

喧嚣中的宁静

—— 加拿大西人丹·斯戈班茨的修炼故事



“即使在繁忙大街人行道边，
当我们席地静坐，
川流不息的车辆行人、嘈杂的声响，
一切仿佛都安静下来，不复存在。”

丹·斯戈班茨

加拿大安大略湖畔的清晨，浩瀚湛蓝的湖水在地平线与浮云相连，温煦的风吹卷湖水，轻拍着礁石，丹·斯戈班茨 (Dan Skorboth) 的心灵在打坐中趋于宁静，栖息在澄明、静美的世界……

丹生活在多伦多，在一家国际媒体负责杂志创意设计。从大学一年级开始，他修炼法轮大法已逾五年。修炼让他找到真正的自己，在纷繁世事中主宰自己，活得清醒自在。

“通过法轮大法修炼，无论在家里，还是在呼吁制止中共迫害的活动现场，即使在繁忙大街人行道边，当我们席地静坐，川流不息的车辆行人、嘈杂的声响，一切仿佛都安静下来，不复存在。超越尘世的喧嚣，人的内心变得强大而安宁。”

有人说，入静的感觉象一片辽远的虚空，一个幽深的湖泊，一片寂静的森林……“可我觉得这不够确切。我也有过诸多快乐，可静中的体验无与伦比，从无常世事中解脱的无忧无虑和找到归宿后心灵的幸福难以言表。”

出世般的宁静令人神往

丹在滑铁卢大学数学系学习时，紧张忙碌中，他一直想找能帮助自己在信息爆炸的时代和充满诱惑的环境中保持清醒和宁静的东西。

那天是学校俱乐部日，学生大厅里挤满令人眼花缭乱的展位，五花八门的背景音乐、谈笑

喧哗，声、光、色汇成一支震耳喧嚣的交响曲。就在这样的场景中，一个穿着黄色体恤的男子稳坐大厅中央心无旁骛地打坐，仿佛周围的一切都不存在，那出世般的宁静令丹心驰神往。

惊喜：睡如婴儿般香甜

“这就是我要的！那么混乱的环境中，他也能控制自己的内心。”丹正感慨着，一位法轮功学员递给他一张传单，告诉他大法修炼一切都是免费的，书籍、教功录像都可从网站上免费下载。丹当晚就上网，跟着教功录像学炼了功法。

“好久以来，我躺在床上，大脑总处于不停歇状态，各种想法奔流不息，夜里辗转难眠。修炼带给我的第一个大惊喜就是，学炼功的当晚，我上床后很快就入睡，睡了一个象婴儿般香甜的好觉！”

(转第3版)

本期内容导读

社区
第2版



美国印第安那州南港市褒奖法轮大法

法轮功是什么
第3版



爱尔兰妇女：找到生命的意义

健康
第5版



黎扬·雷蒙的奇妙人生转机

政治
第7版



“良心记者”：真相的力量

事实还原
第12版



“天安门自焚”——漏洞百出的骗局