

# 慧声

第66期  
明慧期刊

女儿的一顿饭  
将他的达人梦惊醒



# 目录 CONTENTS

## 编者的话

孩子，每当我提笔写给你们的时候 1

## 神奇的大自然

树王来也！ 2

## 慧思考

女儿的一顿饭将他的达人梦惊醒 4

## 慧知天下

校长一梦成真 六百名师生身心受益 9

## 成长故事

街头偶遇 让他们走上伦敦名校课堂 12

奇怪：她怎么变好了？ 16

## 慧探索

他们是如何看到别人看不到的东西 20

两张央视视频截图，你发现问题了吗？ 24

## 慧心语

做情绪的主人 26

我曾是一个癫痫儿 27

## 慧学经典

康熙教子：好坏出自一念 29

编者的话



## 孩子，每当我提笔 写给你们的时候

文 / 李慧声

孩子们，每当我提笔写给你们的时候，你们仿佛就来到了我的面前。看着你们纯真渴望的眼神，我会惶恐：我如何写下这些文字，才能不辜负你们的这份期待。

于是，坐在桌前的我，就这样想象你们站在我的面前，我面带微笑，温和；那一刻，我感觉自己眼神清澈如水，内心充满温柔，仿佛回到从前：与你们对话，这是多么美好的一件事情！

我想说：孩子，人生并不很长，我也曾经是你，你也将成为我。我很想将这一路走来的心得体会告诉你。

我想说：生活里面最重要的事情，往往都是眼睛看

不见的东西，比如健康、平安、快乐、幸福。生命里面最重要的东西，是人本性的东西，比如真诚、善良、宽容。

我想说：如果读书，那就要读好书；如果做事，那就要做好事；如果做人，那就要做好人。

“读一本好书，就仿佛和一位品德高尚的人谈话”，会让自己受益无穷。

一个好人，他会做好事；做好事，会得到内心的喜悦；做好事，有善报，会得到上天的奖赏，那么他就会快乐，幸福。

愿你们健康成长！

愿你们有快乐相伴！

愿你们有好书相伴！



# 树王来也!

这棵树叫猴面包树，也被称为倒栽树。非洲人很尊崇它，称之为生命树。这种树高 5 ~ 30 米，直径 7 ~ 11 米，远超其它的树，因此又被称为树王。由于树干储水量大，像瓶子，也被称为瓶子树。它通常可活 500 年，但一般相信有些树已有 5000 年的寿命。更神奇的是，这种树没有年轮，须要靠同位素来测量年龄。

它的树干可储存 12 万公升的水。在沙漠气候旱季的时候，它的叶子会掉光，以减少水分的蒸发，靠储存的水分，等待下一个雨季。



树全身是宝：果子通常有足球大，晒干的果壳可作打击乐器。树叶可以当蔬菜吃，也可做调味粉。花是甜的，可以做饮料和糖果。树皮的纤维可织绳索、篮子、垫子等，早期也用来织布。树根、树叶、树皮全是治病的药物，非洲人靠它治疗腹泻、发烧、炎症、气喘、风湿、麻疹等。

在南非，有一家酒吧是在一棵活的猴面包树的中空树干里。在澳洲，一棵活的猴面包树的中空树干里曾有个监狱，它曾在 1890 年代被用来囚禁人，现在成为一个旅游景点。

神奇吧！这个世界的神奇有很多哦，正等着你来探索与发现哦！

这么高大的树，  
是大树王吗？

是谁把这棵树  
种反了吗？

树枝长得怎么像  
树根一样呢？

好像是一个  
巨大的瓶子呀！





## 女儿的一顿饭 将他的达人梦惊醒

在众目睽睽之下，他用各种化学添加剂粉末，调配出方便面中的豚骨汤调味料，并当场让人试吃。每个试吃的人都惊叹：“跟真的骨头汤味道太像了！”

可是，这确实只是添加剂，不含一滴豚骨汤。



**他**叫安部司，他做这样的演示，就是想告诉人们“自己吃下的是什么”。然而，此前，他曾在一家食品添加剂商社工作，他觉得添加物就像“魔法的粉末”，非常神奇；他曾发誓要成为日本第一的添加物达人。



### 他成为“添加剂的活辞典”

刚开始，安部司发现那些非常熟悉的毒性化学剂居然用在食品中，有些震惊。但是，当他亲眼见到这些化学剂是如何让食物变得色香味“完美”时，那种妙不可言的力量，很快让他将背后的毒性忘得一干二净。

他拚命地工作，学习加工食品的制法。他利用添加剂帮助客户完美地解决食物变质带来的保存问题，将大量变色的、濒临废弃的食材，摇身一变，化成美味而又色泽鲜亮的、看似高级食材的畅销品。

也就是说，制造商在制作食品时，出现何种难题，安部司都有办法给人解决。添加剂在他眼中，如同食品业界的“拯救者”，而他，被人亲切地称作“添加剂的活辞典”。那时，他真的以为自己正在以最自





豪的方式贡献社会，为人解决一切食品加工的难题，没有比这个更好的职业了。

### 女儿吃了他开发的肉丸子

他实在太忙了，平时很少能够跟孩子们坐在一起吃饭。所以当女儿过生日时，他特别重视，早早就结束工作赶回家。

那天是女儿3岁生日。妻子早就准备就绪，餐桌上，孩子们最爱吃的肉丸子上，插着可爱的米老鼠牙签，色泽诱人，香气扑鼻，让人胃口大开，于是他下意识地就拿起一个丸子，送入口中。

就在这一瞬间，安部司整个人突然僵在那里。原来，只要吃一口，他马上就知道，这丸子的味道，正是他自己开发出来的。里头的化学调味剂、凝固剂、乳化剂，他实在太熟悉了。他的舌头，具有天才般的分辨力，即使已经混入食物中的添加剂，他也能品尝出100种。

### 他感到莫名的惊慌

他突然感到莫名的惊慌，赶紧



连珠炮似的问妻子：“这个怎么回事，买来的吗？XX会社的食物吗？赶紧把袋子给我看看。”妻子边拿出袋子给他，边解释道：“这个肉丸子，又便宜，孩子又爱吃，经常买回家。”可不是，他看见孩子们正争抢着丸子，吃得津津有味。

奇怪的是，听到妻子的赞美，看到孩子的争抢，他没有半分往日的自豪感，反倒惊慌失措地急急叫停孩子们，同时将手覆盖在肉丸子的盘子上。一家子都愣住了，不知道发生了何事。

他一时竟不知从何说起，只是本能地要维护孩子不受毒害，不由分说就是一句话，“总之，就是不能吃。就是不行。”

### 辞职，决心走向另一个领域

他当时内心又惊又惧：“向那些黏稠的、几乎要丢弃的废牛肉里，不停地投入添加物，做成的肉丸子，而我的孩子，正大口地、开心地吃着——我居然看到这样的现实。我心爱的孩子，居然安安心心地毫无惧怕地摄取着聚磷酸钠、甘油脂肪酸酯、磷酸钙、山梨酸钾、赤色3号、赤色102号、焦糖……”

经过这件事，他再也无法感到骄傲，反而非常清晰地意识到，这样的添加剂加工食品，他绝对不会让自己的孩子去吃。一夜之间，当

年在化学领域学到的关于化学剂的毒性和危险的记忆，又统统回来了。安部司很快辞职，决心走向另一个领域，把自己所知道的加工食品的内幕，公之于众，告诉人们“自己吃下的是什么”。

### 舌尖上的美味真的能吃出健康吗？

古人深信，不好的原材料，造不出鲜美的食物，但是现代科技的魔法，却通过各种人造的添加剂，使廉价的食材不仅变得色香味俱全，还能大幅增量，无论是你的眼睛，



安部司决心走向另一个领域，把自己所知道的加工食品的内幕，公之于众，告诉人们“自己吃下的是什么”。

还是你的舌头，都可以被完全迷惑，毫不知情。

不管剂量如何规定，毒物就是毒物，允许加入食品中，本身就是一件很不正常的也是可怕的事情。一种食品也许加入的剂量不大，可是一天吃进的食品，合起来添加剂到底有多少，想一想，是不是会让人万分难安。

对于添加剂，你了解多少呢？不妨去关注一下各类食品的成分表，

搜索一下各类添加剂，看看它们的制造过程、功用、对人体的影响，你也许就会知道怎样面对那些“诱人”的食品了。

其实，现实社会，受到挑战的不只是我们的身体，还有我们的心灵。为了身体健康，我们需要识别那些有毒的添加剂；为了我们心灵的健康，我们也需要识别那些有毒的谎言。（来试试自己的识别能力吧，请关注第 24 页。）



## 远离添加剂 你准备好了吗？



1 你会问为什么吗？  
“咦？这个辣条为什么颜色这么漂亮？”“这瓶果汁怎么这么便宜？”“还有，还有，这种袋装沙拉，保质期竟然这么久哇？可能有什么问题吧？”多问几个为什么，是探寻真相的开始。

2 你会看食品配料表吗？  
食品配料表中那些名词看起来好深奥哦，狡猾的添加剂就躲藏在里面，没有办法了吗？难不倒我！我上网搜，搜，搜，将它们一个个查出来，休想蒙混过关哦！

3 香甜美味不一定有营养  
当人们习惯了人造香味后，对天然食材失去了兴趣，会形成“异食癖”，这都是添加剂惹的祸。它们还会在背后悄悄破坏我们的好细胞，成为健康的隐形杀手。怎么办？不贪图味蕾刺激，不追求太甜太香的食物，天然风味的营养食品，才是我们的好伙伴。

# 校长一梦成真 六百名师生身心受益

在印度南部班加罗尔北部的小城市钦塔姆尼（Chintamni），有一所骄狄英语中学。学校里曾经流传着关于校长的一件神奇事。

## 发生在校长家的神奇事

很久以前，校长瓦尔奇（Varkey）做了一个非常清晰的梦。在梦里，他看见很多人在一个大广场上炼一种功法，大家都在头前端举着手臂。

做了这个非常清晰的梦之后，

他开始寻找这种功法。两年后，一个偶然的机，他把法轮功引进了学校——有法轮功学员到学校教师们炼法轮功，校长发现那个举着手臂的动作正是法轮功的第二套功法“法轮桩法”。

校长夫人罗瑟玛（Rose MA）还讲述了一个发生在他们家里神奇而真实的故事。

一天清晨，她醒来后，看见一个银白色的法轮在屋里旋转，隐隐约约地还能看见绚丽的法轮内部结构。她说法轮旋啊旋啊，升到了屋顶天花板处。她看得惊呆了，直到法轮停留在了天花板与墙面的交接处。

她还特意带法轮功学员进了里屋去看，法轮在天花板与墙面交接处散发出银白





色超常的亮光，隐约可见的彩色法轮内部结构也停留在了天花板上。大家惊叹着法轮的神奇与超常。

## 全校六百多名师生修炼法轮功

骄狄英语中学全校六百多名师生都修炼法轮功。修炼法轮功后，学校的师生们人人感到精力充沛、心情舒畅；学生们学习时的专注程度都在向好的方向转变。

正如同校长的那个梦一样，有时，六百多名师生会在学校大礼堂里排好队伍，随着祥和舒缓的炼功音乐，一起炼了一至五套功法。

炼完功后，学生们回到了各自的教室开始了晨读，高年级的学生们会在教室里读《转法轮》（法轮

功的主要著作）。

## 媒体报导：法轮功在印度深受 欢迎

2018 年 10 月，印度媒体 bhaskarhindi.com 在网上刊登文章，介绍法轮功在印度中部那格浦尔市（Nagpur）弘传和学生们修炼法轮功后深受裨益的情况。

文章说，法轮大法，又称法轮功，是性命双修的功法，由李洪志先生于 1992 年在中国首次传出。修炼者遵循宇宙特性不断地改善自己。

文章还介绍，法轮大法有五套简单的功法，炼功时间不需要固定；功法动作缓慢、易学。修炼法轮大法不仅可以强身健体，而且心灵会



▲ 骄狄英语中学高年级的学生在各自的课堂里读《转法轮》

得到提升。修炼法轮大法要求人要重德、在日常生活中遵循“真、善、忍”的原则。

早在 2001 年 6 月 2 日，印度《国家新闻报》就介绍过法轮功。当年 12 月 30 日，印度《德干前锋报》（DECCAN HERALD）刊登文章，介绍在印度开始广受欢迎的法

轮功。

2007 年 6 月 13 日，印度《德干纪事报》（Deccan Chronicle）刊登文章说，法轮功的义务教功班越来越受欢迎。

## ▼ 印度《德干纪事报》报导法轮功



## ▼ 骄狄英语中学全校六百多名师生集体炼法轮功功法



## ▼ 印度民众在炼法轮功







## 街头偶遇 让他们走上伦敦名校课堂

费利克斯（右）、马丁（左）  
与他们的好朋友奥利佛（中）

2016年5月26日，是一个普通的星期四，但这一天对于费利克斯·沃克（Felix Walker）和马丁·奎克（Martin Quick）来说，却是个意义重大的日子：这天上午，经过几个月的努力，他们终于成功举

办了在学校课堂上介绍法轮功真相的活动，包括播放纪录片《自由中国》、邀请法轮功学员讲在中国的受迫害经历，与法轮功学员进行现场问答。



戴高乐公立中学，是英国伦敦的名校，是法国境外最著名的法语学校，地处伦敦法国人聚集区的南肯辛顿。很多在英国生活的有法国血统和文化联系的家庭，都把孩子送到这里读书。

费利克斯和马丁都是这所学校的学生。两人都有一半法国血统，妈妈是法国人。

### 街头偶遇 心生愿望

马丁14岁时，有一天经过伦敦中使馆门前，收到了一份传单——抗议中共迫害的法轮功学员发放的真相传单。

后来，习近平访英期间，在国会大厦附近，马丁和费利克斯遇到

了正在那里进行和平抗议的法轮功学员，看到法轮功学员打着横幅站在那里，他们立即被吸引了，走过去观看，并与其中一位法轮功学员深入交谈了解真相。交谈中，两人生出了一个共同愿望：把真相带到学校，让学校的老师和同学们也有机会了解法轮功。

### 真相带来震撼

两个小时的活动中，费利克



伦敦中使馆门前的法轮功真相点，法轮功学员正在向路人讲真相。





在英国伦敦中使馆对面，法轮功学员 24 小时和平抗议中共迫害法轮功。他们从 2002 年 6 月坚持至今，风雨无阻，感动了越来越多的西方民众。一位伦敦摄影师曾一天每小时拍摄一张照片，记录了这一情景，并制成相册送给法轮功学员，并说：“你们所表现出的耐心、毅力、尊严鼓励了我。”

斯和马丁首先联合发言，简要介绍法轮功。二人轮流发言，清楚地讲述了什么是法轮功、为什么江泽民和中共从 1999 年开始迫害法轮功、中共活摘器官罪恶的发生以及有关调查结果。

随后放映的国际获奖纪录片《自由中国》令师生们震撼，在 50 分钟里大家都凝神屏息地观看。

《自由中国》揭露了中共政权对法轮功修炼者实施的一系列酷刑折磨、强制洗脑、劳工奴役以及惨绝人寰的器官活摘等罪行。该片被翻译成 26 种语言，已在全球 27 个国家放映。

活动结束，师生们真诚地表达



2016 年 7 月 4 日，费利克斯参加了在英国国会大厦举行的揭露中共强摘良心犯器官罪行研讨会。

了对《自由中国》电影以及这次法轮功真相展示活动的赞赏。

看到老师和同学们的积极反馈，费利克斯和马丁非常高兴。

### “和每个人都相关”

谈起举办这项活动的初衷，费利克斯简单而干脆地表示：“我们就是要让学校里的同学了解法轮功。”他认为中共对法轮功的迫害、中共活摘法轮功学员器官罪恶问题非常重大：“和每一个人都相关（relevant to everybody）。”

马丁则表示中共对法轮功的迫害是世界范围的极端人权侵犯，有必要让全世界都知道。他说：“关于法轮功被迫害的消息很少听得到，事实上是几乎听不到。我们只是想

展示正在发生的事实，有的人对此置若罔闻，有的人还没听说过。我们就是要让人们看到在中国发生的事实。因为就像电影里指出的，这些（真相）是被掩盖着的，还有很多人不知道。”

### “必须坚持、必须付出努力”

费利克斯和马丁在筹备这次活动的过程中，经历了开始时没有预料到的困难，经历了几个回合，最终说服

相关老师和学校管理部门同意举办这次活动。在得到校方初始同意后，他们遇到了阻力，特别是来自一位老师的反对。费利克斯和马丁意识到那位老师的反对主要是由于他对法轮功的误解。于是，二人进一步查阅有关法轮功的真相资料并认真分析阅读，再去跟老师们讲。

他们说：“的确有人不想让我们组织这次活动，因为他们读到、听到的只是来自中共一方关于法轮功的信息，我们做了很大努力和说服工作才走到今天这一步。是挺难的，但是通过这个经历我们学到：如果你要去争取什么、去告诉别人事实真相，你必须坚持下去，必须付出努力。”

奇怪：

她怎么变好了？

一位宿管老师，  
见证了一名问题学生的转变，  
也见证了一个奇迹！



### 对她没办法

我曾在河北省唐山市一所学校做宿管老师，多年前，接触到一名女生。女生父母开饭店，没时间管她，她也不听父母的话，逆反心很强。因长得很胖，同学叫她“小胖子”。

小胖子平时花钱大手大脚，结交一些吃喝朋友，在学校有一伙小势力，动不动就打架斗殴；经常和男生一起抽烟，喝酒，耍酒疯；有时寻求刺激，用拳头直接砸玻璃，砸得手背上大口子流血；经常逃课，老师管严了，就以“有病”为由在医务室泡时间。班主任对她没办法，睁一只眼闭一只眼，形同放弃她。

### 变成“小胖姐”

一次偶然的  
机会，她接触到  
法轮功，很感兴  
趣，开始学。一  
段时间后，不知  
不觉在她身上发  
生了奇妙的变  
化：在身体上，  
以前她爱崴脚，  
一崴就红肿，得

搽药休息一星期，学  
炼功后不爱崴了，偶  
尔崴一次，心里念“法  
轮大法好”，瞬间就好  
了；暴饮暴食引起的胃  
病不知不觉好了。在行  
为上，不良嗜好和缺点  
渐渐地在改掉；跟老师  
和同学发生矛盾时，以  
前是动不动就瞪眼、我  
是老大我怕谁的架势，  
现在却能够退一步找自  
己的原因，善意理解别人，  
更多为别人着想；而且，只要她知道老师或同学谁有困难，都会主动力所能及地帮忙。

老师和同学们觉得奇怪，她怎么变好了？谁要问到她，她会很坦荡地说：因为自己炼法轮功了才这样。在她影响下，原来那一伙小势力圈子的人也变化很大。同学们亲切地改称她“小胖姐”。高三临毕业，很多人争着跟她合影留念。最后她考上了大学。

### 老师：“只有炼法轮功能管好她”

学校政教处是专管学生工作的，很清楚当前管理学生的难度。一次，几位老师谈到小胖子的变化，深有感触地说：只有炼法轮功能管好她，要都炼法轮功，我们的工作就好做了！



小胖子学法轮功后，在家里也能孝敬父母了，帮父母干力所能及的活儿，不再让父母担心。父母问她怎么这么懂事了？她跟父母说：自己学了法轮功，是法轮大法教她这样做的，在哪里都要做一个好人，对父母要更好。父母看到孩子神奇的变化，很惊喜，支持女儿炼法轮功；也明白了：原来中共对法轮功的那些说法都是谎言和诬陷。





## 这本中文书已被译成 40 种外文版

你知道吗，有一本书已被翻译成 40 种语言文字，是迄今为止被译成外文种类最多的中文书籍。

神奇的是，这本书吸引了许许多多的人，无论男女老幼，无论学识高低，无论民族国家；很多的科学家也都爱读这本书。

更神奇的是，许许多多的人，都在反反复复地读，称之为“宝书”。

这本书名字叫《转法轮》，书中阐述了“真、善、忍”的道理，讲明了宇宙的来源和人生的目的，并从本质上说明了疾病的起因，并给修炼者指出了解决之道。上亿的读者反馈阅读此书受益，并称“未读《转法轮》，做人有遗憾”。

你是不是也想读到这本书呢？



2016年5月13日，美国纽约上万法轮功学员游行庆祝第17届法轮大法日。图为《转法轮》模型。



“

如果你难受的话，就请看看《转法轮》吧！

在这本《转法轮》里面，我是找到了人生的意义，人生其实它的目标并不是老是赚钱、追求名利的。

坚持每天阅读《转法轮》，会使人内心越来越强大。

读者反馈

读了(《转法轮》)让我非常佩服，我在里面学到了许多在科学方面没有学到的东西。

我当法官和律师，在心中常问自己，“法”究竟是什么啊？这“法”当然不是我们人类现实生活中的法，而是真理。这真理都在《转法轮》那本书中。

”



二郎真君

二郎真君有第三只眼，能透过表面看到本质。孙悟空纵有七十二般变化，也逃不过二郎神的“天眼”。

那么，我们人有没有这只眼睛呢？

## 他们是如何看到别人看不到的东西

### ◎ 俄女孩的“第三只眼”

据俄罗斯网站报导，在一段视频中，这位来自西伯利亚的女中学生——13岁的女孩达

莎·阿布莎莉莫娃带着眼罩和同学们一起玩捉迷藏，达莎轻而易举地抓住了她的同学。

该报记者和摄像师一起去



达莎戴上眼罩后向记者们展示了她惊人的能力。她说出了塑料杯的各种颜色，并阅读了最新一期的报纸。

了达莎居住的地方，进行实地采访。

记者事先做了精心准备。在桌子上放了必备的一些东西：黑色眼罩，以及各种颜色的塑料杯子、报纸和计算机。达莎戴上眼罩后向记者们展示了她惊人的能力。她说出了那些塑料杯的颜色，并阅读了最新一期的报纸。更让记者惊奇的是，达莎戴着眼罩还可以运用自如地玩射击类的计算机游戏。

### ◎ 意大利妇女通过“第三只眼”破案

据路透社报导，在意大利

罗马一家健康诊所工作的芭赛（Maria Rosa Busi）可通过“第三只眼”看到我们这个物质空间中不存在的东西。

当失踪了3年的芭瑞菲（Chiara Bariffi）的家人将其相片拿给芭赛看时，芭赛马上就知道了这名约30岁的妇女已经死去了。芭赛接着利用自己独特的遥感和遥视功能，在一个湖里找到了芭瑞菲尸体的残骸。这一事实使得包括警察在内、以及一直对特异功能持怀疑态度的人哑口无言，也使得一些社会人士更加肯定特异功能的存在。

### ◎ 日本少女御船千鹤子的“千里眼”

在日本明治时代，年轻女子御船千鹤子，能看到许多别人看不到的东西。千鹤子的名字与她具有千里眼的传说越传越广，有许多人慕名而来，要她协助找失物、发财等，而千鹤子的名声随着新闻的报导，令日本当时的科学界十分震惊。

1910年，曾经担任过日本东京帝国大学校长的山川健次郎博士召千鹤子进京，准备做





在日本明治时代拥有天目的年轻女子御船千鹤子



科学家透过对大脑解剖和对现代胚胎学理论的研究发现，在大脑中的松果体，就是神秘的第三只眼所在之处。



我是您的第三只眼，怎样才能开启我呢？

对于绝大多数人来说，只能通过静心、炼功、打坐，净化心灵、提升自身品行等等，才可能发挥功用，或许可以开启“第三只眼”。由此可见，人的道德才是关系到人的能力以至命运的最关键因素啊。

实验证实千鹤子的功能。

在两次实验中，千鹤子屏气凝神，通过透视，准确地写下封藏于铅管内的字。当时的日本媒体就此采访了日本的科学界，无神论的科学家们虽然亲眼证实千鹤子的超常功能，但由于无法用科学方法来证实千鹤子的特异功能，很是没有面子，于是就谎称千鹤子的能力是作假的。

### ◎ 为什么不能人人开启“第三只眼”

自从地球上产生了人类，人的两只眼睛的中间部位，脑

壳里面就有“第三眼”的存在，可以看到另外空间，修炼界称其为“天目”。现代西方医学解剖发现松果体的位置正好和修炼界所描述的“天目”的位置相吻合。

研究显示，虽然人人俱来都有第三只眼睛，可是，并不是每个人都能开启这只眼睛。第三只眼睛（松果体）在儿童时期比较发达，一般6岁后随着年龄的增长，开始受到家里以及社会自私自利、争名夺利、尔虞我诈等等道德下滑的污染，导致天目退化甚至不能再看了。



一起  
试试吧







考考你的识别力

两张央视视频截图，你发现问题了吗？



这里是个塑料瓶哎。

这个人拿着灭火毯怎么不盖呢？



采访烧伤病人难道不用戴口罩吗？

央视称，这个人刚刚被烧过，棉衣裤被烧烂了。你发现照片上有什么问题了吗？

从图片上看，这个男子浑身烧黑，两腿间装汽油的雪碧瓶在火中却没有变形，翠绿如新；头发最易着火，但也还完整；警察在旁边拎着灭火毯呈现一种静态，没有灭火的急迫感。

央视称，这是一个被烧伤很严重的小女孩，记者正在采访她。你发现其中的问题了吗？

记者没有穿隔离衣、没有戴口罩、帽子；记者的话筒带有细菌，不应该与患者距离那么近。

你知道吗？

这两张图片，是央视的视频截图。视频摄制于2001年1月23日。从常识性的角度来看，我们很容易就会发现其中的“假”。但就是这样的“造假”欺骗了千千万万的中国人，甚至被写进了教科书，从而煽动了中国人对法轮功的仇恨——这就是所谓的“天安门自焚”事件。





## 做情绪的主人

文 / 邓程元（台湾 / 小学五年级）



我的烦恼是什么呢？我的烦恼就是“为什么我常常会被师长骂？”可能是我讲话太直接了、可能是我又做错了什么事、可能是师长在规劝我时，我又顶嘴了等等。

同学常常对我说：“当你被老师指正时，每当老师对你说一句，你就回嘴数十句。”同学都看呆了。我问同学：“我有这么夸张吗？”他们说：“你自己讲的话，你居然不记得！生气中的你，乱了思绪，也控制不了自己的嘴。”我才恍然大悟，控制好自己情绪，现阶段对我来讲是件很重要的事。

记得有一次放学回家后，妈妈跟我说：“写完课后，帮妈妈洗一下碗！”我竟然跟妈妈说：“为什么我要帮你洗碗？”当下，妈妈生气地对我说：“如果你连帮我洗一下都不肯的话，那你以后就自己煮饭，自己吃过的碗也自己洗。”听完妈妈的一番话后，我就生气地用力关房门，“砰！”一声进房间写功课。

写功课时，我沉淀自己的心情，在这个事件中我好像自私了点，把自己当作家中的客人，完全没有考虑到忙碌的妈妈需要我的帮忙。写完课后，我低着头慢慢地走出去，对妈妈说：“妈妈！对不起，刚才跟您顶嘴。”妈妈说：“没关系！知错能改就好，但要记得做人手心要朝下不要朝上，因为施比受更有福。”

这一次的事情让我学到如何控制自己的情绪，不再让情绪主宰我的生活。



## 我曾是一个癫痫儿

文 / 幸运儿

从医学上说，癫痫不能根治，而且随着年龄增长会越来越严重。  
可我是个幸运儿，因为我遇到了……

我五岁时，被诊断为癫痫。听到这个消息，爸爸妈妈不知道如何是好，带我到处看医生。花了不少钱，吃了无数的苦药，也没有好转，我照常一个月大发作一次，一天当中还有几次小发作，有时要持续三天。最严重的一次是一天当中每隔两小时就大发作一次。每次都突然发作，没有预兆，在公交车上，骑车时，走路时；在家里，在外面，随时都可能发作。有一次发作，还把头磕破了。我变得面黄肌瘦，整天闷闷不乐。

七岁时，为了能上学，我不得不吃西药，知道有副作用伤身体，但也没有好的办法，停药就会发病。

有一次，爸爸出差，只有妈妈陪我，我又发病了。当时妈妈很害怕，就大声不停地在我耳边喊：“法轮大法好！真善忍好！师父救救孩

子！”我很快就止住了发作，大哭一声，清醒过来。这是妈妈后来告诉我的，那时，我也不太相信。因为一停药，就还会发作。

四年级时，妈妈开始带我读《洪吟》[注]中的诗，我每天读一首。2017年大年三十，我又发烧，就吃了一点退烧药，然后就读《洪



吟》的诗，念“法轮大法好，真善忍好”。这次我并没有发作。从此以后，爸爸妈妈将我的抗癫痫药减半。后来，我开始读《转法轮》，每天读一页。再后来，我每天炼一套法轮功功法。

从此，我吃东西不再挑食，身体变壮了。很多事情都能够不再计较，性格变得开朗很多。到五年级下学期，我学了古筝，还参加了考级，六年级上学期，参加了古筝合奏比

赛，获得了金奖。只用了一年半的时间就考过了八级。

2018年的8月份，我停掉了西药，直到现在，我没有再发作。

从医学上说，癫痫不能根治，而且随着年龄增长会越来越严重。可我是个幸运儿，因为我遇到了法轮功。

[注]：《洪吟》是诗集，是法轮功创始人所著。

## 为什么幸运儿的 癫痫病不再发作了？

幸运儿说念“法轮大法好，真善忍好”，她的癫痫病不再发作了，为什么会这样呢？真有这样神奇吗？

法轮大法是佛法，真、善、忍是宇宙的特性，具有无比强大的正能量。当人怀着敬意诚心念“法轮大法好、真善忍好”的时候，说明他对“法轮大法”、对“真善忍”的认同。尤其是在有人诬陷毁谤法轮大法时，他还能分清是非善恶，这是心生善念，是支持善良正义之举。古语讲：善恶有报。那么这个人念“法轮大法好，真善忍好”能够好病，不就是“善有善报”的体现吗？

其实，这样的神奇事不只是发生在幸运儿的身上，很多很多的人都见证了这样的神奇，他们都在明慧网（www.minghui.org）分享他们经历的神奇故事哦！欢迎你也来翻墙访问明慧网，方法请见封底。



康熙是我国历史上最英明的君主之一，是中国历史上在位时间最长的皇帝。他一生兢兢业业，修身治国平天下，可以说是耗尽心血与精力。图为《康熙帝读书像》。



## 康熙教子： 好坏出自一念

康熙对家教非常重视，教育方法也很成功，他平时在宫中经常教导皇子皇孙，这一点我们可以从清朝后代帝王身上看到。

《康熙庭训》是雍正帝对康熙家训的追述整理，共有246则。

康熙撰《庭训格言》（网络图片）▶





## 清朝皇子的一天

据说，清朝皇族教育为历朝最好，教育皇子们“崇文宣武”，治理国家。皇子们需要勤奋努力，一年中只有 5 天可以休息。下面是根

据《康熙起居注册》等书记载整理的皇子们 1687 年 6 月 10 日这一天的作息时间表。看一看，你能坚持下来吗？

### 清朝皇子的一天

3~5 点	起床到书房，温习前一日功课。
5~7 点	开始在无逸斋上课。
7~9 点	康熙皇帝到无逸斋考查皇子功课。
9~11 点	练字读书。皇太子将《礼记》划定篇章读 120 遍。
11~13 点	午饭时间，午饭后继续读书。
13~15 点	骑马射箭。体育课、军事课。
15~17 点	康熙再次来到无逸斋，考查皇子读书情况。
17~19 点	康熙检查皇子射箭情况，一天功课完毕。



▲ 康熙帝教育皇子（视频截图）

### 庭训格言：好坏出自一念

训曰：凡人处世，惟当常寻欢喜。欢喜处自有一番吉祥景象。盖喜则动善念，怒则动恶念。是故古语云：“人生一善念，善虽未为，而吉神已随之；人生一恶念，恶虽未为，而凶神已随之。”此诚至理

也夫！

这段话的意思是说：为人处世，应当常存喜悦安详之气。内心喜悦安详，周围的景象自然就吉祥美好。究其原因，喜悦就容易产生善念；忿怒就容易产生恶念，所以古语说道：“人只要一产生善念，

《康熙帝南巡图》局部



即使还没有付之于行动，吉祥之神就已经跟上他了，一产生恶念，即使还没有行恶，凶邪之神就已经跟上他了。”这的确是至理名言啊！

明白了“好坏出自一念”，我们是不是就更容易理解“善有善报，恶有恶报”了呢？

## 水也知道这个答案

“好坏出自一念”这则训言，在日本江本胜博士的水结晶实验中也得到了证实，他收集各种情境下的水样放入零下5度的冰箱，然后在水即将结冰时，利用高倍显微镜拍摄。收入122幅照片的《水知道答案》，显示出人的意念、音乐等

因素对水结晶样貌的影响：

一、水听了愉快的田园交响曲，所得的水结晶就分外美丽，似乎印证了这里的“欢喜处自有一番吉祥景象”；

二、良性的讯息可以产生美丽的水结晶，反之，则产生丑怪的水结晶。

## 心怀善念，就是对自己最好的善待

一位朋友给我讲过一件小事：晚上去超市买东西，推了一辆购物车，看到里面有一些残留的购物小票和纸片。不自觉地就想把它们放到前面的购物车里。在放的一瞬间，

感觉不对劲，垃圾箱也不远，便推车子去垃圾箱旁，将杂物扔到了垃圾箱里。

在我正要进超市购物区的时候，后面一位四十五岁左右的中年人，看到我扔垃圾，也把自己要推的车子里的垃圾扔到远处的垃圾箱里，还不算完，又将附近的几个购物车里的垃圾捡出来，扔到垃圾箱里。看到这一幕，我的内心震了一下，忽然明白，原来真的是可以通过善念改变别人呀！人变了，环境也就随之变了。

生活在一个人人心怀善念的环境里，不就是最幸福的吗？

## 日行一善：帮助了别人，也帮助了自己

英国男子卡梅伦（Luke Cameron）曾是一家商店的兼职员工，25岁那年，他受一位朋友的启发，誓言日行一善。他所做的善事种类繁多，包括：告诉问路的人如何走、帮年老的邻居倒垃圾、烘焙蛋糕请别人吃、送食物和饮料给无家可归的人等，一年中因为做好事他花掉了3千英镑。

他说：“在这个人们喜爱自拍并在网上炫耀新手提包或名表照片的世界，人们只想到自己，忘了考虑他人。我们这一代已经忘了关怀



卡梅伦把老人落在雨中的代步车弄进屋里擦干净（网络图片）

别人，因为我们太注重自己，而不能关心其他人正在承受的。”

卡梅伦在网络上分享他每日做善事的心得，鼓舞了许多人。

后来，他报名角逐“全国慈善经理”这个号称英国最佳工作的职位，并最终赢得这项工作，因为他的善行使主办单位相信，他是这项工作的最佳人选。

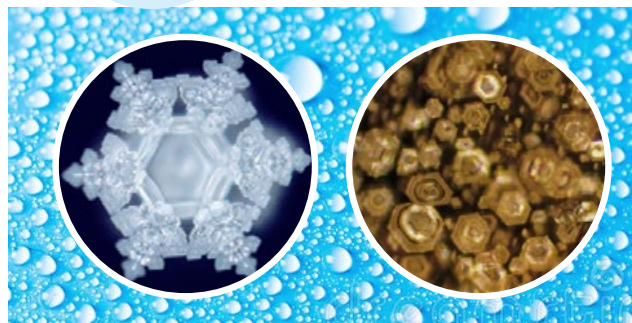
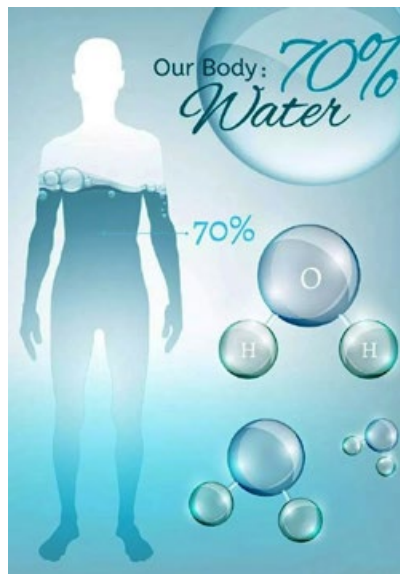
卡梅伦认为，这不但改变了他的的人生观、让他更加惜福，也让他获得善报，找到了一份好工作。

（想一想：怎样才能让自己常怀善念呢？）

人体70%都是水分，那么常怀善念，是不是会使我们的身体变得更好呢？▶

▼读到“做得真好”的水

▼听到萧邦《离别曲》的水，也凄然心碎？





## 翻墙软件：一键畅游网络世界

开启网络自由之门，翻墙软件带你突破网络封锁。

- 安卓版翻墙软件下载：

<https://git.io/fgm88>

<https://s3.amazonaws.com/693/um.apk>

- 电脑版翻墙软件下载：

<https://git.io/fgp88>   <https://git.io/umexe>

- 温馨提示：用国产浏览器可能打不开这些网址，建议使用IE、Edge、Chrome或火狐等浏览器。



动画集锦 扫码即看

