http://tuidang.dajiyuan.com

方法二：电子邮件：给下列大纪元的信箱之一发声明电子邮件：news@epochtimes.com

方法三：电话传真：

电话：001-416-361-9895；001-888-892-8757
001-866-697-6570； 001-702-873-1734

传真：001-702-248-0599；001-510-372-0176
001-301-916-2364； 001-201-625-6301

方法四：手机短讯：

00886-911643438；00886-912291299

退党发“我愿意 1”，退团发“我愿意 2”，退队发“我愿意 3”，三退发“我愿意 123”（请署名）

方法五：公开张贴：暂无上网管道者可先将退党声明张贴到适当公共场所，先起到公开表明心意的作用，以后找机会上网。

提示：未开通国际直拨电话的大陆人士打退党电话电话时需用 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)

自费印制，敬请传阅，功德无量

http://tuidang.dajiyuan.com

方法二：电子邮件：给下列大纪元的信箱之一发声明电子邮件：news@epochtimes.com

方法三：电话传真：

电话：001-416-361-9895；001-888-892-8757
001-866-697-6570； 001-702-873-1734

传真：001-702-248-0599；001-510-372-0176
001-301-916-2364； 001-201-625-6301

方法四：手机短讯：

00886-911643438；00886-912291299

退党发“我愿意 1”，退团发“我愿意 2”，退队发“我愿意 3”，三退发“我愿意 123”（请署名）

方法五：公开张贴：暂无上网管道者可先将退党声明张贴到适当公共场所，先起到公开表明心意的作用，以后找机会上网。

提示：未开通国际直拨电话的大陆人士打退党电话电话时需用 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)

自费印制，敬请传阅，功德无量

20

目　　录

〖卷首一文〗 3
雪中凝思
〖文苑〗 4
让善念在人间传递
〖身边故事〗 7
生命从此祥和宁静
当阳光穿透了灰暗的森林
〖艺术欣赏〗 12
报春雪梅
〖医山夜话〗 13
反省
〖外面世界〗 16
神韵晚会正在亚欧巡演
外交官：神韵演出代表真正的中国文化
〖退党退团退队方法〗 19

沙特阿拉伯（Saudi Arabia）驻比利时大使 Abadlah Mouallimi 在晚会结束后说：“神韵演出非常美好，非常激动人心，整个演出多彩多姿，很有代表性，并且寓意深邃，非常非常有深度，和以前看过的中国的演出有极大的不同，程度相差太大了。我认为神韵艺术团的演出才代表真正的中国文化。”

Abadlah Mouallimi 大使还说：“同时，我想借此机会由衷感谢艺术家所带来的这场精彩纷呈的演出。真诚期待神韵艺术团在不久的将来能到沙特阿拉伯演出。”

大陆朋友可通过碟形天线接收，还可用自由门等突破网络封锁软件观看，或留意法轮功学员送上的晚会光盘。愿神韵为您点亮新年的璀璨！◇

退党退团退队方法

可使用化名（小名）

（用国外邮箱给 d_ip@earthlink.net 发一封空电邮，10 分钟内会收到动态网当前网址，点击即可安全上网，看到被中共封锁的网站！）

方法一：网页投稿：通过突破网络封锁软件或加密代理登陆大纪元网站，打开退出共产党网页，在声明表格中填入声明内容，并提交发送。签名网站：

目　　录

〖卷首一文〗 3
雪中凝思
〖文苑〗 4
让善念在人间传递
〖身边故事〗 7
生命从此祥和宁静
当阳光穿透了灰暗的森林
〖艺术欣赏〗 12
报春雪梅
〖医山夜话〗 13
反省
〖外面世界〗 16
神韵晚会正在亚欧巡演
外交官：神韵演出代表真正的中国文化
〖退党退团退队方法〗 19

2

沙特阿拉伯（Saudi Arabia）驻比利时大使 Abadlah Mouallimi 在晚会结束后说：“神韵演出非常美好，非常激动人心，整个演出多彩多姿，很有代表性，并且寓意深邃，非常非常有深度，和以前看过的中国的演出有极大的不同，程度相差太大了。我认为神韵艺术团的演出才代表真正的中国文化。”

Abadlah Mouallimi 大使还说：“同时，我想借此机会由衷感谢艺术家所带来的这场精彩纷呈的演出。真诚期待神韵艺术团在不久的将来能到沙特阿拉伯演出。”

大陆朋友可通过碟形天线接收，还可用自由门等突破网络封锁软件观看，或留意法轮功学员送上的晚会光盘。愿神韵为您点亮新年的璀璨！◇

退党退团退队方法

可使用化名（小名）

（用国外邮箱给 d_ip@earthlink.net 发一封空电邮，10 分钟内会收到动态网当前网址，点击即可安全上网，看到被中共封锁的网站！）

方法一：网页投稿：通过突破网络封锁软件或加密代理登陆大纪元网站，打开退出共产党网页，在声明表格中填入声明内容，并提交发送。签名网站：

19

帮助别人，我真的非常感动；看到善良的人最终升上天国（舞剧《升起的莲》），使我很安慰。我要告诉朋友们一定不要错过神韵演出。”

外交官：神韵演出代表真正的中国文化

【明慧网二零零八年二月二十七日】（明慧德祥综合报導）美国神韵巡回艺术团于二月二十六日晚在比利时安特卫普的城市剧院举行首场演出，观众爆满。当晚演出吸引各界政要观看演出，其中包括驻比利时的外交官。他们表示，神韵演出很有意义，代表真正的中国文化。

台湾驻欧盟比利时办事处总代表高英茂博士偕夫人等一行观看了当天的晚会。他感谢神韵艺术团在全世界范围内弘扬中华文化。

高英茂先生说，晚会有两个层面的意义，一个是晚会的艺术价值，这是中华文化的艺术形式，有很高的欣赏价值。另是晚会向世界传达出中国正在发生的事情，让世界了解。毕竟这类的演出不能在中国大陆上演。

高英茂说，艺术有不同的表现形式，但各民族都能够相互鉴赏，大家都能够领会到艺术背后的内涵。晚会的舞蹈、歌唱家的歌声等都体现出“真”、“善”、“忍”的价值和内涵。

【卷首一文】

文/小莲

晶莹的雪花不知何时开始了它们那漫天洒落的旅程，恰好我手中端着一杯热水隔窗驻足。

看那些在路上刚才还是匆匆而过的人们，此时不是将自己包裹的严严实实，就是不得不放慢了那匆匆的脚步。

可曾想到，那洁白而晶莹的雪花也许来自远隔万里的大洋，也许在近在咫尺的小河中选出，被太阳普照成云，遇到冷风而形成了雪，最后化作大自然的名片而来到人间，飘落到人们的头上、肩上、身上，与我们结缘。

为了名利在整日的奔忙中，不知您是否也注意了这飞雪连天的寻常一刻。这一刻就是在提醒我们，我们总觉得自己很伟大，其实在伟大的自然力面前，我们是显得多么的卑微和渺小！

帮助别人，我真的非常感动；看到善良的人最终升上天国（舞剧《升起的莲》），使我很安慰。我要告诉朋友们一定不要错过神韵演出。”

外交官：神韵演出代表真正的中国文化

【明慧网二零零八年二月二十七日】（明慧德祥综合报導）美国神韵巡回艺术团于二月二十六日晚在比利时安特卫普的城市剧院举行首场演出，观众爆满。当晚演出吸引各界政要观看演出，其中包括驻比利时的外交官。他们表示，神韵演出很有意义，代表真正的中国文化。

台湾驻欧盟比利时办事处总代表高英茂博士偕夫人等一行观看了当天的晚会。他感谢神韵艺术团在全世界范围内弘扬中华文化。

高英茂先生说，晚会有两个层面的意义，一个是晚会的艺术价值，这是中华文化的艺术形式，有很高的欣赏价值。另是晚会向世界传达出中国正在发生的事情，让世界了解。毕竟这类的演出不能在中国大陆上演。

高英茂说，艺术有不同的表现形式，但各民族都能够相互鉴赏，大家都能够领会到艺术背后的内涵。晚会的舞蹈、歌唱家的歌声等都体现出“真”、“善”、“忍”的价值和内涵。

18

【卷首一文】

文/小莲

晶莹的雪花不知何时开始了它们那漫天洒落的旅程，恰好我手中端着一杯热水隔窗驻足。

看那些在路上刚才还是匆匆而过的人们，此时不是将自己包裹的严严实实，就是不得不放慢了那匆匆的脚步。

可曾想到，那洁白而晶莹的雪花也许来自远隔万里的大洋，也许在近在咫尺的小河中选出，被太阳普照成云，遇到冷风而形成了雪，最后化作大自然的名片而来到人间，飘落到人们的头上、肩上、身上，与我们结缘。

为了名利在整日的奔忙中，不知您是否也注意了这飞雪连天的寻常一刻。这一刻就是在提醒我们，我们总觉得自己很伟大，其实在伟大的自然力面前，我们是显得多么的卑微和渺小！

3

在这个寻常一刻，请将车速和脚步放慢一些，将平时焦灼的心态平复，静静的领悟一下自然的神韵和天地的风采吧！

当我们拜别了春天和煦的风，远离夏季明丽的天，送走了秋日连绵的雨之后终于迎来了那雪花漫天的日子。

冬，一个万物休眠的季节，一个走向下一个四季回圈的阶梯，一个虽然冷酷但很快就会迎来春风满面的日子。走过飘雪的时节也许才懂得四季变换的哲理，才明白轮回转变的天理！◇

文苑

让善念在人间传递

文/张羽良

听过这样一个感人的故事，这个故事发生在美国。是一个大雪纷飞的夜晚，布朗先生独自驾车返家，不料车子却在一片四下无人的荒野中抛锚了。正当他着急的不知该如何是好且又冷又饿之际，一个年轻人正好驾车经过，当他知道布朗的遭遇后，立刻拿出绳索绑住两部车，然后拖着抛锚的车到下一个城镇去修理。

可以想见布朗对这位年轻人的感激之情，他当下拿出一笔钱作为报答之意，不料年轻人却摇摇头微笑

震撼和喜悦。最后一场演出座无虚席，很多观众远道慕名赶来，很多观众已经连续看了三场。

日本新华时报主编苏灵先生看完演出后表示：“感觉很好，非常感动，有几场戏我非常感动，我这个人不轻易感动，但刚才有些热泪盈眶。”他说，今天真是不虚此行，“我一直在想我们现在能坐在东京看，哪一天能坐在北京看就好了。”

东京都议会议员吉田康一郎表示，演出给他印象最深的是舞剧《觉醒》，“当人们看到善良的母女被迫害，能够挺身而出，支持正义，这个场面深深印在我的脑海里，强烈的冲击着我的心灵。我真希望在中国会是这样。”

观众被神韵演出吸引。

汽车驾驶学校的校长小野先生说：“看这样的演出真是太高兴了。法轮功的力量太让我吃惊了。大家齐心协力，整体就象一个人一样，真是非常感动。”小野校长同时作出了一个抉择：“从今天起，我决定要学法轮功！”

小野先生的夫人表示：“神韵节目善恶分明，是真实感人的力量。”她说：“法轮功学员在苦难中还在

在这个寻常一刻，请将车速和脚步放慢一些，将平时焦灼的心态平复，静静的领悟一下自然的神韵和天地的风采吧！

当我们拜别了春天和煦的风，远离夏季明丽的天，送走了秋日连绵的雨之后终于迎来了那雪花漫天的日子。

冬，一个万物休眠的季节，一个走向下一个四季回圈的阶梯，一个虽然冷酷但很快就会迎来春风满面的日子。走过飘雪的时节也许才懂得四季变换的哲理，才明白轮回转变的天理！◇

文苑

让善念在人间传递

文/张羽良

听过这样一个感人的故事，这个故事发生在美国。是一个大雪纷飞的夜晚，布朗先生独自驾车返家，不料车子却在一片四下无人的荒野中抛锚了。正当他着急的不知该如何是好且又冷又饿之际，一个年轻人正好驾车经过，当他知道布朗的遭遇后，立刻拿出绳索绑住两部车，然后拖着抛锚的车到下一个城镇去修理。

可以想见布朗对这位年轻人的感激之情，他当下拿出一笔钱作为报答之意，不料年轻人却摇摇头微笑

震撼和喜悦。最后一场演出座无虚席，很多观众远道慕名赶来，很多观众已经连续看了三场。

日本新华时报主编苏灵先生看完演出后表示：“感觉很好，非常感动，有几场戏我非常感动，我这个人不轻易感动，但刚才有些热泪盈眶。”他说，今天真是不虚此行，“我一直在想我们现在能坐在东京看，哪一天能坐在北京看就好了。”

东京都议会议员吉田康一郎表示，演出给他印象最深的是舞剧《觉醒》，“当人们看到善良的母女被迫害，能够挺身而出，支持正义，这个场面深深印在我的脑海里，强烈的冲击着我的心灵。我真希望在中国会是这样。”

观众被神韵演出吸引。

汽车驾驶学校的校长小野先生说：“看这样的演出真是太高兴了。法轮功的力量太让我吃惊了。大家齐心协力，整体就象一个人一样，真是非常感动。”小野校长同时作出了一个抉择：“从今天起，我决定要学法轮功！”

小野先生的夫人表示：“神韵节目善恶分明，是真实感人的力量。”她说：“法轮功学员在苦难中还在

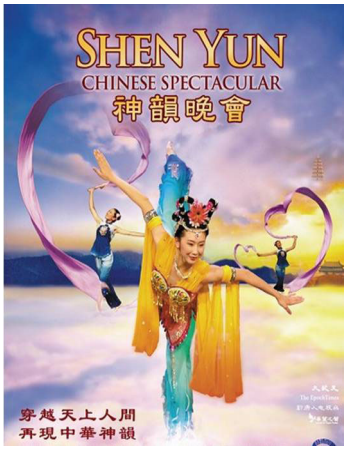
还嫌我快慢不合适……这双手就像当年把油不小心泼到我的袈裟上那小和尚的手一样，他们不听使唤了……

唉，当初我如果对人不是那么刻薄、苛刻，今天我也许不会轮回到这种地步。”

我听她说完了，心里想这不是做梦吧？也许我也得注意了，对人要宽厚哦！◇（文/玉琳）

外面的世界

神韵晚会正在亚欧巡演



【明慧网】展现中华神传文化的“神韵艺术团”(由修炼法轮功的艺术家组成)，结束了在纽约的十五场新唐人华人新年晚会后，兵分两路在亚欧巡回演出。其中一支近日在东京上演的三场神韵晚会扫去了连日的阴雨寒冷，给东京观众带来了无比的

地拒绝了。他告诉布朗说：“我不是为了获得报酬才做这件事，若你真想报答我，就请答应我一个要求就好。”布朗略感讶异地凝神倾听年轻人所讲的要求是什么？

“希望今后当你遇到需要帮助的人，你都能够尽你所能的去帮助他，若他也像你现在这样想要报答，请你把我现在告诉你的话一样的告诉他，这就是对我最好的报答了。”

时光飞逝，一晃 20 多年过去了，这段时间布朗从没有忘记对年轻人的承诺，只要遇见需要帮助的人，他总是义不容辞的去助人，碰上受助者想要回报他时，他也总是照着当初那个年轻人告诉他的话去说。在不断帮助别人的经验中，布朗深深体会到助人为快乐之本的真谛，日子过的充实而愉快。

有一天布朗独自驾小船出海去钓鱼，不幸遇上了一个迅速发展的海上暴风雨，小船禁不起大浪的折腾翻覆了，布朗抱着救生圈在海上载浮载沉的漂流了一天一夜，最后被冲上一座荒凉无人的小岛。

过了几天，一个来孤岛附近钓鱼的小伙子，发现了遇险已命在旦夕的布朗并救了他。对于救命之恩，布朗事后非常感激的拿出一笔钱作为答谢，没想到小伙子竟告诉他，不需要这样，只要今后当你遇到需要帮助的人，

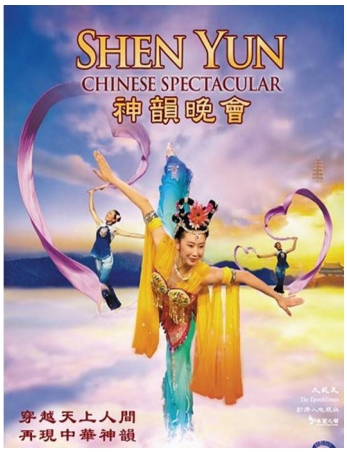
还嫌我快慢不合适……这双手就像当年把油不小心泼到我的袈裟上那小和尚的手一样，他们不听使唤了……

唉，当初我如果对人不是那么刻薄、苛刻，今天我也许不会轮回到这种地步。”

我听她说完了，心里想这不是做梦吧？也许我也得注意了，对人要宽厚哦！◇（文/玉琳）

外面的世界

神韵晚会正在亚欧巡演



【明慧网】展现中华神传文化的“神韵艺术团”(由修炼法轮功的艺术家组成)，结束了在纽约的十五场新唐人华人新年晚会后，兵分两路在亚欧巡回演出。其中一支近日在东京上演的三场神韵晚会扫去了连日的阴雨寒冷，给东京观众带来了无比的

16

地拒绝了。他告诉布朗说：“我不是为了获得报酬才做这件事，若你真想报答我，就请答应我一个要求就好。”布朗略感讶异地凝神倾听年轻人所讲的要求是什么？

“希望今后当你遇到需要帮助的人，你都能够尽你所能的去帮助他，若他也像你现在这样想要报答，请你把我现在告诉你的话一样的告诉他，这就是对我最好的报答了。”

时光飞逝，一晃 20 多年过去了，这段时间布朗从没有忘记对年轻人的承诺，只要遇见需要帮助的人，他总是义不容辞的去助人，碰上受助者想要回报他时，他也总是照着当初那个年轻人告诉他的话去说。在不断帮助别人的经验中，布朗深深体会到助人为快乐之本的真谛，日子过的充实而愉快。

有一天布朗独自驾小船出海去钓鱼，不幸遇上了一个迅速发展的海上暴风雨，小船禁不起大浪的折腾翻覆了，布朗抱着救生圈在海上载浮载沉的漂流了一天一夜，最后被冲上一座荒凉无人的小岛。

过了几天，一个来孤岛附近钓鱼的小伙子，发现了遇险已命在旦夕的布朗并救了他。对于救命之恩，布朗事后非常感激的拿出一笔钱作为答谢，没想到小伙子竟告诉他，不需要这样，只要今后当你遇到需要帮助的人，

5

你都能够尽量帮助他，并且请他跟你一样，懂得去帮助需要帮助的人，这就是对我最好的报答了。

“这就是对我最好的报答了。”多么耳熟能详的一句话，这句话刹那间让布朗热泪盈眶，他突然明白，原来过去这 20 多年，他都自以为是自己在帮助别人，其实他真正帮助的是他自己。助人的善念在人间传递，若干年后像圆圈一样又传递回他身上，若不是有这么多的人共同传递这份善念，他今天或许不会获救。

然而，不仅善念会传递，恶念亦如是。一辆行驶马路上不守交通规则乱按喇叭的车，能够瞬间影响数十部开车者的心情，这些受影响者，若没有足够的宽容心量与智慧，很可能将这份不好的情绪扩散至办公室或家庭中，让社会多了许多不必要的矛盾与冲突。

遇见令人不愉快的事，若我们搅入其中，扮演破坏人间祥和的角色，那对于这个世界的纷纷攘攘，我们谁也责怪不了，因为我们也都在起推波助澜的作用；反之，若我们能智慧的让不愉快的事仅及自身而不波及他人，相信用不了多久，连不愉快的事你可能都会很少再能遇到。

生命充满无限的可能，让人间变成天堂或地狱，常在你我的一念间。愿我们一起努力，让恶念的涟漪不起，让善念在人间传递。 ◇

你看病后，我天天做梦，且天天接着做就象放电影一样……”

“梦中，我是一个修炼人，在一个很盛大很庄严的法会上，我穿着一身贵重的袈裟，身旁一个捧着油罐的小和尚一不小心将油泼撒在我的衣服上，我立即大发雷霆，一边斥责他的愚蠢，一边后悔自己在这么严肃神圣的地方管不住自己。那张滔滔不绝的嘴里还将这件袈裟的价格有意夸大了许多倍，心里也恨自己为什么对这样的小事居然大做文章而忘了修炼人了脱一切之本。那小和尚被我骂的六神无主，就在地上跪下了，我心里觉得自己的可憎，但脸上又表示出自己的得意……”

第二天的梦：

“我又在一个讲台上连篇指责别人的过错，象剥洋葱一样，一层一层的从理论到依据把对方的观点驳斥的一无是处……而自己的意念中，又很清楚我不过是个口齿伶俐的假和尚。”

“现在我才知道—

这一辈子，那个曾经被我骂得下跪的小和尚，现在是我 24 岁的瘫痪的儿子，从生下他后，我的头发一片一片的变白，我的身体愈来愈糟，一切全为了他，却一直受他的不敬的回报，从背着他一直到推轮椅。现在他又高又大，我已经无力再推他了，我的两只手已经推到感觉再也不是自己的手程度，又痛又麻，他

你都能够尽量帮助他，并且请他跟你一样，懂得去帮助需要帮助的人，这就是对我最好的报答了。

“这就是对我最好的报答了。”多么耳熟能详的一句话，这句话刹那间让布朗热泪盈眶，他突然明白，原来过去这 20 多年，他都自以为是自己在帮助别人，其实他真正帮助的是他自己。助人的善念在人间传递，若干年后像圆圈一样又传递回他身上，若不是有这么多的人共同传递这份善念，他今天或许不会获救。

然而，不仅善念会传递，恶念亦如是。一辆行驶马路上不守交通规则乱按喇叭的车，能够瞬间影响数十部开车者的心情，这些受影响者，若没有足够的宽容心量与智慧，很可能将这份不好的情绪扩散至办公室或家庭中，让社会多了许多不必要的矛盾与冲突。

遇见令人不愉快的事，若我们搅入其中，扮演破坏人间祥和的角色，那对于这个世界的纷纷攘攘，我们谁也责怪不了，因为我们也都在起推波助澜的作用；反之，若我们能智慧的让不愉快的事仅及自身而不波及他人，相信用不了多久，连不愉快的事你可能都会很少再能遇到。

生命充满无限的可能，让人间变成天堂或地狱，常在你我的一念间。愿我们一起努力，让恶念的涟漪不起，让善念在人间传递。 ◇

6

你看病后，我天天做梦，且天天接着做就象放电影一样……”

“梦中，我是一个修炼人，在一个很盛大很庄严的法会上，我穿着一身贵重的袈裟，身旁一个捧着油罐的小和尚一不小心将油泼撒在我的衣服上，我立即大发雷霆，一边斥责他的愚蠢，一边后悔自己在这么严肃神圣的地方管不住自己。那张滔滔不绝的嘴里还将这件袈裟的价格有意夸大了许多倍，心里也恨自己为什么对这样的小事居然大做文章而忘了修炼人了脱一切之本。那小和尚被我骂的六神无主，就在地上跪下了，我心里觉得自己的可憎，但脸上又表示出自己的得意……”

第二天的梦：

“我又在一个讲台上连篇指责别人的过错，象剥洋葱一样，一层一层的从理论到依据把对方的观点驳斥的一无是处……而自己的意念中，又很清楚我不过是个口齿伶俐的假和尚。”

“现在我才知道—

这一辈子，那个曾经被我骂得下跪的小和尚，现在是我 24 岁的瘫痪的儿子，从生下他后，我的头发一片一片的变白，我的身体愈来愈糟，一切全为了他，却一直受他的不敬的回报，从背着他一直到推轮椅。现在他又高又大，我已经无力再推他了，我的两只手已经推到感觉再也不是自己的手程度，又痛又麻，他

15

行字也告诉我，她那恐惧的心理。于是我半开玩笑的拿了一根耳针，0．5 分长，让她看，只比她的手指甲宽一点，让她放心。还没等她反应过来，针就已经插进穴位去了。手腕进针后，我在她的百会又加了一根针。当我转身准备出去时，她说：“你还没有问我什么呢！”

“你有什么要说吗？”我反问她。

“我是痛的没有办法了，我找西医治疗，他们除了开刀就是 X 光，实在找不出问题时，就开一大串药，我被治的越来越痛……”

我很耐心的听她说完后，告诉她，“先别多想，试一试放松自己的肌肉，睡一会儿……”

过了几天，她那一片乌云笼罩的表情似乎放晴了一些，告诉我她的手痛好一些了，吃饭时刀叉也不掉到地上了。与上次一样，我又号号脉，看了舌象，手腕上二根针，百会扎深了一些，当准备走出房间时，她又把我叫回去，说：“别的医生总是问东问西，怎么你除了看我两眼，连话都没有呢？”

“你脸上不都说出来了吗？”我回答。

她把准备在嘴边的话咽下去了，默默的对着墙上那张一个修炼人画的观音菩萨的像注视了很久……

以后的治疗中，我发现她抱怨自己的疼痛越来越少，病状也逐渐减轻了，我就告诉她，可以不用来针灸了，到这时她才对我说：“不知怎么的，自从来找

【身边故事】

生命从此

祥和 宁静

38 岁的琵雅•玛莉雅•珊达斯（左）曾是芬兰的时装模特儿，后来在北美一家电视台做节目主持人，现在她成为一家国际化妆品公司的国际发言人与公关主任。她游历过多个国家，接受过多家媒体的专题采访。

2004 年 10 月 25 日，波多黎各第二大报《第一时间》采访了琵雅•玛莉雅后写下这样的报道：人类希望享有高质量的生活，而这需要达到身、心、灵的和谐。一个中国古老的气功可以用简单的方法使人们获得这一和谐。他被称为法轮大法，亦称法轮功，于 90 年代初在发源地中国传播于世并达到鼎盛。现在，全世界数以千万的人对此修炼表现了浓厚兴趣。

时装模特为何选择法轮功

行字也告诉我，她那恐惧的心理。于是我半开玩笑的拿了一根耳针，0．5 分长，让她看，只比她的手指甲宽一点，让她放心。还没等她反应过来，针就已经插进穴位去了。手腕进针后，我在她的百会又加了一根针。当我转身准备出去时，她说：“你还没有问我什么呢！”

“你有什么要说吗？”我反问她。

“我是痛的没有办法了，我找西医治疗，他们除了开刀就是 X 光，实在找不出问题时，就开一大串药，我被治的越来越痛……”

我很耐心的听她说完后，告诉她，“先别多想，试一试放松自己的肌肉，睡一会儿……”

过了几天，她那一片乌云笼罩的表情似乎放晴了一些，告诉我她的手痛好一些了，吃饭时刀叉也不掉到地上了。与上次一样，我又号号脉，看了舌象，手腕上二根针，百会扎深了一些，当准备走出房间时，她又把我叫回去，说：“别的医生总是问东问西，怎么你除了看我两眼，连话都没有呢？”

“你脸上不都说出来了吗？”我回答。

她把准备在嘴边的话咽下去了，默默的对着墙上那张一个修炼人画的观音菩萨的像注视了很久……

以后的治疗中，我发现她抱怨自己的疼痛越来越少，病状也逐渐减轻了，我就告诉她，可以不用来针灸了，到这时她才对我说：“不知怎么的，自从来找

14

【身边故事】

生命从此

祥和 宁静

38 岁的琵雅•玛莉雅•珊达斯（左）曾是芬兰的时装模特儿，后来在北美一家电视台做节目主持人，现在她成为一家国际化妆品公司的国际发言人与公关主任。她游历过多个国家，接受过多家媒体的专题采访。

2004 年 10 月 25 日，波多黎各第二大报《第一时间》采访了琵雅•玛莉雅后写下这样的报道：人类希望享有高质量的生活，而这需要达到身、心、灵的和谐。一个中国古老的气功可以用简单的方法使人们获得这一和谐。他被称为法轮大法，亦称法轮功，于 90 年代初在发源地中国传播于世并达到鼎盛。现在，全世界数以千万的人对此修炼表现了浓厚兴趣。

时装模特为何选择法轮功

7

“法轮功可以改变你的人生，赐给你内在的祥和与精神的净化，依循真、善、忍宇宙法理，将提升生命价值，帮助你成为更好的人。” 琵雅•玛莉雅说：“以前身为时装模特儿，我经常到处奔波，我发觉自己是在一个愈来愈肤浅的世界里生活，我真的感到欠缺内在祥和。幸运的是我找到了法轮大法，并且发现他十分特别。”

七年前，当琵雅•玛莉雅在瑞典学习空手道时，她的教练介绍法轮功给她。“我感受到教练身上有一种祥和与宁静，我想要像他一样，所以我与他谈起这项修炼，他教我功法，我从那时起一直修炼到现在，我的生活有了巨大的改变。”

“他仿佛像洗涤了我的身、心、灵一般。我以前非常自我，生活杂乱无章，整天沮丧抑郁，焦虑不安，很痛苦。当我在日常生活中开始溶入真善忍的法理时，我的身心问题都渐渐的消除，我拥有了未曾有过的平衡、安宁。现在我与每个人都能和睦相处，内心充满快乐，成为更积极的人。透过这个功法，我找到了以前未曾发现的内在力量。”

如此美好的功法，不应遭受迫害

琵雅・玛莉雅说：“现在的人做件什么事都要求回报，但学习法轮功却是完全免费的。世界各地都有炼功点，到处都有热心的法轮功学员会帮助你入门，

【明慧网】报春雪梅图的作者是**路明**，安徽省美术家协会会员，安徽书法家协会会员，中级美术师。作品《报春雪梅图》获安徽省大型企业美术大展金奖。被全国著名书法家刘子善先生誉为《江淮一枝竹》称号。

路明一九九六年修炼法轮功。一九九九年七月法轮功遭受迫害，路明行使公民权利到北京上访却被非法劳教二年，并被强制关押在洗脑班迫害，后被迫流离失所。◇

反省

【慧园】迪尼斯来诊所是因为浑身关节肌肉都痛，两只手腕连一杯水都端不起来。她紧皱着眉头，侧面看上去已象个老人了，其实她才 45 岁。

一般手腕痛与职业有关，所以我就很自然的问她做什么工作，她摇摇头说，这与手痛无关。

看见她的表情，使我想到中国有句话“泡在苦水里”。是说人活的很苦。两只似乎永远也流不尽泪水的眼睛茫然的看着你，叫人见了都心酸。

我打开病历看到她在一行字下重重的划了一条杠杠，“怕针灸，又不喜欢针灸”。我们彼此都沉默了。我心里明白，她是痛得走投无路才找上门来的，而这

“法轮功可以改变你的人生，赐给你内在的祥和与精神的净化，依循真、善、忍宇宙法理，将提升生命价值，帮助你成为更好的人。” 琵雅•玛莉雅说：“以前身为时装模特儿，我经常到处奔波，我发觉自己是在一个愈来愈肤浅的世界里生活，我真的感到欠缺内在祥和。幸运的是我找到了法轮大法，并且发现他十分特别。”

七年前，当琵雅•玛莉雅在瑞典学习空手道时，她的教练介绍法轮功给她。“我感受到教练身上有一种祥和与宁静，我想要像他一样，所以我与他谈起这项修炼，他教我功法，我从那时起一直修炼到现在，我的生活有了巨大的改变。”

“他仿佛像洗涤了我的身、心、灵一般。我以前非常自我，生活杂乱无章，整天沮丧抑郁，焦虑不安，很痛苦。当我在日常生活中开始溶入真善忍的法理时，我的身心问题都渐渐的消除，我拥有了未曾有过的平衡、安宁。现在我与每个人都能和睦相处，内心充满快乐，成为更积极的人。透过这个功法，我找到了以前未曾发现的内在力量。”

如此美好的功法，不应遭受迫害

琵雅・玛莉雅说：“现在的人做件什么事都要求回报，但学习法轮功却是完全免费的。世界各地都有炼功点，到处都有热心的法轮功学员会帮助你入门，

8

【明慧网】报春雪梅图的作者是**路明**，安徽省美术家协会会员，安徽书法家协会会员，中级美术师。作品《报春雪梅图》获安徽省大型企业美术大展金奖。被全国著名书法家刘子善先生誉为《江淮一枝竹》称号。

路明一九九六年修炼法轮功。一九九九年七月法轮功遭受迫害，路明行使公民权利到北京上访却被非法劳教二年，并被强制关押在洗脑班迫害，后被迫流离失所。◇

医山夜话

反省

【慧园】迪尼斯来诊所是因为浑身关节肌肉都痛，两只手腕连一杯水都端不起来。她紧皱着眉头，侧面看上去已象个老人了，其实她才 45 岁。

一般手腕痛与职业有关，所以我就很自然的问她做什么工作，她摇摇头说，这与手痛无关。

看见她的表情，使我想到中国有句话“泡在苦水里”。是说人活的很苦。两只似乎永远也流不尽泪水的眼睛茫然的看着你，叫人见了都心酸。

我打开病历看到她在一行字下重重的划了一条杠杠，“怕针灸，又不喜欢针灸”。我们彼此都沉默了。我心里明白，她是痛得走投无路才找上门来的，而这

13

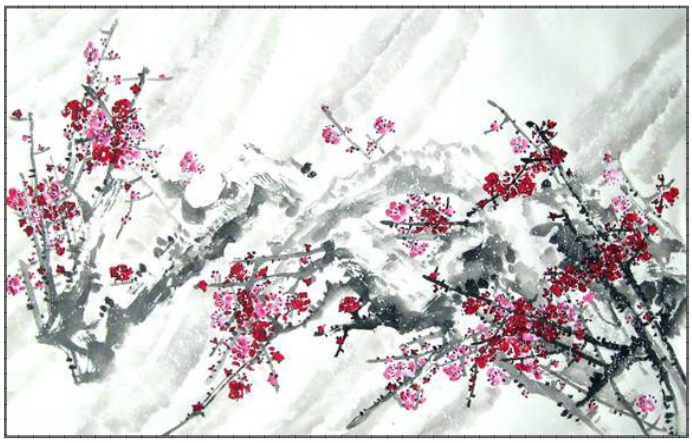
开了，敞的好辽远。即使走在无人的黑夜，感觉也是亮堂堂的。就象头上方有盏明灯在时刻照耀一样，没有怕，没有担心，只有喜悦，生命焕然一新的喜悦。读《转法轮》时，书上的字闪闪发光，变成各种颜色，很透亮的光彩，围着我旋转。

随着修炼逐渐深入，慢慢明白了法轮功学员为什么要启迪人们的良知，因为人们选择了善念，就将得到生存的永恒的美好。

在中国的传统佳节，人人都在祈求美好。其实，能够让“法轮大法好”铭记在心中，这就是在做出美好的选择，从此得到永恒的吉祥。◇

艺术欣赏

报春雪梅图



而且所有的功法及书籍都可以由网站上免费下载。不存在任何管理组织、组织规则与申请登记等，任何人想学都可以学。”

琵雅•玛莉雅还致力于使更多人了解中国大陆法轮功学员被迫害真相。她难过的说道：“今天在中国，法轮功学员被退学、被解职、被抄家、被绑架、遭到电击等各种酷刑。有三千多人经证实已被迫害致死，但实际上远远超过这个数字。我的好朋友戴志珍，她的丈夫陈承勇信仰真善忍却在中国遭受迫害致死，那时他们的女儿法度才几个月大。目前戴志珍与女儿法度在全球旅行呼唤良知与正义。这也是我和所有法轮功学员努力讲真相的目的，让全世界了解中共迫害法轮功的残酷，尽快结束这一切，因为信仰应该受到尊敬，而做恶的人应该受到法律的审判。”◇

当阳光穿透了灰暗森林

文/冰莲

在修炼过程中，总会碰到一些人询问：你是怎么走上修炼道路的。我也总是笑笑，虽然往昔的记忆，近在咫尺，但感觉已远在天涯。

出国后，在一流的大学里，看着衣着华贵人来人往车水马龙的花花校园世界，蠢蠢的人心就是无法约束，总想作祟，什么地方黑，往哪里钻，什么地方杂

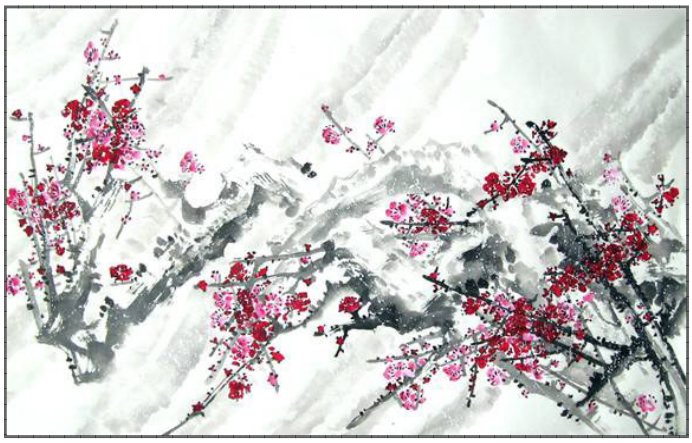
开了，敞的好辽远。即使走在无人的黑夜，感觉也是亮堂堂的。就象头上方有盏明灯在时刻照耀一样，没有怕，没有担心，只有喜悦，生命焕然一新的喜悦。读《转法轮》时，书上的字闪闪发光，变成各种颜色，很透亮的光彩，围着我旋转。

随着修炼逐渐深入，慢慢明白了法轮功学员为什么要启迪人们的良知，因为人们选择了善念，就将得到生存的永恒的美好。

在中国的传统佳节，人人都在祈求美好。其实，能够让“法轮大法好”铭记在心中，这就是在做出美好的选择，从此得到永恒的吉祥。◇

艺术欣赏

报春雪梅图



而且所有的功法及书籍都可以由网站上免费下载。不存在任何管理组织、组织规则与申请登记等，任何人想学都可以学。”

琵雅•玛莉雅还致力于使更多人了解中国大陆法轮功学员被迫害真相。她难过的说道：“今天在中国，法轮功学员被退学、被解职、被抄家、被绑架、遭到电击等各种酷刑。有三千多人经证实已被迫害致死，但实际上远远超过这个数字。我的好朋友戴志珍，她的丈夫陈承勇信仰真善忍却在中国遭受迫害致死，那时他们的女儿法度才几个月大。目前戴志珍与女儿法度在全球旅行呼唤良知与正义。这也是我和所有法轮功学员努力讲真相的目的，让全世界了解中共迫害法轮功的残酷，尽快结束这一切，因为信仰应该受到尊敬，而做恶的人应该受到法律的审判。”◇

当阳光穿透了灰暗森林

文/冰莲

在修炼过程中，总会碰到一些人询问：你是怎么走上修炼道路的。我也总是笑笑，虽然往昔的记忆，近在咫尺，但感觉已远在天涯。

出国后，在一流的大学里，看着衣着华贵人来人往车水马龙的花花校园世界，蠢蠢的人心就是无法约束，总想作祟，什么地方黑，往哪里钻，什么地方杂

就往哪里靠近，什么流行学什么。也曾经使足心思的想讨好使馆的某某官员，打算在某某社弄个一官半职。平日和朋友们一起挥霍，大吃大喝也是眼睛都不眨一下，而且学会了向父母撒谎。上学其实走几步就到，但非要打车去，要不被那些政要的高干子弟看不起。总之，那几年，生命是滑落的，不晓得人生存在的价值是什么，那种滑落的滋味也让人在寂静的深夜里心惊胆颤。就那样一种难以表达的心情，白天和黑夜里，完全是不同的两个人。这样的生活，人不会感到满足，但容易感到非常的疲惫，性情也由温顺变得暴躁易怒。

后来，开始很经常的看到法轮功学员在大街上散发真相传单报纸。第一次看到写有 SOS 的报纸，接过来，一眼看到那些死难者的照片，心情突然像被什么刺伤一样，疼痛的无法用语言形容。但当时碍于朋友在场，竟强忍着难过，还装出一丝嘲笑的表情。在中国大陆长大的人，失去传统文化的影响，长期接受

党文化的灌输，实质上，是很悲哀的一件事情。不仅扭曲着人性的天悯良知，也生生割断着人们赖以生存得以延续的道德

精髓。如果没有正统，人的生命真的就永远也无法挽回和回归。人们的忙碌，敌对，充斥了人的一切精神内在。

一天，我半开玩笑的对朋友说：“‘真善忍’哪里有错呀，明明很好呀。为什么不让炼呀。我也要炼炼看。”话一出口，朋友们都“嚯”的一下，不约而同的站起来，几乎异口同声地说：“你要炼，我们就断交，划清界限。”看到那场面，心里一下寒冷的跟冰封的老山一样，许久没有回过神来。从此，内心深处更加渴望和法轮功学员接近。

其实，无论什么样的生命，内心深处对修炼是有感知的，就象先天自带的一种因素一样。只不过，在无数次的轮回中被尘封的太久罢了。

开始那些富足朋友纷纷议论我的选择。一个朋友也拿刀架在我的脖子上，威胁说：你再说一句“真善忍”好，就把你头剁下来，再把你从五楼推下去。那一刻，我震惊了。朝夕相处的朋友，被中共的谎言毒害的竟然会用这样粗暴的方式。想到以前同学遭窃，自己毫不犹豫拿出几千美金帮助，现在要选择自己的路，而且对任何人又没有任何的妨害，却遭受这样的对待。正常人的思维无论如何都是无法理解的。如果人们不读《九评共产党》，是很难想象，被党文化变异了的国人，他们心灵深处被割断的正统脉络。

说也奇怪，就在我决定选择法轮功时，心一下打

就往哪里靠近，什么流行学什么。也曾经使足心思的想讨好使馆的某某官员，打算在某某社弄个一官半职。平日和朋友们一起挥霍，大吃大喝也是眼睛都不眨一下，而且学会了向父母撒谎。上学其实走几步就到，但非要打车去，要不被那些政要的高干子弟看不起。总之，那几年，生命是滑落的，不晓得人生存在的价值是什么，那种滑落的滋味也让人在寂静的深夜里心惊胆颤。就那样一种难以表达的心情，白天和黑夜里，完全是不同的两个人。这样的生活，人不会感到满足，但容易感到非常的疲惫，性情也由温顺变得暴躁易怒。

后来，开始很经常的看到法轮功学员在大街上散发真相传单报纸。第一次看到写有 SOS 的报纸，接过来，一眼看到那些死难者的照片，心情突然像被什么刺伤一样，疼痛的无法用语言形容。但当时碍于朋友在场，竟强忍着难过，还装出一丝嘲笑的表情。在中国大陆长大的人，失去传统文化的影响，长期接受

党文化的灌输，实质上，是很悲哀的一件事情。不仅扭曲着人性的天悯良知，也生生割断着人们赖以生存得以延续的道德

10

精髓。如果没有正统，人的生命真的就永远也无法挽回和回归。人们的忙碌，敌对，充斥了人的一切精神内在。

一天，我半开玩笑的对朋友说：“‘真善忍’哪里有错呀，明明很好呀。为什么不让炼呀。我也要炼炼看。”话一出口，朋友们都“嚯”的一下，不约而同的站起来，几乎异口同声地说：“你要炼，我们就断交，划清界限。”看到那场面，心里一下寒冷的跟冰封的老山一样，许久没有回过神来。从此，内心深处更加渴望和法轮功学员接近。

其实，无论什么样的生命，内心深处对修炼是有感知的，就象先天自带的一种因素一样。只不过，在无数次的轮回中被尘封的太久罢了。

开始那些富足朋友纷纷议论我的选择。一个朋友也拿刀架在我的脖子上，威胁说：你再说一句“真善忍”好，就把你头剁下来，再把你从五楼推下去。那一刻，我震惊了。朝夕相处的朋友，被中共的谎言毒害的竟然会用这样粗暴的方式。想到以前同学遭窃，自己毫不犹豫拿出几千美金帮助，现在要选择自己的路，而且对任何人又没有任何的妨害，却遭受这样的对待。正常人的思维无论如何都是无法理解的。如果人们不读《九评共产党》，是很难想象，被党文化变异了的国人，他们心灵深处被割断的正统脉络。

说也奇怪，就在我决定选择法轮功时，心一下打

11