老病死的身體和一双看不到宇宙真相的眼睛。法轮功的修炼者将人生的根本目的看作是同化宇宙精神，找回自己纯洁的本性，返本归真。他们珍惜他人有如珍惜自己。这样的愿望决定了法轮功学员无比珍爱自己和一切生命，绝不会以任何形式伤害包括自己在内的任何生命。为了修炼，他们毅然戒掉各种有害心身的行为习惯和嗜好，从而杜绝了 70% 以上的致病因素。他们在生活中崇尚“真善忍”的原则，待人真诚善良，不怕吃苦，不怕吃亏，遇到矛盾找自己。因此，那些能给人们带来心理压力和负面情绪的事情反而为修炼者提供了提高心性的机会。精神压力是导致包括猝死在内的多种急慢性疾病的重要因素，修炼使人避免精神压力的

类健康是对大众的误导。近几年心脑血管疾病和肿瘤的发病和死亡率的下降主要与人们生活习惯的改变有关，如戒烟，锻炼，低脂肪饮食等等。公众应该象法轮功学员那样，对自己的健康负责，防病于未然。

笔者：李有甫医生刚才从修炼的角度谈了炼法轮功对健康的作用。徐医生，您能否从现代医学角度谈谈您对法轮功与健康的关系。

徐建超医师：现代医学对健康的认识有了飞跃。2000 年美国《现代诊断与治疗》一书明确指出：现代医学模式是生物——心理——社会——心灵模式。在这里，心灵是最关键的。

心灵与宗教不同，它是一个超越文化和宗教的人类共同关心的问题。它是指一个人试图理解和接受其生命背后的意义；与自己和他人的关系；自己在宇宙中的位置；以及宇宙中“更高级生命”的存在。法轮功修炼者相信，人的生命来自于美好圣洁的宇宙空间，是无比珍贵的，由于偏离了宇宙的精神“真善忍”而成为人，有了一个会生老病死的身體和一双看不到宇宙真相的眼睛。法轮功的修炼者将人生的根本目的看作是同化宇宙精神，找回自己纯洁的本性，返本归真。他们珍惜他人有如珍惜自己。这样的愿望决定了法轮功学员无比珍爱自己和一切生命，绝不会以任何形式伤害包括自己在内的任何生命。为了修炼，他们毅然戒掉各种有害心身的行为习惯和嗜好，从而杜绝了 70% 以上的致病因素。他们在生活中崇尚“真善忍”的原则，待人真诚善良，不怕吃苦，不怕吃亏，遇到矛盾找自己。因此，那些能给人们带来心理压力和负面情绪的事情反而为修炼者提供了提高心性的机会。精神压力是导致包括猝死在内的多种急慢性疾病的重要因素，修炼使人避免精神压力的

因，她多病缠身，冠心病、青光眼、高血脂、多眠症、肝炎等等，长年吃药，简直就是药篓子。反正守着总医院，看病、吃药也方便，但仍然不去根。不但不去根，反而身体越来越糟糕，脸色青黄，嘴唇黑紫，只能靠药物和吸氧维持生命。那时，我们家放着两个氧气瓶，楼上楼下各 1 个，以便保障老伴随时随地吸氧。她当时连上自家的二楼都喘得不行，中间还得歇一歇，有时生活不能自理。

1993 年 4 月，她从儿媳那里听说了法轮功能祛病健身，觉得挺好，还听说老师正在办班，所以就在当月 29 日走进了法轮大法之门，可当时我不信，心想这么多年凭我在总医院的条件，都没治好你的病，参加个气功班就行？根本不相信。可她学法炼功不久，身体和精神都发生了根本变化，青黄的脸逐渐变的白里透红，黑紫的嘴唇变成粉红色，精神也好了。后来她又连续跟了李老师的两个班，随着她学法炼功的不断深入，不久她的病全都好了，到现在已经 5 年多不用药，与医院无缘了。

老伴的亲身变化，对我心灵的震撼太大了。我不得不思考：我所在的解放军总医院，技术、设备虽不敢说是世界上最先进的，但也是国内外数得着的。就这样也没有治好老伴的病，而她学法轮功那么短时间，不用打针、吃药就全好了，这是为什么呢？这些问号不断地在我脑中翻腾。事实胜于雄辩！我从怀疑观望、关心到想亲自试一试，就这样我也走进了法轮功的修炼行列。

我作为一个从事 60 多年的医务工作者，郑重地向一切患者进一忠言：放下心事，真心地读一读《转法轮》，炼一炼五套功法，不管你有什么解决不了的病症，都能收到不



因，她多病缠身，冠心病、青光眼、高血脂、多眠症、肝炎等等，长年吃药，简直就是药篓子。反正守着总医院，看病、吃药也方便，但仍然不去根。不但不去根，反而身体越来越糟糕，脸色青黄，嘴唇黑紫，只能靠药物和吸氧维持生命。那时，我们家放着两个氧气瓶，楼上楼下各 1 个，以便保障老伴随时随地吸氧。她当时连上自家的二楼都喘得不行，中间还得歇一歇，有时生活不能自理。

1993 年 4 月，她从儿媳那里听说了法轮功能祛病健身，觉得挺好，还听说老师正在办班，所以就在当月 29 日走进了法轮大法之门，可当时我不信，心想这么多年凭我在总医院的条件，都没治好你的病，参加个气功班就行？根本不相信。可她学法炼功不久，身体和精神都发生了根本变化，青黄的脸逐渐变的白里透红，黑紫的嘴唇变成粉红色，精神也好了。后来她又连续跟了李老师的两个班，随着她学法炼功的不断深入，不久她的病全都好了，到现在已经 5 年多不用药，与医院无缘了。

老伴的亲身变化，对我心灵的震撼太大了。我不得不思考：我所在的解放军总医院，技术、设备虽不敢说是世界上最先进的，但也是国内外数得着的。就这样也没有治好老伴的病，而她学法轮功那么短时间，不用打针、吃药就全好了，这是为什么呢？这些问号不断地在我脑中翻腾。事实胜于雄辩！我从怀疑观望、关心到想亲自试一试，就这样我也走进了法轮功的修炼行列。

我作为一个从事 60 多年的医务工作者，郑重地向一切患者进一忠言：放下心事，真心地读一读《转法轮》，炼一炼五套功法，不管你有什么解决不了的病症，都能收到不



同程度的，甚至是意想不到的效果，因为这已经在成千上万的炼功者身上得到了证实。实践已经证实的东西不就是科学吗？正如国家体育总局伍绍祖局长，在 1996 年 1 月 20 日人体科学工作会议上指出的：“原则不是科学研究的出发点，事实才是出发点”。“科学不仅要解释已知的，更要探索未知的”。以上就是我转变的起点。

我还要告诉大家，关于炼法轮功吃不吃药的问题。就我所知，李洪志老师及其所有的论著，都没有说不让人吃药。他只是说，你炼到一定程度，心性和身体素质达到一定标准，自己觉得可以不用药时，你就不需要吃药了。这从医学角度也是说得通的。我是医生、司药出身，药是为祛病的，通过炼功你自己觉得没有病了，或虽有些症状顶一下也能过去了，那时不用药是最好的。因为“是药就有三分毒”，它能祛病也能损害身体，药量大了，多了，身体也要中毒的。所以药品，那怕是补药、药膳，能不用时最好不用，因为它毕竟不是粮食，更不是美味佳肴，这个误区一定要解除。同时，对修炼法轮功“不让吃药”的误传，一定要澄清。

二、法轮功直指人心，对社会道德回升大有裨益

现如今，在经济大潮的负面作用下，有的人琢磨的就是钱、如何捞钱，为了钱什么坏事都敢干，什么原则，什么国格、人格，什么道德、良心，那值多少钱一斤？一切几乎都沾上了铜臭味。在部分年青人中还流传着信仰危机、信心危机、信任危机的说法。如果真是这样是很危险的，也是令许多老一代真正担心的。因为青年人代表着未来，代表着希望。如果像那样，我们祖先也会死不瞑目呀。

然而，也就在这样的情况下，李洪志老师传出了高

同程度的，甚至是意想不到的效果，因为这已经在成千上万的炼功者身上得到了证实。实践已经证实的东西不就是科学吗？正如国家体育总局伍绍祖局长，在 1996 年 1 月 20 日人体科学工作会议上指出的：“原则不是科学研究的出发点，事实才是出发点”。“科学不仅要解释已知的，更要探索未知的”。以上就是我转变的起点。

我还要告诉大家，关于炼法轮功吃不吃药的问题。就我所知，李洪志老师及其所有的论著，都没有说不让人吃药。他只是说，你炼到一定程度，心性和身体素质达到一定标准，自己觉得可以不用药时，你就不需要吃药了。这从医学角度也是说得通的。我是医生、司药出身，药是为祛病的，通过炼功你自己觉得没有病了，或虽有些症状顶一下也能过去了，那时不用药是最好的。因为“是药就有三分毒”，它能祛病也能损害身体，药量大了，多了，身体也要中毒的。所以药品，那怕是补药、药膳，能不用时最好不用，因为它毕竟不是粮食，更不是美味佳肴，这个误区一定要解除。同时，对修炼法轮功“不让吃药”的误传，一定要澄清。

二、法轮功直指人心，对社会道德回升大有裨益

现如今，在经济大潮的负面作用下，有的人琢磨的就是钱、如何捞钱，为了钱什么坏事都敢干，什么原则，什么国格、人格，什么道德、良心，那值多少钱一斤？一切几乎都沾上了铜臭味。在部分年青人中还流传着信仰危机、信心危机、信任危机的说法。如果真是这样是很危险的，也是令许多老一代真正担心的。因为青年人代表着未来，代表着希望。如果像那样，我们祖先也会死不瞑目呀。

然而，也就在这样的情况下，李洪志老师传出了高

患有高血压的女病人在药物控制不佳的情况下开始修炼法轮功，现在不仅血压正常，无须用药，还出现一些身体年轻化的现象。是不是各类病人都可以习炼法轮功呢？

朱彤医师：不是。那些患有危重疾病的人和精神病不适合修炼。前者因其摆脱不掉治病想法，不能专心修炼。后者不能控制自己思想、感情和行为，因而不具备修炼人应该清醒、理智的基本条件。

** 徐建超医生谈如何看待吃药和看病问题

笔者：徐建超医生，您是耶鲁大学培养的肾病专科医生，是耶鲁大学的医院的主治医生和助理教授。作为医生，您怎么看待吃药和看病问题呢？

徐建超医师：客观地讲，现代医学发展还是很快的，它在人类与疾病的斗争中作出了巨大贡献。人类也为此做了不懈的努力，付出了很大的代价。但是，现代医学还很年轻，对疾病的认识还很有限，诊断和治疗方法也比较机械和单调，远远不能满足大众的健康需求。拿药物来讲，大多数药物是用来控制或缓解症状的，很少是能根治疾病的。而药物的毒副作用以及有限的疗效使很多病人难以坚持治疗。据统计，在美国，50%的病人都不服从医生的治疗。每年死于药物过敏反应的大约 14 万人；吃药对很多人来讲是不得以而为之。说药物能保障人



患有高血压的女病人在药物控制不佳的情况下开始修炼法轮功，现在不仅血压正常，无须用药，还出现一些身体年轻化的现象。是不是各类病人都可以习炼法轮功呢？

朱彤医师：不是。那些患有危重疾病的人和精神病不适合修炼。前者因其摆脱不掉治病想法，不能专心修炼。后者不能控制自己思想、感情和行为，因而不具备修炼人应该清醒、理智的基本条件。

** 徐建超医生谈如何看待吃药和看病问题

笔者：徐建超医生，您是耶鲁大学培养的肾病专科医生，是耶鲁大学的医院的主治医生和助理教授。作为医生，您怎么看待吃药和看病问题呢？

徐建超医师：客观地讲，现代医学发展还是很快的，它在人类与疾病的斗争中作出了巨大贡献。人类也为此做了不懈的努力，付出了很大的代价。但是，现代医学还很年轻，对疾病的认识还很有限，诊断和治疗方法也比较机械和单调，远远不能满足大众的健康需求。拿药物来讲，大多数药物是用来控制或缓解症状的，很少是能根治疾病的。而药物的毒副作用以及有限的疗效使很多病人难以坚持治疗。据统计，在美国，50%的病人都不服从医生的治疗。每年死于药物过敏反应的大约 14 万人；吃药对很多人来讲是不得以而为之。说药物能保障人



调理“气”而达到健身的目的。因此，中医手段对保健，防病，养生，治疗功能性障碍效果较好。可以说，传统中医学是一个关于健康的科学。

法轮功所涉及的则是一个更深层更微观的空间范畴。他所针对的是导致各种能量障碍，继而导致各种疾病的根本原因。按照法轮功的法理，导致疾病的原因在于一个存在于极微观空间中的致病的能量场——病业，而“德”是与病业相对立的能量场概念。要从根本上祛病，就得清除这个致病的能量场——业力；并培养好的能量场——德。法轮功就是指导人们通过修炼完成这样一个过程。从李有甫医生介绍的法轮功的修炼要求，你不难看出，修炼是对人整个生命的珍惜和看护。所以，从这个角度上讲，我们可以说法轮功是关于生命的科学。

由此可见，每个体系在它本身的范畴之内都是科学的，有道理的。所谓“不同层次有不同层次的法”（李洪志老师语）。一个人选择什么样的方法祛病健身，完全取决于他在哪一层次上认识健康和疾病。不同的范畴，对疾病和健康就有不同的理解和认识。从而有不同的对应方法，效果也就截然不同。越微观、越接近根本病因，效果就越好。这就是我之所以热心于推介法轮功的原因所在。不过，祛病健身只是法轮大法中的一部分，法轮大法本身是一个非常超常和博大精深

** 朱彤医生谈病人修炼的能效和适用的范围

笔者：朱彤医生，您是耶鲁大学培养的内科医生，您曾经告诉我您的一个



调理“气”而达到健身的目的。因此，中医手段对保健，防病，养生，治疗功能性障碍效果较好。可以说，传统中医学是一个关于健康的科学。

法轮功所涉及的则是一个更深层更微观的空间范畴。他所针对的是导致各种能量障碍，继而导致各种疾病的根本原因。按照法轮功的法理，导致疾病的原因在于一个存在于极微观空间中的致病的能量场——病业，而“德”是与病业相对立的能量场概念。要从根本上祛病，就得清除这个致病的能量场——业力；并培养好的能量场——德。法轮功就是指导人们通过修炼完成这样一个过程。从李有甫医生介绍的法轮功的修炼要求，你不难看出，修炼是对人整个生命的珍惜和看护。所以，从这个角度上讲，我们可以说法轮功是关于生命的科学。

由此可见，每个体系在它本身的范畴之内都是科学的，有道理的。所谓“不同层次有不同层次的法”（李洪志老师语）。一个人选择什么样的方法祛病健身，完全取决于他在哪一层次上认识健康和疾病。不同的范畴，对疾病和健康就有不同的理解和认识。从而有不同的对应方法，效果也就截然不同。越微观、越接近根本病因，效果就越好。这就是我之所以热心于推介法轮功的原因所在。不过，祛病健身只是法轮大法中的一部分，法轮大法本身是一个非常超常和博大精深

** 朱彤医生谈病人修炼的能效和适用的范围

笔者：朱彤医生，您是耶鲁大学培养的内科医生，您曾经告诉我您的一个



德大法——《转法轮》。我和老伴在 1993 年北京第 10 期学习班上，我第一次听到这样高深的大法后，就被李老师的“往高层次上带人，真正地往高层次上带人”的法力吸引住了，被老师的深奥、科学的宇宙法理震惊了。法轮大法“直指人心”，明确“修炼心性为长功的关键”，要求炼功者要看淡名利，“做事就是要先想到别人，修成无私无我，先他后我的正觉”这些法理对于人类道德的回升是十分有益的，我被这治本之法、治心之法振奋了。我苦苦追求、探索、思考一生中的许多重大问题，人生观、世界观的问题，医学中生命科学的问题，社会科学的问题，都在《转法轮》一书中迎刃而解了，而且从我得法以后，再也没有动摇过。因为我的思想境界可以说来了一个升华和提高。其实还不只是我一个人这样，就我所知，我所在北京老年学法组，人均年龄 70 多岁，80 岁以上者就有好几位，其党龄都有几十年了，许多是被称之为“老革命”、“老干部”、“老科学家”、“老教授”的高层领导和高知识阶层，这些人也都不是盲目的、不是头脑简单的，而是经过认真思考后，走进修炼法轮功队伍里的。他们也是和我一样，在古稀之年才得到李洪志老师的大法，都感到太幸运、太有缘、太珍贵了。同时大家也都有一个心愿，愿我们的老战友、老同事、老领导，愿我们的中年一代、青年一代、少年一代，也都能细心静气地读一读《转法轮》，炼一炼法轮功，然后自己再想一想，我们这些老者说的是否有那么一点道理；想一想，大法对我们的社会到底有益还是有害。

我真心地祝愿有缘之士，都能尽早修炼法轮功！（编者注：原文有删节）

德大法——《转法轮》。我和老伴在 1993 年北京第 10 期学习班上，我第一次听到这样高深的大法后，就被李老师的“往高层次上带人，真正地往高层次上带人”的法力吸引住了，被老师的深奥、科学的宇宙法理震惊了。法轮大法“直指人心”，明确“修炼心性为长功的关键”，要求炼功者要看淡名利，“做事就是要先想到别人，修成无私无我，先他后我的正觉”这些法理对于人类道德的回升是十分有益的，我被这治本之法、治心之法振奋了。我苦苦追求、探索、思考一生中的许多重大问题，人生观、世界观的问题，医学中生命科学的问题，社会科学的问题，都在《转法轮》一书中迎刃而解了，而且从我得法以后，再也没有动摇过。因为我的思想境界可以说来了一个升华和提高。其实还不只是我一个人这样，就我所知，我所在北京老年学法组，人均年龄 70 多岁，80 岁以上者就有好几位，其党龄都有几十年了，许多是被称之为“老革命”、“老干部”、“老科学家”、“老教授”的高层领导和高知识阶层，这些人也都不是盲目的、不是头脑简单的，而是经过认真思考后，走进修炼法轮功队伍里的。他们也是和我一样，在古稀之年才得到李洪志老师的大法，都感到太幸运、太有缘、太珍贵了。同时大家也都有一个心愿，愿我们的老战友、老同事、老领导，愿我们的中年一代、青年一代、少年一代，也都能细心静气地读一读《转法轮》，炼一炼法轮功，然后自己再想一想，我们这些老者说的是否有那么一点道理；想一想，大法对我们的社会到底有益还是有害。

我真心地祝愿有缘之士，都能尽早修炼法轮功！（编者注：原文有删节）

法轮功健康功效访谈录

文/郑翔

法轮功，又称法轮大法，是一种十分古老的修炼方法。他是1992年由来自中国长春的李洪志先生向社会公开传授的。修炼者多称，修炼法轮功使他们懂得了人生意义，给他们带来了内心的祥和与宁静，更使他们长期的慢性疾病不治而愈。在短短的几年时间内，法轮功便成为海内外、东西方许多人生活的重心。出于好奇，笔者阅读了明慧网上刊登的一些修炼者的修炼体会，发现法轮功的祛病健身功效十分神奇。健康是人人都关心的问题，我决定采访几位在美国炼法轮功的医生、教授和一位物理学博士，一探究竟。现笔录整理如下，与读者们分享。

** 物理学博士谈怎么炼上法轮功的

笔者：杨森博士，您是北京清华大学毕业的，在美国获得物理学博士学位，并在摩托罗拉公司从事研究与开发工作多年。您是怎么开始炼上法轮功的？

杨森博士：我在1982年上大学时不幸患上严重的病毒性肝炎，曾住院治疗，并不得已休学一年。自那以后，每次定期复查肝功，我的各项指标从没正常过，我因此精神压力很大。来到美国以后，由于学业更加紧张，我的身体也越来越不支。我曾炼过几种气功，都没有什么明显的效果。1995年夏天，我有幸从父母那儿得到一本李洪志老师的《转法轮》。得到书的当天晚上，我就开始读了起来，读完一遍之后，我感到身心受到强烈震撼。



- 10 -

这些超常的东西没有抵触吗？

胡宗义医师：开始时，我也感到困惑和矛盾，一边是我崇尚的医学知识和科学思维方式，另一边是发生在我身上不争的事实。我不得不反复思考。

笔者：结果呢？

胡宗义医师：首先，我想真正的科学是要用已知去探索未知，而不是用已知来否定未知。真正的科学家应该永远尊重客观现象，虚心地去学习和研究，并始终保持一个开放的头脑。

我现在认为，我所学习的现代医学还属于一个相对比较浅表的特定范畴内的科学，是关于疾病的科学。换句话说，当人病到身体有了形态学和理化特性的改变，也就是说到了可见和可测的程度，我们才认识他们，并在这个认识的基础上对付它们。所以，我们要么发现疾病时已是晚期，如80%的肿瘤在诊断出来时已经转移；我们要么对疾病发生的深层因素难以洞察，治疗方法局限于缓解和控制症状，如高血压、糖尿病等绝大多数慢性病；我们要么了解致病的因素，但却难以改变它们，如人的不良生活习惯和行为：吸烟，酗酒，吸毒，性乱，不运动，贪食甜腻等等。

然而，人身体是在能量水平出现障碍之后才逐渐表现出形体改变的。我曾就这个问题同杨景端医生进行过较深入的探讨。我们一致认为传统中医就是在一个较深层、较微观的空间里认识疾病和健康。它研究人体内能量的变化和相互作用，一切均在“气”的水平上。传统中医学连中药都是以气、味等能量概念来分类的，入的都是不同的经络系统，即能量通道；针灸更是对“气”的直接调理，一些“气”功运动也是通过



- 19 -

法轮功健康功效访谈录

文/郑翔

法轮功，又称法轮大法，是一种十分古老的修炼方法。他是1992年由来自中国长春的李洪志先生向社会公开传授的。修炼者多称，修炼法轮功使他们懂得了人生意义，给他们带来了内心的祥和与宁静，更使他们长期的慢性疾病不治而愈。在短短的几年时间内，法轮功便成为海内外、东西方许多人生活的重心。出于好奇，笔者阅读了明慧网上刊登的一些修炼者的修炼体会，发现法轮功的祛病健身功效十分神奇。健康是人人都关心的问题，我决定采访几位在美国炼法轮功的医生、教授和一位物理学博士，一探究竟。现笔录整理如下，与读者们分享。

** 物理学博士谈怎么炼上法轮功的

笔者：杨森博士，您是北京清华大学毕业的，在美国获得物理学博士学位，并在摩托罗拉公司从事研究与开发工作多年。您是怎么开始炼上法轮功的？

杨森博士：我在1982年上大学时不幸患上严重的病毒性肝炎，曾住院治疗，并不得已休学一年。自那以后，每次定期复查肝功，我的各项指标从没正常过，我因此精神压力很大。来到美国以后，由于学业更加紧张，我的身体也越来越不支。我曾炼过几种气功，都没有什么明显的效果。1995年夏天，我有幸从父母那儿得到一本李洪志老师的《转法轮》。得到书的当天晚上，我就开始读了起来，读完一遍之后，我感到身心受到强烈震撼。



- 10 -

这些超常的东西没有抵触吗？

胡宗义医师：开始时，我也感到困惑和矛盾，一边是我崇尚的医学知识和科学思维方式，另一边是发生在我身上不争的事实。我不得不反复思考。

笔者：结果呢？

胡宗义医师：首先，我想真正的科学是要用已知去探索未知，而不是用已知来否定未知。真正的科学家应该永远尊重客观现象，虚心地去学习和研究，并始终保持一个开放的头脑。

我现在认为，我所学习的现代医学还属于一个相对比较浅表的特定范畴内的科学，是关于疾病的科学。换句话说，当人病到身体有了形态学和理化特性的改变，也就是说到了可见和可测的程度，我们才认识他们，并在这个认识的基础上对付它们。所以，我们要么发现疾病时已是晚期，如80%的肿瘤在诊断出来时已经转移；我们要么对疾病发生的深层因素难以洞察，治疗方法局限于缓解和控制症状，如高血压、糖尿病等绝大多数慢性病；我们要么了解致病的因素，但却难以改变它们，如人的不良生活习惯和行为：吸烟，酗酒，吸毒，性乱，不运动，贪食甜腻等等。

然而，人身体是在能量水平出现障碍之后才逐渐表现出形体改变的。我曾就这个问题同杨景端医生进行过较深入的探讨。我们一致认为传统中医就是在一个较深层、较微观的空间里认识疾病和健康。它研究人体内能量的变化和相互作用，一切均在“气”的水平上。传统中医学连中药都是以气、味等能量概念来分类的，入的都是不同的经络系统，即能量通道；针灸更是对“气”的直接调理，一些“气”功运动也是通过



- 19 -

力量使他们产生了动力,改变了他们的心理状态和行为习惯。因为他们知道,一切不良的行为和习惯都会影响它们的修炼。同时,许多人提到,修炼后的身体对烟酒这两样的东西也变得十分敏感和抵触。总之,如果你修炼法轮功你就一定能戒烟;如果你只想戒烟那就难说了。

** 胡宗义医生谈为何要向大众推介法轮功

笔者: 胡宗义医生,您本人是病理科医生,又在美国国立卫生研究院从事多年医学研究工作,您自称是顽固的实证科学家,如今您却热心地向大众推介法轮功,这有点令我费解。

胡宗义医师: 的确,这连我自己也没有想到。我虽然是医生,也做研究,但也面临和其它所有人一样的健康和疾病的问题。我曾患有慢性头疼症,ADVIL 是我必备之药品。来美国两年后,我得了严重的过敏性鼻炎,给生活工作带来诸多不便。我晚上常因鼻塞难以入睡,白天又疲乏不堪,难以集中注意力。我尝试了各种药物,效果甚微。也有友人向我推荐气功,均被我嗤之以鼻,并说朋友是封建迷信,没有科学头脑。所以,当我最初看李老师《转法轮》或听李老师讲法时,并没抱着治病想法,只是越看越听越觉得有道理。李老师不仅澄清了气功的概念,还讲透了许多人生的道理,传出一个人自我修身养性的方法。我渐渐开始修炼法轮功。两、三个月之后,几乎是在不知不觉中我身体上的病症全部消失了,这对我震动很大。我开始向亲朋好友推荐法轮功。我母亲炼法轮功之后不久,困扰她多年的慢性头疼也不治而愈。

笔者: 那么,您的“科学头脑”和“医学知识”对

力量使他们产生了动力,改变了他们的心理状态和行为习惯。因为他们知道,一切不良的行为和习惯都会影响它们的修炼。同时,许多人提到,修炼后的身体对烟酒这两样的东西也变得十分敏感和抵触。总之,如果你修炼法轮功你就一定能戒烟;如果你只想戒烟那就难说了。

** 胡宗义医生谈为何要向大众推介法轮功

笔者: 胡宗义医生,您本人是病理科医生,又在美国国立卫生研究院从事多年医学研究工作,您自称是顽固的实证科学家,如今您却热心地向大众推介法轮功,这有点令我费解。

胡宗义医师: 的确,这连我自己也没有想到。我虽然是医生,也做研究,但也面临和其它所有人一样的健康和疾病的问题。我曾患有慢性头疼症,ADVIL 是我必备之药品。来美国两年后,我得了严重的过敏性鼻炎,给生活工作带来诸多不便。我晚上常因鼻塞难以入睡,白天又疲乏不堪,难以集中注意力。我尝试了各种药物,效果甚微。也有友人向我推荐气功,均被我嗤之以鼻,并说朋友是封建迷信,没有科学头脑。所以,当我最初看李老师《转法轮》或听李老师讲法时,并没抱着治病想法,只是越看越听越觉得有道理。李老师不仅澄清了气功的概念,还讲透了许多人生的道理,传出一个人自我修身养性的方法。我渐渐开始修炼法轮功。两、三个月之后,几乎是在不知不觉中我身体上的病症全部消失了,这对我震动很大。我开始向亲朋好友推荐法轮功。我母亲炼法轮功之后不久,困扰她多年的慢性头疼也不治而愈。

笔者: 那么,您的“科学头脑”和“医学知识”对

记者: 是什么震撼了你呢?

杨森博士: 是修炼的法理。我第一次明白了真正的气功是指导人修炼的。修炼的关键在修心。修心的关键在于去掉各种不好的心态和习惯,以达到一言一行都符合“真、善、忍”这一大自然的本性。我也第一次明白了人得病的根本原因是由于在一个隐藏在很深的空间里的能致病的能量场,叫病业。而消除病业的唯一途径就是修炼。

笔者: 这对您的身体有什么影响呢?

杨森博士: 那一段时间,我还没学炼功,但我很爱读《转法轮》,几乎手不释卷。每读一遍都有新的领悟。读书时,我感到有一股热流在全身流动,非常舒服。有时甚至感到似乎有只大手从我的肝脏里向外抓什么,这说起来让人难以置信。但十天以后,在我的肝区部位皮肤上出现了很多类似出血点一样的东西。几天后又消失了。二十天以后,我开始炼功,身体越来越好,感到身轻如燕,精力充沛。我一直没去查肝功。直到 1998 年 12 月公司要求雇员人人体检,我才发现我的包括肝功在内的 32 项指标全部正常。

**李有甫医师: 为何阅读《转法轮》, 身体就开始发生变化

笔者: 李有甫医生,您在中国大陆时曾是武术气功的教授,对气功作过科学研究,您本人也研习过太极气功,同时又是中医大夫。我知道您几年来修炼法轮功也颇有心得。杨森博士谈到,他在阅读《转法轮》时,身体就开始发生变化。这对我来讲,很难理解,您能否解释一下?

记者: 是什么震撼了你呢?

杨森博士: 是修炼的法理。我第一次明白了真正的气功是指导人修炼的。修炼的关键在修心。修心的关键在于去掉各种不好的心态和习惯,以达到一言一行都符合“真、善、忍”这一大自然的本性。我也第一次明白了人得病的根本原因是由于在一个隐藏在很深的空间里的能致病的能量场,叫病业。而消除病业的唯一途径就是修炼。

笔者: 这对您的身体有什么影响呢?

杨森博士: 那一段时间,我还没学炼功,但我很爱读《转法轮》,几乎手不释卷。每读一遍都有新的领悟。读书时,我感到有一股热流在全身流动,非常舒服。有时甚至感到似乎有只大手从我的肝脏里向外抓什么,这说起来让人难以置信。但十天以后,在我的肝区部位皮肤上出现了很多类似出血点一样的东西。几天后又消失了。二十天以后,我开始炼功,身体越来越好,感到身轻如燕,精力充沛。我一直没去查肝功。直到 1998 年 12 月公司要求雇员人人体检,我才发现我的包括肝功在内的 32 项指标全部正常。

**李有甫医师: 为何阅读《转法轮》, 身体就开始发生变化

笔者: 李有甫医生,您在中国大陆时曾是武术气功的教授,对气功作过科学研究,您本人也研习过太极气功,同时又是中医大夫。我知道您几年来修炼法轮功也颇有心得。杨森博士谈到,他在阅读《转法轮》时,身体就开始发生变化。这对我来讲,很难理解,您能否解释一下?

李有甫医师：人的精神和躯体本来就是密不可分的。当杨森博士心灵受到震撼并且不断地从阅读《转法轮》中获得感悟的时候，他的精神世界发生着剧烈的变化，他身体上感受到的热流，类似中医所说的“气血流通”。气血在情绪的影响下能滞也能动，气血的充足和流通是健康必不可少的。至于杨森博士肝脏所发生的现象则是修炼界特有的现象。大家知道，古今中外都有用功能治病的说法，在修炼界如果一个人产生了修炼的强烈愿望，并有功夫高深的师父愿意收其为徒，师父就会应用其功能为弟子清理身体，使其身体健康，不被病魔缠绕，从而能够开始修炼。杨森博士当时感到恍然大悟之后，产生了修炼法轮大法的强烈愿望，那么以后发生的一切也就不足为奇了。师父的层次不同。其功能的表达形式也不同，看来李老师的功能是通过《转法轮》这部著作传递的。

笔者：李医师，您的意思是说，如果当时杨森博士只想治好他的肝炎病而不是想要修炼的话，那么，不治而愈的事情根本就不会发生。

李有甫医师：一点不错。这正是法轮功的独特之处。他不同于一般健身的气功，不是一种治疗疾病的方法，而是教人修炼的方法。所以，他只为真修弟子“清理身体”，在常人眼里这就是所谓的祛病健身了。不过，师父领进门，修行在个人。以后怎样还在于杨森博士自己怎么去修。师父给祛病是为了让他修炼。一旦他不修了或不按要求去修心性，那么，他得到的也会失去。

笔者：我以为练功就是练动作，通经活血，为何修心如此重要？

李有甫医师：人的精神和躯体本来就是密不可分的。当杨森博士心灵受到震撼并且不断地从阅读《转法轮》中获得感悟的时候，他的精神世界发生着剧烈的变化，他身体上感受到的热流，类似中医所说的“气血流通”。气血在情绪的影响下能滞也能动，气血的充足和流通是健康必不可少的。至于杨森博士肝脏所发生的现象则是修炼界特有的现象。大家知道，古今中外都有用功能治病的说法，在修炼界如果一个人产生了修炼的强烈愿望，并有功夫高深的师父愿意收其为徒，师父就会应用其功能为弟子清理身体，使其身体健康，不被病魔缠绕，从而能够开始修炼。杨森博士当时感到恍然大悟之后，产生了修炼法轮大法的强烈愿望，那么以后发生的一切也就不足为奇了。师父的层次不同。其功能的表达形式也不同，看来李老师的功能是通过《转法轮》这部著作传递的。

笔者：李医师，您的意思是说，如果当时杨森博士只想治好他的肝炎病而不是想要修炼的话，那么，不治而愈的事情根本就不会发生。

李有甫医师：一点不错。这正是法轮功的独特之处。他不同于一般健身的气功，不是一种治疗疾病的方法，而是教人修炼的方法。所以，他只为真修弟子“清理身体”，在常人眼里这就是所谓的祛病健身了。不过，师父领进门，修行在个人。以后怎样还在于杨森博士自己怎么去修。师父给祛病是为了让他修炼。一旦他不修了或不按要求去修心性，那么，他得到的也会失去。

笔者：我以为练功就是练动作，通经活血，为何修心如此重要？

杨景端医师：吸烟的危害的确很大。美国有约 6000 万人吸烟，每年死于与吸烟有关的疾病就有约 45 万人，即每 5 个死亡的人中就有一个是因吸烟而死的。据我所知，中国大陆约有三亿烟民，吸烟会导致每年 200 多万人的死亡，是公共健康的头号杀手。法轮功能使他的修炼者戒烟，就是对人类健康的莫大贡献。我常想，中国政府要是把迫害法轮功的人力、财力用在中国人的戒烟运动上才是真正关心人民的健康和国家的利益。

但是，法轮功既不是一种治病方法，也不是一种戒烟的方法，而是一种教人修炼的方法。因此，修炼可以纠正各种不正常的生理和心理状态，但这并不是修炼的目的，而是修炼的副产品。因此，这样的效果只发生在修炼人的身上。由于修炼不是常规的治疗方法，发生在修炼者身上事情是修炼中的现象。所以，修炼者的戒烟经历大多非常奇特。许多人在读《转法轮》第七讲或看李老师讲法录像第七讲有关修炼者不应再吸烟的章节后就不吸烟了，再吸烟便有不适的反应。这与不修炼的普通人停止抽烟后出现的生理和心理上的不恰恰相反。最后，也是最重要的一点是，他们明白了生命的珍贵，接受了李老师关于人生命的真正目的是通过修炼达到返本归真，“要想好病，祛难，消业，这些人必需得修炼，返本归真……人要返本归真，这才是做人的真正目的。”这种强大的认知



杨景端医师：吸烟的危害的确很大。美国有约 6000 万人吸烟，每年死于与吸烟有关的疾病就有约 45 万人，即每 5 个死亡的人中就有一个是因吸烟而死的。据我所知，中国大陆约有三亿烟民，吸烟会导致每年 200 多万人的死亡，是公共健康的头号杀手。法轮功能使他的修炼者戒烟，就是对人类健康的莫大贡献。我常想，中国政府要是把迫害法轮功的人力、财力用在中国人的戒烟运动上才是真正关心人民的健康和国家的利益。

但是，法轮功既不是一种治病方法，也不是一种戒烟的方法，而是一种教人修炼的方法。因此，修炼可以纠正各种不正常的生理和心理状态，但这并不是修炼的目的，而是修炼的副产品。因此，这样的效果只发生在修炼人的身上。由于修炼不是常规的治疗方法，发生在修炼者身上事情是修炼中的现象。所以，修炼者的戒烟经历大多非常奇特。许多人在读《转法轮》第七讲或看李老师讲法录像第七讲有关修炼者不应再吸烟的章节后就不吸烟了，再吸烟便有不适的反应。这与不修炼的普通人停止抽烟后出现的生理和心理上的不恰恰相反。最后，也是最重要的一点是，他们明白了生命的珍贵，接受了李老师关于人生命的真正目的是通过修炼达到返本归真，“要想好病，祛难，消业，这些人必需得修炼，返本归真……人要返本归真，这才是做人的真正目的。”这种强大的认知



服的。当一个人对修炼有了强烈的愿望，对成瘾的本质和危害有了透彻的认识，做起来也就容易多了。正如在开始中提到的师父为修炼者清理身体，炼功学法，都使身心迅速调整到健康状态。我所见到的法轮功学员，不管他们以前有什么样的不良嗜好，在他们修炼后很短的时间内都消失了。

** 杨景端医生谈戒烟体验

笔者：吸烟也是一个很难改的习惯，我自己就面临这个问题。杨景端医生，我看过您在哈佛大学和在国际抗衰老医学大会上关于法轮功与健康的演讲，您自己是医生，在国内大学做神经内科医生，在美国大学作精神科医生，喜好中医，打过太极，请您谈谈您的戒烟体验好吗？

杨景端医师：在大陆，年轻医生抽烟是普遍现象。我本人抽了十二年的烟，每天一包以上，还有连续吸烟的坏习惯。96年来到美国，一切从头开始，精神压力大，吸烟更多。常常咳嗽胸闷，曾经因担心肺部出了问题而去看医生，拍胸片。我虽然作了十几年医生，对于吸烟对健康的危害还是在在美国复习考医生执照时才充分认识的。可是，我一直也没能戒掉这个坏习惯。98年10月，我开始阅读《转法轮》，并照着录像带炼法轮功动作。开始后的第一周我居然忘记了吸烟，到了第二周，想起抽烟就感到恶心。从此，我与烟无缘了。奇怪的是，酒喝到嘴里也不是滋味了。后来明白了，修炼法轮功是烟酒不沾的。只是这一切变化来得太快，太容易了。

笔者：吸烟的危害很大，为什么不将法轮功作为一种戒烟方法而向全社会推广呢？

服的。当一个人对修炼有了强烈的愿望，对成瘾的本质和危害有了透彻的认识，做起来也就容易多了。正如在开始中提到的师父为修炼者清理身体，炼功学法，都使身心迅速调整到健康状态。我所见到的法轮功学员，不管他们以前有什么样的不良嗜好，在他们修炼后很短的时间内都消失了。

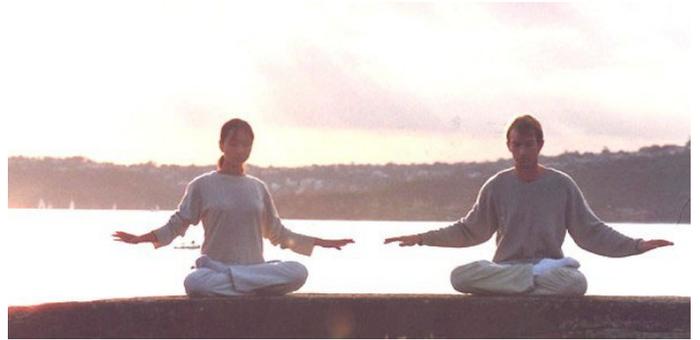
** 杨景端医生谈戒烟体验

笔者：吸烟也是一个很难改的习惯，我自己就面临这个问题。杨景端医生，我看过您在哈佛大学和在国际抗衰老医学大会上关于法轮功与健康的演讲，您自己是医生，在国内大学做神经内科医生，在美国大学作精神科医生，喜好中医，打过太极，请您谈谈您的戒烟体验好吗？

杨景端医师：在大陆，年轻医生抽烟是普遍现象。我本人抽了十二年的烟，每天一包以上，还有连续吸烟的坏习惯。96年来到美国，一切从头开始，精神压力大，吸烟更多。常常咳嗽胸闷，曾经因担心肺部出了问题而去看医生，拍胸片。我虽然作了十几年医生，对于吸烟对健康的危害还是在在美国复习考医生执照时才充分认识的。可是，我一直也没能戒掉这个坏习惯。98年10月，我开始阅读《转法轮》，并照着录像带炼法轮功动作。开始后的第一周我居然忘记了吸烟，到了第二周，想起抽烟就感到恶心。从此，我与烟无缘了。奇怪的是，酒喝到嘴里也不是滋味了。后来明白了，修炼法轮功是烟酒不沾的。只是这一切变化来得太快，太容易了。

笔者：吸烟的危害很大，为什么不将法轮功作为一种戒烟方法而向全社会推广呢？

李有甫医师：这是由法轮功的根本法理决定的。依照法轮大法的法理，人体是一个小宇宙，有肉体也有精神，而我们赖以生存的大宇宙也有精神和“肉体”。而宇宙的能量是永恒的，人体的能量则是有限的。要想获得宇宙中永恒的能量，人就必须同化宇宙的精神。这个精神就是《转法轮》中详细阐述的“真、善、忍”。从中医的理论讲，人有气就会有病。气会衰，会脱，会逆，会滞，很难侍候。缮食起居，调心静息，运动打坐，针灸推拿，金石草药，都是在侍候这个气。当然，这是一个广义上的气，包括精气、血气、神气、经络之气、脏腑之气、水谷之气、先天之气等等。而宇宙的能量（功）则是健康不朽的，功越多身体越健康，衰老也越慢。所以，功是无比珍贵的。但是，正如李老师在《转法轮》里指出的，“功其实不是炼出来的，他是修出来的”“你光去炼那些动作，心性提高不上来没有强大的能量加持一切，谈不上修炼，我们也不能把你当作法轮大法的弟子。”所以，修心是最重要的，这也是法轮功与其它气功的根本不同之处。



李有甫医师：这是由法轮功的根本法理决定的。依照法轮大法的法理，人体是一个小宇宙，有肉体也有精神，而我们赖以生存的大宇宙也有精神和“肉体”。而宇宙的能量是永恒的，人体的能量则是有限的。要想获得宇宙中永恒的能量，人就必须同化宇宙的精神。这个精神就是《转法轮》中详细阐述的“真、善、忍”。从中医的理论讲，人有气就会有病。气会衰，会脱，会逆，会滞，很难侍候。缮食起居，调心静息，运动打坐，针灸推拿，金石草药，都是在侍候这个气。当然，这是一个广义上的气，包括精气、血气、神气、经络之气、脏腑之气、水谷之气、先天之气等等。而宇宙的能量（功）则是健康不朽的，功越多身体越健康，衰老也越慢。所以，功是无比珍贵的。但是，正如李老师在《转法轮》里指出的，“功其实不是炼出来的，他是修出来的”“你光去炼那些动作，心性提高不上来没有强大的能量加持一切，谈不上修炼，我们也不能把你当作法轮大法的弟子。”所以，修心是最重要的，这也是法轮功与其它气功的根本不同之处。



笔者：既然如此，为什么我们经常看到法轮功学员在户外炼功，好象炼功很重要似的？

李有甫医师：修心是无形的，炼功是有形的；炼功是间歇性的，修心则是无时无刻不断的。法轮功讲净化灵魂，也讲净化身体，所以也要炼功。法轮功的功法很独到。炼功部分旨在使百脉皆通，周天循环，促进能量交换，加快身体的净化。此外，随着修炼的提高，脉络还会不断增宽融合，最终融为一体。在中医来看，疾病的重要病机之一就是脉络不通，气滞血瘀，继而导致诸如痰瘀互结，久瘀生热等等。如果脉络增宽或融为一体这种状况就难以存在，则防病治病于未然。

** 杨森博士谈对“法轮”的体验理解

笔者：法轮功里的法轮好象很重要又很抽象。杨博士，您对法轮的体验和理解是甚么？

杨森博士：刚刚修炼时，时常感到在小腹部位有能量旋转的感觉，有时这种感觉在其它身体部位也会出现。法轮不是一个肉眼可以观察到的实体，他是存在于一个非常微观空间里的能量体系，你能感受到他，却看不见他。用物理学的概念讲他存在于一个不同的空间里。知道他抽象就对了，只有对法轮功一无所知，并精神有问题的人才会在自己身上找什么法轮。

笔者：李医生您怎么认识法轮这个概念？

李有甫医师：法轮的确是一个重要的概念，《转法轮》中有关于法轮的专门论述。大家可能知道，中医的重要理论基础是经络理论，这个经络系统就是我们的感官和仪器探测不到的能量结构体系。针灸就是通过对这一摸不着看不见的能量体系的调整而达到治病的作用。中医的脏腑、气血等理论也都以经络体系的存在为基础

笔者：既然如此，为什么我们经常看到法轮功学员在户外炼功，好象炼功很重要似的？

李有甫医师：修心是无形的，炼功是有形的；炼功是间歇性的，修心则是无时无刻不断的。法轮功讲净化灵魂，也讲净化身体，所以也要炼功。法轮功的功法很独到。炼功部分旨在使百脉皆通，周天循环，促进能量交换，加快身体的净化。此外，随着修炼的提高，脉络还会不断增宽融合，最终融为一体。在中医来看，疾病的重要病机之一就是脉络不通，气滞血瘀，继而导致诸如痰瘀互结，久瘀生热等等。如果脉络增宽或融为一体这种状况就难以存在，则防病治病于未然。

** 杨森博士谈对“法轮”的体验理解

笔者：法轮功里的法轮好象很重要又很抽象。杨博士，您对法轮的体验和理解是甚么？

杨森博士：刚刚修炼时，时常感到在小腹部位有能量旋转的感觉，有时这种感觉在其它身体部位也会出现。法轮不是一个肉眼可以观察到的实体，他是存在于一个非常微观空间里的能量体系，你能感受到他，却看不见他。用物理学的概念讲他存在于一个不同的空间里。知道他抽象就对了，只有对法轮功一无所知，并精神有问题的人才会在自己身上找什么法轮。

笔者：李医生您怎么认识法轮这个概念？

李有甫医师：法轮的确是一个重要的概念，《转法轮》中有关于法轮的专门论述。大家可能知道，中医的重要理论基础是经络理论，这个经络系统就是我们的感官和仪器探测不到的能量结构体系。针灸就是通过对这一摸不着看不见的能量体系的调整而达到治病的作用。中医的脏腑、气血等理论也都以经络体系的存在为基础

的。中医中有一个穴位叫丹田，通过修炼，丹田处产生的能量团就是所谓的丹，它存在于人体的小腹部位，却让人看不见摸不着。修炼的人死后烧出的舍利子就与这个丹有关。法轮功中的法轮也是一个能量体系，修炼者可从师父那儿获得（能量是可以传递的），也能自己修出来。法轮功学员多能感受到法轮在体内的旋转。旋转的法轮可以纠正身体不正确的状态。不过说到底，只有修炼法轮功的人才会对法轮有一个准确的体悟。

** 卢阳医生谈修炼戒毒现象

笔者：我知道纽约有一位美国摇滚乐队的鼓手叫斯特林。他在事业的鼎盛时期染上了吸毒，不仅事业受挫，爱情夭折，还成了医院和戒毒所的常客。并得经常服用抗抑郁药。他称在修炼法轮功一个月后就烟酒不沾，更是与毒品绝缘。这已是四年前的的事了，他还在电视上为此作证。卢阳医生，作为辛辛纳提大学精神科药物与酒精成瘾专业的教授，您怎么解释修炼戒毒这一现象？

卢阳医师：吸毒是一个严重的健康问题，它与犯罪、精神抑郁、性病的泛滥都有直接关系。目前对成瘾缺少有效的治疗，唯一有一定效果的疗法为著名的 12 步疗法。这种疗法要求人们相信超自然的力量，清除自己一切不良的行为和思想，每周多次聚会从而获得一个集体的良好影响。精神空虚、追求感官享受、放纵情欲、逃避责任，这都是吸毒行为的常见原因。法轮功首先教导修炼者人生的意义和目的是通过修炼达到返本归真，使身心都恢复到原始最纯净的状态。法轮功要求修炼者放弃一切心理上、感官上对事物和行为的执著，而吸烟、喝酒、吸毒、赌博等行为正是很大的执著心使然，正是修炼要克



的。中医中有一个穴位叫丹田，通过修炼，丹田处产生的能量团就是所谓的丹，它存在于人体的小腹部位，却让人看不见摸不着。修炼的人死后烧出的舍利子就与这个丹有关。法轮功中的法轮也是一个能量体系，修炼者可从师父那儿获得（能量是可以传递的），也能自己修出来。法轮功学员多能感受到法轮在体内的旋转。旋转的法轮可以纠正身体不正确的状态。不过说到底，只有修炼法轮功的人才会对法轮有一个准确的体悟。

** 卢阳医生谈修炼戒毒现象

笔者：我知道纽约有一位美国摇滚乐队的鼓手叫斯特林。他在事业的鼎盛时期染上了吸毒，不仅事业受挫，爱情夭折，还成了医院和戒毒所的常客。并得经常服用抗抑郁药。他称在修炼法轮功一个月后就烟酒不沾，更是与毒品绝缘。这已是四年前的的事了，他还在电视上为此作证。卢阳医生，作为辛辛纳提大学精神科药物与酒精成瘾专业的教授，您怎么解释修炼戒毒这一现象？

卢阳医师：吸毒是一个严重的健康问题，它与犯罪、精神抑郁、性病的泛滥都有直接关系。目前对成瘾缺少有效的治疗，唯一有一定效果的疗法为著名的 12 步疗法。这种疗法要求人们相信超自然的力量，清除自己一切不良的行为和思想，每周多次聚会从而获得一个集体的良好影响。精神空虚、追求感官享受、放纵情欲、逃避责任，这都是吸毒行为的常见原因。法轮功首先教导修炼者人生的意义和目的是通过修炼达到返本归真，使身心都恢复到原始最纯净的状态。法轮功要求修炼者放弃一切心理上、感官上对事物和行为的执著，而吸烟、喝酒、吸毒、赌博等行为正是很大的执著心使然，正是修炼要克

