



斯维特兰娜踏破铁鞋，终于找到生命回归之路

# 踏破铁鞋 17 年 俄罗斯女子找到生命的答案



今年48岁的斯维特兰娜(Svetlana)生活在莫斯科，她有了一份新的工作，幼教。也许她从没想到她会做这样一份工作，或许是命运里的一次必然，让她从生命的复杂走向纯真。

她是一个执着于精神追求的人，为寻法求道走得曲曲折折。她曾进过修道院，研读过心理学，后来又去了印度，她所做的一切都只为一个目的，寻找生命的答案。她不断学习、寻找，做过企业培训师，做过瑜伽师，甚至她的身后还有一些追随者。可她内心深处依旧感觉没有归处，焦躁、迷茫如影随形。

直到2009年，她终于找到了让生命回归的大法，才恍然大悟，她惊叹：“这就是我要找的！我为寻找心灵升华的修行方法，整整寻觅了17年！”

生命因大法而改变，从此她脱胎换骨了。她彻底走出了阴霾，面向太阳，一下活得快乐、轻松了，她说：“现在，大法是我内心最大的精神支柱！”

她的寻法之路到底经历了什么？

## 迷茫中寻找真道

斯维特兰娜出生在俄罗斯，母亲是工程师，父亲做建筑工作，在这个典型的知识分子家庭里，她是个传统女孩，热爱生活，热爱家庭，19岁就成家了。可她的第一次婚姻却很不幸。丈夫是退役军人，因为赴阿富汗参加过战争，落下了战后军人后遗症，性情暴烈，经常爆发脾气，紧张的家庭气氛让斯维特兰娜如履薄冰。

尽管她努力地去帮助丈夫工作，缓解他的压力，做他的会计师，做他的秘书，最终还帮助他成为了一家小企业的经理，但依旧没有得到好的结果。年轻的她无时无刻不在挣扎中，无论她怎么付出，丈夫依旧像家庭的暴君。在痛苦和失落中，她不得不开始思考命运，寻找精神寄托。

“那时我感觉婚姻不成功，就开始考虑去修道院了。我有意识地接受了基督教，开始认真研究《圣经》。”斯维特兰娜提到了她婚姻挫败后采取的自救方法。她走入了宗教圈，期望得到神的救赎，解脱精神痛苦，冲出魔障。

斯维特兰娜每个周末都去教堂忏悔，并试图按照自己所理解的遵守基督教戒律。她的学习是认真的，遗憾的是她的心境没有在宗教的教化中得到改善。

“那时我非常胆小和焦虑。在教堂里，有时我也能感到某种善良和仁慈的状态，但我看到宗教仪式的背后没有任何实质的东西。”

她学习宗教，但心没有进入。她不断在思考，试图找到产生她痛苦的原因，这是根本问题。她没有得到答案，于是决定研读心理学。她的丈夫坚决反对她求学。为了求学，斯维特兰娜离开了他，这段婚姻终结了。

斯维特兰娜进入了俄罗斯教育学院，白天工作，晚上自费上学。

90年代初期的莫斯科与欧美同步，东方哲学思想的引进激发了人们对灵性的探索，打坐、瑜伽、太极拳、气功等等东方元素让西方人着迷。人们对信仰的认识已不再局限在某一种传统的宗教形式之内。这种开放的思想，也被称作“新时代思想”。这期间，她大量阅读了哲学书籍。

“我开始了解瑜伽，还读了很多书，又开始研读《摩诃婆罗多》……”

在阅读中，斯维特兰娜迷上了东方文化。《摩诃婆罗多》是印度著名史诗，对于印度的哲学和宗教影响极大。从这里，她开始了东方哲学思想的研究与实践，放下了原来的宗教探索。

“我去了很多修道院后，决定不再去了。我看到许多宗教都败坏了。在我的梦中，我看到教会中的牧师们如何计算仪式和出售教堂用具的收入。我还看到了地球充满了有毒的气体，为避免弄脏和中毒，人几乎没有地方可以下脚。我看到在人群中还行走在非人类……”

斯维特兰娜能感受到普通人感受不到的事情。她很敏感，很有灵性。这让她越发想找到提升的方法，让精神升华。她开始进入了心理学训练。

这个心理学训练是私人授课。在这里，她切身感受到

了东方信仰的真实感。她也恰好在这个时节赶上了一股“新潮”……她一心想找到精神提升的方法。但七年的实践，结果并不乐观。她发现这条路根本走不通。

斯维特兰娜身上有种韧性，仿佛生来就要吃这份苦似的，为了精神追求，她可以放弃所有的生活享受。

那时她已有了一个相对稳定的工作，职业培训师，培训企业员工和管理人员，工作不错，收入也不少。但对灵性的追求一直占据着她心。

“我经常在想，我还没有找到最高的修炼法门和最高的师父，但我内心充满了希望，我知道我一定能找到。”

2007年，她去了印度。

## 印度之行埋下种子

“我继续寻找老师和法，又开始学习昆达利尼瑜伽，参加昆达利尼瑜伽有名教师的讲习班。最后我自己成了昆达利尼瑜伽的老师。”

在印度学习瑜伽，同时她也在研究宗教。她执着在宗教研究当中，也参与组织名家大师和瑜伽教师的各种讲习班。可再深入下去，她又失望了。

“我看到他们对名利和金钱的关注，这让我感到虚假。在我看来，精神的追求是不能看重金钱的。在那里，我感到迷茫、失落和沮丧。”

印度，佛教诞生地，吸引着世界各国的寻道者。斯维特兰娜在那里没有找到她想要的，她想寻找一个宁静的地方呆下，她意识到自己可能在逃避什么。结果，就在她感觉落魄的时候，她又被抢劫了，钱、护照和返回的机票被抢劫一空。这是一个什么暗示呢？那天，她空空一身回到新德里，偶然去了附近的中央公园，她看到了一个乐团，来自台湾，她被他们的音乐所吸引。她又看到乐团的人在炼一种功法，带着一种平静、慈悲的场。她看到了他们的横幅，上面写着“天国乐团”。这个场景一直留在她脑中。

## 上天回音遇僧人归正道

斯维特兰娜寻道求法之心是坚定的。她前后两年去印度学习，她成了瑜伽老师。她在埃及、土耳其举办了实地研讨会，并在瑜伽联合会进行授课。

参加昆达利尼瑜伽学习班是收费的，这在圈内是必须的规矩。但作为瑜伽老师，她很明白自己的状况，她自己都还没有找到答案，又怎么能引领这些学生？她常常感觉自己在欺骗学生。

“我那时内心一团混乱，一个功法干扰另一个功法，我的个人生活也很不顺利。”

那一年她过得糟糕，总是哭，内心充满痛苦和悲伤。想了很多很多，却无处诉说，只能向天空祈祷、要求。为什么自己就遇不到一位真正的老师呢？后来她遇到一位带有功能的修道士，她能够感觉到他身上的正直，带着干净的场。斯维特兰娜的第六感官总是很灵。

“我看到从他身上散发出蓝色的辉光。我一下感兴趣了。他邀请我去谈话。”

他是僧人，人们称他们吠陀僧侣(Vedic monk)。他所在的这所修道院距离下诺夫哥罗德不远。斯维特兰娜去了他那里。他给她介绍自己的寺院和上师，但斯维特兰娜对那些都不感兴趣。

“你知不知道地球上真正的上师？”斯维特兰娜直截了当地问他。

他很谨慎，看看她，点点头，悄声说道：“我知道一位，没人比他高，他是一位真正的老师，他的水平是不为我所知的，是无边的上师。”

“他是谁？”

“李洪志！”

李洪志？这个名字斯维特兰娜从来没有听说过，对她来讲这个名字太新、太陌生，她在一小块儿纸上写下了这个名字。

“还有一本书《转法轮》。”

斯维特兰娜万万没有想到，这位修道士正在秘密修炼法轮大法，他的上师都不知道他的秘密。

他还告诉斯维特兰娜，在修道院里，僧侣们混合许多印度功法修炼，阅读不同的书籍。他虽然学了很多印度修炼方法和道家的方法，但现在那些东西都不好用了，哪一个宗教也不救人，只有一条路，就是法轮大法！他的话很深刻，印入她心。

回到家后，斯维特兰娜照着纸条上的记录上网查找，她找

到了《转法轮》。这本书已经被翻译成约40种语言文字，并且免费供读者阅读。所有一切都是公开的，不收费的，网上还有公开的教功录像！

斯维特兰娜阅读了《转法轮》，一下就被内容吸引住了。书中解答了她所有要问又不得其解的问题，让她感觉如醍醐灌顶一般。

“这就是我要找的！我为寻找心灵升华的修行方法，寻觅了17年！”

她感叹！一路曲曲折折，人生最好的17年她都在苦苦地寻法觅道，肉体的魔练，精神的挣扎，如今终于找到了大法！她明白了痛苦的原因，明白了如何修炼！

对照法轮大法的教导，她找到了自己的问题。

“我发现了我许多的执着和不对的观念。我意识到我很自私，倾向于竞争、易怒、不宽容、敏感，有强烈的色欲。有一次，我写下了在自己身上找到的执着，这个数字达到了大约80个、90个，有这么多需要修去的执着！”

她明白了修炼就在生活的点点滴滴中，只有遵循“真、善、忍”的原则才可以修炼到高层次，甚至有超能力的表现。她也明白了“不二法门”的道理，从前她所修炼的东西都要放下了，这不容易，但她还是下了决心，关闭了她的瑜伽班。

“要进入大法，我需要真正抛弃一切，最重要的是对名誉、利益和感情的执着。我认为这是我生命中最重要的一步和决定。从那一刻起，我真正感受到了自己精神上的提升，我的身心非常的轻松了。”

她带着一颗纯净的心坚定地走入了大法修炼，这也让她充分地感受到了大法的超常。

“一开始修炼时，我就清楚地感觉到法轮在我肚子里的旋转，法轮也在其它地方旋转。我看到老师从我肚子里取出黑色的东西。有一次，我听到后背的椎骨如何归位，金色的能量从我的脊椎冲了下来。”

消业，清理身体，在大法修炼中就是净化身体。在她的身体上也真实表现了。修炼一开始，她就出现严重的头痛和呕吐。她明确，师父管她了！开始给她净化身体了。她的脑子，装了太多门派的东西。

“那一整夜我都在呕吐，无法站稳脚跟，我感到非常头晕。我试图起床时，房间模糊不清了，旋转了起来，让我恶心、呕吐。之后，我就陷入了睡眠。我还是继续听师父的讲法。一天后我的状态逐渐好转，我可以喝一点、吃一点东西。又过了那一天，我感觉如此地轻盈、清明，我觉得师父清理了我的内脏。之后，我感觉到浑身力量充沛，还有不平凡的轻快感。”

一切都是真实的。身体改善了，精神豁达了，她真的变了，周围的亲戚朋友都看出了她的变化。大家都说她变得更亲切、更平静、更有耐心，更关怀他人了。因为她的修炼，亲友也都开始关注法轮功、亲近法轮功，大家纷纷在请愿书上签字，谴责中共对法轮功的迫害。

她的修炼得到完全正面的反应，所有的人都支持她。

“以前的我，经常是不能忍耐，情绪不稳，自私自利，懒惰，带来了家庭矛盾冲突。现在，我主动找自己的不足，并改正。”

2010年，也就是她得法9个月后，她前往美国参加纽约国际法轮大法修炼心得交流会。那是她第一次参加这样大型的法会，6000多名来自世界各地的法轮功学员相聚一堂，那次让她终身难忘。

“我记得那次法会，我在听学员交流的过程中，突然感到一种极大的慈悲，眼泪一下从我眼中涌出了，我的心也在扩张。5分钟之后，师父出现了，全场人都站起来……多年来，我终于遇到了伟大的师父和伟大的法。师父在台上为我们讲法，我的眼泪一直没有停止过……”

“我有幸多次见到师父。点点滴滴我都记得，那是我心中最珍贵的回忆。我感受到了师父无限的慈悲。每一次的见面我都可以写出一个故事，现在都珍藏在我心底。我想说的是：师父，谢谢您把我从地狱中救出来；谢谢您让我得到了真法，成了您的弟子。我会精进修炼并履行我的誓言。”

斯维特兰娜的心越来越纯净了，她的工作每天都在拥抱纯真，她也在努力地展现自己的忍耐、善良和爱心。幼教工作中，孩子们很爱她，她的温和善良也博得家长们的信赖。她自己的家庭更加和睦了，亲戚朋友也因为她而对法轮大法有了很好的认识。

斯维特兰娜总感到自己是幸运的，真正地在大法中回升了。

# 诺贝尔物理学奖获得者：大爆炸无法解释宇宙起源

文 / 林乐予



2019年诺贝尔物理学奖获得者皮布尔斯

“关于我的研究领域，要理解的第一点就是，‘大爆炸理论’这个词是很不恰当的。”这是2019年诺贝尔物理学奖获得者皮布尔斯(James Peebles)11月13日在瑞典驻美大使馆举办的庆典上对观众说的第一句话。

“这个词暗示了某一状态下一个事件，两者都是相当错误的。”他补充道，实际上无法验证宇宙发生了大爆炸。

尽管皮布尔斯认为用“大爆炸”一词来解释宇宙的起源并不准确，但是他也没有更好的替代选择，目前没有成熟的理论能够解释宇宙的起源。他认为有证据可以显示宇宙迅速向外膨胀，但没法证明是在奇点上爆炸后产生了宇宙中的一切。

上个月，瑞典皇家科学院宣布将2019年的诺贝尔物理学奖一半奖金授予加拿大裔美国宇宙学家、普林斯顿大学教授皮布尔斯，另一半则由研究地外行星的瑞士天体物理学家米歇尔迪迪埃·奎洛兹(Didier Queloz)共享。

皮布尔斯的理论框架自上世纪60年代中期发展起来，成为当代宇宙学的基础。根据皮布尔斯的理论推算，宇宙中95%都是神秘的暗物质和暗能量，这也是当代物理学所面临的一大谜团和挑战。

研究宇宙学长达六十余年的皮布尔斯说，这是一个“永远无法变现”的学科，而探索世界却是“人们与生俱来的责

任”。他说：“想一想，我们看到的这个宇宙不是永恒的，而是在不断变化的，多么激动人心！宇宙的过去如此不同，宇宙的未来尚未可知。”

依照惯例，今年的诺贝尔颁奖典礼仍将于诺贝尔的逝世纪念日——12月10日在瑞典首都斯德哥尔摩举办。

编者注：宇宙是如何形成的，对科学家来说是永久的迷。大法修炼人却知道答案。李洪志大师在《二零零二年美国费城法会讲法》中开示：“宇宙怎么产生的？就是大法觉者的‘一念’产生的。不同层次的大觉者‘一念’形成了不同层次的宇宙……”

相信在不久的将来，天文学家对宇宙会有一个全新的认知。有兴趣的读者可访问<https://www.falundafa.org>网站，获得更多信息。