

品 味 快 乐

（明慧记者章韵多伦多报道）
“世界没有烦你，是你的心在烦你。”这是乔伊几个月来的人生感触。修炼法轮大法以来，人生观悄悄发生着变化，如今她学会了跳出来看世界，“人就象活在自己心灵的牢房里——以前我也是常常生活在这种状态当中。修炼以后，心灵获得了平静。”

她给自己取了一个英文名字叫 Joy，就是快乐的意思。但是从前的乔伊快乐的时候不多，因为患有抑郁症，影响休息，也影响了身体健康，直到她开始修炼法轮功。

摆脱抑郁人生

已经是加拿大公民的乔伊，年纪轻轻便长期被抑郁所困，经常胡思乱想的，晚上睡觉会做很多梦，休息不好，身体糟糕到有时只能在家里休息。

二零零九年，乔伊经朋友介绍，开始浏览法轮功网站，九月份她开始读《转法轮》。

以前经常胡思乱想的乔伊，心里开始变安静了。她说：“觉得是很多



图：乔伊常到自家附近的美丽径公园（Milliken Park）参加集体炼功

不好的东西被消掉了，自我控制的能力也强起来了。”

修炼需要逐渐把人的各种执著看淡，不去争斗，顺其自然地生活。开始乔伊觉得自己还很难放下人的这些执著，她说：“就觉得身在红尘，我怎么能放下这些人心呢？”但一旦她决定修炼下去时，乔伊说，“这个坚定的念头一出，当晚读大法书的过程中，身体就开始觉得轻快起来。”

乔伊的世界观也在发生变化，对人间的名利看得没那么重了。她开始觉得，人象活在自己心灵的牢房里，“世界没有烦你，是你的心在烦你。”“以前我也是常常生活在这种

状态当中。修炼以后，心灵获得了平静。”她说，“读书过程中，心里的那些忧虑，就感觉到在减少。”

待人接物的转变

乔伊在多伦多租房住，修炼前她很计较，室内的公共场地通常不会去打扫。现在她会主动去搞卫生，也不会常去抱怨这、抱怨那的了。她说：“房东及邻居都说我变得越来越好，人际关系也变得和缓多了。”

在工作中，乔伊也表现出比较任劳任怨，一些以前会引起她生气的事，变得不太在意了。她说：“能任劳任怨这点比以前好多了，以前觉得，凭什么我要多做，（接下页）

大陆游客香港见证一亿三退潮

【明慧网】自从大纪元社论《九评共产党》于二零零四年十一月横空出世以来，引发了浩荡的退党、退团、退队（三退）大潮，至今已经七个年头过去了，在大纪元网站上公开声明三退的人数于二零一一年八月七日晚间跨越一亿，大陆民众十三人中就有一个告别中共，获得新生。

香港自零四年开放大陆自由行后，二零一零年大陆访客达到二千二百四十七万人次，创下新高。这些络绎不绝的旅港人士，除了消费购物之外，也感受到大陆以外的自由，包括公开退出中共党、团、队的活动。据不完全统计，香港共有十多个退党服务点，大陆游客在此见证了风起云涌刚刚突破一亿人的三退大潮。

位于旺角的退党点，是大陆游客必经之地。义工们每天来到这里向游客散发《九评共产党》等书籍，揭露中共十二年来迫害法轮功、残害中国民众的暴行。义工阿媚非常珍惜和游客共处的时间，她真诚地向他们解释：香港是言论自由的地方，这里所展示的资料全球都能看到，希望你们突破怕心了解到被中共封锁的真相，“今天我为了你的平安，我站在这里。你不用怕，只要你停下来，你就能



图：二零一一年七月十五日，声援三退的游行队伍在美国华盛顿 DC 的大道上行进。

够看到真相。”

作为一亿退党潮的见证人，义工们最大的欣慰就是大陆民心的变化：“他们一般都能够接受（退党），他们也确实对共产党很了解了，走出来的时候，在大陆压抑不敢讲，来到这里，有人帮他们退，他们就发自内心想退。”◇



拒收红包的医生

【明慧网】法轮功教人向善，修炼者都按照“真善忍”要求自己，做好人，在工作中、日常生活里，遇到的任何事，都自觉地用法轮大法教导的法理衡量自己的言行。

【河北来稿】前几日，同事一见到我就发了一声感慨：“现在好人不多了，可法轮功学员都是好人。”接着他讲了这么个故事：

朋友的父亲得了重病，经检查为胃穿孔、肠粘连、直肠癌，都是要命的病。为了能保住病人的生命，家属拿出了一千元钱，塞到主刀医生的手里，医生说什么也不要。推来让去，最后医生把钱收下默默地走了。手术非常成功。

病人出院那天，医生拿来了一张一千元病人住院押金收据，告诉病人家属说：“你们送我的一千元钱，我给你们交了住院押金，这是一千元的收据。我是法轮功学员，不能收病人的红包。”家属这个感动啊，现在上哪去找送钱不要的人啊！

同事说：“现在医生要红包是明目张胆。法轮功学员重医德，不收不义之财，真是难能可贵。”◇

（接首页）我只拿这么一点钱。现在觉得无所谓，多做些能积德。”

修炼一年多来，乔伊的身心变化很大。她幽默地说，令自己印象最深的变化是，“我变得忘性很好——选择性的遗忘。”一个人对你不好，有人可能会记仇，反过来对对方也不好。“以前我是个很计较的人，很倔的那种人。你对我不好，我一辈子都不理你；我要是小看你，就一辈子都小看你了。”

“现在有谁对我不好，过后很快就忘了。”她说，“并不是我刻意地这样去做的，修炼后自然而然就变成这样了。”

面对矛盾时

修炼并非是一件很容易的事，有时候很难。乔伊提到修炼五个多月后有一次与房东闹纠纷，表面看起来都是房东造成的，当时她没能忍住，对房东发了脾气。“之后脑袋里翻江倒海的，很混乱，感到身体发沉。”她说，“那是修炼后第一次反面的教训，感

觉很深刻。”

修炼使乔伊摆脱了抑郁的人生，以前为了名利去争去斗的人心在逐渐消减，对人生有了全新的理解。她说：“宁可别人负我，我不会去负人。”

乔伊说，作为修炼人，遇到矛盾的时候需要向内找，找出自己有什么问题。工作中遇到的矛盾，带来的心性冲击也很难受。“这时我也会找同修交流，常常就能找到自己的执著及人心。这时，经常是一天过后，情况就改善了。”“法的威力大，能使人心性提升。第二天去工作时，整个人的状态就完全不同了。”她说，“很明显的，自己的心性如何，从周围的环境就能看出来。”

法轮功学员感谢李洪志师父把大法的美好带到人间，修炼者以“真、善、忍”的原则要求自己，在社会及家庭中都体现出这一理念。◇

师父救我出高温砖窑

【明慧网】我现已六十有余，在法轮大法修炼中沐浴师父洪恩已十一年了。二零一零年八月十五日下午三点，一场飞来的横祸，如果没有师父的慈悲呵护，很可能我已化为灰烬。

我是一位砖瓦场的场主，二零一零年八月十五日下午三点多，我走在砖窑上观察砖窑的火势，在窑上走了不远，发现窑面沉下去一点，知道火已经烧到了此处，刚走了几步，哪知脚下的窑面只盖着一张石棉瓦，下面是空的，咔嚓一声，整个人往窑洞里落。这时双手在洞口边上，塌陷的洞口约有五、六十公分宽，约一米半深，下半身已经掉下去了。窑内的温度约有上千度。

这时我脑子闪电般出现旋出去的念头，念一到，整个人立刻腾空而起，被摔出窑洞，前后不过两秒钟。我爬起来高喊：“法轮大法好，真善忍好！”再看看自己，下半身短裤和衬衣都烧掉了一截，双腿已烧得半生不熟，皮肤已经脱落，双腿裸露着肌肉，只剩下双脚穿鞋的地方还有皮。

我急忙走到鱼塘边，把双脚溃烂还粘着的砖渣洗掉。儿子送我回家后，见我烧成这样非常害怕，请来医生强行给我打了两天针。我趁机给这位医生讲法轮功真相、劝三退（退出中共党、团、队），结果医生退了，我真为他的得救感到高兴。

在治疗的一个多星期里，我坚信师父坚信大法，我是大法弟子，一定会平安无事的。凡是来探视我的亲戚、朋友，我都向他们讲清真相，并将他们逐个劝三退。在师尊的慈悲呵护下，现在被烧伤的双腿都已经痊愈，没有留下伤痕；身边所有的亲人、朋友都见证了法轮大法的神奇。（文/逢春 湖南省法轮功学员）◇



夏日传真相

夏日炎炎烈火烹，
蝉声嘶鸣热气蒸。
大汗淋漓树梢静，
心急如焚救众生。
一村一庄送真相，
一山一水踏归程。
行色匆匆夜幕临，
小径无声月牙升。

辽宁丹东老年法轮功学员自述遭迫害经历

接上期

内容全是捏造和虚构的谎言，以扰乱社会秩序为名劳教两年。面对这非法劳教迫害，我坚决不签字。他们却说，不签也照样能送。

我的行李衣物已被先拿走了。我随着两名自称学员的人来到了一大队二分队队长关丽英的办公室。办公室内有三个小板凳，我坐在小板凳上，问她俩是法轮功学员吗？她们说是，我问带我到这干什么，她俩说唠唠，我问你俩是不是做转化的，她俩没说什么，我说如果是来做转化工作的，咱们就别谈了，我不会听你们的。我坐在这里一直到晚上十点钟才被她们带回宿舍。

宿舍里十张床，上下铺二十个床位，大约有十七八个人，大多已经睡着了。凌晨四点钟，全室的人都在熟睡，我被叫醒，穿好衣服、带着脸盆、洗漱用具跟着她们来到了用屏风间隔的四个小间中的一间里。她们说这是队长放材料的地方，四个分队队长每人一间。我又被她们领到小屏风后面一条不到一米宽的靠北窗的一间内，坐小板凳，等到队长上班时又把我带到了队长办公室。我叫它“小黑屋”。从此以后，我每天都是四点起床，由两个包夹带到小黑屋，她们按照队长的要求有时念，有时讲她们被洗脑后的邪悟的东西，并把我每天的情况向队长汇报。七天后，包夹对我说：“队长说了，只要在十二月

底的最后一天，你要写转化书，就给你减期十天，而且每个月都减期十天，两年减期八个月。”我的心丝毫未动，我什么都不写。

大约在一月上旬又把我转到教养院的综合楼。每天五点起床，晚九点以后才允许睡觉。

腊月二十四，队长为了集中监控，又把非法关押在综合楼的七名法轮功学员带回三大队，但没回原队。而是在三楼右侧每间屋非法关押一个，每个法轮功学员身边又被各分队派的两个包夹看着坐小板凳，每天十六小时，晚上十点再由四防人员开大铁门带回去。法轮功学员互相之间不能碰面，洗漱、上厕所都被包夹单独跟着，吃饭有人送到铁门处，包夹再拿回房间里。每个房间的窗户玻璃用报纸糊上了，在屋里都看不到外面。

过了半个月，我又被带回原三分队的小黑屋。依旧每天四点起床，坐十六个小时的小板凳，晚十点回去。由于长时间坐小板凳，屁股都坐破了。又过了十天队长又把我调回宿舍，和宿舍的所有人员一起剥大蒜。

四月上旬教养院让三大队到操场做广播体操，队长关丽英开会宣布全体人员都要到室外做体操。第二天赵姓学委来到房间问我们听明白队长开会的意思吗？你们三人也得去做体操，我说我不去做体操，要炼就炼法轮功，别的什么操都不做，另两

位法轮功学员也说不做。她转身就走了。一会儿，队长来了，让我拿着小板凳跟她走，又把我带回了那个小黑屋。并大声对我吼着，说为什么煽动她俩也不去做操。我说每个人都有自己的思维，我也没煽动任何人。这时，她又让我站起来，我站起来了，不一会她又让我坐下来，这时我没坐，我依

旧站着，她说好，那你就一直站着吧，她就走了。大约两个多小时，队长又回来了，并带上三个学员，她又让我坐下，我没坐，没想到队长把我摔倒在地，我又爬了起来。队长叫赵姓学委去队长室拿手铐，将我的双手背在后面，铐在暖气管子上。我说这就是你手中的权力，她说对，就走了。

我经过这么长时间没早没黑的折磨，此时非常虚弱，我感到胸闷，眼睛也睁不开了，身体下沉，脑门上大颗大颗的汗珠往下流，后来昏迷了。就在这天晚上十点钟，两个法轮功学员带我回宿舍时，我的左眼看不见东西了，就好象有一种黑影的东西挡着似的。后来队长又把我带到对面教室里，用课桌在墙角围了一小块地方，要我在那里干活（做出口墓地的用的小花），还有包夹看着。

四、马三家女一所的种种迫害

端午节的那天，赵姓学委告诉队长要我收拾行李衣物和另两个法轮功学员一起被带到教养院大门外。大门外停了一辆警车，还有四个法轮功学员也被带出来，有个男警察让我们上车，就这样我们五个人被送到女一所，到了那里我们五个人被分了三个地方，我和另一个六十多岁的法轮功学员被分到了老年队。这个老年队有十三个人，每天要完成军大衣扫毛剪线头的活。

这十三个人中有十一个人是因为信仰耶稣教的教会成员被劳教的。她们说，每当有一所来检查或参观的，她们就会被弄到仓库里，锁起来，不让外来人员知道有信教的被抓。

在一所，每天五点三十分起床吃饭，（拿盆出去打饭，端回宿舍，大伙分着吃）。六点出工，十一点三十分收工吃饭，十二点半出工，晚上四点半收工吃饭，五点半又出工，干到九点或十点收工。

（待续）

丹东近期又有两名法轮功学员遭绑架

法轮功学员王长兰在北京遭绑架

王常兰，女，66岁，7月29号中午和家人到了北京，住在朝阳区工建饭店。半夜12点左右，有人敲门说查夜，进来6人，其中二人是朝阳区派出所的，进门就问其丈夫是否炼法轮功，然后就问王长兰是否还炼？王长兰肯定的说炼。然后派出所这二人就开始搜身和检查房间，强行搜走了王长兰随身携带的大法护身符及 mp3 等物品，随后被带到朝阳区派出所。

王长兰的家人现收到拘留通知书，王长兰目前被关在在朝阳区看守所。

法轮功学员高玉兰在单位遭绑架

高玉兰，女，65岁，二零一一年七月二十六日上午，在上班时被丹东市公安局警察强行绑架，并非法抄家，抢走家中各种物品，现在人被关押在丹东看守所迫害。

高玉兰在二零一一年五月就开始发现被人跟踪，高玉兰走到哪儿就被跟到哪儿，高玉兰走上前去问对方为什么跟着他，对方胡乱说一气后走开。

高玉兰因不放弃修炼法轮功，曾在二零零零年被非法判刑五年，在沈阳大北监狱遭受迫害。

童年的乡村，至今还鲜活在记忆里。

村子前边的小溪，蜿蜒流过，溪水清澈见底，在鹅卵石的映衬下，游鱼清晰可数；小溪两边蒲草碧绿茂盛，时见各色野花灿烂在草丛中。渴了，掬一捧溪水就喝；脏了，蹲在水边就洗；热了，跳下水就能享受那一份清凉。冬天，溪水结一层薄冰，在太阳的照射下，晶莹剔透。

早上还没有起床，树上的各色鸟儿就叫开了，一部斑斓的鼓吹，一曲不重样的天籁，天天演奏在枝头。叫上名的有麻雀、斑鸠、布谷、喜鹊、黄鹂等，叫不上名的就不知有多少了。田间地头，时见鹰隼划过，大雕盘旋。深秋初冬，南归的雁阵，成人字形，在湛蓝湛蓝的天幕下诉说着归思。夏日的蝉唱，高亢；秋夜的蛐蛐，悠长。

童年的瓜果，依旧香甜在记忆深处。随便一样，桃、杏、梨、苹果、栗、枣、甜瓜、西瓜，味道都是纯粹自然，啃一口香气四溢，回甘悠长。那是天赐的味道啊，

童年的乡村



天然香醇，最适合人们品尝。

闲暇时，人们喜欢集中在大树下，听老年人讲古。谁家有事，那就是全村人的事，家家都有人来帮忙。

短短几十年过去，小溪都不见了，现在连深井之水都没有了昔日的清醇。黄河断流，长江被腰斩成无数段。

“白色垃圾”几乎飘洒在每一个角落。鸟儿凋零，唯有麻雀依然昌盛，却总是对人

充满惊恐。南归的雁阵，寥落而凄惶。无论多么鲜亮的水果，啃开一口，首先感受到的是那股农药味儿。假货遍地，毒物遍地。我怀念的乡村啊，平日里只剩下妇孺弱老，而他们早已忘记了传统的生活方式，淡漠了乡情，只认得钱和麻将。

“知我者，谓我心忧；不知我者，谓我何求。”五千年辉煌文明，九百六十万锦绣山河，在中共的暴政与谎言下，将伊于胡底？大法度劫难，真相是归舟。明白能得救，机缘不常有。（文/无思）◇

谦让与争斗

清“四王”在中国绘画史上占有重要的地位，其中王石谷（王翬）曾被称为“画圣”，在清代画坛声望很高，但是在他成名前，发生过这样一件感人的事，此事还要从恽南田说起。

恽南田从小跟伯父画家恽向学画，并很快得到当时文人的认可。他三十岁那年，在常州与王石谷相遇。两人谈话投机，从此结成莫逆。交往中，恽南田发现王石谷画中的笔意与自己极相似，水平也难分轩輊。可是当时无名的王石谷，无论诗文修养，尤其是书法，远不如恽南田。恽南田设想：王石谷的山水画十分出众，将来定能闻名天下。我的山水画与他笔意相近，为了他的前程，从现在起我就改画花卉，不再画山水，决不能与他争短长。开始，王石谷不明白恽南田为何改画花卉，后来得知，非常感动，并再三劝恽南田不要放弃他原本擅长的山水画。

后来，人们看到王石谷的画上，常有恽南田的题跋。他们合作的作品，当时就是画坛的珍品，享



有“恽王合璧”之美誉。而恽南田的花卉尤其牡丹，世称“恽牡丹”，其画法一洗时习，别开生面，成为写生正宗，是历史上有名的“恽派花卉”。其实，即使恽南田最终不能成为花卉画大家，可他那无私无我，做事替别人着想的谦让精神，照样千古流芳。

时下，在长期中共党文化的灌输和洗脑下，中华传统美德“谦让”已不值分文，人们争斗心越来越强，特别是在利益面前，简直是互不相让，争得你死我活。能争，即是能力的体现，强者；反之，是傻子、窝囊废。一个社会倡导什么，必定形成气候，其影响是巨大而深远的。正的，带来的是良性循环；负的，必然是恶性循环，人人都成为受害者。◇

有感于不敢过问政治

2011年7月23日，雷雨交加的夏夜，中国高铁“和谐号”两班电车在温州发生追尾事故，其中六节车厢严重压毁，伤亡情况不言而喻。号称世界第一的中国高铁竟禁不住雷击，设有层层防止追尾技术，却最终撞车了。事故发生五小时后，当人们还沉浸在惊愕与悲痛中，中国铁道部一早就宣布停止救援，出动挖土机急于清场、毁尸灭迹；并且，对事故原因官方一再说谎。官方对惨案的处理方式，激怒了广大民众。一位有良知的艺人在微博上发表多条言论，直指事故的核心问题，其中有一句“我不懂政治也不敢过问政治”令人感慨。

从她的言论可以看出，她要的只是平安出门、快乐回家的权利。这是一个在正常社会中，人们应当积极参与、过问的最平常的社会政治活动。但在共产党社会里，“政治”一词变了味儿。党撒谎时你去揭露，党诽谤时你去澄清，党迫害人时你呼吁停止——这些行为被中共称为“搞政治”，是其整人的一项大帽子，令人不寒而栗。中共要的就是这不寒而栗，因为当人们都恐惧于中共整人手段而都保持沉默时，它就可以为所欲为地迫害中华百姓了。