

退党、退团、退队方法

可使用真名、化名、小名办理三退。

- 用海外邮箱发表声明 tuidang@epochtimes.com
- 用翻墙软件登录 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 001-201-625-6301
- 可先将声明张贴在适当的公共场所，以后再上网。

【提示】电话接通之后，如果听到录音告之“这是空号，请不要打这个电话”，请您不要挂电话，很快就能接通，请相互转告。至 2015 年 5 月，已有超过 2 亿中国人声明“三退”。



翻墙软件获取的方法

① 用海外邮箱向 freeget.one@gmail.com 发送邮件（内容、主题任意，但不能空白），若收不到，可换另一种邮箱试一下。大约 10 分钟后会收到一个网页地址，下载翻墙软件后，双击即可突破网络封锁，安全，便捷。

② 用搜索引擎搜“在线代理”，打开在线代理网站后在其地址栏直接输入 <http://wujeliulan.com/>，（如打不开网页，可多换几个在线代理网站试一下）打开网页后在右上角使用右键的目标另存为直接下载翻墙软件。

自费印刷 敬请传阅

希望

第 22 期

· 明慧期刊 · XIWANG

明 慧 网： WWW.MINGHUI.ORG （欢迎突破网络封锁访问）



戴维森表示：“在过去，科学家认为人类的某些脑部能力是固定的，但我们发现打坐可以使这些能力发生改变。打坐能够改善智力。” P6 ——《静坐可以增智养生》

目录 CONTENT



| 卷首一文 |

苏格拉底的智慧

| 传 奇 | 1

特异功能高手 震惊爱因斯坦和弗洛伊德

| 发 现 | 5

静坐可以增智养生

| 欣 赏 | 9

法轮大法弘传世界

| 人 物 | 11

瑞典女经济师的修炼奇缘
千万富翁起诉元凶江泽民

| 评 论 | 19

了解真相——是中华复兴的必经之路

| 古 风 | 27

中华五千年文明中的十大人生智慧

| 莲 心 | 31

为自己谱写美好人生的秘诀
姻缘善缘 人生机缘

| 思 考 | 37

生命的选择题



制止迫害

△2011年4月24日，台湾法轮功学员于自由广场举办活动纪念4·25



苏格拉底的智慧



▲ 苏格拉底

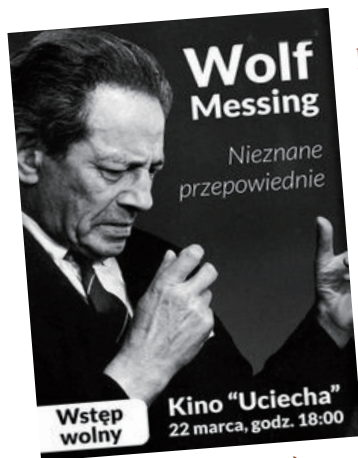
凯勒丰与苏格拉底是相知极深的朋友。一天，他高兴地向苏格拉底展示了从特尔斐神庙那里得来的神谕的内容“没有谁比苏格拉底更聪明”。可是他从苏格拉底脸上看到的却是茫然和不安。苏格拉底不认为他是最聪明、智慧的人。于是，苏格拉底要寻找一位智慧声望超过他的人，以反证神谕的不成立。

他找到一位政治家。政治家以知识渊博自居，和苏格拉底侃侃而谈。苏格拉底看清了政治家自以为是，其实是无知的真面孔。他想，这个人虽然不知道善与美，却自以为无所不知，我却认识到自己的无知，看来我似乎比他聪明一点。苏格拉底又找到一位诗人，发现诗人吟诗做赋全是出于天赋，而诗人自以为能赋诗，就目空

一切。接着，苏格拉底又向一位工匠讨教，想不到工匠竟也重蹈诗人的覆辙。因一技在手便以为无所不能，这种狂妄反而消弭了他的智慧之光。

最终，苏格拉底悟出了神谕的真谛：神并非说他最有智慧，而是以此警醒世人——你们之中，苏格拉底最有智慧，因为他“自知其无知”。人世匆匆，自以为是的人大有人在。有几人能像苏格拉底那样虔诚地求证自己的无知呢？“认识你自己”——这句镌刻在特尔斐神庙上的名言，曾赋予了苏格拉底一种深沉的智慧。而今，苏格拉底的故事则向我们开启了一扇智慧之门：许多时候，认识自己，或者认识真理，都是从认识自己的无知开始的……





▲ 沃尔夫·梅辛

沃尔夫·梅辛 (Wolf Messing, 1899-1974) 作为 20 世纪世界上 10 大奇功异人之一，在欧洲充满了传奇色彩。他拥有心灵感应能力、测心术，还有遥视遥感能力。他的存在也超越了实证科学的认知和局限，留给世界科学界巨大的反思和思考，连科学巨擘爱因斯坦和奥地利心理学大师弗洛伊德 (Sigmund Freud)，都为之赞叹和震惊。

特异功能高手 震惊 爱因斯坦和弗洛伊德

生平

梅辛于 1899 年出生于华沙附近的古拉卡尔一个犹太人家庭里，6 岁时梅辛被送到一个宗教学校去读书，他背诵祈祷词的非凡记忆能力令人们大为吃惊。后就读于犹太中学，2 年后逃学，坐上了一列客车，躲在椅子下面睡着了。当列车员问他要票的时候，他从地上捡起一张纸递过去，竟然让他蒙混过关，一路顺利到达柏林。

在柏林，梅辛靠给别人做杂役获取微薄的报酬，有一次他在街上晕倒被人送进了停尸间，一个名叫埃布尔 (Abel) 的神经专科教授救了他，埃布尔是第一个发现梅辛大脑有超常能力的人。埃布尔开始对这个少年进行读心术的测验，实验的结果让埃布尔教授深感惊讶，梅辛可以立刻猜测到教授心里想着要他做什么，并毫无差错地立刻执行。

应了天意（上天原本就要帮助他，但人自己的选择也很主要），得到了上天的庇护，不仅救了他自己，也救了与他随行的所有人。我们不知道将军的成长历程，不知道将军为什么身处高位还有如此善良的心，在经常死人的战争年代那么尊重看上去无足轻重的一对老人。是将军用他心底的善良和见义勇为给自己的生命做出了正确的选择，带来了福份。一个善意的举动换来的是命运的转变，这就是上天奖励艾森豪威尔将军的最好的礼物。同时也在告诫人们：帮助别人就是帮助自己，善意的付出能得到更多的收获。

用良知帮助我们自己

中共建政以来，发动历次运动，害死了 8000 万中国人，从土改、镇反、三反、五反、反右、大跃进、文革到“六四”，一批又一批的中国人成为中共虐杀的对象。1999 年，中共又迫害信仰“真、善、忍”的善良百姓，甚至活摘法轮功学员的人体器官贩卖牟利，被国际社会称为“这个地球上前所未有的邪恶”。

一个人杀了人，要偿命；一个政党杀了那么多人，要被天灭。贵州省平塘县掌布乡发现了距今 2.7 亿年的藏字石，500 年前崩裂的巨石断面上露出天然形成的 6 个大字“中國共產党亡”，昭示着天灭中共的天意。

中国人加入中共的组织时，要发誓把自己的一生献给“党”，为其奋斗终生。这样的誓言，意味着人的生命永远属于其党。在全世界，只有共产党才让人发这样的毒誓。誓言要兑现，人忘天不忘。中共组织是由党员、团员、少先队员组成的，天灭中共时，这些人就会跟着遭殃。声明“三退”（退党、退团、退队），是废除毒誓，远离这个邪恶组织，获得天佑平安。

现在，这道“三退”选择题已经摆在我们每个中国人面前，善与恶之中只能二选一，没有任何第三种选择，就像当初艾森豪威尔将军面对两位老人时必须要用实际行动做出帮与不帮的两种选择一样，我们声明“三退”（退党、退团、退队）也必须要有实际的行动表明心迹（具体声明“三退”的方法见封底），依据良知来进行判断才能得到真正的智慧。70 多年前，艾森豪威尔将军那个夜晚用良知和勇气帮助“自己”的真实经历，就是上天给每个人做对生命选择题的最佳参考。

生命的选择题

二战时，欧洲盟军的最高司令艾森豪威尔将军在一个寒冷的夜晚驱车赶往总部。途中，他看到一对老夫妇坐在路边，已经冻得不行了。他要司机停车询问，而他的参谋说：“还是通知警察局来救助他们俩吧，我们不能耽误了去总部的时间。”

可将军坚持要停车，他说：“如果等到警察局派车来，恐怕两个老人早就冻死了。”就这样，两个老人被接上了车。原来他们是开车来看儿子的，不料车子中途抛了锚，只好在路边等人帮忙，他们非常感谢将军的善心帮助。将军命令司机先绕道把两位老人送回了家，再赶到总部。事情过去不久，盟军得到消息，那天晚上，德军的狙击手已埋伏在了将军原来的必经之路上。如果将军走了原来的路线，就可能车毁人亡了。

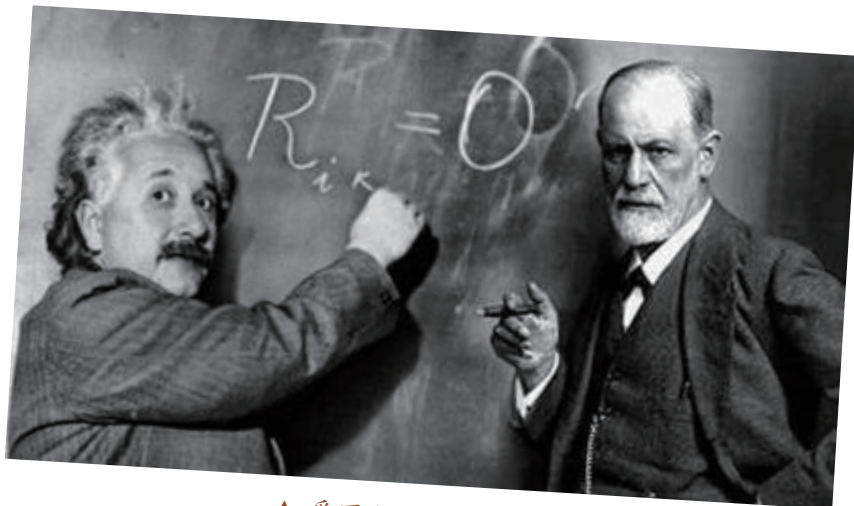
很显然，艾森豪威尔将军善意的举动其实是帮助了自己。谁能说冥冥之中没有天意呢？这似乎就是上天在将军面临险境或厄运之时，给他出的



▲ 艾森豪威尔

一道关乎生命的选择题。表面上看，是那对老夫妇需要帮助，其实真正需要帮助的或许恰恰是将军自己。在灾难来前，上天用这对受困的老夫妇来帮助将军脱离危险，但有一个前提，将军必须做对这个选择。

假如将军是一个非常“现实”、冷漠的人，假如将军没有勇气坚持良知，他就可能做错选择，那么有关将军的一切历史就将改写，他不会是我们后来所知道的美国总统艾森豪威尔，他不会有后来的一切荣耀……但是将军做对了，他顺



▲ 爱因斯坦和弗洛伊德

轰动世界的实验

1916年物理学家爱因斯坦，与心理学家弗洛伊德，对当时已拥有“世界第一神奇人物”之称的梅辛进行了一次轰动世界的实验。

这天，应爱因斯坦之邀，梅辛来到了爱因斯坦住处。此前，弗洛伊德早就在抽屉里混放了一把铜质小镊子和一把铁质大镊子。他们都一言不发，弗洛伊德用思维向梅辛发出第一个指令：“请你从右边洗澡间的小柜子上面的第一个抽屉里取一把铜质小镊子来！”梅辛毫不犹豫地走向洗澡间，并把铜质小镊子取了出来。

弗洛伊德又用思维向梅辛

发出了第二个指令：“用手中的镊子，以最快的速度从爱因斯坦的八字胡里拔出3根胡须来！”梅森一一照做了，拔下的胡须丝毫不差。这使弗洛伊德和爱因斯坦为此而赞叹不已。

梅辛在离开前，对爱因斯坦说：“您将会在1921年，获得一项非常重要的奖项。”当时，爱因斯坦听到后，幽默地吐了一下舌头，并没有在意。后来事实的发展，印证了梅辛的预言。1921年，爱因斯坦因光电效应以及在理论物理学上的成就，获得了诺贝尔物理学奖。

1937 年，梅辛在华沙的一个剧院里表演时，预言如果德国攻打苏联，希特勒必亡。希特勒闻言后大怒，悬赏 20 万德国马克要取梅辛的头。

1939 年以后，纳粹占领的华沙街头还满是悬赏抓捕梅辛的传单。有一次，他在一条热闹的街上被抓，并遭受毒打。在警察局里，他集中了所有的意念力量，让看守进到他的牢房里，然后由自己出来，将看守锁在牢里后，从下水道逃离华沙，然后躲在一辆装满干草的大车里，乘着夜幕到了苏联境内，但是他的父亲、兄弟和其他亲人在华沙却惨遭杀害。

✧ 俄罗斯电视台的探索 ✧

2011 年，俄罗斯电视台(P E H)曾播出过 1 集长达 47 分钟，有关特异功能高人梅辛的探索节目。该节目基于现存的历史镜像档案和相关当事人，对前苏联时期梅辛的“心理实验”进行再现和探索。

1950 年 1 月 4 日，梅辛在没有任何通行证的情况下，运用催眠术毫不费力地穿过斯大林的层层警卫，来到他的办公室。会见持续大约 1 个小时，梅辛在离开之前，对斯大林说：“请不要让空军曲棍球队明天乘坐飞机，否则成员无法生还。”

但是斯大林为人暴虐、残忍，他为了验证梅辛预言的真实性，仅仅劝阻了他的儿子瓦西里（Vasily）和教练波波罗夫乘坐火车前往斯维尔德洛夫斯克（Sverdlovsk），其他队员依然是乘飞机前往。第 2 天，LU-2 型飞机失事，11 名曲棍球队员、医生以及 6 名乘客无一生还。

✧ 梅辛的心理实验对前苏联社会的影响 ✧

前苏联在极权统治下，民众的社会生活是充满困惑和不稳定的。人们内心渴望奇迹的出现会带来光明。从而，前苏联人民对特异功能的存在非常地喜爱。当初梅辛几乎每个月要举办 100

也不仅仅是个例。

接触法轮功之后，我开始明白，父母的争吵，也许是上辈子结下的怨，这辈子都在消业。我已长大并参加工作，我用我的能力改变着他们的生活，也渐渐消除了心里的怨气，变得开朗和爱笑，并耐心地与他们沟通。同时，我也将我了解到的法轮功真相讲给他们听。善良的父母也明白了其中的道理，明白了中共伪造的一系列栽赃陷害法轮功的伪案，及种种给老百姓造成对法轮功负面影响的骗局。他们也开始思考，开始冷静，开始变得和睦。我心里很是开心。工作上我也学会了谦让，也会热心地去帮助别人，用“真、善、忍”标准来要求自己。虽然做得还不够好，但是至少有个信念在时时提醒着我，不至于让我走偏路。我想，我也该做点什么吧。于是我让爸爸妈妈有机会也让亲戚朋友了解法轮功真相，哪怕能让对方明白法轮功是好的，能发自内心念“法轮大法好，真善忍好”也是好的啊。

法轮功对我的影响是不言而喻的。从开始对法轮功的陌生，到了解认可，再到后来的感激与弘扬，都是我自己完全出于意愿的心路历程。如果没有法轮功，也许我和现在许多

年轻人一样，爱慕虚荣，攀比名牌，四处潇洒。对父母不知感恩，对家庭没有这么大的责任感，对自己的未来，也没有积极的信念做支撑。我嫁入的法轮功学员家庭，让我看到了美好、善良、和谐的生活状态，心里每天都是安静的，进步的，无愧于自己的。法轮功让我变得柔和、沉稳、善于思考和甘于付出。

多么希望世界上有更多的人愿意来了解法轮功真相，破除脑子里对法轮功的偏见，用“真、善、忍”的标准来要求自己，爱家庭，爱社会，互相尊重，互相爱护。路过的人，真心希望你们停下脚步，静静地听法轮功学员讲真相。他们冒着种种危险，只为了救你。不是我们“中毒”不浅，而是你们中毒太深。

今年是我的而立之年，幸福的生活一直延续着，并刚刚生育了一个可爱的宝宝。从怀孕到生产，我也经历了一些危险，但是每次遇到危险和困难，我都默念“法轮大法好，真善忍好。”在师父的保护下，都平安度过了。回想起和这个幸福的家庭生活在一起的 10 年，我满心都是温暖，幸福，感激。



不可或缺的食粮。就这样，我渐渐成长起来，有着端庄的相貌、柔和的性格和一丝淡淡的忧伤。

遇见他，是在我的学生时代，那时的我们，因为来自同一个地方，有着许多共同话题，我们一起鼓励着对方，考上了各自的大学，开始了两个不同城市的大学生活。我们性格很相似，默契中，我们愿意做对方永远的人生伴侣。那是即将去上大学前的一个傍晚，我们散着步，他好像想了很久，一本正经地对我讲：“我家人是炼法轮功的，你能接受吗？”因为那个时候，和大多数中国人一样，我所了解的法轮功，是从电视里、报纸上。看过的报道，在我脑海里还有点可怕的印象，可是我也不知道当时是哪来的力量，毅然地笑着回答道：“我可以。”当时我还不了解法轮功真相，只是愿意相信，这样一个善良的男孩，成长的家庭一定是幸福的，那么他家庭的选择，也一定是有道理的。不就是种信仰而已吗，为何不能接受呢？

就这样我溶入了他的家庭。公公婆婆和蔼可亲，非常善良，婆婆的婆婆，也就是奶奶，更是慈祥，年近一百，却耳聪目明。家庭如此和睦，家人之间互相关心照顾，互相尊

重，我怎么也无法和电视里报道的那些“法轮功学员”的“残酷”联想到一起。

了解法轮功真相是从婆婆播放的光盘里和她的描述中得知的。要说当时马上接受了，那是不可能的。毕竟我读了那么多年书，被中共过滤出来的“科学文化”洗脑，无神论早已在脑海深处扎了根。我有我独立的思想，但是同时，我愿意去思考。

在婆婆的引导下，我开始不吭不响地安静看神韵晚会，看报道，看宣传册，不表态，不探讨。从开始的看到眼里，到后来看到脑子里，去思考，去分析，去回忆，去比对，最后看到心里，发自内心地去接受法轮功。我明白，法轮功是让人学习“真、善、忍”的啊，法轮功是来救人的。这不是好事吗？哪里像电视报道的一样？只这一点，我就没有理由再怀疑法轮功的好。我也开始跟着公公婆婆和老公炼功、学法轮功的著作。奶奶也坚持每天炼功、学法轮功的著作。没有上过学的她却能读懂法轮功的著作，我还特意让她念给我听，这不是法轮功的力量吗？公公婆婆都已60岁上下了，可是精力充沛，皮肤细腻光滑。这种神奇的事情，后来我越多，我明白这不仅仅是巧合，

场的“心理实验”表演，而且所到之地场场爆满，人满为患。

事实上，人们对于梅辛的尊重，并不单单是由于他的超能力，更是因为他的存在，为抛开禁锢人思想的共产主义提供了可能和希望。当苏共不再被人们信仰时，民意自然会选择更贴近人类本性的事物。梅辛的超能力表演，打破了因共产主义的无神论导致的人们思维的封闭和壅塞。



不表态的钱学森被江泽民冰封



▲ 钱学森

20世纪80年代，“中国原子弹、氢弹之父”钱学森，与当时的国防科工委、科技委主任张震寰，两人一度联手，在中国科学界掀起了一场全新的科学浪潮——中国人体科学。人体科学起初是指中医、气功、特异功能等与人体有关的部分，故称人体科学。

随后钱学森以他超前的洞察力和战略家的眼光，将之扩展成为整个生命科学的内涵。

钱学森在《人体科学与现代科技发展纵横谈》中，明确表示“气功是打开人体科学大门的钥匙”，“气功所涉及的问题完全是一个新的领域，气功的研究会使我们找到一把打开人体科学大门的钥匙。”他相信，当它真正变成科学理论时，本身就打破现代科学体系，再前进一步，最后将引起一场科学革命。

1982年5月，钱学森在给中宣部副部长郁文的信中这么写道：“我也向您表白我的

判断，我保证：人体特异功能是真的，不是假的；有作假的，有骗人的，但那不是人体特异功能。人体特异功能和气功、中医理论是密切相关的。”

1999年7月，江泽民开动整部国家机器，发动了对亿万信仰“真、善、忍”的法轮功民众的迫害。鉴于钱学森的威望，江泽民曾数次登门，亲自要求钱学森对迫害法轮功表态，但都未能如愿，最后以封杀、冷冻钱学森的方式对其进行处理。

静坐可以增智养生



HAVE A NICE DAY!

静坐、打坐，它是中国古老传统修炼形式中最基本修炼方法。最早由古人的散坐和跪坐演化发展而来。我国传统的静坐养生功法，实际最早可追溯到 5000 年前的黄帝时代。

打坐开启智慧之门

据《纽约时报》报道，不少美国商业和科技公司向公司管理层及员工推荐打坐，来提升个人表现、领导力和生产率。因为越来越多的科学证据显示，打坐可以改造大脑皮层的结构，对于提升创造力、记忆力和智力确有帮助。

打坐充实脑皮层结构

麻省总院精神科神经影像学医师莎拉－拉扎（Sara Lazar）及其同事，曾对有 1—30 年打坐经验和没有打坐经验的各 15 位志愿者进行研究，比较他们的大脑核磁共振图（MRI）。结果发现，冥想打坐增加了前额叶脑皮层和右前脑岛等脑皮层区域的厚度，而这些区域是控制人的注意力和感知能力的地方。研究显示：一些著名的音乐家、运动员和语言学家的这些脑皮层区域都较厚。拉扎医师说：“打坐者负责管理功能的大脑物质较厚，也就是说，他们的计划能力、抽象思维能力、理解能力以及反应能力较强。”



对人类起到正面作用，而不是随着道德下滑的观念随波逐流。她说：“我会将在法轮功中学到的‘难忍能忍，难行能行’、‘真正的提高是放下’、历史人物的故事，像‘韩信受辱于胯下’、‘疯僧扫秦’之类好的典故，套用在人生哲理的剧本内，对于剧本中人性、神佛、善恶有报的故事更能正确引导，为导正社会风气尽一份心力。”

富玲的心愿是不断地充实自己，提升自己的编剧能力，期盼所学能证实法轮功的美好。她说：“修炼之后，知道在中国大陆的法轮功学员正遭受残酷的迫害，而且还被中共活摘器官牟取暴利，希望能用我编剧的专业，以故事性的方式，呈现大法的美好、揭露中共的暴行，透过媒体广传真相，让社会大众知道法轮大法好，谴责迫害、制止迫害。”

姻缘善缘 人生机缘



姻缘，让我认识了他；善缘，让我融入他幸福的家；人生机缘，让我幸得宇宙的法。

我出生在一个普通的工薪家庭，父母含辛茹苦地把我养大，并倾尽所有供我读完大学。从小我的家庭充满欢笑，因为爸爸勤劳，妈妈持家，并不富裕的家庭，日子却过得很有滋味。同时，我的家庭也充满争吵，因为父母性格都很倔强，有时候因为一些小事争吵不休。清贫之家让我明白，要努力学习来改变家庭现状；争吵声里让我明白，温暖，是家庭

一次在剧本讨论会中，一位企划说：“我发觉剧本每次一经富玲修改过后，都能看到一些惊奇。”因为法轮功有开智开慧的作用，富玲知道对她在编剧创作上有极大帮助的这种神奇力量来自于学习法轮功著作。

提高心性 接受考验

编剧这行业经常要面对不断的修改和被修改，在团队小组开会过程中，需面对很多相关部门的讨论和修改，包括企划、资深的编剧、负责主管等，每个人都会强加许多他们的观点，甚至于会刺激你、数落你、挑剔你，会遭遇很多挫折，会很沮丧，很受委屈，但似乎不管怎么修改他们都不满意。

也可能每一次修改就会改变剧本的方向，对一个编剧来说，剧本方向变了就等于重头编写，遇到这种情形，在修炼之前富玲常会生闷气，辩论或想放弃，甚至拒绝再写。富玲说：“以前会认为自己写出来的东西很好，会固执自己的作品，当被别人推翻的时候，内心会受到剧烈冲击。修炼后我知道凡事要向内找，站在他人的角度去思考问题，查找自己的不足，让自己的容量大大提升，坦然面对自己周遭的一切。”

富玲说：“公司主管一定希望播出的节目有高收视率，所以他们希望剧本要达到他们要求的标准。在这过程中会磨炼人，我用师父教导的‘先他后我’去理解他们，委屈、不平的心就一扫而空。”

富玲发现为整体着想，勇于接受意见的时候，奇妙的是，主管反而没意见了，事情会比较顺利，呈现出来的作品大家都满意。

一次开会，一个企划感叹地对富玲说：“我发现你真的是配合度很高啊！”当下富玲也很受震撼，她说：“师父教导我们‘先他后我’，站在对方角度理解，能让自己心更宽，像大海一样能纳百川。”

以所学为世人造福

做编剧常常要进修，看许多电视剧，观摩别人的作品。透过修炼，富玲说：“现在我可以敏锐地分辨出坊间作品的内容能不能借鉴，对社会有没有帮助，对人有没有好的影响。”

富玲会将剧本写到正的方向，明白修炼人写的东西要对社会、



▲ 法轮功学员在炼第五套功法

思维更敏捷 迅速补充脑力

美国肯塔基大学的研究发现打坐可以增强注意力及感官灵敏度。研究人员让 10 个较为疲惫的志愿者，分别在经过 40 分钟的睡觉、打坐、阅读或者聊天后做以下测试：看到荧屏上出现一个影像就马上按钮。结果发现，在 40 分钟小睡后，至少再过 1 小时，人才能从朦胧中清醒过来；阅读、聊天对恢复精力没有任何帮助；但 40 分钟打坐后，人们马上就有卓越的表现。特别在志愿者一晚没睡的情况下，打坐带来的效果尤其惊人。

打坐开启健康之门

在美国，越来越多的医学中心开始教导患者通过打坐来减轻疼痛和压力，古老而神秘的打坐正渐渐成为主流疗法。现代医学认为，健康的概念不只是指身体无病，心理的健康更为重要。为了让学生们获得心理健康，美国的很多学校都在开展打坐课程。

80 分钟打坐可止痛

2011年4月6日《神经系统科学》杂志报道，一项研究表明，初学者经过80分钟的集中注意力的打坐训练，打坐后所有志愿者的疼痛指数都有不同程度降低。研究人员请15位没有打坐经验的志愿者，进行了80分钟的打坐放松训练。打坐后所有志愿者的疼痛指数都有不同程度降低。“我们发现了一个非常显著的止痛效果——疼痛强度减少了40%，疼痛不适感减少了57%，而止痛药的镇痛效果只能达到25%。打坐的止痛效果远远强过吗啡和其它止痛药。”美国北卡罗来纳州浸信会医疗中心的博士后研究员 Fadel Zeidan 说。

减少寂寞感和发炎基因

2012年9月《大脑、行为及免疫》期刊发表文章，美国卡内基美隆大学的研究首度实验证明，接受8周静坐训练后的老人，寂寞感减低，体内免疫细胞中促使发炎的基因也减少。美国洛杉矶加州大学的学者史蒂文克说：“发炎相关基因的减少别具意义，因为发炎会造成多种不同疾病的发生，包括癌症、心血管疾病及神经退化性疾病。”而早期的西医研究表明，当静坐达到入静状态时，身体各系统会出现许多良好的生理效应，使免疫能力增强。

精神信仰增强打坐效果

在第65届国际心理学家协会年会上，美国科学家发表了《法轮大法身心健康功效的细胞生理学、心理学和能量医学



▲ 台湾剧本作家富玲

介意呢？富玲的自尊心受到严重打击，不过这反而帮助她下定决心，回家后要认真修炼法轮功了。

富玲停止用药，认真炼功，不久皮肤变得光滑，白里透红，而且整个人健康富有活力，朝气蓬勃。一次开同学会，多年不见的老友看着眼前皮肤白晰的富玲，竟不认得是她了，老友后来羡慕地想了解美容秘方，富玲说，秘方就是——修炼法轮功！

编剧思路开阔

成功的编剧必须富有创意，富玲表示，以前编写剧本会只局限于自己学校所学的专业，但是法轮功的法理非常博大精深，开拓了她的思路，改变她很多观点去看待自己的编剧工作。

编剧很耗脑力，需要花很多时间去创作，经常熬夜完成作品，所以会很疲累，有时会有灵感枯竭的时刻……一次，富玲为了一个剧情场景苦恼了几天，怎么想都想不出好的桥段来，这种情形一般编剧者会放下笔，出去走走，然而富玲的方法就是学习法轮功著作。通过学习法轮功著作、炼功，很快就能消除疲累，又有一个全新的生理状态呈现出来，编剧的思路就不断地开阔，创意源源不断。

为自己谱写美好人生的秘诀

热门影视的编剧是个人们眼中围绕着光环的职业，在激烈的竞争和高强度的脑力工作中脱颖而出，可不是件容易的事。从脚本被制作人要求改写喊 NG 的菜鸟，成长为思路开阔、创意无限的成功编剧，台湾姑娘赵富玲说：“修炼法轮功，为我谱写了美好的人生剧本。”

富玲是位 soho 族，就是在家接案子写剧本的工作者。她从小就热爱戏剧，会演戏又会写剧本，接受过许多专业编剧课程训练，曾担任名导演郭南宏先生的《高雄这出戏》的编剧与场记一职，在微电影与行动剧中也常能看见她的身影，她还曾参与台湾著名的电视剧《人生剧展》的企划编写并和《戏说台湾》剧本团队合作过，这些都是台湾收视率很高的百集节目。富玲说，修炼法轮功对于她在编剧创作上有极大的帮助。

说起富玲修炼法轮功的缘由，竟与曾令她苦恼万分的青春痘有关。

满脸青春痘的灰姑娘变得健康富有活力

18 岁前的富玲，体弱多病，身体抵抗力很差，常常感冒生病，是医院的常客。更糟糕的是，“在读中学时，正值青春期，我脸上开始长了密密麻麻的痘子，很难看，常让我抬不起头来。然而母亲忙于她的中医师工作，无暇关注我。”

后来上了高中，经由朋友介绍，富玲就诊于一位皮肤科权威，她还记得那个皮肤科医生看到她的脸的表情，医生惋惜地说：“你怎么让自己的脸变成这样了呢？”从此，富玲离不开药物治疗，青春痘虽然后来不见了，但皮肤却留下像月球表面一样坑坑洼洼的疤。

修炼法轮功的妈妈希望富玲一起来炼功，也许身体会有改善，富玲姑且一试，但并没重视。不久，她到商场买遮瑕膏，在几个专柜咨询辗转间，无意间听到一位护肤小姐与人窃窃私语说：“那个小姐的皮肤真的很差。”青春少女，正是爱美的年龄，如何不



▲ 2001 年 5 月 16 日新西兰法轮功学员在炼功

的科学研究》。他们的研究结果表明，法轮功学员炼功打坐一小时后，手指间生物能量显著增强，气血能量循环改善。而因为十指连通周身经络，所以这证明炼功具有通畅全身经络、恢复和增强生命元气的神奇功效，也表明带有信神内涵的打坐，比纯世俗的打坐放松有更明显的效果。该报告在年会上引起强烈反响。

法轮功，1992 年从中国长春传出，是源自中国古老的佛家气功，有包括打坐在内的五套缓慢圆的功法。1998 年，国家体育总局曾对近 3.5 万名法轮功学员进行了健康调查，结果显示法轮功祛病健身有效率高达 97.9%，被调查者的心理状况和精神状况也得到极大改善。

法轮功修炼者认为，法轮功之所以有祛病健身的奇效，根本原因是法轮功教导人按照“真、善、忍”的理念来修炼，精神道德的升华带来了身体上的巨大改变。虽然法轮功在其发源地遭到禁止和打压，但却在世界 100 多个国家和港澳台等地区受到欢迎。在美国许多公园，都能看到法轮功学员的炼功点。他们在柔美的音乐中打坐，而且免费教功，经常有各族裔的美国人受到吸引，前来体验传统修炼的乐趣。

法 轮 大 法



法轮功也称法轮大法，是佛家上乘修炼功法，以宇宙特性“真、善、忍”为修炼原则，同时包含五套缓慢优美的功法动作。

法轮功教人向善，要求修炼者从好人做起，按照“真、善、忍”原则不断提升道德水准，从而获得心灵的净化和身体的健康。修炼者通过修炼，可以逐渐开智开慧，达到洞悉人生和宇宙奥秘的自在境界。法轮功具有祛病健身的奇效，受到了各国民众的喜爱。

法轮功自1992年5月13日由李洪志先生从中国长春传出，以简单明白的法理和祛病健身的奇效吸引了无数有识之士，至今已弘传世界100多个国家，上亿人修炼。法轮功主要著作《转法轮》被翻译成40多种文字，受到各族裔人民的喜爱。法轮大法的各种书籍，可以在法轮大法网站 FalunDafa.org 免费下载。



但他却逞强争胜，往往流于感情用事，这就是一种‘欲’啊！像他这样的人，怎么可以称得上是刚强不屈呢？”

孔子又说：“所谓的‘刚’，并不是指逞强好胜，而是一种克制自己的工夫。能够克制住自己的欲望，无论在任何环境中，都不违背天理，而且始终如一，不轻易改变，这才算是真正的‘刚’啊！”

9. 海纳百川，有容乃大

“海纳百川”出自袁宏《三国名臣序赞》：“形器不存，方寸海纳。”李周翰注：“方寸之心，如海之纳百川也，言其包含广也。”意指大海可以容得下成百上千条江河之水。海纳百川，有容乃大，是说要豁达大度、胸怀宽阔，这也是一个人有修养的表现。

10. 精诚所至，金石为开

西汉时期，有一个著名将领叫李广，他精于骑马射箭，作战非常勇敢，被称为“飞将军”。

有一次，他去冥山南麓打猎，忽然发现草丛中蹲伏着一只猛虎。李广急忙弯弓搭箭，全神贯注，用尽气力，一箭射去。李广箭法很好，他以为老虎一定中箭身亡，于是走近前去，仔细一看，未料被射中的竟是一块形状很像老虎的大石头。不仅箭头深深射入石头当中，而且箭尾也几乎全部射入石头中去了。

李广很惊讶，他不相信自己能有这么大的力气，于是想再试一箭，就往后退了几步，张弓搭箭，用力向石头射去。可是，一连几箭都没有射进去，有的箭头破碎了，有的箭杆折断了，而大石头一点儿也没有受到损伤。

人们对这件事感到很惊奇，疑惑不解，于是就去请教学者扬雄。扬雄回答说：“如果诚心实意，即使像金石那样坚硬的东西也会被感动的。”“精诚所至，金石为开”这一成语也便由此流传下来。

7. 厚积薄发

出自苏轼《稼说送张琥》，“博观而约取，厚积而薄发”，意思是，阅览广博，方能有所摘取；积累深厚，方能有所创发。

8. 无欲则刚

出自《论语·公冶长第五》：子曰：“吾未见刚者。”或对曰：“申枨。”子曰：“枨也欲，焉得刚？”

说的是：一天，孔子在和学生们讲道理时，忍不住感叹道：“我还没有见过真正刚强不屈的人啊！”弟子们都觉得很奇怪，他们认为像子路、还有年轻的申枨等，都是很刚强的人。尤其是申枨，他虽然年纪很轻，可是每次在和别人辩论时，却总是不肯轻易让步。即使在面对长辈或师兄时，申枨也毫不隐藏，总是摆出一副强硬的姿态。大家都对他退让三分。

所以，当学生们听到孔子感叹说还没有见过刚强的人时，他们不约而同地说：“如果要论刚强，申枨应该是可以当之无愧的吧！”

孔子说：“申枨这个人欲望多，怎么可以称的上是刚强呢？”

一个学生问：“申枨并不像是个贪爱钱财的人，老师怎么会说他欲望多呢？”

孔子回答说：“其实所谓的欲望，并不见得就是指贪爱钱财。简单地说，凡是没有明辨是非就一味和别人争、想胜过别人的私心就算是‘欲’。申枨虽然性格正直，

弘传世界



瑞典女经济师的修炼奇缘

很多人的生命中都有一种奇缘，使命运转机。伊万娜（Yvonne）就遇到了这种奇缘，那就是偶然间她遇到了法轮大法，让她不知不觉地走上了生命的回归之路。

一、偶遇大法

1998年10月11日伊万娜在女友的偶然推荐下参加了在瑞典哥德堡的法轮大法学习班。随后她与大家一起愉快地学习了功法，舒缓、柔美，动作很好看。

也就是那一天，她得到了法轮功书籍《法轮功》。在学习的期间，几个瑞典法轮功学员谈到要去中国旅行，圣诞节过后就要出发，伊万娜一听，情绪一下被调动起来，立即凑上前去：“我也要！”

因为每次外出旅游前她身体都会“叛逆”，不是这儿病就是那儿病地阻挠她，她真怕身体出现什么状况，这可是遥远的“东方之旅”啊！可是没想到，奇迹发生了，她的身体乖乖地，一直到出发前都没有“叛逆”。太好了！伊万娜意识到，是因为她炼功了，法轮功在她身体上见效了！



▲ 伊万娜

二、快乐中国行

1998年12月25日，伊万娜和其他瑞典法轮功学员飞往了中国。那时的中国，法轮功盛况空前，几乎人人都知道法轮功，无论走到哪一个公园，一下就能找到炼功点，清晨、傍晚，炼功人的身影如花遍地，气氛祥和。这个群体中，人人

中的十大人生智慧

4. 上善若水

语出《老子》：“上善若水，水善利万物而不争，处众人之所恶，故几于道。”

意思是说，最高境界的善行就像水的品性一样，泽被万物而不争名利，处于众人所不注意的地方，所以是最接近道的。

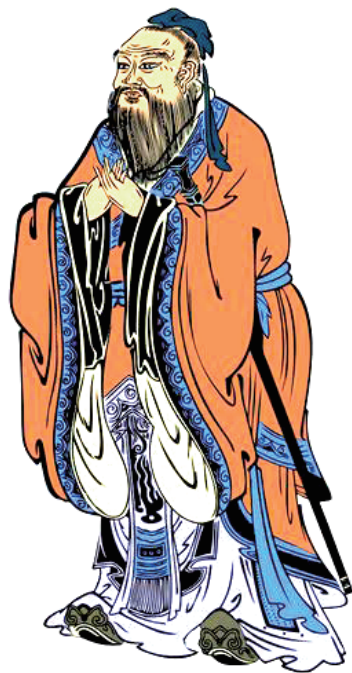
水为至善至柔；水性绵绵密密，微则无声，巨则汹涌；与人无争却又容纳万物。人生之道，莫过于此。

5. 泰而不骄

出自《论语·尧曰》，本篇中著名的文句有：“君子惠而不费，劳而不怨，欲而不贪，泰而不骄，威而不猛”；“宽则得众，信则民任”；“兴灭国，继绝世，举逸民”等。这一篇中，主要谈到尧禅让帝位给舜，舜禅让帝位给禹，即所谓三代的善政和孔子关于治理国家事务的基本要求。

6. 大智若愚

大智若愚，中国古代成语。出自宋朝苏轼经进东坡文集事略二七《贺欧阳少帅致仕启》：“大勇若怯，大智若愚。”解释：才智很高而不露锋芒，表面上看好像愚笨。同样意思的还有“大巧若拙”。



中华五千年文明

1. 滴水穿石

宋·罗大经《鹤林玉露·一钱斩吏》：“乖崖援笔判曰：‘一日一钱；千日千钱；绳锯木断；水滴石穿。’”

宋朝张乖崖在崇阳当县令。当时，崇阳县社会风气很差，盗窃成风，甚至连县衙的钱库也经常发生钱、物失窃的事件。张乖崖决心好好刹一刹这股歪风。

一天，他看见小吏从府库慌张出来，头巾下藏着一文钱。下令拷打。小吏不服：“一文钱算什么！你只能打我，不能杀我！”张大怒：“一日一钱，千日千钱，绳锯木断，水滴石穿。斩首。”

后来，“滴水穿石”这一成语用来比喻坚持不懈，集细微的力量也能成就很大的功劳。

2. 淡泊明志

此句最早出自西汉初年刘安的《淮南子：主术训》。诸葛亮的《诫子书》也有引用：“非淡泊无以明志，非宁静无以致远。”《老子》也曾说“恬淡为上，胜而不美”。不清心寡欲就不能使自己的志向明确坚定，不安定清静就不能为实现理想而刻苦学习。

3. 一诺千金

出处：《史记季布来布列传》：“得黄金百斤，不如得季布一诺。”秦朝末年，在楚地有一个叫季布的人，性情耿直，为人侠义好助。只要是他答应过的事情，无论有多大困难，都设法办到，受到大家的赞扬。人们说：季布许下的一个诺言超过千金的价值。比喻说话算数，极有信用。

脸上都洋溢着幸福、祥和。让这群来自远方的西方法轮功学员感触深刻的是，中国法轮功学员的热情、友善和质朴，他们盛情款待这些异域的法轮功学员，中、西方法轮功学员之间没有任何距离感，大家一起学法轮功著作、炼功，一起交流修炼体会。

新年除夕，当地法轮功学员筹办了迎新晚会，西方法轮功学员们被接去了。他们又成了贵宾。晚会上，有演奏乐器的，有表演唱歌的，气氛热烈。

“你知道吗？他们10点就把我们送回到宾馆了，我们还没有守夜呢！怎么回事啊？一问才知道，新年守夜的习俗，不是每个地方都一样，哈哈……”伊万娜说起那天的快乐事情意犹未尽。

中国之行后，伊万娜在瑞典平静的环境里继续学炼法轮功。她的心胸越来越开阔了，生活也不再是单纯地为寻找快乐而快乐，生命溶入了“真、善、忍”，身心在升华，幸福感不断增加。

正当她沉醉在修炼的喜悦中时，1999年7月，突然从中国大陆那方传来了噩耗，中共当局宣布取缔法轮功。伊万娜被突如其来的事件震惊得不知所措，到底怎么回事？

三、传真相在北京

中共迫害法轮功的事件在国际社会上引起很大震动。那时的法轮功刚刚在海外传播，人们根本不知道法轮功是什么？中国突然间发生了这么大一件事情，国际媒体还没有反应过来，于是全盘转载了中共官方媒体的抹黑报道。一时间法轮功的信息蔓延海外，大多数报道都是负面的，黑云覆盖全世界。中国大陆内，国家机器已全面启动，从上至下，机关、学校，军队，从乡村到城市，人人洗脑过关，全面抹黑法轮功。

怎么会是这样？完全不对啊！中共当局在撒谎，在欺骗世界人民！大力度的打压已经让中国的法轮功学员处于灭顶之灾了。噩耗频频传来，昔日的中国法轮功学员遭到了非法绑架、关押。伊万娜听着、看着心痛了。刚过一年啊！法轮功在中国的胜景还在她脑子里时时展现，怎么一下就变了呢？

“我还记得参加新年晚会的一位女法轮功学员，听说她曾在北京歌剧院演唱过呢！她被关押了，在劳教所被中共迫害致死了。她的离世对我的心触动太大了！”伊万娜说。



▲ 西方法轮功学员天安门上访，震惊全世界

2001年11月的一天，几个瑞典法轮功学员想到北京去，询问到伊万娜，她听到这个消息，没有丝毫的犹豫就决定了：“我去！”。然后她们各自找到不同的旅行社，随团去北京。就在前一天晚上，伊万娜和她的室友合住一个房间，她们俩心情都有点沉重，因为这件事很重大，也很危险。会不会发生意外？她们不知道。

天安门广场，“相约北京”的西方法轮功学员们相聚了。下午2点，他们集体出现在天安门广场。巨大的横幅拉开，“真善忍”耀眼夺目，周围游客被惊呆了。20秒的时间，突然间警察、警车嘶吼而来。刺耳的警笛声，气势汹汹的警察，广场一片纷乱。

“法轮大法好！全世界都知道！美国知道！欧洲知道！法轮大法好……”广场上回荡着西人法轮功学员的肺腑之声。

“大家集体打横幅，这是我们事先计划好的。我们还计划做完此事后乘坐地铁去购物、吃饭。但是接下来发生的事情我们万万没有预料到……”

成独立调查组，于2006年7月6日公开了一份调查报告。他们得出的结论是，“2000年至2005年间，至少有6.5万名法轮功学员被中共活摘器官。”“大面积的强迫掠夺一直存在着，并且今天还在继续着。”这份报告被翻译成18种语言，后来历经多次证据增补，第三版累计52种证据方法佐证，并出版专书——《血腥的活摘器官》。

中共活摘罪行被揭露出来后，一直受到世界各国的关注和谴责。

2012年9月联合国人权理事会第21次会议上，中共活摘法轮功学员器官的罪行成为焦点。随后，美国国会、加拿大国会、欧洲议会都进行了相关内容的听证会。2014年美国众议院发起281号决议案，要求中共立即停止针对法轮功学员和其他良心犯的活摘器官行为。至今中共仍拒绝第三方的独立调查，也无法说明大量可疑移植器官的来源。



▲ 2010年7月23日美国华盛顿法轮功学员声援反迫害



▲台湾法轮功学员纪念4·25上访十三周年

法轮功学员所表现出的和平理性和对正信与公义的坚守，得到了国际社会的高度评价，“4·25”上访被称作“中国上访史上规模最大、最理性平和、最圆满的上访”。

然而，4月25日当晚，江泽民出于妒忌，强行推翻政府总理的开明决定，把和平上访歪曲成“围攻中南海”，并于同年7月开始全面迫害法轮功。

■ 这个星球前所未有的罪恶

2006年3月，原中共情报人员皮特和原沈阳苏家屯辽宁省血栓中西医结合医院的工作人员安妮，向大纪元网站指证，在辽宁省血栓中西医结合医院地下设有一秘密集中营，从2001年起被关进该院地下的6000名法轮功学员至今没有人能生还出来……其中四分之三的人已被挖空心脏、肾脏、眼角膜，剥光皮肤后被焚尸。安妮的前夫在该院工作期间曾主刀活体摘取2000余名法轮功学员的眼角膜。随后一名“沈阳军区后勤部下属的老军医”站出来指证：苏家屯医院仅是全国36个类似集中营之一，中共是通过军队系统来主导活摘器官以牟利。

加拿大前亚太司司长大卫·乔高和人权律师大卫·麦塔斯组

“开来很多警车，从不同的方向跑来很多警察，他们向我们冲过来，打我们其中几位法轮功学员。我和几个人被警察最先推塞进大巴警车里。我们被关在里面，一个法轮功学员提醒说，这不是我们该呆的地方。我马上反应过来。我一下把脚伸出车窗外，我要跳出去！当我的脚刚一沾地，还没跑几步，就被一个警察扑了上来，我的身体被推出去了几米远。随后又扑上来几个警察，他们把我的双臂狠狠扭到了我的后背，我都快痛死了……”

生活在自由、民主国度里的他们，从来没有经历过这种暴力、野蛮。眼前是黑暗的场景，通向地下室的狭小通道，一间间狭小的牢房被黑黑的铁栅栏分隔着，牢房的墙壁上留着干枯的血迹……铁栏外的人正对着他们摄像！我知道中国法轮功学员的遭遇，看到墙上的那些血迹让我揪心。可以想像一只手被吊起来，血淋淋的手在墙上被吊起来……

夜幕时分的时候，瑞典大使馆官员出现了，伊万娜悬着的心落地了。瑞典赴京的西方法轮功学员们被送上了飞机。在飞机上，伊万娜开始了一次不同寻常的做法，她手持录音机，逐一采访了赴京的每一个瑞典法轮功学员：

“我是琵丽尤（Pirjo，护士），过去的24小时发生了很多事情，我们看到也亲身经历了这场邪恶，警察对待我们的行为是很邪恶的，透过他们对待西方法轮功学员这样的手段，不难想像他们对待中国法轮功学员的手段和方式。有了亲身经历，我们非常理解和清楚中国法轮功学员所遭遇的。”

“我是安妮（Anne），这是我第2次在中国被捕了，但这一次是真的被逮捕了，而且受到了残忍的虐待。我知道，中国法轮功学员受到的折磨要多过我百倍不止。我们都觉得这次的经历很值得，中国人在将来可以知道真相……”

“我是玛丽（Maria Salin）你看，我们的大使馆官员Rigmor在登记口等我们，她很高兴看到我们没有受伤。对于人权和言论自由他们是高度重视的。”“她告诉我说，这些天他们一直想找我们，可没想到是通过这个方式找到了我们……”

伊万娜对自己也做了采访：“你好，我的录音机，我们现在在飞机上，中国现在就在我们的下面。虽然我们受到了残暴的对待，但和中国法轮功学员的遭遇相比却是微不足道的。”

四、生命与大法相连



▲《转法轮》，被称为“一本超越种族、民族、文化界限的奇书”，已经被翻译成40多种文字，在100多个国家出版发行。

走进法轮功，伊万娜的生命从此与法轮功相连。她不再是唯我的人了，而是成长为一个处处为他人着想的人了，法轮功将她的心熔炼得宽广而明亮。为了让更多的人了解法轮功的美好，伊万娜参与了民间电台广播，当上了义务播音员。她的节目取名叫“法轮功时间”，她采访各界的法轮功修炼人，与当地各界人士互动。从那时起，她拥有了第二个身份——播音员。后来，播音成为她生活的重要一部分，一直延续到今天。

与法轮功同在，伊万娜充满了幸福感。天安门广场的最后一别给她打下了深深的烙印。遗憾的是，她如今无法再踏上中共掌控下的神州大地，可她的心却时时牵挂着那里。

“我很想再次回到中国，越快越好，我想见中国的法轮功学员们，而不是去坐牢。我想念那次新年晚会，我想他们。我知道他们很多人都因为受中共残酷迫害而不在世了，那些活着的法轮功学员，如果能和他们再见面，那该多好啊！我期待着这一天……”



▲ 2010年7月18日，部分台湾法轮功学员集体炼功

口万分之六十五的年死亡率。中共的这种宣传恰恰反映了法轮功祛病健身的奇异功效。

■ “4·25”万人和平上访真相

1999年4月，中共政法委书记罗干的连襟何祚庥在《青少年科技博览》上发表诬陷法轮功的文章。4月24日，天津法轮功学员去杂志社澄清事实，却遭殴打和非法抓捕。天津公安不放人，却说：“你们去北京吧，去北京才能解决问题。”

出于对政府的信任，法轮功学员4月25日自发来到国务院信访办（当时信访办在中南海附近）和平上访，没有口号和标语，没有影响交通，只是静静地站在路旁。当日，在时任总理的直接关注下，合理解决了天津暴力抓人事件。晚上学员们散去时，地上一片纸屑都没有，连警察扔的烟头都给捡了起来。

从未有过的文化现象。

如今法轮功在全世界已经得到各国政府、议会、以及民间团体所颁发的上千项嘉奖，有很多国家还为法轮功设置了专门的纪念日，如法轮大法月，法轮大法周、法轮大法日。除了中共统治的中国大陆，法轮功所到之处，都受到全球各国政府和人民的尊重，这是当代中国最显著的文化盛事，预示着中华民族正在经历真正地复兴和未来的辉煌前途。

作为中华儿女，我为法轮功在当今世界为中华民族所开创的荣誉而感到自豪，作为中国的一名学者，我为法轮功学员在帮助中国人民了解真相和在推动中国社会和平转型的过程中，所付出的、所起的不可替代的伟大作用而感到喜悦。

谢谢大家！

背景资料

■ 法轮功禁止杀生和自杀

中共为了给迫害法轮功找借口，把诸多罪名都栽赃给法轮功——“自焚”、“自杀”、“杀人”等等，但如果阅读一下法轮功的书籍就会发现一个明显的事实：法轮功禁止杀生或自杀。

法轮功的核心著作《转法轮》中讲：“杀生这个问题很敏感，对炼功人来说，我们要求也比较严格，炼功人不能杀生。”“杀生不只是会产生重大业力，还涉及到一个慈悲心的问题。我们修炼的人不得有个慈悲心吗？”《法轮佛法 悉尼法会讲法》问答部分：“弟子：那第三个问题就是书里边说到杀生问题。杀生是一种很大的罪业，一个人他自杀算不算罪呢？师：算罪。”

■ “1400 例” 反证法轮功的超常

1999 年迫害之初，中共媒体宣称炼法轮功自杀、不吃药等等死了 1400 人，后来又升级为 1700 人。且不说这些案例禁不住任何第三方的独立调查，就算真有这 1700 例，就算炼法轮功的人数真的只有 1999 年 7 月官方媒体宣称的 200 多万，那么法轮功修炼者的年平均死亡率也不到万分之三，远远低于中国人

千万富翁起诉

元凶江泽民

一位香港企业家，为何不惜舍尽千万家产状告迫害法轮功的元凶江泽民；在冤狱中受尽折磨的他，为何能坚韧不屈，每个月都坚持上诉？重获自由后，他又为何再次起诉江泽民？是什么样的信念支撑着他一次又一次做出惊天动地的正义之举？

朱柯明，个子高高大大，威武中透着斯文，他爽朗的笑声、自信的神情让人根本感觉不到 5 年牢狱生活的烙印。但一张嘴，稀稀落落的牙齿和他红润的面孔就显得极不和谐。

“那是电棍电的。”他解释道。那是在天津茶淀监狱中，数名警察用数根高压电棍电他，逼迫他放弃对法轮功的信仰。几次电下来，脖子、头皮上被电出口子，牙齿也松动了，前后共掉了 9 颗牙。

2000 年和朱柯明一同起诉江泽民的法轮功学员王杰已经被迫害致死。朱柯明因为是香港居民，在外界的营救下活着闯出了魔窟。2007 年获释后，他在香港高等法院再次控告江泽民。而在今年 5 月中旬，朱柯明表示将再次向中共两高及人大部门递交当年未被受理的诉江《申诉状》。

“我就是想为法轮功说句公道话，这么好的功法给打压，作为法轮功学员，你能不站出来讨个理吗？”他无悔自己的选择，对江泽民的诉讼官司他是打到底了。“你迫害法轮功，我告你；你把我抓起来，在监狱里还要告你；出狱后，今天还要告你。”

◆ 从企业家到修炼者

朱柯明 1957 年生于北京，1992 年移民香港。修炼前，他是一位千万富翁，经营着有近百名员工的一家私企，在大陆还拥有两项实用专利。他兴趣广泛，曾师从著名国画大师画国画，也曾经设计过一流的园林别墅。



▲ 法轮功学员朱柯明在炼功

1998 年的一天，从来不信气功的他，从合作伙伴手中接过《转法轮》一书，一下就看进去了，一连看了 3 天。“我觉得这本书就是我要找的东西，我觉得人就应该按照‘真、善、忍’去做。”很快员工们发现原来脾气暴躁，爱骂人的朱柯明变得宽容祥和起来。

◆ 三天学法律 无师自通

1999 年 7 月 20 日，中共下令迫害法轮功。“刚迫害的时候，我一看电视，当时我就哭了。师父这么伟大，为国家节省了那么多的医药费，政府怎么可以这么做！又是搞‘文化大革命’那一套。我当时就对朋友说，法轮功学员就要出来讲真话。”

朱柯明和王杰，一开始给当时中共最高权力机构，包括江泽民写信。当写到第 9 封，朱柯明觉得不能这样写下去。“迫害近 1 年都没有停止，当时就觉得只能告他。这也是我们对中共彻底失望后，为制止这场迫害所抱的最后希望。”从没学过法律的朱柯明，买来厚厚的法律书籍，花了 3 天写了正规的申诉状，长达 4 万多字，用真名实姓起诉，列出江泽民、曾庆红、罗干等人迫害法轮功等违法违宪 9 条罪状，并要求释放所有无辜被

的基本国情和现状以及中国所经历的真实历史，都有了越来越多的认识 and 把握。我对时局的看法，也逐渐跳出了中共领导人的讲话，以及中共喉舌媒体的宣传所设定的那些狭隘的范围，开始拥有了更广阔的学术视野。我逐渐成为一个具有真正独立精神、独立人格和独立思考能力的社会历史领域的学者。

我越来越清晰地意识到，中国未来的道路选择，中华民族的复兴之路，无论选择什么样的政治体制，无论走什么样的社会转型之路，都必须从了解中国最基本的社会真相开始，而法轮功真相又是所有真相中，最具有代表性，最有震撼力的，最能揭露中共谎言，揭示中共邪恶本质的，也是最能打开人们心灵枷锁的核心真相内容。

我个人认为，对中国民众来讲，我们需要了解的法轮功真相包括以下这些内容：

- 法轮功是什么；
- 中共为什么要镇压法轮功；
- 中共给法轮功制造了哪些谎言；
- 中共采取了哪些方式迫害法轮功学员；
- 法轮功学员是如何反迫害的；
- 法轮功学员为什么讲天灭中共；
- 当中共发动对法轮功的迫害之后，中国民众为什么需要退出中共的一切党团组织。

由于篇幅的关系，这些内容，我不能在这里一一展开分析。我只想告诉我的中国同胞们，作为一个当年的社会科学领域的研究生，以上这些内容都是我曾经认真真研究过的专题项目。作为一个中国民众，如果您不能像我一样地去做一番专业的研究，那么您至少可以去倾听法轮功学员的声音，去接受他们自费印制的传单和光盘，通过你接触到的法轮功学员自己的亲身经历，去了解在中国那片土地上，到底发生了什么样的事情？特别在海外这片自由的土地上，您完全可以有权利、有自由、也有机会去全面了解法轮功真相。

在短短的 20 年的时间里，法轮功传播了全球 100 多个国家和地区，中国乃至全球有 1 亿之众的修炼者，这是人类历史上

在了解这个真相之前，我从来也没有想到过，一个政府竟然可以在光天化日之下，不但明目张胆地干着杀人放火的勾当，而且还敢厚颜无耻地利用现代电视技术，制成专题电视节目，公开向外界播放，毫无顾忌地欺骗全国人民。这个真相让我震惊，也让我清醒，我开始意识到，原来中共的电视和报纸，都是专门用来骗人的。这不像民主国家的媒体，在海外，民主国家的媒体，是用来报道事实，报道真相，揭露腐败，监督政府的，然而中共的媒体却只是党的喉舌，只能一方面为党的各级官员们歌功颂德，而另一方面，却是肆无忌惮地栽赃污蔑中共所不喜欢的团体和个人。

我开始意识到，中国人最需要的就是真相，如果中国人民不能认清中共的欺骗本性，不能从被中共的欺骗和散布的谎言中摆脱出来，那么中国社会就不能依据可靠的事实去向前发展。如果人们始终处于被欺骗状态，那么，中国社会就会始终处于善良被打击，而邪恶被鼓励；好人被迫害，而坏人被追捧；事实被扼杀，而谎言被重复宣传一千遍后、沉淀为人们心中所认可的真理。那样的话，中国人民就始终处于是非不分、善恶颠倒的状态，正常的社会秩序就会被彻底地颠覆，在这种局面下，中国能有美好的未来吗？

于是，虽然当时我并不是一名法轮功学员，但是也像数千万法轮功学员一样，我也开始义无反顾地投入到讲清法轮功真相的历史洪流中去。因为我知道，这个真相可以解开绑在中国人民心灵深处的那些锁链，让中国人民原本就自由的精神和灵魂，走出由中共谎言构建的囚笼。让中国人民通过了解真相，消除彼此之间心灵的隔阂，消除由于中共的恶意宣传而造成的中国社会的人和人之之间的仇恨和冷漠，让中国社会恢复淳朴善良、充满信任的正常社会风气和正常社会秩序。

法轮功真相也打开了我的思路，促使我开始全面地、重新去了解中国社会一切经济、政治、文化、历史、生态环境等领域的基本事实和真相。从 2002 年的 9 月开始，我每天几乎都是泡在图书馆里，一边翻阅大量资料，一边利用翻墙的技术，浏览海外自由的媒体。我感觉到，我作为一名社会科学领域的研究生的使命才刚刚展开。

随着我对社会各个领域的研究越来越深入地展开，我对中国

关押迫害的法轮功学员，还法轮功创始人李洪志先生清白。

诉状于 2000 年 8 月 29 日用挂号信寄达中国高检后，被告江泽民、罗干亲自下令逮捕原告，警察循着他们的笔迹找到他们。9 月 7 日深夜，两人被捕后受到猛烈殴打与酷刑。朱柯明在一个多月后见到的王杰，已经从 150 多斤瘦到 70 多斤，那是他见到王杰的最后一面。随后，他被非法判刑。

◆ 酷刑转化 坚定不屈

在天津茶淀监狱的近 5 年中，朱柯明受尽了从精神到肉体惨无人道的折磨，但他并未屈服。“他们对我进行打骂、恐吓、电棍、长时间不让睡觉、强行洗脑等等一系列残忍的刑罚和虐待。”他遭受的其中一种刑罚是整天端正地长时间坐着，不许动，眼睛只能往前看，不许眨眼；膝盖中间夹一张纸，掉了都不行，这种刑罚可以把人的臀部坐烂。

◆ 再次诉江 制止迫害

朱柯明说：“诉江决不仅仅是为我们几个人讨公道，也是在为被中共迫害的所有法轮功学员讨公道。这个迫害延续的时间越长，所造成的后果、被毒害的人就越多。越早把中共的邪恶、把江迫害法轮功的事实摆出来，才能更早结束这场迫害。”



了解真相—— 是中华复兴的必经之路

文 / 惠虎宇

尊敬的各位女士、先生们：

很荣幸，今天能站在美国这片自由民主的土地上，为我一直深情关注的中国同胞们发出我的声音。我今天发言的主题是《了解真相 是中华复兴的必经之路》。

我是来自陕西省西安市西安科技大学的一名哲学教师。我在国内的职业是教育。我们知道，在全世界的任何地方，教育的首要目的，就是教授给学生关于自然和社会的基本事实，也就是我们所说的基本真相。然而，在中国大陆，我们这些教师们却被告知，无论在哪个领域，都只能对学生教授中共官方所认定的结论。无论这些结论与事实相差多远，无论学生是不是被欺骗，是不是被愚弄，是不是被毒害，这些都不要紧，重要的是，中共需要掩盖的真相绝对不能在课堂上泄露。

那么，在当今社会，什么样的真相是中共最害怕人民知道的呢？从我个人的经历来看，那就是法轮功真相。

2002年9月，我还是一名在校的研究生，我的研究方向是中共领导人所创建的各种统治理论。我的导师希望我从这些理论中，从中共领导人的思维中，找到中华民族复兴的道路。当我没有了解真相之前，我对国家的理解，也并没有跳出这个框架。但是，此时一封电子邮件改变了我的命运，通过这封电子邮件，我打开了从来没有看到过的海外的自由媒体，在这些媒体上，我首先看到的第一个真相，就是法轮功真相。特别是对2001年1月23日，发生在天安门广场的自焚真相的了解，让我一下子看透了中共的欺骗本质。

通过海外媒体的报道，再对比国内中共媒体的报道，我这个思维和逻辑判断正常的人，很容易地就能认识到，天安门自焚是中共一手制造的一场骗局，在这个事件中，中共通过收买社会底层人员、以及让内部人员扮演等不同手段，在天安门广场自编自

演了这场自焚丑剧。中共《焦点访谈》节目中的自焚录像，通过慢镜头回放，人们可以清晰地看到，参与自焚的刘春玲的后脑，当场遭到一名便衣男子用重物的打击，但是事后，中共却栽赃污蔑说法轮功学员在天安门广场搞自焚造成了伤亡。我还了解到，天安门自焚事件已经在2001年的8月份，在联合国的一次会议上，被非政府机构公开证实是中共自己导演的骗局。中共在这个事件中的罪行，早已经公告于天下。

“天安门自焚”疑点漏洞

头发和塑料瓶子烧不坏？



▲ 人的头发很容易烧着，然而央视录像中清楚显示王进东的衣服和面部虽被严重烧坏，但他头发却仍显得相当完好而整齐，两腿间装汽油的塑料雪碧瓶在高温下也没有变形烧黑。

刘春玲是被烧死还是被打死？

中共称：刘春玲是在自焚中被火烧死的。但央视录像表明：刘春玲是在自焚现场被人用物体重击脑部致死，绝非所谓的被火烧死。



凶手猛击刘的头部 一条状物弹起 用手摸头，突然倒地 凶手刚刚打过的姿势

▲ CCTV“自焚”录像慢动作分析