

修炼——华夏文明的精粹

在悠悠的历史长河中，修炼人所显现的超常事迹数不胜数，令人叹为观止：达摩面壁九年，家喻户晓的济公和尚，明代张三丰创始的太极……

经过中共几十年刻意安排的“教育”，今天的中国大陆很多人已经不理解中华修炼文化的真正内涵。古人敬畏天地神明的传统，在很多人看来不过是“迷信活动”罢了，不少人认为中国的历史不过就是一场场充满奸诈、虚伪的帝王将相争权夺位的斗争史。

事实上，正是因为古人对天地神明的敬畏和信仰，才可能留下盘古开天地、女娲造人、神农尝百草、嫦娥奔月、仓颉造字、唐尧禅让、大禹治水的动人神话和传说，才可能留下黄帝飞升、观音济世、达摩渡江、八仙过海，以及真武大帝、张三丰、济公和尚、邱处机等修炼人的神迹；正是对永恒的天理、天道的信仰，才可能形成中国人以“仁义礼智信”为核心的社会道德规范和正心、修身、齐家、治国、平天下的人生价值观，才可能孕育出不屈的苏武、鞠躬尽瘁的诸葛



亮、忠义千秋的关公、精忠报国的岳飞、一片丹心的文天祥，才可能造就出文景之治、贞观之治的兴盛、康乾盛世的繁荣；才可能有以轮回报应贯穿始终的《红楼梦》、以修炼得道为主线的《西游记》、以茫茫天数不可违作结的《三国演义》。如果中国的历史仅仅只是那几千年沉淀下来的糟粕，如厚黑的权谋机诈和勾心斗角等，又怎么可能创造出五千年辉煌的文明呢？

修炼的内涵包罗万象。五千年来，儒、释、道三教的修炼文化贯穿于中国文化和道德伦理之中，可以说，中华文明的基础、精粹便是修炼文化。◇

法轮大法教导出了什么样的人？

法轮大法已弘传世界一百多个国家和地区，仅台湾一地就有数十万法轮功学员。可是，在世界各地备受推崇的法轮功，却遭到中共无理智、非法、恶毒的灭绝式打压。有人说，中共才是真正想毁灭中华的西来邪教，也有人说，因为中共对信仰“真、善、忍”民众的打压和对行恶者的纵容，使得今日中华道德之快速下滑。

那么，就让我们一起来看看，中共这些年来到底打压的都是些什么样的人吧。（以下事例摘自中国大陆法轮功学员在《明慧网》的投稿）

◎二零零零年的腊月，湖北浠水某地，几天大雨使清港的泥巴堵塞了通向集市的要道，无法通行，但没有人管。一位七十多岁的法轮功学员看到后，自己拿来铁锹，一锹锹地将泥巴挪到港边的岸上，干得大冬天脱了棉衣还浑身是汗。

老人头一天用五个多小时清了三百多米，又用了两天的时间，才把整段路上的泥沙都搬走。不知情的行人以为他是多少钱包下来的，不知道这是老人作为一名法轮功修炼者自觉自愿的……

◎二零一零年七月，东北地区遭遇到了一场百年未遇的大洪水。一时间物价飞涨，身为菜农的法轮功学员和老伴（也是法轮功学员）关键时刻不乘人之危，不发国难财，菜价和往日一样。买菜的人知道这么卖一车菜得少获得好几百元钱，于是都议论起来：“说人家法轮功不爱国、不好，纯粹是胡说，今天早上我们是亲眼见证了，这位炼功大叔做到了真、善、忍，我们从心里佩服。”也有的大声喊着：“法轮大法真好！我亲眼看到了，要都炼法轮功，中国就有希望了。”大法弟子修的就是真、善、忍，发自内心地与世无争为别人着想。



年轻的科学家谈修炼

长久以来，中共以“崇尚科学”为名攻击法轮功，用“崇尚科学”作为政治口号和依据来迫害法轮功，将科学当作打人的棍子。那么，海外那些修炼法轮功的科学家们，他们又是怎么看的呢？

李渊：美国普林斯顿大学物理博士

“我曾就读于清华大学，通过李政道教授的物理项目，曾有二十几个专利。我是一个非常理性的人，不轻易相信什么东西。但读了法轮大法的书籍后，我非常佩服，我在里面学到了许多在科学方面没有学到的东西。现在我明白了如何去做对人类更有好处的研究。”

杨森：美国乔治亚理工学院物理博士

“即使有个博士的头衔，或在哪一方面有所造就并不重要，因为每个人的智慧都是有限的，但我发现《转法轮》中的观点，不管在物理、化学方面，还是生物、人体科学方面，甚至超过博士水平，他好像是博大精深的一个更高的科学，是真正值得探讨的领域。”



【时事评论】中共酷刑：坐小凳

【明慧网】

中共酷刑中有一种听起来比较文明的酷刑叫作“坐小凳”。小凳一般高约二十厘米，宽约八厘米。当然，用

于酷刑的小凳，不同的地方也略有差别。例如在上海，不管劳教所还是监狱一般都是坐漆包线的管芯。管芯很小，人坐在上面连大腿的份量也会落到凳面臀部上，“包夹”在后面踢动这个小凳，使人的皮肉与小凳之间形成强烈的拉扯，一个小时臀部就会起泡，然后破裂，鲜血渗出、透过衣裤、布满小凳。人被逼坐在小凳上，一丝不准动。每天要坐达 22 个小时，天天如此，少有间歇，一年、二年、三年。

坐小凳作为一种酷刑得到强化和推广是从辽宁省马三家劳教院开始的。马三家对此还有一个名称，叫作“卡齐”，那意思很明显，就是让人象物体一样卡得整整齐齐。在黑龙江佳木斯劳教所，警察将法轮功学员一个挨一个坐在小凳上码在一起，称为“码大排”。

马三家对这种酷刑还进行了另一种改动，名为“坐小板”，就是不许法轮功学员的身体出六十厘米见方的地砖，这样坐下去也会导致臀部生疮流脓。马三家劳教所在实施这类酷刑时通常和它标榜的所谓教育结合在一起。一方面逼法轮功学员这样坐着，然后把电唱机的声音放到最大，几天几夜不停地放高分贝的噪



罚坐、暴晒、蹲马步酷刑示意图



音，致使人的心脏受到严重的伤害。法轮功学员米艳丽就遭受过这样的酷刑，二十几天不让睡觉。

马三家劳教所将这种酷刑作为一种逼迫法轮功学员背叛信仰的经验向其它的监狱和劳教所推广。2000 年 6 月，马三家“帮教团”来到湖北省何湾劳教所传授迫害法轮功学员的“经验”。那里的警察立即采用，其中比较常见的就是“坐小凳”。

2005 年，云南省第二女子监狱派人到马三家劳教所学习“转化”法轮功学员的手段，“坐小凳”便被学习了过来。从早上 6 点 30 分起床直到晚上 11 点，就那样一直坐着，而且身体必须保持笔直，稍微一动就会招来暴打，直坐到臀部破烂流脓。女二监监狱长杨明山还大言不惭地说：“……关于你们的控告检举信中说的对法轮功学员严管‘坐小凳’是体罚，你怎么界定，那是一种学习，你有体罚证据吗？我对这些负法律责任，你们有什么不服的可以找上级反映。”

云南女子监狱不但将“坐小凳”与所标榜的学习混为一谈，还将坐小凳与奴役劳动相结合。云南冶炼厂的职工家属韩俊毅老人，今年 73 岁。她曾于 2009 年被劫持到云南省第二女

子监狱九监区。狱警不允许她走出房间，在监狱里一直呆在同一个房间里。她被逼每天从早上六点半开始坐小板凳，坐到晚上十点半。期间有活干时才稍微允许身体活动。她就那样一直在监狱坐小板凳坐了三年多，到最后臀部上全是老茧。人们能想象得到吗？一位 70 多岁的老人被坐在同一个房间的同一个小凳上长达三年……

坐小凳作为一种酷刑是讲究坐姿的。在天津港北监狱（后改为滨海监狱），对坐小凳的要求是三挺一瞪，三挺是指挺直头、胸和腰；瞪，就是要睁大眼睛看一个点。天津市南开区法轮功学员赵岗，2010 年 4 月被劫持到港北监狱，被逼每日从凌晨四点坐到夜里十二点。更为邪恶的是，恶徒们还用烟头从下往上把小塑料凳烫出洞，洞口都是立茬，逼赵岗坐在上面；再在手臂与身体之间、两腿之间各放一张纸，夹不住便被辱骂、殴打、吐口水；身子歪斜时，便会被恶徒用两把鞋刷狠插他的两肋。

坐小凳这种酷刑有些时候是和酷刑“熬鹰”结合在一起使用的。黑龙江齐齐哈尔铁路一中教师王金范女士曾被诬判十年，劫持在哈尔滨女子监狱九监区。恶徒逼她坐小板凳，二十四小时不准闭眼睛，闭上就用水喷眼睛，用脚踢。时间一长，她的臀部坐得火烧火燎的疼。在这种精神与肉体残酷的折磨下，四、五天后她的眼前出现幻觉，墙上的霉斑变成彩色的小人，还会动，毡底棉鞋毛有一寸来长，屋子全变模样了……

中共恶徒能将一把不起眼的小凳演变成迫害好人的刑具，真是邪恶至极！◇(文 / 飞瀑)

李腾腾母亲郭玲娜遭受的迫害

海南师范大学女生李腾腾的母亲郭玲娜（49 岁），原系云南国资水泥昆明有限公司图书室职工，2007 年 8 月 3 日被昆明市公安局西山区分局非法抓捕，关押在西山区看守所。同年 8 月 13 日，她被非法送到云南省女子劳教所劳教两年，2008 年 4 月 1 日又被劳教所非法延期五天，于 2009 年 8 月 7 日回家。郭玲娜被非法劳教期间，她所在单位云南国资水泥昆明有限公司单方非法解除劳动合同，将

她开除。郭玲娜的丈夫也被单位以工作要挟，最终导致二人离婚，破坏了一个原本幸福美满的家庭。

2009 年 12 月 13 日，郭玲娜再次被非法绑架，一直关押在昆明市西山区看守所，后被非法判刑三年，于 2011 年 1 月 14 日被劫持到云南省第二女子监狱迫害。

郭玲娜坚持自己的信仰，拒绝监狱的转化，因此监狱一直阻挠家人与她的会见。2012 年 2 月 2 日，郭玲

娜的女儿李腾腾通过找监狱管理局狱政科的朱处长和何副处长并与他们协商后才被同意与母亲相见。这是郭玲娜从 2009 年底被非法抓捕的两年后与家人唯一的一次见面。2012 年 3 月 15 日，郭玲娜 82 岁高龄的父亲因为心肌梗塞再次发作，被送到云南省第一人民医院抢救。老人在昏迷时一直喊着要见女儿郭玲娜，但直到老人去世，也没能见到唯一的女儿一面。

郭玲娜从入监第一天就开始被强迫坐小板凳，一直坐到她离开监狱。每天从早六点半坐到晚上十点半，整整坐了近两年时间。2012 年 12 月 13 日，郭玲娜获释。◇