



图：欧洲法轮功学员二零二四年一月二十二日和二十三日在日内瓦的万国广场（Place des Nations）举行集会，呼吁停止中共对法轮功学员超过长达二十四年的残酷迫害。

•被迫害致死并确认姓名的法轮功学员总人数：5031名

•三退人数：

自二零零四年十二月三日起退党（团、队）总计人数：425,673,717

•翻墙找到明慧网

自由门电脑版：<https://j.mp/fgp88>

自由门安卓 VPN：<https://j.mp/fgv88>

无界一点通（安卓）：<https://s3.amazonaws.com/693/um.apk>

无界浏览电脑版：<https://s3.amazonaws.com/693/u.exe>

明慧网成立于一九九九年六月，致力于收集、整理和发表关于法轮功真相的第一手信息，维护和弥补迫害环境下中国大陆大法弟子的修炼环境。

明慧週刊

李洪志 甲申年十二月二十七日

在完成使命中提高心性 在正法修炼中修成新宇宙正觉

第 1160 期（二零二四年二月二日）

www.minghui.org



图：新加坡法轮功学员向师尊拜贺新年好。

本期内容提要

【海外】神韵热持续升温 观众感受与神相连

【修炼】“别出错”

【修炼】过年是向广大民众讲清真相的好机会

【修炼】讲清中共不等于中国

目 录

◆海外综合

神韵热持续升温 观众感受与神相连	3
海外学员正法修炼活动简报	7

◆大陆综合

一个曾在外企内给中共做眼线者的转折	9
中国大陆学员近期遭迫害案例选登	11

◆修炼园地

“别出错”	15
在制作真相册子过程中修心	16
修炼人是没有烦恼的	19
珍贵的一天	20
从《西游记》看神的一念与智慧	24
递法律文书让参与迫害者了解真相	26
资料点“小花”越开越艳	29
对“真修弟子没有病”的一点认识	32
讲清中共不等于中国	34
在魔难中用正理看问题	35
过年是向广大民众讲清真相的好机会	38

◆时事评论

烈火遐思	40
直面真相 为了自己与未来	45

躏，是为了我们的未来充满光明。希望今年的除夕，更多的中国人能远离仇恨与小人的算计，平平安安的与家人团聚，明明白白的进入新年。▲

【编者注：因篇幅限制，《明慧周刊》所收内容仅为明慧网每周内容的小小一部份，且多数文章为缩写版。交流文章代表作者在当前修炼状态中的个人认识，谨与同修切磋。请大家共同“以法为师”，“比学比修”。】

二零零零年，清华大学毕业生赵明从爱尔兰回国为法轮功上访，遭关押；因拒绝转化，在北京团河劳教所受尽各种酷刑折磨。二零零一年下半年，李玉强到团河劳教所采访赵明整整一下午。“（她）表现的非常支持法轮功的样子，问我怎么开始修炼的，有什么体会，受益。我于是尽述在大法修炼中身心受益的体会和对大法法理的科学性的认识。”

赵明被营救回到爱尔兰之后，在一张中共制作的反法轮功的影碟中，看到了这次采访的镜头。然而，赵明发现：“就是这次采访的镜头，但他们把我的话脱离了上下文，又加上画外音，完全违反了我话的本意。”“他们如此费力的装模作样采访了一下午，就是为了套取一两句话，试图抹杀我在劳教所受到折磨的事实。”

古有赵高指鹿为马，今有中共把羊说成狼。这对中国人原本不是新闻，而是饱受中共从延安以来所搞的、接连不断的政治运动，用血泪凝成的历史教训。然而，每次遇到党所树立的下一个敌人，很多中国人还是难免落俗，再度上当。

可怜十二岁的刘思影，不但成了中共宣传的祭品，用完之后被悄悄的从这个世界消失，还为中共开辟活摘器官产业、造成十五岁的胡鑫宇们成为中共的“人矿”打开了门户——谁会在乎被众人仇恨的人死不死呢？然而唇亡齿寒，在西来幽灵的嘴里被咀嚼的，今天是她和他，下次又会是谁？

正值天安门自焚抛出和被揭露二十三周年。谨以别人整理的一个自焚真相专辑与有缘的朋友共享。这个链接，每打开一次，都让很多人的心、甚至让这个世界，少了沉重、多了敞亮。

敢于面对历史、直面真相，是为了自己的良心不被蹂



图：二零二四年一月十六日至二十一日，美国神韵环球艺术团在意大利米兰阿尔钦博第剧院（Teatro degli Arcimboldi）上演七场演出，场场爆满、一票难求。图五为一月十九日晚演出的现场盛况。（大纪元）

神韵热持续升温 观众感受与神相连

【明慧网】在二零二四年元月十四日神韵八个艺术团在亚欧美三大洲同天演出后，神韵热持续升温。神韵演出在时尚之都米兰，英国米尔顿凯恩斯，美国北卡罗莱纳州罗利、达拉斯，南加州艾斯康迪都等地的演出纷纷爆满，首次迎来神韵的波多黎各的六场演出、票房提前售罄。

观众们感谢神韵带来的真正的中国传统，有观众将神韵视为“新年伊始的一份神奇礼物”，因为观看神韵不仅让她“了解中国文化的真正精华”，更让她领会到：“人的神性非常重要”，“尤其今天处在科技社会人（与神）的联系、上天对人的精神指导才是最重要的。”

有的等了八年终于如愿看到神韵演出，有的历经曲折，花了七个小时才完成原本三个小时的路程赶到剧院，但为能准时赶上演出，得到艺术家们给观众们“带来的无价之宝”而落下了激动感恩的泪。有的在看完演出后带着“喜悦、幸福、祥和”的感受回家。

意大利教育品德部副部长赞神韵：神性超越尘世

神韵艺术团自圣诞过后至今，在意大利四个城市，上演了二十六场演出，场场爆满，现场观众观看演出后，交口盛赞神韵。意大利教育品德部副部长保拉·弗拉西内蒂（Paola Frassinetti）在一月二十一日下午观看了米兰最后一场演出。

米兰是歌剧诞生地，弗拉西内蒂认为神韵歌唱家非常杰出，她说：“女高音歌唱家非常出色。在我看来，她具有超高的水准。”同时，她表示喜欢神韵的歌词，因为，“歌词真的充满神性。歌唱家通过优美的声音把一个超越尘世、具有神性的理念具体化了。演出美不胜收，让人看了心潮澎湃。”弗拉西内蒂还表示：“神韵对社会肯定有着积极正面的影响。演出吸引了大家来关注传承千年的中国文化，大家对神韵艺术家肯定也是心怀感激。”

米兰所属的伦巴第大区议员登报发贺词

神韵在米兰演出的首日，意大利参议员、前外交部长朱利奥·泰尔齐（Giulio Terzi）在La Voce del Patriota 网站上发表贺词，欢迎神韵。

泰尔齐是意大利现任执政党（意大利兄弟党）的外交委员会主席，米兰所属的伦巴迪大区的参议员。他在贺词中说，祝贺神韵艺术团为米兰阿尔钦博第剧院带来非凡作品，展示共产主义之前的中国原貌。

他表示，这场激动人心、生动活泼、流光溢彩的演出

直面真相 为了自己与未来

文：善果

【明慧网】平心而论，谁都知道真、善、忍好，虽然不一定每个人都能想到，“忍”字同样包含着真诚和慈悲的内涵。然而，又是什么，让数以亿万计的善良中国人，甚至是还不懂设防的儿童和青少年，在闻及法轮功时，不约而同的露出那种恐惧、厌憎的扭曲表情呢！

是的，正是二零零一年除夕，央视大力推出的那部天安门自焚影片，与后来跟进推出的至少数百期《焦点访谈》。

说到这里，就很难避免提到李玉强了。李玉强是央视《焦点访谈》栏目的一名女记者，焦点访谈制作的大量污蔑法轮功的节目，现场记者几乎都由李玉强一人担任。在一个自我介绍中，李玉强说自己“参与制作了四百多期《焦点访谈》节目。曾（因此）获过中国新闻奖、广播电视新闻奖等多种国家级奖项”。

有中央电视台员工向海外媒体证实：李玉强并非央视编制内人员，而是由“610”办公室（一九九九年六月中共为迫害法轮功而专门成立的非法机构）指派的人。据知情人介绍，这个（原来）名不见经传的记者来自于东北，央视的诽谤法轮功节目主要由她采访。

二零零二年年初，李玉强到河北省会法制教育培训中心时，曾和那里被非法关押的法轮功学员进行所谓的“座谈”。当时就有法轮功学员问她“自焚”镜头的种种疑点和漏洞（尤其是已烧的黑焦的王进东，两腿间夹的盛汽油的雪碧瓶子却完好无损）。面对大家有理有据的分析，李玉强不得不当面承认：广场上王进东腿中间的雪碧瓶子是他们放进去的，说是为了让人相信是法轮功在自焚。还说“早知道会被识破就不拍了”。

央视自焚这部影片的制片人也堪称是“用心良苦”，由于面对的观众是所有中国人，所以这部戏选择了在除夕这一天上演，最大成度上激发沉浸在节日幸福感中的人们的同情心，来产生对法轮功的抵触情绪。“自焚者”包括小女孩、大学生——老弱妇孺全占上，让你的心都抽紧、愤怒的不能自己，让这起事件成为二零零一年那个中国新年家家户户团聚过年时都在谈论的话题。

虽然已是尘封往事，但是当年这个编造出来的央视“新闻”播出后，确实欺骗了很多单纯善良的中国人。我身边的普通人提及法轮功时那种恐惧、厌憎的扭曲表情，让我还会时常想起，并为那些仍然被中共愚弄的同胞心生感伤。

结语

中国人的根，扎在中华五千年文明之中，而五千年文明的核心，是儒释道精神，是修炼的文化。中共在窃取政权后，通过文化大革命、篡改教科书等手段，不断的把承载于中国人血脉中的传统文化因素剔除掉，用共产党的假恶斗基因去填充。而法轮功是一门博大精深的古老修炼功法，教人按真、善、忍向善、返本归真。中共残酷消灭法轮功，因为人们随着自己内心向善的渴望而动，人传人，法轮功修者日众，实在是呛了中共的气管。

如果您也是当年这一切的经历者，希望您已经用自己的智慧找到了真相。无论身体是否在中共的控制之下，当剔除了中共塞给我们的谎言宣传，我们的心就是真正自由的。

如果对天安门“自焚”事件的更多细节、背景、评论感兴趣，推荐你看《明慧专题：“天安门自焚”真相》，这里是这个专题的链接：<https://package.minghui.org/mh/packages/zifen>

注重精神内涵，这正是北京共产党政权二十多年以来试图镇压的。“然而，由于艺术家的专业素养以及法轮大法修炼者的辛勤工作，这一尝试失败了。” Terzi 写道，“他们所表现的是共产主义到来之前有着千年底蕴的中华文化。”

他在贺词最后表示：“欢迎艺术家以及所有参与者，他们将神韵打造成世界上最美的演出之一。”

美国资深州议员盛赞：神韵是一场奇观

二零二四年一月二十日晚，弗吉尼亚州资深议员肯尼思·普拉姆（Kenneth R. Plum）和太太在美国弗吉尼亚州的乔治梅森大学艺术中心观看了神韵北美艺术团的第二场演出。他说：“神韵是一场奇观，舞蹈、艺术性和制作，我无论怎么赞美神韵也不为过。”

肯尼思·普拉姆在弗吉尼亚担任州众议员长达四十四年之久，还曾经担任弗吉尼亚州民主党主席。看到一场复兴传统价值、带来希望的演出，他对此心怀感谢，说：“神韵讲述了一个重要的故事，（关于）国家的不同的文化，神韵做的很好，她深深的感动着我，我对此印象非常深刻。”

神韵艺术团的宗旨是复兴中华传统文化，普拉姆强调，传统对维系社会起着非常重要的作用，“（神韵展现的）传统是所有人的传统，而不仅仅属于中国人。”

他表示，“我无法用语言来形容一个政权（中共）如此反对言论自由，如此迫切的想要控制人民，并不允许（神韵）演出，这是多么令人失望。我们在美国，（中共）与我们所相信的正好相反。”

商学院院长：神韵传递积极的讯息 让人身心富足

二零二四年一月二十日和二十一日，乔治梅森大学商学院院长阿贾伊·文泽（Ajay Vinze）观看了神韵北美艺术团在该校艺术中心的两场演出。

阿贾伊·文泽感谢神韵艺术家为分享中国传统文化所做出的努力，“感谢与我们分享您的国家文化……观看神韵演出的体验，让我们的身心变的更加富足。”

他说，“当看到演出中舞蹈、音乐和其他事物的互相配合，以及完美诠释后，我觉的很有意思。”他进一步解释说，演出中不只是各种色彩和音符的流动，艺术家还完美展现了音乐和舞蹈，让他看的津津有味。此外，编排的故事内容也非常好。

文泽表示，演出传递了谐和与和平等积极信息，以及人应该在一种安养生息的恬静状态中生活。

他并说，世界各地都有一个共同点，大家都在寻找和平，都在寻找彼此的安慰，寻找如何能共同生活，如何和平与谐和的生活。

他赞美神韵的演出散发了一种非常正面的能量，让人感觉很好。

神韵首次莅临波多黎各 演出票提前售罄

神韵不仅在曾演出过的城市得到热烈欢迎，还有更多城市的观众期盼能观赏到这台“世界第一秀”。今年，神韵艺术团首次莅临位于北大西洋的大安地列斯群岛四个大岛中最小的小岛，但又是知名的旅游胜地——波多黎各（Puerto Rico）巡回演出。

是自焚还是骗局？



图4：自焚录像中“王进东”的裤子、棉衣烧烂烧黑，但是他两腿间的绿色雪碧瓶却不变形、不变色。（纪录片《伪火》中的视频截图）

的武警拿着灭火毯悠闲的等着，等待演员表演完毕之后，把灭火毯扔在他头上，假装灭火。两位演员表演时间错落有致，和摄影机运镜配合起来，目地明确，就是为了让自焚扮演者说出他是法轮功学员这句话。

而在真正的火灾现场，消防员都是争分夺秒，哪有等被火烧着的人喊完口号再灭火的？王进东这位演员，号称双腿夹着的雪碧瓶是用来装点燃自己的汽油的，而他脸上烧的黑乎乎一片，和那碧绿色的没有损伤的雪碧瓶形成了刺眼的对比。这个片子里的穿帮镜头太多，咱们就不在此赘述了。想看穿帮镜头的朋友可以点击文章下方链接去了解一下。

为被中共愚弄的同胞心生感伤

作为普通电影，后期制作完成后的发行时间也极为讲究，这决定了收视率与票房。不同的观众群，决定了影片是上“暑期档”还是“贺岁档”等档期。



图3: 王进东这位演员, 号称双腿夹着的雪碧瓶, 是用来装点燃自己的汽油的视频截图。(纪录片《伪火》中的视频截图)

定会手持摄影机, 因为当摄影师拿出三脚架, 打开之后, 再把摄影机放上去的过程, 也许就已经错过了很多关键时刻; 同时, 手持拍摄可以保持摄影机的灵活机动。

剧本的情节

好莱坞大片《拯救大兵瑞恩》里, 导演史蒂文·斯皮尔伯格为了追求战地摄影的真实效果, 在诺曼底登陆这场戏的拍摄过程中, 就有意让摄影机晃动, 来模仿战地拍摄的现场效果。

然而拍摄天安门“自焚”的这名摄影者的操作却如此从容, 看起来他很清楚这场戏会怎么演下去、这个机位需要拍摄到什么画面, 丝毫没有怕错过突发事件画面的紧迫感。

切换到另一个机位的画面, 假法轮功学员王进东盘着腿喊口号的镜头:

央视的这个布景中, 开始是全景, 目地是为了让观众看到他在“打坐”(但是这个姿势, 和中共部队的军人盘腿坐姿是一样的, 跟法轮功学员盘腿打坐的姿势却不同)。

随着镜头拉近, 王进东开始喊口号, 与此同时, 后面

海外学员正法修炼活动简报

二零二四年一月二十一日, **新加坡**法轮功学员齐聚滨海艺术中心前, 在著名的景点新加坡河畔, 向师尊拜贺新年好。一些新老学员分享了自己修炼的故事, 感恩修炼大法使自己或家人获得新生。

一月二十七日, **美国**纽约橙县法轮大法修炼心得交流会在纽约上州中城(Middletown)召开, 上千名当地学员参加。

根据**加拿大**法轮功学员、义务协调人雷时忠博士的介绍, 到二零二三年十月份为止, 来自一百五十六个国家(地区), 遍及五大洲的五万多不同族裔、不同职业、不同年龄的民众参加了网上学功。北美英文网上教功班除了每周四个教功班以外, 每个月还举办法轮大法九天班, 播放李洪志师父的广州讲法录像。每个班都吸引大约两百人注册, 大约二、三十人坚持看完九天的录像。

珍妮弗·布肖(Jennifer Bushaw)女士留言说:“(法轮功)学功班深刻的改变了我。写下这段留言时, 我觉的自己都想哭了。就好象魔幻一样, 我简直不敢相信, 它就象从天而降的星星掉到了我的怀里一样。我已经和很多人分享了这些介绍法轮功的短视频, 我希望其他人也能跟我一样。我非常高兴和感激每天早上都能练习法轮功。在几天之内, 我就真的看到和感受到了我的身体和背部的变化。”

美国明尼苏达州法轮功学员二零二四年一月二十日参加在布瑞内德(Brainerd)举行的湖区健康博览会(The Lakes Area Health and Wellness Expo), 把法轮大法介绍给当地居民。人们认为法轮功真、善、忍正是他们需要的理念。

二零二四年一月二十六日澳洲国庆日傍晚, 南澳大利

亚首府阿德莱德举办盛大的“尊重国家游行”(Respecting Country Parade), 和往年一样, 法轮功学员再次参加了这个庆典活动, 受到民众欢迎。匈牙利裔的马丁(Martin)表示听说过法轮功, 以及中共对法轮功的迫害, 他希望早日停止迫害。他很高兴了解到法轮功的真、善、忍理念, 并邀大家一同合影。

鉴于联合国人权理事会一月二十三日基于“普遍定期审查”程序对中国的人权现状进行审查, 来自瑞士、法国、德国、捷克共和国和芬兰等**欧洲**各国的法轮功学员一月二十二日和二十三日在日内瓦的标志性广场——万国广场(Place des Nations)举行集会, 他们呼吁停止中共对法轮功学员超过长达二十四年的残酷迫害、制止活摘器官的罪行、要求立即无条件释放中国所有被非法关押的法轮功学员。

芬兰法轮功学员一月二十日在首都赫尔辛基市中心甘比(Kamppi)商场附近的广场上, 举行“受迫害者纪念日”(Memory of the Victims of Persecution Day)活动, 呼吁制止中共迫害法轮功。

土耳其的部份法轮功学员一月十四日在卡德柯伊市生态生活中心(Kadköy Municipality Ecological Life Center)举办弘法和讲真相的活动。学员向市民展示五套功法传递法轮大法的美好。不少人当场学炼五套功法, 还有人说:“修炼法轮功将是自己余生要去做的事情。”▲

精心设计的画面

从一位职业摄影师的角度, 通过这短短几分钟的影片, 其中运用的镜头语言, 我可以解读出许多我熟悉的电影拍摄手法。这是一个所谓的突发事件, 却被央视拍出了电影感。

镜头语言说白了就是用镜头讲故事。导演和摄影师通过一系列的画面向观众讲述一个故事。而通过这些精心设计的画面, 观众能够感受到拍摄者想表达的内容和情感。一位富有经验的导演能巧妙的运用镜头, 将观众引入故事情境, 使他们能够跟随导演的思绪融入其中。

这部央视影片的开头就是一个从高处拍摄的镜头。这名拍摄者明显是找了一个制高点, 这是个完美的拍摄角度, 用来告诉观众事情发生的地点。试想, 如果是在平地上拍摄, 画面很难如此一目了然。

央视的拍摄者在拍摄了足够的远景画面后, 摄影机镜头慢慢拉近。从这个稳定成度, 不难看出, 摄影机是放在三脚架上拍摄的。而在面对这类突发性事件时, 摄影师一



图2: 央视报道天安门“自焚”事件的视频截图



图1: 作者拍摄的一部纪录片的场景, 几栋房屋遭受火灾后满目疮痍的焦黑废墟。
(摄影: 艾文)

烈火遐思

文: 艾文

【明慧网】我曾经是一名新闻摄影师, 后来成为一名职业电影摄影师、灯光师, 在北美从业十几年。

题图是我去年拍摄的一部纪录片的场景。纪录片讲述的是几栋房屋遭受火灾后, 屋主寻求保险公司赔偿过程中发生的故事。

看到照片上这满目的焦黑废墟, 心中感叹水火无情。说到火, 我脑中不禁浮现出一桩印象深刻的与火有关的往事, 虽然二十三年过去了, 当天的情景仍历历在目。

那是二零零一年的除夕, 中国人都在为即将开始的新年假日忙碌着, 空气中充满着喜庆又热闹的气氛。而央视新闻突然间铺天盖地报导有五人在天安门广场“自焚”的新闻, 并声称是法轮功学员所为。

一个曾在外企内给中共做眼线的转折

文: 大陆大法弟子

【明慧网】这个曾给中共做眼线的人, 是我一位朋友的丈夫。他在退休之前是一个外企的高管。

由于业务需要, 他每天必须“翻墙”, 对国内外形势了解很多, 对法轮功保持中立的态度。后来, 他亲眼看到自己的妻子(我的朋友)修炼法轮功后严重的颈椎病等多种疾病消失了, 再也不用他每天早上先给妻子翻身、按摩、扶她起床了; 以往常年病病歪歪的妻子现在能精力充沛的操持家务、照顾家人、全力支持他的工作, 这令他感动, 对法轮大法开始怀有善意, 于是他告诉自己的妻子: 他进外企工作之初, 国家安全机关找他谈话, 说因为他是党员、退伍军人, 符合做该企业情报收集的条件, 所以要他对该外企公司所有的人暗中进行监视, 并把所见所闻全部记录下来, 每周送交一份汇报, 有特殊情况及时报告。

妻子炼功恢复健康之后, 他告诉妻子: 我现在不做“眼线”了, 还坐上高管的位置, 但我知道身边也有人盯着我、盯着全公司, 是谁(在盯着我和全公司)我都知道。其实所有中外企业里都有中共安插的“眼线”, 你们一定要注意保密、注意安全。

的确, 现在中共就象当年将中共党员安插在国民党里一样, 在所有中外企业里强行建立共党支部, 这些支部其实就是特务机构。

这位朋友的夫家有台湾亲戚, 曾多次邀请他们加入台籍, 都被她丈夫婉言谢绝了。可是, 就在香港事件发生后, 她的丈夫义无反顾的带领全家去了台湾。这个转变是怎么发生的呢?

原来朋友的丈夫看到香港警察暴力殴打和平民众的视

频后，将视频传到朋友圈。没想到，四、五个警察突然闯进他家，吼叫着，不由分说将他从床上拉扯下来，把他身上的衣服拽起用来蒙住他的头，然后就往门外拖他。我那位朋友听到动静从楼上跑下来，问警察为什么抓人。经我这位朋友和警察交涉，后者才同意让她丈夫穿上外衣和鞋子被带走。

她丈夫被放回来后，失去了以往温文尔雅和饱满的精神状态，整天失魂落魄的躲在屋里默默流泪，不肯见人，也不肯讲被抓走后的经历，出现抑郁病态。经过一段时间，在妻子的安慰、劝解和照料下状态才有好转，但仍然不肯见家人以外的人。后来他痛苦的对妻子说，警察审讯第一句话就问：“你是不是炼法轮功的？！”他说：“他们对我们普通人都这样，真不敢想象法轮功是怎么挺过来的。”

另一位同修（化名王姐）在看守所听同监舍人讲自己找工作的经历。那人说，她以前在那个台湾公司里上班好几年了，待遇不错，她就想踏踏实实干到退休。后来听说上面和台湾关系紧张，底下那帮狗腿子借机故意找茬勒索，老板没喂饱那帮狗，愣是让狗崽们把公司搅黄了。老板回台湾了，她也下岗了。她后来才明白，台湾不好使——（共党）老子需要你了，您就是“台胞”、“同胞”、“一家人”，亲！不需要你了，你算什么？一脚踹开，能滚多远滚多远，否则就把你消失！

还有一位同修（化名小张）被非法抓捕。在中转站期间，同监舍有一台湾女孩见到警察疯狂“执法”后，她小声的连说三声：“土匪！土匪！土匪！”后来她回答同监舍人的问话时说：“我宁肯回台湾坐牢、要饭、捡破烂，坚决不再进土匪窝！”

中共恶党当初夺权时靠欺骗利用了农民，结果大饥荒饿死人数最多的是农民，直到现在最贫困的还是农民。中共称工人是“领导阶级”，给他们戴高帽，而最早下岗失业

比如，我身边有一位同修，之前她外出总有警察盯着她，觉的她所谓的“重点人物”。后来，她觉的我们和警察之间的关系不应该是迫害与被迫害的关系，应该是救度与被救度的关系。她就想主动和监视她的警察讲真相。但是平时好象还没有太好的交流话题，她就在过年期间，主动给监视她的警察发送了衷心祝福警察及其家人的新年问候短信，不久，监视她的警察也给她回复了，谢谢她。后来监视她的警察再没有去监视她了。

另一个方面，过年了，我们中国人有全家团圆、走亲访友的习惯，无论千里万里，无论有钱没钱，但是一定要回家过年，带上新年礼物，还要去亲戚朋友各家拜年。这个时候，因为人群的自然聚集，就会更有利于增强我们讲真相的效果，扩大我们讲真相的范围。或许你只告诉了一个人真相，他明白真相后，就会很自然的分享告诉给身边的家人、亲戚、朋友，这样就会由点带面，不断扩散，让更多民众明了真相从而得救。▲

与少，我要坚守，继续兑现我的誓约。在这一年中，我为超过二千多位中国游客办了三退。

那天凌晨发完正念，看到师父的新经文《远离险恶》，心里更加明白自己所过的病业关及旧势力的干扰，是自己生生世世所造的业力，促成今生修炼的难。我坚持二十多年在牛车水或景点讲真相、促三退，经历过许许多多的坎坷。在坎坷中、在魔难中，弟子感恩师父的加持与保护，感恩师父无数次的慈悲点化，让弟子坚守着自己的史前誓约，让生命在大法中闪亮。

谢谢师父！

谢谢同修！

（二零二三年新加坡法轮大法修炼心得交流会发言稿）

过年是向广大民众讲清真相的好机会

文：中国大陆大法弟子

【明慧网】中国传统新年是中国人最隆重的节日，儿女们不管离家多远，都要赶回家来合家团圆过大年，亲朋好友间也都会送上新年礼物和祝福。过年代表团圆、和谐和幸福。

作为大法弟子，我们都知道救人的紧迫，在这个时候，我们千万不要混同常人，放松自己，反而应该充分利用这个宝贵的时机，向广大民众更广泛、更深入、更细致的讲清法轮功被中共邪党迫害的真相。

一方面，过年这个时间段假期比较长，很多人都在放松休息，有时间静下心来去了解大法真相，也更容易更深入的去思考与真相相关的问题。同时人们情绪上基本都沉浸在过年的氛围中，忙前忙后都在置备年货，人的一面的团圆、和谐和幸福的意识也增强了人明白的一面的清醒。

的却是工人，工人现在也是处于维持基本生活状态。现在恶党统治不稳了，又故伎重演，称“人民是国家的主人”，一切为了人民，给人民灌迷魂汤，跟它走做殉葬品。中共对台湾是又拉又打，要尽两面三刀的流氓手段。中共迫害法轮功的手段更加阴险、毒辣、残忍。

然而恶有恶报，谁也逃不掉。中共绝对逃脱不了被神彻底灭尽的下场。很多人都在拭目以待。

中国大陆学员近期遭迫害案例选登

黑龙江肇东市五法轮功学员占祥军、袁爱荣、杨淑君、孙琴、熊起亮，二零二三年九月四日被绑架、非法关押构陷，十一月二十日被黑龙江省安达法院非法开庭，十一月二十八日被非法宣判：占祥军，男、五十二岁，被非法枉判八年六个月，并勒索罚款两万元；袁爱荣，女、五十岁，占祥军的妻子，被枉判四年，勒索罚款一万元；杨淑君，女、六十多岁，被非法枉判四年六个月，并勒索罚款一万元；孙琴，女、六十岁左右。据家属说她被非法判刑三年。在以前她曾经被非法劳教几次；熊起亮，男、四十六岁，被非法枉判一年。在判决书下来好几天后，才告诉家属。

黑龙江牡丹江市东宁市六十四岁的法轮功学员肖华女士二零二三年九月十九日在讲真相时遭警察绑架、非法关押构陷，同年十二月二十二日遭海林市人民法院非法判刑三年六个月。肖华已提出上诉。

黑龙江牡丹江市优秀教师、法轮功学员佗文霞，在中共对法轮功的持续迫害中，曾被绑架七次，身体不堪重负出现了严重疾病状态，于二零二三年十一月五日含冤离世，终年七十三岁。

居住在**山东**青岛市的七十二岁的黑龙江籍法轮功学员魏春荣女士，二零二四年一月十一日遭青岛即墨法院非法判刑三年半、非法罚款一万元。魏春荣当即提出上诉。魏春荣老人二零二三年十月十二日遭青岛即墨法院非法庭审，律师做无罪辩护。判决书中迫害构陷的材料都是妄加陷害、罗织罪名。

山东东营市胜利油田退休女职工陈国华，二零一五年底查出直肠癌，于二零一六年开始修炼法轮大法，身体康复；二零二一年四月被警察入室绑架迫害，健康状况开始下滑，二零二三年十一月二十九日再次被五个警察突然闯入家中劫持，于十二月十一日含冤离世，年仅五十四岁。

天津北辰区燕宇艺术家园法轮功学员刘桂荣，被非法关押在看守所构陷一年，再次被非法判四年，已被劫持到天津女子监狱，家属已探视两次。二零二二年十一月十九日，刘桂荣再一次被天津市北辰区佳荣里派出所国保大队绑架。据悉，这是她第四次被非法判刑。

吉林长春市五十九岁的法轮功学员逯金华女士二零二三年二月十九日被长春二道分局东关派出所警察绑架，之后她被构陷到法院，被秘密开庭、非法判刑四年，她已被送往吉林女子监狱。

吉林长春市九台区法轮功学员姜兵二零二二年十一月十一日因发放真相资料，被九台区工农派出所恶警绑架、殴打，后送到长春看守所。由于身体原因被看守所拒收，他被恶警拉到一个宾馆关押迫害几天后送去长春市中心医院，身体越来越差，全身浮肿、呼吸困难、上吐下泻。十一月二十八日，工农派出所强迫他家人签取保候审才放人，姜兵于二零二三年三月二十八日含冤离世，终年六十岁。

吉林长春市法轮功学员张宏二零二三年二月十九日被二道区荣光派出所四个人入室绑架、非法抄家，之后被长

只要到达景点，足跟就不痛了，我能自由的穿梭在游客中，找到中国人直接讲真相、促三退。可回家途中，走在路上总是不舒服，有时还一瘸一拐的，于是，我会放慢脚步，要求自己正常走路，不把走路不便形成习惯，也不影响人对我的印象。有时，我会在心中求师父帮助。

在景点上，有个专门给中国游客拍照的摄影师。那天，他突然笑着对我说：“晚上中国游客多起来了，没有中国人，千万别做。有中国人，才做。”我心里想，难道师父借他的嘴在告诉我，讲真相要找中国人，要重视下午的人，也许我傍晚也得来看一看。当天傍晚我再次来到了景点，我看到了不少中国游客，我知道我不能落下他们。

于是，我决心早上及傍晚都到景点，面向中国人直接讲真相、促三退。我不再理会足跟痛不痛，也不再去感受疼痛的如何如何。几天后，我发现我打坐时，后背整条脊椎挺直了，前面腹部也不会往前沉。我体悟到，修炼人坐要端正，为人也要更正直。我也要把自己喜欢翘二郎腿的习惯改掉。我有时走路时，会觉的自己高大无比。

在这篇体会写到结尾时，我突然发现在自己的潜意识中，有一个固有的认识：“自己都六十岁了，年龄大了，生老病死，这都是宇宙的规律。”我马上意识到，大法弟子是有师父管的，不受低层生命管，这个思维观念会被旧势力、邪恶的生命钻空子，会给自己带来生命危险。我马上否定它，并发正念清除干扰。

在过关中，我学会了在魔难中用正理看问题，学会了感恩，魔难的出现让我成长、升华，我感受到心里的平静和喜悦。做事从感性到理性使自己更加成熟，放下怨气，心中没有敌人。也更能体谅在魔难中的同修过关的不易。我的心胸宽大了，心境平和多了。而在这过程中，我明白，在景点向中国人讲真相促三退是我的誓约，不论景点人多

国人。去年某月中旬，我回到牛车水讲真相促三退，可不久，我的右足跟痛起来了。而这个足跟痛也真奇怪，早上出门讲真相不痛，回来搭地铁休息后，一踏地，脚就痛，一瘸一拐的步出地铁闸门，走走后又不痛了，反复如此。

先生（同修）说：“年龄大了，骨头钙质流失了，营养不良，要多喝牛奶。”我各方面都注意了，足跟痛还是依旧，甚至有时腰都不舒服、双脚板也麻痹，有时还感觉到全身发麻。我开始心慌，不知怎么办？

就象师父在《转法轮》中说的：“身体不舒服，心也不舒服。”我心里真的不舒服了，什么想法都上来了，连各种人心、怨言都出来了：“怎么这么长时间，还没好呢？”

向中国人讲真相不如意时，心里念叨：“你这中国人不识好歹，我脚痛，你不三退保平安，还叫我走开。”“要是我得了什么病，躺在床上，影响一大片，这怎么办？”“我家人知道怎么办？”我越想越担心。

有时，还会想起同修说的，谁谁脚如何如何，没气力不能出去讲真相了；有的因为病业躺在床上，让人伺候了；有的去看医生了，做了手术了；有的因病业离世了。走在路上，看到前面的行人走路也是一拐一拐，我心里觉的很慌，很害怕。

但还好，由于自己在修炼中，长期学法，有时还背法，打下了对法坚信的基础。所以，自己主意识还是很强的，每当魔难来时，知道自己还是要坚持，不能趴在那儿起不来。

我向内找自己还有什么地方可以再提高升华的。担心、埋怨心、耿耿于怀、怀疑心、欢喜心、争斗心等等这些不好的执著心，在这个过程中反复的出现，我就一点一点的去掉。

去年三月份中共结束清零，新加坡的中国游客开始增多，我又回到鱼尾狮景点讲真相。每天早上，我准备好资料，八点钟一到，不论足跟痛与不痛，出门去景点讲真相。

春朝阳法院非法判两年，并于十二月十三日被转到兰家女子监狱。张宏（张红）一直和八十多岁的老母亲生活，她被绑架后老母亲生活自理很艰难。家属不知什么时间她被判刑，也没有收到判决书。

辽宁葫芦岛兴城市法轮功学员胡永利被非法判刑两年，已被劫持到辽宁省盘锦监狱；其亲戚、法轮功学员谭玉梅被非法判刑一年，已被送去辽宁省第二女子监狱继续非法关押迫害。二零二三年四月四日，谭玉梅在沈阳北站欲乘车结束串亲戚返回兴城时，被沈阳北站派出所警察搜出法轮功真相粘贴等，随即被非法扣留。当天，沈阳警察就到兴城谭玉梅家非法抄家。四月六日，沈阳警察通知兴城市宁远派出所警察绑架了谭玉梅的亲戚、法轮功学员胡永利（男）。

辽宁海城市法轮功学员孙素云二零一零年八月被绑架、非法判刑三年，二零一一年三月被劫持到沈阳女子监狱，在五监区被迫害致瘫痪在床上，十多年生活不能自理，她于二零二三年九月二十六日含冤离世。

天津滨海新区塘沽渤海石油法轮功学员初燕二零二三年四月三十日在上海闵行区被警察绑架，目前已被上海法院非法判刑一年六个月。

河南淮滨县法轮功学员任鹏，在浙江杭州市工作，二零二三年四月五日因发送法轮功真相资料被绑架、非法刑事拘留，关押在杭州市萧山区看守所。二零二四年一月二十二日得知他被杭州市萧山区法院非法判刑一年一个月，勒索罚金一万元。

四川南充市法轮功学员邓国君女士日前被高坪区法院非法判刑一年，于二零二四年一月二十三日被警察绑架到看守所。二零二二年九月十九日早上六点左右，南充市高坪区公安分局政保大队教导员陈周军、伍方芳等六个警察闯入法轮功学员陈代友、邓国君夫妇的家非法抄家，抄走

了法轮大法书籍及电脑、打印机、影像制品等私人物品。二零二三年三月三十一日，陈周军、伍方芳将构陷邓国君的案子移送到高坪区检察院。

甘肃兰州市七十一岁的法轮功学员苏安洲，二零零二年八月参与法轮大法真相视频的插播，他后来被兰州市城关区法院非法判刑十年，遭八年冤狱折磨，期间他的妻子、儿子都被中共邪党迫害致死。苏安洲二零二二年八月再次被绑架、非法监视居住，被迫害致卧床不起，于二零二四年一月十日含冤离世。▲

在魔难中用正理看问题

文：新加坡大法弟子

【明慧网】

尊敬的师父好！

各位同修大家好！

我一九九五年开始修炼法轮大法，修炼后，长期以来的月经痛、左颈椎不舒服、难治愈的咳嗽等问题一下子都不见了。大法在祛病健身中展现的神迹让我惊叹不已，因为当时作为中医师的我，深知自己的病是很难彻底根治的。那几年的个人修炼中，我感受到无病一身轻的自在。

在修炼过程中，只要病业的状态出现，我会把它当成旧势力利用病业的假相，干扰我做正法的项目。我仍然到街头、景点讲真相促三退，就这样一、两天病痛就消失了。比如，有一次，我出现左边肩周炎的病业假相。这种病往往在人五十岁左右出现，也叫五十肩。一旦得这种病很难治愈，也很痛苦，穿衣服都困难。有时候触及到神经点时，整条手臂就象被电电到，手臂不能动。但我没当一回事，拉着拖车，到街头摆展板讲真相，很快就好了。

有时候，师父的法理也会在脑中浮现，让我心里明白怎么回事，从而过好关。一次，左膝盖疼痛，弯曲不便。但工作时，女主人却要我蹲着抹地板，还要来回抹二次。我心里有怨言，但师父的法理马上就在脑中浮现，告诉我要还业。我马上不说一句话，蹲下来，忍着疼痛把整间屋子给抹干净。神奇般的，第二天，我的膝盖伸屈自如。

二十几年来，在病业假相的过关中，我都能很快、顺利的走过来，不影响修炼证实大法，我每天在新加坡牛车水唐人街或景点向中国人讲真相、促三退。

中共病毒爆发三年，本地封城，那时路上难得看到中

讲清中共不等于中国

文：大陆学员

【明慧网】现在谈起国外，大陆人很多就说海外歧视中国、排华可厉害了，有些从海外留学回来的人也这样说，体制内的人也这样说。

一说中共的罪恶，哪怕是人所共知的罪恶事实，可能一些大陆华人马上就自动为中共辩解，说什么各国、各朝各代都是为自己的统治服务，哪儿都一样。

其实他们这是从一出生就受中共邪党洗脑造成的。时间长了，就象有人形容的，脑子里装了中共的芯片，思想言行都受那个芯片操控，根本不会独立思考。所以他们不明白，海外各国政府与民众，是被中共邪党折腾的“排共”，反感被中共邪党破坏掉传统道德与素质修养的中国人的不良习惯，并不是排华或辱华。

希望海外讲真相点，先把中共不等于中国，不代表中国人民，爱国才更要退出邪恶的中共组织，共产党是西来幽灵，破坏中华五千年传统文化道德，中共历次运动害死八千万中国人，现在还活摘善良的法轮功学员及其他百姓的器官牟利等等事实摆在那里。中共比魔鬼还邪恶——如果胡鑫宇的尸体真挂在树上一百多天，狗却闻不到味，那么他当初翻墙进入时，护院的狗也听不到吗？中共撒谎脸皮比城墙厚，抵赖罪恶更是没有底线。

人们认清了中共的邪恶本质，才能主动与中共切割。

“别出错”

文：英国大法弟子

【明慧网】二零二四年一月二十一日星期日，在观看神韵艺术团于英国北安普顿的最后一场演出时，我看到了许多其他空间的景象。

这里想与大家分享其中最感人的一幕：当台上演唱最后一首歌曲时，头戴王冠、身着大袍的古老国王们和王后们从观众们的身体里走了出来。他们坐在王的宝座上、头顶伟大的金色光环，每一位的身量都几乎与剧场一样高大。他们聚精会神的听着这首歌，身体前倾，流下了泪水。他们被歌词和演唱者的伟大慈悲所感动。伴随着他们的泪水，数以百计的生命开始从他们头顶的光环中射出、飞向他们的天国家园。这些国王们和王后们也可以飞射而去，但他们滞留不前，想听完整首歌曲，因为他们从未听到过这样的慈悲。然而，他们的众生已经从他们头顶的光环中奔涌流出、返回（天国）家园，就象气泡从沸水中涌出那般热烈。（这首歌曲势不可挡的慈悲，以及看到这些早已被遗忘的国王们和王后们与他们的众生一起得救，我的泪水也止不住的流淌下来）。

当这首歌最后一句歌词的“神路开”三个字唱出时，金色的天门敞开了。王座上伟大国王们和王后们立即乘着金色的能量流向天疾驰。然而有些人却被耽搁了——他们悬浮在观众席上方，被相应观众的主意识所牵连。

大幕落了下来，两位主持人出场报出压轴的节目。这时，一位主持人在句子上犯了一个小错误，结果导致一些观众的主意识有了瞬间的走神并随即与天门的金色能量流脱节。当这一情况发生时，国王们和王后们（以及他们的众生）变的徘徊不前。他们感到迷茫，于是有了停顿与悬浮。（此时的他们）既不在天上也不在人间，无法进入金流而回

家——只有当观众的主意识集中精力并能接受演出的文字和节目时，它（主意识）才会进入通往天国之门的能量流，使他们的国王和王后得以飞上天庭）。

在最后一个节目的演出中，当大佛出现并转动金轮时，这些国王们和王后们快速飞向天空。紧接着，他们数以百万计的众生从观众们的毛孔中以巨大的密度涌出，进入金色天门的能量流，就象压力锅中冒出的蒸汽那样，每一个蒸汽分子都是一个众生——所有的众生都在金色光束的照耀下射向天国家园。

在制作真相册子过程中修心

文：大陆大法弟子

【明慧网】一天，我去县里技术同修家求助，正巧赶上他和妻子用自封袋装真相册子，五颜六色封面的各种真相册子摊满了床，无论是水墨画封面的《金种子》，还是年画封面的《天赐洪福》，就连人物照片封面的《真相》，打印的图象都很清晰，颜色鲜艳漂亮。

对于制作真相册子，我可不是外行。在我的眼里，这些封面打印的完美，简直无懈可击，我连连称赞。也难怪技术同修的妻子每次见到我都要夸夸她的打印机。这次我真的见识了。其实，这台打印机是早就停产的佳能4980。

技术同修笑了，他说：“你要是需要，就把这台打印机带回家吧。”好事来的太突然，我有点不好意思了，这不是夺人所爱，合适吗？技术同修的妻子也帮着打包，她说：“合适，合适，拿去吧，我还有别的。”她家用的打印机一般都是别的同修淘汰下来的，到了她家，用什么什么顺。

过了两天，我去学法小组学法。我一直与A同修配合制

我那时的悟性被强大的执著掩埋了。渐渐的鼻子里有血痂，牙也开始肿胀，牙痛，造成学法困，头晕、头沉、发胀、迷糊，严重时躺下缓解，最后发展到血在嗓子眼儿处往上漾，我感到问题的严重。但是心里知道，这不是病，是执著吃肉造成的这种情况。我连一丝上医院检查一下的想法也不曾有，然后下决心去掉了吃肉的心。

一天打印《明慧周报》，我困的眼睛睁不开了，头晕的很沉，就跟打印机商量，你好好干，我躺一会儿，结果刚躺下，一张打印纸“咔”一声飞穿出来，吓我一跳，捡起纸张，又躺下时，打印机立刻停止工作，黄灯闪两下。我知道是自己的错，是慈悲的师父以这种方式“棒喝”弟子。我毫无怨言，挣扎着坚强的站起来，收拾好机器，打印机开机后正常工作，顺利打印直到最后。其间很难受，但是很清醒，因为我是修炼人，是在过关中去执著心，我没有当它是病，也就不是病。

我很后悔又很惭愧，感到对不起师尊，一个吃肉的执著心要拖那么长时间才去掉。后来我学会主动修炼，口断执著，真正把吃苦当成乐。心性提高上来，常人观念也转变的快了。人为什么有病？为什么有魔难？都是自己生生世世造下的罪业积累下来的。修炼人必须学好法，以法去修，逐渐同化宇宙真、善、忍特性，返本归真。

我们在末法时期，幸遇师尊传大法，师尊慈悲众生，用神功唤醒千百亿生命，把在大法中修炼的人都当作弟子带，讲往高层次上带人，我们用什么也报答不了救度我们的恩师。作为弟子，能做的就是听、信师父的话，时刻把自己当作修炼人，按法的要求做到真修实修。具体的说，在各种矛盾中向内找，向内修，在受到不公对待时，也能看的开、高姿态，把吃苦当成乐事；能做到明明白白的在常人利益当中吃亏而不动心，因为吃苦能消去罪业。

弟子感谢师父慈悲救度！

对“真修弟子没有病”的一点认识

文：辽宁大法弟子 净文

【明慧网】我是一九九八年得法的女大法弟子，从第一次拜读《转法轮》，师尊就给我净化了身体，我从一身是病到无病一身轻，从迷茫、肮脏的世界里解脱出来，身心在学法中快速得以提升，梦里常在空中飞行，有时还看到天国世界的殊胜美景。回首二十几年的修炼历程，没吃一粒药，没打一次针，尝到了人真正没有病是啥滋味。下面谈一谈自己对师父的讲法：“真修弟子没有病”（《休斯顿法会讲法》）的一点体会。不足之处请同修慈悲指正。

在修炼中，会遇到各种各样的魔难。例如，身体会突然感觉不舒服，牙疼了，胃痛了，血压高了等等，或者遇到不顺心等其它麻烦事，我们首先应该想到的是法，想到自己是修炼人，修炼人是没有病的，是金刚之体。刚刚开始修炼时，师父就已把我们的身体净化到没有病的状态，我思维敏捷，体态轻盈，走路轻飘飘，骑自行车就好像有人推我一样，深知这一切是师父给的，是大法给的。

但是修炼不容易，既艰苦又严肃，是一个去自己执著心的过程，所以要重心性修炼，我们修炼的目地是要回天国世界，任何一颗人心都带不到天上去。我对吃肉的欲望就非常大，从来感觉不到吃肉恶心、想吐，吃饭没有肉，就感到吃不饱。我曾经在商场食堂做饭，有几个人专爱吃红烧肉，三天两头就吃一顿，我就借机会品尝。后来终于有一天，就如法中所讲：“为了让他去这个心，怎么办哪？他吃了肉就会肚子疼，不吃就不疼，会出现这种状态的，意思就是不能吃了。”（《转法轮》）可惜我没能抓住机会修去吃肉的执著心，放松了自己，滋养了它，只要肚子不疼时还要吃，甚至在家里吃饭时都被不修炼的家人提醒得少吃肉。

作真相资料。我有一台专门打印封面的打印机，打印效果不错，所以我供给她真相册子的封面，她自己打印内页。这天晚上，她把过期的、没用上的封面退还给我。唉，我心里很是不安，自责给她的太多了。接着，她又把她的打印机打印的一张封面给我看。我感觉我打印的封面效果明显好，就拿着那两张封面给同修们看，询问大家的看法。有同修说，这张颜色深，那张颜色浅。有位老同修略带责备的口气说：“都一样，能救人就行，别讲究那么多。做成你这样，得多花多少钱啊！”我没说话，讪讪的拿回了那两张封面。

回家后我一直在琢磨，为什么我打印的封面明显清晰漂亮，却不被老同修认可呢？我想起师父说：“如果是救人需要做的精美一点也可以”（《各地讲法十》〈在明慧网十周年法会上讲法〉）。现在明慧网设计的真相册子越来越好，内容丰富，图文并茂，比起十年前不知提高了多少倍。而且，我打印的封面不需要额外多花钱，打印机是我自己花钱买的，就是技术同修送我的那台打印机，我都拿出了一千元钱用于做资料。我不去旅游，不买好衣服等等，省下钱来买打印机，没什么可指责的吧？向内找我该修什么呢？

过了整整两天，我才想明白。我找到了自己的两个执著心：一个是显示心；一个是强加于人的心。我拿给同修们看两张封面，是显示自己做得好；另一方面，是想求得大家的认可，继续供给A同修封面。以前不管A同修愿意不愿意，我总是给她一大叠，造成了她的积压。我决定以后A同修要，我再给。她退还的过期封面我销毁后，自掏腰包，按每张五角钱放到了做资料的费用里。

说完制作，我还想再说说包装。以前我爬楼挂门把，使用普通的小马甲手提袋，就是上面印着笑脸的那种。原先我在路边花坛等处也拾到过被丢掉的真相册子，有的是装在自封袋里，看起来很精致，但没有引起我的特别关注。

那天在技术同修家，我看到许许多多装在自封袋里的真相册子，是特别薄的自封袋，越薄越透亮。不用再斟酌了，这种自封袋比装在马甲袋里正规、精致多了。我去批发市场用两分八厘一个的价格，买回来很多自封袋。把册子挂在门把手上，并不十分牢靠，极有可能主人一推门，袋子就掉到地上了。我现在把装在自封袋里的真相册子直接竖立在门边，这样发起来更合理、更安全。

还有的同修，不只是一位，把真相册子用当地晚报的报纸包裹起来，他们说这是单位给订的报纸，攒一大摞也没什么用途。我们好几位同修在一起交流过，有的同修说：“晚报报纸是中共邪党的喉舌，满纸是邪恶的文字。另外空间一切都是活的，邪党报纸的空间场充满共产邪灵烂鬼。邪灵无孔不入，根本就不能让报纸进家门，不允许共产邪灵进家门。救人的册子不能用毁人的报纸包裹。”大家各执己见，交流结果并不理想。

我想，我应该把自封袋装着的册子给用报纸包裹真相册子的同修看一看，让他们自己比较，让他们自己决定用什么包装好。我要坚决修去强加于人的执著心。

同时，我要尽自己最大的努力，诚心、敬心、精心、静心，制作出赏心悦目、雅致、精美的真相册子，使更多有缘人得救！

修给师父做贺卡。当我在明慧网看到我发的贺卡时，我想师父一定看到了，我就无比欣慰。师父新经文来了，做五十多份不够，陆续还有人要，我很高兴，说明同修多，是好事。每天忙而充实，心越来越清净，心里只有三件事。

我家也是学法小组，学法小组的同修都很精进，在市里、到农村集市讲真相。每周都有几百人的三退（退出中共邪党组织党、团、队）名单。

资料点的路走的正，我们资料全从明慧网下载，决不标新立异。

协调同修看我行动不便，说：“要有身体健全人承担，你就不用做了，你太费劲了。”师父说：“吃苦当成乐”（《洪吟》〈苦其心志〉）。我说我不怕吃苦，吃苦能消业，等我修圆满，身体就健全了。

回首资料点能平稳走过十六年多、快十七年了，感慨无限，一路走来，离不开师父看护。无限感恩慈悲伟大的师父。

资料点虽然在我家，可它是我们整体的，技术同修按照明慧网的要求安装系统和更新，使电脑上网安全顺畅；我使用的耗材是多名同修给买、给送；有同修给修打印机；做护身符同修切；做《九评共产党》、《共产主义的终极目的》，我只做打印，同修装订。我们都能放下自我，无私无我，在法上修，整体配合，资料点小花越开越艳。感谢所有与我配合的同修！

感恩师父给我安排的修炼路，使我残而不废，在修炼中炼就金体。

师父最近的两篇经文，看后非常震撼。我要学法得法，修好自己，同化法，做师父的真修弟子，坚定的走在师父安排的修炼路上，多救度众生，兑现誓约。

破坏资料点，我心也不稳。打开打印机，外面一有动静，就从窗户看看。我发现这怕心，在法中归正，去掉怕心，心态平稳了。

有发我做的资料的同修被警察迫害，我怕牵连到资料点，心就不安，直到放下这颗心，才能平静。

打印机出现故障、打印头堵塞，就着急，怕耽误时间。我是急性人，时间长了，急躁心磨没了。

三、资料点“小花”越开越艳

资料点逐渐扩大，又增添佳能打印机、激光打印机、刻录机，更大量并认真的制作着珍贵的让世人明白的真相资料，《明慧期刊》、真相传单及多种真相光盘、破网软件和《九评共产党》、《共产主义的终极目的》这些揭穿中共恶党邪恶、救度众生的珍贵资料。做不干胶，也做过护身符、真相币、台历，发表退党名单，也能简单排版，给同修录制音频、视频等，只要能证实大法，救度众生，对同修修炼有提高的，我就去做好。

大陆疫情以前，协调人为让同修走出来，就叫发真相资料，资料点每天都有活干，每周做二合一大册子七、八百本。早晨发完正念，给师父敬完香，就把电脑、打印机打开，坐下来，就干活，因为我行动不便，就不再动了，一直干到下午三、四点把活干完，再去吃饭、发六点正念。

师父要我们做的三件事，要同时做好，发完下午六点正念，就学法。那时我以背法为主，使自己溶入法中，也学经文、各地讲法、上网，我上明慧网从没被封住过，直到发完半夜十二点正念睡觉，早晨炼功；做资料时，听周刊、修炼园地等；现在市里同修真相资料发的少了，同修往农村发，我现在做的资料，都往农村发。

我最开心、最喜欢做的事是，代表我们学法小组的同

修炼人是没有烦恼的

文：中国大陆大法弟子 天瑜

【明慧网】救人的事遇到了瓶颈，在不知该如何是好的时候，家里人又给了些许压力，只觉的无论是大法救人的事，还是家里常人的事，都好难、好苦恼，让人有些喘不过气来，我就一个人去外面透透气。

突然一个声音打进我耳朵：“修炼人是没有烦恼的、修炼人是没有烦恼的……”我意识里知道，是师父看我紧抓人的东西不放，在点化我。

是呀，我们是修炼人，面对得失都不动心的，面对羞辱都会高姿态的，师父教了我们这么正的应对方法，怎么还会有烦恼呢？！是不是因为自己被人心控制了，才会有情绪波动？是不是在利益上看不淡、在面子上放不下，才会又烦又恼的呢？如果常人的什么东西都放的下，又何来烦恼呢？！

记的有一句警言：宠辱不惊，闲看庭前花开花落；去留无意，漫随天外云卷云舒。上学时年龄小，只知道字面意思，体会不到里面的含义。现在得法这么多年了，师父的法在不断的学着，回过头来再看这些警言，才知道那是一种境界、一个层次。古代的常人能做到宠辱不惊、去留无意，我们是修炼人，有师父法的加持，是不是应该做的更好才对。

我独自走在傍晚无人的街头，周围一片安静，我静下心来向内找，自己到底是误在了哪里？最后，总结出两个字：急和情。

我希望能快点解决受迫害的同修正在经历的魔难，可是这种事急不得，“急”这个字下面不是也有个“心”吗？从出生，我们就在情中泡着，当人的情起作用时，很难察觉，也很难和慈悲区分。当我们跳出情，就会发现慈悲是不夹杂人心，不动心的。

只要我们想修就不难，因为师父会帮我们。我反复背诵师父经文《真修》，原来是我的名利情受到了伤害，如果我不要这些东西了，那它们是不是就伤不到我了，也就不会感觉苦了。尽力做自己该做的事，一切顺其自然，不重结果，只重过程中修好自己。

有烦恼就是苦，苦是业力造成的，真修者唯有横心消业，坏事才会变成好事。

到家后，我感觉身体和思想都非常轻松，没有一丝烦恼了。发正念也有了力量。再学法，头脑也清楚了，并且还想了应对的办法。

师父说：“功修有路心为径 大法无边苦作舟”（《洪吟》〈法轮大法〉）。

苦是舟啊，舟才能带我们达到彼岸，苦是好事啊，既然都是好事，那修炼人怎么会有烦恼呢？！修炼人是没有烦恼的。

珍贵的一天

文：中国大陆大法弟子

【明慧网】二零二三年元月二十七日（正月初六），我晨炼完毕，发完六点正念，习惯的打开收音机，听一下天气预报。之后，当我刚伸手去关闭收音机时，听到：“今天的健康与生活节目里，我们讲一讲老年人为什么爱摔跟头？”那我就听一听吧，因为我也将近八十岁了。

广播员讲的要增补什么营养啊、补钙啊等等时，我随口说：“我是炼功人，我什么都不缺。”当他讲到自我测试一下你是否属于爱摔跟头那种类型中的人时，我就用他讲的方法测试了一下，一看，自语道：“我也属于爱摔跟头的那

资料点“小花”越开越艳

文：辽宁大法弟子

【明慧网】二零零四年，儿子把我从县城接到他住的地级市，很快我联系上了当地同修，又联系了几个我原住地的同修，我们经常在一起交流。那时，我以发真相资料为主。同修让我每周回原住地取资料，我觉的很不安全，就从当地同修那要资料。

因为那时资料点少，发资料同修多，每周只给几本资料，不够发。为了救度众生，为了让本地同修有真相资料可用，我决定做资料。

一、我家的“小花”开了

二零零六年，我家资料点建立了，儿子给我买了一台笔记本电脑，同修给我一台旧打印机，给我一本小册子“从零开始做资料”。那时，我六十三岁，没摸过电脑，没见过打印机，我又是坐轮椅、生活不能完全自理的残疾人，要做资料，难度非常大。

大法开智开慧，在师父的加持下，从练习用鼠标开始学，我知道这就是师父给我安排的修炼路，师父就在我身边，指点着我。

那时同修做的都是四合一黑白小册子，我看打印机是彩色的，我就试着做四合一彩色的，做出来一看，非常漂亮，我信心大增。

二、在做真相资料中修炼提高心性

看起来做真相资料不难，可是实际做，就不简单了。作为修炼人，心性不到位，魔难就多，在做资料中，修心去执著，不断提高自己。那时大陆邪恶疯狂迫害大法弟子，

让更多的人看到真相、明白真相。我到他办公室说：“某警官，这个材料他们都看了，也送您一份看看。”把装在档案袋的材料放在他的桌上，我表现的轻松自然，目地是不让他感到压力。

我一看时间还宽松，就和家人又去绑架同修的派出所，我也不知下一站会如何，但我坚信师父坚信法。师父会为我们安排一切。一路上我问自己，师父要什么，师父要众生明真相，那我就圆容师父所要的，把真相送到众生手中，我也不把他们当成迫害者，他们就是众生的一员，对他们无怨无恨。

到了派出所，大厅内有多名警察，大厅正中央坐一警察看电脑，我走上去说我们来递交法律文书。他把档案袋打开一看，就对家人同修大吵大叫：“你干嘛又弄这个，拿走拿走。”气势嚣张逼人，我压低声音又不失威严的说：“我来递交的是正规的法律文书。”言外之意你不能不收，还不能乱来。场面就这样紧张着、僵持着，他也什么话不说。大约一分钟后，从门口进来三个人，我一看正是之前去抄家的警察。他抽出一看又装了进去，什么也没说收下了，那一份一名小警察正看的起劲，我也不能要回来，谁看谁得益。我就对那个为首的人说：“那一份是给领导的。”他点了下头，算是收下。我走出大厅，在心里直谢师父：师父呀，弟子谢谢您，弟子谢谢您！

在我看来有一定难度的这件事情，在师父的安排下，如此顺利、圆满的完成了。师父慈悲！师父伟大！一切都是师父早已铺垫好了，弟子只是跑跑腿而已，写到此我也悟到：不要再用人眼看问题，不论做什么，只要基点是对的，是为证实法救众生的，我们只管用正念去做，师父早已为我们安排、铺垫好了一切。

种类型中的人啊。”对此，我并没有在意，关掉收音机，就下地做饭了。

今天我与同修约会，合作一个项目。当我到车库取自行车准备出行时，车管员说：“自从腊月二十二日晚到今天，你的自行车一直没有入库（他们每天晚上都有清查记录）。”我看时间还来的及，我就沿着积满冰雪的小道一走一滑的走到约会地点。做完项目，已是下午一点多钟了。我又急忙沿小道回家。

当我横穿大马路走到靠近我家一侧的马路边，再走四、五分钟就到我家的时候，我突然摔了个大跟头。过路的人都惊讶的说，这老太太可摔的不轻，快打120急救电话吧！我忍着疼痛，吃力的一边往起爬，一边说，不用了、不用了，没事的！没事的！我谢过他们，也没来的及讲真相就急忙往家走，因那天十一点四十五分是我们本地片区学法小组的学法时间，我必须得去。同修们需要的周刊、真相资料，都在我手上，我必须送到。

到家后，时间已是下午两点了。我就想：我怎么能进的去学法小组呢？（因为安全考虑，学法时，谁都不能来晚）学法小组在五楼，又有两道门，若是敲门声太大或大声呼喊，一是破坏了学法小组的制度，二是干扰了同修学法，三是破坏了本学法小组的安全环境。我若在门外等着，因大家学完法后，切磋的时间不定。本小区居住的都是老住户，相互都认识，我也不方便在门外久等。

于是，我走到师父法像前，给师父上了香：“敬请师父帮助我进入学法小组。”之后，我脑海里立即浮现出：“你不是有钥匙吗？”是的，我怎么就忘了呢！我一下就找到了这把多年都没用过的钥匙。

我打开了学法小组房间的锁，悄悄的进入室内坐下。与同修一起学完法后，该室主人同修问我：“你是怎么进来的

的？”我手里拿着钥匙给她看，并说这不是你给我的吗？她惊讶的说：“真神奇！我家的门锁已经换了两个了，这把钥匙早已经作废了。”

当我再拿此钥匙去试开门锁时，竟连钥匙头也插不进了。同修们也都见证了这一神迹。

学法结束后，我说：“我得先回去寻找我的自行车了。”A同修说：“我帮你去找。”我说：“你知道我年前去了什么地方？你上哪儿去找？”她说，师父告诉过我们：“是你的东西不丢”（《转法轮》）。再说了，大法弟子的自行车——这个生命，也不一般，它也是为法而来的。它帮助大法弟子做了那么多助师正法、救度世人的事了，它也不愿意离开大法弟子与大法啊！她保证能把它找回来。说罢，她就出去了。

我出去围着超市走了一圈，也没找到，就回家了。我刚走到我居住的楼头时，就看见A同修已在我家单元门口等我呢！她在饭店门前已找到了我的自行车。她说：“车要不是锁着，我就把它推回来了。”我拿了车钥匙，谢过同修，就把车推回家了。

回到家后，我感到肚子饿了，就从冰箱里拿出一袋黑芝麻馅元宵。下锅后，一个个元宵陆续破裂了，一会儿就变成了一锅黑糊涂粥了，破碎大小不等的元宵皮在黑色的汤锅里漂浮着，已经失去了它洁白的本色，呈现出黑、灰色，破烂不堪的一锅片汤。但是，锅中还有几个毫无破损完整的元宵，在沸腾的黑汤锅里滚来滚去。它们不破不染，不但没破，而且越滚越发长大，最后它们浮上来了，变的圆圆鼓鼓、白白的，格外的漂亮。它们已经熟透了。

一天的忙碌结束了。我觉的我的左腿与左边脸部有点疼痛，这时才发现我的左腿膝盖摔黑了，棉裤也摔破了一个洞。我的脸部左侧也摔破了皮，渗出了血色，怪不得同修问我你的脸咋破了？我说，我走路不小心，摔了一下。

材料整理好后，我心中也有些畏难，当面递给他们我自觉有一定难度，因为我和律师到国保大队时，大门门卫都拦着不让进，律师要投诉他们，他们才给联系上。之前也有被迫害的同修向国保大队递交法律文书，他们根本不出来接材料。

我和家人先去邮局邮寄，工作人员一看材料说上边跟他们说了，不准寄与法轮功相关的东西。我找出公通字（2000）39号文件和国家新闻出版总署第50号令，告诉她法轮功在中国完全是合法的，对法轮功的诬蔑打击才是真正在犯罪。我也不为难她，表示对她的理解，希望她明白这个真相，她点头明白，不能为我邮寄是出于无奈。之后我又和家人同修到了顺丰快递公司，工作人员查看文件后，将39号文件和50号令拣出来说不能寄，没有对方电话的也不能寄，虽收下了几件，我走出快递公司不远他便给我打电话说不能寄，我又把文件取回来。

这样看来只好向他们当面递交了。我请师父加持。

我和家人先到国保大队，到门卫说向国保大队递材料，门卫很顺利的说登个记，我登记完，从里屋走出一个人问门卫：“你是不是听错了？”门卫又问我去哪，我说去国保大队。他说听成去消防大队了，因他听错了，我又登记了，他也只好为我联系国保大队了。就这样在师父的安排下，我和家人顺利到国保大队递了法律文书。

从国保大队出来，我和家人又到辖区派出所，因家人刚被绑架时我向他们递过材料，这回他们不敢随便收了。这时大厅对面来了一位年长者，我们向他走过去，告诉他我们要把这个材料递交给领导，他接过去，一边翻阅，我们一边跟他讲一些真相。过程随和又融洽。他说他会交给领导的。我们知道是师父安排他来接材料的。因办理监视居住手续时是管户籍的警察办的，我们就是利用这个机会

大法弟子是身在人中，但思想却要超出常人的理，用正法理、用高标准、用神念来处理遇到的事情，超脱出人的思维与观念。我们要想去掉那“千百年来骨子里形成的人的理”（《精進要旨》〈警言〉），脱去束缚神念与神通的人的这层壳，只有学好法，溶于法中，才能智慧大开，要想使正念神通起作用，就得让神的一面复活，才能更好的救度众生，剿灭邪恶，完成誓约。

递法律文书让参与迫害者了解真相

文：山东大法弟子

【明慧网】家人同修在讲真相时被恶人举报，被关押在看守所，期间我为营救同修请了正义律师，并向国保大队、辖区派出所（参与抄家）及绑架同修的派出所递交了相关法律材料、真相信等。目地只为让参与迫害的公安警察明白真相，得救。

三十七天后，同修被以监视居住的形式放回家。同修回家后我与他交流，不能坐等迫害，要以反迫害的形式继续递交法律文书，不为自己免于迫害，只为让众生明真相得救度。

在同修的协助下，参照网上法律文书的模板及法律专业同修提供的相关法律文件，我整理了《解除监视居住、撤销申请书》、《刑事控告书》、《不予起诉申请书》，还有我为他们写真相信。

材料写好后我到复印店复印。老板是位基督徒，开始有些不理解中共不让炼为啥要对着干？我跟她耐心讲，讲到耶稣被钉在十字架上，讲了很多，她明白了，后来要少收我的钱，我谢过她，心领她的好意，我却不能少付钱。后来她退出了团员。

回悟今天所遇到的正、反神奇的一桩桩的事情，心中有所不解。这时，我突然想起师父告诉过我们：“你学大法了，无论你遇到好的情况和坏的情况，都是好事”（《二零零五年旧金山法会讲法》）。我遵照师父的法对照、审视自己，所悟如下：

1. 我今天为什么在快要到家时摔了个大跟头呢？我已在大法中修炼二十七年了，正法已接近了尾声，我还把自己当成了常人——“老年人”，用人念、人理、人的思维对待衡量自己，没有把自己当作大法弟子。师父已赋予了我们一切神通与法力，我却还是维护着人的理。人的观念抑制着神的一面，这不危险吗？要不是师父保护，说不定今天就被摔的筋断骨折了呢！

2. 回忆二十多年来邪恶对大法弟子疯狂的迫害，大法弟子没有被迫害倒。在邪恶的黑窝里，在邪恶的电棍下，我们仍然坚持炼功、背法、学法。而现在，邪恶被清除的越来越少了，环境越加宽松了，我却放松了自己的修炼，被安逸心带动，越加懈怠、懒惰，有时晨炼都保证不了，甚至被常人的享受——吃、喝、玩、乐所染。尤其在过年这段日子里，把自己完全混同了常人了。精進的心丢了，前进不了了，助我前进的工具——自行车也被丢弃了，这怎么去救度众生？怎么能完成好历史赋予我们的重大使命与肩负救度众生的责任呢？

师父着急啊！此时我低下了头，悔恨的泪水夺眶而出。师父啊！我一定不辜负您的慈悲苦度，我不会让师父失望的。我要勇猛精進、跟上师父的正法进程。

3. 师父鼓励我，帮我打开了学法小组的锁，点悟我多学法、学好法。同时师父还让同修帮我找回自行车，让我看到遵照法的要求做而出现的奇迹，相信大法无所不能。我感恩师父对我的启悟与鼓励。

4. 师父还用煮元宵的过程，让我悟到：不论在任何环境、任何条件下，都要坚定，不破、不弃、入红尘而不染。修炼人所遇到的魔难，魔去了人的执著、人的观念，割舍去的是常人的名、利、情，它使我们走向成熟。

因层次有限，有不对之处，敬请同修慈悲指正。

从《西游记》看神的一念与智慧

文：中国大陆大法弟子

【明慧网】最近看最贴近原著的《西游记》连环画，很受启发。神佛的想法与人是不一样的，神佛的思维不受常人观念和现实假相的束缚，是有大智慧的，也就有大神通，不受人类这个空间的局限。

当孙悟空在花果山醉酒后，忽忽悠悠的被黑白无常带到冥府时，被告知他已经到寿了。按人的理，那不就是死了吗？但当他清楚自己的处境后，根本不承认这个说法，丝毫也没有这个概念，而是把眼一瞪，说道，我早已跳出三界外，不在五行中了，怎么会受地狱的管束？！他对自己有着非常坚定的信心，地狱拿他也没有办法。

我们大法弟子，在得法后，全部被师父在地狱里除名了，也是不归三界管了，那么我们是否都能有这么坚定的信心和信念呢？当病业假相汹涌时，当遭遇危难时，在静心学法向内找的同时，是否坚信自己不归三界管、不归地狱管了呢？是否相信自己是神在人中、信师信法毫不动摇呢？若有如此坚定的信念，不动人念，就是在那个境界了；不会生出怕心与疑虑来，也就不受世间的理的制约了，魔难就只是在痛苦中消业、在内修中提高与升华的过程了。

当孙悟空在五庄观推倒镇元大仙的人参果树后，闯下

了大祸，几次试图逃脱都失败了。当他要被扔进油锅里时，他用石狮子变成自己的模样而打破了油锅，溅伤了道童。镇元大仙因此大怒，一定要油炸唐僧，这时孙悟空为救师父，立即放下顽劣与桀骜不驯的脾性，急忙按下云头跟镇元大仙道歉（这是放下自我的过程），说去找医树的方子。

按人的理，那人参果落地就不见，果树都被连根拔起了，叶落枝枯，怎么能医活呢？但孙悟空就没有这个思想障碍，没有那么多的人的观念和条条框框的限制，祸因树起，那就将树医活吧。他也不惧艰险，当求助中几次碰壁后，也毫不气馁、不灰心，最后见到观音菩萨，连说“造化了，造化了”，终于求得观音菩萨使果树起死回生。孙悟空也与镇元大仙结拜，化解了一段恶缘（而此难是因孙悟空有嫉妒心和不让别人说的心而起）。

当有大法弟子被非法判刑后，有的判决书都下来了，要叫常人看，这场冤狱是解脱不了的了。但有的同修就是正念十足，不被假相所惑，就不承认那个迫害，不动常人的思维，就不受人的理的制约，有的真就很快出来了。也有的被送进冤狱后，也只当是换了个救度众生的环境，心系他人，慈悲对待众生，使大量平时难以接触的人在狱中明真相得救度了，而且不配合邪恶的命令和指使，不惧生死，正念除恶，就象孙悟空钻进了铁扇公主的肚子里，把邪恶的黑窝搅的个天翻地覆，把邪恶吓的赶紧放人。也有的同修在医院里被诊断为癌症晚期，都没几天活头了。要叫常人看，这个人不是完了吗？但同修就有那个正念，不把自己当常人，就是信师信法，坚信这只是假相，是师父在给自己清理身体，物极必反，是好事，也不当回事，该做什么做什么，也没有对生死的恐惧和担忧，结果多少年过去了，啥事儿没有。因为他的正念超出了三界的理，也就不受三界的生老病死的制约。