退 党 退 团 退 队 方 法

可使用化名、小名

* 电子邮件发表声明 tuidang@epochtimes.com
* 进入动态网再连 http://tuidang.epochtimes.com
* 退党电话：001-416-361-9895 或 001-888-892-8757
* 退党传真：001-510-372-0176 或 001-702-248-0599
* 用笔名、化名先将声明张贴在公共场所。

提示：未开通国际直拨电话的大陆人士打退党电话时需用 IP 电话拨打(网通先拨 17969，电信先拨 17909，铁通先拨 17991)，手机 IP 电话(“中国移动”先拨 17951，“联通”先拨 17911，小灵通先拨 17909)

** 您可能说我思想中早退了，我也不交党费了。那都不算数。因为在那个血旗面前向天发毒誓时，您是说把一生、把生命都献给邪党了。所以只有采取公开的方式退出，有行为的表示，才能除掉这么大的毒誓，才能在天灭中共的时候保平安！

动态网近期网址 安全访问被封锁的网站

https://qs.trwillits.com/或 https://ex.505.ru/

出现安全警告请点“确定”和“Y”（注：“http 后加 s”是全程加密）。请下载自由门、无界等软件，可通过软件自由上网。

兰州心语

第二十五期

善待大法得福报

吉祥和顺福无边

兰 州 心 语

退 党 退 团 退 队 方 法

可使用化名、小名

* 电子邮件发表声明 tuidang@epochtimes.com
* 进入动态网再连 http://tuidang.epochtimes.com
* 退党电话：001-416-361-9895 或 001-888-892-8757
* 退党传真：001-510-372-0176 或 001-702-248-0599
* 用笔名、化名先将声明张贴在公共场所。

提示：未开通国际直拨电话的大陆人士打退党电话时需用 IP 电话拨打(网通先拨 17969，电信先拨 17909，铁通先拨 17991)，手机 IP 电话(“中国移动”先拨 17951，“联通”先拨 17911，小灵通先拨 17909)

** 您可能说我思想中早退了，我也不交党费了。那都不算数。因为在那个血旗面前向天发毒誓时，您是说把一生、把生命都献给邪党了。所以只有采取公开的方式退出，有行为的表示，才能除掉这么大的毒誓，才能在天灭中共的时候保平安！

动态网近期网址 安全访问被封锁的网站

https://qs.trwillits.com/或 https://ex.505.ru/

出现安全警告请点“确定”和“Y”（注：“http 后加 s”是全程加密）。请下载自由门、无界等软件，可通过软件自由上网。

24

兰州心语

第二十五期

善待大法得福报

吉祥和顺福无边

目　录

卷首一文 3
　　你是别人的一棵树
大陆法轮功学员贺电谢师恩 4
天下采风　欢庆世界法轮大法日 5
　　美加澳政要贺法轮大法日 6
　　一名留学生的选择 7
　　挪威男孩　开心修炼 9
发生在身边的迫害 10
　　董秀兰在龚家湾洗脑班遭受迫害
美术欣赏　《摆位图》 14
《法轮功受迫害》纪录片获青年电影节头奖 15
从四川汶川大地震说起 16
中共伪造募捐新闻　煽动仇恨 18
大难来时如何自救 20
全球三退大潮势不可挡 23
退党退团退队的方法 24

世界需要真善忍

全球三退大潮势不可挡

《九评共产党》深刻揭露了中共的邪恶本质和红朝谎言，引发了一场中华民族的觉醒自救运动。到 2008 年 5 月 27 日已有超过 3743 万中国民众在海外大纪元网站声明三退。鉴于大陆的特殊情况，从中国大陆退党退团退队的人士，用笔名、小名、化名一样有效。（图：全球各地声援三退集会。）

兰 州 心 语

目　录

卷首一文 3
　　你是别人的一棵树
大陆法轮功学员贺电谢师恩 4
天下采风　欢庆世界法轮大法日 5
　　美加澳政要贺法轮大法日 6
　　一名留学生的选择 7
　　挪威男孩　开心修炼 9
发生在身边的迫害 10
　　董秀兰在龚家湾洗脑班遭受迫害
美术欣赏　《摆位图》 14
《法轮功受迫害》纪录片获青年电影节头奖 15
从四川汶川大地震说起 16
中共伪造募捐新闻　煽动仇恨 18
大难来时如何自救 20
全球三退大潮势不可挡 23
退党退团退队的方法 24

世界需要真善忍

兰 州 心 语

全球三退大潮势不可挡

《九评共产党》深刻揭露了中共的邪恶本质和红朝谎言，引发了一场中华民族的觉醒自救运动。到 2008 年 5 月 27 日已有超过 3743 万中国民众在海外大纪元网站声明三退。鉴于大陆的特殊情况，从中国大陆退党退团退队的人士，用笔名、小名、化名一样有效。（图：全球各地声援三退集会。）

的“生命护身符”。老师说他住的地方震动的很厉害，震级应该在六级以上，周围的人都很害怕，很多人慌乱的跳楼逃生，结果摔伤。我在电话中一再嘱咐老师要注意安全，老师说他没事，他有“法轮大法好”呢。

在此，作为一名大陆法轮功学员，我真心的呼唤我的同胞们记住“法轮大法好”“真善忍好”，灾难面前念此真言，能够保全自己的性命！

夫妻俩脱险

在绵竹五都镇新开村三组（现划归汉旺管辖），有这样一对夫妻，妻子开了一家很大的菌子厂。夫妻俩每天中午都有午睡的习惯，而且睡的很沉。而在五月十二日，丈夫怎么也睡不着。在地震开始后，丈夫以最快的速度将熟睡的妻子架出门，扑倒在他家紧挨着的马路上，虽然鼻子、脸上扑满了灰土，但保住了性命。

等他们缓过神来，回头再看的时候，房子已经垮塌了。

这是因为，夫妻俩早已明白真相，退出中共。他们也为自己能逃出此劫感到十分高兴。

希望那些被中共的谎言所欺骗的人们，都能够真正来了解大法的真相，为自己选择美好的未来。◇

卷首一文

有个人穷困潦倒失去生活勇气的人来到了悬崖边准备自尽。他嚎啕大哭，细数自己遭遇的种种失败挫折。崖边岩石上生有一株低矮的树，听后也不觉流下眼泪。人见树流泪，就问道：“难道你也同我有相似的不幸吗？”树说：“我怕是这世界上最苦命的树了。你看我生在岩石的缝隙间，终年营养不足，形貌丑陋，风来欲坠，寒来欲僵，生不如死呀。”人不禁与树同病相怜，说：“既然如此，不如随我一同死吧！”

树说：“我死倒是极其容易，但这崖边便再无其他的树了。你看到我头上这个鸟巢，它是两只喜鹊所筑，它们一直在这繁衍后代。我要是不在了，那两只喜鹊可咋办呢？”人听罢，忽有所悟，就从悬崖边退了回去。

其实，每个人都不只是为了自己活着。再渺小、卑贱的人，对于有的人来说也是一棵伟岸的树。说来也怪，“人不为己，天诛地灭”这样的谬论却一直是很多人的准则。但大家不妨想想周边的人和事，或许会看到：只为自己活着的人，越是富贵加身，生活的

兰州心语

的“生命护身符”。老师说他住的地方震动的很厉害，震级应该在六级以上，周围的人都很害怕，很多人慌乱的跳楼逃生，结果摔伤。我在电话中一再嘱咐老师要注意安全，老师说他没事，他有“法轮大法好”呢。

在此，作为一名大陆法轮功学员，我真心的呼唤我的同胞们记住“法轮大法好”“真善忍好”，灾难面前念此真言，能够保全自己的性命！

夫妻俩脱险

在绵竹五都镇新开村三组（现划归汉旺管辖），有这样一对夫妻，妻子开了一家很大的菌子厂。夫妻俩每天中午都有午睡的习惯，而且睡的很沉。而在五月十二日，丈夫怎么也睡不着。在地震开始后，丈夫以最快的速度将熟睡的妻子架出门，扑倒在他家紧挨着的马路上，虽然鼻子、脸上扑满了灰土，但保住了性命。

等他们缓过神来，回头再看的时候，房子已经垮塌了。

这是因为，夫妻俩早已明白真相，退出中共。他们也为自己能逃出此劫感到十分高兴。

希望那些被中共的谎言所欺骗的人们，都能够真正来了解大法的真相，为自己选择美好的未来。◇

22

兰州心语

卷首一文

你是别人的一棵树

有个人穷困潦倒失去生活勇气的人来到了悬崖边准备自尽。他嚎啕大哭，细数自己遭遇的种种失败挫折。崖边岩石上生有一株低矮的树，听后也不觉流下眼泪。人见树流泪，就问道：“难道你也同我有相似的不幸吗？”树说：“我怕是这世界上最苦命的树了。你看我生在岩石的缝隙间，终年营养不足，形貌丑陋，风来欲坠，寒来欲僵，生不如死呀。”人不禁与树同病相怜，说：“既然如此，不如随我一同死吧！”

树说：“我死倒是极其容易，但这崖边便再无其他的树了。你看到我头上这个鸟巢，它是两只喜鹊所筑，它们一直在这繁衍后代。我要是不在了，那两只喜鹊可咋办呢？”人听罢，忽有所悟，就从悬崖边退了回去。

其实，每个人都不只是为了自己活着。再渺小、卑贱的人，对于有的人来说也是一棵伟岸的树。说来也怪，“人不为己，天诛地灭”这样的谬论却一直是很多人的准则。但大家不妨想想周边的人和事，或许会看到：只为自己活着的人，越是富贵加身，生活的

3

困惑与烦恼越大！而为了别人活着的人，即使穷困潦倒，仍感到生活的兴趣与快乐。

什么才是你认为的幸福人生呢？◇

大陆法轮功学员贺电谢师恩

5 月 13 日是世界法轮大法日，世界各地法轮功学员，特别是中国大陆法轮功学员通过海外的法轮大法明慧网，向传授高德大法、使人身心受益的法轮功创始人李洪志先生表达感恩，并恭祝李先生五十七岁华诞、第九届世界法轮大法日及法轮大法洪传世界十六周年。

大陆法轮功学员冒着生命危险，突破网络封锁，透过明慧网发来了四千多份贺卡和贺词，表达了对师父的问候、思念和感恩，感谢法轮大法给他们带来了

一位黄姓朋友听了我们给她讲的真相后“三退”（退党、退团、退队），并佩带了法轮大法的护身符。

她回家后知道弟弟要去四川旅游，就把自己的护身符给弟弟带上了。这位弟弟和两个朋友住的宾馆正好在震区。当地震发生时他们都在宾馆四楼的房间内聊天，由于地震强度大，当时宾馆就坍塌了。一个朋友被楼板砸中，脑浆外溢当场死亡；另一位朋友被救出后，送到医院两个小时后抢救无效死亡；而弟弟因为佩带了法轮大法的护身符竟然都没有受一点伤。

弟弟回到家中，明白了大法的神奇，将事情告知了家中的亲人，大家都称赞大法的神奇，最后全家都“三退”了。

老师自救有宝

2000 年有缘巧遇我的这位老师。老师信佛，一开始就认为镇压法轮功是错的。“三退”刚刚开始，老师就退出了恶党的一切组织，并告诉我一定用真名在海外大纪元网站上网声明退党。

前几日听到地震的消息，马上打电话，我问他那边情况怎么样，他兴奋的说：“地震时我就想到了五个字‘法轮大法好’，我认为一定没事！你看我现在什么事都没有！”

我感到非常欣慰：当年跟老师说的危难时一定要记住“法轮大法好”这句话，老师真作为大难降临时

兰州心语
困惑与烦恼越大！而为了别人活着的人，即使穷困潦倒，仍感到生活的兴趣与快乐。
什么才是你认为的幸福人生呢？◇

大陆法轮功学员贺电谢师恩
5 月 13 日是世界法轮大法日，世界各地法轮功学员，特别是中国大陆法轮功学员通过海外的法轮大法明慧网，向传授高德大法、使人身心受益的法轮功创始人李洪志先生表达感恩，并恭祝李先生五十七岁华诞、第九届世界法轮大法日及法轮大法洪传世界十六周年。
大陆法轮功学员冒着生命危险，突破网络封锁，透过明慧网发来了四千多份贺卡和贺词，表达了对师父的问候、思念和感恩，感谢法轮大法给他们带来了
4
兰州心语
一位黄姓朋友听了我们给她讲的真相后“三退”（退党、退团、退队），并佩带了法轮大法的护身符。
她回家后知道弟弟要去四川旅游，就把自己的护身符给弟弟带上了。这位弟弟和两个朋友住的宾馆正好在震区。当地震发生时他们都在宾馆四楼的房间内聊天，由于地震强度大，当时宾馆就坍塌了。一个朋友被楼板砸中，脑浆外溢当场死亡；另一位朋友被救出后，送到医院两个小时后抢救无效死亡；而弟弟因为佩带了法轮大法的护身符竟然都没有受一点伤。
弟弟回到家中，明白了大法的神奇，将事情告知了家中的亲人，大家都称赞大法的神奇，最后全家都“三退”了。
老师自救有宝
2000 年有缘巧遇我的这位老师。老师信佛，一开始就认为镇压法轮功是错的。“三退”刚刚开始，老师就退出了恶党的一切组织，并告诉我一定用真名在海外大纪元网站上网声明退党。
前几日听到地震的消息，马上打电话，我问他那边情况怎么样，他兴奋的说：“地震时我就想到了五个字‘法轮大法好’，我认为一定没事！你看我现在什么事都没有！”
我感到非常欣慰：当年跟老师说的危难时一定要记住“法轮大法好”这句话，老师真作为大难降临时
21

转载文章将几个巫婆、神汉致死人命的丑剧强加给法轮功，而众所周知，法轮功是禁止杀生和自杀的。

本来报纸等媒体对法轮功的公开攻击已停了多年，为什么现时突然故伎重演？本来人们关注的是大地震，为什么突然冒出这么一个不和谐的声音？明眼人一看，就知道这是在扰乱视听、转移和淡化对地震灾害的责任追究。◇

大难来时如何自救

【明慧网】这几日无论是电视、报纸、广播、网络甚至街头巷尾，都在谈论着继年初雪灾之后的又一更大灾难——四川地震。电视中灾区同胞的凄惨景象，无不牵动着每一个中华儿女的心，其中更包括信仰着“真、善、忍”的法轮功学员的心。怎样能在大灾来临时得以自救，这可能是在2008年屡遭大灾的人们都迫切想要了解的问题。每个人究竟如何做才能自救、保家、救人？

听了下面这个故事后，我想很多善良的人会找到希望。

弟弟的护身符

健康、快乐和富有意义的生活。感谢师父的谆谆教诲和慈悲苦度，使他们在承受无名苦难中，仍以大善大忍的胸怀对待一切，无怨无悔。◇

兰州心语
转载文章将几个巫婆、神汉致死人命的丑剧强加给法轮功，而众所周知，法轮功是禁止杀生和自杀的。
本来报纸等媒体对法轮功的公开攻击已停了多年，为什么现时突然故伎重演？本来人们关注的是大地震，为什么突然冒出这么一个不和谐的声音？明眼人一看，就知道这是在扰乱视听、转移和淡化对地震灾害的责任追究。◇
大难来时如何自救
【明慧网】这几日无论是电视、报纸、广播、网络甚至街头巷尾，都在谈论着继年初雪灾之后的又一更大灾难——四川地震。电视中灾区同胞的凄惨景象，无不牵动着每一个中华儿女的心，其中更包括信仰着“真、善、忍”的法轮功学员的心。怎样能在大灾来临时得以自救，这可能是在2008年屡遭大灾的人们都迫切想要了解的问题。每个人究竟如何做才能自救、保家、救人？
听了下面这个故事后，我想很多善良的人会找到希望。
弟弟的护身符
20
兰州心语
健康、快乐和富有意义的生活。感谢师父的谆谆教诲和慈悲苦度，使他们在承受无名苦难中，仍以大善大忍的胸怀对待一切，无怨无悔。◇
韩国
真善忍好
天下采风
欢庆世界
法輪大法日
澳洲
台湾
华盛顿
世界法輪大法日
World Falun Dafa Day
5

加美澳政要贺法轮大法日

左：部分褒奖和贺信　右：加国总理哈珀致信贺大法日

二零零八年五月十三日“世界法轮大法日”之际，加拿大总理斯蒂文•哈珀、多位国会议员和省议员、美国的州参议院、众议院和国会议员以及澳洲国会议员、民主党领袖、纽省上议员等政要纷纷给法轮功颁发褒奖或致信祝贺。

加拿大总理哈珀赞扬法轮功修炼者与全社会分享以真、善、忍的高尚理念为基础的传统；议员们在贺信中说：法轮大法给八十多个国家的上亿人带来了健康、快乐和富有意义的生活。美国麻州众议院的褒奖决议中写道：法轮大法是一个基于宇宙特性“真、善、忍”的古老修炼方法。修炼者在最恶劣的环境下表现出的大善大忍，已感动了本市、本州、美国和世界人民的心。

“纽约华人为四川震灾募捐，法轮功现场捣乱”，公开对十三亿中国人撒谎和行骗。

事实如何呢？五月十七日下午，全球退出中共服务中心在法拉盛缅街图书馆前举办“声援海内外三千六百万华人勇士退出中共”的集会。在周永康的授意下，中共特务进行捣乱，其中有中共唆使的肇事者暴力攻击，殴打一位七十岁高龄的退休华人工程师。还有肇事者在攻击现场用电话传呼更多人来加入袭击，在电话中直呼：“快叫更多人来，一个人九十元”。大家从中共公布的画面中不难看出，画面中没有任何与赈灾相关的场面和募捐的横幅标志，相反是不少关于纽约民众声援退党集会的横幅。(见图)

无独有偶。当人们还沉浸在为四川大地震遇难同胞的哀悼和悲痛中，当人们纷纷追问为什么这场灾难最惨的遇难者是孩子时，5 月 17 日，《三秦都市报》却莫明其妙的转载了《长春晚报》一篇攻击法轮功的文章。这篇

兰 州 心 语

加美澳政要贺法轮大法日

左：部分褒奖和贺信　右：加国总理哈珀致信贺大法日

二零零八年五月十三日“世界法轮大法日”之际，加拿大总理斯蒂文•哈珀、多位国会议员和省议员、美国的州参议院、众议院和国会议员以及澳洲国会议员、民主党领袖、纽省上议员等政要纷纷给法轮功颁发褒奖或致信祝贺。

加拿大总理哈珀赞扬法轮功修炼者与全社会分享以真、善、忍的高尚理念为基础的传统；议员们在贺信中说：法轮大法给八十多个国家的上亿人带来了健康、快乐和富有意义的生活。美国麻州众议院的褒奖决议中写道：法轮大法是一个基于宇宙特性“真、善、忍”的古老修炼方法。修炼者在最恶劣的环境下表现出的大善大忍，已感动了本市、本州、美国和世界人民的心。

6

兰 州 心 语

“纽约华人为四川震灾募捐，法轮功现场捣乱”，公开对十三亿中国人撒谎和行骗。

事实如何呢？五月十七日下午，全球退出中共服务中心在法拉盛缅街图书馆前举办“声援海内外三千六百万华人勇士退出中共”的集会。在周永康的授意下，中共特务进行捣乱，其中有中共唆使的肇事者暴力攻击，殴打一位七十岁高龄的退休华人工程师。还有肇事者在攻击现场用电话传呼更多人来加入袭击，在电话中直呼：“快叫更多人来，一个人九十元”。大家从中共公布的画面中不难看出，画面中没有任何与赈灾相关的场面和募捐的横幅标志，相反是不少关于纽约民众声援退党集会的横幅。(见图)

无独有偶。当人们还沉浸在为四川大地震遇难同胞的哀悼和悲痛中，当人们纷纷追问为什么这场灾难最惨的遇难者是孩子时，5 月 17 日，《三秦都市报》却莫明其妙的转载了《长春晚报》一篇攻击法轮功的文章。这篇

19

致与心情，结果海啸一到，这些不相信的人瞬间就失去了宝贵的生命。

就这一次预报四川地震的传言来说，我想不管它是从哪里传出来的，无论它是不是象中共政府所说的那样是“误听”所致，反正有一点是肯定的，那就是地震前有人预报出来通知大家避难。

想到这，我又想起了今日中国正在发生的退党大潮。中共已是恶贯满盈，不久就将被上天所消灭，一切曾经宣誓要为中共奉献一切乃至自己生命的中共党、团、队成员，都只有退出中共和其一切组织，才能在未来天灭中共时，不随着中共一起毁灭。虽然退党的消息已经传遍了全国，退出党、团、队的人数目前已经超过 3700 万，但还有众多的中国人，面对退党大潮麻木冷漠，无论怎么说都不相信，也不愿退出中共组织，想起来真是为这些人的未来担心。

中共伪造募捐新闻　煽动仇恨

【明慧网】二零零八年五月二十日，在中共政法委书记周永康的策划下，中共从国内到海外配合构陷法轮功，继续制造谎言煽动中国民众和海外华人对法轮功的仇恨；当日，中共喉舌新华网和央视国际播出构陷法轮功的视频，节目将中共流氓特务在纽约公开煽动暴力袭击退党集会的事件谎编成

一名留学生的选择

【明慧网】正在多伦多大学读四年级的小周在没有任何人介绍的情况下，自己走上了修炼法轮功的路。

独生女十四岁出国留学

来自北京的小周是家中的独生女，对她抱有厚望的父母，一九九九年就把十四岁的小周送去新加坡读高中。小周在新加坡读书期间，吃了很多苦。因为性格问题，在生活中遇到一点点不顺心的事就会感到不愉快，而且很难摆脱。她曾经想：难道人世间就只有用钱和势来衡量人吗？应该有更好的东西，比如向善的心。

找到法轮功

二零零四年小周来到加拿大读大学，一位朋友给她介绍了大纪元网站，她回忆说：“二零零六新年时，看到大纪元网站登了很多法轮功学员给法轮功创始人的新年贺卡和贺信，当时我就问自己：‘为什么会有这么多人都向他们的师父问好？’这促使我想深入了解法轮功。我到 Google 网站搜索李洪志师父

兰 州 心 语
致与心情，结果海啸一到，这些不相信的人瞬间就失去了宝贵的生命。
就这一次预报四川地震的传言来说，我想不管它是从哪里传出来的，无论它是不是象中共政府所说的那样是“误听”所致，反正有一点是肯定的，那就是地震前有人预报出来通知大家避难。
想到这，我又想起了今日中国正在发生的退党大潮。中共已是恶贯满盈，不久就将被上天所消灭，一切曾经宣誓要为中共奉献一切乃至自己生命的中共党、团、队成员，都只有退出中共和其一切组织，才能在未来天灭中共时，不随着中共一起毁灭。虽然退党的消息已经传遍了全国，退出党、团、队的人数目前已经超过 3700 万，但还有众多的中国人，面对退党大潮麻木冷漠，无论怎么说都不相信，也不愿退出中共组织，想起来真是为这些人的未来担心。
中共伪造募捐新闻　煽动仇恨
【明慧网】二零零八年五月二十日，在中共政法委书记周永康的策划下，中共从国内到海外配合构陷法轮功，继续制造谎言煽动中国民众和海外华人对法轮功的仇恨；当日，中共喉舌新华网和央视国际播出构陷法轮功的视频，节目将中共流氓特务在纽约公开煽动暴力袭击退党集会的事件谎编成
18
兰 州 心 语
一名留学生的选择
【明慧网】正在多伦多大学读四年级的小周在没有任何人介绍的情况下，自己走上了修炼法轮功的路。
独生女十四岁出国留学
来自北京的小周是家中的独生女，对她抱有厚望的父母，一九九九年就把十四岁的小周送去新加坡读高中。小周在新加坡读书期间，吃了很多苦。因为性格问题，在生活中遇到一点点不顺心的事就会感到不愉快，而且很难摆脱。她曾经想：难道人世间就只有用钱和势来衡量人吗？应该有更好的东西，比如向善的心。
找到法轮功
二零零四年小周来到加拿大读大学，一位朋友给她介绍了大纪元网站，她回忆说：“二零零六新年时，看到大纪元网站登了很多法轮功学员给法轮功创始人的新年贺卡和贺信，当时我就问自己：‘为什么会有这么多人都向他们的师父问好？’这促使我想深入了解法轮功。我到 Google 网站搜索李洪志师父
7

的资料，了解到原来大法弟子遍布全世界八十多个国家和地区，而且《转法轮》这本书被翻译成了几十种语言。我知道那时中国大陆镇压法轮功已经七年了，为什么修炼者人数还是这么多，难道他们都是被骗了吗？不可能吧。带着这个问题，我登陆了法轮大法网站，开始听起了师父的讲法录音。”

小周以前对修炼完全不懂，由于在大陆长期受无神论教育的影响，连和尚、道士是干什么的都不知道。开始的时候她觉得法轮功讲的东西有点玄。可听着听着，她发现师父讲的都是教人向善，完全没有涉及到政治。于是第二个星期，她决定仔细听师父的讲法，并逐渐按照“真善忍”的标准去做。

法轮功著作被翻译成了三十几种语言

修炼法轮功使我身心受益

小周现在多伦多大学读四年级了，同时还在一家市场推广公司及一家金融理财公司兼职。谈到修炼到现在的收获，小周说，最大的收获就是总能保持心态平和，不生气，人生道路也变得比以前顺利了。

“我以前与人交往很容易起小心眼，在同学、朋友之间容易惹起矛盾。按照修炼人的要求去做以后，这些以前解决不

言”，竟然成了事实。

其实据海外一些媒体报导：此次四川地震之前其实已经有征兆，但地震局为了维持中共奥运前所谓的安定局面，而故意隐瞒不报。得知此事后，一方面我为中共对人民生命财产如此漠不关心，如此不负责任而气愤，并深深感到中共的话真是一句也不能信；另一方面我又联想到灾难降临前的预言，以及现在的退党大潮。

历史上很多灾难发生前都有人以各种方式预言、示警，以此来挽救相信预言的人。可是，很多人由于活的太现实，对什么东西都不相信，只相信眼前能见到的，最后没有得救。其实，真正明智的人是“宁可信其有，不可信其无的”。预言是真的，你的命就保住了，如果是假的，你也没失去什么，为什么就不相信别人的劝告呢？太多的自以为聪明的人，不相信预警，结果失去了生命。

给大家举个例子，2004 年印尼的那场大海啸曾在几分钟内夺走了三十万人的性命。但是，也有一少部份人幸免于难，那是因为在大海啸到来之前的十多分钟，海平面突然下降，许多原本在海里的贝壳都露了出来，大家都抢着捡漂亮的贝壳，然而有经验的人却知道这是危险来临的前兆，就让大家快跑，只有极少数人相信他的话赶快离开了。可绝大多数人根本不信，还埋怨此人搅了大家捡贝壳的兴

兰州心语

的资料，了解到原来大法弟子遍布全世界八十多个国家和地区，而且《转法轮》这本书被翻译成了几十种语言。我知道那时中国大陆镇压法轮功已经七年了，为什么修炼者人数还是这么多，难道他们都是被骗了吗？不可能吧。带着这个问题，我登陆了法轮大法网站，开始听起了师父的讲法录音。”

小周以前对修炼完全不懂，由于在大陆长期受无神论教育的影响，连和尚、道士是干什么的都不知道。开始的时候她觉得法轮功讲的东西有点玄。可听着听着，她发现师父讲的都是教人向善，完全没有涉及到政治。于是第二个星期，她决定仔细听师父的讲法，并逐渐按照“真善忍”的标准去做。

修炼法轮功使我身心受益

小周现在多伦多大学读四年级了，同时还在一家市场推广公司及一家金融理财公司兼职。谈到修炼到现在的收获，小周说，最大的收获就是总能保持心态平和，不生气，人生道路也变得比以前顺利了。

“我以前与人交往很容易起小心眼，在同学、朋友之间容易惹起矛盾。按照修炼人的要求去做以后，这些以前解决不

8

兰州心语

言”，竟然成了事实。

其实据海外一些媒体报导：此次四川地震之前其实已经有征兆，但地震局为了维持中共奥运前所谓的安定局面，而故意隐瞒不报。得知此事后，一方面我为中共对人民生命财产如此漠不关心，如此不负责任而气愤，并深深感到中共的话真是一句也不能信；另一方面我又联想到灾难降临前的预言，以及现在的退党大潮。

历史上很多灾难发生前都有人以各种方式预言、示警，以此来挽救相信预言的人。可是，很多人由于活的太现实，对什么东西都不相信，只相信眼前能见到的，最后没有得救。其实，真正明智的人是“宁可信其有，不可信其无的”。预言是真的，你的命就保住了，如果是假的，你也没失去什么，为什么就不相信别人的劝告呢？太多的自以为聪明的人，不相信预警，结果失去了生命。

给大家举个例子，2004 年印尼的那场大海啸曾在几分钟内夺走了三十万人的性命。但是，也有一少部份人幸免于难，那是因为在大海啸到来之前的十多分钟，海平面突然下降，许多原本在海里的贝壳都露了出来，大家都抢着捡漂亮的贝壳，然而有经验的人却知道这是危险来临的前兆，就让大家快跑，只有极少数人相信他的话赶快离开了。可绝大多数人根本不信，还埋怨此人搅了大家捡贝壳的兴

17

大家谈

从四川汶川大地震说起

二零零八年五月十二日，下午二点二十八分，四川汶川县发生了八级强烈地震，北京、上海等大城市同时有震感。至目前，据媒体报道死亡人数已超过四万人。这个消息震动了全国人民，我也深深为死难同胞哀悼。

然而同时我也得知了另一条消息，早在十多天前，四川阿坝州一带民间就曾有将会发生地震的传言，群众曾打电话到阿坝州防震减灾局咨询求证，但阿坝州防震减灾局明确表示这是“谣传”，并要求马尔康县防震减灾局采取措施，查找传言来源，进行“辟谣”，并在四川省中共政府网上发布平息“误传”事件的公告。

当时有多家媒体报导这则新闻，只要在古歌上输入“阿坝州防震减灾局成功平息地震误传事件”并进行搜索，即可找到多条报导。可是，令世人万万没想到的是，中共所辟的“谣

了的矛盾，都很容易解决啦。”小周说。“我开始能和周围所有人都相处的很好了。心态经常都能保持平和，不象以前那样，总想别人怎么对我不好啊，等等这些事，老是放不下。”

“那时候我已经感觉到自己身体的变化，比如皮肤变得更白、更细腻。已经二十岁的我还奇迹般的长高了将近两公分。我修炼前很注重保养和美容，花了很多钱和时间，但脸上还是经常会长包。修炼以后，就算有时比较累、或睡眠很少，（皮肤）也没出现问题。我现在不需要再去健身房了，别管前一天有多累，只要睡一觉，第二天就跟没事一样，不觉得累。”

小周去年向她妈妈介绍了法轮功的真相，以及自己修炼的经历，现在她妈妈也开始修炼法轮功了。说到以后的路，小周认为自己要在修炼的路上更加精进，还要让更多的人知道：法轮大法好！

挪威男孩　开心修炼

【明慧网】戊乐（Ola）是一个十八岁的高中生，他的专业是体育。四年前戊乐的父母开始修炼法轮功。一个半月前，戊乐也开始认真修炼了。

戊乐对“修炼的关键是提高心性”有自己的体悟。他说：“我

兰 州 心 语

大家谈

从四川汶川大地震说起

二零零八年五月十二日，下午二点二十八分，四川汶川县发生了八级强烈地震，北京、上海等大城市同时有震感。至目前，据媒体报道死亡人数已超过四万人。这个消息震动了全国人民，我也深深为死难同胞哀悼。

然而同时我也得知了另一条消息，早在十多天前，四川阿坝州一带民间就曾有将会发生地震的传言，群众曾打电话到阿坝州防震减灾局咨询求证，但阿坝州防震减灾局明确表示这是“谣传”，并要求马尔康县防震减灾局采取措施，查找传言来源，进行“辟谣”，并在四川省中共政府网上发布平息“误传”事件的公告。

当时有多家媒体报导这则新闻，只要在古歌上输入“阿坝州防震减灾局成功平息地震误传事件”并进行搜索，即可找到多条报导。可是，令世人万万没想到的是，中共所辟的“谣

16

兰 州 心 语

了的矛盾，都很容易解决啦。”小周说。“我开始能和周围所有人都相处的很好了。心态经常都能保持平和，不象以前那样，总想别人怎么对我不好啊，等等这些事，老是放不下。”

“那时候我已经感觉到自己身体的变化，比如皮肤变得更白、更细腻。已经二十岁的我还奇迹般的长高了将近两公分。我修炼前很注重保养和美容，花了很多钱和时间，但脸上还是经常会长包。修炼以后，就算有时比较累、或睡眠很少，（皮肤）也没出现问题。我现在不需要再去健身房了，别管前一天有多累，只要睡一觉，第二天就跟没事一样，不觉得累。”

小周去年向她妈妈介绍了法轮功的真相，以及自己修炼的经历，现在她妈妈也开始修炼法轮功了。说到以后的路，小周认为自己要在修炼的路上更加精进，还要让更多的人知道：法轮大法好！

挪威男孩　开心修炼

【明慧网】戊乐（Ola）是一个十八岁的高中生，他的专业是体育。四年前戊乐的父母开始修炼法轮功。一个半月前，戊乐也开始认真修炼了。

戊乐对“修炼的关键是提高心性”有自己的体悟。他说：“我

9

过去是一个极为需要别人关注的人，我做许多事情来吸引别人对我的注意。而现在我获得了内心的自由，我的自信心增强了，坏脾气不见了，我也更能为别人考虑了，因为我对生命有了更深层的理解。”

戊乐在过去的一个半月中，思维和行为有了很大的改变。他父母和朋友也注意到他变的善良、祥和了。现在戊乐不仅把喝酒戒了，还开始帮着妈妈做家务了。

对于出现的矛盾，戊乐不再会感到烦恼，而是当作提升自我道德的一个好机会。在修炼前，他是以自己的主观想象来衡量事物的对错；而修炼后，他学会了以“真、善、忍”来衡量事物的对与错。

同时他还开始给全校同学介绍法轮功，和讲中共迫害法轮功的真相。他的行动得到了所有班级班主任的支持。

迫害真相

发生在身边的迫害

兰州法轮功学员董秀兰仍在龚家湾洗脑班遭受迫害

【明慧网】2007 年 7 月初，兰州 7437 厂法轮功学员董秀兰（女、63 岁）和兰州电信器材厂法轮功学员孙兰萍（女、48 岁），在定远讲真相被恶人举报，

《法轮功受迫害》纪录片获青年电影节头奖

【明慧网】美国加州马林县十二岁的学生伊莎贝尔·凯兹（Isabelle Kitze）拍摄的纪录片《法轮功受迫害》，赢得了第三届百灵剧院青年电影节十岁至十三岁年龄组的第一名。

伊莎贝尔说，“我想帮助观众了解什么是法轮功，以及为什么法轮功学员面对迫害，仍然信仰坚定。”在四月二十七日的影片播放中，观众对迫害仍在中国发生感到震惊。

影片中通过对三名法轮功学员的采访，披露了中共对法轮功迫害的事实。因炼法轮功曾在中国被中共警察三次关押的程瑞兰女士，被强迫罚站、下跪、睡水泥地，用头撞墙等折磨，她并被警察摔倒在地，致使她腰部被摔坏，生活不能自理。回到家后，仍对她进行监视和迫害。

法轮功学员程女士几年前回中国时，因与两个法轮功学员谈话，就被警察抓起来。警察告诉她，三个以上的法轮功学员在一起就是违法的。程女士表示，中共还在残忍的迫害法轮功学员。◇

兰 州 心 语

过去是一个极为需要别人关注的人，我做许多事情来吸引别人对我的注意。而现在我获得了内心的自由，我的自信心增强了，坏脾气不见了，我也更能为别人考虑了，因为我对生命有了更深层的理解。”

戊乐在过去的一个半月中，思维和行为有了很大的改变。他父母和朋友也注意到他变的善良、祥和了。现在戊乐不仅把喝酒戒了，还开始帮着妈妈做家务了。

对于出现的矛盾，戊乐不再会感到烦恼，而是当作提升自我道德的一个好机会。在修炼前，他是以自己的主观想象来衡量事物的对错；而修炼后，他学会了以“真、善、忍”来衡量事物的对与错。

同时他还开始给全校同学介绍法轮功，和讲中共迫害法轮功的真相。他的行动得到了所有班级班主任的支持。

迫害真相

发生在身边的迫害

兰州法轮功学员董秀兰仍在龚家湾洗脑班遭受迫害

【明慧网】2007 年 7 月初，兰州 7437 厂法轮功学员董秀兰（女、63 岁）和兰州电信器材厂法轮功学员孙兰萍（女、48 岁），在定远讲真相被恶人举报，

10

兰 州 心 语

《法轮功受迫害》纪录片获青年电影节头奖

【明慧网】美国加州马林县十二岁的学生伊莎贝尔·凯兹（Isabelle Kitze）拍摄的纪录片《法轮功受迫害》，赢得了第三届百灵剧院青年电影节十岁至十三岁年龄组的第一名。

伊莎贝尔说，“我想帮助观众了解什么是法轮功，以及为什么法轮功学员面对迫害，仍然信仰坚定。”在四月二十七日的影片播放中，观众对迫害仍在中国发生感到震惊。

影片中通过对三名法轮功学员的采访，披露了中共对法轮功迫害的事实。因炼法轮功曾在中国被中共警察三次关押的程瑞兰女士，被强迫罚站、下跪、睡水泥地，用头撞墙等折磨，她并被警察摔倒在地，致使她腰部被摔坏，生活不能自理。回到家后，仍对她进行监视和迫害。

法轮功学员程女士几年前回中国时，因与两个法轮功学员谈话，就被警察抓起来。警察告诉她，三个以上的法轮功学员在一起就是违法的。程女士表示，中共还在残忍的迫害法轮功学员。◇

15

自己的生命，再不要助恶为虐，否则，当中共灭亡时，你们就是中共的殉葬品。◇

美术欣赏
《摆位图》

作者：张昆仑，油画，67 英寸 117 英寸(2003)

作者的话：宇宙中有一个谁都不能摆脱的规律：「善有善报，恶有恶报。」法轮功教人做好人，教人向善，可是那邪恶势力就要对他进行迫害。不管是谁，对这件事的态度，就是在宇宙中摆放自己的位置。

被定远派出所绑架到龚家湾洗脑班。至今，董秀兰仍被非法关押在龚家湾洗脑班遭受迫害。

董秀兰，是一个六十多岁的家庭妇女，喜欢运动，每天早上出去跑跑步。有一天发现了炼法轮功的，听说法轮功是修炼，教人做好人，提高人的道德品质，不收费，不登记，想来就来，想走就走。董秀兰听了非常高兴，从此她就开始修炼法轮功。自从炼了法轮功后身体非常健康，家庭也和睦了，一切都好了。

99 年 7.20 法轮功被恶党诬蔑，看着这么多人被谎言所欺骗，作为一个信仰“真善忍”的人，董秀兰认为自己不能坐视不管。《宪法》和法律赋予公民上访权，她决定依法去北京上访。顺利到达北京天安门广场后，走了一圈，在人多的地方拉开了横幅，法轮功学员一起大声喊“法轮大法好”“真善好”“还我师父清白，还大法清白”。连喊七八次，拉着横幅转了一圈刚刚要走，警察来了，将他们绑架，强行送往北京郊区的劳教所。董秀兰当时想，我千里迢迢来上访，我不是犯人，我不能在这儿呆，我必须出去，她绝食九天，并被强行灌食。有一个犯人过来打她嘴巴，她说：“你这样做，不怕遭报应吗？”一个医生问谁遭报应？她说“谁迫害谁就遭报应。”医生当时被吓住了，怕出人命，就把董秀兰释放了。

2001 年 11 月，董秀兰去铁路边打横幅，被人举报了。“610”恶警当场将董秀兰绑架，拽头发，脚

兰州心语

自己的生命，再不要助恶为虐，否则，当中共灭亡时，你们就是中共的殉葬品。◇

美术欣赏
《摆位图》

作者：张昆仑，油画，67 英寸 117 英寸(2003)

作者的话：宇宙中有一个谁都不能摆脱的规律：「善有善报，恶有恶报。」法轮功教人做好人，教人向善，可是那邪恶势力就要对他进行迫害。不管是谁，对这件事的态度，就是在宇宙中摆放自己的位置。

14

兰州心语

被定远派出所绑架到龚家湾洗脑班。至今，董秀兰仍被非法关押在龚家湾洗脑班遭受迫害。

董秀兰，是一个六十多岁的家庭妇女，喜欢运动，每天早上出去跑跑步。有一天发现了炼法轮功的，听说法轮功是修炼，教人做好人，提高人的道德品质，不收费，不登记，想来就来，想走就走。董秀兰听了非常高兴，从此她就开始修炼法轮功。自从炼了法轮功后身体非常健康，家庭也和睦了，一切都好了。

99 年 7.20 法轮功被恶党诬蔑，看着这么多人被谎言所欺骗，作为一个信仰“真善忍”的人，董秀兰认为自己不能坐视不管。《宪法》和法律赋予公民上访权，她决定依法去北京上访。顺利到达北京天安门广场后，走了一圈，在人多的地方拉开了横幅，法轮功学员一起大声喊“法轮大法好”“真善好”“还我师父清白，还大法清白”。连喊七八次，拉着横幅转了一圈刚刚要走，警察来了，将他们绑架，强行送往北京郊区的劳教所。董秀兰当时想，我千里迢迢来上访，我不是犯人，我不能在这儿呆，我必须出去，她绝食九天，并被强行灌食。有一个犯人过来打她嘴巴，她说：“你这样做，不怕遭报应吗？”一个医生问谁遭报应？她说“谁迫害谁就遭报应。”医生当时被吓住了，怕出人命，就把董秀兰释放了。

2001 年 11 月，董秀兰去铁路边打横幅，被人举报了。“610”恶警当场将董秀兰绑架，拽头发，脚

11

踢，打嘴巴，他们大骂着将董秀兰强行送往城关区分局，强制给她戴手铐两天一夜。后来没吃没喝，被送往桃树坪拘留所，和犯人非法关押在一起，并被勒索款 300 元。半月后，押送到皋兰山洗脑班残酷折磨，一个帮教叫董秀兰给他洗衣服，还骂董秀兰傻，并用非常低下的话侮辱她。董秀兰绝食抗议。一个派出所的帮教小伙对她说：“我把你当作我的亲生母亲，我不愿意看到家里人失去亲人，我看着你吃饭，我就放心了，好好的活下去。”

帮教粗暴的抓着董秀兰的衣领一把抓起来甩出去很远，气急败坏的大骂，陪教学员吓得跑到院子里去了。但董秀兰当时没有怕，跟他讲真相两个多小时。他骂不停，董秀兰善意的对他说，“我见过的领导多了，但没见过你这么恶的人。”他当时不骂了，董秀兰始终本着善念告诉他：我们是修炼，不参与政治，我们是信仰。还有一个帮教对学员老训斥，有时拍桌子，董秀兰多次给他讲真相。

最后，董秀兰被非法转送龚家湾洗脑班。龚家湾洗脑班手段卑劣，以**剡永生、韵玉成、赵健、常炳克**等恶人为首，对法轮功学员残酷折磨迫害，所采用的手段真是集邪恶之大全。董秀兰被送进小黑屋，吃、住、大小便都在一起，满屋子都是虫子。他们把董秀兰两手铐到铁门上，连吃饭都铐着，铐了两天两夜。

董秀兰的腿、脚都出血，头脑麻木，不清醒了。在这种状态下，他们强行让董秀兰放弃信仰，放弃修炼。

在洗脑班期间，没有人身自由，每天 24 小时都由陪教监管，就连上厕所也不例外，就这样，董秀兰被非法关押了两年零一个月。在非法关押期间，丈夫的工资每月被单位强行扣 200 元。

2007 年 7 月初，董秀兰在定远讲真相被恶人举报，被定远派出所绑架到龚家湾洗脑班。遭在一楼的高低床头背铐迫害。董秀兰的老伴，自董秀兰被绑架到龚家湾洗脑班后，因惊吓、担心妻子，便一病不起，终因承受不住董秀兰的再次被非法关押迫害的打击，于 2007 年 10 月底含冤离世。恶人根本不顾老人失去老伴的痛苦，现仍继续非法关押迫害董秀兰。

在龚家湾洗脑班，面对邪恶之徒长期的精神迫害，董秀兰老人始终以一颗大善大忍之心，抱着善念向龚家湾洗脑班人员讲真相，劝其停止行恶，不明真相的有缘人真正感受到了大法的美好，明白法轮功学员真正是为自己好，为自己选择了光明的未来。

在此，我们再次正告那些所有参与迫害大法弟子的恶人，天网恢恢，疏而不漏。善恶有报是天理。对法轮功学员犯下的所有罪恶迟早都要偿还。奉劝那些人立即停止对法轮功学员的迫害，要珍惜

兰州心语
踢，打嘴巴，他们大骂着将董秀兰强行送往城关区分局，强制给她戴手铐两天一夜。后来没吃没喝，被送往桃树坪拘留所，和犯人非法关押在一起，并被勒索款 300 元。半月后，押送到皋兰山洗脑班残酷折磨，一个帮教叫董秀兰给他洗衣服，还骂董秀兰傻，并用非常低下的话侮辱她。董秀兰绝食抗议。一个派出所的帮教小伙对她说：“我把你当作我的亲生母亲，我不愿意看到家里人失去亲人，我看着你吃饭，我就放心了，好好的活下去。”
帮教粗暴的抓着董秀兰的衣领一把抓起来甩出去很远，气急败坏的大骂，陪教学员吓得跑到院子里去了。但董秀兰当时没有怕，跟他讲真相两个多小时。他骂不停，董秀兰善意的对他说，“我见过的领导多了，但没见过你这么恶的人。”他当时不骂了，董秀兰始终本着善念告诉他：我们是修炼，不参与政治，我们是信仰。还有一个帮教对学员老训斥，有时拍桌子，董秀兰多次给他讲真相。
最后，董秀兰被非法转送龚家湾洗脑班。龚家湾洗脑班手段卑劣，以剡永生、韵玉成、赵健、常炳克等恶人为首，对法轮功学员残酷折磨迫害，所采用的手段真是集邪恶之大全。董秀兰被送进小黑屋，吃、住、大小便都在一起，满屋子都是虫子。他们把董秀兰两手铐到铁门上，连吃饭都铐着，铐了两天两夜。
12
兰州心语
董秀兰的腿、脚都出血，头脑麻木，不清醒了。在这种状态下，他们强行让董秀兰放弃信仰，放弃修炼。
在洗脑班期间，没有人身自由，每天 24 小时都由陪教监管，就连上厕所也不例外，就这样，董秀兰被非法关押了两年零一个月。在非法关押期间，丈夫的工资每月被单位强行扣 200 元。
2007 年 7 月初，董秀兰在定远讲真相被恶人举报，被定远派出所绑架到龚家湾洗脑班。遭在一楼的高低床头背铐迫害。董秀兰的老伴，自董秀兰被绑架到龚家湾洗脑班后，因惊吓、担心妻子，便一病不起，终因承受不住董秀兰的再次被非法关押迫害的打击，于 2007 年 10 月底含冤离世。恶人根本不顾老人失去老伴的痛苦，现仍继续非法关押迫害董秀兰。
在龚家湾洗脑班，面对邪恶之徒长期的精神迫害，董秀兰老人始终以一颗大善大忍之心，抱着善念向龚家湾洗脑班人员讲真相，劝其停止行恶，不明真相的有缘人真正感受到了大法的美好，明白法轮功学员真正是为自己好，为自己选择了光明的未来。
在此，我们再次正告那些所有参与迫害大法弟子的恶人，天网恢恢，疏而不漏。善恶有报是天理。对法轮功学员犯下的所有罪恶迟早都要偿还。奉劝那些人立即停止对法轮功学员的迫害，要珍惜
13